

齐鲁风味

齐鲁风味，以山东菜为代表。山东菜，简称鲁菜，是我国四大菜系之一。山东菜在我国北方流传甚广，是北方菜的基础，华北、东北、北京、天津等地的菜肴，受山东风味影响根深，一些名菜大部源于鲁菜，可见其影响之广。中国素有“烹饪王国”之称，山东则有“烹饪之乡”的美誉。

山东省地处我国东部沿海，黄河下游自西而东横贯全境。东濒汪洋，胶东半岛突出于渤海与黄海之间，海岸曲折，多港湾。西部为黄河下游冲积平原。大运河纵贯南北。中部五岳之首泰山耸立，丘陵起伏。南有微山、南阳等众多的湖泊。全省气候温暖，日照充足，膏壤沃野，万顷碧波，种植业和养殖业十分发达。是我国温带水果的主要产区之一，仅苹果就占全国产量的40%。猪、羊、禽、蛋产量可观。蔬菜种类繁多，品质优良。水产品极为丰富，品种繁多，产量占全国第三位。仅驰名中外的名贵海产品就有鱼翅、海参、鲍鱼、干贝、对虾、加吉鱼、比目鱼、鱿鱼、大蟹、紫菜等数十种之多。内陆湖河淡水水域辽阔，富有营养的水生植物有40余种。淡水鱼类达70余种，名品有黄河鲤鱼，凤尾鱼、鳊鱼、秀丽白虾，中华绒鳌蟹、中华元鱼等。为鲁菜提供调味品的酿造业也历史悠久。品多质优。如洛口食醋、济南酱油、即墨老酒、临沂豆豉、济宁酱菜等，都是久负盛名的佳品。丰富的物产，为鲁菜的发展提供了取之不尽，用之不竭的物质资源，早在清乾隆《山东通志》中，就有“奇巧珍惜，不竭其藏”的记载，为发展我国的烹饪文化做出了重要贡献。

山东菜由济南、福山、济宁三路不同风味特点的地方菜系组成。剖析鲁菜之长，在于用料广泛，选料考究，刀工精细，调和得当，形色兼美，工于火候；烹调技法全面，尤以爆、炒、烧炸、塌、熘、蒸、扒见长。其风味特点则有十六字诀：咸鲜为本；葱香调味；注重用汤，清鲜脆嫩。

泉城济南，是山东政治、经济、文化的中心，自金、元以后便设为省治，向以湖光山色，涌泉之丽著称。地处水陆要冲，南依泰山。北临黄河，资源十分丰富。济南菜取料广泛，高至山珍海味，低到爬果菜菔，或是极为平常的蒲菜、芸豆、豆腐和畜禽内脏等，经过精心烹制，都可成为脍炙人口的佳肴美味。鲁菜精于制汤，则以济南为代表，济南的“清汤”、“奶汤”极为考究，汤菜也闻名遐迩。代表名菜有“清汤燕菜”、“奶汤蒲菜”、“蝴蝶海参”、“九转大肠”、“油爆双脆”、“芙蓉鸡片”等。福山菜即胶东菜，最早源于福山，已有八百余年历史，现以烟台和青岛地区为代表。福山菜以烹制各种海鲜品见长，技法多用爆、炸、扒、蒸，口味以鲜为主，偏重清淡。烟台菜保持了福山菜大部分名菜，如“油爆海螺”、“清蒸加吉鱼”、“扒原壳鲍鱼”、“绣球干贝”等。青岛菜除保持福山菜的特点外，还掺进了西餐的技法，熔中西技法于一炉，为胶东海味菜增色不少，名菜如“青岛三烤”，即“烤加吉鱼”、“烤小鸡”、“烤猪大排骨”。曲阜，是孔子故里，有丰富的文物古迹，向以独特的历史面貌著称于世。自孔子去世后，至今二千五百多年，承传七十七代。宋代又封其后裔嫡系为“衍圣公”，这个称号一直延续到清代。明清以来孔府又世袭当朝一品官，是名副其实的公侯府第。久负盛名的“孔府菜”，是鲁菜菜系中的佼佼者，是中国“官府菜”的代表，其用料精致，刀工细腻，重于火候，工艺严格。风味则清淡鲜嫩，软烂香醇，原汁原味。

本书所介绍的菜肴中，有些菜肴的主料属国家保护动物，在这里仅作为本地区的传统饮食文化加以介绍。

中国名菜齐鲁风味

水产类一 清汤燕菜

〔主料辅料〕

干燕窝.....25 克 绍酒.....10 克
清汤.....1500 克 碱.....2 克
精盐.....5 克 味精.....5 克

〔烹制方法〕

1. 将燕窝用温水洗净，放入七成热的水中泡软，轻轻捞出，用镊子摘去燕窝内的绒毛杂质，用清水洗净。

2. 用开水把碱溶化，放入洗净的燕窝，用筷子轻轻搅动一下，泡 5 分钟后捞出，接着再用开水泡 5 分钟，待涨发后，用温水漂洗数遍除净碱液，撕成碎块备用。

3. 汤勺置火上，放入清汤开后将燕窝焯一下，控净水分放在汤碗内。

4. 净勺内倒入清汤，放入精盐、味精，绍酒，烧开后撇净浮沫，加味精，从燕窝的周围轻轻浇入碗内即成。

〔工艺关键〕

1. 燕窝内的绒毛要摘净，可放在清水内，在水的映照下，用镊子摘净毛和杂质。

2. 提质时要注意碱的用量，一般为 50 克燕窝用 5.8 克碱。

3. 燕窝最好当日用当日发，发好后存放勿超过两天。

〔风味特点〕

1. “清汤燕菜”是高级宴席——燕菜席中的第一道大菜。燕菜本名燕窝，是金丝燕所做的窝。燕窝在我国明代已入馔，成为宫廷御用珍馐，至清代成为高级宴席的头菜。据《本草纲目拾遗》记载，燕窝“味甘淡平，大养肺阴，化痰止咳，补而能清，为调理里虚劳瘵之圣药。”

2. 紫菜燕窝色白如雪，质地软滑，汤清澈晶莹，口味鲜醇，沁人心脾，营养价值也很高。

清汤全家福

〔主料辅料〕

水发海参.....150克 水发冬菇.....10克
水发蹄筋.....50克 冬笋.....25克
水发鱼翅.....50克 鸡蛋清.....25克
虾片.....50克 绍酒.....50克
鱼片.....50克 精盐.....4克
生鸡脯肉.....50克 味精.....2.5克
菜心.....15克 湿淀粉.....10克
清汤.....150克 水发鱼肚.....100克
熟火腿.....15克

〔烹制方法〕

1. 将生鸡脯肉去筋片成薄片，放入碗内，用鸡蛋清，精盐，湿淀粉浆好，水发海参片成抹刀片，蹄筋一片两半，鱼肚也片成大片。
2. 将海参、蹄筋、鱼翅用清汤焯一下，鸡片，鱼片，虾片用沸水氽熟。
3. 取一大汤碗，先把各种主料均匀地放在碗内，再将火腿，冬笋，冬菇，菜心相同地摆在上面。
4. 汤锅内放入清汤，精盐，绍酒旺火烧开，去掉浮沫加入味精，然后将清汤慢慢倒入汤碗内即成。

〔工艺关键〕

1. 各种原料的形状应保持一致，整齐化一。
2. 焯水时汤要宽，最好换二次水。
3. 氽鸡片、鱼片、虾片时应注意火候，要氽熟氽透，但不要氽老。

〔风味特点〕

1. “清汤全家福”是山东济南的传统名菜之一。一般是宴席的最后一道上品菜，故又称为压桌菜。
2. 全家福是取其吉祥之意，祝福人们合家幸福。“清汤全家福”选料精细，品种多样，色彩缤纷，汤鲜味美，营养丰富，是多种喜庆宴席上不可缺少的一道佳肴。

绣球干贝

〔主料辅料〕

干贝.....100 克味精.....5 克
鸡脯肉.....75 克绍酒.....10 克
大虾肉.....200 克清汤.....100 克
肥猪肉.....100 克鸡油.....10 克
冬笋.....25 克湿淀粉.....10 克
菠菜心.....25 克芝麻油.....4 克
鸡蛋清.....2 个人腿.....15 克
精盐.....4 克水发香菇.....4 个

〔烹制方法〕

1. 将干贝去筋，用水洗二、三次，放入凉水中浸泡 1 小时，干贝泡开后，洗去细沙，放在碗内，加入清汤（以没过干贝为度）用旺火蒸 30 分钟取出。晾凉后，将干贝丝搓散，火腿、冬笋、香菇均切成 1 厘米长的细丝，用沸水氽透，与干贝丝拌和在一起。

2. 将大虾肉、肥猪肉、鸡脯肉分别剁成细泥。加入鸡蛋清、清汤、精盐、味精、绍酒、芝麻油搅拌成馅，用手挤成直径为 2.5 厘米的丸子，放在拌好的干贝丝上滚沾均匀，成绣球状。

3. 将绣球干贝在旺火上蒸 7 分钟取出，滗净汤汁，勺内加入清汤、精盐、绍酒、味精，用湿淀粉勾芡，浇在干贝上。

4. 菠菜心洗净控去水分，用旺火将菠菜心焯熟，盛出摆在绣球干贝的四周，再淋上鸡油即成。

〔工艺关键〕

1. 加入鸡蛋清时，可将其打成泡沫状，再分二至三次加入馅中，这样做可以使馅心软嫩。

2. 旺火偏炒菠菜心时，应先在油中加入一些精盐，使菠菜心更加碧绿。

3. 勾芡时芡汁不能过稠，应成为溜芡。

〔风味特点〕

1. “绣球干贝”是山东传统的名贵海鲜菜。干贝即鲜见的干制品。我国沿海地区均有出产，但以山东烟台，长岛所产品质最优。干贝营养丰富，所含蛋白质比鸡蛋高近 4 倍，是一种高蛋白，低脂肪的美味食品。古书云，干贝峻美，无物可与伦比，食后三日，犹觉鸡虾乏味。

2. 此菜形象逼真，有如舞龙时用的绣球，色彩鲜艳，绚丽多彩，故而得名。

3. “绣球干贝”选用鸡脯肉、虾肉、肥猪肉等与干贝做成丸，采取蒸法，蒸熟浇汁，其色绚丽，吃起来干贝松软，馅心细嫩，鲜而不腻，甘美滑润。

扒原壳鲍鱼

〔主料辅料〕

带壳鲜鲍鱼.....12个 绍酒.....15克
净鱼肉.....200克 味精.....3克
火腿肉.....25克 鸡蛋清.....2个
冬笋.....25克 葱姜末.....各2克
熟青豆.....24粒 湿淀粉.....100克
精盐.....25克 鸡油.....25克
清汤.....500克

〔烹制方法〕

1. 将带壳鲍鱼洗净，放入沸水中稍煮，然后捞出把肉挖出来，片成0.16厘米厚的片。冬笋、火腿肉均切成长3厘米，宽1.2厘米，厚0.16厘米的片。

2. 鱼片洗净剁成泥，放入碗内，加湿淀粉、绍酒、味精、精盐、鸡蛋清、葱姜末，搅拌均匀，倒在大平盘内摊平。

3. 将鲍鱼壳放在含碱5%的沸水中，用毛刷或草根刷子刷洗干净，再入开水煮过捞出控干水分。

4. 洗净的鲍鱼壳口朝上，整齐地摆在鱼料子上，让其站住坐稳，上笼蒸5分钟取出。

5. 炒勺内倒入清汤，加精盐、绍酒、火腿、冬笋、青豆。鲍鱼片烧沸撇去浮沫，用漏勺捞出，平放在鲍鱼壳内，锅内汤用湿淀粉勾芡，淋上鸡油，浇在鲍鱼上即成。

〔工艺关键〕

1. 沸水煮鲍鱼时，煮的时间不能过长，一烫即可。

2. 鲍鱼壳要刷洗干净，不能带有杂质和鲍肉。

3. 勾芡时，芡汁要透明，一般为米汤芡。

〔风味特点〕

1. 扒原壳鲍鱼，是山东青岛沿海的一道名菜。此菜将鲍鱼肉制熟后，又分别盛在各个原来的壳内，它的造型美观又名贵。是一种造型和盛器双重配合的杰作，原壳置原味，面目一新。

2. 鲍鱼，亦称鳆鱼，为海产腹足纲软体动物，含有丰富的蛋白质，是名贵的海产珍品。鲍鱼人饌已逾200年，据古籍记载：王莽事将败，愁得吃不下饭，唯饮酒啖鲍鱼，宋代诗人苏轼任登州知府时在《鲍鱼行》诗中写道“膳夫善治荐华堂，坐领雕俎生辉光，肉芝后耳不是数，醋笔鱼皮真倚墙”盛赞鲍鱼的鲜美。

3. 此菜色香味俱佳，鲍鱼肉质细嫩，味道鲜美，再浇以芡汁，透明油亮。

蝴蝶海参

〔主料辅料〕

水发海参.....200 克清汤.....1000 克
偏口鱼肉.....100 克绍酒.....5 克
熟火腿.....15 克味精.....3 克
黑芝麻.....24 粒精盐.....8 克
水发冬菇丝.....20 克鸡蛋清.....25 克
黄瓜皮丝.....10 克干淀粉.....5 克
水发鱼翅针.....24 根葱姜汁.....5 克

〔烹制方法〕

1. 将海参用清水洗净，顺长片成似蝴蝶的大片共 12 片，在沸水中浸泡 10 分钟，捞出用纱布振干水分。

2. 鱼肉在水中浸泡 10 分钟，捞出用刀背砸成细泥，放入碗内加入葱姜汁，清汤慢火解开，再加入精盐、味精、鸡蛋清搅匀成鱼泥。

3. 将海参皮面朝上放入盘内，海参中间撒干淀粉，然后用鱼泥做成蝴蝶身躯，放在海参中间，将黑芝麻安在头顶两端作“眼”，将火腿，冬菇，黄瓜皮丝分色交错摆在蝴蝶的身子上，鱼翅针作“须”，制成 12 只蝴蝶，摆在擦过油的盘中，上笼蒸 5 分钟取出。

4. 炒锅内放入清汤，置旺火上烧开，撇净浮沫，加绍酒，味精，盐调和口，倒入汤碗中，将蒸好的蝴蝶轻轻推入汤内即成。

〔工艺关键〕

1. 制鱼泥子不能太稀，搅拌好的鱼泥子最好放入冰箱 5—10 分钟，冷冻后备用。

2. 蝴蝶的身躯，不能太粗，挤制时最好使其成为枣核状。

3. 各种丝要异色放置，以便使色彩更加突出。

〔风味特点〕

1. 蝴蝶海参，是以图案形态取名的象形花色菜式，因菜肴的造型似蝴蝶，富有幸福美好的含意，故多用于喜庆宴席，是山东传统风味菜，广泛流传于城镇乡间。

2. 此菜汤清见底，恰如一群欢快的蝴蝶在碗中飞舞，形象美观，富于诗情画意。

3. 此菜一般作为宴席的汤菜后上席，食之清新爽口，亦制成“烩蝴蝶海参”，作为头菜上席。

葱烧海参

〔主料辅料〕

水发海参.....100 克章丘大葱.....200 克
酱油.....25 克清汤.....250 克
绍酒.....20 克熟猪油.....125 克
味精.....3 克湿淀粉.....50 克
精盐.....4 克姜.....25 克
白糖.....15 克糖色.....3 克

〔烹制方法〕

1. 将海参用清水洗净，片成 1.7~2.5 厘米宽的抹刀片，汤勺里放入凉水，下入海参，上火烧开，煮透捞出，控净水分，葱白切成 4 厘米长的段，姜块用刀一拍待用。

2. 炒勺内放入猪油 125 克，烧至六成熟时下入 150 克葱段，炸至金黄色时捞出，再将葱油备用。

3. 汤勺内加入清汤，葱、姜、盐（2 克），绍酒 10 克，酱油 10 克，白糖 5 克，海参，旺火烧开以后，移微火上煨 2 分钟，然后倒入漏勺内控净水分，捡去葱姜。

4. 勺内放入猪油 50 克，加入炸好的葱段、精盐（2 克）、海参、清汤、白糖、绍酒、酱油，糖色，烧开后移至微火煨 2~3 分钟，汤汁已^{大火}靠去 2/3 后，再上旺火调入味精，边颠勺边用淀粉勾芡，再用中火烧透收汁，淋入葱油，盛入盘中即成。

〔工艺关键〕

1. 海参本身有腥味，初步处理时用凉水慢慢加热，另外焯时加一些绍酒、葱、姜以便去掉腥味。

2. 炸葱时要掌握好油的温度及炸制的时间，一般以金黄色为好，葱炸老了会有糊葱味，炸轻时香味不出来。

3. 糖色与酱油的使用要合理，一般为 1:2。

〔风味特点〕

1. 海参属名贵海味，被列为中八珍之一。可分为刺参、乌参、光参，和梅花参多种，山东沿海所产的刺参为海参上品。海参历来被认为是一种名贵的补肾益精、壮阳疗痿、通肠润肺的食疗佳品。

2. 海参之名贵还另有一个原因，就是海参生于浅海礁石的沙泥海底，喜在海草繁茂的地方生长，在采捞时需人工潜水逐个捕捞，费力而得之少，故物以稀为贵。

3. 葱烧海参是以刺参为主料，配以俗称葱王的章丘大葱。用油炸成金黄色，发出葱油的芳香气味，更加诱人欲食，此菜是山东广为流传的风味名菜。

4. 色泽红褐光亮，咸鲜微甜，海参质地柔软滑润，葱香四溢，经久不散。

麻酱紫鲍

〔主料辅料〕

干鲍鱼.....250 克味精.....3 克
葱末.....5 克鸡油.....10 克
精盐.....2 克花生油.....30 克
姜末.....5 克白糖.....4 克
清汤.....200 克芝麻酱.....50 克
绍酒.....15 克碱面.....15 克

〔烹制方法〕

1. 将鲍鱼放入温水中泡软洗净，取一干净小铝桶加水烧热，把鲍鱼放入桶内，水开后用微火烧。待鲍鱼炖嫩时离火，把鲍鱼捞出，片成大片放入盆中，加入碱面，沏入温水，泡至厚大呈浅米黄色时捞出，再用清水洗去碱味，放入沸水中焯透。

2. 将鲍鱼片的两面反又打上直刀纹，再切成 1 厘米宽的条。

3. 炒勺内加花生油，中火烧至七成熟时，放入葱末，姜末炒出味，随即加入清汤、绍酒、白糖、精盐，鲍鱼条烧沸，打去浮沫，加入芝麻酱、味精，用手勺搅匀，待汤汁稠浓后，淋上鸡油即成。

〔工艺关键〕

1. 干鲍鱼要先用清水洗去外表的泥沙，再用温水泡软。煮制时要用小火，汤水保持微开为好。

2. 经过提质的鲍鱼要去掉碱味。

3. 剖刀时刀距为 0.23 厘米，深度为鲍鱼片的 4/5。

〔风味特点〕

1. 麻酱紫鲍，是山东烟台地区的传统菜肴。此菜使用的鲍鱼为紫鲍，就是泛指鲍鱼的干制品，鲜鲍鱼肉面有美丽的珍珠光，经干制后，肉面则变成紫色，故称紫鲍。

2. 此菜使用发好的鲍鱼与芝麻酱合烹制成。鲍鱼有滋补强壮之功。芝麻酱则具有滋肝肾，润肠胃之效。成菜后具有浓郁的芝麻酱香味，爽口不腻，是高档宴席上的佳肴。

白扒鱼翅

〔主料辅料〕

水发鱼翅.....700 克菜心.....2 个
绍酒.....25 克湿淀粉.....15 克
净母鸡肉.....500 克葱片.....25 克
味精.....2 克鸡油.....15 克
肥鸭肉.....750 克姜片.....25 克
清汤.....300 克熟猪油.....75 克
猪肘肉.....250 克精盐.....3 克
奶汤.....250 克

〔烹制方法〕

1. 将母鸡肉、肥鸭肉、猪肘肉洗净剁成小块，放入开水锅内焯过捞出，洗净血沫待用。

2. 炒锅内加入清汤、精盐（1 克）、绍酒（10 克）、鱼翅，烧开后捞出沥净水分；再把菜心放入锅内氽过捞出；将鱼翅用清水洗净，排列整齐，码在大碗的底层，上面放上鸡块、鸭块、猪肘肉块和葱、姜片（各 10 克）、精盐（1 克）、绍酒（10 克），倒入清汤上笼蒸烂，取出捡去鸡块、鸭块、猪肘肉块、葱、姜后待用。

3. 炒锅内放熟猪油，用中火烧至六成热时，放入葱、姜片（各 15 克），炸出香味，再加精盐（6 克）、奶汤、绍酒（5 克），捞出葱姜不要，放入鱼翅（翅面朝下）、菜心，烧开后撇去浮沫，改用微火煨扒，待汤汁剩 1/3 时，放湿淀粉勾芡，至汤成浓汁时，放味精、淋鸡油，大翻勺装盘即成。

〔工艺关键〕

1. 鱼翅是大鲨鱼的鳍，经过脱水干制而成。鲨鱼是一种凶猛鱼类，种类很多，我国就有七十余种。鲨鱼翅分为热带鱼翅、温带鱼翅和寒带鱼翅。热带产的鱼翅最佳，颜色为黄白色，称黄鱼翅，以菲律宾吕宋产的最佳，称为“吕宋黄”。温带产的鱼翅色泽基本同热带的相似，但也有灰白色的，质量稍差的白沙翅。寒带产的鱼翅大部分都是青色，质量较差，称青翅。

2. 鱼翅先用剪刀将薄边剪去，再放入铝桶内，注入开水，用小火焖煮（水不能开）到能炬沙时，将锅离火，待水温不烫手时，用手搓擦，去净表面的一层沙粒。若烟不下沙粒，可再继续焖煮。沙粒煨尽后，再换开水焖煮，煮时注意检查。视其能拆骨时，将锅离火，水不烫手时，轻轻地拆骨和剪除掉腐烂变质部分，放于水管下冲泡，促使其胀发和去腥味。然后换开水泡半天，促使其回软收缩，并吐尽腥味，这时再用凉水冲泡一大即可使用，冲时注意不要将翅形冲破冲散，另外在煨沙和去骨时，摆弄要轻，切勿将翅形弄坏，要保持翅的形状不破不裂。冲泡后的鱼翅，如当时不用，可按所需份数分成份，注入凉水（淹没），放入冰箱冷冻结实。如无冰箱时，可以用凉水泡上放在凉爽之处，每日换两次水。鱼翅有老有嫩，在焖煮煨沙和焖煮去骨时，要及时检查，先捞出嫩的，不能同下同捞，否则影响质量。

3. 精料奶汤：开膛老母鸡 1500 克，猪五花肉 1000 克，猪腿棒骨 1000 克。葱 100 克，姜 50 克。制法：鸡、肉、骨先用开水稍煮，捞在凉水里刮洗干净。棒骨砸断，葱整根，姜拍破。用一铝锅盛 5000 克凉水上火，下入鸡、肉、骨、葱、姜，烧开后撇净泡沫，盖上盖用旺火煮之，待煮到鸡、肘已极烂

时捞去鸡、肉、骨等，用笊过滤一遍去渣，即成奶汤，白如雪，浓似奶，味鲜美。1 公斤原料煮 1 公斤汤为标准。

〔风味特点〕

1. 鱼翅，即鲨鱼的鳍，为海味珍品，属上八珍之列，产于我国沿海一带，山东烟台地区是重要产区之一。鱼翅早在明代就开始作为高级烹饪原料应用。其营养价值较高，含有丰富的蛋白质、脂肪、钙、磷、铁以及多种微量元素等营养成分。并具有补肾防衰、强筋壮骨之功效。用以人饌，可扒、可煨、可烧、可烩，配以清汤、奶汤更为鲜美。“白扒鱼翅”作为高级宴席的上乘名菜而素享盛名。

2. 此菜汤汁浓郁，鱼翅软烂鲜香，味清淡爽口。在山东常作为高级宴席的第一道菜登席，相沿成习，流传甚远。山东各地的名店、酒楼多以排头菜经营，以青岛饭店最为有名。青岛饭店开业于 1932 年，扩建于 1970 年，虽几经变迁，但保持山东名菜的传统风味长盛不衰。其经营特色是以海鲜为主，口味则注重清淡嫩爽；擅长于炸、爆、烤、蒸等技法。名菜有葱烧海参、芙蓉于贝，扒原壳鲍鱼、凤尾鱼卷、油炸海螺、番前虾仁、香酥鸡、山东蒸丸等。对高档海味菜的制作颇为讲究。该店特级烹调师苏国渊制作的“白扒鱼翅”，在 1987 年山东烹往大奖赛上荣获最佳奖，受到专家、同行们的一致好评。

红扒鱼翅

〔主料辅料〕

水发鱼翅.....1000 克葱段.....100 克
酱油.....20 克花椒油.....3 克
净母鸡肉.....1000 克姜片.....100 克
精盐.....5 克鸡油.....2 克
猪肘肉.....1000 克清汤.....750 克
绍酒.....4 克花生油.....50 克
火腿.....250 克湿淀粉.....50 克
味精.....4 克

〔烹制方法〕

1. 将鱼翅用开水氽二遍，捞出用清水漂洗净，整齐地码在竹算上呈扇面状，再盖上一个算子，放入炒锅内，将母鸡肉、猪肘肉剁成大块，下锅用开水氽过，捞出用清水洗净。火腿用热碱水涮洗干净，片去表面部位，与母鸡肉、猪肘肉同放锅内，加入清水，以没过料为度，加姜片（50 克）、葱段（50 克），用中火烧开撇去浮沫，移至微火上焖 2~3 小时，将鱼翅取出。

2. 炒锅内放花生油，中火烧至七成热加姜片（50 克）、葱段（50 克）炸至金黄色捞出不用，烹入绍酒，加酱油、清汤、精盐、鱼翅烧开，撇净浮沫，慢火煨 10 分钟，用湿淀粉勾成浓熘芡，加花椒油、味精、鸡油翻锅，盛入盘中即可。

〔工艺关键〕

1. 鱼翅，由于取自鲨鱼不同部位的鳍，它们的名称也不同。用鲨鱼背鳍制成的鱼翅，叫背翅或劈刀，肉少翅多，质量最佳，是鱼翅中的上品。用鲨鱼胸鳍制成的鱼翅叫上青翅，也叫荷包翅，或翼翅，肉多翅少，质量较差。用鲨鱼臀鳍制成的鱼翅，其名称与用胸鳍制成的相同，肉多翅少，质量较差。用鲨鱼尾鳍制成的鱼翅叫钩尖、钩尾，也叫叉鱼翅，肉多翅最少，是鱼翅中最差的一种。

2. 鱼翅开水下锅，煮到能煨沙时，将锅离火放一宿，第二天进行煨沙刮黑膜。煨刮后用凉水泡一宿，第三天上火煮后拆骨，拆骨后开水下锅煮一下，再用凉水冲泡。

3. 清汤原料，开膛老母鸡 1500 克，猪肘 1000 克。猪瘦肉 250 克。葱 100 克，姜 50 克，料酒 50 克。制法：母鸡清洗干净，剔下脯肉。猪肘刮洗干净。鸡脯肉和瘦肉分别用刀背砸成泥，肉泥用 250 克凉水解散泡上，葱整根，姜拍破。用铝锅盛 4000 克凉水，下入鸡（脯肉不下）、肘子烧开，撇去泡沫，煮到鸡、肘已熟时捞出，放入凉水内冲洗干净。把肉泥水搅匀冲入煮好的汤内，随即用手勺推转，这时不要动它，等肉泥浮起汤快开时，减小火力使汤微开（切忌大开，若大开冲散肉泥，汤发浑），待肉泥凝结时，用小眼漏勺捞出肉泥（行话称肉沼）捏成团放置一边，再把鸡、肘和葱、姜下入汤内烧开，移小火微开，直到鸡、肘已极烂时，捞出鸡和肘（另作它用）、葱、姜，撇净浮油，加入料酒。鸡泥用 250 克凉水解散泡上，冲入鸡泥水，随即用手勺推转，照肉泥水一样再清一次，汤即清澈如水，味道鲜美。再把肉泥、鸡泥轻轻地下入汤内（行话称坠），用小火保持微开，用时再加盐、胡椒面、味精即可。

[风味特点]

1. “红扒鱼翅”是烟台地区传统风味菜。

2. 在烟台菜中对鱼翅的制作极为精细，尤以红扒著称。此菜汤汁浅红发亮，鱼翅糯滑，味道鲜美，营养丰富。据传，甲午战争爆发前，李鸿章曾到威海视察，为他治撰的威海名厨吕其文曾制作此肴，李食后极为称道，赞不绝口。其后红扒鱼翅的名声越来越大。

油爆鲜贝

[主料辅料]

鲜贝.....400 克清汤.....75 克
鸡蛋清.....1 个葱白.....10
克冬笋.....25 克鸡油.....10 克
湿淀粉.....50 克盐.....3 克
鲜口蘑.....25 克花生油.....500 克
绍酒.....5 克味精.....2 克
青豆.....15 克

[烹制方法]

1. 将鲜贝片成 0.3 厘米厚的圆片，冬笋、鲜口蘑切成 0.4 厘米见方的丁；葱白剖开切丁；青豆放入水中煮熟。碗内加清汤、精盐（2 克）、味精、湿淀粉调匀成汁。

2. 将鲜贝放开水内焯过捞出，放入碗内，加鸡蛋清。湿淀粉（35 克）、精盐（1 克）抓匀；炒锅内加花生油，在旺火上烧至七成热时，将鲜贝下入锅中过油捞出。

3. 锅内留油 50 克，旺火烧热后放入葱丁、笋丁、鲜口蘑丁和青豆稍炒，烹入绍酒，加鲜贝，再迅速倒入调好的汁，淋上鸡油，急速颠翻，装盘即成。

[工艺关键]

油爆的主料分为拌味上浆和不拌味不上浆两种；两种都要用汁勾芡。“油爆鲜贝”属后者。油爆的菜都是白汁的，要求火要旺，油要热，动作要迅速，汁要完全抱在菜上，吃完菜盘内只能有残油薄片。

[风味特点]

“油爆鲜贝”是胶东素享盛名的风味菜。大凡施以“爆”法，其原料质地多脆硬，如鸡胗、腰花等，而鲜贝肉质软嫩，运用“油爆”却更胜一筹。其外层挂糊，不失营养，保持鲜嫩，成菜色调和谐，软嫩鲜香，清淡爽口，冬季食用尤佳。

彩云鱼肚

[主料辅料]

发好鱼肚.....400 克 精盐.....3 克
火腿.....10 克 黄蛋糕.....10 克
绍酒.....25 克 清汤.....100 克
黄瓜皮.....10 克 鸡茸.....75 克
味精.....2 克 湿淀粉.....10 克
冬菇.....10 克 鸡蛋清.....3 个
豆粉.....30 克 鸡油.....5 克

[烹制方法]

1. 先将火腿、黄瓜皮、冬菇，黄蛋糕切成长 3 厘米，宽、厚各 0.1 厘米的丝，蛋清与豆粉搅拌成糊备用。

2. 将发好的鱼肚改切成长 10 厘米，宽 8 厘米的大片，用水余过，再放入清汤内一焯，捞出晾凉捉干水分，先用精盐（1 克）、味精（1 克）在鱼肚片的周身涂一下，然后抹一层蛋清豆粉糊，再抹一层鸡茸，交叉相间地放上火腿、冬菇、黄蛋糕、黄瓜皮丝，再薄薄地抹上一层鸡茸（表面隐约看出几种丝的颜色即可），然后放入盘内入笼蒸约 5 分钟取出，按 15 厘米宽横切成条，放入平盘内。

3. 锅内加入清汤，精盐（2 克）、绍酒烧开，打去浮沫，用湿淀粉勾芡，放入味精，淋上鸡油，浇在鱼肚上即可。

[工艺关键]

先把整个鱼肚用温油浸软，捞出改成小方块，再下入热油内（保持温度不减），泡三至四小时，另烧七八成沸的油，下入鱼肚，发响声膨胀时，用漏勺压浸在油内，并反复翻动。怎样检查鱼肚是否已经发透？其办法有二：一是用勺敲打，若响声松脆即已发透，否则再继续发；二是捞出一块，一掰遂成两半即已发透，若掰时中间相连不断则未发透，可继续发。发的整个过程中要注意掌握火候（时间）、火力（火的大小），并不停地用勺推动，使其受热均匀。发好的鱼肚颜色不黄不焦则为正常。一定要发透，若未发透，用水泡时会成浆糊状而报废。发好后存起来，用时温水泡上，压以重物，使鱼肚完全浸泡在水里，待浸透发软时，捞出轻轻地挤去水分，根据做菜需要修改成形。用热水加纯碱洗去油质，再用热水洗去皂味，用凉水清洗一次，再用凉水泡上。当时不用可存放于冰箱保鲜室内或通风温度低处，每日换上两次水。

[风味特点]

1. 鱼的沉浮器官鱼鳔，取出后脱水干制，鱼肚分为鲨鱼肚、鳊鱼肚、鲢鱼肚。主要产于我国沿海及南洋岛等地。以广东、海南岛所产的“广肚”质量最好。福建、温州一带所产的“毛鳔肚”次于广肚，但也称佳品。

2. “彩云鱼肚”系采用质厚、晶莹、透亮的山东半岛盛产的黄色肚为主料烹制而成，是济南历史悠久的传统名菜。鱼肚经发制后，上面抹上白色的鸡茸肉，再点缀以火腿、冬菇、黄瓜皮筹各种颜色的细丝。成菜宛如五彩缤纷的浮云，鲜艳夺目，清香软嫩，造型逼真，为宴席中不可多得的佳肴。

红烧鱼皮

[主料辅料]

发好鱼皮.....500 克味精.....2 克
白糖.....25 克湿淀粉.....25
葱段.....50 克鸡油.....3 克
糖.....10 克酱油.....25 克
蒜片.....5 克芝麻油.....2 克
绍酒.....3 克精盐.....4 克
清汤.....50 克花生油.....50 克

[烹制方法]

1. 将鱼皮改成长 4 厘米、宽 1.5 厘米的抹刀片，用开水氽透，捞出用清水漂净，反复氽两遍，将水挤净。
2. 炒锅内加清汤（20 克）、葱段（15 克）、蒜片（2.5 克）、绍酒（1.5 克），放入鱼皮用旺火烧开，改慢火煨透入味捞出。
3. 炒锅内加花生油，中火烧至六成热，加葱段（15 克）、蒜片（2.5 克）爆锅，至金黄色捞出备用，再加绍酒一烹，加入清汤（300 克）、酱油、白糖、糖色、精盐、味精、鱼皮烧开，撇去浮沫，用微火煨透，加湿淀粉勾成浓溜芡，淋上鸡油、芝麻油翻锅盛入盘内即成。

[工艺关键]

将干鱼皮下入开水锅内，小火焖煮到能煨沙时，将锅离火，待水温时搓擦，去净沙粒，刮净黑迹洗净再进行焖煮，待其发软时，捞在凉水内冲泡，修去腐朽边沿，仍用凉水泡上。当时不用可存放于冰箱保鲜室内。如无冰箱时，可用凉水泡上，每天换水一二次。

[风味特点]

1. 鱼皮是鲨鱼、鳐鱼等的皮经去沙洗涤干制而成。鱼皮为肴，是著名的珍馐。唐宋年间已传作，史料多有载录。宋人苏颂《图经本草》云：“其（鲨鱼）皮刮治去沙，剪作鲙，为食品美味，食之益人。”据孔府中的史料记载，清乾隆年间，孔府中即以此为珍品治馐，用以款待高贵客人。
2. 鱼皮含有丰富的胶性物质，其质地柔软滑润，香醇腴美，糯软又有韧性，颇为食者称道，菜品珍贵多用于高档宴席。