

淮扬菜精选

HUAIYANGCAI JINGXUAN

上海大厦 编

生活百科知识
青苹果电子图书系列



淮扬菜精选

上海大厦 编

内 容 提 要

淮扬菜烹饪技艺精湛奇巧，珍馐名点美不胜收，在国内外享有盛誉。本书是专讲淮扬菜制作、展示淮扬菜特色的佳作，由烹饪淮扬菜著称的上海大厦编著，内容包括：冷盘类、山珍野味类、海鲜河鲜类、禽畜肉类、点心类和其他类共 120 个具有代表性的菜目。详细介绍了每款菜的原料配比、制作方法和成菜特点，并配有精美的成品菜图片。本书内容丰富，文字简练，实用性强，适合家庭阅读使用，亦可供餐饮业人员学习参考。

前 言

淮扬菜是淮安菜、扬州菜和镇江菜的总称，而以扬州菜点为代表，至今已有 2000 多年的历史，是久负盛名的中国四大菜系之一。其主要特点是：选料严格，制作精细；主料突出，注重本味；讲究火功，擅长炖焖；原汤原汁，原汁原味；清澈见底，浓则乳白；浓而不腻，烂而不糊；咸甜适中，南北皆宜。

扬州曾是大运河的南段漕运中心，其广大周边地区自然条件优越，物产丰饶，孕育了悠久的饮食文化，加上长期的南北交流，使扬州菜得以不断汲取各地菜系的优长，从而越发充实、丰富了淮扬菜系。清代乾隆、嘉庆年间，扬州食肆林立，名厨辈出，清朝乾隆皇帝多次南巡，在扬州也办起了“满汉全席”，进一步促进了扬州菜烹饪技艺的提高与发展。清代袁枚《随园食单》、李斗《扬州画舫录》均记载有当时扬州的名厨和佳肴。值得一提的是：1949 年 10 月 1 日在新中国成立的庆典宴会上所用的菜点，也全部是淮扬菜。

上海大厦坐落在上海苏州河、黄浦江交汇之滨。本世纪 50 年代，它的淮扬菜点就已遐迩闻名。当时名厨云集，技术力量雄厚，拥有朱春波、李金生、王寿山、潘宗义等一代名

厨，曾在上海大厦以及到北京、庐山等地多次出色地完成过各种重要宴请和接待任务。邓小平同志曾称赞“饭店的淮扬菜是达到国家水平的菜肴”。60年代、70年代，饭店培养了王致福、路仲春等一批中青年厨师，他们在保持传统和特色的同时，大胆进行改良，推陈出新，使饭店淮扬菜点更趋精致完善。如今，经过几代人的挖掘、采集、整理和深入探索，饭店已形成一整套完整的淮扬菜点系列食谱，从而立足上海，名扬全国，蜚声海外。80年代以来，中央和上海市的领导曾多次在大厦宴请来访的外宾，烹调技艺屡获好评，江泽民同志还为饭店题写了“上海大厦扬州佳肴非常优美”的赞语。

本书收录的淮扬菜点，是饭店多年来烹饪实践的经验总结。希望它的出版，对弘扬祖国源远流长的饮食文化，促进业内人士技艺的交流能起到积极的作用。

上海衡山集团副总裁

上海大厦总经理

陶配泰

目 录

冷盘类.....	(1)
水晶肴肉.....	(1)
锦绣花篮.....	(3)
芥末鸭掌.....	(5)
芝麻凤尾虾.....	(7)
罗汉猪肚.....	(9)
果汁肉干	(11)
高邮牛肉干	(13)
双鱼戏水	(15)
丁香鸭脯	(17)
淮扬脆鳝	(19)
喜鹊登梅	(21)
乳汁肉干	(23)
朱砂鸭卷	(25)
松鹤长春	(27)
开洋干丝	(29)
佛手海蜇	(31)
海棠绿花菜	(33)

松子腐衣	(35)
彩蝶扑花	(37)
琥珀核桃	(39)
如意冬笋	(41)
菠菜蛋卷	(43)
七彩葫芦	(45)
山珍野味类	(47)
清汤扒翅	(47)
干贝萝卜球	(49)
三丝燕菜	(51)
蝴蝶海参	(53)
红扒鱼唇	(55)
荠菜冬笋山鸡片	(57)
拆烧野鸭	(59)
鲍鱼浓汁四宝	(61)
野鸭饭	(63)
生巧烧海参	(65)
珧柱火腿鱼翅	(67)
干丝鱼翅	(69)
海鲜、河鲜类	(71)
炅虎尾	(71)
瓜姜鲈鱼片	(73)
拆烩鲢鱼头	(75)
瓜姜龙虾球	(77)
叉烧鳊鱼	(79)

淮鱼干丝	(81)
龙须鳊鱼	(83)
刀鱼珍珠圆子汤	(85)
网油明虾	(87)
蟹黄广肚	(89)
白汁鱿鱼	(91)
煊尾汤	(93)
炸烤蟹斗	(95)
绣球甲鱼	(97)
翡翠虾仁	(99)
淮扬鳗羹	(101)
糟炒牛蛙	(103)
锅贴鱼	(105)
生炒鳝背	(107)
荔枝鳊鱼	(109)
烤河鳗球	(111)
香菜梗炒鳝丝	(113)
宝塔明虾	(115)
蟹肉馓子	(117)
凤尾鳊鱼	(119)
枇杷虾	(121)
酥熘鲫鱼	(123)
河鲫鱼氽羊肉汤	(125)
雪叶鳊鱼	(127)
叉烧长鱼	(129)

雪笋银鳕鱼·····	(131)
烤鱼·····	(133)
水晶虾饼·····	(135)
黑将军过桥·····	(137)
海底松汤·····	(139)
大蒜裙边·····	(141)
狮子滚绣球·····	(143)
蒜茸烙青蟹·····	(145)
串炸鲜贝—酥炸墨鱼·····	(147)
禽肉、畜肉类·····	(149)
纸包鸡片·····	(149)
蜜汁火方·····	(151)
蟹粉狮子头·····	(153)
白脆鸭子·····	(155)
扒牛头·····	(157)
松仁鸵鸟松·····	(159)
金钱肉·····	(161)
扒虎爪·····	(163)
果汁煎软鸭脯·····	(165)
生炒肚片·····	(167)
黄焖牛膝盖·····	(169)
白汁牛筋·····	(171)
佛手鸡·····	(173)
八宝联珠鸡·····	(175)
虎皮鸽蛋·····	(177)

扒方肉·····	(179)
香菜梗肚丝·····	(181)
三鲜鸡腰·····	(183)
扒烧整猪头·····	(185)
叉烧鸽蛋·····	(187)
坛子鸡·····	(189)
海马炖童子鸡·····	(191)
三套鸭·····	(193)
翡翠鸡片·····	(195)
花生米牛肉汤·····	(197)
干贝西瓜鸡·····	(199)
鸡火鳖汤·····	(201)
火腿白菜炖汤·····	(203)
点心类·····	(205)
蟹粉小笼汤包·····	(205)
淮安大汤包·····	(207)
各式烧卖·····	(209)
萝卜丝饼·····	(211)
淮阴小饺·····	(213)
花式酥点·····	(215)
黄桥烧饼·····	(217)
灌汤蒸饺·····	(219)
千层油糕·····	(221)
三丁包子·····	(223)
其他类·····	(225)

烤豆腐·····	(225)
煮干丝·····	(227)
漏风豆腐·····	(229)
扒豆腐·····	(231)
文思豆腐·····	(233)
海参锅巴·····	(235)
全家福·····	(237)
莲蓬豆腐汤·····	(239)

冷 盘 类

水晶肴肉

原料 去骨猪前、后蹄髈各 2500 克粗盐 500 克，食用硝 10 克，细姜丝 50 克，镇江香醋 50 克。

卤水用料 清水 6000 克，精盐 250 克，大曲酒 35 克，冰糖 30 克，整葱姜各 75 克，茴香八颗，小茴香 2.5 克（用洁纱布包好），黄酒 50 克。

制作 ①蹄髈刮去皮上毛桩杂质洗净，用细竹签在肉面上戳些小孔。把粗盐与食用硝拌匀，撒在肉上擦匀，来回揉透，腌 3 天左右（夏季腌 1 天），见肉发红即可放入冷水浸泡 2 小时左右，再把皮刮至白净。②把卤水用料全部放入不锈钢汤桶内烧开，待煮出香味后，放入蹄髈烧开撇去浮沫，用木板压紧再煮至八成烂捞出，放入不锈钢盘内，浇上少许卤汁，再用盘压平压紧，等冷却后切片即可。上席时跟上细姜丝、镇江香醋各一小碟。

特点 卤呈淡茶色，肉呈桃红色，香嫩不腻，可作小吃、冷盘、大菜。

厨师 张美凤

锦绣花篮

原料 酱鸭脯 200 克, 黄蛋糕 150 克, 白蛋糕 100 克, 素火腿 50 克, 小红萝卜 50 克, 胡萝卜 150 克, 黄瓜 400 克, 莴笋 50 克, 熟墨鱼 100 克, 红樱桃 1 颗, 柠檬半只, 红菜头 50 克, 油爆河虾 5 只, 红椒 50 克。

制作 将上述原料参照图片拼摆成花篮的造型即可。

特点 色泽鲜丽，造型逼真，鲜香甜润。

厨师 张美凤

芥末鸭掌

原料 鸭掌 500 克,芥末 5 克,黄酒 25 克,葱姜共 25 克,精盐 2 克,味精 3 克,白醋 1 克。

制作 ①把鸭掌洗净放入锅内,加入黄酒、葱姜、精盐、味精和适量的清水,煮制八成烂后取出,拆净骨头整齐地装

碟中。②把芥末放在小碗内，加入冷开水 50 克调成稀糊，再加入味精和白醋调匀，加盖闷 15 分钟让其酶解后再浇在鸭掌上即可。

特点 香嫩爽口，微带辛辣。

厨师 张美凤

芝麻凤尾虾

原料 鲜大河虾 300 克，虾仁 80 克，黑白芝麻各 25 克，黄酒 20 克，精盐 4 克，葱姜汁 20 克，鸡蛋清 20 克，味精 3 克，干菱粉 50 克，精制油 1000 克（耗约 75 克）

制作 ①河虾洗净剥去头和背壳留尾，放入碗内，加入

黄酒 10 克、葱姜汁 10 克、味精 1.5 克、精盐 2 克拌匀腌半小时左右。②虾仁用刀斩成细茸放入碗内，加入鸡蛋清、精盐、黄酒、葱姜汁、味精拌匀成虾茸。③将每只带尾的虾用刀在其肉上轻轻地压扁，扑上干菱粉少许，涂上一层虾茸，在虾茸上分别撒上一些黑白芝麻，放入五成热的油锅中炸熟，捞出装盘即可。

特点 色泽美观，外脆里嫩，鲜香味美。

厨师 陈 青

罗汉猪肚

原料 猪肚一只(重约 600 克),猪肉 500 克,火腿 50 克,鸡蛋 2 只,水发发菜 25 克,葱姜汁 25 克,黄酒 25 克,大曲酒 25 克,精盐 10 克,白糖 4 克,味精 5 克。

制作 ①把猪肉放入腌肴肉的咸卤里腌红(约一天左

右)取出洗净。猪肚子内外彻底洗净。 ②把猪肉批成大片放入盘内,加入精盐、味精、白糖、黄酒、葱姜汁、大曲酒拌匀。鸡蛋摊成蛋皮一张。发菜洗净。 ③把火腿切成条。将蛋皮摊平,放上火腿条、发菜卷成卷,外边再用猪肉片包好,一起塞进猪肚内,开口处用线缝好,上笼蒸至八成熟取出放入盘中,上用重物压扁压紧,冷却后拆去线,切片装盘即可。

特点 色泽美观,清香鲜嫩。

厨师 黄海英

果汁肉干

原料 猪去皮五花肉 250 克，绵白糖 75 克，玫瑰酒 15 克，葱姜汁 10 克，酱油 10 克，味精 3 克，精制油 1000 克（耗约 50 克）。

制作 ①把五花肉切成 0.3 厘米厚、6 厘米长的片，用

绵白糖、玫瑰酒、葱姜汁、酱油、味精拌匀腌 1 小时。 ②
烧热锅放入精制油，待油温达七成熟时，将肉片一片片下锅
炸熟，待呈金黄色时捞出，趁热逐片用刀压扁，冷却后装盘
即可。

特点 色泽金黄，香酥甜润。

厨师 黄海英

高邮牛肉干

原料 牛腿肉 500 克，干红椒 6 只，黄酒 25 克，精盐 5 克，白糖 3 克，味精 5 克，花椒 10 颗，整葱 4 根，洋葱丝 5 克，五香粉 1 克，红椒油 100 克，大曲酒 10 克。

制作 ①把牛腿肉切成厚 0.3 厘米的大片，放在大碗内，

加入黄酒、干红椒、精盐、白糖、味精、花椒、整葱、洋葱、五香粉、红椒油 20 克、大曲酒拌匀腌入味。②取烤盘，把牛肉逐片摊在盘中，送入烤箱（箱温 180℃）内，烤熟后再继续烤至肉质发脆（约含有 15% 的水分），取出浸入红椒油内 3 小时左右，取出切成小片装盘即可。

特点 牛肉脆香，辣甜咸鲜，风味独具。

厨师 张美凤

双鱼戏水

原料 红肠 80 克，黄蛋糕 100 克，白蛋糕 100 克，黄瓜 300 克，番茄 600 克，肉松 30 克，红樱桃 6 颗，大草虾 2 只，糖水龙眼 2 颗。

制作 将上述原料参照图片拼成两条金鱼的造型即可。

特点 形态逼真，色彩鲜艳。

厨师 陈志鑫

丁香鸭脯

原料 鸭脯肉（带皮）250克，丁香1克，葱姜各25克，花椒4克，精盐40克，大曲酒25克，味精5克，黄酒25克。

制作 ①把鸭脯肉洗净，用盐20克擦一遍后，加入花椒、大曲酒、葱姜腌2小时左右。 ②把腌好的鸭脯放入清水浸

泡半小时左右捞出。锅中放入清水、葱姜、黄酒、花椒、丁香、精盐、鸭脯，烧开后改小火煮至鸭脯四成熟，加入大曲酒、味精继续小火煮至鸭脯八成熟时离火，待汤冷却后取出，切顶刀斜片装盘，浇些汤卤即可。

特点 色泽淡雅，香嫩味美。

厨师 黄海英

淮扬脆鳝

原料 鳝鱼丝（背脊肉）250克，老抽10克，麻油15克，味精5克，精制油1000克（耗约100克）。

制作 ①把鳝丝切成7厘米长的段洗净沥干水分，放入七八成热的油锅内，炸熟至脆取出放入热水中浸泡一下捞出，

再放入八成热的油锅中炸酥捞出，沥去油装入盘中。②另用小碗，放入老抽、麻油、味精调匀，浇在脆鳝上即可。

特点 鲜香，脆酥。

厨师 陈志鑫

喜鹊登梅

原料 素火腿 600 克, 黄蛋糕 200 克, 白蛋糕 300 克, 卤冬菇 50 克, 酱鸭脯 50 克, 罗汉猪肚 50 克, 熟胡萝卜 200 克, 黄瓜 50 克, 荷兰芹少许, 相思豆 2 颗, 琥珀核桃 30 克。

制作 将上述原料参照图片拼摆成喜鹊登梅的造型即

可。

特点 造型逼真，色泽鲜丽。可为宴会增添喜庆氛围。

厨师 王 玮 黄海英

乳汁肉干

原料 猪大排肉 250 克,红腐乳汁 75 克,黄酒 20 克,白糖 35 克,大曲酒 20 克,葱姜汁 10 克,味精 3 克,精盐 3 克。

制作 ①把肉批成 7 厘米长、3 厘米宽的薄片,加入红腐乳汁、黄酒、白糖、大曲酒、葱姜汁、味精、精盐拌匀,腌

至入味（约半小时）。②锅烧热，用温火把肉片逐片下锅，两面翻身贴熟，取出装盘即可。

特点 色泽桃红，鲜嫩略甜。

厨师 王 玮

朱砂鸭卷

原料 光菜鸭 1 只（重约 1500 克），咸鸭蛋黄 10 只，葱、姜各 20 克，黄酒 25 克，花椒 1 克，大曲酒 20 克，白糖 3 克，**精盐** 5 克，**味精** 5 克，桂皮、茴香各 3 克。

制作 ①把光鸭从背脊部剖开洗净，拆去骨头成一大片

鸭肉放盛器中，加入葱姜、黄酒、花椒、大曲酒、桂皮、茴香、白糖、精盐、味精拌匀腌入味取出。②把鸭肉皮朝下铺平，顺长放上咸蛋黄，卷成直径约4.5厘米的鸭卷，用洁布包好，再用细绳子扎紧，上笼蒸熟后取出，趁热将绳子、布放开，再重新捆扎一遍，待冷却后拆去绳、布，切片装盘即可。

特点 咸鲜香嫩，风味别具。

厨师 王 玮

松鹤长春

原料 白蛋糕 400 克，酱鸭脯 100 克，素火腿 50 克，黄瓜 100 克，卤冬菇 50 克，黄蛋糕 100 克，罗汉猪肚 100 克，熟胡萝卜 100 克，红樱桃 3 颗，绿花菜 50 克，琥珀核桃 25 克。

制作 将上述原料参照图片拼摆成松鹤长春的造型即

可。

特点 形态逼真，色彩鲜丽，营养丰富，味美适口。

厨师 王 玮

开洋干丝

原料 白豆腐干 150 克，开洋 15 克，精盐 3 克，黄酒 5 克，味精 3 克，麻油 25 克，生姜汁 5 克，小葱 3 克。

制作 ①把豆腐干批成薄片切成细丝。开洋（大海米）洗净放在碗内加小葱、黄酒、生姜汁（2 克）、清水适量，上笼

蒸透取出，保留原汤汁。开洋切成末。 ②把豆腐干丝用开水烫透，沥干水分装在盆中，上放开洋末。 ③开洋原汤汁中加入味精、精盐、生姜汁、麻油调匀，浇在干丝上即可。

特点 质嫩鲜香，清淡爽口。

厨师 肖红武

佛手海蜇

原料 海蜇皮 250 克，精盐 3 克，味精 3 克，麻油 25 克，白醋或香醋 4 克。

制作 ①先把海蜇皮用水浸泡去明矾味，洗净泥沙，切成 5 厘米长的菱形块，每块从中间 $\frac{2}{3}$ 处起向菱形尖顺长划

5刀~6刀，放入清水中浸泡一下。②把海蜇皮放入开水锅略烫一下，即成佛手状，捞出放入冷开水中浸一下，沥干水分，放在碗内加精盐、味精、醋、麻油拌匀装盘即可。

特点 色泽淡黄，脆嫩爽口。

厨师 肖红武

海棠绿花菜

原料 鳊鱼肉 100 克,胡萝卜末 20 克,鸡蛋清 30 克,绿花菜心 100 克,黄酒 25 克,葱姜汁 25 克,精盐 3 克,味精 3 克,麻油 50 克,干菱粉 10 克。

制作 ①把鳊鱼肉洗净斩成细茸放盛器中,加入黄酒、葱

姜汁、鸡蛋清、精盐、味精拌匀上劲成鱼茸。②把绿花菜心洗净，下沸水锅略烫一下捞出，用洁干布揩干水分，中间稍挖去一点菜心（便于镶鱼茸）。在每颗菜心中间抹上少许干菱粉，再把鱼茸挤成 1.2 厘米直径的圆子，镶在菜心中间，当中放上少许胡萝卜末，上笼蒸熟取出，再撒上少许味精，抹上麻油装碟即可。

特点 白绿相映，鲜嫩脆爽。

厨师 黄海英

松子腐衣

原料 杭州豆腐衣 12 张，虾仁 100 克，松子仁 50 克，蛋清 50 克，干菱粉 50 克，黄酒 20 克，葱姜汁 10 克，白糖 75 克，精盐 4 克，整葱 250 克，味精 4 克，花椒 20 粒，茶叶 3 克，麻油 50 克，白饭 50 克。

制作 ①把虾仁斩成细茸放盛器中，加入黄酒、葱姜汁、白糖（3克）、精盐、味精、蛋清、菱粉拌匀上劲，分成6份。松子仁也分成6份。②取豆腐衣2张，撕去边皮摊平，洒上少量的水（使豆腐衣有些湿润），取一份拌匀的虾茸在豆腐衣上抹平，再均匀地撒上1份松子仁，卷成5厘米宽的长条，用同样方法将其余5份做好。③在干锅锅底铺上花椒、白饭、白糖、茶叶（用水泡一下捞出）。架上铁丝网，网上铺上整葱，再放上松子腐衣卷，盖严起火烧着熏制（先用大火见冒黄烟时转小火，临好时再转大火）10分钟左右，即可取出放入盘中，用少许麻油抹一抹，冷却后顶刀切斜片装盘即好。

特点 色泽金黄，香嫩爽口，风味独具。

厨师 陈志鑫

彩蝶扑花

原料 白蛋糕 150 克，黄蛋糕 100 克，绿蛋糕 50 克，熟胡萝卜 150 克，卤冬菇 100 克，素火腿 100 克，黄瓜 150 克，红肠 50 克，熟发菜 25 克，熟红椒 50 克，荷兰芹 10 克。

制作 将上述原料参照图片拼摆成彩蝶扑花造型即可。

特点 形态逼真，色彩鲜丽。

厨师 黄海英

琥珀核桃

原料 净核桃仁 250 克，绵白糖 100 克，精制油 1000 克（耗约 50 克）。

制作 ①把核桃仁放入碗内，加入热水浸泡一下，剥去核桃仁上的皮，再用开水烫一下，加入绵白糖拌匀腌约 2 小

时。 ②锅中放油烧至六成热，放入核桃仁炸至琥珀色，捞出冷却装碟即可。

特点 色如琥珀，香脆甜润。

厨师 王 玮

如意冬笋

原料 净冬笋 300 克，青椒 20 克，胡萝卜 25 克，蛋清 20 克，鸡脯肉 100 克，黄酒 5 克，葱姜汁 10 克，精盐 5 克，味精 8 克，菱粉 5 克，麻油 5 克。

制作 ①把冬笋煮熟，用滚刀（亦称卷刀）批成长 10 厘

米的薄片。把鸡脯肉斩成茸放碗中，加入蛋清、葱姜汁、黄酒、精盐、味精拌匀上劲。把青椒去蒂、去子洗净，与洗净的胡萝卜均切成筷子粗的条。②把笋片摊平，扑上干菱粉，再抹上一层鸡茸，一端放上胡萝卜条，另一端放上青椒条，从两头向中间卷拢成如意状，用同样方法全部做完后，上笼用小火蒸熟取出涂上麻油，冷却后再切成0.6厘米厚的斜片装盘即可。

特点 色泽淡雅，鲜嫩脆香。

厨师 黄海英

菠菜蛋卷

原料 菠菜 300 克，鸡蛋 3 只，精盐 3 克，味精 3 克，麻油 50 克，菱粉 30 克，黄酒 15 克，熟胡萝卜 50 克。

制作 ①把菠菜择洗干净，放入沸水锅内烫熟捞出沥干水分，加入精盐、味精、麻油拌匀，冷却切成小段。②把鸡

蛋打入碗内，加入黄酒、精盐、味精、干菱粉，用筷子打匀，用锅摊成蛋皮 2 张。③把蛋皮摊平，上放菠菜卷成直径 1.5 厘米的卷，改刀成长 2.5 厘米的段，竖起装盘，用熟胡萝卜小片点缀即可。

特点 黄绿相映，鲜嫩清香。

厨师 陈 青

七彩葫芦

原料 红肠 100 克，黄蛋糕 100 克，黄瓜 300 克，白蛋糕 100 克，方火腿 100 克，绿蛋糕 100 克，冬笋 80 克，素火腿少许，红樱桃 1 颗，澄面黄葫芦 2 只，澄面绿叶 2 片，澄面细藤 2 根。

制作 将上述原料参照图片拼摆成葫芦造型即可。

特点 形态逼真，色彩艳丽，营养丰富。

厨师 路仲春

山珍野味类

清汤扒翅

原料 退沙水发大勾翅 1 只(重约 1000 克),干贝 50 克,光油鸡 1 只(重约 1000 克),猪蹄髀 1 只(重约 750 克),火

腿踵 1 只，葱姜各 50 克，黄酒 150 克，味精 5 克，精盐 3 克，高级鸡汤 2000 克。

制作 ①把光油鸡、猪蹄髈、火腿踵分别斩成小块用温水反复洗净，入开水锅焯水捞出洗净血污杂质。把鱼翅用温水漂洗几次，剔除腐肉杂质，用洁净纱布包好，也放入开水锅焯水捞起。②取沙锅，锅底先垫上竹箴垫，放入鱼翅、干贝、鸡块、蹄髈、火腿踵、葱姜、黄酒、清水适量，加盖大火烧开，改小火炖至鱼翅软糯时，取出鱼翅（其它留作别用）。③另锅放入高级鸡汤、黄酒、精盐、味精上火烧开，把鱼翅用鸡汤 500 克套汤（用沸汤浇几遍，行话称套汤）几次，放入汤盆内，倒入余下的鸡汤即可。

特点 汤清，翅糯，鲜香，营养丰富。

厨师 陈林伯

干贝萝卜球

原料 大干贝 12 只（重约 90 克），白萝卜 300 克，黄酒 15 克，精盐 10 克，味精 5 克，整葱、姜各 10 克，鸡汤 80 克。

制作 ①把白萝卜修成直径 2 厘米的圆球 16 只。干贝洗净剥去老肉，放在碗内加入适量开水略泡一下。 ②把白萝

卜球下开水锅焯水（以除去生味）捞出。③把干贝放在汤盆当中，周围放上萝卜球，加入鸡汤、黄酒、精盐、味精，上放整葱、姜，上笼用旺火蒸熟，取出剔除葱姜即可。

特点 鲜香，爽口。

厨师 林 华

三丝燕菜

原料 燕菜 15 克，熟火腿丝 50 克，冬笋丝 50 克，鸡脯丝 50 克，鸡蛋清 30 克，黄酒 20 克，鸡汤 1000 克，精盐 3 克，味精 5 克，干菱粉 25 克，鸡脯茸 50 克。

制作 ①把燕菜放入大碗内，加入清水泡软，择净绒毛

杂质，用清水漂洗干净，再用温水继续泡透。把鸡脯丝加入黄酒、精盐拌匀，放入用干菱粉、蛋清调成的厚糊内拌匀上浆。②锅中加水烧开，把燕菜放在漏勺内，下开水锅氽烫至燕菜有八成熟时捞出，再用300克鸡汤“套汤”若干次后沥干，放在大玻璃斗内。③鸡脯丝下油锅滑熟捞出，与火腿丝、笋丝一同下开水锅氽透捞出放在燕菜上。④把鸡汤下锅，用鸡脯茸对50克清水挤出血汁，倒入鸡汤用小火将鸡汤吊清，滤去肉渣，加入黄酒、精盐、味精，取出倒入燕菜内即可。

特点 汤清，味鲜，质嫩，润滑，刀工精细。

厨师 王文祥

蝴蝶海参

原料 水发刺参 400 克（6 根~7 根），火腿 50 克，熟鸡肉 100 克，虾仁 50 克，绿叶菜少许，蘑菇 50 克，熟鸡蛋 2 只，熟胡萝卜蝴蝶片 7 片~8 片，浓汤 450 克，黄酒 25 克，精盐 4 克，味精 5 克，菱粉 15 克，精制油 500 克（耗约 50 克），水

菱粉 5 克。

制作 ①海参顶刀批成斜蝴蝶片。火腿、熟鸡脯肉分别切成比海参略小些的长薄片。虾仁洗净盛入碗内，加入精盐拌匀，再用蛋清、菱粉拌匀上浆。 ②熟鸡蛋剥壳顺长一切四，除去蛋黄，洗净批成长薄片放入清水中泡一下。蘑菇去蒂洗净批成圆薄片。 ③锅中放油烧热，将虾仁下锅滑熟倒入笊篱内，原锅回火上倒入浓汤，加入黄酒，放入海参、火腿、熟鸡脯、蘑菇、绿菜叶烩透，放入精盐、味精，用水菱粉勾芡，放入蛋白片推匀起锅装汤盆，上放虾仁，再用熟胡萝卜片点缀即可。

特点 鲜嫩，香浓，营养丰富。

厨师 郑建范

红扒鱼唇

原料 水发退沙鱼唇 1000 克，净光油鸡块 1000 克，去骨蹄髈 1 只（重约 1000 克），火腿踵 1 只（重约 750 克），小菜心 16 棵，花雕酒 200 克，整葱姜各 25 克，白糖 10 克，草菇老抽 75 克，精盐 3 克，味精 5 克。

制作 ①把鱼唇洗净后切成长7厘米、宽3厘米的长方形，下开水锅焯水，捞出洗净沥水。②把蹄髈、火腿踵分别洗净斩成块，与油鸡块一起下开水锅焯水，捞出洗净。③取沙锅一只，内先垫上竹箴垫，放上鱼唇、鸡块、蹄髈、火腿踵、葱、姜、花雕酒、白糖、老抽、精盐和适量的水，加盖烧开后转小火炖烂，取出鱼唇装盆（鸡、蹄髈、火腿留作别用）。将原汁滗入锅内，加入味精收浓汤汁后浇在鱼唇上。另用锅把菜心加精盐、味精炒熟，围在鱼唇四周即可。

特点 色金黄，汁肥浓，原汁原味。

厨师 王文祥

荠菜冬笋山鸡片

原料 山鸡脯肉 500 克，净荠菜 150 克，净冬笋 100 克，鸡蛋清 70 克，黄酒 25 克，精盐 4 克，味精 7 克，鸡汤 50 克，干菱粉 25 克，麻油 25 克，精制油 1000 克（耗约 50 克）。

制作 ①把山鸡脯肉剔除筋皮洗净，批成大薄片盛入碗

内，加入黄酒、精盐、味精拌匀，再加入鸡蛋清、菱粉拌匀上浆。干菱粉5克放极少许清水调成水菱粉。②冬笋切成薄片，下开水锅氽一下捞出。荠菜用开水烫一下捞出放入冷水浸透，再捞出挤干水分切成细末。③烧热锅放入精制油，待油温达五成热时放入冬笋、山鸡片一起滑熟倒出。原锅放入荠菜末略煸一下，烹入黄酒，加入鸡汤、精盐、味精，下水菱粉勾芡，倒入山鸡片、冬笋片翻匀，淋上麻油起锅装盘即可。

特点 鲜香，嫩脆。

厨师 黄志刚

拆烧野鸭

原料 净光野鸭 1500 克(约 2 只),猪五花肉 250 克,净冬笋 400 克,黄酒 75 克,草菇老抽 25 克,精盐 3 克,味精 3 克,白糖 30 克,麻油 50 克,整葱姜各 30 克,茴香 3 颗。

制作 ①把野鸭一剖两片洗净,放入开水锅内焯去血污

捞出洗净。②五花肉洗净后，同野鸭一起放入沙锅内，加入黄酒、老抽、精盐、白糖、味精、葱姜、茴香、清水 700 克，烧开后撇去浮沫，加盖用小火炖至八成烂（约 2 小时），取下除去葱姜、茴香、五花肉（汤留用），将野鸭捞出稍凉一下拆去骨头，将野鸭肉用手撕成劈柴块。冬笋用刀拨成劈柴小块，下油锅拉透捞出和野鸭肉仍放回原沙锅内，加盖继续用小火炖约半小时收浓汤汁，启盖加入麻油，取出装盘即可。

特点 鲜醇，香酥。

厨师 孟宪法

鲍鱼浓汁四宝

原料 听装海皇鲍 1 只（重约 200 克），鲜蘑菇 100 克，鲜草菇 100 克，冬菇 100 克，菜心 100 克，浓汤 200 克，黄酒 50 克，精盐 10 克，味精 5 克，胡椒粉少许，菱粉 10 克。

制作 ①鲜蘑菇洗净去蒂切成梳子形花刀，草菇一剖二，

冬菇改成小块，菜心洗净，分别加盐、味精、浓汤烧入味。

②鲍鱼加黄酒、精盐、味精、浓汤烧入味，再撒上胡椒粉，收浓汤汁。 ③取大汤盆把蘑菇、草菇、冬菇、菜心分四堆放在盆内，中间放鲍鱼，浇上汤汁即好。

特点 鲜香，脆嫩。

厨师 吴正伟

野鸭饭

原料 净光肥野鸭 1500 克（约 2 只），大米 750 克，净冬笋 250 克，熟火腿 400 克，干贝 50 克，绿菜 50 克，水发冬菇 100 克，葱姜各 20 克，黄酒 25 克，精盐 5 克，味精 10 克，猪油 150 克。

制作 ①野鸭与野鸭肫一起洗净放入锅内，加入清水2000克、黄酒、葱姜煮熟取出（汤留用），拆去鸭骨和皮再切成0.8厘米见方的小丁。冬菇、野鸭肫、火腿、冬笋也切成同鸭丁相仿的丁。②干贝剥去老肉，盛入碗内，加入少许黄酒、清水上笼蒸熟后取出捏碎（汤留用）。绿菜切成丁，下熟猪油锅炒熟盛起。大米淘清沥干水分。③取焖罐1只，放入野鸭丁、笋丁、干贝、火腿丁、冬菇丁、猪油、野鸭肫、野鸭汤、干贝汤、适量的水和大米、黄酒、精盐、味精烧开后轻轻搅匀，加盖用小火焖煮成饭，再放入炒好的绿菜丁拌匀，略焖一下取出上席即可。

生巧烧海参

原料 水发刺参 250 克，大黄鳢背 400 克，黄酒 50 克，草菇老抽 20 克，白糖 8 克，精盐 3 克，味精 5 克，葱姜各 10 克，大蒜瓣 70 克，胡椒粉少许，精制油 1000 克（耗约 80 克）。

制作 ①把刺参一切两段,大黄鳢背切成7厘米长的段。

②锅中放油烧至六七成热,放入大黄鳢背炸至呈虎皮色时倒出。原锅回火上放入精制油50克,放入大蒜瓣煸香,放入鳢背肉、海参,烹入黄酒,加入老抽、白糖、精盐、葱姜、适量的清水,用大火烧开后转小火炖至九成烂,拣去葱姜,加入味精,收浓汤汁,撒上胡椒粉出锅装盘,一边为海参,一边为鳢背即可。

特点 色泽金黄,香糯酥烂,原汁原味。

厨师 郑建范

珧柱火腿鱼翅

原料 退沙勾翅 6 只（重约 80 克），火腿 25 克，珧柱 60 克，绿叶菜少许，黄酒 40 克，精盐 5 克，味精 10 克，整葱、姜各 15 克，鸡汤 500 克。

制作 ①把鱼翅放入清水锅内煮滚，焖约半小时，捞出

剔除鱼翅中的残软骨和黄腐肉，洗净。珧柱剥去老肉洗净用开水略泡一下。火腿切成菱形小块。②把鱼翅用少许布包好，加入鸡汤 250 克、葱姜各 5 克，上笼蒸糯取出，把鱼翅放在汤盆内，上放火腿片、珧柱，加入黄酒、葱姜、盐、味精、鸡汤，加盖继续上笼蒸至珧柱酥烂入味后，放上绿叶菜再上笼蒸 5 分钟，取出拣去葱姜即可。

特点 质地软糯，鲜香味美。

厨师 陈林伯

干丝鱼翅

原料 白豆腐干 400 克，熟火腿 50 克，退沙水发大勾翅 1000 克，光油鸡 1 只（重约 1000 克），干贝 50 克，火腿踵 1 只，葱姜各 25 克，黄酒 150 克，精盐 5 克，味精 10 克，高级鸡汤 1500 克。

制作 ①把鱼翅参照“清汤扒翅”的加工方法炖好。
②把白豆腐干先片成薄片再切成细丝，用开水烫透。熟火腿切成细丝。③锅中放入鸡汤，加入黄酒、精盐、味精，上火烧沸，将鱼翅套汤几次后放入汤盆中。把干丝、火腿分别放入鸡汤煮透放在鱼翅上，再浇上鸡汤即可。

特点 鱼翅软糯，干丝鲜嫩，味香诱人。

厨师 陈林伯

海鲜、河鲜类

炆虎尾

原料 小黄鳢 2000 克，大蒜细末 50 克，黄酒 30 克，老抽 10 克，精盐 20 克，味精 10 克，鸡汤 100 克，胡椒粉少许，

精制油 75 克，米醋 50 克，葱姜各 15 克。

制作 ①烧一大锅开水（3500 克），放入精盐 15 克、米醋 50 克、葱姜，倒入小黄鳝烫透，并不断用竹箴篱搅动，除去黄鳝白粘衣，待水开后再加入冷水用小火烧约 8 分钟，待黄鳝熟后换出放入冷水盆内。然后逐条捞出用竹片刀把黄鳝顺长划成条（鳝背肉要划成双背），将鳝背肉理整齐（肚皮留作他用），切去上段留 14 厘米长的尾段（俗称虎尾）。②取小碗加入黄酒、老抽、鸡汤、精盐、味精、胡椒粉调成卤汁。另烧开水锅将虎尾下锅烫透，捞出沥干水分，放在大汤盆内，将鳝鱼肉顺同一方向理齐，浇上卤汁。③锅中放入精制油烧热，放入大蒜末，煸至呈金黄色时起锅浇在黄鳝肉上，再撒上胡椒粉即可。（在烫黄鳝时，放盐是使黄鳝肉不裂开，放醋是使黄鳝肉发亮去腥。）

特点 香嫩，肥鲜。

厨师 杨永如

瓜姜鲈鱼片

原料 鲈鱼 1 条（重约 750 克），扬州小酱瓜 25 克，酱姜 25 克，鸡蛋清 50 克，黄酒 25 克，精盐 3 克，白糖 3 克，味精 4 克，葱姜汁 15 克，菱粉 75 克，鸡汤 25 克，精制油 750 克（耗约 75 克）。

制作 ①把鲈鱼刮净鳞，剖腹挖出内脏，去鳃，洗净，用刀卸下头尾，拆出两侧鱼肉，剔去肚裆刺骨和皮，将鱼肉顶刀批成 0.3 厘米厚的斜片，用清水洗一下捞出沥干水分放在碗内，加入葱姜汁、黄酒、精盐拌匀，加入菱粉、鸡蛋清拌匀上浆，再加入 15 克精制油拌一下。酱瓜、酱姜分别批成薄片。②取小碗放入黄酒、鸡汤、精盐、白糖、味精、菱粉（5 克）调匀成卤汁。烧热锅放入精制油，待油温达六成热时，将鱼片下锅滑熟后倒出。原锅放入瓜姜片略煸一下，倒入小碗内卤汁，见汁稠厚时放入鱼片翻匀取出装盘即可。

特点 鲜嫩，爽口。

厨师 李建平

拆烩鲢鱼头

原料 花鲢大鱼头 2 只（重约 3000 克），黄酒 100 克，葱 50 克，生姜 25 克，精盐 3 克，味精 5 克，浓汤 750 克，小菜心 12 棵，胡椒粉少许，猪油 50 克。

制作 ①鱼头劈成两片，挖去鳃，洗净，放入锅内加入

清水（2500克）、黄酒、葱、生姜，先用大火烧开后转用小火烧至鱼头能拆去鱼骨时，捞出放入温水内拆去大小鱼骨（以鱼颊部、鱼舌等不碎为好），再用温水漂洗几次，以除去鱼腥味。②烧热锅放入猪油，投入葱姜煸出香味捞出，加入浓汤、黄酒、鱼头肉，用小火烩透，再加入精盐、味精、小菜心，转大火收浓汤汁，取出装入汤盆，四周放上小菜心，撒上胡椒粉即可。

特点 鱼肉鲜嫩，味浓不腻。

厨师 吴正伟 王文祥

瓜姜龙虾球

原料 大龙虾 1 只（重约 1750 克），扬州小酱瓜 40 克，酱姜 35 克，鸡蛋清 70 克，菱粉 75 克，黄酒 25 克，鸡汤 75 克，精盐 3 克，白糖 4 克，味精 4 克，葱姜汁 25 克，精制油 2500 克（耗约 100 克），胡椒粉少许。

制作 ①把大龙虾头、尾卸下，中段剥去壳，抽去肠筋，洗净后顶刀批成斜薄片，放在大碗内，加入黄酒、葱姜汁、胡椒粉、精盐拌匀后，再加入鸡蛋清、干菱粉（65克）拌匀上浆，放入25克精制油拌匀。②把龙虾头、尾上笼蒸熟取出抹上少许精制油。把酱瓜、酱姜分别批成薄片。③取小碗放入黄酒、鸡汤、精盐、白糖、味精调成卤汁。锅放油烧至六成热，把龙虾片下锅滑熟成球形后倒入漏勺内。用原锅放入瓜姜片略煸炒后，倒入小碗内卤汁，放入龙虾球迅速翻两下取出装入长盘，两头分别放上龙虾头、尾即可。

特点 形态艳丽，鲜嫩爽口。

厨师 徐国安

叉烧鳊鱼

原料 大鳊鱼 1 条（重约 750 克），猪腿肉 200 克，京冬菜 50 克，黄酒 25 克，猪网油两大张，葱 100 克，花椒 15 颗，草菇老抽 10 克，生姜片 10 克，白糖 10 克，味精 4 克，精盐 4 克，精制油 1000 克（耗约 150 克），鸡蛋 2 只，干菱粉 150

克，胡椒粉少许，麻油 25 克，鸡蛋清 50 克。

制作 ①把鳊鱼刮鳞后用刀在腹部底处横划一刀（以割断鱼肠等），挖去鱼鳃及内脏，洗净，从鱼脊背处下刀，将鱼剖开（肚皮要连住）。取葱 10 克与花椒一起斩成细末。把猪腿肉切成肉丝。②把鳊鱼平放在砧板上，在皮肉上划上粗十字刀。放在大碗内，加入黄酒、葱椒末、生姜片、精盐、味精、胡椒粉拌匀腌 2 小时入味。把肉丝放在碗内，加少许黄酒、味精拌匀，再用蛋清和干菱粉拌匀上浆。京冬菜用清水洗净。③锅中放入精制油，烧至五成热下肉丝滑熟倒出，用原锅放入京冬菜略炒，烹入黄酒，加入清水（50 克）、老抽、白糖、味精、肉丝翻匀，淋上麻油，取出稍凉后，全部塞入腌好的鳊鱼肚内。④把网油洗净摊平，扑上干菱粉少许，把鳊鱼放在网油上，鱼上抹上麻油，用网油将鱼包好放在用鸡蛋、干菱粉调成的厚糊内滚一下，下五成热油锅炸至定型捞出。⑤取烤盘内垫整葱，上放鳊鱼，放入 200℃ 烤箱内烤熟取出，剖开网油翻至两边上席即可。

特点 鲜香酥嫩，风味独特。

厨师 路仲春

淮鱼干丝

原料 白豆腐干丝 400 克,划好的小黄鳢脊背肉 300 克,熟鸡皮 50 克,浓汤 500 克,黄酒 15 克,葱姜各 5 克,精盐 3 克,味精 4 克,胡椒粉少许,精制油 1000 克(耗约 75 克)。

制作 ①把干丝放入开水泡透。鳢背肉切成长 7 厘米的

段。鸡皮切成斜角小块。 ②烧热锅放入精制油，待油温达八成熟时，把鳊背肉下锅炸脆倒出沥去油。原锅放入鳊肉、浓汤（150克）、黄酒、葱姜用小火烧至鳊肉回软捞出。 ③另起锅放入浓汤（350克）、干丝、鳊背肉、鸡皮稍烩一下，放入精盐、味精烩透起锅，先把干丝装在盘底，再把鸡皮、鳊背放在干丝上，撒上胡椒粉即可。

特点 鲜嫩，香浓。

厨师 路仲春

龙须鳊鱼

原料 鳊鱼 1250 克，熟火腿 75 克，大青椒 100 克，大鸡蛋皮 1 张，鸡蛋清 75 克，黄酒 40 克，葱姜汁 15 克，精盐 3 克，味精 5 克，干菱粉 75 克，鸡汤 25 克，胡椒粉少许，精制油 1000 克（耗约 100 克）。

制作 ①鳊鱼刮净鳞，剖腹取出内脏，挖去洗净，斩下头尾，将鱼头劈开用刀拍一下（保持鱼头完整），卸下两侧鱼肉，再剔去鱼皮，将鱼肉切成8厘米长的丝放在碗内，加入黄酒、葱姜汁、精盐、胡椒粉拌匀，用鸡蛋清、干菱粉（65克）拌上浆，再放入精制油25克拌匀。②把火腿、蛋皮、青椒分别切成5厘米长的细丝。把青椒丝下开水锅氽熟捞出，加入精盐、味精、油拌一下。将鱼头、尾盛入盆内，加入葱姜汁、黄酒、精盐拌匀上笼蒸熟取出。火腿丝、蛋皮丝上笼蒸一下取出。③烧热锅放入油，待油温达五成热时，将鱼肉丝下锅滑熟倒出，用原锅放入黄酒、鸡汤、精盐、味精推匀，倒入鱼丝翻匀取出装在长盘中间，两头分别装上鱼头、尾，鱼肉丝上放蛋皮丝，火腿丝、青椒丝分别放在蛋皮丝两侧即可。

特点 色彩美观，鲜嫩爽口，刀工精细。

厨师 徐国安

刀鱼珍珠圆子汤

原料 刀鱼 500 克，熟火腿片 50 克，鸡蛋清 40 克，葱姜汁 20 克，黄酒 25 克，精盐 10 克，味精 8 克，菱粉 25 克，鸡汤 1000 克，胡椒粉少许。

制作 ①把刀鱼刮去鳞，挖去内脏及鳃，洗净，卸下鱼

头，拆下两片鱼肉，皮朝下放在砧板上，先用刀背边捶边刮出鱼肉，经反复几次可刮净鱼肉。砧板上放一大块肉皮，把鱼肉放在肉皮上，用刀继续斩成极细的茸，放在汤斗内加入葱姜汁、黄酒、蛋清、适量的清水、精盐、味精、菱粉，顺着一个方向搅匀上劲，待鱼茸能漂浮水面即可。熟火腿切成边长1厘米的菱形小片。②起锅放入清水1500克，将鱼茸用手和汤匙柄挤挖出一只只直径约1厘米的珍珠状鱼圆，放入锅内用小火煮熟，捞出沥干水分放入汤斗内。③另起锅放入鸡汤、火腿片，加入黄酒、精盐、味精烧开倒入汤斗内即可。（如汤内加少许绿叶菜，则色泽更佳。）

特点 汤清，肉细嫩，味鲜香。

厨师 王文祥

网油明虾

原料 大明虾 1000 克，草虾 4 只，网油 2 大张，火腿 25 克，香葱 10 克，鸡蛋清 75 克，葱姜汁 20 克，黄酒 25 克，精盐 4 克，味精 4 克，香醋 4 克，菱粉 50 克，精制油 150 克，熟干土豆粉 150 克，食用红色素少许。

制作 ①明虾剥去虾头、虾壳，一剖两片，批净虾肉表面的膜衣，剔去虾肠，洗净捞出沥干水分盛入碗内，加入葱姜汁、黄酒、味精拌匀腌一下。火腿、香葱分别斩成末。

②网油洗净晾干水分，切成6.5厘米见方的块。把鸡蛋清、菱粉调成糊在网油上抹一下，中间先放上少许火腿末和葱末，上放明虾片，再用网油把明虾片包成圆形，依次逐个包完。

③把土豆粉的1/3，加入食用红色素、适量开水、精盐调成厚泥，余下的土豆粉放入适量开水、精盐调成厚泥。将土豆泥裱花在长盘四周。烧热油锅，把草虾下油锅炸熟捞出放在盘子的一端作造型。另锅放入精制油，把包好的虾片煎熟，烹入黄酒，加入精盐、味精，烹入香醋后取出，将有火腿、葱末的一面朝上，整齐地装在长盘的另一边即可。

特点 造型美观，鲜香脆嫩。

厨师 成玲珍

蟹黄广肚

原料 蟹黄 200 克，干广肚 150 克，浓汤 500 克，葱姜 25 克，黄酒 50 克，精盐 4 克，味精 5 克，水菱粉 12 克，胡椒粉少许，食碱 5 克，精制油 1000 克（耗约 100 克），猪油 100 克，鸡汤 100 克。

制作 ①干广肚先放入一至二成热的油锅浸软浸透捞出，切成若干小块，再放入七八成热的油锅内炸发透，中间无硬心即可，再放入温水中泡软切成5厘米见方的块，再放入开水中，加入食碱洗净油腻，下开水锅焯一下水，用温水反复漂洗几次，洗净碱味后沥干水分。②锅中放入猪油75克烧热，投入葱姜煸香捞出，即放入蟹黄略炒几下，烹入黄酒，加入鸡汤、精盐、味精炒匀后，盛起一半装在碗内。原锅内再加入浓汤、黄酒、精盐、味精、猪油、广肚块烩透，下水菱粉勾芡推匀，再把碗内蟹黄浇在广肚上，撒上胡椒粉，装盘即可。

特点 鲜糯，肥浓。

厨师 吴正伟

白汁鱿鱼

原料 干鱿鱼 300 克，小青菜 12 棵，胡萝卜小条 6 根，黄酒 20 克，精盐 4 克，味精 5 克，食碱 400 克，水菱粉 10 克，胡椒粉少许。

制作 ①干鱿鱼择去头，放入清水内浸泡 12 小时捞出，

切成 5 厘米见方的块。胡萝卜小条一切两段，镶在小菜心顶端菜脑上。②取净锅放入清水 50 克、食碱、鱿鱼块，用温火炒至碱全部粘在鱿鱼上时，加入清水 750 克，用大火烧开后转小火（以水不翻滚为好）焖 15 分钟，倒去开水，再加入同量的清水按上法焖 10 分钟，第三次只需焖 5 分钟，倒去水分，然后用开水漂洗几次，此时的鱿鱼呈嫩白色，碱水基本上全部吐出。③烧热锅放入浓汤，加入黄酒、鱿鱼、精盐、味精、菜心，烩透后下水菱粉勾芡，推匀装盘，四周放小菜心，撒上胡椒粉即可。

特点 色白，味浓，烂而不糊。

厨师 张月忠

煊尾汤

原料 划好的小鳊鱼脊背肉 300 克，干粉丝 50 克，香菜 5 克，黄酒 15 克，精盐 3 克，味精 5 克，蒜头末 25 克，葱姜各 10 克，小黄鳊骨 400 克，猪油 100 克，鸡汤 2000 克，胡椒粉少许，香醋 5 克。

制作 ①把黄鳝肉一切二用温水洗净。香菜洗净切成碎末。干粉丝用温水发透切一下。黄鳝骨洗净。 ②烧热锅放入猪油(50克),投入蒜头末10克,与黄鳝骨一同煸干水分,烹入黄酒,加入鸡汤、葱姜、香醋,用大火烧至翻滚上劲(汤剩1250克)时,用筛过净。 ③另烧热锅放入猪油、蒜头末、鳝鱼肉一同煸至水分干时,烹入黄酒,加入熬过的汤、粉丝烧滚,加入精盐、味精,汤斗内先放入香菜、胡椒粉,把锅内鳝鱼肉等倒入汤斗内即可。

特点 鲜香,味浓,肉酥不腻。

厨师 孟宪法

炸烤蟹斗

原料 蟹粉 250 克，蟹盖 10 只，香菜叶 10 朵（每朵双片），火腿末 5 克，黄酒 25 克，葱姜末各 20 克，精盐 4 克，味精 4 克，白糖 3 克，鸡蛋清 70 克，干菱粉 50 克，胡椒粉少许，精制油 1000 克（约耗 75 克），调好的土豆泥 150 克。

制作 ①净锅放入精制油 75 克烧热，放入葱姜末略煸，再放入蟹粉稍炒一下，烹入黄酒，加入精盐、白糖、味精、胡椒粉炒透后，装入蟹盖内抹平。 ②鸡蛋清放在碗内，用筷子打泡糊（以插住筷子不倒为好），加入精盐、味精、干菱粉调匀，分别抹在蟹肉上，再分别放上少许火腿末和一朵香菜成一只只蟹斗。 ③烧热锅放入精制油，待油温达五成热时，把蟹斗下油锅炸至定型，取出放在烤盘内，送入 200℃烤箱内烤熟取出，盘子四周花裱上土豆泥，盘内放上蟹斗即可。

特点 鲜香味美，皮脆肉嫩。

厨师 吴正伟

绣球甲鱼

原料 活甲鱼 1 只（重约 750 克），虾仁 50 克，鸡脯肉 100 克，火腿丝 25 克，水发冬菇丝 25 克，黄蛋皮丝 25 克，白蛋皮丝 25 克，丁卜丝（胡萝卜丝）10 克，黄酒 25 克，整葱、姜各 10 克，精盐 5 克，味精 6 克，胡椒粉少许，干菱粉 10 克，

葱姜汁 5 克。

制作 ①把甲鱼宰杀后用开水烫一下，刮净裙边及背壳上的黑皮、腹部和四爪的老皮，洗净，从裙边下四周剖开，挖去内脏，洗净，从腹部处斩成小块。②把虾仁、鸡脯肉分别斩成细茸，放在碗内加入黄酒、葱姜汁、精盐、味精、胡椒粉、干菱粉拌匀上劲挤成 8 只圆球，放在用火腿丝、冬菇丝、黄白蛋皮丝、丁卜丝等拌匀的丝内滚一下，粘上各种丝，成一只只“绣球”。③把甲鱼放在大盘中，加入黄酒、整葱姜、味精、精盐，将甲鱼小块肉拼成原形并盖上背壳，上笼用旺火蒸至八成熟取出，四边放上已做好的绣球，再上笼蒸烂取出，除去整葱姜即可。

特点 质地鲜嫩，原汁原味，营养丰富。

厨师 吴正伟

翡翠虾仁

原料 大虾仁 500 克，绿叶菜泥 50 克，黄酒 25 克，精盐 8 克，味精 5 克，鸡蛋清 80 克，菱粉 20 克，鸡汤 50 克，精制油 1000 克（耗约 100 克）。

制作 ①虾仁用清水漂洗干净，沥干水分后放入碗内，加

入黄酒、精盐、味精拌匀。蛋清加入菱粉、绿叶菜泥调成蛋糊，倒入虾仁内拌匀上浆。②烧热锅放入精制油，待油温达六成热时，将虾仁下锅迅速滑熟倒出。用原锅放入绿菜泥略炒，烹入黄酒，加入鸡汤、精盐、味精，下水菱粉勾薄芡，放入虾仁迅速翻匀，淋上精制油 25 克，取出装盘即可。

特点 色如翡翠，鲜嫩脆爽。

厨师 钱 伟

淮扬鳗羹

原料 河鳗 1 条（重约 750 克），火腿丝 25 克，鸡丝 25 克，鸡蛋清 30 克，笋丝 25 克，柠檬皮丝 10 克，香菜末 3 克，黄酒 25 克，葱姜汁 15 克，精盐 4 克，味精 5 克，菱粉 15 克，水菱粉 50 克，胡椒粉少许，精制油 1000 克（耗约 75 克），鸡

汤 400 克。

制作 ①把河鳗宰杀剖腹挖去内脏，洗净拆骨去皮，批成薄片再顶刀切成细丝，放在碗内加入黄酒、葱姜汁、精盐拌匀，再加入鸡蛋清、干菱粉拌匀上浆。鸡丝也用同样方法拌匀上浆。②烧热锅放入精制油，待油温达四五成热时，分别下入河鳗丝、鸡丝滑熟倒出，用原锅放入鸡汤，加入火腿丝、笋丝，烹入黄酒，加入味精、精盐烧滚，再放入河鳗丝、鸡丝，下水菱粉勾芡推匀，再加入柠檬皮丝、香菜末起锅装入玻璃斗内，撒上胡椒粉即可。

特点 鲜嫩，爽口。

厨师 陈林伯

糟炒牛蛙

原料 牛蛙 500 克,青椒 25 克,冬笋 25 克,红椒 25 克,丁卜 25 克,太仓糟油 50 克,黄酒 25 克,精盐 3 克,味精 4 克,白糖 3 克,干菱粉 50 克,松肉粉少许,鸡汤 100 克,黄瓜 1 条,红樱桃 1 只,精制油 1000 克(耗约 100 克)。

制作 ①把牛蛙宰杀挖去内脏，剥去皮，洗净，斩成块放在碗内，加入黄酒、精盐、嫩肉粉、干菱粉拌匀。青红椒去蒂、去子分别批成比牛蛙块略小的斜角块。丁卜、冬笋分别切成薄片。②取小碗1只放入鸡汤、太仓糟油、黄酒、味精、白糖、精盐、干菱粉调成卤汁。另取长盘1只，将黄瓜洗净切刻成牛蛙状，并用丁卜作眼睛点缀，用红樱桃切若干小圆片作气泡。③锅中放油烧至五成热时，放牛蛙肉、青红椒片、笋片、丁卜片一起滑熟倒出，锅中倒入卤汁烧稠放入牛蛙肉等，翻匀装盘即可。

特点 香、嫩、鲜、滑。

厨师 史旭初

锅贴鱼

原料 净鳊鱼 1 条（重约 600 克），熟肥膘 200 克，咸菜叶 50 克，鸡蛋清 100 克，黄酒 25 克，葱椒末 3 克，干菱粉 100 克，精盐 3 克，味精 5 克，香醋 2 克，猪油 50 克。

制作 ①把鳊鱼拆骨去皮，将鱼肉和熟肥膘分别批成长

7厘米、宽4.5厘米的薄片。把鱼片盛在碗内，加入黄酒、葱椒末、精盐、味精拌匀腌一下。鸡蛋清内加入菱粉调成蛋糊。

②把肥膘逐片用葱椒抹一抹，放在案板上扑上干菱粉抹上蛋糊后，把鱼片平贴在肥膘上，再在鱼片上抹上蛋糊，贴上咸菜叶，然后在咸菜叶和肥膘上逐片抹上蛋糊。③烧热锅放入猪油，把鱼片有肥膘的一面先下锅贴在锅上煎一下后，翻个身略煎一下，再翻个身煎至六成熟时取出，四边用刀修齐，再放入锅内继续煎熟至呈金黄色时，烹入香醋起锅装盘即可。

特点 鲜香味美，外脆里嫩。

厨师 张月忠

生炒鳝背

原料 大活黄鳝 750 克，黄酒 20 克，草菇老抽 15 克，精盐 1 克，味精 3 克，白糖 3 克，水菱粉 5 克，胡椒粉少许，大蒜末 25 克，鸡汤 50 克，精制油 1000 克（耗约 100 克）。

制作 ①把黄鳝宰杀挖去内脏，拆去脊椎骨成一长鳝片，

用干净布擦净血（不要用水洗），顶刀批成双蝴蝶形薄片（第一刀先批至皮，第二刀批断）。②取小碗加入黄酒、鸡汤、老抽、精盐、白糖、味精、水菱粉调成卤汁。③烧热锅放入油，待油温达七八成热时，把鳝片下锅用旺火迅速滑熟倒出，原锅内放入油（15克），下大蒜末煸香至呈淡黄色时，倒入卤汁至稠放入鳝背翻匀，再淋上少许油，取出装盘，撒上胡椒粉即可。

特点 色金黄，味鲜香，质脆嫩。

厨师 张月忠

荔枝鳊鱼

原料 大鳊鱼两条（重约 1500 克），青豆 25 克，胡萝卜 25 克，洋葱 25 克，番茄酱 175 克，白糖 150 克，白醋 60 克，葱姜汁 15 克，黄酒 25 克，菱粉 200 克，精盐 3 克，精制油 1000 克（耗约 250 克）。

制作 ①鳊鱼刮去鳞，剖腹挖去内脏，洗净，斩下头尾（只留用一副），卸下两侧鱼肉，剔去肚裆软骨。在鱼肉上面先剞上细十字花刀，改刀成三角块（每片鱼切成大块，共24块），放入碗内，加入黄酒、葱姜汁、精盐拌匀，再滚上干菱粉。鱼头用刀拍平。②胡萝卜、洋葱切成青豆大小的丁，鱼头、尾上笼蒸熟（或扑上干菱粉下油炸熟也可）取出装长盘两头。③油锅上火烧至六成熟时，把鱼块下锅炸熟后转用旺火炸脆成荔枝状捞出装在盘中间。原锅留底油放入洋葱、胡萝卜、青豆煸炒一下，烹入黄酒，加入番茄酱、白糖、白醋、适量的清水，烧滚下水菱粉勾稍厚的芡，再加入热油100克，打匀至芡汁翻滚起泡，起锅浇在鱼上即可。

特点 色彩鲜红，甜酸适中，外脆里嫩。

厨师 黄志刚

烤河鳗球

原料 河鳗 1 条（重约 600 克），大蒜瓣 50 克，整葱、姜各 25 克，黄酒 30 克，草菇老抽 15 克，精盐 5 克，味精 5 克，花椒末少许，精制油 150 克，胡椒粉少许。

制作 ①把河鳗宰杀，剖腹挖去鳃及内脏，洗净，用温

水略烫一下，再用干抹布抹去河鳗皮上的白粘衣，洗净。

②用剪刀拆去鱼骨成一整长片，在鱼肉上剞十字花刀切成三角块。把大蒜瓣、葱、姜分别斩成细末放在碗内，加入黄酒、老抽、精盐、味精、胡椒粉调匀，放入鳗鱼块，腌约半小时。

③取玻璃烤盆，放入油 75 克，把河鳗皮朝下卷成一只只圆球形，放在盆内，再浇上 75 克油，送入箱温 250℃ 左右的烤箱，烤约 15 分钟左右至熟有香味散出，取出撒上花椒末即可。

特点 香嫩味美，油润不腻。

厨师 林 华

香菜梗炒鳝丝

原料 大黄鳝 750 克，香菜梗（即芫荽）50 克，大蒜末 15 克，黄酒 15 克，草菇老抽 10 克，白糖 3 克，精盐 2 克，味精 4 克，鸡汤 100 克，菱粉 20 克，胡椒粉少许，麻油 25 克，精制油 1000 克（耗约 100 克）。

制作 ①把活黄鳝杀成鳝背片，顶刀切成斜丝，放在碗内加入精盐 1 克、干菱粉 15 克拌匀。香菜梗洗净切成 3 厘米的段。②取小碗放入黄酒、鸡汤、老抽、白糖、精盐、味精、菱粉、胡椒粉调成卤汁。把香菜梗放在漏勺内。烧热锅放入油，达七成热时倒入黄鳝丝迅速滑熟倒入漏勺内。原锅放入油 25 克，倒入大蒜末煸香，倒入卤汁至稠放入鳝丝、香菜梗翻匀，淋上麻油取出装盘，撒上胡椒粉即可。

特点 鲜香味美，脆嫩爽口。

厨师 张月忠

宝塔明虾

原料 大明虾 6 只（重约 750 克），虾仁 100 克，肥膘 50 克，香菜叶少许，火腿末 15 克，火腿 100 克，蛋皮 1 大张，方面包 100 克，鸡蛋清 75 克，黄酒 15 克，精盐 4 克，味精 5 克，葱姜汁 25 克，干菱粉 25 克，精制油 1000 克（耗约 100

克)，南瓜“宝塔”一座。

制作 ①取4只明虾去头、壳（留尾），带尾一剖两片，剔除黑膜、沙肠，逐片用刀轻轻捶一遍。②另将2只明虾剥去头、壳、尾，洗净一剖两片，从中一切两段（共八片），除净黑膜、沙肠，同带尾明虾一同盛入碗内，加葱姜汁、黄酒、精盐、味精拌匀腌入味。③虾仁、肥膘一起斩成茸，盛入碗内加入葱姜汁、黄酒、鸡蛋清、精盐、味精、菱粉、适量的水，拌匀上劲成虾茸。④把方面包切成0.4厘米厚的片，修成4.5厘米直径的圆形片（共8片）。火腿、蛋皮也修成同样大小的片（各8片），随即在每只面包片上扑上干菱粉，抹上一层虾茸，放上一片蛋皮，再抹上一层虾茸，放上一片火腿片，抹上一层虾茸，放上一片明虾片，把余下的虾茸与带尾明虾片拌匀，将明虾尾朝上逐只卷成螺旋形，放在明虾片上，在带尾的明虾片两边分别粘上少许火腿末和一片香菜叶，即成为一个个宝塔形的明虾。逐只下入五成热油锅中炸透，转用旺火炸脆捞出，虾尾朝上装盘，中间放上用南瓜刻制的宝塔即可。

特点 色彩红、绿、黄，质地鲜、嫩、脆。

厨师 成玲珍

蟹肉餛飩子

原料 蟹粉 250 克，麻油餛飩子 4 把，葱姜末 5 克，黄酒 50 克，鸡汤 250 克，精盐 5 克，味精 4 克，水菱粉 10 克，胡椒粉少许，猪油 50 克，精制油 500 克（耗约 25 克）。

制作 ①先将油餛飩子切去两头。烧热锅放入猪油、葱姜

末煸香，放入蟹粉煸炒片刻，烹入黄酒，加入鸡汤、精盐、味精炒透后，用水菱粉勾芡取出装入大碗中，撒上胡椒粉。

②与此同时另烧热锅放入精制油，达七成热时将馓子下锅炸脆捞出，装入汤盆中，上席时把蟹粉倒在馓子上即可。

特点 鲜、香、脆。

厨师 吴正伟

凤尾鳊鱼

原料 净小鳊鱼 750 克（约 6 条），鸡蛋清 50 克，葱白段 25 克，黄酒 50 克，葱姜汁 15 克，精盐 4 克，味精 5 克，白糖 3 克，鸡汤 75 克，菱粉 75 克，白蛋糕 3 片，精制油 1000 克（耗约 100 克），用萝卜刻制的凤凰头连翅 1 只，红樱桃 1

颗，绿樱桃 1 颗，胡萝卜 3 片。

制作 ①小鳊鱼去头，卸下带尾鱼肉，剔去肚裆软骨，在鱼肉上顺长划两刀，洗净捞出沥干水分，放在碗内加入葱姜汁、黄酒、盐拌匀，再加入蛋清、菱粉拌匀上浆。把胡萝卜片雕刻成 3 片凤凰尾羽毛，白蛋糕修成卵形片。②取长盘 1 只，在盘一端放上凤凰头，另一端放胡萝卜片羽毛，上放一片白蛋糕片，再放上红、绿樱桃点缀。③烧热油锅，待油温达四五成热时，将鱼逐条下锅温熟捞出装盘。另锅放入少许油，投入葱白段略煸一下，烹入黄酒，加入鸡汤、精盐、白糖、味精、菱粉勾成厚琉璃芡，再淋上少许油推匀，浇在鱼上即可。

特点 造型美观，质地细嫩，鲜香适口。

厨师 陈林伯

枇杷虾

原料 虾仁 300 克,火腿 15 克,蘑菇 15 克,青豆 10 克,熟鸡脯 15 克,生鸡蛋黄 7 只,熟带尾壳虾 100 克,黄酒 15 克,葱姜汁 20 克,精盐 5 克,味精 4 克,菱粉 50 克,熟鸡油 150 克,精制油 1000 克(耗约 100 克)。

制作 ①虾仁斩成茸放在碗内，加入黄酒、葱姜汁、精盐、味精、菱粉、鸡蛋黄（打散）拌匀上劲，再加入鸡油（125克）拌匀。②火腿、蘑菇、鸡肉、青豆均切成细粒，放在碗内稍加一点拌好的虾茸，拌匀成馅心分成17份。③取酒盅17只，盅内先搽上鸡油，逐个放入一半虾茸，放上一份馅心，上面再放虾茸与盅口齐平，上笼用小火蒸熟（约20分钟）取出，一只只底朝上覆入盘中，待稍凉后在每只枇杷虾正中，用筷子头戳一个小孔，随手将熟凤尾虾尾朝上插入孔内，放入六成热的油锅温一下捞出，有虾尾一面朝上即可。

特点 鲜香细嫩，形如枇杷。

厨师 陈林伯

酥炸鲫鱼

原料 鲫鱼 750 克，香葱 300 克，麻油 100 克，镇江香醋 150 克，白糖 150 克，草菇老抽 50 克，黄酒 100 克，味精 5 克，精盐 3 克。

制作 ①将鲫鱼刮鳞去鳃，挖除内脏，洗净，整齐地放

在沙锅内（锅底垫葱少许）。②香葱放入热锅内，用麻油煸香倒入沙锅，加入黄酒、白糖、老抽、香醋、味精、精盐和适量的水，烧开后小火燻至鱼骨酥（约一小时半）后，将卤汁收浓即可。

特点 色泽金红，香酥味美，热食冷吃均宜。

厨师 陈根生

河鲫鱼氽羊肉汤

原料 河鲫鱼两条（重约 600 克），带皮羊腿肉 2000 克，黄酒 25 克，白萝卜 150 克，葱姜丝各 50 克，精盐 4 克，味精 5 克，胡椒粉少许，精制油 50 克。

制作 ①把羊腿肉洗净，切成若干大块，放入开水锅内

焯水，洗净血污杂质，放在大锅内（不要用铁质锅），加入清水 3000 克、白萝卜、黄酒、葱姜丝各 25 克，用大火烧开转小火，把汤煨约 3 小时，汤剩 1250 克左右。过滤出汤汁，取瘦羊肉 100 克切薄片（其余羊肉留作别用）。②把河鲫鱼宰杀刮鳞，剖腹挖净内脏，去鳃，洗净，烧热锅放入油将鱼下锅两面煎一下，烹入黄酒，放入葱姜丝，加入羊肉汤大火烧开后转小火烧，撇去汤面浮物，余至鱼熟加入精盐、味精、熟羊肉片略烧一下，取出装入玻璃斗内，撒上胡椒粉即可。

特点 汤清肉嫩，有特殊鲜味。

厨师 孟宪法

雪叶鳊鱼

原料 净鳊鱼 1000 克，雪菜叶 50 克，瘦火腿 70 克，小葱 40 克，鸡蛋清 80 克，黄酒 25 克，精盐 4 克，味精 5 克，葱姜汁 30 克，香醋 4 克，菱粉 50 克，精制油 500 克（耗约 50 克）。

制作 ①把鳊鱼斩下头、尾，卸下两边鱼肉，剔去鱼皮和肚裆软骨，用滚刀批成两块 15 厘米见方的大薄片，放盛器中用葱姜汁、黄酒、精盐、味精拌匀腌入味。②把剩下的鱼肉切成丝 100 克，零碎鱼肉斩成细茸。把鱼茸放在碗内加入葱姜汁、黄酒、精盐、味精、蛋清 40 克、菱粉拌匀搅上劲后，放入鱼丝一起拌匀分成两份。③把瘦火腿 20 克切末、50 克切丝，葱 10 克切末、30 克切丝。把雪菜叶洗净摊开晾干，下油锅炸脆捞出，用少许味精拌匀。④把鱼片摊平抹上一份鱼茸丝，一边放上火腿丝，一边放葱丝，卷成 15 厘米长、6 厘米宽、2 厘米厚的长方条共两条，顶刀切成 2 厘米宽的块，在鱼块的一面上一半放火腿末，另一半放葱末，底面用鸡蛋清、菱粉调成的蛋糊拖一下。⑤烧热锅放入精制油 100 克，把拖有鸡蛋清糊的一面朝下入锅煎一下，翻身煎透，再翻身煎熟至脆呈淡金黄色时，烹入香醋，取出将有火腿末、葱末的一面朝上装盘，将炸好的雪菜叶围在四周即可。

特点 鲜香，脆嫩。

厨师 张月忠

叉烧长鱼

原料 去骨大鳝背 800 克（约 6 条），鸡脯肉 100 克，肥膘 50 克，葱姜汁 25 克，葱椒末 2 克，草菇老抽 3 克，白糖 2 克，胡椒粉少许，精盐 2 克，味精 4 克，菱粉 10 克，整葱 200 克，黄酒 20 克，豆腐衣 8 张。

制作 ①把鳊背洗净，剔去皮，在肉的两面剖上篮花刀，放入碗内，加入黄酒、老抽、葱姜汁、葱椒末、白糖、精盐、味精、胡椒粉拌匀腌入味。 ②把鸡脯肉、肥膘斩成茸，加入黄酒、葱姜汁、精盐、味精、菱粉、适量的水调匀上劲成茸。 ③把豆腐衣铺成长 30 厘米、宽 18 厘米的长方形，洒上少许清水，抹上 1/4 鸡茸，放上 2 条鳊背肉，肉上抹上 1/4 鸡茸，铺上 2 条鳊背肉，再抹上 1/4 鸡茸，再铺上鳊背肉，把剩余的 1/4 鸡茸抹上，用豆腐衣包成长 20 厘米、宽 9 厘米的长方形。 ④取烤盘，内垫整葱，放上包好的鳊背肉腐衣，送入 180℃ 的烤箱内烤熟取出，修去四边，再切成长 5 厘米、宽 3.5 厘米的长方块装盘即可。

特点 造型别致，质地细嫩，鲜香味美。

厨师 路仲春

雪笋银鳕鱼

原料 净银鳕鱼肉 1400 克，雪菜梗 50 克，净春笋（或冬笋）100 克，黄酒 25 克，精盐 3 克，味精 5 克，胡椒粉少许，精制油 25 克，萝卜花 2 朵，香菜少许，葱姜各 10 克。

制作 ①把银鳕鱼顶刀切成长 7 厘米、宽 3.5 厘米、厚

0.8厘米的片。雪菜梗切成长1.5厘米的段。笋切成1.5厘米长的斜角小片。②取鱼形长盘铺上银鳕鱼，放上雪菜梗、笋片，撒上黄酒、精盐、味精，放上葱姜和油，上笼蒸约20分钟至熟取出，剔去葱姜，在鱼盘的一端放上萝卜花、香菜即可。

特点 鲜，嫩，脆。

厨师 吉文炳

烤鱼

原料 鲈鱼 1 条（重约 1000 克），净蒜瓣 50 克，整葱姜各 25 克，黄酒 30 克，草菇老抽 15 克，精盐 5 克，白糖 3 克，味精 5 克，胡椒粉、花椒末各少许，精制油 150 克。

制作 ①把鲈鱼刮去鳞，剖腹去内脏，挖鳃，洗净，卸

下头尾，拆去鱼骨，剔去肚裆软骨，成两条片半鱼肉，在鱼肉上剖十字花刀。②蒜瓣、整葱姜分别斩成细末放在碗内，加入黄酒、老抽、精盐、白糖、味精、胡椒粉调匀，放入鱼肉腌约3小时左右。③取玻璃长烤盘，放入精制油75克，放入鱼肉（皮朝下）再浇上75克油，放进250℃的烤箱内，烤约15分钟至熟有香味，取出再撒上花椒末即可。

特点 色泽金黄，香郁鲜嫩。

厨师 林 华

水晶虾饼

原料 虾仁 400 克，肥膘 100 克，去皮荸荠 80 克，香菜叶少许，火腿末 25 克，鸡蛋清 60 克，芥菜叶 150 克，草虾 2 只，黄酒 15 克，葱姜汁 15 克，精盐 4 克，味精 5 克，菱粉 40 克，精制油 100 克。

制作 ①虾仁与肥膘一起斩成茸，荸荠切成细末，同虾茸一起放入大汤斗内，加入葱姜汁、黄酒、精盐、味精、菱粉、适量的水拌匀上劲。 ②芥菜叶切成细丝，下油锅炸成菜松捞出待用。草虾下油锅炸熟捞出。 ③烧热锅放入精制油，把虾肉逐只挤成直径 5.5 厘米的圆形丸子，放入锅内用手揪成虾饼，一边放上香菜叶，一边放上少许火腿末，煎至熟后取出装盘，在盘的另一端放芥菜叶松，放上草虾点缀即可。

特点 鲜嫩，香脆。

厨师 张月忠

黑将军过桥

原料 黑鱼 1 条(重约 1000 克),青椒 25 克,红椒 25 克,碎香菜 10 克,整葱、姜各 15 克,葱姜汁 5 克,精盐 10 克,味精 10 克,白糖 3 克,菱粉 25 克,鸡蛋清 15 克,黄酒 25 克,胡椒粉少许,精制油 1000 克(耗约 100 克),猪油 50 克。

制作 ①把黑鱼刮鳞去鳃剖腹挖去内脏，洗净，卸下鱼头，顺长卸下两片鱼肉，剔去鱼皮及肚裆刺骨，把鱼肉顶刀顺长斜批成厚约 0.3 厘米的片。把鱼头一劈二，鱼皮、骨斩成小块洗净。把青椒、红椒均切蒂去子，分别切成斜角小块。

②把鱼肉盛放在碗内，加入葱姜汁、黄酒、精盐、胡椒粉拌匀，加入蛋清、菱粉（10 克）拌匀上浆。③起锅放入猪油烧热，再下入鱼头骨皮及整葱姜略煸炒后，烹入黄酒，加入清水（1500 克），加盖用大火烧至翻滚至汤呈奶白色时，再改小火烧约 15 分钟，启盖加入精盐、味精，除去整葱姜，装入大碗内，放上碎香菜，撒上胡椒粉。④另锅放入精制油，烧至五成热时逐片放入鱼片温至半熟，再放入青红椒片至熟倒出。原锅回火上加入黄酒、葱姜汁、精盐、白糖、味精、鱼汤（25 克），下水菱粉勾薄芡，倒入鱼片和青红椒翻匀，取出装盘与鱼汤一同上席。

特点 色泽乳白，鲜嫩香醇，原汤原味。

厨师 钱 伟

海底松汤

原料 陈海蜇头 750 克，黄酒 15 克，精盐 5 克，味精 5 克，鸡汤 1000 克，胡椒粉少许。

制作 ①把海蜇头先放入开水内烫一下捞出，洗净沙泥杂质，再放入锅内，加入清水（1500 克）用大火烧开后连水

一起倒入汤斗内，加盖闷 20 分钟左右再换清水，待其发透后捞出，放在漏勺内用沸鸡汤浇几遍（此方法行话称套汤），沥干后放入净汤斗内。②另烧热锅倒入鸡汤，加入黄酒、精盐、味精，烧开后倒入盛海蜇的汤斗内，撒上胡椒粉即可。（汤内还可加入火腿、鸡片、鸽蛋等。）

特点 鲜香，爽脆。

厨师 张月忠

大蒜裙边

原料 裙边 500 克,猪五花肉 400 克,光净油鸡半只,葱姜共 25 克,精盐 4 克,味精 5 克,水菱粉 10 克,白糖 3 克,黄酒 200 克,蒜头末 50 克,猪油 50 克,胡椒粉少许。

制作 ①裙边放入开水锅内烫一下,刮去黑皮洗净后切

成大小均匀的块。五花肉、油鸡分别斩成块，同裙边一起下开水锅焯水捞出洗净血污，放入锅内加入黄酒、葱姜和适量水，加盖用温火将裙边煨入味至八成烂时捞出，拣出肉和鸡（另作别用），滗出卤汁。②烧热锅放入猪油，投入蒜头末煸香，放入裙边略炒几下，再烹入黄酒，加卤汁、白糖、精盐、味精炒匀，用水菱粉勾芡，推匀起锅装盆，撒上胡椒粉即可。（此菜也可加草菇老抽 15 克一同炒。）

特点 鲜香肥嫩，滋补强身。

厨师 王文祥

狮子滚绣球

原料 陈海蜇头 400 克，鸽蛋 8 只，鳊鱼肉 150 克，虾仁 150 克，火腿 50 克，火腿丝 25 克，黄白蛋皮丝各 20 克，青椒丝 10 克，黄酒 20 克，葱姜汁 20 克，鸡蛋清 50 克，精盐 5 克，味精 5 克，鸡汤 750 克，胡椒粉少许，食用绿色素

少许，菱粉 10 克。

制作 ①把陈海蜇头参照“海底松汤”的海蜇制法涨发好。鸽蛋下冷水锅用小火煮熟剥去壳。鳊鱼肉斩成细茸，加入葱姜汁、鸡蛋清、精盐、味精、黄酒、食用绿色素、适量的水拌匀上劲，下水锅氽成鱼圆。虾仁斩成细茸，加入葱姜汁、精盐、鸡蛋清、味精、黄酒、菱粉拌匀上劲，挤成直径 2.5 厘米的圆子，放在用火腿丝、黄白蛋皮丝、青椒丝等拌匀的丝内滚一滚，上笼用小火蒸熟取出成“绣球”。火腿切成小斜角片。②烧热锅放入鸡汤烧滚，加入黄酒，放入海蜇头、鸽蛋、鱼圆、绣球圆子、火腿片、精盐、味精烧透后，取出把海蜇头放入汤盆中间，四周围上火腿、鸽蛋、“绣球”、鱼圆，浇上鸡汤，撒上胡椒粉即可。

特点 鲜嫩，脆爽，味美。

厨师 张月忠

蒜茸炆青蟹

原料 青蟹 750 克，净大蒜瓣 50 克，葱姜各 25 克，黄酒 30 克，精盐 5 克，美极酱油 3 克，味精 5 克，菱粉 10 克，胡椒粉少许，精制油 100 克。

制作 ①把青蟹掰开，挖净蟹鳃及沙囊，洗净，保留蟹

盖壳，将蟹斩成小块，蟹钳斩成两段（要斩去蟹甲尖，防止食用时刺伤嘴）。②把大蒜瓣斩成细末，葱姜拍松，取大碗1只，放入斩好的全部蟹块、蟹盖，加入美极酱油、葱姜、蒜末30克、黄酒、精盐、味精、菱粉、胡椒粉拌匀，腌1小时左右。③取玻璃烤盘，放50克精制油，放上蟹块，最上面放蟹盖，拼成一只蟹形，撒上蒜末20克，浇上精制油50克，送入250℃的烤箱内烤约12分钟至熟即可。

特点 色泽鲜红，鲜嫩香浓，风味独特。

厨师 吴正伟

串炸鲜贝—酥炸墨鱼

原料 鲜干贝 175 克，净墨鱼肉 425 克，鸡蛋 2 只，面包粉 150 克，黄酒 25 克，葱姜汁 20 克，精盐 5 克，味精 5 克，面粉 100 克，胡椒粉少许，菱粉 35 克，精制油 1000 克（耗约 100 克），小竹签若干根。

制作 ①把墨鱼肉正反面剖篮花刀,改刀成长5.5厘米、宽3.5厘米的长方块。鲜干贝剥去老肉,洗净沥干水分与墨鱼分别放入碗内,加入黄酒、葱姜汁、精盐、味精、胡椒粉拌匀腌入味。②把鸡蛋打散。鲜干贝中加入菱粉拌匀逐只放入干面粉滚一下,放入蛋液拖一下,放入面包粉内滚一滚,每3只用小竹签穿成串。墨鱼块也先放入面粉内滚一下,放入鸡蛋液内拖一拖,然后放入面包粉拍一拍,用手稍揸一下取出。③油锅烧至五成热时,把串好的鲜贝和做好的墨鱼,分别下锅炸熟至呈金黄色时,捞出装盘即可。

特点 鲜香味美,外脆里嫩。

厨师 张耀泰

禽肉、畜肉类

纸包鸡片

原料 鸡脯肉 400 克，红椒 80 克，青椒 80 克，蘑菇 50 克，鸡蛋清 40 克，菱粉 15 克，黄酒 15 克，精盐 10 克，味

精 10 克，葱姜汁 20 克，鸡汤 30 克，精制油 1000 克（耗约 50 克），玻璃纸（10 厘米见方）10 张。

制作 ①鸡脯洗净剔去筋批成大薄片。红椒、青椒均洗净切花色小片。蘑菇洗净批成薄片。鸡片放在碗内，加入葱姜汁、黄酒、精盐、味精拌匀略腌一下。蛋清加入菱粉 10 克调匀倒入鸡片内拌匀上浆。②烧热锅放入精制油至五成热，放入鸡片滑至半熟，随即放入青红椒片、蘑菇片至熟倒出，沥净油。③另起锅放入黄酒、鸡汤、精盐、味精烧开后，下水菱粉勾芡，下鸡片等翻匀，淋入 100 克油推匀，分装在 10 张玻璃纸内，从四边将玻璃纸收起，用丝带扎好放在八成热油锅中炸至纸包内油翻动时，捞出装盘即好。

特点 香嫩异常，风味独特。

厨师 王文祥

蜜汁火方

原料 火腿中方 1 块（重约 1500 克），黄酒 25 克，蜂蜜 50 克，冰糖 400 克。

制作 ①火腿用温水洗净，刮净皮肉表面的污渍，加入清水浸泡 24 小时（以拔去部分咸味）捞出，修去表面的黄肉

油膘，再洗净盛入盆内，上笼蒸至六成熟取出，拆去骨头，四边修齐。把火腿切成连刀片仍放入盆内，加入冰糖 150 克上笼继续蒸至八成熟取出，滗去汤汁，再加入冰糖 250 克，上笼蒸烂后取出（滗出汤汁留用），剔除皮和油膘整齐装盆。

②将火腿汁下锅，加入蜂蜜，汤汁收至粘稠时浇在火腿上即可。

特点 肥香，甜润。

厨师 陈林伯

蟹粉狮子头

原料 去皮五花猪肉（六成肥、四成瘦）600克，蟹黄、蟹肉各50克，小排骨150克，小菜心12棵，黄酒25克，葱姜汁15克，整葱、姜各25克，菜叶数片，精盐10克，味精5克，水菱粉30克，胡椒粉少许。

制作 ①将五花肉洗净肥瘦分开，肥肉切成石榴粒大小的丁，瘦肉斩成茸泥，再把两种肉合起来粗斩几下，使肥瘦肉相粘，放入钵内，加入葱姜汁、黄酒、精盐、味精、清水（175克）、蟹肉、胡椒粉一起拌匀，并搅摔上劲成肉泥。随后在手上粘少许水菱粉，把肉泥捏成4个大肉圆坯，外面滚上蟹黄。②小排骨斩成小块，下开水锅焯水后捞起洗净，放入沙锅内，加入清水（1000克）、整葱姜、黄酒用大火烧开，放入肉圆坯，坯面上盖上菜叶，烧开后加盖用小火炖2小时左右，再放上菜心略滚一下，除去葱姜和菜叶即可。

特点 咸鲜嫩香，原汁原味。

厨师 冯 强

白脆鸭子

原料 净光鸭 1 只（重约 1500 克），方面包片 100 克，面包粉 100 克，熟肥膘 50 克，鸡蛋 2 只，黄酒 25 克，葱姜汁 25 克，葱椒末 2 克，菱粉 50 克，精盐 4 克，味精 4 克，精制油 750 克（耗约 50 克）。

制作 ①把鸭子洗净，先拆出鸭脯肉，其余下水锅煮至八成熟取出，斩下头和翅膀留用，把鸭子拆骨分为腿肉和皮。②把面包片修成长5厘米、宽3.3厘米、厚0.3厘米的桃形片12片。鸭皮切成2.5厘米长、宽的菱形小块12块。把鸭腿肉和熟肥膘切成绿豆大小的粒。把鸭脯肉斩成细茸。③鸡蛋内加入菱粉调成蛋糊。将鸭腿肉和肥膘粒、鸭脯茸放在碗内，先加入黄酒、葱姜汁、葱椒末、精盐、味精拌匀，再加入1/2的蛋糊拌匀分成12份。④把桃形面包片的一面扑上干菱粉，放上一份鸭肉，把鸭皮粘上蛋糊放在鸭肉上，撒上面包粉用手捏成桃子形状，逐只依次做好。⑤油锅烧至六七成热，将做好的鸭肉下锅用小火先炸熟，再转大火复炸至脆、色呈金黄色时捞出装盘，拼上鸭头和鸭翅即可。（面包片也可用肥膘片来代替。）

特点 味鲜香醇，外脆里嫩。

厨师 吴正伟

扒牛头

原料 小牛头 2 只（重约 6000 克），小菜心 150 克，黄酒 400 克，生姜 100 克，葱 200 克，精盐 5 克，味精 8 克，浓汤 500 克，食碱 200 克，猪油 75 克，胡椒粉少许，精制油 50 克。

制作 ①牛头先用火燎尽毛，至皮起白泡为止（如牛头无毛，这道工序可略），放入开水锅内，加入食碱 200 克（无毛的只需 100 克），滚烧半小时左右取出刮净老皮，用清水漂洗数次，随后把牛头斩成 3 片（即下巴 1 片，下巴以上斩 2 片），洗净血污。②锅内放半锅清水，加入姜、葱、黄酒，放入牛头，加盖烧开后用小火炖 1 个半小时左右，取出牛头稍凉一下，拆去骨头，修去老肉（只留两颊和下巴的皮），切成长 5.5 厘米、宽 4 厘米的块，再用温水洗净盛入大碗内，加入浓汤 200 克，黄酒 100 克，上笼蒸约半小时，取出滗去汤汁。

③烧热锅放入猪油，投入葱姜煸香，加入黄酒、浓汤，放入牛头皮，加精盐、味精，先用小火扒透，除去葱姜用大火收浓汤汁，起锅皮面向上，整齐地装在汤盘中。同时另将小菜心下锅，用精制油、精盐、味精炒好后，起锅围在牛头皮四周，撒上胡椒粉即可。

特点 味鲜肥浓，烂而不糊。

厨师 费顺龙

松仁鸵鸟松

原料 鸵鸟胸脯肉 400 克，松子仁 25 克，净红椒 20 克，黄瓜 50 克，黄酒 25 克，鸡汤 100 克，葱姜汁 14 克，精盐 4 克，味精 5 克，鸡蛋清 40 克，菱粉 30 克，精制油 1000 克（耗约 150 克）。

制作 ①把鸵鸟脯洗净切成如赤豆大小的粒。红椒、黄瓜也切成同样大小的粒。把鸵鸟脯料放在碗内，加入葱姜汁、黄酒、精盐拌匀，再加入用鸡蛋清、菱粉调成的蛋糊内拌匀上浆，再加入少许油拌一拌。 ②油锅烧至四成热时，下松子仁炸脆捞出，原油锅油温达五成热时，放入鸵鸟脯粒、红椒粒、黄瓜粒一起滑熟倒出，原锅回火放入鸡汤，加入黄酒、精盐、味精，下水菱粉勾芡，倒入松子仁、鸵鸟脯粒等翻匀，淋上少许油即可。

特点 鲜香味美，嫩脆爽口。

厨师 张月忠

金钱肉

原料 净猪里脊肉 400 克,鸡蛋清 75 克,黄蛋糕 100 克,黄酒 50 克,葱姜汁(或洋葱汁) 10 克,精盐 4 克,味精 5 克,菱粉 40 克,辣酱油 10 克,精制油 150 克,豆腐衣 1 小张,熟红色糯米条 3 克。

制作 ①里脊肉顶刀切成 20 克重的小块，逐块用刀拍成直径 5.5 厘米的圆薄片，用刀轻轻斩一下，再把肉片修圆。把黄蛋糕刻成直径 2.5 厘米的圆铜钱状的片，取豆腐衣把碎黄蛋糕片包好成一钱袋状，用熟红糯米条穿起若干“铜钱”片，与“钱袋”相连点缀好，放在长盘的一端。②将葱姜汁（或洋葱汁）盛放在碗内，加入黄酒、精盐、味精调成卤汁，将里脊肉逐片放入卤汁内拖一拖，取出腌 5 分钟左右。③蛋清内加入菱粉调成蛋糊，将腌入味的里脊片逐片拖一下放在盘中，烧热锅放入油，把里脊片下锅两面煎熟至金黄色，再烹入辣酱油颠翻几下取出装在长盘的一端即可。

特点 造型美观，肉嫩鲜香。

厨师 史旭初

扒虎爪

原料 猪爪 3 只，猪五花肉（去发）450 克，葱姜末 20 克，整葱姜 25 克，鸡蛋 1 只，草菇老抽 15 克，精盐 4 克，白糖 5 克，味精 5 克，菱粉 100 克，胡椒粉少许，精制油 1000 克（耗约 150 克）。

制作 ①把猪爪刮净毛桩，洗净，从背部用刀剖开拆去骨头（保留爪尖）。五花肉用“细切粗斩”的方法斩成肉泥，放在碗内加入葱姜末、鸡蛋、黄酒、精盐、味精、老抽、菱粉和适量的水，拌匀上劲成肉泥，分成3份。②把猪爪皮朝下，皮内扑上菱粉放上一份肉泥，抹平后再用水菱粉抹一抹翻一个身放在盘中。依此方法将其余2只做好，也放在盘中。③油锅烧至六七成热，在猪爪皮上搽上少许老抽，下油锅炸上色捞出，倒出油，用原锅放入竹垫托上猪爪，放入黄酒、整葱姜、适量的水、白糖、老抽加盖烧开后转小火烧至五成熟，将猪爪逐只翻身继续烧至九成熟时，抽去竹垫，加入精盐、味精扒至烂熟，收浓汤汁取出装盘即可。

特点 味浓不腻，形如虎爪，色泽光亮。

厨师 王文祥

果汁煎软鸭脯

原料 菜鸭脯 300 克，鸡蛋 1 只，澄粉 150 克，面粉 50 克，黄酒 25 克，葱姜汁 15 克，精盐 3 克，味精 4 克，胡椒粉少许，番茄沙司一小碟，橙汁沙司一小碟，精制油 150 克。

制作 ①把鸭脯批成厚 0.3 厘米的大片，放入碗内加入

黄酒、葱姜汁、精盐、味精、胡椒粉拌匀腌入味。 ②把鸡蛋打入碗内，用筷子打匀，把鸭脯片先放在面粉内滚一下，放入蛋糊内拖一下，再放入澄粉内滚一滚取出放在盘内。 ③净锅放入油烧热，把鸭脯逐片下锅煎熟，至两面呈金黄色时取出，改刀成长4.5厘米、宽3厘米的长方块装盘，跟上番茄沙司、橙汁沙司各一碟即好。

特点 外脆里嫩，甜酸适中。

厨师 钱 伟

生炒肚片

原料 猪肚尖（也称肚头）6只，黄酒25克，精盐5克，菱粉5克，白糖4克，味精8克，鸡汤25克，精制油1000克（耗约50克），胡椒粉少许，整葱10克，食碱25克。

制作 ①肚头里外洗净，剔去肚头膜皮和油花，切开成

一长片，顶刀斜批成大薄片（大小厚薄要均匀），放入碱水（碱水制法：碱 25 克，清水 750 克）内浸约 15 分钟取出，反复用清水漂洗去净碱味。②取小碗放入黄酒、精盐、白糖、鸡汤、味精、菱粉调成卤汁。③烧热锅放入精制油，另起开水锅，把肚片下水锅氽一下捞出揸干水分，再放入五六成热的油锅中滑一下迅速倒出。原锅回火上把整葱煸香，取出不用，立即倒入卤汁至稠下入肚片，用旺火快速颠翻几下，取出装盘，撒上胡椒粉即可。

特点 色泽玉白，鲜脆爽口。

厨师 王文祥

黄焖牛膝盖

原料 大牛膝盖 1000 克, 净老母鸡半只, 冰糖 50 克, 黄酒 100 克, 草菇老抽 15 克, 葱姜 50 克, 精盐 3 克, 味精 7 克, 精制油 75 克。

制作 ①把牛膝盖剔去油肉杂质, 洗净, 下开水锅焯水

捞出洗净，再修去杂质（但膝盖上的圆环子脆骨不能剔去），放入开水内涨发浸透（约需反复三四次）后，再投入开水锅焯水捞出。鸡也下开水锅焯水捞出洗净。②净锅放入少许油烧热，放入冰糖 15 克炒成嫩糖色，加入清水 500 克，加入黄酒、葱姜、老抽、冰糖、牛膝盖、鸡，烧开后倒入沙锅内，用小火把牛膝盖焖至八成烂，加入精盐、味精继续焖烂取出装盘，滗出原汤汁（鸡留作别用），放入锅内收浓浇在牛膝盖上即可。

特点 浓而不腻，烂而不糊。

厨师 费顺龙

白汁牛筋

原料 水发牛筋 1500 克，葱姜 25 克，黄酒 25 克，白糖 3 克，精盐 5 克，味精 5 克，浓汤 500 克，葱姜共 25 克。

制作 ①把水发牛筋剔除外表杂质，洗净切成 6 厘米长的段，放入开水锅焯水后捞出沥干水分。取沙锅（锅底垫竹

垫)放入牛筋、浓汤、葱姜、黄酒、精盐、白糖、味精烧开,用小火将牛筋炖烂取出。②烧热锅放入油,下入葱姜煸香,加入黄酒、浓汤 250 克、牛筋、精盐、味精烩透,拣去葱姜,收浓汤汁取出装入汤盆即可。

特点 糯烂滑韧,浓而不腻。

厨师 杨培荣

佛手鸡

原料 鸡脯肉 250 克，青椒 50 克，方火腿 70 克，水发冬菇 4 只，蛋清 75 克，黄酒 25 克，精盐 4 克，味精 5 克，菱粉 40 克，鸡汤 25 克，精制油 1000 克（耗约 100 克）。

制作 ①把鸡脯肉剔除筋皮，切成 8 厘米长的细丝，分

成 12 份，每份用黄酒、盐、味精码一下。把青椒、万火腿、冬菇分别切成细长丝，各分成 12 份。②蛋清内加入菱粉调成蛋糊。取一份鸡丝抹上蛋糊后，取一份青椒、火腿、冬菇丝放在鸡丝的顶头，用鸡丝捆缠住三丝，露出一头三丝即成佛手状，按此方法将 12 份逐一做好。③烧热锅放入油烧至四五成热，将佛手鸡丝坯下锅氽熟倒出，原锅内放入黄酒、鸡汤、白糖、精盐、味精，下水菱粉勾成琉璃芡，放入鸡丝翻匀，淋上少许油，起锅整齐地装盘即好。

特点 形色美，质细嫩，味鲜香。

厨师 王文祥

八宝联珠鸡

原料 净光嫩鸡 1 只 (约 1250 克), 水发刺参 100 克, 熟精猪肉 25 克, 熟火腿 25 克, 红枣 25 克, 糯米 50 克, 干贝 25 克, 松子仁 20 克, 水发冬菇 25 克, 笋尖 25 克, 白萝卜球、红菜头球、胡萝卜球、青萝卜球各 6 只, 黄酒 200 克, 葱姜

汁 25 克，草菇老抽 20 克，白糖 110 克，精盐 14 克，味精 5 克，葱姜 30 克，白醋 50 克，精制油 1500 克（耗约 100 克）。

制作 ①光鸡洗净整只脱去骨头。糯米淘净上笼蒸至半熟取出。干贝剥去老肉洗净上笼蒸熟取出。②红枣去核洗净与刺参、熟猪肉、熟火腿、冬菇、笋尖均切成小方丁，同糯米、干贝、松子仁一起放入盘内，加入葱姜汁、黄酒、老抽、精盐、味精拌匀，塞入鸡膛内。③把白萝卜球、胡萝卜球、青萝卜球、红菜头球先用盐腌一下，略挤去水分，用白糖 100 克、白醋 50 克腌制成各色糖醋球。④油锅烧七八成热，在鸡的皮上抹上老抽下锅炸至呈金黄色时捞出，放在沙锅内（锅底垫竹垫），加入黄酒、白糖、葱姜、老抽、精盐、味精、适量的水，加盖用小火炖烂取出装盘，将汤汁滗在锅中收浓浇在鸡上，把各色糖醋球隔色围在鸡的四周即可。

特点 造型美观，质地软烂，味美爽口。

厨师 钱 伟

虎皮鸽蛋

原料 鸽蛋 18 只，胡萝卜片 50 克，绿色明胶冻 50 克，黄酒 20 克，草菇老抽 3 克，精盐 4 克，味精 6 克，鸡汤 150 克，菱粉 20 克，精制油 750 克（耗约 50 克）。

制作 ①把鸽蛋下冷水锅用小火煮熟取出，剥去壳（留

2 只他用),用老抽少许抹一下,放入干菱粉内滚一下取出,放入六七成热的油锅内炸至虎皮色时捞出。②取长盘 1 只,在 1/3 处放上绿色明胶冻,放进冰箱内冻一冻成明胶状取出。把胡萝卜分别刻成 2 只小鸟头和 4 只翅膀,分别装在 2 只剥好的鸽蛋上,成 2 只水鸟,放在绿色冻胶上。③锅上火放入少许油,烹入黄酒,加入鸡汤、老抽、精盐、味精、鸽蛋,用小火焖透,下水菱粉勾芡,再淋上少许油即可取出装盘。

特点 造型美观,香嫩适口。

厨师 李建平

扒方肉

原料 猪五花肉 1500 克, 小菜心 12 棵, 黄酒 100 克, 冰糖 150 克, 精盐 5 克, 草菇老抽 15 克, 葱姜 10 克, 味精 6 克, 大蒜头 10 克, 砂糖 10 克。

制作 ①把五花肉皮面毛桩和油污杂质刮净, 修成 17 厘

米见方的块，将肉皮一面放在火上烧至皮面呈焦黑色时，即放入冷水内泡软取出刮净焦黑灰，保持皮面呈红黄色，洗净。

②锅上火放入少许油把大蒜头煸炒至呈金黄色时取出，用原锅放入白砂糖炒成嫩糖色，加入清水（1500克），放入竹垫，加入黄酒、老抽、冰糖、葱姜、大蒜头、精盐、味精、五花肉（皮朝下），加盖用文火炖至八成烂，将肉翻身继续炖至全烂，取出装入汤盆，滗出汤汁入锅收浓浇在肉上。另起净锅放入油少许，把菜心下锅，加入精盐、味精炒熟围在肉的四周即可。

特点 色泽金红，肉质酥烂，甜咸适中，香浓味醇。

厨师 孟宪法

香菜梗肚丝

原料 猪肚尖 6 只，香菜梗 100 克，鸡蛋清 20 克，黄酒 25 克，精盐 5 克，味精 8 克，鸡汤 25 克，菱粉 40 克，胡椒粉少许，精制油 1000 克（耗约 50 克）。

制作 ①肚头里外洗净，剔去肚头膜皮和油花，切开成

一长片，切成长 6.5 厘米、粗 0.2 厘米的丝，放入碗内加入黄酒、精盐拌均，放入蛋清、菱粉（20 克）拌匀上浆，进入冰箱内涨一下。②香菜梗切成 3 厘米长的段。取小碗放入黄酒、精盐、味精、鸡汤、菱粉，调成卤汁。③烧热锅放入精制油，至五成热，将肚丝下锅用勺迅速划开至熟倒出，用原锅放入香菜梗、卤汁，见汁稠厚时，下肚丝翻匀取出装盘，撒上胡椒粉即可。

特点 白绿相映，香鲜脆嫩。

厨师 王文祥

三鲜鸡腰

原料 鸡腰 10 只，火腿 50 克，蘑菇 100 克，熟鸡脯肉 100 克，小菜心 100 克，黄酒 20 克，浓汤 250 克，精盐 4 克，味精 5 克，水菱粉 10 克，胡椒粉少许，鸡油 25 克。

制作 ①将鸡腰洗净放入水锅内用小火煮熟，捞出放入

冷水内冷却取出，在腰上直线划一刀剥去膜皮。 ②火腿切成斜角片。蘑菇洗净去蒂批成圆薄片。熟鸡脯肉批成斜薄片。小菜心下开水锅焯水捞出放入冷水内浸一下沥干水分。 ③净锅放入浓汤、黄酒、精盐、味精、鸡腰、火腿、蘑菇、鸡片、菜心，用小火烩透，下水菱粉勾芡推匀，淋上鸡油取出装入汤盆即可。

特点 味美，鲜嫩。

厨师 吴正伟

扒烧整猪头

原料 黑毛猪头 1 只（重约 5000 克），葱姜各 150 克，花雕酒 1500 克，香醋 150 克，桂皮、八角各 10 克，草菇老抽 100 克，冰糖 500 克，味精 8 克。

制作 ①把猪头的毛桩拔净，用温水刮洗两遍，猪脸朝

下用刀在正中处劈开（脸部的皮不可切断），拆去全部骨头，将猪头放入清水中泡 2 小时，漂出血污，放入沸水锅内烫煮 20 分钟，取出浸入清水内再刮洗，并修去眼眶四周及耳朵内外的残毛，挖出两只眼球，剔除两边核子肉（即腮腺肉），把猪头肉连续入水锅煮两次，每次须换清水，烫煮时间仍为 20 分钟，这时肉已有六七成熟。②取沙锅（锅底垫竹垫）把猪头肉皮朝下放入，放入眼球，加入清水（以淹没猪头 3 厘米左右为好）、老抽、香醋、冰糖、葱姜、桂皮、八角，先用大火烧开，后加盖转小火焖至汤粘肉烂，起锅把猪脸朝上装入大圆盘中，把眼球纳入眼眶，浇上原卤即可。（用匙舀食）

特点 色泽金红，肥烂不腻，风味别具。

厨师 陈林伯

叉烧鸽蛋

原料 鸽蛋 12 只，虾仁 100 克，肥膘 50 克，网油两大张，鸡蛋清 30 克，鸡蛋 2 只，黄酒 25 克，葱椒末 2 克，菱粉 50 克，葱姜汁 20 克，整葱 250 克，精盐 4 克，味精 5 克，精制油 1500 克（耗约 100 克）。

制作 ①鸽蛋下冷水锅用小火煮熟，用冷水浸一下剥去壳，切去鸽蛋两头放入碗内，加入葱椒末、黄酒、精盐、味精拌匀。②虾仁与肥膘分别斩成细茸盛入碗内，加入葱姜汁、黄酒、蛋清、精盐、味精拌匀上劲成虾茸。③网油洗净晾干水分，平摊在台板上扑上干菱粉，把虾茸分放在两张网油上抹平，每只网油上放6只鸽蛋，卷成两个长圆条，在每只鸽蛋间隙处用细绳扎一下。④鸡蛋与菱粉调成蛋糊，把卷好的鸽蛋挂糊下五成热油锅炸至定型。取烤盘内铺整葱，放上鸽蛋卷，送入200℃的烤箱内，烤约10分钟取出，去掉扎绳，竖立装入盘中即可。

特点 外脆里嫩，鲜香味美。

厨师 路仲春

坛子鸡

原料 光嫩油鸡 1 只（重约 1500 克），火腿 100 克，鲜蘑菇 12 只，小干贝 50 克，草菇老抽 25 克，白糖 20 克，精盐 10 克，味精 10 克，整葱姜各 20 克，黄酒 50 克，精制油 50 克。

制作 ①光嫩油鸡挖去内脏，斩去头和臀尖，洗净，拆去骨头斩成每块重 60 克的大块，用少许老抽抹一抹，下油锅炸上色捞出。 ②火腿切成小骨牌块（12 块）。干贝剥去老肉洗净。 ③烧热锅放入精制油，放入整葱姜煸香，放入鸡块加入黄酒、老抽、精盐、白糖、味精和适量的水烧滚，将鸡块连汤装入坛子内，再放上火腿块、蘑菇、干贝，加盖用微火炖约 1 小时收浓汤汁取下，剔除葱姜即可。

特点 色泽金黄，原汁原味，醇香适口。

厨师 陈根生

海马炖童子鸡

原料 光童子鸡 1 只（重约 1000 克），海马 4 只，整葱姜各 30 克，黄酒 40 克，精盐 8 克，味精 10 克。

制作 ①把童子鸡剖腹挖去内脏，斩去臀尖，洗净。海马用温水泡一下，除去肚内杂质，洗净。葱姜拍松。②把

童子鸡下开水锅焯水用清水洗净血污，放入沙锅内，上放海马、整葱姜，加黄酒、精盐、味精、清水（以淹没鸡为好），用大火烧开后撇去浮沫，转小火炖1小时左右至熟，除去葱姜即可。

特点 鲜嫩，香醇，滋补。

厨师 杨永如

三套鸭

原料 净光菜鸭 1 只，净光野鸭 1 只，净光乳鸽 1 只，火腿 50 克，冬笋 50 克，小菜心 12 棵，黄酒 50 克，整葱姜各 30 克，精盐 5 克，味精 6 克，胡椒粉少许。

制作 ①把菜鸭、野鸭、乳鸽治净后分别整只脱骨，将

鸽子塞入野鸭膛内，再把野鸭塞入菜鸭腔内，野鸭和乳鸽的头分别露在外，放入开水锅焯水洗净。火腿、冬笋分别切斜角片。②取沙锅放入生三套鸭，加入黄酒、精盐、味精，铺上火腿、笋片，加入清水 500 克，用大火烧开后转小火炖烂，取出装入大汤盆内。小菜心下水锅氽熟后围在鸭子四周即可。

特点 鲜、香、肥、烂。

厨师 陈林伯

翡翠鸡片

原料 鸡脯肉 200 克，绿色菜叶 250 克（最好用菠菜），净冬笋 50 克，火腿 50 克，水发香菇 30 克，鸡蛋清 150 克，鸡汤 150 克，黄酒 15 克，葱姜汁 10 克，精盐 5 克，味精 5 克，菱粉 50 克，鸡油 25 克。

制作 ①把鸡脯肉斩成细茸后放在碗内。绿色菜叶下开水锅烫一下捞出，用冷水漂净用粉碎机磨成菜汁，倒入鸡茸内，加入葱姜汁、蛋清、精盐、黄酒、味精、菱粉（35克）调匀后，倒入盘内摊平（盘底先抹上油），上笼用小火蒸熟（约10分钟）取出，冷却后取出批成长6厘米、宽2厘米、厚0.3厘米的斜片。②把冬菇、火腿、冬笋分别切成2厘米长的斜角薄片。烧热锅放入鸡汤，加入黄酒，放入冬菇、火腿、冬笋片、鸡茸片、精盐、味精，用小火烩透，用水菱粉勾芡，淋上鸡油推匀，起锅装盘即可。

特点 色泽翠绿，鲜嫩味美。

厨师 张月忠

花生米牛肉汤

原料 牛弹子肉（又称和尚头）1000克，花生米100克，鸡脯肉150克，葱10克，生姜5克，黄酒25克，味精5克，**精盐**5克。

制作 ①把牛肉放入开水锅内焯水捞出洗净，放入不锈

钢锅内，加入葱 5 克、黄酒、清水 2000 克，先大火烧开转小火炖至八成烂时取出（牛肉汤剩 1000 克），切成 5 厘米长、2 厘米宽、0.2 厘米厚的片。②把花生米用开水泡透，剥去红衣放入碗内，加入适量的清水上笼蒸烂。③把鸡脯肉洗净斩细，放入碗内加入黄酒、葱姜和清水 100 克，搅匀挤出血水倒入牛肉汤内，用小火将汤吊清。取玻璃斗，把花生米放斗中四周，中间放牛肉片，把牛肉汤过筛倒入汤斗，加入精盐、味精，继续上笼蒸至牛肉全烂取出即可。

特点 色泽淡黄，质烂爽口，汤清味香。

厨师 费顺龙

干贝西瓜鸡

原料 光净嫩鸡 1 只（重约 1250 克），大干贝 12 只，鸡脯肉 100 克，西瓜 1 只半（重约 4000 克），葱姜各 25 克，黄酒 50 克，精盐 5 克，味精 5 克，精制油 20 克。

制作 ①把光鸡洗净从脊背处剖开，拆去脊椎骨、腰骨，

下开水锅焯水捞出洗净，放入沙锅加入葱姜、黄酒、精盐和清水 1250 克，用小火炖烂。②干贝洗净剥去老肉盛入碗内，加入葱姜、黄酒和适量的水上笼蒸熟取出。鸡脯肉斩成茸放入碗内加入 150 克冷水、葱姜挤出血水（吊汤用）。③把西瓜洗净，瓜顶和四周绿皮用小刀雕刻一些花卉、动物等图案，把瓜顶切下作盖，挖去瓜瓢（不要挖得太多，挖净瓜子即可），放入开水锅里烫一下捞出，瓜表皮抹上油。把半只西瓜刻成底座，也用开水烫一下，抹上油。④把炖好的鸡捞出并拆去鸡胸骨，和干贝（连汁）一起放入西瓜内。把碗内鸡脯茸等倒入沙锅的鸡汤内用小火将汤吊清滤渣，加入味精，把鸡汤倒入西瓜内，盖上瓜盖，放在雕好的西瓜底座上即可。

特点 外皮翠绿美观，质地细嫩，汤清鲜香。

厨师 张月忠 瓜雕 忻 刚

鸡火鳖汤

原料 活鳖（又称甲鱼）2只（重约1500克），光油鸡1只（重约1500克），熟金华火腿（上方）12片（约重200克），花雕酒200克，葱姜各20克，精盐4克，味精5克。

制作 ①鳖宰杀后放入80℃热水中烫透，用小刀刮去黑

皮及腹部老皮，洗净。拆下背壳挖净内脏，去掉爪尖，斩成块。②把光油鸡斩去头、爪、翼尖，斩成块，与鳖块分别放开水锅焯水捞出洗净。③把鳖块、鸡块分别放在大汤斗的两边，当中面上放火腿片，加入清水（800克）、花雕酒、整葱姜、精盐、味精，加盖上笼蒸烂取出，除去葱姜，原汤斗上席即可。

特点 色泽银红，原汁原味，滋补强身。

厨师 纪 林

火腿白菜炖汤

原料 净熟火腿 75 克，白菜心 400 克，鸡汤 750 克，黄酒 50 克，精盐 5 克，味精 5 克。

制作 ①白菜心洗净后切成 6 厘米长、6 厘米直径的墩，竖头排放在大汤斗内。 ②火腿切成 2 厘米长的斜角片，铺

放在白菜墩面上，加入鸡汤、黄酒、精盐、味精上笼蒸至菜烂取出，原汤斗上桌即可。

特点 鲜香，清口。

厨师 李建平

点心类

蟹粉小笼汤包

原料 精白面粉 150 克，蟹粉 50 克，夹心肉 100 克，皮冻 80 克，姜丝少许，镇江香醋少许，葱姜末 10 克，黄酒 10

克，生抽 5 克，葱姜汁水 50 克，胡椒粉少许，精盐 3 克，味精 3 克，白糖 2 克，麻油少许，猪油 25 克。

制作 ①净锅烧热放入猪油、葱姜末煸香，放入蟹粉、黄酒用小火炒透取出装盆。夹心肉洗净斩成细末放入盆内，加入生抽、白糖、精盐、味精拌匀，放入葱姜汁水，拌上劲，再放入麻油、胡椒粉拌匀。把皮冻捏碎与炒好的蟹粉一起放入拌好的肉末中拌匀成馅心。②把精白面粉（100 克）加入冷水 50 克拌和，揉成团捋上劲搓成长条，摘成 16 只剂子，擀成直径 5 厘米的边薄中间厚的皮子，包入蟹粉馅心，从右至左捏成 28 个褶子，包口收成鲫鱼嘴状，放入小笼内（笼内垫菜叶或丝草垫）用大火蒸约 5 分钟，见包子鼓气，汤汁齐包口湿润时即熟，取下同姜丝、香醋味碟一起上席即可。

特点 鲜嫩肥香，皮薄汁多。

厨师 茅鑫镛

淮安大汤包

原料 精白面粉 150 克，光油鸡 400 克，带皮蹄髈 300 克，冬笋 50 克，鸭掌 150 克，蟹粉 75 克，猪油 50 克，精盐 3 克，白糖 3 克，味精 3 克，虾子少许，黄酒 50 克，葱姜末 15 克，葱姜共 25 克，香醋 100 克。

制作 ①把鸡、猪蹄③、鸭掌放入开水锅内焯水捞出洗净，放入净锅内加入冷水 3000 克、黄酒、葱姜用大火烧开，转用小火煨至鸡、蹄髈八成熟捞出，剥下蹄髈皮斩碎，放入原锅内，继续将汤熬浓，用筛子滤去汤渣。鸡和蹄髈拆去骨头，将肉切成绿豆粒大小，冬笋也切成同样大小的粒，与虾子一起下汤锅内略煮一下。 ②烧热锅放入猪油，待油温微热时，放入葱姜略煸炒，放入蟹粉、黄酒炒透，倒入熬好的汤等料，起锅装入盆内冷却成汤冻后，再捏碎即成淮安汤包馅心。 ③包皮制法、包法、蒸法参照“蟹粉小笼汤包”的制法，制成直径 6 厘米的大汤包，跟香醋味碟上席即可。

特点 鲜香味浓，皮薄汤多。

厨师 茅鑫镛

各式烧卖

原料 精白面粉 400 克，糯米 250 克，熟夹心肉 50 克，绿菜叶 250 克，绵白糖 225 克，去皮核桃仁 100 克，板油 30 克，干白馒头 30 克，猪油 200 克，白糖 25 克，草菇老抽 7 克，虾子少许，味精 3 克，精盐 1 克，食用红色素水少许。

制作 ①把糯米淘洗干净，用温水浸泡2小时后上笼干蒸熟取出。熟夹心肉切成赤豆大小的方丁，放入锅内加入老抽、白糖20克、虾子、开水100克、猪油100克烧开，放入蒸好的糯米拌匀成糯米烧卖馅心。②把绿菜叶洗净下开水锅煮熟捞出沥干水分，斩成细茸，挤干水分，放入碗内，加入绵白糖125克、精盐少许、猪油75克拌匀成翡翠烧卖馅心。

③把核桃仁放入烤箱内烤熟取出碾成末，把板油撕去油膜碾成泥，与核桃末拌匀，加入绵白糖100克拌和，加入干白馒头屑拌匀成庐江烧卖馅心。④把面粉350克，加入清水150克拌匀揉成面团。摘成15克重的剂子12只，10克重的剂子12只，7克重的剂子12只。把15克重的剂子揪扁擀成直径7.5厘米的圆锥形荷叶边状的皮子，包入糯米馅心，捏成烧卖形状，放在小笼的一边。把10克重的剂子擀成直径5.5厘米的圆形荷叶边状的皮子，包入翡翠馅心，捏成烧卖形状，放在小笼的另一边。把核桃馅做成3.5厘米高，上端直径1.3厘米，下端直径2厘米的圆形锥状馅心12只，把7克重的剂子擀成薄圆形皮子，把皮子慢慢拉成像纸一样薄的皮子，包上核桃馅收好口成上端稍细、下端略粗的庐江烧卖，放在小笼的一边，烧卖顶端中心用牙签蘸上红色食素作装饰。⑤把做好的烧卖上笼蒸熟取出即可。

特点 香糯软润，鲜美适口。

厨师 费国英

萝卜丝饼

原料 精白面粉 300 克, 去皮白长萝卜 500 克, 板油 250 克, 火腿粒 150 克, 猪油 150 克, 精盐 3 克, 白糖 5 克, 味精 5 克, 葱花 200 克, 牛奶 50 克, 黑芝麻 5 克, 花椒粉少许, 火腿末 5 克, 香菜叶 12 瓣。

制作 ①把萝卜洗净切成2厘米长的细丝,放入碗内,加少许精盐拌匀略腌一下,放入白洁纱布内挤干水分(越干越好)。板油撕去油膜,切成0.3厘米见方的粒。②把萝卜丝、板油粒、葱花同放入钵内,先加入白糖、味精、花椒粉拌匀,再放入火腿粒、精盐拌和,分成12份搓成丸子状馅心。

③取面粉200克,加入猪油100克拌匀成油酥面。另取面粉100克,加入白糖少许、牛奶拌和揉匀至滑润甩上劲,加入猪油擦透成水油面。把上述两种面团分别分成12份,取一份水油面包上一份油酥面,以小包酥的方法制成夹层酥面团。

④把每份酥面揪扁,擀成直径6.5厘米的中间稍厚、四边稍薄的皮子,包上一份萝卜丝馅心,在收口处用食指轻按一个凹窝(不能按得太深),在饼面上抹上少许牛奶,在饼面的1/3处粘上少许黑芝麻,另1/3处粘上少许火腿末,余下的1/3处贴上一瓣香菜叶,放入平锅烘熟至两面呈金黄色时取出即好。

特点 鲜、香、嫩、酥。

厨师 张 裕

淮阴小饺

原料 精白面粉 500 克, 鸡蛋 1 只, 猪里脊肉 250 克, 精盐 6 克, 白糖 3 克, 味精 5 克, 葱姜汁 150 克, 鸡汤 1500 克, 胡椒粉少许, 干菱粉 50 克。

制作 ①把猪里脊肉洗净剔净筋, 放在大块肉皮上, 用

刀背捶松后，再剁成细茸盛入碗内，加入精盐、白糖、味精、胡椒粉拌和，再加葱姜汁慢慢拌匀搅上劲，放入冰箱内，让其涨一下后使用。 ②把面粉加入鸡蛋和 250 克清水，拌和揉成面团并使其醒透，用擀面杖反复擀成薄如纸的皮子，在擀的过程中，扑些干菱粉，以防皮子粘住。然后改刀成 5.5 厘米见方的饺子皮（80 张左右），放入馅心斜角包成小饺状。 ③净锅放入鸡汤，加入精盐、味精烧开后倒入汤斗内，随即将小饺下开水锅煮熟捞起，放入鸡汤内即可。

特点 鲜嫩，皮薄，汤清。

厨师 路仲春

花式酥点

原料 精白面粉 550 克，豆沙 300 克，猪油 200 克，精制油 1000 克，食用红色素少许。

制作 ①取 250 克面粉加入 125 克猪油，擦成油酥面团。取面粉 250 克，加入猪油 75 克、温水 75 克揉成水油面团。

②取 1/6 油酥面团和 1/6 水油面团，分别加入少许食用红色素揉成淡红色的面团。把红色水油面团揪扁，包入红色油酥面，用小包酥的方法擀成酥面卷成长条形，切成 1.5 厘米的段，在有酥纹的一面揪扁，成直径 4 厘米的圆形皮，包入豆沙成半圆的坯（6 只）。③把余下的水油面揪扁，包入油酥面团，再揪扁，擀成 0.3 厘米厚的长形皮子，两头向中间交叉折叠成三层再擀开，照此方法反复三次，由外向内紧紧卷成棍棒似的长条，分别切成 5 厘米长的段 3 段，余下切成 3 厘米长的段。④把 5 厘米长的酥面团从中间一切两开，花纹的一面朝下，揪扁包入豆沙，包成顺长酥纹鸭蛋形饼状成宣化酥生坯。把其余 3 厘米长的段，在有花纹的一面揪扁包入豆沙馅，包成眉毛酥、圆眼酥，取 6 只眉毛酥坯与 6 只红色素半圆形的坯相交包成鸳鸯酥。⑤热锅放入精制油（最好用猪油），待油温达四成热时，把上述做好的各色酥点生坯，用小火余至浮起，酥起花时，即转五六成热炸熟（需保持本色）捞出装盘即可。

特点 酥松香甜，层次清晰。

厨师 费国英

黄桥烧饼

原料 精白面粉 500 克，板油 300 克，火腿 150 克，白芝麻 50 克，猪油 200 克，精盐 4 克，白糖 5 克，味精 5 克，香葱末 300 克，鸡蛋 1 只，面肥 50 克。

制作 ①把火腿、板油（先撕去油膜）分别切成 0.3 厘米

米、0.4厘米见方的小丁。把板油丁先与香葱末、精盐、白糖、味精拌匀，再放入火腿丁拌匀，即成葱油馅心。②取面粉300克加入猪油150克拌和擦透成油酥面团。另取面粉200克，加入面肥、猪油50克、温水75克拌和揉透至不粘案板、不粘手为止成水油面。③把油酥面包入水油面揪扁擀成0.3厘米厚的长方片，两头向中间叠成三层擀开，这样反复擀两次卷成棍棒形长条，摘成20只剂子。④把剂子揪扁成6厘米直径的圆皮子，包上馅心后收口捏紧揪成1.5厘米厚、4.5厘米直径圆形饼坯，饼面上刷上鸡蛋糊粘上白芝麻，放入烤盘内，送入180℃的烤箱内，烤约15分钟，见饼面鼓起，芝麻呈金黄色时即可取出装盘。

特点 酥、香、松、软。

厨师 张 裕

灌汤蒸饺

原料 精白面粉 250 克，糯米粉 75 克，菱粉 75 克，夹心猪肉 250 克，熟夹心猪肉 250 克，汤冻 500 克，生抽王 5 克，精盐 4 克，白糖 5 克，味精 10 克，猪油 50 克，麻油 10 克，葱姜汁 75 克，绵白糖 3 克。

制作 ①把熟夹心肉切成细粒。把生夹心肉洗净斩成细末，加入生抽王、精盐、白糖、味精拌匀，加入适量的水（100克）继续搅匀，再加入麻油拌匀。把汤冻捏碎后与熟夹心肉末一起放入已拌匀的生肉末内拌匀成馅心。②把面粉、糯米粉、菱粉、绵白糖放在一起拌匀，先加入90℃的热水拌成雪花片状，再加入冷水拌和，加入猪油将面揉润，搓成长条摘成40只剂子，用饺擀擀成直径6厘米、中间稍厚、边缘稍薄的皮子，包入馅心捏成蒸饺形状，上笼蒸熟取出即可。

特点 皮薄，软润，汤多，鲜嫩。

厨师 茅鑫镛

千层油糕

原料 精白面粉 500 克，大酵面 175 克，猪板油 200 克，猪油 200 克，白糖 1000 克，胡萝卜末 25 克。

制作 ①把板油撕去油膜切成 1.3 厘米见方的丁，加入白糖 150 克拌匀腌一下（最好先腌五六天后使用）。②取面

粉 450 克，加入大酵面和温水 350 克揉搦成有劲的面团（用手一拉起长条，一放手面团立即缩回时即可），撒上干面粉，把面团移至干粉上，擀成 140 厘米长、45 厘米宽、0.3 厘米厚的长方形薄皮。③把猪油溶化涂匀在薄面皮上，再均匀铺上白砂糖，撒上糖板油丁（约占 80% 面积），两头向中间卷拢，相叠处抹上少许猪油、白糖叠成一长条，两头擀薄也抹上少许猪油，折向中间，轻轻压一遍（避免脱层和漏油）两端对折叠齐，轻轻压成正方形，面上撒上胡萝卜末，上笼蒸 45 分钟左右，见面鼓起不粘手即可取出冷却，修去四边切成 3 厘米长的斜角块，再上笼蒸熟即可。

特点 软嫩肥香，甜润适口。

厨师 张彬岚

三丁包子

原料 精白面粉 500 克,老酵面 150 克,熟肥瘦猪肉 300 克,熟鸡肉 150 克,熟冬笋 100 克,猪油 25 克,酱油 15 克,精盐 3 克,白糖 10 克,味精 5 克,黄酒 25 克,鸡汤 350 克,虾子 3 克,水菱粉 10 克,食用碱水 7 克,温水 250 克。

制法 ①熟猪肉、熟鸡肉切成 0.6 厘米见方的丁，熟冬笋切成 0.4 厘米见方的丁，烧热锅放入猪油，将肉丁、鸡丁、笋丁下锅，先下酱油稍滚一下，然后加入黄酒、虾子、白糖、精盐、鸡汤烧透收浓汤汁，加入味精用水菱粉勾芡，装盘冷却即成馅心。 ②把面粉放入缸盆内，加入老酵面、温水拌和，用劲搋透揉匀直至面、手、盆三面光滑为止用布盖好，待面团发酵（约 3 小时），见面团有许多小孔时即可放碱水搋揉中和酸味，直揉至面团无黄斑即可搓成长条，摘成每只重 35 克的剂子。 ③把剂子逐只揪成直径 6.5 厘米、四周薄、中间稍厚的圆皮，放入 35 克三丁馅心包成包子，包子口如鲫鱼嘴状，口端的褶纹要捏得长短粗细均匀，一般为 28 个褶纹，细巧点可多至 32 个褶。 ④将包子生坯放在笼内即上火蒸（要气足）10 分钟左右，见包子口湿润，卤汁齐口，包面不粘手而有弹性时即可。

特点 馅多皮薄，味浓不腻，甜咸适中。

厨师 茅鑫镛

其 他 类

烤豆腐

原料 豆腐 500 克，开洋 25 克，肥膘渣 50 克，鸡汤 250 克，葱末 20 克，大蒜瓣 25 克，老抽 20 克，精盐 5 克，味精

7. 5 克，花椒末少许，精制油 125 克。

制作 ①把豆腐修成 12 厘米见方的块，一剖二（上下厚薄一样），分别用鸡汤氽一下捞出。②开洋用开水泡透捞出与大蒜瓣、肥膘渣一起斩成粗末，盛入小碗内，加入葱末、花椒末、老抽、精盐、味精拌匀待用。③取玻璃烤盘，加入精制油 75 克，放上一大片豆腐，把小碗内的开洋等平铺在豆腐上，上放一大片豆腐，再在豆腐上抹上老油，浇上 50 克精制油，放入 250℃ 的烤箱内，烤约 18 分钟取出，撒上花椒末即可。

特点 色泽金黄，香嫩肥烫。

厨师 陈根生

煮干丝

原料 大白干 400 克, 大虾仁 100 克, 熟鸡脯 100 克, 鸡蛋清 25 克, 熟火腿丝 50 克, 绿叶菜 15 克, 浓汤 400 克, 精盐 8 克, 味精 5 克, 菱粉 15 克, 黄酒 50 克, 精制油 500 克 (实耗约 50 克)。

制作 ①把大白干批成薄片后切成细丝，用开水烫两次（除去豆腥味）捞出沥干水分。②大虾仁洗净用蛋清、菱粉拌匀上浆。熟鸡脯肉切成细丝。③把虾仁下五成热油锅滑熟倒出。原锅内放入浓汤、黄酒、干丝烩透，放入绿叶菜、熟火腿丝、熟鸡丝、精盐、味精，收浓汤汁取出装盘，先放干丝，再分别放鸡丝、火腿丝、绿叶菜，顶面上放虾仁即好。

特点 色泽奶白，鲜嫩肥浓，有独特风味。

厨师 徐 清

漏风豆腐

原料 老豆腐 1000 克，熟鸡肉 100 克，火腿 100 克，蘑菇 50 克，菜心 75 克，浓汤 400 克，精盐 15 克，味精 5 克，水菱粉 10 克，猪油 25 克，黄酒 10 克。

制作 ①豆腐切成 10 厘米见方的块，放入清水锅内，加

入精盐 10 克，加盖用大火烧开至豆腐内起小孔浮起时，捞出放入冷水内，修去四边及顶底面的老皮，切成 4.5 厘米长、1.8 厘米见方粗的方条。②鸡肉、火腿切成 2 厘米长的斜角片。蘑菇洗净顶刀批成圆薄片。菜心下开水锅焯水捞出。

③锅中放入浓汤、黄酒、豆腐条、鸡肉、火腿、蘑菇、菜心，加入精盐、味精，先用小火把豆腐無透，再改大火收浓汤汁，用水菱粉勾芡，淋上猪油推匀，起锅装盆即可。

特点 鲜、嫩、肥、浓。

厨师 吴正伟

扒豆腐

原料 老豆腐 750 克，熟肉 75 克，葱姜末 25 克，黄酒 25 克，鸡汤 250 克，草菇老抽 8 克，白糖 4 克，精盐 3 克，味精 5 克，水菱粉 10 克，精制油 120 克。

制作 ①把豆腐斜刀切成厚 2 厘米、长 5 厘米、宽 3 厘

米的片。熟肉切成末。 ②锅中放入油（80克）烧热，放入豆腐片，稍煎一下，放上肉末、葱姜末，加入老抽、黄酒、白糖、鸡汤、精盐、味精，加盖烧开后转小火焖透，启盖转大火边收汤汁、边淋入水菱粉勾芡，再淋上精制油后，将豆腐大翻身，把肉末等放在豆腐上取出装盘即可。

特点 豆腐细嫩，味鲜稍甜。

厨师 张耀泰

文思豆腐

原料 嫩豆腐 300 克，火腿 40 克，水发冬菇 40 克，熟鸡肉 40 克，蘑菇 40 克，嫩冬笋尖 40 克，黄酒 25 克，鸡汤 500 克，精盐 7 克，味精 10 克，水菱粉 20 克。

制作 ①把豆腐切成 0.5 厘米见方的小丁，放在清水中

漂一下。把火腿、冬菇、熟鸡肉、蘑菇、冬笋尖，分别切成比豆腐丁略小的方丁。②开水锅放入豆腐、蘑菇、冬菇、笋尖等丁焯水捞出。净锅放入鸡汤，加入黄酒，放入豆腐及配料，加入精盐、味精上火烧沸，下水菱粉勾芡取出装入玻璃斗内即可。

特点 鲜嫩爽口，风味独具。

厨师 史旭初

海参锅巴

原料 水发刺参 300 克（约 5 根），火腿 50 克，熟鸡肉 100 克，上浆好的虾仁 50 克，蘑菇 50 克，绿叶菜少许，锅巴 100 克，浓汤 400 克，黄酒 25 克，精盐 7 克，味精 8 克，水菱粉 50 克，精制油 1000 克（耗约 100 克）。

制作 ①把锅巴掰成小块。刺参洗净顶刀批成蝴蝶片。火腿、熟鸡肉切成斜角片。蘑菇洗净批成圆薄片。把海参、菜心分别下开水锅焯水捞出。 ②油锅烧至五成热，把虾仁下油锅滑熟倒出。原锅放入浓汤，加入黄酒、刺参、火腿、鸡肉、蘑菇、菜心，大火烧开后，加入精盐、味精，下水菱粉勾芡，放上虾仁推匀取出装入汤碗内。 ③另锅放油烧七成热，放入锅巴炸透炸松、呈淡黄色时捞出装入大汤盆中，到席上把汤碗内的海参倒在锅巴上，发出响声即可。

特点 味鲜香醇，脆嫩爽口。

厨师 吉文炳

全家福

原料 水发海参 150 克,油发鱼肚 100 克,绿叶菜 50 克,熟火腿 50 克,油发蹄筋 50 克,净冬笋 50 克,鸡脯肉 50 克,鳊鱼肉 100 克,猪里脊肉 100 克,虾仁 50 克,黄酒 25 克,精盐 5 克、味精 5 克、鸡蛋清 50 克,菱粉 50 克,鸡汤 500 克,

葱姜汁 10 克，胡椒粉少许，精制油 1000 克（耗约 50 克）。

制作 ①把油发鱼肚、蹄筋放入热水中泡软，切成 4 厘米长、1 厘米宽的条。海参、熟火腿、冬笋、鸡脯肉也分别切成同样的条。把鳊鱼肉、猪里脊肉分别批成长 3.5 厘米、宽 2 厘米的片，与虾仁分别用黄酒、精盐拌匀后，用蛋清、菱粉拌匀上浆。②油锅烧热把鳊鱼、猪里脊肉、虾仁分别下锅滑熟倒出，用原锅放入鸡汤、葱姜汁烧滚，放入海参、鱼肚、火腿、鸡脯、蹄筋、冬笋，加入黄酒、精盐、味精、胡椒粉烧约 5 分钟至入味，随即放入猪里脊片、鳊鱼片、虾仁、绿叶菜略滚推匀，起锅装盘即可。

特点 脆嫩爽滑，鲜香味浓，营养丰富。

厨师 吴正伟

莲蓬豆腐汤

原料 嫩豆腐 200 克，鸡蛋清 100 克，牛奶 100 克，青豆 24 粒，火腿 25 克，黄酒 25 克，鸡汤 1250 克，精盐 5 克，味精 10 克，菱粉 35 克，猪油 50 克，香菜叶少许。

制作 ①嫩豆腐去皮后隔筛过细放入大碗内，加入牛奶、

味精、菱粉，再加入打泡（能立起筷子）的鸡蛋清拌匀，再加入猪油 25 克拌匀。②青豆去皮分成两瓣。火腿切成直径 0.6 厘米的圆薄片。③取小圆碟 8 只，碟内先抹上猪油，把拌匀的豆腐分装在小碟内抹平，上面均匀地放上 6 瓣青豆，中间放一小片火腿片，上笼用小火蒸熟取出。④把鸡汤倒入净锅内，加入黄酒、精盐、味精烧开后倒入大汤斗内，把已蒸好的豆腐一只只推入汤内，放上少许香菜即可。

特点 豆腐漂浮在汤面上，形似莲蓬，洁白鲜嫩，清香味美。

厨师 陈林伯