

八大
菜系丛书



鲁菜

中国烹饪协会 主编

鲁菜概述

鲁菜，又叫山东菜。历史悠久，影响广泛。是中国饮食文化的重要组成部分，成为中国四大菜系之一，以其味鲜咸脆嫩，风味独特，制作精细享誉海内外。古书云：“东方之域，天地之所始生也。鱼盐之地，海滨傍水，其民食鱼而嗜咸。皆安其处，美其食。”（《黄帝内经·素问·异法方宜论》）齐鲁大地就是依山傍海。物产丰富，经济发达的美好地域，为烹饪文化的发展、山东菜系的形成，提供了良好的条件。早在春秋战国时代齐桓公的宠臣易牙就曾是以“善和五味”而著称的名厨；南北朝时，高阳太守贾思勰在其著作《齐民要术》中，对黄河中下游地区的烹饪术作了较系统的总结，记下了众多名菜做法，反映当时鲁菜发展的高超技艺；唐代，段文昌，山东临淄人，穆宗时任宰相，精于饮食，并自编食经五十卷，成为历史掌故。到了宋代，宋都汴梁所称“北食”即鲁菜的别称，已具规模。明清两代，已经自成菜系，从齐鲁而京畿，从关内到关外，影响所及已达黄河流域、东北地带，有着广阔的饮食群众基础。

山东古为齐鲁之邦，地处半岛，三面环海，腹地有丘陵平原。气候适宜，四季分明。海鲜水族、粮油畜牲、蔬菜果品、昆虫野味一应俱全，为烹饪提供了丰盛的物质条件。庖厨烹技全面，巧于用料，注重调味，适应面广。其中尤以“爆、炒、烧、熘”等最有特色。正如清代袁枚称：“滚油炮（爆）炒，加料起锅，以极脆为佳。此北人法也。”瞬间完成，营养素保护好，食之清爽不腻；烧有红烧、白烧，著名的“九转大肠”是烧菜的代表；“熘”是山东独有的烹调方法，其主料要事先用调料腌渍入味或夹入馅心，再沾粉或挂糊，两面熘煎至金黄色。放入调料或清汤，以慢火煤尽汤汁，使之浸入主料，增加鲜味。山东广为流传的锅塌豆腐、锅熘菠菜等，都是久为人们所乐道的传统名菜。

鲁菜还精于制汤。汤有“清汤”、“奶汤”之别。《齐民要术》中就有制作清汤的记载，是味精产生之前的提鲜佐料。俗称“厨师的汤，唱戏的腔”。经过长期实践，现已演变为用肥鸡、肥鸭、猪肘子为主料，经沸煮、微煮、“清哨”，使汤清澈见底，味道鲜美。奶汤则呈乳白色。用“清汤”和“奶汤”制作的数十种菜，多被列为高级宴席的珍饈美味。

烹制海鲜有独到之处。对海珍品和小海味的烹制堪称一绝。在山东，无论是参、翅、燕、贝，还是鳞、介、虾、蟹，经当地厨师妙手烹制，都可成为精彩鲜美的佳肴。仅胶东沿海生长的比目鱼（当地俗称“偏口鱼”），运用多种刀工处理和不同技法，可烹制成数十道美味佳肴，其色、香、味、形各具特色，百般变化于一鱼之中。以小海鲜烹制的“油爆双花”、“红烧海螺”、“炸蛎黄”以及用海珍品制作的“蟹黄鱼翅”、“扒原壳鲍鱼”、“绣球干贝”等，都是独具特色的海鲜珍品。

善于以葱香调味。在菜肴烹制过程中，不论是爆、炒、烧、熘，还是烹调汤汁，都以葱丝（或葱末）爆锅，就是蒸、扒、炸、烤等菜，也借助葱香提味，如“烤鸭”、“烤乳猪”、“锅烧肘子”、“炸脂盖”等，均以葱段为佐料。

随着历史的演变和经济、文化、交通事业的发展，鲁菜又逐渐形成了济南、胶东两地分别代表内陆与沿海的地方风味。

泉城济南，自金、元以后便设为省治，济南的烹调大师们，利用丰富的资源，全面继承传统技艺，广泛吸收外地经验，把东路福山、南路济宁、曲

阜的烹调技艺融为一体，将当地的烹调技术推向精湛完美的境界。济南菜取料广泛，高至山珍海味，低至瓜、果、菜、蔬，就是极为平常的蒲菜、芸豆、豆腐和畜禽内脏等，一经精心调制，即可成为脍炙人口的美味佳肴。济南菜讲究清香、鲜嫩、味纯，有“一菜一味，百菜不重”之称。鲁菜精于制汤。则以济南为代表。济南的清汤、奶汤极为考究，独具一格。在济南菜中，用爆、炒、烧、炸、塌、扒等技法烹制的名菜就达二三百种之多。济南饮食业历来十分兴盛，原有的聚丰德、燕喜堂、汇泉楼等曾久负盛名的老店，均以经营山东传统风味菜闻名遐迩。

烟台菜属胶东风味，以烹制海鲜见长。胶东菜源于福山，距今已有百余年历史。福山地区作为烹饪之乡，曾涌现出许多名厨高手，通过他们的努力，使福山菜流传于省内外，并对鲁菜的传播和发展做出了贡献。烟台是一座美丽的海滨城市，山青水秀，果香鱼肥，素有“渤海明珠”美称。“灯火家家市，笙歌处处楼”，是历史上对烟台酒楼之盛的生动写照。山东风味独特的海鲜菜，以烟台为代表，仅用海味制作的宴席，如全鱼席、鱼翅席、海参席、海蟹席、小鲜席等，构成品类纷繁的海味菜单。著名的风味饭店有蓬莱春、会宾楼、松竹林、天鹅饭店等，都以经营传统胶东风味菜而著称。

青岛不仅有景色秀丽的海滨风光供人游览，也有佳肴供人品尝。青岛也以善烹海鲜驰名，基本属于福山风味，但又不乏本地特色，口味注重清淡、鲜嫩，讲究花色造型。随着对外开放和旅游事业的发展，青岛市为数众多的宾馆饭店争相开业；一些历史名店、老店，经过装饰改造，也获得新生。著名的春和楼饭店、被誉为岛上明珠的青岛饭店，均以其设备整洁典雅，菜品精细味美，服务热情周到而著称。

出于曲阜的孔府菜历史悠久，用料讲究，刀工细腻，烹调程序严格、复杂。口味讲究清淡鲜嫩、软烂香醇、原汁原味。对菜点制作精益求精，始终保持传统风味，是鲁菜中的佼佼者。原曾封闭在府内的孔府菜，80年代以来也走向了市场，济南、北京都开办了“孔膳堂”。

鲁西、鲁北禽蛋菜、泰安以豆制品为主要原料的素菜，以及鲁中地区具有齐国遗风的肉、鱼菜，各具特色。

山东菜正是集山东各地烹调技艺之长，兼收各地风味之特点而又加以发展升华，经过长期的历史演化而形成的。80年代以来，国家和政府将鲁菜烹饪艺术视作珍贵的民族文化遗产，采取了继承和发扬的方针，从厨的一代新秀在茁壮成长，他们正在为鲁菜的继续发展做出新的贡献。

总 序

自从我们国家实行改革开放政策以来，人民群众的生活日趋改善，对美食的需求也与日俱增。这些年，菜谱风行一时足可反映一斑。因此，在中国烹饪协会与原商业部饮食服务业管理司组织编写了一套《中国名菜谱》以后，不少朋友提出希望，要求出版一批比较规范且能适应更广泛社会需求的普及的风味菜谱。

为此，我们组织了这一批山东、江苏、四川、广东、浙江、福建、湖南、安徽八大风味体系的菜谱贡献给广大读者。内容以中档为主，兼收少部分高档名菜和民间菜品，既有传统的，也有创新的。为了保证质量，各省参与编撰者有从事饮食工作数十年的老同志，有从事烹饪教学、研究的专家、学者与教师，也有具备多年烹饪实践经验的烹调师，故而在保证各省风味特色方面具有相应的准确性、规范性。这套书既适合家庭应用，也宜于青年烹调师之学习与参考，对于广大海外华人也具有实用价值，特向亲爱的读者推荐、介绍。

书中若有舛误、不当之处，欢迎批评指导。

中国烹饪协会常务副会长兼秘书长林则普

1996年12月于北京

鲁菜

1. 拌肘子

这是一个凉拌菜，熟时肉鲜香不腻，配料黄瓜（或莴苣）脆嫩爽口，极宜佐酒。

【原料】

熟白肘肉 250 克，黄瓜（或莴苣）100 克，酱油 35 克，醋 25 克，芝麻油 5 克。

【制法】

1. 准备工作：熟白肘肉切成大片；黄瓜洗净，沥去水分，用刀稍拍后切成象眼块。

2. 调味：先将黄瓜放盘内，再把肘肉摆在上面；碗内放酱油、醋、芝麻油调匀成拌汁，浇在盘内菜上即成。

2. 拌里脊丝

此菜里脊滑嫩，配料鲜脆，清凉爽口，适宜佐酒。

【原料】

猪里脊肉 150 克，莴苣 100 克，精盐 1 克，酱油 40 克，醋 30 克，鸡蛋清 1 个，湿淀粉 10 克，香油 5 克，白油 500 克（约耗 40 克）。

【制法】

1. 准备工作：将猪里脊肉片成长 3.6 厘米，厚 1.5 毫米的片，再顺着肉纹切成粗 1.5 毫米的丝，放碗内，加精盐、鸡蛋清、湿淀粉抓匀；莴苣切长 3 厘米，粗 3 毫米的丝。炒勺放中火上，倒入白油，烧至五成热时，放入里脊丝，用铁筷子搅动拨散，至熟时捞至温水中淘洗去油，再用凉开水冲凉。

2. 调味：将莴苣丝放盘内，里脊丝盖在上面，浇上用酱油、醋、香油调成的拌汁即成。

3. 五香酱肉

猪肉加五香药料酱制后，色泽红润，肉质嫩烂，香气扑鼻，味道醇厚，制法简单，取食方便，是热制冷吃的酒菜。

【原料】

带皮猪肉 5000 克，酱油 1000 克，精盐 200 克，葱、姜共 200 克，药料 10 克。

【制法】

1. 准备工作：将猪肉刮洗净，切成 10 块，放入水锅中，用旺火烧沸后，即捞至冷水中洗净；葱切长 3 厘米的段；姜稍拍；药料用洁布包好。

2. 烹调：锅内加清水（以漫过肉为度），放入肉、酱油、盐、葱、姜、药料，用铁算子将肉压住，在旺火上烧沸，撇去浮沫，移至微火上焖煮，至肉熟时捞出，皮朝下盛在盆内晾凉。锅内汤烧沸，撇净浮油，晾凉倒入肉盆内即成。吃时将肉捞出，切薄片装盘。

【附注】

1. 如无带皮猪肉，无皮猪肉亦可，但色、味较差。煮肉的原汤可留作下次煮肉时继续使用，肉的香味更加醇厚。

2. 按此法亦可酱制猪肝、心、肺、肚、肠、尾、头、蹄、排骨。

4. 炆腰花

猪腰划上麦穗花刀，再经炆制后，色调淡雅，质地脆嫩，味道清鲜，适宜佐酒。

【原料】

猪腰子 400 克，水发玉兰片 50 克，水发木耳 25 克，南荠 50 克，茼蒿 50 克，清汤 30 克，精盐 1.5 克，酱油 0.5 克，绍酒 2.5 克，味精 0.5 克，花椒油 5 克。

【制法】

1. 准备工作：将猪腰子除去外皮，用刀从中片成两半，片去腰臊。在片开一面划上麦穗花刀，然后切长 3 厘米，宽 1.5 厘米的块。玉兰片切长 2.4 厘米，宽 1.2 厘米的片；木耳切成两半；南荠削皮、切片；茼蒿切象眼片；均用沸水氽过。清汤、精盐、酱油、绍酒、味精、花椒油放碗内，调匀成炆汁。

汤勺内放清水 750 克，在旺火上烧沸后放入腰花，用手勺搅动一下，迅速捞至凉开水中浸一下，捞出挤去水分。

2. 炆制：将腰花、玉兰片、木耳、南荠、茼蒿放碗内，倒上炆汁调拌均匀，盛入盘内即成。

5. 醉腰丝

“醉”是一种以绍酒为主要调料的腌制方法。腰丝经醉腌后，脆嫩清鲜，酒香味浓，为爽口凉菜。

【原料】

猪腰子 500 克，水发玉兰片 100 克，水发香菇 100 克，嫩菜心 25 克，葱椒绍酒 50 克，精盐 0.5 克，酱油 50 克，味精 1.5 克，姜末 1.5 克。

【制法】

1. 准备工作：将猪腰洗净，撕去外皮，用刀片成两半，片去腰臊，坡刀每隔 6 毫米划一刀，深为猪腰厚度的 1/2，再横着刀纹切成粗 4 毫米的丝，放清水中泡去血水和臊味；汤勺内放清水 750 克，在旺火上烧至八成热，随即放入腰丝，用手勺搅动一下，迅速捞至凉开水中浸一下，捞出挤干水分。玉兰片、菜心均切成长 3.5 厘米、粗 3 毫米的丝，香菇切成丝，均用沸水氽过。

2. 调味：将葱椒绍酒、酱油、精盐、味精放碗内对成醉汁，加玉兰片、菜心、香菇、腰丝调拌均匀，腌 20 分钟后，装入盘内，撒上姜末即成。

6. 松子肚卷

此菜原系济南洛口名厨彭珂所创。猪肚内装入用松子仁末等调好口味的肉条，再经酱制后，外皮红润，肚脆肉嫩，松子香味甚浓，适宜佐酒。

【原料】

猪肚 1 个（约重 750 克），带皮猪肉 1500 克，松子仁末 100 克，葱丝 50 克，白矾 25 克，精盐 50 克，酱油 250 克，五香面 2.5 克，姜丝 2.5 克。

【制法】

1. 准备工作：将猪肚放沸水中煮 5 分钟捞出，把里边翻过来，加白矾、精盐 2.5 克搓净粘性，用清水洗净；猪肉切长 3 厘米、宽 1.5 厘米、厚 6 毫米的条（每条均带肉皮）。

2. 烹调：将猪肉条放在盆内，加松子仁末、精盐、五香面、酱油、葱丝、姜丝拌匀，装入肚内，用竹扦别住开口处，放入酱锅内用微火煮约 4 小时捞出，放案板上，用 1 尺见方的洁布把猪肚包住，上面放一平板，再压 20 斤重物把肚压平。

食时切薄片装盘。

7. 卷煎

山东传统菜肴。据清·康熙年版之《食宪鸿秘》记载：“卷煎，将蛋推皮，以碎肉加料卷好，仍用蛋糊口。猪油、白糖、甜酱和烧。切片用。”制法是先将馅料卷起，后再烧之。后经改进，成为今天的卷而蒸成。在历史有记载距今近三百年的菜肴，可谓难得。此菜黄白相间，切成片状，是极有特色的碟菜。

【原料】

猪嫩瘦肉 150 克，鸡蛋清 1 个，湿淀粉 50 克、花生油 15 克鸡蛋 2 个，
精盐 7 克，芝麻油 15 克。

【制法】

1. 准备工作：将猪嫩瘦肉剁成碎馅，放入碗内，再加精盐、鸡蛋清、湿淀粉、芝麻油调匀成馅；鸡蛋另磕碗内，搅打均匀。

将炒勺放中火上，烧热后加入花生油晃匀，至五成热时，倒入鸡蛋，随即将炒勺晃动使蛋液成为直径 1 尺左右、厚薄均匀的薄饼。再将炒勺翻过朝下，用火嘘一下，取下成蛋皮。

将蛋皮饼平铺案板上，把馅均匀摊在蛋皮上，抹平后卷起，成蛋卷。

2. 蒸制：将蛋卷放在大盘内，入笼用旺火蒸 15 分钟取出，用洁净白纱布包起，上压重物晾凉即成。

食时，切薄片装盘。

【附注】

也可用紫菜作皮。馅料还可用鱼、虾、鸡肉调制。

8. 锅烧肘子

锅烧，是古老的烹调方法，在元代《居家必用事类全类》庚部，记有，“锅烧肉”一菜，制法简单，原文如下：“猪羊鹅鸭等，先用盐、酱、料物腌一二时。将锅洗净烧热，用香油遍浇，用柴棒架起肉，盘合纸封，慢火烘熟。”这是很典型的“锅烧”。经过数百年的沿变，山东仍保留此菜，但制法已大大不同了。实际是将熟料挂糊炸，改刀，食时佐大葱、甜面酱，用荷叶饼卷吃。外焦肉嫩，表皮黄色，肉香可口。

【原料】

猪前肘（去骨）500 克，湿淀粉 200 克，花椒面 3 克，料酒 10 克，鸡蛋 50 克，酱油 50 克，精盐 3 克，油耗 100 克。

【制法】

1. 准备工作：将肘子放入水锅内，用旺火煮透，取出洗净晾凉，切成大片，皮面朝下摆入碗内，加入酱油、料酒、葱段姜片，腌渍后，放展中蒸 1 小时左右。

用湿淀粉，鸡蛋、精盐、料酒、酱油调成糊，一半糊摊平盘内，把肘子片摆上（保持肘子原形），将剩下的朝肘子表面抹平。

2. 烹调：把净锅放旺火上，加大锅油，烧至七成熟时，将肘子保持原形推入油锅内炸，使其外壳炸硬时，用手铲托起肘子，慢火炸熟，翻过后，用铁筷子戳几个小孔，至炸透后，捞出控净油，改刀摆在盘内，花椒面撒上。

大葱段、甜面酱、荷叶饼同时上桌佐食。

9. 八宝辣酱

此菜选用四荤四素八种原料炒制而成，故称“八宝”。质地酥、脆、软、滑、嫩，味道香、辣、咸略甜，以“蚕豆酱”为主进行调味，具有特殊清香气味。

【原料】

鸭胗 50 克，鸡脯肉 50 克，炸花生米 50 克，蚕豆酱 50 克，水发木耳 15 克，白糖 15 克，湿淀粉 25 克，葱姜末 2.5 克，虾仁 50 克，猪里脊肉 50 克，冬笋 50 克，清汤 50 克，绍酒 15 克，辣椒 25 克，精盐 2 克，白油 500 克（约耗 75 克）。

【制法】

1. 准备工作：将鸭胗片去筋皮，划上蓑衣花刀，切成 1.5 厘米见方，厚 6 毫米的丁；鸡脯肉，猪里脊肉切成 1.5 厘米见方、厚 6 毫米的丁；用精盐 1 克，鸡蛋清 1/2 个、湿淀粉 15 克抓匀；虾仁用鸡蛋清、精盐 0.5 克，湿淀粉抓匀。辣椒去蒂、籽，切成 1.5 厘米见方的块。木耳撕小块；冬笋切成 1.5 厘米见方，厚 3 毫米的片；均用沸水氽过，沥净水分。花生米剥去外皮。蚕豆酱剁碎。

2. 烹调：炒勺放中火上，加白油烧至五成热，把虾仁放入搅动拨散，熟透捞出；再放鸡丁、肉丁、鸭胗，快速拨散，捞出；勺内留油 25 克，放葱姜末、辣椒，炸出香味，加蚕豆酱炒熟，放清汤烧沸后，再放木耳、笋丁、鸡丁、肉丁、鸭胗、精盐、白糖、绍酒、颠翻煸炒，然后加花生米、虾仁，颠翻出勺即成。

10. 荤素豆腐

熟猪肉与豆腐同炒，一荤一素，味浓可口。

【原料】

白猪五花肉 100 克，豆腐 250 克，青菜心 50 克，精盐 2.5 克，酱油 10 克，绍酒 5 克，清汤 50 克，味精 1 克，葱片 5 克，花椒油 5 克，花生油 500 克（约耗 50 克）。

【制法】

1. 准备工作：将豆腐蒸透、晾凉，片去硬皮和猪肉均切成长 3.6 厘米的块；青菜心洗净，切成长 3 厘米的段。

2. 烹调：炒勺放中火上，加花生油烧至六成热，把豆腐放入炸至金黄色捞出；炒勺内留油 25 克，放葱片炸出香味，把肉和青菜心加入稍煸，随即放入豆腐、清汤、酱油、精盐，颠翻偏匀后，再放绍酒、味精，淋上花椒油颠翻均匀，盛出即成。

11. 肉茸豆腐

此菜是在豆腐经烹烧后，再把经煸炒的肉茸浇在豆腐上、鲜嫩味美，宜作下饭菜品。

【原料】

豆腐 300 克，熟火腿末 15 克，水发海米末 15 克，精盐 1 克，葱椒绍酒 15 克，味精 1.5 克，葱姜末 2.5 克，猪瘦肉 75 克，冬笋末 15 克，水发冬菇末 10 克，酱油 25 克，清汤 200 克，湿淀粉 5 克，白油 50 克。

【制法】

1. 准备工作：将猪瘦肉剁成茸泥；豆腐片去硬皮切成 2.1 厘米见方的块，放至清水锅内煮至漂起时捞出。

2. 烹调：炒勺放火上加白油 25 克，用旺火烧至八成热，放清汤 150 克，酱油 15 克，精盐烧沸，放进豆腐，移至微火上煨至汤尽时盛入汤盘内。炒勺放中火上，加白油烧至六成热，放葱姜末炸出香味，加猪肉茸煸熟，再放酱油、清汤、葱椒绍酒、海米末、冬笋末、冬菇末、火腿末烧沸，放味精，

用湿淀粉勾芡，浇在豆腐上即成。

12. 四喜丸子

“四喜丸子”是以吉言而得名，故常用于喜寿宴席饭菜。鲜香软嫩，入口即散，色红个大，4个一盘。

【原料】

猪肥瘦肉 300 克，南荠 50 克，酱油 60 克，清汤 750 克，湿淀粉 50 克，大葱白 3 根，花椒油 10 克，水发玉兰片 50 克，精盐 12 克，绍酒 10 克，鸡蛋清 2 个，葱姜末 10 克，姜片 10 克。

【制法】

1. 准备工作：将猪肥瘦肉切成 4 毫米见方的丁。南荠削皮，与玉兰片均切成 3 毫米见方的丁，一起用沸水氽过；大葱白从中劈开，切成长 6 厘米的段。碗内放肉丁、南荠丁、玉兰片丁、葱姜末、酱油 15 克，精盐 5 克，绍酒 5 克搅拌均匀，用手团成 4 个大丸子；鸡蛋清、精盐、湿淀粉 35 克放在另一碗内调成蛋糊待用。

2. 烹调：炒勺放中火上，加白油烧至五成热，将丸子逐个蘸满蛋糊下油，炸至八成熟对用漏勺捞出。砂锅内放大葱白垫底，丸子放上面，加清汤、酱油、姜片，在中火上烧沸后，撇去浮沫，移至微火上炖至汤剩一半时，取出葱姜不要，把丸子捞至汤盘内。炖丸子的原汤倒入汤勺内，烧沸后用湿淀粉勾芡，加入绍酒、花椒油搅匀，浇在丸子上即成。

13. 南煎丸子

此菜是一个特异的济南菜，丸子实为扁形丸子，味道咸中带甜，色泽红润，软嫩鲜香，适口不腻。

【原料】

猪肥瘦肉 250 克，精盐 1.5 克，酱油 35 克，绍酒 15 克，味精 2 克，白糖 10 克，清汤 250 克，鸡蛋清 1 个，湿淀粉 30 克，葱末 3，5 克，姜末 1.5 克，花椒油 10 克，白油 200 克（约耗 60 克）。

【制法】

1. 准备工作：将猪肥瘦肉切成 1.5 毫米见方的小丁，放碗内，加精盐、酱油 5 克，绍酒 5 克，葱末、姜末调匀，再加入鸡蛋清、湿淀粉搅匀成馅。

2. 烹调：炒勺放小火上，加白油烧至三成熟时，将炒勺端离火眼。把肉馅挤成直径 1.8 厘米大的丸子，逐个下勺，在小火上煎至四成熟时，将丸子全部翻过来，用手铲按扁继续煎至八成熟时，滗出油，加清汤、酱油、白糖煨炸，至汤剩 2/3 时，放绍酒、味精、湿淀粉轻轻颠匀，淋花椒油，盛入盘内即成。

【注意】

丸子下勺煎时，应随时活动炒勺，以免煎糊。盛盘后应平摆一层，不可罗叠。

14. 三鲜肉丝

将肉丝与海参、玉兰片同炒，谓之三鲜，是炒肉丝中的精品，常作宴席行件菜用之。

【原料】

猪瘦肉 75 克，水发玉兰片 50 克，葱 10 克，白油 40 克，精盐 1 克，料酒 15 克，湿淀粉少许，水发海参 50 克，水青豆 25 克，姜 5 克，鸡油 10 克，酱油 15 克，清汤 50 克。

【制法】

- 1.准备工作：将猪肉洗净，切成肉丝，海参、玉兰片、葱、姜都切成丝。
- 2.烹调：将青豆、海参、玉兰片用开水焯过，捞出备用。炒勺放火上，加入白油烧至七成热，放入葱姜一炸，放肉丝搂匀划开，加精盐、酱油、料酒拌炒；再放海参丝、玉兰片丝、青豆同炒，加清汤，最后用湿淀粉勾芡，淋上鸡油即成。

15. 油包三丝

猪肉、鸡、笋切成丝，再用猪网油包成卷炸制后，外皮黄亮酥脆，卷内肉嫩味精，热食冷吃皆宜。

【原料】

猪网油 2 张，猪里脊肉 100 克，鸡脯肉 100 克，水发冬笋 50 克，精盐 5 克，绍酒 15 克，鸡蛋清 3 个，面粉 100 克，葱丝 25 克，姜丝 25 克，香油 25 克，花生油 1000 克（约耗 50 克）。

【制法】

- 1.准备工作：将猪里脊肉、鸡脯肉、冬笋均切成长 3 厘米、粗 3 毫米的丝，放碗内，加鸡蛋清 1 个、精盐、绍酒、葱丝、姜丝、香油拌匀待用；鸡蛋清 2 个和面粉放另一碗内搅成蛋糊。

将猪网油洗净，用洁净纱布擦干水，切成宽 9 厘米的片共 6 片，平铺在案板上；将拌好的“三丝”分成 6 份，放在猪网油上面，卷成 6 条长卷。

- 2.烹调：炒勺放中火上，倒入花生油，烧至六成热时，将网油卷逐条沾满蛋糊，放油内炸，待“三丝”熟透，外皮呈淡黄色时捞出，沥净油。每条网油卷再切 4 块，整齐地摆入盘内即成。

16. 扒牛肉条

质地较嫩的牛脊肉，经长时间烹制，色泽红润，酥烂味浓。

【原料】

牛脊肉 750 克，酱油 50 克，湿淀粉 15 克，姜片 5 克，香油 25 克，精盐 5 克，绍酒 25 克，葱段 50 克，八角 3 瓣。

【制法】

- 1.准备工作：将牛肉放冷水中泡透，洗净血水，放清水锅内用中火煮透，捞出洗净。锅内加清水 2000 克，牛肉、葱段 25 克，姜片 2.5 克，旺火烧沸后撇去浮沫，盖上锅盖，用小火煮二三小时，熟透捞出晾凉，切去肉上的脂皮及不整齐的边，横着肉纹切成长 9 厘米、宽 3 厘米、厚 3 毫米的条，光面朝下整齐地摆入碗内，加酱油 25 克，精盐、绍酒、葱段、姜片、八角、煮肉的汤，上笼蒸 20 分钟取出，去掉葱、姜、八角。

- 2.烹调：将牛肉碗内的汤滗入汤勺内，牛肉扣在盘内；汤勺放中火上，加酱油烧沸后，用湿淀粉勾芡，淋上香油，浇在牛肉上即成。

17. 九转大肠

此菜是传统济南名菜，对“九转”之说，原来众说纷坛，笔者 70 年代末反复访问济南老厨师，最后由已故名厨孔宪垣处得知，说是源于道家“九转金丹”，最初是清末济南城内“九华楼”饭庄首创，是形容此菜经过多次烧炼之意。之后为使此菜正名，写了此菜的来龙去脉。文章发表在《中国烹饪》1980 年第 4 期上，自此后国内多家杂志、报刊转载。此菜是鲁菜馆的保留菜肴，50 年代末编撰的《中国菜谱》曾在两册（北京、山东）三次列入此菜。可见其重要程度。此菜品红亮，五味俱全，肥而不腻。不过随着饮食变

迁，人们防高脂肪而不再多食大肠，使之经营不再兴盛。

【原料】

熟大肠 3 条（750 克）、酱油 25 克，清汤 150 克，肉桂粉 0.5 克，胡椒粉 0.5 克，葱姜蒜共 15 克，熟油 100 克，白糖 100 克，醋 50 克，料酒 10 克，砂仁粉 0.5 克，香菜 5 克，精盐 2 克，花椒油 15 克。

【制法】

1. 准备工作：将熟大肠（细尾部切去不用）切成“扳指”段，放沸水中一焯，捞出控净水；葱姜蒜切末。

2. 烹调：净锅放火上，添大锅油，烧至七成热，将大肠放入炸至呈大红色，捞出控净油。

净锅留底油，烧热，入葱姜蒜爆锅，用醋一烹，放入白糖炒糖色，下大肠裹匀，下酱油清汤、料酒，改慢煨至汤剩 1/4 时，加胡椒粉、肉桂、砂仁，淋上花椒油，颠翻均匀，撒上香菜末，盛盘中。

18. 焦熘里脊

里脊先炸成外焦里嫩，再放勺内紧裹一层芡汁，为之焦熘，是一种特殊的烹调法。

【原料】

猪里脊肉 200 克，精盐 1 克，酱油 10 克，醋 15 克，绍酒 10 克，清汤 200 克，鸡蛋清 1 个，湿淀粉 50 克，葱末 2.5 克，姜末 1 克，蒜末 2.5 克，花生油 1000 克（约耗 75 克）。

【制法】

1. 准备工作：将猪里脊肉切成长 4.5 厘米、宽 3 厘米、厚 0.3 厘米的片，放碗内，加精盐、鸡蛋清、湿淀粉 25 克抓匀。

2. 烹调：炒勺放中火上，倒入花生油，烧至六成熟时，将里脊片逐片放入油内，炸至呈深黄色发酥时捞出；炒勺内留油 35 克，放葱、姜、蒜末，炸出香味时烹上醋，加入酱油、清汤、绍酒烧沸，用湿淀粉勾芡，再倒入炸好的里脊片，颠翻两下，使芡汁都均匀地粘裹在里脊片上即成。

【注意】

1. 里脊片下勺裹汁时动作要迅速，以免外层口软；芡汁数量不宜过多，以食后盘内无余汁为宜。

2. 还可切块，盖浇蕃茄汁，色红橙色，味有酸甜味，是近代兴起的焦熘菜品。

19. 油爆双脆

这是一个历史悠久的传统名菜。以油爆的方法把肚头、鸡胗两种原料爆成，脆嫩滑润，清鲜爽口，名曰“双脆”。

【原料】

猪肚头 200 克，精盐 4.5 克，绍酒 10 克，清汤 50 克，湿淀粉 25 克，鸡胗 150 克，味精 1.5 克，葱末 1.5 克，蒜末 1.5 克，姜末 0.5 克，白油 500 克（约耗 50 克）。

【制法】

1. 准备工作：将肚头剥去脂皮硬筋洗净，用刀划上网状花刀，放碗内，加精盐 1.5 克，湿淀粉 10 克抓匀。鸡胗洗净，片去内外筋皮，用刀划上间隔 1.5 毫米的十字花刀，放另一碗内，加精盐 1 克，湿淀粉 5 克抓匀。清汤、绍酒、味精、精盐、湿淀粉对成芡汁。

2. 烹调：炒勺放旺火上，加白油，烧至八成熟时，把鸡脸、肚头下入油内，用铁筷迅速拨散，倒入漏勺内；炒勺内留油 25 克，放入葱、姜、蒜末炸出香味，随即倒入鸡胗、肚头及对好的芡汁，颠翻两下，盛入盘内即成。

20. 爆三样

“三样”由猪腰、猪肝、猪瘦肉组成，经油爆后，鲜嫩滑润，香醇不腻。

【原料】

猪腰 300 克，猪肝 75 克，猪瘦肉 75 克，菜花 25 克，水发玉兰片 25 克，南荠 25 克，毛豆子 15 粒、精盐 5 克，绍酒 10 克，味精 2.5 克，清汤 50 克，鸡蛋清 1 个，湿淀粉 20 克，葱蒜末各 1.5 克，白油 500 克（约耗 60 克）。

【制法】

1. 准备工作：将猪腰除去外皮，从中片成两半，片去腰臊，与猪肝、猪瘦肉均片成长片，放碗内，加精盐 2 克，鸡蛋清、湿淀粉 12.5 克抓匀。菜花切小块，玉兰片切成长的薄片，南荠削皮，切成片，与毛豆子一起用沸水氽过；清汤、精盐、绍酒、味精、湿淀粉放入另一碗内对成芡汁待用。

2. 烹调：炒勺放中火上，加白油，烧至八成熟时，将猪腰、肝、瘦肉一起下入油内，用铁筷搅散，至熟时倒入漏勺内；炒勺内留油 25 克，放葱姜蒜末，炸出香味时放入猪腰、肝、瘦肉和菜花、玉兰片、南荠、毛豆子，用手勺迅速搅匀，再倒入对好的芡汁，颠翻两下，盛入盘内即成。

21. 三下锅

此菜用炖的烹调方法制做而成。成品肉烂味香醇，肥而不腻，系潍坊民间名吃，深受广大群众欢迎。

【原料】

带皮猪肉 1000 克，小红萝卜 1000 克，酱油 25 克，清汤 1000 克，甜面酱 25 克，芝麻油 15 克，净肥母鸡 1000 克，精盐 10 克，绍酒 25 克，葱段 5 克，姜片 5 克，八角 2 克。

【制法】

1. 准备工作：将猪肉洗干净，切成 4 厘米见方的块；净肥母鸡冲洗干净，剁成 3.5 厘米见方的块；小红萝卜洗净，切三角块。

2. 烹调：将猪肉块、鸡块放入汤锅内焯过，捞出用冷水洗净，控干水分；炒勺放中火上，加入芝麻油，烧至五成熟时，放葱段、姜片、八角，炸出香味时，放甜面酱炒熟，加入清汤、酱油、精盐、绍酒、猪肉和鸡块，烧开后移至微火炖至六成熟时，放入小红萝卜块，继续炖至熟烂，盛出即成。

22. 金针肉

此菜以所用配料命名。经烧制色泽红润，肉片香烂，味道清鲜，肥而不腻。

【原料】

猪硬肋肉 350 克，精盐 0.5 克，绍酒 25 克，清汤 150 克，白糖 10 克，金针菜 50 克，酱油 40 克，甜面酱 15 克，葱姜丝 5 克，湿淀粉 10 克，白油 35 克。

【制法】

1. 准备工作：将猪硬肋肉用铁筷子叉起，在旺火上肉皮燎至淡黄色，放入八成熟的水内浸泡约 5 分钟，用小刀刮去黄皮，切成长 9 厘米、宽 3 厘米、厚 6 毫米的片，用酱油 15 克，绍酒 10 克，精盐渍匀。

金针菜用温水泡软，择去老根洗净，用沸水氽过捋成把，用刀从中切两

段，放碗内，加甜面酱、葱姜丝、酱油 10 克，绍酒 10 克，白油 10 克，调拌均匀；将肉片皮面朝下摆放在粗瓷碗内（成鱼鳞状），金针菜放肉上。

2. 烹调：炒勺放小火上，加白油 15 克，白糖炒至血红色时烹上绍酒 10 克，酱油 10 克，随即倒入肉碗内；将肉碗放入笼屉中用旺火蒸约两小时取出，把肉扣在盘里；蒸肉的汤滗入汤勺内，再加入清汤、酱油、绍酒烧沸，撇去浮沫，加白油、湿淀粉搅匀，浇在肉上即成。

23. 熘黄菜

此菜是传统北方菜，菜名还保留着古老饮食习俗，如北方人不称“蛋”字，所以鸡蛋菜称为“木樨”、“黄菜”。在清代笔记小说中记有此事，原文记下：“有一南客不食鸡卵，初至北地早尖（吃早点之意），下舆入店，呼店伙甚急，其状似甚饥，开口便问：有好菜乎？答曰：有木樨肉。好，速取来。及献于几，则所不食也，虑为人所笑，遂不敢言。又问，别有佳者乎？答曰：摊黄菜何如？客曰：早言有此，岂不大佳。及献于几仍所不食者，……。”这种菜名称谓反映的是地域之别，因此而闹出笑话，反映流传至今的“熘黄菜”是历史悠久的传统民间菜，地道的山东菜在此也能证之。

此菜制作难度较大，主要是将鸡蛋搅炒成豆腐脑状。成熟后软嫩似豆腐脑，能够自然颤动，鲜香味美。

【原料】

鸡蛋 4 个、南荠（去皮）25 克，青豆末少许、料酒 10 克，湿淀粉 10 克，猪肉 25 克，水发海米少许、精盐 3.5 克，清汤 200 克，白油 50 克。

【制法】

1. 准备工作：将猪肉剁成泥茸，南荠、水发海米切剁成末，把鸡蛋磕碗内，加入肉茸、海米末、南荠末、青豆末、料酒、湿淀粉、清汤、精盐搅打均匀。

2. 烹调：将净勺放中火上，放白油烧至五成热，倒入搅好的蛋液，用手勺推炒，熟后盛汤盘中，撒上火腿末即成。

24. 珊瑚菜卷

此菜口味有辣、咸、酸、鲜四味调和之美，配料呈丝状，色泽鲜艳，以大白菜叶作皮卷成，故名。

【原料】

大白菜叶 2 片，鸡蛋清 1 个，味精 1 克，白糖 10 克，精盐 2 克，玉兰片丝 5 克，葱姜丝少许，淀粉 5 克，肉泥 200 克，酱油 15 克，绍酒 10 克，食醋 5 克，红辣椒丝少许、水发冬菇丝 5 克，清汤 25 克，白油 10 克。

【制法】

1. 准备工作：将大白菜叶用开水稍烫，捞出沾干水分；肉泥用清汤、蛋清、淀粉、精盐、绍酒各少许拌匀。然后均匀地抹在白菜叶上，卷成卷，入笼蒸熟。取出后切成 2.5 厘米的象眼块，摆在盘内。

2. 烹调：勺内放白油 10 克，烧至七成热，放入白糖 10 克，烧至发红时，放进辣椒丝、葱姜丝，然后烹醋，及余下的酱油、绍酒、味精，再放进玉兰片丝、冬菇丝，开起后，浇在白菜卷上即成。

25. 双烤肉

猪肉经两次烤制后，肉皮焦黄，瘦肉红润，肥肉不腻，带有焦香味。用春饼、荷叶饼卷食，别有风味。

【原料】

带皮带骨猪硬肋肉 2500 克，鸡蛋清 4 个，湿淀粉 200 克。

【制法】

1. 准备工作：用铁筷子将猪硬肋肉叉起，在旺火上燎糊肉皮，放入八成热的水内浸泡透，用小刀刮净糊皮，放在汤勺内加清水煮至八成熟捞出；鸡蛋清、湿淀粉搅匀成糊，抹在肉上（皮面不抹）。

2. 烤制：将猪硬肋肉皮面朝下放在烤盘里，入烤炉烤至肉皮呈红色时，翻过来再烤，约烤半小时至熟取出。

3. 装盘：将烤熟的猪硬肋肉用刀刮去糊皮，把肉皮、肥肉、瘦肉切成长块，排骨剁成长段，分开摆在盘内。

上桌时，外带大葱白、甜面酱、萝卜条各一小碟佐食。

【注意】

烤制时应掌握好火力，以用小火为宜。

26. 拼什锦合菜

此菜选用多种原料，用料讲究，菜品有褪红、黄、白、绿等色，色彩绚丽，加芥末一同拌制辣香味浓，清凉可口。

【原料】

水发海参 200 克，水发海米 150 克，水发冻粉 250 克，熟瘦火腿 150 克，白鸡肉 250 克，酱油 40 克，芥末糊 25 克，水发蹄筋 15 克，水发海蜇 50 克，白里脊肉 25 克，鸡蛋糕 20 克，黄瓜 50 克，醋 30 克，香油 5 克。

【制法】

1. 准备工作：将海参、蹄筋用水氽过，晾凉，切成长 5 厘米。粗 0.2 厘米的丝；火腿、鸡蛋糕、海蜇、黄瓜、白鸡肉、白里脊肉均切成长 5 厘米、粗 0.2 厘米的丝；冻粉切成长 5 厘米的段。

2. 拌制：先将蹄筋丝，鸡丝、里脊丝、黄瓜丝、冻粉、海蜇合在一起搅拌均匀，盛在盘内；再将海参丝、火腿丝、蛋糕丝、海米放在上面，把酱油、香油、醋、芥末糊放在一个碗内调匀，浇在盘内菜上即成。

27. 凉拌海蜇

海蜇凉拌后，质脆而韧，清凉爽口，是常用的佐酒佳肴。

【原料】

水发海蜇头 400 克，酱油 40 克，醋 25 克，姜末 5 克，香油 3.5 克。

【制法】

将海蜇放入沸水中氽过，捞出沥净水分，用刀片成薄片，然后放入凉开水中搓洗干净，捞出沥去水，装入盘内；酱油、醋、香油调匀成拌汁，浇在海蜇上，撒上姜末即成。

【注意】

氽海蜇的水要多，火要旺，动作要迅速，否则嚼而不烂。

28. 酱汁鱼

因用甜面酱为主加以调味，所以取名“酱汁鱼”。制作时将酱汁焯入鱼肉内，味香浓醇，是佐酒的上好菜肴。系传统冷碟菜品种。

【原料】

鲜鱼 500 克，酱油 10 克，甜面酱 50 克，绍酒 10 克，白糖 15 克，清汤 250 克，葱末 2.5 克，姜末 1.5 克，花生油 1000 克（约耗 50 克）。

【制法】

1. 准备工作：将鱼刮鳞、去鳃，剖腹去内脏，洗净，切成长 4.5 厘米，

宽 1.8 厘米的条，用酱油 5 克，绍酒 5 克渍匀。

2. 烹调：将炒勺放旺火上，烧至八成热时，把鱼条放入，炸至发红时捞出；炒勺内留油 15 克，放入白糖，炒至糖起泡发黄时，放甜面酱炒熟，随即加入葱、姜末、清汤、绍酒、酱油、鱼条，用微火煨，至汤剩 1/4 时盛出，晾凉即成。

29. 盐水虾

盐水，是济南菜中传统冷菜制法，能保持原料的原色，因取用鲜花椒加以调味，食之具有特殊的清香气味。

【原料】

青虾 300 克，精盐 15 克，绍酒 10 克，清汤 250 克，葱姜 15 克，鲜花椒 1 枝。

【制法】

1. 准备工作：将青虾剪去须、爪及虾枪，洗净；葱姜切成长 2.1 厘米，宽 4.5 毫米的薄片。

2. 烹调：汤勺内放入清水 750 克烧沸后，将虾倒入勺内氽过捞出，另用清汤、绍酒、精盐、葱、姜、鲜花椒和青虾，用中火烧沸后，移至中火上约煮 5 分钟（已熟），倒入盆内浸泡 10 分钟，把虾取出，摆入盘内即成。

30. 煨虾

青虾质嫩味鲜，经煨制后，咸香微甜，是很好的冷拼碟料。也做色味大件菜。

【原料】

青虾 300 克，葱 5 克，姜 2.5 克，精盐 15 克，白糖 15 克，绍酒 10 克，清汤 150 克，花生油 500 克（约耗 50 克）。

【制法】

1. 准备工作：将青虾齐着眼剪去须枪及爪，洗净沥去水分；葱姜均切成长 2.4 厘米，宽 4.5 毫米的薄片。

2. 烹调：炒勺放旺火上，加花生油烧至八成热，放入青虾炸至火红色时捞出，炒勺内留油 15 克，烧至五成热时，放葱、姜片炸出香味，随即放入清汤、绍酒、精盐、白糖、青虾，烧沸后移至微火上，煨至汤汁将尽时即成。

31. 清炖加吉鱼

经清炖之后的加吉鱼，汤呈白色，汁清味浓，鱼肉鲜美，滋味醇厚。

【原料】

加吉鱼 1 条（约重 750 克），猪肥瘦肉 50 克，精盐 5 克，清汤 1000 克，葱 25 克，花生油 100 克，油菜心 100 克，绍酒 10 克，味精 1.5 克，姜 10 克。

【制法】

1. 准备工作：将加吉鱼刮鳞，在肛门处用刀横切一小口（约 1.2 厘米深），用竹筷从鱼嘴插入腹部，绞出内脏，洗净，在鱼的两面均划上棋子花刀；猪肥瘦肉切成长 3 厘米，宽 1.5 厘米，厚 3 毫米的片；葱切段，姜拍碎；油菜心切成长段。

2. 烹调：炒勺放中火上，加花生油烧至六成热，把鱼放入待两面均煎成浅黄色时，加清汤、葱、姜、猪肥瘦肉片、精盐、绍酒，用微火炖约 20 分钟，捞出葱姜不用，将鱼盛入鱼盘内；勺内汤中再加入味精、油菜心烧沸，浇在鱼上即成。

32. 酱焖加吉鱼

此菜是将甜面酱抹入原料刀口中先煎后焖，色泽红润，肉质鲜嫩，具有甜面酱经焖过的特有香味，食之可口，别有风味。

【原料】

加吉鱼 1 条（约重 750 克），水发冬笋 25 克，水发口蘑 10 克，甜面酱 15 克，精盐 1 克，酱油 25 克，绍酒 15 克，清汤 200 克，味精 1 克，葱 1 段、姜 1 片，白油 100 克。

【制法】

1. 准备工作：将鱼刮鳞，去鳃，剖腹去内脏，洗净后，在鱼身两面均划上棋子花刀，刀口内抹上甜面酱；冬笋切成长 4.5 厘米，宽 1.5 厘米的薄片，口蘑片成薄片。

2. 烹调：炒勺放微火上，加白油烧至七成热，将鱼下入勺内，煎至两面发红时，放入葱、姜、酱油、清汤、绍酒、冬笋、口蘑，扣上大盘焖 5 分钟，把鱼翻过，焖透至熟，剔除葱姜，把鱼捞出盛入鱼盘内；勺内汤汁煤泞，浇在鱼上即成。

33. 烧秦皇鱼骨

此菜是用鳊鱼中段加水发鱼骨烧制而成。孔府以“鳊鱼骨”之谐音，名为此菜，以解秦皇“焚书坑儒”之恨。

【原料】

水发鱼骨 100 克，冬菇、笋各 1 片，葱、姜各 2 片，酱油 30 克，料酒、盐水少许，花椒油少许，鳊鱼中段 250 克，蒜瓣 25 克，甜面酱 15 克，清汤 50 克，花生油 50 克，湿淀粉少许。

【制法】

1. 准备工作：把鳊鱼中段去脊骨片成两扇，在鱼外面划 3—4 刀；把鱼骨切长条，蒜瓣用竹签穿两串。

2. 烹调：将鱼骨用清汤“氽”过，捞出控净水分。把鱼骨夹在鳊鱼的刀口内，加酱油 10 克，湿淀粉抓匀。

炒锅放旺火上，加花生油，烧至六成熟时，放入蒜瓣串炸黄捞出，再烧至七成熟时，放入抓匀的鱼段，炸成金黄色捞出控油。

另用砂锅放火上，加白油，烧热后放葱、姜炸过捞出，再放甜面酱沸起后，加酱油、清汤烧煤 1 分钟，离火盛到碗内，把蒜瓣串放在鱼肉上，加盐水。

把碗放入笼屉蒸约 10 分钟取出，扣在汤盘中，取出蒜串不用，把汤水滗到砂锅内。

将砂锅放火上，烧开后加料酒、冬菇、笋片，淋上花椒油，浇到汤盘中即成。

扣入盘中时要注意造型完整。

34. 清炖元鱼

此菜选用鲜活元鱼制成，配有猪肉，汤鲜味美，元鱼肉嫩绵软而不腻，营养价值较高，具有补养之功能。

【原料】

活元鱼 1 只（约重 1000 克），猪肥瘦肉 100 克，清汤 600 克，精盐 1.5 克，蒜末 1.5 克，白油 100 克，酱油 50 克，绍酒 25 克，姜末 2.5 克，葱末 5 克。

【制法】

1.准备工作：将活元鱼仰放在案板上，待其头伸出，把头剃下，放净血后洗净，放沸水内烫过，刮去黑皮；在背甲下面沿骨缝拉一刀口，揭下硬盖，撕下裙边，取出内脏，剃去尾和四爪，用清水洗净；元鱼肉和裙边均剁成2.4厘米见方的块。猪肥瘦肉切成长4.5厘米、宽1.5厘米、厚3毫米的片。

2.烹调：炒勺放中火上，加白油烧至七成热，放葱、姜、蒜末炸出香味，将元鱼肉，裙边和猪肥瘦肉放入勺内，煸炒约3分钟，随即加酱油25克，再煸炒几下，然后加绍酒15克，酱油、精盐、清汤，用微火炖约1小时半，移至旺火上烧沸，撇去浮沫，放入绍酒即成。

35. 黄焖元鱼

经黄焖而成的元鱼，肉酥烂而不碎，味醇厚且甚鲜，色泽红润发亮，是济南地区传统制作方法。

【原料】

活元鱼1只（约重750克），猪肥瘦肉150克，甜面酱15克，精盐2克，酱油10克，绍酒15克，清汤300克，湿淀粉5克，白糖15克，葱、姜1段（片），蒜片5克，葱油5克，白油25克，花生油1000克（约耗50克）。

【制法】

1.准备工作：将活元鱼仰放在案板上，待其头伸出，把头剃下，放净血后洗净，放沸水内烫过，刮去黑皮，在背甲下面沿骨缝拉一刀口，揭下硬盖，撕下裙边，取出内脏，剃去尾和四爪，用清水洗净；元鱼肉和裙边均剁成2.4厘米见方的块，用酱油、绍酒5克抓匀，猪肥瘦肉切成长4.5厘米、宽1.5厘米、厚3毫米的片。

2.烹调：炒勺放旺火上，加花生油烧至八成热时，将元鱼肉下入勺内，炸至五成熟捞出；另用炒勺放白油，中火烧至五成熟时，放白糖炒至起沫发黄，加甜面酱“炒”熟，随即加入葱、姜、蒜、清汤、精盐、绍酒、猪肥瘦肉片，用手勺搅匀，再放入元鱼肉、裙边烧沸，移至微火上，盖上勺帽，焖至熟烂时，剔除葱、姜不甲，用湿淀粉勾芡，淋上葱油，出勺即成。

36. 糖醋鲤鱼

济南北临黄河，河中所产鲤鱼，体色美丽而鲜艳，口与鳍为淡红色，两侧鱼鳞具有金黄色光泽，腹部淡黄色，尾鳍鲜红，其肉味纯正，鲜嫩肥美，是鲤鱼中之珍品。济南百年老店汇泉楼饭庄（原在江家池），对烹制“黄河鲤鱼”有专长，该店所创制的“糖醋鲤鱼”，是把划上百叶花刀的整条鲤鱼裹上粉糊，下油炸至头尾翘起，成金黄色后，再浇上用洛口醋烹制的糖醋汁，使其“吱啦”作响的上桌，形似“鲤鱼跳龙门”。味甜酸微咸，外焦里嫩，香味扑鼻。系传统名菜。

【原料】

黄河鲤鱼1条（约重750克），白糖200克，酱油10克，湿淀粉150克，葱末2克，花生油1500克（约耗200克），醋100克，清汤300克，姜末1克，蒜末2克。

【制法】

1.准备工作：将鱼去鳞，开膛去内脏，挖去两腮，洗净，用刀在鱼身两面均划上百叶花刀，然后提起鱼尾使刀口张开，将精盐撒入刀口内稍腌，再在鱼周身及刀口处均匀地涂上一层湿淀粉糊。

2.烹调：炒勺放旺火上，加花生油烧至七成热时，手提鱼尾放入油内，

其刀口立即张开，用手铲将鱼托住以免粘勺，炸约 2 分钟；用手铲把鱼推向勺边，鱼身即成弓形，鱼脊背朝下，炸约 2 分钟后，再翻过使鱼腹朝下，再炸 2 分钟，以上共炸约 8 分钟，待鱼全部呈金黄色时，取出摆在鱼盘内；勺内留花生油 100 克，烧至六成热时，放葱、姜、蒜末炸出香味，随即烹上醋，放入清汤、白糖、酱油、湿淀粉，烧沸成糖醋汁，用手勺迅速浇在鱼身上即成。

【注意】

1. 糖醋汁最好在鱼快炸好时，另用炒勺烹制，使鱼、汁同时成熟，以保持其特色。

2. 按照传统习惯，鱼吃完后，还要用其头尾做一碗味美适口的“砸鱼汤”。其做法是：将鱼盘内的余汁和鱼的头、尾放入汤勺内，用手勺把鱼头砸碎，再放清汤 500 克，酱油 5 克，盐 1.5 克，醋 50 克，白糖 2.5 克，烧沸后撇净浮沫，撒香菜末 5 克，胡椒面 2.5 克，盛入汤盘内即成。此汤香气扑鼻，有酸、甜、香、辣、咸五味调和之美。

37. 软熘鳊鱼

此菜鱼肉极为软嫩鲜香，口味酸甜适口，色如琥珀，深受食用者喜爱。

【原料】鲜鳊鱼 1 条（约重 1000 克），酱油 20 克，清汤 150 克，葱姜蒜末各 2 克，葱段 3 克，绍酒 15 克，湿淀粉 10 克，姜蒜片各 3 克，葱油 3 克，花生油 1250 克（约耗 60 克）。

【制法】

1. 准备工作：将鳊鱼肚脐处横切 1 厘米深的刀口，从口中取出鳃和内脏，冲洗干净，再放入沸水中一烫，刮鳞洗净；鳊鱼两面均划上波浪刀纹。

2. 烹调：将鱼周身抹上酱油 5 克稍腌；炒勺放旺火上，加花生油，烧至七成热，放进鱼一炸捞出，放上葱段、姜片、蒜片、绍酒 5 克，清汤 50 克，入笼旺火蒸熟，取出，去掉葱、姜、蒜不要，滗去汤；炒勺放旺火上，加花生油 30 克，放白糖炒化，加入葱姜蒜末，随即放酱油、醋、绍酒、清汤烧开后，撇净浮沫，用湿淀粉勾芡，淋上葱油，浇在鱼上即成。

38. 怀抱鲤

孔府的鲤鱼菜，渊源已久，而且还有专用的盛鱼器皿。此菜是用大小各一的鲜鲤鱼经红烧而成。小鱼面向大鱼怀中，分放两格的“鱼船”中。孔子的儿子孔鲤，其墓葬在孔子墓的前面，成为“抱子携孙”的墓葬布局的格式。“怀抱鲤”即由此得名。

【原料】

鲜鲤鱼 1 条（约重 750 克），小鲤鱼 1 条（约重 250 克），肥肉膘 25 克、南荠 25 克，精盐 5 克，料酒 30 克，湿淀粉少许，木耳 1 克，葱、姜、蒜各 10 克，酱油 50 克，清汤 750 克，花生油 1000 克（约耗 75 克），鸡油 10 克。

【制法】

1. 准备工作：把两条鱼挖鳃刮鳞，开膛去内脏，用清水洗净，用刀划成竹叶花，放在盘内。用少许精盐、酱油、料酒涂均稍腌。肥肉膘切丝，葱切成段，姜、蒜切片、南荠用开水焯过切片。

2. 烹调：把炒勺放火上，倒入花生油，烧至九成熟；放入鱼炸成银红色。倒入漏勺；炒勺内留油 15 克，放入葱、姜、蒜一炸，烹上料酒、酱油，倒在汤勺里。

汤勺放火上，把鱼正面向下放入，加清汤、精盐、肥膘、南荠、木耳，烧开3分钟后，用慢火烧15分钟，把鱼翻过来再烧3分钟，先把大鱼正面向上轻轻铲出放入鱼船，再把小鱼轻轻铲出，放在大鱼怀里。

用漏勺捞出汤勺随烧鱼的各配料，匀搭在鱼身上。汤勺放火上，烧开后撇去浮沫，再用湿淀粉勾芡，淋上鸡油，泼在鱼身上即成。

39. 炸椿鱼

用鱼肉片包裹香椿芽谓之“椿鱼”。经炸后色泽金黄，外皮酥脆，鱼肉软嫩，椿芽鲜香。为济南地区春季较盛行的时令菜。

【原料】

猴子鱼肉150克，精盐2.5克，味精1.5克，湿淀粉25克，花生油500克（约耗50克），香椿芽100克，绍酒5克，鸡蛋清2个，葱姜末各1克。

【制法】

1. 准备工作：将猴子鱼肉片成长7厘米，宽3.5厘米，厚0.2厘米的薄片，放入碗内，加精盐1.5克，绍酒、味精、葱姜末抓匀。香椿芽去根部，用水洗净，每根香椿芽用鱼肉一片顺长卷成卷。鸡蛋清、精盐、湿淀粉合在一起，调成稀糊。

2. 炸制：炒勺放在中火上，倒入花生油，烧至七成热时，将“椿鱼”沾匀蛋糊，逐个放入油内，移至微火炸成金黄色，捞出摆入盘内即成。

食时，外带花椒盐蘸食。

40. 锅煽鱼扇

整条鱼顺脊劈成两片，谓之“鱼扇”。用“锅煽”的方法烹调后，色泽金黄，肉嫩味鲜。

【原料】

鲤鱼1条（约重725克），精盐3.5克，酱油1克，绍酒5克，味精1克，葱姜丝2.5克，清汤100克，鸡蛋1个，湿淀粉50克，精粉15克，白油250克（约耗75克）。

【制法】

1. 准备工作：将鲤鱼去鳞、挖鳃，开膛去内脏，洗净。用刀由尾根至鳃壳后片下鱼身两侧的肉（头尾及脊骨留作他用），即为“鱼扇”。将鱼扇皮朝下放在菜墩上，片去余刺，用刀在肉面上划上间隔宽3毫米的十字花刀，加精盐3克，绍酒4克，味精0.5克渍匀，然后在其表面薄薄地沾上一层精粉。鸡蛋磕碗内，加湿淀粉、精粉5克搅匀成糊；清汤、精盐、酱油、绍酒、味精放碗内对成汁。

2. 烹调：将炒勺放微火上，加白油，烧至六成熟时，把鱼扇沾匀蛋糊，单摆在勺内，煎至底面成淡黄色时，把油滗出。将鱼扇翻过来煎至淡黄色时，放葱、姜丝、倒入对汁，用大盘盖住，焖至汁尽，扣在盘内即成。

41. 干烂鱼片

“干烂鱼片”是济南“燕喜堂”饭庄的传统名菜，鱼片呈金黄色，外焦里嫩，肉鲜味美。

【原料】

猴子鱼肉200克，精盐、味精共3.5克，酱油25克，湿淀粉25克，葱椒绍酒50克，白油750克（约耗75克）。

【制法】

1. 准备工作：鱼肉切长段，再片成厚片，放碗内加酱油10克，葱椒绍酒

10克、精盐、湿淀粉抓匀；酱油、葱椒绍酒、味精对成汁，待用。

2.烹调：炒勺放旺火上，加白油烧至六成热时，将鱼片逐片下入油内，用手铲不断翻动，炸至鱼片漂起，呈金黄色时，滗去油；将炒勺移至微火上，烹入对好的汁，颠翻两次，盛入盘内即成。

42. 干烂虾仁

“干烂”是“烹”的方法之一，为济南菜中的传统技法。“干烂虾仁”是济南地区的传统名菜，色泽浅红，虾肉鲜嫩，滋味醇香，外焦里嫩，无汤无油，别具风味。每个虾均首尾相连，连成一片，但又不是一个饼，这就是济南“干烂虾仁”的特殊之处。

【原料】

活青虾 750 克，精盐、葱姜末各 2.5 克，酱油、湿淀粉各 20 克，绍酒 10 克，鸡蛋清 1 个，白油 500 克（约耗 50 克）。

【制法】

1.准备工作：把活青虾洗净，剥皮、去头，加鸡蛋清、精盐、湿淀粉抓匀；酱油、绍酒对成汁。

2.烹调：炒勺放在中火上，加白油烧至八成热，将虾仁倒入勺内，用铁筷迅速拨散，炸至皮面呈淡红色时，倒入漏勺内，沥净油；炒勺内留油 15 克，放葱姜末炸出香味时，迅速倒入炸好的虾仁，烹入对汁，颠翻一下即成。

43. 炸虾串

用青虾、火腿、菠菜叶、猪肥肉穿成虾串，经炸制后，色泽红、白、绿相间，鲜艳美观，酥脆鲜嫩。

【原料】

虾仁 40 个（约重 200 克），白猪肥肉 50 克，精盐 1 克，味精 1 克，湿淀粉 10 克，小竹扦 20 根，菠菜嫩叶 40 个（约重 50 克），火腿 30 克，绍酒 10 克，面粉 75 克，鸡蛋清 3 个，白油 750 克（约耗 60 克）。

【制法】

1.准备工作：将虾仁放入碗内，加绍酒、精盐、味精腌渍约 10 分钟，火腿、白猪肥肉切成厚 0.2 厘米、1 厘米见方的片。用竹扦先穿一个虾仁，接着穿一个菠菜叶，再穿一片火腿，一片肥肉，如此顺序，再穿一遍。共穿 20 串，每串均沾上一层薄面粉。另将鸡蛋清放入汤盘内打成泡沫状，再放湿淀粉，面粉调匀成蛋泡糊。

2.炸制：炒勺放在中火上，加白油烧至五成热时，将虾串沾上糊下勺，炸至七成熟时捞出，抽出竹扦。把炒勺移在旺火上烧至八成热，将虾串放入油内炸至呈淡黄色捞出，摆入盘内即成。

44. 雨前虾仁

“雨前”是茶叶的一种。用这种茶叶及茶水烹虾仁，味清香可口，佐酒下饭皆宜。是孔府夏季常用的炒菜。

【原料】

鲜虾仁 150 克，水发海参 15 克，葱姜各 5 克，豆粉面 25 克，精盐 1.5 克，湿淀粉少许，雨前茶叶 15 克，南荠 50 克，鸡蛋清 1 个，绍酒 10 克，清汤 50 克，鸡油 10 克，白油 250 克（约耗 50 克）。

【制法】

1.准备工作：把虾仁洗净沾干、用鸡蛋清和豆粉面抓匀。南荠去皮用开水焯过，切成 0.7 厘米的小丁，海参切 0.7 厘米方丁，姜切末，葱切段。把

“雨前”茶用开水泡上，泡好后晾凉，取茶叶及茶水 50 克放碗内，加精盐、绍酒、清汤、湿淀粉对成茶汁。

2. 烹调：把炒勺放火上，倒入白油烧至六成热时，下入虾仁拨散至九成熟，倒入漏勺。炒勺内留少许油，放入葱姜一炸，下入海参、南荠，再放虾仁翻炒至匀，倒入茶汁一炒，淋上鸡油出勺装盘即成。

45. 醋烹虾段

此菜醋经油煮熟后，有浓厚的醋香味道，对虾外焦，肉鲜嫩，清香适口，佐酒最佳。

【原料】

对虾 300 克，醋 15 克，精盐 2.5 克，酱油 5 克，绍酒 10 克，清汤 25 克，湿淀粉 40 克，葱姜丝 2.5 克，蒜片 2 克，花生油 750 克（约耗 50 克）。

【制法】

1. 准备工作：将对虾洗净，剪去虾枪、爪、尾，剔去砂线，每只虾剥四段（头一段、身三段），用精盐 1.5 克，湿淀粉抓匀；清汤、精盐、酱油、绍酒对成汁，待用。

2. 烹调：炒勺放中火上，加花生油烧至六成热时，把虾逐块下入，拨动炸透，将油滗出，炒勺内留油 25 克，放葱姜丝、蒜片炸出香味，随即烹上醋，倒上对汁，颠翻出勺即成。

46. 焖对虾

此菜虾红油亮，色泽美观，质地鲜嫩，味道香咸略带甜味。

【原料】

对虾 200 克，精盐 2.5 克，酱油 5 克，绍酒 15 克，清汤 100 克，白糖 15 克，葱姜蒜丝 4 克，白油 25 克。

【制法】

1. 准备工作：将对虾洗净，剪去虾枪、爪、尾，剔去砂线，齐着虾头剥开，虾身剥成三段。

2. 烹调：炒勺放中火上，加香油烧至四成热，把虾头放入煎至呈红色时，再放入虾段，也煎成血红色，拨至勺边；炒勺内再放白油 15 克，加葱、姜、蒜丝炸出香味，随即加入酱油、白糖、清汤、精盐、绍酒 10 克，烧沸盖上勺帽，移至微火焖煨，待汤将尽时，移至旺火上，放入绍酒，淋上白油，颠翻出勺即成。

47. 烹对虾

对虾烹制后，外焦里嫩，色泽金黄，味道鲜美。

【原料】对虾 300 克，精盐 1.5 克，酱油 15 克，绍酒 10 克，味精 1 克，湿淀粉 40 克，葱姜蒜末 4 克，花生油 750 克（约耗 50 克）。

【制法】1. 准备工作：把对虾洗净，剪去虾枪、爪、尾，去掉砂线，每只虾剥四段（头一段、身三段），用精盐、湿淀粉抓匀；碗内放酱油、绍酒、味精对成汁，待用。2. 烹调：炒勺放旺火上，加花生油烧至六成热，将虾段逐块下勺，用铁筷拨动，炸透呈金黄色时，把油滗出；炒勺内留油 25 克，把虾段拨至勺边，放葱姜蒜末炸出香味，随即倒入对汁，颠翻均匀出勺即成。

48. 葱烧海参

此菜用山东特产大葱与海参为主料，用红烧的方法制成。菜肴中海参软烂，并有浓郁的葱香味，色泽红亮，为山东名菜。

【原料】

水发刺参 750 克，清汤 350 克，白糖 15 克，绍酒 20 克，湿淀粉 20 克，味精 2 克，大葱白 100 克，酱油 15 克，精盐 2 克、白油 50 克，葱油 35 克。

【制法】

1.准备工作：将水发刺参洗净，顺长轴从中一切两瓣（大的可切三瓣），大葱白切成 5.5 厘米长的段。

2.烹调：将切配好的刺参，在沸水内焯透捞出沥干水分待用。

炒勺内放白油 40 克，加入切好的葱段用中火煸炒，待葱微黄时捞出待用。

灼勺内放白油，下白糖用中火炒至鸡血红时，下入海参，随即加入绍酒、清汤、酱油、精盐烧煨，再加入葱段，偎（读 wei 喂）熟后加味精，用湿淀粉勾芡，淋上葱油即成。

49. 酿海参

胶东菜。海参中间用鸡料子酿好，造型别具一格，味道鲜香，软嫩适口，以火腿、黄瓜皮衬托，黑中加白，并有红绿两色点缀。

【原料】

水发海参 12 个（约重 400 克），黄瓜皮 8 克，鸡蛋清 2 个，绍酒 5 克，湿淀粉 10 克，葱油 10 克，火腿 10 克，鸡料子 75 克，精盐 3 克，味精 1 克，清汤 500 克，姜汁 3 克。

【制法】

1.准备工作：将鸡料子放碗内，加鸡蛋清、精盐 1 克，绍酒 1 克搅匀懈好。火腿、黄瓜皮均切成细比丝。

2.烹调：汤勺内加清汤 300 克，精盐 1 克，绍酒 2 克，烧开后，放海参余过，捞出；用洁布沾干水分，中间抹上懈好的鸡料子，上面摆上火腿丝、黄瓜皮丝。入笼蒸熟，取出。汤勺内加清汤、绍酒、精盐、姜汁，放在旺火上烧开，撇净浮沫，加入味精，用湿淀粉勾芡，淋上葱油，浇在蒸好的海参上即成。

【注意】

鸡料子即为鸡茸泥。制作时选用鸡脯肉切碎，用刀背砸烂。剔除胫腺，成泥茸状即成。

50. 两吃干贝

将干贝在盘中做成两种菜肴，具有两种味道，两种色彩，造型别具一格。

【原料】

水发干贝 200 克，鸡蛋清 1 个，精盐 3 克，绍酒 4 克，清汤 200 克，扇贝壳 12 个，鸡料子 30 克，酱油 1 克，味精 3 克，葱油 2 克，湿淀粉 10 克，花椒油 1 克。

【制法】

1.准备工作：将鸡料子放碗内，加鸡蛋清，懈开，再加精盐 1 克、清汤 10 克搅匀。扇贝壳涮洗干净，壳内抹一层葱油（1 克），将鸡料子均匀地抹入壳内，上面按一个干贝；其它干贝放入口汤碗内。

2.烹调：将盛干贝的口汤碗内，加入酱油、清汤 75 克、绍酒 2 克，同带壳的干贝一同入笼蒸透取出；带壳干贝摆在盘子四周；把口汤碗内的干贝汤滗入汤勺内，将干贝扣在盘子中间；汤勺放旺火上，再加清汤 25 克、绍酒 1 克、精盐 0.5 克，开后加味精 1.5 克，用湿淀粉 5 克勾芡，淋上花椒油，浇在中间的干贝上；把炒勺刷净，加入清汤、绍酒、精盐，烧开后，加入味精，

用湿淀粉勾芡，淋上葱油，浇在带壳的干贝上。

51. 软炸鲜贝

鲜贝是一种营养价值较高，味道极鲜的一种海味。经过软炸后，菜品外软里嫩、色泽金黄、味道咸、鲜、香。

【原料】

鲜贝 250 克，酱油 15 克，味精 1 克，鸡蛋清 2 个，花生油 1000 克（约耗 75 克），精盐 4 克，绍酒 5 克，清汤 50 克，湿淀粉 80 克。

【制法】

1. 准备工作：将鲜贝放入碗内，加入精盐、酱油 10 克、绍酒 3 克、味精 0.5 克腌渍好；鸡蛋清、湿淀粉搅匀成糊；清汤、酱油、绍酒、味精对成汁待用。

2. 烹调：炒勺放在中火上，加入花生油，烧至五成热时，将鲜贝放入糊中抓匀，逐块下入勺内，待炸至八成熟时捞出，待油再烧至八成热时，将鲜贝下入油内，炸至金黄色时，把油滗出，随即烹入对汁，颠翻几下，盛在盘内即成。

食时，可根据需要外带花椒盐蘸碟。

52. 芙蓉西施舌

西施舌是青岛沿海的一种特产，肉质非常细嫩。此菜是当地名菜，颜色美观，味道特别清爽、鲜美。

【原料】

西施舌 1000 克，绍酒 1 克，清汤 300 克，湿淀粉 25 克，精盐：克，味精 1 克，鸡蛋清 3 个，熟鸡油 1 克。

【制法】

1. 准备工作：把西施舌砸破，取出当中的小蛤肉，去净肠脏，冲洗干净。

2. 烹调：把鸡蛋清放入汤碗内，加味精 0.5 克、精盐 0.5 克、清汤 100 克搅打均匀，用盘子盖着，放入笼内用微火蒸透，即成芙蓉；西施舌用开水一烫（不宜太老）捞出，沥净水分，摆在芙蓉上面；汤勺内加清汤、绍酒、精盐，开后撇净浮沫，加入味精，用湿淀粉勾芡，浇在西施舌上，淋上鸡油即成。

53. 韭青炒海肠子

烟台名菜，此菜海肠子肉特别鲜脆，与嫩韭青同炒，鲜美适口。是胶东著名的小海鲜。

【原料】

鲜海肠子 300 克，酱油 5 克，韭青 150 克，精盐 2 克，白油 45 克。

【制法】

1. 准备工作：把海肠子剪去两头，用清水洗净，切成 3.3 厘米长的段，在沸水中稍烫，立即捞出沥干水分；韭青洗后切成 3.3 厘米长的段。

2. 烹调：炒勺置旺火上，放入白油，烧至八成热时，随即下入海肠子、韭青、酱油、精盐等颠翻两三次炒匀即成。

54. 清炒海蛎子

此菜海蛎子洁白，韭黄葱绿、色泽美观，鲜味浓郁，清爽脆嫩。

【原料】

海蛎子 500 克，大葱 10 克，白油 50 克，韭黄 100 克，精盐 1.5 克，芝

麻油 1.5 克，绍酒 1 克。

【制法】

1. 准备工作：将海蛎子砸破，把肉挖出，用水洗净，再用开水一烫，捞出，沥净水分。韭黄洗净，切成 2.6 厘米长的段。大葱切成 0.7 厘米的片。

2. 烹调：炒勺内加白油烧热，加葱爆锅，接着加上海蛎子、绍酒、精盐，炒几下，加上韭黄，热翻几下，淋芝麻油出勺装盘即成。

55. 木樨仙子

“仙子”学名“蚬”。我省沿海河流入海处出产。此菜为胶东菜，鲜嫩，味美可口。

【原料】

净蚬子肉 200 克，水发木耳 10 克，精盐 1 克，鸡蛋 3 个，葱花 3 克，花生油 60 克。

【制法】

烹调：碗内加入蚬子肉、鸡蛋、葱花、精盐、木耳，用筷子搅匀。勺内放花生油，烧至六成熟时，将拌好的蚬子肉等倒入，用筷子拨开，搅匀即出勺。

56. 红扒海蜇

海蜇用红扒烹制成大盘菜，是孔府的传统菜肴。另外还有白扒海蜇，都是别有风味的菜肴。

【原料】

海蜇 100 克，带皮熟猪肉 250 克，冬笋、火腿各 25 克，清汤 750 克，酱油 30 克，花椒油 10 克，鸡油 10 克，湿淀粉少许，冬菇 5 克，荷兰豆 10 克，精盐 1.5 克，料酒 25 克，葱油 10 克，糖色少许。

【制法】

1. 准备工作：海蜇用开水煮至六成熟，捞出用温水洗净，片成 9 毫米厚的大片，熟鸡、熟肉剁成大块。

2. 烹调：把锅垫铺在砂锅中，把火腿、冬笋、冬菇铺在锅垫上，再放海蜇，上面放熟鸡、熟肉，然后加清汤、酱油、精盐、料酒、糖色，用盘扣上。再盖上砂锅盖。

把砂锅放旺火上烧开 3 分钟，改用慢火焖 10 分钟。打开砂锅盖，拿出盘子，取出熟肉、熟鸡不用。把海蜇连锅垫一起提出来，扣在汤盘中。

把汤勺放中火上。加花椒油、葱油，烧至六成熟时，将砂锅里的汤倒入，撇入浮沫。用湿淀粉勾芡，淋上鸡油，把汁泼在盘内，撒上荷兰豆即成。

57. 白扒鱼翅

此菜是山东沿海胶东地区常用的宴席大件菜，色泽洁白，味道鲜醇，利口而不腻。

【原料】

水发鱼翅 500 克，绍酒 30 克，清汤 800 克，姜片 25 克，熟鸡油 25 克，精盐 2 克，味精 1 克，葱段 50 克，湿淀粉 25 克，芝麻油 15 克，白油 100 克。

【制法】

烹调：将水发鱼翅放海碗内，加清汤 400 克、葱段 25 克、姜片 15 克、绍酒 15 克，入笼蒸透，滗去汤，去掉葱段、姜片；炒勺内放白油，在旺火上烧至五成熟，加入葱段、姜片炸出香味，随即加入清汤，开后，捞出葱段、

姜片不要，然后加入鱼翅、绍酒、精盐，移至微火稍煨，至汤剩 2/3 时，加入味精，用湿淀粉勾芡，随后放入芝麻油，盛入盘中，把鱼翅摆整齐，再淋上熟鸡油即成。

58. 扒原壳鲍鱼

此菜为青岛菜，杨品三老师制作最佳。将扒好的鲍鱼盛入壳内，装盘后上桌。造型别致美观，肉质鲜嫩，汤芡洁白。

【原料】

带壳鲜鲍鱼 12 个（约出肉 300 克），比目鱼肉 200 克，冬笋 25 克，精盐 2.5 克，绍酒 15 克，鸡蛋清 2 个，鸡油 25 克，火腿 25 克，熟青豆 24 粒，清汤 500 克，味精 1.5 克，湿淀粉 100 克，葱姜末各 1.5 克，。

【制法】

1. 准备工作：将带壳鲍鱼洗净，放入沸水内稍煮，把肉挖出，洗净，片成 0.15 厘米厚的薄片；火腿、冬笋切成 3.3 厘米长 1.3 厘米、宽 1.15 厘米厚的片；比目鱼肉剁成细泥，放碗内，加湿淀粉 25 克，绍酒 5 克，精盐 1 克，蛋清、葱姜末搅匀，倒在大盘内摊平。

鲍鱼壳放在含碱量 5% 的水中，用毛刷刷洗干净，再经开水煮过，捞出洗净水。鲍鱼壳口朝下，整齐地摆在鱼泥上（要按牢），上笼约蒸 5 分钟取出。

2. 烹调：炒勺内放清汤、精盐 1.5 克、绍酒 10 克、鲍鱼肉。冬笋、火腿，烧沸撇去浮沫，即用漏勺捞出，平均分放在鲍鱼壳内；炒勺内的汤，用湿淀粉勾芡，撒上青豆，放入味精，淋上鸡油，浇在鲍鱼上面即成。

59. 荠菜黄鱼卷

此菜是鱼肉、荠菜为馅，用油皮将馅包入并卷成卷，炸成后外酥脆，鱼肉、荠菜馅鲜嫩，食时再蘸花椒盐，别有风味。

【原料】

黄花鱼肉 200 克，猪肥肉 50 克，油皮 5 克，精盐 1.5 克，味精 1.5 克，面粉 50 克，葱末 1.5 克，发酵粉 0.2 克，南荠 50 克，荠菜 50 克，绍酒 10 克，鸡蛋清 1 个，湿淀粉 25 克，姜末 1 克，香油 10 克，花生油 750 克（约耗 60 克）。

【制法】

1. 准备工作：将黄花鱼肉切成长 4 厘米、粗 0.2 厘米的丝。猪肥肉也切成长 4 厘米、粗 0.2 厘米的丝。南荠削皮后切成细丝。荠菜洗净，用开水一焯，再用冷水洗净，挤干水分，切成末。将以上丝、末放入碗内，加入葱姜末，鸡蛋清半个，绍酒、精盐、香油、发酵粉 0.1 克用筷子搅拌均匀成馅。

油皮用温水泡软，切去硬边，裁成 2 块，平铺在案板上，放上馅，卷成粗 2 厘米的长卷。另将鸡蛋清半个和湿淀粉放在碗内搅成糊，抹在卷好的鱼卷油皮的边上粘住。然后，把鱼卷切成长 4 厘米的段。再将面粉、发酵粉和清水 150 克调匀成面糊。

2. 炸制：炒勺放在旺火上，倒入花生油，烧至七成热，将鱼卷逐块蘸匀面糊，放入油勺炸透，呈棕黄色即成。

60. 清蒸大蟹

新鲜梭子蟹经蒸后，蟹壳红亮，蟹肉洁白，味道鲜美。

【原料】

梭子蟹 3 个，醋 50 克，酱油 10 克，姜末 20 克，芝麻油 5 克。

【制法】

烹调：姜末、醋、酱油、芝麻油调成姜汁。大蟹洗净，上笼用旺火蒸熟，取下蟹盖，一个切四块，然后原样摆在盘里，盖上蟹盖，带姜汁上桌即成。

61. 冻粉拌鸡丝

冻粉，学名琼脂，是从红藻植物石花菜中加工提炼而成的。冻粉中含有较多的钙和铁等物质，营养价值较高，与划过的鸡丝同拌，色泽鲜亮，质地较软，味道鲜美，清凉爽口，是佐酒佳肴。

【原料】

鸡脯肉 125 克，黄瓜丝 15 克，酱油 25 克，鸡蛋清 1 个，香油 5 克，冻粉 5 克，精盐 1 克，醋 15 克，湿淀粉 10 克，白油 250 克（约耗 25 克）。

【制法】

1. 准备工作：将鸡脯肉片切成薄片，切成细丝，用精盐、鸡蛋清、湿淀粉抓匀；炒勺放在中火上，加白油，烧至五成热，把鸡丝放入勺内，用铁筷子搅动拨散，将鸡丝捞出，用温水泡过，淘净浮油，再用凉开水淘凉。冻粉切成 4 厘米的段，用凉开水泡软待用。

2. 拌制：把泡软的冻粉放在盘内，撒上划好的鸡丝，再放上黄瓜丝，倒上用酱油、醋、香油对好的拌汁即成。

62. 芥末鸡皮

芥末味辛、性温，有旺盛食欲的作用。此菜是将焖后的芥末与鸡皮拌制，香辣味冲，是高级冷菜菜肴。

【原料】

白熟鸡皮 250 克，芥末 5 克，酱油 5 克，香油 5 克，青菜心 50 克，精盐 2 克，醋 10 克。

【制法】

先把芥末放碗内用温水调稠，把碗放在开水中，上盖一平盘，把芥末焖起。将青菜心洗净切约 4 厘米长的段，用沸水焯过，沥干水份。鸡皮切成方片，与青菜心拌匀。芥末碗内加入盐、酱油、香油、醋，浇到鸡皮上，食时拌匀。

63. 拌烤鸭丝

用烤鸭肉切成条与黄瓜、面包、粉丝一同炆伴。制法独特，菜品以清香、脆嫩爽口而引人喜食。食时用荷叶饼卷用，别具风味。

【原料】

烤鸭肉 200 克，面包 50 克，鲜桃仁 25 克，酱油 2 克，味精 2 克，姜末 3 克，花椒油 5 克，黄瓜 50 克，粉丝 15 克，精盐 2 克，绍酒 5 克，清汤 50 克，鲜花椒 1 枝，花生油 250 克（约耗 10 克）。

【制法】

1. 准备工作：先把烤鸭肉片成厚 0.3 厘米的薄片，切成长 5 厘米、宽 0.5 厘米的长条，黄瓜切成长 4 厘米的细丝，面包同样切成长 4 厘米宽厚各 0.3 厘米的丝，粉丝截成长 4 厘米的段。炒勺放在火上，加花生油烧至五成热，将面包丝放入，炸至金黄色捞出，粉丝再放入稍炸捞出。清汤、酱油、绍酒、味精、精盐、花椒油、姜末放入碗内对成炆汁，鲜花椒用沸水烫过，用刀拍扁，待用。

2. 炆制：将黄瓜丝、面包丝、粉丝混合调匀摆在盘内，把烤鸭丝皮朝上整齐地摆在上面，鲜桃仁同时摆上，放上鲜花椒，倒上炆汁即成。

食时可用荷叶饼卷食。

64. 水晶鸡

色泽透明的水晶鸡，通过精细加工，内摆各种花形，造型美观，色彩绚丽。

【原料】

熟鸡脯肉，清汤，冻粉，精盐，绍酒，味精，焯红果，黄蛋糕，香菜叶，火腿。

【制法】1.准备工作：取长约5厘米、宽约3厘米的小盒数个，将黄蛋糕、火腿，切成各种花形，同香菜一同摆入小盒中，再将鸡脯肉片成片，均匀摆入。清汤放在汤勺里，加冻粉、精盐、绍酒、味精，在火上烧开，至冻粉融化，用洁布过滤，倒在小盒中，冷却凝固，待用。

2.拼摆：将水晶鸡逐盒取出摆在盘子四周，中间放上焯红果即成。因为摆红、黄诸色，故又名“百花水晶鸡”。

65. 麻辣鸡

这是一个传统的凉碟菜。鸡肉软烂，色泽红润，有生花椒面的麻辣味。

【原料】

宰好的雏鸡1只（约重500克），精盐10克，酱油25克，绍酒10克，白糖20克，清汤400克，葱段25克，姜片10克，生花椒面3.5克，芝麻油40克，花生油1000克（约耗50克）。

【制法】

1.准备工作：将宰好的雏鸡洗净，剁去嘴、爪、翅尖，从脊背中间劈为两片，再剁成2.4厘米见方的块，放碗内，加酱油15克渍匀。

2.烹调：将炒勺放旺火上，加入花生油，烧至八成热时，放入鸡块，炸至呈淡红色时捞出；炒勺放中火上，加入芝麻油、白糖，炒至鸡血红色时，放入清汤、酱油、精盐、绍酒、葱姜烧沸，撇去浮沫，倒入炸过的鸡块，移至微火上煨焯，待鸡块八成熟时，撒上生花椒面，颠翻均匀，继续用微火煨焯，至汤将尽时，颠匀出勺即成。

66. 葱椒鸡

葱椒，指用葱椒泥为调味品制成的。色泽红润，熟烂于香，葱椒味浓，适宜佐酒。

【原料】

宰好的雏鸡1只（约重500克），精盐10克，酱油25克，绍酒15克，白糖20克，葱椒泥10克，清汤500克，葱丝5克，姜丝5克，香油50克，花生油1000克（约耗50克）。

【制法】

1.准备工作：将宰好的雏鸡洗净，用刀剁去嘴、爪、翅尖，从脊背中间一劈两片，再剁成2.4厘米见方的块，用酱油15克渍匀。

2.烹调：炒勺放旺火上，倒入花生油，烧至八成热时，把渍好的鸡块下入油内，炸至呈淡红色捞出。

炒勺内放香油30克，白糖，在中火上炒至鸡血红色时，加入清汤、酱油、绍酒、葱、姜、精盐烧沸，撇去浮沫，放入鸡块，移至微火上煨至八成熟时；另用一个炒勺放入香油，在中火上烧至六成热时，放葱椒泥炸出香味，随即倒入鸡勺内，与鸡块混合搅匀，继续用微火煨焯，待汤汁将尽时，颠翻几下，盛入盘内即成。

67. 五香酱鸡

五香酱鸡制法与五香酱肉相似。鸡经酱制后，表皮红润，肉质肥嫩，香气扑鼻，味道鲜美，是佐酒佳肴。

【原料】

活鸡 5 只（约重 5000 克），精盐 200 克，酱油 1000 克，葱、姜共 150 克，药料 10 克。

【制法】

1. 准备工作：将鸡宰杀后，褪毛、摘净毛根、剥去嘴、脚爪上的老皮、洗净。取出内脏、食管、割去肛门，用清水洗净。将鸡的右翅自脖下刀口插入，使翅尖由嘴内伸出，别在鸡背上；左翅也别在鸡背上。再把两大腿骨用刀背轻轻砸断并起交叉，将两爪塞入鸡腹。葱切寸段，姜用刀稍拍，药料用洁布包扎好。

2. 烹调：锅内加清水（以漫过鸡为度），放入鸡，在旺火上煮透后，捞至清水中洗净，把洗鸡的水倒入锅内，同煮鸡的水一并烧沸，撇去浮沫，加精盐、酱油、葱、姜、药料，放入洗净的鸡，压上铁算子，在旺火上烧沸后，移至微火上焖煮，至鸡熟烂时即可。

68. 纸包鸡

“纸包鸡”顾名思义，菜肴是以纸包裹主料炸制而成，这是隔纸炸的烹饪法，制作独特，菜肴可以保持鸡肉的鲜嫩，调料味浓，特有异香。

【原料】

鸡脯肉 200 克，青菜心 2.5 克，齿油 10 克，葱丝 1.5 克，玻璃纸 1 大张，火腿 10 克，精盐 1.5 克，绍酒 10 克，姜丝 1 克，香油 25 克，白油 500 克（约耗 40 克）。

【制法】

1. 准备工作：将鸡脯肉切成长 4 厘米、宽 1.5 厘米、厚 0.2 厘米的薄片，火腿、青菜心切成长 4 厘米的丝，一同放在碗内，加精盐、酱油、绍酒、香油、葱姜丝搅拌均匀。玻璃纸截成 15 厘米见方的块（约 12 块），把鸡肉均匀地用玻璃纸包好。称“纸包鸡”。

2. 炸制：把炒勺放在中火上，倒入白油，烧至四成热时，将纸包鸡下入油内，炸至漂起油冒细泡时，把纸包鸡捞出，整齐地摆在盘内。

69. 盐水胗肝

此菜鸡胗脆嫩，鸡肝软香，清香可口，佐酒佳肴。

【原料】

鸡胗、鸡肝共 400 克，精盐 15 克，清汤 250 克，葱 2 段、姜 2 片、鲜花椒 2.5 克。

【制法】

将鸡胗、鸡肝洗净，在沸水中氽过捞出，沥净水分，放碗内，加入清汤、精盐、葱姜、鲜花椒（用洁布包好），入笼蒸熟取出，晾凉后捞出胗、肝，改刀装盘即成。

70. 炒辣子鸡

鸡块鲜嫩，柿椒清鲜，味道咸香，红绿相间。

【原料】

雏鸡 1 只（约重 250 克），柿椒 150 克，精盐 0.5 克，酱油 25 克，绍酒 5 克，花生油 100 克。

【制法】

1.准备工作：将宰好的雏鸡剥去嘴、爪、翅尖，洗净后剥成长、宽各 1.8 厘米的块；柿椒去把、籽，切成长、宽各 1.5 厘米的块。

2.烹调：炒勺放旺火上，加花生油，烧至七成热时，加鸡块煸炒，八成热时放酱油、精盐、绍酒搅拌均匀，再放柿椒，与鸡块混合，颠翻出勺即成。

【注意】

柿椒炒至断生即可，不宜过于熟烂。

71. 油淋鸡

此菜是济南名厨张继兴制作，最为著名。雏鸡先用热油炸熟，再烹微量调味汁，食之皮酥肉嫩，味道鲜香。

【原料】

雏鸡 1 只（约重 500 克），酱油 60 克，小茴香 5 粒，姜汁 5 克，葱椒绍酒 50 克，花生油 100 克（约耗 75 克）。

【制法】

1.准备工作：将宰好的雏鸡洗净，摘去毛根，用刀从脊背中间自脖颈至后尾劈开，用手掰开，剔去脯骨，在靠近鸡头处砸断鸡颈，剥去鸡爪、嘴、眼，用刀背砸断鸡翅大转弯处。在鸡大腿、小腿内侧各开一刀口，把小腿骨砸断抽出（大小腿骨间的关节保留），再将大腿骨下关节处砸断，在刀口处抽出大腿骨。把脊骨剁成两段。把鸡放碗内，把酱油、葱椒绍酒、姜汁、小茴香（用刀拍碎）均匀地撒在鸡肉上，腌 20 分钟，取出碾干水分。

2.烹调：炒勺放旺火上，倒入花生油，烧至八成热，把雏鸡放油内（油温须保持八成热），炸至八成熟，呈淡红色时捞出。待油温升至九成热时，再将雏鸡放入油内，炸至呈枣红色时把油滗出，烹入腌鸡的余汁，随即出勺，剥成长 4 厘米、宽 2 厘米的块，原样摆入盘内。

上桌外带辣酱油、花椒面各一小碟，供蘸食。

72. 绣球鸡胗

鸡胗划上十字刀纹，经加热后自然卷起，形似绣球，故名。烹制时加入猪肉做辅料，进行调味，鸡胗嚼时绵软有劲，味鲜香，佐酒佳肴。

【原料】

鸡胗 50 克，酱油 100 克，清汤 500 克，姜片 10 克，猪肥瘦肉 100 克，绍酒 30 克，葱段 50 克，药料 8 克。

【制法】

1.准备工作：将鸡胗内黄皮撕去，从中切为两半洗净。每隔 0.2 厘米宽划上密十字花纹，深为鸡胗的 2/3，放入沸水内氽过。猪肉切成四片。

2.烹调：把药料用净白布包好，与鸡胗、鸡肉、清汤、清水、酱油、姜片、葱段、绍酒同放入锅内，用旺火烧沸，撇去浮沫，移至微火上炖约 2 小时，待汤煨去 1/3 时，捞出鸡胗，摆入盘内即成。

73. 栗子鸡

济南传统菜，栗子与鸡煨炖而成。栗子绵软，鸡肉嫩烂，色泽红亮，味道香浓。

【原料】

雏鸡 1 只（约重 400 克），栗子 150 克，精盐 5 克，酱油 25 克，甜面酱 15 克，绍酒 25 克，清汤 400 克，白糖 15 克，葱段 25 克，姜片 5 克，湿淀粉 10 克，花椒油 15 克，白油 60 克，花生油 250 克（约耗 10 克）。

【制法】

1.准备工作：将宰好的鸡洗净，用刀剁去嘴、爪、翅尖，从脊背中间劈成两半，再剁成3厘米见方的块。栗子洗净，在顶部用刀剁上“十”字刀口（只剁断外壳），放入沸水锅内煮1分钟捞出，剥去外壳，用温水洗净，劈成两半。

2.烹调：炒勺放旺火上，加花生油烧至七成热时，放入栗子炸至四边见红色时，倒入漏勺内；炒勺内放入白油50克，在中火上烧至六成热时，加甜面酱炒出香味，再放入鸡块、葱、姜煸透，倒入碗内；炒勺内再放入白油、白糖，在小火上炒至血红色时，倒入煸透的鸡块颠炒两下，随即烹入酱油、绍酒15克、清汤，烧沸后再放入栗子、精盐，加盖煨炖，至鸡八成熟时，将炒勺移至中火上，煨至汤剩1/3时，加入绍酒、湿淀粉勾芡，淋上花椒油盛入盘内即成。

74. 醋烹鸡块

经醋烹方法制成的鸡块，鸡肉外焦里嫩，味道酸咸适口，适宜佐酒。

【原料】

雏鸡肉300克，醋20克，酱油20克，绍酒15克，精盐5克，湿淀粉30克，葱姜末2克，蒜末1.5克，花生油1000克（约耗75克）。

【制法】

1.准备工作：将雏鸡肉划上蓑衣花刀，切成3厘米见方的块，放碗内，用精盐、酱油5克，绍酒5克渍匀后，再加湿淀粉拌匀。

2.烹调：炒勺放中火上，加花生油烧至七成热时，将雏鸡肉逐块下入油内，用手铲不断拨动，炸至鸡块漂起，呈金黄色时捞出；炒勺内留油25克，放葱、姜、蒜末炸出香味时烹上醋，随即倒入炸好的鸡块，再烹上酱油、绍酒颠翻两下，盛入盘内即成。

75. 炸鸡球

用鸡料子制成的鸡球，再沾面包末，经炸制后色泽淡黄，外层酥脆，内暄嫩、鲜香。

【原料】

鸡料子150克，南荠（去皮）100克，精盐2克，味精1克，鸡蛋清2个，葱姜末2克，猪肥肉50克，面包末250克（约耗100克），绍酒5克，清汤15克，湿淀粉25克，白油750克（约耗60克）。

【制法】

1.准备工作：将鸡料子放入碗内，加鸡蛋清、清汤搅匀解开，把猪肥肉、南荠分别剁成泥，放在鸡料子碗内，再加上湿淀粉、味精、绍酒、精盐、葱姜末上劲。

将鸡料子做成直径约2.5厘米大的丸子，滚匀一层面包末，待用。

2.炸制：炒勺放在微火上，加上白油，烧至四成热，把鸡球逐个放入油内，烧至漂起，呈浅黄色时捞出放入盘内。

上桌时，外带花椒盐、辣酱油佐食。

76. 酱汁鸭子

酱汁鸭，鸭肉肥嫩，有浓郁的酱香味，色泽红亮，熟烂不腻，可作为宴席中大件菜使用。

【原料】

肥鸭一只（约重2000克），甜面酱25克，精盐1.5克，酱油40克，绍

酒 15 克，清汤 250 克，白糖 15 克，湿淀粉 15 克，葱段 50 克，姜片 10 克，白油 50 克。

【制法】

1. 准备工作：将宰好的鸭子洗净，用刀由脖颈至尾部从脊背中间劈开，剥去鸭嘴、鸭掌，放沸水内，用微火煮至五成熟时，放凉水内洗净，摘去毛根，抽去鸭舌、脖筋，割去肛门和鸭臊，剁下鸭脖，剔出鸭骨（不可弄破鸭皮）。用刀在鸭肉面间隔 1.5 厘米划上一字刀纹，皮朝下放大碗内，鸭骨、鸭脖均剁成 3 厘米段，摆在鸭肉上，鸭头劈两半，摆在鸭脖子上。

2. 烹调：炒勺放中火上，加白油 40 克，烧至六成热，加白糖炒至血红色时，放甜面酱炒出香味，随即放入葱、姜、清汤 50 克、酱油 30 克、绍酒 5 克、精盐、烧沸，倒入鸭碗内，上笼用旺火蒸约 3 小时，熟时取出。将汤汁滗入碗内，鸭肉扣在盘里；炒勺内放清汤、酱油、绍酒及蒸鸭的汤汁，用旺火烧沸后，撇去浮沫，加湿淀粉勾芡，再放入白油用手勺搅匀，浇在鸭肉上即成。

77. 荷叶鸭子

鸭肉用荷叶包好蒸熟，鸭肉软烂，鲜香味美，并有荷叶的清香味。

【原料】

填鸭肉 400 克，大米 50 克，精盐 1 克，酱油 40 克，甜面酱 15 克，绍酒 25 克，味精 1.5 克，白油 25 克，葱丝 5 克，姜丝 1.5 克，八角 1.5 克，花椒 2 克，桂皮 1 克，清汤 50 克，鲜荷叶 3 张。

【制法】

1. 准备工作：将填鸭肉洗净，斜刀片成长 10 厘米、宽 3 厘米、厚 0.2 厘米的片（约 24 片），放碗内，加入酱油、精盐、甜面酱、绍酒、葱姜丝、味精渍匀；炒勺内放入大米、八角、花椒、桂皮，在小火上炒至米发黄时，倒在案板上晾凉，剔除八角、花椒、桂皮不用，轧碎，加清汤、白油渍透后，放入鸭肉碗内拌匀。荷叶洗净，去梗，每张切成 4 块（共切 12 块）。

2. 烹调：将荷叶绿面朝下顺序地铺在案板上，每块荷叶上放两片鸭肉和 1 份米（米均匀地分成 12 份），逐份包好后，摆放在大碗内（成马鞍状），上笼蒸熟取出，扣在盘内即成。

78. 黄焖鸭肝

黄焖鸭肝，是传统的济南菜。鸭肝经黄焖后，色泽红润光亮，软嫩鲜美，营养丰富。

【原料】

鸭肝 500 克，水发冬菇 50 克，水发玉兰片 50 克，甜面酱 15 克，酱油 50 克，绍酒 25 克，清汤 300 克，白糖 25 克，葱段 15 克，姜片 5 克，葱椒泥 2.5 克，白油 100 克。

【制法】

1. 准备工作：将鸭肝洗净，放沸水中氽过，切成宽 0.5 厘米的长条，用竹扦在每条鸭肝上划一个小口（易进汤汁）；玉兰片切成长 3 厘米、厚 0.2 厘米的片，冬菇每个切两半，均用沸水氽过。

2. 烹调：炒勺放中火上，加白油烧至五成热，放白糖炒至红色时，加清汤 50 克，酱油、葱椒泥、葱、姜、玉兰片、冬菇煸炒几下，倒碗内。炒勺内放白油，在中火上烧至七成热时，加甜面酱炒出香味，再放鸭肝、清汤、绍酒及煸过的玉兰片、冬菇，煨炖至汤剩 1/3 时，去掉葱姜，盛入盘内即成。

79. 带子上朝

“带子上朝”，其寓意是孔府辈辈做官，代代上朝，水为官府门第，世袭爵位不断。此菜是用一只鸭子带一只鸽子，一大一小放盘中，别具风味，是宴席大件菜。

【原料】

鸭子 1 只（约重 1500 克），葱、姜各 10 克，酱油 50 克，花椒、桂皮少许，清汤 250 克，鸡油 10 克，鸽子 1 只，精盐 2.5 克，料酒 100 克，白糖 100 克，湿淀粉少许，花生油 1500 克（约耗 100 克）。

【制法】

1. 准备工作：把鸭子、鸽子洗净，从脊背切开去五脏洗净。鸭子去嘴留舌，鸽子去嘴，葱切段。姜、花椒、桂皮用洁布包成香料包。

2. 烹调：将鸭子、鸽子用酱油、料酒共 75 克涂匀稍腌。炒勺放火上，加花生油烧至八成熟，放入鸽子、鸭子炸成枣红色捞出。

砂锅中放锅垫，再放鸭子和鸽子，置入香料包、葱段、精盐、酱油、料酒、精汤 150 克，用旺火烧开 5 分钟，改用慢火煨烧至熟。取出放盘中，鸭子在前，鸽子放鸭子怀里。

炒勺放火上，加花生油 25 克烧热加白糖炒汁，烹入清汤 50 克，加砂锅中汤汁两勺，烧开后用湿淀粉勾芡，淋上鸡油，浇在鸭鸽上即成。

80. 香酥鹌鹑

鹌鹑营养价值较高，炸后酥香可口，是宴席的佳品。

【原料】

鹌鹑 16 只（约重 800 克），精盐 8 克，绍酒 10 克，葱 50 克，花生油 1000 克（约耗 75 克），酱油 30 克，生花椒 50 克，姜 30 克。

【制法】

1. 准备工作：将鹌鹑洗净，用花椒和精盐把鹌鹑周身搓匀，腌约 2 小时左右取出，放在盘内，同时放入酱油、姜（拍碎）和绍酒，放入笼内用旺火蒸，至熟烂时取出，滗去原汤待用。

2. 炸制：将花生油放入炒勺内，待油烧至八成熟时，放入鹌鹑，炸至红色捞出，放入盘内。

食时外带辣酱油、花椒盐各一小碟。

81. 烧安南子

鸡、鸭心，孔府厨师称“安南子”。此菜全用禽心制作，一盘需用 20 个，在宰杀鸡鸭多时才做，造型美观，味厚而醇。此菜历史久远，相传明代已经在孔府作为宴席行件菜而用。

【原料】

鸡、鸭心各 10 个（约重 400 克），冬笋 5 克，南荠 10 克，料酒 10 克，精盐 1 克，湿淀粉少许，冬菇 5 克，白油 250 克，酱油 5 克，葱、姜、花椒少许。

【制法】

1. 准备工作：将鸡、鸭心洗净，切齐心根，在心尖上用刀划十字刀。划至 2/3 处，放碗中。将冬菇、冬笋洗净发开。冬菇切两半，冬笋切成片，南荠去皮用水氽透，切圆形薄片。

2. 烹调：鸡鸭心用精盐、绍酒稍腌。把炒勺放旺火上，加白油烧至八成熟时，放鸡、鸭心迅速爆炒。然后倒入漏勺。炒勺内留油，加花椒炸至放香

时捞出，再放入鸡、鸭心。随即烹入料酒 5 克、酱油 2 克、精盐，翻炒均匀，倒入碗中，鸡、鸭心因炸炒而成四瓣，花瓣朝底摆好。

将冬菇、冬笋、南荠放炒勺中，用水焯过，捞出放在（炒过鸡、鸭心）炒勺内，加清汤 150 克用慢火煨烧 5 分钟，倒在鸡、鸭心的碗内，并倒入汤汁，上笼蒸 20 分钟取出，翻扣在中碗内，汤水滗在另一碗内。

炒勺内放花椒油，放中火上，加入蒸碗内滗出的汤、料酒、酱油烧开，加湿淀粉勾芡，浇在鸡、鸭心上即成。

82. 炒胗肝

鸡胗、肝爆炒后，胗脆肝嫩，汁色红润，咸香微酸，清新适口。

【原料】

鸡胗 150 克，鸡肝 150 克，芸豆 25 克，茭白 25 克，水发木耳 10 克，精盐 2 克，酱油 25 克，醋 15 克，绍酒 10 克，湿淀粉 25 克，清汤 50 克，葱末 5 克，姜末 1.5 克，蒜末 1.5 克，花生油 500 克（约耗 50 克）。

【制法】

1. 准备工作：将鸡脸片去筋皮，鸡肝摘去苦胆，洗净后均片成厚 1.5 毫米的片，放碗内，加精盐、湿淀粉 15 克抓匀；茭白切成象眼片，芸豆斜刀片成薄片，与木耳一起用沸水氽过；清汤、酱油、绍酒、湿淀粉放另一碗内对成芡汁。

2. 烹调：将炒勺放旺火上，倒入花生油，烧至八成熟时，将鸡胗、肝下入勺内，用铁筷搅动拨散，至九成熟倒入漏勺内；炒勺内留油 25 克，放入葱姜蒜末，炸出香味烹上醋，放入茭白、芸豆、木耳，倒入对好的芡汁、胗、肝，颠翻均匀，盛入盘内即成。

83. 象眼鸽蛋

【原料】

鸽蛋 6 个，面包 200 克，火腿末、冬菇末、菠菜末少许，鸡料子 75 克，白油 750 克（耗 75 克），蛋清 50 克，肥肉末 50 克，水淀粉 20 克，味精 5 克，南荠末 25 克，南酒 10 克，细盐少许。

【制法】

1. 准备工作：面包切成直径 5 厘米、厚 0.4 厘米的片共 12 片。鸽蛋在温水内慢慢煮熟，放入凉水内去皮。每个鸽蛋切成两瓣。鸡料子放入蛋清、肥肉末、南荠末、南酒、味精、细盐、白油 10 克后顺搅上劲，色白如雪时成为鸡料糊。

将鸡料糊薄薄一层涂到每片面包上，再把鸡料糊捏成大块，放入面包片的中心，一边扣上鸽蛋，一边将火腿、冬菇、菜叶三种末涂上成为“鸽蛋托”。

2. 烹调：勺内放油 750 克，四成熟时，将鸽蛋托下入油内，微火炸至漂起，见油冒细泡时，捞出平摆在盘内即成。也可蘸花椒盐、辣酱油食之。

84. 金银蛋

此菜因黄白两色，而取名金银，质地软嫩鲜美。烹调时蛋清、蛋黄分别制作。

【原料】

鸡蛋 3 个，南荠 30 克，绍酒 15 克，味精 1 克，白油 40 克，鸡茸泥 25 克，精盐 3 克，清汤 200 克，湿淀粉 10 克。

【制法】

1. 准备工作：将南荠去皮，剁成细泥，鸡蛋磕开，蛋清、蛋黄分别放碗

内，蛋清内加精盐 1.5 克、味精 0.5 克、清汤 100 克、绍酒 5 克搅匀；蛋黄内加鸡茸泥、南荠泥、精盐、清汤、绍酒、味精、湿淀粉搅匀。

2. 烹调：将鸡蛋清倒入汤盘内，入笼蒸熟取出，用刀从中划开，两半合在一起；炒勺放中火上，加白油烧至五成热，放进调好的蛋黄用手勺轻轻推搅，熟后盛在汤盘的另一边即成。

85. 炒三冬

此菜是取冬笋、冬菇、冬菜头一个字而得名，质地脆嫩鲜香，清淡爽口，色泽素雅。

【原料】

冬笋 100 克，水发冬菇 100 克，津冬菜 100 克，精盐 1.5 克，绍酒 10 克，味精 1 克，湿淀粉 5 克，清汤 75 克，花椒油 5 克，葱油 40 克。

【制法】

1. 准备工作：将冬笋切成长 3.6 厘米、宽 1.5 厘米、厚 1.5 毫米的片；冬菇片成同样大小的片；津冬菜用清水洗净，挑去花椒，均用沸水氽过，沥净水分。

2. 烹调：炒勺放中火上，加葱油烧至八成热，将冬笋、冬菇、冬菜下勺煸炒，再加精盐、清汤、绍酒颠翻煸炒约 3 分钟，放味精，用湿淀粉勾芡，淋花椒油，颠翻均匀出勺即成。

86. 姜拌藕

此菜所用济南大明湖所产白莲藕，经开水烫过，再加调味品及姜末焖至入味，质地细嫩、清凉脆爽。

【原料】

嫩藕 500 克，精盐 1 克，酱油 10 克，醋 20 克，姜末 6 克，芝麻油 10 克。

【制法】

1. 准备工作：将藕洗净、削皮，切成片；酱油、醋、芝麻油放碗内，调匀成拌汁待用。汤勺内放入清水，烧沸后倒入藕片烫过，捞出沥净水分，倒入盘内，趁热加入精盐、姜末拌匀，盖上盘子，约焖 2 分钟。

2. 调味：将焖好的藕装入盘内，浇上拌汁即成。

【注意】

烫藕时水要滚开，但不要烫过，以免不脆。

87. 虾子炆茭白

茭白是济南大明湖特产，色白细嫩，与虾子炆制，色泽美观，清鲜爽口。

【原料】

茭白 400 克，虾子 10 克，精盐 1.5 克，酱油 0.5 克，清汤 25 克，绍酒 1.5 克，味精 0.5 克，花椒油 10 克。

【制法】

1. 将茭白削去外皮，切成象眼片（菱形片），用沸水氽过，放碗内。

2. 炒勺放中火上，加入花椒油，烧至四成热时，放虾子稍煸，随即倒入碗内，再加精盐、酱油、清汤、绍酒、味精对成炆汁，浇在茭白上调拌均匀，盛入盘内即成。

88. 珊瑚白菜

此菜红、白、褐三色，白菜质地脆嫩，有酸、甜、香、辣、咸多种滋味，特别清爽，以凉吃为宜，系冬季菜肴。

【原料】

白菜心 500 克，红干辣椒 3 个，水发冬菇 25 克，冬笋 50 克，精盐 5 克，酱油 30 克，醋 40 克，绍酒 10 克，白糖 100 克，葱丝 10 克，姜丝 5 克，芝麻油 50 克。

【制法】

1. 准备工作：将白菜心洗净，放沸水中氽至断生，捞出，加精盐 3.5 克拌匀，腌约 5 分钟，挤去水，切成长段，摆在盘内。冬笋、冬菇、辣椒切成丝。

2. 烹调：炒勺放中火上，加芝麻油烧至三成熟时，放入辣椒丝、葱姜丝、冬菇、冬笋煸炒 2 分钟，再加清水 75 克、白糖、酱油、醋、绍酒、精盐烧沸约 3 分钟，浇在白菜上即成。

89. 香椿豆腐

香椿芽是春季的时令木本菜，与豆腐拌合，别具特色。

【原料】

嫩豆腐 400 克，香椿芽 50 克，精盐 3.5 克，芝麻油 10 克。

【制法】

将香椿芽洗净，用沸水烫过，切成细末；豆腐放盘内，用刀划有间隔的十字花刀，撒上精盐、香椿芽末，淋上芝麻油即成。食时调拌均匀即可。

90. 辣油瓜皮

瓜皮，是指旋下的黄瓜皮，再用辣油等调味品炆腌而成。色泽碧绿，质地脆嫩，清香适口，具有辣、甜、酸、咸味道。

【原料】

黄瓜 725 克，绍酒 10 克，清汤 50 克，干辣椒 2.5 克，酱油 10 克，醋 15 克，白糖 75 克，葱姜丝共 2.5 克。

【制法】

1. 准备工作：将黄瓜洗净，截成长 3 厘米的段，用刀旋下黄瓜皮；干辣椒切细丝。

2. 烹调：汤勺内放清水，烧沸后，放入黄瓜皮氽过捞出，沥净水分，晾凉；炒勺放中火上，加白油，烧至五成熟时，放辣椒丝、葱、姜丝，炸出香味时烹上醋，随即放酱油、清汤、绍酒烧沸，盛入碗内晾凉后，把黄瓜皮放入，浸泡约 1 小时装盘即成。

91. 麻汁豆角

这是一个夏季时令菜，系济南民间传统做法。豆角碧绿脆嫩，麻汁味浓，清香爽口。

【原料】

嫩豆角 300 克，精盐 2 克，醋 15 克，麻汁（即芝麻酱）30 克。

【制法】

将豆角择好，洗净，用沸水氽过捞出，沥净水分，切成长 3 厘米的段；麻汁、精盐、醋放碗里，研成浓汁后，放入豆角调拌均匀，装入盘内即成。

【注意】

醋要随研随加，不可一次放入。

92. 黄蘑素鸡

“黄蘑”是蘑菇的一种，经调味炸制后，因有鸡肉香味，而得名。此菜制成后色泽微黄，味道香郁。

【原料】

干黄蘑 500 克，五香面 25 克，精盐 30 克，酱油 300 克，花生油 1000 克（约耗 70 克）。

【制法】

1. 准备工作：将黄蘑涨发好，放入盆内加清水 1000 克，精盐 20 克，浸泡约 10 分钟，取出去柄后洗净，撕成 0.3 厘米厚的片，放在盆内，加酱油、精盐、五香面拌匀。

2. 炸制：炒勺放在旺火上，加花生油烧至七成热，将拌好的黄蘑分 5 次下入油内，炸至微黄捞出即成。

93. 焗素排骨

用面筋将山药条裹住，形似排骨，经烧制后色泽红润，味道甜香。

【原料】

水面筋 150 克，酱苳蓝丝 5 克，醋 10 克，白糖 70 克，芝麻油 10 克，山药 100 克，精盐 2 克，素清汤 150 克，姜丝 2 克，花生油 750 克（约耗 75 克）。

【制法】

1. 准备工作：把山药去皮洗净，切成寸段，用面筋分别缠每块山药的中间，呈“排骨”形待用。

2. 烹调：炒勺放在中火上，加花生油烧至七成热，将“排骨”入油炸成金黄色捞出。

炒勺内留油 25 克在中火上烧至五成热，放入白糖 15 克炒至红色时，放入姜丝、酱苳蓝，煸炒一下，烹上醋，再放入清汤、精盐、白糖，把炒勺移至微火上，焗至汁浓时加入“排骨”颠翻，使汁均匀地挂在“排骨”上，淋上芝麻油即成。

94. 红烧茄子

此菜是素菜中的精细者，历史久远。北魏高阳太守贾思勰在《齐民要术》素食篇中，记有烧茄子法。文记：“炰茄子法：用子未成者，子成则不好也。以竹刀骨刀四破之，用铁则渝黑，汤蝶去腥气。细切葱白，熬油令香，苏弥好。香酱清，孽葱白，与茄子俱下。炰令熟，下椒姜末。”从记中可知其法精细。如今的红烧茄子，还加适量白糖，以调口味。

【原料】

茄子 500 克，精盐 5 克，酱油 10 克，清汤 150 克，白糖 15 克，葱丝 1.5 克，姜丝 1 克，花椒油 5 克，花生油 750 克（约耗 100 克）。

【制法】

1. 准备工作：将茄子去柄、削皮，切成厚 1.8 厘米的大块，划成蓑衣花刀，然后切成长 3 厘米、宽 1.8 厘米的块。

2. 烹调：将炒勺放中火上，倒入花生油，烧至七成热时，放入茄子，炸成浅黄色捞出。炒勺内留油 25 克，放入白糖，炒至鸡血红色时，加入葱、姜丝炸出香味，再放清汤、精盐、酱油、炸好的茄块，在微火上焗 3 分钟，再移至旺火上，轻轻颠翻两下，淋上花椒油，盛入汤盘内即成。

【注意】

嫩茄子最好不要去皮，因茄子紫色表皮与肉质连接处含有大量维生素 P，因此，应连皮一起吃。

95. 炒豆腐脑

此菜豆腐绵软柔嫩，味鲜香醇厚，入口即化。

【原料】

嫩豆腐 500 克，水发海米 25 克，猪油渣 100 克，酱苳蓝末 10 克，香菜末 5 克，酱油 25 克，清汤 100 克，湿淀粉 15 克，葱姜末 2 克，蒜末 2 克，花生油 75 克，花椒油 50 克。

【制法】

1. 准备工作：将豆腐上笼蒸约 10 分钟，取出沥净水分。猪油渣切成 1.5 毫米见方的粒；海米剁成末；碗内加酱油、清汤、湿淀粉对成汁。

2. 烹调：炒勺放中火上，加花生油烧至五成热，放入葱、姜、蒜末和海米末稍炒，再放入豆腐、猪油渣、酱苳蓝末煸炒约 2 分钟，用手勺把豆腐按碎，成豆腐脑状，倒入对好的汁烧沸，撒上香菜末，盛入汤碗内，浇上花椒油即成。

96. 海米炒蒲菜

济南大明湖所产蒲菜，色白质嫩，与海米同炒，清鲜爽口。

【原料】

蒲菜 500 克，冬笋 50 克，口蘑 25 克，水发海米 25 克，精盐 3 克，绍酒 10 克，味精 1 克，清汤 50 克，葱末 1.5 克，姜末 1 克，白油 50 克。

【制法】

1. 准备工作：将蒲菜去皮，切去后梢，切成长段，冬笋切片；口蘑洗净，片成片，一起用沸水氽过。

2. 烹调：炒勺放中火上，加白油，烧至六成熟时，放进葱、姜末炸出香味，将蒲菜、冬笋、口蘑、海米一并下勺煸匀，再放入清汤、精盐烧沸，加入绍酒、味精，颠翻出勺即成。

97. 锅塌豆腐

锅塌，是山东传统烹调法，来源于民间，在济南开始经营者是“沂州小馆”，原写作“锅拓”，以豆腐为最正规，以后发展有各种素菜及肉、鱼菜品，如锅塌鱼扇，锅塌里脊片，此菜先煎后加汁收汁，色黄，质嫩软。鲜香味美。

【原料】

豆腐 300 克，葱姜丝 2 克，酱油 5 克，料酒 10 克，清汤 70 克—100 克，鸡蛋 2 个，湿淀粉 10 克，虾仁 50 克，白油 150 克（耗 50 克），

【制法】

1. 准备工作：将豆腐切长方片；虾仁剁成泥茸，鸡蛋清、黄分别盛碗，各自打成糊汁，蛋清内加盐、湿淀粉、料酒搅匀，再放入虾仁搅匀成馅。葱、姜切成末。

先在盘内摆一层豆腐，均匀地抹上虾茸泥，再将另一半豆腐盖在虾馅上，放展内稍蒸取出。滗净水。抹上鸡蛋黄糊、料酒、精盐调成的糊。

2. 烹调：净锅放火上，加底油在小火上烧热转匀锅底，油至六成熟时，将豆腐完整推入锅内，煎黄底面后，用大翻勺将豆腐翻过，再煎成黄色使表面稍硬，加入葱姜末、清汤、酱油、料酒，盖上小锅盖焖塌至汤汁收尽，成熟后扣在盘内即成。

98. 三美豆腐

“泰安有三美，白菜、豆腐、水”。用泰安豆腐、白菜制作的此菜，汤汁乳白，豆腐软滑，白菜鲜嫩，味清淡爽口。

【原料】

泰安豆腐 150 克，精盐 5 克，味精 1 克，姜末 1 克，白油 20 克，白菜心 100 克，奶汤 500 克，葱末 1.5 克，熟鸡油 5 克。

【制法】

1. 准备工作：将豆腐上笼蒸约 10 分钟取出，沥于水，切成片；白菜心洗净，用手撕成长 5 厘米的劈柴块。

2. 烹调：将豆腐、白菜分别用沸水焯过；炒勺放中火上，加入白油烧至五成热时，放葱、姜炸出香味，放入奶汤、精盐、豆腐、白菜，烧沸后撇去浮沫，加入味精，淋上熟鸡油即成。

99. 糟煎茭白

此菜系济南传统名菜，为宴席中常用的清淡时令菜肴。色白而亮，茭白鲜嫩，糟香味浓。

【原料】

茭白 500 克，香糟 20 克，精盐 3.5 克，清汤 150 克，奶汤 100 克，味精 1.5 克，姜汁 5 克，葱油 300 克（约耗 50 克）。

【制法】

1. 准备工作：将茭白去皮，洗净，斜刀切成片，每片均划上蓑衣花刀，碗内放香糟，加清汤 50 克调匀，用洁布过滤，留汁待用。

2. 烹调：炒勺放火上，放葱油烧至四成热，移至微火上，将茭白放油内煎透，把油滗出，再加入糟汁、奶汤、清汤、精盐，移至旺火上，焯约 3 分钟，再放姜汁、味精，倒入盘内即成。

【注意】

煎茭白时要不断用铲拨动，以防煎糊。

100. 五香面筋

此菜是济南素菜中传统的小吃品。简单易做，味道醇厚，气味芳香，为佐酒佳肴。

【原料】

油面筋 100 块、酱油 500 克，五香面 50 克，芝麻油 200 克。

【制法】

锅内放清水，用旺火烧沸，把面筋放入，用手勺轻翻数下捞出、盛入盆内，入笼蒸约半小时取出，加上酱油、芝麻油、五香面，反复搅拌均匀，使调料浸入面筋内即成。

101. 拔丝白薯球

拔丝，是济南菜创制的甜菜特有的烹调法，利用熬糖的火候，达到可以拔出糖丝的时机快速下锅，使原料裹一层糖汁，食时夹起可出细长的糖丝，既好吃又好看，是极受食者欢迎的甜菜。清初文学家蒲松龄所著《日用俗字》记“而今北地兴糖果，无物不可用糖沾”。研究者认为“糖果”就是拔丝的果物食品。

【原料】

白薯（又叫地瓜）400 克，桂花酱 2 克，芝麻油少许，白糖 200 克，花生油 500 克（耗 50 克）。

【制法】

1. 准备工作：将白薯洗净削去皮，切削成球形。

2. 烹调：炒勺放旺火上，加花生油烧至七成热，放入白薯球，炸至呈金

黄色捞出，炒勺内留油约 20 克，放入白糖，炒至呈金黄色，并冒青烟起气泡时，迅速倒入白薯球，加入桂花酱，颠翻均匀，使糖汁均匀挂在“球”的周围。先在盛盘上抹少许芝麻油，将球倒入盘内，迅速送到食客桌上，食时可以当即拔出糖丝。

上桌前为防止糖液粘筷，先端上一碗清凉水，先将筷子蘸水，然后挟拔丝糖球。食者应尽快下筷，防止凉后凝固，丝就拔不出来了。

102. 琉璃桃仁

琉璃桃仁酥脆、香甜，色泽淡黄、晶亮，是甜菜中的佳品。

【原料】

核桃仁 250 克，芝麻油 25 克，白糖 150 克，花生油 500 克(约耗 35 克)。

【制法】

1. 准备工作：将核桃仁放入开水中泡至薄皮发软时，剥去皮，洗净，再放在开水内氽一下捞出，晾干水分。

2. 烹调：炒勺放在中火上，加花生油，烧至四成热时，将核桃仁放入，炒至漂起时捞出。将炒勺放在中火上，放上芝麻油、白糖，用手勺快速搅炒，待糖溶化冒细沫时，把核桃仁倒入，颠勺翻炒，使糖汁均匀地滚在桃仁上，随即倒在案板上，用筷子逐块拨开，晾凉即成。

103. 冰糖莲子

冰糖，是用甜糖水加甜料制成的甜汤菜。清澈见底，制法较简，口味清甜。

【原料】

莲子(发过) 300 克，冰糖 100 克，桂花酱 3 克，樱桃 50 克，白糖 100 克，鸡蛋清半个。

【制法】

1. 准备工作：将莲子、樱桃洗净，并用开水氽过，捞出控于水分。

2. 烹调：将汤勺刷净，放在中火上，加入清水 500 克、冰糖、白糖、桂花酱烧沸，随即甩入鸡蛋清，至蛋清出浮沫捞去不用。再放入莲子稍煮，再加樱桃，盛入汤盘内即成。

樱桃用于点缀，可无。

104. 蜜汁山药

蜜汁，是高档甜菜烹调法，因为要用蜂蜜配于调味，色红亮、质绵软，是山东菜的另一特色，多用于配套高级筵席。但制作并不难。

【原料】

山药 500 克，白糖 200 克，芝麻油 30 克，蜂蜜 50 克，桂花酱 10 克，花生油 1000 克(耗 60 克)。

【制法】

1. 准备工作：将山药洗净，放蒸屉蒸透后取出，削去皮，切成滚刀长片。

2. 烹调：净勺放中火上，倒入花生油，烧至七成热时，放入山药，炸至 3~5 分钟，捞出后，将油倒入油筒。留底油烧热放白糖 50 克，炒糖成鸡血红色，加入开水 200 克，蜂蜜、白糖烧沸，加桂花酱，用漏勺捞出渣子，再放微火上，将汁煨浓(约 5 分钟)，倒入山药，颠翻几下，使蜜汁裹满山药，并盛汤盘中，多余蜜汁全部倒入盘内。

105. 焯红果

这是一个历史悠久的甜菜。用山东大红山楂(又名红果)，加糖煮焯后，

色泽红亮，甜酸适口，常用冷拼盘。

【原料】

山东大红山楂 1000 克，白糖 500 克，桂花酱 5 克。

【制法】

1. 准备工作：将山楂洗净，用直径 9 毫米的细铁管捅去核，呈算盘珠形状。然后放锅内，加清水 2000 克，用微火煮至五成熟时捞出，剥去皮。

2. 烹调：汤勺内放清水 200 克，加白糖，用中火烧沸，待糖溶化后，撇去浮沫，倒入山楂，移至微火上煮^焯，至汁浓稠时放入桂花酱轻轻搅匀，倒入盘内晾凉即成。

106. 扒苹果

将苹果切大片，先炸再加糖、蜂蜜收^焯，烧好扒入汤盘内，红润蜜甜，此是孔府菜。

【原料】

苹果 750 克，蜂蜜 50 克，芝麻油 25 克，白糖 300 克，桂花酱 10 克，花生油适量。

【制法】

1. 准备工作：将苹果去把削皮挖核，切成厚的大片。

2. 烹调：把炒勺放火上，加花生油烧至六成热，放入苹果片，炸至棕黄色捞出。

另用刷至极净的炒勺放火上，加芝麻油烧热，放少许白糖、蜂蜜炒成红汁，再放少许热水呈红色，放进炸过的苹果，烧至回软即加白糖、蜂蜜、桂花酱及少许水，改用慢火将汁^焯至浓即成。装汤盘时，先将苹果摆放整齐扒在盘中，再将余汁浇入。

107. 诗礼银杏

在孔庙有诗礼堂，是皇帝祭孔时演习礼乐的地方。堂前院内有两株参天大树，一株是唐槐，一株是宋银杏，高达 20 米，历经千载风霜，仍然枝叶繁茂。特别是宋银杏树，春华秋实，至今果实累累，每年孔府收获此果，成为宴席名肴。“诗礼银杏”，就是以此而得名，是孔府宴大件甜菜，极富营养。

【原料】

白果 750 克，蜂蜜 50 克，桂花酱 2.5 克，白糖 250 克，白油 25 克。

【制法】

1. 准备工作：将白果砸去外皮，用碱水煮一下刷去二层皮，再放锅中煮，至净，放盆里焖，再用沸水焯过，以去苦味。

2. 烹调：炒勺放火上，加入白糖 25 克，炒至呈银红色时，加清水 100 克、白糖、蜂蜜、桂花酱，倒入白果，焯至汁浓，淋入白油 15 克，盛入浅汤盘中即成。

108. 炸荷花

烹食花卉，自古有之。明代《花里活》、清代《养小录》中都有餐芳谱，是以花为肴的记述。此菜以荷花为料，经炸制，色泽鲜艳，花香芬芳，是季节性较强的甜菜。

【原料】

白荷花瓣 12 片，鸡蛋清 4 个，精粉 40 克，豆沙馅 100 克，白糖 100 克，白油 1000 克（约耗 75 克）。

【制法】

1.准备工作：将荷花瓣用清水洗净，洁中据干水分，平铺案板上，抹上一层豆沙馅，然后顺长对折。鸡蛋清放汤盘内，搅打成泡沫状后，再加精粉调成蛋泡糊。

2.烹调：炒勺放旺火上，倒入白油，烧至三成热后移至微火上，将折好的荷花沾匀蛋泡糊下入勺内，约炸3分钟捞出；待油温升至六成熟时，再把荷花下入勺内，用手铲拨动，炸至呈浅黄色捞出，放盘内，均匀地撒上白糖即成。

【注意】

选用微开荷花的中层花瓣为宜。

109.炒三泥

三种不同原料的泥茸经炒制后拼装于一盘，色彩鲜明，质地细腻，味道香甜，极宜夏季冷食。

【原料】

赤豆泥 150 克，栗子泥 100 克，山药泥 100 克，白糖 225 克，桂花酱 1.5 克，白油 150 克。

【制法】

1.炒勺放中火上，加白油 50 克，白糖 75 克，烧至糖溶化时，加入赤豆泥，改用微火炒至松散起沙时，盛在盘内中间；栗子泥用同法炒好，盛在盘内赤豆泥的一边；山药泥也用同法炒好，盛在盘内赤豆泥的另一边。

2.将汤勺刷洗干净，放入清水 50 克、白糖 50 克、桂花酱，用微火烧至糖溶化后，浇在“三泥”上即成。

110.山东海参

山东胶东沿海是海参的主要产地，以产刺参最著名。山东栖霞人郝懿行著《记海错》，认为海参最早文字记载是三国吴丹阳太守沈莹撰《临海水土异物志》，称：“土肉，正黑，如小儿臂大，长五寸，中有腹，无口目，有三十足，炙食。”在《本草从新》中说海参有“补肾益精，壮阳疗萎”之功效，营养价值不亚于人参，故名叫海参。海参作为宴席高档食物，从明代开始，盛行于清初。至此已经有以海参菜为主菜的“海参席”。我国海参种类繁多，其等级以个头多少为标准。此菜——山东海参是作为汤菜出现的。

【原料】

水发海参 300 克，水发海米 10 克，鸡蛋清 25 克，葱 10 克，味精 2.5 克，胡椒粉 2 克，清汤 1000 克，鸡脯肉 150 克，鸡蛋吊皮 25 克，香菜梗 15 克，酱油 15 克，湿淀粉 15 克，芝麻油 15 克，精盐 2.5 克。

【制法】

1.准备工作：将海参片成抹刀薄片；鸡脯肉片薄片，都放碗中，加料酒 5 克、精盐 1 克、味精 1 克、鸡蛋清、湿淀粉抓匀；鸡蛋皮切象眼片，葱切丝，香菜切段。

2.烹调：净锅置火上，放清汤 400 克烧开，分别入海参、鸡片氽一下捞出，均放入大汤碗内，撒上葱丝、香菜段、蛋皮片。

汤锅再加入清汤 600 克，加热，放料酒 20 克、精盐、味精、酱油、海米，烧开后，撇去浮沫，加醋、胡椒粉调味，淋上芝麻油，冲入放有海参、鸡片的汤碗内即成。

111.奶汤元鱼

应用济南菜中传统的奶汤烧制而成的“奶汤元鱼”，色泽洁白，质地鲜

嫩，营养丰富，汤鲜味美。

【原料】

活元鱼 1 只（约重 1000 克），奶汤 500 克，熟火腿 15 克，水发冬菇 15 克，精盐 5 克，姜汁 2.5 克，清汤 500 克，水发玉兰片 25 克，青菜心 5 克，绍酒 15 克，葱油 40 克。

【制法】

1. 准备工作：将活元鱼仰放在案板上，待其头伸出，用刀把头剃下，放净血后洗净；放沸水内烫过，刮去黑皮；沿着背甲骨缝拉一刀口，撕下裙边，揭下硬盖，取出内脏，剁去四爪和尾巴，用清水洗净；把元鱼肉和裙边剁成 2.4 厘米见方的块，用沸水氽过；火腿、玉兰片、冬菇均切成片；青菜心劈成四瓣和玉兰片、冬菇一起用沸水氽过。

2. 烹调：汤勺放旺火上，加葱油烧至六成热，放进清汤、奶汤、精盐、元鱼肉、裙边、绍酒 10 克烧沸，移至微火上煨熟时，将元鱼肉、裙边捞在汤碗内；汤勺内再加玉兰片、冬菇、青菜心、姜汁、绍酒烧沸浇在汤碗内，撒上火腿片即成。

112. 奶汤鸡块

此菜奶汤浓郁味鲜，鸡肉软烂，配以火腿、苔菜花、蒲菜、冬菇、色彩悦目。

【原料】

雏鸡肉 200 克，苔菜花 1 朵，水发冬菇 1 个，精盐 2 克，葱段 15 克，葱油 50 克，奶汤 400 克，蒲菜 1 段，火腿 1 片，绍酒 15 克，姜汁 1 克。

【制法】

1. 准备工作：将鸡肉洗净，用刀划上蓑衣刀纹，再切成 3 厘米见方的块，放沸水中氽过捞出。冬菇片成薄片，与蒲菜、苔菜花均用沸水氽过。

2. 烹调：将氽过的鸡块放碗内，加入奶汤 150 克、精盐 1.5 克、绍酒 10 克、姜汁 0.5 克、葱段，上笼蒸熟取出，去掉葱段，滗去汤汁，扣入汤盘内。汤勺内放入葱油，在中火上烧至八成熟时，倒入奶汤烧沸，放入苔菜花、蒲菜、冬菇、精盐、绍酒、姜汁、火腿，浇在鸡块上即成。

113. 烩乌鱼蛋

乌鱼蛋，即乌贼的缠卵腺，外面裹一层半透明的薄皮，里面则是紧贴在一起的白色小圆片，即乌鱼钱，含大量蛋白质。产于山东青岛、烟台等地。以乌鱼蛋为主料烹制的此菜是一个高级汤菜，味酸辣香，汤鲜清淡。

【原料】

水发乌鱼蛋 100 克，鸡汤 250 克，湿淀粉 12 克，姜汁 12 克，醋 15 克，绍酒 12 克，香菜末、胡椒粉、精盐、鸡油各少许。

【制法】

1. 准备工作：将乌鱼蛋用清水泡过后，一片片揭开，放进凉水锅里，在旺火上烧八成开，换成凉水再烧，如此反复五六次，以去腥味。

2. 烹调：将汤勺放旺火上，加入鸡汤，乌鱼钱、姜汁、精盐、绍酒、酱油。待汤烧开后，撇去浮沫，用水解开湿淀粉，搅均匀，再放入醋，搅匀，撒入胡椒粉，淋上鸡油，倒入大汤碗内，撒上香菜末即成。

114. 乌云托月

以紫菜与荷包鸡蛋做成汤，称“乌云托月”。这是孔府的一人一小碗的汤菜，在宴席上是口汤碗的一种，又叫进门点心，有时也可做成大汤碗。

【原料】

紫菜 5 片（10 克），精盐 1 克，清汤 250 克，鸡蛋 1 个，料酒 10 克。

【制法】

1. 准备工作：将紫菜撕成 5 片，用凉水浸放在汤碗里。
2. 烹调：将汤勺放火上，加开水 250 克，把鸡蛋磕入碗中，再倒开水，做成一个圆包蛋，捞出放汤碗中央。另用汤勺，加清汤、凉水 100 克，放精盐、料酒，烧开后撇去浮沫，盛到汤碗里即成。

115. 烤馒头

馒头，是历史悠久的主食品，也是北方地区常用的主食品，经过面团发酵蒸制而成。蒸熟晾凉后，食用前入烤箱烤出棕黄色硬壳，外焦而内软，嚼有甜香味。是各地名餐馆保留品种。

【原料】

精面粉 900 克，酵面 100 克，碱粉适量（根据季节不同，制作者掌握）。

【制作】

1. 将面粉加酵面和适量清水，揉合成面团，经发酵至十成开，加适量碱粉，与面团揉匀，并使去掉酸后，掐成 10 个面坯，逐个揉搓成半圆形馒头生坯，饧 15 分钟。
2. 锅内水烧沸，将杨好的馒头生坯摆入笼屉内，旺火蒸 20 分成熟，稍凉取出晾凉。
3. 将凉馒头放烤盘内，入烤箱，将馒头烤至发棕黄色，取出即成。

【注意】

1. 和面时水面比例约为 4：10；在揉搓成形时，可稍加些干面粉，为之呛面；面团发酵要足，但不可发过，所以掌握时机十分重要。
2. 馒头生坯必须杨一段时间，这样可使蒸出的馒头膨松胀大。

116. 鹅脖银丝卷

银丝卷，是重要精细面食品之一，而“鹅脖”者是其形较长，为曲阜孔府面点厨师所创造，时间约在清末。其成品皮白光亮，卷心松软。

【原料】

精面粉 500 克，白糖 25 克，猪板油 75 克，碱适量，酵面 100 克，花椒盐 15 克，芝麻油 25 克。

【制法】

1. 将面粉 375 克与 2/3 酵面放在盆内，加适量水揉匀，静置发酵。另将 100 克面粉并加 1/3 酵面加水揉匀成面团。揉匀后拉成 7 扣的面条，折成 1 米长的面条束，并刷上芝麻油、花椒盐、猪板油。
2. 另将发酵面团放案板上揉圆后，擀成大型面皮，切成 1 米长的长方形面皮，把面束包住，似鹅脖状，包口朝下，放蒸笼内用旺火蒸 20 分钟使熟即成。成熟后取出，放案板上切成 10 段，装盘即食。

【注意】

制作此卷，注意计算好用料，应各有所用，不能浪费。

117. 蓬莱小面

山东蓬莱的著名早点食品，是抻面的一种，因是小把抻拉及小碗食用，故名为“小面”。也是相对“福山拉面”（又称大面）而加一区别。已有多年历史，以鱼作汤，每碗有面有汤，具有海鲜风味。如今仍有经营，颇受欢迎。

迎。

【原料】（按 30 份计）

精细面粉 2500 克（实用 1500 克），碱 5 克，精盐 25 克，加吉鱼 1 条（约 1000 克），鸡蛋 10 个，酱油 100 克，木耳 15 克，八角、花椒各 5 克，青蒜适量。

【制法】

1. 神面：将面粉加清水和成面团，加碱粉，揉匀，坤面到 6 扣，立即用入沸水锅内，煮熟捞到 30 个小碗内。

2. 做鱼汤：将加吉鱼处理洁净，在鱼两侧剖斜刀；木耳切开洗净撕碎，青蒜切末。

3. 锅内加水煮沸，放入鱼同煮，再加八角、花椒、酱油、精盐、绍酒、木耳，待鱼煮熟时捞出，撇去浮沫，捞出八角，花椒，把鱼肉切成丁。

4. 将鸡蛋磕入碗内，搅拌打匀，洒到烧沸的汤锅内，撒上青蒜末，开锅后，分别浇入面条碗内，然后再撒上鱼肉丁即成。

118. 余子面

余子面是山东济南的传统风味小吃。因为制卤的各种原料都要经过沸水余过，所以使其保持青鲜，食时爽口清嫩，故名余子面。极适家庭制作。

【原料】（按 5 碗计）

面粉 500 克，瘦猪肉 125 克，水发海米 25 克，青豆 25 克，蒸鸡蛋糕 25 克，水发玉兰片 25 克，蒲菜（或菠菜）150 克，黄瓜 250 克，精盐 15 克，高汤 1250 克。

【制法】

将面粉放盆内，加适量水和成面团，然后制成面条，下锅内煮熟，捞出分别放在 5 碗内。

119. 油馃

油馃的生产历史悠久，清代顾仲的《养小录》就有所所载。最初于清末济南城内徐家三兄弟所经营，被称为“徐家油馃”，以后流传下来，成为济南风味小吃。油馃以现做现吃，吃新吃热为好。

【原料】

精面粉 500 克，葱 40 克，精盐 10 克，猪板油 50 克，花生油 75 克。

【制法】

1. 将面粉放盆内，加清水和成软面团；葱和猪板油均剁碎，混合成葱油泥。

2. 将面团分成 10 个面坯，逐个用小擀面棍擀成长条薄片。直放在面案上。先在面片上抹一层花生油，再用手指蘸些精盐，与葱油泥同抹在面片上，随即将面片向左折起，再抹一层油，然后用右手从顶端向怀里将面片卷起，卷时左手捏住里端随时向后拉伸，使面片拉长变薄。右手将其卷起，至卷完为止。右手卷完后，将卷好的面坯右端捏紧，再捏下多余的面头。在整齐的一面抹一层油，放在烧热的鏊子上，用手压平，成直径约为 8 厘米的圆饼。

3. 将饼鏊烧热，放上油馃，烙至底面发黄时，刷一层油，翻过再烙，使两面都烙黄时，再放炉内烤，先烤背面（此面无旋纹），约烤 1 分钟后再烤正面，烤至成深黄色时取出，左手拿油馃，右手食指从有旋纹的一面中央捅成一个窝，即成中空而多层的油馃。

120. 山东水饺

水饺，是中国北方流传很久的馅制成品，明代还被列为元旦的节日食品，在北方延续至今，是民间待客的常食。山东食水饺尤为普遍，各地方志多有记载。如清代蒲松龄称“扁食，捏似月牙弯，𦉳（读斩）上凉水锅不沸”的记述。馅有荤素之分。如民初出版的《济南快览》记：“如遇除夕或元旦，则用面作角子，其馅有荤有素，皆随人意，荤者用各种肉类，素者用韭菜或白菜，总名曰：水包子。”以上称谓：角子、扁食、水包子等均为水饺之别称，水饺在山东几乎是家家会做的民间小吃品。

【原料】

精面粉 500 克，嫩牛肉 50 克，精盐 10 克，芝麻油 35 克，花椒水 50 克，葱末 15 克，猪五花肉 250 克，姜末 5 克，料酒、10 克，韭菜 150 克，酱油 25 克。

【制法】

1. 将猪、牛肉搅成肉馅，放盆内，加酱油、花椒水、精盐，搅拌均匀，直到馅料成稠糊状，再放入葱、姜末、芝麻油搅匀，约养煨 30 分钟后，撒上切碎的韭菜，在用馅时随包随将韭菜拌入肉馅（以防肉馅内盐分将韭菜剥出水分）。

2. 把面粉倒入盆内，加清水约 250 毫升和成软面团，揉匀，搓成长条，做 80 个坯子，逐个擀成薄面皮，然后包馅，馅放入面皮后，收边捏紧，呈半月形，包完放在盖垫上。

3. 锅内加入适量清水，烧沸，把水饺下锅内，用手勺沿锅底向一个方向推转，不使水饺贴底，待水饺浮起时，盖锅盖，水再沸后开盖加入少许凉水，再开沸时，即熟。用漏勺捞出，盛于盘内即成。

上桌时，另带醋碟、芝麻油、蒜泥，以便调味料，另有需要者还可盛煮饺子的汤一碗，请宾客边吃边喝，谓之“原汤化原食”。

121. 鸡肉糝

糝，是一种古老的小吃，也是一种粥品，应当是北方的肉粥，而其粥料则是大麦仁。相传东晋书法家王羲之在故土琅邪（今山东临沂）夜读时，夫人常作糝以进。所以又称为“临沂糝”。近百年来成为独具特色的小吃品，流传于鲁西南各地。

【原料】

净老母鸡 1 只，干麦仁 750 克，胡椒粉 5 克，鸡蛋吊皮 50 克，醋 150 克，芝麻油 25 克，葱姜末 50 克，面粉 500 克，肉桂 5 克，大料 5 克，精盐 100 克。

【制作】

1. 将老母鸡洗净后放入大锅内，加水 5000 克，肉桂、大料装布袋内，放锅内，用旺火煮沸后改用小火煮两小时，使肉烂脱骨后，把鸡及布袋捞出，剔下鸡肉，撕成碎丝；布袋留用（可用 3 次），将鸡蛋皮切丝。

2. 在煮汤的同时，把麦仁放另一锅内，加水 5000 克，用旺火煮沸，再用小火煮约 1 小时，至麦仁成泡花状（使其熟烂，也可用蒸法完成）。将麦仁粥倒入汤锅内烧沸，再放入葱姜末、精盐；另把面粉调成水糊，细流下锅（注意不要起面疙瘩），待锅内粥汤再开时，撒上胡椒粉即成。

3. 把鸡丝、鸡皮丝放碗内，盛入麦仁粥，撒上葱姜末，淋上芝麻油和醋。

【注意】

1. 糝，还有牛、羊、猪肉之别，做法同上。
2. 此粥，多供应早点食用，并以现做现吃为佳。

122. 济南凉面

凉面，是夏令食用的面条，济南也叫“麻汁面”，是济南传统的面食。每年夏季饮食市场不论大小都有经营，每户家庭，不时也要吃麻汁面，经济实惠，食用凉爽。夏季食凉面，在唐朝就有记载，杜甫有诗曰：“新面来于市，……经齿冷于雪，君王纳凉碗，此味亦时须。”又据《清稗类钞》中有关于凉面的吃法：“率为白水所煮，将进面时，即有生疏数小碟，陈于几，曰面马。意为前马之导。进面和以调料而加于面。”所谓“面码”，也叫“菜码”，济南凉面有麻汁、食醋、清酱、蒜泥、腌香椿芽末、胡萝卜丝、黄瓜丝、盐水等。

【制法】

将面条煮熟后，捞出放入冷水中浸凉（可多换两次凉水），最后一次用凉白开水捞过，盛入碗中，碗勿盛满；然后再向面条上撒各种菜码，加盐水、醋、酱油、蒜泥、芝麻酱汁，以及香椿芽、胡萝卜丝、黄瓜丝等，食时拌匀。此种面条凉爽，各味都由自选，有嗜辣者还可加红油汁等，都随人意。

123. 山东炸酱面

炸酱，是面条的卤汁。山东炸酱面，是面条、炸酱分开用，由食者自己调制，所以食用随意；而炒制的炸酱，酱香味足，十分可口，由于制作不难，极易家庭仿制。

【原料】（按5碗计）

面粉500克，酱瓜40克，酱油15克，葱姜末10克，花生油50克，猪瘦肉125克，甜面酱25克，绍酒2克，花椒油3克。

【制法】

1. 将面粉放盆内，加适量的水和好，制成面条，煮熟后捞出盛5碗内。
2. 猪肉切小丁、酱瓜切丁。炒勺放火上，加花生油，烧热后放葱姜末，炸出香味，再放入肉丁炒至发白时，放入甜面酱炸炒片刻，再加入酱瓜、酱油、绍酒等。待开后，淋上花椒油，盛碗内即成炸酱卤汁。

食用时，自己将炸酱盛碗内，与面条拌合而食。自浇自拌自食，均随人意。

