

学校的理想装备

电子图书·学校专集

校园网上的最佳资源

中国名菜徽皖风味



## 徽皖风味

徽皖风味，指安徽菜，简称徽菜，是我国八大菜系之一。徽菜的影响遍及大半个中国，近及江南各省，远至大西北的西安，徽菜馆四处林立，是雅俗共赏，南北咸宜，独具一格，自成一体的著名菜系。

徽菜的形成与发展，是和安徽的地理环境、经济物产、风尚习俗密切相关联的。安徽位于祖国东南，华东腹地，简称“皖”。举世闻名的黄山和九华山蜿蜒于江南大地，雄奇的大别山和秀丽的天柱山绵亘于皖西边沿，成为安徽境内的两大天然屏障。长江、淮河自西向东横贯境内，把全省分为江南、淮北和江淮之间三个自然区域。江南山区，奇峰叠翠，山峦连接，盛产茶叶。竹笋、香菇、木耳、板栗、枇杷、雪梨、香榧、琥珀枣，以及石鸡、甲鱼、鹰龟、桃花鳜、果子狸等山珍野味。淮北平原，沃土千里，良田万顷。盛产粮食、油料、蔬果、禽畜，是著名的鱼米之乡，这里鸡鸭成群，猪羊满圈，蔬菜时鲜，果香迷人。特别是砀山酥梨，萧县葡萄，太和春芽，涡阳苔干，早已蜚声国内外。江淮之间，丘陵起伏，湖光山色，令人陶醉。沿江、沿淮和巢湖一带，是我国淡水鱼重要产区之一，万顷碧波为徽菜提供了丰富的水产资源。其中名贵的长江鲥鱼、巢湖银鱼、淮河回王鱼、泾县琴鱼，三河螃蟹等，都是久负盛名的席上珍品。所有这些天赐神品，都成为徽菜取之不尽、用之不竭的物产资源。

徽菜是由皖南、沿江和沿淮三种地方风味所构成。皖南风味以徽州地方菜肴为代表，它是徽菜的主流和渊源。其主要特点是：擅长烧、炖，讲究火功，并习以火腿佐味，冰糖提鲜，善于保持原汁原味。不少菜肴都是用木炭火单炖、单煤，原锅上桌，不仅体现了徽味古朴典雅的风格，而且香气四溢，诱人食欲。其代表菜有：“清炖马蹄鳖”，“黄山炖鸽”、“腌鲜鳜鱼”、“红烧果子狸”，“徽州毛豆腐”、“徽州桃脂烧肉”等。沿江风味盛行于芜湖、安庆及巢湖地区，它以烹调河鲜、家禽见长，讲究刀工，注意形色，善于用糖调味，擅长红烧、清蒸和烟熏技艺，其菜肴具有酥嫩、鲜醇、清爽、浓香的特色。代表菜有“清香炒悟鸡”、“生熏仔鸡”、“八大锤”，“毛峰熏鲥鱼”、“火烘鱼”、“蟹黄虾盅”等。“菜花甲鱼菊花蟹，刀鱼过后鲥鱼来，春笋蚕豆荷花藕，八月桂花鹅鸭肥”，鲜明地体现了沿江人民的食俗情趣。沿淮风味主要盛行于蚌埠、宿县、阜阳等地。其风味特色是：质朴、酥脆，咸鲜、爽口。在烹调上长于烧、炸、馏等技法，善用茭菱、辣椒配色佐味。代表菜有：“奶汁肥王鱼”、“香炸琵琶虾”，“鱼咬羊”、“老蚌怀珠”、“朱洪武豆腐”、“焦炸羊肉”等，都较好地反映了这一地区的风味特色。此外，省会合肥是全省政治经济文化的中心、自然是皖南、沿江、沿淮三种风味交流汇集的地方，这里名店林立，高手竞技，风味各异，品种繁多，不仅丰富了人民的物质文化生活，而且为增进中外友谊和发展旅游事业生辉。

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

## 序

《中国名菜》由著名学者冉先德、瞿弦音主编，共 20 分册一套，每册又各自独立成篇，集中华烹饪文化之大成。每部都将是餐饮业、旅游业、美食家、文人骚客、家庭主妇以及广大烹饪爱好者必备的参考书。

《中国名菜》全面搜集中国十七大菜系的不同风味的三千五百余种名菜。十七大菜系反映了中国菜系新的特点和状况，即“齐鲁风味”、“岭南风味”、“苏扬风味”、“巴蜀风味”、“徽皖风味”、“潇湘风味”、“钱塘风味”、“闽台风味”、“燕京风味”、“濠沪风味”、“松辽风味”、“三晋风味”、“中州风味”、“荆楚风味”、“赣江风味”、“秦陇风味”、“滇黔风味”。加上“民族风味”、“素斋风味”和“药膳风味”共 20 个类别。入选菜品全面，风格流派多样，用料各档兼顾，操作难易均录。无论传统佳肴，还是创新名菜，皆以流传广远、有口皆碑为取舍标准。“主料辅料”用量准确；“烹制方法”阐述细致；“工艺关键”提纲挈领；“风味特点”准确生动。并将典故传说、诗词歌赋寓于宴会之中。让人们在品尝佳肴时，把口福、眼福、情趣、雅兴融为一体，使整个宴会富有诗情画意。实为有关中国烹饪文化的一部别开生面、全面实用的菜谱。对专业工作者及广大烹饪爱好者将有极大的助益，亦可作为“中国名菜辞典”查用，并有长远的收藏价值。

作者编写此书，参考了国内外八百余种中餐菜谱、各种烹饪杂志上千卷，请教了许多名师前辈，整理了不少民间经验，并专门游历了十七大风味菜系地区，考察搜集当地名菜，亲自动手制作，以获得直接经验，最后才落笔编写成书，前后历时十年，三易其稿。是一部有新科研成果的烹饪巨著。

《中国名菜》编委会  
1997 年 7 月 7 日于北京

## 中国名菜——徽皖风味

## 贡谈鱼翅

### 〔主料辅料〕

水发鱼翅.....500 克	精盐.....5 克
贡谈.....50 克	味精.....1.5 克
熟火腿.....20 克	绍酒.....30 克
净冬笋.....20 克	胡椒粉.....0.5 克
熟鸡肉.....20 克	肉汤.....750 克
青菜心.....12 克	鸡汤.....750 克
葱段.....20 克	熟鸡油.....30 克
姜片.....20 克	熟猪油.....50 克

### 〔烹制方法〕

1. 贡谈洗净，用热水浸泡 1 小时，摘去肠杂，洗净泥沙，放碗内加绍酒 5 克、肉汤 50 克，入笼蒸烂，拣去葱姜待用。火腿切成长方块，冬笋切成柳叶片，鸡肉切成长片，小菜心切去叶尖，根端削成橄榄形直划上一刀。

2. 将鱼翅倒入冷水锅中烧几滚，倒入漏勺沥水，换清水再继续出两次水，除去部分腥味。再用清水浸泡后，放入大碗内，加入葱姜各 5 克、绍酒 5 克、肉汤 25 克蒸至鱼翅入味至软烂时，出笼拣去葱姜，滗去汤汁不用。

3. 锅上火，放入熟猪油 25 克、葱姜各 5 克，炸出香味时放肉汤、绍酒 5 克，放入鱼翅焗 15 分钟，倒入漏勺，拣去葱姜。

4. 锅上火擦净，放入熟猪油和鸡油 5 克、葱姜各 5 克炸至呈金黄色发出香味时，放入鸡汤和蒸淡菜的原汁，烧两滚，拣去葱姜，放入鱼翅、笋片和鸡片放在锅边，烧开后移向小火焗，小菜心投入开水锅中烫一下。

5. 将焗鱼翅的锅端离炉火，先放入菜心在砂锅内，再放笋片、鸡片，倒入鱼翅，加精盐，把淡菜放在鱼翅周围，盖锅用小火再炖 5 分钟，放入味精，撒上胡椒粉，放上火腿片，淋上鸡油，盖好上席。

### 〔工艺关键〕

1. 贡谈加工先择净肠杂，加清水反复漂洗，除去泥沙及异味。

2. 鱼翅涨发过程是：剪边、冷水泡、煮沸、浸泡、焗沙。切根、分质装盘、焗制、去骨除腐肉、焗制、漂洗、半成品。

在发料时，先将鱼翅薄边剪去，防止涨发时沙粒进入翅内，然后用冷水泡至回软 10—12 小时，放在开水锅中煮 1 小时，在开水中焗至沙粒大部分鼓起时用刮刀边刮边洗，去净沙粒，如除不掉可再用开水烫一次即可去掉。将翅根切去部分，装入竹篮内，加盖放入锅里焗，这样可避免开水翻滚时将鱼翅冲击破碎。老硬的可焗 5~6 个小时，软嫩的焗 4~5 个小时。焗透后稍凉即可出骨焗 1~2 个小时，至全部发透时取出。然后用清水洗净，去掉异味即成为半成品。

### 〔风味特点〕

鱼翅是鳐类和鲨鱼的鳍加工而成的。含有丰富的蛋白质，是高蛋白低脂肪的高档烹饪原料。

贡谈，是大的淡菜，曾列为贡品，所以称贡谈。

鱼翅与贡谈同烹，口味香浓，咸鲜，醇厚，主料突出，配料红绿相映，汤汁清澈，是徽皖高级筵席中的大菜。

## 珍珠鱼翅

### 〔主料辅料〕

水发鱼翅.....500 克	葱.....10 克
净母鸡.....1500 克	姜.....10 克
大虾仁.....250 克	精盐.....15 克
火腿.....25 克	绍酒.....25 克
鸡油.....10 克	湿淀粉.....25 克
鸡蛋清.....1 个	熟猪油.....100 克

### 〔烹制方法〕

1. 鱼翅放冷水锅中，烧开捞出洗净。
2. 将鸡下开水锅中焯一下捞出。虾仁放碗内加精盐（5 克）抓匀，放入鸡蛋清浆拌上劲。
3. 取砂锅 1 只，里面垫盘子 1 个，放入鱼翅，上放母鸡，加入火腿、鸡油、葱结、姜块、绍酒和水，大火烧开，加精盐（10 克），改用小火细炖，然后将整鸡撕下一半，鸡肉铺在大盘中，上放鱼翅，浇上砂锅内原汤。
4. 在鸡、鱼翅装盘的同时，将锅置旺火上，放入熟猪油，烧至五成热，投下虾仁滑油，见虾仁刚成熟，立即倒入漏勺沥油，盖在鱼翅上即成。

### 〔工艺关键〕

1. 水发鱼翅：把鱼翅放温水中浸泡，中间换水 2 次，一直泡到能煺砂时，用小刀刮去砂和黑膜，再用温水漂洗数次，放入铝桶中，加水没过鱼翅，在小火上微火靠，待能去骨时，离火去骨，修剪掉腐烂部，用清水漂洗数次即可。
2. 鱼翅放入砂锅，加调料及水，水与鸡平，大火烧开，小火慢炖，柔软滑润为好，约需 4 小时左右。

### 〔风味特点〕

1. “珍珠鱼翅”是芜湖传统高档名菜，以虾仁和鱼翅制成。虾仁体内含虾仁素，成熟后呈现淡淡的红色，经矾水搅打，清水冲洗，则变成洁白光润，粒粒如珠之形，盖在金光闪烁的半透明的鱼翅上，一派珠光宝气，美名珍珠鱼翅。
2. 此菜虾仁鲜嫩，鱼翅柔滑，咸鲜可口，为“八珍”之一。

## 鲨皮二腕

### 〔主料辅料〕

水发鲨鱼皮...300 克	姜片.....10 克
猪二腕.....750 克	精盐.....3 克
熟火腿片.....15 克	酱油.....100 克
熟笋片.....25 克	白糖.....25 克
小葱末.....10 克	味精.....5 克
绍酒.....40 克	熟猪油.....15 克

### 〔烹制方法〕

1. 将二腕刮洗干净，在关节上划几刀，放入开水锅中烫透，捞出洗净，放在砂锅中加水刚没过二腕，用旺火烧开，撇去浮沫，加入酱油、绍酒、白糖，换用小火烧至六七成熟。

2. 水发鱼皮放入锅中，加水烧至六成烂时取出，用刀切成 5 厘米长、2 厘米宽的长方体，在冷水中洗净，再放入开水锅中反复焯二三次，捞起沥干水，将鱼皮、火腿片、笋片、姜片一起放入二腕锅中，加猪油继续用小火烧至透烂时加入味精，拣出姜片，起锅装碗，撒上葱末即成。

### 〔工艺关键〕

1. 胀发鱼皮，应先温水下锅，小火微开焖煮，待鱼皮表面沙质崩裂时离火。待水温下降后，用手搓掉表面的一层砂粒，刮净黑膜，洗净，再用宽水焖煮，煮到鱼皮发软时离火。然后在温水中轻轻剪掉腐坏的边沿，洗净，再用宽水煮透。清水冲漂，冲去鱼皮腥味即可。

2. 二腕即猪小时，含胶元蛋白与弹性蛋白，不易煮烂，煮时将二腕刮洗干净，放在冷水锅中，用大火烧开，转小火焖煮至熟透。

### 〔风味特点〕

鲨皮二腕是徽州名菜之一。李时珍在《本草纲目》中说：“沙（鲨）鱼之皮还消脍积”，“暖中益气”。二者同烧，胶质融合一体，浓而不酳，鱼皮要轻轻夹起，还需汤勺托着，酥烂润口，鲨皮二腕有海味的芳香和猪肘的鲜味。

## 四海明珠

### 〔主料辅料〕

罐头鲍鱼.....100 克	姜片.....10 克
水发刺参.....100 克	精盐.....5 克
油发鱼肚.....100 克	味精.....2 克
蒸发干贝.....100 克	绍酒.....15 克
青菜心.....12 棵	白胡椒粉.....0.5 克
罐头红樱桃.....6 粒	熟鸡油.....25 克
熟鸽蛋.....12 个	鸡汤.....250 克
葱结.....10 克	熟猪油.....500 克

### 〔克制方法〕

1. 刺参、鱼肚切成长 5 厘米、宽 2 厘米的长条片，下开水锅焯水捞出，连同鲍鱼、干贝整齐地码在碗中，加精盐 3 克、鸡油 10 克。味精 1 克、绍酒 10 克、鸡汤 200 克、葱结、姜片，上笼蒸约 30 分钟。

2. 青菜心在二三成油温的油锅里氽一下，迅速捞出，撒上精盐 1 克入味。鸽蛋放盐水锅中煮至入味。取出蒸好的海味，拣出葱、姜，滗出汤汁（留用），扣在大圆盘里。盘子周围间隔相等地放上青菜心，空档处放鸽蛋，鸽蛋上放半粒红樱桃点缀。

3. 锅置旺火上，放上汤汁，加精盐 1 克、味精 1 克、绍酒 5 克，烧开后撇去浮沫，用湿淀粉勾薄芡，撒上胡椒粉，淋上熟鸡油，浇在海味上即成。

### 〔工艺关键〕

1. 水发刺参：先用温水浸泡刺参数小时，放入铝锅内，加宽水旺火烧开后离火，原汤浸泡 10 小时左右，捞出刺参剖腹去肠，洗净表面泥砂，再用清水漂数遍，上火烧开后煮透，离火焖上，一般两天后即可使用。发透待用的刺参可用凉水浸泡，入冰箱保鲜。

2. 油发鱼肚：整块鱼肚放温水中浸软，切成 3 厘米见方的块，放油锅内加热，用笊篱不停地推动，使受热均匀，待表面出现气泡时，将油温慢慢升高，至鱼肚膨胀，再适当降低油温，不时用笊篱将鱼肚浸入油中，约经 30 分钟左右，鱼肚基本发透。

用时浸在温水中回软，用热水加碱少许去浮油，再用温水漂数次，去掉碱味，凉水泡上待用。

3. 干贝蒸发：剥去干贝上的筋，洗净表面泥砂，装入小盆，加鸡汤或清水，其量为干贝的 2 倍，放葱、姜少许，上笼蒸 2 小时即成。

### 〔风味特点〕

烹制海味，贵在发料，鲜美如初。四海鲜是以鲍鱼、干贝、海参、鱼肚四种海味同蒸，鲜味融和。在四海味周围配炒熟的翠绿青菜心，空档处放上色白如玉的鸽蛋，每个鸽蛋上覆半粒红樱桃，色泽十分艳丽，色、香、味、形俱佳，得名“四海明珠”，是徽菜筵席名肴。



## 花蕊海参

### 〔主料辅料〕

水发海参.....250 克	火腿骨.....1 根
净猪蹄爪.....5 个	精盐.....5 克
熟火腿.....15 克	酱油.....25 克
熟笋.....25 克	白糖.....10 克
青菜心.....10 棵	绍酒.....20 克
鸡蛋皮.....10 克	湿淀粉.....10 克
小葱结.....5 克	熟猪油.....250 克
姜片.....5 克	

### 〔烹制方法〕

1. 蹄爪放入锅里，加冷水 1 000 克，用旺火烧开后取出，再刮洗 1 次，转入砂锅中，加火腿骨、酱油、绍酒（10 克）、葱、姜，再加水淹没蹄爪，用小火细炖。

2. 火腿、笋都切成象眼片 5 片。鸡蛋皮切成丝。锅置旺火上，放入熟猪油，烧至五成热投入青菜心，过油约半分钟，倒入漏勺沥油。

3. 将发好的海参用坡刀片成长形片，放在冷水锅中烧开捞出，倒入砂锅，加笋片、青菜心、味精、熟猪油 30 克、盐、绍酒 10 克、白糖，一同烧烩入味。

4. 将蹄爪捞出，每个蹄爪尖剁下，其余留作它用，爪尖向上按梅花瓣形摆在盘中，青菜心叶向外分放在蹄爪的 5 个空档里，海参盖在菜心上，露出一片菜叶，把笋片也按梅花瓣形摆在蹄爪上；火腿放在五片笋片中心作为花蕊。再把砂锅原汤中葱结、姜片、火腿骨拣去，用湿淀粉调稀勾芡，淋上熟猪油 10 克起锅，浇在爪花上即成。

### 〔工艺关键〕

选当年肥猪之爪，只用爪尖下的皮肉，即蹄掌，与海参相配，一黄一黑，胶质浓稠，筋韧可口。

### 〔风味特点〕

花蕊海参的花瓣是用猪蹄爪制成，猪蹄爪烹调后，皮韧。筋香，其爪尖下的肉名蹄掌，胶浓有咬劲，更是人们乐道的美食。成菜形似花儿朵朵，中以火腿丝等作“蕊”。缀以红、黄、奶白三色配料，形色均美。海参柔糯味醇、汤稠胶厚，是徽州传统名菜。

## 玉兔海参

### 〔主料辅料〕

水发海参.....400 克	水发冬菇.....25 克
生鸡脯肉.....100 克	鸡蛋清.....5 个
鱼肉.....50 克	小白菜心.....12 棵
猪肥膘肉.....25 克	葱结.....15 克
姜片.....15 克	干淀粉.....10 克
精盐.....5 克	湿淀粉.....10 克
味精.....1 克	鸡汤.....250 克
绍酒.....20 克	熟鸡油.....25 克
胡椒粉.....0.5 克	熟猪油.....25 克

### 〔烹制方法〕

1. 水发海参每根一剖为二，洗净放碗中，加入鸡汤 200 克、鸡油 15 克、绍酒 10 克、精盐 1 克、葱结 5 克、姜片 5 克，上笼蒸 20 分钟，取出海参，汤汁留用。鸡脯肉、鱼肉、肥膘肉剁成茸泥，冬菇切成末，放入碗中，加精盐 1 克、味精 0.2 克、胡椒粉、绍酒、葱姜汁、干淀粉 5 克，搅拌成三鲜馅心。

2. 海参酿上三鲜馅心。鸡蛋清放入碗内用筷子搅打成泡沫状，加入味精 0.3 克、盐 0.5 克、干淀粉搅拌成蛋泡糊。取汤匙 12 把抹上冷猪油，将剩下的三鲜馅心分别抹在汤匙里，再将蛋泡糊堆抹在上面成兔状，连同海参上笼蒸 5 分钟取出。同时将白菜用开水烫一下，放入大圆盘周围。小白兔脱出汤匙，头朝里分摆在菜心上，中间放海参。

3. 锅上火，倒入蒸海参的汤汁，加剩下的鸡汤、盐、味精，烧开后撇去浮沫，用湿淀粉勾薄芡，淋上鸡油，浇在海参上即成。

### 〔工艺关键〕

1. 打蛋泡糊，容器洁净，无油、盐、碱及生水，用抽子顺一个方向搅打，中途勿停，一气呵成。

2. 徽菜强调工艺象形，如花蕊海参、蝴蝶海参等，小兔要求生动活泼，形神皆似。

〔风味特点〕淮北阜阳地区盛行养兔，特别喜爱长毛兔，厨师仿其兔形制菜，受到欢迎。此菜用三鲜馅心加蛋泡糊做成一个个小白兔，它们伏在青菜心上对着盘中的海参“出神”。选型优美，色调素雅，令人心旷神怡。海参柔糯鲜醇，并瓢有三鲜馅心，锦上添花。

## 蝴蝶海参

### 〔主料辅料〕

水发海参.....200 克	精盐.....7.5
克鳊鱼肉.....150 克	味精.....1.5
克虾仁.....50 克	葱姜汁.....12.5 克
猪肥膘肉.....50 克	绍酒.....7 克
鸡蛋清.....2 个	酱油.....5 克
蛋黄糕.....25 克	红辣椒.....5 个
芹菜茎.....5 个	白胡椒粉.....2 克
火腿.....25 克	干淀粉.....10 克
水发冬菇.....25 克	湿淀粉.....10 克
熟笋.....25 克	鸡蛋清.....250 克
熟白鸡.....50 克	熟猪油.....100 克

### 〔烹制方法〕

1. 海参洗净，片成大柳叶片，从中挑选 12 片切成蝴蝶身子 4 形状。
2. 鳊鱼肉、虾仁、猪肥膘肉洗净，合剁成泥，放入碗中，加入葱姜汁 15 克、精盐 3 克、绍酒 1.5 克、白胡椒粉、味精 0.5 克和水，搅拌上劲，再放入干淀粉搅匀，最后放入鸡蛋清 1 个搅拌收劲。芹菜茎切成细丝，红辣椒用刀切成细丝，然后放入沸水中略烫，捞出用冷水浸冷。蛋黄糕也同样切成细丝。熟笋、冬菇、火腿、熟白鸡均切成薄片。
3. 取 2 只盘子和 12 只蝴蝶模具，抹匀猪油；将模具平放盘中，分别挤入鱼虾馅，并逐个用手粘蛋清抹平，上面放蝴蝶身形的海参，再将红椒丝、芹菜丝、蛋黄糕丝点缀在蝴蝶翅膀上，作为蝴蝶翅上的花斑，依次做好上笼蒸熟保温待用。
4. 锅放旺火上，放入清水烧开加葱姜汁 2.5 克、绍酒 2 克，将海参投入笋片、冬菇片、白鸡片加葱姜汁 5 克略焯，然后加入鸡清汤、精盐 5 克、绍酒 3.5 克、酱油，随之放入海参、火腿，大火烧开后移至中火焗透入味，加入味精 1 克，用湿淀粉调稀勾芡，淋上熟猪油 25 克起锅装在大腰盘的中间，随即将蒸好的蝴蝶从模中脱出，取 10 只排围在海参四周，2 只放在海参上即成。

### 〔工艺关键〕

鱼肉、虾仁、肥膘剁茸，愈细愈好，加盐、调料和适量的水，顺一个方向搅打上劲，再加湿淀粉和匀，最后用蛋清收劲，口感脆嫩。

### 〔风味特点〕

蝴蝶海参为沿江地方名菜。以鱼、虾作翅膀，海参作蝶体。成菜好似彩蝶纷飞，翅质暄软，蝶体滑糯，咸鲜可口，在芜湖常用作高档筵席头菜。

## 蟹连鱼肚

### 〔主料辅料〕

活蟹.....750 克	酱油.....5 克
鳊鱼肉.....200 克	白胡椒粉.....5 克
油发 鮰鱼肚.....50 克	食碱.....5 克
小葱末.....5 克	干淀粉.....10 克
姜末.....5 克	湿淀粉.....3 克
香菜.....50 克	鸡汤.....100 克
精盐.....5 克	熟猪油.....15 克

### 〔烹制方法〕

1. 将蟹洗净，蒸熟，冲洗一下，剔取蟹肉（蟹腿、蟹黄另放）。香菜切碎。

2. 鳊鱼肉剁成泥，加入葱、姜末、盐 3 克和 200 克清水，与蟹肉一起搅拌上劲成馅。

3. 油发鱼肚用温水泡软，放入温水中加碱 5 克，边洗边挤去浮油，再换温水洗二三次，洗净碱味后挤去水分，每块片成两片，切成 4 厘米左右的菱形块，平放在案板上，撒匀干淀粉。

4. 取鱼肉馅 1 份，放在鱼肚上，蟹腿、蟹黄放在馅上，在菱形的左右两个尖端上，各撒 1 小撮香菜末，再轻轻地按一下。如此将鱼肚块逐一做好装盘，上笼用旺火蒸 5 分钟左右取出。

5. 锅放旺火上，将蒸鱼肚的原汤滗入，加入鸡汤、酱油、醋、盐，用湿淀粉调稀勾芡，淋上熟猪油，起锅浇在鱼肚上，撒上白胡椒粉即成。

### 〔工艺关键〕

须选用 鮰鱼鱼肚和安徽大闸蟹，方显徽味特色。俗云：“蟹肉上席百味淡”，此菜鲜冠天下。

### 〔风味特点〕

长江安徽河段产 鮰鱼，肉味鲜美，其鳔肥厚，干制成鱼肚，色淡黄，胶厚，韧性大，为名贵水产原料。配以安徽名产大闸蟹，集河鲜之珍，鱼肚上置蟹肉、蟹黄，并加配料组合成黄、白、桔红、黑、绿五色。鱼肚吸蟹鱼之味，非常鲜美，是沿江传统名菜。

## 明珠酥鲍

### 〔主料辅料〕

水发紫鲍.....250 克	绍酒.....2 克
鸽蛋.....20 个	胡椒粉.....1 克
姜.....5 克	湿淀粉.....15 克
葱.....10 克	鸡清汤.....500 克
精盐.....5 克	熟鸡油.....10 克
味精.....1.5 克	熟猪油.....50 克

### 【烹制方法】

1. 水发鲍鱼两面用刀刮成兰花刀，深度为鲍鱼的 2/3，换水炖焖至鲍鱼膨胀软嫩，用热水浸泡后，切成 1 厘米宽的长条，放碗内。鸽蛋煮熟去壳放碗内，加鸡蛋清 100 克。精盐 0.5 克浸泡入味。

2. 锅置火上放猪油，投入一半葱、姜炸出香味时，加入鸡清汤烧几滚，捞去葱姜不用，汤倒碗内待用。再将锅中放入开水和葱姜、绍酒 15 克，投入鲍鱼烧一会，倒入漏勺沥水，拣掉葱姜，再用肉清汤套煮一至二次，锅内放入鲍鱼、绍酒 10 克，倒入碗中汤，加精盐 4.5 克，烧几滚移向小火烧透，再用旺火收浓汤汁，放入味精 1 克，用湿淀粉 10 克调匀勾芡，撒上胡椒粉，淋上鸡油出锅装盘（鲍鱼装放四周），当中留一空档；在烧烩鲍鱼的同时，倒入鸽蛋锅加味精 0.5 克烧烩入味，用湿淀粉 5 克调匀勾薄芡，放在盘中间即成。

### 〔工艺关键〕

于鲍胀发：干鲍用温水浸泡 12 小时，换水反复搓洗，放铝锅中煮一昼夜，待其发软，即鲍鱼的边缘容易撕下时，用温水洗一遍，放入原汤中续煮，熟透为止，凉后不用，可入冰箱保鲜。

### 〔风味特点〕

鲍鱼是海产软体动物，并非鱼类，有紫鲍、灰鲍等品种。其贝壳即中药材“石决明”，其肉鲜美，是海产品中之佼佼者，自古以来视为海味珍品。明珠酥鲍是以肉汤、鸡汤多次烧煮鲍鱼使其肉质鲜酥，在鲍鱼四周围上熟鸽蛋，色白形圆如珠，故名“明珠酥鲍”。

## 干贝萝卜

### [主料辅料]

干贝.....12 克	绍酒.....15 克
白萝卜.....500 克	湿淀粉.....10 克
火腿.....10 克	鸡汤.....300 克
冰糖.....1.5 克	小葱末.....5 克

### [烹制方法]

1. 将干贝洗去浮灰，置碗内，加入绍酒和水 50 克，上笼蒸烂取出搓散，汤滤去沉渣留用。选生瘦火腿，切成 2 厘米宽、5 厘米长的片。小片圆萝卜剥皮，削成圆柱打成齿轮形花，再切成 0.5 厘米厚齿轮形的片。

2. 炒锅放在旺火上，放入熟猪油，烧至四成热时，下萝卜片，炸至发软捞出沥油。

3. 取碗 1 只，碗底中间放干贝，旁边围火腿，再将萝卜片排放汤碗中，加入鸡汤和蒸干贝的汤以及冰糖、精盐上笼用旺火蒸约 45 分钟取出，先将原汁滗入锅中，另取一汤盘盖在碗上翻身扣在盘中，锅中原汁加湿淀粉调稀勾芡，淋入熟猪油 10 克，撒上葱末，芡浇在上面即可。

### [工艺关键]

1. 蒸干贝时间要保证 1.5 小时以上。对质地较硬的干贝可先用冷水浸泡 3 至 4 小时。

2. 萝卜要选鲜嫩整齐的，去皮后将萝卜削成直径 2 厘米粗的圆柱。炸萝卜时注意不要时间过长。

### [风味特点]

1. 干贝是扇贝、日月贝、江满贝的闭壳肌干制而成的，具有特殊的鲜味。萝卜含有维生素 C，还有一定量的无机盐。干贝与萝卜同炖，互补鲜味。

2. 此菜为徽州传统炖菜，其特点是清淡、干鲜、爽口、助消化，在酒席中有醒酒功效。

## 淡菜酥腰

### [主料辅料]

淡菜.....75 克	精盐.....4 克
猪腰.....2 只	味精.....1 克
熟火腿.....25 克	冰糖.....1.5 克
小葱段.....10 克	绍酒.....5 克
姜片.....10 克	熟鸡油.....10 克

### [烹制方法]

1. 将猪腰撕去皮膜，在腰臊部位划 3.3 厘米长的刀口，洗净血水，下鸡汤锅中煨至酥烂时取出放在碗内，浇上猪腰汤浸泡，保持软性。

2. 将淡菜洗净放在大碗内加满水，上笼蒸熟取出，捞出淡菜（汤汁去沉渣留用）捡去杂物洗净，放在汤碗中的一边。腰子切成 0.2 厘米厚的片，放在淡菜的另一边。火腿切成片放在中间，加入精盐、冰糖、葱段、姜片、绍酒、味精和蒸菜用的原汤汁，上笼蒸 15 分钟左右取出，拣出葱、姜，淋入猪油即成。

### [工艺关键]

此菜腰子不要去腰臊，以保持其特别风味。

### （风味特点）

腰子在烹调前一般要去掉腰臊，而这个菜是不要去腰臊，煮后与淡菜共蒸，食之闻不到猪腰的腥味，嚼之却有芳香。菜品汤清味浓，质地酥烂，是补肾佳品。

## 毛峰熏鲥鱼

### 〔主料辅料〕

净鲥鱼.....半片	饭锅巴.....15克
(约重750克)  精制盐.....2.5克	
毛峰茶叶.....25克	白糖.....25克
小葱末.....25克	醋.....50克
姜末.....50克	芝麻油.....15克

### 〔烹制方法〕

1. 在鲥鱼上撒上盐，里外擦匀，姜末 25 克、葱末撒在鱼身上，腌渍 20 分钟左右。

2. 取锅 1 只，先放入饭锅巴，再撒上茶叶，上面放一个铁丝算子，把腌过的鱼，鳞向上摆在算子上，盖上锅盖，用旺火烧至冒浓烟时，转用小火熏 5 分钟，再用旺火熏 3 分钟左右取出。将鱼剁成 5 厘米长、2 厘米宽的长条状，按鱼原形摆在盘内，在鱼身上掸上芝麻油，上桌随带醋和姜末各一小碟佐食。

### 〔工艺关键〕

鲥鱼不打鳞，因含有丰富的鳞下脂肪，味道鲜美，如把鳞片打掉，则鳞下脂肪遭到破坏，鲜味大失。

### 〔风味特点〕

1. 鲥鱼古称 𩚰，是海生回游类。春季由海溯江而上，到珠江、长江、钱塘江等江河中产卵。安徽小孤山一带是长江鲥鱼良好的产卵处，立夏前后鲥鱼最肥，谚云：“小孤山上小菇庙，鲥鱼年年都来朝”。

2. 鲥鱼鳞下脂肪丰富，肉质细嫩，是我国四大名鱼之一。元《易牙遗意》上即有蒸鲥鱼的记载，明清列为“贡鱼”。这种鱼离水即死，极难保鲜，历代皇帝为吃到鲥鱼，未下网捕捞前就派官员和驿马等候，限令时辰送到京城。明末诗人吴喜记《打鲥鱼》诗曰：“君不见金台铁瓮路三千，却恨时辰二十二”。其味美，其名贵，可想而知。

3. 毛峰熏鲥鱼是安徽沿江一带的传统风味名菜，以黄山毛峰茶为熏料，将经过调味、腌渍的鲥鱼置锅中熏制。黄山毛峰是茶叶之上品，香味浓郁，味甘若饴，用它熏制的鲥鱼金鳞玉脂，油光发亮，茶香四溢，鲜嫩味美，诱人食欲，是大宴珍品。



## 砂锅鲥鱼

### 〔主料辅料〕

净鲥鱼.....750 克	酱油.....10 克
火腿.....25 克	醋.....10 克
葱段.....10 克	绍酒.....10 克
姜片.....10 克	菜子油.....50 克
精盐.....5 克	

### 〔烹制方法〕

1. 鲥鱼擦去肚膛黑膜，洗净血污，从中切成两段。火腿切成片待用。
2. 炒锅置旺火上，放入菜子油，烧至五、六成热，将鱼皮朝下稍煎，烹入绍酒、醋、酱油和清水 500 克，烧开后装入砂锅，再加精盐、葱段、姜片、火腿片，盖上锅盖，置风炉炭火上细炖，保持汤面偶冒小泡，待汤汁浓稠，拣去葱段、姜片即成。

### 【工艺关键】

1. 鲥鱼皮下脂肪丰厚，不必去鳞。
2. 须用砂锅，小火慢炖，方是正宗风味。

### （风味特点）

“砂锅鲥鱼”源于清代，已有上百年的历史，清朝文坛奇秀桐城学派，蜚声国内，文士墨客，对饮食颇为讲究。他们素闻长江盛产鲥鱼，味极鲜美，但桐城离长江 90 华里，而鲥鱼离水即死。为保鲜，他们采用风炉砂锅途中烹调之法，于江边煎鱼转入砂锅加调味品以小火细炖，其温度保持汤面偶冒小泡的程度，朝发夕至，鱼鲜如初，汤稠脂厚，鲜味透骨。后人仿此烹制，流传至今，成为安徽名撰。

## 奶汁肥王鱼

### 〔主料辅料〕

肥王鱼.....1 条	精盐.....5 克
猪瘦肉.....50 克	白胡椒粉.....1.5 克
香菜.....5 克	鸡汤.....1000 克
大葱白段.....10 克	熟猪油.....100 克
姜片.....10 克	

### 〔烹制方法〕

1. 去鳃、剖腹取内脏，洗净，在鱼身两侧剖小柳叶刀花。瘦肉切成 3 厘米长、1.5 厘米宽、0.3 厘米厚的鸡冠形片。

2. 锅在旺火上烧热，放入熟猪油烧至七成热时，下入热鸡汤，再放鱼、肉片、葱、姜，盖盖，将汤煮成奶汁，加入精盐，撒白胡椒粉，出锅倒入汤碗。上桌时，带一小碟香菜佐香。

### 〔工艺关键〕

煮鱼时间以 20 分钟左右为好，时间短汤淡，鱼肉无味；时间长则肉老发紫。

### 〔风味特点〕

肥王鱼又名回王鱼、淮王鱼，是淮河名产，以凤台峡山口至黑龙潭所产最佳。据凤台县志记载：西汉时，有人将此鱼献给淮南王刘安，刘安给它取名“回黄”，并常在宴席中称赞此鱼鲜美可口。淮南王喜食“回黄”，传民间，人们就称：回黄“为淮王鱼”。现代《鱼类养殖学》书中又改称“回王鱼”，寿县地区对“回”“肥”读音相同，故当地人称“肥王鱼”。

肥王鱼喜栖于石隙间，皮色土黄，体呈纺锤形而稍扁，嘴扁口长，口腔在头的下部，全身光滑无鳞，背鳍有灰黑色的斑彩，一般重约 1.5—2.5 公斤，大的可达 10—15 公斤，肉质细腻，嫩如豆腐，自古以来就是淮上人家的筵席珍品，素以味鲜肉嫩，滑利爽口著称，尤以白煮为佳。奶汁肥王鱼即是热油、热汤，经大火白煮而成。汤汁浓白似奶，鲜如鸡汤，鱼肉嫩似豆腐，风味独特。

## 方腊鱼

### 〔主料辅料〕

净鳊鱼.....1条	(约重750克)
青虾.....350克	白糖.....30克
猪五花肉.....50克	醋.....10克
香菜.....10克	干淀粉.....20克
鸡蛋清.....3个	番前酱.....120克
精盐.....10克	肉汤.....500克
味精.....5克	熟猪油.....2000克
葱姜.....各25克	(约耗150克)

### 〔烹制方法〕

1. 将鳊鱼以脐门后下刀剖至中刺骨，顺中刺骨片下半片鱼肉，再将另一片鱼肉同法片下，铲去鱼皮。鱼头尾和中刺骨连接在一起，将鱼头略拍一下，鱼肉片成0.3厘米厚的薄片，青虾挤出虾仁50克塌成泥，其余的去头壳留尾壳洗净，猪五花肉剁成泥状。

2. 将头尾中刺骨部分和虾分别放在容器中加葱姜汁15克、盐15克、绍酒10克、味精1.5克，搅拌上劲后，加入虾仁泥拌成馅，做成4只小蟹形（用带尾壳的虾按成蟹爪和蟹足），鱼片用盐3克、绍酒3克、味精1.5克拌渍均匀，再将鸡蛋清1个、淀粉5克放入抓拌使鱼片上浆上劲待用，另将鸡蛋清2个、淀粉5克，调成蛋泡糊，将带尾壳的虾取出，用洁布吸干水分，拍上干淀粉待用。

3. 将4个“小蟹”和头尾中刺骨部分（竖着摆）分别上笼蒸至成熟定型，保温待用。

4. 锅放在中火上加热，放入熟猪油200克，烧至三成熟时，将带尾壳的虾逐个粘上蛋泡糊，下油中炸至外皮挺起捞出，再入四成熟油重炸一次，随即捞出沥油即成高丽凤尾虾。原油锅用旺火烧至五成熟时，将鱼片分别投入油中炸至浅金黄色捞出，再用七成熟油重炸捞出沥油，立即将鱼头尾连中刺骨按鱼形摆好，鱼片分别排在中刺骨两边，周围撒上海菜，4只小蟹放在大盘四角。同时另取锅放入熟猪油15克烧热，放入番前酱、白糖、醋和水150克熬稠起光泽时，即均匀地浇在鱼片和蟹上，立即将凤尾虾的尾部向外围在四周即成。

### 〔工艺关键〕

蛋泡糊，又称高丽糊，因其色白、泡沫丰富，形似白雪，故又名雪衣糊。制作时将蛋磕在碗中，用打蛋器或筷子向同一方向抽打，先慢后快，先轻后重，中间不间断，待泡沫丰富，颜色洁白，将筷子竖在其中不倒，说明其糊合格。

### 〔风味特点〕

1. 史载：北宋宣和二年，东南百姓不堪徽宗赵佶“花石纲”的奴役剥削之苦，徽州人方腊揭竿起义，震惊了北宋朝廷，起兵镇压。方腊起义军经数月苦战，终因寡不敌众退至安徽休宁县齐云山独巫峰。这里山势险峭，易守难攻，但不利久守，于是官兵围困山下，欲断义军粮草，迫使瓦解。当时形势万分危急。方腊开始一筹莫展，后见山上有不少水池，鱼虾甚多，急中生智，下令义军捕捉鱼虾，投向山下，以迷惑敌人。山下围困的宋兵见此情景，

误以为山上粮草充足，围之元用，便撤军而去。徽菜厨师为纪念农民起义英雄方腊智退宋兵而创制此菜，故名“大鱼退兵将”，又名“方腊鱼”。

2.方腊鱼，乃徽州名菜。以鳊鱼为原料，用蒸、炸、熘的不同方法制成。菜形奇异，鳊鱼昂首，张鳍翘尾，大有乘风破浪之势。鱼片呈番茄红色，在首尾和周围镶以虾、蟹，咸鲜为主，微有甜酸，一菜多形多味。

## 火烘鱼

### 〔主料辅料〕

大青鱼.....1条 (约5000克重)	酱油.....500克
小葱结.....50克	醋.....15克
姜块.....50克	白糖.....50克
八角.....15克	硝水.....50克
精盐.....100克	芝麻油.....50克

### 〔烹制方法〕

1. 将鱼去鳞、头、尾和内脏，剖开两半，去掉中刺骨洗净，用坡刀片成1厘米厚的鱼块，用精盐和硝水腌1小时左右，取出摊在洁布上凉干。
2. 先在铁算子上涂上芝麻油，将鱼整齐地摆在上面。大锅内放入燃烧的芝麻秸或高粱秸的余火灰，上面均匀地撒上一层木屑（杉木最好），用两根细铁棍架在大锅上，把摆好鱼的铁算子放在铁棍上，盖上熏篷，烟熏5分钟，然后拿下熏篷，将鱼翻身，按上述方法再熏3分钟，鱼块即熏好。
3. 大锅内放入熏好的鱼块，加葱结、姜块（拍松）、八角、白糖、酱油、醋50克，加水淹没，用中火烧开后，转小火焖约30分钟出锅。上桌时，改刀切成小块，码在盘中，淋上芝麻油即可。

### 〔工艺关键〕

1. 熏鱼时底火不宜大，时间不宜长，以鱼块发黄为好，否则鱼内水分散失，影响质量。
2. 采用小火低温，恒温焖煮，能保持鱼内存有较多水分，保鱼鲜嫩。

### 〔风味特点〕

安徽沿江一带，擅长烟熏技术，“火烘”是当地对烟熏法的又一称呼。此菜是选用大青鱼切块，经过腌、熏、卤焖等工艺，使鱼肉入味透，软嫩微酥，带有烟熏香味，以食醋相佐，别具风格。

## 鱼咬羊

### （主料辅料）

桂鱼.....1 条	香菜.....5 克
羊腰窝肉.....250 克	绍酒.....25 克
小葱段.....10 克	大料.....2 克
姜末.....15 克	胡椒粉.....12 克
酱油.....75 克	鸡清汤.....750 克
精盐.....5 克	熟猪油.....100 克
白糖.....12 克	

### 〔烹制方法〕

1. 将桂鱼去鳞、鳃，以脊背正中剖一刀口，取出大骨及内脏，用水洗净。  
2. 羊肉切成 3 厘米长、3 厘米宽的正方块，放在开水锅里略烫一下，捞出沥干水。

3. 炒锅放在中火上，放入熟猪油 15 克，烧至五成热后，下羊肉煽炒几下，加水 500 克、酱油 10 克、绍酒 10 克、葱二段、姜二片、大料一个、白糖 5 克、精盐 1 克，烧至八成烂时，拣去葱、姜、大料，将羊肉取出装入桂鱼腹内，用麻线捆住刀口，不使羊肉露出。

4. 炒锅放在旺火上，放入熟猪油，烧至六成热后，放入桂鱼（鱼身两面抹一点酱油）煎成两面金黄色时取出，去掉麻线，放入砂锅，加白糖、精盐、鸡清汤和烧羊肉的原汤，用旺火烧开，再移到微火上嫁半小时，待汤浓，鱼酥肉烂时，拣去葱段、姜片、大料，撒上白胡椒粉、香菜即成。

### （工艺关键）

1. 除去桂鱼内脏，用一双筷子同时从鱼嘴两侧插入鱼腹中，鳃和内脏要一并绞出，不可破坏鱼体完整。

2. 选用新鲜的腰窝肉，其膻味较小，先烫一下，除去异味，保持羊肉本身的鲜味。羊肉烧烂后，再装入鱼腹中，鱼、肉才能同熟。

3. 淮北地区民俗喜食羊肉，原为羊肉汤中永鲫鱼，是奶汤菜，后改用桂鱼。因桂鱼膛较大，可由口中绞出内脏，灌入羊肉，小火红烧，成菜鱼体完整，腹中有羊肉，奇特的是这种烹调方法鱼不腥，羊不膻，鲜美元比。

### （风味特点）

孔子食不厌精，脍不厌细。孔子周游列国时，宣传自己的政治主张，到处碰壁，甚至弄到断粮的处境。他的学生讨来一小块羊肉和几条小鱼，因饥饿难忍，只好应急将羊肉和小鱼同煮。出乎预料，羊肉烩鱼汤，十分鲜美。传说圣人创造“鲜”字，由“鱼”“羊”二字配合，由鱼和羊合烹的“鱼咬羊”又称“鲜炖鲜”，也流传至今。

## 网油鳊鱼

### （主料辅料）

净鳊鱼.....1条 （约重750克）	精盐.....2.5克
猪网油.....400克	白糖.....5克
水发香菇.....25克	酱油.....40克
京冬菜.....30克	味精.....0.2克
瘦猪肉.....75克	绍酒.....15克
鸡蛋.....2个	白胡椒粉.....1克
面粉.....60克	花椒粉.....0.2克
干淀粉.....25克	番茄酱.....10克
葱姜汁.....15克	熟猪油.....1500克 （约耗100克）
辣酱油.....10克	芝麻油.....25克

### 〔烹制方法〕

1. 将鳊鱼从背部剖开，剔出脊骨和肋骨，两面都切成荷叶片刀花，同葱姜汁、绍酒15克、精盐、花椒粉、白胡椒粉均匀地擦遍全身腌渍入味。

2. 猪瘦肉、京冬菜、香菇都切成丝。锅置旺火上，放入芝麻油烧至七成热，将三丝下锅偏炒，加酱油25克、白糖、绍酒5克、味精，待卤汁快烧干时盛出，晾凉后塞入鱼肚内。

3. 猪网油放在案板上，撒一层干淀粉。鸡蛋磕在碗里加面粉调成蛋糊，均匀地抹上一层蛋糊。

4. 锅置旺火上，放入熟猪油，烧至七成热时，将鱼用勺托住放入锅中炸定型，再转中火炸约15分钟后捞出沥油装盘，在鱼身上轻刻几条刀纹（注意保持鱼形完整），即可上桌。

### 〔工艺关键〕

1. 鳊鱼脊背6根尖硬的鳍刺，有毒，加工时要将其剁掉，以免刺伤手指。取内脏和鳃时不破肚，先用刀在鱼的臀部切一个小口，然后用两根筷子以口中顺两鳃插入鱼腹，搅转两圈，将内脏，鳃一起从口中拉出。

2. 在炸制过程中，用竹签在鱼肉较厚处扎些小孔，使网油脂肪渗入肉内。

3. 上桌时，随带番茄酱、辣椒酱各一小碟佐食。

### 〔风味特点〕

网油鳊鱼是安徽名筵中的一道大菜，系用猪网油包鱼炸成。此菜与干炸有相同的干香，但因鱼外有网油包裹，香气逸散少，而网油的脆香又渗入鱼内，加之香菇、猪肉、京冬菜三鲜味于腹中，使其菜品色泽金黄，外脆里嫩，香气扑鼻，别具风格。

## 腌鲜鳊鱼

### 〔主料辅料〕

腌鲜鳊鱼.....1条	酱油.....30克
猪五花肉.....35克	鸡汤.....350克
青蒜段.....20克	熟笋.....35克
水菱粉.....10克	姜末.....15克
白糖.....5克	猪油.....500克
黄油.....10克	

### 〔烹制方法〕

1. 将鳊鱼去鳞。鳃，去内脏洗净，两面刻斜花刀，晾干。
2. 将猪肉、熟笋分别切片备用。
3. 锅放火上，下猪油用大火烧七成热，将鳊鱼放入炸至呈淡黄色，倒入漏勺沥净油。锅内留少许底油，将猪肉、笋片放入锅内略煸再将鳊鱼放入，加酱油、姜末、酒、糖和鸡汤开后，即转小火继续烧至汤汁将干时，撒入青蒜段，跟着调水菱粉下锅勾薄芡，淋少许猪油即成。

### 〔工艺关键〕

1. 刻斜花刀，刀口不可过长，若鱼体腹部割断，油炸时。鱼体变形，影响美观。
2. 注意炸鱼火候，炸之干硬，则口感不佳，影响成菜质量。
3. 收汁时火宜小，不可操之过急，要让滋味慢慢渗入鱼肉内，否则味只在表，肉质味差，且易造成糊锅现象。

### 〔风味特点〕

1. “腌鲜鳊鱼”原名“屯溪鳊鱼”，又名“臭实鲜”、“臭鳊鱼”等。鳊鱼，原产于长江，每年重阳节到次年清明节为盛产期。相传200年前，一些商贩每年入冬就将长江所产名贵鳊鱼，以木桶装运至山区出售，为防止鲜鱼变质，采用一层鱼一层酒，一层盐水的贮存办法，并定时上下翻动，如此七八天待鲜鱼运至屯溪等地后，鳃仍红，质未变。经油煎，小火细烧，似臭实香，咸鲜味美，烩炙人口，流传久远，至今盛誉不变，是安徽的传统名菜之一。古往今来，黄山游客若是不品尝“臭鳊鱼”，率将引为憾事。

2. 臭鳊鱼是生“臭”熟“香”，并非真臭，此菜香鲜透骨，鱼肉酥烂，风味独特，是徽菜中的奇葩。



## 桃花鳜

### 〔主料辅料〕

桃花鳜 1 条...750 克	姜末.....25 克
熟笋.....50 克	小葱末.....25 克
猪五花肉.....50 克	精盐.....1.5 克
酱油.....75 克	白糖.....5 克
绍酒.....25 克	湿淀粉.....10 克
熟猪油.....500 克	鸡汤.....250 克

(约耗 75 克)

### 〔烹制方法〕

1. 将鳜鱼刮净，两面各剖斜刀花。笋和猪肉都切成 1 厘米见方的小丁。
2. 炒锅置旺火上，放入熟猪油，烧至七成热，将鱼下锅炸至两面呈淡黄色时，滗去锅中油。
3. 原锅中放入笋丁、肉丁，略煸后加入酱油、绍酒、盐、白糖、姜末及鸡汤，及旺火烧开，转用微火烧 30 分钟左右，用湿淀粉调稀勾薄芡，淋上熟猪油 10 克，起锅装盘即成。

### 〔工艺关键〕

大火烧开，小火慢煨，约半小时后，见鱼眼突出，鱼已熟透入味，勾薄芡，淋明油，装盘上桌。

### 〔风味特点〕

鳜鱼又名石鳜鱼，在徽州山区桃花盛开时最肥美，故名桃花鳜。桃花鳜生活在山区溪间石缝中，体形比江河鳜鱼稍长，背色稍黑，有花纹条，肉质细嫩肥美。以小火细烧，鲜香入味。唐代诗人张志和晚年定居在祁门西塞村时，曾写有“西塞山前白鹭飞，桃花流水鳜鱼肥”的诗句称赞此鱼，因之声名大振，成为安徽名馐。

## 火烤鳊鱼

### 〔主料辅料〕

净鳊鱼 1 条...500 克	小葱.....150 克
葱白段.....50 克	花椒.....50 克
甜面酱.....10 克	蜂蜜.....5 克
精盐.....2.5 克	芝麻油.....5 克

### 〔烹制方法〕

1. 花椒放大碗里，加盐，倒入开水 400 克，盖好碗焖至水凉。小葱放在花椒盐水中浸泡 10 分钟后捞出，塞入净鳊鱼腹中。

2. 取烤叉一把，由鱼嘴插入至尾部穿出，放在木炭火盆上，用小火烤，边烤边翻动，并不断地将泡过葱的花椒盐水涂刷在鱼身上，约烤 40 分钟左右，待鱼腹焦黄而散发出香味时，刷一层蜂蜜，烤干再涂刷一层芝麻油，然后取下烤叉，顺鱼身每隔 3 厘米

米剖一刀纹，装盘即成。

### 〔工艺关键〕

选活鳊鱼，须明火烤，中途刷水刷蜜，烤熟烤干后再涂麻油，颜色金黄，焦香扑鼻。

### 〔风味特点〕

以“明火烤”为烹调特色的“火烤鳊鱼”，是安徽徽州地区的传统风味，这种烤法是将鱼直接放在木炭火上翻烤，烤时不断涂抹蜂蜜等调味品，成品外皮焦脆，色泽红润，回味微甜，肉质鲜嫩。配以甜面酱和葱白段各一小碟佐食。

## 泾县琴鱼

〔主料辅料〕

琴鱼.....500 克	泾县条茶.....10 克
八角.....10 克	白糖.....10 克
精盐.....10 克	

〔烹制方法〕

将琴鱼洗净。锅置旺火上，放入清水 100 克，投入精盐。八角、白糖、茶叶烧开后放入琴鱼，待水再开后，迅速捞出沥干水份，再用木炭火烘干即成。

〔工艺关键〕

严格掌握琴鱼煮汤时间。因琴鱼体小肉嫩，时间长了鱼肉便碎，不待锅开则难以入味。

〔风味特点〕

1. 琴鱼，产于安徽泾县琴溪桥一带，此鱼长寸许，龙首鹭目，口出龙须，嘴宽，体形奇特，重唇四鳃，搓头秃尾，鳍窄尾曲。相传晋代隐士琴高，来琴溪桥石洞炼丹修行，琴高成仙，将丹渣抛于山下溪水中。皆化作小鱼，形似龙首蛇尾，后人因称此溪水为“琴溪”，小鱼名“琴鱼”。宋代诗人欧阳修有诗赞曰：“琴高一去不复见，神仙虽有亦为何；溪鳞佳味自可钞、何必虚名务好奇。”其美味由此可见。

2. “泾县琴鱼”，质地干韧耐嚼，口味咸鲜香甜，此菜为佐酒佳肴，亦作饮茶品味之用，更是一绝。

## 馄饨鱼

### 〔主料辅料〕

鳊鱼 1 条.....	750 克	胡椒粉.....	0.5 克
熟火腿.....	100 克	湿淀粉.....	50 克
熟鸡皮.....	100 克	虾仁.....	150 克
精盐.....	6 克	水发冬菇.....	100 克
绍酒.....	20 克	鸡蛋清.....	2 个

葱姜汁.....	15 克	鸡汤.....	400 克
味精.....	1 克	熟鸡油.....	100 克

### 〔烹制方法〕

1. 鳊鱼刮净，剁下头尾，取鱼肉片成约 8 厘米见方的薄片，放在碗内，加入精盐 1 克、鸡蛋清 1 个、葱姜汁 5 克、绍酒 5 克、湿淀粉 25 克，拌匀腌渍入味。虾仁洗净剁成泥，放在碗内，加入精盐 2 克、绍酒 10 克、葱姜汁 5 克、鸡蛋清 1 个、胡椒粉和湿淀粉 25 克，搅拌上劲成馅心。鸡皮和火腿切成 4 厘米长、2 厘米宽片。

2. 将鱼头、尾放在碗内，加入精盐 1 克、葱姜汁 5 克、绍酒 5 克腌渍。腌渍好的鱼片平铺在案板上，放 1 份馅心，一一包成馄饨形状，然后和鱼头、尾一起上笼蒸熟取出。鱼头、尾放在鱼体的两头，中间放馄饨，上放鸡皮片、火腿片和冬菇。鸡汤倒入锅里，上旺火，放入精盐 2 克、味精烧开，淋上熟鸡油，倒入鱼池即成。

### 〔工艺关键〕

大火气足，蒸约 10 分钟，时间过长，口感不佳。

### 〔风味特点〕

“馄饨鱼”是仿其形，改变其质，将鱼肉做成馄饨皮包馅蒸熟，并将原来的鱼头、尾放在两端，中间放馄饨，复成整鱼之形，鱼美虾鲜，油嫩爽口，配以黄色鸡皮，金红火腿、褐色香菇，增色增香，乃合肥地方名菜。

## 梅花鱼茸汤

### 〔主料辅料〕

净鳊鱼肉.....250 克	鸡汤.....750 克
熟鸡脯片.....50 克	味精.....0.5 克
肥膘肉.....50 克	精盐.....13 克
熟火腿.....250 克	黄酒.....10 克
鸡蛋.....3 个	胡椒粉.....0.5 克
净小肠衣.....4 根	葱姜汁.....15 克
(每根长 33 厘米)干淀粉.....25 克	
西红柿.....15 克	熟猪油.....35 克

### (烹制方法)

1. 鳊鱼肉和肥膘肉切碎泡至发白，洗净血水（血水留用），捞起沥干剁成泥置大碗内，加盐 3 克、味精、黄酒、葱姜汁、胡椒粉、蛋清（2 个）搅拌均匀，再加干淀粉收劲制成馅。

2. 将鱼茸分成 4 份，分别加入西红柿汁。蛋黄。菠菜汁。蛋清调成红、黄、绿、白四色鱼茸，一一灌入肠衣封口。

3. 把灌好的肠段放入冷水锅煮至六成熟捞起冷却，每隔 0.2 厘米切 1 刀，连切 5 刀。前 4 刀刀深 4/5，第 5 刀切断。切完后放回原汤锅中加热，待肠衣收缩成梅花状时锅离炉火。

4. 另用锅倒入鸡汤，加熟鸡片、熟火腿片、冬笋片、冬菇、精盐 10 克烧开，捞起盛入汤碗。再将鸡汤加血水吊清倒入汤碗，迅速捞出梅花鱼茸放入汤碗内即成。

### 〔工艺关键〕

煮肠段前，先用钢针在肠衣处扎少许小孔，煮时放气，避免肠段破裂。

### 〔风味特点〕

梅花鱼茸汤是芜湖传统名菜，以鲜鳊鱼肉制成红、白、绿、黄四色鱼茸，烹制后宛如梅花绽开，在澄清的鸡汤中五彩缤纷，为筵席增色。鱼茸软嫩，略有弹性，汤鲜味美。

## 葡萄鱼

### [主料辅料]

青鱼肉.....350 克	青菜叶.....4 片
鸡蛋.....1 个	咸面包屑.....750 克
小葱段.....10 克	姜片.....10 克
葡萄汁.....100 克	精盐.....2.5 克
(酿酒的原汁)白糖.....150 克	
白醋.....35 克	芝麻油.....500 克
湿淀粉.....15 克	(约耗 100 克)

### [烹制方法]

1. 选用长条形的鱼肉，切成梯形，皮朝下横放砧板上，从肉面下刀，每隔 1.5 厘米先用直刀刻 1/3，再坡刀刻上花刀，每隔 1 厘米左右横着刀刮直刀花，刀深均至鱼皮，但不要切破鱼皮。剞好花刀后放入碗内，用筷子搅打成蛋浆。取出腌制入味的鱼，蘸上一层蛋浆，再撒上一层面包屑，使其粘满鱼肉及刀缝处。

2. 锅置旺火，下芝麻油，烧至七成热，将鱼下锅，待炸至淡黄色，鱼皮收缩，鱼肉张开成葡萄粒状时，捞起装在盘内。

3. 将青菜叶焯水，用刀切成葡萄叶、梗之形，镶在鱼肉旁，成整枝葡萄状。

4. 在炸鱼的同时，另取锅放在旺火上，放入白糖、白醋、精盐烧开，加葡萄汁用湿淀粉勾芡，再淋上芝麻油（10 克），浇在鱼上即成。

### [工艺关键]

1. 青鱼肉必须带皮，剞花刀后始成整枝葡萄形状。
2. 炸鱼和浇汁同时制作，湿淀粉调稀勾芡，浇汁后立即上桌，趁热食用。
3. 此菜选料严格，必须是活鲜鱼，刀工细，腌渍恰到好处，火候运用恰当，勾芡勺亮快速。

### [风味特点]

淮北平原，土地肥沃，气候温和，盛产葡萄。早先用于酿酒，唐代即有“葡萄美酒夜光杯”的著名诗句。肖县葡萄酒清亮透明、柔和爽口、回味绵长，具有浓郁的果香和陈酒醇香，在国内外颇负盛名。在葡萄美酒的启迪下，淮北厨师独具匠心，经过多次实践，“葡萄鱼”脱颖而出。葡萄鱼是以青鱼为原料，配酿酒的葡萄原汁，仿整串葡萄形状制成。横放在盘中，“葡萄”粒粒饱满，表皮松酥、肉质细嫩，甜酸可口，香味浓郁，乃淮北传统名馐。

## 莲蓬鱼

### [主料辅料]

青鱼肉.....200 克	味精.....0.5 克
炒花生米.....75 克	精盐.....0.5 克
猪肥膘肉.....50 克	绍酒.....5 克
鸡蛋清.....2 个	绿色菜叶汁.....3 克
湿淀粉.....10 克	鸡汤.....150 克
熟猪油.....15 克	

### [烹制方法]

1. 鱼肉、肥膘肉剁成泥，放在碗内，加入精盐 4 克、葱姜汁、绍酒和清水 50 克，搅拌上劲，再加鸡蛋清、味精和绿菜汁拌匀成馅。

2. 取大酒杯 12 只，杯内抹匀熟猪油，分别放入鱼肉馅并抹平，每个馅上插入花生米 5 粒，逐一做好后，连酒杯上笼蒸约 5 分钟至熟取出，脱出酒杯，码放在盘内。

3. 锅置中火上，放入鸡汤、精盐 1 克烧开，用湿淀粉调稀勾芡，淋入熟猪油，浇在上面即成。

### [工艺关键]

1. 清水徐徐加入馅中，边加边搅，顺一个方向，使之上劲。

2. 花生米摆成梅花状，露尖少许，形似莲实。

### [风味特点]

以鱼肉为莲房，花生米为莲实，象形制成的莲蓬鱼，是徽州名菜。形色逼真，鱼肉鲜软，花生香脆，别具一格。

### 烹刀鱼

### [主料辅料]

净刀鱼.....500 克	葱末.....5 克
姜末.....5 克	精盐.....5 克
菜子油.....500 克 (约耗 40 克)	白糖.....35 克
	醋.....75 克

### [烹制方法]

1. 刀鱼两面剖花刀，再用刀斜斜成长 7 厘米左右的条块，放入篮子中用水冲洗，并不断将篮子来回晃动，使鱼块相互碰撞，清除碎鳞和血水，沥干水分。

2. 锅置中火上，放入白糖、醋、盐，待溶化后，加入姜末、葱末制成卤汁。

3. 锅置旺火上，放入菜子油，烧至八成热，下刀鱼炸至八成熟时捞起，拣去碎渣，再下锅重炸至酥透后滗油，趁热把卤汁烹在鱼上面，颠翻几下，起锅装盘即成。

### [工艺关键]

1. 炸鱼块时，厚薄不同，分开下锅，否则厚的未透，薄的已炸过度。

2. 炸鱼块要重油，第一次定型成熟，第二次上色酥透，趁热烹卤汁，立即上桌。

### [风味特点]

刀鱼又名刀鲚，是长江名产，味鲜美，肉细嫩，但鱼刺细多。清明节前

小刺绵软，节后长硬。芜湖沿江一带，将刀鱼油炸至酥，然后烹汁，以醋为重，不仅软化骨刺，还使鱼肉酥脆，酸中带甜，余味绵长，是清明前后沿江一带的时令佳肴。



## 鱼白三鲜

### [主料辅料]

水发 鲰鱼肚...200 克	熟猪油.....10 克
大虾.....50 克	石耳.....25 克
葱结.....10 克	鸡蛋清.....1 个
精盐.....8.5 克	姜片.....5 克
绍酒.....10 克	味精.....0.5 克
鸡汤.....750 克	干淀粉.....20 克
熟鸡油.....20 克	

### [烹制方法]

- 1.水发 鲰鱼肚用坡刀片成片，放在碗中，加鸡油 10 克、葱结、姜片、绍酒、盐 2.5 克，上笼蒸约半小时取出。
- 2.石耳用温水泡开，加盐 1.5 克反复搓揉，并用小刷轻轻刷去表面的泥沙，洗净后放在碗内，加鸡油 10 克、鸡汤 250 克，上笼蒸约 10 分钟取出。
- 3.大虾剥去壳（保留尾壳），用水淘洗两次，沥干水分，放在碗里，加盐 1 克、鸡蛋清、干淀粉 2.5 克，浆拌一下。案板上撒一点干淀粉，取虾 1 只放在上面，用小酒瓶轻轻捶成薄片，如此一一做完后，将虾片放在开水一焯，迅速轻轻捞起。
- 4.将鱼肚、石耳、虾片一起放在汤碗里。锅放在旺火上，下鸡汤 500 克、精盐 0.5 克、味精，烧开后淋入熟猪油，倒在汤碗中即成。

### [工艺关键]

大虾用小酒瓶轻轻捶成薄片，边捶边撒匀干淀粉，防止粘连。

### [风味特点]

鱼白三鲜是芜湖传统名菜，用长江名产 鲰鱼肚，配以安徽山区特产石耳和大虾制成。虾尾艳红，虾肉白亮，形若琵琶， 鲰鱼肚柔糯松软而含汁，缀以黑色石耳，鸡汤中有三色、三味，而以鱼白（即 鲰鱼肚）为主料，故称“鱼白三鲜”。

## 桐花鱼

### [主料辅料]

桐花鱼.....500 克	熟猪油.....250 克
小葱.....100 克	姜片.....50 克
醋.....20 克	精盐.....8 克
五香粉.....10 克	白糖.....20 克

### [烹制方法]

1. 选用 10 条大小相同的桐花鱼共重约 500 克，去鳃、鳞、内脏，洗净沥干。葱 15 克切末，余下的切成 10 厘米段。

2. 熟猪油倒锅中，置旺火上烧至五成热，将鱼煎至两面金黄时盛出。油滗出可做它用。

3. 炒锅内用葱段垫底，姜片铺其上，摆上鱼，撒上盐、糖、五香粉、葱末，醋均匀地淋在鱼身上，稍腌 5 分钟，加入开水 100 克，盖严锅盖，放小火上焖约 30 分钟，端锅晾凉，出锅时拣出去葱、姜，装入盘内即成。

### [工艺关键]

1. 用熟猪油煎鱼，菜品味香。用其它熟食油也可以，注意不要有异味，禁用生油。

2. 桐花鱼肉质极嫩，煎时要小心，焖煮过程中，水不可滚沸，以免破坏鱼的完整。

3. 锅底铺姜，防止糊锅。

### [风味特点]

1. 桐花鱼产于安徽省广德县桐花河，是著名特产之一。鱼身有黄、绿、桔红三色条纹，鳞色发亮，非常美观，鱼体短小，大的不过 20 厘米，肉质极嫩，刺酥软，吃时不必吐刺。除油煎还可卤焖、余食，其味亦佳。

2. 此菜是沿江地区传统名菜，原制法是用木屑微火久焖，而今多使用煤气，调成小火，同样可达原来效果。

3. 此菜味道醇厚，肉质鲜嫩，外黄内白，骨酥且香，嚼之即烂，可谓上品。

## 包公鱼

### [主料辅料]

包河鲫鱼.....750 克	葱段.....25 克
包河藕.....250 克	酱油.....250 克
冰糖末.....50 克	醋.....150 克
芝麻油.....50 克	绍酒.....100 克
姜片.....25 克	

### [烹制方法]

1. 选用新鲜的小鲫鱼，体长 7 厘米左右为宜，去鳞、鳃、开膛去除内脏，洗净控干水分。加酱油 75 克、绍酒 100 克、葱段 10 克、姜片 10 克，腌渍 30 分钟左右，藕洗净横切成 2 毫米厚的大片。

2. 取炒锅一只，锅底铺一层剔净肉的猪肋骨，然后放一层藕片、姜片和葱段，再将小鲫鱼头朝锅边，一个挨一个地围成一圈，将酱油 175 克、醋、绍酒 75 克、冰糖末放碗中和匀，加清水 150 克，倒入锅中，用小火焖 5 小时左右，端下锅冷却后，覆扣入大盘，去葱、姜、藕片和骨头。食用时取藕片数片垫在盘底，将鱼一条条取出摆入盘中，淋上麻油即成。

### [工艺关键]

1. 原制法是在锅内垫一层洗净的碎瓷片，而不用猪肋骨，是为防止糊锅，但猪骨也能起到防糊作用，且味更好，所以作此变动。

2. 用小火煨焖时，锅内不应滚沸，防止鱼体碎烂。

### [风味特点]

1. 包公鱼原名红酥包河鲫鱼，“包河”即合肥市“包公祠”一带护城河，”该河所产的鲫鱼为乌背，人称包公鱼。

2. 1958 年毛主席视察安徽时，名厨梁玉刚老师傅曾为毛主席作此汤，深得赞扬。

3. 此菜品为合肥传统冷菜，色泽酱红，骨酥肉烂，入口即化，酥香两味，俱在其中。

## 软兜冰鱼

### [主料辅料]

净冰鱼.....300 克	鸡蛋清.....1 个
腌雪里蕻.....50 克	精盐.....1 克
熟笋.....25 克	绍酒.....15 克
干淀粉.....15 克	鸡汤.....100 克
熟猪油.....75 克	

### [烹制方法]

1. 将冰鱼剥去头、尾，切成两段。雪里蕻洗净，挤去水分，切成细末。鸡汤加盐、绍酒调成卤汁。
2. 将冰鱼用于淀粉轻轻拌匀，稍停 2 分钟，滗去水分，用鸡蛋清轻轻浆好。
3. 锅置旺火上，放入熟猪油 65 克，烧至四成热，将冰鱼下锅煎至外皮微硬，翻身再煎，随下雪里蕻、笋片，用手轻轻翻偏炒，再烹入调味卤汁，将锅一晃一颠，淋上熟猪油 10 克，再轻颠出锅，装盘即成。

### [工艺关键]

此菜功在勺功，来回颠翻，如绸兜鱼，成菜软滑，故名软兜冰鱼。

### [风味特点]

1. 冰鱼，又名“面鱼”，系淮河、巢湖名贵鱼品。体呈圆筒形，色白如玉，新鲜时散发出秋黄瓜似的清香，故又名黄瓜鱼。隆冬季节，正是冰鱼肥壮之时，结冰越厚，鱼越肥嫩，故称为“冰鱼”。冰鱼含水量在 90%以上，肉质极嫩。
2. 软兜法是安徽沿淮烹饪技法，冰鱼微煎至软，再轻翻炒，轻颠锅，操作状如以网兜鱼，故名。成菜色泽奶黄，清香软嫩。配以雪菜同烹，其味更鲜。

## 熘鲈鱼片

### [主料辅料]

站鱼肉.....200 克	(约耗 80 克)
荸荠片.....10 克	青豆.....10 克
葱姜末.....5 克	水发木耳.....5 克
白糖.....100 克	酱油.....2.5 克
糖色.....0.5 克	醋.....50 克
芝麻油.....10 克	湿淀粉.....25 克
熟猪油.....750 克	

### [烹制方法]

1. 站鱼肉去刺，片成 3 厘米长、2 厘米宽、0.7 厘米厚的片，放在碗里，加入湿淀粉 20 克、糖色抓拌均匀。白糖、醋和酱油放在碗里，加入开水 50 克使糖溶化，然后放入木耳、青豆、荸荠片和葱姜末，制成卤汁。

2. 锅置中火上，放入熟猪油烧至三成熟，将鱼片逐片抖散下锅，随即用手轻轻推动一下，炸至淡黄色时，倒入漏勺沥油。

3. 将鱼片倒回原锅，加入配好的卤汁，略烧一会儿，汤汁开后，用手勺推一推，以湿淀粉 5 克调稀勾芡，淋入芝麻油，出锅即成。

### [工艺关键]

油氽鱼片，要一片一片地下锅，手勺轻推，避免粘连，炸至浅黄色，倒入漏勺沥油，原锅留底油，倒入鱼片，烹出汁，小火略熘，勾芡出锅。

### [风味特点]

熘粘鱼片是亳州传统名菜。其特点是锅中油温在三成熟时即将鱼片下锅余制，而后在调味卤汁中略熘一会，入味好，肉质嫩，是当地筵席不可缺少的一道热菜。

## 瓜姜鱼丝

### [主料辅料]

鳊鱼.....	1 条	香醋.....	20 克
姜块.....	10 克	麻油.....	15 克
酱油.....	20 克	小酱瓜.....	25 克
料酒.....	10 克	味精.....	0.2 克
白糖.....	5 克		

### [烹制方法]

1. 选用一条约 500 克重的鳊鱼，去鳞开膛洗净，片下鱼肉，切成 5 厘米长的丝，鱼头鱼刺可做别用。酱瓜、姜片切丝备用。

2. 锅中放清水在中火上烧开，放入料酒，下入鳊鱼丝，烫熟捞起，装入盘内，上撒酱瓜丝和姜丝。

3. 将酱油、白糖、香醋、味精、麻油兑成汁，浇到瓜姜鱼丝上即成。

### [工艺关键]

鱼丝在过水时，要注意火候，入开水锅约 5 秒钟就可关火，再烫 10 余分钟即可捞出，以鱼丝熟而不打卷为好。

### [风味特点]

1. 酱瓜丝选百花串酱菜，它是安庆名菜，系以萝卜、黄瓜、蒜苔、窝笋等四季鲜菜为原料，用上十种中草药制成的卤汤泡制而成。此酱菜甜咸适度，鲜嫩可口，清香而无药味，有滋补之功效，为小菜中之绝品。相传此酱菜最早为一来自峨嵋山卖中草药的人所创制，后传给一位当地僧人，流传于世。

2. 菜品白、绿、黄三色，观之悦目，食之脆嫩，清香酸甜，大增食欲，宜伴美酒。

3. 用瓜姜可拌制多种菜品。如瓜姜肉片、瓜姜腰片等，可由厨者任意变化。

## 流星赶月

### [主料辅料]

虾仁.....200 克	(约耗 50 克)
净鳊鱼肉.....125 克	青梅.....1 个
鸡蛋清.....4 个	蛋黄糕.....1 片
水发冬菇.....1 片	绍酒.....10 克
精盐.....5 克	葱姜汁.....10 克
味精.....0.5 克	湿淀粉.....5 克
干淀粉.....10 克	鸡汤.....100 克
熟猪油.....500 克	

### [烹制方法]

1. 鱼肉剁成细泥，放入碗中用水 50 克将肉泥搅开，再加精盐 2 克、绍酒 5 克、味精 0.2 克、葱姜汁、鸡蛋清 3 个，搅拌均匀成馅心。青梅用刀片开切成梳子片，做松树叶。冬菇切成长短不等的丝条状，做树干。蛋黄糕修切成长 2 厘米的小兔子。

2. 取小圆饭碗 1 个抹上冷猪油，碗底摆上松树和小兔子再装上馅心，上笼用旺火蒸约 10 分钟取出，扣入圆盘中。

3. 虾仁用精盐 1 克、鸡蛋清、干淀粉浆拌均匀。锅置旺火上，放入熟猪油，烧至三四成热，将虾仁下锅划油，待虾仁变色时，迅速倒入漏勺沥油。锅上火，入鸡汤、加精盐 2 克、味精 0.3 克、黄酒 5 克，烧开后撇去浮沫，投入虾仁，用湿淀粉调稀芡，淋上熟猪油，倒在蒸好的明月周围即成。

### [工艺关键]

徽菜重视造型，名菜如蝴蝶海参、葡萄鱼、卷筒粉蒸等，皆以形象生动取胜，此菜亦不例外，要求厨师有较好的美术修养。

### [风味特点]

1. 流星赶月是安庆地方名菜。构思源于见皓月倒影，群鱼循光而去，宛如流星赶月。厨师用高超的烹饪技艺仿此美景，以鱼肉做明月，虾仁当群星，月中隐约有吴刚伐桂，玉兔捣杵俨然广寒之景，维妙维肖，富有诗情画意。

2. 此菜鱼肉细嫩，虾仁嫩鲜，滑润清淡，咸鲜爽口。

## 清炖马蹄鳖

### 〔主料辅料〕

净马蹄鳖.....1只 (约重500克)	绍酒.....25克
火腿.....75克	冰糖.....5克
小葱结.....10克	白胡椒粉.....1克
火腿骨.....1根	熟猪油.....10克
精盐.....1克	鸡汤.....750克

### 〔烹制方法〕

1. 将甲鱼剁成4厘米长、2厘米宽的块(尾和脚爪不用),放入开水锅里煮至水再开时,捞出沥水。火腿(肥瘦相连的)切成4大块。火腿骨洗净。

2. 将甲鱼块整齐地码在砂锅中,把葱、姜块(拍松)、火腿和火腿骨围在甲鱼中间,加入绍酒和鸡汤,盖好锅盖,用旺火烧开后,撇去浮沫,加入冰糖,再用微火炖1小时左右,拣出葱姜和火腿骨,将火腿捞出成片,放在锅里,淋上熟猪油,撒入白胡椒粉即成。

### 〔工艺关键〕

1. 选鲜活马蹄鳖宰杀,将鳖背朝下放在地下,待头出来时迅速用手掐住头,用刀将其剁下。烧开水把鳖放入烫一下,迅速用小刀刮去表面的膜,放到案上用刀顺裙边切下,将盖揭掉,剁去爪尖,将腹中的油择净(鳖油非常腥,如不择除,制成的菜肴带腥味),用清水洗净,再用开水烫一会儿,捞出备用。

2. 清炖马蹄鳖,要求原汁原味,所以在炖时要一次将水加足,中途不再加水。

### 〔风味特点〕

1. 马蹄鳖即甲鱼。“清炖马蹄鳖”是徽州传统名菜,一名“火腿炖甲鱼”,几百年来一直是脍炙人口的美味。明初,户部尚书连心荣曾将皖南山区的马蹄鳖进贡给明太祖朱元璋,嗣后即为皇室指定贡品。

2. 皖南山区,山高背阴,溪水清澈,浅底尽沙,所产之甲鱼,质地高出一等,腹色清白,肉厚背隆起,形似马蹄,故称马

蹄鳖。选此优质原料,配以火腿与火腿骨佐味,加冰糖提鲜,用木炭风炉,先旺火烧开,转用小火细炖,成熟后原砂锅上桌,香气扑鼻,汤醇胶浓,肉质酥烂,裙边滑润,鲜香可口。



## 明珠甲鱼

### 〔主料辅料〕

嫩甲鱼.....	1000 克	葱段.....	5 根
鸽蛋.....	12 个	酱油.....	10 克
熟火腿丝.....	20 克	冰糖.....	10 克
大蒜.....	100 克	湿淀粉.....	5 克
生姜.....	10 克	芝麻油.....	25 克
精盐.....	1.5 克	熟猪油.....	100 克
绍酒.....	25 克		(约耗 50 克)

### 〔烹制方法〕

1. 甲鱼去内脏，用开水略烫，去掉膜衣，剝成小块。再入清水锅内烧开，烫 3 分钟捞起。

2. 炒锅置旺火，放入熟猪油，烧热后投入甲鱼，炸 3 分钟捞起沥油。

3. 原锅留底油少许，放入甲鱼、鸽蛋，加生姜、蒜、酱油、精盐、味精、绍酒，烧 5 分钟，用湿淀粉勾芡，淋入芝麻油，起锅将鳖肉装在盘中，鸽蛋围边，撒上火腿丝、葱段即成。〔工艺关键〕1. 加工甲鱼，注意保持裙边完整。2. 用湿淀粉勾厚芡，顶开冒泡，让淀粉熟透，则明汁亮芡。〔风味特点〕明珠甲鱼是徽州名菜，用“生烧法”烹制而成。小马蹄鳖经沸水烫、过油、红烧，5—6 分钟快速成熟，即生烧法。颜色酱褐，肉质细嫩，配以白色鸽蛋，故称明珠甲鱼。

### 凤翅炖鳝段

#### 〔主料辅料〕

大鳝鱼.....	750 克	姜块.....	10 克
猪排骨块.....	250 克	香菜.....	5 克
仔鸡翅膀.....	12 个	绍酒.....	5 克
红樱桃.....	11 粒	冰糖.....	5 克
葱结.....	10 克	肉汤.....	400 克
大蒜.....	5 克	熟猪油.....	400 克
精盐.....	5 克		(约耗 50 克) 味
精.....	2 克		

#### 〔烹制方法〕

1. 将鳝鱼宰杀不开膛，切成 5 厘米长的段，用筷子捅出内脏洗净，入开水中烫一下，捞出擦去外层粘液。鸡翅膀剥去翅尖，同猪排骨块分别焯水，捞出洗净沥干水分。

2. 锅置旺火烧热，加熟猪油，烧至七成热，放入鳝段稍炸，捞出沥净油。取砂锅 1 只，将猪排骨排放在锅底，中间摆放鸡翅，鳝段放在上层，放入精盐、冰糖、绍酒、葱结、姜块（拍松）、蒜瓣（稍拍）和肉汤，盖好，以大火炖开，转小火炖至鳝段、鸡翅酥烂。

3. 取小碗 1 只，将炖好的鳝段整齐地排放在碗中稍压，覆扣在大圆盘中央，将鸡翅拣出间距相同地排围在鳝段四周（排骨拣出另作它用），鸡翅间隙中各放一枝香菜叶，上点缀一粒樱桃，然后将砂锅中的汤缓缓浇入盘中即成。

#### 〔工艺关键〕

鳝炖好，捡在碗中，顺序扣好，复在大盘中央，去碗后拱圆形，鸡翅排在周围，用香菜、红樱桃点缀，此品再现徽菜注重造型技法。

[风味特点]

鸡翅膀是活肉，肉质细嫩，与鳝鱼久炖，滋味醇厚，鳝含鸡味，翅含鱼香，是徽州传统的“火功”菜。

## 烹松丝

### [主料辅料]

鳝鱼.....700 克	白糖.....35 克
熟火腿丝.....15 克	绍酒.....15 克
小葱末.....5 克	鸡汤.....50 克
姜末.....5 克	熟猪油.....750 克
酱油.....25 克	(约耗 75 克)
醋.....25 克	芝麻油.....15 克

### [烹制方法]

1. 鳝鱼烫熟后用篦片划成长鳝丝。
2. 白糖、醋、绍酒、酱油、鸡汤、葱、姜一起放入碗中，调成卤汁。
3. 锅置旺火上，放入熟猪油，烧至八成热，将鳝鱼丝下锅炸至松干时捞出。稍冷后用手拨散粘连在一起的鳝鱼丝，再放入八成热的油锅中，炸至油花变小，响声微脆，鳝鱼丝已酥脆时，滗去锅中油，即将调好的卤汁烹入锅中，颠翻均匀起锅装盘，撒上熟火腿丝，淋上芝麻油即成。

### [工艺关键]

炸鳝丝，必须重油，第一次炸熟，第二次炸酥，烹上糖醋汁，立即出锅上桌，趁热食用，有“一热百鲜”之妙。

### (风味特点)

烹松丝是徽州传统名菜。系将烫熟的鳝丝油炸成蓬松状，再烹入糖醋卤汁，鳝丝色褐光亮，富含卤汁，酸甜可口，嚼之酥香。

## 卷筒长鱼

### （主料辅料）

大鳊鱼 2 条...500 克	胡椒粉.....2 克
肥膘肉.....30 克	面粉.....60 克
鳊鱼肉.....150 克	鸡蛋.....3 个
熟瘦火腿.....25 克	精盐.....5 克
鸡蛋清.....3 个	葱姜汁.....30 克
大蒜.....15 克	熟猪油.....1000 克
绍酒.....15 克	（约耗 50 克）

### （烹制方法）

1. 鳊鱼宰杀，去内脏、头、尾和脊骨，洗净后刮去鱼皮，平铺在案板上片成片，撒上干淀粉刀克，再用小酒瓶轻轻捶平成长方形，加精盐 3 克、绍酒 10 克、味精 0.5 克、葱姜汁 15 克、胡椒粉 1 克，腌渍待用。

2. 鳊鱼肉、肥膘肉切成片，漂去血水，斩成茸泥，加葱姜汁 15 克、精盐 2 克、味精 0.5 克、绍酒 5 克、胡椒粉，搅拌起劲，再加干淀粉 10 克、蛋清 1 个搅拌成馅。

3. 取 1 片鳊鱼，拍上干淀粉，抹上蛋清糊，放入蒜泥和馅心抹平，中间摆上一排火腿茸，卷起用蛋清糊封口，如此逐一做好人放入抹有冻猪油的盘中。上笼蒸熟取出，拌上干面粉待用。

4. 锅放油烧至七成热，将鱼卷逐一挂上鸡蛋糊，炸至金黄色捞出，冷后切成约 0.3 厘米厚圆片，再下八成热的油锅重炸一次。

5. 将重油后的鱼卷片倒入锅中，撒上花椒盐，淋入麻油，颠翻两下装盘即成。

### （工艺关键）

此菜不勾芡，冷热两用。

### （风味特点）

长鱼即鳊鱼。卷筒长鱼是芜湖传统名菜，匠心独具，制作难度大，长鱼肉本向内卷，却捶平包馅炸制成圆形片，外层香酥，肉质鲜嫩。以甜面酱佐食，风味更佳。

## 夹心虾糕

### （主料辅料）

虾仁.....200 克	鸡蛋清.....2 个
绿色叶.....100 克	盐.....5 克
肥猪膘肉.....100 克	绍酒.....15 克
味精.....0.5 克	干淀粉.....5 克
香醋.....50 克	鸡汤.....200 克
湿淀粉.....10 克	熟猪油.....10 克

### （烹制方法）

1. 虾仁洗净沥干水，菜叶剁成细泥。
2. 将虾仁和肥膘肉轻轻地剁成细泥，放在碗里加盐 2.5 克、味精 0.5 克、水 50 克、绍酒搅匀，再放鸡蛋清搅拌上劲，最后加干淀粉搅匀。菜叶泥放在碗里，加盐 1 克、虾泥 100 克搅拌均匀成绿色虾泥。
3. 取大盘 1 个，盘心抹一层薄薄的猪油。把肥膘虾泥分成相等的两份。放一份虾泥在盘中铺平，把绿色虾泥放在上面摊平，再将另一份肥膘虾泥放在绿色虾泥上摊平（三层共厚约 2 厘米）。然后上笼用旺火蒸制。将蒸好的虾糕切成 3 厘米宽的长条，再改刀切成菱形块。先把切下来的虾糕边角料放在盘中心，再把整块的尖朝里围成一圈，如此一层层摆成底大上小的塔形，另用虾泥制成花朵放在塔形顶部。
4. 锅置旺火上，放入鸡汤、盐 1.5 克烧开后，撇去浮沫，用湿淀粉勾薄芡，淋上熟猪油，起锅倒入盘中即成。

### （工艺关键）

1. 虾仁洗净，先用牙签挑去沙线，然后将虾仁倒入清水盆里用筷子搅转半分钟倒出浑水，换清水再轻搅半分钟，洗净沥水，待用。
2. 蒸虾糕用旺火蒸 6-7 分钟即取出。时间短不熟，时间长则硬。

### （风味特点）

夹心虾糕是安徽巢湖地区喜庆筵席上的名菜，系选用我国五大淡水湖之一的巢湖特产白米虾，取其熟后不红的特点，制成洁白鲜嫩的虾泥，间以绿色菜汁配制的翡翠虾泥层，以旺火蒸制而成，工艺精湛，火候独到，成品白如玉，绿如翠，清心悦目，咸鲜滑嫩，以香醋相佐，别具风味。

## 香炸琵琶虾

### 〔主料辅料〕

虾仁.....175 克	猪肥膘肉.....35 克
鸡脯肉.....75 克	冬菇丝.....5 克
熟笋丝.....50 克	鸡蛋清.....3 个
精盐.....5 克	味精.....1 克
绍酒.....10 克	湿淀粉.....30 克
面粉.....10 克	熟猪油.....500 克
芝麻油.....15 克	(约耗 50 克)
凤尾虾.....20 克	

### (烹制方法)

1. 虾仁、猪肥膘肉、鸡脯肉斩成茸，加蛋清 1 个、湿淀粉 20 克、精盐、胡椒粉、绍酒搅拌上劲，笋丝、冬菇丝倒入搅匀制成虾馅。取汤匙 20 个，抹少许熟猪油，把凤尾虾拍一拍放入汤匙里，虾尾露出匙把外，装上虾馅抹平，入笼旺火蒸 5 分钟取出晾凉，脱出汤匙，放在盘中。

2. 蛋清、面粉、湿淀粉、芝麻油调制酥糊。将蒸好的琵琶虾蘸上糊，粘上芝麻油。锅置旺火上放入熟猪油，烧到七成热时，将琵琶虾放入，炸至外皮酥脆捞起装盘即成。

### (工艺关键)

虾肉、肥猪膘肉、鸡脯肉分别放在案板上（最好在案板上铺一块刮洗干净的肉皮，棕眼向下。如无肉皮可用白色洁布代替，这样制成的茸泥色白无渣屑），用刀背剁，然后挑筋再剁，直到剁成茸泥状为止。

### (风味特点)

1. 香炸琵琶虾是淮北传统名菜，以虾馅先蒸定型，再裹酥糊沾上芝麻仁炸制，菜品形似琵琶，虾尾弯曲如琴轴，外层酥脆，虾馅鲜咸滑。以花椒盐，甜面酱相佐，味道更美。

2. 唐·王翰诗曰：“葡萄美酒夜光杯，欲饮琵琶马上催”，萧县盛产葡萄酒，淮北名品琵琶虾，可谓美酒配佳肴。

## 蟹黄虾盅

### (主料辅料)

虾仁.....200 克	猪肥膘肉.....50 克
蟹腿肉.....10 只	蟹黄.....30 克
菠菜叶.....5 片	姜末.....15 克
干淀粉.....10 克	醋.....50 克
鸡汤.....20 克	绍酒.....20 克
熟猪油.....10 克	湿淀粉.....10 克
鸡蛋清.....2 个	熟鸡油.....10 克
精盐.....4 克	

### (烹制方法)

1. 虾仁洗净，选 10 个大的另用。将蟹黄分成 20 等份，每只蟹腿肉一切两段。菠菜也切成与蟹腿肉同样大的 20 片。

2. 将虾仁和猪肥膘肉轻轻剁成细泥，放在大碗里加入绍酒、盐 2.5 克和水 50 克搅匀，再加入鸡蛋清 1 个半搅打上劲，最后加干淀粉搅匀，将 10 个大虾仁放在小碗里，加鸡蛋清半个、盐 0.5 克、干淀粉 2.5 克浆拌好。

3. 取酒杯刀只，每个杯内薄薄的抹一层猪油，先放进一段蟹腿肉，蟹腿肉两边一边放份蟹黄，另一边放一片菠菜叶，然后盖上一份虾泥，抹平杯口放在大盘里，全部做完后上笼用旺火蒸 5 分钟，取下制成虾盅。大虾仁也随同虾盅一起上笼蒸好。

4. 将酒杯里的虾盅一个个覆扣在大盘里摆好，再把 10 个大虾仁均匀地摆在盘边做陪衬。同时将锅置中火上，放入鸡汤，加盐 1 克烧开后，撇去浮沫，用湿淀粉调稀勾薄芡，淋上熟鸡油，起锅倒在虾盅上即成。

### (工艺关键)

此菜须选用安徽巢湖特产的白米虾，其虾味美、鲜嫩、色白，熟后不红，特别适用于制成菜色白的泥。加工时先挑沙线，放入盆中加清水用筷子搅拌半分钟倒去浑水，换清水再搅拌半分钟洗净，捞出沥干水待用。

### (风味特点)

1. 金秋季节，吃蟹赏菊，乃人间乐事。巢湖之滨厨师用“虾兵蟹将”(白米虾，大闸蟹)，创造蟹黄虾盅，赏菊宴会，必备此佳肴，流传至今，成为巢湖名撰。

2. 此品系洁白晶莹的盅形虾肉上，托着黑色蟹腿和桔色蟹黄。色美质嫩，蟹黄香浓，可谓鲜中之珍，以姜末，香醋佐食，鲜味更鲜。

## 凤尾虾排

(主料辅料)

大青虾.....750 克	鸡蛋清.....2 个
精盐.....2 克	黄酒.....10 克
葱姜汁.....25 克	花椒盐.....5 克
清熟猪油.....1000 克	干淀粉.....50 克

(约耗 50 克)

(烹制方法)

1. 大青虾挤去头部外壳留尾，用黄酒、精盐、葱姜汁腌 10 分钟，然后用牙签每 5 只穿为 1 排，制成虾排生坯。

2. 炒锅置旺火上，放入熟猪油，烧至五成热，将虾排挂蛋泡糊，下油锅炸至挺身捞出，抽出牙签，待油温升到六成热时，再下入虾排重炸一次，捞出沥油。

3. 炸好的虾排按梅花形排列在盘中，随带花椒盐或辣酱油、番茄酱上桌。

(工艺关键)

炸虾排，第一次定型，抽去牙签，仍成竹排状。第二次炸酥，颜色金黄，外酥里嫩。(风味特点)

千里淮河，流经三省，山区木筏竹排常顺河而下，风景如画。厨师们仿此景，以淮河大青虾串起如排，油炸而成。质地微酥，虾仁嫩鲜，宜蘸花椒盐或辣酱油，亦可用甜面酱、番茄酱佐食。



## 燕巢凤尾虾

活大虾.....500 克 鸡汤.....50 克  
芹菜.....1 棵 芝麻油.....10 克  
(有叶无根) 马铃薯.....200 克  
水发发菜.....5 克 味精.....1.5 克  
熟青豆.....15 克 精盐.....5 克  
水发香菇.....25 克 绍酒.....10 克  
面粉.....10 克 白胡椒粉.....1 克

葱姜汁.....10 克 熟猪油.....1500 克  
干淀粉.....50 克 (约耗 150 克)  
湿淀粉.....50 克

(烹制方法)

1. 马铃薯去皮洗净，切成细丝，用盐水浸泡，捞出沥干，放入干淀粉 50 克和面粉拌匀。

2. 大虾去头壳，留尾壳洗净，加入精盐 3 克、味精 0.5 克、绍酒 7 克、葱姜汁、白胡椒粉、干淀粉 25 克，浆拌均匀。

3. 炒锅置旺火上，倒入熟猪油，烧至七成热，把马铃薯丝散放在漏勺里呈“燕窝”状，轻轻放入油锅中，炸至浅黄色时捞出沥油；取白色长盘一个，将整棵芹菜留叶去根斜放在盘中如树枝，把炸好的“燕窝”放在树枝上方，发菜放在芹菜的根部作根须。

4. 锅置旺火上，倒入熟猪油 1000 克，烧至五成热，将虾投入油锅用筷子划散沥油；用原锅余油将青豆、香菇稍煸，加入精盐 3 克、味精 1 克、黄酒 3 克和鸡汤，烧开勾芡，倒入凤尾虾颠翻，淋入芝麻油，出锅装在“燕窝”内即成。

(工艺关键)

薯丝酥脆，虾肉软嫩，造型生动，方为上品。

(风味特点)

燕巢凤尾虾是淮北厨师的创新菜，它取材简易，但构思新颖，制作精巧，造型如画，给人以美的享受。此菜以油炸薯丝筑“巢”，以凤尾虾仁比作嗷嗷待育的雏燕，形象逼真，色泽艳丽，食之松脆，嫩滑爽口，体现了沿淮风味特色。

## 老蚌怀珠

### （主料辅料）

净蚌肉.....	2500 克	鸡蛋清.....	1 个
虾仁.....	100 克	黄酒.....	25 克
青菜叶.....	3 片	精盐.....	7.5 克
葱姜汁.....	5 克	味精.....	2.5 克
胡椒粉.....	2.5 克	肉汤.....	1000 克

### （烹制方法）

1. 用木棒槌在蚌肉边上轻捶，入冷水锅中至水沸呈浅米汤色时，捞出蚌肉再洗一次。煮蚌肉的汤滤去沉渣放入锅中，加蚌肉，以小火煮至肉烂，轻取蚌肉晾凉。
2. 将肥膘肉切碎。虾仁先用刀压一下，一起剁成泥状，加姜汁、精盐 1 克、味精 1 克和鸡蛋清搅拌均匀。
3. 锅置旺火上，加冷水将虾泥挤成如核桃大的丸子，入冷水锅煮熟捞出。
4. 蚌肉 12 个剖开一分为二，每个夹两个虾丸，放大汤碗中上笼蒸 5 至 6 分钟取出。
5. 锅中放肉汤，加盐 6.5 克、青菜叶烧沸，放味精 1.5 克后倒入蒸好的蚌肉碗内，淋黄酒、配胡椒粉上桌佐食。

### （工艺关键）

用棒槌捶蚌肉时，要在肉边上轻捶，将肉边捶松即可。煮时用小火，肉烂而不碎，便于进一步加工。

### （风味特点）

1. 蚌埠，位于淮河之滨，因盛产河蚌而得名，河蚌孕珠，又名珠城。据史书记载：东汉末年（平兴元年）袁术军屯江淮地区，因军元粮食，不得不以蚌充饥。数十万大军能以蚌肉为食粮，河蚌之多可以想象。蚌还有食疗作用，据《本草纲目》载：“蚌肉味甘、性冷、无毒、有止渴、去眼赤、明目法湿、解热毒、解酒毒”之功效。

2. “老蚌怀珠”乃蚌埠名肴，系将蚌肉煮熟剖开夹虾丸，再以清汤，河鲜合味，堪称一绝。

## 腊肉炖河蚌

(主料辅料)

净蚌肉.....1500 克	姜块.....2.5 克
咸腊肉.....150 克	绍酒.....25 克
笋片.....50 克	小葱段.....2.5 克
腊肉骨.....2 根	精盐.....2.5 克
水发香菇.....4 个	白胡椒粉.....25 克

[烹制方法]

1. 将腊肉外皮刮净，用清水浸泡洗净，剔去中间骨头，切成 3 厘米长、1 厘米宽的条块。

2. 蚌肉用木棍捶松边缘洗净，下开水锅煮一下，水呈奶白色时，将锅离火稍凉后捞出，再用水洗一次，切成腊肉同样大小的块。

3. 砂锅里放入煮蚌肉原汤 1000 克，再放入腊肉、腊骨、鸡块、蚌肉，旺火烧开，撇去浮沫，转小火上，下葱、姜、绍酒，炖至八成烂时，再下笋片、香菇和盐，炖烂后捞出腊骨和葱姜。撒上白胡椒粉，原锅上桌，食前再揭盖。

(工艺关键)

蚌肉与腊肉同炖，大火烧开，小火慢炖，火候足到，质酥味香。

(风味特点)

蚌埠盛产河蚌，因以名地。此菜河鲜与腊肉同炖，原锅上桌，蚌肉鲜美，汤汁醇厚，有特殊芳香。《本草纲目》曰：“蚌肉，甘、咸，冷，无毒，止渴除热，解酒毒，去目赤，明目除湿，主妇人劳损下血。”大有食疗功效。

## 屯溪醉蟹

### [主料辅料]

活蟹.....4 只	酱油.....300 克
徽州封缸酒...200 克	姜.....15 克
精盐.....20 克	蒜瓣.....4 个
冰糖.....25 克	高粱酒.....20 克
花椒.....10 粒	

### (烹制方法)

1. 选用每只重 150 克左右的肥壮活蟹 4 只，先将它们放在活水中浸养两三天，让其吐尽泥沙，然后洗净沥干水分。炒锅放小火上，放入盐和花椒粒，待盐炒热，花椒粒炒干时，将其倒在案板上，用擀面杖碾碎，做成椒盐。姜拍松，蒜拍散，备用。2. 取蟹 1 只掀开脐盖，挤出脐底污物，放入 1/4 的花椒盐 5 克，然后合上脐盖，掰下蟹爪尖 1 个，从脐盖上扎进蟹体内，钉牢脐盖，不使其张开。余下三只照法制作。取一只能容下四只蟹的坛子，将蟹装于坛中，坛口用两根小竹片十字形卡住，压住蟹身，勿使动弹。3. 将冰糖放酱油中加热熬化，晾凉后倒入坛中，再入徽州封缸酒、姜块、蒜，最后倒入高粱酒，用油纸将坛口扎紧密封，醉腌一个星期后，即可开坛食用。

### [工艺关键]

1. 坛口要卡紧封严，防止酒气外溢，以免影响其质量。  
2. 徽州封缸酒，即徽州的糯米甜酒，现在有改用黄山糯米甜酒的，味道也不错。

### [风味特点]

1. 此菜系新安江畔的屯溪古镇紫云馆的一道名菜，属传统的小食品。苏浙商贾争相传卖，现今小坛包装，则是馈赠亲友的佳品。  
2. 俗话说，“九月团脐十月尖”，此菜多在秋蟹肥季节制作。  
3. 开坛之蟹，色青微黄，肉质鲜嫩，酒香浓郁，略有微甜。若不开坛，可保存两个月，开坛后则不宜久存。

## 芙蓉套蟹

### [主料辅料]

活蟹 10 只...1050 克	葱末.....5 克
猪肉.....500 克	鸡蛋.....1 个
鸡蛋清.....4 个	味精.....1 克
姜末.....5 克	绍酒.....15 克
精盐.....10 克	湿淀粉.....5 克
葱姜汁.....10 克	干淀粉.....15 克
白胡椒粉.....0.5 克	熟猪油.....50 克

### [烹制方法]

1. 猪肉切碎剁成泥置碗中，加入味精 0.5 克、精盐 5 克、干淀粉、鸡蛋、葱姜汁、白胡椒粉 0.3 克、绍酒 5 克，搅拌上劲成肉馅。
2. 大闸蟹蒸熟，剔取蟹肉，并将蟹肉蟹黄分开放在盘中。
3. 锅置旺火上，放入熟猪油 20 克烧热，下葱、姜末略煸，加入蟹肉、绍酒 10 克、精盐 2.5 克、胡椒粉 0.2 克，炒至有香味时盛在碗内。
4. 将蟹壳用水洗净，剪去边刺，涂一层熟猪油，然后每只蟹壳先填入肉馅，放入一分蟹肉馅，上面再覆盖一层肉馅抹平，中间用手按成“臣”形，上笼蒸约 7 分钟取出。
5. 将鸡蛋清放在碗内，搅打起泡制成“芙蓉”，抹在每个蟹馅上，中间镶上一点蟹黄，四周贴上 3 片香菜叶，成花草图案，放在盘中上笼蒸 5 分钟取出。锅内放 50 克清水，加入精盐 2.5 克、味精 0.5 克烧开，用湿淀粉勾薄芡，淋上熟猪油，浇在蒸好的套蟹上即成。

### [工艺关键]

1. 大闸蟹要大小基本相同，成菜和谐美观。
2. 打制“芙蓉”，容器洁净，且无生水，用抽子顺一个方向抽打。中间勿停，一气呵成，以插入筷子立定不倒为度。

### [风味特点]

安徽巢湖和丹阳湖所产螃蟹，又名大闸蟹，金爪红毛，体大肥壮。但螃蟹好吃肉难剥。芙蓉套蟹是巧将蟹壳做模具，剥出蟹肉、蟹黄，加配料放在蟹壳中，还原成整蟹，食用时免去剥肉之苦。因蟹身上覆有以蛋清泡制成的“芙蓉”，故名“芙蓉套蟹”，色、形、味俱佳，是安徽沿江一带的传统名菜。

## 清蒸鹰龟

### [主料辅料]

山鹰龟.....1只	绍酒.....10克
冰糖.....10克	姜.....10克
火腿.....25克	精盐.....10克
熟鸡油.....10克	

### [烹制方法]

1. 选用经洗蒸加工好的火腿 25 克,切成 3 厘米长的象眼片。姜洗净去皮,切成大片备用。

2. 选用一只 500 克左右的小鹰龟,将其投入冷水锅中,在旺火上烧开后捞起,用刀后跟从龟的背腹之间刹开剖成两半,除去内脏、冲净血水。龟肉放入开水锅里略煮捞出,再放入冷水中,刮去龟身上的皮膜洗净,刹去脚尖。切成四大块,留头去尾,按原形放入汤盘内。

3. 将火腿片盖在龟肉上,加入姜片、盐、冰糖、绍酒,再加入清汤淹没龟肉,在汤盘上盖一平盘,上笼用旺火蒸 90 分钟取出,拣出姜片,淋上鸡油即成。

### [工艺关键]

1. 山鹰龟要选用鲜活的,因龟类体内含有大量的鲜味物质。在其死后迅速分解出组胺酸和类组胺物质。组胺是一种有毒物质,在积蓄到一定数量时,就会造成食物中毒,所以死山鹰龟不能食用。

2. 鹰龟外表有一层薄膜,其味很腥,若不除去,将会破坏鹰龟原有的鲜香风味。鹰龟体内还含有一些脂肪,也同样要去除干净。

3. 蒸制时,容器必须加盖,其功用在于保持菜品香浓风味,减少营养损失,避免水分过多散失。

### [风味特点]

1. 鹰龟,又称“鹰嘴、平胸、蛇尾鱼。”常生活在山涧石岩中,喜阴凉。其外形是:头为鹰嘴下曲,尾部有鳞,故得山鹰龟之名。

2. 龟与火腿共蒸,龟肉中的胶状物质溶入肠中,与火腿之香浓味相交融,使汤汁奶白而浓稠,龟肉鲜嫩且散发异香,是徽州山区珍品菜肴之一。

## 花菇石鸡

### [主料辅料]

去皮石鸡腿...400克  
水发花菇.....150克  
姜汁.....10克 甜米酒.....5克  
味精.....1克 鸡汤.....250克  
湿淀粉.....5克 熟猪油.....100克  
精盐.....5克

### (烹制方法)

1. 将石鸡腿入开水锅中略烫捞出洗净沥干，用姜汁、精盐、甜酒、味精拌和腌渍入味，水发花菇去蒂洗净。

2. 取碗一只，将石鸡腿整齐地排列在碗中，花菇放在石鸡腿上面，加入猪油75克、鸡汤，另用1只盘子盖好，上笼旺火蒸15分钟取出，拣出花菇。

3. 将蒸石鸡的原汤漠入锅内，石鸡腿翻扣在盘中，花菇排围在石鸡腿四周，锅中汤烧开后用湿淀粉勾薄芡，淋入猪油25克，浇在盘中即成。

### (工艺关键)

1. 烫石鸡腿时间不得超过5秒钟。

2. 将干花菇放在冷水中，使其自然吸收水分，尽量恢复新鲜时的软嫩状态。发好的花菇用清水加盐洗净（加盐有助于洗去泥沙）。

### [风味特点]

1. 石鸡，是栖息在山涧缝中的两栖类动物，属胸棘蛙类，是黄山名产。其肉味鲜美似鸡肉，当地人民称之为“石鸡”。

石鸡不仅肉质细嫩鲜美，且富含蛋白质、钙等营养成分，具有清火明目、滋补养身的功能，是皖南山区野味的珍品。用石鸡做菜，可以红烧、清蒸，也可煨炖、软炸，特别是清蒸法，更能保持原汁原味。

2. “花菇石鸡”是皖南山区的特产。山珍花菇与石鸡同蒸，花菇是香菇的上品，含有较丰富的蛋白质、脂肪、碳水化合物以及多种维生素，有降低血压，减少胆固醇及抗癌等作用。此菜堪称山珍巧配，极为名贵。食之香鲜甜润，酥嫩爽口，美不胜收。

## 焗三鲜

### (主料辅料)

青鱼肉.....125克  
小葱结.....3克  
猪五花肉.....125克  
八角.....1个  
姜块.....5克  
精盐.....5克  
鸡腿肉.....125克  
白糖.....7克  
香菜.....2克  
熟猪油.....125克  
酱油.....50克  
鸡清汤.....750克  
湿淀粉.....25克

### (烹制方法)

1. 将猪肉和鸡腿肉下开水锅里煮至再开捞起，洗去血沫。

2. 炒锅置旺火上，放入熟猪油，烧至五成热，将鱼肉蘸一下湿淀粉，下锅煎至两面呈黄色时出锅。

3. 将猪肉、鸡腿肉置砂锅中，加葱、姜（拍松）、八角、酱油、鸡清汤和煎鱼剩下的猪油，盖上锅盖，用旺火烧开后，加精盐移至微火上焗至鸡

肉将烂时，放入鱼块，再用中火嫁 30 分钟起锅。拣出葱、姜、八角，加香菜即成。

〔工艺关键〕

此为人功菜，大火烧开，撇去浮沫，小火慢焐，保持汤汁微沸，需时 1 小时以上，酥烂入味，油润汁配。

〔风味特点〕

1. 焐三鲜是沿淮传统风味。沿淮淮地区所谓“焐”，是先以旺火烧开，再以微火烧焖成熟的一种烹调方法，在徽菜烹饪中，这种技法与“炖”有异曲同工之妙。

2. 此菜青鱼、鸡腿、猪肉三味融合，汤粘肉烂，鲜醇可口。中国名菜徽皖风味



## 云雾肉

### （主料辅料）

猪五花肉.....750 克	小葱结.....10 克
姜片.....10 克	酱油.....40 克
醋.....20 克	精盐.....5 克
八角.....3 个	小茴香.....10 粒
花椒.....15 粒	茶叶.....15 克
饭锅巴.....100 克	红糖.....15 克
清汤.....150 克	芝麻油.....15 克

### （烹制方法）

1. 选用一块四方形五花肉，用铁叉平叉入瘦肉中，在炉火上烤至带皮面烤至起泡时取下，放入淘米水中，浸泡 15 分钟，刮净焦皮，用水洗净。

2. 锅内放入清汤及肉，烧开后撇去浮沫，将八角、小茴香、花椒装入纱布袋中扎上口，和盐、小葱结、姜片一起入锅，改用小火，炖至肉烂，捞出待用。

3. 用铁锅一只，放入碎锅巴、茶叶、红糖，并拌匀，上面放一铁算子，将肉置于上，皮面朝上，盖好锅盖，用旺火烧，待锅内冒出浓烟，熏出香味时，离火焖至烟散尽。肉凉改刀，先分成四大块，再切成 0.6 厘米厚片，整齐地摆入盘中，浇上酱油、醋、香油即成。

### 〔工艺关键〕

1. 铁叉一定要叉入瘦肉中间，改切后又眼弥合。若叉入肥肉中，叉眼难合，切出肉片就不美观。2. 肉皮必须烤至起泡，才易煮烂，口感好便于消化。3. 肉炖烂时，用筷子一插即透。肉不可炖得太烂，否则熏制后不易成形。4. 熏制时须皮朝上，肉起下，香味易入肉内。因肉已烂，味易入，故熏时不宜过长。

〔风味特点〕1. 此菜制作时因熏烟缭绕，似云雾翻腾，故得此美名。2. 成菜皮色褐黄，光亮中似泛微红，散发出浓郁茶香，肉质酥烂，肥而不腻。

## 泾县小烧

### 〔主料辅料〕

猪肝.....50 克	精盐.....5 克
猪瘦肉.....200 克	花椒粉.....0.5 克
茶叶.....150 克	八角粉.....1 克
猪网油.....200 克	稀面糊.....25 克

### 〔烹制方法〕

1. 将猪肝同猪瘦肉一起剁成泥状，放入碗内，加八角粉、花椒粉、精盐拌匀，再用网油包成扁条形状，用稀面糊口，做成生胚。

2. 将生胚放在铁丝网架上，置碳火上烧烤，并不时翻动，约烤 40 分钟，小烧熟透，用炭灰将火盖没，撒上茶叶，烘出香味，熏制小烧 4-5 分钟即可。茶叶熏完，拿下小烧，切成 0.9 厘米宽长条，装盘即可。

### 〔工艺关键〕

1. 为便于成熟，胚料可做成长 5 厘米、宽 3 厘米、厚 1 厘米的小胚。

2. 用碳火烤制时，火要小，切不可操之过急。不然，外皮易焦糊，胚心夹生。特别是网油迅速渗出，滴入碳火中，使碳火冒出油烟，不仅失去风味，而且产生大量对人体有害物质，所以要注意碳火。

3. 若用烤箱，可先将生胚在烤箱中烘熟。一般用 240 温度烘烤 20 分钟即熟。然后再用铁锅内放茶叶，架算子的办法来熏制小烧。

### （风味特点）

1. 此菜产于皖南山区泾县，是这一地区的传统名菜，也常作风味小吃，因地而得名。

2. 茶叶多用当地条茶。熏出小烧外焦黄，里嫩软，细品其味，肉中略带微微清香，风味独特，倍受人们的青睐。

## 晾干肉

### 〔主料辅料〕

猪瘦肉.....500 克	小葱末.....5 克
姜末.....5 克	酱油.....50 克
醋.....15 克	白糖.....40 克
味精.....0.5 克	绍酒.....10 克
五香粉.....5 克	硝水.....10 克
鸡清汤.....150 克	芝麻油.....15 克
菜籽油.....750 克	

### 〔烹制方法〕

1. 将肉切成 7 厘米见方、1 厘米厚的薄片，用刀拍松，剂上几刀，便于入味。用硝水和 25 克酱油腌半小时，然后置阴凉处风干。

2. 炒锅放入菜籽油，烧至七成熟，将风干的肉下锅炸至外部起壳为止，捞出沥净油。

3. 将炸好的肉片放炒锅中，加入清汤、酱油 25 克、白糖、五香粉、绍酒及葱姜末，用旺火烧开，转小火焖约 5 分钟，再换大火收汁，这时加入味精，汁干淋入芝麻油，烹醋出锅，晾凉后，每一大片肉再横切一刀，竖切两刀，改成 6 小片装盘即成。

### 〔工艺关键〕

1. 肉腌入味后，只可风干，不能暴晒。因暴晒后的肉发柴，味道不佳，色不美观。

2. 菜籽油。花生油都可用，但都要经过烧热处理，防止生油味进入菜品中。

3. 肉炸得不要过老，见肉外层起壳即捞出，过硬不易入味，口感也差。

4. 因硝水对人体有害，所以在制做过程中可不加，而用红曲米代之，在用汤入味时加入即成。

### （风味特点）

1. 此菜以特殊风干阴凉做法而得名。

2. 菜品色泽褐红，嚼之干香，回味甜鲜，虽烹以醋，却不觉其酸。

## 蜜汁排骨

### 〔主料辅料〕

猪排骨.....500 克	青梅.....50 克
精盐.....1 克	白糖.....150 克
干淀粉.....25 克	硝水.....15 克
熟菜籽油.....500 克	

### 〔烹制方法〕

1. 将猪排骨剁成 4 厘米长的段，加盐和硝水，夏天腌 3 小时左右，冬天腌 1 天左右，待肉变红时，用水稍加冲洗，甩去水分，加入干淀粉拌匀。同时将青梅切成 1 厘米见方的丁备用。

2. 炒锅放旺火上，加入菜籽油，烧至七成热，将排骨下入炸至外层起壳时捞出，剩油倒出，留作它用。排骨倒入锅内，加水淹没，旺火烧开，转小火烧至六成烂时，捞出排骨，用水洗净，原汁倒掉。

3. 将洗净的排骨放入锅内，加水 75 克烧开，再加白糖和青梅丁，烧至糖汁变稠时，翻炒几下，出锅装盘即成。

### 〔工艺关键〕

1. 排骨在烧制时，不可煮得太烂，否则外皮易被煮烂，成品不美观。
2. 收汁时注意不要熬糊，汤汁以变浓能包裹排骨为宜。

### 〔风味特点〕

1. 此菜与挂霜排骨合称“冷盘二排”，是安徽著名凉菜。
2. 菜品外觀光亮，色如玫瑰，质块柔韧，香甜微酸、与其它地区的蜜汁菜略有区别，风味别具一格。

## 挂霜排骨

### （主料辅料）

猪排骨.....	250 克	鸡蛋清.....	2 个
精盐.....	0.5 克	白糖.....	150 克
绍酒.....	15 克	金桔饼.....	5 克
桂花.....	0.5 克	湿淀粉.....	100 克
熟猪油.....	500 克		

### （烹制方法）

1. 将金桔饼切碎，同桂花放在一起备用。
2. 排骨剁成 3 厘米长的块，加绍酒、精盐拌一下，再加湿淀粉和蛋清，浆匀后，放入六成热的猪油炸成金黄色，捞出沥净油。
3. 将剩下的猪油倒出，另作别用。锅内留油 50 克，加白糖，熬至糖水起小泡时，立即倒入热的排骨、金桔饼末和桂花，离火翻炒，使糖液裹匀排骨，在冷凉过程中，不要使排骨块粘结，出勺装盘即成。

### （工艺关键）

1. 排骨要趁热倒入糖液中，否则糖汁裹不匀排骨。具体制做可采用两只锅操作。方法是先将上好浆的排骨，一个个炸成淡黄色，盛入漏勺内，将油烧至七成热，这时旁边另取一只锅炒糖，待糖将要炒好时，把排骨放热油中，炸至金黄色，捞出控净油，这时糖也炒好，马上把排骨放入翻炒。
2. 识别糖是否炒好的标志是香糖液的气泡，气泡为米粒大小时，糖即炒好，切忌炒过。
3. 糖汁在挂匀排骨后，仍然要不断翻动锅，使排骨不至粘连在一起。有条件的可在不断翻动时，用电风扇吹，使其速冷。

### 〔风味特点〕

1. 此菜中加入了安徽特产金桔饼，此饼原产于歙县，系用当地金桔制成，已有八百余年历史。桔饼香气浓郁，做成佳肴，别有美味。
2. 此菜由于猪油和糖的作用，晾凉时排骨外似粘有一层霜雪，因此而得名。
3. 此菜系安徽著名甜食冷菜，与蜜汁排骨合称“冷盘二排”。肉酥、气香、味甜。

## 芜湖肉枣

### 〔主料辅料〕

瘦猪肉.....	5000 克	肉桂末.....	15 克
细肠衣.....	50 克	精盐.....	125 克
白糖.....	125 克	高粱大曲酒.....	75 克
硝水.....	100 克	麻油.....	15 克

### 〔烹制方法〕

1. 将瘦猪肉洗净，切成米粒状。干肠衣用温水泡软，洗净，擦干备用。
2. 将精盐、白糖、高粱大曲酒、肉桂末、硝水配成卤汁，把瘦肉粒放入拌匀，腌 2 小时左右。
3. 将腌好的肉米灌入肠衣内，用牙签扎几个小孔，以便排出空气。再用细麻绳每隔 4 厘米捆扎一段，每 4 段为一串，用温水冲洗一下，用炭火盆烘干，放置阳光下暴晒二三天，然后挂阴凉通风处，干燥存放，经 20 天即可蒸食或煮食。蒸或煮后，晾凉，刷上麻油，吃时从捆扎处切断，去掉麻绳，装入盘内即可。

### （工艺关键）

1. 硝水尽量少用，可视肉质而定。肉质鲜可少加，反之，则适当多加。
2. 精盐使用时，冬季与夏季不同。冬季要少用。
3. 灌入肠衣中的肉米要紧密些，外观才光滑。
4. 用烘炉烘干也可，但不要烤得过于或烤糊。烘于是为了防止肉枣变质。

### 〔风味特点〕

1. 芜湖肉枣是安徽省芜湖县名食，因外表酷似红枣而得名。
2. 此菜外表油亮，质红如枣，肉味浓郁，越嚼越香。

## 桂花肚

### 〔主料辅料〕

猪肚一个.....	750 克	鸡蛋.....	6 个
虾仁.....	30 克	水发木耳.....	15 克
瘦火腿.....	25 克	青菜心.....	50 克
小葱.....	50 克	姜.....	40 克
醋.....	25 克	精盐.....	8 克
白糖.....	10 克	味精.....	1 克
大料.....	10 克	桂皮.....	10 克
花椒.....	8 克	芝麻油.....	15 克
矾.....	5 克	酱油.....	125 克

### （烹制方法）

1. 将猪肚用矾、醋搓洗几次，去除内壁臊味，再翻回原样，控净水备用。
2. 瘦火腿、小葱 25 克、姜 15 克、花椒 3 克分别剁成细末，青菜心切成 1 厘米长的段，木耳大片切成两半，小的不切。鸡蛋打匀，虾仁用毛巾沾干水分。将以上原料调和在一起，加盐 3 克。味精 1 克拌匀，灌入猪肚内，用针线缝牢肚口，不要使浆水漏出。
3. 炒锅放旺火上，注入清水 1000 克，加酱油、大料、桂皮、花椒 5 克、姜片 25 克、葱段 25 克、白糖，然后下入猪肚，烧开后改用小火，加锅盖焖煮，肚烂捞出，时间约 40 分钟。将热肚刷上香油，用重物压扁。待冷却后，取下重物，拆去线头，从中间一破两半，切成 5 厘米长、3 厘米宽、1 厘米厚的片，分三行整齐地摆在盘内，淋上芝麻油即可上桌。

### 〔工艺关键〕

1. 肚口要缝平缝牢，以免煮时胀破。肚要冷水下锅，否则外皮剧烈收缩，内部浆液依然是冷的，导致肚皮破裂，影响成品的外观、质量及口味。
2. 焖肚时要用小火，才能入味熟透。猪肚熟烂时，用手指一掐即破。

### 〔风味特点〕

1. 此菜因切开后，其中的鸡蛋、木耳、青菜构成桂花图案，十分美观，因而得名，为冷菜佳品。
2. 此菜口味醇香、食之微脆，色、味、形俱佳，淮北地区常用此菜制做大饼。

## 徽式卤舌

### 〔主料辅料〕

猪舌.....	2500 克	冰糖.....	75 克
小葱结.....	25 克	姜块.....	25 克
精盐.....	25 克	五香料.....	50 克
酱油.....	1000 克	绍酒.....	4000 克

### 〔烹制方法〕

1. 将猪舌刮洗干净，放在开水锅中煮至起浮沫捞出，再刮去舌苔膜洗净，将五香料装入纱布袋中，扎好口。葱结切段，姜拍松备用。

2. 取一只大砂锅，放中火上，倒入绍酒、酱油、冰糖、精盐、葱、姜和五香料袋，下入猪舌煮至六成烂时，将锅端离火放至凉时使用。一般情况下猪舌留在锅中浸养，上菜时再取出，撕下舌根骨，切薄片装盘即成，也可浇上少许卤汁食用。

### 〔工艺关键〕

1. 五香料一般选用大料、花椒、小茴香、桂皮各 12 克左右。

2. 卤汁中以绍酒为主，不加汤或水。

3. 徽式卤味与一般卤味不同，一是带甜味；二是不用盐腌、不加硝、不用色素，汤卤以绍酒为主；三是卤好的原料不取出，在卤汤中浸泡至凉方可取食，既可防止风吹干缩，色泽改变，还可减少损耗。这种技法可制作出多种菜肴，为卤肚、卤肝、卤肉等。

4. 一般用 20 分钟即可将猪舌煮至六成烂。在冷凉过程中肉就可被浸熟，保持了肉质的脆嫩。

### 〔风味特点〕

1. 徽州的烧炒菜中放糖而不觉甜，唯独徽式卤味既甜又鲜，用此种方法可卤制多种菜肴，其风味别具一格。

2. 卤舌质地脆嫩，味道醇厚，咸中带甜，常食不厌，为佐



## 麻油肠卷

### （主料辅料）

猪大肠头.....600 克	蒜瓣.....50 克
鸡蛋.....2 个	精盐.....5 克
猪瘦肉.....200 克	硝水.....20 克
小葱.....15 克	麻油.....15 克
酱油.....15 克	菜籽油.....500 克
干淀粉.....5 克	

### 〔烹制方法〕

1. 选用两根重约 300 克的猪大肠头，用盐和醋搓洗，去除异味。洗净后，将大肠的一端用细绳扎紧，把肠子翻过来，撒上一层干淀粉，再复原。猪瘦肉用硝水腌渍 2 小时，用清水洗一次，切成绿豆粒大的肉丁，蒜瓣切成碎米状，葱切成末备用。

2. 将鸡肉放在碗中搅开，加入肉丁、蒜末、葱末、精盐拌匀，灌入大肠，用细绳扎紧口。烧一锅开水，将肠卷放锅中烫至外皮绷紧，立即取出放盘内，上笼蒸约 40 分钟，熟后取出趁热抹上酱油。

3. 锅内放菜籽油，架旺火烧至七成热，将大肠放油锅内，炸成浅酱红色时，捞出沥净油，解去麻绳，抹上芝麻油，凉后切成 0.2 厘米厚的圆片，整齐地装入盘内即成。

### 〔工艺关键〕

1. 大肠清洗方法：先除去肠内肥油，用刀刮去内外粘液，用清水洗净，再用盐碱搓揉，洗净污物，再用醋中和碱味，达到去除异味的目的，清洗干净备用。

2. 灌肠时内部不要进入空气，以免后期制作时空气膨胀，使表皮破裂，影响质量。

### 〔风味特点〕

1. 麻油肠卷是蒸、炸合一而成的菜，肠卷并不是以猪肠卷料，而是以馅料灌入肠内如卷，徽州称“肠卷”，与香肠类似。

2. 肠卷片有黄、红、白三色，十分美观。肠外涂抹芝麻油，食之味香，馅中加入少许肥肉，其味更佳。

## 五香兔脯

### （主料辅料）

兔肉.....400 克	精盐.....10 克
芝麻油.....25 克	红曲米.....2 克
姜块.....10 克	桂皮.....2 克
小葱结.....10 克	白胡椒粉.....1 克
青蒜.....5 克	小茴香.....2 克
酱油.....160 克	大料.....2 克
醋.....10 克	丁香.....2 克
硝水.....10 克	

### 〔烹制方法〕

1. 将兔肉洗净，沥干水分，洒上硝水，擦上盐，腌约半小时，取出洗净备用。

2. 锅内放水 1000 克，加酱油 150 克，放入兔肉，用旺火烧开，撇去浮沫。将大料、丁香、桂皮、小茴香、红曲米装入纱布袋，扎紧口，投入锅内，姜块拍松，连同葱结一起放锅内，改用微火煮 1 小时左右，肉凉后捞出晾凉。

3. 将熟兔肉切成 6 厘米长、0.2 厘米厚的薄片，整齐地码放在盘中。青蒜选用白色的茎，切成 2 厘米长的细丝，撒在兔肉上。将醋 10 克、酱油 10 克、芝麻油 25 克、白胡椒粉 1 克，加原汤汁 20 克调成汁，浇在盘中，即为成品。

### 〔工艺关键〕

1. 硝水腌后的兔肉要清洗干净。
2. 肉要煮至酥烂为止。
3. 兔肉要选用兔子腰部的，此处肉厚、较老、耐煮。入味后味香耐嚼。
4. 如果没有小葱结，可用大葱白切成象眼段待用。

### 〔风味特点〕

1. 降雪之后，家兔正肥，野兔上市。俗话说“飞禽莫如鸽，走兽莫如兔”。《本草纲目》中也称兔肉为“食上之味”。现代科学进一步证明兔肉低脂肪、高蛋白，被人体消化吸收率可达 85%，可谓“健美肉食”。

2. 此菜兔肉呈淡玫瑰色，鲜醇酥烂，细嚼慢品，美不胜收。

## 荠菜元子

### 〔主料辅料〕

荠菜.....150 克	酱油.....8 克
孽荠.....125 克	精盐.....3 克
猪五花肉.....20 克	味精.....1.5 克
炒糯米花粉...125 克	湿淀粉.....15 克
水发香菇.....5 克	小葱末.....15 克
水发玉兰片.....10 克	姜末.....3 克
鸡蛋.....2 个	芝麻油.....15 克
虾米.....15 克	熟猪油.....1000 克
熟火腿.....10 克	(约耗 100 克)

### 〔烹制方法〕

1. 取猪肉 50 克细切粗剁成末，炒锅放旺火上，放猪油 10 克，烧至五成热，下肉末煸炒几下，加入精盐 0.3 克、味精 0.5 克、酱油，炒至成熟，用湿淀粉调稀勾浓芡，盛在碗内晾凉。

2. 荠菜用开水烫 3 分钟左右捞出，挤出水分，剁碎。香菇、玉兰片、火腿、虾米均切碎，同熟肉末、荠菜、芝麻油、精盐 12 克、味精 0.5 克一起搅拌均匀，用手捏成 12 个小圆球，即成馅心。鸡蛋磕开，将蛋清蛋黄分放在两个碗里。

3. 取猪肉 200 克剁成末，荠菜去皮剁成末，然后和葱、姜末一起放在碗里，加入米粉、鸡蛋黄、精盐 1.5 克、味精 0.5 克，搅拌起粘性，分成 20 份捺平作为外皮。鸡蛋清加水 50 克，在碗中搅拌均匀，然后在掌心沾鸡蛋清，取外皮一份包一个馅心，搓成圆球，再滚上米粉，如此逐个做好，即成“荠菜元子生坯”。

4. 锅放在旺火上，放入熟猪油，烧至六成热时，将元子逐个放入锅中，炸至外壳浅黄色时捞出。待油烧至八成热时，再将元子一起放入锅里，复炸至金黄色时捞起装盘即成。

### 〔工艺关键〕

1. 馅心搅拌要先慢后快，先轻后重。

2. 元子第一次炸至外壳浅黄色变硬随即捞出，在漏勺中沥油，使外壳的温度逐步向里渗透。第二次重油，成品才能外焦里嫩。

### (风味特点)

1. 荠菜是野生植物。因荠、吉同音，又与聚音相近，所以荠菜是“吉菜”又是“聚财”之意。每逢春节，合肥居民家家制作荠菜元子，招待亲友来访，祝贺新春吉利。

2. 此菜风味独特，清香四溢，酥松香脆。

## 徽州桃脂烧肉

### 〔主料辅料〕

桃脂.....250 克	猪五花肉.....500 克
葱结.....15 克	白糖.....5 克
酱油.....10 克	姜片.....10 克
精盐.....2 克	猪油.....15 克

### 〔烹制方法〕

1. 将桃脂洗净，用温热水泡软，取出沥干，剥去外皮。
2. 将猪五花肉洗净，切成两厘米见方的肉丁备用。
3. 锅放火上，下猪油烧至七成热，放入肉丁略炒，下酱油再炒上色，入水稍没过肉，用大火烧开后，再加入葱、姜、盐、糖，改用小火烧至肉熟时，投入桃脂，改用大火继续烧一下，出锅盛入盘内即成。

### 〔工艺关键〕

1. 选用不带皮的五花肉，以肥瘦相间，层次分明为上。
2. 炒肉丁时，视其外表收缩，瘦肉变白时，再入酱油炒上色。
3. 烧肉时，锅要加盖，水不可过多，待汁少肉熟时，再加入桃脂，敞锅，大火烧一会，这样烧出的菜，桃脂不易化，肉味又佳，汁量正好，是此菜的制作关键。

### 〔风味特点〕

1. 桃脂又名桃胶，生于桃树上，质地绵软，半透明，营养丰富。
2. 此菜从制法到口味，类似于北方的红烧肉，是人们日常生活中的佳肴美味之一。在徽州地区广泛流传。后来，被菜馆吸收上了筵席。至今仍保持着传统的民间做法，深受广大民众的推宠，大能解馋。
3. 菜品肉色红润，酥而不腻，桃脂绵软嚼有桃香。

## 腐乳爆肉

### 〔主料辅料〕

猪里脊肉.....300 克	鸡蛋清.....1 个
葱末.....2 克	红腐乳连汁.....35 克
绍酒.....25 克	芝麻油.....10 克
白糖.....10 克	熟猪油.....500 克
湿淀粉.....10 克	(约耗 65 克)
猪肉汤.....150 克	

### 〔烹制方法〕

1. 将腐乳用刀抹成泥放在碗里，加入绍酒、糖、湿淀粉和猪肉汤调匀。
2. 里脊肉片成 6 厘米长、2.5 厘米宽、0.3 厘米厚的片，放在碗里，加鸡蛋清抓拌均匀。
3. 锅放在旺火上烧热，放入熟猪油，烧至六成熟时下肉片撇开，见肉变色即倒入漏勺沥去油。
4. 在原油锅里，放入调好的腐汁，见汁微沸浓稠时，即把肉片下锅，迅速翻炒几下，然后加葱末，淋芝麻油，将锅颠翻几下装盘即可。

### 〔工艺关键〕

烹制酱爆菜的关键是把酱炒好。酱的数量一般以相当于主料的 1/5 为宜。炒酱油的数量一般相当于酱的 1/2 为好。油多酱少，则包不住主料，油少酱多则易粃锅。油和酱的比例不是绝对的，可视酱的稠稀，增减油的用量，一般是酱稀多用些油，酱稠用油少些。要把酱炒熟炒透，炒出香味来，不可有生酱味。

〔风味特点〕腐乳爆肉是皖南山区的特殊风味，它以红色腐乳为主要调料制成酱汁，烹入划好的里脊片，成菜色泽红艳，肉质滑嫩，香气浓郁，味咸鲜而微甜。

## 寸金肉

### 〔主料辅料〕

猪里脊肉.....	175 克	小葱末.....	10 克
熟火腿.....	25 克	精盐.....	2 克
鸡蛋.....	1 个	味精.....	0.5 克
白芝麻.....	60 克	绍酒.....	5 克
葱汁姜汁.....	25 克	胡椒.....	1 克
面粉.....	30 克	熟猪油.....	500 克
干淀粉.....	15 克		(约耗 40 克)
芝麻油.....	10 克		

### 〔烹制方法〕

1. 将猪里脊剔去筋膜，片成大薄片，用刀背轻轻砸几下，使之松软，放在大盘里，加葱姜汁、白胡椒粉、绍酒、盐、味精，用手抓拌浆好。鸡蛋磕在碗内，加干淀粉 14 克调成蛋糊，抹在肉片上待用。

2. 火腿切成细末，加干淀粉 1 克和葱末一起放在碗里拌成馅心，用肉片将馅心卷成如手指粗的长条状，外面涂上一层蛋糊，滚上一层芝麻仁，制成寸金肉生坯。

3. 锅放中火上，放入熟猪油，烧至五成热时，放入寸金肉生坯（注意掌握火候，油温不能过高，否则芝麻易焦），炸至浮起，呈黄色时捞出，再将寸金肉下锅复炸 15 秒钟左右捞出，每段切成 3 小块装盘即可。

### 〔工艺关键〕

此菜分为两次炸。第一次用温油，炸至外层糊凝固，色泽一致时捞出。第二次炸要用高温油，将主料下入炸熟，上色。主料在油中停留的时间较短，能减少水分的散发而鲜嫩可口。

### 〔风味特点〕

本品以里脊肉为外皮，火腿末为馅心，滚上蛋糊，沾芝麻仁油炸而成。形似寸金糖，此菜因此得名“寸金肉”。菜品色泽金黄，香酥鲜美可口，为徽皖名肴。

## 虾籽管廷

### 〔主料辅料〕

管廷.....12 根	鸡汤.....100 克
虾籽.....5 克	酱油.....15 克
水发冬菇.....3 个	绍酒.....15 克
熟笋片.....15 克	湿淀粉.....10 克
小葱末.....10 克	熟猪油.....250 克
姜末.....10 克	(约耗 75 克)
精盐.....25 克	

### 〔烹制方法〕

1. 先将管廷外面的大油疙瘩择去洗净，以筷子顶住稍细的一头，从另一头把管廷翻过来洗净，放入汤锅煮至八成熟捞出。然后在管廷上段隔 0.3 厘米剖一斜刀，再切成 4 厘米长的段。冬菇切成片。

2. 锅置旺火上，放入熟猪油，烧至四成热时下管廷，炸至刀花张开后，倒入漏勺沥油。

3. 在原锅余油中下葱末、姜末、虾籽煽炒，待葱、姜煽出香味时，先烹料酒，再放笋片、冬菇片、管廷炒几下，加入鸡汤和酱油、盐，再翻炒几下，用湿淀粉调稀勾薄芡、淋上猪油 10 克，将锅颠两下，出锅装盘即可。

### 〔工艺关键〕

刻管廷时，刀口的深度应为 2/3，经加热后舒展美观。

### 〔风味特点〕

管廷，又名黄香管，是猪食管后面的一截，色奶黄、质脆，因管内附着很多脂肪，故味道很香。虾籽系选用江淮所产的淡水虾籽。二者同烹，虾籽受热吐鲜，管廷散发脂香，两者互取其长，味极鲜香，是江淮名菜。

## 干炸网子肉

### 〔主料辅料〕

猪肉.....250 克	净猪网油.....100 克
鸡蛋.....1 个	小葱末.....5 克
精盐.....1.5 克	酱油.....15 克
味精.....0.5 克	花椒盐.....1 克
甜面酱.....1 小碟	籼米粉.....50 克
熟猪油.....750 克	湿淀粉.....25 克

(约耗 40 克)

### 〔烹制方法〕

1. 猪肉去皮后肥肉切成碎米状，瘦肉剁细，一同放入碗内，加入酱油、味精、盐、葱和水 50 克，搅拌成馅。
2. 净猪网油平铺在案板上，撒上籼米粉 20 克抹匀，放上肉馅并理成条状，用网油卷起，似香肠粗细，收尾处用鸡蛋黄封口，最后全部蘸上用鸡蛋清、湿淀粉和籼米粉 30 克调成的糊。
3. 锅放在旺火上，放入熟猪油，烧至七成脆时，捞起切象眼块装盘，撒上花椒盐，跟甜面酱一小碟上桌。

### 〔工艺关键〕

1. 猪肉选料适宜，肥三瘦七为好。
2. 蛋清糊：籼米粉与湿淀粉的比例为 2 : 1，口感酥脆，是徽菜正宗风味。

### 〔风味特点〕

干炸网子肉是徽州传统名菜，制作工艺又与一般的油炸类菜品有所不同，用猪网油作外衣包卷肉馅后挂糊油炸，肉馅被网油溶化的脂肪浸入，鲜嫩油润，而外层油炸后酥脆干香，糊中有籼米粉，别具滋味。



## 卷筒粉蒸肉

### 〔主料辅料〕

猪肉.....	400 克	桂皮.....	2 克
籼米.....	125 克	丁香.....	0.5 克
豆腐衣.....	1 张	八角.....	2 克
白糖.....	10 克	酱油.....	75 克
绍酒.....	40 克		

### 〔烹制方法〕

1. 将米淘洗干净，沥去水晒干，置锅中加入丁香、桂皮、八角，一起用小火将米炒至呈黄色出香时取出，晾凉后磨成粗米粉，豆腐衣用温水泡软。

2. 猪肉刮洗干净，切成约 10 厘米长、0.3 厘米厚的长薄片，放在小盆中。加入酱油、绍酒、白糖拌匀，腌渍约 1 小时，使调味品汁渗入肉内，再加入米粉拌匀。

3. 取小蒸笼一个，把泡软的豆腐衣铺在笼垫上，再将每片肉卷圆筒形整齐地立放在豆腐衣上，用旺火蒸约 2 小时后原笼上桌。

### 〔工艺关键〕

1. 选用带皮猪二刀肉，肥瘦相间，成菜后酥软可口。
2. 大火气足，蒸约 2 小时，中途可洒水一次。

### 〔风味特点〕

卷筒粉蒸肉是徽州传统名菜，其与众不同处是肉经刀工处理成长而薄的大片，不是码在碗里蒸，而是每片肉卷成圆筒状，立放在小笼里，下垫豆腐衣当“笼布”。蒸后肉酥香浓，肥而不腻，“笼布”可食，油润耐嚼。

## 蛭干烧肉

### 〔主料辅料〕

猪五花肉.....350 克	小葱末.....1 克
蛭干.....150 克	姜末.....1 克
熟笋片.....50 克	精盐.....2.5 克
酱油.....50 克	白糖.....5 克
绍酒.....15 克	湿淀粉.....10 克

### 〔烹制方法〕

1. 将蛭干洗净放碗内，加入清水淹没，上笼蒸熟取出，把蛭干捞起放在清水中，用筷子搅动，淘尽泥沙和粪杂。蒸蛭干的原汁，过滤后待用。2. 选用带皮的猪五花肉刮洗净，切成 1 厘米厚的长方片放在锅中，加入水与肉平，用旺火烧开，撇去浮沫，改用小火烧至五成烂时，加入姜末、白糖、绍酒、酱油、精盐、笋片、蛭干和原汁，继续烧至烂时，用湿淀粉调稀勾芡，起锅装盘，撒上葱末即成。

〔工艺关键〕徽味烧菜，加糖不见甜味，从糖提鲜，是其风味特点，要控制糖量，不宜多加。

### 〔风味特点〕

1. “蛭干”是竹蛭的干制品。肉味鲜香，含蛋白质很高，营养丰富。《本草纲目》曰：“蛭生海泥中。长 6 厘米，大如指，两头开。闽、粤人以田种之，候潮泥壅沃，谓之蛭田。呼其肉为蛭肠”。《嘉佑本草》谓其“补虚，主冷痢，煮食之，去胸中邪热烦闷；饭后食之，与服丹石人相宜。治妇人产后虚损”。

2. 蛭干烧肉，色泽酱红，质地酥烂，猪肉渗蛭鲜，蛭干增脂香，是徽州传统名菜。

## 珍珠元子

### 〔主料辅料〕

猪肉.....	250 克	味精.....	1 克
鸡蛋.....	1 个	绍酒.....	15 克
姜末.....	5 克	白糖.....	25 克
小葱末.....	5 克	湿淀粉.....	10 克
精盐.....	5 克	肉清汤.....	200 克

### 〔烹制方法〕

1. 猪去皮去筋膜、剁成肉泥，放入碗内，搥入鸡蛋，加盐 2.5 克、绍酒、白糖、味精 0.5 克、葱末、姜末和水 50 克，用筷子搅拌至粘，做成肉馅。
2. 将糯米淘干净，置清水中泡松后沥水吹干，放在大盘里，将肉馅用手挤成如桂圆大小的丸子，在糯米上一滚，沾满糯米后放在盘中，上笼用旺火蒸 15 分钟取出。
3. 炒锅置中火，放入肉汤，加盐 2.5 克、味精 0.5 克，烧开后用湿淀粉调匀勾薄芡，浇在丸子上，起锅装盘即成。

### 〔工艺关键〕

1. 洗用猪腿肉，肥三瘦七。
2. 徽味特色，丸子如桂圆，咸鲜无甜味，浇芡上桌。与湖北沔阳三蒸之一“珍珠丸子”风味不同。

### 〔风味特点〕

珍珠元子是徽州地区的传统名菜。以猪肉馅为元子，外面粘匀糯米，蒸熟后呈半透明状，亮晶晶的似珍珠，故名“珍珠元子”。肉丸嫩、味鲜、米糯，春节年饭，必见此菜。

## 八宝肉元

### 〔主料辅料〕

猪肉.....250 克	鸡蛋清.....1 个
水发虾米.....10 克	鸡蛋皮.....15 克
水发香菇.....10 克	小葱.....15 克
鸡脯肉.....50 克	味精.....1 克
净笋.....25 克	绍酒.....5 克
熟瘦火腿.....15 克	鸡汤.....200 克
精盐.....10 克	湿淀粉.....25 克
白糖.....5 克	熟猪油.....15 克

### 〔烹制方法〕

- 1.猪肉剁成泥置碗内。葱白和葱叶分别切成碎米状。虾米、鸡蛋皮、笋、香菇、鸡脯肉均切成碎米状。火腿切成末。
- 2.取一半火腿、笋、香菇、鸡蛋皮、虾米、鸡脯肉末和葱白，放入肉泥碗内，加绍酒、精盐 2.5 克、味精 0.5 克、白糖、湿淀粉 15 克和水 65 克，搅拌上劲成肉馅，做成如枇杷大小的肉元。
- 3.将余下的一半虾米、葱叶等放在一起拌匀，把肉元放在上面滚沾均匀，放在盘中，上笼用旺火蒸约 8 分钟取出。
- 4.炒锅放在中火上，倒入鸡汤烧开，加味精 0.5 克、精盐，用湿淀粉调稀勾薄芡，淋上熟猪油，浇在肉元上即成。

### 〔工艺关键〕

- 1.猪肉去皮，肥三瘦七，剁茸后放调料及上汤，搅拌上劲，滚上虾米、葱叶，黄绿相衬，色艳味美。
- 2.蒸丸时间不能过长，以 10 分钟之内为好，脆嫩可口。

### 〔风味特点〕

徽州菜中的“八宝肉元”以鸡肉出鲜，火腿佐味，冬菇增香而著称。笋在其中，嫩里有脆，反映了皖南山区的风味特色。

## 皮丝球

### 〔主料辅料〕

油发皮丝.....60 克	姜末.....5 克
猪肥膘肉.....50 克	味精.....0.5 克
水发冬菇.....10 克	干淀粉.....5 克
虾仁.....150 克	精盐.....5 克
熟瘦火腿.....5 克	黄酒.....15 克
青菜叶.....5 克	碱粉.....0.2 克
鸡汤.....150 克	熟鸡油.....108 克

### 〔烹制方法〕

1. 鲜猪肉皮刮净放锅中煮至半熟捞出，再刮洗油膘，压平后片成薄片，改切成细丝晒干，投入温油浸透，再以热油涨发即成油发皮丝。
2. 将油发皮丝放入温水中加放碱粉，搓洗皮丝上的油，然后再用温水洗一次，换清水洗一次，挤去水，切成 2 厘米长的段。
3. 虾仁和肥膘肉放在砧板上剁成泥，放碗里加精盐 3 克、黄酒、味精、姜末和水 150 克，搅拌上劲，再放入干淀粉 4 克搅匀，皮丝放虾泥中拌匀成馅心。青菜叶、火腿和香菇均切成 1.5 厘米的丝，放盘中拌匀成三色。
4. 左手抓起一团馅心握在手中挤出元子，右手捏着元子在三色丝上轻轻一滚，粘上三色丝即成“皮丝球”生坯，放在盘中。如此一一做好，上笼蒸 10 分钟左右取出。
5. 炒锅置旺火，放入鸡汤、精盐烧开，将干淀粉用水调稀淋入锅中推搅几下，待汤呈米色淋上鸡油出锅浇在皮丝球上即成。

### 〔工艺关键〕

搅拌馅心，150 克清水要分次加入，顺一个方向搅打上劲，不便懈水。若以高汤代水，风味更佳。

### 〔风味特点〕

1. 皮丝是猪皮加工于制而成，其形如粉丝，故名。用时水发或油发。水发皮丝，柔韧耐嚼，胶质厚；油发皮丝。松软且韧能含汁，两者味均美。可做大菜，热炒菜，也可做冷盘菜。
2. 皮丝球造型优美，三色相映，软嫩筋韧，咸鲜可口，是淮北、寿县、凤台县地区的传统名菜。

## 炒腰脑

### 〔主料辅料〕

猪腰子 2 只...200 克	绍酒.....10 克
菠菜心.....25 克	鸡汤.....50 克
猪脑 2 只.....100 克	姜末.....5 克
小葱末.....5 克	精盐.....1 克
酱油.....15 克	湿淀粉.....15 克
白糖.....5 克	熟猪油.....75 克

### 〔烹制方法〕

1. 将猪腰撕去皮膜剖成两半，片去腰臊，先刻成石榴状花纹，再将每个腰子切成 8 块，放在碗里，加酱油 5 克腌渍半分钟左右，除去腥味后用水洗净，用洁布搦干水分，再放入碗里，加酱油 5 克，湿淀粉 10 克浆好。猪脑放在水中浸泡，挑去“红筋”洗净，放入开水锅里氽一下捞出，切成 1.5 厘米见方的丁，放在碗里上笼蒸 2 分钟左右取出。菠菜心切成长段。

2. 取小碗 1 只，放入鸡汤，加盐、白糖、酱油 5 克、湿淀粉 5 克、葱末、姜末调成卤汁。

3. 炒锅置火上，放入熟猪油，烧至六成热，下猪腰煸炒，见刚变色时即放入猪脑，迅速烹入绍酒，随即加调味卤汁，用手勺在锅中一推，一颠锅，再推，再颠锅，取出装盘即成。

### 〔工艺关键〕

此为勺功菜，采用推勺翻锅技法，保持猪脑块形完整。

### 〔风味特点〕

1. 肾藏精，主髓，脑为髓之海，肾气上通于脑。猪腰补肾，猪脑益脑，两种原料同炒，补肾益脑，对肾虚不能作强，有食疗功效。

2. “炒腰脑”是沿淮地区著名美食，味鲜爽口，全无腥臊。

## 锅贴腰子

### 〔主料辅料〕

猪腰子 3 只...300 克	芝麻油.....10 克
鱼肉.....100 克	葱末.....5 克
猪肥膘肉.....100 克	姜片.....5 克
净猪网油.....100 克	酱油.....15 克
鸡脯肉.....100 克	味精.....0.5 克
熟笋.....25 克	精盐.....5 克
香菜叶.....5 克	花椒水.....25 克
鸡蛋清.....2 个	面粉.....15 克
虾仁.....100 克	湿淀粉.....20 克
黑芝麻.....5 克	花椒盐.....3 克
葱段.....5 克	甜面酱.....10 克
大葱白段.....50 克	熟猪油.....200 克
姜末.....5 克	(约耗 75 克)

### 〔烹制方法〕

1. 猪腰洗净撕去皮膜剖成两片，片去腰臊，再片成 3.3 厘米长的薄片，放入冷水中洗一次，捞出用洁布搦干水分。将葱段、姜片用刀拍碎，连同猪腰放在碗内，加酱油腌渍 15 分钟。

2. 肥膘肉、虾仁、鸡脯肉、鱼肉和葱末、姜末一起剁成泥，放在碗里，加鸡蛋清 1 个、花椒水、盐、味精，搅匀成馅。1 个鸡蛋清放在碗里，加芝麻油 10 克、湿淀粉 20 克、面粉 5 克，混合调拌成糊。

3. 猪网油铺平，撒面粉，把肉馅摊在猪网油上面，把腌渍过的猪腰铺在肉馅的一边，再撒上香菜叶、笋片，随将猪网油对折叠起，两面抹上蛋清糊，撒上黑芝麻，即成锅贴腰子生坯。

4. 炒锅置小火，放入熟猪油，烧至五成热，将锅贴腰子生坯下锅煎至底面发黄，翻过身，再将另一面煎黄取出，切成 1.2 厘米宽、5 厘米长的小块，分 3 列摆入盘内，撒上花椒盐，上桌时跟甜面酱、葱白段佐食。

### 〔工艺关键〕

贴，是把几种粘合在一起的原料挂糊之后，下锅只贴一面，使其一面发黄，而另一面鲜嫩的一种烹调方法，它与煎不同的地方是，贴只煎定料的一面，而煎要煎两面。此菜名“贴”，实则为“煎”。

### 〔风味特点〕

所谓“锅贴”，是以猪网油为外皮包馅半煎半炸而成。菜品外皮焦脆香酥，馅心腰片软嫩味鲜，系阜阳地区传统名菜。

### 冰糖炖桥尾

### 〔主料辅料〕

桥尾.....500 克	葱结.....10 克
冰糖.....10 克	姜块.....10 克
笋尖片.....30 克	绍酒.....10 克

### 〔烹制方法〕

将桥尾浸泡 1 小时洗净，切成 0.3 厘米厚的片，放砂锅中，加水 1000 克烧开，撇去浮沫，投入笋片、葱结、姜块（拍松）、绍酒、冰糖，用微火

炖约 2 小时即成。

〔工艺关键〕

此为汤菜，桥尾为盐腌制品，其味甚咸，入菜不必再加盐，以冰糖提鲜，名为“冰糖炖桥尾”，实为咸鲜口味。

〔风味特点〕

1. “桥尾”是选用安徽定远猪（瘦肉型）臀部带尾的一块肥瘦间半的肉盘，经过加工腌制的肉制品，形如芭蕉扇。因产于定远县炉桥镇，故名桥尾，已有 200 多年历史。

2. 桥尾加冰糖清炖，原锅上桌，晶莹透亮，红白相间，清香四溢，开胃下饭。



## 风羊火锅

### 〔主料辅料〕

风羊净肉.....500 克	精盐.....4 克
大葱.....250 克	酱油.....20 克
绍酒.....5 克	味精.....2 克
胡椒粉.....1 克	白糖.....2 克
羊肉汤.....500 克	花椒.....2 克
干红辣椒.....25 克	熟猪油.....100 克
姜丝.....10 克	

### 〔烹制方法〕

1. 将风干羊肉剁成大块，浸入淘米水中泡约 1 天至软，洗净血污后换清水浸约半小时，取出放入羊肉汤锅中，加水、花椒、葱结、姜块，用中火炖至熟烂，捞出趁热拆骨取出肉晾凉，羊肉汤滤去沉渣留用。

2. 将净羊肉切成一字条块，干红椒洗净用清水略浸切成长片，大葱连部分叶切成段。

3. 锅置小火上放入熟猪油烧至二成热时，投入红椒片浸炸至辣味溢出，油色泛红时，捞出红椒片，投入姜丝转旺火，投入羊肉块稍煽，加精盐、酱油、绍酒、白糖、羊肉汤烧烩入味后放入葱段，盛入火锅中，加味精，撒上胡椒粉上桌。

### 〔工艺关键〕

风羊是入冬宰杀，开膛后悬挂风口处风干，半月后可食，一月后味尤佳。

### 〔风味特点〕

“风羊火锅”是大别山区具有特殊风味的季节性佳肴。此菜以锅上桌，羊肉酥烂油润，具有在风干过程中产生的特殊芳香，汤面泛红油，鲜中带辣，辣而不燥，边吃边加肉、汤等料，最后下撒子面或面条，服后顿觉全身暖流如注。

## 红扒羊蹄

### 〔主料辅料〕

羊蹄.....16 只	小葱.....10 克
姜片.....10 克	精盐.....25 克
酱油.....50 克	冰糖.....10 克
味精.....0.5 克	绍酒.....30 克
八角.....1.5 克	黑胡椒.....1 克
香菜.....10 克	羊肉汤.....500 克

### 〔烹制方法〕

1. 将羊蹄放在温水中浸泡半小时后，去掉爪壳刮净毛，洗净后放入锅内，加清水没过羊蹄 3 厘米左右，用旺火烧开，再转移到小火上细炖，并经常翻动，以免粘结锅底。待炖至八成烂时取出，趁热剔去骨头。

2. 锅放在旺火上，放入羊蹄加羊肉汤，再加绍酒、酱油、冰糖、黑胡椒，用旺火烧至上色。

3. 取大碗 1 只，放入葱、姜、八角，将羊蹄捞起码入碗内，倒入原汁，加味精，上笼用旺火蒸 20 分钟左右，取出翻扣在碗里，拣去葱、姜、八角即成。

### 〔工艺关键〕

1. 羊蹄要选新鲜的、膻味小的。

2. 煮时旺火烧开转小火细炖，可使部分膻味随蒸气挥发，并可使原料中的香鲜物质溶于汤中，增加菜肴风味。

### 〔风味特点〕

羊蹄经过一道道工序加工取筋烹制，成为淮北筵席上的大菜。此菜筋胶有滋阴、补肝、强筋、益气之功效。成菜色泽银红、筋香质烂，而略带韧劲。胡椒去膻，八角增香，咸鲜中后味甘美，如佐以香菜，更为清香爽口。

## 苔干羊肉丝

### (主料辅料)

羊里脊肉.....250 克	葱末.....5 克
苔干.....50 克	姜末.....5 克
鸡蛋清.....1 个	绍酒.....5 克
酱油.....15 克	湿淀粉.....15 克
味精.....0.3 克	白胡椒粉.....1 克
鸡汤.....50 克	芝麻油.....10 克
熟猪油.....75 克	

### [烹制方法]

1. 将羊肉剔去筋膜，片成 0.2 厘米厚的薄片，再顺着肉纹路切成 5 厘米长的肉丝，放在碗里，加绍酒、盐 1 克、白胡椒粉 0.5 克、湿淀粉 10 克和鸡蛋清调匀浆好。苔干用热水浸泡 30 分钟左右，捞出沥干水分直剖成两半，每半再切成两半，然后理齐切成 3 厘米长的段。

2. 锅置旺火上放入熟猪油，烧至五成热时，浆好的羊肉丝下锅，用手勺翻炒至七成熟时，随后将苔干下锅略炒，再放葱、姜末、酱油、盐 1.5 克、味精、鸡汤、湿淀粉 0.5 克调稀勾芡，淋上芝麻油出锅装盘，撒上白胡椒粉即成。

### [工艺关键]

1. 羊里脊为羊全身最嫩的部位，易碎，切丝时必须顺其纹路下刀。
2. 上浆时不能乱抓，要轻抖，用手背轻按。
3. 炒时用手勺推动勿使勺背压，以保其整体状态。

### [风味特点]

1. 苔干菜是一种高级脱水蔬菜。状如小楷毛笔粗细，长约 1 米左右，色翠绿，质地脆嫩、清香，是我国特产，主要产于安徽涡阳一带。

2. 苔干羊肉丝是淮北地方名菜。此菜羊肉鲜美不膻，苔干碧绿，脆嫩爽口，风味独特。

## 焦炸羊肉

### [主料辅料]

羊肋条肉.....	200 克	鸡蛋清.....	3 个
小葱.....	10 克	味精.....	0.2 克
大葱白段.....	50 克	花椒盐.....	5 克
姜.....	10 克	湿淀粉.....	200 克
面粉.....	5 克	花椒.....	0.8 克
熟猪油.....	750 克	甜面酱.....	10 克
(约耗 75 克) 芝麻油.....	50 克		
精盐.....	1 克		

### [烹制方法]

1. 将羊肉洗净，放入开水锅里，以旺火烧开，撇去浮沫，移至微火煮烂取出，切成 5 厘米长、1.2 厘米宽、0.3 厘米厚的薄片，放入碗内，另将花椒、葱、姜一起剁碎，连同精盐、味精倒入羊肉碗内拌匀，腌渍 10 分钟左右，取出羊肉，滚上干面粉。

2. 鸡蛋清放碗里搅打几下，加芝麻油和湿淀粉，拌匀成酥糊。锅放中火上，加猪油，烧至五成热时，将羊肉一片一片裹上一层酥糊下锅炸，见呈黄色时捞起，然后再全部下锅复炸至呈金黄色，捞出装盘撒上花椒盐，随带甜面酱、葱白段上桌。

### [工艺关键]

1. 选肉不可用全瘦肉，煮后肉柴，口感不佳。
2. 炸时要四五片下锅，以防相互粘连。

### [风味特点]

焦烂羊肉是亳县传统名菜。选用淮北肥羊，取肥瘦互夹的肋条肉，裹酥糊炸之。色泽金黄，外形美观，入口焦酥，鲜香不膻。以葱白段、甜面酱佐食，风味更佳。

## 绣球羊肉

### 〔主料辅料〕

羊肉.....300 克	葱末.....10 克
水发冬菇.....35 克	姜末.....10 克
菠菜叶.....35 克	白糖.....2 克
熟笋.....35 克	绍酒.....15 克
鸡蛋黄糕.....10 克	精盐.....5 克
蛋白糕.....10 克	味精.....1 克
鲜红椒.....半个	香菜.....0.5 克
鸡蛋清.....2 个	胡椒粉.....0.5 克
甜面酱.....5 克	五香粉.....0.5 克
湿淀粉.....5 克	羊肉汤.....150 克
三合油.....15 克	芝麻油.....15 克

### 〔烹制方法〕

- 1.羊肉洗净剁成泥，放在小盆内，加精盐 3 克、绍酒、鸡蛋清、甜面酱、五香粉、葱末、姜末、白糖、味精 0.5 克、芝麻油和羊肉汤 50 克，搅拌上劲。冬菇、笋、红辣椒、菠菜叶、蛋白糕、蛋黄糕均切成细丝。
- 2.羊肉泥做成 12 个肉球，滚粘上各丝放在盘内，上笼蒸 10 分钟左右取出。
- 3.锅置旺火，倒入羊肉汤、三合油、精盐，烧开后加味精，用湿淀粉调稀勾芡，浇在肉球上，撒上香菜即成。

### 〔工艺关键〕

淮北三合油，用葱末、姜末、花椒末，加香油浸制而成。

### 〔风味特点〕

淮北地区有壮魏遗风，食羊成俗，夏季仍食。此菜以羊肉为丸，滚粘五彩细丝，蓬松如绣球，故名“绣球羊肉”。浇汁的羊汤中，伴有三合油，散发异香，汤鲜肉嫩，系沿淮名肴。

## 牛肚三位

### [主料辅料]

熟牛肚头.....100 克	味精.....0.5 克
熟牛百叶.....100 克	白糖.....15 克
熟牛肚（网胃）100 克	醋.....5 克
熟笋.....40 克	湿淀粉.....20 克
红辣椒（或干椒）5 克	菜子油.....50 克
酱油.....25 克	芝麻油.....15 克
青蒜.....40 克	

### [烹制方法]

1. 将肚头、牛肚都切成 3 厘米长、2 厘米宽的薄片，用湿淀粉 15 克上浆。
2. 熟笋切成小片，青蒜拍扁切成 3 厘米长的段。红辣椒切成象眼片。
3. 炒锅置旺火，放入菜子油烧热，将笋片、辣椒、青蒜段倒入，煸炒出香味，下肚尖、百叶、牛肚，加酱油、醋、白糖和味精，煸炒几下，用湿淀粉调稀勾芡，淋上芝麻油，起锅装盘即成。

### [工艺关键]

此菜采用“油爆”技法，高温热油，快速炒散，烹入芡汁，快速翻炒即成。

### [风味特点]

“牛肚三位”是取牛肚的网胃、百叶和肚头三个部位作原料，加调味烹炒，肚头柔韧，网胃软嫩、百叶酥烂，味道咸鲜微辣，系沿江的传统名菜。

## 红烧果子狸

### [主料辅料]

果子狸肉.....500 克	小葱结.....10 克
净梨.....100 克	姜块.....15 克
酱油.....50 克	冰糖.....15 克
精盐.....1.5 克	绍酒.....10 克
熟猪油.....50 克	

### [烹制方法]

1. 将猪肉用温水泡软，洗净，剁成 4 厘米见方的块。锅放在旺火上，先倒入第二遍淘米水，再放果子狸肉块，待烧开后，捞出沥干水，梨切成桔瓣块。

2. 锅放在旺火上，放入熟猪油，烧至六成热，放入狸肉煸炒后加水与肉平，再加冰糖、绍酒、酱油、精盐、葱结、姜块拍松，烧开后，换小火烧至八成烂时，拣去葱结、姜块，放入梨块，烧至梨酥时，转用旺火烧至汤汁粘稠，出锅装盘即可。

[工艺关键]安徽山区多果子狸，冬季捕猎，捕之即将皮肉剥离，挂于风口处，故肉微干缩，需以淘米水稍煮之，既软化肉，又排除血腥，烹之芳香。

### [风味特点]

1. 果子狸又名中尾狸或玉面狸，形似狸猫，比猫稍细长，毛皮呈淡黄或灰棕色，鼻和眼部有白斑，尾似牛尾，身有豹纹，栖息山中、善攀援，以食果为主，尤喜食梨，冬月极肥。肉质细嫩、有异香、味美，是皖南山区冬季野味之佼佼者，800 年前即是歙味的代表。据《徽州府志》记载：“宋中宗问歙味于学士汪藻，藻举梅圣俞的‘雪中中尾狸，沙地马蹄鳖’诗句答之。果子狸和马蹄鳖即列为贡品”。

2. “红烧果子狸”是以徽州特产雪梨（又名金花早）与狸肉同烧，狸肉酥烂醇香，色金红，汤汁稠亮，咸鲜口味中有甜味，十分可口。

## 冬笋麋丝

### [主料辅料]

净麋肉.....250 克	姜末.....10 克
净冬笋.....150 克	精盐.....2 克
鸡蛋清.....1 个	酱油.....20 克
小葱末.....10 克	熟猪油.....50 克
白糖.....2.5 克	绍酒.....10 克

### [烹制方法]

1. 将净麋肉片成薄片，切成 4 厘米长、0.3 厘米宽的丝，放入鸡蛋清、姜末、绍酒、盐 0.5 克浆拌均匀。将冬笋切成比麋肉丝略细一点的丝。
2. 锅置火上，放入熟猪油烧至五成热，将麋丝下锅走油，用手勺推开，待肉丝挺力变色，立即倒入漏勺沥油。
3. 在原锅余油中，放入冬笋、酱油、盐 1.5 克和白糖炒几下，加鸡汤焖半分钟左右，再放入麋丝，用湿淀粉调稀勾薄芡，颠翻几下，淋上芝麻油起锅装盘，撒上葱末即成。

### [工艺关键]

冬笋切之前先放在冷水锅中煮开，以增加韧性，减少酸味（听装笋带酸味）。

### [风味特点]

麋，状似鹿，四肢细长，能疾走。肉质细嫩奇香，冬季山区麋肉肥壮，用麋肉丝与冬笋丝同炒，菜品鹿肉银红，鲜嫩野香。冬笋清脆，微带甜味，是徽州地区冬令野味珍品。中国名菜徽皖风味



## 古井醉鸡

### [主料辅料]

嫩母鸡.....	1250 克	盐.....	5 克
古井贡酒.....	50 克	味精.....	2 克
姜.....	30 克	花椒.....	20 克
葱.....	30 克		

### [烹制方法]

1. 将活母鸡宰杀，流尽血水，待鸡完全死后，用 80°—90° 的水烫泡，不要碰破鸡皮，将毛褪净，从脊背开刀，掏去内脏和嗦囊，用清水冲洗，沥水，放置七八个小时后使用。

2. 烧一锅沸水，将鸡放入，余约 10 分钟，捞起洗净，剥去头和爪。另取砂锅一只，放入整鸡，注入清水，淹没鸡身，置锅于大火上烧开，撇去浮沫，转小火炖约 40 分钟，待鸡达到六成熟时，捞出晾干水分。将鸡身沿背部一剖两半，再把半个鸡身平分两块，鸡身分成四块，放盘中备用。

3. 再取一只汤碗，放入冷鸡汤，姜切片，葱切象眼块，同味精、花椒、古井贡酒一起放入碗内，搅拌均匀，放入鸡块。然后取一重物将鸡压入汤中。用盘子把碗盖严，浸泡约 4 小时，揭去盘子，去重物将鸡块取出，斜刀片切成长方条形，一只鸡约可切成 16 块；整齐地码放于盘中，形状如馒头。最后滗入少许醉鸡的卤汁即可上桌。

### [工艺关键]

1. 新宰杀的鸡，最好放置七八小时。根据化学原理，鸡死后七八小时，蛋白质变性才完全停止，此时食用，质地软嫩，味道鲜美。

2. 要选用嫩母鸡。因其脂肪含量高，成品味香、口感滑爽，容易消化。

3. 醉鸡过程，切忌揭盖，酒气外溢，则风味不佳。

### [风味特点]

此菜因用古井贡酒而得名。古井贡酒产于安徽亳县，为明清两代之贡品，故得此名。现今此酒多次被评为中国名酒，其品质香醇如幽兰，浓郁而甘润，风味独特。以之醉鸡，鲜美嫩滑，具有浓厚的古井酒香。

## 符离集烧鸡

### [主料辅料]

活鸡.....	10 只	桂皮.....	10 克
白糖.....	15 克	陈皮.....	10 克
八角.....	10 克	辛荑.....	2 克
小茴香.....	2 克	精盐.....	150 克
姜.....	20 克	饴糖.....	200 克
肉蔻.....	3 克	山奈片.....	3 克
砂仁.....	2 克	丁香.....	3 克
白芷.....	5 克	草果.....	3 克
花椒.....	5 克	芝麻油.....	1500 克

### [烹制方法]

1. 选用每只约重 1000 克的活鸡 10 只，宰杀放尽血水，热水烫、去毛、洗净，在靠肩的颈部直开一小口，取出嗉囊；再在肛门上边靠近腹部处横开一个 5 厘米长刀口，掏出内脏；打断胸骨，用水洗净。然后先用刀背敲断大腿骨，从肛门上边开口处把两只腿交叉插入鸡腹内；再将右翅膀从宰杀的刀口处穿入，使翅膀尖从鸡嘴露出。鸡头弯回别在鸡膀下边，左膀向里别在背上，与右膀成一直线。最后将鸡腹内两只鸡爪撑开，顶住鸡腹。用以上方法将 10 只鸡宰杀别好备用。

2. 将别好的鸡挂在阴凉处，晾干水分，用毛刷蘸饴糖涂抹鸡身。涂匀后入大油锅中炸成金黄色时捞出。剩油留作别用。

3. 大锅内放足水，把所有香料装入一只纱布袋中，扎紧袋口，放入锅中，将水烧开，然后加入糖、盐，调好味，将炸好的鸡整齐地放入锅内，用旺火烧开，撇去浮沫，稍煮 5 分钟，将锅中鸡上下翻动一次，盖上锅盖，改用文火煮 4—6 小时，以肉烂脱骨为止。煮鸡的卤汁应妥善收存，以后再煮，老卤越用越香。香料袋在鸡煮熟后捞出，下次再煮鸡时再放入，一般可用 2—3 次。若制做 1 只鸡可用砂锅，香料用量酌减，也可取些卤汁使用。

### [工艺关键]

1 “别”鸡工序不可少，这是为了成批的卤煮方便，形体完整美观。

2. 当天宰的鸡，当天最好不用。因鸡的尸僵期是 7 小时左右，所以鸡刷匀饴糖后，即可挂起备用。第二天再进行下一步加工。

3. 炸鸡的油温要始终保持在七成热。油温低，鸡不变色。油温过高，则发黑。为了控制油温，可采取一次炸 1—2 只，炸完后捞出。

4. 卤汤一次加入的水量，以没过所有鸡为宜，中间不能再加水。

5. 卤煮时间视鸡的老嫩，可适当延长或缩短，但以肉能脱骨为准。卤煮过程中，注意不伤鸡皮，保持鸡身完整。

6. 卤汤用后晾凉，除浮油放容器中，存入冰箱，一个星期加热一次即可。无冰箱，可每天加热一次，冬天两天加热一次。下次卤鸡时，加足水，投入香料袋，酌加糖盐后使用。

### [风味特点]

1. 此菜产于安徽省宿县，原名“红鸡”，是闻名全国的特产。但在开始时，此鸡并无特色，只是煮熟后抹一层“红曲”而已。后来吸收了山东“德州五香扒鸡”的制作技巧，不断改进发展成著名的“符离集烧鸡”。

2.此菜外观油润发亮，肉质雪白，味道鲜美，香气浓郁，肉烂脱骨，肥而不腻。嚼其骨，有余香。趁热提起鸡腿轻抖，鸡肉可全部脱落，为菜中上品，冷食热食均可。

## 茶叶熏鸡

### [主料辅料]

嫩鸡 1 只.....	750 克	姜片.....	10 克
瓜片茶叶.....	15 克	精盐.....	5 克
小葱.....	15 克	红糖.....	25 克
酱油.....	25 克	饭锅巴.....	100 克
绍酒.....	20 克	芝麻油.....	15 克
花椒.....	3 克		

### [烹制方法]

1. 葱 10 克切成段,另 5 克葱和花椒、盐一起制成细末,做成葱椒盐备用。
2. 鸡宰杀,放尽血水,烫去毛,从脊背开刀,掏去内脏和鸡嗉,洗净沥干水,用葱椒盐均匀撒在鸡身上,腌 20 分钟。将鸡身扒开,皮向下放在碗里,上放葱段、姜片,加酱油、烧酒,上笼蒸至八成熟,取出,拣去葱姜。
3. 饭锅巴掰碎放入炒锅中,撒上茶叶、红糖,架上篦子,将鸡皮向上摆在篦子上,盖严锅盖,先用中火熏出茶叶,稍顷片刻改旺火熏至浓烟四起时离火,烟散尽,掀开锅盖,取鸡刷上芝麻油。将鸡头、鸡尖、鸡腿爪剁下,鸡身切成 5 厘米长、3 厘米宽的块,鸡骨、鸡胗拍松垫底,鸡块按鸡原形装盘,鸡头放前,鸡腿爪放两边,此菜即成。

### [工艺关键]

1. 要选用嫩鸡,一方面是易熟易入味,另一方面是熏制出来的鸡口感好,不老不柴。
2. 火候的掌握是鸡味好坏的关键,时间短,茶香不入;时间长,易出糊味。
3. 鸡皮向上,上色均匀。

### [风味特点]

1. 瓜片茶叶产于安徽省六安地区,以齐山出产最佳,茶叶清香扑鼻。
2. 此菜鸡色金黄悦目,肉质鲜美,烟熏味中带有瓜片茶叶之清香,风味别具。

## 茶干鸡丁

### [主料辅料]

熟鸡肉.....150 克	青蒜.....10 克
采石矶茶干.....5 块	醋.....10 克
熟花生米.....50 克	酱油.....5 克
芝麻酱.....10 克	白糖.....5 克
清汤.....10 克	辣椒油.....5 克

### [烹制方法]

1. 将鸡肉、茶干分别切成 1.5 厘米的方丁，置盘中待用。
2. 花生米用热水浸泡 2—3 分钟，沥干水分，下温油锅中炸熟。
3. 青蒜用开水烫一下，切成粒状，同芝麻酱、酱油、醋、糖、清汤、辣椒油一起调成卤汁。
4. 将鸡丁、茶干丁、花生米拌在一起，浇上卤汁，吃时拌匀即可。

### [工艺关键]

1. 炸花生米时，要用温油炆火，不要让花生米上色。花生米炸熟时，用漏勺捞出，翻两下，会听到清脆的撞击声，这时即可捞出备用。
2. 调制卤汁时，可以根据各人酸甜咸辣的喜好，加入调料，酌情取去。

[风味特点] 1. 采石矶茶干是马鞍山市著名特产，以大豆为主料，以冰糖、甘草、桂皮、味精、丁香、茴香等为佐料，成品韧性强，对折不裂缝，撕开有裂纹，质细耐嚼，香色俱佳。 2. 此菜以香辣为主，酸甜适度，为佐酒佳品。

## 生熏仔鸡

### [主料辅料]

光仔母鸡 1 只	1500 克	姜片	10 克
葱	25 克	花椒	20 粒
茶叶	25 克	米饭	150 克
精盐	10 克	绍酒	10 克
饴糖	5 克	白糖	25 克
辣酱油	50 克	芝麻油	15 克

### [烹制方法]

1. 将盐、姜片、葱 10 克、花椒 10 粒撒入净鱼腹内揉擦腌渍 15 分钟左右。
2. 腌渍过的鸡用开水烫一下，使鸡皮收缩，擦干水分，抹上一层稀糖饴，再抹上一层黄油，放在风口处吹干表面。
3. 用铁锅 1 只，锅内先撒匀米饭，再撒上花椒 10 粒，茶叶浸湿和白糖，放上铁丝算，算上铺一层葱，将鸡脯朝上放在葱上，盖严锅盖，先用大火烧至锅中冒黄烟时，在周围淋清水约 200 克，以产生蒸气，然后压火焖约 30 分钟取出。
4. 鸡取出后，表面涂一层麻油，斩成条块，放在盘内码成鸡形，配上辣酱油佐食。

### [工艺关键]

1. 将鸡洗净从翅下开一小口，掏尽内脏和鸡嗉，清水冲洗，再用洁布拭干腹内血水。
2. 熏时一定要将盖盖严，保证鸡的成熟及原质原味。

### [风味特点]

烟熏是安徽沿江一带擅长的烹饪技法，有生熏、熟熏之分。生熏技术要求较高，能更好地保持原质原味。“生熏仔鸡”采取整只烟熏。其烹制特点为熏时淋水，熏中有蒸，使整鸡内部熟透。成品金黄油亮，香气浓郁，肉质鲜嫩，熏香中带有茶叶清香，风味独特。

## 苔干鸡丝

### [ 主料辅料 ]

熟鸡肉.....250 克	酱油.....5 克
苔干.....50 克	醋.....5 克
鲜姜.....10 克	麻油.....5 克
白糖.....5 克	纱布.....10 厘米见方

### [ 烹制方法 ]

1. 将苔干的根和叶子摘净，放入冷水中泡约 2 小时捞起，用开水烫一下，切成 3 厘米长的段备用。

2. 将鸡肉用手撕成长约 3 厘米、粗约 0.5 厘米的鸡丝，同苔干一起拌匀，装盘。

3. 将鲜姜切碎，用纱布包裹，把姜汁挤出放到碗内。然后将白糖、醋、酱油、麻油一同放入姜汁碗中调成卤汁，浇到苔干鸡丝上，吃时拌匀即可。

### [ 工艺关键 ]

苔干用开水烫，一方面为了消毒，另一方面是为了让其颜色更加碧绿。烫的时间过长，颜色暗黄，营养损失亦多。

### [ 风味特点 ]

1. 苔干产于涡阳县义门一带，又名义门苔干或涡阳苔干，是安徽特产。其色泽碧绿，清香嫩脆，有菜中奇葩之美称。由于其耐储存，早在乾隆年间，就被列入“贡菜”，纳入宫中作为御膳。苔干有解毒、催眠之功效，故又可作为药膳应用。2. 此菜色美，口感清香嫩脆，肉菜相伴，取长补短，味道极佳。

## 金腿凤翼

### [主料辅料]

鸡翅.....14 只	醋.....15 克
定远桥尾.....50 克	酱油.....30 克
白糖.....25 克	胡椒粉.....1 克
芝麻油.....10 克	

### [烹制方法]

1. 将鸡翅放入冷水锅中，煮 10 分钟后关火，将肉浸至八成熟，30 分钟后取出，剁去两头关节，抽除翅骨，晾凉备用。

2. 选用一块较瘦的定远桥尾，放碗中上笼屉蒸 50 分钟，熟后取出冷凉，切成同翅骨粗细长短相似的小条备用。

3. 将定远肉条插入鸡翅中，整齐地摆入盘内。将白糖、酱油、醋、胡椒粉、芝麻油兑成汁，浇在鸡翅上即成。

### [工艺关键]

1. 鸡翅一般选用靠鸡身部位的，翅尖可作它用。

2. 定远桥尾用时要先用温水刷洗，温水中稍加点碱，便于去除污物。刷后洗净再用刀刮去表层，便可进一步加工使用。

3. 为了便于食用，在蒸桥尾时，可在碗内加些料酒，易软味佳。

4. 若无定远桥尾，也可选火腿或腊肉代用。

### [风味特点]

1. 定远桥尾是安徽省定远县传统特产，已有二百多年历史，因产于炉桥镇，用带尾猪臀肉制成，故称“桥尾”。其形如扇，重约 2.5 公斤，切开后，红白相间，晶莹透亮，清香诱人，食法多样，蒸煮皆宜。

2. 此菜由于是用热水浸熟鸡翅，肉质嫩脆，鲜香色白，桥尾肉酱红，白中透红，色丽味美。浇上卤汁，皮显微红，更加诱人。



## 无为熏鸭

### [主料辅料]

光鸭.....20 只	花椒.....15 克
(每只重约 2000 克) 硝水.....300 克	
粘葱结.....100 克	杉木屑.....300 克
姜块.....100 克	精盐.....2000 克
八角.....25 克	酱油.....2500 克
丁香.....7.5 克	醋.....500 克
桂皮.....25 克	白糖.....150 克
小茴香.....7.5 克	芝麻油.....300 克

### [烹制方法]

1. 将鸭翅膀尖和脚掌剁下，在右翅下划开 7 厘米长的直刀口，抠出内脏和食管，洗净入缸浸泡 10 分钟左右，以除血水，泡时肛门处插一小竹签，以便通水，再洗净沥干。

2. 每只鸭子由开口处放盐 25 克，再灌进硝水 15 克，将鸭体上下左右转动几下，使盐和硝水在肚中分布均匀。再用盐擦匀擦透鸭身，嘴里和颈部刀口处也撒点盐。擦盐后，将鸭颈弯贴在脊背处，脯朝上，顺着缸边整齐地围成一圈（中间空着，以便空气流通），在缸中腌 2 小时后，上下翻动一次，再腌 2 小时。

3. 大锅放水 30 公斤，用旺火烧开，将鸭逐个在沸水中烫至鸭皮收缩崩紧，即拎起拨去竹签，挂在风口处，然后将腿胯间骨关节折断。用湿洁布将鸭全身擦一遍，擦去皮衣，特别是翅腋下，腿膀处要擦净，使鸭坯油亮光洁。

4. 在熏锅里放入燃烧过的芝麻秸的余火灰烬，上面均匀地撒上杉木屑 150 克，并迅速在锅上架 4 根细铁棍（每根距离 20 厘米左右，离火灰 17 厘米高），将鸭背部朝下放在铁棍上，使鸭颈伸直，再在铁棍上盖上熏蓬，以便空气流通，使底火缓慢地燃烧木屑而冒出烟来。熏 5 分钟后，去掉熏蓬，拿下鸭子和铁棍，再撒匀一层木屑，放好铁棍，将鸭翻身，鸭脯朝下，盖好熏蓬，再熏 5 分钟左右即可取出，再将小竹签塞入鸭肛门。

5. 大锅放水 30 公斤，将八角等香料放入小布袋中，扎上口放入锅里，再加酱油、醋 400 克、白糖、葱节、姜块，烧开后，放入鸭子用竹筛子压住，盖上锅盖，用小火烧 10 分钟后压火焖约 30 分钟，拨开火灰添柴烧至听见水发出吱吱响声后，停火继续焖煮 5 分钟即成。

6. 将鸭剁成 5 厘米长、1 厘米宽的条块，整齐地码在盘中，淋上芝麻油 15 克即成。

### [工艺关键]

1. 腌鸭时间可据季节而变，冬季可腌 8 小时左右。

2. 撇鸭腿时不要用力过猛，以免骨头把鸭脊背皮刺破。

3. 焖煮过程中，要注意掌握火候，火大鸭肉易老，火小鸭带腥气，且难嚼烂。卤汁温度应保持 80℃ 左右，共焖煮 45 分钟。采取低温恒温焖煮，可使鸭的皮下脂肪不溢出，保持较多的水分，这样鸭肉嫩，大腿骨节微红，煮好后去掉小竹签，流出卤汁。

### [风味特点]

1. 无为熏鸭，又名无为熏板鸭，已有 200 多年历史，相传是祖居无为的

回族同胞创制而成，在安徽颇有名气，盛誉不衰。据无为县志记载：“民俗婚筵多用鹅，后改为鸭”。

2.此菜制作精细，鸭子经过浸、腌、烫、熏和恒温下宽汤卤焖，制成的鸭金黄油亮，皮酥肉嫩，味美鲜醇，并有烟熏幽香。若蘸醋食用，风味尤佳。

## 百花朝凤

(主料辅料)

光母鸡 1 只.....	湿淀粉.....15 克
.....1250 克	绿蛋糕.....50 克
鳊鱼肉.....200 克	鸡蛋清.....4 个
猪肥膘肉.....50 克	精盐.....10 克
水发冬菇.....50 克	味精.....2 克
熟火腿.....50 克	酱油.....25 克
瘦猪肉.....50 克	白糖.....15 克
生鸡肉.....50 克	绍酒.....25 克
虾仁.....50 克	葱姜汁.....10 克
蛋黄糕.....50 克	猪油.....1000 克
红蛋糕.....50 克	(约耗 150 克)
干淀粉.....25 克	

[烹制方法]

1. 将光鸡剔骨去内脏洗净血水，从里向外翻过来用开水烫一下，再重新翻转还原。

2. 冬菇、火腿、生鸡肉、瘦猪肉切成片状。将鸡肉、肉片、虾仁 50 克分别用精盐 2 克、蛋清 2 个、干淀粉 5 克抓拌浆匀，取一炒锅上旺火放入熟猪油分别将浆好的虾仁、肉片、鸡片划油，再将冬菇、火腿、鸡片、猪肉片和虾仁合放锅中加酱油 10 克、精盐 2 克、味精 1 克烩制入味，并用湿淀粉 5 克调稀勾芡出锅冷却，填入鸡肚膛中，将鸡颈皮打结以封住刀口，随之下入沸水略烫，趁热抹上少许酱油约 3 克，下入七成热的油锅中炸至浅黄色捞出。取砂锅一只垫上一些垫底原料，将鸡放入，加水 500 克、酱油 10 克、精盐 4 克、绍酒 15 克和白糖在旺火上烧开再换小火煨透。

3. 将鳊鱼肉、虾仁、肥膘肉洗净合剁成茸放入碗中，加精盐 4 克、葱姜汁、绍酒 10 克、味精 1 克、鸡蛋清 2 个、水 100 克搅拌均匀，再加干淀粉 20 克，上劲，取盘子 2 只抹上冷猪油，将馅心挤成 24 个元子按扁成饼状，将蛋黄糕、红蛋糕、绿蛋糕刻成不同品种的花 24 种，绿叶、黄叶适量，点缀在鱼虾馅饼上上笼蒸熟。

4. 取头菜盘 1 只，将煨之透烂的鸡摆在盘子中央，另将蒸好的“百花”围在周围，将砂锅中的原卤汁倒入锅中上火用湿淀粉 10 克调稀勾芡，鸡身上淋上熟猪油即成。

[工艺关键]

整鸡出骨，先在鸡脖上划一个口子，用手拉住脖子，将皮肉向外翻，从上至下将骨头一一取出（注意不可碰破鸡皮），再把鸡翻转复原。

[风味特点]

形若凤人花丛，百花迎放的“百花朝凤”，是芜湖的传统名菜。此菜以整鸡出骨法剔除鸡骨、灌入虾仁，猪肉等配料再经细火烹调，鸡皮酥软又融合多种辅料，滋味鲜醇，香郁可口。

## 捶鸡

### 〔主料辅料〕

光仔母鸡 1 只 750 克	干淀粉.....750
克鸡蛋清.....4 个	鸡汤.....200 克
精盐.....5 克	熟猪油.....15 克
绍酒.....10 克	

### 〔烹制方法〕

1. 将鸡从脊背开刀，除去内脏和嗦囊，用水洗净，剔去鸡骨，皮面向下，平铺在案板上，用刀背将鸡肉轻轻捶松。

2. 将绍酒、盐 2.5 克、干淀粉、鸡蛋清放在碗内搅匀抹在鸡肉上，再用刀轻轻在鸡肉上排捶一次，使鸡肉和调料渗透。

3. 将鸡肉切成 2 厘米宽、5 厘米长的条块。取盘 1 只，涂一层熟猪油，将鸡一块块放在盘内，上笼蒸 5~6 分钟取出。

4. 将蒸过的鸡块皮向下整齐地放入碗内，加鸡汤、盐 2.5 克，再上笼蒸 10 分钟左右取出，覆扣在汤碗内即成。

### 〔工艺关键〕

鸡要选当年的，捶鸡时一定要用刀背轻捶不可用刀刃剁。

### 〔风味特点〕

以捶为烹调技法的捶鸡，用刀背先将鸡肉轻轻捶松，涂匀调味品和鸡蛋清，再捶之，使调味品渗透后蒸熟。成菜肉质特嫩，松软，余味长，是淮北地区传统名菜。

## 凤炖牡丹

### [主料辅料]

光母鸡.....1只	小葱结.....15克
(约重1000克)姜片.....15克	
猪肚.....半个	精盐.....15克
火腿片.....50克	冰糖.....15克

### [烹制方法]

1. 鸡背开刀，去内脏和鸡嗉，洗净置冷水锅中烧开后取出。猪肚洗净，放汤锅中煮至四成熟捞出，将鸡和猪肚一起放在砂锅中加水淹没用旺火烧开，撇去浮沫，转用小火炖至鸡六成烂时，放精盐、姜片、冰糖和火腿片继续细炖。

2. 待鸡、肚炖至九成烂时捞出，剔去鸡的硬骨（外皮不要剔破），放在大汤碗的一边，鸡头朝向碗的中心。另将猪肚切成0.3厘米宽的条，放在汤碗的另一边，摆成“牡丹花”形状，中间放火腿片作花蕊。

3. 将原汁倒入盛有鸡、肚的汤碗中，加葱结上笼蒸5分钟左右取出，拣出葱结即成。

### (工艺关键)

1. 将肚子用醋5克和明矾搓洗后，用水漂洗干净，放入开水锅里氽一下捞出。用小刀刮去脏物，加盐5克搓揉去粘液，再用温开水洗净。

2. 炖鸡时不可先放盐，因为蛋白质在酸、碱、盐等条件下发生变性，过早下盐，鸡不易煮烂。

### (风味特点)

徽菜擅长烧、炖，“凤炖牡丹”是传统炖菜典型代表之一。此菜系鸡与猪肚同锅，以小火细炖，汤色奶白浓厚，鸡酥鲜而含汁，肚质软烂而醇香。在徽州与沿江江南一带不仅作为筵席大菜，而且是产妇常食的滋补佳品。

## 八大锤

### （主料辅料）

净仔鸡 1 只...750 克	鸡蛋.....2 个
净马铃薯.....50 克	精盐.....5 克
雕刻萝卜花.....1 朵	黄酒.....10 克
葱姜汁.....20 克	番茄酱.....1 小碟
胡椒粉.....0.5 克	辣椒酱.....1 小碟
面粉.....25 克	芝麻油.....25 克
干淀粉.....50 克	味精.....0.5 克
甜面酱.....1 小碟	熟猪油.....1000 克
花椒盐.....1 小碟	（实耗 100 克）

### 〔烹制方法〕

1, 将仔鸡按先后左右的顺序以肩部下刀, 顺着方向拉到鸡屁股, 取下翅膀、后腿、鸡脯和肉厚的部位, 用刀背砸一下, 备用。

2, 鸡腿剁去脚爪, 由下向上将鸡肉挤到上端, 露出骨头, 做出两个鸡锤。左右翅膀的后肢内带肉取下, 分别由下向上将鸡肉挤到上端露出骨头, 做成两个鸡锤。再取左右翅膀的前肢骨(均由两根肢骨组成)分开, 剁去翅尖, 分别由下向上将鸡肉挤到上端, 包上备用的鸡肉, 做成四个鸡锤。

3. 用葱姜汁、胡椒粉、精盐 4 克、味精 0.3 克, 将鸡锤腌渍一下, 再用鸡蛋、面粉配制的蛋糊拌匀放在盘中待炸。马铃薯切成薄片, 放入五成热油锅炸脆捞起, 放精盐 1 克、味精 0.5 克调好味。

4. 锅置旺火上倒入熟猪油, 放入鸡锤炸至金黄色捞起沥油。原锅在旺火上放往芝麻油, 倒入鸡锤, 颠翻几下起锅, 摆在盘周围, 锤对外, 中间放上油炸的马铃薯脆片, 上面摆上萝卜雕花即成。

### 〔工艺关键〕

炸鸡时油烧至五六成热下入鸡锤, 边炸边用竹签扎肉。油温过高鸡皮反焦而肉生, 用签子扎些小孔可使油渗入鸡肉内, 从而达到外焦里嫩。

### （风味特点）

“八大锤”又名雷公鸡, 是芜湖传统名菜。厨师们根据“岳飞传”书中有四员大将均手持双锤, 号称八大锤的典故, 用一只鸡巧妙地做成八个“铜锤”, 故称八大锤。此菜先腌后炸, 外酥香, 内鲜嫩, 配以花椒盐、甜面酱、辣酱油和番茄酱四种调料供蘸食, 其味更佳。

## 炸鸡丝卷

### （主料辅料）

鸡脯肉.....150 克	花椒盐.....2.5 克
猪网油.....100 克	籼米粉.....25 克
熟火腿.....25 克	面粉.....25 克
鸡蛋.....1 个	味精.....0.5 克
鸡蛋清.....1 个	甜米酒.....25 克
小葱末.....5 克	熟猪油.....500 克
精盐.....2.5 克	（约耗 50 克）
甜面酱.....1 小碟	

### （烹制方法）

1. 将鸡脯肉剔去筋膜和火腿一起都切成丝放在碗里，加入味精、鸡蛋清、甜米酒、盐、葱和籼米粉 10 克浆拌好。
2. 猪网油洗净晾干，铺在案板上拍平，撒上面粉 10 克抹匀。将鸡丝、火腿丝放在网油上理成长条，包卷成小指粗的长条 4 根，撒上面粉 10 克。鸡蛋搥入碗内，加入籼米粉 15 克调成蛋糊，均匀地涂在鸡丝卷上。
3. 锅置中火上放熟猪油，烧至四成热，下鸡丝卷炸至内熟外黄时捞起，用斜刀切成厚片装盘，撒上花椒盐。上桌时，随带甜面酱一小碟佐食。

### 〔工艺关键〕

1. 切鸡丝要顺其纹路，因鸡脯肉细嫩易碎。
2. 浆鸡丝时用手轻轻提抖使味均匀着在鸡丝上。

### 〔风味特点〕

炸鸡丝是徽州传统名菜，其特色之一是猪网油包鸡丝卷以增加油润；之二是制糊加籼米粉，增加糊的脆度。成菜外皮色黄而脆香，馅心白中露红，味鲜美油润，以甜面酱佐食尤佳。

## 清香沙煨鸡

### [主料辅料]

仔母鸡 1 只 1250 克猪网油.....250 克  
水发香菇.....150 克 荷叶.....2 张  
肥瘦火腿.....25 克 瘦肉丝.....75 克  
熟笋丝.....50 克葱白.....150 克  
鹌鹑蛋.....20 个姜.....75 克  
青豆.....5 克 花椒.....10 克  
蛋黄糕丝.....15 克面粉.....750 克  
青菜丝.....10 克花鼓葱.....1 小碟  
瘦火腿丝.....15 克甜面酱.....1 小碟  
熟蛋丝.....50 克辣椒油.....1 小碟  
鳊鱼肉馅.....75 克精盐.....102 克  
麻油.....50 克绍酒.....25 克  
味精.....1 克 酱油.....40 克

### [烹制方法]

1. 鸡宰杀，从翅下开一刀口，取内脏洗净沥干，葱姜拍碎加入绍酒、酱油搅拌，放入鸡肚内浸渍入味，香菇 100 克加汤、精盐 1 克、麻油烧烩入味装入鸡肚内。

2. 将网油洗净晾干，捶平油梗，将鸡身擦一遍，用葱、姜、花椒、肥瘦火腿剁成泥，用网油包裹起来，再用荷叶包裹均匀，用细绳捆扎紧。

3. 取面粉 500 克加水、精盐 100 克调成糊状，涂在荷叶上抹匀抹平，埋入事先炒好的白砂锅内，放在火上煨熟，取出剥去外壳，斩下鸡头、尾、翅、爪，摆成鸡形，鸡肉折骨放在中间作鸡身。

4. 鹌鹑蛋煮熟去壳入油锅炸成虎皮蛋，分别直切成两半，逐个瓢上鱼馅及绿叶菜丝、蛋糕丝、火腿丝，制成凤尾鹌鹑蛋，上笼蒸熟，排围在鸡的四周即可。

5. 将面粉 250 克开水烫后，做成 12 个薄饼，内放葱花、火腿末、麻油，小火炕熟，随菜上桌。

### [工艺关键]

1. 煨鸡时间在 2 小时左右，见外壳裂开，散发出鸡香味即可。

2. 煨鸡前必须将鸡捆好，糊均匀涂满包起，以确保鸡的鲜嫩及防止原汁外溢。

### [风味特点]

以沙传热为烹调特色的“清香沙煨鸡”，是芜湖的创新菜。菜品选用肥壮仔鸡，经调味裹以网油等“煨”熟，鸡肉水分不失，融合调味特鲜，香气浓郁。食用时随带花鼓葱、甜面酱、薄饼，同时配以瘦肉丝、熟蛋丝、香菇丝、熟笋丝和青豆，制成的“五丝汤”佐食，润口宜人，风味更佳。



## 徽州蒸鸡

### 〔主料辅料〕

母鸡 1 只.....1500 克	精盐.....10 克
板栗.....200 克	酱油.....20 克
小葱结.....10 克	冰糖.....0.5 克
姜块.....10 克	菜籽油.....1000 克
绍酒.....20 克	(约耗 75 克)
鸡汤.....200 克	

### 〔烹制方法〕

1. 将鸡宰杀去毛，从脊背剖开，除去内脏洗净。板栗剥壳除净内衣。
2. 用刀尖在鸡肋骨处扎几下，在鸡大腿内侧顺腿形用刀划一下，入锅煮至鸡皮绷紧捞起沥水，趁热取酱油涂抹均匀。
3. 炒锅置旺火上，放入菜籽油，烧至七成热，将鸡入锅炸至鸡皮呈金红色时，捞出沥油。
4. 取大碗 1 只，放入葱结、姜块，将鸡脯向下放碗里，摆上板栗，撒匀精盐、冰糖、酱油、绍酒、鸡汤，上笼用旺火蒸至鸡肉熟烂，取出反扣在盘中即成。

### 〔工艺关键〕

金秋时节，板栗新下，母鸡正肥，宜制作此菜，为应时佳肴。

### 〔风味特点〕

“黄鸡啄黍秋正肥”，选用此时之鸡炸后与板栗同蒸，板栗鸭黄，鸡色金红，色味俱美，是桂花飘香时徽州的传统名菜。

## 椒盐米鸡

### [主料辅料]

净母鸡 1 只.....	精盐.....7.5 克
.....1000 克味精.....1 克	
净糯米.....75 克	葱姜汁.....10 克
熟笋.....30 克	绍酒.....5 克
熟干贝.....15 克	白胡椒粉.....0.5 克
水发香菇.....20 克	花椒盐.....2.5 克
熟火腿.....20 克	辣酱油.....15 克
鸡蛋.....1 个	面粉.....15 克
鸡蛋黄糕.....20 克	面包屑.....60 克
葱结.....5 克	熟猪油.....750 克
姜.....10 克	(约耗 65 克)

### (烹制方法)

1. 将整鸡出骨，去掉内脏，只留鸡腕，在清水中浸泡洗净，先用开水将鸡肉略烫一下，再用清水洗净放入盘中。加葱姜汁、盐 5 克、味精 0.5 克、白胡椒 0.2 克腌渍 10 分钟，将鸡翻转恢复原形。

2. 糯米蒸熟后放在盆中，加入白胡椒 0.3 克、熟猪油、笋、鸡蛋黄糕、干贝、火腿、香菇和煮熟的鸡腕（都切成绿豆大小的丁），再加盐 2.5 克、味精 0.5 克拌和均匀，从鸡颈刀口处灌入鸡肚内用手压平，使糯米馅心在鸡肚内分布均匀，刀口处用竹蔑别好封口。灌好馅后，用开水烫一下，使鸡皮收缩绷紧，放入盘中加绍酒、葱、姜，上笼用旺火蒸 40 分钟，至七成烂时将鸡取出放在大搪瓷盘中，趁热在鸡身上盖一块干净布，用小砧板压约 20 分钟，使鸡身与馅心粘实。然后，撒上干面粉涂匀。将鸡蛋搯入碗内搅匀，在鸡身上涂敷一层蛋液，再沾一层面包屑。

3. 锅放旺火上，下熟猪油烧至六成热，取鸡下锅炸 10 分钟左右，待外层呈金黄，捞出放在砧板上，将鸡腹向上，先从中一剖两半，再横过来顺着鸡身，切成 2 厘米宽的长方块，按原鸡形摆入盘中，上桌时跟辣椒油。花椒盐各 1 小碟佐食。

### [工艺关键]

#### 整鸡脱骨法

1. 将焯好毛未开膛的整鸡放在菜案上，用刀在鸡颈左侧的根部沿着颈骨直划 6 厘米来长的口，将刀口处的皮撑开（不可将刀口撕大），取出颈骨，用刀尖在靠近鸡头处将颈骨割断。

2. 从鸡颈部的刀口处连皮带肉缓缓向下剥，用小刀将肉与筋、骨剥离。剥至两膀骨的关节露出之后，将连接关节的筋肉割断（割时刀贴骨，顺骨而下），使翅膀骨与鸡腔骨脱离，然后将翅膀骨抽出即可（脱骨鸡翅膀不剔）。

3. 将鸡胸朝上置于菜案上，用手把胸部的突起处按一按，以免向下翻剥时骨头将鸡戳破。然后继续将鸡肉向下翻剥，随时用小刀割断与肉相连的筋膜。鸡的背部肉少，皮紧贴脊椎骨，翻剥时不注意很容易破裂，应先用小刀轻轻地将皮肉剥离再行翻剥。

4. 翻剥鸡的腿部时应使鸡胸朝上，一手执左大腿，一手执右大腿，将两腿向背部翻（翻鸡腿时不可撒破鸡皮），使大腿关节露出，用刀顺着腿与腔

骨的骨缝将筋和肉割断，再继续翻剥。5.翻剥到肛门处，用刀把尾骨尖割断（尾骨尖要连在鸡身上），使鸡肉脱离腔骨，再割断尿肠，并且要洗净。接着翻出鸡腿，将鸡腿上的皮拉到腿部（也有不拉皮的），整鸡腿便明露出来，剔去骨，顺原刀口翻过来，形态上便仍是一只完整的鸡，只是没有骨架。

[风味特点)

1.椒盐米鸡不同于一般八宝鸡。其特点是巧用刀工，将整鸡出骨，以糯米为主的八宝馅料灌入鸡肚内，蒸熟后重压使鸡肉和八宝料粘合，再涂敷蛋液滚匀面包屑油炸，熟后改刀，按鸡形装盘。

2.此菜块块鸡肉粘有“八宝”，皮脆肉酥，味透且浓，米中有鸡鲜，鸡中有米香，是芜湖传统名菜。

## 荷叶包鸡

### [主料辅料]

净仔鸡 1 只...500 克	白糖.....5 克
鲜荷叶.....3 张	甜米酒.....15 克
炒籼米粉.....100 克	五香粉.....1 克
精盐.....5 克	熟猪油.....50 克
酱油.....25 克	

### [烹制方法]

1. 将鸡剔去鸡骨，剁成 5 厘米长、2 厘米宽的长方块，放在大碗内，加入精盐、白糖、甜米酒、酱油、熟猪油拌匀，腌渍约 15 分钟，待鸡入味后，再加炒米粉、五香粉和少许水搅拌均匀，装入碗内，上笼蒸烂取出。

2. 将鲜荷叶洗净，用开水烫软，每张荷叶切成 4 块（正面向下）。每块荷叶包入鸡肉 2 块，成长方形。全部包好后，整齐地装入碗里，上笼用旺火蒸 3 分钟左右取出，立即上桌，食用时剥去荷叶。

### [工艺关键]

大火气足，蒸 20 分钟即可。三伏天制作，消暑解腻，为时令名肴。

### [风味特点]

“接天莲叶无穷碧”，见了菜中这一片片碧绿荷叶，酷暑顿消，此菜用荷叶包着肥嫩仔鸡，烹制而成，为徽味时令佳肴。鸡肉清鲜，荷叶清香，诱人食欲。

## 雪淋鸡

(主料辅料)

母鸡 1 只.....	1000 克	鸡蛋.....	4 个
熟瘦火腿.....	10 克	绍酒.....	5 克
精盐.....	5 克	面粉.....	10 克
味精.....	0.5 克	熟猪油.....	750 克
鸡汤.....	250 克	(约耗 50 克)	
白糖.....	5 克		

[烹制方法]

1. 鸡从脊背开刀，除去内脏和嗦囊，剁去头和脚爪，剔去鸡骨，取净肉剁成 3 厘米见方的块，撒上干面粉拌匀。熟火腿切成末，鸡蛋磕开，将蛋黄、蛋清分别放在两个碗中。

2. 炒锅置旺火，放入熟猪油，烧至七成热，下鸡块炸至外皮淡黄，倒入漏勺沥去油。

3. 原锅留底油，将炸好的鸡块放入，加盐、白糖、绍酒、鸡汤，烧烂捞起装盘，再在原锅汤汁中，加入味精，倒入鸡蛋黄，一边倒，一边搅成厚糊，起锅烧在鸡块上。

4. 鸡蛋清用筷子搅打成泡沫状，浇在鸡块上，再撒上火腿末，立即上笼用旺火蒸 1 分钟，取出即成。

[工艺关键]

1. 选用当年仔母鸡，易于炸熟，肉质细嫩。

2. 搅打蛋糊，容器洁净，不能带有生水，顺同一方面抽打，中途勿停，一气呵成。

3. 蒸蛋清糊，时间一长，糊即水化，掌握好火候，1—2 分钟即成。

[风味特点]

雪淋鸡别具特色，将鸡、鸡蛋黄、鸡蛋清三者分别经炸、烧、蒸三法制成，在酥烂的鸡肉上，覆盖着蛋黄制成的糊，在此之上又堆砌鸡蛋清泡，好似融雪淋下，色、香、味、形俱佳，是芜湖传统名菜。

## 酥炸凤翼

### （主料辅料）

嫩鸡翅膀.....12个	精盐.....0.5克
糯米.....15克	绍酒.....15克
熟火腿.....刀克	花椒盐.....5克
净芝麻.....20克	面粉.....10克
大葱白段.....1小碟	面包屑.....50克
小葱段.....2.5克	湿淀粉.....25克
姜块.....2.5克	番茄酱.....1小碟
鸡蛋.....2个	花生油.....750克
甜面酱.....1小碟	（约耗75克）

### （烹制方法）

1. 先把鸡翅膀的翅尖一个个地剁掉，再于骨节弯曲处剁成两段，放在碗里，加入葱、姜（拍松）和绍酒，上笼蒸至七成烂，取出晾凉，然后在每个鸡翅上横划一刀，剔去骨。

2. 糯米淘净，用冷水浸泡，上笼蒸熟。净芝麻炒至微黄有香味，出锅碾碎。火腿切末。将糯米、芝麻、火腿、盐一起搅拌均匀，做成馅心。

3. 鸡蛋磕在碗里搅散，加湿淀粉、面粉调成糊。在鸡翅骨的空隙处，一个个瓢上馅心，外面裹上一层蛋糊，再滚上一层面包屑，摆在盘中。

4. 炒锅置旺火上，放入熟猪油，烧至六成热时端离火口，将鸡翅逐个下锅，待全部下完后，把锅端回火上，炸至浅黄色，捞出装盘，撒上花椒盐即成。

### （工艺关键）

鸡翅细嫩，馅为熟料，炸的时间要短，色变浅黄，捞出装盘。

### 〔风味特点〕

鸡翅膀虽筋细肉嫩，但内中有二骨。此菜采用偷梁换柱之法，去二骨而以糯米、芝麻、火腿作馅代之，炸熟后嚼嚼有物，似骨非骨，夹有糯米香、芝麻香、火腿香，佐以葱白、甜面酱，食之味更鲜美。

## 核桃鸡

### [主料辅料]

鸡脯肉.....200 克	水发香菇.....20 克
核桃仁.....150 克	鸡汤.....50 克
熟火腿.....20 克	精盐.....3 克
熟笋.....50 克	味精.....0.5 克

白糖.....2.5 克	湿淀粉.....10 克
绍酒.....15 克	熟猪油.....10 克
干淀粉.....5 克	

### [烹制方法]

1. 鸡脯肉剔去白筋，片成 4 厘米见方的薄片。核桃仁用温水泡发，剥去外皮，用油炸成浅黄色，倒入漏勺沥油后晾凉。

2. 鸡片放入碗里，加盐 1 克、绍酒 5 克轻轻拌匀，再加入鸡蛋清、干淀粉抓拌浆好。在每片鸡片上放一份核桃仁，包成直径 2 厘米的小圆球。香菇、火腿、熟笋切成锯齿状的片。

3. 炒锅置旺火上，放入熟猪油，烧至五成热，将核桃鸡上锅走油，见外皮发挺时，倒入漏勺沥去油。

4. 原锅留底油，放入香菇、笋片煸炒，加入鸡汤、白糖、盐 2 克、绍酒 10 克、味精，用湿淀粉调稀勾薄芡，再加入火腿。核桃鸡球，颠翻两下，淋上熟鸡油，出锅装盘即成。

### [工艺关键]

1. 核桃仁必须去皮，免有苦涩之味，炸油四成热，小火余炸，色呈浅黄即可，沥油后晾凉。

2. 核桃鸡球下锅，翻匀 2—3 次，粘匀芡汁即出锅，立即上桌。

### [风味特点]

此菜先将核桃仁炸酥，外用鸡片包裹烹制而成，形如颗颗银球，衬有艳红、奶黄、褐黑三色配料，造形美观。鸡肉鲜嫩，桃仁香脆，系皖南名肴。

## 珍珠鸡

### 〔主料辅料〕

鸡脯肉.....150 克	姜末.....5 克
猪网油.....1m 克	白糖.....3.5 克
水发香菇.....7.5 克	味精.....0.5 克
熟笋.....7.5 克	绍酒.....15 克
熟火腿.....15 克	干淀粉.....10 克
鸡蛋清.....2 个	鸡汤.....100 克
精盐.....3.5 克	熟猪油.....500 克
葱末.....5 克	(约耗 50 克)

### 〔烹制方法〕

1. 鸡脯肉去筋切丝，加鸡蛋清 1 个、干淀粉 2.5 克、精盐 1 克、水 50 克，上浆拌匀。取碗 1 只，放入白糖、精盐 2.5 克。味精、绍酒，加鸡汤和干淀粉 2.5 克，调成卤汁。火腿、香菇、笋均切成 0.6 厘米见方的小丁。鸡蛋清 1 个放在碗里，加干淀粉 2.5 克调成蛋清糊。

2. 猪网油洗净晾干，铺在案板上拍平，撒匀干淀粉 2.5 克，放上鸡丝后理成长条，卷成如小手指粗细的卷，再切成 1 厘米长的小段，用蛋清糊封口。

3. 炒锅置中央，放入熟猪油，烧至四成热，将鸡蛋下锅余炸，见鸡段膨起发白，倒入漏勺沥油。

4. 原锅留底油，放在旺火上，下葱、姜末煸出香味，再依次下鸡段、火腿、笋和香菇，倒入卤汁翻匀出锅。

### 〔工艺关谨〕

此菜属炸烹技法，鲜咸口味，珍珠球炸熟炸透，外呈柠檬色，不可上色太深。烹人芡汁，手勺轻推，翻勺裹汁，保证鸡球形整而美观。

### 〔风味特点〕

“珍珠鸡”是大别山区的地方名菜，系用猪网油包鸡脯肉以温油划熟，色白光亮，形如珍珠。再辅以红、褐、黄三色配料同炒，菜色艳丽，油润鲜香。



## 菊花鸡丝

### 〔主料辅料〕

鸡脯肉.....200 克	白糖.....5 克
鲜白菊花.....50 克	干淀粉.....7.5 克
水发香菇.....50 克	湿淀粉.....5 克
鸡蛋清.....2 个	鸡汤.....50 克
精盐.....5 克	芝麻油.....5 克
味精.....0.5 克	熟猪油.....250 克

### （烹制方法）

1. 鸡脯肉剔去筋膜，洗净挤干水分，切成细丝。鸡蛋清放在碗内搅开，加干淀粉拌匀，放入鸡丝上浆，再加芝麻油抓匀。
2. 白菊花撕下花瓣，摘去瓣尖和根部，放清水中浸泡 1 小时，除去苦味，捞起沥干。香菇切成细丝。
3. 炒锅置中央，放入熟猪油，烧至三成热，将鸡丝下锅划油，用筷子拨散，待鸡丝挺身后倒入漏勺沥油。
4. 原锅留底油，放入香菇稍煸，立即加入菊花瓣、精盐、鸡汤、白糖、味精，用湿淀粉调稀勾芡，倒入鸡丝，颠翻两下，淋上熟猪油 15 克，起锅即成。

### 〔工艺关键〕

1. 选用白菊花，清水漂去苦味，中间换水一次，质量上乘。
2. 鸡丝划油，油温三四成热，约 10 秒钟左右即热，以鸡丝挺身为度。

### 〔风味特点〕

“菊花鸡丝”是芜湖传统名菜，选用白菊花与鸡丝同炒，白汁成菜，调味中盐与白糖等量，是这一名菜的最大特色。鸡丝鲜嫩，菊花清香，咸甜适口，回味浓厚。

## 风味鸡

### 〔主料辅料〕

光仔母鸡.....	酱油.....50 克
.....1 只 750 克	味精.....0.5 克
花生米.....50 克	白糖.....25 克
芝麻.....50 克	绍酒.....100 克
小葱段.....5 克	鸡汤.....200 克
姜片.....5 克	菜籽油.....1000 克
精盐.....3.5 克	(约耗 50 克)
芝麻油.....10 克	

### 〔烹制方法〕

1. 鸡从脊背开刀，除去内脏和嗦囊，洗净后把鸡头、翅膀尖和鸡爪剥下，用刀尖扎破鸡眼，再将鸡放在盘中，加绍酒腌渍。将芝麻、花生炒熟碾碎，加白糖 15 克拌匀。

2. 炒锅置旺火，放入菜籽油，烧至五成热，将鸡和鸡头、翅尖、鸡爪投入锅中，炸成黄色时，倒入漏勺沥油。

3. 原锅留底油，下鸡、鸡头、鸡爪、翅尖，加酱油、白糖 10 克、姜片、葱段、盐、鸡汤，用中火烧开，移小火烧 10 分钟，再移到旺火上烧至汤汁稠浓，加味精，待汤汁烧干后，盛出改刀，按鸡原形摆好，撒上芝麻花生米，淋入芝麻油即成。

### 〔工艺关键〕

此菜宜用当年仔母鸡制作，先炸后烧，再收汁，颜色油亮，质地软嫩。

### 〔风味特点〕

风味鸡以炸、烧和收汁为烹调特色，系皖南山区名菜，鸡身粘附浓厚汤汁，撒上芝麻和花生米，鸡色红润，外酥里嫩，咸鲜香甜，连骨嚼食，别有风味。

## 纸包鸡

### 〔主料辅料〕

鸡脯肉.....250 克	姜末.....5 克
熟火腿.....50 克	芝麻油.....10 克
精盐.....2.5 克	绍酒.....15 克
味精.....0.5 克	熟猪油.....750 克
糯米玻璃纸.....15 张	(约耗 50 克)
小葱末.....5 克	

### 〔烹制方法〕

1. 鸡肉剔去筋膜，片成薄片，同葱、姜末一起放在大碗里，加精盐、绍酒、味精、芝麻油拌匀。火腿切成 15 片。
2. 取玻璃纸一张，平摊在案板上，放上 1 片鸡片，叠上 1 片火腿，再覆盖 1 片鸡片，然后对折成 8 厘米长、5 厘米宽的长方包，逐个包好。
3. 炒锅放中火，下熟猪油烧至五成热，将纸包一一放入炸熟捞出装盘即成。

### 〔工艺关键〕

1. 整张糯米玻璃纸约 16 厘米见方，鸡片重约 10 克，共包 15 只，一席每人 1 只有余。
2. 亦可用植物油余炸，冬天尤宜，鸡包表面若有凝脂，腻口不爽。

### 〔风味特点〕

“纸包鸡”是用玻璃纸包卷炸法的菜式，风味别具一格。因玻璃纸对油。水的透过性能差，从而更好地保持了烹制原料本来的色，香、味和嫩度，是屯溪徽味名肴。食用此菜，用筷子夹住纸包露出之角一拌，拨纸食鸡，妙趣横生。

## 荷花鸡

### 〔主料辅料〕

鸡脯肉.....100 克	去皮猪五花肉.....
猪肥膘肉.....100 克	.....50 克
虾仁.....100 克	熟鸡肉.....50 克
火腿.....50 克	
水发冬菇.....25 克	干淀粉.....10 克
荷花瓣.....30 片	湿淀粉.....5 克
鸡蛋清.....4 个	鸡汤, .....200 克
精盐.....7 克	熟鸡油.....10 克
味精.....3 克	熟猪油.....1 克

### 〔烹制方法〕

1. 瘦火腿 25 克切成细末。熟鸡肉、火腿 25 克、猪五花肉、冬菇都切成绿豆大的丁。

2. 炒锅置旺火，放入熟猪油 25 克，烧至五成热，下五花肉丁炒至变色，再下火腿、冬菇、熟鸡肉炒匀，加鸡汤 50 克、盐 1.5 克、绍酒 5 克、味精 1 克，用湿淀粉调稀勾芡，盛入盘中，晾凉成馅心。

3. 鸡脯肉、肥膘肉、虾仁分别剁成细泥，盛在大碗中，把鸡蛋清搅散后倒入，并加水 50 克、盐 5 克、葱姜汁、绍酒 5 克、味精 2 克搅匀，再加水 50 克搅至有粘性，放入干淀粉和匀。

4. 取 24 把小汤匙、6 把大汤匙，抹上冷猪油，每把汤匙根部先铺一片小荷花瓣，撒上一点火腿末，放上一份鸡虾泥，抹平，中间放上一份馅心，再盖上一层鸡虾泥，四周用手指轻轻抹一下，封住口，上笼蒸 3 分钟左右，再一个个从汤匙中脱出。

5. 取一大汤碗，把 6 片大荷花瓣一片片地整齐摆好，有火腿末的一端向着碗中心，小荷花瓣也如此一层层摆好，上笼蒸 3 分钟左右，取出扣在大汤盘里。锅置旺火，下鸡汤 150 克、盐 0.5 克，烧开后撇去浮沫，淋上熟鸡油，倒在大汤盘里即成。

### 〔工艺关键〕

鸡肉剁茸，愈细愈好，清水分次加入，顺一个方向搅打上劲，再放干淀粉和匀，熟后口感脆嫩。

### 〔风味特点〕

1. 荷花，亭亭玉立，出污泥而不染，人所共赏。荷花不仅美艳，且清香好吃。徽菜名肴有“荷花鸡”、“荷叶粉蒸雏鸡”、“糖炆花香藕”和“三色鲜莲汤”，合称“四莲菜”，为历史上铁面无私的包公所嗜好，皆为合肥传统名肴。

2. “荷花鸡”系用刚开之荷花瓣，瓢以鸡肉泥制成，外形美观，口味清香，软嫩适口。

## 金银蹄鸡

### 〔主料辅料〕

猪蹄.....350 克	熟笋.....50 克
光母鸡半只...500 克	精盐.....1 克
火腿二腕.....100 克	冰糖.....1 克
水发香菇.....10 克	

### 〔烹制方法〕

1. 将火腿二腕刮洗干净，放砂锅中，加水 500 克，煮至五成烂时，捞起横剖几刀，再放回砂锅里。

2. 光母鸡洗净血水。猪蹄洗净，放冷水锅中烧开后，捞起再洗一次。熟笋切成片。

3. 将鸡、蹄一起放入火腿二腕砂锅中，加水淹没鸡、蹄、火腿二腕，用旺火烧开，撇去浮沫，换小火细炖，至鸡五成烂时，将笋片放入，加精盐、冰糖，再细炖至烂为止。然后将切好的香菇片放入，换旺火烧 1 分钟即成，原砂锅上桌，揭盖进食。

### 〔工艺关键〕

1. 猪蹄和火腿蹄都必须先用温开水或淡碱水洗净油污，鸡去除血水洗净，成菜后鲜味纯正。

2. 用砂锅加热，文火煨炖，保持原汁原味。

### 〔风味特点〕

1. “金银蹄鸡”是安徽名菜，取用金华火腿和猪蹄加母鸡烹制而成。古时火腿称“金蹄”，猪蹄称“银蹄”，故得“金银蹄鸡”之名。据安徽当地老年厨师说，此菜由苏州“金银蹄”一菜仿制发展而来。原用火腿和猪蹄同煮，其味肥厚，鲜香人味，但肉的肥汁过重，而鲜味稍显不足，当地厨师，加用母鸡改用砂锅煨制，结果鸡肉肥嫩，鲜味尤为突出，因而成为安徽冬令名菜。从清末至今，一直深受人们喜爱。

2. 原锅上桌，揭盖时，香气扑鼻。火腿金红，猪蹄玉白，鸡皮微黄，汤浓似奶，蹄肥不腻，咸鲜味美，有火腿肉的特殊芳香。

## 翡翠鸭

(主料辅料)

净鸭 1 只.....750 克	精盐.....11 克
猪里脊肉.....75 克	冰糖.....10 克
姜片.....5 克	绍酒.....25 克
火腿骨.....2 根	鸡蛋清.....1 个
青菜苔.....50 克	小葱结.....5 克
湿淀粉.....10 克	熟猪油.....250 克
鸭汤.....100 克	(约耗 50 克)

〔烹制方法〕

1. 将鸭从脊背开刀，抠去内脏，用水洗净后放进开水锅里烫一下，捞出再洗，腹部朝上，放入大汤碗中，加葱、姜、绍酒、盐 10 克、冰糖、火腿骨，再加水与鸭平，上笼用旺火蒸至透烂取出，拣去葱、姜、火腿骨。

2. 将猪肉切成 3 厘米见方的薄片，用水把肉片漂洗净血水，使成白色，攥去水分，倒入鸡蛋清，加盐 0.5 克、湿淀粉 10 克一起抓匀浆好。

3. 锅置中火，加熟猪油烧至五成热，下肉片划开，见肉挺身时即滗去锅中油，加入鸭汤略焖一会起锅，放至鸭旁边，同时将另一锅放在旺火上，下猪油 15 克，烧至六成熟时放菜苔，加盐 0.5 克炒熟，放在鸭子的另一边即成。

〔工艺关键〕

猪肉顶丝切片，加调料上浆后放一点植物油拌匀，这样划油时肉片易散，且不易沾锅。

〔风味特点〕

翡翠鸭乃徽州传统名菜，是以火腿骨与鸭同蒸。鸭肉本香，火腿骨提味又增香，汤清味醇，配以白色的猪里脊肉，滑嫩鲜美，镶绿色的菜苔，三色相映，清雅大方。因菜苔是翠绿色，故称翡翠鸭。

## 烧鹅掌

（主料辅料）

净鹅掌.....20 个	姜片.....5 克
熟火腿片.....15 个	精盐.....5 克
熟笋片.....15 全	味精.....0.5 克
水发香菇.....10 克	鸭汤.....250 克
小葱段.....5 克	熟鸭油.....10 克

〔烹制方法〕

1. 将鹅掌放在锅中加水淹没，炖至六成熟时取出，在鹅掌面用刀轻轻直划一口，剔去趾骨和掌骨，用鸭汤浸泡 1 小时左右。

2. 在大碗中先放葱段、姜片。另将笋片、火腿、冬菇分 3 行摆好，再将鹅掌（腕部向碗中心，掌部向外）整齐摆好，加味精，精盐、鸭汤，上笼蒸 15 分钟左右取出，覆扣在盘中，拣去葱、姜，淋上熟鸭油即成。

〔工艺关键〕

剔除趾骨和掌骨时，不要破坏鹅掌的整体形态。

〔风味特点〕

烧鹅掌是沿江及江淮之间的传统名菜，选用农历七八月间的仔鹅掌烹制，皮细筋嫩，柔韧有劲，胶质浓稠，越嚼越香，是滋补佳肴。

## 酒卤鸭

### 〔主料辅料〕

光鸭 1 只.....	2000 克	精盐.....	10 克
净蒜瓣.....	250 克	姜汁.....	5 克
绍酒.....	300 克	湿淀粉.....	10 克
胡椒粉.....	1 克	熟猪油.....	1500 克
鸭汤.....	500 克		(约耗 100 克)

### 〔烹制方法〕

1. 光鸭从翅下开一刀口，取出内脏，剁去翅尖、脚爪和嘴壳，洗净。将精盐 5 克放小碗内，加水少许溶化，抹遍鸭身。取姜汁 2.5 克放碗内，加入精盐 2.5 克和绍酒 50 克，溶化后倒进鸭肚内。把整理好的鸭放入汤碗中，上笼蒸至八成烂时取出，原汤汁留碗中备用。

2. 炒锅置旺火，放入熟猪油，烧至七成热，将鸭下锅炸至淡黄色，捞出沥油。

3. 蒜瓣洗净放在盘内，将炸好的鸭剁成 0.7 厘米宽、5 厘米长的块，鸭头一劈两开，摆在蒜瓣上，鸭脯向上，仍码成整鸭形状，再上笼蒸至酥烂。

4. 锅置中火上，放入鸭汤 150 克、精盐 2.5 克、绍酒 250 克、姜汁 2.5 克，烧至酒香刚出时，用湿淀粉调稀勾薄芡，熟猪油 10 克浇在鸭上。

5. 将蒸鸭的原汤浇入锅中，加鸭汤烧开，盛入汤碗内，撒上少许胡椒粉，随鸭一起上桌。

### 〔工艺关键〕

光鸭腌渍入味，先蒸后炸，再炸浇汁，鸭肉酥烂，入味极佳，是徽味酒卤鸭的风味特色。

### 〔风味特点〕

酒卤鸭是徽州地方名菜。其特色是将蒸鸭之原汁加绍酒等调料烧至刚出酒香时，浇在鸭上，未食其肉，先闻其香，风味别致，诱人食欲。



## 饽饽鸭

### (主料辅料)

光鸭 1 只.....	1750 克	鸡蛋黄糕.....	25 克
熟火腿.....	25 克	熟莲子.....	25 克
小葱结.....	5 克	精盐.....	13 克
姜块.....	5 克	味精.....	1 克
水发香菇.....	30 克	绍酒.....	5 克
干贝.....	15 克	面粉.....	125 克
虾仁.....	15 克	湿淀粉.....	5 克
熟笋.....	60 克	熟猪油.....	750 克
猪瘦肉.....	100 克		(约耗 75 克)

### (烹制方法)

1. 将净鸭整鸭出骨，鸭肫留用，翻转皮后，剔去鸭臊，洗净沥干。
2. 鸭肫剖洗干净，刻成麻布形刀花，再切成 1 厘米见方的丁，用开水焯熟。猪瘦肉 50 克切丁，开水焯熟、火腿 10 克、熟莲子、干贝、蛋黄糕、香菇 15 克、笋子 30 克均切成 1 厘米见方的丁。将以上各丁放在大碗里，加盐 5 克。味精 0.2 克拌匀，填入鸭腹内，并将鸭颈皮打个结，封住刀口。
3. 将填好各丁的鸭子和骨架放进锅中，加入冷水烧开，取出洗净血沫，转换砂锅之中，加水、葱、姜（拍松）、绍酒，用旺火烧开，改小火炖至酥烂，取出骨架不用，再加盐 5 克、味精 0.5 克，待用。
4. 火腿 15 克、香菇 15 克、瘦肉 50 克、笋子 30 克切成细丁，和虾仁一起放在碗中。炒锅置中火，下熟猪油 25 克，烧至五成热，放入以上各丁煸炒，再加盐 3 克，味精 0.3 克及鸭汤 100 克，用湿淀粉调稀芡，盛在碗中，制成馅心。将面粉加冷水和成面团，加入熟猪油 10 克揉匀，分成 20 份，擀成皮包上馅心，做成饺子 20 只。炒锅置旺火，放入熟猪油，烧至六成热，将饺子下锅炸酥，捞起装盘，立即同砂锅鸭子一起上桌，当客之面将饺子下入砂锅热汤中，发出吱吱响声即成。

### 〔工艺关键〕

1. 整鸭脱骨，与整鸡脱骨相同，参阅“椒盐米鸡”工艺关键。
2. “八宝鸭”生胚与骨架同炖，大火烧开，撇去浮沫，小火慢炖，约需 2 小时左右。
3. 饺子炸黄炸酥，与砂锅同时上桌，趁热投入沸汤之中，吱吱作响，旧时称为“响堂菜”，增加宴会热烈气氛。

### 〔风味特点〕

“饽饽鸭”是芜湖传统名菜，又名“砂锅清炖八宝鸭”。其特色是以砂锅清炖，原锅上桌，揭盖后迅速投下油炸过的饺子，顿起吱吱之声。此菜有声、有色、有味，情趣横生。安徽人称饺子为“水饽饽”，故名。此菜鸭肉软烂，饺子酥脆。

## 叉烤鸭

### 〔主料辅料〕

光鸭 1 只.....2250 克

饴糖.....25 克

腌雪里蕻.....300 克

### 〔烹制方法〕

1. 在光鸭翅下肋开一个约 7 厘米长的刀口，拉出食管。气管、内脏等洗净。将雪里蕻洗净后挤水由刀口处填入鸭肚内，使脯腹鼓起，晾干。

2. 取烤叉从脊背靠腿处插进，再沿颈椎骨两旁穿出，鸭头弯过来存进叉。用开水均匀地浇淋鸭身，使鸭皮绷紧，饴糖加水 100 克稀释，在鸭身上淋一遍。

3. 烧木炭炉，执鸭叉先烤脊背，再烤两侧，最后烤胸脯。烤时勤转动鸭坯，使受热均匀，待烤至呈浅酱红色时取下，用薄片刀片下鸭皮，整齐地放在盘中即成。

### 〔工艺关键〕

1. 夏季可用鲜荷叶 3 张，用开水烫一下，放冷水中浸透，每张荷叶撕成大小相等的 4 片，合葱、姜、花椒适量，一并填入鸭腹，再行烤制，为应时佳肴。

2. 烤前，把蜂蜜、酒酿水、白醋、清水拌匀，用排笔蘸着均匀地刷到鸭身上，放到太阳下晒 1 小时。

3. 点燃本炭火，不要火苗，用小火翻烤，微黄时用排笔刷一层麻油。烤一会，再刷一层麻油。烤至枣红色时，还要刷一层麻油。

4. 可与荷叶饼、花鼓葱、甜面酱、花椒盐同时上桌。

### 〔风味特点〕

1. 安徽叉烤鸭为皖北名撰，它不同于北京烤鸭，鸭在烤制前，鸭腹内先填料，为鸭、汤增鲜。填料随季节而异，可填入荷叶、腌雪里蕻、黄豆芽等。

2. 叉烤鸭又名“一鸭四吃”：配甜面酱、葱白段和荷叶饼佐食；炒鸭丝，将鸭脯、腿肉片下切丝，配芽菜，加鸭油、食盐、料酒和味精，炒成鸭丝；鸭油涨蛋，烤鸭时，用钢精盆接下鸭油，并在鸭油盆内打进鸭蛋，加鸡汤、精盐，搅匀后盖上盖，放在烤过鸭的炭炉余火上烤熟，便成鸭油涨蛋；鸭骨架汤，鸭骨拆下剁成块，放锅内加水、食盐、葱姜，大火烧开，制成鸭骨架汤。

## 馄饨鸭子

### 〔主料辅料〕

光鸭 1 只.....1500 克	姜.....20 克
深度包袱饺.....40 只	精盐.....30 克
粘葱.....20 克	白糖.....4 克

### 〔烹制方法〕

1. 将光鸭从脊背剖开，去内脏洗净，用刀剁成 4 大块（两块鸭腿和两块胸脯连大翅，其余部位留作它用），下开水锅中烫至鸭皮收缩绷紧、血沫浮起时捞出洗净，然后分放在 4 只砂锅中，每只锅中加水 750 克、姜 5 克（拍松）、葱结 5 克，白糖 1 克，用旺火烧开，每只砂锅加精盐 7.5 克，改用小火，保持缓慢地冒泡状。

2. 当鸭炖至酥烂时，将制好的深度包袱饺下入开水锅中，待浮起，加冷水少许，等再浮起时捞出，分放在 4 只砂锅中，盖上锅盖，原锅上桌即成。

### 〔工艺关键〕

用砂锅炖鸭，大火烧开，撇净浮沫，小火微沸，炖烂炖酥，深度包袱饺煮熟后再下入砂锅，原锅上桌，风味正宗。

### 〔风味特点〕

1. 清朝末年，徽州厨师将传统徽州名小吃“深度包袱”放入汤菜中，使筵席大菜与小吃点心合二而一，成为徽州菜中的名撰。“深度包袱”著名于徽州歙县、屯溪一带，深度是通往浙江的古渡口。这种名点类似馄饨，形如老式包袱，但包馅折迭搭口处不严，下高汤煮时易吸汤汁而增鲜。“馄饨鸭子”即利用这一妙处，使一菜具有汤、菜、点三味，别具一格，沿传至今。

2. 此菜原砂锅上桌，肉酥含香，馄饨味鲜，汤醇厚。

## 糯果鸭条

### 〔主料辅料〕

光鸭 1 只.....	1750 克	糯米.....	300 克
净白果.....	50 克	水发木耳.....	25 克
净栗子.....	50 克	小葱段.....	25 克
净山药.....	100 克	姜块.....	25 克
猪五花肉（去皮）... .....	100 克	精盐.....	3.5 克

### 〔烹制方法〕

1. 将鸭从脊背开刀，除去内脏洗净。锅置旺火上，放入鸭子，加水烧开后撇去浮沫，加葱、姜（拍松），换用小火烧烂，捞出鸭子，鸭汤留用。

2. 糯米用水淘净。白果、栗子、山药、猪肉、水发木耳都切成 1 厘米见方的小丁混合在一起，用鸭汤煮成干饭即成糯果饭。

3. 将整鸭分成两半，剔去鸭骨，剁去头、颈、翅、爪不用，再切成 1 厘米宽、5 厘米长的块，整齐地摆在两个碗里，再把糯果饭放在鸭肉上，上笼蒸半小时左右，取出分扣在两个大汤碗里。

4. 锅置旺火，下鸭汤，加盐烧开，分浇在两碗鸭肉上，制成两份“糯果鸭条”。

### 〔工艺关键〕

1. 炖鸭加水量，以刚没过鸭身为度。
2. 焖糯果饭，掌握好鸭汤用量，成熟后干饭软硬适中。
3. 鸭块扣在碗里，使边向下，蒸熟翻扣过来，形整而亮。

### 〔风味特点〕

糯果鸭条原名“鸭子饭”，乃沿淮地区酒席中传统大菜之一。用鸭汤煮糯米饭，米中有白果、栗子等配料，饭菜同釜，鸭肉酥烂，果仁甘香，多味复合为一。糯米饭中带有鸭香、果香，味道鲜美。

## 鸭味三件

### 〔主料辅料〕

鸭掌.....20只	姜末.....2.5克
精盐.....2.5克	酱油.....15克
鸭舌.....10克	白糖.....5克
鸭腕.....2只	味精.....0.5克
熟笋.....20克	绍酒.....15克
水发冬菇.....25克	湿淀粉.....15克
青蒜.....15克	鸭汤.....200克
红辣椒.....1.5克	熟鸭油.....75克

### 〔烹制方法〕

1. 鸭舌、鸭掌洗净后放入锅中，加冷水 500 克，用中火煮至六七成烂时取出。鸭掌背面趾骨上用刀轻轻地直划一口，剔除趾骨，如此法再剔去掌骨。鸭舌剔去舌骨。鸭腕剥去内层板皮，再用刀贴着鸭腕右半部膜皮片进肉内，向前轻轻片去外层膜皮，每个腕剔下两块腕肉切成薄片。红辣椒切成小片。青蒜斜切成小段。熟笋、冬菇切成片。

2. 锅置旺火上，放入熟猪油 60 克烧热，先将舌、掌煸炒两下，放鸭汤 200 克，加酱油、白糖、盐、味精、绍酒、笋和冬菇煸炒入味后，推向锅的一边。然后将锅微歪，使汤淌向另一边，随即倒入腕片，用勺子划开，加姜末、红辣椒、青蒜翻炒几下，用湿淀粉调稀勾芡，淋上熟鸭油 15 克，翻几下起锅即成。

### 〔工艺关键〕

1. 鸭掌剔除趾骨，不要剔破鸭跖。剔除掌骨，不要剔破筋、皮肉。
2. 鸭味三件为火功菜，成菜舌糯、掌韧、腕脆、必须掌握好火候。

### 〔风味特点〕

用“烩”制法将鸭的舌、掌和腕共烹成菜。舌、掌先下锅烧烩入味，腕片在菜汤中烫熟。舌糯、掌韧、腕脆，有独特的鸭油香风味，是沿江传统名菜。

## 鸭双味

### 〔主料辅料〕

鸭小腿.....12 个	白糖.....5 克
鸭掌.....12 个	绍酒.....25 克
鸡蛋.....2 个	面粉.....50 克
小葱.....10 克	辣椒油.....5 克
姜.....25 克	芝麻油.....15 克
蒜瓣.....10 克	熟猪油.....1000 克
精盐.....15 克	(约耗 75 克)
味精.....1 克	

### 〔烹制方法〕

1. 鸭小腿放碗内，加精盐 5 克、绍酒腌渍 1 小时入味。姜 10 克切片、15 克切丝，葱切丝。将腌好的鸭腿加入葱片、蒜瓣 5 克上笼蒸烂取出待用。另将鸡蛋磕在碗内，加面粉搅蛋糊，再加芝麻油搅匀。

2. 鸭掌煮至七成烂捞出，剔去骨，趁热用辣椒油、味精、白糖、精盐 10 克、蒜瓣 5 克（拍碎）拌匀，堆放在盘中间。

3. 锅置旺火上，倒入熟猪油，烧至五成热，将鸭小腿逐个滚上蛋糊，下油锅炸至金黄色时捞起，摆放在鸭掌的周围，葱、姜丝分别放在盘的两边即成。

〔工艺关键〕炸鸭腿用火不可过急，避免外糊内生，排入盘中，大头向里。

### 〔风味特点〕

鸭双味以鸭的小腿和鸭掌入馐，烹法两样，滋味不同。鸭腿蒸熟再炸，鸭掌煮后以辣油、蒜等调味腌拌。鸭腿香酥，鸭掌筋韧，辣鲜微甜，双味合璧，是徽味沿江名肴。

## 掌上明珠

### 〔主料辅料〕

大鸭掌.....10 只	味精.....1 克
鸽蛋.....10 只	清鸡汤.....150 克
虾仁.....100 克	熟猪油.....25 克
绍酒.....5 克	干淀粉.....5 克
细盐.....20 克	湿淀粉.....15 克

### 〔烹制方法〕

1. 将鸭掌加温开水浸泡，剥去外衣，用刀刮去鸭掌黑黄的斑点。洗净后入开水锅中略焯取出，再用清水洗净，去除异味。放入鸡汤锅煮酥取出。冷却后，拆去鸭掌骨。

2. 虾仁洗净沥干，放在干净的砧板上，用刀斩成虾茸，放入碗中加绍酒、味精、精盐、干淀粉拌和上劲，成为虾胶。鸽蛋入冷水锅中煮熟，取出用冷水浸一下，再剥去蛋壳。将鸭掌放在盘里，涂上虾胶，然后嵌上一只鸽蛋，上笼旺火蒸 5 分钟左右，至虾胶成熟取出放在盘中。

3. 炒锅洗净，加鸡汤烧开，加细盐、味精，用湿淀粉勾薄芡，淋上熟猪油，均匀地浇在 10 只鸭掌上，再用炒熟的豆苗、草头等绿叶菜围边即成。

### 〔工艺关键〕

1. 鸭掌熟而不烂，保持其形状完整。
2. 制作虾胶，顺一个方向搅拌上劲，粘牢鸭掌，不使脱掉。

### 〔风味特点〕

1. “掌上明珠”始于清代。乾隆年间，宫廷及地方官府盛行鸭菜。鸭掌因清鲜元腻，脆韧适口，颇受食者欢迎。以鸭掌制菜，首先出现于江苏扬州和苏州，当时较为盛行的是“拌鸭掌”、“烩鸭掌”等。清代后期，江苏地区的厨师又用鸭掌煮熟出骨，铺上一层虾茸，再放上一层鸽蛋，烹制成菜。因该菜取用鸭掌与珍贵鸽蛋烹制，人们将它视为菜中上品，所以定名为“掌上明珠。”该菜造型美观，色泽明艳，韧嫩相合，滋味鲜美，成为席上佳肴，盛行各地，后来进入宫廷，成为清宫名菜。现在上海、苏州、扬州、安徽等地均有此菜，安徽地区一直将它作为当地宴席名肴。

2. 鸽蛋色白嫩糯，虾胶色红肥鲜，鸭掌脆嫩爽口。

## 雪冬山鸡

### 〔主料辅料〕

山鸡 1 只.....	1000 克	精盐.....	2.5 克
净冬笋.....	200 克	酱油.....	50 克
猪肥膘肉.....	50 克	白糖.....	10 克
腌雪里蕻.....	100 克	绍酒.....	15 克
小葱.....	15 克	湿淀粉.....	10 克
姜.....	10 克	熟猪油.....	50 克

### 〔烹制方法〕

1. 将山鸡连毛剥皮，以脊背开刀。除去内脏洗净，切成 3 厘米见方的块。雪里蕻洗净切碎。冬笋削切成薄滚刀块。葱 5 克切成末，10 克切成段。猪肥膘肉切成 4 厘米长、2 厘米宽、0.3 厘米厚的片。

2. 炒锅置旺火，放入熟猪油 40 克，烧至五成热，下鸡块和猪肥膘肉片煸炒。待鸡块变色时，加入酱油、绍酒、葱段和姜块（拍松），再加水用旺火烧开后，换用小火炖至七成烂，再加笋、雪菜、盐、白糖，烧至九成烂，然后换用大火烧至汤半干时，用湿淀粉调稀勾薄芡，淋入熟猪油 10 克，起锅装盘，撒上葱末即成。

### 〔工艺关键〕

此菜先炒后烧，加水量与鸡块齐平，基本收干汤汁，勾薄芡上桌。

### 〔风味特点〕

山鸡一名“雉”，俗呼“野鸡”，安徽冬季山鸡最多。广德县横山山鸡，头有双冠和两个小肉包，肉质厚嫩而有异香。以横山山鸡烹制的此菜，嚼之无渣，醇香诱人。配以雪菜、冬笋同烧，可谓三冬密友，锦上添花，是传统的时令名肴。



## 绣球鸡蛋

### 〔主料辅料〕

鸡蛋.....5 个	精盐.....5 克
水发木耳.....5 克	味精.....1 克
水发笋.....5 克	湿淀粉.....10 克
榨菜.....5 克	白胡椒粉.....1 克
香菜.....5 克	芝麻油.....5 克
猪小肠衣.....33 厘米	鸡汤.....750 克

### 〔烹制方法〕

1. 将猪小肠衣用水洗净，用线绳扎住一头。
2. 鸡蛋磕入碗里，加盐 2.5 克、味精 0.5 克、湿淀粉 10 克，用筷子搅打至起泡沫时灌入肠衣里，再用线绳将另一头扎牢。依次每隔 3 厘米左右用绳扎一下，放入微沸的汤锅内煮熟，捞起晾凉，再按扎好的小段逐段切下，剖为两半（一边要连着肠衣）。在鸡蛋上刻成麻布形花刀，下开水锅浸烫至卷成绣球形捞出，即成绣球蛋。笋、榨菜切成小片。
3. 炒锅置中火，下鸡汤，加木耳、笋片、榨菜、盐 2.5 克、味精 0.5 克，烧开后倒入盛有绣球蛋的汤碗中，淋上芝麻油，放入香菜，撒上白胡椒粉即成。

### 〔工艺关键〕

蛋肠剖为两半，一边要连着肠衣，在鸡蛋上剖麻布形花刀。刀深  $\frac{4}{5}$ ，刀距要均匀，不要把小肠衣切破。

### 〔风味特点〕

肠衣常用来灌制香肠，而淮北地区却灌入鸡蛋，煮熟后经刀工处理。熟鸡蛋刀花张开，形如绣球，称为“绣球鸡蛋。”味鲜爽，带香油香、香菜香、胡椒香，为徽味名撰。

## 银鱼煎蛋

### 〔主料辅料〕

鲜银鱼.....100 个	姜末.....2 克
鸡蛋.....6 个	精盐.....5 克
小葱末.....2 克	绍酒.....15 克
熟猪油.....75 克	

### 〔烹制方法〕

1. 选用长 5 厘米左右的小银鱼洗净，沥干水分。鸡蛋磕入碗内，加葱末、姜末、绍酒和盐，搅散后再放入银鱼拌匀。

2. 炒锅置中火，放入熟猪油 75 克，烧至八成热下入鸡蛋，随即将锅微微转动，使蛋液摊开，待鸡蛋液凝固时再一颠锅，使鸡蛋整个翻身，淋上熟猪油 25 克，换用小火煎透出锅，装盘即成。

### 〔工艺关键〕

银鱼煎蛋质地软嫩，蛋液入锅，待上面刚有点凝固时，颠锅翻身，换用小火煎透。

### 〔风味特点〕

1. 银鱼，古称脍残鱼。宋诗人文豪司马光写的“银花脍鱼肥”即指银鱼。鲜银鱼鱼体细长，光滑透明，洁白如银，每年夏季捕捞。安徽多处出产，以巢湖产量大，品质最佳。

2. 银鱼煎蛋是合肥、巢湖一带传统名菜，用新鲜银鱼与蛋液拌匀，以油煎法烹制，成菜黄中间白，食之软润香鲜，带有蟹味。

## 椿芽焖蛋

### 〔主料辅料〕

鸡蛋.....8 只	精盐.....4 克
鲜嫩椿芽.....50 克	熟猪油.....100 克

### 〔烹制方法〕

1. 将净椿芽放入开水碗里，盖严碗盖，约烫 3 分钟取出，沥干水分，切成碎末。鸡蛋磕入碗内，加入盐搅打至起泡沫。

2. 炒锅置旺火，放入熟猪油，烧至五成热，将鸡蛋倒入锅内，急速炒几下，趁鸡蛋未熟时，将椿芽放在蛋中间，用手勺将四周鸡蛋向中心折迭，使鸡蛋液包住椿芽，颠勺翻身，用 1 个大碗将锅里鸡蛋盖上，移到小火上焖 5 分钟左右至熟，取出大碗，整块滑入盘内即成。

### 〔工艺关键〕

不要把两面煎糊煎硬，蛋液熟透，质地软嫩。

### 〔风味特点〕

1. 安徽太和县香椿芽是地方特产，质地鲜嫩，芳香浓郁。据传早在唐朝时即已成为“贡品”，明清两朝已闻名全国，是安徽出口商品之一。

2. 椿芽焖蛋是太和县的傳統風味，將椿芽包于蛋液之中，經小火燜制，使椿芽的芳香留于蛋內，菜品濃香誘人，脆嫩爽口。

## 还原蛋

### 〔主料辅料〕

咸鸭蛋.....6 个	桂花.....0.5 克
猪板油.....100 克	干淀粉.....50 克
熟香肠.....50 克	芝麻油.....15 克
鸡蛋清.....5 个	花生油.....1000 克
白糖.....150 克	(约耗 75 克)

### 〔烹制方法〕

1. 将熟香肠切成末。咸鸭蛋煮熟，用冷水渍一下去壳，剥去蛋白留作别用。取蛋黄和板油、白糖、香肠末、桂花一起塌成泥拌匀，分成 12 份，每份沾上芝麻油做成丸子。

2. 将鸡蛋清放在碗里搅打成泡沫状，加干淀粉调成蛋泡糊。

3. 炒锅置中火，放入花生油，烧至四成热，将丸子裹上蛋泡糊入油锅炸至乳白色，捞出装盘，撒上白糖 75 克即成。

### 〔工艺关键〕

1. 盛蛋清的容器要洁净，勿带生水，顺一个方向搅打，使成奶油状，以插入筷子立定不倒为度。

2. 丸子做成蛋形，裹糊后仍似蛋形，炸至乳白，不要上色发黄。

### 〔风味特点〕

还原蛋是用咸鸭蛋黄等原料制成。咸鸭蛋黄的特殊芳香中夹有香肠腊香和桂花香味，风味特佳。菜品系裹蛋泡糊油炸，炸后膨起饱满，形似鸭蛋，故名还原蛋。

## 八宝蛋

### 〔主料辅料〕

鸡蛋.....6个	熟猪油.....25克
熟笋.....10克	精盐.....4克
鳊鱼.....50克	味精.....0.5克
肥膘肉.....15克	绍酒.....2.5克
熟火腿.....15克	白胡椒粉.....0.5克
青豆.....10克	干淀粉.....10克
水发香菇.....10克	湿淀粉.....10克
鸡蛋清.....1个	鸡汤.....150克
葱姜汁.....10克	

### 〔烹制方法〕

1. 鸡蛋放在冷水锅中煮至水刚沸时捞出，在空头一端打一个如食指粗的洞，把未熟的鸡蛋黄倒在碗里。

2. 在盛鸡蛋黄的碗里，加盐1克、干淀粉5克，搅匀上笼蒸熟取出，切成比黄豆粒稍大的丁。火腿、冬笋、香菇也切成比黄豆粒稍大的丁，并用干淀粉2.5克拌一下。

3. 将鳊鱼肉和肥膘肉一起剁成细泥，加精盐1.5克、白胡椒粉、绍酒、葱姜汁、鸡蛋清和水10克，搅拌至有粘性后，再加干淀粉2.5克搅拌，然后加以上各丁和青豆搅拌成馅心。

4. 将调好的馅心塞入无黄鸡蛋内，塞满后用蛋壳封口，上笼用中火蒸15分钟左右取出，放入凉水中冷却，剥下蛋壳，切成0.6厘米厚的圆片，整齐地码在盘中成“宝塔”形，再上笼蒸热取出。锅放在旺火上，下鸡汤、精盐1.5克、味精、熟猪油烧开，用湿淀粉调稀勾芡浇在蛋上即成。

### 〔工艺关键〕

1. 鸡蛋冷水下锅，刚开即捞，这时蛋清已熟，而且蛋黄还是稀的，打个孔蛋黄便可流出。

2. 蒸蛋黄糕时，火不可太旺，否则蒸气过大，易使蛋糕起泡。

### 〔风味特点〕

八宝蛋是芜湖传统名菜。其特点是，将一个完整鸡蛋，巧妙地把蛋黄变成八宝料。菜品发开蛋白如玉环，中间的各色配料五彩缤纷，咸鲜香嫩，十分可口。

## 双燕还巢

### 〔主料辅料〕

净菜鸽.....2只	精盐.....5克
(约重500克)绍酒.....15克	
熟鸽蛋.....12个	白糖.....15克
鳊鱼肉.....150克	大料.....2只
发菜.....15克	白胡椒粉.....0.5克
水发冬菇.....50克	干淀粉.....15克
鸡蛋清.....2个	湿淀粉.....10克
葱.....10克	熟猪油.....1000克
姜.....10克	(约耗100克)
酱油.....25克	鸡汤.....10克
芝麻油.....15克	鸡油.....5克

### 〔烹制方法〕

1. 鸽子开膛洗净血水，放置清水中浸泡。发菜用清水洗净，用鸡油上笼蒸7分钟，鳊鱼肉，肥膘肉用清水洗净血水，剁成细泥放入碗里，加精盐1克、味精0.3克、绍酒5克、葱姜汁、白胡椒粉、鸡蛋清、干淀粉15克搅打上劲。

2. 泡净的鸽子在开水里焯一下捞起，趁热抹上酱油，下至六成热的油锅中炸成金黄色。锅置旺火上放熟猪油50克，烧热后将葱段5克、姜片5克，放入油中炸出香味，随后放入鸡汤，加大料、白糖、酱油、味精0.3克、精盐5克、绍酒10克，放入鸽子，在大火上烧开后，改小火焖烂。

3. 把发菜和鳊鱼制成的馅搅合均匀，取12个燕窝模子，抹上猪油，然后把馅抹在模子内放入盘中，上笼蒸6~7分钟，鸽蛋滚上干淀粉约10克，下五六成热的油锅中，炸成金黄色时捞出，放在燕巢中。

4. 香菇切成粗丝，用芝麻油炒一下，加汤、精盐、味精，烧入味后，用湿淀粉3克勾芡出锅，备用。

5. 把焖烂的鸽子放大腰盘中，炒好的冬菇放成两个翅膀、脚爪上做羽毛，摆出燕子的姿势。然后用蒸好的燕窝鸽蛋围边。将焖鸽子的原卤用湿淀粉勾芡，浇在盘中即成。

### 〔工艺关键〕

1. 葱姜汁制法：去皮姜5克切成姜末，放在小碗中，加水（50左右）50克浸泡，葱白5克拍松，切段，待水冷后，放入小碗中泡5分钟左右，再过筛除渣，取汁即成。

2. 发菜杂质较多，泡发前应择去明显的杂质，再用开水泡上，胀发后，用温水漂洗，边洗边再去杂质，洗净后用凉水泡上备用。

### 〔风味特点〕

比翼双飞入巢来，寓意着燕尔吉祥。“双燕还巢”这个芜湖传统名菜，即取其含意成为当地婚筵中的一道大菜。此菜用鸽子一双，造型如燕，以发菜等制“巢”，制作精巧，真伪难辨，肉质酥烂，口味醇厚。

## 菊花锅

### 〔主料辅料〕

鸡脯肉.....75克	菠菜.....150克
鸡肫.....75克	白菊花.....20克
猪瘦肉.....75克	熟笋片.....50克
青鱼肉.....75克	虾米.....25克
鸡蛋.....10个	熟火腿.....25克
鲜虾.....100克	腌雪里蕻.....50克
干粉丝.....50克	水发香菇.....50克
葱姜汁.....25克	精盐.....5克
绍酒.....15克	鸡清汤.....1000克

### 〔烹制方法〕

1. 取碟5只，将以下五种生料分别摆好造型：鸡肫去皮片成薄片，摆成牡丹花形。猪瘦肉片成长薄片，摆成喜鹊和梅花形（称“喜鹊登梅”），并将香菇洗净去蒂切成丝，作为梅花的枝干。鱼肉片成薄片，摆成金鱼形。

鲜虾洗净去头壳，只留尾部壳尖，摆成松鼠形（称“松鼠跳天都”）。鸡脯肉片成薄片摆成仙鹤形。然后分别洒上葱姜汁和绍酒。

2. 将干粉丝在油锅里略炸，捞出装入盘中。菠菜洗净放在盘中。鸡蛋外壳洗净放入盘中。

3. 笋、火腿切成片，雪里蕻切成3厘米长的段，连同虾米、精盐、鸡清汤一同放入炒锅中，烧开后倒入菊花锅里，连同各生料盘一起上桌。

### 〔工艺关键〕

各种生料，去净筋皮，片成厚薄一致，但愈薄愈好，一涮即熟，脆嫩可口。

### 〔风味特点〕

菊花锅是徽州传统佳肴，锅系铜质镂花特制餐具，燃酒火，火焰从花纹镂空处四射，蔚为奇观。菊花锅汤沸，入白菊花，顿生清香，在“喜鹊登梅”、“松鼠跳天都”等生料中自选自烫，蘸芝麻油、酱油食用。生料烫食完后，将油炸粉丝下入锅内，同时将鸡蛋搯入锅内，熟后盛在小碗里，再将粉丝随汤也盛入小碗，作为饭点。整个进餐过程气氛热烈，妙趣横生。

## 三河酥鸭

### 〔主料辅料〕

光鸭 1 只.....1500 克	味精.....0.5 克
水发香菇.....30 克	大料.....1.5 克
小葱结.....10 克	桂皮.....1 克
姜片.....5 克	花生油.....1500 克
酱油.....75 克	(约耗 50 克)
精盐.....1.5 克	

### 〔烹制方法〕

1. 鸭从脊背开刀，除去内脏，剁掉翅膀尖、脚掌，洗净沥干。
2. 炒锅置旺火，放入花生油，烧至七成热，将鸭子皮抹匀酱油 25 克，背面向上，下锅炸至金黄色时捞起。原锅中油倒出，放入鸭子，加水淹没，用旺火烧开，转用小火慢煨，至八成烂时捞出晾凉。在砂锅中放入葱、姜、大料、桂皮。将鸭剖成两半，剔去胸骨、腿，剁下头颈后，切成 3 厘米长、2 厘米宽的条，鸭皮向下整齐地摆入砂锅内。鸭子头、颈剁成两半放在鸭肉上，加盐、味精、酱油 50 克，再浇上鸭汤。
3. 砂锅盖好盖，放在铝锅内，加水用旺火隔水炖 2 小时左右，至鸭肉酥烂时，覆扣在大汤盘内，拣去葱、姜、大料、桂皮即成。

### 〔工艺关键〕

1. 光鸭洗净后，必须晾干，抹匀酱油再炸，一不蹦水，二易上色。
2. 砂锅放在铝锅内，加水量一般至砂锅的一半为好，避免清水溢入，失去原汁原味。
3. 隔水炖鸭，如系老鸭，炖的时间可适当延长。

### 〔风味特点〕

酥鸭是肥西县三河镇的传统名菜，既当菜上席，又当面条浇头。鸭先炸酥，再以小火烧至半熟，转用隔水炖法久炖。此菜因巧控火候，汤清澈，皮干香，肉软烂，食不塞牙，口感酥松，故名“酥鸭”，在合肥一带颇负盛名。



## 油炸麻雀

### [主料辅料]

麻雀.....100 只	丁香.....2.5 克
姜.....100 克	桂皮.....7.5 克
酱油.....500 克	芝麻油.....150 克
精盐.....30 克	菜籽油.....10 斤
白糖.....325 克	(约耗 400 克)
大料.....10 克	

### [烹制方法]

1. 姜和八角等香料一起装入小布袋中扎上口。把麻雀焖死后，用手指将前颈撕破，先剥去头皮，接着将胸脯皮分别向两翅撕开，弃去翅膀，再将后背皮、前胸皮同时往下剥至腿部，最后弃去尾巴，整理成光雀，再用二指紧捏肋下腹部皮，将全部内脏从腹部挤出，剪去嘴尖壳和脚爪，洗净晾干。

2. 炒锅放入菜籽油，旺火烧至七成热，下麻雀炸 5 分钟左右，待雀头盖炸成白色，雀身浮起时捞出。

3. 将油炸的麻雀放回原锅，加水 500 克，放进香料袋和酱油、白糖、盐，用旺火烧开，改用微火慢煨，至锅内汤汁粘稠时，淋麻油装盘热食，或晾凉放入芝麻油中浸泡一两天可作冷盆。

### [工艺关键]

1. 麻雀内脏，可用手指紧捏挤出，不必剖腹，保持雀形完整。2. 大火烧开，小火慢煨，收干汤汁，麻雀浸泡，亮而入味，贮存 3 月之后再食，风味更佳。

### [风味特点]

1. 油炸麻雀是安徽和县的传统美食。和县位于长江北岸，沿江圩滩芦苇丛生，麻雀众多，秋收时节，群雀踊至田中觅食，当地群众为除害兴利，夜晚四出以网捕捉，烹而食之，渐成习俗。久之，见之于市，经厨师不断改进，创制了油炸、油酥之法，成为美食佳饌。流传至今，已有 100 多年历史。

2. 麻雀经油炸再烧焖、成熟后，放芝麻油中浸泡一二日再食。此菜色泽酱红油亮，人口干香爽脆，味鲜美，装在罐内用芝麻油封面再密封，能保持 3 个月不变质。

### 黄山炖鸽

#### [主料辅料]

净菜鸽 2 只...500 克	姜块.....25 克
冰糖.....25 克	精盐.....5 克
黄山山药.....100 克	绍酒.....25 克
小葱结.....25 克	鸡汤.....750 克
熟鸡油.....10 克	

#### [烹制方法]

1. 将山药削去外皮，洗净，切成 0.1 厘米厚的片，放开水锅中浸烫一下捞起。

2. 将鸽子从腹部（靠近肛门附近）开一小口，掏出内脏（留肫、肝），洗净，下开水锅中浸烫一下，捞起再清洗一次，放在汤碗内，加入山药片、葱结、姜（拍松）、精盐、冰糖、绍酒和鸡汤，用 1 个大盘盖在汤碗上，上

笼蒸 2 小时左右取出，淋入熟鸡油即成。

[工艺关键]

汤碗用皮纸封严，保持原汁原味，且能缩短蒸制时间，鸽肉口感更美。

[风味特点]

黄山是世界闻名的旅游胜地，它位于皖南山区，方圆 250 公里，现代文学家、考古学家郭沫若推黄山为“天下第一山”。黄山不仅风景著名，其特产山珍野味也令人垂涎。黄山炖鸽这道名菜就是取材于黄山名产——黄山山药与黄山野鸽以隔水炖法烹制成菜。山药滋阴补肾，鸽肉强身健体，被当地百姓视为滋补延年的佳品。此菜汤清味鲜，鸽肉酥烂，山药软糯，是徽菜中的传统名肴。

## 中国名菜徽皖风味植物类

## 问政山笋

### [主料辅料]

问政山笋.....	1000 克	醋.....	25 克
精盐.....	2 克	白糖.....	30 克
味精.....	0.3 克	芝麻油.....	25 克

### [烹制方法]

1. 将笋削去根，剥掉外壳，削去笋皮，清洗干净，切成直径 2 毫米、长 5 厘米的细丝，剩余下的脚料可做它用。将切好的笋丝在锅内焯约 2 分钟，捞出控尽水，整齐地装入盘中，晾凉备用。

2. 取一只小碗，将醋、盐、糖、味精、芝麻油放入化开调匀，浇在笋上，吃时拌匀。

### [工艺关键]

1. 制作冷菜最好选用新鲜的问政山笋，以保持其清爽新鲜风味。

2. 此菜由于原料极其嫩脆，可不切丝，直接切成 6 厘米长的段，下开水锅约烫 2 分钟，出锅轻拍，切成长条状，装盘即可。这样就不会有下脚料了。

### [风味特点]

问政山笋堪称一绝，箨红薄肉，质脆味鲜，嫩细尤胜，用手捏掐，立刻出水。笋若坠地，当即碎裂。古书对此早有记载。《安徽通志》中曰：“笋出徽州六邑，以问政者味尤佳。”据说当地人特别好食此笋，每年开春都要挖笋，送给在外省经商的家人。为了保持笋味，往往将笋箨剥掉，笋块放入砂锅，在船上用炭火炉文火清炖，昼夜兼程，送给浙江经商的亲人。船至笋熟，开盘即食，笋味微甜，脆嫩可口，如同鲜笋一般。南宋时曾作为“贡笋”进献宫廷，做为御膳。

## 香菜

### [主料辅料]

大白菜帮.....	5000 克	白糖.....	10 克
姜.....	15 克	五香粉.....	2 克
芝麻.....	30 克	精盐.....	30 克
蒜瓣.....	15 克	芝麻油.....	50 克
辣椒粉.....	10 克		

### [烹制方法]

1. 将白菜帮洗净沥干，切成 5 厘米长的段，再切成 2 毫米宽的丝，置太阳下晒至半干，收起备用。

2. 姜、蒜洗净去皮切成末。芝麻在小火上用铁锅炒出香味，颜色微黄，盛出碾成碎末。

3. 将盐、糖、姜末、蒜末放入盆中与菜丝拌匀，轻揉几下，视菜丝出汁即可。再加入五香粉、辣椒粉、芝麻粉搅拌均匀，淋上芝麻油，用绳子和牛皮纸将盆口扎紧封严，20 天后取出装盘，即可食用。

### [工艺关键]

1. 晒至半干的菜帮可视水分脱失约 70% 为标志，即 5000 克晒后约为 1750 克。

2. 若有小坛子，可将菜丝放坛内，密封贮存 20 天，随取随用。

### [风味特点]

1. 此菜原名“芝麻香菜”，是安徽省芜湖地区传统特产，已有 500 多年历史。原制作方法是以前大白菜的嫩心为主料，经晾晒、洗净、切条、晒干后用细盐腌 24 小时，倒出盐卤，加入五香粉、蒜末、辣椒粉、炒熟的黑芝麻、熟菜油等调料，装缸密封，存放 30 大后方可食用。而我们这里介绍的是用菜帮，以求经济。厨者可根据不同特产条件自行选择。

2. 秋后是大白菜旺季，制作此菜最佳。由于此菜久存不坏，为秋冬两季徽味家常咸菜。

3. 此菜香气浓郁，微辣爽口。如果选用嫩菜心，制作此菜，别具脆嫩特色。

## 红果梨丝

### [主料辅料]

砀山梨.....500 克

红果.....200 克

白糖.....125 克

### [烹制方法]

1. 将红果在开水中泡 5 分钟左右，用薄铁皮卷成小圆筒，把果核捅去，撕去外皮，但要注意保持红果外形完整。

2. 把梨削皮去核，切成 6 厘米长的细丝，放在盘中。

3. 铜锅置中火上，加水 100 克和白糖，熬至刚起粘丝时，随即放入山楂炒至糖汁透明后出锅，将山楂围在梨丝周围。

### [工艺关键]

熬糖时火候要小，视糖液中气泡变成微小气泡时即可放入红果，糖汁要裹匀，凉后即成了透明的糖壳。

### [风味特点]

1. 汤山梨是安徽省砀山县特产，梨肉清脆，细白而甜，水分大，且无渣，俗称酥梨。

2. 成菜雪白蓬松，颗颗红果相围，色泽艳丽，香气四溢。

3. 清脆多汁的梨丝，佐以酸甜的红果，是秋季时令佳肴，有解渴醒酒之功。

## 金雀舌

### [主料辅料]

雀舌茶叶.....150 克	芝麻油.....500 克
鸡蛋.....2 个	(约耗 50 克)
精盐.....0.2 克	干淀粉.....15 克
花椒盐.....10 克	

### [烹制方法]

1. 将雀舌放在茶杯内，倒入水泡开后，滗去水捞出放进大碗里，搥入鸡蛋，加盐轻轻抓拌，至鸡蛋起泡沫时，下干淀粉搅匀成糊。

2. 锅放在旺火上，放入芝麻油烧五成热时，将雀舌二三片并在一起，裹上蛋糊分散下锅，用勺轻推二三下，呈金黄色时，汆去锅中油。

3. 原锅端离火，将花椒盐分 3 次均匀地撒在锅里的金雀舌上（撒一次将锅颠翻一下），撒完后出锅装盘（锅里的花椒盐不要刮在盘里）即成。

### [工艺关键]

1. 此菜主料应先用洁布吸干水分，然后再拌腌，腌时味不可过重。

2. 因菜出锅前还要撒花椒盐，此菜炸时最好分两次炸。第一次用温油，炸至主料外层糊凝固，色泽一致时捞出；第二次要用高温油，主料在热油中停留的时间较短，减少水分的散发而软嫩可口。

[风味特点]黄山毛峰，中国名茶，产于歙县，因地近黄山，故称黄山毛峰。雀舌是黄山毛峰的极品，色绿形美，香郁味甘，叶片小而尖，状似雀舌，将此茶叶泡开裹上蛋糊炸成金黄色，故称“金雀舌”。细品此菜，香气持久，回味甘甜，是徽州传统名菜。

## 朱洪武豆腐

### [主料辅料]

嫩豆腐.....500 克	醋.....5 克
(实用 250 克) 白糖.....3 克	
肥瘦猪肉.....100 克	绍酒.....5 克
虾仁.....25 克	味精.....0.5 克
鸡蛋.....4 个	干淀粉.....25 克
葱末.....10 克	湿淀粉.....35 克
精盐.....5 克	熟猪油.....1000 克
肉汤.....150 克	(约耗 75 克)

### [克制方法]

1. 将肥瘦猪肉切成绿豆大的末。虾仁沥干水，加精盐 1 克、湿淀粉 5 克浆匀后剁碎。炒锅置火上烧热，先用油将锅滑一下倒出，放入葱姜末各 5 克、肉末、虾仁下锅煸炒至松散，烹入绍酒，加肉清汤、味精、精盐炒和后，用湿淀粉 5 克调匀勾芡成馅，盛入盘内稍凉待用。

2. 将豆腐去皮用刀修整齐，切成 4 厘米长、2 厘米宽的片，再片成 0.1 厘米厚的片 24 片平放在盘内，将虾、肉馅心分成 12 份，放在豆腐片上拌匀，分别盖上一片豆腐制成的豆腐生坯。将鸡蛋清放碗内搅打成泡沫状，加入干淀粉调匀成糊。

3. 锅置旺火上，放入熟猪油烧至五成热，将豆腐坯沾匀蛋泡糊，逐个下入油锅炸至黄色捞起，再将油温升至七成熟时，重炸至金黄色捞出沥油。锅中放肉清汤 100 克，放入豆腐，加精盐 3 克、白糖以小火烧开后加醋勾芡起锅装盘即成。

### [工艺关键]

此菜以炸、焗两种不同的烹制方法加工制成。八公山所产豆腐，非常鲜嫩，烹制时动作要轻，切不可将豆腐碰碎。

### [风味特点]

1. “朱洪武豆腐”又名“凤阳酿豆腐”，是凤阳传统名菜，已有五百多年历史。据传明朝开国皇帝朱元璋（年号洪武）幼时，因家境贫困，靠乞讨度日，一日他在凤阳城内一家饭馆讨得一块“酿豆腐”，食后感到美味可口，便常到此饭馆讨食。后来，他当上皇帝后，时常想起家乡风味，便从凤阳将此店厨师召进皇宫，为其专制此菜。厨师便依凤阳传统烹制，深得皇帝喜爱。此后后宫筵席，离不开此菜，流传至今，称为“朱洪武豆腐”，驰名于世。

2. 此菜是豆腐夹馅，先炸后焗，质地软嫩，颜色奶黄，咸鲜可口。



## 徽州毛豆腐

### [主料辅料]

毛豆腐 10 块.....	白糖.....5 克
.....500 克	味精.....0.5 克
小葱末.....5 克	肉汤.....100 克
酱油.....25 克	菜籽油.....100 克
精盐.....2 克	

### [烹制方法]

1. 将毛豆腐每块切成 3 小块。
2. 把锅置旺火上，倒入菜籽油，烧至七成热时，将毛豆腐放入煎成两面呈黄色，表面皮起皱时，加入葱姜末、味精、白糖、精盐、肉汤、酱油烧烩 2 分钟，起锅装盘即成。

### [工艺关键]

1. 煎锅必须干净，先将锅烧热，再用凉油涮一下，然后下入豆油煎制，才不会巴锅。
2. 煎豆腐时油不可淹没豆腐，先少放些油，不够再加，并随时晃动锅，使豆腐不断转动，一防巴锅，二防色不匀。
3. 此菜汤汁不多，又要求在短时间内收尽汤汁，故要掌握好火候。

### [风味特点]

1. 毛豆腐是用鲜豆腐进行人工发酵，使其表面生长出一层白色茸毛而得此名。豆腐在发酵过程中，分解产生多种氨基酸，其中谷氨酸是构成鲜味的主要成分，因此毛豆腐味道特别鲜美。
2. 据传明太祖朱元璋喜食毛豆腐。元朝至德年间，朱元璋已是反元义军领袖，一次，他率领十万大军由宁国到徽州。途中，特命随军厨师用溪水制作毛豆腐，犒赏三军，油煎毛豆腐遂在徽州广为流传，至今不衰。毛豆腐经过油煎后，外皮色黄，有虎皮条纹，味鲜醇爽口，芳香诱人，有开胃作用。配以辣酱佐食，其味更美，为徽州地区传统名菜。

## 八公山豆腐

### [主料辅料]

八山公豆腐...250 克	精盐.....2 克
熟笋.....25 克	酱油.....50 克
水发木耳.....50 克	湿绿豆淀粉...100 克
虾籽.....10 克	花生油.....500 克
小葱段.....5 克 (约 100 克)	熟猪油.....50 克

### [烹制方法]

1. 将豆腐切成 2 厘米见方的块，下冷水锅中烧开捞起，放入筛里沥去水分。笋切成薄片，湿淀粉加入少量水调成糊浆。

2. 将炒锅放在旺火上烧热，放入花生油，烧至五成热，把豆腐在淀粉浆中滚一下，随即下锅，炸至金黄色时，倒入漏勺沥去油；锅仍放在旺火上，倒入熟猪油 15 克烧五成热，再放虾籽、木耳笋片、葱段煸炒两下，加入豆腐、酱油、精盐和水 50 克，然后放入剩余的淀粉浆勾芡迅速翻炒几下即成。

### [工艺关键]

必须选用八公山豆腐烹制此菜，因其豆腐洁白细嫩，清爽滑利，无豆腥味，才能保证菜品风味特点。

### [风味特点]

1. “八公山上，风声鹤唳，草木皆兵”。这是古代著名的“淝水之战”后对秦苻坚败退时的描述，岂知这八公山还是豆腐的起源地。明朝李时珍在《本草纲目》中记载：“豆腐之法，始于敬汉淮南王刘安”。八公山豆腐何如此有名，不仅因它是起源地，还以精工细做，品质优良，风味独特而名贯古今，尤其是采用八公山泉水精制，成品晶莹剔透，白似玉板，嫩若凝脂，质地细腻，清爽滑利，用手托着晃动而不散碎。

2. “八公山豆腐”又名“四季豆腐”，因四季可做，故名。此菜如金镶玉，外香脆，内细嫩，虾籽吐鲜，木耳佐色，笋脆和口，实为素菜之珍品，更为寿县传统名肴。

## 玛瑙拌豆腐

### [主料辅料]

八公山豆腐...300 克  
咸鸭蛋.....2 个  
白酱油.....20 克  
大蒜瓣.....25 克  
糖.....1 克  
麻油.....15 克

### [烹制方法]

1. 将豆腐切成 1.5 厘米见方的丁，咸鸭蛋放冷水锅中文火煮熟，取出剥壳，蛋白、蛋黄分别切成 1 厘米见方的小丁待用。
2. 将豆腐丁放开水锅中焯透，捞出控尽水分，晾凉备用。蒜瓣去皮，砸成泥，同白酱油、芝麻油一起调成卤汁。
3. 将蛋白丁和豆腐丁装盘，浇上卤汁拌匀，最后撒上蛋黄丁即可。

### [工艺关键]

1. 若无咸鸭蛋，可用“湖彩蛋”代替。
2. 白酱油也可用其它酱油代替，酱油用量不宜过多，以免蛋黄吸收酱油而变色。

### [风味特点]

1. 位于安徽省寿县的八公山乡大泉村，据说是豆腐的发源地。相传两千多年前西汉淮南王刘安为求长生不老之药，终日炼丹，但毫无结果。一日忽有八位老翁，峨冠博带，须眉飘然，健步下山。刘安大惊，以为仙人降临，上前求教，方知食用大豆所磨食物的缘故。刘安大喜，如法炮制，至此世上便有了豆腐。八公山豆腐不仅细白鲜嫩，而且具有药用价值，常食可延年益寿，乃豆腐之最也。
2. “湖彩蛋”是芜湖名产，质量优良，风味独特，是皮蛋中的上品。若做此菜最好能稍煮 5 分钟，防止蛋黄溏心，不易成形。
3. 此菜若用咸鸭蛋，白黄相间，形如玛瑙；若用皮蛋，质地透明，形如黑玉玛瑙。豆腐嫩润爽口，味道香辣，开胃醒酒最佳。

## 蜂窝豆腐

### [主料辅料]

八公山豆腐...250 克	鸡蛋黄糕.....25 克
猪肥膘肉.....50 克	绍酒.....5 克
猪腰.....1 个	湿淀粉.....10 克
熟鸡肉.....50 克	熟猪油.....75 克
水发蹄筋.....50 克	水发干贝.....10 克
水发香菇.....10 克	熟笋.....25 克
虾仁.....50 克	熟火腿.....25 克
净鸡腕.....1 个	小虾.....25 克
猪瘦肉.....50 克	鸡蛋清.....6 个
小葱段.....1.5 克	味精.....1 克
姜片.....1.5 克	面粉.....5 克
精盐.....5 克	鸡汤.....200 克
酱油.....15 克	

### [烹制方法]

1. 猪腰子撒去皮膜剖成两半，片去腰臊，切成 1 厘米见方的块，鸡腕肝、肥膘肉、猪瘦肉、蹄筋也都切成 1 厘米见方的块，一起放入开水锅中氽一下捞出。干贝用手搓散成丝。冬菇、火腿、蛋黄糕、笋切成 1 厘米见方的块。

2. 炒锅置旺火，放入熟猪油 50 克，烧至五成热，再放葱段 1 克。姜片 1 克，煸出香味后捞出，倒进腰子、腕肝、肥膘肉、瘦肉、鸡肉、蹄筋、笋、干贝、冬菇、火腿、蛋黄糕，加鸡汤、酱油、白糖、味精 0.5 克、精盐 2.5 克、绍酒，文火烧透，盛在碗中。

3. 小虾剪掉须，放在炒锅中，加冷水 250 克，再放入葱段、姜片、精盐 1 克，烧至色红捞出。豆腐、虾仁塌成泥，放在碗里，加味精 0.5 克、精盐 1.5 克、鸡蛋清 3 个，搅拌均匀。取盘一只，上面抹点油，把豆腐倒在盘上，摊成圆饼形，连盘上笼蒸 5 分钟左右取出。

4. 鸡蛋清 3 个放在碗里，搅打成泡沫状，加入面粉和湿淀粉拌匀，摊在豆腐上，上笼蒸 3 分钟取出，用筷子在鸡蛋清豆腐上整齐地戳二三十个小洞，把煮好的小虾倒插进洞眼里，露出虾尾制成“蜂窝”。把烧好的什锦丁倒入大盘中，再把“蜂窝”盖在上面即成。

### [工艺关键]

1. 蒸蛋清糊时间不能过长，以 5 分钟以内为度。

2. 什锦丁要烧透，略带奶汁。

### [风味特点]

以“蒸”为烹调特色的“蜂窝豆腐”是淮南“豆腐宴”中的大菜。此菜以八公山豆腐为主料，用什锦荤料下衬烧烩，豆腐上插有许多小虾，有的露头，有的露尾，好似蜂群进进出出采蜜忙碌之景象。“无论平地与山尖，无限风光尽被占”。菜品造型优美，豆腐荤香宜人。

## 寿桃豆腐

### [主料辅料]

八公山豆腐...400 克	精盐.....2.5 克
虾仁.....50 克	味精.....1 克
熟火腿末.....25 克	葱姜汁.....4 克
青菜叶末.....25 克	绍酒.....15 克
咸面包.....150 克	芝麻油.....25 克
鸡蛋清.....1 个	熟猪油.....500 克
胡椒粉.....1 克	(约耗 100 克)
干淀粉.....100 克	

### [烹制方法]

1. 豆腐削去边皮塌成泥，虾仁也剁成泥，同放碗内，加入鸡蛋清、葱姜汁、味精、精盐、胡椒粉，搅拌上劲，再加干淀粉和匀。
2. 咸面包切成约 0.3 厘米厚的片，修成桃形，共 10 块，平摊在案板上，撒上一层干淀粉拍匀，每片抹上约 1 厘米厚的豆腐泥，涂上一层鸡蛋清，在桃尖上撒火腿末，底部撒上菜叶末，制成寿桃豆腐坯。
3. 炒锅置旺火上，放入熟猪油，烧至四成热，下寿桃豆腐坯炸至面包片发硬、现出微黄色时捞出。待油温升至七成热后，再重炸一次，捞起装盘，淋芝麻油少许即成。

### [工艺关键]

重油时火大油热，冲炸即成。

### [风味特点]

“寿桃”是安徽寿筵中不可缺少的点心品种，构思巧妙，用咸面包刻切成桃形片，上敷以八公山豆腐为主料的泥，塑造成立体状寿桃。此菜面包酥脆，豆腐鲜嫩，一香一鲜，以花椒盐、葱白段、甜面酱佐食，是淮南“豆腐宴”中的主要名菜。

## 栗豆腐

### （主料辅料）

嫩豆腐.....150 克	小葱末.....2.5 克
熟板栗肉.....150 克	酱油.....25 克
猪五花肉.....100 克	白糖.....50 克
咸腊猪肉.....50 克	湿淀粉.....10 克
熟笋.....50 克	肉汤.....400 克

### （烹制方法）

1. 将豆腐下锅煮去豆腥味捞出，切成 1 厘米见方的丁。腊肉和猪肉也切成同样大小的丁。板栗肉、冬笋都切成 1 厘米见方的丁。

2. 将猪肉丁和腊肉丁放入锅内，加肉汤，用中火烧至软烂，再加白糖、酱油烧开，放入板栗丁、豆腐丁和笋丁，用湿淀粉调稀勾薄芡，盛入盘内，撒上葱末即成。

### （工艺关键）

先烧猪肉丁、腊肉丁至酥烂，再加豆腐丁、板栗丁、熟笋丁略烧，五丁形状完整，是为上品。

### （风味特点）

皖南山区，八月中秋，板栗飘香。以板栗、白糖、豆腐、鲜肉、腊肉同烧，味道鲜咸香甜。板栗酥，豆腐嫩，腊肉香，汤汁厚，风味独特，是山区传统美食。

## 中爪腐衣

### （主料辅料）

大海米.....25 克	葱末.....25 克
豆腐衣.....8 张	精盐.....2 克
熟火腿.....15 克	绍酒.....10 克
熟鸡脯肉.....25 克	熟猪油.....30 克
鸡汤.....250 克	

### （烹制方法）

1. 将大海米洗净，放在碗内，加绍酒和水 150 克，上笼蒸至酥烂取出，捞起海米，汤汁去沉渣留用。鸡脯肉、火腿均切成丝。

2. 豆腐衣用温水泡软洗净，切成 4 厘米长、2 厘米宽的长方片放入锅内，加入精盐、鸡汤、熟猪油和蒸大海米的原汤，烧烩 5 分钟起锅放在汤盘中。盘中心放鸡丝，鸡丝上撒火腿丝，再把大海米围着鸡丝撒一圈，上笼蒸 10 分钟，撒上葱末即成。

### （工艺关键）

1. 海米过大，一剖两半。
2. 传统制作，不必着芡。

### （风味特点）

中爪腐衣，先“烩”后“蒸”，滋味极美。中爪即大海米，是徽州地区土称；腐衣即油皮，是熬煮豆浆逐渐冷却时，上面凝结成的薄皮晾干而成，质地柔韧。以海味中爪和清爽腐衣共烹。加美味配料，多味合一，是“豆腐宴”中的佼佼者。

## 火腿炖鞭笋

（主料辅料）

净鞭笋.....400 克	精盐.....2 克
火腿.....100 克	冰糖.....3 克
火腿骨.....半根	熟猪油.....15 克

（烹制方法）

火腿和火腿骨洗净，放在砂锅中，倒入清水 750 克。将鞭笋切成 3 厘米长的斜刀块，放入砂锅内，用旺火烧开，撇去浮沫，放入冰糖，转用小火炖 2 小时左右，待鞭笋由白变黄时，加入精盐。熟猪油，再炖 10 分钟，拣去火腿骨，将鞭笋盛入大汤碗里，火腿丝切成 3 厘米长的片，盖在鞭笋上，倒入原汁即成。

（工艺关键）

火腿选肥三瘦七部位，皮用明火燎糊，刮洗干净，炖后皮酥，口感最佳。

（风味特点）

人称“徽州四季都有笋，唯有鞭笋胜冬春”。鞭笋，是生长在土壤中的毛竹根部的嫩杈头，其形如鞭。质地极嫩，微甜清香，以农历六七月间挖出的质量最佳。此菜是以鞭笋和火腿同炖，火腿腊香诱人，鞭笋清香质脆，汤色乳白，鲜醇爽口。



## 蜜汁红芋

（主料辅料）

红芋.....100 克冰糖.....125 克

蜂蜜.....20 克

（烹制方法）

1. 选用桔黄心红芋洗净去皮，切削成两头尖的橄榄形块。
2. 砂锅用竹算子垫底，加水 200 克，置中火上，投入冰糖熬化，随即放入红芋、蜂蜜，烧开后撇去浮沫，移到小火上焖 1 小时，待汤汁浓粘时，先把红芋一个个摆在盘里，拼成花朵形，再浇上原汁即成。

（工艺关键）

红芋即红薯，选用红心薯。

〔风味特点〕

蜜汁红芋以“单炖、单焯”为烹调特色，是安徽淮北地方风味。汤汁晶莹，芋果桔红，熟后为半透明状，入口酥润，甜中带鲜，是安徽筵席中色、香、味、形俱佳的著名甜菜。

## 香菇盒

### 〔主料辅料〕

水发香菇.....36 个	味精.....0.5 克
猪瘦肉.....200 克	白糖.....1 克
鸡蛋.....1 个	湿淀粉.....10 克
熟火腿末.....25 克	芝麻油.....10 克
小葱末.....15 克	干淀粉.....25 克
精盐.....2.5 克	鸡汤.....150 克
酱油.....20 克	熟猪油.....25 克

### 〔烹制方法〕

1. 将瘦猪肉剁成泥放在碗内，加入火腿末、葱末、酱油 10 克、精盐 1.5 克、白糖、味精 0.2 克、干淀粉、熟猪油，搥进鸡蛋拌匀成肉馅。

2. 选用大小相等的香菇洗净去蒂，摊开在案板上，菇面向下，用砧板压平。取其中 18 个菇面向下摆在案板上，撒上干淀粉 15 克，每个菇上放一份馅心，用余下的 18 个香菇一一盖起，整齐地摆在盘内，上笼蒸 10 分钟制成香菇盒生坯。

3. 炒锅置旺火上，放入鸡汤、酱油、精盐和味精烧开，用湿淀粉调稀勾芡，淋上芝麻油，浇在香菇盒上即成。

### 〔工艺关键〕

猪肉也可选肥三瘦七，制茸愈细愈好，加各种调料后顺一个方向搅拌上劲，酿馅不要太厚。

### 〔风味特点〕

1. 中国是食用、栽培香菇最早的国家之一，相传宋代已有栽培，元代王桢《农书》已有关于栽培香菇的详细记载，其中择场、选种、砍花、晾蕈等工艺一直沿用至今。香菇按品质分为花菇、厚菇、薄菇和菇丁，其中雪后久晴所产的花菇为上品，菌盖呈菊花瓣状色纹，形圆整边向内卷，菌伞肥厚，质鲜嫩，香气足，尤以檀香树上所产者香味最浓。

2. 香菇盒是徽州传统名菜。以香菇为盖，底中夹馅心制成。菜品形若灵芝初放，散发出清馨的菇香，馅鲜菇软，荤素合一。

## 炸冬菇

### 〔主料辅料〕

水发冬菇.....150 克	熟火腿.....15 克
青鱼肉.....150 克	鸡蛋.....2 个
猪肥膘肉.....50 克	味精.....1 克
小葱末.....3 克	(约耗 50 克)
姜末.....3 克	干淀粉.....5 克
精盐.....5 克	湿淀粉.....10 克
绍酒.....10 克	花椒盐.....1 克
熟猪油.....500 克	

### 〔烹制方法〕

1. 选用肉厚的冬菇洗净放入锅中，加盐 3 克和水 150 克烧烩入味捞起沥干（汤汁去沉渣留用），撒上干淀粉拌匀。

2. 将青鱼肉、猪肥膘肉剁成泥，放在碗内，加入精盐 2 克。葱末、姜末、绍酒、湿淀粉、味精和煮冬菇的汤汁，搥入鸡蛋和水 50 克搅成粘糊。

3. 炒锅置中火，放入熟猪油，烧至五成热，将冬菇逐一裹上肉糊下锅，炸至浅黄色时捞起装盘，撒上花椒盐即成。

### 〔工艺关键〕

炸油宜宽，旺火速成，不烹汁。

### 〔风味特点〕

1. 冬菇香菇，因冬生者良，故名。主要产于皖南山区，以黟县尤为著名。亦是药膳珍品，它有降低血清胆固醇、抗癌和干扰素诱导等功能。

2. 以鱼泥为糊包裹冬菇炸制而成的“炸冬菇”，是徽州地区传统名菜。糊用青鱼肉为原料加调味品配制，裹在水发冬菇外面，入油锅炸熟。菜品表皮金黄，咬开后香菇脱糊而出，外酥里嫩，菇香味浓，以甜面酱蘸食，其味更佳。

## 三潭枇杷

### 〔主料辅料〕

三潭枇杷.....750 克	桂花.....2 克
红枣.....100 克	白糖.....150 克
蜜枣.....100 克	湿淀粉.....5 克
金桔饼.....50 克	芝麻油.....5 克

### 〔烹制方法〕

1. 枇杷用开水焯过，取出剥皮，除核去内衣。红枣去核后洗净，同蜜枣、金桔饼均切成碎丁，加白糖 100 克拌匀制馅。
2. 每个枇杷装好馅，摆放在盘内，上笼蒸 10 分钟取出。
3. 炒锅置旺火，加清水 100 克，放入白糖 50 克、桂花，煮开后用湿淀粉勾薄芡，淋上芝麻油，浇在盘中枇杷上即成。

### 〔工艺关键〕

1. 蒸枇杷时间不能过长，以 10 分钟为准。
2. 湿淀粉调稀芡，用手勺轻推、晃锅，让淀粉熟透，则明汁亮芡。

### 〔风味特点〕

1. 三潭枇杷产于歙县沿新安江两岸，有 200 余年种植历史，以“大红袍”品种为佳。其特点是皮薄、肉厚、汁甜，水多个大，清香爽口。徽州民间称赞说：“世上三潭枇杷，天上王母蟠桃”。
2. 此菜枇杷肉厚鲜甜，枣桔清香爽口，又瓢以蜜枣等料味更美，皖南黄山地区，每年端午节前后，家家制作，为时令甜菜。

## 荸荠元子

### 〔主料辅料〕

净荸荠.....250 克	金桔饼.....20 克		
炒糯米花粉...150 克		青红丝.....5 克	
蜜枣（去核）.....		猪板油.....35 克	
.....20 克		白糖.....140 克	
桂花.....5 克		熟猪油.....1000 克	
鸡蛋清.....1 个			（约耗 190 克）
猪肥膘肉.....100 克			

### 〔烹制方法〕

1. 猪板油撕去皮膜，切成黄豆大的丁。金桔饼、蜜枣均剁碎放在碗里，加白糖、青红丝、桂花、熟猪油 90 克和板油丁一起拌匀制成馅心，再分成 20 份，搓成圆球待用。

2. 荸荠拍碎剁成末。肥膘肉切成小丁剁碎，连同米粉、荸荠末一起放入碗内，加鸡蛋清拌匀。分成 20 份（每份约重 25 克），各包上馅心后搓成圆球，制成荸荠元子生坯。

3. 锅置中火上，放入熟猪油烧至四成热，放入荸荠元子生坯，炸至元子外皮发硬，色呈乳白捞出装盘。

### 〔工艺关键〕

炸油洁净量宽，火不要旺，油热四成，炸约 5 分钟即成。

### 〔风味特点〕

1. 荸荠，俗称马蹄，分水马蹄和火马蹄两种，前者顶芽尖，脐平，肉质粗，宜熟食或加工淀粉；后者顶芽钝，脐凹，甜嫩渣少，宜于生食或加工罐头。

2. 荸荠元子是合肥地区传统甜菜。是将荸荠碎成细末，加炒米粉和鸡蛋清拌和做成外皮，包上馅心下油锅炸熟，成菜外皮乳白，入口香甜酥松。

## 雪湖玉藕

### 〔主料辅料〕

雪湖藕.....300 克

白糖.....100 克

白醋.....30 克

### 〔烹制方法〕

1. 选用盛夏七月产的鲜藕，洗净泥沙，用竹筷子刮去藕皮，洗净后切成长条，改刀成长约 5 厘米的梳背条。2. 将藕条放沸水中略烫，以保持鲜嫩为宜，捞出后过一下凉水，控净水分，撒上白糖，浇上白醋，拌匀后装盘即成。

### 〔工艺关键〕

梳背条就是将料的一边切开，另一边相连，如同梳子一样。藕切成梳背条是为了便于入味，不用此刀法，直接切成薄圆片也可以。因为藕本身有孔，成菜也很美观，味仍易入。

### 〔风味特点〕

1. 传说东汉末年，曹操率军攻打舒州（今潜山县），城破，其中有 9 名战将护百姓退至雪湖旁天寨被俘，曹兵将他们捆在一起斩首，并投入湖中。湖水顿热，从此藕生九孔，味比以前更甜嫩。后人为纪念他们，也将雪湖更名为“血湖”。

2. 安徽省大柱山下雪湖所产的藕，白如玉脂，爽若脆梨，当地称其为仙品，历史上曾作为贡品，进献皇宫，制做御膳。

3. 此菜清脆、爽润，酸甜适中，是徽味传统的著名甜菜，其它地方也多有此做法。

## 酒醉核桃仁

### 〔主料辅料〕

净核桃仁.....250 克	鸡蛋清.....1 个
冰糖.....150 克	蜂蜜.....25 克
古井贡酒.....50 克	

### 〔烹制方法〕

1. 汤碗内放入冰糖、蜂蜜，加水 150 克化开，再加鸡蛋清搅拌均匀。
2. 炒锅置中火，下水 200 克烧开，放入搅拌好的鸡蛋清糖水，再开后搅匀，撇去浮沫，将核桃仁下锅烧开，加入古井贡酒，盛入碗内即成。

### 〔工艺关键〕

煮核桃仁一开即熟，加入古井贡酒，和匀装盘，久煮则酒香溢散。

### 〔风味特点〕

1. “酒醉核桃仁”用我国八大名酒之一的古井贡酒与核桃仁烹制而成的风味甜菜。古井贡酒产于曹操的故乡安徽亳州。据史书记载，公元 2 世纪，曹操曾向汉献帝上表，晋献过这种酒的“九酿法”，古井贡酒因此而得名。

2. 此菜桃仁脆甜，古井酒香醇，沁人肺腑，回味悠长。

## 徽州元子

### 〔主料辅料〕

炒米花.....500 克	蜜枣.....25 克
金桔.....20 克	糖桂花.....5 克
青梅.....5 克	鸡蛋.....1 个
青红丝.....10 克	白糖.....300 克
湿淀粉.....150 克	植物油.....1000 克
芝麻油.....25 克	(约耗 150 克)
猪肥膘肉(生、熟)	
.....各 100 克	

### 〔烹制方法〕

1. 熟猪肥膘肉、金桔、蜜枣、青梅分别切成绿豆大的丁放在碗内，加入白糖 200 克、糖桂花拌匀，做成比杏核稍大的馅心 36 个。另将生的猪肥膘肉剁成泥放在盆内，磕入鸡蛋，加湿淀粉搅匀，再放入炒米花拌匀，用手搓散成湿炒米。

2. 用手蘸点冷水洒在一部分湿炒米上拌匀。取一份湿炒米放在手掌上，按成一个直径约 5 厘米、厚约 0.3 厘米的圆饼，包入一个馅心，用手攥团成圆子，如此共做 36 个。

3. 炒锅置中火，放入植物油，烧至五六成热，下圆子炸成金黄色，捞出装盘。

4. 在炸圆子的同时，另用一炒锅，放入水 200 克、白糖 100 克和青红丝，用小火烧开，淋入芝麻油 25 克，均匀地浇在圆子上即成。

### 〔工艺关键〕

湿炒米洒水，用水一点，洒一点，拌一点。洒水面积过大，影响炒米粘连度。

### 〔风味特点〕

徽州元子又称“细沙炸肉”，是徽州地方传统甜菜。以炒米花等原料为外皮包入馅心，油炸、浇糖汁而成。由于糖汁透明、油亮泛光，又名“亮光元子”。炒米花再经油炸更脆，馅心甜润并有桂花芳香。



## 皱纱南瓜苞

### 〔主料辅料〕

小嫩南瓜 2 个 500 克	小葱末.....10 克
猪肉.....200 克姜末.....10 克	
熟火腿.....25 克	精盐.....2.5 克
水发香菇.....25 克	酱油.....50 克
水发虾米.....15 克	白糖.....1 克
干淀粉.....20 克	味精.....0.5 克
湿淀粉.....30 克	植物油.....1000 克
鸡汤.....200 克	(约耗 75 克)

### 〔烹制方法〕

1. 猪肉切剁成石榴米状，香菇、火腿、虾米均切成末，一起放在碗内，加入酱油 20 克、精盐 1.5 克、白糖、葱末和姜末拌匀成馅。

2. 小南瓜洗净，切成两半，去子瓢，内撒干淀粉，填满肉馅，上涂湿淀粉 20 克抹平。

3. 炒锅置中火，放入熟猪油，烧至六成热，将南瓜炸至皮皱起捞出，将有馅一面向上放在碗内，上笼蒸熟取出。在南瓜上面划成斜十字花纹，反扣在大汤碗里，将汤和味精，用湿淀粉 10 克调稀勾薄芡，浇在南瓜上即成。

### 〔工艺关键〕

1. 猪肉宜选肥三瘦七者。

2. 当地习惯用熟猪油炸南瓜，菜品上桌，稍凉即凝腻，宜换用植物油，且芡中不加明油，清淡爽口。

### 〔风味特点〕

徽州地区为“南瓜苞”。此瓜经油炸表皮起皱，当地叫“皱纱”，瓜内瓢以猪肉馅，鲜嫩清香，是夏秋之交时令名肴。

## 八宝画筋

(主料辅料)

油面筋泡.....16个	水发干贝.....5克
猪肉.....150克	小葱末.....5克
熟火腿丁.....15克	姜末.....5克
水发香菇丁.....25克	精盐.....5克
水发小虾米.....5克	白糖.....1克
笋丁.....25克	湿淀粉.....25克
熟鸡脯肉丁.....10克	鸡汤.....200克
豆腐干丁.....25克	熟猪油.....10克

[烹制方法]

1. 将猪肉剁碎放碗内，加入精盐3克、葱末、姜末和鸡汤50克拌匀。火腿丁、香菇丁、笋丁、鸡脯丁、豆腐干丁、干贝和虾米放碗内，加精盐1克拌匀，放入肉馅内，再加湿淀粉15克，上浆成八宝馅心。

2. 油面筋切开一小口，装入八宝馅心放盘内，洒上鸡汤50克，上笼蒸10分钟取出。

3. 炒锅置中火，放入鸡汤100克，加精盐1克，用湿淀粉10克调稀勾薄芡，淋入熟猪油，浇在面筋上即成。

[工艺关键]

1. 猪肉选肥三瘦七者。

2. 每个面筋装馅约15克，过多过少均差。

[风味特点]

油面筋泡外形圆，内多孔，瓢以干贝、火腿、香菇、鸡脯肉等为馅心蒸制，各料鲜味渗进面筋中，咸鲜味浓，嚼之绵软、柔韧，口感极佳，乃安徽家常风味。

## 八士聚会

### [主料辅料]

糯米.....400 克	莲子.....25 克
红枣.....25 克	瓜子仁.....25 克
薏仁米.....25 克	白糖.....100 克
蜜冬瓜条.....25 克	猪油.....100 克
蜜樱桃.....25 克	湿淀粉.....25 克
桂圆肉.....25 克	纯碱.....30 克

### [烹制方法]

1. 锅置旺火上，锅内置一竹筲箕加清水 1500 克烧沸，放入莲子、纯碱 15 克，用竹刷帚不断搅打去皮捞出，倒净锅水。再下清水 1500 克、纯碱 15 克，继续搅打，至去净莲皮为止，用温水冲洗干净，捅去莲心，旺火上蒸半小时取出。

2. 薏仁米洗净盛入盘内，下清水 100 克浸没，用旺火蒸至开花，出笼后淘洗干净，沥干。糯米淘洗干净，盛入瓷钵加白糖和清水调匀，用旺火蒸至熟透取出。

3. 红枣洗净去核和蜜冬瓜条，桂圆肉切成 0.3 厘米见方的颗粒。将蒸熟糯米盛入碗内，莲子、红枣、薏仁米、蜜冬瓜条、桂圆肉、瓜子仁等粒分别镶在糯米周围，再连碗入笼蒸半小时取出，扣入盘内即成。

### [工艺关键]

1. 莲子去心时用扦捅出。

2. 莲子、薏仁米各分蒸半小时。第一次蒸糯米也需半小时。

### (风味特点)

1. “八士聚会”是一道甜菜。成菜色泽光润，香甜透味，入口滑润，食之不腻。

2. 传说西周时期有著名的“八士”，人称“八宝”，又称周八士，是周代八个有才能的人。他们能顺从民意，对荒淫无道、残暴成性的殷纣王进行讨伐，决心火焚王宫，烧死暴君，在八士相聚行动时，曾举糯米为誓，意为“同心紧密，完成大业”，后人依此制作了“八士聚会”，以示纪念。

## 山药泥

### (主料辅料)

山药.....750 克	麻糖片.....50 克
白糖.....200 克	去壳熟芝麻.....10 克
熟猪油.....200 克	冰糖.....100 克
蜜桔饼.....15 克	鲜桔子皮.....5 克
糖桂花.....5 克	红樱桃.....24 粒
蜜冬瓜条.....5 克	

### [烹制方法]

1. 山药洗净泥沙，蒸熟去皮，取出趁热用刀在洁净的案板上压成细泥，用白糖 50 克、猪油 550 克、冰糖 100 克与山药拌匀，装碗上笼蒸 15 分钟，至发泡时取出。

2. 麻糖片、桔饼、冬瓜条用刀切成粒，与糖桂花混合均匀。芝麻炒熟碾成末。鲜桔皮切成末。

3. 炒锅置中火上，下猪油 150 克、白糖 150 克，再放入蒸好的山药泥，翻炒 3 分钟，快速投入桔饼、瓜条、桂花、麻糖粒，扒散于山药泥中，立即起锅装盘，红樱桃围边，撒上白芝麻末，中间放桔子皮末即成。

### [工艺关键]

1. 山药洗净无沙，蒸好后要趁热压泥，冷了不易压细。

2. 山药泥下锅后，用手勺不断地向一个方向搅动，使油脂逐渐渗入，白糖溶化，水分蒸发成蜂窝状，吐油泡时，再投放桔饼等。

### (风味特点)

徽皖之地，向以盛产山药闻名。“山药泥”是脍炙人口的传统甜菜，色泽微黄，清香扑鼻，柔软爽润，油而不腻。

## 蝙蝠莲藕

### [主料辅料]

莲藕.....1000 克	醋.....50 克
糖.....50 克	精盐.....2 克
香油.....50 克	柿子椒.....3 克

### [烹制方法]

1. 将藕洗净泥沙，削去外皮成长筒形备用。
2. 取红色柿子椒去核洗净，切成方丁备用。
3. 横刀将藕切成薄片且不散开，装入盘中，在藕上撒一些精盐，使其脱水软化，然后将藕用手推成蝙蝠状，眼睛用柿子椒丁镶上。
4. 将糖、醋、姜丝撒在藕上，腌一会即可食用。

### [工艺关键]

用盐腌藕时，放盐适量，咸味太重，影响质量。

### [风味特点]

1. 本菜选用皖南特产七孔藕，此藕色泽洁白、质地脆嫩。
2. 藕色洁白，酸甜适口，去暑解热，夏令佳肴。

## 素炒鳝丝

### [主料辅料]

干香菇.....200 克	鲜豌豆.....50 克
冬笋.....50 克	香菜.....5 克
花生油.....500 克	香油.....15 克
料酒.....10 克	精盐.....1.5 克
味精.....2.5 克	白糖.....1.5 克
酱油.....5 克	姜.....5 克
干菱粉.....15 克	水团粉.....25 克
黄豆芽汤.....400 克	

### [烹制方法]

1. 将干香菇放入盆中用温水泡软后洗净泥沙，用剪刀剪去根蒂，下入开水锅中煮 10 分钟，捞出后切丝。然后下入锅中，倒进黄豆芽汤 300 克，精盐 0.5 克，上火煨炸 20 分钟，捞出控干水分。

2. 将冬笋洗净后切成与香菇同样粗细的丝，同鲜豌豆一齐下入开水中氽烫一下捞出。香菜择干净后备用。姜切成细米。取小碗放入料酒、酱油、白糖、味精、精盐 1 克，黄豆芽汤 100 克，水团粉兑成汁液备用。

3. 煸锅上旺火烧热，倒入花生油 500 克，待油热后将香菇丝用干菱粉拌匀下入油锅内炸透。随即下入冬笋丝，鲜豌豆略滑一下起锅，倒入漏勺中控净油，锅底留油少许重新上火，烧热下入姜米偏出香味，倒入香菇丝、冬笋丝、鲜豌豆，随即烹入兑好的汁液，翻炒均匀，淋香油起锅盛入盘中，用香菜围边即可上席。

### [工艺关键]

吊好黄豆芽汤，保证此菜风味，不可用荤汤替代。

### [风味特点]

用香菇丝比喻鳝丝，形象神似，可以假乱真，颜色褐红，清素味鲜。

## 裹烧茭白

### (主料辅料)

净茭白.....	200 克	虾仁.....	150 克
青豆.....	20 粒	生猪肥膘.....	50 克
熟火腿.....	25 克	鸡蛋清.....	1 只
精盐.....	1.5 克	绍酒.....	15 克
湿淀粉.....	1.5 克	干淀粉.....	1 克
味精.....	1.5 克	鸡清汤.....	200 克
熟猪油.....	500 克		

### [烹制方法]

1. 将茭白切成 3.5 厘米长的小条。将火腿切成小丁。将虾仁、生肥膘分别斩茸，放碗内，加绍酒 10 克、精盐 0.5 克搅和上劲，加干淀粉搅和后将茭白、火腿丁、青豆放入和拌均匀。

2. 炒锅上火，放入熟猪油，烧至五成热，将裹上虾泥的茭白用手丢入锅内，余炸至虾泥呈白色，倒入漏勺沥油。

3. 炒锅再上火，舀入鸡清汤，将裹泥茭白放入，加精盐 1 克、绍酒 5 克、味精 1 克烧沸略焯，用湿淀粉勾芡，淋入熟猪油 15 克，推动手勺，起锅装盘即成。

### [工艺关键]

1. 虾泥要和得软硬适度。
2. 余炸时掌握好油温，不可过高或过低。

### [风味特点]

一般菜肴挂糊通常是用面粉、淀粉等原料，而且多采用炸、熘之类的烹调方法。而裹烧茭白却用南京菜擅长的虾泥，作为挂糊原料，并采用烧的烹调技法，优点是色乳白，虾肉鲜嫩，食之味美，富于变化。此菜同法可制作“裹烧蚕豆”、“裹烧笋”等等。

## 酒酿樱桃

### [主料辅料]

鲜樱桃.....250 克	酒酿.....75 克
鲜豌豆.....10 克	白糖.....200 克
糖桂花.....0.5 克	

### [烹制方法]

1. 樱桃洗净，摘下把，用牙签顶去核，保持形整。酒酿用筷子搅散。豌豆用沸水烫熟，捞入凉水中冷却，沥去水。

2. 炒锅置火上，舀入清水 600 克烧沸，放入酒酿搅匀，加白糖、樱桃、豌豆、糖桂花煮沸，撇去汤面浮沫，离火，倒入汤碗内即成。

### [工艺关键]

1. 要得甜，加点盐，可加盐少许提鲜，则甜而不腻。
2. 沸后撇净浮沫，汁清见底。

### (风味特点)

1. 樱桃又称含桃。其品种甚多，有朱樱、紫樱等。酒酿樱桃作为高档宴席的甜菜出现，一为应时，二为醒酒，深得食客的欢心。因为此菜配以鲜豌豆，恰似玛瑙（樱桃）、翡翠（豌豆）、碎玉（酒酿）融为一体。

2. 此菜红、绿、白三色相映，甜如蜜汁，糯香微酸。



