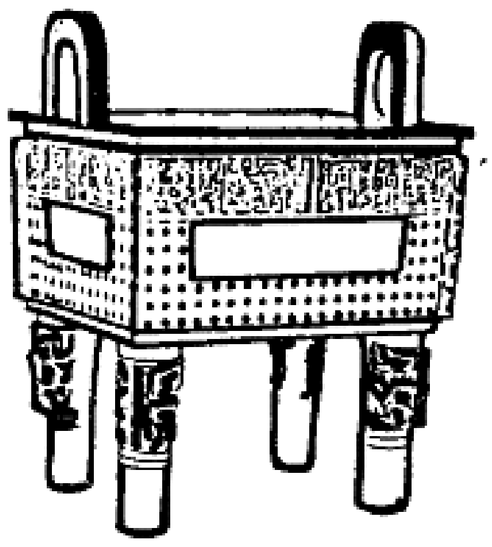
中國古籍善本

中國高等辭典

主编 萧帆



中国商业出版社

登记证号：（京）073 号

题　　字：李一氓

责任编辑：黄　琳

装帧设计：程　飞

版式设计：安志英

中国烹饪辞典　　主编 萧　帆

中国商业出版社出版发行

新华书店上海发行所经销

上海新华印刷厂排版　上海新华印刷厂印刷装订

787×1092 毫米　16 开　71.5 印张　2579 千字

1992 年 3 月第一版　1992 年 3 月上海第一次印刷

印数：1—20000 册

ISBN7-5044-1387-9/TS·177　　定价：55 元（精装本）

顾　问：李一氓　王利器　周启源

主　编：萧　帆

副主编：王子辉　李秀松　杨东起　邱庞同　张廉明　聂凤乔
陶文台　熊四智

（以下按姓氏笔画为序）

编辑委员：马安洲　万　里　王义民　王文乔　王长信　王兴臣　王　杰
王明星　王超仁　冯永祥　刚文彬　刘文政　刘　运　刘永安
刘秉起　刘建章　孙世增　朱秉中　巫乃宗　李秀英　李家祥
李维达　吴万里　吴正格　吴学忠　吴国栋　何之绂　邹英杰
陈光新　陈耀昆　汪广润　张富儒　周显达　周湘民　周福秋
郑作诚　赵　天　郭松林　崔振华　梁玉虹　焦大润　解育新
蔡启鳌

主要编写人：于明社　马群才　王子辉　王义民　王允权　王仁湘　王龙学
王长信　王兴臣　王　杰　王明星　王焕青　王湜华　车绍泉
卢永良　冯永祥　吕继棠　朱进荪　朱国斌　刘庆华　刘　运
刘永安　刘传洪　刘秉起　刘建章　孙世增　朱秉中　任体成
许新民　祁如锦　李秀松　李秀英　李作智　李家祥　李维达
李瑞光　吴正格　吴学忠　吴国栋　何之绂　邱庞同　邹英杰
陈长安　陈光新　陈　鹰　宋发俭　汪　荣　张有诚　张延年
张家骝　张瘦梅　张德荣　张廉明　周显达　周湘民　周福秋
郑作诚　赵　天　姜学有　战鹤龄　聂凤乔　袁绍明　唐　文
唐志卿　铁玉钦　殷伟标　陶文台　郭松林　郭希廉　梁玉虹
梁石新　梁宗达　倪舜新　彭东生　彭　景　韩成润　路兴国
熊四智　潘金根　潘启镒　蔡元海　魏昌平　戴延春

绘　　图：李　丽　李作智　郑　奇

前　言

烹饪是文化，是科学，是艺术。自从我们的祖先发明用火烹饪并开始熟食以来，便创造了丰富多彩的烹饪遗产。中国烹饪发展到今天，已经形成为一个丰富的、灿烂的文化宝库，受到全世界的瞩目。

党的十一届三中全会以后，国民经济迅速发展，人民生活水平显著提高，饮食结构在改善，饮食行业欣欣向荣，烹饪教育蓬勃兴起，有关中国烹饪的研究工作正在逐步展开。因此，广泛汇集、整理烹饪词语，使之成为一部专业工具书，便是十分迫切的需要了。鉴于此，我们从1982年起，开始了酝酿与准备工作，1984年着手编纂。在各地饮食部门、有关学者专家、许多专业工作者的支持、参与下，第一部烹饪专业辞书终于问世了。

但是，由于中国烹饪语汇极为丰富，而且因地而异；特别是对几千年来的烹饪文化尚缺乏系统的整理和科学的总结，对许多问题的认识仍很分歧；加上我们的水平和力量所限，所以，这部辞书存在着不少缺点，因为各方催促，先作为初版印行。我们衷心期望广大读者给予批评、指正，以利再版时修订，使之逐步臻于完善。

《中国烹饪辞典》编委会

1988年2月

凡　例

一、本辞典收词20690条，其中主条目13795条，副条目6895条，插图309幅。

二、本辞典取分类编目法，并于卷后附笔画查字表供检词参考。条目的分类与次序排列未必得当，仅作参考。

三、本辞典的释义凡引用相关的原文时，倘有删节，只要上下语义连贯，有的不一定加删节号。

四、凡一词多义的词目，只释其烹饪意义，其它从略。如：排(刀法之一)、批(刀法之一)、追(初加工)、燕(宴会)、豆(古餐具)、封口(白案技法)、当局(厨师别称)等。

五、凡一词多释的词目，能合并的则合并；不能合并的则分别列词目释义。

六、本辞典引用和参考的文献，时间下限为1985年。

七、行业用语部分的词目，一般以北京用语作为主条，其它地方用语作为副条。

八、词目的古称、别称、俗称、简称、民族译音名称等，均分别列为副条，附列于主条之后。

九、不同类别的词目倘词义相同者，能并则并，不能并者按其不同类别，分别列条，列入各自的类别之中，在总目录和卷末的笔画查字表中均同时列条，注明不同页码。

十、“烹饪原料”部分所收动、植物词条，于词目后均尽量加注拉丁文学名。

十一、菜点、餐具部分所收词条，分古代、现代两类。其它部分有的古今均收，有的只收现代者。

十二、“现代菜点”部分仅选若干具一定代表性的地方风味菜点，并非全部，仅供参考。“古代菜点”部分的所谓某时代菜点，是出现于某时代文字记载中的菜点。

十三、“古烹饪用具”部分所收词条，下限截至东汉，以后的不收。

总　　目

前言

凡例

条目分类目录 ……1～210

正文 ……1～666

附录:

一、饮食业中餐业务技术等级标准 ……667

二、饮食业西餐业务技术等级(试行)标准 ……672

三、大中型酒店(饭店)接待服务规范(试行) ……677

四、大中型酒家(饭庄)接待服务规范(试行) ……681

五、中华人民共和国食品卫生法 ……687

六、水产资源繁殖保护条例 ……692

七、食品添加剂使用卫生标准 ……695

八、每日膳食中营养素供给量 ……699

九、食物营养成分计算表 ……701

十、营养素功用简明表 ……703

笔画查字表 ……706～922

后记 ……923

条目分类目录

综 合 部 分

饮　　食

烹饪……(1)
饮食……(1)
饮啄……(1)
铺啜……(1)
食……(1)
膳……(1)
食膳……(1)
膳食……(1)
燕食……(1)
六膳……(1)
吃……(1)
餐……(1)
茹……(1)
铺……(1)
啖……(1)
噇……(1)
饮……(1)
喝……(1)
啜……(1)
歠……(1)
六饮……(1)
尝……(1)
品味……(1)
品尝……(1)
咀味……(1)
染指……(1)
尝新……(1)
进食……(2)
供馔……(2)
具膳……(2)
朵颐……(2)
知味……(2)
回味……(2)
一日三餐……(2)
正餐……(2)
三餐制……(2)
两餐制……(2)
一食……(2)
主食……(2)
副食……(2)
早茶……(2)
昼饭……(2)
昼餐……(2)
早餐……(2)
　早饭……(2)
晨炊……(2)
朝饭……(2)
晓食……(2)
朝食……(2)
卯饭……(2)
午餐……(2)
　午饭……(2)
　中餐……(2)
　晌午饭……(2)
　晏昼饭……(2)
中饭……(2)
中火……(2)
昼铺……(2)
午供……(2)
中食……(2)
晚餐……(2)
　晚饭……(2)
　晚膳……(2)
　夜饭……(2)
晚食……(2)
晡食……(2)
飧……(2)
夜餐……(2)
　夜顿子……(2)
加餐……(2)
午茶……(2)
宵夜……(2)
　消夜……(2)
　夜消……(3)
　夜宵……(3)
杂嚼……(3)
家常便饭……(3)
　家常饭……(3)

伙食……（3）
伙……（3）
起伙……（3）
搭伙……（3）
包饭……（3）
包伙……（3）
停伙……（3）
退伙……（3）
份饭……（3）
牙祭……（3）
打牙祭……（3）
斋打底……（3）
野餐……（3）
打尖……（3）
打火……（3）
食谱……（3）
饮食方……（3）

菜系与地方风味

中国菜……（3）
菜系……（3）
北方菜……（3）
南方菜……（3）
四大菜系……（3）
鲁菜菜系……（3）
淮扬菜系……（3）
川菜菜系……（3）
粤菜菜系……（4）
北京菜……（4）
天津菜……（4）
辽宁菜……（4）
吉林菜……（4）
黑龙江菜……（4）
上海菜……（4）
江苏菜……（4）
浙江菜……（4）
安徽菜……（4）
福建菜……（4）
闽菜……（4）
江西菜……（4）
赣菜……（4）
山东菜……（4）
鲁菜……（4）
河南菜……（4）
豫菜……（4）
湖北菜……（4）
鄂菜……（5）
湖南菜……（5）
湘菜……（5）
广东菜……（5）
粤菜……（5）
广西菜……（5）
桂菜……（5）
四川菜……（5）
川菜……（5）
贵州菜……（5）
黔菜……（5）
云南菜……（5）
滇菜……（5）
陕西菜……（5）
秦菜……（5）
下江菜……（5）
宫廷菜……（5）
仿膳菜……（5）
御府菜……（5）
官府菜……（5）
孔府菜……（5）
谭家菜……（5）
市肆菜……（5）
船菜……（5）
寺院菜……（5）
素菜……（5）
清真菜……（6）
民间菜……（6）
少数民族菜……（6）

庖厨与事厨者

厨房……（6）
厨……（6）
爨室……（6）
庖舍……（6）
庖厨……（6）
厨局……（6）
炼珍堂……（6）
行珍馆……（6）
寒庖……（6）
斋厨……（6）
甘露厨……（6）
香积厨……（6）
天厨……（6）
国厨……（6）
御膳房……（6）
寿膳房……（6）
主子膳房……（6）
内御膳房……（6）
养心殿御膳房……（6）

外御膳房……（6）
御茶膳房……（6）
饭局……（6）
点心局……（6）
荤局……（6）
素局……（6）
包哈局……（6）
光禄寺……（6）
厨司……（6）
四司六局……（6）
百官厨……（6）
樱笋厨……（6）
堂厨……（6）
外厨……（7）
内厨……（7）
厨养臣……（7）
厨师……（7）
大师傅……（7）
宰夫……（7）
馈人……（7）
养……（7）
庖……（7）
庖丁……（7）
族庖……（7）
胞人……（7）
庖宰……（7）
炮宰……（7）
炮人……（7）
焊人……（7）
庖子……（7）
炊子……（7）
爨子……（7）
炊人……（7）
庖者……（7）
厨人……（7）
庖卒……（7）
当局……（7）
铛头……（7）
着案……（7）
厨子……（7）
行炙者……（7）
鼎俎家……（7）
厨者……（7）
茶饭量酒博士……（7）
量酒博士……（7）
师公……（7）
御厨……（7）
御庖……（7）
僧厨……（7）
饼师……（7）
厨行……（7）
伙夫……（7）
庖童……（7）
家庖……（7）
家厨……（7）
打饭……（7）
行厨……（7）
外庖……（8）
行庖……（8）
七匹半围腰……（8）
炊事员……（8）
炊事兵……（8）
炊家子……（8）
火头军……（8）
油头……（8）
火头……（8）
饭头……（8）
菜头……（8）
爨妇……（8）
厨娘……（8）
炊妇……（8）
爨婢……（8）
中馈……（8）
庖人……（8）
食官……（8）
膳夫……（8）
爨人……（8）
内爨……（8）
外爨……（8）
亨人……（8）
饪人……（8）
饎人……（8）
庖正……（8）
尚食……（8）
典御……（8）
奉御……（8）
尚膳监……（8）
太官……（8）
太官令丞……（9）
太官令……（9）
尚食……（9）
中尚食……（9）
知御膳……（9）
典庖中士……（9）
内膳中士……（9）
大官……（9）

汤官……（9）
汤官令……（9）
汤官丞……（9）
尚席……（9）
食医……（9）
腊人……（9）
凌人……（9）
醢人……（9）
醯人……（9）
盐人……（9）
司几筵……（9）
掌食……（9）
掌筵……（9）
掌醢……（9）
精膳司……（9）
烹饪名师……（9）
烹饪大师……（9）
最佳厨师……（9）
最佳点心师……（9）
优秀厨师……（9）
优秀点心师……（9）
特级厨师……（9）
特一级烹调厨师……（9）
特二级烹调厨师……（9）
特三级烹调厨师……（9）
一级烹调厨师……（9）
二级烹调厨师……（9）
三级烹调厨师……（9）
四级烹调厨师……（9）
五级烹调厨师……（9）
一级烹调技工……（9）
二级烹调技工……（9）
特级面点师……（9）
特一级面点师……（9）
特二级面点师……（9）
一级面点师……（9）
二级面点师……（9）
三级面点师……（9）
四级面点师……（9）
五级面点师……（9）
一级面点技工……（9）
二级面点技工……（9）
特级宴会设计师……（10）
特一级宴会设计师……（10）
特二级宴会设计师……（10）
一级服务师……（10）
二级服务师……（10）
一级服务员……（10）
二级服务员……（10）
三级服务员……（10）

饮食行业及其用语

饮食业……（10）
勤行……（10）
油大行……（10）
食肆……（10）
饭店……（10）
饮食店……（10）
饭馆……（10）
饭铺……（10）
馆子……（10）
双幌馆……（10）
大荤铺……（10）
酒店……（10）
菜馆……（10）
食店……（10）
分茶……（10）
南食店……（10）
川饭分茶……（10）
闷饭店……（10）
茶饭店……（10）
茶饭馆……（10）
二荤铺……（10）
酒阁子……（10）
门床马道……（10）
菜面店……（10）
饼店……（10）
素分茶……（10）
打火店……（10）
正店……（10）
脚店……（11）
拍户……（11）
酒肆……（11）
垆邸……（11）
酤肆……（11）
包饭作……（11）
酒席处……（11）
宴店……（11）
酒家……（11）
酒楼……（11）
饭庄……（11）
二荤馆……（11）
食堂……（11）
餐厅……（11）
餐馆……（11）
开门作……（11）

勤行……(11)
关门作……(11)
厨行……(11)
厨房业……(11)
包席馆……(11)
冷包席……(11)
包办馆……(11)
外会……(11)
落作……(11)
跑大棚……(11)
外台子……(11)
外送……(11)
便饭铺……(11)
风味店……(11)
面店……(11)
饺面店……(11)
糕糊店……(11)
大饼店……(11)
豆花馆……(11)
冷面馆……(11)
小吃店……(11)
小食店……(11)
单幌馆……(11)
甜食店……(11)
甜品店……(11)
点心店……(11)
凉粉店……(11)
凉茶店……(11)
冷饮店……(11)
冰室……(11)
食摊……(12)
晏点……(12)
汤锅……(12)
野里锅……(12)
朝天锅……(12)
面摊……(12)
饭摊……(12)
粥摊……(12)
食担……(12)
馄饨担……(12)
酒席担子……(12)
抬盒……(12)
带全盘……(12)
酒馆……(12)
冷酒馆……(12)
茶馆……(12)
茶肆……(12)
茶园……(12)
茶社……(12)
茶居……(12)
茶楼……(12)
茶坊……(12)
荤茶肆……(12)
素茶肆……(12)
小茶市……(12)
二厘馆……(12)
茶室……(12)
堂灶柜案……(12)
开堂……(12)
收堂……(12)
打烊……(12)
饭口……(12)
涌堂……(12)
冷堂……(12)
吊堂……(12)
亮堂……(12)
雅座……(12)
座头……(12)
安座……(13)
服务到桌……(13)
散座……(13)
镶座……(13)
挪座……(13)
挪桌……(13)
高醋矮酱油……(13)
便餐……(13)
零餐……(13)
和菜……(13)
拨碟菜……(13)
带快……(13)
快马……(13)
响堂哑灶……(13)
喊堂……(13)
鸣堂……(13)
响堂……(13)
上饭……(13)
双上……(13)
执单……(13)
重浇……(13)
带青……(13)
宽汤……(13)
免青……(13)
免红……(13)
免大荤……(13)
大青……(13)
重青……(13)

小青……(13)
带壮……(13)
回烧……(13)
饭上叫……(13)
帐台……(13)
结帐……(13)
先吃后算……(13)
口码帐……(13)
起席……(13)
翻台……(13)
撤台……(13)
收拣……(13)
清场……(13)
出堂……(13)
落桌……(13)
烧卤腊味部……(13)
低柜档……(14)
菜牌……(14)
食牌……(14)
水牌……(14)
粉牌……(14)
菜簿……(14)
手牌……(14)
菜谱……(14)
厨师长……(14)
掌墨师……(14)
坐押师……(14)
红案……(14)
红案厨师……(14)
炉子……(14)
当灶……(14)
灶上……(14)
当厨……(14)
火上的……(14)
候镬……(14)
后镬……(14)
头炉……(14)
主厨……(14)
头锅……(14)
掌灶……(14)
掌勺……(14)
炒头火……(14)
炒头灶……(14)
灶头……(14)
头镬……(14)
二炉……(14)
二锅……(14)
炒二火……(14)
二镬……(14)
三炉……(14)
三镬……(14)
绡火……(14)
帮锅……(14)
上杂……(14)
上升……(14)
水案……(14)
水台……(14)
汤锅……(14)
拉汤……(14)
笼锅……(14)
大灶……(15)
伙头……(15)
打荷……(15)
墩子……(15)
砧板……(15)
案子……(15)
头墩……(15)
头砧……(15)
案子头……(15)
二墩……(15)
二砧……(15)
三墩……(15)
三砧……(15)
冷盘间……(15)
碟子房……(15)
冷碟厨师……(15)
熟墩子……(15)
冷墩子……(15)
冷盘厨师……(15)
冷菜厨师……(15)
凉菜厨师……(15)
烧腊师……(15)
制品人……(15)
企档……(15)
烧卤杂……(15)
低柜杂……(15)
宰杀……(15)
杂工……(15)
厨什……(15)
杂务……(15)
盘工……(15)
管碗匠……(15)
走案头……(15)
饭锅……(15)
白案……(15)
白案厨师……(15)

小案……(15)
主案……(15)
大案……(15)
副案……(16)
　帮案……(16)
拌馅……(16)
熟笼……(16)
煎炸……(16)
肠粉……(16)
推销……(16)
面锅……(16)
服务……(16)
　招待……(16)
坐柜……(16)
酒保……(16)
行菜……(16)
院使……(16)
堂倌……(16)
　堂官……(16)
茶博士……(16)
堂头……(16)
跑堂的……(16)
　走堂的……(16)
　来字号……(16)
茶房……(16)
　店小二……(16)
幺师……(16)
盯桌……(16)
档口……(16)
巾杂……(16)
头杂……(16)
　第一楼杂……(16)
洁净……(16)
　第二楼杂……(16)
楼杂……(16)
走菜的……(16)
　跑菜的……(16)
　打划子……(16)
传菜员……(16)
烧糟……(16)
击馋……(16)
厨房烧……(16)

宴会和筵席

燕……(16)
醼……(16)
讌……(16)
宴……(16)
饗……(17)
饮……(17)
禊饮……(17)
筵席……(17)
宴会……(17)
高宴……(17)
盛筵……(17)
红筵……(17)
象筵……(17)
绮筵……(17)
琼筵……(17)
玳筵……(17)
曲宴……(17)
玄讌……(17)
酒会……(17)
酒筵……(17)
饮局……(17)
游宴……(17)
　宴游……(17)
船宴……(17)
中席……(17)
烧尾宴……(17)
曲江宴……(17)
　曲江会……(17)
　曲江大会……(17)
闻喜宴……(17)
　敕士宴……(17)
鹿鸣宴……(17)
樱桃宴……(17)
大相识……(17)
次相识……(18)
小相识……(18)
关醵……(18)
　离筵……(18)
琼林宴……(18)
泼散……(18)
大宴……(18)
春秋大宴……(18)
饮福大宴……(18)
瓜宴……(18)
　真瓜宴……(18)
驸马宴……(18)
　只孙宴……(18)
马奶宴……(18)
簇花宴……(18)
红云宴……(18)
定鼎宴……(18)
元日宴……(18)

元旦宴……(18)
元会宴……(18)
冬至宴……(18)
千秋宴……(18)
千叟宴……(18)
耕耤宴……(18)
劳酒……(18)
凯旋宴……(18)
外藩宴……(18)
廷臣宴……(18)
大蒙古包宴……(18)
茶宴……(19)
恩荣宴……(19)
乡试宴……(19)
娶亲宴……(19)
九畜宴……(19)
六畜宴……(19)
三畜宴……(19)
经筵宴……(19)
乡饮酒……(19)
乡饮耆宾……(19)
朱公席……(19)
周公宴……(19)
国宴……(19)
家宴……(19)
酒席……(19)
宴席……(19)
便宴……(19)
便酌……(19)
早宴……(19)
午宴……(19)
晚宴……(19)
红白喜筵……(19)
汤饼宴……(19)
汤饼筵……(19)
汤饼会……(19)
羌酌……(19)
寿筵……(19)
千秋席……(19)
喜筵……(19)
斋筵……(19)
斋席……(19)
素席……(19)
如意席……(19)
豆腐饭……(19)
教席……(19)
下马宴……(19)
上马宴……(19)
满汉全席……(19)
满汉席……(20)
满汉大席……(20)
四红……(20)
四白……(20)
红白烧烤……(20)
小满汉席……(20)
四大件席……(20)
三大件席……(20)
两大件席……(20)
烧烤席……(20)
满汉燕翅烧烤席……(20)
燕窝席……(20)
燕菜席……(20)
燕翅席……(20)
熊掌席……(20)
鱼翅席……(20)
翅子席……(20)
海参席……(20)
全类宴席……(20)
全席……(20)
全猪席……(20)
全猪宴……(20)
猪小烧……(20)
全羊席……(20)
全羊大菜……(20)
整羊席……(20)
全鸡席……(20)
全鸭席……(20)
全鱼席……(20)
长鱼席……(20)
无刺刀鱼全席……(20)
全鹅席……(21)
口蘑席……(21)
鸡丛席……(21)
豆腐席……(21)
菊宴……(21)
菊花席……(21)
全菊宴……(21)
全面席……(21)
饺子宴……(21)
粽子宴……(21)
小吃宴……(21)
小品宴……(21)
春台席……(21)
请春至……(21)
洛阳水席……(21)
十大碗……(21)

状元菜……(21)
八大碗……(21)
蛋糕席……(21)
田席……(21)
三蒸九扣……(21)
六六席……(21)
六顶六席……(21)
四碗四盘……(21)
六碗八碟……(21)
六碗十二碟……(21)
双六席……(21)
半桌头……(21)
春饼宴……(21)
葡萄宴……(21)
花宴……(22)
花酒……(22)
冷餐酒会……(22)
冷餐会……(22)
立餐……(22)
会食……(22)
共食……(22)
会餐……(22)
聚餐……(22)
打拚伙……(22)
吃碰头……(22)
壶碟会……(22)
蝴蝶会……(22)
工作进餐……(22)
便饭……(22)
茶点……(22)
请柬……(22)
请帖……(22)
知单……(22)
摆台……(22)
菜单……(22)
席单……(22)
座签……(22)
串拼……(22)
对拚……(22)
对串……(22)
口布花……(22)
餐巾花……(22)
筷子花……(22)
布让……(22)
大件……(22)
撤席换酒……(22)

烹饪原料

原料词释

山珍海味……(23)
山珍海错……(23)
水陆之珍……(23)
山肴野蔌……(23)
野味……(23)
海味……(23)
海错……(23)
海鲜……(23)
海货……(23)
海食……(23)
海物……(23)
水羞……(23)
水族……(23)
水产……(23)
八珍……(23)
塞北八珍……(23)
蒙古八珍……(23)
北八珍……(23)
海味八样……(23)
山珍七件……(23)
动物八珍……(23)
植物四珍……(23)
八鲜……(23)
水八鲜……(23)
土八鲜……(23)
江汉三鲜……(23)
水三鲜……(24)
林三鲜……(24)
地三鲜……(24)
庐山三石……(24)
北味四大名肴……(24)
林区五美味……(24)
闽西八大干……(24)
泰安三美……(24)
五荤三厌……(24)
五畜……(24)
六畜……(24)
六牲……(24)
六膳……(24)
六兽……(24)
六禽……(24)
三鸟……(24)

广东十大名鲜……(24)
水畜……(24)
水梭花……(24)
太湖三白……(24)
松江三花……(24)

主 配 料

动物性

猪……(24)
豕……(24)
彘……(24)
豨……(24)
豚……(24)
豘……(24)
刚鬣……(24)
豮……(24)
豮豚……(24)
豝……(24)
豜……(24)
豵……(24)
阉猪……(24)
豶……(24)
乳猪……(24)
豟……(24)
犗……(24)
牛……(24)
太牢……(25)
牺牛……(25)
一元大武……(25)
牺……(25)
黄牛……(25)
水牛……(25)
牦牛……(25)
旄牛……(25)
童牛……(25)
牸牛……(25)
犛……(25)
氂牛……(25)
犦牛……(25)
猫牛……(25)
猪声牛……(25)
奶牛……(25)
乳牛……(25)
肉牛……(25)
菜牛……(25)
阉牛……(25)
犕……(25)
犍……(25)
宦牛……(25)
犊……(25)
牛犊……(25)
牛仔……(25)
羊……(25)
少牢……(25)
柔毛……(25)
羖……(25)
羝……(25)
米罕……(25)
米哈……(25)
绵羊……(25)
山羊……(25)
羯羊……(25)
阉羊……(25)
站羊……(25)
栈羊……(25)
羔……(26)
羚……(26)
狗……(26)
犬……(26)
羹献……(26)
地羊……(26)
善狗……(26)
乳狗……(26)
童狗……(26)
香肉……(26)
家兔……(26)
明视……(26)
兔……(26)
鼮……(26)
百味肉……(26)
驴……(26)
骡……(26)
卫……(26)
尕驴……(26)
骡……(26)
赢……(26)
驮騧……(26)
马……(26)
猫……(26)
乌圆……(26)
骆驼……(26)
橐驼……(26)
驼驼……(26)
鸡……(27)
烛夜……(27)

蜀……(27)
翰音……(27)
钻篱菜……(27)
仔鸡……(27)
荆……(27)
笋鸡……(27)
雏鸡……(27)
童子鸡……(27)
鸡项……(27)
鸡姑……(27)
新鸡……(27)
老鸡……(27)
公鸡……(27)
鸡男……(27)
雄鸡……(27)
鸡公……(27)
火灵库……(27)
母鸡……(27)
雌鸡……(27)
鸡婆……(27)
阉鸡……(27)
镦鸡……(27)
鸭……(27)
鹜……(27)
舒凫……(27)
鸨鸭……(27)
匹……(27)
青头鸡……(27)
填鸭……(27)
北京鸭……(27)
番鸭……(27)
洋鸭……(27)
麝香鸭……(27)
旱鸭……(27)
瘤头鸭……(27)
骡鸭……(27)
泥鸭……(27)
半番……(27)
鹅……(27)
鹅……(27)
瓮鹅……(28)
家鸽……(28)
飞奴……(28)
肉鸽……(28)
菜鸽……(28)
食鸽……(28)
餐鸽……(28)
地鸽……(28)
鸡鸽……(28)
乳鸽……(28)
鹌鹑……(28)
循……(28)
赤喉鹑……(28)
红面鹌鹑……(28)
秃尾巴鸟……(28)
稻鸡……(28)
火鸡……(28)
吐绶鸡……(28)
吐绶鸟……(28)
避株……(28)
孝鸟……(28)
吐锦鸡……(28)
锦囊……(28)
真珠鸡……(28)
鹘……(28)
七面鸡……(28)
刺猬……(28)
彙……(28)
蝟鼠……(28)
偷瓜獾……(28)
刺球子……(28)
穿山甲……(28)
鲩鲤……(29)
石鲩……(29)
钱鳞甲……(29)
象……(29)
熊……(29)
黑熊……(29)
憨貛……(29)
黑貛……(29)
狗熊……(29)
黑瞎子……(29)
老爷子……(29)
登仓……(29)
狗驼子……(29)
棕熊……(29)
罴……(29)
貛熊……(29)
马熊……(29)
人熊……(29)
哈熊……(29)
虎……(29)
乌觜……(29)
於菟……(29)
大虫……(29)
大灵……(29)
李耳……(29)

李父……(29)
鼬鼪……(29)
伯都……(29)
狸儿……(29)
豹……(29)
程……(29)
失刺孙……(29)
金钱豹……(29)
豹胎……(29)
豹猫……(29)
貍……(30)
豹狸……(30)
钱猫……(30)
山猫……(30)
狸子……(30)
狸猫……(30)
野猫……(30)
抓鸡虎……(30)
果子狸……(30)
牛尾狸……(30)
玉面狸……(30)
花面狸……(30)
白额灵猫……(30)
青猺……(30)
白绵……(30)
白额……(30)
花白脸……(30)
香狸……(30)
大灵猫……(30)
九间狸……(30)
狐狸猫……(30)
金钱豹狸……(30)
小灵猫……(30)
獾……(30)
猪獾……(30)
沙獾……(30)
猪狸……(30)
狗獾……(30)
山獾……(30)
鼬獾……(30)
白猄……(30)
猄子……(30)
紫貂……(30)
栗鼠……(30)
松狗……(30)
黑貂……(30)
林貂……(30)
水獭……(30)
獭猫……(30)
水毛子……(30)
狼……(30)
狐……(30)
龙狗……(31)
毛狗……(31)
田鼠……(31)
黑耗子……(31)
地猴……(31)
家鼠……(31)
首鼠……(31)
鼹鼠……(31)
家鹿……(31)
鼢鼠……(31)
鼹鼠……(31)
犁鼠……(31)
瞎老鼠……(31)
黄鼠……(31)
礼鼠……(31)
相鼠……(31)
拱鼠……(31)
鼷鼠……(31)
毗狸……(31)
貔狸……(31)
令邦……(31)
大眼贼……(31)
地松鼠……(31)
松鼠……(31)
栗鼠……(31)
灰鼠……(31)
旱獭……(31)
土拨獭……(31)
鼦鼠……(31)
喜马拉雅旱獭……(31)
藏旱獭……(31)
雪里猫……(31)
哈拉……(31)
雪猪……(31)
竹鼬……(31)
中华竹鼠……(32)
竹鼷……(32)
竹狨……(32)
篱鼠……(32)
吼子……(32)
芒鼠……(32)
土麟……(32)
独鼠……(32)
豪猪……(32)

貊……(32)
狙猪……(32)
豪彘……(32)
鸾猪……(32)
蒿猪……(32)
璧水貙……(32)
帚豽……(32)
箭猪……(32)
山猪……(32)
刺猪……(32)
　响铃猪……(32)
野兔……(32)
　山猫……(32)
野牛……(32)
　犎……(32)
　白袜子……(32)
　犎牸……(32)
黄羊……(32)
　羬羊……(32)
　茧耳羊……(32)
　蒙古瞪羚……(32)
盘羊……(32)
　大角羊……(32)
　大头羊……(32)
岩羊……(32)
　崖羊……(32)
　石羊……(32)
羚羊……(32)
　麅羊……(32)
　九尾羊……(32)
驼鹿……(32)
　麅……(32)
　堪达罕……(33)
　犴达罕……(33)
　狞……(33)
　犴……(33)
四不象……(33)
梅花鹿……(33)
　斑龙……(33)
驯鹿……(33)
马鹿……(33)
　赤鹿……(33)
　赤麅……(33)
水鹿……(33)
　黑鹿……(33)
麅……(33)
　麋……(33)
黄鹿……(33)
吠鹿……(33)
黄猄……(33)
黄鹿……(33)
毛冠鹿……(33)
狍……(33)
　麅子……(33)
　傻狍子……(33)
麈……(33)
　河鹿……(33)
　河鹿……(33)
　牙獐……(33)
麝……(33)
　香獐……(33)
　拉石子……(33)
　山驴子……(33)
野猪……(33)
　山猪……(33)
野驴……(33)
　野马……(34)
猕猴……(34)
　猱……(34)
　沐猴……(34)
　马留……(34)
　狙……(34)
　猢狲……(34)
　黄猴……(34)
猩猩……(34)
　褐猿……(34)
茶花鸡……(34)
　原鸡……(34)
野鸡……(34)
　环颈雉……(34)
　雉……(34)
　华虫……(34)
　疏趾……(34)
　项圈野鸡……(34)
　山鸡……(34)
长尾雉……(34)
　鹮雉……(34)
　山雉……(34)
　鸹……(34)
　长尾野鸡……(34)
锦鸡……(34)
　鹭雉……(34)
　鞨……(34)
　金鸡……(34)
　铜鸡……(34)
白鹇……(34)

银鸡……(34)
银雉……(34)
鹇鸡……(34)
越禽……(34)
马鸡……(34)
角鸡……(34)
耳鸡……(34)
白马鸡……(34)
鹞鸡……(34)
鸽……(34)
石鸡……(34)
尕拉鸡……(35)
嘎嘎鸡……(35)
红腿鸡……(35)
鹧鸪……(35)
雪鸡……(35)
藏雪鸡……(35)
暗腹雪鸡……(35)
松鸡……(35)
林鸡……(35)
飞龙……(35)
榛鸡……(35)
花尾榛鸡……(35)
树鸡……(35)
岁贡鸟……(35)
棒槌鸟……(35)
雷鸟……(35)
竹鸡……(35)
山菌子……(35)
鸡头鹛……(35)
泥滑滑……(35)
竹鹧鸪……(35)
三趾鹑……(35)
水鹤鹑……(35)
野鸽……(35)
斑鸠……(35)
祝鸠……(35)
麦鹏……(35)
雉鸠……(35)
鹁鸪……(35)
水鹁鸪……(35)
麦啄……(35)
斑雀……(35)
棕背斑鸠……(35)
金背斑鸠……(35)
花斑鸠……(36)
珍珠鸠……(36)
沙鸡……(36)
毛腿沙鸡……(36)
寇雉……(36)
沙半鸡……(36)
隐士鸟……(36)
半翅……(36)
杀半斤……(36)
鸨……(36)
地鹳……(36)
独豹……(36)
禾花雀……(36)
黄胸鹀……(36)
麦黄雀……(36)
寒雀……(36)
蒿雀……(36)
灰头鹀……(36)
青头雀……(36)
火雀……(36)
冬至雀……(36)
麻雀……(36)
嘉宾……(36)
瓦雀……(36)
宾雀……(36)
家雀……(36)
老家贼……(36)
铁雀……(36)
黄雀……(36)
芦花黄雀……(36)
燕……(36)
乙鸟……(36)
鹔鸟……(36)
鹣鹋……(36)
游波……(36)
天女……(36)
野鸭……(36)
绿头鸭……(37)
凫……(37)
晨凫……(37)
凫鸭……(37)
蚬鹅……(37)
水鸭……(37)
大红腿鸭……(37)
蚬鸭……(37)
芦鸭……(37)
金翅……(37)
对鸭……(37)
大麻鸭……(37)
天鹅……(37)
鹄……(37)

雁……(37)
鸿……(37)
鸨……(37)
鹇……(37)
僧娑……(37)
鹤……(37)
胎禽……(37)
秧鸡……(37)
精列……(37)
水鸡……(37)
秋鸡……(37)
鹩渠……(37)
鹪鹩……(37)
鸲鸟……(37)
鹨……(37)
鹬……(37)
沙锥……(37)
沙吹……(37)
田鹬……(37)
鸿鹆……(37)
沙追……(37)
骨顶鸡……(37)
孤顶鸡……(37)
方目……(37)
鸪……(37)
泽虞……(37)
护田鸟……(38)
蝦蟇……(38)
姑鸡……(38)
白骨顶……(38)
膨顶鸡……(38)
水骨顶……(38)
大鹬……(38)
水姑丁……(38)
獐鸡……(38)
鹑鸡……(38)
冬鸡……(38)
鸮……(38)
猫头鹰……(38)
鳖……(38)
神守……(38)
中华鳖……(38)
团鱼……(38)
甲鱼……(38)
脚鱼……(38)
元鱼……(38)
元菜……(38)
水鱼……(38)
足鱼……(38)
王八……(38)
山瑞……(38)
山瑞鳖……(38)
乌龟……(38)
金龟……(38)
秦龟……(38)
山龟……(38)
草龟……(38)
八卦……(38)
十三块……(38)
鹰嘴龟……(38)
平胸龟……(38)
大头平胸龟……(38)
鹰嘴蛇尾平胸龟……(38)
大头龟……(38)
山乌龟……(38)
鼋……(38)
绿团鱼……(38)
癞头鼋……(38)
海龟……(38)
绿海龟……(39)
绿蠵龟……(39)
海宝……(39)
蠵龟……(39)
赤蠵龟……(39)
蠵……(39)
红海龟……(39)
玳瑁……(39)
文甲……(39)
明玳瑁……(39)
十三鲛龟……(39)
鳄……(39)
扬子鳄……(39)
鼍……(39)
猪婆龙……(39)
饭铲头……(39)
眼镜蛇……(39)
五毒蛇……(39)
蝙蝠蛇……(39)
琵琶蛇……(39)
万蛇……(39)
乌肉蛇……(39)
膨颈蛇……(39)
饭匙倩……(39)
犁头蛇……(39)
白颈乌……(39)
吹风蛇……(39)

扁头风……(39)
金脚带……(39)
金环蛇……(39)
金蛇……(39)
黄节蛇……(39)
玄南鞭……(39)
国公棍……(39)
佛蛇……(39)
金包铁……(39)
金根应……(39)
手巾蛇……(39)
过树榕……(39)
灰鼠蛇……(39)
灰背蛇……(39)
过树龙……(39)
三索线……(39)
三索锦蛇……(40)
广蛇……(40)
白花蛇……(40)
尖吻蝮……(40)
蕲蛇……(40)
盘蛇……(40)
龙蛇……(40)
祁蛇……(40)
犁头匠……(40)
放丝蛇……(40)
吊灯扑……(40)
懒蛇……(40)
聋婆蛇……(40)
五步蛇……(40)
棋盘蛇……(40)
五步跳……(40)
翻身花……(40)
银环蛇……(40)
白节蛇……(40)
白菊花……(40)
寸白蛇……(40)
过基峡……(40)
银色铁……(40)
银根应……(40)
节节乌……(40)
簸箕甲……(40)
断肌甲……(40)
雨伞蛇……(40)
银脚带……(40)
四十八节……(40)
南蛇……(40)
蟒蛇……(40)
蚺蛇……(40)
琴蛇……(40)
黑尾蟒……(40)
王蛇……(40)
埋头蛇……(40)
王字蛇……(40)
乌梢蛇……(40)
乌鞘蛇……(40)
乌风蛇……(40)
滑鼠蛇……(40)
黄润蛇……(40)
草锦……(40)
过山风……(40)
眼睛王蛇……(40)
过山标……(40)
麻骨乌……(40)
山万蛇……(40)
扁颈蛇……(40)
大膨颈蛇……(40)
大眼睛蛇……(40)
大饭匙倩……(40)
蚂蚁堆蛇……(40)
有毒蛇……(41)
娃娃鱼……(41)
大鲵……(41)
鲵……(41)
山椒鱼……(41)
鲇鱼……(41)
鲹鱼……(41)
鳜……(41)
鳎……(41)
海狗鱼……(41)
崽崽鱼……(41)
山板鱼……(41)
羌活鱼……(41)
山溪鲵……(41)
杉木鱼……(41)
雪鱼……(41)
青蛙……(41)
田鸡……(41)
坐鱼……(41)
蛤鱼……(41)
土鸭……(41)
虾蟇……(41)
蛤蟆……(41)
旱蛤子……(41)
水鸡……(41)
牛蛙……(41)

喧蛙……(41)
食用蛙……(41)
哈士蟆……(41)
雪蛤……(41)
红蛤……(41)
红头蛤蟆……(41)
棘胸蛙……(41)
长肱……(42)
锦袄子……(42)
石頓……(42)
蝈冻……(42)
石碰……(42)
抱手……(42)
石鸡……(42)
石鳞……(42)
石怪……(42)
棘蛙……(42)
石棱……(42)
石坑……(42)
梆梆鱼……(42)
蝌蚪……(42)
活师……(42)
蛞斗……(42)
活东……(42)
虾蟆子……(42)
玄鱼……(42)
玄针……(42)
聒子……(42)
悬针……(42)
水仙子……(42)
鲟……(42)
鲹……(42)
乞里麻鱼……(42)
苦腊子……(42)
七星浮子……(42)
腊子……(42)
腊子着甲鱼……(42)
着甲……(42)
白鲟……(42)
象鱼……(42)
鳇……(42)
象鼻鱼……(42)
鳇……(42)
秦王鱼……(42)
鳣……(42)
佗氏鳇鱼……(42)
玉版鱼……(42)
鲟鳇鱼……(42)
鳄鳇鱼……(42)
大鱼……(42)
鲤鱼……(42)
黄骓……(43)
黄骥……(43)
玄驹……(43)
毛子……(43)
赪鲤……(43)
拐子……(43)
六六鱼……(43)
赤鲜公……(43)
龙鱼……(43)
龙江鲤……(43)
龙门鲤……(43)
黄河鲤……(43)
淮河鲤……(43)
禾花鲤……(43)
禾花鱼……(43)
洛鲤……(43)
荷包红鲤鱼……(43)
文肸鲤……(43)
岩鲤……(43)
岩原鲤……(43)
黑鲤……(43)
乌原鲤……(43)
乌钩……(43)
乌鲫……(43)
墨鲤……(43)
东坡鱼……(43)
墨头鱼……(43)
猪嘴鱼……(43)
鲈鲤……(43)
花鱼……(43)
青脖……(43)
鲫鱼……(43)
鲋……(44)
寒鲋……(44)
鲹……(44)
喜头……(44)
鲫瓜子……(44)
月鲫仔……(44)
淇鲫……(44)
宽背淇鲫……(44)
刀子鱼……(44)
银鲫……(44)
白鳞鲫鱼……(44)
黑鲫……(44)
黑鳞鲫鱼……(44)

青鱼……(44)
鲭……(44)
乌鲭……(44)
黑鲩……(44)
螺蛳青……(44)
青鲩……(44)
钢青……(44)
青根鱼……(44)
乌青鱼……(44)
黑鲭……(44)
铜青……(44)
青棒……(44)
鲶青……(44)
草鱼……(44)
鲩鱼……(44)
鲩鱼……(44)
鲜……(44)
白鲩……(44)
混子……(44)
草混子……(44)
草根鱼……(44)
草包鱼……(44)
草青……(44)
草哨……(44)
棍子……(44)
捣子鱼……(44)
猴子鱼……(44)
鲢鱼……(44)
鲇……(44)
白鲢……(44)
跳鲢……(44)
白胖头……(44)
扁鱼……(44)
洋胖子……(44)
苦鲢子……(44)
鳙鱼……(44)
鲹……(45)
鳐鱼……(45)
皂包头……(45)
皂鲢……(45)
黑包头鱼……(45)
鳙头鲢……(45)
包头鱼……(45)
胡鳙……(45)
鸮鹕……(45)
胖头鱼……(45)
黑鲢……(45)
花鲢……(45)
黄鲢……(45)
大头鱼……(45)
包公鱼……(45)
松鱼……(45)
红鲢……(45)
熊鱼……(45)
豹头鱼……(45)
鲮鱼……(45)
雪鱼……(45)
土鲮鱼……(45)
龙筒鱼……(45)
鳊鱼……(45)
长春鳊……(45)
鲅鳎……(45)
草鳊……(45)
白鳑鱼……(45)
长身鳊……(45)
北京鳊……(45)
边鱼……(45)
锅边……(45)
方鱼……(45)
鳑鱼……(45)
编花……(45)
武昌鱼……(45)
团头鲂……(45)
鲂鱼……(45)
三角鲂……(45)
平胸鳊……(45)
乌鳊……(45)
法罗鱼……(45)
鲃……(45)
鲂……(45)
三角鳊……(45)
鳃鱼……(45)
鲳鱼……(46)
黄鲭……(46)
黄颡鱼……(46)
生母鱼……(46)
竹鱼……(46)
大口鳃……(46)
竿鱼……(46)
介鱼……(46)
虎鱼……(46)
水老虎……(46)
黄钻……(46)
猴鱼……(46)
横叉……(46)
铜头……(46)

长嘴鳃……(46)
竹竿鱼……(46)
鳃条……(46)
鲶鱼……(46)
尖头鲶……(46)
鲶鱼……(46)
马头鲶……(46)
吹火筒……(46)
似鳃……(46)
红尾鳃……(46)
香花鳃……(46)
棍子鱼……(46)
棒子鱼……(46)
竿条鱼……(46)
墨线竿……(46)
鳢……(46)
刁子……(46)
麦杆刁……(46)
鲌……(46)
鲒鱼……(46)
短尾鲌……(46)
黄掌皮……(46)
黄尚鱼……(46)
黄长条……(46)
大白鱼……(46)
白扁鱼……(46)
和顺鱼……(46)
拗颈鱼……(46)
白条鱼……(46)
鳌条……(46)
鲹条……(47)
硬颈鳌鱼……(47)
白鲦……(47)
鲦……(47)
鲴鱼……(47)
黑鲴……(47)
鲦……(47)
鲦……(47)
鳌子……(47)
白鳔子……(47)
银飘鱼……(47)
薄鳌……(47)
飘鱼……(47)
马连刀……(47)
抗浪鱼……(47)
鳠鲿鱼……(47)
格氏鳠鲿……(47)
鲿……(47)
花鲋……(47)
麻鲤……(47)
麻叉鱼……(47)
鸡鸽鱼……(47)
鸡鱼……(47)
沙古芦子……(47)
铜鱼……(47)
尖头水鼻子……(47)
尖头棒……(47)
假肥坨……(47)
圆口铜鱼……(47)
水密子……(47)
水鼻子……(47)
方头水鼻子……(47)
麻花鱼……(47)
肥坨……(47)
北方铜鱼……(47)
鸽子鱼……(47)
洞鱼……(47)
葛氏鲃……(47)
银鲷……(47)
密鲷……(47)
银鲷……(47)
白尾……(47)
黄尾鲷……(47)
细鳞斜颌鲷……(47)
斜颌鲷……(48)
沙姑子……(48)
黄片……(48)
黄条……(48)
板黄鱼……(48)
圆吻鲷……(48)
黄鲷鱼……(48)
安鱼……(48)
青片……(48)
瓦氏雅罗鱼……(48)
东北雅罗鱼……(48)
雅罗……(48)
华子鱼……(48)
波罗鱼……(48)
唇鱼……(48)
木辂鱼……(48)
蛇鮈……(48)
达氏船钉鱼……(48)
白杨鱼……(48)
船钉鱼……(48)
桥钉……(48)
打船钉……(48)

刺鲃……(48)
黑脊倒刺鲃……(48)
军鱼……(48)
黄娟鱼……(48)
青棍……(48)
雅鱼……(48)
齐口裂腹鱼……(48)
鲊鱼……(48)
拙鱼……(48)
齐口细鳞鱼……(48)
齐口……(48)
细甲鱼……(48)
拟赤梢鱼……(48)
红尾鱼……(48)
尖嘴……(48)
卷口鱼……(48)
嘉鱼……(48)
老鼠鱼……(48)
鼠头鱼……(48)
竹鱼……(48)
野鲩鱼……(48)
足鱼……(48)
南方马口鱼……(48)
桃花鱼……(49)
马鱼……(49)
大口扒……(49)
青海湖裸鲤……(49)
湟鱼……(49)
厚唇裸黄瓜鱼……(49)
重唇花鱼……(49)
麻鱼……(49)
高原裸鲤……(49)
无鳞鱼……(49)
花鱼……(49)
裸黄瓜鱼……(49)
大理裂尻鱼……(49)
弓鱼……(49)
工鱼……(49)
洱海花……(49)
鲥鱼……(49)
时鱼……(49)
鲟……(49)
瘟鱼……(49)
三黎……(49)
鲚……(49)
刀鱼……(49)
鲨鱼……(49)
子鱼……(49)
鳜鱼……(49)
鳘刀……(49)
鲂鱼……(49)
鳙鱼……(49)
江鲚……(49)
麻鲚……(49)
毛花鱼……(50)
凤鲚……(50)
凤尾鱼……(50)
河刀鱼……(50)
黄鲚……(50)
子鲚……(50)
烤子鱼……(50)
刀鲚……(50)
骨鲠鲫……(50)
望鱼……(50)
毛齐……(50)
银鱼……(50)
脍残鱼……(50)
面丈鱼……(50)
面条鱼……(50)
白小……(50)
小白鱼……(50)
燕窝鱼……(50)
面鱼……(50)
冰鱼……(50)
鳜鱼……(50)
鳜豚……(50)
水豚……(50)
鬻鱼……(50)
鲹鱼……(50)
胖鳜……(50)
季花鱼……(50)
桂鱼……(50)
花鲫……(50)
刺尊鱼……(50)
鳌花……(50)
河鲈……(50)
五道黑……(50)
长吻鮠……(50)
鮠鱼……(51)
鲇……(51)
鳢……(51)
鮈……(51)
鳜鱼……(51)
鲴鱼……(51)
鳏鱼……(51)
白甲鱼……(51)

阔口鱼……(51)
白骥……(51)
肥头鱼……(51)
鲴老鼠……(51)
肥沱……(51)
白吉……(51)
江团……(51)
回王鱼……(51)
淮王鱼……(51)
肥王鱼……(51)
鲇鱼……(51)
松江鲈鱼……(51)
四鳃鲈……(51)
杜父鱼……(51)
吐鲅……(51)
渡父鱼……(51)
花鼓鱼……(51)
媳妇鱼……(51)
塘鳢……(51)
鲕……(51)
吹沙鱼……(51)
沙沟鱼……(51)
呵浪鱼……(51)
沙鳅……(51)
土部……(51)
鲈鳢……(51)
土鸳……(51)
土哺……(51)
土鲋……(51)
沙乌鳢……(51)
春斑鱼……(51)
鲊……(51)
沙塘鳢……(51)
塘鳢鱼……(51)
塘鲤……(51)
塘鱼……(51)
菜花鱼……(51)
土婆鱼……(51)
沙鳢……(51)
暗土布鱼……(51)
黑土布鱼……(51)
土布鱼……(51)
痴虎鱼……(51)
虎头鲨……(51)
沙光鱼……(51)
黄鲫鱼……(51)
鲫……(51)
伏念鱼……(52)
船矶鱼……(52)
黄肚鱼……(52)
黄麻嫩……(52)
乌鳢……(52)
孝鱼……(52)
斑鱼……(52)
戾鱼……(52)
鱾鱼……(52)
文鱼……(52)
活头……(52)
乌鱼……(52)
黑鱼……(52)
蛇头鱼……(52)
黑鱼棒子……(52)
乌棒……(52)
生鱼……(52)
才鱼……(52)
豺鱼……(52)
鲶鱼……(52)
鲇鱼……(52)
鲽鱼……(52)
鳗……(52)
鲩鱼……(52)
额白鱼……(52)
土鲶……(52)
鲶巴郎……(52)
怀子……(52)
胡子鲶……(52)
潭虱……(52)
角鱼……(52)
暗钉鱼……(52)
须子鲇……(52)
土虱……(52)
塘角鱼……(52)
塘利鱼……(52)
塘虱……(52)
挑手鱼……(52)
胡子鱼……(52)
黄颡鱼……(52)
鲄魦……(52)
黄鳍鱼……(52)
鲹……(52)
扬令……(52)
黄颊鱼……(52)
黄鲹鱼……(52)
黄鲄……(52)
黄魦……(53)
黄樱……(53)

黄骨鱼……(53)
黄刺鱼……(53)
河龙盾鲍……(53)
嘎鱼……(53)
嘎牙子……(53)
牛鱼……(53)
黄腊丁……(53)
鲧丝……(53)
江鳅……(53)
湾蝌……(53)
黄鳝……(53)
鳝鱼……(53)
鲃……(53)
黄鲃……(53)
鲃鱼……(53)
鲜……(53)
黄鲜……(53)
长鱼……(53)
白鳝……(53)
鳗鲡……(53)
河鳗……(53)
流鳗……(53)
淡水鳗……(53)
江鳗……(53)
蛇鱼……(53)
鳗鱼……(53)
青鳝……(53)
白鳗……(53)
风鳗……(53)
风鳝……(53)
花锦鳝……(53)
鲈麻……(53)
毛鱼……(53)
花鳗……(53)
大鳗……(53)
雪鳗……(53)
鳝王……(53)
泥鳅……(53)
鲭……(53)
鳎……(53)
鳗尾泥鳅……(53)
泥里钻……(53)
瓦鱼……(53)
条鳅……(53)
哲罗鱼……(53)
哲线鱼……(53)
布氏哲罗鱼……(53)
虎嘉鱼……(54)
虹鳟……(54)
鳟鱼……(54)
茴鱼……(54)
斑鳟鱼……(54)
红鳞鱼……(54)
鱼华……(54)
胭脂鱼……(54)
黄排……(54)
火烧鳊……(54)
罗非鱼……(54)
非洲鲫鱼……(54)
越南鱼……(54)
南洋鲫鱼……(54)
狗鱼……(54)
鸭鱼……(54)
黑龙江狗鱼……(54)
石爬鱼……(54)
石斑鲃……(54)
外口鲃……(54)
石爬子……(54)
鲅鲫鱼……(54)
石鱼……(54)
栉虾虎……(54)
庐山石鱼……(54)
麦鱼……(54)
春鱼……(54)
鳙……(54)
泰山赤鳞鱼……(54)
石鳞鱼……(54)
蜊鳞鱼……(54)
威宁细鱼……(54)
琴鱼……(55)
细鳞鲑……(55)
桐花鱼……(55)
石桂鱼……(55)
桃花桂……(55)
面鱼……(55)
黄面瓜鱼……(55)
老黄鱼……(55)
鳃条鱼……(55)
花鱼……(55)
小黄翅膀鱼……(55)
无鳞花鱼……(55)
油鱼……(55)
龙鱼……(55)
雪鱼……(55)
梅鱼……(55)
河豚……(55)

河鲀……(55)
赤鲑……(55)
肺鱼……(55)
鲅鳊……(55)
鲃……(55)
鲅鳊鱼……(55)
鲑鲟……(55)
鲷夷鱼……(55)
嘎鱼……(55)
鳃鱼……(55)
吹肚鱼……(55)
鲷鲩……(55)
气鲔鱼……(55)
气鼓子……(55)
玉斑……(55)
乌狼……(55)
腊头……(55)
鲔鲅……(55)
艇巴子……(55)
鸡抱鱼……(55)
乖鱼……(55)
龟鱼……(55)
街鱼……(55)
斑子鱼……(55)
鲃鱼……(56)
斑鱼……(56)
巴鱼……(56)
鲨……(56)
沙鱼……(56)
鲛鲨……(56)
瑰雷鱼……(56)
鲛鱼……(56)
鳙鲭……(56)
海鲨……(56)
鲭鱼……(56)
溜鱼……(56)
鳐……(56)
海鹞鱼……(56)
邵阳鱼……(56)
荷鱼……(56)
鲮鱼……(56)
鲔鲅鱼……(56)
蕃蹼鱼……(56)
蕃蹼鱼……(56)
蒲鱼……(56)
锅盖鱼……(56)
孔鳐……(56)
甫鱼……(56)
老板……(56)
劳子……(56)
华子……(56)
命鱼……(56)
蝠鲮……(56)
绷鱼……(56)
犁头鳐……(56)
犁头鲨……(56)
六件鲨……(56)
团扇鳐……(56)
团鳐……(56)
黄点鲔……(56)
团扇……(56)
荡荡鼓……(56)
皮郎鼓……(57)
鲂……(57)
鲔鱼……(57)
赤鲂……(57)
洋鱼……(57)
黄鲮……(57)
箭洋鱼……(57)
土鱼……(57)
滑子鱼……(57)
黄貂鱼……(57)
黄虎……(57)
燕鲂……(57)
黄鱼……(57)
鳗……(57)
菩萨鱼……(57)
石首鱼……(57)
黄瓜鱼……(57)
黄花鱼……(57)
瓜……(57)
大黄鱼……(57)
大王鱼……(57)
大鲜……(57)
大黄花鱼……(57)
桂花黄鱼……(57)
金龙黄花……(57)
黄纹……(57)
小黄鱼……(57)
小鲜……(57)
大眼……(57)
花鱼……(57)
小黄瓜……(57)
小王鱼……(57)
古鱼……(57)
黄姑鱼……(57)

春水鱼……(57)
皮鲩……(57)
花鲩鱼……(57)
罗鱼……(57)
铜罗鱼……(57)
春只……(57)
黄鸡婆……(57)
黄姑子……(57)
春籽鱼……(57)
白姑鱼……(57)
白古鱼……(58)
白姑子……(58)
白米子……(58)
白米鱼……(58)
白眼鱼……(58)
白花鱼……(58)
白鲞子……(58)
黑姑鱼……(58)
鲩鱼……(58)
米鱼……(58)
鲞鱼……(58)
鲞子鱼……(58)
茅狂……(58)
梅童鱼……(58)
黑鳃梅童鱼……(58)
梅子鱼……(58)
大头宝……(58)
大棘头……(58)
烂头鱼……(58)
叫姑鱼……(58)
沙鲩……(58)
尖头鲩……(58)
小白鱼……(58)
黄唇鱼……(58)
毛鲿鱼……(58)
大鱼……(58)
鲩……(58)
真鲷……(58)
红鳞加级鱼……(58)
佳季……(58)
加吉鱼……(58)
铜盆鱼……(58)
加拉鱼……(58)
鲂鱼……(58)
黑鲷……(58)
黑加级……(59)
海鲋……(59)
黑鳞加吉鱼……(59)
乌颊鱼……(59)
胡椒鲷……(59)
胡芦鲷……(59)
加池……(59)
髭鲷……(59)
黑鳃嫂……(59)
褐海鲷……(59)
石青……(59)
二长棘鲷……(59)
红立鱼……(59)
板立……(59)
红笛鲷……(59)
红鱼……(59)
短鳍鱼……(59)
大眼鲷……(59)
石斑鱼……(59)
石礬鱼……(59)
鬲鱼……(59)
过鱼……(59)
青石斑鱼……(59)
青斑……(59)
青鲳……(59)
赤点石斑鱼……(59)
石斑……(59)
花斑……(59)
纵带石斑鱼……(59)
带石斑……(59)
宝石石斑鱼……(59)
鲈鱼……(59)
花鲈……(60)
鲈子鱼……(60)
鲈板……(60)
花寨……(60)
鲈夹……(60)
十棘银鲈……(60)
五棘银鲈……(60)
银米……(60)
石鲈……(60)
断斑石鲈……(60)
白鸽……(60)
大斑石鲈……(60)
头鲈……(60)
猴鲈……(60)
三线矶鲈……(60)
鸡鲈……(60)
金线鱼……(60)
红哥鲤……(60)
吊三……(60)

拖三……(60)
红杉……(60)
鳓……(60)
勒鱼……(60)
肋鱼……(60)
快鱼……(60)
克鳓鱼……(60)
鲞鱼……(60)
火鳞鱼……(60)
鲶鱼……(60)
白鳞鱼……(60)
曹白鱼……(60)
鲳……(60)
银鲳……(60)
镜鱼……(60)
平鱼……(60)
白鲳……(60)
鲳扁鱼……(60)
鲂鱼……(60)
鲳鳅鱼……(60)
昌鼠……(60)
狗瞌睡鱼……(60)
长林……(60)
车片鱼……(60)
刺鲳……(60)
南鲳……(61)
肉鲳……(61)
瓜核……(61)
鸡笼鲳……(61)
钉板鲳……(61)
比目鱼……(61)
王余鱼……(61)
东鳎……(61)
偏口鱼……(61)
鳐……(61)
鲽……(61)
鞋底鱼……(61)
鲒……(61)
鲇……(61)
婢屣鱼……(61)
奴孱鱼……(61)
版鱼……(61)
箬叶鱼……(61)
鳎鲒……(61)
大地鱼……(61)
牙鲆……(61)
地鱼……(61)
牙鲬……(61)
左口……(61)
沙地……(61)
牙鲜……(61)
牙偏……(61)
斑鲆……(61)
鲆鱼……(61)
花点鲆……(61)
猫头……(61)
花鲆……(61)
星鲽……(61)
花布鲆……(61)
花片……(61)
七星片鱼……(61)
高眼鲽……(61)
长脖鱼……(61)
高眼鱼……(61)
大嘴……(61)
油鲽……(61)
油扁……(61)
小嘴……(61)
黄盖鲽……(61)
沙板……(61)
沙盖……(62)
石鲽……(62)
石岗子鱼……(62)
石板……(62)
石腰子……(62)
木叶鲽……(62)
八角鱼……(62)
八甲鱼……(62)
砂轮……(62)
鼓眼……(62)
蚝边……(62)
鳎鱼……(62)
舌头鱼……(62)
挞沙鱼……(62)
龙利鱼……(62)
条鳎……(62)
花鳎……(62)
虎皮……(62)
花板……(62)
花牛舌……(62)
花鞋底……(62)
花手娟……(62)
花利……(62)
卵鳎……(62)
土龟母……(62)
猫利……(62)

舌鳎……(62)
箬鳎鱼……(62)
龙利……(62)
牛舌鱼……(62)
鳎米……(62)
舌头……(62)
鳎目……(62)
狗舌……(62)
鳎板鱼……(62)
带鱼……(62)
大带鱼……(62)
鞭鱼……(62)
带柳……(62)
裙带鱼……(62)
牙带……(62)
白带……(62)
鳞刀鱼……(62)
青宗带……(62)
海刀鱼……(62)
凌刀鱼……(62)
小带鱼……(62)
小金叉……(62)
沙带鱼……(62)
鲳鱼……(62)
鲳巴鱼……(63)
青花鱼……(63)
鲭鱼……(63)
鲳鲅鱼……(63)
花池……(63)
交池……(63)
油筒鱼……(63)
狭头鲳……(63)
圆鲳……(63)
胡麻鲳……(63)
蓝占鲅……(63)
鲅鱼……(63)
燕鲅鱼……(63)
鲭……(63)
条燕……(63)
燕鱼……(63)
马鲛……(63)
池鱼……(63)
圆鲹……(63)
鲃鲴鱼……(63)
棍子鱼……(63)
鲭鲹……(63)
黄条鰤……(63)
黄犍牛……(63)
竹筴鱼……(63)
刺鲅鱼……(63)
山鲐鱼……(63)
酸鲐鱼……(63)
大目鲭……(63)
巴浪鱼……(63)
太平洋鲱鱼……(63)
鳊……(63)
青条鱼……(63)
青鳞鱼……(63)
青皮鱼……(63)
柳叶鱼……(63)
斑鰶……(63)
鲮鲤……(63)
鼓眼鱼……(64)
扁鰶……(64)
宽杉……(64)
黄流鱼……(64)
刺儿鱼……(64)
金耳环……(64)
沙丁鱼……(64)
鳎……(64)
鳎……(64)
金色小沙丁鱼……(64)
寿南小沙丁鱼……(64)
鳀……(64)
青天蓝……(64)
黑背鳎……(64)
老眼屎……(64)
抽条……(64)
离水烂……(64)
黄鲷……(64)
黄鰶……(64)
黄尖子……(64)
薄只……(64)
毛口……(64)
麻口……(64)
小公鱼……(64)
杜氏棱鳀……(64)
鲚……(64)
鲻鱼……(64)
头鲻……(64)
乌鲻……(64)
黑耳鲻……(64)
鲍鱼……(64)
齐鱼……(64)
鲅鱼……(64)
白眼……(64)

子鱼……(64)
只鱼……(64)
乌仔鲻……(64)
乌头……(64)
博头……(64)
尖头……(64)
冷水梭鱼……(64)
梭鱼……(64)
斋鱼……(65)
潮鲻……(65)
支鱼……(65)
肉棍子……(65)
红眼梭……(65)
青梭……(65)
大麻哈鱼……(65)
大马哈鱼……(65)
秋鲑……(65)
夏鲑……(65)
果多鱼……(65)
弧东鱼……(65)
麻哈鱼……(65)
东洋白鱼……(65)
乌苏里白鲑……(65)
兔子鱼……(65)
细鳞鱼……(65)
海鳗……(65)
门鳝……(65)
狼牙鳝……(65)
海鳗鲡……(65)
慈鳗鲡……(65)
狗狗鱼……(65)
狗头鳗……(65)
即勾……(65)
勾鱼……(65)
牙鱼……(65)
乌皮鳗……(65)
九鳝……(65)
星鳗……(65)
前肛鳗……(65)
蛇鳗……(65)
硬骨鳝……(65)
海鳝……(65)
海鲫鱼……(65)
九九鱼……(65)
海鲂……(65)
日本海鲂……(65)
银汉鱼……(65)
台雅鱼……(65)
香鱼……(65)
细鳞鱼……(66)
油香鱼……(66)
海胎鱼……(66)
秋生子……(66)
金枪鱼……(66)
青干……(66)
鲔……(66)
白卜……(66)
鲣……(66)
杜仲……(66)
舵鲣……(66)
扁舵鲣……(66)
眼镜鱼……(66)
斧头鲳……(66)
皮鞋刀……(66)
军曹鱼……(66)
犁鱼……(66)
汀鲹鲅……(66)
海竺鱼……(66)
竹五……(66)
宝刀鱼……(66)
西刀……(66)
海刀……(66)
海鲢……(66)
遮目鱼……(66)
红鳞鲻……(66)
白鳞鲻……(66)
麻虱目……(66)
海港鱼……(66)
虱目鱼……(66)
鳞鱼……(66)
青针鱼……(66)
篾鱼……(66)
单针鱼……(66)
针扎鱼……(66)
针鱼……(66)
扁颌针鱼……(66)
大头狗母鱼……(66)
公奎龙……(67)
长蛇鲻……(67)
丁鱼……(67)
狗棍……(67)
香梭……(67)
龙头鱼……(67)
豆腐鱼……(67)
狗吐鱼……(67)
虾潺……(67)

狗母鱼……(67)
飞鱼……(67)
文鳐鱼……(67)
玉筋鱼……(67)
油鲹……(67)
鸭嘴梭鱼……(67)
船丁鱼……(67)
鳝……(67)
沙钻鱼……(67)
方头鱼……(67)
日本加吉……(67)
马头鱼……(67)
鬼鲉……(67)
虎鲉……(67)
蝎子鱼……(67)
黑鲬鱼……(67)
黑寨……(67)
黑石鲈……(67)
黑老婆……(67)
六线鱼……(67)
大泷六线鱼……(67)
鲳……(67)
摆架鱼……(67)
牛尾鱼……(67)
辫子鱼……(67)
尾鱼……(67)
绿鳍鱼……(67)
绿翅鱼……(67)
蜻蜓鱼……(67)
国公鱼……(67)
鲂鲱……(68)
绿姑……(68)
角鱼……(68)
莺莺鱼……(68)
乌塘鳢……(68)
蚌虎……(68)
狼鰕虎鱼……(68)
乃鱼……(68)
红鼻条……(68)
弹涂鱼……(68)
跳跳鱼……(68)
泥猴……(68)
鲉……(68)
印头鱼……(68)
臜……(68)
网纹臜……(68)
瞻星鱼……(68)
马面鲀……(68)
绿鳍马面鲀……(68)
象皮鱼……(68)
剥皮鱼……(68)
皮匠鱼……(68)
面包鱼……(68)
孜孜鱼……(68)
猪鱼……(68)
烧烧鱼……(68)
鳄鱼……(68)
大头鳄……(68)
大头鱼……(68)
大头腥……(68)
大口鱼……(68)
明太鱼……(68)
狭鳕……(68)
柴鱼……(68)
柴片鱼……(68)
鲛鳣……(68)
蛤蟆鱼……(68)
老头鱼……(68)
结巴鱼……(68)
带鲟……(68)
裤带鱼……(69)
绵鲟……(69)
光鱼……(69)
狮子鱼……69)
狮子头……(69)
七星鱼……(69)
鲶……(69)
细刺鱼……(69)
鳍鳅……(69)
青衣……(69)
文昌鱼……(69)
蛞蝓鱼……(69)
螃蟹……(69)
中华绒螯蟹……(69)
河蟹……(69)
郭索……(69)
蝻……(69)
尖团……(69)
横行介士……(69)
无肠公子……(69)
毛蟹……(69)
稻蟹……(69)
河虫……(69)
清水大闸蟹……(69)
湖蟹……(69)
清水蟹……(69)

团脐……(69)
尖脐……(69)
长脐……(69)
膏蟹……(69)
羔蟹……(69)
肉蟹……(69)
隔潮蟹……(69)
溪蟹……(69)
石蟹……(70)
山蟹……(70)
蟛蜞……(70)
相手蟹……(70)
螃蜞……(70)
长卿……(70)
蟛蚓……(70)
蟛蜞……(70)
彭蜎……(70)
鹦哥嘴……(70)
蚌……(70)
蝤蛑……(70)
蝤蜂……(70)
拨棹子……(70)
海蚌……(70)
青蚌……(70)
梭子蟹……(70)
三疣梭子蟹……(70)
蟛……(70)
国虾……(70)
冬花蟹……(70)
海虫……(70)
飞蟹……(70)
白蟹……(70)
海蟹……(70)
肥蟹……(70)
枪蟹……(70)
蝷……(70)
三星梭子蟹……(70)
红石夹……(70)
青蟹……(70)
锯缘青蟹……(70)
金青蚌……(70)
金蚌……(70)
朝蟹……(70)
招潮蟹……(70)
望潮……(70)
拥剑……(70)
簇步……(71)
执火……(71)
竭朴……(71)
寄居蟹……(71)
方腕寄居蟹……(71)
寄居虾……(71)
蝉蟹……(71)
白住房……(71)
椰子蟹……(71)
琵琶蟹……(71)
蛙蟹……(71)
枇杷蟹……(71)
琼兽蟹……(71)
龙虾……(71)
鳊……(71)
海虾……(71)
红虾……(71)
对虾……(71)
中国对虾……(71)
大虾……(71)
明虾……(71)
斑节虾……(71)
白虾……(71)
竹节虾……(71)
车虾……(71)
凤虾……(71)
丰虾……(71)
草虾……(71)
五色虾……(71)
闽虾……(71)
沼虾……(71)
日本沼虾……(71)
河虾……(71)
青虾……(71)
长臂虾……(71)
绒虾……(72)
晃虾……(72)
米虾……(72)
中华米虾……(72)
草虾……(72)
糠虾……(72)
毛虾……(72)
中国毛虾……(72)
小白虾……(72)
水虾……(72)
蒙子虾……(72)
磷虾……(72)
虾蛄……(72)
口虾蛄……(72)
富贵虾……(72)

琵琶虾……(72)
螳螂虾……(72)
赖尿虾……(72)
蝼蛄虾……(72)
哈氏美人虾……(72)
虾爬子……(72)
虾婆子……(72)
基围虾……(72)
鲨……(72)
东方鲨……(72)
中国鲨……(72)
马蹄蟹……(72)
三刺鲨……(72)
两公婆……(72)
丑八怪……(72)
石砌……(72)
观音掌……(72)
歧菊……(72)
笔架……(72)
紫砝……(72)
紫蟹……(72)
龟脚蛏……(72)
龟足……(72)
龟脚……(72)
藤壶……(72)
墨鱼……(72)
乌贼……(73)
乌鲗……(73)
缆鱼……(73)
河伯度事小史……(73)
墨斗鱼……(73)
金乌贼……(73)
无针乌贼……(73)
花拉子……(73)
麻乌贼……(73)
太平洋柔鱼……(73)
中国枪乌贼……(73)
台湾枪乌贼……(73)
章鱼……(73)
蛸……(73)
章举……(73)
章拒……(73)
鸎鱼……(73)
鳟……(73)
小八梢鱼……(73)
络蹄……(73)
八带鱼……(73)
短蛸……(73)
饭蛸……(73)
短腿蛸……(73)
短脚章……(73)
短爪章……(73)
桃花蛸……(73)
梧桐花……(73)
长蛸……(73)
石距……(73)
长腕蛸……(73)
马蛸……(73)
真蛸……(73)
母猪章……(73)
鲍鱼……(73)
九孔螺……(74)
鳆鱼……(74)
萧析鱼……(74)
石决明肉……(74)
镜面鱼……(74)
明目鱼……(74)
将军帽……(74)
耳丬……(74)
海耳……(74)
趴锅……(74)
牡蛎……(74)
蛤厉……(74)
蛎蛤……(74)
古贲……(74)
左顾牡蛎……(74)
牡蛤……(74)
蛎房……(74)
蠔蓠……(74)
蠔……(74)
蛎黄……(74)
蚝白……(74)
海蛎子……(74)
蚝……(74)
明蚝……(74)
滚滩蝌子……(74)
石蝌子……(74)
海蚵……(74)
褶牡蛎……(74)
蠙蚵……(74)
蜉……(74)
蚵……(74)
海月……(74)
以下鱼……(74)
海镜……(74)
膏叶盘……(74)

蛎镜……(74)
石镜……(74)
窗贝……(74)
扇贝……(74)
干贝蛤……(74)
海扇……(74)
海簸蛤……(74)
日月贝……(74)
长肋日月贝……(74)
飞螺……(75)
贻贝……(75)
海蛏……(75)
红蛤……(75)
珠菜……(75)
紫贻贝……(75)
淡菜……(75)
壳菜……(75)
乌头……(75)
驴耳杂蛤……(75)
海红……(75)
偏顶蛤……(75)
江珧……(75)
柄江珧……(75)
江瑶……(75)
玉珧……(75)
马颊……(75)
马甲柱……(75)
蛏……(75)
蛏肠……(75)
马刀……(75)
海指甲……(75)
青子……(75)
竹蛏……(75)
马蛤……(75)
齐蛤……(75)
蛏……(75)
廉……(75)
蟶蛏……(75)
单姥……(75)
缢岸……(75)
蟶……(75)
大头蛏……(75)
海螂……(75)
中国绿螂……(75)
蚶子……(75)
魁陆……(75)
魁蛤……(75)
复累……(75)
瓦屋子……(75)
伏老……(75)
瓦垅……(76)
天脔炙……(76)
蜜丁……(76)
空慈子……(76)
疤蛤……(76)
瓦垄蛤……(76)
毛蚶……(76)
毛蛤蜊……(76)
毛蛤……(76)
麻蛤……(76)
麻蚶……(76)
泥蚶……(76)
血蚶……(76)
粒蚶……(76)
魁蚶……(76)
赤贝……(76)
血贝……(76)
蛤蜊……(76)
蛤梨……(76)
合蟹……(76)
蛤黎……(76)
吹潮……(76)
沙蜊……(76)
牛眼蛤……(76)
凹线蛤蜊……(76)
中国蛤蜊……(76)
珂……(76)
马珂……(76)
马珂螺……(76)
珧……(76)
马鹿贝……(76)
西施舌……(76)
车蛤……(76)
土匙……(76)
沙蛤……(76)
海蚌……(76)
天鹅蛋……(76)
紫石房蛤……(76)
内紫蛤……(76)
紫蛤……(76)
橄榄紫蛤……(76)
海菊蛤……(76)
堂皇海菊蛤……(76)
四角蛤蜊……(76)
文蛤……(76)
花蛤……(77)

黄蛤……(77)
圆蛤……(77)
白利壳……(77)
海蛤……(77)
月斧……(77)
歪歪……(77)
海蚌……(77)
青蜞……(77)
蚌蛤……(77)
青蛤……(77)
车蜞……(77)
大帘蛤……(77)
蜃……(77)
昌娥……(77)
紫贝……(77)
菲律宾蛤仔……(77)
蛤仔……(77)
杂色蛤仔……(77)
雀蛤……(77)
沙蜊子……(77)
花蛤……(77)
梅蛤……(77)
虹彩明樱蛤……(77)
扁蛤……(77)
海瓜子……(77)
砗磲……(77)
车渠……(77)
海扇……(77)
蚝肉……(77)
砗蠓……(77)
海笋……(77)
凿石贝……(77)
穿石贝……(77)
象鼻子蛤……(77)
石磺……(77)
石蟥……(77)
嫁蛾……(77)
河蚌……(77)
无齿蚌……(77)
河蛤蜊……(77)
菜蚌……(77)
河歪……(77)
蚬……(77)
河蚬……(78)
扁螺……(78)
黄蚬……(78)
扁蚬……(78)
沙蜊……(78)
仙蚬……(78)
义河蚶……(78)
金剑蚶……(78)
扭蚶……(78)
红螺……(78)
假猪螺……(78)
顶头螺……(78)
海窝窝……(78)
响螺……(78)
管角螺……(78)
角螺……(78)
大蝎……(78)
香螺……(78)
玉螺……(78)
蚍蛸……(78)
香螺……(78)
海螺……(78)
醋鲨……(78)
红塔螺……(78)
大马蹄螺……(78)
泥螺……(78)
吐铁……(78)
麦螺……(78)
梅螺……(78)
土螺……(78)
吐蚨……(78)
土铁……(78)
黄泥螺……(78)
田螺……(78)
中国圆田螺……(78)
田嬴……(78)
田中螺……(78)
黄螺……(78)
螺蛳……(78)
蜗螺……(79)
蜗篱……(79)
师螺……(79)
螺黄……(79)
蜗牛……(79)
仆累……(79)
小牛螺……(79)
黄犊……(79)
蚶嬴……(79)
蹶蜦……(79)
蜗嬴……(79)
蠡嬴……(79)
陵螺……(79)
山蜗……(79)

瓜牛……(79)
蠡牛……(79)
负壳蜓蚰……(79)
海羊……(79)
蜓蚰蠃……(79)
土牛儿……(79)
负壳蛞蝓……(79)
天螺……(79)
圆螺虫……(79)
天螺蛳……(79)
无唇螺……(79)
肌母螺……(79)
山螺……(79)
玛瑙螺……(79)
褐云玛瑙螺……(79)
非洲蜗牛……(79)
东风螺……(79)
菜螺……(79)
花螺……(79)
桃花鱼……(79)
桃花水母……(79)
海肠子……(79)
方格星虫……(79)
沙肠子……(79)
沙虫……(79)
泥蒜……(79)
土钉……(79)
可口革囊星虫……(79)
单园刺蛏……(79)
蝎子……(79)
钳蝎……(80)
茯背虫……(80)
蚤……(80)
蚩……(80)
蚤尾虫……(80)
蠢……(80)
主簿虫……(80)
杜伯……(80)
蚺蛸……(80)
全虫……(80)
蚂蚁……(80)
玄驹……(80)
蚍蜉……(80)
蛾蚌……(80)
竹蜂……(80)
笛师……(80)
留师……(80)
竹蜜蜂……(80)
竹筒蜂……(80)
乌蜂……(80)
熊蜂……(80)
象蜂……(80)
竹蛆……(80)
竹蚕……(80)
大黑蜂……(80)
黑圆熊蜂……(80)
玄蜂……(80)
壶蜂……(80)
傴瓠蜂……(80)
玄瓠蜂……(80)
蜂子……(80)
蜂儿……(80)
蜜蜂子……(80)
蚕蛹……(80)
小蜂儿……(80)
柞蚕蛹……(80)
豆虫……(80)
豆丹……(81)
豆蛆……(81)
无脚蛆……(81)
架豆蛆……(81)
龙虱……(81)
水鳖虫……(81)
射尿龟……(81)
尿缸贼……(81)
水龟子……(81)
笋蝝……(81)
笋蛆……(81)
行夜虫……(81)
负盘……(81)
屁盘……(81)
屁蟹……(81)
夜行……(81)
放屁虫……(81)
蚱蜢……(81)
蚂蚱……(81)
土蠢……(81)
蠪溪……(81)
蚑蛨……(81)
蚑蜢……(81)
土蚑蛨……(81)
飞虾……(81)
稻蝗……(81)
蝗蠢……(81)
蠜……(81)
螫蠢……(81)

中华蚱蜢……(81)
蚕蝇……(81)
蚣蚕……(81)
舂黍……(81)
飞蝗……(81)
蝻……(81)
舂米郎……(81)
竹蝗……(81)
黄脊竹蝗……(82)
蟋蟀……(82)
蚕……(82)
蛩……(82)
蜻蛉……(82)
蚑孙……(82)
促织……(82)
趋织……(82)
吟蛩……(82)
将军……(82)
夜鸣虫……(82)
斗鸡……(82)
叫鸡……(82)
唧唧……(82)
蛐蛐……(82)
蚱蝉……(82)
黑蚱……(82)
鸣蜩……(82)
蝒……(82)
马蜩……(82)
螃……(82)
鸣蝉……(82)
秋蝉……(82)
蜘蠨……(82)
蚱蠨……(82)
知了……(82)
蝉蝒……(82)
蝉猴……(82)
知了猴……(82)
知了狗子……(82)
蟑螂……(82)
东方蠊……(82)
蜚……(82)
蜚……(82)
蚜蜚……(82)
蜚蠊……(82)
飞蠉……(82)
石姜……(82)
负盘……(82)
滑虫……(82)
茶婆虫……(82)
香娘子……(82)
贼郎……(82)
黄贼……(82)
偷油婆……(82)
酱虫……(82)
疣吻沙蚕……(82)
沙蚕……(83)
禾虫……(83)
水百脚……(83)
沙虫……(83)
海蚯蚓……(83)
沙蝎……(83)
土笋……(83)
泥虬……(83)
土蚯……(83)
土虫……(83)
蚯蚓……(83)
蝘蜓……(83)
朐忍……(83)
蛰蚕……(83)
蛋蟺……(83)
曲蟺……(83)
曲蟮……(83)
土蟺……(83)
土龙……(83)
地龙子……(83)
寒蛲……(83)
寒蚓……(83)
附蚓……(83)
丘螾……(83)
蜷蝤……(83)
蜿蟺……(83)
引无……(83)
虫蟮……(83)
沙蛆……(83)
夹夹虫……(83)
卵……(83)
鸡蛋……(83)
鸡卵……(83)
鸡子……(83)
滚头……(83)
鸭蛋……(83)
鸭子……(83)
鸭卵……(83)
太平……(83)
鹅蛋……(84)
鸽蛋……(84)

鸽卵……(84)
鹌鹑蛋……(84)
奶……(84)
奶子……(84)
牛奶……(84)
牛乳……(84)
羊奶……(84)
羊乳……(84)
马乳……(84)
玄玉浆……(84)
驴乳……(84)
驼乳……(84)

植物性

疏食……(84)
五谷……(84)
五种……(84)
六谷……(84)
六畜……(84)
六粱……(84)
六米……(84)
六陈……(84)
八谷……(84)
九谷……(84)
百谷……(84)
主粮……(84)
细粮……(85)
杂粮……(85)
粗粮……(85)
小杂粮……(85)
原粮……(85)
带皮粮……(85)
成品粮……(85)
下锅粮……(85)
稻……(85)
稌……(85)
嘉蔬……(85)
穉稚……(85)
秕稚……(85)
糜牙稻……(85)
红莲稻……(85)
粳稻……(85)
秔……(85)
梗……(85)
苦谷……(85)
籼稻……(85)
占稻……(85)
糯稻……(85)
米……(85)
白粲……(85)
八木……(85)
大米……(85)
籼米……(85)
粳米……(85)
硬米……(85)
长腰……(85)
香米……(85)
糯米……(85)
酒米……(85)
稑米……(85)
阴糯……(85)
江米……(86)
元米……(86)
茶米……(86)
瓜米……(86)
大香糯……(86)
紫米……(86)
紫糯米……(86)
接骨糯……(86)
血糯……(86)
香稻米……(86)
紫红米……(86)
桃花糯……(86)
香红莲……(86)
珍珠稻……(86)
黑糯……(86)
黑米……(86)
墨米……(86)
墨糯……(86)
药米……(86)
软米……(86)
扁米……(86)
糙米……(86)
糯……(86)
粞……(86)
免粟……(86)
脱粟……(86)
白米……(86)
标准米……(86)
九二米……(86)
九四米……(86)
精白米……(86)
精……(86)
糈……(86)
粲……(86)
粢……(86)

粹……(86)
毅……(86)
陈仓米……(86)
陈廪米……(86)
火米……(86)
老米……(86)
红粟……(86)
陈米……(86)
蒸谷米……(86)
熟米……(87)
人造米……(87)
玉米米……(87)
糯米粉……(87)
元宵粉……(87)
圆子粉……(87)
浆米粉……(87)
茶米粉……(87)
干磨粉……(87)
水磨粉……(87)
湿磨粉……(87)
湿糯米粉……(87)
熟糯米粉……(87)
加工粉……(87)
糕粉……(87)
潮州粉……(87)
占米粉……(87)
掺粉……(87)
生熟粉……(87)
米糁……(87)
米腊子……(87)
碎米……(87)
糗……(87)
糒……(87)
小麦……(87)
麩……(87)
来……(87)
秫……(87)
麦仁……(87)
麦人……(87)
麦心……(87)
面粉……(87)
白面……(87)
小麦粉……(87)
干麪……(87)
灰儿……(87)
全粉……(87)
八一粉……(87)
八五粉……(87)
普通粉……(88)
标准粉……(88)
七五粉……(88)
特制粉……(88)
精白面……(88)
富强粉……(88)
头面……(88)
头箩面……(88)
二面……(88)
二箩面……(88)
飞面……(88)
小麦麸……(88)
麸皮……(88)
糈……(88)
麶……(88)
大麦……(88)
麰……(88)
麨……(88)
麷……(88)
牟……(88)
牟麦……(88)
倮麦……(88)
饭麦……(88)
赤膊麦……(88)
大麦面……(88)
大麦糁子……(88)
大麦粄子……(88)
青稞……(88)
裸大麦……(88)
裸麦……(88)
米麦……(88)
元麦……(88)
矿麦……(88)
黑麦……(88)
小米……(88)
嘉谷……(88)
谷子……(88)
粟米……(88)
白粱粟……(88)
粱米……(89)
粟谷……(89)
寒粟……(89)
黄粟……(89)
稞子……(89)
硬粟……(89)
秈粟……(89)
糯粟……(89)
秫……(89)

众……(89)
糯秫……(89)
黄糯……(89)
粘粟……(89)
黄米……(89)
粘小米……(89)
玉米……(89)
玉蜀黍……(89)
玉高粱……(89)
番麦……(89)
御麦……(89)
西番麦……(89)
玉麦……(89)
玉蜀秫……(89)
薏米包……(89)
陆谷……(89)
玉黍……(89)
纡粟……(89)
雨粟……(89)
珍珠米……(89)
包粟……(89)
包麦米……(89)
包谷……(89)
苞米……(89)
棒子……(89)
玉茭……(89)
玉芦黍……(89)
棒豆……(89)
粘玉米……(89)
玉米糁……(89)
棒豆屑子……(89)
玉米仁……(89)
苞米碴子……(89)
玉米粉……(89)
包谷面……(89)
棒子面……(89)
粟粉……(89)
黍……(89)
黍子……(89)
芑……(89)
秬……(89)
黄米……(89)
红黍米……(89)
蘜……(89)
赤虾米……(89)
丹黍米……(89)
稷……(89)
粢……(90)
穄……(90)
明粢……(90)
小黄米……(90)
糜子……(90)
糜……(90)
赤黍……(90)
穇……(90)
高粱……(90)
木稷……(90)
蘧粱……(90)
蜀黍……(90)
芦穇……(90)
蜀秫……(90)
芦粟……(90)
荻粱……(90)
番黍……(90)
稻秫……(90)
糯高粱……(90)
粘高粱……(90)
糖用高粱……(90)
甜高粱……(90)
甜芦粟……(90)
高粱面……(90)
燕麦……(90)
蕎……(90)
爵麦……(90)
杜姥草……(90)
牡姓草……(90)
牛星草……(90)
雀麦……(90)
皮燕麦……(90)
乌麦……(90)
莜麦……(90)
裸燕麦……(90)
油麦……(90)
冷麦……(90)
铃铛麦……(90)
穆子……(90)
龙爪粟……(90)
鸭爪稗……(90)
云南稗……(90)
雁爪稗……(90)
鸭距粟……(90)
稗子……(90)
蔜……(90)
薏仁……(90)
解蠡……(91)
芑实……(91)

屋炎……(91)
橾米……(91)
薏珠子……(91)
回回米……(91)
草珠儿……(91)
菩提子……(91)
薏米……(91)
米仁……(91)
苡米……(91)
六谷米……(91)
益米……(91)
珠珠米……(91)
胶念珠……(91)
老鸦珠……(91)
药玉米……(91)
蓼茶子……(91)
菰米……(91)
雁膳……(91)
菰粱……(91)
菰……(91)
安胡……(91)
蒋实……(91)
茭米……(91)
雕菰……(91)
雕胡米……(91)
雕菇……(91)
茭白子……(91)
荞麦……(91)
乌麦……(91)
莜麦……(91)
花荞……(91)
甜荞……(91)
荞子……(91)
净肠草……(91)
鹿蹄草……(91)
流注草……(91)
三角米……(91)
荞麦糁……(91)
苦荞麦……(91)
鞑靼荞麦……(91)
酵米面……(91)
糟米面……(91)
臭米面……(91)
杂豆……(91)
豆面……(91)
薯粮……(92)
杂合面……(92)
橡子面……(92)
榆皮面……(92)
竹米……(92)
竹实……(92)
天籼米……(92)
线菜籽……(92)
红米……(92)
桄榔粉……(92)
桫椤……(92)
樏木……(92)
都勾树……(92)
树蕨……(92)
笔筒树……(92)
大花蕨蕨……(92)
罂粟米……(92)
罂子粟……(92)
米囊子……(92)
御米……(92)
象谷……(92)
莺粟……(92)
菜……(92)
蔌……(92)
茹……(92)
蔬……(92)
疏……(92)
疎……(92)
五菜……(92)
百蔬……(92)
百疏……(92)
野菜……(92)
野蔌……(92)
山菜……(92)
五辛……(92)
五荤……(92)
五熏……(93)
菜中三怪……(93)
泮塘五秀……(93)
白菜……(93)
菘……(93)
小白菜……(93)
青菜……(93)
小油菜……(93)
大菜……(93)
大棵青菜……(93)
大白菜……(93)
结球白菜……(93)
黄矮菜……(93)
花交菜……(93)

黄芽白菜……(93)
绍菜……(93)
胶菜……(93)
胶白……(93)
津菜……(93)
菜苔……(93)
台菜……(93)
苔芥……(93)
菜心……(93)
乌塌菜……(93)
塌地菘……(93)
塌菜……(93)
塌棵菜……(93)
瓢儿菜……(93)
太古菜……(93)
雪里青……(93)
黑菜……(93)
晚菜……(93)
鸡毛菜……(93)
水白菜……(93)
水入菜……(94)
水芥菜……(94)
芥……(94)
芥菜……(94)
叶用芥菜……(94)
主园菜……(94)
梨叶……(94)
大芥……(94)
大叶芥……(94)
辣菜……(94)
长年菜……(94)
小柴胡……(94)
雪里蕻……(94)
春菜……(94)
花芥……(94)
腊菜……(94)
八斤菜……(94)
披菜……(94)
刈菜……(94)
冬芥……(94)
雪菜……(94)
春不老……(94)
排菜……(94)
九头雪里蕻……(94)
石榴红……(94)
苔芥……(94)
苔用芥菜……(94)
大心菜……(94)
棒棒菜……(94)
大头菜……(94)
根用芥菜……(94)
芥菜疙瘩……(94)
疙瘩菜……(94)
芥疙瘩……(94)
头菜……(94)
玉根……(94)
羊角菜……(94)
菜脑……(94)
菱角菜……(95)
奶奶菜……(95)
榨菜脑壳……(95)
结球芥……(95)
甘蓝……(95)
散叶甘蓝……(95)
结球甘蓝……(95)
蓝菜……(95)
西土蓝……(95)
葵花白菜……(95)
回子白菜……(95)
圆白菜……(95)
包菜……(95)
葵花白……(95)
包心菜……(95)
洋白菜……(95)
钢白……(95)
疙瘩白……(95)
茴子白……(95)
莲花白……(95)
包包菜……(95)
大头菜……(95)
卷心菜……(95)
椰菜……(95)
高丽菜……(95)
花菜……(95)
番芥蓝……(95)
菜花……(95)
花椰菜……(95)
椰菜花……(95)
茎蓝……(95)
球茎甘蓝……(95)
茄连……(95)
掰蓝……(95)
撇蓝……(95)
苴莲……(95)
擘蓝……(95)
撇拉……(95)

擘辣……(95)
茄莲……(95)
玉蔓菁……(95)
玉头……(95)
芥蓝头……(95)
芥蓝……(95)
绿叶甘蓝……(96)
隔蓝……(96)
芥兰……(96)
盖蓝……(96)
盖菜……(96)
抱子甘蓝……(96)
汤菜……(96)
甘蓝球芽菜……(96)
孢子甘蓝……(96)
木立甘蓝……(96)
姬甘蓝……(96)
洋芥蓝……(96)
木立花椰菜……(96)
茎椰菜……(96)
意大利芥蓝……(96)
青花菜……(96)
西兰花……(96)
金芽菜……(96)
赤甘蓝……(96)
红球甘蓝……(96)
皱叶甘蓝……(96)
芜菁甘蓝……(96)
洋蔓菁……(96)
洋萝卜……(96)
洋大头菜……(96)
萝卜……(97)
宿菜……(97)
芦菔……(97)
荠根……(97)
茉……(97)
芦葩……(97)
葵……(97)
蔓葵……(97)
蔓突……(97)
菈遽……(97)
萝购……(97)
萝菔……(97)
罗服……(97)
土酥……(97)
芦蔔……(96)
莱菔……(96)
紫菘……(96)
温菘……(96)
楚菘……(96)
秦菘……(96)
蒌子……(96)
破地锥……(96)
夏生……(96)
罗卜……(97)
地酥……(97)
辣玉……(97)
耒服……(97)
张知县菜……(97)
满阳花……(97)
春莲花……(97)
菜头……(97)
胡萝卜……(97)
红芦菔……(97)
胡芦菔……(97)
沙萝卜……(97)
丁香萝卜……(97)
洋花萝卜……(97)
红萝卜……(97)
金笋……(97)
药性萝卜……(97)
甘笋……(97)
芜菁……(97)
葑……(97)
须……(97)
菰芜……(97)
葑苃……(97)
芣……(97)
菟……(97)
大芥……(97)
幽芥……(97)
辛芥……(97)
茄菁……(97)
黄菁……(97)
葑菜……(97)
芥葑……(97)
须苃……(97)
芥菟……(97)
蒴……(97)
九英菘……(97)
诸葛菜……(97)
马王菜……(97)
芜精……(97)
四时菜……(97)
冥菁……(97)
甜冰……(97)

门菁……(97)
风苁……(97)
狗头芥……(97)
蔓菁……(97)
扁萝卜……(97)
圆根……(97)
紫菜头……(97)
红甜菜……(97)
笋……(97)
竿……(98)
箘……(98)
篙……(98)
竹胎……(98)
竹萌……(98)
竹肉……(98)
大明……(98)
太明……(98)
龙雏……(98)
龙孙……(98)
玉版……(98)
妒母草……(98)
竹芽……(98)
初篁……(98)
臼笋……(98)
毛笋……(98)
毛竹笋……(98)
猫头……(98)
冬笋……(98)
猪蹄红……(98)
玄笋……(98)
蚤笋……(98)
埽笋……(98)
苞笋……(98)
小根笋……(98)
鹦鹉笋……(98)
春笋……(98)
鞭笋……(98)
边笋……(98)
慈竹笋……(98)
绿竹笋……(98)
马蹄笋……(98)
寿桃笋……(98)
乌脚绿竹笋……(98)
鬈绿……(98)
麻竹笋……(98)
淡竹笋……(98)
中母笋……(98)
甜笋……(98)
箭竹笋……(98)
方竹笋……(98)
刚竹笋……(98)
百合……(98)
白百合……(99)
蒜脑薯……(99)
蟠……(99)
重迈……(99)
中庭……(99)
重箱……(99)
摩罗……(99)
强瞿……(99)
中逢花……(99)
强仇……(99)
草石蚕……(99)
石蚕……(99)
滴露……(99)
甘露儿……(99)
地蚕……(99)
螺丝菜……(99)
螺丝疙瘩……(99)
宝塔菜……(99)
蜗儿菜……(99)
地扭……(99)
地牯牛草……(99)
银条……(99)
地笋……(99)
地藕……(99)
地蚕子……(99)
提娄……(99)
地参……(99)
银条菜……(99)
旱藕……(99)
地筒子……(99)
芦笋……(99)
野天门冬……(99)
石刁柏……(99)
松叶土当归……(99)
龙须菜……(99)
露笋……(99)
马铃薯……(99)
洋番薯……(99)
阳芋……(100)
土豆……(100)
洋芋……(100)
山药蛋……(100)
洋山芋……(100)
地豆……(100)

地蛋 ……(100)
洋芋头 ……(100)
山洋芋 ……(100)
爪哇薯 ……(100)
番鬼茨菰 ……(100)
薯仔 ……(100)
荷兰薯 ……(100)
甘薯 ……(100)
山薯 ……(100)
金薯 ……(100)
朱薯 ……(100)
番茹 ……(100)
番薯 ……(100)
甜薯 ……(100)
红芋 ……(100)
苕瓜 ……(100)
红薯 ……(100)
白薯 ……(100)
地瓜 ……(100)
山芋 ……(100)
白芋 ……(100)
红苕 ……(100)
沙葍 ……(100)
山药 ……(100)
薯蓣 ……(100)
薁 ……(100)
藷苧 ……(100)
署预 ……(100)
诸署 ……(100)
署豫 ……(100)
玉延 ……(100)
修脆 ……(100)
儿草 ……(100)
山藷 ……(100)
延草 ……(100)
王芋 ……(100)
薯药 ……(100)
土藷 ……(100)
薯苧 ……(100)
藷药 ……(100)
玉柱 ……(100)
畦碗 ……(100)
淮山药 ……(100)
淮山 ……(100)
怀山 ……(100)
怀山药 ……(100)
蛇芋 ……(100)
天公掌 ……(100)
拙骨羊 ……(101)
月一盘 ……(101)
理毛条 ……(101)
参薯 ……(101)
零余子 ……(101)
凉薯 ……(101)
豆薯 ……(101)
草瓜茹 ……(101)
葛薯 ……(101)
葛瓜 ……(101)
土萝卜 ……(101)
地萝卜 ……(101)
沙葛 ……(101)
木薯 ……(101)
树薯 ……(101)
粉薯 ……(101)
南洋薯 ……(101)
芋艿 ……(101)
莒 ……(101)
蹲鸱 ……(101)
踆鸱 ……(101)
芋魁 ……(101)
芋根 ……(101)
土芝 ……(101)
蕖 ……(101)
芋奶 ……(101)
芋头 ……(101)
生姜 ……(101)
薑 ……(101)
百辣云 ……(101)
匀妆指 ……(101)
因地辛 ……(101)
茈 ……(101)
茈姜 ……(101)
紫姜 ……(101)
子姜 ……(101)
芦姜 ……(101)
洋姜 ……(101)
菊芋 ……(101)
菊藷 ……(101)
洋大头 ……(101)
拐子姜 ……(101)
鬼子姜 ……(101)
姜不辣 ……(102)
芹菜 ……(102)
堇 ……(102)
堇堇菜 ……(102)
旱芹 ……(102)

香芹 ……(102)
蒲芹 ……(102)
药芹 ……(102)
芹黄 ……(102)
水芹 ……(102)
茛 ……(102)
蒗菜 ……(102)
楚葵 ……(102)
水葵 ……(102)
水蕲 ……(102)
水英 ……(102)
路路通 ……(102)
香芹菜 ……(102)
洋芫荽 ……(102)
胡荽 ……(102)
荽 ……(102)
浚 ……(102)
香荽 ……(102)
蒙荽 ……(102)
胡蒌 ……(102)
芫荽 ……(102)
园荽 ……(102)
莞荽 ……(102)
满天星 ……(102)
莛葛草 ……(102)
香菜 ……(102)
盐荽 ……(102)
芫茜 ……(102)
大芫荽 ……(102)
野芫荽 ……(102)
老缅芫荽 ……(102)
阿瓦芫荽 ……(102)
茴香 ……(102)
小茴香 ……(103)
香丝菜 ……(103)
莳香 ……(103)
土茴香 ……(103)
野茴香 ……(103)
小刺娄 ……(103)
菠菜 ……(103)
菠棱 ……(103)
颇稜 ……(103)
角菜 ……(103)
波斯菜 ……(103)
红根菜 ……(103)
赤根菜 ……(103)
鼠根菜 ……(103)
鹦鹉菜 ……(103)
雨花菜 ……(103)
番杏 ……(103)
滨莴苣 ……(103)
番苋 ……(103)
白番杏 ……(103)
澳洲菠稜菜 ……(103)
新西兰菠菜 ……(103)
洋菠菜 ……(103)
法国菠菜 ……(103)
白番苋 ……(103)
白红菜 ……(103)
苋菜 ……(103)
黄 ……(103)
青香苋 ……(103)
人苋 ……(103)
仁汉菜 ……(103)
米苋 ……(103)
茼蒿 ……(103)
同蒿 ……(103)
蓬蒿 ……(104)
蒿菜 ……(104)
花环菊 ……(104)
春菊 ……(104)
蒿子杆 ……(104)
塘蒿菜 ……(104)
艾菜 ……(104)
蕹菜 ……(104)
蕹 ……(104)
雍 ……(104)
墨菜 ……(104)
瓮菜 ……(104)
蒜菜 ……(104)
空心菜 ……(104)
无心菜 ……(104)
藓菜 ……(104)
蓊菜 ……(104)
空筒菜 ……(104)
应菜 ……(104)
莴苣 ……(104)
生菜 ……(104)
叶用莴苣 ……(104)
莴菜 ……(104)
千金菜 ……(104)
千层剥 ……(104)
莋菜 ……(104)
结球莴苣 ……(104)
卷心莴苣 ……(104)
皱叶莴苣 ……(104)

玻璃生菜 ……(104)
散叶莴苣 ……(104)
直立莴苣 ……(104)
莴笋 ……(104)
茎用莴苣 ……(104)
莴苣笋 ……(104)
苣笋 ……(104)
青笋 ……(104)
秋莒子 ……(104)
甜菜 ……(104)
蕹菜 ……(104)
叶用甜菜 ……(105)
蒸菜 ……(105)
军达 ……(105)
根大菜 ……(105)
光菜 ……(105)
杓菜 ……(105)
根长菜 ……(105)
厚皮菜 ……(105)
菠叶甜菜 ……(105)
火焰菜 ……(105)
菊花脑 ……(105)
菊花菜 ……(105)
菊花郎 ……(105)
菊花头 ……(105)
荠菜 ……(105)
荠 ……(105)
芋菜 ……(105)
鸡心菜 ……(105)
净肠草 ……(105)
护生草 ……(105)
假水菜 ……(105)
上巳菜 ……(105)
血压草 ……(105)
香包草 ……(105)
枕头草 ……(105)
地米菜 ……(105)
细细菜 ……(105)
清明草 ……(105)
榄豉菜 ……(105)
冬寒菜 ……(105)
冬葵 ……(105)
皱叶锦葵 ……(105)
葵 ……(105)
滑菜 ……(105)
露葵 ……(105)
滑葵 ……(105)
滑滑菜 ……(105)
奇菜 ……(105)
冬苋菜 ……(105)
苜蓿 ……(105)
南苜蓿 ……(105)
目宿 ……(106)
连枝草 ……(106)
牧宿 ……(106)
光风 ……(106)
怀风 ……(106)
木粟 ……(106)
草紫 ……(106)
盘肢 ……(106)
母齐头 ……(106)
草头 ……(106)
金花菜 ……(106)
三叶菜 ……(106)
枸杞头 ……(106)
天精草 ……(106)
地地菜 ……(106)
落葵 ……(106)
蒜葵 ……(106)
繁露 ……(106)
承露 ……(106)
紫草子 ……(106)
胭脂菜 ……(106)
藤葵 ……(106)
潺菜 ……(106)
粘藤 ……(106)
软筋菜 ……(106)
萝卜缨 ……(106)
罗汉菜 ……(106)
娃娃菜 ……(106)
甘薯藤 ……(106)
番薯藤 ……(106)
红苕藤 ……(106)
番苕藤 ……(106)
番薯选 ……(106)
护国菜 ……(106)
豌豆苗 ……(106)
豆苗 ……(106)
安豆苗 ……(106)
冬瓜 ……(106)
白瓜 ……(106)
水芝 ……(106)
蓏 ……(106)
地芝 ……(106)
濮瓜 ……(106)
蔬蓏 ……(106)

东瓜 ……(106)
白冬瓜 ……(106)
枕瓜 ……(106)
节瓜 ……(107)
毛瓜 ……(107)
水影瓜 ……(107)
瓠 ……(107)
甘瓠 ……(107)
甜瓠 ……(107)
净街棰 ……(107)
龙蜜瓜 ……(107)
天瓜 ……(107)
长瓠 ……(107)
扁蒲 ……(107)
瓠子 ……(107)
瓠瓜 ……(107)
瓠条 ……(107)
夜开花 ……(107)
芋瓠 ……(107)
葫芦 ……(107)
瓠犒 ……(107)
蒲芦 ……(107)
瓠瓠 ……(107)
觚卢 ……(107)
扈鲁 ……(107)
约腹瓠 ……(107)
胡卢 ……(107)
瓠壶 ……(107)
瓠芦 ……(107)
葫芦瓜 ……(107)
壶芦 ……(107)
壳瓜 ……(107)
丝瓜 ……(107)
天罗 ……(107)
天络丝 ……(107)
蛮瓜 ……(107)
布瓜 ……(107)
鱼鲶 ……(107)
虞刺 ……(107)
天吊瓜 ……(107)
纯阳瓜 ……(107)
倒阳菜 ……(107)
洗锅罗瓜 ……(107)
绵瓜 ……(107)
纺线 ……(107)
缣瓜 ……(107)
水瓜 ……(107)
絮瓜 ……(107)
砌瓜 ……(107)
啰嗦 ……(107)
坭瓜 ……(107)
胜瓜 ……(107)
蛇瓜 ……(107)
印度丝瓜 ……(108)
蛇豆 ……(108)
蛇形丝瓜 ……(108)
长栝楼 ……(108)
黄瓜 ……(108)
胡瓜 ……(108)
王瓜 ……(108)
白露黄瓜 ……(108)
刺瓜 ……(108)
勤瓜 ……(108)
青瓜 ……(108)
乳黄瓜 ……(108)
虾瓜 ……(108)
黄瓜毛 ……(108)
菜瓜 ……(108)
越瓜 ……(108)
生瓜 ……(108)
羊角瓜 ……(108)
团瓜 ……(108)
拄杖瓜 ……(108)
酥瓜 ……(108)
老腌瓜 ……(108)
白瓜 ……(108)
梢瓜 ……(108)
西瓜 ……(108)
寒瓜 ……(108)
夏瓜 ……(108)
青登瓜 ……(108)
青灯瓜 ……(108)
灵瓜 ……(108)
杨溪瓜 ……(108)
水瓜 ……(108)
月明瓜 ……(108)
万寿果 ……(108)
南瓜 ……(108)
中国南瓜 ……(109)
番南瓜 ……(109)
麦瓜 ……(109)
癞瓜 ……(109)
番瓜 ……(109)
倭瓜 ……(109)
北瓜 ……(109)
伏瓜 ……(109)

番蒲 ……(109)
饭瓜 ……(109)
老倭瓜 ……(109)
茄瓜 ……(109)
红南瓜 ……(109)
蛮南瓜 ……(109)
窝瓜 ……(109)
老缅瓜 ……(109)
笋瓜 ……(109)
印度南瓜 ……(109)
冬南瓜 ……(109)
损瓜 ……(109)
西葫芦 ……(109)
美洲南瓜 ……(109)
美国南瓜 ……(109)
搅瓜 ……(109)
搅丝瓜 ……(109)
茭瓜 ……(109)
苦瓜 ……(109)
癞葡萄 ……(109)
锦荔枝 ……(109)
君子菜 ……(109)
金荔枝 ……(109)
红羊 ……(109)
天荔枝 ……(109)
菩达 ……(109)
红姑娘 ……(109)
癞瓜 ……(109)
凉瓜 ……(109)
佛手瓜 ……(109)
合掌瓜 ……(109)
隼人瓜 ……(109)
安南瓜 ……(109)
香洋瓜 ……(109)
黄豆 ……(109)
菽 ……(110)
戎菽 ……(110)
戎豆 ……(110)
尗 ……(110)
叁 ……(110)
叔 ……(110)
荏菽 ……(110)
黄大豆 ……(110)
大豆 ……(110)
毛豆 ……(110)
青豆 ……(110)
蚕豆 ……(110)
佛豆 ……(110)
胡豆 ……(110)
王坟豆 ……(110)
寒豆 ……(110)
竖豆 ……(110)
仙豆 ……(110)
夏豆 ……(110)
罗汉豆 ……(110)
北豆 ……(110)
南豆 ……(110)
马齿豆 ……(110)
豌豆 ……(110)
毕豆 ……(110)
豍豆 ……(110)
豳豆 ……(110)
回鹘豆 ……(110)
麻累 ……(110)
国豆 ……(111)
淮豆 ……(111)
青斑豆 ……(111)
雪豆 ……(111)
麦豆 ……(111)
白豌 ……(111)
小寒豆 ……(111)
青小豆 ……(111)
扁豆 ……(111)
藊豆 ……(111)
沿篱豆 ……(111)
凉衍豆 ……(111)
羊眼豆 ……(111)
虎廖豆 ……(111)
蛾眉豆 ……(111)
南扁豆 ……(111)
膨皮豆 ……(111)
茶豆 ……(111)
匾豆 ……(111)
眉豆 ……(111)
藤豆 ……(111)
鹊豆 ……(111)
菜豆 ……(111)
敏豆 ……(111)
云豆 ……(111)
龙牙豆 ……(111)
龙骨豆 ……(111)
云扁豆 ……(111)
四季豆 ……(111)
豆角 ……(111)
龙爪豆 ……(111)
梅豆 ……(111)

四月豆 ……(111)
雪山豆 ……(111)
看花豆 ……(111)
梅角豆 ……(111)
豇豆 ……(111)
蹉豉 ……(111)
缸豆 ……(111)
长豆 ……(111)
白豆 ……(111)
羊角 ……(111)
饭豆 ……(111)
羹豆 ……(111)
裙带豆 ……(111)
带豆 ……(111)
姜豆 ……(111)
江豆 ……(111)
腰豆 ……(111)
浆豆 ……(111)
箸豆 ……(111)
刀豆 ……(112)
挟剑豆 ……(112)
大刀豆 ……(112)
刀鞘豆 ……(112)
大弋豆 ……(112)
葛豆 ……(112)
刀铗豆 ……(112)
皂荚豆 ……(112)
刀巴豆 ……(112)
刀坝豆 ……(112)
泥鳅豆 ……(112)
刀培豆 ……(112)
关刀豆 ……(112)
马刀豆 ……(112)
莱豆 ……(112)
金甲豆 ……(112)
棉豆 ……(112)
洋扁豆 ……(112)
荷包豆 ……(112)
皇帝豆 ……(112)
四棱豆 ……(112)
翼豆 ……(112)
热带大豆 ……(112)
翅豆 ……(112)
野黄豆 ……(112)
番鬼豆 ……(112)
辣椒 ……(112)
辣虎 ……(112)
辣茄 ……(112)
番椒 ……(112)
秦椒 ……(112)
腊茄 ……(112)
海椒 ……(112)
辣角 ……(112)
鸡嘴椒 ……(112)
大椒 ……(112)
麻人椒 ……(112)
番姜 ……(112)
茄子 ……(112)
小菰 ……(112)
昆仑紫瓜 ……(112)
落苏 ……(112)
酪酥 ……(112)
昆味 ……(112)
昆仑瓜 ……(112)
紫膨脖 ……(112)
草鳖甲 ……(112)
吊菜子 ……(112)
矮瓜 ……(112)
番茄 ……(113)
西番柿 ……(113)
西红柿 ……(113)
番柿 ……(113)
火柿子 ……(113)
六月柿 ……(113)
洋海椒 ……(113)
毛腊果 ……(113)
酸茄果 ……(113)
洋柿子 ……(113)
洋茄儿 ……(113)
番木瓜 ……(113)
木瓜 ……(113)
番瓜 ……(113)
万寿果 ……(113)
乳瓜 ……(113)
秋葵荚 ……(113)
羊角豆 ……(113)
羊犄角 ……(113)
玉米笋 ……(113)
珍珠笋 ……(113)
玉笋 ……(113)
嫩玉米 ……(113)
玉麦 ……(113)
榆钱 ……(113)
榆荚 ……(113)
皂荚仁 ……(113)
皂角子 ……(113)

皂子 ……(113)
皂儿 ……(113)
皂角核 ……(113)
枸杞子 ……(113)
宁夏枸杞 ……(113)
枸杞 ……(113)
甜菜子 ……(113)
枸蹄子 ……(113)
狗奶子 ……(113)
地骨子 ……(114)
枸茄茄 ……(114)
红耳坠 ……(114)
血枸子 ……(114)
枸地芽子 ……(114)
血杞子 ……(114)
蒜 ……(114)
麝香草 ……(114)
荤菜 ……(114)
大蒜 ……(114)
葫 ……(114)
葫蒜 ……(114)
小蒜 ……(114)
茆蒜 ……(114)
卵蒜 ……(114)
夏蒜 ……(114)
乱 ……(114)
蒜头 ……(114)
老蒜 ……(114)
绳系 ……(114)
蒜子 ……(114)
蒜球 ……(114)
蒜苗 ……(114)
青蒜 ……(114)
蒜薹 ……(114)
蒜黄 ……(114)
葱 ……(114)
冬葱 ……(114)
莳蓿 ……(114)
藕 ……(114)
和事草 ……(114)
菜伯 ……(114)
芫 ……(114)
火葱 ……(114)
空心 ……(114)
洋葱 ……(115)
玉葱 ……(115)
胡葱 ……(115)
团葱 ……(115)
球葱 ……(115)
红葱 ……(115)
葱头 ……(115)
回回葱 ……(115)
圆葱 ……(115)
皮芽子 ……(115)
海葱 ……(115)
北葱 ……(115)
韭菜 ……(115)
丰本 ……(115)
长生韭 ……(115)
懒人菜 ……(115)
壮阳草 ……(115)
草钟乳 ……(115)
起阳草 ……(115)
扁菜 ……(115)
韭黄 ……(115)
韭芽 ……(115)
黄韭芽 ……(115)
韭菜白 ……(115)
韭白 ……(115)
韭薹 ……(115)
香荽 ……(115)
茎菜 ……(115)
大韭菜 ……(115)
野韭菜 ……(115)
薤白 ……(115)
薤子 ……(115)
荞头 ……(115)
宅蒜 ……(115)
小根蒜 ……(115)
韭葱 ……(115)
扁叶葱 ……(116)
莼菜 ……(116)
茆 ……(116)
水葵 ……(116)
鹿鹿草 ……(116)
水戾 ……(116)
浮菜 ……(116)
凫葵 ……(116)
屏风 ……(116)
蓼 ……(116)
淳菜 ……(116)
丝莼 ……(116)
缺盆草 ……(116)
马粟草 ……(116)
藕 ……(116)
光旁 ……(116)

灵根 ……(116)
莲藕 ……(116)
荷藕 ……(116)
雨草 ……(116)
莲菜 ……(116)
藕蜜 ……(116)
藕丝菜 ……(116)
银苗菜 ……(116)
茭白 ……(116)
蒋 ……(116)
出隧 ……(116)
蘧蔬 ……(116)
绿节 ……(116)
菰 ……(116)
茭首 ……(116)
菰首 ……(116)
茭萌 ……(116)
菰白 ……(116)
茭粑 ……(116)
茭耳菜 ……(116)
乌郁 ……(116)
茭根 ……(116)
吕公茭 ……(116)
茭郁 ……(116)
蒋角 ……(117)
茭儿菜 ……(117)
茭笋 ……(117)
菱 ……(117)
蔆 ……(117)
芰 ……(117)
薤苣 ……(117)
蕨攫 ……(117)
水栗 ……(117)
沙角 ……(117)
芰实 ……(117)
角老菱 ……(117)
荸荠 ……(117)
芍 ……(117)
凫茈 ……(117)
地栗 ……(117)
乌茨 ……(117)
乌芋 ……(117)
腽肭 ……(117)
凫茨 ……(117)
勒肭 ……(117)
鼻肭 ……(117)
马薯 ……(117)
地梨 ……(117)
苾荠 ……(117)
红慈菇 ……(117)
马蹄 ……(117)
钱葱 ……(117)
尾梨 ……(117)
慈菇 ……(117)
藉姑 ……(117)
茈菇 ……(117)
水萍 ……(117)
槎牙草 ……(117)
燕尾草 ……(117)
白地栗 ……(117)
河凫茨 ……(117)
剪刀草 ……(117)
剪搭草 ……(117)
茨菇 ……(117)
蒲菜 ……(117)
深蒲 ……(117)
蒻 ……(118)
蒲蒻 ……(118)
蒲笋 ……(118)
蒲芽 ……(118)
蒲白 ……(118)
草芽 ……(118)
海菜花 ……(118)
海菜 ……(118)
芦芽 ……(118)
蘆 ……(118)
芦尖 ……(118)
黄花 ……(118)
萱草 ……(118)
菟 ……(118)
蘧 ……(118)
蓌 ……(118)
歧女 ……(118)
忘忧 ……(118)
宜男 ……(118)
丹棘 ……(118)
疗愁花 ……(118)
川草花 ……(118)
真筋菜 ……(118)
萱萼 ……(118)
金针 ……(118)
金菜 ……(118)
朝鲜蓟 ……(118)
外国百合 ……(118)
菊花 ……(118)
节华 ……(118)

金精 ……(118)
甘菊 ……(118)
真菊 ……(118)
金蕊 ……(118)
甜菊花 ……(118)
荷花 ……(118)
菡萏 ……(118)
芙蕖 ……(118)
水花 ……(118)
睡莲 ……(118)
子午莲 ……(118)
睡莲菜 ……(119)
瑞莲 ……(119)
芘碧花 ……(119)
桃花 ……(119)
梅花 ……(119)
玉兰花 ……(119)
辛夷 ……(119)
大丽菊 ……(119)
天竺牡丹 ……(119)
西番莲 ……(119)
大理花 ……(119)
洋芍药 ……(119)
栀子花 ……(119)
蔷薇花 ……(119)
白兰花 ……(119)
缅桂 ……(119)
珠兰 ……(119)
金粟兰 ……(119)
珍珠兰 ……(119)
真珠兰 ……(119)
鱼子兰 ……(119)
鸡爪兰 ……(119)
晚香玉 ……(119)
月下香 ……(119)
夜香花 ……(119)
夜来香 ……(119)
牡丹花 ……(119)
杜鹃花 ……(119)
映山红 ……(119)
荼蘼花 ……(119)
酴醾花 ……(119)
紫藤 ……(119)
藤萝 ……(119)
朱藤 ……(119)
木槿花 ……(119)
里梅花 ……(120)
疟子花 ……(120)
面花 ……(120)
篱障花 ……(120)
白饭花 ……(120)
荆条花 ……(120)
芙蓉花 ……(120)
木芙蓉花 ……(120)
地芙蓉花 ……(120)
拒霜花 ……(120)
木莲 ……(120)
桅木 ……(120)
七星花 ……(120)
水芙蓉 ……(120)
霜降花 ……(120)
扶桑花 ……(120)
花上花 ……(120)
朱槿 ……(120)
赤槿 ……(120)
日及 ……(120)
桑槿 ……(120)
佛桑 ……(120)
福桑 ……(120)
舜英 ……(120)
红木槿 ……(120)
槐花 ……(120)
槐蕊 ……(120)
腊梅 ……(120)
蜡梅 ……(120)
黄梅花 ……(120)
腊木 ……(120)
岩马桑 ……(120)
臭腊梅 ……(120)
铁筷子花 ……(120)
雪里花 ……(120)
兰花 ……(120)
春兰 ……(120)
山兰 ……(120)
草兰 ……(120)
朵朵香 ……(120)
剑花 ……(120)
量天尺花 ……(120)
霸王花 ……(120)
昙花 ……(120)
七星剑花 ……(120)
龙骨花 ……(120)
霸王鞭 ……(120)
芋头花 ……(120)
芋苗花 ……(120)
南瓜花 ……(120)

韭花 ……(120)
韭菁 ……(120)
金雀花 ……(120)
坝齿花 ……(121)
金鹊花 ……(121)
黄雀花 ……(121)
阳雀花 ……(121)
阳鹊花 ……(121)
甲鱼嘴花 ……(121)
猪蹄花 ……(121)
芭蕉花 ……(121)
棕榈花 ……(121)
木鱼 ……(121)
棕鱼 ……(121)
棕笋 ……(121)
草红花 ……(121)
红蓝 ……(121)
黄蓝 ……(121)
红花菜 ……(121)
红花草 ……(121)
杜红花 ……(121)
刺红花 ……(121)
雪莲 ……(121)
雪荷花 ……(121)
大拇花 ……(121)
大木花 ……(121)
花粉 ……(121)
松花 ……(121)
香椿头 ……(121)
春芽 ……(121)
桑芽 ……(121)
柳芽 ……(121)
柳叶 ……(121)
槐芽 ……(121)
兔目 ……(121)
鼠耳 ……(121)
豆槐 ……(121)
金药树 ……(121)
刺嫩芽 ……(122)
椋木 ……(122)
龙芽椋木 ……(122)
吻头 ……(122)
鹊不踏 ……(122)
刺桐 ……(122)
仙人杖 ……(122)
鸟不宿 ……(122)
刺老芽 ……(122)
树头菜 ……(122)
鱼木 ……(122)
鹅脚木叶 ……(122)
虎王 ……(122)
龙头菜 ……(122)
鸡爪菜 ……(122)
桃胶 ……(122)
桃油 ……(122)
海带 ……(122)
纶 ……(122)
纶布 ……(122)
海草 ……(122)
海马藺 ……(122)
江白菜 ……(122)
昆布 ……(122)
面其菜 ……(122)
鹅掌菜 ……(122)
黑菜 ……(122)
黑昆布 ……(122)
木屐菜 ……(122)
五掌菜 ……(122)
裙带菜 ……(122)
海芥菜 ……(122)
紫菜 ……(122)
紫蒆 ……(122)
紫英 ……(122)
子菜 ……(122)
索菜 ……(122)
石莼 ……(122)
石被 ……(122)
纸菜 ……(122)
海白菜 ……(123)
海莴苣 ……(123)
海菠菜 ……(123)
海条 ……(123)
青菜姿 ……(123)
绿菜 ……(123)
蛎皮菜 ……(123)
母猪菜 ……(123)
歧菜 ……(123)
大本青苔菜 ……(123)
浒苔 ……(123)
干苔 ……(123)
海苔菜 ……(123)
海青菜 ……(123)
海菜 ……(123)
苔条 ……(123)
石花菜 ……(123)
石华 ……(123)

琼枝 ……(123)
草珊瑚 ……(123)
胶麒麟菜 ……(123)
菜仔 ……(123)
江蓠 ……(123)
海面线 ……(123)
青苔 ……(123)
滑苔 ……(123)
地耳 ……(123)
普通念珠藻 ……(123)
葛仙米 ……(123)
地踏菜 ……(123)
鼻涕肉 ……(123)
地木耳 ……(123)
水木耳 ……(123)
地钱 ……(123)
滴达菜 ……(123)
地见皮 ……(123)
天仙菜 ……(123)
地皮菜 ……(123)
地踏菰 ……(123)
野木耳 ……(123)
地软 ……(123)
发菜 ……(123)
发状念珠藻 ……(123)
头发菜 ……(123)
旃毛菜 ……(124)
毛毛菜 ……(124)
地毛 ……(124)
石耳 ……(124)
山肤 ……(124)
奔命菰 ……(124)
石壁花 ……(124)
岩耳 ……(124)
石花 ……(124)
石茸 ……(124)
石木耳 ……(124)
树花菜 ……(124)
树花 ……(124)
柴花 ……(124)
树胡子 ……(124)
冬虫夏草 ……(124)
虫草 ……(124)
冬虫草 ……(124)
雅扎贡布 ……(124)
羊肚菌 ……(124)
圆顶羊肚菌 ……(124)
羊肚菜 ……(124)
羊素肚 ……(124)
阳雀菌 ……(124)
羊肚子 ……(124)
木耳 ……(124)
楠 ……(124)
栮 ……(124)
蓊茸 ……(124)
树鸡 ……(124)
木纵 ……(124)
木檽 ……(124)
云耳 ……(124)
丝耳子 ……(124)
毛木耳 ……(124)
牛皮木耳 ……(124)
白背木耳 ……(124)
粗木耳 ……(124)
构耳 ……(124)
沙木耳 ……(124)
银耳 ……(124)
桑鹅 ……(125)
五鼎芝 ……(125)
雪耳 ……(125)
白木耳 ……(125)
橙耳 ……(125)
朱砂银耳 ……(125)
黄木耳 ……(125)
血耳 ……(125)
茶银耳 ……(125)
红木耳 ……(125)
茶耳 ……(125)
紫木耳 ……(125)
胶质刺银耳 ……(125)
胶质假齿菌 ……(125)
虎掌菌 ……(125)
老虎巴掌 ……(125)
桂花耳 ……(125)
花耳 ……(125)
黄花耳 ……(125)
胶脑菌 ……(125)
绣球菌 ……(125)
干巴菌 ……(125)
对花菌 ……(125)
马牙菌 ……(125)
鸡油菌 ……(125)
黄菌 ……(125)
鸡蛋黄菌 ……(125)
杏菌 ……(125)
郁金蕈 ……(125)

油蘑 ……(125)
黄花菌 ……(125)
黄食菌 ……(125)
伏菌子 ……(125)
黄丝菌 ……(125)
喇叭菌 ……(125)
灰喇叭菌 ……(125)
唢呐菇 ……(125)
酸碓窝 ……(125)
猴头 ……(125)
猬菌 ……(125)
猴菇 ……(125)
猴菜 ……(125)
鸳鸯对口蘑 ……(125)
阴阳蘑 ……(125)
对脸蘑 ……(125)
虎守蘑 ……(126)
羊毛菌 ……(126)
花菜菌 ……(126)
茯苓 ……(126)
茯菟 ……(126)
茯灵 ……(126)
茯蓉 ……(126)
松腴 ……(126)
绛晨伏胎 ……(126)
松木薯 ……(126)
松苓 ……(126)
玉灵 ……(126)
万灵精 ……(126)
更生 ……(126)
金翁 ……(126)
不死曲 ……(126)
不死面 ……(126)
云苓 ……(126)
獐子菌 ……(126)
翘鳞肉齿菌 ……(126)
鹿茸菌 ……(126)
地鸡 ……(126)
钟馗帽 ……(126)
土菌 ……(126)
牛腮巴菌 ……(126)
光孢黄枝瑚菌 ……(126)
光孢黄丛枝 ……(126)
黄刷把菌 ……(126)
美味牛肝菌 ……(126)
大脚菇 ……(126)
肥丝菰 ……(126)
牛八菌 ……(126)
粘团子蘑 ……(126)
见手青 ……(126)
黄荞巴 ……(126)
白牛肝 ……(126)
白牛头 ……(126)
炒菌 ……(126)
石头菇 ……(126)
绒柄松塔牛肝菌 ……(126)
松塔牛肝菌 ……(126)
黑牛肝菌 ……(126)
乌牛粪菇 ……(126)
火炭菌 ……(126)
黑麻蛇菌 ……(126)
桃红牛肝菌 ……(126)
紫见手 ……(126)
红大巴菌 ……(127)
红菌 ……(127)
红牛头菌 ……(127)
橙香牛肝菌 ……(127)
橙香菌 ……(127)
陈香菌 ……(127)
虎头菌 ……(127)
白乳菇 ……(127)
辣味乳菇 ……(127)
毛头乳蕈 ……(127)
板栗菌 ……(127)
羊脂菌 ……(127)
石灰菌 ……(127)
石灰罗 ……(127)
松乳菇 ……(127)
美味松乳菇 ……(127)
重阳菌 ……(127)
雁叫菇 ……(127)
雁鹅菌 ……(127)
雷打菰 ……(127)
寒菌 ……(127)
乌松菌 ……(127)
九月香 ……(127)
桃花菌 ……(127)
猪血蕈 ……(127)
醣菌 ……(127)
谷熟菌 ……(127)
黄奶浆菌 ……(127)
紫花菌 ……(127)
青头菌 ……(127)
变绿红菇 ……(127)
铜青寒露蕈 ……(127)
大青菌 ……(127)

绿菇 ……(127)
寒露菌 ……(127)
香菇 ……(127)
香皮褶菌 ……(127)
台蕈 ……(127)
栎菌 ……(127)
板栗菌 ……(127)
冬菰 ……(127)
香信 ……(127)
平菇 ……(127)
糙皮侧耳 ……(128)
粗皮侧耳 ……(128)
天花 ……(128)
天花蕈 ……(128)
天花菜 ……(128)
鲍鱼菇 ……(128)
杨树菇 ……(128)
冻菌 ……(128)
东菌 ……(128)
蛤蜊菌 ……(128)
傍脚菇 ……(128)
耳菇 ……(128)
瓶菇 ……(128)
树蛎菇 ……(128)
白香菇 ……(128)
冬蘑 ……(128)
北风菌 ……(128)
元蘑 ……(128)
秋蘑 ……(128)
青蘑 ……(128)
桐子蘑 ……(128)
青树窝 ……(128)
梨窝 ……(128)
蚝菌 ……(128)
鲍菇 ……(128)
美味侧耳 ……(128)
紫孢侧耳 ……(128)
美味北风菌 ……(128)
美味平菇 ……(128)
灰树窝 ……(128)
榆黄蘑 ……(128)
金顶侧耳 ……(128)
金顶蘑 ……(128)
冻黄蘑 ……(128)
金平菇 ……(128)
玉皇蘑 ……(128)
皇蘑 ……(128)
核桃菌 ……(128)
杨柳菌 ……(128)
黄树窝 ……(128)
凤尾菇 ……(128)
环柄侧耳 ……(128)
环柄斗菇 ……(128)
漏斗状侧耳 ……(128)
印度鲍鱼菇 ……(128)
白柴菇 ……(128)
蜜环菌 ……(128)
小蜜环菌 ……(128)
蜜色环菌 ……(128)
根索菌 ……(128)
榛蘑 ……(128)
栎菌 ……(128)
蜜蘑 ……(129)
亮菌 ……(129)
发光小蜜环菌 ……(129)
假蜜环菌 ……(129)
易逝杯伞 ……(129)
瘦陡头 ……(129)
口蘑 ……(129)
香杏口蘑 ……(129)
沙菌 ……(129)
虎皮香杏 ……(129)
香杏 ……(129)
香杏片 ……(129)
丁蘑 ……(129)
白蘑 ……(129)
银盘 ……(129)
营盘蘑 ……(129)
蒙古口蘑 ……(129)
雷蘑 ……(129)
大青蘑 ……(129)
大白桩蘑 ……(129)
青腿子 ……(129)
白雷蘑 ……(129)
白壳杯菌 ……(129)
白巨陡头 ……(129)
巨陡头 ……(129)
松口蘑 ……(129)
松蘑 ……(129)
松伞蘑 ……(129)
老鹰菌 ……(129)
剥皮菌 ……(129)
鸡丝菌 ……(129)
灰离褶伞 ……(129)
块根蘑 ……(129)
栗窝 ……(129)

丛生口蘑 ……(129)
草白蘑 ……(129)
松毛菌 ……(129)
一窝鸡 ……(129)
毛柄金钱菌 ……(129)
黄耳蕈 ……(130)
楮鸡 ……(130)
冬菇 ……(130)
朴菰 ……(130)
构菌 ……(130)
榎菌 ……(130)
绒柄金钱菌 ……(130)
油菌 ……(130)
谷菌 ……(130)
金针菇 ……(130)
金菇 ……(130)
增智菇 ……(130)
钮菇 ……(130)
金鲍 ……(130)
鸡纵 ……(130)
鸡菌 ……(130)
鸡宗 ……(130)
鸡跖 ……(130)
鸡爰 ……(130)
鸡蔓 ……(130)
鸡堕 ……(130)
鸡棕 ……(130)
蚁从 ……(130)
蚁夺 ……(130)
鸡栖菇 ……(130)
逗鸡菇 ……(130)
白蚁菇 ……(130)
伞把菇 ……(130)
鸡丝菇 ……(130)
钻子头 ……(130)
鸡脚菇 ……(130)
鸡肉丝菇 ……(130)
红鹅膏 ……(130)
橙盖伞 ……(130)
橙盖鹅膏 ……(130)
凯撒鹅膏 ……(130)
卵菌 ……(130)
鸡蛋黄磨 ……(130)
黄鹅蛋菌 ……(130)
黄罗伞 ……(130)
帝王菌 ……(130)
草菇 ……(130)
兰花菇 ……(130)
南华菇 ……(130)
贡菇 ……(130)
稻草菇 ……(130)
秆菇 ……(130)
美味包脚菇 ……(131)
袋菇 ……(131)
麻菇 ……(131)
鲜菇 ……(131)
蘑菇 ……(131)
洋蘑菇 ……(131)
墨汁鬼伞 ……(131)
鬼盖 ……(131)
鬼伞 ……(131)
鬼屋 ……(131)
鬼菌 ……(131)
地盖 ……(131)
鬼凉伞 ……(131)
墨水菌 ……(131)
柳树蘑 ……(131)
柳树钻 ……(131)
毛鬼伞 ……(131)
竹荪 ……(131)
竹鸡蛋 ……(131)
竹参 ……(131)
竹笙 ……(131)
仙人笠 ……(131)
竹菌 ……(131)
网纱菇 ……(131)
竹姑娘 ……(131)
鹿角菜 ……(131)
雷震蛾 ……(131)
苦菜 ……(131)
茶 ……(131)
芑 ……(131)
选 ……(131)
游冬 ……(131)
蕨 ……(131)
老鹳菜 ……(131)
天香菜 ……(131)
褊苣 ……(131)
苦马菜 ……(131)
荬菜 ……(131)
取麻菜 ……(131)
苦麻菜 ……(131)
苣菜 ……(131)
马兰头 ……(131)
紫菊 ……(132)
阶前菊 ……(132)

竹节草 ……(132)
蟛蜞菊 ……(132)
红梗菜 ……(132)
泥鳅串 ……(132)
鸡儿肠 ……(132)
路边菊 ……(132)
田菊 ……(132)
马齿苋 ……(132)
豚耳 ……(132)
五行草 ……(132)
马苋 ……(132)
马齿龙芽 ……(132)
九头狮子草 ……(132)
酸苋 ……(132)
酱瓣豆草 ……(132)
酱板草 ……(132)
长命菜 ……(132)
瓜子菜 ……(132)
蚂蚁菜 ……(132)
不死菜 ……(132)
胖娃娃菜 ……(132)
蚂蚱菜 ……(132)
马踏菜 ……(132)
地马菜 ……(132)
蛇草 ……(132)
酸味菜 ……(132)
瓜子苋 ……(132)
瓜仁菜 ……(132)
蚬肉菜 ……(132)
灰条 ……(132)
藜 ……(132)
莱 ……(132)
金锁夭 ……(132)
水落藜 ……(132)
厘 ……(132)
蔓华 ……(132)
蒙华 ……(132)
鹤顶草 ……(132)
红落藜 ……(132)
舜芒谷 ……(132)
红心灰藋 ……(132)
灰苋 ……(132)
灰藋 ……(132)
灰灰菜 ……(132)
藏菜 ……(132)
岑草 ……(133)
葙菜 ……(133)
葙子 ……(133)
九节莲 ……(133)
侧耳根 ……(133)
草摄 ……(133)
臭腥草 ……(133)
热草 ……(133)
重药 ……(133)
猪鼻孔 ……(133)
鱼腥草 ……(133)
狗腥草 ……(133)
辣子草 ……(133)
臭草 ……(133)
摘耳根 ……(133)
秋打尾 ……(133)
肺形草 ……(133)
狗贴耳 ……(133)
猪姆耳 ……(133)
蕺菜 ……(133)
猞菜 ……(133)
辣米菜 ……(133)
野油菜 ……(133)
辣辣菜 ……(133)
野雪里蕻 ……(133)
塘葛菜 ……(133)
山芥菜 ……(133)
豆瓣菜 ……(133)
水蕺菜 ……(133)
水芥菜 ……(133)
西洋菜 ……(133)
蒌蒿 ……(133)
购 ……(133)
蒌 ……(133)
蔏蒌 ……(133)
茵陈蒿 ……(133)
因尘 ……(133)
马先 ……(133)
婆婆蒿 ……(133)
野兰蒿 ……(133)
绒蒿 ……(133)
臭蒿 ……(133)
清明菜 ……(133)
鼠曲草 ……(133)
鼠耳 ……(133)
无心草 ……(133)
鼠耳草 ……(133)
蚍蜉酒草 ……(133)
黄花白艾 ……(134)
茸母 ……(134)
米曲 ……(134)

水菊 ……(134)
绵絮头草 ……(134)
水蚁草 ……(134)
清明香 ……(134)
清明蒿 ……(134)
艾绒 ……(134)
棉花菜 ……(134)
粑菜 ……(134)
鼠密艾 ……(134)
追骨风 ……(134)
黄花麦果 ……(134)
糯米饭青 ……(134)
田艾 ……(134)
菠菠草 ……(134)
藿香 ……(134)
荆芥 ……(134)
假苏 ……(134)
鼠蓂 ……(134)
鼠实 ……(134)
姜芥 ……(134)
稳齿菜 ……(134)
薄荷 ……(134)
蕃荷菜 ……(134)
菠蓊 ……(134)
吴菠蓊 ……(134)
猫儿薄荷 ……(134)
升阳菜 ……(134)
蒆荷 ……(134)
夜息花 ……(134)
桔梗 ……(134)
符蔙 ……(134)
白药 ……(134)
利如 ……(134)
梗草 ……(134)
卢如 ……(134)
房图 ……(134)
荠苨 ……(134)
苦梗 ……(134)
苦桔梗 ……(134)
大药 ……(134)
玉桔梗 ……(134)
蒲公英 ……(134)
地丁 ……(134)
凫公英 ……(134)
耩耨草 ……(134)
僕公英 ……(134)
僕公罌 ……(134)
金簪草 ……(134)
鹁鸪英 ……(134)
婆婆丁 ……(134)
黄花地丁 ……(134)
孛孛丁草 ……(134)
奶汁草 ……(134)
白鼓丁 ……(134)
茅萝卜 ……(135)
双英卜地 ……(135)
古古丁 ……(135)
黄花三七 ……(135)
车前 ……(135)
茉莜 ……(135)
牛舌 ……(135)
马舄 ……(135)
当道 ……(135)
陵舄 ……(135)
虾蟆衣 ……(135)
牛遗 ……(135)
车轮菜 ……(135)
车轱铲草 ……(135)
猪耳草 ……(135)
猪肚菜 ……(135)
牛耳朵草 ……(135)
饭匙草 ……(135)
荨麻 ……(135)
藜草 ……(135)
焘麻 ……(135)
蔫麻 ……(135)
蝎子草 ……(135)
活麻 ……(135)
咬尻草 ……(135)
河麻 ……(135)
荃麻 ……(135)
薇 ……(135)
蕨菜 ……(135)
鳖 ……(135)
蕨萁 ……(135)
芘萁 ……(135)
芘蔂 ……(135)
柔鳖 ……(135)
龙头菜 ……(135)
乌糯 ……(135)
拳菜 ……(135)
如意菜 ……(135)
拳头菜 ……(135)
荃菜 ……(135)
商山芝 ……(135)
商芝 ……(135)

大巢菜 ……(135)
垂水 ……(135)
巢菜 ……(135)
肥田草 ……(135)
普通苕子 ……(136)
苕子 ……(136)
小巢菜 ……(136)
硬毛果野豌豆 ……(136)
柱夫 ……(136)
摇车 ……(136)
翘饶 ……(136)
翘摇 ……(136)
元修菜 ……(136)
野蚕豆 ……(136)
漂摇草 ……(136)
白花苕菜 ……(136)
小野麻豌 ……(136)
紫萁 ……(136)
高脚贯众 ……(136)
老虎牙 ……(136)
薇菜 ……(136)
分株紫萁 ……(136)
桂皮紫萁 ……(136)
牛毛广 ……(136)
黄瓜香 ……(136)
荚果蕨 ……(136)
小叶贯众 ……(136)
广东菜 ……(136)
猴腿 ……(136)
多齿蹄盖蕨 ……(136)
猴蹄盖蕨 ……(136)
绿茎菜 ……(136)
紫茎蕨 ……(136)
水蕨 ……(136)
莶蕨 ……(136)
龙牙草 ……(136)
水扁柏 ……(136)
黄麻 ……(136)
络麻 ……(136)
牛泥茨 ……(136)
三珠草 ……(136)
天紫苏 ……(136)
食用大黄 ……(136)
圆叶大黄 ……(137)
款冬 ……(137)
颗冻 ……(137)
虎须 ……(137)
苦萃 ……(137)
氐冬 ……(137)
钻冻 ……(137)
菟奚 ……(137)
兔奚 ……(137)
款东 ……(137)
八角乌 ……(137)
蜂斗菜 ……(137)
山蕗 ……(137)
掌叶 ……(137)
伏季菜 ……(137)
老母猪耳朵 ……(137)
黑瞎子食 ……(137)
蛇头草 ……(137)
水钟流头 ……(137)
野南瓜 ……(137)
南瓜三七 ……(137)
草藤 ……(137)
泰山山豆苗 ……(137)
竹叶菜 ……(137)
干竹叶 ……(137)
窝奔 ……(137)
甘和菜 ……(137)
高和菜 ……(137)
水芭蕉 ……(137)
旱芭蕉 ……(137)
五果 ……(137)
玉实 ……(137)
水果 ……(137)
四大水果 ……(137)
干果 ……(137)
四大名橙 ……(137)
桃 ……(137)
桃实 ……(138)
杏 ……(138)
杏实 ……(138)
甜梅 ……(138)
李子 ……(138)
嘉庆子 ……(138)
李实 ……(138)
嘉应子 ……(138)
红李 ……(138)
杏李 ……(138)
梨 ……(138)
快果 ……(138)
蜜父 ……(138)
果宗 ……(138)
梅子 ……(138)
苹果 ……(138)

柰 ……(138)
频婆 ……(138)
天然子 ……(138)
平波 ……(138)
海棠 ……(138)
海红 ……(138)
柰子 ……(138)
楸子 ……(138)
花红 ……(138)
林檎 ……(138)
沙果 ……(138)
槟子 ……(138)
枇杷 ……(139)
卢桔 ……(139)
金丸 ……(139)
蜡儿 ……(139)
樱桃 ……(139)
莺桃 ……(139)
含桃 ……(139)
荆桃 ……(139)
楔 ……(139)
车犁子 ……(139)
草莓 ……(139)
洋莓果 ……(139)
洋莓 ……(139)
山楂 ……(139)
枕 ……(139)
山里红 ……(139)
红果 ……(139)
刺梨 ……(139)
送春归 ……(139)
茨梨 ……(139)
文先果 ……(139)
杨梅 ……(139)
树梅 ……(139)
朱红 ……(139)
椑梅 ……(139)
荔枝 ……(139)
离支 ……(140)
水浮子 ……(140)
水晶丸 ……(140)
丹荔 ……(140)
龙眼 ……(140)
龙目 ……(140)
桂圆 ……(140)
圆眼 ……(140)
芒果 ……(140)
庵罗果 ……(140)
榹果 ……(140)
杧果 ……(140)
檬果 ……(140)
檨子 ……(140)
石榴 ……(140)
安石榴 ……(140)
丹若 ……(140)
金罂 ……(140)
葡萄 ……(140)
蒲桃 ……(140)
草龙珠 ……(140)
猕猴桃 ……(140)
藤梨 ……(140)
猴仔梨 ……(140)
茅梨 ……(140)
桑椹 ……(140)
葚 ……(140)
桑果 ……(140)
苹婆 ……(141)
罗晃子 ……(141)
凤眼果 ……(141)
无花果 ……(141)
蜜果 ……(141)
优昙果 ……(141)
奶浆果 ……(141)
吴风果 ……(141)
橘 ……(141)
金桔 ……(141)
金柑 ……(141)
枣桔 ……(141)
甜橙 ……(141)
黄果 ……(141)
广桔 ……(141)
广柑 ……(141)
柑 ……(141)
金实 ……(141)
木奴 ……(141)
柚 ……(141)
朱栾 ……(141)
抛 ……(141)
橼 ……(141)
胡柑 ……(141)
苞 ……(141)
脬 ……(141)
柠檬 ……(141)
黎檬子 ……(141)
宜母子 ……(141)
药果 ……(141)

柠果 ……(141)
黄皮 ……(141)
黄檀子 ……(142)
黄弹 ……(142)
王枇 ……(142)
菠萝蜜 ……(142)
阿蔀獬 ……(142)
优珠昙 ……(142)
曩伽结 ……(142)
婆那娑 ……(142)
阿萨獬 ……(142)
木菠萝 ……(142)
番石榴 ……(142)
番桃 ……(142)
鸡屎果 ……(142)
缅桃 ……(142)
拔仔 ……(142)
人心果 ……(142)
杨桃 ……(142)
五敛子 ……(142)
三帘 ……(142)
洋桃 ……(142)
五廉 ……(142)
羊桃 ……(142)
酸五棱 ……(142)
柿 ……(142)
猴枣 ……(142)
软枣 ……(142)
君迁子 ……(142)
梬枣 ……(142)
楪枣 ……(142)
丁香柿 ……(142)
红蓝枣 ……(142)
小柿 ……(142)
牛奶柿 ……(142)
羊矢枣 ……(142)
枣 ……(142)
鸡心 ……(143)
美枣 ……(143)
良枣 ……(143)
黑枣 ……(143)
熏枣 ……(143)
枳椇 ……(143)
枸 ……(143)
木蜜 ……(143)
鸡距子 ……(143)
金钩子 ……(143)
拐枣 ……(143)
甘蔗 ……(143)
竿蔗 ……(143)
糖梗 ……(143)
菠萝 ……(143)
凤梨 ……(143)
黄梨 ……(143)
香蕉 ……(143)
蕉子 ……(143)
甘蕉 ……(143)
蕉实 ……(143)
椰子 ……(143)
胥余 ……(144)
越王头 ……(144)
椰栗 ……(144)
椰枣 ……(144)
波斯枣 ……(144)
海枣 ……(144)
伊拉克蜜枣 ……(144)
橄榄 ……(144)
谏果 ……(144)
忠果 ……(144)
青果 ……(144)
白榄 ……(144)
榄仁 ……(144)
乌榄仁 ……(144)
榄红 ……(144)
核桃 ……(144)
胡桃 ……(144)
万岁子 ……(144)
羌桃 ……(144)
栗 ……(144)
河东饭 ……(144)
馔子 ……(144)
板栗 ……(144)
风栗 ……(144)
杏仁 ……(144)
杏扁 ……(144)
巴旦杏 ……(144)
八担杏 ……(145)
扁桃 ……(145)
松子仁 ……(145)
银杏 ……(145)
鸭脚子 ……(145)
佛指柑 ……(145)
灵眼 ……(145)
佛指甲 ……(145)
白果 ……(145)
榧 ……(145)

彼子 ……(145)
累子 ……(145)
玉榧 ……(145)
榧实 ……(145)
玉山果 ……(145)
赤果 ……(145)
香榧 ……(145)
榛子 ……(145)
山板栗 ……(145)
棰子 ……(145)
腰果 ……(145)
鸡腰果 ……(145)
花生 ……(145)
番豆 ……(146)
落花参 ……(146)
土露子 ……(146)
落地生 ……(146)
落花生 ……(146)
及地果 ……(146)
南京果 ……(146)
番果 ……(146)
长生果 ……(146)
葵花子 ……(146)
黑瓜子 ……(146)
西瓜子 ……(146)
白瓜子 ……(146)
南瓜子 ……(146)
金瓜米 ……(146)
莲子 ……(146)
芡实米 ……(146)
水流黄 ……(146)
鸡珠 ……(146)
鸡壅 ……(146)
茯茨 ……(146)
茯 ……(146)
乌头 ……(146)
雁头 ……(146)
鸡头米 ……(146)
芡仁 ……(146)
蕨麻 ……(146)
延寿果 ……(146)
罗汉果 ……(146)
假苦瓜 ……(146)
哈蜜瓜 ……(146)
敦煌瓜 ……(147)
白兰瓜 ……(147)
兰州蜜瓜 ……(147)
甜瓜 ……(147)
甘瓜 ……(147)
果瓜 ……(147)
香瓜 ……(147)

加工性

脯 ……(147)
腶脩 ……(147)
利市头 ……(147)
猕猴鲞 ……(147)
弥猴鲊 ……(147)
咸肉 ……(147)
南肉 ……(147)
嘉香肉 ……(147)
家乡南肉 ……(147)
北肉 ……(147)
咸猪头 ……(147)
咸猪腿 ……(147)
咸猪脚 ……(147)
糟肉 ……(147)
熏肉 ……(147)
土腊肉 ……(147)
熏猪肉 ……(147)
炉肉 ……(147)
天津炉肉 ……(148)
章丘烤肉 ……(148)
熏五花肉 ……(148)
熏后腿 ……(148)
熏猪舌 ……(148)
酱封肉 ……(148)
酱肉 ……(148)
腊肉 ……(148)
家常腊肉 ……(148)
川味腊肉 ……(148)
广式腊肉 ……(148)
香猪 ……(148)
火烧猪 ……(148)
风猪 ……(148)
琵琶猪 ……(148)
猪膘 ……(148)
带骨腊肉 ……(148)
三湘腊肉 ……(148)
腊风眼润 ……(148)
肉脯 ……(148)
靖江肉脯 ……(148)
明溪肉脯干 ……(148)
坛子肉 ……(148)
金钱肉饼 ……(148)
肉松 ……(149)

蝴蝶腊猪头 ……(149)
金银肝 ……(149)
腊金银润 ……(149)
腊猪肘 ……(149)
腊猪肝 ……(149)
风肉 ……(149)
风干猪肉 ……(149)
北风肉 ……(149)
京酱风肉 ……(149)
风干猪头 ……(149)
风干猪肝 ……(149)
吹肝 ……(149)
腌猪肝 ……(149)
酸肝 ……(149)
火腿 ……(149)
熏蹄 ……(149)
兰熏 ……(149)
南腿 ……(149)
金华火腿 ……(149)
北腿 ……(149)
云腿 ……(149)
威腿 ……(149)
宣威火腿 ……(149)
榕峰火腿 ……(149)
茶腿 ……(149)
月牙腿 ……(149)
月腿 ……(149)
风腿 ……(149)
糖腿 ……(149)
风蹄 ……(149)
淡腿 ……(149)
船腿 ……(150)
竹叶腿 ……(150)
竹叶熏腿 ……(150)
戍腿 ……(150)
咸狗腿 ……(150)
京式火腿 ……(150)
清酱肉 ……(150)
锦州小火腿 ……(150)
松花火腿 ……(150)
西式火腿 ……(150)
盐水火腿 ……(150)
西式方火腿 ……(150)
方腿 ……(150)
西式圆火腿 ……(150)
圆腿 ……(150)
西式熏圆腿 ……(150)
熏腿 ……(150)
熏火腿 ……(150)
烤火腿 ……(150)
哈尔滨烤火腿 ……(150)
老巴克 ……(150)
敖克那 ……(150)
香肠 ……(150)
腊肠 ……(150)
贵州小香肠 ……(150)
济南南肠 ……(150)
风干肠 ……(150)
牛肉肠 ……(150)
玫瑰香肠 ……(150)
麻辣香肠 ……(150)
猪肉枣 ……(150)
香肚 ……(151)
南京香肚 ……(151)
灌肠 ……(151)
西式灌肠 ……(151)
小红肠 ……(151)
大红肠 ……(151)
茶肠 ……(151)
火腿肠 ……(151)
色拉米肠 ……(151)
波兰灌肠 ……(151)
熏肠 ……(151)
鲜干肠 ……(151)
粉肠 ……(151)
无皮小红肠 ……(151)
午餐肉 ……(151)
蹄筋 ……(151)
炸肉皮 ……(151)
皮肚 ……(151)
假鱼肚 ……(151)
膘 ……(151)
响皮 ……(151)
浮皮 ……(151)
皮丝 ……(151)
腌牛羊肉 ……(151)
风干羊肉 ……(151)
风干羊腿 ……(151)
腊羊肉 ……(151)
腊牛肉 ……(152)
风干牛肉 ……(152)
牛干巴 ……(152)
熏牛舌 ……(152)
腊狗肉 ……(152)
腊野兔 ……(152)
缠丝兔 ……(152)

麂子干巴 ……(152)
宁化鼠干 ……(152)
鼠脯 ……(152)
腊猴肉 ……(152)
燕皮 ……(152)
肉燕 ……(152)
小长春 ……(152)
腒 ……(152)
腌鸡 ……(152)
桶子鸡 ……(152)
琵琶鸡 ……(152)
腊鸡 ……(152)
风鸡 ……(152)
风干鸡 ……(152)
泥风鸡 ……(152)
风干带毛鸡 ……(152)
封鸡 ……(152)
元宝鸡 ……(152)
南风鸡 ……(153)
腊鸡片 ……(153)
干鸡筋 ……(153)
板鸭 ……(153)
腊鸭 ……(153)
统鸭 ……(153)
琵琶鸭 ……(153)
腊鹅 ……(153)
腊野鸭 ……(153)
腌胗 ……(153)
咸肫肝 ……(153)
腊鹌鹑 ……(153)
腊斑鸠 ……(153)
腊乳鸽 ……(153)
蛤士蟆干 ……(153)
蛤士蟆油 ……(153)
田鸡油 ……(153)
蛤蚧油 ……(153)
燕窝 ……(153)
燕蔬 ……(153)
燕窝菜 ……(153)
燕蔬菜 ……(153)
燕根 ……(153)
燕菜 ……(153)
洞燕 ……(153)
厝燕 ……(153)
白燕 ……(153)
官燕 ……(153)
崖燕 ……(153)
毛燕 ……(153)
乌燕 ……(153)
牡丹毛燕 ……(153)
血燕 ……(153)
燕窝脚 ……(153)
红燕 ……(153)
龙牙燕 ……(154)
暹罗燕 ……(154)
燕盏 ……(154)
燕丝 ……(154)
燕条 ……(154)
燕碎 ……(154)
燕饼 ……(154)
土燕窝 ……(154)
人造燕窝 ……(154)
鲔 ……(154)
淡鱼 ……(154)
河祇脯 ……(154)
鹅毛脡 ……(154)
鱼翅 ……(154)
鲛鲨翅 ……(154)
沙鱼翅 ……(154)
金丝菜 ……(154)
翅板 ……(154)
翅根 ……(154)
翅筋 ……(154)
翅针 ……(154)
背翅 ……(154)
脊翅 ……(154)
顶沙翅 ……(154)
脊披刀 ……(154)
披刀翅 ……(154)
劈刀 ……(154)
头围 ……(154)
二围 ……(154)
黄肉翅 ……(154)
象耳白刀翅 ……(154)
象耳刀翅 ……(154)
猛鲨翅 ……(154)
脊披刀翅 ……(154)
飞虎翅 ……(154)
群翅 ……(154)
裙翅 ……(155)
西沙裙翅 ……(155)
黄沙裙翅 ……(155)
棉裙翅 ……(155)
珍珠裙翅 ……(155)
尾翅 ……(155)
钩翅 ……(155)

叉鱼翅 ……(155)
钩尖 ……(155)
钩尾 ……(155)
三围 ……(155)
黄肉尾翅 ……(155)
群尾翅 ……(155)
象耳白尾翅 ……(155)
象耳尾翅 ……(155)
猛鲨尾翅 ……(155)
脊勾尾翅 ……(155)
飞虎尾翅 ……(155)
黑尾钩翅 ……(155)
五羊钩翅 ……(155)
玉尾 ……(155)
玉洁 ……(155)
胸翅 ……(155)
上青翅 ……(155)
翼翅 ……(155)
大骨翼翅 ……(155)
象耳翅 ……(155)
猛鲨青翅 ……(155)
花鹿翅 ……(155)
反白青翅 ……(155)
象耳白翅 ……(155)
套翅 ……(155)
全副翅 ……(155)
上色全副翅 ……(155)
玉吉翅 ……(155)
沙翅 ……(155)
尖翅 ……(156)
荷包翅 ……(156)
沙尾 ……(156)
白婆沙翅 ……(156)
婆翅 ……(156)
横如沙翅 ……(156)
沙婆尾翅 ……(156)
沙婆吉翅 ……(156)
沙婆净勾 ……(156)
上色翅 ……(156)
上皮刀 ……(156)
上青 ……(156)
上色尾 ……(156)
上色吉尾 ……(156)
上色净勾 ……(156)
中色翅 ……(156)
杂翅 ……(156)
乌沙翅 ……(156)
中色皮刀 ……(156)
中青 ……(156)
中色尾 ……(156)
中色吉尾 ……(156)
中色净勾 ……(156)
小杂翅 ……(156)
毛翅 ……(156)
皮翅 ……(156)
退沙翅 ……(156)
明翅 ……(156)
净翅 ……(156)
堆翅 ……(156)
凤尾翅 ……(156)
龙须堆 ……(156)
单堆 ……(156)
翅针 ……(156)
须翅 ……(156)
翅绒 ……(156)
翅条 ……(156)
翅饼 ……(156)
饼翅 ……(156)
月翅 ……(156)
散翅 ……(156)
中色翅 ……(156)
青翅 ……(156)
净根上翅 ……(157)
青翅上青 ……(157)
白翅 ……(157)
黄翅 ……(157)
沙婆翅 ……(157)
大肉翅 ……(157)
金花翅 ……(157)
荷包翅 ……(157)
皮针翅 ……(157)
牙拣翅 ……(157)
鱼肚 ……(157)
玉腴 ……(157)
鲍 ……(157)
鳔 ……(157)
白鳔 ……(157)
鱼脬 ……(157)
缆胶 ……(157)
鱼胶 ……(157)
鳘肚 ……(157)
鲩肚 ……(157)
毛常肚 ……(157)
毛鲿肚 ……(157)
米鱼肚 ……(157)
大肚 ……(157)

广肚 ……(157)
肚公 ……(157)
肚母 ……(157)
黄唇肚 ……(157)
皇鱼肚 ……(157)
黄鱼肚 ……(157)
小鱼肚 ……(157)
花胶 ……(157)
秋水肚 ……(157)
冷水肚 ……(157)
大水肚 ……(157)
热水肚 ……(157)
片胶 ……(157)
提片 ……(157)
吊片 ……(157)
黄片 ……(157)
筒胶 ……(157)
长胶 ……(157)
带肚 ……(157)
鳗鱼肚 ……(157)
鳝肚 ……(158)
先肚 ……(158)
脆肚 ……(158)
鲟鳇胶 ……(158)
鲴鱼肚 ……(158)
肥鱼肚 ……(158)
笔架鱼肚 ……(158)
鱼唇 ……(158)
鱼皮 ……(158)
鲛鱼皮 ……(158)
虎鲨皮 ……(158)
公鱼皮 ……(158)
趸皮 ……(158)
鱼骨 ……(158)
明骨 ……(158)
鱼脑 ……(158)
鱼脆 ……(158)
咸鱼 ……(158)
腊鱼 ……(158)
风鱼 ……(158)
鱼片 ……(158)
冻鱼片 ……(158)
卤鱼片 ……(158)
干鱼片 ……(158)
熏鱼片 ……(158)
鲞 ……(158)
淡鲞 ……(158)
黄鱼鲞 ……(158)
大黄鱼干 ……(158)
白鲞 ……(158)
石首鱼鲞 ……(158)
鲞鱼 ……(158)
酶香鱼 ……(158)
曹白鱼鲞 ……(159)
鳓鲞 ……(159)
鳗鱼鲞 ……(159)
海鳗鲞 ……(159)
风鳗 ……(159)
鲨鱼鲞 ……(159)
鲨鱼干 ……(159)
舌头鱼干 ……(159)
龙力干 ……(159)
劳子干 ……(159)
刺虎鲞 ……(159)
老板干 ……(159)
孜孜鱼干 ……(159)
马面鱼干 ……(159)
橡皮鱼干 ……(159)
龙头烤 ……(159)
大口干 ……(159)
廷巴轴 ……(159)
乌狼鲞 ……(159)
廷巴干 ……(159)
臭鳜鱼 ……(159)
干板湟鱼 ……(159)
糟鲶鱼 ……(159)
糟鱼 ……(159)
酒糟鲞 ……(159)
梅鲚干 ……(159)
海蜒 ……(159)
海蜒鱼干 ……(159)
玉版鲊 ……(159)
银鱼干 ……(159)
银鱼丝 ……(159)
面鱼脯 ……(159)
脆鳝 ……(159)
鱼香肠 ……(159)
鱼松 ……(159)
龙鱼肠 ……(159)
龙肠 ……(159)
龙胎 ……(159)
鲟龙鱼肠 ……(159)
鱼丸 ……(159)
鱼腐 ……(159)
鱼鼓 ……(160)
花腐 ……(160)

鱼糕 ……(160)
鱼生 ……(160)
鱼脍 ……(160)
鱼粉 ……(160)
食用鱼粉 ……(160)
鱼籽 ……(160)
大马哈鱼籽 ……(160)
鲑鱼籽 ……(160)
红鱼籽 ……(160)
黑鱼籽 ……(160)
鲟鱼籽 ……(160)
鳇鱼籽 ……(160)
鱼籽酱 ……(160)
卵酱 ……(160)
鱼信 ……(160)
海参 ……(160)
土肉 ……(160)
海男子 ……(160)
脱参 ……(160)
海鼠 ……(160)
刺参类 ……(160)
黑参 ……(160)
刺参 ……(160)
灰参 ……(160)
梅花参 ……(160)
凤梨参 ……(160)
花刺参 ……(160)
方刺参 ……(160)
方参 ……(161)
黄肉 ……(161)
白刺参 ……(161)
黄玉参 ……(161)
黄肉参 ……(161)
明玉参 ……(161)
光参类 ……(161)
白参 ……(161)
什色参 ……(161)
瓜参 ……(161)
白瓜参 ……(161)
海茄子 ……(161)
赤白瓜参 ……(161)
黑乳参 ……(161)
乌圆参 ……(161)
开乌参 ……(161)
乌参 ……(161)
大乌参 ……(161)
靴参 ……(161)
白底辐肛参 ……(161)
赤瓜参 ……(161)
白底靴 ……(161)
五角瓜参 ……(161)
茄参 ……(161)
花瓶参 ……(161)
克参 ……(161)
乌狗参 ……(161)
玉足海参 ……(161)
荡皮参 ……(161)
乌虫参 ……(161)
香参 ……(161)
猪虫参 ……(161)
白石参 ……(161)
白秃参 ……(161)
海鼠肠 ……(161)
参花 ……(162)
海棒槌 ……(162)
海老鼠 ……(162)
海地瓜 ……(162)
海茄子 ……(162)
鱿鱼干 ……(162)
柔鱼 ……(162)
鱿鱼 ……(162)
土鱿 ……(162)
八带鱼 ……(162)
临高鱿 ……(162)
吊片鱿 ……(162)
九龙吊片 ……(162)
汕尾鱿 ……(162)
汕头鱿鱼 ……(162)
竹叶鱿 ……(162)
排鱿 ……(162)
本港鱿鱼 ……(162)
章鱼干 ……(162)
熟八带 ……(162)
螟蛸鲞 ……(162)
明鲞 ……(162)
脯鲞 ……(162)
目鱼干 ……(162)
墨鱼干 ……(162)
乌鱼干 ……(162)
北脯 ……(162)
明脯 ……(162)
籽乌 ……(162)
乌鱼蛋 ……(162)
墨鱼蛋 ……(162)
乌贼蛋 ……(162)
目鱼蛋 ……(162)

墨鱼穗 ……(162)
海粉 ……(162)
红海粉 ……(162)
海粉丝 ……(163)
海挂面 ……(163)
鲍鱼干 ……(163)
干鲍 ……(163)
紫鲍 ……(163)
盘鲍 ……(163)
网鲍 ……(163)
窝麻鲍 ……(163)
吉品鲍 ……(163)
改良鲍 ……(163)
蚝豉 ……(163)
生蚝豉 ……(163)
乳蚝 ……(163)
熟蚝豉 ……(163)
干蚝 ……(163)
爽蚝 ……(163)
淡菜 ……(163)
海红干 ……(163)
贻贝干 ……(163)
蝴蝶干 ……(163)
蛏干 ……(163)
蚬干 ……(163)
冻蚬 ……(163)
醉螺 ……(163)
醉泥螺 ……(163)
吐铁 ……(163)
螺豆腐 ……(163)
江珧柱 ……(163)
马甲柱 ……(163)
蛤柱 ……(163)
角带子 ……(163)
大海红 ……(163)
干贝 ……(163)
江干 ……(164)
带子 ……(164)
杂贝干 ……(164)
湿带子 ……(164)
蚝筋 ……(164)
海蚌筋 ……(164)
柯筋 ……(164)
蛤蜊干 ……(164)
蛤子干 ……(164)
海螺干 ……(164)
海螺片干 ……(164)
蚶子干 ……(164)
海蜇 ……(164)
石镜 ……(164)
水母 ……(164)
蜡 ……(164)
樗蒲鱼 ……(164)
海蛇 ……(164)
水母鲜 ……(164)
镜蜇 ……(164)
面蜇 ……(164)
蚱鱼 ……(164)
痒马头 ……(164)
蛤 ……(164)
海蜇皮 ……(164)
蜇皮 ……(164)
海蜇头 ……(164)
蛇头 ……(164)
蜇头 ……(164)
沙虫干 ……(164)
海胆酱 ……(164)
海胆卵 ……(164)
蟹黄 ……(164)
蟹油 ……(164)
蟹胱油 ……(164)
蟹粉 ……(164)
蟹米 ……(164)
干蟹肉 ……(165)
咸蟹 ……(165)
腌蟹 ……(165)
蟹松 ……(165)
醉蟹 ……(165)
腌螯蜞 ……(165)
咸解 ……(165)
礼云子 ……(165)
螯蜞鬻 ……(165)
虾仁 ……(165)
大玉 ……(165)
虾肉 ……(165)
虾米 ……(165)
虾尾 ……(165)
虾干 ……(165)
金钩 ……(165)
海米 ……(165)
开洋 ……(165)
开阳 ……(165)
大海米 ……(165)
中爪 ……(165)
湖米 ……(165)
钳子米 ……(165)

明虾肉 ……(165)
对虾干 ……(165)
干虾 ……(165)
大干虾 ……(165)
小干虾 ……(165)
虾皮 ……(165)
虾片 ……(165)
皮米 ……(165)
小海米 ……(165)
蚂蚁卵酱 ……(165)
蚬 ……(165)
蚬醢 ……(165)
咸蛋 ……(165)
杭子 ……(166)
咸杭子 ……(166)
咸卵 ……(166)
过时蛋 ……(166)
黄泥蛋 ……(166)
灰蛋 ……(166)
咸卤蛋 ……(166)
皮蛋 ……(166)
松花蛋 ……(166)
变蛋 ……(166)
彩蛋 ……(166)
硬心皮蛋 ……(166)
潮彩蛋 ……(166)
溏心皮蛋 ……(166)
京彩蛋 ……(166)
糟蛋 ……(166)
冰蛋 ……(166)
冰全蛋 ……(166)
冰蛋白 ……(166)
冰蛋清 ……(166)
冰蛋黄 ……(166)
蛋粉 ……(166)
全蛋粉 ……(166)
蛋白粉 ……(166)
蛋黄粉 ……(166)
蛋线 ……(166)
奶酪 ……(166)
酪 ……(166)
酥酪 ……(166)
乳酪 ……(166)
酸奶酪 ……(166)
酸奶 ……(167)
干酪 ……(167)
熳蠢 ……(167)
醭醪 ……(167)
醭 ……(167)
乳腐 ……(167)
奶豆腐 ……(167)
乳团 ……(167)
乳饼 ……(167)
乳线 ……(167)
乳扇 ……(167)
奶皮 ……(167)
酸奶疙瘩 ……(167)
干酪素 ……(167)
曲拉 ……(167)
奶渣 ……(167)
奶粉 ……(167)
全脂奶粉 ……(167)
脱脂奶粉 ……(167)
乳脂粉 ……(167)
重脂奶粉 ……(167)
酪乳粉 ……(167)
乳清粉 ……(167)
炼乳 ……(167)
浓缩乳 ……(167)
甜炼乳 ……(167)
淡炼乳 ……(167)
冰淇淋 ……(167)
面筋 ……(167)
百搭菜 ……(167)
面根 ……(167)
熟面筋 ……(168)
烤麸 ……(168)
水面筋 ……(168)
生麸 ……(168)
子面筋 ……(168)
油面筋 ……(168)
油炸面筋 ……(168)
面筋泡 ……(168)
生根 ……(168)
生筋 ……(168)
熏面筋 ……(168)
软根 ……(168)
面条 ……(168)
挂面 ……(168)
通心粉 ……(168)
空心面 ……(168)
年糕 ……(168)
水磨年糕 ……(168)
米粉 ……(168)
米糊 ……(168)
米糜 ……(168)

米缆 ……(168)
米线 ……(168)
锅巴 ……(168)
锅焦 ……(168)
饭焦 ……(168)
黄金粉 ……(168)
饭根 ……(168)
爆米花 ……(168)
炮谷 ……(168)
糯米胖 ……(168)
炒米 ……(168)
炒米花 ……(168)
冻米 ……(168)
阴米 ……(168)
花糯米 ……(168)
米散 ……(168)
炒米粉 ……(169)
饵饦 ……(169)
饵丝 ……(169)
面包渣 ……(169)
麦麸 ……(169)
麦屑 ……(169)
麩屑 ……(169)
浇屑 ……(169)
麦片 ……(169)
油条 ……(169)
油炸桧 ……(169)
馓子 ……(169)
西米 ……(169)
西谷米 ……(169)
大西米 ……(169)
小西米 ……(169)
荞麦芽 ……(169)
豆腐 ……(169)
黎祁 ……(169)
来其 ……(169)
小宰羊 ……(169)
犁祁 ……(169)
菽乳 ……(169)
软玉 ……(169)
脂酥 ……(169)
北豆腐 ……(169)
老豆腐 ……(169)
南豆腐 ……(169)
湖南豆腐 ……(169)
嫩豆腐 ……(169)
水豆腐 ……(169)
姜黄豆腐 ……(169)
冻豆腐 ……(169)
冰豆腐 ……(169)
小豆腐 ……(169)
油豆腐 ……(169)
豆泡 ……(170)
豆腐泡 ……(170)
豆腐果 ……(170)
炕豆腐 ……(170)
炕腐 ……(170)
烧豆腐 ……(170)
熏豆腐 ……(170)
毛豆腐 ……(170)
豆腐脑 ……(170)
豆脑 ……(170)
水豆腐 ……(170)
娇豆腐 ……(170)
豆花 ……(170)
豆脑 ……(170)
液体豆腐 ……(170)
豆腐粉 ……(170)
豆乳 ……(170)
豆奶 ……(170)
酸豆乳 ……(170)
豆腐干 ……(170)
豆干 ……(170)
干子 ……(170)
白干 ……(170)
菜干 ……(170)
干丝 ……(170)
水白干 ……(170)
百页 ……(170)
千张 ……(170)
千章 ……(170)
豆腐片 ……(170)
豆片 ……(170)
干豆腐 ……(170)
豆腐皮 ……(170)
熏百页 ……(170)
霉千张 ……(170)
油皮 ……(170)
豆腐衣 ……(170)
豆腐皮 ……(170)
豆油皮 ……(170)
腐皮 ……(170)
膜儿 ……(170)
腐竹 ……(170)
豆笋 ……(171)
皮棍 ……(171)

豆棒 ……(171)
豆杆 ……(171)
豆筋 ……(171)
豆精 ……(171)
支竹 ……(171)
豆腐棍 ……(171)
臭豆腐干 ……(171)
臭干 ……(171)
臭豆腐 ……(171)
板活 ……(171)
片活 ……(171)
三角干 ……(171)
油炸猪排 ……(171)
油炸豆圆 ……(171)
油炸素虾 ……(171)
炸虾 ……(171)
油炸色子油豆腐 ……(171)
骰子豆腐 ……(171)
油炸金丝 ……(171)
油炸百页丝 ……(171)
兰花干 ……(171)
花干 ……(171)
油炸臭干 ……(171)
哈哈干 ……(171)
银丝 ……(171)
元鸡 ……(171)
素鸡 ……(171)
豆鸡 ……(171)
捆鸡 ……(171)
辣块 ……(171)
素肝 ……(171)
香辣片 ……(171)
辣豆丝 ……(172)
油焖丝 ……(172)
熏干 ……(172)
熏花干 ……(172)
熏腌干 ……(172)
小素鸡 ……(172)
熏丝 ……(172)
熏豆腐丝 ……(172)
圆丝卷 ……(172)
素肚 ……(172)
熏香辣干 ……(172)
豆笑肉 ……(172)
鸡腿 ……(172)
方鸡 ……(172)
咸干 ……(172)
酱干 ……(172)
五香豆腐干 ……(172)
香干 ……(172)
茶干 ……(172)
南干 ……(172)
苏州香干 ……(172)
苏州干 ……(172)
苏州卤干 ……(172)
蜜汁素鸡 ……(172)
冰糖素鸡 ……(172)
苏州卤汁豆腐干 ……(172)
马尾丝 ……(172)
豆结它 ……(172)
怪味干 ……(173)
素火腿 ……(173)
素香肠 ……(173)
湘西血豆腐 ……(173)
四川血豆腐 ……(173)
猪血豆腐丸 ……(173)
肉豆腐丸 ……(173)
豆腐丸子 ……(173)
豆松 ……(173)
豆腐渣 ……(173)
豆渣 ……(173)
雪花菜 ……(173)
麻豆腐 ……(173)
霉豆渣 ……(173)
豆腐头 ……(173)
豆粉 ……(173)
豆制饭粢 ……(173)
大豆纤维 ……(173)
植物蛋白肉 ……(173)
植物肉 ……(173)
粉丝 ……(173)
线粉 ……(173)
粉条 ……(173)
瓢粉 ……(173)
宽粉条 ……(173)
水粉 ……(173)
索粉 ……(173)
粉皮 ……(173)
拉皮 ……(174)
凉粉 ……(174)
青粉 ……(174)
麻糊 ……(174)
仙人板 ……(174)
荞粉 ……(174)
嘎渣 ……(174)
馅饣乍 ……(174)

格渣 ……(174)
锅渣 ……(174)
豆斋饼 ……(174)
素鱼丸 ……(174)
豆面丸子 ……(174)
米豆腐 ……(174)
绿豆腐 ……(174)
黄豆芽 ……(174)
大豆黄卷 ……(174)
鹅黄豆生 ……(174)
绿豆芽 ……(174)
玉髯 ……(174)
巧芽 ……(174)
银芽 ……(174)
掐菜 ……(174)
如意菜 ……(174)
芽蚕豆 ……(174)
发芽豆 ……(174)
赤豆芽 ……(174)
菹 ……(174)
酱 ……(174)
芥荃 ……(174)
笋篱 ……(174)
腌菜 ……(174)
咸菜 ……(174)
四川四大腌菜 ……(174)
蒸咸菜 ……(174)
冬菜 ……(174)
京冬菜 ……(174)
素冬菜 ……(175)
玉堂菜 ……(175)
津冬菜 ……(175)
荤冬菜 ……(175)
川冬菜 ……(175)
冬尖 ……(175)
榨菜 ……(175)
芽菜 ……(175)
腌大头菜 ……(175)
腌雪里蕻 ……(175)
虾油小菜 ……(175)
干巴菌韭菜花 ……(175)
油鸡纵 ……(175)
酱菜 ……(175)
酱生姜 ……(175)
酱甜瓜 ……(175)
干菜 ……(175)
梅干菜 ……(175)
霉干菜 ……(175)
笋干菜 ……(175)
干菜笋 ……(175)
万年青 ……(175)
萝卜干 ……(176)
腌香椿 ……(176)
油香椿 ……(176)
酸菜 ……(176)
泡菜 ……(176)
酇菜 ……(176)
独山盐酸菜 ……(176)
苔菜干 ……(176)
番薯干 ……(176)
四季仔 ……(176)
风菱 ……(176)
风干荸荠 ……(176)
雪磨芋 ……(176)
笋干 ……(176)
干笋 ……(176)
笋枯 ……(176)
笋脯 ……(176)
笋丝 ……(176)
玉兰片 ……(176)
兰片 ……(176)
笋衣 ……(176)
闽笋 ……(176)
漳平笋干 ……(177)
笋尖 ……(177)
天目笋尖 ……(177)
扁尖 ……(177)
天目笋干 ……(177)
羊尾笋 ……(177)
龙须笋 ……(177)
羊尾笋干 ……(177)
八渡笋 ……(177)
香笋 ……(177)
香菇笋 ……(177)
绿笋干 ……(177)
绿笋片 ……(177)
玉版笋 ……(177)
草鞋底 ……(177)
蝴蝶尖 ……(177)
果脯 ……(177)
果酱 ……(177)
果泥 ……(177)
果冻 ……(177)
果膏 ……(177)
果糕 ……(177)
晶糕 ……(177)

金糕 ……(177)
京糕 ……(177)
山楂糕 ……(177)
金桔饼 ……(177)
奎金饼 ……(177)
桔饼 ……(177)
白族雕梅 ……(177)
葡萄干 ……(177)
提子 ……(177)
柿饼 ……(177)
水饼 ……(177)
耿饼 ……(177)
火饼 ……(177)
排饼 ……(177)
散饼 ……(178)
柿霜 ……(178)
桂圆肉 ……(178)
元肉 ……(178)
瓜饯 ……(178)
果料 ……(178)
红丝 ……(178)
绿丝 ……(178)
青丝 ……(178)
青丁 ……(178)
黄丁 ……(178)
红卜 ……(178)
绿卜 ……(178)
黄卜 ……(178)
红瓜 ……(178)
绿瓜 ……(178)
黄瓜 ……(178)

调味料

作料 ……(178)
佐料 ……(178)
调料 ……(178)
调和 ……(178)
五香 ……(178)
八大料 ……(178)
盐 ……(178)
鹾 ……(178)
咸鹾 ……(178)
卤 ……(178)
鹹 ……(178)
鳊 ……(178)
海沙 ……(178)
碱 ……(178)
斥 ……(178)
食盐 ……(178)
盐巴 ……(178)
吼巴 ……(178)
上味 ……(178)
大盐 ……(178)
卵盐 ……(178)
海盐 ……(178)
泽盐 ……(178)
散盐 ……(178)
末盐 ……(178)
花盐 ……(178)
加工盐 ……(178)
再制盐 ……(179)
精盐 ……(179)
洗盐粉 ……(179)
加碘盐 ……(179)
低钠盐 ……(179)
混合盐 ……(179)
调味盐 ……(179)
苔菜盐 ……(179)
胡椒盐 ……(179)
辣椒盐 ……(179)
花椒盐 ……(179)
五香盐 ……(179)
大虾盐 ……(179)
湖盐 ……(179)
池盐 ……(179)
大青盐 ……(179)
鹽盐 ……(179)
颗盐 ……(179)
青盐 ……(179)
井盐 ……(179)
川盐 ……(179)
花盐 ……(179)
雪花盐 ……(179)
火花盐 ……(179)
碳花盐 ……(179)
巴盐 ……(179)
锅巴盐 ……(179)
筒盐 ……(179)
砖盐 ……(179)
矿盐 ……(179)
岩盐 ……(179)
石盐 ……(179)
生盐 ……(179)
崖盐 ……(179)
戎盐 ……(179)
羌盐 ……(179)

胡盐 ……(179)
秃登盐 ……(179)
阴土盐 ……(179)
光明盐 ……(179)
圣石 ……(179)
君王盐 ……(180)
玉华盐 ……(180)
水晶盐 ……(180)
玻璃盐 ……(180)
珍珠盐 ……(180)
土盐 ……(180)
末盐 ……(180)
碱盐 ……(180)
盐花 ……(180)
淮盐 ……(180)
木盐 ……(180)
雪花盐 ……(180)
豆豉 ……(180)
幽菽 ……(180)
康伯 ……(180)
豉 ……(180)
大苦 ……(180)
纳豆 ……(180)
咸豉 ……(180)
配盐幽菽 ……(180)
盐豉 ……(180)
淡豉 ……(180)
淡豆豉 ……(180)
香豉 ……(180)
干豉 ……(180)
鲜豉 ……(180)
腊八豆 ……(180)
臭豆子 ……(180)
霉酱豆 ……(180)
水豆豉 ……(180)
酱油豆 ……(180)
酱豆 ……(180)
阴豆豉 ……(180)
豉汁 ……(180)
酱 ……(180)
醢 ……(180)
醢醢 ……(180)
豆酱 ……(181)
八珍主人 ……(181)
黄豆酱 ……(181)
黄酱 ……(181)
大酱 ……(181)
干黄酱 ……(181)
豆瓣酱 ……(181)
稀黄酱 ……(181)
面酱 ……(181)
甜面酱 ……(181)
甜酱 ……(181)
京酱 ……(181)
西瓜酱 ……(181)
榆仁酱 ……(181)
酱酶 ……(181)
嘀咪 ……(181)
酱油 ……(181)
酱清 ……(181)
酱汁 ……(181)
豉油 ……(181)
豆油 ……(181)
秋油 ……(181)
淋油 ……(181)
抽油 ……(181)
晒油 ……(181)
清酱 ……(181)
母油 ……(181)
黑水 ……(181)
豆汁 ……(181)
天然发酵酱油 ……(181)
晒制酱油 ……(181)
原汁酱油 ……(181)
人工发酵酱油 ……(182)
化学酱油 ……(182)
液体酱油 ……(182)
固体酱油 ……(182)
特级酱油 ……(182)
高级酱油 ……(182)
一级酱油 ……(182)
二级酱油 ……(182)
头抽 ……(182)
二抽 ……(182)
三抽 ……(182)
红酱油 ……(182)
白酱油 ……(182)
生抽 ……(182)
白抽 ……(182)
老抽 ……(182)
黑抽 ……(182)
甜酱油 ……(182)
辣酱油 ……(182)
复制红酱油 ……(182)
味精酱油 ……(182)
虾子酱油 ……(182)

冬菇酱油 ……(182)
蘑菇酱油 ……(182)
蟹子酱油 ……(182)
蚱蠓酱油 ……(182)
无盐酱油 ……(182)
低盐酱油 ……(182)
鱼汁酱油 ……(182)
甜叶菊酱油 ……(182)
铁质酱油 ……(182)
果汁酱油 ……(182)
咸菜卤 ……(182)
醋 ……(182)
醯 ……(183)
苦酒 ……(183)
淳酢 ……(183)
食总管 ……(183)
华池左味 ……(183)
忌讳 ……(183)
米醋 ……(183)
红醋 ……(183)
玫瑰醋 ……(183)
浙醋 ……(183)
熏醋 ……(183)
黑醋 ……(183)
香醋 ……(183)
糖醋 ……(183)
白脸醋 ……(183)
白醋 ……(183)
醋精 ……(183)
白醯 ……(183)
酒醋 ……(183)
浆水 ……(183)
酸浆 ……(183)
酸浆水 ……(183)
酱水 ……(183)
米浆水 ……(183)
醋酸水 ……(183)
壮族酸汤 ……(183)
陇川酸水 ……(183)
梅 ……(183)
醷 ……(183)
乌梅 ……(183)
苏梅酱 ……(183)
白族炖梅 ……(183)
老梅 ……(183)
黑梅 ……(184)
番茄酱 ……(184)
西红柿酱 ……(184)
番茄沙司 ……(184)
黄皮酱 ……(184)
人面酱 ……(184)
杧楣酱 ……(184)
柠檬汁 ……(184)
酸木瓜 ……(184)
年枣 ……(184)
南酸枣 ……(184)
年早 ……(184)
萝卜酸 ……(184)
五味子藤 ……(184)
葅 ……(184)
茎蓿 ……(184)
玄及 ……(184)
会及 ……(184)
五梅子 ……(184)
面藤 ……(184)
山花椒 ……(184)
北五味子 ……(184)
糖 ……(184)
饧 ……(184)
糖霜 ……(184)
格里洼 ……(184)
甘蔗糖 ……(184)
甜菜糖 ……(184)
砂糖 ……(184)
粆 ……(184)
饴糖 ……(184)
胶牙饧 ……(184)
花饧 ……(184)
饴 ……(184)
糖稀 ……(184)
麦芽糖 ……(184)
红糖 ……(184)
赤糖 ……(185)
赤红砂糖 ……(185)
赤砂糖 ……(185)
紫砂糖 ……(185)
黑砂糖 ……(185)
黄砂糖 ……(185)
土红糖 ……(185)
红糖粉 ……(185)
糖粉 ……(185)
片糖 ……(185)
板糖 ……(185)
片黄糖 ……(185)
冰片糖 ……(185)
碗糖 ……(185)

砖糖 ……(185)
白糖 ……(185)
白砂糖 ……(185)
石蜜 ……(185)
白霜糖 ……(185)
绵糖 ……(185)
绵白糖 ……(185)
绵白 ……(185)
精白 ……(185)
土白 ……(185)
冰糖 ……(185)
冰片 ……(185)
纹冰 ……(185)
冰块 ……(185)
渣冰 ……(185)
盆冰糖 ……(185)
单晶体冰糖 ……(185)
方糖 ……(185)
葡萄糖 ……(185)
玉米糖 ……(185)
高果糖玉米糖浆 ……(186)
玉米异构糖 ……(186)
白薯异构糖 ……(186)
甜菊糖 ……(186)
菊糖 ……(186)
枫糖 ……(186)
槭糖 ……(186)
糖精 ……(186)
蜂蜜 ……(186)
石饴 ……(186)
食蜜 ……(186)
白蜜 ……(186)
白沙蜜 ……(186)
蜜糖 ……(186)
沙蜜 ……(186)
蜂糖 ……(186)
蜜 ……(186)
木蜜 ……(186)
土蜜 ……(186)
岩蜜 ……(186)
崖蜜 ……(186)
竹蜂蜜 ……(186)
留师蜜 ……(186)
蔗浆 ……(186)
天生复脉汤 ……(186)
甘蔗汁 ……(186)
竹蔗 ……(186)
甘草 ……(186)
美草 ……(186)
蜜甘 ……(186)
蜜草 ……(186)
蕗草 ……(186)
国老 ……(186)
灵通 ……(186)
粉草 ……(186)
甜草 ……(186)
甜根子 ……(186)
棒草 ……(186)
甜柳 ……(186)
味精 ……(186)
味之素 ……(187)
味粉 ……(187)
味汁 ……(187)
液体味精 ……(187)
海鲜酱 ……(187)
虾酱 ……(187)
虾膏 ……(187)
白虾醢 ……(187)
卤虾 ……(187)
麻虾子 ……(187)
对虾头酱 ……(187)
蟹酱 ……(187)
蟹胥 ……(187)
蟹醢 ……(187)
蟛蜞酱 ……(187)
蛤蜊酱 ……(187)
蛤黎酱 ……(187)
蟹籽 ……(187)
生蟹籽 ……(187)
熟蟹籽 ……(187)
虾籽 ……(187)
怀儿 ……(187)
虾蛄籽 ……(187)
虾米粉 ……(187)
鲞粉 ……(187)
蚝油 ……(187)
虾油 ……(187)
贻贝油 ……(187)
蛏油 ……(187)
鱼露 ……(187)
鲭油 ……(187)
鱼酱油 ……(187)
化学鱼酱油 ……(187)
菌油 ……(187)
香蕈粉 ……(187)
笋粉 ……(187)

干辣椒 ……(188)
辣椒粉 ……(188)
辣椒面 ……(188)
辣面 ……(188)
辣椒酱 ……(188)
秦椒糊 ……(188)
辣椒沫 ……(188)
辣椒油 ……(188)
红油 ……(188)
佐料油 ……(188)
辣油 ……(188)
煳辣椒 ……(188)
泡辣椒 ……(188)
鱼辣子 ……(188)
辣椒砖 ……(188)
辣椒骨 ……(188)
鲊辣椒 ……(188)
糙辣椒 ……(188)
蚕豆酱 ……(188)
豆瓣辣酱 ……(188)
四川豆瓣 ……(188)
豆瓣 ……(188)
川酱 ……(188)
糍粑辣椒 ……(188)
花椒 ……(188)
檓 ……(188)
大椒 ……(188)
蜀椒 ……(188)
金丸使者 ……(188)
含丸使者 ……(188)
胡辛 ……(188)
川椒 ……(188)
南椒 ……(189)
巴椒 ……(189)
蘑蕻 ……(189)
陆拔 ……(189)
汉椒 ……(189)
点椒 ……(189)
花椒油 ……(189)
椒油 ……(189)
花椒粉 ……(189)
花椒水 ……(189)
胡椒 ……(189)
木叔 ……(189)
昧履支 ……(189)
浮椒 ……(189)
玉椒 ……(189)
白胡椒 ……(189)
白胡 ……(189)
黑胡椒 ……(189)
黑胡 ……(189)
胡椒粉 ……(189)
白胡椒粉 ……(189)
白川 ……(189)
白胡粉 ……(189)
黑胡椒粉 ……(189)
黑川 ……(189)
黑胡粉 ……(189)
胡椒油 ……(189)
味精胡椒粉 ……(189)
芥末 ……(189)
芥末面 ……(189)
芥酱 ……(189)
香辣粉 ……(189)
辣根 ……(189)
西洋山蒿菜 ……(189)
山葵 ……(189)
马萝卜 ……(189)
干姜 ……(189)
姜片 ……(189)
姜皮 ……(189)
白姜 ……(189)
姜粉 ……(189)
烤姜 ……(190)
烤姜粉 ……(190)
荜茇 ……(190)
荜茇梨 ……(190)
椹圣 ……(190)
哈蒌 ……(190)
鼠尾 ……(190)
补丫 ……(190)
高良姜 ……(190)
膏凉姜 ……(190)
良姜 ……(190)
蛮姜 ……(190)
佛手根 ……(190)
小良姜 ……(190)
海良姜 ……(190)
蓼叶 ……(190)
柳叶蓼 ……(190)
绵毛酸模叶蓼 ……(190)
香蓼草 ……(190)
香辣柳 ……(190)
香辣蓼 ……(190)
香脑 ……(190)
香丁 ……(190)

食茱萸 ……(190)
艾油 ……(190)
辣米油 ……(190)
藢 ……(190)
梹 ……(190)
越椒 ……(190)
椒子 ……(190)
艾子 ……(190)
樗叶花椒 ……(190)
椿叶花椒 ……(190)
茱萸酱 ……(190)
䊦 ……(190)
辣虎 ……(190)
八角茴香 ……(190)
八月珠 ……(190)
舶上茴香 ……(190)
大茴香 ……(190)
舶茴香 ……(190)
茴香八角珠 ……(190)
八角香 ……(190)
八角大茴 ……(190)
八角 ……(190)
原油茴 ……(190)
大料 ……(190)
小茴香籽 ……(190)
土茴香 ……(191)
野茴香 ……(191)
谷茴香 ……(191)
谷香 ……(191)
香子 ……(191)
小香 ……(191)
莳萝 ……(191)
慈谋勒 ……(191)
土茴香 ……(191)
肉桂 ……(191)
牡桂 ……(191)
紫桂 ……(191)
大桂 ……(191)
辣桂 ……(191)
桂皮 ……(191)
玉桂 ……(191)
官桂 ……(191)
桂叶 ……(191)
香叶 ……(191)
月桂叶 ……(191)
丁香 ……(191)
雄丁香 ……(191)
丁子香 ……(191)
支解香 ……(191)
公丁香 ……(191)
母丁香 ……(191)
香薷 ……(191)
香茹 ……(191)
香菜 ……(191)
香戎 ……(191)
香茸 ……(191)
紫花香菜 ……(191)
蜜蜂草 ……(191)
紫苏 ……(191)
皱紫苏 ……(191)
香茅 ……(191)
大风茅 ……(191)
柠檬茅 ……(191)
姜草 ……(191)
香茅草 ……(191)
姜巴茅 ……(191)
孜然 ……(191)
安息茴香 ……(191)
山八角 ……(191)
沙兰 ……(191)
香橼叶 ……(192)
芝麻 ……(192)
巨胜 ……(192)
狗虱 ……(192)
藤弘 ……(192)
鸿藏 ……(192)
乌麻 ……(192)
油麻 ……(192)
交麻 ……(192)
脂麻 ……(192)
胡麻 ……(192)
亚麻 ……(192)
雅麻 ……(192)
胡麻饭 ……(192)
山西胡麻 ……(192)
山脂麻 ……(192)
胡芝麻 ……(192)
玫瑰花 ……(192)
徘徊花 ……(192)
湖花 ……(192)
刺玫花 ……(192)
桂花 ……(192)
木犀 ……(192)
九里香 ……(192)
岩桂 ……(192)
糖桂花 ……(192)

桂花酱 ……(192)
茉莉花 ……(192)
小南强 ……(192)
柰花 ……(192)
鬘华 ……(192)
末利 ……(192)
抹厉 ……(192)
没利 ……(192)
末丽 ……(192)
木梨花 ……(192)
五香粉 ……(192)
咖喱粉 ……(192)
八角花椒油 ……(192)
调味大茴精 ……(192)
五香卤药 ……(192)
芝麻酱 ……(192)
麻酱 ……(193)
麻汁 ……(193)
花生酱 ……(193)
芝麻花生酱 ……(193)
韭花酱 ……(193)
沙茶酱 ……(193)
燥料酱 ……(193)
唸汁 ……(193)
香兰素 ……(193)
香草粉 ……(193)
草果 ……(193)
草果仁 ……(193)
草果子 ……(193)
砂仁 ……(193)
缩砂仁 ……(193)
缩砂蜜 ……(193)
春砂仁 ……(193)
陈皮 ……(193)
桔皮 ……(193)
红皮 ……(193)
黄橘皮 ……(193)
贵老 ……(193)
桔油 ……(193)
白豆蔻 ……(193)
多骨 ……(193)
壳蔻 ……(193)
白蔻 ……(193)
白蔻仁 ……(193)
豆蔻 ……(193)
蔻米 ……(193)
草豆蔻 ……(193)
漏蔻 ……(194)
草蔻 ……(194)
大草蔻 ……(194)
偶子 ……(194)
草蔻仁 ……(194)
飞雷子 ……(194)
弯子 ……(194)
肉豆蔻 ……(194)
迦拘勒 ……(194)
肉果 ……(194)
肉蔻 ……(194)
三奈 ……(194)
山奈子 ……(194)
山辣 ……(194)
三赖 ……(194)
沙姜 ……(194)
白芷 ……(194)
藨 ……(194)
芷 ……(194)
芳香 ……(194)
苻篱 ……(194)
泽芬 ……(194)
白莶 ……(194)
香白芷 ……(194)
苦豆 ……(194)
胡芦巴 ……(194)
芦巴 ……(194)
胡巴 ……(194)
香豆 ……(194)
季豆 ……(194)
芸香草 ……(194)
香苜蓿 ……(194)
茶叶 ……(194)
龙井茶 ……(194)
云雾茶 ……(194)
雀舌茶 ……(194)
毛峰茶 ……(194)
瓜片 ……(194)
乌龙茶 ……(194)
花茶 ……(194)
红茶 ……(194)
黄酒 ……(194)
绍酒 ……(194)
绍兴酒 ……(194)
料酒 ……(194)
白酒 ……(195)
茅台酒 ……(195)
汾酒 ……(195)
啤酒 ……(195)

葡萄酒 ……(195)
茵陈酒 ……(195)
丽江窖酒 ……(195)
米甜酒 ……(195)
江米酒 ……(195)
浆酒 ……(195)
夫子酒 ……(195)
姜汁酒 ……(195)
酒酿 ……(195)
淋饭酒 ……(195)
酒娘 ……(195)
酒泡 ……(195)
醪糟 ……(195)
香糟 ……(195)
酒膏 ……(195)
红糟 ……(195)
白糟 ……(195)
糟卤 ……(195)
香糟汤 ……(195)
糟油 ……(195)
五香糟油 ……(195)
豆腐乳 ……(195)
腐乳 ……(195)
醢腐 ……(195)
乳腐 ……(195)
酱豆腐 ……(195)
素扎肉 ……(195)
红腐乳 ……(195)
红方 ……(195)
南乳 ……(195)
白腐乳 ……(195)
白方 ……(196)
臭腐乳 ……(196)
青方 ……(196)
青腐乳 ……(196)
霉香腐乳 ……(196)
油辣腐乳 ……(196)
卤腐 ……(196)
油卤腐 ……(196)
白菜豆腐乳 ……(196)
菜包豆腐 ……(196)
干腐乳 ……(196)
糟腐乳 ……(196)
酒脚腐乳 ……(196)
乳白香腐乳 ……(196)
臭卤 ……(196)
火蒜 ……(196)
蒜粉 ……(196)
蒜糕 ……(196)
蒜粒 ……(196)
蒜片 ……(196)
炸蒜肉 ……(196)
阿魏 ……(196)
熏渠 ……(196)
阿虞 ……(196)
形虞 ……(196)
哈昔泥 ……(196)
五彩魏 ……(196)
臭阿魏 ……(196)
荷叶 ……(196)
蕸 ……(196)
莲叶 ……(196)
荷蒂 ……(196)
荷鼻 ……(196)
箬叶 ……(196)
辽叶 ……(196)
粽箬 ……(196)
香樟枝叶 ……(196)
柠檬叶 ……(197)
糯稻叶 ……(197)
香稻叶 ……(197)
龙竹 ……(197)
香竹 ……(197)
松柏枝 ……(197)

佐助料

淡水 ……(197)
咸水 ……(197)
硬水 ……(197)
极软水 ……(197)
软水 ……(197)
中等硬水 ……(197)
极硬水 ……(197)
生水 ……(197)
海水 ……(197)
泉水 ……(197)
潜水泉 ……(197)
自流泉 ……(197)
淡水泉 ……(197)
矿泉水 ……(197)
温泉 ……(197)
雨水 ……(197)
天泉 ……(197)
簷溜水 ……(197)
雪水 ……(197)
冰 ……(197)

凌 ……(197)
江河水 ……(197)
湖水 ……(198)
塘水 ……(198)
池水 ……(198)
池塘水 ……(198)
山坑水 ……(198)
井水 ……(198)
土井 ……(198)
深井 ……(198)
窖水 ……(198)
熟水 ……(198)
开水 ……(198)
沸水 ……(198)
滚水 ……(198)
温水 ……(198)
温吞水 ……(198)
冷开水 ……(198)
凉开水 ……(198)
腊水 ……(198)
蒸锅水 ……(198)
甑脚水 ……(198)
自来水 ……(198)
砂滤水 ……(198)
蒸馏淡化水 ……(198)
脂膏 ……(198)
生油 ……(198)
熟油 ……(198)
混合油 ……(198)
猪油 ……(198)
膏腥 ……(198)
豕膏 ……(198)
豨膏 ……(198)
猪脂 ……(198)
猪膏 ……(198)
猪肪膏 ……(199)
猪脂肪 ……(199)
荤油 ……(199)
大油 ……(199)
板油 ……(199)
脂油 ……(199)
白油 ……(199)
网油 ……(199)
膏 ……(199)
膘 ……(199)
内脏油 ……(199)
网衣 ……(199)
花油 ……(199)
肠油 ……(199)
瞒肚油 ……(199)
花手帕 ……(199)
水油 ……(199)
鸡冠子油 ……(199)
肥膘油 ……(199)
猪骨髓油 ……(199)
牛油 ……(199)
膏芗 ……(199)
牛脂 ……(199)
奶油 ……(199)
稀奶油 ……(199)
乳油 ……(199)
酥油 ……(199)
苏 ……(199)
酥 ……(199)
酪苏 ……(199)
白酥油 ……(199)
黄油 ……(199)
乳脂 ……(199)
醍醐 ……(199)
牛骨髓油 ……(199)
膏膻 ……(199)
羊脂 ……(199)
羊油 ……(199)
膏膻 ……(200)
羊脂 ……(200)
羊骨髓油 ……(200)
羊尾巴油 ……(200)
羊网油 ……(200)
狗油 ……(200)
膏臊 ……(200)
犬膏 ……(200)
狗网油 ……(200)
驴油 ……(200)
驴脂 ……(200)
驴膏 ……(200)
马油 ……(200)
马膏 ……(200)
马脂 ……(200)
鹿油 ……(200)
鹿脂 ……(200)
旱獭油 ……(200)
雪猪油 ……(200)
熊油 ……(200)
狼膏 ……(200)
狼油 ……(200)
狼脂 ……(200)

鸡油 ……(200)
鸡肪 ……(200)
鸭油 ……(200)
鸭肪 ……(200)
鹜肪 ……(200)
鸭脂 ……(200)
鹅油 ……(200)
鹅膏 ……(200)
鱼油 ……(200)
鲸油 ……(200)
豆油 ……(200)
黄豆油 ……(200)
菜油 ……(200)
菜籽油 ……(200)
清油 ……(200)
芝麻油 ……(200)
乌麻油 ……(201)
脂麻油 ……(201)
香油 ……(201)
麻油 ……(201)
大炒油 ……(201)
大槽油 ……(201)
小磨麻油 ……(201)
胡麻油 ……(201)
花生油 ……(201)
落花生油 ……(201)
果油 ……(201)
玉米油 ……(201)
玉米胚芽油 ……(201)
向日葵油 ……(201)
米油 ……(201)
粥油 ……(201)
椰子油 ……(201)
茶油 ……(201)
茶籽油 ……(201)
楂油 ……(201)
桕林子油 ……(201)
米糠油 ……(201)
棉籽油 ……(201)
精炼油 ……(201)
卫生油 ……(201)
橄榄油 ……(201)
油瓜油 ……(201)
猪油果油 ……(201)
油渣果油 ……(201)
油棕油 ……(201)
漆油 ……(201)
土漆油 ……(201)
漆蜡 ……(201)
食品添加剂 ……(201)
防腐剂 ……(201)
苯甲酸 ……(201)
安息香酸 ……(201)
苯甲酸钠 ……(201)
安息香酸钠 ……(202)
山梨酸 ……(202)
山梨酸钾 ……(202)
疏松剂 ……(202)
膨松剂 ……(202)
碳酸氢钠 ……(202)
酸式碳酸钠 ……(202)
重碳酸钠 ……(202)
重碳酸曹达 ……(202)
小苏打 ……(202)
焙烧苏打 ……(202)
食粉 ……(202)
碳酸氢氨 ……(202)
碳氨 ……(202)
重碳酸氨 ……(202)
阿摩尼亚粉 ……(202)
臭碱 ……(202)
臭粉 ……(202)
磷酸氢钙 ……(202)
磷酸二钙 ……(202)
轻质碳酸钙 ……(202)
明矾 ……(202)
石涅 ……(202)
矾石 ……(202)
羽涅 ……(202)
羽泽 ……(202)
涅石 ……(202)
理石 ……(202)
白君 ……(202)
雪矾 ……(202)
云母矾 ……(202)
明石 ……(202)
白矾 ……(202)
生矾 ……(202)
钾明矾 ……(202)
钾矾 ……(202)
钾铝矾 ……(202)
硫酸铝氨 ……(202)
氨明矾 ……(202)
氨矾 ……(202)
铝氨矾 ……(202)
发酵粉 ……(202)

发粉 ……(202)
焙粉 ……(202)
泡打粉 ……(202)
鲜酵母 ……(202)
老酵 ……(203)
酵子 ……(203)
引酵 ……(203)
面肥 ……(203)
老面肥 ……(203)
老发面 ……(203)
老面 ……(203)
发面种 ……(203)
引子粑粑 ……(203)
纯碱 ……(203)
无水碳酸钠 ……(203)
苏打 ……(203)
碱灰 ……(203)
碱面 ……(203)
食碱 ……(203)
石碱 ……(203)
花碱 ……(203)
灰碱 ……(203)
碱 ……(203)
水碱 ……(203)
枧砂 ……(203)
干饼药 ……(203)
石碱晶 ……(203)
碱水 ……(203)
草木灰水 ……(203)
枧水 ……(203)
蓬灰 ……(203)
蓬碱 ……(203)
土碱 ……(203)
硼砂 ……(203)
四硼酸钠 ……(203)
发色剂 ……(203)
呈色剂 ……(203)
硝 ……(203)
硝酸钾 ……(203)
消石 ……(203)
芒消 ……(203)
苦消 ……(203)
化金石 ……(203)
水石 ……(203)
焰消 ……(203)
火硝 ……(203)
硝石 ……(203)
干硝 ……(203)
土硝 ……(203)
盐硝 ……(203)
硝酸钠 ……(203)
皮硝 ……(203)
芒硝 ……(203)
硝水 ……(203)
亚硝酸钠 ……(204)
抗氧化剂 ……(204)
丁基羟基茴香醚 ……(204)
二丁基羧基甲苯 ……(204)
没食子酸丙酯 ……(204)
棓酸丙酯 ……(204)
漂白剂 ……(204)
低亚硫酸钠 ……(204)
焦亚硫酸钠 ……(204)
亚硫酸钠 ……(204)
结晶亚硫酸钠 ……(204)
硫黄 ……(204)
凝固剂 ……(204)
氧化钙 ……(204)
石膏 ……(204)
硫酸钙 ……(204)
细石 ……(204)
细理石 ……(204)
软石膏 ……(204)
寒水石 ……(204)
白虎 ……(204)
生石膏 ……(204)
盐卤 ……(204)
卤 ……(204)
盐胆水 ……(204)
滴卤 ……(204)
卤水 ……(204)
苦卤 ……(204)
汩水 ……(204)
增稠剂 ……(204)
芡粉 ……(204)
淀粉 ……(204)
驼粉 ……(204)
馓粉 ……(204)
绛粉 ……(204)
团粉 ……(204)
粉面 ……(204)
绿豆粉 ……(204)
真粉 ……(204)
豌豆粉 ……(204)
全青豆粉 ……(204)
蚕豆粉 ……(204)

菱粉 ……(205)
藕粉 ……(205)
澄藕粉 ……(205)
荸荠粉 ……(205)
马蹄粉 ……(205)
百合粉 ……(205)
蕨粉 ……(205)
葛粉 ……(205)
葛根粉 ……(205)
蕉芋粉 ……(205)
木薯粉 ……(205)
生粉 ……(205)
甘薯粉 ……(205)
雪粉 ……(205)
马铃薯粉 ……(205)
土豆粉 ……(205)
首乌粉 ……(205)
地精 ……(205)
马肝石 ……(205)
红内消 ……(205)
赤菽 ……(205)
陈知白 ……(205)
小独根 ……(205)
黄花乌根 ……(205)
小麦淀粉 ……(205)
麦粉 ……(205)
小粉 ……(205)
澄粉 ……(205)
玉米淀粉 ……(205)
琼脂 ……(205)
素燕窝 ……(205)
石花胶 ……(205)
冻粉 ……(205)
琼胶 ……(205)
洋菜 ……(205)
洋粉 ……(205)
冻脂 ……(205)
桔胶 ……(205)
凉粉 ……(205)
大菜 ……(206)
大菜膏 ……(206)
鱼胶片 ……(206)
食用明胶 ……(206)
山豆根 ……(206)
羧甲基纤维素 ……(206)
海藻酸钠 ……(206)
藻朊酸钠 ……(206)
果胶 ……(206)
食用色素 ……(206)
着色剂 ……(206)
天然色素 ……(206)
人工合成色素 ……(206)
菠菜汁 ……(206)
豌豆苗汁 ……(206)
艾叶汁 ……(206)
南天烛汁 ……(206)
乌饭树叶汁 ……(206)
麦青汁 ……(206)
蓬蒿汁 ……(206)
姜黄 ……(206)
赤天佩 ……(206)
胡萝卜色素 ……(206)
栀子汁 ……(206)
羊咪咪花 ……(206)
松皮树 ……(206)
白灰毛树 ……(206)
红花黄色素 ……(206)
红曲 ……(206)
红曲米 ……(206)
红曲粉 ……(207)
红曲水 ……(207)
苏木水 ……(207)
赤苋菜叶汁 ……(207)
胭脂汁 ……(207)
红根草 ……(207)
红饭叶 ……(207)
血红草 ……(207)
红汤草 ……(207)
辣椒红素 ……(207)
甜菜红 ……(207)
紫菜头色素 ……(207)
虫胶色素 ……(207)
叶绿素铜钠盐 ……(207)
糖色 ……(207)
色油 ……(207)
酱色 ……(207)
焦色 ……(207)
焦糖 ……(207)
嫩汁 ……(207)
金酱 ……(207)
珠油 ……(207)
木蓝汁 ……(207)
香墨 ……(207)
墨汁 ……(207)
食用合成色素 ……(207)
煤焦油色素 ……(207)

苯胺色素 ……(207)
苋菜红 ……(207)
苋紫 ……(207)
蓝光酸性红 ……(207)
胭脂红 ……(207)
丽春红 ……(207)
柠檬黄 ……(207)
胭黄 ……(207)
靛蓝 ……(207)
酸性靛蓝 ……(207)
磺化靛蓝 ……(207)
赤藓红 ……(207)
樱桃红 ……(208)
日落黄 ……(208)
石灰 ……(208)
垩灰 ……(208)
希灰 ……(208)
染灰 ……(208)
散灰 ……(208)
白灰 ……(208)
味灰 ……(208)
石锻 ……(208)
矿灰 ……(208)
石垩 ……(208)
锻石 ……(208)
密陀僧 ……(208)
没多僧 ……(208)
炉底 ……(208)
银池 ……(208)
淡银 ……(208)
金炉库 ……(208)
金陀僧 ……(208)

烹调技术

烹调词释

烹调 ……(209)
烹调法 ……(209)
水火 ……(209)
炊 ……(209)
爨 ……(209)
失饪 ……(209)
火剂 ……(209)
爨炊 ……(209)
煎调 ……(209)
营馔 ……(209)
营膳 ……(209)
三汤两割 ……(209)
三汤五割 ……(209)
造饭 ……(209)
料理 ……(209)
滫瀡 ……(209)
二拱 ……(209)
猪眼 ……(209)
明珠 ……(210)
猪耳 ……(210)
双皮 ……(210)
里外皮 ……(210)
俏冤家 ……(210)
猪舌 ……(210)
老顶舌 ……(210)
口条 ……(210)
赚头 ……(210)
猪腼 ……(210)
天花板 ……(210)
巧舌 ……(210)
管脡 ……(210)
香黄管 ……(210)
黄管 ……(210)
黄喉 ……(210)
猪脑 ……(210)
脑花 ……(210)
前槽 ……(210)
猪颈肉 ……(210)
槽头肉 ……(210)
血脖 ……(210)
脖扣子 ……(210)
将军肉 ……(210)
头刀血脖 ……(210)
二刀血脖 ……(210)
猪肩颈肉 ……(210)

分档取料

猪头 ……(209)
猪脸肉 ……(209)
面肉 ……(209)
马面 ……(209)
核子肉 ……(209)
拱嘴 ……(209)
猪鼻 ……(209)
猪嘴 ……(209)
拱鼻 ……(209)

上脑 ……(210)
鹰嘴 ……(210)
托宗肉 ……(210)
夹心肉 ……(210)
前夹 ……(210)
挡朝肉 ……(210)
鬃头 ……(210)
不见天 ……(210)
猪前肘 ……(210)
前蹄膀 ……(210)
引路肉 ……(210)
扇面肉 ……(210)
五花脊 ……(210)
硬边 ……(210)
软边 ……(210)
炒排 ……(210)
脊骨 ……(210)
腔骨 ……(210)
分水骨 ……(210)
大排骨 ……(210)
猪外脊 ……(210)
夹脊肉 ……(210)
脊侧肉 ……(210)
通脊 ……(211)
背柳 ……(211)
脢子肉 ……(211)
脢条 ……(211)
背脊肉 ……(211)
扁担肉 ……(211)
肉眼 ……(211)
肥头肉 ……(211)
猪里脊 ……(211)
小里脊 ……(211)
腰脊 ……(211)
腰柳 ……(211)
肉柳 ……(211)
肉目 ……(211)
猪排骨 ……(211)
小排骨 ……(211)
肋骨 ……(211)
肋扇 ……(211)
三岔 ……(211)
五花肋条 ……(211)
花肉 ……(211)
腰牌 ……(211)
奶面 ……(211)
三花肉 ……(211)
四层肉 ……(211)
五花肉 ……(211)
五花三层 ……(211)
方肉 ……(211)
硬肋 ……(211)
硬五花 ……(211)
上五花肉 ……(211)
软肋 ……(211)
软五花 ……(211)
下五花肉 ……(211)
罗脊肉 ……(211)
猪奶脯 ……(211)
拖泥 ……(211)
下踹 ……(211)
肚囊 ……(211)
乳脯肉 ……(211)
泡脯 ……(211)
泡泡肥肉 ……(211)
猪后肘 ……(211)
豚蹄 ……(211)
后蹄膀 ……(211)
大肘花 ……(211)
后大蹄 ……(211)
圆蹄 ……(211)
猪后臀 ……(211)
后秋 ……(211)
后腿 ……(211)
猪臀尖 ……(211)
宝尖 ……(211)
鸳鸯肉 ……(211)
黄瓜肉 ……(211)
肉瓜子 ……(211)
葫芦肉 ……(211)
坐臀肉 ……(211)
坐[illegible]肉 ……(211)
[illegible]刀肉 ……(212)
底板肉 ……(212)
老肉核 ……(212)
头刀后腿尖肉 ……(212)
红板 ……(212)
白板 ……(212)
板筋 ……(212)
弹子肉 ……(212)
后腿肉 ……(212)
拳头肉 ……(212)
里脊合 ……(212)
元宝肉 ……(212)
抹裆 ……(212)
猪踁 ……(212)

翘尾 ……(212)
猪尾 ……(212)
皮打皮 ……(212)
节节香 ……(212)
猪爪 ……(212)
猪手脚 ……(212)
折蹬 ……(212)
猪前蹄 ……(212)
前脚爪 ……(212)
前爪 ……(212)
猪手 ……(212)
猪后爪 ……(212)
后脚爪 ……(212)
后蹄 ……(212)
猪脚 ……(212)
猪蹄筋 ……(212)
肥膘 ……(212)
肉膘 ……(212)
白肉 ……(212)
脊膘 ……(212)
猪瘦肉 ……(212)
赤肉 ……(212)
精肉 ……(212)
猪皮 ……(212)
外边皮 ……(212)
猪肤 ……(212)
哈了皮 ……(212)
猪心 ……(212)
心嘴 ……(212)
灵台 ……(212)
心头 ……(212)
猪肚 ……(212)
肚头 ……(212)
肚尖 ……(213)
肚仁 ……(213)
猪肝 ……(213)
猪仁 ……(213)
肝尖 ……(213)
沙肝 ……(213)
猪胰 ……(213)
胰子 ……(213)
猪连贴 ……(213)
猪肺 ……(213)
银肺 ……(213)
玛瑙 ……(213)
肺叶 ……(213)
猪腰子 ……(213)
肾只 ……(213)
猪大肠 ……(213)
肥肠 ……(213)
里边皮 ……(213)
大肠头 ……(213)
活肉 ……(213)
七寸 ……(213)
猪小肠 ……(213)
合巴肠 ……(213)
粉肠 ……(213)
猪膀胱 ……(213)
猪脬 ……(213)
尿泡 ……(213)
猪血 ……(213)
猪红 ……(213)
血豆腐 ……(213)
猪棒骨 ……(213)
腿骨 ……(213)
叉子 ……(213)
猪脊髓 ……(213)
猪骨髓 ……(213)
骨油 ……(213)
火腿 ……(213)
火爪 ……(213)
火膧 ……(213)
雌爿 ……(213)
雄爿 ……(213)
上峰腰 ……(213)
中峰腰 ……(213)
下峰腰 ……(213)
火码 ……(213)
筒骨 ……(213)
千斤骨 ……(213)
火方 ……(213)
牛头 ……(214)
牛首 ……(214)
牛脸 ……(214)
牛脑 ……(214)
牛舌 ……(214)
牛口条 ……(214)
牛腭 ……(214)
牛天花板 ……(214)
牛颈肉 ……(214)
脖头 ……(214)
花头 ……(214)
短脑 ……(214)
牛上脑 ……(214)
牛前腿 ……(214)
哈力巴 ……(214)

矢 ……(214)
前腱子 ……(214)
腱子肉 ……(214)
牛护膝 ……(214)
膝盖骨 ……(214)
胸口 ……(214)
腰窝头 ……(214)
腰窝排 ……(214)
牛排 ……(214)
牛外脊 ……(214)
牛通脊 ……(214)
牛里脊 ……(214)
牛柳 ……(214)
肋条 ……(214)
腑肋 ……(214)
腩 ……(214)
碎腩 ……(214)
坑腩 ……(214)
白腩 ……(214)
白奶 ……(214)
弓寇 ……(214)
脯腹 ……(214)
揣窝 ……(214)
牛后腿 ……(214)
后脾棚 ……(214)
米筒 ……(214)
里仔盖 ……(214)
下仔盖 ……(214)
仔盖 ……(214)
和尚头 ……(215)
后腱子 ……(215)
后脾腱 ……(215)
三岔肉 ……(215)
牛腰 ……(215)
牛臀尖 ……(215)
米龙 ……(215)
尾巴根 ……(215)
包头肉 ……(215)
打棒 ……(215)
尾根 ……(215)
牛尾 ……(215)
牛蹄 ……(215)
牛掌 ……(215)
牛脚 ……(215)
牛筋 ……(215)
牛蹄筋 ……(215)
牛肝 ……(215)
牛腰 ……(215)
牛连贴 ……(215)
牛肚 ……(215)
牛胃 ……(215)
瓣胃 ……(215)
重瓣胃 ……(215)
肱 ……(215)
脾析 ……(215)
百叶 ……(215)
牛肚领 ……(215)
牛肚梗 ……(215)
牛肚弦 ……(215)
牛肚岗 ……(215)
牛肚梁 ……(215)
牛玄光 ……(215)
牛外肾 ……(215)
牛鞭 ……(215)
牛冲 ……(215)
牛骨髓 ……(215)
羊头 ……(215)
麒麟顶 ……(215)
羊脸 ……(215)
羊眼 ……(215)
玉珠 ……(215)
羊眼皮 ……(215)
明开夜合 ……(215)
户皮 ……(215)
羊耳 ……(216)
千里风 ……(216)
双风翠 ……(216)
迎风扇 ……(216)
龙门角 ……(216)
核桃肉 ……(216)
望峰坡 ……(216)
采灵芝 ……(216)
明鱼骨 ……(216)
羊唇 ……(216)
猩唇 ……(216)
羊嘴岔肉 ……(216)
彩凤眼 ……(216)
羊舌 ……(216)
羊口条 ……(216)
斩草 ……(216)
落水泉 ……(216)
迎草香 ……(216)
羊软腭 ……(216)
千层梯 ……(216)
花板 ……(216)
天花板 ……(216)

羊腮肉 ……(216)
驼峰 ……(216)
羊后脑顶肉 ……(216)
金道冠 ……(216)
金冠 ……(216)
羊脑 ……(216)
天花 ……(216)
云头 ……(216)
羊颈肉 ……(216)
脖颈 ……(216)
脖子肉 ……(216)
蝴蝶肉 ……(216)
葫芦头 ……(216)
羊上脑 ……(216)
羊前腿肉 ……(216)
前手 ……(216)
水肉 ……(216)
羊胸脯肉 ……(216)
胸口 ……(216)
前腱子 ……(216)
羊脊骨 ……(216)
羊外脊肉 ……(216)
羊扁担肉 ……(216)
羊里脊肉 ……(216)
羊柳 ……(216)
羊肋条肉 ……(216)
肋扇 ……(216)
肋骨肉 ……(216)
羊排 ……(216)
排岔 ……(216)
腰窝 ……(216)
羊奶脯 ……(217)
羊抹裆 ……(217)
后腿肉 ……(217)
羊臀尖 ……(217)
大三叉 ……(217)
三叉 ……(217)
一头沉 ……(217)
羊仔盖 ……(217)
羊元宝肉 ……(217)
后鸡心 ……(217)
羊黄瓜条 ……(217)
羊后腱子 ……(217)
羊尾 ……(217)
东篱 ……(217)
羊尾杆 ……(217)
羊蹄 ……(217)
羊爪 ……(217)
羊脚 ……(217)
虎眼 ……(217)
玉环锁 ……(217)
羊心 ……(217)
提炉顶 ……(217)
羊肝 ……(217)
羊肚 ……(217)
羊肚领 ……(217)
羊百页肚 ……(217)
散丹 ……(217)
散旦 ……(217)
丹袋 ……(217)
肚葫芦 ……(217)
肚蘑菇 ……(217)
肚食信 ……(217)
羊肚仁 ……(217)
肚壁 ……(217)
肚板 ……(217)
羊腰 ……(217)
犀牛眼 ……(217)
羊肺 ……(217)
羊骨髓 ……(217)
羊鞭条 ……(217)
举肾蛋 ……(217)
羊蛋 ……(217)
毛鸡 ……(217)
光鸡 ……(217)
净鸡 ……(217)
鸡头 ……(217)
凤头 ……(217)
鸡舌 ……(217)
鸡脖 ……(217)
鸡颈 ……(218)
鸡翅 ……(218)
鸡翼 ……(218)
大转弯 ……(218)
鸡膀 ……(218)
膀尖 ……(218)
鸡脯 ……(218)
脯肉 ……(218)
胸肉 ……(218)
鸡针 ……(218)
软边 ……(218)
鸡腿 ……(218)
鸡上腿 ……(218)
鸡小腿 ……(218)
鸡锤 ……(218)
鸡脊 ……(218)

栗子肉 ……(218)
鸡芽 ……(218)
鸡柳 ……(218)
鸡签 ……(218)
鸡里脊 ……(218)
鸡皮 ……(218)
鸡肤 ……(218)
鸡骨架 ……(218)
鸡壳 ……(218)
鸡车子 ……(218)
鸡骨头 ……(218)
四柱骨 ……(218)
鸡杂 ……(218)
鸡肫 ……(218)
鸡胃 ……(218)
鸡胗 ……(218)
鸡肝 ……(218)
鸡腰子 ……(218)
鸡肾 ……(218)
鸡心 ……(218)
鸡肠 ……(218)
鸡爪 ……(218)
鸡掌 ……(218)
凤爪 ……(218)
凤足 ……(218)
鸡血 ……(218)
割嗉 ……(218)
鸡红 ……(218)
鸡尖 ……(218)
鸡臊 ……(218)
毛鸭 ……(219)
光鸭 ……(219)
净鸭 ……(219)
鸭头 ……(219)
鸭脑 ……(219)
鸭舌 ……(219)
鸭脖 ……(219)
鸭颈 ……(219)
鸭膀 ……(219)
鸭翼 ……(219)
鸭翅 ……(219)
膀翅 ……(219)
膀尖 ……(219)
鸭脯 ……(219)
鸭柳肉 ……(219)
鸭骨架 ……(219)
鸭壳 ……(219)
鸭车子 ……(219)
鸭腿 ……(219)
鸭杂 ……(219)
鸭胰 ……(219)
美人肝 ……(219)
鸭腰 ……(219)
鸭肫 ……(219)
鸭胗 ……(219)
鸭肝 ……(219)
鸭心 ……(219)
鸭肠 ……(219)
鸭掌 ……(219)
鸭爪 ……(219)
鸭血 ……(219)
鸭尖 ……(219)
鸭臊 ……(219)
驴板肠 ……(219)
驴三件 ……(219)
鹿头肉 ……(219)
鹿唇 ……(219)
鹿髓 ……(219)
鹿筋 ……(219)
鹿筋冻 ……(219)
鹿膝 ……(219)
鹿蹄 ……(219)
鹿掌 ……(220)
鹿胎 ……(220)
鹿鞭 ……(220)
鹿冲 ……(220)
舒满 ……(220)
鹿血 ……(220)
鹿尾 ……(220)
虎丹 ……(220)
猴血 ……(220)
猴鞭 ……(220)
猴掌 ……(220)
猩唇 ……(220)
熊掌 ……(220)
熊蹯 ……(220)
熊白 ……(220)
熊脂 ……(220)
熊油 ……(220)
象鼻 ……(220)
象拔 ……(220)
犴鼻 ……(220)
麒面 ……(220)
驼峰 ……(220)
驼脂 ……(220)
肉鞍 ……(220)

甲峰 ……(220)
乙峰 ……(220)
驼蹄 ……(220)
飞龙脯 ……(220)
鹑脯 ……(220)
鹑芽 ……(220)
鸽脯 ……(220)
鱼头 ……(220)
鱼中段 ……(220)
鱼扇 ……(221)
鱼尾 ……(221)
划水 ……(221)
甩水 ……(221)
净鱼肉 ……(221)
鱼卵 ……(221)
鱼蛋 ……(221)
鱼脊骨 ……(221)
大梁骨 ……(221)
鱼鳔 ……(221)
鲜鱼肚 ……(221)
鱼鳞 ……(221)
下巴 ……(221)
青鱼肚裆 ……(221)
秃肺 ……(221)
秃卷 ……(221)
青鱼肠 ……(221)
鱼卷菜 ……(221)
塘鳢子 ……(221)
土附子 ……(221)
鳝鱼背肉 ……(221)
鳝鱼尾脊肉 ……(221)
鳝鱼腹肉 ……(221)
鳝鱼头肉 ……(221)
鳝鱼皮 ……(221)
鳝鱼肝肠 ……(221)
鳝鱼血 ……(221)
长鱼血子 ……(221)
虾头 ……(221)
虾脑袋 ……(221)
虾脑汤 ……(221)
净虾肉 ……(221)
虾尾 ……(221)
蟹盖 ……(221)
鳖裙 ……(221)
甲裙 ……(221)
鱼裙 ……(221)
裙边 ……(221)
蛇肉 ……(221)
蛇皮 ……(221)
龙衣 ……(221)
肠衣 ……(221)
青蛙胃 ……(221)
田鸡扣 ……(221)
葱茎 ……(221)
葱白 ……(222)
蒜瓣 ……(222)
蒜肉 ……(222)
菜心 ……(222)
菜胆 ……(222)
菜远 ……(222)
净菜远 ……(222)
二度菜 ……(222)
郊菜 ……(222)
菜帮 ……(222)
菜梗 ……(222)
菜叶 ……(222)
芹仁 ……(222)
瓜皮 ……(222)
西瓜皮 ……(222)
西瓜翠 ……(222)
黄瓜皮 ……(222)
冬瓜皮 ……(222)
南瓜皮 ……(222)

初加工

初加工 ……(222)
粗加工 ……(222)
预加工 ……(222)
畜禽类初加工 ……(222)
宰生 ……(222)
宰杀 ……(222)
治净 ……(222)
杀口 ……(222)
刀口 ……(222)
放血 ……(222)
煺毛 ……(222)
拔毛 ……(222)
湿煺 ……(222)
干煺 ……(222)
烫毛 ……(222)
燎毛 ……(222)
火燎 ……(222)
松香去毛法 ……(222)
沥清去毛法 ……(222)
刮皮 ……(223)
开膛 ……(223)

膛开 ……(223)
大开 ……(223)
小开 ……(223)
腹开 ……(223)
破腹 ……(223)
脊开 ……(223)
腋开 ……(223)
腋下开 ……(223)
旁开 ……(223)
侧开 ……(223)
肋开 ……(223)
尾开 ……(223)
除脏 ……(223)
摘肠肚 ……(223)
剥皮 ……(223)
蹬皮 ……(223)
剔筋膜 ……(223)
翻剥 ……(223)
排筋 ……(223)
剔骨 ……(223)
出骨 ……(223)
剔肉 ……(223)
除骨 ……(223)
脱骨 ……(223)
拆骨 ……(223)
抽肋条 ……(223)
摘肠油 ……(223)
刮浮油 ……(223)
漂血水 ……(223)
洗涤 ……(223)
冷水洗 ……(223)
热水洗 ……(223)
盐水洗 ……(223)
翻洗 ……(223)
灌水冲洗 ……(223)
盐、醋洗 ……(223)
过锰酸钾溶液洗 ……(223)
盐矾擦洗 ……(223)
刮剥洗 ……(223)
择毛 ……(223)
摘毛 ……(223)
钳毛 ……(223)
换水 ……(223)
冰冻 ……(223)
追 ……(224)
凉水追 ……(224)
冰块追 ……(224)
压 ……(224)
拔 ……(224)
泔水泡 ……(224)
泡透 ……(224)
泡软 ……(224)
回软 ……(224)
养 ……(224)
煨沙 ……(224)
剪翅边 ……(224)
剔腐肉 ……(224)
猪肉初加工 ……(224)
猪头初加工 ……(224)
猪前腿初加工 ……(224)
猪后腿初加工 ……(224)
猪蹄初加工 ……(224)
猪脑初加工 ……(224)
猪舌初加工 ……(224)
猪肚初加工 ……(224)
猪肚头初加工 ……(224)
整猪肚初加工 ……(224)
猪心初加工 ……(224)
猪肝初加工 ……(224)
猪肺初加工 ……(224)
猪腰初加工 ……(224)
猪肠初加工 ……(224)
猪网油初加工 ……(224)
晾响皮 ……(224)
乳猪初加工 ……(224)
牛肉初加工 ……(224)
牛头初加工 ……(224)
牛鞭初加工 ……(224)
牛蹄初加工 ……(224)
牛肚初加工 ……(224)
羊肉初加工 ……(225)
狗初加工 ……(225)
猫初加工 ……(225)
兔初加工 ……(225)
猴初加工 ……(225)
黄猄初加工 ……(225)
果子狸初加工 ……(225)
穿山甲初加工 ……(225)
鸡初加工 ……(225)
刺鸡眼 ……(225)
拆鸡脚 ……(225)
整鸡出骨 ……(225)
扩鸡 ……(225)
鸭初加工 ……(225)
拆鸭掌 ……(225)
出鸭掌 ……(225)

整鸭出骨 ……(225)
鹅初加工 ……(225)
拆鹅掌 ……(225)
鸽初加工 ……(225)
鹌鹑初加工 ……(225)
斑鸠初加工 ……(225)
鹧鸪初加工 ……(225)
禾花雀初加工 ……(225)
野禽初加工 ……(225)
小野禽初加工 ……(225)
蛇初加工 ……(225)
一般鱼初加工 ……(225)
刮鱼鳞 ……(225)
抠鱼腮 ……(225)
剪鱼鳍 ……(225)
修鱼尾 ……(225)
扩鱼 ……(225)
整鱼出骨 ……(226)
出鱼肉 ……(226)
娃娃鱼初加工 ……(226)
甲鱼初加工 ……(226)
山瑞初加工 ……(226)
清黄膏 ……(226)
黄鱼初加工 ……(226)
鳝鱼初加工 ……(226)
鲈鱼初加工 ……(226)
山斑鱼初加工 ……(226)
石斑鱼初加工 ……(226)
对虾初加工 ……(226)
剥虾仁 ……(226)
挤虾仁 ……(226)
拆蟹肉 ……(226)
出蟹粉 ……(226)
剥蟹肉 ……(226)
洗生蚝 ……(226)
蔬菜初加工 ……(226)
摘菜 ……(226)
剥帮 ……(226)
削根 ……(226)
掐纤 ……(226)
撕筋 ……(226)
除茎 ……(226)
摘尖 ……(226)
马铃薯初加工 ……(226)
冬瓜初加工 ……(226)
嫩荚豆初加工 ……(226)
笋初加工 ……(226)
莴苣初加工 ……(226)
荸荠初加工 ……(226)
西红柿初加工 ……(226)
果品初加工 ……(226)
菠萝初加工 ……(226)
杨桃初加工 ……(226)
柿子初加工 ……(227)
捅莲心 ……(227)
干料涨发 ……(227)
发料 ……(227)
水发 ……(227)
冷水发 ……(227)
温水发 ……(227)
热水发 ……(227)
泡烫 ……(227)
一次热水发 ……(227)
泡发 ……(227)
煮发 ……(227)
焖发 ……(227)
蒸发 ……(227)
碱水发 ……(227)
提 ……(227)
碱提 ……(227)
硼砂发 ……(227)
透碱 ……(227)
漂碱 ……(227)
油发 ……(227)
油浸 ……(227)
盐发 ……(227)
砂发 ……(227)
火发 ……(227)
熊掌发制 ……(227)
驼峰发制 ……(227)
驼蹄发制 ……(228)
犴鼻发制 ……(228)
鹿尾发制 ……(228)
鹿筋发制 ……(228)
鹿鞭发制 ……(228)
燕窝发制 ……(228)
蹄筋发制 ……(228)
放蹄筋 ……(228)
鱼翅发制 ……(228)
海参发制 ……(228)
大乌参发制 ……(228)
海茄发制 ……(228)
鲍鱼发制 ……(228)
煨鲍鱼 ……(228)
鱼唇发制 ……(228)
鱼骨发制 ……(228)

鱼皮发制 ……(228)
鱼肚发制 ……(228)
广肚发制 ……(228)
小鱼肚发制 ……(228)
干贝发制 ……(228)
江瑶柱发制 ……(228)
鱿鱼发制 ……(228)
龙鱼肠发制 ……(228)
乌鱼蛋发制 ……(228)
青螺肉发制 ……(228)
海蛰发制 ……(228)
海红发制 ……(228)
海米发制 ……(228)
海带发制 ……(229)
干鱼发制 ……(229)
大虾干发制 ……(229)
干蟹肉发制 ……(229)
裙边发制 ……(229)
蚶干发制 ……(229)
海螺干发制 ……(229)
干银鱼发制 ……(229)
干猪皮发制 ……(229)
放响皮 ……(229)
猴头蘑发制 ……(229)
口蘑发制 ……(229)
玉兰片发制 ……(229)
竹荪发制 ……(229)
发菜发制 ……(229)
银耳发制 ……(229)
石花菜发制 ……(229)
白果发制 ……(229)
干百合发制 ……(229)
莲子发制 ……(229)

细加工

细加工 ……(229)
精加工 ……(229)
切配 ……(229)
刀工 ……(229)
刀法 ……(229)
刀功 ……(229)
刀口 ……(229)
刀面 ……(229)
刀路 ……(229)
改刀 ……(229)
伤刀 ……(229)
切 ……(229)
企刀 ……(230)
直切 ……(230)
直刀切 ……(230)
跳切 ……(230)
推切 ……(230)
拉切 ……(230)
拖刀切 ……(230)
锯切 ……(230)
推拉切 ……(230)
铡切 ……(230)
滚切 ……(230)
转刀切 ……(230)
滚料切 ……(230)
拍刀切 ……(230)
拨刀切 ……(230)
披刀切 ……(230)
片 ……(230)
批 ……(230)
平刀 ……(230)
平刀片 ……(230)
平批刀 ……(230)
平片 ……(230)
推刀片 ……(230)
拉刀片 ……(230)
斜刀片 ……(230)
斜批刀 ……(231)
坡刀片 ……(231)
抹刀片 ……(231)
反刀片 ……(231)
抖刀片 ……(231)
摇刀片 ……(231)
排 ……(231)
刀跟排 ……(231)
刀刃排 ……(231)
刀尖排 ……(231)
刀背排 ……(231)
劈 ……(231)
砍 ……(231)
直刀劈 ……(231)
跟刀劈 ……(231)
拍刀劈 ……(231)
剁 ……(231)
斩 ……(231)
粗剁 ……(231)
排剁 ……(231)
敲 ……(231)
捶 ……(231)
砸 ……(231)
背刀 ……(231)

剜 ……(231)
拍 ……(232)
　刻 ……(232)
　筋 ……(232)
剔 ……(232)
刮 ……(232)
剐 ……(232)
削 ……(232)
旋 ……(232)
　大刀旋 ……(232)
　小刀旋 ……(232)
剜 ……(232)
撬 ……(232)
划 ……(232)
割 ……(232)
剖 ……(232)
刮 ……(232)
　花刀 ……(232)
　锛 ……(232)
　劗 ……(232)
　直刀刮 ……(232)
拉刀刮 ……(232)
推刀刮 ……(232)
核桃花刀 ……(232)
　十字形花刀 ……(232)
　钉子形花刀 ……(232)
佛手花刀 ……(232)
　梳子花刀 ……(232)
　鱼鳃花刀 ……(232)
斜十字花刀 ……(232)
菊花花刀 ……(232)
蓑衣花刀 ……(232)
麦穗花刀 ……(233)
　荔枝花刀 ……(233)
玉米花刀 ……(233)
回文刀 ……(233)
#字纹 ……(233)
兰草花刀 ……(233)
蜈蚣花刀 ……(233)
让指花刀 ……(233)
棋盘花刀 ……(233)
箭尾花刀 ……(233)
虾子腰 ……(233)
蚂蚱腿 ……(233)
透窗花刀 ……(233)
偷刀法 ……(233)
　内刀法 ……(233)
雕刻 ……(233)
平雕 ……(233)
凹雕 ……(233)
浮雕 ……(233)
　凸雕 ……(233)
圆雕 ……(233)
　整雕 ……(233)
　立体雕 ……(233)
镂空 ……(233)
转刀刻 ……(233)
挖刀刻 ……(233)
模具雕刻 ……(233)
冰雕 ……(233)
块 ……(233)
寸块 ……(233)
瓦块 ……(234)
劈柴块 ……(234)
骨牌块 ……(234)
象眼块 ……(234)
　菱形块 ……(234)
　斜方块 ……(234)
斧头块 ……(234)
棋子块 ……(234)
滚刀块 ……(234)
瓜角块 ……(234)
扳指块 ……(234)
梳背块 ……(234)
吉庆块 ……(234)
　花吉庆 ……(234)
条 ……(234)
一指条 ……(234)
　一字条 ……(234)
　指头条 ……(234)
　大一指条 ……(234)
　小一指条 ……(234)
筷子条 ……(234)
　筷子头 ……(234)
象牙条 ……(234)
凤尾条 ……(234)
　凤尾形 ……(234)
眉毛条 ……(234)
　眉毛形 ……(234)
麦穗条 ……(234)
寸金条 ……(234)
片 ……(234)
骨牌片 ……(234)
　大骨牌片 ……(234)
　小骨牌片 ……(234)
牛舌片 ……(234)

刨花片 ……(234)
斧楞片 ……(234)
斧头片 ……(234)
鱼鳃片 ……(234)
火夹片 ……(235)
火链片 ……(235)
夹刀片 ……(235)
双飞刀 ……(235)
蝴蝶片 ……(235)
灯影片 ……(235)
大薄片 ……(235)
梳子片 ……(235)
月牙片 ……(235)
象眼片 ……(235)
菱形片 ……(235)
柳叶片 ……(235)
指甲片 ……(235)
雪花片 ……(235)
卧刀片 ……(235)
坡刀片 ……(235)
韭菜片 ……(235)
凤眼片 ……(235)
蝴蝶萝卜片 ……(235)
甘笋花 ……(235)
笋花 ……(235)
丝 ……(235)
头粗丝 ……(235)
二粗丝 ……(235)
香棍丝 ……(235)
火柴丝 ……(235)
细丝 ……(235)
三粗丝 ……(235)
麻线丝 ……(235)
牛毛丝 ……(235)
牙签丝 ……(235)
帘门杆丝 ……(235)
麦杆丝 ……(235)
拉玛丝 ……(235)
丁 ……(235)
骰子丁 ……(235)
色子丁 ……(235)
绿豆丁 ……(235)
粒 ……(235)
颗 ……(235)
米 ……(235)
松 ……(236)
末 ……(236)
茸 ……(236)
泥 ……(236)
蓉 ……(236)
胶 ……(236)
腻子 ……(236)
糊 ……(236)
糁 ……(236)
珠 ……(236)
球 ……(236)
段 ……(236)
度 ……(236)
脯 ……(236)
花 ……(236)
绞馅 ……(236)
擦泥 ……(236)
压泥 ……(236)
制茸 ……(236)
搅泥子 ……(236)
制缔 ……(236)
硬缔 ……(236)
软缔 ……(236)
嫩缔 ……(236)
制糁 ……(236)
打糁 ……(236)
搅糁 ……(236)
蒙 ……(236)
肉茸 ……(236)
肉料子 ……(236)
肉泥 ……(236)
肉糁 ……(236)
鸡脑 ……(236)
鸡茸 ……(236)
鸡料子 ……(236)
鸡泥 ……(236)
鸡缔 ……(236)
鸡糁 ……(236)
鸡糊 ……(236)
鸡米 ……(236)
鸡八块 ……(236)
盘鸡 ……(237)
鱼茸 ……(237)
鱼料子 ……(237)
鱼泥 ……(237)
鱼缔 ……(237)
鱼糁 ……(237)
鱼胶 ……(237)
鱼青 ……(237)
鱼米 ……(237)
腌大虾生肉 ……(237)

虾茸 ……(237)
虾料子 ……(237)
虾泥 ……(237)
虾缔 ……(237)
虾胶 ……(237)
虾糁 ……(237)
面包托 ……(237)
豆腐泥 ……(237)
制生菜 ……(237)
白菜墩 ……(237)
茄夹 ……(237)
茄船 ……(237)
藕夹 ……(237)
青椒盅 ……(237)
黄瓜盅 ……(237)
瓜盅 ……(237)
苹果盅 ……(237)
梨瓢 ……(237)
梨罐 ……(237)
地瓜墩 ……(237)
香菇托 ……(237)
油菜松 ……(237)
白菜松 ……(237)
芹叶松 ……(237)
菠菜松 ……(237)
土豆松 ……(237)
土豆丝巢 ……(237)
制洗沙 ……(237)
翻沙 ……(237)
出沙 ……(237)
豌豆泥 ……(237)
土豆泥 ……(237)
山药泥 ……(238)
甘薯泥 ……(238)
胡萝卜泥 ……(238)
菜泥 ……(238)
菠菜泥 ……(238)
彩珠 ……(238)
绣球 ……(238)
萝卜珠 ……(238)
萝卜丸 ……(238)
素八宝 ……(238)
百花馅 ……(238)
百果糖料 ……(238)
八果料 ……(238)
配菜 ……(238)
生配 ……(238)
熟配 ……(238)
主配料 ……(238)
主料 ……(238)
配料 ……(238)
辅料 ……(238)
副料 ……(238)
配头 ……(238)
料头 ……(238)
改宾俏 ……(238)
单配料 ……(238)
双配料 ……(238)
常年配料 ……(238)
四季配料 ……(238)
内配料 ……(238)
外配料 ……(238)
外带配料 ……(238)
五柳料 ……(238)
菜码 ……(238)
菜沫 ……(238)
面码 ……(238)
大配料 ……(238)
大宾俏 ……(238)
味料 ……(238)
小配料 ……(239)
小料子 ……(239)
小宾俏 ……(239)
大佐料 ……(239)
整葱 ……(239)
长葱 ……(239)
葱条 ……(239)
葱段 ……(239)
寸葱 ……(239)
寸节葱 ……(239)
葱度 ……(239)
葱节 ……(239)
葱结 ……(239)
葱榄 ……(239)
葱管 ……(239)
马耳葱 ……(239)
马耳朵葱 ……(239)
马蹄葱 ……(239)
长葱段 ……(239)
马牙葱 ……(239)
弹子葱 ……(239)
葱弹子 ……(239)
磉墩葱 ……(239)
鱼眼葱 ……(239)
颗子葱 ……(239)
葱颗 ……(239)

葱丁 ……(239)
葱珠 ……(239)
瓦块葱 ……(239)
葱丝 ……(239)
葱球 ……(239)
菊花葱 ……(239)
开花葱 ……(239)
葱花 ……(239)
葱末 ……(239)
葱米 ……(239)
葱泥 ……(239)
葱茸 ……(239)
姜块 ……(239)
拍姜 ……(239)
姜件 ……(239)
大姜 ……(239)
姜丝 ……(239)
姜片 ……(239)
姜末 ……(239)
姜米 ……(239)
姜花 ……(239)
姜茸 ……(239)
酱姜芽末 ……(239)
蒜片 ……(239)
蒜泥 ……(239)
蒜糊 ……(240)
蒜茸 ……(240)
蒜花 ……(240)
道士蒜苗 ……(240)
道士帽 ……(240)
跟头蒜苗 ……(240)
葱油泥 ……(240)
葱椒 ……(240)
葱椒泥 ……(240)
椒麻 ……(240)
椒盐 ……(240)
葱油 ……(240)
姜葱油 ……(240)
材料油 ……(240)
豆瓣油 ……(240)
豆瓣油辣椒 ……(240)
苏造料 ……(240)
胭脂糖 ……(240)
椒盐五香粉 ……(240)
红油 ……(240)
配菜加工法 ……(240)
捆扎法 ……(240)
冷菜捆扎 ……(240)
热菜捆扎 ……(240)
包卷法 ……(240)
填瓤法 ……(240)
托泥法 ……(240)
叠摞法 ……(240)
排摆法 ……(240)
垫底法 ……(240)
银嵌法 ……(240)
顺菜 ……(240)

初步热处理与半成品加工

初步热处理 ……(240)
初步热加工 ……(241)
水锅 ……(241)
冷水锅 ……(241)
热水锅 ……(241)
油锅 ……(241)
蒸锅 ……(241)
屉蒸 ……(241)
焯 ……(241)
出水 ……(241)
飞水 ……(241)
汆 ……(241)
浸 ……(241)
烫 ……(241)
紧 ……(241)
笊 ……(241)
掸 ……(241)
渡 ……(241)
泡 ……(241)
炟 ……(241)
焜 ……(241)
煞 ……(241)
杀 ……(241)
汤煞 ……(241)
水煞 ……(241)
过 ……(241)
泖 ……(241)
蘸 ……(241)
冲 ……(241)
冒 ……(241)
紧皮 ……(241)
烫皮 ……(241)
出坯 ……(241)
喂 ……(241)
走红 ……(241)
红锅 ……(241)
滑 ……(241)

水滑 ……(241)
油滑 ……(241)
滑油 ……(241)
划油 ……(241)
过油 ……(241)
跑油 ……(241)
棱油锅 ……(241)
走膀 ……(241)
嘘 ……(241)
回笼 ……(242)
哈 ……(242)
哈透 ……(242)
哈一下 ……(242)
馏 ……(242)
馏笼 ……(242)
回勺 ……(242)
回锅 ……(242)
半成品加工 ……(242)
走油 ……(242)
大过油 ……(242)
泡油 ……(242)
拉油 ……(242)
油激 ……(242)
促 ……(242)
兒 ……(242)
摊 ……(242)
煽 ……(242)
飞 ……(242)
飞面 ……(242)
飞酱 ……(242)
蒸鱼翅 ……(242)
煨鱼翅 ……(242)
煨海参 ……(242)
熟肉胚 ……(242)
扣肉胚 ……(242)
炸酥肉 ……(242)
糖冰肉 ……(242)
糖炙肉 ……(242)
糖肉 ……(242)
搭火 ……(242)
打一伙 ……(242)
制肉圆 ……(242)
煎肉饼 ……(242)
炸卷 ……(242)
皮冻 ……(243)
高汤冻子 ……(243)
鸡蜂肉 ……(243)
鸡肫球 ……(243)
熟鸡皮 ……(243)
亮坯 ……(243)
晾皮 ……(243)
炸整鱼 ……(243)
炸全鱼 ……(243)
炸鱼中段 ……(243)
炸中段 ……(243)
鱼仁 ……(243)
虾圆 ……(243)
虾饼 ……(243)
虾丝 ……(243)
虾球 ……(243)
圆鸡蛋丝 ……(243)
阴蛋丝 ……(243)
甩袖 ……(243)
飞果 ……(243)
百合蛋 ……(243)
锯齿花蛋 ……(243)
菊花蛋 ……(243)
虎眼蛋 ……(243)
龙眼蛋 ……(243)
老糕 ……(243)
鸡蛋糕 ……(243)
熟蛋瓣 ……(243)
蛋皮 ……(243)
压蛋皮 ……(243)
蛋块 ……(243)
蛋松 ……(243)
蛋黄末 ……(243)
蛋皮丝 ……(243)
羹匙鸽蛋 ……(243)
兰花鸽蛋 ……(243)
豆腐丸 ……(243)
锅烙豆腐 ……(243)
豆腐盒 ……(243)
镜箱 ……(243)
摊罗粉 ……(243)
摊粉皮 ……(244)
旋拉皮 ……(244)
冻子活 ……(244)
羹匙琼脂 ……(244)
翡翠蒙 ……(244)
凤尾油菜 ……(244)
五柳料 ……(244)
竹锦菜 ……(244)
熟黄豆 ……(244)
炸花生仁 ……(244)
炸腰果仁 ……(244)

炸桃仁 ……(244)
炸松子仁 ……(244)
菜丸 ……(244)
藕丸 ……(244)
藕饼 ……(244)
芋饼 ……(244)
山药饼 ……(244)
卤香菇 ……(244)
炸蒜肉 ……(244)
冬瓜糖 ……(244)

火与火候

火候 ……(244)
拿火色 ……(244)
看火候 ……(244)
火功 ……(244)
火力 ……(244)
下火 ……(244)
搭火 ……(244)
鸳鸯火 ……(244)
底火 ……(244)
封火 ……(244)
抢火 ……(244)
吃火头 ……(244)
欠锅 ……(244)
离火 ……(244)
顿火 ……(244)
炖火 ……(244)
吊火 ……(244)
浆 ……(244)
欠火 ……(244)
软火 ……(244)
伤火 ……(244)
过火 ……(245)
色火 ……(245)
大火 ……(245)
武火 ……(245)
猛火 ……(245)
旺火 ……(245)
急火 ……(245)
中火 ……(245)
文武火 ……(245)
小火 ……(245)
文火 ……(245)
慢火 ……(245)
微火 ……(245)
弱火 ……(245)
硬火 ……(245)
冲火 ……(245)
吹风火 ……(245)
燎火 ……(245)
灰火 ……(245)
子母火 ……(245)
煨火 ……(245)
熏火 ……(245)
飞火 ……(245)
上火 ……(245)
裹火 ……(245)
烹火 ……(245)
水温 ……(245)
盲汤 ……(245)
虾眼水 ……(245)
蟹眼沸 ……(245)
蟹眼泡 ……(245)
蟹眼水 ……(245)
鱼眼沸 ……(245)
鱼眼泡 ……(245)
鱼眼水 ……(245)
微沸 ……(245)
小开 ……(245)
微开 ……(245)
大沸 ……(245)
大开 ……(245)
滚开 ……(245)
油温 ……(245)
三至四成油温 ……(245)
温油 ……(245)
五至六成油温 ……(245)
热油 ……(245)
七至八成油温 ……(245)
旺油 ……(245)
九至十成油温 ……(245)
沸油 ……(245)
冷油 ……(245)
熟冷油 ……(245)
生冷油 ……(245)
传热 ……(245)
热传递 ……(245)
传导 ……(245)
热传导 ……(246)
导热 ……(246)
热盐传导 ……(246)
热砂传导 ……(246)
水传导 ……(246)
蒸汽传导 ……(246)
油传导 ……(246)

热空气传导 ……(246)
对流 ……(246)
辐射 ……(246)
上气 ……(246)
大气 ……(246)
圆气 ……(246)
　气圆 ……(246)

味与调味

味 ……(246)
调味 ……(246)
咸整 ……(246)
调和 ……(246)
五滋六味 ……(246)
百味 ……(246)
六和 ……(246)
五臭 ……(246)
五味 ……(246)
六味 ……(246)
七味 ……(246)
基本味 ……(246)
　原味 ……(246)
咸味 ……(246)
甜味 ……(246)
　甘 ……(246)
酸味 ……(246)
苦味 ……(247)
辣味 ……(247)
　辛 ……(247)
麻味 ……(247)
鲜味 ……(247)
淡味 ……(247)
香味 ……(247)
焦味 ……(247)
臭味 ……(247)
异味 ……(247)
腥味 ……(247)
氨味 ……(247)
油烧味 ……(247)
　返油 ……(247)
臊味 ……(247)
　骚味 ……(247)
膻味 ……(247)
土腥味 ……(247)
　泥味 ……(247)
涩味 ……(247)
酸浆味 ……(247)
　馊味 ……(247)
霉变味 ……(247)
　陈腐味 ……(247)
哈喇味 ……(247)
　臊味 ……(247)
基本调味 ……(247)
　加热前调味 ……(247)
正式调味 ……(247)
　加热中调味 ……(247)
　决定性调味 ……(247)
辅助调味 ……(247)
　加热后油味 ……(247)
混合调味 ……(248)
腌渍 ……(248)
　码味 ……(248)
　打底味 ……(248)
　喂菜 ……(248)
　喂料 ……(248)
　麻 ……(248)
　矛制 ……(248)
羔烧 ……(248)
入味 ……(248)
　进味 ……(248)
吃味 ……(248)
煨汁 ……(248)
口味 ……(248)
找口 ……(248)
　尝味 ……(248)
　尝口 ……(248)
　听听 ……(248)
口重 ……(248)
　口大 ……(248)
口轻 ……(248)
　口小 ……(248)
加撬 ……(248)
　降口 ……(248)
利口 ……(248)
爽口 ……(248)
诱口 ……(248)
煞口 ……(248)
腻口 ……(248)
收口 ……(248)
梯子口 ……(248)
三致口 ……(248)
单一味调味品 ……(248)
复合味调味品 ……(248)
味型 ……(248)
单一味 ……(248)
复合味 ……(248)

咸鲜味型 ……(248)
咸甜味型 ……(248)
香咸味型 ……(248)
咸辣味型 ……(248)
酸甜味型 ……(248)
糖醋味型 ……(248)
荔枝味型 ……(248)
酸辣味型 ……(249)
麻辣味型 ……(249)
椒麻味型 ……(249)
椒盐味型 ……(249)
香辣味型 ……(249)
五香味型 ……(249)
酱香味型 ……(249)
麻酱味型 ……(249)
香糟味型 ……(249)
蒜泥味型 ……(249)
姜汁味型 ……(249)
芥末味型 ……(249)
甜香味型 ……(249)
烟香味型 ……(249)
陈皮味型 ……(249)
煳辣味型 ……(249)
红油味型 ……(249)
怪味味型 ……(249)
鱼香味型 ……(249)
家常味型 ……(249)
三合油味型 ……(250)

汤汁糊芡

哨子 ……(250)
白哨 ……(250)
红哨 ……(250)
吊汤 ……(250)
煮汤 ……(250)
熬汤 ……(250)
坠汤 ……(250)
燉汤 ……(250)
煨白汤 ……(250)
哨汤 ……(250)
扫汤 ……(250)
打汤 ……(250)
潲汤 ……(250)
沸汤清汤法 ……(250)
温汤清汤法 ……(250)
熬糖水 ……(250)
收糖清 ……(250)
清糖水 ……(250)
追汤 ……(250)
对汤 ……(250)
毛汤 ……(250)
普通毛汤 ……(250)
骨头汤 ……(250)
宴会毛汤 ……(250)
头汤 ……(250)
二汤 ……(250)
毛汤 ……(250)
清汤 ……(250)
顶汤 ……(250)
高汤 ……(250)
上汤 ……(251)
一般清汤 ……(251)
高级清汤 ……(251)
蹲汤 ……(251)
鸡清汤 ……(251)
上好鸡汤 ……(251)
肉清汤 ……(251)
牛清汤 ……(251)
奶汤 ……(251)
白汤 ……(251)
普通奶汤 ……(251)
高级奶汤 ……(251)
浓汤 ……(251)
奶白汤 ……(251)
银汤 ……(251)
原汁汤 ……(251)
原汁 ……(251)
厚汤 ……(251)
红汤 ……(251)
浓汤 ……(251)
苏造汤 ……(251)
鱼汤 ……(251)
素上汤 ……(251)
素汁汤 ……(251)
黄豆芽汤 ……(251)
素汤 ……(251)
鲜汤 ……(251)
甜汤 ……(251)
调味汁 ……(251)
收汁 ……(251)
收干 ……(251)
炒汤汁 ……(251)
炒油汁 ……(251)
燉汁 ……(251)
熬汁 ……(251)
拌汁 ……(251)

三合油 ……(251)
炝汁 ……(251)
清酱汁 ……(251)
糖醋汁 ……(251)
煎封汁 ……(252)
姜水 ……(252)
姜汁 ……(252)
葱姜水 ……(252)
姜醋水 ……(252)
毛姜醋 ……(252)
花椒水 ……(252)
花椒料酒 ……(252)
葱椒料酒 ……(252)
火腿汁 ……(252)
玫瑰酱斗 ……(252)
沙律汁 ……(252)
生汁 ……(252)
果汁 ……(252)
柠檬汁 ……(252)
西汁 ……(252)
甘露汁 ……(252)
盐硝水 ……(252)
银红卤 ……(252)
豆豉卤 ……(252)
豆母子 ……(252)
陈卤 ……(252)
老汤 ……(252)
现卤 ……(252)
白卤 ……(252)
红卤 ……(252)
酱汤 ……(252)
盐水 ……(252)
挂糊上浆 ……(252)
着衣 ……(252)
穿袍 ……(252)
穿衣 ……(252)
上浆 ……(252)
抓浆 ……(253)
码芡 ……(253)
吃浆 ……(253)
喂 ……(253)
水粉浆 ……(253)
脆浆 ……(253)
蛋清粉浆 ……(253)
全蛋粉浆 ……(253)
芙蓉浆 ……(253)
挂糊 ……(253)
水粉糊 ……(253)
干浆糊 ……(253)
湿粉 ……(253)
干湿糊 ……(253)
硬糊 ……(253)
干湿粉 ……(253)
干粉糊 ……(253)
滚糊 ……(253)
拍粉 ……(253)
狮子糊 ……(253)
脆皮糊 ……(253)
软炸糊 ……(253)
蛋清糊 ……(253)
蛋白糊 ……(253)
银酥糊 ……(253)
白汁糊 ……(253)
清稀糊 ……(253)
蛋清豆粉 ……(253)
乳汁糊 ……(253)
蛋白粉 ……(253)
全蛋糊 ……(253)
蛋粉糊 ……(253)
金酥糊 ……(253)
皮糊 ……(253)
全蛋豆粉 ……(253)
喇嘛糊 ……(253)
金衣糊 ……(253)
锅贴蛋浆 ……(253)
酥糊 ……(253)
酥炸糊 ……(253)
回酥糊 ……(253)
发粉糊 ……(253)
松糊 ……(253)
苏打糊 ……(253)
发面糊 ……(253)
有种脆浆 ……(253)
发粉脆浆 ……(253)
急浆 ……(254)
酥炸浆 ……(254)
拍粉拖蛋糊 ……(254)
半煎炸粉 ……(254)
面包渣糊 ……(254)
拖蛋糊滚面包粉 ……(254)
抽糊 ……(254)
打蛋糊 ……(254)
蛋泡糊 ……(254)
雪衣糊 ……(254)
高丽糊 ……(254)
芙蓉糊 ……(254)

暄糊 ……(254)
滚袍糊 ……(254)
轩糊 ……(254)
起糊 ……(254)
蛋泡豆粉 ……(254)
鸡糊 ……(254)
鱼虾糊 ……(254)
芡 ……(254)
芡汁 ……(254)
芡头 ……(254)
献头 ……(254)
勾芡 ……(254)
拢芡 ……(254)
上芡 ……(254)
挂芡 ……(254)
着腻 ……(254)
着芡 ……(254)
走芡 ……(254)
发芡 ……(254)
打芡 ……(254)
抓汁 ……(254)
勾糊 ……(254)
打献 ……(254)
芡口 ……(254)
炒芡 ……(254)
爆芡 ……(254)
爆汁 ……(254)
烧芡 ……(254)
熘芡 ……(254)
焖芡 ……(254)
扒芡 ……(254)
烩芡 ……(254)
芡大 ……(254)
芡紧 ……(254)
粉子大 ……(254)
芡小 ……(254)
粉子小 ……(254)
拌芡 ……(254)
烹芡汁 ……(254)
撞芡 ……(254)
烹滋汁 ……(254)
包芡 ……(254)
烹汁 ……(255)
卧汁 ……(255)
淋芡 ……(255)
点芡 ……(255)
浇芡 ……(255)
浇汁 ……(255)
挂汁 ……(255)
泼汁 ……(255)
蒙芡 ……(255)
泼芡 ……(255)
撵汁 ……(255)
跑马芡 ……(255)
烘汁 ……(255)
活汁 ……(255)
澥汁 ……(255)
底油发芡 ……(255)
温油发芡 ……(255)
热油发芡 ……(255)
混合油发芡 ……(255)
对汁芡 ……(255)
碗芡 ……(255)
对汁 ……(255)
调味汁子 ……(255)
水粉芡 ……(255)
水淀粉 ……(255)
水豆粉 ……(255)
湿淀粉 ……(255)
水芡 ……(255)
湿板芡 ……(255)
厚芡 ……(255)
浓芡 ……(255)
抱汁芡 ……(255)
抱芡 ……(255)
抱汁 ……(255)
吸汁 ……(255)
立芡 ……(255)
糊芡 ……(255)
流芡 ……(255)
奶油芡 ……(255)
薄芡 ……(255)
二流芡 ……(255)
米汤芡 ……(255)
奶汤芡 ……(255)
清二流芡 ……(255)
流水芡 ……(255)
酱汁芡 ……(255)
蒜泥芡 ……(255)
茄汁芡 ……(256)
油芡 ……(256)
浓油芡 ……(256)
明油芡 ……(256)
稀油芡 ……(256)
薄油芡 ……(256)
极薄油芡 ……(256)

琉璃芡 ……(256)
　玻璃芡 ……(256)
红琉璃芡 ……(256)
琥珀芡 ……(256)
白琉璃芡 ……(256)
自来芡 ……(256)
广东菜芡头 ……(256)
白芡 ……(256)
白汁芡 ……(256)
蟹汁芡 ……(256)
奶汁芡 ……(256)
黄芡 ……(256)
金黄芡 ……(256)
淡黄芡 ……(256)
　青黄芡 ……(256)
深黄芡 ……(256)
红芡 ……(256)
大红芡 ……(256)
浅红芡 ……(256)
嫣红芡 ……(256)
紫红芡 ……(256)
　金红芡 ……(256)
黑芡 ……(256)
嗳汁芡 ……(256)
豉汁芡 ……(256)
清芡 ……(256)
青芡 ……(256)
银瑚芡 ……(256)
珊瑚芡 ……(256)
鲜奶芡 ……(256)
面捞芡 ……(256)
柱候芡 ……(256)
蛋白芡 ……(256)
蛋蓉芡 ……(256)
京熘芡 ……(256)
蚝油芡 ……(257)
酸甜芡 ……(257)

临灶、勺功

临灶 ……(257)
　当灶 ……(257)
　上灶 ……(257)
爆勺 ……(257)
　爆锅 ……(257)
走菜 ……(257)
炼油 ……(257)
　爆油 ……(257)
撩油 ……(257)
净油 ……(257)
　清油 ……(257)
　熟油 ……(257)
浑油 ……(257)
清底油 ……(257)
油底子 ……(257)
废油 ……(257)
炸油 ……(257)
炸鱼油 ……(257)
起炒锅 ……(257)
　起锅 ……(257)
　起镬 ……(257)
起油锅 ……(257)
起汤勺 ……(257)
　起汤锅 ……(257)
带锅 ……(257)
热锅凉油 ……(257)
炙锅 ……(257)
　润锅 ……(257)
　润勺 ……(257)
　烧锅 ……(257)
　滑勺 ……(257)
　晃满勺油 ……(257)
热鼎 ……(257)
添底油 ……(257)
炝锅 ……(257)
　烹锅 ……(257)
　爆锅 ……(257)
　炸锅 ……(257)
　熘香头 ……(257)
倒炝锅 ……(257)
打葱油 ……(257)
炒红 ……(257)
　炒糖色 ……(257)
烹锅 ……(257)
食火 ……(257)
断生 ……(257)
发白 ……(258)
搅勺 ……(258)
勺功 ……(258)
翻勺 ……(258)
　翻锅 ……(258)
　抛锅 ……(258)
　簸锅 ……(258)
大翻勺 ……(258)
小翻勺 ……(258)
　颠勺 ……(258)
翻半面勺 ……(258)

翻四面勺 ……(258)
前翻勺 ……(258)
正翻勺 ……(258)
后翻勺 ……(258)
倒翻勺 ……(258)
右翻勺 ……(258)
左翻勺 ……(258)
侧翻勺 ……(258)
顺翻勺 ……(258)
扬翻勺 ……(258)
空翻 ……(258)
花翻勺 ……(258)
拉翻勺 ……(258)
拖翻勺 ……(258)
悬翻 ……(258)
搅勺 ……(258)
转菜 ……(258)
掂锅 ……(258)
转锅 ……(258)
抖勺 ……(258)
脱锅 ……(258)
燎方 ……(258)
吊膛 ……(258)
滚叉 ……(258)
入笼 ……(258)
装笼 ……(258)
上屉 ……(259)
拣花笼 ……(259)
泄盖 ……(259)
蜂窝眼 ……(259)
出笼 ……(259)
落炊 ……(259)
散籽 ……(259)
拨散 ……(259)
打散 ……(259)
翻油 ……(259)
复炸 ……(259)
二次油 ……(259)
重油 ……(259)
重温 ……(259)
出锅滗油 ……(259)
滗油 ……(259)
沥油 ……(259)
控油 ……(259)
收汗 ……(259)
散火 ……(259)
淋油 ……(259)
搭明油 ……(259)
包尾油 ……(259)
批油 ……(259)
亮油 ……(259)
明油一线 ……(259)
亮油包汁 ……(259)
出锅 ……(259)
叫勺 ……(259)
传菜 ……(259)
上菜 ……(259)
跑菜 ……(259)
蹭勺 ……(259)
蹭锅 ……(259)
冒锅 ……(259)
扑锅 ……(259)
漫锅 ……(259)
澥汤 ……(259)
出汤 ……(259)
脱浆 ……(259)
脱袍 ……(259)
喝油 ……(259)
吃油 ……(259)
含油 ……(259)
浸油 ……(259)
艮皮 ……(259)
皮沓 ……(259)
沾块 ……(260)
伤油 ……(260)
油大 ……(260)
油重 ……(260)
吐油 ……(260)
汪油 ……(260)
油小 ……(260)
发柴 ……(260)
苦焦 ……(260)
巴锅 ……(260)
嘎巴锅 ……(260)
抓勺 ……(260)
粘锅 ……(260)
粘底 ……(260)
燎勺边 ……(260)
燎锅边 ……(260)
粘锅边 ……(260)
锅蚂蚁 ……(260)
焦碎 ……(260)

烹调法

古代烹调法

生 ……(260)
灸 ……(260)
炮 ……(260)
炙 ……(260)
燔 ……(260)
燠 ……(260)
煮 ……(260)
煿 ……(260)
胹 ……(260)
炰 ……(260)
烝 ……(260)
鬻 ……(260)
熬 ……(260)
煎 ……(260)
熏 ……(260)
炝 ……(260)
爊 ……(261)
爓 ……(261)
煸 ……(261)
腍 ……(261)
煠 ……(261)

现代烹调法

炒 ……(261)
生炒 ……(261)
直炒 ……(261)
熟炒 ……(261)
清炒 ……(261)
净炒 ……(261)
撬炒 ……(261)
炒撬菜 ……(261)
炒毛菜 ……(261)
干炒 ……(261)
水炒 ……(261)
老炒 ……(261)
汤炒 ……(261)
熬炒 ……(261)
啜炒 ……(261)
软炒 ……(261)
推炒 ……(261)
泡炒 ……(261)
湿炒 ……(261)
滑炒 ……(261)
上浆滑油炒 ……(261)
滑油炒 ……(261)
抓炒 ……(262)
托炒 ……(262)
焦炒 ……(262)
泡油炒 ……(262)
拉油炒 ……(262)
酱炒 ……(262)
酱包炒 ……(262)
家常炒 ……(262)
小炒 ……(262)
随炒 ……(262)
鱼香炒 ……(262)
芙蓉炒 ……(262)
沙炒 ……(262)
盐炒 ……(262)
糖炒 ……(262)
煸 ……(262)
煀 ……(262)
干煸 ……(262)
烹 ……(262)
炸烹 ……(262)
清烹 ……(262)
炒烹 ……(262)
煎烹 ……(262)
干烹 ……(262)
干烂 ……(262)
滑烹 ……(262)
软烹 ……(262)
醋烹 ……(262)
爆 ……(262)
崩 ……(263)
油爆 ……(263)
汤爆 ……(263)
水爆 ……(263)
酱爆 ……(263)
腐乳汁爆 ……(263)
宫爆 ……(263)
辣爆 ……(263)
葱爆 ……(263)
芫爆 ……(263)
姜爆 ……(263)
糟爆 ……(263)
炮 ……(263)
铛炮 ……(263)
家常炮 ……(263)

葱炮 ……(263)
炮糊 ……(263)
燎 ……(263)
摊 ……(263)
涨 ……(263)
熘 ……(263)
拌汁熘 ……(264)
京熘 ……(264)
浇汁熘 ……(264)
淋汁熘 ……(264)
勺拌 ……(264)
清熘 ……(264)
软熘 ……(264)
滑熘 ……(264)
鲜熘 ……(264)
煎熘 ……(264)
炸熘 ……(264)
烧熘 ……(264)
焦熘 ……(264)
脆熘 ……(264)
烘汁熘 ……(264)
糖熘 ……(264)
醋熘 ……(264)
糖醋熘 ……(264)
南熘 ……(264)
酸辣熘 ……(264)
五熘 ……(264)
糟熘 ……(264)
炸 ……(264)
清炸 ……(264)
净炸 ……(264)
都炸 ……(264)
生炸 ……(264)
干炸 ……(264)
焦炸 ……(264)
酥炸 ……(265)
熟料炸 ……(265)
软炸 ……(265)
锅烧 ……(265)
煎炸 ……(265)
半煎炸 ……(265)
软犇 ……(265)
脆炸 ……(265)
脆皮炸 ……(265)
蛋白浆炸 ……(265)
金酥炸 ……(265)
胖炸 ……(265)
挂糊炸 ……(265)
面拖 ……(265)
脆浆炸 ……(265)
滚袍炸 ……(265)
暄炸 ……(265)
香炸 ……(265)
糟炸 ……(265)
串烧 ……(265)
面包渣炸 ……(265)
炸板 ……(265)
西炸 ……(265)
苦列炸 ……(265)
杨梅炸 ……(265)
玻璃炸 ……(265)
包皮炸 ……(265)
纸包炸 ……(265)
汆 ……(266)
浸炸 ……(266)
松炸 ……(266)
煎 ……(266)
生煎 ……(266)
清煎 ……(266)
干煎 ……(266)
汤煎 ……(266)
酒煎 ……(266)
糟煎 ……(266)
蛋煎 ……(266)
煎封 ……(266)
南煎 ……(266)
贴 ……(266)
夹贴 ……(266)
包贴 ……(266)
托贴 ……(266)
煽 ……(266)
油煽 ……(266)
水煽 ……(266)
锅煽 ……(266)
松煽 ……(266)
糟煽 ……(266)
南煽 ……(266)
烧 ……(266)
生烧 ……(266)
熟烧 ……(266)
白烧 ……(267)
红烧 ……(267)
碎烧 ……(267)
软烧 ……(267)
软焫 ……(267)
煸烧 ……(267)

煎烧 ……(267)
明煎 ……(267)
南烧 ……(267)
大烧 ……(267)
家常烧 ……(267)
干烧 ……(267)
爆烧 ……(267)
自来灰烧 ……(267)
炯 ……(267)
扒烧 ……(267)
排烧 ……(267)
焖烧 ……(267)
葱烧 ……(267)
蒜烧 ……(267)
酱烧 ……(267)
糟烧 ……(267)
辣烧 ……(267)
虾籽烧 ……(267)
海米烧 ……(267)
蟹黄烧 ……(267)
蚝油烧 ……(267)
烩 ……(267)
清烩 ……(267)
熟烩 ……(267)
烧烩 ……(267)
熘烩 ……(268)
白烩 ……(268)
红烩 ……(268)
浅红烩 ……(268)
深红烩 ……(268)
拆烩 ……(268)
扒 ……(268)
整扒 ……(268)
散扒 ……(268)
勺扒 ……(268)
红扒 ……(268)
白扒 ……(268)
原壳扒 ……(268)
铁扒 ……(268)
煎扒 ……(268)
炸扒 ……(268)
蒸扒 ……(268)
煮 ……(268)
白煮 ……(268)
白切 ……(268)
白斩 ……(268)
白片 ……(268)
红煮 ……(268)
凹 ……(268)
焖 ……(268)
炆 ……(268)
生焖 ……(268)
熟焖 ……(268)
水焖 ……(268)
油焖 ……(268)
爆焖 ……(268)
炸焖 ……(268)
煎焖 ……(269)
家常焖 ……(269)
红焖 ……(269)
黄焖 ……(269)
酱焖 ……(269)
酒焖 ……(269)
干焖 ……(269)
爆 ……(269)
焙 ……(269)
生爆 ……(269)
熟爆 ……(269)
干爆 ……(269)
煎爆 ……(269)
湿煎 ……(269)
煎转 ……(269)
炸收 ……(269)
白爆 ……(269)
红爆 ……(269)
清爆 ……(269)
糖爆 ……(269)
酱爆 ……(269)
卤汁爆 ……(269)
腐乳汁爆 ……(269)
奶汁爆 ……(269)
熬 ……(269)
焗 ……(269)
炖 ……(269)
生炖 ……(269)
熟炖 ……(269)
清炖 ……(270)
侉炖 ……(270)
刮炖 ……(270)
隔水炖 ……(270)
蒸炖 ……(270)
焗 ……(270)
锅焗 ……(270)
瓦罉焗 ……(270)
煎焗 ……(270)
煎炸焗 ……(270)

原汁焖 ……(270)
洋焖 ……(270)
扛 ……(270)
糟扛 ……(270)
煨 ……(270)
清煨 ……(270)
白煨 ……(270)
红煨 ……(270)
煎煨 ……(270)
煎钻 ……(270)
糟煨 ……(270)
煲 ……(270)
烀 ……(270)
卤 ……(270)
现卤 ……(270)
套卤 ……(270)
红卤 ……(270)
熏烧 ……(271)
白卤 ……(271)
清卤 ……(271)
盐水 ……(271)
酱 ……(271)
原汁酱 ……(271)
半原汁酱 ……(271)
半老汤酱 ……(271)
清酱 ……(271)
陈汤酱 ……(271)
老汤酱 ……(271)
卤酱 ……(271)
汆 ……(271)
川 ……(271)
水汆 ……(271)
汤汆 ……(271)
清汆 ……(271)
浑汆 ……(271)
灼 ……(271)
生灼 ……(271)
白灼 ……(271)
浸 ……(271)
油浸 ……(271)
水浸 ……(271)
汤浸 ……(271)
烫 ……(271)
卤烫 ……(271)
漂 ……(271)
涮 ……(271)
淋 ……(272)
生淋 ……(272)
油淋 ……(272)
泡 ……(272)
油泡 ……(272)
汤泡 ……(272)
冲 ……(272)
汤冲 ……(272)
油冲 ……(272)
泼 ……(272)
油泼 ……(272)
油浸炸 ……(272)
滚 ……(272)
煎滚 ……(272)
清滚 ……(272)
蒸 ……(272)
炊 ……(272)
生蒸 ……(272)
红蒸 ……(272)
干蒸 ……(272)
旱蒸 ……(272)
蒸炖 ……(272)
封蒸 ……(272)
煎蒸 ……(272)
水煎 ……(272)
烤蒸 ……(272)
粉蒸 ……(272)
和糁蒸 ……(272)
裹蒸 ……(272)
包蒸 ……(272)
糟蒸 ……(272)
酒蒸 ……(273)
醉蒸 ……(273)
腐乳蒸 ……(273)
豆豉蒸 ……(273)
饭头蒸 ……(273)
贴蒸 ……(273)
原气蒸 ……(273)
急气盖蒸 ……(273)
暖气升蒸 ……(273)
放气蒸 ……(273)
焗 ……(273)
盐焗 ……(273)
原汁焗 ……(273)
汤焗 ……(273)
汽焗 ……(273)
水焗 ……(273)
煎焗 ……(273)
酒焗 ……(273)
蚝油焗 ……(273)

陈皮焗 ……(273)
香葱油焗 ……(273)
西汁焗 ……(273)
果汁焗 ……(273)
豆酱焗 ……(273)
荷叶焗 ……(273)
锅焗 ……(274)
瓦罉焗 ……(274)
炉焗 ……(274)
焗 ……(274)
窝焗 ……(274)
沙焗 ……(274)
烤 ……(274)
白烤 ……(274)
红烤 ……(274)
腌烤 ……(274)
酥烤 ……(274)
酥烧 ……(274)
挂糊烤 ……(274)
面烤 ……(274)
泥烤 ……(274)
糊泥烤 ……(274)
串烤 ……(274)
叉烤 ……(274)
叉烧烤 ……(274)
钩吊烤 ……(274)
箅烤 ……(274)
炉烤 ……(274)
明炉烤 ……(274)
明烤 ……(274)
生烤 ……(274)
暗炉烤 ……(274)
挂炉烤 ……(274)
焖炉烤 ……(274)
铁锅烤 ……(274)
铁板烧 ……(274)
烤箱烤 ……(274)
竹筒烤 ……(274)
竹节烤 ……(275)
镶坑烤 ……(275)
篝火烤 ……(275)
熏 ……(275)
生熏 ……(275)
熟熏 ……(275)
敞炉熏 ……(275)
缸熏 ……(275)
封闭熏 ……(275)
锅熏 ……(275)
烙 ……(275)
锅烙 ……(275)
石版烙 ……(275)
石板烤 ……(275)
干烙 ……(275)
油烙 ……(275)
水烙 ……(275)
烘 ……(275)
炕 ……(275)
焙 ……(275)
拌 ……(275)
生拌 ……(275)
熟拌 ……(275)
生熟拌 ……(275)
腌拌 ……(275)
凉拌 ……(275)
温拌 ……(275)
热拌 ……(275)
清拌 ……(275)
净拌 ……(275)
混合拌 ……(275)
杂拌 ……(275)
炝 ……(275)
生炝 ……(276)
熟炝 ……(276)
凉炝 ……(276)
温炝 ……(276)
热炝 ……(276)
滑炝 ……(276)
油炝 ……(276)
掸炝 ……(276)
葱椒炝 ……(276)
炝糟 ……(276)
渍 ……(276)
生渍 ……(276)
熟渍 ……(276)
激 ……(276)
醉 ……(276)
生醉 ……(276)
熟醉 ……(276)
活醉 ……(276)
腌 ……(276)
糟 ……(276)
糟淹 ……(276)
糟腌 ……(276)
腊 ……(276)
糖水 ……(276)
冰糖 ……(276)

蜜汁 ……(276)
蜜蒸 ……(277)
蜜焖 ……(277)
蜜蜡 ……(277)
拔丝 ……(277)
挂浆 ……(277)
琉璃 ……(277)
槟榔 ……(277)
玛瑙 ……(277)
冰霜 ……(277)
冰花 ……(277)
挂霜 ……(277)
翻砂 ……(277)
钱酥 ……(277)
沙浆 ……(277)
糖粘 ……(277)
琥珀 ……(277)

成菜(含菜名)、装盘

一品 ……(277)
两吃 ……(277)
双冬 ……(277)
二冬 ……(277)
双脆 ……(277)
二筋 ……(277)
三元 ……(277)
三鲜 ……(277)
三丝 ……(277)
三白 ……(277)
四宝 ……(277)
四喜 ……(277)
四吃 ……(277)
五福 ……(278)
五柳 ……(278)
五彩 ……(278)
六合 ……(278)
六宝 ……(278)
七星 ……(278)
七彩 ……(278)
八宝 ……(278)
八仙 ……(278)
九丝 ……(278)
什锦 ……(278)
什景 ……(278)
麒麟 ……(278)
如意 ……(278)
珍珠 ……(278)
金银 ……(278)
玛瑙 ……(278)
珊瑚 ……(278)
玻璃 ……(278)
水晶 ……(278)
翡翠 ……(278)
金钱 ……(278)
棋盘 ……(278)
琵琶 ……(278)
荷包 ……(278)
鸳鸯 ……(278)
龙眼 ……(278)
凤眼 ……(278)
凤翅 ……(278)
凤尾 ……(278)
虎皮 ……(278)
龙虎 ……(278)
龙凤 ……(278)
绣球 ……(278)
百花 ……(278)
佛手 ……(278)
玉簪 ……(279)
菊花 ……(279)
牡丹 ……(279)
芙蓉 ……(279)
柴把 ……(279)
把儿 ……(279)
把子 ……(279)
牵花 ……(279)
装盘 ……(279)
热菜装盘法 ……(279)
一次倒入法 ……(279)
分次倒入法 ……(279)
堆盘法 ……(279)
拨入法 ……(279)
拖入法 ……(279)
扒入法 ……(279)
摆入法 ……(279)
浇汁法 ……(279)
泼汁法 ……(279)
覆盖法 ……(279)
扣碗法 ……(279)
围边法 ……(279)
扇面 ……(279)
盛入法 ……(279)
拼装法 ……(279)
冷菜装盘法 ……(279)
排 ……(279)
叠 ……(279)

围 ……(279)
码 ……(279)
扣 ……(279)
拼 ……(279)
单拼 ……(280)
单跑 ……(280)
单盘 ……(280)
独碟 ……(280)
独盘 ……(280)
双拼 ……(280)
三拼 ……(280)
四拼 ……(280)
平面拼 ……(280)
立体拼 ……(280)
图案拼 ……(280)
什锦拼 ……(280)
花色拼 ……(280)
散堆 ……(280)
盖刀面 ……(280)
码面 ……(280)
盖边 ……(280)
一封书 ……(280)
一颗印 ……(280)
三叠水 ……(280)
和尚头 ……(280)
馒头形 ……(280)
元宝 ……(280)
马鞍桥 ……(280)
品字形 ……(280)
扇面形 ……(280)
城垛形 ……(280)
风车形 ……(280)
菊花形 ……(280)

面点制作

和面 ……(281)
溲 ……(281)
面团 ……(281)
水和面 ……(281)
油和面 ……(281)
油水面 ……(281)
水油酥 ……(281)
皮面 ……(281)
干油酥 ……(281)
酥面 ……(281)
油面 ……(281)
蛋和面 ……(281)
酵母膨松 ……(281)
发酵 ……(281)
酵母发酵 ……(281)
激面 ……(281)
面肥发酵 ……(281)
大酵 ……(281)
大发酵 ……(281)
半酵 ……(281)
半发酵 ……(281)
半发面 ……(281)
接面 ……(281)
呛酵 ……(281)
呛面 ……(281)
嫩酵 ……(281)
嫩发面 ……(281)
嫩面肥 ……(281)
对碱 ……(281)
打碱 ……(281)
扎碱 ……(281)
下碱 ……(281)
正碱 ……(281)
听面 ……(281)
籽眼 ……(281)
花碱 ……(282)
跑碱 ……(282)
走碱 ……(282)
欠碱 ……(282)
缺碱 ……(282)
碱小 ……(282)
伤碱 ……(282)
黄碱 ……(282)
碱大 ……(282)
化学膨松 ……(282)
物理膨松 ……(282)
调搅法 ……(282)
搅面 ……(282)
揉面 ……(282)
接面 ……(282)
捣面 ……(282)
揣面 ……(282)
摔面 ……(282)
擦面 ……(282)
筋力 ……(282)
饧面 ……(282)
醒面 ……(282)
循面 ……(282)
混糖 ……(282)
水调面团 ……(282)
水和面团 ……(282)

硬子面 ……(282)
软子面 ……(282)
烂子面 ……(282)
冷水面 ……(282)
死面 ……(282)
呆面 ……(282)
凉水面 ……(282)
子面 ……(282)
温水面 ……(282)
沸水面 ……(283)
开水面 ……(283)
烫面 ……(283)
三生面 ……(283)
二生面 ……(283)
四生面 ……(283)
膨松面团 ……(283)
酵母膨松法 ……(283)
化学膨松法 ……(283)
物理膨松法 ……(283)
发酵面团 ……(283)
发面 ……(283)
老发面 ……(283)
登发面 ……(283)
仔发面 ……(283)
发粉膨松面团 ……(283)
甘露酥面团 ……(283)
士干面团 ……(283)
松酥面团 ……(283)
拿酥面团 ……(283)
西河面团 ……(283)
锚沙面团 ……(283)
矾、碱、盐面团 ……(283)
蛋糊面团 ……(283)
蛋泡面团 ……(283)
油酥面团 ……(283)
层酥 ……(283)
酥皮 ……(283)
包酥 ……(283)
开酥 ……(283)
破酥 ……(283)
贴酥 ……(283)
起酥 ……(283)
大开酥 ……(283)
大包酥 ……(283)
小开酥 ……(283)
小包酥 ……(283)
擘酥 ……(283)
麦酥 ……(284)
单酥 ……(284)
硬酥 ……(284)
炸酥 ……(284)
糖油水面 ……(284)
蛋和面团 ……(284)
纯蛋面 ……(284)
全蛋面 ……(284)
蛋清面 ……(284)
油蛋面 ……(284)
水蛋面 ……(284)
澄粉面团 ……(284)
米粉面团 ……(284)
糕粉面团 ……(284)
加工粉 ……(284)
潮州粉 ……(284)
杂粮粉面团 ……(284)
薯类面团 ……(284)
豆粉面团 ……(284)
果类面团 ……(284)
鱼虾茸面团 ……(284)
发浆 ……(284)
搓条 ……(284)
下剂 ……(284)
剂子 ……(284)
坯子 ……(284)
小坯 ……(284)
揪剂 ……(284)
摘剂 ……(284)
掐剂 ……(284)
扯节 ……(284)
挖剂 ……(284)
铲剂 ……(284)
戳剂 ……(284)
拉剂 ……(284)
切剂 ……(284)
剁剂 ……(284)
模压剂 ……(284)
制皮 ……(285)
按皮 ……(285)
拍皮 ……(285)
捏皮 ……(285)
捏窝 ……(285)
摊皮 ……(285)
压皮 ……(285)
擀皮 ……(285)
包皮 ……(285)
荷叶边 ……(285)
春卷皮 ……(285)

明酥酥皮 ……(285)
直酥 ……(285)
圆酥 ……(285)
半暗酥皮 ……(285)
暗酥酥皮 ……(285)
酥炸浆皮 ……(285)
脆浆皮 ……(285)
发面皮 ……(285)
接种 ……(285)
逗面 ……(285)
馅儿饼皮 ……(285)
水晶包皮 ……(285)
晶饼皮 ……(285)
化皮堆皮 ……(285)
烧饼皮 ……(285)
烫面皮 ……(285)
汤饺皮 ……(285)
水饺皮 ……(286)
烧卖皮 ……(286)
煎饺皮 ……(286)
薄饼皮 ……(286)
糯米粉皮 ……(286)
甘露酥皮 ……(286)
擘酥皮 ……(286)
岭南酥皮 ……(286)
土干皮 ……(286)
松酥皮 ……(286)
拿酥皮 ……(286)
西河皮 ……(286)
锚沙皮 ……(286)
水油酥皮 ……(286)
戈渣皮 ……(286)
马铃薯皮 ……(286)
山药皮 ……(286)
荔浦芋皮 ……(286)
莲子蓉皮 ……(286)
百合蓉皮 ……(286)
虾堆皮 ……(287)
卜呼 ……(287)
虾蓉皮 ……(287)
虾饺皮 ……(287)
鱼蓉皮 ……(287)
粉果皮 ……(287)
拌馅 ……(287)
制馅 ……(287)
生馅 ……(287)
熟馅 ……(287)
生熟馅 ……(287)
煸馅 ……(287)
熟馅着芡 ……(287)
出汤 ……(287)
吐水 ……(287)
馅心 ……(287)
馅料 ……(287)
咸馅 ……(287)
甜馅 ……(287)
糖馅 ……(287)
泥茸馅 ……(287)
果仁蜜饯馅 ……(287)
甜咸馅 ……(287)
荤馅 ……(287)
素馅 ……(287)
菜馅 ……(287)
清素馅 ……(287)
荤素馅 ……(287)
全馅 ……(288)
荤素馅 ……(288)
菜肉馅 ……(288)
三鲜馅 ……(288)
净三鲜馅 ……(288)
肉三鲜馅 ……(288)
半三鲜馅 ……(288)
白糖馅 ……(288)
什锦馅 ……(288)
八果馅 ……(288)
青梅馅 ……(288)
枣泥馅 ……(288)
芝麻馅 ……(288)
红果馅 ……(288)
酸楂馅 ……(288)
京糕馅 ……(288)
豆沙馅 ……(288)
芝麻馅 ……(288)
脂油馅 ……(288)
水晶馅 ……(288)
幼肉片熟馅 ……(288)
粗肉片熟馅 ……(288)
粉果馅 ……(288)
糯米鸡馅 ……(288)
芋角馅 ……(288)
幼粒熟馅 ……(288)
酥盒馅 ……(289)
粗粒熟馅 ……(289)
批馅 ……(289)
咸水角馅 ……(289)
咖喱馅 ……(289)

火腩卷馅 ……(289)
八珍粒熟馅 ……(289)
八珍片熟馅 ……(289)
虾饺馅 ……(289)
百花馅 ……(289)
牛肉烧卖馅 ……(289)
干蒸烧卖馅 ……(289)
滑鸡包馅 ……(289)
冬菇滑虾馅 ……(289)
水饺馅 ……(289)
汤饺馅 ……(289)
荷叶饭馅 ……(289)
生炒糯米饭馅 ……(289)
鸡丝熟馅 ……(289)
擘酥馅 ……(289)
冰肉馅 ……(289)
鱼角馅 ……(290)
鱼胶馅 ……(290)
焦盐馅 ……(290)
奶黄馅 ……(290)
爽糖馅 ……(290)
杏蓉馅 ……(290)
莲蓉馅 ……(290)
豆蓉馅 ……(290)
冬蓉馅 ……(290)
椰丝馅 ……(290)
果子馅 ……(290)
架央馅 ……(290)
枣蓉馅 ……(290)
荔蓉馅 ……(290)
麻蓉馅 ……(290)
冶蓉馅 ……(290)
爆谷馅 ……(290)
包馅 ……(290)
上馅 ……(290)
打馅 ……(290)
塌馅 ……(290)
包上法 ……(290)
拢上法 ……(290)
夹上法 ……(290)
滚沾法 ……(291)
卷上法 ……(291)
封口 ……(291)
收口 ……(291)
现口 ……(291)
钳花 ……(291)
捏褶 ……(291)
无褶包捏 ……(291)
提褶包捏 ……(291)
酥纹 ……(291)
镶嵌 ……(291)
模印 ……(291)
穿糖 ……(291)
挂糖浆 ……(291)
穿糖衣 ……(291)
刷盏 ……(291)
刷笼 ……(291)
摆屉 ……(291)
下屉 ……(291)
酥点 ……(291)
蒸点 ……(291)
煎点 ……(291)
烤点 ……(291)
煮面点 ……(291)
水点心 ……(291)
切面 ……(291)
观音掌 ……(291)
棱掌 ……(291)
佛手掌 ……(291)
抻 ……(291)
溜面 ……(291)
溜条 ……(291)
出条 ……(291)
开条 ……(291)
放条 ……(291)
扣 ……(291)

烹饪成品

食品词释

食物 ……(292)
食品 ……(292)
甜食 ……(292)
市食 ……(292)
民间食品 ……(292)
大众食品 ……(292)
风味食品 ……(292)
节令食品 ……(292)
民族食品 ……(292)
消闲食品 ……(292)
方便食品 ……(292)
奶食品 ……(292)

主食 ……(292)
副食 ……(292)
面食 ……(292)
饭食 ……(292)
糕点 ……(292)
饼饵 ……(292)
面点 ……(292)
干粮 ……(292)
餱粮 ……(292)
糗 ……(292)
茶食 ……(292)
茶点 ……(292)
下饭 ……(292)
嗄饭 ……(292)
嗄虾 ……(292)
咸头 ……(292)
下酒 ……(292)
佐酒 ……(293)
炒货 ……(293)
冷饮 ……(293)
小吃 ……(293)
小食 ……(293)
餎 ……(293)
从食 ……(293)
零食 ……(293)
小嘴 ……(293)
点心 ……(293)
细点 ……(293)
名特小吃 ……(293)
传统小吃 ……(293)
经济小吃 ……(293)
熟食 ……(293)
火食 ……(293)
烟火 ……(293)
馓 ……(293)
饕 ……(293)
馂 ……(293)
膜 ……(293)
炮食 ……(293)
餗 ……(293)
疏食 ……(293)
蔬食 ……(293)
素食 ……(293)
斋 ……(293)
斋菜 ……(293)
素膳 ……(293)
素食 ……(293)
盘飧 ……(293)
菜肴 ……(293)
肴馔 ……(293)
饮馔 ……(294)
肴蔌 ……(294)
肴核 ……(294)
名件 ……(294)
茶菜 ……(294)
路菜 ……(294)
粔籹 ……(294)
粔食 ……(294)
粔饭 ……(294)
蚧粔 ……(294)
糠粞 ……(294)
糠糜 ……(294)
糠覈 ……(294)
啜汁 ……(294)
菽水 ……(294)
粗茶淡饭 ……(294)
肉食 ……(294)
肴烝 ……(294)
烹宰 ……(294)
禽羞 ……(294)
饤 ……(294)
饤饾 ……(294)
饾饤 ……(294)
看食 ……(294)
目食 ……(294)
耳餐 ……(294)
食味 ……(294)
乡味 ……(294)
兼味 ……(294)
风味 ……(294)
真味 ……(294)
至味 ……(294)
美味 ……(294)
上味 ……(294)
珍味 ……(294)
佳味 ……(294)
异味 ……(294)
旨 ……(294)
旨甘 ……(294)
甘旨 ……(294)
甘脆 ……(294)
甘毳 ……(294)
甘肥 ……(294)
馓 ……(295)
膳羞 ……(295)
珍羞 ……(295)

珍馐 ……(295)
珍膳 ……(295)
珍烹 ……(295)
珍物 ……(295)
珍馔 ……(295)
馔珍 ……(295)
羞膳 ……(295)
玉食 ……(295)
嘉殽 ……(295)
嘉肴 ……(295)
佳肴 ……(295)
脍炙 ……(295)
膏粱 ……(295)
粱肉 ……(295)
鹄鼎 ……(295)
盛馔 ……(295)
美供 ……(295)
小四海 ……(295)
郇公厨 ……(295)
食前方丈 ……(295)
食日万钱 ……(295)
琼厨金穴 ……(295)
酒池肉林 ……(295)
肉山脯林 ……(295)
炊金馔玉 ……(295)
炮凤烹龙 ……(295)
烹龙炮凤 ……(295)
烹龙煮凤 ……(295)
八珍七发 ……(295)
饭 ……(295)
饘餾 ……(295)
潚食 ……(295)
火饭 ……(296)
粱饭 ……(296)
粱糗 ……(296)
糒 ……(296)
饭粘 ……(296)
焖饭 ……(296)
蒸饭 ……(296)
蒸焖饭 ……(296)
煮蒸饭 ……(296)
捞饭 ……(296)
炒饭 ……(296)
烫饭 ……(296)
泡饭 ……(296)
汤投饭 ……(296)
汤泡饭 ……(296)
麦饭 ……(296)
豆饭 ……(296)
菜饭 ……(296)
煲饭 ……(296)
盖浇饭 ……(296)
浇馓 ……(296)
馓饭 ……(296)
八宝饭 ……(296)
粥 ……(296)
稀饭 ……(296)
水饭 ……(296)
糜 ……(296)
餬 ……(296)
鬻 ……(296)
鬶 ……(296)
糊 ……(296)
菜粥 ……(296)
焦粥 ……(296)
豆粥 ……(296)
咪粥 ……(296)
粥底 ……(296)
麦粥 ……(296)
麩 ……(296)
大麦粥 ……(297)
麦片粥 ……(297)
粱馆 ……(297)
千千饭 ……(297)
腊八粥 ……(297)
佛粥 ……(297)
七宝粥 ……(297)
五味粥 ……(297)
七宝五味粥 ……(297)
饼 ……(297)
㬎 ……(297)
餭餭 ……(297)
飥 ……(297)
[illegible] ……(297)
音燧 ……(297)
[illegible] ……(297)
死面饼 ……(297)
发面饼 ……(297)
面起饼 ……(297)
餡餎 ……(297)
起胶饼 ……(297)
烧饼 ……(297)
熬饼 ……(297)
炉饼 ……(297)
胡饼 ……(297)

博炉 ……(297)
麻饼 ……(297)
黄烧饼 ……(297)
锅盔 ……(297)
锅魁 ……(297)
油饼 ……(297)
糍粑 ……(297)
仆粿 ……(297)
馅饼 ……(297)
酒酿饼 ……(297)
米粉饼 ……(298)
籼 ……(298)
酥饼 ……(298)
馒头 ……(298)
蒸饼 ……(298)
炊饼 ……(298)
笼饼 ……(298)
玉砖 ……(298)
剪头 ……(298)
曼头 ……(298)
蛮头 ……(298)
鳝鳝 ……(298)
波波 ……(298)
馍 ……(298)
饽饽 ……(298)
花卷 ……(298)
卷子 ……(298)
包子 ……(298)
面蚩 ……(298)
玉尖面 ……(298)
厚皮馒头 ……(298)
烧麦 ……(298)
稍麦 ……(298)
鬼蓬头 ……(298)
纱帽 ……(298)
烧卖 ……(298)
梢梅 ……(298)
寿边 ……(299)
开花 ……(299)
饺子 ……(299)
水饺 ……(299)
水饺餌 ……(299)
牢丸 ……(299)
牢九 ……(299)
粉角 ……(299)
匾食 ……(299)
角子 ……(299)
煮饺 ……(299)
饺儿 ……(299)
扁食 ……(299)
馉饳 ……(299)
煮包子 ……(299)
水包子 ……(299)
水煮饽饽 ……(299)
汤煮饺 ……(299)
蒸饺 ……(299)
锅贴 ……(299)
油炸饺 ……(299)
面条 ……(299)
汤饼 ……(299)
奢面 ……(299)
索饼 ……(299)
面条子 ……(299)
面 ……(299)
水面 ……(299)
机制面条 ……(299)
压面 ……(299)
切面 ……(299)
杆面 ……(299)
杠子面 ……(300)
拉面 ……(300)
扯面 ……(300)
抻面 ……(300)
拉条 ……(300)
长面 ……(300)
挂面 ……(300)
刀削面 ……(300)
汤面 ……(300)
烩面 ……(300)
蒸面 ……(300)
炒面 ……(300)
焖面 ……(300)
锅面 ……(300)
拌面 ……(300)
凉面 ……(300)
冷面 ……(300)
凉拌面 ……(300)
干兜 ……(300)
干捞儿 ……(300)
方便面 ……(300)
快餐面 ……(300)
头汤面 ……(300)
头锅面 ……(300)
白提 ……(300)
白面 ……(300)
提黄 ……(300)

米儿面 ……(300)
面片 ……(300)
不托 ……(300)
餈飥 ……(300)
餺飥 ……(300)
汤饼 ……(300)
饸饹 ……(300)
河漏 ……(300)
饸饹 ……(301)
活络 ……(301)
疙豆 ……(301)
猫耳朵 ……(301)
碾疙瘩 ……(301)
碾飥飥 ……(301)
拨鱼 ……(301)
疙瘩汤 ……(301)
剔尖 ……(301)
溜尖 ……(301)
拌汤 ……(301)
盆里碰 ……(301)
疙瘩 ……(301)
肮脏 ……(301)
疙疸 ……(301)
馄饨 ……(301)
半碟红 ……(301)
饆饨 ……(301)
鹘突 ……(301)
小饺 ……(301)
曲曲 ……(301)
清汤 ……(301)
泡清汤 ……(301)
便食 ……(301)
包面 ……(301)
淮饺 ……(301)
抄手 ……(301)
云吞 ……(301)
谷垒 ……(301)
麦饺 ……(301)
油茶 ……(301)
浇面 ……(301)
浇屑 ……(301)
面包 ……(301)
糕 ……(301)
年糕 ……(301)
发糕 ……(301)
蜂糕 ……(301)
蜂糖糕 ……(301)
筒儿糕 ……(302)
重阳糕 ……(302)
菊糕 ……(302)
花糕 ……(302)
五色糕 ……(302)
蛋糕 ……(302)
油糕 ……(302)
凉糕 ……(302)
糊子 ……(302)
菜团子 ……(302)
汤圆 ……(302)
浮圆子 ……(302)
团圆 ……(302)
顺风圆 ……(302)
灯圆 ……(302)
茧圆 ……(302)
接天圆子 ……(302)
圆子 ……(302)
汤糊 ……(302)
元宵 ……(302)
汤丸 ……(302)
珍珠圆子 ……(302)
麻糊 ……(302)
糍粑 ……(302)
粑粑 ……(302)
煎堆 ……(302)
粽子 ……(302)
糉 ……(302)
糊 ……(302)
糍 ……(302)
筒糍 ……(302)
角黍 ……(302)
餐筒 ……(302)
饭筒 ……(302)
裹蒸 ……(302)
蒸裹 ……(303)
馓子 ……(303)
油条 ……(303)
油炸鬼 ……(303)
麻叶 ……(303)
馃子 ……(303)
油炸桧 ……(303)
麻花 ……(303)
油绳 ……(303)
链条箍 ……(303)
春卷 ……(303)
春蛋 ……(303)
卷煎饼 ……(303)
月饼 ……(303)

古菜点

先秦菜点

雉羹 ……(303)
大羹 ……(303)
太羹 ……(303)
泰羹 ……(303)
和羹 ……(303)
铏羹 ……(303)
鱼醢 ……(303)
兔醢 ……(303)
雁醢 ……(303)
羸醢 ……(303)
麋醢 ……(303)
蚳醢 ……(303)
醓醢 ……(303)
笋菹 ……(303)
箈菹 ……(303)
芹菹 ……(303)
韭菹 ……(303)
菁菹 ……(304)
茆菹 ……(304)
深蒲 ……(304)
豚拍 ……(304)
脾析 ……(304)
蜃 ……(304)
麋臡 ……(304)
鹿臡 ……(304)
麋臡 ……(304)
炮豚 ……(304)
炮牂 ……(304)
捣珍 ……(304)
渍 ……(304)
熬 ……(304)
鹑羹 ……(304)
鸡羹 ……(304)
犬羹 ……(304)
兔羹 ……(304)
脯羹 ……(304)
濡豚 ……(304)
濡鸡 ……(304)
濡鳖 ……(304)
濡鱼 ……(304)
蜗醢 ……(304)
芥酱 ……(304)
牛炙 ……(304)
羊炙 ……(304)
牛胾 ……(304)
牛胹 ……(304)
羊胾 ……(304)
豕炙 ……(304)
豕胾 ……(304)
卵酱 ……(305)
腶脩 ……(305)
麋膚 ……(305)
麋腥 ……(305)
鱼鳖 ……(305)
胹鲤 ……(305)
鼋羹 ……(305)
鱼炙 ……(305)
炖牛腱 ……(305)
胹鳖 ……(305)
炮羔 ……(305)
酸鹆 ……(305)
腾皂 ……(305)
露鸡 ……(305)
臛蠙 ……(305)
蒿婪脊 ……(305)
豺羹 ……(305)
醢豚 ……(305)
苦狗 ……(305)
煎鲭 ……(305)
臛雀 ……(305)
鲜蠙 ……(305)
甘鸡 ……(305)
炙鸮 ……(305)
烝皂 ……(305)
黏鹑 ……(305)
蕙肴 ……(305)
羊羹 ……(305)
淳熬 ……(305)
淳母 ……(305)
臑 ……(305)
臄 ……(305)
臇 ……(305)
朐 ……(305)
脡 ……(305)
五鼎食 ……(305)
牛酒 ……(305)
鳀鲊酱 ……(306)
雕卵 ……(306)
饵 ……(306)
粉餈 ……(306)
析稌 ……(306)
酏食 ……(306)

糝 ……(306)
涼 ……(306)
蜜饵 ……(306)
冻饮 ……(306)

汉代菜点

蟹胥 ……(306)
鳆鱼 ……(306)
鹿肚 ……(306)
胃脯 ……(306)
猴羹 ……(306)
五侯鳙 ……(306)
牛首酏羹 ……(306)
羊酏羹 ……(306)
豕酏羹 ……(306)
豚酏羹 ……(306)
狗酏羹 ……(306)
驹酏羹 ……(306)
雉酏羹 ……(306)
鸡酏羹 ……(306)
牛白羹 ……(306)
鹿肉鲍鱼笋白羹 ……(306)
鹿肉芋白羹 ……(306)
小叔鹿芻白羹 ……(306)
鸡白羹 ……(306)
鳙白羹 ……(307)
鲜缴禺鲍白羹 ……(307)
狗巾羹 ……(307)
瘐巾羹 ……(307)
鳙禺肉巾羹 ……(307)
牛逢羹 ……(307)
豕逢羹 ……(307)
牛苦羹 ……(307)
狗苦羹 ……(307)
鱼肤 ……(307)
牛臐 ……(307)
鹿臐 ……(307)
牛脯 ……(307)
鹿脯 ……(307)
孫脯 ……(307)
牛炙 ……(307)
牛芻炙 ……(307)
牛乘炙 ……(307)
犬其芻炙 ……(307)
犬肝炙 ……(307)
豕炙 ……(307)
鹿炙 ……(307)
炙鸡 ……(307)
鱄離嶌 ……(307)
鲤離嶌 ……(307)
牛濯胃 ……(307)
濯鸡 ……(307)
濯豚 ……(307)
牛瘠 ……(307)
羊瘠 ……(307)
鹿瘠 ……(307)
鱼瘠 ……(307)
牛载 ……(307)
犬肩 ……(307)
糁豚 ……(307)
糁兔 ……(307)
糁鳙 ……(307)
糁鮨 ……(307)
糁瘐 ……(307)
糁勮 ……(307)
糁雉 ……(307)
糁炙姑 ……(307)
糁鸡 ……(307)
糁爵 ……(307)
羊昔 ……(308)
昔兔 ……(308)
胫勺 ……(308)
鱼魷 ……(308)
肉魷 ……(308)
爵酱 ……(308)
马酱 ……(308)
桃榔面 ……(308)
蒟酱 ……(308)
蒟蒳 ……(308)
子鱼酱 ……(308)
蒸鮎 ……(308)
蓬饵 ……(308)
蝎饼 ……(308)
金饼 ……(308)
索饼 ……(308)
溏浹 ……(308)
貊炙 ……(308)
血胲 ……(308)
肺膰 ……(308)
膏馈 ……(308)
韩羊 ……(308)
韩兔 ……(308)
韩鸡 ……(308)
鸡纤 ……(308)
兔纤 ……(308)
寒粥 ……(308)

魏晋南北朝菜点

驼蹄羹 ……(308)
牛心炙 ……(308)
莼羹 ……(308)
鲈鱼鲙 ……(308)
黄颔臛 ……(309)
韭萍齑 ……(309)
炒鸡子 ……(309)
芋子酸臛 ……(309)
鸭臛 ……(309)
鳖臛 ……(309)
猪蹄酸羹 ……(309)
羊蹄臛 ……(309)
兔臛 ……(309)
酸羹 ……(309)
胡羹 ……(309)
胡麻羹 ……(309)
瓠叶羹 ……(309)
鸡羹 ……(309)
笋簉鸭羹 ……(309)
肺臕 ……(309)
羊盘肠雌斛 ……(309)
羊节解 ……(309)
羌煮 ……(309)
醋菹鹅鸭羹 ……(309)
菰菌鱼羹 ……(309)
笋簉鱼羹 ……(309)
鳢鱼臛 ……(309)
鲤鱼臛 ……(309)
脸臐 ……(309)
鳢鱼汤饸 ……(309)
纯臛 ……(309)
蒸淡 ……(310)
损肾 ……(310)
烂熟 ……(310)
蒸熊 ……(310)
蒸犏 ……(310)
蒸鸡 ……(310)
炙猪肉 ……(310)
炙豚 ……(310)
犏鹅 ……(310)
胡炮肉 ……(310)
蒸羊 ……(310)
蒸猪头 ……(310)
熊蒸 ……(310)
豚蒸 ……(310)
裹蒸生鱼 ……(310)
毛蒸鱼菜 ……(310)
蒸藕 ……(310)
胚鱼鲊 ……(310)
胚鲊 ……(311)
纯胚鱼 ……(311)
腊鸡 ……(311)
腊白肉 ……(311)
炙猪 ……(311)
腊鱼 ……(311)
蜜纯煎鱼 ……(311)
勒鸭消 ……(311)
鸭煎 ……(311)
白菹 ……(311)
菹肖 ……(311)
蝉脯菹 ……(311)
绿肉 ……(311)
白瀹犏 ……(311)
酸犏 ……(311)
炙犏 ……(311)
棒炙 ……(311)
腩炙 ……(311)
肝炙 ……(311)
牛肱炙 ……(311)
灌肠 ……(312)
跳丸炙 ……(312)
臇炙犏 ……(312)
衔炙 ……(312)
酿炙白鱼 ……(312)
腩炙 ……(312)
猪肉鲊 ……(312)
啗炙 ……(312)
掏炙 ……(312)
饼炙 ……(312)
范炙 ……(312)
炙蚶 ……(312)
炙蛎 ……(312)
炙车熬 ……(312)
炙鱼 ……(312)
奥肉 ……(312)
犬臐 ……(312)
苞臐 ……(312)
葱韭羹 ……(313)
瓠羹 ……(313)
油豉 ……(313)
膏煎紫菜 ……(313)
薤白蒸 ……(313)
蜜姜 ……(313)
炙瓜瓠 ……(313)

焦汉瓜 ……(313)
焦菌 ……(313)
焦茄子 ……(313)
食鹿糕 ……(313)
焦饭 ……(313)
五辛盘 ……(313)
醒酒鲭鲊 ……(313)
扁米糊 ……(313)
桃榔炙 ……(313)
餺飥 ……(313)
毕罗 ……(313)
渝鸡子 ……(313)
杭子 ……(314)
肉酱 ……(314)
卒成肉酱 ……(314)
鱼酱 ……(314)
干鲒鱼酱 ……(314)
麦酱 ……(314)
榆子酱 ……(314)
虾酱 ……(314)
燥腱 ……(314)
生腱 ……(314)
鲩鲻 ……(314)
藏蟹 ……(314)
豆豉 ……(314)
家理食豉 ……(314)
麦豉 ……(314)
八和齑 ……(315)
芥酱 ……(315)
裹鲊 ……(315)
蒲鲊 ……(315)
鱼鲊 ……(315)
长沙蒲鲊 ……(315)
夏月鱼鲊 ……(315)
乾鱼鲊 ……(315)
猪肉鲊 ……(315)
五味脯 ……(315)
瘃脯 ……(315)
瘃腊 ……(315)
瘃鱼 ……(315)
鱼腊 ……(315)
度夏白脯 ……(315)
甜脆脯 ……(315)
鳣鱼脯 ……(315)
脆脯 ……(315)
浥鱼 ……(316)
脾肉 ……(316)
糟肉 ……(316)
苞肉 ……(316)
水牒 ……(316)
白饼 ……(316)
髓饼 ……(316)
粲 ……(316)
乱积 ……(316)
膏环 ……(316)
粔籹 ……(316)
鸡鸭子饼 ……(316)
细环饼 ……(316)
寒具 ……(316)
蝎子 ……(316)
截饼 ……(316)
餡馀 ……(316)
水引餺飥 ……(316)
切面粥 ……(316)
碁子粥 ……(316)
糁糯粥 ……(316)
粉饼 ……(316)
豚皮饼 ……(316)
拨饼 ……(317)
糍 ……(317)
杏酪粥 ……(317)
粟飧 ……(317)
寒食浆 ……(317)
飥饭 ……(317)
粳米枣糒 ……(317)
胡饭 ……(317)
臐托饭 ……(317)
葵菘芜菁蜀芥咸菹 ……(317)
汤菹 ……(317)
醯菹 ……(317)
卒菹 ……(317)
葵菹 ……(317)
菘咸菹 ……(317)
酢菹 ……(317)
菹消 ……(317)
蒲菹 ……(317)
瓜菹 ……(317)
瓜芥菹 ……(318)
苦笋紫菜菹 ……(318)
竹菜菹 ……(318)
藪菹 ……(318)
菘根槽菹 ……(318)
熯菹 ……(318)
胡芹小蒜菹 ……(318)
菘根萝卜菹 ……(318)
紫菜菹 ……(318)

梅瓜 ……(318)
梨菹 ……(318)
木耳菹 ……(318)
蘑菹 ……(318)
荇菹 ……(318)
白茧糖 ……(318)
黄茧糖 ……(318)
饧大麦粥 ……(318)
五般馄饨 ……(318)
五色馄饨 ……(318)
蜜渍逐夷 ……(318)
赍字五色饼 ……(319)
薄饼 ……(319)

隋唐五代菜点

浑羊殁忽 ……(319)
金齑玉鲙 ……(319)
松江鲈干鲙 ……(319)
海鳆干鲙 ……(319)
缕金龙凤蟹 ……(319)
浑炙犁牛 ……(319)
光明虾炙 ……(319)
通花软牛肠 ……(319)
冷蟾儿羹 ……(319)
唐安餺 ……(319)
白龙臛 ……(319)
凤凰胎 ……(319)
羊皮花丝 ……(319)
乳酿鱼 ……(319)
丁子香淋脍 ……(319)
葱醋鸡 ……(319)
西江料 ……(319)
红羊枝杖 ……(319)
昇平炙 ……(319)
八仙盘 ……(319)
雪婴儿 ……(319)
仙人脔 ……(319)
小天酥 ……(319)
分装蒸腊熊 ……(319)
卯羹 ……(319)
青凉臛碎 ……(319)
箸头春 ……(319)
暖寒花酿驴蒸 ……(319)
水炼犊炙 ……(319)
五生盘 ……(319)
格食 ……(319)
过门香 ……(319)
缠花云梦肉 ……(319)
红罗饤 ……(319)
徧地锦装鳖 ……(319)
蕃体间缕宝相肝 ……(319)
汤浴绣丸 ……(320)
醋芹 ……(320)
过厅羊 ……(320)
鸭卵花 ……(320)
辋川小样 ……(320)
黄金鸡 ……(320)
消灵炙 ……(320)
无心炙 ……(320)
炙鹅鸭 ……(320)
十远羹 ……(320)
虾生 ……(320)
甲乙膏 ……(320)
炸乌贼鱼 ……(320)
竹鱼羹 ……(320)
鲚鱼脍 ……(320)
煎鳘鱼 ……(320)
天脔炙 ……(320)
水母脍 ……(320)
姜醋拌章举 ……(320)
玲珑牡丹鲊 ……(320)
缕子脍 ……(320)
海虾子挺 ……(320)
鲩鱼含肚 ……(320)
石首含肚 ……(321)
单笼金乳酥 ……(321)
曼陀样夹饼 ……(321)
巨胜奴 ……(321)
贵妃红 ……(321)
婆罗门轻高面 ……(321)
御黄王母饭 ……(321)
七返膏 ……(321)
金铃炙 ……(321)
生进二十四气馄饨 ……(321)
生进鸭花汤饼 ……(321)
同心生结脯 ……(321)
见风消 ……(321)
金银夹花平截 ……(321)
火焰盏口餶 ……(321)
水晶龙凤糕 ……(321)
双拌方破饼 ……(321)
玉露团 ……(321)
汉宫棋 ……(321)
长生粥 ……(321)
天花龊锣 ……(321)
赐绯含香粽子 ……(321)

甜雪 ……(321)
八方寒食饼 ……(321)
素蒸音声部 ……(321)
金粟平鎚 ……(321)
雕胡饭 ……(321)
逡巡酱 ……(321)
吴兴连带鲊 ……(321)
含风鲊 ……(321)
百花糕 ……(321)
消灾饼 ……(321)
胡麻饼 ……(321)
热洛河 ……(321)
灵沙臛 ……(321)
赤明香 ……(321)
道场羹 ……(321)
象鼻炙 ……(322)
米饼 ……(322)
鎚子 ……(322)
哆饼 ……(322)
石鳜饼 ……(322)
团油饭 ……(322)
盘游饭 ……(322)
玉尖面 ……(322)
古楼子 ……(322)
蟹黄齷齪 ……(322)
椿根馄饨 ……(322)
豁赸 ……(322)
槐叶冷淘 ……(322)
樱桃齷齪 ……(322)
蜜唧 ……(322)
蚁子酱 ……(322)
大饼 ……(322)
跳鲩 ……(322)
嘉鱼鲩 ……(322)
鹅毛鲩 ……(322)
水蟹汁 ……(322)
蚝肉炙 ……(322)
不乃羹 ……(322)
炒蜂子 ……(322)
孔雀脯腊 ……(322)
乌雌鸡羹 ……(322)
野鸡饼 ……(322)
羊肉羹面 ……(322)
水牛肉羹 ……(323)
鲤鱼汤 ……(323)
清风饭 ……(323)
黄粱饭 ……(323)
神仙粥 ……(323)
防风粥 ……(323)
花椒粥 ……(323)
胡桃粥 ……(323)
杏仁粥 ……(323)
菊苗粥 ……(323)
苏子粥 ……(323)
天花粉粥 ……(323)
面粥 ……(323)
柿饼粥 ……(323)
小麦粥 ……(323)
榆皮粥 ……(323)
白石英粥 ……(323)
白石脂粥 ……(323)
韭叶粥 ……(323)
韭子粥 ……(323)
猪肚粥 ……(323)
犬肉粥 ……(323)
麻雀粥 ……(323)
茗粥 ……(323)
青精饭 ……(323)
青精干石鲩饭 ……(323)
学士羹 ……(323)
双羹羹 ……(323)
莲花饼馅 ……(323)
酒骨糟 ……(323)
赐绯羊 ……(323)
同阿饼 ……(323)
五福饼 ……(324)
云英豹 ……(324)
翰林酿 ……(324)
满天星 ……(324)
糝拌 ……(324)
金糕糜员外糝 ……(324)
花截肚 ……(324)
大小虹桥 ……(324)
木蜜金毛面 ……(324)
建康七妙 ……(324)

宋代菜点

洗手蟹 ……(324)
熇鸭 ……(324)
熇鸡 ……(324)
宋五嫂鱼羹 ……(324)
肉咸豉 ……(324)
水晶脍 ……(324)
夏冻鸡 ……(324)
粉煎骨头 ……(324)
假羊眼羹 ……(324)

假白腰子 ……(324)
玉蕊羹 ……(324)
玉蝉羹 ……(324)
羊肉旋鲊 ……(324)
玉钩鲊 ……(324)
瓜齑 ……(324)
炉焙鸡 ……(325)
蒸鲥鱼 ……(325)
肉生 ……(325)
蒜瓜 ……(325)
暴齑 ……(325)
鹌鹑茄 ……(325)
芹芽脍 ……(325)
蛇羹 ……(325)
白鹅鲊 ……(325)
拨霞供 ……(325)
蟹酿橙 ……(325)
莲房鱼包 ……(325)
山家三脆 ……(325)
假煎肉 ……(325)
鸳鸯炙 ……(325)
雪霞羹 ……(325)
满山香 ……(325)
酒煮玉蕈 ……(325)
石榴粉 ……(325)
　银丝羹 ……(325)
东坡豆腐 ……(325)
脆琅玕 ……(325)
金玉羹 ……(325)
山煮羊 ……(325)
牡丹生菜 ……(325)
新法鹌子羹 ……(325)
假元鱼 ……(325)
紫苏鱼 ……(326)
旋切鱼脍 ……(326)
鲊糁 ……(326)
　糁鲊 ……(326)
酥蜜食 ……(326)
枣餷 ……(326)
澄砂团子 ……(326)
蜜煎雕花 ……(326)
酸馅 ……(326)
　酸酶 ……(326)
　酸馅 ……(326)
白肉胡饼 ……(326)
鱼兜子 ……(326)
细物料碁子 ……(326)
笑靥儿 ……(326)
春蚕 ……(326)
　探春蚕 ……(326)
探官蚕 ……(326)
焦鼪 ……(326)
栢头焦鼪 ……(326)
科斗羹 ……(326)
盐豉汤 ……(326)
水团 ……(326)
　白团 ……(326)
　滴粉团 ……(326)
　干团 ……(326)
巧果 ……(326)
社饭 ……(326)
太学馒头 ……(326)
蓼花 ……(326)
狮蛮 ……(327)
狮蛮栗糕 ……(327)
两熟鱼 ……(327)
馎饦儿 ……(327)
酪面 ……(327)
炊饼 ……(327)
　蒸饼 ……(327)
　笼饼 ……(327)
子母仙桃 ……(327)
仙桃 ……(327)
寿带龟 ……(327)
子母龟 ……(327)
鲍螺 ……(327)
　鲍螺 ……(327)
饦饾面 ……(327)
大片铺羊面 ……(327)
三鲜面 ……(327)
炒鳝面 ……(327)
卷鱼面 ……(327)
笋泼面 ……(327)
笋辣面 ……(327)
乳齑淘 ……(327)
裹蒸 ……(327)
啜菽 ……(327)
粉瀹 ……(327)
玉延 ……(327)
琼珠 ……(327)
玉砖 ……(327)
炊栗 ……(327)
煨芋 ……(327)
绿粉 ……(327)
东坡脯 ……(328)
国信脯 ……(328)

佛跳墙 ……(328)
千里矧 ……(328)
水晶矧 ……(328)
肉珑松 ……(328)
披绵鲊 ……(328)
海棠鲊 ……(328)
金溪鲊 ……(328)
玉板鲊 ……(328)
逡巡鲊 ……(328)
笋咸豉 ……(328)
腊肉 ……(328)
假大鸡卵 ……(328)
清凉虾鲊 ……(328)
鱼头酱 ……(328)
鱼兔酱 ……(328)
烧梨子 ……(328)
烧林檎 ……(328)
新法浮圆 ……(328)
翠缕冷淘 ……(328)
琥珀瓜齑 ……(328)
青白菜齑 ……(329)
脆红藕齑 ……(329)
蟹生 ……(329)
炙鱼 ……(329)
水腌鱼 ……(329)
肉鲊 ……(329)
算条巴子 ……(329)
风鱼 ……(329)
鱼酱 ……(329)
糟猪头蹄爪 ……(329)
酒腌虾 ……(329)
蛏鲊 ……(329)
肉酱 ……(329)
黄雀鲊 ……(329)
配盐瓜菽 ……(329)
糖蒸茄 ……(329)
酿瓜 ……(329)
三煮瓜 ……(329)
蒜苗干 ……(329)
芥辣 ……(329)
酱佛手、香橼、梨子 ……(329)
糟茄子 ……(329)
糟萝卜 ……(330)
糟姜 ……(330)
三和菜 ……(330)
胡萝卜鲊 ……(330)
蒜菜 ……(330)
干闭瓮菜 ……(330)
撒拌和菜 ……(330)
蒸干菜 ……(330)
食香瓜茄 ……(330)
糟瓜茄 ……(330)
茭白鲊 ……(330)
藕梢鲊 ……(330)
糖醋茄 ……(330)
蒜冬瓜 ……(330)
腌盐韭 ……(330)
穀菜 ……(330)
倒蘸菜 ……(330)
笋鲊 ……(330)
晒淡笋干 ……(330)
酒豆豉 ……(330)
水豆豉 ……(330)
红盐豆 ……(330)
蒜梅 ……(331)
炒面 ……(331)
面和油 ……(331)
雪花酥 ……(331)
洒粹你 ……(331)
酥饼 ……(331)
油餣儿 ……(331)
酥儿印 ……(331)
五香糕 ……(331)
沙团 ……(331)
水滑面 ……(331)
糖薄脆 ……(331)
糖榧 ……(331)
黄鸡粥 ……(331)
麦粥 ……(331)
御米粥 ……(331)
桑芽粥 ……(331)
五加芽粥 ……(331)
白茯苓粥 ……(331)
蚕豆粥 ……(331)
贝母粥 ……(331)
磁石粥 ……(331)
牛蒡根粥 ……(331)
滑石粥 ……(331)
桑白皮粥 ……(331)
莱菔粥 ……(331)
苋菜粥 ……(331)
圆真僧粥 ……(331)
蜜糕 ……(331)
金丝酒 ……(331)
甘菊冷淘 ……(332)
玉糁羹 ……(332)

东坡羹 ……(332)
二红饭 ……(332)
甜羹 ……(332)
野味包子 ……(332)
米缆 ……(332)
炒团 ……(332)
糜粉甜团 ……(332)
米糗 ……(332)
水晶阜儿 ……(332)
老鲊 ……(332)
赤豆粥 ……(332)
蟠桃饭 ……(332)
梅花汤饼 ……(332)
百合面 ……(332)
傍林鲜 ……(332)
煫金煮玉 ……(332)
松黄饼 ……(332)
酥琼叶 ……(332)
玉灌肺 ……(332)
御爱玉灌肺 ……(332)
山海兜 ……(332)
虾鱼笋蕨兜 ……(332)
沆瀣浆 ……(332)
神仙富贵饼 ……(332)
玉带羹 ……(333)
金饭 ……(333)
梅粥 ……(333)
玉井饭 ……(333)
洞庭鳇 ……(333)
茶蘼粥 ……(333)
蓬糕 ……(333)
樱桃煎 ……(333)
橙玉生 ……(333)
玉延索饼 ……(333)
笋蕨馄饨 ……(333)
鹅黄豆生 ……(333)
真君粥 ……(333)
酥黄独 ……(333)
广寒糕 ……(333)
河祇粥 ……(333)
胜肉餲 ……(333)
木鱼子 ……(333)
炙靡 ……(333)
当团参 ……(333)
梅花脯 ……(333)
牛尾貍 ……(333)

元代菜点

马思答吉汤 ……(333)
大麦汤 ……(333)
八儿不汤 ……(333)
沙乞某儿汤 ……(334)
苦豆汤 ……(334)
木瓜汤 ……(334)
鹿头汤 ……(334)
松黄汤 ……(334)
粆汤 ……(334)
阿菜汤 ……(334)
黄汤 ……(334)
团鱼汤 ……(334)
台苗羹 ……(334)
熊汤 ……(334)
鲤鱼汤 ……(334)
炒狼汤 ……(334)
围像 ……(334)
炙羊心 ……(334)
炙羊腰 ……(334)
攒鸡儿 ……(334)
炒鹌鹑 ……(335)
盘兔 ……(335)
姜黄腱子 ……(335)
鼓儿签子 ……(335)
带花羊头 ……(335)
鱼弹儿 ……(335)
芙蓉鸡 ……(335)
肉饼儿 ……(335)
盐肠 ……(335)
姜黄鱼 ……(335)
攒雁 ……(335)
猪头姜豉 ……(335)
蒲黄瓜齑 ……(335)
攒羊头 ……(335)
攒牛蹄 ……(335)
细乞思哥 ……(335)
马肚盘 ……(335)
煠臅儿 ……(335)
熬蹄儿 ……(335)
熬羊胸子 ……(335)
鱼脍 ……(335)
烧雁 ……(335)
烧水札 ……(335)
柳蒸羊 ……(336)
锅烧肉 ……(336)
剉烧肉 ……(336)

酿烧鱼 ……(336)
酿烧兔 ……(336)
碗蒸羊 ……(336)
生肺 ……(336)
酥油肺 ……(336)
瑠璃肺 ……(336)
照鲙 ……(336)
汤鲙羹 ……(336)
肝肚生 ……(336)
聚八仙 ……(336)
假炒鳝 ……(336)
曹家生红 ……(336)
水晶冷淘脍 ……(336)
松黄肉丝 ……(336)
韭酪肉丝 ……(336)
灌肺 ……(336)
汤肺 ……(336)
法煮羊肉 ……(336)
法煮羊肺 ……(336)
红燻腊 ……(336)
川炒鸡 ……(337)
燻鹅鸭 ……(337)
骨炙 ……(337)
马驹儿 ……(337)
盘兔 ……(337)
署兔 ……(337)
粉骨鱼 ……(337)
酥骨鱼 ……(337)
骨插羹 ……(337)
萝卜羹 ……(337)
炒肉羹 ……(337)
假鳖羹 ……(337)
假香螺羹 ……(337)
假鳆鱼羹 ……(337)
油肉酿茄 ……(337)
油肉豉茄 ……(337)
蒸羊眉突 ……(337)
蜜酿蜬蜂 ……(337)
煮蟹 ……(338)
新法蛤蜊 ……(338)
雪盦菜 ……(338)
酒烹蚶子 ……(338)
青虾卷燠 ……(338)
香螺先生 ……(338)
酒煮江蚷 ……(338)
煮鲩鱼 ……(338)
燠田螺 ……(338)
燠肉羹 ……(338)
醋笋 ……(338)
烧萝卜 ……(338)
蟹鳖 ……(338)
煮鲤鱼 ……(338)
煮猪头肉 ……(338)
川猪头 ……(338)
鲫鱼肚儿羹 ……(338)
蜜酿红丝粉 ……(338)
水龙子 ……(338)
酿黄雀 ……(338)
烧猪肉 ……(339)
烧鹅 ……(339)
新法蟹 ……(339)
海蜇羹 ……(339)
厮剌葵菜冷羹 ……(339)
塔不剌鸭子 ……(339)
野鸡撒孙 ……(339)
大麦箄子粉 ……(339)
大麦片粉 ……(339)
糯米粉搅粉 ……(339)
河豚羹 ……(339)
鸡头粉雀舌饦子 ……(339)
鸡头粉血粉 ……(339)
鸡头粉撩面 ……(339)
鸡头粉搅粉 ……(339)
鸡头粉馄饨 ……(339)
杂羹 ……(339)
荤素羹 ……(339)
珍珠粉 ……(340)
三下锅 ……(340)
葵菜羹 ……(340)
瓠子汤 ……(340)
盞蒸 ……(340)
眷盘面 ……(340)
皂羹面 ……(340)
山药面 ……(340)
挂面 ……(340)
经带面 ……(340)
羊皮面 ……(340)
细水滑 ……(340)
水龙饦子 ……(340)
马乞 ……(340)
搠罗脱因 ……(340)
乞马粥 ……(340)
汤粥 ……(340)
粱米淡粥 ……(340)
河西米汤粥 ……(340)
撒速汤 ……(341)

脑瓦刺 ……(341)
红丝 ……(341)
仓馒头 ……(341)
鹿妳肪馒头 ……(341)
茄子馒头 ……(341)
剪花馒头 ……(341)
水晶角儿 ……(341)
酥皮奄子 ……(341)
撇列角儿 ……(341)
时萝角儿 ……(341)
天花包子 ……(341)
黑子儿烧饼 ……(341)
牛妳子烧饼 ……(341)
餜餅 ……(341)
颇儿必汤 ……(341)
米哈讷关列孙 ……(341)
生地黄鸡 ……(341)
羊蜜膏 ……(341)
羊脏羹 ……(341)
羊骨粥 ……(341)
羊脊骨羹 ……(342)
白羊肾羹 ……(342)
猪肾粥 ……(342)
枸杞羊肾粥 ……(342)
鹿肾羹 ……(342)
羊肉羹 ……(342)
鹿蹄汤 ……(342)
黑牛髓煎 ……(342)
狐肉汤 ……(342)
乌鸡汤 ……(342)
山药飥 ……(342)
山药粥 ……(342)
酸枣粥 ……(342)
生地黄粥 ……(342)
椒面羹 ……(342)
荜拨粥 ……(342)
良姜粥 ……(342)
吴茱萸粥 ……(342)
牛肉脯 ……(342)
莲子粥 ……(342)
鸡头粥 ……(342)
鸡头羹粉 ……(343)
桃仁粥 ……(343)
生地黄粥 ……(343)
鲫鱼羹 ……(343)
炒黄面 ……(343)
乳饼面 ……(343)
炙黄鸡 ……(343)
猸肉羹 ……(343)
黄雌鸡 ……(343)
青鸭羹 ……(343)
萝卜粥 ……(343)
鸭鸡羹 ……(343)
鹑鸽羹 ……(343)
葵菜羹 ……(343)
鲤鱼汤 ……(343)
马齿菜粥 ……(343)
小麦粥 ……(343)
驴头羹 ……(343)
驴肉汤 ……(343)
狐肉羹 ……(343)
熊肉羹 ……(343)
羊肚羹 ……(343)
葛粉羹 ……(343)
荆芥粥 ……(343)
麻子粥 ……(343)
恶实菜 ……(343)
乌驴皮汤 ……(344)
羊头脍 ……(344)
野猪臛 ……(344)
獭肝羹 ……(344)
鲫鱼羹 ……(344)
金山寺豆豉 ……(344)
咸豆豉 ……(344)
成都府豉汁 ……(344)
淡豆豉 ……(344)
麸豉 ……(344)
瓜豉 ……(344)
酥杏仁 ……(344)
鹿醢 ……(344)
菜鲞 ……(344)
食香瓜儿 ……(344)
食香茄儿 ……(345)
食香萝卜 ……(345)
脆姜 ……(345)
五味姜 ……(345)
醋姜 ……(345)
蒜茄儿 ……(345)
腌韭花 ……(345)
假鬲笋 ……(345)
蒲笋鲊 ……(345)
相公酱 ……(345)
芥末茄儿 ……(345)
瓜酱 ……(345)
酱瓜茄 ……(345)
干药菜 ……(345)

晒藤花 ……(345)
造红花子 ……(345)
江州岳府腊肉 ……(345)
婺州腊猪 ……(345)
腌猪舌 ……(345)
四时腊肉 ……(345)
制脯 ……(346)
羊红肝 ……(346)
牛腊鹿脩 ……(346)
腌鹿脯 ……(346)
腌鹿尾 ……(346)
腌鹅雁 ……(346)
腌咸鸭卵 ……(346)
江州府腌鱼 ……(346)
法鱼 ……(346)
红鱼 ……(346)
鱼酱 ……(346)
糟鱼 ……(346)
酒鱼脯 ……(346)
酒曲鱼 ……(346)
酒蟹 ……(346)
酱醋蟹 ……(346)
法蟹 ……(346)
糟蟹 ……(346)
酱蟹 ……(346)
贡御鲊 ……(347)
省力鲊 ……(347)
鹅鲊 ……(347)
红蛤蜊酱 ……(347)
千里肉 ……(347)
干咸豉 ……(347)
牛肉瓜齑 ……(347)
鹌雀儿鱼酱 ……(347)
螃蟹羹 ……(347)
团鱼羹 ……(347)
三色酱 ……(347)
设克儿疋刺 ……(347)
卷煎饼 ……(347)
餻糜 ……(347)
酸汤 ……(347)
秃秃麻失 ……(347)
秃秃幺思 ……(347)
手撇面 ……(347)
八耳塔 ……(347)
哈尔尾 ……(347)
古剌赤 ……(347)
海螺厮 ……(347)
即你疋牙 ……(348)
哈里撒 ……(348)
河西肺 ……(348)
柿糕 ……(348)
高丽栗糕 ……(348)
水滑面 ……(348)
索面 ……(348)
经带面 ……(348)
托掌面 ……(348)
红丝面 ……(348)
翠缕面 ……(348)
米心棊子 ……(348)
山药拨鱼 ……(348)
山药面 ……(348)
山芋餺飥 ……(348)
玲珑拨鱼 ……(348)
玲珑餺飥 ……(348)
勾面 ……(348)
平坐大馒头 ……(348)
鱼包子 ……(349)
蟹黄兜子 ……(349)
鹅兜子 ……(349)
杂馅兜子 ……(349)
荷莲兜子 ……(349)
水晶餶饾 ……(349)
白熟饼子 ……(349)
山药胡饼 ……(349)
肉油饼 ……(349)
酥蜜饼 ……(349)
七宝卷煎饼 ……(349)
金银卷煎饼 ……(349)
驼峰角儿 ……(349)
烙面角儿 ……(349)
盞酪焦油 ……(349)
圆焦油 ……(349)
餶饾角儿 ……(349)
玉叶羹 ……(349)
膳生 ……(350)
断乳羹 ……(350)
假灌肺 ……(350)
素灌肺 ……(350)
炒鳝乳酿淘 ……(350)
山药饸饹 ……(350)
甘露饼 ……(350)
酥熁鹿脯 ……(350)
咸豉 ……(350)
带汁咸豉 ……(350)
三色杂燠 ……(350)
炙脯 ……(350)

炙蕈 ……(350)
酒炸蕈 ……(350)
假蚬子 ……(350)
煠骨头 ……(350)
煠山药 ……(350)
假鱼脍 ……(350)
假水母线 ……(350)
一了百当 ……(350)
黄雀馒头 ……(350)
冷淘面 ……(350)
煮馄饨 ……(350)
煮麸干 ……(351)
糟姜 ……(351)
糖馒头 ……(351)
手饼 ……(351)
熟灌藕 ……(351)

明代菜点

大燠肉 ……(351)
豉汁鹅 ……(351)
燠鸭羹 ……(351)
带冻姜醋鱼 ……(351)
觥蒸鹅 ……(351)
杏花鹅 ……(351)
燥子蛤蜊 ……(351)
酿肚子 ……(351)
牛脯 ……(351)
生爨牛 ……(351)
熟爨牛 ……(351)
盐煎牛 ……(351)
油炒牛 ……(351)
牛饼子 ……(351)
熏牛肉 ……(351)
生牛腊 ……(352)
熟牛羓 ……(352)
烹羊 ……(352)
燠羊 ……(352)
生爨羊 ……(352)
熟爨羊 ……(352)
油炒羊 ……(352)
酱炙羊 ……(352)
炕羊 ……(352)
蒸猪 ……(352)
盐酒烧猪 ……(352)
盐煎猪 ……(352)
酱烹猪 ……(352)
酒烹猪 ……(352)
酸烹猪 ……(352)
猪肉饼 ……(352)
油煎猪 ……(352)
油烧猪 ……(352)
酱烧猪 ……(352)
清烧猪 ……(352)
蒜烧猪 ……(352)
藏蒸猪 ……(353)
藏煎猪 ……(353)
冻猪肉 ……(353)
和糁蒸猪 ……(353)
盐猪羓 ……(353)
鸡生 ……(353)
冻鸡 ……(353)
烧鸭 ……(353)
炙鸭 ……(353)
油煎鸭 ……(353)
酱烹鸭 ……(353)
烧天鹅 ……(353)
炙灵鸡 ……(353)
黄雀炙 ……(353)
烧竹鸡 ……(353)
烧鹌鹑 ……(353)
烹刺毛鹰 ……(353)
顿蛋 ……(353)
滚蛋 ……(353)
煎蛋 ……(353)
烹蛋 ……(353)
煨蛋 ……(353)
摊蛋 ……(353)
糟蛋 ……(353)
馓蛋 ……(353)
辣烹鳝鱼 ……(353)
鳝鱼鲊 ……(354)
烹鲟鱼 ……(354)
鲟鱼鲊 ……(354)
鲳鱼羹 ……(354)
油煎石首鱼 ……(354)
糟鳜鱼 ……(354)
蒸鲥鱼 ……(354)
烹八带鱼 ……(354)
油煎鲨鱼 ……(354)
烹地青鱼 ……(354)
烹大鲨鱼 ……(354)
梅鱼羹 ……(354)
油煎黄鲫 ……(354)
冻鱼 ……(354)
蒸青鱼 ……(354)
油煎鲩鱼 ……(354)

姜烹鲩鱼 ……(354)
油煎鳜鱼 ……(354)
油煎乌鱼 ……(354)
汤焐鳜鱼 ……(354)
酒烹鲦鱼 ……(354)
油煎吹沙 ……(354)
酒烹针头鱼 ……(354)
油煎斑鱼 ……(354)
辣烹银鱼 ……(354)
清烧鲤鱼 ……(354)
辣烹鲫鱼 ……(354)
法制鲫鱼 ……(354)
烹河豚 ……(355)
炙鳝 ……(355)
酱沃鳗鲡 ……(355)
辣烹鳗鲡 ……(355)
蒜烧鲜 ……(355)
糊鲜 ……(355)
烹鳖 ……(355)
煎鳖 ……(355)
烹鲮鲤 ……(355)
酒烹田鸡 ……(355)
田鸡饼子 ……(355)
熏田鸡 ……(355)
烘田鸡 ……(355)
沃田鸡 ……(355)
烹青虾 ……(355)
酒烹白虾 ……(355)
虾腐 ……(355)
油炒虾 ……(355)
生暴虾 ……(355)
生酱虾 ……(355)
生酒虾 ……(355)
生腌虾 ……(355)
辣烹望潮 ……(355)
水母脍 ……(355)
蒸黄甲 ……(355)
蒸白蟹 ……(355)
烧蟹 ……(355)
芙蓉蟹 ……(356)
玛瑙蟹 ……(356)
五味蟹 ……(356)
酒蟹 ……(356)
油炒蟹 ……(356)
酱蟹 ……(356)
蒸蛩 ……(356)
烹蚶 ……(356)
糖猪粑 ……(356)
油爆猪 ……(356)
火炙猪 ……(356)
手烦肉 ……(356)
生猪鲊 ……(356)
熟猪脍 ……(356)
熟猪肤 ……(356)
炕猪 ……(356)
烹犬 ……(356)
燔犬 ……(356)
煨犬 ……(356)
鹿炙 ……(356)
鹿脯 ……(356)
炙兔 ……(356)
油炒兔 ……(356)
蒸玉面貍 ……(356)
蒸黄鼠 ……(356)
烹虎肉 ……(356)
香脯 ……(357)
糟肉 ……(357)
焖肉 ……(357)
肉生 ……(357)
炙驴肠 ……(357)
烹羊肺 ……(357)
烹羊肝 ……(357)
烹猪肺 ……(357)
烹猪肚 ……(357)
瓤肚 ……(357)
瓤大肠 ……(357)
炒肝肠 ……(357)
炙肝 ……(357)
煠肾 ……(357)
烹鹅 ……(357)
油爆鹅 ……(357)
烧鹅 ……(357)
盐炒鹅 ……(357)
油炒鹅 ……(357)
酒烹鹅 ……(357)
熟鹅鲊 ……(357)
生鹅鲊 ……(357)
鹅醢 ……(357)
烹鸡 ……(357)
烧鸡 ……(357)
油煎鸡 ……(357)
油爆鸡 ……(357)
蒜烧鸡 ……(357)
酒烹鸡 ……(358)
辣炒鸡 ……(358)
熏鸡 ……(358)

烘鸡 ……(358)
蒸鹅 ……(358)
糟熊掌 ……(358)
驼峰驼蹄 ……(358)
烹水獭 ……(358)
烹狼 ……(358)
烹狐 ……(358)
烹野猪 ……(358)
炙黄羊 ……(358)
烹獐 ……(358)
炙麂 ……(358)
油煎马交鱼 ……(358)
八带鱼羹 ……(358)
蒸鳓鱼 ……(358)
油煎鲳鱼 ……(358)
油煎鲈鱼 ……(358)
烹野鸡、野鸭、野鹅 ……(358)
熟鸡鲊 ……(358)
猪豉 ……(358)
烹大肠 ……(358)
烹猪 ……(358)
酒蚶 ……(358)
烹蛤蜊 ……(358)
清烹车螯 ……(358)
车螯鲊 ……(358)
蛏羹 ……(358)
淡菜羹 ……(359)
辣烹将军帽 ……(359)
烹江蚼柱 ……(359)
糟泥螺 ……(359)
烹蚌 ……(359)
烹螺蛳 ……(359)
烹黄蚬 ……(359)
烹海蛳 ……(359)
香酱 ……(359)
酸酱 ……(359)
五味瓜酱 ……(359)
杂和酱 ……(359)
菜豆酱 ……(359)
冷酱 ……(359)
笋酱 ……(359)
葱芽酱 ……(359)
萝卜卷 ……(359)
八宝酱 ……(359)
菜白头 ……(359)
豆腐皮卷 ……(359)
油酱炒天花 ……(359)
醋浸鲜竹笋 ……(359)
油煎豆腐面 ……(359)
糖醋菜苔 ……(359)
糖醋白萝卜 ……(359)
煮瑶枝 ……(359)
蒸蕈 ……(359)
熏豆腐 ……(359)
熏竹笋 ……(359)
日月肠 ……(359)
胜鲟鱼 ……(360)
一捻珍 ……(360)
隽永脔 ……(360)
水陆珍 ……(360)
油炒同蒿 ……(360)
鲢鱼羹 ……(360)
酱烧鲤鱼 ……(360)
假韭 ……(360)
清蒸肉 ……(360)
炒羊肚儿 ……(360)
炒腰子 ……(360)
糖炙肉并烘肉巴 ……(360)
茉莉叶烧豆腐 ……(360)
拌蒓菜 ……(360)
拌水芹 ……(360)
拌黄香萱 ……(360)
拌苍耳叶 ……(360)
三事 ……(360)
鸡子线 ……(360)
　捶脯 ……(360)
火肉 ……(360)
水鸡干 ……(360)
椒盐饼 ……(360)
雪花饼 ……(360)
风消饼 ……(361)
烧饼面枣 ……(361)
芋饼 ……(361)
韭饼 ……(361)
荠菜饼 ……(361)
薄荷饼 ……(361)
卷煎饼 ……(361)
麻腻饼子 ……(361)
藏粲 ……(361)
水糊 ……(361)
松糕 ……(361)
生糖糕 ……(361)
燥子肉面 ……(361)
五辣酱 ……(361)
煎麸 ……(361)
麸鲊 ……(361)

炒糁 ……(361)
玛瑙团 ……(361)
荆芥糖 ……(361)
烹牛 ……(361)
乳线 ……(361)
风猪肉 ……(361)
腌田鸡 ……(361)
火猪肉 ……(361)
腌犬 ……(362)
火鸡 ……(362)
火鸭 ……(362)
火鹅 ……(362)
腌兔 ……(362)
火牛肉 ……(362)
火羊肉 ……(362)
火鹿肉 ……(362)
腌豪猪 ……(362)
蛎房 ……(362)
银鱼干 ……(362)
乳饼 ……(362)
香豆豉 ……(362)
杏仁豆豉 ……(362)
竹笋豆豉 ……(362)
蒸芋魁 ……(362)
酥果膏 ……(362)
绿豆粉糕 ……(362)
鸡面 ……(362)
荞饼 ……(362)
莱菔面 ……(362)
鸡子面 ……(362)
豆面 ……(362)
搽面 ……(362)
玲珑面 ……(362)
汤角 ……(362)
蒸卷 ……(363)
油烙卷 ……(363)
春饼 ……(363)
蒸饼 ……(363)
薄饼 ……(363)
新韭饼 ……(363)
脂肪饼 ……(363)
千层饼 ……(363)
薄焦饼 ……(363)
回回煎饼 ……(363)
酥皮角儿 ……(363)
蜜透角儿 ……(363)
馍饼 ……(363)
糖酥饼 ……(363)
蜜酥饼 ……(363)
酥油饼 ……(363)
蜜和饼 ……(363)
香露饼 ……(363)
一捻酥 ……(363)
透糖 ……(363)
欢喜团 ……(363)
香花 ……(363)
松花 ……(363)
糖花 ……(364)
芝麻叶 ……(364)
猪茸 ……(364)
巧花儿 ……(364)
水磨丸 ……(364)
小裹金丸 ……(364)
团 ……(364)
米糕 ……(364)
乳粉饼 ……(364)
油虚茧 ……(364)
米粽 ……(364)
米餈 ……(364)
风消糖 ……(364)
芙蓉叶 ……(364)
玉茭白 ……(364)
莲蒻糕 ……(364)
芡糕 ……(364)
糖面饼 ……(364)
炒米糕 ……(364)
米糊 ……(364)
甘露饼 ……(364)
二粉片 ……(364)
骨髓饼 ……(365)
米饼 ……(365)
湖广鱼鲊 ……(365)
白闰 ……(365)
松子海啰噼 ……(365)
芟什麻 ……(365)
黑闰 ……(365)
薄荷切 ……(365)
荞麦花 ……(365)
羊髓 ……(365)
黄精饼 ……(365)
到口酥 ……(365)
复炉烧饼 ……(365)
酥黄独 ……(365)
豆膏饼 ……(365)
莲子缠 ……(365)
甘菊苗 ……(365)

炸栀子花 ……(365)
蓬蒿饼 ……(365)
煎玉簪花 ……(365)
菖蒲饼 ……(365)
东风荠 ……(365)
芭蕉脯 ……(365)
拌水苔 ……(366)
蒲芦芽鲊 ……(366)
糟凤仙花梗 ……(366)
拌金雀花 ……(366)
柿霜清膈饼 ……(366)
竹叶粥 ……(366)
蔓菁粥 ……(366)
牛乳粥 ……(366)
甘蔗粥 ……(366)
枸杞粥 ……(366)
紫苏粥 ……(366)
胡麻粥 ……(366)
山栗粥 ……(366)
菊苗粥 ……(366)
杞叶粥 ……(366)
薏苡粥 ……(366)
沙谷米粥 ……(366)
茶蘼粥 ……(366)
河祇粥 ……(366)
山药粥 ……(366)
麋角粥 ……(366)
鹿肾粥 ……(366)
羊肉粥 ……(366)
扁豆粥 ……(366)
茯苓粥 ……(366)
苏麻粥 ……(366)
竹沥粥 ……(366)
门冬粥 ……(366)
百合粥 ……(366)
仙人粥 ……(366)
山茱萸粥 ……(367)
人乳粥 ……(367)
枸杞子粥 ……(367)
肉米粥 ……(367)
米花 ……(367)
白饼 ……(367)
黄饼 ……(367)
鸡春饼 ……(367)
麵饼 ……(367)
沙壅 ……(367)
粉果 ……(367)
　粉角 ……(367)
桂皮叶蒸饭 ……(367)
荷包饭 ……(367)
椰霜饭 ……(367)
薰虫 ……(367)
糍巴 ……(367)
不落夹 ……(367)
团圆饼 ……(367)
龙卵 ……(367)
稔转 ……(367)
　碾转 ……(367)
　撵转 ……(367)
包儿饭 ……(367)
牛腊鹿脩 ……(367)
鸡鲊 ……(367)
棋炒 ……(367)
光饼 ……(367)

清代菜点

四美羹 ……(367)
糟乳腐 ……(367)
冻豆腐 ……(367)
十香菜 ……(368)
鸭羹 ……(368)
虾圆 ……(368)
煮鱼翅 ……(368)
套肠 ……(368)
东坡腿 ……(368)
骑马肠 ……(368)
熏肉 ……(368)
蹄卷 ……(368)
辣拌 ……(368)
糟火腿 ……(368)
辣汤丝 ……(368)
百果蹄 ……(368)
琥珀肉 ……(368)
夹肚 ……(368)
花肠 ……(368)
煮脊筋 ……(368)
煮肺管 ……(368)
羊头羹 ……(368)
炖鹿鞭 ……(368)
煮鹿筋 ……(368)
海螵鸭 ……(368)
肉幢蛋 ……(368)
糟鲥鱼 ……(368)
淡煎鲥鱼 ……(368)
冷鲟鱼 ……(368)
去骨鲫 ……(368)

鱼肉膏 ……(369)
炖鲂鲅 ……(369)
薰马鲛 ……(369)
燕窝蟹 ……(369)
蟹丸 ……(369)
蟹炖蛋 ……(369)
素肉丸 ……(369)
素鳖 ……(369)
蒸鸡 ……(369)
让鸭 ……(369)
封鹅 ……(369)
熏面筋 ……(369)
焙红菜 ……(369)
煮冬瓜 ……(369)
煨冬瓜 ……(369)
囫囵肉茄 ……(369)
熏蕈 ……(369)
带壳笋 ……(369)
熏笋 ……(369)
烩牡丹花瓣 ……(369)
兰花羹 ……(369)
炸玉兰花瓣 ……(369)
拌迎春花 ……(369)
素蟹 ……(369)
鱼饼 ……(369)
冻鱼 ……(369)
鲫鱼羹 ……(370)
酥鲫 ……(370)
鳘鱼 ……(370)
消骨鱼 ……(370)
水鸡腊 ……(370)
醉虾 ……(370)
虾松 ……(370)
糟淡菜 ……(370)
酱鳆 ……(370)
薰鲫 ……(370)
醉海蜇 ……(370)
松壑蒸蟹 ……(370)
卤鸡 ……(370)
粉鸡 ……(370)
嘉兴马疃泼黄雀 ……(370)
煮蛋 ……(370)
肺羹 ……(370)
夏月冻蹄膏 ……(370)
皮羹 ……(370)
灌肚 ……(370)
烧兔肉 ……(370)
炖熊掌 ……(370)
蒸黄鼠 ……(371)
酒炖肉 ……(371)
酱肉 ……(371)
蒸风猪小肠 ……(371)
新鲜盐白菜炒鸡 ……(371)
风板鸭 ……(371)
焖鸡肉 ……(371)
顷刻熟鸡鸭 ……(371)
蒸鹿尾 ……(371)
蒸熊掌 ……(371)
炒野味 ……(371)
煮燕窝 ……(371)
煮鱼翅 ……(371)
煮鲍鱼 ……(371)
煮鹿筋 ……(371)
炒鳝鱼 ……(372)
炖脚鱼 ……(372)
醉鱼 ……(372)
虾羹 ……(372)
酥鱼 ……(372)
蛋卷 ……(372)
煮香菰 ……(372)
虾皮烘肉 ……(372)
炖牛乳 ……(372)
熏蛋 ……(372)
拌海蜇 ……(372)
汆西施舌 ……(372)
烧羊肉 ……(372)
烧犬肉 ……(372)
兔脯 ……(372)
炒鲨翅 ……(372)
炒鲍鱼 ……(372)
鸡瓜 ……(372)
熏肝 ……(372)
鸸鳖 ……(373)
煨鱼翅二法 ……(373)
煨淡菜 ……(373)
海螄蒸蛋 ……(373)
煨乌鱼蛋 ……(373)
蒸煨刀鱼 ……(373)
炒鳇皇片 ……(373)
烧黄鱼 ……(373)
黄鱼羹 ……(373)
煨班鱼 ……(373)
假蟹 ……(373)
烧猪头 ……(373)
煨猪蹄 ……(373)
蒸猪蹄 ……(373)

炮猪肚 ……(373)
煨猪肚 ……(373)
煨猪肺 ……(373)
煨猪腰 ……(373)
煨猪里肉 ……(373)
白片肉 ……(373)
红煨肉 ……(373)
白煨肉 ……(373)
油灼肉 ……(374)
干锅蒸肉 ……(374)
盖碗装肉 ……(374)
磁坛装肉 ……(374)
脱沙肉 ……(374)
晒干肉 ……(374)
火腿煨肉 ……(374)
台鲞煨肉 ……(374)
粉蒸肉 ……(374)
熏煨肉 ……(374)
芙蓉肉 ……(374)
荔枝肉 ……(374)
八宝肉 ……(374)
菜花头煨肉 ……(374)
炒肉丝 ……(374)
炒肉片 ……(374)
八宝肉圆 ……(374)
空心肉圆 ……(374)
笋煨火肉 ……(374)
烧小猪 ……(374)
炙排骨 ……(374)
罗蓑肉 ……(374)
杨公圆 ……(374)
黄芽菜煨火腿 ……(374)
蜜火腿 ……(375)
煨牛舌 ……(375)
羊羹 ……(375)
羊肚羹 ……(375)
红煨羊肉 ……(375)
烧羊肉 ……(375)
蒸果子狸 ……(375)
假牛乳 ……(375)
茶叶蒸鹿尾 ……(375)
鸡松 ……(375)
生炮鸡 ……(375)
鸡粥 ……(375)
焦鸡 ……(375)
捶鸡 ……(375)
炒鸡片 ……(375)
蒸小鸡 ……(375)
鸡丁 ……(375)
鸡圆 ……(375)
蘑菇煨鸡 ……(375)
梨炒鸡 ……(375)
假野鸡卷 ……(375)
黄芽菜炒鸡 ……(375)
栗子炒鸡 ……(375)
灼八块 ……(375)
珍珠团 ……(375)
黄芪蒸鸡 ……(375)
蒋鸡 ……(376)
唐鸡 ……(376)
炒鸡肝 ……(376)
鸡血羹 ……(376)
拌鸡丝 ……(376)
煨鸡肾 ……(376)
烤野鸡 ……(376)
拌野鸡丝 ……(376)
野鸡火锅 ……(376)
赤炖肉鸡 ……(376)
蘑菇煨鸡 ……(376)
火腿煨鸽肉 ……(376)
煨鸽蛋 ……(376)
炮雪梨野鸭片 ……(376)
蒸鸭 ……(376)
鸭糊涂 ……(376)
卤鸭 ……(376)
鸭脯 ……(376)
烧鸭 ……(376)
挂卤鸭 ……(376)
干蒸鸭 ……(376)
野鸭团 ……(376)
徐鸭 ……(376)
煨麻雀 ……(376)
煨黄雀 ……(376)
蒸鳊鱼 ……(376)
蒸鲫鱼 ……(376)
蒸白鱼 ……(377)
炒季鱼 ……(377)
土步鱼羹 ……(377)
鱼松 ……(377)
鱼圆 ……(377)
炒鱼片 ……(377)
连鱼豆腐 ……(377)
醋搂鱼 ……(377)
煨银鱼 ……(377)
煨台鲞 ……(377)
鲞冻 ……(377)

糟鲞 ……(377)
虾子勒鲞 ……(377)
鱼铺 ……(377)
家常煎鱼 ……(377)
黄姑鱼 ……(377)
汤鳗 ……(377)
红煨鳗 ……(377)
炸鳗 ……(377)
生炒甲鱼 ……(377)
酱炒甲鱼 ……(377)
带骨甲鱼 ……(377)
青盐甲鱼 ……(377)
汤煨甲鱼 ……(378)
全壳甲鱼 ……(378)
鳝丝羹 ……(378)
炒鳝 ……(378)
段鳝 ……(378)
虾圆 ……(378)
虾饼 ……(378)
炒虾 ……(378)
蟹羹 ……(378)
炒蟹粉 ……(378)
剥壳蒸蟹 ……(378)
醉蚶 ……(378)
烹蛏鳌 ……(378)
程泽弓蛏干 ……(378)
蛏汤豆腐 ……(378)
烹水鸡 ……(378)
蒋侍郎豆腐 ……(378)
杨中丞豆腐 ……(378)
庆元豆腐 ……(378)
芙蓉豆腐 ……(378)
王太守八宝豆腐 ……(378)
程立万豆腐 ……(378)
虾油豆腐 ……(378)
蓬蒿菜 ……(378)
煨蕨菜 ……(378)
煨葛仙米 ……(379)
煨羊肚菜 ……(379)
煨石发 ……(379)
素烧鹅 ……(379)
炒韭白 ……(379)
炒芹菜 ……(379)
豆芽燕窝 ……(379)
炒瓢菜心 ……(379)
菠菜烧豆腐 ……(379)
煨面筋 ……(379)
苋羹 ……(379)
芋羹 ……(379)
拌腐皮 ……(379)
炒扁豆 ……(379)
煨木耳香蕈 ……(379)
煨鲜菱 ……(379)
煨三笋 ……(379)
煮香珠豆 ……(379)
问政笋丝 ……(379)
炒鸡腿蘑菇 ……(379)
猪油煮萝卜 ……(379)
蒸香干菜 ……(379)
挪菜 ……(379)
腐干丝 ……(379)
酸菜 ……(379)
酱炒三果 ……(379)
酱石花 ……(379)
石花糕 ……(379)
混套 ……(379)
玉兰豆腐 ……(379)
荷叶豆腐 ……(379)
醉豆腐 ……(379)
烩鸡肾 ……(380)
炸骨牌 ……(380)
芭蕉蒸肉 ……(380)
干菜蒸肉 ……(380)
黄焖肉 ……(380)
棋盘肉 ……(380)
烧酒焖肉 ……(380)
白鲞樱桃肉 ……(380)
蟹煨肉 ……(380)
黑汁肉 ……(380)
茶叶肉 ……(380)
豆豉煨肉 ……(380)
西瓜肉 ……(380)
五香肉 ……(380)
海蜇肉 ……(380)
鱼肚肉 ……(380)
琥珀肉 ……(380)
盐酒肉 ……(380)
酱肉 ……(380)
酱风肉 ……(380)
雪水肉 ……(380)
松熏肉 ……(380)
辣椒肉 ……(380)
蒸腊肉 ……(380)
冷糟肉 ……(380)
拌肉丝 ……(380)
拌肉脯 ……(380)

醋烹脆骨 ……(380)
拌捶肉 ……(380)
脆片 ……(380)
金钱肉 ……(380)
糖拆肉 ……(380)
糖烧肉 ……(380)
隔层肉 ……(381)
响皮肉 ……(381)
挂炉肉 ……(381)
灯灯肉 ……(381)
湖绉烧肉 ……(381)
复汤肉 ……(381)
文武肉 ……(381)
杨梅肉圆 ……(381)
如意圆 ……(381)
米粉圆 ……(381)
徽州芝麻圆 ……(381)
糯米肉圆 ……(381)
葱嵌肉 ……(381)
南瓜瓤肉 ……(381)
笋瓤肉 ……(381)
蛋卷肉 ……(381)
腐皮披卷 ……(381)
扣肉 ……(381)
蛋肉 ……(381)
醉猪头 ……(381)
醉蹄尖 ……(381)
金银蹄 ……(381)
熏腊蹄 ……(381)
松果肉 ……(381)
建莲肺羹 ……(381)
樱桃肉 ……(381)
松仁鸡 ……(381)
荔枝鸡 ……(381)
套鸭 ……(382)
烧猪舌 ……(382)
红汤三肝 ……(382)
荷叶包鸡 ……(382)
虾圆豆腐 ……(382)
口蘑煨豆腐 ……(382)
煨口蘑 ……(382)
烧胖鱼脑 ……(382)
鸭舌煨白果 ……(382)
脍鱼翅 ……(382)
清汤燕窝 ……(382)
火腿片煨海蜇尖皮 ……(382)
酿黄干 ……(382)
糖面筋 ……(382)
烩豆腐 ……(382)
刀鱼圆 ……(382)
烩白鱼片 ……(382)
糟鲜鱼 ……(382)
白鱼羹 ……(382)
荷包鱼 ……(382)
虾仁汤 ……(382)
鱼肉馄饨 ……(382)
烧猪尾 ……(382)
甜酱肘 ……(382)
瓤骨 ……(382)
菊花肉 ……(382)
香袋肉 ……(382)
喇嘛肉 ……(382)
高丽肉 ……(382)
大刮肉圆 ……(382)
瓤柿肉小圆 ……(382)
烧肠 ……(383)
松菌烩鸭块 ……(383)
芙蓉蛋 ……(383)
油丝蛋 ……(383)
酥鸡 ……(383)
酥家鸭 ……(383)
酥野鸭 ……(383)
酥野鸡 ……(383)
石耳煨捶鸡 ……(383)
夹瓤肚 ……(383)
鱼翅拌肚 ……(383)
灌油肚 ……(383)
糯米肺 ……(383)
炙肝油 ……(383)
肝卷 ……(383)
煨肝 ……(383)
油炸肝 ……(383)
肉灌肠 ……(383)
闷荔枝腰 ……(383)
煨腰 ……(383)
盐水猪舌 ……(383)
五香舌丝 ……(383)
烧猪心 ……(383)
猪脑糕 ……(383)
假文师豆腐 ……(383)
糟猪耳 ……(383)
炙血脾 ……(383)
烹肉皮 ……(383)
炒脊髓 ……(383)
烩猪管 ……(383)
网油果 ……(383)

神仙汤 ……(383)
炖火腿 ……(383)
煨火腿皮 ……(383)
粉蒸腿 ……(383)
烧火腿蹄筋 ……(383)
煨三尖 ……(383)
九丝汤 ……(384)
代熊掌 ……(384)
炙鹿肉 ……(384)
煨三筋 ……(384)
麻辣兔丝 ……(384)
白糟炖兔 ……(384)
法制牛肉 ……(384)
煨牛舌 ……(384)
金丝 ……(384)
冻羊肉 ……(384)
炙羊肉片 ……(384)
红烧羊肉 ……(384)
蒸羊 ……(384)
酒煮羊肉 ……(384)
煮羊头 ……(384)
煨羊脑 ……(384)
爆羊肚 ……(384)
拌羊肝 ……(384)
血肠 ……(384)
羊血羹 ……(384)
加香鸭 ……(384)
青螺鸭 ……(384)
煨三鸭 ……(384)
艾家鸭 ……(384)
茶油鸭 ……(384)
滚水提桶鸭 ……(384)
白煮鸭舌 ……(384)
鸭舌羹 ……(384)
煨鸭掌 ……(384)
炒鸭肫 ……(384)
炖假乳鲜 ……(384)
酒煮蛋黄 ……(384)
拌腌蛋 ……(384)
红煨三蛋 ……(385)
醋溜变蛋 ……(385)
烩野鸭羹 ……(385)
拆骨野鸭 ……(385)
野鸭圆 ……(385)
野鸭卷 ……(385)
罐鹅 ……(385)
炒鸽丝 ……(385)
煨鸽 ……(385)
炖鸽蛋 ……(385)
炒鸽蛋 ……(385)
烩鸽蛋 ……(385)
醉黄雀 ……(385)
烹麻雀 ……(385)
蚕豆炒麻雀 ……(385)
煨三鸡 ……(385)
炒鸡爪 ……(385)
叉烧鸡 ……(385)
烩鸡皮 ……(385)
醉鸡翅 ……(385)
文蛋 ……(385)
烧鲤鱼白 ……(385)
烹鲤鱼腴 ……(385)
花篮鲈鱼 ……(385)
红烧鲤鱼唇尾 ……(385)
鱼子酱 ……(385)
印鲚鱼 ……(385)
鲚鱼圆 ……(385)
糟鲥鱼 ……(385)
炖鲟鱼 ……(385)
煨鳇鱼 ……(385)
炒斑鱼肝 ……(385)
姜醋拌鳊鱼 ……(385)
面煨鳊鱼 ……(385)
干煨鲫鱼 ……(385)
去骨鲫鱼 ……(385)
鲫鱼唇舌 ……(386)
风白鱼 ……(386)
炒青鱼片 ……(386)
青鱼膏 ……(386)
蒸鲈鱼 ……(386)
鲈鱼汤 ……(386)
松鼠鱼 ……(386)
春斑汤 ……(386)
烧连鱼头 ……(386)
瓠子煨鳃鱼 ……(386)
醋搂鳃鱼 ……(386)
烧鳗鱼 ……(386)
烧鳝鱼 ……(386)
炒银鱼 ……(386)
鲇鱼 ……(386)
二色蟹肉圆 ……(386)
馓子炒蟹肉 ……(386)
醉蟹炖鸽蛋 ……(386)
虾饼 ……(386)
炸虾段 ……(386)
醉虾圆 ……(386)

烧瓤虾圆 ……(386)
拌金钩 ……(386)
清蒸甲鱼 ……(386)
生炒甲鱼 ……(386)
七星蟹 ……(386)
豆腐球 ……(386)
糟泥螺 ……(386)
炒芽笋 ……(386)
炝芽笋 ……(386)
瓤天目笋 ……(386)
素烧鱼 ……(386)
榄橄萝卜 ……(386)
青菜烧杂果 ……(386)
椿菜拌豆腐 ……(386)
蓬蒿汤 ……(387)
煨假元宵 ……(387)
炒莴苣 ……(387)
拌豌豆头 ……(387)
炸金针 ……(387)
茭白烧肉 ……(387)
瓤莴苣 ……(387)
蒸苋菜 ……(387)
蜜饯黄芽菜 ……(387)
十香菜 ……(387)
豆腐饺 ……(387)
扒大豆腐 ……(387)
素黄雀 ……(387)
纯酱油炖老母鸡 ……(387)
牛乳煨鸡 ……(387)
烹鸡 ……(387)
核桃仁煨鸭 ……(387)
攒盘 ……(387)
核桃肠 ……(387)
金钱鞭 ……(387)
金条肉 ……(387)
假鸡肾 ……(387)
西洋面鱼 ……(387)
瓶儿菜 ……(387)
莴苣豆 ……(387)
夹干面筋 ……(387)
家常煨肉 ……(387)
醋烹肉 ……(387)
辣椒肉 ……(387)
芥末拌肉 ……(387)
大炒京片 ……(387)
少炒肉 ……(387)
骨头肉 ……(388)
酒炖肉 ……(388)
哈拉巴 ……(388)
猪头膏 ……(388)
鱼膘蹄 ……(388)
煨笋蹄花 ……(388)
冻蹄 ……(388)
嵌蹄 ……(388)
五香肚 ……(388)
脍肚丝 ……(388)
爆肚 ……(388)
天孙脍 ……(388)
网油卷 ……(388)
肉煨鹿肉 ……(388)
炒鹿肉 ……(388)
白煮羊肉 ……(388)
红煨羊肉 ……(388)
黄芪煨羊肉 ……(388)
京毯 ……(388)
叉烧金钱肉 ……(388)
坛羊肉 ……(388)
膘脡肉 ……(388)
脍银丝 ……(388)
散袋 ……(388)
京肚 ……(388)
走油青菜 ……(388)
达虎剌 ……(388)
嫩瓤鸭 ……(388)
蜜鸭 ……(388)
八宝鸭 ……(388)
竹节鸭 ……(388)
酱鸭 ……(389)
煨板鸭 ……(389)
煨鸭舌 ……(389)
冻鸭掌 ……(389)
鸭杂 ……(389)
洋炉鹅 ……(389)
扁鸽蛋 ……(389)
鸽蛋汤 ……(389)
烧麻雀丁 ……(389)
瓶儿鸡 ……(389)
汽锅鸡 ……(389)
煨五鲜 ……(389)
炒三丝 ……(389)
烧鸡 ……(389)
醋炸鸡 ……(389)
辣煮鸡 ……(389)
鸡豆 ……(389)
杨妃蛋 ……(389)
云阳汤 ……(389)

野鸡爪 ……(389)
鸡炖甲鱼 ……(389)
东坡肉 ……(389)
鱼脑豆腐 ……(389)
鸡油炒松仁 ……(389)
酱炸榛仁 ……(389)
煨鲜胡桃 ……(389)
烧栗肉 ……(389)
飘红桔 ……(389)
整烧苹果 ……(389)
苹果煨猪肉 ……(389)
假鲥鱼 ……(389)
菱圆 ……(389)
烧菱肉 ……(389)
酱炸杏仁 ……(389)
炸樱桃 ……(389)
荸荠素饼 ……(389)
荸荠荤饼 ……(389)
摸刺刀鱼 ……(389)
烧金华火腿 ……(390)
葵花肉丸 ……(390)
黑鱼肠 ……(390)
马鞍桥 ……(390)
茄鲞 ……(390)
茄脯 ……(390)
牛乳蒸羊羔 ……(390)
糟鹌鹑 ……(390)
油盐炒枸杞芽 ……(390)
鸡髓笋 ……(390)
火腿虾圆杂脍 ……(390)
烧鸭 ……(390)
五香熏鱼 ……(390)
泡盐菜 ……(390)
酿豆芽 ……(390)
蛤蜊鲫鱼汤 ……(390)
玉兰片瑶柱汤 ……(390)
虾球 ……(390)
金边白菜 ……(390)
五香面 ……(390)
八珍面 ……(391)
素焦饼 ……(391)
荤焦饼 ……(391)
玫瑰火饼 ……(391)
奶子茶 ……(391)
八珍糕 ……(391)
乳滴 ……(391)
卷煎 ……(391)
八宝酱 ……(391)
咸杏仁 ……(391)
风栗 ……(391)
糟栗 ……(391)
杏酪 ……(391)
糯米酱 ……(391)
豆豉 ……(391)
熏豆腐 ……(391)
凤凰脑子 ……(391)
腐干 ……(391)
响面筋 ……(391)
麻腐 ……(391)
粟腐 ……(391)
顶酥饼 ……(391)
果馅饼 ……(391)
粉枣 ……(391)
玉露霜 ……(391)
晋府千层油旋烙饼 ……(391)
光烧饼 ……(391)
阁老饼 ……(392)
核桃饼 ……(392)
蒸裹粽 ……(392)
橙糕 ……(392)
闭瓮芥菜 ……(392)
水闭瓮菜 ……(392)
绍兴酱茄 ……(392)
酱麻姑 ……(392)
醉香蕈 ……(392)
糟笋 ……(392)
醉萝卜 ……(392)
酒发鱼 ……(392)
甜虾 ……(392)
糟鱼 ……(392)
上品酱蟹 ……(392)
醉蟹 ……(392)
鸡松 ……(392)
百日内糟鹅蛋 ……(392)
炒栗 ……(392)
橙饼 ……(392)
清酱 ……(392)
香豆豉 ……(392)
水豆豉 ……(393)
豆腐乳 ……(393)
糟豆腐乳 ……(393)
火腿酱 ……(393)
牛肉干 ……(393)
醉螃蟹 ……(393)
糟鱼 ……(393)
鱼松 ……(393)

变蛋 ……(393)
乳蛋 ……(393)
酱鸡蛋 ……(393)
白煮蛋 ……(393)
杏仁浆 ……(393)
芝麻茶 ……(393)
鸡蛋糕 ……(394)
黏糕 ……(394)
萝卜糕 ……(394)
西洋糕 ……(394)
绿豆糕 ……(394)
莴菜糕 ……(394)
茯苓糕 ……(394)
松糕 ……(394)
西瓜糕 ……(394)
山查糕 ……(394)
蔷薇糕 ……(394)
满州饽饽 ……(394)
米粉菜包 ……(394)
腌落花生 ……(395)
腌蒜头 ……(395)
腌红姜 ……(395)
腌芥菜 ……(395)
辣菜 ……(395)
五香菜 ……(395)
鸡松 ……(395)
蜜锭 ……(395)
浆棒果 ……(395)
水饼 ……(395)
熏蛋 ……(395)
茶叶蛋 ……(395)
人参笋 ……(395)
熏鱼子 ……(395)
喇虎酱 ……(395)
萝卜鲞片 ……(395)
醉泥螺 ……(395)
酱姜 ……(395)
高邮腌蛋 ……(396)
鳗面 ……(396)
温面 ……(396)
鳝面 ……(396)
素面 ……(396)
裙带面 ……(396)
蓑衣饼 ……(396)
虾饼 ……(396)
薄饼 ……(396)
面老鼠 ……(396)
颠不棱 ……(396)
韭合 ……(396)
糖饼 ……(396)
千层馒头 ……(396)
面茶 ……(396)
竹叶粽 ……(396)
萝卜汤团 ……(396)
水粉汤团 ……(396)
脂油糕 ……(396)
雪花糕 ……(396)
软香糕 ……(396)
百果糕 ……(396)
栗糕 ……(396)
青糕青团 ……(396)
合欢饼 ……(396)
鸡豆糕 ……(396)
鸡豆粥 ……(396)
金团 ……(396)
麻团 ……(396)
肖美人点心 ……(396)
刘方伯月饼 ……(397)
陶方伯十景点心 ……(397)
杨中丞西洋饼 ……(397)
白云片 ……(397)
风栖 ……(397)
三层玉带糕 ……(397)
运司糕 ……(397)
小馒头小馄饨 ……(397)
雪蒸糕 ……(397)
酥饼 ……(397)
天然饼 ……(397)
花边月饼 ……(397)
扬州洪府粽子 ……(397)
如意卷 ……(397)
茶干圆 ……(397)
瓤荸荠饼 ……(397)
大虾脯 ……(397)
酥笋 ……(397)
雪腌肉 ……(397)
灰腌肉 ……(397)
甘露脯 ……(397)
酱肉鲊 ……(397)
鹿角胶虎角胶片 ……(398)
风鸡 ……(398)
笋豆 ……(398)
八宝糕 ……(398)
荸荠寿桃 ……(398)
炸灌藕 ……(398)
梨煨羊肉 ……(398)

炒胡桃仁 ……(398)
石榴羹 ……(398)
酱桔皮 ……(398)
无心果 ……(398)
素水鸡 ……(398)
烧藕片 ……(398)
酱何首乌 ……(398)
神仙桃 ……(398)
整烧梨 ……(398)
煨梨片 ……(398)
莲花圆眼 ……(398)
醉花生 ……(398)
酱胡桃 ……(398)
酱栗 ……(398)
荷包栗 ……(398)
煨栗 ……(398)
瓤荸荠 ……(398)
锅粑糕 ……(398)
蒸馄饨 ……(398)
炒锅粑 ……(398)
荤馅烧卖 ……(398)
豆沙烧卖 ……(398)
油糖烧卖 ……(398)
金钱饼 ……(398)
元宵饼 ……(398)
菊花饼 ……(398)
猴耳枸 ……(398)
绿豆面 ……(398)
冷烧面 ……(398)
煮切面 ……(398)
鸡粉面 ……(398)
鱼粉面 ……(398)
炸糍粑 ……(399)
青菜饭 ……(399)
面珠汤 ……(399)
宽条面 ……(399)
煨肉面 ……(399)
麋面 ……(399)
锅块饼 ……(399)
神仙饼 ……(399)
春色糖饼 ……(399)
果酥 ……(399)
蜜酥 ……(399)
桃酥 ……(399)
麻油酥 ……(399)
麻油甜饼 ……(399)
芝麻椒盐酥 ……(399)
油糖面酥 ……(399)
奶酥 ……(399)
常熟馒头 ……(399)
豆沙馒头 ……(399)
馒头印糕 ……(399)
无皮馒头 ……(399)
酥鳟鳟 ……(399)
豆沙卷 ……(399)
油糖切卷 ……(399)
豆沙酥卷 ……(399)
椒盐切卷 ……(399)
烩油炸鬼 ……(399)
馓花 ……(399)
马蹄卷 ……(399)
米粉卷 ……(399)
八蒸糕 ……(399)
八珍糕 ……(399)
芝麻糕 ……(400)
糖糕 ……(400)
扁豆糕 ……(400)
葡萄糕 ……(400)
水晶糕 ……(400)
米粉圆 ……(400)
粉元宝 ……(400)
东坡酥 ……(400)
印酥 ……(400)
油墩饼 ……(400)
水晶月饼 ……(400)
素月饼 ……(400)
薄锅饼 ……(400)
小糯米汤圆 ……(400)
煎年糕 ……(400)
糖粉饼 ……(400)
挂粉汤圆 ……(400)
粉花香瓜 ……(400)
神仙果 ……(400)
油糖粉饺 ……(400)
豆糖粉饺 ……(400)
芝麻粉盒 ……(400)
薄荷香粽 ……(400)
豆沙粽 ……(400)
莲子粽 ……(400)
松仁粽 ……(400)
胡桃糕 ……(400)
炸胡桃饼 ……(400)
糖胡桃饼 ……(400)
南枣糕 ……(400)
枣饼 ……(400)
花生糕 ……(400)

桂圆糕 ……(400)
榧子糕 ……(400)
杏子糕 ……(400)
枇杷糕 ……(400)
百合糕 ……(400)
莲子糕 ……(400)
平安果 ……(401)
苹果糕 ……(401)
白果糕 ……(401)
橄榄糕 ……(401)
琥珀糕 ……(401)
桔皮糕 ……(401)
佛手糕 ……(401)
香橙饼 ……(401)
紫苏饼 ……(401)
荤灌藕 ……(401)
姑熟炒饭 ……(401)
荷香饭 ……(401)
香露饭 ……(401)
金桔饼 ……(401)
玫瑰糕 ……(401)
玫瑰粉饺 ……(401)
玫瑰卷酥 ……(401)
糖球糕 ……(401)
山楂糕 ……(401)
桂糕 ……(401)
荸荠卷 ……(401)
荸荠糕 ……(401)
山药糕 ……(401)
蒸山药饼 ……(401)
梨糕 ……(401)
菱粉糕 ……(401)
芝麻饼 ……(401)
薄荷糕 ……(401)
栗粥 ……(401)
松叶粥 ……(401)
藕粥 ……(401)
荷鼻粥 ……(401)
香稻叶粥 ……(401)
丝瓜叶粥 ……(401)
菊花粥 ……(401)
佛手柑粥 ……(402)
鹿尾粥 ……(402)
燕窝粥 ……(402)
腐浆粥 ……(402)
龙眼肉粥 ……(402)
大枣粥 ……(402)
柿霜粥 ……(402)
枳椇粥 ……(402)
淡竹叶粥 ……(402)
鹿肉粥 ……(402)
海参粥 ……(402)
猪髓粥 ……(402)
双虹楼烧饼 ……(402)
淮饺 ……(402)
三鲜大连 ……(402)
冷蒸 ……(402)
薰烧 ……(402)
灌汤肉包 ……(402)
荷叶甲 ……(402)
鲋鱼卷 ……(402)
蚱蠓饼 ……(402)
勃荠糕 ……(402)
火腿粽 ……(402)
兰花蚕豆 ……(402)
水晶肝肠 ……(402)
小腿粽 ……(402)
条头糕 ……(403)
条半糕 ……(403)
方头糕 ……(403)
糕元宝 ……(403)
盘龙馒头 ……(403)
撑腰糕 ……(403)
秤鎚粽 ……(403)
冬至糈 ……(403)
莲叶糕 ……(403)
炒肉皮 ……(403)
整鸭脍 ……(403)
太阳鸡糕 ……(403)
龙须面 ……(403)
龙抬头 ……(403)
龙鳞饼 ……(403)
萨其玛 ……(403)
芙蓉糕 ……(403)
水乌他 ……(403)
奶乌他 ……(403)
天福斋酱肘 ……(403)
黄蜂糕 ……(403)
白蜂糕 ……(403)
碎蜜供 ……(403)
月盛斋五香酱羊肉 ……(403)
跳神肉 ……(403)
向日葵粥 ……(403)
紫菀苗粥 ……(403)
荆芥苗粥 ……(403)
芎劳粥 ……(403)

茉莓粥 ……(403)
茵陈粥 ……(403)
蜜粥 ……(403)
兰花粥 ……(404)
藤萝花粥 ……(404)
木香花粥 ……(404)
萱草花粥 ……(404)
芍药花粥 ……(404)
牡丹花粥 ……(404)
蒺藜粥 ……(404)
萎蕤粥 ……(404)
何首乌粥 ……(404)
参粥 ……(404)
椿芽粥 ……(404)
桂浆粥 ……(404)
桂花粥 ……(404)
木槿花粥 ……(404)
松花粉粥 ……(404)
橄榄粥 ……(404)
荔枝粥 ……(404)
龙眼粥 ……(404)
白果粥 ……(404)
樱桃粥 ……(404)
山查粥 ……(404)
蒲萄粥 ……(404)
桑仁粥 ……(404)
梨粥 ……(404)
桔粥 ……(404)
桃脯粥 ……(404)
瓠粥 ……(404)
茄粥 ……(404)
丝瓜粥 ……(404)
西瓜子仁粥 ……(404)
南瓜粥 ……(404)
冬瓜粥 ……(404)
蘑菇粥 ……(404)
香蕈粥 ……(404)
石耳粥 ……(404)
慈姑粥 ……(404)
莲花粥 ……(404)
鲜荷叶粥 ……(404)
长寿果粥 ……(404)
落花生粥 ……(404)
甘露子粥 ……(404)
红薯粥 ……(404)
笋粥 ……(404)
芦笋粥 ……(404)
蒲蓠粥 ……(404)
水笠子粥 ……(404)
紫菜粥 ……(405)
发菜粥 ……(405)
荇菜粥 ……(405)
莼菜粥 ……(405)
鼠曲菜粥 ……(405)
墨头菜粥 ……(405)
辣米菜粥 ……(405)
芫荽粥 ……(405)
茼蒿粥 ……(405)
蒌蒿粥 ……(405)
苜蓿粥 ……(405)
染绛菜粥 ……(405)
冬苋菜粥 ……(405)
巢菜粥 ……(405)
蒲公英粥 ……(405)
红油菜粥 ……(405)
乌金白菜粥 ……(405)
菘菜粥 ……(405)
神曲粥 ……(405)
红曲粥 ……(405)
豆豉粥 ……(405)
麦芽粥 ……(405)
谷芽粥 ……(405)
涝糟粥 ……(405)
沙谷米粥 ……(405)
苁米粥 ……(405)
爬山豆粥 ……(405)
泥豆粥 ……(405)
彬豆粥 ……(405)
刀豆粥 ……(405)
豇豆粥 ……(405)
芸豆粥 ……(405)
扁豆粥 ……(405)
蚕豆粥 ……(405)
豌豆粥 ……(405)
红白饭豆粥 ……(405)
黑豆粥 ……(405)
黄豆粥 ……(405)
面筋浆粉粥 ……(405)
炒面粥 ……(405)
浮麦粥 ……(405)
盐米粥 ……(405)
焦米粥 ……(405)
宣威火腿 ……(405)
香肠 ……(406)
肉松 ……(406)
鱼松 ……(406)

糟鱼 ……(406)
风鱼 ……(406)
醉蟹 ……(406)
糟蛋 ……(406)
辣豆瓣 ……(406)
品豉 ……(406)
腐乳 ……(406)
冬菜 ……(406)
甜醪酒 ……(406)
酥月饼 ……(406)
山药馒头 ……(407)
蜜炙莲子 ……(407)
雪花豆腐 ……(407)
罗汉豆腐 ……(407)
拔丝山药 ……(407)
闷发菜 ……(407)
煨商山芝 ……(407)
菜鬆 ……(407)
煨虎蹄菌 ……(407)
兰花摩菇 ……(407)
煨香菇 ……(407)
煨羊肚菌 ……(407)
甜酱炒鹿角菜 ……(407)
炒米花 ……(407)
醋浸菜 ……(407)
浸菜 ……(407)
制胡豆瓣 ……(407)
腌胡菜菔 ……(407)
煮腊豆 ……(407)
煨笋衣 ……(407)
煨竹荪 ……(407)
拌树花菜 ……(408)
煨榆木耳 ……(408)
煨桂花木耳 ……(408)
蒸白木耳 ……(408)
石花糕 ……(408)
凉拌石花菜 ……(408)
炒菜花 ……(408)
炒芹黄 ……(408)
雪里蕻炒白合 ……(408)
瀹银条菜 ……(408)
榆荚汤 ……(408)
拌石芥 ……(408)
炒丝瓜 ……(408)
炒洋生姜 ……(408)
炒龙头菜 ……(408)
倭瓜圆 ……(408)
拌胡瓜 ……(408)
搅瓜 ……(408)
蒸百合 ……(408)
山芋圆 ……(408)
炸白薯 ……(408)
炒鲜蚕豆 ……(408)
白扁豆鬆 ……(408)
馏荸荠 ……(408)
蒸山药 ……(408)
煨壶卢 ……(408)
藕圆 ……(408)
煮莲子 ……(409)
麻粉 ……(409)
麻豆腐 ……(409)
摩姑煨腐皮 ……(409)
豆腐圪坨 ……(409)
玉琢羹 ……(409)
罗汉菜 ……(409)
枣鬆 ……(409)
煮落花生 ……(409)
煮白果 ……(409)
蜜炙栗 ……(409)
果羹 ……(409)
豆腐丝 ……(409)
玉米粥 ……(409)
托面 ……(409)
削面 ……(409)
拉面 ……(409)
淋饼 ……(409)
油酥干饼 ……(409)
炸油果 ……(409)
炸油糕 ……(409)
炒油茶 ……(409)
菊叶粉片 ……(410)
炒面条 ……(410)
面菱 ……(410)

现代菜点

菜肴

畜肉类

金银全乳猪 ……(410)
烤小猪 ……(410)
火烧蕨麻猪 ……(410)
生扒肉方 ……(410)
晾肉 ……(410)
虎皮肉 ……(410)
干扣肉 ……(410)

杏核肉 ……(410)
马莲肉 ……(410)
坛肉 ……(410)
美宫肉 ……(410)
白切肉 ……(410)
干切咸肉 ……(410)
四方扣肉 ……(410)
桂花肉 ……(410)
枸杞头炒肉丝 ……(410)
麻干肉片 ……(411)
炸面码 ……(411)
过油肉 ……(411)
糖醋熘食盒 ……(411)
蜜汁甜糕 ……(411)
酥白肉 ……(411)
拔丝芝麻丸 ……(411)
菜心菊花肉 ……(411)
烤猪方子 ……(411)
肉烩菜 ……(411)
生大燴 ……(411)
甫亭肉方 ……(411)
抽刀白肉 ……(411)
煸白肉 ……(411)
爆软硬 ……(411)
炸烹肉片 ……(411)
夹沙肉 ……(411)
商芝肉 ……(411)
炸肋条 ……(411)
镶枣肉 ……(412)
蜜拉肉钻辘 ……(412)
扣蒸肉丝 ……(412)
炝白肉 ……(412)
僧来破禅 ……(412)
莲菜炒肉片 ……(412)
冰糖肘子 ……(412)
蜜炙水脆油 ……(412)
玻璃丸子 ……(412)
料里脊 ……(412)
五色丸子 ……(412)
蒜烹肘子 ……(412)
糖醋里脊 ……(412)
五熘夹沙 ……(412)
炮仗肉 ……(412)
迎宾雪莲 ……(412)
温拌肘子 ……(412)
清汆夹沙 ……(412)
凉拌里脊 ……(412)
大炒里脊 ……(413)
醋烹猪肉 ……(413)
张掖大菜 ……(413)
捆子肉 ……(413)
糖酥丸子 ……(413)
挂霜丸子 ……(413)
烤网油签 ……(413)
五香肉干 ……(413)
双烤肉 ……(413)
糟蒸肉 ……(413)
元宝肉 ……(413)
把子肉 ……(413)
坛子肉 ……(413)
火爆燎肉 ……(413)
琉璃肉 ……(413)
熘黄菜 ……(413)
鸡茸蛋 ……(413)
烤方 ……(413)
松子熏肉 ……(413)
百花酒焖肉 ……(413)
虎皮梳子肉 ……(413)
走油肉 ……(414)
樱桃肉 ……(414)
乳腐肉 ……(414)
酱汁肉 ……(414)
腐乳爆肉 ……(414)
脆浆裹肉 ……(414)
松子酥肉 ……(414)
晾干肉 ……(414)
干菜焖肉 ……(414)
绍式小扣 ……(414)
南肉春笋 ……(414)
糟扣肉 ……(414)
东坡肉 ……(414)
红酥[illegible] ……(414)
家乡肉 ……(414)
勺子肉 ……(414)
[illegible]皮菊花心 ……(414)
香质扣肉 ……(414)
志士肉 ……(414)
金钱肉 ……(414)
酸甜竹节肉 ……(414)
酱豆腐五花肉 ……(414)
烧臆子 ……(415)
亮干肉 ……(415)
夹干肉 ……(415)
鸡皮肉 ……(415)
江陵千张肉 ……(415)
莲藕粉蒸肉 ……(415)

螺丝五花肉 ……(415)
襄阳夹沙肉 ……(415)
应山滑肉 ……(415)
松枝肉 ……(415)
雪花甜肉 ……(415)
芥末肉 ……(415)
走油豆豉扣肉 ……(415)
片皮乳猪 ……(415)
糖醋咕噜肉 ……(415)
香芋扣肉 ……(415)
甜绉纱肉 ……(415)
果汁肉脯 ……(415)
蜜汁叉烧 ……(415)
野鸡卷 ……(415)
挂绿爽肉果 ……(416)
荔芋扣肉 ……(416)
一品酥方 ……(416)
龙眼甜烧白 ……(416)
回锅肉 ……(416)
旱蒸回锅肉 ……(416)
盐煎肉 ……(416)
蒜泥白肉 ……(416)
鱼香肉丝 ……(416)
榨菜肉丝 ……(416)
合川肉片 ……(416)
江津肉片 ……(416)
连锅汤 ……(416)
碎骨肉 ……(416)
龙眼咸烧白 ……(416)
烧白 ……(416)
　扣肉 ……(416)
　咸烧白 ……(416)
锅巴肉片 ……(416)
盐酸菜蒸肉 ……(416)
小米鲊肉 ……(416)
肉丝龙爪 ……(416)
肉片黄丝菌 ……(416)
拆耳根炒肉丝 ……(417)
罐罐红烧肉 ……(417)
风干肉 ……(417)
口袋肉 ……(417)
番茄腰柳 ……(417)
蒲棒里脊菊花肉 ……(417)
豌豆苗里脊丝 ……(417)
糖醋两样 ……(417)
三鲜里脊卷 ……(417)
葱烧里脊 ……(417)
荷包里脊 ……(417)
焦熘肉段 ……(417)
滑熘里脊 ……(417)
蛋白里脊 ……(417)
焦熘里脊 ……(417)
酥糊里脊 ……(417)
螺蛳肉 ……(417)
竹节肉 ……(417)
绿岛百花脯 ……(417)
清汤里脊 ……(417)
彩云里脊片 ……(417)
花月里脊丝 ……(418)
蜂尔里脊 ……(418)
酸辣里脊 ……(418)
软煸里脊 ……(418)
红油金钱里脊 ……(418)
糊肘 ……(418)
凉冻绿豆肘 ……(418)
扒肘子 ……(418)
枫泾丁蹄 ……(418)
封膀 ……(418)
　封胖 ……(418)
走油蹄膀 ……(418)
走油拆炖 ……(418)
大白蹄 ……(418)
珍珠肘子 ……(418)
珍珠梅花肘子 ……(418)
水晶肘子 ……(418)
红焖肘子 ……(418)
鱼香肘子 ……(418)
缠花云梦肉 ……(419)
芥末肘子 ……(419)
带把肘子 ……(419)
绉纱肉 ……(419)
　虎皮肘子 ……(419)
罐儿蹄 ……(419)
锅烧肘子 ……(419)
水晶肴蹄 ……(419)
　肴肉 ……(419)
冰糖扒蹄 ……(419)
一团和气 ……(419)
杞忧烘皮肘 ……(419)
砂缽原汁蹄膀 ……(419)
缠蹄 ……(419)
焦盐肘子 ……(419)
卤水扎蹄 ……(419)
绉纱圆蹄 ……(419)
蟹黄狮子头 ……(419)
炒肉末 ……(419)

清蒸珍珠丸子 ……(419)
菜心肉圆 ……(420)
面包肉桶 ……(420)
萝卜肉 ……(420)
蒜糊肉盒 ……(420)
糖醋佛手卷 ……(420)
麻肠 ……(420)
炸笔管葱 ……(420)
煎丸子 ……(420)
肉米烧金皮 ……(420)
脆皮丸子 ……(420)
招远蒸丸 ……(420)
山东丸子 ……(420)
炸灌汤丸子 ……(420)
炸大扁 ……(420)
清炖蟹粉狮子头 ……(420)
金陵圆子 ……(420)
炸排肉 ……(420)
熘酥肠 ……(420)
干炸网子肉 ……(420)
麻油肠卷 ……(420)
枣核肉 ……(420)
玉带肉 ……(421)
炸凤凰腿 ……(421)
杨梅圆子 ……(421)
徽州圆子 ……(421)
细沙炸肉 ……(421)
葱柄肉圆 ……(421)
水晶肉丸 ……(421)
冻米肉丸 ……(421)
蟠龙菜 ……(421)
网油肉卷 ……(421)
蒸白圆 ……(421)
荷包圆子 ……(421)
珍珠米圆 ……(421)
脆炸肉丸 ……(421)
苕菜狮子头 ……(421)
满池荷花开 ……(421)
蚕壳丸子 ……(421)
葱花排骨 ……(421)
无锡肉骨头 ……(421)
酱排骨 ……(421)
椒盐排骨 ……(421)
穿笋牌楼 ……(421)
挂霜排骨 ……(421)
杏仁排骨 ……(421)
印度煎骨 ……(422)
换柱排骨 ……(422)
豉汁蒸排骨 ……(422)
原笼玉簪 ……(422)
网油蒸骨 ……(422)
砂锅下水 ……(422)
糟钵头 ……(422)
爆三样 ……(422)
烧肝大 ……(422)
橄榄生 ……(422)
扒烧整猪头 ……(422)
豆沙猪头 ……(422)
净猪头 ……(422)
大薄片 ……(422)
糟油口条 ……(422)
水磨丝 ……(422)
红油耳丝 ……(422)
奶汤烩猪脑 ……(422)
白扒天花 ……(422)
淮杞炖猪脑 ……(422)
金银脑花 ……(422)
白汁香管脊髓鸡脯 ……(423)
汆芙蓉黄管脊髓 ……(423)
虾子管廷 ……(423)
管廷烩脊髓 ……(423)
卤煮黄香管 ……(423)
糟猪脚爪 ……(423)
拌鲜皮丝 ……(423)
椒盐翘尾 ……(423)
酿肉皮 ……(423)
桂花皮丝 ……(423)
白云猪手 ……(423)
皮扎丝 ……(423)
琵琶蹄燕卷 ……(423)
鸡茸蹄筋 ……(423)
黄葱烧蹄筋 ……(423)
白汁蹄筋 ……(423)
翡翠蹄筋 ……(423)
鸡火蹄燕 ……(424)
虾仁蹄筋 ……(424)
凤翅蹄筋 ……(424)
桂花蹄筋 ……(424)
麻酱腰片 ……(424)
熘腰花 ……(424)
三椒腰片 ……(424)
熘腰花 ……(424)
炸核桃腰 ……(424)
温拌腰丝 ……(424)
腐皮包腰丁 ……(424)
炸麻花腰子 ……(424)

醉腰丝 ……(424)
金腿炖酥腰 ……(424)
芝麻腰子 ……(424)
淡菜酥腰 ……(424)
掸炝腰片 ……(424)
两色腰子 ……(424)
冬菜腰片汤 ……(424)
炸桃腰 ……(425)
炸卷肝 ……(425)
崩肝 ……(425)
油纳肝 ……(425)
熘肝尖 ……(425)
炸熘肝尖 ……(425)
泾县小烧 ……(425)
炸肝 ……(425)
肝胆相照 ……(425)
脆皮猪肝 ……(425)
烧网油肝花 ……(425)
金银肝 ……(425)
竹荪肝膏 ……(425)
菜包猪肝 ……(425)
油爆双脆 ……(425)
烂蒜烩肚丝 ……(425)
油爆肚 ……(425)
松仁小肚 ……(425)
芥末肚丝 ……(425)
干爆肚条 ……(425)
熘三样 ……(425)
芥末拌肚丝 ……(425)
奶汤肚块 ……(426)
炝肚块 ……(426)
酸辣肚吊 ……(426)
爆炒肚仁 ……(426)
油爆肚头 ……(426)
桂花肚 ……(426)
火腿扣肚结 ……(426)
锅烧肚 ……(426)
双层肚丝 ……(426)
爆满山红 ……(426)
蝴蝶肚尖 ……(426)
油泡爽肚 ……(426)
五彩瓤猪肚 ……(426)
芫荽肚头 ……(426)
松仁肚 ……(426)
九转肠腐 ……(426)
烧圈子 ……(426)
鸡圈肉 ……(426)
炸虎尾 ……(426)
瓤馅大肠 ……(426)
通辽肉肠 ……(426)
酸辣肥肠 ……(426)
珍珠杏花肠 ……(427)
九转大肠 ……(427)
清炸大肠 ……(427)
烤大肠 ……(427)
同肠 ……(427)
套肠 ……(427)
炸筒头 ……(427)
桂花大肠 ……(427)
阴米灌肠汤 ……(427)
脆皮炸大肠 ……(427)
香酥肥肠 ……(427)
奶油银肺 ……(427)
砂锅肚肺 ……(427)
奶汤银肺 ……(427)
奶汤白烩 ……(427)
金银肉 ……(427)
清汤火方 ……(427)
炖金银蹄 ……(427)
蜜汁火方 ……(428)
东坡腿 ……(428)
金丝火腿 ……(428)
火腿蚕豆 ……(428)
樱菇火方 ……(428)
火腿冬笋尖 ……(428)
烧云腿 ……(428)
珠梨蜜汁火腿 ……(428)
回锅香肠 ……(428)
烤肉 ……(428)
袈裟牛肉 ……(428)
三元牛头 ……(428)
芫爆散丹 ……(428)
酥炸牛肉 ……(428)
葵花牛肉 ……(428)
枸杞煨牛肉 ……(428)
香糟牛肉 ……(428)
金钩牛肉 ……(428)
串隆牛肉 ……(428)
杏干牛肉 ……(428)
香面牛肉 ……(428)
炸牛酥络 ……(428)
炸牛肉黄油球 ……(429)
鲜香牛肉卷 ……(429)
北煎牛肉饼 ……(429)
炸土豆牛肉卷 ……(429)
炸卷果 ……(429)

口蘑烧云头 ……(429)
浪里白条 ……(429)
烧麻肚 ……(429)
瓤扒牡丹牛尾 ……(429)
红焖牛尾 ……(429)
香辣酥牛尾 ……(429)
百花牛尾 ……(429)
鱼茸牛蹄筋 ……(429)
同心生结脯 ……(429)
滑熘牛里脊 ……(429)
芪枣牛肉 ……(429)
明珠烧牛舌 ……(429)
茄汁牛舌 ……(429)
烧牛蹄筋 ……(429)
枸杞牛冲羹 ……(429)
红扒牛冲 ……(430)
贝母煨牛肉 ……(430)
扒小牛头 ……(430)
牛肚三位 ……(430)
肚三样 ……(430)
牛蹄花 ……(430)
炒沙茶牛肉 ……(430)
当归牛腩 ……(430)
蚝油牛肉 ……(430)
茭瓜牛肉丝 ……(430)
红椒腊牛肉 ……(430)
牛中三杰 ……(430)
蚝油牛肉 ……(430)
干煸牛腩 ……(430)
淮杞炖牛腰 ……(430)
蛋茸牛肉羹 ……(430)
滑蛋牛肉 ……(430)
沙茶涮牛肉 ……(430)
爽口牛肉丸 ……(430)
糟汁泡胍胱 ……(431)
油炸卷筒牛 ……(431)
五彩牛百页 ……(431)
软炸牛骨髓 ……(431)
锅贴煎牛脑 ……(431)
水煮牛肉 ……(431)
原笼牛肉 ……(431)
陈皮牛肉 ……(431)
毛牛肉 ……(431)
麻辣牛肉丝 ……(431)
干煸牛肉丝 ……(431)
清炖牛肉汤 ……(431)
蚂蚁上树 ……(431)
烧牛头方 ……(431)
毛肚火锅 ……(431)
夫妻肺片 ……(431)
清炖牛尾汤 ……(431)
涮羊肉 ……(431)
烤全羊 ……(431)
整羊 ……(432)
它似蜜 ……(432)
羊肝排岔 ……(432)
鸭条羊肉 ……(432)
红扒肉松 ……(432)
锅煽三样 ……(432)
瓤白菜卷 ……(432)
烩单天棚 ……(432)
烩圪抽 ……(432)
烤羊腿 ……(432)
羊背子 ……(432)
手把羊肉 ……(432)
鱼鳞羊 ……(432)
热坎羊 ……(432)
纸裹羊 ……(432)
灯碗羊肉 ……(432)
麻仁羊肉 ……(432)
瓤炸甜羊 ……(432)
拔丝羊肉片 ……(432)
金钱羊肉 ……(432)
白酥羊肉 ……(432)
清烹羊肉片 ……(432)
清酥羊肉 ……(432)
麻辣羊 ……(432)
汆羊肉 ……(433)
雷蘑羊 ……(433)
金桶羊 ……(433)
菜包羊 ……(433)
雪桃羊肉 ……(433)
锅烧羊腿 ……(433)
铛炮羊肉 ……(433)
烤羊方子 ……(433)
烤羊五叉 ……(433)
奶油羊扒 ……(433)
棉桃羊腐 ……(433)
玫瑰羊 ……(433)
炸五香羊肉 ……(433)
西葫芦烧羊肉 ……(433)
糖醋羊胸脊 ……(433)
干崩羊肉丝 ……(433)
黄花羊肉丝 ……(433)
炸桂花羊肉 ……(433)
羊扎丝 ……(433)

熏手把羊肉 ……(433)
泼酥羊里脊 ……(433)
瓤煎一品羊 ……(433)
果仁羊 ……(433)
奶汁羊腐 ……(434)
羊肉干 ……(434)
金鱼戏珠 ……(434)
全羊汤 ……(434)
杂碎汤 ……(434)
烧千里风 ……(434)
烩明珠 ……(434)
扒山虎 ……(434)
虾籽扒两样 ……(434)
扒发菜蹄筋 ……(434)
人参蹄筋 ……(434)
烩银丝 ……(434)
炸羊尾 ……(434)
玉珠羊尾 ……(434)
羊尾酥肉 ……(434)
蜜汁羊尾糕 ……(434)
拔丝羊尾 ……(434)
手把肉 ……(434)
清蒸羊肉 ……(434)
红烧鲜 ……(434)
炒羊羔 ……(434)
炸芝麻羊肉 ……(434)
糯米羊肉 ……(435)
麻辣羊肚 ……(435)
洁妍未脆 ……(435)
焖羊肉 ……(435)
蒜泥羊肝 ……(435)
烤全羊(羔) ……(435)
河西羊羔肉 ……(435)
河西酥羊 ……(435)
陇西腊羊肉 ……(435)
西夏石烤羊 ……(435)
蘑菇炖羊肉 ……(435)
夏河蹄筋 ……(435)
人参羊筋 ……(435)
羊肺炒干攒 ……(435)
羊肺胡辣汤 ……(435)
琵琶羊筋 ……(435)
带泡生烧肉 ……(435)
桃仁肉卷 ……(436)
烀羊肉 ……(436)
白扒羊肋 ……(436)
挂卤肉 ……(436)
锅烧羊肉 ……(436)
菊花羊腿 ……(436)
库尔达克 ……(436)
醋喷肉 ……(436)
大炒里脊 ……(436)
假鸡片 ……(436)
椒香肉饼 ……(436)
炮仗肉 ……(436)
清汤夹沙 ……(436)
蜜汁丸子 ……(436)
喇嘛丸子 ……(436)
穿袍丸子 ……(436)
鹿尾腰子 ……(436)
凤尾油 ……(436)
蛋包羊筋 ……(436)
红烧羊筋 ……(436)
烀羊蹄 ……(437)
羊方藏鱼 ……(437)
靖江羊糕 ……(437)
三鲜羊肉锅 ……(437)
绣球羊肉 ……(437)
苔干羊肉丝 ……(437)
张一品酱羊肉 ……(437)
蜜枣羊肉 ……(437)
酸辣红烧羊肉 ……(437)
炖羊头蹄 ……(437)
红扒羊肉 ……(437)
家常羊肉丝 ……(437)

禽蛋类

三套鸭 ……(437)
套四宝 ……(437)
箭穿五禽 ……(437)
四代同堂 ……(437)
口蘑蒸鸡 ……(437)
松子全鸡 ……(437)
炒芙蓉鸡片 ……(438)
翡翠羹 ……(438)
白露鸡 ……(438)
烩生鸡丝 ……(438)
炸鸡酥络 ……(438)
丁香鸡 ……(438)
母子相会 ……(438)
烧蒸鸡 ……(438)
清汤拆烩鸡 ……(438)
鸡丝银针 ……(438)
盐擦鸡 ……(438)
椒盐八宝鸡 ……(438)
糟鸡 ……(438)

纸封鸡 ……(438)
圆盅鸡 ……(438)
鸡骨酱 ……(438)
腌鸡 ……(438)
红松嫩鸡 ……(438)
鸡粥凤腰 ……(438)
东风鸡腿 ……(438)
炒鸡腰 ……(438)
炒时件 ……(438)
生炒雏鸡 ……(438)
鸡里爆 ……(438)
翡翠鸡片 ……(439)
蛋皮鸡丝 ……(439)
炒鸡丝鱿鱼 ……(439)
勺拌鸡瓜 ……(439)
烩两鸡丝 ……(439)
白玉鸡脯 ……(439)
煎瓤鸡饼 ……(439)
炒鸡茸蟹黄 ……(439)
鸡抓菜卷 ……(439)
炸鸡棒 ……(439)
烩鸡鸭腰 ……(439)
炉烤鸡 ……(439)
紫酥鸡 ……(439)
胡辣全鸡 ……(439)
金银鸡 ……(439)
向阳鸡脯 ……(439)
游龙戏凤 ……(439)
凤凰出世 ……(439)
水晶西瓜鸡 ……(440)
手扯鸡 ……(440)
清蒸人参鸡 ……(440)
母子团圆 ……(440)
红梅香鸡 ……(440)
纸花鸡 ……(440)
龙凤鸡片 ……(440)
熘金钱鸡 ……(440)
人参八宝脱骨鸡 ……(440)
清蒸人参鸡 ……(440)
翡翠人参茅台鸡 ……(440)
翡翠灵芝鸡 ……(440)
黄芪汽锅鸡 ……(440)
炖小鸡黄蘑 ……(440)
松仁鸡丁 ……(440)
桃仁鸡片 ……(440)
汽锅大乌鸡 ……(440)
酥合大乌鸡 ……(440)
清蒸珍珠鸡 ……(441)
龙滨鸡 ……(441)
生扒子鸡 ……(441)
煎烤子鸡 ……(441)
奶油鸡脯 ……(441)
爆鸡块 ……(441)
鸡丁菊花白果 ……(441)
滑熘鸡片 ……(441)
蛋白鸡片 ……(441)
滑炒鸡丝冬笋 ……(441)
蒲棒鸡 ……(441)
鸡丝拌猴腿 ……(441)
清炸肫肝 ……(441)
八宝馄饨鸡 ……(441)
葫芦鸡 ……(441)
薏米鸡 ……(441)
凤凰归巢 ……(441)
莲蓬鸡 ……(441)
金钱发菜 ……(441)
火烧鸡芽 ……(442)
酉羹 ……(442)
汤浴绣丸 ……(442)
鸡面 ……(442)
紫毫粉壁 ……(442)
乌龙卧莲 ……(442)
金粟平馅 ……(442)
鸭戏新波 ……(442)
黄焖栗子鸡 ……(442)
赤明香 ……(442)
蛋白虫草鸡 ……(442)
虫草鸡 ……(442)
彩球芙蓉鸡片 ……(442)
金针炖鸭 ……(442)
金鱼发菜 ……(442)
黄焖蓑罗鸡 ……(442)
鸡丸烩鱼脆 ……(442)
鸳鸯芙蓉发菜 ……(442)
雪莲鸡 ……(443)
双色鸡 ……(443)
德州扒鸡 ……(443)
五香脱骨扒鸡 ……(443)
奶汤八宝鸡 ……(443)
油淋鸡 ……(443)
布袋鸡 ……(443)
福山烧小鸡 ……(443)
烤小雏鸡 ……(443)
黄焖鸡 ……(443)
炸八块 ……(443)
炸面包鸡块 ……(443)

醋烹鸡块 ……(443)
五星苹果鸡 ……(443)
酱爆鸡丁 ……(443)
鸡里爆 ……(443)
炸鸡椒 ……(443)
锅贴鸡签 ……(444)
鸡丝拉皮 ……(444)
熘鸽雏 ……(444)
早红桔酪鸡 ……(444)
莲荷童鸡 ……(444)
西瓜鸡 ……(444)
神仙鸡 ……(444)
西瓜八宝鸡 ……(444)
文烤鸡 ……(444)
蛤蟆鸡 ……(444)
清炖狼山鸡 ……(444)
清炖子母鸡 ……(444)
凤吞花菇 ……(444)
坛子鸡 ……(444)
卤鸡 ……(444)
爆锅油鸡 ……(444)
瓜姜烧仔鸡 ……(444)
蛋美鸡 ……(444)
清炖鸡孚 ……(444)
嫩姜炒鸡脯 ……(444)
夜来香汆鸡片 ……(444)
银苗鸡丝 ……(444)
龙凤腿 ……(444)
八大锤 ……(445)
叫化童鸡 ……(445)
糟鸡 ……(445)
莲香脱骨鸡 ……(445)
油泼童鸡 ……(445)
五味焙鸡 ……(445)
圆盅鸡 ……(445)
白鲞扣鸡 ……(445)
栗子炒子鸡 ……(445)
辣椒鸡 ……(445)
鸡粥菜心 ……(445)
知味鸡 ……(445)
蒜泥凤爪 ……(445)
醉鸡腰 ……(445)
符离集烧鸡 ……(445)
石耳炖鸡 ……(445)
清砂焐鸡 ……(445)
茶叶熏鸡 ……(445)
生熏仔鸡 ……(445)
椒盐米鸡 ……(445)
捶鸡 ……(445)
葱椒火炬鸡 ……(445)
清炖鸡酥 ……(446)
雪花丁香鸡 ……(446)
腐乳鸡 ……(446)
玉簪鸡卷 ……(446)
杏仁鸡饼 ……(446)
缠丝鸡饼 ……(446)
三杯鸡 ……(446)
糯米鸡 ……(446)
砂钵鱿浪鸡 ……(446)
锅炉子鸡 ……(446)
洪都鸡 ……(446)
信丰鸡 ……(446)
流浪鸡 ……(446)
花椒鸡 ……(446)
红拉鸡 ……(446)
弋阳鸡 ……(446)
文山鸡丁 ……(446)
炸卷筒鸡 ……(446)
三丝伴糟鸡 ……(446)
炸熘童子鸡 ……(446)
芦笋鸡块 ……(446)
炸酥梨鸡 ……(446)
金茸凤丝 ……(446)
金针鸡 ……(447)
千金肉 ……(447)
中式葡国鸡 ……(447)
蚝油扒凤翼 ……(447)
凤足炖冬菇 ……(447)
八宝布袋鸡 ……(447)
炸芦花鸡 ……(447)
熬炒鸡 ……(447)
清汤玉带鸡 ……(447)
清汤荷花莲蓬鸡 ……(447)
炸鸡签 ……(447)
烧青果鸡 ……(447)
熏鸡丝烩腐皮 ……(447)
炒鸡仁 ……(447)
爆鸡片 ……(447)
都炸荔枝胗 ……(447)
粉蒸鸡 ……(447)
米酒蒸鸡 ……(447)
砂缽鸡 ……(447)
三元扒鸡 ……(447)
枣阳扒鸡 ……(448)
西瓜鸡 ……(448)
瓦罐鸡汤 ……(448)

网油八宝鸡腿 ……(448)
血耳鸡球 ……(448)
鸳鸯鸡片 ……(448)
芝麻鸡饼 ……(448)
香酥麻果鸡 ……(448)
红煨八宝鸡 ……(448)
油淋庄鸡 ……(448)
荷叶粉蒸鸡 ……(448)
桃源铜锤鸡 ……(448)
君山鸡片 ……(448)
文昌鸡 ……(448)
盐焗鸡 ……(448)
香葱油焗鸡 ……(448)
酱焗鸡 ……(448)
柱侯鸡 ……(448)
清平鸡 ……(449)
花雕鸡 ……(449)
茅台鸡 ……(449)
白切鸡 ……(449)
脆皮鸡 ……(449)
香液鸡 ……(449)
碎炸子鸡 ……(449)
椰奶鸡 ……(449)
椰奶炖鸡 ……(449)
江南百花鸡 ……(449)
扁米酥鸡 ……(449)
上汤香鸡扎 ……(449)
榄仁鸡丁 ……(449)
竹笙川鸡片 ……(449)
豆苗鸡丝 ……(449)
冻金锺鸡 ……(449)
凤果鸡球 ……(449)
扒穿鸡翼 ……(450)
生穿鸡翼 ……(450)
凤吞翅 ……(450)
蟹黄鸡翼球 ……(450)
清炖鸡脚翼 ……(450)
果汁鸡腿 ……(450)
竹荪扒鸡腰 ……(450)
纸包鸡 ……(450)
挂炉脆皮鸡 ……(450)
邕城醉子鸡 ……(450)
罗汉果鸡 ……(450)
蚝油香麻鸡 ……(450)
桂林茶香鸡 ……(450)
云肝片皮鸡 ……(450)
串烧金钱鸡 ……(450)
龙凤荔枝 ……(450)
烧穿凤翼 ……(450)
旱蒸贝母鸡 ……(450)
罐儿鸡 ……(450)
椒盐八宝鸡 ……(450)
白砍鸡 ……(450)
鱼香脆皮鸡 ……(451)
白果烧鸡 ……(451)
棒棒鸡 ……(451)
三菌炖鸡 ……(451)
鱼香八块鸡 ……(451)
陈皮鸡 ……(451)
原笼粉蒸鸡 ……(451)
醋熘鸡 ……(451)
小煎鸡 ……(451)
红油鸡片 ……(451)
椒麻鸡片 ……(451)
辣子鸡丁 ……(451)
怪味鸡丝 ……(451)
芹黄鸡丝 ……(451)
酸菜鸡丝汤 ……(451)
雪魔芋鸡翅 ……(451)
雏凤清声 ……(451)
培养正气鸡 ……(451)
喇嘛鸡 ……(451)
核桃鸡 ……(451)
爆竹鸡 ……(451)
石榴鸡 ……(452)
辣子鸡块 ……(452)
醋熘鸡块 ……(452)
玻璃鸡片 ……(452)
豆油皮鸡 ……(452)
阉鸡豆腐 ……(452)
菊花银耳汽锅鸡 ……(452)
汽锅鸡 ……(452)
五香脱骨鸡 ……(452)
山茶花鸡 ……(452)
滑汆鸡球 ……(452)
茄汁鸡球 ……(452)
酱汁鸡翅腿 ……(452)
龙钻凤翅 ……(452)
生炸菊花肫 ……(452)
梅花鸡肠 ……(452)
彩球芙蓉鸡片 ……(452)
百花发菜 ……(452)
笋子鸡 ……(452)
韭黄炒鸡丝 ……(452)
杏仁鸡丁 ……(453)
甘肃大块鸡 ……(453)

梅花发菜 ……(453)
挂炉烤鸭 ……(453)
焖炉烤鸭 ……(453)
柴把鸭子 ……(453)
糟鸭片 ……(453)
油爆鸭丁 ……(453)
炒全鸭 ……(453)
烩鸭四宝 ……(453)
卤鸭胗 ……(453)
葱爆鸭心 ……(453)
鸭心卷 ……(453)
汆银耳鸭舌 ……(453)
酱鸭膀 ……(453)
拌鸭掌 ……(453)
金鱼鸭掌 ……(453)
炒鸭肠 ……(453)
鸭丁腐皮 ……(453)
金钱鸭腰 ……(453)
身全鸭子 ……(453)
荷叶烤鸭 ……(454)
红油整鸭 ……(454)
锅烧整鸭 ……(454)
玉鸟配鸭掌 ……(454)
人参焖鸭子 ……(454)
四圆扒鸭 ……(454)
糟扒鸭条 ……(454)
网油鸭卷 ……(454)
清蒸全鸭 ……(454)
酱汁鸭子 ……(454)
芝麻鸭 ……(454)
八宝鸭子 ……(454)
寿星鸭子 ……(454)
冬菜鸭子 ……(454)
什锦鸭羹 ……(454)
雪花鸭肝 ……(454)
黄焖鸭肝 ……(454)
金陵桂花鸭 ……(454)
炖文武鸭 ……(454)
金银鸭 ……(455)
母油整鸭 ……(455)
母油八宝鸭 ……(455)
母油八宝船鸭 ……(455)
苏州卤鸭 ……(455)
瞿楼糟鸭 ……(455)
蛋美鸭 ……(455)
蛋梅鸭 ……(455)
甫里鸭羹 ……(455)
瓢儿鸭舌 ……(455)
掌上明珠 ……(455)
金牛鸭子 ……(455)
杭州酱鸭 ……(455)
琵琶鸭 ……(455)
火膧神仙鸭 ……(455)
火膧炖鸭 ……(455)
口蘑鸭舌掌 ……(455)
无为熏鸭 ……(455)
酒卤鸭 ……(455)
糯果鸭条 ……(455)
炸饼鸭卷 ……(455)
鸭双味 ……(455)
瓤鸭舌 ……(455)
鸭肝蛋卷 ……(455)
炒血鸭 ……(455)
炒菠萝鸭片 ……(456)
酱豆腐鸭 ……(456)
芋头烧鸭 ……(456)
嫩姜鸭块 ……(456)
孤雁鸭啼鸣 ……(456)
鸡皮烧鸭掌 ……(456)
油浇鸭 ……(456)
五香葱油鸭 ……(456)
青莲鸭 ……(456)
面包全鸭 ……(456)
罗岗煎软鸭 ……(456)
金陵片皮大鸭 ……(456)
八珍扒大鸭 ……(456)
莲合香酥鸭 ……(456)
东江窝烧鸭 ……(456)
荔荷炖鸭 ……(456)
红棉嘉积鸭 ……(456)
柠汁煎鸭脯 ……(457)
子萝鸭片 ……(457)
蚝油鸭脚 ……(457)
煎瓤鸭掌 ……(457)
油泡肾球 ……(457)
岭南香酥鸭 ……(457)
南宁绉皮鸭 ……(457)
蚝油柚皮鸭 ……(457)
柠檬香菠鸭 ……(457)
白果炖老鸭 ……(457)
栗子荷包鸭 ……(457)
板栗扣鸭 ……(457)
五彩炒鸭丝 ……(457)
拆烩红鸭丝 ……(457)
梅藕拌火鸭 ……(457)
冬茸火鸭羹 ……(457)

樟茶鸭子 ……(457)
樟茶仔鸭 ……(457)
太白鸭子 ……(457)
虫草鸭子 ……(457)
神仙鸭子 ……(457)
瓤鸭脯 ……(457)
姜爆鸭丝 ……(457)
虫草鸭舌 ……(457)
椒麻鸭掌 ……(458)
炖健身全鸭 ……(458)
口袋鸭子 ……(458)
菊花鸭 ……(458)
魔芋鸭块 ……(458)
刷把鸭 ……(458)
蒙自烧鸭 ……(458)
三鲜烩鸭舌掌 ……(458)
半烧椒盐鹅 ……(458)
黄焖子鹅 ……(458)
酸梅甑鹅 ……(458)
潮州烧雁鹅 ……(458)
骨香鹅片 ……(458)
三不粘 ……(458)
焦熘如意卷 ……(458)
汆回笼蛋 ……(458)
凤尾鸽蛋 ……(458)
兰花鸽蛋 ……(458)
万年常青 ……(458)
鸽蛋鱼卷 ……(458)
酥麻蛋饺 ……(458)
花篮白果 ……(459)
豆沙黄菜 ……(459)
芝麻香蕉 ……(459)
酒醉野鸭蛋 ……(459)
开屏鹑蛋 ……(459)
灯笼鸽蛋 ……(459)
梅花鸽蛋 ……(459)
蛋糕冻粉 ……(459)
绣球雪莲 ……(459)
瓤荷包鸡蛋 ……(459)
汆芙蓉蛋 ……(459)
玫瑰锅炸 ……(459)
拔丝蛋块 ……(459)
白玉蛋 ……(459)
花篮蛋 ……(459)
还原蛋 ……(459)
三丝鸡茸蛋 ……(459)
椿芽焖蛋 ……(459)
双色蛋菰 ……(459)
肉心蛋 ……(459)
蛋包 ……(459)
西施炒蛋 ……(460)
三鲜铁锅烤蛋 ……(460)
鸭蛋黄炒蚕豆 ……(460)
醋熘皮蛋 ……(460)
鸳鸯蛋 ……(460)
石榴蛋 ……(460)
熘鸡脑 ……(460)
花菇无黄蛋 ……(460)
换心蛋 ……(460)
金钱蛋饼 ……(460)
煎芙蓉蛋 ……(460)
黄埔炒蛋 ……(460)
虎皮鹌鹑蛋 ……(460)
推纱望月 ……(460)
椿芽烘蛋 ……(460)
泸州烘蛋 ……(460)
青椒皮蛋 ……(460)
番茄皮蛋汤 ……(460)
出水芙蓉 ……(460)
竹荪网鸽蛋 ……(460)
莲蓬鹑蛋 ……(460)

水产类

三鲜元鱼葫芦 ……(461)
海味全家福 ……(461)
海味拌四丝 ……(461)
酸辣海三丁 ……(461)
一品罗汉菜 ……(461)
凤凰鱼翅 ……(461)
酸辣汤 ……(461)
兼善汤 ……(461)
黄焖鱼翅 ……(461)
沙锅鱼翅 ……(461)
扒鱼翅 ……(461)
蟹黄鱼翅 ……(461)
扒黄肉鱼翅 ……(461)
鸡汁排翅 ……(461)
桂花鱼翅 ……(461)
柴把鱼翅 ……(461)
多丝鱼翅 ……(461)
元宝鱼翅 ……(462)
通天鱼翅 ……(462)
凤粥鱼翅 ……(462)
白扒鱼翅 ……(462)
白扒排翅 ……(462)
荷花鱼翅 ……(462)

扒鲜鱼翅 ……(462)
鸭包鱼翅 ……(462)
原焖鱼翅 ……(462)
黄鱼熘翅 ……(462)
珍珠鱼翅 ……(462)
凤胎鱼翅 ……(462)
白汁玉翅 ……(462)
荷包鱼翅 ……(462)
鸽蛋排翅 ……(463)
红煨鱼翅 ……(463)
红炖鱼翅 ……(463)
蟹肉桂花翅 ……(463)
干烧鱼翅 ……(463)
绣球鱼翅 ……(463)
火把鱼翅 ……(463)
吉祥鱼翅 ……(463)
龙爪鱼翅 ……(463)
扒荷包鱼肚 ……(463)
海参扒鱼肚 ……(463)
红梅鱼肚 ……(463)
寒谷暖气 ……(463)
八卦鱼肚 ……(463)
白烩鲫鱼肚 ……(463)
炖银肚 ……(463)
黄鱼烩鱼肚 ……(463)
蟹连鱼肚 ……(463)
蟹黄鱼肚 ……(464)
鸡汤广肚 ……(464)
奶汤炖广肚 ……(464)
鸡茸笔架鱼肚 ……(464)
虾仁笔架鱼肚 ……(464)
荷花鱼肚 ……(464)
洞庭肥鱼肚 ……(464)
百花清汤肚 ……(464)
虾胶瓤鱼肚 ……(464)
菠饺鱼肚 ……(464)
大炖鱼肚 ……(464)
奶汤鱼皮 ……(464)
桂花鱼皮 ……(464)
扒鱼皮 ……(464)
花衣夏皮 ……(464)
海红鱼唇 ……(464)
葱扒鱼唇 ……(464)
蟹黄鱼唇 ……(464)
白汁鱼唇 ……(465)
满坛香 ……(465)
家常鱼唇 ……(465)
葱烧鱼唇 ……(465)
桂花鱼骨 ……(465)
金钩烩明骨 ……(465)
鸡茸鱼骨 ……(465)
玲珑鱼脆 ……(465)
鱼脆羹 ……(465)
奶汤海参 ……(465)
乌龙戏珠 ……(465)
虾籽大乌参 ……(465)
海底捞月 ……(465)
扒海参猴头蘑 ……(465)
乌龙卧彩云 ……(465)
玉兔双色海参 ……(465)
海参扒肉饼 ……(465)
海参扒肉条 ……(465)
鸡捶海参 ……(466)
乌龙卧香槽 ……(466)
乌龙雪塔 ……(466)
银花海参 ……(466)
瓤扒海参 ……(466)
凤腿扒辽参 ……(466)
鸡米海参 ……(466)
海参包袱底 ……(466)
海参烀蹄子 ……(466)
白血海参 ……(466)
金钱海参 ……(466)
麻腐海参 ……(466)
碧桃海参 ……(466)
道升海参 ……(466)
曲曲海参 ……(466)
葱烧海参 ……(466)
扒海参 ……(467)
鸡腿扒乌参 ……(467)
虾茸扒海参 ……(467)
海参眉毛肉圆 ……(467)
蚌肉刺参 ……(467)
麻腐拌海参 ……(467)
芙蓉海参 ……(467)
海参碗鱼 ……(467)
虾籽扒海参 ……(467)
春梅红烧参 ……(467)
家常海参 ……(467)
鸳鸯海参 ……(467)
蛋饺海参 ……(467)
响铃海参 ……(467)
酸辣海参 ……(467)
酸辣海参锅巴 ……(468)
蹯龙海参 ……(468)
乌龙珍珠 ……(468)

蛤蟆鲍鱼 ……(468)
清炒鲍贝 ……(468)
锅煽鲍鱼盒 ……(468)
鸡鲍蒲菜 ……(468)
扒鹿筋鲍鱼 ……(468)
暴雨一声雷 ……(468)
扒鲍鱼盒 ……(468)
凤腿鲜鲍 ……(468)
鲜贝原鲍 ……(468)
金钱鲍鱼 ……(468)
各吃原壳鲍鱼 ……(468)
扒三白 ……(468)
麻汁紫鲍 ……(468)
翡翠珍珠鲍 ……(468)
烧蓑衣鲍鱼 ……(469)
虾蛋紫鲍 ……(469)
四味鲍鱼 ……(469)
汆西施舌 ……(469)
炒西施舌 ……(469)
鸡汤汆海蚌 ……(469)
糟汁汆海蚌 ……(469)
炸蛎黄 ……(469)
凉拌生蚵 ……(469)
油条蛎黄 ……(469)
蛎黄馓子 ……(469)
炸芙蓉蚝 ……(469)
生炒明蚝 ……(469)
雪花干贝 ……(469)
干贝冬瓜球 ……(469)
一品干贝 ……(469)
扒干贝卷 ……(469)
鸡茸干贝 ……(469)
独头蒜烧干贝 ……(469)
干贝糊 ……(469)
金狮绣球 ……(470)
卧雪江贝 ……(470)
干贝鸡球 ……(470)
大蒜干贝 ……(470)
锅烙豆腐珧柱 ……(470)
锅贴菊花珧柱 ……(470)
炝青蛤 ……(470)
炒梅蛤 ……(470)
汆蛤蜊肉 ……(470)
芙蓉蛤仁 ……(470)
鸡冠菜烧文蛤 ……(470)
油爆鲜淡菜 ……(470)
瓤青蛤 ……(470)
姜汁赤贝 ……(470)
奉化摇蚶 ……(470)
油炒珠蚶 ……(470)
烩竹蛏 ……(470)
咸菜卤蒸蛏 ……(470)
白炒鲜竹蛏 ……(470)
木樨蚬子 ……(470)
清炖义河蚶 ……(470)
风肉煨蚌 ……(470)
火腿炖蚌肉 ……(470)
油爆双片 ……(470)
油爆海螺 ……(470)
双爆菊花 ……(471)
淡糟响螺片 ……(471)
五香烧响螺 ……(471)
白焯螺片 ……(471)
明炉烧螺 ……(471)
油泡螺球 ……(471)
螺蛳头拌马兰 ……(471)
田螺塞肉 ……(471)
焦麻螺蛳 ……(471)
酸辣螺黄 ……(471)
荔枝鱿鱼 ……(471)
菊花鱿鱼 ……(471)
红扒鱿鱼卷 ……(471)
笔筒鱿鱼 ……(471)
芙蓉鱿鱼 ……(471)
糖醋鱿鱼卷 ……(471)
煨鱿鱼丝 ……(471)
胡辣鱿鱼丝 ……(471)
晁衡鱿鱼 ……(471)
芫爆鱿鱼卷 ……(472)
烤鱿鱼 ……(472)
吉祥麦穗卷 ……(472)
菜炒胗肝土鱿 ……(472)
油泡土鱿 ……(472)
炒麦穗花鱿 ……(472)
百花瓤鱿鱼筒 ……(472)
玉液脆廉鱿 ……(472)
葵花扣鲜鱿 ……(472)
干煸鱿鱼丝 ……(472)
荔枝鱿鱼卷 ……(472)
酸菜鱿鱼 ……(472)
卷筒鱿鱼 ……(472)
汆目鱼 ……(472)
煒炖目鱼 ……(472)
爆炒墨鱼花 ……(472)
烧麦爆乌鱼花 ……(472)
爆墨鱼花 ……(472)

墨鱼柳叶大燴 ……(472)
墨鱼卷 ……(472)
墨鲍菠菜 ……(473)
清汤墨鲍 ……(473)
锅贴乌鱼 ……(473)
酸辣墨鱼花 ……(473)
翻花乌鱼 ……(473)
烩乌鱼蛋 ……(473)
炒八带鱼 ……(473)
扒海蜇头 ……(473)
猫耳蜇皮 ……(473)
花篮蜇头 ……(473)
温拌蜇头 ……(473)
芙蓉海底松 ……(473)
鸡火蜇皮 ……(473)
三丝拌海蜇皮 ……(473)
鸡泥桃花鱼 ……(473)
韭青炒海肠子 ……(473)
汽锅元鱼 ……(473)
清墩出骨甲鱼 ……(473)
红烧冰糖甲鱼 ……(473)
红烧鳖裙 ……(473)
火烧赤壁 ……(474)
白汁裙边 ……(474)
珍珠元鱼 ……(474)
砂锅人参元鱼 ……(474)
清炖人参甲鱼 ……(474)
遍地锦装鳖 ……(474)
白雪团鱼 ……(474)
龙眼团鱼 ……(474)
白汁鼋菜 ……(474)
虫枣甲鱼 ……(474)
霸王别姬 ……(474)
冰糖甲鱼 ……(474)
火膧拆骨甲鱼 ……(474)
明珠甲鱼 ……(474)
火腿炖甲鱼 ……(474)
发菜甲鱼 ……(474)
雏鸡甲鱼 ……(474)
金丝脚鱼 ……(474)
烧脚鱼 ……(475)
黄焖甲鱼 ……(475)
冬瓜鳖裙羹 ……(475)
玉鳖献宝 ……(475)
红煨水鱼裙边 ……(475)
武陵水鱼裙边 ……(475)
瓦罉焖水鱼 ……(475)
红焖水鱼 ……(475)
蒜子扣水鱼 ……(475)
黄焖角鱼 ……(475)
红焖龟肉 ……(475)
红烧金龟 ……(475)
球鼎金龟 ……(475)
八卦汤 ……(475)
潇湘五元龟 ……(475)
毛峰熏鲋鱼 ……(475)
刀鱼水晶球 ……(475)
刀鱼豆腐羹 ……(475)
肚吞刀鱼 ……(475)
双皮刀鱼 ……(475)
潘鱼 ……(475)
粉皮辣鱼 ……(475)
松塔鲤鱼 ……(475)
醋椒鲤鱼 ……(476)
烩滑鱼 ……(476)
鱼瓜 ……(476)
挣蹦鲤鱼 ……(476)
干烧口袋鱼 ……(476)
酱汁瓦块鱼 ……(476)
糖醋鲤鱼 ……(476)
湛香鱼片 ……(476)
糖醋菊花鱼 ……(476)
熘鱼枣 ……(476)
鲜奶烤鱼 ……(476)
抓炒鱼条 ……(476)
五丝全鱼 ……(476)
荷包鱼 ……(476)
雪花鲤鱼 ……(476)
油淋鱼卷 ……(476)
松鼠鲤鱼 ……(476)
跸蹦鱼 ……(477)
麒麟鱼藏珠 ……(477)
珍珠鲤鱼 ……(477)
套环鲤鱼 ……(477)
生拌松江鲤鱼 ……(477)
鲤鱼跃龙门 ……(477)
糖醋鱼块 ……(477)
奶汤锅子鱼 ……(477)
比翼连理 ……(477)
贵妃鲤鱼 ……(477)
咋口鱼 ……(477)
烧鱼梅 ……(477)
白玉金鱼汤 ……(477)
寒梅鱼丸 ……(477)
凤凰胎 ……(477)
罗锅鱼片 ……(478)

提篮鱼 ……(478)
糖醋鲤鱼块 ……(478)
蛋白鲤鱼条 ……(478)
红烧黄河鲤鱼 ……(478)
酸辣鲤鱼 ……(478)
两味葡萄鱼 ……(478)
糖醋黄河鲤鱼 ……(478)
醋椒鱼 ……(478)
大烧鱼 ……(478)
糖醋软熘黄河鲤鱼和焙面 ……(478)
干炸鱼带网 ……(478)
酸辣鱼块 ……(478)
三鲜脱骨鱼 ……(478)
番茄煨鱼 ……(478)
狮子龙鱼 ……(478)
干烧洪鲤 ……(479)
瓦罈焖文岆鲤 ……(479)
干烧岩鲤 ……(479)
网油松子鲤鱼 ……(479)
火腿鱼 ……(479)
青鱼秃肺 ……(479)
汤卷 ……(479)
下巴划水 ……(479)
烧白桃 ……(479)
出骨糟卤划水 ……(479)
汆糟青鱼 ……(479)
火夹糟青鱼 ……(479)
青衣仙子 ……(479)
金桔鱼扇 ……(479)
金廅玉脍 ……(479)
边炉 ……(479)
老烧鱼 ……(479)
红烧青鱼 ……(479)
青鱼甩水 ……(480)
五香爆青鱼 ……(480)
菊花青鱼 ……(480)
青鱼熘 ……(480)
青鱼白饼 ……(480)
炒秃肺 ……(480)
葡萄鱼 ……(480)
浔阳鱼片 ……(480)
拔丝鱼条 ……(480)
龙穿衣 ……(480)
竹筒烤鱼 ……(480)
葱辣鱼脯 ……(480)
糟熘鱼片 ……(480)
糟熘牡丹鱼 ……(480)
干烂鱼片 ……(480)
虎头鱼 ……(480)
西湖醋鱼 ……(480)
叔嫂传珍 ……(480)
菊花草鱼 ……(480)
斩鱼丸 ……(480)
粉蒸鱼 ……(480)
小炒鱼 ……(481)
空心鱼丸汤 ……(481)
蝴蝶鱼饺 ……(481)
五柳鲩鱼 ……(481)
酥炸西湖鱼 ……(481)
酥小鲫鱼 ……(481)
酥鲫鱼 ……(481)
汆牡丹鲫鱼 ……(481)
蛤蜊鲫鱼汤 ……(481)
小白龙过江 ……(481)
醋椒鲫鱼 ……(481)
奶汤鲫鱼 ……(481)
瓤荷包鲫鱼 ……(481)
龙戏珠 ……(481)
荷包鱼 ……(481)
鲫鱼怀胎 ……(481)
萝卜丝汆鲫鱼 ……(481)
包公鱼 ……(481)
双鱼过江 ……(481)
烧淇鲫 ……(481)
萝卜丝煮鲫鱼 ……(481)
软酥河鲫鱼 ……(481)
化骨酥鲫鱼 ……(481)
泡菜鱼 ……(482)
豆瓣鲫鱼 ……(482)
萝卜丝鲫鱼 ……(482)
凉粉鲫鱼 ……(482)
炮打铜锣 ……(482)
虎皮三鲜 ……(482)
双色桔瓣鱼汆 ……(482)
荆沙鱼糕 ……(482)
杂烩头子 ……(482)
楚乡什锦 ……(482)
三色鱼丸 ……(482)
挂绿滑鱼鼓 ……(482)
三湘鱼丸汤 ……(482)
夜香花汆鱼角 ……(482)
干煎扁花鱼 ……(482)
糖醋鳊花 ……(482)
油焖武昌鱼 ……(482)
清蒸武昌鱼 ……(482)
海参武昌鱼 ……(482)

花瓤武昌鱼 ……(483)
蝴蝶武昌鱼 ……(483)
清蒸松花江白鱼段 ……(483)
清蒸网油鱼 ……(483)
白燕戏水 ……(483)
清蒸白鱼 ……(483)
熏手撕鱼 ……(483)
生熏白鱼 ……(483)
风白鱼 ……(483)
糟煎白鱼 ……(483)
百燕打伞 ……(483)
烧鱼乳 ……(483)
砂锅大鱼头 ……(483)
拆烩鲢鱼头 ……(483)
芙蓉鱼片 ……(483)
砂锅鱼头豆腐 ……(483)
头肚醋鱼 ……(483)
清炖鳙鱼头 ……(483)
郊外大鱼头 ……(483)
猪脑鱼云羹 ……(483)
东坡墨鱼 ……(483)
石爬鱼 ……(483)
砂锅雅鱼 ……(484)
黄焖着甲 ……(484)
油泡鸡片鲟鱼 ……(484)
红烧鲴鱼 ……(484)
白汁鲴鱼 ……(484)
奶汁肥王鱼 ……(484)
水晶鲴鱼 ……(484)
琵琶鲴鱼 ……(484)
松鹤鲴鱼 ……(484)
汤汆鲴鱼 ……(484)
蒜子焖鲇鱼 ……(484)
花网扪鲇鱼 ……(484)
清蒸江团 ……(484)
百花肥头 ……(484)
醋椒鱼 ……(484)
鱼藏剑 ……(484)
抓炒鱼片 ……(484)
松仁鱼米 ……(484)
燕翅金毛鱼 ……(484)
炸瓜枣鱼 ……(484)
三鲜桂鱼锅 ……(485)
宫门献鱼 ……(485)
人参桂鱼 ……(485)
烤奶汁鳜鱼 ……(485)
龙江桂鱼 ……(485)
明珠桂鱼 ……(485)
鱼戏芙蓉 ……(485)
糖熘桂鱼 ……(485)
松鼠桂鱼 ……(485)
三丝湖鲜 ……(485)
瓤炙鱼 ……(485)
拆烩桂鱼 ……(485)
萝卜鱼 ……(485)
彩色鱼夹 ……(485)
宋嫂鱼羹 ……(485)
蟾宫折桂 ……(485)
麒麟桂鱼 ……(485)
鉴湖鱼 ……(486)
梅花鱼圆汤 ……(486)
八宝桂鱼 ……(486)
牡丹桂鱼 ……(486)
方腊鱼 ……(486)
大鱼退兵将 ……(486)
鱼咬羊 ……(486)
桃花桂 ……(486)
火烤桂鱼 ……(486)
臭桂鱼 ……(486)
腌鲜桂鱼 ……(486)
螺蛳鱼 ……(486)
茄汁桂鱼 ……(486)
五彩鱼丝 ……(486)
银丝桂鱼 ……(486)
水晶桂鱼 ……(486)
雪山鱼片 ……(486)
牡丹火锅 ……(486)
双黄鱼片 ……(486)
一鱼三味 ……(486)
湘江叉烧鱼 ……(487)
清蒸桂鱼 ……(487)
汆四鳃鲈 ……(487)
整鱼两吃 ……(487)
清烩鲈鱼片 ……(487)
锅煽鲈鱼 ……(487)
鲈莼羹 ……(487)
碧绿麒麟鱼 ……(487)
鲃肺汤 ……(487)
包心鱼圆 ……(487)
莲蓬过鱼 ……(487)
麒麟石斑鱼 ……(487)
雪菜塘鳢鱼 ……(487)
红烧沙光鱼 ……(487)
春笋炒鲈鱼 ……(487)
鲈鱼烧豆腐 ……(487)
将军过桥 ……(487)

黑鱼两吃 ……(488)
锦绣鱼丝 ……(488)
豺鱼过桥 ……(488)
菊花豺鱼 ……(488)
柴把乌鱼 ……(488)
烧鳝背 ……(488)
雪里藏蛟 ……(488)
太极鳝鱼 ……(488)
八宝鳝筒 ……(488)
软丁雪龙 ……(488)
干煸鳝鱼 ……(488)
麻辣鳝鱼丝 ……(488)
明月生敲 ……(488)
炖生敲 ……(488)
梁溪脆鳝 ……(488)
马鞍桥烧肉 ……(488)
大烧马鞍桥 ……(488)
鳝段焖肉 ……(488)
白煨脐门 ……(488)
蝴蝶烩鳝 ……(489)
熚鳝 ……(489)
炝虎尾 ……(489)
炒软兜 ……(489)
银丝长鱼 ……(489)
鳝筒穿笋 ……(489)
清炖鳝筒 ……(489)
瓢长鱼 ……(489)
三杯鳝段 ……(489)
宁式鳝丝 ……(489)
生爆鳝片 ……(489)
长兴鳝丝 ……(489)
青龙卷 ……(489)
皮条鳝 ……(489)
丽花二回头 ……(489)
糖桔鳝丝 ……(489)
子龙脱袍 ……(489)
豉椒鳝片 ……(489)
焖瓢鳝卷 ……(489)
家常鳝鱼 ……(489)
干煸鳝鱼 ……(489)
竹筒鳝鱼 ……(489)
锅烧河鳗 ……(490)
玉笔鱼卷 ……(490)
注油鳗鱼 ……(490)
香露河鳗 ……(490)
清蒸白鳝 ……(490)
红煨白鳝 ……(490)
火腩焖大鳝 ……(490)
红焖鲈麻 ……(490)
雪花鲦鱼羹 ……(490)
鲶鱼汤 ……(490)
犀浦鲶鱼 ……(490)
大蒜鲶鱼 ……(490)
朱砂银鱼 ……(490)
白汁银鱼 ……(490)
炸银鱼 ……(490)
面鱼托 ……(490)
煎白条鱼饼 ……(490)
干炸银鱼 ……(490)
香松银鱼 ……(490)
银鱼煎蛋 ……(490)
软兜冰鱼 ……(490)
银鱼藕丝 ……(491)
糖醋沅白 ……(491)
金丝鱼片 ……(491)
松鼠湟鱼 ……(491)
芝麻湟鱼排 ……(491)
干烧湟鱼 ……(491)
清炒湟鱼片 ……(491)
葱湟鱼 ……(491)
蚕豆炒湟鱼丁 ……(491)
番茄马哈鱼片 ……(491)
焦熘马哈鱼段 ……(491)
清炖鲤鱼 ……(491)
酒锅全鲤鱼 ……(491)
盐爆鲤鱼丁 ……(491)
斑马子鱼 ……(491)
清蒸法罗鱼 ……(491)
红烧雅罗鱼 ……(491)
清炖细鳞鱼 ……(491)
熬梭鱼段 ……(491)
干炸赤鳞鱼 ……(491)
清汆赤鳞鱼 ……(492)
石鱼炒蛋 ……(492)
炒威宁细鱼 ……(492)
红鲷戏珠 ……(492)
清蒸红鳞加吉鱼 ……(492)
清炖加吉鱼 ……(492)
桔汁加力鱼 ……(492)
清蒸加力鱼 ……(492)
莲花加力鱼 ……(492)
炸瓜枣 ……(492)
软熘鱼扇 ……(492)
干炸黄花鱼 ……(492)
烩花鱼羹 ……(492)
上海黄鱼 ……(492)

卷筒黄鱼 ……(492)
黄鱼参羹 ……(492)
苋菜黄鱼羹 ……(492)
煎钻鱼 ……(492)
脯酥黄鱼 ……(492)
翻膛黄鱼 ……(492)
糖醋黄花鱼 ……(493)
醋烹黄花鱼 ……(493)
白汁瓤鱼 ……(493)
炸椿鱼 ……(493)
家常熬黄花鱼 ……(493)
清蒸鲶鱼 ……(493)
鳠鱼肉圆汤 ……(493)
抓炒鱼条 ……(493)
双色鱼丸 ……(493)
熇镜鱼 ……(493)
煎封鲳鱼 ……(493)
清蒸鸡鱼 ……(493)
鱼包三丝 ……(493)
清蒸鲜鱼 ……(493)
油爆鱼芹 ……(493)
清蒸带鱼 ……(493)
清蒸金线鱼 ……(493)
明月跳鱼 ……(493)
乌狼鲨烤肉 ……(493)
汆鱼腐 ……(493)
金毛狮子鱼 ……(494)
汆鱼脯 ……(494)
蛋泡鱼条 ……(494)
风暴鱼 ……(494)
浇汁鱼 ……(494)
糟熘松仁鱼片 ……(494)
金鱼卧莲 ……(494)
锅煽鱼扇 ……(494)
荠菜鱼卷 ……(494)
馄饨鱼 ……(494)
绿茵鱼球 ……(494)
香菇金鱼 ……(494)
菊花鱼茸蛋 ……(494)
响铃鱼饼 ……(494)
太阳鱼 ……(494)
葱椒炝鱼片 ……(494)
蝴蝶过河 ……(494)
豆豉辣椒蒸腌鱼 ……(494)
甜酒糟蒸腊鱼 ……(494)
蒸糟鱼 ……(494)
鸡肉烩鱼丝 ……(494)
干炸鱼板 ……(494)
邕州鱼角 ……(495)
锅贴鱼片 ……(495)
蝴蝶牡丹 ……(495)
红卤脆皮鱼 ……(495)
软炸鱼 ……(495)
罗汉大虾 ……(495)
琵琶大虾 ……(495)
水晶虾饼 ……(495)
炒青虾仁 ……(495)
汆瓶子虾仁 ……(495)
炒晃虾仁 ……(495)
虾仁托 ……(495)
酱虾 ……(495)
满台飞 ……(495)
油爆虾 ……(495)
两吃大虾 ……(495)
群龙戏珠 ……(495)
日月大虾 ……(495)
酥虾 ……(496)
面包虾筒 ……(496)
莲蓬大虾 ……(496)
煎炸虾饼 ……(496)
高丽龙籽 ……(496)
青龙瓤虾 ……(496)
瓤金桔虾 ……(496)
兰花红油大虾 ……(496)
虾茸金鱼 ……(496)
珊瑚雪卷百花虾 ……(496)
凤尾桃花 ……(496)
桔子大虾 ……(496)
群虾望月 ……(496)
玉蝶荷花 ……(496)
雪花芝麻虾 ……(496)
青松虾球 ……(496)
红娘自配 ……(496)
桃花香扇 ……(497)
三味大虾 ……(497)
熘虾咕 ……(497)
玉桃虾桔 ……(497)
石榴虾仁 ……(497)
炸凤尾芝麻虾排 ……(497)
全虾三做 ……(497)
炸虾串 ……(497)
落叶琵琶虾 ……(497)
熇虾段 ……(497)
红烧大虾 ……(497)
芝麻虾排 ……(497)
三彩大虾 ……(497)

炸鸡虾卷 ……(497)
醋烹虾段 ……(497)
知了白菜 ……(497)
石榴虾 ……(497)
交切虾 ……(498)
翡翠虾斗 ……(498)
清炒三虾 ……(498)
高丽虾 ……(498)
　膏里虾 ……(498)
油爆虾 ……(498)
油养虾饼 ……(498)
虾仁拉丝蛋 ……(498)
龙井虾仁 ……(498)
三片敲虾 ……(498)
生煎虾饼 ……(498)
卤子虾蝑 ……(498)
虾仁锅贴 ……(498)
蟹瓤橙 ……(498)
炒虾丝 ……(498)
油包虾 ……(498)
香炸琵琶虾 ……(498)
清汤玻璃虾 ……(498)
什锦虾球 ……(498)
虾腐 ……(498)
灵芝恋月蝉 ……(498)
龙身凤尾虾 ……(499)
燕子归巢 ……(499)
生煎明虾 ……(499)
金鱼大虾 ……(499)
盐焗虾 ……(499)
烧虾脯 ……(499)
炒虾仁带底 ……(499)
虾鲊 ……(499)
煎虾饼 ……(499)
牡丹虾仁 ……(499)
油泡鲜虾仁 ……(499)
五彩炒虾丝 ……(499)
煎瓤明虾 ……(499)
菜远炒虾球 ……(499)
干煎虾碌 ……(499)
白焯鱿鱼虾 ……(499)
干炸虾枣 ……(499)
生菜龙虾 ……(499)
油泡虾球 ……(500)
虾扇千里香 ……(500)
蟹黄芙蓉 ……(500)
熘海蟹黄 ……(500)
酸沙紫蟹 ……(500)
烹大夹 ……(500)
熘油盖 ……(500)
七星紫蟹 ……(500)
炒蟹黄油 ……(500)
菊花蟹斗 ……(500)
芙蓉青蟹 ……(500)
红袍登殿 ……(500)
浦江蟹羹 ……(500)
蟹糊皮 ……(500)
雪丽大蟹 ……(500)
七星螃蟹 ……(500)
缕金龙凤蟹 ……(500)
光明虾炙 ……(500)
雪丽大蟹拼爆大虾 ……(500)
雪花蟹斗 ……(501)
斑肝烩蟹 ……(501)
中堡醉蟹 ……(501)
翡翠兜蟹 ……(501)
软炸蟹球 ……(501)
蟹松 ……(501)
蟹子豆腐 ……(501)
炒蟹脆 ……(501)
双味蝤蛑 ……(501)
舟山梭子蟹 ……(501)
南湖蟹粉 ……(501)
蟹黄虾盅 ……(501)
玉板蟹 ……(501)
炸蟹卷 ……(501)
炒毛蟹 ……(501)
干炸蚌盖 ……(501)
油焗红蚌 ……(501)
桂花蛏肉 ……(501)
炸蟹圆 ……(501)
雪花套蟹 ……(501)
脆皮炸蟹钳 ……(501)
蒸大红羔蟹 ……(502)
竹荪汆蟹钳 ……(502)
酥炸蟹盒 ……(502)
香汁炒蟹 ……(502)
清汤蟹丸 ……(502)
炊鸳鸯羔蟹 ……(502)
蟹肉扒鲜菇 ……(502)
蟹黄扒豆苗 ……(502)

野味类

干烧象鼻 ……(502)
红烧象鼻 ……(502)
三夹象鼻 ……(502)

红烧熊掌 ……(502)
兰花熊掌 ……(502)
猴头扒熊掌 ……(502)
陈皮熊肉 ……(502)
牡丹熊掌 ……(503)
砂锅什锦熊掌 ……(503)
扒茸蘑熊掌 ……(503)
黄芪熊掌 ……(503)
糟扒熊舌 ……(503)
桂皮熊肉 ……(503)
冬梅玉素 ……(503)
双味鸳鸯玉掌 ……(503)
红柿玉掌 ……(503)
龙眼猴蘑玉掌 ……(503)
冬仓玉蟠 ……(503)
鸡丝烩熊掌 ……(503)
一品熊掌 ……(503)
蒜烧熊掌 ……(503)
炒驼峰丝 ……(503)
扒驼掌 ……(503)
酒焖驼蹄 ……(503)
驼蹄羹 ……(504)
黄焖驼掌 ……(504)
雪莲驼掌 ……(504)
雪峰驼掌 ……(504)
雪山驼峰 ……(504)
烩驼峰 ……(504)
大烧驼掌 ……(504)
麒面莲蓬 ……(504)
金蟾红油犴鼻 ……(504)
金鱼犴鼻 ……(504)
瑞雪寻珍 ……(504)
凤蛋犴鼻 ……(504)
金蝉麒面 ……(504)
鸡米鹿筋 ……(504)
长白山梅花鹿肉 ……(504)
红烧鹿肉 ……(504)
荤素鹿肉 ……(504)
清汤鹿茸 ……(505)
翡翠鹿茸筋 ……(505)
人参鹿筋 ……(505)
番茄鹿筋 ……(505)
松茸蘑汆鹿筋 ……(505)
芙蓉鹿鞭 ……(505)
汆鹿尾 ……(505)
烧鹿尾 ……(505)
鹿尾汤 ……(505)
雪梅鹿肉 ……(505)
怪味鹿肉 ……(505)
凉拌鹿肉 ……(505)
干烧鹿筋 ……(505)
泡椒炒鹿肉丝 ……(505)
清蒸鹿胎 ……(505)
干烧鹿冲 ……(505)
当归獐肉 ……(505)
炸獐排 ……(505)
冬笋麂丝 ……(505)
红烧麂肉 ……(505)
五味角麂 ……(505)
五香生炸麂子 ……(505)
灰焙麂子干巴 ……(506)
五彩炒黄獐 ……(506)
五彩黄獐丝 ……(506)
酒醉狍肉 ……(506)
腌烤狍肉 ……(506)
松仁卤狍子肉 ……(506)
狗肉汤 ……(506)
彭城狗肉 ……(506)
五香狗肉 ……(506)
砂缽狗肉 ……(506)
红煨狗肉 ……(506)
生炆狗肉 ……(506)
爆兔肉 ……(506)
松籽玉兔 ……(506)
草丛觅兔 ……(506)
葱烧兔肉 ……(506)
清炖兔肉块 ……(506)
卵羹 ……(506)
荷叶兔肉 ……(506)
清炖兔子 ……(506)
玛瑙兔肉 ……(506)
酱爆兔肉丁 ……(506)
锅贴兔肝 ……(506)
菊花兔球 ……(506)
鱼香兔糕 ……(507)
黄焖野兔 ……(507)
鱼香兔花 ……(507)
糊辣兔块 ……(507)
鱼香酥皮兔糕 ……(507)
熏五香驴肉 ……(507)
烤五香驴肉 ……(507)
烤黄羊腿 ……(507)
黄羊腊肠 ……(507)
火煲果子狸 ……(507)
果子狸卷 ……(507)
红烧果子狸 ……(507)

炸飘果子狸 ……(507)
香肝扣果狸 ……(507)
花菇炖豹狸 ……(507)
清蒸围子 ……(507)
北芪虫草炖穿山甲 ……(507)
瓦锅焗穿山甲 ……(507)
红烧野猪肉条 ……(507)
双冬烧竹鼠 ……(507)
清蒸竹鼠 ……(507)
爆炒地猴 ……(507)
汆琵琶燕菜 ……(507)
龙王赴宴 ……(508)
芙蓉燕菜 ……(508)
珍珠燕菜 ……(508)
绣球燕菜 ……(508)
各吃燕菜 ……(508)
鸡汁燕菜 ……(508)
燕珠汤 ……(508)
炸飞龙条 ……(508)
油爆飞龙丁 ……(508)
熘飞龙丝 ……(508)
清汆飞龙丸子 ……(508)
猴头飞龙 ……(508)
雪梅飞龙 ……(508)
纸包飞龙 ……(508)
飞龙白蘑汤 ……(508)
五香飞龙 ……(508)
清蒸飞龙 ……(508)
鸳鸯戏水游飞龙 ……(508)
飞龙卧雪 ……(508)
鸳鸯飞龙酒锅 ……(509)
羽翎凤蛋参 ……(509)
荠菜山鸡片 ……(509)
扒山鸡卷 ……(509)
元蘑焖山鸡 ……(509)
荷花松茸山鸡饼 ……(509)
炒山鸡片雪里蕻 ……(509)
雪炒山鸡片 ……(509)
板栗山鸡 ……(509)
什锦蜂窝山鸡 ……(509)
花篮葡萄山鸡 ……(509)
什锦山鸡 ……(509)
三鲜山鸡卷 ……(509)
都柿山鸡 ……(509)
虫草炖雪鸡 ……(509)
山鸡卷 ……(509)
清汆山鸡片 ……(509)
山鸡丝 ……(509)
叉烤野鸡 ……(509)
荠菜野鸡片 ……(510)
山鸡煽 ……(510)
双爆串飞 ……(510)
雪冬山鸡 ……(510)
软炸野鸡 ……(510)
麻栗野鸭 ……(510)
炒野鸭片 ……(510)
豆皮野鸭 ……(510)
五香野鸭 ……(510)
腊味野鸭 ……(510)
荔枝凫仁 ……(510)
胡葱野鸭 ……(510)
炸麻花野鸭 ……(510)
野鸭菜饭 ……(510)
酸菜烧野鸭 ……(510)
冬菜扣野鸭 ……(510)
炒野腊鸭条 ……(510)
虫草炖蚬鸭 ……(510)
魔芋野鸭 ……(510)
穿花南雁腿 ……(511)
桂皮鸽子 ……(511)
梅花鸽蛋 ……(511)
黄山炖鸽 ……(511)
双鸽朝牡丹 ……(511)
双鸽吞燕 ……(511)
焗乳鸽 ……(511)
玫瑰焗双鸽 ……(511)
榄仁乳鸽片 ……(511)
芋茸香酥鸽 ……(511)
子母会 ……(511)
天麻鸳鸯鸽 ……(511)
桃仁乳鸽 ……(511)
丁香鹌鹑 ……(511)
煨鹌鹑 ……(511)
干蒸鹌鹑 ……(511)
箸头春 ……(511)
母子大会 ……(511)
香酥鹌鹑脯 ……(511)
冬笋鹌鹑松 ……(511)
珍珠糯鹌鹑 ……(512)
菜片鹌鹑松 ……(512)
燕回巢 ……(512)
炸熘飞禽 ……(512)
酱瓤馅飞禽 ……(512)
雀渣 ……(512)
炒雀渣 ……(512)
软硬飞禽 ……(512)

五香熏铁雀 ……(512)
炸铁雀带铃铛 ……(512)
百鸟返巢 ……(512)
清烹铁雀 ……(512)
熘雀脯 ……(512)
炒铁雀头脯 ……(512)
和县炸麻雀 ……(512)
花雀烧桔汁 ……(512)
焗瓢禾花雀 ……(512)
鲜笋斑雀片 ……(512)
炒斑鸠片 ……(512)
元葱炒斑鸠 ……(512)
香酥嫩斑鸠 ……(512)
荸荠鸠丁 ……(513)
五香卤斑鸠 ……(513)
黄焖斑鸠 ……(513)
锅巴鹧鸪粥 ……(513)
　吱喳鹧鸪粥 ……(513)
手撕腊鹧鸪 ……(513)
香酥沙半鸡 ……(513)
炒麦鸡 ……(513)
香辣竹鸡 ……(513)
雪菜鹌鸡 ……(513)
清炖鹧鸡 ……(513)
熘麦啄 ……(513)
菠菜秧鸡汤 ……(513)
烧鸿鹆 ……(513)
旱蒸雪鸡 ……(513)
桂圆山瑞 ……(513)
清蒸鹰龟 ……(513)
豆腐烧娃娃鱼 ……(513)
豆瓣烧娃娃鱼 ……(513)
香菇烧海狗鱼 ……(513)
八宝娃娃鱼 ……(513)
什锦雪哈杏仁豆腐 ……(513)
汆鸡茸哈什蚂油 ……(514)
烩哈什蚂油 ……(514)
芙蓉哈什蚂油 ……(514)
荷花田鸡油 ……(514)
汆哈什蚂油 ……(514)
珍珠石鸡 ……(514)
软炸石鸡 ……(514)
香炸铜锤 ……(514)
云雾熏石鸡 ……(514)
清炖石鸡 ……(514)
飞跃活动鸡 ……(514)
炸石鸡 ……(514)
石鳞戏珠 ……(514)
熘石蛙 ……(514)
果仁炒石蹦 ……(514)
翡翠石蹦 ……(514)
嬉戏蝉鱼 ……(514)

蔬果与素菜类

开水白菜 ……(514)
干烧冬笋 ……(514)
罗汉菜心 ……(515)
炒黄瓜酱 ……(515)
炝冬笋 ……(515)
如意冬笋 ……(515)
油盖扒茄子 ……(515)
酱油茄 ……(515)
火腿烧油菜心 ……(515)
鸡油豆瓣 ……(515)
鸡油刀豆 ……(515)
虾子冬笋 ……(515)
枸杞春笋 ……(515)
生煸草头 ……(515)
佛手白菜 ……(515)
瓤西葫芦 ……(515)
芙蓉菜心 ……(515)
奶油扒龙须菜 ……(515)
芙蓉辣椒 ……(515)
番茄笋尖 ……(515)
烧龙头 ……(515)
芙蓉发菜 ……(515)
扒蛋糕发菜 ……(515)
油泼豆芽 ……(515)
黄油炒银丝 ……(516)
果味辣白菜 ……(516)
煎转西红柿 ……(516)
糖醋瓜皮 ……(516)
脆皮蕨菜卷 ……(516)
滑炒鸡丝薇菜 ……(516)
银耳珍珠薇菜汤 ……(516)
翡翠刺嫩菜 ……(516)
香炸白蜜条 ……(516)
锅煽白蜜卷 ……(516)
蒲棒白蜜 ……(516)
炸吉力白蜜饼 ……(516)
鸡茸刺嫩芽 ……(516)
油焖山蕗 ……(516)
菜心黄瓜香 ……(516)
林海孔雀 ……(516)
金边白菜 ……(516)
虾子烧玉兰片 ……(516)

神仙葫芦 ……(516)
炸香椿鱼 ……(516)
香椿鱼 ……(516)
醋芹 ……(516)
百岁羹 ……(516)
金城八宝瓜雕 ……(517)
瓤白兰瓜 ……(517)
兰州百合桃 ……(517)
清汤发菜 ……(517)
珊瑚白菜 ……(517)
栗子烧白菜 ……(517)
瓤芸豆 ……(517)
椒油小白菜 ……(517)
炒生鸡丝掐菜 ……(517)
辣油瓜皮 ……(517)
红烧茄子 ……(517)
糟煎茭白 ……(517)
炖菜核 ……(517)
炖菜心 ……(517)
黄芽菜煽 ……(517)
冬冬青 ……(517)
白汁春笋 ……(517)
白汁稀卤笋 ……(517)
开洋扒蒲菜 ……(517)
虾米香椿头 ……(517)
香芋木鱼 ……(517)
贤圣茭白 ……(517)
西湖莼菜汤 ……(517)
兰花春笋 ……(517)
油焖春笋 ……(517)
糟烩鞭笋 ……(517)
炒二冬 ……(518)
冬茸白兰 ……(518)
菊花冬笋 ……(518)
问政山笋 ……(518)
火烧冬笋 ……(518)
虾米茭白 ……(518)
青果豆 ……(518)
韭菜塌 ……(518)
火腿烧鞭笋 ……(518)
皱纱南瓜苞 ……(518)
荠菜圆子 ……(518)
糖醋小黄瓜 ……(518)
鱼香茄子 ……(518)
烧海带卷 ……(518)
白玉冬笋 ……(518)
凉拌泥蒿 ……(518)
桑门香 ……(518)
板栗烧菜心 ……(518)
黄油孟冬茸 ……(518)
油辣冬笋尖 ……(518)
原盅白菜 ……(518)
炖芥菜 ……(518)
清萝卜丸 ……(518)
蚝油茭笋 ……(518)
一品黄秧白 ……(518)
红油黄丝 ……(518)
干煸萝卜丝 ……(519)
珊瑚萝卜卷 ……(519)
软炸冬笋 ……(519)
灯影苕片 ……(519)
鸡油葵菜 ……(519)
麻酱凤尾 ……(519)
冬瓜燕 ……(519)
干煸苦瓜 ……(519)
鱼香茄饼 ……(519)
瓤甜椒 ……(519)
椿芽蚕豆 ……(519)
蚕豆泥 ……(519)
鱼香豌豆 ……(519)
家常四季豆 ……(519)
姜汁豇豆 ……(519)
酸菜豆瓣汤 ……(519)
发菜卷 ……(519)
葱炒地耳 ……(519)
拌侧耳根 ……(519)
拌马齿苋 ……(519)
瓤笋伞 ……(519)
红辣椒拌子姜 ……(519)
面辣椒 ……(519)
泥鳅辣椒 ……(519)
煮南瓜崽 ……(519)
凉拌龙爪 ……(519)
酸菜炒魔芋豆腐 ……(519)
糖醋藜蒿 ……(520)
酱爆苦刺花 ……(520)
扒松子卷 ……(520)
糟煨玉米笋 ……(520)
渍香瓜 ……(520)
鸡茸珍珠笋 ……(520)
雪莲人参果 ……(520)
雪山人参果 ……(520)
珍珠笋 ……(520)
酱汁核桃仁 ……(520)
瓤莲藕 ……(520)
软炸玉麦 ……(520)

奶油扒白蘑 ……(520)
瓤羊肚菌 ……(520)
烧紫生蘑 ……(520)
香菇明珠 ……(520)
瓢儿香菇 ……(520)
桃仁烧香菇 ……(520)
金钱台蘑 ……(520)
砂锅猴头汤 ……(520)
奶汤猴头蘑 ……(520)
白山长寿猴头蘑 ……(520)
扒猴头天梯 ……(521)
白扒松茸蘑 ……(521)
彩云猴头黄瓜香 ……(521)
炝黄瓜香口蘑 ……(521)
葫芦猴头蘑 ……(521)
玉桃猴蘑 ……(521)
翡翠猴蘑 ……(521)
蒲棒猴头蘑 ……(521)
乌龙蟠桃 ……(521)
烩松茸 ……(521)
汆渍菜黄蘑 ……(521)
鱼茸花菇 ……(521)
汤爆鸡油菌 ……(521)
国色猴头 ……(521)
云波猴头 ……(521)
口蘑汆双脆 ……(521)
云片猴头 ……(521)
清汤牡丹银耳 ……(521)
黄蘑鸡 ……(522)
植物四宝 ……(522)
炸冬菇 ……(522)
清蒸花菇 ……(522)
香菇盒 ……(522)
银耳香菇 ……(522)
珍珠口蘑 ……(522)
花瓤冬菇 ……(522)
三耳猴头 ……(522)
绣球黑木耳 ……(522)
烧春菇 ……(522)
竹荪鸽蛋 ……(522)
如意竹荪 ……(522)
蝴蝶竹荪 ……(522)
肉片马蹄菌 ……(522)
瓤竹荪 ……(522)
红烧鸡丛 ……(522)
鸡丝虎掌菌 ……(522)
太极干巴菌 ……(522)
鞭炮鸡丛 ……(522)
网油鸡丛 ……(522)
锅贴鸡丛 ……(523)
火夹清蒸鸡丛 ……(523)
红烧羊肚菌 ……(523)
虎掌夜来香 ……(523)
清蒸北风菌 ……(523)
一品豆腐 ……(523)
莲蓬豆腐 ……(523)
炒豆腐脑 ……(523)
炒干烂豆腐 ……(523)
瓤豆腐 ……(523)
香辣豆腐泥 ……(523)
金钱豆腐饺 ……(523)
罗汉豆腐 ……(523)
核桃豆腐 ……(523)
炒豆腐松 ……(523)
肉茸豆腐 ……(523)
锅煽豆腐 ……(523)
拔丝奶豆腐 ……(523)
凤尾金腐 ……(523)
砂锅老豆腐 ……(524)
扒冻豆腐 ……(524)
什锦豆腐箱 ……(524)
豆腐箱 ……(524)
箱子豆腐 ……(524)
干蒸百合 ……(524)
八宝百合 ……(524)
蜜汁百合 ……(524)
蜜汁百合丸 ……(524)
炒百合泥 ……(524)
梨饼 ……(524)
炸黄袍 ……(524)
拔丝白兰瓜 ……(524)
百合寿桃 ……(524)
三美豆腐 ……(524)
松子豆腐 ……(524)
炒豆腐脑 ……(524)
软烧豆腐 ……(524)
干炸豆腐丸子 ……(524)
大煮干丝 ……(524)
三虾豆腐 ……(524)
豆腐饺 ……(524)
叉烧豆腐 ……(525)
文思豆腐 ……(525)
清汤五丝豆腐 ……(525)
镜箱豆腐 ……(525)
香橼豆腐 ……(525)
八宝豆腐 ……(525)

泰性炖豆腐 ……(525)
炒豆腐松 ……(525)
扎味干丝 ……(525)
风阳瓤豆腐 ……(525)
八公山豆腐 ……(525)
微孔豆腐 ……(525)
双鸭豆腐 ……(525)
三鲜瓤豆腐 ……(525)
白玉饺 ……(525)
剥皮豆腐 ……(525)
寿桃素豆腐 ……(525)
家乡豆腐 ……(525)
活豆腐 ……(525)
兴国豆腐 ……(525)
粉豆腐 ……(525)
雪花泥 ……(525)
八宝豆腐丸子 ……(525)
芙蓉豆腐 ……(525)
豆腐松 ……(525)
黄州豆腐圆子 ……(526)
湘潭包子豆腐 ……(526)
锅烧豆腐 ……(526)
红烧豆腐 ……(526)
煎瓤豆腐 ……(526)
三丝扣豆腐 ……(526)
口袋豆腐 ……(526)
鸡豆花 ……(526)
仔鸡豆花 ……(526)
家常豆腐 ……(526)
麻婆豆腐 ……(526)
红油豆干 ……(526)
烩千张 ……(526)
连渣豆腐 ……(526)
油渣炒豆豉颗 ……(526)
三夹火腿 ……(526)
焦熘肥肠 ……(526)
南煎丸子 ……(526)
荷叶肉 ……(526)
纸包三鲜 ……(526)
红烧小包 ……(527)
腐乳扣肉 ……(527)
熘鸡肝卷 ……(527)
蜜汁樱桃肉 ……(527)
糖醋排骨 ……(527)
软炸腰花 ……(527)
芙蓉鸡片 ……(527)
八宝整鸭 ……(527)
两做大虾 ……(527)
莼菜素鱼圆汤 ……(527)
炒素蟹粉 ……(527)
炒素山鸡片 ……(527)
炒素鳝丝 ……(527)
面筋百页 ……(527)
素肉松 ……(527)
素烧鸭 ……(527)
醋熘素黄鱼 ……(527)
炒素虾仁 ……(527)
鹅皮面筋 ……(527)
太极图 ……(528)
三丝素鱼翅 ……(528)
炒南北 ……(528)
真不同素鸡豆腐 ……(528)
炒合菜 ……(528)
冰城山珍砂锅 ……(528)
草堂八素 ……(528)
一曲阳春 ……(528)
一竿寒丝 ……(528)
面筋丸子 ……(528)
烧面筋 ……(528)
烧素烩 ……(528)
素鸡烧海参 ……(528)
鸡皮鱼肚 ……(528)
双味素虾仁 ……(528)
烧素鲫鱼 ……(528)
素桂鱼 ……(528)
素脆鳝 ……(528)
炒素蟹粉 ……(528)
熘素鹅皮 ……(528)
素脆筋 ……(528)
五香素鸡 ……(528)
素兰花鸡卷 ……(528)
素鸽蛋 ……(528)
素虎皮鸽蛋 ……(529)
白汁素蹄筋 ……(529)
炒素肥肠 ……(529)
肉瓤生麸 ……(529)
干炸黄雀 ……(529)
素烧鸡 ……(529)
八宝香脆鸡 ……(529)
西湖素火腿 ……(529)
金雀舌 ……(529)
八宝面筋 ……(529)
菱畔鸭泳 ……(529)
雀尾麻花肚 ……(529)
京葱炒鸭肠 ……(529)
腐乳糟大肠 ……(529)

素清汤鸭 ……(529)
素醋熘鱼 ……(529)
素油鸡 ……(529)
素烩 ……(529)
原笼面筋 ……(529)
豆鱼 ……(529)
炒如意菜 ……(529)
糖醋熘疙渣 ……(529)
焦切虾 ……(529)
清汤素鸽蛋 ……(530)
香冬圆子 ……(530)
金针银耳神仙汤 ……(530)
煎春卷 ……(530)
茄汁素金鲤 ……(530)
素八宝甲鱼 ……(530)
素西米燕菜 ……(530)
金牛千张火腿 ……(530)
焦盐子芋 ……(530)
鼎湖上素 ……(530)
榄仁香积卷 ……(530)
七彩软筋 ……(530)
咸菜什锦 ……(530)
奶油素什锦 ……(530)
四喜吉庆 ……(530)
菜火锅 ……(530)

甜菜类

拔丝西瓜 ……(530)
桔羹湘莲 ……(530)
玫瑰荸荠饼 ……(530)
荸荠糕 ……(530)
核桃酥 ……(531)
拔丝板油 ……(531)
拔丝沙果 ……(531)
拔丝荸荠鼓 ……(531)
炒海棠果 ……(531)
汆山药脯 ……(531)
高丽澄沙 ……(531)
攒素 ……(531)
烩果羹 ……(531)
搅京糕 ……(531)
水晶莲籽 ……(531)
橙子酪 ……(531)
冰碗 ……(531)
百花齐放 ……(531)
拔丝葡萄 ……(531)
八宝苹果罐 ……(531)
炸苹果圈 ……(531)
金丝吊葫芦 ……(531)
雪衣澄沙卷 ……(531)
桔子寿八宝 ……(531)
甜炒羊 ……(531)
酥炸澄沙黄油球 ……(531)
软炒果味鲜奶 ……(532)
拔丝白梨 ……(532)
拔丝山楂 ……(532)
蜜汁樱花 ……(532)
水晶桔子 ……(532)
棋子山药 ……(532)
什锦人参羹 ……(532)
冰桃 ……(532)
白云包日 ……(532)
蜜霜山楂糕 ……(532)
大枣栗子羹 ……(532)
还阳枣 ……(532)
糯米藕 ……(532)
枣泥丸子 ……(532)
蜜汁玫瑰丸子 ……(532)
水晶龙凤糕 ……(532)
什锦人参果 ……(532)
土豆寿桃 ……(532)
花篮藏宝 ……(532)
八宝瓤香梨 ……(533)
拔丝珍珠苹果 ……(533)
蜜汁山药饼 ……(533)
一品山药 ……(533)
蜜汁金枣 ……(533)
拔丝山药 ……(533)
冰糖百合 ……(533)
八宝梨罐 ……(533)
煒红果 ……(533)
炸西瓜 ……(533)
炸荷花 ……(533)
炸藿香 ……(533)
蜜三果 ……(533)
瓤银瓜 ……(533)
炒三泥 ……(533)
水晶桃 ……(533)
京糕拌梨丝 ……(533)
琉璃桃仁 ……(533)
蜜腊莲子 ……(533)
响铃球 ……(533)
酥桔圆 ……(533)
蜜饯捶藕 ……(533)
杏仁葛粉包 ……(533)
响铃白果 ……(534)

琥珀莲心 ……(534)
豆茸瓤枇杷 ……(534)
八宝南枣 ……(534)
桂花鸡头肉 ……(534)
拔丝蜜桔 ……(534)
桂花鲜栗羹 ……(534)
奶油红菱 ……(534)
原味炸桔 ……(534)
芙蓉白莲 ……(534)
蜜汁红芋 ……(534)
荸荠丸子 ……(534)
蜜汁猕猴桃 ……(534)
金丝琥珀蜜枣 ……(534)
酒醉核桃仁 ……(534)
地栗花 ……(534)
芋清花 ……(534)
烤八宝苹果 ……(534)
玫瑰球 ……(534)
龙眼肉 ……(534)
葵花莲子 ……(534)
水晶荔枝 ……(534)
炒八宝饭 ……(534)
全料圆子 ……(535)
炒酒黄 ……(535)
拔丝蛋液 ……(535)
一品薯泥 ……(535)
白云冬瓜 ……(535)
拔丝青红椒 ……(535)
蜜汁芝麻藕 ……(535)
赛核桃 ……(535)
葛仙米羹 ……(535)
冰糖湘白莲 ……(535)
银羹荸荠球 ……(535)
时果西瓜盅 ……(535)
冰糖雪耳椰子盅 ……(535)
金钱酥柑 ……(535)
五宝香瓜盅 ……(535)
芋茸香露 ……(535)
醉八仙 ……(535)
桃油果羹 ……(535)
板栗泥 ……(535)
核桃泥 ……(535)
莲子泥 ……(535)
红苕泥 ……(535)
枇杷冻 ……(535)
怪味花仁 ……(535)
扁豆泥 ……(536)
玫瑰锅炸 ……(536)
竹荪银耳汤 ……(536)
冰糖皂仁 ……(536)

其 它

八生涮锅 ……(536)
桃花泛 ……(536)
炒饸饹 ……(536)
全爆 ……(536)
什锦火锅 ……(536)
天津火锅 ……(536)
金蟾戏牡丹 ……(536)
拌春柳 ……(536)
炒面筋丝 ……(536)
比翼双飞 ……(536)
扣三丝 ……(536)
珠联璧合 ……(536)
八宝辣酱 ……(536)
肉丝黄豆汤 ……(537)
翡翠哈什蚂 ……(537)
砂锅鸡鸭 ……(537)
十全大补汤 ……(537)
什锦葵花 ……(537)
拔丝冰淇淋 ……(537)
凤巢三丝 ……(537)
参茸豆沙 ……(537)
人参鹿茸绣球干贝 ……(537)
三鲜拉皮 ……(537)
龙珍全锅 ……(537)
参汤鹑锅 ……(537)
芙蓉烧麦 ……(537)
芙蓉三鲜 ……(537)
古城四季花 ……(537)
三皮丝 ……(537)
芙蓉三变 ……(537)
嫫对西子 ……(538)
猴戴帽 ……(538)
白兰瓜羹 ……(538)
百合桃 ……(538)
奶酪 ……(538)
炸瓜条 ……(538)
一捧雪 ……(538)
三色芙蓉丸子 ……(538)
网油卷 ……(538)
酥菜 ……(538)
八宝辣酱 ……(538)
拼八宝 ……(538)
凉拌什锦粉丝 ……(538)
三鲜汤 ……(538)

炸蝎子 ……(538)
芙蓉豆参 ……(538)
蝶扇 ……(538)
虹桥赠珠 ……(538)
香炸云雾 ……(538)
　云雾香团 ……(539)
东乡鸡松 ……(539)
荷花集锦炖 ……(539)
　荷花什锦炖 ……(539)
庆丰冷盘 ……(539)
双喜临门 ……(539)
干炸响铃 ……(539)
一品锅 ……(539)
绍什锦 ……(539)
八宝芋艿头 ……(539)
鸳鸯戏水 ……(539)
李鸿章杂烩 ……(539)
熳三鲜 ……(539)
中爪腐衣 ……(539)
荤炒素 ……(539)
四相菜 ……(539)
双脆锅巴 ……(539)
鸡犬睦 ……(539)
金银睦鸡 ……(539)
凤炖牡丹 ……(539)
八宝蛋 ……(539)
八宝枕头 ……(539)
卷筒石耳 ……(539)
清汤扎素 ……(539)
猪婆缠泥 ……(539)
金玉满堂 ……(540)
黄蜂肉 ……(540)
炒米粉 ……(540)
佛跳墙 ……(540)
十锦蜂窝豆腐 ……(540)
东壁龙珠 ……(540)
象眼鸽蛋 ……(540)
黄瓜塞肉 ……(540)
圈子烧豆腐 ……(540)
火鸭烩猪脑 ……(540)
鸡茸玉米汤 ……(540)
杏花炒双条 ……(540)
黄鱼卤咸蛋羹 ……(540)
什锦鱼羹 ……(540)
李公什碎 ……(540)
玉珠双珍 ……(540)
牡丹燕菜 ……(540)
鸡皮烧鹅嗦 ……(540)
白云黄鹤 ……(540)
蒸风鱼腊肉 ……(541)
黄陂三合 ……(541)
七彩鱼面 ……(541)
滑三丝 ……(541)
鸡皮肚 ……(541)
金银蛋饺 ……(541)
龙凤配 ……(541)
菜苔炒腊肉 ……(541)
八宝南瓜盅 ……(541)
如意丝瓜 ……(541)
金钱藕夹 ……(541)
双味龙凤 ……(541)
西湖豆脯 ……(541)
四生片火锅 ……(541)
腊味合蒸 ……(541)
菊花盘丝 ……(541)
苦瓜瓤肉 ……(541)
口蘑汤泡肚 ……(541)
龙虎凤大会 ……(541)
大良炒牛奶 ……(542)
四宝炸牛奶 ……(542)
炖冬瓜盅 ……(542)
瓜中藏珍 ……(542)
雀巢三丝 ……(542)
桂花香扎 ……(542)
百花仙岛 ……(542)
东江炸春卷 ……(542)
耙卜炖鲜陈肾 ……(542)
煎瓤凉瓜 ……(542)
炖禾虫 ……(542)
炒禾虫 ……(542)
象山拼盘 ……(542)
七彩三黄蛋 ……(542)
鸡丝扒瓜脯 ……(542)
马蹄炒双脆 ……(542)
荷池映月 ……(543)
马蹄炒双球 ……(543)
蛟龙献珍 ……(543)
双味火锅 ……(543)
龙凤呈祥 ……(543)
熊猫戏竹 ……(543)
官燕孔雀 ……(543)
春色满园 ……(543)
金鱼荷花 ……(543)
攒丝杂烩 ……(543)
三色如意卷 ……(543)
椒麻豆鱼 ……(543)

金鱼戏水 ……(543)
梅鹿初醒 ……(543)
辣子酱 ……(543)
火夹冬笋 ……(543)
鸡茸银条 ……(543)
鸡茸银杏 ……(543)
金龙拼盘 ……(544)
鱼茸乳扇卷 ……(544)
捶料锅贴乳饼 ……(544)
三鸡相会 ……(544)
盐八宝 ……(544)
瓤小瓜 ……(544)
鸡丝炒草芽 ……(544)
樱桃肉烧玉兰 ……(544)
凤衣菊花卷 ……(544)
菊花汆圆子 ……(544)
水煎乳饼 ……(544)
椒盐竹蛆 ……(544)

清真菜点与民族菜点

清真菜点

炒驼峰 ……(544)
扒海羊 ……(544)
玉米全烩 ……(544)
白扒鸡肚羊 ……(544)
鸡肚爆 ……(544)
烤肉 ……(544)
炮烘 ……(544)
白条手抓 ……(544)
黄焖手抓 ……(544)
烟熏羊肉 ……(545)
锅烧羊肉 ……(545)
黄焖羊肉 ……(545)
焖羊肉 ……(545)
糊羊肉 ……(545)
炖羊肉 ……(545)
扒羊肉条 ……(545)
生扒羊肉 ……(545)
水盆羊肉 ……(545)
东坡羊肉 ……(545)
咖喱羊肉 ……(545)
米粉羊肉 ……(545)
芙蓉羊肉片 ……(545)
桂花羊肉 ……(545)
盐爆里脊 ……(545)
银丝羊肉 ……(545)
酱爆肉丁 ……(545)
锅爆羊肉 ……(545)
辣子肉丁 ……(545)
焦熘肉片 ……(545)
醋熘肉片 ……(545)
葱爆羊肉 ……(545)
芝麻羊肉 ……(545)
爆三样 ……(546)
黄焖羊肉丸子 ……(546)
松肉 ……(546)
炸鹅脖 ……(546)
腊羊肉 ……(546)
红烧牛排 ……(546)
炸牛排 ……(546)
清炖牛肉 ……(546)
京葱爆牛方 ……(546)
焖牛脯 ……(546)
扒胸口 ……(546)
壮肉冷片 ……(546)
爆炸牛肉 ……(546)
柳叶牛肉 ……(546)
紫果羊肝 ……(546)
杏花肠子 ……(546)
干煸牛肉丝 ……(546)
熘松子牛卷 ……(546)
煎炸牛干巴 ……(546)
炸卷果 ……(546)
砂锅羊头 ……(546)
烩羊脑 ……(546)
糖醋明珠 ……(546)
烩羊眼 ……(546)
芙蓉顺风 ……(546)
清汤牛杂碎 ……(547)
水爆肚 ……(547)
清汤羊肚 ……(547)
酸辣肚丝汤 ……(547)
砂锅散丹 ……(547)
羊肝排岔 ……(547)
蜜汁羊尾 ……(547)
瓤牛尾 ……(547)
烧牛尾 ……(547)
白蘸羊筋 ……(547)
炖二筋 ……(547)
烧牛蹄筋 ……(547)
烩假莲子 ……(547)

藏族菜点

油炸虫草 ……(547)
雪梅黄鸡坝 ……(547)

油松茸 ……(547)
火腿毕沙 ……(547)
虫草汽锅鸡 ……(547)
虫草清蒸鸡 ……(547)
红烧琵琶肉 ……(547)
糖醋雪鱼 ……(547)
野鸡扣蘑菇 ……(547)
蜜汁土豆 ……(547)
火锅竹叶 ……(547)
手抓羊肉 ……(547)
烧肝 ……(547)
汆灌肠 ……(547)
血肠 ……(547)
肉肠 ……(547)
面肠 ……(548)
油肠 ……(548)
肝肠 ……(548)
烤牛肉 ……(548)
赛蜜羊肉 ……(548)
素拌蒜米辣 ……(548)
油煎奶渣 ……(548)
番茄窝奔 ……(548)

满族菜点

白肉血肠 ……(548)
汆白肉 ……(548)
熏猪爪 ……(548)
白片肉 ……(548)
片肘花 ……(548)
黄金肉片 ……(548)
　锅爆肉片 ……(548)
花冻 ……(548)
肥脆牛肉 ……(548)
汆鹿肉丸子 ……(548)
红卤鸽脯 ……(548)
小鸡炖蘑菇 ……(548)
炭火烤鸭 ……(548)
清蒸细鳞鱼 ……(548)
烤大田鸡 ……(548)
红烧蛤什蟆 ……(548)
炒如意 ……(548)
炒大叶芹 ……(548)
炸刺龙芽 ……(548)
炸刺果棒 ……(549)
小肉饭 ……(549)
　鞑子饭 ……(549)
　鞑子粥 ……(549)
大黄米干饭 ……(549)
酸汤子 ……(549)
粘豆包 ……(549)
粘火烧 ……(549)
五花糕 ……(549)
淋浆糕 ……(549)
哪玛咪糕 ……(549)
　馒子 ……(549)
甑儿糕 ……(549)
　粳米豆包 ……(549)
铜盆糕 ……(549)
碗坨 ……(549)
松饼 ……(549)
　松子烧饼 ……(549)
水馇子 ……(549)
　漂饼 ……(549)
菠萝叶饼 ……(549)
核桃仁饼 ……(549)
　炉酥饼 ……(549)
高丽饼 ……(549)
叶子饽饽 ……(549)
　苏叶饽饽 ……(549)
　椴叶饽饽 ……(549)
搓条饽饽 ……(549)
螺蛳饽饽 ……(549)
　螺蛳转儿 ……(549)
瓦垅 ……(549)
豆面剪子股 ……(549)
秫米水饭 ……(549)
　高粱米水饭 ……(549)
油蛤蟆 ……(549)
锅蹦溜 ……(549)

朝鲜族菜点

烤牛肉 ……(550)
煎串肉 ……(550)
虎眼肉 ……(550)
铁锅里脊 ……(550)
九节盘 ……(550)
梅云汤 ……(550)
红椒瓤牛肉 ……(550)
肉脯 ……(550)
生拌牛肉 ……(550)
生拌牛肚 ……(550)
菊花脑瓤 ……(550)
蒸肉肠 ……(550)
猪头焖子 ……(550)
三美片 ……(550)
狗肉火锅 ……(550)

砂锅狗肉 ……(550)
补身汤 ……(550)
狗肉汤 ……(550)
扒狗肉 ……(550)
熏狗肉 ……(550)
拌狗肉 ……(550)
拌狗肉脆 ……(550)
焖补养鸡 ……(550)
滑炒鸡片松茸 ……(551)
色蛋卷 ……(551)
龙凤汤 ……(551)
拌海参 ……(551)
蒸鲷鱼 ……(551)
生拌鱼 ……(551)
拌鱿鱼 ……(551)
凉拌八带鱼 ……(551)
酸辣裹福 ……(551)
神仙炉 ……(551)
酸辣白菜 ……(551)
煎青椒 ……(551)
月瓜菜 ……(551)
锅煽沙参 ……(551)
雪衣豆沙 ……(551)
高丽澄沙 ……(551)
串炙 ……(551)
烤串肉 ……(551)
冷面 ……(551)
打糕 ……(551)
片糕 ……(551)
豆馅饺子 ……(551)
米肠 ……(551)
饼片汤 ……(552)
散状 ……(552)
蒸片 ……(552)
紫菜饭 ……(552)
疙疸粥 ……(552)
金达菜饼 ……(552)
绿豆饼 ……(552)
五谷饭 ……(552)

鄂伦春族菜点

火烤肉 ……(552)
火烧肉 ……(552)
清炖肉 ……(552)

鄂温克族菜点

肉粥 ……(552)

赫哲族菜点

刹生鱼 ……(552)
刨花 ……(552)

哈萨克族菜点

马肠子 ……(552)
那仁 ……(552)

黎族菜点

腌生鱼 ……(552)
香饭 ……(552)

壮族菜点

白切乳猪 ……(552)
酸甜烧乳猪 ……(552)
烤香猪 ……(552)
火把肉 ……(552)
皮肝生 ……(553)
五福喜临门 ……(553)
团圆肉 ……(553)
网油炸腰卷 ……(553)
脆皮假烧鹅 ……(553)
芙蓉浮皮丝 ……(553)
百花瓤肉皮 ……(553)
酸笋碎牛汤 ……(553)
酸菜牛肉汤 ……(553)
彗星肉 ……(553)
白切狗肉 ……(553)
清炖破脸狗肉 ……(553)
子姜野兔肉 ……(553)
火烧野兔肉 ……(553)
烤辣子水鸡 ……(553)
白炒三七花田鸡 ……(553)
蛇汤 ……(553)
三七根炖鸡 ……(553)
柠果白切鸭 ……(553)
鸡茸燕汤 ……(553)
竹笋烩鸡球 ……(553)
辣血旺 ……(553)
豆苗南粉鸡 ……(553)
蒜米鸡 ……(553)
鹌鹑回巢 ……(553)
煎蛋角 ……(553)
瓤油果 ……(553)
巧瓤鲜瓜花 ……(553)
煎焖瓤凉瓜 ……(553)
梅藕四味 ……(553)

脆皮瓤茄瓜 ……(553)
烩鱼丝 ……(554)
炒鱼卷 ……(554)
鱼粉角 ……(554)
瓜花鱼头汤 ……(554)
龙卧金山 ……(554)
酸汤煮鲫鱼 ……(554)
脆熘蜂儿 ……(554)
瓤炸麻仁蜂 ……(554)
椒盐蜂儿 ……(554)
五香豆蛆 ……(554)
油炸沙蛆 ……(554)
捆绑 ……(554)
盐凤肝 ……(554)
双色糯米粑 ……(554)
五色糯米饭 ……(554)
肠糕 ……(554)
芋头糕 ……(554)
蕉叶糍粑 ……(554)
冰花桄榔粉 ……(554)
米皮粉果 ……(554)
油茶 ……(554)

苗族菜点

红烧竹鼠肉 ……(554)
瓦罐焖狗肉 ……(554)
清汤狗肉 ……(554)
白煮鹿子肉 ……(554)
炖金嘎嘎 ……(554)
炖猪脚 ……(554)
清炖狗肉 ……(554)
蒸糯米肠 ……(554)
油炸飞蚂蚁 ……(554)
六谷米焖猪脚 ……(554)

瑶族菜点

清汤脆肚 ……(555)
干笋焖鸡 ……(555)
酸菜蒸鲫鱼 ……(555)
瑶豆腐 ……(555)
野味干巴 ……(555)

土家族菜点

泥鳅钻豆腐 ……(555)
土家族粑粑 ……(555)

侗族菜点

血浆鸭 ……(555)
酸鱼 ……(555)
火烧鱼 ……(555)

傣族菜点

香茅草烧鸡 ……(555)
景汤 ……(555)
辣子焖鸡 ……(555)
酸条 ……(555)
烧辣肉 ……(555)
清蒸牛肉 ……(555)
勒左 ……(555)
酸笋炒牛肉 ……(555)
清汤汆牛肉 ……(555)
酸笋焖鸡 ……(555)
蜂窝豆腐 ……(555)
木瓜烧鱼 ……(555)
火烧鱼 ……(555)
白汁鳝鱼 ……(555)
冻鱼 ……(555)
怕哈煮螺蛳 ……(556)
酸笋煮螺蛳 ……(556)
青苔松 ……(556)
刺猬酸肉 ……(556)
酸肉 ……(556)
火烧肉圆 ……(556)
酸炟菜 ……(556)
酸笋煮挑手鱼 ……(556)
鱼剁生 ……(556)
沙鳅鱼煮酸笋 ……(556)
炒螺肉 ……(556)
烤竹鼠肉 ……(556)
石头煮青苔 ……(556)
素杂菜 ……(556)
蚂蚁蛋 ……(556)
鲊什锦 ……(556)
火烧肉米线 ……(556)
燉啰嗦 ……(556)
蒸羊糕 ……(556)
茅草大灰粽 ……(556)
香竹饭 ……(556)
象耳粑粑 ……(556)
田鸡干巴 ……(556)
呀货嘟 ……(556)

彝族菜点

皮肝生 ……(556)
肝胆生 ……(556)
火夹煎乳饼 ……(556)

捶料锅贴乳饼 ……(556)
巍山焦肝 ……(556)
翡翠脊筋饺 ……(556)
清汤麂四件 ……(556)
绣球酥 ……(557)
彝味兔 ……(557)
茎菜生 ……(557)
羊皮煮肉 ……(557)
温拌鸡肝生 ……(557)
粉蒸羊肉 ……(557)
油炸蚂蚱 ……(557)
锅巴油粉 ……(557)
辣血旺 ……(557)

白族菜点

干攒 ……(557)
砂锅鱼 ……(557)
粉蒸鱼 ……(557)
冻鱼 ……(557)
柳蒸猪头 ……(557)
丫松鸡 ……(557)
鱼茸乳扇卷 ……(557)
乳扇包里脊 ……(557)
桃仁夹沙乳扇 ……(557)
乳扇凉鸡 ……(557)
瓤雪梨 ……(557)
板栗红肘 ……(557)
烩里脊羊肚菌 ……(557)
烩肉圆木耳 ……(557)
冰糖螺豆腐 ……(557)
牛奶煮弓鱼 ……(557)
牛奶乳扇核桃茶 ……(557)
洱海水煮活鱼 ……(557)
凉拌螺肉 ……(557)
腊味螺豆腐 ……(557)
豆汤 ……(557)
猪肝鲊 ……(557)
酸肝 ……(558)

纳西族菜点

丽春水锅 ……(558)
八宝三美梨 ……(558)
四扇松茸 ……(558)
瓤松茸 ……(558)
砂锅岩巴纠 ……(558)
百合圆元 ……(558)
青哇抱玉柱 ……(558)
天麻扣鸡 ……(558)
贝母鸡 ……(558)
鸽雀共合 ……(558)
玉龙雪峰 ……(558)
瓤猪肺 ……(558)
寺不 ……(558)
麻补 ……(558)
丽江粑粑 ……(558)
水汽粑粑 ……(558)

哈尼族菜点

竹筒鸡 ……(558)
竹筒银耳鸡 ……(558)
柴花拼盘 ……(558)
紫米网油泥烤鸡 ……(558)
油炸麂子干巴 ……(558)
石蚌炖蛋 ……(558)
黄面瓜鱼煮甜菜 ……(558)
茎菜根炒肉丝 ……(558)
砂锅牛蹄 ……(558)
酸笋炒麂子肉 ……(558)
煮蛇丸子 ……(558)
酸笋煮螺蛳 ……(558)
螃蟹炖蛋清 ……(558)
清汤橄榄鱼 ……(558)
五香芭蕉花 ……(559)
油炸蜂子 ……(559)
生炸竹蛆 ……(559)
油炸麻粹 ……(559)
笋饺 ……(559)
舂干豆 ……(559)

景颇族菜点

螺蛳汤 ……(559)
酸笋鱼汤 ……(559)
炒牛肉 ……(559)
酸笋烧鱼 ……(559)
舂鱼 ……(559)
素舂青豆 ……(559)
舂鳝鱼 ……(559)
火烧猪 ……(559)

布依族菜点

皮酸 ……(559)

阿昌族菜点

萝卜煮肉 ……(559)
豆腐烧肉 ……(559)
拌芹菜生 ……(559)

冷冻 ……(559)
酸扒菜 ……(559)
干腌菜烧肉 ……(559)
过手米线 ……(559)
春南瓜尖 ……(559)

傈僳族菜点

焙煮肉 ……(559)
红烧大块肉 ……(559)
清水煮小猪 ……(559)
排骨鲊 ……(559)
猪蹄珍珠粥 ……(559)

水族菜点

鱼火锅 ……(559)
蒸鱼 ……(559)

怒族菜点

漆油焖鸡 ……(560)
烤羊肚 ……(560)
斜拉 ……(560)

拉祜族菜点

烤牛肉 ……(560)
血鲊 ……(560)

阿佤族菜点

鸡肉烂饭 ……(560)
迈雅 ……(560)
茶花粥 ……(560)

普米族菜点

醉鸡 ……(560)

崩龙族菜点

牛撒撇 ……(560)
拌麻桑朴 ……(560)
酸汤牛肉 ……(560)
勒浪 ……(560)
蘸碟鱼 ……(560)
姜叶炖鱼 ……(560)
拌挑手鱼 ……(560)
拌鲜猪肉 ……(560)
帕哈煮螺蛳 ……(560)
脆皮冬瓜 ……(560)
凉拌燕窝丝 ……(560)
酸蛙菜 ……(560)
竹筒捣菜 ……(560)
舂茄子 ……(560)
舂鱼腥草 ……(560)
酱烧鱼 ……(560)

独龙族菜点

烧大肠 ……(560)
河麻芋头 ……(560)
石板粑粑 ……(560)

基诺族菜点

竹筒鸡 ……(561)
蝴蝶肉 ……(561)
金肉条 ……(561)
烤鸡 ……(561)
鸡米粥 ……(561)

小吃

马蹄烧饼 ……(561)
麻酱烧饼 ……(561)
酥烧饼 ……(561)
澄沙烧饼 ……(561)
腰子饼 ……(561)
肉饼 ……(561)
一窝丝清油饼 ……(561)
盘香饼 ……(561)
一品烧饼 ……(561)
馅饼 ……(561)
扣饼 ……(561)
棋饼 ……(561)
咸瓤蒸饼 ……(561)
山药饼 ……(561)
褡裢火烧 ……(561)
片丝火烧 ……(561)
糖火烧 ……(561)
肉火烧 ……(561)
螺蛳转 ……(561)
墩饽饽 ……(561)
银丝卷 ……(561)
肉丁馒头 ……(561)
素包子 ……(561)
羊肉包子 ……(561)
三鲜海星饺 ……(561)
馓子麻花 ……(562)
脆麻花 ……(562)
蜜麻花 ……(562)
糖耳朵 ……(562)
姜酥排岔 ……(562)
炸三角 ……(562)

炸回头 ……(562)
焦圈 ……(562)
薄脆 ……(562)
炸荷包 ……(562)
炸格渣盒 ……(562)
素卷圈 ……(562)
油炒面 ……(562)
面茶 ……(562)
茶汤 ……(562)
大麦米粥 ……(562)
杏仁茶 ……(562)
杏仁粥 ……(562)
芝麻卷糕 ……(562)
整米切糕 ……(562)
水晶糕 ……(562)
盆糕 ……(562)
奶油炸糕 ……(562)
黄糕 ……(562)
莲子糕 ……(562)
扒糕 ……(562)
栗子糕 ……(562)
黄米面炸糕 ……(563)
米面蜂糕 ……(563)
炸年糕坨 ……(563)
小豆凉糕 ……(563)
豆蹭糕 ……(563)
豆面糕 ……(563)
驴打滚 ……(563)
夹糖糕干 ……(563)
枣糖糕 ……(563)
千层糕 ……(563)
爆肚 ……(563)
炒肝 ……(563)
灌肠 ……(563)
卤煮小肠 ……(563)
白羊头肉 ……(563)
白汤杂碎 ……(563)
苏造肉 ……(563)
羊肉杂面 ……(563)
清汤丸子 ……(563)
鳞甲酥皮虾 ……(563)
全果酪干 ……(564)
奶棋子 ……(564)
奶饽饽 ……(564)
盆皮大奶卷 ……(564)
奶酪 ……(564)
杏仁豆腐 ……(564)
翡翠豆腐 ……(564)
老豆腐 ……(564)
豆腐脑 ……(564)
煮炸豆腐 ……(564)
豆汁 ……(564)
豌豆黄 ……(564)
芸豆卷 ……(564)
豌豆粥 ……(564)
甜卷果 ……(564)
糖茶莱 ……(564)
水乌它 ……(564)
江米藕 ……(564)
漏鱼 ……(564)
旋粉 ……(564)
锅贴 ……(564)
蒸食炸 ……(564)
酥合子 ……(564)
糖鼓盖 ……(564)
水晶门钉 ……(565)
蜜箅子 ……(565)
龙凤呈祥 ……(565)
炒疙瘩 ……(565)
小窝头 ……(565)
艾窝窝 ……(565)
牛筋窝窝 ……(565)
炉干烧饼 ……(565)
什锦烧饼 ……(565)
油酥肉火烧 ……(565)
吊炉鱼饼 ……(565)
葱花脂油饼 ……(565)
硬面烧饼 ……(565)
人参饼 ……(565)
千层鱼茸饼 ……(565)
椿芽饼 ……(565)
炸金钱饼 ……(565)
狗不理包子 ……(565)
藤萝包 ……(565)
海蟹韭菜包 ……(565)
小歪辫油脂包 ……(565)
石头门坎素包 ……(565)
北塘包 ……(565)
朱砂水饺 ……(565)
火锅紫蟹水饺 ……(566)
鸡血蒸饺 ……(566)
白记饺子 ……(566)
丁香水饺 ……(566)
素馅馄饨 ……(566)
锤鸡馄饨 ……(566)
雪花龙须面 ……(566)

桂发祥夹馅麻花 ……(566)
十八街麻花 ……(566)
王记剪子股麻花 ……(566)
棒槌馃子 ……(566)
馃箅 ……(566)
耳朵眼炸糕 ……(566)
盒糕 ……(566)
丝糕 ……(566)
陆记烫面炸糕 ……(566)
芝兰斋糕干 ……(566)
熟梨糕 ……(566)
炸小年糕 ……(566)
煮糕 ……(566)
扒糕 ……(566)
桂花油糕 ……(566)
奶油杏仁蛋糕 ……(566)
炸小汤元 ……(566)
白糖锅炸 ……(567)
炸卷圈 ……(567)
蒸炸盒 ……(567)
炸山芋片 ……(567)
炸臭豆腐干 ……(567)
口蘑羊肉末豆腐脑 ……(567)
虾籽豆腐脑 ……(567)
饶阳豆腐脑 ……(567)
炸飞禽 ……(567)
拌猪肝 ……(567)
炸蚂蚱 ……(567)
水爆麻蛤 ……(567)
围锅转 ……(567)
五香驴肉 ……(567)
驴肉熏肠 ……(567)
炸银鱼 ……(567)
母子鸳鸯合 ……(567)
羊肉粥 ……(567)
煎焖子 ……(567)
八宝粥 ……(567)
小豆粥 ……(567)
两面焦 ……(567)
西瓜酪 ……(568)
莲茸卷 ……(568)
十香乌豆 ……(568)
麻团凉果 ……(568)
炸虾托 ……(568)
嘎巴菜 ……(568)
贴饽饽熬小鱼 ……(568)
栗子凉糕 ……(568)
煎豆腐干 ……(568)
焦炒面 ……(568)
什大酥 ……(568)
鸳鸯酥合 ……(568)
糖脆荸荠 ……(568)
炉粽子 ……(568)
馅心 ……(568)
焖饼 ……(568)
炒饼 ……(568)
烩饼 ……(568)
煎饼馃子 ……(568)
油汆馒头 ……(568)
生煎馒头 ……(568)
煎馄饨 ……(568)
荠菜肉馄饨 ……(568)
汤包 ……(568)
凤菇包 ……(569)
细沙锅饼 ……(569)
大饼 ……(569)
蟹粉菊花烧卖 ……(569)
凤尾烧卖 ……(569)
素蟹粉包子 ……(569)
萝卜丝油墩子 ……(569)
南翔小笼 ……(569)
肉丝汤面 ……(569)
重油炒面 ……(569)
煎面 ……(569)
蒸拌冷面 ……(569)
开洋葱油煨面 ……(569)
三虾面 ……(569)
阳春面 ……(569)
肉丝两面黄 ……(569)
豆沙猫耳朵 ……(569)
鲜肉猫耳朵 ……(569)
油条 ……(569)
鸡蛋饼包油条 ……(569)
硕果粉点 ……(569)
菜饭 ……(570)
桂花糖油山芋 ……(570)
桂花糖芋艿 ……(570)
糖藕 ……(570)
咸豆浆 ……(570)
臭豆腐干 ……(570)
油豆腐百页线粉汤 ……(570)
火腿萝卜丝盒子酥 ……(570)
龙眼糟田螺 ……(570)
鸡蛋排骨 ……(570)
油汆鱿鱼 ……(570)
鸡粥 ……(570)

肠线粉汤 ……(570)
鸡鸭血汤 ……(570)
粢饭 ……(570)
海棠糕 ……(570)
粢饭糕 ……(570)
炸粢巴 ……(570)
汤年糕 ……(570)
油汆排骨年糕 ……(570)
鸽蛋圆子 ……(571)
酒酿圆子 ……(571)
百果馅酒酿圆子 ……(571)
猪油汤团 ……(571)
擂沙团 ……(571)
鲜肉汤团 ……(571)
三鲜碧子团 ……(571)
瘪嘴团 ……(571)
饶阳豆腐脑 ……(571)
赵县石塔油酥烧饼 ……(571)
平天转饺子 ……(571)
祥记肉火烧 ……(571)
王大山的爆肚 ……(571)
缸炉烧饼 ……(571)
中和轩包子 ……(571)
羊肉浇包子 ……(571)
豆沫 ……(572)
老豆腐 ……(572)
老槐树烧饼 ……(572)
郭八火烧 ……(572)
牛舌头烧饼 ……(572)
煎饼汤 ……(572)
邢台薄饼 ……(572)
包皮面油条 ……(572)
邢台散子 ……(572)
一篓油水饺 ……(572)
蒸饼 ……(572)
甩饼 ……(572)
石头干饼 ……(572)
通州饼 ……(572)
火腿脂油饼 ……(572)
宣化饼 ……(572)
条纹酥 ……(572)
枣花饼 ……(572)
馅儿饼 ……(572)
撵子饼 ……(573)
水晶火烧 ……(573)
腐乳卷 ……(573)
无碱蒸馍 ……(573)
双色酥排 ……(573)
燕窝卷 ……(573)
天花鸡丝卷 ……(573)
糯米寿桃 ……(573)
一窝酥 ……(573)
蛋黄酥 ……(573)
佛手花篮酥 ……(573)
刀削面 ……(573)
刀拨面 ……(573)
南炒面 ……(573)
炒莜面 ……(573)
烤姥 ……(573)
漂抿蛐 ……(573)
油丝掐圪瘩 ……(573)
圪朵朵 ……(573)
金丝翡翠稍梅 ……(573)
荞面灌肠 ……(574)
擦蝌蚪 ……(574)
擦尖 ……(574)
长溜尖 ……(574)
腊驴肉 ……(574)
头脑 ……(574)
八珍汤 ……(574)
馓垒 ……(574)
拨烂子 ……(574)
搓鱼 ……(574)
雪花蘑菇糕 ……(574)
雪花糕 ……(574)
荞面扒糕 ……(574)
豌豆糕 ……(574)
生炸油糕 ……(574)
黍米油糕 ……(574)
月季蛋糕 ……(574)
鸡丝鸳鸯面 ……(574)
汆羊肉面 ……(574)
汆肝金钱面 ……(574)
清汤羊脑面 ……(574)
拨荞面 ……(574)
蒙古面条 ……(574)
荞面条 ……(574)
哈达饼 ……(574)
对夹烧饼 ……(574)
通辽大饼 ……(574)
羊汤大饼 ……(574)
王小二大饼 ……(574)
粘糕饼 ……(575)
高粱米面大饼子 ……(575)
二莜面饸饹 ……(575)
蒙古卷子 ……(575)

五香酵面卷 ……(575)
白焙子 ……(575)
刀切 ……(575)
甜窝窝 ……(575)
推窝窝 ……(575)
糖茶面 ……(575)
荞面蒸饺 ……(575)
拿糕 ……(575)
五仁墩 ……(575)
蒙古馃子 ……(575)
蒙古包子 ……(575)
荞面个饦 ……(575)
馈饽 ……(575)
搓鱼子 ……(575)
荞面盒子 ……(575)
饨饨 ……(575)
书力太扁食 ……(575)
高汤明晴饺 ……(575)
摊黄儿 ……(575)
糙米 ……(575)
豆面卷子 ……(575)
酸饭 ……(575)
吉祥饭 ……(575)
乌勒莫 ……(575)
奶豆腐 ……(576)
奶皮子 ……(576)
酸奶子 ……(576)
牛奶炒末 ……(576)
黄油 ……(576)
馅饼粥 ……(576)
肉粥 ……(576)
饭肠 ……(576)
羊肉排骨汤 ……(576)
荞面烙合 ……(576)
芙蓉馅锅盔 ……(576)
海城馅饼 ……(576)
杨家吊炉饼 ……(576)
义县伊斯兰烧饼 ……(576)
蒙古馅饼 ……(576)
马家烧麦 ……(576)
煸馅蒸饺 ……(576)
猪肉蛎黄蒸饺 ……(576)
韭菜虾仁蒸饺 ……(576)
老边饺子 ……(576)
沟帮子水馅包子 ……(576)
海肠小饺 ……(576)
鲍鱼面 ……(576)
大连家常面 ……(576)
刘均富熏鸡 ……(576)
沟帮子烧鸡 ……(577)
新兴圆蒸饺 ……(577)
回宝珍饺子 ……(577)
韭菜包 ……(577)
会有发包子 ……(577)
片饽饽 ……(577)
筱簌火烧 ……(577)
叉子火烧 ……(577)
单饼 ……(577)
带馅窝丝饼 ……(577)
清糖饼 ……(577)
丝饼 ……(577)
李连贵熏肉大饼 ……(577)
缸炉烧饼 ……(577)
杨麻子大饼 ……(577)
带馅麻花 ……(577)
炸松塔 ……(577)
扇子酥 ……(577)
高汤水饺 ……(577)
真不同五香鱼 ……(577)
真不同肉焖子 ……(577)
真不同南酱腱子 ……(577)
真不同葱熏黄花鱼 ……(577)
真不同熏小肚 ……(578)
酒醉十三香 ……(578)
荷花金鱼 ……(578)
迎宾兰 ……(578)
麻花头 ……(578)
蛤蟆吐蜜 ……(578)
盘瓤饼 ……(578)
叉子饼 ……(578)
糖酥杠头 ……(578)
香酥三鲜包 ……(578)
香酥水晶包 ……(578)
糖发面烧饼 ……(578)
一品双花 ……(578)
冰城三丝炒面 ……(578)
清糖饼 ……(578)
单饼 ……(578)
肉火烧 ……(578)
搅面馅饼 ……(578)
丝饼 ……(578)
草帽油饼 ……(578)
重样饼 ……(578)
桃馒头 ……(578)
一品饺子 ……(578)
辣子蒜羊血 ……(578)

粉汤羊血 ……(578)
羊肉丸子胡辣汤 ……(578)
粉蒸羊肉 ……(579)
水盆大肉 ……(579)
腊汁肉 ……(579)
葫芦头 ……(579)
碗砣 ……(579)
香哪 ……(579)
时辰包子 ……(579)
小笼蒸饺 ……(579)
金线油塔 ……(579)
马鞍桥油糕 ……(579)
屹嵯油茶 ……(579)
枣肉沫糊 ……(579)
米面皮子 ……(579)
羊肉泡馍 ……(579)
云云馍 ……(579)
石子馍 ……(579)
白剂馍 ……(579)
两张皮 ……(580)
乾州锅盔 ……(580)
太后饼 ……(580)
黄桂柿子饼 ……(580)
水晶柿子饼 ……(580)
核桃烧饼 ……(580)
油酥饼 ……(580)
大油旋 ……(580)
红肉煮馍 ……(580)
鳝鱼煮馍 ……(580)
油泼箸头面 ……(580)
臊子面 ……(580)
浆水面 ……(580)
大刀面 ……(580)
炉齿面 ……(580)
羊肉臊子饸饹 ……(580)
荞面饸饹 ……(580)
面尖 ……(580)
甑糕 ……(580)
糜子糕片 ……(580)
糜子糕饺 ……(581)
泡泡油糕 ……(581)
蜂蜜凉粽子 ……(581)
寿字锅盔 ……(581)
糖油锅盔 ……(581)
静宁锅盔 ……(581)
圆锅子馍 ……(581)
枣儿甜馍 ……(581)
蜜果子 ……(581)
回民油果子 ……(581)
猪油盒子 ……(581)
清汤牛肉面 ……(581)
拉条子 ……(581)
炒烩面片 ……(581)
猪脏面 ……(581)
高山酱肉 ……(581)
羊染瓣子 ……(581)
烂考香 ……(581)
鸡冻粉 ……(581)
千层牛肉饼 ……(582)
河州包子 ……(582)
瓜瓜 ……(582)
跳耳子 ……(582)
酿皮 ……(582)
油香 ……(582)
窝窝面 ……(582)
莜麦甜醅子 ……(582)
灰豆子 ……(582)
炸洋芋角 ……(582)
油炒粉 ……(582)
麻腐包子 ……(582)
桶子肉 ……(582)
面肺 ……(582)
羊肉炒揪面 ……(582)
烩羊肉 ……(582)
清蒸羊羔肉 ……(582)
面蒸羊羔肉 ……(582)
白水羊肉 ……(582)
羊肉烩粉汤 ……(582)
羊肉焖肚饭 ……(582)
烩羊杂碎 ……(583)
羊齐玛 ……(583)
烩小吃 ……(583)
白水鸡 ……(583)
炒糊饸 ……(583)
孔馍 ……(583)
瓤皮 ……(583)
荫米酥 ……(583)
烩豆腐 ……(583)
羊肉馅饼 ……(583)
炒面片 ……(583)
香豆大饼 ……(583)
焜锅馍 ……(583)
花花 ……(583)
油茶 ……(583)
糖酥饼 ……(583)
羊肉麦仁饭 ……(583)

麻食 ……(583)
炒酒 ……(583)
甜醅 ……(583)
烤羊肉串 ……(583)
米肠子 ……(584)
面肺子 ……(584)
贴烤肉 ……(584)
茶壶肉 ……(584)
羊羔肉 ……(584)
手抓肉 ……(584)
馕 ……(584)
片馕 ……(584)
窝窝馕 ……(584)
油馕 ……(584)
肉馕 ……(584)
层层馕 ……(584)
芝麻馕 ……(584)
抓饭 ……(584)
鸡丝抓饭 ……(584)
甜抓饭 ……(584)
库车汤面 ……(584)
粉汤 ……(584)
爆炒蝴蝶面 ……(584)
炒丁丁面 ……(584)
烩面 ……(584)
碗甫 ……(584)
牙合碗甫 ……(584)
曲曲 ……(584)
扁馓子 ……(584)
泡油糕 ……(584)
火烧 ……(584)
蜜饯果子 ……(584)
黄面 ……(584)
新疆凉面 ……(585)
油塔子 ……(585)
薄皮包子 ……(585)
帕尔木丁 ……(585)
沙木沙 ……(585)
果希疙瘩 ……(585)
班里希 ……(585)
糖浆子 ……(585)
巴哈里 ……(585)
鸡丝春卷 ……(585)
蜜果饯 ……(585)
兰花酥 ……(585)
八批馃子 ……(585)
糁 ……(585)
烂锅面 ……(585)
汆子面 ……(585)
福山拉面 ……(585)
蓬莱小面 ……(585)
麻汁面 ……(585)
凉面 ……(585)
鸡鸭饸饹 ……(585)
金丝面 ……(585)
鸡丝伊府面 ……(585)
蛋酥炒面 ……(585)
泰山豆腐面 ……(585)
鱼肉水饺 ……(585)
鸡丝馄饨 ……(585)
肉烧饼 ……(585)
萝卜丝饼 ……(585)
周村酥烧饼 ……(585)
荷叶饼 ……(586)
景芝三盖饼 ……(586)
蛋白饼 ……(586)
馆饼 ……(586)
六角馓饼 ……(586)
麻汁酥饼 ……(586)
油锅饼 ……(586)
家常饼 ……(586)
糖酥火烧 ……(586)
杠子头火烧 ……(586)
油馓 ……(586)
锅饼 ……(586)
盘丝饼 ……(586)
饸饹 ……(586)
肉饸饹 ……(586)
糖鼓子 ……(586)
焖饺子 ……(586)
三鲜锅贴 ……(586)
油煎包 ……(586)
八宝发糕 ……(586)
开花小馍 ……(586)
高桩馍馍 ……(586)
银丝卷 ……(586)
大鸡包 ……(586)
绿豆豆沙包 ……(586)
草包包子 ……(586)
猪肉灌汤包 ……(586)
荷叶粥 ……(586)
金银饭 ……(586)
金银元宵 ……(587)
枣泥凉果 ……(587)
豆汁粥 ……(587)
豆米糕 ……(587)

五香黄豆 ……(587)
绿豆糕 ……(587)
梨丸 ……(587)
红果酪 ……(587)
蜜熠红薯 ……(587)
甜沫 ……(587)
糖酥煎饼 ……(587)
黄米粽子 ……(587)
济南米粉 ……(587)
高汤米粉 ……(587)
麻汁米粉 ……(587)
菜煎饼 ……(587)
山东煎饼 ……(587)
朝天锅 ……(587)
旱肉 ……(587)
羊肠汤 ……(587)
太湖船点 ……(587)
什锦美点 ……(587)
苏州船点 ……(587)
虾肉汤团 ……(587)
咸猪油糕 ……(587)
莲子血糯饭 ……(587)
豆糊粥 ……(587)
干馍饼 ……(587)
粢毛糊 ……(587)
冬至糊 ……(587)
开洋萝卜糊 ……(587)
青糊 ……(587)
糍糊 ……(588)
烫干丝 ……(588)
豆瓣泥糕 ……(588)
蝉豆 ……(588)
乌龟豆 ……(588)
凉粉 ……(588)
五香回卤干 ……(588)
豆腐花 ……(588)
豆腐脑 ……(588)
豆腐卷 ……(588)
五香排骨 ……(588)
沛县狗肉 ……(588)
五香茶叶蛋 ……(588)
牛汤粉丝 ……(588)
酞汤 ……(588)
鸡头米汤 ……(588)
水葫芦 ……(588)
百页粉丝汤 ……(588)
白糖藕饼 ……(588)
丝瓜饼 ……(588)
荸荠饼 ……(588)
南瓜糊 ……(588)
淮安茶馓 ……(588)
油端子 ……(588)
鸡蛋糖麻花 ……(588)
荠菜春卷 ……(588)
鸳鸯饺 ……(588)
灌汤蒸饺 ……(589)
银丝卷 ……(589)
蕈馒头 ……(589)
净素菜馒头 ……(589)
小笼馒头 ……(589)
蟹糜千层糕 ……(589)
蜂糖糕 ……(589)
虾肉烧卖 ……(589)
什锦素菜包 ……(589)
锅涝荠菜包 ……(589)
盘香酥 ……(589)
柳芽翠烙 ……(589)
梅花糕 ……(589)
文蛤饼 ……(589)
鸡丝馄饨 ……(589)
什锦面 ……(589)
刀鱼卤面 ……(589)
黄桥烧饼 ……(589)
菊花脐儿 ……(589)
缸爿 ……(589)
斜角儿 ……(589)
常州大麻糕 ……(589)
虾肉小笼 ……(589)
蟹肉包子 ……(589)
喉口馒首 ……(589)
幸福双 ……(589)
冬菇炒面 ……(590)
湖州大馄饨 ……(590)
中面 ……(590)
千层饼 ……(590)
白蛇烧饼 ……(590)
金华酥饼 ……(590)
虾米套饼 ……(590)
蟹壳黄 ……(590)
菜卤豆腐 ……(590)
千张包子 ……(590)
豇豆沙淡糗 ……(590)
豆沙烧糯米块 ……(590)
豆腐圆子 ……(590)
鸡肉线粉 ……(590)
鱼圆汤 ……(590)

鱼肉皮子馄饨 ……(590)
炒粉干 ……(590)
糯米素烧鹅 ……(590)
温州汤圆 ……(590)
双飘糍子 ……(590)
宁波猪油汤糍 ……(590)
酒酿圆子 ……(590)
鲜肉粽子 ……(590)
猪油八宝饭 ……(590)
乌饭糕 ……(590)
　黑饭 ……(590)
舟山虾饺 ……(590)
温州松糕 ……(591)
清明艾饺 ……(591)
诸老大粽子 ……(591)
西湖桂花藕粉 ……(591)
西湖藕粥 ……(591)
冰糖莲子汤 ……(591)
牛肉煎饼 ……(591)
香椿馃 ……(591)
烤山红 ……(591)
鸡蛋锅贴 ……(591)
素锅贴 ……(591)
粉子饼 ……(591)
徽州饼 ……(591)
深渡包袱 ……(591)
蝴蝶面 ……(591)
糊面 ……(591)
小红头 ……(591)
　糖油烧卖 ……(591)
大救驾 ……(591)
鸡丝卷 ……(591)
夹沙蝴蝶馍 ……(591)
糊 ……(591)
乌饭团 ……(591)
豆皮饭 ……(591)
笼糊 ……(591)
苧叶馃 ……(591)
梅花糕 ……(591)
珍珠糍子 ……(591)
小笼糟肉蒸饭 ……(592)
三河米饺 ……(592)
油堆 ……(592)
示灯粑粑 ……(592)
五香狗肉 ……(592)
鸡血糊 ……(592)
老鸭汤 ……(592)
鳝鱼辣汤 ……(592)
肖县羊肉汤 ……(592)
糟肉 ……(592)
罐子汤 ……(592)
鸡丝辣汤 ……(592)
拌牛盘肠 ……(592)
鱼皮蟹黄饺 ……(592)
蓑衣圆子 ……(592)
八宝绿豆汁 ……(592)
毛豆抓饼 ……(592)
黄豆肉馃 ……(592)
包河藕粥 ……(592)
山粉圆子 ……(592)
山药饼 ……(592)
玉米馃 ……(592)
荸荠糕 ……(592)
新麦汁 ……(592)
瓢子饼 ……(592)
威化叉烧包 ……(592)
　叉烧开花包 ……(593)
萝卜丝饼 ……(593)
千层油糕 ……(593)
打发糕 ……(593)
豆沙包 ……(593)
活鱼饺 ……(593)
小肉包子 ……(593)
金线吊葫芦 ……(593)
菊花酥饼 ……(593)
梅花糕 ……(593)
开口笑 ……(593)
茶花酥 ……(593)
猪血汤 ……(593)
冲天炮 ……(593)
油粑 ……(593)
兰花根 ……(593)
麻糍 ……(593)
清明挂纸饼 ……(593)
杨胡子米面 ……(593)
糯米甜酒酿 ……(593)
家乡圆 ……(593)
酒糟汤圆 ……(593)
大米开花馒头 ……(593)
清汤泡糕 ……(594)
萝卜饺 ……(594)
索粉 ……(594)
吉安油香 ……(594)
双糕润 ……(594)
米烧粿 ……(594)
米龟 ……(594)

炒面线 ……(594)
蚝粥 ……(594)
蛎饼 ……(594)
马耳 ……(594)
炸枣 ……(594)
糯米丸 ……(594)
白糖碗糕 ……(594)
肉粽 ……(594)
油榭 ……(594)
芋粿 ……(594)
八果尾梨糕 ……(594)
肉粥 ……(594)
虾丸 ……(594)
韭菜酥 ……(594)
油猪 ……(594)
双糕嫩 ……(594)
肉丸 ……(594)
捆蹄 ……(594)
炸五香 ……(594)
沙茶烤肉 ……(594)
鲜烫章鱼 ……(595)
鸭羹粥 ……(595)
腊肝 ……(595)
肉燕 ……(595)
玉盏豆腐 ……(595)
汀州豆腐干 ……(595)
糯米烧卖 ……(595)
螺酥 ……(595)
马花炸 ……(595)
韭菜盒 ……(595)
贡糖夹饼 ……(595)
庆兰馅饼 ……(595)
光饼 ……(595)
满煎糕 ……(595)
桂圆红蚵 ……(595)
锅边 ……(595)
鼎边糊 ……(595)
芋包 ……(595)
花生汤 ……(595)
土笋冻 ……(595)
土丘冻 ……(595)
水烫花螺 ……(595)
蚬卷 ……(595)
蚵茶炸 ……(595)
海蛎炸 ……(595)
蚵仔羹 ……(595)
海蛎羹 ……(595)
鲨肉 ……(595)
蚵煎 ……(595)
芋饼 ……(595)
甜芋饼 ……(596)
蚵丸 ……(596)
炸薯丸 ……(596)
醉蚶瓣 ……(596)
鸡肝板 ……(596)
棺材板 ……(596)
甜不辣 ……(596)
素凤眼饺 ……(596)
空巴蹦 ……(596)
杠丸 ……(596)
新竹贡凤 ……(596)
鲜蠔清粥 ……(596)
高丽肉 ……(596)
八宝肉粽 ……(596)
担仔面 ……(596)
鳝鱼意面 ……(596)
姚家烤小鸟 ……(596)
红蚵米糕 ……(596)
菜粽 ……(596)
状元粿 ……(596)
竹筒粿 ……(596)
杠仔粿 ……(596)
碗粿 ……(596)
红烧鳗鱼羹 ……(596)
鲁肉饭 ……(596)
客家烟肠 ……(596)
粉肠 ……(596)
水烟肠 ……(596)
白烟肠 ……(596)
刘姊姊饭团 ……(596)
彰化肉丸 ……(596)
带馅火烧 ……(596)
缠丝油酥烧饼 ……(596)
三角油酥烧饼 ……(597)
双麻火烧 ……(597)
抽丝火烧 ……(597)
牛中喜烧饼 ……(597)
空心烧饼 ……(597)
鸡蛋灌饼 ……(597)
五辈壮馍 ……(597)
博望锅盔 ……(597)
锅盔牙 ……(597)
起酥肉馅烧饼 ……(597)
四方油酥饼 ……(597)
鸡蛋布袋 ……(597)
油烙馍 ……(597)

板面 ……(597)
羊肉烩面 ……(597)
浆面条 ……(597)
灯笼馄饨 ……(597)
烫面饺 ……(597)
尹家水煎包 ……(597)
小笼灌肠包子 ……(597)
四批油条 ……(597)
长垣豆腐脑 ……(597)
不翻汤 ……(597)
豆粥 ……(598)
武陟油茶 ……(598)
台前酞汤 ……(598)
绿豆糊涂 ……(598)
胡辣汤 ……(598)
羊肉肉合 ……(598)
水花糖糕 ……(598)
粘面墩 ……(598)
粉浆饭 ……(598)
血糕 ……(598)
烩乳豆腐 ……(598)
三鲜豆皮 ……(598)
蛋面馒头 ……(598)
炸五香馒头 ……(598)
寿桃 ……(598)
东坡饼 ……(598)
鸡丝酥饼 ……(598)
酥层饼 ……(598)
高炉饼 ……(598)
太极饼 ……(598)
九黄饼 ……(598)
春饼 ……(598)
子面锅盔 ……(598)
辣汁锅盔 ……(599)
荷叶夹 ……(599)
四季美汤包 ……(599)
生浆包 ……(599)
一品大包 ……(599)
荆沙焦包 ……(599)
五叶梅 ……(599)
张三口羊肉面 ……(599)
包面 ……(599)
孝感桃花面 ……(599)
卤花凉面 ……(599)
老河口酸浆面 ……(599)
武汉热干面 ……(599)
江陵油登 ……(599)
油香 ……(599)
麻腰条 ……(599)
盘春卷 ……(599)
地米菜春卷 ……(599)
枝枝花 ……(599)
蛋黄火腿夹 ……(599)
鲜肉鸡冠饺 ……(599)
顶顶糕 ……(599)
棉花糕 ……(599)
冰凉糕 ……(599)
果味蜂糖糕 ……(599)
千层油糕 ……(600)
水晶蛋糕 ……(600)
糯米绞 ……(600)
汽水粑 ……(600)
米粑 ……(600)
米圆子 ……(600)
桂花凉糍粑 ……(600)
洗沙糍粑 ……(600)
江米藕 ……(600)
糯米鸡 ……(600)
欢喜砣 ……(600)
牛肉抠饺子 ……(600)
归元寺豆腐脑 ……(600)
牛肉汤豆丝 ……(600)
绿豆皮 ……(600)
酸辣凉粉 ……(600)
枯炒牛肉豆丝 ……(600)
黄州烧梅 ……(600)
红苕粑粑 ……(600)
伏汁米酒 ……(600)
糖烧饼 ……(600)
单环饼 ……(600)
炸豆饼 ……(600)
炸薯丁饼 ……(600)
炸虾饼 ……(600)
葱盐米浆肉饼 ……(600)
狮头水晶盐菜包 ……(600)
德园包子 ……(601)
双燕皱纱馄饨 ……(601)
银丝卷 ……(601)
蝴蝶饺子 ……(601)
红心饺子 ……(601)
白糖饺子 ……(601)
菊花烧卖 ……(601)
珍珠烧卖 ……(601)
煎炸汤圆 ……(601)
伏汁汤圆 ……(601)
柳德芳汤圆 ……(601)

姊妹糊子 ……(601)
芝麻桂花元宵 ……(601)
炒糖油粑 ……(601)
煎糖糍粑 ……(601)
炸葱粘粑 ……(601)
葱油粑 ……(601)
煎三角油糍 ……(601)
糯米粽子 ……(601)
和记米粉 ……(601)
米豆腐 ……(601)
油炸臭豆腐 ……(602)
龙脂猪血 ……(602)
葱盐荞麦粑 ……(602)
莲蓉晶饼 ……(602)
莲蓉月饼 ……(602)
鸡粒山药饼 ……(602)
鸡仔饼 ……(602)
小凤饼 ……(602)
香麻煎虾饼 ……(602)
西樵大饼 ……(602)
平洲福肉饼 ……(602)
鲜虾馅儿饼 ……(602)
香麻煎软饼 ……(602)
点红梅花饼 ……(602)
绿菌白兔饺 ……(602)
蜂巢蛋黄角 ……(602)
地道水角 ……(602)
上汤水饺 ……(602)
咸水角 ……(602)
苹叶角 ……(602)
叉烧酥角 ……(602)
擘酥鸡粒角 ……(602)
荔浦秋芋角 ……(603)
咖喱牛肉角 ……(603)
百花凤眼饺 ……(603)
鲜虾龙珠饺 ……(603)
蟹黄灌汤饺 ……(603)
五彩皮蛋酥 ……(603)
莲茸甘露酥 ……(603)
椰蓉松酥格 ……(603)
架英松酥筒 ……(603)
点红松酥盏 ……(603)
鸳鸯酥蛋件 ……(603)
奶糖扭酥 ……(603)
黄绫酥 ……(603)
冬蓉酥 ……(603)
莲蓉酥 ……(603)
莲蓉酥盒 ……(603)
五彩皮蛋盏 ……(603)
椰酱焗蛋盏 ……(603)
灌汁水晶球 ……(603)
水晶球 ……(604)
龟苓膏 ……(604)
菊花鱼球王 ……(604)
脆皮明虾扇 ……(604)
卤水牛杂 ……(604)
炒田螺 ……(604)
厚勝蠔烙 ……(604)
姜汁撞奶 ……(604)
糯米鸡 ……(604)
沙湾牛奶霜 ……(604)
双皮奶 ……(604)
荷叶饭 ……(604)
鱼丝面 ……(604)
沙湾原奶挞 ……(604)
椰酱鲜蛋挞 ……(604)
鸡油马拉糕 ……(604)
白糖伦敦糕 ……(604)
棉花糕 ……(604)
乒乓粿 ……(604)
印钱粿 ……(604)
炒粿 ……(604)
莲蓉软糍 ……(604)
萝卜糕 ……(604)
马蹄糕 ……(605)
玫瑰九层糕 ……(605)
鱼片粥 ……(605)
及第粥 ……(605)
三及第 ……(605)
艇仔粥 ……(605)
芝麻糊 ……(605)
凤凰奶糊 ……(605)
五彩奶油夹 ……(605)
炒沙河粉 ……(605)
肠粉 ……(605)
干蒸烧卖 ……(605)
炸椰丝芋枣 ……(605)
粉果 ……(605)
拉皮卷 ……(605)
鲜奶冻雪蛋 ……(605)
炖木瓜 ……(605)
栗子饭桃 ……(605)
薄脆 ……(605)
牛腩酥 ……(605)
咸蛋散 ……(605)
牛油方戟 ……(605)

云吞面 ……(606)
岭南水晶球 ……(606)
椰子船 ……(606)
煎堆 ……(606)
鸡粒雪梨果 ……(606)
叉烧包 ……(606)
水晶包 ……(606)
生煎包 ……(606)
奶皮猪油包 ……(606)
酥皮莲蓉包 ……(606)
麻蓉包 ……(606)
腊味鱼包 ……(606)
桃包 ……(606)
马肉米粉 ……(606)
叉烧蝴蝶酥 ……(606)
椰蓉牡丹酥 ……(606)
奶油焗浪戟 ……(606)
蝉鸣香荔红 ……(606)
猪油豆沙包 ……(606)
鸡油马拉糕 ……(606)
绿豆糯米饭 ……(606)
花生糯米糍 ……(606)
马蹄米粉饺 ……(606)
三色水圆 ……(607)
叉烧糯秧 ……(607)
荷叶糯米鸡 ……(607)
炒粉虫 ……(607)
太牢烧卖 ……(607)
牛肉丸 ……(607)
生磨马蹄糕 ……(607)
荔芋角 ……(607)
栗茸酥盒 ……(607)
马蹄卷 ……(607)
叶儿粑 ……(607)
鸡蛋熨斗糕 ……(607)
烤米包子 ……(607)
大竹醪糟 ……(607)
凉糍粑 ……(607)
荷叶鲊 ……(607)
白蜂糕 ……(607)
白糕 ……(607)
冻糕 ……(607)
黄糕 ……(607)
蒸蒸糕 ……(607)
　冲冲糕 ……(607)
赖汤圆 ……(607)
山城小汤圆 ……(607)
水八块 ……(608)
王鸭子 ……(608)
小笼牛肉 ……(608)
灯影牛肉 ……(608)
川北凉粉 ……(608)
豌豆挞挞面 ……(608)
豆花面 ……(608)
油酏糟 ……(608)
一窝丝 ……(608)
提丝发糕 ……(608)
九圆包子 ……(608)
枣糕 ……(608)
韩包子 ……(608)
南瓜蒸饺 ……(608)
龙眼包子 ……(608)
燃面 ……(608)
三大菌面 ……(608)
担担面 ……(608)
吴抄手 ……(608)
龙抄手 ……(608)
过桥抄手 ……(608)
钟水饺 ……(609)
鸡汁锅贴 ……(609)
顺江薄饼 ……(609)
芝麻酥包 ……(609)
烤方酥 ……(609)
蛋烘糕 ……(609)
丝娃娃 ……(609)
贵阳肉饼 ……(609)
仙鹤蛋 ……(609)
红袍油糕 ……(609)
刷把头 ……(609)
　石榴卷 ……(609)
　白菜头 ……(609)
　捉捉 ……(609)
团鱼面 ……(609)
懒糍粑 ……(609)
豆沙窝 ……(609)
牛舌片 ……(609)
泡粑 ……(609)
米团粑 ……(609)
糕粑稀饭 ……(609)
清明粑 ……(609)
黄糕粑 ……(609)
糖麻圆 ……(609)
饵块粑 ……(610)
粑粑果 ……(610)
黑糯米面 ……(610)
豆腐圆子 ……(610)

羊油菜 ……(610)
包谷粑 ……(610)
头脑 ……(610)
八宝稀饭 ……(610)
紫米八宝饭 ……(610)
调糕藕粉 ……(610)
什锦春卷 ……(610)
炸春卷 ……(610)
开远小卷粉 ……(610)
鸡片凉卷粉 ……(610)
煮糊 ……(610)
蒸糊 ……(610)
豆面汤圆 ……(610)
水晶汤圆 ……(610)
串糖米酥糕 ……(610)
米凉糕 ……(610)
　米粉凉糕 ……(610)
油炸糕 ……(610)
凤庆粑粑卷 ……(610)
米浆粑粑 ……(610)
小锅卤饵块 ……(610)
烧饵块夹油条 ……(610)
卤牛肉配烧饵块 ……(610)
过江饵丝 ……(610)
巍山炝肉饵丝 ……(611)
烧饵块 ……(611)
文山汆肉米线 ……(611)
元谋小米线 ……(611)
稀豆粉米线 ……(611)
鳝鱼凉米线 ……(611)
肠旺米线 ……(611)
小锅米线 ……(611)
豆花米线 ……(611)
里脊包三仁 ……(611)
骨头生 ……(611)
油酥夹夹虫 ……(611)
肝生 ……(611)
套肠 ……(611)
凉拌摘耳根 ……(611)
鸳鸯蛋卷 ……(611)
炸乳扇洗沙饺 ……(611)
乳扇包子 ……(611)
青蚕豆金钱饼 ……(611)
青豆米烩乳饼 ……(611)
　青蛙跳石板 ……(611)
绿豆生 ……(611)
什锦豆生 ……(611)
烧豆腐 ……(611)
稀豆粉油条 ……(611)
豌豆凉粉 ……(611)
糕烧青豆泥 ……(611)
豆焖饭 ……(611)
响铃饺 ……(611)
炸油香 ……(611)
过江抄手 ……(611)
太师酥饼 ……(611)
文山椒盐饼 ……(611)
凤羹麦饼 ……(611)
酸辣饺面 ……(612)
滇味炒面 ……(612)
昭通面 ……(612)
洗沙荞包 ……(612)
都督烧卖 ……(612)
荞糕 ……(612)
鸳鸯小笼肉糕 ……(612)
洋芋粑粑 ……(612)
油炸洋芋粑粑 ……(612)
包谷粑粑 ……(612)

烹饪用具

古烹饪用具

炉具

炉灶 ……(613)
竈 ……(613)
垒 ……(613)
炷 ……(613)
堪 ……(613)
铜提链炉 ……(613)
灶坑 ……(613)
火塘 ……(613)
土灶 ……(613)
砖灶 ……(613)
连眼灶 ……(613)
子母灶 ……(613)
一面灶 ……(613)
柴草灶 ……(613)
直突灶 ……(614)
曲突灶 ……(614)
风箱灶 ……(614)
炉 ……(614)

火炉 ……(614)
镞 ……(614)
陶炉 ……(614)
连釜灶 ……(614)
铜炉 ……(614)
金炉 ……(614)
炙炉 ……(614)
染炉 ……(614)
胡饼炉 ……(614)
风炉 ……(614)
炭炉 ……(614)
煖炉 ……(614)
炭盆 ……(614)
炭火盆 ……(614)
火盆 ……(614)
楀 ……(615)
灶楀 ……(615)
栝 ……(615)
烧火棒 ……(615)
火筋 ……(615)
火筷子 ……(615)
火箝 ……(615)
火钳 ……(615)
火剪 ……(615)
炭铲 ……(615)
漏铲 ……(615)
炭枓 ……(615)
炭勺 ……(615)
铪 ……(615)
炉箅 ……(615)

炊具

陶罐 ……(615)
釜 ……(615)
鬴 ……(615)
镏 ……(615)
镆 ……(615)
镈 ……(615)
镂 ……(615)
墼 ……(615)
镜 ……(615)
鼸 ……(615)
鬻 ……(615)
錡 ……(615)
鍪 ……(615)
五熟釜 ……(616)
鼎 ……(616)
鼏 ……(616)
鬲 ……(616)
钘 ……(616)
鼒 ……(616)
鼐 ……(616)
带盘鼎 ……(616)
双层鼎 ……(616)
鬲 ……(616)
甑 ……(616)
镫 ……(616)
甗 ……(616)
升鼎 ……(616)
鼒 ……(616)
鬶 ……(616)
带盘鼎 ……(616)
双层鼎 ……(616)
鬲 ……(616)
甑 ……(616)
镫 ……(616)
甗 ……(616)
陶甑 ……(616)
甑 ……(616)
甑 ……(616)
三联甑 ……(617)
锭 ……(617)
汽柱甑 ……(617)
镬 ……(617)
铛 ……(617)
铛 ……(617)
鍪 ……(617)
饼鍪 ……(617)
烙锅鍪 ……(617)
镦 ……(617)
鍪子 ……(617)
鍪盘 ……(617)
炉盘 ……(617)
铫 ……(617)
盉 ……(617)
镟斗 ……(617)
刁斗 ……(617)
坩 ……(617)
镦 ……(617)
烧酒锅 ……(617)
鼎俎 ……(617)
俎 ……(617)
俎 ……(618)
脊 ……(618)
梡 ……(618)
鸾刀 ……(618)
銮刀 ……(618)

弗 ……(618)
铉 ……(618)
簸 ……(618)
炊篾 ……(618)
溲箕 ……(618)
马杓 ……(618)
筅帚 ……(618)
箅 ……(618)
箪 ……(618)
铜枓 ……(618)
漏铲 ……(618)
澄滤器 ……(618)
饸饹床 ……(618)
饸饹车 ……(618)
石磨盘、棒 ……(618)
杵臼 ……(618)
柳罐 ……(618)
枓 ……(618)
桶 ……(618)
椭 ……(618)
水梢 ……(618)
阁 ……(618)

餐具

碗 ……(619)
贺 ……(619)
盌 ……(619)
椀 ……(619)
檞 ……(619)
铫锐 ……(619)
盩 ……(619)
盦 ……(619)
榶 ……(619)
盂 ……(619)
杆 ……(619)
柯 ……(619)
檯 ……(619)
盌盏 ……(619)
钵 ……(619)
鉢 ……(619)
盔 ……(619)
盆 ……(619)
盎 ……(619)
瓮 ……(619)
缶 ……(619)
瓯 ……(619)
碗 ……(619)
题 ……(619)
觉 ……(619)
豆 ……(619)
桓 ……(620)
登 ……(620)
镫 ……(620)
杯豆 ……(620)
笾 ……(620)
簋 ……(620)
盘 ……(620)
槃 ……(620)
鎜 ……(620)
栈 ……(620)
暖盘 ……(620)
温碗 ……(620)
簋 ……(620)
毁 ……(620)
甌 ……(620)
轨 ……(620)
甌 ……(620)
杌 ……(620)
簠 ……(620)
簏 ……(620)
甫 ……(620)
匰 ……(620)
铺 ……(620)
盬 ……(620)
盬 ……(621)
匜 ……(621)
盥 ……(621)
敦 ……(621)
盒 ……(621)
樧 ……(621)
果盒 ……(621)
攒心盒子 ……(621)
多子盒 ……(621)
耳杯 ……(621)
杯 ……(621)
栝 ……(621)
铛 ……(621)
匕 ……(621)
饭撮 ……(621)
栖 ……(621)
朼 ……(621)
枇 ……(621)
匙 ……(621)
锲 ……(621)
汤匙 ……(621)
调羹 ……(621)

魁 ……(622)
羹魁 ……(622)
箸 ……(622)
楪 ……(622)
筋 ……(622)
饭敲 ……(622)
挟 ……(622)
挟提 ……(622)
筴 ……(622)
快儿 ……(622)
毕 ……(622)
饭单 ……(622)
怀挡 ……(622)
箸筩 ……(622)
箸筒 ……(622)
筒 ……(622)
饭筥 ……(622)
筥 ……(622)
案 ……(622)
饭床 ……(622)
春台 ……(622)
郴 ……(622)
簞 ……(622)
簪 ……(622)
春盛盒擔 ……(622)
春盛擔 ……(622)
春盛食罌 ……(622)
冰鉴 ……(622)

酒具

尊 ……(623)
概 ……(623)
泰 ……(623)
鸟兽尊 ……(623)
牺尊 ……(623)
樽 ……(623)
罇 ……(623)
酒樽 ……(623)
方彝 ……(623)
偶方彝 ……(623)
觥 ……(623)
兕觥 ……(623)
兕觵 ……(623)
卣 ……(623)
脩 ……(623)
中尊 ……(623)
罍 ……(623)
櫑 ……(624)
盥 ……(624)
罐 ……(624)
瓿 ……(624)
壶 ……(624)
锺 ……(624)
钫 ……(624)
缸 ……(624)
钘 ……(624)
瓮 ……(624)
缶 ……(624)
罐 ……(624)
缶 ……(624)
盆缶 ……(624)
尊缶 ……(624)
罌 ……(624)
罌 ……(624)
甕 ……(624)
瓶 ……(624)
甒 ……(624)
罂 ……(624)
匜 ……(625)
匜壶 ……(625)
酒鉴 ……(625)
榼 ……(625)
椑 ……(625)
椑榼 ……(625)
匾榼 ……(625)
偏榼 ……(625)
鸱夷 ……(625)
鸱炯 ……(625)
鸱 ……(625)
经(京)瓶 ……(625)
梅瓶 ……(625)
鸡腿坛 ……(625)
鸡冠壶 ……(625)
马镫壶 ……(625)
注子 ……(625)
偏提 ……(625)
执壶 ……(625)
自斟壶 ……(625)
爵 ……(625)
角 ……(625)
鹿 ……(626)
斝 ……(626)
散 ……(626)
盉 ……(626)

罂 ……(626)
镽 ……(626)
　镽盉 ……(626)
　镽壶 ……(626)
　温酒镽 ……(626)
铜温酒樽 ……(626)
承旋 ……(626)
镟子 ……(626)
　旋子 ……(626)
　炊筒 ……(626)
酒锔 ……(626)
　酒铏 ……(626)
注碗 ……(626)
暖壶 ……(626)
勺 ……(626)
　杓 ……(627)
　尊斗 ……(627)
　瓒 ……(627)
觚 ……(627)
觯 ……(627)
　觞 ……(627)
　觚 ……(627)
锔 ……(627)
鲃 ……(627)
卮 ……(627)
觯 ……(627)
觯 ……(627)
棬 ……(627)
　圈 ……(627)
杯棬 ……(627)
　杯圈 ……(627)
　杯素 ……(627)
杯 ……(627)
　盃 ……(627)
　桮 ……(627)
　耳杯 ……(627)
　盩 ……(627)
　椷 ……(628)
　盞 ……(628)
　溢 ……(628)
　闾 ……(628)
　檑 ……(628)
　靡 ……(628)
醳 ……(628)
羽觞 ……(628)
盅 ……(628)
台盏 ……(628)
大海 ……(628)
舟 ……(628)
　船 ……(628)
瓢 ……(628)
　蠡 ……(628)
　树 ……(628)
瓮 ……(628)
铺 ……(628)
　梆 ……(628)
雅 ……(628)
禁 ……(628)
豐 ……(628)
酒台 ……(628)
筌 ……(628)
　筏 ……(628)
　杯筌 ……(628)
　杯筏 ……(628)
　豆筥 ……(628)

现代烹饪用具

炉具

炒灶 ……(628)
　炒炉 ……(629)
连眼灶 ……(629)
三眼灶 ……(629)
　头火眼 ……(629)
　二火眼 ……(629)
　三火眼 ……(629)
　前火 ……(629)
　串膛火眼 ……(629)
双眼灶 ……(629)
　前火眼 ……(629)
　后火眼 ……(629)
子母灶 ……(629)
一面灶 ……(629)
对面灶 ……(629)
蒸煮灶 ……(629)
蒸汽灶 ……(629)
木炭灶 ……(629)
柴草灶 ……(629)
糠壳灶 ……(629)
炮台灶 ……(629)
　一火多锅灶 ……(629)
　一炮三响灶 ……(629)
七星灶 ……(629)
爬山灶 ……(629)
老虎灶 ……(629)
马蹄灶 ……(629)

拔风灶 ……(629)
　吸风灶 ……(629)
回风灶 ……(630)
吹风灶 ……(630)
　鼓风灶 ……(630)
风箱灶 ……(630)
铁灶 ……(630)
行灶 ……(630)
太阳能灶 ……(630)
煤气灶 ……(630)
沼气灶 ……(630)
柴油汽化灶 ……(630)
液化石油气灶 ……(630)
行军灶 ……(630)
电灶 ……(630)
气电多用灶 ……(630)
电磁感应灶 ……(630)
小缸炉 ……(630)
烧饼炉 ……(630)
　烤饼炉 ……(630)
烧烤炉 ……(630)
　烤炉 ……(630)
烤池 ……(630)
烘炉 ……(630)
　平炉 ……(630)
炕炉 ……(630)
吊炉 ……(630)
挂炉 ……(631)
火烧炉 ……(631)
焖炉 ……(631)
熏炉 ……(631)
蜂窝煤炉 ……(631)
节煤炉 ……(631)
陶壳节煤炉 ……(631)
煤油炉 ……(631)
煤气炉 ……(631)
酒精炉 ……(631)
火盆 ……(631)
　炭盆 ……(631)
牛粪火炉 ……(631)
镶坑 ……(631)
烤肉槽 ……(631)
家用电炉 ……(631)
封闭式电炉 ……(631)
电热蒸炉 ……(631)
微波炉 ……(631)
　电子烹调器 ……(632)
家用电烤炉 ……(632)
远红外烤炉 ……(632)
吹火筒 ……(632)
捅条 ……(632)
火钩 ……(632)
火叉 ……(632)
灰铲 ……(632)
火锹 ……(632)
火剪 ……(632)
火钳 ……(632)
火筷 ……(632)

炊具

锅 ……(632)
　大鼎 ……(632)
　鼎仔 ……(632)
铁锅 ……(632)
铜锅 ……(632)
铝锅 ……(632)
　钢精锅 ……(632)
不锈钢锅 ……(632)
砂锅 ……(632)
　瓦罉 ……(632)
　炖缽 ……(632)
搪瓷锅 ……(632)
玻璃锅 ……(632)
炒锅 ……(632)
　耳锅 ……(632)
　炒镬 ……(632)
炒勺 ……(632)
　炒瓢 ……(632)
卤锅 ……(632)
汤罐 ……(632)
　汤镬 ……(632)
行锅 ……(632)
平锅 ……(632)
　煎锅 ……(632)
　浅锅 ……(632)
烙饼锅 ……(632)
　饼铛 ……(633)
吊锅 ……(633)
深锅 ……(633)
　铁牛 ……(633)
　鼎锅 ……(633)
　吊子 ……(633)
　铁罉 ……(633)
　汤罉 ……(633)
　净底大锅 ……(633)
铜锣锅 ……(633)

鏊子 ……(633)
平鏊 ……(633)
云板 ……(633)
炝铛 ……(633)
拗锅 ……(633)
鏊锅 ……(633)
汽锅 ……(633)
火锅 ……(633)
涮锅 ……(633)
暖锅 ……(633)
隔舱暖锅 ……(633)
菊花暖锅 ……(633)
酒精锅 ……(633)
生片锅 ……(633)
小鸡锅 ……(633)
野鸡锅 ……(633)
品锅 ……(633)
焜锅 ……(633)
烤肉炙子 ……(633)
炙子 ……(633)
压力锅 ……(633)
高压锅 ……(633)
巴本锅 ……(633)
电炒锅 ……(634)
电饭锅 ……(634)
电饭煲 ……(634)
电粥锅 ……(634)
电热锅 ……(634)
电煎锅 ……(634)
远红外线煎包锅 ……(634)
焖钵 ……(634)
盬子 ……(634)
扣钵 ……(634)
扣碗 ……(634)
定碗 ……(634)
坛 ……(634)
瓮 ……(633)
瓮 ……(633)
茶汤壶 ……(634)
蒸笼 ……(634)
笼屉 ……(634)
笼格 ……(634)
笼扇 ……(634)
蒸柜 ……(634)
饭甑 ……(634)
糕干甑子 ……(634)
乌他模子 ……(634)
饭山 ……(634)
竹釜 ……(634)
算子 ……(634)
篾品 ……(634)
竹笪 ……(634)
蒸点方箱 ……(634)
熏算子 ……(634)
烤盏 ……(634)
烤盘 ……(634)
锅盖 ……(634)
高粱杆锅盖 ……(634)
盖鼎 ……(635)
盖帘儿 ……(635)
锅拍儿 ……(635)
锅篇儿 ……(635)
拍子帘儿 ……(635)
浅子 ……(635)
手勺 ……(635)
勺子 ……(635)
排勺 ……(635)
漏勺 ……(635)
漏搡 ……(635)
佬席 ……(635)
抄瓢 ……(635)
漏瓢 ……(635)
疏壳 ……(635)
汤筛 ……(635)
汤篮 ……(635)
铲子 ……(635)
锅铲 ……(635)
鼎占 ……(635)
煎匙 ……(635)
笊篱 ……(635)
笪笊子 ……(635)
面笕 ……(635)
观音斗 ……(635)
丝舀子 ……(635)
小笊篱 ……(635)
面筲 ……(635)
水瓢 ……(635)
马勺 ……(635)
水舀 ……(635)
油盏子 ……(635)
接油盘 ……(635)
滗油锅 ……(635)
滗油钵 ……(635)
叠菜钵 ……(635)
上水盆 ……(635)
下水盆 ……(635)

铁叉 ……(635)
肉叉 ……(635)
铁钎子 ……(635)
铁筷子 ……(635)
挂钩 ……(635)
须勾 ……(635)
贴墩 ……(635)
帮案 ……(635)
案板 ……(635)
砧板 ……(635)
砧墩 ……(635)
刀板 ……(635)
菜墩 ……(636)
砧子 ……(636)
剁墩 ……(636)
墩 ……(636)
厨刀 ……(636)
菜刀 ……(636)
切刀 ……(636)
批刀 ……(636)
片刀 ……(636)
薄刀 ……(636)
大劈刀 ……(636)
马头刀 ……(636)
方头刀 ……(636)
牛耳刀 ……(636)
团头刀 ……(636)
斩刀 ……(636)
骨刀 ……(636)
厚刀 ……(636)
前片后斩刀 ……(636)
文武刀 ……(636)
夹炼刀 ……(636)
割刀 ……(636)
刮刀 ……(636)
尖刀 ……(636)
茶刀 ……(636)
竹刀 ……(636)
切面刀 ……(636)
板刀 ……(636)
锋刀 ……(636)
瓜刨 ……(636)
鸭毛刀 ……(636)
毛镊铲刀 ……(636)
镊子 ……(636)
夹钳 ……(636)
剪刀 ……(636)
厨剪 ……(636)
雕花刀 ……(636)
刻刀 ……(636)
平口刀 ……(636)
圆口刀 ……(636)
圆牙刨 ……(637)
双口刀 ……(637)
圆柱刀 ……(637)
凤尾刀 ……(637)
模具刀 ……(637)
勺口刀 ……(637)
雕塑刀 ……(637)
模具 ……(637)
花车 ……(637)
印模 ……(637)
擀面杖 ……(637)
单手杖 ……(637)
单手棍 ……(637)
双手杖 ……(637)
双手棍 ……(637)
橄榄杖 ……(637)
花擀杖 ……(637)
走槌 ……(637)
滚筒 ……(637)
轴槌 ……(637)
通心木槌 ……(637)
轱辘槌 ……(637)
研面槌 ……(637)
平走槌 ……(637)
水油分离器 ……(637)
打蛋刷 ……(637)
抽子 ……(637)
标花嘴 ……(637)
标花龙头 ……(638)
蛋甩帚 ……(638)
面点梳 ……(638)
饺匙子 ……(638)
扁匙子 ……(638)
刮馅板 ……(638)
螃蟹匙 ……(638)
莲籽棍 ……(638)
擦床 ……(638)
刨子 ……(638)
擦子 ……(638)
面罗 ……(638)
粉筛 ……(638)
箩筛 ……(638)
发面缸 ……(638)
粉帚 ……(638)

炊帚 ……(638)
刷锅把 ……(638)
面刮板 ……(638)
轧子 ……(638)
笆箩 ……(638)
竹箩 ……(638)
篮子 ……(638)
淘箩 ……(638)
筲箕 ……(638)
菜筛 ……(638)
簸筛 ……(638)
三角架 ……(638)
蒜臼 ……(638)
蒜窝 ……(638)
椒钵 ……(638)
碓窝 ……(638)
舂钵 ……(638)
擂钵 ……(638)
手磨 ……(638)
小钢磨 ……(638)
食夹 ……(638)
木围裙 ……(638)
围锅板 ……(638)
磨刀石 ……(638)
磨刀砖 ……(638)
油温表 ……(638)
流水桌 ……(638)
流水台 ……(638)
出菜桌 ……(638)
下手桌 ……(638)
接桌子 ……(638)
接手台 ……(638)
落台 ……(638)
抹布 ……(638)
擦桌布 ……(638)
幡布 ……(638)
抹布 ……(639)
随手 ……(639)
带手 ……(639)
揩布 ……(639)
食罩 ……(639)

餐具

台面 ……(639)
小家伙 ……(639)
一副全 ……(639)
压桌 ……(639)
押桌 ……(639)
每人每 ……(639)
平盘 ……(639)
圆盘 ……(639)
汤盘 ……(639)
汤盆 ……(639)
窝盘 ……(639)
汤窝 ……(639)
腰盘 ……(639)
条盘 ……(639)
鱼池 ……(639)
锅盘 ……(639)
扒盘 ……(639)
和合盘 ……(639)
坝盘 ……(639)
高脚盆 ……(639)
高桩盘 ……(639)
高脚盘 ……(639)
攒盒 ……(639)
盘盒 ……(639)
果盒 ……(639)
果盘 ……(639)
品碗 ……(639)
大汤碗 ……(639)
海碗 ……(639)
汤海 ……(639)
顶碗 ……(639)
瓷品锅 ……(639)
瓷锅 ……(639)
品羔 ……(639)
鸭碗 ……(639)
鸭池 ……(639)
鸭船 ……(639)
水墩 ……(639)
汤碗 ……(639)
食碗 ……(640)
口汤杯 ……(640)
汤杯 ……(640)
炖盅 ……(640)
锅形碗 ……(640)
头红 ……(640)
二红 ……(640)
三红 ……(640)
饭碗 ……(640)
藏木碗 ……(640)
泥西木碗 ……(640)
碟 ……(640)
味碟 ……(640)
醋水碟 ……(640)

隔碟 ……(640)
吃碟 ……(640)
骨碟 ……(640)
骨渣碟 ……(640)
食盘 ……(640)
布碟 ……(640)
接食盘 ……(640)
饭勺 ……(640)
饭匙 ……(640)
粥勺 ……(640)
汤匙 ……(640)
茶匙 ……(640)
针匙 ……(640)
调羹 ……(640)
羹匙 ……(640)
汤勺 ……(640)
汤瓢 ……(640)
筷子 ……(640)
箸子 ……(640)
蟹八件 ……(640)
餐刀 ……(640)
餐叉 ……(640)
餐勺 ……(640)
骨刀 ……(640)
水果刀 ……(640)
餐巾 ……(640)
口布 ……(640)
茶巾 ……(640)
茶布 ……(640)
席巾 ……(640)
花巾 ……(640)
台布 ……(640)
桌布 ……(641)
筷筒 ……(641)
筷笼 ……(641)
筷盒 ……(641)
筷架 ……(641)
酱醋壶 ……(641)
味壶 ……(641)
胡椒筒 ……(641)
牙签 ……(641)
牙签筒 ……(641)
捧盘 ……(641)
托盘 ……(641)
饭盒 ……(641)
提盒 ……(641)
食盒 ……(641)
抬盒 ……(641)
桃盒 ……(641)
挑盒 ……(641)

机具

切肉机 ……(641)
饺肉机 ……(641)
饺肉拌馅机 ……(641)
肉菜切削机 ……(641)
多切机 ……(641)
切菜机 ……(641)
土豆去皮机 ……(641)
和面机 ……(641)
轧面机 ……(641)
压面机 ……(641)
饺子机 ……(641)
馒头机 ……(641)
包子机 ……(641)
炸油条机 ……(641)
元宵机 ……(641)
刀削面机 ……(641)
花卷机 ……(641)
洗米机 ……(641)
饸饹床 ……(642)
饸饹机 ……(642)
远红外线餐具消毒柜 ……(642)
冷藏柜 ……(642)
雪柜 ……(642)
切粉作业线 ……(642)
米线作业线 ……(642)

营养保健

营养与营养素

营养 ……(643)
营养素 ……(643)
营养价值 ……(643)
营养素需要量 ……(643)
每日膳食中营养素供给量 ……(643)
营养素不足症 ……(643)
营养缺乏病 ……(643)
营养不良 ……(643)
营养素平衡 ……(643)
平衡膳食 ……(643)

强化食品 ……(643)
蛋白质 ……(643)
粗蛋白质 ……(643)
动物蛋白质 ……(643)
植物蛋白质 ……(643)
单细胞蛋白 ……(643)
简单蛋白质 ……(643)
单纯蛋白质 ……(643)
结合蛋白质 ……(643)
完全蛋白质 ……(644)
不完全蛋白质 ……(644)
参考蛋白质 ……(644)
氨基酸 ……(644)
必需氨基酸 ……(644)
非必需氨基酸 ……(644)
限制氨基酸 ……(644)
蛋白质互补作用 ……(644)
氮平衡 ……(644)
等氮平衡 ……(644)
正氮平衡 ……(644)
负氮平衡 ……(644)
蛋白质的生理价值 ……(644)
蛋白质的生物价 ……(644)
蛋白质净利用率 ……(644)
氨基酸构成比值评分 ……(644)
脂肪 ……(644)
脂肪酸 ……(644)
硬脂酸 ……(645)
软脂酸 ……(645)
必需脂肪酸 ……(645)
磷脂 ……(645)
不饱和脂肪酸 ……(645)
三磷酸腺苷 ……(645)
胆固醇 ……(645)
碳水化合物 ……(645)
糖类 ……(645)
单糖 ……(645)
葡萄糖 ……(645)
果糖 ……(645)
半乳糖 ……(645)
双糖 ……(645)
二糖 ……(645)
糊精 ……(645)
糖原 ……(645)
动物淀粉 ……(645)
纤维素 ……(645)
半纤维素 ……(645)
果胶 ……(645)
维生素 ……(645)
维生素缺乏症 ……(645)
维生素过多症 ……(646)
维生素A ……(646)
视黄醇 ……(646)
抗干眼病维生素 ……(646)
视黄醇当量 ……(646)
维生素D ……(646)
钙化醇 ……(646)
抗佝偻维生素 ……(646)
维生素E ……(646)
生育酚 ……(646)
抗不育维生素 ……(646)
维生素K ……(646)
凝血维生素 ……(646)
维生素B_1 ……(646)
硫胺素 ……(646)
抗神经炎维生素 ……(646)
维生素B_2 ……(646)
核黄素 ……(646)
维生素B_6 ……(646)
吡哆素 ……(646)
维生素B_{12} ……(646)
抗恶性贫血维生素 ……(646)
生物素 ……(646)
维生素H ……(646)
泛酸 ……(646)
叶酸 ……(646)
维生素PP ……(646)
抗癞皮病维生素 ……(646)
维生素C ……(646)
抗坏血酸 ……(647)
抗坏血病维生素 ……(647)
维生素P ……(647)
芦丁 ……(647)
柠檬素 ……(647)
胆碱 ……(647)
维生素B ……(646)
无机盐 ……(647)
矿物质 ……(647)
常量元素 ……(647)
微量元素 ……(647)
痕量元素 ……(647)
钙 ……(647)
磷 ……(647)
钾 ……(647)
钠 ……(647)
氯 ……(647)

镁 ……(647)
硫 ……(647)
铁 ……(647)
铬 ……(647)
钴 ……(647)
钼 ……(647)
镍 ……(647)
锰 ……(648)
锌 ……(648)
硒 ……(648)
硅 ……(648)
钒 ……(648)
碘 ……(648)
氟 ……(648)
铜 ……(648)
锡 ……(648)
锶 ……(648)
有机酸 ……(648)
草酸 ……(648)
乙二酸 ……(648)
生物碱 ……(648)
植物碱 ……(648)
叶黄素 ……(648)
叶红素 ……(648)
叶绿素 ……(648)
精油 ……(648)
挥发油 ……(648)
芳香油 ……(648)

营养生理及生化

肌肉组织 ……(649)
结缔组织 ……(649)
胶原纤维 ……(649)
粘膜 ……(649)
食物特殊动力学作用 ……(649)
食物的特殊生热作用 ……(649)
味蕾 ……(649)
味觉 ……(649)
味感 ……(649)
味域 ……(649)
嗅觉 ……(649)
消化不良 ……(649)
消化率 ……(649)
表观消化率 ……(649)
真消化率 ……(649)
消化 ……(649)
消化系统 ……(649)
消化道 ……(649)
消化腺 ……(649)
消化液 ……(649)
基础代谢 ……(649)
千克卡 ……(650)
千卡 ……(650)
酶 ……(650)
酶活力 ……(650)
消化酶 ……(650)
淀粉酶 ……(650)
糖化酶 ……(650)
β—淀粉酶 ……(650)
糖化淀粉酶 ……(650)
脂肪酶 ……(650)
蛋白酶 ……(650)
肽酶 ……(650)
氨基肽酶 ……(650)
羧基肽酶 ……(650)
新陈代谢 ……(650)
生物氧化 ……(650)
同化作用 ……(650)
异化作用 ……(650)
僵直期 ……(650)
后熟期 ……(650)
自溶期 ……(650)
腐败期 ……(650)
脂肪酸败 ……(650)
蛋白质腐败 ……(650)
发酵酸败 ……(650)
酸碱度 ……(650)
酸碱性食物 ……(650)
碱性食物 ……(650)
酸性食物 ……(650)
凝固作用 ……(650)
酯化作用 ……(651)

中医饮食保健

医食同源 ……(651)
食医 ……(651)
食物中药 ……(651)
药用食品 ……(651)
食药 ……(651)
食养 ……(651)
饮食调养 ……(651)
食补 ……(651)
食疗 ……(651)
食治 ……(651)
食忌 ……(651)
忌口 ……(651)

忌嘴 ……(651)
忌食养生 ……(651)
忌食疗病 ……(651)
脏器疗法 ……(651)
以脏治脏 ……(651)
以脏补脏 ……(651)
津液 ……(651)
水津 ……(651)
营卫 ……(651)
脾 ……(651)
胃 ……(651)
水谷之精 ……(651)
后天之精 ……(651)
谷气 ……(651)
水谷之气 ……(652)
精微 ……(652)
五谷为养 ……(652)
五果为助 ……(652)
五畜为益 ……(652)
五菜为充 ……(652)
食性 ……(652)
食气 ……(652)
食味 ……(652)
气味 ……(652)
性味 ……(652)
四气 ……(652)
四性 ……(652)
五味 ……(652)
五味所入 ……(652)
五入 ……(652)
五味所合 ……(652)
五味所禁 ……(652)
五禁 ……(652)
归经 ……(652)
五气 ……(652)
五宜 ……(652)
五裁 ……(652)
补法 ……(652)
补阳 ……(652)
助阳 ……(652)
补阴 ……(652)
滋阴 ……(652)
育阴 ……(652)
养阴 ……(652)
益阴 ……(652)
强阴 ……(652)
补气 ……(653)
益气 ……(653)
补血 ……(653)
养血 ……(653)
行气 ……(653)
利气 ……(653)
通气 ……(653)
止血 ……(653)
活血 ……(653)
温中祛寒 ……(653)
解表 ……(653)
疏表 ……(653)
清热 ……(653)
利湿 ……(653)
化痰 ……(653)
健脾 ……(653)
补脾 ……(653)
益脾 ……(653)
健胃 ……(653)
和胃 ……(653)
和中 ……(653)
开胃 ……(653)
七情 ……(653)
单行 ……(653)
相须 ……(653)
相使 ……(653)
相畏 ……(653)
相恶 ……(653)
相杀 ……(653)
相反 ……(653)
发物 ……(653)
炮制 ……(653)
炮炙 ……(653)
修治 ……(653)
修事 ……(653)
内伤 ……(653)
饮食不节 ……(653)
五味所伤 ……(653)
五味偏嗜 ……(653)
馨饪之邪 ……(654)
伤食 ……(654)
食伤 ……(654)
食复 ……(654)
食肉则复 ……(654)
水土不服 ……(654)
食滞 ……(654)
食积 ……(654)
宿食 ……(654)
反胃 ……(654)
胃反 ……(654)

翻胃 ……(654)
酒癖 ……(654)
酒癥 ……(654)
伤酒 ……(654)
生肉中毒 ……(654)

食品保藏

微生物 ……(654)
病原微生物 ……(654)
致病菌 ……(654)
病原菌 ……(654)
带菌者 ……(654)
传染 ……(654)
感染 ……(654)
侵染 ……(654)
食物腐败变质 ……(654)
食品污染 ……(654)
消毒 ……(654)
杀菌 ……(654)
灭菌 ……(654)
抑菌 ……(654)
消毒剂 ……(654)
洗刷消毒 ……(655)
煮沸消毒 ……(655)
漂白粉消毒 ……(655)
酒精消毒 ……(655)
冷冻灭菌 ……(655)
干热灭菌 ……(655)
蒸汽消毒 ……(655)
新洁而灭消毒 ……(655)
高锰酸钾消毒 ……(655)
脱水保藏 ……(655)
盐腌保藏 ……(655)
糖渍保藏 ……(655)
低温保藏 ……(655)
高温保藏 ……(655)
电离辐射保藏 ……(655)
辐射保藏 ……(655)
照射保藏 ……(655)
超声波保藏 ……(655)
提高氢离子浓度保藏 ……(655)

食物中毒

食物中毒 ……(655)
食物过敏 ……(656)
河豚鱼中毒 ……(656)
贝类中毒 ……(656)
有毒蜂蜜中毒 ……(656)
动物甲状腺中毒 ……(656)
动物肾上腺中毒 ……(656)
鲜黄花菜中毒 ……(656)
菜豆中毒 ……(656)
白果中毒 ……(656)
发芽土豆中毒 ……(656)
苦杏仁中毒 ……(656)
霉变甘蔗中毒 ……(656)
黑斑病红薯中毒 ……(656)
毒蕈中毒 ……(656)
毒芹中毒 ……(656)
蓖麻籽中毒 ……(656)
苍耳中毒 ……(656)
莽草子中毒 ……(657)
荔枝病 ……(657)
柿石症 ……(657)
蚕豆黄 ……(657)
蚕豆病 ……(657)
胡豆黄 ……(657)
未熟豆浆中毒 ……(657)
冷榨粗制生棉籽油中毒 ……(657)
桐油中毒 ……(657)
酒精中毒 ……(657)
亚硝酸盐食物中毒 ……(657)
氟化物中毒 ……(657)
锌中毒 ……(657)
汞中毒 ……(657)
锑中毒 ……(657)
铅中毒 ……(657)
砷中毒 ……(657)
钡盐中毒 ……(657)
农药残留 ……(657)
有机磷农药中毒 ……(657)
植物麦角菌食物中毒 ……(657)
麦角中毒 ……(657)
禾谷镰刀菌食物中毒 ……(657)
赤霉病麦中毒 ……(658)
沙门氏菌食物中毒 ……(658)
葡萄球菌肠毒素食物中毒 ……(658)
蜡样芽孢杆菌食物中毒 ……(658)
韦氏杆菌食物中毒 ……(658)
链球菌食物中毒 ……(658)
副溶血性弧菌食物中毒 ……(658)
变形杆菌食物中毒 ……(658)
肉毒杆菌食物中毒 ……(658)
致病大肠杆菌食物中毒 ……(658)
米猪肉 ……(658)
豆猪肉 ……(658)

牛条虫 ……(658)
肺吸虫病 ……(658)
华枝睾吸虫病 ……(658)
蛔虫病 ……(658)
旋毛虫病 ……(658)
姜片虫病 ……(658)
致癌物 ……(658)
多环芳烃 ……(658)
黄曲霉毒素 ……(658)
岛青霉毒 ……(658)

烹饪文献

诗经 ……(659)
周礼·天官冢宰及其它
　周官 ……(659)
　周官经 ……(659)
仪礼·燕礼及其它
　礼 ……(659)
　礼经 ……(659)
　士礼 ……(659)
礼记 ……(659)
　小戴记 ……(659)
　小戴礼记 ……(659)
论语·乡党 ……(659)
吕氏春秋·本味 ……(659)
黄帝内经 ……(659)
　内经 ……(659)
盐铁论·散不足 ……(659)
神农本草经 ……(659)
　本经 ……(659)
四民月令 ……(659)
南方草木状 ……(659)
荆楚岁时记 ……(660)
齐民要术 ……(660)
崔浩食经 ……(660)
食次 ……(660)
谢讽食经 ……(660)
北堂书钞·酒食部 ……(660)
千金要方·食治 ……(660)
　备急千金要方 ……(660)
食医心鉴 ……(660)
食疗本草 ……(660)
艺文类聚·食物部 ……(660)
酉阳杂俎·酒食 ……(660)
膳夫经手录 ……(660)
四时纂要 ……(660)
岭表录异 ……(660)
　岭南录异 ……(660)
　岭表记 ……(660)
烧尾食单 ……(660)
　韦巨源食谱 ……(660)
邹平公食宪章 ……(660)
茶经 ……(660)
煎茶水记 ……(661)
食典 ……(661)
食性本草 ……(661)
太平御货·饮食部 ……(661)
　御览 ……(661)
太平广记·食 ……(661)
清异录·馔羞门 ……(661)
山家清供 ……(661)
本心斋疏食谱 ……(661)
食珍录 ……(661)
膳夫录 ……(661)
玉食批 ……(661)
桂海虞衡志 ……(661)
养老奉亲书 ……(661)
寿亲养老新书 ……(661)
食治通说 ……(661)
蟹谱 ……(661)
蟹略 ……(661)
糖霜谱 ……(661)
笋谱 ……(661)
菌谱 ……(662)
东京梦华录 ……(662)
都城纪胜 ……(662)
武林旧事 ……(662)
梦粱录 ……(662)
全芳备祖 ……(662)
浦江吴氏中馈录 ……(662)
酒名记 ……(662)
北山酒经 ……(662)
续北山酒经 ……(662)
事物纪原 ……(662)
　事物纪原集类 ……(662)
重编群书事林广记 ……(662)
　事林广记 ……(662)
饮膳正要 ……(662)
农桑衣食撮要 ……(662)
　农桑撮要 ……(662)
　养民月宜 ……(662)
饮食须知 ……(662)

馔史 ……(662)
云林堂饮食制度集 ……(662)
居家必用事类全集 ……(662)
天厨聚珍妙馔集 ……(662)
日用本草 ……(663)
食物本草 ……(663)
粥方 ……(663)
广菌谱 ……(663)
山堂肆考 ……(663)
事物绀珠 ……(663)
食品集 ……(663)
闽中海错疏 ……(663)
鱼品 ……(663)
野菜博录 ……(663)
酒谱 ……(663)
觞政 ……(663)
酒概 ……(663)
酒史 ……(663)
易牙遗意 ……(663)
墨娥小录 ……(663)
便民图纂 ……(663)
多能鄙事 ……(663)
遵生八笺 ……(663)
臞仙神隐书·修馔 ……(663)
农政全书 ……(663)
宋氏养生部 ……(664)
食鉴本草 ……(664)
食物本草 ……(664)
段食良方 ……(664)
闲情偶寄 ……(664)
食宪鸿秘 ……(664)
养小录 ……(664)
闽小记 ……(664)
居常饮馔录 ……(663)
艺林汇考·饮食篇 ……(664)
格致镜原 ……(664)
渊鉴类函 ……(664)
子史精华 ……(664)
古今图书集成 ……(664)
　古今图书汇编 ……(664)
食味杂咏 ……(664)
农圃便览 ……(664)
扬州画舫录 ……(664)
醒园录 ……(664)
随园食单 ……(665)
调鼎集 ……(665)
乡味杂咏 ……(665)
随息居饮食谱 ……(665)
湖雅 ……(665)
粥谱 ……(665)
吴蕫谱 ……(665)
日食菜物 ……(665)
酒部汇考 ……(665)
胜饮篇 ……(665)
酒令丛钞 ……(665)
江南鱼鲜品 ……(665)
记海错 ……(665)
海错百一录 ……(665)
履园丛话 ……(665)
养生随笔 ……(665)
　老老恒言 ……(665)
调疾饮食辨 ……(665)
　饮食辨录 ……(665)
本草饮食谱 ……(665)
食物本草会纂 ……(665)
清嘉录 ……(665)
桐桥倚棹录 ……(665)
中馈录 ……(665)
成都通览 ……(665)
素食说略 ……(665)
清稗类钞 ……(666)
食品佳味备览 ……(666)
白门食谱 ……(666)
烹饪一斑 ……(666)
素食养生论 ……(666)
西餐烹饪秘诀 ……(666)
家庭食谱 ……(666)
家庭食谱续编 ……(666)
家庭食谱三编 ……(666)
家庭食谱四编 ……(666)
素食谱 ……(666)
北平菜谱 ……(666)
陶母烹饪法 ……(666)
饮食与健康 ……(666)
北平风俗类征·饮食 ……(666)
实用饮食学 ……(666)

综 合 部 分

饮　食

【烹饪】 词义为加热做熟食物。广义的解释为：烹饪是人类为了满足生理需求和心理需求把可食原料用适当方法加工成为直接食用成品的活动。它包括对烹饪原料的认识、选择和组合设计，烹调法的应用与菜肴、食品的制作，饮食生活的组织，烹饪效果的体现等全部过程，以及它所涉及的全部科学、艺术方面的内容，是人类文明的标志之一。

【饮食】 即人的吃喝。如：饮食起居。饮食是人类生存的最基本生活需求之一，烹饪的一切产品，均供饮食消费之用。

【饮啄】 即人的饮食。《南史·沈约传》："既无用佐时，故遂饮啄之愿尔。"

【铺啜(bǔ chuò捕绰)】 吃喝。《孟子·离娄上》："孟子谓乐正子曰：子之从于子敖来，徒铺啜也。"朱熹注："铺，食也。啜，饮也。"

【食】 ①饮食的统称。《史记·酈生传》："酈生因曰：王者以民人为天，而民人以食为天。"②吃。如：食肉。③食物。又主要指粮食。《论语·乡党》："食不厌精。"

【膳】 本指肉菜，转指进食、饭食。

【食膳】 日常饮食。《汉书·贾山传》："陛下即位，亲自勉，以厚天下，损食膳，不听乐。"

【膳食】 日常饮食。如：供应膳食。

【燕食】 膳食；饮食。《周礼·天官·膳夫》："王燕食则奉膳赞祭。"注："燕食谓日中与夕食。"《礼记·内则》："大夫燕食，有脍无脯，有脯无脍。"

【六膳】 六种肉菜。《周礼·天官·食医》："掌和王之六食、六饮、六膳。凡会膳食之宜，牛宜稌、羊宜黍、豕宜稷、犬宜粱、雁宜麦、鱼宜苽。"

【吃】 进食。《世说新语·任诞》："(罗友)答曰：友闻白羊肉美，一生未曾得吃，故冒求前耳，无事可咨。"

【餐】 ①吃。《诗经·郑风·狡童》："维子之故，使我不能餐兮。"《战国策·中山》："以一壶飧得士二人。"《庄子·逍遥游》："适莽苍者三飡而反，腹犹果然。"②饮食。如：早餐；晚餐。

【茹(rú如)】 ①吃。如：茹素；茹毛饮血。《诗经·大雅·烝民》："柔则茹之，刚则吐之。"②蔬菜。《汉书·食货志》："菜茹有畦。"

【铺】 ①吃。《楚辞·渔父》："众人皆醉，何不铺其糟而啜其醨？"②给人饮食。《史记·高祖纪》："有一老父过，请饮，吕后因铺之。"③指申时之食，即午餐。

【啖(dàn淡)】 ①吃。苏轼《分类东坡诗·食荔枝》："日啖荔枝三百颗，不妨长作岭南人。"②给人吃食。《汉书·王吉传》："吉妇取枣以啖吉。"

【噇(chuáng床)】 贪食。李昌符《婢仆》诗："不论秋菊与春华，个个能噇空腹茶。"

【饮】 ①喝。如：喝水；喝茶；喝汤；喝酒。《孟子·告子》："冬日则饮汤，夏日则饮水。"②饮料。《周礼·天官·酒正》："辨四饮之物。"③古代对饮食的通称。《史记·高祖纪》："吕后与两子居田中耨，有一老父过，请饮，吕后因铺之。"

【喝】 饮用。如：喝茶；喝酒。

【啜(chuò绰)】 ①喝。如：啜汁；啜茗。《墨子·节用》："饭于土塿，啜于土形。"②吃。如：啜菽饮水。《礼记·檀弓》："孔子曰：啜菽饮水，尽其欢，斯之谓孝。"陆德明释文引王肃曰："熬豆而食曰啜菽。"

【歠(chuò绰)】 ①饮；啜。《礼记·曲礼》："毋流歠。"孔颖达疏："谓开口大歠，汁入口如水流。"②羹汤。《战国策·燕策》："于是酒酣乐，进取热歠。厨人进斟羹。"

【六饮】 六种饮料。《周礼·天官·浆人》："掌共王之六饮，水、浆、醴、凉、医、酏，入于酒府。"

【尝】 辨味。《诗经·小雅》："君子有酒，酌言尝之。"

【品味】 古时指食物的种类与滋味。《礼记·少仪》："问品味。曰：'子亟食于某乎'？"今指品尝菜肴或鉴别肴馔滋味。

【品尝】 古时指帝王进膳前命人遍尝食物。《周礼·天官·膳夫》："膳夫授祭，品尝食，王乃食。"今指试辨肴馔的滋味、气味、质地。

【咀味】 品尝滋味。梅尧臣诗："就技掇鲜美，咀味销冰酥。"

【染指】 尝味。《左传·宣公四年》："子公怒，染指于鼎，尝而出之。"

【尝新】 吃应时的新粮或新果。《礼记·月令》："(孟

秋之月，是月也，农乃登谷，天子尝新，先荐寝庙。”王建《宫词》：“樱桃初赤赐尝新。”

【进食】 ①进奉食物。《礼记·曲礼》：“凡进食之礼，左殽右胾。”《史记·吴大伯世家》：“使专诸置匕首于炙鱼之中以进食……。”②日常吃饭。

【供馔】 供给膳食。《晋书·王济传》：“帝常幸其宅，供馔甚丰，悉贮琉璃器中。”

【具膳】 摆好肴馔。张读《宣室志》：“（韦）思玄尝召术士数人会食，而居士（辛锐）不得预。既具膳，居士突至客前。”

【朵颐】 ①进食。《易经·颐》：“观我朵颐。”孔颖达疏：“朵是动义，如手之捉物谓之朵也。今动其颐，故知嚼也。”②泛指饮食之事。如：大快朵颐。

【知味】 懂得味道。《礼记·中庸》：“鲜能知味也。”

【回味】 食后感觉到的余味。王禹偁《小畜集·橄榄》诗：“良久有回味，始觉甘如饴。”今人常用“回味悠长”、“菜肴味美。

【一日三餐】 指每日早、午、晚三次定时的进食。俗语谓：“早餐吃饱，午餐吃好，晚餐吃少。”

【正餐】 饮食行业特指饭店、餐馆供应的午餐和晚餐。

【三餐制】 指按一日三餐供应膳食或进食的式样。以别于“两餐制”。

【两餐制】 指每日只吃上午、下午各一餐的式样。有些单位的食堂或家庭，于节、假日时即实行两餐制。

【一食】 佛教中一个派别的戒律。即每日只吃一餐，过午不食。白居易《龙华寺主家小尼》诗：“夜静双林怕，春深一食饥。”

【主食】 最经常用以解决生理必需的谷物及制品。相对于肉菜等副食而言。如：米饭；面条；馒头等。有些民族因生产不同，则以肉、奶为主食。如藏族等。

【副食】 相对于主食而言的食物。如：菜肴；小菜等。现引申为包括可供制作菜肴、小菜的原料，如：鸡；鸭；鱼；肉；蔬菜；蛋；乳豆制品；调味品等。

【早茶】 早晨吃的茶点。

【昼饭】 白天的饭食。苏辙诗：“春寒烧黄茅，昼饭煮青茹。”

【昼餐】 白天的饭食。白居易《日长》诗：“日长昼加餐，夜短朝余睡。”

【早餐】 也称“早饭”。早晨吃的饭。

【早饭】 即“早餐”。

【晨炊】 早餐。杜甫《行官张望补稻畦水归》诗：“玉粒足晨炊，红鲜任霞散。”

【朝饭】 早餐。《后汉书·贾复传》：“吏士皆饥，可且朝饭。”

【晓食】 早餐。王绩《食后》诗：“田家无所有，晓食遂为常。”

【朝食】 早餐。《左传》：“齐侯曰：‘余姑翦灭此而朝食’。”

【卯饭】 早餐。《宋诗钞》王炎《双溪诗钞·再用原韵因简县庠诸先辈》：“书生卯饭动及午，姜糁菜丝烦自煮。”

【午餐】 也称“午饭”、“中餐”。俗称“晌午饭”、“晏昼饭” 中午吃的饭。

【午饭】 即“午餐”。

【中餐】 ①即“午餐”。②相对西餐而言，指中国的饭菜。

【晌午饭】 “午餐”的俗称。

【晏昼饭】 广东一带对“午餐”的俗称。

【中饭】 午餐。王维《还旧业》诗：“中饭顾王程，离忧从此始。”权德兴《田家即事》诗：“山僧相访期中饭，渔父同游或夜归。”

【中火】 午餐。见《翠华巡幸》。

【昼铺】 午餐。《庄子·盗跖》：“我将以子肝益昼铺之膳。”

【午供】 供给僧众的午餐。赵蕃《章坞庵》诗：“午供随斋缽，留题陟上方。”

【中食】 佛家对午餐的称呼。《释氏要览·中食》引《僧祇律》：“今言中食，以天中日午时得食。当日中，故言中食。”

【晚餐】 也称“晚饭”、“晚膳”。俗称“夜饭”。晚上吃的饭。

【晚饭】 即“晚餐”。

【晚膳】 即“晚餐”。

【夜饭】 江浙一些地方对“晚餐”的俗称。（这里的夜，或读yà。）

【晚食】 晚餐。《南史·齐明帝纪》：“可四片破之，馀充晚食。”朱熹：“晚食宁论肉，知君薄世荣。”

【晡食】 晚餐。柳宗元《段太尉逸事状》：“太尉曰：吾未豫食，请假设草具。”

【飧(sūn 孙)】 ①晚餐。《孟子·滕文公》：“饔飧而治。”注：“朝曰饔，夕曰飧。”②引申为熟食。戴侗《六书故·工事四》：“飧，夕食也。古者夕则饮朝膳之余，故熟食曰飧。”③简单饭食。《史记·淮阴侯列传》：“令其裨将传飧。”裴骃集解曰：“小饭曰飧。”④水泡饭。《诗经·魏风·伐檀》：“彼君子兮，不素飧兮。”陆德明释文引《字林》：“水浇饭也。”

【夜餐】 俗称“夜顿子”。夜间吃的饭。

【夜顿子】 江苏扬州一带对“夜餐”的俗称。

【加餐】 ①一日三餐以外增加的饭食。如：午茶；夜餐等。②即多吃一些。

【午茶】 午餐至晚餐之间增加的一餐食物，常以点心为主。一般行于白昼较长的夏日。

【宵夜】 也称“消夜”、“夜消”、“夜宵”。①指夜间的酒食、小吃等。②有的地区指“晚餐”。

【消夜】 即“宵夜”。

【夜消】 即"宵夜"。

【夜宵】 即"宵夜"。

【杂嚼】 宋代宵夜食品的统称。孟元老《东京梦华录·州桥夜市》中把"旋煎羊白肠、燠冻鱼头、麻腐、细粉、素签、细料骨饧儿、香糖果子、旋炙猪皮肉"等，称为"杂嚼"。

【家常便饭】 简称"家常饭"。家庭中的日常饭食。

【家常饭】 即"家常便饭。"

【伙食】 也称"伙"。①饭食。一般指机关、部队、工厂、学校等单位中所制作的饭食。如：改善伙食。②日常的饭食。

【伙】 即"伙食"。如：起伙；包伙；搭伙；退伙等。

【起伙】 ①开始在食堂吃饭。②指生火造饭。

【搭伙】 ①在集体食堂吃饭。②无食堂的单位到有食堂单位的食堂起伙。

【包饭】 （一般按月计）支付固定费用的饭食。

【包伙】 包饭。

【停伙】 ①集体食堂停止制作饭食。②在食堂吃饭的人中途暂停搭伙，或永远退出。

【退伙】 在集体食堂吃包饭的人，中途退出，不再去食堂就餐，俗称退伙。

【份饭】 按份卖的饭。一般行于饭店和集体食堂。

【牙祭】 也称"打牙祭"。旧时每月初二、十六店员、徒工吃的一顿肉食。《儒林外史》："平常每日就是小菜饭，初二、十六，跟着店里吃牙祭肉。"现俗称改善伙食。

【打牙祭】 即"牙祭"。

【斋打底】 饮食习惯之一。陆容《菽园杂记》："江西民俗勤俭，每事各有节制之法，然亦各有一名。如吃饭，先一碗不许吃菜，第二碗才以菜助之，名曰'斋打底'。"

【野餐】 ①置备食物，供游览时在野外食用。②带到野外去吃的一顿饭。

【打尖】 也称"打火"。旅途中做饭、吃饭。福格《听雨丛谈》："今人行役，于日中投店而饭，谓之打尖。……又见宋元人小说，谓途中之餐曰'打火'。"

【打火】 即"打尖"。

【食谱】 ①记述食物烹调方法的书籍。②为合理调配饮食结构，以达到营养要求而安排的膳食计划。

【饮食方】 食谱。《南齐书·虞悰传》："悰善为滋味，和齐皆有方法。……上就悰求诸饮食方，悰秘不出。"

菜系与地方风味

【中国菜】 中国肴馔的总称。

【菜系】 具有明显地区特色的肴馔体系。菜系一词，是新中国成立以后从旧有的"帮口"一词转化而来的。中国烹饪由于原料生产、烹调技法、风味特点的差异，历史上形成了众多的帮口。但各帮口之间的相互渗透，形成若干共同或近似之点，于是又形成较大的帮口——菜系。其特点在于具有某些独特的烹饪方法；有特殊的调味品和调味手段；有品类众多的烹饪原料；有从低到高、从小吃到筵席等一系列的风味菜式，并且在国内外有相当的影响。菜系的形成有经济、地理、社会、文化等诸多因素。其主要因素为：有丰富的物产，悠久的传统；有一批精于烹饪的人材；有一定数量的风味餐馆，烹饪文化也相对地比较发达。我国有"四大菜系"，此外还有八大菜系、十大菜系之说。

【北方菜】 指黄河流域及其以北地区的肴馔，受鲁菜的影响而形成。参见"鲁菜。"

【南方菜】 长江流域、淮河流域、湘江流域和珠江流域肴馔的概称。或指长江三角洲一带的地方风味肴馔。

【四大菜系】 指黄河流域及其以北地区以"鲁菜"为代表；长江流域的下游以"淮扬菜"为代表；长江流域的中上游地区以"川菜"为代表；珠江流域以"粤菜"为代表的"四个大菜系"。

【鲁菜菜系】 "四大菜系"之一。山东为我国古文化发祥地之一，于大汶口等处出土的灰陶、红陶、黑陶、蛋壳陶等炊餐器具，反映了新石器时代齐鲁一带的烹饪文明。春秋、战国时期，俞儿、易牙善于辨味，孔子、孟子精于论食，说明烹饪水平已达到相当的高度。后魏贾思勰集北方烹饪资料于《齐民要术》一书，可见一斑。鲁菜影响及于黄河流域中下游及其以北地区，远及东北，为"北方菜"的代表。其特点为烹调取材广泛，禽畜与海味并重，讲究用汤，长于扒、熘、爆、烤、炒等法，口味偏于咸鲜，具有清、香、脆、嫩、鲜的风味特色。

【淮扬菜系】 "四大菜系"之一。扬州为古九州之一，隋唐以后均治扬州。其地扼长江、运河交通要冲，为历代漕运中心，北连两淮重镇，并称淮扬。明清时期，盐运使设扬州，漕运使设淮阴，舟楫所经，必须碇泊，商贾云集，经济繁荣。烹饪事业也甚为发达，影响传播广远，厨师众多，面及于鲁西、长江中下游和东南沿海一带。津浦铁路通车后，运河交通衰微，淮扬事厨者外流日多。由于历史所形成的风味特色，淮扬菜成为国内烹饪界公认的四大菜系之一。其特色为用料以水鲜为主，以炖、焖、煨、焐、炝、醉等法为多，调味重清鲜、善用糖，醇和宜人。

【川菜菜系】 "四大菜系"之一。源于古之巴国、蜀国。秦、汉、两晋时，川味已见于志、赋，至唐、宋时更屡为诗文称颂，并及于中原，进入汴梁，取各方之长，形成具有浓郁地方风味特色的菜系。明、清以后，影响达海内外。川菜菜系兼取山野河川的特产为原料；调味并多用当地特有的调味品，味型多样，浓、重、醇、厚兼及清、鲜，一菜一格，百菜百味，并因地理、气候等因素，尤善用辣椒、花椒，家常风味以麻、辣、香著称；烹调最长于小煎、小炒、干煸、干烧等技法；川味小吃也颇擅名。川菜菜系风味影响及于长江中上游及黔、滇、陕南等地。

【粤菜菜系】 “四大菜系”之一。广东地处东南沿海，气候温和，物产丰饶。古代聚居于广东一带的百粤族善渔农，尚杂食。秦汉以后，受到中原文化的影响，杂食之法更加发展、完善。近代又吸取西餐技艺之长，融汇贯通，形成具有鲜明地方特色的风味流派。粤菜菜系用料广博奇异，烹调技艺多样善变，尤以炒、焗、泡、炆、爆、蒸为擅长，口味清新，讲究鲜、爽、嫩，并注重养生功效。点心、小吃也有特点。

【北京菜】 地方风味之一。北京菜融合了汉、满、蒙、回等民族的烹饪技艺，吸取了全国主要地方风味，尤其是山东风味，继承了明清宫廷肴馔的精华，形成了自己的特色，花色繁多，调味精美。烹饪技术以爆、烤、涮、熘、炒、扒见长。肴馔质地讲究酥、脆、鲜、嫩。

【天津菜】 地方风味之一。天津滨河临海，五方杂处，烹饪兼有南北之长，注重调味，讲究时令，适应面广。其特点在于用料以河海两鲜为主；烹调技法较完全，尤以勺扒、软熘、清炒、清蒸为长，兼及熬、焖，讲芡汁，重火候；调味以咸鲜、清淡为主，富于变化，以应各方需求，质地注重软、嫩、脆、烂、酥。

【辽宁菜】 地方风味之一。由沈阳、大连两地风味为主构成，有满、蒙风味。《奉天通志》载，金时“富人享客，或食全羊，即筵间不设杂肴，惟羊是需”之食俗。同时吸收了“山东菜”的技艺特长，擅长烧、烤、爆、扒、炖、煮、蒸。菜肴脂润多咸，汁宽芡亮，清鲜脆嫩。

【吉林菜】 地方风味之一。吉林菜继承当地传统，融汇地方各民族的群众饮食习惯，兼取鲁、京和西式烹饪精华，形成独有特色，用料多山野动植物特产及珍品，烹调重视刀功、勺功，以烧、炸、熘、扒、爆、酱等为长，调味重咸香鲜爽，浓淡、荤素分明，菜品油重、色浓，讲求丰满实惠，尤以砂锅菜享誉国内外。

【黑龙江菜】 地方风味之一。黑龙江菜多以山珍野味和山菜野果为原料，有奇、鲜、清、补之称。烹调考究做功，长于烧、扒；调味基于当地习惯，且用料多为干品、冻品，口偏浓重，甜酸、咸香、麻辣兼具。

【上海菜】 地方风味之一。上海菜以当地本帮菜为基础，兼有京、鲁、扬、苏、锡、川、广、闽、杭、甬、豫、徽、湘等肴馔，和素菜、清真菜以及西餐等特色风味，并按上海内联全国、外通世界的商埠特点，适应五方杂处的口味需求，均予适当变化，形成为兼容并蓄、广采博收、淡雅鲜醇、开拓趋势的海派风格。烹饪工艺以滑炒、生煸、红烧、清蒸见长，口味注重真味，讲究清淡而多层次，质感鲜明，款式新颖精致。

【江苏菜】 地方风味之一。由南京、淮扬、苏锡、徐海等风味为主体构成。其共同特色是擅长炖、焖、蒸、烧、炒，重视吊汤，保持原汁，适应面广，浓而不腻，淡而不薄，具有如《随园食单》所说：“使一物各献一性，一碗各成一味”的特点。参见“淮扬菜系”。

【浙江菜】 地方风味之一。浙江菜以杭州、宁波、绍兴三地风味为代表。杭州菜擅长爆、烧、烩、炸，制作精细，清鲜爽脆；宁波菜以蒸、烤、炖制海鲜见长，讲究咸鲜合一，注重原味；绍兴菜善烹河鲜家禽，香酥绵糯，汤浓味重，富有乡村风味。

【安徽菜】 地方风味之一。由皖南、沿江和沿淮三种地方风味构成。皖南菜以徽州为代表，为安徽菜的主体。擅长烧、炖，菜肴重油、重酱色、重火功。沿江菜以芜湖、安庆地区为代表，以烹调河鲜、家禽见长，善以糖调味，烟熏技术独到。沿淮菜由蚌埠、宿县、阜阳一带风味构成，调味咸中带辣，汤汁口重色浓，惯用香菜佐助配色。

【福建菜】 也称“闽菜”。地方风味之一。福建自唐宋以来，随着北方移民和泉州、福州、厦门对外通商，外地烹饪技术相继传入，使闽菜得到了进一步的发展，其特点是以烹制山珍海错著称，以清鲜、和醇、荤香、不腻为其风味特色，制汤有“一汤十变”之誉。烹调以熘、蒸、炒、炸、煨、炖为擅长，调味偏甜、酸、淡，善于用糟。福州、闽南、闽西三路显示出福建菜的不同风味。福州菜清鲜、淡爽，偏于甜酸；闽南菜讲究调料，善用甜辣；闽西菜稍偏咸、辣，具有山区风味的特点。

【闽菜】 即“福建菜”。

【江西菜】 也称“赣菜”。地方风味之一。江西烹饪原料多用鸡、鱼、笋、菇。烹调讲究刀功，选料精细，注重火候、火功，以炒、烩、烧、蒸、炖为考究，尤其以“三干一小”（干烧、干焖、干炖和小炒）为所长，菜肴量大、油重，口味浓厚，咸鲜兼辣，原汁原味。九江鱼馔，并具盛名。

【赣菜】 即“江西菜”。

【山东菜】 也称“鲁菜”。地方风味之一。主要由济南菜和胶东菜构成。济南菜以烹调方法独特多样，长于制汤而著称；胶东菜则以擅烹海鲜，注重清鲜原味为其特点。参见“鲁菜菜系”。

【鲁菜】 即“山东菜”。

【河南菜】 也称“豫菜”。地方风味之一。夏之“钧台之享”，商代伊尹说汤以至味，为河南菜的远史。以后历代均有发展，至北宋汴梁会四方美食，南烹北味交融于中州，形成鲜香清淡、四季分明、色形典雅、质味适中的风味特色。烹调技法以扒、烧、烩、炝等见长，制汤讲究两洗、两下锅、两次撇沫。烹必适度，火候恰到好处；调味匀和，无畸味、殊味，适应面广。

【豫菜】 即“河南菜”。

【湖北菜】 也称“鄂菜”。地方风味之一。其地称楚，位于长江中游，为著名鱼米之乡。《楚辞》所列的美馔佳肴，表明当时已有很高的烹饪水平。湖北菜烹饪技术擅长蒸、煨、炸、烧、炒，注重汁浓、芡稠、口重、味纯。有武汉、荆州、黄州等地方风味。武汉菜广取各方之长，善于变化，煨汤技术尤有独到之处；荆州菜以烹制水鲜见长，以蒸菜最具特色；黄州菜擅长烧炒，汁浓口重，味道偏咸，富有乡村风味。

【鄂菜】 即“湖北菜”。

【湖南菜】 也称“湘菜”。地方风味之一。湘地富饶，境内出土的西汉古墓中，烹饪史料、食物、器皿丰富多采，说明当时烹调文化之盛。湖南菜由湘江流域、洞庭湖区和湘西山区三种地方风味构成。湘江流域以长沙、衡阳、湘潭为中心，并以长沙为代表，擅长煨、炖、腊、蒸、炒，风味重香鲜、酸辣、软嫩；洞庭湖区多用炖、烧、腊之法，以烹制河鲜和禽畜见长，讲究芡大油厚，咸辣香软；湘西擅制山珍野味及腊肉腌肉，注重咸香酸辣，山乡风味浓郁。

【湘菜】 即“湖南菜”。

【广东菜】 也称“粤菜”。地方风味之一。由广州菜、潮州菜、东江菜组成，以广州菜为代表。清末民初已有“食在广州”之说。参见“粤菜菜系”。

【粤菜】 即“广东菜”。

【广西菜】 也称“桂菜”。地方风味之一。广西地多山林，是以壮族为主的多民族地区，山珍野味特产丰饶。烹饪融会汉族与兄弟民族的风味，别具特色。广西菜大致由桂北、桂东南、临海三个风味组成。桂北菜咸、酸而辣，味浓软烂，原汁不用芡；桂东南菜近于粤味，口偏重而味浓，讲究脆、嫩、鲜、滑，并带酸辣、酸甜；临海菜以海鲜菜为主，侧重粤味。

【桂菜】 即“广西菜”。

【四川菜】 也称“川菜”。地方风味之一。川菜运用辣椒调味，对巴蜀时期形成的“尚滋味”、“好辛香”的调味传统，有所发展，并且由筵席菜、便餐菜、家常菜、三蒸九扣菜、风味小吃等五大类组成为完整的风味体系。其风味清、鲜、醇、浓并重，并以善用麻辣著称，有“味在四川”之誉。参见“川菜菜系”。

【川菜】 即“四川菜”。

【贵州菜】 也称“黔菜”。地方风味之一。贵州菜是以本地民族风味和家常菜为基础，吸取外地特别是川菜的烹饪技术和制作经验发展而成。擅长煎、炒、炸、炖，菜品鲜而不腥，油而不腻。

【黔菜】 即“贵州菜”。

【云南菜】 也称“滇菜”。地方风味之一。云南地处西南边陲，二十多个民族共处，烹饪具有浓厚的民族特色。云南菜鲜香回甜，滋嫩醇厚，兼有北方菜的清淳，川菜的麻辣等风味特色，技法擅蒸、炖、卤、炒，鸡纵等食用菌菜名播省外。

【滇菜】 即“云南菜”。

【陕西菜】 也称“秦菜”。地方风味之一。陕西为十一朝建都之地，烹饪于周秦即已发展至相当高度。秦汉时都城已见“熟食遍列，殷旅城市”。至唐代又达到新的高度。陕西菜多烧、蒸、煨、汆，调味突出主味，味纯正而主次分明，以酸辣为长，影响及于西北地区。陕西有三个地方风味，关中菜用料单一，以猪羊为主，料重味浓，香肥酥烂；陕北菜以滚热软烂著称，用料多以羊肉为主，常肉菜合烹；汉中菜味多鲜而辛辣，近于川味。

【秦菜】 即“陕西菜”。

【下江菜】 四川对长江中下游一带菜肴的概称，包括江苏、浙江、安徽、江西等地方的菜肴。

【宫廷菜】 特色风味之一。旧时皇室所用的肴馔。宫廷菜肴集四方贡珍奇品，御厨精烹，品式繁多，成为中国菜的组成部分之一。

【仿膳菜】 特色风味之一。仿制清朝宫廷御膳的风味菜。30年代初，由原在清宫菜库当家的赵润斋约请曾在御膳房当厨和当差的孙绍然、王玉山、赵永寿等人，设馆于北京北海公园北岸，馆名“仿膳”，并以清宫风味为号召，名噪于时。1955年改国营。仿膳菜以制作精细，色形美观，味道鲜醇，软嫩清淡为其特色。

【御府菜】 特色风味之一。清入关前沈阳御府菜品。

【官府菜】 特色风味之一。旧时官宦之家所制的肴馔。

【孔府菜】 官府菜之一。为山东曲阜孔府的肴馔。孔府饮食生活十分讲究，设有内厨、外厨，历代相承。从接待皇亲贵戚、近支族人的豪华筵会，到日常饮膳之家常菜点，均由府内厨役操办，饮食精美，注重营养，风味独特。自成一套完善的饮食格局。《孔府档案》所载大厨饮食、宴席格局菜单等，为我国珍贵的烹饪史料。

【谭家菜】 官府菜之一。由清末官僚谭宗浚的家中创制。谭氏为广东人，他与儿子谭瑑青刻意饮食，以重金礼聘京师名厨，得其烹饪技艺，将“广东菜”、“北京菜”结合，自成一派。谭家菜先是在谭氏家中承办筵席。50年代初，谭家的几位家厨开馆经营谭家菜。1954年改国营，1958年并入北京饭店对外餐厅。

【市肆菜】 特色风味之一。酒店、餐馆、菜馆、饭铺，乃至街边食摊，所制作和出售的菜点均属市肆菜。此类菜适应时令和各阶层人士的不同需要，品种繁多，技法多样。经史、方志、诗赋、笔记，多有市肆菜肴的记载。

【船菜】 特色风味之一。客船或游船上供客的肴馔、点心。杭州、苏州、扬州等水乡之地多有。吴自牧《梦粱录》载，杭州湖船供茶点酒菜羹汤。顾禄《桐桥倚棹录》载“郡人宴会与伙客之在吴贸易者，辄赁沙飞船会饮于是。……艄舱有灶，酒茗肴馔，任客所指。”李斗《扬州画舫录》载有“红桥烂”（此船设茶灶于船首，可以煮肉，自码头开船，至红桥则肉熟，遂名）、“王三西饼船”、“骆家酒店划子船”、“陈胡子饼船”等名目。

【寺院菜】 特色风味之一。泛指道家、佛家烹饪的以素食为主的肴馔。汉晋以后，官观寺院遍布名山大川，其间多有斋厨、香积厨，善烹三菇六耳及瓜果蔬茹。豆腐、面筋问世之后，寺院菜肴更是名目繁多。宋元至明清，竟有“全素席”和以素拟荤的素鸡、素鸭、素鱼、素火腿等肴馔。今上海“玉佛寺”、扬州“平山堂”、成都“宝光寺”、沈阳“太清宫”等处，均有不同风味的寺院菜。

【素菜】 用蔬菜、瓜果等做的菜。

【清真菜】 特色风味之一。信奉伊斯兰教民族肴馔的总称。系由古代部分游牧民族饮食习俗演变而来。我国回族、维吾尔族、哈萨克族、柯尔克孜族、锡伯族、撒拉族、东乡族等少数民族，多用羊肉、牛肉以及鸡、鸭、蛋、奶、鱼等烹饪清真肴馔。擅用烤、烧、爆、炸、扒、炖、煮、烩等烹调技法。肴馔品种繁多，风味独特。涮羊肉、烤全羊、炸羊尾、滑熘里脊、清炖牛肉、抓炒羊肉、白扒鸭条、烩鸭四宝、水爆肚仁等品，名播四方。清真菜忌用猪、狗、驴、无鳞鱼以及所有自死的物等为原料入馔。

【民间菜】 特色风味之一。乡村、城镇居民家庭日常所烹饪的肴馔。参见"民间食品"。

【少数民族菜】 特色风味之一。汉族以外的50多个少数民族菜点的总称。各个民族都有其独特的烹饪方法和著名的菜点。如：满族的白肉血肠；蒙古族的烤羊腿；回族的熘胸口；藏族的糌粑；朝鲜族的打糕；白族的干攒；傣族的景烫；哈尼族的竹筒鸡；彝族的皮肝生；纳西族的麻补，景颇族的舂鱼；傈僳族的焐煮肉；基诺族的金肉条；崩龙族的舂茄子；怒族的斜拉；拉祜族的血鲊；独龙族的河麻芋头；佤族的迈雅；瑶族的酸菜蒸鲫鱼；阿昌族的豆腐烧肉；普米族的醉鸡；土家族的烤米包子；苗族的灌肠粑，维吾尔族的羊肉糕，等等，各具特殊风味，丰富多采。有些菜点已引入筵宴。

庖厨与事厨者

【厨房】 简称"厨"。从事烹调操作的场所。

【厨】 即"厨房"。

【爨室】 厨房。《礼记·檀弓》："曾子之丧，浴于爨室。"

【庖舍】 厨房。张读《宣室志》："转入庖舍，取狐兔生啗之。"

【庖厨】 厨房。《孟子·梁惠王》："是以君子远庖厨也。"

【厨局】 厨房。吴自牧《梦粱录》："行菜得之，走迎厨局前，从头念唱。"

【炼珍堂】 厨房。陶谷《清异录》："段文昌丞相特精食事。第中庖所榜曰'炼珍堂'，在途曰'行珍馆'。"

【行珍馆】 见"炼珍堂"。

【寒庖】 贫家的厨房；或为对自家厨房的谦称。苏轼《狄韶州煮蔓菁芦菔羹》："我昔在田间，寒庖有珍烹。"

【斋厨】 素食厨房。苏轼《超然台记》："而斋厨索然，日食杞菊。"

【甘露厨】 佛家的厨房。《资治通鉴》注："释氏谓营膳之所曰甘露厨。"

【香积厨】 僧寺的厨房。王实甫《西厢记》："小僧取钥匙，开了佛殿、钟楼、塔院、罗汉堂、香积厨。"

【天厨】 本为星名，后指宫廷厨房，并称宫廷厨师或有高超技艺的厨师为天厨星。《清史稿·志》："天厨特敕赐芳馨。"《清朝野史大观·恩荣宴》："皆奇珍异味，极天厨之馔。"

【国厨】 宫廷厨房。《金楼子》："胡中有盐……洞彻如水晶。胡人以供国厨，名君王盐，亦名玉华盐。"

【御膳房】 宫廷厨房。爱新觉罗·溥仪《我的前半生》："关于皇帝吃饭，另有一套术语，是绝对不准别人说错的。饭不叫饭而叫'膳'，吃饭叫'进膳'，开饭叫'传膳'，厨房叫'御膳房'。"清朝"膳房"的种类繁多，为太后服务的称"寿膳房"；为妃子服务的称"主子膳房"；最大的为皇帝服务的称"御膳房"。御膳房又分"内御膳房"（又称"养心殿御膳房"）和"外御膳房"（又称"御茶膳房"）。御膳房下设若干局，如："荤局"、"素局"、"点心局"、"饭局"、"包哈局"等。荤局专作荤类肴馔；素局专作素类肴馔；点心局专作点心糕点；饭局专作饭粥等；包哈局专作烤猪、烤鸭及咸菜。

【寿膳房】 见"御膳房"。

【主子膳房】 见"御膳房"。

【内御膳房】 见"御膳房"。

【养心殿御膳房】 见"御膳房"。

【外御膳房】 见"御膳房"。

【御茶膳房】 见"御膳房"。

【饭局】 见"御膳房"。

【点心局】 见"御膳房"。

【荤局】 见"御膳房"。

【素局】 见"御膳房"。

【包哈局】 见"御膳房"。

【光禄寺】 司膳官署名。北齐时光禄寺掌皇室的膳食，设光禄寺卿。唐一度改称司宰寺卿，后寻复旧称，总大官、珍羞、良醖、掌醢四署。宋以后大致相同，惟辽改名崇禄寺。金则以其职属于宣徽院，有尚食局提点、生料库都监、收支库都监、果子都监、尚醖署令、酒坊使等官。元有宣徽院，其下仍有光禄寺。清沿明制，所辖大官、珍羞、良醖、掌醢四署犹以唐旧制。清康熙乾隆时，光禄寺卿专司大内筵席与国家大典宴会。

【厨司】 古代司厨的服务机构。吴自牧《梦粱录》：凡官府筵宴，顾唤四司六局人员俱办，"厨司，掌筵席生熟看食、妆饤、合食、前后筵几盏食、品坐歇坐、放料、批切、调和、精细美味羹汤、精巧簇花龙凤劝盘等事。"

【四司六局】 古代筵宴服务机构。耐得翁《都城纪胜》："官府贵家置四司六局，各有所掌。故筵席排当，凡事整齐。都下街市亦有之。常时人户，每遇礼席，以钱倩之，皆可办也。"

【百官厨】 古官厨。指朝廷大臣、王公以下百官的官厨。李淳《秦中岁时记》："长安四月十五日，自堂厨至百官厨，通谓之'樱笋厨'。"

【樱笋厨】 见"百官厨"。

【堂厨】 古官厨。唐、五代时有政事堂，设堂厨，办公

膳，谓之堂飧或堂馔、堂食。《新唐书·张文瓘传》："初，同列以堂馔丰余，欲少损。"《新五代史·苏逢吉传》："逢吉已贵，益为豪侈，谓中书堂食为不可食。"

【外厨】 旧时大家庭中分为内院、外院。内院住内眷，专设厨房供应膳食，称"内厨"；外院设外厨，对所有雇佣人员（如帐房、师爷、塾师等）供膳，并承担主人社交活动、喜庆节日的筵席制作。孔府即设有此职。

【内厨】 见"外厨"。

【厨养臣】 为帝王掌管厨房的臣仆。刘向《说苑》："婴非君之厨养臣也，敢辞。"

【厨师】 也称"大师傅"。以烹饪为专业的人。

【大师傅】 ①即"厨师"。②对年长厨师的尊称。

【宰夫】 厨师。《左传》："晋灵公不君……宰夫胹熊蹯不熟，杀之。"

【馈人】 厨师。《左传》："晋侯欲麦，使甸人献麦，馈人为之。"注："馈人，主治公膳者也。"参见"膳夫"。

【养】 厨师。《公羊传·宣公十二年》："厮、役、扈、养死者数百人。"何休注："汲水浆者曰役，养马者曰扈，炊亨者曰养。"

【庖】 ①厨师。《庄子·养生主》："良庖岁更刀，割也。"②厨房。《孟子》："庖有肥肉。"

【庖丁】 厨师。《庄子·养生主》："庖丁为惠文君解牛。"苏轼《老饕赋》："庖丁鼓刀，易牙煎熬。"

【族庖】 厨师。《庄子·养生主》："族庖月更刀，折也。"

【胞人】 厨师。《庄子·庚桑楚》："汤以胞人笼伊尹。"《汉书·百官公卿表》注："胞人，主掌宰割者也。胞与庖同。"

【庖宰】 厨师。《韩非子·难言》："夫至智设至圣，然且七十说而不受，身执鼎俎为庖宰，昵近习亲，而汤乃仅知其贤而用之。"

【炮宰】 厨师。《韩非子·难二》："凡为人臣者，犹炮宰和五味而进之君。君弗食，孰敢强之也。"

【炮人】 厨师。《韩非子·六微》："晋平公觞客，少庶子进炙而发绕之。平公趣杀炮人，毋有反令。"

【烰（fú扶）人】 厨师。《吕氏春秋·本味》："有侁氏女子采桑，得婴儿于空桑之中，献之其君。其君令烰人养之。"注："烰，犹庖也。"

【庖子】 厨师。张协《七命》："伊尹爨鼎，庖子挥刀。"

【炊子】 厨师。《表异录》："曹公兵法，谓主炊者为炊子。"

【饔子】 厨师。杜甫《观打鱼歌》："饔子左右挥霜刀，鲙飞金盘白雪高。"

【炊人】 厨师。段成式《酉阳杂俎》："淅米匠人苏润，本是王家炊人。"

【庖者】 厨师。吴曾《能改斋漫录》："每日供膳所进汤饼异常，因造外厨，讯之庖者……。"

【厨人】 厨师。吴曾《能改斋漫录》："刘祯《瓜赋》序曰：'在曹植座，厨人进瓜'。"罗大经《鹤林玉露》："有一士大夫于京师买妾，自言是蔡太师府厨人。"

【庖卒】 厨师。洪迈《夷坚志》："值卖熇鸭者，甚类旧庖卒王立。"

【当局】 厨师。孟元老《东京梦华录》："当局者谓之铛头，又曰着案。"

【铛头】 见"当局"。

【着案】 见"当局"。

【厨子】 ①厨师。吴自牧《梦粱录》："顾觅大夫、书表……轿番小厮儿、厨子、火头……等人。"②旧时对厨师的俗称。

【行炙者】 厨师。《事物异名录·品术·厨人》："文士传，顾莫与同寮共饮，见行炙者，有异于常仆，事割炙以嗽之。"

【鼎俎家】 厨师。阮葵生《茶余客话》："蜜酥：鼎俎家蒸玉面狸与烹黄雀，必先以蜜涂之。"

【厨者】 厨师。《随园食单》："厨者偷安，吃者随便，皆饮食之大弊。"

【茶饭量酒博士】 厨师。孟元老《东京梦华录》："凡店内卖下酒厨子谓茶饭量酒博士。"

【量酒博士】 厨师。吴自牧《梦粱录》："凡分茶酒肆卖下酒食品厨子，谓之量酒博士、师公。"

【师公】 见"量酒博士。"

【御厨】 也称"御庖"。宫廷厨师。《宋史·志》：熙宁二年正月，有"御厨六百人"。《宋会要辑稿》：御厨"掌供御之膳羞，及给内外饔饩割烹煎和之事。"

【御庖】 即"御厨"。陶谷《清异录》："宝历元年，内出'清风饭'制度，赐御庖令造进。"

【僧厨】 寺院厨师。顾禄《清嘉录》引吴曼云《江乡节物词》："双弓学得僧厨法，瓦钵分盛和蔗胎。莫笑今年榛栗少，记曾画粥断齑来。"

【饼师】 制饼、卖饼的人。《唐书·陈敬瑄传》："少贱为饼师。"尤袤《全唐诗话》："王乃归饼师以终其志。"苏轼《分类东坡诗》："蛾眉亦可怜，无奈思饼师。"

【厨行】 旧时称厨师的同辈者。李斗《扬州画舫录》："……以烹饪为傭赁者，为外庖。其自称曰厨子，称诸同辈曰厨行。"

【伙夫】 对从事厨务杂活者的俗称。

【庖童】 事厨的童仆。白居易《春日闲居诗》："今日礼十斋，庖童馈鱼肉。"

【家庖】 也称"家厨"。私家雇佣的厨师。李斗《扬州画舫录》："城中奴仆善烹饪者，为家庖"，"烹饪之技，家庖最胜。"

【家厨】 ①即"家庖"。②指私家的厨房。

【打饭】 旧时天津一带饮食行业称应聘去大户人家作家厨的厨师。

【行厨】 也称"外庖"、"行庖"。无固定工作单位的流动厨师。庾信《庾子山集·咏画屏风诗》："行厨半路待，

载妓一双迴。”

【外庖】 即“行厨”。李斗《扬州画舫录》：“城中……有以烹饪为傭赁者，为外庖。”

【行庖】 即“行厨”。李斗《扬州画舫录》：“画舫在前，酒船在后，橹篙相应，放乎中流。传餐有声，炊烟渐上，幂历柳下，飘摇花间，左之右之，且前且却，谓之行庖。”

【七匹半围腰】 四川一带称有多种技能的厨师。围腰，意指工种，一匹围腰，指技术性强的一个工种；半匹围腰，指技术一般的工种。常以墩、炉、烧烤、笼锅、冷碟、大案、小案为“七匹围腰”，水案为“半匹围腰”，合称“七匹半围腰”。也有以招待、炉、墩、冷菜、笼锅、白案、水案各为“一匹”，杂务为“半匹”的。

【炊事员】 对饮食行业以外从事烹调工作的人员的统称。

【炊事兵】 也称“炊家子”、“火头军”。在军队中从事烹调工作的人。

【炊家子】 即“炊事兵”。古代军营中掌炊事的兵。杜牧注《孙子·作战》引《司马法》：“一车，甲士三人，步卒七十二人，炊家子十人。”

【火头军】 旧时对“炊事兵”的称呼。

【油头】 旧时四川一带对厨师的贬称。现为饮食行业内部谑语。

【火头】 ①旧时称管理炊事的人。官府、军队、寺院等均有此专职。《南史·何承天传》：“作《拍张赋》以喻志。末云：东方曼倩发愤于侏儒，遂与火头、食子禀赐不殊。”李心传《建炎以来系年要录》：“……除辎重火头外，战士不下十五万。”《景德传灯录》：“师作火头，一日闭却门，烧满屋烟……。”

【饭头】 僧寺主管做饭的人。《景德传灯录·禅门规式》：“置十务，谓之寮舍，每用首领一人，管多人行事。”注：“主饭者目为饭头，主菜者目为菜头。”《联灯会要·福州雪峰义存禅师》：“师在德山作饭头，一日饭迟，师晒饭中次，见德山托钵至法堂前。”

【菜头】 僧寺主管烧菜的人。参见“饭头”。

【爨妇】 女厨师。苏轼《次韵柳子玉过陈绝粮诗》：“多才久被天公怪，阙食惟应爨妇知。”

【厨娘】 女厨师。洪巽《旸谷漫录》：“京都中下之户，不重生男，每生女则爱护如捧璧擎珠，甫长则随其姿质，教以艺业……就中厨娘最为下色，然非极富贵家不可用。”

【炊妇】 事厨的妇女。《史记·李斯传》索隐：“言秦欲并天下，若炊妇扫除灶上之不净，不足为难。”

【爨婢】 事厨的妇女。《学蔀通辩》：“释氏以其有生死轮迴之说，则天下之媪奴、爨婢、黥劓、盗贼亦俯偈而归之矣。”

【中馈】 指妇女在家主持饮食之事。《易·家人》：“无攸遂，在中馈。”

【庖人】 本指掌膳食的官员。《周礼·天官·庖人》：“庖人掌共六畜、六兽、六禽，辨其物名。”后泛指事厨的人。崔骃《七依》：“选取上鲜，献之庖人。”周密《武林旧事》：“凡肴核盘盘，亦各随意携至库中；初无庖人。”

【食官】 执掌饮食的官员。《周礼·天官》郑玄注“膳夫”，言“食官之长也。”按《周礼》，膳夫、庖人、内饔、外饔等，同为宫廷的食官。

【膳夫】 官名。掌管王及后妃等的饮食。《诗经·小雅·十月之交》：“家伯维宰，仲允膳夫。”《周礼·天官》：“膳夫，上士二人，中士四人，下士八人，府二人，史四人，胥十有二人，徒百有二十人。”郑玄注：“膳夫，食官之长也。”贾公彦疏：“言膳夫食官之长者，谓与下庖人、内外饔、亨人等为长也。”

【饔人】 ①官名。掌管割烹煎和的事。《周礼》有内饔、外饔。内饔，“掌王及后、世子膳羞之割亨煎和之事，辨体名肉物，辨百品味之物”。外饔，“掌外祭祀之割亨，共其脯脩、刑朊，陈其鼎俎实之牲体鱼腊。凡宾客之飧饔饩食之事，亦如之”。②厨师。潘岳《西征赋》：“饔人缕切，鸾刀若飞。”

【内饔】 见“饔人”。

【外饔】 见“饔人”。

【亨人】 官名。《周礼·天官·亨人》：“亨（烹）人，掌共鼎镬，以给水火之齐（剂）。职外内饔之爨亨煮，辨膳羞之物。”

【馆（×西）人】 也称“馆人”。官名。《周礼·地官·馆人》：“馆人，掌凡祭祀共盛，共（供）王及后之六食。凡宾客共其簠簋之实，饔食亦如之。”

【馆人】 即“馆人”。《周礼·地官·序官》：“馆人”注：“郑司农云：馆人，主炊官也。”

【庖正】 官名。《左传》：“逃奔有虞，为之庖正，以除其害。”注：“庖正，掌膳羞之官。”

【尚食】 官名。掌帝王膳羞的事。秦始置，东汉以后，并其职于太官、汤官。北齐有尚食局，其官曰“典御”，隋改为“奉御”，唐宋因之，属殿中省。金元尚食局属宣徽院。明曰“尚膳监”，掌于内侍。

【典御】 见“尚食”。

【奉御】 见“尚食”。

【尚膳监】 见“尚食”。

【太官】 官名。秦置，汉因之，属少府，掌皇帝饮食宴会。后历代皆置，元以后废。《汉书·百官公卿表》：“少府属官有太医、太官”。师古曰：“太官，主膳食。”《汉书·宣帝纪》诏曰：“今岁不登，……其令太官损膳省宰。”《通典·职官·光禄卿》：“太官署令丞，于周官为膳夫、庖人、外饔、中士、下士盖其任也。秦为‘太官令丞’，属少府，两汉因之。桓帝延熙元年，使‘太官令’得补二千石。魏亦属少府。晋属光禄勋。宋、齐属侍中。梁门下省领太官，陈因之。后魏分太官为‘尚食’、‘中尚食’、‘知御膳’，隶门下省，而太官掌百官之馔，属光禄卿，北齐因之。后周有‘典庖中士’、‘内膳中士’。隋如北齐。

大唐因之，各一人。”《事物纪原·九寺卿少部·太官令》：“太官令，周官膳夫、庖人、外饗、皆其任也。秦置太官令，属少府。汉不改，晋属光禄。后魏分太官为尚食、知御膳，太官掌百官之馔。”古籍中也作“大官”。

【太官令丞】 见“太官”。

【太官令】 见“太官”。

【尚食】 见“太官”。

【中尚食】 见“太官”。

【知御膳】 见“太官”。

【典庖中士】 见“太官”。

【内膳中士】 见“太官”。

【大官】 同“太官”。

【汤官】 官名。秦汉置，属少府，属官有“汤官令”、“汤官丞”，主管供应饼饵。后汉汤官掌酒。《汉书·百官公卿表》：“少府官有太医、太官、汤官、导官。”注，师古曰：“汤官主饼饵。”《后汉书·百官志》：“少府，汤官丞主酒。”《宋书·百官志》：“尚书郎入直，太官供食物，汤官供饵饼及五熟果实之属。”

【汤官令】 见“汤官”。

【汤官丞】 见“汤官”。

【尚席】 官名。掌管筵席。《史记》：“（景帝）召徐侯（周亚夫）赐食。……又不置楮。徐侯心不平，顾谓尚席取楮。”

【食医】 官名。掌调宫廷饮食。《周礼·天官·食医》：“食医掌和王之六食、六饮、六膳、百羞、百酱、八珍之齐。”

【腊（xī西）人】 官名。掌管干肉。《周礼·天官·腊人》：“腊人，掌乾肉。凡田兽之脯腊胖胖之事。凡祭祀，共（供）豆脯、荐脯、胖胖。凡腊物。宾客丧纪，共其脯腊。凡乾肉之事。”

【凌人】 官名。管理藏冰、出冰。《周礼·天官·凌人》：“凌人，掌冰。……凡外内饗之膳羞鉴焉。凡酒浆之酒醴亦如之。”

【醢（hǎi海）人】 官名。负责管理祭祀时，四次荐献豆里所盛的食物。《周礼·天官·醢人》：“醢人，掌四豆之实。”四豆，即朝事之豆，馈食之豆，加豆之实，羞豆之实。

【醯（xī西）人】 官名。负责管理醋腌五齑七菹等食物。《周礼·天官·醯人》：“醯人，掌共五齐七菹。凡醯物以共祭祀之齐菹。凡醯酱之物，宾客亦如之。”

【盐人】 官名。管理有关盐务和盐的供应。《周礼·天官·盐人》：“盐人，掌盐之政令，以共（供）百事之盐。”

【司几筵】 官名。《周礼·春官·司几筵》：“司几筵，掌五几五席之名物，辨其用，与其位。”

【掌食】 官名。唐置，掌饮食。《唐书·百官志》：“掌食三人，掌膳羞、酒醴、灯烛、薪炭、器皿。”

【掌筵】 官名。唐置，掌座席。《唐书·百官志》：“掌筵三人，掌幄帝、庄褥、几案、舆辇、汎扫、铺设。”

【掌醢】 官名。唐置，掌膳食。《唐书·职官志》：“掌醢，四署之官属，修其储备，谨其出纳。”

【精膳司】 官名。清代属礼部，掌燕饷仪式及牲牷等事。《皇朝通考》：“精膳清史司，掌五礼宴享之宜，凡光禄寺所供馆饩，悉会其出纳之数，及牛羊馆品数出纳，并兼辖之。”

【烹饪名师】 对烹饪技艺高超者的尊称。1983年11月7日至14日首次在北京举行了“全国烹饪名师技术表演鉴定会”。

【烹饪大师】 对烹调技艺特别高超的厨师的尊称。

【最佳厨师】 厨师的荣誉称号。

【最佳点心师】 厨师的荣誉称号。

【优秀厨师】 厨师的荣誉称号。

【优秀点心师】 厨师的荣誉称号。

【特级厨师】 厨师的最高技术职称。分特一级、特二级、特三级。

【特一级烹调厨师】 厨师的技术职称。参见“附录一”。

【特二级烹调厨师】 厨师的技术职称。参见“附录一”。

【特三级烹调厨师】 厨师的技术职称。参见“附录一”。

【一级烹调厨师】 厨师的技术职称。参见“附录一”。

【二级烹调厨师】 厨师的技术职称。参见“附录一”。

【三级烹调厨师】 厨师的技术职称。参见“附录一”。

【四级烹调厨师】 厨师的技术职称。参见“附录一”。

【五级烹调厨师】 厨师的技术职称。参见“附录一”。

【一级烹调技工】 厨工的技术职称。参见“附录一”。

【二级烹调技工】 厨工的技术职称。参见“附录一”。

【特级面点师】 面点厨师的最高技术职称。分特一级、特二级。

【特一级面点师】 面点厨师的技术职称。参见“附录一”。

【特二级面点师】 面点厨师的技术职称。参见“附录一”。

【一级面点师】 面点厨师的技术职称。参见“附录一”。

【二级面点师】 面点厨师的技术职称。参见“附录一”。

【三级面点师】 面点厨师的技术职称。参见“附录一”。

【四级面点师】 面点厨师的技术职称。参见“附录一”。

【五级面点师】 面点厨师的技术职称。参见“附录一”。

【一级面点技工】 面点厨工的技术职称。参见“附录一”。

【二级面点技工】 面点厨工的技术职称。参见“附录

一"。

【特级宴会设计师】 餐馆服务者的最高技术职称。分特一级、特二级。

【特一级宴会设计师】 餐馆服务者的技术职称。参见"附录一"。

【特二级宴会设计师】 餐馆服务者的技术职称。参见"附录一"。

【一级服务师】 餐馆服务者的技术职称。参见"附录一"。

【二级服务师】 餐馆服务者的技术职称。参见"附录一"。

【一级服务员】 餐馆服务者的技术职称。参见"附录一"。

【二级服务员】 餐馆服务者的技术职称。参见"附录一"。

【三级服务员】 餐馆服务者的技术职称。参见"附录一"。

饮食行业及其用语

【饮食业】 俗称"勤行"、"油大行"。从事烹饪加工，提供饮食消费设备，生产并供应顾客食品的行业。具有生产、销售、服务三种社会职能。饭店、酒家、菜馆、饭馆和各种食店、食摊等均属之。

【勤行】 ①旧时对"饮食业"的俗称。因该业为社会服务，起早带晚，工作辛勤，故称。②"开门作"的俗称。

【油大行】 旧时对"饮食业"的俗称。因饮食业的从业人员常与油腻之物接触，故称。以后，"油大行"一词成为社会上对饮食行业带有贬意的称呼。

【食肆】 卖食品的店铺。陶谷《清异录》："阊阖门外通衢有食肆。"

【饭店】 ①既供酒食筵席，又供住宿的场所。一般规模较大、设备较好，烹饪水平也较高。②专营酒菜饭品的店铺。大中小型均有。大店主要经营中晚餐，兼办筵席。③宋代称大的食店。孟元老《东京梦华录》："大凡食店，大者谓之分茶……更有川饭店。"④清代称旅馆为饭店。吴敬梓《儒林外史》："匡超人背着行李，走了几天旱路，到温州搭船，那日没有便船，只行到饭店权宿。"

【饮食店】 出售烹制加工的饮食品并提供就地消费设备的场所。

【饭馆】 也称"饭铺"、"馆子"。俗称"双幌馆"、"大荤铺"。出售饭菜并兼供酒水以供人食用的店铺。

【饭铺】 即"饭馆"。

【馆子】 即"饭馆"。到饭馆吃饭称吃馆子，或称吃小馆子。

【双幌馆】 东北一带对"饭馆"的俗称。因门口挂两个幌子，故名。

【大荤铺】 北京等地对"饭馆"的俗称。

【酒店】 ①多用做饭馆的名称。②卖酒的店。③以卖酒为主，设座供人饮酌的店铺。

【菜馆】 集中出售烹制加工的菜肴的场所。

【食店】 以经营中低档便饭肴馔为主的饭馆。

【分茶】 宋时称有门脸的食店为分茶，有卖下酒菜的、卖素菜的、卖面食的等。孟元老《东京梦华录》："大凡食店，大者谓之分茶。"吴自牧《梦粱录》："大凡面食店，亦谓之分茶店。"

【南食店】 南方风味的食店。南食，泛指长江流域一带的饮食。耐得翁《都城纪胜》："南食店谓之南食、川饭分茶。盖因京师开此店，以备南人不服北食者。"

【川饭分茶】 南方风味的食店。吴自牧《梦粱录》："向者汴京开南食面店、川饭分茶，以备江南往来士夫，谓其不便北食故耳。"

【闷饭店】 专营家常便饭的小食店。耐得翁《都城纪胜》："衢州饭店又谓之闷饭店，盖卖盒饭也。专卖家常(虾鱼、粉羹、鱼面、蝴蝶之属)。欲求粗饱者可往，惟不宜尊贵人。"

【茶饭店】 也称"茶饭馆"、"二荤铺"。专卖大众化饭菜并兼营茶点的小食店。耐得翁《都城纪胜》："茶饭店，谓兼卖食次下酒是也。"

【茶饭馆】 即"茶饭店"。

【二荤铺】 即"茶饭店"。

【酒阁子】 酒楼中隔起的房间。王明清《投辖录》："都城楼上酒客坐所，备有小室，谓之酒阁子。"孟元老《东京梦华录》："诸酒店必有厅院，廊庑掩映，排列小阁子，吊窗花竹，各垂帘幙。"

【门床马道】 酒楼所设的零餐散座。吴自牧《梦粱录》："大凡入店不可轻易登楼，恐饮宴短浅。如买酒不多，只坐楼下散坐，谓之'门床马道'。"

【菜面店】 专卖菜面等的小食店。耐得翁《都城纪胜》："菜面店专卖菜面、齑淘、血脏面、素棋子、经带，或有拨刀、冷淘，此处不甚尊贵，非待客之所。"

【饼店】 专营面食的店铺。孟元老《东京梦华录》："凡饼店有油饼店，有胡饼店。若油饼店，即卖蒸饼、糖饼、装合之类。胡饼店即卖门油、菊花、宽焦、侧厚、油磁、髓饼、新样满麻。每案用三五人捍剂卓花入炉，自五更卓案之声远近相闻。"

【素分茶】 经营素食的餐馆。孟元老《东京梦华录》："有素分茶，如寺院斋食也。"

【打火店】 旅行通路上开设的小饭店。《元曲选》马致远《黄粱梦》："我开着这个打火店，我烧的这汤锅热着。"

【正店】 大型酒楼。孟元老《东京梦华录·酒楼》："在京正店七十二户。"张择端《清明上河图》中所绘正店，酒楼门首层楼崛起，彩楼高塔，后有院落，院后酒坛堆

积如山，楼阁内宾朋满座。

【脚店】 一般的酒店、食店。孟元老《东京梦华录·酒楼》：除正店外"其余皆谓之脚店。"

【拍户】 档次较低的酒店、食店。耐得翁《都城纪胜》："除官库、子库、脚店之外，其余皆谓之'拍户'。"吴自牧《梦粱录》："大抵酒肆除官库、子库、脚店之外，其余谓之'拍户'，兼卖诸般下酒，食次随意索唤。"

【酒肆】 ①卖酒饭的店铺。孟元老《东京梦华录》："诸酒肆瓦市，不以风雨寒暑，白昼通夜，骈阗如此。"吴自牧《梦粱录》：杭州"处处各有茶坊、酒肆、面店……等铺。"②古代专门卖酒的店铺。

【垆邸】 酒店。《梁书·武帝纪》："遥酬酤肆，酣歌垆邸。"参见"酒店"①、③。

【酤(yǒng永)肆】 酒店。参见"垆邸"。酤，指酗酒。

【包饭作】 旧时指承包单位或个人伙食的饭店。一般按月承包，外送或店内吃均有。此类饭店专营者多，也有兼营门市营业者。

【酒席处】 天津一带称一些中档的饭店。此类饭店有店堂，且规模不大，具地方风味，也有看家肴馔，质优价廉；同时兼营外会业务，即派出师傅，携带炊具到雇主家临时搭棚垒灶，操办婚丧酒席。

【宴店】 广东一带称经营酒菜饭品的小饭店。

【酒家】 指高级饭馆。。

【酒楼】 大型的饭馆。

【饭庄】 北方一带称规模大于饭馆，而且设备较为讲究，专营高级筵席，经营品种具有地方特色的酒楼、餐馆。旧时有些地方的饭庄不接待散座，只接待社会地位较高的顾客，平时吃喝记帐，年节总收。

【二荤馆】 天津一带称既预定酒席，又接待散座的饭馆。此类饭馆设备齐全，规模较大，技术力量也较强，可适应高、中、低各档次的需要。

【食堂】 ①机关、工厂、学校等团体中供应本单位成员吃饭的场所。②饭馆。如：大众食堂。③古代为会食之所。柳宗元《周至县新食堂记》："新作食堂于县内之右，始会食也。"

【餐厅】 ①高级饭馆或餐馆。②饭馆内部的雅座。③集体就餐的场所。④旧时专营西餐的饭馆。

【餐馆】 餐厅。

【开门作】 俗称"勤行"。江苏一带称公开供应门市的饭馆。

【勤行】 "开门作"的俗称。

【关门作】 俗称"厨行"、"厨房业"、"包席馆"、"冷包席"、"包办馆"。江苏、上海、四川、广东等地称只供包办筵席，不供应门市散坐的饭馆。

【厨行】 江苏一带对"关门作"的俗称。

【厨房业】 上海一带对"关门作"的俗称。

【包席馆】 四川一带对"关门作"的俗称。

【冷包席】 四川一带对"关门作"的俗称。

【包办馆】 ①广东一带对"关门作"的俗称。②广东一带称上门烹制菜肴的菜馆。

【外会】 俗称"落作"、"跑大棚"、"外台子"。指餐馆派厨师、服务员，携带原料(包括半成品)、炊具和餐具，到某机关、团体或私人寓所，承办筵席和服务。

【落作】 河南一带饮食行业对"外会"的俗称。

【跑大棚】 天津一带饮食行业对"外会"的俗称。因旧时官绅人家逢婚丧寿庆办筵席，均于院内搭棚作酬酢场地，承办宴席者即于棚内安置锅灶操办，故名。

【外台子】 北方一带饮食行业对"外会"的俗称。

【外送】 指应顾客的预定，餐馆将作好的肴馔派人送到客户的家中。

【便饭铺】 以经营小菜、便饭为主的饮食店。此类店具有经济实惠，方便顾客的特点，多设于中小城镇或大城市市郊场镇。有的还可代顾客加工自带的生熟食物。

【风味店】 经营具有地方风味特色肴馔的饮食店。全国各大中型城市均有。

【面店】 经营各种熟面条或其他面食品的饮食店。

【饺面店】 以水饺、馄饨、面条为主要经营品种的中小型饮食店。

【糕糰店】 经营米粉糕点的饮食店。

【大饼店】 专卖面饼，并且边制作边零售的店铺。此类店一般不设座位。

【豆花馆】 四川一带以出售豆花为主，兼卖水酒、饭菜的饮食店。

【冷面馆】 专营朝鲜冷面的饭馆。

【小吃店】 也称"小食店"。俗称"单幌馆"。对经营普通小吃的店铺的泛称。如：早点铺；夜宵店；馒头铺；烧饼店；面店；粥店；饺子店等。

【小食店】 即"小吃店"。

【单幌馆】 东北一带对"小吃店"的俗称。因门口只挂一个幌子，故名。

【甜食店】 也称"甜品店"。经营甜点、甜羹之类的饮食店。

【甜品店】 即"甜食店"。

【点心店】 通常指以出售早点、茶点、糕点为主的店铺。

【凉粉店】 四川一带称以出售凉粉为主的饮食店。有的兼营凉面、锅盔等食品。

【凉茶店】 广东一带称专营清凉解热饮料的店铺。主要供应五花茶、竹蔗水、罗汉果茶、生鱼葛菜汤等品种。

【冷饮店】 专营冷冻饮料的店铺。有的兼营糕点。此类店多数是应季营业。

【冰室】 广东一带称专营冷冻饮食品的饮食店。主要供应雪糕、雪条、冰水、冷藏饮料等品种，多于5月至10月经营，之后转营别业，名为渡淡。也有少数是全年营业的。

【食摊】 出售饮食品的流动货摊。一般经营面食或小吃等。

【晏点】 广东一带称街头卖饭的小店和饭摊。

【汤锅】 俗称"野里锅"、"朝天锅"。四川农村集市上的路边饮食小摊。常以猪杂碎、粉条、萝卜等料合煮一锅，用勺分舀入碗出售，供赶集者食用。

【野里锅】 "汤锅"的俗称。

【朝天锅】 山东及江苏徐州一带对"汤锅"的俗称。

【面摊】 专营面食的街边小摊。多数供应面条，也有兼卖水饺、馄饨的，有的地方还卖包子、饼子等。

【饭摊】 专营饭菜的摊头。以供应米饭、大锅菜为主，快速简便。多见于南方。也有供应酒和酒菜的，常见于车站、码头一带。

【粥摊】 专营稀饭、小菜的摊头。多于早晨供应，还有少量全日营业的。常见于南方车站、码头一带。

【食担】 经营食品的担子。由经营者肩挑叫卖或路边就地设摊。有的食担只装食品，不动烟火；有的则一头装原材料或半成品，一头装火炉，随做随卖。主要经营馄饨、面条、糖粥、元宵或蜂糕、烧饼、油条等。

【馄饨担】 专营馄饨的食担。形式为沿街叫卖或就地设摊，现做现卖，并且常于晚间上街，供作宵夜。多见于长江流域及其以南地区。

【酒席担子】 旧时包席馆外出办席时，用以盛装炊餐用具及烹饪物料的特制担子。

【抬盒】 旧时盛装肴馔的特制木盒或漆盒。有一层或多层等类。包席馆即以此将筵席肴馔送往主顾约定的地点。

【带全盘】 河南一带饮食行业用语。指出外落作所用的原料、配料、作料，分别用十寸盘盛装，摆放于食盒内。

【酒馆】 ①北方指专营各种酒类及下酒菜品，并能提供就地饮酒的场所。有的兼营简单的饭菜以及香烟、糕点、糖果等。②四川一带指专营冷酒、冷菜的小馆。也有兼营面食的。通常店小，座位少，设备简单，只有三五或十来个坐席。

【冷酒馆】 四川一带称以卖酒菜为主的小馆。因酒菜均事先做好，专供冷盘下酒，故名。

【茶馆】 也称"茶肆"、"茶坊"、"茶园"、"茶社"、"茶居"。俗称"茶楼"。供顾客饮茶的铺子，设有座位。规模有大有小。高级茶馆环境雅致，设备精良，有的除供应饮茶外，还兼营糕点、面食、小吃等。普通茶馆因陋就简，价格便宜，也兼售干果之类。

【茶肆】 即"茶馆"。吴自牧《梦粱录·茶肆》："汴京熟食店，张挂名画，所以勾引观者，留连食客。今杭城茶肆，亦如之，插四时花，挂名人画，装点店面。四时卖奇茶异汤，冬月添卖七宝擂茶、馓子、葱茶，或卖盐豉汤，暑天添卖雪泡梅花酒，或缩脾饮、暑药之属。"

【茶园】 即"茶馆"。因有的茶馆兼有园林之胜，故名。

【茶社】 ①即"茶馆"。②既能饮茶，又能听书的场所。

【茶居】 即"茶馆"。因许多茶馆以"居"字为号，故名。如：天然居；陶陶居。

【茶楼】 广东一带对"茶馆"的俗称。

【茶坊】 即"茶馆"。《续传灯录》："诸佛出兴，随缘设教，或茶坊酒肆，绚器投机；或柳巷花街，优游自在。"耐得翁《古杭梦游录》："大茶坊张挂名人书画，在京师只熟食店挂画，所以消遣久坐也。今茶坊皆然。"吴自牧《梦粱录》：杭州"处处各有茶坊、酒肆、面店……。"

【荤茶肆】 陈设讲究，兼卖精美茶食点心的茶馆。李斗《扬州画舫录》："辕门桥有二梅轩、蕙芳轩、集芳轩，教场有腕腋生香、文兰天香，埂子上有丰乐园……皆城中荤茶肆之最盛者。"

【素茶肆】 兼卖素料点心的茶馆。李斗《扬州画舫录》："天宁门之天福居，西门之绿天居，又素茶肆之最盛者。"

【小茶市】 兼卖小吃的茶馆。李斗《扬州画舫录》："而城内外小茶肆或为油镟饼，或为甑儿糕，或为松毛包子，茆檐荜门，每旦络绎不绝。"

【二厘馆】 广东一带称低档的茶馆。出现在茶馆问世之前。因其设备简陋，茶价低廉，每位只收二厘钱，故名。

【茶室】 广东一带称经营名茶美点的店。规模虽较茶馆小，但设备雅致，多开设在娱乐场所，食品随顾客要求现作现卖。

【堂灶柜案】 饮食行业用语。堂为餐厅服务；灶为厨师临灶操作；柜为帐台计算；案为红案切配和白案面点制作。此为饭店的四大支柱。

【开堂】 饮食行业用语。餐馆开始营业。

【收堂】 也称"打烊"。饮食行业用语。指餐馆营业结束，关门收市。

【打烊】 即"收堂"。

【饭口】 饮食行业用语。通常指中午和下午顾客进餐的高峰时间。

【涌堂】 饮食行业用语。指餐馆营业高峰，顾客满座。

【冷堂】 饮食行业用语。指餐馆营业低峰，顾客稀少。

【吊堂】 饮食行业用语。餐馆在营业低峰时，以少数品种维持营业。

【亮堂】 饮食行业用语。饭馆、餐厅营业清淡，基本上无就餐顾客的时候称亮堂。

【雅座】 饮食行业用语。指餐厅、酒楼中陈设比较精致、舒适的小房间。

【座头】 饮食行业用语。旧时计算饭铺、餐馆规模的单位，一个座头即为一个餐桌。

【安座】 饮食行业用语。顾客进店，餐馆服务员主动相迎，安排座位。

【服务到桌】 饮食行业用语。接待零餐顾客的一种传统服务方式。通常指售票或开单到桌，杯筷送到桌，酒菜饭端到桌。

【散座】 饮食行业用语。①供零餐顾客随意选择的座位。②指零散就餐的顾客。

【镶座】 也称“挪座”、“挪桌”。饮食行业用语。营业高峰时间，因散座顾客多而缺少座位时，执台服务员与已就坐的顾客商量，安排新来的顾客坐在旁边，称镶座。

【挪座】 ①即“镶座”。②指顾客就座后，因故挪动坐位或桌次。

【挪桌】 即“镶座”。参见“挪座”。

【高醋矮酱油】 饮食行业用语。餐桌上供顾客自己酌加的醋和酱油。按约定俗成的办法，常用高壶盛醋，矮壶盛酱油，以便于区分。

【便餐】 饮食行业用语。指顾客根据餐馆供应的品种，随便买上几份菜佐酒、下饭。

【零餐】 饮食行业用语。指零散顾客到餐馆随到随吃。

【和菜】 饮食行业用语。饭馆、酒家于筵席、零餐之外的一种供应形式。按不同固定价格供应不同组合的菜肴，如100元一桌的、300元一桌的席菜。

【拨碟菜】 饮食行业用语。北方一带的一些小饭馆事先将菜肴大量做好，食客就餐或点要时，随时拨一份装碟供应的方式称拨碟菜。此类菜多为冷荤，其中也有地方风味。

【带快】 饮食行业用语。急需赶时间的进餐顾客，要求立即供应饭菜称带快。

【快马】 广东饮食行业用语。顾客需快吃赶时间，吃完就走，服务员通知厨房时即高呼：“快马”。

【响堂哑灶】 河南饮食行业用语。堂面服务员念唱顾客所点菜肴之名，称响堂；灶间事厨人员操作时一般不讲话，称哑灶，合称响堂哑灶。

【喊堂】 也称“鸣堂”、“响堂”。饮食行业用语。饭馆的传统服务方式。服务员将顾客所点的菜名高声念唱，通知厨房；餐毕结帐时，又以同样形式，将价款通知收款台，统称喊堂。

【鸣堂】 即“喊堂”。

【晌堂】 即“喊堂”。

【上饭】 饮食行业用语。即服务员送饭上桌。

【双上】 饮食行业用语。即一式两份的菜肴同时上桌。

【执单】 广东饮食行业用语。即按单配菜。

【重浇】 饮食行业用语。多加些浇头。

【带青】 饮食行业用语。加放绿叶蔬菜。

【宽汤】 饮食行业用语。汤多一些。

【免青】 饮食行业用语。①面条中不放绿叶蔬菜。②江南地区指面条中不放青蒜。

【免红】 饮食行业用语。不放辣椒。红，指红辣椒。

【免大荤】 饮食行业用语。即不得以猪肉类制作食品。

【大青】 也称“重青”。饮食行业用语。多加绿叶蔬菜。

【重青】 即“大青”。

【小青】 饮食行业用语。①少加绿叶蔬菜。②指小葱。

【带壮】 饮食行业用语。①要求汤里的猪油放多一些。②面条的份量要足一些。

【回烧】 饮食行业用语。即应顾客要求，将所剩菜肴再烧一次。

【饭上叫】 饮食行业用语。即顾客在用餐过程中，临时要求加菜。

【帐台】 饮食行业用语。收款结帐的服务工作台。通常设在店内门口的一侧。帐台大都面对店堂，便于收款人员随时了解顾客进餐情况，以节省顾客结帐时间。

【结帐】 饮食行业用语。即顾客用餐完毕后，结算价款。

【先吃后算】 饮食行业用语。餐馆的一种传统服务方式。即餐后凭单结账或由顾客点菜，服务员高唱菜名，厨师照做，餐后服务员凭盛器计价结账。

【口码账】 饮食行业用语。旧时饭馆散座实行先吃后算，服务员于顾客餐毕时，根据碗碟等及其记忆，当场口算出全部价格，并即喊出，既让顾客了解，也通知了收款台，此为口码账，属“喊堂”内容之一。

【起席】 饮食行业用语。客人就餐完毕，均已站起，称起席。

【翻台】 饮食行业用语。即餐馆、酒家于第一轮顾客吃完离去后，立即收拾、整理，安排第二轮顾客，称翻台。

【撤台】 饮食行业用语。顾客用完餐或宴席终了，客人离席，服务员撤走台面上的杯、盘、碗、筷等餐具，称撤台。

【收拣】 饮食行业用语。餐馆每日营业完毕后，为防止所剩的原辅材料变质，及避免炊餐用具丢失而进行的一项工作。

【清场】 饮食行业用语。即用餐顾客走后，服务员对场地进行整理、清扫、清点和收拾餐具、水酒，并关好门窗、切断电源等。

【出堂】 饮食行业用语。①餐馆派人外出为客人操办筵席。②顾客入店买得饭菜后，不在店内食用。

【落桌】 山东饮食行业用语。即厨房进行开业前的准备工作。多由学徒及二、三灶进行。

【烧卤腊味部】 广东饮食行业用语。即专事烧、卤、腊加工制品的部门。如：烧猪；烧鹅；烧鸭；卤水猪肚；卤

水扎蹄；油鸡；腊肠；腊肉等。烧卤食品有的在“低柜”直接出售，有的改切成各式花款，堆砌图案或象形式的拼盘，直接上席。

【低柜档】 广东饮食行业用语。即酒家、饭店中专门供应烧烤卤味等熟食品的门档。通常是橱窗式的，装有较完善的防尘防蝇设备。

【菜牌】 也称“食牌”、“水牌”、“粉牌”。饮食行业用语。餐馆写供应菜品的牌。牌上标明价格，挂在店门口或柜台前，以供顾客点菜之用。

【食牌】 即“菜牌”。吴自牧《梦粱录》：“酒店亦自有食牌，以便点供。”

【水牌】 即“菜牌”。因可用水擦洗字迹，再行书写，故名。

【粉牌】 即“菜牌”。因用粉笔或白色水粉书写，故名。

【菜簿】 饮食行业用语。餐馆中供顾客点菜使用的簿子。簿上记有菜品名称和价格。

【手牌】 饮食行业用语。小型的菜簿。由服务员送到顾客手中，供顾客点选菜肴用。

【菜谱】 ①餐馆供顾客点选菜肴的菜单。②记述菜肴制作工艺的书籍。

【厨师长】 饮食行业用语。在饭店、酒楼、餐馆中主持厨务的厨师。通常由所在店烹调技术较高、富有经验，并具有一定组织才能和一定声望的厨师担任。

【掌墨师】 也称“坐押师”。饮食行业用语。四川一带旧时称在包席馆和南堂中主理厨务的厨师。其地位、作用和职责相当于现在的厨师长。多由餐馆的头炉或头墩担任。掌墨，原指木工中掌握墨斗打墨线的人。

【坐押师】 即“掌墨师。”

【红案】 饮食行业用语。①饮食行业三大工种（红案、白案、服务）之一，负责菜肴的烹制，包括原材料的初加工、精加工、半成品的组配及烹调成菜的全部工艺流程。因菜肴烹制以炉灶和火为基本手段，故将此工种称为红案。红案内部，又分炉子、墩子、冷碟、笼锅和水案等若干工种。一些直接为红案服务的杂务、大灶、菜杂等，也属红案的范围。②即“红案厨师”。

【红案厨师】 简称“红案”。制作菜肴的厨师。

【炉子】 也称“当灶”、“灶上”、“当厨”。俗称“火上的”、“候镬”、“后镬”。饮食行业用语。红案工种之一。指负责临灶制作菜肴者。饮食行业餐馆炉灶通常有三个以上火眼，依序分为头炉、二炉、三炉。临灶厨师则因技术水平的高低，也分为头炉、二炉、三炉。

【当灶】 即“炉子”。

【灶上】 即“炉子”。

【当厨】 ①即“炉子”。②泛指厨师在厨房中工作。

【火上的】 “炉子”的俗称。

【候镬】 广东饮食行业对“炉子”的俗称。

【后镬】 广东饮食行业对“炉子”的俗称。

【头炉】 也称“主厨”、“头锅”。俗称“掌灶”、“掌勺”、“炒头火”、“炒头灶”、“灶头”、“头镬”。饮食行业用语。炉子分工之一。指炉子上的主要厨师，用第一火眼或第一面灶。由较有经验、烹调技术水平较高较全面者担任，负责烹制筵席菜肴或技术难度较大的高档菜肴（如筵席头菜）；有的地方头炉负责组织筵席菜肴，或兼管全部红案工作。广东一带头炉是整个厨房的领导人。

【主厨】 即“头炉”。

【头锅】 即“头炉”。

【掌灶】 北方一带饮食行业对“头炉”的俗称。

【掌勺】 ①北方一带饮食行业对“头炉”的俗称。②对厨师的俗称。

【炒头火】 北方一带饮食行业对“头炉”的俗称。

【炒头灶】 北方一带饮食行业对“头炉”的俗称。

【灶头】 河南一带饮食行业对“头炉”的俗称。

【头镬】 广东一带饮食行业对“头炉”的俗称。

【二炉】 也称“二锅”。俗称“炒二火”、“二镬”。饮食行业用语。炉子分工之一。烹调技术水平仅次于头炉，主要负责烹制零餐散座菜肴，和制作汤、汁，并协助头炉工作。

【二锅】 即“二炉”。

【炒二火】 北方一带饮食行业对“二炉”的俗称。

【二镬】 广东一带饮食行业对“二炉”的俗称。

【三炉】 俗称“三镬”。饮食行业用语。炉子分工之一。主要负责制作一般菜肴、汤菜。

【三镬】 广东一带饮食行业对“三炉”的俗称。

【绡火】 吉林饮食行业用语。即在“二炉”、“三炉”等灶上的厨师。

【帮锅】 也称“上杂”、“上升”。广东饮食行业用语。炉子分工之一。负责除炉子、墩子以外的原料准备、处理工作，如发干货、熬汤汁、燉鲍翅、煲红鸭以及蒸、炖、扣等，并负责每日开市的准备工作和收市的善后工作。

【上杂】 即“帮锅”。

【上升】 即“帮锅”。

【水案】 俗称“水台”。饮食行业用语。红案工种之一。负责各种家禽、水产、干货等原料的宰杀、泡发、整理及初加工。广东一带水台负责宰杀或饲养管理禽畜、野味、水产等动物原料，以前还负责烧烤乳猪、出门到会等事。

【水台】 广东一带饮食行业对“水案”的俗称。

【汤锅】 俗称“拉汤”。饮食行业用语。红案工种之一。即看汤锅的。负责熬吊汤水以供制作菜肴之用。

【拉汤】 河南一带饮食行业对“汤锅”的俗称。除负责制汤外，还要负责炖、熬等菜肴的制作，并对一些菜肴作初步熟处理，为灶头管理煤火、打扫卫生、增添作料等。

【笼锅】 饮食行业用语。红案工种之一。负责蒸菜的制作及半成品的蒸制加工等。四川饮食行业的笼锅

还负责对部分干货原料的发制。

【大灶】 四川饮食行业红案工种之一。负责煮饭、制锅粑等事；通常还要负责搞好职工伙食。因其做饭所用的炉灶比炒灶大，故名。

【伙头】 广东饮食行业红案工种之一。负责单位内部员工膳食的制作。

【打荷】 广东饮食行业红案工种之一。负责将砧板切配好的原料腌制调味、上粉上浆，供后镬烹制，烹成后协助后镬师傅拼扣造型；还要负责开收炒镬、炉火和酱料档以及一般半制品的滚、炟、炆、炸等工作，是后镬的主要助手。

【墩子】 也称“砧板”、“案子”。饮食行业用语。红案工种之一。主要负责切配，对原料改刀成形和配菜。四川饮食行业的墩子还负责烧烤、瓤、贴等菜式的半成品加工，同时负责厨房的原料计划、进货、安排菜品、编制筵席菜单和成本核算等。因技术水平与分工不同，又有头墩、二墩、三墩之分。

【砧板】 即“墩子”。主要负责斩切和腌制、配菜以及贮藏、保管各种肉类、料头等，并协助候镬组织全厨房的工作。

【案子】 即“墩子”。

【头墩】 也称“头砧”、“案子头”。饮食行业用语。墩子分工之一。墩子上的首席厨师。由熟悉厨房全部工序，经验较丰富，技术水平较高的厨师担任，有的由厨师长兼任。头墩既要有较强的刀工技术，还要有熟悉原料的性能、价格（包括斤、两折价）和配搭的知识，同时负责安排、组织墩子的工作，承担高档菜品的半成品配搭、制作，有时还要负责编制筵席菜单等。

【头砧】 即“头墩”。

【案子头】 即“头墩”。

【二墩】 也称“二砧”。饮食行业用语。墩子分工之一。负责一般菜肴的切配工作。有时要协助头墩的工作，收堂后负责各种生熟料的汆、泡等工作。

【二砧】 即“二墩”。

【三墩】 也称“三砧”。饮食行业用语。墩子分工之一。负责各类菜肴原料的切配工作。

【三砧】 即“三墩”。

【冷盘间】 俗称“碟子房”。饮食行业用语。红案工种之一。专门制作冷盘的操作间。因其多为熟料，为防污染，故均单独分开，封闭操作。有的地方将其从红案中分出，单立为一大工种，与红案、白案、服务并列。

【碟子房】 天津一带对“冷盘间”的俗称。

【冷碟厨师】 也称“熟墩子”、“冷墩子”、“冷盘厨师”、“冷菜厨师”、“凉菜厨师”。饮食行业用语。红案工种之一。负责冷盘菜的烧卤、拌炝、调配，及切配装盘，如筵席上的冷盘即由其制作。

【熟墩子】 即“冷碟厨师”。

【冷墩子】 即“冷碟厨师”。

【冷盘厨师】 即“冷碟厨师”。

【冷菜厨师】 即“冷碟厨师”。

【凉菜厨师】 即“冷碟厨师”。

【烧腊师】 饮食行业用语。烧、卤、腊制类肉食品的业务负责人。烧腊师领导烧腊部负责烧卤腊制各种肉食品。如：烧乳猪。

【制品人】 广东饮食行业对烧腊师的俗称。

【企档】 广东饮食行业烧卤腊部工种之一。其职责是在低柜档内出售烧、卤、腊食品。

【烧卤杂】 广东饮食行业烧卤腊部工种之一。负责烧、卤、腊开档前和收档后的各项杂务，协助宰杀、烧卤加工，和腌制用于烧卤食品垫底用的酸瓜菜料等事。

【低柜杂】 广东饮食行业烧卤腊部工种之一。为低柜档的杂工。其职责是担任低柜内的开档和收档，端送烧卤食品到堂上推销。

【宰杀】 广东饮食行业烧卤腊部工种之一。在低柜档内饲养家禽，协助制作烧、卤、腊食品和帮助企档工作。

【杂工】 俗称“厨什”、“杂务”。饮食行业用语。红案工种之一。指厨房中做各项杂活的人员。主要负责择掐、洗涤、搬运、传送等，也负责保管蔬菜等。

【厨什】 广东饮食行业对“杂工”的俗称。

【杂务】 四川饮食行业对“杂工”的俗称。

【盘工】 俗称“管碗匠”。四川饮食行业对旧时包席馆中负责管理碗盏、家具的人的俗称。出堂办席时，盘工将筵席所需的餐具，装上酒席担子，送到定席者指定地点。制作筵席菜肴时，作些辅助工作。席毕，清洗、清理所带餐具，再送回本店。

【管碗匠】 “盘工”的俗称。

【走案头】 饮食行业用语。厨房工种之一。负责将墩子制配好的半成品送给炉子，菜制成后再送给服务员外传。

【饭锅】 四川饮食行业对饭店中负责做饭的厨师的俗称。饭锅除煮饭供应顾客外，还要协助杂工的工作。

【白案】 饮食行业用语。①饮食行业的三大工种（红案、白案、服务）之一。负责糕糊、面点的制作，包括从原料的初加工、精加工到制作成品的全部工艺流程。因糕糊和面点的制作多与米、面和案板有关，故称白案。白案内部又分“大案”、“小案”和“面锅”等工种。②即“白案厨师”。

【白案厨师】 简称“白案”。制作糕糊和面点的厨师。

【小案】 饮食行业用语。白案工种之一。①与“大案”相对而言。因其使用的案板较小，生产量也不大，故名。主要负责筵席点心的制作，或按供应需要制作各种糕糊、点心。②广东饮食行业旧时称制作面点的主持人。

【主案】 广东饮食行业白案工种之一。其职责与“小案”相同。

【大案】 饮食行业用语。白案工种之一。①与“小案”

相对而言。因其所用案板较大，故名。大案负责大宗面点的制作，包括手工面条、馄饨皮的擀制，各种包子、馒头、花卷、馄饨、水饺等的制作。②广东饮食行业旧时称负责杠压切面的师傅。

【副案】 广东饮食行业白案工种之一。其职责与“大案”相同。因其是主案的助手，故又称“帮案”。

【帮案】 见“副案”。

【拌馅】 广东饮食行业白案工种之一。其职责是加工馅料，并要协助主案做好本部门的管理工作。

【熟笼】 广东饮食行业白案工种之一。其职责是蒸制点心，并有次序地安排推销人员销售产品。

【煎炸】 广东饮食行业白案工种之一。其职责是煎炸点心，并指挥推销人员推销产品。

【肠粉】 广东饮食行业白案工种之一。其职责是负责蒸制肠粉、糕品。

【推销】 广东茶楼、酒家点心部的工种之一。其职责是负责推销、供应点心。

【面锅】 饮食行业用语。白案工种之一。负责煮面条。其职责是各种面臊的烹制、煮面、挑面等。此工种多见于专业面店。

【服务】 也称“招待”。饮食行业的三大工种（红案、白案、服务）之一。负责零餐服务和筵席服务。服务工种内部，又分堂面或楼面服务、筵席执台、坐柜、走菜、酒柜、饭锅等工种。

【招待】 即“服务”。

【坐柜】 四川饮食行业服务工种之一。负责收款售票，接包筵席，制定席单，观察堂口等工作。坐柜的工作通常由本企业有经验的服务人员担任。

【酒保】 饭店、酒家的服务员。《史记·栾布传》：“（彭越）穷困，赁傭于齐，为酒人保。”集解引《汉书音义》：“酒家作保傭也。可保信，故谓之保。”陆游《与儿孙同舟泛湖……》诗：“酒保殷勤邀瀹茗。”

【行菜】 ①饭店、酒楼的服务员。孟元老《东京梦华录》：“行菜得之，近局次立，从头唱念，报与局内。”②四川饮食行业称筵席头菜以后上席的大菜。

【院使】 茶酒馆的服务员。陆容《菽园杂记》：“吏人称外郎者……皆台省官，故僭拟以尊之。医人称郎中……茶酒称院使皆然。此元时旧习也，国初有禁。”

【堂倌】 也称“堂官”。①旧时称酒馆、饭店或茶馆中的服务员。《儒林外史》：“堂倌上来问茶。”《文明小史》：“他师徒五众就检了靠窗口一张茶桌坐下，堂倌泡上三碗茶。”②有的地方称服务员中的领班者。

【堂官】 即“堂倌”。

【茶博士】 ①善烹茶者。封演《封氏闻见记》：“又言鸿渐能茶者，李公复请为之，……茶毕，命奴子取钱三十文酬煎茶博士。”关汉卿《钱大尹智勘绯衣梦》：“自家茶博士，开了这茶房，看有甚么人来。”②茶馆中的服务员。

【堂头】 饮食行业用语。北方一带旧时称餐厅服务员中的领班者。

【跑堂的】 也称“走堂的”。俗称“来字号”。旧时称餐馆的服务人员。

【走堂的】 即“跑堂的”。

【来字号】 河南一带旧时对“跑堂的”的俗称。

【茶房】 也称“店小二”。旧时称饭店、旅社、茶馆的服务员。

【店小二】 即“茶房”。

【幺（yāo）师】 ①旧时称饮食服务行业中年龄小、资历浅的职工。②饭店的服务员。

【盯桌】 河南饮食行业服务工种之一。负责筵席上菜、倒酒、换餐具、倒茶、递香巾等的服务。

【档口】 广东饮食行业称技术熟练的服务员。

【巾杂】 广东饮食行业称一般的服务员。

【头杂】 也称“第一楼杂”。广东饮食行业称服务员的助手。头杂听从巾杂的指挥。

【第一楼杂】 即“头杂”。

【洁净】 也称“第二楼杂”。广东饮食行业称楼面的清洁工。洁净听从头杂的指挥。

【第二楼杂】 即“洁净”。

【楼杂】 广东饮食行业对在楼面协助服务员工作的头杂、洁净的统称。

【走菜的】 也称“跑菜的”、“打划子”。饮食行业用语。旧时专指大餐馆中将做好的菜肴由厨房端到餐厅的传菜人员。

【跑菜的】 即“走菜的。”

【打划子】 即“走菜的。”

【传菜员】 饮食行业用语。指将厨房做好的菜肴送交餐厅服务员的人员。

【焌（jùn俊）糟】 古代酒店中为顾客斟酒的妇女。孟元老《东京梦华录》：“更有街坊妇人，腰系青花布手巾，绾危髻，为酒客换汤斟酒，俗谓之焌糟。”

【击馋】 饮食行业用语。卖熟食者所敲击的小木梆。见《韵鹤轩杂著》。

【厨房烧】 卖油者所敲击的小锣。见《韵鹤轩杂著》。

宴会和筵席

【燕】 宴饮。《诗经·小雅·鹿鸣》：“我有旨酒，嘉宾式燕以敖。”孔颖达疏：“我有旨美之酒，与此嘉宾，用之燕饮以遨游也。”

【醼（yàn厌）】 聚饮。《后汉书》：“淮南旧俗，十日饗会，百里内县皆牛赍牛酒，到府醼饮。”

【讌（yàn厌）】 宴会；会饮。《后汉书》：“每讌会，则论难衍衍，共求政化。”

【宴】 以酒肉款待宾客。《左传》：“王饗有体荐，宴有

折俎。”

【饗(xiǎng想)】 ①大宴宾客。《诗经·小雅》:“镗鼓既设,一朝饗之。”笺:“大饮宾曰饗。”②聚饮。《诗经·豳风》:“朋酒斯饗,曰杀羔羊。”

【饫(yù玉)】 宴食。《汉书·陈遵传》:“遵知饮酒饫宴有节。”注:“宴食曰饫。”

【禊(xì细)饮】 携酒食到野外宴饮。《文选》王融《三月三日曲水诗序》:“禊饮之日在兹,风舞之情咸荡。”

【筵席】 指宴饮时,陈设的座位和准备好的酒席。是宴会的基本物质条件。

【宴会】 宾主在一起饮酒吃饭的集会。是一种社会活动形式。

【高宴】 盛大的宴会。《南史·沈炯传》:“横中流于汾河,指柏梁而高宴。”《隋书·音乐志》:“载择良辰,式陈高宴。”

【盛筵】 盛宴。《红楼梦》:“万不可忘了那盛筵必散的俗语。”

【红筵】 盛宴。段成式《和周繇见嘲》诗序:“初开金埒,大广红筵,骑历块而风生,鼓掺挝而雷发。”白居易《钟陵饯送》诗:“翠幕红筵高在云,歌钟一曲万家闻。”皮日休《登第后》诗:“雨洗清明万家鲜,满城车马簇红筵。”

【象筵】 豪华的筵席。《初学记》:“堂设象筵,庭宿金悬。”

【绮筵】 丰美的筵席。唐太宗《三层阁上置音声》诗:“绮筵移暮景,紫阁引霄烟。”周彦晖《晦日宴高氏林亭》诗:“绮筵迴舞雪,琼醑泛流霞。”陈子昂《春夜别友人》诗“银烛吐青烟,金尊对绮筵。”

【琼筵】 珍美的筵席。谢朓《始出尚书省》诗:“既通金闺籍,复酌琼筵醴。”

【玳筵】 以玳瑁装饰坐具的盛宴。《初学记》载刘祯《瓜赋》序:“布象牙之席,薰玳瑁之筵。”《乐府诗集》:“绮殿文雅遒,玳筵欢趣密。”

【曲宴】 私宴。多指宫中之宴。曹植《曹子建集》:“吾与二三子,曲宴此城隅。”《三国志·魏书》:“景初元年,帝游后园,召才人以上曲宴极乐。”《宋史·志》:“凡幸苑囿、池籞、观稼、畋猪,所至设宴,惟从官预,谓之曲宴。”

【玄醮】 ①道教称仙境的宴会。李德裕《画桐华凤扇赋》:“庶玉女之提携,列昆墟之玄醮。”②御宴。江淹《江文通集》:“重阳集清芬,下辇降玄宴。”

【酒会】 饮酒聚会。《后汉书·马韩传》:“常以五月田竟,祭鬼神,昼夜酒会,聚群歌舞,辄数十人相随,蹋地为节。”《盐铁论》:“往者民间酒会,各以党俗,弹筝鼓缶而已,无要妙之音,变羽之转。”后指筵宴,或指形式比较简单的宴会。

【酒筵】 酒席。《梁书·韦粲传》:“右卫朱异尝于酒席厉色谓粲曰:‘卿何得已作领军面向人’!”后泛指筵席。

【饮局】 酒筵。《续湘山野录》:“……而苏之子易简生三日,为饮局。”

【游宴】 也称“宴游”。饮宴的形式。或备酒果登高,或携肴馔聚集于名胜之地,饮宴游乐。官宦和文人学士多好之。李肇《国史补》:“长安风俗,自贞元侈于游宴。”费著《岁华纪丽谱》、顾禄《清嘉录》等书均有游宴的记载。

【宴游】 即“游宴。”

【船宴】 饮宴的形式。设宴于游船上,宫廷和官宦商贾多用。五代后蜀花蕊夫人宫词百首中记有船宴之词八首。顾禄《桐桥倚棹录》、李斗《扬州画舫录》等书均有船宴记载。

【中席】 旧时的一种筵席规格。官吏豪绅张筵宴客,客人入正席,随从另设规格较低的筵席,称中席。

【烧尾宴】 宴会名。为唐代士人新登第或升迁时的贺宴。封演《封氏见闻记》:“士子初登荣进及迁除,朋僚慰贺,必盛置酒馔音乐,以展欢宴,谓之烧尾。”烧尾,一说虎变为人,惟尾不化,须为焚除,乃得成人;一说新羊入群,乃为诸羊所触,不相亲附,火烧其尾则定。又,唐时凡新授大官,例许向皇帝献食,也称烧尾。《古今图书集成·食货典》录有韦巨源烧尾宴食单,列肴馔58款。

【曲江宴】 也称“曲江会”、“曲江大会。”宴会名。唐时考中的进士,放榜后大宴于曲江池,故称曲江宴。曲江在今陕西西安市东南,因河水水流曲折,故名。唐开元中更加疏凿,为都人游赏盛地。参见“闻喜宴”。

【曲江会】 即“曲江宴”。

【曲江大会】 即“曲江宴”。

【闻喜宴】 也称“敕士宴”。宴会名。唐代进士放榜,集钱大宴于曲江亭,故称闻喜宴。后唐明宗天成二年诏命新进士闻喜之宴,年赐钱四百贯。宋太宗端拱元年从知贡举宋白议,遂明定由朝廷置宴。《宋史·志》:“赐贡士宴,名曰‘闻喜宴’。”“凡预宴官分东西升阶就坐,贡士以齿。”皇帝及大臣赐诗以示宠异,遂为故事。因曾设宴于琼林苑,故至明清赐新进士宴又称“琼林宴”。

【敕士宴】 即“闻喜宴”。

【鹿鸣宴】 宴会名。科举考试后所举行的宴会。由州县长官宴请考官、学政以及得中举子。唐人宴时用少牢,唱《诗经·小雅·鹿鸣》之章,故名。《新唐书·志》:“每岁仲冬……试已,长吏以乡饮酒礼,会属僚,设宾主,陈俎豆,备管弦,牲用少牢,歌《鹿鸣》之诗。”又,宋殿试文武两榜状元设宴,同年团拜,称鹿鸣宴。明清沿此,于乡试放榜次日,宴请考中的举人和内外帘官等,歌《鹿鸣》,作魁星舞,也称鹿鸣宴。

【樱桃宴】 宴会名。科举时,庆贺进士及第的宴会。始于唐僖宗时。王定保《唐摭言》:“新进士尤重樱桃宴。”《元诗选》:“近臣侍罢樱桃宴,更遣黄门送两笼。”

【大相识】 宴会名。唐代考进士的诸生举行的宴会。王定保《唐摭言》载有“大相识”宴名。

【次相识】 宴会名。唐代考进士的诸生举行的宴会。王定保《唐摭言》载有"次相识"宴名。

【小相识】 宴会名。唐代考进士的诸生举行的宴会。王定保《唐摭言》载有"小相识"宴名。

【关醵】 宴会名。唐代考中的进士举行的告别宴会。王定保《唐摭言》："关醵，此最大宴，亦谓之'离筵'。"

【离筵】 见"关醵"。

【琼林宴】 宴会名。宋初，太宗太平兴国二年赐宴新科进士于琼林苑，故有琼林宴之名。参见"闻喜宴"。

【泼散】 宴会名。朱翌《猗觉寮杂记》："淮人岁暮，家人宴集曰泼散。韦苏州云：'田妇有嘉献，泼散新岁余'。"

【大宴】 宴会名。宋代国家例行的宴会。《宋史·志》："凡国有大庆皆大宴……。"

【春秋大宴】 宴会名。宋代春、秋季仲之时国家举行的宴会。《宋史·志》："咸平三年二月，大宴含光殿，自是始备设春秋大宴。"见《宋史·志》所载"春秋大宴仪"。

【饮福大宴】 宴会名。宋代国家举行的宴会。饮福，指祭毕饮供神酒，谓受神之福。《宋史·志》："集英殿饮福大宴仪。初，大礼毕，皇帝逐顿饮福，余酒封进入内。宴日降出，酒既之行，泛赐预坐臣僚饮福酒各一酘，群臣饮讫，宣劝，各兴立席后，赞再拜谢讫，复坐饮，并如春秋大宴之仪。"

【瓜宴】 也称"真瓜宴"。宴会名。后金宫廷于盛夏和秋初举行的水果宴席。席上以甜瓜、西瓜、桃、伏苹果、梨等为主，也设有以水果或果酱制成的果菜和米酒、清酒等。终宴前上一道甜食饽饽。据《沈阳状启》载："此处（盛京）诸王九家，称为真瓜宴，排日进设于阙内。"瓜宴多晚上举行，且排设于宫庭院中。宴席上的时鲜瓜果，都是王公贝勒们呈献给"汗"（皇帝）的。

【真瓜宴】 即"瓜宴"。

【驼（tuō托）马宴】 也称"只孙宴"。宴会名。古时蒙古大汗于每年六月三日举行的宴会。八月举行"马奶宴"。在这些宴会上，蒙古大汗将食用"蒙古八珍"，并用以赐予左右大臣。

【只孙宴】 即"驼马宴"。

【马奶宴】 宴会名。古时蒙古王宫宴会之一。于八月举行。参见"驼马宴"。

【簇花宴】 宴会名。元代陈列群花的宴席。郝经《郝文忠公集·望京府赏红梅》诗："入门下马簇花宴，红莲旧府花正新。"

【红云宴】 宴会名。古代荔枝熟时举行的宴会。席间、壁上皆置荔枝，望如红云，故名。陶谷《清异录·果·红云宴》："岭南荔枝，固不逮闽蜀。刘铢每年设红云宴，正红荔枝熟时。"

【定鼎宴】 宴会名。清代皇帝改年号或迁都时举行的宴会。礼部主办，光禄寺供置，精膳司部署。《清史稿·志》："建元定鼎宴，崇德初，太宗改元建号，设宴笃恭殿。顺治元年，定鼎燕京，设筵宴，设宝座皇极门正中。"

【元日宴】 也称"元旦宴"、"元会宴"。宴会名。清代国家例行的宴会。礼部主办，光禄寺供置，精膳司部署。《清史稿·志》："元日宴，崇德初定制，设宴崇政殿，王、贝勒、贝子、公等各进筵食牲酒，外藩王、贝勒亦如之。顺治十年，令亲王、世子、郡王暨外藩王、贝勒各进牲酒，不足，光禄寺益之，御筵则尚膳监供备。康熙十三年罢，越数岁复故。二十三年，改燔炙为肴羹，去银器，王以下进肴羹筵席有差。"雍正四年，对元日宴的仪式、陈设、席次、宴会所奏音乐及表演舞蹈均作了规定。

【元旦宴】 即"元日宴"。

【元会宴】 即"元日宴"。

【冬至宴】 宴会名。清代国家例行的宴会。礼部主办，光禄寺供置，精膳司部署。顺治时，其宴仪如"元日宴"。顺治后，宴会所奏乐曲和表演的歌舞有变动。

【千秋宴】 也称"千叟宴"。宴会名。清代国家例行的宴会。礼部主办，光禄寺供置，精膳司部署。《清史稿·志》："千秋宴，为康熙五十二年创典，设畅春园。凡直省现官、致仕议员暨士庶等，年六十五以上至九十者咸与。遣子孙、宗室执爵授饮，分给食品，谕毋起立，以示优崇。乾隆五十年，设宴乾清宫，自王、公讫内、外、文、武大臣暨致仕大臣、官员、绅士、兵卒、耆农、工商与夫外藩王、公、台吉，四部、番部土官、土舍，朝鲜陪臣，齿逾六十者，凡三千馀人。其大臣七十以上，馀九十以上者，子孙得扶掖入宴。年最高者，如百五岁司业衔郭钟岳等，得随一品大臣同趋黼座，亲与赐觞。宴罢，颁赏珍物有差。嘉庆初元再举，设宴皇极殿，与宴者三千五十六人，邀赏者五千人。"

【千叟宴】 即"千秋宴。"

【耕耤（jí极）宴】 宴会名。清顺治时设。《清史稿·志》："耕耤宴，顺治十一年举行，命曰'劳酒'。"

【劳酒】 见"耕耤宴"。

【凯旋宴】 宴会名。清代国家例行的宴会。礼部主办，光禄寺供置，精膳司部署。《清史稿·志》："凯旋宴，自崇德七年始。顺治十三年定制，凡凯旋陛见获赐宴。乾隆中，定金川，宴瀛台；定回部，宴丰泽园；及平两金川，赐宴紫光阁。……道光八年，回疆奠定，赐宴正大光明殿，是日大将奉觞上寿，帝亲赐酒，命侍卫颁从征大臣酒，余如常仪。"

【外藩宴】 宴会名。清代国家例行的宴会。《清史稿·志》："外藩宴，岁除日设保和殿，赐蒙古王、公等，凡就位、进茶、馔爵、行酒、乐舞、谢恩，并如元会仪。其来朝进贡，送亲入觐，或御赐恩宴，或宴礼部，取旨供备。"

【廷臣宴】 宴会名。《清朝野史大观》："每岁上元后一日，点大学士九卿之有勳勋者，宴于奉三无私殿，名廷臣宴。如曲宴宗室礼。蒙古王公皆预焉。"

【大蒙古包宴】 宴会名。《清朝野史大观》："乾隆中

廓充新疆回部，哈萨克布鲁特诸部长，争先入贡。上宴于山高水长楼前，及避暑山庄之万树园。中设大黄幄，可容千余人。其入座典礼，咸如保安殿之宴。宗室王公皆与焉。上亲赐卮酒及新降诸臣、贝勒、伯克等，示无外也，谓之大蒙古包宴。嘉庆八年，亦循例举行。”

【茶宴】 宴会名。《清朝野史大观》：“茶宴：乾隆中元旦后之日，钦点王、大臣之能诗者，曲宴于重华宫，演剧赐茶。仿柏梁体，命联句以纪其盛。复当席御制诗二章，命诸臣和之，岁以为常。”

【恩荣宴】 宴会名。清代为新科进士举行的宴会。缪彤《胪传记事》记作者中状元后参加恩荣宴的情况：“读卷官自满汉大学士以下，收卷官自翰林科部以下，监试御史及巡缉供给各官俱与宴。皇上遣内大臣佟国舅陪宴。彤一席。榜眼探花一席。诸进士四人一席。用满洲桌银盘，果品食物四十余品，皆奇珍异味，极天厨之馔。御赐酒，三鼎甲用金碗，随其量尽醉无算。宫花一枝，小绢牌一面，上有‘恩荣宴’三字。”

【乡试宴】 宴会名。《清史稿·志》：“顺治中，定制乡试宴顺天府，会试及进士传胪宴礼部。”

【娶亲宴】 宴会名。清太祖努尔哈赤在明万历四十三年(1615年)三月，对贝勒、大臣和一般官员之子规定的迎亲宴席。按身份和职别分“九畜宴”、“六畜宴”和“三畜宴”三等。贝勒之子娶亲设九畜宴，可杀猪、牛、羊等共九只牲畜；大臣之子娶亲可设六畜宴；一般官员之子娶亲可设三畜宴。见《清太祖朝老满文原档》第一册《荒字老满文档册》。

【九畜宴】 宴会名。清代贝勒之子娶亲而设的宴席。参见“娶亲宴”。

【六畜宴】 宴会名。清代大臣之子娶亲而设的宴席。参见“娶亲宴”。

【三畜宴】 宴会名。清代一般官员之子娶亲而设的宴席。参见“娶亲宴”。

【经筵宴】 宴会名。于每年春季三月在文华殿举行，专门招待文臣学士，宴后赏赐红绫饼。

【乡饮酒】 宴会名。①乡大夫为乡学业成的贤能举行的送行宴会。古之乡学，三年业成，考其德艺，以其贤者能者荐升于君。时由掌乡之政教禁令的乡大夫作主人，为之设宴送行，待以宾礼，饮酒酬酢，皆有仪式，称乡饮酒礼。《礼仪》有“乡饮酒礼”篇。②由地方官设宴招待应举之士。历代多有。③清代敬老尊贤的饮宴。也称“乡饮耆宾”。

【乡饮耆宾】 古宴名。清代敬老尊贤的饮宴。参见“乡饮酒”。

【朱公席】 宴席名。《郎潜纪闻二笔》载清代浙江巡抚朱轼“清吏治，正风俗”，“崇俭奖廉”，规定民间“论民嫁娶之节，里党宾蜡燕会上五簋，俱为常品”，即每席只上五道菜，“自是浙俗一变”。民间称之为朱公席。

【周公宴】 宴席名。鲁迅30年代在上海时，常于梁园豫菜馆宴客，常用的菜为“酸辣肚丝汤”、“炸核桃腰”、“糖醋软熘鲤鱼焙面”、“三鲜铁锅烤蛋”。梁园厨师回河南后常以此四菜作为一组供应。鲁迅逝世后，开封烹饪界为示纪念，即将这一组菜正式命名为周公宴。

【国宴】 国家元首或政府首脑为招待国宾，或在国家庆典等重要节日为招待各界人士而举行的正式宴会。

【家宴】 ①知名人士或有影响的人士在寓所举行的宴会。这种宴会，可自由地交谈，不拘礼仪。②普通人在家中与亲友的聚宴。

【酒席】 酒和成桌的饭菜。

【宴席】 请客的酒席。

【便宴】 比较简便的宴席。形式较为随便，规模也小，可在家中或餐馆中举行。

【便酌】 ①规模小于便宴的宴席。②指几个人在一起随意饮酒、用餐。

【早宴】 早晨举行的宴会。菜肴、点心均为适于早餐食用的品种。除外交场合外，民间有时在茶馆进行，有的茶馆中茶、酒均供。

【午宴】 中午举行的宴会。较早宴隆重。

【晚宴】 晚间举行的宴会。一般的晚宴较白天举行的宴会更为隆重。

【红白喜筵】 对因婚、寿、庆、丧等事件而举办宴席的统称。

【汤饼宴】 也称“汤饼筵”、“汤饼会”。旧时凡生日或婴儿出生后三日、过周、满月、百日等所举办的宴席。汤饼，即面条，俗称长命面，具吉祥长寿之意。

【汤饼筵】 即“汤饼宴”。

【汤饼会】 即“汤饼宴”。

【羌酌】 广东一带庆贺新生婴儿满月宴客的宴席。

【寿筵】 也称“千秋席”。生日贺寿宴客的宴席。

【千秋席】 即“寿筵”。

【喜筵】 婚嫁喜事宴客的宴席。

【斋筵】 也称“斋席”、“素席”。寺庵僧尼或茹素者举办的宴席。以其均用素者，故名。《旧唐书·文宗纪》：“广置斋筵，大集僧衣。”

【斋席】 即“斋筵”。

【素席】 即“斋筵”。现素菜馆也供全素席。

【如意席】 山东一带称因丧事而举办的宴席。

【豆腐饭】 上海一带称因丧事而举办的宴席。

【教席】 清真菜的宴席名称。菜肴、食品全部以清真风味组成，供应伊斯兰教徒。旧时北方一带清真菜馆时以“包办教席，全羊大菜”为号召。

【下马宴】 四川民间娶亲的宴席。接亲时举行“下马宴”，送亲时举行“上马宴”。

【上马宴】 见“下马宴”。

【满汉全席】 也称“满汉席、“满汉大席”。清代中叶兴起的一种规模盛大、程序繁杂、满汉饮食精萃合璧的

宴席。其中包括红白烧烤、各类冷热菜肴、点心、蜜饯、瓜果以及茶酒等。入席品种最多时达二百余品。满汉全席始于乾隆年间，到清代末期日益奢侈豪华，风靡一时。各地也因京官赴任，使满汉席的格局广为流传，并逐渐融合一些当地的风味菜肴而成各具特色的满汉席。袁枚《随园食单》、顾禄《桐桥倚棹录》、李斗《扬州画舫录》以及《调鼎集》、《清稗类钞》等书，均有满汉席或满汉菜肴的记载。满汉全席在不同时期，不同地区，不同场合，其程式、菜品、馔肴品数都有所不同。

【满汉席】 即"满汉全席"。

【满汉大席】 即"满汉全席"。

【四红】 满汉全席格式之一。"四红"的菜肴各地不同。如：山东是烤乳猪、烤填鸭、双烤肉、烤雉鸡；山西是烤鸭子、烤乳猪、烤酥方、烤火腿；四川是叉烧奶猪、叉烧火腿、叉烧大鱼、烤大填鸭等。

【四白】 满汉全席格式之一。"四白"的菜肴各地不同。如：山东是哈尔巴、肥油鸡、白片肉、烤花篮鱼；山西是烤驼峰、烤项圈、烤哈儿巴、烤鱼；四川是佛座子、箭头鸡、哈儿巴、项圈肉等。

【红白烧烤】 见"四红"、"四白"。

【小满汉席】 指小规模的满汉全席。此为适应现代某些顾客的需求而设，菜品数量少，菜式较简单，宴饮场面也小。

【四大件席】 宴席组合形式之一。以四个大菜构成主菜。如：鱼翅四大件；海参四大件等。每个大件跟二至三个行件菜，另外还有酒菜、饭菜、小菜、点心、面食等，组成整个宴席。

【三大件席】 宴席组合形式之一。由三个大菜构成主菜。如：鱼翅三大件；海参三大件等。参见"四大件席"。

【两大件席】 宴席组合形式之一。以两个大菜构成主菜。如：海参两大件等，另有行件菜、饭菜、酒菜等组成整个宴席。

【烧烤席】 也称"满汉燕翅烧烤席"。以烧烤大菜为主菜的宴席。菜肴通常由六大件（如燕菜、鱼翅、银耳及甜菜、汤菜等）、十二行件（炒、烩、炸、熘、烧一类的菜）及二或三道点心、四饭菜、四小菜、四面食等组成。

【满汉燕翅烧烤席】 即"烧烤席"。

【燕窝席】 也称"燕菜席"。以燕窝烹制的菜品为头菜的宴席。

【燕菜席】 即"燕窝席"。

【燕翅席】 以燕窝、鱼翅为主菜的宴席。

【熊掌席】 以熊掌烹制的菜品为头菜的宴席。

【鱼翅席】 也称"翅子席"。以鱼翅烹制的菜品为头菜的宴席。

【翅子席】 即"鱼翅席"。

【海参席】 以海参烹制的菜品为头菜的宴席。

【全类宴席】 简称"全席"。指用同一原料制成不同花式品种菜肴的宴席。如：全鸡席；全鹅席；全鸭席；全猪席；全牛席；全羊席；全鱼席；全素席。

【全席】 即"全类宴席"。

【全猪席】 也称"全猪宴"。全类宴席之一。由猪身各部位制成多种风味独特的菜肴的宴席。全宴共有菜品数十种，以白片肉、炸鹿尾、烟肘最为著名。其中，以猪脏器和舌头等制成的烧碟又称"猪小烧"，菜品数量较多，有24、32乃至64等多种组合。全猪席以北京砂锅居为最著名。

【全猪宴】 即"全猪席"。

【猪小烧】 见"全猪席"。

【全羊席】 也称"全羊大菜"。全类宴席之一。清代始有的一种高级宴席。全席菜肴均以羊肉为主料，一般有菜44个，多则可达72种。《随园食单》："全羊：全羊法七十二种，此屠龙之技，家厨难学，一盘一碗虽全是羊肉，而味各不同。"徐珂《清稗类钞》："全羊席：清江庖人善治羊，如设盛宴，可以羊之全体为之。蒸之、烹之、炮之、炒之、爆之、熏之、灼之、炸之；汤也、羹也、脍也；甜也、咸也、辣也、椒盐也。所盛之器以碗、盘、碟……多至七八十品各异味。即非回教中人亦优为之，谓之曰全羊席，同（治）光（绪）间有之。"今北方仍有不同格局的全羊席。

【全羊大菜】 即"全羊席"。

【整羊席】 全类宴席之一。为蒙古族喜庆宴会和招待贵宾的传统宴席。整羊席选用小口绵羊或当年羔羊作为主要原料，宰后剥皮、除脏，将带骨整料按头部、颈脊椎、羊背（带左右3根肋条和连着肥尾巴）、四肢共割成七大块，入锅煮熟即起，之后在大方盘内，先摆好前后4只羊腿，然后在上面稍前面放一大块颈脊椎，再在上面扣放羊背，最上摆一个羊头，拼成整羊形状，象征完整吉利。布席时，需放若干酒菜、冷盘及酱油、醋、大蒜、韭菜花等佐料和刀等餐具。

【全鸡席】 全类宴席之一。全部以鸡作为主料制成的宴席。

【全鸭席】 全类宴席之一。用烧鸭及鸭的皮、肉、舌、膀、掌、心、肝、肚、肠、胰等为主料制成的宴席。为北京全聚德烤鸭店所创。

【全鱼席】 全类宴席之一。全部以淡水鱼为原料烹制菜肴的宴席。见于江西省九江市、湖南省岳阳市和湖北省荆沙地区等地。

【长鱼席】 全类宴席之一。全部以黄鳝为主料制成的宴席。为江苏两淮名厨所创制。全席共有菜108道，已有200多年历史。因江苏称黄鳝为长鱼，故名。

【无刺刀鱼全席】 全类宴席之一。以长江特产的刀鲚为主料制成的宴席。因刀鱼多刺，制作时均予去除。全席由四冷盘、四热炒、六大菜、二点心、一甜菜组成。主菜有肚吞刀鱼、裹烧刀鱼、刀鱼豆腐羹、脆皮刀鱼等。见于江苏南通市。

【全鹅席】 全类宴席之一。全部菜肴以鹅制成的宴席。菜肴有米粉鹅、血浆鹅、鹅杂烩、大炒鹅杂、蒸熏心肝、煎炸脖胫、烧烤鹅蹼、酒喷鹅头等。见于湖南武冈。

【口蘑席】 全类宴席之一。全部菜肴以口蘑为主料制成的宴席。

【鸡纵席】 全类宴席之一。全部菜肴以鸡纵为主料制成的宴席。

【豆腐席】 全类宴席之一。全部以豆腐为主要原料制成冷、热菜肴的宴席。

【菊宴】 也称"菊花席"、"全菊宴"。①全类宴席之一。秋菊盛开季节，由菊的瓣、汁、叶为原料参与制作的菜肴、面点组合而成。菜肴有菊花桂鱼卷、杭菊鲜奶冻、菊烩五蛇丝、菊花鲮鱼球、菊花蛋盏等约 40 余品；面点有菊花萝卜糕、菊花蛋酥、菊粥等多款。见于广东等地。②指饮菊花酒的宴会。

【菊花席】 即"菊宴"①。

【全菊宴】 即"菊宴"①。

【全面席】 全类宴席之一。有多种类型。菜肴品种有花样龙须面、金丝猫耳串、芝麻绣球、椒盐空心面、玉兰烧刀削、木须猫耳面、酥肉扒面等。为河北石家庄市厨师在山西面食的基础上，使面食菜肴化的创制。

【饺子宴】 全类宴席之一。每席约二三十个饺子品种，制作精细。原料除面粉、鱼肉、鸡、鸭外，还用到鲍鱼、干贝、鱼翅、海参、猴头等；烹调法有蒸、煮、炸、煎、贴等；风味有酸、甜、海(味)、麻、辣、怪等；选型有蝴蝶、珍珠、海贝、金鱼、菊花等。上桌先甜后咸，继以麻辣，品种有贵妃蒸饺、八宝蒸饺、太后火锅珍珠饺等。陕西西安市解放路饺子馆创制。

【粽子宴】 全类宴席之一。有以腊肉为馅的枕头棕；有形似的宝塔粽；有加糖、油的狗脑粽；有配入绿豆、豇豆、豌豆等的牛角粽；有加红枣、板栗的斧头粽等。全席只用粽子一类，结合吉祥语言，可作为亲友欢聚形式之一。见于湖南西部溆浦县。举行于农历五月十五日。

【小吃宴】 全类宴席之一。以小吃组成的宴席。有多处创制。如：河北石家庄小吃宴由云龙饺、果酱三环、芝麻卷、如意酥、炸汤元、云卷、艾窝窝等组成；北京贵阳饭店小吃宴由棒棒鸡、酥炸杏仁、炸小排叉、油酥黄瓜、鸡肉饼、雷家豆腐丸子、丝娃娃等组成；湖南长沙火宫殿的小吃宴又俗称"小品宴"，由红烧蹄花、龙脂猪血、姊妹团子、臭豆腐等组成。

【小品宴】 见"小吃宴"。

【春台席】 民间宴席之一。立春前一日，吃春饼生菜，亲朋会饮，对此湖北监利等地称为春台席。江苏一些地方称为"请春至"。

【请春至】 见"春台席"。

【洛阳水席】 民间宴席之一。共有菜 24 道，因汤菜为多，故名。菜肴大都以素代荤，制作精巧。如：以萝卜丝代燕窝、鱼翅；以粉面制海参、裙边等。见于河南洛阳地区。

【十大碗】 民间宴席之一。主菜以 10 个热菜组成。因以大碗为盛器，故名。多见于江苏、山东一带，江西也有。如：江西大余县的 16 碗即由鱿鱼、海参、白切鸡、酥肉、蹄花、酥鱼、肉皮、腐竹、四喜肉丸、扣肉等组成，当地又俗称"状元菜"。

【状元菜】 见"十大碗"。

【八大碗】 民间宴席之一。原为中档饭店供应的套菜。有粗、细两类，可随堂点用也可外送、外会，故民间因婚寿喜庆、款待亲朋或其他聚会，常用此类席面。粗八大碗有熘鱼片、烩虾仁、全家福、桂花鱼骨、烩滑鱼、汆肉丝、汆大丸子、烧肉、松肉等；细八大碗有炒青虾仁、烩鸡丝、烧三丝、全炖、蛋羹蟹黄、海参丸子、元宝肉、清鸡汤、拆烩鸡、家常烧鲤鱼等。现又有高级八大碗，菜品有鱼翅四丝、烩鱼钱羹、烧海杂拌、一品官燕等。此外，还有荤八大碗、素八大碗之分。素八大碗有焖面筋、炸汤圆、素杂烩、炸咯子、烩素锦、烩鲜蘑、炸鹅脖、素烧茄子等。见于天津。

【蛋糕席】 民间宴席之一。风味清淡，就地取材，比较俭约。宴席由十大碗构成。如：肉包蛋饺(盖蛏干)、笋干肉丝、扣鸡、扣羊肉、扣肚片、扣方肉、扣鱼，以及小菜等。见于湖南一带。

【田席】 也称"三蒸九扣"。民间宴席之一。因通常就田间院坝设宴，故名。其特点是就地取材，朴素实惠，菜式以蒸扣为主。流行于四川农村。

【三蒸九扣】 即"田席"。旧时农村办席，一次有二三十桌者，因席桌多，为求出菜快，故制作菜肴多用蒸扣。如：烧白；粉蒸肉；八宝饭；肘子；扣鸡；扣鸭；炖酥肉。

【六六席】 俗称"六项六席"。民间宴席之一。其特点是设头菜、大件和汤菜，以六盘六碗构成。各种菜式主要由家庭常见的猪肉、四季蔬菜等经炒、熬、炖制而成。见于东北民间。

【六顶六席】 "六六席"的俗称。

【四碗四盘】 民间宴席之一。规模较小，以四大菜、四冷盘为主，另有随菜、汤菜、饭点等。见于江苏一带。

【六碗八碟】 民间宴席之一。中等规模，以六大菜、六冷盘为主，另有随菜、汤菜、饭点等。见于江苏一带。

【六碗十二碟】 民间宴席之一。规模较大，以六大菜、十二冷盘为主，另有随菜、汤菜、甜菜、饭点等。见于江苏一带。

【双六席】 民间宴席之一。以菜肴数量命名。由六碟、六碗、两大件组成。多见于山东济南一带。

【半桌头】 民间宴席之一。因用相当于正式宴席半数的菜肴，故名。见于山东胶东一带。

【春饼宴】 民间宴席之一。春饼由面粉烙成，另备以豆干、猪肉、笋、胡萝卜、蒜、虾肉、牡蛎等煨制成的馅，由主人边包边供客人食用。见于福建厦门一带民间。

【葡萄宴】 民间宴席之一。因当地盛产葡萄，如有客

至即用以款待，故名。见于新疆吐鲁番一带。

【花宴】 ①古时称排宴赏花的筵席。后称菜肴全部以花卉烹成的宴席。广东南海即有，菜肴有剑花汤、木槿花蛋汤、油焯木槿花、水焯鲜黄花、莲花肉丝等。②旧时称妓院的酒席，或称"花酒"。

【花酒】 见"花宴"②。

【冷餐酒会】 也称"冷餐会"。西方宴会形式之一。现中国也已采用。有不设座与设座两种。不设座的称"立餐"。布局排设讲求气氛，菜式力求丰盛。酒会不备正餐，供应的均是冷菜、点心、酒水，偶用热菜，餐具置于菜点上，由客人自行取食。

【冷餐会】 即"冷餐酒会"。

【立餐】 见"冷餐酒会"。

【会食】 众人共进饮食。张读《宣室志》："思玄尝召术士数人会食。"阙撰人《玉泉子》："召诸朋朝官数人会食。"

【共食】 众人共进饮食。刘禹锡《洲国子崔博士立子见寄》诗："胄子执经瞻讲坐，郎官共食接华裯。"

【会餐】 为了庆祝或联欢，大家在一起吃一顿饭称会餐。会餐费用通常由参加者分担。

【聚餐】 大家在一起吃一顿饭。

【打拚伙】 也称"吃碰头"。民间聚餐方式之一。通常指几人各自出原料，并在一起烹制成菜，一同食用。

【吃碰头】 即"打拚伙"。

【壶碟会】 民间聚餐方式之一。参加者各自带几样自制肴馔，并各自带酒与饮料，故有各显神通之意，更增聚餐的气氛，也为聚会所在之家减省些操持之力。因谐音，也有书之为"蝴蝶会"的。

【蝴蝶会】 见"壶碟会"。

【工作进餐】 国际交往中的便宴形式。有工作早餐、工作午餐、工作晚餐之分。一般菜肴数量少，不拘礼节，同时利用进餐时间，边吃边谈工作、交换意见。

【便饭】 日常吃的饭食。

【茶点】 茶水和小吃。

【请柬】 也称"请帖"。宴请宾客时送去的通知。正式宴会通常事先发出请柬，写明举宴原因、时间及地址，便于被宴请者早作安排。某些餐馆应举宴单位或主人要求，可代发请柬。

【请帖】 即"请柬"。

【知单】 请客时送去的通知单。将所请客人的姓名，写在长方形的纸上，由服务员送到客人家中，被请人如果能到，就在自己的名字下写上"知"字，表示已经知道。如果不能到，就在自己的名字下写上"谢"字，表示谢绝，然后再由服务员带回。

【摆台】 宴席用语。对宴席的台面进行摆设。包括铺台布、摆餐具、褶餐巾以及放上菜单、座签、烟灰缸、火柴、牙签筒等，有的放上花瓶(或插花)。要求根据宴席酒、肴、饭、点的品种，做到整齐、美观、大方，并且方便就餐。

【菜单】 也称"席单"。通常用于高档宴席。单上列有宴席菜肴、点心的名称。单子或印或写，制作精美，客人可留作纪念。

【席单】 即"菜单"。

【座签】 宴席用语。排座次的标签。每座一张，签上写上该座位者的姓名(或加职衔)，放在座位的明显处。座签或由餐厅酒店准备供用，或由订宴席者自备。

【串拼】 也称"对拼"、"对串"。宴席用语。冷盘摆设的一种形式。指将四盘冷拼中，口味相近的两盘交叉摆放。

【对拼】 即"串拼"。

【对串】 即"串拼"。

【口布花】 也称"餐巾花"。泛指用口布折叠成的花鸟鱼虫等各式花样。多用于宴席，可美化台面。口布折花前，须洗净、熨平。

【餐巾花】 即"口布花"。

【筷子花】 指用筷子在餐桌上摆出的各种花形图案。

【布让】 宴席上主人为客人敬菜劝餐的礼节。一般由主人将菜肴或夹或舀至客人碗、碟中，请客人品尝。有时也有主人吩咐由晚辈等代为布让的做法。

【大件】 指整烤整制的珍重菜肴。有的宴席上大件时，须撤席换酒。参见"撤席换酒"。

【撤席换酒】 旧时正式宴席上大件菜肴时，须撤去已用的杯匙碟筷，撤去剩菜，另换新餐具，重新斟上酒，以示隆重。

烹饪原料

原料词释

【山珍海味】 烹饪原料。①泛指珍贵的烹饪原料。具体所指，或为山野和海中所产的较稀少、罕见的原料；或为各类“八珍”。民间有“山珍七件，海味八样”之说。②丰盛的菜肴。

【山珍海错】 烹饪原料。义同“山珍海味”。韦应物《韦江州集·长安道》诗：“山珍海错弃藩篱，烹犊炮羔如折葵。”

【水陆之珍】 烹饪原料。义同“山珍海味”。指水中和陆上所产的珍贵烹饪原料。《晋书·石崇》：“丝竹尽当时之选，庖膳穷水陆之珍。”

【山肴野蔌】 烹饪原料。野味和野菜。也包含有俭朴、清贫的意思。欧阳修《醉翁亭记》：“山肴野蔌，杂然而前陈者，太守宴也。”

【野味】 ①烹饪原料。指经猎取获得的可供作烹饪原料的野生鸟兽。如野鸡、野鸭、野猪等，或指一切野生的可供作烹饪原料的动物。②野生的可供作烹饪原料的动物烹制的菜肴。参见“海鲜”。

【海味】 烹饪原料。①指海产的海参、鱼翅、牡蛎、蛤蜊以及海鱼等。因内地难得，故常视为珍品。《南齐书·虞悰传》：“悰治家富殖……虽在南土，而会稽海味无不毕致焉。”②指海产原料的干制品。

【海错】 烹饪原料。海产原料的概称。《尚书·禹贡》：“厥贡盐绨，海物惟错。”苏轼《苏文忠诗合注·丁公默送蜡蜂》诗：“蜜珍海错闻名久，怪雨腥风入坐寒。”②特指海产的珍、稀烹饪原料。如：鱼翅；鱼肚；海参；鲍鱼。

【海鲜】 烹饪原料。海产烹饪原料中的鲜品。《宋诗钞》陈造《江湖长翁诗钞·闻师文过钱塘》诗：“海鲜常入笋，雨鹊定随人。”《都城纪胜》：“自大内和宁门外新路南北，早间珠玉珍异及花果、时新、海鲜、野味、奇器天下所无者，悉集于此。”

【海货】 烹饪原料。海产。《文苑英华》唐卢纶《送何召下第后归蜀》：“水程通海货，地利杂吴风。”

【海食】 烹饪原料。海产。《晏子春秋》：“于是废公阜之游，止海食之献。”

【海物】 烹饪原料。海产。《尚书·禹贡》：“厥贡盐绨，海物惟错。”《文选》陆机《齐讴行》：“海物错方类；陆产尚千名。”

【水羞】 烹饪原料。水产动植物原料的概称。王融《谢司徒赐紫鲚启》：“东越水羞，实罄乘时之美。”

【水族】 烹饪原料。水产动物原料的概称。杨衒之《洛阳伽蓝记》：“里三千余家，自立巷市，所卖口味，多是水族，时人谓为鱼鳖市。”

【水产】 烹饪原料。水产烹饪原料的概称。张华《博物志》：“东南之人食水产，西北之人食陆畜。水产者，龟、蛤、螺、蚌，以为珍味，不觉其腥臊也。”

【八珍】 烹饪原料。源于《周礼·天官·膳夫》：“珍用八物”一语。原注：“珍谓淳熬、淳母、炮豚、炮牂、捣珍、渍、熬、肝脊也。”

【迤北八珍】 也称“蒙古八珍”、“北八珍”。烹饪原料。陶宗仪《辍耕录》谓，迤北八珍为：醍醐、麈沆、野驼蹄、鹿唇、驼乳糜、天鹅炙、紫玉浆、玄玉浆。此八珍均为蒙古大汗每年六月三日驻马宴、八月马奶宴上御膳所用，也为蒙古大汗赐左右大臣的一种荣典。

【蒙古八珍】 即“迤北八珍”。

【北八珍】 即“迤北八珍”。

【海味八样】 烹饪原料。指鱼翅、海参、鱼肚、淡菜、干贝、鱼唇、鲍鱼、鱿鱼。

【山珍七件】 烹饪原料。指熊掌、象鼻、鹿筋、驼峰、燕窝、竹荪、猴头蘑。参见“海味八样”。

【动物八珍】 烹饪原料。俗指象鼻、猩唇、熊掌、鹿尾、驼峰、猴脑、豹胎、燕窝。参见“海味八样”。

【植物四珍】 烹饪原料。指竹荪、香菇、猴头蘑、银耳。参见“海味八样”。

【八鲜】 烹饪原料。清代江南一带对八种时鲜原料的概称。李斗《扬州画舫录》：“坝上设八鲜行。八鲜者，菱、藕、芋、柿、虾、蟹、蚌蛤、萝卜。”

【水八鲜】 烹饪原料。江南一带对8种水生时鲜原料的概称。指藕、菱、茭白、虾、蟹、野鸭、鸡头米、水芋。

【土八鲜】 烹饪原料。江南一带对8种土生时鲜原料的概称。指花椰菜、莴苣、笋、苋菜、茭儿菜、嫩蚕豆、蒜苗、萝卜。

【江汉三鲜】 烹饪原料。湖北江汉平原一带有立夏

尝三鲜的习俗，即“水三鲜”、“林三鲜”、“地三鲜”。

【水三鲜】 烹饪原料。江汉三鲜之一。指鲥鱼、河豚、白虾。

【林三鲜】 烹饪原料。江汉三鲜之一。指樱桃、枇杷、杏。

【地三鲜】 烹饪原料。江汉三鲜之一。指苋菜、黄瓜、蚕豆。

【庐山三石】 烹饪原料。指江西庐山所产的3种珍贵烹饪原料：石鸡、石鱼、石耳。

【北味四大名肴】 烹饪原料。指东北地区的4种特产珍贵烹饪原料：犴鼻、飞龙、熊掌、猴头菇。

【林区五美味】 烹饪原料。指东北黑龙江林区所产的5种珍贵烹饪原料：飞龙、蛤士蟆、犴鼻、鹿尾、熊掌。

【闽西八大干】 烹饪原料。指福建西部山区所产的8种干制土特产：连城地瓜干、武平猪胆干、明溪肉脯干、宁化老鼠干、上杭萝卜干、永定菜干、宁化辣椒干、长汀豆腐干。

【泰安三美】 烹饪原料。山东泰安地区俗称有三美：豆腐、白菜、水。

【五荤三厌】 烹饪原料。佛、道两家所忌食的原料。朱国祯《涌幢小品》谓，佛家忌五荤，道家忌三厌。三厌者，为天厌雁、地厌狗、水厌乌龟。参见“五辛”。

【五畜】 烹饪原料。五种饲养的牲畜。《素问·藏气法时论》：“五畜为益。”王冰注：“谓牛、羊、豕、鸡、犬也。”《云笈七籤》：“五畜肉者，马、牛、羊、猪、狗也。”

【六畜】 也称“六牲”、“六膳”。烹饪原料。古代对禽畜的概称。具体指“五畜”增“马”为六畜。《管子》：“养桑麻、育六畜也。”即牛、犬、猪、羊、鸡、马。

【六牲】 即“六畜”。

【六膳】 即“六畜”。

【六兽】 烹饪原料。古代指野生的兽类。《周礼·天官》：“庖人掌共(供)六畜、六兽、六禽，辨其名物。”郑司农注：六兽为麋、鹿、熊、麈、野豕、兔。

【六禽】 烹饪原料。古代对禽鸟类原料的概称。《周礼·天官·庖人》注谓为雁、鹑、鹅、雉、鸠、鸽。

【三鸟】 烹饪原料。广东一带对鸡、鸭、鹅3种家禽原料的概称。

【广东十大名鲜】 烹饪原料。指广东菜列为上等水产的原料，即鲟龙、鳊鱼、鲈鱼、嘉鱼、鳜鱼、石斑鱼、鳎鱼、明虾、响螺、蟹。

【水畜】 烹饪原料。鱼类的概称。陶朱公《养鱼经》：“夫治生之法有五，水畜第一。水畜者，鱼也。”

【水梭花】 烹饪原料。鱼。《东坡志林》：“僧谓酒为般若汤，谓鱼为水梭花……。”

【太湖三白】 烹饪原料。指江苏太湖中所产的白虾、白鱼、银鱼。

【松江三花】 烹饪原料。指松花江所产的鳌花(鳜鱼)、鲫花(鲫鱼)、鳊花(鳊鱼)。

主 配 料

动物性

【猪】 也称“豕”、“彘”、“豨”、“豚”、“豘”、“刚鬣”、“豭”、“豮豚”。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目猪科动物(Sus scrofa domestica)。我国驯养已达6000余年，现广有畜饲，品种甚多。除信仰伊斯兰教者外，广泛食用，约占我国肉食总消费量的89%左右。其肉经分档取料，宜于各种烹饪加工和各种烹调方法，适于任何调味，并可加工成火腿、香肠等多种肉制品。其头、尾、皮、筋、血、骨以及脏器等，均可供食。我国以猪肉等制作的菜肴、小吃等食品不可胜数。中医认为猪肉味甘咸，性平，可滋阴润燥。

【豕】 即“猪”。《方言》谓关东、关西称猪为豕。

【彘(zhì至)】 即“猪”。《方言》谓关东、关西称猪为彘。《纂文》谓河南称猪为彘。《本草纲目》谓母猪为彘。

【豨(xī西)】 即“猪”。《方言》谓南楚称猪为豨。《本草纲目》谓猪三月为豨。

【豚(tún屯)】 即“猪”。《周礼》：“春行羔豚”。《本草纲目》谓猪之子为豚。

【豘(tún屯)】 即“猪”。《世说新语》：“武帝尝降王武子家……食蒸豘，肥美异于常味。”

【刚鬣】 即“猪”。《礼记》：“豕曰刚鬣。”

【豭(jiā家)】 即“猪”。《方言》谓燕、朝鲜之间称猪为豭，或作“豭豚”。《本草纲目》：“牡(猪)曰豭。”

【豭豚】 即“猪”。《礼记》：“凡宗庙之器，其名者，成则劈之以豭豚。”

【豝(bā巴)】 烹饪原料。母猪。《本草纲目》：“牝(猪)曰彘曰豝。”《纂文》谓渔阳以大猪为豝。

【豜(jiān煎)】 烹饪原料。三岁的猪。《诗经》：“言私其豵，献豜于公。”传：“豕，一岁曰豵，三岁曰豜。”

【豵(zōng宗)】 烹饪原料。一岁的猪。《诗经》：“彼茁者蓬，壹发五豵。”传：“一岁曰豵。”参见“豜”。

【阉猪】 烹饪原料。阉割过的猪。

【豶(fén坟)】 烹饪原料。阉割过的公猪。《易经》：“豶豕之牙，吉。”

【乳猪】 也称“豯”、“豰”。烹饪原料。5～7.5千克的小猪。肉质细嫩，多用于烧烤。广东菜有片皮烤乳猪等。烤制的乳猪也可切块或片，用于菜肴原料。

【豯(xī西)】 即“乳猪”。《方言》：“猪……其子或谓之豚，或谓之豯。”

【豰(bāo雹)】 即“乳猪”。《说文》：“豰，小豚也。”

【牛】 也称“太牢”、“牺牛”。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目牛科动物，有“黄牛”、“水牛”、“牦牛”之分。其肉为我国广泛食用的肉食之一，为清真菜系所常备。宜于各

种烹饪加工和各种烹调方法，适于任何调味，并可经腌、干等法制成多种肉制品。其头、尾、筋及脏器等均可食用。以牛肉等制成的菜肴、小吃等食品很多。一般牛肉含蛋白质17～20%左右，高于猪肉(9.5%)。中医认为牛肉味甘，性平，可补脾胃、益气血、强筋骨。

【太牢】 即"牛"。《大戴礼》："诸侯之祭，牛曰太牢。"

【牺牛】 即"牛。《礼记》："天子以牺牛。"

【一元大武】 烹饪原料。古时祭祀所用的牛。《礼记》："凡祭宗庙之礼，牛曰一元大武。"注："元，头也。武，迹也。"

【牺】 烹饪原料。古时祭祀所用的纯色牛。《书经》传："(牛)色纯曰牺。"

【黄牛】 烹饪原料。牛的一种(Bos taurus domesticus)。肉质较致密坚实，食用胜于水牛，尤以肉用牛为佳，为烹饪中所多用。据《韩氏医通》："黄牛肉，补气，与绵黄芪同功。"

【水牛】 烹饪原料。牛的一种(Bubalus bubalus)。肉呈暗深红色，粗疏松弛，不易煮烂，味也较逊。据《滇南本草》："水牛肉，能安胎补血。"

【牦牛】 也称"旄牛"、"童牛"、"牸牛"、"犛"、"氂牛"、"懒牛"、"猫牛"。俗称"猪声牛"。烹饪原料。牛的一种(Bos gruniens)。我国特产，主要分布于青藏高原及川西、甘南等地。肉呈鲜红色，质地致密细嫩，鲜美优于黄牛。自古食用，《吕氏春秋》："肉之美者，牦象之约。"《医林纂要》："牦牛，甘，温。功用略同牛肉。"

【旄牛】 即"牦牛"。《山海经》："有兽焉，其状如牛，而四节生毛，名曰旄牛。"《后汉书·西南夷传》："有牦牛，无角，一名童牛，肉重千斤……。"

【童牛】 即"牦牛"。参见"旄牛"。

【牸(zuò作)牛】 即"牦牛"。《山海经》："小华之山，其兽多牸牛。"注："吴任臣曰，牸牛即犛牛也。"

【犛(máo矛)】 即"牦牛"。《山海经》："荆山，……其中多犛牛。"注：旄牛属黑色，出西南徼外也。"

【氂(máo矛)牛】 即"牦牛"。《汉书》："杀一氂牛，以为俎豆牢具。"颜师古注："西南夷长尾髦之牛也。"

【懒(liè列)牛】 即"牦牛"。《尔雅》注："懒牛，旄牛也，髀膝尾皆有长毛。"

【猫牛】 即"牦牛"。《汉书》颜师古注："犛牛即今之猫牛者也。"

【猪声牛】 "牦牛"的俗称。因其鸣声如猪，故名。

【奶牛】 也称"乳牛"。烹饪原料。专门饲以产奶的母牛。其肉也供食用，肉质因种而不同。

【乳牛】 即"奶牛"。

【肉牛】 也称"菜牛"。烹饪原料。专供食用而饲养的牛。肉呈深红色，质地较软，结缔组织少，肉味鲜美。

【菜牛】 即"肉牛"。

【阉牛】 也称"犗"、"犍"、"宦牛"。烹饪原料。阉割过的牛。阉牛肉质细嫩肥美，优于一般牛肉。

【犗(jiè介)】 即"阉牛"。《庄子》："任公子为大钩、巨缁，五十犗以为饵。"释文："犗，犍牛也。"《说文》："犗，骟牛也。"

【犍(jiān尖)】 即"阉牛"。《说文》："犍，犗牛也。"参见"犗"。

【宦牛】 即"阉牛"。见《肘后经》。

【犊】 俗称"牛犊"、"牛仔"。烹饪原料。指从出生到断乳(约6个月)的小牛。也泛指1岁以内的牛。肉呈淡玫瑰色，细软柔嫩，含脂肪少，营养不及成年牛，滋味清淡，宜烤制。古已食用，《礼记》："天子适诸侯，诸侯膳以犊。"

【牛犊】 "犊"的俗称。

【牛仔】 南方一带对"犊"的俗称。

【羊】 也称"少牢"、"柔毛"。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目牛科动物。我国广有畜养，概分"绵羊"、"山羊"两大类，有同羊、寒羊、湖羊、藏羊、蒙古羊等地方种。肉质鲜嫩肥美，宜于多种烹饪加工和各种烹调方法，适于任何调味，菜品、小吃很多，为清真菜的基本原料，名菜如烤全羊、涮羊肉等，可供作全羊席，又可干、腊、卤制。其头、蹄、筋、血及脏器均可供馔。营养价值低于牛肉，与猪肉相近。中医认为羊肉味甘，性温，可益气补虚、温中暖下。有些品种羶味较重，烹调时须作去羶处理。

【少牢】 即"羊"。原指祭祀燕享单用羊、猪、为少牢。后专指羊为少牢。见《大戴礼》。

【柔毛】 即"羊"。《礼记》："凡祭宗庙之礼，……羊曰柔毛。"

【羖(gǔ古)】 烹饪原料。①公羊。②母黑羊。《尔雅》："牝羖。"疏："黑羊牝者名羖。"

【羝(dī滴)】 烹饪原料。公羊。《诗经》："取羝以軷。"传："羝羊，牡羊也。"

【米罕】 烹饪原料。羊肉。关汉卿《哭存孝》："米罕整斤吞。"

【米哈】 烹饪原料。羊肉。《射柳蕤丸记》："好米哈吃上几块。"

【绵羊】 烹饪原料。羊的一种(Ovis aries)。肉质坚实，色暗红，纤维细而较软，肌间脂肪少，羶味小，某些种(如藏羊)几乎无羶味，是上等的肉用羊。

【山羊】 羊的一种(Capra hircus)。肉质不及绵羊坚实，色淡暗红色，肉及脂肪均有明显的羶味。

【羯(jié节)羊】 俗称"阉羊。"烹饪原料。阉割过的羊。《急就篇》注："羖之犗者为羯，谓剧之也。"其肉质肥美，优于一般羊。

【阉羊】 "羯羊"的俗称。

【站羊】 也称"栈羊"。烹饪原料。将羊关在仅容其站着的圈或笼里，不能走动，加料精养而育肥，称为站羊。此种羊肉质肥嫩。陕西菜清蒸羊肉即用此羊肉制成。

【栈羊】 即"站羊"。陈师道《送晁无咎出守蒲中》："圣世急才常患少，栈羊筛酒待公归。"

【羔】 烹饪原料。小羊。《诗经》："羔羊之皮，素丝五紽。"传："小曰羔，大曰羊。"羔肉细嫩，鲜美胜于大羊，是烹饪原料的佳品。

【羜(zhù住)】 烹饪原料。5个月的羊。《说文》："五月生羔也。"

【狗】 也称"犬"、"羹献"、"地羊"。烹饪原料。属哺乳纲食肉目犬科动物(Canis familiaris)。我国自古食用。因其肉具土腥味，故入烹前须经泡浸或略予腌渍，予以去除。宜于烧、煮、煨、炖、焖等长时间加热的烹调方法。名菜有广东的上豉焖狗肉、四川的辣子狗肉、湖南的红煨狗肉等。也可腌、干、熏、腊，名食品有江苏的沛县狗肉、安徽宿县的岳毛狗肉、海南儋县的那大狗肉、广西关岭的花江狗肉、河南的试量集狗肉以及广东雷州的白切狗、吉林延吉的狗肉汤等。浙江兰溪以之腌制"戎腿"，江苏如皋等地已生产狗肉罐头。中医认为狗肉味咸，性温，可补中益气、温肾助阳。但狗肉横纹肌易寄生旋毛虫幼虫，必须煮熟煮透始可供食。疯狗肉、死狗肉严禁食用。

【犬】 即"狗"。《礼记·曲礼》疏："然通而言之，狗、犬通名，若分而言之，则大者为犬，小者为狗。"

【羹献】 即"狗"。《礼记·曲礼》："凡祭宗庙之礼……犬曰羹献。"

【地羊】 即"狗"。《本草纲目》："齐人名地羊。"

【善狗】 烹饪原料。阉割过的狗。其肉质较一般狗肉为肥美。

【乳狗】 也称"童狗"。指刚生不久至1岁左右的狗。肉质细嫩。广东深圳有名食沙井炖乳狗；陕西菜有金葱炖童狗。广东连县还以整只乳狗制成腊狗肉，肉香美而皮爽脆，被视为珍贵礼品。

【童狗】 即"乳狗。"

【香肉】 烹饪原料。狗肉。

【家兔】 也称"明视"、"兔"、"鼨"。俗称"百味肉"。烹饪原料。属哺乳纲兔形目兔科动物(Oryctolagus cuniculus domesticus)。肉质细腻，纤维细而松软，含脂肪少，有美容肉、保健肉之称。宜于多种烹调方法，也可腌、干、卤制。肉具腥臊气，加工时应去尽脊骨、生殖器官及各种腺体，漂净毛、血，入烹时须用重油。名菜有湖南的丝盐兔片、麻辣兔丁；天津的扒兔肉等。名食品有河南开封长春轩的五香兔肉。中医认为其肉味甘，性凉，可补中益气、凉血解毒。

【明视】 即"兔"。《礼记》："兔曰明视。"

【兔(nóu)】 即"兔"。《尔雅·释兽》："兔子媻。"注：江东叫兔子为鼨，或作兔。

【鼨(nòu)】 即"兔"。《集韵》："江东呼兔子为鼨。"

【百味肉】 "家兔"的俗称。因其配鸡有鸡味，配鱼有鱼味，配什么料有什么料的味，故名。

【驴】 也称"骡"、"卫"。俗称"尕驴"。烹饪原料。属哺乳纲奇蹄目马科动物(Equus asinus)。肉味较牛肉香美，有"天上龙肉，地下驴肉"之说。通常为民间食用，偶作冷盘。宜于烧、煮、炖、烩等较长时间加热的烹调方法，以卤制、酱制为常见。名食有江苏连云港的当路驴肉；陕西凤翔的腊驴肉；山东蓬莱的汤驴肉、宁津的保店驴肉；天津的曹记驴肉等，肚杂也可加工食用。中医认为驴肉味甘酸，性平，可补血益气，治劳损，风眩，心烦。因驴、马、骡肉易传播鼻疽病，国家商业部门规定"骡马驴肉不准鲜销"，烹饪应用时须予注意。

【骡(méng蒙)】 即"驴"。《昌黎集》："以我骡去。"《唐韵》驴子曰骡。

【卫】 即"驴"。《云溪友议》："乘牝卫，薄游上蔡。"《焦氏笔乘》："卫地出驴，则名驴曰卫。"

【尕(gǎ)驴】 西北一些地区对"驴"的俗称。

【骡】 烹饪原料。属哺乳纲奇蹄目马科动物，分为"马骡"(Equus asinus × E. caballus，也称"赢")和"驴骡"(E. caballus × E. asinus，也称"駃騠")两种。民间有"香骡肉，臭马肉"之说。肉质和烹饪应用均同驴肉，参见"驴"。中医认为骡肉味辛苦，性温。

【赢(luó罗)】 即"马骡"。《楚辞》注："马母驴父，生子曰赢。"

【駃騠(juē tí决提)】 即"驴骡"。《史记·邹阳传》："(燕王)食以駃騠。"索隐："《字林》云：马父赢子，北狄之良马也。"

【马】 烹饪原料。属哺乳纲奇蹄目马科动物(Eguus caballus orientalis)。古已供食，有马醢、腊马肉和马脯等。肉质较粗松，烹饪应用同驴肉，参见"驴"。名食有内蒙呼和浩特的车架刀片五香马肉；广西桂林的马肉米粉等。马肉含蛋白质21.5%，脂肪6%，碳水化合物0.8%，为高蛋白、低脂肪肉食。中医认为马肉味甘酸，性寒，可舒筋、活血、壮腰、补肾。医学研究认为马肉具有扩张血管、促进血循、降低血压等功效。70年代起肉马饲养在一些国家已有发展。马肉有异味，烹调时除加一般香料外，还可加砂仁、豆蔻、陈皮等予以矫除。

【猫】 也称"乌圆"。烹饪原料。属哺乳纲食肉目猫科动物(Felis domestica)。广东、广西常食。肉质近似兔肉，宜于炖、烩、煲。广东菜有生烩老猫公、清炖老猫等。一般以老猫入烹为佳。中医认为猫肉味甘酸，性温，可治虚痨、风湿痹痛、瘰疬恶疮等。

【乌圆】 即"猫"。《本草纲目》引《格古要论》："(猫)一名乌圆。"

【骆驼】 也称"橐驼"、"驼驼"。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目骆驼科动物(Camelus bactrinus)。肉质粗韧，北方民间有食用，宜于炖、烩。其驼峰、驼蹄均属八珍，为珍贵烹饪原料。中医认为其肉味甘，性温，可益气血、壮筋力。

【橐(tuó驼)驼】 即"骆驼"。《本草纲目》："驼能负囊橐，故名。"

【驼(tūo托)驼】 即"骆驼"。扬雄《方言》："凡以驴、

马、驼载物者谓之负也。”

【鸡】 也称“烛夜”、“蜀”、“翰音”、“钻篱菜”。烹饪原料。属鸟纲鸡形目雉科动物(Gallus domestica)。良种很多,肉味鲜美,为中国烹饪运用最广泛、最充分的原料之一。老鸡、仔鸡、雌鸡、雄鸡、阉鸡各有所用;鸡脑、鸡舌、鸡翼、鸡跖、鸡内脏,均可入烹。可主可配,可作任何加工,宜于任何烹调方法,适应任何调味。大菜小吃,热馔凉盘,无不适用;还可以吊汤;并能腌、风、糟、卤,以供久贮或远携。所提供的菜式、菜品极多,为宴席所必选,为家常所习用。营养价值较好,含蛋白质21%左右,常用于滋补、食疗。中医认为其味甘,性温,可温中、益气、补精、添髓。烹饪应用有“仔鸡”、“新鸡”、“老鸡”、“公鸡”、“母鸡”、“阉鸡”之分。

【烛夜】 即“鸡”。见《古今注》。

【蜀】 即“鸡”。《广志》谓鸡“大者曰蜀”。

【翰音】 即“鸡”。《礼记·曲礼》:“凡祭宗庙之礼……鸡曰翰音。”

【钻篱菜】 佛家对鸡的称呼。《东坡志林》:“僧谓……鸡为钻篱菜。”

【仔鸡】 也称“荆”、“笋鸡”、“雏鸡”。俗称“童子鸡”。烹饪原料。肉质较一般鸡为细嫩,常用于快速加热成菜,宜炒、炸、熘、煎等烹调方法。脯肉多用作鸡片、鸡丝、鸡丁原料。各地判定仔鸡标准不一,一般为不足1年、不过500克、雌未生蛋、雄未打鸣者为仔鸡。

【荆】 即“仔鸡”。《广志》谓鸡“小者曰荆”。

【笋鸡】 即“仔鸡”。

【雏鸡】 即“仔鸡”。

【童子鸡】 江浙一带对“仔鸡”的俗称。

【鸡项】 烹饪原料。广东对即将生蛋的母鸡的俗称。鸡项为白斩鸡的最佳原料。

【鸡姑】 烹饪原料。广东潮州对将要下蛋的小母鸡的俗称。

【新鸡】 烹饪原料。1~2年间的鸡。肉质较嫩,供出肉后加工成丁、片、丝等,宜于爆、炒、熘以及汆、涮等烹调方法。用作凉盘,风味尤佳,且宜选作风鸡原料。

【老鸡】 烹饪原料。2年以上的鸡。肉质较老,宜于较长时间加热的烹调方法,如炖、煮、焖、煨等,或作卤味,最宜炖汤。老母鸡常选作滋补食品。

【公鸡】 烹饪原料。也称“鸡男”、“雄鸡”。俗称“鸡公”。肉质较母鸡略粗,常用于红烧、卤制、风制等。

【鸡男】 即“公鸡”。参见“火灵库”。

【雄鸡】 即“公鸡”。

【鸡公】 广东一带对“公鸡”的俗称。

【火灵库】 烹饪原料。经特别饲养,食后具有促性作用的公鸡。《清异录》:“昌黎公愈晚年,颇亲脂粉。故事:服食用硫磺末搅粥饭啖鸡男,不使交,千日烹庖,名火灵库。公间日进一只焉。”

【母鸡】 也称“雌鸡”。俗称“鸡婆”。烹饪原料。肉质较细,宜于作汤或整只炖食,民间视为滋补食品,适宜于病后、产后及身体虚弱者。

【雌鸡】 即“母鸡”。

【鸡婆】 广东一带对“母鸡”的俗称。

【阉鸡】 也称“镦鸡”。烹饪原料。阉割过的鸡。肉质较一般鸡为肥美。

【镦(duī堆)鸡】 即“阉鸡”。见《肘后经》。

【鸭】 也称“鹜”、“舒凫”、“鸨鸸”、“匹”、“青头鸡”。烹饪原料。属鸟纲雁形目鸭科动物(Anas domestica)。良种较多,肉味鲜美,宜于多种烹饪加工和调味,可制多种菜品、菜式,为宴席所常选。其舌、血、掌、翅、胰、肠、肫等均可入烹制成名肴;又可腌、腊、烧、烤,名产有板鸭、烤鸭、烧鸭、酱鸭、琵琶鸭、熏鸭、卤鸭等。民间历来视为滋补食品,中医认为其肉味甘咸,性平,可滋阴养胃、利水消肿。

【鹜(wù务)】 即“鸭”。《左传》:“公膳日双鸡,饔人窃更之以鹜。”《本草纲目》:“藏器曰:尸子云,野鸭为凫,家鸭为鹜。”

【舒凫】 即“鸭”。《本草纲目》:“鸭舒缓不能飞,故曰舒凫。”

【鸨鸸(mò pí末匹)】 即“鸭”。《本草纲目》:“《曲礼》云,庶人执匹。匹双鹜也。匹夫卑末,故《广雅》谓鸭为鸨鸸”。

【匹】 即“鸭”。《礼记·曲礼》:“庶人之挚匹。”匹、鹜相通。

【青头鸡】 即“鸭”。《世语》:“青头鸡者,鸭也。”

【填鸭】 烹饪原料。也称“北京鸭”。因采取强制压食法以催肥,故名。

【北京鸭】 即“填鸭”。

【番鸭】 也称“洋鸭”、“麝香鸭”、“旱鸭”。俗称“瘤头鸭”。烹饪原料。属鸟纲雁形目鸭科动物(Cairina moschata)。原产美洲,引进我国已200多年。肉质松厚,食用加工方法同“鸭”。含蛋白质32%,脂肪7%左右,优于鹅、鸭,属高蛋白、低脂肪食品。《本草纲目拾遗》谓其可“助阳道,健腰膝,补命门,暖水脏。”其与家鸭杂交种称“骡鸭”,肉更鲜美。

【洋鸭】 即“番鸭”。

【麝香鸭】 即“番鸭”。

【旱鸭】 即“番鸭”。

【瘤头鸭】 “番鸭”的俗称。因其面部有不规则的肉瘤,故名。

【骡鸭】 也称“泥鸭”。俗称“半番”。烹饪原料。番鸭与家鸭的杂交种。体重可达3~4千克,肉味较“番鸭”更鲜美。

【泥鸭】 即“骡鸭”。

【半番】 “骡鸭”的俗称。

【鹅】 烹饪原料。属鸟纲雁形目鸭科动物(Anser domestica)。肉质较鸭为老韧,宜于焖、炒、蒸、炖、熬、

炸、煎、卤，并宜烧、烤、腌、腊。名菜有浙江的扣鹅、花椒鹅，广东的脆皮烧鹅、焦蒸鹅肉等。鹅掌、鹅肝尤为珍贵。中医认为其肉味甘，性平，可益气补虚、和胃止渴。

【瓮鹅】 烹饪原料。浙江民间有此。取羽毛尚未丰满的幼鹅，遍体涂油（使之不生毛羽），装入小口瓮中，按时喂食给水。瓮底凿一孔以除粪，待鹅长大至体贴瓮壁时，破瓮取之入烹。其肉肥美鲜嫩，优于常鹅。以之制成冷荤，配"臼笋"，为温州、瑞安一带名食。

【家鸽】 也称"飞奴"。烹饪原料。属鸟纲鸽形目鸠鸽科动物（Columba livia domestica）。较鸡、鸭肉细嫩，"肉鸽"更为肥美，"乳鸽"尤佳，属高档原料之一。宜于多种烹调方法，适于任何调味。名菜很多，如云南的红烧鸽脯、炸鸽排；淮扬的炒鸽松、云腿鸽子汤；四川的蒜泥鸽片、红油全鸽；湖南的香瓜鸽盅、五元蒸鸽等。鸽肉含粗蛋白22.14%，脂肪则仅含1%，属高蛋白、低脂肪食品。中医认为其肉味咸，性平，可滋肾益气、去风解毒。

【飞奴】 即"家鸽"。《本草纲目》："张九龄以鸽传书，目为飞奴。"

【肉鸽】 也称"菜鸽"、"食鸽"、"餐鸽"、"地鸽"、"鸡鸽"。烹饪原料。体大而重，可达0.8～1.5千克，肉质细嫩肥美，为宴席佳品。我国古已饲养，《南越笔记》载"体大而只能行走，不能高飞"者，即指此鸽。名种有广东的石歧鸽等。肉鸽繁殖快，年可达10窝。含蛋白质高而含脂肪、胆固醇低，属优质肉食之一，且具有滋阴补阳、舒心养血、补气健身的功用。近年我国肉鸽饲养发展较快，上海、北京、西安等地均已建立肉鸽场。

【菜鸽】 即"肉鸽"。因其专供制作菜肴应用，故名。

【食鸽】 即"肉鸽"。因饲养此鸽专供食用，故名。

【餐鸽】 即"肉鸽"。

【地鸽】 即"肉鸽"。因此鸽体重，不善飞翔，常在地上行走，故名。

【鸡鸽】 即"肉鸽"。

【乳鸽】 烹饪原料。指出壳后28天左右、羽毛尚未长齐的肉鸽。肉质尤细嫩，常用于宴席，为珍贵烹饪原料。

【鹌鹑】 也称"循"、"赤喉鹑"、"红面鹌鹑"。俗称"秃尾巴鸟"、"稻鸡"。烹饪原料。属鸟纲鸡形目雉科动物（Coturnix coturnix）。我国现广泛饲养。肉质细嫩，滋味香美，有"天上的飞禽，香不过鹌鹑"之说。自古食用，宋代有"炙鹌子脯"、"益鹌子羹"等。宜于多种加工和多种烹调方法，可供制多种菜品、小吃。中医认为其肉味甘，性平，可补五脏、益中续气、实筋骨、耐寒暑、消结热。


鹌鹑

【循】 即"鹌鹑"。见《禽经》注。

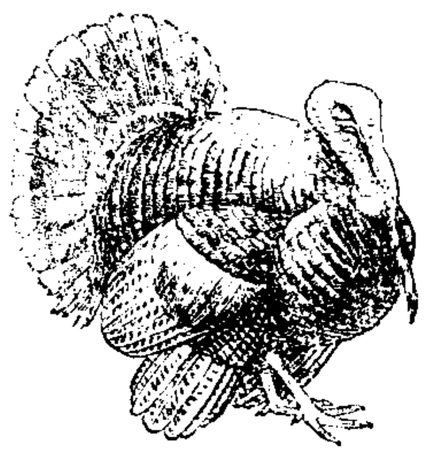
【赤喉鹑】 即"鹌鹑"。

【红面鹌鹑】 即"鹌鹑"。

【秃尾巴鸟】 "鹌鹑"的俗称。

【稻鸡】 "鹌鹑"的俗称。

【火鸡】 也称"吐绶鸡"、"吐绶鸟"、"避株"、"孝鸟"、"真珠鸡"、"七面鸡"、"鹔"、"吐锦鸡"、"锦囊"。烹饪原料。属鸟纲鸡形目吐绶鸡科动物（Meleagris galloparo）。我国自古有产，后饲作观赏鸟。近200年来已作肉用禽饲养，但不普遍。肉质较粗，有酸味，经冷冻后入烹，味始鲜美。宜于烤、炸、烹、熏、炒、熘等。含蛋白质21%，脂肪近23%，胆固醇低于所有的家禽，而且胴体屠宰率达80～82%，是较好的肉用禽之一。


吐绶鸡

【吐绶鸡】 "火鸡"的动物学名称。

【吐绶鸟】 即"火鸡"。《荆州记》："鱼复县有鸟，时吐物长数寸，丹朱彪炳，形色类绫，因名吐绶鸟。"

【避株】 即"火鸡"。《本草纲目》："此鸟生亦反哺，行则避草木，故《禽经》谓之避株，《食物本草》谓之'吐锦鸡'，《古今注》谓之'锦囊'，《蔡氏诗话》谓之'真珠鸡'，《倦游录》谓之'孝鸟'……。"

【孝鸟】 见"避株"。

【吐锦鸡】 见"避株"。

【锦囊】 见"避株"。

【真珠鸡】 见"避株"。

【鹔（yì抑）】 即"火鸡"。《诗经》："邛有旨鹔。"

【七面鸡】 即"火鸡"。因其喉下肉垂及头部肉瘤颜色多变，故名。

【刺猬】 也称"彙"、"蝟鼠"。俗称"偷瓜獾"、"刺球子"。烹饪原料。属哺乳纲食虫目猬科动物（Erinaceus europaeus）。分布于北方、长江流域以及浙、闽等地。野味之一，肉味鲜美。烹调方法同一般肉类。山东民间有泥烤法。中医认为其肉味甘，性平。孟诜《食疗本草》："炙食，肥下焦，理胃气，令人能食。"

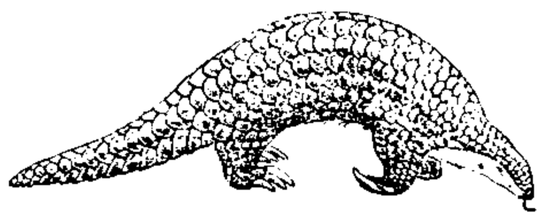
【彙（huì汇）】 即"刺猬"。《本草纲目》："按《说文》彙字篆文象形，头足似鼠，故有鼠名。"

【蝟鼠】 即"刺猬"。或作猬鼠。宗奭《本草衍义》："蝟皮治胃逆，开胃气有功，其字从虫、从胃，深有理焉。"

【偷瓜獾】 "刺猬"的俗称。

【刺球子】 "刺猬"的俗称。

【穿山甲】 也称"鲮鲤"、"石鲮"。俗称"钱鳞甲"。烹饪原料。属哺乳纲鳞甲目穿山甲科动物（Manis pentadactyla）。产于南方。肉质粗中带韧，宜于煲、焖，


穿山甲

也可炒制。广西菜有红扣山甲;广东菜有北芪虫草炖山甲、瓦罅焗穿山甲等。现为国家三类保护动物,广东省政府明文禁止捕食。中医认为其肉味甘涩,性温,有毒,可杀虫、行血、攻坚散瘀。

【鲮鲤】 即"穿山甲"。《本草纲目》:"其形肖鲤,穴陵而居,故曰鲮鲤。"《图经本草》:"鲮鲤即今穿山甲也。"

【石鲮】 即"穿山甲"。《临海异物志》:"尾刺如三角菱,故谓石鲮。"

【钱鳞甲】 "穿山甲"的俗称。

【象】 烹饪原料。属哺乳纲长鼻目象科动物(Elephas maximus)。古时广布长江流域、黄河流域等广大地区。《吕氏春秋》:"肉之美者,旄象之约。"《尔雅翼》:"象肉肥腍,少类猪肉,味淡而含滑。"现仅云南有少量分布,属国家一类保护动物。中医认为其肉味甘淡,性平。

【熊】 烹饪原料。属哺乳纲食肉目熊科动物。有"黑熊"、"棕熊"两种,又各分4个亚种。肉质粗而肥美,烹调方法同一般肉类,吃口稍带甜味。因其肉含脂肪较多,烤食肉熟油香,风味尤佳。熊掌、熊白为珍贵的烹饪原料。吉林菜有红烧熊肉、陈皮熊肉、糟扒熊舌等。鄂伦春等族同胞喜食熊肉。中医认为熊肉味甘,性温,可补虚损、强筋骨。

【黑熊】 也称"憨罴"、"黑罴"。俗称"狗熊"、"黑瞎子"、"老爷子"、"登仓"、"狗驼子"。烹饪原料。属哺乳纲食肉目熊科动物(Selenarctos thibetanus)。我国大部分地区均有分布。烹调方法及利用参见"熊"。

【憨罴(jiā佳)】 即"黑熊"。郝懿行《尔雅义疏》:"今关东人呼为憨罴,声转如云'黑蝦'。"

【黑罴】 即"黑熊"。参见"憨罴"。

【狗熊】 "黑熊"的俗称。

【黑瞎子】 东北地区对"黑熊"的俗称。

【老爷子】 鄂伦春族人民对"黑熊"的尊称,因他们有崇拜熊的习俗。

【登仓】 "黑熊"的俗称。或作蹬仓。因其冬日躲在山洞中,故名。

【狗驼子】 "黑熊"的俗称。

【棕熊】 也称"羆"、罴熊"。俗称"马熊"、"人熊"、"哈熊"。烹饪原料。属哺乳纲食肉目熊科动物(Ursus arctos)。主要分布于东北、华北、西北及四川一带。烹调方法及利用参见"熊"。

【羆(pí皮)】 即"棕熊"。《尔雅·释兽》:"羆,如熊,黄白文。"注:"似熊而长头高脚,猛憨多力,能拔树木,关西呼曰'罴熊'。"

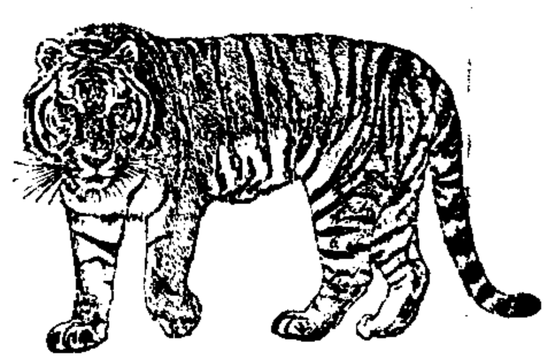
【罴熊】 即"棕熊"。参见"羆"。

【马熊】 "棕熊"的俗称。

【人熊】 "棕熊"的俗称。

【哈熊】 青海一带对"棕熊"的俗称。

【虎】 也称"乌𪍷"、"於菟"、"大虫"、"大灵"、"李耳"、"李父"、"𪍷𪍷"、"伯都"、"狸儿"。烹饪原料。属哺乳纲食肉目猫科动物(Felis tigris)。我国有6个亚种,分布于东北、新疆、华南等地。其肉纤维较粗,近似马肉,烹调方法同牛肉等。除偶然机会外,少见用作烹调原料。属国家保护动物。中医认为其肉味甘酸,性温,可补脾胃、益气力、壮筋骨。



东北虎

【乌𪍷(tú图)】 即"虎"。《玉篇》:"乌𪍷,即虎也。"

【於菟(wūtú乌图)】 即"虎"。《左传》:"楚人……谓虎於菟。"

【大虫】 即"虎"。干宝《搜神记》:"扶南王范寻养虎于山,有犯罪者,投与虎,不噬,乃宥之,故虎名大虫,亦名'大灵'。"

【大灵】 见"大虫"。

【李耳】 即"虎"。扬雄《方言》:"江淮南楚之间谓之李耳。"《本草纲目》:"李耳当作狸儿。……郭璞谓虎食物,值耳则止,故呼李耳……;应劭谓南郡李翁化为虎,故呼李耳。皆穿凿不经之言。"参见"狸儿"。

【李父】 即"虎"。扬雄《方言》:"陈魏之间,谓之李父。"

【𪍷𪍷(wūtú乌图)】 即"虎"。扬雄《方言》:"江淮南楚之间,……或谓之𪍷𪍷。"

【伯都】 即"虎"。扬雄《方言》:"自关东西谓之伯都。"

【狸儿】 即"虎"。《本草纲目》:"珍按:'李耳',当作狸儿,盖方音转狸为李,儿为耳也。今南人犹呼虎为猫,即此意也。"

【豹】 也称"程"、"失刺孙"、"金钱豹"。烹饪原料。属哺乳纲食肉目猫科动物(Felis pardus)。我国广有分布。古人食之。孟诜《食疗本草》:"豹肉令人志性粗豪,食之便觉,少顷消化乃定,久食亦然。"今广东用之,肉味鲜而滑,宜于炒、炖、煲、烩、炆等。中医认为其肉味甘酸,性温,可强筋骨,令人耐寒暑。

【程】 即"豹"。《梦溪笔谈》:"秦人谓豹为程,至今延州犹然。"

【失剌孙】 即"豹"。《本草纲目》:"东胡谓之失剌孙。"

【金钱豹】 豹的亚种之一。也为"豹"的俗称。

【豹胎】 烹饪原料。豹孕而未生的幼体。古时视为烹饪原料的八珍之一。《韩非子·喻老》:"象箸玉杯,必不羹菽藿,必旄象豹胎。"《晋书》:"厥肴伊何?龙肝豹胎。"今罕见食者。

【豹猫】 也称"貍"、"豹狸"、"钱猫"、"山猫"、"狸子"、"狸猫"。俗称"野猫"、"抓鸡虎"。烹饪原料。属哺乳纲食肉目猫科动物(Felis bengalensis)。除新疆等干旱地区外,广有分布。广东等地列为烹饪原料,食用

方法同“果子狸”。广东菜有菊花龙虎凤、龙虎凤大会；广西菜有红炆抓鸡虎等。中医认为其肉味甘，性平，可治肠风下血、痔漏、瘰疬等。苏颂《图经本草》谓用其肉“作羹臛，治痔及鼠瘘，不过三顿，甚妙。”

【貍(sì四)】 即“豹狸”。《尔雅·释兽》：“貔子，貍。”

【豹狸】 即“豹猫”。

【钱猫】 即“豹猫”。

【山猫】 即“豹猫”。

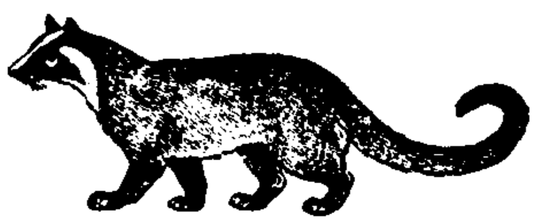
【狸子】 即“豹猫”。

【狸猫】 即“豹猫”。

【野猫】 “豹猫”的俗称。

【抓鸡虎】 广西一带对“豹猫”的俗称。

【果子狸】 也称“牛尾狸”、“玉面狸”、“花面狸”、“白额灵猫”、“青猺”、“白绵”、“白额”、“花白脸”。烹饪原料。属哺乳纲食肉目灵猫科动物(Payuma larvata)。古已食用，苏轼有《送牛尾狸与徐使君》诗。我国大部地区有分布，以广西等地为多。以之入菜，自河南往南地区均用之。肉质细嫩，味鲜香而少异味，为野味中之上乘，用于高档菜肴。宜于烩、焖、煎、炸、烧、扣等烹调方法，调味宜浓。菜式有广西的桂林腐乳扣果狸、鸳鸯扣果狸；广东的广肚拆烩果子狸、红烧果子狸；安徽的果子狸卷；河南的蜜汁一品果子狸等。南方作果子狸应用者还有豹狸、猪狸、狗狸、虎狸、香狸、七间狸、鼠狸等。以豹狸、果子狸风味最佳，七间狸、鼠狸为最次，且具有腥臊味。现果子狸已可以人工饲养。


果子狸

【牛尾狸】 即“果子狸”。《本草纲目》：“南方有白面而尾似牛者为牛尾狸，亦曰‘玉面狸’，专上树木食百果，冬月极肥，人多糟为珍品，大能醒酒。”

【玉面狸】 即“果子狸”。见“牛尾狸”。

【花面狸】 即“果子狸”。

【白额灵猫】 即“果子狸”。

【青猺】 即“果子狸”。

【白绵】 湖南土家族对“果子狸”的俗称。

【白额】 安徽一带对“果子狸”的俗称。因其前额有白斑，故名。

【花白脸】 云南民间对“果子狸”的俗称。

【香狸】 烹饪原料。为哺乳纲食肉目灵猫科动物。有两种：大灵猫(Viverra zibetha)，也称“九间狸”、“狐狸猫”、“金钱豹猫”，为国家三类保护动物；小灵猫(Viverricula indica)。两种均可分泌芳香物，称灵猫香，可作香料或供药用。可作果子狸食用。烹调方法及应用见“果子狸”。

【大灵猫】 烹饪原料。“香狸”的一种。

【九间狸】 “香狸”中的大灵猫的俗称。

【狐狸猫】 “香狸”中的大灵猫的俗称。

【金钱豹狸】 “香狸”中的大灵猫的俗称。

【小灵猫】 烹饪原料。“香狸”的一种。

【獾】 烹饪原料。属哺乳纲食肉目鼬科动物。有“猪獾”、“狗獾”、“山獾”之分。肉可供食。《吕氏春秋》：“肉之美者，獾獾之炙。”味近似狗肉，有土腥味，但经妥善处理后，细嫩甘美，或作果子狸食用。烹调方法同狗肉或果子狸。中医认为其肉味甘酸，性平，治水胀，补中益气。獾掌也可供食。


獾

【猪獾】 也称“沙獾”。俗称“猪狸”。烹饪原料。属哺乳纲食肉目鼬科动物(Arctonyx collaris)。食用方法参见“獾”。

【沙獾】 即“猪獾”。

【猪狸】 “猪獾”的俗称。

【狗獾】 烹饪原料。属哺乳纲食肉目鼬科动物(Meles meles)。食用方法参见“獾”。

【山獾】 也称“鼬獾”。俗称“白猄”、“猄子”。烹饪原料。属哺乳纲食肉目鼬科动物(Melogale moschata)。食用方法参见“獾”。

【鼬獾】 “山獾”的动物学名称。

【白猄】 “山獾”的俗称。

【猄子】 “山獾”的俗称。

【紫貂】 也称“栗鼠”、“松狗”、“黑貂”、“林貂”。烹饪原料。属哺乳纲食肉目鼬科动物(Martes zibellina)。紫貂为著名毛皮兽。肉质细嫩鲜美。烹饪加工如一般畜兽，但须割除其肛门两侧的臊腺(也称肛腺)。其肉含蛋白质22%。中医认为其肉味甘，性平。

【栗鼠】 即“紫貂”。《尔雅翼》：“此鼠好食栗及松皮，夷人呼为‘栗鼠’、‘松狗’。”

【松狗】 即“栗鼠”。参见“栗鼠”。

【黑貂】 即“紫貂”。

【林貂】 即“紫貂”。

【水獭】 俗称“獭猫”、“水毛子”。烹饪原料。属哺乳纲食肉目鼬科动物(Lutra lutra)。著名毛皮兽。我国广有分布。肉可食，宰杀去脏后，燎去细毛，刮洗净油腻、杂质，入开水锅中加红茶、蛋壳，汆透后再洗净供用。中医认为其肉味甘咸，性寒，可治虚劳骨蒸、血脉不行等症。

【獭猫】 “水獭”的俗称。

【水毛子】 “水獭”的俗称。

【狼】 烹饪原料。属哺乳纲食肉目犬科动物(Canis lupus)。我国广有分布，为畜牧业害兽。其肉近似狗肉，烹调方法也相同，但少供食用。古人多食。《本草纲目》：“古人多食狼肉，……故《内则》食狼去肠；《周礼》兽人冬献狼。”又谓“北方犹多喜食之”。中医认为其肉味咸，性温，可补五脏，厚肠胃。

【狐】 也称“龙狗”、“毛狗”。烹饪原料。属哺乳纲食

肉目犬科动物(Vulpes vulpes)。我国广有分布。古时食之。《礼记》:"食狐去首,为害人也。"《食医心镜》有"狐肉羹",用治惊病恍惚、语言错谬等症。今罕有食者。中医认为其肉味甘,性温,可补虚暖中、解疮毒。

【龙狗】 即"狐"。

【毛狗】 即"狐"。

【田鼠】 俗称"黑耗子"、"地猴"。烹饪原料。属哺乳纲啮齿目仓鼠科动物。我国有10余种,广有分布。在珠江三角洲一带为农家常菜,江苏等地农村也有捕食者。可红烧,也可以卤制或以蒜、豆豉、盐、糖等调味料腌后烤食。民间又用以和红枣、黑豆、炙姜炖汤服,可暖胃、护发。鼠肉较鸡、猪肉鲜美细嫩,还可以腌制,或干制久贮。福建西部名产八大干中有以田鼠制成的老鼠干。

【黑耗子】 "田鼠"的俗称。

【地猴】 福建一带对"田鼠"的俗称。

【家鼠】 也称"首鼠"、"鼹鼠"、"家鹿"。烹饪原料。属哺乳纲啮齿目鼠科鼠属动物。有多种,如褐家鼠(Rattus norvegicus)、黑家鼠(R.rattus rattus)、黄胸鼠(R. flavipectus)等,均可食用,古时用于食疗。《食疗本草》:"主小儿痫疾,腹大贪食者,可以黄泥裹烧之,细拣去骨,取肉和五味汁作羹食之。"《产书方》:"下乳汁,作臛与食。"烹调方法及应用参见"田鼠"。中医认为家鼠肉味甘,性平,可治虚劳羸瘦、臌胀、小儿疳积、烫伤、折伤等症。

【首鼠】 即"家鼠"。《史记》:"何为首鼠两端?"《埤雅》:"旧说鼠性疑,出穴多不果,故持两端谓之首鼠。"

【鼹(zhuī追)鼠】 即"家鼠"。《方言》:"宛野谓鼠为鼹。"

【家鹿】 即"家鼠"。《本草纲目》:"岭南人食而讳之,谓为家鹿。"

【鼢(fén坟)鼠】 也称"鼹鼠"、"犁鼠"。俗称"瞎老鼠"。烹饪原料。属哺乳纲啮齿目仓鼠科动物(Talpa micrura)。分布于东北、西北地区。肉质细嫩肥美,去皮及内脏洗净后,可供烤炙或炖食,烹调方法参见"田鼠"。我国古已食用。陶弘景《名医别录》:"鼹鼠在土中行,五月取令干,燔之。"中医认为其肉味咸,性寒,可解毒、理气、杀虫。

【鼹(yǎn掩)鼠】 "鼢鼠"的动物学名称。

【犁鼠】 即"鼢鼠"。《正字通》:"鼹似鼠而小……以其起地若耕名犁鼠,鼹则通称也。"

【瞎老鼠】 青海等地对"鼢鼠"的俗称。

【黄鼠】 也称"礼鼠"、"相鼠"、"拱鼠"、"鼹鼠"、"毗狸"、"貔狸"、"令邦"。俗称"大眼贼"、"地松鼠"。烹饪原料。属哺乳纲啮齿目松鼠科动物(Citellus · dauricus)。主产于内蒙、东北、河北、山西等地。肉质肥美,古时辽人视为珍品,今已少见食用。中医认为其肉味甘,性平,可润肺生津。

【礼鼠】 即"黄鼠"。《本草纲目》:"韩文所谓礼鼠拱而立者也"。

【相鼠】 即"黄鼠"。《本草纲目》:"即《诗》所谓'相鼠有体,人而无礼'。"

【拱鼠】 即"黄鼠"。《本草纲目》谓因其"见人则交其前足,拱而如揖",故名。

【鼹(hún浑)鼠】 即"黄鼠"。《本草纲目》:"古文谓之鼹鼠。"

【毗狸】 即"黄鼠"。王嗣之《渑水燕谈录》:"契丹国产毗狸,形类大鼠而足短,极肥。其国以为殊味,穴地取之,以供国主之膳,自公相下,不可得而尝。"

【貔狸】 即"黄鼠"。《本草纲目》:"(黄鼠)辽人呼为貔狸","黄鼠出太原、大同、延绥及沙漠诸地皆有之,辽人尤为珍贵。状类大鼠,黄色,而足短善走,极肥……味极肥美,如豚子而脆……辽金元时以羊乳饲之,用供上膳,以为珍馔,千里赠遗。今亦不甚重之矣。"

【令邦】 即"黄鼠"。《本草纲目》:"胡人亦名令邦。"

【大眼贼】 "黄鼠"的俗称。

【地松鼠】 "黄鼠"的俗称。

【松鼠】 也称"栗鼠"。俗称"灰鼠"。烹饪原料。属哺乳纲啮齿目松鼠科动物(Sciurus vulgaris)。鄂伦春族人捕食,用以制手把肉、火烤肉、火烧肉、清炖肉食用。基诺族菜肴有松鼠肉干汤。吉林菜也以之入馔。中医认为其味甘咸,性平,可治肺结核、消瓜果积。

【栗鼠】 即"松鼠"。见《医林纂要》。

【灰鼠】 东北一带对"松鼠"的俗称。

【旱獭】 也称"土拨獭"、"鼹鼠"、"喜马拉雅旱獭"、"藏旱獭"。俗称"雪里猫"、"哈拉"、"雪猪"。烹饪原料。我国旱獭有数种,主要分布于青藏高原,四川、甘肃、云南等地也有分布。肉质较细嫩,以秋季入蛰前为最肥美,无异味,宜于多种烹调方法。四川菜有红烧雪猪。因其为某些疾病的传染媒介,故应用时须特别注意。中医认为其味辛咸,性平,可治风湿痹痛、脚膝肿痛等。

【土拨獭】 即"旱獭"。《本草拾遗》:"土拨獭,生西番山泽间,穴土为窠,形如獭,夷人掘取食之。"

【鼹鼠】 即"旱獭"。《本草纲目》:"按《唐书》有鼹鼠,即此也。鼹鼠言其肥也。"

【喜马拉雅旱獭】 "旱獭"的一种。产于青藏高原。

【藏旱獭】 即"旱獭"。产于青藏高原。

【雪里猫】 "旱獭"的俗称。

【哈拉】 青海一带对"旱獭"的俗称。

【雪猪】 四川一带对"旱獭"的俗称。

【竹鼠】 也称"中华竹鼠"、"竹鼹"、"竹狨"、"篱鼠"。俗称"吼子"、"芒鼠"、"土麟"、"独鼠"。烹饪原料。属哺乳纲啮齿目竹鼠科动物(Rhizomys sinensis)。主要分布于闽、粤、滇、川及陕南等地区。大者可达数百克。肉质细白,甚鲜美,有"天上斑鸠,地下竹鼠"之誉。云南菜有清蒸竹鼠。《本草纲目》谓其"味如鸭肉"。烹调方法

同一般兽肉。中医认为其味甘，性平，可益气养阴、解毒。

【中华竹鼠】 “竹鼬”的动物学名称。

【竹鼭(liú流)】 即“竹鼬”。《食物本草》：“鼭鼠，食竹根，居土穴中，大如鼠，人多食之，味如鸭。”

【竹狆】 即“竹鼬”。《本草纲目》：“鼬状其肥，狆言其美也。”

【篱鼠】 即“竹鼬”。见《本草求原》。

【吼子】 四川一带对“竹鼬”的俗称。

【芒鼠】 广东一带对“竹鼬”的俗称。该地竹鼬为银星竹鼠，系一亚种，已人工饲养。

【土麟】 广东一带对“竹鼬”的俗称。

【独鼠】 云南一带对“竹鼬”的俗称。

【豪猪】 也称“貆”、“狟猪”、“豪彘”、“鸾猪”、“蒿猪”、“壁水貐”、“帚豽”、“箭猪”、“山猪”、“刺猪”。俗称“响铃猪”。烹饪原料。属哺乳纲啮齿目豪猪科动物(Hystrix hodgsoni)。肉可食，但少见食用。烹调方法同一般肉类。《本草图经》：“肉甘美多膏，不可多食，发风气。”中医认为其肉味甘，性大寒，有毒，利大肠。

【貆(huán环)】 即“豪猪”。《山海经》：“(谯明之山)有兽焉，其状如貆而赤豪。”郭璞注：“貆，豪猪也。”

【狟猪】 即“豪猪”。《山海经·西山经·竹山》：“有兽焉，……名曰‘豪彘’。”郭璞注：“狟猪也，夹脾有粗豪，长数尺……。”

【豪彘】 即“豪猪”。参见“狟猪”。

【鸾猪】 即“豪猪”。《山海经》郭璞注：“吴楚呼为鸾猪。”

【蒿猪】 即“豪猪”。见《唐本草》。

【壁水貐】 即“豪猪”。《本草纲目》：“星禽云，壁水貐，豪猪也。”

【帚豽(yuān原)】 即“豪猪”。见《汉书·扬雄传·长杨赋》“拕豪猪”注。

【箭猪】 即“豪猪”。见《随息居饮食谱》。

【山猪】 即“豪猪”。见《通志》。

【刺猪】 即“豪猪”。因身多硬刺，故名。

【响铃猪】 “豪猪”的俗称。因其尾部硬刺中空，摇动时会有响声，故名。

【野兔】 俗称“山猫”。烹饪原料。属哺乳纲兔形目兔科动物。我国广有分布，计有：蒙古兔(Lepus tolai)；东北兔(L. mandschuricus)；高原兔(L. oiostolus)；华南兔(L. sinensis)等数种。为著名野味，食用加工方法参见“家兔”。肉质较家兔紧密而香。

【山猫】 东北一带对“野兔”的俗称。

【野牛】 也称“犗”。俗称“白袜子”、“犗犴”。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目牛科动物(Bos gaurus)。仅分布于云南南部。重达1200～1500千克，稀有珍贵，属国家一类保护动物。肉质较粗，食用加工方法参见“牛”。

【犗(jiān坚)】 即“野牛”。

【白袜子】 云南一带对“野牛”的俗称。因其四肢下部均为白色，故名。

【犗犴】 傣族人对“野牛”的俗称。

【黄羊】 也称“羬羊”、“茧耳羊”、“蒙古瞪羚”。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目牛科动物(Procapra gutturosa)。分布于内蒙、新疆、甘肃、青海、黑龙江等省区。肉质以冬季为最肥美，但有膻味，须经去膻处理。烹调方法同羊肉。黑龙江菜有油焖黄羊、炸卤黄羊；吉林菜有熘黄羊肉等。营养价值较高，为高蛋白、低脂肪食品。中医认为其味甘，性温，可补中益气。

【羬羊】 即“黄羊”。《本草纲目》：“《尔雅》谓之羬，出西番也。”

【茧耳羊】 即“黄羊”。《山堂肆考》：“陕西同州沙苑出蚕耳羊。其羊尾小味美。”

【蒙古瞪羚】 “黄羊”的动物学名称。

【盘羊】 俗称“大角羊”、“大头羊”。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目牛科动物(Ovis ammon)。分布于内蒙古、西北及西藏。属国家二类保护动物。肉质粗韧，食用加工方法参见“羊”。

【大角羊】 “盘羊”的俗称。

【大头羊】 “盘羊”的俗称。

【岩羊】 也称“崖羊”、“石羊”。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目牛科动物(Pseudois nayaur)。分布于西北、西南、西藏、内蒙等地。属国家三类保护动物。肉质鲜美，少脂肪，故清利不腻。食用方法参见“羊”。藏族认为其肉可治眩晕。

【崖羊】 即“岩羊”。

【石羊】 即“岩羊”。因其栖身乱石山上，色青灰与岩石相似，故名。

【羚羊】 也称“麠羊”、“九尾羊”。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目牛科动物。可食者有原羚(Procapra picticaudata)；藏羚(Pantholops hodgsoni)，也称一角羚、长角羊、独角兽；羚羊(Gazella subgutturosa)。食用加工方法参见“羊”。《随息居饮食谱》：“羚羊肉，甘平，治筋骨急强，中风，恶疮，兔蛇虫伤。”其中，藏羚属国家二类保护动物；羚羊属国家三类保护动物。

【麠(líng灵)羊】 即“羚羊”。《尔雅》：“麠，大羊。”注：“麠羊似羊而大，角圆锐，好在山崖间。”

【九尾羊】 即“羚羊”。费信《星槎胜览》：“阿丹国羚羊自胸中至尾，垂九块，名九尾羊。”

【驼鹿】 也称“麋”、“堪达罕”、“犴达罕”、“狍”、“犴”。俗称“四不象”。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目鹿科动物(Alces alces)。分布于大、小兴安岭一带，肉质鲜美，富于营养，蛋白质含量达24.4%。适于多种烹饪方法，参见“梅花鹿”。黑龙江菜有丁香煨犴肉、红扒犴肉等。其鼻称“犴鼻”，为烹饪原料的珍品。

【麋(zhǔ主)】 即“驼鹿”。《清稗类钞》：“麋，亦称驼鹿，满洲语谓之堪达罕……。”

【堪达罕】 "驼鹿"的满族语名称。

【犴达罕】 "驼鹿"满族语名称"堪达罕(kandahan)"的同音异称。

【狿】 "驼鹿"满族语名称的简称。

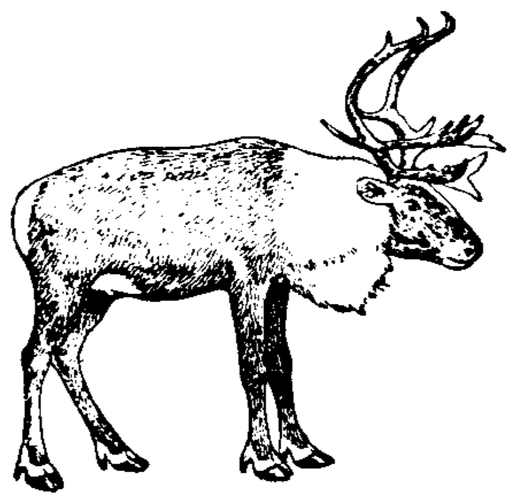
【犴】 "驼鹿"满族语名称"堪达罕"的简称。

【四不象】 称作四不象者有3种鹿科动物:驼鹿、驯鹿、麋鹿。麋鹿野生种已绝,仅北京动物园等处有饲养;驯鹿分布于欧、亚、美三洲北部的北极圈内,我国兴安岭有分布,野生种已绝;驼鹿,分布于我国东北、蒙古和苏联。

【梅花鹿】 也称"斑龙"。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目鹿科动物(Cervus nippon)。肉质细嫩,脂肪少,具清香,鲜美胜于牛羊肉,易于消化。适于多种烹调方法,也可腌、干、卤制,为筵上佳品。名菜有广东的炖鹿肉、翡翠鹿肉丸;黑龙江的烤鹿方、鹿肉饼、脆皮鹿肉;吉林的串烧鹿肉等。但肉有膻腥味,烹调前须加浸漂处理。中医认为其肉味甘,性温,可补五脏、调血脉,并称鹿一身皆益人。其茸、尾、筋、蹄、肾、鞭、血及头肉、肚杂等,均为上等烹饪原料。

【斑龙】 即"梅花鹿"。《乾宁记》:"鹿与游龙相戏,必生异角,则鹿得称龙。"

【驯鹿】 烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目鹿科动物(Rangifer tarandus)。大兴安岭有少量分布,为鄂温克族人家畜之一,肉、乳、油脂均供食用。肉的食用加工方法参见"梅花鹿"。



驯鹿

【马鹿】 也称"赤鹿"、"赤麅"。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目鹿科动物(Cervus elaphus)。分布于北方及西北等地,属国家二类保护动物,现已驯养。食用加工方法参见"梅花鹿"。

【赤鹿】 即"马鹿"。

【赤麅】 即"马鹿"。

【水鹿】 也称"黑鹿"。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目鹿科动物(Rusa unicolor)。分布于西南、广东及台湾等地。属国家二类保护动物。肉质细嫩鲜美,被视为山珍。现已驯养。食用加工方法参见"梅花鹿"。

【黑鹿】 即"水鹿"。

【麅】 也称"麞"。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目鹿科动物。我国分布有:小麅(Muntiacus reevesi),也称"黄鹿"、"吠鹿";黑麅(M.crinifrons);赤麅(M. muntjak),也称"黄猄"、"黄麅"。肉质比梅花鹿肉细嫩,适应多种烹调方法。菜式有云南的五香生炸麅子;四川的凉拌麅肉;湖北的五味角麅;安徽的卤麅;广东的五彩炒黄猄等。中医认为鹿肉味甘,性平,可补气、暖胃、耐饥、化湿、祛风。

【麞(jing京)】 即"麅"。《字说》:"(麅)大者曰麞。"

【黄鹿】 即"小麅"。

【吠鹿】 即"小麅"。因常发出一声短促的吠声,故名。

【黄猄】 即"赤麅"。

【黄麅】 即"赤麅"。

【毛冠鹿】 烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目鹿科动物(Elaphodus cephalophus)。分布于南部。肉质鲜嫩,优于麅肉,为名贵的野味。食用加工方法参见"梅花鹿"。

【狍(páo庖)】 也称"麅子"。俗称"傻狍子"。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目鹿科动物(Capreolus capreolus)。分布于东北、华北、西北及四川等地。著名野味之一。食用加工方法参见"梅花鹿"。菜式有吉林的烤狍子肉、酒醉狍肉;黑龙江的炸烹狍肉、卤汁狍肉等。

【麅子】 即"狍"。

【傻狍子】 东北一带对"狍"的俗称。因其奔跑中听到声响便停下回眺,此时易于枪杀,故名。

【麋】 也称"河麅"、"河麅"。俗称"牙獐"。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目鹿科动物(Hydropotus inermis)。分布于长江下游及东南沿海地区。著名野味之一,属国家三类保护动物。食用加工方法参见"梅花鹿"。菜式有安徽的当归獐肉;湖北的炸獐肉排等。中医认为其肉味甘,性温,可补益五脏。《子母秘录》:"主乳无汁,獐肉(作)臛食。"

【河麅】 即"麋"。

【河麅】 即"麋"。

【牙獐】 "麋"的俗称。因其有二犬牙外露,故名。

【麝】 俗称"香獐"、"拉石子"、"山驴子"。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目鹿科动物(Moschus moschiferus)。除东南各省外,广有分布。所产麝香为名贵中药材,肉也略带香味。食用加工方法参见"梅花鹿"。中医认为其肉味甘,性温。

【香獐】 "麝"的俗称。

【拉石子】 "麝"的俗称。

【山驴子】 "麝"的俗称。

【野猪】 也称"山猪"。烹饪原料。属哺乳纲偶蹄目猪科动物(Sus scrofa)。广有分布,有4个亚种。重要野味之一。食用加工方法参见"家猪"。肉有较浓的腥臊气,烹调时应漂洗去除。菜式有吉林的红烧野猪肉条等。

【山猪】 即"野猪"。

【野驴】 俗称"野马"。烹饪原料。属哺乳纲奇蹄目马科动物。产于我国者为亚洲野驴(Equus hemionus),有2个亚种:蒙古野驴(E. h. hemionus);西藏野驴(E. h. kiang)。属国家一类保护动物。肉质较粗,味鲜美。食用加工方法参见"驴"。

【野马】 西北一带对“野驴”的俗称。

【猕猴】 也称“猱”、“沐猴”、“马留”、“狙”、“猢狲”、“黄猴”。烹饪原料。属哺乳纲灵长目猴科动物(Macaca mulatta)。广有分布。肉味略酸，软滑可口，古人食之。《临海志》：“巴徼人捕猴、盐藏、火熏食，云甚美。”广东菜有翡翠扒猴掌、瓦罉猴子肉、猴丝扒燕盏等。中医认为其肉味酸，性平，可治诸风劳，酿酒弥佳。

【猱(náo挠)】 即“猕猴”。《尔雅》：“猱蝯善援。”参见“沐猴”。

【沐猴】 即“猕猴”。《诗经》：“毋教猱升木。”疏：“猱，猕猴也，楚人谓之沐猴。”

【马留】 即“猕猴”。《倦游录》：“养马厩中畜之，能辟马病，胡俗称马留。”

【狙】 即“猕猴”。《淮南子》：“楚人有烹狙召邻。邻者以为狗羹，食甚美。后闻其狙，据地吐之，未始知味也。”

【猢狲】 即“猕猴”。《朝野佥载》：“杨仲嗣躁急，号热锨上猢狲。”

【黄猴】 即“猕猴”。

【猩猩】 也称“褐猿”。烹饪原料。属哺乳纲灵长目猩猩科动物(Pongo pygmaes)。今分布于加里曼丹、苏门答腊一带。我国古时食之。《逸书》：“猩猩肉食之令人不昧。”猩唇，为古代八珍之一。

【褐猿】 即“猩猩”。

【茶花鸡】 也称“原鸡”。烹饪原料。属鸟纲鸡形目雉科动物(Gallus gallus jabouillei)。为家鸡的远祖。分布于云南、广西南部及海南岛。因其鸣声似“茶花两朵”，故名。肉质鲜美，为上等野味。食用加工方法参见“野鸡”。佤族人视为补品，用以增乳，并熬粥待客。现列为国家三类保护动物。

【原鸡】 “茶花鸡”的动物学名称。

【野鸡】 烹饪原料。属鸟纲鸡形目雉科动物(Phasianus colchious)。种类较多，分布较广的为环颈雉(P. C. toquatus)，也称“雉”、“华虫”、“疏趾”、“项圈野鸡”、“山鸡”。广有分布，自古食用。肉质细嫩，味鲜美胜家鸡，肥而不腻，为山珍之一。食用加工方法同“鸡”。各菜系广泛采用，名菜很多。菜式有浙江的脆皮五香雉鸡；江苏的荠菜野鸡片；四川的韭黄山鸡卷；湖南的锅烧野鸡片等。营养价值较高，含蛋白质24.4%，脂肪4.8%。中医认为其肉味甘酸，性温，可补中益气。《饮膳正要》载：“入五味如常法作羹臛食之，治消渴口干，小便频数。”

【环颈雉】 “野鸡”的动物学名称。因其颈下有一显著的白色环纹，故名。

【雉】 即“野鸡”。见《名医别录》。

【华虫】 即“野鸡”。见《尚书》。

【疏趾】 即“野鸡”。见《礼记》。

【项圈野鸡】 即“野鸡”。

【山鸡】 即“野鸡”。

【长尾雉】 烹饪原料。属鸟纲鸡形目雉科动物。我国有4种，以白冠长尾雉(Syrmaticus reevesii)为例，也称“鹮雉”、“山雉”、“长尾野鸡”、“鹍”。分布于我国中部、北部。肉嫩味美，烹饪方法参见“野鸡”。中医认为其肉味甘，性平。《食疗本草》谓：“作羹臛食，主五脏气喘不得息。”《本草纲目》：“炙食，补中益气。”现因逐渐稀少，已列为国家二类保护动物。

【鹮(dí敌)雉】 即“白冠长尾雉”。见《食疗本草》。

【山雉】 即“白冠长尾雉”。《尔雅》：“鹮，山雉也。”

【鹍(jiāo交)】 即“白冠长尾雉”。

【长尾野鸡】 即“白冠长尾雉”。

【锦鸡】 也称“鹭雉”、“鶾”。烹饪原料。属鸟纲鸡形目雉科动物，有2种：红腹锦鸡(Chrysolophus pictus)，也称“金鸡”；白腹锦鸡(C.amherstiae)，也称“铜鸡”。分布于西部山地、岩坡。可食，参见“野鸡”。因数量减少，现列为国家三类保护动物。中医认为其肉味甘，性温，可温中补虚，益肝和血。

【鹭(bì比)雉】 即“锦鸡”。《本草纲目》：“鹭性鹭急耿介，故名”。

【鶾(hàn汗)】 即“锦鸡”。《尔雅》：“鶾，天鸡也。”

【金鸡】 即“红腹锦鸡”。因其周身闪耀着金色光泽，故名。

【铜鸡】 即“白腹锦鸡”。因其周身闪着铜绿色的光泽，故名。

【白鹇】 也称“银鸡”、“银雉”、“鹇鸡”、“越禽”。烹饪原料。属鸟纲鸡形目雉科动物(Lophura hycthemera)。分布于南方及四川等地。可食。《香祖笔记》：“蜀人射白鹇、锦鸡以食。”食用加工方法参见“野鸡”。中医认为其肉味甘酸，性平，可补中、解毒、益肺。现属国家三类保护动物。

【银鸡】 即“白鹇”。

【银雉】 即“白鹇”。

【鹇鸡】 即“白鹇”。

【越禽】 即“白鹇”。

【马鸡】 也称“角鸡”、“耳鸡”。烹饪原料。属鸟纲鸡形目雉科动物。主要有：藏马鸡(Crossoptilon crossoptilon)，也称“白马鸡”，国家二类保护动物；褐马鸡(C. mantchuricum)，又称“鹖鸡”，国家一类保护动物；蓝马鸡(C. auritum)，也称“鸽”，国家三类保护动物。肉质较粗，味鲜美，可食，为野味珍品。食用加工方法参见“野鸡”。

【角鸡】 即“马鸡”。

【耳鸡】 即“马鸡”。

【白马鸡】 即“藏马鸡”。

【鹖(hé合)鸡】 即“褐马鸡”。

【鸽(jiè介)】 即“蓝马鸡”。

【石鸡】 俗称“尕拉鸡”、“嘎嘎鸡”、“红腿鸡”。烹饪

原料。属鸟纲鸡形目雉科动物(Alectoris gracea)。分布于北方及西北,河南、山东、江苏也有分布。肉质洁白细嫩,味很鲜美,是著名的狩猎禽,也可供观赏。宜于多种烹调,方法同一般雉类。

【尕拉鸡】 青海等地对"石鸡"的俗称。因其鸣声如"尕、尕一拉,尕、尕一拉",故名。

【嘎嘎鸡】 "石鸡"的俗称。

【红腿鸡】 "石鸡"的俗称。因其腿、喙为艳红色,故名。

【鹧鸪】 烹饪原料。属鸟纲鸡形目雉科动物(Francolinus pintadeanus)。分布于南部各省。《本草纲目》:"南人专以炙食充庖,云肉白而脆,味胜鸡雉。"著名野味,席上珍品。宜于多种烹调方法。广西菜有鹰嘴龟炖鹧鸪;广东有鹧鸪煲水獭、奶油鹧鸪条等。中医认为其味甘,性温,可利五脏、开胃、益心神。

【雪鸡】 烹饪原料。属鸟纲鸡形目雉科动物。有2种:淡腹雪鸡(Tetraogallus tibetanus),也称"藏雪鸡";高山雪鸡(T. himalayensis),也称"暗腹雪鸡"。分布于昆仑山、祁连山及喜马拉雅山上。肉质较家鸡为韧,味鲜美微有药香。可供多种烹调,最宜作汤。当地兄弟民族用以治风湿病、妇女病及眩晕等症。现列为国家三类保护动物。

【藏雪鸡】 即"淡腹雪鸡"。

【暗腹雪鸡】 即"高山雪鸡"。

【松鸡】 也称"林鸡"。烹饪原料。属鸟纲鸡形目松鸡科动物(Tetrao parvirostris)。分布于黑龙江,偶见于长城一带。肉质细嫩,异常鲜美,为野味珍品之一。适宜多种烹饪加工,参见"野鸡"。黑龙江菜有糖醋松鸡片、圆肉松鸡等。现列为国家二类保护动物。

【林鸡】 即"松鸡"。

【飞龙】 也称"榛鸡"、"花尾榛鸡"。俗称"树鸡"、"岁贡鸟"、"棒槌鸟"。烹饪原料。属鸟纲鸡形目松鸡科动物(Tetrastes bonasia amurensis)。分布于东北,偶见于河北兴隆等地。肉质细嫩,极为鲜美,为八珍之一。适于多种烹调方法。黑龙江、吉林有串烤飞龙、汆三鲜飞龙汤、五加参飞龙酒锅、参泉美酒醉飞龙、渍菜美味飞龙脯等菜,并可制作"飞龙宴"。作汤菜尤佳,汤清味馥。营养丰富,民间视为滋补食品。现列为国家三类保护动物。

【榛鸡】 "飞龙"的动物学名称。

【花尾榛鸡】 "飞龙"的一种。

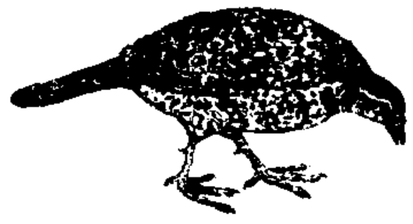
【树鸡】 "飞龙"的俗称。因其栖于树上,故名。

【岁贡鸟】 "飞龙"的俗称。因其过去作王室贡品,故名。

【棒槌鸟】 "飞龙"的俗称。因其常食人参果实,故名。

【雷鸟】 烹饪原料。属鸟纲松鸡科。我国有柳雷鸟(Lagopus lagopus)。分布于黑龙江流域。肉味很鲜美,食用方法参见"飞龙"。

【竹鸡】 也称"山菌子"、"鸡头鹘"、"泥滑滑"、"竹鹧鸪"。烹饪原料。属鸟纲鸡形目雉科动物(Bambusicola thoracica thoracica)。分布于长江流域以南。肉味极鲜美,为野味珍品。宜于多种烹调方法,浙江菜有生炒竹鸡;湖北菜有麻辣竹鸡;广东有红酒焗竹鸡、荠头竹鸡条等。中医认为其肉味甘,性温,可补中。


竹鸡

【山菌子】 即"竹鸡"。因其味美如菌,故名。

【鸡头鹘(gǔ骨)】 即"竹鸡"。《本草纲目》:"蜀人呼为鸡头鹘。"

【泥滑滑】 即"竹鸡"。《本草纲目》:"南人呼为泥滑滑,因其声也。"

【竹鹧鸪】 即"竹鸡"。

【三趾鹑】 也称"水鹤鹑"。烹饪原料。属鸟纲鸡形目三趾鹑科动物。我国常见的有黄脚三趾鹑(Turnixtanki blanfordii)。分布于东北及华北;黄河、长江流域和珠江中下游一带。为野味之一,肉质细嫩,味鲜美。食用加工方法参见"鹤鹑"。中医认为其味甘,性平,煮食去热,治诸疮阴蚀。

【水鹤鹑】 即"三趾鹑"。

【野鸽】 烹饪原料。属鸟纲鸽形目鸠鸽科动物,有原鸽(Columba livia)、岩鸽(C. rupestris)等。我国广有分布。肉质细嫩,滋味鲜美,胜于家鸽。食用加工方法参见"家鸽"。

【斑鸠】 也称"祝鸠"、"麦鵻"、"雉鸠"、"鹎鸪"、"水鹎鸪"。俗称"麦啄"、"斑雀"。烹饪原料。鸟纲鸽形目鸠鸽科动物。种类较多,我国主要有:山斑鸠(Streptopelia orientalis orientalis),也称"棕背斑鸠"、"金背斑鸠";珠项斑鸠(S. chinensis chinensis),也称"花斑鸠"、"珍珠鸠"。广有分布。肉质细嫩而鲜香,常为各菜系野味菜原料,宜于多种烹调方法。四川菜有樟茶斑鸠、牡丹鸠片;广东菜有鹊巢鸠片、夜核斑雀杯;云南菜有黄焖斑鸠;湖北菜有元葱炒斑鸠;安徽菜有炸熘斑鸠等。中医认为其肉味甘,性平,可益气、明目、强筋骨。

【祝鸠】 即"斑鸠"。《本草纲目》:"古者庖人以尸祝登尊俎,谓之祝鸠。"

【麦鵻(zhuī追)】 即"斑鸠"。

【雉鸠】 即"斑鸠"。

【鹎鸪】 即"斑鸠"。因天将雨时,其鸣声更急,故又俗称"水鹎鸪"。

【水鹎鸪】 即"鹎鸪"。

【麦啄】 湖北一带对"斑鸠"的俗称。

【斑雀】 广东一带对"斑鸠"的俗称。

【棕背斑鸠】 即"山斑鸠"。

【金背斑鸠】 即"山斑鸠"。

【花斑鸠】 即"珠项斑鸠"。

【珍珠鸠】 即"珠项斑鸠"。

【沙鸡】 也称"沙半鸡"、"毛腿沙鸡"、"隐士鸟"、"寇雉"。俗称"半翅"、"杀半斤"。烹饪原料。属鸟纲鸽形目沙鸡科动物(Syrrhaptes paradoxus)。分布于东北、西北及华北等地。肉质细嫩香美,营养丰富,为北方著名野味之一。在沙漠地带猎获后,简单熏制即成旅途美食。加工有剥皮或退毛二法,宜于炸、烹、烧、卤。东北菜有清烹沙半鸡、炸沙半鸡等。另有西藏毛腿沙鸡、黑腹沙鸡,食用同上。中医认为其肉味甘,性热,可补虚暖中。

【毛腿沙鸡】 "沙鸡"的动物学名称。

【寇雉】 即"沙鸡"。《本草纲目拾遗》:"雀从北来,当有贼下,边人候之,故名。"

【沙半鸡】 即"沙鸡"。

【隐士鸟】 即"沙鸡"。因其毛羽与沙土同色,在沙区不易被发现,故名。

【半翅】 "沙鸡"的俗称。

【杀半斤】 "沙鸡"的俗称。因其退尽毛后净重25克,故名。

【鸨】 也称"地鹳"、"独豹"。烹饪原料。属鸟纲鹤形目鸨科动物(Otis tarda dybowskii)。常栖于草原地带。肉虽较粗,但异常香美,为野味上品,素有"天鹅地鹳"之誉。适于多种烹调方法,最宜卤、烧、炖、焖,风味甚佳。中医认为其肉味甘,性平,可补益人并去风痹气。由于滥捕,数量大减,现已列为国家三类保护动物。

【地鹳(bǔ捕)】 即"鸨"。

【独豹】 即"鸨"。《尔雅翼》:"鸨有豹文,故名独豹。"

【禾花雀】 也称"黄胸鹀"、"麦黄雀"、"寒雀"。烹饪原料。属鸟纲雀形目雀科动物(Emberiza aureola)。分布较广,农业害鸟,大部地区为旅鸟,广东沿海一带为候鸟,故为时令野味。肉质肥嫩,骨脆,宜于炸、炒、焗、烧、卤、扒、腊等烹饪方法,吃时加少许柠檬汁,可使雀肉松软,又可去腥。福建菜有炸酥花雀;广东菜有焗瓤禾花雀;广西菜有烧焗瓤禾雀等。

【黄胸鹀(wú无)】 "禾花雀"的动物学名称。

【麦黄雀】 即"禾花雀"。

【寒雀】 即"禾花雀"。

【蒿雀】 也称"青头雀"、"灰头鹀"。烹饪原料。属鸟纲雀形目鹀科动物(Emberiza spodocephala spodocephala)。分布于东北,华南越冬。食用加工方法同"禾花雀"。中医认为其肉味甘,性温,可益阳道、补精髓、解毒。

【灰头鹀】 "蒿雀"的动物学名称。

【青头雀】 即"蒿雀"。

【火雀】 烹饪原料。属鸟纲雀形目雀科鹀属的一种。云南苍山、洱海一带的候鸟。大小同麻雀,毛灰黄色,腹部稍红,食用加工方法参见"禾花雀"。云南菜有五香生炸火雀。

【冬至雀】 烹饪原料。候鸟。冬至前夕由印度远来我国。喜食香果,群居于云南的香果林中,羽毛黑色油亮光滑,体肥壮,比麻雀大,小于鸽子,肉细嫩,富于营养。

【麻雀】 也称"家雀"、"嘉宾"、"瓦雀"、"宾雀"。俗称"老家贼"、"铁雀"。烹饪原料。属鸟纲雀形目文鸟科动物(Passer montanus caturatus)。广有分布。以冬季为肥嫩,《本草衍义》:"正月以前十月以后宜食之。"适应多种烹调方法,可作下酒小吃,如江苏的仪征卤麻雀;安徽的和县麻雀;北方的炸铁雀等。也为筵上佳肴,如黑龙江的辣味雀丁;云南的五香生炸谷雀;福建厦门的花雀烧桔汁等。中医认为其味甘,性温,可壮阳益精、暖腰膝、缩小便。

【嘉宾】 即"麻雀"。《本草纲目》:"(麻雀)栖宿檐瓦之间,驯近阶除之际,如宾客然,故曰'瓦雀'、'宾雀',又谓之嘉宾也。"

【瓦雀】 即"麻雀"。参见"嘉宾"。

【宾雀】 即"麻雀"。参见"嘉宾"。

【家雀】 即"麻雀"。

【老家贼】 北方一带对"麻雀"的俗称。

【铁雀】 北方一带对"麻雀"的俗称。

【黄雀】 也称"芦花黄雀"。烹饪原料。属鸟纲雀形目雀科动物(Carduelis spinus)。夏居东北,秋迁东南沿海一带越冬。形体如麻雀,食用方法参见"麻雀"、"禾花雀"。

【芦花黄雀】 即"黄雀"。

【燕】 也称"乙鸟"、"鸃鸟"、"鹨鹋"、"游波"、"天女"。烹饪原料。属鸟纲雀形目燕科动物。(Hirundo rustica)。广有分布,夏北冬南。古时食用,《吕氏春秋》有吃燕翠的记述。今罕有食者。中医认为其味酸,性平。

【乙鸟】 即"燕"。《本草纲目》:"乙者,其鸣自呼也。"

【鸃(zhì至)鸟】 即"燕"。《本草纲目》:"能制海东青鹘,故有鸃鸟之称。"

【鹨鹋(yì ér义而)】 即"燕"。《庄子》:"鸟莫知于鹨鹋。"释文:"或云鹨鹋,燕也。"

【游波】 即"燕"。《本草纲目》:"能兴波祈雨,故有游波之号。"

【天女】 即"燕"。《本草纲目》:"人见白燕主生贵女,故燕名天女。"

【野鸭】 也称"凫"、"晨凫"、"蜆鹅"、"绿头鸭"、"凫鸭"、"水鸭"、"大红腿鸭"。俗称"蜆鸭"、"芦鸭"、"金翅"。烹饪原料。属鸟纲雁形目鸭科动物(Anas platyrhynchos)。在北方繁殖,长江流域及其以南越冬。肉很香美,尤其以胸脯肉最为肥嫩。适宜于多种烹调方法,为各菜系常用野味。江苏扬州菜有野鸭菜饭;浙江菜有盐水野鸭;广东菜有虫草炖蜆鸭;四川菜有葱烧野鸭;湖南菜有洞庭野鸭;湖北菜有响淋野鸭等。还可作点心

等馅料;还可腌、腊及卤制。中医认为其肉味甘,性凉,可补中益气、消食和胃、利水解毒。因体型有大小之分,又有"对鸭"、"四鸭"、"六鸭"、"八鸭"之分。

【绿头鸭】 "野鸭"的动物学名称。

【凫】 即"野鸭"。《本草纲目》:"短羽高飞貌,凫义取此。"

【晨凫】 即"野鸭"。《本草纲目》:"俗作晨凫,云凫常以晨飞,亦通。"

【蜆鹅】 即"野鸭"。《调鼎集》:"广东唤'水鸭',又叫蜆鸭,大者叫蜆鹅。"

【凫鸭】 即"野鸭"。

【水鸭】 即"野鸭"。参见"蜆鹅"。

【大红腿鸭】 即"野鸭"。

【蜆鸭】 广东一带对"野鸭"的俗称。参见"蜆鹅"。

【芦鸭】 广东一带对"野鸭"的俗称。

【金翅】 广东潮州一带对"野鸭"的俗称。

【对鸭】 野鸭体型有大有小。旧时一个银元买2只的,称为对鸭。买4只的称为四鸭、还有六鸭、八鸭,类推。

【大麻鸭】 雌野鸭。

【天鹅】 也称"鹄"。烹饪原料。属鸟纲雁形目鸭科动物(Cygnus cygnus)。冬季见于长江以南各地,春季北迁。古代有"天鹅炙",列为八珍之一。其肉质较粗韧,味不及雁或野鸭。食用加工方法参见"鹅"、"雁"。广东菜有杏汁天鹅块。中医认为其肉味甘,性平,腌炙食之益人气力,利脏腑。另有疣鼻天鹅(C. olor),用法相同。现二者均列为国家二类保护动物。

【鹄】 即"天鹅"。

【雁】 也称"鸿"、"鸧"、"鹇"、"僧娑"。烹饪原料。属鸟纲雁形目鸭科动物。有多种,常见有:白额雁(Anser albifrons albifrons);鸿雁(A. cygnoides);豆雁(A. fabalis serrirostris),也称"大雁";斑头雁(A. indicus)等。在东北繁殖,长江以南越冬。肉质肥美,为野味佳品。自古食用,宜于多种烹调方法。北京菜有酥炸大雁。并可供腌腊或卤制。中医认为其味甘,性平,可祛风、壮筋骨。

【鸿】 即"雁"。《本草纲目》:"小者曰雁,大者曰鸿。鸿,大也。多集江渚,故从江。"

【鸧】 即"雁"。《禽经》:"鸧以水言,自北而南;鸧以山言,自南而北。"张华注云:"……冬则适南,集于水干,故字从干;春则向北,集于山岸,故字从厂。"

【鹇(gān干)】 即"雁"。参见"鸧"。

【僧娑】 "雁"的梵书名称。

【鹤】 烹饪原料。属鸟纲鹤形目鹤科动物的泛称,也称"胎禽"。有:丹顶鹤(Grus japonensis),国家一类保护动物;灰鹤(G. grus);白头鹤(G. monacha),国家二类保护动物;黑颈鹤(G. nigricollis),国家一类保护动物。大多分布于沼泽地带。一般均属于珍禽,不应猎杀。肉质较粗但味清而滑。食用加工方法参见"鹅"。广东菜有广肚炖仙鹤、仙鹤烩瑞裙、白鹤炖猴脑等。中医认为丹顶鹤肉味咸,性平,可益气力、止消渴。

【胎禽】 即"鹤"。《本草纲目》引《相鹤经》云:"鹤乃羽族之宗,仙人之骥,千六百年乃胎产,则胎、仙之称以此。"故又称仙鹤。

【秧鸡】 也称"水鸡"、"秋鸡"、"鹑渠"、"鹪鹩"、"鸲鸟"、"鹬"、"精列"。烹饪原料。属鸟纲鹤形目秧鸡科动物(Rallus aquaticus)。分布于东北、河北等地,南迁闽粤过冬。肉质细嫩,味香美,适于多种烹调方法,参见"野鸭"。四川菜有菠饺秧鸡汤;湖北菜有清炖鹬鸡等。中医认为其味甘性温,可治蚊痿。

【精列】 即"秧鸡"。见《广雅》。参见"鸲鸟"。

【水鸡】 即"秧鸡"。

【秋鸡】 即"秧鸡"。

【鹑渠】 即"秧鸡"。《广韵》:"吴人呼水鸡为鹑渠。"

【鹪鹩(yōng qú拥渠)】 即"秧鸡"。《索隐》:"鹪鹩,一名章渠。"

【鸲(shí石)鸟】 即"秧鸡"。《广雅》:"鹪鹩,一名鸲鸟,一名精列。"

【鹬】 即"秧鸡"。

【鹬】 烹饪原料。鸟纲穴鸟目鹬科动物的统称,常见者有:红脚鹬(Tringa totanus totanus);丘鹬(Scolopax rusticola rusticola);等。广有分布。野味之一,肉质细嫩而鲜美,宜于多种烹调方法,以卤制最佳,风味独特。中医认为其肉味性温,可暖胃、补虚。

【沙锥】 也称"沙吹"、"田鹬"。俗称"鸿鹎"、"沙追"。烹饪原料。属鸟纲穴鸟目鹬科动物(Capella stenura)。我国分布有6个种,肉味均甚鲜美,为野味上品,宜于多种烹调方法。福建菜有烧鸿鹎;广西菜有铁扒沙锥;广东菜有鲜柠焗沙追。

【沙吹】 即"沙锥"。

【田鹬】 即"沙锥"。

【鸿鹎】 福建一带对"沙锥"的俗称。

【沙追】 广东一带对"沙锥"的俗称。

【骨顶鸡】 也称"白骨顶"、"膨顶鸡"、"水姑丁"、"蛎蝛"、"水骨顶"、"大鹬"、"孤顶鸡"、"方目"、"鸕"、"泽虞"、"护田鸟"、"姑鸡"。俗称"獐鸡"、"鹌鸡"、"冬鸡"。烹饪原料,属鸟纲鹤形目秧鸡科动物。(Fulica atra),好集于沼泽地、芦苇丛,主要猎用禽。肉味与野鸭相似,烹调方法参见"野鸭"。

【孤顶鸡】 "骨顶鸡"的谐音名称。

【方目】 即"骨顶鸡"。《本草纲目》:"一名'鸕',一名'泽虞',俗名'护田鸟',西人谓之'蛎蝛',护水鸟也。常在田泽中,形似鸥鹭,苍黑色,头有白肉冠,赤足,见人辄鸣唤不去。渔人呼为乌鸡,闽人讹为'姑鸡'。"

【鸕(fǎng仿)】 即"骨顶鸡"。参见"方目"。

【泽虞】 即"骨顶鸡"。参见"方目"。

【护田乌】 即“骨顶鸡”。参见“方目”。

【蝦蟇】 即“骨顶鸡”。参见“方目”。

【姑鸡】 即“骨顶鸡”。参见“方目”。

【白骨顶】 即“骨顶鸡”。因其头顶有白色肉片，故名。

【膨顶鸡】 即“骨顶鸡”。

【水骨顶】 即“骨顶鸡”。

【大鷭(fán凡)】 即“骨顶鸡”。

【水姑丁】 即“骨顶鸡”。

【獐鸡】 “骨顶鸡”的俗称。

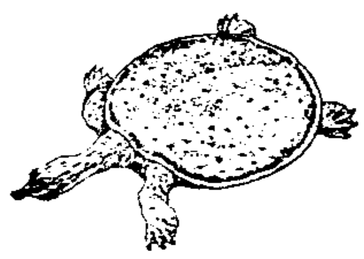
【鹌鸡】 安徽一带对“骨顶鸡”的俗称。

【冬鸡】 南方一带对“骨顶鸡”的俗称。因其冬季南迁过冬，故名。

【鸮】 俗称“猫头鹰”。烹饪原料。鸟纲鸮形目鸱鸮科动物的通统。种类较多。分布于长江以南各地。古时食用。《本草纲目》：“其肉甚美，可为羹臛炙食。”实并不佳，今罕有食者。中医认为其肉味甘，性温，可治噎食、惊痫等

【猫头鹰】 “鸮”的俗称。

【鳖】 也称“神守”。俗称“团鱼”、“甲鱼”、“水鱼”、“脚鱼”、“足鱼”、“元鱼”、“元菜”、“王八”、“中华鳖”。烹饪原料。属爬行纲龟鳖目鳖科动物(Trionyx sinensis)。广有分布，已可以人工繁殖。肉质鲜美，俗称“五味食品”，为筵上珍肴。最宜烧、炖、蒸、焖，可整烹或拆肉。山东菜有清炖元鱼；江苏菜有白汁鼋菜；河南菜有软烧鼋鱼；四川菜有红烧甲鱼；湖北菜有粉蒸甲鱼；安徽菜有瓤甲鱼；江西菜有烧甲鱼；浙江菜有冰糖甲鱼；广东菜有瓦罉焖水鱼；湖南菜有原汁武陵水鱼等。其美在“裙边”，为“八珍”之一，可干制。鳖肉营养价值较高。中医认为其味甘，性平，可滋阴凉血、平肝息风。民间用作滋补食品。须注意死鳖易变质，应食用放血活鳖，以免意外。



鳖

【神守】 即“鳖”。《淮南子》：“鳖无耳而守神，神守之名以此。”

【中华鳖】 “鳖”的动物学名称。

【团鱼】 “鳖”的俗称。

【甲鱼】 “鳖”的俗称。

【脚鱼】 “鳖”的俗称。

【元鱼】 “鳖”的俗称。

【元菜】 “鳖”的俗称。

【水鱼】 广东、湖南等地对“鳖”的俗称。

【足鱼】 四川一带对“鳖”的俗称。

【王八】 “鳖”的俗称。行于黄河流域一带。

【山瑞】 也称“山瑞鳖”。烹饪原料。属爬行纲龟鳖目鳖科动物(Trionyx steindachneri)。分布于广东、广西、贵州、云南等省区。形似鳖而大，生活于山区溪涧河塘中，山珍之一。因数量稀少，现属国家二类保护动物。肉质似鳖，但多鲜香；“裙边”较厚实。烹调加工参见“鳖”。广东菜有红烧瓦罉炖山瑞、六柳瑞丝；广西菜有田七炖山瑞等。民间视为滋补食品。

【山瑞鳖】 即“山瑞”。

【乌龟】 也称“金龟”、“秦龟”、“山龟”。俗称“草龟”、“八卦”、“十三块”。烹饪原料。属爬行纲龟鳖目龟科动物(Chinemys reevesii)。黄河流域及其以南均有分布。肉质较老但鲜美，可拆肉入烹，适于多种烹调方法，最宜烧、炖、焖、煮、煨、烩等，也可卤食。湖北菜有红烧八卦肉、瓦罐龟肉汤；湖南菜有潇湘五元龟、生鸡块炖龟肉等。中医认为其味甘咸，性平，可益阴补血等，历来视为滋补食品，《名医别录》：“肉作羹臛，大补。”或配以药物等可作药膳，如龟羊汤、龟苓膏等以及龟肉、沙参、虫草共炖服以治肺痨吐血之类。

【金龟】 即“乌龟”。

【秦龟】 即“乌龟”。《本草衍义》：“龟则四方皆有，但秦地山中多老龟，极大而寿，故取为用，以地别名。”

【山龟】 即“乌龟”。

【草龟】 “乌龟”的俗称。

【八卦】 “乌龟”的俗称。因其甲纹似八卦，故名。

【十三块】 “乌龟”的俗称。因其背甲有13块花纹，故名。

【鹰嘴龟】 也称“平胸龟”、“大头平胸龟”、“鹰嘴蛇尾平胸龟”。俗称“大头龟”、“山乌龟”。烹饪原料。属爬行纲龟鳖目平胸龟科动物(Platysternon megacephalum)。分布于江苏、浙江、安徽、江西、湖南、福建、广东、广西、贵州、云南等地。山珍之一。头似鹰、尾似蛇、背如鳖。肉味清甜鲜美，食用加工方法参见“龟”。民间认为其肉可滋润补肾。广西菜有鹰嘴炖鹧鸪；安徽菜有清蒸鹰嘴等。

【平胸龟】 “鹰嘴龟”的动物学名称之一。

【大头平胸龟】 “鹰嘴龟”的动物学名称之一。

【鹰嘴蛇尾平胸龟】 即“鹰嘴龟”。

【大头龟】 “鹰嘴龟”的俗称。

【山乌龟】 “鹰嘴龟”的俗称。

【鼋】 也称“绿团鱼”。俗称“癞头鼋”。烹饪原料。属爬行纲龟鳖目鳖科动物(Pelochelys bibroni)。原分布于长江中下游及瓯江、闽江、海南岛等水系，因历来滥捕已大减，现偶见于瓯江，并已列为国家二类保护动物。或指为大鳖，实为2种。鼋体大，重可数十千克至百千克，吻不似鳖之尖长。肉味美，“裙边”尤实而肥厚。古已食用，《左传》有“染指于鼎”的故事。食用方法参见“鳖”。中医认为其肉味甘，性平，可滋补、祛湿邪。

【绿团鱼】 即“鼋”。

【癞头鼋】 “鼋”的俗称。因其头部常有疣状突起，故名。

【海龟】 也称“绿蠵龟”、“绿海龟”。俗称“海宝”。烹

饪原料。属爬行纲龟鳖目海龟科动物(Chelonia mydas)。分布于山东、福建、浙江、台湾、广东沿海及西沙群岛等地。肉质柔韧,滋味鲜美,近似牛肉,而且营养丰富。宜于拆肉供炒、焖、爆、炖以及煨汤。肉可供肝硬化、气管炎、风湿性关节痛等药用。由于滥捕,数量减少,现已列为国家二类保护动物。

【绿海龟】 即"海龟"。

【绿蠵龟】 即"海龟"。

【海宝】 "海龟"的俗称。因其全身皆是宝,经济价值很高,故名。


蠵龟

【蠵(xi西)龟】 也称"赤蠵龟"、"蠵"。俗称"红海龟"。烹饪原料,属爬行纲龟鳖目海龟科动物(Caretta caretta olivacea)。分布于山东以南沿海及台湾。古已食用,《临海异物志》:"肉味如鼋,可食。"但味不及海龟。食用方法参见"海龟",其肉药用也同。由于数量日减,现已列为国家二类保护动物。

【赤蠵龟】 即"蠵龟"。

【蠵】 即"蠵龟"。

【红海龟】 "蠵龟"的俗称。


玳瑁

【玳瑁】 也称"文甲"、"明玳瑁"。俗称"十三鲮龟"。烹饪原料。属爬行纲龟鳖目海龟科动物(Eretmochelys imbricata)。分布于山东以南沿海。肉可食,味差。食用加工方法参见"海龟"。中医认为其肉味咸,性微寒,可清热解毒。现列为国家二类保护动物。

【文甲】 即"玳瑁"。

【明玳瑁】 即"玳瑁"。

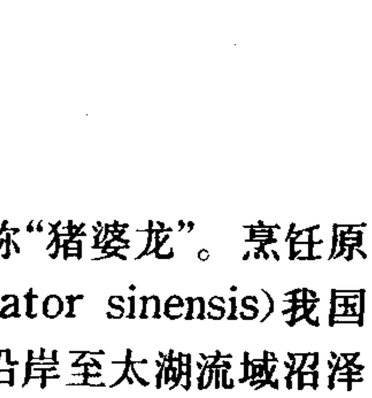
【十三鲮龟】 "玳瑁"的俗称。

【鳄】 也称"扬子鳄"、"鼍"。俗称"猪婆龙"。烹饪原料。属爬行纲鳄目鼍科动物(Alligator sinensis)我国特产,分布于江西以东、长江流域沿岸至太湖流域沼泽地。肉味鲜美,质细嫩,古已食用。曹植《七启》:"臛江东之潜鼍。"《本草纲目》:"南人珍其肉,以为嫁娶之敬。"由于滥捕,数已很少,现列为国家一类保护动物。已可人工繁殖。中医认为其肉味甘咸微涩,性微寒,可治、疳蟹、恶疮溃烂。民间认为其可治陈年哮喘。

【扬子鳄】 "鳄"的动物学名称。

【鼍】 即"鳄"。见《本草经集注》。

【猪婆龙】 "鳄"的俗称。


眼镜蛇

【饭铲头】 也称"眼镜蛇"、"五毒蛇"、"蝙蝠蛇"、"琵琶蛇"、"万蛇"。俗称"乌肉蛇"、"膨颈蛇"、"饭匙倩"、"犁头蛇"、"白颈乌"、"吹风蛇"、"扁头风"。烹饪原料。属爬行纲蛇目眼镜蛇科动物(Naja naja)。分布于长江流域以南。毒蛇。肉质白嫩、滋味极鲜,为筵上珍品。可单用,也常配为"三蛇"(饭铲头、金脚带、过树榕)、"五蛇"(饭铲头,金脚带、过树榕、三索线、白花蛇),供制蛇馔。中医认为其肉味甘咸,性温,可通经络、祛风湿,并为"三蛇酒"原料之一。

【眼镜蛇】 "饭铲头"的动物学名称。

【五毒蛇】 即"饭铲头"。

【蝙蝠蛇】 即"饭铲头"。

【琵琶蛇】 即"饭铲头"。

【万蛇】 即"饭铲头"。

【乌肉蛇】 "饭铲头"的俗称。

【膨颈蛇】 "饭铲头"的俗称。

【饭匙倩】 "饭铲头"的俗称。

【犁头蛇】 "饭铲头"的俗称。

【白颈乌】 "饭铲头"的俗称。

【吹风蛇】 "饭铲头"的俗称。因其受激惹时,能发出"呼呼"声,故名。

【扁头风】 "饭铲头"的俗称。

【金脚带】 也称"金环蛇"、"金蛇"、"黄节蛇"、"玄南鞭"、"国公棍"、"佛蛇"。俗称"手巾蛇"、"金包铁"、"金根应"。烹饪原料。属爬行纲蛇目眼镜蛇科动物(Bungarus fasciatus)。毒蛇。分布于江西、福建、广东、广西、云南及海南岛等地。肉质白嫩而鲜美,为筵上珍品。可单用,也常与"饭铲头"等组成"三蛇"、"五蛇",供制蛇馔。参见"饭铲头"。

【金环蛇】 "金脚带"的动物学名称。

【金蛇】 即"金脚带"。

【黄节蛇】 即"金脚带"。

【玄南鞭】 即"金脚带"。

【国公棍】 即"金脚带"。

【佛蛇】 即"金脚带"。

【金包铁】 "金脚带"的俗称。

【金根应】 "金脚带"的俗称。

【手巾蛇】 "金脚带"的俗称。

【过树榕】 也称"灰鼠蛇"、"灰背蛇"。俗称"过树龙"。烹饪原料。属爬行纲蛇目游蛇科动物(Ptyas korros)。无毒。分布于长江以南各省区,为主要食用蛇之一。肉质洁白细嫩,味鲜美,为筵上珍品。可单用,也可与"饭铲头"等组合为"三蛇"、"五蛇",供制蛇馔。又为"三蛇酒"原料之一。参见"饭铲头"。

【灰鼠蛇】 "过树榕"的动物学名称。

【灰背蛇】 即"过树榕"。

【过树龙】 "过树榕"的俗称。

【三索线】 也称"三索锦蛇"。俗称"广蛇"。烹饪原料。属爬行纲蛇目游蛇科动物(Elaphe radiata)。无毒。分布于东南、西南等地。肉质细嫩而鲜甘,筵上珍

品。可单用，也可与“饭铲头”等组成“五蛇”，供制蛇馔。又是浸制“五蛇酒”的原料之一。参见“饭铲头”。

【三索锦蛇】 “三索线”的动物学名称。

【广蛇】 “三索线”的俗称。

【白花蛇】 也称“尖吻蝮”、“蕲蛇”、“盘蛇”、“龙蛇”、“祁蛇”、“犁头匠”、“放丝蛇”、“吊灯扑”、“懒蛇”、“聋婆蛇”。俗称“五步蛇”、“棋盘蛇”、“五步跳”、“翻身花”。烹饪原料。属爬行纲蛇目蝮蛇科动物(Agkistrodon acutus)。毒蛇。分布于长江流域中下游及其以南地区。肉细嫩而鲜美，为筵上佳品。可单用，也可与“饭铲头”等组成“五蛇”，供制蛇馔。又是浸制“五蛇酒”的原料之一。中医认为其味甘咸，性温，可祛风湿、透筋骨、定惊搐。干品为中药材。

【尖吻蝮】 “白花蛇”的动物学名称。

【蕲蛇】 即“白花蛇”。见《本草纲目》。

【盘蛇】 即“白花蛇”。

【龙蛇】 即“白花蛇”。

【祁蛇】 即“白花蛇”。

【犁头匠】 即“白花蛇”。

【放丝蛇】 即“白花蛇”。

【吊灯扑】 即“白花蛇”。

【懒蛇】 即“白花蛇”。

【聋婆蛇】 即“白花蛇”。

【五步蛇】 “白花蛇”的俗称。

【棋盘蛇】 “白花蛇”的俗称。因其背有方胜纹，故名。

【五步跳】 “白花蛇”的俗称。

【翻身花】 “白花蛇”的俗称。

【银环蛇】 也称“白节蛇”。俗称“过基峡”、“白菊花”、“寸白蛇”、“银色铁”、“银根应”、“节节乌”、“簸箕甲”、“断肌甲”、“雨伞蛇”、“银脚带”、“四十八节”。烹饪原料。属爬行纲有鳞目眼镜蛇科动物(Bungarus multicinctus)。毒蛇。分布于长江流域及其以南地区。肉质细嫩而鲜美，可供制蛇馔，出肉后烩、煲、炖、炒均宜。中医认为其肉味甘咸，性温，可祛风湿，用治风湿痹痛、筋脉拘急、半身不遂及麻风等症。

【白节蛇】 即“银环蛇”。

【白菊花】 “银环蛇”的俗称。

【寸白蛇】 “银环蛇”的俗称。

【过基峡】 广东一带对“银环蛇”的俗称。

【银色铁】 “银环蛇”的俗称。

【银根应】 “银环蛇”的俗称。

【节节乌】 “银环蛇”的俗称。

【簸箕甲】 “银环蛇”的俗称。

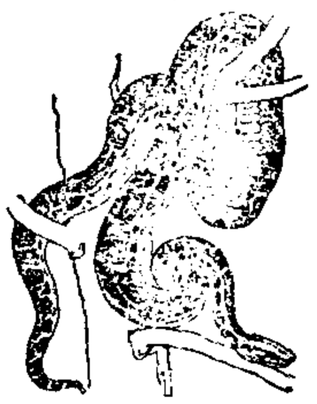
【断肌甲】 “银环蛇”的俗称。

【雨伞蛇】 “银环蛇”的俗称。

【银脚带】 “银环蛇”的俗称。

【四十八节】 “银环蛇”的俗称。

【南蛇】 也称“蚺蛇”、“蟒蛇”、“琴蛇”、“黑尾蟒”、“王蛇”、“埋头蛇”、“王字蛇”。烹饪原料。属爬行纲蛇目蟒蛇科动物(Python molurus bivittatus)。分布于广东、广西、云南、福建等省区。肉质较粗，味鲜美，可供作蛇馔之用。中医认为其肉味甘，性温，可祛风、杀虫。现属国家三类保护动物。


蟒蛇

【蟒蛇】 “南蛇”的动物学名称。

【蚺蛇】 即“南蛇”。《本草纲目》：“此蛇身大而行更纡徐，冉冉然也，故名蚺蛇。”

【琴蛇】 即“南蛇”。

【黑尾蟒】 即“南蛇”。

【王蛇】 即“南蛇”。

【埋头蛇】 即“南蛇”。《本草纲目》：“……产于岭南，以不举首者为真，故世称为南蛇、埋头蛇。”

【王字蛇】 即“南蛇”。

【乌梢蛇】 也称“乌鞘蛇”、“乌风蛇”。烹饪原料。属爬行纲蛇目游蛇科动物(Zaocys dhumuades)。无毒。分布于黄河流域、长江流域及其以南地区。可供作蛇馔原料，又供药用。中医认为其肉肉味甘，性平，能祛风湿，治风湿痹痛等。

【乌鞘蛇】 即“乌梢蛇”。

【乌风蛇】 即“乌梢蛇”。

【滑鼠蛇】 也称“黄润蛇”、“草锦”。烹饪原料。属爬行纲蛇目游蛇科动物(Ptyas mucosus)。无毒。分布于长江流域及其以南地区。肉质细嫩鲜美，可供作蛇馔原料。又可与“金环蛇”等一同泡制药酒，用于风湿症。

【黄润蛇】 即“滑鼠蛇”。

【草锦】 即“滑鼠蛇”。

【过山风】 也称“眼镜王蛇”、“过山标”、“麻骨乌”、“山万蛇”、“扁颈蛇”、“大膨颈蛇”、“大眼镜蛇”。俗称“大饭匙倩”。烹饪原料。属爬行纲蛇目眼镜蛇科动物(Naja hannah)。毒蛇。分布于云南、贵州、广西、广东、福建、浙江一带。肉质细嫩、鲜美，可供作蛇馔原料。参见“饭铲头”。

【眼镜王蛇】 “过山风”的动物学名称。

【过山标】 即“过山风”。

【麻骨乌】 即“过山风”。

【山万蛇】 即“过山风”。

【扁颈蛇】 即“过山风”。

【大膨颈蛇】 即“过山风”。

【大眼镜蛇】 即“过山风”。

【大饭匙倩】 “过山风”的俗称。

【蚂蚁堆蛇】 也称“有毒蛇”。产于云南墨江等地。多生长在向阳半山坡有蚂蚁的地方。冬天进入蚂蚁洞内食蚂蚁，冬末春初出洞。易捕，特点是尾短而粗壮。味

鲜质嫩，哈尼族人民喜食。有祛风除湿、治腰痛的食效。

【有毒蛇】 即“蚂蚁堆蛇”。

【娃娃鱼】 也称“鲵”、“大鲵”、“山椒鱼”、“鲑鱼”、“鳝鱼”、“鳄”、“鳗”。俗称“海狗鱼”、“崽崽鱼”、“山板鱼”。烹饪原料。属两栖纲有尾目大鲵科动物(Megalobatrachus davidianus)。我国特产，广有分布，因其数量日趋减少，已列为国家二类保护动物。现可人工繁殖。肉质细嫩肥腴，滋味鲜美，营养丰富，素为筵上奇珍品。可供多种烹调方法。广东菜有杏元鸡脚炖海狗、广肚炖海狗；贵州菜有八宝娃娃鱼；广西菜有花胶炖海狗；陕西菜有清蒸娃娃鱼、熘娃娃鱼片、豆瓣烧娃娃鱼等。入药有滋补、强壮之效。

【大鲵】 “娃娃鱼”的动物学名称。

【鲵】 即“娃娃鱼”。《尔雅》注：“今鲵鱼似鲇。四脚，前似弥猴，后似狗，声如小儿啼。”


大鲵

【山椒鱼】 即“娃娃鱼”。因其有时上岸觅食植物，尤喜食山椒，故名。

【鲑(nà纳)鱼】 即“娃娃鱼”。《广雅》：“鲑，鲵也。”

【鳀(tí题)鱼】 即“娃娃鱼”。《本草纲目》：“鳀声如孩儿，故有诸名。”

【鳄(xiā虾)】 即“娃娃鱼”。《尔雅》：“鲵，大者谓之鳄。”《异物志》：“有鱼之形，以足行，如鳄，故名鳄。”

【鳗(tǎ塔)】 即“娃娃鱼”。《汉书·司马相如上林赋》：“禺禺鱼鳗”，注引郭璞：“鳗，鲵鱼也，似鲇，有四足，声如婴儿。”

【海狗鱼】 广东、广西等地对“娃娃鱼”的俗称。

【崽崽鱼】 四川一些地方对“娃娃鱼”的俗称。

【山板鱼】 四川酉阳山区对“娃娃鱼”的俗称。

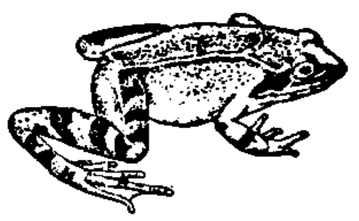
【羌活鱼】 也称“山溪鲵”。俗称“杉木鱼”、“雪鱼”。烹饪原料。属两栖纲有尾目小鲵科动物(Batrachuperus pinchonii)。形态小于大鲵。产于四川、陕西、云南、湖北、福建、浙江等地。著名山珍，肉质细嫩，可供红烧、煎汤、清蒸等，风味甚佳。食用加工方法参见“娃娃鱼”。中医认为其肉味辛咸，性平，可行气止痛，暖肝缓急。

【山溪鲵】 “羌活鱼”的动物学名称。

【杉木鱼】 四川一些地方对“羌活鱼”的俗称。因其多见于以杉木为主的林区，故名。

【雪鱼】 云南西北部对“羌活鱼”的俗称。因其多见于雪山的雪线附近，故名。

【青蛙】 也称“田鸡”、“坐鱼”、“蛤鱼”、“土鸭”、“虾蟇”、“蛤蟆”。俗称“旱蛤子”、“水鸡”。烹饪原料。属两栖纲无尾类蛙科动物。广有分布，可供食用并常见的有：黑斑蛙(Rana migromaculata)；金线蛙(R. plancyi)；虎纹蛙(R.tigrina rugulosa)等。肉质细嫩，滋味鲜美，自古食用，尤以其腿肉，为筵上佳品，适于多种烹调方法。福建菜有走油田鸡；湖南菜有麻辣田鸡腿；四川菜有家常田鸡；广东菜有火腿穿田鸡腿等。中医认为其肉味甘，性凉，可清热解毒、补虚、利水消肿。但青蛙捕食农业害虫，应予保护，不可滥捕。


哈士蟆

【田鸡】 即“青蛙”。《本草纲目》：“蛙好鸣，其声自呼。呼为田鸡，云肉味如鸡也。”

【坐鱼】 即“青蛙”。《本草纲目》：“又曰坐鱼，其性好坐也；按《尔雅》蟾蜍俱列鱼类。而《东方朔传》云：长安水多蛙鱼，得以家给人足。则古昔关中已常食之如鱼，不独南人也。”

【蛤鱼】 即“青蛙”。《本草衍义》：“小其声则曰蛤。”。

【土鸭】 即“青蛙”。《名医别录》：“其类最多，大有青脊者，俗名土鸭。”

【虾蟇(má麻)】 “青蛙”的俗称。《蜀本草》：“蛙，虾蟇之属，居陆地，青脊善鸣，声作蛙者是也。”

【蛤蟆】 即“青蛙”。一般指一些小型蛙类；或专指泽蛙(Rana limnocharis)。

【旱蛤子】 “青蛙”的俗称。

【水鸡】 江浙等地对“青蛙”的俗称。

【牛蛙】 也称“喧蛙”、“食用蛙”。烹饪原料。属两栖纲无尾类蛙科动物(Rana catesbiana)。原产北美洲。后引进我国。体型较大，长18～20厘米，已人工池养或放养。专供食用，肉质细嫩肥美，宜于多种烹调方法，参见“青蛙”。其卵也为烹饪原料，山东博山用以制作鸡汁蛙子。

【喧蛙】 即“牛蛙”。因其鸣声大而如牛叫，群蛙齐鸣很喧闹，故名。

【食用蛙】 即“牛蛙”。因其饲养专供食用，故名。

【哈士蟆】 也称“雪蛤”。俗称“红蛤”、“红头蛤蟆”。烹饪原料。属两栖类无尾目蛙科动物。哈士蟆为满族语名称，原动物为：中国林蛙(Rana temporaria chensinensis)；黑龙江林蛙(R. amurensis)。主要分布于东北，其它省区也有散见。肉质细嫩鲜美，尤以冬眠者为好。可供多种烹调。方法参见“青蛙”。可干制成“哈士蟆干”。雌蛙的脂肪干制后，即“哈士蟆油”，为著名中药材，又为珍贵的烹饪原料。

【雪蛤】 即“哈士蟆”。

【红蛤】 东北一带对“哈士蟆”的俗称。

【红头蛤蟆】 东北一带对“哈士蟆”的俗称。


青蛙

【棘胸蛙】 也称“长肱”、“锦袄子”、“石顿”。俗称“蝈冻”、“石碰”、“抱手”、“石鸡”、“石鳞”、“石怪”。烹饪原料。属两栖纲无尾类蛙科动物(Rana spinosa)。产于湖北、安徽、江苏、江


棘胸蛙

西、浙江、湖南、福建、广东、广西、云南等省区的山溪或其附近的岩石下。体型较大，约 12 厘米。肉质细嫩，滋味鲜甜，可与仔鸡媲美，为著名山珍。宜于多种烹调方法。江西菜有炸石鸡、飞跳活动鸡；云南菜有翡翠石碥、果仁炒石碥；安徽菜有清蒸石鸡；福建菜有椒盐石鳞腿、油焖石鳞等。中医认为其肉味甘，性寒，可滋阴、凉血、解毒，治小儿痨瘦及疳积。

【长肱(gōng工)】 即"棘胸蛙"。《日用本草》："长肱，石鸡也，一名'锦袄子'，六七月山谷间有之，性味同水鸡。"

【锦袄子】 即"棘胸蛙"。参见"长肱"。

【石顿】 即"棘胸蛙"。

【蝈(guō锅)冻】 福建一带对"棘胸蛙"的俗称。

【石碥】 云南一带对"棘胸蛙"的俗称。也包括其它棘蛙。

【抱手】 云南一带对"棘胸蛙"的俗称。此蛙胸部有两团棘刺，若以两手指置于它的胸前，它的前肢就立即将手指紧紧抱住不放，故名。

【石鸡】 江西、安徽一带对"棘胸蛙"的俗称。为"庐山三石"之一。

【石鳞】 ①福建一带对"棘胸蛙"的俗称。②即"棘蛙"。

【石怪】 江西井岗山一带对"棘胸蛙"(即庐山石鸡)的俗称。或作石拐。

【棘蛙】 俗称"石棱"、"石坑"、"梆梆鱼"。烹饪原料。属两栖纲无尾类蛙科动物(Rana boulengeri)。分布于陕西、山西、甘肃、四川、湖北、湖南、广西等省区的山溪瀑布下，或塘边石下，体型较大，可达 11 厘米。肉味很鲜美，肉质细嫩，为山珍之一，宜于多种烹调方法。参见"棘胸蛙"。

【石棱】 "棘蛙"的俗称。

【石坑】 "棘蛙"的俗称。

【梆梆鱼】 "棘蛙"的俗称。因其雄蛙鸣声洪大如"梆梆"，故名。

【蝌蚪】 也称"活师"、"蛞斗"、"活东"、"虾蟆子"、"玄鱼"、"玄针"、"聒子"、"悬针"、"水仙子"。烹饪原料。青蛙的幼虫。基诺族人用以作烹饪原料，如：蝌蚪拌臭菜。中医认为其肉可清热解毒。

【活师】 即"蝌蚪"。见《山海经》。

【蛞斗】 即"蝌蚪"。见《尔雅》。

【活东】 即"蝌蚪"。见《尔雅》。

【虾蟆子】 即"蝌蚪"。见《古今注》。

【玄鱼】 即"蝌蚪"。见《古今注》。

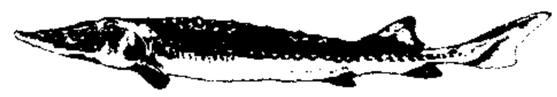
【玄针】 即"蝌蚪"。见《古今注》。

【聒子】 即"蝌蚪"。见《尔雅翼》。

【悬针】 即"蝌蚪"。见《本草纲目》。

【水仙子】 即"蝌蚪"。见《本草纲目》。

【鲟】 也称"鲔"、"乞里麻鱼"。俗称"苦腊子"、"七星浮子"、"腊子"、"腊子着甲鱼"、"着甲"。烹饪原料。属鱼纲鲟科动物(Acipenser spp)。产于南北各大水域以及沿海各地。有东北鲟(也称史氏鲟)、中华鲟、长江鲟(也称达氏鲟)等。个体一般重 5 千克，大者可达 200～500 千克，长达 3 米，有"千斤腊子万斤象"之说。肉味鲜美，刺少骨脆，宜于多种烹调方法。名菜有红烧着甲、炒鲟鱼片等。卵名贵，加工后为黑鱼籽。鳔和脊索可制鱼胶。鼻骨、脊骨脆软，可制鱼脆。中医认为其肉味甘，性平，可益气补虚、活血通淋。已可人工繁殖、放养。现属国家保护动物。



鲟

【鲔(luò洛)】 即"鲟"。见《毛诗传》。

【乞里麻鱼】 即"鲟"。忽思慧《饮膳正要》："今辽人名(鲟)乞里麻鱼。"

【苦腊子】 "鲟"的俗称。

【七星浮子】 "鲟"的俗称。因其口须基部有 7 个粒状突起，故名。

【腊子】 "鲟"的俗称。

【腊子着甲鱼】 "鲟"的俗称。参见"着甲"。

【着甲】 "鲟"鱼的俗称。因其身披 3 条硬甲，故名。

【白鲟】 也称"象鱼"、"鳣"。俗称"象鼻鱼"。烹饪原料。属鱼纲白鲟科(Psephurus gladius)。主产于长江，也见于钱塘江、黄河下游，产卵期多见于长江上游。肉质肥美，其卵尤佳，誉为珍品。食用方法参见"鲟"。是我国特有的稀有珍贵鱼类，属于国家重点保护的野生动物。

【象鱼】 即"白鲟"。因其头侧鳃膜大而柔软，向后延长，形如象耳；头前具吻，伸长如象鼻，故名。

【鳣(xún巡)】 即"白鲟"。见《尔雅》郭璞注。

【象鼻鱼】 "白鲟"的俗称。参见"象鱼"。

【鳇】 也称"秦王鱼"、"鳣"、"佗氏鳇鱼"、"玉版鱼"、"鲟鳇鱼"。俗称"鳡鳇鱼"、"大鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲟科动物(Huso dauricus)。分布于黑龙江水系，一般重 50～150 千克，大者可重 1000 千克，长 5 余米。鱼肉供鲜食，宜于多种烹调方法，以红烧鱼片、清炖鱼块等为鲜美，也可熏制。卵加工后为黑鱼籽。鱼鳔和脊索可以制胶。中医认为其肉味甘，性平，无毒，可益气补虚

【秦王鱼】 即"鳇"。

【鳣(zhān沾)】 即"鳇"。见《诗经》。鳣，古书泛指鲟鳇类鱼。

【佗氏鳇鱼】 即"鳇"。

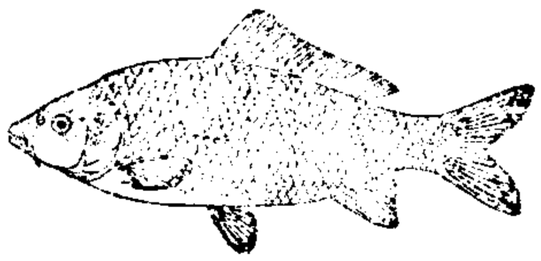
【玉版鱼】 即"鳇"。《本草纲目》："玉版，言其肉色也。"

【鲟鳇鱼】 即"鳇"。见《本草纲目》。

【鳡鳇鱼】 东北一带对"鳇"的俗称。

【大鱼】 东北一带对"鳇"的俗称。

【鲤鱼】 也称"黄骓"、"黄骥"、"玄驹"、"赪鲤"、"毛


鲤鱼

子”、“拐 子”、“六 六鱼”、“赤 鲆 公”、“龙鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Cygrinus carpio)。我国最早养殖鱼之一，各地均产。品种很多，按地域分有东北“龙江鲤”、黄河“龙门鲤”和“淮河鲤”等。地方名种更多，如广东“文岂鲤”、广西“禾花鲤”、江西“洛鲤”、云南“大头鲤”、四川“岩鲤”等。其肉坚实而厚，细嫩少刺，味很鲜美，含蛋白质17.3%，脂肪5.1%。适用多种烹调方法，宜于各种调味，既可整尾入烹，又可切段、块、片、丁以及出肉制丸。因与“吉庆有余”相联系而为广大群众所喜爱，常用于节日、喜庆筵席。各大菜系和各省的鱼类名菜中，用当地名种鲤鱼作主菜品很多；也可制成腌、干、糟、熏等制品。中医认为其肉味甘，性平，具利水消肿、下气通乳等功效。

【黄骓】 即“鲤鱼”(黄鲤)。崔豹《古今注》谓兖州人呼黄鲤为黄骓。

【黄骥】 即“鲤鱼”(白鲤)。崔豹《古今注》谓兖州人呼白鲤为黄骥。

【玄驹】 即“鲤鱼”(赤鲤)。崔豹《古今注》谓兖州人呼赤鲤为玄驹。

【毛子】 即“鲤鱼”。

【赪(chēng秤)鲤】 即“鲤鱼”。见《埤雅》。

【拐子】 即“鲤鱼”。或以称其幼者为鲤鱼拐子。

【六六鱼】 即“鲤鱼”。因其侧鳞有36片(应为34～38片)，故名。

【赤鲆(hún浑)公】 即“鲤鱼”。唐代鲤、李同音，皇家尊之，封其为“赤鲆公”。

【龙鱼】 即“鲤鱼”。

【龙江鲤】 鲤鱼地方名产之一，产于黑龙江各水系。体型较高，侧扁，背黑褐，腹部粉红，尾鳍上叶红色带黄。肉丝较细，味清香而鲜美。食用方法参见“鲤鱼”。

【龙门鲤】 也称“黄河鲤”。鲤鱼地方名产之一，产于黄河流域及内蒙乌里梁素海。个大体肥，金光闪闪，俗称金翅金鳞。肉丝较粗，稍有土腥味。沿河各省区以之作主菜的菜品很多。食用方法参见“鲤鱼”。

【黄河鲤】 即“龙门鲤”。

【淮河鲤】 鲤鱼地方名产之一，产于长江、淮河水系。体型较长，背高，淡黑色，腹部淡黄色，各鳍边缘红色。肥壮鲜美，肥而不腻，稍有土腥味，肉质较粗。食用方法参见“鲤鱼”。

【禾花鲤】 也称“禾花鱼”。鲤鱼地方名产之一，种类很多，产于广西桂林、全州等地。唐代即已放养。肉嫩而细滑，少刺无腥，鲜甜可口。食用方法参见“鲤鱼”。

【禾花鱼】 即“禾花鲤”。

【洛鲤】 也称“荷包红鲤鱼”。鲤鱼地方名产之一，主产于江西婺源等地，具形雅色美、味鲜肉嫩等特点。当地传统吃法为文火清炖全鱼。食用方法参见“鲤鱼”。

【荷包红鲤鱼】 即“洛鲤”。因其腹部肥大丰硕，立放桌上似荷包，故名。

【文岂鲤】 鲤鱼地方名产之一，因产于广东高要县文岂塱，故名。广东称大片低洼积水之处为饵。其地产野荸荠等，成为鲤鱼的最佳天然饵料，其鱼具骨软油多，肉嫩味美，鳞薄等特点。为粤菜著名原料之一。烹调方法参见“鲤鱼”。

【岩鲤】 也称“岩原鲤”、“黑鲤”。烹饪原料。属鱼纲鲤科(Procypris rabaudi)。产于长江上游及嘉陵江、金沙江等水系。头小体肥厚，肉质细嫩紧密，味鲜美，产量少，为产区名贵食用鱼，川菜著名原料之一。

【岩原鲤】 “岩鲤”的动物学名称。

【黑鲤】 即“岩鲤”。

【乌原鲤】 也称“乌钩”、“乌鲫”、“墨鲤”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Procypris merus)。产于广西各大水系，最大个体可达5千克。体厚，肉鲜，为产区上等鱼类。适于多种烹调方法。参见“鲤鱼”。

【乌钩】 即“乌原鲤”。

【乌鲫】 即“乌原鲤”。

【墨鲤】 即“乌原鲤”。

【东坡鱼】 也称“墨头鱼”。俗称“猪嘴鱼”烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Garra pingi)。产于长江上游、西江上游以及岷江、澜沧江、雅砻江、元江等水系，珍贵食用鱼类。味鲜而多脂，肉肥厚。四川乐山大佛脚下盛产此鱼，成为当地名菜的重要原料之一，适于多种烹调方法。

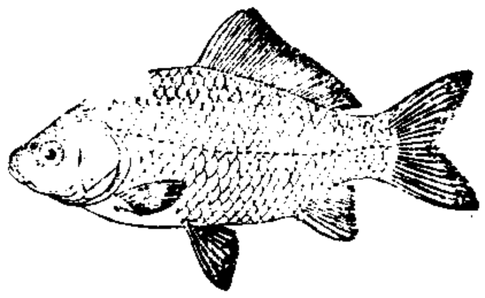
【墨头鱼】 即“东坡鱼”。《本草纲目》：“四川嘉州出之，状类鲆(同鲩)子。长者及尺，其头黑如墨，头上有白子二枚。又名北斗鱼。常以二三月出，渔人以火夜炤(同照)叉之。”又，为东坡鱼的动物学名称。

【猪嘴鱼】 “东坡鱼”的俗称。

【鲈鲤】 也称“花鱼”、“青脖”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Percoypris pingi)。分布于宜昌以上长江干流，以及岷江和嘉陵江等支流中，常见以1千克左右居多，为产区习见食用鱼类。食用方法同一般淡水鱼。

【花鱼】 即“鲈鲤”。

【青脖】 即“鲈鲤”。


鲫鱼

【鲫鱼】 也称“鲋”、“寒鲋”、“鳙”、“喜头”、“鲫瓜子”、“月鲫仔”、“宽背淇鲫”、“淇鲫”。俗称“刀子鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Carassius auratus)。自古食用，各地均产，品种很多，概分“银鲫”、“黑鲫”两大品系。地方名种有湖鲫、彩鲫、红鲫等。肉质细嫩，肉味鲜美，宜于多种烹调方法，一般整

尾入烹，为筵席常用，名菜有荷包鲫鱼、龙戏珠；湖北的鲫鱼汆丸汤；浙江的汆蛤蜊鲫鱼；福建的葱烧鲫鱼。因其多刺，小者用制红酥鲫鱼，骨酥鱼香。活者常用于炖汤，汤汁奶白，鲜美异常，且具有下奶、增奶的功效。中医认为其肉味甘，性平，可健脾利湿，和中补气。

【鲋(fù复)】 即“鲫鱼”。《庄子》：“涸辙之鲋。”《吕氏春秋》：“鱼之美者有洞庭之鲋。”

【寒鲋】 即“鲫鱼”。

【鳽(jī机)】 即“鲫鱼”，《玉篇》：“鳽，鲋也。”

【喜头】 即“鲫鱼”。

【鲫瓜子】 即“鲫鱼”。

【月鲫仔】 即“鲫鱼”。

【淇鲫】 也称“宽背淇鲫”。产于河南安阳淇水中的鲫鱼。鳞细，肉厚体肥，味鲜美。

【宽背淇鲫】 即“淇鲫”。

【刀子鱼】 江苏一带对“鲫鱼”的俗称。

【银鲫】 也称“白鳞鲫鱼”。质较好，味新鲜而肥嫩，宜于红烧、清蒸、浇汁等烹调方法。参见“鲫鱼”。

【白鳞鲫鱼】 即“银鲫”。

【黑鲫】 也称“黑鳞鲫鱼”。稍有土腥味，质较次。参见“鲫鱼”。

【黑鳞鲫鱼】 即“黑鲫”。

【青鱼】 也称“鲭”、“乌鲭”、“黑鲩”、“螺蛳青”、“青鲩”、“钢青”、“青根鱼”、“乌青鱼”、“黑鲭”、“铜青”、“青棒”、“鲛青”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Mylophargodon piceus)。四大家鱼之一。肉厚，多脂，少刺，味鲜美，淡水鱼中的上品。宜于多种烹调，适于多种味型，以清炖、红烧、糖醋为多，可切段制熏鱼，也可制鱼片或出肉制丸、馅。干制或腊制后，烧肉、炖肉更饶风味。青鱼为筵席常用。名菜有红烧划水、红烧肚档、海参青鱼、菊花青鱼等。其内脏也肥美，上海菜以其头尾及肠等烹制的菜有汤卷、炒卷，安徽菜有红烧头尾等。但其胆有毒，加工时应去除。中医认为其肉味甘，性平，可益气化湿、养胃祛风。

【鲭(qīng青)】 即“青鱼”。见《日华子本草》。

【乌鲭】 即“青鱼”。

【黑鲩】 即“青鱼”。

【螺蛳青】 即“青鱼”。

【青鲩】 即“青鱼”。

【钢青】 即“青鱼”。

【青根鱼】 即“青鱼”。

【乌青鱼】 即“青鱼”。

【黑鲭】 即“青鱼”。

【铜青】 即“青鱼”。

【青棒】 即“青鱼”。

【鲛(lóu楼)青】 即“青鱼”。《玉篇》：“大青鱼。”

【草鱼】 也称“鲩鱼”、“鲩鱼”、“鲲”、“白鲩”。俗称“混子”、“草混子”、“草根鱼”、“草包鱼”、“草青”、“草哨”、“棍子”、“捣子鱼”、“猴子鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Ctenopharyngodon idella)。四大家鱼之一。肉质细而洁白，少刺，有弹性，宜于多种烹调方法，最适于炒鱼丝、熘鱼片。西湖醋鱼常以之为原料；还可供烧鱼段、瓦块鱼等，并可熏制或腌、干制。中医认为其肉味甘，性温，可暖胃和中、平肝祛风。

【鲩(huàn换)鱼】 即“草鱼”。见《本草拾遗》。

【鳏(huàn换)鱼】 即“草鱼”。见《本草纲目》。鳏，同鲩。

【鲲(hún浑)】 即“草鱼”。《尔雅》郭璞注：“(鲩)今鲲鱼，似鳟而大。”

【白鲩】 即“草鱼”。

【混子】 “草鱼”的俗称。

【草混子】 “草鱼”的俗称。

【草根鱼】 “草鱼”的俗称。

【草包鱼】 “草鱼”的俗称。

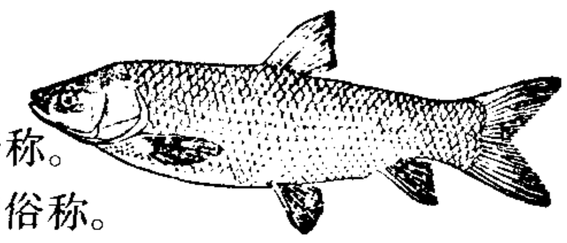
【草青】 “草鱼”的俗称。

【草哨】 “草鱼”的俗称。

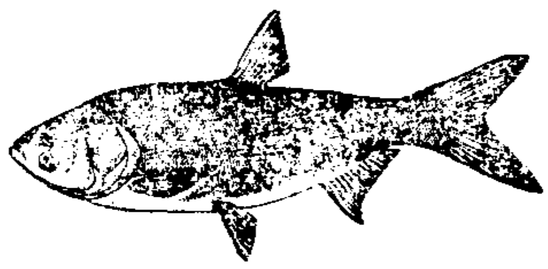
【棍子】 “草鱼”的俗称。

【捣子鱼】 “草鱼”的俗称。

【猴子鱼】 山东济南一带对“草鱼”的俗称。


草鱼

【鲢鱼】 也称“鲅”、“白鲢”。俗称“跳鲢”、“白胖头”、“扁鱼”、“洋胖子”、“苦鲢子”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Hypophthalmichthys molitrix)。四大家鱼之一。肉质细，纤维短，500克以下者肉较面，750克以上者肉始坚实柔嫩而好吃。腹部富含脂肪。一般宜于红烧、炖焖、糖醋及油炸等，可整尾入烹，也可切段、切块，并可出肉制丸、馅等。其鱼头也可与鳙鱼一样供单烧，富脂肪及胶质。胆味苦而有毒，加工时应防止弄破并去除。中医认为其肉味甘，性温，可温中益气和暖胃。


鲢鱼

【鲅】 即“鲢鱼”。《诗经》：“其钓维何？维鲂及鲅。”

【白鲢】 即“鲢鱼”。因其体银白色以别于鳙，故名。

【跳鲢】 “鲢鱼”的俗称。

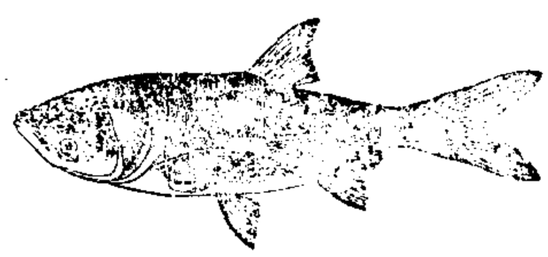
【白胖头】 “鲢鱼”的俗称。因其头部较其它鱼胖大，故名。

【扁鱼】 广东一带对“鲢鱼”的俗称。

【洋胖子】 “鲢鱼”的俗称。

【苦鲢子】 “鲢鱼”的俗称。

【鳙鱼】 也称“鲠”、“鳙鱼”、“皂包头”、“皂鲢”、“黑包头鱼”、“鳙头鲢”、“包头鱼”、“胡鳙”、“鹑鸪”。俗称“胖头鱼”、“黑鲢”、“花鲢”、“黄


鳙鱼

鲢”、“大头鱼”、“包公鱼”、“松鱼”、“红鲢”、“熊鱼”、“豹头鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Aristichthys nobilis)。四大家鱼之一。肉质与“鲢鱼”相似,食用方法参见“鲢鱼”。其鱼头含脂肪量高,可与肥猪肉相比,口感腴润,为各地菜肴所常用,天津菜有砂锅鱼头;扬州、镇江菜有砂锅拆烩鲢(鳙)鱼头、清蒸鳙鱼头等,均为筵席名馔。胆汁有毒,加工时应注意。中医认为其肉味甘,性温,可暖胃、去头眩、益脑髓。

【鲬】 即“鳙鱼”。《上林赋》:“鲔鲬鰅鱋。”《类篇》:“似鲢而黑。”

【鳅(qiū秋)鱼】 即”鳙鱼“。《山海经》:“苍体之水多鳅鱼,其状如鲤而大首。”《本草拾遗》:“鳅鱼即鳙鱼。”

【皂包头】 即“鳙鱼”。见《食物本草》。因其头上部为暗黑色,故名。

【皂鲢】 即“鳙鱼”。见《食物本草》。

【黑包头鱼】 即“鳙鱼”。见《食物本草会纂》。

【鳙头鲢】 即“鳙鱼”。见《医林纂要》。

【包头鱼】 即“鳙鱼”。见《随息居饮食谱》。

【胡鳙】 即“鳙鱼”。陆玑《毛诗草木鸟兽虫鱼疏》:“鲇似鲂厚而大……其头尤肥大者,徐州人谓之鲢,或谓鳙,幽州人谓之‘鸮鹐’,或谓之胡鳙。”

【鸮鹐(xiāo消)】 即“鳙鱼”。参见“胡鳙”。

【胖头鱼】 “鳙鱼”的俗称。

【黑鲢】 “鳙鱼”的俗称。

【花鲢】 “鳙鱼”的俗称。

【黄鲢】 “鳙鱼”的俗称。

【大头鱼】 “鳙鱼”的俗称。

【包公鱼】 “鳙鱼”的俗称。

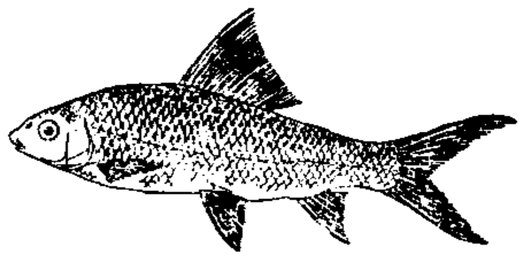
【松鱼】 “鳙鱼”的俗称。

【红鲢】 福建一带对“鳙鱼”的俗称。

【熊鱼】 江西赣州一带对“鳙鱼”的俗称。

【豹头鱼】 浙江一带对“鳙鱼”的俗称。

【鲩 鱼】 也称“雪鱼”。俗称“土鲩鱼”、“龙箭鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Cirrhina molitorella)。主产于广东、广西和福建、云南等地水系中。肉质细嫩鲜美,为粤菜所常用,宜于蒸、酿、炒、煎等。也可出肉入烹。广东菜有石湾鱼腐、清蒸土鲩鱼;广西菜有神仙全鱼、上汤鱼角,均为筵上佳馔。鲩鱼罐头行销港澳和东南亚地区。中医认为其肉味甘,性平,可滑利肌肉、通小便、活血行气、补中开胃。



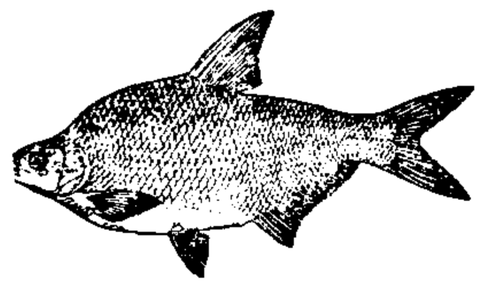
鲩鱼

【雪鱼】 即“鲩鱼”。

【土鲩鱼】 “鲩鱼”的俗称。

【龙箭鱼】 广东潮州一带对“鲩鱼”的俗称。

【鳊鱼】 也称“鲅鲹”、“长春鳊”、“草鳊”、“白鲦鱼”。俗称“长身鳊”、“北京鳊”、“边鱼”、“锅边”、“方鱼”、“鲾鱼”、“鳊花”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Parabramis pekinensis)。各大水系均有分布。肉细嫩,多脂肪,味鲜,尤以下腹部为肥美。宜于清蒸、干烧、红烧等。家常所常食,也为筵席所常用。安徽菜有桂花鳊;上海菜有清蒸鳊鱼;淮扬菜有红烧鳊鱼;福建菜有奶汤鳊鱼;广东菜有油浸鳊鱼等。《随息居饮食谱》:“鲂鱼(一名鳊鱼)甘,平。补胃养脾,去风运食。功用与鲫相似。产活水中,肥大者胜。”



鳊鱼

【长春鳊】 “鳊鱼”的动物学名称。

【鲅(fú扶)鲹】 即“鳊鱼”。《玉篇》:“鲅鲹,《广韵》:鳊鱼也。”

【草鳊】 即“鳊鱼”。

【白鲦(biān边)鱼】 即“鳊鱼”。

【长身鳊】 “鳊鱼”的俗称。

【北京鳊】 “鳊鱼”的俗称。

【边鱼】 “鳊鱼”的俗称。

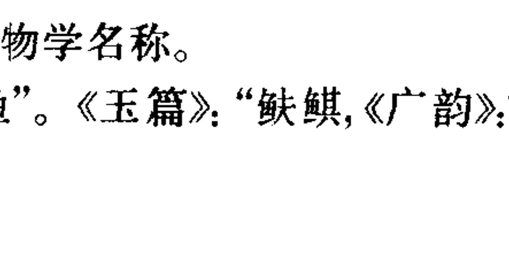
【锅边】 “鳊鱼”的俗称。

【方鱼】 “鳊鱼”的俗称。

【鲾鱼】 广东一带对“鳊鱼”的俗称。

【鳊花】 吉林一带对“鳊鱼”的俗称,有“松江三花”之说,另“二花”为“鳜花”、“鲫花”。

【武昌鱼】 也称“团头鲂”、“鲂鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Megalobrama amblycephala)。分布于长江中游一些湖泊中,以湖北鄂城县梁子湖所产为最著名。肉嫩、脂多、味美,食用方法与“鳊鱼”同。湖北菜有清蒸武昌鱼、油焖武昌鱼、海参武昌鱼等。参见“鳊鱼”。



团头鲂

【团头鲂】 “武昌鱼”的动物学名称。

【鲂鱼】 即“武昌鱼”。

【三角鲂】 也称“平胸鳊”、“乌鳊”、“法罗鱼”、“魬”、鲂。俗称“三角鳊”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Megalobrama terminalis)。分布于平原地区诸水系,常与鳊鱼混同。食用方法参见“鳊鱼”。中医认为其肉味甘,性平,可利五脏、调胃气。

【平胸鳊】 即“三角鲂”。

【乌鳊】 即“三角鲂”。

【法罗鱼】 即“三角鲂”。

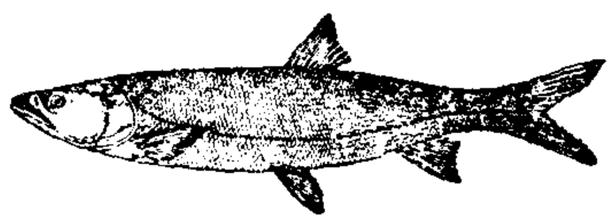
【魬(pī批)】 即“三角鲂”。《尔雅》注:“鲂,一名魬。”

【鲂】 即“三角鲂”。也泛指鳊、鲂之类。《诗经》:“岂其食鱼,必河之鲂。”

【三角鳊】 “三角鲂”的俗称。

【鳐鱼】 也称“黄鲕”、“大口鳐”、“鲪鱼”、“黄颊鱼”、“生母鱼”、“竹鱼”、“长嘴鳐”。俗称“竿鱼”、“介鱼”、“虎

鱼”、“水老虎”、“黄钻”、“猴 鱼”、“横叉”、“铜 头”、“鳜条”、“竹竿鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Elopichthys bambusa)。广布于平原地区各大水系，为上等大型食用鱼类。肉质细嫩致密而少刺，味鲜美多脂，食时有香肥之感。宜于多种烹调方法，适于各种调味，且为出肉制鱼肉馅、鱼丸的优质鱼料，为许多地方菜肴所选用。中医认为其肉味甘，性温，可止呕、暖中、益胃。


鳜鱼

【鲌(xiān仙)鱼】 即“鳜鱼”。《异苑》：“鲌鱼，凡诸鱼欲产，鲌辄以头冲其腹；鲌鱼自欲生者，亦更相撞触。故世人谓为众鱼之母也。”

【黄鲭】 即“鳜鱼”。

【黄颊鱼】 即“鳜鱼”。见《山海经》。

【生母鱼】 即“鳜鱼”。见《岭表录异》。参见“鲌鱼”。

【竹鱼】 即“鳜鱼”。

【长嘴鳜】 即“鳜鱼”。因其形似鳜而嘴长，故名。

【大口鳜】 即“鳜鱼”。

【竿鱼】 “鳜鱼”的俗称。因其身形修长，故名。

【介鱼】 “鳜鱼”的俗称。

【虎鱼】 “鳜鱼”的俗称。因其常捕食其它鱼类，性猛似虎，故名。

【水老虎】 “鳜鱼”的俗称。参见“虎鱼”。

【黄钻】 “鳜鱼”的俗称。因其头形似钻而色黄，故名。

【猴鱼】 “鳜鱼”的俗称。

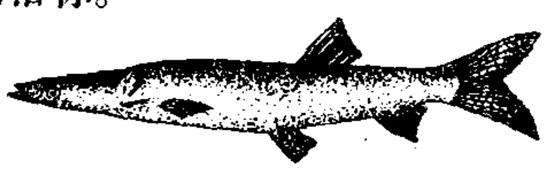
【横叉】 “鳜鱼”的俗称。

【铜头】 “鳜鱼”的俗称。因其头部为铜黄色，且于被网围捕时常以其头冲破网而逸，故名。

【鳜条】 “鳜鱼”的俗称。

【竹竿鱼】 “鳜鱼”的俗称。

【鲗(zōng 宗)鱼】 也称“鲗鱼”、“尖头鲗”。俗称“马头鲗”、“吹火筒”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Luciobrama macrocephalus)。分布于闽江、长江及其支流。肉质细嫩，食用方法参见“鳜”。中医认为其肉味甘，性平，可补五脏、益筋骨、和脾胃。


鲗鱼

【尖头鲗】 “鲗鱼”的动物学名称。因形似鳜而头尖，故名。

【鲗(zōng宗)鱼】 即“鲗鱼”。见《食疗本草》。

【马头鲗】 “鲗鱼”的俗称。

【吹火筒】 “鲗鱼”的俗称。

【似鳜】 也称“红尾鳜”、“香花鳜”。俗称“棍子鱼”、“棒子鱼”、“竿条鱼”、“墨线竿”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Fustis vivus)。分布于西江上游，广西、贵州南部和云南东部，个体较大，可达30～40千克。肉质细嫩，少刺味鲜，食用方法参见“鳜”。

【红尾鳜】 即“似鳜”。

【香花鳜】 即“似鳜”。

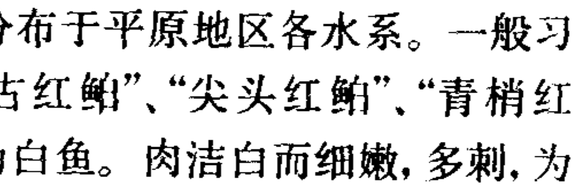
【棍子鱼】 “似鳜”的俗称。

【棒子鱼】 “似鳜”的俗称。

【竿条鱼】 “似鳜”的俗称。

【墨线竿】 “似鳜”的俗称。

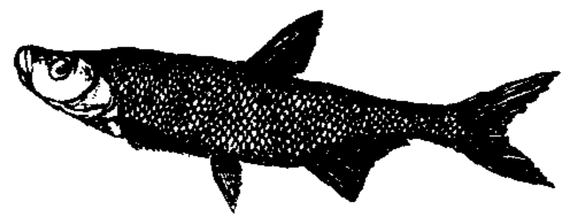
【鳤(guǎn管)】 俗称“刁子”、“麦杆刁”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Ochetobius elongatus)。分布于长江、珠江等水系，个体可达10余千克。食用方法参见“鳜”。


鳤

【刁子】 “鳤”的俗称。

【麦杆刁】 “鳤”的俗称。

【鲌】 也称“鲄鱼”、“短尾鲌”。俗称“黄掌皮”、“黄尚鱼”、“黄长条”、“大白鱼”、“白扁鱼”、“和顺鱼”、“拗颈鱼”、“白条鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Culter alburnus)。分布于平原地区各水系。一般习惯将“翘嘴红鲌”、“蒙古红鲌”、“尖头红鲌”、“青梢红鲌”、“红鳍鲌”等统称为白鱼。肉洁白而细嫩，多刺，为习见食用鱼类，宜于多种烹调方法，以清蒸、红烧为多见。湖南菜有清蒸白鱼；江苏菜有包白鱼。此鱼不易保鲜，应注意。中医认为其肉味甘，性平，可开胃健脾、消食行水。


鲌

【鲄鱼】 即“鲌”。《博雅》：“鲌，鲄也。”

【短尾鲌】 即“鲌”。

【黄掌皮】 “鲌”的俗称。

【黄尚鱼】 “鲌”的俗称。

【黄长条】 “鲌”的俗称。

【大白鱼】 “鲌”的俗称。

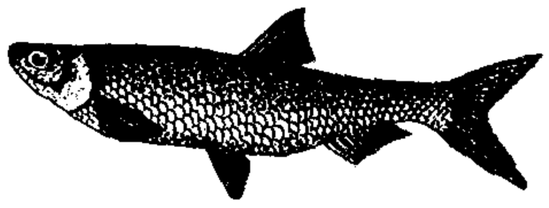
【白扁鱼】 “鲌”的俗称。

【和顺鱼】 广东一带对“鲌”的俗称。

【拗颈鱼】 广东一带对“鲌”的俗称。因其颈拗起，嘴尖向天，故名。

【白条鱼】 江苏一带对“鲌”的俗称。

【鲞(cān 餐)条】 也称“鲹条”、“硬颈鲞鱼”、“白 鲦”、“鲦”、“鲌鱼”、“黑 鲻”、“鲦”、“鲦”。俗称“鲞子”、“白鳔子”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Hemiculter lencisculus)。分布于平原地区水系，为


鲞条

常见家常食用小型鱼类。肉质细密而多刺，宜于蒸、炖、焖、煮，或炸、煎、酥制；也可干制，或作罐头原料，还可腌制。《荀子》："鲦、浮阳之鱼也，最宜鲊菹。"中医认为其肉味甘，性平，可暖胃、止冷泻。

【鲹条】 即"鲦条"。

【硬颈鲦鱼】 即"鲦条"。

【白鲦(yóu由)】 即"鲦条"。见《本草纲目》。

【鲦】 即"鲦条"。《庄子》："鲦鱼出游从容，是鱼之乐也。"注："即白鲦也。"《正字通》："俗呼参条，鱼长而小，时浮水面，性好游，故名。"

【鳅(qiú求)鱼】 即"鲦条"。《尔雅·释鱼》："鳅，黑鰋。"注："即白鲦鱼，江东呼为鳅。"疏："鳅，一名黑鰋。"

【黑鰋(zī资)】 即"鲦条"。参见"鳅"。

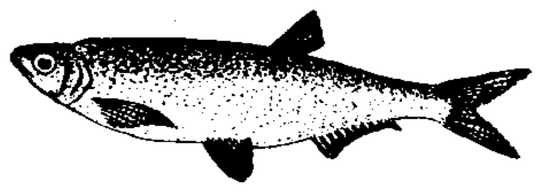
【鰷】 即"鲦条"。《正字通》："形狭而长，若条然。"《集韵》："或作鲦、鰷。"

【鰷(yóu由)】 即"鲦条"。参见"鰷"。

【鲦子】 江苏一带对"鲦条"的俗称。

【白鰾子】 "鲦条"的俗称。

【银飘鱼】 也称"薄鲦"。俗称"飘鱼"、"马连刀"。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Pseudolaubuca sinensis)。分布于平原地区水系。为习见小型食用鱼类，体长一般13厘米。宜于家常烹调食用，可清蒸、红烧等。



银飘鱼

【薄鲦】 即"银飘鱼"。因其形似鲦而体薄，故名。

【飘鱼】 "银飘鱼"的俗称。

【马连刀】 "银飘鱼"的俗称。因其形似刀状，故名。

【抗浪鱼】 也称"鳙鲹鱼"、"格氏鳙鲹"。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Ishikavia grahami)。产于云南澄江县抚仙湖中。外形细长苗条，肉质细嫩、刺软鳞少，味鲜美。适于一般烹调方法。制成干品后，可供烘、烤、煎、炸，别具风味。

【鳙鲹鱼】 即"抗浪鱼"。

【格氏鳙鲹】 "抗浪鱼"的动物学名称。

【鲩(huán滑)】 也称"花鲩"、"麻鲤"。俗称"麻叉鱼"、"鸡鸽鱼"、"鸡鱼"、"沙古芦子"。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Hemibarbus maculatus)。我国各水系均产(除西北外)，个体最大可达2千克。食用方法同一般淡水鱼。

【花鲊】 即"鲩"。

【麻鲤】 即"鲩"。

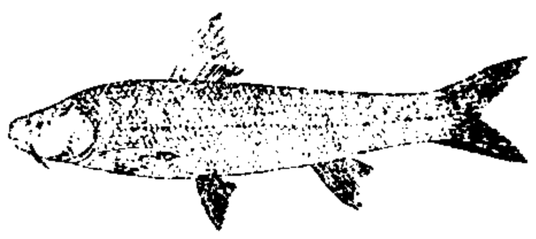
【麻叉鱼】 "鲩"的俗称。

【鸡鸽鱼】 "鲩"的俗称。

【鸡鱼】 "鲩"的俗称。

【沙古芦子】 "鲩"的地方名称。

【铜鱼】 俗称"尖头水鼻子"、"尖头棒"、"假肥坨"。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Coreius helerodon)。主要分布于长江上游各水系。因其体背古铜色，具金黄色闪光，故名。肉质细嫩肥美，是较好的食用鱼，最宜清蒸、红烧。



铜鱼

【尖头水鼻子】 "铜鱼"的俗称。

【尖头棒】 "铜鱼"的俗称。

【假肥坨】 四川一带对"铜鱼"的俗称。

【圆口铜鱼】 俗称"水密子"、"水鼻子"、"方头水鼻子"、"麻花鱼"、"肥坨"。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(C. guichenoti)。主产于长江上游干、支流中。肉质肥嫩多脂，味鲜美，是当地珍贵的鱼类。为川菜名贵原料之一。湖北菜有糖醋麻花鱼。

【水密子】 "圆口铜鱼"的俗称。

【水鼻子】 "圆口铜鱼"的俗称。

【方头水鼻子】 "圆口铜鱼"的俗称。

【麻花鱼】 "圆口铜鱼"的俗称。

【肥坨】 四川一带对"圆口铜鱼"的俗称。

【北方铜鱼】 俗称"鸽子鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Coreius septentrionalis)。为铜鱼中分布于我国黄河流域的种类。食用多见于甘肃、宁夏一带。肉质细嫩醇香，适应多种烹调方法，作汤尤鲜美，并具补益作用。宁夏一带谓："天上鹅肉地上鸡，水里最香鸽子鱼。"

【鸽子鱼】 "北方铜鱼"的俗称。因其形似偃卧的鸽子，故名。

【洞鱼】 也称"葛氏鲃"。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Barbus grahami)。产于我国云南一些水域。有少鳞和软鳍之分，生长于石灰岩形成的溶洞中。体长侧扁，背部稍隆起呈弧形，全身披细鳞，呈金黄色，背部略带青灰色，体侧近背部有黑色斑点，长约10厘米。肉细嫩丰满，有弹性，系名贵鱼类。可供制多种菜式，味鲜美，风味好。

【葛氏鲃(bō八)】 "洞鱼"的动物学名称。

【银鲴(gù固)】 也称"密鲴"、"银锢"、"白尾"、"黄尾鲚"。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Kenocypris argentea)。中小型鱼类，分布于各大水系和云南一带水域，为习见食用鱼类。食用方法同一般淡水鱼。

【密鲴】 即"银鲴"。

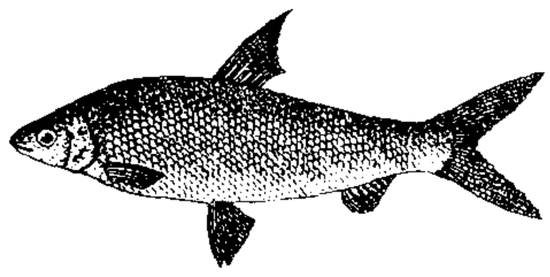
【银锢】 即"银鲴"。

【白尾】 即"银鲴"。

【黄尾鲚】 即"银鲴"。

【细鳞斜颌鲴】 简称"斜颌鲴"。俗称"沙姑子"、"黄片"、"黄条"、"板黄鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Plagiognathops microlepis)。分布于各水域。个体1～3千克。肉质鲜美，营养价值高，为重要食用鱼类，

宜于多种烹调方法。


细鳞斜颌鲴

【斜颌鲴】 “细鳞斜颌鲴”的简称。

【沙姑子】 “细鳞斜颌鲴”的俗称。

【黄片】 “细鳞斜颌鲴”的俗称。

【黄条】 “鳞斜颌鲴”的俗称。

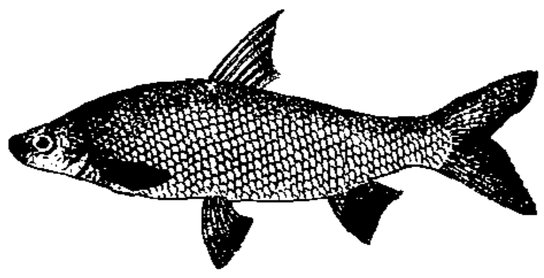
【板黄鱼】 “细鳞斜颌鲴”的俗称。

【圆吻鲴】 也称“黄鲴鱼”。俗称“安鱼”、“青片”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Distoechodon tumiros-tris)。产于浙江、福建、广东、台湾等省。福建养殖已达二、三百年。肉味鲜美，体长一般30厘米，宜于整尾入烹，方法同一般淡水鱼；也可腌干制后煎烤食用。

【黄鲴鱼】 即“圆吻鲴”。《本草纲目》：“生江湖中小鱼也，状似白鱼，而头尾不昂，扁身细鳞，白色，阔不逾寸，长不近尺，可作鲊菹，煎炙甚美。”

【安鱼】 “圆吻鲴”的俗称。

【青片】 “圆吻鲴”的俗称。


瓦氏雅罗鱼

【瓦氏雅罗鱼】 也称“东北雅罗鱼”。俗称“雅罗”、“华子鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Leucisus waleckii)。分布于黑龙江、黄河水系及内蒙古岱海、乌梁素海等处。个体可达1千克。味鲜美，烹调方法同一般淡水鱼。

【东北雅罗鱼】 “瓦氏雅罗鱼”的学名之一。

【雅罗】 “瓦氏雅罗鱼”的俗称。

【华子鱼】 “瓦氏雅罗鱼”的俗称。

【波罗鱼】 烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Sinocyclocheilus grahami)。产于云南滇池。肉质细嫩、鲜美，为云南高原名贵的食用鱼。

【唇鱼】 也称“木辂鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Semilabeo notabilis)。主要产于广东、广西和云南各水域。鱼肉鲜美，富含脂肪，具有食用经济价值，烹调方法同一般淡水鱼。

【木辂鱼】 即“唇鱼”。

【蛇鉤(jū居)】 也称“达氏船钉鱼”、“白杨鱼”。俗称“船钉鱼”、“桥钉”、“打船钉”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Saurogobio dabryi)。分布较广，为习见食用鱼类。食用方法同一般淡水鱼。

【达氏船钉鱼】 “蛇鉤”的动物学名称之一。

【白杨鱼】 即“蛇鉤”。

【船钉鱼】 “蛇鉤”的俗称。因其体瘦长，形似船钉，故名。

【桥钉】 “蛇鉤”的俗称。因其体瘦长而形似桥钉，故名。

【打船钉】 “蛇鉤”的俗称。

【刺鲃】 也称“黑脊倒刺鲃”、“军鱼”、“黄娟鱼”。俗称“青棍”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Spinibarbus caldwelli)。体形如草鱼，主要分布于长江以南各水域，最大个体可达10千克以上。味鲜美，多脂肪，为群众所嗜食，是产区主要的经济鱼类之一。

【黑脊倒刺鲃】 “刺鲃”的动物学名称。

【军鱼】 即“刺鲃”。

【黄娟鱼】 即“刺鲃”。

【青棍】 “刺鲃”的俗称。

【雅鱼】 也称“齐口裂腹鱼”、“鲊鱼”、“拙鱼”、“齐口细鳞鱼”。俗称“齐口”、“细甲鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Schizothorax prenanti)。是主产于四川岷江、大渡河等水系的一种重要食用鱼，个体大，一般重1千克，大者可达5千克。肉多且嫩，刺少味美。因其是雅安地区的特产之一，故称雅鱼。当地制的砂锅雅鱼久负盛名。

【齐口裂腹鱼】 “雅鱼”的动物学名称。

【鲊(wèi味)鱼】 即“雅鱼”。《本草纲目》：“河阳呼为鲊鱼，言味美也。”河阳，今云南澄江县。

【拙鱼】 即“雅鱼”。《本草纲目》：“蜀人呼为拙鱼，言性钝也。”

【齐口细鳞鱼】 即“雅鱼”。

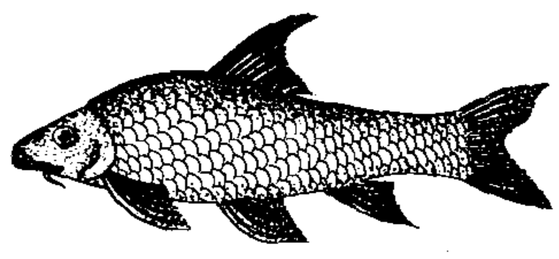
【齐口】 “雅鱼”的俗称。

【细甲鱼】 “雅鱼”的俗称。

【拟赤梢鱼】 也称“红尾鱼”。俗称“尖嘴”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Pseudaspiusleptocephalus)。分布于黑龙江水系，为常见的食用鱼类，宜于一般烹调方法。

【红尾鱼】 即“拟赤梢鱼”。

【尖嘴】 “拟赤梢鱼”的俗称。


卷口鱼

【卷口鱼】 也称“嘉鱼”。俗称“老鼠鱼”、“鼠头鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Ptychidio jordani)。喜栖于深水处和溶洞中，产于广东、广西的西江中上游，最大个体约重1千克，味鲜美而多脂肪。

【嘉鱼】 即“卷口鱼”。

【老鼠鱼】 “卷口鱼”的俗称。

【鼠头鱼】 “卷口鱼”的俗称。

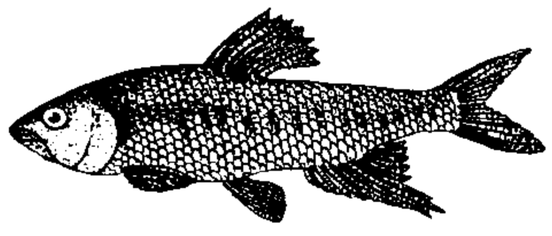
【竹鱼】 也称“野鲩鱼”、“足鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Labeo decorus)。产于长江上游和中游的支流及珠江上游。食用方法参见“鲩鱼”。中医认为其肉味甘，性温，可和中益气、除湿气。

【野鲩鱼】 “竹鱼”的动物学名称。

【足鱼】 即“竹鱼”。

【南方马口鱼】 也称“桃花鱼”、“马鱼”。俗称“大口

扒”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Opsarlichthys uncirostris)。分布于黄河、长江、闽江和珠江等水系,体长一般10厘米,为山区小型食用鱼类之一。宜于家常烹调法。

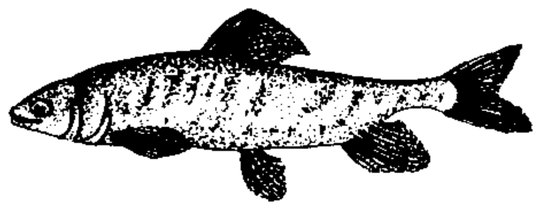

南方马口鱼

【桃花鱼】 即“南方马口鱼”。

【马鱼】 即“南方马口鱼”。

【大口扒】 “南方马口鱼”的俗称。

【青海湖裸鲤】 俗称“湟鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Gymnocypris przewalskii)。产于青海湖及其附近水系。肉质细嫩,味鲜美,宜于多种烹调方法,为青海地方鱼类菜肴的主要原料,也为甘肃菜采用。干制品有干板湟鱼,别有风味。其脏器、卵巢等有毒,烹饪加工时应去除并将鱼体洗净。


青海湖裸鲤

【湟鱼】 “青海湖裸鲤”的俗称。

【厚唇裸黄瓜鱼】 也称“重唇花鱼”。俗称“麻鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Gymondiptychus pachycheilus)。分布于四川、甘肃和青海境内长江、黄河上游的宽谷河段。形状、口味与“青海湖裸鲤”相似。

【重唇花鱼】 即“厚唇裸黄瓜鱼”。

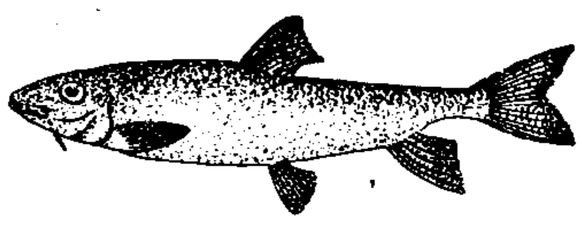
【麻鱼】 “厚唇裸黄瓜鱼”的俗称。

【高原裸鲤】 也称“无鳞鱼”。俗称“花鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Gymnocypris waddellii)。分布于西藏南部湖泊中,形状、口味与“青海湖裸鲤”近似。

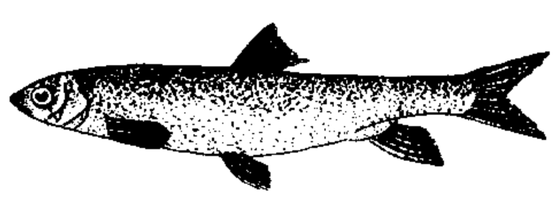
【无鳞鱼】 即“高原裸鲤”。

【花鱼】 “高原裸鲤”的俗称。

【裸黄瓜鱼】 烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Gymnodiptychus dybowskii)。主要分布于伊犁河、塔里木河与乌鲁木齐河,个体可达2千克。味鲜美,富脂肪,为新疆重要的经济鱼类,宜于多种烹调方法,常供烤食。


裸黄瓜鱼

【大理裂尻鱼】 也称“弓鱼”、“工鱼”。俗称“洱海花”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Schizopyge taliensis)。云南洱海特产,个体较小,一般重约125克。肉厚,多脂,味鲜,子多刺少,为白族人民传统佳肴大理砂锅鱼(也称三鲜什锦)必备的主料;又可做清汤弓鱼、牛奶煮弓鱼。中医认为其肉味甘,无毒,可治妇人劳损、崩漏下血等。

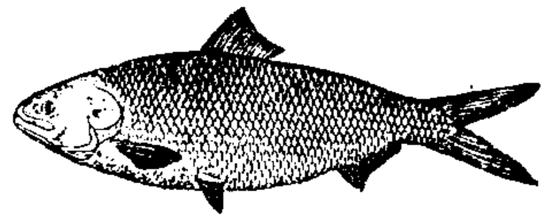

大理裂尻鱼

【弓鱼】 即“大理裂尻鱼”。因其跃出水面时以嘴衔尾,形似弓,故名。

【工鱼】 即“大理裂尻鱼”。见《大理府志》。

【洱海花】 云南白族人民对“大理裂尻鱼”的俗称。

【鲥鱼】 也称“时鱼”、“鲟”、“瘟鱼”。俗称“三黎”。烹饪原料。属鱼纲鲤科动物(Macrura reevesii)。名贵鱼类之一,席上珍品。肉质细嫩肥腴,鲜美多刺,富于营养,含蛋白质16.9%,脂肪17%。因其鳞下脂肪多,食时可不去鳞。烹调最宜清蒸,也可红烧,或蒸后出肉作羹,古时还用于糟制。中医认为其肉味甘,性平,可补虚痨、祛胃气。因滥捕,数量大减,已取禁捕措施。


鲥鱼

【时鱼】 即“鲥鱼”。因其每年4~6月入江产卵时,为捕捞旺季,故名。

【鲟】 即“鲥鱼”。《集韵》:“鲟,同鲥。”

【瘟鱼】 即“鲥鱼”。《本草纲目》:“惟蜀人呼(鲥)为瘟鱼,畏而不食。”

【三黎】 广东一带对“鲥鱼”的俗称。当地俗语:“春鳊秋鲤夏三黎。”黎,或作鲡。

【鲚(jì剂)】 也称“刀鱼”、“鳀鱼”、“子鱼”、“鱎鱼”、“鳓刀”、“鲳鱼”、“鳟鱼”、“江鲚”、“麻鲚”。俗称“毛花鱼”。烹饪原料。属鱼纲鳀科。沿海均产,每年春季产卵时洄游入江河。有多种,常见为“凤鲚”、“刀鲚”等,属著名经济鱼类,镇江三鱼之一(另二鱼为鲥、鲈)。肉质白而细嫩,鲜美适口,但多细刺。可炸、蒸、煎、烧等,江苏菜有红烧刀鱼、双皮刀鱼;安徽菜有烹刀鱼;上海菜有油炸烤子鱼、刀鱼脯等,也可用以制成罐头。中医认为其肉味甘,性温,可补气。

【刀鱼】 即“鲚”。《山海经》郭璞传:“鳀鱼狭薄而长,大者尺余。太湖中今饶之,一名刀鱼。”

【鳀(jì剂)鱼】 即“鲚”。《随息居饮食谱》:“鳀鱼肥大者佳,味美而腴,亦可作鲊。……以温州所产有子者佳。干以为腊,用充方物,味甚鲜美,古人所谓‘子鱼’是也。大者尤胜,食品珍之。与病无忌。”参见“刀鱼”。

【子鱼】 即“鲚”。参见“鳀鱼”。

【鱎(liè列)鱼】 即“鲚”。《尔雅·释鱼》:“鱎,鱴刀。”《集韵》:“刀鱼也,一名鱴,今鳀鱼也。”

【鱴(miè灭)刀】 即“鲚”。参见“鱎鱼”。

【鲳(dāo刀)鱼】 即“鲚”。《正韵》:“鱎、鱴、鲳,今鳀鱼也。”

【鳟(qiú求)鱼】 即“鲚”。见《异物志》。

【江鲚】 即“鲚”。见《本经逢原》。

【麻鲚】 即“鲚”。见《本草求原》。

【毛花鱼】 “鲚”的俗称。

【凤鲚】 也称“凤尾鱼”、“河刀鱼”、“黄鲚”、“子鲚”。俗称“烤子鱼”。烹饪原料。属鱼纲鳀科动物(Coilia mystas)。食用方法参见“鲚”。


凤鲚

【凤尾鱼】 即“凤鲚”。

【河刀鱼】 即“凤鲚”。

【黄鲚】 即“凤鲚”。

【子鲚】 即“凤鲚”。

【烤子鱼】 “凤鲚”的俗称。

【刀鲚】 也称“骨鲠鲳”、“望鱼”。俗称“毛齐”。烹饪原料。属鱼纲鳀科动物(Coilia ectenes)。食用方法参见“鲚”。

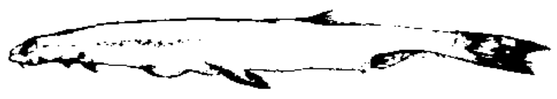

刀鲚

【骨鲠鲳】 即“刀鲚”。因其腹鳍尖锐易梗于喉，故名。

【望鱼】 即“刀鲚”。见《魏武四时食制》。

【毛齐】 “刀鲚”的俗称。

【银鱼】 也称“脍残鱼”、“面丈鱼”、“面条鱼”、“白小”、“小白鱼”、“燕窝鱼”、“面鱼”。俗称“冰鱼”。烹饪原料。属鱼纲银鱼科动物。沿海及淡水水域均有分布，有十几种。肉质软嫩，味鲜美，可食率可达100%。适于多种烹调方法，是优质的烹饪原料。家常可以作汤、吃火锅，并可用以作调味品。长江下游一带地区的人们常将之油炸保存，称面鱼脯，风味独特。不耐贮存，多制成银鱼干或速冻供内销、出口，素有盛誉。日本人常将之与鲑鱼籽、海胆酱共烧作珍贵菜肴。中医认为其肉味甘，性平，可补虚健胃、益肺利水。我国产有尖头银鱼(Salanx acuticeps)、太湖新银鱼(Neosalanx tankanakeii taihuesis，也称小银鱼、太湖短吻银鱼，著名“太湖三白”之一)、白肌银鱼(Leucosoma chinensis)等。


太湖短吻银鱼

【脍残鱼】 即“银鱼”。《博物志》：“吴王阖闾江行，食鱼鲙，弃其残余于水，化为此鱼。故名。”李时珍谓：“或又作越王及僧宝志者，益出傅会，不足致辩。”

【面丈鱼】 即“银鱼”。

【面条鱼】 即“银鱼”。

【白小】 即“银鱼”。朱竹垞诗：“白小休论小，奇珍信可珍。炎天来积雪，入馔总是银。”

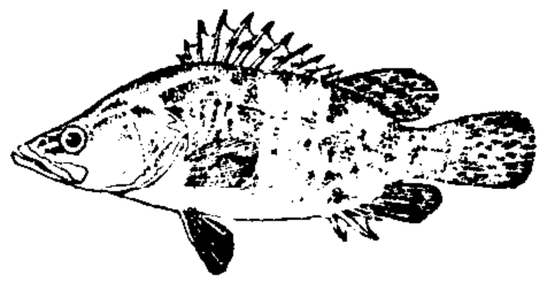
【小白鱼】 即“银鱼”。

【燕窝鱼】 即“银鱼”。因其形色似泡发后的燕窝，故名。

【面鱼】 即“银鱼”。

【冰鱼】 安徽一带对“银鱼”的俗称。因其在河水结冰时，籽满肉肥，故名。

【鳜(guì 桂)鱼】 也称“鳜豚”、“水豚”、“罽鱼”、“鲑鱼”。俗称“胖鳜”、“季花鱼”、“桂鱼”、“花鲫”、“刺尊鱼”、“鳌花”。烹饪原料。属鱼纲酯科动物(Siniperca chuatsi)。除青藏高原外，全国广有分布。肉质紧实细嫩，少刺，是上等的食用鱼，常用于筵席。适于多种烹调方法，最宜清蒸、糖醋、红烧、干烧。湖南菜有网油叉烧桂鱼；江苏菜有红松桂鱼；安徽菜有火烤桂鱼；湖北菜有白汁桂鱼。可整尾入烹，也可切片。中医认为其肉味甘，性平，可补气血、益脾胃。其鳍棘有毒，被刺伤会引起剧烈疼痛，应注意。


鳜鱼

【鳜豚】 即“鳜鱼”。《日华本草》谓其味如豚，故名“水豚”，又名鳜豚。

【水豚】 即“鳜鱼”。参见“鳜豚”。

【罽(jì记)鱼】 即“鳜鱼”。《本草纲目》：“罽，缉也。其纹斑如织缉也。”

【鲑鱼】 即“鳜鱼”。

【胖鳜】 “鳜鱼”的俗称。

【季花鱼】 “鳜鱼”的俗称。

【桂鱼】 “鳜鱼”的俗称。见《本草求真》。

【花鲫】 “鳜鱼”的俗称。

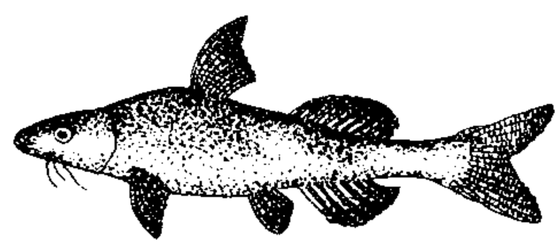
【刺尊鱼】 “鳜鱼”的俗称。

【鳌花】 吉林一带对“鳜鱼”的俗称。

【河鲈】 俗称“五道黑”。烹饪原料。属鱼纲鲈形目。产于新疆，有河鲈(Perca fluv iatilis)、伊犁河鲈(P. schrenki)及花梅鲈(Acerina cernua)等。味鲜美，质细嫩，可供清蒸、清炖，或红烧、油炸等多种烹调方法。新疆民间常用以制酸辣黑鱼汤，认为可治感冒，并谓其具有滋补功效。

【五道黑】 新疆一带对“河鲈”的俗称。因其两侧各有5～8道暗褐色斑纹，故名。

【长吻鮠】 也称“鮠鱼”、“鮡”、“鲿”、“鮥”、“鲴鱼”、“鲽鱼”、“阔口鱼”、“白骥”。俗称“肥头鱼”、“肥沱”、“鲴老鼠”、“白吉”、“江团”、“回王鱼”、“淮王鱼”、“肥王鱼”、“鲇鱼”。属鱼纲鮠科动物(Leiocassis longirostris)。产于长江、淮河、黄河及珠江等水系。肉质细嫩，味鲜美，细刺少，为鱼中上品。鱼鳔肥厚可制鱼肚，为享誉中外的美食。可供汆汤、红烧、清炖、粉蒸等。湖北菜有汆鲴鱼；四川菜有清蒸江团；安徽菜有奶汁肥王鱼。中医认为其肉味甘，性平，可


长吻鮠

补中益气、下膀胱水、开胃。

【鲩鱼】 即"长吻鮠"。见《本草经集注》。

【鮆(pī批)】 即"长吻鮠"。《说文》:"大鳠也。其小者名鮡。"《尔雅·释鱼》:"鮆,大鳠。"注:"似鮎而大,白色。"

【鳠(hù户)】 即"长吻鮠"。《尔雅·释鱼》:"鮠,大鳠。"参见"鮆"。

【鮥(é俄)】 即"长吻鮠"。《集韵》:"鱼名,或作鲿。"

【鳑鱼】 即"长吻鮠"。见《图经本草》。

【鲴鱼】 即"长吻鮠"。见《本草纲目》。

【鲴鱼】 即"长吻鮠"。见《本草纲目》。

【白戟鱼】 即"长吻鮠"。见姚可成《食物本草》。

【阔口鱼】 即"长吻鮠"。见《本经逢原》。

【白骥】 即"长吻鮠"。见《随息居饮食谱》。

【肥头鱼】 "长吻鮠"的俗称。

【鲴老鼠】 上海一带对"长吻鮠"的俗称。因其眼小、有须、色灰,故名。

【肥沱】 "长吻鮠"的俗称。

【白吉】 江苏、上海一带对"长吻鮠"的俗称。

【江团】 四川一带对"长吻鮠"的俗称。

【回王鱼】 淮河一带对"长吻鮠"的俗称。

【淮王鱼】 淮河中游一带对"长吻鮠"的俗称。

【肥王鱼】 淮河中游一带对"长吻鮠"的俗称。

【鲇鱼】 广东一带对"长吻鮠"的俗称。

【松江鲈鱼】 也称"四鳃鲈"、"杜父鱼"、"吐鲁"、"渡父鱼"。俗称"花鼓鱼"、"媳妇鱼"。烹饪原料。属鱼纲杜父鱼科动物(Trachidermus fasciatus)。分布于北部、中部沿海,以松江所产为著名,体长一般12~14厘米,我国名产之一。肉质细嫩腴美,宜于清蒸、红烧、红焖等,尤以清炖、汆汤为佳,也可出肉制鱼羹,味清新而鲜爽,为筵上珍品。中医认为其肉味甘,性平,可补五脏、益筋骨、和肠胃、治水气。



松江鲈鱼

【四鳃鲈】 即"松江鲈鱼"。因它有4个鳃,故名。

【杜父鱼】 即"松江鲈鱼"。参见"渡父鱼"。

【吐鲁(yú余)】 即"松江鲈鱼"。

【渡父鱼】 即"松江鲈鱼"。《本草纲目》:"杜父当作渡父,溪涧小鱼,渡父所食也。"

【花鼓鱼】 "松江鲈鱼"的俗称。

【媳妇鱼】 "松江鲈鱼"的俗称。

【塘鳢】 也称"鲈"、"吹沙鱼"、"沙沟鱼"、"呵浪鱼"、"沙鳙"、"土部"、"鲈鳢"、"土鸳"、"土鲋"、"土哺"、"沙乌鳢"、"春班鱼"、"鲈"、"沙鳢"。俗称"菜花鱼"、"暗土布鱼"、"黑土布鱼"、"土布鱼"、"痴虎鱼"、"沙塘鳢"、"塘鳢鱼"、"塘鲤"、"塘鱼"、"土婆鱼"、"虎头鲨"。烹饪原料。属鱼纲塘鳢科动物(Odontobutis obscura)。分布于长江流域及福建等地,多生于湖泊、河沟、溪涧中,为小型食用鱼类。肉质致密鲜美,宜于切片汆汤或炒食,为江浙菜所常用。江苏菜有莼菜汆塘鳢片、塘鱼菜苔;浙江菜有鲈鱼烧豆腐、烩虾肉鲈鱼卷等。中医认为其肉味甘,性温,可补脾胃、益元气、养荣血。《本草纲目拾遗》:"治噎膈,除水肿湿气,疗一切疮疥,又能扶阳。"

【鲈】 即"塘鳢"。《尔雅》:"鲈,鲨。"注:"今吹沙小鱼,体圆而有点文。"《正字通》:"鲈,即小鲨鱼别名。"

【吹沙鱼】 即"塘鳢"。见《正字通》。参见"鲈"、"鲋"。

【沙沟鱼】 即"塘鳢"。见《本草纲目》。

【呵浪鱼】 即"塘鳢"。《本草纲目》:"俗呼为呵浪鱼。"

【沙鳙】 即"塘鳢"。见《本草纲目》。

【土部】 即"塘鳢"。见《演繁露》。

【鲈鳢】 即"塘鳢"。见《演繁露》。

【土鹭】 即"塘鳢"。见《钱塘县志》。

【土哺】 即"塘鳢"。见《钱塘县志》。

【土鲋】 即"塘鳢"。见《随息居饮食谱》。

【沙乌鳢】 即"塘鳢"。

【春班鱼】 即"塘鳢"。见《调鼎集》。

【鲈(bù不)】 即"塘鳢"。《玉篇》:"音步,鱼名。"今为江浙一带所习称。

【沙鳢】 即"塘鳢"。因其栖息于水库沙土之上,故名。

【暗土布鱼】 "塘鳢"的俗称。

【黑土布鱼】 "塘鳢"的俗称。

【土布鱼】 "塘鳢"的俗称。

【沙塘鳢】 太湖附近一带对"塘鳢"的俗称。

【塘鳢鱼】 太湖附近一带对"塘鳢"的俗称。

【塘鲤】 太湖附近一带对"塘鳢"的俗称。

【塘鱼】 江苏一带对"塘鳢"的俗称。

【菜花鱼】 "塘鳢"的俗称。因其菜花盛时最肥美,故名。见《嘉兴县志》。

【土婆鱼】 "塘鳢"的俗称。

【痴虎鱼】 "塘鳢"的俗称。因其栖息水底,泳动较差,捕食小虾小鱼等,故名。

【虎头鲨】 江苏扬州等地对"塘鳢"的俗称。

【沙光鱼】 烹饪原料。江苏名产,形似塘鳢。肉质鲜嫩,多脂肪,有"十月沙光赛羊汤"之誉。江苏菜有红烧沙光鱼等。

【黄鲋鱼】 也称"鲋"、"伏念鱼"、"船矶鱼"。俗称"黄肚鱼"、"黄麻嫩"。烹饪原料。属鱼纲塘鳢科的一种小鱼类(Hypseleotris swinhonis)。古时与塘鳢混淆。二者形体相似,但黄鲋小(身长2.5~3.8厘米),塘鳢大(身长9.9~16.7厘米)。黄鲋食用价值不大,但味鲜美,有时供作家常菜肴。

【鲋】 即"黄鲋鱼"。《正字通》:"按鲋为鲋属,生溪涧中,状似吹沙鱼而短,阔口大头,歧尾,色黄黑有斑,脊

背上鳍刺螫人。《鱼经》：'鲷鱼有附土者曰京鱼，一曰吐鲊'；《食物本草》曰'渡父'；《临海异物志》曰'伏念鱼'，即杜父鱼，一名黄鲇，俗呼'船矶鱼'，见人则以喙插入泥土中，如船矶也。"所述杜父鱼、吐鲊、渡父，应为"松江鲈鱼"。

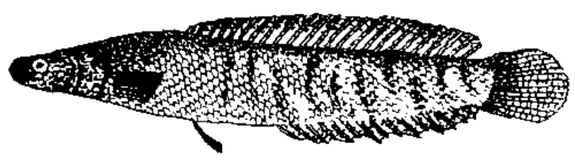
【伏念鱼】 即"黄鲇鱼"。见《临海异物志》。

【船矶鱼】 即"黄鲇鱼"。参见"鲇"。

【黄肚鱼】 "黄鲇鱼"的俗称。

【黄麻嫩】 "黄鲇鱼"的俗称。

【乌鳢】 也称"孝鱼"、"斑鱼"、"戾鱼"、"蠡鱼"、"文鱼"。俗称"活头"、"乌鱼"、"黑鱼"、"蛇头鱼"、"黑鱼棒子"、"乌棒"、"生鱼"、"才鱼"、"豺鱼"。烹饪原料。属鱼纲鳢科动物(Ophiocephalus argus)。除西北高原外，广有分布。肉厚而致密，少刺，味鲜美。宜于多种烹调，尤宜清炖、烧汤，并可取肉供制鱼片、鱼球、鱼丁、鱼卷。江苏菜有将军过桥；湖北菜有菊花才鱼、干驳才鱼筒。营养较丰富。中医认为其肉味甘，性寒，可利水补脾，治水肿、湿痹等症。


乌鳢

【孝鱼】 即"乌鳢"。

【斑鱼】 即"乌鳢"。

【戾(lì力)鱼】 即"乌鳢"。因其捕食其他鱼类，并且性情暴戾，故名。

【蠡鱼】 即"乌鳢"。见《神农本草经》。

【文鱼】 即"乌鳢"。见《埤雅》。

【活头】 "乌鳢"的俗称。

【乌鱼】 "乌鳢"的俗称。

【黑鱼】 "乌鳢"的俗称。

【蛇头鱼】 "乌鳢"的俗称。因其头似蛇，故名。

【黑鱼棒子】 "乌鳢"的俗称。

【乌棒】 "乌鳢"的俗称。

【生鱼】 广东一带对"乌鳢"的俗称。

【才鱼】 湖北一带对"乌鳢"的俗称。

【豺鱼】 湖北一带对"乌鳢"的俗称。因其凶猛，故名。

【鲶鱼】 也称"鲇鱼"、"鲴鱼"、"鳠"、"鲩鱼"、"额白鱼"。俗称"土鲶"、"鲶巴郎"、"怀子"。烹饪原料。属鱼纲鲶科动物(Silurus asotus)。除青藏高原和新疆外，各地均产。肉质细密柔嫩而少刺，营养丰富，尤以脂肪含量为诸鱼之冠(20.6%)，味腴而鲜美，为上等食用鱼类。宜于多种烹调方法。陕西菜有糖醋鲇鱼片。用以炖汤，粘稠而洁白，产妇食用可催乳、增乳。但其腥味较重，入烹前宜用酒浸以去除。中医认为其肉味甘，性温，可滋阴开胃、催乳利尿。但其卵有毒，可被高温破坏，如食用应加高温烹煮；其胸鳍棘也有毒，刺伤可引起剧痛，应注意。

【鲇鱼】 即"鲶鱼"。见《食经》。《尔雅·释鱼》："鳠鲴"疏："鲇，郭氏云：'别名鲴，江东通呼鲇为'鲩'。"

【鲴(tí题)鱼】 即"鲶鱼"。见《食经》。参见"鲇鱼"。

【鳠(yǎn掩)】 即"鲶鱼"。见《诗经》。《本草纲目》："鱼额平夷低偃，……鳠，偃也。"

【鲩鱼】 即"鲶鱼"。见《名医别录》。参见"鲇鱼"。

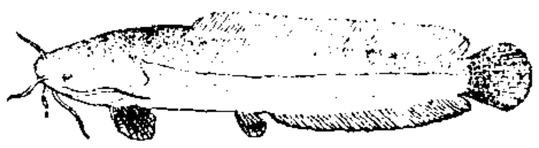
【额白鱼】 即"鲶鱼"。见《尔雅》郭璞注。

【土鲶】 "鲶鱼"的俗称。

【鲶巴郎】 "鲶鱼"的俗称。

【怀子】 "鲶鱼"的俗称。

【胡子鲶】 也称"潭虱"、"角鱼"、"暗钉鱼"、"须子鲇"。俗称"土虱"、"塘角鱼"、"塘利鱼"、"塘虱"、"挑手鱼"、"胡子鱼"。烹饪原料。属鱼纲胡子鲶科动物(Clarias fuscus)。分布于长江以南各水系。肉质细密柔嫩，味鲜美，富于营养。广东菜有豉汁塘利球等。烹调方法参见"鲶鱼"。


胡子鲶

【潭虱】 即"胡子鲶"。见《医林纂要》。

【角鱼】 即"胡子鲶"。见《本草求原》。

【暗钉鱼】 即"胡子鲶"。见《本草求原》。

【须子鲇】 即"胡子鲶"。

【土虱】 "胡子鲶"的俗称。

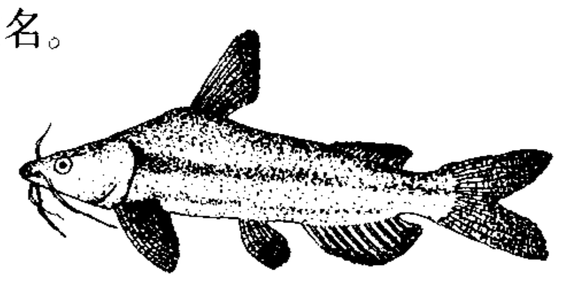
【塘角鱼】 "胡子鲶"的俗称。

【塘利鱼】 广东一带对"胡子鲶"的俗称。

【塘虱】 广东一带对"胡子鲶"的俗称。

【挑手鱼】 云南一带对"胡子鲶"的俗称。因其胸鳍有一对硬刺，易将人手挑破，故名。

【胡子鱼】 云南一带对"胡子鲶"的俗称。因其上唇有两对对称的胡须，故名。


黄颡鱼

【黄颡鱼】 也称"鮡魠"、"黄鳍鱼"、"鲿"、"扬令"、"黄颊鱼"、"黄鲿鱼"、"黄鮡"、"黄魠"、"黄樱"、"黄骨鱼"、"黄刺鱼"、"河龙盾鮠"。俗称"牛鱼"、"黄腊丁"、"鮡丝"、"嘎牙子"、"嘎鱼"、"江鳅"、"湾蜊"。烹饪原料。属鱼纲鲿科动物(Pseudobagrus fulvidraco)。广有分布，肉质细腻滑嫩，少刺多脂，宜于烧、焖、煮、烩等制法。湖北江夏菜有茭笋煮黄颡鱼；云南昆明菜有黄焖湾蜊。平时多为家常食用。中医认为其肉味甘，性平，有利小便、消水肿、敷瘰疬的功效。

【鮡魠(yà亚)】 即"黄颡鱼"。见《名医别录》。

【黄鳍鱼】 即"黄颡鱼"。

【鲿】 即"黄颡鱼"。见《诗经》。

【扬令】 即"黄颡鱼"。见《诗疏》。

【黄颊鱼】 即"黄颡鱼"。见《诗疏》。

【黄鲿鱼】 即"黄颡鱼"。见《诗疏》。

【黄鮡】 即"黄颡鱼"。见《本草纲目》。

【黄魦】 即“黄颡鱼”。见《本草纲目》。

【黄樱】 即“黄颡鱼”。见《医林纂要》。

【黄骨鱼】 即“黄颡鱼”。见《本草求原》。

【黄刺鱼】 即“黄颡鱼”。见《随息居饮食谱》。

【河龙盾鲍】 即“黄颡鱼”。

【嘎鱼】 “黄颡鱼”的俗称。因其群游时发声轧轧,故名。

【嘎牙子】 “黄颡鱼”的俗称。

【牛鱼】 “黄颡鱼”的俗称。因其胸鳍具二锯状硬棘,形似牛角,故名。

【黄腊丁】 “黄颡鱼”的俗称。

【缺丝】 “黄颡鱼”的俗称。

【江鳅】 云南一带对“黄颡鱼”的俗称。

【湾蜊】 云南一带对“黄颡鱼”的俗称。

【黄鳝】 也称“鳝鱼”、“鲔”、“黄鲔”、“鲔鱼”、“鳝”、“黄鳝”。俗称“长鱼”。烹饪原料。属鱼纲黄鳝科动物(Monopterus albus)。除青藏高原外,全国均产,以长江流域为多。肉厚刺少,因其组氨酸含量多,故鲜味独特。可以用鲜品切段、划肉入烹,也可先以开水汆熟后取肉供用,或炸成脆鳝食用、作汤,并可干制。其去肉的骨又可用于吊汤。宜于多种烹调方法,适于各种调味,筵席常用。烹调时宜加蒜瓣,成菜后须加胡椒粉。中医认为其肉味甘,性温,可补虚损、除风湿、强筋骨。死鳝不宜食用,因其所含组氨酸转变成组胺,具毒性。



黄鳝

【鳝鱼】 即“黄鳝”。

【鲔(shàn善)】 即“黄鳝”。《山海经·北山经》:“(湖灌之山)湖灌之水出焉,而东流至于海,其中多鲔。”《南齐书·周颙传》:“后何胤言断食生,犹欲食白鱼、鲔脯……学生钟岏曰:‘鲔之就脯,……骤于屈伸’……。”

【黄鲔】 即“黄鳝”。见《异苑》。

【鲔鱼】 即“黄鳝”。见《千金·食治》。

【鳝(shàn善)】 即“黄鳝”。见《淮南子·冥览》。

【黄鳝】 即“黄鳝”。

【长鱼】 江苏一带对“黄鳝”的俗称。

【白鳝】 也称“鳗鲡”、“河鳗”、“流鳗”、“淡水鳗”、“江鳗”、“蛇鱼”、“鳗鱼”、“青鳝”、“白鳗”、“风鳗”。俗称“风鳝”、“花锦鳝”、“鲈麻”、“毛鱼”。烹饪原料。属鱼纲鳗鲡科动物(Anguilla japonica)。分布于长江、闽江、珠江流域及海南岛。肉质细嫩而鲜美,富含脂肪(达8%),属上等食用鱼。宜于多种烹调方法。江苏菜有黄焖鳗;浙江菜有清蒸河鳗;广东菜有火腩焖大鳝。可供腌制、干制。将其先行淡腌,晾至半干,再予红烧,特别肥美。中医认为其肉味甘,性平,可补虚羸、祛风湿、杀虫。

【鳗鲡】 “白鳝”的动物学名称。

【河鳗】 即“白鳝”。

【流鳗】 即“白鳝”。

【淡水鳗】 即“白鳝”。

【江鳗】 即“白鳝”。《异鱼图赞》:“海鳗江鳗,善攻岸碕,又善升木,水居畏之。”

【蛇鱼】 即“白鳝”。见《本草纲目》。

【鳗鱼】 即“白鳝”。

【青鳝】 即“白鳝”。

【白鳗】 即“白鳝”。

【风鳗】 即“白鳝”。见《本草纲目》。

【风鳝】 广东一带对“白鳝”的俗称。

【花锦鳝】 广东一带对“白鳝”的俗称。

【鲈麻】 广东一带对“白鳝”的俗称。

【毛鱼】 江苏一带对“白鳝”的俗称。

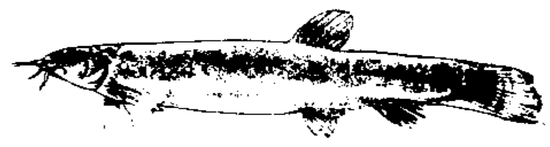
【花鳗】 也称“大鳗”、“雪鳗”、“鳝王”。烹饪原料。属鱼纲鳗鲡科动物(Anguilla marmorata)。体重大于鳗鲡,可达30千克以上,分布于长江以南通海河流。为名贵食用鱼类。食用方法参见“鳗鲡”。

【大鳗】 即“花鳗”。

【雪鳗】 即“花鳗”。

【鳝王】 即“花鳗”。

【泥鳅】 也称“鰌”、“鳅”、“鳗尾泥鳅”。俗称“泥里钻”。烹饪原料。属鱼纲鳅科动物(Misgurnus anguillicaudatus)。广有分布。肉质细嫩,含蛋白质22.6%,少刺。宜于多种烹调方法。湖南菜有泥鳅钻豆腐、干炸鳅鱼、雪花鳅鱼羹。也可干制。制成罐头可外销。中医认为其肉味甘,性平,可补中气、去湿邪。西医实验证明其对传染性肝炎有一定疗效。



泥鳅

【鰌(qiū丘)】 即“泥鳅”。《尔雅》:“鳅,鰌。”注:“今泥鰌。”

【鳅(xí习)】 即“泥鳅”。参见“鰌”。

【鳗尾泥鳅】 即“泥鳅”。

【泥里钻】 山东一带对“泥鳅”的俗称。

【瓦鱼】 也称“条鳅”。鱼纲鳅科动物(Nemachilus potaneni)。长寸余,手指粗细,无鳞。富脂肪,干锅煎之,油自溢出,香气扑鼻,细嫩可口,是佐酒的佳肴。产于四川洪雅县瓦屋山下铜厂厂河中,当地视为珍品。

【条鳅】 即“瓦鱼”。

【哲罗鱼】 也称“哲线鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲑科动物(Hucho taimen)。一般长1.5米,重5千克以上。主要产于黑龙江、鸭绿江、图门江和新疆额尔齐斯河等水系,为名贵的大型经济鱼类。肉味鲜美,富于营养,烹制方法同一般的大型淡水鱼。

【哲线鱼】 即‘哲罗鱼”。

【布氏哲罗鱼】 俗称“虎嘉鱼”。烹饪原料。属鱼纲

鲑科动物(Hucho bleekeri)。产于四川岷江上游。食用方法同一般的大型淡水鱼。

【虎嘉鱼】 "布氏哲罗鱼"的俗称。

【虹鳟】 也称"鳟鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲑科动物(Salmo irideus)。原产美国加利福尼亚的山溪中,1959年由朝鲜引进我国。肉质厚实,营养丰富,肉多刺少,不具腥味,烹饪后味似鸡肉,有"水中之鸡"的美誉,为世界优质鱼种之一。宜于多种烹调方法,并可腌制、熏制和制罐头。

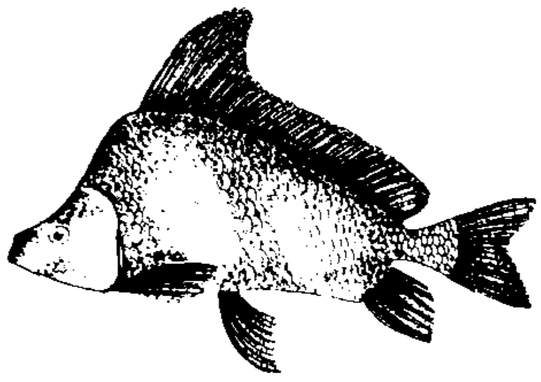
【鳟鱼】 即"虹鳟"。

【茴鱼】 也称"斑鳟鱼"、"红鳞鱼"。俗称"鱼华"。烹饪原料。属鱼纲茴鱼科动物(Thymallus arcticus)。主要产于黑龙江和鸭绿江等水系,体长约40厘米。肉质鲜美,有茴香味,为东北的名贵鱼之一。烹调方法同一般的淡水鱼。

【斑鳟鱼】 即"茴鱼"。

【红鳞鱼】 即"茴鱼"。

【鱼华】 即"茴鱼"。

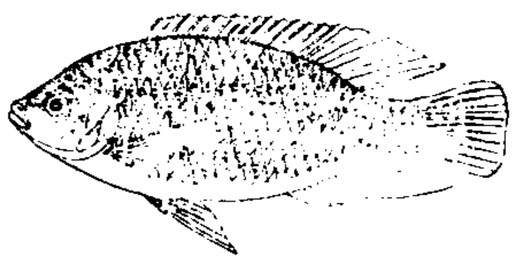


胭脂鱼

【胭脂鱼】 也称"黄排"、"火烧鳊"。烹饪原料。属鱼纲胭脂鱼科动物(Myxoyprinus asiaticus)。主产于长江口和闽江,个体大,生长快,味鲜美。食用方法参见"鳊鱼"。

【黄排】 即"胭脂鱼"。

【火烧鳊】 即"胭脂鱼"。《本草纲目》:"又有一种火烧鳊,头尾俱似鲂,而脊骨更隆,上有赤鬣连尾,如蝙蝠之翼,黑质赤章,色如烟熏,故名。其大有至二三十斤者。"



罗非鱼

【罗非鱼】 也称"非洲鲫鱼"、"越南鱼"、"南洋鲫鱼"。烹饪原料。属鱼纲丽鱼科动物(Ttlapia mossambia)。原产于非洲东部。建国后,由越南引进我国。肉味鲜美,比鲫鱼肉嫩而微甜,刺少,但较鲫鱼刺粗硬。烹调方法参见"鲫鱼"。

【非洲鲫鱼】 即"罗非鱼"。因其原产非洲而形似鲫,故名。

【越南鱼】 即"罗非鱼"。建国后自越南引进,故名。

【南洋鲫鱼】 即"罗非鱼"。



狗鱼

【狗鱼】 也称"鸭鱼"、"黑龙江狗鱼"。烹饪原料。属鱼纲狗鱼科动物(Esox reicherti)。主产于黑龙江水系,一般重1千克左右。肉厚刺少,质细嫩,是饭店、食堂的常用鱼,可做熘鱼片、烧鱼段等多种菜品,还可熏制,常用炖法烹调。鲜品也可切片蘸调料生吃。其卵有毒,应去除。

【鸭鱼】 即"狗鱼"。

【黑龙江狗鱼】 即"狗鱼"。

【石爬鱼】 也称"石斑鮈"、"外口鮈"。俗称"石爬子"、"鲅鳒鱼"。烹饪原料。属鱼纲鮈科动物(Coraglanis kishinouyei)。产于长江上游四川岷江等水域以及云南等地,经济价值较高,大者可达1千克左右。肉质细嫩,含脂肪多,味很鲜美,为筵上珍品。宜于烧、煮、炖、烩。四川灌县菜有大蒜石斑鱼。云南一带间用以晒干煎食,香味较浓。

【石斑鮈(zhào兆)】 "石爬鱼"的动物学学名之一。

【外口鮈】 "石爬鱼"的动物学学名之一。

【石爬子】 "石爬鱼"的俗称。因其常栖于溪涧激流中,以胸腹贴附于水底石块上,故名。

【鲅鳒鱼】 云南一带对"石爬鱼"的俗称。

【石鱼】 也称"栉虾虎"、"庐山石鱼"、"麦鱼"。烹饪原料。属鱼纲鰕虎科动物(Ctenogobius giurinus)。除青藏高原外,全国均产,以庐山所产最负盛名,为庐山特产"三石"之一。个体较小,一般5厘米。肉质鲜嫩,香醇爽口,腥味少。鲜吃适于多种烹调方法。江西菜有石鱼炒蛋等。多数是焙干或晒之后销往国内外。

【栉虾虎】 "石鱼"的动物学名称。

【庐山石鱼】 即"石鱼"。是名产"庐山三石"之一。另二石为石鸡、石耳。因产于庐山,故名。

【麦鱼】 即"石鱼"。产于安徽东至县源于黄山的张溪河,因麦熟时上市,又形如麦粒,故名。

【春鱼】 也称"鳙"。是与"石鱼"同属的鱼。产于湖北阳新等地。体小,色黄,味鲜,捕后加工焙干,原味尽存,泡发后可用于爆炒或作汤。湖北菜有春鱼蛋松,为立夏前后时菜。腌干品称鹅毛挺。

【鳙(yù玉)】 即"春鱼"。《尔雅·释鱼》:"鳙……。"注:"小鱼也。"

【泰山赤鳞鱼】 也称"石鳞鱼"、"螭鳞鱼"。烹饪原料。泰山特产之一。此鱼主产于泰山深泉塘石崖中,山前黑龙潭、山后黄溪河均产。一般长约5~10厘米,粗如笔杆,天冷潜于水底,仅夏天可以捕到。其鳍有红边,鳞发金光者为金赤鳞,质量最好;色青、黑者为青赤鳞、草赤鳞,质较次。此鱼的特点是:鱼经日晒后仅剩鱼皮和一滩油,无腥味,产量少,且不易捕获。其活力很强,油炸时仍在活动,鱼尾上翘;死鱼炸后则身直肉硬。泰安菜有干炸赤鳞鱼、青汆赤鳞鱼等。

【石鳞鱼】 即"泰山赤鳞鱼"。

【螭(chī吃)鳞鱼】 即"泰山赤鳞鱼"。

【威宁细鱼】 烹饪原料。贵州威宁县特产"威宁四宝"(火腿、黄梨、荞酥、细鱼)之一。体细如针,色黄褐,

多作成干品。食用时先炸至酥脆，再和其他料同烹，是佐酒、下饭的佳品。

【琴鱼】 烹饪原料。产于安徽泾县琴溪桥一带，长不满寸，口有须，味鲜美，为沏茶佳品。清明捕捞后，以盐开水加茴香、茶叶、糖等佐料炝熟，再用炭火烘干，供泡茶用，入口清香味醇。古时曾作贡品。

【细鳞鲑】 烹饪原料。产于甘肃漳县漳河水上游。肉质细嫩，鳞小，味鲜美，可与"虹鳟"媲美，适应多种烹调方法。《漳县县志》载其曾作过贡品。

【桐花鱼】 烹饪原料。安徽广德县桐花河特产。鱼身有黄、绿、桔红三色条纹，鳞发亮，很美观。鱼肉极嫩，刺绵软，最大不过 10～18 厘米。除油煎、卤焖外，汆食也佳。微火焖成，具香嫩鲜酥的特点，入口一嚼即化。

【石桂鱼】 俗称"桃花桂"。烹饪原料。安徽徽州地区特产。生活于山溪石缝中。鱼身较长，有黑色花条纹，肉肥嫩不腥。安徽菜有桃花桂，以之为主料，先炸，后微火烧，鲜香入味。

【桃花桂】 "石桂鱼"的俗称。因其桃花开时最为肥嫩，故名。

【面鱼】 烹饪原料。产于云南怒江。生于激流，鱼体无鳞，肉厚细嫩，易烹调，味极鲜美，为鱼中珍品，极难捕捉。

【黄面瓜鱼】 俗称"老黄鱼"。烹饪原料。产于云南墨江县小江中。形似鲥鱼略大。肉黄色厚肥，味极鲜嫩，是哈尼族人民待宾的佳肴。每年有两次捕捉季节，立夏前后趁其产卵，用春天籽的草药投入水中，待鱼昏后浮出江面时即捕之；秋末冬初水位下降，切断江水即可捕捞。

【老黄鱼】 "黄面瓜鱼"的俗称。

【鳃条鱼】 烹饪原料。产于云南石屏异龙湖。形似带鱼，但较粗壮，头扁。大者每尾重达 50 千克，小者 200 克左右。此鱼味鲜、肉厚、质嫩。头可做汤，味鲜美；身可煎可煮，烹法很多。

【花鱼】 烹饪原料。产于云南石屏异龙湖边岩洞里，形似银鱼、但比其小，长不过 4 厘米，产量甚少，不易捕捞。适于做汤或油炸佐酒。

【小黄翅膀鱼】 烹饪原料。分布于云南景谷县威远江中。咀突，鱼身似罗非鱼，身呈黄白色，鳍黄色，最大者每尾不过 100 克。味鲜多肉，烹法多样。

【无鳞花鱼】 俗称"油鱼"、"龙鱼"。烹饪原料。产于云南文山州，生长在湖、河的石洞中，不喜出洞。背青腹黄，无鳞，体长 20 厘米左右，多在秋季捕捉。此鱼肉肥油多、刺少，味比一般鱼类鲜美，烹法多样。

【油鱼】 "无鳞花鱼"的俗称。

【龙鱼】 "无鳞花鱼"的俗称。

【雪鱼】 烹饪原料。产于闽江上游。色青白，鳞似鲤，身长，肉嫩，因其冬日雪后始浮出江面，故名。为罕见珍品。福建菜有山东葱烧雪鱼。

【梅鱼】 烹饪原料。产于闽江支流乌龙江。无鳞，头扁，色白，有花点；口在颔下，有细齿，能嚼螺、虾。味美，福建菜有酸菜灶梅鱼。

【河豚】 也称"河鲀"、"赤鲑"、"肺鱼"、"鲅鳊"、"鲎"、"鲅鳊鱼"、"鲑鲔"、"鲀鲐鱼"、"吹肚鱼"、"鲯鳅"、"气鲣鱼"。俗称"玉斑"、"乌狼"、"腊头"、"鲣鲅"、"艇(廷)巴子"、"乖鱼"、"龟鱼"、"街鱼"、"鸡抱鱼"、"气鼓子"。烹饪原料。属鱼纲鲀科动物。种甚多，分布于沿海及各大水系。滋味腴美，鲜嫩可口，但多有剧毒，故有"拚死吃河豚"之说。其毒素主要含在肝脏和卵巢中。1957 年 6 月国家水产部发布有《关于加强河豚鱼管理杜绝中毒事件》的通知。食用河豚必须按规定经过严格处理，不可侥幸。经严格处理后，即成美味。天津菜有熘鱼白；江苏江阴菜有红烧河豚。干制品有廷巴干等。另有一些无毒小河豚可以食用。

【河鲀】 即"河豚"。见《日用本草》。

【赤鲑(gui归)】 即"河豚"。《山海经·北山经》："敦薨之水出焉，……其中多赤鲑。"注："今名鲅鲐为鲑鱼。"《论衡·言毒》："毒螫渥者，……在鱼则为鲑与鲩鲦，故人食鲑肝而死。"此处之鲑指河豚。

【肺鱼】 即"河豚"。见《山海经》。

【鲅鲔】 即"河豚"。《广雅·释鱼》："鲅鲔，鲎也。"清代王念孙疏证："鹏夷，即鲅鲔之转声，今人谓之河豚者是也。河豚善怒，故谓之鲑，又谓之'鲎'。鲑之言恚，鲎之言诃。"此处之鲑指河豚。

【鲎(hé河)】 即"河豚"。参见"鲅鲔"。

【鲅鲔鱼】 即"河豚"。见《金匮要略》。

【鲑鲐(tái台)】 即"河豚"。见《尔雅》。

【鲯夷鱼】 即"河豚"。见《本草拾遗》。参见"鲯鱼"。

【嗔鱼】 即"河豚"。见《本草拾遗》。参见"鲯鱼"。

【鲯(gui归)鱼】 即"河豚"。《本草拾遗》："鲯鱼，一名'鹏夷'，以物触之，即填腹如气球，亦曰'嗔鱼'。……即今河鲀也。"

【吹肚鱼】 即"河豚"。见《日华子本草》。

【鲯鳅】 即"河豚"。见《日华子本草》。

【气鲣鱼】 即"河豚"。见《本草纲目》。

【气鼓子】 "河豚"的俗称。

【玉斑】 江苏、浙江一带对"河豚"的俗称。有大玉斑、小玉斑之分。

【乌狼】 浙江一带对"河豚"的俗称。

【腊头】 河北一带对"河豚"的俗称。

【鲣鲅】 山东一带对"河豚"的俗称。

【艇(廷)巴子】 山东、辽宁一带对"河豚"的俗称。

【鸡抱鱼】 广东一带对"河豚"的俗称。

【乖鱼】 广东一带对"河豚"的俗称。

【龟鱼】 广西一带对"河豚"的俗称。

【街鱼】 福建一带对"河豚"的俗称。

【斑子鱼】 也称"鲃鱼"、"斑鱼"、"巴鱼"。江苏太湖

特产，鱼肉鲜美，肝白肥嫩，每年夏季上市，桂花开时最为肥嫩。为某种无毒小河豚，苏州木渎名菜有鲃肺汤。

【鲃鱼】 即"斑子鱼"。

【斑鱼】 即"斑子鱼"。

【巴鱼】 即"斑子鱼"。

【鲨】 也称"沙鱼"、"鲛鲨"、"瑰雷鱼"、"鲛鱼"、"鲯鳅"、"鳅鱼"、"海鲨"、"溜鱼"。烹饪原料。沿海均产，约70余种。肉质粗糙有韧性，味较差。鲜食宜于蒸、煮，酱后拌、炝，或炸、炒、熘、红烧、红焖、干烧等。鳍干制为鱼翅；唇可加工成鱼唇；软骨可制成明骨；皮去沙后可制成鱼皮，均为名贵海味。此外，肝可制鱼肝油；皮可制革。鲜鱼含氨味，烹调时应先剥皮或去沙，切成块状，以80～90℃开水烫过或煮开，再用清水浸30分钟，脱去氨味。浸时加5%醋液更好。中医认为其肉味甘咸，性平，可补五脏、消肿去瘀。

【沙鱼】 即"鲨"。见《本草拾遗》。

【鲛鲨】 即"鲨"。见《医林纂要》。

【瑰雷鱼】 即"鲨"。见《南越志》。

【鲛鱼】 即"鲨"。见《山海经》、《本草经集注》。

【鲯鳅】 即"鲨"。见《吴都赋》注。

【海鲨】 即"鲨"。《正字通》："海鲨，青目赤颊，背上有鬣，腹下有翅，味肥美。《六书故》曰：'海中所产，以其皮如沙得名。'"

【鳅鱼】 即"鲨"。见《南越志》。

【溜鱼】 即"鲨"。见《本草纲目》。

【鳐(yáo摇)】 也称"海鹞鱼"、"邵阳鱼"、"荷鱼"、"鲹鱼"、"鲔魮鱼"、"蕃蹈鱼"、"蕃踰鱼"、"蒲鱼"、"锅盖鱼"。烹饪原料。我国产有50余种。有孔鳐、犁头鳐等。食用应新鲜，先洗去粘液、污物，剔去眼部和鳃，劈开脊骨去髓与内脏。入烹前应和鲨鱼一样进行脱氨处理(参见"鲨")，或烹调时用浓醋、料酒烹熏，以去除氨、腥味。多用于干制。淡干品为山东沿海居民所喜食，先用清水泡软，蒸熟冷却，剔去皮骨，将肉撕碎(不用刀切)，配以黄瓜等调味凉拌，别有风味，如配以鸡丝等荤料更佳。其鳍可供制鱼翅。《随息居饮食谱》谓其肉味甘咸，性平，"尾有毒，主玉茎涩痛，白浊，膏淋。"又，也习惯将虹科动物称为鳐，异称相混。参见"虹"。

【海鹞鱼】 即"鳐"。《本草拾遗》："海鹞鱼，似鹞，有肉翅，齿如石版，生东海。"

【邵阳鱼】 即"鳐"。《本草拾遗》："邵阳鱼，尾刺人者，有大毒，生南海，有肉翅，尾长二尺，刺在尾中，逢物以尾拨之，食其肉而去其刺。"

【荷鱼】 即"鳐"。见《本草纲目》。参见"锅盖鱼"。

【鲹鱼】 即"鳐"。《正字通》："鱼形如大荷叶，长尾，口在腹下，目在额上。尾长有节螫人。"

【鲔魮(pū pí扑皮)鱼】 即"鳐"。见《本草纲目》。

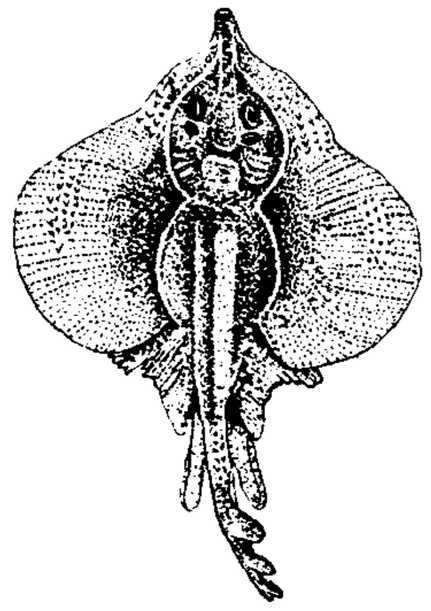
【蕃蹈(tà踏)鱼】 即"鳐"。《本草纲目》："《魏武食制》云，蕃蹈鱼，大者如箕，尾长数尺是矣。"

【蕃踰鱼】 即"鳐"。《太平御览·蕃踰鱼》引《魏武四时食制》："蕃踰鱼，如鳖，大如箕，甲上边有锯，无头，口在腹下，尾长数尺，有节，有毒，螫人。"

【蒲鱼】 即"鳐"。《本草求原》："蒲鱼，形圆如荷叶，无鳞，口生腹下，尾长可螫人。背淡黄者佳。中其尾毒，令人痒闷，以葛布灰调油搽。"

【锅盖鱼】 即"鳐"。《随息居饮食谱》："鲹鱼，一名'荷鱼'，俗呼锅盖鱼。……性不益人，亦可作鲞。"

【孔鳐】 也称"甫鱼"。俗称"老板"、"劳子"、"华子"、"命鱼"。烹饪原料。属鱼纲鳐科动物(Raja porosa)。食用方法参见"鳐"。



孔鳐

【甫鱼】 即"孔鳐"。

【老板】 "孔鳐"的俗称。

【劳子】 "孔鳐"的俗称。

【华子】 "孔鳐"的俗称。

【命鱼】 "孔鳐"的俗称。因其形似"命"字，故名。

【蝠鲼】 俗称"绸鱼"。烹饪原料。属鱼纲蝠鲼科动物(Mobula japonica)。形似鳐，体型较大，呈菱形，宽一般1米，最大可达6米多。沿海有分布。肝富含脂肪，可提炼鱼油。肉可鲜食，烹调方法参见"鳐"，也可制成罐头或咸干品。

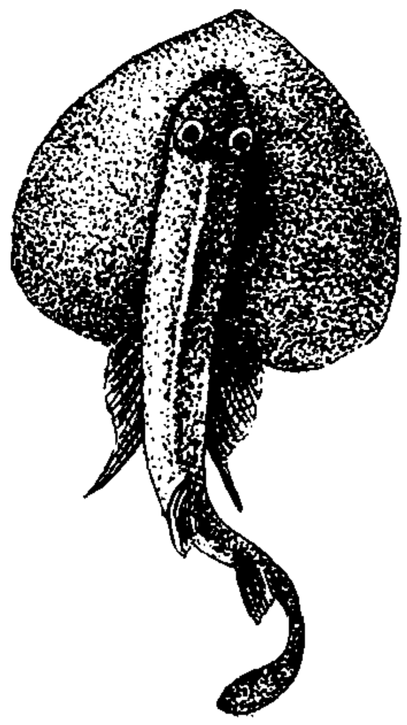
【绸鱼】 "蝠鲼"的俗称。

【犁头鳐】 也称"犁头鲨"、"六件鲨"。烹饪原料。属鱼纲犁头鳐科动物(Rhinobatos schlegelii)。食用方法参见"鳐"。其皮可制鱼皮；鳍可制鱼翅；吻可制鱼唇；头侧透明组织可干制为明骨，均系名贵海味。

【犁头鲨】 即"犁头鳐"。

【六件鲨】 即"犁头鳐"。

【团扇鳐】 也称"团鳐"、"黄点鲔"。俗称"团扇"、"荡荡鼓"、"皮郎鼓"。烹饪原料。属鱼纲团扇鳐科动物(Platyrhina limboonkengi)。肉质较差，多作腌品。鲜食方法参见"鳐"。



团扇鳐

【团鳐】 即"团扇鳐"。

【黄点鲔】 即"团扇鳐"。

【团扇】 "团扇鳐"的俗称。

【荡荡鼓】 "团扇鳐"的俗称。

【皮郎鼓】 “团扇鳐”的俗称。

【魟(hóng红)】 也称“鲔鱼”。烹饪原料。肉味尚可，一般供鲜食，含蛋白质20%。此鱼肝营养价值也高。因其皮厚又无排尿器官，体内残留部分尿素，故有氨味。烹调前应进行脱氨处理。食用加工方法参见“鳐”、“鲨”。常见有赤魟、燕魟等。

【鲔(pū)鱼】 即“魟”。

【赤魟】 也称“洋鱼”、“黄鲹”、“箭洋鱼”。俗称“土鱼”、“滑子鱼”、“黄貂鱼”、“黄虎”。烹饪原料。属鱼纲鲹科动物(Dasyatis akajei)。食用加工方法参见“鳐”、“鲹”。《食鉴本草》：“甘咸，寒，无毒。治男子白浊膏淋，玉茎涩痛。”其肝民间用于明目。

【洋鱼】 即“赤魟”。

【黄鲹】 即“赤魟”。

【箭洋鱼】 即“赤魟”。

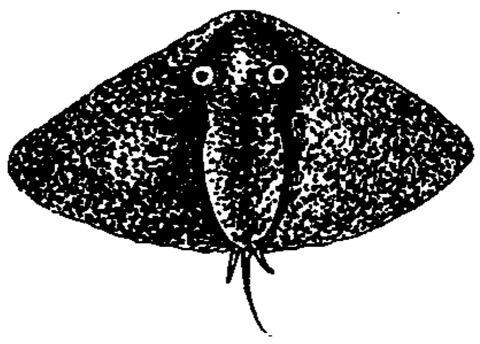
【土鱼】 “赤魟”的俗称。

【滑子鱼】 “赤魟”的俗称。

【黄貂鱼】 “赤魟”的俗称。

【黄虎】 “赤魟”的俗称。

【燕魟】 烹饪原料。属鱼纲燕魟科动物(Gymnura japonica)。肉质细嫩，味鲜美。鲜食宜炸、焖、炖、烧等，也可制成咸干品。其肝鲜嫩不腥，也可食用。食用加工方法参见“鳐”、“魟”。


燕魟

【黄鱼】 也称“鳙”、“菩萨鱼”、“石首鱼”。俗称“黄瓜鱼”、“瓜”、“黄花鱼”。烹饪原料。有大、小两种，沿海均产。参见“大黄鱼”、“小黄鱼”。

【鳙(zōng宗)】 即“黄鱼”。《江赋》：“鳙鲨顺时而往还。”注：“《字林》曰：鳙鱼出南海，头中有石，一名石首。”

【菩萨鱼】 即“黄鱼”。《雨航杂录》：“鳙鱼，即石首鱼也，……僧人谓之菩萨鱼，至有斋食而啖者，盖亦三净肉之意。”

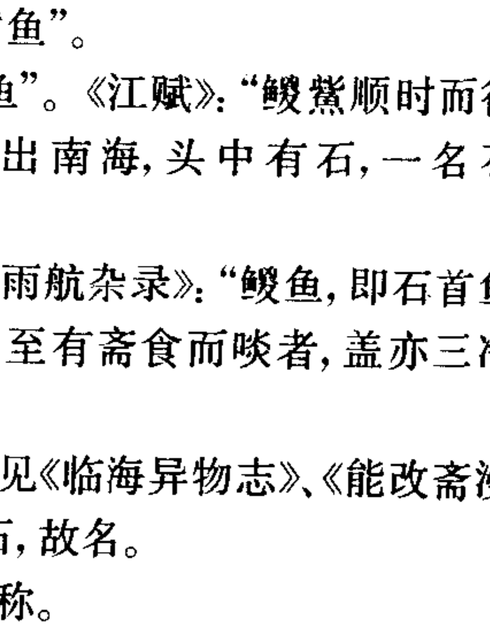
【石首鱼】 即“黄鱼”。见《临海异物志》、《能改斋漫录》。因其头内有骨坚如石，故名。

【黄瓜鱼】 “黄鱼”的俗称。

【黄花鱼】 “黄鱼”的俗称。

【瓜】 福建一带对“黄鱼”的俗称。福建菜中的瓜，如全折瓜、玻璃瓜卷等，均为黄花鱼。

【大黄鱼】 俗称“大王鱼”、“大鲜”、“大黄花鱼”、“桂花黄鱼”、“金龙黄花”、“黄纹”。烹饪原料。属鱼纲石首鱼科动物(Pseudosciaena crocea)。沿海均产。肉呈蒜瓣状，较松，细嫩清口，鲜香不腻。骨刺大。多供鲜食，适于多种烹调方法，主要为红烧、清蒸、面拖、干烧、红焖、糖醋等，也宜多种调味，并可出肉作羹，或制泥作丸、馅等。干制可作成淡鲞。其鳔可制鱼肚。中医认为其肉味甘，性平，可治下痢、明目、填精、安心神。


大黄鱼

【大王鱼】 “大黄鱼”的俗称。

【大鲜】 “大黄鱼”的俗称。

【大黄花鱼】 “大黄鱼”的俗称。

【桂花黄鱼】 “大黄鱼”的俗称。

【金龙黄花】 “大黄鱼”的俗称。

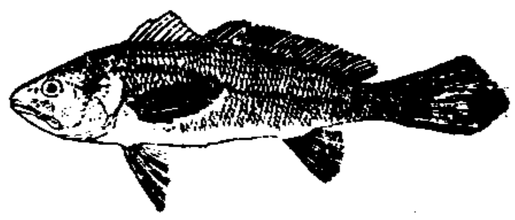
【黄纹】 “大黄鱼”的俗称。

【小黄鱼】 俗称“小鲜”、“大眼”、“花鱼”、“小黄瓜”、“小王鱼”、“古鱼”。烹饪原料。属鱼纲石首鱼科动物(Pseudosciaena polyactis)。肉嫩而细腻，味鲜美近似大黄鱼。烹调方法同“大黄鱼”，也可以加工腌制。

【小鲜】 “小黄鱼”的俗称。

【大眼】 “小黄鱼”的俗称。

【花鱼】 “小黄鱼”的俗称。

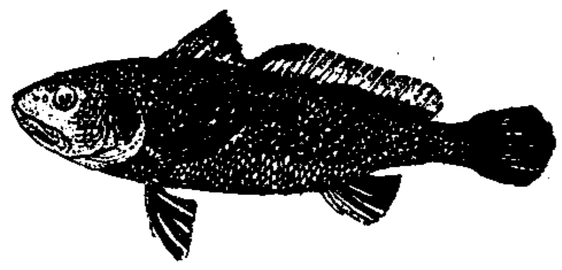

小黄鱼

【小黄瓜】 “小黄鱼”的俗称。

【小王鱼】 “小黄鱼”的俗称。

【古鱼】 “小黄鱼”的俗称。

【黄姑鱼】 也称“花鲈鱼”、“春水鱼”、“皮鲈”。俗称“罗鱼”、“铜罗鱼”、“春只”、“黄鸡婆”、“黄姑子”、“春籽鱼”。烹饪原料。属鱼纲石首鱼科动物(Nibeaalbiflora)。是沿海常见的食用鱼类。肉质坚实，为蒜瓣肉，可代大、小黄鱼之用，味稍逊之。宜清炖、红烧、油炸等。用茼蒿清炖黄姑鱼，有独特风味。鱼肉可治肾炎浮肿；鱼鳔可治产后腹痛。黄姑鱼除5～6月产卵期外，其他时间肉有酸味，需注意时令。但其死后腐败变质慢，运输、保鲜期长为其特点。


黄姑鱼

【春水鱼】 即“黄姑鱼”。

【皮鲈(xù序)】 即“黄姑鱼”。

【花鲈鱼】 即“黄姑鱼”。

【罗鱼】 “黄姑鱼”的俗称。

【铜罗鱼】 “黄姑鱼”的俗称。

【春只】 “黄姑鱼”的俗称。

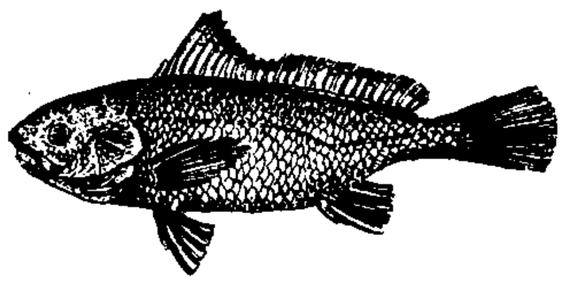
【黄鸡婆】 “黄姑鱼”的俗称。

【黄姑子】 “黄姑鱼”的俗称。

【春籽鱼】 “黄姑鱼”的俗称。

【白姑鱼】 也称“白古鱼”。俗称“白姑子”、“白米

子”、“白米鱼”、“白眼鱼”、“白花鱼”、“白鳘子”。烹饪原料。属鱼纲石首鱼科动物(Argyrosomus argentatus)。是沿海常见的鱼类，形似小黄鱼，肉多、厚而细嫩，清香可口。筵席常作浇汁菜肴，家常多用红烧、清炖、卤鲜、清煎等烹调方法，也可出肉或腌制。


白姑鱼

【白古鱼】 即“白姑鱼”。

【白姑子】 “白姑鱼”的俗称。

【白米子】 “白姑鱼”的俗称。

【白米鱼】 “白姑鱼”的俗称。

【白眼鱼】 “白姑鱼”的俗称。

【白花鱼】 “白姑鱼”的俗称。

【白鳘子】 “白姑鱼”的俗称。

【黑姑鱼】 烹饪原料。属鱼纲石首鱼科动物(Atrobucca nibe)。产于南海、东海和黄海南部。产量较小，食用加工方法参见“黄姑鱼”。

【鲩鱼】 也称“米鱼”、“鳘鱼”、“鳘子鱼”、“茅狂”。烹饪原料。属鱼纲石首鱼科动物(Miichthys miiuuy)。沿海均产，属上等鱼类。以春季为最肥美，故有“春鳘秋鲈”之说。肉质细嫩鲜美，档次较高，且体大肉多，烹调时多解作片、块，如熘鱼片、熘鱼段、瓦块鱼等，适应多种调味，并可制成熏鱼及其他熟食品种。其脑味腴美；其鳔可作鱼肚，并且是上等的品类，特点为片大胶厚，发力好，油发后膨胀均匀，孔多而细小。其鳔具有药用价值，有补气和血、补肾固精、润肺健脾的功效。

【米鱼】 即“鲩鱼”。

【鳘鱼】 即“鲩鱼”。《雨航杂录》：“鲩，《乐清志》所谓鳘鱼是也。一曰‘茅狂’。”《闽中海错疏》：“鳘，形似鲈，口阔肉粗，脑腴骨脆而味美。按鳘身类鲈，口类石首，大者长丈许，重百余斤。四明谚云：‘宁可弃我三亩稻，不可弃我鳘鱼脑’。盖言美在脑也。”

【鳘子鱼】 即“鲩鱼”。

【茅狂】 即“鲩鱼”。参见“鳘鱼”。

【梅童鱼】 也称“黑鳃梅童鱼”、“梅子鱼”。俗称“大头宝”、“大棘头”、“烂头鱼”。烹饪原料。属鱼纲石首鱼科动物(Collichthys lucidus)。是沿海常见的小型食用鱼类。味鲜美，肉质较粗。鲜食多用红烧、拖蒸、红焖等方法烹调。去头剔刺后可出肉制丸、馅等。也可以加工成咸干品，方法是：温水略浸泡后蒸食。滋味鲜香醇美，柔韧不硬。

【黑鳃梅童鱼】 “梅童鱼”的动物学名称。

【梅子鱼】 即“梅童鱼”。

【大头宝】 “梅童鱼”的俗称。

【大棘头】 “梅童鱼”的俗称。

【烂头鱼】 “梅童鱼”的俗称。

【叫姑鱼】 也称“沙鲩”、“尖头鲩”、“小白鱼”。烹饪原料。属鱼纲石首鱼科动物(Johnius belengerii)。沿海均产，是常见的小型食用鱼类。肉质粗糙，但鲜美可口。鲜食宜于炸、焖、红烧、煎等。多用于腌制干品，供烘炙撕食。味鲜香可口，柔韧醇厚，为佐酒下饭的美食。

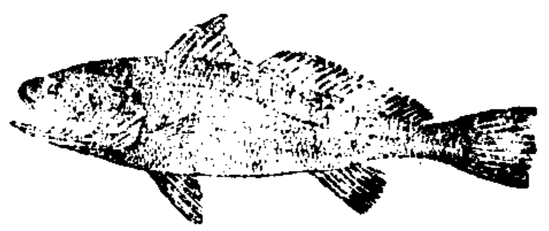
【沙鲩】 即“叫姑鱼”。

【尖头鲩】 即“叫姑鱼”。

【小白鱼】 即“叫姑鱼”。

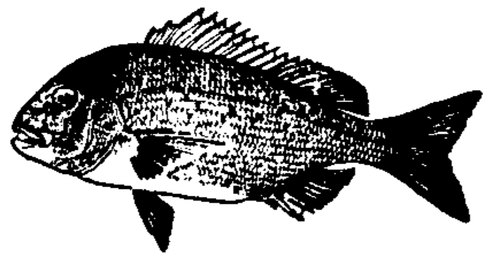
【黄唇鱼】 烹饪原料。属鱼纲石首鱼科动物(Bahaba flavolabiata)。大型食用鱼类，长约1.5米，可重达50千克。主要产于长江口以南沿海。肉质粗糙，宜于剔肉加工供烹调，以炸、熘、爆、焖、烧、熏等为常见。鳔为名贵的食品，也供药用，可治产妇血崩和腰痛。

【毛鲿鱼】 俗称“大鱼”。烹饪原料。属鱼纲石首科动物(Megalonibe fusca)。主要产于江、浙沿海，是一种大型食用鱼类，可长达1米。肉质较粗糙，宜出肉炸、熘、烧、焖或制馅、制泥。鳔可制鱼肚，为著名的海味。


毛鲿鱼

【大鱼】 “毛鲿鱼”的俗称。因其体长可达1米，故名。

【鲩】 烹饪原料。属鱼纲石首鱼科动物(Wak spp)。产于南海和东海，是常见的食用鱼类。肉质细嫩，味鲜美。鲜食宜整尾蒸、红烧、酱焖、煎等，也可加工成咸干品。


真鲷

【真鲷】 也称“红鳞加级鱼”、“佳季”。俗称“加吉鱼”、“铜盆鱼”、“加拉鱼”、“鲂鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲷科动物(Pagrosmus major)。名贵鱼类之一。肉质细腻而紧实，味清淡而鲜美，营养较丰富，含蛋白质19%，脂肪4%。适应多种烹调，以清蒸、白汁或作汤为最佳，也可整尾干烧、红烧、酱渍、红焖等，为筵上珍品，家常多清炖。其肉也可出泥制丸、馅。成菜上席后，其头可回锅制汤，眼球尤为腴美。

【红鳞加级鱼】 即“真鲷”。

【佳季】 即“真鲷”。《佳季》诗，其序谓“（真鲷）土人呼为佳季……蓬莱阁下多怪石，渔人垂纶其上，一掣而得之……好事者掬海滨之水就烹之，不加盐豉，其味愈鲜好……。”

【加吉鱼】 “真鲷”的俗称。

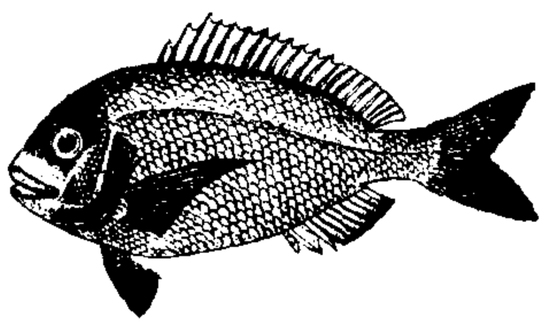
【铜盆鱼】 “真鲷”的俗称。

【加拉鱼】 “真鲷”的俗称。

【鲂鱼】 广东一带对“真鲷”的俗称。

【黑鲷】 也称“黑加级”、“海鲋”、“黑鳞加吉鱼”。俗称“乌颊鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲷科动物(Sparus macrocephalus)。肉质、味道较“真鲷”为差。食用加工

方法参见"真鲷"。


黑鲷

【黑加级】 即"黑鲷"。

【海鲋】 即"黑鲷"。

【黑鳞加吉鱼】 即"黑鲷"。

【乌颊鱼】 "黑鲷"的俗称。

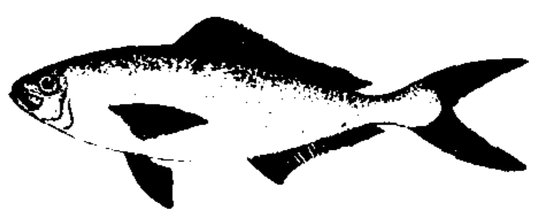
【胡椒鲷】 也称"胡芦鲷"。俗称"加池"。烹饪原料。属鱼纲鲷科动物(plectorhynchus pictus)。肉质细嫩,味鲜美,宜于整尾烧、焖、清蒸,也可出肉炸、熘、爆、煽等。

【胡芦鲷】 即"胡椒鲷"。

【加池】 "胡椒鲷"的俗称。

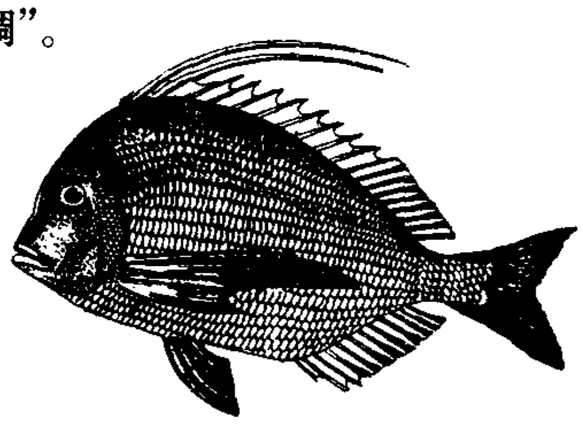
【髭鲷】 俗称"黑鳃嫂"。烹饪原料。属鱼纲鲷科动物(Hapalogenys nitens)。肉质纤维细嫩,味鲜美。鲜食宜于整尾红焖、红烧、干烧。也可出肉炸、熘、爆,或用于制卤、作馅等,还可以干制。

【黑鳃嫂】 "髭鲷"的俗称。


褐海鲷

【褐海鲷】 也称"石青"。烹饪原料。属鱼纲鲷科动物(Caesio coerulaureus)。产于南海,是重要的经济鱼类之一。肉纤维较细腻,味鲜美。鲜食宜于整尾清蒸、红焖、红烧、干烧等。也可以出肉炸、熘、煽,或制馅。还可以加工成咸干品。

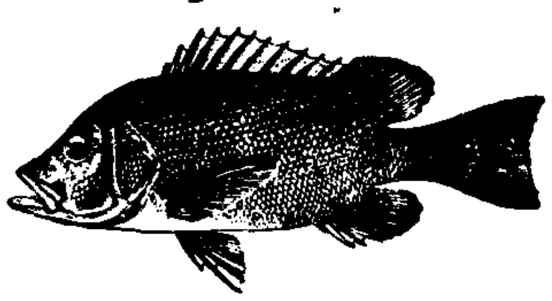
【石青】 即"褐海鲷"。


二长棘鲷

【二长棘鲷】 也称"红立鱼"。俗称"板立"。烹饪原料。属鱼纲鲷科动物(Parargyrops edita)。肉质细腻白嫩,味鲜美。鲜食宜整尾清蒸、红焖、红烧、干烧等,也可以出肉制泥等。

【红立鱼】 即"二长棘鲷"。

【板立】 "二长棘鲷"的俗称。

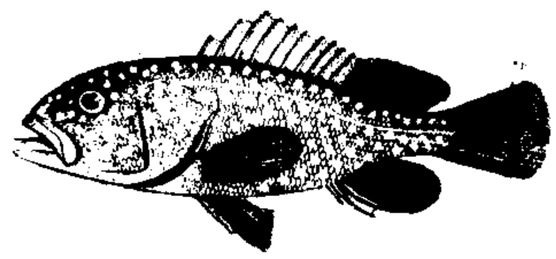

红笛鲷

【红笛鲷】 俗称"红鱼"。烹饪原料。属鱼纲笛鲷科动物(Lutianus erythropterus)。肉细嫩,味鲜美,宜于多种烹调方法。参见"真鲷"。

【红鱼】 "红笛鲷"的俗称。

【短鳍鱼】 烹饪原料。属鱼纲笛鲷科动物(Aprion Direscens)。产于南海。肉质肥厚细嫩,味鲜美,鲜食宜出肉,炸、熘、爆、烧、焖、熏、煽、汆均可,也可以制馅。多制成干品。

【大眼鲷】 烹饪原料。属鱼纲大眼鲷科动物,有短尾大眼鲷(Priacanthus macracanthus)和长尾大眼鲷(P. tayenus)。肉质纤细鲜嫩。食用加工方法参见"真鲷"。


石斑鱼

【石斑鱼】 也称"石鲿鱼"、"高鱼"。俗称"过鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲈科的一个属(石斑鱼属)。常见的有"赤点石斑鱼"、"纵带石斑鱼"、"青石斑鱼"、"宝石石斑鱼"等。产于东海南部和南海,为福建、广东菜中的常用品,属上等食用鱼类;在国外也是经济价值较高的鱼类之一。肉细嫩而味美,适应多种烹调方法,也可出肉制丸、馅等。

【石鲿鱼】 即"石斑鱼"。见《延寿书》。

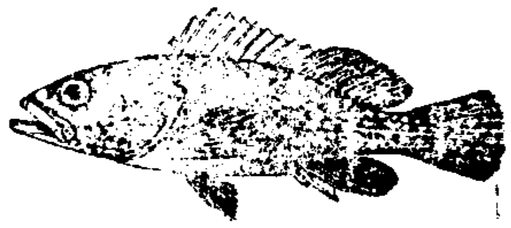
【高鱼】 即"石斑鱼"。见《南方异物志》。

【过鱼】 福建沿海对"石斑鱼"的俗称。

【青石斑鱼】 俗称"青斑"、"青鲈"。烹饪原料。属鱼纲鲈科动物(Epinephelus awoara)。食用加工方法参见"石斑鱼"。

【青斑】 "青石斑鱼"的俗称。

【青鲈】 "青石斑鱼"的俗称。


赤点石斑鱼

【赤点石斑鱼】 俗称"石斑"、"花斑"。烹饪原料。属鱼纲鲈科(Epinephelus akaara)。食用加工方法参见"石斑鱼"。

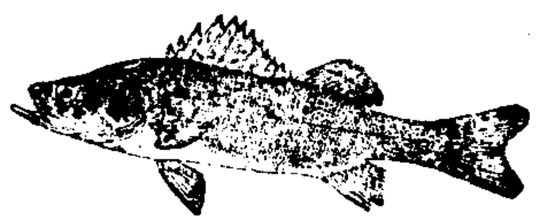
【石斑】 "赤点石斑鱼"的俗称。

【花斑】 "赤点石斑鱼"的俗称。

【纵带石斑鱼】 俗称"带石斑"。烹饪原料。属鱼纲鲈科动物(Epinephelus latifasciatus)。食用加工参见"石斑鱼"。

【带石斑】 "纵带石斑鱼"的俗称。

【宝石石斑鱼】 烹饪原料。属鱼纲鲈科动物(Epinephelus areolatus)。食用加工方法参见"石斑鱼"。


鲈鱼

【鲈鱼】 也称"花鲈"、"鲈子鱼"。俗称"鲈板"、"花寨"、"鲈夹"。烹饪原料。属鱼纲鲈科动物(Lateotabrax japonicus)。近浅海河口鱼,也进入淡水,以秋季为最肥美,有"春鳘秋鲈"之说。肉质较紧实,味清淡,纤维较粗,但白嫩而鲜,具清香,为筵席常用鱼之一,可用于熏制、熘片、熘段、浇汁等多种烹调方法。但无论用何种方法,须注意其清淡的特点。其肉对手术后伤口愈合有促进作用。

【花鲈】 即"鲈鱼"。

【鲈子鱼】 即"鲈鱼"。

【鲈板】 "鲈鱼"的俗称。

【花寨】 "鲈鱼"的俗称。

【鲈夹】 "鲈鱼"的俗称。

【十棘银鲈】 烹饪原料。属鱼纲银鲈科动物(Gerreomorpha japonico)。产于南海。肉质纤维较粗,成瓣状,味很鲜美。鲜食宜焖、炖,最宜蒸、煮出肉调汤作羹;也可以制干品。

【五棘银鲈】 俗称"银米"。烹饪原料。属鱼纲银鲈科动物(Pentaprion longimanus)。产于东海南部和南海。食用加工方法参见"十棘银鲈"。

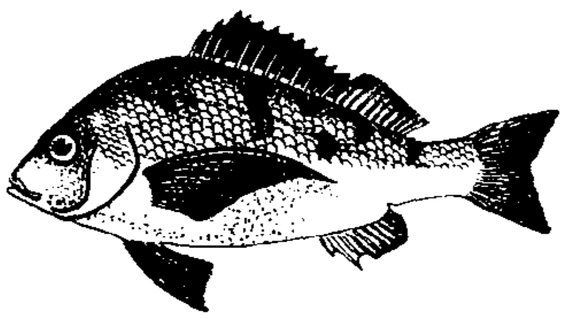
【银米】 "五棘银鲈"的俗称。

【石鲈】 也称"断斑石鲈"。俗称"白鸽"。烹饪原料。属鱼纲石鲈科动物(Pomadasys hasta)。产于南部沿海。肉质细腻白嫩,味道鲜美。鲜食宜整尾蒸、煮,出肉汆汤,或整尾红烧、红焖等。

【断斑石鲈】 "石鲈"的动物学名称。

【白鸽】 "石鲈"的俗称。

【大斑石鲈】 也称"头鲈"、"猴鲈"。烹饪原料。属鱼纲石鲈科动物(Pomadasys maculatus)。产于东、南海域。肉质良好,主要供鲜食,宜于多种烹调方法,也可制成咸干品。



大斑石鲈

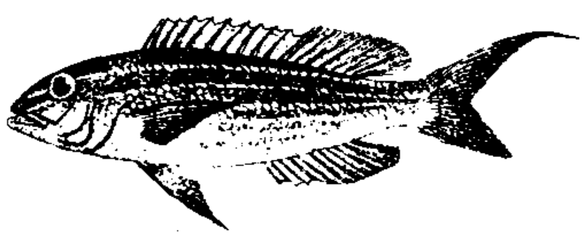
【头鲈】 即"大斑石鲈"。

【猴鲈】 即"大斑石鲈"。

【三线矶鲈】 俗称"鸡鲈"。烹饪原料。属鱼纲石鲈科动物(Parapristipoma trilineatum)。产于南部沿海。食用加工方法参见"石鲈"。

【鸡鲈】 "三线矶鲈"的俗称。

【金线鱼】 也称"红哥鲤"。俗称"吊三"、"拖三"、"红杉"烹饪原料。属鱼纲金线鱼科动物(Nemipterus virgatus)。产于黄海以南海域。个体较小,鲜食味道腴美鲜嫩,宜于蒸、红烧、干烧、红焖、拖煎、煸等;也可以加工成咸干品。



金线鱼

【红哥鲤】 即"金线鱼"。

【吊三】 "金线鱼"的俗称。

【拖三】 "金线鱼"的俗称。

【红杉】 广东一带对"金线鱼"的俗称。

【鳓(lè勒)】 也称"勒鱼"、"肋鱼"、"快鱼"、"克鳓鱼"。俗称"鲞鱼"、"火鳞鱼"、"鲙鱼"、"白鳞鱼"、"曹白鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲱科动物(Uisha elongata)。是重要的食用鱼类,肉质鲜嫩肥美,营养较高,含蛋白质20%以上,脂肪5.9%。宜红焖、清蒸,以清蒸鳓鱼、酱渍鲞鱼为佳。鳞片含油脂多,烹调时可不去鳞(质次时应去)。还可以腌制。广东菜有糟白鱼鲞、酶香鱼;浙江菜有糟鲞。此鱼多细小倒勾刺,不宜小儿食用。中医认为其肉味甘,性平,具有开胃、暖中、补虚的功效。肉可治心悸怔忡、慢性腹泻等。

鳓

【勒鱼】 即"鳓"。《本草纲目》:"鱼腹有硬刺勒人,故名","勒鱼,出东南海中。……状如鲥鱼,小首细鳞,腹下有硬刺,如鲥腹之刺。头上有骨,合之如鹤喙形。干者谓之勒鲞,吴人嗜之。"

【肋鱼】 即"鳓"。《夜航船》:"肋鱼似鲥而小,身薄骨细。冬月出者名雪肋,味最佳。至夏,则味减矣。"

【快鱼】 即"鳓"。

【克鳓鱼】 即"鳓"。

【鲞鱼】 "鳓"的俗称。因多用作鲞,故名。

【火鳞鱼】 "鳓"的俗称。

【鲙鱼】 北方一带对"鳓"的俗称。

【白鳞鱼】 北方一带对"鳓"的俗称。

【曹白鱼】 南方一带对"鳓"的俗称。

【鲳】 也称"银鲳"、"镜鱼"、"平鱼"、"白鲳"、"鲳扁鱼"、"鲹鱼"、"鲳鲹鱼"、"昌鼠"、"狗瞌睡鱼"。俗称"长林"、"车片鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲳科动物(Pampus argenteus)。是名贵的食用鱼类,肉多脂,肥而鲜细,少刺且多为软刺,含蛋白质15.6%。鱼形圆整,多整尾入烹,菜形较完美,宜红烧、红焖、清炖、熏制,鲜度好时也可以清蒸,制成糟醉鲳鱼,别有风味。鱼体于瓦上焙焦研粉,黄酒冲服可治胃炎。中医认为其肉味甘淡,性平,可益气养血、柔筋利骨。

【银鲳】 即"鲳"。

【镜鱼】 即"鲳"。因其形圆似镜,故名。

【平鱼】 即"鲳"。因其扁平,故名。

【白鲳】 即"鲳"。

【鲳扁鱼】 即"鲳"。

【鲹鱼】 即"鲳"。见《临海异物志》。

【鲳鲹鱼】 即"鲳"。见《本草拾遗》。或作昌候鱼。

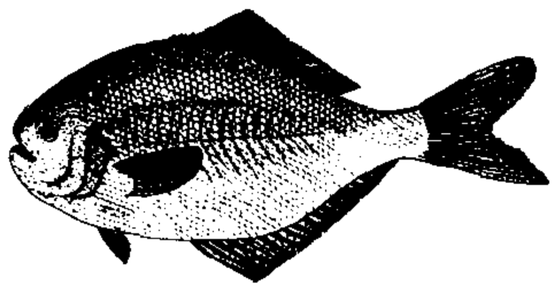
【昌鼠】 即"鲳"。见《本草拾遗》。

【狗瞌睡鱼】 即"鲳"。见《岭表录异》。

【长林】 "鲳"的俗称。

【车片鱼】 江苏、浙江一带对"鲳"的俗称。或作叉片鱼。

【刺鲳】 也称"南鲳"、"肉鲳"。俗称"瓜核"。烹饪原料。属鱼类鲳科动物(Pseno-psis anomala)。肉



刺鲳

细,质嫩,腴美,宜整尾烹调,多用于酱焖、糟、红烧等,也可以加工成咸干品。

【南鲳】 即"刺鲳"。

【肉鲳】 即"刺鲳"。

【瓜核】 "刺鲳"的俗称。

【鸡笼鲳】 俗称"钉板鲳"。烹饪原料。属鱼纲鲳科动物(Drepane punctata)。肉质细嫩鲜美。可鲜用或干制。参见"鲳"。

【钉板鲳】 "鸡笼鲳"的俗称。

【比目鱼】 也称"王余鱼"、"东鳒"、"偏口鱼"、"鳒"、"鲽"、"鞋底鱼"、"鲒"、"鲆"、"婢屣鱼"、"奴脚鱼"、"版鱼"、"箬叶鱼"、"鳎鈉"。俗称"大地鱼"。烹饪原料。海水鱼的一个大类,包括鲆科、鲽科、鳎科的鱼类。常见的鲆科有"牙鲆"、"斑鲆"、"花鲆";鲽科有"高眼鲽"、"石鲽"、"木叶鲽"、"油鲽";鳎科有"舌鳎"等。

【王余鱼】 即"比目鱼"。《比目鱼赞》:"比目之鳞,别号王余,虽有二片,其实一鱼。"《吴都赋》:"双则比目,片则王余。"注:"比目鱼,东海所出。王余鱼,其身半也。俗云:越王鲙鱼未尽,因以其半弃水中为鱼,遂无其一面,故曰王余也。"

【东鳒】 即"比目鱼"。《香祖笔记》:"比目鱼一名东鳒,见郑康成《尚书中候注》云,亦见《绀珠集》。"

【偏口鱼】 即"比目鱼"。

【鳒(jiān尖)】 即"比目鱼"。见《北户录》。

【鲽(dié迭)】 即"比目鱼"。《尔雅·释地》:"东方有比目鱼焉,不比不行,其名谓之鲽。"

【鞋底鱼】 即"比目鱼"。《本草纲目》引郭璞语:"(比目鱼)状如牛脾及女人鞋底。"

【鲒(jiè介)】 即"比目鱼"。见《吴都赋》。

【鲆(qū屈)】 即"比目鱼"。《上林赋》:"禺禺鲆鳎。"据注引郭璞:"鲆,比目鱼也,状似牛脾,细鳞紫色,两相合乃得行。"

【婢屣(xǐ喜)鱼】 即"比目鱼"。见《临海异物志》。

【奴脚(jué决)鱼】 即"比目鱼"。见《临海风土记》。

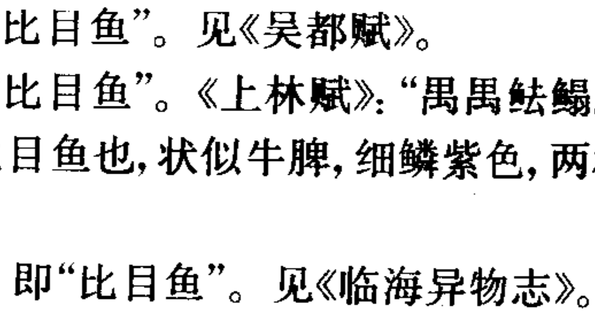
【版鱼】 即"比目鱼"。见《南越志》。

【箬叶鱼】 即"比目鱼"。见《南方异物志》。

【鳎鈉(xū nà虚纳)】 即"比目鱼"。《史记》:"禺禺鳎鈉。"注:"鳎,一作鲆,比目鱼。"

【大地鱼】 广东一带对"比目鱼"的俗称。

【牙鲆】 也称"地鱼"、"牙鳎"。俗称"左口"、"沙地"、"牙鲜"、"牙偏"。烹饪原料。属鱼纲鲆科动物(Paralichthys olivaceus)。肉质细嫩而洁白,含蛋白质19%,味鲜美而丰腴,是高档的食用鱼类。宜于剔肉加工成条、块、丁、片,或制泥、制茸,适应多种烹调方法,常用于筵席。也可腌制、干制或作罐头。鱼肉又可药用,有消炎解毒、补脾胃等功效。但其肌肉组织较脆弱,易变质,尤易破肚,须注意保管。中医认为其肉味甘,性平,微温,可消炎解毒、益气力、补脾胃。


牙鲆

【地鱼】 即"牙鲆"。

【牙鳎】 即"牙鲆"。

【左口】 "牙鲆"的俗称。

【沙地】 "牙鲆"的俗称。

【牙鲜】 "牙鲆"的俗称。

【牙偏】 "牙鲆"的俗称。

【斑鲆】 也称"鲆鱼"、"花点鲆"。俗称"猫头"。烹饪原料。属鱼纲鲆科动物(Pseudorhombus cinnamoneus)。是高档的食用鱼。食用加工方法参见"牙鲆"。中医认为其肉味甘,性平,可催吐。

【鲆鱼】 即"斑鲆"。

【花点鲆】 即"斑鲆"。

【猫头】 "斑鲆"的俗称。

【花鲆】 也称"星鲽"、"花布鲆"。俗称"花片"、"七星片鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲽科动物(Tephrinectes sinensis)。是高档的食用鱼。食用加工方法参见"牙鲆"。

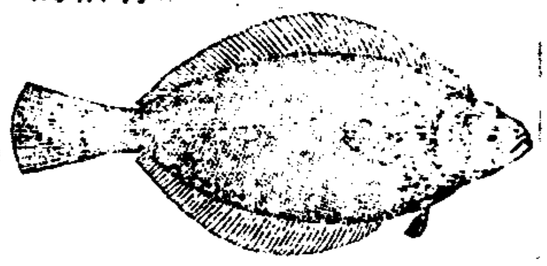
【星鲽】 "花鲆"的动物学名称。

【花布鲆】 即"花鲆"。

【花片】 "花鲆"的俗称。

【七星片鱼】 "花鲆"的俗称。

【高眼鲽】 俗称"长脖鱼"、"高眼鱼"、"大嘴"。烹饪原料。属鱼纲鲽科动物(Cleisthenes herzensteini)。一般经济鱼类。肉质、味道不及鲆类。烹调宜剔肉加工成条、块、丁、片或制泥,常用于爆、炒、炸、熘、汆等,也可以腌制、熏制。

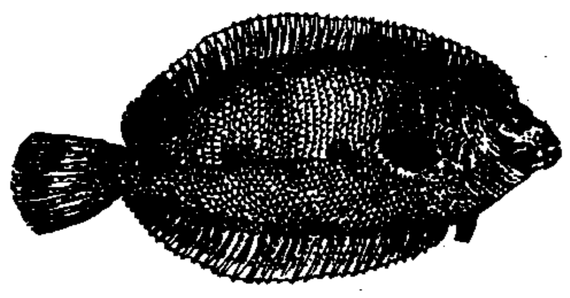

高眼鲽

【长脖鱼】 "高眼鲽"的俗称。

【高眼鱼】 "高眼鲽"的俗称。

【大嘴】 "高眼鲽"的俗称。

【油鲽】 俗称"油扁"、"小嘴"。烹饪原料。属鱼纲鲽科动物(Microstomus achne)。食用加工方法参见"高眼鲽"。


油鲽

【油扁】 "油鲽"的俗称。

【小嘴】 "油鲽"的俗。

【黄盖鲽】 俗称"沙板"、"沙盖"。烹饪原料。属鱼纲鲽科动物(Pseudopleuronectes)。食用加工方法参见"高眼鲽"。

【沙板】 "黄盖鲽"的俗称。

【沙盖】 “黄盖鲽”的俗称。

【石鲽】 也称“石岗子鱼”。俗称“石板”、“石腊子”。烹饪原料。属鱼纲鲽科动物。食用加工方法参见“高眼鲽”。此鱼稍有酸味。

【石岗子鱼】 即“石鲽”。

【石板】 “石鲽”的俗称。

【石腊(jiǎng讲)子】 “石鲽”的俗称。

【木叶鲽】 也称“八角鱼”。俗称“八甲鱼”、“砂轮”、“鼓眼”、“蚝边”。烹饪原料。属鱼纲鲽科动物(Pleuromchthys cornutus)。食用加工方法参见“高眼鲽”。

【八角鱼】 即“木叶鲽”。

【八甲鱼】 “木叶鲽”的俗称。

【砂轮】 “木叶鲽”的俗称。

【鼓眼】 “木叶鲽”的俗称。

【蚝边】 “木叶鲽”的俗称。

【鳎(tǎ)鱼】 俗称“舌头鱼”、“挞沙鱼”、“龙利鱼”。烹饪原料。有“条鳎”、“卵鳎”、“舌鳎”等。肉质细嫩鲜美,宜于整尾蒸、煎、炖等,也适于腌制、干制。

【舌头鱼】 “鳎鱼”的俗称。

【挞沙鱼】 南方一带对“鳎鱼”的俗称。

【龙利鱼】 南方一带对“鳎鱼”的俗称。

【条鳎】 也称“花鳎”。俗称“虎皮”、“花板”、“花牛舌”、“花鞋底”、“花手绢”、“花利”。烹饪原料。属鱼纲鳎科动物(Zebrias zebra)。沿海均产,产量不大。宜于多种烹调方法,也适于腌制、干制。

【花鳎】 即“条鳎”。

【虎皮】 “条鳎”的俗称。因其身有横宽条纹,形似虎纹,故名。

【花板】 “条鳎”的俗称。

【花牛舌】 “条鳎”的俗称。

【花鞋底】 “条鳎”的俗称。

【花手绢】 “条鳎”的俗称。

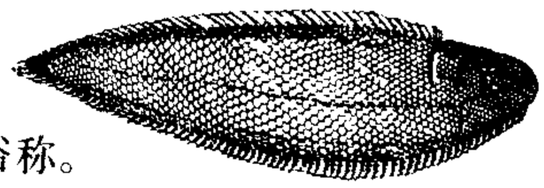
【花利】 “条鳎”的俗称。

【卵鳎】 俗称“土龟母”、“猫利”。烹饪原料。属鱼纲鳎科动物(Solea ooata)。分布于东海、南海。宜于腌制干品和制罐头。鲜食以家常焖、炸、烧为常见,味道鲜美。

【土龟母】 “卵鳎”的俗称。

【猫利】 “卵鳎”的俗称。

【舌鳎】 也称“箬鳎鱼”、“龙利”。俗称“牛舌鱼”、“鳎米”、“舌头”、“鳎目”、“狗舌”、“鳎板鱼”。烹饪原料。属鱼纲舌鳎科动物,有宽体舌鳎(Cynoglossus robustus)和半滑舌鳎(C. semilaevis)等。沿海均产,是高档的鱼类。肉质坚实细嫩而肥美,宜于多种烹调方法,红烧鳎板中段为名菜之一。其皮易脱,易粘锅,应挂糊煎后入烹。也可以制成腌、干品或罐头。


宽体舌鳎

【箬鳎鱼】 即“舌鳎”。

【龙利】 即“舌鳎”。

【牛舌鱼】 “舌鳎”的俗称。

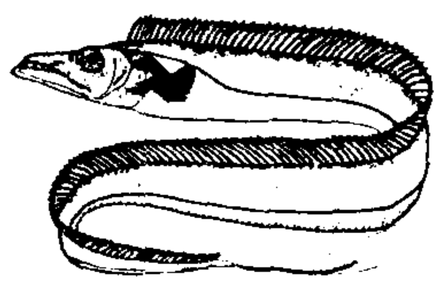
【鳎米】 “舌鳎”的俗称。

【舌头】 “舌鳎”的俗称。

【鳎目】 “舌鳎”的俗称。

【狗舌】 “舌鳎”的俗称。

【鳎板鱼】 “舌鳎”的俗称。


带鱼

【带鱼】 也称“大带鱼”、“鞭鱼”、“带柳”、“裙带鱼”。俗称“牙带”、“白带”、“鳞刀鱼”、“青宗带”、“海刀鱼”、“凌刀鱼”。烹饪原料。属鱼纲带鱼科动物(Trichiurus haumela)。高脂肪性鱼类,肉肥嫩而鲜美,含蛋白质18%,脂肪7.4%,废弃物少,为民间常食品种。宜鲜食,以蒸、烧、炸、煎、熏、焗、卤等制法为常见。做时应用凉水,用热水烹调腥味较重。也可腌制或制罐头,或出肉制泥作丸、馅等。中医认为其肉味甘,性温,可养肝止血。

【大带鱼】 即“带鱼”。以区别于同属的小带鱼、沙带鱼。

【鞭鱼】 即“带鱼”。见《医林纂要》。

【带柳】 即“带鱼”。见《福清县志》。

【裙带鱼】 即“带鱼”。见《柑园小识》。

【牙带】 “带鱼”的俗称。

【白带】 “带鱼”的俗称。

【鳞刀鱼】 “带鱼”的俗称。

【青宗带】 “带鱼”的俗称。

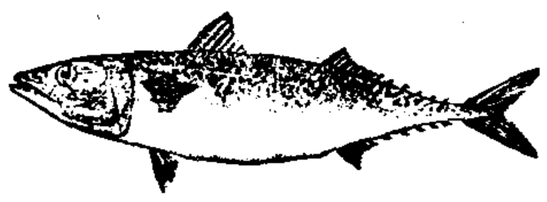
【海刀鱼】 “带鱼”的俗称。

【凌刀鱼】 “带鱼”的俗称。

【小带鱼】 俗称“小金叉”。烹饪原料。属鱼纲带鱼科动物(Trichiurus muticus)。体小肉薄,不宜出肉,但产量较大。烹调方法参见“带鱼”。

【小金叉】 “小带鱼”的俗称。

【沙带鱼】 烹饪原料。属鱼纲带鱼科动物(Trichiurus Savala)。体宽肉厚,但味道不及小带鱼,经济价值也较低。烹调方法参见“带鱼”。


鲐鱼

【鲐(tái抬)鱼】 也称“鲐巴鱼”、“青花鱼”、“鲭鱼”、“鲐鲅鱼”。俗称“油筒鱼”、“花池”、“交池”。烹饪原料。属鱼纲鲭科动物(Pneumatophorus japonicus)。分布较广,产量高,是主要的食用鱼之一。肉质坚实但较粗,呈蒜瓣状,味肥美,稍有腥酸味。食用宜用鲜鱼,适应清蒸、红焖、干烧等多种烹调方法。胶东

沿海菜有红根菠菜炖鲐鱼等。陈腐者其肌肉内的组氨酸易变成组氨，导致中毒，故购买后宜即入烹，切勿淡腌存放；但可腌制。鱼籽可供作美味菜肴，又可直接蒸煮食用，干制后是大众化的海味品之一。中医认为其肉味甘，性平，有滋补强壮之功。

【鲐巴鱼】 即"鲐鱼"。

【青花鱼】 即"鲐鱼"。

【鲭鱼】 即"鲐鱼"。

【鲐鲅(bà罢)鱼】 即"鲐鱼"。

【花池】 "鲐鱼"的俗称。

【交池】 "鲐鱼"的俗称。

【油筒鱼】 "鲐鱼"的俗称。

【狭头鲐】 也称"圆鲐"、"胡麻鲐"。烹饪原料。属鱼纲鲭科动物(Pneumatophorus tapeinocephalus)。产于南方沿海。肉质较细腻，味较鲜美。鲜食宜烧、焖、炖等，多加工成咸干品和制罐头。

【圆鲐】 即"狭头鲐"。

【胡麻鲐】 "狭头鲐"的俗称。

【蓝占鲅】 也称"鲅鱼"、"燕鲅鱼"、"鲔"。俗称"条燕"、"燕鱼"、"马鲛"。烹饪原料。属鱼纲鲅科动物(Scomberomorus niphonius)。肉坚实，味鲜美，营养丰富，含蛋白质19%。宜鲜食，也可腌制和制罐头，用途很广泛。除烧、焖、炖之外，还可剔肉加工成多种菜品。如可制鱼丸作汤菜；用以作馅(配以肥肉、韭菜、猪油、调料等)包饺子，风味独特。中医认为其肉性温，味甘，有强壮、提神、防老之效。

【鲅鱼】 即"蓝占鲅"。

【燕鲅鱼】 即"蓝占鲅"。

【鲔(chūn春)】 即"蓝占鲅"。

【条燕】 "蓝占鲅"的俗称。

【燕鱼】 "蓝占鲅"的俗称。

【马鲛(jiāo交)】 "蓝占鲅"的俗称。

【池鱼】 也称"圆鲹"。俗称"鲃鲅鱼"、"棍子鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲹科动物(Decapterus maruadsi)。沿海均产。肉质呈丝状，细嫩鲜美，鲜食宜整尾红烧、干烧、红焖等，也可剔肉炸、熘、爆或制馅作泥，还可以干制。其肉如不新鲜易生成组氨引起中毒。参见"鲐鱼"。

【圆鲹】 "池鱼"的动物学名称。有蓝圆鲹、颌圆鲹等。

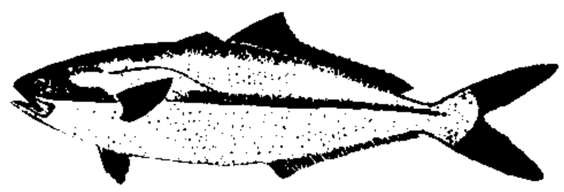
【鲃鲅鱼】 "池鱼"的俗称。

【棍子鱼】 "池鱼"的俗称。

【鲭鲹】 烹饪原料。属鱼纲鲹科动物。我国常见的有红海鲭鲹(Chorinemus tolooparah)等。产于南海。肉质细嫩，味鲜美。鲜食宜红焖、红烧、焖、炖、蒸，也可以剔肉制馅，或干制。

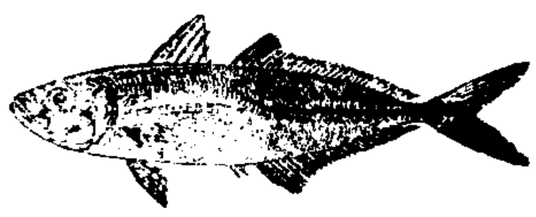
【黄条鲕】 俗称"黄犍牛"。烹饪原料。属鱼纲鲹科动物(Seriola aureovittata)。产于黄海、渤海。主要供鲜食，一般是红烧、清炖、熘鱼段等，味较鲜美。

【黄犍牛】 "黄条鲕"的俗称。



黄条鲕

【竹筴鱼】 也称"刺鲅鱼"、"山鲐鱼"。俗称"酸鲐鱼"、"大目鲭"、"巴浪鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲹科动物(Trachurus japonicus)。肉较鲐鱼紧而味较差，多家常食用。烹调方法多样。鲜食间有过敏现象发生，腌制、熏制、干制后，过敏现象减少。



竹筴鱼

【刺鲅鱼】 即"竹筴鱼"。

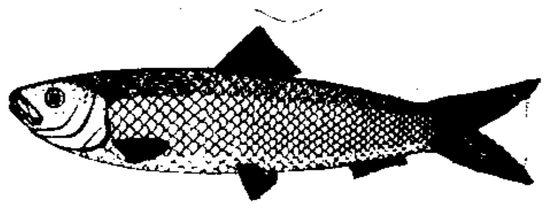
【山鲐鱼】 即"竹筴鱼"。

【酸鲐鱼】 "竹筴鱼"的俗称。

【大目鲭】 "竹筴鱼"的俗称。

【巴浪鱼】 "竹筴鱼"的俗称。

【太平洋鲱鱼】 也称"鳊"。俗称"青条鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲱科动物(Clupea pallasi)。产于山东半岛及黄海沿岸。肉质细嫩肥美，为家常鱼品之一，适应多种烹调方法。刺虽多但出刺方便，其法为：左手握鱼，右手拇指从开膛处紧贴脊骨插入肉内，顺脊骨滑向尾部，顺手提起鱼尾，轻轻一抖即可将全部鱼刺剔除。鱼肉可制糜做丸、馅、松、糕等。其籽腌制加工后是优良的出口品。因其腹部含脂肪多，易破肚、返油，产生油烧，所以不耐贮藏。肉具食疗功用，可利尿，解荞麦中毒及助消化。



太平洋鲱鱼

【鳊(lián练)】 即"太平洋鲱鱼"。又，概指鲱鱼类。

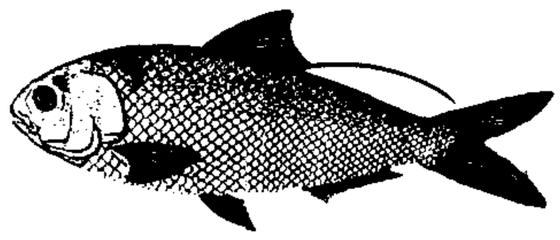
【青条鱼】 "太平洋鲱鱼"的俗称。

【青鳞鱼】 俗称"青皮鱼"、"柳叶鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲱科动物(Harengula zunasi)。主产渤海、黄海。体小刺多。鲜品多卤或油煎；大量制成腌干鱼，供烤食。鲜食宜先腌一下再烹调。肉可解毒，用治海蛇咬伤。

【青皮鱼】 "青鳞鱼"的俗称。

【柳叶鱼】 "青鳞鱼"的俗称。

【斑鲦(jì记)】 也称"鲢鳎"、"鼓眼鱼"、"扁鲦"、"宽杉"。俗称"刺儿鱼"、"金耳环"、"黄流鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲱科动物(Clupanodon punctatus)。沿海均产。肉肥细而鲜，多脂肪，但刺多，体小(一般长15厘米)，以油煎或油炸食用较多；也可以制成腌干品。



斑鲦

【鲢鳎】 即"斑鲦"。

【鼓眼鱼】 即"斑鰶"。

【扁鰶】 即"斑鰶"。

【宽杉】 即"斑鰶"。

【黄流鱼】 "斑鰶"的俗称。

【刺儿鱼】 "斑鰶"的俗称。

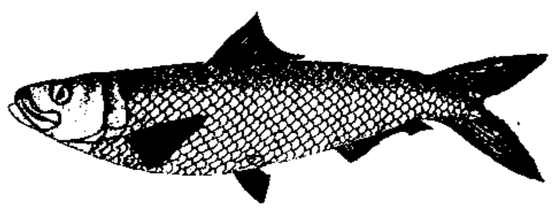
【金耳环】 "斑鰶"的俗称。

【沙丁鱼】 也称"鳁"、"鳎"。烹饪原料。属鱼纲鲱科动物。沙丁为英文Sardin的译音。是世界重要的经济鱼类之一。我国产于广东、福建沿海的有"金色小沙丁鱼"；北部沿海的有"寿南小沙丁鱼"。肉味鲜美，宜于清炸，也可作汤，并可腌制或作罐头食品。我国食用较少。

【鳁(wēn温)】 即"沙丁鱼"。

【鳎】 即"沙丁鱼"。

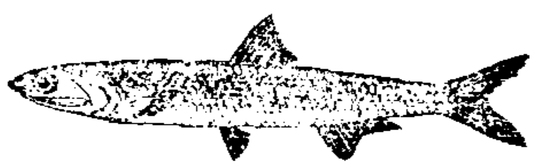
【金色小沙丁鱼】 烹饪原料。属鱼纲鲱科动物(Sardinella aurita)。食用加工方法参见"沙丁鱼"。



金色小沙丁鱼

【寿南小沙丁鱼】 烹饪原料。属鱼纲鲱科动物(Sardinella zunasi)。食用加工方法参见"沙丁鱼"。

【鳀】 也称"青天蓝"、"黑背鳁"。俗称"离水烂"、"老眼屎"、"抽条"。烹饪原料。属鱼纲鳀科动物(Engraulis japonicus)。鱼体10厘米左右。肉味鲜美，因其易烂，故鲜食以制馅、汆丸、汆汤为宜；绝大部分干制后，供蒸食、烤食。幼鱼干制品为海蜒，也为美味。



鳀

【青天蓝】 即"鳀"。

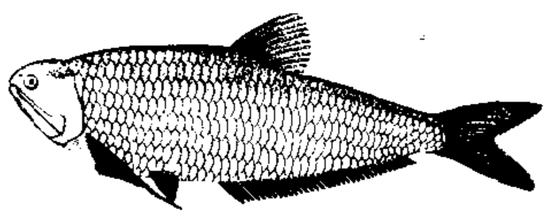
【黑背鳁】 即"鳀"。

【老眼屎】 "鳀"的俗称。

【抽条】 "鳀"的俗称。

【离水烂】 "鳀"的俗称。因其肌肉组织脆弱，离水后经机械性损伤，多不成形，故名。

【黄鲫】 也称"黄鳎"。俗称"黄尖子"、"薄只"、"毛口"、"麻口"。烹饪原料。属鱼纲鳀科动物(Setipinna taty)。沿海均产。体小，肉薄，刺多，味鲜美。一般鲜食，因其含脂肪较多，故最宜干煎；也可以制成咸干品。



黄鲫

【黄鳎】 即"黄鲫"。

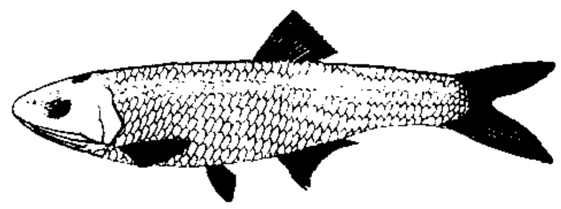
【黄尖子】 "黄鲫"的俗称。

【薄只】 "黄鲫"的俗称。

【毛口】 "黄鲫"的俗称。

【麻口】 "黄鲫"的俗称。

【小公鱼】 烹饪原料。属鱼纲鳀科动物(Anchoviella commersonii)。沿海均产，福建和广东沿海产量较高。体形较小，鲜食宜焖、炖、煎、煸、炸等。一般多加工成咸干品，供蒸或烤食。

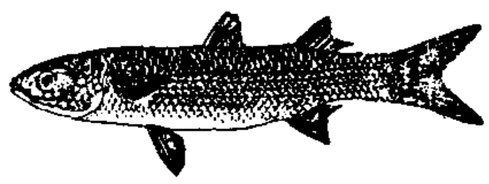


小公鱼

【杜氏棱鳀】 也称"鲚"。烹饪原料。属鱼纲鳀科动物(Thrissa hamiltonii)。沿海均产。是小型的食用鱼类，鲜食宜焖、炖等，味道较鲜美。咸干品经温水浸后蒸食，或烤后撕食。

【鲚(mò莫)】 即"杜氏棱鳀"。

【鲻(zī资)鱼】 也称"头鲻"、"乌鲻"、"黑耳鲻"、"鳙鱼"、"齐鱼"、"鲛鱼"、"白眼"、"子鱼"、"只鱼"。俗称"乌仔鲻"、"乌头"、"博头"、"尖头"、"冷水梭鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲻科动物(Mugil cephalus)。沿海各大河口均产，东北以盘锦、丹东等地为主产区。二月破冰捕获者为时令鱼，称"冷水梭鱼"，味鲜价高。鲻鱼属上等鱼类，宜于多种烹调方法，家常多红烧、清炖。配以肥肉、韭黄炖汤，味清淡而饶风味。有的地方将其与梭鱼统称梭鱼，实为两种。中医认为其肉味甘，性平，可健脾益气，消食导滞。



鲻鱼

【头鲻】 "鲻鱼"的动物学名称。

【乌鲻】 即"鲻鱼"。

【黑耳鲻】 即"鲻鱼"。

【鳙鱼】 即"鲻鱼"。

【齐鱼】 即"鲻鱼"。

【鲛鱼】 即"鲻鱼"。

【白眼】 即"鲻鱼"。

【子鱼】 即"鲻鱼"。《本草纲目》："鲻色缁黑，故名。粤人讹为子鱼"，"鲻鱼生东海。状如青鱼，长者尺余，其子满腹，有黄脂味，獭喜食之。"

【只鱼】 即"鲻鱼"。

【乌仔鲻】 "鲻鱼"的俗称。

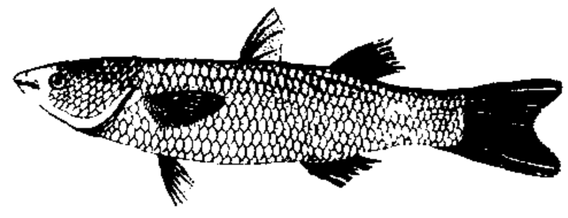
【乌头】 "鲻鱼"的俗称。

【博头】 "鲻鱼"的俗称。

【尖头】 "鲻鱼"的俗称。

【冷水梭鱼】 东北一带对"鲻鱼"的俗称。因其为二月破冰捕获的，故名。为时令鲜鱼。

【梭鱼】 也称"斋鱼"、"潮鲻"、"支鱼"。俗称"青梭"、"肉棍子"、"红眼梭"。烹饪原料。属鱼纲鲻科动物(Mugil soiuy)。肉质细嫩肥美，主要供红烧、清炖或作汤。参见"鲻鱼"。



梭鱼

【斋鱼】 即“梭鱼”。

【潮鲻】 即“梭鱼”。

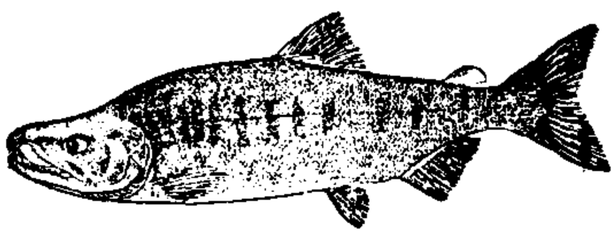
【支鱼】 即“梭鱼”。

【肉棍子】 “梭鱼”的俗称。

【红眼梭】 “梭鱼”的俗称。因其眼红,故名。

【青梭】 “梭鱼”的俗称。

【大麻哈鱼】 也称“大马哈鱼”、“秋鲑”、“夏鲑”。俗称“果多鱼”、“弧东鱼”、“麻哈鱼”、“东洋白鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲑科动物(Oncorhynchus keta)。是名贵的食用鱼类。产于黑龙江、图门江等水系。体大肥壮,肉味鲜美而少刺,含脂肪量高达8.7%。烹调时要配料、调料齐全,以突出其鲜肥特点,适于多种烹调方法,常以之做瓦块鱼、红烧鱼,也可制熏鱼。腌制品肉质润红细嫩,可切段、块清蒸,其肉自动出油,口味香美。家常也有用之清炖豆腐,尤饶滋味。其籽可供制红鱼籽。中医认为其肉可补虚劳、健脾胃、暖胃和中。



大马哈鱼

【大马哈鱼】 即“大麻哈鱼”。

【秋鲑】 即(秋季)“大麻哈鱼”。

【夏鲑】 即(夏季)“大麻哈鱼”。

【果多鱼】 “大麻哈鱼”的俗称。为其拉丁文种名“Keta”的译文。

【弧东鱼】 “大麻哈鱼”的俗称。为“果多鱼”的谐音,源于拉丁文种名“Keta”的译音。

【麻哈鱼】 “大麻哈鱼”的俗称。

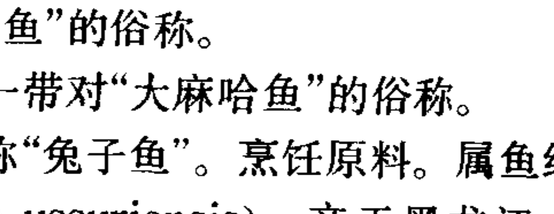
【东洋白鱼】 上海一带对“大麻哈鱼”的俗称。

【乌苏里白鲑】 俗称“兔子鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲑科动物(Coregonus ussuriensis)。产于黑龙江水系,体重可达0.5~1千克。肉味鲜美,我国“四大名鱼”之一。食用加工方法参见“大麻哈鱼”。

【兔子鱼】 “乌苏里白鲑”的俗称。

【细鳞鱼】 烹饪原料。属鱼纲鲑科动物(Brachymystax lenok)。产于黑龙江、图们江水系。体重可达8千克。脂多肉肥,名贵鱼类。食用加工参见“大麻哈鱼”。

【海鳗】 也称“门鳝”、“狼牙鳝”、“海鳗鲡”、“慈鳗鲡”、“猧狗鱼”、“狗头鳗”。俗称“即勾”、“勾鱼”、“牙鱼”、“乌皮鳗”、“九鳝”。烹饪原料。属鱼类海鳗科动物(Muraene sox cinereus)。肉白细嫩,味鲜美而肥,适应多种烹调方法,可以鱼块、鱼段、鱼片入烹,也可以出肉制鱼丸、鱼糕、鱼香肠,或制馅。罐头食品有红烧鳗鱼、油浸鳗鱼等。鳗鱼鲞很受欢迎。其鳔可作鱼肚。血和肉对颜面神经有一定疗效;鳔可治胃病。



海鳗

【门鳝】 即“海鳗”。

【狼牙鳝】 即“海鳗”。因其牙强大而利锐,故名。

【海鳗鲡】 即“海鳗”。见《日华本草》。

【慈鳗鲡】 即“海鳗”。见《日华本草》。

【猧(wō窝)狗鱼】 即“海鳗”。见《日华本草》。

【狗头鳗】 即“海鳗”。见《随息居饮食谱》。

【即勾】 “海鳗”的俗称。

【勾鱼】 “海鳗”的俗称。

【牙鱼】 “海鳗”的俗称。

【乌皮鳗】 “海鳗”的俗称。

【九鳝】 “海鳗”的俗称。

【星鳗】 烹饪原料。属鱼纲康吉鳗科动物(Astroconger myriaster)。是一般的食用鱼类。食用加工方法参见“海鳗”。



星鳗

【前肛鳗】 烹饪原料。属鱼类前肛鳗科动物(Dysomma anguillaris)。肉质细腻白嫩,味鲜美。宜鲜食,可炸、焖、炖,或出肉制馅,也可以加工成咸干品。

【蛇鳗】 俗称“硬骨鳝”。烹饪原料。属鱼纲蛇鳗科动物(Ophichthys apicalis)。肉质细腻白嫩,味鲜美。宜鲜食,可焖、炖、烧等,也可以出肉制馅、泥,或制成干品。

【硬骨鳝】 “蛇鳗”的俗称。

【海鳝】 烹饪原料。属鱼纲海鳝科动物。常见有云纹海鳝(Echidna nebu-losa)。主要产于东南沿海及台湾海域。肉质细嫩白润,鲜美可口,宜于出肉制馅,也可以用于焖、炖等;还可以制成咸干品。

【海鲫鱼】 俗称“九九鱼”。烹饪原料。属鱼纲海鲫科动物(Ditrema temmincki)。主要产于黄海。肉质较细,味道鲜美。宜于整尾入烹,适于红烧、焖、炸、煎、煽等,尤以酥鱼为佳。也可以腌制干品。

【九九鱼】 “海鲫鱼”的俗称。

【海鲂】 也称“日本海鲂”。烹饪原料。属鱼纲海鲂科动物(Ieus japonicus)。沿海均产。肉质较细嫩柔软,滋味鲜爽腴美。宜于出肉加工成条、块、片、段等,适合于炸、熘、爆、红焖、红烧、干烧、酱渍及制馅等。

【日本海鲂】 “海鲂”的动物学名称。

【银汉鱼】 烹饪原料。属鱼纲银汉鱼科动物(Allanetta bleekeri)。沿海均产。肉质细嫩,味鲜美,鲜食宜炸、焖、炖,多加工成咸干品或制罐头。

【台雅鱼】 烹饪原料。属鱼纲雀鲷科动物(Daya jordani)。产于广东和福建沿海,产量大。肉细、质嫩,味鲜美。鲜食宜炸、烧、焖、炖、煎,或加工成咸干品及制罐头。

【香鱼】 也称“细鳞鱼”、“油香鱼”。俗称“海胎鱼”、“秋生子”。烹饪原料。属鱼纲香鱼科动物(Plecoglos-

sus altivelis)。沿海各地均产，是小型的经济鱼类，以浙江南北雁荡和福建龙溪为多。一般长15厘米。


香鱼

因肉鲜嫩而多脂，有香味而无腥，故名。风味独特，驰名中外。适应多种烹调方法，也可以糟制；焙干后呈金黄色香，味更佳。《雁山志》有"火中焙之，色如黄金，可携千里"的记载。乾隆时曾作贡品。

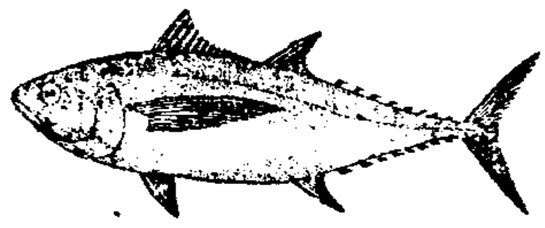
【细鳞鱼】 即"香鱼"。因其鳞极细，故名。

【油香鱼】 即"香鱼"。因其含脂高而富香气，故名。

【海胎鱼】 "香鱼"的俗称。

【秋生子】 "香鱼"的俗称。因其秋季繁殖，故名。

【金枪鱼】 俗称"青干"。烹饪原料。属鱼纲金枪鱼科动物(Thumnus tonggol)。是大型的鱼类，体长可达1米。产于南海和东海。一般加工成咸干品或制罐头品；鲜食宜炸、熘、糟、焖、烧等，也可以制馅。肝含维生素很多，可制鱼肝油。


金枪鱼

【青干】 广东一带对"金枪鱼"的俗称。

【鲔(wěi伟)】 俗称"白卜"。烹饪原料。属鱼纲金枪鱼科(Euthynnus yaito)。产于南海。肉质白嫩，味较鲜美。鲜食宜于炸、熘、红烧、焖、炖、煸等。也可以出肉制馅、作泥，或制罐头、咸干品。

【白卜】 广东一带对"鲔"的俗称。

【鲣(jiān坚)】 也称"杜仲"。烹饪原料。属鱼纲金枪鱼科(Katsuwonus Pelamis)。产于南海和东海。肉质较粗糙，味道较差。宜于出肉食用，也可以加工成干品。

【杜仲】 即"鲣"。

【舵鲣】 也称"扁舵鲣"。烹饪原料。属鱼纲金枪鱼科动物(Auxis thazard)。产于南海和东海。肉质较细嫩，味美。鲜食宜炸、烧、焖、炖、熏等，也可以出肉制丸、馅，或制成咸干品及制罐头品。

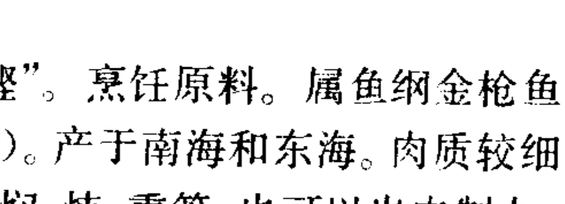
【扁舵鲣】 "舵鲣"的动物学名称。

【眼镜鱼】 俗称"斧头鲳"、"皮鞋刀"。烹饪原料。属鱼纲眼镜鱼科动物(Mene maculata)。产于南海和东海南部。肉质纤维较粗，但味鲜美。鲜鱼宜于蒸、红烧、红焖、酱焖、炖等。多用于干制。

【斧头鲳】 "眼镜鱼"的俗称。因其形似斧头，故名。

【皮鞋刀】 "眼镜鱼"的俗称。因其形似皮鞋刀，故名。

【军曹鱼】 也称"犁鱼"、"汀鲹鲥"、"海竺鱼"。俗称"竹五"。烹饪原料。属鱼纲军曹鱼科动物(Rachycentron canadum)。沿海均产。肉质细嫩白腴，味道特别鲜美，但产量较少。鲜食宜炸、熘、烧、焖、熏等，或出肉制馅、丸等。


军曹鱼

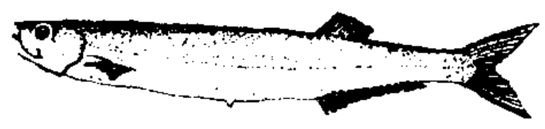
【犁鱼】 即"军曹鱼"。

【汀鲹鲥】 即"军曹鱼"。

【海竺鱼】 即"军曹鱼"。

【竹五】 "军曹鱼"的俗称。

【宝刀鱼】 也称"西刀"、"海刀"。烹饪原料。属鱼纲宝刀鱼科动物(Chirocentrus dorab)。产于东海和南海，产量多。肉细嫩白腻，味鲜美。宜于炸、红烧、红焖、炖，或出肉爆、熘、煸，也可以制馅或干制。

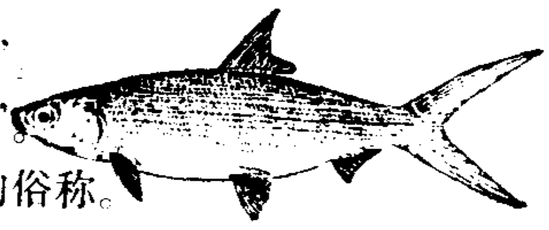

宝刀鱼

【西刀】 即"宝刀鱼"。

【海刀】 即"宝刀鱼"。

【海鲢】 烹饪原料。属鱼纲海鲢科动物(Elops saurus)。产于南部沿海。肉细质嫩，味道醇腴鲜美。鲜食宜出肉加工成小形原料，用于炸、熘、爆、烧、焖、蒸、熏、煸以及汆汤、制馅等。用途广泛，也可以干制。

【遮目鱼】 也称"红鳞鲻"、"白鳞鲻"。俗称"麻虱目"、"海港鱼"、"虱目鱼"。烹饪原料。属鱼纲遮目鱼科动物(Chanos chanos)。产于南部沿海，台湾盛产。肉质纤维细腻，白嫩鲜美。鲜食以出肉炸、熘、烧、焖、煸、熏为宜，也可以制馅。


遮目鱼

【红鳞鲻】 即"遮目鱼"。

【白鳞鲻】 即"遮目鱼"。

【麻虱目】 "遮目鱼"的俗称。

【海港鱼】 "遮目鱼"的俗称。

【虱目鱼】 "遮目鱼"的俗称。

【鳽(zhēn真)鱼】 也称"青针鱼"、"箴鱼"、"单针鱼"、"针扎鱼"。俗称"针鱼"。烹饪原料。属鱼纲鳽科动物(Hemirhamphus sajori)。沿海均产。有大、小鳽鱼之分。大者主要用于家常炖食，味较差。因其肉为绿色，常被误以为有毒，其实无毒。小者鲜食较少，多加工晒干，以油烹、煎，也可以清蒸或火烤，供馔。

【青针鱼】 即"鳽鱼"。

【箴鱼】 即"鳽鱼"。《山海经》："恠状之山，汎水出焉，北流注于湖水，其中多箴鱼，其状如鲋，其喙如箴。"

【单针鱼】 即"鳽鱼"。

【针扎鱼】 即"鳽鱼"。

【针鱼】 "鳽鱼"的俗称。

【扁颌针鱼】 烹饪原料。属鱼纲颌针鱼科动物(Ablennes hians)。产于南部沿海。肉质粗糙多刺，味较差，鲜食宜炸、焖、炖等，也可以制成干品或罐头。

【大头狗母鱼】 也称"公奎龙"。烹饪原料。属鱼纲狗母鱼科动物(Trachinocephalus myops)。产于东海和南海。肉质较细嫩，味美。鲜食宜炸、红烧、红焖、熏，或加工成咸干品及制罐头品。

【公奎龙】 即“大头狗母鱼”。

【长蛇鲻】 也称“丁鱼”。俗称“狗棍”、“香梭”。烹饪原料。属鱼纲狗母鱼科动物(Saurida elongata)。是南方的重要经济鱼类。肉质较粗硬，但味鲜美。多鲜食，宜于炸、烧、焖、炖、熏等，以家常焖蛇鲻为佳，也可以出肉制馅，或供制腌、干品。

【丁鱼】 即“长蛇鲻”。

【狗棍】 “长蛇鲻”的俗称。

【香梭】 “长蛇鲻”的俗称。

【龙头鱼】 俗称“豆腐鱼”、“狗吐鱼”、“虾潺”、“狗母鱼”。烹饪原料。属鱼纲狗母鱼科动物(Harpodon nehereus)。产于东海和南海，以舟山为多。肉味鲜，但多水份。鲜食宜于多种烹调方法。常制成腌、干品，俗称龙头鲞。

【豆腐鱼】 “龙头鱼”的俗称。因其肉含水份较多，故名。

【狗吐鱼】 “龙头鱼”的俗称。

【虾潺】 “龙头鱼”的俗称。

【狗母鱼】 “龙头鱼”的俗称。

【飞鱼】 也称“文鳐鱼”。烹饪原料。属鱼纲飞鱼科动物(Exococtus volitans)。沿海均产。鲜食宜炸、烧、焖、熏等。肉质较细，口味较鲜美。多加工成咸干品或制罐头食品。

【文鳐鱼】 即“飞鱼”。《山海经·西山经》：“观水西注于流沙，多文鳐鱼。”

【玉筋鱼】 烹饪原料。属鱼纲玉筋鱼科动物(Ammodytes personatus)。分布于渤海和黄海。肉质较细，但含韧性肉筋。味道鲜美，鲜食宜于焖、炸、炖、煎、煽等。多加工成咸干品。

【油鲹】 也称“鸭嘴梭鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲹科动物(Sphyraena pirguis)。沿海均产。肉质细而多刺，属一般的家常食用鱼类，常用于油炸或清炖，也可以出肉或熏制、腌制。

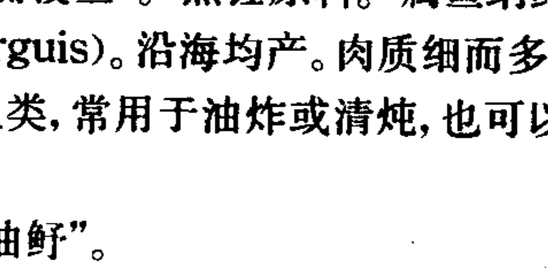
【鸭嘴梭鱼】 即“油鲹”。

【船丁鱼】 也称“鳚”。俗称“沙钻鱼”。烹饪原料。属鱼纲鳚科动物。常见有多鳞鳚(Sillago sihama)和少鳞鳚(S. japonica)。沿海均产。肉多刺少，肉质细嫩洁白，味新鲜，宜油炸、清蒸、卤、煎等，多食不腻。以之作的罐头，享誉世界。

【鳚(xì喜)】 “船丁鱼”的动物学名称。

【沙钻鱼】 “船丁鱼”的俗称。

【方头鱼】 也称“日本加吉”。俗称“马头鱼”。烹饪原料。属鱼纲方头鱼科动物(Branchiostegus japonicus)。沿海均产。肉质较细腻白嫩，滋味腴美，但产量不多。宜于出肉加工成条、块、丁等形状，适合于炸、熘、爆、焖、烧等，或制馅作丸汆汤。



方头鱼

【日本加吉】 即“方头鱼”。

【马头鱼】 “方头鱼”的俗称。

【鬼鲉(yóu由)】 也称“虎鲉”。俗称“蝎子鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲉科动物(Inimicus japonicus)。沿海均产。肉味鲜美，宜于焖、炖、红烧，或制咸干品等。其头部棘刺和背鳍棘基均有毒腺，加工时须注意。

【虎鲉】 即“鬼鲉”。

【蝎子鱼】 “鬼鲉”的俗称。

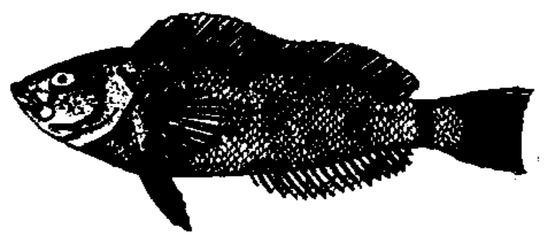
【黑鲪(jūn军)鱼】 也称“黑寨”、“黑石鲈”。俗称“黑老婆”。烹饪原料。属鱼纲鲉科动物(Sebastodes fuscessens)。是北方沿海常见的品种，市场低质的鱼类之一。肉质鲜嫩洁白，脂肪少，烹调后清香适口，尤宜老人、小儿食用。宜于多种烹调方法。其皮含胶质多，食后有肥香感觉。

【黑寨】 即“黑鲪鱼”。

【黑石鲈】 即“黑鲪鱼”。

【黑老婆】 “黑鲪鱼”的俗称。

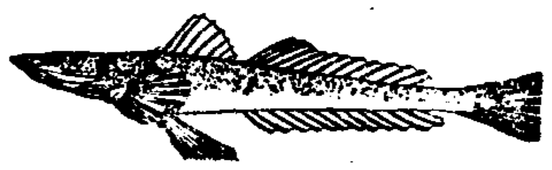
【六线鱼】 也称“大泷六线鱼”。烹饪原料。属鱼纲六线鱼科动物(Hexagrammos otakii)。主要分布于东海、黄海、渤海。肉质较粗糙、松散，味较鲜美。鲜食宜整尾烧、焖、炖、蒸，也可以出肉制馅、泥等。



六线鱼

【大泷六线鱼】 “六线鱼”的动物学名称。

【鲆(yǒng永)】 俗称“摆架鱼”、“牛尾鱼”、“辫子鱼”、“尾鱼”。烹饪原料。属鱼纲鲆科动物(Platycephalus indicus)。其肉鲜嫩结实，呈蒜瓣状。但去头、尾、鳍、内脏后，可食部分不多。宜于焖、炖、炸、蒸等，最宜出肉汆汤制卤，也可以作馅。



鲆

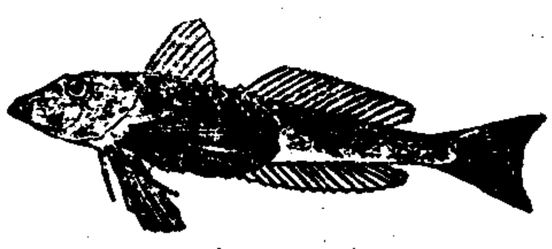
【摆架鱼】 “鲆”的俗称。

【牛尾鱼】 “鲆”的俗称。

【辫子鱼】 “鲆”的俗称。

【尾鱼】 “鲆”的俗称。

【绿鳍鱼】 也称“绿翅鱼”、“蜻蜓鱼”、“国公鱼”、“舫鲋”。俗称“绿姑”、“角鱼”、“鹭鹭鱼”。烹饪原料。属鱼纲舫鲋科动物(Chelidonichthys kumu)。沿海均产。刺多而硬，废弃物多，但肉质细白鲜嫩，可炸、炖或煮汤。其汤色白醇浓，用以煮面条很可口。多食易腻。



绿鳍鱼

【绿翅鱼】 即“绿鳍鱼”。

【蜻蜓鱼】 即“绿鳍鱼”。

【国公鱼】 即“绿鳍鱼”。

【鲂鲆】 即"绿鳍鱼"。

【绿姑】 "绿鳍鱼"的俗称。

【角鱼】 "绿鳍鱼"的俗称。

【莺莺鱼】 "绿鳍鱼"的俗称。

【乌塘鳢】 俗称"蚌虎"。烹饪原料。属鱼纲塘鳢科动物(Bostrichthys sinensis)。产于南海和东海。肉细嫩,质腴滑,味鲜美,营养价值高。鲜食以炸、焖、炖、煎为主,也可以出肉制馅、汆汤等。还可以加工成干品供蒸食。

【蚌虎】 "乌塘鳢"的俗称。因其贪吃蚌类,故名。

【狼鰕虎鱼】 也称"乃鱼"。俗称"红鼻条"。烹饪原料。属鱼纲鰕虎鱼科动物(Odontamblyopus rubricundus),沿海均产。鲜食宜于炸、焖、炖或烧,味较鲜美。多加工成咸干品或制罐头。

【乃鱼】 即'狼鰕虎鱼"。

【红鼻条】 "狼鰕虎鱼"的俗称。

【弹涂鱼】 俗称"跳跳鱼"、"泥猴"。烹饪原料。属鱼纲弹涂鱼科动物(Periophthalmus cantonensis)。肉质纤维较细腻,味道一般。鲜食宜焖、炖、炸等,也可以炒食。浙江菜有炒弹涂鱼,味较腴美。多加工成咸干品。

【跳跳鱼】 "弹涂鱼"的俗称。

【泥猴】 "弹涂鱼"的俗称。

【鲉(yìn 印)】 俗称"印头鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲉科动物(Echeneis naucrats)。沿海均产。味较鲜美,宜于炸、焖、炖、熏,或制罐头品及咸干品。



鲉

【印头鱼】 "鲉"的俗称。

【螣(téng腾)】 也称"网纹螣"。俗称"瞻星鱼"。烹饪原料。属鱼纲螣科动物(Uranoscopus jgponicus)。沿海均产,是常见的食用杂鱼。肉质较粗,但味鲜美。鲜食宜炖、焖、烧,尤以焖为佳,或蒸熟出肉制卤,也可以加工成咸干品。

【网纹螣】 "螣"的动物学学名之一。

【瞻星鱼】 "螣"的俗称。

【马面鲀】 也称"绿鳍马面鲀"。俗称"象皮鱼"、"剥皮鱼"、"皮匠鱼"、"面包鱼"、"孜孜鱼"、"猪鱼"、"烧烧鱼"。烹饪原料。属鱼纲革鲀科动物(Navodon septentvionalis)。沿海均产。皮厚而韧,食用时需先剥去皮。肉质坚实,纤维较细嫩,味道鲜美,含蛋白质19.2%。宜于清蒸、焖,也可以制成熏鱼、五香鱼干。其肉经煮熟晒干后,尤为佳品,用时发制,宜于炒、爆、熘、烩、汆汤、制馅等,可代蟹米,烹成菜肴口感柔韧滑爽。因其肉含脂肪少,烹饪时应用重油。又其肉具有治疗胃病、乳腺炎、消化道出血等功能。

【绿鳍马面鲀】 "马面鲀"的动物学名称。

【象皮鱼】 "马面鲀"的俗称。

【剥皮鱼】 "马面鲀"的俗称。

【皮匠鱼】 "马面鲀"的俗称。

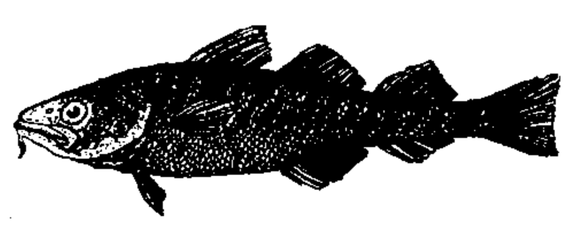
【面包鱼】 "马面鲀"的俗称。

【孜孜鱼】 "马面鲀"的俗称。

【猪鱼】 "马面鲀"的俗称。

【烧烧鱼】 "马面鲀"的俗称。

【鳕(xuě 雪)鱼】 俗称"大头鳕"、"大头鱼"、"大头腥"、"大口鱼"。烹饪原料。属鱼纲鳕科动物(Gadus macrocephalus)。主产于东海以北海域,因其水份多,内脏大,在我国属低杂鱼类。在世界上渔获量占第二位,不少国家以之作为主要的食用鱼类。肉质细嫩洁白,属多蛋白性鱼,油腥较轻。食用以清炖、红焖为主。腌制的干品又称大口干,清蒸后尤有风味。也可以供制熏鱼。鱼肉可治便秘。中医认为其肉味甘,性寒,可消炎。



鳕鱼

【大头鳕】 "鳕鱼"的俗称。

【大头鱼】 "鳕鱼"的俗称。

【大头腥】 "鳕鱼"的俗称。

【大口鱼】 "鳕鱼"的俗称。

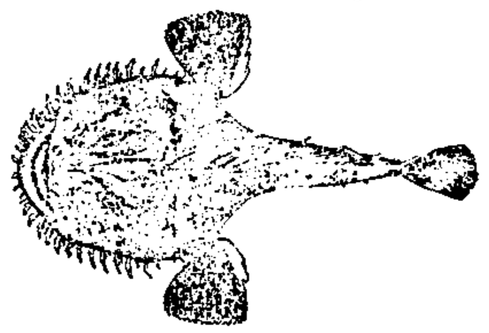
【明太鱼】 也称"狭鳕"。俗称"柴鱼"、"柴片鱼"。烹饪原料。属鱼纲鳕科动物(Theragra chalcogramma)。北部海域多产,世界渔业的主要捕捞对象之一,占总渔获量6%。多经干制后供食用,可配猪肉等,宜于烤、烧、焖、煮、拌。如明太鱼焖肉、蒸咖喱明太鱼干、凉拌明太鱼丝等。还常作小吃,如广州的柴鱼花生粥、东北一带的烤明太鱼等。

【狭鳕】 "明太鱼"的动物学名称。

【柴鱼】 "明太鱼"的俗称。因其多经干制,干品硬而直,形似木柴,故名。

【柴片鱼】 "明太鱼"的俗称。参见"柴鱼"。

【鲛鳙】 俗称"蛤蟆鱼"、"老头鱼"、"结巴鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲛鳙科动物(Lophiomus setigerus)。食用多去头、腹、皮、尾、骨,只食躯干。肉质疏松,一般少食。宜清炖、熘片、熘段;也可以做鱼松。其鱼肚味鲜不腥,可水煮后烹制熘肚片(或配其他动物肚片)、熘三样等。鱼籽也是美味食品。



鲛鳙

【蛤蟆鱼】 "鲛鳙"的俗称。

【老头鱼】 "鲛鳙"的俗称。

【结巴鱼】 "鲛鳙"的俗称。

【带鲚(wèi卫)】 俗称"裤带鱼"。烹饪原料。属鱼纲鲚科动物(Xiphasia setifer)。产于南海。肉细腻白嫩,味较鲜美。宜于焖、炖,或出肉制馅、汆汤,也可以干制。

【裤带鱼】 “带鲹”的俗称。

【绵鳚】 俗称“光鱼”。烹饪原料。属鱼纲绵鳚科动物(Zoarces elongatus)。主产于黄海以北海域,属低杂鱼类。肉质细白,家常多用炸、卤、蒸、炖。炖汤色白汁粘,可用于产妇催乳、增乳。也可以腌制干品。

【光鱼】 “绵鳚”的俗称。

【狮子鱼】 俗称“狮子头”。烹饪原料。属鱼纲狮子鱼科动物(Liparis tanakae)。沿海均产。食用部分较少,但肉细质嫩,白腴鲜美。宜于焖、炖、蒸,或炸、熘等;也可以出肉制馅。

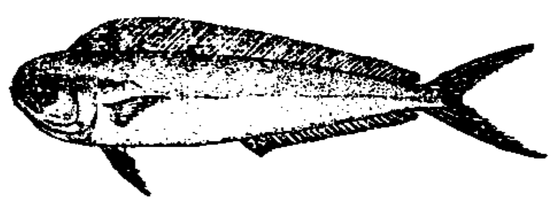
【狮子头】 “狮子鱼”的俗称。

【七星鱼】 烹饪原料。属鱼纲灯笼鱼科动物(Myctophum pterotum)。产于东海,浙江、福建沿海产量大。因形体较小,虽鲜美,但鲜食较少。宜于炸、煎、煽等。多加工成干品,温水浸后蒸食或烘炙撕食。又是制取鱼露的主要原料之一。

【鲅(bà)】 烹饪原料。属鱼纲鲭科动物(Scombrops boops)。沿海均产。肉质细嫩,味较美。鲜食宜出肉,炸、熘、爆、蒸、焖、烧、煽均可,也可以制泥作馅。其卵味也美。

【细刺鱼】 烹饪原料。属鱼纲蝎鱼科动物(Microcanthus strigatus)。产于南海和东海,福建南部沿海常见。肉细质嫩,味鲜美。鲜食宜炸、焖、炖、煽等。多制干品。

【鲯鳅】 也称“青衣”。烹饪原料。属鱼纲鲯鳅科动物(Coryphaena hippurus)。沿海均产。肉质较粗,味鲜美。鲜食宜出肉加工条、块、丁、片,供炸、熘、爆、烧、焖、熏、煽等,或制馅。也可以干制。



鲯鳅

【青衣】 即“鲯鳅”。

【文昌鱼】 俗称“蛞蝓鱼”。烹饪原料。属头索动物门头索纲鳃口科动物(Branchiostoma belcheri)。分布于厦门刘五店、青岛沙子口及烟台等地。肉味鲜美,是珍贵的海味,营养价值高。可用于炒、作汤等烹调;又可以干制外销。因其是研究生物进化的重要实验材料,故应注意保护。



文昌鱼

【蛞蝓鱼】 “文昌鱼”的俗称。

【螃蟹】 也称“中华绒螯蟹”、“郭索”、“蝻”、“尖团”、“横行介士”、“无肠公子”、“毛蟹”、“稻蟹”、“河蟹”。俗称“河虫”、“清水大闸蟹”、“湖蟹”、“清水蟹”。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲方蟹科动物(Eriocheir sinensis)。淡水蟹之一。分布于平原地区江河湖泊。肉味极鲜美,以重阳节前后为最好,可整只蒸、煮剥食,也可以剥出蟹肉、蟹黄入烹,为筵上珍品。可炒、煎、炸、爆,也可以制汤作羹、作馅作丸,小型者又可以切成四块炒面拖蟹。适于多种烹调方法。江苏菜有蟹粉狮子头、蟹黄鱼翅;上海菜有炒蟹黄油、蟹粉扒鸡腰;浙江菜有南湖蟹粉;安徽菜有蟹烧海参。蟹肉、蟹黄还可以熬制蟹油,炒制蟹粉;整只可制腌蟹、醉蟹。中医认为其肉味咸,性寒,可清热、散血、续绝伤,并破血通经。选蟹有“团脐”、“尖脐”、“膏蟹”、“肉蟹”、“隔潮蟹”等。

【中华绒螯蟹】 我国“螃蟹”主要食用品种的动物学名称。因其双螯长有绒毛,故名。



中华绒螯蟹

【河蟹】 “螃蟹”的动物学学名之一。

【郭索】 即“螃蟹”。参见“横行介士”。

【蝻】 即“螃蟹”。见《广雅》。

【尖团】 即“螃蟹”。因其以尖团脐分雌雄,故名。苏轼诗:“堪笑吴兴馋太守,一诗换得两尖团。”

【横行介士】 即“螃蟹”。《蟹谱》:“蟹,水虫也,故字从虫;亦鱼属也,故古人从鱼;以其横行,则曰螃蟹;以其行声,则曰‘郭索’;其外骨,则曰介士;以其内空,则曰无肠。”

【无肠公子】 即“螃蟹”。《抱朴子》:“称无肠公子者,蟹也。”

【毛蟹】 即“螃蟹”。见《医林纂要》。

【稻蟹】 即“螃蟹”。见《医林纂要》。

【河虫】 “螃蟹”的俗称。

【清水大闸蟹】 上海一带对“螃蟹”的俗称。因河湖捕蟹,常用蟹箔,闸断蟹路,并于夜间以灯光照明,待蟹爬上箔时捕捉,故名大闸。

【湖蟹】 “螃蟹”的俗称。因产于湖泊中,故名。

【清水蟹】 “螃蟹”的俗称。因生长于清澈的湖水中,故名。

【团脐】 烹饪原料。指雌性河蟹。有“九月团脐十月尖”之说。农历九、十月间,尤其重阳前后蟹黄、蟹膏丰满,特别鲜肥。

【尖脐】 也称“长脐”。烹饪原料。指雄性河蟹。参见“团脐”。

【长脐】 即“尖脐”。

【膏蟹】 也称“羔蟹”。烹饪原料。指蟹黄丰满的雌蟹。

【羔蟹】 即“膏蟹”。

【肉蟹】 烹饪原料。指肥大多肉的雄蟹。

【隔潮蟹】 烹饪原料。指出水较久,已不新鲜的蟹。

【溪蟹】 也称“石蟹”、“山蟹”。烹饪原料。属节肢动物甲壳纲溪蟹科动物(Potamon)。我国约产 50 余种,产于长江、珠江流域及西南地区的山间溪流中。可供煮食、炸食,也有盐渍、酱泡或酒醉食用的。此类蟹常为肺吸虫中间宿主,故食用时应充分煮熟,以防感染。《本草拾遗》:“捣傅久疽疮,无不瘥者。”

【石蟹】 即"溪蟹"。

【山蟹】 即"溪蟹"。

【蟛蜞】 也称"螃蜞"、"相手蟹"、"长卿"、"蟛蚓"、"蟛蜮"、"彭蜞"。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲方蟹科动物 种类较多,常见的有:红螯相手蟹(Sesarma haematocheir);无齿相手蟹(S. dehaani);中型相手蟹(S. intermedia)等。分布于山东以南沿海各省。个体较小,头胸甲长3厘米。一般仅供腌制后食用。中医认为其肉味咸,性冷,有毒。每届清明后其卵成熟,称礼云子,味鲜美,可供作菜肴。

【相手蟹】 即"蟛蜞"的动物学名称。

【螃蜞】 即"蟛蜞"。

【长卿】 即"蟛蜞"。《古今注》:"蟛蚓,小蟹。生海边泥中,食土,一名长卿。"

【蟛蚓(yuè月)】 即"蟛蜞"。参见"长卿"。

【蟛蜮(yuè月)】 即"蟛蜞"。《晋书·夏统传》:"幼孤贫,养亲以孝闻,……或至海边,拘蛜蜮以资养。""蜮,同蚓。参见"蟛蚓"。

【彭蜎(huá华)】 即"蟛蜞"。《尔雅》郭璞注:"即彭蜎也,似蟹而小。"

【鹦哥嘴】 蟛蜞的螯。陶宗仪《辍耕录》:"……松江之上海、杭州之海宁人,皆喜食蟛蜞螯,名曰鹦哥嘴,以有极红者似之故也。"

【蜅】 也称"蝤蛑"、"蝤蜂"、"拨棹子"、"海蚌"、"青蜅"。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲蝤蛑科动物。常见的有:日本蜅(Charybdis japonica);异齿蜅(C. anisodon);兽面蜅(C. cruciata)等。沿海均产。肉味很鲜美,食用加工方法参见"梭子蟹"。福建菜有干煸蜅腿、八宝蜅饭、油焖红蜅等。中医认为其肉味甘,性寒,具有利尿通乳、聪明耳目及制酸、止痛的作用。



蜅

【蝤蛑】 即"蜅"。见《名医别录》。

【蝤蜂(jiū móu揪牟)】 即"蜅"。《图经本草》:"其扁而最大,后足阔者,名蝤蜂,南人谓之'拨棹子',以其后脚如棹也。一名蜅,随潮退壳,一退一长,其大者如升,小者如盏碟,两螯如手,所以异于众蟹也。其力至强,八月能与虎斗,虎不如也。"又,古时泛指海蟹;现为蝤蜂科各种蟹的通称。

【拨棹子】 即"蜅"。参见"蝤蜂"。

【海蜅】 即"蜅"。《闽中海错疏》:"海蜅,蝤蜂也,长尺余,壳黄色青。"

【青蜅】 即"蜅"。《正字通》:"蜅,青蜅也。螯似蟹,壳青,海滨谓之蝤蜂。"

【梭子蟹】 也称"三疣梭子蟹"、"蠘"。俗称"国虾"、"冬花蟹"、"海虫"、"飞蟹"、"白蟹"、"海蟹"、"肥蟹"、"枪蟹"、"蜭"。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲蝤蛑科动物(Portunus trituberculatus)。沿海均产。肉肥厚而腴美,味鲜香,为海味上品。可整只蒸、煮剥食,也可以剥肉入烹。剥出蟹肉、蟹黄宜于多种烹调方法,可制多种菜肴。浙江菜有舟山梭子蟹、炸蟹卷;福建菜有一品蜭抱蛎、桂花蜭肉、蟹绒糕;广东菜有酥炸蟹盒、清汤蟹丸、脆皮炸蟹蛸;山东菜有雪丽大蟹、七星螃蟹。还可以加工成蟹酱、咸蟹、醉蟹等。药用可清热、散血、滋阴。



梭子蟹

【三疣梭子蟹】 "梭子蟹"的动物学名称。因其背上有三个疣状突起,故名。

【蠘(zhí直)】 即"梭子蟹"。《图经本草》:"其壳阔而多黄者,名蠘,生南海中,其螯最锐,断物如芟刈也。"

【国虾】 "梭子蟹"的俗称。

【冬花蟹】 "梭子蟹"的俗称。

【海虫】 "梭子蟹"的俗称。

【飞蟹】 "梭子蟹"的俗称。

【白蟹】 "梭子蟹"的俗称。

【海蟹】 "梭子蟹"的俗称。

【肥蟹】 "梭子蟹"的俗称。

【枪蟹】 浙江一带对"梭子蟹"的俗称。

【蜭(cān餐)】 福建省一带对"梭子蟹"的俗称。

【三星梭子蟹】 俗称"红石夹"。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲蝤蛑科动物(Portunus sanguinolentus)。多产于黄海北部一带。食用加工方法参见"梭子蟹"。

【红石夹】 山东胶东一带对"三星梭子蟹"的俗称。

【青蟹】 也称"锯缘青蟹"、"金膏蜅"、"金蜅"、"朝蟹"。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲蝤蛑科动物(Scylla serrata)。产于浙江以南沿海。肉味极鲜美。食用加工方法参见"梭子蟹"。浙江菜有熘黄青蟹等。福建平潭民间习以陈年老酒将之浸醉,再和酒置于糯米中,调味蒸熟,风味绝佳。此蟹入药可供治水肿。

【锯缘青蟹】 "青蟹"的动物学名称。

锯缘青蟹

【金膏蜅】 即"青蟹"。

【金蜅】 即"青蟹"。见《闽中海错疏》。

【朝蟹】 即"青蟹"。

【招潮蟹】 也称"望潮"、"拥剑"、"桀步"、"执火"、"竭朴"。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲沙蟹科动物(Gelasimus)。沿海均产。主要以螯肉供食,其肉细嫩,味鲜美,可蒸、煮食之,也可以剥出螯肉供炒食、作汤羹。参见"梭子蟹"。

【望潮】 即"招潮蟹"。《山堂肆考》谓其潮欲来时,常举螯如望,不失常期,故称,一名招潮。

【拥剑】 即"招潮蟹"。《本草图经》:"一螯大一螯小者名拥剑,一名'桀步',常以大螯斗,小螯食物;又名'执火',以其螯赤也。"

【桀步】 即“招潮蟹”。参见“拥剑”。

【执火】 即“招潮蟹”。参见“拥剑”。

【竭朴】 即“招潮蟹”。《临海蟹图》:“五曰竭朴,大于彭蜎,壳黑斑有文章,螯正赤,常以大螯障目,小螯取食。”

【寄居蟹】 也称“方腕寄居蟹”、“寄居虾”、“蜎蠌”。俗称“白住房”。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲寄居蟹科动物(Pagurus ochotensis)。沿海均有分布。肉嫩壳脆,鲜美酥软,肉、壳均可食,可蒸、炸、煮、炒、烧。黄海产的螯肉尤美,细腻白润,可作羹调馅,也可以供作菜肴主配料。中医认为其肉味甘,性温,可祛瘀、散结。

【方腕寄居蟹】 “寄居蟹”动物学学名称之一。

【寄居虾】 即“寄居蟹”。

【蜎蠌(zhé哲)】 即“寄居蟹”。《南州异物志》谓其形如蜘蛛,有螯如蟹,本无壳,入空螺壳中,戴壳而游。

【白住房】 山东沿海一带对“寄居蟹”的俗称。

【椰子蟹】 烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲陆居蟹科动物(Birgus latro)。产于台湾。因此蟹常盗食椰子,故名。肉味特别鲜美,腹部脂肪丰富,其八足味似龙虾尾肉,宜于多种烹调方法。参见“梭子蟹”。

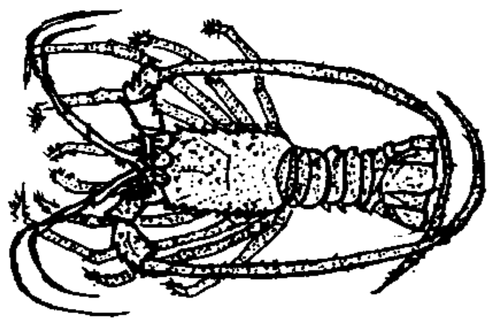
【琵琶蟹】 也称“蛙蟹”、“枇杷蟹”。俗称“琼兽蟹”。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲蛙蟹科动物(Lyreidus tridentatus)。此蟹形似蛙,直行,体长14厘米以上,产于海南岛及台湾等地。肉味鲜美而肥,兼有蟹与龙虾风味。名产有海南岛的陵水琵琶蟹。可蒸供剥肉蘸味料食,或剔肉后烹制加工。

【蛙蟹】 “琵琶蟹”的动物学名称。

【枇杷蟹】 即“琵琶蟹”。

【琼兽蟹】 海南岛一带对“琵琶蟹”的俗称。因其形丑,故名。

【龙虾】 也称“鳌”、“海虾”、“红虾”。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲龙虾科动物。常见的有:中国龙虾(Panulirus stimpsoni);锦绣龙虾(P. ornatus)等。多产东、南沿海。体大肉多,滋味鲜美,是名贵的海产品。可蒸、煮剥食;或拆肉入烹。广东菜有生菜龙虾。适于多种烹调方法,参见“沼虾”。中医认为其肉味甘,性平,可补肾健胃、滋阴镇静。



龙虾

【鳌(hào耗)】 即“龙虾”。《尔雅》:“鳌,大虾。”注:“虾大者,出海中,长二三丈,须长数尺,今青州呼虾为鳌。”

【海虾】 即“龙虾”。

【红虾】 即“龙虾”。《本草拾遗》:“海中红虾长一尺,须可为簪。”

【对虾】 也称“中国对虾”。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲对虾科动物(Penaeus orientalis)。我国沿海产对虾约50余种,除学名外,概为以下异称:“大虾”、“明虾”、“斑节虾”、“白虾”、“竹节虾”、“车虾”、“凤虾”、“丰虾”、“草虾”、“五色虾”、“闽虾”。因在北方习惯以对出售,故名。现已可人工养殖。肉味鲜美,筵上珍品之一。可整体烹制,也可以出肉作多种加工。山东菜有炒虾片、三彩大虾、爆虾段;江苏菜有凤尾对虾;福建菜有桔瓣明虾、干炸凤尾虾;广东菜有干煎虾碌。干制品为大虾干,幼虾干制品为虾钳。中医认为其肉味甘咸,性温,可补肾壮阳、滋阴健胃。参见“沼虾”。

【中国对虾】 “对虾”的动物学学名之一。

【大虾】 即“对虾”。因其在虾中体型较大,故名。

【明虾】 即“对虾”。

【斑节虾】 即“对虾”。

【白虾】 ①即“对虾”。②墨吉对虾(Penaeus merguiensis)、长毛对虾(P. periicillatus)的别称。

【竹节虾】 ①即“对虾”。②日本对虾(Penaeus japonicus)的别称。

【车虾】 ①即“对虾”。②日本对虾(Penaeus japonicus)的别称。

【凤虾】 ①即“对虾”。②短沟对虾(Penaeus simisulcatus)的别称。

【丰虾】 ①即“对虾”。②短沟对虾(Penaeus simisulcatus)的别称。

【草虾】 ①即“对虾”。②斑节对虾(Penaeus monodon)的别称。

【五色虾】 即“对虾”。《本草纲目》:“闽中有五色虾,亦长尺余。彼人雨雨干之,谓之对虾,以充上馔。”

【闽虾】 即“对虾”。

【沼虾】 也称“日本沼虾”、“河虾”、“青虾”。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲长臂虾科动物(Macrobrachium rosenbergii)。产于淡水江河湖泊等水域,为筵上珍品。味很鲜美,宜于多种烹调方法,可整虾炝、炸、爆、煮、炒、煎、卤;也可以出肉(虾仁)供炒、烩、熘、烹,或制茸后作虾丸、虾饼,并可以作馅;虾头捣烂取汁可作“虾脑汤”。浙江菜有龙井虾仁、生煎虾饼;湖北菜有炸虾球、虾肉蛋饺;安徽菜有酱汁虾、夹心虾糕;江苏菜有凤尾虾、汤大玉。凉菜有炝活虾、盐水虾、油爆虾等。其肉可制湖米,籽可制虾籽。中医认为其肉味甘,性温,可补肾壮阳、通乳、托毒,能治阳萎、乳汁不下、丹毒等症。



沼虾

【日本沼虾】 “沼虾”的动物学名称。

【河虾】 即“沼虾”。

【青虾】 即“沼虾”。

【长臂虾】 也称“绒虾”、“晃虾”。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲长臂虾科动物,常见的有:脊尾白虾

(Palaemon carinicauda)；安氏长臂虾(P.annandalei)；葛氏长臂虾(P. gravieri)；锯齿长臂虾(P. serrifer)等。沿海均产。肉质细嫩，食用方法除炝活虾外，均同"沼虾"，参见该条。其肉可制虾米，籽可制虾籽。

【绒虾】 即"长臂虾"。

【晃虾】 即"长臂虾"。

【米虾】 也称"中华米虾"、"草虾"。俗称"糠虾"。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲匙指虾科动物(Caridina denticulatasinensis)。产于池沼湖泊。体长1.5～3厘米。可供炒、煮食用，也可以干制成虾干或卤虾。

【中华米虾】 "米虾"的动物学名称。米虾有多种，此为其一。

【草虾】 即"米虾"。

【糠虾】 "米虾"的俗称。

【毛虾】 也称"中国毛虾"、"小白虾"。俗称"水虾"、"蒙子虾"。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲樱虾科动物(Acetes chinensis)。沿海均产，以渤海为多。鲜食可供炒、炸或汆汤。主要供制虾皮、虾酱、虾油。

【中国毛虾】 "毛虾"的动物学名称。毛虾有多种，此为其一。

【小白虾】 即"毛虾"。

【水虾】 "毛虾"的俗称。

【蒙子虾】 山东一带对"毛虾"的俗称。

【磷虾】 烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲磷虾科动物。产于东海和黄海，种类较多，常见的有太平洋磷虾(Euphausia pacifica)等。可供鲜食，也可以制虾酱，供调味用。参见"毛虾"。

【虾蛄】 也称"口虾蛄"、"富贵虾"、"琵琶虾"。俗称"螳螂虾"、"赖尿虾"。烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲虾蛄科动物(Oratosquilla oratoria)。沿海均产，有60多种，此为其一。肉质鲜甜嫩滑，以卵成熟为块状时最佳，味美可口。也可以代"龙虾"食用。其籽可以加工成虾蛄籽。

【口虾蛄】 即"虾蛄"。

【富贵虾】 即"虾蛄"。

【琵琶虾】 即"虾蛄"。因其形似琵琶，故名。

【螳螂虾】 "虾蛄"的俗称。因其形似，故名。

【赖尿虾】 南方一带对"虾蛄"的俗称。因其被提出水时，会从腹部射出一股水流，故名。

【蝼蛄虾】 也称"哈氏美人虾"。俗称"虾爬子"、"虾婆子"。烹饪原料。属节肢动物甲壳纲蝼蛄虾科动物(Callianassa harmandi)。沿海均产，其肉较鲜美，食用加工方法参见"虾蛄"。

【哈氏美人虾】 "蝼蛄虾"的动物学名称。

【虾爬子】 山东胶东一带对"蝼蛄虾"的俗称。

【虾婆子】 江苏一带对"蝼蛄虾"的俗称。

【基围虾】 广东一带所产的海虾之一。基围，指人工挖掘的海滩塘堰。趁涨潮在基围内引入海水，同时引入海虾，养至一定时期，趁月色下退潮时放水，以网在闸口捕虾，即称为基围虾。因塘中天然饵料丰富，故此虾肥而鲜美。

【蝛(hòu厚)】 也称"东方蝛"、"中国蝛"、"马蹄蟹"、"三刺蝛"。俗称"两公婆"、"丑八怪"。烹饪原料。属节肢动物门肢口纲蝛科动物(Tachypleus tridentatus)。产于浙江以南浅海中。其肝、生殖腺及多肉的附肢，味如蟹肉，鲜美可食。食用加工如蟹，可蒸、煮、炒、熘。伴炒咸菜，别有风味。但不宜多吃，因其血液含铜0.28%，易致铜中毒。加工时须注意勿切破其肠，否则即臭不可食。中医认为其肉味辛咸，性平，可用治白内障、青光眼，也可以治痔、杀虫。

【东方蝛】 "蝛"的动物学学名之一。

【中国蝛】 "蝛"的动物学学名之一。

【马蹄蟹】 即"蝛"。

【三刺蝛】 即"蝛"。

【两公婆】 "蝛"的俗称。因其雌雄相附并行，故名。

【丑八怪】 "蝛"的俗称。

【石砌(jié洁)】 也称"观音掌"、"歧菊"、"笔架"、"紫砝"、"紫藘"、"龟脚蛏"。俗称"龟足"、"龟脚"。烹饪原料。属节肢动物甲壳纲铠茗荷儿科动物(Mitella mitella)。产于浙江以南沿海。味美，可以酒浸食，或供煮、炒食用，为渔民家常所食。中医认为其肉味甘咸，性平，可利小便。《海南解语》："下寒澼，消积痞湿肿胀。虚损人以米酒同煮食，最补益。"

【观音掌】 即"石砌"。

【歧菊】 即"石砌"。因其形似菊花，故名。

【笔架】 即"石砌"。因其形似笔架，故名。

【紫砝(fǎ法)】 即"石砌"。《本草纲目》："其色紫可食。"

【紫藘(xiāo消)】 即"石砌"。见《本草纲目》。

【龟脚蛏】 即"石砌"。

【龟足】 "石砌"的俗称。因其形似龟脚，故名。

【龟脚】 "石砌"的俗称。参见"龟足"。

【藤壶】 烹饪原料。属节肢动物门甲壳纲藤壶科动物。分布于东海以南沿海，渔民常采食，主要有：紫红藤壶(Balanus tintinnabalum volcano)；刺红藤壶(B. tintinnabalum rosa)；台湾黑藤壶(Tetraclita squamosa formosana)等。味鲜美。食用加工方法参见"石砌"。

【墨鱼】 也称"乌贼"、"乌鲗"、"缆鱼"、"河伯度事小史"。俗称"墨斗鱼"。烹饪原料。属软体动物门乌贼科动物。有多种，常见者有"金乌贼"、"无针乌贼"等。沿海均产。肉质肥厚，味鲜美似鱿鱼。鲜品适于多种烹饪方法，宜于多种调味，食用加工方法参见"鱿鱼干"。上海菜有油爆墨鱼卷、墨鱼炒肉丝；无锡菜有墨鱼大烤。可供干制，有墨鱼干、螟蛸鲞，其雄性生殖腺干制品称

墨鱼穗；雌性缠卵腺干制品称墨鱼蛋。中医认为墨鱼味咸，性平，可养血滋阴，治血虚经闭、崩漏带下。

【乌贼】 即“墨鱼”。《南越记》：“乌贼鱼，一名‘河伯度事小史’，常自浮水上，鸟见以为死，乃卷取鸟，故谓之乌贼。”

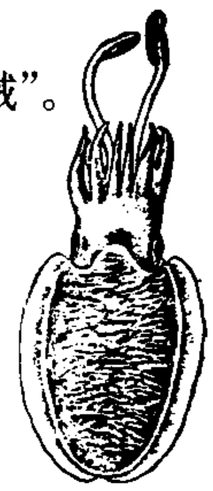
【乌鲗(zé则)】 即“墨鱼”。

【缆鱼】 即“墨鱼”。《埤雅·释鱼·乌鲗》：“一名缆鱼，风波稍息，即以其须粘石为缆。”

【河伯度事小史】 即“墨鱼”。参见“乌贼”。

【墨斗鱼】 “墨鱼”的俗称。

【金乌贼】 烹饪原料。属软体动物门乌贼科动物(Sepia esculenta)。沿海均产。可供鲜食，并可以供制“墨鱼干”等。食用加工方法参见“墨鱼”、“鱿鱼干”。


金乌贼

【无针乌贼】 俗称“花拉子”、“麻乌贼”。烹饪原料。属软体动物门乌贼科动物(Sepiella maindroni)。沿海均产。可供鲜食，并可以供制“墨鱼干”等。食用加工方法参见“墨鱼”、“鱿鱼干”。

【花拉子】 “无针乌贼”的俗称。因其背部有花麻点，故名。

【麻乌贼】 “无针乌贼”的俗称。因其背部有花麻点，故名。

【太平洋柔鱼】 烹饪原料。属软体动物门柔鱼科动物(Ommastrephes sloani pacificus)。分布于黄海以南海域。可供鲜食，主要供制“鱿鱼干”，食用加工方法参见“鱿鱼干”。

【中国枪乌贼】 烹饪原料，属软体动物门枪乌贼科动物(Loligo chinensis)。沿海均产。可供鲜食，主要供制“鱿鱼干”。食用加工方法参见“鱿鱼干”。

【台湾枪乌贼】 烹饪原料。属软体动物门枪乌贼科动物(Loligo formosana)。分布于台湾及广东沿海。可供鲜食；主要供作“鱿鱼干”。食用加工方法参见“鱿鱼干”。

【章鱼】 也称“蛸”、“章举”、“章拒”、“鹅鱼”、“鳟”、“小八梢鱼”、“络蹄”。俗称“八带鱼”。烹饪原料。属软体动物门章鱼科动物。常见的有：“短蛸”、“长蛸”、“真蛸”等。沿海均产。肉质柔软鲜嫩，宜于爆、炒、炝、拌等。尤以凉拌为美，鲜爽醇香，糯而不糜。也可以干制成“章鱼干”、“熟八带”。中医认为其肉味甘咸，性寒，可养血益气、收敛生肌，并有催乳之功。

【蛸】 即“章鱼”。因其与一种叫蠨蛸的长脚蜘蛛相似，故名。

【章举】 即“章鱼”。见《韩昌黎集》。《漳州府志》：“行则手足向下，身向上高举而疾逝，谓章举者以此。”

【章拒】 即“章鱼”。《稗谈》：“章鱼，异名章拒，……居石穴，人取之能以脚粘石拒人，故名。”

【鹅(戶己)鱼】 即“章鱼”。见《临海异物志》。

【鳟】 即“章鱼”。见《闽中海错疏》。

【小八梢鱼】 即“章鱼”。见《东医宝鉴》。

【络蹄】 即“章鱼”。见《东医宝鉴》。

【八带鱼】 “章鱼”的俗称。

【短蛸】 俗称“饭蛸”、“短腿蛸”、“短脚章”、“短爪章”、“桃花蛸”、“梧桐花”。烹饪原料。属软体动物门章鱼科(Octopus ochellatus)。章鱼的一种。体长27厘米左右。沿海均产。肉质鲜嫩，可供鲜食。参见“章鱼”。


短蛸

【饭蛸】 “短蛸”的俗称。

【短腿蛸】 “短蛸”的俗称。

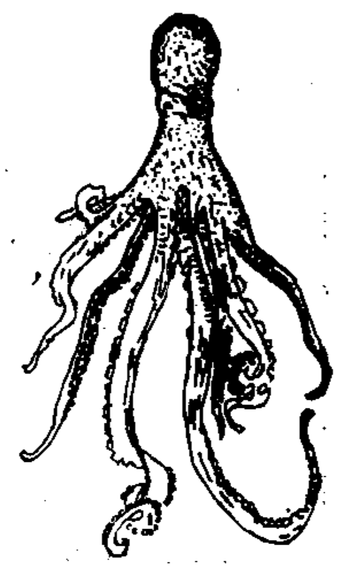
【短脚章】 “短蛸”的俗称。

【短爪章】 “短蛸”的俗称。

【桃花蛸】 “短蛸”的俗称。

【梧桐花】 山东胶东地区对“短蛸”的俗称。

【长蛸】 也称“石距”。俗称“长腕蛸”、“马蛸”。烹饪原料。属软体动物门章鱼科动物(Octopus variabilis)。章鱼的一种。全长80厘米左右。沿海均产。肉质较硬，鲜食味较差，经干制后味可变好。参见“章鱼”、“章鱼干”。

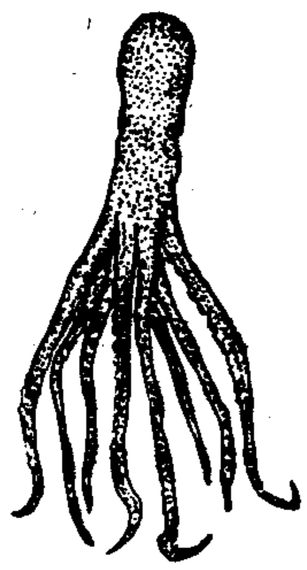

长蛸

【石距】 即“长蛸”。《本草纲目》：“石距亦其(章鱼)类，身小而足长，入盐烧食极差。”

【长腕蛸】 “长蛸”的俗称。

【马蛸】 长蛸的俗称。

【真蛸】 俗称“母猪章”。烹饪原料。属软体动物门章鱼科动物(Octopus vulgaris)。章鱼的一种。体长80厘米左右。分布于东南沿海。肉味鲜美，也可以干制。参见“章鱼”。


真蛸

【母猪章】 “真蛸”的俗称。

【鲍鱼】 也称“九孔螺”、“鳆鱼”、“萧析鱼”、“石决明肉”、“镜面鱼”、“明目鱼”。俗称“将军帽”、“耳贝”、“海耳”、“趴锅”。烹饪原料。属软体动物门鲍科动物。自古食用，为海八珍之一。供作鲍鱼食用的有：盘大鲍(Haliotis gigantea discus)；杂色鲍(H. diversicolor)；耳鲍(H. asinina)；半纹鲍(H. semistriata)；羊鲍(H. ovina)等。沿海及台湾均产。味极鲜美，历来用作筵席珍品。鲜食、干食均可，为各菜系广泛采用。宜于多种烹调方法。北京仿膳菜有蟾蜍


鲍鱼

鲍鱼，福建菜有通心粉煨鲍鱼；山东菜有扒原壳鲍鱼；江苏菜有鸡茸鲍鱼；广东菜有蚝油网鲍片、红炖明鲍；湖南菜有奶汤竹荪鲍鱼。营养价值高，鲜品含蛋白质24.56%。中医认为其肉味甘咸，性平，可滋阴清热、益精明目、能用治月经不调、大便燥结等。

【九孔螺】 即"鲍鱼"。见《日华子本草》。

【鳆鱼】 即"鲍鱼"。见《素问》。

【萧折鱼】 即"鲍鱼"。《太平御览》引《四时食制》："萧折鱼，海之干鱼也。"

【石决明肉】 即"鲍鱼"。见《名医别录》。鲍鱼的壳称石决明，为中药材之一。

【镜面鱼】 即"鲍鱼"。见《医林纂要》。

【明目鱼】 即"鲍鱼"。见《医林纂要》。

【将军帽】 "鲍鱼"的俗称。

【耳片】 "鲍鱼"的俗称。因其壳似耳廓，故名。

【海耳】 "鲍鱼"的俗称。因其形似人耳，故名。

【趴锅】 江浙一带对"鲍鱼"的俗称。因其壳似锅扣于岩面，故名。

【牡蛎】 也称"蛤厉"、"蛎蛤"、"古贲"、"左顾牡蛎"、"牡蛤"、"蛎房"、"蠔莆"、"蠔"、"蛎黄"、"蚝白"。俗称"海蛎子"、"蚝"、"明蚝"。烹饪原料。属软体动物门牡蛎科动物。沿海均产，主要有：近江牡蛎(Ostrea rivularis)；大连湾牡蛎(O. talienwhanensis)；长牡蛎(O. gigas)等。肉味很鲜美，生食、熟食均可，宜于各种烹调方法。广东菜有生炒明蚝；福建菜有软煎海蛎、一品蚝抱蛎；山东菜有炸蛎黄。可干制成"蚝豉"，也可以用制"蚝油"。中医认为其肉味甘咸，性平，可滋阴养血，治烦热失眠、心神不安、丹毒。脾虚精滑忌食。



牡蛎

【蛤厉】 即"牡蛎"。见《说文》。

【蛎蛤】 即"牡蛎"。见《神农本草经》。

【古贲】 即"牡蛎"。见杨孚《异物志》。

【左顾牡蛎】 即"牡蛎"。见《补缺肘后方》。

【牡蛤】 即"牡蛎"。见《名医别录》。

【蛎房】 即"牡蛎"。见《本草图经》。

【蠔莆】 即"牡蛎"。见《本草图经》。

【蠔】 即"牡蛎"。韩愈《初南食贻元十八协律》："蠔相粘为山，百十吝自生。"

【蛎黄】 ①即"牡蛎"。《本草纲目》："南海人以其蛎房砌墙，……食其肉谓之蛎黄。"②腌过的牡蛎肉。《南越笔记》："蠔，咸水所结，其生附石，蜿蜒相连如房。……一房一肉。肉之大小，随其房，色白而含绿粉。生食曰'蚝白'，腌之曰蛎黄，味皆美。"

【蚝白】 即"牡蛎"。参见"蛎黄"。

【海蛎子】 "牡蛎"的俗称。

【蚝】 广东一带对"牡蛎"的俗称。

【明蚝】 广东潮州一带对"牡蛎"的俗称。

【滚滩蝌子】 烹饪原料。牡蛎的一种。因其随潮汐而滚动，故名。食用加工方法参见"牡蛎。"

【石蝌子】 烹饪原料。牡蛎的一种。因其附着于石上，故名。食用加工方法参见"牡蛎"。

【海蚵(hē阿)】 也称"褶牡蛎"、"蠣蚵"、"蜊"。俗称"蚵"。烹饪原料。属软体动物门牡蛎科动物(Ostrea plicatula)。牡蛎的一种。沿海均产。肉味鲜美，食用加工方法参见"牡蛎"。还可以加工成"蚝豉"、"蚝油"等。福建菜有蚵煎。

【褶牡蛎】 "海蚵"的动物学名称。

【蠣蚵】 即"海蚵"。见《尔雅·释虫》。

【蜊(luó落)】 即"海蚵"。《尔雅·释虫》："蜊，蠣蚵。"

【蚵】 福建一带对"海蚵"的俗称。

【海月】 也称"以下鱼"、"海镜"、"膏叶盘"、"蛎镜"、"石镜"、"窗贝"。烹饪原料。属软体动物门不等蛤科动物(Placuna placenta)。多产于东南沿海。肉质鲜美。食用加工方法同一般海蛤。中医认为其肉味甘辛，性平，可用治黄疸、糖尿病。

【以下鱼】 即"海月"。见《食疗本草》。

【海镜】 即"海月"。《岭表录异》："(海镜)两片合以成形，壳圆，中甚莹滑，日照如云母光，内有少肉如蚌胎。"

【膏叶盘】 即"海月"。见《岭表录异》。

【蛎镜】 即"海月"。见《闽中海错疏》。

【石镜】 即"海月"。见《海南志》。

【窗贝】 即"海月"。古时常以其壳磨制后，镶于门窗格上，以供采光，故名。

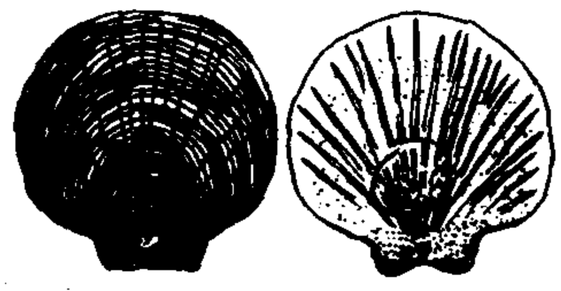
【扇贝】 也称"干贝蛤"、"海扇"。俗称"海簸蛤"。烹饪原料。属软体动物门扇贝科动物。常见的为栉孔扇贝(Chlamys farreri)。分布于北方沿海。肉质细嫩，清鲜爽滑，为筵席上品。可清蒸蘸食，也可以汆汤作羹，食用加工方法参见"蛤蜊"。其闭壳肌干制后即为"干贝"。70年代后期医学界报道，扇贝具抗癌作用。

【干贝蛤】 即"扇贝"。因其闭壳肌供制"干贝"，故名。

【海扇】 即"扇贝"。因其壳形似扇，故名。

【海簸蛤】 山东一带对"扇贝"的俗称。因其形似簸箕，故名。

【日月贝】 也称"长肋日月贝"、"飞螺"。烹饪原料。属软体动物门扇贝科动物(Amusium pleuronectes)。产于南部沿海。肉可鲜食，食用加工方法参见"扇贝"、"蛤蜊"。其闭壳肌的干制品称带子，用同"干贝"。

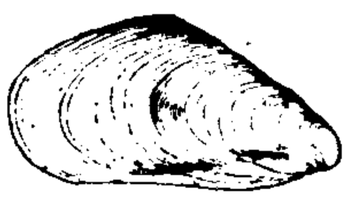


日月贝

【长肋日月贝】 "日月贝"的动物学名称。

【飞螺】 即"日月贝"。因其会用闭壳肌启闭双壳,迅速排水而游泳,故名。

【贻贝】 也称"海蛙"、"红蛤"、"珠菜"、"紫贻贝"。俗称"淡菜"、"壳菜"、"海红"、"乌头"、"驴耳杂蛤"。烹饪原料。属软体动物门贻贝科动物。沿海广有分布,有30余种。主要有:贻贝(Mytilus edulis);翡翠贻贝(M. smaragdinus);厚壳贻贝(M. crassitesta)等。肉味鲜美,宜于多种烹调方法,可挂糊炸成贝肉酥,也可以凉拌、作汤。干制后即成"淡菜"。又可以制贻贝油。中医认为其肉味咸,性温,可补肝肾、益精血、消瘿瘤,能用治眩晕、盗汗、高血压、阳萎、腰痛、吐血等。


贻贝

【海(bì闭)蛙】 即"贻贝"。见《本草纲目》。

【红蛤】 即"贻贝"。见《东医宝鉴》。

【珠菜】 即"贻贝"。见《本草撮要》。

【紫贻贝】 即"贻贝"。

【淡菜】 "贻贝"的俗称。

【壳菜】 "贻贝"的俗称。

【乌头】 福建一带对"贻贝"的俗称。

【驴耳杂蛤】 山东半岛一带对(厚壳)"贻贝"的俗称。因其形似驴耳,故名。

【海红】 "贻贝"的俗称。

【偏顶蛤】 烹饪原料。属软体动物门贻贝科动物(Modiolus modiolus)。分布于北部沿海。食用加工方法参见"贻贝"。

【江珧】 也称"栉江珧"、"江瑶"、"玉珧"、"马颊"、"马甲柱"。烹饪原料。属软体动物门江珧科动物。沿海均产。肉质逊于扇贝。食用加工方法参见"蛤蜊"。其闭壳肌可以鲜食,是珍贵的食品,干制后即为"江珧柱"。中医认为栉江珧肉味甘咸,性微温,能滋阴补肾、潜阳熄风,可治消渴。

【栉江珧】 江珧中一个种的动物学名称(Atrina pectinata)。通常采用其闭壳肌制"江珧柱"。

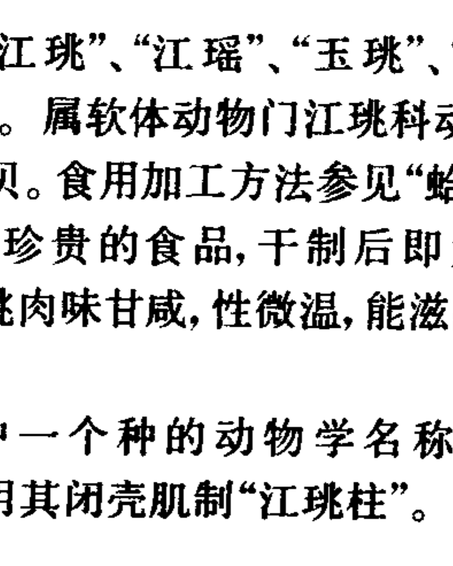
【江瑶】 即"江珧"。

【玉珧】 即"江珧"。见《尔雅》郭璞注。

【马颊】 即"江珧"。见《本草纲目》。

【马甲柱】 即"江珧"。韩愈《初南食贻元十八协律》诗:"章举马甲柱,斗以怪自呈。"又作马甲。

【蛏】 也称"蛏肠"。俗称"马刀"、"海指甲"、"青子"。烹饪原料。属软体动物门竹蛏科动物。食用主要有3种:大竹蛏(Solen grandis);竹蛏(S.gouldii);缢蛏(Sinonovacula constricta)等。沿海广有分布。肉味极鲜美,宜于多种烹调方法。浙江菜有蛏肉糊、咸菜卤蒸蛏、烤蛏子;山东菜有韭青炒蛏子;福建菜有淡糟炒鲜竹蛏。也可以干制或制罐头。中医认为其肉味甘咸,性寒,可补阴、清热、除烦。


缢蛏

【蛏肠】 即"蛏"。《本草纲目》:"粤闽人呼其肉为蛏肠。"

【马刀】 "蛏"的俗称。

【海指甲】 "蛏"的俗称。

【青子】 浙江等地对"蛏"的俗称。

【竹蛏】 也称"马蛤"、"齐蛤"、"蛏"、"蠲"、"蜳蠙"、"单姥"、"烯岸"、"蜳"。烹饪原料。属软体动物门竹蛏科动物(Solen gouldii)。食用加工方法参见"蛏"。中医认为其肉味甘,性寒,可明目、除热、止渴、解酒毒。

【马蛤】 即"竹蛏"。见《名医别录》。

【齐蛤】 即"竹蛏"。见《吴普本草》。

【蛏】 即"竹蛏"。见《尔雅》。

【蠲(Píng平)】 即"竹蛏"。《说文》:"圆者曰蛎,长者曰蠲。"

【蜳蠙】 即"竹蛏"。见《本草纲目》。

【单姥(Shàn mǔ善母)】 即"竹蛏"。见《本草纲目》。

【烯(chè彻)岸】 即"竹蛏"。见《本草纲目》。

【蜳】 即"竹蛏"。参见"蜳蠙"。

【大头蛏】 也称"海螂"、"中国绿螂"。烹饪原料。属软体动物门绿螂科动物(Glaucomya chinensis)。北部沿海均产,广东有养殖。肉质脆嫩鲜美。食用加工方法参见"贻贝"、"蛤蜊"。

【海螂】 即"大头蛏"。

【中国绿螂】 即"大头蛏"。

【蚶子】 也称"魁陆"、"魁蛤"、"复累"、"瓦屋子"、"伏老"、"瓦垄"、"天脔炙"、"蜜丁"、"空慈子"。俗称"疤蛤"、"瓦垄蛤"。烹饪原料。属软体动物门蚶科动物。我国约有30余种,以"泥蚶"、"毛蚶"、"魁蚶"为烹饪所常用。沿海广有分布。肉质丰满鲜美而又肥嫩。加工方法有熟开法(沸水煮开后取肉),宜于作汤、凉拌,肉质较老;半熟开法(沸水冲开),宜于蘸食,肉质细嫩;生开法,可以供多种加工,肉质细嫩、鲜美。蚶肉除作菜肴外,还可以作馅、酒渍或干制。营养丰富,含较多蛋白质、维生素B_{12}。中医认为其肉味甘,性温,可补血、温中、健胃。但其易腐败变质,并易污染,应注意不可夹生食。

【魁陆】 即"蚶子"。见《尔雅》。

【魁蛤】 即"蚶子"。见《本草纲目》。

【复累】 即"蚶子"。见《说文》。

【瓦屋子】 即"蚶子"。见《岭表录异》。因其壳似瓦屋之垄,故名。

【伏老】 即"蚶子"。见《本草图经》。

【瓦珑】 即"蚶子"。见《侯鲭录》。

【天脔炙】 即"蚶子"。《岭表录异》："瓦壳中有肉紫色，曰'天脔炙'也。"

【蜜丁】 即"蚶子"。见《本草纲目》。

【空慈子】 即"蚶子"。见《岭表录异》。

【疤蛤】 "蚶子"的俗称。

【瓦垄蛤】 "蚶子"的俗称。

【毛蚶】 俗称"毛蛤蜊"、"毛蛤"、"麻蛤"、"麻蚶"。烹饪原料。属软体动物门蚶科动物(Arca subcrenata)。沿海均有分布。因其壳面有棕褐色绒毛，故名。壳长约4～6厘米。其肉鲜嫩可口。食用加工方法参见"蚶子"。其壳、肉可治胃痛、吐酸、痰积等。

【毛蛤蜊】 "毛蚶"的俗称。

【毛蛤】 "毛蚶"的俗称。

【麻蛤】 "毛蚶"的俗称。

【麻蚶】 "毛蚶"的俗称。

【泥蚶】 也称"血蚶"。俗称"粒蚶"。烹饪原料。属软体动物门蚶科动物(Arca granosa)。沿海均有分布，已人工养殖。因喜栖于浅海内湾、河口的软泥中，故名。壳长2～4厘米。食用加工方法参见"蚶子"。名产有奉化蚶子，也称宁蚶，已有300多年养殖历史。泥蚶味最鲜美，为南方沿海人民所喜食。

【血蚶】 即"泥蚶"。因其血浆含血红素，可用治缺铁性贫血，故名。

【粒蚶】 "泥蚶"的俗称。

【魁蚶】 也称"赤贝"、"血贝"。烹饪原料。属软体动物门蚶科动物(Arca inflata)。沿海均有分布。个体较大，壳长可达6～8厘米。食用加工方法参见"蚶子"。

【赤贝】 即"魁蚶"。

【血贝】 即"魁蚶"。

【蛤蜊】 也称"蛤梨"、"合蜊"、"蛤黎"、"吹潮"、"沙蜊"。烹饪原料。属软体动物门帘蛤科和蛤蜊科动物。有："凹线蛤蜊"、"西施舌"、"文蛤"、"青蛤"、"四角蛤蜊"、"菲律宾蛤仔"、"杂色蛤仔"、"天鹅蛋"、"梅蛤"等，均很鲜美可口，有"天下第一鲜"之誉。宜于各种烹调方法，以凉拌、汆汤、爆炒为最可口。浙江菜有蛤蜊黄鱼羹；山东菜有芙蓉蛤仁、汆蛤蜊肉。还可以干制。中医认为其肉味咸，性寒，可滋阴、利水、化痰、软坚。

【蛤梨】 即"蛤蜊"。《淮南子》："……卢敖就而视之，方倦龟壳而食蛤梨。"

【合蜊】 即"蛤蜊"。见《论衡》。

【蛤黎】 即"蛤蜊"。参见"蛤蜊酱"。

【吹潮】 即"蛤蜊"。

【沙蜊】 即"蛤蜊"。见《泉州本草》。

【牛眼蛤】 烹饪原料。蛤蜊的一种。因其形似牛眼，故名。食用加工方法参见"蛤蜊"。

【凹线蛤蜊】 也称"中国蛤蜊"、"珂"、"马珂"、"马珂螺"、"玻"、"马鹿贝"。烹饪原料。属软体动物门蛤蜊科动物(Mactra sulcataria)。食用加工方法参见"蛤蜊"。中医认为其肉味咸，性平，可治眼内翳膜及胬肉。

【中国蛤蜊】 "凹线蛤蜊"的动物学名称。

【珂】 即"凹线蛤蜊"。《唐本草》："珂，贝类也。大如鳆，皮黄黑而骨白，堪以为饰。"

【马珂】 即"凹线蛤蜊"。见《异物志》。

【马珂螺】 即"凹线蛤蜊"。《尔雅翼》："贝大者珂，皮黄黑，骨白，可饰马具，一名马珂螺。"参见"珂"。

【玻(xū序)】 即"凹线蛤蜊"。《集韵》："珂谓之玻。"

【马鹿贝】 即"凹线蛤蜊"。

【西施舌】 也称"车蛤"、"土匙"、"沙蛤"。俗称"海蚌"。烹饪原料。属软体动物门蛤蜊科动物(Macitra antiquata)。肉质细嫩，味极鲜美，为海味上品。宜于多种烹调方法。福建菜有炒西施舌、鸡汤汆海蚌等。中医认为其肉味甘咸，性平，可滋阴养液、清热凉肝。

【车蛤】 即"西施舌"。《闽部疏》："海错出东四郡者，以西施舌为第一，蚶房次之。西施舌本名车蛤，以美见谥，产长乐湾中。"



西施舌

【土匙】 即"西施舌"。《闽中海错疏》："沙蛤，土匙也。产吴航，似蛤蜊而长大，有舌白色，名'西施舌'。"

【沙蛤】 即"西施舌"。参见"土匙"。

【海蚌】 "西施舌"的俗称。名产有福建的长乐海蚌。

【天鹅蛋】 也称"紫石房蛤"、"内紫蛤"。烹饪原料。属软体动物门蛤蜊科动物(Saxidomus purpuratus)。肉质肥厚，鲜爽味美，为海产名贵蛤类。食用加工方法参见"蛤蜊"。山东菜有油爆大蛤。

【紫石房蛤】 "天鹅蛋"的动物学名称。

【内紫蛤】 即"天鹅蛋"。

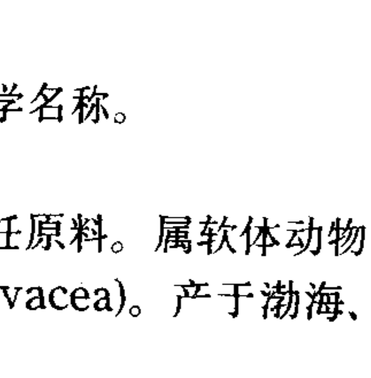
【紫蛤】 也称"橄榄紫蛤"。烹饪原料。属软体动物门蛤蜊科动物(Sanguinoloria olivacea)。产于渤海、黄海。食用加工方法参见"蛤蜊"。

【橄榄紫蛤】 即"紫蛤"。

【海菊蛤】 也称"堂皇海菊蛤"。烹饪原料。属软体动物门蛤蜊科动物(Spondylus imperialis)。分布于广东沿海。食用加工方法参见"蛤蜊"。

【堂皇海菊蛤】 即"海菊蛤"。

【四角蛤蜊】 烹饪原料。属软体动物门蛤蜊科动物(Mactra venriformis)。沿海均产。食用加工方法参见"蛤蜊"。



文蛤

【文蛤】 也称"花蛤"、"黄蛤"、"圆蛤"、"白利壳"、"海蛤"、"月斧"。俗称"歪歪"、"海蚂"、"青蛰"、"蚌蛤"。烹饪原料。属软体动物门帘蛤蜊科动物(Meretrix meretrix)。沿海均产。唐代曾作过贡品，是蛤蜊中的上品。肉质较

韧,不可连壳煮食,宜剖取鲜肉,以刀排破,用汆、爆等急火炝熟的方法烹调,即成美味。福建菜有青蛰蛋;江苏南通菜有文蛤饼。也可以干制。

【花蛤】 即"文蛤"。见《本草纲目》。

【黄蛤】 即"文蛤"。

【圆蛤】 即"文蛤"。

【白利壳】 即"文蛤"。见《中药志》。

【海蛤】 即"文蛤"。

【月斧】 即"文蛤"。因其足似古时的月斧,故名。

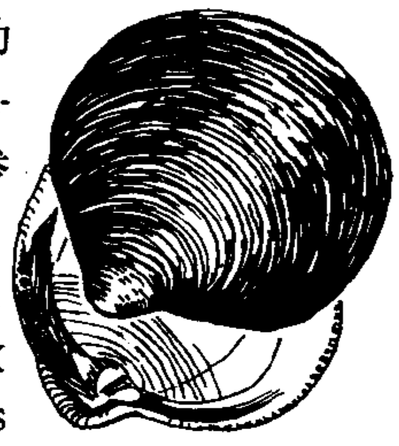
【歪歪】 "文蛤"的俗称。

【海蚆】 "文蛤"的俗称。

【青蛰】 福建一带对"文蛤"的俗称。

【蚌蛤】 江苏沿海一带对"文蛤"的俗称。

【青蛤】 烹饪原料。属软体动物门帘蛤科动物(Cyclina sinensis)。沿海均产。食用加工方法参见"蛤蜊"。


青蛤

【车蛰】 也称"大帘蛤"、"蜃"、"昌娥"、"紫贝"。烹饪原料。属软体动物门帘蛤科动物(Venus schenellianns)。或指文蛤的一种。食用加工方法参见"蛤蜊"。江苏菜有车蛰豆腐汤。中医认为其肉味甘咸,性寒,可解酒毒、治消渴、痈肿。

【大帘蛤】 "车蛰"的动物学名称。

【蜃】 即"车蛰"。《周礼》:"鳖人掌互物,春献鳖蜃,秋献龟鱼。"

【昌娥】 即"车蛰"。见《外科精要》。

【紫贝】 即"车蛰"。《本草图经》:"车蛰之紫者,海人亦谓之紫贝。"

【菲律宾蛤仔】 俗称"蛤仔"。烹饪原料。属软体动物门帘蛤科动物(Venerupis philippinarum)。沿海均产。食用加工方法参见"蛤蜊"。

【蛤仔】 "菲律宾蛤仔"的俗称。

【杂色蛤仔】 也称"雀蛤"。俗称"沙蚬子"、"花蛤"。烹饪原料。属软体动物门帘蛤科动物(Venerupis variegata)。沿海均产。肉味鲜美。食用加工方法参见"蛤蜊"。

【雀蛤】 即"杂色蛤仔"。因其花色似麻雀,故名。

【沙蚬子】 "杂色蛤仔"的俗称。

【花蛤】 "杂色蛤仔"的俗称。

【梅蛤】 也称"虹彩明樱蛤"。俗称"扁蛤"、"海瓜子"。烹饪原料。属软体动物门樱蛤科动物(Moerella iridescens)。产于江浙沿海。食用加工方法参见"蛤蜊"。上海菜有炒梅蛤,肉味鲜嫩肥美,佐酒最宜。

【虹彩明樱蛤】 即"梅蛤"。

【扁蛤】 "梅蛤"的俗称。

【海瓜子】 浙江沿海一带对(壳为红色)"梅蛤"的俗称。

【砗磲】 也称"车渠"、"海扇"。俗称"蚝肉"。烹饪原料。属软体动物门砗磲科动物。我国有:长砗磲(Tridacna maxima);库氏砗磲(T. cookiana);鳞砗磲(T. squamosa);大砗磲(T. gigas)等。分布于南海、台湾等地。味鲜美,为南海佳肴,是海南岛人民筵上的佳品。食用加工方法同一般的贝类。其闭壳肌干制后为"蚝筋"。中医认为其肉味甘咸,性大寒,主安神、解诸毒药及虫螫。

【车渠】 即"砗磲"。《韵会》:"车渠,海中大贝也。背上垄文如车轮之渠,故名。"

【海扇】 即"砗磲"。《积雪雪录》:"海扇,海中甲物也,其形如扇,背纹如瓦屋……。"

【蚝肉】 海南岛等地对"砗磲"的俗称。

【砗蠔】 烹饪原料。属软体动物门砗磲科动物(Hippopus hippopus)。分布于西沙群岛及其以南海域。小于砗磲。食用加工方法参见"砗磲。"

【海笋】 也称"凿石贝"、"穿石贝"。俗称"象鼻子蛤"。软体动物门海笋科动物。沿海均产,供食用者为大型种类,有:大沽全海笋(Barnea davidi);东方海笋(Pholas orientalis)等。肉丰满,含有大量乳状汁,味道及营养均超过牡蛎。加工时,将其水管外的粗黑皮剥去后鲜炒,脆嫩可口。

【凿石贝】 即"海笋"。因其有些种可以穿凿某些石头,故名。

【穿石贝】 即"海笋"。参见"凿石贝"。

【象鼻子蛤】 山东一些地方对"海笋"的俗称。因其水管粗长,故名。

【石磺】 也称"石蟥"。烹饪原料。属软体动物门腹足纲石磺科动物(Onchidium verruculatum)。产于福建以南沿海。经烹制后可作佐酒小菜。

【石蟥】 即"石磺"。

【嫁螺】 烹饪原料。属软体动物帽贝科动物(Cellana foruma)。沿海均有分布。肉质细韧,味较鲜美。食用加工方法参见"蛤蜊"。

【河蚌】 也称"无齿蚌"、"河蛤蜊"。俗称"菜蚌"、"河歪"。烹饪原料。属软体动物蚌科动物。我国主要有:背角无齿蚌(Anodonta woodiana);褶纹冠蚌(Cristaria plicata,鸡冠蚌);三角帆蚌(Hyriopsis cumingii,扯旂蚌)等。平原水域广有分布。肉质较老韧,但较鲜,宜于烧、炖等较长时间加温。可配肉红烧,炖汤则汁水雪白,为家常食品。有时用于筵席。安徽菜有火腿炖蚌肉、咖喱蚌肉。食时须加胡椒粉。中医认为其肉味甘咸,性寒,可清热、滋阴、明目、解毒。脾胃虚寒者慎食。

【无齿蚌】 "河蚌"的一个亚种的动物学名称。

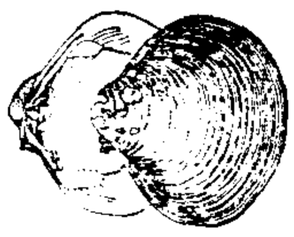
【河蛤蜊】 即"河蚌"。见《吉林中草药》。

【菜蚌】 即"河蚌"的俗称。

【河歪】 江苏一带对"河蚌"的俗称。

【蚬】 也称"河蚬"、"扁螺"、"黄蚬"、"扁蚬"。俗称

“沙蜊”。烹饪原料。属软体动物门蚬科动物(Corbicula fluminea)。广布于平原水域及入海口。肉鲜美，多为家常食用。加工方法为洗净后水汆熟，去壳，取肉炒食或炖、烩或作汤菜。汆蚬的水沉淀后可作汤料。山东菜有木樨蚬子等。也可以制成“蚬干”、“冻蚬”。中医认为其肉味甘咸，性冷(或寒)，可清热、利湿、解毒。


河蚬

【河蚬】 “蚬”的动物学名称。

【扁螺】 即“蚬”。《隋书》：“刘臻父显嗜蚬，呼蚬为扁螺。”

【黄蚬】 即“蚬”。

【扁蚬】 即“蚬”。

【沙蜊】 “蚬”的俗称。

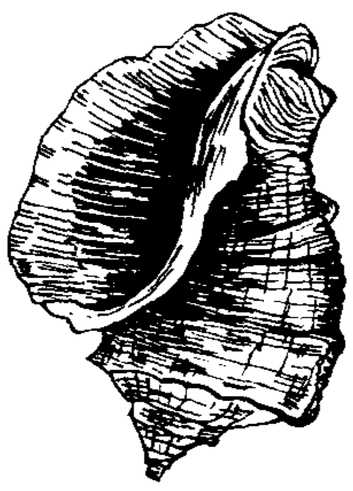
【仙蚬】 软体动物门仙蚬科动物(Cyrenoida dupontia)。食用加工方法参见“蚬”。

【义河蚶】 也称“金剑蚶”。俗称“扭蚶”。烹饪原料。湖北天门县义河特产。味很鲜美，可供炒、拌，或作羹汤。用伴猪蹄熬汤，是产妇催乳、补虚的佳品。食用加工方法参见“蚬”。

【金剑蚶】 即“义河蚶”。

【扭蚶】 “义河蚶”的俗称。

【红螺】 也称“假猪螺”、“顶头螺”。俗称“海窝窝”。烹饪原料。属软体动物门骨螺科动物(Rapana thomasiana)。沿海广布，南方较普遍。肉质肥美，味似鲍鱼，适于多种烹调方法，一般供拌、炒、烧、汆，也可以煮熟蘸食下酒。可以干制。中医认为其肉味甘，性冷，可明目，治心腹热痛。


红螺

【假猪螺】 即“红螺”。见《交州记》。

【顶头螺】 即“红螺”。

【海窝窝】 “红螺”的俗称。

【响螺】 也称“管角螺”、“角螺”。俗称“大蝎”。烹饪原料。属软体动物门盔螺科动物(Hemifus-us tuba)。产于东、南沿海。肉质脆嫩，味鲜美，适于多种烹调方法，参见“红螺”、“香螺”。广东菜有炒响螺片、油泡螺球、白灼螺片；福建菜有五香烧响螺、淡糟炒响螺片。

【管角螺】 “响螺”的动物学名称。

【角螺】 即“响螺”。因其可作号角，故名。

【大蝎(gěi给)】 广东潮州一带对“响螺”的俗称。

【香螺】 烹饪原料。属软体动物门蛾螺科动物(Neptunea cuming)。我国特产。味美，肉质鲜嫩脆爽，具清香，适于多种烹调方法，参见“红螺”，也可以干制。山东菜有红烧海螺、油爆海螺；福建菜有香油橙螺、含笑香螺、白焯香螺。

【玉螺】 烹饪原料。属软体动物门玉螺科动物。供食用者有：扁玉螺(Nereriea clidyma)；斑玉螺(Natica tigrina)；微黄玉螺(Lunatica gilva，也称香螺、蚍蛸)等。沿海广有分布。肉味美。食用加工方法参见“红螺”、“香螺”。以凉拌见长。

【蚍蛸】 即“玉螺”(微黄玉螺)。

【香螺】 即“玉螺”(微黄玉螺)。

【海螺】 烹饪原料。可食海螺种类很多，常用者有：东风螺(Babylonia lutosa)；郎君子(Turbo coronatus，也称醋鳖)；瓜螺(Cymbium melo，也称红塔螺)；公螺(Trochus niloticus，也称大马蹄螺)；鸟螺(Tonna olearium)等。味均鲜美，适于多种烹调方法，参见“红螺”、“响螺”、“香螺”，也可以供干制。福建菜有生炒黄螺片、花椒炒螺球；广东菜有明炉烧螺。

【醋鳖】 即“海螺”(郎君子)。

【红塔螺】 即“海螺”(瓜螺)。

【大马蹄螺】 即“海螺”(公螺)。

【泥螺】 也称“吐铁”、“麦螺”、“梅螺”、“土螺”、“吐蚬”。俗称“土铁”、“黄泥螺”。烹饪原料。属软体动物门泊螺科动物(Bullacta exarata)。沿海均有分布。多盐渍或酒渍供食，别饶风味。鲜食土腥味较重，可烧、炒、拌食，但须注意矫味。中医认为其肉味甘咸，性寒，可生津润燥。有人对泥螺过敏，须注意。

【吐铁】 即“泥螺”。《海味索隐》：“吐铁一名泥螺，出宁波南田者佳，五月梅雨后收制。”

【麦螺】 即“泥螺”。《食物本草》：“吐铁，……为海错上品，一名‘麦螺’，一名‘梅螺’。”《福州府志》：“吐铁为海错上品，……产泉州者，名曰‘麦螺’”。

【梅螺】 即“泥螺”。参见“麦螺”。

【土螺】 即“泥螺”。见《医林纂要》。

【吐蚬】 即“泥螺”。《随园食单》：“吐蚬出兴化、泰兴，有生成极嫩者，用酒娘浸之，加糖，则自吐其油，名为‘泥螺’，以无泥为佳。”

【土铁】 “泥螺”的俗称。

【黄泥螺】 “泥螺”的俗称。

【田螺】 也称“中国圆田螺”、“田羸”、“田中螺”、“黄螺”。烹饪原料。属软体动物门田螺科动物(Cipangopaludina chinensis)。广有分布。个体大于一般螺丝，壳高4～7厘米。肉味鲜美但较韧，可供蒸食，或煮后取肉供多种烹调食用。民间常用以蒸鸡蛋，或切片供炒、烧、烩等。中医认为其肉味甘咸，性寒，可清热、利水，用于治肾脏性腹水、子宫颈癌放疗后坏死。

【中国圆田螺】 “田螺”的动物学名称。

【田羸】 即“田螺”。见《名医别录》。

【田中螺】 即“田螺”。见《药性论》、《本草经集注》。

【黄螺】 即“田螺”。见《医林纂要》。

【螺蛳】 也称“蜗螺”、“蜗篱”、“师螺”。烹饪原料。属软体动物门田螺科动物。广布于淡水水域，种类较多，一般小于田螺，壳高在4厘米以下，个别大者可达7厘

米(云南所产)。肉味鲜美,适于多种烹调方法。可作小吃,也是家常美馔,又为筵上佳肴。小吃多为剪去壳尾端烹制而成。广州菜有炒田螺;江苏菜有五香糟田螺;浙江菜有剁螺蛳;梧州菜有生炒田螺;湖南菜有永州喝螺。家常多于煮后取肉入烹或凉拌等。湖南菜有焦炸螺蛳、软炸螺蛳、麻辣螺丝片;广州菜有腊肉蒸螺蛳、熘田螺片。中医认为其肉味甘,性寒,可清热、利水、明目。

【蜗螺】 即"螺蛳"。《名医别录》:"蜗螺生江夏溪水中,小于田螺,上有棱。"

【蜗簏】 即"螺蛳"。见《名医别录》。

【师螺】 即"螺蛳"。见《本草拾遗》。

【螺黄】 为云南湖泊所产螺蛳(Margarya melanoides)的雄性生殖腺。此螺个体大,壳高可达7厘米,肉味鲜美,螺黄尤为名贵。云南菜有酸辣螺黄、鸡茸螺黄。

【蜗牛】 也称"仆累"、"小牛螺"、"黄犊"、"蚹蠃"、"蹏蝓"、"蜗蠃"、"蠃蠃"、"陵螺"、"山蜗"、"瓜牛"、"蠃牛"、"负壳蜒蚰"、"海羊"、"蜒蚰蠃"、"土牛儿"、"负壳蛞蝓"、"天螺"、"圆蜾虫"、"天螺蛳"、"无厴螺"、"肌母螺"。俗称"山螺"。烹饪原料。属软体动物门蜗牛科动物(Eulota peliomphala)。广有分布。肉质细嫩腴美。古已食用,明代《赤雅》有记述。今罕有食者,国外尤以法国视为美味。是待开发的烹饪原料资源,有些地区已引入菜肴。上海梅龙镇酒家创有宫爆蜗牛肉、油炸蜗牛肉等菜。营养丰富,鲜品含蛋白质14~18%,干品可达60%。中医认为其肉味咸,性寒,可清热、消肿、解毒。

【仆累】 即"蜗牛"。见《山海经》。

【小牛螺】 即"蜗牛"。见《三苍》。

【黄犊】 即"蜗牛"。见《三苍》。

【蚹蠃】 即"蜗牛"。见《尔雅》。

【蹏蝓】 即"蜗牛"。见《尔雅》。

【蜗蠃】 即"蜗牛"。见《说文》。

【蠃蠃】 即"蜗牛"。见《广雅》。

【陵螺】 即"蜗牛"。见《古今注》。

【山蜗】 即"蜗牛"。见《名医别录》。

【瓜牛】 即"蜗牛"。见《名医别录》。

【蠃牛】 即"蜗牛"。见《药性论》。

【负壳蜒蚰】 即"蜗牛"。见《日华子本草》。

【海羊】 即"蜗牛"。见《仙传外科集验方》。

【蜒蚰蠃】 即"蜗牛"。见《本草纲目》。

【土牛儿】 即"蜗牛"。见《本草纲目》。

【负壳蛞蝓】 即"蜗牛"。见《东医宝鉴》。

【天螺】 即"蜗牛"。见《陆川本草》。

【圆蜾(gǔo果)虫】 即"蜗牛"。见《生草药手册》。

【天螺蛳】 即"蜗牛"。见《四川中药志》。

【无厴(yè页)螺】 即"蜗牛"。见《泉州本草》。

【肌母螺】 即"蜗牛"。见《泉州本草》。

【山螺】 "蜗牛"的俗称。

【玛瑙螺】 也称"褐云玛瑙螺"、"非洲蜗牛"、"东风螺"。俗称"菜螺"、"花螺"。烹饪原料。属软体动物门玛瑙螺科动物(Ach-atina fulicd)。分布于福建、台湾、广东、广西等地。肉质丰腴肥美,营养丰富,和蜗牛同属世界四大名菜之一。食用加工方法等,参见"蜗牛"。

【褐云玛瑙螺】 "玛瑙螺"的动物学学名称之一。

【非洲蜗牛】 即"玛瑙螺"。因其原产非洲(我国于1931年引入),故名。

【东风螺】 即"玛瑙螺"。

【菜螺】 "玛瑙螺"的俗称。

【花螺】 "玛瑙螺"的俗称。因其壳带有褐色花纹,故名。

【桃花鱼】 也称"桃花水母"。烹饪原料。属腔肠动物门水螅虫纲动物(Craspedacusta sowerbyi)。分布于四川、浙江、湖北等水域,形似海蜇。湖北菜有鸡泥桃花鱼。

【桃花水母】 即"桃花鱼"。

【海肠子】 也称"方格星虫"、"沙肠子"、"沙虫"、"泥蒜"。烹饪原料。属星虫动物门动物(Sipunculus nudus)。产于山东及其以南沿海。历来视为美味,鲜食、干制均属上品。干制品还远销南洋。体肥大如手指粗细,长约20厘米左右,形似肠,肉质肥厚脆嫩,可供多种烹调。山东菜有韭青炒海肠子。

【方格星虫】 "海肠子"的动物学名称。在星虫中体型较大。

【沙肠子】 即"海肠子"。

【沙虫】 即"海肠子"。

【泥蒜】 即"海肠子"。体型较小,产于浙江以南沿海。春节前后为市上佳肴,或视为滋补品。

【土钉】 烹饪原料。属星虫动物门动物(Physcosomd similis)。分布于福建、浙江及以南沿海。肌肉肥厚,滋味鲜美,沿海居民常挖掘食用,与"海肠子"媲美。食用加工方法参见"海肠子"。还有"可口革囊星虫"(Phascolosoma esculenta),食用加工方法同"海肠子"。

【可口革囊星虫】 星虫动物门可食品种之一。参见"土钉"。

【单园刺蛹】 烹饪原料。属蛹虫动物门动物(Urechis unicinctus)。分布于山东、福建沿海。与"方格星虫"近似,故也称"海肠子",食用加工方法参见"海肠子",但风味较逊。

【蝎子】 也称"钳蝎"、"茇背虫"、"蚤"、"蚷"、"蚤尾虫"、"蠚"、"主簿虫"、"杜伯"、"蚣蝑"、"全虫"。烹饪原料。属节肢动物门蛛形纲钳蝎科动物(Buthus martensi)。广有分布,以北方为多。味似虾蟹,很鲜美,可以生食。烹调常用炸法。



蝎子

山东菜有青州全蝎。中医认为其肉味咸辛，性平，可祛风、止痉、通络、解毒，用治惊风抽搐、癫痫中风、半身不遂、口眼㖞斜、偏头痛、风湿痹痛、破伤风、淋巴结核等。临床报告对癫痫、痹痛、淋巴结核、烧伤、急性扁桃体炎均有一定疗效。

【钳蝎】 "蝎子"的动物学名称。

【茯背虫】 即"蝎子"。见《山西中药志》。

【蠆(chài差)】 即"蝎子"。见《诗经》。

【蚖(wō挖)】 即"蝎子"。见《说文》。

【蠆尾虫】 即"蝎子"。《说文》："蝎，蠆尾虫也。"

【蠭(qì气)】 即"蝎子"。《博雅》："蠆，蠆蝎也。"

【主簿虫】 即"蝎子"。《酉阳杂俎》："江南旧无蝎，开元初有主簿，以竹筒盛过江，至今往往有之，故俗称为主簿虫。"

【杜伯】 即"蝎子"。《广雅》："杜伯，蝎也。"《诗疏》："蠆，一名'杜伯'，幽州人谓之蝎。观此，则主簿乃杜伯之讹，而后人遂傅会其说。"

【蜉蝣】 即"蝎子"。见《蜀本草》。

【全虫】 即"蝎子"(干制后的中药名称)。见《中药志》。

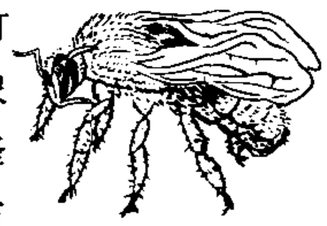
【蚂蚁】 也称"玄驹"、"蚍蜉"、"蛾蚳"。烹饪原料。属昆虫纲膜翅目蚁科动物。种类很多，常见的有黑蚂蚁(Formica fusca)等。含蚁酸、氨及多种游离氨基酸等，对健康有益。美洲多蚂蚁食品。我国苗族常以竹箩捕飞蚁以水溺死，煎炸而食，味香而酥脆。黑龙江桦南县制有蚂蚁补酒。广西民间用蚂蚁粉炒鸡蛋、炒苦瓜或掺肉蒸丸子。今民间常用作食疗食品，治风湿性关节炎等。中医认为其肉味咸，性平，可治蛇咬伤及疔毒肿痛。其卵可食。参见"蚂蚁卵"。

【玄驹】 即"蚂蚁"。见《方言》。

【蚍蜉】 (大)"蚂蚁"。《短歌行》："蚍蜉愉乐，粲粲其荣。"

【蛾蚳】 即"蚂蚁"。见《方言》。

【竹蜂】 也称"笛师"、"留师"、"竹蜜蜂"、"竹筒蜂"、"乌蜂"、"熊蜂"、"象蜂"。烹饪原料。属昆虫纲膜翅目蜜蜂科动物(Xylocopa dissimilis)。分布于广西、云南、四川等地。体形钝圆肥大，长约2.5厘米，腹内有蜜，虫体可生食；其蜜也可以供食。《白孔六帖》："竹蜜出蜀中。于野竹上结窠，……窠有蜜，甘倍常蜜。"《广西中药志》谓其"味甘酸性寒"，可清热泻火、祛风。



竹蜂

【笛师】 即"竹蜂"。见《方言》郭璞注。

【留师】 即"竹蜂"。见《本草拾遗》。

【竹蜜蜂】 即"竹蜂"。见《白孔六帖》。

【竹筒蜂】 即"竹蜂"。见《陆川本草》。

【乌蜂】 即"竹蜂"。因其身黑色，故名。

【熊蜂】 即"竹蜂"。因其体型较大，故名。

【象蜂】 即"竹蜂"。因其体型较大，故名。

【竹蛆】 烹饪原料。属昆虫纲膜翅目蜜蜂科动物。竹蜂的幼虫，也称"竹蚕"。寄生于苦竹、棉竹、刺竹林中，以嫩竹为食，形似小蚕，色白粗壮。分布于云南南部地区，至初冬正肥，宜采集供馔，逾时成蛹。适于油炸，拌以花椒盐、麻油，酥脆松软，香味馥郁，富于营养。云南菜有椒盐竹蛆、酥炸竹蚕等。

【竹蚕】 即"竹蛆"。

【大黑蜂】 也称"黑圆熊蜂"、"玄蜂"、"壶蜂"、"黝瓯蜂"、"玄瓠蜂"。烹饪原料。属昆虫纲膜翅目熊蜂科动物(Bombus ignitus)。栖于土洞或树洞内。身黑头黄尾红。壮族人民视为珍品，取活蜂入盐水锅煮硬后，可以炸食。蜂子也可食。参见"蜂子"。

【黑圆熊蜂】 "大黑蜂"的动物学名称。

【玄蜂】 即"大黑蜂"。见《楚辞》。

【壶蜂】 即"大黑蜂"。见《方言》。

【黝瓯(gōu lóu勾楼)蜂】 即"大黑蜂"。见《名医别录》。

【玄瓠蜂】 即"大黑蜂"。见《本草纲目》。

【蜂子】 也称"蜂儿"、"蜜蜂子"。烹饪原料。即蜂的白蛹。见于文献的有以下数种的蛹可食用：中华蜜蜂(Apis cerana)；土蜂(Discolia vittifrons)；黑圆熊蜂(Bombus ignitus)等。古已食用。《图经本草》："(蜜蜂子)如蚕蛹而白色。岭南人取头足未成者，油炒食之。"《岭表录异》："宣、歙人好食蜂儿。……一房蜂儿五六斗至一石。拣状如蚕蛹莹白者，以盐炒曝干，寄入京洛，以为才物。"今民间有食者。中医认为其肉味甘，性平，可祛风、解毒、杀虫。

【蜂儿】 即"蜂子"。见《岭表录异》。

【蜜蜂子】 即"蜂子"。见《神农本草经》。

【蚕蛹】 也称"小蜂儿"。烹饪原料。为昆虫纲鳞翅目家蚕蛾科动物家蚕(Bombyx mori)的蛹。味鲜美胜于鲜活海味，炸食香逾花生米。适于多种烹调方法，如清炒、油酥、锅煽、拔丝以及炖煮、作汤等；又可以制成蚕蛹蜜。有罐头食品，营养丰富，且含不饱和脂肪酸、甘油脂、卵鳞脂、脂溶性维生素等。对脂肪肝和糖尿病患者有降低血清胆甾醇和改善肝功能作用，适于慢性肝炎、早期肝硬化、高血压、高血脂患者食用。中医认为其肉味甘，性平，可健脾消食、生津止渴，可治小儿疳热、消瘦、消渴等症。

【小蜂儿】 即"蚕蛹"。见《日用本草》。

【柞蚕蛹】 烹饪原料。为昆虫纲鳞翅目天蚕蛾科动物柞蚕(Antheraea pernyi)的蛹。我国放养柞蚕已有3000多年，食其蛹历史也已很久。食用加工方法参见"蚕蛹"。

【豆虫】 也称"豆丹"。烹饪原料。为昆虫纲鳞翅目天蛾科动物豆天蛾(Clanis bilineata)的幼虫。虫体长约9厘米，嫩绿色，头部色较深，尾部有尾角。豆类害

虫。江苏、山东一带食之，一般待其老熟化蛹之前拾取，切去头，用擀杖压出其体内乳液，供炒食，菜形似炒蛋，味鲜美。

【豆丹】 即“豆虫”。

【豆蛆】 也称“无脚蛆”、“架豆蛆”。烹饪原料。科属不明。产于云南文山州，生长在野生架豆棵藤上。体长3厘米，粗1厘米，白色，体形自然弯曲，头尾略小，中间粗，形如新月。宜于8～9月捕捉。鲜蛆经盐水煮硬，晾干，油炸即食，味鲜香，肉嫩，营养丰富，壮族人民视为佳肴。

【无脚蛆】 即“豆蛆”。

【架豆蛆】 即“豆蛆”。

【龙虱】 也称“水鳖虫”、“射尿龟”、“尿缸贼”、“水龟子”。烹饪原料。属昆虫纲鞘翅目龙虱科动物。种类较多，常见的有：黄缘龙虱(Cybister japonicus)；东方潜龙虱(C. tripunctatus orientalis)等。分布于长江以南各地水域。广东、福建一带食用。食品店有售。营养价值及滋味均似鱼虾。中医认为其肉味甘，性平，可补肾、活血。



黄缘龙虱



东方潜龙虱

【水鳖虫】 即“龙虱”。见《江苏中药名实考》。

【射尿龟】 即“龙虱”。见《陆川本草》。

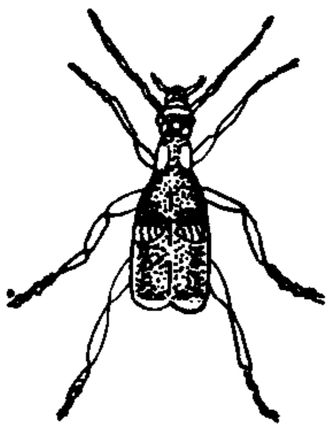
【尿缸贼】 即“龙虱”。见《陆川本草》。

【水龟子】 即“龙虱”。见《中药志》。

【笋蝻(qīng青)】 俗称“笋蛆”。烹饪原料。为昆虫纲鞘翅目象甲科动物竹象(Cyrtotrachelus longirnanus)的幼虫。乳白色，纺锤形，蛀食竹笋。云南、广西一带山区喜食，可供炸食，或用炖肉。营养丰富，滋味香美，民间视为滋补食品。

【笋蛆】 “笋蝻”的俗称。

【行夜虫】 也称“负盘”、“屁盘”、“屁蟹”、“夜行”。俗称“放屁虫”。烹饪原料。属昆虫纲鞘翅目步甲科动物(Pheropsophus jessoensis)。广有分布。昼伏夜出，遇刺激则于肛门腺放出黄色恶臭气体。古已食之。《本草拾遗》：“戎人食之，味极辛辣。”张杲《医说》：“鲜于板明好食负盘臭虫。每散，令人采取三五升，浮温水上，泄尽臭气，用酥及五味熬作饼食，云味甚佳。”今四川东部一些地区仍食。干制后供蘸调料食用。中医认为其肉味辛，性温，可疗腹痛、寒热、利血。



行夜虫

【负盘】 即“行夜虫”。见《名医别录》。

【屁盘】 即“行夜虫”。《名医别录》：“行夜，今小儿呼屁盘虫，或曰‘屁蟹’，即此也。”

【屁蟹(pīn拚)】 即“行夜虫”。参见“屁盘”。

【夜行】 即“行夜虫”。见《本草拾遗》。

【放屁虫】 “行夜虫”的俗称。因其被捕捉时放出恶臭气体，故名。

【蚱蜢】 也称“蚂蚱”、“土蟓”、“蠼溪”、“蚏蛨”、“蚏蜢”、“土蚏蛨”。俗称“飞虾”。烹饪原料。为昆虫纲直翅目蝗科蚱蜢亚科的概称。食用者包括以下数种：稻蝗(Oxya chinensis，也称蝗蟓、蠽)；蹦蟓(Acrida chinensis，又称中华蚱蜢、舂米郎、蚤蝑、蚣蚤、舂黍)；飞蝗，(两种：东亚飞蝗(Locusta migratoria manilensis)；亚洲飞蝗(L. m. migratoria)，其若虫称蝻。广有分布。均为农业害虫。其成虫、若虫及卵块均可食用，多见于山东、辽宁、云南等地。捕获后，以开水烫死或热锅焙死，油炸供食，香酥口脆，可以佐酒或零吃，也可以调味烹汁，味颇似虾；间有焙干研碎久存作调味品的。云南菜有干炸蚂蚱。营养丰富。中医认为其肉味辛甘，性温，可暖胃助阳、健脾运食，治小儿急慢惊风、百日咳。

【蚂蚱】 即“蚱蜢”。

【土蟓(zhōng中)】 即“蚱蜢”。《尔雅》：“土蟓，蠼溪。”邢昺疏：“江南呼胥蛨，又名蛨蜢，形似蝗而小，善跳者是也。”

【蠼(rǎng壤)溪】 即“蚱蜢”。《尔雅》：“土蟓，蠼溪。”郭璞注：“似蝗而小。”郝懿行义疏：“今土蚏蛨也。

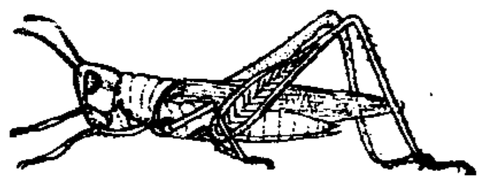
【蚏蛨(zhà mò诈末)】 即“蚱蜢”。参见“土蟓”。

【蚏蜢】 即“蚱蜢”。参见“土蟓”。蚏，同蚱。

【土蚏蛨】 即“蚱蜢”。参见“蠼溪”。

【飞虾】 南方地区对“蚱蜢”的俗称。因其味鲜如虾，故名。

【稻蝗】 也称“蝗蟓”、“蠽”。蚱蜢之类的一种。参见“蚱蜢”。



稻蝗

【蝗(zhōng终)蟓】 即“稻蝗”。《尔雅》：“蝗蟓，蝗。”

【蠽(fán凡)】 即“稻蝗”。《说文》段注：“蝗蟓，蠽也。”

【蹦(jiǎn简)蟓】 也称“中华蚱蜢”、“舂米郎”、“蚤蝑”、“蚣蚤”、“舂黍”。烹饪原料。蚱蜢的一种。参见“蚱蜢”。

【中华蚱蜢】 “蹦蟓”的动物学名称。

【蚤蝑】 即“蹦蟓”。《方言》：“舂黍谓之蚤蝑。”郭璞注：“又名‘蚣蚤’，江东呼蚏蛨。”

【蚣蚤】 即“蹦蟓”。参见“蚤蝑”。

【舂黍】 即“蹦蟓”。参见“蚤蝑”。

【舂米郎】 即“蹦蟓”。因执两只大腿，即跃动如舂米状，故名。参见“蹦蟓”。

【飞蝗】 烹饪原料。蚱蜢的一种。参见“蚱蜢”。

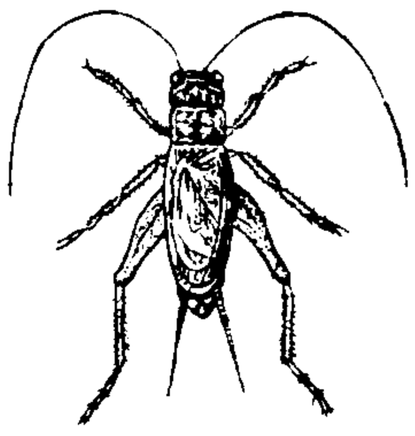
【蝻】 烹饪原料。即“蝗”的若虫。参见“蚱蜢”。

【竹蝗】 也称“黄脊竹蝗”。烹饪原料。属昆虫纲直翅目蝗科动物(Ceracris kiangsu)。体长30～40毫米，绿色，形似蚱蜢，是竹类的主要害虫之一。云南、广西一

带山区喜食。食用加工方法参见"蚱蜢"。

【黄脊竹蝗】 "竹蝗"的动物学名称。

【蟋蟀】 也称"蛬"、"蛩"、"蜻蛚"、"虹孙"、"促织"、"趋织"、"吟蛩"、"将军"、"夜鸣虫"。俗称"叫鸡"、"唧唧"、"斗鸡"、"蛐蛐"。烹饪原料。属昆虫纲直翅目蟋蟀科动物(Gryllulus chinensis)。广有分布,农业害虫。傣族人喜食,以之制成蟋蟀酱,用生菜叶裹食。其肉味辛咸,性温,可利尿,用治尿闭、水肿、膨胀。《四川中药志》载,可治阳痿。


蟋蟀

【蛩(gǒng巩)】 即"蟋蟀"。《尔雅》"蟋蟀,蛬。"注:"今'促织'也,亦名'青蛚'。"

【蛩(qióng穷)】 即"蟋蟀"。白居易《禁中闻蛩》诗:"西窗独闇坐,满耳新蛩声。"

【蜻蛚】 即"蟋蟀"。《韵会》:"蜻蛚,蟋蟀。"

【虹(yāng央)孙】 即"蟋蟀"。《方言》:"蜻虹,南楚之间谓之虹孙。"

【促织】 即"蟋蟀"。见《广雅》。

【趋织】 即"蟋蟀"。

【吟蛩】 即"蟋蟀"。《埤雅》:"蟋蟀,一名吟蛩。"

【将军】 即"蟋蟀"。见《本草纲目拾遗》。

【夜鸣虫】 即"蟋蟀"。见《中药志》。

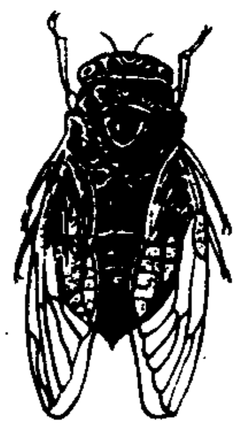
【斗鸡】 "蟋蟀"的俗称。因其好斗,故名。

【叫鸡】 贵州一带对"蟋蟀"的俗称。见《贵州民间方药集》。

【唧唧】 贵州一带对"蟋蟀"的俗称。见《贵州民间方药集》。

【蛐蛐】 河北、江苏等地对"蟋蟀"的俗称。

【蚱蝉】 也称"黑蚱"、"鸣蜩"、"蝒"、"马蜩"、"螃"、"鸣蝉"、"秋蝉"、"蜘蟟"、"蚱蟟"。俗称"知了"。烹饪原料。属昆虫纲同翅目蝉科动物(Cryptotympana atra)。除西北高原外,广有分布。可供食用。中医认为蚱蝉味咸甘,性寒,可清热、熄风、镇惊。其蝉也可以食用。参见"蝉蝒"。


黑蚱

【黑蚱】 "蚱蝉"的动物学名称。

【鸣蜩(tiáo条)】 即"蚱蝉"。见《诗经》。

【蝒(mán馒)】 即"蚱蝉"。见《说文》。

【马蜩】 即"蚱蝉"。见《尔雅》。

【螃(lāo捞)】 即"蚱蝉"。见《方言》。

【鸣蝉】 即"蚱蝉"。见《唐本草》。

【秋蝉】 即"蚱蝉"。见《圣惠方》。

【蟟蟟(liáo辽)】 即"蚱蝉"。见《七修类稿》。

【蚱蟟】 即"蚱蝉"。见《中药志》。

【知了】 "蚱蝉"的俗称。

【蝉蝒】 也称"蝉猴"、"知了猴"。俗称"知了狗子"。烹饪原料。为昆虫纲同翅目蝉科动物蚱蝉(Cryptotympana atra)的蝒。江苏丰县每到夏天即有糖醋蝉猴、油炸蝉猴等菜肴供应,入口鲜嫩而又酥脆,很受欢迎。山东菜有油炸蝉蝒。

【蝉猴】 即"蝉蝒"。

【知了猴】 即"蝉蝒"。

【知了狗子】 江苏海州一带对"蝉蝒"的俗称。

【蠊螂】 也称"东方蠊"、"蜚"、"蜚"、"蚜蜚"、"蜚蠊"、"飞蜨"、"石姜"、"负盘"、"滑虫"、"茶婆虫"、"香娘子"、"赃郎"、"黄贼"。俗称"偷油婆"、"酱虫"。烹饪原料。属昆虫纲蜚蠊目蜚蠊科动物(Blatta orientalis)。常见的还有美洲蠊(Periplaneta);澳洲蠊(P.australasiae)。大部分地区有分布,多见于长江中下游及其以南各省。有恶臭,且可传染疾病。古人食之。《名医别录》:"蜚蠊,……有两三种,以作廉姜气者为真,南人亦啖之。"《唐本草》:"蜚蠊,味辛辣而臭,汉中人食之,言下气。"《本草纲目》:"蜚蠊、行夜、蜒蟲,西南夷皆食之,混呼为'负盘'。"今广东仍有食者,多用于食疗。据分析,蠊螂含有多量蛋白质及多种氨基酸,并含多种酶及维生素。中医认为其肉味咸,性寒,可破瘀、化积、消肿、解毒。

【东方蠊】 "蠊螂"的一种的动物学学名。

【蜚】 即"蠊螂"。《尔雅》:"蜚,蚜蜚。"疏:"蜚,越之所生,其为虫臭恶……。"

【蜚(fēi肥)】 即"蠊螂"。参见"蜚"。

【蚜蜚】 即"蠊螂"。参见"石姜"。

【蜚蠊】 即"蠊螂"。见《神农本草经》。

【飞蜨(zhè这)】 即"蠊螂"。见《广雅》。

【石姜】 即"蠊螂"。《唐本草》:"此虫辛臭,汉中人食之,名'石姜',亦名'蚜蜚',一名'负盘'。南人谓之'滑虫'。"

【负盘】 即"蠊螂"。参见"石姜"。

【滑虫】 即"蠊螂"。参见"石姜"。

【茶婆虫】 即"蠊螂"。见《本草纲目》。

【香娘子】 即"蠊螂"。见《本草纲目》。

【赃郎】 即"蠊螂"。见《本草纲目拾遗》。

【黄贼】 即"蠊螂"。见《陆川本草》。

【偷油婆】 "蠊螂"的俗称。见《分类本草药性》。

【酱虫】 贵州一带对"蠊螂"的俗称。见《贵州民间方药集》。

【犹吻沙蚕】 简称"沙蚕"。俗称"禾虫"、"水百脚"、"沙虫"。烹饪原料。属环节动物门多毛纲沙蚕科动物(Tylorrhynchus heterochaeta)。分布于广东、福建沿海及长江口一带,为广东、福建人所喜食。身软如蚕,形如筷子,外表青黄,含有白浆。肉质韧而爽脆,味很鲜美。适于多种烹调方法。广东菜有炖禾虫、炒禾虫、炉

焗禾虫、香芋煲禾虫。还可以和小虾同制虾酱，也可以制炒虫干。中医认为其肉味甘，性温，可暖胃、补气，用为滋补药。

【沙蚕】 "疣吻沙蚕"的简称。

【禾虫】 广东一带对"疣吻炒蚕"的俗称。《本草纲目拾遗》："禾虫，闽、广、浙沿海滨多有之，形如蚯蚓。闽人以蒸蛋食，或作膏食，饷客为羞，云食之补脾健胃。"

【水百脚】 江苏一带对"疣吻炒蚕"的俗称。因其多足，形似蜈蚣，故名。

【沙虫】 "疣吻沙蚕"的俗称。

【海蚯蚓】 也称"沙蝎"。烹饪原料。属环节动物门多毛纲沙蝎科动物(Arenicola)。产于黄海沿海。肉质柔韧而脆爽，鲜嫩腴滑。烹调时将体内泥污除净，适于炒、爆、烩，也可以汆汤、制馅等。

【沙蝎(zhú烛)】 "海蚯蚓"的动物学名称。

【土笋】 也称"泥虮"、"土蚯"。俗称"土虫"。烹饪原料。属环节动物门。因其形如笋，故名。福建南部沿海特产，尤以厦门为最。肉质软绵，富含胶质。去皮及内脏入沸水中熬之即可溶化。冷却后凝固成冻，俗称土蚯冻，适于拼、拌凉菜，或作菜肴的凝固剂等。

【泥虮】 即"土笋"。

【土蚯】 即"土笋"。

【土虫】 "土笋"的俗称。

【蚯蚓】 也称"蝘蜓"、"朐忍"、"蜓蚕"、"蛩蚕"、"曲蟺"、"曲鳝"、"土蟺"、"土龙"、"地龙子"、"寒蚖"、"寒蚓"、"附蚓"、"丘螾"、"蜷蟮"、"蜿蟺"、"引无"、"虫蟮"。烹饪原料。属环节动物门寡毛纲动物。种类很多，常见的有：参环毛蚓(Pheretima aspergillum，属巨蚓科)；背暗异唇蚓(Allolobophora caliginosa trapezoides，属正蚓科)等。广有分布。味很鲜美，可整烹，或制粉以调配食品。适于多种烹调方法，油炸后拌生菜或卷春饼，味似香肠，香脆可口。台湾菜有地龙凤巢、龙凤配、千龙戏珠、龙迎双喜等。欧美食用渐多，菜点有蚯蚓馅饼、蚯蚓果肉蛋卷之类。营养成份较齐全，含多种人体必需的氨基酸，并含蚯蚓解热碱等成分，药理研究，有降压、平喘、解热、镇静、抗惊厥等作用。中医认为其肉味咸，性寒，可清热、平肝、止喘、通络，是传统的平肝息风药之一。



背暗异唇蚓

【蝘蜓(qiě yǐn且印)】 即"蚯蚓"。见《尔雅》。蜓，同蚓。

【朐忍】 即"蚯蚓"。《十三州志》："其地下湿，多朐忍虫，因名。"

【蛩(qiǎn浅)蚕】 即"蚯蚓"。《尔雅》："蜓蚓，蛩蚕。"疏："蜓蚓，一名蛩蚕。即蜤蟺也。"

【蜤蟺(yuán shǎn原闪)】 即"蚯蚓"。《广雅》："蜤蟺，蚯蚓也。"

【曲蟺】 即"蚯蚓"。见《古今注》。

【曲蟮】 即"蚯蚓"。见《小品方》。

【土蟺】 即"蚯蚓"。见《本草纲目》。

【土龙】 即"蚯蚓"。参见"地龙子"。

【地龙子】 即"蚯蚓"。见《药性论》。《本草纲目》："术家言蚓可兴云，又知阴晴，故有土龙、龙子之名。"

【寒蚖(xiàn宪)】 即"蚯蚓"。见《日用本草》。

【寒蚓】 即"蚯蚓"。见《日用本草》。

【附蚓】 即"蚯蚓"。见《日用本草》。

【丘螾】 即"蚯蚓"。见《淮南子》。

【蜷蟮(quǎn chǔn卷蠢)】 即"蚯蚓"。见《淮南子》高诱注。

【蜿蟺】 即"蚯蚓"。见《广雅》。

【引无】 即"蚯蚓"。见《广雅》。

【虫蟮】 即"蚯蚓"。见《贵州民间方药集》。

【沙蛆】 烹饪原料。科属不明。为产于云南文山州江河沙滩上的一种蛆。壮族人民喜捕之并炸食，其味酥脆鲜香，肉软滋嫩。

【夹夹虫】 烹饪原料。产于云南漾濞县。身似鳝鱼，头似蜈蚣，长7～8厘米，黑灰色。头部有坚硬的大夹，脚数十只，爬形如蜈蚣。平时藏于河岸沙石中，可烹食，味鲜美，富于营养。

【卵】 烹饪原料。多指禽类所产的蛋。《荀子》："风至苕折，卵破子死。"也泛指动物所产的卵，如甲鱼蛋、乌鱼蛋、海龟蛋等。为烹饪所常用。

【鸡蛋】 也称"鸡卵"、"鸡子"。俗称"滚头"。烹饪原料。烹饪应用加工简便，适应面广泛，可作主食，也可以作副食、糕点、小吃、饮料；可整用，也可以打散用或蛋黄、蛋清分用。用于菜肴，可作主料，也可以作配料、调味料(沙拉油)、粘合料(挂糊、上浆)、配色料、装饰料；可作大菜，也可以作炒菜、汤菜、冷盘；并可以用于制作蛋卷、蛋饺等特殊菜式。鸡蛋煮熟可以雕刻，打成蛋泡糊后又可以塑造成形，并可以制成雪花、芙蓉、蛋松等特殊菜形。鸡蛋还适应众多的烹调方法，宜于各种调味，故为中西餐式所常用，厨房所常备。鸡蛋还可以用制咸蛋、糟蛋、皮蛋等。中医认为鸡蛋味甘，性平，可滋阴润燥、养血安胎。

【鸡卵】 即"鸡蛋"。见《食疗本草》。

【鸡子】 即"鸡蛋"。见《神农本草经》。

【滚头】 江苏一带饮食行业对"鸡蛋"的俗称。

【鸭蛋】 也称"鸭子"、"鸭卵"。俗称"太平"。烹饪原料。食用加工方法参见"鸡蛋"。有腥味，烹调时须加酒矫味。多用于制咸蛋、皮蛋、糟蛋等。中医认为鸭蛋味甘，性凉，可滋阴、清肺。

【鸭子】 即"鸭蛋"。见《食疗本草》。

【鸭卵】 即"鸭蛋"。见《本草经集注》。

【太平】 福建一带对"鸭蛋"的俗称。

【鹅蛋】 烹饪原料。蛋重150～200克，质量次于鸡、鸭蛋。吃口较粗。宜于炒、卤、腌、糟等。中医认为鹅蛋味甘，性温，可补中益气。

【鸽蛋】 也称"鸽卵"。烹饪原料。蛋重15～20克，煮熟后质细嫩，蛋白稍透明，是高档的菜肴原料之一，筵席常用，一般整用。河南菜有象眼鸽蛋；湖南菜有龙眼鸽蛋；贵州菜有篮球鸽蛋。中医认为鸽蛋味甘咸，性平，可解疮、痘毒。《四川中药志》载，鸽蛋、桂圆肉、枸杞加冰糖蒸服，可补肾益气。

【鸽卵】 即"鸽蛋"。见《本草纲目》。

【鹌鹑蛋】 烹饪原料。小于鸽蛋。烹饪一般整用，也可以打散入花模蒸后用。参见"鸽蛋"。属高档原料。营养价值与"鸡蛋"近似。

【奶】 俗称"奶子"。烹饪原料。也是重要的食品工业原料。常用的有牛奶、羊奶，间用马奶、驼奶等。可供制一些特殊菜式及小吃、点心。营养成份较完全，利于健康。

【奶子】 西北一带对"奶"的俗称。

【牛奶】 也称"牛乳"。烹饪原料。用于烹饪，可供制炒鲜奶、炸牛奶、奶油菜花、牛奶白菜等菜式，也用以制双皮牛奶、椰子奶糊、山楂奶皮卷、焗鲜奶软糕等糕点、小吃。民间也用以揉面、煮粥；还用于冷饮、糕点、糖果等食品，又可以制成多种奶制品，是食品工业的重要原料之一，是蒙、藏、维吾尔等民族的主要食物。营养丰富，其蛋白质含酪蛋白、白蛋白及球蛋白，均有全部必需的氨基酸。中医认为其味甘，性平，可补虚损、益肺胃、生津润肠。

【牛乳】 即"牛奶"。见《本草经集注》。

【羊奶】 也称"羊乳"。烹饪原料。烹饪利用及方法，参见"牛奶"。羊奶的蛋白质和脂肪高于牛奶，绵羊奶又高于山羊奶。因羊奶有较浓的羶味，所以很少用于菜肴原料。中医认为其味甘，性温，可温润补虚。

【羊乳】 即"羊奶"。见《本草经集注》。

【马乳】 也称"玄玉浆"。烹饪原料。马乳可代牛乳饮用，但营养价值较低。中医认为其味甘，性凉。《随息居饮食谱》："功同牛乳而性凉不腻。补血润燥之外，善清胆、胃之热，疗咽喉口齿诸痛，利头目，止消渴，专治青腿牙疳。"可用以制马奶酒。

【玄玉浆】 即"马乳"。为"迤北八珍"之一。

【驴乳】 烹饪原料。驴乳可代牛乳，但少见饮用。含有酪蛋白、清蛋白、乳糖等。中医认为其味甘，性寒，可治消渴、黄疸、风热赤眼等。《千金·食治》即已收载。

【驼乳】 烹饪原料。食用方法参见"牛奶"。中医认为其味甘，性温或冷，可补中益气、壮筋骨。

植物性

【疏食】 烹饪原料。蔬菜和谷物的概称。《淮南子》："秋畜疏食。"注："菜蔬曰疏，谷食曰食。"

【五谷】 也称"五种"。烹饪原料。古代对粮食的概称。有多种说法：一见《周礼·天官·疾医》注为麻、菽、麦、稷、黍；一见《周礼·夏官·职方氏》注为黍、稷、菽、麦、稻；一见《楚辞·大招》："五谷六仞"，王逸注为稻、菽、麦、豆、麻；一见《素问·藏气法时论》王冰注为粳米、小豆、麦、大豆、黄黍；一见《妙法莲华经》为稻谷、大麦、小麦、菉豆、白芥子；一见佛教密宗修法所用，为大麦、小麦、稻谷、小豆、胡麻。

【五种】 即"五谷"。《周礼·夏官·职方氏》："河南曰豫州。其畜宜六扰，其谷宜五种。"郑玄注："五种，黍、稷、菽、麦、稻。"又，"正北曰并州。其谷宜五种。"郑玄注："五种，黍、稷、菽、麦、麻。"《汉书·食货志》："种谷必杂五种，以备灾害。"颜师古注："五种，谓黍、稷、麻、麦、豆也。"

【六谷】 也称"六盉"、"六粢"。烹饪原料。古代对粮食的概称。《周礼·天官·膳夫》注："六谷，稌、黍、稷、粱、麦、菰。"

【六盉(zī资)】 即"六谷"。《周礼·春官·小宗伯》："辨六盉之名物……。"注："盉，读为粢。六粢谓六谷……。"

【六粢(zī资)】 即"六谷"。参见"六盉"。

【六米】 烹饪原料。古代对六种粮食作物的概称。《周礼·地官·舍人》郑玄注："九谷六米。"疏："九谷之中，黍、稷、稻、粱、菰、大豆，六者皆有米。麻与小豆、小麦三者无米，故云九谷六米。"

【六陈】 烹饪原料。古代对六种可供贮藏的粮食的概称。指米、大麦、小麦、大豆、小豆、芝麻。又，旧时也称粮食铺为六陈铺。《醒世恒言》："夫妻两口，开个六陈铺儿，虽则粜米为生，一应麦豆油盐杂货，无所不备。"

【八谷】 烹饪原料。古代对谷物的概称。一见《神农本草经》注，为黍、稷、稻、粱、禾、麻、菽、麦；一见《天文大象赋》注，为稻、黍、大麦、小麦、大豆、小豆、粟、麻；一见《甘石星经》，谓八谷应于八星，为黍、稷、稻、粱、麻、菽、麦、乌麻。

【九谷】 烹饪原料。古代对谷物的概称。有多种说法：一见《周礼·天官·大宰》郑司农注，九谷为黍、稷、秫、稻、麻、大小豆、大小麦；一见《尚书》郑玄注，谓九谷中无秫、大麦，而有粱、菰；一见《氾胜之书》，以稻、米、黍、麻、秫、小麦、大麦、大豆、小豆为九谷；一见《古今注》，以黍、稷、稻、粱、三豆、二麦为九谷。

【百谷】 烹饪原料。谷类的总称。《易经》："百谷草木丽乎地。"《诗经·小雅·大田》："俶载南亩，播厥百谷。"

【主粮】 也称"细粮"。烹饪原料。以生产和消费的数量多少加以区别，有地区性，如东北的高粱、西北的小麦、华北的小米、南方的稻米，皆列为主粮。民间因饮食习惯，则把稻米和小麦面粉称为主粮，其余皆列为粗

粮范畴。

【细粮】 即"主粮"。

【杂粮】 也称"粗粮"。烹饪原料。指主粮以外的粮食,包括大麦、青稞、莜麦、荞麦、玉米、燕麦、糜子、稷子、黍子、小米、高粱等。或包括一些豆类、薯类以及其他可以当粮的植物。

【粗粮】 即"杂粮"。

【小杂粮】 烹饪原料。杂粮中零星生产且产量不多的品种,如糜子、荞麦等。

【原粮】 俗称"带皮粮"。烹饪原料。粮食中指收获后未经加工的作物籽粒。如小麦、稻谷、大豆、杂粮等。

【带皮粮】 "原粮"的俗称。

【成品粮】 俗称"下锅粮"。烹饪原料。经碾、磨加工,符合一定标准,可直接用于制作食品的粮食产品。如面粉、米等。

【下锅粮】 "成品粮"的俗称。

【稻】 也称"稌"、"穤秫"、"秕秫"、"麋牙稻"、"红莲稻"、"嘉蔬"。烹饪原料。属禾本科植物(Oryza sativa)。广有栽培,多分布于南方,是南方人的主粮。品种很多。按其米粒内含淀粉性质,分为"籼稻"、"粳稻"、"糯稻",脱壳后即为籼米、粳米、糯米。



稻

【稌(tú涂)】 即"稻"。《诗经》:"丰年多黍多稌。"一说指粳稻、糯稻、黍。

【嘉蔬】 即"稻"。《礼记》:"稻曰嘉蔬。"

【穤秫(bà yà坝亚)】 即"稻"。唐韦庄《稻田》诗:"绿波春浪满前陂,极目连云穤秫肥。"曾巩《游麻姑山》诗:"斗迴地势平如削,穤秫百顷贯参差。"

【秕(bà坝)秫】 即"稻"。见《浣花集》。

【麋牙稻】 即"稻"。白居易《官舍闲题》诗:"禄米麋牙稻,园蔬鸭脚葵。"

【红莲稻】 即"稻"。范成大《吴郡志·土物》:"红莲稻,自古有之。……此米中间绝不种,二十年来农家始复种,米粒肥而香。"陆龟蒙《甫里集·别墅怀旧》:"遥为晚花吟白菊,近炊香稻识红莲。"

【粳稻】 也称"杭"、"梗"。烹饪原料。属禾本科植物(Oryza sativa subsp. keng)。水稻的一个亚种。较耐寒,分布于太湖地区、淮河以北温度较低以及华南海拔较高地区。脱壳后即为"粳米"。

【杭(jīng京)】 即"粳稻"。《汉书·东方朔传》注:"稻,有芒之谷总称也。杭,其不粘者也。"

【梗】 即"粳稻"。见《汉书》。

【苦谷】 烹饪原料。粳稻的一种。产于云南孟连县,属旱稻类。因其从出苗到成熟,全身均有苦味,故名。其米作饭,香甜可口。

【籼稻】 也称"占稻"。烹饪原料。属禾本科植物(Oryza sativa subsp. shien)。水稻的一个亚种。主要分布于淮河、长江流域及其以南地区。脱壳后即为"籼米"。

【占稻】 即"籼稻"。《本草纲目》:"籼似粳而粒小,始自闽入,得种于占城国。宋真宗遣使就闽取三万斛,分给诸道为种,故今各处皆有之。"占城,古南海国名,约当今越南中南部。

【糯稻】 烹饪原料。属禾本科植物(Oryza sativa var. glutinosa)。水稻的变种。籼稻、粳稻中都有糯稻。脱壳即为"糯米"。

【米】 也称"白粲"。俗称"八木"。烹饪原料。稻脱壳后所得米粒的概称。有"籼米"、"粳米"、"糯米"之分。主粮之一。按加工精细程度,又分"糙米"、"精白米"等。

【白粲】 即"米"。杜牧诗:"精凿传白粲。"

【八木】 江苏一带饮食行业对"米"的俗称。

【大米】 烹饪原料。籼米、粳米的泛称。或专指粳米。

【籼米】 烹饪原料。米的一种。粒瘦而长,扁圆,米质粘性较差,胀性大,吃水多。可供煮饭、粥。煮粥粘度小,煮饭较出饭,口感疏散。也可对入粳米同磨米粉。中医认为其味甘,性温,可温中益气、养胃和脾、除湿止泄。

【粳米】 也称"硬米"、"长腰"。烹饪原料。米的一种。米粒宽而厚,近圆形,米质粘性较强,胀性小,吃水少。可供煮饭、粥。煮粥粘稠,煮饭出饭少于籼米,但口感滑润腴美,有香味。可磨粉供制糕糰,或与糯米掺用,也可以作菜肴、名点原料。中医认为其味甘,性平,可补中益气、健脾和胃、除烦渴、止泻痢。

【硬米】 即"粳米"。见《本草求原》。

【长腰】 即"粳米"。《幼学故事琼林》注:"江南有句俗语:'长腰粳米',所以又叫长腰。"

【香米】 烹饪原料。粳米的一种。因香味浓郁而得名,各省均有,产量不多。色白而半透明,可供作饭、粥,蒸饭愈蒸愈香,且可存久不馊。旧时曾列为贡品。陕西《洋县县志》载:"香稻……村中虽有,不以食之"。

【糯米】 也称"酒米"、"稬米"。俗称"江米"、"元米"、"茶米"、"阴糯"。烹饪原料。米的一种。米粒乳白色,胚乳多含支链淀粉,易糊化,粘性强,胀性小,吃水少。可供作饭、粥,粘稠性大;可制米糕、米糰、粽子、烧麦;可制酒酿,酿甜酒;磨粉可作元宵、糕点;可爆米花。又作菜肴原料,如八宝饭、糯米鸡、珍珠丸子、糯米瓤枣肉等;也可作小吃,如糯米藕、粢耙、炸米糕等。烹饪应用广泛。中医认为其味甘,性温,可补中益气,防消渴溲多、自汗、便泄。

【酒米】 即"糯米"。因其可供酿制酒酿、甜酒,故名。

【稬米】 即"糯米"。见《随息居饮食谱》。

【阴糯】 对半透明状"糯米"的俗称。

【江米】　“糯米”的俗称。

【元米】　江苏一带对“糯米”的俗称。

【茶米】　江苏一些地区对“糯米”的俗称。

【瓜米】　烹饪原料。糯稻碾5次称为瓜米。因此米可供制木瓜酒，故名。

【大香糯】　烹饪原料。糯米的一种。云南景谷县特产。生长期间就有香气，抽穗扬花期香味尤烈。碾出的香糯，雪白滚圆，做成饭，香味四溢。

【紫米】　也称“紫糯米”、“接骨糯”。烹饪原料。糯米的一种。产于云南西双版纳等地。因颗粒细长，色紫红，做成粥饭后色更鲜艳，故名。民间喜在年节喜庆时做成豆焖饭或八宝饭食用。味香微甜，粘而不腻，富于营养，可补血益气。以之配草药可治跌打刀伤。

【紫糯米】　即“紫米”。

【接骨糯】　即“紫米”。因其可治跌打刀伤，故名。

【血糯】　也称“香稻米”。俗称“紫红米”、“桃花糯”、“香红莲”、“珍珠稻”。烹饪原料。糯米的一种。因米色血红，故名。属粮中珍品。产于江苏常熟、河北丰南、陕西汉中等地。可供煮饭、粥。因产量少，多用于高级筵席，或作食疗滋补剂。营养丰富，味香腴，清代曾列为贡品。

【香稻米】　即“血糯”。

【紫红米】　云南一带对“血糯”的俗称。

【桃花糯】　湖南一带对“血糯”的俗称。

【香红莲】　广东一带对“血糯”的俗称。

【珍珠稻】　广东一带对“血糯”的俗称。

【黑糯】　俗称“黑米”。烹饪原料。糯米的一种。粮中珍品，产于陕西洋县等地。可供制饭、粥，味香而腴。因产量少，仅供高级筵席应用，或作滋补食品。具有滋阴、益肾、补胃、暖肝、明目、活血等功效。

【黑米】　“黑糯”的俗称。

【墨米】　也称“墨糯”、“药米”。烹饪原料。糯米的一种。产于广西东兰县。色紫黑，糯软，味香而鲜。有两个品种：一种皮紫心白，煮熟或泡酒后全部变黑；一种通体黑色，含多量水溶性蛋白质和近20种氨基酸，并含多种维生素和矿物质。有提高肌体免疫力、增强抗过敏等功能，并可以镇痛、补血，民间常用作滋补食品，或用作医治跌打损伤、风湿痹症、神经衰弱等病的辅助治疗剂。

【墨糯】　即“墨米”。

【药米】　即“墨米”。

【软米】　烹饪原料。米的一种。产于云南傣族地区。子粒细长，粘性介于糯、粳之间，油润可口。

【扁米】　烹饪原料。米的一种。产于云南傣族和贵州侗族等地区。用未完全成熟的糯稻，脱粒后炒熟，再用石碓舂成。色泽光亮，口味香甜。可供直接食用，也可以制作菜肴。

【糙米】　也称“糲”、“免粟”、“脱粟”、“粝”。烹饪原料。仅经脱壳，未经精磨的粗米。作饭、粥味香，但口感粗糙，色红黄，习惯视为粗粝。

【糲(lì力)】　即“糙米”。《汉书》：“糲粱之食，藜藿之羹。”注：“一斛粟七斗米为糲。”

【粝(lì力)】　即“糙米”。《梁书·武帝纪》：“日止一食，膳无鲜腴，惟豆羹粝食而已。”

【免粟】　即“糙米”。《晏子春秋》：“免粟之食饱。”

【脱粟】　即“糙米”。《索隐》：“脱粟，才脱谷而已，言不精凿也。”

【白米】　烹饪原料。糙米经再加工，碾去外皮的米。据加工出米率的多少，分为“标准米”、“精白米”等。

【标准米】　也称“九二米”、“九四米”。烹饪原料。糙米经再加工碾去外皮后，出米率较多的白米。因国家有规定，如“九四米”、“九二米”等，故称标准米。

【九二米】　即“标准米”。为我国政府1950年规定的全国大米加工标准之一，即每100市斤(50千克)糙米出白米92市斤(46千克)。1953年改为“九四米”。

【九四米】　即“标准米”。指每100市斤(50千克)脱壳糙米出白米94市斤(47千克)。此为我国政府1953年公布的标准。

【精白米】　也称“精”、“糈”、“糳”、“粲”、“粺”、“穀”。烹饪原料。加工精细的米。色洁白，有光泽，口感腴爽。但因其籽胚已基本或完全去净，营养价值较差，故久食易致维生素B_1缺乏症，如脚气病等，须注意。

【精】　即“精白米”。《庄子》：“鼓荚播精，可以食十人。”

【糈(xǔ许)】　即“精白米”。《离骚》：“怀椒糈而要之。”注：“糈，精米，所以享神。”

【糳(zuò坐)】　即“精白米”。《说文》：“糲米一斛舂得九斗曰糳。”

【粲】　即“精白米”。《诗经》：“予授子之粲兮。”朱熹集传谓粟之精凿者为粲。参见“粺”。

【粺(bài败)】　即“精白米”。《诗经》：“彼疏斯粺。”郑玄笺：“米之率，粝十粺九。”《说文》段注：“米一斛舂为九斗曰穀，穀即粺，禾黍言粺，稻言穀；稻米九斗而舂为八斗，则亦曰糳；八斗而凿为大半斗则曰粲。稻米至于粲，精之至矣。”

【穀】　即“精白米”。参见“粺”。

【陈仓米】　也称“陈廪米”、“红粟”、“火米”、“老米”。俗称“陈米”。烹饪原料。①贮存多年的米。具陈米气味。作干饭较松散；作稀饭不易稠汤。中医认为其味甘淡，性平，可养胃、渗湿、除痰。②专指陈粳米。

【陈廪米】　即“陈仓米”。见《名医别录》。

【火米】　即“陈仓米”。见《本草纲目》。

【老米】　即“陈仓米”。见《本草纲目》。

【红粟】　即“陈仓米”。见《本草纲目》。

【陈米】　“陈仓米”的俗称。见《百一选方》。

【蒸谷米】　也称“熟米”。烹饪原料。籼稻或粳稻等

经蒸熟后碾制而成的米。主产于浙江湖州。米粒完整，形似鼠牙，色白如玉，晶莹透明，耐久贮，不霉不蛀。煮饭涨性好，较生米细密而硬，易消化。营养价值高于生米。

【熟米】 即“蒸谷米”。

【人造米】 也称“玉米米”。烹饪原料。以玉米面为原料，经加水搅拌、膨化而成的米。色淡黄，半透明，吃口滑润爽适，味道好。

【玉米米】 即“人造米”。

【糯米粉】 也称“元宵粉”、“圆子粉”、“浆米粉”。俗称“茶米粉”。烹饪原料。糯米配以粳米(比例不等，按粘度要求，一般糯米多于粳米)磨成的粉。可供制糕点、小吃。如元宵、炸糕、年糕等。磨制时有加水、不加水两种。不加水者称“干磨粉”；连水一同磨制的称“水磨粉”。

【元宵粉】 即“糯米粉”。因其多供制元宵，故名。

【圆子粉】 即“糯米粉”。因一些地区称“元宵”为圆子，而糯米粉又多用制元宵，故名。

【浆米粉】 即“糯米粉”。

【茶米粉】 江苏一带对“糯米粉”的俗称。

【干磨粉】 糯米粉的一种。是一种将各种米不经加水直接磨成的细粉。为制作糕糊的粉料。因干磨粉含水量少，粉质较粗，故成品滑爽性差。

【水磨粉】 也称“湿磨粉”、“湿糯米粉”。糯米粉的一种。即糯米配稻米经水浸后，和水同磨取的粉。粉质较细腻，优于干磨粉。

【湿磨粉】 即“水磨粉”。

【湿糯米粉】 即“水磨粉”。

【熟糯米粉】 也称“加工粉”。俗称“糕粉”、“潮州粉”。烹饪原料。用糯米加砂炒至微黄，筛去砂，磨粉过筛即成。广东一带用作糕点原料。粘性很大，制品有韧性而柔软，能吸收大量油、糖，宜作重糖重油品种，如煎堆、年糕等广式糕点；又用作增稠剂。

【加工粉】 即“熟糯米粉”。

【糕粉】 广东一带对“熟糯米粉”的俗称。

【潮州粉】 广东一带对“熟糯米粉”的俗称。

【占米粉】 烹饪原料。广东一带称以粳米、籼米磨制的米粉为占米粉。制品稍硬，粘性差，单用时须加淀粉。广式糕点中用其制作儿童食品(如淮山米粉、淮山鲜奶饼)、各式小糕点和炒米饼等。

【掺粉】 烹饪原料。将米粉与面粉、杂粮粉等掺和而成的粉料。用于制作糕糊等食品。常用者有米粉掺面粉；糯米粉掺普通米粉；米粉掺杂粮粉(或茸、泥)；米粉掺豆、薯粉等。因用途不同，故有不同的比例。

【生熟粉】 烹饪原料。半生半熟的米粉。

【米糁(sǎn三)】 俗称“米踖子”。烹饪原料。磨成粗粉粒状的米。多用于煮稀粥供食。易熟。因其较米易消化，故常用以喂哺婴幼儿。

【米踖(chǎi)子】 江苏一带对“米糁”的俗称。

【碎米】 也称“粭”、“粞”。烹饪原料。米在舂制中出现的碎米。筛出后供制米糁、米粉，也可以直接煮粥、饭食用。

【粭(miàn面)】 即“碎米”。见《玉篇》。

【粞(xī西)】 即“碎米”。见《玉篇》。苏轼《吴中田妇叹》诗：“价钱乞与如糠粞。”

【小麦】 也称“麰”、“来”、“秣”。烹饪原料。属禾本科植物(Triticum spp)。广有分布，北方为多，是黄河流域及其以北地区的主粮。品种很多。去皮取仁可供蒸煮，称“麦仁”；去皮压制为麦片；蒸、炒(或不蒸、炒)后磨成的粗粉粒为麦麸；一般均磨粉供食称“面粉”；筛粉所得外皮屑为麦麩。小麦含淀粉53～70%、蛋白质11%、糖类2～7%、糊精2～10%、脂肪1.6%、粗纤维2%，以及卵磷脂、淀粉酶、蛋白酶等。中医认为其味甘性凉，可养心、益肾、除热、止渴。

【麰(lái来)】 即“小麦”。见《广雅》。

【来】 即“小麦”。见《诗经》。一说作麦的统称。

【秣(lái来)】 即“小麦”。见《韵会》。

【麦仁】 也称“麦人”、“麦心”。烹饪原料。小麦舂去外皮后的籽仁。可用以煮饭、熬粥，民间有食者。青海农村有吃猪头麦仁饭的习俗。也可以用大麦、青稞制作。

【麦人】 即“麦仁”。苏东坡诗句：“夏旱臞麦人。”

【麦心】 即“麦仁”。

【面粉】 也称“白面”、“小麦粉”、“干麪”。俗称“灰儿”。烹饪原料。麦类粉的通称。习惯专指小麦粉。黄河流域及其以北地区的主粮之一。可供制多种食品，如馍、饼、面条、花卷、包子、饺子等；也可以作菜肴原料。按国家标准规定，面粉分为“特制粉”、“标准粉”、“普通粉”三类，检验项目有：加工精度、灰分、粗细度、面筋质、含砂量、磁性金属物含量及水分、脂肪酸值、气味、口味等指标。民间习惯分为“头面”、“二面”。中医认为其味甘，性温，可补虚、养气、厚肠胃、助五脏。

【白面】 ①即“面粉”。②专指“特制粉”。

【小麦粉】 即“面粉”。

【干麪】 即“面粉”。《云巢编》：“罢亚若可搏干麪，以无易有遥相望。”

【灰儿】 江苏一带饮食行业对“面粉”的俗称。

【全粉】 烹饪原料。即100市斤(50千克)小麦出粉近百斤，麸皮全部保留，不筛除。此粉色较黄，吃口粗，但营养价值高于其它各种面粉。

【八一粉】 烹饪原料。为我国政府1950年规定的全国面粉加工的标准。指每100市斤(50千克)小麦出面粉81市斤(40.5千克)。1953年改为“八五粉”。

【八五粉】 烹饪原料。指每100市斤(50千克)小麦出粉85市斤(42.5千克)。此为我国政府于1953年公布的标准。

【普通粉】 烹饪原料。低档面粉。国家规定指标为：灰分不超过1.5%，含砂量不超过0.03%，磁性金属物含量每千克不超过0.003克，粗细度全部通54 GG特料筛绢。供一般家常食用，白度、口感差于标准粉。

【标准粉】 也称"七五粉"。烹饪原料。中档面粉。国家规定指标为：灰分不超过1.2%，含砂量不超过0.03%，磁性金属物含量每千克不超过0.003克。较粗于特制粉，可用于制作较精细的面点，白度、口感适中。

【七五粉】 即"标准粉"。习惯指每100市斤(50千克)小麦出75市斤(37.5千克)的面粉。

【特制粉】 也称"精白面"、"富强粉"。烹饪原料。粉质精细、洁白、含麸量少。国家规定指标为：灰分不超过0.75%，含砂量不超过0.03%，磁性金属物每千克0.003克以下。供制高级面点，色白，口感细软，营养价值不及"标准粉"。

【精白面】 即"特制粉"。因其制作精细，故名。

【富强粉】 即"特制粉"。现粮食部门已停止使用此称。

【头面】 也称"头箩面"。烹饪原料。民间指加工面粉时，磨第一次筛下的面。粉质细而洁白，面筋少，宜于做馍、烙饼，不宜制面条。属高档面粉，相当于特制面粉。

【头箩面】 即"头面"。

【二面】 也称"二箩面"。烹饪原料。民间指加工面粉时，磨第二次筛下的面。粉质的细度和洁白度略低于"头面"，但仍属高档面，面筋少，宜于做馍、烙饼，不宜制面条。

【二箩面】 即"二面"。

【飞面】 烹饪原料。指在磨面过筛过程中，粘附在筛框上的白面。此面基本上是纯淀粉质，多用作面醭，或供作芡粉应用，也可以用制点心。《随园食单》："刘方伯月饼：用山东飞面作酥皮。"

【小麦麸】 也称"麸皮"、"糈"、"麩"。烹饪原料。小麦的皮屑。可食用，也可以用制酒曲、酱油、醋。含维生素B_1较多，可作脚气病等的药膳。中医认为其味甘，性凉，可治虚汗、盗汗、泄利、糖尿病、口腔炎、热疮等。

【麸皮】 即"小麦麸"。

【糈】 即"小麦麸"。《晋书》："士卒唯给糈橡。"

【麩(gǒng巩)】 即"小麦麸"。《晋书》："况臣糠麩，糅之彫胡？"

【大麦】 也称"麰"、"麦"、"麥"、"牟"、"牟麦"、"倮麦"、"饭麦"、"赤膊麦"。烹饪原料。属禾本科植物(Hordeum spp)。广有分布。多产于淮河流域及其以北地区。品种较多，杂粮之一。食用量较少。可供作多种主食，也可以加工成"大麦面"、"大麦糁子"等。又可供酿酒、制饴。含尿囊素等成份，中医认为其味甘咸，性凉，可和胃、宽肠、利水。

【麰(móu谋)】 即"大麦"。《孟子》："今夫麰麦，播种而耰之。"

【麦(gǒng巩)】 即"大麦"。《齐民要术》："以拟麦麦。"

【麥(móu谋)】 即"大麦"。《玉篇》："麥，春麦也。"

【牟】 即"大麦"。《诗经》："贻我来牟。"一说，麦类的概称。参见"来"、"牟麦"。

【牟麦】 即"大麦"。《本草纲目》："麦之苗粒皆大于来，故得大名。牟亦大也。通作麰。"

【倮麦】 即"大麦"。见《名医别录》陶弘景注。

【饭麦】 即"大麦"。见《医林纂要》。

【赤膊麦】 即"大麦"。见《医林纂要》。

【大麦面】 烹饪原料。大麦去麸皮后磨制的面粉。可制馍、饼。吃口筋柔香美。直接用大麦磨制，则较粗，适口性也差。

【大麦糁子】 俗称"大麦粰子"。烹饪原料。用大麦磨制的粗粉粒。可供制粥、饭。

【大麦粰(hàn汗)子】 江苏北部对"大麦糁子"的俗称。

【青稞】 也称"裸大麦"、"裸麦"、"米麦"、"元麦"、"秔麦"。烹饪原料。属禾本科植物(Hordeum vulgare var. nuda)。性喜高寒。分布于西藏、青海以及云南与四川的西、北部。可磨面作馍、饼、面条等，色灰黑，口感较粗糙。藏族用作主食，多制成"糌粑"食用。又可以舂去皮制成小吃甜醅，并可以酿制青稞酒。多吃有肚胀感。《本草纲目拾遗》谓其味咸，性平凉，可下气宽中、壮筋益力、除湿发汗、止泄。

【裸大麦】 "青稞"的植物学名称。因其成熟后种子与秕壳脱离而裸露，易脱落，故名。

【裸麦】 即"青稞"。参见"裸大麦"。

【米麦】 即"青稞"。

【元麦】 即"青稞"。

【秔麦】 即"青稞"。见《名医别录》。

【黑麦】 烹饪原料。属禾本科植物(Secale cereala)。分布于西北、东北。籽粒磨面，食用加工方法参见"小麦"、"面粉"。

【小米】 也称"嘉谷"、"谷子"、"粟米"、"白粱粟"、"粢米"、"粟谷"、"寒粟"、"黄粟"、"稷子"、"硬粟"、"秫粟"。烹饪原料。属禾本科植物(Setaria italica)。分布于华北、西北、东北及山东等地。粘性较小，可供煮饭、粥，香味很浓，和赤豆作粥，别具风味。民间视为滋补食品。又可以酿酒、制糖、作醋。营养成份丰富，含多量谷氨酸、脯氨酸、丙氨酸、蛋氨酸。中医认为其味甘咸，性凉，可和中、益肾、除热、解毒。

【嘉谷】 即"小米"。后作五谷的概称。《尚书》："稷降播种，农殖嘉谷。"

【谷子】 即"小米"。见《植物名实图考》。

【粟米】 即"小米"。见《名医别录》。

【白粱粟】 即"小米"。见《名医别录》陶弘景注。

【粢米】 即“小米”。见《名医别录》陶弘景注。

【粟谷】 即“小米”。见《齐民要术》。

【寒粟】 即“小米”。见《植物名实图考》。

【黄粟】 即“小米”。见《陆川本草》。

【稞子】 即“小米”。见《滇南本草》。

【硬粟】 即“小米”。见《医学入门》。

【秫粟】 即“小米”。见《本草纲目》。

【糯粟】 也称“秫”、“众”、“糯秫”、“黄糯”、“粘粟”、“黄米”。俗称“粘小米”。烹饪原料。小米的一种。粘性较强，可供作粥、饭，宜于作资糕，也可以熬糖、酿酒。中医认为其味甘，性微寒，可祛寒热、利大肠。

【秫】 即“糯粟”。见《名医别录》。一说，高粱、稷、稻之粘者均称为秫。

【众(zhōng终)】 即“糯粟”。见《尔雅》。

【糯秫】 即“糯粟”。见《唐本草》。

【黄糯】 即“糯粟”。《本草纲目》：“北人呼为黄糯，亦曰‘黄米’。”

【粘粟】 即“糯粟”。见《尔雅》孙炎注。

【黄米】 即“糯粟”。参见“黄糯。”

【粘小米】 “糯粟”的俗称。

【玉米】 也称“玉蜀黍”、“玉高粱”、“番麦”、“御麦”、“西番麦”、“玉麦”、“玉蜀秫”、“薏米包”、“陆谷”、“玉黍”、“纡粟”、“雨粟”、“珍珠米”、“包粟”、“包麦米”。俗称“包谷”、“苞米”、“棒子”、“玉茭”、“玉芦黍”、“棒豆”。烹饪原料。属禾本科植物(Zea mays)。广有分布。子粒可供制淀粉、酒精、糖等，又可以制“玉米仁”、“玉米糁”、“玉米面”，用于主食。嫩玉米笋(约3～6厘米)和嫩玉米仁可作菜肴，如北京有玉米全烩；云南有软炸玉麦；上海功德林有玉米菜花。营养成份丰富。中医认为其味甘，性平，可调中开胃、益肺宁心，且有健胃利尿之功。

【玉蜀黍】 “玉米”的植物学名称。

【玉高粱】 即“玉米”。见《本草纲目》。

【番麦】 即“玉米”。见《留青日札》。

【御麦】 即“玉米”。见《留青日札》。

【西番麦】 即“玉米”。见《学圃杂疏》。

【玉麦】 即“玉米”。见《农政全书》。

【玉蜀秫】 即“玉米”。见《农政全书》。

【薏米包】 即“玉米”。见《医林纂要》。

【陆谷】 即“玉米”。

【玉黍】 即“玉米”。

【纡(yǔ宇)粟】 即“玉米”。见《随息居饮食谱》。

【雨粟】 即“玉米”。见《调鼎集》。

【珍珠米】 即“玉米”。见《尔雅谷名考》。一说，指嫩玉米仁。

【包粟】 即“玉米”。见《岭南采药录》。

【包麦米】 即“玉米”。

【包谷】 “玉米”的俗称。

【苞米】 “玉米”的俗称。

【棒子】 “玉米”的俗称。

【玉茭】 西北一带对“玉米”的俗称。

【玉芦黍】 江苏一带对“玉米”的俗称。

【棒豆】 江苏一带对“玉米”的俗称。

【粘玉米】 烹饪原料。玉米品种之一。粘度大，食用加工方法参见“玉米”。磨粉可用制糕糊等。

【玉米糁】 俗称“棒豆屑子”。烹饪原料。玉米经浸湿、晾干、磨碎、去皮、筛粉等工序，留下的棱型小粒。可用以煮饭、熬粥，也可以和大米一同熬稀饭，据研究可提高其蛋白质的利用值。

【棒豆屑子】 江苏北部一带对“玉米糁”的俗称。

【玉米仁】 也称“苞米碴子”。烹饪原料。玉米用清水浸湿，经舂或碾等方法脱皮簸净，即成玉米仁。可煮食，米仁膨胀如花，汤乳白色，口感筋绵，夏令粥品之一。

【苞米碴子】 东北一带对“玉米仁”的俗称。

【玉米粉】 也称“包谷面”、“棒子面”。俗称“粟粉”。烹饪原料。玉米经浸湿、晾干、脱皮、磨细、过筛等工序后所得的粉。可直接煮糊糊食用；也可以制馍、饼、窝头、发糕、饦饦、节子等主食，或机压面条；又可以制成搅团、面鱼，供凉拌、煎炒或烩食。若掺入榆树皮汁擀制面条，色白筋光，薄软细长，可与小麦面条媲美。

【包谷面】 即“玉米粉”。

【棒子面】 即“玉米粉”。

【粟粉】 广东一带对“玉米粉”的俗称。

【黍】 烹饪原料。属禾本科植物(Pamicum miliaceum)。为我国传统的粮食作物。有三种：黍型(黍子)、稷型(稷子)、黍稷型(糜子)，脱壳后可煮食，或磨粉食用。

【黍子】 也称“芑”、“秬”。俗称“黄米”。烹饪原料。属禾本科植物(Panicum miliaceum var. contractum)。黍中的黍型。特征为秆上有毛，穗轴弯生，穗向一侧弯斜，米仁粘度大。可供制煮饭、熬粥，又可制粽子、糕糊，并可酿酒。中医认为其味甘，性平，可益气补中。

【芑(qǐ企)】 即“黍子”。指白黍。见《尔雅》。

【秬(jù巨)】 即“黍子”。指黑黍。见《尔雅》。

【黄米】 “黍子”的俗称。

【红黍米】 也称“糜”、“赤虾米”、“丹黍米”。烹饪原料。红色的黍米。

【糜】 即“红黍米”。见《尔雅》。

【赤虾米】 即“红黍米”。

【丹黍禾】 即“红黍米”。见《本草纲目》。

【稷】 也称“粢”、“穄”、“明粢”。俗称“小黄米”。烹饪原料。属禾本科植物(Panicum miliaceum var. effusum)。黍中的稷型。特征为秆上无毛，穗轴直立，穗枝分散，种仁半粘性。可用制饭、粥，磨粉可作馍、饼、

糕。也可以供酿酒。中医认为其味甘,性平,可和中益气、凉血解暑。《食医心镜》:"作饭食,安中利胃宜脾。"满族用以锤打制糕,为祭祀时必用供品。

【粢】 即"稷"。《尔雅》:"粢,稷也。"

【粢(qí齐)】 即"稷"。见《吕氏春秋》高诱注。

【明粢】 即"稷"。《本草纲目》:"祭宗庙稷曰明粢。"

【小黄米】 东北一带对"稷"的俗称。

【糜子】 也称"糜"、"赤黍"、"穄"。烹饪原料。属禾本科植物(Panicum miliaceum var. compactum)。黍中的黍稷型。特征为秆有毛,穗轴直立,穗密集不疏散,种仁无粘性。可供煮粥,作饭较差,作馍也粗黑,口感不佳。可用酿酒,间用磨粉作糕。中医认为其味甘,微寒,可止泄利烦渴、除热,治咳逆上气。

【糜(mí迷)】 即"糜子"。见《尔雅》。

【赤黍】 即"糜子"。见《本草纲目》。

【穄(jì计)】 即"糜子"。见《穆天子传》。《吕氏春秋》:"饭之美者,……阳山之穄。"

【高粱】 也称"木稷"、"蘧粱"、"蜀黍"、"芦穄"、"蜀秫"、"芦粟"、"荻粱"、"番黍"。俗称"稻秫"。烹饪原料。属禾本科植物(Sorghum vulgare)。广有分布,多产于东北。有红、白之分,又有粘(糯高粱)与不粘之分,还有粮用、糖用(甜芦粟)和帚用之别。粮用,米可供作饭、粥。白高粱色粉红色;红高粱褐红色,均坚实耐煮。可磨"高粮面"。又可以供酿制高粱酒。中医认为其味甘涩,性温,可益中、利气、止泄、去客风顽痹。

【木稷】 即"高粱"。见《广雅》。

【蘧粱】 即"高粱"。见《广雅》。

【蜀黍】 即"高粱"。始见《博物志》。《食物本草》:"蜀黍北地种之,以备缺粮,余及牛马。"《本草纲目》:"种始自蜀,谓之蜀黍。"

【芦穄】 即"高粱"。见《食物本草》。

【蜀秫】 即"高粱"。见《本草纲目》。

【芦粟】 即"高粱"。见《本草纲目》。

【荻粱】 即"高粱"。见《广雅》。

【番黍】 即"高粱"。见《瓯治遗事》。

【稻秫】 陕西一带对"高粱"的俗称。

【糯高粱】 俗称"粘高粱"。烹饪原料。粘度强,可熬粥,也可以磨粉供制糕糊等。宜用于酿制高粱酒。

【粘高粱】 "糯高粱"的俗称。

【糖用高粱】 俗称"甜高粱"、"甜芦粟"。烹饪原料。秆甜多汁,可如甘蔗生食,多用以熬糖,制糖浆。

【甜高粱】 "糖用高粱"的俗称。

【甜芦粟】 江苏一带对"糖用高粱"的俗称。

【高粱面】 烹饪原料。高粱子仁磨成的细粉。可用制馍、饼、糕、卷及饸饹、窝头等;加入榆皮汁液制成面条,筋利爽口;还可以制搅团、面鱼等。也可用以熬糖。

【燕麦】 也称"莜"、"爵麦"、"杜姥草"、"牡姓草"、"牛星草"、"雀麦"、"皮燕麦"、"乌麦"。烹饪原料。属禾本科植物(Avena sativa)。西北、东北、内蒙等地,有少量栽培。可供食用,但须蒸透(不宜煮)后磨粉,可直接食用,作干粮;也可以制饸饹、面条等。麦粒缺麦胶,多吃易致肚胀。中医认为其味甘,性平,可益肝和脾。

【莜(yuè月)】 即"燕麦"。见《尔雅》。

【爵麦】 即"燕麦"。见《说文》。

【杜姥草】 即"燕麦"。见《千金方》。

【牡姓草】 即"燕麦"。见《广济方》。

【牛星草】 即"燕麦"。见《本草纲目》。

【雀麦】 即"燕麦"。见《唐本草》。另有一种雀麦(Bromus japonicus),一般只供作饲料,不作食用。古人二者混淆。

【皮燕麦】 即"燕麦"。

【乌麦】 即"燕麦"。

【莜麦】 也称"裸燕麦"、"油麦"。俗称"冷麦"、"铃铛麦"。烹饪原料。属禾本科植物(Avend unda)。分布于内蒙、东北、西北及山西等地。食用加工方法较多,可供制成馍、饼、面条等,也可以作炒面。营养丰富,高于一般粮食,含蛋白质15~23%,并含有赖氨酸。但食后易致肚胀或拉稀,食时须多用温热性调味品,如辣椒等。从收获到食用须经三熟:收获要充分成熟,制粉前要充分炒熟,食用前要充分蒸熟。

【裸燕麦】 "莜麦"的植物学名称。因成熟时籽粒与秆分离,故名。

【油麦】 即"莜麦"。

【冷麦】 "莜麦"的俗称。因其可供冷食,故名。如一种吃法叫冷蒸:莜麦面开水烫后搓成条,蒸透晾凉,吃时调味。

【铃铛麦】 东北一带对"莜麦"的俗称。

【糁(cǎn惨)子】 也称"龙爪粟"、"鸭爪稗"、"云南稗"、"雁爪稗"。俗称"鸭距粟"。烹饪原料。属禾本科植物(Eleusine coracana)。长江以南有栽培。种子脱壳后可以煮饭、熬粥、磨粉。口感粗涩。也可以酿酒。营养成份中蛋白质含量与米相近。中医认为其味甘,性温,可补中益气、厚肠胃。

【龙爪粟】 即"糁子"。见《本草纲目》。

【鸭爪稗】 即"糁子"。见《本草纲目》。

【云南稗】 即"糁子"。见《医林纂要》。

【雁爪稗】 即"糁子"。见《三峡志》。

【鸭距粟】 广东一带对"糁子"的俗称。

【稗子】 也称"迭"。烹饪原料。属禾本科植物(Echinochloa crusgalli)。水稻地区广有分布。古代食用,今为水田杂草,间有栽培者。种仁可煮饭、熬粥、磨粉,也可以酿酒、作醋。《本草纲目》谓其味辛甘苦,性微寒,"作饭食,益气宜脾"。

【迭(dié迭)】 即"稗子"。见《尔雅》。

【薏仁】 也称"解蠡"、"芑实"、"屋炎"、"薏米"、"薏珠子"、"回回米"、"草珠儿"、"菩提子"、"薏米"、"米

仁”、“苡米”、“六谷米”、“益米”。俗称“珠珠米”、“胶念珠”、“老鸦珠”、“药玉米”、“蓼茶子”。烹饪原料。属禾本科植物薏苡(Coix lachrymajobi)的种子。广有分布。现多作药物栽培。可煮饭、熬粥、磨面,也可以酿酒。也是菜肴原料之一,如薏仁鸭、薏米鸡以及甜菜等。营养丰富,含蛋白质16.2%、脂肪4.65%、碳水化合物79.17%,并含多种氨基酸、薏苡素等。药理研究有降血糖、抗痉挛、镇静、解热等作用。中医认为其味甘淡,性凉,可健脾、补肺、清热、利湿。古方有薏苡仁饭、薏苡仁粥。

【解蠡】 即“薏仁”。见《神农本草经》。

【芑实】 即“薏仁”。《名医别录》:“(薏苡仁)一名芑实。”

【屋炎】 即“薏仁”。《名医别录》:“(薏苡仁)一名屋炎。”

【橄(gǎn赶)米】 即“薏仁”。见《雷公炮炙论》。

【薏珠子】 即“薏仁”。见《图经本草》。

【回回米】 即“薏仁”。见《救荒本草》。

【草珠儿】 即“薏仁”。见《救荒本草》。

【菩提子】 即薏仁”。见《救荒本草》。

【薏米】 即“薏仁”。见《药品化义》。

【米仁】 即“薏仁”。见《本草崇原》。

【苡米】 即“薏仁”。见《本草求原》。

【六谷米】 即“薏仁”。意为五谷之外的一种粮食。

【益米】 即“薏仁”。见《闽东本草》。

【珠珠米】 贵州一带对“薏仁”的俗称。

【胶念珠】 福建一带对“薏仁”的俗称。

【老鸦珠】 广西一带对“薏仁”的俗称。

【药玉米】 东北一带对“薏仁”的俗称。意指其可供药用。

【蓼茶子】 湖南一带对“薏仁”的俗称。

【菰米】 也称“雁膳”、“菰粱”、“蒿”、“安胡”、“蒋实”、“茭米”、“雕蒿”、“雕胡米”、“雕菰”。俗称“茭白子”。烹饪原料。属禾本科植物菰(Zizania caduciflora)的果实。米粒长1~1.5厘米,直径1~2毫米,两头尖,棕褐色,内灰白色,坚而脆,富含油质,营养成分不高(含碳水化合物仅2.8%)。古代作为粮食。宋玉《风赋》:“为臣炊雕胡之饭。”陆游有诗句:“雕胡幸可炊。”今罕有食者。中医认为其味甘,性冷,可解烦热、调肠胃、止渴。近代医学报道可治心脏病及作利尿剂。

【雁膳】 即“菰米”。见《管子》。

【菰粱】 即“菰米”。见《楚辞》。

【蒿】 即“菰米”。见《周礼》注。

【安胡】 即“菰米”。见《七发》。

【蒋实】 即“菰米”。见《楚辞》王逸注。

【茭米】 即“菰米”。见《尔雅》孙炎注。

【雕蒿】 即“菰米”。见《说文》。

【雕胡米】 即“菰米”。见《图经本草》。或作彫胡。

【雕菰】 即“菰米”。见《本草纲目》。

【茭白子】 “菰米”的俗称。

【荞麦】 也称“乌麦”、“荍麦”、“花荞”、“甜荞”、“荞子”、“净肠草”、“鹿蹄草”、“流注草”。俗称“三角米”。烹饪原料。属蓼科植物(Fagopyrum esculentum)。广有分布。子仁(也称“荞麦糁”)三角形,可供作饭、粥,西餐也用。多用以磨面后作饼、面供食。荞面饸饹为西北名食。还可以用制凉粉。中医认为其性凉,可开胃宽肠、下气消积。



荞麦

1.花枝 2.花

3.花冠剖开示雄蕊 4.果实

【乌麦】 即“荞麦”。见《日用本草》。

【荍(qiáo乔)麦】 即“荞麦”。见《日用本草》。

【花荞】 即“荞麦”。见《本草纲目》。

【甜荞】 即“荞麦”。见《本草纲目》。

【荞子】 即“荞麦”。见《草木便方》。

【净肠草】 即“荞麦”。《植物名实图考》:“性能消积,俗呼净肠草。”

【鹿蹄草】 即“荞麦”。

【流注草】 即“荞麦”。

【三角米】 也称“荞麦糁”。“荞麦”的俗称。因其子仁呈三角形,故名。

【荞麦糁】 即“三角米”。参见“荞麦”。

【苦荞麦】 也称“鞑靼荞麦”。烹饪原料。属蓼科植物(Fagopyrum tataricum)。食用加工方法参见“荞麦”。滋味较差。《本草纲目》:“其味苦恶,农家捣磨为粉,蒸使气馏,滴去黄汁,乃可作为糕饵食之,色如猪肝。谷之下者,聊济荒尔。”中医认为其味甘苦,性温。

【鞑靼荞麦】 即“苦荞麦”。

【酵米面】 也称“糟米面”、“臭米面”。烹饪原料。用小米、玉米、高粱等谷类经水浸泡发酵后,磨成的粉面。为东北、华北等地广大农民所食。一般吃来滑润爽口,但因其在磨粉、晾晒过程中,易被污染,产生黄杆菌毒素A,人吃后可引起中毒,死亡率约达32%。故应改变吃酵米面的习惯。

【糟米面】 即“酵米面”。

【臭米面】 即“酵米面”。

【杂豆】 烹饪原料。属于杂粮的一个大类。包括黄豆、绿豆、红豆、豌豆、蚕豆、豇豆、芸豆等。既可加工成豆面供食用,又可直接食用;还可以配米煮饭熬粥;或供作豆沙(红豆)、冷饮(赤豆汤、绿豆汤等)、糕点(豌豆黄、芸豆卷)以至菜肴原料。

【豆面】 烹饪原料。用豌豆、蚕豆、绿豆等煮七、八成

熟，晒干，去皮后磨成的面。可供制馍、饼、面条、糕点、油茶、搅团等。一般多与小麦面调拌后加工食用，既调剂风味，又提高营养，为北方群众家常所喜食。

【薯粮】 烹饪原料。可代主粮的薯芋类。如甘薯、马铃薯、薯蓣、木薯、芋艿等。此类植物的根茎均含淀粉，可代粮作主食，一般2～2.5千克可顶粮0.5千克。又可以干制或磨粉。

【杂合面】 烹饪原料。指掺以豆面的玉米面。属次等主食之一。今已罕见。或以杂豆与玉米同磨制成。

【橡子面】 烹饪原料。以橡树的果实(又称栎实)磨制的粉面。中医认为橡子味苦涩，性微温，可涩肠固脱。

【榆皮面】 烹饪原料。为榆树的外皮，可剥取磨面代粮。中医认为其味甘，性平，可利水、通淋、消肿。

【竹米】 也称“竹实”。烹饪原料。为竹子所结的果实。形似稻米，约大3～4倍。可代粮食用，味香。较少见。中医认为其可以益气。

【竹实】 即“竹米”。《韩诗外传》：“食帝竹实。”《魏氏春秋》：“有竹实数斛杵臼而已。”

【天籼米】 也称“线菜籽”。俗称“红米”。烹饪原料。产于云南。株高0.5～2米，杆红棕色，花马尾状，籽粒赤红，园形，可作甜点馅心等。傈僳族人民还用于酿酒。

【线菜籽】 即“天籼米”。

【红米】 “天籼米”的俗称。

【桄榔粉】 烹饪原料。为棕榈科植物桄榔(Arenga pinnata)茎干髓部的淀粉。产于云南等地。去皮，取髓部晒干磨粉即成，可以用于主食、点心等食品，也可以作芡粉用。《南方草木状》：“桄榔树似栟榈，皮中有屑如面，多者至数斛。食之与常面无异。”中医认为其味苦，性平，可破宿食、积血。其果实有毒，须注意。参见古菜点部分“桄榔面”。

【桫椤】 也称“槖木”、“都勾树”、“树蕨”、“笔筒树”。俗称“大花蕨蕨”。烹饪原料。属蕨类桫椤科植物(Cyathea spinulosa)。分布于南方地区。树高3～8米，叶长1～3米。茎髓部松软，含有丰富的淀粉，可以代粮加工食用，也可以削去树皮直接生食。

【槖木】 即“桫椤”。《吴录·地理志》：“交趾槖木，皮中有白粉如米屑，干之捣末，以水淋过似面，可作饼食者，即此木也。”

【都勾树】 即“桫椤”。《交州记》：“都勾树似棕榈，木中出屑如桄榔面，可作饼饵。”

【树蕨】 即“桫椤”。

【笔筒树】 即“桫椤”。因其茎外皮坚硬，花纹美观，可作笔筒，故名。

【大花蕨蕨】 “桫椤”的俗称。

【罂粟米】 也称“罂子粟”、“米囊子”、“御米”、“象谷”、“莺粟”。烹饪原料。属罂粟科植物(Papaver somniferum)。其细粒白色种子可煮饭粥，也可以水研成浆和绿豆粉一同作豆腐。含罂粟碱、吗啡、那可汀、可待因等成份。中医认为其味甘，性平，可治反胃、腹痛、泻痢、脱肛。《南唐食医方》有“罂粟粥”治反胃不下饮食。

【罂子粟】 即“罂粟米”。见《本草拾遗》。

【米囊子】 即“罂粟米”。见《开宝本草》。

【御米】 即“罂粟米”。见《开宝本草》。

【象谷】 即“罂粟米”。见《开宝本草》。

【莺粟】 即“罂粟米”。见《滇南本草》。

【菜】 烹饪原料。①蔬菜的总称。《国语》：“庶人食菜，祀以鱼。”②肴馔。《北史·胡叟传》：“饭菜精洁。”

【蔌(sù塑)】 烹饪原料。蔬菜的总称。《诗经·大雅·韩奕》：“其蔌维何？维笋及蒲。”

【茹】 烹饪原料。①蔬菜的总称。《汉书·食货志》：“菜茹有畦。”颜师古注：“所食之菜也。”《后汉书·马融传》：“芳茹甘荼。”李贤等注：“茹，菜也。”《七发》：“白露之茹”注：“茹，菜之总名也。”②贪食。《方言·七》：“茹，食也。吴越之间，凡贪饮食者，谓之茹。”③食菜。《汉书·董仲舒传》：“食于舍而茹葵。”颜师古注：“食菜曰茹。”

【蔬】 蔬菜。

【疏】 蔬菜。《周礼·天官·大宰》：“臣妾聚敛疏材。”释：“疏，蔬菜也。”疏，通蔬。

【疏】 蔬菜。唐韩愈《山石》诗：“铺床拂席置羹饭，疏粝亦足饱我饥。”疏，通蔬。

【葑(jiān肩)】 蔬菜。《盐铁论·孝养》：“夫葑粝，乞者不取。”

【五菜】 烹饪原料。蔬菜的概称。《素问》：“五菜为充。”《灵枢经·五味》：“五菜，葵甘、韭酸、藿咸、薤苦、葱辛。”

【百蔬】 也称“百疏”。烹饪原料。蔬菜的总称。《国语·鲁语》：“柱能植百谷百蔬。”《荀子·富国》：“菜菜百疏。”

【百疏】 即“百蔬”。

【野菜】 也称“野蔌”。烹饪原料。指可供作蔬菜食用的野生植物。如：马齿苋；蕺菜；苦菜；马兰头。

【野蔌】 即“野菜”。《醉翁亭记》：“山肴野蔌，杂然而前陈者，太守宴也。”

【山菜】 烹饪原料。①山间野菜的概称。②蕨菜。

【五辛】 也称“五荤”、“五熏”。烹饪原料。①五种辛味的蔬菜。指韭、薤、葱、蒜、姜。梁庾肩吾诗：“聊倾柏叶酒，试奠五辛盘。”薛能《除夜》诗：“茜胜犹双节，雕盘又五辛。”②佛家、道家、炼形家谓不得食用的五种辛味。

【五荤】 即“五辛”。有多种说法：一为佛家指大蒜、小蒜、兴渠、慈葱、茖葱。《尔雅翼》：“西方以大蒜、小蒜、兴渠、慈葱、茖葱为五荤。”一为道家指韭、蒜、芸薹、胡荽、薤。《尔雅翼》：“道家以韭、蒜、芸薹、胡荽、薤为五荤。”一为炼形家指小蒜、大蒜、韭、芸薹、胡荽。《本草纲目》：“五荤即五辛，谓其辛臭昏神成伐性也。炼形家以

小蒜、大蒜、韭、芸薹、胡荽为五荤。”

【五熏】 即“五辛”。《风土记》：“正月元日，五熏炼形。”注：“按，熏辛古读同声，故通用。辛劳作熏劳，是其例也。”

【菜中三怪】 烹饪原料。俗指芹菜、芫荽、荆芥。因其均具异香，嗜者恒嗜，恶者恒恶，故名。

【泮塘五秀】 烹饪原料。为广州西郊泮塘所产的五种水生蔬菜：莲藕、茭白、荸荠、菱角、慈姑。这五种特产素负盛名。

【白菜】 也称“菘”。烹饪原料。为十字花科芸苔属植物白菜类蔬菜的统称。分为“大白菜”、“小白菜”两个亚种。小白菜又分有乌塌菜、菜苔两个变种。均为我国人民的常蔬，各有众多优良品种。

【菘】 即“白菜”。

【小白菜】 也称“青菜”、“小油菜”。俗称“大菜”、“大棵青菜”。烹饪原料。为十字花科植物白菜的亚种(Brassica campestris ssp. chinensis)。我国主要蔬菜之一，广有分布，品种较多。有小型株、大型株、长梗、短梗，圆梗、扁梗等多种。适于多种烹调加工，可以单用或配制多种荤素菜式，也可以干制、酸制、腌制。名菜常用其菜心，如海米菜心、鸡油菜心、冬冬青等。中医认为其味甘，性平，可解热除烦，通利肠胃。



白菜

1.叶球 2.叶片 3.花枝

【青菜】 即“小白菜”(小型株)。

【小油菜】 即“小白菜”。

【大菜】 江浙一带对“小白菜”(大型株)的俗称。

【大棵青菜】 江苏一带对“小白菜”(大型株，即长梗白菜)的俗称。

【大白菜】 也称“结球白菜”、“黄矮菜”、“花交菜”。俗称“黄芽白菜”、“绍菜”。烹饪原料。为十字花科植物白菜的亚种(Brassica campestris ssp. pekinesis)。广有栽培，品种很多。名种有胶州大白菜、青麻叶、大青口、拧心白等，有些种不包心。叶质软嫩，柔脆甘美，适于各种烹调加工，筵席常用，菜式有金边白菜、七星白菜墩、油淋芽白饼、菜包鸡等。冬季鲜贮菜之一，还可以腌制、酸渍。味甘，性平，可养胃、利小便。

【结球白菜】 “大白菜”的植物学名称。

【黄矮菜】 即“大白菜”。《咸淳临安志》：“冬间取巨菜覆以草，积久而去其腐，叶黄白鲜莹，故名黄矮菜。”

【花交菜】 即“大白菜”。《戒庵漫笔》：“黄矮菜，杭州呼为花交菜。”

【黄芽白菜】 “大白菜”的俗称。

【绍菜】 广东一带对“大白菜”的俗称。

【胶菜】 也称“胶白”。烹饪原料。大白菜的一种。山东胶县地区所产结球白菜的俗称。品种较多，具有植株肥大、呈圆形、包心紧凑、纤维细软、易熟易烂、汁白味美等特点。

【胶白】 即“胶菜”。

【津菜】 烹饪原料。大白菜的一种。天津郊区深秋收获的一种口甜的大白菜。北京、上海一带菜馆常用。

【菜苔】 也称“台菜”、“苔芥”。俗称“菜心”。烹饪原料。为十字花科植物白菜中小白菜亚种的变种(B. campestris ssp. chinensis var. utilis)。广有栽培，但除广东等地外，供应期均短。品种较多，名产如广东的肖岗菜心；湖北武昌的洪山紫菜苔。质柔脆粘滑，味清甜而稍苦，传统佳蔬之一。可供炒、煸、烹、熘、烩，荤素均可。也可以腌制、干制。如：芜湖苔菜；上海万年青。

【台菜】 即“菜苔”。见《埤雅》。

【苔芥】 即“菜苔”。见《沛志》。

【菜心】 广东一带对“菜苔”的俗称。

【乌塌菜】 也称“塌地菘”、“塌菜”。俗称“塌棵菜”、“瓢儿菜”、“太古菜”、“雪里青”、“黑菜”、“晚菜”。烹饪原料。为十字花科植物白菜中小白菜亚种的变种(B. campestris ssp. chinensis var. rosularis)。江浙一带特产。叶片黑绿，有油光，瘤皱密生，植株塌地，性耐寒，经霜雪后有些心叶呈黄色，俗称菊花心，色味愈佳。质柔软而少纤维，味甜而具清香，冬季食用尤美。可供炒、煮，也可以熬、炖，宜鲜食，间配荤料。中医认为其味甘，性平，可滑肠、疏肝、利五脏。

【塌地菘】 即“乌塌菜”。范成大诗：“拨雪挑来塌地菘，味如蜜藕更肥浓。”

【塌菜】 即“乌塌菜”。因其叶黑而塌地生，故名。

【塌棵菜】 “乌塌菜”的俗称。

【瓢儿菜】 江苏南京一带对“乌塌菜”的俗称。

【太古菜】 上海、江苏一带对“乌塌菜”的俗称。

【雪里青】 江苏无锡一带对“乌塌菜”的俗称。因其耐寒，经霜雪后味更佳，故名。

【黑菜】 江苏南京一带对“乌塌菜”的俗称。因其叶色黑绿，故名。

【晚菜】 江苏南京一带对“乌塌菜”的俗称。因其多在每年冬季应市，故名。

【鸡毛菜】 烹饪原料。白菜类蔬菜及萝卜苗、蔓菁苗等刚出土不久，仅三四嫩叶，体形很小，大都为间菜苗所得，俗称鸡毛菜。烹调加工同“小白菜”。家常所食，或作汤菜，或供生腌，或作菜码。

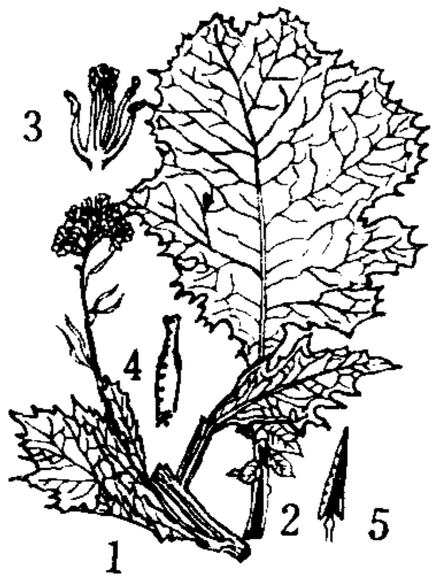
【水白菜】 也称“水入菜”、“水芥菜”。烹饪原料。属十字花科植物(Brassica japonica)。我国原产，栽培较少，仅见于江苏、浙江局部地区，他处多野生。耐寒晚熟，可调剂冬春蔬菜淡季。有两种：花叶菜宜代芥菜作腌菜，风味特殊；马耳叶菜宜煮或炒食。

【水入菜】 即“水白菜”。《雍州府史》：“不用粪秽，而引入流水于畦间耳，故称水入菜。”

【水芥菜】 即“水白菜”。见《救荒本草》。

【芥】 烹饪原料。属十字花科植物(Brassica juncea)。我国特产，变异种多，除芥末菜、油用芥外，供作蔬菜者有阔叶芥(大叶芥)、花叶芥(雪里蕻)、阔柄芥、结球芥、分蘖芥(也称雪里蕻)、苔用芥、茎用芥(榨菜)、根用芥(大头菜)等。一般组织较粗硬，有辛辣味，多经腌制后食用，具特殊鲜香。

【芥菜】 也称“叶用芥菜”、“主园菜”、“梨叶”、“大芥”、“大叶芥”、“辣菜”。俗称“长年菜”、“小柴胡”。烹饪原料。属十字花科植物(Brassica juncea var. rugosa)。自古栽培食用。广有分布，具特有香辣味，主要供腌食，也可腌后晒干久贮。名产很多，如福建的永定菜干、云南的芥菜鲊等，可供蒸、煮或作汤；也可以鲜用作炒菜。为家常蔬菜之一。中医认为其味辛，性温，可宣肺豁痰、温中利气。含硒量较高，具有保护心肌和解毒的作用，并可以预防肿瘤及其扩散。



芥菜

1. 花、果枝 2. 基生叶
3. 雄蕊 4. 雌蕊 5. 长角果

【叶用芥菜】 “芥菜”的植物学名称。

【主园菜】 即“芥菜”。见《务本新书》。

【梨叶】 即“芥菜”。见《名医别录》。

【大芥】 即“芥菜”。见《方言》。

【大叶芥】 即“芥菜”。

【辣菜】 即“芥菜”。见《名医别录》陶弘景注。因其味辣，故名。

【长年菜】 台湾一带对“芥菜”的俗称。因高山族同胞认为吃此菜可长寿，故名。

【小柴胡】 香港一带对“芥菜”的俗称。因其可清凉解暑，故名。

【雪里蕻】 也称“春菜”、“花芥”、“腊菜”、“八斤菜”、“披菜”、“刈菜”、“冬芥”。俗称“雪菜”、“春不老”、“排菜”、“九头雪里蕻”、“石榴红”。烹饪原料。属十字花科植物。本品为芥菜变种，有两种：花叶芥(Brassica juncea var. crispifolia)；分蘖芥(B. j. var. ulticeps)。广有分布。因其含芥子甙，故具有刺激性的苦辣味，不宜鲜食。但经腌制水解后，可成为具有特殊香味的芥子油，风味也很佳。腌雪里蕻宜于炒、拌、蒸、煮，常用于作汤，可晒制干菜，又可以配荤素，甚为起鲜，既是家厨常蔬，又为筵上佳肴。菜有炒雪冬、雪菜炒山鸡等，为各菜系所广泛采用。浙江用以制干菜笋、霉干菜等。

【春菜】 即“雪里蕻”。参见“花芥”。

【花芥】 即“雪里蕻”。《本草纲目》：“有花芥，叶多缺刻，如萝卜缨。冬月食者，俗呼‘腊菜’，春月食者，俗呼‘春菜’。”

【腊菜】 即“雪里蕻”。见《名医别录》陶弘景注。参见“花芥”。

【八斤菜】 即“雪里蕻”。见《授时通考》。

【披菜】 即“雪里蕻”。因其叶可渐次披剥供食，故名。

【刈菜】 即“雪里蕻”。

【冬芥】 即“雪里蕻”。见《随园食单》。

【雪菜】 “雪里蕻”的俗称。为饮食行业常用。

【春不老】 北方一带对“雪里蕻”的俗称。

【排菜】 湖南一带对“雪里蕻”的俗称。《植物名实图考》：“湖南有排菜，盖即银丝芥。”

【九头雪里蕻】 浙江一带对“雪里蕻”的俗称。

【石榴红】 河北一带对“雪里蕻”的俗称。

【苔芥】 也称“苔用芥菜”。俗称“大心菜”、“棒棒菜”。烹饪原料。属十字花科植物(Brassica juncea var. utilis)。栽培、食用均不广泛。以苔供食。食用加工方法参见“芥菜”。可供腌制，广东特产惠州梅菜以其制成(也称梅干菜)，可供蒸、炒，也可以作汤。

【苔用芥菜】 即“苔芥”。

【大心菜】 “苔芥”的俗称。

【棒棒菜】 “苔芥”的俗称。

【大头菜】 也称“根用芥菜”。俗称“芥菜疙瘩”、“疙瘩菜”、“芥疙瘩”、“头菜”、“玉根”。烹饪原料。属十字花科植物(Brassica juncea var. napitormis)。芥菜的变种。以块根供蔬，鲜用较少，多供腌渍。广西有横州五香头菜；广东有江门大头菜；浙江有南浔香大头菜；云南有玫瑰大头菜；江苏有吴江大头菜。可作小菜，也可以切片或切丝配荤素料，或炒或蒸，别有风味。云南菜有玫瑰大头菜炒鸡丝。叶也可以腌食。又，西北、青海一带称“结球甘蓝”为大头菜。

【根用芥菜】 “大头菜”的植物学名称。

【芥菜疙瘩】 “大头菜”的俗称。

【疙瘩菜】 “大头菜”的俗称。

【芥疙瘩】 “大头菜”的俗称。

【头菜】 广西一带对“大头菜”的俗称。

【玉根】 北方一些地方对“大头菜”的俗称。

【羊角菜】 也称“菜脑”。俗称“菱角菜”、“奶奶菜”、“榨菜脑壳”。烹饪原料。属十字花科植物(Brassica juncea var. tsatsai)。芥菜的茎用变种。我国特产蔬菜之一，以瘤状茎供食，宜拌、炒、蒸、煮，质肥厚而脆嫩，可配荤素，有特具鲜味。用以作汤可治感冒。腌制后即为“榨菜”，更具特殊风味。其叶也可以鲜食或腌制、干制。食用加工方法同“芥菜”。

【菜脑】 即“羊角菜”。《植物名实图考》：“宁都州(芥)冬时生苔如莴苣笋，甚腴，土人珍之，曰菜脑。南岛

则二月中有之,寒暖气迟也。滇中一岁数食之。"

【菱角菜】 "羊角菜"的俗称。

【奶奶菜】 "羊角菜"的俗称。因其瘤茎状如乳房突起,故名。

【榨菜脑壳】 四川一带对"羊角菜"的俗称。

【结球芥】 烹饪原料。属十字花科植物(Brassica juncea var. capittata)。芥菜的变种。心叶向内包卷成软叶球。地方品种有广西的包心肉芥菜;台湾的卷菜;福建的包心芥。可供鲜食或腌制,食用加工方法参见"芥菜"、"雪里蕻"。



甘蓝

1. 基生叶 2. 花枝

【甘蓝】 也称"散叶甘蓝"。烹饪原料。属十字花科植物(Brassica oleracea)。可供作蔬,但较粗韧,或作饲料作物栽培。变种较多,除花羽衣甘蓝(B. I. var. acephata)等供观赏外,其余多作蔬菜,有结球甘蓝(B.o.var. capitata);花菜(B. o. var. botrytis);茎蓝(B. o. var. caulorapa);芥蓝(B. o. var. alboglabra);抱子甘蓝(B. o. var. gemmifera);木立甘蓝(B. o. var. italica);赤甘蓝(B. o. var. rubra);皱叶甘蓝(B. o. var. bullata)等。

【散叶甘蓝】 "甘蓝"的植物学名称。

【结球甘蓝】 也称"蓝菜"、"西土蓝"、"葵花白菜"、"回子白菜"。俗称"圆白菜"、"包菜"、"葵花白"、"包心菜"、"洋白菜"、"钢白"、"疙瘩白"、"茴子白"、"莲花白"、"包包菜"、"大头菜"、"卷心菜"、"椰菜"、"高丽菜"。烹饪原料。属十字花科植物甘蓝的变种(B. o. var. capitata)。广有栽培。叶片包成球状,色白而质挺脆,宜于多种烹调方法,可腌制或酸渍,也可以作荤菜配料,筵席间用,西餐常用。家常菜之一。味甜美。中医认为其味甘,性平,可益肾、利五脏六腑、利关节、明耳目、益心力、壮筋骨。含较多维生素E,浓汁对胃与十二指肠溃疡有疗效。

【蓝菜】 即"结球甘蓝"。见《千金·食治》。

【西土蓝】 即"结球甘蓝"。见《本草拾遗》。

【葵花白菜】 即"结球甘蓝"。《植物名实图考》:"葵花白菜生山西,大叶青蓝如劈蓝,四面披离,中心叶白,如黄芽白菜,层层紧抱如复碗,肥脆可爱。汾、沁之间菜之美者,为蔺为美无不宜之。"

【回子白菜】 即"结球甘蓝"。《植物名实图考》:"葵花白菜生山西……俗讹为回子白菜。"

【圆白菜】 "结球甘蓝"的俗称。

【包菜】 "结球甘蓝"的俗称。

【葵花白】 "结球甘蓝"的俗称。

【包心菜】 北京等地对"结球甘蓝"的俗称。

【洋白菜】 江苏南京等地对"结球甘蓝"的俗称。

【钢白】 北方一些地方对"结球甘蓝"的俗称。

【疙瘩白】 东北一带对"结球甘蓝"的俗称。

【茴子白】 西北一些地方对"结球甘蓝"的俗称。

【莲花白】 陕西、四川等地对"结球甘蓝"的俗称。

【包包菜】 陕西南部一带对"结球甘蓝"的俗称。

【大头菜】 青海等地对"结球甘蓝"的俗称。

【卷心菜】 上海等地对"结球甘蓝"的俗称。

【椰菜】 广东一带对"结球甘蓝"的俗称。

【高丽菜】 福建、台湾等地对"结球甘蓝"的俗称。

【花菜】 也称"番芥蓝"。俗称"菜花"、"花椰菜"、"椰菜花"。烹饪原料。属十字花科植物甘蓝的变种(B. o. var. botrytis)。以巨大花蕾供食,珍蔬之一。筵席常用,作主菜或配料,宜荤宜素,清甜爽脆。适宜多种烹调方法,还可以酸渍。少纤维,易消化,尤宜小孩、老人及病人食用;也是西餐常用的蔬菜之一。

【番芥蓝】 即"花菜"。见《闽产录异》。

【菜花】 "花菜"的俗称。

【花椰菜】 广东等地对"花菜"的俗称。

【椰菜花】 广东一带对"花菜"的俗称。

【茎蓝】 也称"球茎甘蓝"、"茄连"、"掰蓝"、"撇蓝"、"苴莲"、"擘蓝"。俗称"撇拉"、"擘辣"、"茄莲"、"玉蔓菁"、"玉头"、"芥蓝头"。烹饪原料。属十字花科植物甘蓝的变种(B. o. var. caulorapa)。以球茎入蔬,味同萝卜,宜凉拌、炒食,也可以炖、煮,可配荤素。为家常蔬菜,筵席也用。山东菜有鸡丝茎蓝。还可以腌制、酱制或酸渍。中医认为其味甘辛,性凉,可治小便淋浊、大便下血等。含维生素C较多。

【球茎甘蓝】 "茎蓝"的植物学名称。

【茄连】 即"茎蓝"。见《延绥镇志》。

【掰蓝】 即"茎蓝"。见《滇南本草》。

【撇蓝】 即"茎蓝"。

【苴莲】 即"茎蓝"。见《神木县志》。

【擘蓝】 即"茎蓝"。《授时通考》:"(以其叶)仍可擘取食,故北人谓之擘蓝。"

【撇拉】 "茎蓝"的俗称。

【擘辣】 北方一带对"茎蓝"的俗称。见《食味杂咏》。

【茄莲】 西北等地对"茎蓝"的俗称。

【玉蔓菁】 四川及山西等地对"茎蓝"的俗称。见《山西通志》。

【玉头】 内蒙一带对"茎蓝"的俗称。

【芥蓝头】 广东、香港一带对"茎蓝"的俗称。

【芥蓝】 也称"绿叶甘蓝"、"隔蓝"、"芥兰"。俗称"盖蓝"、"盖菜"。烹饪原料。属十字花科植物甘蓝的变种(B. o. var. alboglabra)。以幼苗或嫩苗、嫩梢、嫩花苔入蔬。质脆嫩,纤维少,味较鲜美,宜于素炒或配荤,家常珍蔬之一,筵席也用。含维生素C达到每百克144毫

克，为蔬菜中较高者，与辣椒不相上下。

【绿叶甘蓝】 “芥蓝”的植物学名称。

【隔蓝】 即“芥蓝”。《岭南杂记》：“……又名隔蓝，僧云六祖未出家时为猎户，不茹荤血，以此菜与野味同锅隔开煮熟食之，故名”。

【芥兰】 即“芥蓝”。《植物名实图考》：“（芥蓝）岭南及宁都多种之，一作芥兰。”

【盖蓝】 “芥蓝”的俗称。

【盖菜】 “芥蓝”的俗称。

【抱子甘蓝】 也称“汤菜”、“甘蓝球芽菜”、“孢子甘蓝”。烹饪原料。属十字花科植物的变种(B. o. var. gemmifera)。以叶腋间的小叶球供食，珍蔬之一。可供炒食，也可以酸渍泡制，最宜作汤。可配荤素，质柔软脆嫩而清鲜甘美。在甘蓝类蔬菜中，其所含蛋白质、纤维素、果胶和矿物盐等均较高。

【汤菜】 即“抱子甘蓝”。因其宜于作汤菜，故名。

【甘蓝球芽菜】 即“抱子甘蓝”。

【孢子甘蓝】 即“抱子甘蓝”。

【木立甘蓝】 也称“姬甘蓝”、“洋芥蓝”、“木立花椰菜”、“茎椰菜”。俗称“意大利芥蓝”、“青花菜”、“西兰花”、“金芽菜”。烹饪原料。属十字花科植物甘蓝的变种(Brassica oleracea var. italica)。以嫩茎及青绿色花球供食，珍蔬之一，80年代初推广种植。味似花菜，较之柔软甘滑，甜爽可口。宜于烫熟后拌食，也可以配荤，适于炒、熘、烹、烩，并可以作汤。须注意不宜加热过长，因易熟烂而失去口感。含蛋白质、维生素C等均较多。

【姬甘蓝】 即“木立甘蓝”。

【洋芥蓝】 即“木立甘蓝”。

【木立花椰菜】 即“木立甘蓝”。

【茎椰菜】 即“木立甘蓝”。

【意大利芥蓝】 “木立甘蓝”的俗称。因其原产意大利而叶似芥蓝，故名。

【青花菜】 新疆一带对“木立甘蓝”的俗称。

【西兰花】 广东一带对“木立甘蓝”的俗称。

【金芽菜】 上海一带对“木立甘蓝”的俗称。因其花色黄，花蕾绽苞时似金芽，故名。

【赤甘蓝】 也称“红球甘蓝”。烹饪原料。属十字花科植物甘蓝的变种(Brassica oleracea var. rubra)。也为结球型。我国栽培很少。因其叶色紫红，故名。名种有大鼓红。食用加工方法参见“结球甘蓝”。还可以供菜肴配色。

【红球甘蓝】 即“赤甘蓝”。

【皱叶甘蓝】 烹饪原料。属十字花科植物甘蓝的变种(Brassica oleracea var bullata)。也为结球型。我国栽培很少。因其叶皱缩较多，故名。质柔软，食用加工方法参见“结球甘蓝”。

【芜菁甘蓝】 俗称“洋蔓菁”、“洋萝卜”、“洋大头菜”。烹饪原料。属十字花科植物(Brassica napobrassica)。以肉质块茎供蔬，肉质致密，无辛辣味。食用方法参见“茎蓝”、“蔓菁”。

【洋蔓菁】 “芜菁甘蓝”的俗称。

【洋萝卜】 “芜菁甘蓝”的俗称。

【洋大头菜】 “芜菁甘蓝”的俗称。

【萝卜】 也称“宿菜”、“芦菔”、“荠根”、“莎”、“芦葩”、“蔠葵”、“雹突”、“拉遽”、“萝卜”、“萝菔”、“罗服”、“土酥”、“芦菌”、“紫菘”、“温菘”、“楚菘”、“秦菘”、“菱子”、“破地锥”、“夏生”、“罗卜”、“地酥”、“辣玉”、“耒服”、“张知县菜”。俗称“满阳花”、“春莲花”、“菜头”。烹饪原料。属十字花科植物(Raphanus sativus)。自古栽培，品种较多，良种尤多，可分为蔬用、果用、腌渍用等三种。家常蔬菜，适于各种烹饪加工和任何调味，可荤可素，也可以单用。筵席名菜很多，又可以染色雕刻作为冷热菜肴的点缀，或作席面装饰。还可以煮饭熬粥、作馅制糕点，又能干、腌、酱、糟、泡、渍、熏、煨、饯、腊，用途很广。作热菜等时，宜先用开水汆过，以去除其因芥子油所致的异臭。营养成份高于一般叶菜。含淀粉酶，可于人体内分解淀粉，帮助消化、吸收。中医认为其味甘辛，性微凉，可健胃消食、止咳化痰、顺气利尿、清热解毒。

【宿菜】 即“萝卜”。见《诗疏》。

【芦菔】 即“萝卜”。见《说文》。

【荠根】 即“萝卜”。见《说文》。

【莎(wù务)】 即“萝卜”。见《尔雅》。

【芦菔(fēi飞)】 即“萝卜”。见《尔雅》。

【葖(tū突)】 即“萝卜”。见《尔雅》。

【蔠葵】 即“萝卜”。见《尔雅》注。

【雹突】 即“萝卜”。见《异文》。

【菈遽(là tà 辣榻)】 即“萝卜”。见《方言》。

【萝卜(bó驳)】 即“萝卜”。见《汉书》晋灼注。

【萝菔】 即“萝卜”。见王符《潜夫论》。

【罗服】 即“萝卜”。

【土酥】 即“萝卜”。见《王祯农书》。参见“破地锥”。

【芦菌】 即“萝卜”。参见“破地锥”。

【莱菔】 即“萝卜”。见《唐本草》。《埤雅》：“莱菔能制面毒，是来麸之所服。”

【紫菘】 即“萝卜”。见《唐本草》。

【温菘】 即“萝卜”。见《本草图经》。

【楚菘】 即“萝卜”。见《本草图经》。

【秦菘】 即“萝卜”。见《本草图经》。

【菱子】 即“萝卜”。《癸辛杂识》：“今成都面店呼萝卜为菱子。”

【破地锥】 即“萝卜”。《王祯农书》：“北人芦菔一种四名：春曰‘破地锥’，夏曰‘夏生’，秋曰‘芦菌’，冬曰‘土酥’，谓其洁白如酥也。”

【夏生】 即“萝卜”。见《王祯农书》。参见“破地锥”

【罗卜】 即“萝卜”。见《明一统志》。

【地酥】 即“萝卜”。见《蔬食谱》。

【辣玉】 即“萝卜”。赵翼《瓯北诗钞》：“辣玉甜冰常馔足，不知世有乳蒸豚。”注：“杨诚斋(万里)以芦菔为辣玉，蔓青为甜冰。”

【耒服】 即“萝卜”。

【张知县菜】 即“萝卜”。见《梦溪笔谈》。

【满阳花】 “萝卜”的俗称。

【春莲花】 “萝卜”的俗称。

【菜头】 台湾、江苏、浙江一带对“萝卜”的俗称。

【胡萝卜】 也称“红芦菔”、“胡芦菔”、“沙萝卜”、“丁香萝卜”、“洋花萝卜”。俗称“红萝卜”、“金笋”、“药性萝卜”、“甘笋”。烹饪原料。属伞形科植物(Daucus carota)。栽培广泛，品种很多。家常蔬菜之一，可生可熟，可果可蔬，也可煮作点心。西餐常用。我国大都用于腌渍、酱制，或刨丝作馅。民间多用以凉拌、素炒，或与牛羊肉同炖，可去羶味。筵席多用作凉盘、热炒的配色，或经雕刻后作菜肴装饰。也可用以制红油作菜肴调色。营养高于一般叶菜及瓜茄，尤以甜萝卜素含量为高。中医认为其味甘，性平，可健脾化滞。医学报告认为其可治夜盲、高血压、角膜干燥、汞中毒等症。

【红芦菔】 即“胡萝卜”。见《随息居饮食谱》。

【胡芦菔】 即“胡萝卜”。见《随息居饮食谱》。

【沙萝卜】 即“胡萝卜”。见《北征录》。

【丁香萝卜】 即“胡萝卜”。

【洋花萝卜】 即“胡萝卜”。

【红萝卜】 “胡萝卜”的俗称。

【金笋】 上海一带对“胡萝卜”的俗称。

【药性萝卜】 浙江一带对“胡萝卜”的俗称。

【甘笋】 广东一带对“胡萝卜”的俗称。

【芜菁】 也称“蓊”、“须”、“葰芜”、“蓊苃”、“菲”、“蒁”、“大芥”、“幽芥”、“辛芥”、“芴菁”、“蒁菁”、“蓊菜”、“芥蓊”、“须苃”、“芥蒁”、“蒠”、“九英菘”、“诸葛菜”、“马王菜”、“芜精”、“四时菜”、“冥菁”、“甜冰”、“门菁”、“风苃”、“狗头芥”、“蔓菁、”。俗称“扁萝卜”、“圆根”。烹饪原料。属十字花科植物(Brassica rapa)。自古栽培食用。根、茎及叶均可入蔬。家常蔬菜。根味似萝卜，质较软糯，可蒸煮作点心，也适于各种家常烹调加工方法，也宜腌渍、酱制，参见“萝卜”、“苤蓝”。营养成分稍逊于萝卜。叶的食法同“萝卜缨”。中医认为其味苦辛甘，性平，可开胃下气、利湿解毒。



芜菁

1. 植株的上部

2. 块根 3. 花

【蓛(fēng丰)】 即“芜菁”。见《诗经》。

【须】 即“芜菁”。见《诗经》。

【荪(sūn孙)芜】 即“芜菁”。见《尔雅》。

【蓯苃(cōng匆)】 即“芜菁”。见《尔雅》孙炎注。

【葰(fēng丰)】 即“芜菁”。《方言》：“菲、葰，芜菁也。陈楚之郊谓之葰；齐楚之郊谓之‘葰’；关之东西谓之‘芜菁’；赵魏之郊谓之‘大芥’；其小者谓之‘辛芥’，或谓之‘幽芥’。”

【蒁(ráo饶)】 即“芜菁”。见《方言》。参见“菲”。

【大芥】 即“芜菁”。见《方言》。参见“菲”。

【幽芥】 即“芜菁”。见《方言》。参见“菲”。

【辛芥】 即“芜菁”。见《方言》。参见“菲”。

【芴(wù误)菁】 即“芜菁”。见《急就篇》注。

【蒁(mì密)菁】 即“芜菁”。见《急就篇》注。

【蓊菜】 即“芜菁”。《玉篇》：“蓊菜，芜菁也。”

【芥蓊】 即“芜菁”。见《诗正义》。

【须苃】 即“芜菁”。见《异文》。

【芥蒁】 即“芜菁”。见《异文》。

【蒠(xū虚)】 即“芜菁”。见《唐韵》。

【九英菘】 即“芜菁”。见《食疗本草》。

【诸葛菜】 即“芜菁”。见《嘉话录》。

【马王菜】 即“芜菁”。见《溪蛮丛话》。

【芜精】 即“芜菁”。见《博雅》。

【四时菜】 即“芜菁”。见《月令广义》。

【冥菁】 即“芜菁”。

【甜冰】 即“芜菁”。参见“辣玉”。

【门菁】 即“芜菁”。见《风将篇》。

【风苃】 即“芜菁”。见《本草品汇精要》。

【狗头芥】 即“芜菁”。见《医林纂要》。

【蔓菁】 即“芜菁”。

【扁萝卜】 “芜菁”的俗称。

【圆根】 西北一带对“芜菁”的俗称。

【紫菜头】 也称“红甜菜”。烹饪原料。属藜科植物蔜菜的变种(Betavulgaris var. rapacea)。为紫色蔜菜的根。我国栽培食用均较少。西餐常用，大都用作汤料。肉质脆嫩，味甜带土腥气，可作羹汤，又可作沙拉配料，兼有调色作用。

【红甜菜】 即“紫菜头”。

【笋】 也称“竿”、“箘”、“筍”、“竹胎”、“竹萌”、“竹肉”、“大明”、“太明”、“龙雏”、“龙孙”、“玉版”、“妒母草”、“竹芽”、“初篁”。烹饪原料。禾本科植物竹的幼芽。种类很多，名产尤众，既是家常珍蔬，又是席上佳肴。质脆嫩而味鲜美，适于各种烹调加工和调味，可配荤料，也为素馔基本原料之一，名菜很多，广见于菜谱。还可供雕刻以装饰菜肴。可干制、酱制、腌制、酸制，并可以作笋油、笋粉以供调味。营养成份高于一般叶菜，含氨基酸较多。所含Asporagin的白色含氮物质，具特殊风味，与肉同烹，更为鲜美。中医认为其可治消渴、利水道、益气。医学报告，认为常吃笋有利于预防动脉硬化、

高血脂、高血压、便秘、糖尿病等症，并有抗癌作用。

【竿】 即"笋"。《管子》："毋掇竿"。房玄龄注："竿，笋之初生也。"

【箘(jun菌)】 即"笋"。《吕氏春秋》："和之美者，越箘之菌。"高诱注："箘，竹笋也。"

【筍(dǒi待)】 即"笋"。《说文》："筍，竹萌也。"

【竹胎】 即"笋"。《说文》："笋，竹胎也。"

【竹萌】 即"笋"。《尔雅》："笋，竹萌。"疏："凡草木初生谓之萌。笋则竹之初生者，故曰'笋，竹萌'也。"

【竹肉】 即"笋"。见《齐民要术》。

【大明】 即"笋"。见《云笈七籤》。

【太明】 即"笋"。《上元宝经》："竹笋者，日华之胎也，一名太明。"

【龙雏】 即"笋"。苏轼诗："邻里亦知偏爱竹，春来相与护龙雏。"注："龙雏，竹笋也。"

【龙孙】 即"笋"。《笋谱》："俗闻呼笋为龙孙。"

【玉版】 即"笋"。《本心斋疏食谱》："玉版，笋也，可羹可菹。"

【妒母草】 即"笋"。《埤雅》："俗呼笋为妒母草，言笋旬有六日而齐母也。"

【竹芽】 即"笋"。见《笋谱》。

【初篁】 即"笋"。见《笋谱》。

【臼笋】 烹饪原料。浙江民间有此。笋初出时，扣以石臼，待长成掘取，笋质脆嫩鲜美，远逾冬笋。用以配瓮鹅所制的菜，为浙东著名冷荤。

【毛笋】 也称"毛竹笋"。俗称"猫头"。烹饪原料。为禾本科植物毛竹〔即楠竹(Phyllostachys pubescens)〕的笋。笋的佳种之一。有冬笋、春笋、鞭笋之分。《笋谱》载，毛笋"为诸笋之王，其箨有毛，故名。……大者重约10千克，犹未出土，肉白如霜，堕地即粉碎，嗅之作兰花香"。筵上珍品，食用加工方法参见"笋"。干制品即为"玉兰片"。中医认为其味甘，性寒，可消痰滑肠、透毒醒酒。

【毛竹笋】 即"毛笋"。

【猫头】 "毛笋"的俗称。

【冬笋】 也称"猪蹄红"、"玄笋"、"蚤笋"、"埮笋"、"苞笋"。为冬季所生的毛笋，蕴于土中。肉厚质脆，鲜嫩清爽，甜美可口，为毛笋中的最佳品。

【猪蹄红】 即"冬笋"。《笋谱》载，冬笋"冬月即生，埋头土中……其味极鲜，甲于他笋。未出土名猪蹄红，长尺许；其箨玄，又叫'玄笋'；又名'蚤笋'，盖冠诸笋而早出者"

【玄笋】 即"冬笋"。参见"猪蹄红"。

【蚤笋】 即"冬笋"。参见"猪蹄红"。

【埮(tán坛)笋】 即"冬笋"。《霞外攟屑》："越人呼冬笋为埮笋。"

【苞笋】 即"冬笋"。《吴都赋》："苞竹抽节。"注："苞笋，冬笋也，出合浦，其味美于春夏时笋也。"

【小根笋】 也称"鹦鹉笋"。烹饪原料。是冬笋中最好的一种。

【鹦鹉笋】 即"小根笋"。

【春笋】 烹饪原料。春日出土的毛笋。大于冬笋，可重达5～10千克。质量稍次于冬笋。

【鞭笋】 也称"边笋"。烹饪原料。毛竹的地下茎，于夏秋季时横向生长，生成新鞭，其先端幼嫩部分为鞭笋，笋体瘦长，质酥嫩，风味略逊于冬笋。除毛竹外，其它竹类也可出鞭笋。

【边笋】 即"鞭笋"。《笋谱》："毛笋之旁出者……谓之竹边，故曰边笋，又其状类鞭，亦名鞭笋。"

【慈竹笋】 烹饪原料。属禾本科植物慈竹(Sinocalamus affinis)的笋。味道微苦，可供制菜肴。食用方法参见"笋"。《重庆草药》有验方：以其与鳖一同炖食或煎汤，可调气，治脱肛、疝气。

【绿竹笋】 也称"马蹄笋"、"寿桃笋"。烹饪原料。属禾本科植物绿竹(Sinocalamus oldhami)的笋。《竹谱详录》谓其"笋味极甘美"。供鲜食，肉质柔软细嫩，纤维少，味美。也可以干制成绿笋片。食用加工方法参见"笋"。

【马蹄笋】 即"绿竹笋"。

【寿桃笋】 即"绿竹笋"。

【乌脚绿竹笋】 也称"鬍绿"。烹饪原料。为禾本科植物乌脚绿竹(Leleba edulis)的笋。多产于台湾。肉质柔软，较绿竹笋更美。食用参见"笋"。

【鬍绿】 即"乌脚绿竹笋"。

【麻竹笋】 烹饪原料。为禾本科植物麻竹(Dendrocalamus latiflorus)的笋。产于台湾、广东一带。肉质较绿竹笋为粗，但味佳，产量较多。食用加工方法参见"笋"。

【淡竹笋】 也称"中母笋"。烹饪原料。为禾本科植物淡竹(Phyllostachys nigra var. henonis)的笋。肉质稍硬，因味甘淡无苦，故名淡竹。其鞭笋也可食。食用加工方法参见"笋"。

【中母笋】 即"淡竹笋"。见《食疗本草》。

【甜笋】 烹饪原料。产于云南墨江。笋箨鲜红色，质细腻，味鲜而甜美。剥去笋箨后可生吃，也可以炒、煮，还可以加工成笋干、笋丝。

【箭竹笋】 烹饪原料。为禾本科植物箭竹(Sinarundinaria nitida)的笋。产于甘肃、四川、湖北、江西、云南。笋可供食。食用加工方法参见"笋"。

【方竹笋】 烹饪原料。为禾本科植物方竹(Chimonobambusa quadrangularis)的笋。味美可食。食用加工方法参见"笋"。

【刚竹笋】 烹饪原料。为禾本科植物刚竹(Phyllostachys pubescens)的笋。味略苦，煮后可食。食用加工方法参见"笋"。

【百合】 也称"白百合"、"蒜脑薯"、"蘱"、"重迈"、

"中庭"、"重箱"、"摩罗"、"强瞿"、"中逢花"、"强仇"。烹饪原料。属百合科植物(Lilium brouwnil var. colchestri)。我国栽培较广。名产有兰州百合、湖南的龙牙百合、山西的东山百合、贵州的湄潭百合、内蒙古的兴安百合等。以鳞茎供食，入馔主要作甜菜；也可以配荤素以炒、煮、蒸、炖。云南鹤庆地区白族人民以之夹肉丁制成名菜鹤肝，用以待客。还可以制淀粉以作糕点，或与米煮粥。营养丰富，又因谐义"百年好合"，深为民间喜食。中医认为其味甘微苦，性微寒，有滋阴补肾、润肺止咳、清心安神、理脾健胃等作用，可用于肺结核、神经衰弱以及慢性气管炎等症。我国百合有60多种，间有以卷丹(L. lancifolium)、山丹(L. concolor)、天香百合(L. auratum)等供食。



百合
1. 植物全形
2. 去花被的花，示雄蕊、雌蕊

【白百合】 即"百合"。见《日华子本草》。

【蒜脑薯】 即"百合"。见《本草纲目》。

【蘩(fán凡)】 即"百合"。《玉篇》："蘩，百合蒜也。"

【重迈】 即"百合"。见《吴普本草》。

【中庭】 即"百合"。见《吴普本草》。

【重箱】 即"百合"。见《名医别录》。

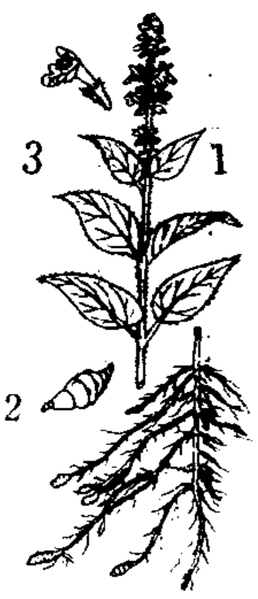
【摩罗】 即"百合"。见《名医别录》。

【强瞿】 即"百合"。《名医别录》："此物花、叶、根皆四向，故曰强瞿。凡物旁生谓之瞿。"

【中逢花】 即"百合"。见《名医别录》。

【强仇】 即"百合"。《名医别录》陶弘景注："俗人呼为强仇，仇即瞿也，声之讹耳。"

【草石蚕】 也称"石蚕"、"滴露"、"甘露儿"、"地蚕"。俗称"螺丝菜"、"螺丝疙瘩"、"宝塔菜"、"蜗儿菜"、"地扭"、"地牯牛草"。烹饪原料。属唇形科植物(Stachys sieboldii)。自古栽培，19世纪后期传入欧美。以地下白色蚕蛹状块茎供食。肉质脆嫩无纤维，最宜作腌、酱泡渍菜以及蜜饯的原料，也可以糖水煮食。作菜肴可拌、炒，可配荤素。中医认为其味甘，性平，可祛风热、利湿、活血散瘀，浸酒内服可祛风破血。



草石蚕
1. 植物全形
2. 块茎 3. 花

【石蚕】 即"草石蚕"。《图经本草》："草根之似蚕者，亦名石蚕。"

【滴露】 即"草石蚕"。见《饮膳正要》。

【甘露儿】 即"草石蚕"。见《救荒本草》。

【地蚕】 即"草石蚕"。见《日用本草》。

【螺丝菜】 "草石蚕"的俗称。

【螺丝疙瘩】 北京一带对"草石蚕"的俗称。

【宝塔菜】 江苏一带对"草石蚕"的俗称。

【蜗儿菜】 江苏一带对"草石蚕"的俗称。

【地扭】 青海、贵州一带对"草石蚕"的俗称。

【地牯牛草】 贵州一带对"草石蚕"的俗称。

【银条】 也称"地笋"、"地藕"、"地蚕子"、"提娄"、"地参"、"银条菜"。俗称"旱藕"、"地筒子"。烹饪原料。为唇形科植物(Lycopus lucidus)泽兰的地下根茎。部分地区有栽培。肉质脆嫩，稍有纤维，无特殊味道，最宜于腌渍、酱制，也可以炒、拌供食。食用加工方法参见"草石蚕"。中医认为其味甘辛，性温，可活血、益气、消水。

【地笋】 即"银条"。见《嘉祐本草》。

【地藕】 即"银条"。见《分类草药性》。

【地蚕子】 即"银条"。见《草木便方》。

【提娄】 即"银条"。见《中国高等植物图鉴》。

【地参】 即"银条"。

【银条菜】 即"银条"。

【旱藕】 "银条"的俗称。

【地筒子】 "银条"的俗称。

【芦笋】 也称"野天门冬"、"石刁柏"、"松叶土当归"。俗称"龙须菜"、"露笋"。烹饪原料。属百合科植物(Asparagus officinalis)。我国栽培还不广。西餐常用。以经过软化栽培后的嫩苗入馔，高档蔬菜，席上珍品，有特殊芳香，纤维柔软，鲜嫩爽口。宜炒食或作汤，可供制多款名菜。含蛋白质、维生素较多，脂肪很少，被视为理想的低脂肪食物，有一定药用价值，对心脏病、高血压、癌症均具一定疗效，还可以用于水肿、膀胱炎、心率过速等症。

【野天门冬】 即"芦笋"。因其植株似天门冬，故名。

【石刁柏】 即"芦笋"。因其形似石刁(箭镞)，叶如柏，故名。

【松叶土当归】 即"芦笋"。

【龙须菜】 "芦笋"的俗称。

【露笋】 广东一带对"芦笋"的俗称。

【马铃薯】 也称"洋番薯"、"阳芋"。俗称"土豆"、"洋芋"、"山药蛋"、"洋山芋"、"地豆"、"地蛋"、"洋芋头"、"山洋芋"、"爪哇薯"、"番鬼茨菰"、"薯仔"、"荷兰薯"。烹饪原料。属茄科植物(Solanum tubevosum)。栽培广泛，以之当蔬、代粮。品种很多。适于多种烹饪加工和调味，可单用，也可以作配料，可荤可素，可咸可甜(如拔丝土豆)。西餐常用。耐贮存，为北方和西北冬季常蔬之一。可酿酒、制粉面、粉丝。炸薯条、薯片为西方普通食物。中医认为其味甘，性平，可和胃调中、健脾益气。发芽后及外皮发绿者含龙葵素较多，具毒性，应经处理后再食用。

【洋番薯】 即"马铃薯"。

【阳芋】 即“马铃薯”。见《植物名实图考》。

【土豆】 北方一带对“马铃薯”的俗称。

【洋芋】 西北一带对“马铃薯”的俗称。

【山药蛋】 山西一带对“马铃薯”的俗称。

【洋山芋】 江苏一带对“马铃薯”的俗称。

【地豆】 山东一带对“马铃薯”的俗称。

【地蛋】 山东一带对“马铃薯”的俗称。

【洋芋头】 湖南一带对“马铃薯”的俗称。

【山洋芋】 湖南一带对“马铃薯”的俗称。

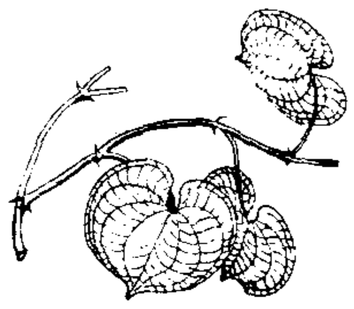
【爪哇薯】 广东一带对“马铃薯”的俗称。

【番鬼茨菰】 广西一带对“马铃薯”的俗称。

【薯仔】 广东一带对“马铃薯”的俗称。

【荷兰薯】 广东一带对“马铃薯”的俗称。

【甘薯】 也称“山薯”、“金薯”、‘朱薯”、“番茹”、“番薯”、“甜薯”、“红芋”。俗称“苕瓜”、“红薯”、“白薯”、“地瓜”、“山芋”、“白芋”、“红苕”、“沙葛”。烹饪原料。属旋花科植物(Ipomoea bata tas)。温暖地带广有栽培。多以代粮。可生吃，或蒸、煮、烤、炸后作点心，还可以作粉条、酿酒，或代粮，可与米、面共作当主食，也可以作蔬菜。适应多种烹调加工和调味，作菜肴时应先以矾水浸泡，以免发粘。中医认为其味甘，性平，可补中和血、益气生津、宽肠胃、治便秘。因其刺激胃酸分泌，易致反酸；又含气化酶，易致涨气，因此应蒸煮透再食用，吃时搭点咸食较好。



甘薯

【山薯】 即“甘薯”。见《农政全书》。

【金薯】 即“甘薯”。见《金薯传习录》。

【朱薯】 即“甘薯”。见《本草纲目拾遗》。

【番茹】 即“甘薯”。见《本草纲目拾遗》。

【番薯】 即“甘薯”。因其引自海外，故名。

【甜薯】 即“甘薯”。因其味甜，故名。

【红芋】 即“甘薯”。因其外皮多为红色，故名。

【苕瓜】 “甘薯”的俗称。

【红薯】 “甘薯”的俗称。

【白薯】 “甘薯”的俗称。

【地瓜】 ①北方一带对“甘薯”的俗称。②“凉薯”的俗称。

【山芋】 江苏、浙江一带对“甘薯”的俗称。

【白芋】 安徽一带对“甘薯”的俗称。因其肉色白，故名。

【红苕】 西南一带对“甘薯”的俗称。因其叶如苕子而皮红，故名。

【沙葛】 云南一带对“甘薯”的俗称。

【山药】 也称“薯蓣”、“薁”、“诸冯”、“署预”、“诸署”、“署豫”、“玉延”、“修脆”、“儿草”、“山诸”、“延草”、“王芧”、“薯药”、“土诸”、“薯芧”、“诸药”、“玉柱”、“畦碗”、“淮山药”、“淮山”、“怀山”、“怀山药”、“蛇芋”、“天公掌”、“拙骨羊”、“月一盘”。俗称“理毛条”、“参薯”。烹饪原料。为薯蓣科植物(Dioscorea opposita)的块茎。其叶腋薯粒称“零余子”。自古食用。以地下块茎入蔬，叶腋所生薯粒也可供食。常用作筵席甜菜，如蜜汁带馅山药泥、虎皮山药、拔丝山药等。间作咸用，作配料或垫底。也可以作主食、糕点等。如山药粥、薯蓣糕等。历来作为中药，名产有淮山药。中医认为其味甘，性平，可健脾补肺、固肾益精。医学报告，认为其可降血糖，能滋养强壮、止泻，对糖尿病有一定疗效。



薯蓣

1.块茎 2.雄花枝 3.雄花 4.雌花 5.果枝

【薯蓣】 “山药”的植物学名称。

【薁】 即“山药”。见《易经》。

【诸芧(yǔ宇)】 即“山药”。见《山海经》。

【署预】 即“山药”。见《山海经》。

【诸署】 即“山药”。见《吴普本草》。

【署豫】 即“山药”。见《吴普本草》。

【玉延】 即“山药”。见《吴普本草》。

【修脆】 即“山药”。见《吴普本草》。

【儿草】 即“山药”。见《吴普本草》。

【山诸】 即“山药”。见《名医别录》。

【延草】 即“山药”。见《兼名苑》。

【王芧(zhù注)】 即“山药”。见《杂要诀》。

【薯药】 即“山药”。见《清异录》。

【土诸】 即“山药”。见《图经本草》。

【薯芧】 即“山药”。见《图经本草》。

【诸药】 即“山药”。见《清异录》。参见“月一盘”

【玉柱】 即“山药”。见《曲洧旧闻》。

【畦碗】 即“山药”。韩维诗：“安得畦碗余，种生羽翼生。”

【淮山药】 ①即“山药”。《饮片新参》或称“淮山”，应为“怀山”、“怀山药”，过去因河南怀庆府(今孟县、温县、武陟、博爱等县)所产山药入药最好，故名。②药材名称。

【淮山】 即“山药”。参见“淮山药”。

【怀山】 即“山药”。参见“淮山药”。

【怀山药】 即“山药”。参见“淮山药”。

【蛇芋】 即“山药”。

【天公掌】 即“山药”。《清异录》：“淇薯药称最大者

号天公掌，次者号‘拙骨羊’。”

【拙骨羊】 即“山药”。参见“天公掌”。

【月一盘】 即“山药”。《清异录》：“蜀孟昶月旦必素餐，性喜‘诸药’。左右因呼‘诸药’为月一盘。”

【理毛条】 云南一带对“山药”的俗称。

【参薯】 广东一带对“山药”的俗称。

【零余子】 烹饪原料。山药叶腋所生的薯粒，可煮熟作点心、小吃食用。

【凉薯】 也称“豆薯”、“草瓜茹”、“葛薯”、“葛瓜”。俗称“土萝卜”、“地萝卜”、“沙葛”。烹饪原料。属豆科植物(Pachyrhizus erosus)。以地下块茎供食。撕皮生食多汁微甜，肥嫩清脆，因夏令食之可凉喉解暑，故名。作蔬可拌、炒，宜配荤，也可以作垫底。老熟后可制淀粉。营养高于一般蔬菜。中医认为其味甘，性凉，可生津止渴、清暑降压，还可以治感冒发热、伤暑、烦热、口渴、高血压。豆荚可作蔬，称“四棱豆”。

【豆薯】 即“凉薯”。因其地上结豆，地下结薯，故名。

【草瓜茹】 即“凉薯”。见《陆川本草》。

【葛薯】 即“凉薯”。

【葛瓜】 即“凉薯”。

【土萝卜】 “凉薯”的俗称。

【地萝卜】 “凉薯”的俗称。

【沙葛】 广东一带对“凉薯”的俗称。

【木薯】 也称“树薯”、“粉薯”。俗称“南洋薯”。烹饪原料。属大戟科植物(Manlhot esculenta)。烹饪应用，取其块根淀粉代粮，或作粉丝、酱料、冷饮、虾片，可制糕点。制成西米，供作筵席甜菜；或用作糊料。因其根部含氰基苷，不可生食，必须用水长时间浸泡，并经煮熟始可食用。

【树薯】 即“木薯”。

【粉薯】 即“木薯”。

【南洋薯】 “木薯”的俗称。

【芋艿】 也称“莒”、“蹲鸱”、“踆鸱”、“芋魁”、“芋根”、“土芝”、“蕖”、“芋奶”、“芋头”。烹饪原料。属天南星科植物(Colocasia antiquorum)。自古食用。可代粮，也入蔬。品种多，名产有槟榔芋、荔蒲芋、炭步芋、江永香芋、奉化芋艿头、罗川大芋头等。作菜宜烩、煮、蒸、炖、烤等，可荤可素，可咸可甜。常以与鸭配，如芋艿鸭子；也用作荤菜垫底。吃口糯滑，有清香，也用以作糕点、小吃。中医认为其味甘辛，性平，可消痞散结。

【莒(jǔ举)】 即“芋艿”。《说文》：“齐谓芋为莒。”

【蹲鸱(chī吃)】 即“芋艿”。《史记》：“岷山之下沃野，下有蹲鸱，至死不饥。”(注云：大芋也。)。

【踆鸱】 即“芋艿”。见《汉书》。

【芋魁】 即“芋艿”。见《汉书》。

【芋根】 即“芋艿”。见《汉书》颜师古注。

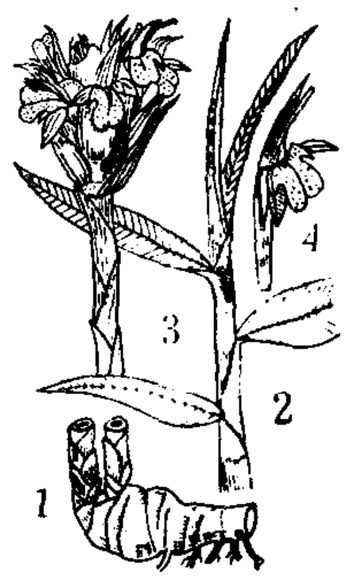
【土芝】 即“芋艿”。见《名医别录》。

【蕖(qú渠)】 即“芋艿”。《广雅》王念孙疏证：“芋之大根曰蕖。蕖者巨也，谓之芋魁，或谓之莒。”

【芋奶】 即“芋艿”。见《种芋法》。

【芋头】 即“芋艿”。见《本草衍义》。

【生姜】 也称“薑”、“百辣云”、“勾妆指”、“因地辛”。烹饪原料。属姜科植物(Zingiber officinale)。我国温暖地带栽培。名产有莱芜姜、张良姜、小林老姜等。为烹调调味品，作荤腥时下拍姜以矫味；凉拌时加姜末、姜丝以调味，或食前吃酱姜以开胃，也可以制成姜汁以调味，也可以芽姜、酱姜为重要配料作菜肴，如老姜焖仔鸡、瓜姜虾片等。还可以干制、酱制、蜜饯、酸渍、糟制、腌藏，或作姜糖、姜酒、姜油、姜饼等。也是重要的中药材之一，有干姜、姜皮、炮姜、姜炭等。含姜醇、姜烯、水芹烯，姜辣素等成分，具抗菌抗原虫等作用；含维生素C也较多，每500克可达400多毫克。中医认为其味辛，性温，可发汗散寒、止呕祛痰，对感冒、呕吐等有显著疗效；并对风湿痛、腰腿痛、胃及十二指肠溃疡、疟疾、细菌性痢疾以及中毒急救等具一定功用。



生姜
1.根茎 2.叶枝
3.花序 4.花

【薑】 即“生姜”。见《说文》。

【百辣云】 即“生姜”。见《清异录》。

【勾妆指】 即“生姜”。刘子翬《咏子姜》：“恰似勾妆指，柔尖带浅红”。

【因地辛】 即“生姜”。见《和汉药考》。

【茈(zǐ子)】 也称“茈姜”、“紫姜”、“芦姜”、“子姜”。烹饪原料。指嫩姜。《广韵》：“茈，姜。”《盐铁论》：“浚茈蓼苏。”注：“茈，嫩姜。”

【茈姜】 即“茈”。《史记》：“茈姜蘘荷。”张晏云：“子姜也。”

【紫姜】 即“茈”。见《南都赋》。

【子姜】 即“茈”。参见“茈姜”。

【芦姜】 烹饪原料。指嫩姜芽。

【洋姜】 也称“菊芋”、“菊诺”、“洋大头”。俗称“拐子姜”、“鬼子姜”、“姜不辣”。烹饪原料。属菊科植物(Helianthus tuberosus)。地下块茎供蔬，大多腌制，或酱制、酸渍后作小菜。作菜宜拌、炒、烧、煮，宜荤宜素，间也炸食；还可以切碎和米煮粥饭，或制淀粉。贵州将其风干后腌成干菊芋供食。营养优于一般蔬菜。中医认为其有清热凉血和接骨的功效。

【菊芋】 “洋姜”的植物学名称。

【菊蒻】 即“洋姜”。见《中国植物图鉴》。

【洋大头】 即“洋姜”。见《中国植物图鉴》。

【拐子姜】 “洋姜”的俗称。

【鬼子姜】 “洋姜”的俗称。与“拐子姜”谐音。

【姜不辣】 “洋姜”的俗称。因其似姜而无辛辣味，故名。

【芹菜】 也称“堇”、“堇堇菜”、“旱芹”、“香芹”、“蒲芹”、“药芹”。烹饪原料。属伞形科植物(Apium graveolens var. dulce)。良种有柘城胡芹、新泰芹菜等。栽培历史久，分布也广泛。为家常蔬菜之一，可凉拌、素炒，不宜煮炖。可配荤素，如钳子米芹菜之类。能作泡菜、酱菜、腌菜原料。作菜通常吃茎去叶，养分一般，以钙和维生素p含量较多。叶也可以吃，养份高于茎，因有苦味，应先用开水焯过。含芫荽甙、甘露醇、肌醇等。中医认为其味甘苦，性凉，可降压利尿、平肝清热、祛风利湿。

【堇(jǐn紧)】 即“芹菜”。见《诗经》。

【堇堇菜】 即“芹菜”。

【旱芹】 即“芹菜”。见《履巉岩本草》。

【香芹】 即“芹菜”。见《本草推陈》。

【蒲芹】 即“芹菜”。见《本草推陈》。

【药芹】 即“旱芹”。因其具药香，故名。

【芹黄】 烹饪原料。芹菜经软化栽培后变黄的产品。较芹菜柔嫩，芹香柔和，色泽淡雅，宜作筵席凉盘，或作荤炒配菜，为细菜之一。

【水芹】 也称“茥”、“蕲菜”、“楚葵”、“水葵”、“水斳”、“水英”。俗称“路路通”。烹饪原料。属伞形科植物(Oenanthe javanica)。我国自古食用。家常粗菜，一般只宜拌、炒，也可以作腌菜。含钙、铁较高，并含水芹素、欧芹酸等成分。中医认为其味甘，性平，具清热利湿、止血、降血压功效。



水芹

1. 植物全形
2. 花 3. 果实

【茥(qǐ企)】 即“水芹”。见《周礼》。

【蕲(qín芹)菜】 即“水芹”。见《说文》。

【楚葵】 即“水芹”。见《尔雅》。

【水葵】 即“水芹”。见《尔雅》。

【水斳(qín芹)】 即“水芹”。见《神农本草经》。

【水英】 即“水芹”。见《神农本草经》。

【路路通】 江苏一带对“水芹”的俗称。

【香芹菜】 也称“洋芫荽”。烹饪原料。属伞形科植物(Apium petroselinum)。为芹菜的同属异种。芹香浓郁，西餐常用作凉盘，或配炒、烩等荤菜。原作药用。其叶具强烈芳香和辛味。与肉类共煮可以消除肉臭，并具增进食欲功效；也常以鲜叶配于鱼类、肉类、油炸食品，或与多脂肪食品共作羹菜。

【洋芫荽】 即“香芹菜”。

【胡荽】 也称“荽”、“浚”、“香荽”、“蔊荽”、“胡绥”、“芫荽”、“园荽”、“莞荽”、“满天星”、“莛葛草”。俗称“香菜”、“盐荽”、“芫茜”。烹饪原料。属伞形科植物(Coriandrum sativum)。栽培较广。具特殊香味，叶切碎可作凉菜、面汤及汤菜调味；子也可作调味香料；江苏北部以其茎、叶煮鱼以矫腥。作蔬菜可凉拌，也可以炒食，如芫爆里脊。含芫荽油、沉香醇、乙酸龙脑等成份。中医认为其味辛，性温，可用于发表透疹、健胃消食。



芫荽

1. 植物全形
2. 伞形花序外缘的花
3. 伞形花序内部的花
4. 果实

【荽】 即“胡荽”。潘岳《闲居赋》：“蓼荽芬芳。”注：“荽，香菜。”

【浚】 即“胡荽”。《盐铁论》：“浚茈蓼苏。”注：“浚，莈也，香菜。”

【香荽】 即“胡荽”。《邺中记》：“石勒改胡荽为香荽”。

【蔊荽】 即“胡荽”。见《唐小说》。

【胡绥(suí虽)】 即“胡荽”。见《日用本草》。

【芫荽】 即“胡荽”。见《日用本草》。

【园荽】 即“胡荽”。见《东轩笔录》。

【莞(guān关)荽】 即“胡荽”。见《普济方》。

【满天星】 即“胡荽”。见《湖南药物志》。

【莛葛草】 即“胡荽”。见《湖南药物志》。

【香菜】 “胡荽”的俗称。《月令广义》：“今方言亦呼芫荽为香菜”。

【盐荽】 “胡荽”的俗称。

【芫茜】 广东一带对“胡荽”的俗称。

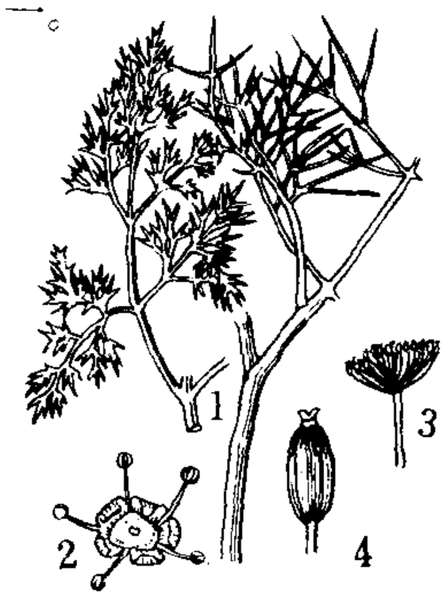
【大芫荽】 俗称“野芫荽”、“老缅芫荽”、“阿瓦芫荽”。烹饪原料。产于云南南部及西部。原多生长于田边、草地中，现已家种。叶似柳叶形，叶边有锯齿。食叶，吃味与芫荽同，但香味甚于芫荽，嫩度稍差，为云南一带各族人民常用烹调配料之一。

【野芫荽】 云南一带对“大芫荽”的俗称。

【老缅芫荽】 云南一带对“大芫荽”的俗称。

【阿瓦芫荽】 云南一带对“大芫荽”的俗称。

【茴香】 也称“小茴香”、“香丝菜”、“怀香”、“土茴香”、“野茴香”、“小刺娄”。烹饪原料。属伞形科植物(Foeniculum vulgaro)。北方及四川有栽培，具强烈芳香。家常蔬菜，最宜作馅料；



茴香

1. 茎叶 2. 花
3. 果序 4. 果实

也可以炒、烩或作汤。内蒙古自治区托克托小茴香与红辣椒共炖黄河大鲤鱼为地方名菜。其根也可以食，可与猪蹄同炖。果实为重要的调味香料。含茴香醚、小茴香酮、茴香醛等，中医认为其味辛，性温，可行气止痛、健胃散寒。

【小茴香】 即“茴香”。见《千金方》。

【香丝菜】 即“茴香”。因其叶似细丝并具强烈芳香，故名。

【茒香】 即“茴香”。见《药性论》。

【土茴香】 即“茴香”。见《图经本草》。

【野茴香】 即“茴香”。见《履巉岩本草》。

【小刺娄】 即“茴香”。见《江苏验方草药选编》。

【菠菜】 也称“菠棱”、“颇稜”、“角菜”、“波斯菜”、“红根菜”、“赤根菜”。俗称“鼠根菜”、“鹦鹉菜”、“雨花菜”。烹饪原料。属藜科植物(Spinacia oleracea)。栽培广泛，供应期长。为家常蔬菜之一。茎叶柔软，宜拌、炒，作汤、馅；叶色翠绿，可用作肴馔配色，如翡翠羹、翡翠鱼球等；还可以将嫩叶或绿汁揉入面中，制成面条、面片，或制成菠饺。由于其纤维素较少，宜作老人、病人及婴幼儿食品。营养成份以胡萝卜素、维生素C及磷等含量较高。中医认为其性凉，味甘，具养血止血、敛阴润燥功效，用治鼻出血、便血、坏血病、消渴引饮、大便涩滞。因含草酸较多，烹调前宜用开水焯一下。



菠菜
1. 雄株的一部分
2. 雌株的一部分

【菠棱】 即“菠菜”。见《刘禹锡嘉话录》。

【颇稜】 即“菠菜”。见《闽产录异》、《艺苑雌黄》。

【角菜】 即“菠菜”。见《陆川本草》。

【波斯菜】 即“菠菜”。见《本草纲目》。

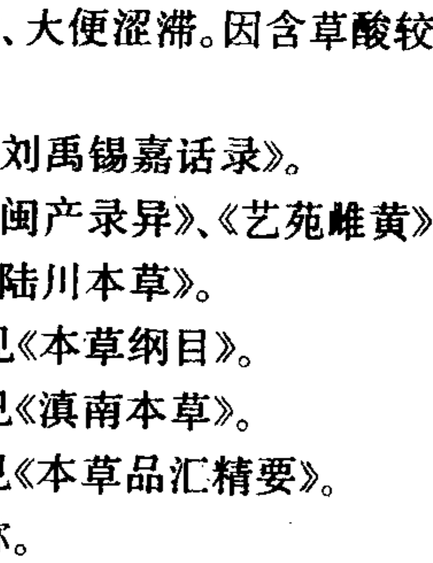
【红根菜】 即“菠菜”。见《滇南本草》。

【赤根菜】 即“菠菜”。见《本草品汇精要》。

【鼠根菜】 “菠菜”的俗称。

【鹦鹉菜】 “菠菜”的俗称。

【雨花菜】 四川一带对“菠菜”的俗称。《清异录》：“锺谟嗜菠薐菜，又名曰雨花菜。”



番杏

【番杏】 也称“滨萬苣”、“番苋”、“白番杏”、“澳洲菠薐菜”、“新西兰菠菜”。俗称“洋菠菜”、“法国菠菜”、“白番苋”、“白红菜”。烹饪原料。属番杏科植物(Tetragonla tetragonioides)。栽培较少，主要分布于东南沿海各省。家常粗菜，茎叶柔软，具清香，味似菠菜。烹调方法同“菠菜”。宜炒、拌或作汤，不宜久煮。西餐中常用。营养成分近似菠菜。国外用作润肠通便的缓泻剂，并用治胃癌、食道癌、子宫颈癌(已用以制出新药)，中医认为其味甘微辛，性平，具清热解毒、祛风消肿功用。因含草酸多，烹调前应以开水焯一下。

【滨萬苣】 即“番杏”。见《本草推陈》。

【番苋】 即“番杏”。见《闽产录异》。

【白番杏】 即“番杏”。

【澳洲菠薐菜】 即“番杏”。

【新西兰菠菜】 即“番杏”。

【洋菠菜】 “番杏”的俗称。

【法国菠菜】 “番杏”的俗称。

【白番苋】 福建一带对“番杏”的俗称。

【白红菜】 福建一带对“番杏”的俗称。

【苋菜】 也称“蒉”、“青香苋”。俗称“人苋”、“仁汉菜”、“米苋”。烹饪原料。属苋科植物(Amaranthus tricolor)。栽培较早。以嫩茎叶供食，为家常粗菜，有紫、绿或紫绿相间等品种。嫩株较柔软，宜于炒食或作汤，间有用之入席。老茎腌制具特殊臭味，为江浙民间所喜食。其养份以紫色品种含铁量较高。中医认为其味甘，性凉，可清热利窍，用治赤白痢疾、二便不通。可作蔬菜食用的还有：皱果苋(Amaranthus viridis，也称绿苋、糠苋、猪苋、白苋)；繁穗苋(A. peniculatus，也称田苋、银苋)；反枝苋(A. retroflexus，也称西风古)；野苋(A. ascendens)等。

【蒉】 即“苋菜”。《尔雅》：“蒉，赤苋。”注：“今苋菜之赤茎者。”

【青香苋】 即“苋菜”。见《湖南药物志》。青香当为青葙的谐称。青葙(Celosia argentea)茎叶似苋，嫩时也可作蔬菜食用。

【人苋】 “苋菜”的俗称。

【仁汉菜】 “苋菜”的俗称。

【米苋】 上海一带对“苋菜”的俗称。

【茼蒿】 也称“同蒿”、“蓬蒿”、“蒿菜”、“花环菊”、“春菊”。俗称“蒿子杆”、“塘蒿菜”、“艾菜”。烹饪原料。属菊科植物(Chrysanthemum. coronarium)。家常粗菜，比较柔嫩，具菊花味。可炒、拌、作汤，也可以炒作荤菜垫底，不宜久煮，间有用之入席。朝鲜族同胞喜食。营养成份一般，在叶菜中含胡萝卜素较多，所含精油具开胃、健脾作用，还含有腺体、胆碱等有机物质，有补脑和增强记忆之功效。中医认为其味辛甘，性平，可和脾胃、利二便、消痰饮。



茼蒿

【同蒿】 即“茼蒿”。见《嘉祐本草》。

【蓬蒿】　即“茼蒿”。见《饮膳正要》。

【蒿菜】　即“茼蒿”。见《得配本草》。

【花环菊】　即“茼蒿”。因其花如菊，中心有淡色环，可供观赏，故名。

【春菊】　即“茼蒿”。因其花似菊，而开于春天，故名。

【蒿子杆】　北方一带对“茼蒿”的俗称。

【塘蒿菜】　广东一带对“茼蒿”的俗称。

【艾菜】　福建一带对“茼蒿”的俗称。

【蕹菜】　也称“蕹”、“雍”、“壅菜”、“瓮菜”、“滨菜”。俗称“空心菜”、“无心菜”、“蘧菜”、“蓊菜”、“空筒菜”、“应菜”。烹饪原料。属旋花科植物(Lpomoea aquatica)。以嫩稍供食。有水蕹、旱蕹之分。为南方家常佳蔬。宜炒食、作汤，烹调时加蒜米可以起味。以腐乳汤炒食更饶风味。色泽翠绿，可作菜肴配色。口感柔滑，有清香，盛供于夏季，尤为难得。中医认为其味甘，性寒，可清热解毒、止血利尿。据医学报告紫色蕹菜含胰岛素样成份，可用治糖尿病。



蕹菜

【蕹】　即“蕹菜”。见《南方草木状》。《本草纲目》：“蕹与壅通。此菜惟以壅成，故谓之蕹。”

【雍】　即“蕹菜”。见《齐民要术》。

【壅菜】　即“蕹菜”。见《北户录》。

【瓮菜】　即“蕹菜”。见《清异录》。

【滨菜】　即“蕹菜”。见《闽杂记》。

【空心菜】　即“蕹菜”的俗称。因其茎中空，故名。

【无心菜】　“蕹菜”的俗称。因其茎中空，故名。

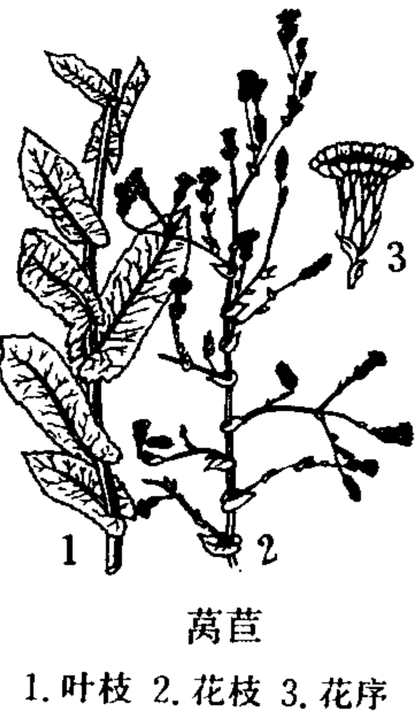
【蘧菜】　“蕹菜”的俗称。

【蓊菜】　南京一带对“蕹菜”的俗称。

【空筒菜】　云南一带对“蕹菜”的俗称。

【应菜】　广东潮州一带对“蕹菜”的俗称。

【莴苣】　烹饪原料。属菊科植物(Lactuca sativa)，有叶用、茎用两种。茎用种参见“莴笋”条。叶用种有：生菜(L. s. var. romana)；结球莴苣(L. s. var. capitata，也称卷心莴苣)；皱叶莴苣(L. s. var. crisha，也称玻璃生菜)；散叶莴苣(L. s. var. intybacea)；直立莴苣(L. s. var. longifolia)。以上可概称为“生菜”，也称“叶用莴苣”、“莴菜”、“千金菜”、“千层剥”。俗称“莜菜”。我国栽培历史较短，西餐常用。宜生食，或用开水焯后拌食，以芝麻油、花椒油、酱油、醋等凉拌，或直接蘸酱食用，甚为爽口。外叶也可用于作汤。中医认为其味苦，性寒，可治热毒、疮肿、口渴。其白色乳汁中含莴苣素，有镇痛和麻醉作用。



1　2　3

莴苣

1. 叶枝　2. 花枝　3. 花序

【生菜】　即“莴苣”。见《千金·食治》。《农政全书》：“按苣有三种：白苣、苦苣、莴苣，皆不可烹煮，故通曰生菜。”

【叶用莴苣】　“莴苣”的植物学名称。以叶供食。

【莴菜】　即“莴苣”。《墨客挥犀》：“莴菜自闽国来，故名。”

【千金菜】　即“莴苣”。见《清异录》。

【千层剥】　即“莴苣”。见《植物名实图考》。

【莜(shèng胜)菜】　河北一带对“莴苣”的俗称。见《河北药材》。

【结球莴苣】　也称“卷心莴苣”。烹饪原料。叶用莴苣的一种。

【卷心莴苣】　即“结球莴苣”。因其叶包心结成球形，故名。

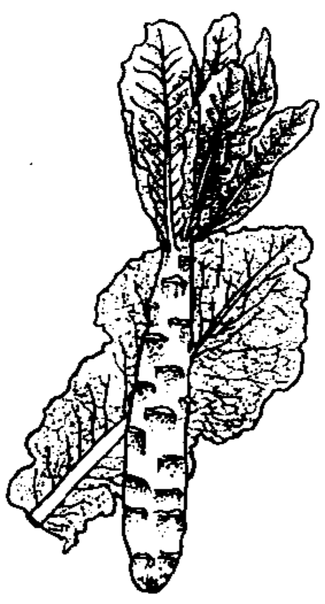
【皱叶莴苣】　也称“玻璃生菜”。烹饪原料。叶用莴苣的一种。因其叶皱缩，故名。

【玻璃生菜】　即“皱叶莴苣”。

【散叶莴苣】　烹饪原料。叶用莴苣的一种。其叶散生。

【直立莴苣】　烹饪原料。叶用莴苣的一种。

【莴笋】　也称“茎用莴苣”、“莴苣笋”、“苣笋”。俗称“青笋”、“秋苔子”。烹饪原料。属菊科植物(Lactuca sativavar. angustata)。以嫩茎供食。可生食，也可以切片或丝用盐略腌后凉拌，也能切片炒；切滚刀块烧，荤素皆宜，陕西菜有五柳凤尾笋、炝蜈蚣笋；湖南菜有奶油凤尾莴笋。还可以腌制酱渍，名产有潼关酱笋等；干制有安徽的涡阳苔干。中医认为其味苦甘，性凉，可用治小便不利、尿血、乳汁不通。叶可作生菜供食，宜于凉拌，养份高于莴苣。



莴笋

【茎用莴苣】　“莴笋”的植物学名称。以嫩茎供食。

【莴苣笋】　即“莴笋”。见《东京梦华录》。

【苣笋】　即“莴笋”。见《授时通考》。

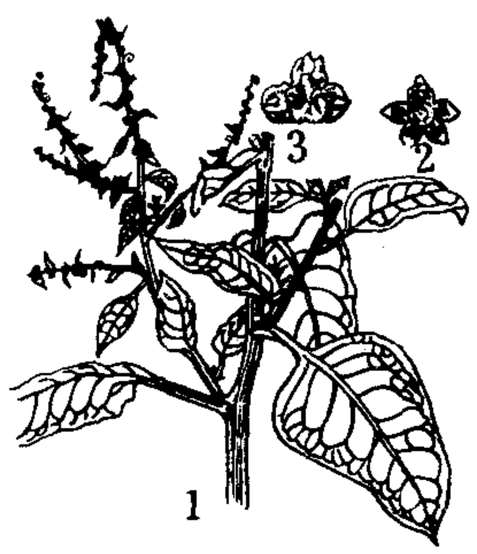
【青笋】　“莴笋”的俗称。

【秋苔子】　安徽涡阳一带对“莴笋”的俗称。当地特产涡阳苔干即以其制成。

【甜菜】　烹饪原料。属藜科植物。有根用、叶用两种。叶用种称“君荙菜”。根用种学名：Beta vulgaris。根称糖萝卜，是制糖原料。其叶也可以食用，质地柔滑软嫩，可供炒、煮。为家常粗菜，除西北一些地方外，不见于菜市。通常用作饲料。

【君荙菜】　也称“叶用甜菜”、“恭菜”、“军达”。俗称

“根大菜”、“光菜”、“杓菜”、“根长菜”、“厚皮菜”、“菠叶甜菜”、“火焰菜”。烹饪原料。属藜科植物(Beta vulgaris var. cicla)。以叶供食。有普通种、宽柄种、皱叶种之分。家常蔬菜，质软嫩，近似菠菜。宜拌、炒，或作汤。有些品种每百克含维生素C达50余毫克，胡萝卜素达8.93毫克。中医认为其味甘，性凉，具清热解毒、行瘀止血功效。



莙荙菜

1. 花枝 2. 花 3. 果实

【叶用甜菜】 “莙荙菜”的植物学名称。因其以叶供食，故名。

【恭菜】 即“莙荙菜”。见《名医别录》。

【军达】 即“莙荙菜”。见《新唐书》。

【根大菜】 “莙荙菜”的俗称。

【光菜】 “莙荙菜”的俗称。

【杓菜】 广东一带对“莙荙菜”的俗称。

【根长菜】 山东一带对“莙荙菜”的俗称。

【厚皮菜】 四川、广西一带对“莙荙菜”的俗称。

【菠叶甜菜】 台湾一带对“莙荙菜”的俗称。

【火焰菜】 四川一带对(茎叶均为紫红色)“莙荙菜”的俗称。

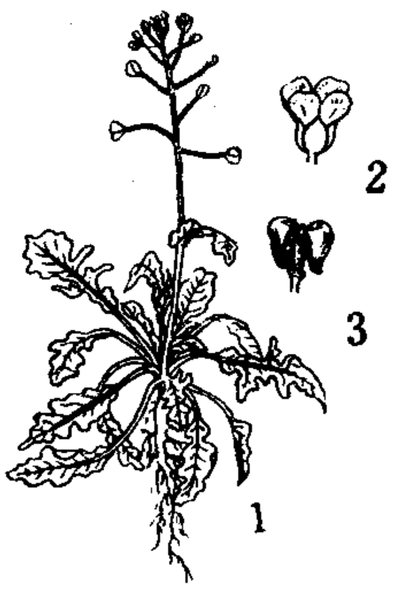
【菊花脑】 也称“菊花菜”、“菊花郎”、“菊花头”。烹饪原料。属菊科植物(Chrysanthemun nankinense)。我国仅江苏南京一带有栽培。以嫩苗作蔬，具菊香而味道鲜美，宜炒食、作汤，或开水焯后凉拌，可配荤素。民间认为此菜味苦辛，性凉，可清热解毒。常吃对防治高血压、冠心病有益。

【菊花菜】 即“菊花脑”。

【菊花郎】 即“菊花脑”。

【菊花头】 即“菊花脑”。

【荠菜】 也称“荠”、“芋菜”、“鸡心菜”、“净肠草”、“护生草”、“假水菜”、“上巳菜”、“血压草”、“香包草”。俗称“枕头草”、“地米菜”、“细细菜”、“清明草”、“榄豉菜”。烹饪原料。属十字花科植物(Capsella bursapastoris)。自古食用。原为野菜，现上海等地已有栽培。有花叶、板叶两种。为三春佳蔬，味鲜美，宜炒、拌及作羹，用配炒荤料，可使菜味更佳。安徽菜有荠菜丸子；山东菜有荠菜鱼卷；江苏菜有荠菜野鸡片。可作包子、饺子馅，并为春卷、馄饨的时鲜馅，可荤可素。还能腌渍，但少见。有些地方用以煮菜饭、菜粥。含钙、胡萝卜素、维生素C均较多，并含多种氨基酸和荠菜酸、胆素、醋酰胆素等成份。医学研究报告，认为其对高血压、冠心病、肾炎及月经过多有一定疗效。中医认为其味甘，性平，可和脾、利水、止血、明目。



荠菜

1. 植物全形

2. 花 3. 果实

【荠】 即“荠菜”。《诗经》：“谁谓荼苦，其甘如荠。”

【芋菜】 即“荠菜”。见《医林纂要》。

【鸡心菜】 即“荠菜”。见《医林纂要》。

【净肠草】 即“荠菜”。见《植物名实图考》。

【护生草】 即“荠菜”。见《本草纲目》。

【假水菜】 即“荠菜”。见《陆川本草》。

【上巳菜】 即“荠菜”。见《闽东本草》。

【血压草】 即“荠菜”。民间因其具有降血压的功效，故名。

【香包草】 即“荠菜”。因全草晒干后有特异清香；故名。

【枕头草】 上海一带对“荠菜”的俗称。

【地米菜】 贵州一带对“荠菜”的俗称。

【细细菜】 江苏一带对“荠菜”的俗称。

【清明草】 浙江一带对“荠菜”的俗称。

【榄豉菜】 广西一带对“荠菜”的俗称。

【冬寒菜】 也称“冬葵”、“皱叶锦葵”、“葵”、“滑菜”、“露葵”。俗称“滑葵”、“滑滑菜”、“奇菜”、“冬苋菜”。烹饪原料。属锦葵科植物冬葵(Malva verticillata)。自古食用，现仅西南地区及湖南等地栽培。宜拌、炒或作羹作汤，可荤可素，清香鲜美，入口柔滑。川菜用作鸡蒙葵菜等，也可以作奶汤海参的垫底。含胡萝卜素高于胡萝卜两三倍，维生素C含量也较多。中医认为其味甘，性寒，可清热、行水、滑肠。

【冬葵】 “冬寒菜”的植物学名称。

【皱叶锦葵】 “冬寒菜”的植物学名称之一。。

【葵】 即“冬寒菜”。见《诗经》。

【滑菜】 即“冬寒菜”。见《本草纲目》。

【露葵】 即“冬寒菜”。见《本草纲目》。

【滑葵】 “冬寒菜”的俗称。因其入烹后吃口滑润，故名。

【滑滑菜】 “冬寒菜”的俗称。

【奇菜】 “冬寒菜”的俗称。

【冬苋菜】 “冬寒菜”的俗称。

【苜蓿】 也称“南苜蓿”、“目宿”、“连枝草”、“牧宿”、“光风”、“怀风”、“木粟”。俗称“”草紫”、“盘歧”、“母齐头”、“草头”、“金花菜”、“三叶菜”。烹饪原料。属豆科植物南苜蓿(Medicago hispida)。可作饲料，又用以渡荒。现上海等地种此为蔬。嫩苗可拌、炒或作汤，也可炒作荤菜垫底，鲜香浓郁；又能腌制，或汆入面汤。营养丰富，维生素C含量高于柑桔。中医认为其味苦，性平，可清脾胃、利大小肠、下膀胱结石。

【南苜蓿】 “苜蓿”的植物学名称。

【目宿】 即"苜蓿"。见《汉书》。

【连枝草】 即"苜蓿"。见《尔雅》。

【牧宿】 即"苜蓿"。见《尔雅》郭璞注。

【光风】 即"苜蓿"。见《西京杂记》。

【怀风】 即"苜蓿"。见《西京杂记》。

【木粟】 即"苜蓿"。见《尔雅翼》。

【草紫】 "苜蓿"的俗称。

【盘歧】 "苜蓿"的俗称。

【母齐头】 "苜蓿"的俗称。

【草头】 江浙一带对"苜蓿"的俗称。

【金花菜】 江浙一带对"苜蓿"的俗称。

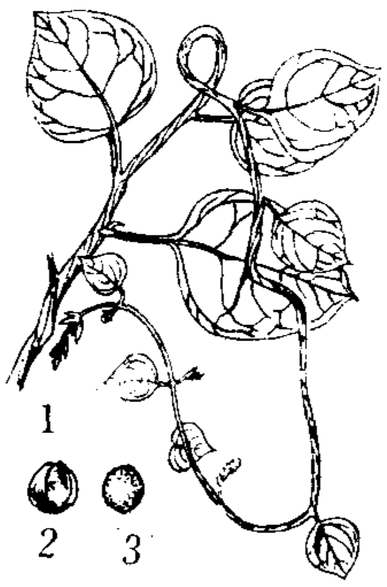
【三叶菜】 上海一带对"苜蓿"的俗称。

【枸杞头】 也称"天精草"。俗称"地地菜"。烹饪原料。为茄科植物枸杞的嫩芽(Lycium chinense)。用作蔬菜,始见陆玑《诗疏》。吃口软滑,味道微苦。宜炒食,或作汤。家常菜如枸杞炒肉丝、枸杞肉片汤等。上海菜有生煸枸杞头、地地菜春笋等。所含蛋白质、碳水化合物、钙、磷、胡萝卜素等较一般蔬菜为多,又含甜菜碱、芸香甙、尿甙酸以及多种氨基酸,具医疗、补益作用。中医认为其味苦,性凉,可补虚益精、清热止渴、祛风明目,并能降肝火。近代医学报道,其可降血糖、血压以及胆固醇,并具体外抗癌作用。民间用作食疗,以治妇女体虚白带等症。

【天精草】 即"枸杞头"。见《保寿堂经验方》。

【地地菜】 "枸杞头"的俗称。

【落葵】 也称"蒩葵"、"繁露"、"承露"、"紫草子"、"胭脂菜"、"藤葵"。俗称"潺菜"、"粘藤"、"软筋菜"。烹饪原料。属落葵科植物(Basella rubra)。食用不广。有青梗、红梗两种。主茎含粘液,故吃口柔滑,清新爽适。宜作汤菜、羹菜。如落葵豆腐肉片汤等,为夏令佳蔬。富含钙、胡萝卜素,维生素C含量与辣椒相近,并含较多叶绿素。中医认为其味甘酸,性寒,可清热滑肠、凉血解毒,脾虚便溏者不宜多吃。作菜略有异味,烹调时加点蒜瓣即可去除。



落葵

1. 植株的一部分
2. 果实 3. 种子

【蒩(zhōng终)葵】 即"落葵"。见《尔雅》。

【繁露】 即"落葵"。见《尔雅》。

【承露】 即"落葵"。见《尔雅》。

【紫草子】 即"落葵"。见《农政全书》。

【胭脂菜】 即"落葵"。见《本草纲目》。

【藤葵】 即"落葵"。见《食鉴本草》。

【潺菜】 广东对"落葵"的俗称。见《广州植物志》。

【粘藤】 云南一带对"落葵"的俗称。

【软筋菜】 广西一带对"落葵"的俗称。

【萝卜缨】 也称"罗汉菜"。俗称"娃娃菜"。烹饪原料。为萝卜的叶。可作蔬菜,宜于凉拌、炒食,也可以腌渍。其营养成份高于萝卜,胡萝卜素含量可与胡萝卜相等。中医认为其味辛苦,性平,可消食、理气。

【罗汉菜】 即"萝卜缨"。因僧家常食,故名。

【娃娃菜】 湖南一带对"萝卜缨"的俗称。

【甘薯藤】 也称"番薯藤"。俗称"红苕藤"、"番苕藤"、"番薯蔓"、"护国菜"。烹饪原料。为甘薯的嫩芽叶及茎。可供炒、煮作菜肴,间用代绿叶蔬菜作为翡翠菜调色料。潮州名菜护国菜以之作成。含胰岛素样成分。中医认为其性微凉,味涩,可治吐泻、便血、血崩、乳汁不通等。某些部分含氢氰酸,应慎用,尤不宜一次食用过多。

【番薯藤】 即"甘薯藤"。

【红苕藤】 四川一带对"甘薯藤"的俗称。

【番苕藤】 四川一带对"甘薯藤"的俗称。

【番薯蔓】 广东一带对"甘薯藤"的俗称。

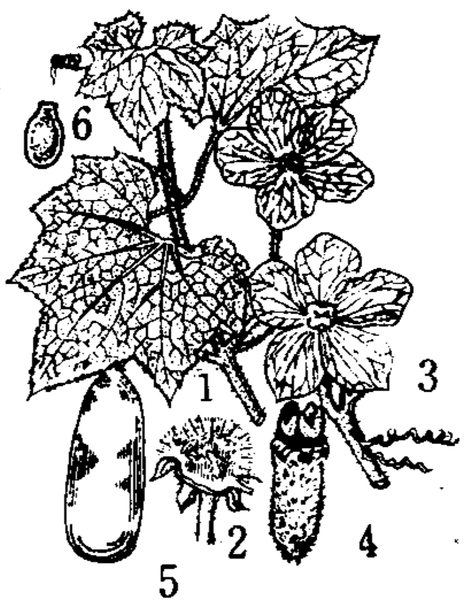
【护国菜】 广东一带对"甘薯藤"的俗称。

【豌豆苗】 简称"豆苗"。俗称"安豆苗"。烹饪原料。为豌豆的嫩苗,宜凉拌、炒食或作汤,具特有鲜香,色翠绿,家常佳蔬,也常用于筵席。北京有以豌豆渍水培育的嫩苗,质稍逊,宜作汤或菜码。

【豆苗】 广东一带对"豌豆苗"的简称。

【安豆苗】 江苏扬州一带对"豌豆苗"的俗称。

【冬瓜】 也称"白瓜"、"水芝"、"菰"、"地芝"、"濮瓜"、"蔬菰"、"东瓜"、"白冬瓜"、"枕瓜"。烹饪原料。属葫芦科植物(Benincasa hispida)。除青藏高原外,广有栽培,品种也多。常于夏季用作汤菜料,清淡爽口;也可以与荤素料配用,红烧白烩均可。筵席常用以制作冬瓜盅等。还可以用作清凉饮料,或作冬瓜糖等。含腺嘌呤、葫芦巴碱等成分。中医认为其味甘淡,性凉,可利水、消痰、清热、解毒,夏令常食,可消暑湿。冬瓜皮洗净切丝,也可以炒食,家常多见。



冬瓜

1. 雄花枝 2. 去花冠后的雄花
3. 雌花枝 4. 去花冠后的雌花
5. 果实 6. 种子

【白瓜】 即"冬瓜"。见《神农本草经》。

【水芝】 即"冬瓜"。见《神农本草经》。

【菰(jí吉)】 即"冬瓜"。见《广雅》。

【地芝】 即"冬瓜"。见《神仙本草》。

【濮瓜】 即"冬瓜"。见《食疗本草》。

【蔬菰】 即"冬瓜"。见《群芳谱》。

【东瓜】 即"冬瓜"。见马欢《瀛涯胜览》。

【白冬瓜】 即"冬瓜"。见《名医别录》。

【枕瓜】 即"冬瓜"。因其有些种形似枕头,故名。

【节瓜】 俗称“毛瓜”、“水影瓜”。烹饪原料。属葫芦科植物(Benincasa hispida var. chieh-qua)。冬瓜的变种。多产于我国南部。食用、药用均同“冬瓜”。

【毛瓜】 “节瓜”的俗称。因其瓜体多毛,故名。

【水影瓜】 广东一带对“节瓜”的俗称。因其种在塘边,搭棚塘上,瓜长得快而整齐,故名。

【瓠】 也称“甘瓠”、“甜瓠”、“净街棰”、“龙蜜瓜”、“天瓜”、“长瓠”、“扁蒲”、“瓠子”、“瓠瓜”。俗称“瓠条”、“夜开花”、“芋瓠”。烹饪原料。属葫芦科植物(Lagenaria siceraria var. clavata)。自古栽培、食用。夏令佳蔬之一。食用方法与冬瓜相似,最宜作汤,清利爽适,也可配荤素料红烧白烩,并可作瓤菜。中医认为其味甘,性寒,可利水、清热、止渴、除烦。有一种苦瓠含糖苷结构的化合物,具一定毒性,食用时须注意。



瓠
1. 雌花枝 2. 果实

【甘瓠】 即“瓠”。见《诗经》。

【甜瓠】 即“瓠”。见《千金·食治》。

【净街棰】 即“瓠”。见《清异录》。

【龙蜜瓜】 即“瓠”。见《滇南本草》。

【天瓜】 即“瓠”。见《滇南本草》。

【长瓠】 即“瓠”。见《本草纲目》。

【扁蒲】 即“瓠”。见《群芳谱》。

【瓠子】 即“瓠”。见《说文》。

【瓠瓜】 即“瓠”。

【瓠条】 江苏一带对“瓠”的俗称。

【夜开花】 上海一带对“瓠”的俗称。

【芋瓠】 福建一带对“瓠”的俗称。

【葫芦】 也称“瓠瓟”、“蒲芦”、“瓠瓠”、“瓠卢”、“扈鲁”、“约腹瓠”、“胡卢”、“瓠壶”、“瓠芦”、“葫芦瓜”、“壶芦”。俗称“壳瓜”。烹饪原料。属葫芦科植物(Lagenaria sic-eraria var. gourda)。为细腰之瓠,干后可作盛器、饮器,可制瓢。小葫芦可作玩具。古时以嫩果为食。苏轼诗:“烂蒸鹅鸭乃瓠壶”、“蒸壶似蒸鸭”。今食用已少。中医认为其味甘淡,性平,可利水、通淋。

【瓠瓟(lóu娄)】 即“葫芦”。见《名医别录》陶弘景注。

【蒲芦】 即“葫芦”。见《本草纲目》。

【瓠瓠(lú庐)】 即“葫芦”。见《尔雅义疏》。

【瓠卢】 即“葫芦”。《汉书》:“莲藕瓠卢。”参见“扈鲁”。

【扈鲁】 即“葫芦”。《汉书·司马相如传》张宴注:“‘瓠卢’,扈鲁也。即今胡卢。”

【约腹瓠】 即“葫芦”。见《广志》。

【胡卢】 即“葫芦”。见《唐书》。

【瓠壶】 即“葫芦”。苏轼诗:“烂蒸鹅鸭乃瓠壶。”

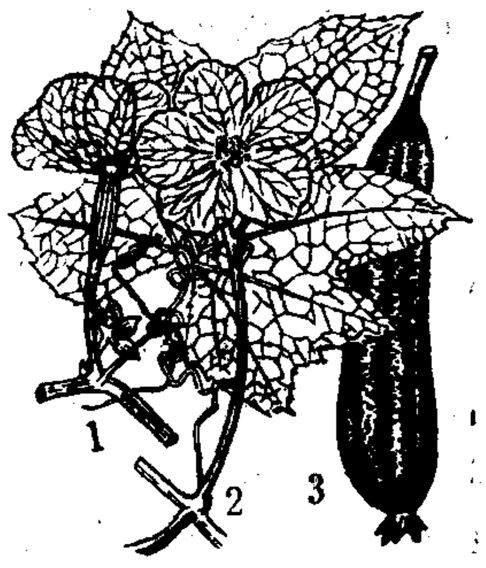
【瓠芦】 即“葫芦”。《酉阳杂俎》:“若欲取水……转注瓠芦中。”

【葫芦瓜】 即“葫芦”。见《本草求原》。

【壶芦】 即“葫芦”。见《饮片新参》。

【壳瓜】 “葫芦”的俗称。

【丝瓜】 也称“天罗”、“天络丝”;“蛮瓜”、“布瓜”、“鱼鳃”、“虞刺”、“天吊瓜”、“纯阳瓜”、“倒阳菜”、“缣瓜”、“洗锅罗瓜”、“绵瓜”、“纺线”、“水瓜”、“絮瓜”、“砌瓜”。俗称“坭瓜”、“啰嗦”、“胜瓜”。烹饪原料。属葫芦科植物。有两种:普通丝瓜(Luffa cylindrica)。棱角丝瓜(L. acutangula)。除高原地区外,广有栽培。嫩果作蔬菜,夏令佳蔬之一,多用于作汤,具清香。淮扬菜有菱米烧丝瓜;四川菜有滚龙丝瓜;湖南菜有干贝炒丝瓜。丝瓜的果实含皂甙、丝瓜苦味质等。中医认为其味甘,性凉,可清热、化痰、凉血、解毒。又,云南产有一种“十棱瓜”,丝瓜一类,宜于作汤,味鲜香。



丝瓜
1. 雌花枝 2. 雄花枝 3. 果实

【天罗】 即“丝瓜”。见《本事方》。

【天络丝】 即“丝瓜”。见《医学正传》。

【蛮瓜】 即“丝瓜”。见《本事方》。

【布瓜】 即“丝瓜”。见《古今合璧事类备要》。

【鱼鳃】 即“丝瓜”。见《奇效良方》。

【虞刺】 即“丝瓜”。见《本草纲目》。

【天吊瓜】 即“丝瓜”。见《滇南本草》。

【纯阳瓜】 即“丝瓜”。见《滇南本草》。

【倒阳菜】 即“丝瓜”。见《滇南本草》。

【洗锅罗瓜】 即“丝瓜”。《本草纲目》:“惟可藉鞋履、涤釜器,故村人呼为洗锅罗瓜。”

【绵瓜】 即“丝瓜”。见《续本事方》。

【纺线】 即“丝瓜”。见《医林纂要》。

【缣瓜】 即“丝瓜”。见《中国药植志》。

【水瓜】 即“丝瓜”。见《岭南采药录》。

【絮瓜】 即“丝瓜”。见《广州植物志》。

【砌瓜】 即“丝瓜”。见《广州植物志》。

【啰嗦】 “丝瓜”的俗称。

【坭瓜】 广西一带对“丝瓜”的俗称。

【胜瓜】 广东一带对“丝瓜”的俗称。

【蛇瓜】 也称“印度丝瓜”、“蛇豆”、“蛇形丝瓜”。俗称“长栝楼”。烹饪原料。属葫芦科植物(Trichosanth-es anguina)。形似普通丝瓜,长可达2米,为夏令家常蔬菜。具特殊清香,炒食脆嫩可口,宜作汤,并可以腌渍、干制。含胰化酶,可帮助分解食物中的蛋白质,故配

荤料更利于蛋白质的吸收。

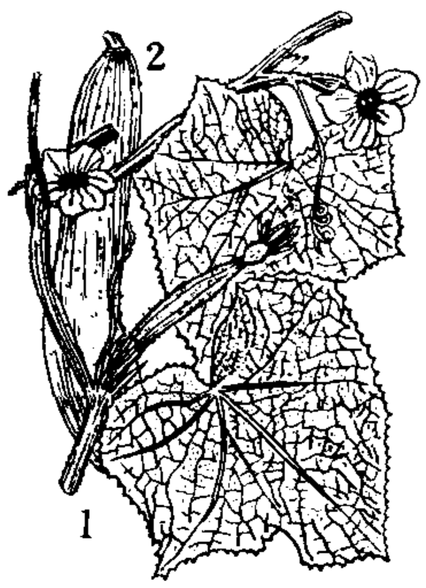
【印度丝瓜】 即“蛇瓜”。因其从印度引入，故名。

【蛇豆】 即“蛇瓜”。

【蛇形丝瓜】 即“蛇瓜”。因其瘦长可达1～2米，故名。

【长栝楼】 “蛇瓜”的俗称。

【黄瓜】 也称“胡瓜”、“王瓜”、“白露黄瓜”、“刺瓜”、“勤瓜”。俗称“青瓜”。烹饪原料。属葫芦科植物(Cucumis sativus)。全国广布，并为主要的温室产品之一。有地黄瓜、架黄瓜、夏黄瓜、秋黄瓜之分。良种有宁阳大刺黄瓜、北京刺瓜等，南方品种大都无刺。嫩果可生吃，入馔常作凉菜，如拍黄瓜、炝黄瓜皮、酸辣黄瓜等。可切丝作菜码，也可以用作拼盘、菜肴的雕刻或装饰材料。热菜多用于炒、熘等菜的配料，也作瓤菜，或用于汆汤。吃口酥脆嫩爽。又常用作酸渍、酱浸、腌制菜品原料。营养价值一般，但含丙醇二酸，可抑制糖类转化为脂肪，被视为减肥食品。嫩籽含维生素E较多，如非必要，可勿去除。中医认为其味甘，性凉，可除热、利水、解毒。



黄瓜

1. 花枝 2. 果实

【胡瓜】 即“黄瓜”。《大业拾遗录》：“(大业)四年九月……改胡瓜为‘白露黄瓜’。”

【王瓜】 即“黄瓜”。《学圃余疏》：“王瓜出燕京者最佳。其地人种之火室中，逼生花叶，二月初即结小实，中官取以上供。”

【白露黄瓜】 即“黄瓜”。见《大业拾遗录》。参见“胡瓜”。

【刺瓜】 即“黄瓜”。见《植物名实图考》。

【勤瓜】 即“黄瓜”。

【青瓜】 广东一带对“黄瓜”的俗称。

【乳黄瓜】 也称“黄瓜毛”、“虾瓜”。烹饪原料。黄瓜的培育种之一。长约6～7厘米，每500克约25条。为酱菜或虾油小菜的上等原料之一。也可供制作高档菜肴的原料。

【虾瓜】 即“乳黄瓜”。以黄瓜和扁豆杂交而成。

【黄瓜毛】 即“乳黄瓜”。

【菜瓜】 也称“越瓜”、“生瓜”、“羊角瓜”、“团瓜”、“拄杖瓜”、“酥瓜”、“老腌瓜”、“白瓜”、“梢瓜”。烹饪原料。葫芦科植物，有两种：菜瓜(Cucumis melo var. flexuosus)；越瓜(C. m. var. conomon)。前者生吃味差，多用于腌制；后者酥脆，生吃口味较好，也可腌制。但自古以来二者混淆，唯产地可加区别。为夏令常蔬之一，多用于凉拌，或切片作菜肴原料，也可以作汤。民间还用以刨丝，揉入面粉制饼，称为菜瓜饼，或用以作馅。最宜腌制，作腌瓜、酱瓜等。中医认为菜瓜味甘，性寒，可利小便，解热毒；越瓜味甘，性微寒，可涤胃、消渴、清暑、益气。又，青海、甘肃一带称“西葫芦”为菜瓜。

【越瓜】 即“菜瓜”。见《本草经集注》。

【生瓜】 即“菜瓜”。《吴越春秋》：“王行有顷，因得生瓜已熟。”

【羊角瓜】 即“菜瓜”。见《本草纲目》。

【团瓜】 即“菜瓜”。

【拄杖瓜】 即“菜瓜”。见《食物本草》。

【酥瓜】 即“菜瓜”。

【老腌瓜】 即“菜瓜”。因其多用于腌制，故名。

【白瓜】 即“菜瓜”。见《本草求原》。

【梢瓜】 即“菜瓜”。见《饮膳正要》。

【西瓜】 也称“寒瓜”、“夏瓜”、“青登瓜”、“青灯瓜”、“灵瓜”、“杨溪瓜”、“水瓜”、“月明瓜”。俗称“万寿果”。烹饪原料。属葫芦科植物(Citrullus lanatus)。广泛栽培，良种很多。夏季佳果，也可以作蔬，常作西瓜盅料，或镂刻成西瓜灯以点缀筵席。又可以作成西瓜酱，有甜、咸两种，甜酱为果酱，咸酱可作菜肴；还可以用其酿西瓜酒。西瓜皮也可以作菜肴，并可干制、腌渍。西瓜含瓜氨酸、磷酸、番茄烃和多种氨基酸。医学报告，其所含瓜氨酸等可利尿。中医认为其味甘，性寒，功能解暑清热、除烦止渴、利小便。



西瓜

1. 花枝 2. 果实

【寒瓜】 即“西瓜”。沈约诗：“寒瓜方卧垄，秋菰亦满坡”。

【夏瓜】 即“西瓜”。《清异录》：“果中子繁者，惟夏瓜、冬瓜、石榴。”

【青登瓜】 即“西瓜”。《列仙传》：“有青灯瓜，大如三斗魁，元表丹里，呈素含红，……又作青登瓜。”

【青灯瓜】 即“西瓜”。参见“青登瓜”。

【灵瓜】 即“西瓜”。《广异记》：“谢元卿见东华文人，为设空同灵瓜。”

【杨溪瓜】 即“西瓜”。见《食物本草》。

【水瓜】 即“西瓜”。

【月明瓜】 即“西瓜”。

【万寿果】 台湾一带对“西瓜”的俗称。因旧时，台湾西瓜列为贡品，要在皇帝生日前送到北京，故名。

【南瓜】 也称“中国南瓜”、“番南瓜”、“番瓜”、“倭瓜”、“麦瓜”、“癞瓜”、“北瓜”、“伏瓜”。俗称“番蒲”、“饭瓜”、“老倭瓜”、“茄瓜”、“红南瓜”、“蜜南瓜”、“窝瓜”、“老缅瓜”、“番蒲”。烹饪原料。属葫芦科植物

(Cucurbita moschata)。广泛栽培。果实可作蔬菜，也可以代粮或作饲料。嫩果可供炒食，老熟后可作铁扒南瓜、咖喱南瓜、粉蒸南瓜、南瓜盅等菜肴，也可以配烧牛肉等荤料；作主食可作南瓜饭、南瓜粥、南瓜饼等。果肉含天门冬素、葫芦巴碱、腺嘌呤等，并含有一种可以防癌的酶。中医认为其味甘，性温，功能补中益气、消炎止痛、解毒杀虫。



南瓜

1. 花和叶枝 2. 雌花 3. 雄花 4. 雌花的柱头 5. 雄花的花药

【中国南瓜】 “南瓜”的植物学名称。

【番南瓜】 即“南瓜”。见《群芳谱》。

【麦瓜】 即“南瓜”。见《滇南本草》。

【癞瓜】 即“南瓜”。见《滇南本草》。

【番瓜】 即“南瓜”。见《本草求原》。

【倭瓜】 即“南瓜”。见《植物名汇》。

【北瓜】 即“南瓜”。

【伏瓜】 即“南瓜。

【番蒲】 江西一带对“南瓜”的俗称。

【饭瓜】 “南瓜”的俗称。

【老倭瓜】 “南瓜”的俗称。

【茄瓜】 “南瓜”的俗称。

【红南瓜】 “南瓜”的俗称。

【蜜南瓜】 “南瓜”的俗称。

【窝瓜】 “南瓜”的俗称。

【老缅瓜】 “南瓜”的俗称。

【笋瓜】 也称“印度南瓜”、“冬南瓜”。俗称“搅瓜”。烹饪原料。属葫芦科植物(Cucurbita maxima)。家常蔬菜，宜切片、丝炒食，或切块、角烧烩，可配荤素。风味较佳者有云南昆明一带的厚皮笋瓜和分布于华北、东北的尖头笋瓜。有些品种味差，只供作饲料。

【印度南瓜】 即“笋瓜”。因其从印度引入，故名。

【冬南瓜】 即“笋瓜”。因其成熟后可久贮供冬季之用，故名。

【搅瓜】 陕西一带对“笋瓜”的俗称。

【西葫芦】 也称“美洲南瓜”。俗称“美国南瓜”。烹饪原料。属葫芦科植物(Cucurbita pepo)。北方和西北地区栽培较多。家常蔬菜之一，可供烧、炒、烩、熘，也可作荤素菜配料，并能刨丝作馅，揉入面粉作饼。

【美洲南瓜】 即“西葫芦”。因其原产南美洲，故名。

【美国南瓜】 “西葫芦”的俗称。

【搅瓜】 也称“搅丝瓜”、“茭瓜”。烹饪原料。属葫芦科植物西葫芦的一种。嫩时可如西葫芦一样食用，成熟后肉多粗丝状纤维，形如粉丝，以筷子搅取后供食用，吃口脆嫩爽利，可生拌，也可以炒食。可配荤素，民间常食。佳品有贵州的湄潭茭瓜；河北、山东的面茭瓜。

【搅丝瓜】 即“搅瓜”。《植物名实图考》：“搅丝瓜生直隶，花叶俱如南瓜，瓜长尺余，色黄，瓤亦淡，自然成丝，宛如刀切。以箸搅取，油盐调食，味似撇蓝。”

【茭瓜】 即“搅瓜”。

【苦瓜】 也称“癞葡萄”、“锦荔枝”、“君子菜”、“金荔枝”、“红羊”、“天荔枝”、“菩达”。俗称“红姑娘”、“癞瓜”、“凉瓜”。烹饪原料。属葫芦科植物(Momordica charantia)。以嫩果皮作蔬，可生食，也可以拌或煎、煸、炒、烧，还可以作汤，可荤可素，可以干制，为夏令佳蔬之一。广东菜有苦瓜牛肉、虾胶瓤苦瓜；四川菜有干煸苦瓜、斑指苦瓜、烧瓤苦瓜。若嫌味苦，可于烹调前多予浸泡。广州还用之作凉茶原料。果实含苦瓜甙等成分，可降血糖，对糖尿病有一定作用；并含多量维生素C。中医认为其味苦，性寒，功能清暑涤风、明目解毒。因其含一定毒性，故不宜一次超量多吃，孕妇尤须注意。



苦瓜

1. 花果枝 2. 雌花 3. 雄花

【癞葡萄】 即“苦瓜”。见《救荒本草》。参见“锦荔枝”。

【锦荔枝】 即“苦瓜”。见《救荒本草》。《本草纲目》：“苦以味名，瓜及荔枝、葡萄，皆以实及茎叶相似得名。”

【君子菜】 即“苦瓜”。《广东新语》：“苦瓜，一名‘菩达’，一名‘君子菜’。其味甚苦，然杂他物煮之，他物弗苦。自苦而不以苦人，有君子之德焉。”

【金荔枝】 即“苦瓜”。

【红羊】 即“苦瓜”。见《泉州本草》。

【天荔枝】 即“苦瓜”。

【菩达】 即“苦瓜”。参见“君子菜”。

【红姑娘】 “苦瓜”的俗称。见《群芳谱》。

【癞瓜】 “苦瓜”的俗称。

【凉瓜】 广东一带对“苦瓜”的俗称。

【佛手瓜】 也称“合掌瓜”、“隼人瓜”、“安南瓜”。俗称“香洋瓜”。属葫芦科植物(Sechium edule)。华南、西南及东南沿海栽培较多，果实可生食，味清甜。也作蔬菜，嫩时可炒、熘，老熟后可炖、煮，也可以腌渍。地下块根也可以食用，方法与风味均与马铃薯相似。含维生素A、C较多。

【合掌瓜】 即“佛手瓜”。因其形似合掌，故名。

【隼人瓜】 即“佛手瓜”。

【安南瓜】 即“佛手瓜”。

【香洋瓜】 福建一带对“佛手瓜”的俗称。

【黄豆】 也称“菽”、“戎菽”、“戎豆”、“尗”、“荶”、“叔”、“荏菽”。俗称“黄大豆”、“大豆”。烹饪原料。属

豆科植物(Glycine max)。原产我国，自古栽培，现已广布世界。未完全成熟者称“毛豆”，可供蔬。黄豆用途广泛，除榨油、制酱、作豉和豆腐等外，可代粮，或炒丝粉碎后代咖啡(称豆咖啡)。作菜肴可供烧、煮、炖、煨或作汤(如黄豆浓汤、肉丝黄豆汤等)；作小菜可制成酱油豆、笋豆、卤汁豆、黄豆肉酱等，也可以炒香或油炸后拌椒盐食用；还可以作成糖豆。含蛋白质约42%，是瘦肉的两倍、鸡蛋的三倍，有植物肉之称。脂肪含量也多，并含卵磷脂、胆碱、蛋氨酸、赖氨酸、大豆黄酮等。中医认为其味甘，性平，可健脾宽中，润燥消水。因其含皂素等物质，具一定毒性，未经加热煮透，不宜食用。

【菽】　①豆类的总称。②即“黄豆”。《诗经·小雅·采菽》：“采菽采菽，筐之筥之。”笺：“菽，大豆也。”

【戎菽】　即“黄豆”。参见“荏菽”。

【戎豆】　即“黄豆”。

【朮(shú熟)】　即“黄豆”。一说，作豆类的总称。

【荲(juàn绢)】　即“黄豆”。见《广韵》。

【叔】　即“黄豆”。《庄子》：“食以刍叔。”

【荏菽】　①即“黄豆”。《诗经·大雅·生民》：“蓺之荏菽，荏菽旆旆。”传：“荏菽，戎菽也。”笺：“戎菽，大豆也。”②即胡豆。

【黄大豆】　“黄豆”的俗称。

【大豆】　①“黄豆”的俗称。②青海一带称蚕豆为大豆。

【毛豆】　也称“青豆”。烹饪原料。为黄豆的嫩豆。因其荚多毛，故名。良种有平湖元青豆、天目青豆等，是受欢迎的蔬菜之一，有些并供外销。味道鲜美，营养丰富，家常最简便的吃法为剪去尖角，盐水煮以供下酒。多剥豆粒炒食，如咸菜炒毛豆、毛豆辣椒香干炒肉丁、毛豆炒萝卜干等。也可以制成熏青豆供作下酒小吃。养分除富含蛋白质、脂肪等外，维生素C的含量也比黄豆多。

【青豆】　即“毛豆”。

【蚕豆】　也称“佛豆”、“胡豆”、“王坟豆”、“寒豆”、“豎豆”、“仙豆”。俗称“夏豆”、“罗汉豆”、“北豆”、“南豆”、“马齿豆”。烹饪原料。属豆科植物(Vicia faba)。栽培广泛，良种很多，有粒用、蔬用两种。蔬用以嫩豆作菜肴，也可以生食，柔软味美。宜拌、炒、煮、烩、熘，可单用，或配荤素。家常可与咸菜或葱炒食，也可以与豆腐、海米同炖；筵席菜有蛋黄蚕豆、蚕豆松、鸡茸蚕豆、火腿蚕豆等。干豆可去外衣作菜；作汤最鲜美，也可以渍水



蚕豆

1. 花枝 2. 花去花冠示雌雄蕊 3. 果实 4. 种子

罨制芽蚕豆。用蚕豆可作多种小吃，如兰花豆、怪味胡豆、茴香豆、五香烂芽豆、油豆瓣等。粒用种可磨粉代粮，作粉丝；也可以酿酒制酱。中医认为蚕豆味甘，性平，具健脾利湿之功，可治膈食、水肿。因其含巢菜碱甙等成分，有些人吃后易发生“蚕豆黄病”(急性溶血性贫血)，尤以男孩为多，须注意。

【佛豆】　即“蚕豆”。《通雅》：“佛豆即蚕豆也”。

【胡豆】　即“蚕豆”。《太平御览》：“张骞使外国，得胡豆归。”今四川等地仍称之为胡豆。

【王坟豆】　即“蚕豆”。《紫桃轩杂缀》：“(杭州)南屏山邵皇亲坟左侧有地产蚕豆，颗大而味鲜，杭人呼为王坟豆。”

【寒豆】　即“蚕豆”。江南一带因其冬种，故名。

【豎豆】　即“蚕豆”。见《中国药植志》。

【仙豆】　即“蚕豆”。见《中国药植志》。

【夏豆】　上海一带对“蚕豆”的俗称。因其收获于初夏，故名。

【罗汉豆】　浙江一带对“蚕豆”的俗称。

【北豆】　安徽一带对“蚕豆”的俗称。

【南豆】　云南一带对“蚕豆”的俗称。见《蒙自府志》。

【马齿豆】　台湾一带对“蚕豆”的俗称。因其形似马牙，故名。

【豌豆】　也称“毕豆”、“豍豆”、“蹲豆”、“回鹘豆”、“麻累”、“国豆”、“淮豆”、“青斑豆”、“雪豆”、“麦豆”、“白豌”、“小寒豆”、“青小豆”。烹饪原料。属豆科植物(Pisum sativum)。自古已有分布。以嫩豆供蔬，可盐水煮供小吃、下酒。豆粒可烧可烩可拌，也可以作汤，家常以之炒咸菜、烧豆腐，也是筵席上常用品，宜荤宜素，可制成炒豌豆酱、素烩青元、奶汤豌豆，或莲蓬豌豆、鸡茸豌豆等，以其翠绿如珠，滋味清甜，口感酥软而引人入胜。除鲜豆供市外，还有罐头。成熟还可煮作豌豆黄、豌豆粥，磨粉可制糕、饼、粉丝、凉粉，也可以代粮。干豆养份接近米面，嫩豆较一般叶菜含碳水化合物高。中医认为其味甘，性平，具和中下气、利小便、解疮毒功效。



豌豆

1. 花枝 2. 果实

【毕豆】　即“豌豆”。《唐史》：“毕豆出自西戎回鹘地面。”《广雅》：“毕豆，豌豆、留豆也”。

【豍(bì必)豆】　即“豌豆”。《博雅》：“豍豆，豌豆、蹲豆也。”

【蹲豆】　即“豌豆”。见《广雅》。参见“蹲豆”。

【回鹘豆】　即“豌豆”。见《辽志》。

【麻累】　即“豌豆”。见《千金方》。参见“青小豆”。

【国豆】 即“豌豆”。见《邺中记》。

【淮豆】 即“豌豆”。见《本草纲目》。

【青斑豆】 即“豌豆”。见《名医别录》。

【雪豆】 即“豌豆”。见《广州植物志》。

【麦豆】 即“豌豆”。

【白豌】 即“豌豆”。见《扬州府志》。

【小寒豆】 即“豌豆”。

【青小豆】 即“豌豆”。《千金方》:“青小豆,一名‘胡豆’,一名‘麻累’。”

【扁豆】 也称“藊豆”、“蛾眉豆”、“南扁豆”、“沿篱豆”、“凉衍豆”、“羊眼豆”、“膨皮豆”、“茶豆”、“匾豆”、“眉豆”、“藤豆”、“鹊豆”、“扊扅豆”。烹饪原料。属豆科植物(Dolichos lablab)。除青藏高原外,广有栽培,有白、紫等种。以嫩豆荚供馔,为夏秋间家常佳蔬,可加酱素烧,或烧肉,或作成油爆酱扁豆,也可以加芋艿子或百页等同烧。作筵席菜,有凤皇扁豆;甜食有扁豆花生羹、酥扁豆泥、冰糖扁豆羹。也可以作豆沙馅,或作扁豆粥。豆荚干制后烧肉,尤饶风味。食疗有炒扁豆淮山粥,用治脾胃虚弱、食欲不振、食少久泄、食积痞块等。白扁豆是中药材。中医认为其性甘,味平,有健脾和中、消暑化湿功效。

【藊豆】 即“扁豆”。见《唐本草》。

【沿篱豆】 即“扁豆”。见《本草纲目》。

【凉衍豆】 即“扁豆”。见《本草乘雅半偈》。

【羊眼豆】 即“扁豆”。见《药品化义》。

【扊扅(yǎn yí 眼仪)豆】 即“扁豆”。见《说文长笺》。

【蛾眉豆】 即“扁豆”。《本草纲目》:“蛾眉,象豆脊白路之形也”。

【南扁豆】 即“扁豆”。见《滇南本草》。

【膨皮豆】 即“扁豆”。见《广州植物志》。

【茶豆】 即“扁豆”。见《江苏植药志》。

【匾豆】 即“扁豆”。见《农政全书》。

【眉豆】 即“扁豆”。见《救荒本草》。

【藤豆】 即“扁豆”。

【鹊豆】 即“扁豆”。见《图经本草》。

【菜豆】 也称“敏豆”、“云豆”、“龙牙豆”、“龙骨豆”。俗称“云扁豆”、“四季豆”、“豆角”、“梅豆”、“梅角豆”、“龙爪豆”、“雪山豆”、“看花豆”、“四月豆”。烹饪原料。属豆科植物(Phaseolus vul-garis)。广泛栽培,品种较多。以嫩荚供蔬食,为家常菜之一。由于我国习惯将菜豆称作扁豆,故凡称作扁豆的菜,大都为菜豆所作。家常可凉拌、酱烧、油焖,宜配猪肉;筵席菜多用作荤菜配料。老熟豆粒称“云豆”,可煮沙作馅,也可以作芸豆卷,有的品种可代粮。豆荚也可以干制、腌藏或作泡菜料。在豆类中营养成份一般,但较其他蔬菜为高。中医认为其味甘淡,性平,有滋养、解热、利尿、消肿功效。由于其含毒蛋白和皂素,在摄氏 100℃时才能破坏,故未经充分焖煮,易致中毒,须注意。

【敏豆】 即“菜豆”。

【云豆】 即“菜豆”。

【龙牙豆】 即“菜豆”。

【龙骨豆】 即“菜豆”。

【云扁豆】 “菜豆”的俗称。见《植物名实图考》。

【四季豆】 “菜豆”的俗称。见《植物名实图考》。

【豆角】 “菜豆”的俗称。因其以荚供蔬,故名。

【龙爪豆】 “菜豆”的俗称。因其结荚时,荚穗如爪,故名。

【梅豆】 宁夏等地对“菜豆”的俗称。

【四月豆】 湖南一带对“菜豆”的俗称。

【雪山豆】 西南一些地区对“菜豆”的俗称。或称大雪山豆,为多花菜豆(也称红花菜豆)。

【看花豆】 西北、西南一些地方对(红花)“菜豆”的俗称。因其红花可供观赏,故名。

【梅角豆】 广东一带对“菜豆”的俗称。

【豇豆】 也称“豇豆”、“缸豆”、“长豆”、“白豆”、“羊角”、“饭豆”、“羹豆”。俗称“裙带豆”、“带豆”、“姜豆”、“江豆”、“腰豆”、“浆豆”、“箸豆”。烹饪原料。属豆科植物(Vigna sesquipeda-lis)。自古栽培。以嫩荚供蔬食,老熟豆粒作粮。家常蔬菜之一,可荤可素,也可以拌食,以酱烧或烧肉为最常见,凉拌有蒜泥豇豆、麻酱拌豇豆,间有炒食者。还可以干制、腌制,或作泡菜、酱菜。干豆粒可入米作粥、饭,也能煮沙作馅。中医认为其味甘,性平,具健脾补肾之效。



豇豆
1. 花枝 2. 果实

【豇豇(xiáng shuāng祥双)】 即“豇豆”。《本草纲目》:“此豆红色居多,荚必双生,故有豇、豇豇之名。”

【缸豆】 即“豇豆”。见《随园食单》。

【长豆】 即“豇豆”。因其荚长,故名。

【白豆】 即“豇豆”。见《广群芳谱》。

【羊角】 即“豇豆”。见《医林纂要》。

【饭豆】 即“豇豆”。见《广群芳谱》。因其豆粒可供粥饭,故名。

【羹豆】 即“豇豆”。

【裙带豆】 “豇豆”的俗称。见《中国主要植物图说》。

【带豆】 “豇豆”的俗称。因其荚长似带,故名。

【姜豆】 “豇豆”的俗称。

【江豆】 “豇豆”的俗称。

【腰豆】 “豇豆”的俗称。

【浆豆】 贵州一带对“豇豆”的俗称。

【箸豆】 福建一带对“豇豆”的俗称。

【刀豆】 也称“挟剑豆”、“大刀豆”、“刀鞘豆”、“大弋豆”、“葛豆”、“刀铗豆”、“皂荚豆”、“刀巴豆”、“刀坝豆”。俗称“泥鳅豆”、“刀培豆”、“关刀豆”、“马刀豆”。烹饪原料。属豆科植物(Canavalia gladiata)。嫩荚供蔬食，方法参见“菜豆”，因纤维较老韧，所以不及菜豆、扁豆脆嫩，为家常粗菜，宜焖、煮，配荤风味较佳。其荚还可以蜜饯、酱渍或干制。老熟后以籽粒供食，可煮食、磨面以代粮。中医认为其味甘，性温，可温中下气、益肾补元。民间用治呃逆。

【挟剑豆】 即“刀豆”。见《酉阳杂俎》。

【大刀豆】 即“刀豆”。见《分类草药性》。

【刀鞘豆】 即“刀豆”。见《陆川本草》。

【大弋豆】 即“刀豆”。见《本草求原》。

【葛豆】 即“刀豆”。

【刀铗豆】 即“刀豆”。

【皂荚豆】 即“刀豆”。

【刀巴豆】 即“刀豆”。

【刀坝豆】 即“刀豆”。

【泥鳅豆】 云南一带对“刀豆”的俗称。

【刀培豆】 江西一带对“刀豆”的俗称。

【关刀豆】 广西一带对“刀豆”的俗称。

【马刀豆】 福建一带对“刀豆”的俗称。

【莱豆】 也称“金甲豆”、“棉豆”。俗称“洋扁豆”、“荷包豆”、“皇帝豆”。烹饪原料。属豆科植物(Phaseolus lunatus)。东南沿海栽培较多。此豆荚硬，宜剥豆供蔬，或配粮煮作粥、饭，有特殊香味。

【金甲豆】 即“莱豆”。

【棉豆】 即“莱豆”。

【洋扁豆】 “莱豆”的俗称。

【荷包豆】 “莱豆”的俗称。

【皇帝豆】 “莱豆”的俗称。

【四棱豆】 也称“翼豆”、“热带大豆”、“翅豆”。俗称“野黄豆”、“番鬼豆”。烹饪原料。属豆科植物(Winged bean)。热带植物，本世纪30年代引入我国。嫩荚、叶、花、籽、块根均可作蔬菜食用。豆粒含蛋白质35～39%，脂肪15～18%。可炒食，也可以制豆腐。嫩荚食用加工方法参见“菜豆”，可清火解毒；叶味如菠菜，可炒、拌或作汤；花可以煎食，味同蘑菇。但烹饪利用还不普遍。

【翼豆】 即“四棱豆”。因其荚四棱带皱边，形似翼翅，故名。

【热带大豆】 即“四棱豆”。因其适应热带气候，食味似黄豆，故名。

【翅豆】 即“四棱豆”。

【野黄豆】 “四棱豆”的俗称。因其风味及食用均与黄豆相似，故名。

【番鬼豆】 广西一带对“四棱豆”的俗称。

【辣椒】 也称“辣虎”、“辣茄”、“番椒”、“秦椒”、“腊茄”、“海椒”、“辣角”、“鸡嘴椒”。俗称“大椒”、“麻人椒”、“番姜”。烹饪原料。属茄科植物(Capsicum frutescens)。广泛栽培，良种很多。供蔬者有灯笼椒等，生熟皆可食，除不宜入汤外，适应各种烹调方法，色有红、绿、白、紫等，还可以作菜肴配色。供调味者有羊角椒，宜作菜肴配味料，成熟后可干研成粉，以供调味。又宜干制、腌藏、酱渍，或制成青椒糊、辣椒酱、辣椒油等，是四川、湖南等菜的必备调味品。维生素C在蔬菜中含量最高；另含辣椒碱、辣红素等。中医认为其味辛，性热，可用于温中、散寒、开胃、消食，并可以治冻伤、瘀肿等。



辣椒

1.花果枝 2.果实

【辣虎】 即“辣椒”。见《药性考》。

【辣茄】 即“辣椒”。见《花镜》。

【番椒】 即“辣椒”。见《群芳谱》。

【秦椒】 即“辣椒”。见《群芳谱》。

【腊茄】 即“辣椒”。见《药检》。

【海椒】 即“辣椒”。见《遵义府志》。

【辣角】 即“辣椒”。见《遵义府志》。

【鸡嘴椒】 即“辣椒”。见《广州植物志》。

【大椒】 江苏一带对“辣椒”的俗称。

【麻人椒】 江苏泰兴一带对“辣椒”的俗称。

【番姜】 台湾一带对“辣椒”的俗称。见《台湾府志》。

【茄子】 也称“小菰”、“昆仑紫瓜”、“落苏”、“酪酥”、“昆味”、“昆仑瓜”、“紫膨脝”、“草鳖甲”。俗称“吊菜子”、“矮瓜”。烹饪原料。属茄科植物(Solanum melo-ngena)。广有栽培，良种很多。以嫩果入蔬，为家常菜之一。宜拌、炒、烧、煮、蒸、烩、炸、烤、熘、炖等多种烹调方法，适应多种调味，也可以干制、腌渍，酱制。有些品种可生食。可入筵席，菜肴有蟹肉烧茄子、糖醋茄饼、醉茄子、茄泥、琉璃茄子等。茄皮含维生素P较多(尤其紫色的茄子)。中医认为其味甘，性凉，可用于清热、活血、止痛、消肿、祛风通络。

【小菰】 即“茄子”。见《晋书》。

【昆仑紫瓜】 即“茄子”。见《大业拾遗录》。

【落苏】 即“茄子”。见《本草拾遗》。

【酪酥】 即“茄子”。

【昆味】 即“茄子”。见《清异录》。

【昆仑瓜】 即“茄子”。见《太平御览》。

【紫膨脝】 即“茄子”。

【草鳖甲】 即“茄子”。见《图经本草》。

【吊菜子】 “茄子”的俗称。

【矮瓜】 广东一带对“茄子”的俗称。

【番茄】 也称“西番柿”。俗称“西红柿”、“番柿”、“火柿子”、“六月柿”、“洋海椒”、“毛腊果”、“酸茄果”、“洋柿子”、“洋茄儿”。烹饪原料。属茄科植物(Lycopersicon esoulentum)。广泛栽培，良种很多。可作水果生食，为夏秋间佳蔬，宜于多种烹调方法，并可作成灌馅西红柿等，家常、筵席皆宜，可荤可素。又能糖渍、腌藏，可制成汁、酱、粉等长期食用。西餐多用。富含多种营养成分，尤以胡萝卜素和维生素C较多，烹调时应注意加热时间不宜过长，防止维生素C过多损失。中医认为其味甘酸，性微寒，具生津止渴、健胃消食功效。医学研究认为，其有降血压、抗菌消炎等作用。



番茄

1.花枝 2.花 3.果实

【西番柿】 即“番茄”。见陕西《神木县志》。

【西红柿】 “番茄”的俗称。

【番柿】 “番茄”的俗称。

【火柿子】 北方一带对“番茄”的俗称。

【六月柿】 北方一带对“番茄”的俗称。因其成熟于夏日，故名。

【洋海椒】 南方一带对“番茄”的俗称。

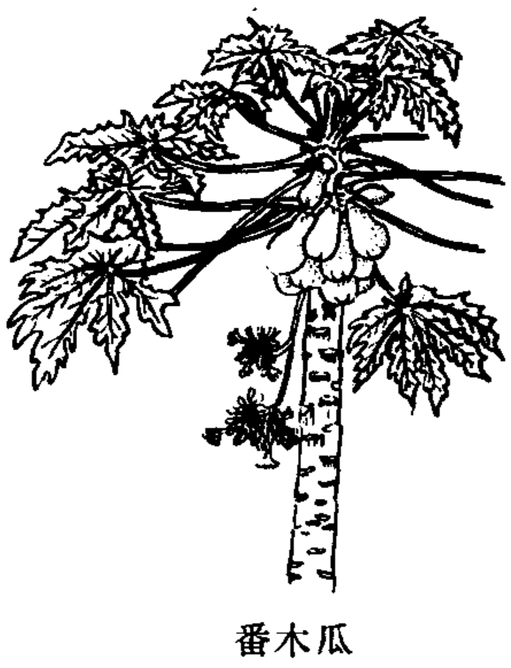
【毛腊果】 南方一带对“番茄”的俗称。

【酸茄果】 西南一带对“番茄”的俗称。

【洋柿子】 江苏、山东一带对“番茄”的俗称。

【洋茄儿】 湖南一带对“番茄”的俗称。

【番木瓜】 也称“木瓜”、“番瓜”。俗称“万寿果”、“乳瓜”。烹饪原料。属番木瓜科植物(Carica papaya)。东南及西南均有栽培。名产有岭南木瓜等。可作水果，也可作蔬，肉质细滑，酥香清甜。宜于炖或作汤，或作甜菜；还可用糖醋制成木瓜酸，作为小吃或其他糖醋菜的垫底；又可以腌制、蜜饯或作果酱；也可以酿酒。营养丰富，含维生素A较多。所含番木瓜碱具抗肿瘤及抗菌、抗寄生虫作用；木瓜蛋白酶可帮助消化蛋白；木瓜酵素可软化肉类纤维，与肉同炖可使之易烂。中医认为其味甘，性平，可治胃痛、痢疾、二便不畅、风痹、烂脚。



番木瓜

【木瓜】 即“番木瓜”。

【番瓜】 即“番木瓜”。

【万寿果】 “番木瓜”的俗称。见《肇庆府志》。

【乳瓜】 “番木瓜”的俗称。因其含有乳汁，故名。

【秋葵荚】 也称“羊角豆”、“羊犄角”。烹饪原料。为锦葵科植物秋葵的果荚(Abelmoschus esculentus)，以其嫩果荚作蔬菜，主要供作清炒或配荤，也可以烧煮、作汤，又能腌渍。风味近似莲藕，口感粘滑。

【羊角豆】 即“秋葵荚”。因其荚果形似羊角，故名。

【羊犄角】 即“秋葵荚”。因其荚果形似羊角，故名。

【玉米笋】 也称“珍珠笋”。俗称“玉笋”。烹饪原料。玉蜀黍刚出的嫩苞，苞中玉米约长3～6厘米，鲜甜白嫩，可作菜肴原料，适于多种烹调方法，可供制金钩玉笋、蟹黄扒珍珠笋等菜。

【珍珠笋】 即“玉米笋”。

【玉笋】 四川饮食行业对“玉米笋”的俗称。

【嫩玉米】 也称“玉麦”。烹饪原料。玉蜀黍的嫩籽粒，可供制菜肴。宜于煮烩，有罐头制品。云南菜有软炸玉麦；湖北菜有玉米鸡茸；广东菜有芦笋连珠。

【玉麦】 云南一带对“嫩玉米”的俗称。

【榆钱】 也称“榆荚”。烹饪原料。榆树的嫩荚果，可作蔬菜，或作主食。《素食说略》：“嫩榆钱，拣去葩蒂，以酱油、料酒焯汤，颇有清味”，“有和面蒸作糕饵或麦饭者，亦佳。”《帝京岁时纪胜·四月·时品》有“榆钱蒸糕”。今民间偶有食用，如用榆钱拌面粉蒸制谷垒，或作糕点等。

【榆荚】 即“榆钱”。

【皂荚仁】 也称“皂角子”、“皂子”、“皂儿”、“皂角核”。烹饪原料。为豆科植物皂荚(Gleditsia sinensis)的籽实。云南以之作甜菜冰糖皂仁。制法为：皂仁用60度白酒拌过，将酒点燃烧1分钟，边烧边搅动，再入清水泡2小时，至全部涨发，蒸20分钟后用冰糖煮之即成，吃口烂糯鲜甜，筵席名菜。中医认为其味辛，性温，可润燥通便、祛风消肿。

【皂角子】 即“皂荚仁”。见《千金方》。

【皂子】 即“皂荚仁”。见《博济方》。

【皂儿】 即“皂荚仁”。见《博济方》。

【皂角核】 即“皂荚仁”。见《妇人良方》。

【枸杞子】 也称“宁夏枸杞(Lycium barbarum)”、“枸杞(L. chinense)”、“甜菜子”、“枸蹄子”、“狗奶子”、“地骨子”、“枸茄茄”、“红耳坠”、“血枸子”、“枸地芽子”、“血杞子”。烹饪原料。属茄科植物。主产北方，以宁夏、河北、甘肃、青海产者最佳。以粒大、肉厚、籽小、色红、质柔、味甜者为优。中医认为其味甘，性平，可补肾益精、养肝明目。可供烹制菜肴，如枸杞肉丝、枸杞蒸鸡、枸杞炖羊肉、枸杞春笋、枸杞桂圆炖猫、淮杞炖羊头等。还可煮枸杞子粥和泡制枸杞子酒。

【宁夏枸杞】 “枸杞子”的植物学名称之一。

【枸杞】 “枸杞子”的植物学名称之一。

【甜菜子】 即“枸杞子”。见《救荒本草》。

【枸蹄子】 即“枸杞子”。见《河南中药手册》。

【狗奶子】 即“枸杞子”。见《江苏植物志》。

【地骨子】 即"枸杞子"。见《山西中药志》。

【枸茄茄】 即"枸杞子"。见《山西中药志》。

【红耳坠】 即"枸杞子"。见《中药材手册》。

【血枸子】 即"枸杞子"。见《中药材手册》。

【枸地芽子】 即"枸杞子"。见《四川中药志》。

【血杞子】 即"枸杞子"。见《药材学》。

【蒜】 也称"臭香草"、"荤菜"。属百合科植物。我国原产小蒜，西汉时引入大蒜。广泛栽培，良种、名产很多，以蒜头、蒜苗、蒜黄、蒜苔供食。

【臭香草】 即"蒜"。《清异录》："蒜，五代宫中呼臭香草。"

【荤菜】 即"蒜"。《说文》："蒜，荤菜也。"

【大蒜】 也称"葫"、"葫蒜"。烹饪原料。属百合科植物(Allium safivum)。西汉时引入，广泛栽培，品种很多，概分紫皮、白皮两种。名产连同加工产品有金山大蒜、超化大蒜、海岱蒜、毕节白蒜、应山白蒜、茶陵蒜球、忠信炕蒜等。



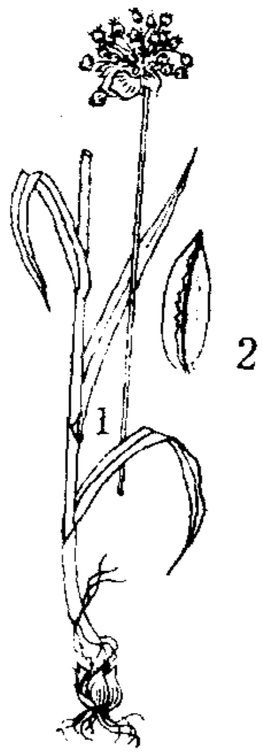
大蒜

1. 植物全形 2. 花

【葫】 即"大蒜"。《名医别录》："今人谓葫为大蒜，蒜为小蒜，以其气类相似也。"《唐韵》："张骞使西域，始得大蒜、胡蒜，则小蒜乃中土旧有，而大蒜出胡地，故有胡名。"

【葫蒜】 即"大蒜"。见《古今注》。

【小蒜】 也称"茆蒜"、"卵蒜"、"夏蒜"、"乱"。(Allium scorodoprosum)。烹饪原料。鳞茎小而瓣少，辣重，栽培较少。食用加工方法同"大蒜"。有北京柳子蒜、永年狗芽蒜等。



小蒜

1. 植物全形 2. 鳞片

【茆蒜】 即"小蒜"。见《古今注》。

【卵蒜】 即"小蒜"。见《古今注》。

【夏蒜】 即"小蒜"。见《随息居饮食谱》。

【乱】 即"小蒜"。《集韵》："小蒜根曰乱子。"

【蒜头】 俗称"绳系"、"蒜子"、"蒜球"、"老蒜"。烹饪原料。蒜的地下鳞茎，有独头与多瓣两种。入菜可作配料，也用于调味或矫味，可解腥臭。整瓣、切片、剁粒、拍碎或捣茸供用，家常、筵席均不可缺。如烹鱼肉等可以整瓣或拍碎下锅；炒菜常用切片、剁粒；凉拌多为剁粒或捣茸。有些名菜取其蒜香而必用之。除标明"蒜味"菜外，如大烧马鞍桥(红烧鳝段)、大蒜烧鲢鱼、烧甲鱼、炒苋菜、落葵汤等，倘无蒜则不得其味。还可以腌、酱、渍、饯，并干制成蒜片、蒜粉使用。大蒜中含大蒜辣素等多种成分，有抗菌、抗真菌、抗原虫及抗癌等作用，可用于预防和治疗多种疾病，为食疗良药。中医认为其味辛，性温，功能行滞气、暖脾胃、消症积、解毒、杀虫。

【老蒜】 北方一带对"蒜头"的俗称。

【绳系】 江苏一带饮食行业对"蒜头"的俗称。

【蒜子】 湖南一带对"蒜头"的俗称。

【蒜球】 湖南一带对"蒜头"的俗称。

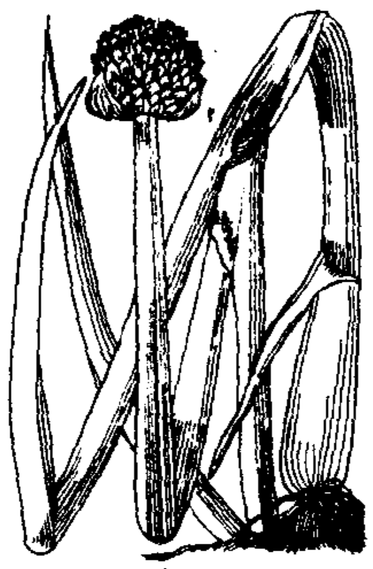
【蒜苗】 俗称"青蒜"。烹饪原料。为蒜的嫩叶，入菜有三用：一为调味，切碎(称蒜花)或切丝，撒在菜肴上调色、起味；一为作荤菜配料，切段炒肉等；也可以作腌菜配用料；一为烫后供制凉菜。又，江浙一带称蒜苔为蒜苗。

【青蒜】 "蒜苗"的俗称。

【蒜薹】 烹饪原料。蒜的嫩苔。为家常蔬菜，宜于烧煮，如蒜苔烧肉、蒜苔烧黄花鱼等，较嫩者也可以作炒菜配料，间用于筵席；还可以腌制、酱渍。

【蒜黄】 烹饪原料。蒜苗经软化栽培后的产品。形如韭黄略粗，较青蒜柔嫩，宜于凉拌或作荤炒配料，为筵席佳蔬之一；也可以作馅。

【葱】 也称"冬蓯"、"荮猪"、"䓤"、"和事草"、"菜伯"、"芤"、"火葱"。俗称"空心"。烹饪原料。属百合科植物(Allium fistulosum)。自古栽培。品种较多，有大葱、分葱、辉葱、丝葱等。名产有盖平大葱、章丘大葱、河北高脚白、鸡腿葱等。全株入蔬，主要用作调味，凡煮鱼肉荤腥等必加，葱结、整葱或葱段，还可以制成煳葱油、葱姜油、葱椒油等以解腥羶；也可作荤菜配料，葱爆、葱烧等菜则以其葱香取胜；还可以生食，北方及山东就以之蘸酱就餐。腌制多用小葱。葱含蒜辣素等多种成分，可用以预防和治疗多种疾病，为食疗良药。中医认为其味辛，性温，可用以发表、通阳、解毒。



葱

【冬蓯(cōng匆)】 同"葱"。《管子》："北伐山戎，出冬与戎叔布天下"。冬，同葱。

【荮猪(chóu chú愁除)】 即"葱"。见《博雅》。

【䓤(dān丹)】 即"葱"。见《玉篇》。

【和事草】 即"葱"。《清异录》："葱和羹众味，若药剂必用甘草也，所以文言曰和事草"。

【菜伯】 即"葱"。《本草纲目》："(葱)诸物皆宜，故云菜伯、和事。"

【芤(kōu抠)】 即"葱"。《本草纲目》："芤者，草中有孔也，故字从孔，芤脉象之。"

【火葱】 即"葱"。见《草木便方》。

【空心】 江苏一带饮食行业对"葱"的俗称。

【洋葱】 也称"玉葱"、"胡葱"、"团葱"、"球葱"、"红葱"。俗称"葱头"、"回回葱"、"圆葱"、"皮芽子"、"海葱"、"北葱"。烹饪原料。属百合科植物(Alliumwcepa)。广有栽培,以地下鳞茎入蔬。有紫皮、黄皮两大类。前者较辣耐贮存;后者具甜味质量较好。主要供作荤炒配料,为家庭良蔬,间有腌渍者。中医尚少论述。医学科学研究认为,其可用于预防和治疗多种疾病,于动脉硬化、痢疾、糖尿病等有疗效,外用治溃疡、创伤等,为食疗良药。茎叶也可以作葱入蔬。

【玉葱】 即"洋葱"。见《植物学大辞典》。

【胡葱】 即"洋葱"。

【团葱】 即"洋葱"。

【球葱】 即"洋葱"。

【红葱】 即"洋葱"。

【葱头】 即"洋葱"。以别于我国所产的葱。

【回回葱】 "洋葱"的俗称。

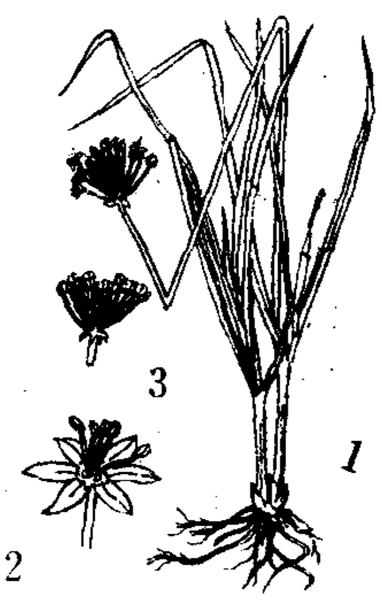
【圆葱】 山东一带对"洋葱"的俗称。因其鳞茎形圆,故名。

【皮芽子】 新疆一带对"洋葱"的俗称。

【海葱】 宁夏一带对"洋葱"的俗称。

【北葱】 福建一带对"洋葱"的俗称。

【韭菜】 也称"丰本"、"长生韭"、"懒人菜"、"壮阳草"、"草钟乳"、"起阳草"。俗称"扁菜"。烹饪原料。属百合科植物(Allium tuberosum)。我国最早栽培蔬菜之一,全国均有分布。品种很多,有叶韭(又分宽韭、细韭)、花韭之分。家常食用,可炒可拌,或切碎调味,或入汤,也可以作馅。常炒作荤菜垫底,也能腌制。营养成分较好,在叶菜中胡萝卜素和维生素C含量突出,并含硫化物等物质,有一定医疗作用。中医认为其性温,味辛甘,有兴奋、散瘀、活血、止血、止泻、补中、助肝、通络等功效,历来用以治噎膈反胃、肠炎等症。由于它的纤维较韧,可用之治误吞针、钉等物。但胃有虚热、消化不良者宜少吃。



韭菜
1. 植物全形
2. 花 3. 果序

【丰本】 即"韭菜"。《礼记·曲礼》:"韭曰丰本"。

【长生韭】 即"韭菜"。见《王祯农书》。

【懒人菜】 即"韭菜"。见《尔雅翼》。

【壮阳草】 即"韭菜"。见《本草述》。

【草钟乳】 即"韭菜"。《图经本草》:"俗谓韭是草钟乳,言其温补也。"

【起阳草】 即"韭菜"。见《侯氏药谱》。因其具有助肾壮阳之功,故名。

【扁菜】 广西一带对"韭菜"的俗称。

【韭黄】 也称"韭芽"、"黄韭芽"。俗称"韭菜白"。烹饪原料。为韭菜经软化栽培变黄的产品。是我国人民的一大发明。最早见《前汉书·召信臣传》:"大官园种冬生葱韭菜茹,复以屋庑。昼夜粪蕴火,待温气乃生。"现已有多种软化方法。因其质地柔软香脆,为应时珍蔬,筵席常用佳品,多作冷盘配拌海蜇皮等,也作炒荤配料,味香美,并为春卷常用馅料。

【韭芽】 即"韭黄"。

【黄韭芽】 即"韭黄"。

【韭菜白】 广东潮州一带对"韭黄"的俗称。

【韭白】 烹饪原料。为韭菜下半部白色的部分。有些地方采取培土法使白根延长。宜切作寸段配炒荤菜,吃口挺脆。《随园食单》:"专取韭白,加虾米炒之,便佳;或用鲜虾亦可,蚬亦可,肉亦可。"

【韭薹】 也称"香荽"。烹饪原料。为韭菜开花时所抽的苔,嫩者去花切寸段炒食,或配炒荤菜,吃口挺脆,家常佳蔬之一。

【香荽】 即"韭薹"。见《诗草木今释》。

【茏菜】 俗称"大韭菜"、"野韭菜"。烹饪原料。产于滇西和滇西南。原为野生,现已引为家种。形似蒜苗,叶、苔、花、根都可以吃。其味道、吃法与韭菜相似。其苔比韭菜苔更加肥嫩鲜香,故种茏菜者大多蓄苔。其根比韭菜根粗肥,腌咸菜鲜香脆嫩,酸甜适口,胜过韭菜根。用来煮汤,为产妇滋补下奶佳品。白族人民将其根晒干,用以油炸或作火锅配料煮食。哈尼族人民视此菜为春节菜,春节时,十有九家都有此菜。

【大韭菜】 云南一带对"茏菜"的俗称。

【野韭菜】 云南一带对"茏菜"的俗称。

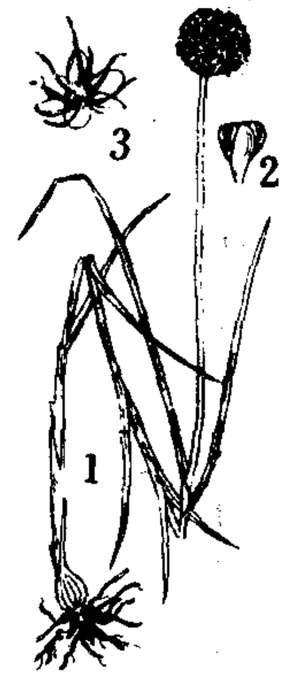
【薤白】 俗称"薤子"、"荠头"、"宅蒜"。烹饪原料。属百合科植物(Allium chinense)。多产于长江以南。大都腌作酸薤头,作开胃菜或小菜,或用作炒荤的配料;嫩苗叶也可拌、炒。成品有甜酸薤头罐头。中医认为其味辛苦,性温,有理气、宽胸、通阳、散结之效。据医学研究认为可用于心绞痛。

【薤子】 "薤白"的俗称。《本草纲目》:"今人因其根白,呼为薤子。"

【荠头】 广东一带对"薤白"的俗称。

【宅蒜】 河北一带对"薤白"的俗称。

【小根蒜】 ①薤白的一种(Allium macrostemon)。食用加工方法同"薤白"。②北方地区对"薤白"的俗称。

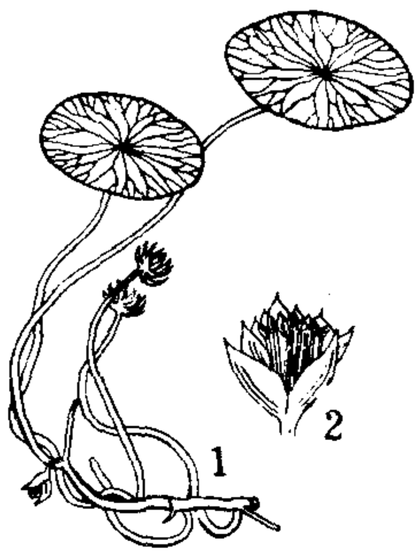


小根蒜
1. 植物全形
2. 未开放的花
3. 已开放的花

【韭葱】 也称"扁叶葱"。烹饪原料。属百合科植物(Allium porrum)。我国栽培较少。其软白部分柔嫩少纤维,可供炒、煮,作荤料配菜。味甘少辣。

【扁叶葱】 即“韭葱”。

【莼菜】 也称“茆”、“水葵”、“鳙鹿草”、“水戾”、“浮菜”、“凫葵”、“屏风”、“荤”、“淳菜”、“丝莼”、“缺盆草。俗称“马粟草”。烹饪原料。属睡莲科植物(Brasenia schreberi)。我国特有蔬菜,自古食用。最宜作汤,如西湖莼菜汤、鸡丝莼菜汤等;也可拌、焖、烩,如鸡绒莼菜、莼菜禾花雀等。由于其有粘液,所以吃口润滑,风味淡雅,很有特色。烹调时应注意先用开水焯熟,然后下入作好的汤或菜中,不宜烧煮,否则风味尽失。含维生素B_{12}和多种氨基酸。医学研究报道,其粘液具抗癌作用。中医认为其味甘,性寒,功能清热利水、消肿、解毒。



莼菜
1.植株的一部分 2.花

【茆(mǎo)】 即“莼菜”。《诗经》:“思乐泮水,薄采其茆。”疏:“茆……江南谓之莼菜,或谓之‘水葵’。”

【水葵】 即“莼菜”。参见“茆”。

【鳙(yā压)鹿草】 即“莼菜”。《诗经》注:“干宝云:(茆)今之鳙鹿草,堪为菹。”

【水戾】 即“莼菜”。《诗经》注:“(茆)或名水戾,一云今之‘浮菜’,即猪莼。”

【浮菜】 即“莼菜”。参见“水戾”。

【凫葵】 即“莼菜”。见《毛诗传》。

【屏风】 即“莼菜”。见《楚辞》。

【荤(luán栾)】 即“莼菜”。见《说文》、《博雅》。

【淳菜】 即“莼菜”。见《齐民要术》。

【丝莼】 即“莼菜”。见《唐本草》。

【缺盆草】 即“莼菜”。见《经验良方》。

【马粟草】 “莼菜”的俗称。见《现代实用中药》。

【藕】 也称“光旁”、“灵根”、“莲藕”、“荷藕”、“雨草”。俗称“莲菜”。烹饪原料。属睡莲科植物(Nelumbo nucifera)。自古食用。既可作蔬,又可以代粮作果,生熟皆宜,荤素均可,可甜可咸。作蔬是家常菜,又是筵上佳品,适宜多种烹调加工方法,并能磨粉作藕圆子或藕饼,还可以充素馔中的鸡片。整藕于眼中灌糯米,煮熟即为糯米烂藕,可作点心。还能蜜饯作成糖藕片。藕粉可调食,或作菜肴芡粉及筵席甜菜的稠汤料。含碳水化合物较多,维生素C也不少,并含天门冬素等成分。中医认为其味甘,性寒,生用清热凉血、散瘀;熟用健脾开胃、益血生肌。

【光旁】 即“藕”。见《诗疏》。

【灵根】 即“藕”。《本草纲目》:“夫藕,生于卑污而洁白自若,质柔而穿坚,居下而有节,孔窍玲珑,丝纶内隐:生于柔蔚而发为茎叶花实,又复生芽,以续生生之脉,四时可食,令人心欢,可谓灵根矣。”

【莲藕】 即“藕”。见《神农本草经》。民间习惯指以采莲子为主的藕。

【荷藕】 即“藕”。民间习惯指以采荷花为主的藕。

【雨草】 即“藕”。《庶物异名疏》:“崔豹曰:岁欲雨,雨草先生。雨草,藕也。”

【莲菜】 “藕”的俗称。

【藕蔤(mì秘)】 也称“藕丝菜”、“银苗菜”。烹饪原料。藕尚未长成的嫩芽茎,可作蔬菜。食用加工方法参见“藕”,较之脆嫩。

【藕丝菜】 即“藕蔤”。《本草纲目》:“(藕)芽穿泥成白蒻,即蔤也。长者至丈余,五六月嫩时,没水取之,可作蔬茹,俗呼藕丝菜。”

【银苗菜】 即“藕蔤”。明代习俗,京城六月六日吃银苗菜。

【茭白】 也称“蒋”、“出隧”、“邃蔬”、“绿节”、“菰”、“茭首”、“菰首”、“茭萌”、“菰白”、“茭粑”、“茭耳菜”、“乌郁”、“茭根”、“吕公茭”、“茭郁”、“蒋角”。俗称“茭儿菜”、“茭笋”。烹饪原料。属禾本科植物(Zizania caduciflora)。以其感染了黑穗病菌而形成的肥大的嫩茎供蔬,肥嫩似笋,较笋柔软。为家常佳蔬,又是筵席蔬菜上品。宜拌、炒、烧、烩,也可以作汤,可作素馔,也能配荤料,可切丝、片、丁以及滚刀块,又适应多种调味。广东菜有八珍茭笋;山东菜有糟煎茭白。其米可作饭,名雕胡米,今已少见。中医认为其味甘,性寒,功能解热毒、除烦渴、利二便。

【蒋】 即“茭白”。《说文》:“蒋,菰也,雕胡一名蒋”。

【出隧】 即“茭白”。见《尔雅》。

【邃蔬】 即“茭白”。见《尔雅》。

【绿节】 即“茭白”。见《西京杂记》。

【菰】 即“茭白”。《广雅》:“菰,蒋也,其米谓之雕胡。”

【茭首】 即“茭白”。见《食疗本草》。

【菰首】 即“茭白”。《本草拾遗》:“菰首,生菰蒋草心,至秋如小儿臂,故云菰首。”

【茭萌】 即“茭白”。陆游《入蜀记》:“……俄有翁持茭萌一束来饷,不肯受值。”

【菰白】 即“茭白”。陆游诗:“鸡跖宜菰白”。

【茭粑】 即“茭白”。见《本草纲目》。

【茭耳菜】 即“茭白”。见《植物名实图考》。

【乌郁】 即“茭白”。《本草拾遗》:“更有一种小者,擘肉如墨,名乌郁,人亦食之。”

【茭根】 即“茭白”。《环辙杂录》:“历下有四美蔬,……夏浦茭根……”,“(茭根)济南多种之,夏末秋初剥食其白,以寸为度,若玉版然。”

【吕公茭】 即“茭白”。《学圃余疏》:“茭白以秋生,吴中一种春生者曰吕公茭,以非时为美。”

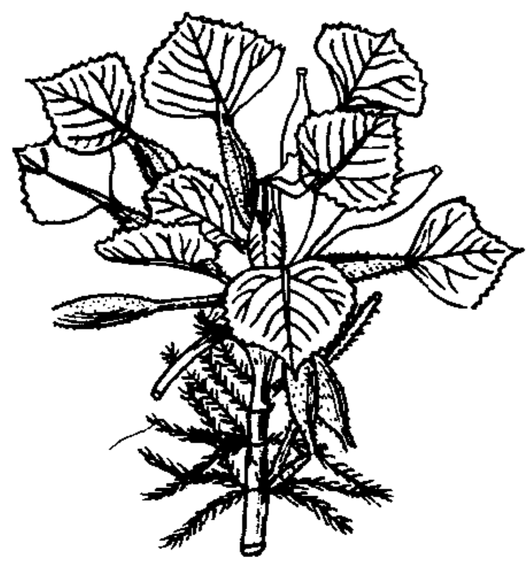
【茭郁】 即“茭白”。见《本草品汇精要》。

【蒋角】 即“茭白”。郑板桥《范县署中寄舍弟墨》：“搴取荇叶、蕹头、蒋角煮之，旁贴荞麦锅饼，便是美食……。”

【茭儿菜】 “茭白”的俗称。

【茭笋】 广东及香港一带对“茭白”的俗称。因其似笋，故名。

【菱】 也称“蔆”、“芰”、“薢茩”、“蘼蕪”、“水栗”、“沙角”、“芰实”。俗称“角老菱”。烹饪原料。属菱科植物(Trapa bispinosa)。以嫩果肉作蔬，也可以作果、代粮。作蔬大都用以烧烩，如菱米红烧肉、菱肉烩花菇等。作果可生可熟，煮熟干藏又可代粮。菱粉细腻洁白，可作芡粉，也可以食。据医学报告，其果肉具抗癌成份。中医认为其味甘，性凉，生食清暑解热、除烦止渴；熟食益气健脾。


菱

【蔆(líng陵)】 即“菱”。《周礼》：“加笾之实，蔆芡栗脯。”

【芰】 即“菱”。《国语·楚语》：“屈到嗜芰”。

【薢茩(xiè hòu 泄后)】 即“菱”。《尔雅》郭璞注：“或曰蔆也，关西谓之薢茩。”

【蘼蕪(méi煤)】 即“菱”。见《尔雅》。

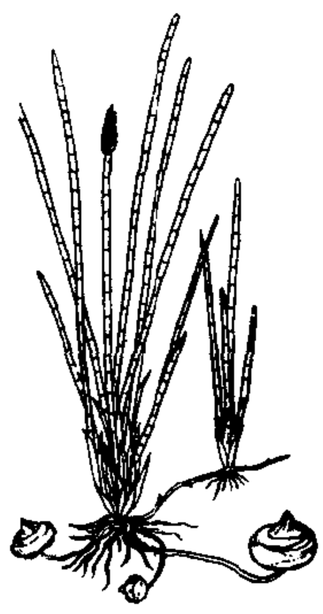
【水栗】 即“菱”。见《风俗通》。

【沙角】 即“菱”。《梦粱录》：“菱，初生嫩者名沙角，硬者名馄饨……。”

【芰实】 即“菱”。见《名医别录》。

【角老菱】 江苏一带对“菱”的俗称。

【荸荠】 也称“芍”、“凫茈”、“地栗”、“乌茨”、“乌芋”、“脆脐”、“凫茨”、“勃脐”、“鼻脐”、“马蓣”。俗称“地梨”、“蔬荠”、“红慈菇”、“马蹄”、“钱葱”、“尾梨”。烹饪原料。属莎草科植物(Heleocharis dulcis)。以地下球茎作蔬，也可以代粮，生熟皆可食。作蔬大都切片、丁单炒或伴炒荤料，淮扬菜有豆豉肉末地栗炒豆腐；安徽菜有荸荠丸子，还可制成甜菜荸荠饼等。生果削皮可代水果，煮熟可作点心。制成粉称“马蹄粉”，可作糕点。罐头有糖水荸荠。荸荠含不耐热抗菌成分荸荠英。中医认为其味甘，性寒，可清热、化痰、消积。


荸荠

【芍】 即“荸荠”。见《尔雅》。

【凫茈】 即“荸荠”。见《尔雅》。《本草纲目》：“凫素食之，故《尔雅》名凫茈。”

【地栗】 即“荸荠”。见《通志》。

【乌茨】 即“荸荠”。见《名医别录》陶弘景注。

【乌芋】 即“荸荠”。见《广雅》。

【脆(Pí皮)脐】 即“荸荠”。见《玉泉子》。

【凫茨】 即“荸荠”。见《食疗本草》。

【勃(bó勃)脐】 即“荸荠”。见《本草衍义》。

【鼻脐】 即“荸荠”。见《食味杂咏》。

【马蓣】 即“荸荠”。见《泉州本草》。

【地梨】 “荸荠”的俗称。

【蔬荠】 “荸荠”的俗称。

【红慈菇】 “荸荠”的俗称。

【马蹄】 广东、广西一带对“荸荠”的俗称。见《本草求原》。

【钱葱】 广东潮州一带对“荸荠”的俗称。

【尾梨】 福建一带对“荸荠”的俗称。

【慈菇】 也称“茨菇”、“藉姑”、“茈菇”、“水萍”、“槎牙草”、“燕尾草”、“白地栗”、“河凫茨”、“剪刀草”、“剪搭草”。烹饪原料。属泽泻科植物(Sagittaria sagittifolia)。以地下球茎供蔬，大都用以切角烧肉，或作素馔，如烧咸菜等；也用作蒸腊味的垫底，属家常菜；还可以煮熟作点心。含蛋白质及磷较多。中医认为其味苦甘，性微寒，可行血通淋。


慈菇

【藉姑】 即“慈菇”。见《名医别录》。

【茈(zuó昨)菇】 即“慈菇”。见《广雅》。

【水萍】 即“慈菇”。见《名医别录》。

【槎牙草】 即“慈菇”。见《唐本草》。

【燕尾草】 即“慈菇”。见《日华本草》。

【白地栗】 即“慈菇”。见《图经本草》。

【河凫茨】 即“慈菇”。见《本草图经》。

【剪刀草】 即“慈菇”。见《图经本草》。因其叶形似剪刀，故名。

【剪搭草】 即“慈菇”。见《救荒本草》。

【茨菇】 即“慈菇”。见《药性论》。

【蒲菜】 也称“深蒲”、“蒻”、“蒲蒻”、“蒲笋”、“蒲芽”、“蒲白”。俗称“草芽”。烹饪原料。属香蒲科植物(Typha angustata)。为香蒲的嫩茎。洁白脆嫩，很鲜美，为应时佳蔬。宜作汤，或炒拌。山东菜有奶汤蒲菜，淮阴地区也常以此作筵席菜肴。古代用以作菹。《周礼》上有“蒲菹”。中医认为其味甘，性凉，可清热凉血、利水消肿。

【深蒲】 即“蒲菜”。《周礼》：“深蒲醢醢。”郑司农注：“深蒲，蒲蒻入水深，故曰深蒲。”

【藻(shēn深)】 即"蒲菜"。见《玉篇》。

【蒲蒻(ruò弱)】 即"蒲菜"。《急就篇》颜师古注:"蒻,谓蒲之柔弱者也。"

【蒲笋】 即"蒲菜"。见《日用本草》。

【蒲芽】 即"蒲菜"。见《人海记》。

【蒲白】 即"蒲菜"。以其色牙白,故名。

【草芽】 云南一带对"蒲菜"的俗称。

【海菜花】 也称"海菜"。烹饪原料。属水鳖科植物(Ottalia acuminata)。云南高原湖泊中的特产,当地人民取其叶炒食,或取其杆洗净切短,沸水汆后以油盐爆炒,放入先做好的芋头或豆腐汤中,芳香可口。

【海菜】 即"海菜花"。

【芦芽】 也称"蒲"、"芦尖"。烹饪原料。属禾本科植物(phragmites communis)。芦苇的嫩芽,脆嫩清鲜。现食用已少见。宜拌、炒,或腌渍、酱制。中医认为其味甘,性寒,可防热病口渴、淋疡、小便不利。

【蒲(quǎn犬)】 即"芦芽"。《尔雅》注:"江东呼芦笋为蒲。"

【芦尖】 即"芦芽"。见《要药分剂》。

【黄花】 也称"萱草"、"莣"、"谖"、"蔓"、"妓女"、"忘忧"、"宜男"、"丹棘"、"疗愁花"、"川草花"、"真筋菜"、"萱萼"。俗称"金针"、"金菜"。烹饪原料。属百合科植物萱草(Hemerocallis fulva)的花蕾。广泛栽培,良种有浙江的缙云黄花、仙居黄花;湖南的邵东黄花;陕西的大荔黄花;河南的淮阳黄花。以色泽金黄、肉质肥嫩、气味香甜为上品,与冬笋、木耳、香菇同列为山珍。烹调时大都用作配料,家常、筵宴皆宜,素馔荤肴均可。宜炒、烧、烩以及作汤。以之作主料的菜如陕西的素鱼刺等。营养成份以钙磷为最突出,纤维素和胡萝卜素也较高,提供热量几乎与豆类相等。中医认为其味甘,性凉,有利湿热、宽胸膈之效。民间食疗用之与瘦猪肉炖吃催乳。因其含秋水仙碱,具毒性,故鲜品应先用开水焯,之后用冷水浸泡2~3小时后再烹调,干品经过蒸制已予以破坏。

【萱草】 "黄花"的植物学名称。

【莣(xuān宣)】 即"黄花"。见《诗经》。

【谖(xuān宣)】 即"黄花"。见《诗经》。

【蔓(xuān宣)】 即"黄花"。见《尔雅》。

【妓女】 即"黄花"。见《神农本草经》。参见"忘忧"。

【忘忧】 即"黄花"。《神农本草经》:"萱,一名'忘忧',一名'宜男',一名'妓女'。"

【宜男】 即"黄花"。《风土记》:"花曰宜男,妪妇佩之必生男,又名萱草。"

【丹棘】 即"黄花"。《古今注》:"丹棘一名忘忧草,使人忘其忧也。"

【疗愁花】 即"黄花"。《述异记》:"萱草呼为忘忧草,吴中书生称为疗愁花。"

【川草花】 即"黄花"。《救荒本草》:"萱草花,俗名川草花。"

【真筋菜】 即"黄花"。见《滇南本草》。

【萱萼】 即"黄花"。见《随息居饮食谱》。

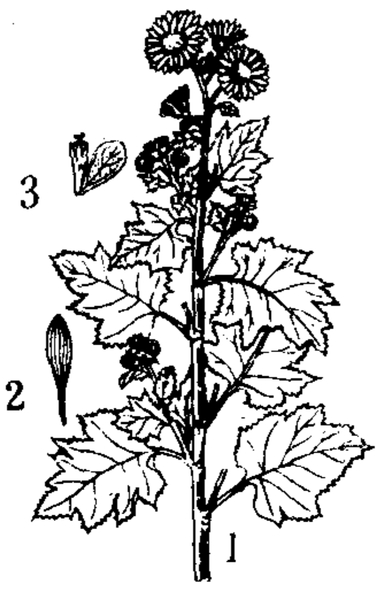
【金针】 "黄花"的俗称。

【金菜】 广西一带对"黄花"的俗称。

【朝鲜蓟】 俗称"外国百合"。烹饪原料。属菊科植物(Cynara scalymus)。我国栽培少,也少食用,西餐常用。以花蕾供食,于饭后作水果,尤以法国人最喜食。花蕾先煮熟,加调味品作菜肴,具特殊风味和清香。含多种维生素和矿物质。

【外国百合】 "朝鲜蓟"的俗称。

【菊花】 也称"节华"、"金精"、"甘菊"、"真菊"、"金蕊"、"甜菊花"。烹饪原料。属菊科植物(Chrysanthemum morifolium)。瓣或嫩芽叶入馔,可拌、炒,或作汤,又可以作饼、糕、粥等,应用广泛。作菜肴有菊花肉丸、腊肉蒸菊饼、菊花三蛇羹、菊花火锅,广东一带还有菊花宴。还可浸酒,如菊花酒等。中医认为其味辛甘苦,性凉,可疏风清热、平肝、明目、解毒。治外感风热、发热头痛、头昏眩晕、目赤肿痛、高血压等病。



菊花
1. 花枝 2. 舌状花 3. 管状花及鳞片

【节华】 即"菊花"。见《神农本草经》。

【金精】 即"菊花"。见《金匮玉函方》。

【甘菊】 即"菊花"。见《抱朴子》。

【真菊】 即"菊花"。见《抱朴子》。

【金蕊】 即"菊花"。见《本草纲目》。

【甜菊花】 即"菊花"。见《随息居饮食谱》。

【荷花】 也称"菡萏"、"芙蕖"、"水花"。烹饪原料。属睡莲科植物莲(Nelumbo nucifera)的花瓣。以白色或粉色荷花的中层花瓣供食。山东的炸荷花菜,即以荷花瓣顺切两半,中夹豆沙,挂糊炸食,为应时甜菜。广东菜有荔荷炖鸭。含槲皮素、木犀草素等成分。中医认为其味苦甘,性温,可活血止血、去湿消风。

【菡萏(hàn dàn旱淡)】 即"荷花"。见《诗经》。

【芙蕖】 即"荷花"。

【水花】 即"荷花"。朱熹诗:"共怜的皪水花净。"

【睡莲】 也称""子午莲"、"睡莲菜"、"瑞莲"、"茈碧花"。烹饪原料。属睡莲科植物(Nymphaea tetragona)。另有白睡莲(n. alba)也可用。我国广有分布,采花瓣入馔。《本草纲目拾遗》:"古人以为食品,祭用苹、蘩即此。"黄云鹄《粥谱》记载有"睡莲粥"。食用加工方法参见"荷花"。《岭南杂记》认为其可"消暑解醒"。医学报告,其有降血压作用。

【子午莲】 即"睡莲"。见《本草纲目拾遗》。

【睡莲菜】 即"睡莲"。见《岭南杂记》。

【瑞莲】 即"睡莲"。见《岭南杂记》。

【芘碧花】 即"睡莲"。见《植物名实图考》。

【桃花】 烹饪原料。属蔷薇科植物(Prunus persica)桃的花瓣。我国古时用以煮粥。《金门岁节》:"洛阳人家寒食装百花舆,煮桃花粥。"陈樵诗:"霜华夜入桃花粥。"

【梅花】 烹饪原料。属蔷薇科植物梅(Prunus mume)的花瓣。我国古时用以煮粥。杨万里诗:"脱蕊收将熬粥吃。"

【玉兰花】 也称"辛夷"。烹饪原料。属木兰科植物玉兰(Magnolia denudata)的花瓣。花瓣肉质较厚,且具清香,挂糊后油炸,供作筵席菜品;或夹豆沙后挂糊炸食,云南菜有樱桃肉烧玉兰;福建菜有玉兰酥香肉。中医认为其性温,可消痰、益肺和气、蜜渍尤良。

【辛夷】 即"玉兰花"。

【大丽菊】 也称"天竺牡丹"、"西番莲"、"大理花"。俗称"洋芍药"。烹饪原料。属菊科植物大丽菊(Dahlia pinnata)的花瓣。品种较多,主要供观赏。花瓣可供作菜肴,台湾菜有大丽菊肉丝凉拌等,也可供炒食。中医以其全草供药用,味苦辛,性微寒,可清热解毒。

【天竺牡丹】 即"大丽菊"。

【西番莲】 即"大丽菊"。

【大理花】 即"大丽菊"。

【洋芍药】 "大丽菊"的俗称。

【栀子花】 也称"蔫蔫花"。烹饪原料。属茜草科植物栀子花(Gardenia jasminoides)的花瓣。《香祖笔记》载有蔫蔫酢方,"蔫蔫即栀子也,采嫩花酿作鲊,最为香美。"

【蔫蔫花】 即"栀子花"。

【白兰花】 也称"缅桂"。烹饪原料。属木兰科植物白兰花(Michelia alba)的花瓣。花具浓郁芳香,可供熏制花茶。花瓣可挂糊油炸后供食。

【缅桂】 即"白兰花"。



白兰花

1. 花枝
2. 去花被示雌雄蕊

【珠兰】 也称"金粟兰"、"珍珠兰"、"真珠兰"、"鱼子兰"、"鸡爪兰"。烹饪原料。属金粟兰科植物珠兰(Chloranthus spicatus)的花。其花可窨茶。扬州的炸珠兰菜,即以板油膜卷珠兰花,挂糊油炸后蘸糖食,为甜菜。中医认为其味甘,性温。

【金粟兰】 "珠兰"的植物学名称。

【珍珠兰】 即"珠兰"。《药性考》:"珍珠兰味辛,窨茶香郁。"

【真珠兰】 即"珠兰"。《花经》:"真珠兰亦名鱼子兰……取其蕊焙茶尤妙。"

【鱼子兰】 即"珠兰"。因其花色黄而小如鱼子,故名。

【鸡爪兰】 即"珠兰"。《药性考》:"珍珠兰……今名鸡爪兰。"

【晚香玉】 俗称"月下香"。烹饪原料。为石蒜科植物晚香玉(Polianthes tuberosa)的花。花白色,香气浓郁,用作菜肴配料,四川菜有晚香玉炒鸡丝。还可以浸提芳香油。

【月下香】 上海、南京一带对"晚香玉"的俗称。

【夜香花】 也称"夜来香"。烹饪原料。为萝藦科植物夜来香(Telosma cordata)的花。因夜间香气尤浓,故名。花可炒茶,也可作馔,广东菜用之最多,可用于炒,可作汤菜。如广东的江南百花鸡、鲜莲冬瓜盅;江苏的夜来香汆鸡片等均用之。也用于菜肴的装饰、点缀。

【夜来香】 "夜香花"的植物学名称。

【牡丹花】 烹饪原料。属毛茛科植物牡丹(Paeonia suffruticosa)的花。我国古时曾以之作为烹饪原料。如《复斋漫录》载,孟蜀时兵部尚书李昊谓:"俟牡丹花谢,以牛酥煎食之,谓之花酥。"

【杜鹃花】 也称"映山红"。烹饪原料。属杜鹃花科植物杜鹃(Rhododendron simsii)的花。我国云南中部常食其花。摘其鲜花或花蕾,沸水焯熟,再用冷水浸泡去苦涩味及杂质,以供炒食,别有风味。



杜鹃花

1. 花枝 2. 果枝 3. 果实

【映山红】 即"杜鹃花"。

【茶蘼花】 也称"酴醾花"。烹饪原料。属蔷薇科植物茶蘼(Rubus rasoefolius var. coronarius)的花。我国古时用以煮粥,并有诗:"有客相看无可设,数枝带雨摘将来。"

【酴醾(tú mí 涂迷)花】 即"茶蘼花"。

【紫藤】 也称"藤萝"、"朱藤"。烹饪原料。属豆科植物紫藤(Wisteria sinensis)的花。花瓣以糖浸渍后制饼,北京的藤萝饼即以之制成。



紫藤

1. 花枝 2. 花
3. 荚果 4. 种子

【藤萝】 即"紫藤"。

【朱藤】 即"紫藤"。

【木槿花】 也称"里梅花"、"疟子花"、"面花"、"篱障花"、"白饭花"、"荆条花"。烹饪原料。属锦葵科植物木槿(Hibiscus syriacus)的花。花可作菜肴原料,口感滑润,味道鲜香,菜有木槿豆腐汤。湖南菜有草菇木槿花汤等。也可作炒菜配料,或拌入面中煎食。中医认为其味甘苦,性凉,有清热、利湿、

凉血的功用，民间常用治痢疾、反胃等症。

【里梅花】 即“木槿花”。见《岭外代答》。

【疙子花】 即“木槿花”。见《群芳谱》。

【面花】 即“木槿花”。《闽杂记》：“面花即木槿花，汀洲人以之拌面煎食，因呼之面花。”

【篱障花】 即“木槿花”。因其常种作藩篱，故名。

【白饭花】 即“木槿花”。因其常与面共制作主食，故名。

【荆条花】 即“木槿花”。因其枝条可代荆条，故名。

【芙蓉花】 也称“木芙蓉花”、“地芙蓉花”、“拒霜花”、“木莲”、“枫木”。俗称“七星花”、“水芙蓉”、“霜降花”。锦葵科植物芙蓉(Hibiscus mutabilis)的花。民间用以和豆腐共煮食；也可以如木槿花食用，参见“木槿花”。中医认为其味辛，性平，可清热、凉血、消肿、解毒。

【木芙蓉花】 “芙蓉花”的植物学名称。

【地芙蓉花】 即“芙蓉花”。见《本草图经》。

【拒霜花】 即“芙蓉花”。见《益部方物略记》。

【木莲】 即“芙蓉花”。见《江醴陵集》。

【枫(huà化)木】 即“芙蓉花”。《本草纲目》：“(木芙蓉)俗呼为枫皮树。”

【七星花】 “芙蓉花”的俗称。

【水芙蓉】 福建一带对“芙蓉花”的俗称。

【霜降花】 福建一带对“芙蓉花”的俗称。

【扶桑花】 也称“花上花”、“朱槿”、“赤槿”、“日及”、“桑槿”、“佛桑”、“福桑”、“舜英”。俗称“红木槿”。烹饪原料。为锦葵科植物扶桑(Hibiscus rosa-sinensis)的花。我国自古多以其花为蔬。《粤语》：“佛桑……多以为蔬。”《本草纲目拾遗》：“白者以为蔬菜，甜美可口，女子食之尤宜。”今民间偶有食用，以醋蒸食可以美颜润血。中医认为其味甘，性寒，可清肺化痰、凉血解毒。

【花上花】 即“扶桑花”。见《南越笔记》。

【朱槿】 即“扶桑花”。见《南方草木状》。

【赤槿】 即“扶桑花”。见《南方草木状》。

【日及】 即“扶桑花”。见《南方草木状》。

【桑槿】 即“扶桑花”。见《酉阳杂俎》。

【佛桑】 即“扶桑花”。见《岭表录异》。

【福桑】 即“扶桑花”。见《广东新语》。

【舜英】 即“扶桑花”。见《雨粤琐语》。

【红木槿】 “扶桑花”的俗称。

【槐花】 也称“槐蕊”。烹饪原料。属豆科植物槐的花蕾或花朵。作菜肴时，应先汆去苦涩味。宜蒸、炒，云南菜有腊肉槐花尖。还可拌面作谷垒，或用制糕点、煮粥等，清香而微甜。花蕾含芸香甙等，药理研究发现，其具抗炎、消水肿、解氢、抗溃疡、降血压、防治动脉硬化、抗菌等作用。中医认为其味苦，性凉，可清热、凉血、止血，并可预防中风。

【槐蕊】 即“槐花”。见《本草正》。

【腊梅】 也称“蜡梅”、“黄梅花”、“腊木”、“岩马桑”俗称“臭腊梅”、“铁筷子花”、“雪里花”。烹饪原料。属蜡梅科植物腊梅(Chimonanthus praecox)的花。花于冬季收集后，以糖饯制装瓮密封保藏，至夏季取以点茶，香气宜人，也可以用作甜点馅料。中医认为其味辛，性温，可解暑生津、治热病烦渴、胸闷咳嗽。

【蜡梅】 “腊梅”的植物学名称。

【黄梅花】 即“腊梅”。见《本草纲目》。

【腊木】 即“腊梅”。

【岩马桑】 即“腊梅”。

【臭腊梅】 “腊梅”的俗称。

【铁筷子花】 贵州一带对“腊梅”的俗称。

【雪里花】 贵州一带对“腊梅”的俗称。

【兰花】 也称“春兰”、“山兰”、“草兰”。俗称“朵朵香”。烹饪原料。属兰科植物兰花(Cymbidium goeringii)的花。以其花入馔。《养小录》：“兰花，可羹可肴，但难多得耳。”建兰花(C.ensifolium)也可以用。中医认为其味辛，性平，可理气、宽中、明目。

【春兰】 即“兰花”。

【山兰】 即“兰花”。

【草兰】 即“兰花”。

【朵朵香】 “兰花”的俗称。

【剑花】 也称“量天尺花”、“霸王花”。俗称“昙花”、“七星剑花”、“龙骨花”、“霸王鞭”。烹饪原料。属仙人掌科植物剑花(Hylocereus undatus)的花。花瓣白色，晒干后供炖汤，味美。中医认为其味甘，性微寒。《岭南采药录》载，以之和猪肉煎汤吃，可以止气痛、理痰火咳嗽。

【量天尺花】 即“剑花”。见《岭南采药录》。

【霸王花】 即“剑花”。见《岭南采药录》。

【昙花】 广州一带对“剑花”的俗称。

【七星剑花】 广东一带对“剑花”的俗称。

【龙骨花】 广东一带对“剑花”的俗称。

【霸王鞭】 广东一带对“剑花”的俗称。

【芋头花】 也称“芋苗花”。烹饪原料。为天南星科植物芋艿的花。民间用以和茄子一同蒸制，拌以青辣椒、葱、姜等，如广东菜芋花烧茄子。中医认为其味麻，性平，可治胃痛、吐血等。江西民间用之和腊肉或猪肉同炖食以治吐血。

【芋苗花】 即“芋头花”。见《生草药性备要》。

【南瓜花】 烹饪原料。南瓜的花苞。可作荤炒配料，甜糯软滑。中医认为其性凉，可清湿热、消肿毒，治黄疸、痢疾、咳嗽等。

【韭花】 也称“韭菁”。烹饪原料。宜腌制作成韭花酱，是佐餐妙品，也是北方涮羊肉的必备调料之一。

【韭菁】 即“韭花”。《说文解字·传通释》：“菁，韭之华也，可为菹。”

【金雀花】 也称“坝齿花”、“金鹊花”、“黄雀花”、“阳

雀花"。俗称"阳鹊花"、"甲鱼嘴花"、"猪蹄花"。烹饪原料。为豆科植物锦鸡儿(Caragana sinica)的花,花呈蝶形,黄而带红。我国广有分布。具芳香,可供菜肴应用,云南菜有鸡茸金雀花。中医认为其味甜,性微温,可滋阴、和血、健脾。《滇南本草》载,用之和猪肉、笋、鸡煨食,可补气血痨伤、寒热痨热,治咳嗽、白带、头晕耳鸣、腰膝酸疼等。《植物名实图考》谓,用之蒸鸡蛋吃,可治头痛。

【坝齿花】 即"金雀花"。见《救荒本草》。

【金鹊花】 即"金雀花"。见《滇南本草》。

【黄雀花】 即"金雀花。见《本草纲目拾遗》。

【阳雀花】 即"金雀花"。见《本草便方》。

【阳鹊花】 陕西民间对"金雀花"的俗称。

【甲鱼嘴花】 浙江民间对"金雀花"的俗称。

【猪蹄花】 福建民间对"金雀花"的俗称。

【芭蕉花】 烹饪原料。为芭蕉科植物芭蕉(Musa basjoo)的花。亚热带、热带均产,一年四季可取,具有独特的鲜美甜味。云南哈尼族人民不但食花,而且连花苞一同食用,民间食品有芭蕉花苞炒鸡杂,还可以炖鸡供产妇吃,是滋补下奶的佳品。中医认为其味甘淡微辛,性凉,可化痰软坚、平肝、和瘀、通经。

【棕榈花】 也称"木鱼"、"棕鱼"、"棕笋"。烹饪原料。为棕榈科植物棕榈(Trachycarpus wagnerianus)的花蕊。我国古时食用。《本草纲目》:"棕鱼皆言有毒不可食,而广、蜀人蜜煮醋浸以寄远,乃制去其毒尔。"中医认为其味苦涩,性平,可治泻痢、肠风、血崩、带下、瘰疬,用于高血压有预防脑溢血之功。

【木鱼】 即"棕榈花"。苏子瞻诗:"赠君木鱼三百尾,中有鹅黄子鱼子。"

【棕鱼】 即"棕榈花"。见《本草纲目》。

【棕笋】 即"棕榈花"。见《濒湖集简方》。

【草红花】 也称"红蓝"、"黄蓝"、"红花菜"、"红花草"、"杜红花"。俗称"刺红花"。为菊科植物草红花(Carthamus tinctoius)的花。多分布于西北、西南一带。西北民间常以其花瓣作面食的调配料,如卷入花卷、包入烙饼等,有调色、增香作用。自古作妇科药,中医认为其味辛,性温,可活血通经、去瘀止痛,并可以用于跌打损伤及心血管系统疾患。

【红蓝】 即"草红花"。见《古今注》。

【黄蓝】 即"草红花"。见《博物志》。

【红花菜】 即"草红花"。见《救荒本草》。

【红花草】 即"草红花"。见《履巉岩本草》。

【杜红花】 即"草红花"。

【刺红花】 四川一带对"草红花"的俗称。

【雪莲】 也称"雪荷花","大拇花"、"大木花"。烹饪原料。为菊科植物雪莲的花。有数种,如大苞雪莲花(Saussurea involucrata,也称新疆雪莲花);水母雪莲花(S. medusa,多产于青海);绵头雪莲花(S. laniceps,多产于西藏等地)。我国高原特产,生长于冰雪岩石之间,很珍异。新疆菜有雪莲全鸡。雪莲有驱风滋补、活血强阳之功,民间验方谓之可治妇女崩带。中医认为其味甘苦,性温,可除寒、壮阳、调经、止血。

【雪荷花】 即"雪莲"。见《西北域记》。

【大拇花】 即"雪莲"。见《修订增补天宝本草》。

【大木花】 即"雪莲"。见《四川中药志》。

【花粉】 烹饪原料。我国古已应用。如以蒲黄、松花粉为主料配制糕点。宋代有松黄饼。近年多用于食疗、保健食品。花粉营养丰富,有益健康,有助于增强活力,促进生长发育,并且是一些疾病的辅助治疗剂。

【松花】 烹饪原料。属松科植物黄山松之类松树的花粉。我国古已食之。《山居杂志》:"松至三月花,以杖扣其枝,则纷纷坠落,调以蜜,作饼遗人,曰松花饼。"今浙江宁波地区取松花粉晾干,用作小吃龙凤金团的馅料。

【香椿头】 俗称"春芽"。烹饪原料。属楝科植物香椿(Toong sineneis)的嫩芽。早春佳蔬。名产有安徽的太和香椿。具有特殊清香,以谷雨前所采质量最好。宜凉拌,也可以炒制。菜肴有香椿拌豆腐、香椿炒鸡蛋、香椿涨蛋等。还可以作汤。名菜有陕西、山东的炸香椿鱼;安徽的椿芽拌鸡丝,还可以切碎拌面粉蒸谷垒,也可腌制久藏。含维生素C较丰富。中医认为其味苦,性平,可消炎、解毒、杀虫。

【春芽】 "香椿头"的俗称。

【桑芽】 烹饪原料。桑的初生嫩芽。《老老恒言·粥谱说》引《山居清供》有"桑芽粥"。

【柳芽】 烹饪原料。为杨柳科植物垂柳(Salix babylonica)的嫩芽。淮扬菜有干炸柳芽、软炸一枝春等,以柳树嫩芽入烹。柳叶也可以入馔。中医认为其味苦,性凉,可清热、透疹、利尿、解毒。现代医学实验证实,其对治疗传染性肝炎、高血压、地方性甲状腺肿大等有一定疗效。

【柳叶】 烹饪原料。《帝京岁时纪胜·三月·时品》:"……嫩柳叶拌豆腐,乃寒食之佳品。"参见"柳芽"。

【槐芽】 也称"兔目"、"鼠耳"、"豆槐"、"金药树"。烹饪原料。为豆科植物槐(Sophora japonica)的嫩芽。广有分布。取其嫩芽叶,摘去老节,经两次焯水并浸泡去其苦涩味后,供制菜肴。可炒、拌、蒸、烩,也可以拌面粉蒸作主食。色鲜绿,具槐香,别有风味。古已食用。杜甫诗中记有"槐叶冷淘"。今云南菜有腊肉槐花尖。中医认为其味苦,性平,可治惊痫、壮热、肠风、溲血、痔疮等。

【兔目】 即"槐芽"。《庄子》:"槐之生也,入季春,五日而兔目,十日而鼠耳。"李贺诗:"兔目官槐小。"

【鼠耳】 即"槐芽"。参见"兔目"。

【豆槐】 即"槐芽"。

【金药树】 即"槐芽"。

【刺嫩芽】 也称"椿木"、"龙芽椿木"、"吻头"、"鹊不踏"、"刺桐"。俗称"仙人杖"、"鸟不宿"、"刺老芽"。烹饪原料。为五加科植物椿木(Aralia chinensis)的嫩芽。以鲜嫩的幼芽供食，味清鲜，开水焯后，可蘸酱、汆汤食用，也可以制作菜肴，如翡翠刺嫩芽、汆脊丝刺嫩芽等。营养价值较高，并供出口。中医认为其可治腹泻、痢疾，炖肉吃可治水肿，与青蚕豆、火腿同炒食，可清凉解毒。

【椿木】 "刺嫩芽"的植物学名称。

【龙芽椿木】 "刺嫩芽"的植物学名称。

【吻头】 即"刺嫩芽"。《本草拾遗》："山人折取头茹食，谓之吻头。"

【鹊不踏】 即"刺嫩芽"。《本草纲目》："树顶生叶，山人采食，谓之鹊不踏，以其多刺而无枝故也。"

【刺桐】 即"刺嫩芽"。

【仙人杖】 "刺嫩芽"的俗称。

【鸟不宿】 "刺嫩芽"的俗称。

【刺老芽】 东北一带对"刺嫩芽"的俗称。

【树头菜】 也称"鱼木"、"鹅脚木叶"、"虎王"、"龙头菜"、"鸡爪菜"。烹饪原料。为白花科植物鱼木(Crataeva religiosa)的嫩芽。多产于西南地区，每年二月抽芽，形似香椿，肥大鲜嫩，采摘后洗净可供炒食，可配荤素。云南一带以其同青蚕豆、火腿一同炒食。中医认为其味苦，性寒，可清热、健胃、解毒。

【鱼木】 "树头菜"的植物学名称。

【鹅脚木叶】 即"树头菜"。见《南宁市药物志》。

【虎王】 即"树头菜"。见《中药大辞典》。

【龙头菜】 即"树头菜"。见《中药大辞典》。

【鸡爪菜】 即"树头菜"。见《中药大辞典》。

【桃胶】 也称"桃油"。烹饪原料。为桃树皮中分泌出来的树脂。半干性固体，琥珀色，主要成分为半乳糖、鼠李糖、a—葡萄糖醛酸等。软滑腴润，四川用为菜肴原料，用制桃油鱼脆、桃油果羹等菜品。中医认为其味甘苦，性平，可治石淋、血淋、痢疾，或认为其可降血压、治糖尿病。

【桃油】 即"桃胶"。

【海带】 也称"纶"、"纶布"、"海草"、"海马蔺"。俗称"江白菜"。烹饪原料。属海带科植物(laminaria japonica)。适应多种烹调方法，具有特有香味，吃口挺脆，家常佳蔬，间用于筵席。山东菜有酥海带。营养成份除维生素等外，蛋白质、碳水化合物、无机盐以及粗纤维等，在蔬菜中较为丰富，每500克提供的热量达1275～1290千卡；并含褐藻酸、甘露醇、碘等多种成分。医学研究报告，海带对甲状腺肿大、高血脂症和高血压、咳喘、慢性气管炎、水肿等均具防治作用，并可抗癌。中医认为其味咸，性寒，可软坚散结、清热利水、镇咳平喘、祛脂降压。加工时须注意保留其表面附着的粉状物(碘和甘露醇)，浸泡水不宜过多，泡后应用作汤汁；为求易烂，应先蒸后做。

【纶】 即"海带"。见《尔雅》。

【纶布】 即"海带"。见《吴普本草》。

【海草】 即"海带"。见《东北药植志》。

【海马蔺】 即"海带"。见《东北药植志》。

【江白菜】 大连一带对"海带"的俗称。

【昆布】 也称"面其菜"。俗称"鹅掌菜"、"黑菜"、"木屐菜"、"五掌菜"、"黑昆布"。烹饪原料。属翅藻科植物(Ecklonia kurome)。食用加工方法同"海带"，营养成份和医药功用与"海带"相似。

【面其菜】 即"昆布"。

【鹅掌菜】 "昆布"的俗称。因其形似鹅掌，故名。

【黑菜】 "昆布"的俗称。因其色暗褐，近似黑色，故名。

【黑昆布】 "昆布"的俗称。

【木屐菜】 福建一带对"昆布"的俗称。

【五掌菜】 福建一带对"昆布"的俗称。

【裙带菜】 俗称"海芥菜"。烹饪原料。属翅藻科植物(Undavia pinnutifido)。北方及浙江沿海均有分布。食用加工方法、营养成分及医药功用与"海带"相似。

【海芥菜】 浙江一带对"裙带菜"的俗称。

【紫菜】 也称"紫蕨"、"紫英"、"子菜"。俗称"索菜"。烹饪原料。属红毛菜科植物(Porphyra tenera)。最宜作汤，有特具海产鲜香味，也可以作凉拌菜，或作卷菜的包裹料用。营养丰富，其蛋白质含量超过海带，并含较多的胡萝卜素，核黄素(维生素B_2)含量达每百克2～3毫克，为食品中所少有，居蔬菜之冠。医学研究报告，其防治疾病效用与海带基本相似。中医认为其味甘咸，性寒，可化痰软坚、清热利水、补肾养心。

【紫蕨(ruǎn软)】 即"紫菜"。见《本草纲目》。

【紫英】 即"紫菜"。见《本草从新》。

【子菜】 即"紫菜"。见《漳州府志》。

【索菜】 "紫菜"的俗称。见《漳浦县志》。

【石莼】 也称"石被"。俗称"纸菜"、"海白菜"、"海莴苣"、"绿菜"、"青菜姿"、"海菠菜"、"海条"、"大本青苔菜"、"蛎皮菜"、"母猪菜"、"歧菜"。烹饪原料。石莼科植物。供食用的主要有两种：石莼(Ulva lactuca)；孔石莼(U. pertusa)。沿海均产。可以生拌，也可炒、煮，作菜作汤，配荤配素，家常食用。色泽翠绿，具海藻鲜香，吃口脆嫩，可干制。有时可代紫菜食用。中医认为其味甘，性平，可下水、利小便。《中国药用海洋生物》认为其味甘咸，性寒，可软坚散结、清热去痰、利水解毒。



石莼

【石被】 即"石莼"。见《连江县志》。

【纸菜】 "石莼"的俗称。见《广东新语》。因其形似

纸，故名。

【海白菜】 “石莼”的俗称。见《中药志》。

【海莴苣】 辽东半岛一带对“石莼”的俗称。

【海菠菜】 山东沿海一带对“石莼”的俗称。

【海条】 浙江沿海一带对“石莼”的俗称。

【青菜姿】 广东沿海一带对“石莼”的俗称。

【绿菜】 福建沿海一带对“石莼”的俗称。

【蛎皮菜】 福建一带对“石莼”的俗称。

【母猪菜】 福建一带对“石莼”的俗称。

【歧菜】 福建一带对“石莼”的俗称。

【大本青苔菜】 台湾对“石莼”的俗称。

【浒苔】 也称“干苔”、“海苔菜”。俗称“海青菜”、“海菜”、“苔条”。烹饪原料。属石莼科植物。供食用者有：条浒苔(Enteromorpha clathrata)；育枝浒苔(E. prolitera)；扁浒苔(E. compressa)；肠浒苔(E. intestinalis)等，常混杂食用。沿海均产。干制或腌制后食用，宜于多种烹调方法。浙江菜常用，菜肴有苔菜小方烤、苔菜鱼片、苔菜炒虾仁等。浙江宁波菜有苔菜椒盐白肉片等。福建南部用以作春饼配料，或腌后作小菜。营养成分高于石莼，含蛋白质16%，碳水化合物38.9%。中医认为其味咸，性寒，可消结、软坚、化痰。

【干苔】 即“浒苔”。见《食疗本草》。

【海苔菜】 即“浒苔”。见《本草汇言》。

【海青菜】 山东一带对“浒苔”的俗称。

【海菜】 江苏一带对“浒苔”的俗称。

【苔条】 浙江一带对“浒苔”的俗称

【石花菜】 也称“石华”、“琼枝”、“草珊瑚”、“胶麒麟菜”。俗称“菜仔”。烹饪原料。属红翎菜科植物(Eucheuma gelatinae)。可供食用。多为干品，泡发后凉拌，也可以炒、烧，或渍制酱菜。又为熬制琼脂的主要原料。中医认为其味甘咸，性寒，可清肺部热痰、导肠中湿热、痔血等症。作石花菜食用者，还有：石花菜科的石花菜(Gelidium amansii)；小石花菜(G. divaricatum)；大石花菜(G. pacificum)等。


琼枝

【石华】 即“石花菜”。见《江赋》。

【琼枝】 即“石花菜”。见《南越笔记》。

【草珊瑚】 即“石花菜”。见《南越笔记》。

【胶麒麟菜】 即“石花菜”。

【菜仔】 广东一带对“石花菜”的俗称。

【江蓠】 也称“海面线”。烹饪原料。属江蓠科植物(Gracilaria verrucosa)。沿海均产。鲜食脆嫩鲜美，宜于拌、炝、炒等。也为加工琼脂的主要原料。中医用治内热痰结、瘿瘤结气、小便不畅等症。

【海面线】 即“江蓠”。

【青苔】 烹饪原料。产于云南西双版纳一带澜沧江和河流、池塘中，水生藻类，有青苔(色深绿，苔丝粗)、滑苔(色淡绿，苔丝较细)两种。傣族人民视为佳蔬，有油炸青苔等菜肴，可供制苔松，或用于作汤、冷盘。味清香鲜甜而爽口。民间认为其有助消化、润喉、滑肠等作用。

【滑苔】 烹饪原料。青苔的一种。参见“青苔”。

【地耳】 也称“普通念珠藻”、“葛仙米”、“地踏菜”、“鼻涕肉”、“地木耳”、“水木耳”、“地钱”、“滴达菜”、“地见皮”、“天仙菜”。俗称“地皮菜”、“地踏菰”、“野木耳”、“地软”。烹饪原料。属念珠藻科植物(Nostoc commune)。陆生藻类，多分布于北方及西北地区，其他地区也有散见。形似木耳，暗绿色，吃口软润，可拌、炒、烩、炖，也可以作馅。陕西有地软包子和甜菜醪糟酪烩葛仙米。含碳水化合物约51～58%，每500克可提供热量1325～1540千卡，钙、磷、铁含量均很高。中医认为其味甘淡，性寒，可清热明目，用治目赤红肿、夜盲症、烫伤。

【普通念珠藻】 “地耳”的植物学名称。

【葛仙米】 即“地耳”。《梧州府志》：“葛仙米出北流县勾漏洞石上，为水渍而成，石耳类也。”

【地踏菜】 即“地耳”。见《野菜谱》。

【鼻涕肉】 即“地耳”。见《野菜博录》。

【地木耳】 即“地耳”。见《陕西中草药》。因其形似木耳，故名。

【水木耳】 即“地耳”。地耳可生于水中，故称水生者为水木耳。

【地钱】 即“地耳”。

【滴达菜】 即“地耳”。

【地见皮】 即“地耳”。

【天仙菜】 即“地耳”。

【地皮菜】 “地耳”的俗称。

【地踏菰】 “地耳”的俗称。

【野木耳】 “地耳”的俗称。

【地软】 西北一带对“地耳”的俗称。见《陕西中草药》。

【发菜】 也称“发状念珠藻”、“头发菜”、“旗毛菜”。俗称“毛毛菜”、“地毛”。烹饪原料。属念珠藻科植物(Nostoc commune rar. flagelliforme)。分布于西北地区。著名山珍之一，筵席菜的上等原料，因其名与“发财”谐音，故为港澳地区同胞和海外华侨所喜用。色褐黑如发丝，吃口脆滑，具海藻味。宜于多种烹调方法，并可作象形菜的须发装饰；又以其色黑，可用作拼盘的配色菜。营养成分丰富，高于地耳。干品碳水化合物约占56.5%，蛋白质约20.1%，钙、铁含量之高为蔬菜中罕见。中医认为其可除热去湿，对高血压和妇女病有一定医疗作用。

【发状念珠藻】 “发菜”的植物学名称。

【头发菜】 即“发菜”。因其形似头发，故名。

【旃毛菜】 即“发菜”。

【毛毛菜】 “发菜”的俗称。

【地毛】 内蒙古一带对“发菜”的俗称。

【石耳】 也称“山肤”、“弃命菰”、“石壁花”、“岩耳”、“石花”、“石茸”。俗称“石木耳”。烹饪原料。属地衣门腑衣科植物(Gyrophora esculenta)。著名山珍。吃口柔脆似木耳。宜于多种烹调，名菜有安徽的石耳炖鸡；江西庐山的石耳炒肉片。含石耳酸、肝糖等成份。中医认为其味甘，性平，可养阴止血。据医学报告，可止咳祛痰、平喘和消炎，对高血压和老年慢性支气管炎有一定疗效，并有抗癌作用。


石耳

【山肤】 即“石耳”。见《七发》。

【弃命菰】 即“石耳”。《闽产录异》：“(石耳)俗呼岩菰，山邑皆产，即石衣，生于石壁，沿藤取之。土人呼弃命菰。”

【石壁花】 即“石耳”。

【岩耳】 即“石耳”。

【石花】 即“石耳”。

【石茸】 即“石耳”。

【石木耳】 “石耳”的俗称。见《饮片新参》。

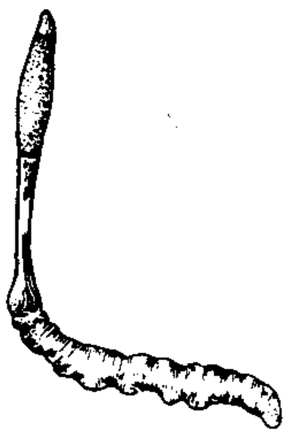
【树花菜】 也称“树花”、“柴花”。俗称“树胡子”。烹饪原料。为扁枝地衣(Evernia sp.)和树花属地衣。形似石花菜，产于西南各地。脆嫩香美。采摘后以草木灰水或碱水煮去苦涩味后，漂净晒干，食时冷水泡发，沸水烫后拌食，有清热解表之功。哈尼族人民常用之于喜筵。

【树花】 即“树花菜”。

【柴花】 即“树花菜”。

【树胡子】 “树花菜”的俗称。

【冬虫夏草】 也称“虫草”。俗称“冬虫草”、“雅扎贡布”。烹饪原料。属真菌类麦角菌科植物(Cordyceps sinensis)。著名中药材之一。可作蔬，多与鸡鸭同炖，如虫草扒鸭、清炖虫草鸡等，也可以与狗肉、豹狸、穿山甲等同炖，或纯用之炒食。口感脆嫩，近似豆芽。含冬虫夏草素、虫草酸等，具抗菌等作用。中医认为其味甘，性温，可补虚损、益精气、止咳化痰。据民间方剂，虫草炖鸡、鸭，对病后虚损很有补益。


冬虫夏草

【虫草】 即“冬虫夏草”。见《本草问答》。

【冬虫草】 “冬虫夏草”的俗称。

【雅扎贡布】 “冬虫夏草”的藏语名称。

【羊肚菌】 也称“圆顶羊肚菌”。俗称“羊肚菜”、“阳雀菌”、“羊肚子”、“羊素肚”等。烹饪原料。属真菌类马鞍菌科植物(Morchella esculenta)。著名食菌。适于多种烹饪加工，如菜有瓤羊肚菌、烧羊素肚、羊肚菌炖火连肉等。口感酥脆，味道鲜美，富含蛋白质和维生素，营养价值很高，也为欧洲人和印度伊斯兰教徒所食用。中医认为其味甘，性平，能益肠胃、化痰理气。同属的“黑脉羊肚菌”、“小羊肚菌”、“粗腿羊肚菌”等，均可作羊肚菌入馔。但应与同科的毒菌“马鞍菌”相区别。

【圆顶羊肚菌】 “羊肚菌”的植物学名称。

【羊肚菜】 “羊肚菌”的俗称。

【羊素肚】 河南一带对“羊肚菌”的俗称。

【阳雀菌】 云南一带对“羊肚菌”的俗称。

【羊肚子】 云南一带对“羊肚菌”的俗称。

【木耳】 也称“栭”、“栮”、“蕈芘”、“树鸡”、“木菘”、“木檽”、“云耳”。俗称“丝耳子”。烹饪原料。属真菌类木耳科植物(Auricularia auricula)。我国自古食用。为筵席、家常所常用，是菜肴的重要配料，间也作主料应用，可荤可素，适应多种烹调方法。营养成份较高，并含甘露聚糖、磷脂、麦角甾醇等，可降血压、血脂，预防心脏病，有抗癌作用，又是纺织等工业的劳保食品。中医认为其味甘，性平，可凉血、止血，有滋润强壮、清肺益气、镇静止痛的功用。可供食用的木耳还有：皱木耳(A. delicata)；黑皱木耳(A.moelleri)；皱极木耳(A.rugosissma)；琥珀木耳(A.fuscosucinea)；肠膜状木耳(A.mesenterica)等。


木耳

【栭(ěr耳)】 即“木耳”。

【栮(ěr耳)】 即“木耳”。陆游诗：“可怜龙鹤山中菜，不伴峨嵋栮脯来。”

【蕈芘】 即“木耳”。见《集韵》。

【树鸡】 即“木耳”。见《韩昌黎集》。

【木菘】 即“木耳”。见《本草纲目》。

【木檽(ěr耳)】 即“木耳”。见《证类本草》。

【云耳】 即“木耳”。因其形似浮云，故名。

【丝耳子】 福建一带对“木耳”的俗称。

【毛木耳】 也称“牛皮木耳”、“白背木耳”、“粗木耳”、“构耳”。俗称“沙木耳”。烹饪原料。属真菌类木耳科植物(Auricularia polytricha)。外形同“木耳”，背面密披白色茸毛，质地较木耳韧脆，食用方法及营养、食疗等均同“木耳”。

【牛皮木耳】 即“毛木耳”。因其粗韧似皮，故名。

【白背木耳】 即“毛木耳”。因其背面色白，故名。

【粗木耳】 即“毛木耳”。

【构耳】 即“毛木耳”。

【沙木耳】 “毛木耳”的俗称。因其入口有沙糙感，故名。

【银耳】 也称“桑鹅”、“五鼎芝”、“雪耳”。俗称“白木耳”。烹饪原料。属真菌类银耳科植物(Tremella

fuciformis)。中药补剂之一，曾为山珍，筵席上品。现已广泛栽培，供应普遍。适于作羹菜、汤菜，单用有清汤酿银耳、冰糖炖银耳、雪塔银耳等，配用如汆银耳鸭舌、鸡茸银耳等。也可以炒烩，甜咸均可，荤素两宜，还可以与米共煮"银耳粥"。营养丰富，每500克可提供热量1630～1695仟卡。中医认为其味甘淡，性平，可滋阴、润肺、养胃、生津，可用于肺气肿、肺心病、肺结核、神经衰弱等症，并具抗癌作用。

【桑鹅】 即"银耳"。《清异录》："北方桑生白耳，名桑鹅。贵有力者咸嗜之，呼为'五鼎芝'。"

【五鼎芝】 即"银耳"。参见"桑鹅"。

【雪耳】 即"银耳"。

【白木耳】 "银耳"的俗称。

【橙耳】 也称"朱砂银耳"、"黄木耳"。烹饪原料。属真菌类银耳科植物(Tremella cinnabarina)。胶质滑腻，食味较好，富于营养。食用加工方法参见"银耳"。

【朱砂银耳】 "橙耳"的植物学名称。

【黄木耳】 即"橙耳"。

【血耳】 也称"茶银耳"、"红木耳"、"茶耳"、"紫木耳"。烹饪原料。属真菌类银耳科植物(Tremella foliacea)。分布于云南、湖北等地。质粘滑可口，食用加工方法参见"银耳"。民间常用于治妇科疾病。

【茶银耳】 "血耳"的植物学名称。

【红木耳】 即"血耳"。因其色红，故名。

【茶耳】 即"血耳"。

【紫木耳】 即"血耳"。

【胶质刺银耳】 也称"胶质假齿菌"。俗称"虎掌菌"、"老虎巴掌"。烹饪原料。属真菌类银耳科植物(Tremellondon gelatnosum)。香味浓郁，美味可口，曾是历代皇朝贡品之一。食法多样，尤其在炒后仍不失其脆嫩腻滑之感，是云南著名的食菌。有较高的营养价值。云南菜有火丝虎掌菌、银芽虎掌菌等。

【胶质假齿菌】 即"胶质刺银耳"。

【虎掌菌】 云南一带对"胶质刺银耳"的俗称。因其形似虎掌状，菌盖下面密披肉刺，故名。

【老虎巴掌】 云南一带对"胶质刺银耳"的俗称。

【桂花耳】 俗称"花耳"。烹饪原料。属真菌类花耳科植物(Guepinia spathularia)。云南、湖北等地均有分布。胶质滑润，较为可口。食用加工方法参见"银耳"。

【花耳】 "桂花耳"的俗称。

【黄花耳】 也称"胶脑菌"。烹饪原料。属真菌类花耳科植物(Dacrymyces aurantius)。胶质滑润，食用加工方法参见"银耳"。与冰糖共炖甚美，可作滋补剂。

【胶脑菌】 即"黄花耳"。

【绣球菌】 俗称"干巴菌"、"对花菌"、"马牙菌"。烹饪原料。属真菌类革菌科植物(Sparassis crispa)。生于松林地上，与树形成共生关系。此菌香味扑鼻；食味异常鲜美，食法多样，可与肉丝相媲美，与青辣椒共炒味更浓郁。云南菜有火丝炒干巴菌等。

【干巴菌】 云南一带对"绣球菌"的俗称。

【对花菌】 云南一带对"绣球菌"的俗称。

【马牙菌】 云南一带对"绣球菌"的俗称。

【鸡油菌】 也称"黄菌"、"鸡蛋黄菌"、"杏菌"、"郁金蕈"。俗称"油蘑"、"黄花菌"、"黄食菌"、"伏菌子"、"黄丝菌"。烹饪原料。属真菌类鸡油菌科植物(Cantharellus cibarius)。著名食菌。肉质较厚，口感韧脆，具水果气味。宜炒或炖，配荤较好。含胡萝卜素较多。中医认为其味甘，性寒，可清目、利肺、益肠胃。医学报告，其对癌细胞有一定抑制作用。

【黄菌】 即"鸡油菌"。因其色黄，故名。见《滇南本草》。

【鸡蛋黄菌】 即"鸡油菌"。因其色如蛋黄，故名。

【杏菌】 即"鸡油菌"。因其颜色似杏，故名。

【郁金蕈】 即"鸡油菌"。

【油蘑】 东北一带对"鸡油菌"的俗称。

【黄花菌】 秦岭、巴山一带对"鸡油菌"的俗称。

【黄食菌】 秦岭、巴山一带对"鸡油菌"的俗称。

【伏菌子】 陕西南部一带对"鸡油菌"的俗称。

【黄丝菌】 云南一带对"鸡油菌"的俗称。

【喇叭菌】 俗称"灰喇叭菌"、"喷呐菇"、"酸碓窝"。烹饪原料。属真菌类鸡油菌科植物(Craterellus cornucopioides)。菌肉稍干，含水较少，柔中有脆，美味可口。含有15种氨基酸。食用加工方法同一般食菌。另有：金黄喇叭菌(C. aureus)；芳香喇叭菌(C. odoratus)；小喇叭菌(C. sinuosus)；棒状喇叭菌(C. clavatus)等，也可供食。

【灰喇叭菌】 "喇叭菌"的俗称。

【喷呐菇】 "喇叭菌"的俗称。

【酸碓窝】 "喇叭菌"的俗称。

【猴头】 也称"猬菌"、"猴菇"。俗称"猴菜"、"鸳鸯对口蘑"、"阴阳蘑"、"对脸蘑"、"虎守蘑"、"羊毛菌"、"花菜菌"。烹饪原料。属真菌类齿菌科植物(Hericium erinaceus)。著名山珍，筵席上品，适于多种烹调方法，供作多种菜品，口感近似瘦肉，味鲜美。富含蛋白质和多种氨基酸、维生素。中医认为其味甘，性平，利五脏、助消化。具抗癌功用，对胃癌、食道癌、贲门癌等有疗效，对十二指肠溃疡疗效明显。同科的玉髯(H. coralloides)、假猴头(H.laciniafum)、小刺猴头(H. capuf-medusae)，均可作猴头食用。

【猬菌】 即"猴头"。因其针状肉刺似刺猬，故名。

【猴菇】 即"猴头"。药品有"猴菇菌片"。

【猴菜】 "猴头"的俗称。

【鸳鸯对口蘑】 东北一带对"猴头"的俗称。

【阴阳蘑】 东北一带对"猴头"的俗称。

【对脸蘑】 东北一带对"猴头"的俗称。因其生必成双，故名。

【虎守蘑】 东北一带对"猴头"的俗称。传说生猴头处必有虎狼守护，故名。

【羊毛菌】 云南一带对"猴头"的俗称。因其肉刺似羊毛，故名。

【花菜菌】 云南一带对"猴头"的俗称。

【茯苓】 也称"茯菟"、"茯灵"、"茯零"、"松腴"、"绛晨伏胎"、"云苓"、"松木薯"、"松苓"、"玉灵"、"万灵精"、"更生"、"金翁"、"不死曲"、"不死面"。烹饪原料。属多孔菌科植物(Poria cocos)。主产南方。以体重坚实、外皮色棕褐、皮纹细、无裂隙、断面白色细腻、粘牙力强者为优。中医认为其味甘淡，性平，可利水渗湿、健脾和胃、宁心安神。入馔多用做糕点、小吃，应用十分广泛。如茯苓夹饼、茯苓糕、茯苓豆沙包子、茯苓粥、鸡肉茯苓馄饨等；还可以取粉制霜。制酒又称茯苓酒。近年并有茯苓酥糖、茯苓玫瑰蛋糕、茯苓软糖等新型茯苓食品。

【茯菟】 即"茯苓"。见《神农本草经》。

【茯灵】 即"茯苓"。见《史记》。

【茯零】 即"茯苓"。见《广雅》。

【松腴】 即"茯苓"。见《记事珠》。

【绛晨伏胎】 即"茯苓"。见《酉阳杂俎》。

【松木薯】 即"茯苓"。见《本草纲目》。

【松苓】 即"茯苓"。见《广西中药志》。

【玉灵】 即"茯苓"。见《中国药用真菌》。

【万灵精】 即"茯苓"。见《中国药用真菌》。

【更生】 即"茯苓"。见《中国药用真菌》。

【金翁】 即"茯苓"。见《中国药用真菌》。

【不死曲】 即"茯苓"。见《中国药用真菌》。

【不死面】 即"茯苓"。见《中国药用真菌》。

【云苓】 即"茯苓"。因产于云南，故名。见《滇海虞衡志》。

【獐子菌】 也称"翘鳞肉齿菌"、"鹿茸菌"、"地鸡"。俗称"钟馗帽"、"土菌"、"牛腮巴菌"。烹饪原料。属真菌类齿菌科植物(Sarcodon imbricatum)。为著名的野生食菌。菌盖具大型鳞片。肉质肥厚，味鲜美，食用加工方法同一般食菌，可干制。

【翘鳞肉齿菌】 "獐子菌"的植物学名称。

【鹿茸菌】 即"獐子菌"。

【地鸡】 即"獐子菌"。因其生于地上，味美如鸡，故名。

【钟馗帽】 "獐子菌"的俗称。因其刚出土时似传统钟馗图上钟馗所戴之帽，故名。

【土菌】 "獐子菌"的俗称。

【牛腮巴菌】 云南一带对"獐子菌"的俗称。

【光孢黄枝瑚菌】 也称"光孢黄丛枝"。俗称"黄刷把菌"。烹饪原料。属真菌类珊瑚菌科植物(Ramaria obtusissima)。菌体多枝，黄色，味甜，肉质脆嫩，色艳，食味较好，食时味香满口。

【光孢黄丛枝】 即"光孢黄枝瑚菌"。

【黄刷把菌】 "光孢黄枝瑚菌"的俗称。因其形似刷把，故名。

【美味牛肝菌】 俗称"大脚菇"、"肥丝菰"、"牛八菌"、"粘团子蘑"、"见手青"、"黄荞巴"、"白牛肝"、"白牛头"、"石头菇"、"炒菌"。烹饪原料。属真菌类牛肝菌科植物(Boletus edulis)。著名野生美味食菌，肉质肥厚，吃口粘滑，宜鲜食。民间用肉、酱及辣椒等共炖之；也适于其它各种烹调方法。不宜干制，久贮应腌制。为西欧人所喜食，故为出口畅销食菌之一。医学报告，其具抗癌作用。中医认为其具清热解烦、养血和中、追风散寒、舒筋活血、补虚提神等功效，且可用于白带及不孕症。

【大脚菇】 "美味牛肝菌"的俗称。因其菌柄粗大，故名。

【肥丝菰】 "美味牛肝菌"的俗称。

【牛八菌】 "美味牛肝菌"的俗称。

【粘团子蘑】 大兴安岭地区对"美味牛肝菌"的俗称。因其吃口粘滑，故名。

【见手青】 云南一带对"美味牛肝菌"的俗称。

【黄荞巴】 云南一带对"美味牛肝菌"的俗称。

【白牛肝】 云南一带对"美味牛肝菌"的俗称。

【白牛头】 云南一带对"美味牛肝菌"的俗称。

【炒菌】 云南一带对"美味牛肝菌"的俗称。

【石头菇】 台湾一带对"美味牛肝菌"的俗称。

【绒柄松塔牛肝菌】 也称"松塔牛肝菌"、"黑牛肝菌"。俗称"乌牛粪菇"、"火炭菌"、"黑麻蛇菌"。烹饪原料。属真菌类牛肝菌科植物(Strvobilomyces floccopus)。我国广有分布。风味较好，食用加工方法参见"美味牛肝菌"。另有光盖松塔牛肝菌(S. glabriceps)也可食用。

【松塔牛肝菌】 即"绒柄松塔牛肝菌"。

【黑牛肝菌】 即"绒柄松塔牛肝菌"。

【乌牛粪菇】 "绒柄松塔牛肝菌"的俗称。

【火炭菌】 "绒柄松塔牛肝菌"的俗称。

【黑麻蛇菌】 云南一带对"绒柄松塔牛肝菌"的俗称。

【桃红牛肝菌】 也称"紫见手"、"红大巴菌"、"红菌"。俗称"红牛头菌"。烹饪原料。属真菌类牛肝菌科植物(Boletus regius)。菌肉厚实，滑嫩，味鲜，可炒食。食用加工方法参见"美味牛肝菌"。富含多种营养成份，有清热解烦、养血和中等药效。另有：红脚牛肝菌(B. queletii，也称红柄牛肝菌、粉见手、削脚牛肝菌)；花脚牛肝菌(B. retipes，也称网柄牛肝菌、黄网柄牛肝菌、荞面菌、黄大巴)；血红牛肝菌(B. rubellus，也称血色牛肝菌、朱色牛肝菌、大红牛肝菌、红见手、见手青)等，均可食。

【紫见手】 即"桃红牛肝菌"。

【红大巴菌】 即“桃红牛肝菌”。

【红菌】 即“桃红牛肝菌”。

【红牛头菌】 “桃红牛肝菌”的俗称。

【橙香牛肝菌】 也称“橙香菌”、“陈香菌”。俗称“虎头菌”。烹饪原料。真菌类牛肝菌科植物(Boletus citrifragrans)。肥大丰厚,有使人愉快的浓郁橙香味,香美可口。食用加工方法参见“美味牛肝菌”。

【橙香菌】 即“橙香牛肝菌”。

【陈香菌】 即“橙香牛肝菌”。

【虎头菌】 “橙香牛肝菌”的俗称。

【白乳菇】 也称“辣味乳菇”、“毛头乳蕈”。俗称“板栗菌”、“羊脂菌”、“石灰菌”、“石灰罗”。烹饪原料。属真菌类红菇科植物(Lactarius piperatus)。著名野生食菌。有白色乳汁和强烈辣味。自古食用,宋时以之作腊八粥的配料。食用加工方法同一般食菌,食前需长时间浸泡,或先煮沸,以去除辣味。中医认为其味甘,性寒,可清肺胃、去内热。

【辣味乳菇】 即“白乳菇”。因其具有强烈辣味,故名。

【毛头乳蕈】 即“白乳菇”。

【板栗菌】 “白乳菇”的俗称。

【羊脂菌】 西南等地对“白乳菇”的俗称。因其味美似羊脂,故名。

【石灰菌】 云南一带对“白乳菇”的俗称。

【石灰罗】 福建一带对“白乳菇”的俗称。

【松乳菇】 也称“美味松乳菇”。俗称“雷打菰”、“桃花菌”、“猪血蕈”、“醾菌”、“谷熟菌”、“雁叫菇”、“雁鹅菌”、“寒菌”、“乌松菌”、“重阳菌”、“黄奶浆菌”、“紫花菌”、“九月香”。烹饪原料。属真菌类红菇科植物(Lactarius deliciosus)。著名野生食菌。味很鲜美,质柔脆,有适口辣味,可供炒、炖、烧、烩,可配荤素,也可以作汤。民间并用以制作菌油。

【美味松乳菇】 “松乳菇”的植物学名称。其拉丁文种名(deliciosus)即为“美味”之意。

【重阳菌】 “松乳菇”的俗称。因其多生于重阳前后,故名。

【雁叫菇】 湖北一带对“松乳菇”的俗称。因其多生于秋季北雁南飞季节,故名。

【雁鹅菌】 湖北一带对“松乳菇”的俗称。

【雷打菰】 湖北、江西一带对“松乳菇”的俗称。

【寒菌】 湖南一带对“松乳菇”的俗称。因其多生于深秋气候寒冷之际,故名。

【乌松菌】 湖南一带对“松乳菇”的俗称。

【九月香】 湖南一带对“松乳菇”的俗称。

【桃花菌】 江苏宜兴一带对“松乳菇”的俗称。见《吴蕈谱》。

【猪血蕈】 江苏无锡一带对“松乳菇”的俗称。见《吴蕈谱》。

【醾菌】 江苏苏州一带对“松乳菇”的俗称。见《吴蕈谱》。

【谷熟菌】 云南、四川一带对“松乳菇”的俗称。

【黄奶浆菌】 云南一带对“松乳菇”的俗称。

【紫花菌】 云南一带对“松乳菇”的俗称。

【青头菌】 也称“变绿红菇”。俗称“铜青寒露蕈”、“大青菌”、“绿菇”、“寒露菌”。烹饪原料。属真菌类红菇科植物(Russula virescens)。著名野生食菌。菌盖铜绿色或灰绿色,肉肥厚,具香甜味,质滑腻。烹调方法同一般食菌。太湖地区人民常以之用油熬后拌面。云南菜有酿青头菌。此菌含蛋白质18%,碳水化合物60%左右,每500克可提供热量1500千卡,核黄素(维生素B_2)含量也高于许多蔬菜。中医认为其味甘淡微酸,可治眼目不明,能泻肝经之火、散热舒气,妇人气郁服之较好。但应注意其春菌刚出时微具毒性,应少食。

【变绿红菇】 “青头菌”的植物学名称。

【铜青寒露蕈】 “青头菌”的俗称。

【大青菌】 “青头菌”的俗称。

【绿菇】 “青头菌”的俗称。因其菌盖色绿,故名。

【寒露菌】 太湖东山居民对“青头菌”的俗称。因其多生于寒露之际,故名。

【香菇】 也称“香皮褶菌”、“台蕈”、“栎菌”、“板栗菌”、“冬菰”。俗称“香信”。烹饪原料。属真菌类口蘑科植物(Lentinus edodes)。是世界著名的食菌“四大栽培菌”之一。有“蘑菇皇后”、“植物性食品顶峰”之誉。我国早有栽培。特具醇香,吃口柔韧滑脆,味很鲜美,宜于多种烹调加工,可清可浓,可荤可素,全国各菜系、各地均采以入肴馔,还可用以制菌油、香菇酱油等。有花菇、厚菇、平庄菇三等,以花菇味最好。营养丰富,100克香菇的营养价值相当于400克牛肉,并含有18种氨基酸及多种有益健康的成份。可降低胆固醇、高血压,防治感冒、糖尿病、神经炎、肝炎、恶性贫血、小儿佝偻病等多种疾病。经医学研究证实,其具防治癌症的作用。中医认为其味甘,性平,可益胃气、托痘疹。

【香皮褶菌】 “香菇”原用的植物学名称。

【台蕈】 即“香菇”。见《菌谱》。因其多产于浙江台州一带,故名。

【栎菌】 即“香菇”。因其多寄生于栎树,故名。

【板栗菌】 即“香菇”。因其多寄生于栗树,故名。

【冬菰】 即“香菇”。因其多生于秋冬春之际,故名。

【香信】 广东一带对“香菇”的俗称。香菇,也称香蕈。蕈、信音似,故俗作香信。

【平菇】 也称“糙皮侧耳”、“粗皮侧耳”、“天花”、“天花蕈”、“天花菜”、“鲍鱼菇”、“杨树菇”、“冻菌”、“东菌”。俗称“蛤蜊菌”、“傍脚菇”、“耳菇”、“瓶菇”、“树蚝菇”、“白香菇”、“冬蘑”、“北风菌”、“元蘑”、“秋蘑”、“青蘑”、“桐子蘑”、“青树窝”、“梨窝”、“蚝菌”、“鲍菇”。烹饪原料。属真菌类口蘑科植物(Pleurotus ostreatus)。

是世界著名的“四大栽培菌”之一。肉厚质脆，味鲜可口，适于多种烹调方法和调味。名菜有凉拌北风菌、火腿冻菌、滑熘元蘑脊片等。营养丰富，含17种氨基酸，对防治肝炎、动脉硬化、高血压等有一定效果，并有抑制癌细胞的功能。中医认为其味微咸，性温，可追风散寒、舒筋活络。

【糙皮侧耳】　“平菇”的植物学名称。

【粗皮侧耳】　即“平菇”。

【天花】　即“平菇”。见《菌谱》。

【天花蕈】　即“平菇”。见《菌谱》。

【天花菜】　即“平菇”。《广菌谱》：“天花蕈，即天花菜……”。

【鲍鱼菇】　即“平菇”。

【杨树菇】　即“平菇”。因其多寄生于杨属树木上，故名。

【冻菌】　即“平菇”。因可适应较低温度，多生于冬季，故名。

【东菌】　即“平菇”。为“冻菌”之误。见《素食说略》。

【蛤蜊菌】　“平菇”的俗称。因其滋味鲜美如蛤蜊，故名。

【傍脚菇】　“平菇”的俗称。因其菌柄生于菌盖一边，故名。

【耳菇】　“平菇”的俗称。因其形如耳状，故名。

【瓶菇】　“平菇”的俗称。因其在人工栽培中，较早地采用瓶栽，故名。

【树蛎菇】　“平菇”的俗称。

【白香菇】　“平菇”的俗称。

【冬蘑】　“平菇”的俗称。

【北风菌】　南方一带对“平菇”的俗称。因其多生长于北风劲吹的冬季，故名。

【元蘑】　东北一带对“平菇”的俗称。

【秋蘑】　东北一带对“平菇”的俗称。因其在东北多生于秋冬，故名。

【青蘑】　东北一带对“平菇”的俗称。

【桐子蘑】　四川一带对“平菇”的俗称。

【青树窝】　云南、贵州一带对“平菇”的俗称。

【梨窝】　贵州一带对“平菇”的俗称。

【蚝菌】　广东、福建一带对“平菇”的俗称。因其滋味鲜美有若牡蛎，故名。

【鲍菇】　福建、广东一带对“平菇”的俗称。因其滋味鲜美有若鲍鱼，故名。

【美味侧耳】　也称“紫孢侧耳”、“美味北风菌”、“美味平菇”。俗称“灰树窝”。烹饪原料。属真菌类口蘑科植物(Pleurotus sapidus)。肉质细嫩，香甜可口，富于营养，为名菌之一。食用加工方法参见“平菇”。

【紫孢侧耳】　“美味侧耳”的植物学名称。

【美味北风菌】　即“美味侧耳”。

【美味平菇】　即“美味侧耳”。

【灰树窝】　云南一带对“美味侧耳”的俗称。

【榆黄蘑】　也称“金顶侧耳”、“金顶蘑”。俗称“玉皇蘑”、“冻黄蘑”、“核桃菌”、“黄树窝”、“杨柳菌”、“金平菇”、“皇蘑”。烹饪原料。属真菌类口蘑科植物(Pleurotus citrinopileatus)。食用参见“平菇”。味鲜美香甜，黑龙江菜有爆鸭丁皇蘑、皇蘑炖肉等。也可腌制。中医认为其有滋补强壮之效，可治虚弱痿疟、痢疾等。

【金顶侧耳】　“榆黄蘑”的植物学名称。因其菌盖呈草黄至金黄色，故名。

【金顶蘑】　即“榆黄蘑”。

【冻黄蘑】　“榆黄蘑”的俗称。因其多生于秋冬，故名。

【金平菇】　“榆黄蘑”的俗称。

【玉皇蘑】　东北一带对“榆黄蘑”的俗称。玉皇，为榆黄的谐音。

【皇蘑】　东北一带对“榆黄蘑”的俗称。

【核桃菌】　云南一带对“榆黄蘑”的俗称。因其多生于核桃、柳等树上，故名。

【杨柳菌】　云南一带对“榆黄蘑”的俗称。

【黄树窝】　云南、贵州一带对“榆黄蘑”的俗称。

【凤尾菇】　也称“环柄侧耳”、“环柄斗菇”、“漏斗状侧耳”。俗称“印度鲍鱼菇”、“白柴菇”。烹饪原料。属真菌类口蘑科植物(Pleurotus sajor-caju)。我国广有栽培，可露天培育。肉质较平菇略老，味鲜美，宜于多种烹调方法，并可腌渍、干制。食用加工方法同“平菇”。营养丰富，含人体必需的8种氨基酸。

【环柄侧耳】　“凤尾菇”的植物学名称。

【环柄斗菇】　即“凤尾菇”。

【漏斗状侧耳】　即“凤尾菇”。

【印度鲍鱼菇】　“凤尾菇”的俗称。

【白柴菇】　福建一带对“凤尾菇”的俗称。

【蜜环菌】　也称“小蜜环菌”、“蜜色环菌”、“根索菌”。俗称“榛蘑”、“栎菌”。简称“蜜蘑”。烹饪原料。属真菌类口蘑科植物(Armillariella mellea)。为野生食菌之一。宜于多种烹调方法。东北一带多干制供食，可供煮、炖、烩、炒、熘等，可配荤素料。因其与天麻共生，具与天麻相似的功效，并含多种氨基酸。中医认为其味甘，性温，可祛风活络、强筋壮骨，经常食用可抗呼吸道、消化道感染，防治癫痫等症。

【小蜜环菌】　“蜜环菌”的植物学名称。因菌色如蜂蜜，菌柄有环，故称蜜环。

【蜜色环菌】　即“蜜环菌”。

【根索菌】　即“蜜环菌”。因其根索发达，可长达数米，故名。

【榛蘑】　东北一带对“蜜环菌”的俗称。因其常寄生于榛树，故名。

【栎菌】　云南一带对“蜜环菌”的俗称。因其常寄生于栎、栗等树木上，故名。

【蜜蘑】 “蜜环菌”的简称。

【亮菌】 也称“发光小蜜环菌”、“假蜜环菌”、“易逝杯伞”、“瘦陡头”。烹饪原料。属真菌类口蘑科植物(Armillariella tabescens)。为野生食菌之一。食用加工方法参见“平菇”。一般用于炒食,但有人食后有胸闷、恶心、呕吐等症状,可自愈,故入烹前,宜沸水煮5~6分钟,再经漂洗后加工。含假蜜环菌甲、乙、丙素及甘露醇,对胆囊炎、肝炎、阑尾炎、中耳炎等具一定疗效,已有药品制剂。

【发光小蜜环菌】 “亮菌”的植物学名称。因其菌丝体可发出浅蓝色荧光,故名。

【假蜜环菌】 即“亮菌”。

【易逝杯伞】 即“亮菌”。

【瘦陡头】 即“亮菌”。

【口蘑】 烹饪原料。属真菌类口蘑科植物。是一组食菌的概称,因旧时以张家口为集散地,故名。约包含10余种食菌。其中质量较好的有以下数种:香杏口蘑(Tricholoma gambosum);白蘑(T. mongolicum);雷蘑(Clitocybe gigantea);白雷蘑(C. candida)等。是我国著名野生食菌之一,被称作“草原明珠”。以庙中、庙大、珍珠三个品种质量最好,为筵席上品,嫩滑爽口,菌香浓郁,味道鲜美。宜于多种烹调方法,菜品很多。名菜有烧南北、口蘑锅巴等,作汤尤见醇香浓郁。张家口有口蘑宴。中医认为其味甘,性平,可宣肠益气、散血热、解表。医学报告,其有抗癌作用。

【香杏口蘑】 也称“虎皮香杏”、“香杏”、“香杏片”、“沙菌”。俗称“丁蘑”。口蘑的一种。质量较好。参见“口蘑”。

【沙菌】 即“香杏口蘑”。见许有壬《沙菌》诗。

【虎皮香杏】 即“香杏口蘑”。因菌盖初为白色,后变成赭黄色或淡黄色,干燥后有显著的脑迴纹,形似虎皮,故名。

【香杏】 即“香杏口蘑”。因其色有的似杏色且香味很浓烈,故名。

【香杏片】 即“香杏口蘑”。

【丁蘑】 内蒙古一带对“香杏口蘑”的俗称。

【白蘑】 也称“蒙古口蘑”、“银盘”、“营盘蘑”。口蘑的一种。质量较好。参见“口蘑”。

【银盘】 即“口蘑”。《清宫遗闻·木兰物产》:“木兰出麻菇最佳。每秋狝驻营后,土益肥,故所产尤美,俗呼银盘麻菇,取其形似。非也,盖营盘之讹为银盘耳。”因其色白而菌盖较大如银盘,故名。

【营盘蘑】 即“口蘑”。参见“银盘”。

【蒙古口蘑】 即“口蘑”。因其多产于内蒙草原,故名。

【雷蘑】 俗称“青腿子”、“大青蘑”、“大白桩蘑”。口蘑的一种。质量稍次。据医学报告,此种和白雷蘑产生的杯伞菌素(Clitocybin)可能有抗肺结核的作用。食用加工方法参见“口蘑”。

【大青蘑】 “雷蘑”的俗称。

【大白桩蘑】 “雷蘑”的俗称。

【青腿子】 河北一带对“雷蘑”的俗称。

【白雷蘑】 也称“白壳杯菌”、“白巨陡头”。俗称“巨陡头”。口蘑的一种。质量稍次。食用加工方法参见“口蘑”。

【白壳杯菌】 即“白雷蘑”。

【白巨陡头】 即“白雷蘑”。

【巨陡头】 “雷蘑”的俗称。

【松口蘑】 俗称“松蘑”、“松伞蘑”、“老鹰菌”、“鸡丝菌”、“剥皮菌”。烹饪原料。属真菌类口蘑科植物(Tricholoma matsutake)。名贵野生食菌,被视为“食菌之王”。肉质细嫩,甜润甘滑,吃后余香满口,为筵席珍品。适于多种烹调方法,又可腌渍、干制,或作菌油。含多种营养成分。中医认为其味甘,性平,可益肠胃、理气止痛、化痰。据医学报告,其抗癌效果达90%以上。

【松蘑】 “松口蘑”的俗称。

【松伞蘑】 东北一带对“松口蘑”的俗称。

【老鹰菌】 云南一带对“松口蘑”的俗称。

【剥皮菌】 云南一带对“松口蘑”的俗称。

【鸡丝菌】 云南一带有的地区对“松口蘑”的俗称。

【灰离褶伞】 也称“栗窝”、“块根蘑”、“丛生口蘑”、“草白蘑”、“松毛菌”。俗称“一窝鸡”。烹饪原料。属真菌类口蘑科植物(Lyophyllum cinerascens)。有块根,肉实而有菌香,肉质白色,脆而回甜,厚而细嫩,味美可口,营养丰富。无论炒食或煮汤,味都佳美。《滇南本草》:“专治小便不通或不禁,可以分利水道,亦治五淋白浊,食之最良。”还有裂褶菌(Schizophyllum commune,也称白参、八担柴);荷叶离褶伞(L.decastes,也称荷叶蘑、一窝羊);炭色离褶伞(L. carbonarium,也称焦土金钱菌);角孢离褶伞(L. transforme)等,均可食。

【块根蘑】 即“灰离褶伞”。因其柄根部结成整块,故名。

【栗窝】 即“灰离褶伞”。

【丛生口蘑】 即“灰离褶伞”。

【草白蘑】 即“灰离褶伞”。

【松毛菌】 即“灰离褶伞”。

【一窝鸡】 “灰离褶伞”的俗称。

【毛柄金钱菌】 也称“冬菇”、“朴菰”、“构菌”、“榎菌”、“绒柄金钱菌”、“油菌”、“谷菌”、“黄耳蕈”、“楮鸡”。烹饪原料。属真菌类口蘑科植物(Collybia velutipes)。著名野生食菌,分布较广,现已大量栽培。适应多种烹调方法,吃口柔脆滑润,味鲜美,具虾米样清香。富含养分和较多冬菇多糖。据医学报告,其具抗癌、降胆固醇等作用。中医认为其味咸微苦,性寒,能利肝脏、益肠胃。由其培育的新品种“金针菇”已风靡世

界。

【黄耳蕈】 即“毛柄金钱菌”。

【楮鸡】 即“毛柄金钱菌”。

【冬菇】 即“毛柄金钱菌”。因其耐寒，在零下5℃左右犹能生存，故名。

【朴菰】 即“毛柄金钱菌”。因其常生于朴树，故名。

【构菌】 即“毛柄金钱菌”。因其常生于构树上，故名。

【榎(jiǎ甲)菌】 即“毛柄金钱菌”。因其常生于楸树上，故名。榎，同槚，即楸树。

【绒柄金钱菌】 即“毛柄金钱菌”。因其柄多绒毛，故名。

【油菌】 即“毛柄金钱菌”。因其在一定湿度下，菌盖粘湿如油，故名。

【谷菌】 即“毛柄金钱菌”。

【金针菇】 也称“金菇”、“增智菇”、“钮菇”。俗称“金鲍”。毛柄金钱菌的培育的变异种。菌柄可长达15厘米，因菌盖缩小如豆粒，金黄色，柄形似金针，故名。以吃菌柄为主，肉质脆嫩，味美可口，可供作多种烹调，筵上珍品。营养丰富，并含多种氨基酸，据医学报告，其可防治胃肠道溃疡、降低胆固醇，并有明显抗癌作用。

【金菇】 即“金针菇”。因其色金黄，故名。

【增智菇】 即“金针菇”。因其富含利于儿童发育的成分，故名。

【钮菇】 即“金针菇”。因其菌盖细小如钮，故名。

【金鲍】 福建、台湾一带对“金针菇”的俗称。

【鸡纵】 也称“鸡菌”、“鸡宗”、“鸡跱”、“鸡窦”、“鸡窦”、“鸡墩”、“鸡棕”、“鸡栖菇”、“蚁从”、“蚁夺”。俗称“伞把菇”、“鸡肉丝菇”、“鸡丝菇”、“鸡脚菇”、“逗鸡菇”、“钻子头”、“白蚁菇”。烹饪原料。属真菌类口蘑科植物(Collybia albuminosa)。著名野生食菌之一，筵上珍品。肉质细嫩，多纤维而似鸡肉，气味醇香，味美宜人。宜于各种烹调方法。云南菜有生蒸鸡纵、红烧鸡纵等，并用以制成鸡纵席。含纯蛋白21%及16种氨基酸，营养丰富。可干制，或腌制成油鸡纵久贮，为云南著名土特产。中医认为其味甘，性平，可益胃清神、治痔。

【鸡菌】 即“鸡纵”。《本草纲目》：“鸡菌，南人谓为鸡纵，皆言其味似之也。”

【鸡宗】 即“鸡纵”。《七修类稿》：“……而方言谓之鸡宗，以其同鸡食至美之故。”

【鸡跱(zōng宗)】 即“鸡纵”。见《五杂俎》。

【鸡窦(zōng宗)】 即“鸡纵”。见《南园漫录》。

【鸡蓼(zōng宗)】 即“鸡纵”。见《永昌府志》。

【鸡墩(zōng宗)】 即“鸡纵”。见《升庵外集》。

【鸡棕】 即“鸡纵”。见《滇南新语》。

【蚁从】 即“鸡纵”。《七修类稿》：“予问之土人，云生处蚁聚丛之，盖以味香甜也。予意当作蚁从，非鸡宗明矣。”

【蚁夺】 即“鸡纵”。《贵州志》：“下有蚁若蜂状，又名蚁夺。”

【鸡栖菇】 即“鸡纵”。《闽产录异》：“(鸡纵)出土中，以味如鸡；以大复小，如鸡伏子。”

【逗鸡菇】 “鸡纵”的俗称。因其菌顶尖似鸡嘴，可以逗鸡，故名。

【白蚁菇】 “鸡纵”的俗称。因其与土栖白蚁共生，故名。

【伞把菇】 四川一带对“鸡纵”的俗称。

【鸡丝菇】 湖南一带对“鸡纵”的俗称。

【钻子头】 云南一带对“鸡纵”的俗称。因其尖头能从地下数十厘米处钻出地面，故名。

【鸡脚菇】 云南一带对“鸡纵”的俗称。

【鸡肉丝菇】 福建、台湾一带对“鸡纵”的俗称。

【红鹅膏】 也称“橙盖伞”、“橙盖鹅膏”、“凯撒鹅膏”。俗称“黄鹅蛋菌”、“黄罗伞”、“鸡蛋黄蘑”、“卵菌”、“帝王菌”。烹饪原料。属真菌类毒伞科植物(Amanita caesarea)。著名野生食菌。肉质厚，味甘滑鲜美。宜于多种烹调方法，是西欧享有盛名的食菌。我国纳西族同胞甚喜食，谓其形、色、味皆似鸦蛋。食用同一般食菌。据医学报告，其具一定抗癌活性。

【橙盖伞】 “红鹅膏”的植物学名称。

【橙盖鹅膏】 “红鹅膏”的植物学名称。

【凯撒鹅膏】 即“红鹅膏”。传说为罗马帝国统帅凯撒所喜食，故名。

【卵菌】 即“红鹅膏”。因其刚出土而菌苞未开时，形如卵状，故名。

【鸡蛋黄蘑】 黑龙江一带对“红鹅膏”的俗称。

【黄鹅蛋菌】 四川、云南一带对“红鹅膏”的俗称。

【黄罗伞】 四川一带对“红鹅膏”的俗称。

【帝王菌】 台湾一带对“红鹅膏”的俗称。

【草菇】 也称“兰花菇”、“南华菇”、“贡菇”、“稻草菇”、“秆菇”、“美味包脚菇”。俗称“袋菇”、“麻菇”、“鲜菇”。烹饪原料。属真菌类毒伞科植物(Volvariella volvacea)。世界著名四大栽培食菌之一，我国产量占第一位。以菌苞未破、菌盖未出而形如鸡蛋的菌苞入馔。味极清鲜，爽脆滑嫩，夏令供市，为家常及筵席佳蔬，适应多种烹调方法。我国东南部地区种植较多，以之所作名菜多见于福建、广东等地。营养丰富，含17种氨基酸，人体必需的8种氨基酸均有，同时，维生素C含量每百克达200毫克。具降胆固醇与抗癌作用。中医认为其性寒，味甘，能消食去热、增进健康。

【兰花菇】 即“草菇”。因其烘干后香气扑鼻，故名。

【南华菇】 即“草菇”。因200多年前广东韶关南华寺已掌握其栽培技术，并且所产著称，故名。

【贡菇】 即“草菇”。因其曾作朝廷贡品，故名。

【稻草菇】 即“草菇”。因其用稻草培植，故名

【秆菇】 即“草菇”。

【美味包脚菇】 即“草菇”。

【袋菇】 “草菇”的俗称。因其菌苞如袋，故名。

【麻菇】 湖南一带对“草菇”的俗称。《农学合编》：“麻菌，湖南浏阳县土产也……于春夏刈麻后，将剥下之外皮及其梗层积土面，令其上常荫，使以腐烂，常以米泔水泼之，不令干，至七月便生菌，可煮食……。”

【鲜菇】 广东一带对“草菇”的俗称。因其多以鲜品供馔，故名。


蘑菇

【蘑菇】 俗称“洋蘑菇”。烹饪原料。包括真菌类伞菌科植物的四孢蘑菇(Agaricus campestris，也称田野蘑菇、雷窝子)和双孢蘑菇(A. bisporus)。为世界著名四大栽培蘑菇之一，食用广泛。肉质肥厚，吃口软嫩爽润，味道鲜美，适于多种烹调方法，可用以制成多种菜式。原为筵上佳品，现蘑菇罐头大量生产(包括整蘑菇、片蘑菇)，已为家常所习用。营养丰富，干品含蛋白质达40%，并含甘露醇、海藻糖、蘑菇氨酸等多种成分，具抗菌、降血糖以及抗癌等作用。中医认为其味甘，性凉，可悦神开胃、止泻止吐、化痰理气、益肠胃。

【洋蘑菇】 “蘑菇”的俗称。

【墨汁鬼伞】 也称“鬼盖”、“鬼伞”、“鬼屋”、“鬼菌”、“地盖”、“鬼凉伞”、“墨水菌”。俗称“柳树蘑”、“柳树钻”。烹饪原料。属真菌类鬼伞科植物(Coprinus atramentarius)。野生食菌，广有分布。伞盖未张开的幼蕾供馔最佳，滑嫩腴美，清鲜爽适。宜炒、烩、炖并作汤，与猪、羊肉类同作更佳。最好鲜食。中医认为其味甘，性平，可治小儿痫病、疔肿恶疮。据报告，食此菌时不宜饮酒，或不与鸡同炖，否则可致中毒。同属“毛鬼伞”(C. comatus)食用与此种同。

【鬼盖】 即“墨汁鬼伞”。见《名医别录》。

【鬼伞】 即“墨汁鬼伞”。见《名医别录》。

【鬼屋】 即“墨汁鬼伞”。见《本草拾遗》。

【鬼菌】 即“墨汁鬼伞”。见《广菌谱》。

【地盖】 即“墨汁鬼伞”。见《名医别录》。

【鬼凉伞】 即“墨汁鬼伞”。见《吴蕈谱》。

【墨水菌】 即“墨汁鬼伞”。因其老熟后即腐化成墨汁，故名。

【柳树蘑】 “墨汁鬼伞”的俗称。因其多寄生于柳树，故名。

【柳树钻】 黑龙江一带对“墨汁鬼伞”的俗称。

【毛鬼伞】 见“墨汁鬼伞”。

【竹荪】 也称“竹鸡蛋”、“竹参”、“竹笙”。俗称“仙人笠”、“竹菌”、“网纱菇”、“竹姑娘”。烹饪原料。属真菌类鬼笔科植物。名贵野生食菌。现可以人工栽培，有“真菌之花”之誉。肉质细嫩，香脆爽口，味道鲜美，荤素皆宜，为筵席珍品。适于多种烹调加工。因其具特有的网络状菌裙，故可用其制特色菜肴，如川菜的推纱望月等。富含具神经营养剂作用的谷氨基酸，并具降血压和胆固醇的功效。以之作菜肴可防馊败。鲜品加工时应切去有异臭的菌顶部伞盖部分。竹荪有多种，除黄裙竹荪有毒，不可食用外，其余如长裙竹荪(Dictyophora indusiata)、短裙竹荪(D. duplicata)等，均可供馔。

【竹鸡蛋】 即“竹荪”。因其菌苞刚出土时，色、形均似鸡蛋，故名。

【竹参】 即“竹荪”。

【竹笙】 即“竹荪”。

【仙人笠】 “竹荪”的俗称。因其形似笠，故名。

【竹菌】 “竹荪”的俗称。因其多生于竹林，故名。

【网纱菇】 “竹荪”的俗称。因其具网状菌裙，故名。

【竹姑娘】 云南一带对“竹荪”的俗称。

【鹿角菜】 烹饪原料。山东泰山特产之一。夏天暴雨后生长于泰山顶的大石崖下，大者可达500余克，形如鹿角，或似鸡冠，色与口蘑相同，味很鲜美。为食用菌的一种，科属尚不明。宜炒食或作汤，山东菜有奶汤鹿角菜等。

【雷震蛾】 烹饪原料。山东泰山特产之一。夏天雨前行雷时长出，须立即采集，如见日光曝晒即成絮状，不宜食用。多生于阴湿的石崖缝中，为食用菌的一种，科属尚不明。烹调方法参见“鹿角菜”。

【苦菜】 也称“荼”、“苤”、“选”、“游冬”、“蕨”、“老鹳菜”、“天香菜”、“褊苣”、“苦马菜。俗称“荬菜”、“取麻菜”、“苦麻菜”、“苣菜”。烹饪原料。属菊科植物。作为苦菜入蔬者，有数种菊科植物，如：苣荬菜(Sonchus brachyotus)、苦荬菜(Ixeris denticulata)、苦苣菜(Sonchus oleraceus)等。自古食用，素为渡荒植物。今有(作饲料)栽培。入蔬主要拌、炒，也可以放入面汤内。有的地方渍作酸菜，或作腌菜、干菜。筵席偶用，如天津菜熘鱼白，必用生苦菜蘸酱以佐之。味较苦，食前应用净水多焯几次，以去苦味。据医学报告，其具抗癌作用。中医认为其味苦，性寒，可清热、解毒、补虚、止咳。

【荼(tú涂)】 即“苦菜”。见《诗经》。

【苤(qǐ启)】 即“苦菜”。见《诗经》。

【选】 即“苦菜”。见《神农本草经》。

【游冬】 即“苦菜”。见《名医别录》。

【蕨(qú渠)】 即“苦菜”。见《唐韵》。

【老鹳菜】 即“苦菜”。见《救荒本草》。

【天香菜】 即“苦菜”。见《本草纲目》。

【褊(biǎn贬)苣】 即“苦菜”。见《嘉祐本草》。

【苦马菜】 即“苦菜”。见《植物名实图考》。

【荬(mǎi买)菜】 “苦菜”的俗称。

【取麻菜】 “苦菜”的俗称。

【苦麻菜】 北方一带对“苦菜”的俗称。

【苣菜】 河北一带对“苦菜”的俗称。

【马兰头】 也称“紫菊”、“阶前菊”、“竹节草”、“蟛蜞

菊”、“红梗菜”。俗称“田菊”、“路边菊”、“泥鳅串”、“鸡儿肠”。烹饪原料。属菊科植物(Kalimeris indica)。自古采食,用以渡荒,至今仍为野菜。嫩苗供蔬,宜炒、拌,可荤可素,略具菊花清香,脆嫩鲜美;或用作馅。干制后与猪肉同烧,风味甚佳。含胡萝卜素和维生素C较多。中医认为其味辛,性凉,可凉血、清热、利湿、解毒。

【紫菊】 即“马兰头”。见《本草拾遗》。

【阶前菊】 即“马兰头”。见《履巉岩本草》。

【竹节草】 即“马兰头”。见《摘元方》。

【蟛蜞菊】 即“马兰头”。见《质问本草》。

【红梗菜】 即“马兰头”。见《本草正义》。

【泥鳅串】 “马兰头”的俗称。

【鸡儿肠】 “马兰头”的俗称。

【路边菊】 上海、广东一带对“马兰头”的俗称。

【田菊】 福建一带对“马兰头”的俗称。

【马齿苋】 也称“豚耳”、“五行草”、“马苋”、“马齿龙芽”、“九头狮子草”。俗称“酸苋”、“酱瓣豆草”、“蛇草”、“酸味菜”、“蚂蚁菜”、“马踏菜”、“地马菜”、“蚬肉菜”、“胖娃娃菜”、“蚂蚱菜”、“瓜子苋”、“不死菜”、“瓜仁菜”、“酱板草”、“长命菜”、“瓜子菜”。烹饪原料。属马齿苋科植物(Portulaca oleracea)。野菜之一,茎叶供食。食前先用开水烫软,挤去液汁,然后拌食,滑润可口;还可以和面粉拌和后作饼或蒸食,并能作馅。民间常将之蒸后晒干,贮以备荒。全草含去甲基肾上腺素、香豆精、黄酮、强心甙等,有抗菌、止血等作用。中医认为其味酸,性寒,可清热解毒、散血消肿。民间用以治痢疾。



马齿苋

1. 植物全形 2. 花 3. 去花瓣示雄蕊及柱头 4. 蒴果

【豚耳】 即“马齿苋”。《颜氏家训》:“马苋堪食,亦名豚耳,俗曰马齿。”

【五行草】 即“马齿苋”。《政和证类本草》引《图经本草》:“马齿苋,……又名‘五行草’,以其叶青、梗赤、花黄、根白、子黑色。”

【马苋】 即“马齿苋”。见《名医别录》陶弘景注。

【马齿龙芽】 即“马齿苋”。见《宝藏论》。

【九头狮子草】 即“马齿苋”。见《本草纲目》。

【酸苋】 即“马齿苋”。见《医林纂要》。

【酱瓣豆草】 “马齿苋”的俗称。

【酱板草】 “马齿苋”俗称。

【长命菜】 “马齿苋”俗称。

【瓜子菜】 “马齿苋”俗称。

【蚂蚁菜】 东北一带对“马齿苋”的俗称。

【不死菜】 山西一带对“马齿苋”的俗称。

【胖娃娃菜】 宁夏一带对“马齿苋”的俗称。

【蚂蚱菜】 陕西一带对“马齿苋”的俗称。

【马踏菜】 山东一带对“马齿苋”的俗称。

【地马菜】 江苏一带对“马齿苋”的俗称。

【蛇草】 南京一带对“马齿苋”的俗称。

【酸味菜】 贵州一带对“马齿苋”的俗称。

【瓜子苋】 云南一带对“马齿苋”的俗称。

【瓜仁菜】 江苏一带对“马齿苋”的俗称。

【蚬肉菜】 广东一带对“马齿苋”的俗称。

【灰条】 也称“藜”、“莱”、“金锁天”、“水落藜”、“厘”、“蔓华”、“蒙华”、“鹤顶草”、“红落藜”、“舜芒谷”、“红心灰藋”、“灰苋”、“灰藋”。俗称“灰灰菜”。烹饪原料。属藜科植物(Chenopodium album)。自古采食,并用以渡荒。至今仍作为野菜。宜凉拌、烹炒,或作馅,也可以放入面汤中,还可以干制。中医认为其味甘,性平,微毒,可清热、利湿、杀虫。因其含叶啉物质等,食用前应先用开水焯,然后用清水浸泡后再作烹调加工,否则易致日光性皮炎。另有小藜(C. serotinum)也作灰菜食用。

【藜】 “灰条”的植物学名称。

【莱】 即“灰条”。见《诗经》。

【金锁天】 即“灰条”。见《雷公炮炙论》。

【水落藜】 即“灰条”。见《救荒本草》。

【厘】 即“灰条”。见《尔雅》。

【蔓华】 即“灰条”。见《尔雅》。

【蒙华】 即“灰条”。见《尔雅》郭璞注。

【鹤顶草】 即“灰条”。见《土宿本草》。

【红落藜】 即“灰条”。见《救荒本草》。

【舜芒谷】 即“灰条”。见《救荒本草》。

【红心灰藋(diào掉)】 即“灰条”。见《庚辛玉册》。

【灰苋】 即“灰条”。见《医林纂要》。

【灰藋】 即“灰条”。

【灰灰菜】 “灰条”的俗称。

【蕺(jì疾)菜】 也称“岑草”、“葅菜”、“葅子”、“九节莲”、“侧耳根”、“草揖”、“臭腥草”、“热草”、“重药”。俗称“猪鼻孔”、“鱼腥草”、“狗腥草”、“辣子草”、“臭草”、“摘耳根”、“秋打尾”、“肺形草”、“狗贴耳”、“猪姆耳”。烹饪原料。属三白草科植物(Houttuynia cordata)。野菜之一。具特殊香味,因其似鱼腥味,故名鱼腥草。宜生食,经清洗消毒后,以调味料蘸食;间有供炒食者。中医认为其性微寒,味辛,可清热解毒、排脓,用治肺痈、百日咳、痢疾、慢性气管炎等。

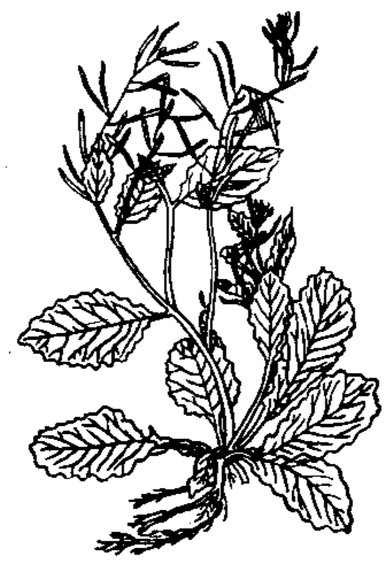


蕺菜

1. 植物全形 2. 花 3. 花序 4. 果实 5. 种子

【岑草】 即“蕺菜”。见《吴越春秋》。
【葅菜】 即“蕺菜”。见《唐本草》。
【葅子】 即“蕺菜”。见《本草纲目》。
【九节莲】 即“蕺菜”。见《岭南采药录》。
【侧耳根】 即“蕺菜”。见《遵义府志》。
【草摄】 即“蕺菜”。见《闽东本草》。
【臭腥草】 即“蕺菜”。见《泉州本草》。
【热草】 即“蕺菜”。见《滇南本草》整理本。
【重药】 即“蕺菜”。
【猪鼻孔】 “蕺菜”的俗称。
【鱼腥草】 “蕺菜”的俗称。
【狗腥草】 陕西一带对“蕺菜”的俗称。
【辣子草】 湖南一带对“蕺菜”的俗称。
【臭草】 江西一带对“蕺菜”的俗称。
【摘耳根】 四川一带对“蕺菜”的俗称。
【秋打尾】 浙江一带对“蕺菜”的俗称。
【肺形草】 贵州一带对“蕺菜”的俗称。
【狗贴耳】 广州一带对“蕺菜”的俗称。
【猪姆耳】 福建一带对“蕺菜”的俗称。

【蔊菜】 也称“猛菜”、“辣米菜”。俗称“野油菜”、“辣辣菜”、“塘葛菜”、“野雪里蕻”、“山芥菜”。烹饪原料。属十字花科植物(Rorippa montana)。自古作野菜,中外均食用。具芥菜辣香,可供炒食或作汤。古时用以切丝作菜,称为蔊丝。含蔊菜素等成分。中医认为其味辛,性温,可祛寒温中、利水通经,并有止咳化痰功效。


蔊菜

【猛(zhuó浊)菜】 即“蔊菜”。见《本草拾遗》。
【辣米菜】 即“蔊菜”。见《本草纲目》。
【野油菜】 “蔊菜”的俗称。
【辣辣菜】 陕西一带对“蔊菜”的俗称。
【野雪里蕻】 上海一带对“蔊菜”的俗称。
【塘葛菜】 广东一带对“蔊菜”的俗称,见《岭南采药录》。

【山芥菜】 福建一带对“蔊菜”的俗称。

【豆瓣菜】 也称“水蔊菜”、“水芥菜”。俗称“西洋菜”。烹饪原料。属十字花科植物(Nsturtium officinale)。野菜之一。可供炒食或作汤,具鲜香。富含维生素A、C、D。中医认为其可清血、解热、镇痛,能治肺病及肺热燥咳。


豆瓣菜
1. 植物全形 2. 花

【水蔊菜】 即“豆瓣菜”。
【水芥菜】 即“豆瓣菜”。
【西洋菜】 广东一带对“豆瓣菜”的俗称。

【蒌蒿】 也称“购”、“蒌”、“蔏蒌”。烹饪原料。属菊科植物(Artemisia vulgaris var. vulgatissima)。野菜之一。春日采摘嫩芽与嫩茎供蔬,自古食用。《诗疏》:“生食之,香而脆美,其叶又可蒸为茹。”可供拌、炝、炒、烹,可配荤素,古代用配河豚。苏轼有诗:“蒌蒿满地芦芽短,正是河豚欲上时。”现扬州等地仍见食用。中医认为其利膈开胃、杀河豚毒。


蒌蒿
1. 花枝 2. 花序

【购】 即“蒌蒿”。《尔雅》:“购,蔏蒌。”注:“蔏蒌,蒌蒿也,生下田,初出可啖,江东用羹鱼。”
【蒌】 即“蒌蒿”。见《诗经》。
【蔏(shāng商)蒌】 即“蒌蒿”。见《尔雅》。参见“购”。

【茵陈蒿】 也称“因尘”、“马先”。俗称“婆婆蒿”、“野兰蒿”、“绒蒿”、“臭蒿”。烹饪原料。属菊科植物(Artemisia capillaris)。大部地区有分布。嫩茎叶可供煮粥。《粥谱》载有茵陈粥,可“逐水湿,疗黄病。”《素食说略》有用茵陈作麦饭(即谷垒)的记述。还可以用制调味用的茵陈酒。中医认为其味苦辛,性凉,可清热利湿。

【因尘】 即“茵陈蒿”。见《吴普本草》。
【马先】 即“茵陈蒿”。见《广雅》。
【婆婆蒿】 山东一带对“茵陈蒿”的俗称。
【野兰蒿】 湖南一带对“茵陈蒿”的俗称。
【绒蒿】 广西一带对“茵陈蒿”的俗称。
【臭蒿】 江苏一带对“茵陈蒿”的俗称。

【清明菜】 也称“鼠曲草”、“鼠耳”、“无心草”、“鼠耳草”、“蚍蜉酒草”、“黄花白艾”、“茸母”、“米曲”、“水菊”、“绵絮头草”、“水蚁草”。俗称“清明香”、“追骨风”、“棉花菜”、“菠菠草”、“粑菜”、“鼠密艾”、“黄花麦果”、“糯米饭青”、“田艾”、“清明蒿”、“艾绒”。烹饪原料。属菊科植物(Gnaphalium affine)。广有分布,以嫩茎叶供食。民间习俗多于清明时采之,捣烂和米粉制成糕糊食用。如江苏一带的青糊、贵州的清明粑、浙江的黄花麦果糕等;也可以拌、炒作菜。中医认为其味甘,性平,可化痰、止咳、祛风寒,并可治蚕豆病等。

【鼠曲草】 “清明菜”的植物学名称。
【鼠耳】 即“清明菜”。见《名医别录》。
【无心草】 即“清明菜”。见《名医别录》。
【鼠耳草】 即“清明菜”。见《本草纲目拾遗》。
【蚍蜉酒草】 即“清明菜”。见《酉阳杂俎》。

【黄花白艾】 即"清明菜"。见《履巉岩本草》。
【茸母】 即"清明菜"。见《雪舟脞语》。
【米曲】 即"清明菜"。见《本草纲目》。
【水菊】 即"清明菜"。见《质问本草》。
【绵絮头草】 即"清明菜"。见《本草纲目拾遗》。
【水蚁草】 即"清明菜"。见《植物名实图考》。
【清明香】 即"清明菜"。见《天宝本草》。
【清明蒿】 "清明菜"的俗称。
【艾绒】 "清明菜"的俗称。
【棉花菜】 贵州一带对"清明菜"的俗称。
【粑菜】 湖南一带对"清明菜"的俗称。
【鼠密艾】 湖南一带对"清明菜"的俗称。
【追骨风】 江苏南京一带对"清明菜"的俗称。
【黄花麦果】 浙江一带对"清明菜"的俗称。
【糯米饭青】 浙江一带对"清明菜"的俗称。
【田艾】 广东一带对"清明菜"的俗称。
【菠菠草】 福建一带对"清明菜"的俗称。

【藿香】 烹饪原料。属唇形科植物。有广藿香(Pogostemon cablin)和藿香(Agastache rugosa)两种。全国大部分地区有产。以茎叶青绿、叶多、无杂质、无根、香气浓者为优。味辛性微温,可祛暑解表、化湿和中。鲜者入馔,清淡香甜,为夏季时令菜,如山东的炸藿香。还可以煮藿香粥,供夏季食用,清香开胃,解暑化湿,预防胃肠道疾病。

【荆芥】 也称"假苏"、"鼠黄"、"鼠实"、"姜芥"、"稳齿菜"。烹饪原料。属唇形科植物。有裂叶荆芥(Schizonepeta tenuifolia)和多裂叶荆芥(S. multifida)等,均可供作蔬菜。河南一带用作凉菜麻酱拌荆芥等。或和入稀面烙制荆芥托儿等面食。以鲜品置于熟肉上或垫于其下,可驱虫。中医认为其味辛,性温,可发表、祛风、理血。

【假苏】 即"荆芥"。见《神农本草经》。
【鼠黄】 即"荆芥"。见《神农本草经》。
【鼠实】 即"荆芥"。见《吴普本草》。
【姜芥】 即"荆芥"。见《吴普本草》。
【稳齿菜】 即"荆芥"。见《滇南本草》。

【薄荷】 也称"蕃荷菜"、"菠蒿"、"吴菠蒿"、"猫儿薄荷"、"升阳菜"、"蒌荷"、"夜息花"。烹饪原料。属唇形科植物(Mentha haplocalyx)。南北均产,多有栽培。以色绿、叶多、无根、气味浓者为优。中医认为其味辛,性凉,可疏风散热、清利头目、利咽、解毒、透疹。入馔不宜久烹,可作糖果、糕点、饮料的调味料,并作菜肴原料,如山东的炸薄荷等。还可以制作薄荷粥。

【蕃荷菜】 即"薄荷"。见《备急千金要方·食治》。
【菠蒿】 即"薄荷"。见《食性本草》。
【吴菠蒿】 即"薄荷"。见《食性本草》。
【猫儿薄荷】 即"薄荷"。见《履巉岩本草》。
【升阳菜】 即"薄荷"。见《滇南本草》。
【蒌荷】 即"薄荷"。见《本草蒙筌》。
【夜息花】 即"薄荷"。见《植物名汇》。

【桔梗】 也称"符扈"、"白药"、"利如"、"梗草"、"卢如"、"房图"、"荠苨"、"苦梗"、"苦桔梗"、"大药"、"玉桔梗"。烹饪原料。属桔梗科植物(Platycodon grandiflorum)。大部分地区有产。以条肥大、色白、体实、味苦者为优。味苦辛,性平,可宣肺利咽、祛痰排脓。东北地区朝鲜族常食,多做拌菜,如辣味桔梗等;还可以用作腌、泡菜。

【符扈】 即"桔梗"。见《吴普本草》。
【白药】 即"桔梗"。见《吴普本草》。
【利如】 即"桔梗"。见《吴普本草》。
【梗草】 即"桔梗"。见《吴普本草》。
【卢如】 即"桔梗"。见《吴普本草》。
【房图】 即"桔梗"。见《名医别录》。
【荠苨】 即"桔梗"。见《名医别录》。
【苦梗】 即"桔梗"。见《丹溪心法》。
【苦桔梗】 即"桔梗"。见《本草纲目》。
【大药】 即"桔梗"。见《江苏植药志》。
【玉桔梗】 即"桔梗"。见《中国药学大辞典》。

【蒲公英】 也称"地丁"、"鸟公英"、"耩耨草"、"仆公英"、"仆公罌"、"金簪草"、"鸮鸱英"、"婆婆丁"、"黄花地丁"、"孛孛丁草"、"奶汁草"。俗称"白鼓丁"、"茅萝卜"、"双英卜地"、"古古丁"、"黄花三七"。烹饪原料。属菊科植物(Taraxacum mongolicum)。为救荒植物,以嫩苗供蔬。采后先用开水焯过,再用凉水拔去苦味,然后凉拌或清炒,配荤更佳。欧美人也喜以之作蔬,或以其根焙脆以代咖啡。含菊糖、蒲公英甾醇、肌醇等。中医认为其味甘苦,性凉,功能清热解毒、利尿散结。



蒲公英
1. 植物全形 2. 舌状花 3. 果实

【地丁】 即"蒲公英"。见《本草衍义》。
【鸟公英】 即"蒲公英"。见《千金方》。
【耩耨(jiǎng nòu)草】 即"蒲公英"。见《唐本草》。
【仆公英】 即"蒲公英"。见《千金翼方》。
【仆公罌】 即"蒲公英"。见《本草图经》。
【金簪草】 即"蒲公英"。见《土宿本草》。
【鸮鸱英】 即"蒲公英"。见《庚辛玉册》。
【婆婆丁】 即"蒲公英"。见《滇南本草》。
【黄花地丁】 即"蒲公英"。见《本草纲目》。
【孛孛(bó 博)丁草】 即"蒲公英"。见《救荒本草》。
【奶汁草】 即"蒲公英"。见《本经逢原》。
【白鼓丁】 "蒲公英"的俗称。

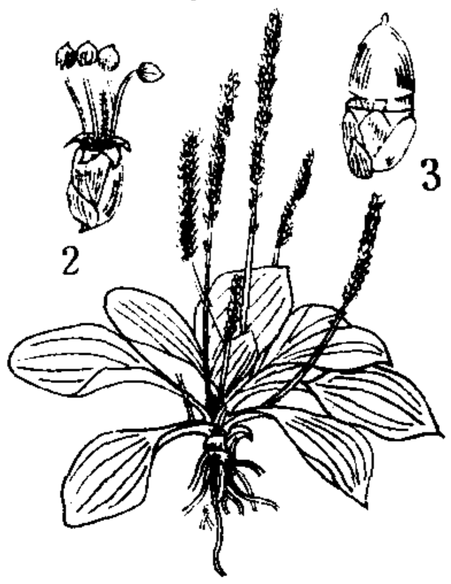
【茅萝卜】 四川一带对"蒲公英"的俗称。

【双英卜地】 贵州一带对"蒲公英"的俗称。

【古古丁】 江苏一带对"蒲公英"的俗称。

【黄花三七】 浙江一带对"蒲公英"的俗称。

【车前】 也称"芣苢"、"牛舌"、"马舄"、"当道"、"陵舄"、"虾蟆衣"、"牛遗"、"车轮菜"。俗称"车轱辘草"、"猪耳草"、"猪肚菜"、"牛耳朵草"、"饭匙草"。烹饪原料。属车前科植物(Plantago asiatica)。野菜之一。自古食用,以嫩苗叶入蔬。先用开水焯过,再以清水浸去粘液,凉拌或炒食,具清香。含车前甙、桃叶珊瑚甙、乌索酸等。中医认为其味甘,性寒,可清热利水、通淋消肿、祛痰明目。民间食疗方有车前草炖猪小肚,治膀胱炎、尿道炎、结膜炎、白带等症。



车前

1. 植物全形 2. 花 3. 果实,示开裂

【芣苢(fú yǐ扶一)】 即"车前"。见《诗经》。

【牛舌】 即"车前"。见《诗疏》。又,俗称牛舌头。

【马舄(xì戏)】 即"车前"。见《毛诗传》。

【当道】 即"车前"。见《神农本草经》。

【陵舄】 即"车前"。见《列子》。

【虾蟆衣】 即"车前"。见《尔雅》郭璞注。

【牛遗】 即"车前"。见《名医别录》。

【车轮菜】 即"车前"。见《救荒本草》。

【车轱辘草】 东北一带对"车前"的俗称。

【猪耳草】 青海一带对"车前"的俗称。

【猪肚菜】 广西一带对"车前"的俗称。

【牛耳朵草】 江苏一带对"车前"的俗称。

【饭匙草】 福建一带对"车前"的俗称。

【荨麻】 也称"蕁草"、"焨麻"、"蠭麻"、"蝎子草"。俗称"咬尻草"、"活麻"、"河麻"、"荃麻"。烹饪原料。属荨麻科植物。可供食用荨麻较多,以狭叶荨麻(Urtica angustifolia)为代表种。现仅西北、北方等局部地区食用,以嫩茎叶入馔,供炒食或作馅。青海农家以之干制研粉,调制拌汤,作为民间食品背口袋的馅料,具特有清香味。独龙族同胞以之与芋头同煮食。中医认为其味辛苦,性寒,可治风湿疼痛、产后抽风、小儿惊风、荨麻疹。

【蕁(qián前)草】 即"荨麻"。见《白香山集》。

【焨(qián前)麻】 即"荨麻"。见《益部万物略记》。

【蠭(chuò绰)麻】 即"荨麻"。见《蜀语》。

【蝎子草】 即"荨麻"。见《人海记》。因其螫人,故名。

【活麻】 "荨麻"的俗称。

【咬尻草】 青海一带对"荨麻"的俗称。

【河麻】 云南一带对"荨麻"的俗称。

【荃麻】 云南一带对"荨麻"的俗称。

【薇】 自古以来,称薇的植物较多,混淆不清,计有:蕨菜(Pteridium aquilinum var. latiusculum);大巢菜(Vicia sativa);小巢菜(Vicia hirsuta);紫萁(Osmunda japonica);薇菜(Osmunda cinnamomea var. asiatica)等。

【蕨菜】 也称"鳜"、"蕨萁"、"芨芨"、"芨蕫"、"柔鳜"、"龙头菜"、"乌糯"。俗称"拳菜"、"如意菜"、"拳头菜"、"荃菜"、"商山芝"。简称"商芝"。烹饪原料。属凤尾蕨科植物蕨的嫩茎(Pteridium aquilinum var. latiusculum)。自古采食,采其刚出嫩芽,枝叶尚未张开时,掐去茎上的软毛及茎端拳屈的芽叶,只吃其茎。可直接切段入烹,也可以先用开水焯一下再做。烹调时须用重油、配荤,宜拌、炒,也可炖、烧、熘、烩。吃口滑润,有特殊香味,为著名山珍之一。开水焯后晾干,可以久贮;也能腌渍酱制,供外销。含蕨甙、蕨素等成分。中医认为其味甘,性寒,可清热、滑肠、降气、化痰。



蕨菜

1. 植物全形 2. 羽片示孢子囊群

【鳜(biē憋)】 即"蕨菜"。见《诗经》释文。

【蕨萁】 即"蕨菜"。见《本草纲目》。

【芨萁】 即"蕨菜"。见《后汉书》。

【芨蕫(qí其)】 即"蕨菜"。见《广雅》。

【柔鳜】 即"蕨菜"。见《诗毛氏传疏》。

【龙头菜】 即"蕨菜"。见《广东新语》。

【乌糯】 即"蕨菜"。

【拳菜】 "蕨菜"的俗称。因其枝叶尚未张开时,弯曲如拳,故名。

【如意菜】 河北一带对"蕨菜"的俗称。因其形似如意,故名。

【拳头菜】 河北一带对"蕨菜"的俗称。

【荃菜】 河南一带对"蕨菜"的俗称。

【商山芝】 陕西商雒一带对"蕨菜"的俗称。简称"商芝"。

【商芝】 "商山芝"的简称。

【大巢菜】 也称"垂水"、"巢菜"。俗称"肥田草"、"普通苕子"、"苕子"。烹饪原料。属豆科植物(Vicia sativa)。以嫩芽叶入蔬,食用加工方法参见"小巢菜"。中医认为其味甘辛,性寒,可清热利湿、和血祛瘀。

【垂水】 即"大巢菜"。见《尔雅》。

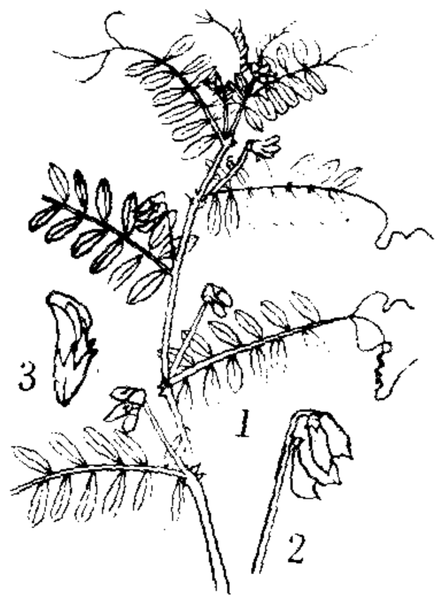
【巢菜】 即"大巢菜"。见《本草品汇精要》。

【肥田草】 "大巢菜"的俗称。见《贵州草药》。因其为绿肥作物,故名。

【普通苕子】 “大巢菜”的俗称。

【苕子】 “大巢菜”的俗称。

【小巢菜】 也称“柱夫”、“摇车”、“翘饶”、“翘摇”、“元修菜”、“野蚕豆”、“漂摇草”、“硬毛果野豌豆”。俗称“白花苕菜”、“小野麻豌”。烹饪原料。属豆科植物(Vicia hirsuta)。广有野生,绿肥作物之一。嫩芽叶味清香似豌豆苗,可素炒、作汤,家常佳味。还可以作荤菜垫底,如四川的苕菜狮子头,为春季时菜。含芹菜甙、槲皮素等成分。中医认为其味辛,性平,可解表利湿、活血止血。



硬毛果野豌豆

1. 枝叶 2. 果序 3. 花

【硬毛果野豌豆】 “小巢菜”的植物学名称。

【柱夫】 即“小巢菜”。见《尔雅》。

【摇车】 即“小巢菜”。《尔雅》:“柱夫,摇车(俗呼翘摇车)。”

【翘饶】 即“小巢菜”。《本草拾遗》:“翘摇,幽州人谓之翘饶。”

【翘摇】 即“小巢菜”。见《本草拾遗》。

【元修菜】 即“小巢菜”。《本草纲目》引苏东坡语:“菜之美者,蜀乡之巢。故人巢元修嗜之,因谓之元修菜。”

【野蚕豆】 即“小巢菜”。《本草纲目》引陆游诗序:“蜀蔬有雨巢:大巢即豌豆之不实者;小巢生稻田中,吴地亦多,一名‘漂摇草’,一名‘野蚕豆’。以油炸之,缀以米糁,名草花,食之佳。作羹尤佳。”

【漂摇草】 即“小巢菜”。参见“野蚕豆”。

【白花苕菜】 “小巢菜”的俗称。

【小野麻豌】 “小巢菜”的俗称。

【紫萁】 也称“高脚贯众”。俗称“老虎牙”。烹饪原料。属紫萁科植物(Osmunda japonica)。以嫩芽苞供食。食用方法参见“黄瓜香”。中医以此品的根茎作贯众的代用品。

【高脚贯众】 即“紫萁”。

【老虎牙】 “紫萁”的俗称。

【薇菜】 也称“分株紫萁”、“桂皮紫萁”。俗称“牛毛广”。烹饪原料。属紫萁科植物(Osmunda ainnamomea var. asiatica)。以嫩芽苞供食,烹调前沸水汆过,再用清水浸泡即可供干制或入烹;干品须先泡发。可供炒、烧、爆或作汤。黑龙江菜有爆肉丁薇菜头、蹄筋烧薇菜等。质软嫩,具特有苦香。

【分株紫萁】 “薇菜”的植物学名称。

【桂皮紫萁】 “薇菜”的植物学名称。

【牛毛广】 “薇菜”的俗称。

【黄瓜香】 也称“荚果蕨”、“小叶贯众”。俗称“菜”。烹饪原料。属球子蕨科植物(Matteuccia struthiopteris)。为蕨类原料中的上乘珍品,因具黄瓜清香,故名。以卷曲嫩芽苞供食,脆嫩鲜美。可拌、炒、爆、烩。黑龙江菜有油爆黄瓜香、三鲜黄瓜香等。其形别致,也可作造型菜料。入烹前先过沸水;腌渍品须水浸脱盐。本品的干燥根茎含坡那甾酮、蜕皮甾酮、蝶甾酮等物质,有驱虫、抗菌、抗病毒等作用。中医用作贯众的代用品。

【荚果蕨】 “黄瓜香”的植物学名称。

【小叶贯众】 即“黄瓜香”。

【广东菜】 东北一带对“黄瓜香”的俗称。

【猴腿】 也称“多齿蹄盖蕨”、“猴蹄盖蕨”、“绿茎菜”、“紫茎蕨。烹饪原料。属蹄盖蕨科植物(Athyrium multidentatum)。以嫩芽茎供食,形似“蕨菜”,可用于拌、炒、熘、烹。黑龙江菜有鸡丝拌猴腿、滑炒虾仁猴腿等。入烹前应汆沸水以断生,腌渍品应浸泡脱盐。

【多齿蹄盖蕨】 “猴腿”的植物学名称。

【猴蹄盖蕨】 “猴腿”的植物学名称。

【绿茎菜】 即“猴腿”。

【紫茎蕨】 即“猴腿”。

【水蕨】 也称“莶蕨”。俗称“龙牙草”、“水扁柏”。烹饪原料。属水蕨科植物(Ceratopteris thalictroides)。野菜之一。产于长江流域及以南各地。嫩叶供食用。多用于热菜,宜扒、汆,脆嫩多汁。中医认为其味甘苦,性寒,可活血、解毒。



水蕨

1. 根及植株基部

2. 不育叶 3. 能育叶

【莶蕨】 即“水蕨”。

【龙牙草】 广西一带对“水蕨”的俗称。

【水扁柏】 广西一带对“水蕨”的俗称。

【黄麻】 也称“络麻、“牛泥茨”、“三珠草”、“天紫苏”。烹饪原料。属椴树科植物(Corchorus capsularis)。栽培的纤维植物,其嫩芽叶供食用。台湾称之为麻缨,以之制麻缨汤饮料,饮食摊有供应。制法:取长60厘米高的黄麻嫩芽叶,去叶脉,入清水略泡,捞出放木板上揉搓至流汁,反复2~3次,以水浸去叶,以叶渣煮汤热饮,味清甜甘涩。如加入鱼汤,可去苦涩味。常饮可驱风寒,治糖尿病,降高血压。

【络麻】 即“黄麻”。见《便民图纂》。

【牛泥茨】 即“黄麻”。见《医方集听》。

【三珠草】 即“黄麻”。见《医方集听》。

【天紫苏】 即“黄麻”。见《医方集听》。

【食用大黄】 也称“圆叶大黄”。烹饪原料。属蓼科

植物(Rheum rhaponticum)。我国有少量栽培。叶柄供食用,长达50厘米,未经软化为暗绿色,多纤维;软化后为紫赤色,柔软多汁,味微酸。作蔬菜可拌、炒、烧、煮;还可以供制果酱、果汁和果酒。

【圆叶大黄】 即"食用大黄"。

【款冬】 也称"颗冻"、"虎须"、"苦萃"、"氐冬"、"钻冻"、"菟奚"、"兔奚"、"款东"、"八角乌"。烹饪原料。属菊科植物(Tussilago farfara)。有野生与人工栽培两种,后者风味较佳。入烹应选嫩品,可腌渍、糖煮、白煮食用,也可以拌、炝、炒食。含苦味甙、没食子酸、菊糖等物质。

【颗冻】 即"款冬"。见《尔雅》。

【虎须】 即"款冬"。见《神农本草经》。

【苦萃】 即"款冬"。见《广雅》。

【氐冬】 即"款冬"。见《名医别录》。

【钻冻】 即"款冬"。见《本草衍义》。

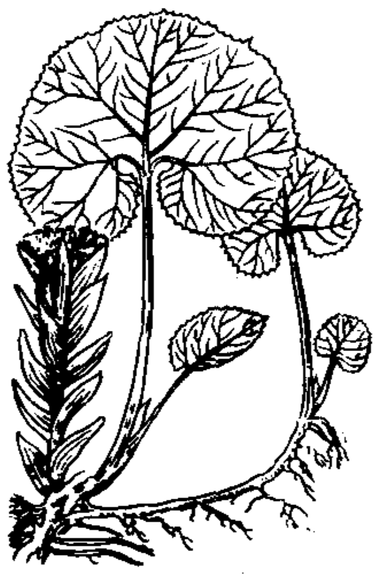
【菟奚(tù xī兔系)】 即"款冬"。见《尔雅·释草》。

【兔奚】 即"款冬。"《急就篇》颜师古注:"款东,……一名兔奚。"

【款东】 即"款冬"。《急就篇》:"款冬贝母姜狼牙。"颜师古注:"款东,即款冬也。"

【八角乌】 即"款冬"。见《植物名实图考》。

【蜂斗菜】 俗称"山蓧"、"掌叶"、"伏季菜"、"老母猪耳朵"、"黑瞎子食"、"蛇头草"、"水钟流头"、"野南瓜"、"南瓜三七"。烹饪原料。属菊科植物(Petasites japonicus)。我国广有分布,以嫩叶柄及嫩心供食。鲜品用盐水煮后去皮、改刀;腌制品(已去皮)经反复浸泡去咸味后入烹。可供炒、炝、扒、熘,可配荤素,脆嫩而具清香。如糖醋山落、鸡油扒山蓧等。含蜂斗菜素等成分。中医认为其味苦辛,性凉,可解毒去瘀。



蜂斗菜

【山蓧(shān lù)】 东北一带对"蜂斗菜"的俗称。

【掌叶】 东北一带对"蜂斗菜"的俗称。

【伏季菜】 东北一带对"蜂斗菜"的俗称。

【老母猪耳朵】 东北一带对"蜂斗菜"的俗称。

【黑瞎子食】 东北一带对"蜂斗菜"的俗称。

【蛇头草】 江西一带对"蜂斗菜"的俗称。

【水钟流头】 江西一带对"蜂斗菜"的俗称。

【野南瓜】 浙江一带对"蜂斗菜"的俗称。

【南瓜三七】 浙江一带对"蜂斗菜"的俗称。

【草藤】 烹饪原料。属豆科植物(Vicia cracca)。为优良饲料、绿肥作物。以嫩苗供蔬,具豌豆苗样清香。烹调加工方法参见"豌豆苗"。中医认为其有活血调经、止血解毒的功效。

【泰山山豆苗】 烹饪原料。属山东泰山特产野菜之一。是野豌豆的一种。清明前后采食,非常香嫩,油炸后酥脆而有清香。山东菜有炸山豆苗等。

【竹叶菜】 也称"干竹叶。"俗称"窝奔"。烹饪原料。产于云南迪庆州中甸、维西等地,食其柄叶,生时味苦,熟时清香。入烹前先过沸水(干菜清水浸泡24小时),去其涩味。可炒、烩、凉拌、做汤,鲜甜清香。藏民火锅必备此菜。

【干竹叶】 即"竹叶菜"。

【窝奔】 "竹叶菜"的藏语名称。

【甘和菜】 也称"高和菜"。烹饪原料。产于云南大理苍山海拔3700米以上的积雪石缝中,草本,以叶片供食。白族人民采后腌制食用,味芳香可口,可用以直接佐餐,或作菜肴配料,多用于凉拌。其性微温,可开胃、祛风、除湿,对寒凉性疾病有辅助治疗作用。

【高和菜】 即"甘和菜"。

【水芭蕉】 也称"旱芭蕉"。烹饪原料。产于云南各地。砍取蕉树干,去外皮取其内心,切成长条,以清水漂净供食。生吃脆嫩;熟吃香嫩。用作火锅配料,味很鲜甜。可清肝、明目、利水,宜用于水肿病人。

【旱芭蕉】 即"水芭蕉"。

【五果】 烹饪原料。①古代对果品的概称。②指五种果品。《素问·藏气法时论》:"五果为助。"王冰注:"桃、李、杏、栗、枣也。"③旧时以果的性状区分的分类,指核果、肤果、壳果、桧果、角果。见《蜀都杂钞》。

【玉实】 果品。《瓜赋》:"结玉实于柔柯。"

【水果】 烹饪原料。指以鲜品直接供食的果品和瓜类。包括木本果类桃、杏、梅等;草本果类草莓等及瓜类。

【四大水果】 烹饪原料。指鲜果中生产和销售量都很大的四个品种:苹果、桔橘、梨、香蕉。

【干果】 烹饪原料。指鲜果的实、核、仁和植物种子的加工制品,可供直接食用。如黑枣、柿饼、核桃、莲子、桂圆肉、葡萄干等。

【四大名橙】 烹饪原料。我国四种优良橙子的概称。即锦橙、夏橙、脐橙、白橙。

【桃】 也称"桃实"。烹饪原料。属蔷薇科植物(Prunus persica)。我国特产鲜果之一,已有3000多年栽培史。品种甚多,良种亦众,名品有锡蜜、奉化水蜜桃、肥城桃、陈圃蟠桃等。果肉柔软多汁,口香味美,宜于鲜食,可作筵宴果品。经烹饪可制成各类甜、咸菜式,如蜜汁鲜桃、冰



桃

1.花枝 2.果枝 3.果核

桃、水晶桃、蟠桃鸭、香桃鸡球等；还可以制作桃脯、桃酱、桃干。营养丰富，维生素C含量高于苹果和梨，有生津润肠、活血消积的功用。

【桃实】 即“桃”。见《名医别录》。

【杏】 也称“杏实”、“甜梅”。烹饪原料。属蔷薇科植物（Prunus armeniaca）。我国特产鲜果之一。主产长江以北，品种很多，良种有兰州大接杏、华县接杏和大名的红甜核、安徽的巴斗杏等。鲜果多汁软糯，味甜口香。宜鲜食，也可以制杏脯、杏干、杏酱，可作甜菜料。营养丰富，维生素A含量居鲜果第二位。生食可润肺定喘，止渴生津。



杏

1. 花枝 2. 果枝 3. 果核

【杏实】 即“杏”。见《名医别录》。

【甜梅】 即“杏”。见《江南录》。

【李子】 也称“嘉庆子”、“李实”、“嘉应子”。烹饪原料。属蔷薇科植物（Prunrs salicina）。我国特产鲜果之一。3000年前即有种植。品种很多，风格各异，良种有江苏徐州的桂花李、浙江桐乡的槜李（醉李）、粤北的南华李等。宜鲜食，也可以加工成蜜饯、李干，可作甜菜料。福州以之加工成无核嘉应子，畅销南洋。营养较好，鲜食助消化，多食因纤维素较多，反不易消化。李干可久藏不坏，有解渴和振奋神经的功效。



李子

1. 花枝 2. 嫩果枝 3. 花的纵剖面 4. 果实

【嘉庆子】 即“李子”。《两京记》谓京都嘉庆坊产佳李，称嘉庆子，因是得名。

【李实】 即“李子”。见《名医别录》。

【嘉应子】 即“李子”。

【红李】 也称“杏李”。烹饪原料。属蔷薇科植物（Pruns simonii）。李子的一种。果皮枣红色，肉黄色，白露后成熟。食用加工方法参见“李子”。

【杏李】 即“红李”。

【梨】 也称“快果”、“蜜父”、“果宗”。烹饪原料。属蔷薇科植物。我国原产鲜果之一。栽培历史悠久，品种多，分布广，资源丰富。主要分为白梨系统（Pyrus bretschneideri，以鸭梨、茌梨为著名）、沙梨系统（P. pyrifolia，有香水梨、黄樟梨等）、秋子梨系统（P. ussuriensis，有北京白梨、南果梨等）和洋梨系统。主要供鲜食，可作筵宴果品；并可制梨膏、梨脯、梨干、梨丝等。用作烹饪原料，可制成多种甜、咸菜式，如八宝酿梨、红果梨丝、江米梨和雅梨炒腰花、雪梨肘棒等。还可以制成梨汁粥，有预防感冒、咳嗽的作用。梨可生津润燥、清热化痰，适用于咳嗽痰喘、口渴失音、小儿风热、眼赤肿疼、喉痛反胃等症。

【快果】 即“梨”。见《名医别录》。

【蜜父】 即“梨”。见《本草纲目》。

【果宗】 即“梨”。见《本草纲目》。

【梅子】 烹饪原料。属蔷薇科植物（Prunus mume）。我国特产果品之一。味清酸，自古作为调味品，有“调和盐梅”之称，品种较多，有白梅、青梅、花梅之分，良种有超山青梅、诸坞青梅等。可用作蜜饯，有糖渍青梅、话梅、陈皮梅等供食。或作烹饪原料，用于酸梅藕、梅子脆皮鹅、明炉梅子鸭等菜式；青梅丝可作菜肴装饰。用青梅熏制的乌梅，为夏令消暑饮料酸梅汤的原料。梅子有镇呕解热、收敛生津及驱蛔的功用。

【苹果】 也称“柰”、“频婆”、“天然子”、“平波”。烹饪原料。属蔷薇科植物（Malus pumila）。鲜果之一。我国广产。良种很多，主要有祝光、元帅、金帅、青香蕉、国光等。鲜食可供作餐后水果，也可制果酱、果脯，还可以酿酒；切丁作果羹为筵席甜菜。西餐常用，如炸苹果、烤苹果、什锦苹果、奶油苹果以及清酥苹果包等菜肴和糕点。中餐可作拔丝苹果、高丽苹果、熘苹果等。苹果营养丰富，有补心益气、生津止渴、健脾胃的功用，可治轻度腹泻或便秘，对高血压有益。

【柰】 即“苹果”。见《说文》。

【频婆】 即“苹果”。见《广志》。

【天然子】 即“苹果”。见《滇南本草》。

【平波】 即“苹果”。见《饮膳正要》。

【海棠】 也称“海红”、“柰子”。俗称“楸子”。烹饪原料。属蔷薇科植物（Malus prunifolia）。我国原产鲜果之一，可供鲜食、或制蜜饯、果酱、果干，还可以作甜菜料。

【海红】 即“海棠”。见《饮膳正要》。

【柰子】 即“海棠”。

【楸子】 “海棠”的俗称。

【花红】 也称“林檎”。俗称“沙果”。烹饪原料。属蔷薇科植物（Malus asiatica）。我国原产鲜果之一。品种较多，为苹果属的一种，除鲜食外，可制蜜饯、果酱、果干，并供作甜菜原料，如陕西菜飘沙果等。有下气、消痰的功用。

【林檎】 即“花红”。见《千金·食治》。

【沙果】 北方一带对“花红”的俗称。

【槟子】 烹饪原料。属蔷薇科植物（Malus asiatica var. rinki）。我国原产，已有2000多年栽培史。为苹果属的杂交品种。果型小于苹果，大于花红。果肉较干松，甜味较淡。主要供鲜食，也可制果酱、果冻、蜜饯，并作甜菜料。营养与花红相似。有下气、消痰的功用。

【枇杷】 也称“卢桔”、“金丸”、“蜡儿”。烹饪原料。属蔷薇科植物(Eriobotrya japonica)。我国原产鲜果之一。已有1800多年栽培史。品种较多,有红沙、白沙两个品系。名种有浙江塘栖的宝珠、大红袍,江苏洞庭东山的红沙牛奶、照种白沙等。果味甜酸适度,柔软多汁,多供鲜食;也作甜、咸菜肴,如枇杷羹、珊瑚枇杷、百果细沙藏枇杷及枇杷拌鸡等;也可作果酱、果膏。营养成分较高,并具润燥、清肺、宁嗽、和胃、降逆之功;果和叶制成中成药枇杷露、枇杷膏,有清凉退火、润肺化痰的功用。



枇杷

1. 花枝 2. 花纵剖示花瓣、雄蕊及花柱 3. 果实 4. 种子

【卢桔】 即“枇杷”。见司马相如《上林赋》。

【金丸】 即“枇杷”。

【蜡儿】 即“枇杷”。《贵耳集》:“建业间,……种枇杷曰蜡儿。”

【樱桃】 也称“莺桃”、“含桃”、“荆桃”、“楔”。俗称“车梨子”。烹饪原料。属蔷薇科植物(Prunus pseudocerasus)。我国原产鲜果之一。为每年最先上市的水果。味美,可供作甜、咸菜品,如樱桃白雪鸡、樱桃虾、桃龙眼等,唐代有“樱笋厨”之称。又因其粒小圆润,色泽红艳,所以常用作菜肴装饰。还可以干制或作果酱、果汁。富含磷、铁,营养价值较高。有益气、祛风湿的功效。



樱桃

1. 果枝 2. 花枝

【莺桃】 即“樱桃”。《说文》:“莺桃,莺鸟所含食,又名‘含桃’。”

【含桃】 即“樱桃”。《周礼》:“以含桃先荐寝庙。”参见“莺桃”。

【荆桃】 即“樱桃”。见《尔雅》。

【楔】 即“樱桃”。《尔雅·释木》:“楔,荆桃。”郭注:“今樱桃也。”

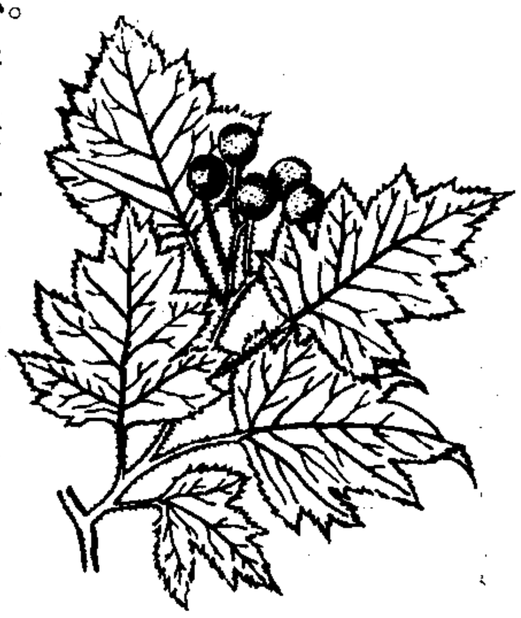
【车梨子】 广东一带对“樱桃”的俗称。

【草莓】 俗称“洋莓果”、“洋莓”。烹饪原料。属蔷薇科植物(Fragaria ananassa)。原产南美。现我国南北均产,并有野生。果柔软多汁,具特殊芳香。品种较多,宜鲜食,可作餐后水果。直接生食少见,大都拌以奶油或甜奶,称奶油草莓,风味别致。也可以作甜菜料,并可制成果酱、果汁,西餐常用。营养较丰富,常吃对胃肠病和贫血有一定疗效。

【洋莓果】 “草莓”的俗称。

【洋莓】 “草莓”的俗称。

【山楂】 也称“枕”。俗称“山里红”、“红果”。烹饪原料。属蔷薇科植物(Crataegus pinnatifida)。我国特产果品。汉、唐即已广泛栽培。酸味较重,多加工食用,如炒白糖山楂、冰糖胡芦等;也可以制成果酱、京糕、蜜饯。京糕也称山楂糕,可供作拔丝京糕等菜,或作菜肴装饰、糕点馅料。营养丰富,维生素C在果品中仅次于鲜枣,高于其他果类。药用价值也较好,有开胃消食、化滞消积、活血化瘀、收敛止痢的功用,具降血压、降血脂、强心、抑菌的疗效,并可治急性细菌性痢疾。



山楂

【枕(qiú求)】 即“山楂”。见《尔雅》。

【山里红】 “山楂”的俗称。

【红果】 “山楂”的俗称。

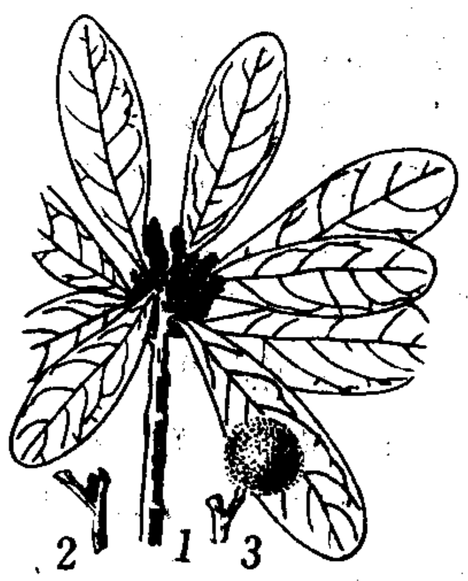
【刺梨】 也称“送春归”、“茨梨”、“文先果”。烹饪原料。属蔷薇科植物(Rosa roxbrghii)。为野生果品。我国主产贵州及四川、云南、湖南等地。果实扁球形,橙黄色,有芒刺。味酸甜微涩,鲜食,并可制梨汁、汽酒、果酱、糖果及作糕点馅料。其汁可用于菜肴调味。营养价值很高,维生素C含量高于猕猴桃5~10倍,并远远高出一般瓜果蔬菜;维生素P含量也高。生食可健胃、消滞。

【送春归】 即“刺梨”。见《宦游笔记》。

【茨梨】 即“刺梨”。见《分类草药性》。

【文先果】 即“刺梨”。见《四川中药志》。

【杨梅】 也称“树梅”。俗称“朱红”、“椑梅”。烹饪原料。属杨梅科植物(Myrica rubra)。我国原产鲜果之一。良种有荔枝杨梅、大炭梅、水晶杨梅等。主要供生食,也可以制果干、果酱、果汁、蜜饯,还可盐渍。用以泡制杨梅烧酒,风味很美。还可以供制甜品菜,如杨梅丸子、杨梅羹等。有生津解渴、和胃消食的功效。



杨梅

1. 雄花枝 2. 雌花枝 3. 果实

【树梅】 即“杨梅”。

【朱红】 福建等地对“杨梅”的俗称。

【椑梅】 台湾地区对“杨梅”的俗称。

【荔枝】 也称“离支”、“水浮子”、“水晶丸”、“丹荔”。

烹饪原料。属无患子科植物(Litchi chinensis)。我国特产鲜果之一,已有2000～3000年栽培史。主产南方。品种较多,佳种有糯米糍、桂味、桂绿、妃子笑等。主供鲜食,肉若凝脂,香甜多汁,可作筵宴的果品,也可以制成荔干、果汁、果酱、蜜饯等,还可制成荔枝茶等饮料。又可烹制甜、咸菜式,如水晶荔枝、荔香薯片等。果肉含葡萄糖66%,营养丰富。有生津益血、理气止痛的功能。但须注意避免过多进食,否则易致荔枝病。



荔枝
1.果枝 2.花

【离支】　即"荔枝"。见司马相如《上林赋》。

【水浮子】　即"荔枝"。因其落水不沉,随波上下,故名。见《广东新语》。

【水晶丸】　即"荔枝"。

【丹荔】　即"荔枝"。见《本草纲目》。

【龙眼】　也称"龙目"、"桂圆"。俗称"圆眼"。烹饪原料。属无患子科植物(Euphoria longan)。我国原产珍果之一,已有2000多年栽培史。主产南方。可供鲜食,也可制成果酱、果膏。大都经干制成桂圆干(带壳、核)或桂圆肉远销。鲜品含维生素C较多。作烹饪原料时,多用作甜羹。



龙眼
1.花枝 2.果枝 3.花

【龙目】　即"龙眼"。见《吴普本草》。

【桂圆】　即"龙眼"。

【圆眼】　"龙眼"的俗称。

【芒果】　也称"庵罗果"、"檒果"、"杧果"、"檬果"。俗称"犍子"。烹饪原料。属漆树科植物(Mangifera indica)。有"热带果王"之称。原产亚洲南部,约为唐代引入我国,品种很多。果形似鹅蛋,香甜如蜜,风味奇特。主要供鲜食,也可制成蜜饯、果干、果汁及腌渍品,并作甜菜原料,未熟果实可用作缓下剂、利尿剂。

【庵罗果】　即"芒果"。见《开宝本草》。为梵文的译音。

【檒果】　即"芒果"。见《植物名实图考》。

【杧果】　即"芒果"。

【檬果】　即"芒果"。

【檨(shē奢)子】　福建、台湾及广东潮汕一带对"芒果"的俗称。

【石榴】　也称"安石榴"、"丹若"、"金罂"。烹饪原料。属石榴科植物(Punica granatum)。我国汉代引入。佳种有安徽怀远的水晶石榴,陕西临潼的大红蛋石榴、粉红石榴。供鲜食,或制果汁与清凉饮料。石榴果肉汁对肺痨久咳、夜不安眠、老年慢性支气管炎等症有疗效。

【安石榴】　即"石榴"。相传由安息国(古属波斯帝国一行省,今伊朗东北部高原)传入我国,故名。见《博物志》。

【丹若】　即"石榴"。见《酉阳杂俎》。

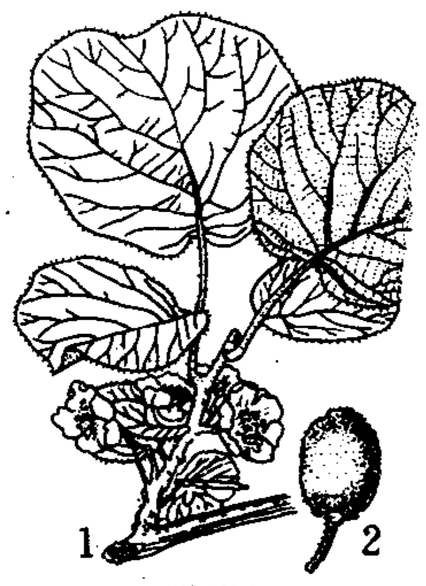
【金罂】　即"石榴"。见《本草纲目》。

【葡萄】　也称"蒲桃"、"草龙珠"。烹饪原料。属葡萄科植物(Vitis vinifera)。汉代引入,已有2000多年栽培史。为多汁浆果,品种很多,良种有龙眼、马奶、玫瑰香、无核白等,主要供鲜食,可作筵宴果品,也可作甜品菜式,如拔丝葡萄、葡萄羹、酒酿葡萄羹等。干制成葡萄干后,可直接食用,或作面包、糕点的嵌粒装饰。含葡萄糖高于一般水果,易吸收,所含果酸可助消化,对胃病有治疗作用,对高血脂症也有一定疗效。中医认为其有补气血、强筋骨、利小便的功用。

【蒲桃】　即"葡萄"。见《汉书》。

【草龙珠】　即"葡萄"。见《酉阳杂俎》。

【猕猴桃】　也称"藤梨"。俗称"猴仔梨"、"茅梨"。烹饪原料。属猕猴桃科植物(Actinidia chinensis)。我国原产鲜果之一,已有1200年栽培史,资源丰富,品种较多。果肉青玉色,柔软多汁,甜酸香爽。可供鲜食;西餐用配奶油作餐后甜品,或配甜、咸菜式,中餐有四川的茅梨肉丝等,还可制果汁、果酱、蜜饯或酿酒等。含有一种可分解肉类纤维蛋白质的酶,烧肉前用果擦肉10分钟,可使肉质柔嫩软滑。营养价值很好,维生素C含量高于许多干鲜果,某些品种甚至高于鲜枣。对高血压和心血管病有较好的防治效果,对消化系统和子宫肿瘤以及肝炎、关节炎有一定疗效,现已被世界广泛重视。



猕猴桃
1.花枝 2.果实

【藤梨】　即"猕猴桃"。见《开宝本草》。

【猴仔梨】　"猕猴桃"的俗称。见《福建民间草药》。

【茅梨】　四川一带对"猕猴桃"的俗称。

【桑椹】　也称"葚"。俗称"桑果"。烹饪原料。桑科植物桑(Morus alba)的果实。果细小,球形,密集成串,肉质多汁,味酸甜。以鲜果供食,也可加工成蜜饯、果汁等,还可作甜菜料。有补肝益肾、熄风滋液的功效,可加工成桑椹膏服用。

【葚】　即"桑椹"。见《尔雅》。

【桑果】　"桑椹"的俗称。

【苹婆】 也称“罗晃子”。俗称“凤眼果”。烹饪原料。属梧桐科植物(Sterculia nobilis)。稀有水果。宜熟食。含淀粉较多,味如板栗,可以煮粥吃,并可作菜肴原料,如凤眼炆鸡等。有温胃、杀虫的功用。

【罗晃子】 即“苹婆”。见《本草纲目》。

【凤眼果】 “苹婆”的俗称。因其果荚裂开果实外露,形似眼睛,故名。

【无花果】 也称“蜜果”、“优昙果”。俗称“吴风果”、“奶浆果”。烹饪原料。属桑科植物(Ficus carica)。我国约于唐代引入。肉质柔软如柿,风味似香蕉而甜味胜之。以鲜食为主,或制成蜜饯、果酱。广东常用作菜肴辅料,用以烤肉、炖鸡或作猪杂汤。营养较高,并含可变蛋白成分,促成消化酵素,有助消化。有健胃清肠、消肿解毒的功效,适用于肠炎、痢疾、便秘、痔疮、喉痛等症。医学报道其有抗癌作用。



无花果

【蜜果】 即“无花果”。见《群芳谱》。

【优昙果】 即“无花果”。见《广州志》。

【奶浆果】 “无花果”的俗称。

【吴风果】 台湾地区对“无花果”的俗称。

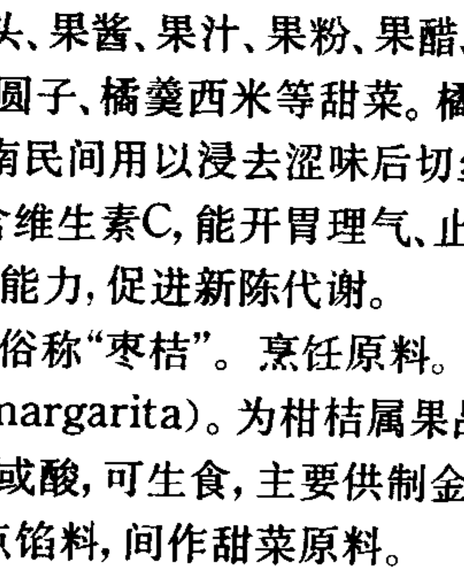
【橘】 烹饪原料。属芸香科植物。我国原产鲜果之一。品种很多,并有许多地方良种。可作餐后水果,或用于冷饮;也可以用作罐头、果酱、果汁、果粉、果醋、果酒和蜜饯。中餐用作橘羹圆子、橘羹西米等甜菜。橘皮可提取高级天然香精,湖南民间用以浸去涩味后切丝,炒肉作菜。营养丰富,富含维生素C,能开胃理气、止渴润肺,可助消化、增强抗病能力,促进新陈代谢。

【金桔】 也称“金柑”。俗称“枣桔”。烹饪原料。属芸香科植物(Fortunella margarita)。为柑桔属果品,果形较小,形似鸽蛋,味甜或酸,可生食,主要供制金桔饼等蜜饯食用,或供作糕点馅料,间作甜菜原料。

【金柑】 即“金桔”。

【枣桔】 “金桔”的俗称。

【甜橙】 也称“黄果”。俗称“广桔”、“广柑”。烹饪原料。属芸香科植物(Citrus sinensis)。我国原产鲜果之一。以其果皮较厚并紧贴果肉以区别于桔、柑。味较一般橙子为甜。良种有血澄、脐橙、冰糖橙、新会甜橙等。古代曾用作调味料。可作餐后水果,并制作冷饮、果汁等饮料,还可以作蜜饯、果饼。北京用作橙子羹小汤圆等甜菜。营养丰富,维生素C含量较高,有和中益气、润肺除痰、利尿消食及发汗等作用,长期食用对高血压症有益。



甜橙

1. 花枝 2. 果实 3. 果实横切面

【黄果】 即“甜橙”。

【广桔】 湖南对“甜橙”的俗称。指产于广东的桔子。

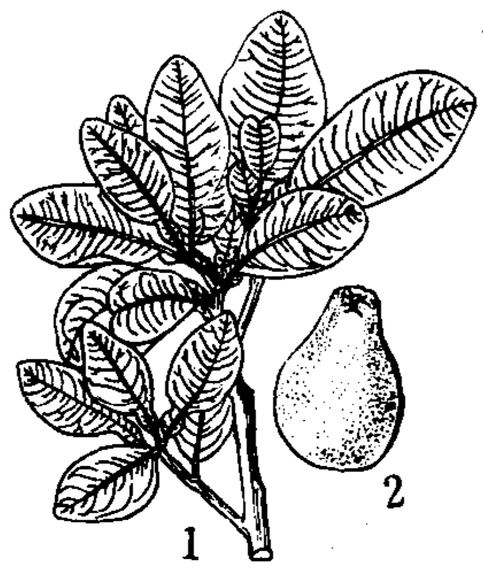
【广柑】 四川对“甜橙”的俗称。指产于广东的柑子。

【柑】 也称“金实”、“木奴”。烹饪原料。属芸香科植物(Citrus reticulata)。我国原产鲜果之一。其果皮较橙宽松易剥离,肉瓣较桔结合紧密。其食用等特点同“橙”。良种很多,有广东的蕉柑和潮柑、温州的蜜柑、瓯柑等。

【金实】 即“柑”。见《食经》。

【木奴】 即“柑”。见《本草纲目》。

【柚】 也称“朱栾”、“抛”、“橎”、“胡柑”、“苞”、“脬”。烹饪原料。属芸香科植物(Citrus grandis)。我国特产鲜果之一。品种很多,良种有沙田柚、文旦柚、坪山柚、四季抛、大红抛等。佳品可供作餐后水果。柚肉、柚皮均可作菜肴,有柚羹汤丸、柚皮炖鸭、豉汁柚皮、蚝油柚皮等。柚肉富含维生素C,可消食治嗽;柚皮可化痰、消食、下气、快膈。



柚

1. 叶枝 2. 果实

【朱栾】 即“柚”。见《本草纲目》。

【抛】 即“柚”。见《五杂俎》。

【橎(yòu又)】 即“柚”。《山海经·中山经》:“(荆山)多桔橎。”

【胡柑】 即“柚”。见《唐本草》。

【苞】 即“柚”。见《闽游纪略》。

【脬】 即“柚”。见《闽中纪略》。

【柠檬】 也称“黎檬子”、“宜母子”、“药果”、“柠果”。烹饪原料。属芸香科植物(Citrus limon)。柑桔类果品之一。味很酸,不宜直接生食。可取汁加工为饮料或制成冷饮,供筵席使用。也可制成果酱、蜜饯等。有生津、止渴、祛暑、安胎等功用。《粤语》谓其“汁可代酸”,即可作调味品。广东菜多用。

【黎檬子】 即“柠檬”。见《东坡志林》。

【宜母子】 即“柠檬”。见《事物绀珠》。《粤语》:“孕妇肝虚嗜之,故曰宜母。”

【药果】 即“柠檬”。见《广东新语》。

【柠果】 即“柠檬”。见《南宁市药物志》。

【黄皮】 也称“黄檀子”、“黄弹”、“王枇”。烹饪原料。属芸香科植物(Clausena lansium)。我国特有果品之

一。果肉与果皮相连，有甜酸两个品系，良种有鸡心黄皮、水西甜黄皮、红咀黄皮等。供鲜食，可作甜菜料，并可作罐头等加工产品。有消食、化痰、理气之功，俗谓"饥食荔枝，饱食黄皮"。

【黄檀子】 即"黄皮"。见《八闽通志》。

【黄弹】 即"黄皮"。见《广东通志》。

【王枇】 即"黄皮"。

【菠萝蜜】 也称"阿蒭殚"、"优珠昙"、"曩伽结"、"婆那娑"、"阿萨殚"。俗称"木菠萝"。烹饪原料。属桑树植物(Artocorpus heterophyllus)。主产亚洲南部和我国南部。果实硕大，分干包、湿包两大类。前者果肉甜脆爽口，为上品；后者果肉软湿。均甜美如蜜，香味浓郁。主要供鲜食，蘸盐水风味更佳，并易消化；也可制蜜饯。果核状如鸡蛋，也可供食，经煮、炒等烹饪后，味如板栗、薯、芋，用以炖肉、焖鸭等，口味甚佳。营养丰富。果核养分与米面相似，可以代粮。果肉可止烦渴、醒酒、益气；果核可益气、通乳。

【阿蒭殚(bù dān不丹)】 即"菠萝蜜"。见《酉阳杂俎》。

【优珠昙】 即"菠萝蜜"。见《中国树木分类学》。

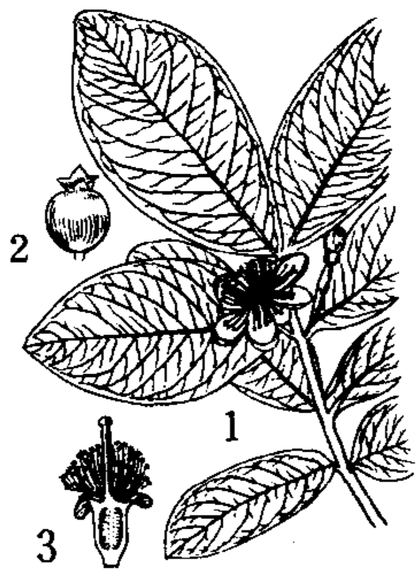
【曩伽结】 即"菠萝蜜"。见《本草纲目》。

【婆那娑】 即"菠萝蜜"。见《本草纲目》。

【阿萨殚】 即"菠萝蜜"。见《本草纲目》。

【木菠萝】 "菠萝蜜"的俗称。

【番石榴】 俗称"番桃"、"鸡屎果"、"缅桃"、"拔仔"。烹饪原料。属桃金娘科植物(Psidium guajava)。原产热带美洲。我国广东、广西、福建、台湾等地有栽培。浆果香软可口，风味别致。品种很多，以胭脂红为最好。生食为主，或去皮后用盐水、砂糖、甘草浸渍食用，也可制果酱、果汁、果冻。可作甜菜料。营养丰富，富含维生素C。可治下痢、白带、腹痛及皮肤病等，对糖尿病有疗效。



番石榴

1. 花枝 2. 果实 3. 花纵切面

【番桃】 "番石榴"的俗称。

【鸡屎果】 "番石榴"的俗称。因其不耐贮藏，过一天后便产生鸡屎味；或谓用铁器切削后引起化学反应，带有腥涩的鸡屎味，故名。

【缅桃】 云南德宏一带对"番石榴"的俗称。

【拔仔】 台湾地区对"番石榴"的俗称。

【人心果】 烹饪原料。属山榄科植物(Manilkara zapota)。原产热带美洲。我国广东等地有产。浆果如梨，味甘美如柿，可供鲜食，或制饮料，也可作为烹调汤料，炖汤如奶汁。营养丰富，并对心血管系统和肺的疾病有辅助治疗作用。

【杨桃】 也称"五敛子"、"三帘"。俗称"洋桃"、"五廉"、"羊桃"、"酸五棱"。烹饪原料。属酢浆草科植物(Averrhoa carambola)。原产东南亚。我国福建、广东种植已有千年历史。浆果多汁味甜，肉质柔滑，宜鲜食，也可盐渍作菜，并可加工成果干、果膏、蜜饯。有一种三棱果杨桃，味酸，用蒸牛肉，或加糖后烹制酥炸肉丸、离骨子鸭等菜式，别饶风味。果有生津止渴、下气和中、利水解毒的功效，对胃病、黄疸、赤痢等有一定疗效。

【五敛子】 即"杨桃"。见《南方草木状》。

【三帘】 即"杨桃"。见《异物志》。

【洋桃】 "杨桃"的俗称。

【五廉】 南方一带对"杨桃"的俗称。

【羊桃】 "杨桃"的俗称。因其产于羊城(广州)，故名。见《桂海虞衡志》。

【酸五棱】 广西一带对"杨桃"的俗称。见《南宁市药物志》。

【柿】 烹饪原料。属柿树科植物(Diospyros kaki)。我国原产，已有2000多年栽培史。分布广，品种多，佳种有扁花柿、盖柿、牛心柿、鸡心黄等。主要供鲜食，又可加工成柿饼、柿干、柿糕、柿馅，或酿酒、制醋。民间有将柿肉揉进面中制饼的吃法。营养价值较好，并具清热、润肺、止渴的功效，能降血压，并治慢性气管炎。因其含单宁，遇蛋白质易凝结而不易消化，形成柿石症，故一次食量不宜过多；与高蛋白食物(如鱼、蟹等)同吃时尤须注意。



柿

1. 花枝 2. 果实

【猴枣】 柿的一种。果实较小，簇生。

【软枣】 也称"君迁子"、"梬枣"、"楥枣"、"丁香柿"、"红蓝枣"、"小柿"、"牛奶柿"。俗称"羊矢枣"。烹饪原料。属柿科植物(Diospyros lotus)。我国原产。味香甜似柿，民间果品之一，可供鲜食，也可干制后食用。中医认为其味甘涩，性凉，可止渴、去烦热、镇心。

【君迁子】 即"软枣"。见《本草拾遗》。

【梬(yǐng影)枣】 即"软枣"。见《广志》。

【楥(ruǎn软)枣】 即"软枣"。见《广志》。

【丁香柿】 即"软枣"。见《日用本草》。

【红蓝枣】 即"软枣"。见《本草纲目》。

【小柿】 即"软枣"。因其形、味似柿而小于柿，故名。见《广志》。

【牛奶柿】 即"软枣"。见《古今注》。因其如牛奶头大小，形、味似柿，故名。

【羊矢枣】 "软枣"的俗称。因其形、色似羊屎，故名。

【枣】 也称"鸡心"、"美枣"、"良枣"。烹饪原料。属鼠

李科植物(Zizyphus jujuba var. inermis)。我国原产果品之一。已有3000年栽培史。品种很多。可鲜食,主要干制后食用。枣制品很多,有干枣、蜜枣、黑枣、脆枣、醉枣等,直接供食。制成枣泥可供作各种面饼、糕点的馅料,也可配制果酱。又是重要的烹饪原料,可用于主食,作饭粥、糕饼以及粽子、八宝饭等的配料,还可以作成各类甜、咸菜肴,如枣泥桂鱼、红枣煨蹄、枣泥夹沙肉、金丝蜜枣羹、软炸枣卷等。枣为我国民间滋补品之一,营养丰富。干枣含糖量达63~76%,鲜枣含维生素C每500克达2400余毫克,居鲜果之冠。具有补脾和胃、益气生津、调营卫、解药毒等功效,医学试验证明其可以保护肝脏、增强肌力、增加体重。中医常用于方剂,以其具有调和药性,减轻药物毒性的作用。

【鸡心】 即"枣"。简文帝《赋枣》诗:"日映鸡心枝"。

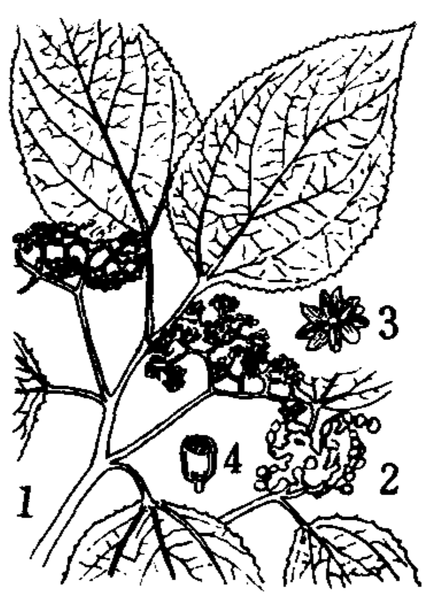
【美枣】 即"枣"。见《名医别录》。

【良枣】 即"枣"。见《名医别录》。

【黑枣】 也称"熏枣"。烹饪原料。属鼠李科植物(Zizyphus juiuba var. inermis)。经水煮、火熏加工而成。肉质紧实细腻,味甜糯而带烘熏香气。可零食,或作点心,也可加工成滋补食品,并作烹饪原料。如猪油蒸黑枣,可健体润肤;黑枣、桂圆、核桃同制成丸子蒸食,可滋补;黑枣蒸羊肉,可御寒。还可以制成黑枣嵌胡桃,以及蒸糕、浸酒等甜食。

【熏枣】 即"黑枣"。

【枳椇(zhǐ jǔ止举)】 也称"枸"、"木蜜"、"金钩子"、"鸡距子"。俗称"拐枣"。烹饪原料。属鼠李科植物(Hovenia dulcis)。我国特产鲜果之一,为民间果品。鲜食,也可制果汁、果酱等,并可酿酒。含糖量高。可用治酒醉、烦热、口渴、呕吐和大、小便不利等。



枳椇
1. 花枝 2. 果枝
3. 花 4. 果实

【枸】 即"枳椇"。见《诗经》。

【木蜜】 即"枳椇"。见《诗疏》。

【鸡距子】 即"枳椇"。见《苏沈良方》。因其形似鸡爪,故名。

【金钩子】 即"枳椇"。

【拐枣】 "枳椇"的俗称。

【甘蔗】 也称"竿蔗"、"糖梗"。烹饪原料。属禾本科植物(Saccharum spp)。我国原产南方,已有2000余年栽培史。主要供鲜食,嚼取其汁,或榨汁供饮用。甘蔗汁,古称柘浆,用作调味品。甘蔗有清热、生津、下气、润燥的功用,适用于低血糖、心脏衰弱、津液不足、虚热咳嗽、高烧烦渴、反胃呕吐等症。甘蔗段与羊肉同烧,可去羶。

【竿蔗】 即"甘蔗"。《典论》自序:"时酒酣耳热,方食竿蔗,便以为杖……。"

【糖梗】 即"甘蔗"。

【菠萝】 也称"凤梨"、"黄梨"。烹饪原料。属凤梨科植物(Ananas comosus)。热带四大名果之一。主要供鲜食。食时应用2%盐水浸渍,去除果肉皂素,充分发挥其甜香风味;也可以制成果汁、果酱、蜜饯。还可以供制多种甜、咸菜式。西餐常用,如菠萝布丁、菠萝鸡汤、菠萝馅饼等;中餐有菠萝羹汤圆、什锦菠萝饭、菠萝凉拌鸡、菠萝烧排骨、菠萝烤鸭等。营养较高,含菠萝朊酶,可帮助消化蛋白质;果汁清暑、解渴、利尿,并可辅助治疗支气管炎。有特异体质者,应注意防止食后过敏。


甘蔗

【凤梨】 即"菠萝"。

【黄梨】 即"菠萝"。

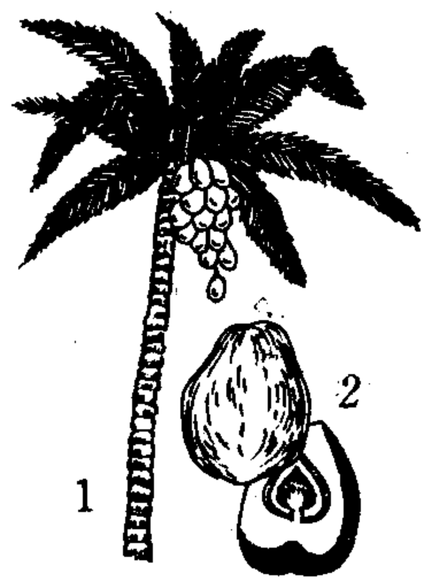
【香蕉】 也称"蕉子"、"蕉实"、"甘蕉"。烹饪原料。属芭蕉科植物(Musa nana)。为食用蕉类统称。已有2000余年栽培史。主产南方,分香蕉、甘蕉两大类,佳种有龙芽蕉、大蕉、粉蕉、香芽蕉等。主要供鲜食,可作筵席果品,也可制成蕉干、蕉酱、蕉汁。果粉可供制各种美味糕点。从果实中提取的天然香精,为食品加工的名贵香料。我国常用烹制甜品菜式,如拔丝香蕉、夹沙香蕉等,粤菜以之制成香蕉软卷、脱换锦袍、弗打香蕉等点心。偶有用以制成醋熘香蕉等咸品菜。香蕉含淀粉较多,可用代粮。有止烦渴、润肺肠、通血脉、填精髓的功效,适用于便秘、烦渴、酒醉、发烧、热痔肿毒等症,还可调理肠胃、缓解痢疾和降血压。

【蕉子】 即"香蕉"。见《桂海虞衡志》。

【甘蕉】 即"香蕉"。见《南方草木状》。

【蕉实】 即"香蕉"。见《本草求原》。

【椰子】 也称"胥余"、"越王头"。俗称"椰栗"。烹饪原料。属棕榈科植物(Cocos nucifera)。原产东南亚。我国已有2000余年栽培史,为南国佳果。果汁、油脂均多,富含营养。椰汁清凉,解渴祛暑,可治热病。椰肉为果实胚乳,乳脂状,质滑脆,有似花生和核桃的混合香味,可鲜食,制成椰丝、椰蓉、椰油后,是糖果、糕点的高级配料。也可作菜肴原料,制成多种甜、咸菜式,如冰糖雪耳椰子盅、果子椰丝条及原盅椰



椰子
1. 植物全形 2. 果实及剖面

子炖鸡、椰汁咖喱鸡等。椰肉榨汁加鸡蛋、砂糖，制成椰子酱，甜香味美，为名贵果酱。果肉有补虚强壮之功，并可驱绦虫、姜片虫。果壳可作菜肴盛器。

【胥余】 即“椰子”。见《史记》。

【越王头】 即“椰子”。见《南方草木状》。传谓林邑王与越王有怨，使刺客乘其醉取其头，悬于树化为椰子，故名。

【椰栗】 台湾对“椰子”的俗称。见《台湾树木志》。

【椰枣】 也称“波斯枣”、“海枣”。俗称“伊拉克蜜枣”。烹饪原料。属棕榈科植物(Phoenix dactylifera)。椰枣含糖量高，不需加糖，干制后即香甜如蜜，可直接食用，也可作糕点馅料及甜品菜肴原料。食用加工方法参见“蜜枣”。

【波斯枣】 即“椰枣”。

【海枣】 即“椰枣”。

【伊拉克蜜枣】 “椰枣”的俗称。

【橄榄】 也称“谏果”、“忠果”。俗称“青果”。烹饪原料。属橄榄科植物(Canarium album)。我国南方特有果品之一。果肉坚脆少汁，入口酸而苦涩，有白榄、乌榄之分，前者供鲜食；后者供加工用。鲜食佳品有檀香橄榄，主产福建。加工成品有拷扁橄榄、香草橄榄等。民间习以之于正月泡茶敬客，称为元宝茶。冬月干燥，含食生津益喉。有清肺利咽、生津解毒的功效。橄榄仁也供作烹饪原料。参见“榄仁”。



橄榄

1. 花枝 2. 果枝 3. 花及其纵剖面

【谏果】 即“橄榄”。见《齐东野语》。《王祯农书》谓其味苦涩，久之方回甘味，王元之作诗比之“忠言逆耳，乱乃思之”，故名为谏果、忠果。

【忠果】 即“橄榄”。见《记事珠》。参见“谏果”。

【青果】 “橄榄”的俗称。见《宛陵集》。

【白榄】 烹饪原料。橄榄品种之一。供鲜食。

【榄仁】 也称“乌榄仁”。烹饪原料。为橄榄科植物乌榄(Canarium pimela)的核仁。经褪红皮后，炸至酥香，用作糕饼馅料，或配制菜肴。广东菜有榄仁鸡丁、榄仁乳鸽、榄仁炒苋菜等，未褪红衣者称榄红。中医认为其味甘淡，可润肺、下气、补血，并解诸鱼毒。

【乌榄仁】 即“榄仁”。见《本草纲目》。

【榄红】 未去红衣的榄仁。

【核桃】 也称“胡桃”、“万岁子”、“羌桃”。烹饪原料。属胡桃科植物(Juglans regio)。为世界四大干果之一。我国汉代引入，主产于北方和西南。因其一年栽培，百年收益，又有“百年庄稼”之誉。可生食，主要供作炒货熟食，或作糕点馅料及制糖果。果仁为各菜系烹饪常用原料之一，可制多种甜、咸菜式，如核桃露、核桃酪、可可核桃盏，以及桃仁虾饼、核桃炒鸡花、桃仁双凤卷、奶汤鲜桃仁等。核桃仁脂肪含量达63～69%，每500克可提供热量3360～3600千卡，含磷量也很高，为四季皆宜的滋补食品。有补肾固精、温肺定喘、润肠的功用。

【胡桃】 即“核桃”。因其引自西域，故名。

【万岁子】 即“核桃”。见《花镜》。

【羌桃】 即“核桃”。

【栗】 也称“河东饭”、“橪子”、“板栗”。俗称“风栗”。烹饪原料。属山毛榉科植物(Castanea mollissima)。我国原产干果之一，已有3000年栽培史。主产北方，品种很多，佳种有良乡栗、魁栗等。古以代粮，有“铁杆庄稼”之称。可生食、煮食、蒸食、炒食，或用其粉制成糕点，如北京仿膳的小窝头，以及栗羊羹等。我国糖炒栗子驰名中外。作烹饪原料可制成多种菜式，咸品主要配烧鸡、鸭、肉，如荷包栗子鸡、栗子红焖羊肉、板栗焖鸭，以及栗子炒冬菇、栗子烧白菜等；甜品有西米栗子、桂花鲜栗羹等。营养丰富，可养胃健脾、补肾强筋、活血止血。



栗

1. 花枝 2. 果实

【河东饭】 即“栗”。《清异录》：“晋王(李克用)尝穷追汴师，运粮不济，蒸栗以食，军中遂呼为河东饭。”

【橪(zhèn振)子】 即“栗”。见《医心方》。

【板栗】 即“栗”。见《唐本草》。

【风栗】 “栗”的俗称。

【杏仁】 也称“杏扁”。烹饪原料。为蔷薇科植物杏(Prunus armeniaca)的核仁。为食品工业的优良原料，广泛用于制作杏仁粉、杏仁霜、杏仁酱、杏仁茶、杏仁糖等，也可腌制酱菜，又是糕点的馅料。作为烹饪原料，为各菜系所采用，可制作多种甜、咸菜式，如杏仁豆腐、杏仁酪、杏仁奶露及杏仁鸡卷、杏仁鹌鹑羹、杏圆鸡脚炖海狗等，还可以代粮，如作杏仁粥等。杏仁营养价值很高，含蛋白质25～27%，脂肪47～52%，磷含量达每100克为352毫克；又是良好的中药，有止咳平喘、祛痰、散寒驱风、润肠通便等功效，可制成杏仁油、杏仁水、杏仁乳剂、杏仁糖浆等剂型供医用。制成炒货如椒盐杏仁，既是消闲食品，又利于生长发育、防止营养性水肿和眼疾。食用杏仁须注意防止误食苦杏仁，因其含有毒成分苦杏仁苷，应严加区别。

【杏扁】 即“杏仁”。

【巴旦杏】 也称“八担杏”。俗称“扁桃”。烹饪原料。

属蔷薇科植物(Prunus amygdalus)。世界四大干果之一。我国约唐代引入。以核仁供食用,有甜、苦之分,甜者供食,苦者药用。应用同"杏仁"。营养成份胜于杏仁,磷含量每500克达2220毫克,每500克可提供热量达3200千卡。具润肺止咳、化痰下气等功用,可用于治疗上呼吸道感染、高血压、神经衰弱等症。

【八担杏】 即"巴旦杏"。见《饮膳正要》。

【扁桃】 "巴旦杏"的俗称。

【松子仁】 烹饪原料。为松树的种仁。重要炒货原料,具松脂香,风味独特。炒熟的松子除供作消闲食品外,可供作糕点馅料,制松子糖等。作为烹饪原料,可供作多种甜、咸菜式,如松子鸡、松子酥鸭、松子黄鱼、网油松子鲤鱼及松子吐司、松仁黑麻月饼等。营养成分与核桃相似,含蛋白质16.7%,脂肪63.5%。有滋润皮肤、肥壮五脏和治疗虚秘等功效。

【银杏】 也称"佛指甲"、"鸭脚子"、"佛指柑"、"灵眼"。俗称"白果"。烹饪原料。属银杏科植物(Ginkgo biloba)。我国特产硬壳果之一。以核仁供熟食,可炒或烤。熟后果仁似绿宝石,入口香糯。经烹调可制成多种甜、咸菜式,如蜜汁白果、白果鸡丁、果仁炒石磹、文思银杏、白果炖小肠等;又可作糕点配料。白果含白果醇、白果酸,具杀菌功能,有化痰、止咳、补肺、通经、止浊、利尿等疗效。但因果仁含有某种毒素,多食易致中毒,所以烹饪选用应严格控制数量。

【鸭脚子】 即"银杏"。见《本草纲目》。

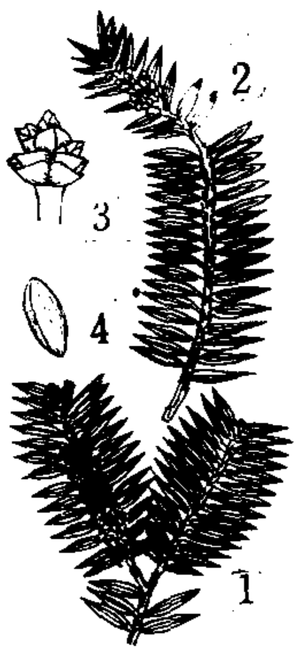
【佛指柑】 即"银杏"。见《一握坤舆》。

【灵眼】 即"银杏"。见《太仓州志》。

【佛指甲】 即"银杏"。见《浙江通志》。

【白果】 "银杏"的俗称。见《日用本草》。

【榧】 也称"彼子"、"罢子"、"玉榧"、"榧实"、"玉山果"、"赤果"。俗称"香榧"。烹饪原料。属紫杉科植物(Torreya grandis)。我国特产的稀有珍果。历史悠久,炒货的重要原料。主产东南地区,品种较多,有香榧、米榧、园榧、雄榧、芝麻榧等五种,以浙江诸暨枫桥所产为最著名。炒熟后可供茶酒点心,香脆可口,回味长久。可制成椒盐香榧、糖球香榧、香榧酥等供食,还可作糕点配料,也可作甜、咸菜品原料,如香榧汤、香榧焖鸡脯等。营养丰富,含油量为51%,蛋白质10%。有润肺滑肠、止咳、除肠道寄生虫的功效,也可用于小儿遗尿症。



1. 雄花序枝
2. 雌花序枝
3. 雌花序
4. 果实

榧

【彼子】 即"榧"。见《神农本草经》。

【罢子】 即"榧"。见《名医别录》陶弘景注。

【玉榧】 即"榧"。见《日用本草》。

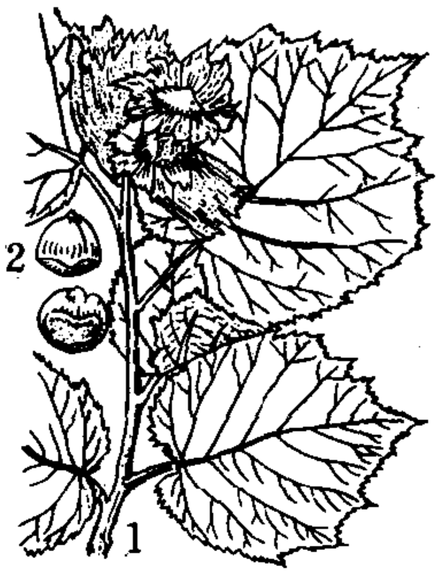
【榧实】 即"榧"。见《名医别录》。

【玉山果】 即"榧"。《东坡诗集》:"彼美玉山果,粲为金盘实。"

【赤果】 即"榧"。见《日用本草》。

【香榧】 "榧"的俗称。

【榛子】 也称"山板栗"、"榛子"。烹饪原料。属桦木科植物(Corylus heterophylla)。我国特产干果,世界四大干果之一。主产东北地区。古时曾以之作粮,今多作炒货,可佐茶料,肥香可口。含油量达45~60%,高于花生、大豆。功能补气、健胃、明目。果仁炒后可供作糕点、糖果配料或作成榛子乳、榛子脂、榛子乳脂等高级营养食品。经烹饪可制成炒榛子酱。中医认为其味甘,性平,可调中、开胃、明目。



榛子

1. 果枝 2. 果实

【山板栗】 即"榛子"。因其果实圆而稍尖,似小锥栗,故名。

【榛(chuí垂)子】 即"榛子"。见《本草求原》。

【腰果】 俗称"鸡腰果"。烹饪原料。属漆树科植物(Anacardium occidentale)。为世界四大干果之一。果实由两部分组成:上部称果梨,也称假果,肉质松软,多汁香美,可鲜吃,也可制果汁、果干、蜜饯;下部是腰果,形、味均似花生仁,可用作糕点、糖果配料,也可制成上等蜜饯,或油炸腰果、盐渍腰果,作烹饪原料时,和花生仁同样配用荤素各料。腰果仁含脂肪达46%,蛋白质21%,糖22%。

【鸡腰果】 "腰果"的俗称。因其果仁形似鸡腰,故名。

【花生】 也称"番豆"、"落花参"、"土露子"、"落地生"、"落花生"、"及地果"、"南京果"、"番果"。俗称"长生果"。烹饪原料。属豆科植物(Arachis hypogaea)。以其果仁供食用,为广受欢迎的炒货原料。可制成椒盐花生米、油汆花生米、油皮花生米、五香花生米、奶油花生米等;也可制成花生糖、花生酥、花生粘等。近年又制成花生蛋白粉、花生蛋白乳等高级营养食品。带壳或带皮盐水煮后,为佐餐下酒食品;也用于酱菜;粉碎后又作糕点嵌饰或馅料。经烹饪后可作成多种甜、咸菜式,如扁豆花生羹、花生酪及小肠花生汤、花生米虾饼、花生米牛肉汤、花生肚等。又为宫保菜(如宫保鸡丁等)的必须配料。营养很丰富,蛋白质、脂肪均高于肉类及米、面,每500克可提供热量高于粮食0.5~1倍。所含成份还具抗老、健脑、降血清胆固醇、防皮肤皴裂及抗哮喘等功效。中医认为其味甘,性平,并可润肺、和胃。

【番豆】 即“花生”。见《物理小识》。

【落花参】 即“花生”。见《滇南本草》。

【土露子】 即“花生”。见《物理小识》。

【落地生】 即“花生”。见《刘启堂经验秘方》。

【落花生】 即“花生”。见《滇南本草》。

【及地果】 即“花生”。

【南京果】 即“花生”。

【番果】 即“花生”。

【长生果】 “花生”的俗称。《本经逢原》谓其有养身防病、延年益寿之功。

【葵花子】 烹饪原料。属菊科植物向日葵的籽实(Helianthus annuus)。炒货原料之一,与白瓜子、黑瓜子并称炒货三子。生产、食用均很广泛。含油量50%左右,并含有维生素E,有抗衰老作用,含磷量也高,营养丰富。可治血痢等症。

【黑瓜子】 也称“西瓜子”。烹饪原料。为西瓜的种子(红色品种在内)。炒货重要原料之一,加工主要有炒制和烧煮两法,产品有酱油瓜子、奶油瓜子、油炒瓜子、玫瑰瓜子、甘草瓜子等,供节日、筵席、喜庆或消闲食用。瓜子仁可作为糕点的五仁、百果等馅料。营养价值高,每500克可提供热量936~1145千卡,磷含量为1190~2050毫克。有清肺、润肠和健脾胃的功效,并可降低血压,通利小便。

【西瓜子】 即“黑瓜子”。

【白瓜子】 也称“南瓜子”、“金瓜米”。烹饪原料。主要供炒食,食法同黑瓜子。种仁可供作糕点馅料。营养价值高,含量与黑瓜子相似。产妇食之可增加乳水,并有较强的驱虫(蛔虫、绦虫)作用。

【南瓜子】 即“白瓜子”。

【金瓜米】 即“白瓜子”。见《陆川本草》。

【莲子】 烹饪原料。属睡莲科植物藕(Nelumbo nucifera)的种子。干、鲜品均可供用。品种有建莲、湘莲、白莲、红莲、通心莲等。鲜品可生食,也可供作鲜莲鸡丁、鲜莲鸭羹等菜式,或配炒荤料,清利爽口。干品主要作甜菜用,如冰糖莲子、莲子果羹、干蒸莲子等,也可作扒莲蓉鹌鹑、莲蓬鸡等成品菜式。制成莲蓉、莲茸后,又可作糕点馅料,如莲蓉月饼、莲茸蛋糕等,或配用于甜、咸菜品。干莲子含糖62%,蛋白质16.6%,其他养份也很丰富,素为高级滋补品,民间常与桂圆等炖服。有养心益肾,补脾涩肠及收敛镇静的功用,对脾虚泄泻、慢性肠炎、神经衰弱及遗精、多梦等症有良好疗效。

【芡实米】 也称“水流黄”、“鸡珠”、“鸡壅”、“蒡茨”、“蒡”、“乌头”、“雁头”、“鸡头米”、“芡仁”。烹饪原料。属睡莲科植物(Euryale ferox)。为水生植物芡实的种仁,食用历史悠久。可供作筵席甜菜原料,如芡仁汤、莲子红枣芡仁汤等;也可制作清凉饮料或熬粥饮用。营养价值较高,为滋补品之一,有与莲子相似的功效,而收敛、镇静作用优于莲子。可固肾涩精、补脾止泻,用治遗精、淋浊、带下、小便不禁、大便泄泻等症,久食可益精气、强意志、利耳目。干子仁磨粉后,可作菜肴芡粉。

【水流黄】 即“芡实米”。《孙公谈圃》:“水产之芡,其甘滑可实,则名为水流黄。”

【鸡珠】 即“芡实米”。见《弇州山人四部稿》。

【鸡壅】 即“芡实米”。《庄子》:“药也其实……鸡壅也……。”释文:“鸡壅,本或作壅,言同。司马云:即鸡头也,一名芡。”

【蒡(yì亦)茨】 即“芡实米”。《方言》:“蒡茨,鸡头也。北燕谓之蒡,青徐淮泗之间谓之芡,南楚江湘谓之鸡头,或谓之雁头,或谓之乌头。”

【蒡】 即“芡实米”。见《方言》。参见“蒡茨”。

【乌头】 即“芡实米”。参见“蒡茨”。

【雁头】 即“芡实米”。参见“蒡茨”。

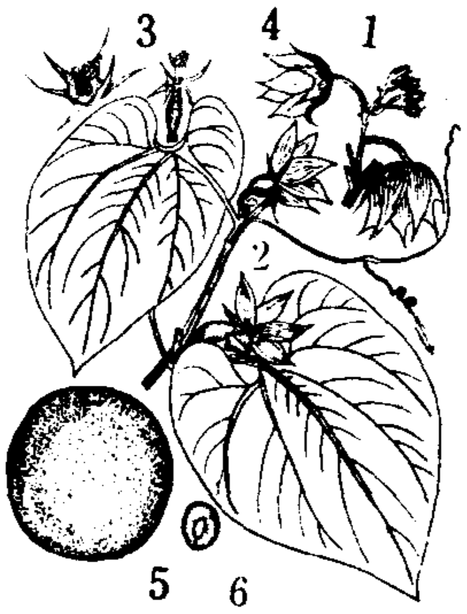
【鸡头米】 即“芡实米”。

【芡仁】 即“芡实米”。

【蕨麻】 也称“延寿果”。烹饪原料。属蔷薇科植物鹅绒委陵菜的块根(Potentilla anserina)。青海草原特产。其果为似花生仁大小的不规则块状,富含淀粉,肉质粉糯,味甜。宜熟食,可作八宝饭等配料;也可供煮粥或直接煮食;还可作馅料。藏族同胞常以之煮熟拌酥油或酸奶食用,风味特具。果皮含鞣质,营养丰富。《本草逢原》:“不特有益老人,而婴儿先天不足者,尤为上药,惜乎南方罕得也。”

【延寿果】 即“蕨麻”。见《松潘卫志》。

【罗汉果】 俗称“假苦瓜”。烹饪原料。属葫芦科植物(Momordica grosvenori)。主产南方。鲜果连种片切碎,用开水泡饮,为上等清凉饮料。营养丰富,并含有一种比砂糖甜300倍的物质,所以很甜。有解热消暑、止渴清肺、止咳化痰、润喉补血、促进肠胃机能、抑制哮喘的功能,对糖尿病患者也有益。现已有药品制剂。民间常以之炖肉类食用,作食疗食品。



罗汉果

1.雄花序 2.雌花枝

3.雄花去花瓣示花萼和雄蕊

4.雌花去花瓣示花萼和雌蕊

5.果实 6.种子

【假苦瓜】 广西一带对“罗汉果”的俗称。

【哈蜜瓜】 也称“敦煌瓜”。烹饪原料。属葫芦科植物(Cucumis mdo var. saccharinus)。新疆特产的甜瓜的一种。瓜肉肥厚绵软,汁多如蜜,香甜浓郁,可供鲜食,宜作餐后果品,也可供作菜肴的瓜盅。品种很多,良种有纳西甘(维语,甜似冰糖之意)、可口奇(维语,绿而脆嫩之意)、密极甘(维语,花裙之意)等。制成瓜干,为著名果脯,是维吾尔族人民配制“抓饭”的必备原料。营

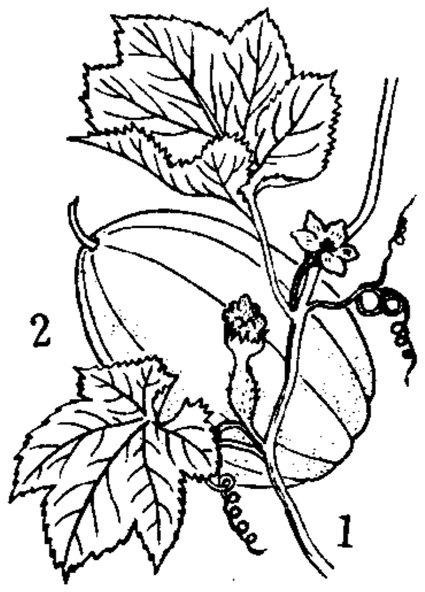
养丰富，含糖量高于西瓜。对肾脏病、胃病和贫血有一定医疗作用。

【敦煌瓜】 即“哈密瓜”。

【白兰瓜】 俗称“兰州蜜瓜”。烹饪原料。属葫芦科植物。甜瓜的一种。皮白而肉似翠玉，汁多味甘，香气醇郁。我国主产于兰州等地。主要供鲜食，供作烹饪原料时，菜式有瓤白兰瓜、拔丝白兰瓜、白兰瓜羹、炸瓜条等，也是筵席上雕制瓜灯的理想材料。营养及功效同“甜瓜”。

【兰州蜜瓜】 即“白兰瓜”。

【甜 瓜】 也称“甘瓜”、“果瓜”。俗称“香瓜”。烹饪原料。属葫芦科植物(Cucumis melo)。我国自古栽培，历史悠久。为夏令大众化水果之一。品种很多，产量高，主要供鲜食，供作烹饪原料时，除作甜菜外，也可作咸品菜，如香瓜鸽蛊、八宝银瓜等，适于多种烹调方法。有止渴、利尿、除烦热、通三焦的功效，适用于口鼻生疮、暑热、中暑等症。



甜瓜

1. 花枝 2. 果实

【甘瓜】 即“甜瓜”。见《唐本草》。

【果瓜】 即“甜瓜”。见《本草纲目》。

【香瓜】 “甜瓜”的俗称。

加工性

【脯】 烹饪原料。①古代指不加姜桂调味的干肉。《释名·释饮食》：“脯，搏也，乾燥相搏著也。”《周礼·天官·膳夫》疏：“不加姜桂以盐之者，谓之脯。”②今指经调味后制成的干肉。又，泛指果蔬的干制品。虞集《游瓯越》诗：“笋脯尝红稻。”如：果脯。

【腶(duàn段)脩】 烹饪原料。古代指捣后加姜桂调味的干肉。《仪礼·有司徹》注：“腶脩，捣肉之脯也。”《释文》：“脯，加姜桂曰腶脩。”

【利市头】 烹饪原料。即腊猪头。《湖雅》：“湖俗，祀神以猪头为重。岁除之祀曰拜利市，必用腌猪头，不用鲜者。腌晒透曰腊猪头，亦曰利市头。”

【猕猴鲞】 也称“弥猴鲞”。烹饪原料。腌过的猕猴肉。《北堂书钞》：“闽越江北诸夷嗽猕猴鲞。”

【弥猴鲊】 即“猕猴鲞”。

【咸肉】 烹饪原料。用盐腌制的肉。我国人民腌制咸肉历史悠久，不少地方均有生产，以浙江、江苏、四川、上海等地所产较为有名。浙江产的“南肉”，江苏产的“北肉”，各有特色。四川咸肉有小块、断片、咸腿三种，咸度适中，鲜香自然；上海咸肉久藏不变，醇香不腻。适于蒸、煮、炒、炖、红烧及作汤，可单用，也可配其他原料烹制。家常常食，间为筵席菜应用，如上海菜腌笃鲜、四川菜盐煎肉，过去均曾用咸肉制作。

【南肉】 也称“嘉香肉”。俗称“家乡南肉”。烹饪原料。以新鲜猪肉经三次上盐腌制而成。为浙江省传统特产。皮薄肉嫩，嫣红光洁，醇香鲜美，可供久藏。宜于多种烹制方法，单用、配用均可，家常常食，也可制成筵席菜。浙江菜家乡南肉、南肉春笋、腌肉青鱼以及杭州菜盐件儿等均以之制成。《本草纲目拾遗》认为其味咸甘，性平，可补虚开胃、平肝运脾、和血生津、滋肾健足力。

【嘉香肉】 即“南肉”。见《本草纲目拾遗》。

【家乡南肉】 浙江一带对“南肉”的俗称。以区别于江苏长江以北所产的“北肉”。

【北肉】 烹饪原料。新鲜猪肉经四次上盐腌制而成。产于江苏长江以北地区。其代表产品为如皋咸肉，系当地传统特产。成品肉质鲜嫩，鲜香光泽，断面五花三层，红白分明。为家常常食，也供筵席应用，适于多种烹调方法。

【咸猪头】 烹饪原料。猪头经腌制压扁而成。带皮带骨，、有耳有舌，去脑去眼，肉色红白分明，咸度适中，可供蒸、煮食用，或作菜肴，或作凉盘，食用方法参见“咸肉”。

【咸猪腿】 烹饪原料。以整只带爪的半圆形猪腿腌制而成。带骨带皮，红白分明。在江浙一带为农家传统风味制品。食用方法参见“咸肉”。

【咸猪脚】 烹饪原料。猪脚破开成对腌制而成。产于江苏、浙江一带，无蹄壳无毛，甘香爽脆，为民间传统风味制品，可供蒸、煮食用。

【糟肉】 烹饪原料。选取后腿或前夹肉切成23～24厘米×5～7厘米的肉条经腌制后，采用“糟蛋”原理，以醪糟、红糖、白酒、陈皮、花椒、八角、硝酸钠等泡制而成，一个半月后即成。四川宜宾市特产。成品皮肉糟软，色泽红黄，清淡不腻，酒香扑鼻，可切片蒸，也可配料炒食。须注意不宜煮食，否则香味大减。

【熏肉】 俗称“土腊肉”。烹饪原料。选取净肉切成1.5～2.5千克大块，采用干腌法上三次盐，再经熏烤6～7天而成。为湖北恩施地区传统特产。熏料用柏树枝加稻糠，酌加核桃壳、花生壳及油菜籽壳等(不可用松、杉、柳、漆木及木梓壳、桐子壳、漆子壳，以免产生不良气味)。成品鲜嫩结实，有浓郁熏料香味(以核桃壳熏制者为最佳，曾列为“贡肉”)。食前以淘米水泡洗干净，宜蒸、煮、炒、炖，风味独特，当地有“无土腊肉上桌不开席”之说。

【土腊肉】 湖北恩施地区对所产“熏肉”的俗称。

【熏猪肉】 烹饪原料。瘦猪肉经腌制、熏制而成。产于黑龙江等地。每块约2.5千克，清香不腻，可供蒸、炖、煨、煮食用，是东北人民较喜爱的传统风味制品。

【炉肉】 也称“天津炉肉”。烹饪原料。以猪五花肉

或前夹心肉经煮制、腌制、烧烤等工序制成。味美香甜，可供清蒸，也用于火锅，或作烩菜、汤菜。

【天津炉肉】 即“炉肉”。

【章丘烤肉】 烹饪原料。以瘦型猪宰后去内脏、板油，剔去头骨及部分大骨，划出小口，用香料加盐磨粉后腌制，腹腔撑开，以火纸包贴其四肢，入已烧红的烤炉，密封焖烤 1 小时而成。味清香，肥而不腻，皮酥肉嫩，可用以蘸酱佐葱以食，为山东风味，也可再行加工烹制。

【熏五花肉】 烹饪原料。以带皮带骨猪肉经腌制、熏制而成。为黑龙江著名地方风味特产之一。可供蒸、煮食用。

【熏后腿】 烹饪原料。以带骨、爪、皮的猪后腿经腌制、熏制而成。产于吉林。烟熏风味浓郁，可供蒸、煮食用。

【熏猪舌】 烹饪原料。以猪舌经腌制、熏制而成。产于上海。外表褐红，内肉红润，有烟熏品特有的风味。

【酱封肉】 烹饪原料。因成品用玻璃纸包封，故名酱封肉。有广东产、上海产两种。广东产者以前腿肉切成 500 克重的长条，以盐、红糖、黄酒、酱油、豆酱腌制，再经晾晒、包纱纸烘焙、包玻璃纸、自然发酵即成。成品有酱料味及火腿味，宜蒸后直接食用或炒食（蒸前不可洗去酱料），也可代火腿作糕点馅。上海产者以五花肉（去奶脯）切成薄长条（每 500 克 3 条），先以白胚腌制后再用酱料腌制，并经三次烘焙，包玻璃纸即成。成品味香甜而鲜，食用方法同广东产的酱封肉。

【酱肉】 烹饪原料。我国酱肉生产的地方较多，方法各异。除“酱封肉”外，以天津青酱肉、江苏的吴江酱肉为例。天津青酱肉：选优质猪后腿肉，经初腌、堆压、再腌、晾挂、酱油浸泡、风干、发酵等工序，由冬天至次年中秋始成。成品色泽鲜艳，肉质细嫩，香甜不腻，食前宜洗净、煮熟，切片供食，或配鱼共蒸，或炒或作汤。江苏的吴江酱肉：选腿肉或肋条或先腌后用酱油浸，或直接以酱油浸制，多见于民间。色香俱佳，鲜香不腻，宜供烧煮，单烧、配料均可，以配烧河蚌肉最美。

【腊肉】 烹饪原料。一般均经腌制、烘焙制成，源于腊月制作，故称腊肉。为我国特产肉制品。多产于西南、中南地区。湖南、四川、广东所产的最著名。湖南腊肉也称“家常腊肉”，有带骨腊肉、腊猪心、腊猪肚、腊猪蹄等，香味浓郁，食之不腻。四川腊肉又称“川味腊肉”，有小块腊肉、腊猪头、腊猪杂等，腌制时加用香料，咸度适中，腊香馥郁。广东腊肉也称“广式腊肉”，有腊花肉、腊关刀肉、腊瘦肉、腊晾肉、腊乳猪（也称“香猪”）、腊腩条、腊猪舌、腊肥肉、腊猪嘴等，腌制时均用酱油和糖，有的还用珠油上色，醇厚回甜，甘香爽口。烹制多用蒸、炒二法，也可用以制腊味萝卜糕、腊肉糯米饭或作糕点馅料。家常常食，间为筵席菜选用。四川菜有回锅腊肉，湖南菜有腊味合蒸、藜蒿炒腊肉，广东常用芥蓝、菜心等配炒。

【家常腊肉】 见“腊肉”。

【川味腊肉】 见“腊肉”。

【广式腊肉】 见“腊肉”。

【香猪】 见“腊肉”。

【火烧猪】 烹饪原料。猪宰杀去毛后剖肚洗净，将剖口以麻线缝合，用一竹竿将猪从头串到尾，然后以稻草及竹枝、竹叶火烤制，边烤边用草灰拌成泥浆糊在猪上，直到烤出油来，泥皮脱落，猪皮黄脆，肉味香浓时即可。食时，切片浸以调味，也可再行烹调加工。为云南一些少数民族的传统佳肴。

【风猪】 烹饪原料。每年冬至至立春期间，将小猪宰净去内脏后，全猪腌渍、风干而成。肉质细嫩，风味有别于腊肉。为贵州荔波县传统产品。

【琵琶猪】 也称“猪膘”。烹饪原料。以壮猪宰净后，去四爪、内脏和骨头，用盐在腔内壁腌擦，最后缝起，全猪压扁，晾半月后收藏。炖食时改刀，香味浓郁。为云南西部藏族、普米族的传统腌制品。

【猪膘】 即“琵琶猪”。

【带骨腊肉】 也称“三湘腊肉”。烹饪原料。以带皮猪肉修治成条状，经腌制、烘制而成。具烟香味。食用加工方法参见“腊肉”。为湖南著名传统风味。

【三湘腊肉】 即“带骨腊肉”。

【腊风眼润】 烹饪原料。以鸭肝和肥猪肉腊制而成。民间因其有“金银皆多”之意，常于春节前后制作。以鸭肝腌后，晒至半干，从上端切开一口，插入经腌制后切成方片状肥猪肉，成鸭肝包猪肉形状，再以调味料浸泡后晒干（或烘干）即成。可供蒸、煮食用。产于广州。

【肉脯】 烹饪原料。我国肉脯名产很多，江苏“靖江肉脯”为其一，以猪瘦肉切片，用适量白糖、鸡蛋、酱油、胡椒、味精等调配，经烘干制成。成品为方整薄片，色棕红，滋味鲜香，爽脆可口。可直接食用，并用于冷盘、花拼。另有上海猪肉脯、湖南猪肉脯、厦门黄金香猪肉脯、汕头猪肉脯等，制法不同，风味各有特色。

【靖江肉脯】 烹饪原料。江苏靖江特产的肉脯，名产之一。

【明溪肉脯干】 烹饪原料。以瘦猪腿肉片成薄片，并用老酒糟、大蒜及多种调味料腌制，再以木炭文火烘烤制成。色鲜艳，味鲜美。产于福建西部明溪县。

【坛子肉】 烹饪原料。每年冬至至立春间选取猪肉，以盐、糖、酒、酱油、米粉等腌制后再经熏制而成，此为米粉坛子肉；还有油炸坛子肉，即猪肉先煮后炸，调以香料等制成。因两种制成后，均装坛密封，随食随取，故名。肉味鲜香回甜，肥而不腻，久贮不腐。可配以土豆、腌菜等，蒸扣供食，或配豆豉、辣酱、青菜等炒食，也可蒸后凉拌。

【金钱肉饼】 烹饪原料。肉制品之一。以猪肉腌制烘烤而成，呈圆形，四周为肥膘，中心为瘦肉，直径约

12厘米，厚2厘米，清香味美。每个重400～500克。可蒸后切片供醮食或炒食，也可与腊鱼等合蒸。主产于湖南。

【肉松】 烹饪原料。肉制品之一。以去净皮骨、筋膜的精肉切成小块，经预煮、去油、培煎、脱水、炒松等工序制成。有猪肉松、牛肉松、羊肉松、鸡肉松、鸭肉松、鱼肉松等。成品松软如毛(也有制成颗粒状者)，鲜美，便于携带、存放，宜于老幼及病人。全国名产很多，如太仓肉松、福建肉松、涪陵鸡松、桐梓肉松等。多用于直接食用，也可用于冷盘，或作点心馅料等。

【蝴蝶腊猪头】 烹饪原料。以猪头经整理、浸泡、腌制、造形、烘烤制成。成品扁平呈蝶形，油光发亮，酱红色，味咸甜而爽脆。因兼有头肉、舌头、耳朵、拱嘴，一品四菜，所以风味各具，宜蒸、煮后供食，或进一步烹调加工。产于河南、湖北等地。

【金银肝】 也称“腊金银润”。烹饪原料。广东、广西菜肴用料之一。用猪肝和肥猪肉分别切成长条，以精盐、酱油、烧酒、五香粉腌制后，将肥肉瓤入肝内，经晒干或熏干即成。广西菜烧焗瓤禾雀，即用其作配料。

【腊金银润】 即“金银肝”。

【腊猪肘】 烹饪原料。以猪肘经腌制、烘烤而成。连皮带骨，每个重约500克，食用同一般腊肉。产于四川。西南一带常以之作馈赠礼物。

【腊猪肝】 烹饪原料。以猪肝经腌制、烘烤而成。色暗红，质干而坚硬，腊味浓郁，可供蒸煮、煨汤，宜于老人、妇女及儿童，为滋补性腊制品。产于广西及湖南、湖北等地区。

【风肉】 也称“风干猪肉”、“北风肉”。烹饪原料。猪肉经修整、腌制、洗晒、发酵等工序(约1月)制成。每片约重15千克，肉质鲜嫩，红白分明，有光泽而香味浓郁。可供蒸、炖后食用，并可作汤，鲜爽可口。为江苏如皋等地传统产品。四川也产，以臀尖肉腌制风干而成，并常蒸后切片用装冷盘。

【风干猪肉】 即“风肉”。

【北风肉】 即“风肉”。

【京酱风肉】 烹饪原料。以无骨后腿肉经以甜酱、酱油及盐等腌制后，晾晒，抹以香料糊再次入缸，7天后出卤，晾干即成。有酱香味，爽口不腻，宜生蒸、生曝食用。产于四川。为民间传统食品。

【风干猪头】 烹饪原料。猪头经整理、腌制、洗晒、晾挂而成。成品呈蝴蝶状，扁平，无骨，清香可口，肉质爽脆，可供蒸、炖食用。产于山西等地。

【风干猪肝】 烹饪原料。传统风味制品，已有千余年历史。以猪肝经腌制、晾挂而成。为成串自然片状，肝香浓郁，风味独特，多用于炖汤，常作产后、手术后、病后或虚弱者的滋补保健食品。产于贵州。

【吹肝】 也称“腌猪肝”。烹饪原料。猪肝去胆囊后，留一大胆管，余均扎紧，然后从大管吹气，边吹边拍边灌入调味料，留一部分涂在肝外。灌涂完成将肝叶撑开，晾1个月左右即成。可存1年，食时洗净、煮熟。如切片调味凉拌，则味鲜香而开胃。云南白族地区还有“酸肝”，制法同上，唯调味料中适当增加醋的比重。产于云南藏族地区。

【腌猪肝】 即“吹肝”。

【酸肝】 见“吹肝”。

【火腿】 也称“熏蹄”、“兰熏”。烹饪原料。以拿净鲜猪后腿经腌渍、洗晒、晾挂或熏制、发酵等多道工序，历时约3个月制成。一般均选料严格，制作精细，产品肉质致密，色泽鲜艳，具有香爽不腻、鲜咸不苦的独特风味。属高档原料，为各菜系广泛应用，群众所喜食。可作菜肴主、配料，也可作冷盘、花拚，又常用于菜肴起鲜、调味、配色、装饰，并宜用于吊汤，且为糕点咸味馅料之一。可供制的菜品、菜式很多。按质量可分为特级至四级五档，按产地有“南腿”、“北腿”、“云腿”之分，此外四川、湖北、甘肃等地也产。可供长期贮存。营养价值较高，含蛋白质16.4%，脂肪51.4%。中医认为其味甘咸，性平，可健脾开胃、生津益血。

【熏蹄】 即“火腿”。《东阳县志》：“熏蹄，俗谓火腿，其实烟熏非火也。腌晒熏收如法者，果胜常，以所腌之盐必台盐，所熏之烟必松烟，气香烈而善入，制之及时如法，故久而弥旨。”

【兰熏】 即“火腿”。见《宦游笔记》。

【南腿】 也称“金华火腿”。烹饪原料。浙江金华一带所产的火腿。见《本草求原》。

【金华火腿】 即“南腿”。

【北腿】 烹饪原料。江苏如皋一带所产的火腿。

【云腿】 也称“威腿”、“宣威火腿”、“榕峰火腿”。烹饪原料。云南宣威一带所产的火腿。

【威腿】 即“云腿”。因其主产于云南宣威一带，故名。

【宣威火腿】 即“云腿”。

【榕峰火腿】 即“云腿”。

【茶腿】 烹饪原料。浙江金华附近各县所产的火腿的统称。因其味淡而鲜，香洁坚实，可佐茶食用，故名。

【月牙腿】 简称“月腿”。烹饪原料。浙江金华火腿的品种之一。因腌制火腿修成月牙形状，故名。

【月腿】 “月牙腿”的简称。

【风腿】 烹饪原料。浙江金华火腿的品种之一。以猪的前腿腌制，成品呈长方形，故称为风腿。

【糖腿】 烹饪原料。浙江金华火腿的品种之一。因腌制时用糖，故名。

【风蹄】 也称“淡腿”。烹饪原料。火腿的一种。《东阳县志》：“另一种名风蹄，不用盐渍，名曰淡腿，浦江为盛，本邑不多。”《药鉴》：“浦江淡腿，小于盐腿，味颇淡，可以点茶，名茶腿。陈者止血痢开胃如神。”

【淡腿】 即“风蹄”。

【船腿】 烹饪原料。火腿的一种。《本草纲目拾遗》："茅船渔产所养(之猪)尤佳，(所制火腿)名船腿，其腿较小于他腿，味更香美。"

【竹叶腿】 也称"竹叶熏腿"。烹饪原料。浙江浦江县所产的火腿。因制作中用竹叶烧、烟熏烘，皮色黝黑，有竹叶清香，故名。

【竹叶熏腿】 即"竹叶腿"。

【戍腿】 俗称"咸狗腿"。烹饪原料。用狗腿按腌制火腿方法腌制而成。形似竹叶，皮色黄亮，肉质细嫩，香郁醇鲜，可供蒸、煮。以浙江兰溪产的最著名。民间认为其性温大热，为滋补之品。

【咸狗腿】 "戍腿"的俗称。

【京式火腿】 也称"清酱肉"。烹饪原料。以猪臀肉经盐腌、酱油泡后，再经较长时间风干制成。食用时先刷洗干净，清水煮熟，即可配料入烹，宜炒、烩、烧、熘，可制多种菜式，或作冷盘。为北方人所喜食。

【清酱肉】 即"京式火腿"。因其用酱油泡制(山东及北方一带称酱油为清酱)，故名。

【锦州小火腿】 烹饪原料。以猪的外里脊肉整肉经腌制后，灌入牛盲肠，经御腿、煮腿、压腿、熏制而成。形似圆棒，外观色泽紫红而鲜艳，味甘香，收口略甜，可作烹饪原料进一步加工，也可佐餐、下酒。

【松花火腿】 烹饪原料。以猪里脊肉，经研碎、腌制后，灌入牛盲肠(灌时裹入松花蛋)，再经煮制、熏烤而成。产于辽宁。食味鲜嫩香辣，可供下酒、佐餐，或作菜肴原料。

【西式火腿】 也称"盐水火腿"。烹饪原料。包括方火腿、圆火腿、熏圆腿和熏火腿等品类。一般系以猪腿肉加工制成，新鲜细嫩，肉筋透明，独具风味。西餐主要菜肴之一，多供直接食用，并常用于制三明治、火腿蛋等，也可切片挂糊炸、煎，或作冷盘。传入我国已近200年，多用为方便食品。

【盐水火腿】 即"西式火腿"。

【西式方火腿】 也称"方腿"。烹饪原料。西式火腿的一种。系以猪后腿肉，经去皮剔骨、干腌、湿腌、洗涤、模压、煮制等工序制成，长方形，每只重2000～4000克。食用参见"西式火腿"。

【方腿】 即"西式方火腿"。

【西式圆火腿】 也称"圆腿"。烹饪原料。西式火腿的一种。制法、食用与"西式方火腿"同。不同处在于圆火腿用猪前腿肉，含脂肪较多；模压成圆筒状，每个约重3～5千克。

【圆腿】 即"西式圆火腿"。

【西式熏圆腿】 也称"熏腿"。烹饪原料。西式火腿的一种。系将西式圆火腿经烟熏制成，具烟熏味。食用参见"西式火腿"。

【熏腿】 即"西式熏圆腿"。

【熏火腿】 烹饪原料。西式火腿的一种。系半成品，以整只猪后腿经整形、腌制、烟熏而成，为西餐中的高级原料。上海有生产。食用方法参见"火腿"。国外吃法为加料煨熟切片吃(或不加料)，或生吃，常用于鸡尾酒会，视为名贵菜肴。

【烤火腿】 也称"哈尔滨烤火腿"。烹饪原料。以猪的前腿或后腿，经整理、腌制后，并多处注射盐水、糖水、硝酸钠混合液，加压，入烘房烘烤，晾挂等工序制成，为生制品。产于黑龙江。肉质鲜嫩，清香不腻，食用方法参见"熏火腿"。烤猪前腿称"老巴克"，烤猪后腿称"敖克那"。

【哈尔滨烤火腿】 即"烤火腿"。

【老巴克】 见"烤火腿"。

【敖克那】 见"烤火腿"。

【香肠】 也称"腊肠"。烹饪原料。用猪的小肠，灌入碎肉和调味料等制成。我国传统肉制品之一。全国广有生产。名产有广东香肠、四川香肠、江苏香肠、浙江猪牛香肠、湖南大香肠等，加工方法不同，各有风味特色。广东香肠花色品种较多，有生抽肠、老抽肠，又有分别以鸭肝、猪肝、猪心、蚝豉、鲜虾、蛋黄、牛肉、羊肉、鸡肉、鸭肉、冬菇、鱿鱼、珧柱等制成的各式香肠，均味鲜气香，醇厚可口。四川香肠用料有猪、牛、羊、兔等，味型多样，有麻辣、咸甜、香蕉、柠檬、玫瑰、桂花等类，并有加虾米、花生仁、芝麻、枣子、桔红等料制成的，风味各异。江苏、湖南产的均用猪肉。浙江产的由猪、牛二肉混合灌制。香肠食用方法很多，除蒸、煮后供作冷盘、花拚应用外，也可配蔬菜等炒、煮或作汤，又作糕点、月饼馅料。筵席菜肴如广东的大鸡三味、百花棋子卷、八珍桂花肠、焗酿禾花雀、大良野鸡卷等均用之。

【腊肠】 即"香肠"。

【贵州小香肠】 烹饪原料。每节长12厘米、直径1.3厘米，灌成后以当地杠炭为熏料进行烘制，腊香特殊，风味浓郁。是贵州著名的风味特产之一。

【济南南肠】 烹饪原料。以猪肠衣灌制，用深色酱油(不用盐)调配，有南方风味，肠干味醇，咸淡适口，越嚼越香，回味鲜美，可开胃助食。是山东传统的风味特产之一。

【风干肠】 烹饪原料。以猪肉灌制，属高档制品，味美清香，有回味，并有健胃助消化之功。产于黑龙江。是著名的风味特产。

【牛肉肠】 烹饪原料。以牛肉配适当猪肥腌，用猪肠衣灌制，经快速烘干而成。味美爽口，酸而带甜。产于云南。

【玫瑰香肠】 烹饪原料。在调制肉料时，调入适量玫瑰糖，成品具浓郁玫瑰香。产于广东。

【麻辣香肠】 烹饪原料。灌料调味时加入辣椒粉、花椒等，制成并经熏烤。成品清香扑鼻，麻不麻口，辣不辣喉，风味独特。产于湖南慈利。

【猪肉枣】 烹饪原料。如做香肠法，在灌好肉后，将

之扎成一粒粒枣状制成。因成品形如串枣，故名。有熟制品、生制品两种，因调味不同而各具风味。产于江苏靖江等地。

【香肚】 也称“南京香肚”。烹饪原料。以经修治的猪膀胱灌装调制好的猪肉制成。形似苹果，略带甜味，香嫩爽口。因配以香料，香气超过香肠。烹制多用蒸、煮，供作装制凉盘。南京特产。创始于清代同治年间。

【南京香肚】 即“香肚”。因其创始于南京，现又主产于南京，故名。

【灌肠】 也称“西式灌肠”。烹饪原料。灌肠为西方食品，引入我国已在百年以上。一般以猪瘦肉、肥膘和牛肉等，经绞碎后，加入淀粉、胡椒粉等配料和调味料制成馅，灌入肠衣，先经短时烘干，再经煮熟和烟熏而成，多为熟制品，有些品种为半熟制品或生制品。灌肠熟制品可供直接食用，但无论生熟均可作为菜肴原料，可供多种烹调方法，如烹、炸、炒、烩等，或配荤素，或作冷盘。由于用料和调味料、配料的不同，灌肠品种很多，如“小红肠”、“大红肠”、“波兰灌肠”，“午餐肠”、“粉肠”等。按制作方法不同有煮制灌肠、半熏煮灌肠和生熏灌肠三种。一般吃口鲜嫩细腻，各具特色香味，且便于携带，家居、旅游及野外工作均宜，并且宜茶宜酒，就粥下饭，夹面包，作浇头，十分方便。有些品种还耐贮藏。

【西式灌肠】 即“灌肠”。因其由西方引入，且与我国香肠风味迥异，故名。

【小红肠】 烹饪原料。以牛肉、猪肉(肥、瘦均有)绞剁后经调味制成。始产于奥地利首都维也纳，现为世界上消费量最大的方便风味肉制品，为灌肠制品的代表品种。肠体细小，形似手指，稍弯曲，肉质乳白，外皮红色，吃口鲜嫩细腻，味香可口，且具柔软润滑的特点。我国多产于上海等地。烹调食用参见“灌肠”。

【大红肠】 也称“茶肠”。烹饪原料。以牛肉为主，辅以猪肉制成。肉质细腻鲜嫩，切面可见膘丁。肠体粗大如手臂，外皮色红。以哈尔滨产的最著名。烹调、食用参见“灌肠”。

【茶肠】 即“大红肠”。因其为西欧人吃茶点时食用的一种灌肠，故名。

【火腿肠】 烹饪原料。以猪肉(瘦72%，肥18%)及淀粉、调味料等调制灌装后，并经两次熏制而成。可直接食用。多产于天津。烹调、食用参见“灌肠”。

【色拉米肠】 烹饪原料。为高级灌肠制品。以牛肉为主料，加配肥瘦猪肉调味制成。有生、熟两种，外表灰白，有皱纹，肉呈棕红色，鲜嫩可口，略带辣味。

【波兰灌肠】 烹饪原料。以猪肉为主料，辅以牛肉制成。外皮紫红色，有皱纹，切面坚实，肉色粉红，膘丁明显，鲜嫩细腻，有明显的蒜味和辣味。产于上海。烹调、食用参见“灌肠”。

【熏肠】 也称“鲜干肠”。烹饪原料。以牛肉为主，辅以猪肉制成。外皮棕黄，切面酱红色，有长方形膘块，具明显蒜味。产于上海。烹调、食用参见“灌肠”。

【鲜干肠】 即“熏肠”。

【粉肠】 烹饪原料。以猪肉制成。因用淀粉较多，故名。外皮色黑红，有光亮，味鲜美，熏香浓郁。烹调、食用参见“灌肠”。

【无皮小红肠】 烹饪原料。以猪肉制成，采用塑料肠衣(煮熟后剥皮)。成品长12厘米，长短均匀，光滑有弹性，外表浅金黄色，肉粉红色，鲜嫩而略带烟熏味。可直接食用，也可作菜肴原料，以开水烫后食用风味更好。

【午餐肉】 烹饪原料。罐头制品。以猪腿瘦肉、肋条肉经以混合盐和三聚磷酸钠腌制、绞碎，加冰屑、淀粉、玉果粉、胡椒粉后斩剁拌匀，经蒸制装罐而成。成品紧密细腻，肥瘦适中，咸度偏淡，鲜嫩可口，有明显玉果粉香。可直接食用，也可作炒、烩、熘、炸菜的原料。如挂糊炸食，风味别致。

【蹄筋】 烹饪原料。家畜在屠宰时所剖取的新鲜蹄筋经干制而成。有羊蹄筋、牛蹄筋、猪蹄筋等。经油发或水发制后可供烹制高档菜肴。可单用，也可与其他原料配用。水发制者质柔糯而不腻，上口润滑，滋味腴鲜，可制多款名菜。民间以之作为补品，以之与核桃仁、冰糖同炖，有健腰膝、长足力的功效。

【炸肉皮】 俗称“皮肚”、“假鱼肚”、“膘”、“响皮”、“浮皮”。烹饪原料。猪肉皮经煮透晒干或直接晒干后，再经油发或盐发制成。入烹前用温水泡软，去除浮油，改刀成片、块、角、丝等形状，配制菜肴。宜于多种烹制方法，常用烩、炖、扒、熘法。口感松泡柔软，油香浓郁，饱吸汤汁后，爽利鲜美。

【皮肚】 “炸肉皮”的俗称。因其形似油发鱼肚，而以肉皮制成，故名。

【假鱼肚】 “炸肉皮”的俗称。因其成品形似油炸发制后的鱼肚，故名。

【膘】 江苏一带对“炸肉皮”的俗称。

【响皮】 四川等地对“炸肉皮”的俗称。

【浮皮】 广东一带对“炸肉皮”的俗称。

【皮丝】 烹饪原料。以生猪皮经修治、煮制、刮洗、切丝等工序制成。制品色泽乳白，状如粉丝，经炸、煮后，可作30多款名菜的主要原料。当地有“无丝不成席”之说。是河南固始县传统的风味制品。

【腌牛羊肉】 烹饪原料。以牛羊肉改成条肉，经干腌或湿腌等工序制成。无脂肪，色黄褐，清香可口，无膻腥味，可供蒸、煮、煨、炒食用，为西北地区民间风味食品。产于青海。

【风干羊肉】 也称“风干羊腿”。烹饪原料。以羊腿经脱骨、腌制、洗晒、晾干而成。有清香而无腥膻味，宜蒸煮食用。产于陕西。

【风干羊腿】 即“风干羊肉”。

【腊羊肉】 烹饪原料。以肥壮羊肉经腌制、烘烤制成。为长块状，每块重1～1.25千克，清香不腻，无腥膻

气味，为西北地区民间及兄弟民族所喜食，可供蒸、煮、煨制。产于陕西。

【腊牛肉】 烹饪原料。以牛肉经腌制、烘烤制成。每条重约1千克，可供蒸、煮、炖、煎，为西北民间和兄弟民族所喜食。产于湖南、甘肃等地。湖南菜腊味合蒸、红椒腊牛肉等用之。

【风干牛肉】 烹饪原料。以牛肉整理成条经腌制、晾挂而成。每条重约1千克，韧而耐嚼，风味浓郁，可供蒸、煮食用。产于甘肃。

【牛干巴】 烹饪原料。以黄牛肉经用盐、香料等腌后干制而成。可久贮。烹制以蒸、煮、炖为主，鲜香味美，滋味醇厚。云南回族特产。

【熏牛舌】 烹饪原料。为高档制品，西式风味。以整条牛舌经腌制、熏制而成。味清香，且越嚼越香，西餐常用。产于山东。

【腊狗肉】 烹饪原料。以小狗或大块狗肉经腌制、烘烤制成。香浓可口，有驱寒健脾之功，宜于冬季食用，可供煨、煮、蒸、炖。产于广东。

【腊野兔】 烹饪原料。以野兔经腌制、烘烤制成。味甘香，有滋阴补肾之效，多作滋补品，宜煨、煮、蒸、炖。产于广东。

【缠丝兔】 烹饪原料。兔经宰杀、腌渍、加料、缠绳、熏制而成。因所缠绳呈螺旋状，故名。成品肉质紧密，细嫩鲜香，回味浓郁。一般蒸后去绳切块食，名产有广汉缠丝兔。四川特产。

【麂子干巴】 烹饪原料。取鲜麂肉腌制晾干而成。可煎、炸、烤食，有异香，肉细腻，脆嫩爽口。云南特产。

【宁化鼠干】 烹饪原料。为"闽西八大干"之一，明清时代即闻名于世。每年立冬后捕得田鼠、山鼠，经蒸煮、脱皮、剖腹、去肠肚后，将肉、肝、心一起置于盛有米饭或细糠的热锅中熏烤成干。成品光亮透红，味香可口，为筵上名菜，如爆炒地猴等。也为出口佳品。具补肾之功，可治尿频及小儿遗尿。福建西部宁化县特产。

【鼠脯】 烹饪原料。《顺德县志》载："鼠脯，顺德佳品也，大者一、二斤……炙为脯，以待客，筵中无此，不为敬礼。"现多销往港澳地区。

【腊猴肉】 烹饪原料。猴肉切片经腌制、曝晒、烘烤制成。一般家庭制作，不作菜肴食用，多用为滋补品炖服。产于广东。

【燕皮】 也称"肉燕"。俗称"小长春"。烹饪原料。以猪瘦肉捣烂成泥，加淀粉合成硬坯，压成薄片，切段晾干而成。色白片薄。食用时以湿布包裹，待其软后，切片包馄饨、切条作面条煮食；碎料可剁碎后滚作小肉丸的外衣汆食。味鲜美。福建特产。

【肉燕】 即"燕皮"。

【小长春】 福建一带对"燕皮"的俗称。

【脙(jū居)】 烹饪原料。鸟类脯干。《周礼·天官·庖人》："夏行脙鲋。"据郑玄注：脙，干雉。

【腌鸡】 烹饪原料。以光鸡经腌制、晾干而成。色淡黄，身干洁，味浓厚，为河南南部广大农村冬季风味制品。可供煨、煮食用。同样方法可制腌鸭、腌鹅。产于河南。

【桶子鸡】 烹饪原料。以母鸡治净，经卤煮后制成。成品表面呈鲜黄色，外形美观，状似圆桶，食之味醇厚而咸香发脆，肥而不腻。可直接食用，也可作原料进一步加工食用。原产于开封市，为传统风味制品，现已分布于多数地区。

【琵琶鸡】 烹饪原料。鸡的腌腊制品。多于每年农历小雪后至次年清明腌制。用1.25千克光鸡，去爪翅，剖腹去内脏，洗净血污晾干后腌制。用盐量为每5千克用盐500～750克。腌制2～3天后用温水洗净，摆成琵琶形吹晒风干，7天后移至阴凉通风处。适于煨熟后作凉菜，有腌腊风味。

【腊鸡】 烹饪原料。鸡宰净后，背上剖开去嗉囊、脏杂等，在大腿肉厚处划一刀，以利入味，再经腌渍、熏制而成。制法与食用方法均同"腊肉"。产于湖南、湖北。湖南菜腊味合蒸用之。也可制作腊鸭、腊鹅。

【风鸡】 烹饪原料。鸡的腌腊制品。每年农历小雪以后腌制。其法：鸡宰后从肢窝处开一口掏去肚杂，用花椒盐(比例约为鸡1500克用花椒盐125克)先涂擦口舌、宰口及肛门，再从膛口灌入，均匀涂遍鸡腔内壁，余盐装入摇匀，再将鸡头插入膛口，两翅夹紧，以绳圈紧捆好，悬挂于背阴通风处，一月左右即可食用。食时先褪尽鸡毛，内外洗净，整只煨制，至用筷可捣入鸡肉即成，取出晾凉，然后拆骨取肉并撕成细丝状备用。可供炒、烩、烧、煮，也可加入煮面条，粉丝、米粉中，别具腊香。煨鸡的汤可用作汤料。名产有固始风鸡、扬州风鸡等。

【风干鸡】 烹饪原料。以光鸡经腌制后，先晒后晾而成。味鲜、肉嫩、皮爽，可供蒸、炖、煨、煮食用。也可制风干鸭、风干鹅。产于湖北等地。

【泥风鸡】 也称"风干带毛鸡"。烹饪原料。产于湖南等地。为湖南著名传统风味制品。以1500克以上肥母鸡或阉鸡，经腌制后(参见"风鸡")，带毛涂裹黄泥，至不见羽毛时，然后放在通风处晾挂1～2月即成。食时打碎泥壳，带泥拔去羽毛，可供蒸、炒、炖、烧，味香肉嫩。产于湖南等地。为湖南著名的传统风味制品。

【风干带毛鸡】 即"泥风鸡"。

【封鸡】 烹饪原料。制作方法同"风鸡"。另外须在盐中加草果、白胡椒、八角，腌后以针线缝合刀口，挂在通风处。吃时先以开水烫后去毛，洗净腔内配料，可供蒸、煮、炖，鲜嫩可口。产于云南。是西南地区传统的风味制品。

【元宝鸡】 烹饪原料。光鸡经腌制、洗烫、整形(成元宝形)后沸水烫以定型，再经晾挂而成。膘肥肉嫩，甘香醇厚。产于四川。是四川传统的风味制品。

【南风鸡】 烹饪原料。以光鸡经腌制、浸泡、整形后晾干而成。肌肉饱满，色泽鲜洁，肉质细嫩，味道甘香，可供蒸、炖。也可按法制南风鸭。产于湖南。是湖南的传统风味制品。

【腊鸡片】 烹饪原料。以鸡脑脯肉、腿肉经腌制、烘烤制成。呈椭圆形薄片，鲜嫩香甜，为高档腊制品，常用作馈赠礼品。因营养丰富，不肥腻，食用方便，适于航空、航海、野外等工种人员及忌肥腻者食用。也可制腊鸭片、腊鹅片。产于广东。

【干鸡筋】 烹饪原料。鸡的腿筋，经干制而成。烹饪应用时，先用油发，再如猪、羊筋一样制成菜肴。云南菜有清汤凤筋。

【板鸭】 也称"腊鸭"、"统鸭"。烹饪原料。经腌制、板晒定型等程序制成的咸鸭。可供久贮、远运。肉鲜香而肥嫩，皮白肉红，可蒸煮后供食，也可用作菜肴原料。名产很多，风味各异。如南京板鸭、(福建)建瓯板鸭、(四川)白市驿板鸭、(湖南)乾州板鸭、(江西)南安板鸭等。南京有一种板鸭压制成琵琶形，又称"琵琶鸭"。

【腊鸭】 即"板鸭"。

【统鸭】 即"板鸭"。

【琵琶鸭】 见"南京板鸭"。

【腊鹅】 烹饪原料。鹅经填喂肥大后，于秋末冬初宰杀，去内脏，从胸部剖开压成饼状，加盐腌制数日，晾晒风干后收藏。宜于微火慢炖，炝后调味供馔。云南特产。

【腊野鸭】 烹饪原料。以野鸭制成，制作方法及食用方法同"腊鸡"、"腊肉"。湖南菜腊味合蒸、炒腊野鸭条等用之。

【腌胗】 烹饪原料。鸭胗剖洗干净，腌制后串挂晾晒风干。可作菜肴原料，也可泡制后或煮或蒸，切片供食。南京多产。

【咸肫肝】 烹饪原料。以家禽砂胃经腌制、晾挂而成。色黑形扁，甘香爽脆，宜蒸煮供食。产于广东、江苏等地。

【腊鹌鹑】 烹饪原料。鹌鹑经腌制、烘烤制成。成品每只重约 150 克，味甘、肉嫩、骨脆，可供煨、煮、蒸、炖，多用作滋补品，属高档名贵野味制品。也可腌制"腊斑鸠"、"腊乳鸽"供食用。产于广东。

【腊斑鸠】 产于广东。见"腊鹌鹑"。

【腊乳鸽】 产于广东。见"腊鹌鹑"。

【蛤士蟆干】 烹饪原料。蛤士蟆的干制品。经水发后供烹调应用，参见"蛤士蟆"。营养价值较高，含蛋白质 43.2%，碳水化合物 36.4 克。经泡发后宜于多种烹制方法。黑龙江菜有鸡茸蛤士蟆、三鲜烩蛤什蟆、清蒸蛤什蟆等。

【蛤士蟆油】 也称"田鸡油"。俗称"蛤蚧油"。烹饪原料。为雌蛤士蟆卵巢及输卵管上的脂肪干制品。产于东北。吉林产的较为著名。为名贵特产原料，"八珍"之一，又为国内外享有盛誉的名贵滋补品。经水发炖制，柔润绵软，风味腴美，制成甜、咸菜品，常用于高级筵席。中医认为其性平，味甘腥，对病后虚弱、身体消瘦、神经衰弱等有康复功效。

【田鸡油】 即"蛤士蟆油"。

【蛤蚧油】 "蛤士蟆油"的俗称。

【燕窝】 也称"燕蔬"、"燕窝菜"、"燕蔬菜"、"燕根"。俗称"燕菜"。烹饪原料。为雨燕科金丝燕属燕类的巢，系以其唾液混入羽绒或纤细海藻、乃至未消化小鱼虾筑成的。野生燕所筑的称"洞燕"；人工饲养的燕所筑的称"厝燕"。席上珍品。可单用，也可加配料，多制成汤、烩式菜，甜、咸均可，都为筵席主菜，如五彩燕窝、鸡茸燕菜等。据名厨与饮食名家体会，燕窝属珍贵原料，用之量不宜少，味不宜杂，忌配重(zhòng)味辅料掩其本味。可用作滋补品。中医认为其味甘，性平，可养阴润燥，益气补中，用治虚损痨瘵、咳喘咯血、久痢久疾、噎膈反胃。因质量有"白燕"、"毛燕"、"血燕"之分；因成品形状，有"燕盏"、"燕丝"、"燕条"、"燕碎"的不同，还有人造燕窝，所以需与之区别，以防混淆。

【燕蔬】 即"燕窝"。《粤录》："……一名燕蔬，以其补草木之不足，故曰蔬。榆肉产于北，燕窝产于南，皆蔬也。"

【燕窝菜】 即"燕窝"。见《闽部疏》。

【燕蔬菜】 即"燕窝"。见《本草纲目拾遗》。

【燕根】 即"燕窝"。

【燕菜】 "燕窝"的俗称。

【洞燕】 见"燕窝"。

【厝(cuò错)燕】 见"燕窝"。

【白燕】 也称"官燕"。俗称"崖燕"。烹饪原料。燕窝中的上品。为第一期窝，色洁白，偶带少数绒毛，发制后如细银鱼。

【官燕】 即"白燕"。因旧时经过人工去毛整理，列为贡品，故名。

【崖燕】 海南岛一带对"白燕"的俗称。

【毛燕】 也称"乌燕"。烹饪原料。燕窝中的次品。为第二期窝，即第一期窝被人采去后，补筑的第二个窝。色灰，因含灰黑色羽毛较多，故名。

【乌燕】 即"毛燕"。因其杂有燕毛，色泽灰黑，故名。

【牡丹毛燕】 烹饪原料。是毛燕中的上品。肉厚，色白，有光泽，毛较少。

【血燕】 也称"燕窝脚"。烹饪原料。为第三期窝，即第二个窝(即"毛燕")被采去后，加快赶筑的第三个窝。此时燕已临孵，因赶筑新巢，至口部流血，燕窝含有紫黑色血丝，故名。质量最次。

【燕窝脚】 即"血燕"。见《本草从新》。

【红燕】 烹饪原料。燕窝筑于含某些矿物质的岩壁，被岩壁流出的红色液体渗透，呈暗色。据称医疗补益作用高，较白燕珍贵。

【龙牙燕】 烹饪原料。体质较官燕光洁，形较圆而稍大，色白而有光泽，稍有毛，水发时膨胀幅度较大。

【暹罗燕】 烹饪原料。多为进口，体形较官燕略小，色黄，略有光泽，无毛无根，为菜肴所常用。

【燕盏】 烹饪原料。燕窝中的上品。色白，盏形，发制后呈玉米穗缨状。

【燕丝】 烹饪原料。燕窝中的较次品。因其发制后呈丝状，故名。

【燕条】 烹饪原料。燕窝中的次品。因其发制后呈条状，故名。

【燕碎】 烹饪原料。燕窝中的最次品。因其发制后呈散砂状，故名。

【燕饼】 烹饪原料。为毛燕浸解后，去除毛草，再加入海藻类胶质粘结成的块。应用同“毛燕”。

【土燕窝】 烹饪原料。为褐背金丝燕唾液所筑的巢。多分布于四川、湖北等地的岩壁或岩洞中。该燕以虫为食。燕窝色泽晦暗，质较差。食用同“燕窝”。

【人造燕窝】 烹饪原料。以海藻类植物经漂洗、日晒、水煮后制成。色洁白，无光泽，质粗而坚硬，有海藻味。可作燕窝食用，但无燕窝的补益作用。采购、应用时应加以区别，予以剔出。

【鲰(sū肃)】 烹饪原料。干鱼。《周礼·天官·庖人》：“夏行腊鲰。”据郑玄注：“鲰，干鱼。”

【淡鱼】 烹饪原料。淡晒的干鱼。《明道杂志》：“汉阳、武昌，滨江多鱼。土人取江鱼皆剖之，不加盐，暴江岸上，……候其干，乃以物压作鲰，谓之淡鱼。”

【河祇脯】 烹饪原料。干鱼。《事物异名录》“乾鱼”引《鸡跖集》：“武夷君食河祇脯。”注：“干鱼也。”

【鹅毛脡】 烹饪原料。以春鱼腌腊而成。《北户录》：“恩州出鹅毛脡，乃盐藏鲚，其味绝美，其细如虾。郭义恭：‘小鱼一斤千头，未之过也’。”

【鱼翅】 也称“鲛鲨翅”、“沙鱼翅”、“金丝菜”。烹饪原料。为软骨鱼类鲨或鳐的鳍的干制品。名贵海味。用为筵席主菜时即称为“鱼翅席”，为各菜系所广泛采用。发制加工较复杂。因其本身无显味，需用上汤或高档鲜料配制。适于扒、烧、烩、炖等烹调方法，菜式、菜品较多，质地脆嫩酥软，口感腴美。主要营养成分为干品含蛋白质 83.5%，脂肪 0.3%，属高蛋白、低糖、低脂肪食品。但缺少色氨酸。《本草纲目拾遗》认为其味甘，性平，可补五脏、清疾、益气开胃。鱼翅品种较多，各地名称不一，一般按部位分有：“背翅”、“尾翅”、“胸翅”和“套翅”（又因鱼种不同，分为多种）；按加工方法分有：“毛翅”、“明翅”、“净翅”、“堆翅”、“翅针”、“翅饼”；按加工成品形状分有：“月翅”、“饼翅”、“散翅”；按外观颜色分有：“白翅”、“青翅”、“黄翅”、“中色翅”、“沙婆翅”。此外，也有按产地的分法，并有一些特殊名称，如市场上分为四等，名称为“大肉翅”、“金花翅”、“荷色翅”、“皮针翅”。

【鲛鲨翅】 即“鱼翅”。见《医林纂要》。

【沙鱼翅】 即“鱼翅”。见《本草纲目拾遗》。

【金丝菜】 即“鱼翅”。见《本草求原》。

【翅板】 鱼翅的结构名称。指鱼鳍干制后的完整形态。因形如板状，故名。

【翅根】 鱼翅的结构名称。指一个完整的鱼鳍从鱼身上取下时的切割口部位。翅根一般均有鱼骨、鱼皮、鱼肉等。

【翅筋】 也称“翅针”。鱼翅的结构名称。指鱼鳍中的软骨。因其接近透明，光泽而似筋状，故名。

【翅针】 即“翅筋”。

【背翅】 也称“背翅”、“顶沙翅”、“背披刀”。俗称“披刀翅”、“劈刀”、“头围”、“二围”。烹饪原料。用脊鳍制成的鱼翅。一般用青鲨或白眼鲨的背鳍制成，略呈等边三角形，或为长三角形。肉少翅多，质量最佳，翅中有一层如肥膘似的肉，翅筋层层排列于肉内，胶质丰富，为鱼翅中的上品。

【脊翅】 即“背翅”。

【顶沙翅】 即“背翅”。

【脊披刀】 即“背翅”。

【披刀翅】 “背翅”的俗称。

【劈刀】 “背翅”的俗称。

【头围】 广东一带对（用近头部脊鳍制的）“鱼翅”的俗称。

【二围】 广东一带对（用近尾部脊鳍制的）“鱼翅”的俗称。

【黄肉翅】 烹饪原料。背翅的一种。以尖齿锯鳐的背鳍加工制成。三角形，翅板宽大，高度大于宽度，后缘较直，板面鼓壮。盾鳞大、紧密而光滑。褐黄色，有光泽，透光清晰，无鳍条钙化阴影。产于我国南海及菲律宾吕宋岛一带。

【象耳白刀翅】 烹饪原料。背翅的一种。用三锋锥齿鲨的背鳍制成。三角形，前缘向后倾斜，后缘下角伸出。板面宽短，灰白色。

【象耳刀翅】 烹饪原料。背翅的一种。用平头哈那鲨的背鳍制成。三角形，板面宽而薄，前缘向后倾斜，后缘凹入，下角伸出，灰褐色。

【猛鲨翅】 烹饪原料。背翅的一种。用姥鲨的背鳍制成。三角形，板厚大而平展，盾鳞粗糙，青灰色。

【脊披刀翅】 烹饪原料。背翅的一种。用双髻鲨的背鳍制成。三角形，板高而直立，顶端尖而薄。板面凸，表皮有由鳍条积起的顺棱。鳍根肉脚大，基骨弓弯，浅灰褐色。

【飞虎翅】 烹饪原料。背翅的一种。用圆犁头鳐的背鳍制成。三角形，板面宽大而平展，板薄，黄褐色，有白色斑点。

【群翅】 也称“裙翅”。烹饪原料。用大型犁头鳐的背鳍加工制成。长三角形，厚而挺实，高度大于宽度，后

缘直。盾鳞紧密而光滑，昏淡黄而明亮。按产地有“黄沙群翅”、“西沙裙翅”、“棉裙翅”、“珍珠群翅”之分。

【裙翅】 即“群翅”。

【西沙裙翅】 烹饪原料。群翅的一种。翅身软滑，是裙翅中的上品。产于印度孟加拉湾。

【黄沙裙翅】 烹饪原料。群翅的一种。黄色，有光泽，翅针粗软而滑，也是上品。产于非洲。

【棉裙翅】 烹饪原料。群翅的一种。翅身呈黑色，针长软滑。产于我国沿海及东南亚沿海。

【珍珠裙翅】 烹饪原料。群翅的一种。只有鱼尾才有翅针。最大的 200～300 克，沙粗难洗，可作鲍翅。产于日本。

【尾翅】 也称“钩翅”、“叉鱼翅”。俗称“钩尖”、“钩尾”、“三围”。烹饪原料。用尾鳍制成的鱼翅。一般用日本翅鲨、黑印真鲨、沙拉真鲨、润口真鲨、大青鲨和乌翅真鲨等的尾鳍制成。肉多翅最少，为鱼翅中最差的一种。又有“黑尾钩翅”、“五羊钩翅”之分。尾翅还可加工为“玉尾”、“玉洁”两种。

【钩翅】 即“尾翅”。

【叉鱼翅】 即“尾翅”。因其形似叉状，故名。

【钩尖】 “尾翅”的俗称。

【钩尾】 “尾翅”的俗称。

【三围】 广东一带对“尾翅”的俗称。

【黄肉尾翅】 烹饪原料。尾翅的一种。以尖齿锯鳐的尾鳍加工制成。呈叉形，叉间盾圆；上叶长于下叶，下叶前部有三角形突出，后部无缺刻。叶片宽短而发达，板面厚实。盾鳞紧密光滑。黄褐色，有光泽。

【群尾翅】 烹饪原料。尾翅的一种。用大型犁头鳐的尾鳍加工而成。叉形，上叶大而上翅，下叶前部呈三角形突出，后部无缺刻，叶片宽短壮实。盾鳞紧密而光滑，色泽黄而明亮。

【象耳白尾翅】 烹饪原料。尾翅的一种。用三锋锥齿鲨的尾鳍制成。叉形，叶长、宽而薄，尾椎骨上翘，下叶前部圆形而突出，后部有一缺刻，灰白色。

【象耳尾翅】 烹饪原料。尾翅的一种。用平头哈那鲨的尾鳍制成。叉形，下叶前部突出，后部有一缺刻，尾椎骨略上翘，灰褐色。

【猛鲨尾翅】 烹饪原料。尾翅的一种。用姥鲨的尾鳍制成。宽叉形，尾椎骨上翘，下叶向后斜伸，青灰色。

【脊勾尾翅】 烹饪原料。尾翅的一种。用双髻鲨的尾鳍制成。叉形，上叶宽而长，下叶前部三角形，后部有一缺刻。翅板厚实，皮层有由鳍条积起的顺棱，灰褐色。

【飞虎尾翅】 烹饪原料。尾翅的一种。用圆犁头鳐的尾鳍制成。叉形，叶片薄，上叶略大于下叶，尾椎骨上翘，灰褐色。

【黑尾钩翅】 烹饪原料。尾翅的一种。翅针软滑，多作散翅，有的可作鲍翅。产于我国东海、南海。

【五羊钩翅】 烹饪原料。尾翅的一种。翅身不很大，皮色灰白，有小黑点，可作鲍翅。产于我国南海。

【玉尾】 烹饪原料。尾翅的加工品之一。将叉形尾翅剖成两片，带骨的一片称玉尾，质量较次，因去了尾骨大都只剩尾皮；无骨的一片称“玉洁”，质量好，发制率高。

【玉洁】 烹饪原料。尾翅的加工品之一。参见“玉尾”。

【胸翅】 也称“上青翅”、“翼翅”。俗称“大骨翼翅”。烹饪原料。用鲨鱼的胸鳍制成的鱼翅。一般片大，呈三角形，板面一面凸，一面凹。凸面呈青色，凹面呈白黄色。肉多翅少，质量较差。

【上青翅】 即“胸翅”。

【翼翅】 即“胸翅”。

【大骨翼翅】 广东一带对“胸翅”的俗称。

【象耳翅】 烹饪原料。鱼翅的一种。用平头哈那鲨的胸鳍制成。三角形，两下角尖钝。板薄，背面为浅灰色，腹面为灰白色，板面有不规则的暗色斑点。

【猛鲨青翅】 烹饪原料。鱼翅的一种。用姥鲨的胸鳍制成。长三角形，板厚、大而平展，外角尖挺，内角平直，后缘稍凹。背面青灰色，腹面较浅。

【花鹿翅】 烹饪原料。鱼翅的一种。用皱鲨或豹鲨的胸鳍制成。等级较次。皱鲨者为三角形，豹鲨者为扇面形，板面均较薄，背面褐色，并具明显黑色斑点，腹面浅褐色。

【反白青翅】 烹饪原料。鱼翅的一种。用双髻鲨胸鳍制成。长三角形，板面较宽而凸出，板后缘略凹，鳍条稀疏并有明显突起。背面灰褐色，腹面为白色。

【象耳白翅】 烹饪原料。鱼翅的一种。用三锋锥齿鲨的胸鳍制成。三角形，上下角尖钝，板片薄。背面灰色，腹面白色。基角处卷凹似象耳。

【套翅】 也称“全副翅”。烹饪原料。鱼翅中，以某种鲨鱼或鳐的背翅、尾翅、胸腹翅组套供用者称套翅。常见者有“玉吉翅”、“沙翅”、“白婆沙翅”、“上色全副翅”、“中色翅”、“小杂翅”等。

【全副翅】 即“套翅”。

【上色全副翅】 烹饪原料。套翅的一种。为其中的高档品。其背鳍、尾鳍为青白色，胸鳍为外侧青灰、里侧灰白，均属淡性。发制率较高。多产于台湾高雄。

【玉吉翅】 烹饪原料。套翅的一种。用锯鲨的鳍制成。以背鳍两只、尾鳍一只为一套全副，翅形比犁头鲨翅略长；表面有脱沙黑影，翅筋暴露呈皱纹，附有肉夹筋，背鳍基部尾端有尖头。翅针多，质佳。以体形厚大者为上，有特、大、中、小档。胀性较差，但肉质腴糯，可作扒翅菜。

【沙翅】 烹饪原料。套翅的一种。用犁头鳐的鳍制成。以两只背鳍、一只尾鳍为全副。分为大沙、二沙、三沙、四沙四档，以体形大、翅针多、胀性足者为优质糯，可作扒翅。全副分开，背鳍也称沙翅，倘予剖开，上半部

带骨者称“尖翅”，下半部称“荷包翅”；尾鳍称“沙尾”。

【尖翅】 见“沙翅”。

【荷包翅】 见“沙翅”。

【沙尾】 见“沙翅”。

【白婆沙翅】 烹饪原料。套翅的一种。全副八只：背鳍、胸鳍、腹鳍各二只；臀鳍、尾鳍各一只。以胸鳍最大，质量也最好，分开后，胸鳍称“婆翅”；背鳍、臀鳍称“横如沙翅”；尾鳍称“沙婆尾翅”。胸鳍如再分开，上半部带骨者称“沙婆吉翅”，下半部称“沙婆净勾”。

【婆翅】 见“白婆沙翅”。

【横如沙翅】 见“白婆沙翅”。

【沙婆尾翅】 见“白婆沙翅”。

【沙婆吉翅】 见“白婆沙翅”。

【沙婆净勾】 见“白婆沙翅”。

【上色翅】 烹饪原料。套翅的一种。以元头鲨的鳍制成。全副四只：背鳍一只，称“上皮刀”；胸鳍两只，称“上青”；尾鳍一只，称“上色尾”。尾鳍如剖开，上半部带骨部分称“上色吉尾”，下半部称“上色净勾”。

【上皮刀】 见“上色翅”。

【上青】 见“上色翅”。

【上色尾】 见“上色翅”。

【上色吉尾】 见“上色翅”。

【上色净勾】 见“上色翅”。

【中色翅】 也称“杂翅”、“乌沙翅”。烹饪原料。套翅的一种。以杂鲨的鳍制成。全副四只：背鳍一只，称“中色皮刀”；胸鳍两只，称“中青”；尾鳍一只称“中色尾”。中色尾剖开后，上半部带骨的称“中色吉尾”，下半部称“中色净勾”。中色翅胀性比上色翅略差。

【杂翅】 即“中色翅”。

【乌沙翅】 即“中色翅”。

【中色皮刀】 见“中色翅”。

【中青】 见“中色翅”。

【中色尾】 见“中色翅”。

【中色吉尾】 见“中色翅”。

【中色净勾】 见“中色翅”。

【小杂翅】 烹饪原料。套翅的一种。由较小鲨鱼的背鳍、尾鳍和大鲨鱼的小鳍制成。翅形很小，每 500 克数十只，多用于加工“翅饼”。

【毛翅】 也称“皮翅”。烹饪原料。按加工方法分类的一种鱼翅。从鲨或鳐体上取下鳍后不去皮、不退沙，作成干制品的称毛翅。干制有二法：一为将鱼鳍和鱼皮一同取下，经浸洗、晒干，再从皮上割取鱼翅；另一法为直接从鱼体割下鱼翅，剔尽本部鱼肉，浸入 1～3%的盐溶液内擦洗，去除粘污，经淡水漂浸后，从基部穿孔悬挂晒干即成。毛翅以片大、翅根净白为佳。但需区别：以海水漂洗的，成品率较高，不耐贮藏；以淡水漂洗的，翅色洁白，质佳，成品率低，耐贮藏。毛翅成品以骨肉杂质少，无虫蛀，有光泽，光度足，五鳍成套的为佳品。

【皮翅】 即“毛翅”。

【退沙翅】 烹饪原料。指经过加工的鱼翅。有三种：一为已进行退沙出骨的长翅；二为退沙而未出骨的大翅；三为退沙去骨取得净翅筋的，可制成“明翅”、“堆翅”、“翅针”、“翅饼”等。

【明翅】 烹饪原料。按加工方法分类的一种鱼翅。以新鲜鳍翅加工或用毛翅复制而成。加工较为复杂，一般是经清洗（除表面粘液和污物）、加热保温（使其变白）、脱沙，然后剖成两片，去中骨后粘合，再经熏制干燥而成。以翅块完整，洁净半透明而有光泽、翅须长、骨质比重小而色浅黄的为佳品。又，广东湖州一带对鱼翅概称为明翅。

【净翅】 烹饪原料。按加工方法分类的一种鱼翅。相对于“毛翅”而言，指经过脱沙、去骨的净翅筋，要求翅筋粗长，色光明亮。可用于制成“翅针”、“翅饼”，通常散成“堆翅”。

【堆翅】 也称“凤尾翅”。烹饪原料。按加工方法分类的一种鱼翅。净翅制成后散堆的称堆翅，有“龙须堆”、“单堆”两种。

【凤尾翅】 即“堆翅”。

【龙须堆】 净翅的一种。翅筋修长，全体松散，仅根部相连，质量较好。

【单堆】 净翅的一种。翅筋短而小，质量较差。

【翅针】 也称“须翅”、“翅绒”、“翅条”。烹饪原料。按加工方法分类的一种鱼翅。鱼翅经加热、去沙后，自翅背至翅尾剖成两片，剔骨肉，分离出翅筋，再粘合成扇形，经熏制、干燥而成。还有用明翅加工的。以筋多骨少，色洁白，翅软平展整齐，半透明，稍有扭曲现象，扇形美观的为佳品；反之质次。

【须翅】 即“翅针”。

【翅绒】 即“翅针”。

【翅条】 即“翅针”。

【翅饼】 也称“饼翅”。烹饪原料。按加工方法分类的一种鱼翅。鱼鳍经清洗、加热、去沙后，剖成两半，去骨，再放热水中脱胶，去杂物后取翅筋盘成饼（或团）状，经熏制、干燥而成。翅筋较细短，故品位较次。以洁白透明（或半透明）、翅筋粗壮为佳品。又，为鱼翅按加工成品形状分类的一种鱼翅。

【饼翅】 即“翅饼”。

【月翅】 烹饪原料。按加工成品形状分类的一种鱼翅。一般用小型鲨鱼鳍经浸水、去沙后，刮取翅筋，整理成圆月形，再经熏制、干燥而成。

【散翅】 烹饪原料。按加工成品形状分类的一种鱼翅。鱼翅经加工后，翅针散乱的称散翅。

【中色翅】 烹饪原料。按外观颜色分类的一类鱼翅。色泽混而不清，不黄不白，金属淡性品，翅筋细而略硬，多产于台湾及福建。

【青翅】 烹饪原料。按外观颜色分类的一类鱼翅。多

以胸鳍制成。翅板外侧呈青灰色，里侧呈灰色，均为淡性。翅筋粗而糯嫩。质佳的称“净根上翅”；次的称“青翅上青”，翅根较大。多产于浙江、福建一带。

【净根上翅】 见“青翅”。

【青翅上青】 见“青翅”。

【白翅】 烹饪原料。按外观颜色分类的一类鱼翅。翅板表面有细灰砂，灰白色。翅筋较嫩，多用白绿鲨、骚鲨、双髻鲨、白眼鲨的鳍制成。多产于浙江、福建一带。

【黄翅】 烹饪原料。按外观颜色分类的一类鱼翅。上等品称“大肉翅”，淡品为多。旧时有进口黄翅，品种有香港老黄、暹罗黄、吕宋黄、金山黄、阿墩黄等，质量均可。我国的黄翅主产于海南岛一带。

【沙婆翅】 烹饪原料。按外观颜色分类的一类鱼翅。翅板较薄，砂层明显，翅筋呈微红褐色，质地较软糯，多淡性品。产于浙江温州和福建一带。

【大肉翅】 烹饪原料。因翅中有一层白色膏质层，如猪肥肉，翅筋整齐地排在内，故名。

【金花翅】 烹饪原料。鳍内无膏质层，翅筋外仅披薄皮，内有几层薄膜，发后即成散翅。质次于大肉翅。

【荷包翅】 烹饪原料。以小鲨鱼鳍干制而成。因翅板形如小荷包状，故名。翅板薄，翅筋细小，质地软嫩。

【皮针翅】 烹饪原料。此类鱼翅的翅板边部有明显的短翅针。翅根部的皮取下后，可作为鱼皮应用。

【牙拣翅】 烹饪原料。脊鳍和尾翅可作鲍翅，腹翅则作散翅。产于我国东海和日本海、太平洋。

【鱼肚】 也称“玉腴”、“鲔”、“鳔”、“白鳔”、“鱼脬”、“缹胶”、“鱼胶”。烹饪原料。用鱼鳔加工制成。为传统珍贵海味，“海八珍”之一。富于胶质，口感柔滑糯润，滋味腴美，多用于筵席主菜，为各菜系所广泛应用。入烹前需经发制，油发、盐发或水发。适于烧、扒、烩、炖及清汤等。名菜品式很多。营养成分为干品含蛋白质84.4%，脂肪0.2%，属高蛋白、低糖、低脂肪食品，营养价值较高，可用为滋补食品。中医认为其味甘，性平，可补肾益精、滋养筋脉、止血散瘀消肿。品种因鱼而异，有“鳖肚”、“黄唇肚”、“黄鱼肚”、“鳗鱼肚”、“鲫鱼肚”等。我国沿海均产。

【玉腴】 即“鱼肚”。《江邻几杂志》：“丁正臣裔玉腴来馆中。沈休文云：‘福州人谓之佩羹，即今鱼脬是也’。”

【鲔】 即“鱼肚”。见《本草纲目拾遗》。

【鳔】 即“鱼肚”。见《本草纲目拾遗》。

【白鳔】 即“鱼肚”。见《普济方》。

【鱼脬】 即“鱼肚”。见《本草纲目》。

【缹胶】 即“鱼肚”。见《本草纲目》。

【鱼胶】 即“鱼肚”。见《三因方》。

【鳖肚】 也称“鲩肚”、“毛常肚”、“毛鲭肚”、“米鱼肚”、“大肚”、“广肚”。烹饪原料。用鲩鱼鳔加工制成的鱼肚。为大型鱼肚类，以完整厚大而瓷实、淡黄或浅红、有光泽半透明、有鼓状波纹的为上品。广东一带认为长形起直纹者为“肚公”，阔形横纹身圆为“肚母”，质量以“肚公”为好。产于浙江及其以南地区。

【鲩肚】 即“鳖肚”。

【毛常肚】 即“鳖肚”。

【毛鲭肚】 即“鳖肚”。

【米鱼肚】 即“鳖肚”。

【大肚】 即“鳖肚”。

【广肚】 ①即“鳖肚”。②广东一带所产鱼肚的泛称。

【肚公】 见“鳖肚”。形如马鞍，色略带淡红，体质厚，重约500克，发性很好，可作甜食补品应用。

【肚母】 见“鳖肚”。形体略平展，质地薄，发性差。

【黄唇肚】 也称“皇鱼肚”。烹饪原料。用黄唇鱼的鳔加工制成。以金黄色、鲜艳有光泽、有鼓状波纹无伤残者为上品。此鱼肚是品种中最好、质量最高的，旧时曾列为贡品。因黄唇鱼很少见，故此鱼肚也罕见。产于东南沿海地区。

【皇鱼肚】 即“黄唇肚”。

【黄鱼肚】 也称“小鱼肚”、“花胶”。烹饪原料。用黄鱼的鳔制成。以片厚实、白色或淡黄色半透明、纯干、洁净、无油污及血丝的为上品。因生产季节不同，有“秋水肚”、“大水肚”之分。其干制品有“片胶”（“提片”、“吊片”、“黄片”）、“筒胶”、“长胶”等。产于浙江、福建沿海地区。

【小鱼肚】 即“黄鱼肚”。

【花胶】 即“黄鱼肚”。

【秋水肚】 也称“冷水肚”。黄鱼肚的一种。秋季捕捞的黄鱼，经取鳔加工成鱼肚称秋水肚。质量较好。

【冷水肚】 即“秋水肚”。

【大水肚】 也称“热水肚”。黄鱼肚的一种。春夏捕捞的黄鱼，经取鳔加工成的鱼肚称大水肚。品质略差。

【热水肚】 即“大水肚”。

【片胶】 黄鱼肚加工品之一。剪开鳔筒、平铺干制成的称片胶。有“提片”、“吊片”、“黄片”等品种。

【提片】 黄鱼肚加工品之一。一般体厚、片大，色泽淡黄而有光泽，质量最好。

【吊片】 黄鱼肚加工品之一。薄而较小，淡黄色而有光泽，质量中等。

【黄片】 黄鱼肚加工品之一。体形最小而又薄，为次品。

【筒胶】 黄鱼肚加工品之一。不剪开鳔筒而制成的称筒胶。

【长胶】 也称“带肚”。见“黄鱼肚”。黄鱼肚加工品之一。将碎小者剪开，去掉薄膜拉成小长条状晒干的称为长胶。也可用作工业粘合剂。

【带肚】 即“长胶”。

【鳗鱼肚】 也称“鳝肚”、“先肚”。烹饪原料。用海鳗

鱼的鳔加工制成。以洁净、淡黄色有光泽、无脂膜及污物者为上品。产于浙江及其以南沿海地区。

【鳝肚】　即“鳗鱼肚”。

【先肚】　即“鳗鱼肚”。

【脆肚】　也称“鲟鳇胶”。烹饪原料。鱼肚的一种。以鲟鳇鱼鳔制成。形大体厚，干制时已剖开，中间粗两头小，色白或淡黄，半透明。大者 2 千克左右，厚约 1.5 厘米；小者 500 克以上。鳔面有深浅皱纹，也为珍贵补品。产于黑龙江一带。

【鲟鳇胶】　即“脆肚”。

【鲴鱼肚】　俗称“肥鱼肚”、“笔架鱼肚”。烹饪原料。用长江所产鲴鱼的鳔干制而成。色白而肥厚。湖北菜虾仁笔架鱼肚、鸡茸笔架鱼肚，湖南菜火方肥鱼肚、发菜肥鱼肚等，均以之做成。此肚细嫩柔软，浓厚腴美，以鲜品入烹更佳。产于湖北石首县。

【肥鱼肚】　湖南一带对“鲴鱼肚”的俗称。

【笔架鱼肚】　“鲴鱼肚”的俗称。因其经干制后，透视时可见其内似有笔架形影，故名。湖北石首县特产。

【鱼唇】　烹饪原料。以犁头鳐、鲨鱼、洋鱼、黄鱼等的上唇（连带眼鳃）部分干制而成。犁头鳐最好，为名贵海味。质地脆软兼具，柔嫩腴美，细腻适口，为席上佳肴。宜于烧、扒、蒸、炖、烩或作汤，常用作筵席主菜。营养价值较高。淡水鱼中也有可制鱼唇的。沿海均产。

【鱼皮】　烹饪原料。以犁头鳐、青鲨、真鲨或姥鲨鱼等鱼的皮干制而成。含大量胶质和丰富的营养成份。经发制呈海绵状，可供烧、扒、焖、烩等，柔软滑韧，糯而不腻，丰腴可口。是较名贵的海味食品，常用为席上主菜。中医认为其味甘咸，性平，解诸鱼毒、杀虫、愈虚劳。沿海各地均产。

【鲛鱼皮】　烹饪原料。概指以鲨鱼皮干制而成的鱼皮。古已食用。见《本草经集注》。

【虎鲨皮】　烹饪原料。用豹纹鲨或狭纹虎鲨的皮干制而成。皮面较大，黄褐色，正面有暗褐色斑纹，反面为青褐色。烹饪应用参见“鱼皮”。鲨鱼皮古已食用，参见“鲛鱼皮”。产于福建、广东、浙江等地。

【公鱼皮】　烹饪原料。用沙粒虹的皮加工干制而成。皮面大，长 70 厘米左右，以厚实者为上品。表面灰褐色，反面白色，皮面上有密集扁平的颗粒状骨鳞。参见“鱼皮”。

【趸皮】　烹饪原料。用老石斑鱼的皮加工干制而成。广东菜常用，似牛皮，色灰褐，每 500 克可发出 1500 克。烹制后香浓皮滑，广东民间认为其可护肤益肾。参见“鱼皮”。

【鱼骨】　也称“明骨”、“鱼脑”。烹饪原料。用鲨鱼的鳃脑骨为主要原料加工干制而成。其他部分骨头，或其他软骨鱼类（如鲟鱼、鳇鱼等）骨头所制者，低薄而脆，质量较次。质酥脆爽口，软嫩透明，色白如玉。营养价值较高，含骨素较多，对神经、肝脏、循环系统等有滋补作用。宜于炖、焖、蒸、扒、烩、烧，也可加桂花与糖制成桂花鱼骨等式甜菜。

【明骨】　即“鱼骨”。

【鱼脑】　即“鱼骨”。

【鱼脆】　烹饪原料。以干鲟鱼头骨、鼻骨、脊骨，经多次漂、煮、蒸等过程，作去油、除腥处理，熬取成汁后冷却制成。形似凉粉，但晶莹光洁，口感爽滑滋糯，可供制桃油鱼脆、鱼脆果羹等菜。四川特产。

【咸鱼】　烹饪原料。经腌制的鲜鱼。可供久贮或远携，民间常用。可以蒸、煮、烧、炖，也可配肉或豆腐等烹食。因所用鱼品不同与加工技术精粗之异，所以质量高低不等，品种各别。

【腊鱼】　烹饪原料。鲜鱼于农历十二月腌制，并经熏烤贮以备用的称腊鱼。宜于蒸、煮、烧、炖，别具腊香，为腊味之一。凡用上法加工，并非在农历十二月制作的，俗也称为腊鱼。多见于湖南及其以南一带。

【风鱼】　烹饪原料。鲤鱼或青鱼经整治后，在腹肉上涂抹五香调料、盐等，晾干即成。食时需蒸熟撕成丝条。也供作菜肴原料。江苏菜风蹄，即以风鱼与猪蹄配制而成。

【鱼片】　烹饪原料。鱼的加工制品之一。鱼体剖为两片，去头尾、脏杂及骨质，经冻制的称“冻鱼片”；剖成两片后展平，经腌、干、熏制的称“卤鱼片”、“干鱼片”、“熏鱼片”。此类产品可供较长时间贮存，又供远运，经泡制后入烹制作菜肴，宜于烧、煮、烩、炖，也可蒸、炸。因所用鱼的品种不同和加工精粗不等，所以质量互有高低。

【冻鱼片】　鱼制品之一。见“鱼片”。

【卤鱼片】　鱼制品之一。见“鱼片”。

【干鱼片】　鱼的干制品。见“鱼片”。

【熏鱼片】　鱼的熏制品。见“鱼片”。

【鲞】　烹饪原料。①干鱼或腊鱼的概称。②将腌、干制成片状的食品称作鲞。如：笋鲞；牛肉鲞。

【淡鲞】　烹饪原料。以大黄鱼等海鱼不经腌制而加工成的干鱼。

【黄鱼鲞】　也称“大黄鱼干”、“白鲞”、“石首鱼鲞”、“鲞鱼”。烹饪原料。用大黄鱼加工制成的咸干品。含蛋白质 54.2%。一般多切条煨汤，或用配熬白菜、豆腐，也可直接蒸食。切块炖肉名黄鱼鲞烤肉，为江南名菜，浙江菜有白鲞扣鸡。中医认为其味甘，性平，可开胃、消食、健脾、补虚。

【大黄鱼干】　即“黄鱼鲞”。

【白鲞】　即“黄鱼鲞”。因其成品颜色偏白，故名。或泛指黄鱼及其他鱼的淡干制品。

【石首鱼鲞】　即“黄鱼鲞”。见《食疗本草》。

【鲞鱼】　即“黄鱼鲞”。见《本草纲目》。

【酶香鱼】　烹饪原料。用鳓鱼在较高的气温条件下，经盐渍、发酵而成。具有独特风味。晒干保藏的称“曹

白鱼鲞”、“鳓鲞”。食用方法参见“黄鱼鲞”。广东特产。

【曹白鱼鲞】 见“醃香鱼”。

【鳓鲞】 见“醃香鱼”。

【鳗鱼鲞】 也称“海鳗鲞”。俗称“风鳗”。烹饪原料。海鳗的淡干制品。广东有腌干品。一般直接蒸后切丝供食，也可和肉同炖。

【海鳗鲞】 即“鳗鱼鲞”。

【风鳗】 “鳗鱼鲞”的俗称。

【鲨鱼鲞】 也称“鲨鱼干”。烹饪原料。指小型鲨鱼经腌后的干制品。食用时先用开水烫5分钟，再入凉水浸泡去盾鳞，再与肉一同红烧或清炖。

【鲨鱼干】 即“鲨鱼鲞”。

【舌头鱼干】 也称“龙力干”。烹饪原料。用中、小型鳎目鱼、牙鲆、高眼鲽等加工制成的淡干品。食用时于泡发后醃面粉炸食，或配炖猪肉。另有腌干制品，可直接烤食。

【龙力干】 即“舌头鱼干”。

【劳子干】 也称“刺虎鲞”。俗称“老板干”。烹饪原料。用孔鳐干制而成。加工方法有多种：山东地区是将鲜鱼去内脏直接晒干，为淡干品；浙江地区则经腌制后再晒干。食用时多为泡洗后切小块用油炸食，或用配炖猪肉。山东一带常用以油炸后和白菜一同炖食。

【刺虎鲞】 即“劳子干”。

【老板干】 “劳子干”的俗称。

【孜孜鱼干】 也称“马面鱼干”、“橡皮鱼干”。烹饪原料。用绿鳍马面鲀剥皮、去内脏，经腌制后晒干而成。食用时先用凉水浸泡，供炖煮或醃面粉炸食。

【马面鱼干】 即“孜孜鱼干”。

【橡皮鱼干】 即“孜孜鱼干”。

【龙头烤】 烹饪原料。用龙头鱼经腌制后晒干而成。常用于蒸食，或醃面粉炸食，咸香鲜美。产于浙江、广东沿海。

【大口干】 烹饪原料。鳇鱼的腌制干品。因其俗称大口鱼，故名。用以清蒸食用，风味较佳。

【廷巴轴】 烹饪原料。鲜河豚经过严格处理，将头、皮、内脏、脊骨都去掉，只剩鱼肉，山东、辽宁等地称廷巴轴。可以如一般鱼类食用，味鲜美。有腌、干制品。

【乌狼鲞】 烹饪原料。河豚经去头、皮、内脏、脊骨等严格处理后，只剩鱼肉，再经腌制后，浙江一带称乌狼鲞；山东、辽宁一带称“廷巴干”。食用如一般咸鱼。

【廷巴干】 见“乌狼鲞”。

【臭鳜鱼】 烹饪原料。用鲜鳜鱼腌制后，有一种奇特的微臭味，经烹制则散发芳香，为徽州佳肴，徽菜的独特风味之一。产于安徽安庆至徽州一带。

【干板湟鱼】 烹饪原料。为青海湖裸鲤的干制品。因呈片状，故名。为淡干品，可供蒸、煮、烧、烤食用，风味独特。

【糟鲶鱼】 也称“糟鱼”、“酒糟鲞”。烹饪原料。用鳓鱼经腌制、切段，再经糟酒液浸制而成。肉质坚实，糟液明亮，糟香味浓。食用时一般带糟干蒸，味道鲜美，独具一格。产于浙江宁德等地。

【糟鱼】 即“糟鲶鱼”。

【酒糟鲞】 即“糟脍鱼”。

【梅鲚干】 烹饪原料。用淡水产的刀鲚鱼的淡干制品。多用于醮面粉炸食。

【海蜒】 也称“海蜒鱼干”。烹饪原料。为幼鲹的干制品。食用时经温水略浸泡、洗净，用作炒、烩菜肴的配料，或用于炖汤、制馅，或泡发后凉拌，味道鲜美。

【海蜒鱼干】 即“海蜒”。

【玉版鲊】 烹饪原料。以鲤鱼或鲟鱼腌制的咸鱼。见梅尧臣《和韩子华寄东华市玉版鲊》诗。

【银鱼干】 也称“银鱼丝”。烹饪原料。为银鱼的淡干制品。以鱼体大小均匀，色乳白或微黄而有光泽的为上品。清香适口，常用于烧、煮或炖汤，泡发后炒鸡蛋，别有风味。

【银鱼丝】 即“银鱼干”。

【面鱼脯】 烹饪原料。面鱼即银鱼。长江下游一带常将银鱼油炸保存，供随时食用。入烹作菜肴，称为面鱼脯。

【脆鳝】 烹饪原料。黄鳝汆熟后划肉，取其背肉，旺油炸熟，再炸一次至脆。可以直接调味供食，也可作焖煮原料。用以作汤，汤汁雪白而鲜美。江苏无锡菜有梁溪脆鳝。

【鱼香肠】 烹饪原料。以鱼肉为主料制成的香肠。有两种：一种纯用鱼肉调味制成；一种用鱼肉80%、猪肉8%、板油6%、淀粉4.5%，再加调味料制成，后者需经熏制，均为熟品，可供直接食用，也可切片供作菜肴。

【鱼松】 烹饪原料。一般选取脂肪少、肉纤维粗松的鱼类，经蒸煮去皮骨、脱脂、调味、杀菌、烘炒而成。质地松散柔软，滋味鲜美醇香。可直接食用，多用于凉拼盘的垫底、围边和衬托等，也可作馅。做鱼松常用的鱼有小黄鱼、大黄鱼、黄姑鱼等。

【龙鱼肠】 也称“龙肠”、“龙胎”、“鲟龙鱼肠”。烹饪原料。用黄鱼、鲫鱼等的肠子经干制而成。形如宽粉条，滋味清美，营养丰富。可供烧、扒、烩或作汤。名菜有糟烩龙鱼肠、清汤龙鱼肠、芙蓉龙鱼肠等。

【龙肠】 即“龙鱼肠”。

【龙胎】 即“龙鱼肠”。

【鲟龙鱼肠】 即“龙鱼肠”。

【鱼丸】 也称“鱼腐”。俗称“鱼鼓”。烹饪原料。有汆鱼丸、炸鱼丸两种。鱼去皮骨后取肉剁茸，加淀粉和调味料，经搅拌并随加清水，搅至粘稠上劲，即可汆制或油炸。制成的鱼丸可作主料做汤菜，或作烩菜配料。湖南有菜鱼丸火锅；湖北有菜桔瓣鱼丸；广西有菜滑炒鱼鼓；北京有菜独鱼腐。

【鱼腐】 即“鱼丸”。除丸状外，也有制成条状、块状

的。行于北京等地。加入其他材料的称“花腐”。又，广东一带制鱼腐时，还加鸡蛋清、面粉等，炸熟成丸供用。

【鱼鼓】 广西一带对“鱼丸”的俗称。不加面粉。

【花腐】 烹饪原料。鱼肉制鱼丸至搅成稠糊状时，加入蟹黄(或熟蛋)、虾仁、黄瓜、冬菇、火腿等切成的绿豆丁，拌匀再挤制成鱼丸，即成花腐。天津有菜汆花腐。

【鱼糕】 烹饪原料。以湖北江陵一带所制为著名。鱼去皮骨取肉，经剁茸后，加鸡蛋、淀粉及调味料，搅拌至粘稠，蒸熟即成。可切片或块，供作菜肴主料，或作配料。名菜有湖北的鱼糕丸子，但此菜的鱼糕制作时需加入肥膘丁。多见于湖北、江西、湖南一带。

【鱼生】 也称“鱼脍”。烹饪原料。取鲜活鱼肉切成片，可供直接蘸调味料食用；也可烫食、涮食；也供炒食。但吃生鱼肉易致某些寄生虫病(如鱼绦虫等)，宜慎食。

【鱼脍】 即“鱼生”。

【鱼粉】 也称“食用鱼粉”。烹饪原料。以新鲜鱼肉为原料，经脱脂、脱腥、粉碎、干燥等工序精制而成。可供制作鱼丸、鱼馅、鱼糕等，也可用于调味。

【食用鱼粉】 即“鱼粉”。因其区别于用低杂鱼或鱼下脚料所制的饲料鱼粉，故名。

【鱼籽】 烹饪原料。以大马哈鱼、鲟鳇鱼、鲱鱼、鲐鱼、大黄鱼等的卵腌制而成。多供作凉拌，或涂夹面包、馒头片食用。营养丰富，除蛋白质、脂肪含量多外，并含多量维生素A。其中的“大马哈鱼籽”、“鲟鱼籽”和“鳇鱼籽”均为高级食品。

【大马哈鱼籽】 也称“鲑鱼籽”、“红鱼籽”。烹饪原料。用鲑鱼的卵，经破卵衣、加盐、搅拌、腌浸、筛去卵衣即成。色鲜红，形似大豆，颗粒上附有粘液，半透明。为高级海味产品，营养丰富，常用于凉拌。参见“鱼籽”。

【鲑鱼籽】 即“大马哈鱼籽”。

【红鱼籽】 即“大马哈鱼籽”。因其色鲜红透亮，故名。

【黑鱼籽】 烹饪原料。以鲟鱼或鳇鱼的卵加工制成(加工方法见“大马哈鱼籽”)。为黑褐色绿豆大小圆粒，外附粘液，晶亮而半透明。食用方法参见“鱼籽”。营养价值高于“大马哈鱼籽”含有类卵磷脂，对神经组织补养功效明显。

【鲟鱼籽】 烹饪原料。黑鱼籽的一种。因以鲟鱼卵制成，故名。产于四川宜宾一带。

【鳇鱼籽】 烹饪原料。黑鱼籽的一种。因以鳇鱼卵制成，故名。产于黑龙江。

【鱼籽酱】 也称“卵酱”。烹饪原料。鱼籽腌制后，经搅拌成稠糊状的成品称鱼籽酱。可涂夹面包食用，味鲜美。

【卵酱】 即“鱼籽酱”。《礼记》：“濡鱼，卵酱实蓼。”疏：“卵谓鱼子，以鱼子为酱。”

【鱼信】 烹饪原料。用鲨鱼、鲟鱼等大型鱼类的脊髓干制而成。色白质嫩，性较脆，经蒸、泡发后，为高级汤菜原料。天津菜有汆鱼信、扒鱼信、清炒鱼信等。

【海参】 也称“土肉”、“海男子”。俗称“脱参”、“海鼠”。烹饪原料。为棘皮动物门海参纲动物的统称。我国沿海分布有60余种，供食用的有20余种。一般均经干制，分“光参”、“刺参”两大类，为名贵海味，属“海八珍”之一。常用作席上主菜，为各菜系所广泛采用。经发制后，宜于多种烹调方法，最宜烧、扒、烩、熘，也可用以汆汤、作馅。肉质软滑柔润，口感爽嫩腴美，惟其自身无显味，必须佐以上汤。干品营养成份为：蛋白质61～76%，脂肪0.9～1.1%，碳水化合物10.7%，无机盐3.4～4.3%。所含氨基酸与鱼、肉相似。所含明胶一氨较多，并含多量粘蛋白，其中包括硫酸软骨素的一种组织成分，与减缓衰老进程有关，于健康有益。中医认为其味咸，性温，可补肾益精、养血润燥。《随息居饮食谱》：“凡产后、病后、衰老尪羸，宜同火腿或猪羊肉煨食之。”

【土肉】 即“海参”。见《记海错》。

【海男子】 即“海参”。《五杂俎》：“海参，辽东海滨有之，一名海男子。”

【脱参】 广东潮州一带对“海参”的俗称。

【海鼠】 “海参”的俗称。

【刺参类】 也称“黑参”。烹饪原料。海参的一大类。生有肉疣，多为黑色。包括“刺参”、“梅花参”、“黄玉参”、“花刺参”等品种。

【黑参】 即“刺参类”。因以其多为黑色，故名。

【刺参】 也称“灰参”。烹饪原料。属刺参类(Stichopus japonicus)。为参类中最好的品种之一。体近圆柱形，灰黑色，两端钝圆，腹面较平坦，背有4～6行肉刺。以肥壮肉厚、刺挺拔、无残缺、刀口紧厚外翻为上品。干品每500克可出水参3.75～4千克。产于烟台等海域。

【灰参】 即“刺参”。

【梅花参】 也称“凤梨参”。烹饪原料。属刺参类(Thelenota ananas)。为海参中体型最大的一种。因背上布满大小不等的尖刺，基部相连形似花瓣，故名。体为长筒形略扁，腹内有五对收缩肌。以厚实完整、刺尖挺、刀口整齐、腹内肉面平整无残缺为上品。每500克干品可出水参2.5千克。产于海南岛、西沙群岛等海域。

【凤梨参】 即“梅花参”。

【花刺参】 也称“方刺参”、“方参”、“黄肉”、“白刺参”。烹饪原料。属刺参类(Stichopus variegatus)。为南海重要食用参。体呈方柱状，细长30～40厘米，体棱上有四行肉刺，腹面有细小吸盘，色土黄略红。以粗细均匀、平直肥壮、无残破为上品。每500克干品可出水参3.25～3.5千克。产于广西海域。

【方刺参】 即“花刺参”。因其体呈方形并有疣刺，故

名。

【方参】 即“花刺参”。因其体呈方形,故名。

【黄肉】 即“花刺参”。

【白刺参】 即“花刺参”。

【黄玉参】 也称“黄肉参”、“明玉参”。烹饪原料。属刺参类。体近圆柱形,两端钝圆,腹面略平坦,背部有很多疣状突起,疣上有小颗粒,形如秃刺。以粗壮肥厚、无凹陷残损及砂包者为上品。每500克干品可出水参3.25千克左右。产于广东、广西及西沙群岛海域。

【黄肉参】 即“黄玉参”。

【明玉参】 即“黄玉参”。

【光参类】 也称“白参”、“什色参”。烹饪原料。海参的一大类。无肉疣,多为白色或灰白色,有“瓜参”、“黑乳参”、“靴参”、“茄参”、“克参”等品种。

【白参】 即“光参类”。因其多为白色或灰白色,故名。

【什色参】 即“光参类”。因其区别于黑色的刺参,多为他色,故名。

【瓜参】 也称“白瓜参”。俗称“海茄子”。烹饪原料。属光参类(Cucumaria japonica)。形似刺参,皮细肉质薄,表面光滑有小皱纹,通常灰褐色,肉为黑褐色。以完整肉厚、光滑少皱、无残为上品。每500克干品可出水参2千克左右。产于浙江及其以南海域。

【白瓜参】 即“瓜参”。

【海茄子】 “瓜参”的俗称。

【赤白瓜参】 烹饪原料。属光参类。体较一般海参为粗大,长筒形,有的两侧有乳状突起。背部棕褐或灰黑色,腹面黄白色或白色。以体形完整、肥厚坚实、刀口整齐、腹肉干净、无残或穿孔者为上品。每500克干品可出水参2.25千克上下。产于广西、广东及西沙群岛海域。

【黑乳参】 也称“乌圆参”、“开乌参”、“乌参”、“大乌参”。烹饪原料。属参类(Holothuria nobilis)。优良品类之一。体粗短圆筒形,两端稍尖,背部细,为黑褐色,两侧及腹部为褐色,肉为青棕色或青色,半透明。以鼓状坚实、皮平展无皱褶、刀口整齐、内外无残痕为上品。每500克干品出水参2.75千克。产于广东、广西海域。上海菜虾籽大乌参即以之制成。

【乌圆参】 即“黑乳参”。

【开乌参】 即“黑乳参”。

【乌参】 即“黑乳参”。

【大乌参】 即“黑乳参”。

【靴参】 也称“白底辐肛参”、“赤瓜参”。俗称“白底靴”。烹饪原料。属光参类(Actinopyga mauritiana)。体近圆筒形,长约30厘米,背部有细小疣足、管足;腹面似足底。背部青褐色,腹部白色。以肥实鼓状、刀口整齐、腹肉干净、无残者为上品。每500克干品可出水参2.25千克。产于广西、广东海域及西沙群岛。

【白底辐肛参】 “靴参”的动物学名称。

【赤瓜参】 即“靴参”。

【白底靴】 “靴参”的俗称。因其腹面白色似足掌,故名。

【五角瓜参】 烹饪原料。属光参类(Pentacta quadrangularis)。体呈四方柱状,长10厘米。沿体四棱各有一行排列规则的锥形大疣足。腹面平坦,管足排列为三纵带。肛门偏于背面,周围有五个小齿和五个鳞片。体壁硬。生活时呈粉红色和红色。生活于潮间带。其质地较差。福建和广东海域常见。

【茄参】 也称“花瓶参”。烹饪原料。属光参类。色黑肉薄,形似茄子或花瓶,个体大小不一,无肉刺,质量一般。产于东海及南海海域。

【花瓶参】 即“茄参”。

【克参】 也称“乌狗参”。烹饪原料。属光参类。产于海南岛及西沙群岛海域。圆筒形略扁,粗细不等,两端渐细。皮面光滑,有不规则大疣突。腹部有砂粒状小管足,黑色。品质较次,以粗壮厚实、无残痕者为上品。每500克干品可出水参约2千克。

【乌狗参】 即“克参”。

【玉足海参】 也称“荡皮参”。烹饪原料。属光参类(Holothuria leucospilota)。是我国南方沿海最普通的海参之一。体呈圆筒状,长20厘米。口偏于腹面。背面具疣足和管足。腹面具管足,排列无规则,肉薄质次,干制品的胀发力较小。

【荡皮参】 即“玉足海参”。

【乌虫参】 也称“香参”。烹饪原料。属光参类。圆柱形,两端略尖。皮细净,无疣刺状体。黑灰透棕红色,腹面浅棕色。以完整壮实、无残、无鼓肚及砂包者为上品。每500克干品可出水参约2.75千克。产于广东海域。

【香参】 即“乌虫参”。

【猪虫参】 烹饪原料。海参的一种。体近圆筒形略扁,两侧较平坦。皮老厚粗硬,布有小疣,青黑色,有的浮现白圆圈。肉灰黑色。以完整肥实、厚度均匀、平整不秕、内膛无残破为上品。每500克干品可出水参约2千克。产于广东及西沙群岛海域。

【白石参】 烹饪原料。海参的一种。长筒状略扁。背部有疣体,浅黑色;两侧下沿及腹面白色。腹部有粉状石灰质层,腹内有收缩肌。以完整厚实、石灰质层薄、无破孔者为上品。水发前必须用火燎去外皮,否则发不开。每500克干品可出水参约2千克。产于海南岛及西沙群岛海域。

【白秃参】 烹饪原料。海参的一种。国外进口,肉厚,色白,半透明,长达10～13厘米,个重150～200克,属优质品种。

【海鼠肠】 烹饪原料。海参的肠子经腌制而成。营养丰富。

【参花】 烹饪原料。海参生殖腺的干制品。味颇鲜美，泡发后可作多种菜肴。

【海棒槌】 也称“海老鼠”。烹饪原料。属棘皮动物门海参纲芋海参科动物(Paracaudina chilensis var. vansonnetii)。肉质薄而柔软，鲜嫩爽脆。烹调时将内脏除净，宜于爆炒、烩等；也可干制。沿海均产。

【海老鼠】 即“海棒槌”。

【海地瓜】 也称“海茄子”。烹饪原料。属棘皮动物门海参纲芋海参科动物(Acaudina molpadioides)。肉质糯软但较薄，味也较差。宜于炒、烩等，也可制成干品。沿海均产。

【海茄子】 即“海地瓜”。

【鱿鱼干】 也称“柔鱼”、“鱿鱼”。俗称“土鱿”、“八带鱼”。烹饪原料。属软体动物门动物。供制鱿鱼干者主要有：中国枪乌贼、台湾枪乌贼、太平洋柔鱼。此外还有火枪乌贼、日本枪乌贼、莱氏枪乌贼等。可鲜食，但多以淡干制品供作烹饪原料，口感滑润柔嫩，滋味鲜美香醇，为筵上珍品，“海八珍”之一。可出多种刀型，加热后能卷曲，赋予菜肴以美感；又适宜多种烹调方法，包括拌、烘、烤食，并宜任何调味；干品并可久贮、远运，故为各菜系所广泛采用，菜品很多。山东有菜双色鱿鱼卷；湖南有菜麦穗鱿鱼卷；云南有菜脆响鱿鱼；河南有菜烧鱿鱼；陕西有菜胡辣鱿鱼丝；四川有菜玻璃鱿鱼等。干鱿鱼主要产于广东、福建等地，有“临高鱿”、“吊片鱿”、“汕尾鱿”、“竹叶鱿”之分，另有日本产的“排鱿”，体长在20厘米以上的为甲级品，14～20厘米的为乙级品，14厘米以下的为丙级。营养价值高，干品含蛋白质66.7%，脂肪7.4%。

【柔鱼】 即“鱿鱼干”。《本草纲目》引《图经本草》：“一种柔鱼，与乌贼相似，但无骨耳。越人重之。”

【鱿鱼】 即“鱿鱼干”。

【土鱿】 广东一带对(本地所产)“鱿鱼干”的俗称。

【八带鱼】 ①朝鲜族对“鱿鱼干”的俗称。②“章鱼”的俗称。

【临高鱿】 烹饪原料。鱿鱼干的品种之一。肉嫩身大，色泽金黄而透明。产于广东海南临高县及北部湾一带。

【吊片鱿】 也称“九龙吊片”。烹饪原料。鱿鱼干的品种之一。肉质细嫩，色泽金黄、透明。产于广东宝安、香港沿海。

【九龙吊片】 即“吊片鱿”。

【汕尾鱿】 也称“汕头鱿鱼”烹饪原料。鱿鱼干的品种之一。身厚，色泽金黄。产于广东汕尾一带。

【汕头鱿鱼】 即“汕尾鱿”。

【竹叶鱿】 烹饪原料。鱿鱼干的品种之一。形似竹叶，色泽金黄。产于广东阳江、东平，广西北海等地。

【排鱿】 烹饪原料。鱿鱼干的品种之一。身粗大，须短，色泽红黑。产于日本。

【本港鱿鱼】 烹饪原料。为福建厦门港出产的鱿鱼干。肉脆味美，胴肉占全身6/10，在国际市场上称作本港鱿鱼。

【章鱼干】 烹饪原料。由真蛸、长蛸或短蛸加工制成。经日晒干透的，为淡干品。以肉体坚实，肉腕完整，体色棕红而鲜艳，浮有白霜的为上品。食用方法参见“鱿鱼干”。

【熟八带】 烹饪原料。用小章鱼经煮熟、晒干制成。以肉质肥厚、头腕齐全、棕紫色的为上品。烹调时先以热水泡软，切片、供炒或作汤，均很鲜美，和肉同炖，别有风味。

【螟蛸鲞】 也称“明鲞”、“脯鲞”、“目鱼干”、“墨鱼干”、“乌鱼干”。俗称“北脯”、“明脯”。烹饪原料。无针乌贼的干制品。《日用本草》：“盐干者为明鲞，淡干者为脯鲞。”经水发后入烹，烹调加工方法参见“鱿鱼干”，风味逊于鱿鱼，为家常美味。营养价值高，含蛋白质68.4%，脂肪4.2%。沿海均产。

【明鲞】 即“螟蛸鲞”。见《日用本草》。

【脯鲞】 即“螟蛸鲞”。见《日用本草》。

【目鱼干】 即“螟蛸鲞”。

【墨鱼干】 即“螟蛸鲞”。

【乌鱼干】 即“螟蛸鲞”。

【北脯】 山东青岛、烟台地区对“螟蛸鲞”的俗称。

【明脯】 浙江舟山、温州、台州地区和福建晋江、惠安地区对“螟蛸鲞”的俗称。

【籽乌】 烹饪原料。用枪乌贼科的小型种籽乌，经盐水煮熟后晒干而成。烹调时，热水泡软，切片后汆汤、炖肉、炒菜、打卤等均可，味鲜美，为民间食品。产于山东半岛北部沿海及辽宁长海，河北黄骅等地。

【乌鱼蛋】 也称“墨鱼蛋”、“乌贼蛋”、“目鱼蛋”。烹饪原料。为雌性乌贼的缠卵腺经腌后干制而成。墨鱼为高级海味品。烹调时先泡去盐水，再以热水浸泡片刻，置于凉水中剥去膜皮，分开卵片，即可入烹。宜烩、煮或作汤，需加胡椒粉，味很鲜美。河南有菜酸辣乌鱼蛋。中医认为其味咸，可开胃利水。

【墨鱼蛋】 即“乌鱼蛋”。

【乌贼蛋】 即“乌鱼蛋”。

【目鱼蛋】 即“乌鱼蛋”。

【墨鱼穗】 烹饪原料。为雄性乌贼生殖腺的干制品。烹调方法参见“乌鱼蛋”。

【海粉】 也称“红海粉”。俗称“海粉丝”、“海挂面”。烹饪原料。为软体动物门海兔科动物蓝斑背肛海兔(Notarchus leachii cirrosus)的卵带。卵带呈青绿色索状，形同粉丝，干制后供食用。可与冰糖同炖作清凉饮料；也可作菜肴。宜于炒、拌，味鲜美。干品含蛋白质31.67%，脂肪9.27%。中医认为其味甘咸，性寒，可清热养阴、软坚消痰，用治肺燥咳喘、瘿瘤瘰病。

【红海粉】 即“海粉”。见《本草纲目拾遗》。

【海粉丝】 “海粉”的俗称。

【海挂面】 “海粉”的俗称。

【鲍鱼干】 也称“干鲍”、“紫鲍”、“盘鲍”。烹饪原料。鲍鱼的干制品。著名烹饪原料“海八珍”之一。烹调加工方法参见“鲍鱼”。含蛋白质40%，并含食糖原甜菜碱。中医认为其有调经、润燥、利肠等功能。制品有明鲍、灰鲍等，又有“网鲍”、“麻窝鲍”、“吉品鲍”、“改良鲍”之分。

【干鲍】 即“鲍鱼干”。

【紫鲍】 即“鲍鱼干”。

【盘鲍】 即“鲍鱼干”。

【网鲍】 烹饪原料。鲍鱼干制品中的中上品。鲍身椭圆形，四周完整，裙细并无珠边，色泽金红，有如京柿，肉质肥润鲜美，每500克干货发起后可得850克，另鲍枕约20克。以印度洋出产最多。

【窝麻鲍】 烹饪原料。鲍鱼干制品之一。鲍身扁有孔，小艇形，每500克干货发起后可得750克，另鲍枕约25克。以日本产量最多。

【吉品鲍】 烹饪原料。鲍鱼干制品之一。鲍身象元宝形，身厚带硬，枕高，金红色，每500克干货发起后约得750克，另鲍枕约50克。产于我国黄海和日本，以日本较多。

【改良鲍】 烹饪原料。鲍鱼干制品之一。色淡白，鲍身较小，略带腥味。每500克干货发起约得750克，另鲍枕约45克。我国沿海均有生产。

【蚝豉】 烹饪原料。牡蛎肉的干制品。有“生蚝豉”、“熟蚝豉”两种，又有“干蚝”、“爽蚝”等之分。一般以颜色金黄或略带绿头青者为上品。味鲜美，泡发后可煨汤、炒菜，加入炖肉中别有风味，也可挂糊油炸。含蛋白质45～57%，脂肪7～11%。广东名产。

【生蚝豉】 也称“乳蚝”。烹饪原料。将生蚝肉用竹枝或绳串起晒干而成。以色金黄而肉肥壮饱满为上品，多用作礼品。烹调方法参见“蚝豉”。

【乳蚝】 即“生蚝豉”。

【熟蚝豉】 烹饪原料。牡蛎肉连汁入开水锅煮20分钟，捞出沥干再晒干即成。以色深黄有光泽而肥壮饱满为上品。烹调方法参见“蚝豉”。

【干蚝】 烹饪原料。牡蛎肉直接晒干制成。蚝身饱满。烹调方法参见“蚝豉”。

【爽蚝】 烹饪原料。牡蛎肉略晒后再加工而成。较为干爽，以不粘手为佳。烹调方法参见“蚝豉”。

【淡菜】 也称“海红干”、“贻贝干”。烹饪原料。贻贝干制品的通称。制成蝴蝶状的称“蝴蝶干”。泡发后即可入烹(如炖食可直接下锅)，宜于多种烹调方法，多作肉类配料，可红扒、清炖、煨汤，也可打卤或烧豆腐、萝卜、冬瓜。《食疗本草》：“常时烧食即苦不宜人，与少米先煮熟，后除去毛，再入萝卜或紫苏或冬瓜同煮，即更妙。”含蛋白质59%。中医认为其味甘，性温，可治虚劳伤惫、精血衰少、吐血之痢、肠鸣腰痛等症。

【海红干】 即“淡菜”。

【贻贝干】 即“淡菜”。

【蝴蝶干】 见“淡菜”。

【蛏干】 烹饪原料。蛏晒制的干品。有两种：一种为鲜品晒制，保持了原有营养与滋味，味浓；一种是先煮熟后再晒制的，味较逊，但煮蛏的汤可制蛏油。蛏干蛋白质含量为48%。经泡发后可供多种烹调。河南有菜烧酿蛏干、清汤蛏子、烧蛏干。

【蚬干】 烹饪原料。河蚬肉煮熟后干制而成。发制法同“蛤蜊干”。可供烧、煮、烩或作汤，也可切碎作馅。含蛋白质51%。

【冻蚬】 烹饪原料。鲜蚬肉经冻制而成。食用方法参见“蚬”。

【醉螺】 也称“醉泥螺”、“吐铁”。烹饪原料。以泥螺经甜酒渍制成。内含脂膏，风味独特，为佐酒佳味。名产有江苏盐城伍佑的伍佑醉螺。《楷弟观颐录》：“吐铁出海宁者，无脂多泥，肉韧不堪食。出宁波者，极大，多脂无泥，肉脆，水洗三次，用甜生白酒浸半日，待盐味出，换白酒酿，加烧酒或单用烧酒浸亦可，必入白糖，藏久不坏。”中医认为其味甘咸，性寒，可补肝肾、益精髓、明目、生津，润燥。

【醉泥螺】 即“醉螺”。因其系用泥螺制成，故名。

【吐铁】 即“醉螺”。

【螺豆腐】 烹饪原料。选用洱海螺蛳，刮刀后集其蛋液，用沸水一汆，其液凝固后用纱布滤干水份，即成。冰糖螺豆腐是白族民间补品之一。产于云南大理市。

【江珧柱】 也称“马甲柱”、“蛤柱”、“角带子”。俗称“大海红”。烹饪原料。名贵海产。以江珧的闭壳肌干制而成。俗也称干贝，实非一物。江珧柱肉粗个大，味也稍逊；干贝仅一个柱心，江珧柱有两个柱心。古已食用，《酉阳杂俎》：“玉珧形似蚌，长二三寸，广五寸，……壳中柱炙食味如牛头肫项。”《委宛录》：“惟中肉柱长寸许，白如珂雪，以鸡汁瀹食肥美，过火则味尽也。”今河南有菜烧江干；广东有菜蒜子珧柱脯；云南有菜烩花仙珧柱。中医认为其味甘咸，性平，可滋阴、补肾、调中。

【马甲柱】 即“江珧柱”。

【蛤柱】 即“江珧柱”。陆游《剑南诗稿·读近人诗》：“蟹螯蛤柱岂同科。”

【角带子】 即“江珧柱”。

【大海红】 北方一些地区对“江珧柱”的俗称。

【干贝】 俗称“江干”。烹饪原料。为扇贝闭壳肌的干制品。筵上佳品。味很鲜美，可鲜用。干品经泡发去柱筋后即可入烹，宜于多种烹调方法，可制多种菜式，既可作主料，也可作配料，泡干贝的汤水还可用于调味，故为各菜系所广泛采用。成品以颗粒整齐、坚实饱满、丝体清晰、色黄光泽、面有白霜者为上品。含蛋白质

63.7%，脂肪 3%，碳水化合物 15%。

【江干】 河南一带对“干贝”的俗称。

【带子】 也称“杂贝干”。烹饪原料。日月贝闭壳肌的干制品。鲜品称“湿带子”。名贵海味品，味逊于干贝。烹调加工方法参见“干贝”。

【杂贝干】 即“带子”。

【湿带子】 烹饪原料。为日月贝闭壳肌的鲜品。味鲜美，可供多种烹调方法，既可拌、炒，又可烧、烩，还宜作汤。

【蚝筋】 也称“海蚌筋”、“柯筋”。烹饪原料。砗磲闭壳肌的干制品。烹调加工方法参见“干贝”。

【海蚌筋】 即“蚝筋”。

【柯筋】 即“蚝筋”。

【蛤蜊干】 也称“蛤子干”。烹饪原料。为青蛤、文蛤等经煮熟后，取肉晒干制成。以大小均匀、完整饱满、色黄有光而干度足者为上品。可以直接嚼食，一般多于泡发后入烹，宜于烧、煮、炖、烩等菜式，也可炒，或打卤、煨汤。味鲜美。

【蛤子干】 即“蛤蜊干”。

【海螺干】 烹饪原料。为香螺、红螺、玉螺、马蹄螺等螺类的肉，经盐水煮熟后的干制品。切片晒制者称“海螺片干”。以肉净色黄有光泽，干度适中无异味者为上品。经泡发后入烹，为大众化食品，宜于多种烹调方法，为海杂拌等菜式所常用，味香美。

【海螺片干】 见“海螺干”。

【蚶子干】 烹饪原料。为毛蚶、泥蚶或魁蚶肉的干制品。以色淡红、新鲜光泽、完整干足为上品。经泡发后入烹，为普通水产食品，宜于炖、煮、煨、烧。东北习用以配酸菜食用，味很可口。

【海蜇】 也称“石镜”、“水母”、“蜡”、“槔蒲鱼”、“海蛇”、“水母鲜”。俗称“镜蜇”、“面蜇”、“蚱鱼”、“痒马头”、“蛤”。烹饪原料。属腔肠动物门钵水母纲海蜇科动物。我国有：海蜇(Rhopilema esculentum)；黄斑海蜇(R. hispidum)；棒状海蜇(R. verrilli)。沿海均产。我国是世界上最早利用海蜇的国家。鲜品含水分多，少供直接食用，须经用明矾、食盐加工处理后，供菜肴应用。伞部称“海蜇皮”，口腕部称“海蜇头”。一般多用于凉拌，蜇皮常作筵席凉盘，蜇头多于家常食用；也可烹制，可供炒、烧等。红烧海蜇头别具风味。福建菜有爆脆蜇皮、炒蜇血；江苏菜有虾仁珊瑚；云南菜有糖醋蜇卷等。中医认为其味咸，性平，可清热、化痰、消积、润肠。食疗如：治高血压，蜇头 125 克、荸荠 375 克炖服。

【石镜】 即“海蜇”。见《异苑》。

【水母】 即“海蜇”。见《本草拾遗》。

【蜡(zhà炸)】 即“海蜇”。见《本草纲目拾遗》。

【槔蒲鱼】 即“海蜇”。见《本草纲目拾遗》。

【海蛇(zhà炸)】 即“海蜇”。《南越志》：“海岸间有育水母，东海谓之蛇。”

【水母鲜】 即“海蜇”。见《蠕史》。

【镜蜇】 山东一带(对小型)“海蜇”的俗称。因其形圆似镜，故名。

【面蜇】 山东一带对(大型)“海蜇”的俗称。

【蚱(zhà炸)鱼】 东南沿海一带对“海蜇”的俗称。

【痒马头】 广东东部一带对“海蜇”的俗称。

【蛤(tāi台)】 广东东部一带对“海蜇”的俗称。

【海蜇皮】 也称“蜇皮”。烹饪原料。用海蜇的伞部制成。以圆形片、无血衣、坚实而有韧性、乳白或浅黄色、有光泽、食之脆嫩者为上品。食用加工方法参见“海蜇”。

【蜇皮】 即“海蜇皮”。

【海蜇头】 也称“蛇头”、“蜇头”。烹饪原料。用海蜇的口腕部制成。以朵大、瓣完整、边缘无杂物、坚实有韧性、无汤心、米黄或棕黄色、有光泽、食之脆嫩者为上品。食用加工方法参见“海蜇”。

【蛇头】 即“海蜇头”。《本草纲目》：“水母，割取之，浸以石灰、矾水，去其血汁，其色遂白。其最厚者谓之蛇头，味更胜。生熟皆可食，茄柴灰和盐水淹之，良。”

【蜇头】 即“海蜇头”。

【沙虫干】 烹饪原料。以疣吻沙蚕即禾虫淡熟干制而成。形似干扁肠衣，长约 12～15 厘米，金黄色。可烩、炒或作汤，味清香。产于广西钦州、福建莆田等地。

【海胆酱】 烹饪原料。以海胆的生殖腺(或称“海胆卵”)经盐渍后的制成品。我国明代即已有用海胆(卵膏)制酱的记载。其主要成分为卵磷脂、蛋白质、核黄素等，属上等滋补品。一般作为高级调味性发酵食品应用，既可生食，也可熟吃，可用于面条、汆汤、拌姜丝、拌小菜以及西餐烤面包等。成品以酱色金黄、酱质瓣状、气味芳香浓郁兼有乙醇气味为上品。

【海胆卵】 见“海胆酱”。

【蟹黄】 烹饪原料。为雌性蟹的卵块。桔黄色经干制后供久贮食用，为较名贵的海味食品。经泡发后，可用于多种烹调方法。也有的直接用鲜蟹黄入烹。北京有菜芙蓉蟹黄；河南有菜蟹黄广肚；山东有菜熘海黄。或与“蟹油”共用。沿海均产。

【蟹油】 也称“蟹胱油”。烹饪原料。为雄性蟹的精液，青白色半透明胶状体，以农历九、十月间为最丰满，故有“九月团脐十月尖”之说。较润腴滑。北京菜有白扒蟹油；上海菜有炒蟹黄油。

【蟹胱油】 即“蟹油”。

【蟹粉】 烹饪原料。蟹煮或蒸熟后，拆取的蟹黄、蟹肉，统称蟹粉。宜于多种烹饪应用。如蒸蟹粉、炒蟹粉，以及作蟹斗、蟹盒的填料，又可制蟹粉狮子头，或作蟹黄包子以及馄饨、水饺的馅料。江苏民间将之用猪油熬过，装入瓷盖缸，可以久贮或远携，供菜肴应用，或用于调味。

【蟹米】 也称“干蟹肉”。烹饪原料。用海蟹剔肉经

煮熟后的干制品。用时经水浸泡，使其回软，即可入烹。宜于多种烹调方法，也可如虾米供作增鲜料。

【干蟹肉】 即“蟹米”。

【咸蟹】 也称“腌蟹”。烹饪原料。蟹经腌制而成。有整腌也有切大块或小块腌的。可供生食，也可供蒸、煮。沿海一带家常制作，多供作佐膳小菜。

【腌蟹】 即“咸蟹”。

【蟹松】 烹饪原料。以蟹肉炒至八、九成干，配入调味品，继续炒至干燥即成。以色金黄而松散，味清香为上品。食用方法参见“鱼松”。产于广东汕头地区。

【醉蟹】 烹饪原料。蟹经用酒加调味料浸制而成。名产有江苏兴化的中庄醉蟹、安徽的屯溪醉蟹、山东的清腌醉蟹等。制法、用料各有特色，有即制即食的，也有须7天或30～60天后食用的。多供作佐酒菜肴，风味独特。因蟹系肺吸虫病中间宿主，醉蟹均系生食，故应以长时间浸制为宜，排除即制即食的吃法。

【腌蟛蜞】 也称“咸解”。烹饪原料。以蟛蜞腌制而成。民间常以之腌后供食，也有糟醉的，用作小菜。但因菜皆生腌，易致疾病，须慎食。

【咸解】 即“蟛蜞”。《南越笔记·蟛蜞》：“故（潮州）谚曰：‘水潮蚓，食咸解。’咸解者，以毛蟛蜞入盐水中，经两月，熬水为液，投以柑桔之皮，其味佳绝。解其渣不用，用其精华，故曰解也。蚓者，蛤之属，惟潮州人食之，故曰水潮蚓。”

【礼云子】 也称“蟛蜞鬻”。烹饪原料。为蟛蜞的卵子。甘香鲜美，营养丰富，为清明节后广东菜中时令菜之一。珠江三角洲一带常将之调味后置于饭中蒸食，称为瓦罉礼云饭。作菜肴可制成礼云黄埔蛋、礼云扒笔笋、礼云扒豆腐菜，色、香、味、形俱佳。

【蟛蜞鬻(chūn春)】 即“礼云子”。

【虾仁】 也称“大玉”。俗称“虾肉”。烹饪原料。为虾挤去头尾及壳的纯肉部分。质柔嫩而味鲜美，形体为扁圆形，多用于炒制，不上浆为红色，上浆炒为粉白色，色、香、味、形及口感均佳，广泛应用，常用作主料，也配作多种菜肴，最宜于清炒、滑炒等烹调方法，也可汆制，并可制茸作馅，或作虾饼、虾丸，菜式很多。参见“沼虾”、“青臂虾”。

【大玉】 即“虾仁”。

【虾肉】 “虾仁”的俗称。

【虾米】 也称“虾尾”、“虾干”、“金钩”。烹饪原料。分“海米”、“湖米”两种，是小型海虾或淡水虾肉的干制品。

【虾尾】 即“虾米”。

【虾干】 即“虾米”。

【金钩】 即“虾米”。因其色红黄，形如钩状，故名。

【海米】 俗称“开洋”、“开阳”、“中爪”、“大海米”。烹饪原料。用海产的白虾、红虾等经加盐煮制，去头尾及壳晒干后即成。味很鲜美，入烹可作主料，多作配料，宜于多种烹调方法，也常用作汤菜等的增鲜剂，或作凉拌菜的浇头。含蛋白质47.6%。沿海均产。

【开洋】 上海一带对“海米”的俗称。

【开阳】 上海一带对“海米”的俗称。

【大海米】 山东一带对“海米”的俗称。

【中爪】 安徽一带对“海米”的俗称。

【湖米】 烹饪原料。以淡水产青虾加工制成，多为淡干品。食用加工方法参见“海米”。主要产于江苏洪泽湖和安徽巢湖一带。

【钳子米】 也称“明虾肉”。烹饪原料。用小型对虾之类经盐煮后去头尾及壳干制而成。味很鲜美。食用加工方法参见“海米”。因其体型大于海米，所以常于泡制后切片配入烹炒菜肴，以增风味。北京有菜钳子米芹菜。

【明虾肉】 即“钳子米”。

【对虾干】 烹饪原料。以对虾干制而成。有对插和单只两种。食用方法参见“海米”。多用于菜肴辅料，鲜味突出。主要产于河北唐山一带。

【干虾】 烹饪原料。为海虾或淡水虾的干制品。有“大干虾”、“小干虾”之分，又有淡制、咸制之别。制法同“海米”，只是不去头尾及壳。可用于菜肴配料，也可在泡制后挂糊炸食，味鲜美。入烹前剥去外壳，可代虾米应用。

【大干虾】 烹饪原料。体长在3厘米左右的干虾。

【小干虾】 烹饪原料。体长在2厘米左右的干虾。

【虾皮】 也称“虾片”。俗称“皮米”、“小海米”。烹饪原料。以海产毛虾为原料，不去皮，经煮熟后晒干或烘干的干制品。品种很多。多用于凉拌、汆汤、作馅或作卤制品的调配原料；家常也常用配豆腐、蔬菜等烹制菜肴。含蛋白质39.9%，并含钙质等。沿海各地均有出产。

【虾片】 即“虾皮”。

【皮米】 “虾皮”的俗称。

【小海米】 山东一带对“虾皮”的俗称。

【蚂蚁卵酱】 也称“蚳”、“蚳醢”。烹饪原料。蚂蚁卵也称蚳，古时即取以为酱供食。《周礼·天官·醢人》：“馈食之豆，其实……蚳醢。”《礼记·内则》也有记载。《岭表录异》：“交广溪洞间酋长多收蚁卵，淘择令净，卤以为酱。或云其味酷似肉酱，非官客亲友不可得也。”嗣后，屡见记述。今壮族、傣族、基诺族人民等仍均食之。

【蚳(chí迟)】 即“蚂蚁卵酱”。见《周礼》、《礼记》。

【蚳醢】 即“蚂蚁卵酱”。《国语》注：“蚳，蚁子也，可以为醢。”

【咸蛋】 也称“杭子”、“咸杭子”、“咸卵”。烹饪原料。腌制的蛋品。鸡、鸭、鹅蛋均可腌制，以鸭蛋为多见。腌制法有草灰腌、黄泥腌和盐水腌等。煮或蒸熟后作小菜，或作凉盘。咸鸭蛋因其蛋黄色为朱红，所以常用作菜肴配色，如假蟹粉中用代蟹黄之类。名产较多，如江

苏高邮的双黄咸鸭蛋。

【杭(yuán元)子】 即"咸蛋"。《齐民要术》有作杭子法，以杭木皮斫碎煮汁，趁热加盐，冷却后浸以鸡蛋，咸后供煮食。杭木，《吴都赋》注"杭，大树也，其皮厚，味近苦涩，剥干之，正赤，煎讫，以藏众果，使不烂败，以增其味，豫章有之。"

【咸杭子】 即"咸蛋"。《辍耕录》："今人以米汤和入盐、草灰以团鸭卵，谓曰咸杭子。"参见"杭子"。

【咸卵】 即"咸蛋"。《本草纲目》："今人盐藏鸭子，其法多端。俗传小儿泄痢，炙咸卵食之，亦间有愈者。盖鸭肉能治痢，而炒盐亦治血痢故耳。"

【过时蛋】 烹饪原料。咸蛋的一种。腌制时盐量过大，封存过久，蛋黄沙，蛋白老，称过时蛋，风味较差。

【黄泥蛋】 烹饪原料。咸蛋的一种。以黄泥加盐腌制的称黄泥蛋。

【灰蛋】 烹饪原料。咸蛋的一种。以草木灰加盐腌制的称灰蛋。

【咸卤蛋】 烹饪原料。咸蛋的一种。以盐水浸制的称咸卤蛋。民间有在卤水中加花椒、八角等香料浸制的，产品具香味。

【皮蛋】 也称"松花蛋"、"变蛋"。俗称"彩蛋"。烹饪原料。我国特产。风味独特，为筵席常用，多用作凉盘，间用于菜肴，如糖醋皮蛋、焦熘皮蛋等。有"硬心"、"溏心"之分。鸡蛋、鸭蛋均可制作。制法较多，有生包法、滚粉法、浸泡法、火棉胶蘸蛋法等。名产很多，如江苏的高邮皮蛋、贵州的草塘皮蛋、湖南的湖彩蛋等。因用料不同，还有五香皮蛋、糖彩蛋、降压皮蛋等。

【松花蛋】 即"皮蛋"。因其制成后，蛋白中有松花状物质，故名。

【变蛋】 即"皮蛋"。鸭蛋经制作后，因石灰和碳酸钠等碱性物质的作用，蛋白凝成赭褐色半透明体，蛋黄变成蓝黑色，故名。

【彩蛋】 "皮蛋"的俗称。

【硬心皮蛋】 也称"湖彩蛋"。制成的皮蛋。蛋黄均匀硬度，无溏心，为硬心皮蛋。

【湖彩蛋】 即"硬心皮蛋"。湖彩蛋可切块，含碱与含盐量均较高，稍具辛辣味，质量较好，耐贮藏。因以湖南一带制作较多，故有湖彩蛋之称。或兼指太湖一带制作的。

【溏心皮蛋】 也称"京彩蛋"。制成的皮蛋。蛋黄中心呈稠粘液状的称溏心皮蛋。

【京彩蛋】 即"溏心皮蛋"。京彩蛋不宜切块，含碱与盐量均低，无辛辣味。因主产于北京，故名。

【糟蛋】 烹饪原料。一种用酒糟等腌制的蛋品。将鸡蛋、鸭蛋或鹅蛋用酒糟、盐及醋腌4～5个月后即可成熟。蛋壳因醋酸剥蚀而呈半软的薄膜，不用醋时无此现象。蛋白似乳白胶冻，蛋黄软、色橘红，具浓郁糟香，为特色风味食品。可生食，也可蒸食；可下酒，也可作菜肴。

【冰蛋】 烹饪原料。鲜蛋的冻制品。有"冰全蛋"、"冰蛋白"、"冰蛋黄"之分。用时经解冻后，可如鲜蛋应用。一般均用鸡蛋制作。

【冰全蛋】 烹饪原料。冰蛋的一种。解冻后，可如鲜蛋供作烹调原料应用。

【冰蛋白】 也称"冰蛋清"。烹饪原料。解冻后可用于烹饪，如制蛋泡糊、雪花、芙蓉等，或供制纯用蛋白的菜肴，也可用于挂糊、上浆。其蛋白质中含卵白蛋白、卵类粘蛋白、卵粘蛋白、伴白蛋白等，并含全部必需氨基酸，属优质蛋白质。中医认为其味甘，性凉，可润肺利咽、清热解毒。

【冰蛋清】 即"冰蛋白"。

【冰蛋黄】 烹饪原料。解冻后，可供制作纯用蛋黄的菜肴，也可用制沙拉油。其中含磷脂、叶黄素等，其蛋白质含卵黄磷蛋白、卵黄球蛋白以及数种唾液酸糖蛋白等。中医认为其味甘，性平，可滋阴润燥、养血息风。

【蛋粉】 烹饪原料。多用鸡蛋制作，经喷雾、干燥制成。有"全蛋粉"、"蛋白粉"、"蛋黄粉"之分。一般用作营养食品，也可用作烹调，但无鲜蛋的粘稠性能。常用于糕点、冷饮等食品。

【全蛋粉】 烹饪原料。为包括蛋白、蛋清的蛋粉。烹调应用方法参见"蛋粉"。

【蛋白粉】 烹饪原料。为纯蛋白干制的粉状物。烹调应用方法参见"蛋粉"。

【蛋黄粉】 烹饪原料。为纯蛋黄干制的粉状物。烹调应用方法参见"蛋粉"。

【蛋线】 烹饪原料。以尚未生出的软壳鸡蛋，以针刺一小孔，使蛋黄成线状流入开水锅中，汆熟即成。常用作配料，潮州菜咸三丝官燕、五彩燕窝等中用之。

【奶酪】 也称"酪"、"酥酪"、"乳酪"。烹饪原料。奶类经加工后凝成豆腐脑状，即为奶酪。美味食品之一。可淡食，或加糖，多冷食。制法有多种。古法见《饮膳正要》："用乳半勺，锅内炒过，入余乳，熬数十沸，常以勺左右搅之，乃倾出盛罐，待冷，掠取浮皮以为酥；入旧酪少许，纸封放之，即成矣。"今法有加酸法，如奶烧开后，滴入酸液(如食醋)，静置后即可凝成。以乳酸菌发酵制成的为"酸奶酪"。以马奶制成的，古称酮。

【酪】 即"奶酪"。《汉书》："以肉为食兮酪为浆。"

【酥酪】 即"奶酪"。杜牧诗："忍用烹酥酪。"《宋史》："乳酪院，掌供造酥酪。"

【乳酪】 即"奶酪"。参见"酥酪"。

【酸奶酪】 也称"酸奶"。烹饪原料。鲜牛奶煮熟后，舀置容器中，晾至微温，下酸奶酵(含乳酸菌)拌匀，保温置于恒温状态下，半日即成。酸奶洁白柔嫩，近似豆腐脑，吃口微酸。藏族同胞用拌蕨麻食用。营养成分易为人体吸收，且有一定食疗作用。现在许多城市中已有大量生产、可供应。

【酸奶】 即“酸奶酪”。

【干酪】 也称“爛蠡”、“醾醾”、“酥”、“乳腐”。俗称“奶豆腐”。烹饪原料。奶酪制成后，滤去水份，成老豆腐状，称为干酪。可供食用，可调味或不调味，为草原地区兄弟民族的常食；又可用于烹制菜肴。营养丰富，蛋白质含量高。因加工形状不同，还有“乳扇”、“乳饼”、“乳团”、“奶皮”、“酸奶疙瘩”、“乳线”等。晒干后即为“干酪素”。中医认为其味甘，性微寒，可润五脏、利大小便、益十二经脉，治赤白痢。

【爛(mì密)蠡】 即“干酪”。扬雄《长杨赋》：“烧爛蠡。”注：“张宴曰：爛蠡，干酪也。”

【醾醾(mì lì密利)】 即“干酪”。见《集韵》。

【酥(mì密)】 即“干酪”。见《集韵》。

【乳腐】 即“干酪”。《本草纲目》：“乳腐，诸乳皆可造之，惟以牛乳者为胜。”参见“乳饼”、“乳团”。

【奶豆腐】 ①“干酪”的俗称。②母牛产犊后，头几天挤出的奶可自行凝结，凝结者称奶豆腐。

【乳团】 烹饪原料。干酪的一种。《臞仙神隐书》：“用酪五升，煎滚，入冷浆水半升，必自成块，未成，更入浆一盏，至成，以帛包搦如乳饼样收之。”

【乳饼】 烹饪原料。干酪的一种。《臞仙神隐书》有造乳饼法：“以牛乳一斗，绢滤入釜，煎五沸水解之，用醋点入，入豆腐法，渐结成，漉出，以帛裹之，用石压成，入盐瓮底收之。”现今产于云南滇东地区，以路南彝族自治县为主产。其原料为鲜羊奶，经酸浆点卤使蛋白凝结，再用细白布滤去水分，包扎成方块状。质地洁白细腻、松软芳香，适于多种烹调方法，供制多种菜肴。云南菜有火夹乳饼、竹笙烩乳饼、水煎乳饼、高丽乳饼等，均为营养丰富、风味独特的佳肴。

【乳线】 烹饪原料。干酪的一种。《臞仙神隐书》有造乳线法：“以牛乳盆盛晒至四边清水出，煎热以酸浆点成。漉出，揉擦数次，扯成块，又入釜溢之，取出，捻成薄皮，竹签卷扯数次，掤定晒干，以油炸熟食。”

【乳扇】 烹饪原料。以鲜牛奶经煮沸精制而成。因形如纸扇，故名。供制多种菜肴，炸则酥脆香甜，炒则柔软有劲，煮则烩鲜滑润。云南菜有炸卷筒乳扇、炒乳扇丝、乳扇洗沙饺等。含蛋白质35%、脂肪49.3%，乳糖6～8%。产于云南滇西大理白族自治州所属邓川、洱源等县。当地名食。

【奶皮】 烹饪原料。鲜牛奶煮熟后，继以麦草微火烘煮，时时搅动，蒸发水分，使奶汁浓缩于锅底，形成圆片，阴干后即成。色黄白，有细蜂窝孔，油点遍布，入口酥柔，不油不腻，可切块泡入奶茶中食用。也可作筵席小吃。名产有青海的门源奶皮等，常被用作馈赠礼品。

【酸奶疙瘩】 烹饪原料。牛奶发酵后，呈豆腐脑状，滤去水后，制成小圆饼，晒干即成。可直接食用，也用于制作哈萨克牧民喜爱的饭食“那仁”。为哈萨克族牧民食品之一。

【干酪素】 俗称“曲拉”、“奶渣”。烹饪原料。牛奶脱脂后，所余蛋白质经滤水、干制而成。可供食用，也为工业原料。

【曲拉】 “干酪素”的藏语名。牛奶经打取酥油后，再经烧煮，滤取其蛋白质经晾晒而成。呈不规则颗粒状。可供食用，入口挺脆有奶香，常用以拌糌粑、酸奶等，也是工业原料。

【奶渣】 “干酪素”的俗称。

【奶粉】 烹饪原料。有“全脂奶粉”、“脱脂奶粉”之分。奶经消毒、喷雾、干燥制成。可久存，便于携带、运输。用开水冲服，风味与鲜奶基本一样。除供饮用外，也可冲制后供作烹调原料，可如“牛奶”一样运用。又为食品工业制糕点、冷饮等的重要原料之一。

【全脂奶粉】 烹饪原料。未提去脂肪的全奶制成的，称全脂奶粉。

【脱脂奶粉】 烹饪原料。提去脂肪的牛奶制成的，称脱脂奶粉。

【乳脂粉】 也称“重脂奶粉”。烹饪原料。用牛奶分离出的乳脂作为原料，经干燥制成。含脂率很高，达65.15%，供特殊需要应用。

【重脂奶粉】 即“乳脂粉”。

【酪乳粉】 烹饪原料。奶酪干燥制成的，称酸乳粉。供冲制饮用。

【乳清粉】 烹饪原料。以制造干酪素(工业用)分离出的乳清干燥制成的，称酸清粉。供冲制饮用。

【炼乳】 也称“浓缩乳”。烹饪原料。一般以牛奶或羊奶制成，经消毒后在真空蒸发器中浓缩、装罐、杀菌而成。加糖的称“甜炼乳”，不加糖的称“淡炼乳”。耐贮藏，便于携带、运输，除供作菜肴原料外，也可以直接饮用，如浙江菜八宝豆腐中，搅拌豆腐时须用炼乳。也可以代牛乳应用。还可用于糕点等食品。

【浓缩乳】 即“炼乳”。

【甜炼乳】 烹饪原料。加糖的炼乳称甜炼乳。宜供直接冲淡饮用。

【淡炼乳】 烹饪原料。不加糖的炼乳。宜用作烹饪原料。

【冰淇淋】 烹饪原料。以牛奶为主料制成的冷饮食品。供作烹饪原料时，可制作一些特殊菜式，如油炸冰淇淋、火烧冰淇淋等。前者挂糊油炸，后者浇酒精烧制，风味独特。

【面筋】 俗称“百搭菜”、“面根”。烹饪原料。面粉加水与盐，拌、揉成团，再反复水洗，去净淀粉后所余胶状体即为面筋。经发酵蒸熟的称“熟面筋”，水煮的称“水面筋”，油炸的称“油面筋”。中医认为其味甘，性凉，可和中、解热、止烦渴。

【百搭菜】 江苏一带对“面筋”的俗称。因其在菜肴中可主可配、可荤可素，故名。

【面根】 广东一带对“面筋”的俗称。

【熟面筋】 也称“烤麸”。烹饪原料。面筋洗出后，经自行发酵起泡后，上笼蒸熟而成。

【烤麸】 即“熟面筋”。

【水面筋】 俗称“生麸”、“子面筋”。烹饪原料。面筋洗出后，摘成鸡丝形或捏成块状，入沸水锅煮至浮出水面，投入冷水备用。丝料可直接入烹，如制素菜翠绿鸡丝等；块状可供切块、角、丁、片等供作菜肴选用。

【生麸】 江苏一带对“水面筋”的俗称。

【子面筋】 湖南一带对“水面筋”的俗称。

【油面筋】 也称“油炸面筋”。俗称“面筋泡”、“生根”、“生筋”。烹饪原料。面筋洗出后，摘成球形，入热油锅炸制成圆泡状的称油面筋。可供菜肴应用，如面筋瓤肉、面筋烧海参、酱制面筋泡、北菇生根、发菜生筋等。

【油炸面筋】 即“油面筋”。

【面筋泡】 “油面筋”的俗称。

【生根】 广东一带对“油面筋”的俗称。

【生筋】 广东一带对“油面筋”的俗称。

【熏面筋】 烹饪原料。油面筋加酱油、水煮透捞起，以木屑烟熏制后，装入瓷坛，洒拌甘草末、茴香末（须先炒过），焖藏。除作菜肴主配料外，还可直接供食。

【软根】 烹饪原料。广东一带，将生面筋制成薄片，用油炸或卤水浸制，称软根。名菜有五彩软根等。

【面条】 烹饪原料。面粉经加碱（或不加碱）揉制匀和后，经刀切或机器压制而成。有宽细之分，故有“裙带面”、“龙须面”等区别。经煮制、调味供食，有汤面、凉面、拌面、炒面、焖面等。常用主食之一。

【挂面】 烹饪原料。面条制成后，挂起晾干，然后截取包装供市。烹调方法同“面条”。因其干制，耐贮藏，便远携，比较方便，厨房常备。因制作时有加料的，故又有鸡蛋挂面、牛奶挂面、味精挂面等。

【通心粉】 也称“空心面”。烹饪原料。以上等面粉加油、盐等精制而成。纤细空心，形如麦秆，久煮不烂，绵软有劲。可如面条供直接煮食，汤面、拌面、炒面也可。也供菜肴应用，福建菜有通心粉煨鲍鱼、通心粉煨玻璃肺等。我国早有所产，贵州绥阳县所产约始于元代，曾列为贡面，清代时为传教士携往欧美。至今其产品仍远销10多个国家。

【空心面】 即“通心粉”。

【年糕】 烹饪原料。中国传统节日食品。南北皆有。南方以糯米粉蒸制而成。扁条状或块状。可切片、块供蒸、煮作主食或点心、小吃，可甜可咸。也可切片作菜肴用料。如肉丝炒年糕、三鲜烩年糕等。上海名小吃有油汆排骨年糕。北方常用黍米粉制成。中空，尖圆形，缀以红枣，蒸作食品。

【水磨年糕】 烹饪原料。用上等米制作，经过洗米、浸米、磨粉、榨粉、擦粉、蒸粉、舂粉、揉粉、制糕等多道工序制成。工艺精细，江南名产。成品细腻滑润，下锅不糊，深受江浙一带人民喜爱，远销国外。烹调方法参见“年糕”。因其磨制时，米、水同时入磨，故名。

【米粉】 也称“米糊”、“米糜”、“米缆”。俗称“米线”。用米粉制成面条状，可湿用也可干制久贮。烹调方法同“面条”，可作主食，也作小吃，又是菜肴原料，如云南菜过桥米线，江西菜炒米粉等。湖南、江西、福建、云南和广东等地均产。

【米糊】 即“米粉”。《宋氏养生部》：“米糊，音烂，谢叠山云：‘米线。’”

【米糜（lǎn览）】 即“米粉”。陈造《旅馆三适》自注：“予以病愈不食面，此所嗜也，以米糜代之。”

【米缆】 即“米粉”。楼钥《陈表道惠米缆》诗：“江西谁将米作缆，卷送银丝光可鉴。”

【米线】 云南一带对“米粉”的俗称。

【锅巴】 也称“锅焦”、“饭焦”、“黄金粉”。俗称“饭根”。烹饪原料。为煮米饭时所剩的锅底；也可用米饭焙制。菜肴常用作主、配料，并成为一种特殊菜式：锅巴炸好，另将做好的带汁菜同时端上，当场将菜倒在锅巴上，“哗”然一声即成，如江苏的天下第一菜、河南的酸辣锅巴鲍鱼、贵州的锅巴海参、安徽的双脆锅巴等。另外，还可直接食用，也可煎炸供食。中医认为锅巴味苦甘，性平，可补气运脾、消食止泻。

【锅焦】 即“锅巴”。见《本草纲目拾遗》。

【饭焦】 即“锅巴”。

【黄金粉】 即“锅巴”。见《本草纲目拾遗》。

【饭根】 “锅巴”的俗称。

【爆米花】 也称“炮谷”、“糯米胖”、“炒米”、“炒米花”。烹饪原料。以糯米经沙炒或经加热高压爆成。可供直接食用如泡炒米，也可制成炒米糖（团状或糕状）。作菜肴原料时，可直接应用，如爆米花蒸蛋、四川菜的炒米野鸭羹等，或作填充料，如浙江绍兴的绍什锦中的肉丸和四川菜蛋皮蒸肉糕的肉糕，均需加入爆米花。

【炮谷】 即“爆米花”。《广东新语》：“广州之俗，岁终以烈火爆开糯谷，名曰炮谷，以为煎堆心馅。”

【糯米胖】 即“爆米花”。

【炒米】 ①即“爆米花”。②专指以沙炒的米花。

【炒米花】 ①即“爆米花”。②专指以沙炒的米花。

【冻米】 烹饪原料。冬天时将糯米饭冻实，拨散，再将饭粒逐个压扁，晒干，然后入热沙锅炒至爆成米花即成。用作肉丸的滚沾料，为江西名菜冻米肉丸的配料之一。冻米也可如炒米一样用于蒸蛋，或直接泡食。

【阴米】 烹饪原料。湖南一带将糯米下水煮开，捞出晒干，俗称阴米。供制当地特产豆粉之用。

【花糯米】 烹饪原料。将糯米浸入不同树叶、草叶制成的汁液中染制而成。有红、绿、蓝、黄、黑诸色，用煮成饭，五彩缤纷；也可炸食。贵州特产。贵州兄弟民族间，有农历四月八日吃花糯米饭的习俗。

【米散】 烹饪原料。大米入锅炒黄后，磨成较细颗

粒，供作菜肴配料。云南菜剁蒸肉的肉条，即需用之拌和后入蒸。

【炒米粉】 烹饪原料。糯米粉加八角香料炒制而成。供作粉蒸肉等粉蒸菜肴的配料。

【饵块】 烹饪原料。用大米蒸成米饭，再捣成茸后，揉成长圆形的食品。常用作小吃原料，如：小锅卤饵块；烧饵块。云南一带特产。

【饵丝】 烹饪原料。以米制成。制法及烹调方法参见"饵块"。可干制久贮。云南一带特产，腾冲县所产有名。

【面包渣】 烹饪原料。用淡面包或咸面包焙干研屑制成。用作猪排、鱼排、鸭卷、虾排等的沾裹料。炸制以后，色泽金黄，菜形美观，外酥脆而里软嫩，此为西法中的一例。也可用馒头渣代，菜肴有北京的酥炸鸭卷、上海的赛鸡腿、大连的炸凤尾虾段等。

【麦麸(chǎo炒)】 也称"麦屑"、"覈屑"、"浇屑"。烹饪原料。以麦类蒸或炒后(间指不经蒸、炒的)磨成粗粉，可用以煮饭，称麦屑饭；也可以开水冲调食用，作点心或干粮。中医认为蒸后制成的味甘，微寒，可消渴、止烦。

【麦屑】 即"麦麸"。

【覈(hé禾)屑】 即"麦麸"。

【浇屑】 即"麦麸"。

【麦片】 烹饪原料。以小麦、大麦或燕麦等，经洗净、去皮、簸净、压片制成。为粮食的半成品。可供制稀饭，也可和大米混合煮饭。

【油条】 也称"油炸桧"。烹饪原料。油炸的一种面食。民间常用作菜肴原料。江苏一带常于夏日，用之与冬瓜或丝瓜、瓠条烧汤。福建菜茶食蚵黄、油条西舌中则用之。

【油炸桧】 即"油条"。

【馓子】 烹饪原料。油炸的一种面食。常作菜肴原料，江苏菜有蟹粉馓子(或称炒蟹脆)，制法：馓子截段后装碗中；另以蟹黄、蟹肉制成蟹粉羹汤，浇在馓子上即成。

【西米】 也称"西谷米"。烹饪原料。有大、小两种。以西谷椰树的淀粉经机制或手工制成(也可以木薯粉、麦淀粉等制作)。以色泽白净，光滑圆润，颗粒坚实，硬而不碎者为佳，煮熟后不粘糊、透明度高、嚼之有韧性。多用于筵席甜羹，可单独加糖食用，也可与酒酿、红枣、桂圆等配料一同制作。

【西谷米】 即"西米"。

【大西米】 烹饪原料。如鱼肝油丸大小的西米称大西米。

【小西米】 烹饪原料。如高粱米大小的西米称小西米。

【荞麦芽】 烹饪原料。荞麦种子放沙上密播，经水渍萌发的嫩芽。鲜嫩脆美，可拌食炒食，或作菜码。今北方民间偶有制作。

【豆腐】 也称"黎祁"、"来其"、"小宰羊"、"犁祁"、"菽乳"、"软玉"、"脂酥"。烹饪原料。我国特产烹饪原料之一。黄豆制成。用于烹饪，可主可配，宜荤宜素，适于任何烹调方法，适应各种调味，既是家常菜肴，又作风味小吃，也供筵席馔饌，并能用之作出豆腐席。品种较多，又可作出多种再制品，如豆干、百页等。滋味鲜美不含胆固醇，有植物肉之誉。中医认为其味甘，性凉，可益气和中、生津润燥、清热解毒。

【黎祁】 即"豆腐"。陆游诗："洗鼎煮黎祁。"自注："蜀人名豆腐曰黎祁。"

【来其】 即"豆腐"。虞集《豆腐赞序》："乡语呼豆腐为来其。"

【小宰羊】 即"豆腐"。《清异录》："时戢为青阳丞，洁己勤民，肉味不给，日市豆腐数个。邑人呼豆腐为小宰羊。"

【犁祁】 即"豆腐"。王安石文："瓦鼎煮犁祁。"

【菽乳】 ①即"豆腐"。《庶物异名疏》谓豆腐又名菽乳。②即"豆腐乳"。见《本草纲目拾遗》。

【软玉】 即"豆腐"。苏轼诗："铛中软玉香。"

【脂酥】 即"豆腐"。《通雅》："豆乳，脂酥，即豆腐也。"

【北豆腐】 俗称"老豆腐"。烹饪原料。一般以盐卤(氯化镁)点制紧压而成。含水分较少，色乳白，质柔嫩，味微甜或略带苦味。宜于炖、煮、煎、熘、炸、瓤、熇及制馅等，并可用以炸制油豆腐，或作冻豆腐。

【老豆腐】 "北豆腐"的俗称。

【南豆腐】 也称"湖南豆腐"、"嫩豆腐"、"水豆腐"。烹饪原料。一般用石膏(硫酸钙)点制轻压而成。含水90%，色雪白，质地细嫩易碎。宜于拌、炒、烩，或制羹、汆汤、烧制等，取其鲜嫩，烹制时间不宜过长。

【湖南豆腐】 即"南豆腐"。

【嫩豆腐】 即"南豆腐"。

【水豆腐】 即"南豆腐"。

【姜黄豆腐】 烹饪原料。豆腐制成后，以姜黄水泡制而成。外皮色泽鲜黄。烹调应用同"豆腐"，有化痰止咳之效。

【冻豆腐】 也称"冰豆腐"。烹饪原料。豆腐经自然冷冻或冰箱冷冻后制成。主要作为荤素菜肴的配料，也可用作主料，如制拌菜豆腐松等。因其呈海绵状，故做烧、烩菜肴时，饱含汤汁，味道鲜美。

【冰豆腐】 即"冻豆腐"。

【小豆腐】 烹饪原料。以黄豆按磨制豆腐的方法磨成后，不滤浆，连渣一同烹制食用。如配葱、姜烹制炒小豆腐等。多见于华北、东北民间，也为满族食品。

【油豆腐】 也称"豆泡"。俗称"豆腐泡"、"豆腐果"。烹饪原料。豆腐切小方块，经油炸起泡后而成。为素菜主要原料之一，也可荤制，如油豆腐炖肉、豆泡蘑菇等。

【豆泡】　即“油豆腐”。

【豆腐泡】　“油豆腐”的俗称。

【豆腐果】　江苏一带对“油豆腐”的俗称。

【炕豆腐】　也称“炕腐”。烹饪原料。古代豆腐品种之一。《茶余客话》：“炕腐，系箬山一老翁，王姓，以砂锅炕腐成片，味独胜，擅一时之名。”

【炕腐】　即“炕豆腐”。

【烧豆腐】　烹饪原料。豆腐置火上两面烧烤而成。色泽焦黄，富弹性，除作菜肴原料外，还可直接蘸姜蒜泥食用，名产有山西的高平烧豆腐。贵州贵阳的锅烙豆腐，也为烧豆腐的一种。

【熏豆腐】　烹饪原料。豆腐切块，以枣或槐树的锯末熏制而成。供作菜肴原料，凉拌、烹炒均宜，具烟熏味，清香爽口。名产有山东泗水的柘沟熏豆腐。

【毛豆腐】　烹饪原料。豆腐经加工发酵，长出霉菌丝如白色茸毛而成。安徽省屯溪、休宁一带特产。安徽菜有虎皮毛豆腐。

【豆腐脑】　也称“豆脑”。俗称“水豆腐”、“娇豆腐”。烹饪原料。以豆浆点卤制成。质地细腻软嫩，为传统小吃之一。吃时，或用调味料，或制卤汁浇拌。也可用作菜肴原料，如北京菜有炒豆腐脑、安徽菜有翡翠腐脑羹等。

【豆脑】　①即“豆腐脑”。②指四川特产的“豆花”。

【水豆腐】　①安徽桐城一带对“豆腐脑”的俗称。②即“南豆腐”。

【娇豆腐】　安徽桐城一带对“豆腐脑”的俗称。

【豆花】　也称“豆脑”。烹饪原料。豆浆点卤后形成豆脑，经再次煮制而成。质地老于豆脑，可以用筷挑起。一般直接加调味品食用，也可作菜肴原料，制成鸡豆花、红烧豆花、豆花羹等菜品。质地细腻软嫩，入口即化。四川特产食品，名产有金川豆花等。

【豆脑】　即“豆花”。

【液体豆腐】　烹饪原料。豆腐呈液态，袋装，置85～95℃水中浸泡15分钟，即可凝结成细嫩的豆腐。为辽宁省商业科学技术研究所与沈阳皇姑区豆制品厂共同于1983年研制成功。

【豆腐粉】　烹饪原料。黄豆制成。可冲制豆浆，也可点卤制豆腐。

【豆乳】　也称“豆奶”。烹饪原料。一种新型营养饮料。以黄豆为原料采用新工艺、按卫生标准配制而成。营养价值可与牛奶媲美。除直接饮用外，也可供制甜品食品。

【豆奶】　即“豆乳”。

【酸豆乳】　烹饪原料。以豆乳经乳酸发酵制成的冷饮食品。形似酸奶，质地细嫩，具豆奶香味。因添加料不同，可制成奶味酸豆乳、杏仁酸豆乳、可可酸豆乳等品种。除直接饮用外，也可供制甜品食品。

【豆腐干】　也称“豆干”、“干子”、“白干”、“菜干”。烹饪原料。豆腐脑压制而成，较干硬。有大、小两种，小块直接供菜肴主，配料选用；大块可片切成干丝，供制烫干丝或大煮干丝、奶汤干丝、三鲜干丝等菜肴的主料。

【豆干】　即“豆腐干”。

【干子】　即“豆腐干”。

【白干】　即“豆腐干”。

【菜干】　即“豆腐干”。

【干丝】　烹饪原料。为豆腐干切制而成。可供制菜肴。参见“豆腐干”。

【水白干】　烹饪原料。豆腐脑经布包压去30%水份后制成。比豆腐老，比豆腐干嫩，可改刀后直接调拌食用，也可作菜肴原料。参见“豆腐干”。

【百页】　也称“千张”、“千章”。俗称“豆腐片”、“豆片”、“干豆腐”、“豆腐皮”。烹饪原料。豆腐脑用长布层层摺叠压制而成。可直接切丝调伴食用，或作荤素菜肴的配料，也可切条打结后炖肉。以其卷起扎紧，加碱再次煮透即成“素鸡”；又是制“千章包子”的必须原料。

【千张】　即“百页”。

【千章】　即“百页”。

【豆腐片】　河北等地“百页”的俗称。

【豆片】　河北等地对“百页”的俗称。

【干豆腐】　东北一带对“百页”的俗称。

【豆腐皮】　北方一带对“百页”的俗称。

【熏百页】　烹饪原料。百页卷紧、压扁，加酱油、味精煮透捞起，置木屑烟上熏至遍黄即成。除作菜肴主、配料外，还可直接蘸葱油供食。

【霉千张】　烹饪原料。百页叠齐切成长方块，放在暖处，经霉化而成。用作菜肴的主、配料。具鲜洁、清香、素淡、开胃等特点。长期保存须放在盐中，可存数月。为浙江上虞崧厦镇的特产。

【油皮】　也称“豆腐衣”、“豆油皮”、“豆腐皮”、“腐皮”。俗称“膜儿”。烹饪原料。豆浆面上的油层，冷却后成皮膜状，经干制而成。可供作菜肴主、配料，如炸响铃、干炸黄雀等，又常用以制成“腐竹”，和再制“素鸡”、“素鸭”、“素火腿”等。营养价值参见“腐竹”。中医认为其可清肺热、止咳、消痰。

【豆腐衣】　即“油皮”。见《刘羽仪经验方》。

【豆腐皮】　①即“油皮”。见《本草纲目》。②“百页”的俗称。

【豆油皮】　即“油皮”。

【腐皮】　即“油皮”。

【膜儿】　江苏一带对“油皮”的俗称。

【腐竹】　俗称“豆笋”、“皮棍”、“豆棒”、“豆杆”、“豆筋”、“豆精”、“支竹”、“豆腐棍”。烹饪原料。以豆浆表面的油皮抻成长条，或卷制后经干燥而成。为菜肴、尤其是素菜的重要原料之一。适于多种烹调和调味，可作主料，又可作荤素菜的配料，并可作素干贝，含蛋白质50%，脂肪20%以上，属低糖、高蛋白食品，最宜于老

人或糖尿病患者食用。中医认为其有宽中清热之功。

【豆笋】 湖南一带对“腐竹”的俗称。

【皮棍】 江苏一带对“腐竹”的俗称。

【豆棒】 “腐竹”的俗称。

【豆杆】 “腐竹”的俗称。

【豆筋】 四川一带对“腐竹”的俗称。

【豆精】 四川一带对“腐竹”的俗称。

【支竹】 广东一带对“腐竹”的俗称。

【豆腐棍】 河南一带对“腐竹”的俗称。

【臭豆腐干】 俗称“臭干”。烹饪原料。豆干经臭卤泡制而成。可直接食用,也可作菜肴配料,或切成碎丁作凉拌菜的配头。臭卤制法各地不同,下法供参考:腌菜水 2.5 千克,加鲜小鱼、虾各 100 克,泡至发臭后,下冬笋 100 克、香菇 100 克、白酒 25 克即成。

【臭干】 “臭豆腐干”的俗称。

【臭豆腐】 烹饪原料。①豆腐经臭卤泡制而成。供家常蒸煮食用。②即“臭腐乳”。

【板活】 烹饪原料。豆制品中一个类群的总称。指经压制而成的厚薄不同的块状干制半成品。如:豆干;鸡腿;辣块。

【片活】 烹饪原料。豆制品中一个类群的总称。指压制成薄片状的半成品。如:百页;豆丝。

【三角干】 烹饪原料。豆制品炸货之一。水白干对角切开后,沥干表水,炸至起黄壳时,用酱油、味精、辣椒粉和盐拌匀即成。外脆里嫩,香辣可口,除作菜肴原料外,也可直接食用。

【油炸猪排】 烹饪原料。豆制品炸货之一。水白干绞碎,拌入姜葱末和淀粉以及调味品;油皮切成长条块,涂上淀粉浆后,加上拌料,卷成 2 厘米宽长卷,斜切成 3 厘米长的猪排骨状,炸制即成。作菜肴原料时,可作素排骨,也可直接食用。

【油炸豆圆】 烹饪原料。豆制品炸货之一。水白干绞碎,加调味料拌和,制成丸子,油炸而成。可作菜肴主、配料。

【油炸素虾】 也称“炸虾”。烹饪原料。豆制品炸货之一。水白干切成 6 厘米宽厚长条,再改刀成 0.5 厘米的窄条,入油锅滚一滚后,捞起;以虾油、盐、面粉、味精调成糊状并拌匀炸后的窄条,再入沸油锅炸成金黄色即成。具鲜虾味。除作菜肴主、配料外,也可直接食用。

【炸虾】 即“油炸素虾”。

【油炸色子油豆腐】 也称“骰子豆腐”。烹饪原料。豆制品炸货之一。豆腐切成小块油炸后,以西红柿酱、醋、淀粉调稀入锅,下豆腐,翻炒后即成。供作菜肴主、配料。

【骰子豆腐】 即“油炸色子油豆腐”。

【油炸金丝】 也称“油炸百页丝”。烹饪原料。豆制品炸货之一。百页切细丝,先入 40℃ 盐水锅汆后捞出沥干,再投入沸油锅,炸至手感发硬即成。供作菜肴主、配料。

【油炸百页丝】 即“油炸金丝”。

【兰花干】 也称“花干”。烹饪原料。豆制品炸货之一。豆干切制后,经油炸而成。可供作菜肴配料,也可卤制后作为凉菜。切制方法:正面顺切,反面斜切,均不切透,炸制时须用筷子将其抻长,外皮发硬即成,过嫩易碎,过老筋韧。

【花干】 即“兰花干”。

【油炸臭干】 烹饪原料。豆制品炸货之一。豆干经臭卤泡制后,油炸而成。除作菜肴配料外,也可直接食用(可调味,也可不调)。

【哈哈干】 烹饪原料。豆制品炸货之一。豆干斜切成筷头大小的块状,以面粉拌匀,入沸油锅炸成。可以酱油、盐、味精、姜丝、香葱拌食;也可作菜肴主、配料,吃口筋韧。

【银丝】 烹饪原料。豆制品烩炒货之一。百页切细丝,炸至金黄色捞出,入卤水卤透(卤水可用卤肉、鸡的卤,也可另配)即成。可供直接食用;也可配炒肉丝或蔬菜。

【元鸡】 烹饪原料。豆制品烩炒货之一。百页经碱水泡制后,平铺桌上,刷一层五香粉,铺一层百页,完成后布裹卷成筒形,用细绳密密捆紧,入开水锅煮沸 30 分钟,起锅去绳布,切成 0.3 厘米厚片,入 60℃ 油锅中炸成金黄色即成。供作菜肴主、配料;也可卤制后供直接食用,或作凉盘。

【素鸡】 俗称“豆鸡”。烹饪原料。以油皮或百页卷制,捆扎紧,经加料或不加料烧煮,再经紧压制成。有卷状、块状,供作菜肴主、配料应用,为素斋所常用,或卤制后直接供馔。上述方法为一般所用,各地又有许多独特制法,因此风味各异。

【豆鸡】 “素鸡”的俗称。

【捆鸡】 烹饪原料。百页切成长宽各 20 厘米的方块,铺在桌上,涂上酱油、味精、盐的调和料,卷起,用布包好并用麻绳捆好,入沸水锅煮 30 分钟,去绳、布,冷却后,再入卤锅煮 120 分钟,刷上芝麻油即成。烹调应用参见“素鸡”。

【辣块】 烹饪原料。豆制品烩炒货之一。豆干切成 1.5 厘米菱形块,入油锅炸至起外壳时捞出,入卤锅煮至色、味俱成即可,再以白糖、辣椒粉、味精拌炒而成。除作菜肴配料外,还可直接食用。

【素肝】 烹饪原料。豆制品烩炒货之一。豆干切 3 厘米长如肝尖似的菱形块,炸至起壳时,入卤锅卤至色、味俱成,再入锅下白糖、清水炒至汤汁收尽即成。供作菜肴主料应用,配制素菜如炒肝尖等。

【香辣片】 烹饪原料。豆制品烩炒货之一。豆干切成 6 厘米长、0.5 厘米宽片,油炸 5 分钟捞出,入卤锅煮沸,再入炒锅,下五香粉、葱,拌炒至汤汁收尽,拌辣椒粉、味精即成。供作菜肴配料应用。

【辣豆丝】 烹饪原料。豆制品烩炒货之一。百页切成长 16 厘米、宽 0.5 厘米丝，入卤水锅滚过沥干，下五香粉、葱、辣椒粉，拌炒至收汤即成。供作菜肴主、配料应用。

【油焖丝】 烹饪原料。豆制品烩炒货之一。百页切 6 厘米长、0.2 厘米丝，入油锅加酱油、糖、葱、姜丁，拌炒至收汤后即成。供作菜肴主、配料应用。

【熏干】 烹饪原料。豆制品熏货之一。豆干先入开水锅煮 5 分钟，捞出沥干，再入卤锅煮 60 分钟，捞出，刷上酱油，经熏制而成。供直接食用，或作菜肴配料。也可以豆干直接熏、制。

【熏花干】 烹饪原料。豆制品熏货之一。油炸兰花干经碱液处理后，置于锯末熏炉内熏制而成。易存放。可直接食用，也可作菜肴配料。

【熏腌干】 烹饪原料。豆制品熏货类之一。豆干切成长条，浸入腌渍鱼肉的卤水中，4 天后取出，晒去 70%的水分，再经熏制而成。供作菜肴配料。

【小素鸡】 烹饪原料。豆制品熏货之一。百页经碱水泡制发粘后，平铺刷上五香粉，卷起，布包，并用麻绳扎紧，入盐水锅煮沸 30 分钟，去布绳，改刀成长 4 厘米的斜块，经熏制后，刷上豆油即成。供作菜肴主、配料，多用于素菜。

【熏丝】 也称“熏豆腐丝”。烹饪原料。豆制品熏货之一。百页切成长、宽 18 厘米大片，再在一端切成长 14 厘米、宽 0.5 厘米的丝，将未切一端卷起，布包并捆紧，入盐水锅，煮 30 分钟，捞出，去布、绳，经熏制后，刷上芝麻油即成。供作菜肴主、配料应用。

【熏豆腐丝】 即“熏丝”。

【圆丝卷】 烹饪原料。豆制品熏货之一。百页切成长 30 厘米、宽 24 厘米长方形块，入碱水中，煮至发粘后，捞出，铺平，刷上用酱油、辣椒粉、味精拌匀的汁，卷起，包布，并用麻绳扎紧，入盐水锅，煮沸 30 分钟，捞出，去布、绳，经熏制后，刷上芝麻油即成。改刀后供菜肴配料应用。

【素肚】 烹饪原料。豆制品熏货之一。百页切成 2.7 厘米方块；水白干捣烂，调入淀粉、豆油、酱油、葱、姜、花椒粉、味精；百页平铺，布以上述料，卷紧、布包，并用麻绳扎紧，入盐水锅煮沸 30 分钟，捞出，去布、绳，经熏制后，刷上芝麻油即成。供作菜肴主、配料应用。

【熏香辣干】 烹饪原料。豆制品熏货之一。豆干切成长 3 厘米、宽 1.5 厘米的菱形块，熏制；将辣椒粉、五香粉和豆油炒后，加味精，并放入熏好的豆干拌匀即成。供作菜肴配料应用。

【豆笑肉】 烹饪原料。豆制品熏货之一。豆干捣烂，拌入猪血、鸡蛋、猪肉末、盐、味精，充分拌匀，再将之捏成鸡蛋大小团块，晾干表水，以木屑熏制 24 小时即成。供作菜肴主、配料应用。

【鸡腿】 烹饪原料。豆制品卤货之一。豆干切成如鸡腿形状，入沸油锅炸至呈金黄色时，再入卤锅，煮沸 30 分钟即成。除供作菜肴主、配料应用外，也可直接食用。

【方鸡】 烹饪原料。豆制品卤货之一。豆干切成 5 厘米方块，入沸油锅炸至起壳时，再入卤锅煮沸 30 分钟，色香味透入干肉，捞出沥干；再以白糖、味精拌匀即成。除供菜肴主、配料选用外，也可直接食用。

【咸干】 烹饪原料。豆制品卤货之一。豆干切成 5 厘米见方小块，入盐水煮 15 分钟即成。供作菜肴主、配料应用。

【酱干】 烹饪原料。豆制品卤货类之一。豆干先入开水锅煮 5 分钟，捞出沥干，再入卤锅煮 60 分钟，起锅，刷上酱油，经晒或烘制而成。各地还有独特制法。除供作菜肴配料外，也可直接食用。地方名产有湖南平江长寿五香酱干、江西会昌干、云南昆明黑元豆腐等。

【五香豆腐干】 也称“香干”。俗称“茶干”、“南干”。烹饪原料。豆制品卤货之一。豆干先煮沸，晾凉后入盐水缸内浸 12 小时，捞出沥干，再入卤锅煮 30 分钟，色味透入干内即成。除作菜肴配料应用外，还可直接食用，就茶下酒。卤水制法参见“苏州香干”。我国五香豆腐干地方特产较多，有福建长汀豆腐干、安徽采石矶茶干、山西广灵五香豆腐干、江苏界首茶干和如皋白蒲茶干、浙江宁波楼茂记香干、河南朱仙镇五香豆腐干等，在煮制、配料和风味上各有特色。

【香干】 即“五香豆腐干”。

【茶干】 “五香豆腐干”的俗称。因其可供茶点之用，故名。行于江苏、浙江、安徽一带。

【南干】 “五香豆腐干”的俗称。因其多见于江浙一带，故名。

【苏州香干】 也称“苏州干”。烹饪原料。豆制品卤货之一。豆干切成小方块，或定型压制，入卤锅煮沸 5 分钟，捞出沥干，拌以白糖、味精即成。卤水配制为：花椒、桂皮、姜丁装白布袋入锅，加水、盐、酱油、葱、味精（或加碱），煮沸即成。

【苏州干】 即“苏州香干”。

【苏州卤干】 也称“蜜汁素鸡”、“冰糖素鸡”、“苏州卤汁豆腐干”。烹饪原料。苏州及其附近一带的特产。以豆干制成，香甜酥软。可用以调制菜肴，也可直接食用。

【蜜汁素鸡】 即“苏州卤干”。

【冰糖素鸡】 即“苏州卤干”。

【苏州卤汁豆腐干】 即“苏州卤干”。

【马尾丝】 烹饪原料。豆制品卤货之一。百页切成 20 厘米长，然后在一端切成 16 厘米长、0.5 厘米宽的丝，卷起，在未切一端用布包好捆紧，入卤锅煮沸 20 分钟，解捆去布即成。供作菜肴主、配料应用。

【豆结它】 烹饪原料。豆制品卤货之一。百页切成 5 厘米长、2 厘米宽的条片，每条稍捻后打结，入卤锅煮

60分钟，捞出拌上芝麻油即成。可供直接食用，或作菜肴主、配料。

【怪味干】 烹饪原料。豆制品卤货之一。豆干切成2厘米方块，入开水锅煮沸，捞出晾凉，再入卤锅煮120分钟，捞出沥干，拌以辣椒粉、白糖和醋即成。除作菜肴外，也可直接食用。

【素火腿】 烹饪原料。江苏、浙江、安徽一些地方均有素火腿之制，各有方法，风味各异。如安徽的制法为：油皮8张泡软，切成二指宽、2寸长条，加酱油、白糖、姜汁、五香粉、红曲水、鲜汤、味精揉和，入油锅炒至入味；另取2张泡软油皮铺于盘内，放上炒好的油皮卷好，包布以绳捆紧，入笼蒸几分钟即成。可切片浇芝麻油食用，也可作菜肴原料。

【素香肠】 烹饪原料。以豆腐干、山药、面筋、精白面、糯米及葱花、姜末，调以芝麻油、味精、五香粉、盐、酱油、红曲等，拌匀，堆于油皮上，然后仿香肠卷制，蒸20分钟即成。凉后可直接切片供馔，或作菜肴原料应用，色泽红润，香软可口，类似肉质。

【湘西血豆腐】 烹饪原料。以豆腐和猪血，加少许小片肥肉，调味捏制成团，慢火烘干即成。可切片蒸食，也可炒食，色血红，味香而酥软。

【四川血豆腐】 烹饪原料。以瘦猪肉、豆腐皮为主，以猪血、糯米为辅料，用花椒、冰糖、陈皮等调味，加工成型后经烘烤制成。成品色泽棕褐，形状椭圆似鸭蛋，质地细腻绵软，并有柏枝熏香味。可供蒸、煮、煎、炸，也可作火锅等菜肴。味道咸麻适口，可供贮存和远携。四川长寿县特产。

【猪血豆腐丸】 也称“肉豆腐丸”。烹饪原料。以豆腐为主料，配以猪血、五花肥猪肉及精盐、糖、辣椒粉、五香粉、葱、芝麻油等调制而成。制成后先晒后烘，成品每个重150克，呈鸡蛋形，棕红或棕黑色。食用时，洗净蒸熟即可切食，或切片（可加配料）炒食，腊香扑鼻，油而不腻，香辛可口。主产于湖南邵阳。

【肉豆腐丸】 即“猪血豆腐丸”。

【豆腐丸子】 烹饪原料。以豆腐揉烂，加配料和调味料捏制成丸，经炸制或蒸制而成。供作菜肴主、配料或小吃应用。各地制法不同，风味各异。以湖北黄州的豆腐丸子为例：用豆腐拌以精白面粉、淀粉，加姜末、葱花、味精、胡椒粉、盐等调制，用芝麻油炸成。

【豆松】 烹饪原料。以黄豆或豆渣制成。如豆粉一样调制食用，也可用以加工制成豆腐丸子等，供菜肴主、配料应用。

【豆腐渣】 也称“豆渣”、“雪花菜”。烹饪原料。制豆腐时，吊去豆浆后，剩下的渣滓。可供制作菜肴，或加调味后制成炸丸子供菜肴应用。江西菜有雪花泥；四川菜有豆渣鸭子、豆渣猪头。

【豆渣】 即“豆腐渣”。

【雪花菜】 即“豆腐渣”。见《随息居饮食谱》。

【麻豆腐】 烹饪原料。细豆腐渣经发酵制成。口味酸鲜，可供炒食，或配荤素料制成。如：炒麻豆腐。

【霉豆渣】 也称“豆腐头”。烹饪原料。豆腐渣拌以酒药压紧，经发酵生霉后制成。去霉皮后可供作菜肴主、配料，醇香鲜美，风味独特。可与瘦肉、花生、萝卜（切丁）拌炒，也可与丝瓜、节瓜作汤。在广西有梧州猪仁之称。梧州菜有煎炆豆腐头；湖南衡阳渣江镇有五味豆腐汤。

【豆腐头】 即“霉豆渣”。

【豆粉】 烹饪原料。黄豆洗净炒熟，和“阴米”混合磨细，装坛备食。可以加猪油、白糖开水冲食。

【豆制饭粢】 烹饪原料。黄豆洗净，水涨发，带水磨成豆糊，分勺舀入擦过桐油的锅（仅以浸过桐油的净布擦过），待糊色转熟即成。浙江平湖出产的平湖饭粢为最佳。上海功德林素菜馆的凉菜银芽饭粢、素净肉松等均用之作主料。

【大豆纤维】 烹饪原料。一种以黄豆制成的新型食品原料。为黄豆经去皮，并提去油脂、蛋白和可溶性碳水化合物后的制成品。其中含较多果胶和树胶质，有增粘稳定性和乳化性等附加功能，可用作焖、炖食品，肉汁调味品，也可作汤，也能用以制低热量调味汁、酱油和蕃茄酱。因其具有高保水性能，还可以用以精制各种肉菜、肉制品，对肉汁保鲜也有很好的效果。以其所含热量低而纤维质高，被视为健康食品。

【植物蛋白肉】 也称“植物肉”。烹饪原料。以85%黄豆和15%花生制成。可供菜肴主、配料选用，宜于多种烹调方法和调味，营养丰富，利于健康。

【植物肉】 即“植物蛋白肉”。

【粉丝】 也称“线粉”。烹饪原料。以绿豆粉为原料制成。较细而透明，有光泽，可供作荤素菜肴的配料；也可作主料，宜于多种烹调方法，我国各省均产，名产如山东的龙口粉丝等。也可用于豌豆粉、蚕豆粉或甘薯粉、马铃薯粉的制作。较粗者称“粉条”，扁形者称“瓢粉”（也称“宽粉条”），水湿者称“水粉”（也称“索粉”）。《食物本草》：“索粉（以绿豆粉搓线，下汤煮熟）味甘凉无毒，滋脏腑、益肠胃、凉血、解诸毒、凉大肠、止下血。”

【线粉】 即“粉丝”。

【粉条】 见“粉丝”。

【瓢粉】 见“粉丝”。常用以配烧甲鱼，或配烧苋菜等。

【宽粉条】 见“粉丝”。

【水粉】 见“粉丝”。除如粉丝一样供作菜肴应用外，也可如面条一样煮食。

【索粉】 见“粉丝”。

【粉皮】 烹饪原料。以绿豆粉制成。有干、湿两种，均作为菜肴原料。常用作凉拌菜如黄瓜粉皮、猴戴帽等，也可作热炒的配料。还可用豌豆粉等制作，但质不

及绿豆粉。

【拉皮】 烹饪原料。现作现用的粉皮。

【凉粉】 俗称“青粉”、“麻糊”、“仙人粄”。烹饪原料。以绿豆粉制成。多作夏令小吃，以特制的凉粉刨制成长条(或切成块状)，调味供食；也作菜肴原料，可凉拌，也可热炒。还可用豌豆粉、蚕豆粉制作，并有掺用荞麦面的，称“荞粉”。

【青粉】 “凉粉”的俗称。指纯用豆粉制成的凉粉。

【麻糊】 江苏一些地方对“凉粉”的俗称。

【仙人粄(bǎn板)】 广东客家人对“凉粉”的俗称。

【荞粉】 见“凉粉”。

【嘎渣】 也称“饸饹”、“格渣”、“锅渣”。烹饪原料。绿豆粉调成浆，入沸水锅搅成稠糊，盛出冷却后切成条即成。可供主食或菜肴选用。上海功德林素菜中有桂花嘎渣；北京小吃中有炸格渣盒。

【饸饹】 即“嘎渣”。

【格渣】 即“嘎渣”。

【锅渣】 即“嘎渣”。

【豆斋饼】 烹饪原料。用豇豆、粳米浸后磨成糊，入平底锅煎成厚约1厘米、直径5厘米的小圆饼，两面微黄，供作烹调原料，多用于素馔，也可配荤。江苏菜金香饼即以之作为主料。江苏常州地方特产。

【素鱼丸】 烹饪原料。用绿豆粉和牛奶拌和后挤成丸状，汆制而成。

【豆面丸子】 烹饪原料。以绿豆面或蚕豆面、豌豆面经加料、调味，炸制而成。除作菜肴主、配料外，还可供小吃应用，为价廉物美的大众化食品。

【米豆腐】 也称“绿豆腐”。烹饪原料。以绿豆制成的豆腐。形似豆腐，风味不同，且较老硬，可供菜肴主、配料应用。

【绿豆腐】 即“米豆腐”。

【黄豆芽】 也称“大豆黄卷”、“鹅黄豆生”。烹饪原料。用黄豆经孵化而成的豆芽。东汉时，即已有生产，见《神农本草经》，当时称大豆黄卷。《山家清供》称鹅黄豆生。为家常蔬菜，可拌、炒、烩、炖，可作素馔，配豆腐、豆干、百页或笋子等，也可配荤。作汤尤鲜美，可用作素馔的鲜汤。其营养成分胜于黄豆，特别是维生素大量增加，如B_2增加2～4倍，B_{12}增加10倍，C也有增加，胡萝卜素增加2～3倍。中医认为其味甘，性平，可清热、去湿、解表。国外报道豆芽含有一种酶，具抗癌及抗癫痫作用。

【大豆黄卷】 即“黄豆芽”。见《神农本草经》。

【鹅黄豆生】 即“黄豆芽”。见《山家清供》。

【绿豆芽】 也称“玉髯”、“巧芽”、“银芽”、“掐菜”、“如意菜”。烹饪原料。用绿豆经孵化而成的豆芽。其产生晚于黄豆芽，但宋时，已广泛应用。家常蔬菜，也常用于筵席菜，以其柔脆洁白为人所喜爱，宜炒食或凉拌，可荤可素。素食可单用，或配豆干、百页、韭菜；荤食可配鸡鸭鱼肉等肉丝。作拌菜时也可荤可素，并可作菜码。中医认为其味甘，性寒，可解酒毒、热毒、利三焦。国外报道其具抗癌物质。其营养成分也胜于绿豆，约同于黄豆芽。

【玉髯】 即“绿豆芽”。方岳《豆苗》诗：“平明发视玉髯磔，一夜怒长堪冰苴。”

【巧芽】 即“绿豆芽”。《蕙风词话》：“蜀语可入词者……七夕渍绿豆令芽生，名‘巧芽’。”

【银芽】 即“绿豆芽”。因其色洁白如银色的芽，故名。

【掐菜】 即“绿豆芽”。因制作菜肴时常掐去头尾，故名。

【如意菜】 即“绿豆芽”。指掐去尾须，留下豆瓣的绿豆芽，因其形似如意，故名。

【芽蚕豆】 也称“发芽豆”。烹饪原料。干蚕豆经水渍制而成。为家常菜之一，可用咸菜或葱共炒，也可制成糖醋芽豆，还可制成五香烂芽豆作小吃或下酒。

【发芽豆】 即“芽蚕豆”。

【赤豆芽】 烹饪原料。为红豆经孵化而成的豆芽。烹调应用同“绿豆芽”。中医认为其可治便血及妊娠胎漏。

【菹】 烹饪原料。腌菜、酸菜。《周礼·天官·醢人》：“馈食之豆，其实葵菹。”

【齑】 烹饪原料。细切的酱菜或腌菜。《周礼·天官·醢人》注：“凡醢酱所和，细切为齑。”

【芥荃】 烹饪原料。腌芥菜。《说文》段注：“……以芥为齑，名芥荃。云芥脆者，谓芥齑松脆可口也。”

【笋筃(gě)】 烹饪原料。腌制笋。《广韵》：“笋筃，笋葅，出南中。”又，《齐民要求》有“作笋筃鸭羹法”。

【腌菜】 也称“咸菜”。烹饪原料。民间传统贮菜方法之一。全国均有，多于入冬时制作。一般以白菜、芥菜、甘蓝、萝卜、芹菜、瓜、茄、葱、蒜、韭等蔬菜为原料。腌制方法很多，常用清腌法，即仅用盐腌制，也有加辣(如辣白菜)、加糖(如糖蒜)、加香料(如五香萝卜干)等腌法，间有加油泡制的。品种很多，各省区均有名产。成品可供直接食用。家常可蒸、炒供食，或配炒、配煮荤料(如小鱼、小虾等)、素料(如豆腐、豆干、毛豆、冬瓜皮等)，筵席菜也常用，如腌雪里蕻，供制炒雪冬、雪菜山鸡片、雪菜大汤黄鱼之类。

【咸菜】 即“腌菜”。

【四川四大腌菜】 烹饪原料。四川著名土特产，指榨菜、芽菜、冬菜、腌大头菜。

【蒸咸菜】 烹饪原料。腌菜切碎后晒干，或经蒸后晒干，可供久贮。除直接蒸、煮食用外，蒸咸菜红烧肉等为家常菜肴，多见于江、浙一带。

【冬菜】 烹饪原料。有“京冬菜”、“川冬菜”、“津冬菜”、“上海五香京冬菜”四种，各有特色。可供直接食用。

【京冬菜】 也称“素冬菜”。俗称“玉堂菜”。烹饪原

料。北京、河北、山东均有生产。以大白菜为原料，腌制时加花椒。山东制法为白菜切丝，加盐、酱油、绍酒腌制，拌花椒面，装坛捣实，密封 30 天而成。色金黄微酸，可生食，又可冲汤、熬鱼、炒羊肉等。河南菜有京冬菜扒鸭、京冬菜炒豌豆等。

【素冬菜】 即"京冬菜"。因腌制时，未加蒜，故名。

【玉堂菜】 浙江绍兴一带对"京冬菜"的俗称。

【津冬菜】 也称"荤冬菜"。烹饪原料。以大白菜为原料，晾干后拌以蒜泥装坛，经发酵后制成。产品色金黄，味微酸，有较浓蒜香。烹调应用参见"京冬菜"。产于天津及河北沧县。

【荤冬菜】 即"津冬菜"。因腌制时加蒜，故名。

【川冬菜】 也称"冬尖"。烹饪原料。以青菜嫩尖为原料，腌制后，装坛密封 2～3 年制成。成品色黑褐，脆嫩清香，食之开胃。可生食，也为川菜配料之一，如冬菜腰片汤、蒸冬菜肉饼汤等。名产地有四川的南充、资中等。

【冬尖】 即"川冬菜"。因其取青菜嫩尖并于冬季制成，故名。

【榨菜】 烹饪原料。以茎用芥菜为原料，经穿剥、晾架、腌制、修剪、淘洗、拌料、分级装坛而成。因生产时要榨去多余水分，故名。成品咸淡适口，芳香脆嫩，爽利开胃，广受欢迎。常直接供食，或作菜肴配料，多用于拌、炒、烩或作汤，如榨菜肉丝、榨菜汤等。四川特产，名产有四川的涪陵榨菜。现浙江、江西等地也有生产。

【芽菜】 烹饪原料。以青菜嫩尖为原料，经划菜、晾晒、腌制、熬糖、配料等工序后，装坛密封 1 年制成。有甜、咸两种。甜芽菜产于宜宾一带，特产有叙府芽菜；咸芽菜产于南溪、泸州、永川等地，以南溪所产为最佳。芽菜可供直接食用，并为川菜调味增鲜料或菜肴配料，宜作汤菜、馅料、臊子等。四川小吃担担面即以此作臊子的主要原料。四川菜龙眼咸烧白即用之制作。四川特产。

【腌大头菜】 烹饪原料。以蔓菁或根用芥腌制而成。也有酱制的。大部地区有产，名产较多，有江西五香大头菜、云南玫瑰大头菜、襄樊大头菜、北京芥菜疙瘩、四川大头菜、江苏龙须大头菜等。因制法、用料各异，故风味多样，质脆嫩而无渣，鲜香适口。除常作家常小菜外，也作烹调配料，如云南菜玫瑰大头菜炒鸡丝等。又作席上小菜碟，如四川的红油黄丝等。

【腌雪里蕻】 烹饪原料。以鲜雪里蕻腌制而成。味鲜香，除蒸、炒供作家常小菜外，菜肴常用，宜烧、炒及作汤等。参见"雪里蕻"。也可作馅料，如江苏扬州名点雪笋包子。

【虾油小菜】 烹饪原料。以卤虾油泡制蔬菜制成。名产有辽宁锦州虾油小菜。天津、山东也产。成品咸鲜，具虾油味，清脆爽口，多作小菜食用。

【干巴菌韭菜花】 烹饪原料。以干巴菌、韭菜花、鲜辣椒分别按不同耗盐量腌制 3～5 天，然后合起加红糖，装入泡菜罐内捺实，7 天后食用。成品褐红发亮，味咸鲜，清香回甜，脆嫩爽口，既可佐餐，又可炒吃，尤以加剁肉炒吃味更鲜美。云南特产。

【油鸡纵】 烹饪原料。鲜(干)鸡纵菌配加食盐、八角、花椒、辣椒，以菜油炸制而成。色棕黄，味香鲜，有鸡纵特有的清香味，质嫩而柔软，易贮存。可供作菜肴原料，也可佐餐，并为调味珍品。云南特产。

【酱菜】 烹饪原料。以酱渍新鲜蔬菜制成。也有用酱油泡制的。全国广有生产，品种很多，风味多样。多供作小菜，其中少数品种供作菜肴原料，如酱瓜鸡丝、酱瓜肉片等。

【酱生姜】 烹饪原料。鲜姜要求色白、膘水足、肥嫩，经分类、淘洗、去皮，用新鲜盐水浸泡数天，再换盐水保存。腌好的生姜，切成佛手状或片状，水浸去盐后，用稀甜酱酱制而成。色呈牙黄，姜香浓郁，绵软味鲜。酱姜切丝可供配炒肉丝、鸡丝等，或切末作拌、炝菜配料。为江苏扬州特产酱菜。此外还有天津的甜酱姜菜、山东青岛的糖酱姜片、上海的甜酱芽姜、北京的酱芽姜等。

【酱甜瓜】 烹饪原料。选用扬州市郊所产颜色青翠、粗细均匀、内质厚实的牛角花皮菜瓜，用竹签在两端及瓜身戳上细孔，排入缸内，洒上盐水及大盐腌制，经数次翻缸后，再压去卤汁，加盐复腌一昼夜，取出另排缸内，一层瓜一层颗粒状饼黄酱，逐日翻缸，逐条搓揉，20 日后即成。呈琥珀色，亮而有光，酱香浓郁，鲜甜细嫩，清脆爽口。可切片、丝配炒荤料成菜。为江苏扬州传统酱菜。各地较有名的品种还有苏州的甜子瓜、南通的甜包瓜、连云港的酱焖瓜、福建的福州酱越瓜、武汉的酱菜瓜、北京的酱瓜、上海的面酱甜包瓜、山东临清的甜酱瓜、天津的甜酱瓜等。

【干菜】 烹饪原料。以鲜嫩新鲜蔬菜干制而成。有晒干、风干、熟干、腌干等法。品种很多，如干菠菜、干苔菜、干豆角、干豇豆、干瓜片、干茄子等，一些野菜也可干制。干菜经泡发后入烹，配荤素料调制，别具农家风味。其中干咸菜可作馅料，如江苏扬州的名点干菜包等。

【梅干菜】 也称"霉干菜"。烹饪原料。为腌干菜。产于广东、浙江。广东产的以梅菜腌制；浙江产的以芥菜腌制，均可供久贮。有特殊鲜味，可用烧肉、炖鱼、作馅，也可配素料烹食。筵席菜有广东的梅菜扣肉等。

【霉干菜】 即"梅干菜"。

【笋干菜】 也称"干菜笋"。烹饪原料。以芥菜和笋丝腌后干制而成。可久贮。味很鲜美，可供烧煮或作汤菜。如笋干菜红烧肉、笋干菜烧蚕豆等，为江浙一带家常美馔。筵席菜有浙江的干菜烧肉等。浙江特产。

【干菜笋】 即"笋干菜"。

【万年青】 烹饪原料。以油菜或小塘菜的菜苔顶端嫩尖加工而成的淡干菜。色泽青翠，气味清香，常用于

作汤，切成寸长，加适量盐、味精，以开水冲泡，滴入芝麻油食用，也可加海米、海蜒等配料。用于炒、熘等菜肴也可，忌煮制时间过长，色黄后即风味尽失。夏季食用可开胃消腻，增进食欲。浙江特产，主产于宁波、嘉兴等地。

【萝卜干】 烹饪原料。以萝卜腌制而成。半干品。广有制作，方法较多。一般以萝卜腌制后晾至半干，经装坛发酵而成。有加五香粉或加辣椒面、加糖、加咖喱粉及其他香料的，风味各异。多供作家常小菜，或作筵席开胃菜，间用为菜肴配料。名产很多，如北京甜辣萝卜干、紫香萝卜干，上海爽甜萝卜条，浙江甜酸辣萝卜，天津五香白绿萝卜干，江苏常州萝卜干，安徽咖喱菊花萝卜等。如浙江肖山萝卜干除生食外，也可蒸食，也作煎、炒、炖等菜肴的配料，或作汤菜。

【腌香椿】 烹饪原料。以香椿嫩芽腌制而成。半干品。食时泡去浮盐，可作小菜，也可代鲜香椿制作菜肴。名产有安徽太和腌香椿。

【油香椿】 烹饪原料。选鲜嫩、未浸过水的头水紫椿，加盐、八角以菜油炸制而成。色褐红，味异香，质酥脆，可供佐餐或调味。也可作为菜肴的配料。云南特产。

【酸菜】 烹饪原料。以鲜蔬菜为原料，经晾晒、烫熟、腌制（用盐量少于腌菜）、装缸发酵后制成。各地制法不同，风味各异，间有加辣椒面或香料的。味酸咸，清利爽口。除供作家常小菜或炒、煮食用外，也可作菜肴配料、馅料，或用于面条、面片以及汤菜。须注意酸菜久贮后易生霉，不利健康。

【泡菜】 烹饪原料。以新鲜蔬菜（除叶片易烂品种，如菠菜等）为原料，用川盐、红糖、干红辣椒、捞糟汁、白酒等和辛香料泡制，经乳酸菌发酵制成。四川特产之一。成品脆嫩鲜酸，清爽开胃。除供生食外，也为川菜配料之一，如泡菜鱼、清汤酸菜鱼卷等，泡辣椒为一些川味菜如鱼香、家常等味型必不可少的调味料。名产有新繁泡菜等。

【齑菜】 烹饪原料。一种酸菜。小白菜摘洗净，用开水焯熟，加入米汤（或原齑汤），夏日静置一日，经乳酸菌发酵后即成。味清酸而鲜，为夏日佳蔬，用于制作汤菜，如齑菜汆丸子、齑菜油皮汤等，清爽适口。见于江苏、浙江一带。

【独山盐酸菜】 烹饪原料。选用清明前抽苔 3～5 寸的芥菜型青菜，经摊晒、洗净、复晒、盐腌、出卤后，掺进适量纯碱、白酒，再切成小段，和入咸大蒜、甜酒、辣椒粉、冰糖、食盐等，搅拌均匀，装坛发酵 2～3 日后，密封 15 天即成。成品红黄脆润，咸甜麻辣，有独特的鲜香味。除作小菜食用外，可供炒肉末、烹鱼、蒸扣肉以及作酸辣汤等。贵州特产，已有 300 余年历史。

【苔菜干】 烹饪原料。以一种茎用莴苣的嫩茎经加工干制而成。葱绿色，清香脆嫩，可供凉拌、炒烩，可配荤素，为著名风味食品。名产有安徽涡阳苔干等。

【番薯干】 也称“四季仔”。烹饪原料。甘薯切片（或条）干制而成。民间多用以代粮，或磨粉供再加工。名产有福建连城番薯干，为“闽西八干”之一，烤制而成，可作点心食用，味甜美，也可加配料炸制后作筵上甜菜。

【四季仔】 广东一带对“番薯干”的俗称。因其一年四季均可贮存，故名。

【风菱】 烹饪原料。用菱煮熟后，晒干（可去壳），供长期贮存的称风菱。烹调时先以温水泡发，可煮粥、饭，也可如生菱一样烹制菜肴，并可磨粉食用。

【风干荸荠】 烹饪原料。荸荠洗净后，置于阴凉通风处晾干，供久贮。烹调时，先经泡发，可煮粥、饭，也可如生荸荠供作菜肴原料。

【雪蘑芋】 烹饪原料。为天南星科植物蒟蒻（Amorphophallus rivieri）制成。以其地下块茎磨粉，经冰冻后挤去水分，即成为冻豆腐状的雪蘑芋。烹调时先用温水泡软，可荤可素，风味独特，味鲜可口，也可挂糊油炸，松脆酥香。此为峨眉山特产，四川一些地方也有生产，也可用芋艿粉制，但味不及蘑芋制的。四川菜有蘑芋鸭子等。

【笋干】 也称“干笋”、“笋枯”、“笋脯”。烹饪原料。以鲜笋经煮熟、发酵、压片、烘干制成。多产于福建、江西等地。以色黄、短粗、肉厚、无老根、不霉不蛀为上品。泡发后可烧、炒、烩食，也可作荤素菜肴的配料。切成丝的称为“笋丝”

【干笋】 即“笋干”。

【笋枯】 即“笋干”。陆游《剑南诗稿》：“海客留苔脯，山僧饷笋枯。”

【笋脯】 即“笋干”。《香祖笔记》：“越中笋脯，俗名素火腿，食之有肉味，甚腴，……。”

【笋丝】 见“笋干”。

【玉兰片】 也称“兰片”。烹饪原料。用毛竹冬笋或楠竹笋等制成的干笋片。因似玉兰花片状，故名。江苏、浙江、江西、湖南、贵州等省均产。经泡发后供烹调，肉厚嫩，质脆，鲜美可口。有宝尖、冬片、桃片、春片之别，以宝尖为最好。以干爽肉厚、梗小洁净的为佳。经泡发后可切成块、片、丝、条等，配制多种荤素菜肴，色白质脆，鲜嫩利口，常用为高档菜的配料，为各菜系所广泛应用。每 500 克可提供热量 1400 千卡，磷含量每 500 克达 1450 毫克，为蔬菜中所罕见。

【兰片】 即“玉兰片”。

【笋衣】 烹饪原料。为加工玉兰片时剥下的嫩皮经熏黄制成。有冬衣、桃衣、春衣之分。烹调应用参见“玉兰片”。

【闽笋】 也称“漳平笋干”。烹饪原料。为“闽西八干”之一。宋代即已列为贡品。色泽金黄晶亮，肉厚质脆，细嫩鲜美，呈半透明状。多年来被视为十香素物，可制成香胡猪腿笋、鸡茸金丝笋等佳肴。

【漳平笋干】 即"闽笋"。

【笋尖】 也称"天目笋尖"。烹饪原料。每 50 千克笋干中只能提取 2.5 千克左右。色泽清亮黄绿,清馥芬芳,可用以制成汤菜,与肉共煮尤其鲜美。为浙江特产。

【天目笋尖】 即"笋尖"。

【扁尖】 也称"天目笋干"。烹饪原料。以产于浙江天目山区的嫩青竹为原料,经煮笋、烘焙后制成。以肉厚而嫩、绿中透黄、闻有清香、无粗老纤维者为佳。可用作汤、馅,也可炒菜、炖肉、炖鸡,荤素皆可,味具竹香而鲜美。

【天目笋干】 即"扁尖"。因其产于浙江天目山区,故名。

【羊尾笋】 也称"龙须笋"。烹饪原料。为鲜嫩竹笋经盐水煮制而成的半干品。肉质肥嫩,色黄白,以无笋筋、有笋衣、条短粗者为佳。可洗去浮盐作小菜食用,也可作荤素菜肴配料或作汤。

【龙须笋】 即"羊尾笋"。因以形似,故名。

【羊尾笋干】 烹饪原料。为浙江奉化特产。以当地龙笋精工制成,因形似羊尾,故名。肉色清白黄亮,鲜嫩芬芳可口。可供烹煮作汤,名菜有豆肉笋干汤、白切笋干浇麻油等,夏天食用可消暑、防痧、开胃。

【八渡笋】 烹饪原料。笋干赭红透亮,烹制时先煮软熟,再浸至水清捞起,即可改刀为丝、片、丁等,可与猪肉、鸡等同作,制成名菜。广西特产。

【香笋】 烹饪原料。选用黄竹青笋切丝,放水中泡酸,取出晒干;把浸泡的酸水入锅煮沸,再将干笋入锅浸泡,再晒干。如此反复 3 次即成。可配入凉拌菜,助人食欲。产于云南盈江县等地。为景颇族的传统产品。

【香菇笋】 烹饪原料。以嫩春笋在烤香菇时同烤而成。笋干具香菇味,香脆味美,甚为名贵。烹饪应用同一般笋干。

【绿笋干】 也称"绿笋片"、"玉版笋"。俗称"草鞋底"、"蝴蝶尖"。烹饪原料。为禾本科植物绿竹(Sinocalamus oldhami)的新笋,经煮熟晒干或烘干制成。味甘美,烹调应用同"玉兰片"。含茁长素、不饱和脂肪酸等。中医认为其味甘,性平,可治实喘并消痰。产于福建、浙江、广东等省。

【绿笋片】 即"绿笋干"。见《竹谱详录》。

【玉版笋】 即"绿笋干"。见《本草纲目》。

【草鞋底】 "绿笋干"的俗称。见《本草纲目拾遗》。

【蝴蝶尖】 "绿笋干"的俗称。见《本草纲目拾遗》。

【果脯】 烹饪原料。鲜果去皮核后,切块或片形,经糖液泡制后烘干而成的半干产品,不带汁。习惯与蜜饯混称,分南、北两味。北味以甜酸为主;南味以咸甜为主。常用作甜品菜的主、配料。

【果酱】 烹饪原料。以鲜水果粉碎后经加糖烧煮熬制而成。为块状果肉和果酱状物的混合体。有桔子、苹果、杏等单味品,也有混合品如什锦果酱。用于涂抹面包,作糕点馅料和炸菜的蘸料,也可直接供食。

【果泥】 烹饪原料。以鲜水果粉碎、研细,加糖烧煮熬制而成。质地细腻,呈糊状,一般加有食用香精。应用参见"果酱"。

【果冻】 也称"果膏"、"果糕"。烹饪原料。以鲜果加水熬煮,使其所含果胶溶于水中,再加糖和酸料熬煮至适当浓度,经冷却后凝结成冻状物。色艳,半透明,切面光滑。如山楂果冻(也称山楂果糕)等。可直接食用,或作冷饮、菜肴装饰和糕点馅料,也有的在熬制时加入琼脂以助其凝结。

【果膏】 即"果冻"。

【果糕】 即"果冻"。

【晶糕】 也称"金糕"、"京糕"、"山楂糕"。烹饪原料。用山楂泥加糖制成的糕。可作菜肴配料、甜菜主料,或作花色冷盘的材料等。间用为酒后解酒食品。

【金糕】 即"晶糕"。

【京糕】 即"晶糕"。

【山楂糕】 即"晶糕"。

【金桔饼】 也称"奎金饼"、"桔饼"。烹饪原料。金柑去核放汁,经明矾、食盐水浸渍后,漂洗沥干,以糖浆腌制数日,入锅烧煮成半成品,最后再经浓糖浆烧煮,浓缩后捞起,撒上白糖粉即成。苏式蜜饯之一。广式蜜饯有糖桔饼,富有天然桔香,甜酸适口,食之开胃通气,可用于甜品菜肴,或糕点馅料。

【奎金饼】 即"金桔饼"。

【桔饼】 即"金桔饼"。

【白族雕梅】 烹饪原料。选用盐梅为原料,先用石灰水浸泡半日,取出晾干,再把梅果雕出连续曲折的花纹,去核压扁,形如梅花,用糖浆浸渍数月而成。色泽金黄,清香四溢。为甜品菜肴的原料。云南特产。

【葡萄干】 也称"提子"。烹饪原料。以鲜葡萄干制而成。可供直接食用,也用为糕点馅料、甜菜原料或作八宝饭配料。多产于新疆。

【提子】 广东一带对"葡萄干"的俗称。

【柿饼】 烹饪原料。柿子的干制品。有"火饼"、"水饼"、"排饼"、"散饼"之分。一般作蜜饯果脯零食,或作糕点馅心。含糖量 60%。中医认为其味甘,性寒,能润肺、涩肠、止血,可用治痰嗽及多种内出血,熟食可止泻、止痢。

【水饼】 也称"耿饼"。烹饪原料。柿饼的品类之一。为扁形柿饼,其肉质软糯,味道甜美,质优于火饼。

【耿饼】 即"水饼"。源于山东菏泽耿家庄所产的水饼,用镜面柿加工,质量很好,为柿饼中的特品,负有盛誉。菏泽旧称曹州,又有曹州耿饼之称,后凡质量相近的柿饼,概称"耿饼"或"水饼"。

【火饼】 烹饪原料。柿饼的品类之一。为扁形柿饼,其肉质不软糯。

【排饼】 烹饪原料。柿饼的品类之一

【散饼】　烹饪原料。柿饼的品类之一。

【柿霜】　烹饪原料。为柿子制成柿饼时，果汁渗在表面所形成的白色粉霜。可用制柿霜糖，或配入糕点馅料。中医认为其味甘，性凉，可清热、润燥、化痰，能治咳嗽、喉疼、口角炎和口疮等疾。

【桂圆肉】　也称“元肉”。烹饪原料。龙眼经去壳、核后干制而成。为著名滋补食品，可供作多种甜、咸菜式，如桂圆莲子汤、桂圆红枣汤及桂圆童子鸡等。可补气血、益心脾、安神，适用于虚劳羸弱、失眠、健忘、惊悸、怔忡等症，并可作产后、病后补品。

【元肉】　即“桂圆肉”。

【瓜饯】　烹饪原料。以甜瓜经蜜饯制成。可供直接食用，或作甜菜配料。品种如糖冬瓜条等。

【果料】　烹饪原料。以桔皮、柚皮、胡萝卜、菜瓜等为原料，切成条、丝、丁、块等，以色素浸染成红、绿、黄等色，再以糖腌制后，用作月饼、糕点、甜食以及菜肴的馅料和装饰、配色材料。

【红丝】　烹饪原料。以柚皮等去除油胞层，切为丝状，色素染红，再以糖腌渍后烘干而成。古时用以点缀贡品以示吉祥；现代用于糕点、八宝饭、甜羹或菜肴装饰、配色。绿色者称“绿丝”（也称“青丝”）。

【绿丝】　见“红丝”。也可以青梅作原料。

【青丝】　见“红丝”。

【青丁】　烹饪原料。以绿色或黄色橙皮切成丁状，经洗净、沥干，以糖腌渍，再用糖浆加食用色素烧煮后晾干而成。绿色称“青丁”，黄色称“黄丁”。用途同“红丝”。

【黄丁】　见“青丁”。

【红卜】　烹饪原料。以咸胡萝卜切成菱形块状，以砂糖加食用色素渍制后，烧煮而成。红色称“红卜”，绿色称“绿卜”，黄色称“黄卜”。主要用作月饼、糕点、甜羹等食品的配色、调味料。

【绿卜】　见“红卜”。

【黄卜】　见“红卜”。

【红瓜】　烹饪原料。以咸菜瓜片作原料，漂去咸味，砂糖加用食用色素渍制后，烧煮而成。红色称“红瓜”，绿色称“绿瓜”，黄色称“黄瓜”。主要用作八宝饭、糕饼馅等的配料。

【绿瓜】　见“红瓜”。

【黄瓜】　见“红瓜”。

调　味　料

【作料】　也称“佐料”、“调料”、“调和”。烹饪原料。烹调时用来增加滋味和气味的调味品。《随园食单》：“厨者之作料，如妇人之衣服首饰也。”

【佐料】　即“作料”。

【调料】　即“作料”。

【调和】　①即“作料”。②西北一带称香味调味料为调和。③西南一带称供蘸食的调味料为调和。

【五香】　烹饪原料。①对以天然或人工香料调味的概称。如五香酱牛肉、五香豆腐干等。②专指八角、小茴香、桂皮、丁香、花椒等5种调味香料。

【八大料】　烹饪原料。饮食行业制作卤品、酱品食品时，所用8种调味品的概称。指肉桂、良姜、草果、大茴、白芷、毕拨、丁香、山奈。

【盐】　也称“鹾”、“咸鹾”、“卤”、“鹹”、“鹺”、“食盐”、“斥”、“碱”、“海沙”。俗称“盐巴”、“吼巴”、“上味”。烹饪原料。咸味的基本调味品，除直接供作调味及腌制食品外，还用以制作其他咸味类调味品，如豉、酱、酱油等。盐是人体不可缺少的，他有调节身体功能的重要作用。品种多，一般分为“大盐”、“加工盐”、“精盐”三大类。中医认为其味咸，性寒，可涌吐、清火、凉血、解毒。

【鹾(cuó痤)】　即“盐”。《礼记·曲礼》：“盐曰咸鹾。”注：“大咸曰鹾。”

【咸鹾】　即“盐”。《水经注·涑水》：“……畦水耗竭，土自成盐，即所谓咸鹾也。”参见“鹾”。

【卤】　即“盐”。《史记·货殖传》：“山东食海盐，山西食盐卤。”正义：“谓西方咸地也，坚且咸，即出石盐及池盐。”《尔雅》：“天生（盐）曰卤。”

【鹹】　即“盐”。见《广雅》。

【鹺(biàn辨)】　即“盐”。见《广雅》。

【海沙】　即“盐”。《本草纲目》：“方土呼盐为海沙。”

【碱】　即“盐”。《渊鉴类函》：“盐，……河内谓之碱。”

【斥】　即“盐”。《渊鉴类函》：“盐，东方谓之斥……。”

【食盐】　即“盐”。

【盐巴】　西南一带对“盐”的俗称。因旧时当地食盐均呈锅巴块状，故名。沿用至今，并泛称一切食盐。

【吼巴】　江苏一带饮食行业对“盐”的俗称。

【上味】　广东一些地区对“盐”的俗称。

【大盐】　也称“卵盐”、“海盐”、“散盐”、“泽盐”、“末盐”。烹饪原料。为沿海盐田用海水经自然晒制而成。占我国食盐总产的84%。质量好的大盐，氯化钠含量达94%左右。一般用于腌制食品。因结晶体颗粒大，故名。

【卵盐】　即“大盐”。《礼记》注：“卵盐，大盐也。”

【海盐】　即“大盐”。因海水晒制而成，故名。

【泽盐】　即“大盐”。《图经本草》：“今沧、密、楚、秀、温、台、明、泉、福、广、琼、化诸州，煮海水作之，谓之泽盐，医方谓之海盐。”

【散盐】　即“海盐”。《渊鉴类函》：“……或煮海煮卉及煮碱而成，周官所谓散盐也，今谓之末盐。”

【末盐】　即“海盐”。参见“散盐”。

【花盐】　烹饪原料。指白色的细盐。《齐民要求》有造花盐印盐法。

【加工盐】　烹饪原料。一般以大盐磨制而成。颗粒

较细，易溶化，供作调味用。

【再制盐】 也称“精盐”、“洗盐粉”。烹饪原料。大盐溶化卤水，经过除杂处理，再经蒸发而结晶的产品。呈细粉状，色洁白，易溶，且清洁卫生，为烹饪应用的最佳食盐。

【精盐】 即“再制盐”。

【洗盐粉】 即“再制盐”。

【加碘盐】 烹饪原料。为防治某些地区因饮水和食物缺碘所致的甲状腺肿地方病，国家专门组织生产了加碘盐。碘含量一般在 1/20,000～1/50,000，以弥补缺碘的缺陷。

【低钠盐】 烹饪原料。为江苏省制盐工业研究所研制成的一种食盐。对高血压患者有明显降压作用，并可降低血浆胆固醇。

【混合盐】 烹饪原料。在盐中增加各种成份用于腌制品，概称混合盐。如用于腌制午餐肉的混合盐，其成份：精盐 49 千克加白糖 750 克、亚硝酸钠 250 克。

【调味盐】 烹饪原料。以优质精盐，加上多种香料或其他材料调制而成。这些盐有“大虾盐”、“五香盐”、“花椒盐”、“辣椒盐”、“胡椒盐”、“苔菜盐”，以及沙姜香型、咖喱香型、混合香型等盐。这些盐可用于汤菜、凉菜、热菜，和汤面、水饺、馅料等，可简化调味手续，增加食品鲜味。但除花椒盐外，一般不宜用于炝锅爆炒。

【苔菜盐】 烹饪原料。浙江所产。以当地特产苔菜（浒苔）和精盐调制而成。具海藻鲜香味，宜用于汤菜。

【胡椒盐】 烹饪原料。以多种调味料和精盐混合制成。适用于烹饪水产品、牛羊肉及汤菜，具有去腥起香作用。

【辣椒盐】 烹饪原料。以精盐和辣椒调制而成。具有南方风味，适于做各类辣味菜肴，及伴炒各种小炒。

【花椒盐】 烹饪原料。以精盐与花椒配制而成。清香爽口，用于烹调鱼、肉等菜肴，可增加汤、肉汁的风味，还可用于调拌各种小菜。

【五香盐】 烹饪原料。在精盐中配入 13 种香料，气味芳香浓郁，能增加菜肴风味，特别宜于油炒五香花生米等；或加入五香粉、八角末、白糖，按一定比例混合拌匀而成。

【大虾盐】 烹饪原料。在精盐中添加了以虾为主的多种调味香料，含有丰富的钙、磷、铁等元素，可用于拌菜、烧菜、汤菜和馅料，作汤味更鲜美。山东所产。

【湖盐】 也称“池盐”、“大青盐”、“鹽盐”、“颗盐”。俗称“青盐”。烹饪原料。由内陆咸水湖中提取，占我国盐产量的 7%。不需加工即可食用，含水量少。名产地如青海茶卡盐湖、察尔汗盐湖等。

【池盐】 即“湖盐”。

【大青盐】 即“湖盐”。

【鹽(gǔ古)盐】 即“湖盐”。《史记·货殖传》：“猗顿用鹽盐起。”《隋书·食货志》：“二曰鹽盐，引池以化之。”《渊鉴类函》：“然其类有二，或引池而化，《周官》所谓鹽盐也，今谓之颗盐……。”

【颗盐】 即“湖盐”。参见“鹽盐”。

【青盐】 西北一带对“湖盐”的俗称。

【井盐】 烹饪原料。以地下卤水熬制而成。占全国盐产量的 8%左右。主产于四川自贡及云南等地。按形状分为“花盐”、“巴盐”、“筒盐”、“砖盐”。产于四川的概称“川盐”。含杂质少，无苦味，为四川菜调味所必须。

【川盐】 见“井盐”。

【花盐】 也称“雪花盐”。烹饪原料。井盐中的一种。颗粒细小。又分为“火花盐”、“碳花盐”两种。

【雪花盐】 即“花盐”。因其颗粒细小如雪花，故名。

【火花盐】 烹饪原料。花盐的一种。因其用天然气火煎成，故名。

【碳花盐】 烹饪原料。花盐的一种。因其用煤炭火煎成，故名。

【巴盐】 俗称“锅巴盐”。烹饪原料。井盐中的一种。状如锅巴，质坚硬呈片状，色发青。

【锅巴盐】 “巴盐”的俗称。因其状如锅巴，故名。

【筒盐】 烹饪原料。井盐中的一种。因经用机械压制成筒状，故名。

【砖盐】 烹饪原料。井盐中的一种。因经用机械制成砖状，故名。

【矿盐】 也称“岩盐”、“石盐”、“生盐”、“崖盐”、“戎盐”、“羌盐”、“胡盐”、“秃登盐”、“阴土盐”。烹饪原料。为地下或山内所蕴藏的大块盐层，产量不多，可供食用，产量约占全国盐产量的 1%。主要分布于青海、湖北、湖南、江西等地。其中有结晶特殊的“光明盐”、“珍珠盐”等。中医认为其味咸，性寒，可益气、坚肌骨、治目疾。

【岩盐】 即“矿盐”。

【石盐】 即“矿盐”。

【生盐】 即“矿盐”。《本草纲目》：“阶、成、凤州所出，皆崖盐也，生于土崖之间，状如白矾，亦名生盐。”

【崖盐】 即“矿盐”。见《本草纲目》。参见“生盐”。

【戎盐】 即“矿盐”。《日华本草》：“西番所食者，故号戎盐、羌盐。”《唐本草》：“戎盐，即胡盐也。沙洲名秃登盐，廓州名为阴土盐，生河岸山坂之阴土石间，故名。”

【羌盐】 即“矿盐”。参见“戎盐”。

【胡盐】 即“矿盐”。参见“戎盐”。

【秃登盐】 即“矿盐”。参见“戎盐”。

【阴土盐】 即“矿盐”。参见“戎盐”。

【光明盐】 也称“圣石”、“君王盐”、“玉华盐”、“水晶盐”。俗称“玻璃盐”。烹饪原料。矿盐的一种。结晶体形如方形水晶，无色透明。产于青海山中。可食用，产量少，为眼科中药之一。中医认为其味咸甘，性平，可治头痛诸风及眼疾。

【圣石】 即“光明盐”。《雷公炮炙论·序》：“圣石开

盲，明目而如云离日。”

【君王盐】 即“光明盐”。《金楼子》：“胡中白盐，产于崖，映月光明洞彻如水晶。胡人以供国厨，名君王盐，亦名玉华盐。”

【玉华盐】 即“光明盐”。参见“君王盐”。

【水晶盐】 即“光明盐”。因其晶莹透澈如水晶，故名。

【玻璃盐】 即“光明盐”。因其透明如玻璃，故名。

【珍珠盐】 烹饪原料。矿盐的一种。因其形似珍珠颗粒，大小如绿豆，故名。可食，产量少。产于青海。

【土盐】 也称“末盐”、“碱盐”。烹饪原料。刮取地上盐土熬制而成。色灰黑，味苦涩，因其含硝、碱等杂质多。旧时食盐由官家统制，民间食盐困难，每不得已食土盐。今已罕见。

【末盐】 即“土盐”。《本草图经》：“并州末盐，乃刮碱煎炼者，不甚佳，所谓卤碱是也。”又，“滨州有土盐，煎炼草木而成，其色最粗黑，不堪入药。”

【碱盐】 即“土盐”。《本草纲目》：“并州、河北所出，皆碱盐也，刮取碱土，煎炼而成。”

【盐花】 烹饪原料。盐的一种。细盐末。《南越笔记·雨广盐》：“生盐浮于面，不杂泥沙，其白如雪，则为盐花也。”

【淮盐】 烹饪原料。精盐下入烧热的铁锅内，炒至烫手而有响声，并且略有焦香味即成。或调入适量五香粉，供蘸食用。广州的大同脆皮鸡需用之和酸辣酱、柠檬汁配蘸料。

【木盐】 烹饪原料。以漆树科植物盐肤木(Rhus chinensis)果实表面的白粉代盐调味。古代有用的，称木盐，见《政和证类本草》、《本草纲目》。今已罕用。

【雪花盐】 烹饪原料。盐质细白，形似雪花，含氯素离子和硝酸离子较多，可供食用。以之腌制火腿或其他肉品，质量高，风味好。产于甘肃陇西一带。

【豆豉】 也称“幽菽”、“康伯”、“纳豆”、“豉”、“大苦”。烹饪原料。调味品之一。约始于秦汉。以黄豆、黑豆为主料，经蒸煮、发酵制成。方法较多，《齐民要术》、《本草纲目》均载有制豉法。有“咸豉”、“淡豉”、“干豉”、“鲜豉”之分。味鲜而香，以作调味，可供多种菜肴应用，也可配辣椒制辣豆豉直接食用。中医认为其味咸，性寒，可解烦热毒、寒热虚劳、调中发汗、通关节、杀腥气。名产较多，如四川的潼川豆豉、广西的黄姚豆豉、云南的易门青豆豉、江西的太和豆豉、杭州的五香豆豉等。

【幽菽】 即“豆豉”。《本草纲目》：“许慎《说文》谓豉为配盐幽菽者，乃咸豉也。”

【康伯】 即“豆豉”。《本草纲目》：“陶(弘景)说康伯豉法，见《博物志》，云原出国外，中国谓之康伯，乃传此法之姓名耳。”

【豉】 即“豆豉”。《释名》：“豉，嗜也。”

【大苦】 即“豆豉”。《楚辞·招魂》：“大苦咸酸，辛甘行些。”注：“大苦、豉也。”

【纳豆】 即“豆豉”。

【咸豉】 也称“配盐幽菽”、“盐豉”。烹饪原料。豆豉的一种。凡是豆豉加盐制作的，调味多用此。

【配盐幽菽】 即“咸豉”。见《说文》。参见“幽菽”。

【盐豉】 即“咸豉”。用盐配豆制成。《史记·货殖传》：“鼓鼓盐豉千答。”

【淡豉】 也称“淡豆豉”、“香豉”。烹饪原料。豆豉的一种。制时不加盐，主要用于中药。也可配盐食用，参见“豉汁”。中医认为其味苦，性寒，可解表、除烦、宣郁、解毒。

【淡豆豉】 即“淡豉”。见《本草纲目》。

【香豉】 即“淡豉”。见《伤寒论》。

【干豉】 烹饪原料。豆豉的一种。晒干的豆豉。便于久贮，食用前需泡发。

【鲜豉】 烹饪原料。豆豉的一种。指豆豉制成后即供食用的鲜品，处于潮湿状态，贮存期较短。

【腊八豆】 俗称“臭豆子”、“水豆豉”、“酱油豆”、“酱豆”、“阴豆豉”、“霉酱豆”。烹饪原料。黄豆洗净并泡胀，大火蒸4小时左右，晾凉，装木盘内加盖，在较高室温下发霉，5～6天后待霉毛长齐，搓散置盆内，加盐、酒、姜丁等拌和，加清水浸泡、日晒(注意防蝇、防尘、防雨水)，15天后即成。味臭而醇美，可直接蒸食(或加豆腐)，也可作菜肴调味。湖南一带常以之作烹炒或蒸腊肉的底料。

【臭豆子】 “腊八豆”的俗称。

【霉酱豆】 “腊八豆”的俗称。

【水豆豉】 北方一些地方对“腊八豆”的俗称。

【酱油豆】 江苏一些地方对“腊八豆”的俗称。

【酱豆】 江苏淮阴一带对“腊八豆”的俗称。

【阴豆豉】 江西一带对“腊八豆”的俗称。

【豉汁】 烹饪原料。为淡豆豉加入椒、姜、盐等的加工制成品。《本草纲目》：“用好豉三斗。清麻油熬令烟断，以一升拌豉，蒸令摊冷晒干，拌再蒸，凡二遍。以白盐一斗捣和，以汤淋汁三四斗，入净釜，下椒、姜、葱、桔丝同煎，三分减一，贮于不津器中，香美绝胜。”中医认为其可大除烦热。

【酱】 烹饪原料。①古代称鱼、肉、菜、果等治碎制成的食品为酱。《论语》：“不得其酱不食。”②醢、醢的总称。《周礼》：“酱用百有二十瓮。”注：“酱，谓醢、醢也。”③用面、豆、麸等经发酵制成的食品、调味品。如：豆酱；面酱；蚕豆酱。

【醢(hǎi海)】 也称“醢醢”。烹饪原料。肉酱，古代的食品、调味品。《诗经》：“醓醢以荐，或燔或炙。”《周礼》郑玄注谓制醢的方法为：先以肉爆干，剁碎，调入粱麴和盐，渍以美酒，涂置瓶中，百日则成。

【醓(tǎn坦)醢】 即“醢”。《周礼》：“朝事之豆，其实韭菹、醓醢。”

【豆酱】 也称“八珍主人”。烹饪原料。以豆类为原料酿制的调味品。采用黄豆或蚕豆、豌豆等，配以面粉，调以盐水经发酵等工序制成，用于调味，也可作菜肴如豆腐蒸酱等，或用于制酱菜、提取酱油。色泽红褐，味道鲜美，含有多种氨基酸。中医认为其味咸，性寒，可除热、解毒。

【八珍主人】 即“豆酱”。《清异录》：“言虽八珍，无此则寡味也。”

【黄豆酱】 也称“黄酱”、“大酱”。烹饪原料。有“干黄酱”、“稀黄酱”之分。烹饪调味料之一，可供制炸酱，并为北方菜中酱爆菜所必备，也可蒸食、蘸食；或供调制辣酱等。含蛋白质20.9%、脂肪11.2%和多种氨基酸。中医认为其味咸，性寒，可除热、解毒。

【黄酱】 即“黄豆酱”。

【大酱】 即“黄豆酱”。

【干黄酱】 也称“豆瓣酱”。烹饪原料。以黄豆、面粉、食盐等制成。加水较少，成品较干，有的可成块，带豆瓣。色红黄有光泽，甜香，掰开有白茬，内红而结实。用时可稀释。常用于制炸酱、调馅、炒菜等。

【豆瓣酱】 ①即“干黄酱”。因其可见黄豆豆瓣，故名。②即“蚕豆酱”。

【稀黄酱】 烹饪原料。黄豆酱的一种。制法同“干黄酱”，不同处为加水较多，发酵时打扒，最后研碎。成品呈稠粥状，不见豆瓣，深杏黄色，有光泽，味鲜香。多用于炸酱、生吃或炒熟后供蘸食。

【面酱】 也称“甜面酱”、“甜酱”。俗称“京酱”。烹饪原料。以面粉和食盐制成。成品呈稠粥状，金红色有光泽，口甜有香味。除生食外，还用于干炸、酥炸、香炸等菜肴以及四川的“樟茶鸭、北京的烤鸭、广东的脆皮鸡等菜式的蘸料，也可用于酱爆菜。营养、食疗参见“黄豆酱”。

【甜面酱】 即“面酱”。因其含糖量在20%以上，比一般黄酱高7倍，甜味明显，故名。

【甜酱】 即“面酱”。参见“甜面酱”。

【京酱】 湖南一带对“面酱”的俗称。

【西瓜酱】 烹饪原料。制酱时，加入西瓜瓤一同发酵酿制。成品与豆酱一样，但具西瓜风味。食用同一般酱类。北京民间制作。

【榆仁酱】 也称“酴酭”。烹饪原料。古代酱品之一。《本草纲目》载有造法：“取榆仁水浸一伏时，袋盛，揉洗去涎，以蓼汁拌晒。如此七次，同发过面麹，如造酱法下盐晒之。每一升，曲四斤，盐一斤，水五斤。”今已罕见。

【酴酭(mú tú 毬涂)】 即“榆仁酱”。《齐民要术》：“二月榆荚成，及青收干以为旨蓄，色变白，将落，可作酴酭。”

【喃咪】 烹饪原料。喃咪，傣语译音，即酱，产于西双版纳。其味酸、辣、香、甜，为筵席必备佳品及调味料。按其原料不同，可分喃咪布(螃蟹酱)、喃咪糯(竹笋酱)、喃咪帕(青菜酱)等。制作及食法大同小异。以喃咪糯为例：将鲜竹笋舂细加水搅拌成浆，放罐内发酵，发出酸味熬煮成饼，晒干保存。食时配蒜、姜叶、薄荷叶、辣椒、大芫荽、食盐、花椒、八角、五香粉，并对冷开水捣烂成糊状，糯白淡黄，呈酸香味。

【酱油】 也称“酱清”、“酱汁”、“豉油”、“豆油”、“秋油”、“淋油”、“抽油”、“晒油”。俗称“清酱”、“母油”、“黑水”、“豆汁”。烹饪原料。用豆、麦和盐等酿制的咸的液体调味品。烹饪使用最广泛的调味品之一，用于菜肴可赋咸、起鲜、调色，可烹入菜中，为红烧、酱色菜所需用；或用于调拌、蘸食。种类很多。按加工方法分有“天然发酵酱油”、“人工发酵酱油”、“化学酱油”；按形态分有“液体酱油”、“固体酱油”，按质量分有“特级酱油”、“高级酱油”、“一级酱油”、“二级酱油”或“头抽”、“二抽”、“三抽”；按颜色分有“红酱油”、“白酱油”、“生抽”、“老抽”；按味道分有“咸酱油”、“甜酱油”、“辣酱油”、“味精酱油”；按加料分有“虾子酱油”、“冬菇酱油”、“蘑菇酱油”、“蟹子酱油”、“蚌蛎酱油”，还有“无盐酱油”、“果汁酱油”等。

【酱清】 即“酱油”。《齐民要术》“炙豚法”、“炙鹅法”等均用酱清。《千金要方》：“用酱清和蜜温热浸之。”

【酱汁】 即“酱油”。见于唐代。

【豉油】 即“酱油”。见于明代。

【豆油】 即“酱油”。见于明代。

【秋油】 即“酱油”。沿用至今。因古法生产酱油为春制曲、伏晒酱、秋抽油，故名。

【淋油】 即“酱油”。因生产中有一种方法为以布盛酱吊起淋取酱油，故名。

【抽油】 即“酱油”。沿用至今。古法提取酱油，有以蜂眼管子插入酱缸中，酱油渗入管内，抽取而出。第一次抽取的质量最好，称“头抽”；二次称“二抽”，质量较差；三次称“三抽”，质量更差。

【晒油】 即“酱油”。因古法制作过程为天然晒露发酵，需长时间曝晒，故名。

【清酱】 山东、东北一带对“酱油”的俗称。

【母油】 江苏苏州一带对(最好的)“酱油”的俗称。

【黑水】 江苏一带饮食行业对“酱油”的俗称。因其用于烧菜时，如用量过多，会使菜肴色泽变黑，有提示作用，故名。

【豆汁】 福建南部一带对“酱油”的俗称。

【天然发酵酱油】 俗称“晒制酱油”、“原汁酱油”。烹饪原料。酱油的一种。利用空气中微生物天然发酵进行生产，鲜美醇厚，风味极佳。但出品率低，原料消耗大，生产周期长达1年，无法大规模机械化生产，产量不多。现仅少数著名品种和具有特殊风味的腌酱菜用此法生产。

【晒制酱油】 “天然发酵酱油”的俗称。

【原汁酱油】 “天然发酵酱油”的俗称。

【人工发酵酱油】 烹饪原料。酱油的一种。为人工培养曲种、加温发酵生产的产品。有低盐固态发酵和无盐固态发酵两种。前者风味虽不及天然发酵酱油，但较后者为佳。生产周期仅 20～25 天，营养价值较好。

【化学酱油】 烹饪原料。酱油的一种。利用盐酸使豆饼中的蛋白质水解，再用碱中和，经过滤后加酱色制成。风味较差，后味淡薄，营养价值低，且含有害物质。现已停止生产。

【液体酱油】 烹饪原料。酱油的一种。即市场上出售的一般瓶装或散装的液态酱油。

【固体酱油】 烹饪原料。酱油的一种。用高级酱油加砂糖、精盐、味精等原料配制后，再经浓缩制成。味鲜美而卫生，便于携带、贮存。烹饪应用时以凉开水溶解即成。

【特级酱油】 烹饪原料。酱油的一种。人工发酵酱油的质量等级，以其所含主成分（即无盐固形物）含量高低判定。含量高则味鲜美而醇厚。特级酱油主成分每 100 毫升含量在 25 克以上。

【高级酱油】 烹饪原料。酱油的一种。其主成分每 100 毫升含量在 20 克以上。参见“特级酱油”。

【一级酱油】 烹饪原料。酱油的一种。其主成分每 100 毫升含量在 15 克以上。参见“特级酱油”。

【二级酱油】 烹饪原料。酱油的一种。其主成分每 100 毫升含量在 10 克以上。参见“特级酱油”。

【头抽】 烹饪原料。酱油的一种。见“抽油”。

【二抽】 烹饪原料。酱油的一种。见“抽油”。

【三抽】 烹饪原料。酱油的一种。见“抽油”。

【红酱油】 烹饪原料。酱油的一种。一般市场上出售的黑褐色的酱油，均属红酱油。

【白酱油】 烹饪原料。酱油的一种。化学酱油未调酱色或酱色较浅的酱油。参见“化学酱油”。

【生抽】 烹饪原料。酱油的一种。广东一带对浅色酱油的俗称。名产有生抽王。江苏一带称“白抽”。

【白抽】 见“生抽”。

【老抽】 烹饪原料。酱油的一种。广东一带对深色酱油的俗称。江苏一带称“黑抽”。

【黑抽】 见“老抽”。

【甜酱油】 烹饪原料。酱油的一种。指具甜味的酱油。如云南通海甜酱油，是云南菜的独特调料。以黄豆制成酱坯，配加红糖、饴糖、食盐、香料、酒曲酿制而成。甜咸兼备，咸中偏甜，酱汁粘稠，香气浓郁，味鲜美，久贮不变质，用于蒸、炖、煮、炒、卤、凉拌等，色鲜味香。尤以拌凉菜如浇拌白切鸡、白肉、牛肉冷片等风味更佳。

【辣酱油】 烹饪原料。酱油的一种。有两种：以酱油加辣椒泡制，一定时间后捞去辣椒，煮沸后冷却而成。具辣味。多用于调拌，或用于宫保鸡丁、辣子肉丁等菜肴。另一种为以高级酱油加进多种香辛料、药材、水果、青菜等调制而成。五味俱全，富于营养，有促食欲、助消化的特点。多用于中、西餐蘸料、拌料。现北京、上海等地有生产。北京产的水果、蔬菜比重大；上海产的药材、辛香料比重大，各有特色。

【复制红酱油】 烹饪原料。酱油的一种。酱油中加红糖、八角、山奈、草果等入锅，用微火慢熬而成，待晾凉后，略放入些味精增鲜。一般用于冷菜和面食调味。

【味精酱油】 烹饪原料。酱油的一种。酱油加味精调制而成。味较一般酱油为鲜美。

【虾子酱油】 烹饪原料。酱油的一种。酱油中加虾子泡制或烧制而成。味具虾的鲜香。酱油中可见多量虾子。

【冬菇酱油】 烹饪原料。酱油的一种。以香菇或加工香菇罐头时的剩液酿制的酱油。成品具香菇的鲜香味。

【蘑菇酱油】 烹饪原料。酱油的一种。具蘑菇的鲜香味。制法参见“冬菇酱油”。

【蟹子酱油】 烹饪原料。酱油的一种。将蟹子加入酱油泡制而成。具蟹子的鲜香味。酱油中可见多量蟹子。产于江苏如东等地。

【蚌蛾酱油】 烹饪原料。酱油的一种。加工蚌蛾的下脚料掺与酿制的酱油。产品具海鲜味。产于江苏如东一带。

【无盐酱油】 烹饪原料。酱油的一种。专供肾脏病人及其它忌盐病人食用的酱油。酱油中无食盐，但加入一定数量的氯化钾、氯化氨等盐类，使其咸味对于病人无害。

【低盐酱油】 烹饪原料。酱油的一种。采用低盐发酵制成。适于肾脏病患者食用。

【鱼汁酱油】 烹饪原料。酱油的一种。以新鲜海杂鱼经特殊方法酿制而成。具鲜鱼风味。含丰富维生素、氨基酸等。

【甜叶菊酱油】 烹饪原料。酱油的一种。在普通酱油酿制过程中，掺入少量的甜叶菊酿制而成。清香甜润。

【铁质酱油】 烹饪原料。酱油的一种。在酱油中增加一定量的铁质，是缺铁性贫血患者较好的辅助治疗食品。

【果汁酱油】 烹饪原料。酱油的一种。含有各种水果香甜味，含维生素A、B、C较多，宜于儿童食用。

【咸菜卤】 烹饪原料。腌菜的卤汤。供作咸味调味料。如浙江菜咸菜卤蒸蛏，咸鲜清口，是宁波的风味菜。

【醋】 也称“醯”、“苦酒”、“淳酢”、“食总管”、“华池左味”。“俗称“忌讳”。烹饪原料。酸味类调味料。多以米、麦等含糖或淀粉的原料为主，以谷糠、麸皮等为辅，经糖化、发酵、下盐、淋醋，并加香料、糖等工序制成。为烹饪的基本味料之一。除供直接拌食、蘸食菜肴、点心等外，为醋熘、糖醋、酸辣等菜式所必用，还用于酥鱼等菜。还可渍制酸菜。有增鲜、解腥臊等作用。主要

成分为乙酸、高级醇类等。中医认为其味酸苦，性温，可散瘀、止血、解毒、杀虫。有促进食欲、帮助消化以及杀菌等功用。现用食醋主要有“米醋”、“熏醋”、“糖醋”、“酒醋”、“白醋”等。名产很多，如山西的老陈醋、江苏的镇江香醋、浙江的玫瑰米醋、四川的保宁醋、广西的剥隘七醋、贵州的赤水晒醋等。

【醯(xī西)】 即“醋”。《礼记·内则》：“和用醯。”陆德明释文：“醯，酢也。”《论语》疏：“醯，醋也。”《学斋占毕》：“九经中无醋字，止有醯及和用酸而已，至汉方有此字。”

【苦酒】 即“醋”。《名医别录》：“以有苦味，俗呼苦酒。”

【淳酢】 即“醋”。见《本草经集注》。

【食总管】 即“醋”。见《清异录》。

【华池左味】 即“醋”。《名医别录》陶弘景注：“醋酒为用，无所不入，愈久愈良，亦谓之醯。……丹家又加余物，谓为华池左味。”

【忌讳】 饮食行业对“醋”的俗称。因其用量要适当，否则酸味过重，难以入口，故名。

【米醋】 也称“红醋”、“玫瑰醋”。烹饪原料。醋的一种。以发酵成熟的白醋坯直接过淋的一种食醋。色黄褐，有香味。产于浙江，呈玫瑰色，又称“浙醋”。适于蘸食、炒菜。

【红醋】 即“米醋”。因色近暗红色或玫瑰红色，故名。

【玫瑰醋】 即“米醋”。因其色呈玫瑰色，故名。

【浙醋】 见“米醋”。

【熏醋】 也称“黑醋”。烹饪原料。醋的一种。白醋坯经熏制成黑坯，以之与白坯各半，加入适量花椒、八角等，再经过淋者的一种食醋。色深，有特殊的熏制风味。宜于蘸食、拌食，烹饪常用。名产有山西的老陈醋等。以存放时间愈久愈好。

【黑醋】 即“熏醋”。因其色泽呈黑褐色，故名。

【香醋】 烹饪原料。醋的一种。以糯米、秫米、碎米和谷糠等，经醋酸和乳酸发酵制成，并经炒色、烧煎和加糖。气味芳香，酸而不烈，色泽棕褐。名产有江苏镇江的香醋等，宜于蘸食、拌食，如镇江肴肉、蟹黄包子必用其蘸食，同时也为烹调常用。

【糖醋】 俗称“白脸醋”。烹饪原料。醋的一种。以饴糖为主料，加曲和水发酵制成。色泽较浅，味纯酸而单调，无香，不及米醋、熏醋。适用于需酸而又不需起色的菜肴，如江苏的五柳居鱼、浙江的西湖醋鱼等。

【白脸醋】 东北一带对“糖醋”的俗称。

【白醋】 也称“醋精”。俗称“白醯”。烹饪原料。醋的一种。以冰醋酸加水不着色配制而成。也有着色的，风味较差。烹调应用参见“糖醋”。

【醋精】 即“白醋”。

【白醯】 东北一带对“白醋”的俗称。

【酒醋】 烹饪原料。醋的一种。以低度白酒为原料，用速酿法(1～3天)制成。风味较差。

【浆水】 也称“酸浆”、“酸浆水”、“酏水”、“米浆水”。烹饪原料。我国传统酸味调味品。以蔬菜加面汤或米汤经乳酸菌发酵制成。味至酸，多于夏日用其作汤菜或下面条，可清热祛暑。今甘肃天水等地区仍常食之，如浆水面等。古法有不用菜的，如《本草蒙筌》：“熟炊粟饭，乘热投瓷缸内，冷水浸五六朝，味渐酸而生白花，色类浆，故名浆水。或酷热当茶饮下，或薄暮作粥啜之，醒睡除烦，消食止渴，调和脏腑。”中医认为其味甘酸，性凉，可调中和胃、化滞止渴。

【酸浆】 即“浆水”。见《本草纲目》。

【酸浆水】 即“浆水”。见《本经逢原》。

【酏水】 即“浆水”。《宋氏养生部·酏水》：“菘菜作沸汤焯之，入煮面绝清汤中，用小缸盛菜，不必多酸即用。冬宜近热易熟。”

【米浆水】 即“浆水”。

【醋酸水】 烹饪原料。酸味调味料。米汤或淘米水加盐、糖及食醋等，经发酵制成。用于泡制各种不同蔬菜。醋酸水时间愈久，色泽愈红，浸泡蔬菜的味道愈好。所泡的菜除供直接食用外，也可代醋烹调菜肴。相似制法，有“壮族醋汤”、“陇川酸水”等。土家族、苗族、侗族等常用。

【壮族酸汤】 烹饪原料。酸味调味品。用老青菜、嫩玉米芯、米汤等加清水混合入罐，在常温下发酵24小时即成。味清酸，除用于烹饪调味外，也可泡制酸菜。壮族常用。

【陇川酸水】 烹饪原料。酸味调味料。选用萝卜叶和米汤入罐腌酸，然后将酸汤入锅煮沸后倒入另罐内即成。味清酸，可贮存较长时间不变味。用于烹饪调味。云南德宏州各民族常用。

【梅】 烹饪原料。酸味调味料。《尚书·说命》：“若作和羹，尔唯盐梅。”梅子或制成梅浆、梅汁供调味用。古代用之。现仍有用的，如福建菜酸梅爪尖等。

【醷(yì义)】 烹饪原料。酸味调味料。梅浆。《礼记》：“浆水醷滥。”注：“醷，梅浆。”

【乌梅】 烹饪原料。酸味调味料。以青梅干燥后熏制而成。用于作饮料的酸味调味。如酸梅汤。中医认为其味酸，性平，可敛脾、涩肠、生津、解暑。

【苏梅酱】 烹饪原料。酸味调味料。以苏梅去皮核加糖煮制而成。味甜而略酸，一般用为干炸、脆炸、香炸等菜肴的调味料。如炸猪排、炸肫花等均用以蘸食。

【白族炖梅】 也称“老梅”、“黑梅”。烹饪原料。酸味调味料。属梅树中的苦梅之果，产于云南。将苦梅浸在陶罐内用微火持续加温一段时间即成。色黝黑，酸香异常，能存放数年而不走味。可用于烹制酸辣鱼或用于拌凉菜、作渍水等，也可加糖直接食用，味道香醇。

【老梅】 即“白族炖梅”。

【黑梅】 即“白族炖梅”。

【番茄酱】 也称“西红柿酱”、“番茄沙司”。烹饪原料。酸味调味料。以番茄制成。味鲜酸，色红艳，为茄汁菜式的必用料。如茄汁鸡、茄汁虾段等，西餐常用。还可以配制冷饮。

【西红柿酱】 即“蕃茄酱”。

【番茄沙司】 即“蕃茄酱”。

【黄皮酱】 烹饪原料。甜酸调味料。以山黄皮果制成的果酱。具甜酸味，有香气，作食物调味料。如广西的冻食春卷即用之蘸食。

【人面酱】 也称“杧楣酱”。烹饪原料。酸味调味原料。人面子果经糖渍制成。味酸甜，为广东菜调味料之一。

【杧楣酱】 即“人面酱”。

【柠檬汁】 烹饪原料。酸味调味料。以柠檬汁配以盐、味精、糖、醋等加热调制成。用于制作柠汁菜式的调味，广东菜等常用。如柠汁煎鸭脯等。还可用于蘸食，或用于糕点和饮料。

【酸木瓜】 烹饪原料。酸味调味料。一种灌木果实，肉质紧密。去皮切片，用清水浸泡后，其液可作酸醋用；用糖汁浸泡，味酸甜，可作水果食用。产于云南各地。

【年枣】 也称“南酸枣”、“年早”。烹饪原料。酸味调味料。属漆树科植物，其果肉质较薄，与果仁紧密联系在一起，是制菜的一种酸性调味料。产于云南西南。

【南酸枣】 即“年枣”。

【年早】 即“年枣”。

【萝卜酸】 烹饪原料。酸味调味料。将白萝卜洗净去皮，切丝或薄片均可，用精盐抓匀浆软稍腌，滗去盐水苦汁，用凉开水漂至约含 1/10 的盐分，挤干水分后，加白糖、白醋拌匀即成。产于福建厦门。黄瓜酸、花菜酸、白菜酸等腌制法几乎类似。可供直接食用，也供作酸味调味应用。又，湖南苗族、侗家族等也制萝卜酸。

【五味子藤】 也称“珠”、“荎蒧”、“玄及”、“会及”、“五梅子”、“面藤”、“山花椒”。俗称“北五味子”。烹饪原料。属木兰科植物(Schisandra chinensis)。酸味调味料。朝鲜族常用，用于烹制菜肴。中医认为其味酸，性温，可敛肺、滋肾、生津、收汗、涩精。

【珠】 即“五味子藤”。见《尔雅》。

【荎蒧】 即“五味子藤”。见《尔雅》。

【玄及】 即“五味子藤”。见《吴普本草》。

【会及】 即“五味子藤”。见《名医别录》。

【五梅子】 即“五味子藤”。

【面藤】 即“五味子藤”。

【山花椒】 即“五味子藤”。

【北五味子】 北方地区对“五味子藤”俗称。

【糖】 也称“饧”、“糖霜”。俗称“格里洼”。烹饪原料。甜味调味料。以甘蔗或甜菜等制成，或以其他原料制成。用于菜肴、食品、饮料等的甜味调味，并作烹调中的一些特殊应用，如上色、拔丝、挂霜等。按制糖原料分有“麦芽糖”、“蔗糖”、“甜菜糖”、“甜叶菊糖”、“木醇糖”、“玉米淀粉糖”、“枫糖”等；按产品颜色分有“红糖”、“白糖”等；按产品形态分有“绵白糖”、“砂糖”、“冰糖”、“碗糖”、“片糖”、“糖粉”等。烹调应用主要用于调味，首先用于甜菜；再用于甜味较重的菜，如糖醋排骨等，还用于提味，如鱼香类菜、红烧肉等；还用于复合怪味菜、凉拌菜和卤水等。食品工业用于饮料、罐头、糕点等。

【饧】 即“糖”。后特指麦芽或谷芽熬成的饴糖。《本草纲目》：“饴即软糖也，北人谓之饧。”

【糖霜】 即“糖”。见《糖霜谱》。

【格里洼】 江苏一带饮食行业对“糖”的俗称。

【甘蔗糖】 烹饪原料。糖的一种。以甘蔗茎为原料加工制成的糖。主要成分为蔗糖。有机制、土制两种。主产于广东、广西、福建、台湾等地。烹调应用参见“糖”。

【甜菜糖】 烹饪原料。糖的一种。以甜菜块根为原料加工制成。主要成分为蔗糖。主产于东北、内蒙、新疆等地。烹调应用参见“糖”。

【砂糖】 也称“粆”。烹饪原料。糖的一种。呈晶粒状的白砂糖和红砂糖的总称。白砂糖的晶粒较红砂糖的晶粒完整、质硬、味纯。

【粆(shā沙)】 即“砂糖”。见《正字通》。

【饴糖】 也称“胶牙饧”、“花饧”、“饴”。俗称“糖稀”、“麦芽糖”。烹饪原料。糖的一种。以米或麦芽为原料，将之蒸熟，以α-淀粉酶液化后，再用麦芽使原料中所含的淀粉起糖化作用而制成。含麦芽糖、葡萄糖及糊精等。甜爽适口，广泛用于糖果、糕点制品，酱油着色；烹调用于叉烤菜肴上色，熬制糖色作烧熘等菜式的增色剂，也可用于调味，或作点心的粘合剂。中医认为其味甘，性微温，可缓中、补虚、润肺。

【胶牙饧】 即“饴糖”。《荆楚岁时记》：“正月一日是三元之日也……进屠苏酒、胶牙饧。”

【花饧】 即“饴糖。《乾淳岁时记》：“交年祀灶，用花饧米饵。”《宋史》：“赐肉中酒果、风药、花饧，赴守岁夜宴……。”

【饴】 即“饴糖”。

【糖稀】 “饴糖”的俗称。因其常呈浓稠液体状态，故名。

【麦芽糖】 “饴糖”的俗称。因其多用麦芽制成，故名。

【红糖】 也称“赤糖”。烹饪原料。糖的一种。由甜菜、甘蔗制成的含糖蜜的糖。因机制和土制的区别，故有晶粒状和粉状两种，质量也有差异。色泽一般为红、黄、褐色，具有特殊的香味。含蔗糖成分少，质量不如白糖。但含果糖和葡萄糖等还原糖，甜味大，发热量高，容易被人体吸收。可作产妇补养身体的食品。常应用于一些带有色彩的菜肴的调味，如红烧肉、红烧鱼等，或

作糕点馅料。

【赤糖】 即“红糖”。

【赤红砂糖】 也称“赤砂糖”、“紫砂糖”、“黑砂糖”。烹饪原料。糖的一种。为机制红糖，晶粒明显，色泽赤红，含蔗糖83%左右。烹调应用参见“糖”及“红糖”。中医认为其味甘，性温，可补中缓肝、活血和瘀。色泽黄褐的称“黄砂糖”。

【赤砂糖】 即“赤红砂糖”。

【紫砂糖】 即“赤红砂糖”。见《本草纲目》。

【黑砂糖】 即“赤红砂糖”。见《本草纲目》。

【黄砂糖】 见“赤红砂糖”。

【土红糖】 烹饪原料。糖的一种。土法生产的红糖。制品有“红糖粉”、“片糖”、“冰片糖”、“碗糖”、“砖糖”等。烹饪应用参见“红糖”。

【红糖粉】 简称“糖粉”。烹饪原料。土红糖的一种。呈粉末状，色有金黄、淡黄、枣红、赤红等，有甘蔗清香。因系手工生产，含有不溶于水的杂质(如煤屑、砂泥等)。以色金黄鲜明，干燥松散，结团块少者质量为好。烹调应用参见“红糖”。因其还原糖和水分含量高，易于返潮、潮解，应注意贮存。

【糖粉】 “红糖粉”的简称。

【片糖】 也称“板糖”、“片黄糖”。烹饪原料。土红糖的一种。形状呈板块或片状。

【板糖】 即“片糖”。

【片黄糖】 即“片糖”。见《本草求原》。

【冰片糖】 烹饪原料。土红糖的一种。长形块状，色淡黄，甜于红糖。以广东中山所产最佳。

【碗糖】 烹饪原料。土红糖的一种。制成后倒入碗中，扣出呈半圆球状。

【砖糖】 烹饪原料。土红糖的一种。因成品呈砖块状，故名。

【白糖】 烹饪原料。糖的一种。直接由甜菜或甘蔗糖汁，应用碳酸气饱充法或亚硫酸饱充法提纯后，真空浓缩、结晶、分蜜而制成。颜色洁白。有“白砂糖”和“绵白糖”两种。白糖杂质少，含蔗糖的成分多，还原糖成分少，质量高，但甜味不如红糖。在烹调中应用广泛，是食糖中最理想的甜味调料。参见“糖”。

【白砂糖】 也称“石蜜”、“白霜糖”。烹饪原料。白糖的一种。食糖中质量较好的品种，含蔗糖99%左右。色洁白而明亮，晶粒整齐均匀，水分、杂质和还原糖的含量很低。按晶粒大小又可分为粗砂、中砂、细砂等。除用于烹调的调味料外，还用于食品工业。中医认为其味甘，性平，可润肺生津。

【石蜜】 ①即“白砂糖”。见《唐本草》。②也称“蜂蜜”。见《神农本草经》。③也称“岩蜜”。

【白霜糖】 即“白砂糖”。见《本草备要》。

【绵糖】 也称“绵白糖”、“绵白”。烹饪原料。白糖的一种。呈粉状的白糖的统称。有“精白”和“土白”两种。色泽洁白，绵软细糯，味甜且鲜，杂质少，含水量高于白砂糖，易溶化。常用于挂霜、蜜渍和拔丝；也可作点心蘸食之用，如吃粽子、元宵。因其易溶化，最宜用于牛奶、咖啡等饮料和凉拌菜肴。

【绵白糖】 即“绵糖”。

【绵白】 即“绵糖”。

【精白】 烹饪原料。绵糖的一种。精制绵白糖，以白砂糖磨成粉后，拌入2.5%的精化糖浆制成。色泽雪白，质量最好。

【土白】 烹饪原料。绵糖的一种。土制棉白糖。土法制成，色泽稍暗或带微黄，质量次于精白。

【冰糖】 烹饪原料。糖的一种。冰块样的蔗糖结晶，白糖的再制品。有“盆冰糖”和“单晶冰糖”两种。加工时将白糖溶解，经过烧制捞净杂质，成浓浆，放在保持一定温度的桶中，使其结晶而成。由于结晶的情况不同，冰糖的形式也不同。桶面结成的冰糖呈片状，色白透明，敲碎后称“冰片”(也称纹冰)；桶底结成的冰糖不透明，敲碎后称“冰块”(也称渣冰)，质量不如冰片。冰糖味甜纯且鲜，可作甜味调料。常用于甜菜、甜羹和扒烧菜肴的调味。如冰糖银耳、冰糖西米桔子、冰糖扒蹄、扒烧整猪头等。又可作药用，中医认为其味甘，性平，可补中益气、和胃润肺。

【冰片】 见“冰糖”。

【纹冰】 见“冰糖”。

【冰块】 见“冰糖”。

【渣冰】 见“冰糖”。

【盆冰糖】 烹饪原料。冰糖的一种。以传统工艺制成的冰糖。

【单晶体冰糖】 烹饪原料。冰糖的一种。以盆冰糖的碎块作为晶种，投入经过过滤、除杂的糖膏中，在摇摆式的真空结晶罐中保温浓缩结晶，经40多小时后即生成具有12面的蔗糖单斜晶体。块形完整，晶粒匀称，组织紧密，杂质极少，甜味纯正，且不易破碎。纯度高于盆冰糖，烹调应用参见“冰糖”。

【方糖】 烹饪原料。糖的一种。以优质白砂糖磨细后，经湿润、压制、干燥而成的再制品。为正方形，色洁白，品质纯净。主要用于牛奶、咖啡等饮料，也可代糖用于烹调。方糖块形整齐，便于包装、运输，也利于计量。

【葡萄糖】 烹饪原料。糖的一种。以淀粉酶或酸水解淀粉制成。甜度约为蔗糖的70%。可用为饮料调味，也可用于烹调，用量应适当加大。葡萄糖属单糖，可被身体直接吸收利用，正常人经常食用易致肥胖。一般多供药用。

【玉米糖】 烹饪原料。糖的一种。以玉米淀粉经过用酶水解后生成葡萄糖浆，然后用葡萄糖异构酶使之异构化，使右旋糖转化成为左旋糖(即使葡萄糖转化为果糖)，因之也称“高果糖玉米糖浆”、“玉米异构糖”。甜度同蔗糖，味适口，可免致肥胖，可用于烹调、食用和食

品工业各类产品。

【高果糖玉米糖浆】 见“玉米糖”。

【玉米异构糖】 见“玉米糖”。

【白薯异构糖】 烹饪原料。糖的一种。以甘薯淀粉制成。参见“玉米糖”。安徽省已有生产并投放市场，受到欢迎。

【甜菊糖】 简称“菊糖”。烹饪原料。糖的一种。以甜叶菊为原料提炼而成。甜度为蔗糖的 300 倍，味正质好，清甜爽口，适用于食品工业各种产品。含热量很低，对糖尿病、肥胖症、高血压等有一定疗效。

【菊糖】 “甜菊糖”的简称。

【枫糖】 也称“槭糖”。烹饪原料。糖的一种。以一种称糖槭的枫树汁液，经过熬炼，便获得枫糖。味甜美醇厚，可润肺开胃、清心健脾。含蔗糖 85%，营养价值相似于蜂蜜。除用于烹饪调味外，也可供制甜食、糖果等。

【槭糖】 即“枫糖”。

【糖精】 烹饪原料。由煤焦油提炼出甲苯，再经氯磺化、氨化、氧化、脱水等工序制成。甜度比糖高 500 倍，常用于食品工业作甜味调味剂，或作饮料调味，烹调少用，无营养价值。一般认为不宜多量食用。我国规定用量为每千克食品限 0.15 克。

【蜂蜜】 也称“蜜”、“石饴”、“食蜜”、“白蜜”、“白沙蜜”、“蜜糖”、“沙蜜”、“蜂糖”。烹饪原料。为蜜蜂采取花液酿制而成。因蜂种不同，有家蜂蜜、野蜂蜜之分，又因蜜源不同，有荔枝蜜、桂花蜜、枣花蜜、紫云英蜜等多种花蜜，各具原花芳香，色泽、成分等也有差别。一般含 75%左右的葡萄糖、果糖，并含多种其他营养物质，是较理想的营养食品。自古食用，可代替糖作甜味调味剂，可作酿造蜜酒原料，可蜜饯食品，多用于食品工业，间用于烹调。中医认为其味甘，性平，可补中、润燥、止痛、解毒。现代临床用于胃及十二指肠溃疡、烧伤、冻伤、细菌性痢疾、便秘、贫血、高血压、心脏病等，均有一定疗效。有些蜂蜜(如黄杜鹃蜜等)有一定毒素，应予区别。

【石饴】 即“蜂蜜”。见《神农本草经》。

【食蜜】 即“蜂蜜”。见《伤寒论》。

【白蜜】 即“蜂蜜”。见《药性论》。

【白沙蜜】 即“蜂蜜”。见《本草衍义》。

【蜜糖】 即“蜂蜜”。见《本草蒙鉴》。

【沙蜜】 即“蜂蜜”。见《本草纲目》。

【蜂糖】 即“蜂蜜”。见《本草纲目》。

【蜜】 即“蜂蜜”。见《金匮要略》。

【木蜜】 烹饪原料。野蜂蜜之一。古已食用，《本草经注》：“又木蜜呼为食蜜，悬树枝作之。”现通称居住在树洞的野蜜蜂采取花液酿成的甜汁为木蜜。产于云南、贵州一带。食用同“蜂蜜”。

【土蜜】 烹饪原料。野蜂蜜之一。居住在土洞里的野蜜蜂采取花液酿成的甜汁。以江苏淮阴以及北方干燥土壤地区所产最多。

【岩蜜】 也称“崖蜜”。烹饪原料。野蜂蜜之一。居住在岩洞里的野蜜蜂采取花液酿成的甜汁。入药最好。

【崖蜜】 即“岩蜜”。

【竹蜂蜜】 也称“留师蜜”。烹饪原料。野蜂蜜之一。为竹蜂所酿的蜜。较稠，很甜，可代蜂蜜食用。参见“竹蜂”。中医认为其味甘酸，性寒，含之可治牙齿龋痛、口疮。

【留师蜜】 即“竹蜂蜜”。见《本草纲目拾遗》。

【蔗浆】 也称“天生复脉汤”。俗称“甘蔗汁”。烹饪原料。甘蔗榨取的甜汁。古已食用，作甜味调味料，也可直接供饮用。食糖量较多，并含多种氨基酸。中医认为其味甘，性寒，可清热生津、下气、润燥。

【天生复脉汤】 即“蔗浆”。见《随息居饮食谱》。

【甘蔗汁】 “蔗浆”的俗称。

【竹蔗】 烹饪原料。一种较细小的甘蔗，供榨蔗汁。烹蛇菜时用作调味料，可去蛇的腥臊味。

【甘草】 也称“美草”、“蜜甘”、“蜜草”、“蕗草”、“国老”、“灵通”、“粉草”、“甜草”、“甜根子”、“棒草”。烹饪原料。属豆科植物(Glycyrrhiza uralensis)。可用作甜味及芳香调味料，具增香、增甜作用。可用配制卤汤、苏造汤等，供制菜肴如肉桂甘草牛肉以及食疗食品甘草小麦大枣汤等。中医认为其味甘，性平，可补脾益气、润肺止咳、缓急止痛、解毒、调和诸药。产于内蒙、甘肃、青海等地。

【美草】 即“甘草”。见《神农本草经》。

【蜜甘】 即“甘草”。见《神农本草经》。

【蜜草】 即“甘草”。见《名医别录》。

【蕗草】 即“甘草”。见《名医别录》。

【国老】 即“甘草”。见《神农本草经注》。

【灵通】 即“甘草”。见《记事珠》。

【粉草】 即“甘草”。见《群芳谱》。

【甜草】 即“甘草”。见《中国药植志》。

【甜根子】 即“甘草”。见《中药志》。

【棒草】 即“甘草”。见《黑龙江中药》。

【甜柳】 烹饪原料。甜柳树枝条，甜柳皮绿，易于脱皮，去皮后，其条细白、清香甜润。为白族名菜柳蒸猪头的用料。

【味精】 也称“味之素”。俗称“味粉”。烹饪原料。化学名称为谷氨酸一钠，呈粉末状或结晶状，液状的也称“味汁”或“液体味精”。味很鲜，水冲淡至 3000 倍仍具鲜味。在弱酸或中性溶液中，鲜味可充分发挥；在碱性溶液中，因谷氨酸一钠变成氨酸二钠而失去鲜味。烹调应用较广泛，但须注意对具有本味特点的菜肴宜少用或不用，用量控制在每千克体重每日在 120 毫克以内，过量易致头痛、发烧、恶心等症状，不宜在 120℃以上高温中长时间烧煮，否则易变成有毒的焦谷氨酸，对人

体不利。

【味之素】 即“味精”。

【味粉】 广东一带对“味精”的俗称。

【味汁】 见“味精”。

【液体味精】 见“味精”。

【海鲜酱】 烹饪原料。以海产品为原料制成的“虾酱”、“蟹酱”、“蛤酱”等的统称。味鲜咸，色红褐，多用于烧、炒、爆等菜式的调味。沿海均产。

【虾酱】 也称“白虾醢”、“卤虾”、“虾膏”。烹饪原料。以小虾或虾类为原料，经研碎、拌盐、发酵制成。其渗出液即为“虾油”。可用烹制菜肴，也可作虾酱蒸豆腐等家常菜；还可用于调味，如北京的涮羊肉即必用。虾酱、蟹肉酱为(后金)宫廷的常食，并曾以之馈赠朝鲜国王。

【虾膏】 即“虾酱”。一般制作比普通虾酱要精致，常以瓶装出售。

【白虾醢】 即“虾酱”。

【卤虾】 即“虾酱”。

【麻虾子】 烹饪原料。虾酱制成后，调入辣椒糊，呈灰红色，具鲜、咸、辣三味，为民间常食，用于菜肴调味。产于江苏北部。

【对虾头酱】 烹饪原料。为对虾头剥去胸甲、剪去步足后，经磨碎加盐，不经发酵制成。色橙红，呈细稠糊状。烹调应用方法参见“虾酱”。产于烟台以北沿海。

【蟹酱】 也称“蟹胥”、“蟹醢”。烹饪原料。中、小型蟹类经粉碎、加盐、发酵制成。滋味鲜美、多供炒、蒸，也可作调味品，可供久藏。为沿海地区的家庭制品。

【蟹胥】 即“蟹酱”。《周礼·天官·庖人》：“共祭祀之好羞。”郑玄注：“谓四时所为膳食，若荆州之鳆鱼，青州之蟹胥。”《释名·释饮食》：“蟹胥，取蟹藏之，使骨肉解，胥胥然也。”

【蟹醢】 即“蟹酱”。

【蟛蜞酱】 烹饪原料。以蟛蜞碾碎，加盐、绍酒、白糖、红糟拌和，蒸约20分钟取出，再加入白酒拌和而成。用于菜肴调味。福建菜有蟛蜞酱醉肉。

【蛤蜊酱】 也称“蛤黎酱”。烹饪原料。《清虚杂著》：“京师旧未尝食蚬蛤，钱司空始以蛤黎为酱，于是海错悉醢以走四方。”古代食用，今已罕见。

【蛤黎酱】 即“蛤蜊酱”。

【蟹籽】 烹饪原料。为雌性海蟹的卵的干制品。暗红色，呈细砂状，小于虾籽。用作菜肴增鲜剂，鲜味次于虾籽。有“生蟹籽”、“熟蟹籽”之分。烹调应用方法参见“虾籽”。

【生蟹籽】 烹饪原料。蟹籽的一种。取抱籽蟹卵团，洗去污质，沥水晾晒后，搓散过细筛即成。以色浅而鲜亮，颗粒松散光滑，味清淡者为上品。

【熟蟹籽】 烹饪原料。蟹籽的一种。抱籽蟹先蒸煮再取出卵团，经晒干、搓散、过细筛后即成。以色深而颗粒之间略有粘结，味较淡者为上品。

【虾籽】 俗称“怀儿”。烹饪原料。虾卵经清洗后，微火焙干或晒干即成。色桔红或暗红色，有光泽。主要用于调味。因其可以增鲜，故常用于名贵菜肴。如上海的虾籽大乌参、安徽的虾籽黄焖鸡、河南的虾籽烧蹄筋等。也可用于制虾籽腐乳、虾籽辣酱、虾籽酱油等。

【怀儿】 江苏一带饮食行业对“虾籽”的俗称。

【虾蛄籽】 烹饪原料。为虾蛄卵的制成品。鲜品可供直接食用，干品多用于调味增鲜。烹调应用方法参见“虾籽”。福建菜有虾蛄籽面筋。

【虾米粉】 烹饪原料。增鲜剂。古代用之。《养小录》：“白亮细虾米，烘燥磨粉，收贮。入蛋腐、乳腐及炒拌各种细馔，或煎腐洒入并佳。”今偶见于市场。

【鳖粉】 烹饪原料。增鲜剂。古代食之。《养小录》：“宁波淡白鳖，洗净，切块，蒸熟。剥肉细剉，取骨酥炙，焙燥磨粉收用。”今偶见于民间。

【蚝油】 烹饪原料。用加工牡蛎干时煮的汁，再加以浓缩制成的一种增鲜调味品。味很鲜美。用于蚝油菜的烹调，如蚝油牛肉、蚝油豆腐等。产于广东等地沿海。

【虾油】 烹饪原料。将加工虾酱时抽出的卤液盛入大缸，在夏季经过3个月左右的曝晒，在发酵后期，加20～30%的麻线虾制成的虾酱串熏后，控出的卤液即为虾油。色金黄透明，味清香，虾鲜味明显。用作调味品，或用于凉拌，或加入炒菜。还可用以泡制小菜，如天津、锦州所产的虾油小菜。

【贻贝油】 烹饪原料。水产调味品。将煮贻贝的汤汁，经浓缩后制成。味很鲜美。

【蛏油】 烹饪原料。加工蛏干时煮蛏的水，经浓缩提炼而成。为上等调味品，味很鲜美。产于沿海。

【鱼露】 也称“鲭油”。俗称“鱼酱油”。烹饪原料。用小杂鱼及鱼类下脚料为原料，经腌渍后较长时间自然发酵分解后滤出的清汁。因制造工艺精粗与浓度有别，分为特等、优等和一般三种。呈琥珀色或棕红色，以澄清者为上品。用于调味，烹调应用方法参见“酱油”，增鲜作用较大。还有加酸水解制成的，称“化学鱼酱油”，不如鱼露。

【鲭油】 即“鱼露”。

【鱼酱油】 “鱼露”的俗称。

【化学鱼酱油】 见“鱼露”。

【菌油】 烹饪原料。以野生鲜菌用茶油炼制而成。用作菜肴调味。也有称野生菌与酱油、白糖、老姜煎熬制成的液体为菌油。湖南特产。

【香蕈粉】 烹饪原料。增鲜剂。《养小录》：“香蕈，或晒或烘，磨粉，入馔内，其汤最鲜。”古代用之，现也有制作、供应，但少见。

【笋粉】 烹饪原料。增鲜剂。《养小录》：“鲜笋老头差嫩者，以药刀切作极薄片，筛内晒干极，磨粉收贮。或稠汤，或顿蛋，或拌肉内，供于无笋时，何其妙也。”古代用之，现已少见。

【干辣椒】 烹饪原料。以辣味重的羊角椒等干制而成。用于调味。入烹时，切段炝锅或过油配入菜肴，如宫保肉丁、干煸肉丝等。为辣味菜、麻辣菜所必用，也可用于拌制凉菜。安徽寿县一带将之刨成细丝加在菜肴上用以调味。还可用以加工"辣椒粉"、"辣椒油"、"辣椒酱"等。

【辣椒粉】 也称"辣椒面"。简称"辣面"。烹饪原料。以红干辣椒磨制而成。用于凉、热菜调味。西北地区以热油调炝，制成油泼辣子，广泛用于主食、菜肴。

【辣椒面】 即"辣椒粉"。

【辣面】 "辣椒粉"的简称。

【辣椒酱】 烹饪原料。有两种：一种纯以红辣椒鲜品磨制而成。呈糊状，也称"秦椒糊"，吉林一带俗称"辣椒沫"。用于调拌凉菜或作烧、熘等菜的调味，也用于蘸食。另一种加黄豆酱调制而成。可直接食用，也可蒸、炒，如蒸酱、炒黄瓜酱等，也可蘸食，加料后可制成芝麻辣酱、虾籽辣酱、火腿辣酱等食品。

【秦椒糊】 见"辣椒酱"。

【辣椒沫】 见"辣椒酱"。

【辣椒油】 也称"红油"。俗称"佐料油"。简称"辣油"。烹饪原料。以红干辣椒加油炼制而成。色红，具辣香。多用于冷、热菜肴调味，也用于调拌面条，还用于蘸食。还有一种以辣椒籽榨制的辣椒油，也用于调味，但较少见。

【红油】 即"辣椒油"。因其色红，故名。

【佐料油】 饮食行业对"辣椒油"的俗称。

【辣油】 "辣椒油"的简称。

【煳辣椒】 烹饪原料。干辣椒烤脆微煳时，捣成碎片即成。贵州民间的调味料，一般为家庭常用。大都用于凉拌菜等的调料，也用作蘸料。

【泡辣椒】 俗称"鱼辣子"。烹饪原料。四川、云南等地饮食行业和民间的重要调味料之一。为烹制鱼香等菜式的必用配料，也为川菜家常味的必用调味料。四川多用泡菜中的辣椒供用；云南以鲜皱壳辣椒腌制 3 月供用。

【鱼辣子】 四川一带对"泡辣椒"的俗称。

【辣椒砖】 烹饪原料。以辣椒粉作主料，配以适量黄豆、芝麻及调味品制成。砖状，便于远携。以温开水泡开即可食用，也作调味品使用，具有味美油多、开香漂汤等特点，现已机械化生产，并远销国外。河南永城名产。

【辣椒骨】 烹饪原料。调味品。以辣椒、猪肉骨头、生姜、酒、盐等制成。具有香味馥郁、鲜辣甜酥等特点，能增进食欲、帮助消化、驱寒解表、活络生肌。可用作蘸料，可当菜肴，可作配料或调味料，可以冲汤等。流传于壮、瑶、彝、侗家、仡佬等民族地区，有的地方制作时还加鸡肉。

【鲊辣椒】 烹饪原料。以肉厚实的鲜红椒冲洗干净，晾干去柄，切成碎末，与糯米粉、粳米粉、食盐拌匀，将坛压实，密封 10～15 天可开坛试口，如酸即可，未酸可续封。食时，油煎至成为薄饼，两面金黄即成。可切块食用，还用于调味，微酸带甜，又香又辣。四川称"糍辣椒"，制时还须加花椒粉、白糖，时间需 1 个月始可食用。湖南湘西群众喜食。

【糍辣椒】 见"鲊辣椒"。

【蚕豆酱】 也称"豆瓣辣酱"、"四川豆瓣"。俗称"豆瓣"。烹饪原料。以辣椒(70%)和蚕豆(30%)酿制而成。成品呈紫红色，鲜艳有光泽，鲜香麻辣，油润滋软，酱味醇厚。可供直接食用、蘸食，也是调味佳品，是四川菜调制家常味型和麻辣味型所必须的，也是麻婆豆腐、豆瓣鱼、回锅肉等所必用。主产于四川，名产很多，有郫县豆瓣等。还有安徽安庆胡玉美蚕豆酱，学自川酱，味偏甜少辣，别有风味。

【豆瓣辣酱】 即"蚕豆酱"。

【四川豆瓣】 即"蚕豆酱"。因其主产于四川，故名。

【豆瓣】 四川一带对"蚕豆酱"的俗称。

【川酱】 烹饪原料。指四川特产的蚕豆酱。以别于黄豆酱、面酱等。

【糍粑辣椒】 烹饪原料。辣味调味料。干辣椒加食盐、姜块、蒜瓣，捣至碎块粘连即成。用作红油或作为炒菜的调料。因辣椒捣好后成块不散，形如糍粑，故名。贵州常用。

【花椒】 也称"檓"、"大椒"、"蜀椒"、"金丸使用"、"含丸使者"、"胡辛"、"川椒"、"南椒"、"巴椒"、"唐藒"、"陆拨"、"汉椒"、"点椒"。烹饪原料。芸香科植物(Zanthoxylum bungeanum)。花椒的种子。以四川产的为佳，味麻气香，可增香味，去异味，为历史悠久、应用广泛的调味品。四川菜使用最多，是构成其麻辣风味的主要调味料之一。整粒花椒用于炝油锅作菜肴调味，或用于配制卤汤，也用于腌制食品，炖制猪、牛、羊等肉料时用之可解膻臊。烹调时还可与其他调味料配制成花椒盐、葱椒盐等，并可制成"花椒粉"、"花椒油"、"花椒水"等供用。还是五香粉的原料之一。含花椒油香烃、水芹香烃、香叶醇、香草醇等挥发油成分，有抑菌作用。中医认为其味辛，性热，可温中散寒、燥湿、止痛、杀虫。花椒叶也可用于调味。

【檓】 即"花椒"。见《尔雅》。

【大椒】 即"花椒"。见《尔雅》。

【蜀椒】 即"花椒"。见《神农本草经》。因其多产于四川，故名。

【金丸使者】 即"花椒"。《清异录》引侯宁极《药谱》称椒为"金丸使者"。

【含丸使者】 即"花椒"。《蜀都碎事》："川椒味辛温……一名巴椒，一名唐藒，一名胡辛，一名含丸使者。"

【胡辛】 即"花椒"。参见"含丸使者"。

【川椒】 即"花椒"。见《圣惠方》。因其多产于四川，

故名。

【南椒】 即“花椒”。见《雷公炮炙论》。

【巴椒】 即“花椒”。见《名医别录》。参见“含丸使者”。

【蘅葀】 即“花椒”。见《名医别录》。参见“含丸使者”。

【陆拔】 即“花椒”。见《药性论》。

【汉椒】 即“花椒”。见《日华子本草》。

【点椒】 即“花椒”。见《本草纲目》。

【花椒油】 也称“椒油”。烹饪原料。以花椒加油炼制而成。具花椒麻辣香,用于凉、热菜肴调味。

【椒油】 即“花椒油”。

【花椒粉】 烹饪原料。以花椒与盐各50%混合磨制而成。用于凉、热菜肴调味。也有的不加盐或少加盐。

【花椒水】 烹饪原料。以整粒花椒加水、加盐(或不加)煮透后,取水应用,即为花椒水。可用于腌渍凉菜,或用于烹制原料的预先调味,也可用于调拌菜肴。必要时,可代碱用于发面,中和酸味。

【胡椒】 也称“木椒”、“昧履支”、“浮椒”、“玉椒”。烹饪原料。为胡椒科植物(Piper nigrum)的种子。味辛辣而芳香。烹饪应用时,常用于卤汤调味,一般多加工成胡椒粉,洒于冷、热成菜上,或用于烹制内脏原料(如猪肝、羊腰等)、海味原料(如海参、鱿鱼等),以去腥膻味。间也用作菜肴提味,或作面食调味。含胡椒碱和挥发油等成分。中医认为其味辛,性热,可温中止痛,并可开胃顺气、去暑祛寒。

【木叔】 即“胡椒”。《清异录》引侯宁极《药谱》称胡椒为“木叔”。

【昧履支】 即“胡椒”。《酉阳杂俎》:“胡椒出摩伽陀国,呼为昧履支。”

【浮椒】 即“胡椒”。见《东医宝鉴》。

【玉椒】 即“胡椒”。见《通雅》。

【白胡椒】 也称“白胡”。烹饪原料。指胡椒果实成熟后,经加工去皮的干制品。种仁饱满,气味峻烈,质量最好。

【白胡】 即“白胡椒”。

【黑胡椒】 也称“黑胡”。烹饪原料。为胡椒未成熟果,因伤自落,搜集后不去皮,干制而成。因果皮皱缩色黑,故名。

【黑胡】 即“黑胡椒”。

【胡椒粉】 烹饪原料。以黑、白胡椒研磨而成。有“黑胡椒粉”、“白胡椒粉”之分。

【白胡椒粉】 也称“白川”、“白胡粉”。烹饪原料。辣味柔和,香气浓烈,质量比“黑胡椒粉”好。

【白川】 即“白胡椒粉”。

【白胡粉】 即“白胡椒粉”。

【黑胡椒粉】 也称“黑川”、“黑胡粉”。烹饪原料。以黑胡椒研磨而成。味辛辣,香味较小,质量次于“白胡椒粉”。

【黑川】 即“黑胡椒粉”。

【黑胡粉】 即“黑胡椒粉”。

【胡椒油】 烹饪原料。调味品。以胡椒末20克、芝麻油50克、味精25克和熟猪油250克搅匀而成。潮州烧雁鹅即用以浇淋调味。广东菜常用。

【味精胡椒粉】 烹饪原料。以味精30%与白胡椒70%配合磨制而成。鲜而香辣,用于洒拌食品、菜肴。

【芥末】 也称“芥末面”。烹饪原料。为辛辣性调味品。以十字花科植物芥菜(Brassica juncea)的种子研磨而成。自古食用,《礼记》已有“鱼脍芥酱”的记载。芥末含芥子甙、芥子碱、芥子酶、芥子酚等物质,经酶解后得到芥子油,具强烈的刺鼻辛辣味。多用以调拌菜肴,如芥末墩儿、芥末拌鸭掌等,风味独特,爽口,也用于调拌凉面、凉粉等,或用于蘸食。多产于北京、上海、广州、大同等地,以北京所产为佳。中医认为其味辛,性热,可温中散寒、利气豁痰、通经络、消肿毒。

【芥末面】 即“芥末”。

【芥酱】 烹饪原料。芥末经沸水发制成糊后称芥酱。

【香辣粉】 烹饪原料。辣味调味品。用于洒拌食品、菜肴。一般以干辣椒30%、陈皮5%、小茴香1%、辣椒子6%、八角1%、花椒1%、干姜5%、桂皮1%、熟碎米50%等一起磨制而成。

【辣根】 也称“西洋山葵菜”、“山葵”。俗称“马萝卜”。烹饪原料。为十字花科植物(Cochlearia rusticana)辣根的块茎。栽培不广。因其根有似芥末的辛辣味,故用作辛香料,常作为鱼肉类食物的调味品,可与酒、醋或柠檬汁混合以调味,以增加食品风味,还可与奶油、奶酪或蛋黄制成浓调味汁,或制成辣根酱。其嫩苗叶可作凉拌菜配料。含淀粉和维生素C较多。食后有利尿、兴奋之效。

【西洋山葵菜】 “辣根”的植物学名称。

【山葵】 即“辣根”。

【马萝卜】 “辣根”的俗称。

【干姜】 也称“姜片”。俗称“姜皮“。烹饪原料。姜洗净干制而成。以白净结实者为佳,称“白姜”。中医认为其味辛,性温,多供药用。有温中散寒、除脾胃虚寒而补中的功效。烹调应用参见“生姜”。也可用于加工“姜粉”。

【姜片】 即“干姜”。因其均切片干制,故名。

【姜皮】 ①西北一带对“干姜”的俗称。②指主要以生姜皮干制的干姜。

【白姜】 见“干姜”。

【姜粉】 烹饪原料。调味品。干姜经碾制加工的产品。呈粉末状。具姜辣香。一般作加工复制调味品的配制原料,如五香粉、咖喱粉等均有一定比例的姜粉。在咖喱粉中姜粉占5%左右;在五香粉中占15%左右。也可作面食的调味料或代姜用于烹制菜肴。还可用于

配制姜茶。

【烤姜】 烹饪原料。以鲜姜经烤制而成。色金黄而有光泽，肉肥而润，姜香浓郁，宜久贮，可远运。烹调应用参见"鲜姜"，主要供作调味，也可制烤姜粉。名产有广西西林烤姜、隆林烤姜等。

【烤姜粉】 烹饪原料。以烤姜研制而成。可作调味品供调制食品，或洒在菜肴上，还可用以制烤姜酒。

【荜茇】 也称"荜茇梨"、"椹圣"、"哈蒌"、"鼠尾"。俗称"补丫"。烹饪原料。为胡椒科植物荜茇(Piper longum)的干燥果穗。有胡椒样特异香气，味辛辣，可矫味、增香。用于烧、烤、烩等菜肴，如荜拨头蹄、鲫鱼羹等菜用之，并用以作卤味香料。古时还用于主食供食疗用，如《饮膳正要》有荜茇粥、牛奶子煎荜茇等。中医认为其味辛，性热，可温中散寒、下气止痛。

【荜茇梨】 即"荜茇"。见《酉阳杂俎》。

【椹圣】 即"荜茇"。见《药谱》。

【哈蒌】 即"荜茇"。见《赤雅》。

【鼠尾】 即"荜茇"。见《中药志》。

【补丫】 云南一带对"荜茇"的俗称。

【高良姜】 也称"膏凉姜"、"良姜"、"蛮姜"、"佛手根"、"小良姜"、"海良姜"。烹饪原料。为姜科植物高良姜(Alpinia officinarum)的根茎。分布于南方各省及台湾。可供作卤水调味料，或作五香粉配料。中医认为其味辛，性温，可温胃、祛风、散寒、行气、止痛。

【膏凉姜】 即"高良姜"。见《本草经集注》。

【良姜】 即"高良姜"。见《局方》。

【蛮姜】 即"高良姜"。见《履巉岩本草》。

【佛手根】 即"高良姜"。见《履巉岩本草》。

【小良姜】 即"高良姜"。见《中药志》。

【海良姜】 即"高良姜"。

【蓼叶】 也称"柳叶蓼"、"绵毛酸模叶蓼"、"香蓼草"、"香辣柳"。俗称"香辣蓼"、"香脑"、"香丁"。烹饪原料。为蓼科植物辣蓼(Polygonum lapathifolium var. salicifolium)的叶。广有分布。其叶具辛辣香味，古已用作鱼肉食品调味。《礼记》："脍，秋用蓼"，并有关于乳猪、鸡、鱼、鳖腹内塞香蓼以调味的记载。今仍见于云南陇川一带，煮螺蛳时香辣蓼为必用调味料之一。中医认为其味辛，性温，可消肿止痛、止痢。

【柳叶蓼】 "蓼叶"的植物学名称之一。

【绵毛酸模叶蓼】 "蓼叶"植物学名称之一。

【香蓼草】 "蓼叶"的植物学名称之一。

【香辣柳】 即"蓼叶"。

【香辣蓼】 云南一带对"蓼叶"的俗称。

【香脑】 云南一带对"蓼叶"的俗称。

【香丁】 云南一带对"蓼叶"的俗称。

【食茱萸】 也称"艾油"、"辣米油"、"藙"、"椒"、"越椒"、"悦子"、"艾子"。俗称"樗叶花椒"、"椿叶花椒"。烹饪原料。为芸香科植物食茱萸(Zanthoxylum ailanthoides)的果实。分布于我国东南部，以果实榨油作辛辣味调味料用。或用以制茱萸酱，古代用之，今已罕见食用。中医认为其味辛苦，性温，可湿中燥湿、杀虫止痛。

【艾油】 即"食茱萸"。《本草纲目》："食茱萸……黄花绿子，丛簇枝上，味辛而苦。土人八月采，捣滤取汁，入石灰搅成，名曰艾油，亦曰辣米油，始辛辣蜇口，入食物中用。"

【辣米油】 即"食茱萸"。参见"艾油"。

【藙】 即"食茱萸"。见《礼记》。

【椒】 即"食茱萸"。见《尔雅》。

【越椒】 即"食茱萸"。见《广雅》。

【悦子】 即"食茱萸"。见《本草纲目拾遗》。

【艾子】 即"食茱萸"。《本草图经》："蜀人呼其子为艾子。"

【樗叶花椒】 "食茱萸"的俗称。因其叶似樗，故名。

【椿叶花椒】 "食茱萸"的俗称。因其叶似椿叶，故名。

【茱萸酱】 也称"酢"、"辣虎"。烹饪原料。以茱萸子调制的辛辣调味料。古代食用，今已罕见。

【酢(cù粗)】 即"茱萸酱"。《字汇》："捣茱萸为之，味辛而苦也。"

【辣虎】 即"茱萸酱"。见《札朴》。

【八角茴香】 也称"八月珠"、"舶上茴香"、"大茴香"、"舶茴香"、"茴香八角珠"、"八角香"、"八角大茴"、"八角"、"原油茴"。俗称"大料"。烹饪原料。木兰科植物八角茴香(Luicium uerum)的果实。烹饪常用调味料之一。具浓烈芳香，可增香矫味，调制卤汤、制作卤菜所必用，也用于一些炖、焖、扒、烧等菜肴，如香酥鸡、五香红烧鱼等，还用于腌制。为五香粉的主要原料。含茴香脑、甲基黑椒酚等成分。中医认为其味辛甘，性温，可温中散寒、理气止痛。使用时应与有毒的莽草果实和红茴香果相区别，后二者瓣角较细，且在八瓣以上，色晦暗。

【八月珠】 即"八角茴香"。见《本草纲目》。

【舶上茴香】 即"八角茴香"。见《脚气治法总要》。

【大茴香】 即"八角茴香"。见《卫生杂兴》。

【舶茴香】 即"八角茴香"。见《本草纲目》。

【茴香八角珠】 即"八角茴香"。见《本草纲目》。

【八角香】 即"八角茴香"。见《本草求真》。

【八角大茴】 即"八角茴香"。见《本草求真》。

【八角】 即"八角茴香"。见《本草求原》。

【原油茴】 即"八角茴香"。见《药材资料汇编》。

【大料】 "八角茴香"的俗称。

【小茴香籽】 也称"土茴香"、"野茴香"、"谷茴香"、"谷香"、"香子"、"小香"。烹饪原料。为伞形科植物小茴香(Foeniculum vulgar)的种子。各地均有栽培。种子作香料，以颗粒均匀、饱满、黄绿色、气味浓者为佳。常用调味料，具浓烈芳香，烹饪应用可增香、矫味。多用

于配制卤汤、制作卤菜，也用于一些烧、炖菜，间用于腌制。为五香粉的原料之一。其嫩茎叶可作蔬菜，参见“茴香”。含小茴香酮、茴香脑、大茴香醛等成份。中医认为其味辛，性温，可温肾散寒、理气止痛、和胃。

【土茴香】 即“小茴香籽”。见《本草图经》。

【野茴香】 即“小茴香籽”。见《履巉岩本草》。

【谷茴香】 即“小茴香籽”。见《现代实用中药》。

【谷香】 即“小茴香籽”。见《现代实用中药》。

【香子】 即“小茴香籽”。见《中国药植志》。

【小香】 即“小茴香籽”。见《四川中药志》。

【莳萝】 也称“慈谋勒”。俗称“土茴香”。烹饪原料。为伞形科植物(Anethum graveolens)。其籽、叶均可用于调味，用法同“小茴香籽”。古时多见，《山家清供》中的“五灌肺”即用之。《本草纲目》谓其“辛香，六七月采实，今人多用和五味”。今偶见应用。含藏茴香酮、柠檬萜、水茴香萜等，可健脾开胃。

【慈谋勒】 即“莳萝”。见《开宝本草》。

【土茴香】 “莳萝”的俗称。

【肉桂】 也称“牡桂”、“紫桂”、“大桂”、“辣桂”、“桂皮”、“玉桂”、“官桂”。烹饪原料。为樟科植物肉桂(Gnnamomum cassia)的树皮。常用调味料，古已用之。《礼记》即有“屑桂与姜”的记载。气香，味辛甜，可增香、矫味。烹饪多用于调制卤汤、制作卤菜，也用于腌制食品。为五香粉原料之一。含桂皮醛、丁香油酚、桂酯类、萜类等成份。中医认为其味辛甘，性热，可补肾阳、缓脾胃、除积冷、通脉止痛。

【牡桂】 即“肉桂”。见《神农本草经》。

【紫桂】 即“肉桂”。见《药性论》。

【大桂】 即“肉桂”。见《新修本草》。

【辣桂】 即“肉桂”。见《仁斋直指方》。

【桂皮】 即“肉桂”。见《本草述》。

【玉桂】 即“肉桂”。见《本草求原》。

【官桂】 即“肉桂”。见《本草图经》。

【桂叶】 也称“香叶”、“月桂叶”。烹饪原料。为樟科植物月桂(Laurus nobilis)的叶。其叶芳香，西餐常用芳香调味料之一。我国一些地区间也用之，多用于卤、酱类菜肴，或用作罐头食品调味剂。

【香叶】 即“桂叶”。

【月桂叶】 即“桂叶”。

【丁香】 也称“雄丁香”、“丁子香”、“支解香”。烹饪原料。为桃金娘科植物丁香(Syzygium aromaticum)的花蕾或果实。调味料之一，可矫味、增香。烹饪常用于配制卤汤、制作卤菜，间用于烹制菜肴，如丁香鸭子、荷叶粉蒸肉、烧羊肉等，也用于其他食品，如丁香姜糖、香姜牛奶等。为五香粉、咖喱粉原料之一。含丁香油酚等成份。中医认为其味辛，性温，可温中降逆、温肾助阳。

【雄丁香】 即“丁香”。见《本草蒙筌》。

【丁子香】 即“丁香”。见《齐民要术》。

【支解香】 即“丁香”。见《本草蒙筌》。

【公丁香】 烹饪原料。丁香的一种。见《本草原始》，以丁香花蕾干制而成。

【母丁香】 烹饪原料。丁香的一种。以丁香果实干制而成。

【香薷】 也称“香菇”、“香菜”、“香戎”、“香茸”、“紫花香菜”、“蜜蜂草”。烹饪原料。为唇形科植物(Elsholtzia splendems)。清香而浓，可泡水饮用，如香薷饮等，还可作增香调味品。朝鲜族烹制狗肉火锅、狗肉汤时常用之。中医认为其味辛，性微温，可发汗解表、和中化湿、利水消肿。

【香菇】 即“香薷”。见《中国药学大辞典》。

【香菜】 即“香薷”。见《本草经集注》。

【香戎】 即“香薷”。见《食疗本草》。

【香茸】 即“香薷”。见《本草图经》。

【紫花香菜】 即“香薷”。见《履巉岩本草》。

【蜜蜂草】 即“香薷”。见《本草纲目》。

【紫苏】 也称“皱紫苏”。烹饪原料。为唇形科植物皱紫苏(Perilla frutescens)。多用作香料，作为荤腥菜肴的矫味剂，常用于鱼蟹之类的菜肴。嫩时可作蔬菜，如挂糊炸食。含紫苏醛等成份，具解热、抗菌等作用。中医认为其味辛，性温，可发表散寒、理气和营。

【皱紫苏】 “紫苏”的植物学名称。

【香茅】 也称“大风茅”、“柠檬茅”。俗称“姜巴茅”、“姜草”、“香茅草”。烹饪原料。为禾本科植物(Cymbopogon citratus)。长江以南及四川有栽培。含柠檬醛、香茅醛等成份，具柠檬香。傣族人民用其鲜叶及根部嫩芽烹制菜肴，如香茅烧鸡、香茅烧肉、香茅烧鱼等。中医认为其味辛，性温，可疏风解表、祛瘀通络。

【大风茅】 即“香茅”。见《岭南采药录》。

【柠檬茅】 即“香茅”。见《广州植物志》。因其带柠檬香，故名。

【姜草】 四川一带对“香茅”的俗称。

【香茅草】 云南一带对“香茅”的俗称。

【姜巴茅】 贵州一带对“香茅”的俗称。

【孜然】 也称“安息茴香”。Cuminum cyminum。繖形科。烹饪原料。孜然，是维吾语译音。产于新疆南部，形似小茴香，墨绿色。果实具浓烈辛香味，研末用作调味料，可去除异味，增加香味，解羊肉的膻味。在新疆一带常用于羊肉菜肴和抓饭中。民间常用以治消化不良和胃寒腹痛等。

【安息茴香】 “孜然芹”的植物学名称。

【山八角】 烹饪原料。野生香料，形状像砂仁，味比八角浓。产于云南西双版纳和德宏州的热带山中。当地用于调味。

【沙兰】 烹饪原料。家种草本植物，叶似桃叶稍宽，有细毛；花似猫尾巴，棕中带白。春播1个月后就可采

其尖叶食用，越采越发。香味独特，进食凉爽可口，并可除去蔬菜、牛羊肉中的异味。产于云南。当地用作调味原料。

【香橼叶】 烹饪原料。为芸香科植物香橼(Citrus medica)的叶子。其叶可供作香料，云南一带将其叶用于洗涤螺肉，可除腥、解异味，并有一定杀菌作用，且能增强菜肴美味。

【芝麻】 也称“巨胜”、“狗虱”、“藤弘”、“鸿藏”、“乌麻”、“油麻”、“交麻”、“脂麻”。烹饪原料。为亚麻科植物芝麻(Sesamum indicum)的种子。除西北等地外，广有栽培。种子有黑、白、红三种，除供提制芝麻油外，也可供直接食用。如作糕点、元宵等的馅料；点心、烧饼的面料，也作菜肴原料，如芝麻羊肉丸子、芝麻肉排等，中医认为其味甘，性平，可补肝肾、润五脏。

【巨胜】 即“芝麻”。见《神农本草经》。

【狗虱】 即“芝麻”。见《吴普本草》。

【藤弘】 即“芝麻”。《本草纲目》引《广雅》：“胡麻一名藤弘。弘亦巨也。”

【鸿藏】 即“芝麻”。见《名医别录》。《本草纲目》引：“《别录》一名鸿藏者，乃藤弘之误也。”

【乌麻】 即“芝麻”。见《千金方》。

【油麻】 即“芝麻”。见《食疗本草》。

【交麻】 即“芝麻”。《大业拾遗录》谓隋大业四年，改胡麻曰交麻。

【脂麻】 即“芝麻”。见《本草衍义》。

【胡麻】 也称“亚麻”、“雅麻”、“胡麻饭”、“山西胡麻”、“山脂麻”、“胡芝麻”。烹饪原料。为亚麻科植物胡麻(Linum usitatissimum)的种子。分布于西北及北方一些地区。其籽炒后，榨油有一定香味，可代芝麻油应用，或压碎后作为面饼或花卷等的馅料。

【亚麻】 “胡麻”的植物学名称。。

【雅麻】 即“胡麻”。见《本草图经》。

【胡麻饭】 即“胡麻”。见《滇南本草》。

【山西胡麻】 即“胡麻”。见《植物名实图考》。

【山脂麻】 即“胡麻”。

【胡芝麻】 即“胡麻”。

【玫瑰花】 也称“徘徊花”。俗称“湖花”、“刺玫花”。烹饪原料。属蔷薇科植物(Rosa rugosa)。分布较广。含玫瑰油、丁香油酚、香茅醇等成分。有浓郁芳香，一般以糖渍制，供作甜菜、元宵及糕点馅的香料。中医认为其味甘微苦，性温，可理气解郁、和血散瘀。

【徘徊花】 即“玫瑰花”。见《群芳谱》。

【湖花】 浙江一带对“玫瑰花”的俗称。

【刺玫花】 河北一带对“玫瑰花”的俗称。

【桂花】 也称“木犀”、“九里香”、“岩桂”。烹饪原料。属木犀科植物(Osmanthus fragrans)。分布较广。其花含芳香物质，具甜味清香。可供作甜菜，如桂花莲子、桂花八宝饭等，也作元宵、年糕、点心等的馅料，也可制茶、泡酒。一般用以糖调制的糖桂花或糖渍制的桂花酱。中医认为其味辛，性温，可化痰、散瘀。

【木犀】 即“桂花”。见《本草纲目》。

【九里香】 即“桂花”。见《墨庄漫录》。

【岩桂】 即“桂花”。见《墨庄漫录》。

【糖桂花】 烹饪原料。以白糖与桂花拌制而成。烹饪应用方法参见“桂花”。

【桂花酱】 烹饪原料。以糖与桂花腌制而成。烹饪应用方法参见“桂花”。

【茉莉花】 也称“小南强”、“柰花”、“鬘华”、“末利”、“抹厉”、“没利”、“末丽”、“木梨花”。烹饪原料。属木樨科植物(Jasminum sambac)。分布于东南一带，其花具清香，可供制花茶。烹饪应用取其香味，如茉莉银耳，银耳烹制好后，撒上茉莉花，香气扑鼻，别有风味。民间做汤时，间也洒入。中医认为其味辛甘，性温，可理气、开郁、辟秽、和中。

【小南强】 即“茉莉花”。见《清异录》。

【柰花】 即“茉莉花”。见《丹铅杂录》。

【鬘华】 即“茉莉花”。见《群芳谱》。

【末利】 即“茉莉花”。见《南方草木状》。

【抹厉】 即“茉莉花”。见《洛阳名园记》。

【没利】 即“茉莉花”。见《梅溪诗集》。

【末丽】 即“茉莉花”。见《夷坚志》。

【木梨花】 即“茉莉花”。见《中国树木分类学》。

【五香粉】 烹饪原料。以香料配合磨制而成。具纯正的五香味，可用调制五香味型菜肴，如五香熏鱼、五香兔肉等，或用于腌制五香萝卜干等咸菜。各地五香粉配方不尽相同，北京所产的配方为：花椒 18%、桂皮 43%、小茴香 8%、陈皮 6%、干姜 5%、八角 20%。

【咖喱粉】 烹饪原料。用姜黄、白胡椒、芫荽、小茴香、碎桂皮、干姜、大茴香、花椒等香料加工配制而成的调味品。颜色姜黄、味辣而香。西菜、中菜均用，尤为印度等菜所常用。中餐有咖喱菜式，如咖喱鸡、咖喱牛肉、咖喱土豆等。用咖喱粉调味的菜肴色彩金黄，味香带辣，富有特色。

【八角花椒油】 烹饪原料。将八角、花椒各适量放入瓦罐中，植物油若干炼透，倒入瓦罐，焖浸一段时间即成。用作菜肴调味。如云南菜蹄花，临吃前须加之起味。

【调味大茴精】 烹饪原料。芳香调味原料，以八角茴香籽提炼制成。白色微粒结晶体，含八角茴香油 90% 以上，可作八角应用，具八角茴香浓郁芳香。

【五香卤药】 烹饪原料。产于云南通海县。以肉桂、丁香、砂仁等精制而成。呈粉状，多用于炒、炸、烩、烧、蒸、卤等菜肴。有健胃祛寒之效。

【芝麻酱】 俗称“麻汁”。简称“麻酱”。烹饪原料。选用上等芝麻，经筛选、水洗、焙炒、风净、磨酱等工序制成。色泽浅灰黄，质地细腻，富含脂肪、蛋白质和多种氨基酸。有浓郁的芝麻油香味，用于凉拌菜肴、面条；作烙

饼、花卷馅料；或作菜肴如涮羊肉等的蘸料，间用于菜肴调味，如麻酱紫鲍等。

【麻酱】 “芝麻酱”的简称。

【麻汁】 河南一带对“芝麻酱”的俗称。

【花生酱】 烹饪原料。以花生仁经焙炒、磨酱等工序制成。色泽浅土黄色，质地细腻，富含脂肪、蛋白质等。有花生仁香味，用于烙饼、花卷馅料；凉拌菜肴、面条；或用于糕点。香味逊于芝麻酱。

【芝麻花生酱】 烹饪原料。以芝麻、花生经淘洗、炒焙、磨浆而成。味香甜，不苦不涩。产于云南，佐食当地名小吃烧饵块所必备，也作牛肉冷片及凉拌菜的调味料。

【韭花酱】 烹饪原料。以韭菜花蕾腌制而成。有浓郁的韭菜香味，有些地方另加配料，用于面条调味，供作就粥小菜，并用于菜肴蘸料，如涮羊肉等。

【沙茶酱】 烹饪原料。调味品。制法为：虾肉 200 克（或虾酱）、蒜头 500 克、葱头 500 克均切碎，下油锅炸至呈红色时捞出，加入 250 克切碎的辣椒及茴香、肉桂，同炒后取出研粉；另用花生酱 200 克入锅炒干，与上述粉末拌匀。用时，加等量白糖同煮，即成沙茶酱。产于福建一带。用作蘸食料，如福建菜沙茶烤猪肉片，即以烤猪肉片蘸沙茶酱食用。还用于烹制或凉拌菜的调味料，或作为小菜。

【爆料酱】 烹饪原料。调味料。用料及制法：将香茅、大茴、小茴、香菜籽、芥菜籽、干葱籽、丁香、香叶放入石臼内舂烂；另将干椒、野山椒、虾脑、虾米、南姜、葱头、香葱、大蒜头分别剁烂待用；起热油锅，先将干辣椒煸香，下大蒜泥、葱头炒香，再下南姜、香葱、野山椒、虾脑、虾米、香茅、大茴、小茴、干葱子，炒香后待用；生油入锅烧热，将香菜籽、芥菜籽和炒香的原料全部入锅，不停炒动，10 分钟后加丁香、香叶、椰酱、芝麻酱、花生酱，再炒 5 分钟后，加入咖喱油、白糖、盐、酱油、味精，炒匀后取出，自然冷却供用。潮州菜爆椰子鸡等用之。

【嗲汁】 烹饪原料。英文Catchup的译音，原为西餐调味品。以白醋、桂皮、丁香、玉果、茴香、红糖等为原料，经 20 多小时熬制，取其汁液，沉淀澄清而成。甜、酸、辣味混合，香气浓郁，除用作中西菜肴的调味料外，还可用来拌面条、蘸饺子等。广东多用。

【香兰素】 俗称“香草粉”。烹饪原料。学名 3—甲氧基—4—羟基苯甲醛。人造食用香料，通常用化学方法以丁香粉、愈创木酚、黄樟素或木质素等不同原料合成。具香荚兰特有香气，广泛用于糕点、饼干、糖果等食品中，使用时不得和碱性疏松剂混合使用，防止与碱发生变色。

【香草粉】 “香兰素”的俗称。

【草果】 也称“草果仁”、“草果子”。烹饪原料。为姜科植物草果(Amomum tsuoko)的果实。含芳樟醇、苯酮等成份，辛香浓烈，入馔辛辣苦香，去腥开胃。多用于调制精卤水、白卤水等，也可用于烹制菜肴，如草果煲牛肉、果仁排骨、马思答吉汤等。《饮膳正要》所载“八木儿汤”、“葵果羹”、“炒狼汤”均用之。中医认为其味辛，性温，可燥湿温中、祛痰截疟。

【草果仁】 即“草果”。见《传信适用方》。

【草果子】 即“草果”。《小儿卫生总微论方》。

【砂仁】 也称“缩砂仁”、“缩砂蜜”、“春砂仁”。烹饪原料。为姜科植物。供用者有三种：阳春砂(Amomum uillosum，产于广东阳春等地)；海南砂(A.longiligulaye，产于广东海南岛等地)；缩砂(A.xanthioides,产于泰国、缅甸等地)。芳香浓烈，用作调味，可去腥开胃。常用于制卤菜、配卤汤；也用于菜肴，如砂仁肘子、砂仁蒸猪腰等，还可煮制砂仁粥，用于食疗。中医认为其味辛，性温，可醒脾化湿、行气宽中、安胎。

【缩砂仁】 即“砂仁”。见《药性论》。

【缩砂蜜】 即“砂仁”。见《海药本草》。

【春砂仁】 即“砂仁”。见《古今药物别名考》。

【陈皮】 也称“桔皮”、“红皮”、“黄橘皮”、“贵老”。烹饪原料。为芸香科植物桔子(Citrus reticulata)的果皮。芳香味苦，多用作调味料，具增香添味、去腥解腻的作用。制卤菜、作卤汤时常用，也作菜肴调味配料，如陈皮羊肉、皮大鸭等。研末可作馅料调味，如陈皮豆沙包等，还可以鲜品制成糖渍桔皮，改刀应用。中医认为其味辛苦，性温，可理气调中、燥湿化痰。

【桔皮】 即“陈皮”。见《食疗本草》。

【红皮】 即“陈皮”。见《汤液本草》》。

【黄橘皮】 即“陈皮”。见《鸡峰普济方》。

【贵老】 即“陈皮”。见《药谱》。

【桔油】 烹饪原料。制桔饼时压出的原汁，配糖煮炼而成。色棕黑，味酸甜、香醇。用于菜肴、糕点等食品的调味增香。广东潮汕地区特产。

【白豆蔻】 也称“多骨”、“壳蔻”、“白蔻”、“白蔻仁”、“豆蔻”、“蔻米”。烹饪原料。为姜科植物(Amomum cardamomum)。含肉豆蔻素、丁香酚、松油醇等成份，芳香辛苦，常用调味品，可去异味、增辛香。用于配制各种卤汤及苏造汤，供制酱牛肉、卤猪肉、烧鸡之用。北京的酥小鲫鱼间也用之。为“咖喱粉”原料之一。中医认为其味辛，性温，可化湿行气、暖胃消食、止呕解酒。

【多骨】 即“白豆蔻”。见《本草纲目拾遗》。

【壳蔻】 即“白豆蔻”。见《本经逢原》。

【白蔻】 即“白豆蔻”。见《本草经解》。

【白蔻仁】 即“白豆蔻”。见《中国药学大辞典》。

【豆蔻】 即“白豆蔻”。见《中药材手册》。

【蔻米】 即“白豆蔻”。见《中药材手册》。

【草豆蔻】 也称“漏蔻”、“草蔻”、“大草蔻”、“偶子”、“草蔻仁”、“飞雷子”、“弯子”。烹饪原料。为姜科植物(Alpinia katsumadai)。芳香苦辣，常用调味品，可去除异味，增加香味。多用于制卤汤、作卤菜，用法参见

"白豆蔻"。中医认为其味辛，性温，可温中燥湿、祛寒行气。

【漏蔻】　即"草豆蔻"。见《南方异物志》。

【草蔻】　即"草豆蔻"。见《本草从新》。

【大草蔻】　即"草豆蔻"。见《药材资料汇编》。

【偶子】　即"草豆蔻"。见《中药志》。

【草蔻仁】　即"草豆蔻"。见《广东中药》。

【飞雷子】　即"草豆蔻"。见《广东中药》。

【弯子】　即"草豆蔻"。见《广东中药》。

【肉豆蔻】　也称"迦拘勒"、"肉果"。俗称"肉蔻"。烹饪原料。为肉豆蔻科植物(Myristica fragrns)。以种仁作调味料，具苦香。烹调应用参见"白豆蔻"。中医认为其味辛，性温，可温中、下气、消食、固肠，用治心腹胀痛、虚泻冷痢、呕吐、宿食不消。

【迦拘勒】　即"肉豆蔻"。见《本草纲目拾遗》。

【肉果】　即"肉豆蔻"。见《本草纲目》。

【肉蔻】　"肉豆蔻"的俗称。

【三柰】　也称"山柰子"、"山辣"、"三赖"、"沙姜"。烹饪原料。为蘘荷科植物(Kaempferia galanga)。产于南方各省。其根茎供作调味料，可用于配制卤汤的香料，或作"五香粉"的配料。中医认为其味辛，性温，可温中、消食、止痛。

【山柰子】　即"三柰"。见《海上方》。

【山辣】　即"三柰"。见《本草纲目》。

【三赖】　即"三柰"。见《本草品汇精要》。

【沙姜】　即"三柰"。见《岭南采药录》。

【白芷】　也称"蘼"、"芷"、"芳香"、"苻篱"、"泽芬"、"白茝"、"香白芷"。烹饪原料。属伞形科植物。有三种：兴安白芷(Angelica dahurica)；川白芷(A. anomala)；杭白芷(A. taiwaniana)，均以根供用，苦香浓烈，入馔作香料调味品，可去异味。常用于卤、酱菜的香味配料，也用于烹制菜肴，如川芎白芷鱼头。中医认为其味辛，性温，可祛风解表、止痛燥湿、消肿排脓。

【蘼(xiāo消)】　即"白芷"。见《楚辞》。

【芷】　即"白芷"。见《楚辞》。

【芳香】　即"白芷"。见《神农本草经》。

【苻篱】　即"白芷"。见《吴普本草》。

【泽芬】　即"白芷"。见《吴普本草》。

【白茝(chǎi骴)】　即"白芷"。见《名医别录》。

【香白芷】　即"白芷"。见《夷坚志》。

【苦豆】　也称"胡芦巴"、"芦巴"、"胡巴"、"香豆"、"季豆"、"芸香草"。俗称"香苜蓿"。烹饪原料。为豆科植物(Trigonella foenumgraecum)。其籽为中药材。西北地区民间习用其嫩茎叶晒干、搓碎(或捣碎)，作为调味料，具特殊苦香。一般卷入面层中制成花卷、馍馍、烙饼等，以增香味，味略苦。因其色黄绿，也用于调色。含维生素C及钙、铁、胡萝卜素等。《饮膳正要》有"苦豆汤"。

【胡芦巴】　"苦豆"的植物学名称。

【芦巴】　即"苦豆"。见《本草原始》。

【胡巴】　即"苦豆"。见《本草求真》。

【香豆】　即"苦豆"。因其配制食品具特有芳香，故名。

【季豆】　即"苦豆"。见《东北药植志》。

【芸香草】　即"苦豆"。见《盛京通志》。

【香苜蓿】　"苦豆"的俗称。因其植株形似苜蓿而又具香味，故名。

【茶叶】　烹饪原料。苦香调味料。用于菜肴调味，制作名菜，也作小吃调味，如五香茶叶蛋，或用作熏料。一般用之烧鱼可解腥；蒸蘑菇可增色；煮牛肉可速烂、增香。药膳间也用之，江南人用绿茶清蒸鲫鱼以治虚弱和糖尿病。常用种类有"龙井茶"、"云雾茶"、"雀舌茶"、"毛峰茶"、"乌龙茶"以及"花茶"等。

【龙井茶】　烹饪原料。茶叶的一种。为浙江的龙井虾仁、河南的龙井汆鲍鱼等菜肴的调味配料。

【云雾茶】　烹饪原料。茶叶的一种。名产有庐山云雾。用作菜肴调味，或作主料。江苏菜有香炸云雾。

【雀舌茶】　烹饪原料。茶叶的一种。为安徽省黄山毛峰茶叶的上品。谷雨前所采，因叶片细小而尖如雀舌，故名。可作菜肴调味，也为原料之一，安徽菜有金雀舌。

【毛峰茶】　烹饪原料。茶叶的一种。安徽黄山名产。香气馥郁，滋味醇甜。安徽菜毛峰熏鲥鱼即用其作熏料，成菜具清馨的茶香。

【瓜片】　烹饪原料。茶叶的一种。产于安徽六安地区。用此茶叶烹调菜肴，香味扑鼻，也用之作熏料，安徽菜茶叶熏鸡即用之。

【乌龙茶】　烹饪原料。茶叶的一种。为名菜调味料。如广东风味菜香茶鸡即用之。

【花茶】　烹饪原料。茶叶的一种。四川菜樟茶肥鸡即用其作为熏料。

【红茶】　烹饪原料。茶叶的一种。以红茶作为菜肴调味料，使之具浓郁红茶芳香。广东菜有祁红焗子鸡、红茶焗肥鸡等。

【黄酒】　也称"绍酒"(又称"绍兴酒")。用糯米、大米、黄米等酿造的酒，色黄，含酒精量较低。黄酒中含乙醇仅15%，糖分和总酸比白酒、啤酒高，用以调味可给菜肴带来芳香和鲜味，又可解鱼、肉腥臊之味。也可作为烹饪佐助料，如有些地方的东坡肉，纯用黄酒而不用水，肉味醇香腴美，逾于用水烹制，又如广州的花雕肥鸡，即以黄酒佐助制成。

【绍酒】　即"黄酒"。因其主产于浙江绍兴，故名。

【绍兴酒】　见"黄酒"。

【料酒】　烹饪原料。烹调时当作料用的黄酒。烹调过程中作为调味料加入菜肴中，以解荤料腥臊之味。有些料酒间也代水作为菜肴的佐助料。料酒以"黄酒"为

最佳，白酒、甜酒、露酒等也可代用。

【白酒】 烹饪原料。用高粱、玉米、甘薯等粮食或某些果品发酵、蒸馏制成的酒。一般含酒精在40～65度。用作烹饪中调味酒，因其含乙醇量过高，易破坏菜肴风味，不及黄酒。但在制作醉菜时，效果较黄酒为佳。如炝虾、醉鸡等。

【茅台酒】 烹饪原料。贵州仁怀县茅台镇出产的白酒。作为菜肴调味料，具浓郁茅台酒香味。如茅台酒烤鸡球等。

【汾酒】 烹饪原料。山西汾阳出产的白酒。用于菜肴调味，广东菜常用之，如汾酒牛肉。另外糖醋咕噜肉、香炸肉卷、五彩瓤猪肚等也用之。

【啤酒】 烹饪原料。用大麦加葎草或啤酒花制成的酒。可用于菜肴调味酒，也可代水烹制菜肴，如啤酒鱼、啤酒鸡等，别具风味。

【葡萄酒】 烹饪原料。用经过发酵的葡萄制成的酒。用葡萄酒作为主要调味料时，烹调的菜肴具特有的葡萄酒香。如上海的葡汁鸡、广东的葡酒冰汁鸡、葡萄酒焗鹌鹑等。

【茵陈酒】 烹饪原料。调味用酒，以白酒加茵陈蒿泡制而成。用于象鼻、猩唇等高级珍贵原料，以矫除膻臊异味。

【丽江窖酒】 烹饪原料。以高粱、大麦、小麦等酿制而成。呈琥珀色，清明透亮，香醇可口，含酒精约27～30度，并含葡萄糖和多种维生素。云南丽江纳西族传统名酒。也是纳西族节庆日的礼酒。

【米甜酒】 也称"江米酒"。俗称"浆酒"、"夫子酒"。烹饪原料。以糯米酿制而成。味甜醇，可用作菜肴调味酒，也可用以代替饴糖，作叉烤菜肴的上色剂。有的地方用以制作醉蟹。

【江米酒】 即"米甜酒"。

【浆酒】 江苏一带对"米甜酒"的俗称。

【夫子酒】 河南一带对"米甜酒"的俗称。

【姜汁酒】 烹饪原料。调味料。以生姜500克磨成泥，装入纱布口袋扎紧，盛在碗中，倒入米酒500克浸泡，用时捞起挤出姜汁，即可使用。多用于肉类、鱼类等荤料菜的调味，如煎封鲳鱼、炖羊头蹄等。广东菜常用。

【酒酿】 俗称"淋饭酒"、"酒娘"、"酒泡"、"醪糟"。烹饪原料。以糯米蒸(或煮)成饭后，拌入酒曲，发酵制成。具酒香，甜醇甘美，可直接食用。烹调中用作糟鱼、糟蛋等的调味料，也可作糕点、小吃等原料，如酒酿饼、酒酿元宵、鸡蛋醪糟、牛奶醪糟等，还可以作甜菜原料，如陕西菜醪糟烩葛仙米等。

【淋饭酒】 "酒酿"的俗称。

【酒娘】 江苏一带对"酒酿"的俗称。

【酒泡】 江西一带对"酒酿"的俗称。

【醪糟】 西北一带对"酒酿"的俗称。

【香糟】 也称"酒膏"。烹饪原料。生产黄酒所得的残渣。按品种可分为"白糟"、"红糟"两种。白糟由绍兴黄酒的酒糟加工而成。红糟为福建特产，于酿酒时加入5%的红曲米制成。山东也生产香糟，以新鲜黑黍米酒糟加入15～25%炒熟的麦麸，及2～3%的五香粉制成。香糟含有10%左右的酒精，酒香浓郁，调味广泛，可糟制肉、鱼、禽、蛋等风味食品。福建菜以多用糟而闻名；上海、浙江、江苏等地菜肴也常使用。

【酒膏】 即"香糟"。见《调鼎集》。

【红糟】 见"香糟"。

【白糟】 见"香糟"。

【糟卤】 烹饪原料。①糟料。以红糟、白糖、绍酒、盐、白酒、葱、姜、芝麻油、清汤、酱油、味精制成。制法为：葱姜油煸出香味，下红糟炒散，烹入白酒、绍酒；加清汤、盐、白糖，旺火煮沸后，端锅离火口，入味精拌匀，冷却、沉淀，滤去渣滓；卤仍入锅，旺火烧10分钟，再以文火熬浓，加入芝麻油即成。福建菜常用。②即"香糟汤"。

【香糟汤】 烹饪原料。制作方法为：香糟500克，料酒2千克，糖250克，盐150克，桂花酱适量。先将香糟洗净压碎，以料酒泡开，下盐、糖、桂花酱调好，滤取其汁。味芳香醇美，供制糟熘式菜肴，别具风味。

【糟油】 也称"五香糟油"。烹饪原料。以米甜酒加丁香、官桂、玉竹、白芷等20多种香料酿制1年而成，愈陈愈香。可用于红烧、清炖、冷拌、热炒等各类菜肴的调味，有解腥、提鲜作用，并可开胃口、增食欲。为江苏太仓特产调味品。

【五香糟油】 也称"糟油"。

【豆腐乳】 也称"腐乳"、"醢腐"、"乳腐"、"酱豆腐"。俗称"素扎肉"。烹饪原料。老豆腐发酵后，装坛灌以特制的汤料再次发酵制成。我国独有传统产品。有多种风味，各地名产也多。可直接供食，也可作菜肴调味料，用于涮羊肉蘸料，或用以制作腐乳肉、腐乳豆腐等菜。品种很多，其中加料品种有：虾子腐乳、火腿腐乳、玫瑰腐乳、桂花腐乳等。地方名产也多。中医认为其味甘，性平，可养胃调中。

【腐乳】 即"豆腐乳"。

【醢腐】 即"豆腐乳"。《蓬龙夜话》："黟县人喜于夏秋间醢腐"。

【乳腐】 即"豆腐乳"。

【酱豆腐】 即"豆腐乳"。

【素扎肉】 浙江绍兴一带对"豆腐乳"的俗称。

【红腐乳】 也称"红方"。俗称"南乳"。烹饪原料。以绍兴黄酒为主要汤料，发酵时加红曲。成品色泽鲜红，酱香浓郁。制作菜肴多用此乳。

【红方】 即"红腐乳"。

【南乳】 广东一带对"红腐乳"的俗称。

【白腐乳】 也称"白方"。烹饪原料。以桂林三花酒为主要汤料，成品为乳白色，具醇厚白酒香和酶香。产于广东、广西，以桂林腐乳为最有名。

【白方】 即“白腐乳”。

【臭腐乳】 也称“青方”、“青腐乳”。烹饪原料。以豆腐泔水加盐腌制发酵而成。名品如北京王致和臭豆腐。色青味臭，鲜香适口。可调稀后拌制食品，黑龙江一带用作火锅调味料。

【青方】 即“臭腐乳”。

【青腐乳】 即“臭腐乳”。

【霉香腐乳】 烹饪原料。以白酒作汤料，皮色青灰，内部为乳白色，味鲜美。

【油辣腐乳】 烹饪原料。以曲酒、五香粉、辣椒等 10 多种调味料配制汤料而成。色泽橙黄，软香麻辣。主产于河南平顶山等地。

【卤腐】 烹饪原料。以臭豆腐块加盐、辣椒面、花椒面、红糖、白酒等调制的汤汁对入，经再次发酵制成。可作涮羊肉调味料。主产于云南。还有路南卤腐、以豆腐配辣椒、八角、花椒、盐、白酒腌制而成。色红黄，鲜香回甜，可供佐餐或作调味料。

【油卤腐】 烹饪原料。由加食用油、辣椒面泡制而成。可用作涮羊肉调味料。产于云南。

【白菜豆腐乳】 也称“菜包豆腐”。烹饪原料。豆腐坯经发酵生霉后，拌以辣椒、花椒及香料，每块腐坯用腌白菜叶包好装坛，一层豆腐一层豆瓣酱母，层层压紧，最后浇以菜油、白酒、黄糖等配制的浓汁，密封，约经 8 个月即成。成品色红亮而味醇浓，麻辣咸鲜，独具风味。产于四川。

【菜包豆腐】 即“白菜豆腐乳”。

【干腐乳】 烹饪原料。豆腐乳经干燥处理后的产品。携带方便，宜于旅游者应用。始产于上海青浦县涵大隆酱园。有虾子干腐乳等品种。

【糟腐乳】 烹饪原料。用酒酿配制的腐乳。多产于江苏、浙江一带。具酒香，别有风味。

【酒脚腐乳】 烹饪原料。此种多为家庭自制，方法：腐乳坯入坛时，每块均沾花椒盐少许，最后下黄酒、酱油，密封 14 天即成。为江浙一带民间食品，味美而香。

【乳白香腐乳】 烹饪原料。此种多为家庭自制，方法：腐乳坯装坛后，浇以盐、花椒、生姜和八角泡制的汁，密封 10 天即成。色泽乳白，味鲜而香。

【臭卤】 烹饪原料。臭味调味料，用以调制臭豆腐干，或用其浸制瓜菜等供食。其制法参见“臭豆腐干”。

【火蒜】 烹饪原料。以大蒜头经火熏焙而成。干燥耐贮，不烂不蛀。烹调应用如鲜蒜头，多用作调味，也可浸渍腌制作食品。名产有开平金山大蒜、连平忠信大蒜等，出口名产。产于广东开平、连平等县。

【蒜粉】 烹饪原料。以广东连平县忠信大蒜或开平县金山大蒜为原料加工制成。蒜香浓郁、纯正，可代蒜头作为调味品调制具有蒜味的食品。

【蒜糕】 烹饪原料。以广东金山大蒜或忠信大蒜为原料加工制成。味香。烹调应用参见“蒜粉”。

【蒜粒】 烹饪原料。以广东金山火蒜或忠信大蒜为原料加工制成。味香。烹调应用参见“蒜粉”。

【蒜片】 烹饪原料。以广东金山大蒜或忠信大蒜为原料加工制成。味香。烹调应用参见“蒜粉”。

【炸蒜肉】 烹饪原料。调味料。以大蒜瓣去皮，切去两端，入五成热油中炸至金黄色即成。用于郊外大头鱼、蒜子焖鲇鱼、瓦鳟焖水鱼等水产菜的配料或调味料。广东菜常用。

【阿魏】 也称“熏渠”、“阿虞”、“形虞”、“哈昔泥”、“五彩魏”、“臭阿魏”。烹饪原料。属伞形科植物。有三种：阿魏(Ferula assafoetida)；宽叶阿魏(F. conocaula)；新疆阿魏(F. caspica)。其树脂的干燥物作调味品，呈不规则、大小不等的块状，具强烈而持久的大蒜样臭气，味也苦辣如蒜。元代已有食用。《本草纲目》载元时食用以和料；《饮膳正要》载“淹羊肉甚香美”、“败肉入阿魏同煮”。中医认为其味苦辛，性温，可消积杀虫。与菜肴烹调可去异臭。《唐本草》：“体性极臭而能止臭，亦为奇物也。”今已少用。

【熏渠】 即“阿魏”。见《唐本草》。

【阿虞】 即“阿魏”。见《酉阳杂俎》。

【形虞】 即“阿魏”。见《酉阳杂俎》。

【哈昔泥】 即“阿魏”。《本草纲目》：“蒙古人称哈昔泥。”

【五彩魏】 即“阿魏”。因其颜色因时间长久有变化，故名。

【臭阿魏】 即“阿魏”。因其具强烈持久的蒜样臭味，故名。

【荷叶】 也称“蕸”、“莲叶”。烹饪原料。为睡莲科植物荷的叶。取其清香，增味解腻。制作菜肴有广州的夏令荷香鸡、陕西的荷叶粉蒸鸡等，也可和米作荷叶饭、荷叶粥，还可用以泡制凉茶。有些包烤、包焗菜品，以之作包裹料。如教化鸡、荷香焗鸡等。中医认为其味苦涩，性平，可清暑利湿、升发清阳、散瘀止血。

【蕸】 即“荷叶”。见《尔雅》。

【莲叶】 即“荷叶”。

【荷蒂】 也称“荷鼻”。烹饪原料。为荷叶的叶蒂。《老老恒言·粥谱》载有“荷鼻粥”，以荷蒂和米煮粥，香清佳绝，可“生发元气、助脾胃、止渴止痢固精”。

【荷鼻】 即“荷蒂”。

【箬叶】 也称“辽叶”、“棕箬”。烹饪原料。为禾本科植物箬竹 (Lndocalamus tessellatus) 的叶。叶长 45 厘米、宽 10 厘米，自古即用以包粽，或作蒸食垫底，也可作粑粑等类食品的包、垫料，具特有清香。中医认为其味甘，性寒，可清热止血、解毒消肿。

【辽叶】 即“箬叶”。《本草纲目》：“其生疏辽，故又谓之辽。”

【粽箬】 即“箬叶”。

【香樟枝叶】 烹饪原料。为樟科植物香樟(Cin-

namomum camphora)的枝叶。用以作菜肴调味料，如四川菜樟茶肥鸭，即用作熏料。

【柠檬叶】 烹饪原料。为柠檬树的嫩叶。经消毒后切丝，广东用作蛇馔的配料，食用豹狸烩三蛇、竹丝鸡烩五蛇等时，以薄脆、菊花瓣与之共同配食，风味独特。

【糯稻叶】 也称"香稻叶"。烹饪原料。《老老恒言·粥谱》载有"香稻叶粥"，谓"味薄而香清，薄能利水，香能开胃"。

【香稻叶】 即"糯稻叶"。

【龙竹】 烹饪原料。粗壮高大，竹壁坚韧。用龙竹配鸡制汤，清香可口。产于云南。

【香竹】 烹饪原料。直径3厘米左右，节长50厘米左右，每节竹筒可装水200克。此竹清香，傣族人民常截取竹筒装米烧饭。其饭柱园形，外被竹膜包住，改刀装盘上桌，形似银钱，清香可口。产于云南西双版纳州。

【松柏枝】 烹饪原料。含有特殊气味的树脂和芳香物质。用于制皮蛋，可改善其风味，还可以作为熏制菜肴的燃料，使菜肴具特殊风味。

佐 助 料

【淡水】 烹饪原料。指含盐量低于0.1%的水。宜于饮用和用于烹调。习惯将江河水、湖水和泉水称为淡水，但有些湖属咸水湖，有些泉含矿物质等较高，应加以区别。

【咸水】 烹饪原料。指含盐量超过0.1%的水。包括海水、咸水湖水等。一般不宜于饮用和用于烹调，如用需经淡化处理。

【硬水】 烹饪原料。水的硬度指溶于水中的钙、镁等盐类总含量，也包括铁及其它矿物质。水的硬度以度来表示。1升水中钙和镁离子的总含量相当10毫克氧化钙时，称为硬度1度。按硬度大小可将天然水分为"极软水"、"软水"、"中等硬水"、"硬水"、"极硬水"。硬度相当于17～30度时，称为硬水。在烹调时使用硬水，菜肴不易煮熟，且影响营养价值，泡茶可使茶变味，故一般应避免应用。天然水中，海水、一些井水和泉水属于硬水。

【极软水】 烹饪原料。硬度低于4度的水。参见"硬水"。宜于饮用和烹调应用，必要时须经矿化处理。

【软水】 烹饪原料。硬度低于8度的水。参见"硬水"。软水适宜于烹调或泡茶。

【中等硬水】 烹饪原料。硬度为8～16度的水。参见"硬水"。

【极硬水】 烹饪原料。硬度为30度以上的水。不宜作烹饪用水或饮用。参见"硬水"。如用需经处理。

【生水】 烹饪原料。指一切未经煮沸过的水。含多量杂质，包括致病微生物，一般不宜直接饮用。烹调用水基本上都用生水，但须选择水源清洁、未经污染，水质软硬适度，无异臭异味的水为宜。据研究报道，生水含许多微量元素(煮沸后便沉淀)，利于防病，主张饮用符合饮用标准的生水。

【海水】 烹饪原料。海中的水。由多种物质组成的混合液体。其中盐分约占3.5%。由于人的肾脏排盐功能有限，一般排盐浓度不超过2%，因此海水不能饮用，如饮用1000毫升海水，必须额外补充750毫升淡水，否则将招致人体水份外渗，引起脱水乃至神经紊乱致死。但在有充足淡水饮用的情况下，海水可供作烹调用水，否则不宜应用。

【泉水】 烹饪原料。由地表缝隙自行涌出的地下水。有"潜水泉"和"自流泉"之分。潜水泉来自浅层地下水，易受来自地表的污染；自流泉来自深层地下水，水质较好，宜用作饮用给水水源。根据泉水中所含化学成份的多少，又可分为"淡水泉"和"矿泉"两种。淡水泉即人们通常用作饮用水的泉，水味甘冽。

【潜水泉】 见"泉水"。

【自流泉】 见"泉水"。

【淡水泉】 见"泉水"。

【矿泉水】 烹饪原料。是由地下水在地壳深部循环过程中形成的。带有一定数量的化学成分、有机物和气体，或者具有较高的温度(超过20℃，也称"温泉")，所含化学成分等较适量，水味甘美，且利于人体健康，宜于饮用或用于烹调、酿酒。如青岛崂山的矿泉水等。

【温泉】 见"矿泉水"。

【雨水】 也称"天泉"。烹饪原料。是由蒸气上升后遇冷而形成的。原较纯净，属于软水，但在降落过程中易沾染尘埃。以秋高气爽和梅雨连绵时，水质较好，夏日急风骤雨，水质不净，且含氮气，古人沏茶一般不用，用于烹调时须经澄清。

【天泉】 即"雨水"。

【簷溜水】 烹饪原料。为雨天所承接的屋面水。灰尘、污物多，如需饮用，应作净化、消毒处理。

【雪水】 烹饪原料。积雪溶化后取得的水。化雪水应取清洁的雪，溶化后倘见浑浊，须作净化处理。雪由大气中的水蒸气遇冷凝结而成，水质一般比较清洁，杂质少，含重水少，属于软水，但同时也缺少矿物质，长期饮用会影响生理机能的正常活动，还会感到乏力，须注意补盐，或进行矿化处理。参见"蒸馏淡化水"。雪水可供烹调应用。《日用本草》认为用其"煎茶煮粥，解热止渴"。

【冰】 也称"凌"。烹饪原料。水在摄氏零度以下凝成的无色透明的固体。可用于镇凉食品、饮料，如冰镇西瓜、冰镇汽水等。中医认为其味甘，性大寒，可退热清暑、解渴除烦。

【凌】 即"冰"。

【江河水】 烹饪原料。主要来源于降水的地面径流，

冲刷并携带地面污物、泥沙于水中，污染机会也多，故而浑浊度大，致病微生物也多。但水质较软，矿物盐类含量较少，溶解的氧也较地下水为多，稀释和自然净化能力都较强。经净化后，是较好的饮用水和烹饪用水，但须要注意水源污染情况。

【湖水】 烹饪原料。与江河水近似，属于软水类，且因流速缓慢，自净程度高，水质较纯净，宜作烹调用水或饮用。但咸水湖例外，因其含盐量高，一般不作饮用水。

【塘水】 也称“池水”、“池塘水”。烹饪原料。在山地的称“山坑水”。由地面积水和地下渗水等汇聚而成。多为死水，杂质多，染污大，一般不宜作饮用或烹调用水。如饮用，须作消毒、澄清处理。

【池水】 即“塘水”。

【池塘水】 即“塘水”。

【山坑水】 见“塘水”。

【井水】 烹饪原料。属地下水，有“土井”、“深井”等区别。土井为表层地下水，易受到来自地面的污染，水质恶劣，不宜作为饮用给水水源。深井为深层地下水，细菌含量少，但盐类如铁盐等含量可能较高，水质较硬。可作饮用给水水源。

【土井】 见“井水”。

【深井】 见“井水”。

【窖水】 烹饪原料。多见于西北山区。山地缺水，山上居民挖窖存贮雨水，供少雨季节应用。含杂质、矿物质等，味苦咸而涩。虽供烹调应用和饮用，但口味不好。

【熟水】 烹饪原料。经过煮沸的水。因水的种类和煮沸时间的不同，有的可供饮用或作烹调用水；有的则不宜。参见“开水”、“温水”。

【开水】 也称“沸水”、“滚水”。烹饪原料。经烧煮达到100℃而沸腾的水。凡宜于饮用的水，煮沸后均可作烹饪用水。但经过长时间烧煮、多次沸腾的开水，不宜饮用，也不宜用于烹饪。因其中的矿物质等化学元素（如硫酸银等）和一些重金属（如汞、铅、镉等）含量增多，不利健康。

【沸水】 即“开水”。

【滚水】 即“开水”。

【温水】 俗称“温吞水”。烹饪原料。指半沸的水，或指晾至半热状态的开水。前者不宜饮用，因致病微生物未经煮沸杀死。两者均可供作烹饪用水。但以下情况的温水既不宜饮用，也不宜用于烹饪：经长时间或多次煮沸后的温水、热水瓶中已几天的温水、开水锅炉中残存的温水等。这些水亚硝酸盐等成份增多，对健康不利，用于烹饪也易出异味。

【温吞水】 上海一带对“温水”的俗称。

【冷开水】 也称“凉开水”。烹饪原料。新鲜的冷开水可供饮用或用于烹饪。参见“开水”、“温水”。

【凉开水】 即“冷开水”。

【腊水】 烹饪原料。寒冬时制作的冷开水。可用于制酱等。《素食说略》有制腊水法：“腊月内，拣极冻日，煮滚水放天井空处，冷透收存，待夏月制酱及造酱油用。此为腊水，最益人，不生蛆虫，且经久不坏。”

【蒸锅水】 俗称“甑脚水”。烹饪原料。为蒸锅下面的水。在蒸制过程中，往往经过反复长时间煮沸，水已变色，且有异味，矿物质等成份增多，不宜饮用，也不可用于烹饪。

【甑脚水】 江苏、浙江一带对“蒸锅水”的俗称。

【自来水】 烹饪原料。城市给水系统（即水厂）所供应的水。已经过澄清、消毒处理；倘用地下水，矿物质含量高时，还经软化处理，故水质较好，宜作饮用和烹饪用水。如因余氯高而有异味，可取水静置一段时间，即自行去除。

【砂滤水】 烹饪原料。以不涂釉的陶瓷砂芯过滤的水。可去除部分或大部分悬浮物及细菌等，但对水中化学成份基本上无净化作用。此水可如一般水供烹饪应用或供饮用。

【蒸馏淡化水】 烹饪原料。海水经蒸馏取得的淡水。可供烹饪应用或饮用，但缺乏矿物质，长期饮用会影响生理机能正常活动，并感到乏力，须注意补盐，或进行矿化处理。矿化标准为每吨淡化水需添加盐量为：硫酸钾10～20克，硫酸镁100～200克，氯化钙110～180克，碳酸氢钠180～200克。

【脂膏】 烹饪原料。油脂。《礼记》疏：“凝者为脂，释者为膏，以膏沃之，使之香美。此等总谓调和饮食也。”

【生油】 烹饪原料。指未经过炼制的植物油。

【熟油】 烹饪原料。指经过炼制至熟的动植物食用油。

【混合油】 烹饪原料。以猪油和植物油各半，混合而成。四川菜水煮肉片即用之。

【猪油】 也称“膏腥”、“豕膏”、“豨膏”、“猪脂”、“猪膏”、“猪肪膏”、“猪脂肪”。俗称“荤油”、“大油”。烹饪原料。为猪体内的油脂，有内脏脂肪（板油、网油）和皮下脂肪（肥膘油）两种。可生用，也可经熬制取得半干性油，供烹饪应用和食用。主要成份为油酸、棕榈酸、硬脂酸的甘油脂等。中医认为其味甘，性凉，可补虚、润燥、解毒。

【膏腥】 ①即“猪油”。《周礼·天官·庖人》：“秋行犊麋，膳膏腥。”注引杜子春云：“膏腥，豕膏也。”②指鸡油《礼记·内则》：“秋宜犊麋，膳膏腥。”疏：“腥……鸡膏也。”

【豕膏】 即“猪油”。《周礼》郑玄注：“膏腥，豕膏也。”《后汉书》：“冬以豕膏涂身，厚数分，以御风寒。”

【豨（xī西）膏】 即“猪油”。《史记》：“淳于髡曰：‘狶膏棘轴，所以为滑也’。”

【猪脂】 即“猪油”。见《金匮要略》。

【猪膏】 即“猪油”。见《金匮要略》。

【猪肪膏】 即“猪油”。见《名医别录》。

【猪脂肪】 即“猪油”。见《千金·食治》。

【荤油】 江苏等地对“猪油”的俗称。

【大油】 北方及西北一带对“猪油”的俗称。

【板油】 俗称“脂油”、“白油”。烹饪原料。猪内脏脂肪之一。为附着于腹腔壁的两大块板状脂肪，色白味正。经熬炼后取得半干性油，供作烹饪传热介质，用于煎炒烹炸等，或用于过油、发干料，也可用作浇尾油(明油)，或用于糕饼插酥以至直接拌饭、拌炒面、油茶食用。还可生用，如切丁作蜂糖糕和鱼类菜的装饰配料，也可作馅料，如猪油葱花饼、桂花猪油年糕、猪油豆沙元宵等。油香浓郁纯正，赋予菜肴或食品以肥腴香美之感。

【脂油】 “板油”的俗称。

【白油】 ①饮食行业对“板油”的俗称。②即“熟猪油”。

【网油】 也称“膏”、“膫”、“内脏油”、“网衣”。俗称“花油”、“肠油”、“瞒肚油”、“花手帕”、“水油”、“鸡冠子油”。烹饪原料。猪内脏脂肪之一。为联系胃大弯和横结肠等脏器的大网膜，形如网状，贮存一定量的脂肪。可供炼油，有脏味，须冲洗干净，烹调应用参见“板油”。也可生用，用于卷裹菜肴主料，如网包鸡、炸春花卷、网油鸡塔等。

【膋(liáo辽)】 ①即“网油”。《汉书》注：“膋，肠间脂也。”②脂肪。《诗经》：“执其鸾刀，以启其毛，取其血膋。”笺：“膋，脂膏。”

【膫(liáo辽)】 即“网油”。《说文》：“牛肠脂也。”《说文》：“膋，膫。”段玉裁注：今《毛诗》、《礼记》皆作膋。”

【内脏油】 即“网油”。

【网衣】 即“网油”。

【花油】 “网油”的俗称。

【肠油】 “网油”的俗称。

【瞒肚油】 “网油”的俗称。

【花手帕】 “网油”的俗称。

【水油】 饮食行业对“网油”的俗称。

【鸡冠子油】 东北一带对“网油”的俗称。

【肥膘油】 烹饪原料。猪的皮下脂肪。色白味正。可供炼油，出油率较低，也可生用，除如板油切丁用外，特殊用法为切片作某些煽、贴菜的垫片。

【猪骨髓油】 烹饪原料。猪的骨髓熬制的油脂。烹调应用参见“猪油”。中医认为其味甘，性寒，可补阴益髓。

【牛油】 也称“膏芗”、“牛脂”。烹饪原料。用牛的内脏脂肪熬炼后取得的干性油。可供食用和供烹饪应用，为信仰伊斯兰教民族食用油之一。也可用于制作油茶和牛油炒面。主要成份为油酸、棕榈酸、肉豆蔻酸、硬油酸的甘油油酯。中医认为其味甘，性温。

【膏芗】 即“牛油”。《礼记·内则》：“春宜羔豚，膳膏芗。”

【牛脂】 即“牛油”。见《本草纲目》。

【奶油】 也称“稀奶油”、“乳油”。烹饪原料。用奶油分离器或静置等方法，从牛、羊等奶中分离出的含脂较多部分。含脂肪一般在18%以上。味美而富于营养。可供直接食用，如涂面包、饼干等，也可以作烹饪用油，制奶汤用之，可使汤汁洁白如乳，用制奶汤白菜之类的菜肴，还为糖果、糕点等食品工业的重要原料之一。

【稀奶油】 即“奶油”。

【乳油】 即“奶油”。

【酥油】 也称“苏”、“酥”、“酪苏”、“白酥油”。烹饪原料。牛奶煮熟后，置于特制的的酥油桶中，经人工数小时捣制后析出的脂肪。也可用皮袋摇制(现在已使用奶油分离器)。除脂肪外并含蛋白质等。用以拌糌粑、泡奶茶，或作主食、菜肴的烹饪用油。藏、蒙族人民常食。还可以点灯，青海塔尔寺以之制作酥油花。中医认为其味甘，性平或微寒，可补五脏、益气血、止渴、润燥。

【苏】 即“酥油”。见《本草经集注》、《齐民要术》。

【酥】 即“酥油”。见《名医别录》。

【酪苏】 即“酥油”。见《唐本草》

【白酥油】 即“酥油”。见《饮膳正要》。

【黄油】 也称“乳脂”。烹饪原料。奶油经发酵(或不发酵)、搅拌、凝集、压制而成的半固体脂肪。含脂肪在80%以上，其余为水、少量乳糖、蛋白质、维生素、矿物盐、色素等。有咸、淡之分。可供直接食用，如涂面包等，也用于食品工业，如配制糕点、糖果等，还可以作烹饪用油，西餐常用。

【乳脂】 即“黄油”。

【醍醐】 烹饪原料。古今有二解：古解为酥油中的纯脂。《本草纲目》引《名医别录》陶弘景注：“佛书称乳成酪，酪成酥，酥成醍醐。色黄白作饼，甚甘肥是也。”《唐本草》：“醍醐，生酥中，此酥之精液也。好酥一石，有三四升醍醐，熟杵炼，贮器中，待凝，穿中至底，便津出得之。”本草典籍认为其味甘，性平(或冷)，可养营、滋阴、润燥、止渴，用治虚痨肺痿、咳吐脓血、消渴、便秘、风痹、皮肤搔痒。今解见《中药大辞典》(1977年版)：“为牛乳制成的食用脂肪”，含脂肪20%，与奶油接近。

【牛骨髓油】 也称“膏膻”、“羊脂”。烹饪原料。为牛的骨髓熬炼的油。可供制牛骨髓油茶等，也可供作食用油。参见“酥油”、“黄油”，为信仰伊斯兰教民族食用油之一。含脂肪95.8%。中医认为其味甘，性温，可润肺、补肾、填髓、泽肌悦面。

【膏膻】 即“牛骨髓油”。

【羊脂】 即“牛骨髓油”。

【羊油】 也称“膏膻”、“羊脂”。烹饪原料。为羊的内脏脂肪熬制的油脂。有膻味，比牛脂硬，含高级饱和脂肪酸甘油脂较多。可供食用，如炒制油茶等，也供作烹饪用油，为信仰伊斯兰教民族食用油之一。新疆的羊肉

抓饭、油塔子等所必用。因其溶点高，常温下易凝固，故作菜肴宜热食。中医认为其味甘，性温，可补虚、润燥、祛风、化毒。

【膏膻】 即“羊油”。《礼记·内则》“冬宜鲜羽，膳膏膻。”《周礼·天官·庖人》：“冬行麋羽，膳膏膻。”注引杜子春云：“膏膻，羊脂也。”

【羊脂】 即“羊油”。

【羊骨髓油】 烹饪原料。为羊的骨髓所熬制的油。可供食用。参见“羊油”、“牛骨髓油”。中医认为其味甘，性温，可益阴补髓、润肺泽肌。

【羊尾巴油】 烹饪原料。指大尾绵羊的肥大尾巴贮存营养的部分，营养价值较高。可蒸、煮后直接切片供食，也是新疆的风尾油、天津的炸羊尾等菜肴的原料。

【羊网油】 烹饪原料。可供炼制羊油，也可供作菜肴原料，如新疆的网油卷等。藏族也用以包羊肝烧食。

【狗油】 也称“膏臊”、“犬膏”。烹饪原料。为狗的内脏脂肪所熬炼的油脂。中医用以治手足皴裂。现罕见食用。

【膏臊】 即“狗油”。《礼记·内则》：“夏宜腒鲋，膳膏臊。”《周礼·天官·庖人》：“夏行腒鲋，膳膏臊。”注引杜子春云：“膏臊膘，犬膏也。”

【犬膏】 即“狗油”。

【狗网油】 烹饪原料。可用于菜肴烹调。周代八珍肝膋，即以狗网油包狗肝制成。今罕见食用。

【驴油】 也称“驴脂”、“驴膏”。烹饪原料。为驴的内脏脂肪所熬炼的油脂。可供食用，也供作烹饪用油，甘肃天水即以驴油泼辣子，还是吃西北小吃酿皮及凉拌面的上等调味品，稠而不腻，别具浓香。

【驴脂】 即“驴油”。见《食疗本草》。

【驴膏】 即“驴油”。

【马油】 也称“马膏”、“马脂”。烹饪原料。为马的内脏脂肪所熬炼的油脂。中医认为其味甘，性平，可治手足皴裂、偏风口喎僻。现罕见食用。

【马膏】 即“马油”。见《本草纲目》。

【马脂】 即“马油”。《本草纲目》引文：“镜源云：马脂柔五金。”

【鹿油】 也称“鹿脂”。烹饪原料。为鹿的内脏脂肪熬炼的油脂。可供食用。中医认为其可温中、通腠理，并治四肢不随、风头。

【鹿脂】 即“鹿油”。见《唐本草》。

【旱獭油】 也称“雪猪油”。烹饪原料。为旱獭的内脏脂肪熬制的油脂。油质清纯，无异味，可供作烹调用油，油腻感少于猪油。中医认为其味辛，性温，可治风湿痹痛。也为高级工业用油。

【雪猪油】 即“旱獭油”。

【熊油】 烹饪原料。以黑熊的脂肪炼成。鄂伦春族人用以拌制食物，如以野兽的肉、肝、肺、脑等拌制“阿素”（食品名称）时，加熊油调拌，可增香腻。

【狼膏】 也称“狼油”、“狼脂”。烹饪原料。狼的脂肪。古时食用。《礼记》：“小切狼臅膏，与稻米为饵。”《本草纲目》释为“以狼胸臆中膏和米作粥糜也”。今作药用，中医谓其可补中益气、润燥泽皱、涂诸恶疮。罕见食者。

【狼油】 即“狼膏”。

【狼脂】 即“狼膏”。见《本经逢原》。

【鸡油】 也称“鸡肪”。烹饪原料。为鸡的内脏脂肪所熬制的油脂。色鲜黄，透明，无异味。可食用，为烹饪常用油，或作传热介质，或作浇淋油。浙江菜鸡丝莼菜汤，最后浇淋鸡油，可起配色、装饰的作用，美化了菜肴。也可用制菜肴，如鸡油扒菜心等，或制糕点，如鸡油卷等。中医认为其味甘，性寒，可治秃发耳聋。

【鸡肪】 即“鸡油”。《本草纲目》：“（鸡）肪，乌雄鸡者良。”

【鸭油】 也称“鸭肪”、“鹜肪”、“鸭脂”。烹饪原料。为鸭的内脏脂肪熬炼的油脂。可供食用，也作烹饪用油，并用于糕点。中医认为其味甘，性大寒，可治风虚寒热、水肿。

【鸭肪】 即“鸭油”。见《名医别录》。

【鹜肪】 即“鸭油”。见《名医别录》。

【鸭脂】 即“鸭油”。

【鹅油】 也称“鹅膏”。烹饪原料。为鹅的内脏脂肪熬炼的油脂。供食用，或作烹饪用油，还可用制糕点，如鹅油松瓤油卷等。中医认为其味甘，性微寒，可治卒聋、润皮肤。

【鹅膏】 即“鹅油”。见《本草纲目》。

【鱼油】 烹饪原料。由鱼体中提取出来的油，也包括海兽的体油、肝油、内脏油等。含有高度不饱和脂肪酸的甘油脂，以及较多碘质，腥味很重。多用于工业，间可供作食用，但须作脱腥处理。

【鲸油】 烹饪原料。由鲸的皮下组织和骨熬制出来的油脂。色淡黄，有鱼腥气。经加氢硬化后可供食用，但须经脱腥处理。

【豆油】 也称“黄豆油”。烹饪原料。指从黄豆中提取的油脂。淡黄色，透明。主要含有亚油酸和油的甘油脂。为烹饪常用油，也用于制糕点等。中医认为其味辛甘，性热，可驱虫、润肠。

【黄豆油】 即“豆油”。

【菜油】 也称“菜籽油”、“清油”。烹饪原料。为油菜籽所提取的油。色淡黄，透明，有油香。供作烹饪用油，或调拌糕点馅料，并用于面饼插酥。可用治肠梗阻。

【菜籽油】 即“菜油”。

【清油】 即“菜油”。

【芝麻油】 也称“乌麻油”、“脂麻油”。俗称“香油”、“麻油”。烹饪原料。从芝麻籽中提取的油。因加工方法不同，有“小磨麻油”和“大炒油”两种。前者色深黄，有浓烈的悦人油香，多用于菜肴和用作糕点馅料；后者

色较淡，香味较少。二者均可供作烹饪用油，并为素馔所常用。含有较高的不皂化物，非油脂物质所含很少。因芝麻酚抗氧性强，故芝麻油不易酸败。中医认为其味甘，性凉，可润燥通便、解毒生肌。

【乌麻油】 即"芝麻油"。见《外台秘要》。

【脂麻油】 即"芝麻油"。见《近效方》。

【香油】 ①"芝麻油"的俗称。②也称"菜油"。见《本经逢原》。

【麻油】 江苏一带对"芝麻油"的俗称。

【大炒油】 也称"大槽油"。烹饪原料。芝麻油的一种。因加工方法不同，香味较差。

【大槽油】 即"大炒油"。

【小磨麻油】 烹饪原料。芝麻油的一种。小规模手工生产，加工精细，油质优于大炒油，香味浓烈。

【胡麻油】 烹饪原料。亚麻科植物亚麻的种子所提取的油。可供作烹饪用油，具一定香味，也用作调拌油。中医认为其味甘，性平，可通大小肠、解毒止痛。

【花生油】 也称"落花生油"、"果油"。烹饪原料。从花生仁中提取的油。色浅黄透明，同一般食油，用于烹饪或食用。中医认为其味甘，性平，可滑肠下积。

【落花生油】 即"花生油"。见《本草纲目拾遗》。

【果油】 即"花生油"。见《本草纲目拾遗》。

【玉米油】 也称"玉米胚芽油"。烹饪原料。为玉米种子的胚芽（含油量45～50%）所提取的半干性油。烹饪应用参见"菜油"。

【玉米胚芽油】 即"玉米油"。

【向日葵油】 烹饪原料。为向日葵籽所提取的油。色淡黄，透明，有香味。烹饪应用参见"菜油"。含维生素E较多，有抗衰老作用，并可防止血管硬化。

【米油】 也称"粥油"。烹饪原料。煮粥时，浮于粥上的稠液，供饮用。中医认为其味甘，性平，可滋阴长力、肥五脏百窍、利小便通淋。近年以糙米胚芽提制米油，食用性能及风味，和"菜油"等植物油相近。

【粥油】 即"米油"。

【椰子油】 烹饪原料。为椰子的胚乳经碾碎烘蒸后榨取的油。果肉含油量60～65%，新鲜时，气芬芳，色白。可作食用油应用。《华夷花木考》谓其可"祛暑气"。

【茶油】 也称"茶籽油"、"楂油"、"栲林子油"。烹饪原料。用山茶科植物油茶（Camellia oleifra）的种子（含油量40～60%）提取的不干性油。主要成分为油酸、硬脂酸等的甘油脂。供食用或烹饪应用。食用方法同"菜油"。《随息居饮食谱》："茶油，烹调肴馔，日用即宜，蒸熟用，泽发生光。诸油惟此最为轻清，故诸病不忌。"中医认为其味甘，性凉，可清热化湿、杀虫解毒。

【茶籽油】 即"茶油"。

【楂油】 即"茶油"。见《农政全书》。

【栲林子油】 即"茶油"。见《本草纲目拾遗》。

【米糠油】 烹饪原料。用碾压米筛簸出的糠皮经压榨所取得的油。可供食用或烹饪应用。食用方法同"菜油"。含谷维醇、多种甘油酯等。中医认为其味甘辛，性平，可治噎膈、脚气。

【棉籽油】 也称"精炼油"。俗称"卫生油"。烹饪原料。用锦葵科植物草棉（Gossypium herbaceum）的种子提取的油。粗制油中含有毒物质棉酚，不宜食用。精制后，色浅黄，透明，无臭无毒，可同一般食油一样应用，质量大致同"花生油"。中医认为其味辛，性热。

【精炼油】 即"棉籽油"。

【卫生油】 "棉籽油"的俗称。

【橄榄油】 烹饪原料。用木樨科植物油橄榄（Olea europaea）的果实提取的油。同一般食油，供烹调、食用。

【油瓜油】 也称"猪油果油"、"油渣果油"。烹饪原料。用葫芦科植物油渣果（Hodgsonia macrocarpa）提取的油。具猪油香味，同一般食油，供烹饪应用或食用。

【猪油果油】 即"油瓜油"。

【油渣果油】 即"油瓜油"。

【油棕油】 烹饪原料。为棕榈科植物油棕（Elaeis guineensis）种仁提取的油。种仁，也称油子。油质好，可供食用和烹饪应用，还可用制人造奶酪。

【漆油】 也称"土漆油"、"漆蜡"。烹饪原料。以漆树科植物漆树（Toxicodendron vernici fluum）的果实榨制的油。凝固似黄蜡，与猪油、菜油混合后可制为固体油，携带方便。主产云南怒江傈僳族自治州一带。怒族、傈僳族人民常用以炒米酒、仔鸡供病人、产妇滋补身体，并可治肺结核、气管炎。

【土漆油】 即"漆油"。

【漆蜡】 即"漆油"。

【食品添加剂】 指在食品生产、加工等过程中加入的一些化学或天然物质，目的为增强食品感观指标、更耐保存或满足加工工艺的特殊需要。按其用途分为"发色剂"、"酸味剂"、"防腐剂"、"增稠剂"等。食品添加剂并非食品原有成分，使用范围和剂量应符合要求，而不能用于掩盖食品缺陷。

【防腐剂】 添加剂。具有抑菌或杀菌作用。它能延长食品的保存期限，防止腐败变质。使用时加水溶解，掺入拌匀即可。

【苯甲酸】 也称"安息香酸"。防腐剂。人工合成。白色针状结晶，无臭，质轻，在酸性环境中对许多微生物有明显的抑制作用。加入果酱、果汁、酱油、醋时，最大使用量1克/千克；加入蜜饯类、面酱、低盐酱菜时，最大使用量0.5克/千克。

【安息香酸】 即"苯甲酸"。

【苯甲酸钠】 也称"安息香酸钠"。防腐剂。人工合成。白色颗粒或结晶粉末，易溶于水。使用范围、剂量同"苯甲酸"。

【安息香酸钠】　即“苯甲酸钠”。

【山梨酸】　防腐剂。人工合成。无色针状结晶或白色结晶，对霉菌、酵母和好气菌均有良好的抑制作用。用于酱油、醋、果酱类的防腐时，最大使用量1克/千克；低盐酱菜、蜜饯类、山楂糕、罐头，最大使用量0.5克/千克；汽水、汽酒，最大使用量0.2克/千克。

【山梨酸钾】　防腐剂。人工合成。无色至白色鳞片状或粉末状结晶，易溶于水。使用范围、剂量同“山梨酸”。

【疏松剂】　也称“膨松剂”。添加剂。具有使食品体积胀大疏松的作用。多用于面点制品。和面时加入此剂，熟制过程受热分解产生气体而使成品具有膨松或酥脆特征。按其性质可分“碱性疏松剂”(如碳酸氢钠)、“复合疏松剂”(如发酵粉)和“生物疏松剂”(如酶母)。疏松剂的使用数量一般按照面粉重量计算。

【膨松剂】　即“疏松剂”。

【碳酸氢钠】　也称“酸式碳酸钠”、“重碳酸钠”、“重碳酸曹达”。俗称“小苏打”、“焙烧苏打”、“食粉”。疏松剂。化学式$NaHCO_3$。白色结晶或粉末，味微咸。加热至270℃分解即成为氧化碳、水和碳钠。可制焙粉、清凉性饮料，和用于糕点、饼干等。烹饪中可代碱应用，但碱性不如纯碱。

【酸式碳酸钠】　即“碳酸氢钠”。

【重碳酸钠】　即“碳酸氢钠”。

【重碳酸曹达】　即“碳酸氢钠”。

【小苏打】　“碳酸氢钠”的俗称。

【焙烧苏打】　“碳酸氢钠”的俗称。

【食粉】　广东一带对“碳酸氢钠”的俗称。

【碳酸氢氨】　简称“碳氨”。也称“重碳酸氨”。俗称“阿摩尼亚粉”、“臭粉”、“臭碱”。疏松剂。化学式NH_4HCO_3。采用氨水碳化流程制得。白色粉状结晶，易溶于水，有氨臭味。多用于糕点等。

【碳氨】　“碳酸氢氨”的简称。

【重碳酸氨】　即“碳酸氢氨”。

【阿摩尼亚粉】　“碳酸氢氨”的俗称。

【臭碱】　“碳酸氢氨”的俗称。

【臭粉】　广东一带对“碳酸氢氨”的俗称

【磷酸氢钙】　也称“磷酸二钙”。疏松剂。白色单斜晶体，稍溶于水。多用于饼干、代乳品等，最大使用量按正常需要计算。成品的口味与光泽均好，只是内部气泡稍不规则。对营养成份有强化作用。

【磷酸二钙】　即“磷酸氢钙”。

【轻质碳酸钙】　疏松剂。白色结晶或粉末状。多用于罐头制品或配制发酵粉。最大使用量按正常需要计算。

【明矾】　也称“石涅”、“矾石”、“羽涅”、“羽泽”、“涅石”、“理石”、“白君”、“雪矾”、“云母矾”、“明石”。俗称“白矾”、“生矾”。疏松剂。以钾明矾、钠明矾、铵明矾为常见。以钾明矾用途最广。呈酸性，与碱物质起中和作应，能放出二氧化碳气体。物理状态是半透明的结晶体，能溶于水，加热后极易溶解。在面团中能起增强面的筋力和增白等作用。对某些非发酵面食而需其松软时，多用它和碱掺用。如炸油条即须应用。洗带沾液原料如河蚌等，用明矾少许溶于水中，可很快去除粘液。又可用于澄清食用水。中医认为其味酸涩，性寒，可消痰燥温、止泻止血、解毒杀虫。卫生标准规定，明矾可用于油炸制品、水产品、豆制品、发酵粉。如果超量，成品口味发涩。

【石涅】　即“明矾”。见《山海经》。

【矾石】　即“明矾”。见《神农本草经》。

【羽涅】　即“明矾”。见《神农本草经》。

【羽泽】　即“明矾”。见《吴普本草》。

【涅石】　即“明矾”。见《山海经》郭璞注。

【理石】　即“明矾”。见《药性论》。

【白君】　即“明矾”。见《本草纲目》

【雪矾】　即“明矾”。见《本草纲目》

【云母矾】　即“明矾”。见《本草纲目》

【明石】　即“明矾”。

【白矾】　“明矾”的俗称。

【生矾】　“明矾”的俗称。

【钾明矾】　也称“钾矾”、“钾铝矾”。明矾中烹饪应用最广的一种，学名Potassium　Alum。分子式为$AIK(SO_4)_2\cdot 12\ H_2O$。由明矾石经煅烧、萃取、结晶而制得。

【钾矾】　即“钾明矾”。

【钾铝矾】　即“钾明矾”。

【硫酸铝氨】　也称“氨明矾”、“氨矾”、“铝氨矾”。疏松剂。学名Ammonium　Alum，分子式为$AINH_4(SO_4)_2\cdot 12\ H_2O$。为无色粉末状结晶或呈透明块状，味涩，具有较强的收敛性。使用范围、剂量同“钾明矾”。

【氨明矾】　即“硫酸铝氨”。

【氨矾】　即“硫酸铝氨”。

【铝氨矾】　即“硫酸铝氨”。

【发酵粉】　简称“发粉”。也称“焙粉”。俗称“泡打粉”。疏松剂。一种复合疏松剂，是由碱剂、酸剂和填充剂配合组成。在高温过程中，碱剂与酸剂发生中和反应，放出二氧化碳体，制品中不残留碱物质，从而提高质量。有较好的发酵作用，用于发面，或作糕点的膨松剂。不受酵母发酵时的条件限制，在面中对了糖、油后，仍可有效地胀发。如用以发面则以2.5千克面用125克为宜，用多会苦。

【发粉】　“发酵粉”的简称

【焙粉】　即“发酵粉”。

【泡打粉】　广东一带对“发酵粉”的俗称。

【鲜酵母】　疏松剂。用于面团膨松发酵，发酵力强，时间快，成品无酸味，不必加碱中和。

【老酵】 也称“酵子”、“引酵”。俗称“面肥”、“老面肥”、“老发面”、“老面”、“发面种”。疏松剂。含有酵母的面团。饮食行业一般用老酵发酵，发好后有浓烈酸味，须加碱中和。

【酵子】 即“老酵”。

【引酵】 即“老酵”。

【面肥】 “老酵”的俗称。

【老面肥】 “老酵”的俗称。

【老发面】 “老酵”的俗称。

【老面】 “老酵”的俗称。

【发面种】 广东一带对“老酵”的俗称。

【引子粑粑】 疏松剂。山东一些地方，用黍米制酒后的酒糟晒干储存，常年用于面粉发酵，蒸出的馒头不需加碱，而且味香。

【纯碱】 也称“苏打”。俗称“碱灰”、“碱面”、“食碱”。疏松剂。化学名称“无水碳酸钠”，分子式为Na_2CO_3。白色晶体，吸湿性强，易溶于水，有苦涩味。化学性能与酸起中和反应，生成一种新盐、水和二氧化碳。烹饪中常有应用。如发面制馒头时用以中和面团中的醋酸，去除酸味，并使成品洁白松软，还用于干制原料的泡发，如鱿鱼干、章鱼干、蹄筋等，也用于某些不易煮烂的原料如牛肉、藕等，使之加快熟烂，用于煮粥则可以增加粘稠度，还可用于绿叶蔬菜，焯水时加入可保持绿色鲜艳等。但其对维生素等有破坏作用，应不用或少量应用。

【无水碳酸钠】 “纯碱”的化学名称。

【苏打】 即“纯碱”。

【碱灰】 “纯碱”的俗称。

【碱面】 “纯碱”的俗称。

【食碱】 “纯碱”的俗称。

【石碱】 也称“花碱”、“灰碱”、“碱”、“水碱”、“枧砂”、“干饼药”。疏松剂。块状的结晶碳酸钠，与空气长期接触后，内含水分慢慢蒸发而风化成粉末状，即成“纯碱”。传统的石碱是从蒿、藜等草灰中提取的碱汁，和以面粉，经加工而成的固体。主要含有碳酸钾、碳酸钠等无机物质，也含淀粉、蛋白质等。用法同“纯碱”，并且用量稍多。中医认为其味咸苦，性温，可软坚、消积、化痰、去翳。

【花碱】 即“石碱”。见《圣济总录》。

【灰碱】 即“石碱”。见《本草纲目》。

【碱】 即“石碱”。见《本草衍义补遗》。

【水碱】 即“石碱”。见《本经逢原》。

【枧砂】 即“石碱”。见《疡科全书》。

【干饼药】 即“石碱”。见《疡科全书》。

【石碱晶】 疏松剂。以烧碱作主要原料，先制成碳酸钠溶液，再经过滤去杂、冷却结晶等工序取得的晶粒状纯碱。与传统石碱性能相同。

【碱水】 也称“草木灰水”。俗称“枧水”。疏松剂。从草木灰中提取，经化合制成。碱度是碱的30%，浓度约50度为标准。化学性质与纯碱相似，但气味较香。烹饪中可代碱应用。

【草木灰水】 即“碱水”。

【枧水】 广东一带对“碱水”的俗称。

【蓬灰】 也称“蓬碱”。疏松剂。西北地区常用。即秋季时取戈壁滩上一种称臭蓬蒿的野生植物，集中于挖好的坑中，点火烧之，所流出的汁，冷却后凝结成块，即为蓬灰。用于拉面等面食品中，特具香味。

【蓬碱】 即“蓬灰”。

【土碱】 疏松剂。为新疆托克逊县芦苇丛中所产的一种含碱土。用于新疆风味的黄面（新疆凉面）中，较一般碱为好，可使面条更为香美。

【硼砂】 疏松剂。碱性物质，化学名称“四硼酸钠”。分子式为$Na_2B_4O_7 \cdot 10\,H_2O$。易溶于水，带甜，涩味。应用广泛。烹饪中可代碱，用于某些干料涨发，并有防腐作用。泡发鲍鱼放点硼砂，易于发透并松软。但因其对健康有害，国家已禁止使用。

【四硼酸钠】 “硼砂”的化学名称。

【发色剂】 也称“呈色剂”。添加剂。具有使肉类制品产生良好色泽并固定和增强颜色、改进风味和抑菌的作用。我国使用历史悠久，古人常以“硝”作发色剂来腌制肉品，此方法沿用至今。

【呈色剂】 即“发色剂”。

【硝】 也称“消石”、“硝石”、“芒消”、“苦消”、“化金石”、“水石”、“焰消”、“火硝”、“干硝”、“土硝”、“盐硝”。化学名称“硝酸钾”。学名Potassium Nitrate，分子式为KNO_3。发色剂。一般将之溶于水中，制成“硝水”后使用。多用于香肠、火腿、肴肉等肉制品。中医认为其味苦咸，性温，可破坚散积、利尿泻下、解毒消肿。

【硝酸钾】 “硝”的化学名称。

【消石】 即“硝”。见《神农本草经》。

【芒消】 即“硝”。见《名医别录》。

【苦消】 即“硝”。见《药性论》。

【化金石】 即“硝”。见《石药尔雅》。

【水石】 即“硝”。见《石药尔雅》

【焰消】 即“硝”。见《土宿本草》。

【火硝】 即“硝”。见《本草纲目》。

【硝石】 即“硝”。见《本草蒙筌》。

【干硝】 即“硝”。

【土硝】 即“硝”。

【盐硝】 即“硝”。

【硝酸钠】 俗称“皮硝”、“芒硝”。发色剂。学名Sodium Nitrate，分子式为NaNO。白色结晶，味苦稍咸。烹调应用同“硝”。

【皮硝】 “硝酸钠”的俗称。

【芒硝】 “硝酸钠”的俗称。

【硝水】 发色剂。硝酸钠或硝酸钾的水溶液。常用

作食品、菜肴。

【亚硝酸钠】 发色剂。学名Sodium Nitrite，分子式为$NaNO_2$。无色或微淡黄色结晶，味稍咸，易潮解。多用于肉制品或肉类罐头的发色，最大使用量0.1克/千克。

【抗氧化剂】 添加剂。具有阻止食品中的油脂氧化，提高食品稳定性和延长贮存期限的作用。有天然和人工合成两类，广泛用于糕点生产、油脂保存。

【丁基羟基茴香醚】 抗氧化剂。人工合成。白色或微黄色蜡样结晶性粉末，对热稳定，除有抗氧化作用外，还有较强的抗菌能力。多用于油炸制品、油脂、饼干、罐头等，最大使用量按脂肪量计算0.2克/千克。

【二丁基羧基甲苯】 抗氧化剂。人工合成。白色结晶或结晶粉末。能防止焙烤食品和富含油脂食品产生哈喇味，最大使用量按脂肪量计算0.2克/千克，使用范围同"丁基羟基茴香醚"。

【没食子酸丙酯】 也称"棓酸丙酯"。抗氧化剂。人工合成。白色至淡褐色结晶性粉末或乳白色针状结晶，对热稳定，有吸湿性，光照可促其分解。多用于动物油脂、饼干、罐头和油炸制品等，最大使用量按脂肪量计算0.1克/千克。

【棓酸丙酯】 即"没食子酸丙酯"。

【漂白剂】 添加剂。能破坏、抑制食品的发色因素，具有退色或免于食品褐变的作用。如亚硫酸钠、硫黄等。漂白剂除有漂白作用外，还有显著的抑菌作用。

【低亚硫酸钠】 漂白剂。人工合成。白色结晶粉末，易溶于水，在空气中易氧化分解，有二氧化硫臭味，漂白力很强。使用范围同"亚硫酸钠"，最大使用量0.4克/千克。

【焦亚硫酸钠】 漂白剂。人工合成。白色结晶状粉末，有二氧化硫臭味，在空气中易分解。使用范围同"亚硫酸钠"，最大使用量0.45克/千克。

【亚硫酸钠】 也称"结晶亚硫酸钠"。漂白剂。人工合成。学名Sodium sulfite Crystal，分子式为$NaSO_3 \cdot H_2O$。无色至白色单斜结晶，易溶于水，因具有强烈的还原性而起漂白的作用。多用于蜜饯类、饼干、糖果等食品，最大使用量0.6克/千克。但不能用于肉类、谷物、乳制品及坚果类食品的漂白。

【结晶亚硫酸钠】 即"亚硫酸钠"。

【硫黄】 漂白剂。人工合成。淡黄色结晶，燃烧时产生二氧化硫起漂白作用。多用于干果、粉条、干菜、食糖、蜜饯类的脱色。

【凝固剂】 添加剂。能使蛋白溶液凝聚的物质。如点制豆腐、豆脑用的石膏、盐卤等。

【氧化钙】 凝固剂。人工合成。无色六角形晶体，有苦咸味和潮解性。使用范围、剂量同"硫酸钙"。

【石膏】 也称"细石"、"细理石"、"软石膏"、"寒水石"、"白虎"、"生石膏"。化学名称"硫酸钙"。凝固剂。学名Calcium Sulfate。分子式为$CaSO_4 \cdot 2H_2O$。我国古代即已发明用之使豆浆凝为豆腐，直至今日，仍在应用。也用于罐头食品。

【硫酸钙】 "石膏"的化学名称。

【细石】 即"石膏"。见《名医别录》。

【细理石】 即"石膏"。见《名医别录》。

【软石膏】 即"石膏"。见《本草衍义补遗》。

【寒水石】 即"石膏"。见《本草纲目》。

【白虎】 即"石膏"。见《药品化义》。

【生石膏】 即"石膏"。

【盐卤】 简称"卤"。也称"卤水"、"盐胆水"、"滴卤"、"苦卤"。俗称"泪水"。凝固剂。为熬盐时剩下的黑色液体，是氯化镁、硫酸镁、氯化钠的混合物，味苦，有毒。我国古代发明用以点制豆腐。中医认为其味咸苦，有大毒，可治痰厥、吐血。

【卤】 ①"盐卤"的简称。②卤制食品后留下的汤汁。

【盐胆水】 即"盐卤"。见《本草纲目拾遗》。

【滴卤】 即"盐卤"。见《食物本草》。

【卤水】 即"盐卤"。

【苦卤】 即"盐卤"。

【泪水】 四川部分地区对"盐卤"的俗称。

【增稠剂】 添加剂。具有稳定和改变食品粘度的作用。对增加食品爽滑适口的感觉起积极作用，广泛用于菜肴、冷饮及其它食品。有"芡粉"、"琼脂"等。

【芡粉】 也称"淀粉"、"驼粉"、"团粉"、"馑粉"、"绛粉"。俗称"粉面"。增稠剂。用作勾芡、上浆、挂糊、稠汤等。有"绿豆粉"、"菱粉"等，并以绿豆粉或菱粉为佳。

【淀粉】 即"芡粉"。学名Starch，分子式为$(C_6H_{10}O_5)_n$。

【驼粉】 即"芡粉"。因土法生产时，淀粉吊起去水，形成驼块，故名。

【馑粉】 即"芡粉"。见《素食说略》。

【绛粉】 即"芡粉"。见《随园食单》。

【团粉】 即"芡粉"。

【粉面】 "芡粉"的俗称。

【绿豆粉】 也称"真粉"。芡粉之一。以绿豆经粉碎、漂洗、沉淀后取得的淀粉。可供作菜肴勾芡之用，也可作粉丝、粉皮的原料，质量较其他淀粉制者为佳。中医认为其味甘，性凉平，可清热解毒。

【真粉】 即"绿豆粉"。见《日用本草》。

【豌豆粉】 俗称"全青豆粉"。芡粉之一。以豌豆为原料，经粉碎、漂洗、沉淀后取得的淀粉。可供作菜肴勾芡之用，也可作粉丝、粉皮的原料。

【全青豆粉】 四川一带对"豌豆粉"的俗称。

【蚕豆粉】 芡粉之一。以蚕豆为原料，经粉碎、漂洗，沉淀后所取得的淀粉。可供作菜肴勾芡之用，也可作粉丝、粉皮的原料。

【菱粉】 芡粉之一。以菱的果仁经粉碎后制成。可供作烹调用,或作糊料。

【藕粉】 也称"澄藕粉"。芡粉之一。以藕的根茎经粉碎、漂洗、沉淀后分离出来的淀粉初产品。质地细密,呈藕红色,小片状。可直接冲服,有益血、止血、调中、开胃的功用,还可作甜品菜肴的稠汤料,或作烹调时的勾芡材料。

【澄藕粉】 即"藕粉"。见《本草求原》。

【荸荠粉】 也称"马蹄粉"。芡粉之一。以荸荠的球茎经粉碎、漂洗、沉淀后分离出来的淀粉初产品。质地洁白、细嫩,可作烹调时的芡粉,也可供直接冲调食用,或用制作糕点原料,如马蹄糕等,还可作甜品菜肴的稠汤材料。

【马蹄粉】 即"荸荠粉"。

【百合粉】 芡粉之一。以百合的鳞茎经粉碎、漂洗、沉淀后分离出来的淀粉初产品。质地洁白、细密。可供直接冲服,有润肺止咳、清心安神之功,也可作甜品菜的稠汤料,或作烹调时芡粉料、挂糊料。江西菜水晶肉元的"水晶",即系将肉丸滚3次百合粉后制成,光泽透亮,颇有特色。名产有广西平乐百合粉等。

【蕨粉】 芡粉之一。用蕨根加工而成的淀粉。将蕨根洗净,捣绒,放入大木桶内加水用木棍猛搅,使淀粉溶解于水,经沉淀、晒干即成。可用作烹调菜肴的勾芡、稠汁料,也可供直接食用。

【葛粉】 也称"葛根粉"。芡粉之一。以豆科植物葛(Pueraria Lobata)的块根为原料,经粉碎、漂洗、沉淀后分离出来的淀粉初产品。质地洁白、细腻。中医认为其味甘,性大寒,有生津止渴、清热除烦的功效。可供作菜肴勾芡之用,又用制甜菜或糕点。如杏仁葛粉包、葛粉圆子、葛粉羹等。

【葛根粉】 即"葛粉"。

【蕉芋粉】 芡粉之一。以蕉芋为原料,经粉碎、漂洗、沉淀后取得的淀粉。供作菜肴勾芡之用。

【木薯粉】 也称"生粉"。芡粉之一。以木薯为原料,经粉碎、漂洗、沉淀后取得的淀粉。供作菜肴勾芡用。

【生粉】 即"木薯粉"。

【甘薯粉】 俗称"雪粉"。芡粉之一。以甘薯经粉碎、漂洗、沉淀后所取得的淀粉。可供作菜肴勾芡之用,也可作粉丝、粉皮的原料。

【雪粉】 广东潮州一带对"甘薯粉"的俗称。

【马铃薯粉】 也称"土豆粉"。芡粉之一。以马铃薯为原料,经粉碎、漂洗、沉淀后所取得的淀粉。可供作菜肴勾芡之用,也可供作粉丝、粉皮的原料。

【土豆粉】 即"马铃薯粉"。

【首乌粉】 也称"地精"、"马肝石"、"红内消"、"赤葵"、"陈知白"、"小独根"。俗称"黄花乌根"。芡粉之一。为蓼科植物何首乌(Polygounm multiflorum)的块茎所提取的淀粉。大部分地区有产。以个大、质坚实而重、红褐色、断面云锦状花纹明显、粉性足者为优。中医认为其味苦甘涩,性微温,可补肝益肾、养血涩精。市场上有何首乌粉出售,可供作芡粉应用。烹制菜肴有何首乌煨鸡、何首乌煮鸡蛋。还可与米、枣类煮制何首乌粥等。

【地精】 即"首乌粉"。见《何首乌传》。

【马肝石】 即"首乌粉"。《本草纲目》:"汉武时,有马肝石能治人发,故后人隐此名,亦曰马肝石。"

【红内消】 即"首乌粉"。《本草纲目》:"赤者能消肿毒,外科呼为疮帚红内消。"

【赤葵】 即"首乌粉"。见《理伤续断秘方》。

【陈知白】 即"首乌粉"。见《开宝本草》。

【小独根】 即"首乌粉"。见《云南中草药选》。

【黄花乌根】 云南一带对"首乌粉"的俗称。见《云南中草药选》。

【小麦淀粉】 也称"麦粉"。俗称"小粉"、"澄粉"。芡粉之一。小麦面粉经洗去面筋沉淀后所得的淀粉。可作芡粉应用。旧时也用以稠汁浆衣。中医认为其味甘,性凉,可益气脉、和五脏、调经络。

【麦粉】 即"小麦淀粉"。《本草纲目》:"麦粉乃是麸面、面洗筋澄出浆粉。"

【小粉】 "小麦淀粉"的俗称。

【澄粉】 广东一带对"小麦淀粉"的俗称。

【玉米淀粉】 芡粉之一。玉蜀黍的淀粉。可作为芡粉应用。

【琼脂】 也称"素燕窝"、"石花胶"、"冻粉"、"琼胶"、"洋菜"、"洋粉"。俗称"冻脂"、"桔胶"、"凉粉"、"大菜"、"大菜膏"。增稠剂之一。从石花菜、江篱、麒麟等海生藻中提取的多聚半乳糖硫酸脂胶体,经冻结、干燥后制成。呈白色透明块状或条状。可供作凉拌菜原料。烹调应用多为加水煮沸溶化后,调入糖、香料及其他材料,冷却凝固后食用,用于筵席上的甜菜、凉菜,或作冷饮、小吃,还可作食品凝固剂,如用于灌汤包馅等。

【素燕窝】 即"琼脂"。《本草纲目拾遗》引《月湖笔薮》:"近时素食中盛一种素燕窝,宁波洋行颇多,形白而细长,空行虚软,俨如食铺中馓子而细,有七八寸至尺长不等,望之晶莹,握之轻虚,每三十余枝作一束。厨人买得,汤沃之即起胀,蕤蕤然凝白类官燕,以入素馔为珍品,食之亦淡而少味……。"

【石花胶】 即"琼脂"。因其多从石花菜中提取,故名。

【冻粉】 即"琼脂"。

【琼胶】 即"琼脂"。

【洋菜】 即"琼脂"。

【洋粉】 即"琼脂"。

【冻脂】 "琼脂"的俗称。

【桔胶】 "琼脂"的俗称。

【凉粉】 "琼脂"的俗称。

【大菜】 广东一带对"琼脂"的俗称。

【大菜膏】 广东一带对"琼脂"的俗称。

【鱼胶片】 增稠剂之一。用鱼鳞作主要原料提炼而成。色泽金黄而透明，质地比琼脂软，食用方法参见"琼脂"。

【食用明胶】 增稠剂之一。有机化合物，白色或淡黄色的薄片或颗粒，半透明，在热水中容易溶解。为牛、驴等动物的皮、骨等熬制而成。用于冷饮、罐头、糖果等食品。烹调应用参见"琼脂"。

【山豆根】 增稠剂之一。产于云南墨江县等地。为山中一种藤本植物的根。春取其汁，可用作食品的凝固料，如云南食品油炸麻脆即用之。

【羧甲基纤维素】 增稠剂之一。白色颗粒或纤维状，无臭无味，有吸潮性，在水中易分解成胶体状，其粘度随温度升高而降低。多用于罐头、冰淇淋及方便面条等，最大使用量5克/千克。

【海藻酸钠】 也称"藻朊酸钠"。增稠剂之一。白色或淡黄色粉末，无臭无味，易溶于水。多用于罐头、冰淇淋的增稠，最大使用量1.5克/千克。

【藻朊酸钠】 即"海藻酸钠"。

【果胶】 增稠剂之一。由水果中提取的多糖类物质。白色或淡黄色粉末，稍带异味。多用于巧克力、果酱、冰淇淋、罐头、糖果等，最大使用量按正常需要计算。

【食用色素】 也称"着色剂"。添加剂之一。用于改变或提高食品色调，增加视觉情趣、促进食欲的一些与健康无害的有色物质。按其来源和性质可分"天然色素"、"人工合成色素"两类。前者来自动植物组织及微生物体(如姜黄、红曲米)；后者以各种有机物质制得(如胭脂红、靛蓝)。色素的牢固性受多种因素影响，日照、有机酸、碱性物质及某些金属都可使其退色。

【着色剂】 即"食用色素"。

【天然色素】 见"食用色素"。

【人工合成色素】 见"食用色素"。

【菠菜汁】 天然绿色色素。用肥嫩的菠菜叶挤出的绿色液汁。可用于花色点心和菜肴的染色。四川菜有菠饺银肺。陕西、山西等地民间以菠菜叶揉入面中，制成绿色面条食用。菠菜汁有利五脏、通血脉的功效。

【豌豆苗汁】 天然绿色色素。以其肥嫩茎叶挤出的绿色汁液。用于花色点心或菜肴的染色。

【艾叶汁】 天然绿色色素。从菊科植物艾蒿的肥嫩叶片中挤出的绿色液汁。可用于食品调色。如江浙一带每到清明前后，即用之调米粉制成"青糰"食用，已有多年历史(也有用鼠曲草的)。因其含芳香油成分，也可作香味原料。艾叶汁有暖子宫、祛寒湿的功效。

【南天烛汁】 也称"乌饭树叶汁"。天然绿色色素。用杜鹃花科植物乌饭树的叶渍水取汁，称南天烛汁。色青绿，可用于花色点心和菜肴的染色，有强筋益气之功。古籍记载，南天烛汁煮饭，饭粒色泽青白，称为"乌饭"、"墨饭"，食之资阳。道家以之浸米蒸作饭，称"青馅饭"，谓食之可以延年。

【乌饭树叶汁】 即"南天烛汁"。

【麦青汁】 天然绿色色素。以鲜嫩的大、小麦叶经消毒后挤压出的青汁，可用花色点心白菜饺子、苹果等的染色剂。

【蓬蒿汁】 天然绿色色素。《调鼎集》："蓬蒿汁：取汁加豆粉、火腿、笋、瓦丁作羹，色绿可爱，味亦鲜美。"

【姜黄】 也称"赤天佩"。天然黄色色素。为姜科植物姜黄的根茎。有香气，可作调味剂，为咖喱原料之一。熬煮后可得黄色染料，可作为食品染色剂，用于花色糕点、菜肴。有行气、活血、止痛之功。

【赤天佩】 即"姜黄"。《清异录》引侯宁极《药谱》称姜黄为"赤天佩"。

【胡萝卜色素】 天然黄色色素。主要从胡萝卜中提取，色有红、黄、桔色等区别。黄色常用于人造奶油或奶油着色。红色胡萝卜经油炼后，可获得红油，用于菜肴调色，如芙蓉虾仁等菜则用之。安全无害，且为营养素之一。

【栀子汁】 天然黄色色素。以茜草科常绿灌木栀子的果实，经水淬后取得的汁。除作纺织品染色外，也可用作食品染色。如制作花色点心佛手、鸭梨、菊花等，或雕刻的花卉等食料，皆可用以染出黄色。栀子汁还有治黄疸、吐血等功效。

【羊咪咪花】 也称"松皮树"、"白灰毛树"。天然黄色色素。生长于云南各地，多年生灌木。花细，白中带黄，似喇叭花，花芯有黄色细粉。秋初采摘阴干，与冷水入锅煮沸，冷却取汁作黄色素，制作五色饭等用，味很香甜。

【松皮树】 即"羊咪咪花"。

【白灰毛树】 即"羊咪咪花"。

【红花黄色素】 天然黄色色素。由红花中提取的黄色色素。可溶于水。多用于果子水、汽水、糖果、罐头、青红丝、糕点彩装的着色，最大使用量0.5克/千克。西北一些地方用于面饼之类食品的染色。

【红曲】 也称"红曲米"。天然红色色素。将红曲霉培养在稻米上制成，含有大量的天然红色素。我们祖先利用微生物加工食品的一项创造，早在宋代就已了解和应用。产于浙江、江西、福建、广东等省，尤以福建古田县产的最为著名。以鲜红、质轻、入水不沉者为上品。红曲色素性质无毒，对蛋白质有很强的着色力，供制造红糟、红酒、红腐乳，也作饮食业卤肉、卤鸡、卤鸭以及叉烧等动物性肉类食品的染色剂。制品色红、鲜艳，别具风味。在酥点制作上，因面粉蛋白质含量低(9%左右)，着色力差，又经高温油炸，色泽即变暗变深，影响美观，一般不应用。红曲米用开水泡涨后滤取红曲水才能使用。还可制成红曲粉供用。

【红曲米】 即"红曲"。

【红曲粉】 天然红色色素。红曲米磨成的粉。用于食品调色。

【红曲水】 天然红色色素。红曲粉经水溶后即成。用于食品调色。

【苏木水】 天然红色色素。苏木(也称苏方、苏松)为豆科常绿小乔木,取其木加水煎熬,即得苏木水。可作菜肴或花色面点的红色染色剂。其汁可治血滞经闭、跌打损伤等症。制时忌用铁器,否则色暗无光。

【赤苋菜叶汁】 天然红色色素。取赤色苋菜嫩茎叶,压榨取汁。可用于花色点心如寿桃、荷花馒头等的染色剂,也可用于花卉菜肴的染色。

【胭脂汁】 天然红色色素。用落葵(也称胭脂菜)的嫩茎叶揉取液汁,红如胭脂。用于花色面点或雕刻花卉菜品的染色剂。另有从胭脂虫红蓝等动植物中提取的胭脂汁也可应用。

【红根草】 天然红色色素。叶绿,紫色,叶长20厘米,宽3~5厘米,根须皮深红色。挖回根,治净,用皮与食物烹制,起红色素作用。民间用之。产于云南西部一带。。

【红饭叶】 也称"血红草"、"红汤草"。天然红色色素。野生家种兼有。形似珠兰花,色深红。取全苗洗净切短,对冷水入锅煮开,冷却取汁作五色糯米饭的色素。有防腐、防酸、助消化之功,味香而鲜。产于云南文山州。

【血红草】 即"红饭叶"。

【红汤草】 即"红饭叶"。

【辣椒红素】 天然红色色素。由辣椒中提取出来的红色色素。性质稳定,比较耐热。多用于罐头制品的着色,使用剂量按正常需要计算。

【甜菜红】 也称"紫菜头色素"天然紫色色素。由甜菜根中提取制得,可溶于水。使用范围同"柠檬黄",最大使用量按正常需要计算。

【紫菜头色素】 即"甜菜红"。

【虫胶色素】 天然紫色色素。从紫胶虫分泌的紫胶原胶中提取出来的虫胶红酸。为鲜红色粉末,可溶于水,主产于云南、四川等地。多用于配制酒、糖果、罐头、糕点彩装的着色,最大使用量0.5克/千克。

【叶绿素铜钠盐】 为叶绿素a铜钠盐与叶绿素b铜钠盐的混合物,蓝绿色,用于青豌豆、薄荷酒以及罐头、糕点等食品的染色,色泽翠绿,味道清凉甘醇,最大用量1克/千克。

【糖色】 也称"色油"、"酱色"、"焦色"、"焦糖"。天然酱色色素。为糖类在没有含氨基化合物存在的情况下,经加热、脱水、焦化后形成的色素物质。呈酱褐色,胶态,可用作菜肴的增色剂。但糖在焦化过程中,会产生一些挥发性的醛、酮类物质,宜控制使用。

【色油】 即"糖色"。

【酱色】 即"糖色"。

【焦色】 即"糖色"。

【焦糖】 即"糖色"。

【嫩汁】 天然酱色色素。炒勺置旺火上,加油与等量的白糖搅溶后,用小火炒至呈血红色时,加入沸水,熬至汁稍浓即成。

【金酱】 天然酱色色素。以红糖25克、芝麻油50克,小火煮熬,不停搅拌,至糖汁将起烟时,下清水100克烧沸即成。用于荤料上色。如湖北的千张肉的猪肉皮上色即用之。

【珠油】 天然酱色色素。用一般酱油,加红糖经加工浓缩制成。色焦褐,浓度大,呈胶水状,味甜。多用作菜肴调色或腌腊制品着色。广东潮汕一带酱油的制品。

【木蓝汁】 天然蓝色色素。用木蓝属植物的枝叶加水发酵制成。

【香墨】 也称"墨汁"。天然黑色色素。也有调味、赋香作用。《宋氏养生部·糕》中载有"五色面糕",其中黑色系以墨染成;《调鼎集》"黑汁肉:香墨磨汁加酱油、酒煨肉,另有一种滋味。"元明有"假鳖羹",以香墨调粉面制裙边。今也间有用的,但须用松烟墨。

【墨汁】 即"香墨"。

【食用合成色素】 也称"煤焦油色素"、"苯胺色素"。以煤焦油为原料制成,多数对人有害,主要有致泻作用、致癌作用、一般毒性,故应严格管理,谨慎使用。我国允许使用的食用合成色素有:"苋菜红"、"胭脂红"、"柠檬黄"、"靛蓝"。此外,国外较普遍允许使用的还有:"赤藓红"、"日落黄"。

【煤焦油色素】 即"食用合成色素"。

【苯胺色素】 即"食用合成色素"。

【苋菜红】 也称"苋紫"、"蓝光酸性红"(amaranth)。食用合成色素。国家允许使用。可用于糕点、菜肴以及各类食品的染色,最大使用量0.05克/千克。

【苋紫】 即"苋菜红"。

【蓝光酸性红】 即"苋菜红"。

【胭脂红】 也称"丽春红"(Ponceau 4R)。食用合成色素。国家允许使用。可用于糕点、菜肴以及各类食品的染色,最大使用量0.05克/千克。

【丽春红】 即"胭脂红"。

【柠檬黄】 也称"胭黄"(tartrazine)。食用合成色素。国家允许使用。可用于糕点、菜肴以及各类食品的染色,最大使用量0.1克/千克。

【胭黄】 即"柠檬黄"。

【靛蓝】 也称"酸性靛蓝"、"磺化靛蓝"(indigo carmine)。食用合成色素。国家允许使用。可用于糕点、菜肴以及各类食品的染色,最大使用量0.1克/千克。

【酸性靛蓝】 即"靛蓝"。

【磺化靛蓝】 即"靛蓝"。

【赤藓红】 也称"樱桃红"(erythrosineBS')。属于氧蒽类染料。国外应用较广。我国目前尚未规定。根

据外贸需要有时也可使用。用作食品的染色剂。暂定安全用量为每千克体重每日 0～2.5 毫克。

【樱桃红】 即“赤藓红”。

【日落黄】 属于偶氮染料。很多国家允许使用。我国目前尚无规定。根据外贸需要，我国也可使用，但产品不许内销。一般规定安全量为每千克体重每日为 0～5 毫克。

【石灰】 也称“垩灰”、“希灰”、“染灰”、“散灰”、“白灰”、“味灰”、“石锻”、“矿灰”、“石垩”、“锻石”。主要成分为碳酸钙，烹饪中多用于肠肚的加工，配碱用于制皮蛋，溶水后可用于蛋类的贮藏，和发制海产干货等。中医认为其味辛，性温，可燥湿、杀虫、止血、定痛、蚀恶肉。经精制后，也可用于食品补钙。

【垩灰】 即“石灰”。见《神农本草经》。

【希灰】 即“石灰”。见《名医别录》。

【染灰】 即“石灰”。见《石药尔雅》。

【散灰】 即“石灰”。见《石药尔雅》。

【白灰】 即“石灰”。见《石药尔雅》。

【味灰】 即“石灰”。见《石药尔雅》。

【石锻】 即“石灰”。见《本草图经》。

【矿灰】 即“石灰”。见《本草纲目》。

【石垩】 即“石灰”。见《本草经集注》。

【锻石】 即“石灰”。见《日华诸家本草》。

【密陀僧】 也称“没多僧”、“炉底”、“银池”、“淡银”、“金炉库”、“金陀僧”。即粗制养化铅，主要成分为氧化铅（“密陀僧”的化学名称PbO），并含砂石、金属铅及二氧化铅PbO_2等。制皮蛋时，间有用者。因其可致铅中毒，80 年代起已废用。中医认为其味咸辛，性平，有毒，可消肿杀虫、收敛防腐、坠痰镇惊。

【没多僧】 即“密陀僧”。见《唐本草》。

【炉底】 即“密陀僧”。见《本草纲目》。

【银池】 即“密陀僧”。见《药物出产辨》。

【淡银】 即“密陀僧”。见《药物出产辨》。

【金炉库】 即“密陀僧”。

【金陀僧】 即“密陀僧”。

烹调技术

烹调词释

【烹调】 制作菜肴、食品的技术。一般包括原料选择、粗加工、细加工、临灶制作、用火、调味以及成菜的全过程。

【烹调法】 指运用各类烹饪原料(包括主配料、调味原料和佐助原料),经加热或不加热,调配制作菜肴、面点等食品的技法。基本方法古代有 20 余种,现代有 70 余种。

【水火】 烹调。《周礼·天官·亨人》:"亨人掌共鼎镬,以给水火之齐。"《本草纲目》:"观夫茶味之美恶,饭味之甘馁,皆系于水火烹饪之得失,即可推矣。"

【炊】 烧火做饭。《庄子·庚桑楚》:"简发而栉,数米而炊。"

【爨】 ①烧火煮饭。《说文》:"齐谓炊爨,臼象持甑,一为灶口,以推林内火。"②指灶。③指小釜。④同"汆"。

【失饪】 烹制的食物未熟或过熟。《论语·乡党》:"失饪不食。"

【火剂】 煮熟食物。《宋书·阮佃夫传》:"一时珍羞,莫不毕备,凡诸火剂,并皆始熟。"

【爨炊】 炊事。陆游诗:"客主同爨炊。"

【煎调】 煎炒调制食物。《魏书·毛脩之传》:"脩之能为南人饮食,手自煎调,多所适意。"

【营馔】 制作肴馔。《颜氏家训·勉学》:"世人不问愚智,皆欲识人之多,见事之广,而不肯读书。是犹求饱而懒营馔,欲暖而惰裁衣也。"

【营膳】 制作肴馔。《资治通鉴》注:"释氏谓营膳之所曰甘露厨。"

【三汤两割】 也称"三汤五割"。泛指肴馔及其制作。《清平山堂话本》:"烧卖匾食有何难,三汤两割我也会。"

【三汤五割】 即"三汤两割"。

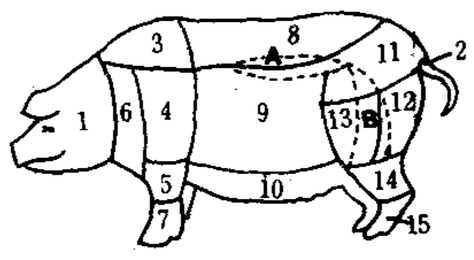
【造饭】 ①制作一日三餐。②指行军作饭。如:埋锅造饭。

【料理】 ①整理烹饪原料。《齐民要术》:"菘根橘菹法……及热与盐、酢、细缕切橘皮和之,料理,半奠之";"熯菹法……及热与盐、酢,加上胡芹子与之,料理会直,满奠之";"菘根萝卜菹法……料理,满奠。"②湖南湘西一带称美味肴馔为料理。③朝鲜族称烹饪为料理。

【淅瀹】 调和食物的方法。即以淅米的汁,浸入食物使之柔滑。《礼记·内则》:"淅瀹以滑之,脂膏以膏之,父母舅姑,必尝之而后退。"

分档取料

【猪头】 猪的头部。包括眼、耳、鼻、口、颊等部位。水烫脱毛后,其表皮常残留稀疏毛茬,须经火燎、浸泡而后刮净。宜烧、煮、卤、酱。如:酱猪头肉;猪头糕;烧猪头肉。



猪肉分档取料示意图

1. 猪头 2. 猪尾 3. 上脑
4. 夹心肉 5. 前蹄膀 6. 颈肉
7. 前脚爪 8. 大排骨 9. 方肉
10. 奶脯 11. 臀尖肉 12. 摩档肉
13. 弹子肉 14. 后蹄膀 15. 后脚爪
A. 里脊肉 B. 坐臀肉

【猪脸肉】 也称"面肉"。俗称"马面"。以猪嘴为界线,上部的肉称猪脸肉。皮厚而粘,肉少而嫩,无筋膜,富胶质。宜酱、卤、熏、烧、腌、腊,尤宜作小吃或酒菜。如:酱猪脸;扒猪脸。

【面肉】 即"猪脸肉"。

【马面】 东北一带对"猪脸肉"的俗称。

【核子肉】 在猪头下部腮肉内,形如花生米。有腥味,不宜食用,应予切除。

【拱嘴】 也称"猪鼻"、"猪嘴"。俗称"拱鼻"。水烫脱毛后,其表皮常残留稀疏毛茬,须经火燎、浸泡而后刮净。煮熟后富胶质,质韧而富有弹性。宜卤、酱、白煮。如:卤拱嘴;酱拱嘴;葱丝红油拌拱嘴。

【猪鼻】 即"拱嘴"。

【猪嘴】 即"拱嘴"。

【拱鼻】 广东一带对"拱嘴"的俗称。

【二拱】 拱嘴的鼻根部。

【猪眼】 也称"明珠"。猪的眼睛。多用做主料。烹制时须剥去眼膜。宜卤、烧、烩。如:卤猪眼;烧猪睛;烩

猪睛。

【明珠】 即“猪眼”。

【猪耳】 也称“双皮”、“俏冤家”、“里外皮”。猪的耳朵。耳孔多有毛茬，须经火燎、浸泡后，然后刮去。宜酱、熟拌、熟炒。如：酱猪耳；熟拌猪耳丝；熟炒猪耳丝。

【双皮】 即“猪耳”。

【里外皮】 即“猪耳”。

【俏冤家】 即“猪耳”。《两般秋雨庵随笔·市井食单》：“猪耳朵名曰俏冤家。”

【猪舌】 也称“口条”、“老顶舌”。俗称“赚头”、“猪腳”。猪的舌头。表面有一层粗糙皮质，经沸水浸烫可刮去。肉质细腻，宜酱、卤、烧，也可做火锅菜原料。如：酱五香口条；卤口条；红烧舌片等。

【老顶舌】 即“猪舌”。

【口条】 即“猪舌”。

【赚头】 湖北一带对“猪舌”的俗称。

【猪腳】 广东一带对“猪舌”的俗称。

【天花板】 也称“巧舌”。猪口腔内上颚的脆骨。形似洗衣板，呈波纹状。卤、酱猪头后，常取出用做酒菜，也可供拌食。如：拌巧舌。

【巧舌】 即“天花板”。

【管脡(tǐng挺)】 也称“香黄管”、“黄管”。俗称“黄喉”。猪食管后面的一截管道，或主动脉管。质柔韧，煮熟后筋滑而脆。可做菜肴原料。制时用刀尖划成蜈蚣状。宜蒸、汆。如：蜈蚣管脡、汆黄管脊髓。

【香黄管】 即“管脡”。

【黄管】 即“管脡”。

【黄喉】 广东一带对“管脡”的俗称。

【猪脑】 也称“脑花”。猪的脑髓。质如豆腐。表面有一层薄膜，缝内有血筋，经温水浸泡，方可撕去。沸水浸烫后，用于烩、卤、拌。如：烩奶汤猪脑；拌猪脑；卤猪脑。

【脑花】 即“猪脑”。因其表面有细密血筋布成的花纹，故名。

【前槽】 血脖至腰肋之间骨肉(包括前肘)的总称。

【猪颈肉】 也称“槽头肉”、“血脖”、“脖扣子”、“将军肉”。猪颈部的肉，在猪前腿的前部与猪头相连处。此处是宰猪头的刀口部位，多有污血，肉色发红，肉质较老，宜做馅料。

【槽头肉】 即“猪颈肉”。

【血脖】 即“猪颈肉”。

【脖扣子】 即“猪颈肉”。

【将军肉】 即“猪颈肉”。

【头刀血脖】 猪耳后约3～4厘米宽的颈肉。肥瘦相混，宜做馅料。

【二刀血脖】 猪耳后约6～7厘米宽的颈肉。质量好于“头刀血脖”。宜做馅料。

【猪肩颈肉】 也称“上脑”、“鹰嘴”、“托宗肉”。猪前腿上部、靠近颈部，在扇面骨上面一块长扁圆形的嫩肉。此肉肥瘦均有，层次分明，肉质较嫩。宜炒、熘、烧。是咕咾肉、叉烧肉的专用肉。

【上脑】 即“猪肩颈肉”。

【鹰嘴】 即“猪肩颈肉”。因此肉呈长扁圆形，如鹰嘴状，故名。

【托宗肉】 即“猪肩颈肉”。

【夹心肉】 简称“前夹”。也称“挡朝肉”。在猪颈肉下方和前肘的上方。肉质较老，有筋，能吸收较多水份，宜做馅料和肉丸子。又，在扇面骨相联处有一月牙形脆骨，此处瘦肉多，质老，宜焖、炖、烧。

【前夹】 “夹心肉”的简称。

【挡朝肉】 即“夹心肉”。

【鬃头】 猪夹心肉的上端，靠近脊部的部位。质较嫩，宜烧、炸、熘。如：猪排；咕噜肉。

【不见天】 猪夹心肉底部，两只前肘中间和腋下部位。质较老，宜煨、炖。

【猪前肘】 也称“前蹄膀”、“引路肉”。在猪的前腿膝盖上部与夹心肉的下方。筋多，胶质多，瘦肉多，常带皮烹制，肥而不腻，宜烧、扒、酱、焖、煮汤。如：红烧肘块；菜心扒肘子；酱肘花；红焖肘子。

【前蹄膀】 即“猪前肘”。

【引路肉】 即“猪前肘”。

【扇面肉】 在猪前腿接扇形骨上面的一块肉。质细嫩，宜炒、熘。如：清炒肉片；焦熘肉段。

【五花脊】 猪肩颈肉和外脊联结处的一块三角形肥瘦相间的肉。质细嫩，宜扒、蒸、炖。如：铁扒肉；酸辣酥肉。

【硬边】 整猪从脊处为界分割成两半，带脊骨的一半称硬边，不带脊骨的一半称“软边”。

【软边】 见“硬边”。

【炒排】 夹心肉的全副脊骨、肋骨。骨周带肉较多，肉质柔嫩，易熟。宜油炸、醋熘、椒盐。夏季多白煮做汤。

【脊骨】 也称“腔骨”、“分水骨”、“大排骨”。猪脊背上的一条大骨。骨茬中附有瘦肉。多用于煮汤，也宜红烧、清炖。

【腔骨】 即“猪脊骨”。

【分水骨】 即“猪脊骨”。

【大排骨】 即“猪脊骨”。

【猪外脊】 也称“夹脊肉”、“脊侧肉”、“通脊”、“背柳”、“脢子肉”、“脢条”、“背脊肉”、“扁担肉”。俗称“肉眼”。在猪的背部，由前腿至后腿，长扁圆形，长约60厘米，宽约7厘米，质细嫩。此肉分三种：一是净外脊肉，宜炸、炒。如：炸面包猪排；爆脊花；一是带肥膘的外脊，宜烧、焖。如：黄焖猪排；红烧猪排；一是带骨的外脊，可供制烧大排等菜。

【夹脊肉】 即“猪外脊”。

【脊侧肉】 即“猪外脊”。

【通脊】 即“猪外脊”。

【背柳】 即“猪外脊”。

【脢子肉】 即“猪外脊”。

【脢条】 即“猪外脊”。

【背脊肉】 即“猪外脊”。

【扁担肉】 即“猪外脊”。因此肉长而扁圆，故名。

【肉眼】 广东一带对“猪外脊”的俗称。

【肥头肉】 在猪外脊的下方。肉肥爽，宜制肉卷和锅贴菜。如：炸肉卷；锅贴肉。

【猪里脊】 也称“小里脊”、“腰脊”、“腰柳”、“肉柳”。俗称“肉目”。为猪腰子和分水骨之间的一条长圆形瘦肉，也是猪身上最细嫩的肉。上面附有白色油质和碎肉，背部有薄板筋。宜炸、爆、烩、烹。如：软炸里脊；酱爆里脊丁；生烩里脊丝；清烹里脊。

【小里脊】 即“猪里脊”。

【腰脊】 即“猪里脊”。

【腰柳】 即“猪里脊”。因此肉在猪腰处，细长如柳，故名。

【肉柳】 即“猪里脊”。

【肉目】 广东一带对“猪里脊”的俗称。

【猪排骨】 也称“小排骨”、“肋骨”、“肋扇”。猪的肋条骨。多带一层瘦肉，质嫩不油腻，宜烧、焖、熘。如：红烧排骨；红焖猪排；熘排骨。也宜做冷菜。如：叉烧排骨。

【小排骨】 即“猪排骨”。以别于大排。

【肋骨】 即“猪排骨”。

【肋扇】 即“猪排骨”。

【三岔】 猪胯骨和椎骨之间呈三角形的一块瘦肉。质嫩，是熘炒、爆类菜肴的上好原料。可做滑熘肉片、过油肉、生炒肉片、辣爆肉丁等。

【五花肋条】 也称“花肉”、“腰牌”、“奶面”、“三花肉”、“四层肉”、“五花肉”。在猪前腿和后腿的中间，外脊下方和奶脯之上，有“硬肋”和“软肋”之分。硬肋肥肉多，瘦肉少；软肋质较松软。肋条肉一般分为三层，俗称“五花三层”或“方肉”。硬肋也称“硬五花”、“上五花肉”；软肋也称“软五花”、“下五花肉”。宜烧、炖、焖。如：红烧肉；坛肉；扣肉。也宜做锅类菜的原料，如：砂锅白肉；白肉火锅。

【花肉】 即“五花肋条”。

【腰牌】 即“五花肋条”。

【奶面】 即“五花肋条”。

【三花肉】 即“五花肋条”。

【四层肉】 即“五花肋条”。

【五花肉】 即“五花肋条”。

【五花三层】 见“五花肋条”。

【方肉】 见“五花肋条”。

【硬肋】 见“五花肋条”。

【硬五花】 见“五花肋条”。

【上五花肉】 见“五花肋条”。

【软肋】 见“五花肋条”。

【软五花】 见“五花肋条”。

【下五花肉】 见“五花肋条”。

【罗脊肉】 附在板油下边上的一条瘦肉。扁而细长，多用做馅料。

【猪奶脯】 也称“拖泥”、“下踹”、“肚囊”、“乳脯肉”。俗称“泡脯”、“泡泡肥肉”。在猪的下五花肉下面，即腹部。质呈泡状油脂，间有很薄一层瘦肉，宜做腊肉或炼油。

【拖泥】 即“猪奶脯”。因肥猪奶脯往往肥大贴地，走动时常拖泥带水，故名。

【下踹】 即“猪奶脯”。

【肚囊】 即“猪奶脯”。

【乳脯肉】 即“猪奶脯”。

【泡脯】 广东一带对“猪奶脯”的俗称。

【泡泡肥肉】 江苏一带对“猪奶脯”的俗称。

【猪后肘】 也称“豚蹄”、“后蹄膀”、“大肘花”、“后大蹄”。俗称“圆蹄”。在猪后腿膝盖部上面和坐臀肉、抹裆、黄瓜条的下方，肘端接扇面骨。皮厚筋多，胶质多，瘦肉多。脱毛后，皮面仍有毛茬，须经火燎，复用温水浸泡后才能刮净。宜酱、卤、炖、烧、蒸、焖、扒。如：酱肘子；白卤肘花；清炖肘子；锅烧肘子；清蒸肘子；红焖肘子；京葱扒肘子。

【豚蹄】 即“猪后肘”。

【后蹄膀】 即“猪后肘”。

【大肘花】 即“猪后肘”。

【后大蹄】 即“猪后肘”。

【圆蹄】 广东一带对“猪后肘”的俗称。

【猪后臀】 也称“后秋”。俗称“后腿”。猪肋骨以后骨肉(包括后肘)的总称。分为“臀尖”、“黄瓜肉”、“坐臀肉”、“抹裆”、“底板肉”等几个部位。

【后秋】 即“猪后臀”。

【后腿】 广东一带对“猪后臀”的俗称。

【猪臀尖】 也称“宝尖”、“鸳鸯肉”。在猪后腿的最上方，坐臀肉的上面。均为瘦肉，质细嫩，可代替外脊使用。宜炸、炒、熘。如：软炸肉；滑炒肉泥；熘肉片。

【宝尖】 即“猪臀尖”。

【鸳鸯肉】 即“猪臀尖”。

【黄瓜肉】 也称“肉瓜子”、“葫芦肉”。在猪的后腿部位，大部分与“底板肉”相连，少部分贴皮下脂肪，呈长圆形，如黄瓜状。质细嫩，宜切肉丝。可制滑炒肉丝、熘双丝等。

【肉瓜子】 即“黄瓜肉”。

【葫芦肉】 即“黄瓜肉”。因形似葫芦，故名。

【坐臀肉】 也称“坐板肉”、“二刀肉”。在猪后腿的中部，弹子肉和臀尖肉的中间。质较老，丝纹较长，肥瘦相间。宜煮熟后再制作各种菜肴。如：回锅肉；烧肉条。

【坐板肉】 即“坐臀肉”。

【二刀肉】 即“坐臀肉”。

【底板肉】 也称“老肉核”、“头刀后腿尖肉”。在猪的臀部，紧贴肉皮的一块长方形的肉。质老，因与皮膘肉相连，肥、瘦混杂，带肥肉的部位俗称“红板”，不带肥肉的部位俗称“白板”。宜酱、烧、煨。如：酱肉；锅包肉；煨肉段。

【老肉核】 即“底板肉”。

【头刀后腿尖肉】 即“底板肉”。

【红板】 见“底板肉”。

【白板】 见“底板肉”。

【板筋】 猪底板肉周围的老筋膜。为下脚料，可用以煮汤。

【弹子肉】 也称“后腿肉”、“拳头肉”、“里脊合”、“元宝肉”。位于分水骨下面，底板肉上面，臀尖的右下方。形似拳头，外披薄膜。一般重 500 克左右。肉质较嫩，但有筋，肉纤维横竖交叉。可供爆、炒、烧，也可当里脊用。

【后腿肉】 即“弹子肉”。

【拳头肉】 即“弹子肉”。

【里脊合】 即“弹子肉”。

【元宝肉】 即“弹子肉”。因形似元宝，故名。

【抹裆】 在猪坐臀肉的内侧上方，即后腿中部，靠近尾巴处和后肘上方。是一块近圆形的瘦肉，质细嫩，宜炒、熘、爆、炸。如：清炒肉丝；熘肉片；酱爆肉丁；炸烹肉段。

【猪蹄】 广东对肘肉，即斩去猪手、脚后的第二节肘肉的俗称，宜煲汤或炸、炖。如：绉纱圆蹄。

【翘尾】 猪尾巴根部周围的肉。质较嫩，宜切肉片炒制。如：炒肥瘦肉片。也可做红烧鱼的配料。

【猪尾】 也称“皮打皮”、“节节香”。由皮质和多骨节组成，胶性大，表面有毛茬，须经火燎至焦糊，再用温水浸泡后才能刮净，宜酱、红烧。如：酱猪尾；红烧猪尾。

【皮打皮】 即“猪尾”。

【节节香】 即“猪尾”。

【猪爪】 俗称“猪手脚”、“折蹬”。猪的脚爪。有“前蹄”、“后爪”之分。

【猪手脚】 广东一带对“猪爪”的俗称。

【折蹬】 江苏一带对“猪爪”的俗称。

【猪前蹄】 也称“前脚爪”、“前爪”。俗称“猪手”。有皮、筋、骨，无肉，胶质多，表皮多有毛茬，须经火燎至焦糊，再经温水浸泡才能刮净，并撬去黑蹄甲。宜酱、红烧、姜汁。如：酱猪蹄；红烧去骨猪蹄；姜汁猪蹄。

【前脚爪】 即“猪前蹄”。

【前爪】 即“猪前蹄”。

【猪手】 广东一带对“猪前蹄”的俗称。

【猪后爪】 也称“后脚爪”、“后蹄”。俗称“猪脚”。筋多肉少，胶质重。脱毛后，还须用刀刮净皮面的细毛茬，撬去黑蹄甲。宜酱、卤、扒。如：酱猪蹄；卤猪蹄；白扒猪蹄。

【后脚爪】 即“猪后爪”。

【后蹄】 即“猪后爪”。也指猪的后肢全部。

【猪脚】 广东一带对“猪后爪”的俗称。

【猪蹄筋】 也称“蹄筋”。猪四肢中连接关节的韧带等。多用于制品。经油发或水发后，宜烧、烩、拌。如：红油蹄筋；白烧蹄筋；烩蹄筋；椒油拌蹄筋。

【肥膘】 也称“肉膘”。俗称“白肉”。猪胴体皮与瘦肉之间的白色油脂，即皮下脂肪。多用于炼油。夹有瘦肉层的肥膘，可做馅料。

【肉膘】 即“肥膘”。

【白肉】 广东潮汕地区和满族等对“肥膘”的俗称。满族菜肴中的白肉血肠、烹白肉、煮白肉等，均以肥膘肉为主料。

【脊膘】 猪脊背皮面上的肥膘。在外脊肉下面，膘厚而雪白，可做主料。如：酥白肉；糖酥丸子；樱桃肉。也可做配料，如切成细丁，配制干烧鱼，或作锅贴菜的垫料。

【猪瘦肉】 俗称“赤肉”、“精肉”。猪身上无肥膘的肉。一般用做菜肴的主料。

【赤肉】 广东潮汕地区对“猪瘦肉”的俗称。

【精肉】 南方一带对“猪瘦肉”的俗称。

【猪皮】 也称“外边皮”、“猪肤”。质韧，极富胶质，表面常有毛茬和粘污液，刮净后经水烫再刮。宜制皮冻、清冻和各种花冻。冷却后呈半透明状，可作水晶肉、水晶肘子、水晶鸡、水晶虾、水晶鱼片等，或作肉包馅料。猪皮经晾晒，再油发成皮肚，与油发鱼肚酷似，可做菜肴主料。如：皮肚拌菠菜；皮肚鸡块；烧三鲜皮肚；皮肚豆腐汤。猪皮煮烂后，绞成泥状，可制五彩皮糕。

【外边皮】 即“猪皮”。

【猪肤】 即“猪皮”。

【哈了皮】 猪奶脯部位的肉皮。宜做皮冻。皮内附有泡状油脂，可剔取炼油。皮面的奶头应去掉。

【猪心】 也称“心嘴”、“灵台”、“心头”。色紫红，质细嫩，带有腥味。内多含污血，加工时须竖着破开，洗去污血。宜做冷、热菜肴，常用于炒、卤、拌、酱。如：鲜藕炒心花；卤五香猪心；猪心拌瓜片；酱猪心。

【心嘴】 即“猪心”。

【灵台】 即“猪心”。

【心头】 即“猪心”。

【猪肚】 即猪胃。内外裹有粘液，带腥气味，须用醋、精盐等揉搓洗去。肚口、肚腔内有白色油脂膜及泡状油脂，也须用沸水浸烫后刮净。宜制冷、热菜肴，常用于烧、熘、拌、瓤、熏。如：红烧肚条；熘白肚；拌芥茉肚丝；酱瓤馅肚；熏猪肚。

【肚头】 也称“肚尖”。猪肚的连肠部位。肥厚，长 9～10 厘米，为肚的上品。切下后片去外皮，取其内壁，即为“肚仁”，质脆嫩，色粉白，近似晶体状，烹制时剞成

花刀，宜用旺火爆熘、快炒。如：油爆肚仁；爆双脆；汤爆肚仁。

【肚尖】 即“肚头”。

【肚仁】 见“肚头”。

【猪肝】 也称“猪仁”。呈大小双叶，质细嫩，色紫红，无腥味者质佳。宜做冷、热菜肴，常用于炒、熘、卤。如：炒猪肝；白油肝片；鱼香猪肝；盐水猪肝。

【猪仁】 即“猪肝”。

【肝尖】 猪肝的上端部位。质细嫩，为肝中上品，宜熘。如：熘肝尖。

【沙肝】 也称“猪胰”、“胰子”。俗称“猪连贴”。猪的脾脏。呈长条形，质粗于猪肝，深褐色。宜炸、卤、酱和制馅。如：炸肝块；卤沙肝；酱沙肝；沙肝蛋卷。

【猪胰】 即“沙肝”。

【胰子】 即“沙肝”。

【猪连贴】 广东对“沙肝”的俗称。

【猪肺】 也称“银肺”、“玛瑙”、“肺叶”。色粉红，质柔韧，表面湿润，弹性大者为佳。如色变红，叶面不湿润、干瘪、无弹性则已变质，不宜食用。肺叶内多含污血，须将肺管内灌入清水冲洗干净。宜卤、酱、炒、炖。如：卤五香肺叶；银杏炖肺；砂锅猪肺；熟炒肺片。

【银肺】 即“猪肺”。因以水冲掉血污后，煮熟为银白色，故名。可制奶汤银肺。

【玛瑙】 即“猪肺”。因生肺色状如玛瑙，故名。

【肺叶】 即“猪肺”。

【猪腰子】 俗称“肾只”。即猪肾。呈长扁圆形，质脆嫩，色褐红。内含腰臊，加工时须片去。宜制冷、热菜肴，常用于炒、爆、炸、熘、炝。如：炒腰片；爆腰丁；炸腰块；熘腰花；腰丝炝冬笋。

【肾只】 广东潮州一带对“猪腰”的俗称。

【猪大肠】 也称“肥肠”、“里边皮”。呈浅米黄色，粘液多，质柔韧滑嫩，腥气味重。加工时须用醋、精盐揉搓，内外翻洗。宜烧、煨、扒、熘、炸。如：红烧大肠；烧圈子；九转大肠；扒二白；熘肥肠；锅烧肥肠。

【肥肠】 即“猪大肠”。

【里边皮】 即“猪大肠”。

【大肠头】 也称“活肉”。俗称“七寸”。猪直肠连带肛门。须割掉末端带黑毛的肛门部分，洗净后，用沸水焯透，换水，加葱段、姜片、花椒、大料煮之。宜酱、熟烧。如：酱大肠头；辣椒烧肠头。

【活肉】 即“大肠头”。

【七寸】 广西一带对“大肠头”的俗称。

【猪小肠】 也称“合巴肠”。俗称“粉肠”。皮薄而细，多油脂。质次于猪大肠。宜酱、熘、烧。如：酱猪肠；熘辣子猪肠；葱烧猪肠。

【合巴肠】 即“猪小肠”。

【粉肠】 广东一带对“猪小肠”的俗称。

【猪膀胱】 也称“猪脬”。俗称“尿泡”。猪体内储存尿的器官。洗净后，将肉丁、调料、湿淀粉拌制的馅料装入，可制成卤制品小肚。

【猪脬(pāo抛)】 即“猪膀胱”。

【尿泡】 饮食行业对“猪膀胱”的俗称。

【猪血】 俗称“猪红”。猪体内循环系统中的液体组织，暗赤或鲜红色，有腥气。新鲜猪血可作汤菜原料，泼入汤中，酷似蛋液。如：酸辣猪血汤。经加工凝固成块状的猪血，色紫红，质细嫩，仍有腥气味，宜做热菜原料。如：辣子血豆腐；炒血豆腐；烧红白豆腐。

【猪红】 广东一带对“猪血”的俗称。

【血豆腐】 经加工凝固后成豆腐状的猪血。

【猪棒骨】 也称“腿骨”、“叉子”。猪前、后腿肉中的骨头。形如棒，内含骨油，剔下后砸断，可煮汤。

【腿骨】 即“猪棒骨”。

【叉子】 即“猪棒骨”。

【猪脊髓】 在猪的脊椎骨内，白色如脂肪，煮熟成管状，宜作烩菜。

【猪骨髓】 也称“骨油”。在猪的腿棒骨中。可敲折煮汤，气味香浓；也可作菜肴主料。如：豌豆烩骨髓；双冬丝烩骨髓。

【骨油】 即“猪骨髓”。

【火腿】 腌制的猪腿。全只火腿，按其不同部位，质量不同，烹饪应用也不同。其分档一般分5段，划10类，即“火爪”、“火膛”、“雌爿”、“雄爿”、“下峰腰”、“火码”、“筒骨”、“千斤骨”、“中峰腰”、“上峰腰”。质量以中腰峰部分为最好。

【火爪】 火腿的脚爪部分。一般用以吊汤。

【火膛】 火腿的蹄膀部位。可用于炖、扒菜肴。如：火膛炖蹄膀；火膛拆骨甲鱼；火膛扒鱼翅；火膛炖鸭。

【雌爿】 在火膛的上面，整只火腿中间部分的上半部，属“中腰峰”的组成部分之一。可供修整后制取“火方”，或切成整齐的条、块、片、丝，装制冷盘，或供蒸、扣菜选用。

【雄爿】 在“雌爿”的下部。应用方法参见“雌爿”。浙江菜有蒸火腿块。

【上峰腰】 由“雌爿”和“下峰腰”的上半部组成。为质量较好的部分，可用以制“火方”。

【中峰腰】 在火腿的中部。包括“雌爿”、“雄爿”、“下峰腰”三部分。肉厚质佳，常作菜肴主料应用。浙江菜有火腿蚕豆、烩鸡火丝等。并供修整后制取“火方”。

【下峰腰】 在坐臀和弹子肉连接部位。质量与“雌爿”、“雄爿”相似，应用方法参见“雌爿”。

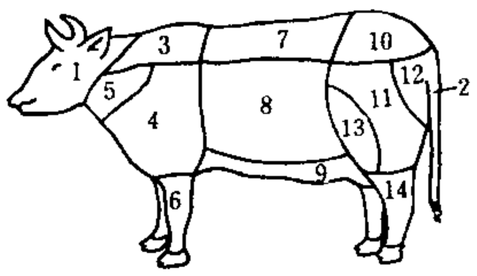
【火码】 在臀尖和坐臀部位，为火腿的最上部。质量次于“中峰腰”，供一般配菜应用。

【筒骨】 为猪腿的股骨。一般用作吊汤料。

【千斤骨】 为猪腿的胫骨。一般用作吊汤料。

【火方】 取正方形的火腿肉作菜肴的原料。扬州菜有清汤火方；湖南菜有火方冬菇、火方银鱼；浙江菜有

蜜汁火方。火方一般取自“雌爿”或“雄爿”以及“下峰腰”部位，质量最好。



牛肉分档取料示意图

1. 牛头 2. 牛尾 3. 上脑 4. 前腿 5. 颈肉 6. 前腱子 7. 牛排 8. 腩肋 9. 牛白奶 10. 米龙 11. 里仔盖 12. 仔盖 13. 和尚头 14. 后腱子

【牛头】 也称“牛首”。骨多，肉少，表面有毛茬，须火燎至焦糊，再经水浸泡后刮净。其两侧为厚胶质状的皮，称“牛脸”。宜烧、煨。如：红煨牛头；牛头烧海参；三元牛头。

【牛首】 即“牛头”。

【牛脸】 见“牛头”。

【牛脑】 质细腻，表面有层透明的筋膜，须用沸水浸烫后撕去。宜烧、烩。如：白烧牛脑；烩牛三鲜。

【牛舌】 也称“牛口条”。俗称“牛脷”。表面覆有一层厚的筋膜，须用沸水浸烫刮净。宜烧、卤、酱。如：红烧舌片；卤牛舌；酱牛舌。

【牛口条。】 即“牛舌”。

【牛脷】 广东一带对“牛舌”的俗称。

【牛天花板】 牛上颚的一块搓板形的脆骨。须经沸水焯透、刮去表面薄膜后，才宜改刀成形。烹制时须用好汤烧煨。如：烧牛天花板。

【牛颈肉】 也称“脖头”。在牛头的后部，纤维横竖错生，质老，色血红。宜做馅料。

【脖头】 即“牛颈肉”。

【花头】 在牛颈肉的后部，包括扇面肉，肉纹较粗。宜卤、炆、爆或剁碎做肉丸。如：卤牛肉；红炆牛肉；爽口牛丸。

【短脑】 牛肩胛骨上的肉。质较嫩，上面间有薄膜，加工时需片去。宜熘、炒。如：熘肉片；肉片炒洋葱。也可做馅料。

【牛上脑】 在牛的前腿上端，颈肉之后，脊背前部紧靠外脊的地方，并与外脊相连。其肉红白相间，质地较嫩。宜炒、爆、烤、烧。如：葱爆牛肉；烤牛肉；红烧牛肉。

【牛前腿】 也称“哈力巴”。俗称“矢”。在牛颈肉后部，上脑下部。质较老，宜慢火长时烹制，常用于烧、卤、煨、炖。如：卤五香牛肉；红煨牛肉；清炖牛肉。

【哈力巴】 即“牛前腿”。

【矢】 广东一带对“牛前腿”的俗称。

【前腱子】 也称“腱子肉”。在牛前腿的下部。筋肉相连，质韧而老。宜烧、卤、酱、拌。如：黄烧牛腱；卤牛腱；酱牛腱；红油拌牛腱。

【腱子肉】 即“前腱子”。

【牛护膝】 也称“膝盖骨”。牛的下腿关节。形圆，中间为软脆骨，外围是呈胶质状的筋。色白，胶质多，韧性大，无异味。须经水煮、漂洗。宜与鸡、鸭、猪肘同制成菜。也可做红烧护膝、辣子护膝等。

【膝盖骨】 即“牛护膝”。

【胸口】 在牛的两只前腿中间。脂肪多，肉丝粗。宜熘、烧。如：熘胸口；烧胸口。

【腰窝头】 在牛的脊背部，下接肋条，后接臀尖。肉质厚阔而肥嫩。宜炒、烧。如：菜炒牛肉；冬笋炒牛肉；锅烧牛肉。

【腰窝排】 也称“牛排”。牛的脊背下侧，肋骨上部。纤维斜而短，肉质厚阔肥嫩。宜烤、炒、爆。如：烤牛肉；葱爆牛肉丁。

【牛排】 即“腰窝排”。

【牛外脊】 也称“牛通脊”。在牛的脊背部，紧接上脑，呈长扁圆形，肉纹粗细一致，质细嫩，均由瘦肉组成，底有板筋。宜烤、炒、爆、涮。如：酒烤牛外脊；葱爆牛里脊；牛肉生片火锅。

【牛通脊】 即“牛外脊”。

【牛里脊】 也称“牛柳”。在牛外脊的斜下方，紧靠后腿上部，是牛肉中最细嫩的部位，均由瘦肉组成，呈长扁圆形，多常有碎肉，底部有板筋。宜炒、爆、煎。如：炒滑蛋牛肉；葱爆里脊；洋葱煎牛里脊。

【牛柳】 即“牛里脊”。

【肋条】 也称“腩肋”。在牛的腹腔两侧。质肥，瘦肉少，并连有筋膜，宜烧、炖、煨。如：咖喱牛肉；清炖牛肉；黄煨牛肉。

【腩肋】 即“牛肋条”。

【腩】 广东一带称牛腹部和近肋骨处的松软肌肉。有“碎腩”、“坑腩”、“白腩”之分。碎腩，指从牛肉中剔下来的筋碎。坑腩，是接连腔骨处、起坑形。白腩，也称“白奶”、“弓寇”，位于腹部，肉片较薄，附有白筋。坑腩宜炆、煲、炖、烧。碎腩、白腩宜煲、炆、炖。

【碎腩】 见“腩”。

【坑腩】 见“腩”。

【白腩】 见“腩”。

【白奶】 见“白腩”。

【弓寇】 见“白腩”。

【脯腹】 牛腹部之间的肉。外有薄膜，内有板筋。宜做馅料。

【揣窝】 牛的两只后腿中间的肉。夹有筋膜。宜炖。如：清炖牛肉。也宜做馅料。

【牛后腿】 俗称“后脾棚”、“米筒”。牛的后腿。由“里仔盖”、“仔盖”、“和尚头”等部位的肉构成。

【后脾棚】 广东一带对“牛后腿”的俗称。

【米筒】 广东潮州一带对“牛后腿”的俗称。

【里仔盖】 也称“下仔盖”。在牛臀尖的下部，“仔盖”的上部。肉质嫩而瘦，可代替牛臀尖使用。

【下仔盖】 即“里仔盖”。

【仔盖】 里仔盖下边的肉。有上、下仔盖之分，长圆形。肉丝长，质细嫩，有筋膜裹附，略次于牛臀尖肉。宜炒、爆、熘、炸。如：炒洋葱牛肉丝；青蒜爆牛肉；熘仔盖；

炸仔盖。

【和尚头】 在“里仔盖”的旁边，由五条筋合拢而成，形似鸭蛋，裹有筋膜，外表光滑似和尚头。肉质较嫩，最宜炒。如：炒芹黄牛肉片；牛肉丝炒冬笋。

【后腱子】 俗称“后脾腱”。牛的后肘。质较老。最宜制酱牛腱子。

【后脾腱】 广东一带对“后腱子”的俗称。

【三岔肉】 位于“后腱子”上面，“里仔盖”前面，外面包有筋皮，肉中有三片筋，肉色淡，质嫩，适于熘、炒。

【牛腩】 广东一带称牛的小腿肉。广东菜有淮杞炖牛腩。

【牛臀尖】 也称“米龙”、“尾巴根”、“包头肉”。俗称“打棒”。连接腰窝头和牛尾的部位。肉质厚嫩，上肥下瘦，仅次于外脊肉和里脊肉。宜炒、爆、炸、烤。如：蒜苔炒牛肉片；洋葱爆牛肉；炸牛肉段；烤牛肉片。

【米龙】 即“牛臀尖”。

【尾巴根】 即“牛臀尖”。

【包头肉】 即“牛臀尖”。

【打棒】 广东对“牛臀尖”的俗称。因此部位常受尾打，故名。

【尾根】 牛尾根部的臀肉。质老。需长时间烧制。可制酱、卤类菜肴。

【牛尾】 由多骨节组成，肉少皮薄，外有毛茬，须经火燎至表皮焦糊，再用水浸泡后才能刮净。宜煨汤。如：红煨牛尾；蕃茄牛尾汤。

【牛蹄】 也称“牛掌”、“牛脚”。外表有毛茬、蹄壳内有掌骨。须先砸去蹄壳，再用火燎表皮，经水浸泡刮净，然后焖煮，拆去掌骨。其质胶性大，无异味，多与鸡、鸭、猪肘同制成菜，也可做黄焖牛掌等。

【牛掌】 即“牛蹄”。

【牛脚】 即“牛蹄”。

【牛筋】 也称“牛蹄筋”。牛腿部的筋。富胶质，韧性大，异味小。分干、鲜两种，干的经晾晒而成，须经水浸泡、焖煮等多种工序才可制菜。鲜牛筋可直接焖煮、浸泡后制菜，如与鸡、鸭、猪肘等同制，其味更佳。也宜煮后拌食。如：葱辣牛筋；红油蹄筋。

【牛蹄筋】 即“牛筋”。

【牛肝】 质地、色泽与“猪肝”近似。但成熟后硬于猪肝。中餐多用于清真菜等，为西餐热菜常用原料。如：洋葱煎烹牛肝；生煎牛肝。

【牛腰】 质地、色泽和形态与“猪腰”近似。表面有沟纹，膻味较重，须先去腰臊才能使用。宜熘、爆。如：爆炒腰片；熘腰花。

【牛连贴】 即牛胰脏。有的地区用此作卤料。

【牛肚】 也称“牛胃”。牛是反刍动物，其胃分为食道、瘤胃、蜂巢胃、瓣胃。其形体较大。饮食业常用“瓣胃”。

【牛胃】 即“牛肚”。

【瓣胃】 也称“重瓣胃”、“肱”、“脾析”。质较老，有韧性，是牛胃的第三个胃，内有许多大小不同的叶瓣，俗称“百叶”。其表面有粗膜，须经沸水烫后才能刮净。宜制冷、热菜肴。如：鸡块烧百叶；红油拌百叶。

【重瓣胃】 即“瓣胃”。

【肱】 即“瓣胃”。《说文》：“肱，牛百叶也。”

【脾析】 即“瓣胃”。《周礼·天官·醢人》注：“脾析，牛百叶也。”

【百叶】 见“瓣胃”。

【牛肚领】 也称“牛肚梗”、“牛肚弦”、“牛肚岗”、“牛肚梁”。俗称“牛玄光”。为牛肚中较厚实的部位，内壁有黑色的膜，须经生石灰水烧烫后才能刮净。质较老韧，须煮透后片去油脂和部分碎肉。宜炖、卤后作冷菜等，也供烧烩。

【牛肚梗】 即“牛肚领”。

【牛肚弦】 即“牛肚领”。

【牛肚岗】 即“牛肚领”。

【牛肚梁】 即“牛肚领”。

【牛玄光】 广东一带对“牛肚领”的俗称。

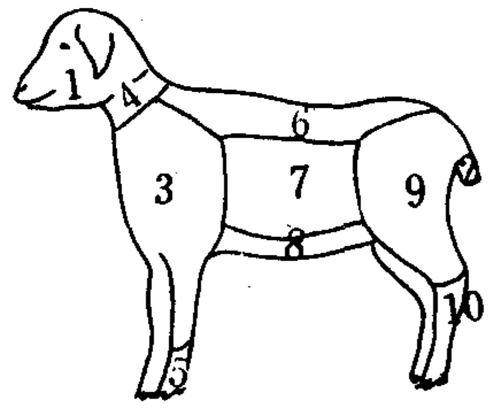
【牛外肾】 牛的睾丸。表皮有筋膜包裹，质嫩实。宜爆、炒。如：宫爆牛肾。

【牛鞭】 也称“牛冲”。牛的阴茎。富胶质，韧性大，有异味，分干、鲜两种。干的经晾晒而成，质地坚硬，须经浸泡、焖煮、去尿道膜等加工处理后才可制菜，鲜牛鞭可直接焖煮，去掉尿道膜制菜。如果与鸡、鸭、猪肘等同制，其味更佳。也可做红烧牛鞭、砂锅煨牛鞭等。

【牛冲】 即“牛鞭”。

【牛骨髓】 在牛的脊骨、腿骨里面。为黄色似管状的油脂。炼成油后，宜炒油茶面或制糕点。

【羊头】 也称“麒麟顶”。骨多，肉少，表面有毛茬，须火燎后，再经水浸泡才能刮净。多用其两侧较厚部位呈胶质状的皮，俗称“羊脸”。宜制冷菜，常用于烧、酱。如：五香酱羊头；白煮羊头肉。



羊肉分档取料示意图

1. 羊头 2. 羊尾 3. 前腿 4. 颈肉 5. 前腱子 6. 扁担肉 7. 肋条 8. 胸脯(腰窝) 9. 后腿 10. 后腱子

【麒麟顶】 即“羊头”。

【羊脸】 见“羊头”。

【羊眼】 也称“玉珠”。羊的眼珠。可做菜肴主料。如：烧羊眼。

【玉珠】 即“羊眼”。

【羊眼皮】 也称“明开夜合”、“户皮”。经熟制后，可供制蒸菜。

【明开夜合】 即“羊眼皮”。

【户皮】 即“羊眼皮”。

【羊耳】 也称“千里风”、“双风翠”。质脆,肉少,皮韧,宜酱、炒、拌。如:酱羊耳;炒羊耳冬笋丝;拌羊耳丝;芙蓉顺风。

【千里风】 即“羊耳”。

【双风翠】 即“羊耳”。

【迎风扇】 羊的耳尖。

【龙门角】 羊的耳根。多带脆骨,形如龙角。可供扒、炸、烩等。

【核桃肉】 羊耳朵后边的一块肉。形似核桃。质嫩体小,多与其他肉配合使用。

【望峰坡】 羊鼻梁骨上面的一块肉。因羊头从鼻梁处下削,似峰坡状,故名。可供制蒸菜等。

【采灵芝】 羊鼻尖上的一块圆肉(带鼻孔),肉质韧厚,可供炒食。

【明鱼骨】 羊鼻内的白色脆骨,状如鱼骨。可供扒制。

【羊唇】 也称“猩唇”。肉质软嫩柔润,可供扒制、糟制。

【猩唇】 即“羊唇”。

【羊嘴岔肉】 也称“彩凤眼”。肉质软嫩柔润。可供扒、烩。

【彩凤眼】 即“羊嘴岔肉”。

【羊舌】 也称“羊口条”、“斩草”。表面覆有皮膜,经沸水浸烫后刮去。质细腻,膻味小,上下半截多分开使用。宜扒、烧、酱、卤。如:扒口条;烧口条;酱口条;卤五香羊口条。

【羊口条】 即“羊舌”。

【斩草】 即“羊舌”。

【落水泉】 羊舌的前半段。

【迎草香】 羊舌的前半段。

【羊软腭】 也称“千层梯”、“花板”、“天花板”。软脆可嚼,可供蒸、炒、拌、炝。

【千层梯】 即“羊软腭”。因其状如梯,故名。

【花板】 即“羊软腭”。

【天花板】 即“羊软腭”。

【羊腮肉】 也称“驼峰”。可供蒸食。

【驼峰】 即“羊腮肉”。

【羊后脑顶肉】 也称“金冠”、“金道冠”。可供蒸、扒。如:扒金冠。

【金道冠】 即“羊后脑顶肉”。

【金冠】 即“羊后脑顶肉”。

【羊脑】 也称“天花”、“云头”。色白质嫩。表面有透明的薄筋膜,须用沸水浸烫后撕去。宜烧、烩。如:烧羊脑;白烩云头。

【天花】 即“羊脑”。

【云头】 即“羊脑”。

【羊颈肉】 也称“脖颈”、“脖子肉”、“蝴蝶肉”。质较老、夹有细筋,色深红。多用于制馅、酱肉,或炖制。

【脖颈】 即“羊颈肉”。

【脖子肉】 即“羊颈肉”。

【蝴蝶肉】 即“羊颈肉”。

【葫芦头】 在羊脖子处下垂的两个圆形肉球,因形似葫芦头,故名。可供烧、烩。

【羊上脑】 在羊颈肉之后,肋部的前上端。肉质较嫩。宜爆、炒、烹、熘、涮,也供切肉片、肉丁、绞馅。如:葱爆羊肉;炒羊肉榨菜丝;炸烹羊肉;熘羊肉片;涮羊肉。

【羊前腿肉】 也称“前手”。在颈肉后部,包括前胸肉和前腱子肉的上部。质老嫩不均,肥瘦兼有,前胸肉部位宜红扒。如:红扒羊肉条。前腱子肉部位筋多,肉质较老,宜炖、煨。如:红烧羊肉;红煨羊肉。

【前手】 即“羊前腿肉”。

【水肉】 位于羊前腿中部一块大骨之后的肉。色淡红,纤维长短不一,有筋。去筋后肉质很嫩,含水份较多,宜用于爆、炒、炖、烧。

【羊胸脯肉】 也称“胸口”。位于羊的前胸部,接颈肉,连肋骨,肥多瘦少,肉中无筋膜。宜烧、熘。如:冬瓜烧羊肉;熘胸口。

【胸口】 即“羊胸脯肉”。

【前腱子】 在羊前膝的下部,肉中夹筋,质老而韧。宜烧、酱。如:辣子烧羊肉;酱羊腱子。

【羊脊骨】 羊脊背上的一条大骨。可供煮汤。

【羊外脊肉】 也称“羊扁担肉”。位于脊背处,前后腿的中间。质嫩,均为瘦肉,扁圆而长,可代替羊里脊使用,应用范围广。宜炒、爆、炸、烤、煎、煸、涮等,并适于切肉丁、肉片、肉丝及绞馅。如:清炒羊肉片;葱爆里脊;炸羊肉段;烤羊肉串;煎羊肉串;锅煸羊肉;涮羊肉。

【羊扁担肉】 即“羊外脊肉”。

【羊里脊肉】 也称“羊柳”。位于羊的脊骨两侧,外脊的下方。呈细条状,皆为瘦肉,质嫩,纤维细长,是羊肉中最细嫩的部位,应用范围广。宜炒、爆、炸、煎、涮等。如:炒羊肉;爆羊肉;干炸里脊;煎羊排;涮羊肉。

【羊柳】 即“羊里脊肉”。

【羊肋条肉】 也称“肋扇”、“肋骨肉”。位于羊前后腿的中间,外脊的下方。此肉肥瘦兼有,质较嫩,宜扒、焖。如:扒羊肉条;黄焖羊肉。

【肋扇】 即“羊肋条肉”。

【肋骨肉】 即“羊肋条肉”。

【羊排】 指羊的肋骨带肉的部位。加工后宜烧、蜜汁。如:红烧羊排;蜜汁羊排。

【排岔】 羊的排骨肉。可带骨斩块烹制菜肴。如:清炖排岔;红烧排岔。

【腰窝】 在羊的腹部,肋骨肉与后腿肉的中间。肥瘦兼有,呈板状,肉纹横竖不一,内夹筋膜,质地较老。宜酱、焖、炖。如:酱羊肉;茄汁焖羊肉;萝卜炖羊肉。并适于白煮或绞馅。

【羊奶脯】 色白，质软，一烫即脆，煮烂与肥羊肉相似，可供卤、酱、爆、烹等。

【羊抹裆】 在羊的腰窝后部，上端连接里脊肉，在两条后腿的中间。质粗肉纹纵横不一，肥多瘦少，有筋膜。宜爆、炒。如：葱爆羊肉；滑炒羊肉片。

【后腿肉】 其肉多于羊前腿，瘦多肥少，质嫩。其部位名称大体与牛相似，也分为“仔盖肉”、“黄瓜条”等，因其形小，多不分开使用。宜炒、熘、烤、炸、涮等。如：辣子炒羊肉；桃片肉；烤羊腿；大蒜烤羊肉；涮羊肉。

【羊臀尖】 也称“大三叉”、“三叉”、“一头沉”。在羊臀部上端，连接尾处。肉厚而嫩，瘦多肥少，是羊肉中较好的部位。宜熘、爆、炒。如：空心羊肉；葱爆羊肉；炒羊肉丝青椒。

【大三叉】 即“羊臀尖”。

【三叉】 即“羊臀尖”。

【一头沉】 即“羊臀尖”。

【羊仔盖】 在羊臀尖肉的下面，长圆形。丝纹长，质细嫩，略次于臀尖肉。但因形小，多不单独使用，可与臀尖肉一起使用。

【羊元宝肉】 也称“后鸡心”。在羊臀尖肉的下边，形似元宝状，裹有筋膜。因部位小，一般不单独使用，可与羊后腿其他部位的肉一同使用。

【后鸡心】 即“羊元宝肉”。

【羊黄瓜条】 在羊的后腿部。一般不单独使用，可与其他部位的肉同制菜肴。

【羊后腱子】 在羊后膝的下部。肉中有筋，质老而韧。宜焖、烧、酱。如：红焖羊肉；红烧羊肉；酱羊肉。

【羊尾】 也称“东篱”。指绵羊尾。肥大脂厚，常用炼油。也可煮熟后去骨烹制甜味菜肴。宜炸、蜜汁、拔丝。如：黄袍羊尾；高吊羊尾；蜜汁羊尾；拔丝羊尾。

【东篱】 即“羊尾”。

【羊尾杆】 指去掉尾油，稍带尾肉的部位。呈杆状。宜炖。如：炖羊尾杆。

【羊蹄】 也称“羊爪”、“羊脚”、“虎眼”。羊蹄只有皮、筋、骨，无肉。胶质重，表皮多有毛茬，须经火燎，再用水浸泡后刮净。宜酱或白煮。如：酱羊蹄；白卤羊头蹄。

【羊爪】 即“羊蹄”。

【羊脚】 即“羊蹄”。

【虎眼】 即“羊蹄”。

【玉环锁】 羊心、肺之间连接的脆骨。因白色如环状，故名。可供制菜肴。

【羊心】 色红质嫩。加工后宜卤、熘、爆。如：卤羊心；朱砂心丁；爆心花。

【提炉顶】 去掉心头的羊心。

【羊肝】 膻味重，宜熘、炒、炸。如：滑熘羊肝；炒羊肝；炸羊肝。

【羊肚】 质脆嫩，羊肚内分为“肚领”、“百叶肚”、“肚葫芦”、“肚蘑菇”、“肚食信”等部位，加工后均宜水爆，也可供酱、卤。

【羊肚领】 羊肚中较厚实的部位。质脆嫩，表面有膜，内壁有油脂，加工时均须剥去。可供卤、酱、烧、烩。

【羊百页肚】 也称“散丹”、“散旦”、“丹袋”。羊的重瓣胃。质地脆嫩，可供烧、烩、扒、卤。如：烩散旦；虾籽烧散丹。

【散丹】 即“羊百页肚”。

【散旦】 即“羊百页肚”。

【丹袋】 即“羊百页肚”。因似袋状，故名。

【肚葫芦】 在羊肚内，呈葫芦状。较厚。加工后宜切长条，水爆后质软。

【肚蘑菇】 在羊肚内，呈蘑菇状。加工后宜切方块水爆之。

【肚食信】 羊肚中质地较老的部位，分两层。加工时须用刀拍扁，将上层劈开(不要劈透下层)，再撕去油，切小方块，可供爆食，也可卤制。

【羊肚仁】 将羊肚领表皮的膜剥下，再撕去皮和内壁的油，即成肚仁。改刀后可供爆食，也可卤制。

【肚壁】 羊肚中较薄的部位。也有将羊肚领称为肚壁的。可供烧、烩、炖、扒，或卤制。

【肚板】 在羊肚内，多筋质。加工后宜切长方块，水爆后装盘时，宜板肉面朝上，呈弯弓状。也可供卤制。

【羊腰】 也称“犀牛眼”。羊肾脏。色紫红，内有腰臊，膻味大，加工时需片去。宜爆、炒等。如：爆腰片。

【犀牛眼】 即“羊腰”。

【羊肺】 可供多种烹调。如：棉花羊肺；五熘肺片；珍珠肺叶。

【羊骨髓】 羊脊骨和腿骨的骨髓。淡黄色似管状。宜连骨煮汤用，也可取出制菜。如：烩羊骨髓。

【羊鞭条】 羊的阴茎，位于雄羊腹下近肛门处，粗细如筷，洁白，质地坚韧，须剪开，刮去其间尿膜腻质，洗净煮沸后再洗二次，去除骚味，用于炖、烧、焖、扒。

【羊肾蛋】 也称“羊蛋”。雄羊的睾丸，形如鸭蛋，外包有花纹薄膜，嫩如豆腐。北方用作水爆、油爆和烹、炸、熏、卤、酱等菜肴。

【羊蛋】 即“羊肾蛋”。

【毛鸡】 未经宰杀洗净的活鸡。

【光鸡】 也称“净鸡”。煺掉鸡毛，去掉内脏(或未去内脏)的整鸡。

【净鸡】 即“光鸡”。

【鸡头】 也称“凤头”。鸡脑袋。多骨、无肉。可单酱、单卤，做下酒小菜。如：酱鸡头；卤鸡头。也可煮汤用。

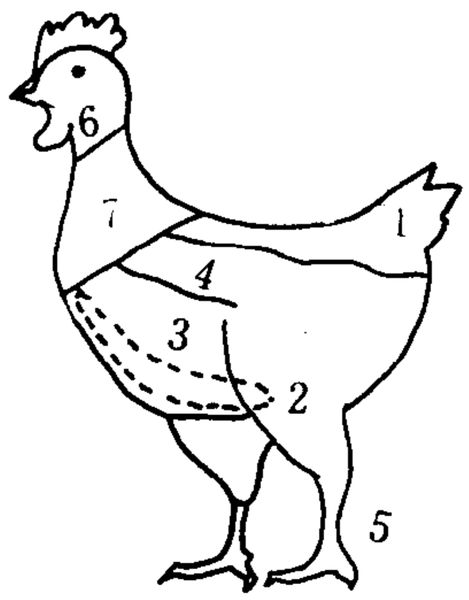
【凤头】 即“鸡头”。

【鸡舌】 鸡的舌头。可单独做菜肴。

【鸡脖】 也称“鸡颈”。多骨节，少肉，肉纹长，煮熟后皮韧而脆。因鸡种不同，有肥瘦之分：笋鸡脖细小而瘦；老母鸡脖和老公鸡脖质肥而粗壮，宜卤、酱、烧。如：卤鸡脖；酱五香鸡脖；红烧鸡脖。

【鸡颈】 即“鸡脖”。

【鸡翅】 也称“鸡翼”、“大转弯”。鸡的翅膀。肉少，皮富胶质。又分“鸡膀”、“膀尖”两种。鸡膀，连接鸡体至鸡翅第一关节处，肉质较多。膀尖，鸡翅第一关节处至翅尖，骨多少肉。烹制鸡翅时，多用鸡膀（翅尖斩下，供煮汤用）。宜烤、卤、烧、酱。如：烤鸡翅；卤鸡翅；红烧鸡翅；酱鸡翅。也可做汤用。如：冬菇鸡翅汤。膀尖适用于卤、酱、制汤等菜肴。



鸡肉分档取料示意图

1. 背脊 2. 鸡腿肉 3. 胸脯肉 4. 翅膀 5. 鸡爪 6. 鸡头 7. 鸡颈

【鸡翼】 即“鸡翅”。

【大转弯】 即“鸡翅”。

【鸡膀】 见“鸡翅”。

【膀尖】 见“鸡翅”。

【鸡脯】 也称“脯肉”、“胸肉”。俗称“鸡针”、“软边”。鸡的前胸肌肉。分左、右两扇。色淡红，形似树叶，质细嫩而少筋，是鸡肉中最佳部位。宜爆、炒、熘。如：爆鸡丁；滑炒鸡丝冬笋；熘鸡片。

【脯肉】 即“鸡脯”。

【胸肉】 即“鸡脯”。

【鸡针】 广东潮州一带对“鸡脯”的俗称。

【软边】 广东一带对“鸡脯”的俗称。

【鸡腿】 在鸡肋下面、鸡爪上部。肉多，筋多。有腿骨一根，紧贴小腿骨处有一牙签状细骨，剔肉时须除去。因鸡种不同，其质地、用法也不同。笋鸡腿质嫩，宜炒爆。如：鲜莲炒鸡丁；宫保鸡丁。老鸡腿质老而肥厚，宜烧、焖。如：香酥鸡腿；红焖鸡腿。

【鸡上腿】 鸡腿关节的上部，与肋处相接。有筋，质地仅次于胸脯肉。食用参见“鸡腿”。

【鸡小腿】 也称“鸡锤”。鸡腿关节的下部，连接鸡爪。有筋，质地老。可带骨烹制。如：爆鸡腿；炸鸡腿。

【鸡锤】 即“鸡小腿”。

【鸡脊】 鸡的背部肉。皮厚而阔，肉少骨多，但富有鸡的鲜味，宜煮汤用。

【栗子肉】 鸡脊两侧的肉，连接鸡腿，形似板栗。因体积小，一般不单独使用。

【鸡芽】 也称“鸡柳”、“鸡签”、“鸡里脊”。紧贴鸡胸骨处，在胸脯肉里侧，并与其紧紧相连，形似柳叶。质细嫩，内含一板筋，须刮去，是鸡肉中最佳部位。宜制热菜。如：酱爆鸡柳；芙蓉鸡片。

【鸡柳】 即“鸡芽”。

【鸡签】 即“鸡芽”。

【鸡里脊】 即“鸡芽”。

【鸡皮】 也称“鸡肤”。表面有毛孔，质韧，熟后有脆性，可单独成菜，供炒、拌等。如：炒鸡皮冬笋；拌鸡皮菜丝。

【鸡肤】 即“鸡皮”。

【鸡骨架】 俗称“鸡壳”、“鸡车子”。指剔鸡肉剩下的骨骼。多用于煮汤。

【鸡壳】 广东一带对“鸡骨架”的俗称。

【鸡车子】 山东一带对“鸡骨架”的俗称。

【鸡骨头】 剔去肉鸡的脊骨、腔骨、腿骨、翅骨的统称。可供煮汤。

【四柱骨】 广东一带对鸡、鹅或鸭的小腿骨和翅膀骨的俗称。可供煮汤用。

【鸡杂】 鸡的肫、肝、心等内脏器的统称。

【鸡肫】 也称“鸡胃”。俗称“鸡胗”。鸡杂之一。形扁圆，外有筋膜，内有肫皮，两侧为肫肉。其肉紫红、质韧，熟后脆嫩。宜制冷、热菜肴。常用于炸、熘、爆、卤等。如：炸肫仁；熘菊花鸡肫；爆肫花；卤鸡肫。

【鸡胃】 即“鸡肫”。

【鸡胗】 广东一带对“鸡肫”的俗称。

【鸡肝】 鸡杂之一。呈大小双叶，叶面附有苦胆和筋络（加工时须摘去）。其色紫红，质细嫩。宜卤、炸。如：卤鸡肝；炸鸡肝。

【鸡腰子】 也称“鸡肾”。鸡杂之一。其形如卵，略小于鸽蛋，色乳白，质细嫩，外有筋膜包裹，煮后须剥去，宜烩。如：烩奶汤鸡腰；烩鸡腰豌豆。

【鸡肾】 即“鸡腰子”。

【鸡心】 鸡杂之一。色紫红，形呈锥形，质韧，外表附有油脂和筋络，内含污血，须漂洗后使用，宜炒、爆、熘、炸、卤，常与鸡肝同用。如：卤鸡心。

【鸡肠】 鸡杂之一。有臊味，经精心破开洗涤，并去异味后，可供作菜肴。如：糟卤鸡肠；白卤鸡肠。

【鸡爪】 也称“鸡掌”、“凤爪”、“凤足”。多皮、筋，胶质大。常用于煮汤，也宜卤、酱。如：卤鸡爪；酱鸡爪。质地肥厚的还可煮熟后脱骨拌食。如：椒麻鸡掌；拆骨掌翅。质脆嫩可口。

【鸡掌】 即“鸡爪”。

【凤爪】 即“鸡爪”。

【凤足】 即“鸡爪”。

【鸡血】 俗称“割嗦”、“鸡红”。色紫红，质细腻，有腥味，加工后凝固成块状，宜做热菜。如：青蒜烧鸡血豆腐。或用于制酸辣汤。

【割嗦】 山东饮食行业对“鸡血”的俗称。

【鸡红】 广东一带对“鸡血”的俗称。

【鸡尖】 鸡尾部的凸起部位，似山形。多皮肉和脂肪。表面有毛孔，尾骨两侧有臊，除臊后可供制麻辣鸡尖等菜肴。一般弃而不食。

【鸡臊】 在尾骨尖两侧，如卵形，臊味重，不宜食用。

【毛鸭】 指未经煺毛治净的鸭。

【光鸭】 也称“净鸭”。煺毛、去内脏并治净的整鸭。

【净鸭】 即“光鸭”。

【鸭头】 多皮骨，少肉。摘掉毛茬洗净后，可供煮汤，多与整鸭一起烹制。也可卤、酱。如：卤鸭头；酱鸭头。装盘时，宜劈成两片。

【鸭脑】 将鸭头劈开取出，白色。精心加工后，可制高档名菜。如：芙蓉鸭脑。

【鸭舌】 外有表皮，内有脆骨，并与食管相连，加工时将这些东西去掉。鸭舌其质鲜嫩，较名贵，宜烩、汆。如：烩鸭四宝；口蘑鸭舌汤。

【鸭脖】 也称“鸭颈”。多骨节，肉纹长，肥而富油脂。宜煮汤或卤制，多与整鸭一起烹制。成菜多改刀垫底盘，也可单制成下酒小菜。如：爆鸭脖；酱鸭脖。

【鸭颈】 即“鸭脖”。

【鸭膀】 也称“鸭翼”、“鸭翅”。鸭的翅膀。使用时分“膀翅”和“膀尖”。以膀骨关节为界，上部为膀翅，下部为膀尖。制菜时多用膀翅(膀尖可供煮汤用)，肉质肥厚，又富胶质，可做冷、热菜肴。如：黄油烤鸭膀；红烧鸭膀；水晶鸭膀；葱辣鸭膀。

【鸭翼】 即“鸭膀”。

【鸭翅】 即“鸭膀”。

【膀翅】 见“鸭膀”。

【膀尖】 见“鸭膀”。

【鸭脯】 鸭的胸肌肉。肥瘦相间，肉厚而阔，为鸭肉的上品。用途较广，可制金鱼鸭脯、银粉鸭脯、柠汁煎鸭脯等。

【鸭柳肉】 紧贴鸭的胸骨处，在脯肉里侧，并与其紧连。形似柳叶，呈浅紫红色，质细嫩，内有细板筋，是鸭肉的最佳部位。多不单独成菜，与脯肉共用。

【鸭骨架】 俗称“鸭壳”、“鸭车子”。剔去皮、肉的整形鸭骨架(包括腔骨、腿骨)。多用于熬制奶汤。也可单独成菜。如：奶汤鸭架；鸭架菜汤。

【鸭壳】 广东一带对“鸭骨架”的俗称。

【鸭车子】 山东一带对“鸭骨架”的俗称。

【鸭腿】 肉多而肥厚，有腿骨一根，紧贴小腿骨处有一牙签状细骨，剔肉时应除去。可制香酥鸭腿、葱烧鸭腿等。

【鸭杂】 鸭的肫、肝、心、肠、腰等内脏品的统称。

【鸭胰】 也称“美人肝”。鸭杂之一。附于鸭肠上。呈带状，淡粉红色。其质细腻。供作芫爆鸭胰、糟扒鸭胰等。

【美人肝】 即“鸭胰”。

【鸭腰】 鸭杂之一。其形似卵，如鸽蛋大小，色乳白，质嫩。表面有薄膜，煮后须剥去。宜供烩制。如：豌豆烩鸭腰；烩鸭舌腰。

【鸭肫】 俗称“鸭胗”。鸭杂之一。形扁圆，外有筋膜，内有肫皮和沙包，两侧为肫肉。其肉色紫红，质韧，熟后脆嫩。宜炸、爆、卤、拌。如：炸鸭肫；爆鸭肫花；红糟卤鸭肫；拌鸭肫片。

【鸭胗】 广东一带对“鸭肫”的俗称。

【鸭肝】 鸭杂之一。呈大小双叶，叶面附有苦胆和筋络(加工时应摘去)，紫红色，质细嫩。宜炸、炒、卤、熘。如：酥炸鸭肝；香糟鸭肝；陈皮鸭肝；熘鸭肝片。

【鸭心】 鸭杂之一。色紫红，圆锥形，质韧。表面附有油脂和筋络，内含污血，须洗净后加工使用。宜炒、炸、熘、燎。如：炸心花；白油心片；软熘鸭心；火燎鸭心。

【鸭肠】 鸭杂之一。质韧，色浅红，外附油脂，应除去，并需破肠翻洗，浸烫适当。宜爆炒。如：青椒爆鸭肠；盐爆鸭肠。

【鸭掌】 也称“鸭爪”。多骨皮，无肉。质韧。煮熟后须剔去骨节，便成为脆嫩的皮质(但应保持掌形完整)。常为高档菜肴原料。宜蒸、煎、烧、烩、拌。如：金鱼鸭掌；掌上明珠；煎瓤鸭掌；芥末鸭掌。

【鸭爪】 即“鸭掌”。

【鸭血】 加热凝结成块供用。可作鸭血豆腐、鸭血羹等菜肴。

【鸭尖】 在鸭尾的凸起部位，似山形。多皮肉和脂肪，表面有毛孔，尾骨两侧有臊，除臊后可单独制菜。如：葱辣鸭尖。一般不用。

【鸭臊】 在尾骨尖两侧，形如卵，色乳白，如芸豆粒大小，臊气重，不宜食用。

【驴板肠】 驴的直肠。肥腴奇美。山东民谚：“舍得爹和娘，舍不得驴板肠。”可供烧、卤、炖、烩。

【驴三件】 雄驴的生殖器官(包括睾丸)。宜酱制。如：酱驴三件。

【鹿头肉】 为梅花鹿或马鹿等的头肉。加工食用方法参见“羊头肉”。中医认为其性平，可补气益精。

【鹿唇】 古代列为八珍之一。见《辍耕录》的“遐北八珍”(即蒙古八珍)。柔软腴嫩，可供烩、熘、炖、炒。

【鹿髓】 为梅花鹿或马鹿等的脊髓或骨髓。食用方法参见“牛(羊)骨髓”。中医认为其味甘，性温，可补阳益阴、生精润燥。

【鹿筋】 为梅花鹿或马鹿等四肢的筋。为珍贵烹饪原料，“满汉全席”列为“山八珍”之一。加工方法参见“羊筋”。北京菜有鸡米鹿筋；吉林菜有汆鹿筋、扒鹿筋鲍鱼；黑龙江菜有汤煨鹿筋、油爆鹿筋等。中医认为其味淡微咸，性温，可壮筋骨、治劳损。

【鹿筋冻】 为鹿筋预加工蒸制时的汤水，经调味冷却后，即为鹿筋冻。为名贵食品，可不调味用作其他菜汤汁。

【鹿膝】 为梅花鹿的腿部膝关节处的软骨组织，与鹿筋性质相似，主要成份为骨胶蛋白。有滋补作用，可治虚损劳伤、腰膝无力等症。干制品经水发可入烹，北京菜有火腿扒鹿膝、砂锅鹿膝、清汤鹿膝等。

【鹿蹄】 也称“鹿掌”。为梅花鹿或马鹿等的四条蹄

肉，食用加工方法参见“牛蹄”。中医认为其性平，可治风寒湿痹、腰脚酸痛。四川菜有三鲜鹿掌。

【鹿掌】 即“鹿蹄”。

【鹿胎】 为梅花鹿或马鹿等未产成胎，也有的连同胎盘。珍贵烹饪原料之一，适于蒸、炖、焖、煮等较长时间的烹调方法。云南菜有清蒸鹿胎等。中医认为其味甘咸，性温，可益肾壮阳、补虚生精。

【鹿鞭】 也称“鹿冲”、“舒满”。为梅花鹿或马鹿的雄性外生殖器。鲜品或干品均可入烹，宜于炖、烩等较长时间加热的烹调方法。黑龙江菜有清炖鹿鞭、烩花菇鹿鞭等。中医认为其味甘咸，性温，可补肾、壮阳、益精。

【鹿冲】 即“鹿鞭”。

【舒满】 即“鹿鞭”。

【鹿血】 为梅花鹿或马鹿等的血。食用方法参见“猪血”。中医认为其味甘咸，性热，可补虚和血。

【鹿尾】 为梅花鹿或马鹿的尾。立冬至立春间产的称冬尾，春秋产的称伏尾。历来视为珍贵烹饪原料，列为八珍之一，又为东北林区五美味之一。《香祖笔记》：“今京师宴席，最重鹿尾，虽猩唇、驼峰未足为比。然自唐已贵之。”今南北均有鹿尾名菜。如清汤鹿尾、什锦鹿尾、五色鹿尾等。中医认为其味甘咸，性温，可暖腰膝、益肾精。此为高级补品，不宜多吃，每 10 人一筵用料 50 克即可。

【虎丹】 雄虎的睾丸。可制清汤虎丹。虎现为保护动物，饮食行业已不用。

【猴血】 猕猴的血。和米煮粥，对小儿疳积等有一定的治疗作用。

【猴鞭】 猕猴的外生殖器。广东菜用之，有壮阳之功。

【猴掌】 猕猴的脚、手掌。肉质软而滑，近似熊掌。广东菜有翡翠扒猴掌。

【猩唇】 猩猩的口唇。古代视为珍贵烹饪原料。《吕氏春秋·本味》：“肉之美者，猩猩之唇。”后世列为八珍之一。李贺《大堤曲》有句：“郎食鲤鱼尾，妾食猩猩唇。”《阅微草堂笔记》有记载，但无食用方法。今罕见食用。

【熊掌】 也称“熊蹯”。黑熊或棕熊的脚掌。自古即已食用，为“八珍”之一。有前、后掌之分，前掌掌花明显，质量较好。一般均以干品入烹，经发制后，可供扒、焖、烧、炖等。陕西秦岭居民，喜用以煮汤泡馍。富含胶元蛋白，干品达 55.23%。中医认为其味甘咸，性温，可滋补气血、祛风去痹。

【熊蹯】 即“熊掌”。《左传》：“晋灵公不君，……宰夫胹熊蹯不熟，杀之。”

【熊白】 也称“熊脂”、“熊油”。熊类的脂肪。古时有称其在背部，如《尔雅翼》：“古称熊白，此膏之在背也，寒月则有，暑月则无。”有称其在胸部，如《埤雅》：“熊山居冬蛰，当胸有白脂如玉，味甚美，俗呼熊白。”古时视为筵上珍品，现罕见应用。熬炼后食用方法同猪油，色白微黄，气微香。中医认为其味甘，性温，可补虚损、强筋骨、润肌肤。

【熊脂】 即“熊白”。

【熊油】 即“熊白”。

【象鼻】 也称“象拔”。为珍贵的烹饪原料。《北户录》：“广之属城循州、雷州皆产黑象，……土人捕之，争食其鼻，云肥脆，偏堪为炙。”《本草纲目拾遗》：“象具十二生肖肉，各有分段，惟鼻是其本肉，炙食糟食更美。”“满汉全席”将之列为“山八珍”之一。鼻肉色，形及口感，均似海参，可供炒、爆、煎、烹等多种烹调方法，味肥腴而鲜美。云南菜有干烧象鼻；北京菜有蒜子烧象鼻。

【象拔】 即“象鼻”。

【犴鼻】 俗称“麒面”。驼鹿的鼻子。是黑龙江四大名菜之一，也是珍贵的补品，古代八珍之一。肉质细嫩，柔软滑韧，富于营养，尤以冬季驼鹿常以舌舔鼻，鼻腔常起满水泡时质量最好。宜于多种烹饪方法，黑龙江菜有青蛙麒面、菊花爆犴鼻；北京菜有炸松仁犴鼻等。

【麒面】 东北一带对“犴鼻”的俗称。

【驼峰】 也称“驼脂”、“肉鞍”。骆驼背上的肉峰。古代列为八珍之一。干制品有“甲峰”、“乙峰”之分。富含胶质脂肪，肥腴滑嫩，宜于炖、扒、烩、焖、抓炒等。北京菜有清炖驼峰丝等。中医认为其味甘，性温，可润燥、祛风、活血、清肿。

【驼脂】 即“驼峰”。见《本草纲目》。

【肉鞍】 即驼峰。《山海经图赞》：“驰惟奇畜，肉鞍是被。”

【甲峰】 见“驼峰”。发制后透明发亮，肉红质嫩。

【乙峰】 见“驼峰”。发制后色白质老，不及“甲峰”。

【驼蹄】 骆驼的四蹄。自古列为肴馔珍品，八珍之一。《异物类苑》：“陈思王（曹植）制驼蹄为羹，一瓯千金，号七宝羹。”烹饪加工方法与“熊掌”基本相同。甘肃菜有雪峰驼掌。

【飞龙脯】 飞龙鸟的胸脯肉。色暗红，熟后变为乳白色。质细嫩。常用于高级筵席。宜炸、熘、爆。如：纸包飞龙；香酥飞龙脯；熘青椒飞龙片；辣爆飞龙。

【鹑脯】 鹌鹑的胸部肌肉。形似鸡脯肉。其质细嫩，色暗红，宜爆、炒。如：爆鹑脯丁；清炒鹌鹑片。

【鹑芽】 在鹌鹑的胸脯肉里侧，并与脯肉紧连，形似鸡芽，质细嫩，内含一板筋。多不单独成菜，常与鹑脯肉同用。

【鸽脯】 指鸽子的胸部肌肉。形似鸡脯肉。质细嫩，色淡红。宜炒、爆。如：滑炒鸽片青椒；爆鸽丁。

【鱼头】 各类鱼头的统称。在用鲢、鳙的鱼头为主料的菜时，割鱼头，应从胸鳍和腹鳍处下刀。大鱼头可一劈两爿，宜烧、炖和煨汤。如：红烧鱼头豆腐；砂锅炖鱼头；拆烩鲢鱼头。有时和鱼尾合用。参见“鱼尾”。

【鱼中段】 在鱼的中部，鱼肉最丰厚的部位。视其薄厚大小，或整段使用，或片成两爿。宜烧、炖。也可用中

段制作。如：红烧中段；蒜瓣烧中段；侉炖中段。

【鱼扇】 指鱼身两侧剔掉骨刺的无鳞带皮肉。一鱼可分为两片。可制鸳鸯鱼扇、扒鱼扇等菜。

【鱼尾】 也称“划水”、“甩水”。鱼的尾部，连尾鳍的一段。如青鱼尾巴，有油有肉，有肥有瘦，最宜于冬季食用。鲤鱼尾古代已视为珍品。李贺《大堤曲》诗：“郎食鲤鱼尾，妾食猩猩唇。”菜品有红烧划水等。有时也与鱼头合用，如安徽菜有红烧头尾等。有时还与鱼下颚合用，如上海菜有下巴甩水等。

【划水】 即“鱼尾”。

【甩水】 即“鱼尾”。

【净鱼肉】 指去掉鳞、骨刺和皮的鱼肉。可加工成片、丁、条、丝、茸泥等后制成菜肴。如：熘鱼片；爆鱼丁；酥炸鱼条；滑炒鱼丝；汆鱼丸。

【鱼卵】 也称“鱼蛋”。即鱼的籽。一般鲤鱼、鲫鱼、黑鱼、桂鱼的鱼籽为好。可供单独制成菜肴，并多取红烧等烹调方法。

【鱼蛋】 即“鱼卵”。

【鱼脊骨】 也称“大梁骨”。鱼的主身骨。剔下后不单独成菜，多为下脚料，可汆汤。

【大梁骨】 即“鱼脊骨”。

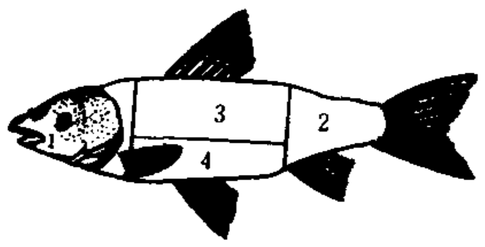
【鱼鳔】 也称“鲜鱼肚”。鱼腹内白色的囊状器官。可烹制菜肴和干制。

【鲜鱼肚】 即“鱼鳔”。

【鱼鳞】 鱼身上的鳞片。可供制鱼鳞冻以作菜肴原料。有些鱼如鲥鱼、鳓鱼等的鳞富含脂肪，不宜弃去，应与鱼同烹，可增腴美。

【下巴】 青鱼的下颚。包括脸颊部分和眼瞪，肉质肥美。有时与鱼尾合用，上海菜有下巴甩水。

【青鱼肚裆】 青鱼腹部的肉。去大刺后切块供用。肉质柔嫩而腴润，肥美可口。上海菜有红烧肚裆。



青、草鱼分档取料示意图

1. 鱼头 2. 鱼尾 3. 中段 4. 肚裆

【秃肺】 青鱼的肝。鲜嫩如猪脑。上海菜有青鱼秃肺；无锡菜有秃肺等。

【秃卷】 也称“青鱼肠”、“鱼卷菜”。青鱼的肠。冬季为肥，取出剖开治净，焯去腥味，即可供用。还可与青鱼头尾配制。

【青鱼肠】 即“秃卷”。

【鱼卷菜】 即“秃卷”。

【塘鳢子】 也称“土附子”。塘鳢鱼的卵。可供烹煮食用，也可以酒醉食。《本草纲目拾遗》：“助相火，暖腰肾。用烧酒醉食，颇能兴肾，与对虾同功。”

【土附子】 即“塘鳢子”。

【鳜鱼背肉】 鳜鱼脊背的肉，烫熟后取下，可供炒食。

【鳜鱼尾脊肉】 鳜鱼背部靠尾部的肉。可供炝食。

【鳜鱼腹肉】 鳜鱼腹部的肉。烫熟后取下，可供煨食。

【鳜鱼头肉】 鳜鱼头部的两块鳃肉。烫熟后取下，可供烩食。

【鳜鱼皮】 鳜鱼生剥的全皮。洗净、汆透，可用于炒、烩或作汤菜。

【鳜鱼肝肠】 分生取、熟取两种。生取为活杀鳜鱼后，取出肝肠，治净、汆烫后，可供炝食。熟取为鳜鱼汆熟划肉时，取出已熟的肝肠（有时带卵），并和凝结的血块连在一起，用时去血块可供炒、烩食。

【鳜鱼血】 俗称“长鱼血子”。鳜鱼汆熟后，划肉时取出的凝血块。可供家常炒食。有时也和肝肠连在一起食用。

【长鱼血子】 江苏一带对“鳜鱼血”的俗称。

【虾头】 也称“虾脑袋”。富含油脂，加工后常用于汆汤。如虾头豆腐汤；虾头菠菜汤等。或将挤虾仁留下的头、尾、壳放入容器，以木杵捣至稀烂出汁，挤取其汁用于制汤，称“虾脑汤”，可配豆腐、绿叶菜等，鲜美异常。

【虾脑袋】 即“虾头”。

【虾脑汤】 见“虾头”。

【净虾肉】 海产大虾去其头、尾、壳并剔去沙线后，称净虾肉。可切片、丁、段等入烹，或制茸泥供用。

【虾尾】 呈三叉状，青色。熟后呈粉红色。剪下后可做花色菜肴的装饰品。

【蟹盖】 蟹的背壳。蟹蒸熟后，将盖揭下，可做某些菜品的容器。

【鳖裙】 也称“甲裙”、“鱼裙”、“裙边”。鳖甲边缘的软肉。富胶质，有筋性，营养丰富，被列为八珍之一。加工时须刮净表面黑皮，用制高级菜肴。如：扒裙边；砂锅裙边；红烧裙边。

【甲裙】 即“鳖裙”。

【鱼裙】 即“鳖裙”。

【裙边】 即“鳖裙”。

【蛇肉】 蛇去皮、头、肉、脏和骨的净肉。多煮熟拆之。宜炒或做羹类菜。如：菊花龙虎凤（配猫肉丝和鸡丝）；五彩炒蛇丝。

【蛇皮】 也称“龙衣”。指蛇的完整的皮。可当“肠衣”使用，如做戏龙玉柱一菜时，可将蛇皮中瓤入用蛇肉、猪肉和鸡肉三种原料调成的馅，制成后，切片装盘，摆成龙身状。也可直接烹制。如：炒龙衣；鸭掌龙衣。

【龙衣】 即“蛇皮”。

【肠衣】 见“蛇皮”。

【青蛙胃】 也称“田鸡扣”。青蛙的胃。白色，吃口爽脆，味很鲜美。广东菜有上汤泡田鸡扣。

【田鸡扣】 即“青蛙胃”。

【葱茎】 也称“葱白”。去根、皮和绿叶的长葱段。可做主料。如大葱炒肉片；炒葱菜等。也可做配料。如葱

烧海参；京葱扒肘子等。可做调料，切成细末炝锅用；还可做菜肴的小料，切成各种形状，如马蹄形、指甲片形、眉毛形。又可整段使用，用作煮肉、煨炖菜肴等。

【葱白】 即“葱茎”。

【蒜瓣】 也称“蒜肉”。蒜头剥去梗、皮、膜后的蒜肉。可做菜肴的配料。如蒜瓣烧鱼块等。也可加工成蒜片、蒜米、蒜泥等，用于调味。

【蒜肉】 即“蒜瓣”。

【菜心】 俗称“菜胆”。指油菜、盖菜、小白菜一类叶菜去其外帮的嫩心。可做主料。如翡翠菜心；鸡油扒菜心等。也可做配料，用以围边，起荤素搭配和点缀的作用。参见“菜蕊”。

【菜胆】 广东一带对“菜心”的俗称。

【菜蕊】 也称“净菜蕊”。将青叶菜的菜心剪去菜花和老梗，截取最嫩的一段约 6 厘米左右，即为菜蕊。常用于高档菜的配料，也可单用成菜。

【净菜蕊】 即“菜蕊”。

【二度菜】 广东一带俗称截取“菜蕊”后的余料，再截取一次、二次为二度菜。用作一般菜的原料。

【郊菜】 将青菜的菜心剪去菜花和老梗，截取中段最嫩部分约 12 厘米左右，即为郊菜。

【菜帮】 也称“菜梗”。叶菜类的外帮，一般较老，通常弃去。民间常用作腌菜原料，或切丁作荤菜配料。

【菜梗】 ①即“菜帮”。②或指“菜苔”。

【菜叶】 蔬菜的绿叶。菠菜叶可制菠菜泥；油菜叶可制油菜松；芹菜叶可制酸辣芹叶等。一些绿菜叶可供作馅料。如江苏名点翡翠烧卖等。还可榨取菜汁，供作食品绿色色素。

【芹仁】 鲜芹菜取中部嫩茎，切小段而成。可制虾子炝芹仁等菜。

【瓜皮】 瓜类的外皮。嫩皮为民间菜肴的常用原料。如：西瓜皮；南瓜皮；黄瓜皮。

【西瓜皮】 也称“西瓜翠”。刮去蜡质外皮，去净瓜瓤，可供切块、丁、片、丝等，作为炒、烩菜肴的配料，或腌制、酸渍、蜜饯供作食品、小菜。中医认为其味甘，性凉，可清热解暑、止渴、利小便。

【西瓜翠】 即“西瓜皮”。

【黄瓜皮】 刮去瓜肉和瓤后，可做菜肴主料。如炝黄瓜皮、糖醋黄瓜皮等。也宜做配料。如切成丝、末后，作为菜肴配色的点缀品。又为花式冷盘常用的材料，可用以切制成凤尾、凤翅、孔雀翎等式样。

【冬瓜皮】 刮去茸毛，洗净白霜后，可切丝配炒肉丝、毛豆、辣椒丝等，或切丁蒸酱。也为中药材，中医认为其味甘，性凉，可利水消肿。民间用作清凉饮料原料。

【南瓜皮】 嫩皮可供切丝炒食，或配荤料。

初　加　工

【初加工】 也称“粗加工”、“预加工”。烹调工艺流程之一。即对不同性质的原料，进行初步整理，使之合乎烹调应用和卫生要求，保证菜肴、食品的质量。不同种类的原料有不同的初加工要求，如禽类要宰杀、煺毛、掏膛、冲洗；鱼类要去鳞（有的不需去鳞）、开膛、清洗；蔬菜要摘叶、削根、除帮、洗涤等。有些还须进行初步热加工。

【粗加工】 即“初加工”。

【预加工】 即“初加工”。

【畜禽类初加工】 对家畜、家禽和野味鸟兽进行宰杀、煺毛、开膛取脏、洗涤等处理的程序。

【宰生】 也称“宰杀”。初加工方法。通常指将鲜活的鸡鸭鱼等中小型动物原料杀死。也泛指将活原料焖死、醉死、摔掼而死等。

【宰杀】 即“宰生”。

【治净】 初加工方法。将鲜活的动物性原料宰生，洗净。

【杀口】 也称“刀口”。宰杀家禽时下刀的刀口处。要求刀口与下颌平行，下刀准确，刀口小，以免影响禽肉的形态。

【刀口】 即“杀口”。

【放血】 初加工方法。宰杀动物时，割断颈部血管，使其血流尽致死。操作中要求血放尽，达到肉色白净、血腥味小的目的。

【煺毛】 也称“拔毛”。初加工方法。分“湿煺”、“干煺”两种。湿煺，是将牲畜或禽类宰杀后，放在温度适宜的热水中浸烫，使毛根松弛，继而将毛拔除干净。有些畜类可用刀刮净。干煺，是将禽类宰杀后，直接拔毛。

【拔毛】 即“煺毛”。

【湿煺】 见“煺毛”。

【干煺】 见“煺毛”。

【烫毛】 初加工方法。多用于禽类煺毛。

【燎毛】 也称“火燎”。初加工方法。即用火烧除动物原料表面不易刮净的毛茬。加工猪头、猪肘、猪蹄时多采用此法。

【火燎】 即“燎毛”。

【松香去毛法】 初加工方法。畜兽类头、蹄去毛法之一。将松香、豆油下入铁锅，加热后熔成液体，再将头、蹄投入，沾满松香液后捞出，随即放在冷水中冷却。此时细毛均被松香凝住，剥去松香，毛也连根拔去，然后泡水 2～3 小时，刮洗净供用。此法不太经济，仅宜于较大规模生产时应用。

【沥清去毛法】 初加工方法。畜兽类头、蹄去毛法之一。方法与“松香去毛法”相似。但沥青有毒，不利健康，

不用为宜。

【刮皮】 初加工方法。①用刀刃轻刮去动物原料皮肉上的污垢或毛茬。②带皮多毛茬的牛头、羊头、猪蹄、猪肘等动物原料，先经火燎至表皮焦糊，再经水浸泡，复用小刀刮去焦糊部分，除净毛茬。

【开膛】 也称“膛开”。初加工方法。动物宰杀后，用刀剖开腹部，取出内脏。又分“大开”、“小开”。大开，从鸡、鸭的腹部或脊部用刀破开，取出内脏，刀口大，腹或脊破开。小开，多用于鸡、鸭、鹅类，在翅下方用小刀开月牙儿形的刀口，用手指取出内脏，刀口小，腹部完整。

【膛开】 即“开膛”。

【大开】 见“开膛”。

【小开】 见“开膛”。

【腹开】 也称“破腹”。开膛方法之一。在动物的肛门与腹部之间开口，取出内脏。

【破腹】 即“腹开”。

【脊开】 开膛方法之一。在鸡、鸭、鱼的脊背处开口，取出内脏。

【腋开】 也称“腋下开”、“旁开”、“侧开”、“肋开”。开膛方法之一。宰鸡、鸭开膛时，刀口开在左边翅膀下。

【腋下开】 即“腋开”。

【旁开】 即“腋开”。

【侧开】 即“腋开”。

【肋开】 即“腋开”。

【尾开】 开膛方法之一。在鸡、鸭的尾脊处横开一口，取出内脏。

【除脏】 初加工方法。清除畜、禽及鱼类的内脏。

【摘肠肚】 初加工方法。摘净动物肠肚内外的污物。

【剥皮】 初加工方法。将动物原料的皮剥掉。

【蹬皮】 初加工方法。指除去猪肉的皮。

【剔筋膜】 初加工方法。用刀切去连结在肌肉上的结缔组织，以便于改刀。

【翻剥】 初加工方法。加工脱骨鸡、脱骨鸭时，顺着腔骨翻剥剔下皮肉。

【排筋】 初加工方法。用刀背或刀口依次捶断或斩断肌肉上的结缔组织，以达到疏松肉质的目的。

【剔骨】 也称“出骨”、“剔肉”、“除骨”。初加工方法。将动物原料的骨骼用刀剔出，使之骨肉分离。

【出骨】 即“剔骨”。

【剔肉】 即“剔骨”。

【除骨】 即“剔骨”。

【脱骨】 初加工方法。将禽类的腔骨、腿骨或鱼类的脊骨剔除，并保持原料的完整外形。

【拆骨】 初加工方法。把烹制成熟的禽类、鱼类体内的骨骼剔出，并保持原料的形态完整。

【抽肋条】 初加工方法。即剔除猪、牛、羊等腰部的肋条骨。

【摘肠油】 初加工方法。摘净附在动物原料肠上的油脂。

【刮浮油】 初加工方法。指用刀刮净经水焯或煮熟的肉类原料表面的油垢。

【漂血水】 初加工方法。指畜、禽类的肉放入清水中浸泡，除净血污。

【洗涤】 各种烹饪原料初加工时，均须经过洗涤，有的须经两次以上洗涤，或以冷水、温水、热水、沸水分别浸洗或交叉洗涤，有的并用盐水、碱水等浸洗，以去除污秽杂物，去除腥膻异味，供进一步加工。一般植物性原料多用冲洗、涮洗法；动物性原料多用浸洗、漂洗法，有时须多次换水，以达到去尽血污的要求。

【冷水洗】 洗涤方法之一。主要去掉原料上的泥土、血污和秽物。

【热水洗】 洗涤方法之一。常用于经油发制并用水泡软后的原料。如：蹄筋；鱼肚；响皮。洗涤时，可适量加些碱面，用以漂净油质。

【盐水洗】 洗涤方法之一。多用于夏、秋之间，用此法能使菜上所附着的虫卵等的吸盘收缩，便于排除。盐水浓度一般为2%。

【翻洗】 洗涤方法之一。适用于猪、牛、羊的肠和肚等脏器。如：洗肠时，用木棍或筷子先在一端捅进，并捅到另一头，使肠子倒翻过来，然后摘净附在肠壁上的污油和粪便，再用水冲净。

【灌水冲洗】 多用于畜、兽类的肺脏。参见“猪肺初加工”。

【盐、醋洗】 洗涤方法之一。多用于油腻较重和粘液较多的原料。如：肠、肚经过翻洗后，须加适量的盐和醋，反复揉搓，除去粘液、恶味，然后再用清水洗净。

【过锰酸钾溶液洗】 洗涤方法之一。主要用于凉拌菜肴的原料。如：西红柿；黄瓜；生菜。用此法能达到消毒灭菌的目的。此溶液的制法：在冷开水中放入3%的过锰酸钾，搅匀即可。

【盐矾擦洗】 洗涤方法之一。主要用于油腻和粘液较重的原料。

【刮剥洗】 洗涤方法之一。多用于动物原料的蹄、爪、舌、肫等。边刮剥边洗涤，用以清除附在原料表面上的残皮、毛茬和污垢等。

【择毛】 也称“摘毛”、“钳毛”。初加工方法。指干料涨发后拣除其杂毛。如：燕窝水发后，需去净燕毛，才能烹调。

【摘毛】 即“择毛”。

【钳毛】 即“择毛”。

【换水】 初加工方法。在煮制、泡发或洗涤异味较重的原料时，需不止一次地调换新水，以利清除异味，达到烹饪的要求。

【冰冻】 初加工方法。为制涮羊肉、白肉片、猪肉丝时所常用。制时，先将所要切制的原料冻透，然后再切，可使切出的片、丝、条等规格一致。

【追】 初加工方法。水发原料经煮焖后，放入较多的清水中，使之进一步涨发，并能使异味溢出。用凉水浸泡，称“凉水追”。凉水中放入冰块，称“冰块追”，能使其涨透发足。如：冰追海参。

【凉水追】 见“追”。

【冰块追】 见“追”。

【压】 初加工方法。将含有过多水分的原料盛入布袋中，放上重物压去多余的水分。

【拔】 初加工方法。将含有苦味、涩味的原料，洗净后用冷水长时间浸泡，并换几次水，使其苦味质析出、排除。民间称拔。

【泔水泡】 初加工方法。即将干料用淘米水浸泡。

【泡透】 初加工方法。指干料放入水中吸足水分，充分涨发。

【泡软】 也称“回软”。初加工方法。指质硬的干料放入水中浸泡致软，以便烹制菜肴。

【回软】 即“泡软”。

【养】 初加工方法。多指将发制好的干料浸泡在清水中，以避免收缩，并促其充分涨发。如：海参经水发后，仍须用清水浸泡备用。

【煲沙】 初加工方法。鱼皮、鱼翅等原料经开水长时间浸泡后，沙面皱起，即用小刀轻刮表皮除沙。

【剪翅边】 初加工方法。涨发鱼翅时，用剪刀剪去其边缘不能食用的部分，以便充分吸水和加快涨发速度。

【剔腐肉】 初加工方法。鱼翅发制后，用刀将根部不宜食用的腐肉剔除。

【猪肉初加工】 猪肉包括里脊、通脊、五花肋条、拖泥。先取出里脊、去掉筋头碎肉，再取出通脊，将硬五花、软五花、拖泥分开，分别供用。

【猪头初加工】 生猪头刮洗干净后，用砍刀从脑盖骨正方劈下，劈至猪脑处即可，然后两手一掰，分为两片，取下猪脑后，再作进一步加工。

【猪前腿初加工】 猪前腿包括上脑、血脖、夹心肉、前肘四个部位。上脑选切下来后，修去碎肉，切去红色条状血脖肉，然后取肘子、夹心肉，分别应用。

【猪后腿初加工】 猪后腿包括后肘、抹裆、弹子肉、臀尖、坐板肉等。选料顺序为：先割下后肘，选下抹裆，再剔取弹子肉，然后以尖刀顺臀尖和坐板肉的缝隙割断筋膜，剔下臀尖，留下坐板肉，供分别应用。

【猪蹄初加工】 先用大火燎去猪蹄上的毛茬，然后放入温水泡软，再用小刀刮去糊皮与毛根，治净后供用。如果用于清炖作汤或白煮，不可火燎，只可刮洗，以免影响汤色。

【猪脑初加工】 用刀劈开猪头骨，取出其脑，先用温水浸泡一下，捞出轻轻拍打，撕去外裹薄膜和缝中血筋，然后再放入凉水中漂洗，最后放入加盐的开水中用微火煮熟，连同原汤盛起待用。

【猪舌初加工】 猪舌表面有一层粗皮，先用开水烫过，再以小刀刮去粗皮，洗净供用。

【猪肚初加工】 参见“猪肚头初加工”、“整猪肚初加工”。

【猪肚头初加工】 割下猪肚头，并剖开使其呈扇形，然后用刀刮去带有粘液的肚皮，洗净供用。

【整猪肚初加工】 猪肚放入盆中，加一些盐、醋和少量水，反复揉搓，洗去粘液，以开水烫透，用小刀刮去白膜，再剖开全肚，刮去附着的油脂（此油脂有臊味），洗净供用。

【猪心初加工】 猪心剖开成两片，洗净血污，即可供再加工。

【猪肝初加工】 洗净猪肝上的血污，去掉附着的油脂、苦胆和筋膜，即可应用。

【猪肺初加工】 洗净外附在猪肺上的血污，以绳系住喉头吊起，向其喉管徐徐灌入清水，肺叶即慢慢涨起，同时轻拍肺叶，使水渗入全肺。至完全涨足，用刀划破肺叶表膜，放净血水，再入清水浸泡、漂洗，至肺叶去净血污，呈灰白色时即可入烹。

【猪腰初加工】 撕去猪腰外层薄膜，将其片成两片，片去腰臊，洗净供用。

【猪肠初加工】 先以盐、醋反复揉搓全部肠子，冲洗并去外部粘液，然后将其全部翻转，肠肉壁在外，冲洗干净，之后再翻转成原状，即可供用。

【猪网油初加工】 将其平铺于木台面上，修去破边、碎头，然后卷起供用，用时用水泡开。

【晾响皮】 初加工方法。猪坐臀皮刮洗干净，煮熟捞出，再压平，晾凉后，铲净肥肉，挂通风处晾至极干。可供炸制响皮之用。

【乳猪初加工】 将乳猪拉起，用脚踏牢猪的两只后脚，左手抓住猪头，将猪下颌稍拉高，右手将一尖刀从喉部直插至心脏，放尽血；用 60℃ 热水浸烫后，刮尽猪毛（毛茬可镊去），剖腹取出全部脏器，洗尽供用。

【牛肉初加工】 参见“猪肉初加工”。

【牛头初加工】 先用大火将其均匀燎糊，然后入温水浸泡数小时，至外皮松软，用小刀刮去糊皮与毛茬，再入锅煮透拆骨，剔去粗肉，留下面部胶质表皮供用。

【牛鞭初加工】 有鲜、干两种。鲜品先以宽水煮透，再以温水冲洗，剖开尿道，刮尽其间皮膜，即可供用。干品应先用温水泡软、洗净，然后再参照鲜品的方法加工。

【牛蹄初加工】 先以大火将其表皮烧糊，入温水泡软，刮去糊皮与毛茬，再入温水锅中加热煮透，取出后削去黑色部分，拆去骨头即可供用。

【牛肚初加工】 分肚领、百页肚、蜂窝肚三种。肚领，如果用以炒食，去掉肚仁即可供用。用于爆食的百页肚和涮食的蜂窝肚，洗净即可供用，所附黑膜可不去。如果作其他烹制，应先用开水烫后，刮去黑膜，或用石灰水浸泡后，再用刀刮或揉搓去除黑膜。

【羊肉初加工】 参见“猪肉初加工”。

【狗初加工】 用绳套住狗的脖颈，将其吊起勒死，再割断颈动脉放血。也可以先将其击昏，然后宰杀放血。其后烫浸、煺毛、取脏等。参见“乳猪初加工”。残余毛茬须用火燎去。

【猫初加工】 宜用冷水淹毙，以后浸烫、煺毛（或剥皮）取脏等。参见“乳猪初加工”。残余毛茬须用火燎去。

【兔初加工】 用手抓住兔耳，使其悬空，再用重物猛击其耳根部，致昏死或将其摔死，然后挂起，自嘴部往下剥皮，再剖腹、取脏。兔肉具腥臊气，初加工时，须注意起去脊骨，割除各种腺体，洗净血污和粘附兔毛，然后供用。

【猴初加工】 将其手足绑牢，再用重物击其头部致昏，然后割断颈动脉放血，再剥皮、剖腹取脏，洗净供用。

【黄猄初加工】 将其后脚绑牢，吊高，再从喉管处插刀放血，然后剥皮、剖腹取脏，洗净供用。

【果子狸初加工】 先撬开狸口，灌入5～10克烧酒，至狸口喷白泡沫（即为酒醉），随后用刀割断颈动脉放血，也可以将果子狸连笼浸入水中，使其窒息而死，但不及灌酒宰法色鲜。宰好后，用70℃热水烫洗煺毛，再燎去毛茬，刮洗干净，开肚去脏。其他的狸、野猫等同此法。此类动物耳肉含有耳油，须注意勿使沾其身体，因其易使肉变酸。

【穿山甲初加工】 将穿山甲尾部抓牢，用力摔死，再切断颈动脉放血。然后用开水七成、冷水三成，和匀盆中，将穿山甲放入，煺去硬甲，随后用火燎去毛茬，刮洗干净，再开膛取脏，洗净供用。

【鸡初加工】 左手握住鸡翅膀，并用小拇指勾住鸡的右腿，用大拇指和食指捏住鸡的脖子，把颈皮绷紧，然后右手执刀割断气管和血管，随后将鸡身下倾，使血流尽（但不要使肉质变红，以免影响肉的质量和口味），再用70℃热水浸烫煺毛（水温高低视鸡的老嫩和季节的冷热），开膛取脏，洗净供用。

【刺鸡眼】 初加工方法。因为鸡眼球遇热油易爆，所以鸡在下油锅炸制之前，须用刀尖将鸡眼球刺破。

【拆鸡脚】 初加工方法。沸水烫煮鸡脚至适宜嫩度，然后用刀在脚心面顺骨划开，拆去骨头，剔去脚筋，即可供用。此法还可用于拆鸭掌、鹅掌。

【整鸡出骨】 初加工方法。指将整鸡的骨头全部剔出，并保持鸡的外形完整。操作时，先将鸡颈皮划开一小口，抽出颈骨切断，再慢慢向下翻剥皮肉，取出身骨、翅骨、腿骨，然后将鸡皮向外恢复原形。出骨的整鸡宜做八宝鸡、蛤蟆鸡、胡芦鸡等。此法还可用于整鸭出骨。

【扩鸡】 初加工方法。白条鸡斩去咀尖和膀尖。根据菜肴要求，有的要刺破鸡眼、破开鸡头、剔开爪骨和砸断圆骨等。

【鸭初加工】 参见“鸡初加工”。只是烫浸去毛时，应注意保持水的恒温，未去尽的毛茬必要时应用镊子去除。

【拆鸭掌】 也称“出鸭掌”。参见“拆鸡脚”。

【出鸭掌】 即“拆鸭掌”。

【整鸭出骨】 参见“整鸡出骨”。

【鹅初加工】 用绳套紧鹅的一只脚，吊起；再将套鹅脚的绳绕翼后，用拇指和食指钳着鹅颈，将颈拉直，在近头部下刀割断喉管、血管，并迅速将头稍向上弯，使血流尽，然后烫浸去毛，未尽毛茬，应用镊子除去。

【拆鹅掌】 参见“拆鸡脚”。

【鸽初加工】 先将鸽摔死或淹死、醉死，然后去毛，水温以50℃为宜，（也可干煺），以防烫破皮、烫熟肉，影响风味。参见“鸡初加工”。

【鹌鹑初加工】 参见“鸽初加工”。

【斑鸠初加工】 参见“鸽初加工”。

【鹧鸪初加工】 参见“鸽初加工”。

【禾花雀初加工】 先将其憋死，然后摘净毛，用剪刀略剪开其尾部近肛门处的皮，再剪去脚、翼、嘴及眼前部分（不要剪破头，以免脑浆流出），随后，撕去颈皮，摘去气管、食管，再用小指从其颈下胸骨处插入胸腔，取出内脏，用清水洗净供用。

【野禽初加工】 指山鸡、野鸭、大雁等，一般均是死禽，可剥皮取肉，也可干拔去毛，再按鸡、鸭初加工方法加工，洗净供用。应注意如果是枪打的，一要去净铁砂、弹子；二要检查伤口是否变质，如变质须予剜去。

【小野禽初加工】 指铁雀、斑雀等。参见“禾花雀初加工。”

【蛇初加工】 先用左手将蛇头抓紧，再以右手抓住蛇尾，以脚踩住；右手顺蛇身向前摸，摸到有凸出处，以小刀破开取出蛇胆；再用小刀自蛇腹一直剖至蛇颈（深约3毫米）；在颈部割一圈，揪去蛇头；并在尾部割一圈，掀起蛇皮，翻剥至颈部；最后摘去内脏。宰毒蛇时必须严格注意防止其反噬而受害。

【一般鱼初加工】 先刮鳞（无鳞者应捋去粘液），然后破腹去内脏（须防弄破鱼胆），摘腮，不须留鳍者一律剪去，洗净即成。如果有出血的，可先切去鱼头，尾部向上吊起沥血，然后再刮鳞、去脏、摘腮、剪鳍。活鱼应先用刀拍其头部，或用摔掼法，使其晕死，再行加工。民间腌鱼，也有不剖腹而剖背取脏的方法。

【刮鱼鳞】 初加工方法。用刀刃、刀背、刀头、铁铲或木钉逆鱼鳞片推刮，使其脱落。

【抠鱼腮】 初加工方法。用手指或刀尖抠去鱼腮，或用筷头插入鱼腮，将其拧出。

【剪鱼鳍】 初加工方法。剪去鱼的划水。

【修鱼尾】 初加工方法。依照鱼尾原形，用刀切齐毛边，以增加尾形美观。

【扩鱼】 初加工方法。将经过初步加工的鱼，再剁去胸鳍、脊鳍的1/3，尾鳍修裁整齐，便于受热，并保持美

观。

【整鱼出骨】 初加工方法。先从鱼腮下侧和脐部一侧各划一刀口，然后将尖刀分别从两刀口处伸入鱼腹，将骨肉割开；再从刀口处拉出鱼骨，使鱼形完整不变。

【出鱼肉】 初加工方法。将鱼剖成两片，用刀批去鱼刺，铲除鱼皮，取其净肉。

【娃娃鱼初加工】 宰杀时动作要快，以防反噬。先在砧板上砍头（不要割断）放血，再用90℃热水浸烫，刮洗粘液（5千克以上的，烫时须加盖，以防逸出伤人），即可供用。

【甲鱼初加工】 抓住甲鱼头，拉出颈部，割断气管、颈动脉，放血后即可。如果头缩入，可将其翻转背朝下，手指钳住尾部两侧，待其头部伸出（为支撑身体反转），抓住颈部，或用竹枝之类诱其咬住，将头颈拉出（甲鱼咬物不放，故须防止其咬手）。宰后用60℃热水烫浸，擦去外膜，然后从其肩部下刀，将其上甲揭去，取脏、去黄膏，洗净供用。

【山瑞初加工】 参见“甲鱼初加工”。

【清黄膏】 鳖和山瑞体内多数长有黄膏，具腥膻味，必须全部去除。

【黄鱼初加工】 先刮鳞、摘腮，然后用一双筷子从口部伸入鱼腹，搅取出内脏，洗净即成。因黄鱼入烹后，肉易散碎，所以用此法时不剖腹，以保持其完整。

【鳝鱼初加工】 将活鳝鱼用三只手指（中指在前，食指、无名指在后）将其捏牢，掼死，然后将头用钉扎住，斩折颈骨，破腹、去骨，或用沸水汆烫，已至半熟，再用竹片刀或骨片刀划脊骨取肉。

【鲈鱼初加工】 为使其肉质洁白，先将鲈鱼的腮夹骨斩断，倒吊放血，待血流尽后，放回砧板上，刮鳞，然后从尾部沿脊骨逆刀上剖，剖断胸骨，使其分成软、硬两边，取出内脏，洗净血污即可供用。此法为取鱼片而用，其他鱼如果也取鱼片、鱼肉，也可以用此法。

【山斑鱼初加工】 先将其头部猛拍一刀，致昏死。因山斑鱼体小、脊软，故用一支筷子直插鱼嘴里，使鱼体绷直，便于刮鳞。然后剖腹取脏、摘腮、洗净供用。

【石斑鱼初加工】 先用40℃热水浸烫去鳞，然后在肛门处横划一刀，以竹筷从腮部插入鱼腹，搅取内脏，摘鳃，洗净供用。

【对虾初加工】 有去皮法和不去皮法两种，前者先摘去虾头，撕去虾腿，剥去虾壳、虾尾，然后剔去虾背黑肠，留肉供用。后者先剪去头部枪须，并剪去桡足，然后再剪背壳剔去黑肠，挑去头部沙包，洗净供用。

【剥虾仁】 也称“挤虾仁”。初加工方法。先剥去小青虾的外壳，然后去头尾取肉。也可捏住虾的头部，用手指挤捏虾的尾部，将虾肉挤出。

【挤虾仁】 即“剥虾仁”。

【拆蟹肉】 也称“剥蟹肉”、“出蟹粉”。初加工方法。将螃蟹蒸熟，用工具分别剔出其爪、鳌、肉（蟹身的肉）。爪肉可用擀面杖压出；鳌肉可用刀拍破取出；蟹身肉可将蟹身剖开后顺着壳内的纹路剔出。也可用特制的小锤、钳子等取出。

【出蟹粉】 即“拆蟹肉”。

【剥蟹肉】 即“拆蟹肉”。

【洗生蚝】 初加工方法。先将生蚝盛入筲箕，加适量精盐轻力拌匀，去清粘液和泥味，然后放入盆内，加清水漂洗干净，再剔掉蚝壳和杂物即可供用。

【蔬菜初加工】 蔬菜品种多，初加工方法也多，有摘、撕、削、剥、剔、剪、切、括等。尤其重洗涤，一般用清水冲洗去泥沙、小虫、虫卵等即可，夏季可用2%的盐水浸洗。如果是生用凉拌，还须经消毒浸洗，如用高锰酸钾溶液等。为保持营养素，以先洗后切为宜。

【摘菜】 初加工方法。用手摘去植物性原料上不能食用的根须、败叶、老帮等。

【剥帮】 初加工方法。将菜的不宜食用的老帮剥去。

【削根】 初加工方法。将菜的不宜食用的根部削去。

【掐纤】 也称“撕筋”。初加工方法。将菜的不宜食用的边纤摘掉。

【撕筋】 即“掐纤”。

【除茎】 初加工方法。将菜的不宜食用的老茎摘除。

【摘尖】 初加工方法。将菜的不宜食用的尖端部位摘掉。

【马铃薯初加工】 先洗净，再削皮，剜去芽眼，供用。如果不削皮，洗涤则应更细致些，芽眼处须以刷子刷尽泥沙，倘已发绿（已含龙葵素，易致中毒），必须剜去。

【冬瓜初加工】 先洗刷表面泥沙、白霜及茸毛，削或刨去表皮，破瓜去瓤，洗净供用。其他蔬用瓜类均参用此法。

【嫩荚豆初加工】 先撕去荚边老筋，再洗涤，然后切段供用。扁豆、豇豆等参用此法。

【笋初加工】 先剥去箨，切去老根，然后洗净供用。

【莴苣初加工】 茎用莴苣先掰去外叶，削或刨去老皮，然后洗净供用。如果供生拌，应以高锰酸钾溶液浸洗。

【荸荠初加工】 先刮节衣，摘去芽头，洗净，然后削去外皮供用。

【西红柿初加工】 洗净，用热水略烫，撕去外皮，剖开，然后挖去籽供用。

【果品初加工】 分鲜果、干果两类。鲜果先洗净，须削（或剥）皮者削（剥）皮，然后剖开去核供用，某些果品（如菠萝、杨桃等）还须作特殊处理。干果一般先去硬壳，再去果仁外皮后供用，有些果仁外皮不容易去除（如核桃、栗子等），可用温水浸泡至涨软后剥除。

【菠萝初加工】 洗净后，切去头、蒂，削去外皮，再用刀尖沿其菱形块的槽线，交叉修去槽缝，至完全呈现果肉后即可供用。

【杨桃初加工】 洗净后，用刀切去两头，削去其5个

棱边的筋皮，然后供用。

【柿子初加工】 主要进行脱涩处理。软柿可用烟熏脱涩法、酒精脱涩法、乙烯利脱涩法。硬柿可用石灰水脱涩法、温水脱涩法、二氧化碳脱涩法。

【捅莲心】 初加工方法。先将去皮后的莲子，用刀削去两头，使莲心露出，再用竹签捅出莲心。

【干料涨发】 也称“发料”。干货原料初加工方法的通称。将干料如鱼翅、熊掌、海参、鱿鱼、鱼肚、蹄筋等经碱水或清水、沸水、热油、蒸汽等泡焖、加热处理后，使其恢复原来的形态，并膨松胀起，以便于烹制成菜。因原料不同，涨发方法也不同，有“水发”、“油发”、“盐发”、“砂发”、“火发”等。

【发料】 即“干料涨发”。

【水发】 干料涨发之一。分“冷水发法”、“温水发法”、“热水发法”三种。

【冷水发】 水发法之一。将干料浸入冷水中，让水渗入料中，使之恢复松软如鲜品的状态。此法多用于银耳、木耳、干豆、香菇等。

【温水发】 水发法之一。将干料投入温水中，使之涨发。常与冷水法混用，如发制黄花、木耳等。

【热水发】 也称“泡烫”。水发法之一。将干料放入热水或沸水中涨发，有的还须继续加热，使干料加速吸收水分，达到松软的目的。分“泡发”、“煮发”、“焖发”、“蒸发”四种。

【泡烫】 即“热水发”。

【一次热水发】 也称“泡发”。热水发法之一。将干料放入热水或沸水中，不再加热，使其随水温逐渐下降，并逐渐泡发涨大。常用于银鱼、发菜、干粉丝等原料。

【泡发】 即“一次热水发”。

【煮发】 热水发法之一。将干料放入热水中，继续加热煮沸，或使热水保持恒温，使其涨发，此法常用于质地坚硬、个体厚大、带有较重腥臊气味的干料。如鱼翅、海参、鱼皮等。

【焖发】 热水发法之一。常和煮发结合。干料在煮发后，尚未发透，继续煮发可容易使其致外酥烂而里坚硬不透，因而煮至一定程度时，须改用微火或离火盖严锅盖，焖一段时期，以达到发透的目的。此法多用于鱼翅、海参、熊掌、鱼皮等干料。

【蒸发】 热水发法之一。干料装入盛器中，入笼蒸至其涨发。蒸发有时可和蒸制菜肴结合运用。此法一般用于具鲜味而又较费火的原料，如干贝、龙虾干、蛤士蟆油等。

【碱水发】 也称“提”、“碱提”。干料涨发。利用碱可以腐蚀和脱脂的性能，将干货浸入碱溶液中，溶去一部分油脂和胶质，加速干料吸水，达到涨发的目的。常用于质地十分坚硬的干料。如鱿鱼干、墨鱼干、章鱼干、牛干巴等。碱发前，宜先将干料用冷水浸泡，使其外层回软；碱发后还须用冷水反复浸漂，以去除余碱和异味。碱液浓度视干料质地和气温确定，一般质地较硬的大干料浓度可大些，发的时间长些；气温高时浓度可小些。碱水有熟碱水和生碱水之分。熟碱水的配制：以500克左右纯碱、200克左右石灰及4.5千克左右沸水掺在一起，搅匀溶解，再加4.5千克左右冷水调和，待其冷却，澄清后，滤出其水，即为5%纯碱和2%石灰的混合溶液，通常称为熟碱水，其特点为清而不腻。生碱水的配制：以500克左右纯碱加10千克冷水掺和搅匀，即成5%纯碱溶液，通常称为生碱水，其特点为有腻手感。

【提】 即“碱水发”。

【碱提】 即“碱水发”。

【硼砂发】 碱水发法之一。蒸发干料时，放入少许硼砂，使其易于酥软，常用于质地特别僵硬的鲍鱼等。一般干鲍500克用硼砂100克，蒸4～5小时即成。此法也可用于发制干猴头蘑。

【透碱】 也称“漂碱”。碱水发法之一。即干料碱发后用清水漂去碱水，消除碱味。如果发好的原料不急用，可暂时不漂透，以保留一定碱度，避免收缩。

【漂碱】 即“透碱”。

【油发】 干料涨发。干料先经温油浸泡，再经热油不断浸炸，利用干货中少量水份蒸发作用，使其膨胀发起，内呈蜂窝状。此法一般用于含较多油质、胶质和粘性较重的干货。如鱼肚、蹄筋、肉皮等。油发后还须将发好的原料浸入沸水，使之回软，必要时可加1‰纯碱，去除油份，再以冷水漂净供用。

【油漫】 油发法之一。将干料放入温油中浸发，使其膨胀回软。

【盐发】 干料涨发。将干料（如鱼肚、蹄筋）放入盛有大量盐的锅里，经加热慢火翻炒，再用热盐埋、焖，使之膨胀而变得松脆。使用时再用温水浸泡使其回软。一般油发干料均可用此法，以节约油料。盐发后也须入沸水浸泡，使之回软，并去除咸味。

【砂发】 干料涨发。用细砂作传热导体，使干料埋在其中渐渐受热，以达到膨胀松脆，恢复原形的目的。其作用与“盐发”同。一般盐发、油发干料均可用此法。参见“盐发”。

【火发】 干料涨发。适用于表面带毛或有僵皮的原料。如大乌参、岩石参、皱参等。发制时，先将干料置火上燎烤，待外皮呈焦黄色后，加热水浸泡回软，用刀刮去焦皮，再放入水中煮沸，待发透后用沸汤煨透备用。

【熊掌发制】 干料涨发。先用温水泡软，然后下锅煮开，移至微火煮至能脱毛时捞出；去净毛，清水洗净，装盆加清汤上笼蒸至六七成烂时取出；从掌背剖开剔骨，再装盆加清汤、葱、姜、料酒、味精等原料蒸烂，即可供用。熊掌发制方法较多，此仅为一例。

【驼峰发制】 干料涨发。先将驼峰用清水泡至回软，

煮至能脱毛时取出，去毛洗净，放入容器中，加鸡汤、葱、姜、料酒蒸至七八成烂时，取出脆骨，再用鸡汤蒸烂供用。

【驼蹄发制】 干料涨发。驼蹄洗后，用水煮，勤换水，去净异味，再脱毛洗净，加汤上屉蒸至七八成烂时取出，去掉废料，剔出脆骨，再加鸡汤、葱、姜、料酒蒸烂备用。

【犴鼻发制】 干料涨发。先将犴鼻用热水烫透，脱毛，刮净外皮，再煮至七成烂时，剔出脆骨，加鸡汤、葱、姜、料酒上屉蒸烂备用。

【鹿尾发制】 干料涨发。先将鹿尾用温水泡软，煮至能脱毛时取出煺毛，漂洗干净，加鸡汤、葱、姜、料酒上屉蒸至七八成熟时，剔出脆骨，再加鸡汤蒸烂供用。

【鹿筋发制】 干料涨发。将鹿筋用木棒砸扁，洗净装盆，加水蒸至无硬心时，去掉残肉供用。

【鹿鞭发制】 干料涨发。先将鹿鞭反复用热水泡至回软，剥去皮膜，然后摘除输尿管，漂洗干净供用。

【燕窝发制】 干料涨发。燕窝置容器中，倒入沸水，盖严泡至回软捞出，放入清水碗中，用镊子择尽杂质和毛，撕开洗净。使用时，容器中加适量碱用开水冲溶，泡入燕窝(燕窝50克，加碱9克)盖好，约2～3分钟取出，再放入开水中盖好，待涨发至松散取出，随后放入清水中漂去碱液，再取出控净水分，即可供用。

【蹄筋发制】 也称“放蹄筋”。干料涨发。有油发、半油半水发、水发三种。油发，俗称武蹄筋，水发，俗称文蹄筋，半油半水发，俗称文武蹄筋。油发：用油汆透至涨发，再用热水浸泡回软而成。半油半水发：用油汆至回软，再用热水微煮或泡焖而成。水发：用水煮至涨透而成。

【放蹄筋】 即“蹄筋发制”。

【鱼翅发制】 干料涨发。鱼翅剪边后，用冷水泡软，再用沸水煮焖，然后煺沙、剔除腐肉，洗净后再经蒸烂而成。也有的直接用沸水焖发，再煺沙、除腐肉，然后放汤锅中加辅料(如鸡、鸭、火腿、猪肘、干贝)煮烂即成。

【海参发制】 干料涨发。有水发、半油发两种。水发：先用冷水浸泡回软，再换水在火上煮沸，然后离火泡焖至涨发，最后剖开摘除沙肠，用清水养透而成。半油发：先用油汆软，再用碱水洗去油腻，最后用沸水煮焖涨大，摘净沙肠即成。

【大乌参发制】 干料涨发。大乌参皮厚质老，应先用火燎焦外皮，再放水中浸泡，刮净黑皮，接着用水煮焖至涨发即成。参见“海参发制”。

【海茄发制】 干料涨发。参见“海参发制”。

【鲍鱼发制】 干料涨发。鲍鱼先放水中加热焖软，再加适量硼砂辅助涨发。发透后用水漂净而成。用硼砂发制的鲍鱼，饱满光亮，富于弹性，营养损失小。参见“燉鲍鱼”。

【燉鲍鱼】 干料涨发。干鲍鱼入沸水炖焖7～8小时，洗净，再入沸水煮沸，然后转入砂锅，与猪脚一起炖至软烂。

【鱼唇发制】 干料涨发。鱼唇用清水浸泡回软，再用水煮制、焖发，经去沙和去黑皮，再用沸水泡焖即成。也可加水上屉蒸烂。

【鱼骨发制】 干料涨发。先将鱼骨用温水洗净，拌以少许豆油，再上笼蒸软，然后用开水浸泡发透，至洁白无硬质时，即可供用。

【鱼皮发制】 干料涨发。鱼皮用小火煮制，刮净泥沙、腐肉，漂洗后加水上屉蒸烂即成。

【鱼肚发制】 干料涨发。有油发、水发两种。油发：将鱼肚用油汆透，使其涨发，再用沸水泡至回软，加碱漂洗，除去油分，再用温水反复漂去碱份即可。水发：将鱼肚放入开水浸泡回软，小火焖煮3～4小时，用温水洗一遍，换一次水，至其发透无粘性时，再用清水漂净即可供用。

【广肚发制】 干料涨发。先将广肚用冷水泡至回软，然后放水锅内煮沸片刻，捞出用冷水漂凉；再换水煮沸片刻，复用冷水漂凉，以此方法进行3～4次，涨透为止。

【小鱼肚发制】 干料涨发。小鱼肚不宜水发，需油发。先将其用热水洗净控干，下温油锅炸，见其起泡时，即离火听其在油中涨发，至里外发透为止。取出后用碱水去油，再用凉水漂净。

【干贝发制】 干料涨发。干贝去掉老筋，洗净，加汤和葱、姜、料酒等调料蒸烂至呈丝状，手能捏断即成。也可煮制。

【江瑶柱发制】 参见“干贝发制”。

【鱿鱼发制】 干料涨发。有碱灰发、石碱油发、碱面发多种。碱灰发：先放碱水中浸泡回软，取出，再用石灰掺水拌合，发制即成。石碱油发：碱面、豆油用沸水溶解，再放凉水搅匀，放入鱿鱼反复浸泡至涨透即成。碱面发：用开碱水反复浸泡涨透即成。无论用哪种方法，发透后，均须以清水反复漂洗去碱味，方可供用。

【龙鱼肠发制】 干料涨发。先用温水将鱼肠洗净，再用小火煮透，捞出放入容器中，加开水放在炉台上，保持一定温度，至以筷子挑起时发颤，手能捏透即成。

【乌鱼蛋发制】 干料涨发。乌鱼蛋或煮或蒸至涨透，然后剥去外皮，撕成片状即成。

【青螺肉发制】 干料涨发。青螺肉用温水泡透至涨发即成。

【海蛰发制】 干料涨发。发蛰头：先用冷水泡软后，改刀，再用七成热开水烫一下捞出即成。发蛰皮：先切丝，入冷水泡开，再用七成热开水烫一下即成。

【海红发制】 干料涨发。将海红用热水泡软，摘去足丝，洗净即成。

【海米发制】 干料涨发。用温水或热水涨发至软即成。

【海带发制】 干料涨发。将海带用冷水泡至涨大即成。因其含砷，泡发时，时间要长些，多换几次水为好。其表面的粉霜为甘露醇，倘需留用，可以先洗下澄取，然后泡发。

【干鱼发制】 干料涨发。干鱼洗净，加葱、姜、料酒等调料蒸熟即成。

【大虾干发制】 干料涨发。虾干洗净后，加水、葱、姜、料酒等，上屉蒸至回软即成。

【干蟹肉发制】 干料涨发。蟹肉洗净后，加水、葱、姜、料酒蒸至回软即成。

【裙边发制】 干料涨发。将裙边先用热水泡至回软，再换水煮透，刮掉黑皮，加鸡汤、葱、姜、料酒蒸透至无硬心即成。

【蚶干发制】 干料涨发。先用温水将蚶干泡软，洗净泥沙，再放入碱水中浸泡，至涨透后，再用清水漂净碱味即成。

【海螺干发制】 干料涨发。先用温水将螺干洗净，再换水用慢火煨煮，待回软时捞出，大者改成两片，并在两侧剞花刀，放水中加硼砂(海螺500克用硼砂75克)煨煮至涨透取出，用清水漂净即成。

【干银鱼发制】 干料涨发。将鱼干先用温水洗净，再加水蒸至回软即成。

【干猪皮发制】 也称“放响皮”。干料涨发。分油发、沙发、盐发等。油发：将猪皮用油汆至涨透，再用沸水泡软即成。沙发：将干猪皮改成小块，埋在炒热的沙中，加热焐焖至涨发，再用沸水泡软即成。盐发：将干猪皮改成小块，埋在炒热的盐中，加热焐焖至涨发，再用沸水泡软即成。其中以油发最为常用。

【放响皮】 即“干猪皮发制”。

【猴头蘑发制】 干料涨发。先用温水将猴头蘑泡至回软，洗净沙质，再换水(或加硼砂)煮至涨透，去掉根蒂和长毛即成。

【口蘑发制】 干料涨发。先用开水将口蘑略烫，刮洗根部泥沙，放温水中揉洗干净，泡口蘑的原汤经过滤，再将口蘑泡入至涨透即成。

【玉兰片发制】 干料涨发。将整玉兰片煮焖膨胀至软即成。或先切成片、丝等状，再用沸水泡焖即成。发制时，宜用泔水，可起增白作用。

【竹荪发制】 干料涨发。先将竹荪用温水洗净，再用热碱水搓洗2次，洗去陈色，复用温水洗净碱质，最后用冷水泡至回软涨透即可。

【发菜发制】 干料涨发。将发菜用冷水泡至涨透即成。

【银耳发制】 干料涨发。先将银耳入温水中浸泡涨发，再入笼蒸软即成。

【石花菜发制】 干料涨发。将石花菜先用冷水泡软，再用温热水泡发至透即成。水温不可过高，否则会发生溶胶现象。

【白果发制】 干料涨发。去壳的白果仁经水泡涨后，先用油汆去皮膜(或用开水烫)，加水蒸15分钟，再用开水汆一下，即可供用。

【干百合发制】 干料涨发。用冷水或温水泡涨，再煮熟即成。

【莲子发制】 干料涨发。先将莲子用加碱(莲子500克加碱25克)的水煮透后，再用竹刷刷去外皮，切去两端，捅掉莲心，用清水漂洗干净即成。

细 加 工

【细加工】 也称“精加工”。烹调工艺流程之一。初加工后的原料，再经刀工处理，切成各种所需的形状，或制成茸泥等的过程，称细加工。

【精加工】 即“细加工”。

【切配】 刀工和配菜的总称。切，指用各种刀法把不同的主辅料加工成各种形状。配，包括配料和配菜，指菜肴主配原料的搭配组合，即对每一菜肴的主配用料，从质、量、形、色(包括和器皿的配合)等几个主要方面进行选择组合。

【刀工】 一般指在细加工流程中，用刀的技术或工艺。

【刀法】 用刀的方法。即根据成菜的需要，将各种不同的原料，用刀加工成各种不同的形状。常用的刀法有切、片、剞、砍、斩、捶、剔、排、锲、剖、剁、削、剜、雕、刮等20余种。

【刀功】 指在切、片、砍、剞、削、锲以及其它各种刀法中，运刀的功力、熟练程度和工艺质量等所达到的水平。

【刀口】 即用刀加工原料成各种形状。常用的刀口类型有丝、片、丁、块、条、段、颗、粒、末、泥(茸)、卷等10余种。

【刀面】 指经改刀加工后的原料切口、切面部分。要求切面光滑、整齐、平顺等。

【刀路】 ①指运刀的功力。②刀在肉类筋络、骨骼间运行的线路。

【改刀】 即对原料或经过初加工的大料，进行刀工的再处理。

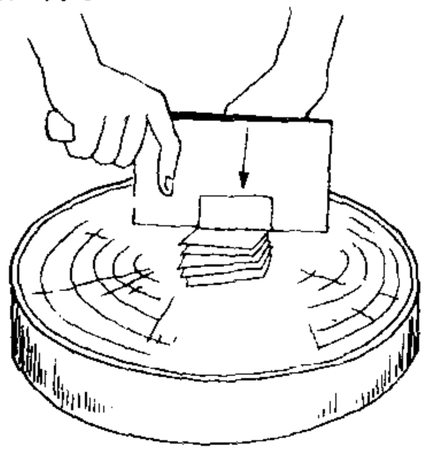
【伤刀】 在用刀改切原料时，出现失误，使规则的料形受到破坏，称伤刀。如大小、厚薄不匀；形状不一致，条块不整齐等。

【切】 俗称“企刀”。刀工技法之一。即用刀把原料分成所需要的若干部分。刀与所切的原料须保持垂直状态，着力点自上而下用力。一般是右手持刀，左手五指虚拢，用指头轻按原料，中指指背抵住刀壁，随着右手持刀不断切拉，左手应随之不断后移，每次后移距离相等，左右两手要有节奏地配合，使切出来的原料粗

细、厚薄一致。切的原料一般无骨。切法分“直切”、“推切”、“拉切”、“锯切”、“铡切”、“滚切”等。

【企刀】 广东一带对“切”的俗称。

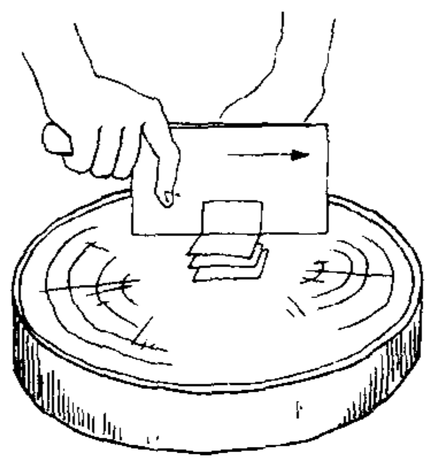
【直切】 也称“直刀切”、“跳切”。切法之一。对原料垂直下刀，不偏里偏外，运刀的频率比较快。一般用于较脆嫩的原料。如：冬笋；青笋；白菜；荸荠。


直切

【直刀切】 即“直切”。因切时刀须直立上下，故名。

【跳切】 即“直切”。因切时运用腕力使刀快速上下跳动，故名。

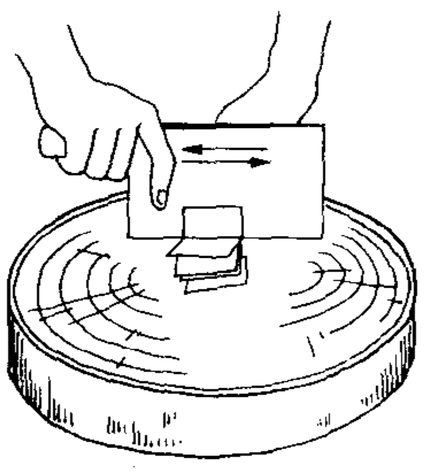
【推切】 切法之一。刀刃前部先接触所切原料，刀向前推动，着力点在刀刃的后端，一刀推切到底，切断原料。宜用于肉类以及较薄、较小的原料。


推切

【拉切】 也称“拖刀切”。切法之一。刀由前往后拉，刀刃的后端先接触原料，着力点在刀的前端，要一刀拉到底。适用于切韧性强、有筋膜的原料。

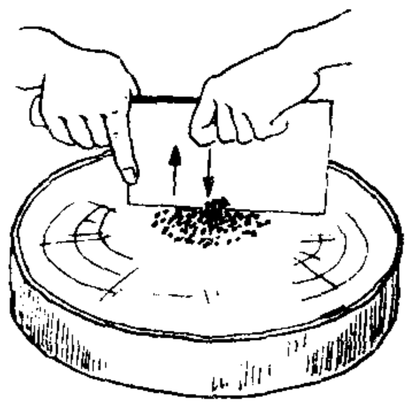
【拖刀切】 即“拉切”。

【锯切】 也称“推拉切”。切法之一。刀向前推切，然后再拉回切，一推一拉，如拉锯状。用力小，落刀慢。多用于质地较硬、有韧性的原料，或质地松散易碎的原料。如：火腿；熟肉；面包。

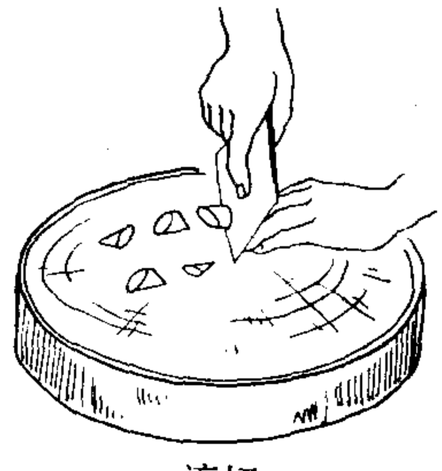

锯切

【推拉切】 即“锯切”。

【铡切】 切法之一。有两种方法：一种是一手握住刀背前端，一手执刀柄，使刀柄高于刀尖，先将刀按在原料上，然后向下压切。如铡切蟹壳等。另一种是左手按住刀背前端，右手握住刀柄，将刀垂直放在原料上，然后左右交替用力摇切，宜用于大块原料或冻肉等。


铡切

【滚切】 也称“转刀切”、“滚料切”。切法之一。一手滚动原料，一手持刀跟切，切一刀转动一次。切时要掌握一定的斜度。多用于切圆而脆的原料。如：茭白；萝卜；土豆；黄瓜。切时的斜度不同和原料的滚动快慢不一，滚切出的原料也会形状各异。如：菱形块；梳背块；滚刀块。


滚切

【转刀切】 即“滚切”。

【滚料切】 即“滚切”。

【拍刀切】 切法之一。用刀面将原料拍至松散，然后再切。多适用于质地脆嫩的原料。如：拍水萝卜；拍黄瓜；拍蒜肉。

【拨刀切】 切法之一。是一种防止原料堆于刀刃下发生重刀，破坏料形的切法，用直切或推切、拉切等切法切丝、条时，每刀均将刀刃往外拨一下，将切料拨开。

【披刀切】 切法之一。是一种防止原料粘刀的切法，用于切柔软而具粘性的原料。如：切肉片；切鱼片。每切一刀，将刀身向外平倒，并将粘于刀口上的料披刮于砧板上。

【片】 也称“批”。俗称“平刀”。刀工技法之一。将刀持平，横着或斜着向原料割进，使原料成为薄片。因原料有脆、硬、韧、松、软之别，片的方法又分“平刀片”、“推刀片”、“拉刀片”、“斜刀片”、“反刀片”、“滚刀片”、“抖刀片”等。

【批】 即“片”。

【平刀】 广东一带对“片”的俗称。

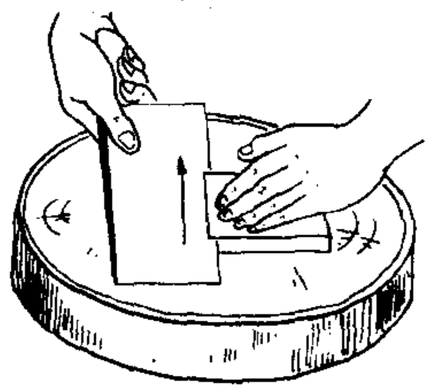
【平刀片】 也称“平批刀”、“平片”。片法之一。刀身放平，与砧板平行，刀刃中部入料，片时一刀到底，将原料片成片。如用豆腐干片干丝等。

【平批刀】 即“平刀片”。

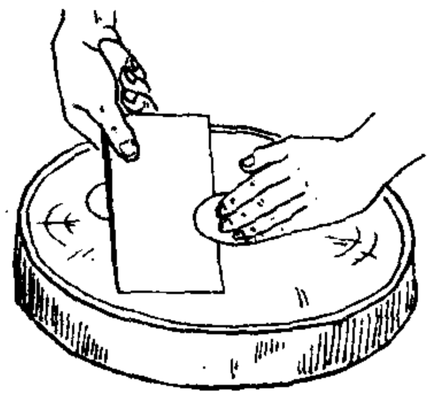
【平片】 即“平刀片”。

【推刀片】 片法之一。即一手手指按牢原料，一手持刀，将刀身放平，从原料底部一侧向另一侧与砧板平行，刀刃前部入料，边片边将刀向前推进，当刀片入原料时，应将按原料的手指微微翘起，用掌心抵住原料，直到片下一片原料。要求片得既薄又均匀。此法适用于较脆的原料。如：笋；茭白；玉兰片。

【拉刀片】 片法之一。即用一手手指按住原料，一手执刀，将刀身放平，与砧板平行，刀刃后部片入原料，边片边将刀向里侧拉进，便于将韧性原料的筋络拉断。如：拉片鸡肉。


拉刀片

【斜刀片】 也称“斜批刀”、“坡刀片”、“抹刀片”。片法之一。刀身与砧板成斜角，刀口向下，斜片原料。刀口向左、刀背向右斜片而下的为左斜力；刀口向右、刀背向左斜片而下


斜刀片

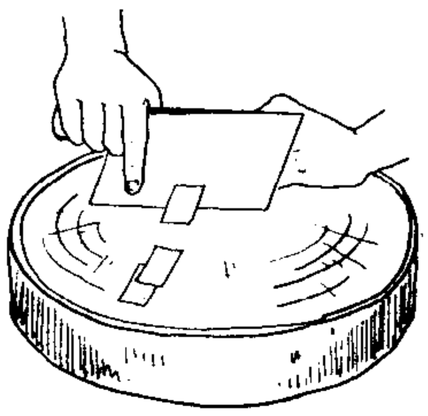
的为右斜刀。成品的厚薄、大小，以控制刀的斜度而定。适用于肉类等质地松软或易滑的原料。如：鱼肉；豆腐干；鱿鱼。

【斜批刀】 即“斜刀片”。

【坡刀片】 即“斜刀片”。

【抹刀片】 即“斜刀片”。

【反刀片】 片法之一。即一手按住原料，一手持刀，刀背向里，刀刃向外，使刀身倾斜，并用按原料的手的中指关节抵住刀身，使刀紧贴中指关节片进原料，每片下一片，按原料的手须向后移动一次，每次移动的距离须相等，使片下的原料厚薄一致。此法一般适用于质脆嫩的原料。如：玉兰片、萝卜；黄瓜；白菜。



反刀片

【抖刀片】 也称“摇刀片”。片法之一。平刀片时，刀刃向左推进中不停地上下抖动，使原料上下两面出现规则的细波纹。此法多用于具一定弹性的原料。如：皮冻；皮蛋。

【摇刀片】 即“抖刀片”。

【排】 刀工技法之一。指用刀跟、刀尖、刀刃或刀背在原料上作不规则排剞或敲砸，以使其纤维、筋络断离或将原料排展开。如加工生猪排、生鱼时，即用此法。排的方法又分“刀跟排”、“刀刃排”、“刀尖排”、“刀背排”等。

【刀跟排】 排法之一。即用刀刃后部在原料表面上轻轻排扎几刀或不规则地剞几刀，将原料筋络扎断或剞断，使其在烹调时不卷曲，又便于入味。如加工生猪排、生牛肉排、生虾排时须用此法。

【刀刃排】 排法之一。即用刀中刃部排扎(或剞)原料。与“刀跟排”相似。

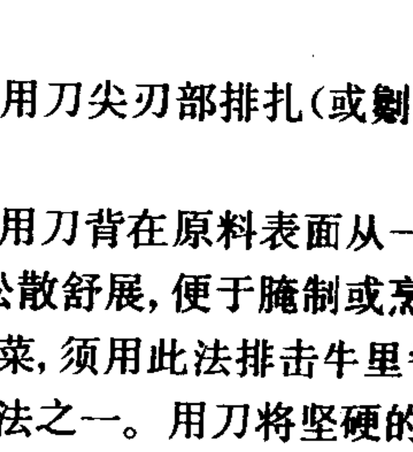
【刀尖排】 排法之一。即用刀尖刃部排扎(或剞)原料。与“刀跟排”相似。

【刀背排】 排法之一。即用刀背在原料表面从一侧至另一侧排击敲砸，使原料松散舒展，便于腌制或烹调时入味。如制洋葱牛里脊一菜，须用此法排击牛里脊。

【劈】 也称“砍”。刀工技法之一。用刀将坚硬的原料(多带骨)劈成两半或数块。劈时须一手扶稳原料，一手握紧刀柄前部，举刀要高，用力要大，下刀要猛而准。如：劈猪头。劈的方法又分“直刀劈”、“跟刀劈”、“拍刀劈”等。

【砍】 即“劈”。

【直刀劈】 劈法之一。砍刀对准原料的某一部位，将刀高高抬起，用力猛劈，力争一刀劈断。此法宜加工质硬、形体大的原料。如劈大块的冻肉、猪头等。



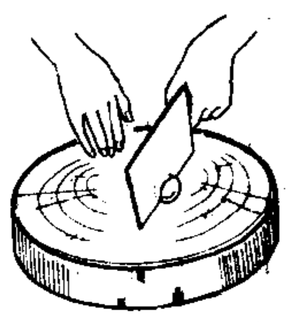
直刀劈

【跟刀劈】 劈法之一。将刀刃先切进所劈原料的适应部位上，再用刀带起原料，高高抬起，然后连料劈下。原料劈不断时，可连续劈，刀口不变，直至劈开。此法宜加工质硬、形体较小的原料。如：猪蹄；鱼头。



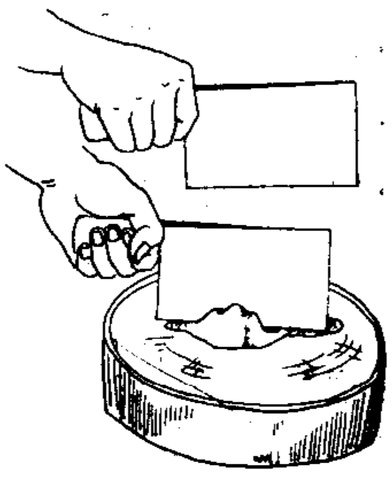
跟刀劈

【拍刀劈】 劈法之一。刀刃劈进原料后，未能劈透，此时并不起刀，而以左手后掌猛拍刀背，使至劈开。此法也用于成品加工。如盐水鸭、烧鸡等改刀时，常用此法。



拍刀劈

【剁】 俗称“斩”。刀工技法之一。指一手持刀或双手持双刀，连续地剁入原料中，使原料散碎。下刀有节奏，频率较快。如剁肉成泥供制肉丸之类即用剁法。剁的方法又分“粗剁”、“排剁”等。



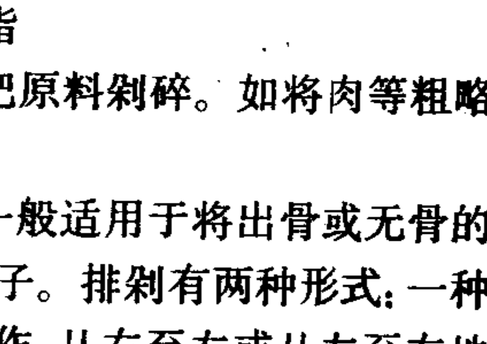
剁

【斩】 江苏一带对“剁”的俗称。

【粗剁】 剁法之一。指不受形状和规格限制地把原料剁碎。如将肉等粗略地剁成粗粒。

【排剁】 剁法之一。一般适用于将出骨或无骨的原料剁成茸，用以做馅或丸子。排剁有两种形式：一种是左右手各持一刀，同时操作，从右至左或从左至右地反复排剁，剁时两刀之间的距离以 3～4 指为宜。刀尖之间的距离应小于刀跟之间的距离；一种是用一把刀，轻而快地从右至左或从左至右一刀挨一刀的排剁。

【敲】 也称“捶”、“砸”、“背刀”。刀工技法之一。一般指用刀背将原料敲砸成泥茸状。如加工鸡泥、鱼泥等即用此法。



敲

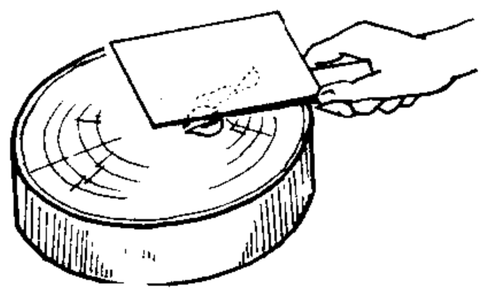
【捶】 即“敲”。

【砸】 即“敲”。

【背刀】 即“敲”。

【剷(chán禅)】 刀工技法之一。用刀跟或刀尖戳刺原料。常用在鸡腿、猪蹄筋上，密戳轻剷，但不剷断，使原料松弛平整，易于入味成熟。如烹制蹄燕、太白鸡、鱼

香八块鸡等，均需将蹄筋、鸡腿排松剞一遍。


拍

【拍】　俗称“剁”。刀工技法之一。指用刀面拍击原料。拍，要拍碎；不拍碎而只拍至起裂纹者称“筋”。拍时刀面须向里侧或向左、向右滑动一下，避免原料与刀面粘连。经拍击后的原料表面平滑，厚薄均匀或成散碎状（脆嫩的黄瓜、小水萝卜、青笋）。经拍过的原料便于腌渍入味，易于烹制成熟。如加工猪排、牛排时须用此刀法。

【剁(yǎn眼)】　河南一带对“拍”的俗称。

【筋】　见“拍”。

【剔】　刀工技法之一。即用刀将整只的鸡、鸭、鱼或肉类的骨骼剔除，或指从骨骼上剔下肉。

【刮】　刀工技法之一。用刀刃、刀背或其它专用工具刮去原料的皮。如：刮鱼鳞；刮冬瓜；刮丝瓜；刮土豆皮。

【剐】　刀工技法之一。常与剔法结合，作用在于使肉骨分离。如剐黄鳝，或对鸡、鱼等进行整料出骨。

【削】　刀工技法之一。分大刀（如菜刀）削和小刀（如水果刀）削。大刀削：一手拿住原料，一手持菜刀，刀背向里，刀刃向外地削去原料的皮。如削萝卜、青笋的皮等。小刀削：用果皮刀将土豆、冬笋等削成各种珠形或其它形状。

【旋】　刀工技法之一。旋与“削”相似，都是去掉原料的皮。但削下的皮碎或是长条形；而旋下的皮往往是旋转形。旋的方法又分“大刀旋”、“小刀旋”。大刀旋：用菜刀或柳刀将圆柱形的原料旋成厚薄一致的片。如旋黄瓜卷等。小刀旋：即用果皮刀将球形原料旋去皮。如旋土豆等。

【大刀旋】　见“旋”。

【小刀旋】　见“旋”。

【剜】　刀工技法之一。用菜刀或水果刀或羹勺等将原料剜空，以便瓤进各种馅心。如瓤蜜汁苹果、八宝瓤梨等菜，须用此刀法剜去苹果和梨的核与部分果肉。

【撬】　刀工技法之一。用刀尖或刀跟插入原料的缝隙中，使其撬开。如加工蛤蜊等带皮壳的原料即用此法。

【划】　刀工技法之一。用刀在原料表面划上不同角度的刀纹，以便烹制时入味，或划破细长动物原料的腹部，以便剔除骨头。如：划猪肝；划鳝鱼。

【割】　刀工技法之一。多指割大块无骨的肉。如：割酱肉块。

【剖】　刀工技法之一。将原料破开，或从中切开。如：剖西瓜；剖甲鱼腹。

【剞(jī机)】　也称“花刀”。俗称“锲”、“剉”。刀工技法之一。切、片等几种刀法的混合。即在原料上切出花纹，又不切断。下刀的深度应根据原料性质和用途而定，一般为原料厚度的3/5～4/5。常用于腰子、鱿鱼、墨鱼等原料，花纹有“麦穗花刀”、“蓑衣花刀”、“丁子花刀”、“梳子花刀”、“菊花花刀”等。刀法分“推刀剞”、“拉刀剞”、“直刀剞”三种。

【花刀】　即“剞”。因手法不同，有“核桃花刀”、“麦穗花刀”、“蓑衣花刀”、“回文刀”、“方字刀”等20余种。

【锲】　河南、山东一带对“剞”的俗称。

【剉】　四川一带对“剞”的俗称。


直刀剞

【直刀剞】　剞法之一。将刀垂直剞入原料中。多用于又软又脆的原料。如：剞兰花干；剞肉排。

【拉刀剞】　剞法之一。刀刃中间部分先剞入原料，再向后拉。如剞整条鱼时，即用拉刀剞，刀口成斜线形，均匀整齐。

【推刀剞】　剞法之一。刀背向里倾斜，刀刃向外，使刀斜着向外推进。此法适用于韧性原料。如肚头、鱿鱼、墨鱼等。

【核桃花刀】　也称“十字形花刀”、“钉子形花刀”。因经刀工处理后的原料如凹凸不平的核桃外壳，故名。制法为：在片形的原料表面剞横竖十字花刀，深度为原料厚度的4/5，再切成约2.6厘米见方的块，经烹调后基部卷缩，外面如钉子排列，似核桃形状。此刀法多用于加工质地脆嫩的原料。如油爆核桃腰块中的腰子即用此刀法。

【十字形花刀】　即“核桃花刀”。

【钉子形花刀】　即“核桃花刀”。

【佛手花刀】　花刀法之一。因经刀工处理后的原料再经烹调后形似佛手，故名。加工方法为：原料（如蛰皮）先切成带状，再切成梯形片，然后自宽的一端下刀切2/3，基部相连均匀地切四刀，形似手指。爆炒蛰皮中的蛰皮即用此刀法。如多切几刀，即为“梳子花刀”，又称“鱼鳃花刀”。

【梳子花刀】　见“佛手花刀”。

【鱼鳃花刀】　见“佛手花刀”。

【斜十字花刀】　花刀法之一。刀工如“核桃花刀”，但取斜形交叉剞刀，呈“⌘”形。多用于加工肉类、鱿鱼、墨鱼等原料。

【菊花花刀】　花刀法之一。因经刀工处理后的原料形似菊花，故名。制法为：在原料（原料较厚）的一面先剞成十字花刀，深度为原料厚度的4/5，再切成2.6厘米见方的块，经烹调后基部卷缩，花条伸张成菊花形状。如油爆菊花鸭胗中鸭胗、菊花青鱼中的青鱼块，即用此刀法。

【蓑衣花刀】　花刀法之一。因经刀工处理后的原料

形似蓑衣状，故名。制法为：在片形原料的表面先用直刀法剞成一条条平行均匀的直刀纹，再转一个角度，与直刀纹垂直，用斜刀片剞成均匀的斜刀纹，两种剞刀的刀深均为原料厚度的4/5，然后再改成长方形的块。经烹调后原料基部卷曲，花条纷披，形似蓑衣。如蓑衣萝卜即用此刀法。

【麦穗花刀】 花刀法之一。因经刀工处理后的原料形似麦穗，故名。制法为：在片形原料的表面剞成平行的斜刀纹。再转一个角度剞上直刀纹，两条刀纹相交成人字形；两种剞刀法的刀深均为原料厚度的4/5。然后再改刀成细长方形的块。经烹调后原料基部卷曲，外部成麦穗形。如爆炒麦穗腰花中的腰子，即用此刀法。如改刀切成象眼块，烹调后成荔枝形的，又称“荔枝花刀”。

【荔枝花刀】 见“麦穗花刀”。

【玉米花刀】 花刀法之一。指在原料一面横竖剞成小方粒，刀口较浅，约深2/5，再切成长方块，经水汆或油滑熟，卷起，呈玉米棒形。多用于质地脆嫩的原料。如：猪腰；鱿鱼。

【回文刀】 花刀法之一。多指用刀将猪肉块切成“回形”。如回文扣肉一菜中的扣肉即用此刀法。

【井字纹】 花刀法之一。指用刀在鲜蘑表面刻成“#”形，为花色菜用料。

【兰草花刀】 花刀法之一。指在整条鱼身两侧分别从左至右各剞一排细密的斜刀（刀口之间宽约 0.65 厘米）。深度须剞至鱼骨。如干煸鱼一菜，即用此刀法。

【蜈蚣花刀】 花刀法之一。将白菜嫩茎表面斜剞一排细密的刀痕，深度约为白菜嫩茎厚度的4/5，再切成约长 8.2 厘米的段，然后将段顺丝切成宽约 0.3 厘米的丝，放入清水中浸泡片刻，即成蜈蚣状。

【让指花刀】 花刀法之一。为红烧鱼一菜的专用刀法。将整鱼两侧从左至右各剞一排间隔约一手指的斜刀，深度须剞至鱼骨。

【棋盘花刀】 花刀法之一。在肉皮表面或鱼身两侧交叉剞成两排呈直角形的花纹，如棋盘形，既美化外形又便于入味。

【箭尾花刀】 花刀法之一。多指在鱼身两侧从左至右各剞一排斜刀，深度须剞至鱼骨，然后在中间沿着鱼主骨再划一刀，即成箭尾形。如清蒸鱼、油淋鱼等多用此刀法。

【虾子腰】 花刀法之一。因经刀工处理后的原料呈腰形，故名。长约 2.6 厘米，厚约 0.35 厘米，多用于质地脆嫩的蔬菜原料。如黄瓜、胡萝卜等。宜做配料。

【蚂蚱腿】 花刀法之一。因经刀工处理后的原料形如蚂蚱腿，故名。一端稍宽，呈弧形；一端较细。长约 5 厘米，厚约 0.4 厘米。多用于质地脆嫩的蔬菜原料。如黄瓜、胡萝卜、冬笋等。宜做配料。

【透窟花刀】 花刀法之一。指在小型原料（如鲍鱼、豆腐干）的两面分别从左至右各剞一排斜刀，厚度约为原料的3/5～4/5，既美化外形，又便于入味。

【偷刀法】 也称“内刀法”。刀工技法之一。剞原料的背面而不剞正面。其作用是使原料在烹调中便于入味。

【内刀法】 即“偷刀法”。

【雕刻】 刀工技法之一。在可供雕刻的原料上，雕刻出各类动、植物形象、图案花纹以及吉祥词语等，供作席面或菜肴装饰。有多种技法。如“平雕”、“凹雕”、“浮雕”、“圆雕”、“镂空”等。

【平雕】 雕刻方法之一。多将蔬菜原料（如黄瓜、胡萝卜等）修成长段，顺刻为花鸟或昆虫形状，然后切片而成。常用于花色拼盘，或作热菜配料。

【凹雕】 雕刻方法之一。在果蔬原料（如西瓜、南瓜、冬瓜等）的皮面上雕刻成各种阴纹图案，使图案的线条凹于原料表面。常用于冬瓜盅等的皮面雕刻。

【浮雕】 也称“凸雕”。雕刻方法之一。在果蔬原料（如西瓜、南瓜等）的皮面上雕刻成各种阳纹图案，使图案的线条凸于原料表面。常用于西瓜灯的皮面雕刻。

【凸雕】 即“浮雕”。

【圆雕】 也称“整雕”、“立体雕”。雕刻方法之一。将根类或果类蔬菜原料（如青萝卜、胡萝卜、黄瓜等）雕刻成立体的花、鸟、虫、兽等形象。如半身孔雀或牡丹、菊花等。

【整雕】 即“圆雕”。

【立体雕】 即“圆雕”。

【镂空】 雕刻方法之一。将根类或瓜类原料立体雕刻成型后，剜去中间部分，使其成中空，或将瓜盅的凹雕线条刻透，形成镂空花纹。有些镂空雕件，可在其中安置蜡烛或灯具。

【转刀刻】 雕刻技法。一手握小刀；一手转动原料，顺其圆弧，刻成各种花型的花瓣，并削去多余的部分，雕刻成花。如刻月季花等。

【挖刀刻】 雕刻技法。一手托着削成半球形的胚料；一手用刀在上面刻出花瓣形，复削去多余部分，最后刻成花。如削大丽花、菊花等。

【模具雕刻】 雕刻技法。即用白铁皮制成的各种象形模具（如梅花、柳叶、蝴蝶、羽毛等形状），用于扣压质地脆嫩的原料（如青笋、萝卜、土豆），使之成形。常用于冷、热菜的装饰。

【冰雕】 雕刻技法。用冰雕刻成各种鸟兽等物体形态，用于装饰席面。

【块】 原料的刀工形状之一。将原料切成块形，其大小、厚薄、形状等视配菜需要而定。有“寸块”、“瓦块”、“劈柴块”、“骨牌块”、“象眼块”、“斧头块”、“棋子块”、“滚刀块”、“瓜形块”、“扳指块”、“梳背块”、“吉庆块”等。

【寸块】 块类之一。将原料切成 3～4 厘米的方块。

多用于肉类。

【瓦块】 块类之一。因原料切成后形似青瓦，故名。常用于鱼类。

【劈柴块】 块类之一。使不规则的原料经刀工处理后成为基本一致的长方形块，长于骨牌块，形如劈好的木柴。

【骨牌块】 块类之一。原料切成形如骨牌大小的块，并比骨牌片厚。多用于蔬菜或熟食原料。如：黄瓜；冬笋；火腿；熟肉。宜烧菜用。

【象眼块】 也称“菱形块”、“斜方块”。块类之一。原料切成两头尖，中间宽的块，厚于象眼片，多用于植物性原料。大小可根据主料和盛器的大小而定。宜烧、焖菜用。

【菱形块】 即“象眼块”。

【斜方块】 即“象眼块”。

【斧头块】 块类之一。因原料切成斧头形状的块，故名。常用于鱼类原料。

【棋子块】 块类之一。因原料切成圆厚如棋子状的块，故名。多用于蔬菜类原料。

【滚刀块】 块类之一。多用于长圆形原料，边切边滚动原料，使其成不规则块。常用于萝卜、莴笋、冬笋等。

【瓜角块】 块类之一。原料多属圆形，因切时将西瓜切成瓜角的形状，故名。

【扳指块】 块类之一。用于猪大肠之类的中空的原料，将之切成约 1 厘米的段，因形似古时扳弓拉弦套于指上的扳指，故名。

【梳背块】 块类之一。因原料切成形似半圆形的木梳背，故名。烧制鱼块时多用此刀法。

【吉庆块】 块类之一。原料切成如“凸”块形。一般先切成方块，再改刀成形。如果在方块四角先刻上花纹，再改刀成形的，又称“花吉庆”。多用于萝卜、黄瓜等植物性原料。

【花吉庆】 见“吉庆块”。

【条】 原料的刀工形状之一。即将动植物原料切成条状。肉类多制熟后再切。粗细、长短视菜肴需要而定。如熟肉条、肚条、鸭条等。条分“一指条”、“筷子条”、“象牙条”、“凤尾条”、“眉毛条”、“麦穗条”、“寸金条”等。

【一指条】 也称“一字条”、“指头条”。条类之一。将原料切成如手指形的条状。分“大一指条”、“小一指条”两种规格。大一指条：指 6 厘米长，1.3～1.6 厘米见方的条状原料。小一指条：指 5 厘米长，1～1.1 厘米见方的条状原料。动植物原料均可应用。如：兔糕；鸡糕；萝卜；肉。

【一字条】 即“一指条”。

【指头条】 即“一指条”。

【大一指条】 见“一指条”。

【小一指条】 见“一指条”。

【筷子条】 也称“筷子头”。条类之一。因将原料切成形如方筷子的形状，故名。常用于脆性植物原料。如：莴笋；菜头。

【筷子头】 即“筷子条”。

【象牙条】 条类之一。将原料切成截面呈三角形的长条。加工时，先切成厚片，再切成三棱形条。常用于植物性原料。如：冬笋；莴笋。

【凤尾条】 也称“凤尾形”。条类之一。指经反刀斜刮再交叉直刮后成条状的原料。运刀加工后，交叉刀纹应互相垂直，所谓“三刀三叶凤点头”，即为：直刀刮二刀，第三刀断纤，并且每刀要将原料前端 1/3 断开，使原料受热收缩后形如凤凰三条尾，条长 6.5～10 厘米。适用于动物性原料的加工。如：猪腰。

【凤尾形】 即“凤尾条”。

【眉毛条】 也称“眉毛形”。条类之一。指经反刀斜刮再交叉直刮后成条状的原料。运刀加工后，原料厚度、进刀深度、刮刀距离均与凤尾条相同，但在直刮时每刀不将前端断开，改条较凤尾形短，一般为 6.6 厘米长。适用于动物性原料的加工。如：猪腰。

【眉毛形】 即“眉毛条”。

【麦穗条】 条类之一。因原料经交叉反刀斜刮成条状，受热收缩后又形如麦穗，故名。多用于韧性强，收缩性大的动物性原料的加工。如：猪肚；鱿鱼。

【寸金条】 条类之一。原料切成 3 厘米左右的小条。

【片】 原料的刀工形状之一。将动植物原料按不同的刀工要求，经切、片、削等方法加工成形态各异、大小、薄厚不等的片状。如：猪肉片；虾片；鱼片；冬笋片。形状有“骨牌片”、“牛舌片”、“斧楞片”、“鱼鳃片”、“火夹片”、“灯影片”、“梳子片”、“月牙片”等。

【骨牌片】 片类之一。因形如骨牌，故名。分“大骨牌片”、“小骨牌片”两种。大骨牌片规格为：长 6～6.6 厘米，宽约 2～3 厘米，厚度为 0.3～0.5 厘米。小骨牌片规格为：长 4.6～5 厘米，宽 1.6～2 厘米，厚度为 0.3～0.5 厘米。制片多用动植物原料。如：萝卜；莴笋；火腿。

【大骨牌片】 见“骨牌片”。

【小骨牌片】 见“骨牌片”。

【牛舌片】 俗称“刨花片”。片类之一。一般指厚度约 0.08 厘米左右，宽约 3 厘米，长约 14 厘米的片。因片薄而长，经清水泡后自然卷曲，形如牛舌或刨花，故名。多用于嫩脆植物性原料。如：莴笋；萝卜。

【刨花片】 四川一带对“牛舌片”的俗称。

【斧楞片】 也称“斧头片”。片类之一。指 4～10 厘米长，横截面为平行四边形的片。因上厚、下薄，形如斧头，故名。如：海参片；叉烧肉。

【斧头片】 即“斧楞片”。

【鱼鳃片】 片类之一。指经直刀刮后，再拉刀斜刮 3～5 刀而成形的片状原料。因形如鱼鳃，故名。多用于质地嫩脆的动物性原料。如：猪腰；猪肚头。

【火夹片】 也称“火链片”、“夹刀片”。俗称“双飞片”、“蝴蝶片”。片类之一。指两片相连的片状原料。刀工处理时，采用推刀切或锯刀切，第一刀不切断，第二刀切断。原料成形后，可以是长方片或圆片形。动植物性原料均可。如制作夹沙肉的连皮肥膘肉及茄夹、藕夹等。

【火链片】 即“火夹片”。

【夹刀片】 即“火夹片”。

【双飞片】 广东一带对“火夹片”的俗称。

【蝴蝶片】 广东一带对“火夹片”的俗称。

【灯影片】 俗称“大薄片”。片类之一。指长约 10 厘米，宽 5～6.6 厘米，厚 0.1～0.2 厘米的薄片。多用植物性原料制片。如：红苕、白萝卜。也有用少数动物性原料制片的。如：灯影牛肉片。

【大薄片】 四川一带对“灯影片”的俗称。

【梳子片】 片类之一。因刀工处理后的原料形状如半圆形的木梳，故名。多用于植物性原料加工成片。

【月牙片】 片类之一。因刀工处理后的原料形如月牙，故名。多用于植物性原料加工成形。

【象眼片】 也称“菱形片”。片类之一。因刀工处理后的原料形似象眼，故名。斜径约 2.3 厘米，厚约 0.5 厘米。多用于火腿或植物性原料。

【菱形片】 即“象眼片”。

【柳叶片】 片类之一。因刀工处理后的原料形如柳叶，故名。长约 5～6 厘米，宽约 1.3 厘米，厚约 0.3～0.5 厘米。因原料不同，切的方法也各异。

【指甲片】 片类之一。因刀工处理后的原料形如指甲，故名。约 0.65 厘米见方，厚约 0.16 厘米。动植物性原料均可切制。如做主料的鸡肉、虾肉；做配料的荸荠、冬笋等。

【雪花片】 片类之一。因刀工处理后的原料形如雪片，故名。约 1.6 厘米见方，厚约 0.16 厘米。多用于火腿或植物性原料。

【卧刀片】 也称“坡刀片”。片类之一。多用于质地柔韧的小型原料。如猪腰、海参、鲍鱼等。操作时，一手按住原料，一手执刀，刀背向外，使刀身呈坡斜状片下去，片成的原料呈斜茬片状。

【坡刀片】 即“卧刀片”。

【韭菜片】 片类之一。指经刀工处理后的原料形如宽韭菜叶段，故名。是片类中最窄的一种。多用于植物性原料。如：火腿。

【凤眼片】 片类之一。因刀工处理后的原料形如凤凰眼，故名。一端呈弧形，一端尖形。长约 3.3 厘米，厚约 0.16 厘米。多用于脆性植物原料。

【蝴蝶萝卜片】 片类之一。将红、白萝卜顺长剖开，刻成蝴蝶形的长条，再横刀切片。宜做糖醋萝卜或烤鸭码。

【甘笋花】 片类之一。将胡萝卜外面刻出各种图形，再横刀切片。

【笋花】 片类之一。将笋面刻成各种图形，再横切成片。

【丝】 原料的刀工形状之一。将动植物性原料按规定的刀工要求，先片成薄片（或直刀切片），再按要求切成长短、粗细不等的丝状。如：牛肉丝；海带丝；蛰皮丝。丝分“头粗丝”、“二粗丝”、“银针丝”、“牛毛丝”、“牙签丝”、“火柴丝”、“麦杆丝”等。

【头粗丝】 丝类之一。指最粗的丝。长约 8 厘米，粗约 0.6 厘米。如：莴笋丝；鱼丝；鸡丝。

【二粗丝】 俗称“香棍丝”。丝类之一。粗度次于头粗丝。长约 8 厘米左右、粗约 0.3 厘米。如：肉丝；白肉丝；兔肉丝；萝卜丝。

【香棍丝】 四川一带对“二粗丝”的俗称。

【火柴丝】 也称“细丝”、“三粗丝”、“麻线丝”。丝类之一。因刀工处理后的原料形如火柴杆，故名。多用于熟制原料的切制。如：熟鸡丝；熟火腿丝；熟肉丝。

【细丝】 即“火柴丝”。

【三粗丝】 即“火柴丝”。

【麻线丝】 即“火柴丝”。

【牛毛丝】 丝类之一。因刀工处理后的原料形如牛毛状，故名。常用于加工肉类原料。原料改刀后经蒸、煮至熟后，须用手撕成丝。

【牙签丝】 丝类之一。因刀工处理后的原料形似牙签，故名。长约 6.5 厘米，一头稍粗，一头稍细。宜做馅或烩菜原料。

【帘门杆丝】 丝类之一。因刀工处理后的原料如帘门杆形，即细条状，故名。多用于质地脆嫩的植物性原料。如：黄瓜；冬笋；胡萝卜。

【麦杆丝】 丝类之一。因刀工处理后的原料如截断的麦杆形状，故名。多用于生肉类原料。如：牛肉丝；猪外脊丝。

【拉玛丝】 丝类之一。即较粗而又不很讲究规格的丝。

【丁】 原料的刀工形状之一。指将动植物性原料加工成大、小不等的正方形的形状。如：鸡丁；牛肉丁；火腿丁；黄瓜丁。丁分“骰子丁”、“绿豆丁”等。

【骰子丁】 也称“色子丁”。丁类之一。因形如骰子，故名。其成形约 0.65～1 厘米见方。多用于加工熟品原料。如火腿、鸭肉、白肉等原料。

【色子丁】 即“骰子丁”。

【绿豆丁】 丁类之一。因刀工处理后的原料形如绿豆状小方丁，故名。多用于火腿、冬笋、胡萝卜等原料。

【粒】 也称“颗”。原料的刀工形状之一。小型立体正方形，比丁小，比米大，切法与丁相同。如：冬笋粒；火腿粒。

【颗】 即“粒”。

【米】 俗称“松”。原料的刀工形状之一。将动植物

性原料先片薄，再切细，最后切成米状。一般比粒小，比末大。如：鸡米；姜米；葱米。

【松】　广东一带对“米”的俗称。

【末】　原料的刀工形状之一。一般小于米状。如：葱末；姜末。

【茸】　也称“泥”。俗称“蓉”、“胶”、“腻子”、“糊”、“糁”。原料的刀工形状之一。将精选的原料（如猪里脊、鸡脯肉）去筋膜后，切碎，再剁成茸泥状。如：鱼茸；鸡茸；肉茸。

【泥】　即“茸”。如：青豆泥；山药泥；鸡泥；鱼泥。

【蓉】　广东一带对“茸”的俗称。

【胶】　广东一带对“茸”的俗称。如：鱼胶；虾胶。

【腻子】　北京一带对“茸”的俗称。

【糊】　河南一带对“茸”的俗称。

【糁】　四川一带对“茸”的俗称。有鸡糁、鱼糁、肉糁、虾糁、豆腐糁、兔糁等。

【珠】　①原料的刀工形状之一。多将植物性原料按要求，经削、切、旋等方法制成如算盘珠的形状。如：胡萝卜珠；土豆珠。②细加工的一种。将鸽蛋或鹌鹑蛋煮熟、剥壳后（也有再用油炸制的）充当“珠”，再同其它原料烹制菜肴。

【球】　原料的刀工形状之一。比丁大。球的边角多是三角形，而丁的边角多是四方形。因性能及其受热后的变态不同，故切的方法也不一样。如制肉类球时，剞花纹要比丁细密。制鲈鱼、生鱼球时则要切略长，不用剞花纹。

【段】　俗称“度”。原料的刀工形状之一。通常用于处理长条状原料，按其大小，分斩成若干段，长短视需要而定。如：芹菜段；葱段；蒜苔段。

【度】　广东一带对“段”的俗称。

【脯】　原料的刀工形状之一。扁薄而长，多是平刀片出，大小与片相似，但比片厚，最薄不低于3毫米，视需要而定。

【花】　原料的刀工形状之一。一般分两类：一类是以葱作原料，切细，称葱花；一类是将原料刻成花鸟形状，统称为“花”。其大小厚薄没有一定的标准。多做装饰用。

【绞馅】　细加工方法。将肉类原料用绞肉机绞制成馅。用途较广，可做各种生、熟馅料，或制各类小丸子。如：炸丸子；汆丸子。或制肉饼等。

【擦泥】　细加工方法。指经过初加工的原料在粗糙物面上（如石磨等）擦成泥状。如：擦藕泥。

【压泥】　细加工方法。指将软粉质原料压成泥状。有生压、熟压两种。生压，如压香蕉泥。熟压，如压马铃薯泥、压甘薯泥、压芋泥、压枣泥等。

【制茸】　俗称“搅泥子”、“制缔”。细加工方法。一般将色浅、味鲜、质细嫩的动物性原料经剁细捶茸，加蛋清、水、盐、淀粉、味精等调味（有的不加调味），向同一方向搅至起胶上劲即成。有鸡茸、鱼茸、虾茸、肉茸等，进而用以制作丸、球、饼等成型菜，或作多种工艺菜的瓤料。

【搅泥子】　北方一带对“制茸”的俗称。

【制缔】　江苏一带对“制茸”的俗称。有“斩碎为茸，搅劲为缔”之说。分“硬缔”、“软缔”、“嫩缔”三种。

【硬缔】　原料斩成茸泥后，加鸡蛋清搅劲称硬缔。可用制炸虾球等，口感较挺。

【软缔】　原料斩成茸泥后加半发蛋糊搅劲称软缔。可用制瓢儿鸽蛋等，口感较软。

【嫩缔】　原料斩成茸泥后，加全发蛋糊搅劲称嫩缔。可用制香炸云雾等，口感软嫩。

【制糁】　也称“打糁”、“搅糁”。制糁时，菜墩上可垫生猪肉皮。搅糁时，按一水、二油、三蛋、四盐、五豆粉的顺序下料，至搅匀上劲，成品达到色白、发亮、细嫩、入水不沉、不散为标准。

【打糁】　即“制糁”。

【搅糁】　即“制糁”。

【蒙】　细加工方法。四川饮食行业指将打好的糁粘裹在鲜菜心等原料上。操作时，糁要稀稠适度，下锅前蒙上不变形，受热后质松，泡嫩。蒙制菜品的原料，多选用鲜嫩色绿的时令蔬菜或菌类。

【肉茸】　也称“肉料子”、“肉泥”。俗称“肉糁”。细加工方法。用猪通脊肉（或猪里脊肉）制成细泥。制时，可配适量猪肥膘肉一起轻轻斩细，再用刀背捶砸成茸，然后用鸡蛋清、水、盐、淀粉、料酒、味精等搅匀（往一个方向搅动）上劲即成。

【肉料子】　即“肉茸”。

【肉泥】　即“肉茸”。

【肉糁】　四川一带对“肉茸”的俗称。

【鸡脑】　细加工方法。将鸡脯肉制成细茸，掺入鸡蛋清中搅匀，用白油炒成白嫩的脑状供用。

【鸡茸】　也称“鸡料子”、“鸡泥”。俗称“鸡缔”、“鸡糁”。细加工方法。鸡里脊肉刮去白筋，轻轻斩细，再用刀背捶砸成茸（也可配适量猪膘肉一起砸制），然后加鸡蛋清、水、盐、淀粉、味精等搅拌成粥状即成。宜制工艺菜。

【鸡料子】　即“鸡茸”。

【鸡泥】　即“鸡茸”。

【鸡缔】　江苏一带对“鸡茸”的俗称。

【鸡糁】　四川一带对“鸡茸”的俗称。

【鸡糊】　细加工方法。鸡脯肉去掉白筋，制成茸，再过箩，并用清汤和调味品澥开，如糊状。可用制各种精致菜品。

【鸡米】　细加工方法。将鸡的嫩肉切成如米粒状的小细丁。

【鸡八块】　细加工方法。将一只整仔鸡分解为脖、左翼、右翼、左侧脯、右侧脯、背脊、左腿、右腿等八块。

【盘鸡】 细加工方法。将整鸡的左翅自脖下刀口插入，翅尖由嘴内侧伸出，别在鸡背上；将鸡的右翅同样地别在鸡背上。再把两腿骨砸断，交叉将两爪塞入鸡腹内即成。

【鱼茸】 也称“鱼料子”、“鱼泥”。俗称“鱼缔”、“鱼糁”、“鱼胶”。细加工方法。制时，先将鱼肉中的白筋刮去，再用刀刃轻轻斩细，最后用刀背捶砸成茸(也有同猪膘肉一同砸制成茸的)，加适量鸡蛋清(也可以不加)、猪油(或花生油)、水、盐、料酒、淀粉、味精搅匀即成。

【鱼料子】 即“鱼茸”。

【鱼泥】 即“鱼茸”。

【鱼缔】 江苏一带对“鱼茸”的俗称。

【鱼糁】 四川一带对“鱼茸”的俗称。

【鱼胶】 广东一带对“鱼茸”的俗称。

【鱼青】 细加工方法。将鲩鱼等片成两爿，肉面向上，用刀由尾向头刮取肉泥，至红肌即止，压干水份，加精盐、味精(也可加碱或苏打)，搅拌起劲即成。见于广东。

【鱼米】 细加工方法。净鱼肉切成如米状的细粒即成。

【腌大虾生肉】 细加工方法。生虾肉洗净，用洁布挤干水份，加精盐、淀粉、鸡蛋清、味精拌匀，放入冰箱中冷藏3～4个小时即成。

【虾茸】 也称“虾料子”、“虾泥”。俗称“虾缔”“虾胶”、“虾糁”。细加工方法。将净虾肉斩细，捶茸，边捶边加适量的清水(也可用猪膘肉一起捶砸)；然后加鸡蛋清、猪油、水、盐、淀粉、味精拌匀，往一个方向搅至上劲即成。宜做虾球或瓤料。

【虾料子】 即“虾茸”。

【虾泥】 即“虾茸”。

【虾缔】 江苏一带对“虾茸”的俗称。

【虾胶】 广东一带对“虾茸”的俗称。制作时须加冻肥膘粒，而不加鸡蛋清。

【虾糁】 四川一带对“虾茸”的俗称。

【面包托】 细加工方法。咸味面包去皮，用铁模具压成圆形、方形、菱形等状，再顶刀切薄片即成。常用于做各种茸料或改刀原料的底托。

【豆腐泥】 细加工方法。为豆腐捣成的泥。多供制丸子。也可以加调料拌匀后食用。

【制生菜】 细加工方法。鲜嫩蔬菜切成细丝，浸入冷开水，食时捞出，拧干水份，拌入糖醋味汁即成。多用作软炸、酥炸类菜肴的配料。

【白菜墩】 细加工方法。取白菜心头部切成墩状，经调味品腌制即成。

【茄夹】 细加工方法。嫩茄去皮，切成夹刀片即成。是炸茄盒、瓤扒茄盒等菜的专用料。

【茄船】 细加工方法。选用个头小的嫩茄子，去皮，顺长一剖两半，挖去内瓤，成船形即成。可供瓤馅做菜。

【藕夹】 细加工方法。将藕段切片，并且每两片在一端稍有连接不切断，以便在两片间夹入瓤料，制作藕夹式菜肴。

【青椒盅】 细加工方法。选大小相同的鲜青椒洗净去蒂、籽、筋，用沸水焯一下即捞出，冷水投凉，再稍加调味品入味即成。用于瓤制熟馅料或素馅料。

【黄瓜盅】 细加工方法。选较细而匀称的黄瓜切段，挖去瓤，成为筒形，再用调味品腌入味即成。用以瓤什锦素馅。多做冷菜用。

【瓜盅】 细加工方法。选大小适中的西瓜、南瓜、冬瓜、香瓜，切下顶端作盖，掏尽瓜瓤，并在盖和皮上雕出花纹图案，用以盛装菜肴。

【苹果盅】 细加工方法。选大小相同的苹果，去皮，留蒂，再切去连蒂处的一端做盖，挖去核及少许果肉，成为盅形，可瓤豆沙、八宝饭、什锦果脯等馅料做甜菜。

【梨瓤】 细加工方法。梨去皮，切成两半，挖去核及少许梨肉，成瓤形，用以瓤馅。多做甜菜。

【梨罐】 细加工方法。梨去皮，从一端或侧面开一小口掏去核及部分梨肉，装入瓤料即成。

【地瓜墩】 细加工方法。地瓜去皮，削成墩状，用清水漂净，经油炸或煮半熟后即成。

【香菇托】 细加工方法。选大小相同的水发香菇，去蒂，经沸水焯后，用调味品腌至入味即成。菌褶处可瓤入各种茸泥馅料烹制成菜。

【油菜松】 细加工方法。选用鲜绿嫩油菜叶，顶刀切细丝，经温油炸酥成松状即成。多作菜肴配料。

【白菜松】 细加工方法。选用鲜嫩白菜叶，顶刀切细丝，经温油炸制即成。多作菜肴配料。

【芹叶松】 细加工方法。选用鲜嫩芹菜叶(不改刀)经温油炸制即成。多作菜肴配料或点缀料。

【菠菜松】 细加工方法。选用鲜绿菠菜叶，切细丝，经温油炸制即成。多用做菜肴配料或点缀料。

【土豆松】 细加工方法。土豆去皮，切细丝，用热油炸至金黄色成松状时即成。多作炸类菜肴的配料。

【土豆丝巢】 细加工方法。土豆切丝，略上浆，制成鸟巢状(或用模具)过油炸制，供作盛装菜肴之用。

【制洗沙】 细加工方法。绿豆煮烂后，捞出去壳，挤压成泥，过丝箩，待浆沉淀后，滗去水，入油锅炒干水气，返沙加糖即成。此法所制豆沙，细腻质高。也有将绿豆煮烂挤压成泥后，直接下油锅炒干水气返沙加糖而成的，此法简便一些，但质量不如前法。

【翻沙】 也称“出沙”。细加工方法。指含淀粉质的豆、茎、根类原料经熟制后加工成泥，再入锅用油翻炒，至脱水、散酥，呈沙糯状即成。

【出沙】 即“翻沙”。

【豌豆泥】 细加工方法。鲜豌豆煮烂，去皮，制成泥，再过箩而成。多做甜菜用。

【土豆泥】 细加工方法。土豆蒸烂，去皮，捣成泥，加

调料拌匀即成。多用做菜肴点缀品。使用时，可装入花嘴子中挤出各种花纹图案。也可将土豆泥拌入面粉，制作面食。

【山药泥】 细加工方法。山药蒸烂，去皮，捣成泥即成。多供制甜菜用。

【甘薯泥】 细加工方法。甘薯煮熟去筋、皮，压制成泥，供作面食馅料，或调入面粉制作食品。或供制菜肴。

【胡萝卜泥】 细加工方法。胡萝卜去皮，蒸烂后，捣成泥，加淀粉和调味品拌匀即成。可制丸子。

【菜泥】 细加工方法。叶菜连茎焯水（或不焯水）后，细斩成茸泥状，多用作馅心，或用以制作菜泥粥供儿童、病人食用。

【菠菜泥】 细加工方法。选鲜嫩菠菜叶，煮烂捣成泥状，可供制菜肴，也可拌入稀饭作婴幼儿食品，或作绿色色素。

【彩珠】 细加工方法。有荤、素两种：荤用调味的鱼泥加食用色素制成红、黄、白三色珠状，用于菜的围边。素用胡萝卜、土豆、青萝卜等削成珠状，用于菜的点缀或围边。

【绣球】 细加工方法。用调味的茸泥（如鸡茸、虾茸、肉茸等）制成丸子状，然后与冬菇丝、火腿丝、冬笋丝、鸡蛋皮丝、油菜叶丝等拌在一起，成为绣球形状即可。

【萝卜珠】 细加工方法。胡萝卜去皮，削成算盘珠形即可。用于菜肴的配料。

【萝卜丸】 细加工方法。用特制的圆凹形刀，插入去皮的萝卜里，一转即成一个丸状，即可。多作菜肴配料。

【素八宝】 细加工方法。根据制菜的需要，可将8种素食原料，如冬笋、冬菇、豌豆、胡萝卜、油菜、黄花菜、木耳、口蘑等，切成末、粒或丁状即成。多用做馅料。

【百花馅】 细加工方法。（水发）冬菇、火腿、香菜、葱白等切米粒状，放入已制好的虾胶中，加味精、精盐、胡椒粉搅匀即成。

【百果糖料】 细加工方法。将蜜枣、红瓜、核桃肉、金桔脯、糖佛手、蜜饯青梅等切细丁，加松子仁、葡萄干、糖桂花拌匀即成。多用于甜菜馅料。

【八果料】 细加工方法。制作菜点所用的8种干果料。因时间、地域不同，干果品种也不尽相同。一般为红枣、莲子、核桃仁、青梅、山楂糕、白果、百合、葡萄干等，切丁后加白糖、糖桂花拌匀即成。

【配菜】 指菜肴主配料的选择和搭配。一般按质、量、形、色、器等方面进行组配。配质，要按用料的质地、味道、性能等予以搭配，如软配软、脆配脆、浓配清等。配量，要注意主配料的用量适宜。配色，有顺配、岔配、杂配等。配形，如丁配丁、丝配丝、块配块等。配器，按菜形来选用不同的形状、色泽的盛器。还需注意到荤素搭配、营养组合等因素。

【生配】 菜肴烹制之前，将生料配搭成菜称生配。

【熟配】 原料加工成熟后，再进行组配成菜。常用于凉菜、冷盘。

【主配料】 指菜肴原料的组合。有主、次之分，主要原料即“主料”；次要原料即“配料”。如三丝鱼翅一菜，鱼翅为主料；鸡丝、海参丝、火腿丝则为配料。

【主料】 菜肴或食品中占主要地位的原料。参见“主配料”。

【配料】 也称“辅料”、“副料”、“配头”。俗称“料头”、“改宾俏”。指菜肴或食品主料以外的配衬用料和矫味、配味料等。参见“主配料”。不同的菜肴有不同的配料。配料分“单配料”、“双配料”、“常年配料”、“内配料”、“外配料”，“大配头”、“小配头”等多种。

【辅料】 即“配料”。

【副料】 即“配料”。

【配头】 即“配料”。

【料头】 广东一带对“配料”的俗称。

【改宾俏】 四川一带对“配料”的俗称。

【单配料】 配料的一种。指菜肴的配料只用一种。

【双配料】 配料的一种。指菜肴的配料由两种组成。

【常年配料】 配料的一种。指所用的配料不受季节限制，全年适用。多为干制、腌制或罐头原料。如：木耳；玉兰片；青豆；香菇；火腿；海米。

【四季配料】 配料的一种。指根据季节的变化而组成的配料。如爆里脊丝一菜，春天多用韭菜；夏天多用蒜苔；秋天多用茭白；冬天多用豌豆苗。

【内配料】 配料的一种。指掺在原料内部的配料。外表看不到它的存在，而食时能品出它的味道。多制成丁、粒、米、茸、泥等。如干炸丸子里的葱末、姜末；清蒸丸子里的荸荠丁等。

【外配料】 配料的一种。指与主料搭配的可见配料。有的还以此形成菜肴的名称。如用虾籽作配料与海参同烧，称虾籽烧海参。

【外带配料】 配料的一种。根据菜肴的口味特点以及食者习俗，另外随菜上桌的配料。如吃螃蟹时外带姜米、香醋；吃肴肉时，外带芽姜丝、香醋等。

【五柳料】 配料的一种。制作五柳鱼等菜时的专用配料。各地有所不同。广东的五柳鲩鱼所用料，由瓜英、锦菜、红姜、白酸姜、酸荠头制成。江苏的五柳青鱼所用料，由冬菇、鲜笋、酱生姜、酱瓜、红辣椒制成。

【菜码】 俗称“菜沫”、“面码”。配料的一种。加在面条之上的原料。如：绿豆芽；黄瓜丝；萝卜丝；香椿芽末。

【菜沫】 东北一带对“菜码”的俗称。

【面码】 河南一带对“菜码”的俗称。

【大配料】 俗称“大宾俏”。配料的一种。①指菜肴主料以外的配衬用料。如蔬菜、果品、豆类等。包括用荤料作的配料。也有的泛指包括矫味等料在内的一切配料。②河南一带主要指改刀成大型条、块的配料。

【大宾俏】 四川一带对“大配料”的俗称。

【味料】 菜肴配料中主要用于矫味、配味、调味的原

料。如葱、姜、蒜等。也泛指一切调味原料。

【小配料】 也称“小料子”。俗称“小宾俏”。配料的一种。①主要指用于矫味、配味的葱、姜、蒜、辣椒等，有的地方包括调味料在内。②河南一带称将配料改刀成小型(丝不过3厘米，片不过2厘米，丁不过1厘米)者为小配料。

【小料子】 即“小配料”。

【小宾俏】 四川一带对“小配料”的俗称。

【大佐料】 天津一带饮食行业对细姜丝、凤眼蒜片、蛾眉葱丝的称呼。

【整葱】 俗称“长葱”。味料名称。指去根、剥皮、洗净的葱。宜用于蒸、烧多量质地较老的原料。

【长葱】 广东一带对“整葱”的俗称。

【葱条】 味料名称。多用葱茎切制而成，一般长于葱段。

【葱段】 也称“寸节葱”、“寸葱”。俗称“葱度”、“葱节”。味料名称。取葱顺茎(或剖开后)切段而成。一般长3~3.5厘米。多用于葱烧海参等菜。

【寸葱】 即“葱段”。

【寸节葱】 即“葱段”。

【葱度】 广东一带对“葱段”的俗称。

【葱节】 广东潮州一带对“葱段”的俗称。

【葱结】 味料名称。将整葱打结。用于红烧鱼、红烧肉等菜肴。

【葱榄】 味料名称。广东一带称两端各斜切一刀，形似橄榄的葱为葱榄。

【葱管】 味料名称。干葱管。其管中可装花椒粉，扎口，供煮汤、煨菜用。

【马耳葱】 也称“马耳朵葱”。味料名称。葱段斜切长约3~3.5厘米的段，因形似马耳，故名。用于炒、爆、熘等菜肴。

【马耳朵葱】 即“马耳葱”。

【马蹄葱】 也称“长葱段”。味料名称。用粗或中粗葱切成6.5~8厘米长的段，适用于葱烧、干烧等菜。或指粗葱段先剖开，再斜切葱片，因形似马蹄，故名。

【长葱段】 即“马蹄葱”。

【马牙葱】 味料名称。葱茎剖开，切1.2~1.5厘米长段，因形似马牙，故名。

【弹子葱】 也称“葱弹子”。俗称“磉墩葱”。味料名称。粗或中粗葱茎切成1~1.5厘米的长段，常用作配丁形菜。

【葱弹子】 即“弹子葱”。

【磉墩葱】 四川一带对“弹子葱”的俗称。因其形似磉墩，故名。

【鱼眼葱】 也称“颗子葱”、“葱颗”、“葱丁”。俗称“葱珠”。味料名称。细葱切成小颗粒，一般长约0.3~0.5厘米，因断面形似鱼眼，故名。

【颗子葱】 即“鱼眼葱”。

【葱颗】 即“鱼眼葱”。

【葱丁】 即“鱼眼葱”。

【葱珠】 广东潮州一带对“鱼眼葱”的俗称。

【瓦块葱】 味料名称。用章邱大葱的葱白切段，再一切两半，因呈瓦块形，故名。

【葱丝】 味料名称。葱茎切段，再剖开，顺长切丝即成。常用于冷菜装饰性拌料。

【葱球】 味料名称。将葱白切长约1厘米的段，再在两端纵横各剞8刀，使两端松散翻转成球状。常用于冷菜装饰性拌料。

【菊花葱】 也称“开花葱”。味料名称。葱茎先切成长约6.5厘米的段，再从葱段的截面一端下刀，顺丝划出6~8条刀口(长度约6厘米)，放清水中浸泡片刻，即成。常用于炸、烤类菜肴的葱酱味碟或冷菜装饰拌料。

【开花葱】 即“菊花葱”。

【葱花】 味料名称。葱剖开，切成小段，用时揉开。炝锅时用。

【葱末】 也称“葱米”。味料名称。葱剁切成米粒状，用于制馅或炝锅时用。或用于调拌菜肴。

【葱米】 即“葱末”。

【葱泥】 也称“葱茸”。味料名称。葱茎切细末再捣烂即成。宜做味碟，或拌制冷菜。

【葱茸】 即“葱泥”。

【姜块】 也称“拍姜”。俗称“姜件”。味料名称。鲜姜洗净，削皮轻拍(大的切为两截)即成。宜用于烧煨肉块、鸡块、鸭块及鱼等。

【拍姜】 即“姜块”。

【姜件】 广东一带对“姜块”的俗称。

【大姜】 味料名称。整姜一破两片，轻拍一下，称大姜。

【姜丝】 味料名称。鲜姜洗净，削皮切寸余长细丝即成。江苏一带用芽姜切丝作“烫干丝”或“肴肉”的配料。

【姜片】 味料名称。鲜姜洗净，削皮，斜刀切稍厚片，多用于蒸鱼、蒸鸡等菜。

【姜末】 也称“姜米”。味料名称。姜切成细于米的小粒。宜用于馅料，或制菜炝锅时用。

【姜米】 即“姜末”。

【姜花】 味料名称。鲜姜去皮，削去边角，在截面刻各种动植物形象，然后横切成片即成。有树叶姜花、蝴蝶姜花等形状。供作菜肴装饰拌料。

【姜茸】 味料名称。细于姜末。呈茸状，宜做味碟或拌制冷菜用。

【酱姜芽末】 味料名称。嫩生姜在甜面酱中腌透后，剁细末即成。

【蒜片】 味料名称。即蒜瓣切成薄片。使用较广。

【蒜泥】 也称“蒜糊”、“蒜茸”。味料名称。蒜瓣拍碎再捣制即成。宜做味碟，或拌制冷菜。

【蒜糊】 即“蒜泥”。

【蒜茸】 即“蒜泥”。

【蒜花】 味料名称。青蒜切碎揉散，用之洒于冷热菜上，供调味起香用。

【道士蒜苗】 也称“道士帽”、“跟头蒜苗”。味料名称。青蒜去蒜叶，先立刀解入蒜苗1/2处，再用平刀伸入约0.5厘米，再切断，用同样方法两次套切成两头尖、中间连的形状，因形如两个相连的道士帽，故名。用于菜肴装饰拌料。

【道士帽】 即“道士蒜苗”。

【跟头蒜苗】 即“道士蒜苗”。因其站立不住，故名。

【葱油泥】 味料名称。将葱白与猪板油共同剁成泥即成。

【葱椒】 味料名称。先将花椒用料酒泡软后，和葱、姜一起剁碎再砸成泥，然后放小坛内盖紧。用时取出。

【葱椒泥】 味料名称。将花椒拍扁，加葱白末剁成细泥，剁时，徐徐滴入料酒少许即成。

【椒麻】 味料名称。生花椒粒洗净，放沸水中泡至水凉时，捞出，剁成细末，再用芝麻油泡上即成。

【椒盐】 味料名称。花椒入锅中炒出香味至酥，再入盐炒，研细即成。

【葱油】 味料名称。香葱或圆葱切细末，入八成热油锅中，待油滚，改用微火，视葱发黄时，加入红酱油以微火续熬至稠即成。

【姜葱油】 味料名称。取鸡油或鸭油、猪油入炒勺，在旺火上烧热后，放入葱丝、姜片，炸呈金黄色后，捞出渣滓即成。

【材料油】 味料名称。由花椒、八角、葱、姜放入热油内熏制而成。一般用作熘、炒菜的明油。

【豆瓣油】 味料名称。将四川郫县豆瓣剁细，置油锅内以八成热油温煸出香味，至油呈红色起锅，晾凉而成。一般用于蘸食或拌食的调料。

【豆瓣油辣椒】 味料名称。豆瓣辣酱（用郫县豆瓣为最好）剁细，和辣椒面拌匀。菜油烧沸后舀入盆中稍冷一会儿，入豆瓣辣酱和辣椒面搅匀即成。

【苏造料】 味料名称。以砂仁、丁香、白芷、三柰、甘草等料（均等数量），共磨成碎末即成。用于菜肴增香。如：苏造丸子；苏造肉。

【胭脂糖】 味料名称。白糖加少许胭脂，用手搓匀，呈淡红色即成。

【椒盐五香粉】 味料名称。食盐入锅炒至爆跳，取出掺入五香粉和少许味精，拌和即成。

【红油】 味料名称。制法：①用牛角辣椒去蒂去籽，入锅中以少许植物油微火焙焦，取出舂细过筛，用烧沸的植物油倾入盛器内，入内装米饭团及拍破了的老姜、青葱布袋，待油稍冷，便下辣椒粉拌匀，再入紫草令油浸呈暗红色，取出布包及紫草即成。放置1～2日后使用，味更鲜香。②辣椒去蒂去籽，入锅中以少许植物油微火炕干，取出舂作小块。植物油烧沸后移微火上，放老姜、肥母鸡肉和少许紫草浸炸后取出，将油倾入盛器，再放芝麻。待油温稍降，加辣椒搅匀即成。③也有用红色胡萝卜加油烧制而成的。无辣味，只供配色用。

【配菜加工法】 用于菜料的加工，使之在形态上具有一定艺术美感。常用方法有：“捆扎法”、“包卷法”、“填瓤法”、“托泥法”、“叠摞法”、“排摆法”、“垫底法”、“镶嵌法”等。

【捆扎法】 配菜加工法。有“冷菜捆扎”、“热菜捆扎”两种。

【冷菜捆扎】 捆扎法之一。先用布将原料包成卷状，再用绳捆扎，烹制成菜后解开，改刀供用。也有不用布而直接用绳捆扎的。如制卷肘、卷鸡、卷鸭、卷素鸡等。

【热菜捆扎】 捆扎法之一。制作象形类菜肴即采用。如柴把鸡、柴把鸭等，多用四川芽菜、海带丝、黄花菜等捆扎主配料成菜。

【包卷法】 配菜加工法。将切制，并经调味的丝、末、茸、泥等细小原料，用菜叶、鸡蛋皮或片薄的各类肉片包卷成各种形状后，再进行烹制。

【填瓤法】 配菜加工法。指将动植物性原料内部的内脏、骨、刺、瓤、核等剔去或挖去，填入由其他原料制成的馅品，然后再烹制。

【托泥法】 配菜加工法。指用面包、鱼肚、冬笋等原料加工成不同形状的薄片做底托，上面抹匀经调味的各种茸泥状原料（如虾茸、鱼茸、鸡茸），茸泥面上或挂层蛋泡糊，或用黑芝麻、火腿末、香菜叶加以点缀，然后再烹制。

【叠摞法】 配菜加工法。多把不同颜色的原料加工成片、条，或方形、圆形，间隔地叠摞在一起，中间涂抹一些虾茸、鱼泥等糊状的粘性原料，使其粘连一起，然后烹制。

【排摆法】 配菜加工法。将原料切制刀口均匀，并整齐地排摆在盘内，然后再烹制。

【垫底法】 配菜加工法。主料、配料分别烹调制作，以配料垫底，主料盛盖于上，常见于民间。如红烧肉丸下垫炒茼蒿；炒鸡蛋下垫炒韭菜等。也用于扣菜。此法偶也用于筵席。

【镶嵌法】 配菜加工法。在主料上镶嵌配料。如麒麟桂鱼菜，先在治净的鳜鱼两侧各剞花刀若干，在刀口内嵌入火腿、冬菇、冬笋等片，然后再行烹制。

【顺菜】 配菜时的一道工序。将经过加工的原料，按规格、数量切配后，有顺序地交与临灶厨师烹制，这个过程称顺菜。

初步热处理与半成品加工

【初步热处理】 也称“初步热加工”。指原料在正式

烹制之前，根据不同目的和要求所进行的“水锅”、“油锅”、“蒸锅”等的热处理过程。

【初步热加工】 即“初步热处理”。

【水锅】 将洗涤治净的原料放在水锅中加热，至半熟或将熟的程度时，供进行再加工。水锅有“冷水锅”、“热水锅”两种。

【冷水锅】 水锅的一种。原料与冷水同时下锅，水沸后将原料略滚一下即取出。加热中，原料须翻动几次，以使其受热均匀。

【热水锅】 水锅的一种。将原料下入沸水或沸汤中汆烫一下，立即取出。汆烫须恰当掌握时间，以防使原料汆过头，以致荤料老韧；蔬菜熟烂，不利进一步加工。

【油锅】 将成形的原料入油锅中炸后再行烹制。过油时须注意油温，大料或较老的料或原料少时，油温可略低些；料多时油温可略高些。

【蒸锅】 也称“屉蒸”。一些经改刀后的韧性原料或要求造型完美的原料，需先蒸至熟烂，然后供进行再加工。如香酥鸭的鸭须进行预蒸。

【屉蒸】 即“蒸锅”。

【焯】 也称“出水”、“飞水”、“汆”、“烫”、“浸”。俗称“紧”、“笊”、“焅”、“汩”、“炟”、“掸”、“渡”。初步热处理方法。荤素原料治净后，投入沸水或沸汤中煮至一定熟度(或略微一煮)，去除异味，供进一步加工。焯时要火旺、水沸、水量大，并依原料大小、老嫩程度，掌握焯制的时间，另外还须撇尽浮沫，保持原料清洁。

【出水】 即“焯”。

【飞水】 即“焯”。

【汆】 即“焯”。

【漫】 即“焯”。

【烫】 即“焯”。

【紧】 东北一带对“焯”的俗称。

【笊】 河南一带对“焯”的俗称。

【掸】 河南一带对“焯”的俗称。

【渡】 山东一带对“焯”的俗称。

【汩】 四川一带对“焯”的俗称。

【炟】 广东一带对“焯”的俗称。

【焅】 广东潮州一带对“焯”的俗称。

【煞】 初步热处理方法。①将原料放入开水或开汤中，加盐和料酒，待沸撇沫后捞出。目的是除原料的异味、浮油和水份。②加工成形的、含水份多的蔬菜，在烹制前，先用适量的盐拌腌，煞出部分水份。有“汤煞”、“水煞”两种。煞海产品原料时，用汤煞。煞蔬菜时，用水煞。③俗称“杀”。

【杀】 见“煞”。

【汤煞】 见“煞”。

【水煞】 见“煞”。

【过】 初步热处理方法。菜肴烹制前，将原料或半成品放在焯瓢中，舀沸水或沸汤淋几次。以进一步除去原料中的异味或半成品所沾附的油腻。

【泖】 初步热处理方法。经过初步加工的原料或半成品放入沸水中浴一下，称泖。目的是提高温度、增加味道。有的地方称“蘸”，用于菜心，使其缩身致软、起明发亮、色泽鲜艳。

【蘸】 见“泖”。

【冲】 初步热处理方法。将治净的原料盛入器皿中，用开水或热汤向其冲浇，边冲边流去。如用香椿头时，即须先用开水冲一下。

【冒】 初步热处理方法。指将已冷的丝、片、块等小型熟料盛在焯瓢或漏勺内，入沸水中起落几次，使其致热。

【紧皮】 也称“烫皮”。初步热处理方法。将原料入沸水锅中微煮或微烫，使其表皮紧缩、伸展后，再行制作。多用于家禽类的原料。

【烫皮】 即“紧皮”。

【出坯】 初步热处理方法。指将需烧烤的原料经煮烫或漂过，使其成为半成品。

【喂】 初步热处理方法。指菜品烹制前，将原料或半成品先用鲜汤汆1～2次，再用有味的沸汤泡起，使其入味。适宜于本身鲜味较差而又不宜久烹的原料。如：海参。

【走红】 也称“红锅”。初步热处理方法。将鸡、鸭等大块的肉放入调好色、味的汤锅中，使其上色入味，至七八成熟时出锅供用。走红的汤汁配制是用烧开的汤加入桂皮、大料、花椒、葱、姜、酱油、盐、糖、红糟水，使汤变成深枣红色，味咸、鲜、香。

【红锅】 即“走红”。

【滑】 初步热处理方法。将丝、片状原料入温油或沸水锅中加热至熟，供进一步烹调应用。多用于鸡、鱼、猪精肉等原料，可使颜色白净，质地滑嫩。分“油滑”、“水滑”两种。

【水滑】 滑的一种。将丝、片等原料码味后挂蛋清芡，入沸水锅中略烫一阵，用筷子轻轻拨散，水再沸时捞出，多用作汤菜的半成品。烫时须旺火、多水。

【油滑】 也称“滑油”、“划油”、“过油”、“跑油”。俗称“棱油锅”、“走捞”。滑的一种。常用于爆炒和熘一类的肉品。操作时，原料切细，多作丁、丝或片状。上浆时，油量要大，多于原料一倍，油温视需要而定，下锅后滑散至近熟即止。

【滑油】 即“油滑”。

【划油】 即“油滑”。

【过油】 即“油滑”。

【跑油】 即“油滑”。

【棱油锅】 四川一带对“油滑”的俗称。

【走捞】 广东潮州一带对“油滑”的俗称。

【嘘】 初步热处理方法。即摊蛋皮时，蛋皮摊入锅中见熟后，将摊锅口朝下，用火烘烘蛋皮表面，倒烘之际，

应用手勺略挡一下，以防掉落炉中。

【回笼】 初步热处理方法。将晾冷的蒸菜重新放入笼内，用旺火蒸透。

【哈】 初步热处理方法。指菜肴临上席之前短时间的回笼加热。根据菜肴所需要的火候，又分"哈透"、"哈一下"两种。哈透，加热时间长，火力大。多用于成品较厚、冷却度大的菜品。哈一下，加热时间短，稍热即可。多用于薄而鲜嫩或冷却度小的菜品。

【哈透】 见"哈"。

【哈一下】 见"哈"。

【馏】 俗称"馏笼"。初步热处理方法。即用蒸汽将已熟的食品，重新回热。

【馏笼】 四川一带对"馏"的俗称。

【回勺】 也称"回锅"。初步热处理方法。指菜肴制成后，因故放置冷却，重倒锅内加温，使之热透。

【回锅】 即"回勺"。

【半成品加工】 将原料进行炸、蒸、卤、煮等方法处理后（或作其他加工成形）以供成菜时应用，称半成品加工。

【走油】 半成品加工。①多用于炸制猪方肉、猪肘等大块原料。操作时原料先经出水，然后放入油锅中炸制，以除去部分油脂，增加原料的色泽和香味。操作的关键是，原料下锅前要揩干水份，油温高、油量大，原料下锅时皮朝下，并盖上锅盖，以避免油水飞溅。②广东一带称用旺油将原料调味上粉后，炸至酥脆、全熟为走油。

【大过油】 半成品加工。一般指用旺火热油，快速炸制，焦嫩香脆，为大过油。常用于菜肴。

【泡油】 半成品加工。广东一带称将调味、上粉的原料入五成油温的油锅中，浸炸至九成熟至全熟时即出锅，为泡油。

【拉油】 半成品加工。①一般指将不须上浆和挂糊的鲜嫩蔬菜（如白菜片、茭白段）改刀后，用温油浸炸至半熟，使之除去水气，以便于下一步烹制。②广东一带称将已调味、上粉的原料入三成油温的油锅中，浸炸至熟而软滑洁白，为拉油。

【油激】 俗称"促"。半成品加工。将油烧至八九成热时，下原料一过即出锅称油激。

【促】 山东一带对"油激"的俗称。

【兑】 半成品加工。为使将炸制的原料受热一致，故下油锅时须一次下入，成熟后又须一次捞出的方法称兑。

【摊】 半成品加工。多用于经加工处理的茸糊状或流态的原料。操作时用小火，不用油或微用油，以不粘锅为度，先将锅烤热或烫热，再用手提起，舀原料下锅摊成薄而大的片，一熟即提起。

【煸】 半成品加工。指将泥、末状的原料放入锅中，加油，用中火炒干水份，或炒出颜色，炒出香味。如：煸肉末；煸豆瓣。

【飞】 半成品加工。用温油将面粉或甜面酱炒熟，再加所需的汤汁或调料。

【飞面】 半成品加工。勺置火上，加底油（净白猪油），油稍热时，下入精面粉迅速搅散，随即添汤冲匀即成。宜用于白扒或奶汤类菜肴的制作。起增白作用，使汤色如乳。

【飞酱】 半成品加工。勺置火上，加底油，油热时，下入适量面酱炒透至熟，然后再加其他调料或汤。宜用于酱汁鱼等菜肴。起增加酱香味的作用。

【蒸鱼翅】 半成品加工。发好的鱼翅经煨沙、去腐肉、去翅骨和漂洗干净后，加鸡汤和调味品蒸至酥烂即成。

【煨鱼翅】 半成品加工。发好的鱼翅经煨沙、去腐肉、去翅骨和漂洗干净后，排列整齐，用沙布包住，放入汤锅中，加猪肘、火腿、鸡、鸭、干贝等煨烂即成。

【煨海参】 半成品加工。水发海参在烹制前，先用汤、料酒、葱段、姜片等煮制片刻，捞出，倒掉汤水，以去异味，然后再进行烹制。

【熟肉胚】 半成品加工。猪肋肉去掉肋骨切成大方块煮熟。用于回锅肉等菜肴。

【扣肉胚】 半成品加工。猪腰部肉去肘骨，斩成大方块，紧烫后，煮熟，趁热在皮面上抹层糖色，随后下热油锅炸至皮面起泡，呈老红色时捞出，即成。用作扣肉、砂锅扣肉等菜肴。

【炸酥肉】 半成品加工。猪五花肉或泡泡肉，裹稀稠适当的全蛋豆粉糊在六七成热油中炸制。供菜肴应用。

【糖冰肉】 也称"糖炙肉"。俗称"糖肉"。半成品加工。猪肥肉切片，加精盐、白糖、汾酒拌匀，腌2小时即成。为制做甜菜的用料。

【糖炙肉】 即"糖冰肉"。

【糖肉】 广东潮州一带对"糖冰肉"的俗称。

【搭火】 俗称"打一伙"。半成品加工。将制成茸糊状的原料放入笼内进行短时间的蒸制，使之半熟、或刚熟、或定型。

【打一伙】 四川一带对"搭火"的俗称。

【制肉圆】 半成品加工。一般用猪肉剁碎加葱末、姜米、鸡蛋、淀粉、盐、味精、料酒、水等调匀，制成圆形，裹层蛋液，入热油中炸透呈金黄色时即成。用作烧二元、四喜丸子等菜肴。

【煎肉饼】 半成品加工。将猪肉剁碎加鸡蛋、水、盐、葱末、姜米、淀粉、味精、料酒搅匀，先搏成丸，入油锅后再压成茶杯口大小的饼状，煎至两面金黄、熟透即成。是叉烧肉饼的用料。

【炸卷】 半成品加工。猪肉、鱼肉等剁烂，再加剁烂的鱿鱼、熟笋，下干葛粉、味精、精盐调味搅匀成馅料，然后把腐皮铺开，卷入调好的馅料，成圆条形，再切段，用热油炸熟呈黄色时即成。供作菜肴原料。

【皮冻】 也称"高汤冻子"。半成品加工。用猪肉皮在高汤内煮烂后，将肉皮取出，汤冷凝即成。用于制罐汤丸子的馅料。

【高汤冻子】 即"皮冻"。

【鸡峰肉】 半成品加工。鸡胸脯两侧的肉去皮，煮熟，切丝即成。

【鸡肫球】 半成品加工。将鸡肫收拾干净后，剞成花刀，经热油炸后卷成带有花纹的球状。宜用于爆类菜。

【熟鸡皮】 半成品加工。选较大的光鸡，煮至六成熟，捞出，撕下鸡皮，即成。可作炒、拌等菜的原料。

【亮坯】 也称"晾皮"。半成品加工。是出坯后的一道工序。鸡、鸭、乳猪等煮烫至紧皮后，马上提起，趁热抹上一层薄薄的红酱油、料酒和饴糖，再放在通风处，使之上色收干。

【晾皮】 即"亮坯"。

【炸整鱼】 也称"炸全鱼"。半成品加工。整鱼去腮、鳞、内脏，洗净后，两面剞成花刀，用旺油炸至表皮发硬，呈金黄色时即成。可贮存备用。多供做红烧、干烧等类菜用。

【炸全鱼】 即"炸整鱼"。

【炸鱼中段】 也称"炸中段"。半成品加工。选鱼的中段，两面剞花刀，经旺油炸至表皮发硬，呈金黄色时即成。可贮存备用。多做红烧、干烧、红焖等类菜肴。

【炸中段】 即"炸鱼中段"。

【鱼仁】 半成品加工。净鱼肉切成菱形小块，沾匀面粉，挂层薄糊，炸制而成。可用制糖醋鱼仁等菜。

【虾圆】 半成品加工。净虾肉制茸后，加鸡蛋清、猪油、水淀粉、盐、味精、葱末、姜米等搅匀上劲，挤成丸子，入热油炸熟呈金黄色时即成。可做烧三鲜等菜。如果采用煎法，将其压饼后即成"虾饼"。

【虾饼】 见"虾圆"。

【虾丝】 半成品加工。净虾肉制茸后，加精盐、绿豆粉搅至粘稠并上劲，拍干绿豆粉制成挺实的方块，入沸水内烫熟(水不宜大沸)，捞出，再用冷水投凉，切丝即成。可做清炒虾丝等菜。

【虾球】 半成品加工。对虾去头、皮、须、尾和脊部的沙线，在脊背处划上三刀，用沸水或热油加热至熟即呈球状。可做熘虾球等菜。

【圆鸡蛋丝】 也称"阴蛋丝"。半成品加工。将母鸡腹内未成蛋的黄卵，扎孔，挤在微沸水中，烫熟成丝状即成。

【阴蛋丝】 即"圆鸡蛋丝"。

【甩袖】 也称"飞果"。半成品加工。将打散的鸡蛋液淋于沸汤内，呈薄而长的片状时即成。可供制汤菜。

【飞果】 即"甩袖"。

【百合蛋】 半成品加工。即鸡蛋煮熟后，冷水浸冷，剥壳，去蛋黄留蛋白。多用于工艺菜的辅料。

【锯齿花蛋】 也称"菊花蛋"。半成品加工。将煮熟的鸡蛋剥壳后，在中部或上端用小刀切成锯齿形花纹，再断开，使熟鸡蛋的剖面呈锯齿状。多用做冷、热菜肴的配料。

【菊花蛋】 即"锯齿花蛋"。

【虎眼蛋】 也称"龙眼蛋"。半成品加工。煮熟的鸡蛋剥壳后，顺切两半，去掉蛋黄，瓤入肉馅，再蒸制而成。因形同虎眼，故名。

【龙眼蛋】 即"虎眼蛋"。

【老糕】 也称"鸡蛋糕"。半成品加工。鸡蛋打散，加适量料酒、精盐、味精、湿淀粉调匀后，上屉用小火蒸熟即成。用途较广。多用于花色冷盘的配料。也可切成丝、片、丁等，做热菜的配料。

【鸡蛋糕】 即"老糕"。

【熟蛋瓣】 半成品加工。煮熟的鸡蛋剥壳后，顺切两半，去掉蛋黄，再把两半鸡蛋清各切成 2～3 瓣。宜同其它原料搭配，制成菜肴。

【蛋皮】 半成品加工。鸡蛋打散，加适量精盐和湿淀粉调匀后，投入抹了一层油的热油锅(或勺)中，摊成煎饼状薄圆片。其用途较广，可做馅料的皮面，也可切成丝、片、条、末等做菜肴的配料。

【压蛋皮】 半成品加工。将摊好的鸡蛋皮根据制菜需要，用铁模具压成各种形状。如圆形、梅花形、三角形、椭圆形等供用。

【蛋块】 半成品加工。生鸡蛋加适量精盐和湿淀粉搅匀后，用油勺摊成一分厚的圆片，再切成象眼块或长方块，可供制拔丝白果等菜。

【蛋松】 半成品加工。鸡蛋打散，加调味品和湿淀粉后，用净刷或细眼漏勺淋入温油锅内，炸成蓬松的细丝状，可供做冷菜或热菜的配料。

【蛋黄末】 半成品加工。煮熟的鸡蛋黄，再经捣碎而成。多做肴馔的配料或点缀。

【蛋皮丝】 半成品加工。将摊好的鸡蛋皮切成细丝而成。多用做菜肴的配料。

【羹匙鸽蛋】 半成品加工。将羹匙抹匀一层油，把生鸽蛋破壳放入，上面用火腿末、香菜叶点缀，上屉用小火蒸熟而成。供作清汤鸽蛋等菜肴。

【兰花鸽蛋】 半成品加工。将鸽蛋磕入兰花形模具中，经蒸制即成。多作汤菜或配料用。

【豆腐丸】 半成品加工。豆腐捣成茸，加淀粉和调料拌匀，挤成丸子，经热油炸制而成。可供做烧豆腐丸子等菜。

【锅烙豆腐】 半成品加工。豆腐切长条，贴在抹过油的平锅上，用小火烘烤，至四面呈金黄色时即成。

【豆腐盒】 也称"镜箱"。半成品加工。豆腐切成方块，入热油炸至表皮呈金黄色时，捞出切去一端，挖空内瓤，用于瓤馅，可供做一品豆腐等菜。

【镜箱】 即"豆腐盒"。

【摊罗粉】 也称"摊粉皮"、"旋拉皮"。半成品加工。

将绿豆粉调匀，舀入预热过的汤瓢中，转动汤瓢使其粘匀，再放入沸水中烫一下，然后连盘浸入冷水中，取下粉皮，即成。

【摊粉皮】 即“摊罗粉”。

【旋拉皮】 即“摊罗粉”。

【冻子活】 半成品加工。指用琼脂、肉皮之类可制冻的材料，配合主料制成冷食菜肴。常用于夏季。

【羹匙琼脂】 半成品加工。将琼脂加水熬化，加精盐、味精或糖等调匀，倒入羹匙中，冷却凝结而成。

【翡翠蒙】 半成品加工。选用油菜心或菠菜心，经水焯后用调料腌入味，拍一层薄淀粉，再沾制好的鸡糊，入沸水中汆熟即成。可用制翡翠菜心等菜。

【凤尾油菜】 半成品加工。选鲜嫩的油菜心，经沸水焯后，冷水投凉，再用调料腌入味，摆入羹匙中（叶部摆羹匙把上），羹匙的根部瓤入鸡茸，鸡茸上面点缀些火腿末和香菜叶，随后蒸制即成。常用于菜肴配料。

【五柳料】 半成品加工。由瓜英、锦菜、红姜、白酸姜、酸荞头制成。味酸甜。广东菜用之。

【什锦菜】 半成品加工。将木瓜、北瓜等洗净，连皮切成长条，先用石灰水浸泡 1～2 天，然后捞出，放入糖浆水锅中煮熟即成。其味甜而脆。也可单做佐餐小菜。

【熟黄豆】 半成品加工。黄豆水泡后经煮熟而成。可做炒、酱类菜。

【炸花生仁】 半成品加工。花生去皮，经油炸制而成。多做菜肴配料。也可供作下酒小吃。

【炸腰果仁】 半成品加工。腰果去皮，经油炸制而成。多做菜肴配料。

【炸桃仁】 半成品加工。核桃仁用油炸成琥珀色而成。多做菜肴配料。也可单独成菜。

【炸松子仁】 半成品加工。松子去皮，经油炸制而成。多做菜肴配料。

【菜丸】 半成品加工。用剁碎的菜叶或胡萝卜丝、大萝卜丝等掺面粉，并用调味品搅匀，挤成丸子，炸制而成。

【藕丸】 半成品加工。藕蒸烂、捣成茸，加淀粉和调味品搅匀，挤成丸子，炸制而成。宜做甜菜用料。也可以用生藕擦成泥，加调味，制成丸状炸品。如果将丸压成饼状煎成，即为“藕饼”。

【藕饼】 见“藕丸”。

【芋饼】 半成品加工。芋头蒸烂，去皮，捣成茸，加调味品和适量淀粉搅匀，制成饼状，再煎炸而成。可做素菜用料。

【山药饼】 半成品加工。山药蒸烂、去皮，捣成茸，加调味品和淀粉搅匀，制成饼状，或炸或煎而成。可供制烧、蒸、熘等类菜。

【卤香菇】 半成品加工。水发香菇洗净，放碗中，加酱油、白糖、芝麻油、味精等，上屉蒸烂即成。供作菜肴配料，或直接食用。

【炸蒜肉】 半成品加工。蒜瓣经油炸黄而成。宜做菜肴配料或调味品。

【冬瓜糖】 半成品加工。冬瓜去皮，切柳条块，用糖水煮后，经晾干而成。

火与火候

【火候】 指烹制肴馔时烧火的时间长短和火力的大小。因肴馔不同，所以用火的时间长短、火力大小也不同，掌握火候是烹饪者的关键技艺之一。

【拿火色】 也称“看火候”。即掌握菜肴烹制的火候。

【看火候】 即“拿火色”。

【火功】 指烹饪者掌握火候的功力和驾驭火候的技能。

【火力】 指烹制肴馔所用火的热量大小。由于燃料、炉具和运用方法的不同，火力大小、强弱变化均很大。通常分为：“大火”、“中火”、“小火”、“微火”等。

【下火】 用煤灶时，捅开封火面，清去底渣，使火旺起来供用，称下火。

【搭火】 “下火”后，火旺起来，即须添煤，留好火眼，以供烹制肴馔时用，称搭火。

【鸳鸯火】 指（烧煤灶时）火力不均匀，一边旺一边弱。

【底火】 煤灶火用完后，清去底渣，所余的火称底火。底火须保持一定旺度，以便添煤封火。

【封火】 指煤灶火用完后，清理底渣，保留较好的底火，加好煤，再用和匀的湿煤均匀地封盖火上，中间捅一火眼，保证炉火不灭。供下次捅开，“下火”、“搭火”应用。

【抢火】 也称“吃火头”。指旺火热油和时速较短地烹制菜肴的方法。多在制作爆、炒一类菜肴时运用。烹制时须注意油温，把握时机，及时投料。

【吃火头】 即“抢火”。

【欠锅】 也称“离火”、“顿火”、“炖火”、“吊火”。在用炒、烧、炸等烹调法烹制肴馔时，因火大，需将锅端离火，以控制温度，稍停后，再回到火上继续烹制，称为欠锅。

【离火】 即“欠锅”。

【顿火】 即“欠锅”。

【炖火】 即“欠锅”。

【吊火】 即“欠锅”。

【浆】 油炸食物时，为防止火大使食物外老里生或硬心，炸至一定程度时将锅端离火口，养一段时间使食物炸透，此法称浆。浆过的食物一般不再上火。

【欠火】 俗称“软火”。即火候不足。

【软火】 广东潮州一带对“欠火”的俗称。

【伤火】 也称“过火”。俗称“色火”。烹制肴馔用火

过头。

【过火】 即“伤火”。

【色火】 广东潮州一带对“伤火”的俗称。

【大火】 也称“武火”、“猛火”、“旺火”、“急火”。火焰高而快，呈黄白色，光度明亮，热气逼人。此火适用于速成的烹调方法。如炒、爆、炸、烹等。成菜特点多为嫩、脆、酥、松。

【武火】 即“大火”。

【猛火】 即“大火”。

【旺火】 即“大火”。

【急火】 即“大火”。

【中火】 也称“文武火”。火焰虽烈但不直升而摇晃，呈红色，光度稍暗，热气很重。此火适用于煎、贴、煽、熬、烩、烧等烹调方法。成菜特点多为软、嫩、烂。

【文武火】 即“中火”。

【小火】 也称“文火”、“慢火”。火焰较小而有起落，呈青黄色，光度发暗，热气不重。此火适用于炖、焖、煨、熇等烹调方法。成菜特点多为酥烂。

【文火】 即“小火”。

【慢火】 即“小火”。

【微火】 也称“弱火”。有火无焰，火力极微，多用于维持恒温。

【弱火】 即“微火”。

【硬火】 通常指火力强硬(即热力较高)的火。随燃料质量优劣而变化。

【冲火】 也称“吹风火”。用吹风机吹火，火苗呼呼猛窜，火力很强而又猛烈，常用于急速高温烹制的菜肴。如：爆；炒；炸。

【吹风火】 即“冲火”。

【燎火】 火力旺而不强。常用于燎去动物原料肉皮上的毛茬。

【灰火】 也称“子母火”、“煨火”。用木柴、芦苇、麦草等作燃料，烧余的火灰可用以埋煨马铃薯、甘薯、芋艿等，此谓灰火。

【子母火】 即“灰火”。

【煨火】 即“灰火”。

【熏火】 以锯末、谷壳、稻糠、麦秆或茶叶等作燃料，置火种其上或其中、其下，使之自上而下或由里及外慢慢燃烧生烟，称熏火。常用于熏制或烘制食物。

【飞火】 也称“上火”、“裹火”。指旺火热油烹制爆炒类菜肴时，入锅燃烧的火苗。

【上火】 即“飞火”。

【裹火】 即“飞火”。

【烹火】 制作爆炒类菜肴，火旺油热，以姜葱炝锅后烹入醋或酒时，锅中往往起火，称烹火。

【水温】 指烹调以水为传热介质时，水在煮沸过程中的温度。不同的温度有不同的烹饪用途。不同阶段的温度也有不同的现象。

【盲汤】 即水未滚开。

【虾眼水】 水接近沸点时，锅底有微小气泡，因形如虾眼，故名。

【蟹眼沸】 也称“蟹眼泡”、“蟹眼水”。汤锅烧沸，用小火保持温度时，因水中的气泡似蟹眼，故名。

【蟹眼泡】 即“蟹眼沸”。

【蟹眼水】 即“蟹眼沸”。

【鱼眼沸】 也称“鱼眼泡”、“鱼眼水”。汤锅烧沸，用中火保持温度时，因水中的气泡似鱼眼，故名。

【鱼眼泡】 即“鱼眼沸”。

【鱼眼水】 即“鱼眼沸”。

【微沸】 也称“小开”、“微开”。指液体用旺火烧沸后，改小火，使其面上不断微翻(以保持热量)，称“微沸”。

【小开】 即“微沸”。

【微开】 即“微沸”。

【大沸】 也称“大开”、“滚开”。指液体受热到沸点温度时的现象。其特点是液体内部发生汽泡，蒸汽四溢，表面翻滚，形成翻腾的水花。

【大开】 即“大沸”。

【滚开】 即“大沸”。

【油温】 指油脂受热后的温度。通常分为三至四成、五至六成、七至八成、九至十成等。油温的区分，在各地略有差异。

【三至四成油温】 也称“温油”。油下锅受热后，微微滚动，同时发出轻微声响，油温约为 80℃—130℃。

【温油】 即“三至四成油温”。

【五至六成油温】 也称“热油”。油下锅受热后，滚动由小到大，声音消失，油温约为 140～170℃。

【热油】 即“五至六成油温”。

【七至八成油温】 也称“旺油”。油下锅受热后，滚动又由大到小，锅边冒烟，油温约为 200℃上下。

【旺油】 即“七至八成油温”。

【九至十成油温】 也称“沸油”。油下锅受热后，滚动由小直至平静，油面中间冒出青烟，油温约为 200～280℃。

【沸油】 即“九至十成油温”。

【冷油】 ①一般指 80℃以下的油温。②指未经加热的油。分“生冷油”和“熟冷油”。

【熟冷油】 冷油的一种。经过熬制的油冷却后，称熟冷油。因原来所熬的原料不同，熟冷油即具有所熬原料的气味。如炸过鱼的油即具有鱼腥味。

【生冷油】 冷油的一种。未经熬制、未经加温的油。

【传热】 也称“热传递”。指烹饪中将火的热能传递给原料，使之成熟。有“传导”、“对流”、“幅射”等方式。

【热传递】 即“传热”。

【传导】 也称“热传导”、“导热”。传热方式之一。指热从物体的一部分传到另一部分，分“热盐传导”、“热

砂传导”、“水传导”、“蒸汽传导”、“油传导”、“热空气传导”等，属固体传热。

【热传导】 即“传导”。

【导热】 即“传导”。

【热盐传导】 传导方式之一。在受热的炊具与原料之间，以盐粒作介质，通过吸热与散热的作用传导热能，使食物受热至熟。温度的大小视火力而定。

【热砂传导】 传导方式之一。其原理与“热盐传导”同。参见“热盐传导”。

【水传导】 传导方式之一。在受热的炊具与原料之间，以水作介质，通过对流传导热能，使食物受热至熟。水的沸点为100℃，超过沸点，即成蒸汽。

【蒸汽传导】 传导方式之一。在受热的炊具与原料之间，以蒸汽为介质传导热能，使食物受热至熟。其最低温度为100℃，强度与火力大小和气压高低成正比。

【油传导】 传导方式之一。在受热的炊具与原料之间，以油脂作介质，通过对流传导热能，使食物受热至熟。油的含热量比水大，传热能力强，加热至升烟即到沸点，生豆油可达210℃，熟豆油可达223℃，花生油可达280℃，猪油可达221℃，牛油可达206℃。超过沸点便易燃烧。

【热空气传导】 传导方式之一。在原料与火之间，利用热空气的辐射和对流传导热能，使食物受热至熟。有两种方法：一是以热气直接烧烤食物；一是与火隔离，以封闭的热空气来间接传热，加热食物。

【对流】 传热方式之一。指热以液体或气体为介质，在其循环流动中，传给其他物体。烹饪中以水、油、气为传热介质，通过煮、炸、蒸等方式，使原料受热至熟。

【辐射】 传热方式之一。从热源沿直线直接向四周发散出去，使周围物体受热。烹饪中烤制食物，即是利用辐射热使其受热而至熟的。

【上气】 蒸制食物时，蒸笼缝隙开始冒气，称上气。一般均以此现象作为蒸制时间的计算起点。

【大气】 蒸制食物时，蒸笼缝隙中冒出的大量蒸气，称大气。

【圆气】 也称“气圆”。蒸制食物时，上大气之后，笼内蒸气逸出越来越多，直往上冲，一时扩散不了，形成气柱。此时笼内温度最高，压力最大，称圆气。

【气圆】 即“圆气”。

味与调味

【味】 指那些能引起食欲，使人们感到快感的滋味。它既包括人们喜爱的味道，也涵盖着人们不能接受的恶味，甚至还兼括象水那样的无味之味。。

【调味】 俗称“咸整”。指肴馔制作过程中，运用调味品和主配料原味进行适当调配，使之相互作用，形成各种肴馔的独具风味。调味可增进滋味，去除异味，形成风味。基本调味方法有“加热前调味”、“加热中调味”、“加热后调味”、“混合调味”等。

【咸整】 广州潮州一带对“调味”的俗称。

【调和】 调味。

【五滋六味】 对饮食滋味的统称。意为味道多样而丰富。五滋，指香、脆、松、肥、浓。六味，指酸、甜、苦、辣、鲜、咸。

【百味】 ①各种食物。《文选·曹植求自试表》：“身披轻暖，口厌百味。”②泛指各种滋味。如五味调和百味香、百菜百味等。

【六和】 六种调味。《礼记·礼运》：“五味六和十二食，还相为质也。”郑玄注：“春多酸，夏多苦，秋多辛，冬多咸，皆有滑甘，是谓六和。”梁需雅乐歌：“五味九变兼六和，令芳旨酒庶且多。”

【五臭】 五种气味。指膻、香、腥、焦、朽。《小学绀珠·律历类·五臭》：“膻、焦、香、腥、朽。”或指膻、熏、香、腥、腐。《庄子·天地》：“五臭熏鼻。”成玄英疏：“五臭谓膻、熏、香、腥、腐。”

【五味】 ①五种味道。指苦、酸、甘、辛、咸。《周礼·天官·疾医》：“以五味、五谷、五药养其病。”郑玄注：“五味：醯、酒、饴蜜、姜、盐之属。”《吕氏春秋·本味》：“五味三材。”注：“五味，咸、苦、酸、辛、甘。”②泛指多种味道。《墨子·七患》：“五谷尽收，则五味尽御于主。”

【六味】 六种味道。指苦、酸、甘、辛、咸、淡。《南本涅槃经》：“其食甘味，有六种味：一苦，二醋，三甘，四辛，五咸，六淡。”《大藏法数·三十六》：“凡调和饮食之味，各有所宜，无出此之六种。”

【七味】 饮食行业中指酸、甜、苦、辣、咸、麻、香。

【基本味】 也称“原味”。指酸、甜、苦、辣、咸五味。由基本味相互组合，再经过加热等手段，即产生千变万化的复合味，形成肴馔的丰富风味。

【原味】 即“基本味”。

【咸味】 基本味之一。指盐及含盐份的酱油等各种调味品的味道。咸味是调味中的主味，是调制各种复合味的基础。咸味能解腻、提鲜、除腥、去膻，能突出原料中的鲜香味道。

【甜味】 也称“甘”。基本味之一。指各类糖、蜂蜜以及各种含糖调味品的味道。呈甜味的物质有单糖、低聚糖、果糖、葡萄糖、麦芽糖、乳糖，以及糖精等。甜味可增加鲜味，去腥解腻，并可缓和辣味的刺激感，增加咸味的鲜醇，抑制原料的苦涩味。

【甘】 即“甜味”。《书经·洪范》：“稼穑作甘。”注：“甘味生于百谷。”

【酸味】 基本味之一。指醋、醋精、酸梅及泡菜的乳酸、腌渍菜的醋酸等多种有机酸的味道。酸味有化钙、除腥、解腻、提鲜、增香等作用。宜用于水产类原料，又常用于去除脏器的臊味。

【苦味】 基本味之一。苦味来源于多种苦味化合物。苦味料有陈皮、苦瓜、苦菜、茶叶、咖啡和胡芦巴。苦味有去暑解热、消除异味的作用。

【辣味】 也称“辛”。基本味之一。①指辣椒、胡椒、姜、蒜、葱、芥末等带刺激性的味道。辣味有除腥解腻、增进食欲和帮助消化的作用。②味蕾受刺激的感觉,即热觉、痛觉和基本味觉的混合感觉。

【辛】 即“辣味”。《通俗文》:“辛甚曰辣(辣)。”

【麻味】 基本味之一。即花椒味、刺激味蕾所形成的麻醉感。实为花椒所含挥发油(主要成份为牻牛儿醇、柠檬烯、枯醇等)。花椒有散寒除湿、解鱼腥毒、促进食欲、增强消化的功能。

【鲜味】 基本味之一。由原料自身或鲜味调味品所含谷氨酸、肌苷酸、鸟苷酸、琥珀酸等呈鲜物质所产生。可使肴馔提鲜增香,滋味鲜美。鲜味调味品有虾籽、虾油、蚝油、菌油、鸡汤、味精等。

【淡味】 基本味之一。与咸味相对,不咸为淡,或无味为淡。

【香味】 由人体嗅觉器官所感受的气味。多由原料和调味品所含的某些醇、酯等挥发性物质所产生。可以兴奋食欲神经,引起摄食欲望。香味种类很多,各有特色,成为肴馔丰富风味的组成部分之一。

【焦味】 食物烧焦烤糊的味道。

【臭味】 食物腐败后所易产生的秽恶气味。此类食品一般不供食用。某些食品如臭豆腐、臭咸蛋等,因其发酵彻底,蛋白质分解后含硫氨基酸又进一步分解,产生硫化氢,发出臭味,但又因其蛋白质分解彻底,产生的氨基酸较多,味道尤为鲜美,故为一些人们所喜食。

【异味】 指烹饪原料的非正常气味。如“腥味”、“臊味”、“膻味”、“涩味”、“酸浆味”、“霉变味”等。有的是自然异味,在加工过程中须予以去除;有的是变质异味,首先须确定原料是否可用,再作进一步处理。

【腥味】 异味之一。水产类原料常有的一种异味。来源为鱼肉中所含氧化三甲胺还原为三甲胺,还有六氢化吡啶、氨基戊醛、氨基戊酸等。酒精是很好的有机溶剂,并因温度升高随酒精挥发而散去,故烹调中常以料酒去腥。

【氨味】 异味之一。主要见于鳐、魟、鲨等鱼类。活体含尿素成份,死后即分解而成氨气,形成如尿味样的刺鼻气味。一般脱氨法是用5%的食醋溶液浸泡。氨味严重的可致氨中毒,所以不可食用。

【油烧味】 异味之一。多见于海产多脂鱼类。此鱼类如果暴露空气中时间过久,便会产生氧化作用,出现油烧现象,又称“返油”,有一股特有油腥味。严重的鱼肉还会产生醛、酮、酸、醚等化合物,渐使鱼体粘度增加,异味更重,以致完全不能食用。

【返油】 见“油烧味”。

【臊味】 也称“骚味”。异味之一。多见于肉食性或杂食性动物。如狗、猫、狸、熊掌等。动物脏器等具有臊味,可以用水浸、烫洗等方式去除,或烹制时重用香料等矫除。

【骚味】 即“臊味”。

【膻味】 异味之一。多见于食草类动物。如羊、驼等。以山羊为最重,可以用水浸、烫洗等方法去除或减轻,或用调味品等矫除。用胡萝卜、萝卜等同煮,也可去除。

【土腥味】 也称“泥味”。异味之一。多见于淡水鱼类中的塘鱼等。一些畜兽肉间也具有(如狗肉),应注意去除。如河鳗的粘液土味较重,应以干布多次捋擦至净,再宰杀、洗涤入烹,万不可以沸水烫,否则土味入肉即无法去除。一般去土味法采用加重调味的方式去除,如烹制狗肉时重用香料。

【泥味】 即“土腥味”。

【涩味】 异味之一。多见于植物原料。因其含草酸、鞣酸等物质所致,可使味蕾麻木而暂时失去味觉。可用烫浸、烫洗等法去除。

【酸浆味】 也称“馊味”。异味之一。食物发酵后出现酸浆水一样的味道。多产生于米饭、粥、面条等富含淀粉类的食物中,有此情况一般即不宜食用。

【馊味】 即“酸浆味”。

【霉变味】 也称“陈腐味”。即异味之一。食物发霉变质后,因霉菌的大量繁殖,使食物变质,产生霉味,出现此种情况时,食物即不宜再食用。

【陈腐味】 即“霉变味”。

【哈喇味】 也称“膘味”。异味之一。油脂和富含脂肪的食物(如火腿、香肠、核桃、花生等),因保管不善,致使油脂氧化形成酸败,产生酮类、醛类物质,出现哈喇味,此类油脂或食物多吃将导致中毒,需要注意。

【膘味】 即“哈喇味”。

【基本调味】 也称“加热前调味”。调味法。即原料入烹之前进行调味。常用于鸡、鸭、鱼、肉等,也用于一些蔬菜原料。采取腌渍或上浆等方法,以确定其基本味。另有些烹制法入烹后中途不可揭盖或调味的(如蒸、烤等),也须加热之前一次将味调好。

【加热前调味】 即“基本调味”。

【正式调味】 也称“加热中调味”、“决定性调味”。调味法。即肴馔在加热过程之中调味。此法运用较多。烹制时按照口味要求,在适当时机投入各种调味品,以达到正式定味。也可以预先作好调味汁或芡汁,在烹制中加入。

【加热中调味】 即“正式调味”。

【决定性调味】 即“正式调味”。

【辅助调味】 也称“加热后调味”。调味法。有些肴馔烹制时不调味,而在供食时才以拌、炝、蘸等方式进行调味食用,也有的在正式调味中味未定好,事后采取补充调味以“找口”或提鲜,以辅助调味的不足。

【加热后调味】 即“辅助调味”。

【混合调味】 调味法。将“基本调味”、“正式调味”、“辅助调味”三种调味方法，组合使用，或前两种合用，或后两种合用，或三种均用，称为混合调味。

【腌渍】 也称“码味”、“打底味”、“喂菜”、“喂料”。俗称“麻”、“矛制”。调味法。烹饪原料加热前的调味过程。用盐、酱油、料酒等调味品，把原料调拌或浸渍一下，使其先有一个基本的滋味。腌渍对原料有渗透入味、除异增鲜的作用。腌渍时，须根据所制菜肴的烹制程序、烹制法和菜肴风味特色的需要，决定腌渍所用的调味品和时间的长短。

【码味】 即“腌渍”。

【打底味】 即“腌渍”。

【喂菜】 即“腌渍”。

【喂料】 即“腌渍”。

【麻】 河南一带对“腌渍”的俗称。

【矛制】 广东潮州一带对“腌渍”的俗称。

【羔烧】 调味用语。广东潮州一带称用糖、熟猪油制作甜品菜为羔烧。

【入味】 也称“进味”。调味用语。指在烹调中，使调味品的味道渗透于原料的内部。

【进味】 即“入味”。

【吃味】 调味用语。指菜肴烹制过程中酌加调料，使烹饪原料上味的程序。多用于烧、烩、焖、煨、熘一类的菜肴。吃味的味，多指咸味而言。

【煨汁】 调味用语。原料未入味，须延长加热时间，称煨汁。

【口味】 调味口语。①食物的滋味，包括制作食物的调味效果和吃喝时对味的感受。②各人对味道的爱好。

【找口】 也称“尝味”、“尝口”。俗称“听听”。调味用语。指烹调菜肴过程中，试尝菜肴味道，以确定是否合口味要求。

【尝味】 即“找口”。

【尝口】 即“找口”。

【听听】 河南饮食行业对“找口”的俗称。

【口重】 也称“口大”。调味用语。①在食物调味中，某一种调味料用多了，出现偏重口味的现象，称口重，反之称“口轻”。如：甜口重；酸口重。②特指菜肴中用盐多了，少了则称“口轻，也称“口小”。

【口大】 即“口重”。

【口轻】 见“口重”。

【口小】 见“口重”。

【加撬】 也称“降口”。调味用语。制做以荤料为主的菜肴时，不慎咸口过重，及时加入蔬菜料，使口味变淡，称加撬。

【降口】 即“加撬”。

【利口】 调味用语。①滋味调和适口，引人食欲，称利口。②指菜肴洁净爽口。

【爽口】 调味用语。指菜肴口味鲜脆滑爽、汁清少芡。

【诱口】 调味用语。即菜肴中的香气引起了食欲。

【煞口】 调味用语。菜肴中刺激味蕾的味感较浓酽的称煞口。

【腻口】 调味用语。指菜肴的油量较大、油汁较浓。

【收口】 调味用语。菜肴有两种以上的味道时，居于味感最后的味称收口。

【梯子口】 调味用语。指菜肴中的味道有层次感觉。如某一菜肴的辣味重，甜味轻，咸味更轻。

【三致口】 调味用语。指某种菜肴中的咸、酸、甜三种味道一致。

【单一味调味品】 只具有一种基本味道的调味品。如咸味的食盐、麻味的花椒等。

【复合味调味品】 两种或两种以上单一味调味品制成的调味品。如泡红辣椒(辣咸酸味)、甜酱(咸甜味)、甜红酱油(咸甜味)、豆瓣酱(咸辣味)等。

【味型】 指用几种调味品调和而成的独特风味。一种味型和另一种味型，互有差异，各具特色，反映了调味变化的精微。

【单一味】 味型之一。即一种调味品所形成的味。如：咸味；甜味。

【复合味】 味型之一。由两种或两种以上的不同味道调和而成的味。菜肴多为复合味。如：咸辣味；酸甜味。

【咸鲜味型】 味型之一。咸鲜清香，广泛地运用于冷、热菜式。常以精盐、味精调制而成。根据不同菜肴的风味需要，也可用酱油、白糖、芝麻油及姜、盐、胡椒调制。调制时，须注意掌握咸味适度，突出鲜味。

【咸甜味型】 味型之一。咸甜并重，兼有鲜香。多用于热菜。以精盐、白糖、胡椒粉、料酒调制而成。根据不同菜肴的风味需要，可酌加姜、葱、花椒、冰糖、糖色、五香粉、醪糟汁、鸡油。调制时，咸甜二味可有所侧重，或咸略重于甜，或甜略重于咸。应用范围以猪肉、鸡肉、鱼、蔬菜等为原料的菜肴。

【香咸味型】 味型之一。以香味为主，辅以鲜咸味。

【咸辣味型】 味型之一。以咸、辣为主，辅以鲜、香味组成。由精盐、辣椒、味精以及葱、蒜、姜等调制而成。应用较为广泛。

【酸甜味型】 也称“糖醋味型”。味型之一。甜酸味浓，回味咸鲜。广泛用于冷、热菜式。以糖、醋为主要调料，佐以精盐、酱油、味精、姜、葱、蒜调制而成。调制时，须以适量的咸味为基础，重用糖、醋，以突出酸甜味。应用范围以猪肉、鱼肉、白菜、莴笋、蜇皮等为原料的菜肴。

【糖醋味型】 即“酸甜味型”。

【荔枝味型】 味型之一。酸甜似荔枝，咸鲜在其中。多用于热菜。以精盐、醋、白糖、酱油、味精、料酒调制，并取姜、葱、蒜的辛香气味而成。调制时，须有足够的咸

味,在此基础上方能显示出酸味和甜味。糖、醋的比例应注意糖略少于醋。姜、葱、蒜仅取其辛香气,用量不宜过重。

【酸辣味型】 味型之一。醇酸微辣,咸鲜味浓。多用于热菜。以精盐、醋、胡椒粉、味精、料酒调制。调味品的选用需要根据不同风味的菜肴而定。调制时,须掌握咸味为基础、酸味为主体,辣味相助的原则。用料适度。应用范围以海参、鱿鱼、蹄筋、鸡肉、鸡蛋、蔬菜等为原料的菜肴。

【麻辣味型】 味型之一。麻辣味厚、咸鲜而香。广泛应用于冷、热菜式。主要由辣椒、花椒、精盐、味精、料酒调制而成。其花椒和辣椒的运用则因菜而异,有的用干辣椒;有的用红油辣椒;有的用辣椒面;有的用花椒颗;有的用花椒末。根据不同菜式风味的不同需要,可酌加白糖或醪糟汁、豆豉、五香粉、芝麻油。调制时,须注意辣而不死不燥,露有鲜味。应用范围以鸡、鸭、鹅、兔、猪、牛、羊等家禽家畜内脏为原料的菜肴,以及干鲜蔬品、豆类与豆制品等为原料的菜肴。

【椒麻味型】 味型之一。椒麻辛香,味咸而鲜。多用于冷菜,尤宜于夏天。以精盐、花椒、小葱叶、酱油、味精、芝麻油、冷鸡汤调制而成。调制时,须选用优质花椒,加盐与葱叶一同斩茸,用以调拌菜肴。

【椒盐味型】 味型之一。香麻而咸。多用于热菜。以精盐、花椒、味精调制而成。调制时,盐须炒干水份,舂为极细粉状;花椒须炕香,也舂为细末(花椒末与盐按1:4的比例配制),旋制旋用,不宜久放。

【香辣味型】 味型之一。以具有香味的调味料为主,辅以辣味料,佐以盐、糖、醋、味精等调制而成。包括多种味型在内。如鱼香型、醋椒型等。

【五香味型】 味型之一。所用香料通常有八角、丁香、小茴、甘草、豆蔻、肉桂、草果、山奈、花椒等二三十种,可根据菜肴需要,酌情选用。特点是浓香馥郁,口味咸鲜。广泛用于冷菜,热菜间也用之。以上述香料加盐、料酒、姜、葱等腌渍食物,进行烹制,或加水制成卤水卤制。

【酱香味型】 味型之一。酱香浓郁、咸鲜带甜。多用于热菜。以甜酱、精盐、酱油、味精、芝麻油调制而成。可酌加白糖、胡椒面及姜、葱,有时可加辣椒。常用于酱烧、酱爆等类菜肴。

【麻酱味型】 味型之一。芝麻酱香味突出,咸鲜醇正,多用于冷菜。以芝麻酱、芝麻、精盐、味精或加浓鸡汁调制而成。少数菜品也酌加酱油或红油。调制时,芝麻酱要用芝麻油调散。常用于麻酱类菜肴。

【香糟味型】 味型之一。醇香咸鲜而回甜。广泛用于热菜,也用于冷菜。以香糟汁或醪糟、精盐、味精、芝麻油调制而成。可酌加胡椒粉或花椒、冰糖、姜、葱等。常用于香糟类菜肴。

【蒜泥味型】 味型之一。蒜香味浓,咸鲜微辣。多用于冷菜。以蒜泥、盐(或酱油)、芝麻油、味精等调制而成。间有加醋或辣油的。

【姜汁味型】 味型之一。姜味醇厚,咸鲜微辣,广泛用于冷、热菜式。以姜汁、精盐、酱油(或不用)、味精、醋、芝麻油等调制而成。常用于姜汁菜肴。

【芥末味型】 味型之一。芥辣冲鼻,咸鲜酸香,多用于冷菜。以芥末酱为主,辅以盐、醋、酱油(或不用)、味精、芝麻油等调制而成。常用于芥末菜肴。

【甜香味型】 味型之一。纯甜而香,用于甜菜。以白糖或冰糖为主要调味品,可佐以食用香精、蜜饯、水果、干果仁及果汁。调制方法主要有蜜汁、糖粘、冰汁、撒糖等。

【烟香味型】 味型之一。烟香浓郁,腊味独特,熏制而成。以柏枝、茶叶、樟叶、花生壳、糠壳、锯木屑为熏制材料,利用其不完全燃烧时产生的浓烟,使腌渍上味的鸡、鸭、鹅、兔、猪肉、牛肉吸收或粘附的一种特殊香味。如用樟树叶与茶叶熏烤的樟茶鸭子;用糠壳或谷草熏烤的腊肉;用柏树枝熏烤的香肠等。应用范围以家禽家畜等肉类为原料的菜肴。

【陈皮味型】 味型之一。陈皮芳香,麻辣回甜。多用于冷菜。以陈皮、精盐、酱油、醋、花椒、干辣椒节、姜、葱、白糖、红油、醪糟汁、味精、芝麻油等调制而成。调制时,陈皮的用量不宜过多,过多则回味带苦,白糖、醪糟汁仅为增鲜,用量以略感回甜为度。应用范围以家禽家畜肉类为原料的菜肴。

【煳辣味型】 味型之一。香辣咸鲜,回味甜酸。广泛运用于热菜和冷菜。以精盐、干红辣椒、花椒、酱油、醋、白糖、姜、葱、蒜、味精、料酒等调制而成。

【红油味型】 味型之一。咸鲜辣香,回味略甜。以特制的红油与酱油、白糖、味精调制而成。有些地区加醋、蒜泥或芝麻油,多用于冷菜。调制时,须掌握其辣味应比麻辣味型的辣味轻。适用于以鸡、鸭、猪、牛等家禽家畜肉类和肚、舌、心等家畜内脏为原料的菜肴,也适用于块茎类鲜蔬为原料的菜肴。

【怪味味型】 味型之一。咸、甜、麻、辣、酸、鲜、香并重,多用于冷菜。以精盐、酱油、红油、花椒面、白糖、醋、芝麻酱、熟芝麻、芝麻油、味精等调制而成。也有加姜米、蒜米、葱花的。调制时,要求比例恰当,互不压抑。应用范围以鸡肉、鱼肉、兔肉、花生仁、桃仁、蚕豆、豌豆等为原料的菜肴。

【鱼香味型】 味型之一。咸甜酸辣兼备,姜葱蒜香浓郁。用于热、冷菜。以泡红辣椒、精盐、酱油、白糖、醋、姜米、蒜米、葱颗调制而成。用于冷菜时,调料不下锅,不用芡,醋应略少,盐应较多。热菜应用范围以家禽、家畜、蔬菜、禽蛋为原料的菜肴,特别适用于炒、炸、熘之类的菜肴。冷菜应用范围以豆类蔬菜为原料的菜肴。

【家常味型】 味型之一。咸鲜微辣。用于热菜。以

豆瓣酱、精盐、酱油调制而成。也可酌加红辣椒、料酒、豆豉、甜酱及味精。应用范围以鸡、鸭、鹅、兔、猪、牛等家禽家畜类为原料的菜肴。

【三合油味型】 味型之一。以酱油、醋、芝麻油为主组合而成，辅以味精、青蒜或蒜泥等味料。常用为夏季凉拌菜的调味料。

汤汁糊芡

【哨子】 制汤用料。制作清汤时，以肉茸下入煮成的汤中，利用其吸附作用去除汤中的杂质，使汤质澄清，此肉茸即称为哨子，因用料不同，有“白哨”、“红哨”之分。

【白哨】 哨子的一种。鸡脯肉制成泥，用凉汤或凉水澥成粥状即成。因色白，故名。用于哨汤。

【红哨】 哨子的一种。用鸡腿肉或瘦牛肉、瘦猪肉制成茸泥，再用凉汤或凉水澥成粥状即成。因色红，故名。用于哨汤。

【吊汤】 也称“煮汤”、“熬汤”、“坠汤”。俗称“燴汤”。制汤法之一。一般以鸡、鸭、猪肉、猪肘、牛肉或鸡鸭骨架、猪牛骨等入锅熬制而成（素汤用素料）。汤内溶入吊汤原料所含的鲜味和营养物质，具有较浓的鲜味，并有一定营养价值。常用于菜肴的鲜味调味和作菜肴汤汁。因用料不同，可分为多种汤料。

【煮汤】 即“吊汤”。

【熬汤】 即“吊汤”。

【坠汤】 即“吊汤”。

【燴汤】 河南一带对“吊汤”的俗称。

【煠白汤】 制汤法之一。将猪骨头入开水锅，加盖，用大武火一直将骨髓油煠出，至汤色浓白即成。

【哨汤】 也称“扫汤”、“打汤”、“潲汤”。制汤法之一。汤煮成后，趁沸下入哨汤用的肉茸，搅匀，再将锅端离火口，使其一半枕在火口上，锅中半边沸半边不沸，待肉茸全部浮起，将之捞去，再待汤汁澄清即成。

【扫汤】 即“哨汤”。

【打汤】 即“哨汤”。

【潲汤】 即“哨汤”。

【沸汤清汤法】 制汤法之一。用于制高级清汤。以鸡脯茸和鸡里脊茸各500克，加入凉汤1千克或凉水750克潲开，加少许料酒、胡椒面、葱、姜搅匀，取“宴会毛汤”1.5千克入锅用旺火煮沸，先倒入鸡茸水（沉底鸡茸暂不倒入），不停搅动，使已入锅的鸡茸均匀地融于汤中，逐渐聚成朵状靠近锅边，此时汤已渐清，暂停搅动，改用小火使微沸，撇去浮沫，下入余下的鸡茸搅匀，待汤微开，再撇去浮沫，然后捞尽鸡茸，用手勺将之压成整块，再慢慢放入已清好的汤中，将汤锅放在火旁，保持温度，待用。用时调味。如做“一般清汤”，将鸡茸改为肉茸，将“宴会毛汤”改为“普通毛汤”。

【温汤清汤法】 制汤法之一。用料、汤等均与“沸汤清汤法”相似。不同的是先把沸毛汤晾温，再将全部鸡茸（或肉茸）一次倒入汤中，搅至和汤融和在一起，然后放在旺火上加热，不停搅动，随汤温升高，汤色渐清，鸡茸（或肉茸）逐渐形成朵状。此时撇去浮沫，再烧开放在火边，加盖保持温度待用。用时调味。

【熬糖水】 俗称“收糖清”。制汤法之一。将白糖（或冰糖）与水熬成糖液即成。用于烹制甜菜。糖液的浓度根据菜品的需要而定。

【收糖清】 四川一带对“熬糖水”的俗称。

【清糖水】 制汤法之一。先将白糖或冰糖加清水熬化，烧开，然后倒入鸡蛋清，用汤瓢微微搅一下，待泡沫浮面后，再将锅端起，留一半在炉上，使泡沫集中一处，随用漏瓢打去，即成。

【追汤】 制汤法之一。把鸡、鸭等再下入清汤内，用小火炖煮，以追补其鲜味，称追汤。

【对汤】 制汤法之一。用精盐、味精、料酒、胡椒面等调味料，下入制好的汤中，调好口味，称对汤。

【毛汤】 汤料之一。煮好的汤尚未提取“清汤”、“奶汤”前，统称毛汤。有“普通毛汤”和“宴会毛汤”两种。

【普通毛汤】 也称“骨头汤”。汤料之一。为普通应用的汤料，常用猪骨、鸡骨、鸭架、碎肉头等作原料吊制，如果需要质量好些，可加鸡肉、鸭肉。熬制时，将制汤原料放入汤锅中，加宽水烧开，撇去血沫，再用小火慢煮3～4小时，便可使用，还可随用随添水烧煮。多用于烧、烩菜肴。

【骨头汤】 即“普通毛汤”。

【宴会毛汤】 汤料之一。因为是宴会的专用汤，故名。一般依宴会标准确定汤的数量和质量，单锅另吊。制汤用料为老母鸡、肥鸭、猪肘、干贝、海米、火腿等。加水的比例为4～5倍。制时，先用大火烧沸，撇净浮沫，转小火熬制2～3小时，便可使用。熬时不宜反复加水，否则会影响汤的质量。

【头汤】 汤料之一。指从吊汤锅内提取的首批汤汁。色白而浓，鲜香醇美。

【二汤】 汤料之一。①头汤吊就后，取用部分头汤或捞出部分原料，加水继续熬制而成的汤，称二汤。此汤色较淡，鲜度较差，多用于一般菜肴调味，或作汆菜汤料，也用于制作便汤。②河南一带则指用剔去熟肉后的骨头熬制的汤为二汤，或称“毛汤”。

【毛汤】 见“二汤”。

【清汤】 也称“顶汤”、“高汤”、“上汤”。汤料之一。指以“沸汤清汤法”或“温汤清汤法”哨制后滤取的汤。其清如水，味浓而鲜，常用于较高档的菜肴。分“一般清汤”与“高级清汤”两种。

【顶汤】 即“清汤”。

【高汤】 即“清汤”。

【上汤】 即“清汤”。

【一般清汤】 汤料之一。以“普通毛汤”用猪肉茸哨制而成。也有用牛肉茸哨制的。

【高级清汤】 汤料之一。以“宴会毛汤”用母鸡脯肉、猪里脊肉制茸哨制而成。用料比例为毛汤 5 千克，用茸 1～1.5 千克。

【蹲汤】 汤料之一。此汤以清汤加牛腱子肉、鸡茸提制，透明如水，无渣，鲜醇浓酽，回味甜香，凉后成冻可插住筷子，多用于汤菜。因制时汤不能见大开，故称蹲汤。

【鸡清汤】 汤料之一。只用鸡熬制的汤。

【上好鸡汤】 汤料之一。将鸡肉、鸭肉、火腿、猪肉等放在鸡汤里煮，使鸡汤更香、味更浓、营养更丰富。

【肉清汤】 汤料之一。只用猪肉熬制的汤。

【牛清汤】 汤料之一。只用牛肉或牛骨熬制的汤。

【奶汤】 也称“白汤”。汤料之一。不经哨制但经过滤的高级汤。先用料加水熬成毛汤后，用旺火催其汤色变白，使汤浓如奶，再用沙布过滤。由于原料规格的不同，又分“普通奶汤”和“高级奶汤”两种。多用于烹制白色、白汁的菜肴。

【白汤】 即“奶汤”。

【普通奶汤】 奶汤之一。烹制菜肴的常用汤。有三种制法：一是将普通毛汤加猪骨或猪油用大火烧沸，催其汤色变浓，色呈乳白。二是在毛汤锅内煮些口条、猪肚，放适量的葱、姜，将汤煮至色白。三是用白猪油刷锅，留适量底油，放入少量精粉，在温油中炒散，待面粉泛起小泡时，冲入毛汤，旺火烧沸，再待汤浓、色呈乳白时即成。

【高级奶汤】 也称“浓汤”、“奶白汤”。奶汤之一。宴会专用。以毛汤煮沸提取清汤后，再用大火烧沸而成。其汤色乳白，汤面浮油金黄，汤质浓，味醇。

【浓汤】 即“高级奶汤”。

【奶白汤】 即“高级奶汤”。

【银汤】 汤料之一。不加任何调料的淡味汤。

【原汁汤】 也称“原汁”、“厚汤”。原料加水炖熬后，制成汤菜，不另外再加汤，称原汁汤。

【原汁】 即“原汁汤”。

【厚汤】 即“原汁汤”。

【红汤】 汤料之一。指用鸡、鸭、猪肘加酱油、冰糖熬制的汤。汤汁为红色。也有用老母鸡、鸭、猪肘、猪蹄、火腿蹄和蘑菇等加酱油、料酒、胡椒面和清水熬制而成的。成品色浅红，味醇厚，多用作高级菜肴中的红烧、干烧一类菜肴的汤汁。

【浓汤】 汤料之一。用猪腿肉和牛尾熬成。

【苏造汤】 汤料之一。做苏造肉的专用汤。用清水加白酱油、精盐和由丁香、官桂、甘草、砂仁、桂皮、肉果、蔻仁、广皮、肉桂等制成的药料袋进行熬制，待药味煮出后，即成。

【鱼汤】 汤料之一。指用鲜鱼或鲜鱼的头、骨架及其余料，加清水熬成的汤。其色白浓厚、鲜香醇正。多用于加鱼汤烹制的菜肴和以鱼汤作的面点。

【素上汤】 汤料之一。素菜专用汤料。全用素料熬成。制时，捶裂黄豆，加清水 5 倍，姜块少许，用瓦器旺火煮沸，改用小火，微沸，汤面起菊花心，不歇火，不加水，约熬 3 个小时，用细纱布过滤，去渣即成。

【素汁汤】 汤料之一。用竹笋头、香菇蒂、黄豆芽熬制的汤。多用于制作素菜。

【黄豆芽汤】 也称“素汤”。汤料之一。指用黄豆芽和水熬制的汤。为做素菜所专用。

【素汤】 即“黄豆芽汤”。

【鲜汤】 汤料之一。用泡制冬菇的原汤制做。制时，先滤去脚渣，每 5 千克冬菇汤加酱油 500 克，用旺火烧开，撇去浮沫，移小火煮焖 10 分钟即成。是制做冬菇类菜的专用汤。

【甜汤】 汤料之一。烹制甜菜的专用汤。用冰糖、清水调制而成。可做杏仁豆腐、冰糖银耳、百子闹海等甜菜。

【调味汁】 调味用料。烹制菜肴时，视菜肴味型需要，选若干调味料加汤水对制的汁水。多用于原料经油炸或滑油、焯水的菜肴。调味汁不加淀粉。也有的汁用蒸、煮菜肴自身的汤汁煮制而成，必要时可加调味料。

【收汁】 某些菜肴制作结束前，用旺火将汤汁烧至稠浓，称收汁。根据不同的烹调方法和成菜要求，收汁的情况也不完全一样。如干烧类菜肴须将汤汁收干入味（也称“收干”）；爆、熘类菜肴须烹入滋汁，收汁亮油；烧、烩类菜肴是勾芡收汁，亮汁亮油。

【收干】 见“收汁”。

【炒汤汁】 制汁法之一。做煎、焖类菜肴时常用的一道操作工序。即菜肴做成后，先起出装盘，锅中留少许汤汁须继续炒至稍浓，再浇到菜肴上。

【炒油汁】 制汁法之一。是制做干烧鱼等菜时必不可少的一道工序。与炒汤汁相似。但因含糖份多，故此汤汁稠浓些。炒时须用较多的油澥开，汁须被油包裹。

【熗汁】 也称“熬汁”。制汁法之一。多用糖、醋、酱油或精盐等调料经慢火熗制，然后再把挂糊后滑过油的原料放入拌匀，使之成菜。

【熬汁】 即“熗汁”。

【拌汁】 也称“三合油”。调味汁之一。以酱油、芝麻油、醋调匀即成。用于拌制冷菜。

【三合油】 即“拌汁”。

【炝汁】 调味汁之一。以花椒油、酱油、料酒、清汤（或味精加水）调匀即成。用于炝制冷菜。

【清酱汁】 调味汁之一。用清汤、精盐、酱油、料酒调对成汁。有时也加少许湿淀粉。多用作爆菜。

【糖醋汁】 调味汁之一。花生油烧热，用葱姜蒜末炝锅，加白糖、醋、酱油、淀粉勾芡即成。各地口味差异，用

与比例不尽相同。此汁多用于糖醋味菜肴。

封汁】 调味汁之一。上汤、嗲汁、精盐、白糖、深、浅色酱油调匀煮沸而成。作煎制食品的封汁见于广东。

水】 调味汁之一。姜洗净，用刀拍烂，加清水调，取汁供用。

汁】 调味汁之一。姜洗净去皮，捣成茸，挤出汁，下，用水浸散即成。

姜水】 调味汁之一。葱、姜去皮，洗净，用刀拍一清水浸泡，使葱、姜味浸入水中即成。

醋水】 调味汁之一。姜去皮，切细末，用醋调拌成。

姜醋】 调味汁之一。以七成醋、三成酱油及少许味精、芝麻油调制而成。常盛于小碟，供蘸食。

椒水】 调味汁之一。将花椒、葱、姜放入清水锅弃渣取水而成。

椒料酒】 调味汁之一。将花椒拍扁，用洁净纱布放在料酒中浸泡 1 小时，取出布包即成。

椒料酒】 调味汁之一。将葱椒泥用洁净纱布包在料酒中浸泡 1 小时，取出布包即成。

腿汁】 调味汁之一。熟火腿一成、上汤二成，盆蒸笼蒸约 2 小时，至火腿肉软烂，取汤撇去浮油

酱汁】 调味汁之一。炒勺加清水、白糖、玫瑰烧沸，加淀粉勾芡而成。用于甜菜。

汁】 也称“生汁”。调味汁之一。以鸡蛋黄、白芥末、菜油、柠檬油、醋精、牛奶、瓶装柠檬汁调蛋黄、糖、盐、芥末调成糊状，再下油、奶，搅至度，复下醋精、柠汁等调匀即成。用于调制沙律。

】 即“沙律汁”。

】 调味汁之一。以茄汁、嗲汁、白糖、味精、盐、调制而成。适用于煎肉脯、煎鱼块等。

汁】 调味汁之一。以罐头柠檬汁、盐、味精、白调匀，加热溶解即成。

】 调味汁之一。西红柿片、洋葱片、胡萝卜块、香菜段、葱条、蒜肉、花生油，一并放于锅内煸盛入瓦盆，加猪骨块、清水、精盐、味精、白糖、汁、果子汁、食用色素适量调匀而成。多用于食物。

汁】 调味汁之一。先将香菜、生葱头、鲜蕃茄、，切瓣或段状，然后同洋葱、蒜肉、马铃薯、鸡放入锅中加水熬制 4 小时，待呈稀糊状时，捞布滤清成汁，复入煮锅中，加精盐、茄汁、嗲汁、味精煮沸即成。

水】 调味汁之一。用于制肴肉的味料。干盐清水 5 千克，泡 15 天左右后即可使用。

】 调味汁之一。以鸡汤、味精、食盐、酱油调

【豆豉卤】 调味汁之一。将豆豉舂茸，用熟菜油澥散使成糊状，置油锅内，以三四成油温熘出香味，加适量的开水，烧至沸，再加味精，并勾二流芡和匀起锅，晾凉而成。一般用于凉拌菜肴或凉粉之类小吃的调味。

【豆母子】 调味汁之一。以植物油 500 克入锅烧热，加入盐 1.5 千克略炒，待盐溶化，放永川豆豉 2.5 千克，用铲搅动使豆豉疏散。再加清水 5 千克，以猛火熬沸，放二流芡，待其呈浆糊状时起锅即成。

【陈卤】 也称“老汤”。卤料之一。卤制菜肴的常用（或备用）汤汁。卤汁的配制，各地配方不同，但用后可保存再用，时间越长，香味越浓。第一次卤制最好选用煮鸡、鸭、猪肉的奶鲜汤调制卤汁，以后卤制时可随加调料随加清水，以补充其损耗。

【老汤】 即“陈卤”。

【现卤】 卤料之一。卤制菜肴的现用汤汁。一般用沸水、葱、姜、绍酒、花椒、酱油、精盐、芝麻油等煮制而成。操作简便，时间短，现卤现制。适用卤制肉类或脏腑类原料。

【白卤】 卤料之一。用沸水、精盐、大料、桂皮、草果、甘草、鲜姜、花椒等煮制而成。白色。可卤制各种海味或脏腑类原料，卤品色白。

【红卤】 卤料之一。用沸水、料酒、酱油、冰糖、精盐、味精和甘草、丁香、桂皮、草果、鲜姜、花椒等香料煮制而成。可卤制各种肉类或脏腑类原料。卤品色棕红。

【酱汤】 卤料之一。制作酱制品（如酱牛肉、酱羊肉、酱肘子等）的专用汤汁。各处配方不同。可用沸水、酱油、精盐、白糖、红曲米（或糖色）、料酒、桂皮、大料、葱、姜等煮制，色红，宜酱制各种肉类或脏腑类原料。

【盐水】 卤料之一。卤制冷菜成熟原料的汤水。用沸汤加盐、味精、料酒、葱、姜、花椒、大料等煮制而成。适用于卤喂制熟的虾、猪肝、猪腰、鸡肫等。

【挂糊上浆】 也称“着衣”、“穿袍”、“穿衣”。对经刀工处理过的原料加一层粘性的浆或糊，称挂糊上浆。主要作用在于使原料色形美观，味道鲜美，口感松嫩酥脆，减少营养成份的损失。挂糊与上浆为两种不同技法，有不同的用途，且浆稀糊稠。有的地方混称不分。

【着衣】 ①即“挂糊上浆。”②广东潮州一带称“勾芡”为着衣。

【穿袍】 即“挂糊上浆”。

【穿衣】 即“挂糊上浆”。

【上浆】 也称“抓浆”、“码芡”、“吃浆”。俗称“喂”。对小件原料或加工成条、片、丝、丁等形状的原料，加入淀粉、调味品（有的加蛋液，也有的加水），一起抓匀，（有些须搅拌上劲），使每块原料均粘裹一层薄薄的浆液，然后烹制。上浆原料适用于爆、炒、汆等烹调法，成菜外柔滑、里鲜嫩，有些菜肴上浆后先经滑油或焯水再烹制。有的地方预先调好浆液再行抓浆。有些原料上浆前须先腌渍码味。

【抓浆】 即“上浆”。

【码芡】 即“上浆”。

【吃浆】 即“上浆”。

【喂】 东北一带对“上浆”的俗称。

【水粉浆】 浆的一种。用少量清水将淀粉调匀，再加清水澥稀而成。用时，先将改刀的丝、片、丁等肉类原料或脏腑类原料（如腰子、肚片等）调味，再拌入调稀的水粉浆，薄而匀地裹住原料。适用于爆、熘、汆等烹调方法。

【脆浆】 浆的一种。用淀粉或面粉加粳米粉调匀（并调味），制成浆液，江南一带用于脆炸品。北方以面粉、淀粉、水、发酵粉、花生油一同拌入原料，抓匀应用，可使菜膨松酥脆。

【蛋清粉浆】 浆的一种。制法有两种：一是鸡蛋清加湿淀粉调匀，下入经改刀、调味的原料中拌和，再滴入少许凉油，使滑炒时易散。二是将改刀的原料先调味，再加入鸡蛋清、湿淀粉拌匀，然后再拌入少许凉油。此浆适用于爆、熘、滑炒等烹调方法。

【全蛋粉浆】 浆的一种。制法与“蛋清粉浆”相似，但用全蛋。用此浆浆制质地较粗的原料时，宜加适量的泡打粉或苏打，使原料经油滑后松软而嫩。

【芙蓉浆】 浆的一种。鸡蛋清用凉清汤或清水调开后，对入适量淀粉、精盐、味精、鸡茸等搅匀而成。

【挂糊】 糊与浆相似，但较浆为稠，调制技法较复杂，糊料也较浆料多。挂糊原料多用于炸、熘、煎、贴、汆等烹调法，成菜多外酥脆，里软嫩。有些原料挂糊前须经腌渍码味。

【水粉糊】 也称“干浆糊”。俗称“湿粉”。糊的一种。先用清水将干淀粉润湿，揉搓至无硬粒，再加清水调成稀粥状，以能挂上主料为宜。

【干浆糊】 即“水粉糊”。

【湿粉】 广东一带对“水粉糊”的俗称。

【干湿糊】 也称“硬糊”。俗称“干湿粉”。糊的一种。原料先用水粉糊拖裹好，再滚拍一层干粉，称干湿糊。

【硬糊】 即“干湿糊”。

【干湿粉】 广东一带对“干湿糊”的俗称。

【干粉糊】 也称“滚糊”、“拍粉”、“狮子糊”、“脆皮糊”。糊的一种。将原料直接拍干粉入炸，或用水和调味品湿润原料，然后拍粉。原料炸后脆硬不缩，原味内蕴。

【滚糊】 即“干粉糊”。

【拍粉】 即“干粉糊”。

【狮子糊】 即“干粉糊”。

【脆皮糊】 即“干粉糊”。

【软炸糊】 糊的一种。用鸡蛋清、凉鸡汤、干面粉和适量精盐、料酒、味精等调制。成菜色泽淡黄，松软鲜嫩。适用于软炸类的菜肴。

【蛋清糊】 也称“蛋白糊”、“银酥糊”、“白汁糊”、“清稀糊”。俗称“蛋清豆粉”。糊的一种。用鸡蛋清加淀粉和适量水（或加面粉和盐）调制而成。多用于先炸后熘、烩等菜肴。

【蛋白糊】 即“蛋清糊”。

【银酥糊】 即“蛋清糊”。

【白汁糊】 即“蛋清糊”。

【清稀糊】 即“蛋清糊”。

【蛋清豆粉】 四川一带对“蛋清糊”的俗称。

【乳汁糊】 糊的一种。蛋清糊制成后，再加入适量牛奶调制而成。用法同“蛋清糊”。

【蛋白粉】 糊的一种。先将原料用蛋清拌匀，再拍上淀粉。过油后可使菜品软滑、洁白。

【全蛋糊】 也称“蛋粉糊”、“金酥糊”。俗称“皮糊”、“全蛋豆粉”。糊的一种。用全蛋（包括蛋黄、蛋清）、淀粉加适量水、面粉调制而成。多用于煎、煽、熘、软炸、拔丝等菜肴。成菜色金黄，外酥香，里松嫩。

【蛋粉糊】 即“全蛋糊”。

【金酥糊】 ①即“全蛋糊”。②纯用蛋黄和淀粉调制的糊。

【皮糊】 河南一带对“全蛋糊”的俗称。

【全蛋豆粉】 四川一带对“全蛋糊”的俗称。

【喇嘛糊】 也称“金衣糊”。糊的一种。用鸡蛋加干面粉调匀而成。色金黄，多用于炸制菜。见于东北一带。

【金衣糊】 即“喇嘛糊”。

【锅贴蛋浆】 糊的一种。鸡蛋、淀粉对等调匀成糊状即成。用于锅贴菜品。行于广东。

【酥糊】 糊的一种。以鸡蛋、淀粉、糯米粉与适量油拌匀，调成半稠糊状，用于干炸、炸熘、锅烧等菜肴。成菜呈柿黄色，外焦里嫩。

【酥炸糊】 也称“回酥糊”、“发粉糊”、“松糊”。糊的一种。制法有二种：一是用面粉（或糯米粉）、发酵粉（或苏打粉）、清水、熟猪油和适量精盐调制。二是用发酵面肥、荸荠粉和适量精盐、清水调匀，经发酵而成。此糊炸后酥而松，入口即化。

【回酥糊】 即“酥炸糊”。

【发粉糊】 即“酥炸糊”。

【松糊】 即“酥炸糊”。

【苏打糊】 糊的一种。以蛋清、淀粉、苏打粉、盐、糖、味精和清水调成糊状，用于炸制菜肴，成菜红中带紫，滑而甘嫩。

【发面糊】 糊的一种。用老酵面加适量苏打水调匀而成。原料裹附此糊经油炸制后，表面涨发而酥脆。

【有种脆浆】 糊的一种。以发酵面、面粉、淀粉、荸荠粉、盐加清水调匀，静置发酵至发起，用时加植物油、碱水拌匀，静置 20 分钟即可。用于炸生蚝、炸鹅肠等。成品涨发倍大，色金黄，外脆里嫩，甘香松酥。行于广东。

【发粉脆浆】 也称“急浆”。糊的一种。用面粉、淀粉、植物油、盐、泡打粉加清水和匀，用于炸制菜品。成品与“有种脆浆”效果相似，惟易回缩，脆而易碎。行于广东。

【急浆】 即“发粉脆浆”。

【酥炸浆】 糊的一种。以鸡蛋黄、淀粉对等调成浓糊状，将已腌渍上味的肉料挂匀糊，再拍上面包屑，用于酥炸菜肴，如酥炸田鸡、虾球等。行于广东。

【拍粉拖蛋糊】 俗称“半煎炸粉”。糊的一种。有两种：一是原料调味后，沾匀鸡蛋液，拍粉入锅煎制。二是原料调味后，沾匀干淀粉，再拖匀鸡蛋液下锅煎制。

【半煎炸粉】 广东一带对“拍粉拖蛋糊”的俗称。

【面包渣糊】 也称“拖蛋糊滚面包粉”。糊的一种。咸味面包去外皮后，切成绿豆大小的粒（或用烘干的面包片）擀压成粉末。使用方法是：原料拌腌入味，蘸一层面粉，再滚粘一层鸡蛋液，最后粘一层面包渣，按实，再用油炸制而成。外酥脆，里香嫩。

【拖蛋糊滚面包粉】 即“面包渣糊”。

【抽糊】 也称“打蛋糊”。糊的一种。将鸡蛋清用搅蛋器（或筷子）不断向同一方向抽打，使其变成雪白的泡沫状，多为制糊料，或作配料用，也可用于直接成菜。

【打蛋糊】 即“抽糊”。

【蛋泡糊】 也称“雪衣糊”、“高丽糊”、“芙蓉糊”、“暄糊”、“滚袍糊”。俗称“轩糊”、“起糊”、“蛋泡豆粉”。糊的一种。鸡蛋清搅打成泡沫状后，加适量干淀粉、干面粉（或不加）、米粉等拌匀而成。色白如雪，炸后饱满而松软，适用于制作荤素花色菜点。

【雪衣糊】 即“蛋泡糊”。

【高丽糊】 即“蛋泡糊”。

【芙蓉糊】 即“蛋泡糊”。

【暄糊】 即“蛋泡糊”。

【滚袍糊】 即“蛋泡糊”。

【轩糊】 河南一带对“蛋泡糊”的俗称。

【起糊】 河南一带对“蛋泡糊”的俗称。

【蛋泡豆粉】 四川一带对“蛋泡糊”的俗称。

【鸡糊】 糊的一种。鸡脯肉砸成泥，加蛋清、淀粉搅上劲，再加葱姜水及精盐，搅打成糊状，最后加入适量的熟猪油，搅匀即成。可直接制菜，也可作挂糊料。

【鱼虾糊】 糊的一种。用鱼肉或虾肉制作，方法与“鸡糊”相似，但须将骨、刺和壳去净。

【芡】 也称“芡汁”。俗称“芡头”、“献头”。以淀粉加水（有时加调味品）调制而成。用于菜肴“勾芡”，或用于制调味汁，并用作某些半成品如丸菜、糕菜的粘结剂。因调制方法、浓稠度、颜色等的不同，故有多种芡。

【芡汁】 即“芡”。

【芡头】 广东一带对“芡”的俗称。

【献头】 广东一带对“芡”的俗称。

【勾芡】 也称“拢芡”、“上芡”、“挂芡”、“着腻”、“着芡”、“走芡”、“发芡”、“打芡”、“抓汁”。俗称“勾糊”、“打献”。菜将熟时，将对好的芡下入，和菜肴、汤汁搅匀，称勾芡。有“拌芡”、“淋芡”、“浇芡”、“跑马芡”等多种技法。

【拢芡】 即“勾芡”。

【上芡】 即“勾芡”。

【挂芡】 即“勾芡”。

【着腻】 即“勾芡”。

【着芡】 即“勾芡”。

【走芡】 即“勾芡”。

【发芡】 即“勾芡”。

【打芡】 即“勾芡”。

【抓汁】 即“勾芡”。

【勾糊】 广东潮州一带对“勾芡”的俗称。

【打献】 广东一带对“勾芡”的俗称。

【芡口】 指根据不同烹调方法所采用的不同芡汁。有“炒芡”、“爆芡”、“烧芡”、“熘芡”、“焖芡”、“扒芡”、“烩芡”等。

【炒芡】 芡口之一。量最轻的一种芡，芡汁不包原料，吃完不留余汁。

【爆芡】 也称“爆汁”。芡口之一。量大于炒芡，浓度较稠，芡汁能裹住原料，吃完不留余汁。

【爆汁】 河南一带对“爆芡”的俗称。

【烧芡】 芡口之一。量大于爆芡，浓度稠，量也稍多，包住菜料外，吃完后盘底尚余少量流滴汁液。

【熘芡】 芡口之一。量大于烧芡，浓度较厚，除裹住菜料外，盘边有流滴芡汁，吃完后盘底也留有少量芡汁。

【焖芡】 芡口之一。量大于熘芡，芡汁一部分包裹菜料，一部分汪于盘中，成菜光泽明亮。

【扒芡】 芡口之一。量大于焖芡，一部分包裹菜料，一部分呈玻璃状态汪于盘中，吃完后盘底留有芡汁。

【烩芡】 芡口之一。量大于扒芡，属于勾芡中芡汁最多的，多而稀，包不住菜料，吃时需用汤匙。

【芡大】 也称“芡紧”、“粉子大”。芡口之一。指勾芡时，淀粉用量过多。菜肴制成后，表现为芡汁浓腻和菜肴粘成一团，影响菜形和口感。

【芡紧】 即“芡大”。

【粉子大】 即“芡大”。

【芡小】 也称“粉子小”。芡口之一。指勾芡时，淀粉用量过少。菜肴制成后表现为芡汁稀薄如水，未起到勾芡的作用。

【粉子小】 即“芡小”。

【拌芡】 也称“烹芡汁”。俗称“搀芡”、“烹滋汁”。勾芡法之一。在菜肴接近成熟时，适时地一次下入对好的芡汁，可从原料周围下入，也可边翻炒、边下芡，翻炒拌匀，使芡汁均匀地挂在原料上。此法多用于炒、爆、熘类菜肴。

【烹芡汁】 即“拌芡”。

【搀芡】 河南一带对“拌芡”的俗称。

【烹滋汁】 四川一带对“拌芡”的俗称。

【包芡】 勾芡法之一。芡汁较稠，制做菜肴时，一边

加温，一边往菜肴的汤汁中注入水淀粉，使芡熟后全部包裹到原料上去。

【烹汁】 勾芡法之一。菜料经炸或煎制成熟后，留少许油，趁热油、热锅、旺火，下入对汁芡（或粉汁芡），迅速翻炒拌匀。

【卧汁】 勾芡法之一。将芡汁先下锅炒熟，再下入已炸制好或过好油的熟料，翻炒拌匀。

【淋芡】 勾芡法之一。菜品即将成熟时，将粉汁芡缓缓淋入勺内，并不停晃勺，使菜料、芡汁调匀。多用于烧、扒类菜。有时淋芡只淋很少一点。参见“点芡”。

【点芡】 勾芡法之一。适用于爆炒类菜肴。菜肴即将成熟时，以手勺淋几滴水芡下锅，拌匀，使之均匀地粘附菜料，并使溢出的汤汁稍见变稠，甚或仅为使菜肴增些光泽。

【浇芡】 也称“浇汁”、“挂汁”、“泼汁”、“蒙芡”、“泼芡”。俗称“撵汁”。勾芡法之一。菜肴烹制成熟后，另起锅调制芡汁，或将菜料出锅，留下汤汁就锅内加水淀粉制芡，最后浇泼于菜肴之上。此法常用于整料菜，也多用于蒸、扣和一些扒菜，可使菜形保持整齐形态。

【浇汁】 即“浇芡”。

【挂汁】 即“浇芡”。

【泼汁】 即“浇芡”。

【蒙芡】 即“浇芡”。

【泼芡】 即“浇芡”。

【撵汁】 河南一带对“浇芡”的俗称。

【跑马芡】 勾芡法之一。菜肴将成熟时，以水粉芡勾芡，称跑马芡。适用于烧、烩、熘类菜肴，也见用于炒、爆、熘类菜。

【烘汁】 勾芡法之一。多在熘菜芡汁中运用。即芡汁对好后，放入锅中炒熟，再加热油搅动，使汁烧至起泡，称烘汁。

【活汁】 烘汁后的一种现象。熟的汁经投入热油搅炒后，起泡而沸动，动态感强，故称活汁。红烧、熘类菜的制作中常用此汁。

【澥汁】 勾芡法之一。菜肴汤汁用水淀粉勾芡时，须按要求稍稠一点，然后用较多的油澥开，又变得稍稀一些。这种方法称澥汁。如红烧海参即用此法勾芡。澥汁有“底油发芡”、“温油发芡”、“热油发芡”、“混合油发芡”等。

【底油发芡】 澥汁方法之一。用底油澥开芡汁。

【温油发芡】 澥汁方法之一。以温油澥开芡汁。

【热油发芡】 澥汁方法之一。以热油澥开芡汁。

【混合油发芡】 澥汁方法之一。用混合油澥开芡汁。

【对汁芡】 也称“碗芡”、“对汁”、“调味汁子”。芡的一种。用芡粉加调味品对成的芡汁。多用于爆、炒、熘一类的菜肴。此类菜肴加热时间短、操作速度快，故须先将芡汁对好，菜一熟即烹汁下锅。

【碗芡】 即“对汁芡”。因其在碗中调制后再泼入菜肴中，故名。

【对汁】 即“对汁芡”。

【调味汁子】 即“对汁芡”。

【水粉芡】 也称“水淀粉”、“水豆粉”、“湿淀粉”、“水芡”。俗称“湿板芡”。芡的一种。以水和淀粉调成，不加调味，多用于已经调味的菜肴成汤、羹类菜，主要用于稠汤。平时将芡粉对好于盛器内，用时调匀舀出。

【水淀粉】 即“水粉芡”。

【水豆粉】 即“水粉芡”。

【湿淀粉】 即“水粉芡”。

【水芡】 即“水粉芡”。

【湿板芡】 河南一带对“水粉芡”的俗称。

【厚芡】 也称“浓芡”。芡的一种。淀粉用量略大，芡汁成熟后较稠，多用于烩、烧、扒等类菜肴。分“抱汁芡”、“糊芡”、“流芡”等。

【浓芡】 即“厚芡”。

【抱汁芡】 也称“抱芡”、“抱汁”、“吸汁”、“立芡”。厚芡的一种。用于汤汁较少的炒、爆一类菜肴，要求芡汁能裹住原料，吃完后盘中无余汁。

【抱芡】 即“抱汁芡”。

【抱汁】 即“抱汁芡”。

【吸汁】 即“抱汁芡”。

【立芡】 即“包汁芡”。

【糊芡】 厚芡的一种。芡汁成熟后成糊状，多用于糊菜、羹菜或一些烩菜。一般芡汁较宽。

【流芡】 也称“奶油芡”。厚芡的一种。用于汤汁较多的菜品，如烧、烩等菜，要求芡汁浓度可与汤汁融和一起，食之柔软滑嫩。也用于浇芡。因汁在盘中可见流动，故名。

【奶油芡】 即“流芡”。因芡色洁白光亮，犹如奶油，故名。

【薄芡】 芡的一种。芡粉用量较少，芡汁成熟后比较稀薄，多用于烧制菜或白汁菜类。分“二流芡”、“米汤芡”、“流水芡”等。

【二流芡】 薄芡的一种。多用于汤汁不太多的烧制菜，芡汁要稀一些，既与主料交融，又使其出现流态汤汁，食之利口。

【米汤芡】 也称“奶汤芡”、“清二流芡”。薄芡的一种。稀于二流芡，用于汤汁较多的烩菜，要求芡汁如米汤状，稀而透明。

【奶汤芡】 即“米汤芡”。

【清二流芡】 即“米汤芡”。

【流水芡】 薄芡的一种。多指白色汤汁中稍加一点水淀粉勾芡，熟后粘性很小，流动似水。

【酱汁芡】 芡的一种。做酱汁鱼的专用芡。以面酱为主要调料，色深黄，酱香味扑鼻。

【蒜泥芡】 芡的一种。多在做鱼类菜时使用，芡制成后，撒入一些蒜泥搅匀，再浇到原料上。有些地区做红

烧鱼，即用此芡。

【茄汁芡】 芡的一种。以番茄酱为主要调味品对成的芡。其色金红，味甜酸适口。多在制做肉类或海产品类的菜中使用。如茄汁虾饼、茄汁肉排等即用此芡。

【油芡】 有些芡在应用之前，必须用热油澥开。因其浓度不同，有“浓油芡”、“明油芡”、“稀油芡”、“薄油芡”、“极薄油芡”、“琉璃芡”等。

【浓油芡】 油芡之一。芡汁浓稠如稀糊状，厚裹菜料并呈现众多鱼眼泡。适用于整料菜。如：红烧全鱼。

【明油芡】 油芡之一。芡汁浓度低于浓油芡，勾芡后每块菜料上都均匀地裹上较浓的芡汁，吃完后，盘底除少许芡迹外，只剩一层明油。适用于条块状原料（有的挂糊）经红烧、爆、熘的菜肴。如：熘排骨；爆腰花。

【稀油芡】 油芡之一。芡汁浓度较明油芡稍稀，用量较多，装盘后可以明显地看出周围除芡汁外，还有一圈明油。适用于烧双冬、酥鱼块之类的菜肴。

【薄油芡】 油芡之一。芡汁浓度稀于稀油芡，用芡量较少，下芡不见芡，吃完后，盘中略有油汁。适用于片、丁、条、剞花块等经爆、炒而制成的菜肴。如：炒猪肝。

【极薄油芡】 油芡之一。芡汁最薄，成菜清爽、散颗、饱满、明亮、不粘糊。适于丝、丁、粒等清炒菜。如松仁鱼米、炒里脊丝等。有时不勾芡，因上浆也可形成此种情况。

【琉璃芡】 也称“玻璃芡”。油芡之一。用于汤汁较宽的菜肴，汤汁浓于米汤。适用于片、丝状烩菜。如烩芙蓉鸡片、烩鸡丝等。还有一种为一部分芡汁挂在菜料上；一部分流向四周呈琉璃状，常用于蒸、扣类菜。因琉璃芡对制时入油较多，芡汁晶莹明亮，故名。因颜色不同有“红琉璃芡”、“白琉璃芡”两种。

【玻璃芡】 即“琉璃芡”。

【红琉璃芡】 也称“琥珀芡”。琉璃芡的一种。以酱油或酱汁加其他调味品和水淀粉一起调和，经油澥而成。因熟后色红，故名。

【琥珀芡】 即“红琉璃芡”。

【白琉璃芡】 琉璃芡的一种。以盐加清汤和水淀粉对制而成。因熟后呈无色透明状，故名。加油澥时须用白油，以防有色。

【自来芡】 芡的一种。有些菜肴因原料含有一定胶质，经烧、烩后汤汁自然浓稠，，不用芡汁，称自来芡。参见“自来芡烧”。

【广东菜芡头】 广东菜讲究用芡，注重芡色，芡类较多，有“白芡”、“黄芡”、“红芡”、“黑芡”、“青芡”、“清芡”以及诸种调味芡等。

【白芡】 广东菜芡头之一。色白。因用料不同，分“白汁芡”、“蟹汁芡”、“奶汁芡”等。

【白汁芡】 白芡之一。将蟹肉捺碎，加上汤、味精、盐、水淀粉入锅加温，推匀，再加蛋白拌匀。

【蟹汁芡】 白芡之一。与“白汁芡”同，但蟹肉不捺碎。

【奶汁芡】 白芡之一。用上汤、味精、盐、鲜奶、芡粉，加热推匀。

【黄芡】 广东菜芡头之一。色黄，因用料不同，分“金黄芡”、“淡黄芡”、“深黄芡”等。

【金黄芡】 黄芡之一。用芡汁加深色酱油和匀。

【淡黄芡】 也称“青黄芡”。黄芡之一。用淡汤三成、芡汁七成，加咖喱粉和匀。

【青黄芡】 即“淡黄芡”。

【深黄芡】 黄芡之一。制法如“金黄芡”，色更浓。

【红芡】 广东菜芡头之一。色红，因用料不同，分“大红芡”、“浅红芡”、“嫣红芡”、“紫红芡”等。

【大红芡】 红芡之一。用茄汁、果汁、原红鸭汁等加水淀粉调成。

【浅红芡】 红芡之一。用火腿汁七成、淡汤三成，加适量蚝油、胡椒粉、白糖、深色酱油、芝麻油、味精、水淀粉调成。

【嫣红芡】 红芡之一。用糖醋三成、芡汁七成调成。

【紫红芡】 也称“金红芡”。红芡之一。用糖醋、芡汤各半，加适量水淀粉调成。

【金红芡】 即“紫红芡”。

【黑芡】 广东菜芡头之一。用淡汤三成、芡汤七成，加豉汁、糖、深色酱油调成。分“喼汁芡”、“豉汁芡”两种。

【喼汁芡】 黑芡之一。用喼汁加芡粉调制而成。

【豉汁芡】 黑芡之一。用蒜头、豆豉、烧猪油、二汤、味精、白糖、酱油、胡椒粉、荸荠粉、芝麻油、蒜头等煮制而成。

【清芡】 广东菜芡头之一。清淡近于无色。

【青芡】 广东菜芡头之一。用菠菜汁、韭菜汁、青豆茸等调制的芡。色青绿。

【银瑚芡】 广东菜芡头之一。用蟹肉、蛋清、上汤加味料和适量水淀粉调成。

【珊瑚芡】 广东菜芡头之一。用蟹黄、蟹肉、上汤加味料和适量水淀粉调成。

【鲜奶芡】 广东菜芡头之一。用鲜牛奶、白糖、荸荠粉煮制而成。

【面捞芡】 广东菜芡头之一。用熟猪油、干葱、面粉、清水、白糖、酱油、盐煮制而成。

【柱候芡】 广东菜芡头之一。用熟猪油、蒜蓉、二汤、柱候酱、味粉、白糖、酱油、胡椒粉、芝麻油、荸荠粉、清水煮制而成。

【蛋白芡】 广东菜芡头之一。用上汤、鸡蛋清、熟猪油、芝麻油、胡椒粉、盐、味粉、水淀粉煮制而成。

【蛋蓉芡】 广东菜芡头之一。用熟猪油、二汤、蛋液、芝麻油、荸荠粉、味精煮制而成。

【京熘芡】 广东菜芡头之一。用蒜蓉、糖、辣椒粒、荸荠粉、熟猪油煮制而成。

【蚝油芡】 广东菜芡头之一。用熟猪油、蚝油、酱油、二汤、味精、胡椒粉、荸荠粉、芝麻油煮制而成。

【酸甜芡】 广东菜芡头之一。用白醋、白糖、黄糖、茄汁、盐、荸荠粉、熟猪油煮制而成。

临灶、勺功

【临灶】 也称"当灶、上灶"。指在灶台上烹制菜肴。

【当灶】 即"临灶"。

【上灶】 即"临灶"。

【燶勺】 也称"燶锅"。临灶用语。指将新炒勺先用来炼油,经多次炼油后,使之润滑不涩,便于使用。

【燶锅】 即"燶勺"。

【走菜】 临灶用语。指厨师开始制做菜肴。

【炼油】 也称"燶油"。临灶用语。①厨师在准备工作时,常将一天所须用的油全部炼熟,便于操作时使用。②熬炼猪油。

【燶油】 即"炼油"。

【擦油】 临灶用语。厨师在炼油过程中的一种操作方法。炼制含有水份的生植物油而火力又不足时,会出现油沫外冒现象,须及时用手勺擦破泡沫,以制止外溢,并便于查看油色,掌握油的成熟度。

【净油】 也称"清油"、"熟油"。临灶用语。指未使用过而又炼熟的食用油。

【清油】 即"净油"。

【熟油】 即"净油"。

【浑油】 临灶用语。指将使用过的猪油、植物油或其它油混在一起的油。再使用时,须在旺火上重新熬炼、澄清。

【清底油】 临灶用语。指将用过的浑浊食油以旺火重炼,使杂质和渣末沉入锅底,加以清除。一般每天收市时清理一次。

【油底子】 临灶用语。指使用过的食用油中的沉积物。参见"清底油"。

【废油】 临灶用语。指经较长时间使用,油中杂质颇多,色黑变质的油。

【炸油】 临灶用语。炼制生植物油时,将葱段、姜块投入,以去掉油中异味,增加香味。

【炸鱼油】 临灶用语。专门炸制鱼类的油。油中腥味大,色浑,不宜用以制菜(包括鱼类菜)。

【起炒锅】 也称"起锅"。俗称"起镬"。临灶用语。厨师准备制做菜肴时,须将炒锅置火口上,添油烧热,再制做菜肴,这个过程称起炒锅。

【起锅】 即"起炒锅"。

【起镬】 广东一带对"起炒锅"的俗称。

【起油锅】 临灶用语。厨师准备将原料过油时,须将锅置火口上,再添油,这个过程称起油锅。

【起汤勺】 也称"起汤锅"。临灶用语。厨师准备制做汤菜时,须将汤勺置火上,再添汤(或炝锅后再添汤),这个过程称起汤勺。

【起汤锅】 即"起汤勺"。

【带锅】 临灶用语。空炒锅坐在前火眼上烧热,准备制做从后火眼锅中移来的已过油或焯水的半成品,这个操作过程称带锅。

【热锅凉油】 临灶用语。指炙锅后的热锅里放入熟凉油。常用于炒熘丝、条形的肉类原料。

【炙锅】 也称"润锅"、"润勺"、"烧锅"、"滑勺"、"晃满勺油"。临灶用语。烹制菜肴前的一道操作程序。其法是:炒锅置火口上,用旺火烧至温度很高时,舀进冷油晃动,使油向四方散开,润匀锅底。然后倒去油。炙后的锅光滑、油润、干净,再下油做菜时,原料则受热均匀,不易巴锅。

【润锅】 即"炙锅"。

【润勺】 即"炙锅"。

【烧锅】 即"炙锅"。

【滑勺】 即"炙锅"。

【晃满勺油】 即"炙锅"。

【热鼎】 临灶用语。广东潮州一带称锅受到较高的热度为热鼎。

【添底油】 临灶用语。做菜的工序之一。锅或勺烧热后下少量的油,以备炝锅。

【炝锅】 也称"焌锅"、"爆锅"、"炸锅"、"煸香头"。临灶用语。将葱末、姜末、蒜片、辣椒末或其它带有香味的调料放入烧热的底油中,煸炒出香辣味(不宜将调料炝糊,仅取香味),再及时下菜料,称炝锅。

【焌锅】 即"炝锅"。

【爆锅】 即"炝锅"。

【炸锅】 即"炝锅"。

【煸香头】 即"炝锅"。

【倒炝锅】 临灶用语。将炝锅的油及各料倒入另一汤锅,以取其味,称倒炝锅。

【打葱油】 临灶用语。烩、焖、烧以及制汤类菜肴临烹前或烹好后的一道操作程序。其法是:将炒锅置火口上,下底油烧热,再放入长葱节和拍破的姜煸炒,待出香味后下原料同煸或加汤烧沸,打去姜葱再下原料。有除异增香和浓汁提鲜的作用。

【炒红】 也称"炒糖色"。临灶用语。炒勺放旺火上,加白糖及等量油烧沸,至糖溶化并呈深红色时,迅速倒入沸水,搅匀即成。

【炒糖色】 即"炒红"。

【烹锅】 临灶用语。炝锅之后,随即添入各类调料,使锅内香气充溢,以利菜肴的调味。

【食火】 临灶用语。广东潮州一带称原料易于受热为食火。

【断生】 临灶用语。指原料烹制到刚熟又似未熟的

状态。多为对质地鲜嫩的厚料在烹制时的火候要求。

【发白】 临灶用语。指动物性原料经加工成丝、丁、片、块等形状(并已码芡)后,在下锅烹制的过程中,颜色由深变浅时的现象。此时的原料相当于断生的程度。

【搅勺】 临灶用语。指制作菜肴时,用手勺搅拌勺中的原料。搅勺和翻勺须配合协调,以使原料受火均匀、成熟入味。

【勺功】 临灶用语。泛指厨师制作菜肴的炉上操作技术和功力。

【翻勺】 也称"翻锅"。俗称"抛锅"、"簸锅"。临灶用语。厨师在烹调过程中,为使原料在炒勺中受热均匀、调味均匀、挂芡均匀、成熟均匀,除以手勺翻炒外,还可以用翻勺的方法达到上述要求。翻勺有"大翻勺"、"小翻勺"、"翻四面勺"、"花翻勺"等多种技法。

【翻锅】 即"翻勺"。

【抛锅】 广东一带对"翻勺"的俗称。

【簸锅】 河南一带对"翻勺"的俗称。

【大翻勺】 勺功之一。多在制做扒类菜和烧类菜时运用,一般翻动2～3次,即菜肴成熟后勾芡,用适量的油润勺边(起润滑和增加菜肴香味及亮度的作用),随即翻转,使菜肴朝上的一面翻入勺底。大翻勺常用于整料菜肴,如整鸭、整鱼等。拼组原料,要求翻勺以后菜形完整不散乱。

【小翻勺】 也称"颠勺"。勺功之一。即翻动散状原料的一种翻勺方法。颠翻的次数可根据原料的成熟度和调味品的分布状况而定。

【颠勺】 即"小翻勺"。

【翻半面勺】 勺功之一。即翻动散状原料的一种翻勺方法。即将勺中原料的一半从勺底翻到上面,宜连续翻动,使原料和调味品受火均匀,成熟入味。

【翻四面勺】 勺功之一。将"前翻勺"、"后翻勺"、"左翻勺"、"右翻勺"的四种翻勺技巧概称为翻四面勺。

【前翻勺】 也称"正翻勺"。勺功之一。指将菜料由勺的前端向勺柄颠翻。此法运用最多。

【正翻勺】 即"前翻勺"。

【后翻勺】 也称"倒翻勺"。勺功之一。将菜料从勺柄方向前翻过去。此法运用不广。

【倒翻勺】 即"后翻勺"。

【右翻勺】 勺功之一。指将菜料从勺的右边翻向左边。为厨师所常用。

【左翻勺】 勺功之一。指将菜料从勺的左边翻向右边。为厨师所常用。

【侧翻勺】 勺功之一。"左翻勺"和"右翻勺"的总称。常用于扒、煎、煸等菜肴的烹制。

【顺翻勺】 勺功之一。①属"前翻勺",但颠翻幅度大,菜料抛向空中再落入锅内。②指顺着原料头尾或刀口而翻动的一种方法。如翻整鱼时,宜将鱼头晃至勺柄处时再翻动;翻改刀扒菜时,宜顺着刀口翻动。

【扬翻勺】 也称"空翻"。勺功之一。将原料从勺中扬抛至空中,在空间翻个,又接落勺中的过程,称扬翻勺。制整鱼或原料体形较大的菜时运用。

【空翻】 即"扬翻勺"。

【花翻勺】 勺功之一。制做爆、熘菜时常用的一种翻勺方法。因须旺火急制,故翻勺动作快而多变,并需用手勺配合颠翻、搅拌,以使菜肴和火候处理得恰到好处。

【拉翻勺】 也称"拖翻勺"。勺功之一。指将勺底靠着火口近身的炉板处进行的一种翻勺方法。此法较轻松灵活,为厨师所普遍采用。

【拖翻勺】 即"拉翻勺"。

【悬翻】 勺功之一。指将勺端离火口之上,与火口保持一定距离的一种翻勺方法。

【提勺】 也称"转菜"。俗称"掂锅"。勺功之一。指炒勺在灶口上晃动,原料在勺内旋转,使其均匀受热而不粘连勺底。多在制做煎、煸、扒等菜肴时运用。

【转菜】 即"提勺"。

【掂锅】 广东一带对"提勺"的俗称。

【转锅】 勺功之一。烹调过程中的一种操作方法。烹制菜肴时,锅不离火,用快速方法将锅转动,而锅内的菜不转。目的是使锅传热均匀,防止燎锅边。

【抖勺】 也称"脱锅"。勺功之一。扒菜装盘时的一种方法。因菜品多平摊而面大、刀口整齐,装盘时宜将勺轻轻倒拖,待菜品大部盛入盘中时,再将勺一抖,使菜品全部盛入盘中。用此法可以多避免勺底黑灰或油星溅在盘边。

【脱锅】 即"抖勺"。

【燎方】 临灶用语。烤酥方的一个重要步骤。猪方肉治净,上叉,将肉皮一面向炉,让火苗燎方肉的表皮、四角和四周。直至燎出一层黑痂,并自行脱落,然后抽出叉子,将方肉放温开水中刮洗干净,抹上用姜、花椒、葱花、盐和料酒等调成的味料即成。

【吊膛】 临灶用语。指叉烧乳猪时,将其腹部向下,烤干膛内水份。其作用是防止因水份透出而烤不均匀,利用皮下脂肪使肉皮易酥,为下一步的烤皮创造条件。在吊膛时,火不宜大,要将炭火勾平散开,慢慢烤制,直至以手触之无水、不粘为度。

【滚叉】 临灶用语。指烤制叉烧菜肴时,操持叉柄的动作。明炉烤时,由于火力分散,烤制中叉柄需不断滚动,以随时改变原料着火的方向,使原料受热均匀,色质一致。在操作中应做到"两慢一快,眼观全面,照顾四方"。所谓两慢一快,是指两个侧面要慢烤、多烤;中间要少烤、快烤。

【入笼】 也称"装笼"、"上屉"。临灶用语。将蒸制的菜肴有顺序地摆入笼内。如蒸制较多菜肴时,宜将色深不易熟的放下面,色浅易熟的放上面。

【装笼】 即"入笼"。

【上屉】 即"入笼"。

【拣花笼】 临灶用语。即把笼端下锅，将不同花色的菜肴拣入一笼，再置锅上保温，便于翻用。

【泄盖】 临灶用语。即将笼盖不盖严，稍留缝隙，以便散失一部分蒸气，减轻压力，达到既不蒸过火又保持一定温度的目的。

【蜂窝眼】 临灶用语。指在烹制过程中，原料出现的蜂窝状。

【出笼】 俗称"落炊"。临灶用语。即菜料蒸熟后取出笼屉。

【落炊】 广东潮州一带对"出笼"的俗称。

【散籽】 也称"拨散"。临灶用语。指动物性原料经切成丝、丁、片等形状(并已码味、码芡)后，即下锅翻炒，使之彼此分开，互不粘连，这个过程称散籽。

【拨散】 即"散籽"。

【打散】 临灶用语。挂糊的原料放入热油后，用手勺或漏勺、铁笊篱将其拨散，防其互相沾连，使之受热均匀，这个过程，称打散。

【翻油】 也称"复炸"、"二次油"。临灶用语。指将已炸而变软或不够酥脆的菜肴原料重新炸制。

【复炸】 即"翻油"。

【二次油】 即"翻油"。

【重油】 也称"重温"。临灶用语。油炸菜肴原料时，有时出现在炸的中途油温下降的现象，这时须将炸至半熟的原料捞出，待油温加热回升后，再行重炸(以使成品达到外脆里嫩的要求)这个过程，称重油。

【重温】 即"重油"。

【出锅滗油】 临灶用语。指将锅内的油和炸制的原料一并倒入搭在油罐口上的笊篱或漏勺中，使原料沥净油份。

【滗油】 也称"沥油"、"控油"。临灶用语。指原料炸熟或过油后，用漏勺从油锅中捞出，搭在油罐口上沥去油分。

【沥油】 即"滗油"。

【控油】 即"滗油"。

【收汗】 临灶用语。指原料从沸水锅内捞出，其表皮随水份蒸发而自然干燥，如卤鸭、卤肉、卤心舌等均须收汗后，再加工或出售。

【散火】 临灶用语。指烧、蒸等类菜肴在烹制过程中，因火熄、水干或断气等原因而中断烹制的事故。散火会造成走油、败色、变味、生熟不匀，烂硬不一的后果。

【淋油】 也称"搭明油"、"包尾油"、"批油"。临灶用语。菜肴制成后，根据具体情况，淋入适量芝麻油、鸡油或其他油(起润滑菜肴、增加香味和亮度的作用)，这个过程，称淋油。

【搭明油】 即"淋油"。

【包尾油】 即"淋油"。

【批油】 即"淋油"。

【亮油】 临灶用语。即对爆、炒、熘类菜的感观要求。成菜装盘后，菜肴周围吐出一圈适量的油，即通常所谓的"明油一线"或"亮油包汁"，具有使菜肴色泽美观的作用，但忌油量过多。

【明油一线】 见"亮油"。

【亮油包汁】 见"亮油"。

【出锅】 临灶用语。菜肴制成后，须将勺端离火口，用手勺将锅中的菜肴往盘中装置，这个过程称出锅。

【叫勺】 临灶用语。用勺连续敲响炒勺，示意菜肴制作完毕，催促服务员出菜，这个过程，称叫勺。厨师常用。

【传菜】 也称"上菜"、"跑菜"。临灶用语。菜肴制成后，由服务员或传菜员端至顾客的餐桌前，这个过程，称传菜。

【上菜】 即"传菜"。

【跑菜】 即"传菜"。

【蹭勺】 也称"蹭锅"。临灶用语。炒勺经制做菜肴后，勺底常残留少许烧干的余汁或原料的渣末，须趁热用油刷蹭净；残留较多的，还须用油刷沾适量精盐蹭之，使之蹭净。

【蹭锅】 即"蹭勺"。

【冒锅】 也称"扑锅"、"漫锅"。临灶用语。指油或汤水在加热时溢出锅外。

【扑锅】 即"冒锅"。

【漫锅】 即"冒锅"。

【澥汤】 也称"出汤"。临灶用语。蔬菜原料在煸炒时未除净水气，经勾芡成菜装盘后又放置时间稍长，原料中的水份外溢，澥稀了芡汁，使菜肴周围出现明显的芡汤，即称澥汤。

【出汤】 即"澥汤"。

【脱浆】 也称"脱袍"。临灶用语。指原料上浆挂糊时没有拌透、饧好；没有浆上劲，或因滑油时油温或低或高，未掌握好火候，致使原料与所挂浆糊脱开分离，即称脱浆。

【脱袍】 即"脱浆"。

【喝油】 也称"吃油"、"含油"。临灶用语。指油炸原料时，因油温不够，火力不足，造成了原料含油过多，称喝油。。

【吃油】 即"喝油"。

【含油】 即"喝油"。

【浸油】 临灶用语。指炸制挂糊食品时，因火力不足，时间过长，使油脂渗入挂糊中，达不到外脆里嫩的要求，称浸油。

【艮皮】 也称"皮沓"。临灶用语。指挂糊的原料在经油炸时，因火力不足，炸制时间过长，使皮糊硬韧，达不到外脆里嫩的要求，称艮皮。

【皮沓】 即"艮皮"。

【沾块】 临灶用语。指上浆、挂糊的原料在炸制或滑油过程中，因未及时打散，互相沾结成为一块，称沾块。

【伤油】 也称“油大”、“油重”。临灶用语。在半成品加工或烹制菜肴时，用油量过多，致使成品有因油重影响味道和食时腻口的缺点，称伤油。

【油大】 即“伤油”。

【油重】 即“伤油”。

【吐油】 临灶用语。指富含脂肪的原料或另加食油进行烹制的原料，在烹制到一定火候时，有部分油从原料中渗透出来，称吐油。

【汪油】 临灶用语。指用脂肪多的原料（如白肉、五花肉）制成烧、炖一类的菜肴后，汤汁上浮有较厚的一层油脂，称汪油。

【油小】 临灶用语。指烹菜时用油量过少，使菜肴色暗，干涩，称油小。

【发柴】 也称“苦焦”。临灶用语。多因火候处理不当，致肉类所含的脂肪和水份溢出过多，使菜质象木柴，称发柴。

【苦焦】 即“发柴”。

【巴锅】 也称“嘎巴锅”、“抓勺”。俗称“粘锅”、“粘底”。临灶用语。指菜肴制作过程中，出现的原料粘锅的现象。

【嘎巴锅】 即“巴锅”。

【抓勺】 即“巴锅”。

【粘锅】 广东一带对“巴锅”的俗称。

【粘底】 广东一带对“巴锅”的俗称”。

【燎勺边】 也称“燎锅边”、“粘锅边”。临灶用语。指制做菜肴时，因勺的上部周围温度过高，致使部分原料烧糊变色。

【燎锅边】 即“燎勺边”。

【粘锅边】 即“燎勺边”。

【锅蚂蚁】 也称“焦碎”。临灶用语。因炙锅不好或烹调失当，造成原料巴锅至糊变焦，又没有清洗干净，使锅内残存很多形似蚂蚁的黑色细粒，这样会严重影响菜肴的外观，应当摒除。

【焦碎】 即“锅蚂蚁”。

烹　调　法

古代烹调法

【生】 ①烹调法之一。原料不经加热或略作加热处理，然后用调料拌成。中国先秦时有生食的鱼片或肉丝，《释名》记有生肉丝加调料做的“生脡”。②菜名。指生食的菜肴。如：鱼生；虾生；　肉生。

【炕】 烹调法之一。利用柴草火的余烬，将锅中的食物慢慢加热至熟。《字汇补》：“（炕）火息也。”《梦粱录·夜市》：“又有夜市物件……中瓦子武林园前煎白肠、炕肠。”

【炮（páo袍）】 烹调法之一。烧。《诗·小雅·瓠叶》：“有兔斯首，炮之燔之。”《礼记·内则》“炮豚”：“涂之以谨（墐）涂，炮之。”郑玄注：“炮者，以涂烧之为名也。”宋代以后，炮法有所发展，爆炒也可称“炮（bào）”，《随园食单》即有“生炮鸡”的记载。

【炙】 烹调法之一。即烤。《诗·小雅·瓠叶》：“有兔斯首，燔之炙之。”《齐民要术·炙法第八十》收有20多种菜肴，绝大多数是将加工后的原料在火上烤成。

【燔（fán烦）】 ①烹调法之一。指烧或烧烤。《诗·小雅·楚茨》：“醓醢以荐，或燔或炙。”《疏》云：“燔者，火烧之名。”远古未有釜甑，将黍米加于烧石之上，烧烤使熟，称为“燔黍”。见《礼记·礼运》。②祭肉。通膰。《左传》：“与执燔焉。”《释文》：“燔本作膰，音烦，祭肉也。”③炙肉。《仪礼》：“兄弟长以燔从。”

【燠（ō o凹）】 烹调法之一。汉唐之时，多指在灰火中煨烤食物。《齐民要术·作鳢鱼脯法》：“其鱼草裹泥封，煻灰中燠之，去泥草，以皮布裹而槌之，白如珂雪，味又绝伦。”宋代，燠的方法有所发展。《武林旧事》中记有“燠炕鹅鸭”，是将鹅鸭在炕火中烤熟的。又《夷坚丁志》记“王立燠鸭”，鸭子是“就釜灶焘治成熟的。”明清之时，又出现类似熬的燠菜，是用水慢火煮成的。

【燔】 烹调法之一。特指将鱼放在竹筒中干烤。《说文》：“燔，置鱼筤中炙也。”段注：“筤，断竹也。置鱼筤中而干炙之。”

【煿（bó脖）】 烹调法之一。煎炒食物。《岭表录异》：“黄臘鱼……南人脔为炙，虽美而毒，或煎煿，或干。”《山家清供·煿金煮玉》：“笋取鲜嫩者，以料物和薄面拖，油煎，煿如黄金色，甘脆可爱。”

【胹（ér而）】 烹调法之一。煮。《左传·宣公二年》：“宰夫胹熊蹯不熟。”《楚辞·招魂》：“胹鳖炮羔有柘浆些。”《集注》：“胹，煮也。”

【煮（fǒ）】 烹调法之一。烹煮。《玉篇》：“煮，火熟也。”《集韵》：“煮同煀。”《篇海类编》：煮，“蒸煮也。”

【衮】 烹调法之一。烹煮。《说文》：衮，“炮炙也。以微火温肉。”段注：“微火温肉，所谓衮也。今俗语或曰烏，或曰煨，或曰焖，皆此字之双声迭韵耳。”

【煀（pāo袍）】 烹调法之一。①指烹煮。《诗·大雅·韩奕》：“煀鳖鲜鱼。”郑玄笺：“煀鳖，以火熟之也。”②同“炮”。指烧烤。《汉书·杨恽传》：“田家作苦，岁时伏臘，亨（烹）羊煀羔，斗酒自劳。”注：“煀，毛炙肉也，即今所谓爆也。”

【煔（qián潜）】 烹调法之一。煮。《楚辞·大招》：“煔鸧鵽只”。《说文》：“煔，火行也；从炎，占声。”此借为“燂”。《说文》：“燂，于汤中爚肉。”

【瀹（yuè月）】 烹调法之一。指以汤煮物。《齐民要术》收有“瀹鸡子”，类似蛋花汤；又收有“白瀹豚”，即白

煮乳猪肉。

【腩(nán)】 ①烹调法之一。煮肉。《刊谬补缺切韵》残卷:"腩,奴感切,煮肉,亦作醃、腍。"《广韵》:"腩,煮肉。"②烹饪前的调味方法之一。多用葱、盐、豉汁渍肉以备炙烤,浸渍时间随原料不同可长可短。《齐民要术》记有"腩炙"、"肝炙"等。"肝炙":"牛、羊、猪肝皆得。脔长寸半,广五分。亦以葱、盐、豉汁腩之。以羊络肚臲脂裹,横穿,炙之。"③指牛肚子上和近肋骨处松软肌肉,也指用这种肉做的菜肴。如广东菜干逼牛腩等。

【爓(yàn厌)】 烹调法之一。把肉浸在热水中使至半熟。《说文》作"燅"。《礼·礼器》:"三献爓,一献孰。"注:"爓,沈肉于汤也。"

【胵(zhēng争)】 烹调法之一。泛指煮鱼煎肉。见《集韵·十四清》。也指将鱼肉等菜合煮,类似后代的杂烩。《西京杂记》记有汉娄护制作的"五侯鲭",《齐民要术》中也收有"五侯胵"、"胵鲊"等菜。

【腤(ān安)】 烹调法之一。指用盐、豉、姜、葱同鱼或肉合煮。《广韵》:"腤,煮鱼肉也。"《齐民要术》收有腤鸡、腤白肉、腤猪、腤鱼等菜。

【烝】 烹调法之一。通"蒸"。用蒸气熟物。《诗·大雅·生民》:"释之叟叟,烝之浮浮。"《世说新语·轻诋》:"桓南郡(玄)每见人不快,辄嗔云:'君得哀家梨,当复不烝食不?"

【煠(zhǎ闸)】 烹调法之一。将食物原料放入油或汤中,一沸而出称煠。《岭表录异》:"水母……先煮椒桂,或荳蔻生姜,缕切而煠之。"今通"炸。"

现代烹调法

【炒】 烹调法之一。把食物放在锅里加热并随时翻动,至菜料恰熟,炒菜时要旺火少量油,投料后快速翻炒或颠锅,此法适用于小件原料。大料须先经改刀成丝、片、丁、仁等,有些还须先作抓浆(如虾仁之类)等处理。另外,调味先后视需要而定。炒法适用面较广,菜品以脆、嫩、滑、鲜见长。因技法、调味等不同,有多种炒法。

【生炒】 俗称"直炒"。炒法之一。因以生料炒制,故名。成菜脆爽利口,原料原味。如:肉丝炒洋葱丝;肉片炒黄瓜片。

【直炒】 广东一带对"生炒"的俗称。

【熟炒】 炒法之一。原料经预熟炒制的,称熟炒。如:炒肚片;炒肥肠。

【清炒】 俗称"净炒"。炒法之一。原料单一,不加配料。生料须经上浆滑油,炒熟后不勾芡。成菜咸鲜清爽,食后盘底无汁,只有薄油一层。如清炒虾仁、清炒肉丝等。有的地方生料不上浆、不滑油,直接入勺炒制,食后盘内略有清汁。如:清炒肉片。

【净炒】 东北一带对"清炒"的俗称。

【撬炒】 也称"炒撬菜"、"炒毛菜"。炒法之一。用少量肉料配以多量带辛辣味的蔬菜合炒。如肉片撬青椒、木樨肉撬韭菜等。多见于东北。

【炒撬菜】 即"撬炒"。

【炒毛菜】 即"撬炒"。

【干炒】 炒法之一。因先煸干原料内部的水份再炒,故名。干炒重火候,火力过猛原料内部水份不及蒸发,易致外焦里不透;火力弱又致原料水份不能尽快蒸发,易韧而不酥。山东等地干炒常用豆瓣辣酱、花椒、胡椒调味,色重味浓,干香酥脆,成菜在盘见油不见卤。如干炒牛肉丝等。河南等地干炒则是菜料先调味,下锅炒至收干汁即成。如:五香肉干。

【水炒】 也称"老炒"。炒法之一。炒制时,用水作为主要传热介质。如水炒蛋,起锅先下一匙油,再下一小碗水,烧沸后下备好的蛋料炒制。成菜清嫩爽利,常见于家常菜肴。

【老炒】 即"水炒"。

【汤炒】 炒法之一。原料不经上浆、滑油、煸炸,直接与白汤、调味料一同下锅炒成。用料多为不宜煸炒、滑油的,经预熟后下锅,炒时要略滚焖、勾芡,成菜包汁、明亮,吃口香热不腻。如炒三鲜、冬笋炒面筋等。多见于上海等地。

【熬炒】 炒法之一。用生料,改刀成大块,先把主料煸好,煸时加酱油挂色,煸好后对作料加适量的水,然后改小火收汁,至汁浓出锅。多见于河南。

【嘭炒】 炒法之一。用生料,改刀后放在开水中顿火两次,见开捞出控干,再加配料和调味料一起下锅,翻炒几次即成。多见于河南。

【软炒】 也称"推炒"、"泡炒"。俗称"湿炒"。炒法之一。主料须加工成茸或细粒,经澥成液状后再炒,成菜软嫩。操作时宜用手勺稳而快地推炒,使其受火均匀,不致过碎,凝结至熟即可。过火则脱水变老。成菜细软滑嫩,多为白色。如:炒芙蓉鸡片;芙蓉干贝;炒鲜奶。

【推炒】 即"软炒"。因原料不宜翻炒,只可轻推,以利其成块,故名。

【泡炒】 即"软炒"。

【湿炒】 广东一带对"软炒"的俗称。

【滑炒】 俗称"上浆滑油炒"。炒法之一。因主料须经上浆、滑油,故名。主料多用质地细嫩荤料(如鸡肉、鱼肉、虾肉和精肉等),改刀成丝、片、条、丁等小件,经码味、上浆、滑油(有的地方不滑油)处理,再起热锅温油,下料滑散,至断生倒入对汁芡(或调味勾芡),迅速翻炒至芡汁包住菜料出锅,也可在滑散断生后倒出沥油,另起锅制好对汁芡,再下料成菜。配料宜用鲜嫩蔬菜。菜品卤汁紧包,滑嫩柔润。如:滑炒鸡丝冬笋;炒鱼片;芙蓉鸡片。

【上浆滑油炒】 上海一带对"滑炒"的俗称。

【滑油炒】 炒法之一。原料改刀成小件,入油锅滑油断生,翻包卤汁而成。原料改刀不宜太薄太细,以火柴

梗粗度、厚度为宜，滑油油温以四五成较好，断生而出水不多，炒时须旺火、少油、快翻，包卤汪卤。成菜鲜嫩清爽，突出原味而无浆味，如炒猪心、炒菊红（鸭肫）等。见于上海一带。

【抓炒】　俗称“托炒”。炒法之一。主料要挂糊、过油、炸透再炒，一般不用配料。挂糊视原料质地不同而定，可用鸡蛋清淀粉糊，也可用纯淀粉糊。过油油温不可过高，以防卷曲成团。炒时要快，用汁宜稀稠适度，不多不少正好包住主料。成菜明汁亮芡，皮香脆而内细嫩。如：抓炒腰花；抓炒里脊。

【托炒】　河南一带对“抓炒”的俗称。

【焦炒】　炒法之一。主料改刀后，调味腌至入味，入热油中炸焦（一般分 2 次冲炸），再入勺加清汁烹炒，反复翻拌，使汁收浓，渗入原料即成。成菜干香韧脆，味浓耐嚼，没有余汁。如：焦炒肉丝。

【泡油炒】　炒法之一。生料先码味，挂蛋清糊，拍粉，入热油泡炸至九成熟，再加配料和料头（姜、葱段）炒至全熟，勾芡出锅。成菜除清爽可口外，并有炸制香味，如杭仁鸡丁等。此法与油泡法相似，区别在于料头不同，油泡用姜米、葱米、茶瓜米。多见于广东。

【拉油炒】　炒法之一。与“泡油炒”相似，区别在于拉油时油温低于泡油，料要拉至熟透。参见“泡油炒”。多见于广东。

【酱炒】　炒法之一。用熟料或半熟料炒制。调味料多用黄酱或甜面酱、豆瓣辣酱、干椒酱等，其配料常用有辛香或辛辣味的芹菜、青辣椒、蒜苗、韭菜、青蒜、韭黄、大葱等，也有不加配料的。成菜具酱香，味醇厚。如：猪肠炒柿子椒。

【酱包炒】　炒法之一。与“酱炒”相似，用酱调味，但须用酱包住菜料，用料多选鲜嫩荤料或蔬菜，酱须先熬去生酱气，并加入其他调味料及汤水，调拌至细腻浓稠（倘不浓稠，可适当勾芡），炒制时，须使酱汁粘包每一块菜料。成菜为紫酱色，口味咸中带甜，鲜味突出。如酱包鸡丁、酱包牛肉片等。装盘时可以炒拌的绿叶菜垫底或围边，以助色、助味。见于上海一带。

【家常炒】　炒法之一。以生料或熟料直接入锅炒制，不勾芡，不用汤汁，成菜清而不腻。多见于民间。如：家常豆腐；炒菠菜。

【小炒】　俗称“随炒”。炒法之一。原料码味芡，旺火、热油，迅速颠翻，临时对汁。成菜光泽疏散，鲜嫩爽滑。如：鱼香肉丝；宫保鸡丁；炒杂拌；白油肝片；炒芹黄牛肉丝。

【随炒】　四川一带对“小炒”的俗称。因小锅单炒，随炒随卖，故名。

【鱼香炒】　炒法之一。因以烧鱼的调味料炒制菜肴，成菜具鱼香，故名。此为川菜创始，现广泛运用。调味须具小甜、小酸、小辣和突出鲜香的特点，烹制时做到汪卤包汁。成菜如鱼香肉丝、鱼香茄子等。

【芙蓉炒】　炒法之一。因原料须上蛋清制的芙蓉浆，故名。操作方法与“软炒”相似。成菜色白质嫩，清淡不腻。如：芙蓉炒鱼丁；炒芙蓉蛋白。

【沙炒】　炒法之一。以细沙作为传热介质，多用于干果炒制，如炒花生、炒蚕豆等用之，因沙传热缓和而均匀，故炒品香酥可口。也可用于炒米花，可使糯米爆胖。还有用粗沙炒的，如炒栗子。

【盐炒】　炒法之一。以盐作传热介质，多用于发制肉皮、蹄筋、鱼肚等，也可用代“沙炒”。

【糖炒】　炒法之一。用于糖炒栗子，用粗沙炒制时，向锅中淋饴糖，使之具有独特甜香。

【煸】　也称“炒”、“干煸”。烹调法之一。煸的目的为使原料去水份、去杂味，上色入味。须用中火，锅热锅滑，使原料贴锅边煸边炒，再煸入或稠入、焖入调味料，收汁起锅。成菜少汁而干松。多见于南方。如：干煸鳝丝；干煸草头；干煸牛肉丝。

【炒】　即“煸”。

【干煸】　即“煸”。因不用汤汁、不勾芡，故名。

【烹】　也称“炸烹”。烹调法之一。将经挂糊或不挂糊的小块主料，用旺火热油炸成金黄色后，捞出沥油。锅底留少许油，炝锅后，下炸成料，烹入调味品对成的清汁，入味出锅。一般谓“逢烹必炸”（也有的不炸）。成菜外焦里嫩，滑润香醇，如：干烂虾仁；烹虾段。还有“清烹”、“炒烹”、“煎烹”、“干烹”、“滑烹”、“软烹”、“醋烹”等多种技法。

【炸烹】　即“烹”。

【清烹】　烹法之一。烹制时，原料挂薄糊或拍干粉，九成热油内炸 2 次，不加配料，称清烹。如：清烹虾段。

【炒烹】　烹法之一。主料切丝，旺火热油煸炒后，酌加调味，用清汤烹成。成菜为汤菜，鲜醇清香而不腻。

【煎烹】　烹法之一。在主料煎制将熟时，加入适量的液态调料进行烹制，是煎和烹两种方法的结合。煎烹菜的主料有的不挂糊、不拍粉、不拖蛋液，仅用调料腌渍即煎之。成菜清爽利口，吮汁不见汁，忌拖汁带芡，粘糊一团。如：煎烹鱼片；煎烹虾扇。

【干烹】　俗称“干烂”。烹法之一。与“烹”法相似，区别在于干烹较烹法挂的糊大、汁少，干香不腻。如：干烹肉片。

【干烂】　山东一带对“干烹”的俗称。

【滑烹】　烹法之一。主料挂糊经沸水汆熟后，入锅烹汁。

【软烹】　烹法之一。主料改刀成细料，入沸水汆熟后，入锅烹汁。

【醋烹】　烹法之一。烹汁之前先烹些醋，成菜口酸而具醋香。

【爆】　俗称“崩”。烹调法之一。多用脆嫩无骨生荤料，改刀成均匀小件，有的可用花刀，然后过油。具脆性的原料（如肫、肚、腰、鱿鱼等）沸油爆炸；柔嫩性原料

(如里脊、鸡脯、虾仁等)热油滑炸。过油时视需要上浆或不上浆,有的地方过油前先用沸水焯一下;也有的地方不过油,直接入底油爆。爆时冲火沸油,菜料在锅中可见跳动,须急速划散,下配料,烹入事先对好的芡汁,急速颠翻而成。成菜脆嫩爽滑,具鲜香。另有用汤汁爆或沸水爆的。因传热介质不同有"油爆"、"汤爆"、"水爆";因调味不同有"酱爆"、"辣爆"、"葱爆"、"芫爆"、"姜爆"、"原油爆"等。

【崩】 山东一带对"爆"的俗称。因脆嫩性原料(如鸡胗等)经改花刀加热后,爆裂成花朵形,故名。如:鸡里崩。

【油爆】 爆法之一。爆菜多用此法,主要特点是用油量较多。主料改刀后上浆,先用旺火热油划散,再加调味汁进行爆炒。成菜油润发亮,食后盘底无余汁,只有薄油一层。如:油爆双脆;油爆里脊花。

【汤爆】 爆法之一。主料经沸水焯至半熟,再用调好味的沸汤冲熟,水焯主料(鸡胗、鸭胗、肚仁等)时,要恰好断生。时间长则变老、过韧,时间短则含血带腥。冲熟用的沸汤,要用清汤,或上汤、鸡汤。食时,随汤上白胡椒面、香菜及卤虾油等,由食者自己调汁蘸食。如:汤爆双脆。

【水爆】 爆法之一。主料先经沸水焯至半熟盛入碗中,再冲入沸水至熟(时间应适到好处),水爆菜随菜上桌的调料有:香菜、葱末、芝麻油、酱油、卤虾油、辣椒油、精盐、味精、胡椒面等,食者自己调制味汁蘸食。如水爆肚头等。此法与"汤爆"基本一样,区别在于第二次冲熟主料时,一用沸汤,一用沸水。

【酱爆】 爆法之一。用炒熟的甜面酱或黄酱爆炒已预熟的主料,酱爆的酱须炒透,炒出香味,炒去部分水份,使之酱香浓郁,稀稠恰当,与主、配料融为一体。如:酱爆鸡丁。

【腐乳汁爆】 爆法之一。与"酱爆"法相同,仅将酱料改为腐乳汁。如:南乳爆肉丝。

【宫爆】 爆法之一。与"酱爆"相似,区别在于此法加辣椒、花生米、糖,不用酱。成菜抱芡,红而油亮,咸香辣而微甜。如:宫保鸡丁。

【辣爆】 爆法之一。因主要调料用辣椒酱(四川郫县豆瓣辣酱或北京辣椒糊),故名。制作方法与"油爆"近似。成菜含有浓郁的辣香味,色泽深红。如:辣爆南芥肉丁。

【葱爆】 爆法之一。因用大葱做配料,故名。用葱丝或葱块(滚刀块)或葱段,配拌腌入味的主料,用旺火、热锅、热油爆炒而成。成菜色红,主料鲜嫩可口,并散发浓郁葱香。如:葱爆牛肉;葱爆羊肉。

【芫爆】 爆法之一。因以芫荽为配料,故名。制法同"油爆"。主料形态多加工为片、条、球、卷等状。所对调味汁、胡椒粉味重。芫爆菜多为主料本色,不外加色(酱油),又以芫荽为配料,成菜味鲜而清爽,香(芫荽味)辣(胡椒辣味)味较浓。如:芫爆里脊。

【姜爆】 爆法之一。因以姜芽或鲜姜片或鲜姜丝做配料,故名。姜爆同于"油爆"。成菜鲜嫩可口,有浓郁的姜辣香。如:姜芽爆鸡柳。

【糟爆】 爆法之一。主料下入以红糟、糖、蛋清、芡粉调成的糊内浆一下,下七成热油锅内爆炒,另将大蒜头在另一只锅内炒出蒜味,下入炒好的主料颠翻几下即成。糟仅裹在外面,外酥里嫩。见于福建,如:爆糟排骨。

【炮(bāo包)】 烹调法之一。原料放在传热器上不断翻搅,使之均匀焙炮至汁干恰熟后供食。炮料多用牛、羊肉或牛、羊肚,切成丝或片(不用配料),先将原料拌渍入味再炮,或炮后蘸调味料食用,脆嫩可口,有原料鲜香。古代曾用石板作传热器,后用铁铛,又用铁锅,故分为"铛炮"、"家常炮"两种;还有"炮糊"一法。

【铛炮】 炮法之一。用铁铛炮者的,称铛炮。铛为圆形平铁板,直径48~66厘米,厚约1厘米,中间微凹,置于旺火上,热油炮食。可自炮自食,也可一人炮后分食。

【家常炮】 炮法之一。因"铛炮"的铛家常不备,家宴难用,发展至用铁锅炮。一般将原料先用汁拌渍入味,再用旺火热油急速翻搅炮至恰熟供食,中间不再调味。通常以葱配炮,量为肉料的一半,故也称"葱炮"。如:炮羊肉;葱炮羊肉。

【葱炮】 见"家常炮"。因其常以葱作配料,故名。

【炮糊】 炮法之一。铛炮至料已熟后,继续炮至带有糊的,称炮糊。较一般炮法口咸较老,带有糊香。

【燎】 ①烹调法之一。原料刮成花刀片,用高档酒(如茅台酒)加调味料拌匀,下旺火烈油燎炒,手勺一推,勺内飞火腾焰,刹时出锅,速度很快,称燎。如火爆燎肉、火燎鸭心等。菜品具有油酒融合香味,焦中透嫩。②原料初加工方法之一,如用旺火燎去动物性原料表皮毛茬,或燎糊表皮,再泡软刮净,供烹制。

【摊】 烹调法之一。多用于粘浆状原料,入锅摊开,待熟起锅。如摊煎饼、摊黄菜(即摊鸡蛋)等。此法古时已有,《宋氏养生部·摊卵》:"用卵少调水,杂猪肉醢料,泻少油锅中摊开,沃少酒。或从锅中少滑以油泻调,不入水。卵匀甚薄片,如春饼,卷物用。"

【涨】 烹调法之一。多用于蛋类原料。蛋打入碗内,加葱花、盐、味精等(也有的加韭菜末、香椿末等),甩匀,起热油锅,油要少,倒入蛋料,先中火略烧,再移文火慢慢烘烤,蛋上扣一大碗(或钵)盖严,焖烘至起金黄色焦巴,揭碗淋锅边油起锅,扣出切块(或装后切)装盘中。菜品半球形,球面淡黄、金黄、焦黄交错,间以点点葱绿,色泽鲜美,香味扑鼻。此菜江浙民间多用,常用鸭蛋。

【熘】 也称"京熘"、"拌汁熘"。烹调法之一。主料须经预熟,即炸(挂糊、不挂糊均可)或蒸、滑至断生,下入已炒好芡汁的锅中,旺火速成熘炒至料、汁拌匀,淋油

装盘。也可用浇芡或淋芡。成菜要求芡汁裹匀菜料，呈滑溜欲滴状态，吃口滑润舒软。因方法不同有“匀拌”、“清熘”、“软熘”、“滑熘”、“煎熘”、“炸熘”、焦熘”、“脆熘”、“烘汁熘”等；因调味不同有“醋熘”、“糖醋熘”、“糖熘”、“南熘”、“五熘”、“糟熘”等。

【拌汁熘】　即“熘”。因先炒好芡汁，再下预熟料抄拌均匀，故名。

【京熘】　即“熘”。

【浇汁熘】　熘法之一。多用于整料、大料，因不便在锅中熘炒，故预熟装盘后，将炒好的芡汁浇上。

【淋汁熘】　熘法之一。主料多为块状，预熟未透，再入锅加热至熟，淋上芡汁。

【匀拌】　熘法之一。如匀拌鸡瓜，鸡脯肉切丝上浆，入热油锅滑开倒出；再炸葱、姜丝及调味，离火，下滑好的鸡丝拌匀装盘即成。

【清熘】　熘法之一。主料不挂糊、不上浆，预熟后直接熘制而成。如：熘黄菜；熘白肚。

【软熘】　熘法之一。主料不经油炸。以蒸或煮法预熟，再用熘法制成。成菜柔软细嫩，如：熘鸡脯。此法常用于整鱼。如西湖醋鱼为煮后熘成；五柳鱼为蒸后熘成。

【滑熘】　俗称“鲜熘”。熘法之一。原料先经滑油预熟再下入炒熟的芡汁中熘制，芡汁多寡和浓淡要掌握适当，汁多而稠，主料不突出，汁少而淡，成为滑炒。滑熘菜品色较清明，质较鲜嫩，口感滑润。如：滑熘里脊；滑熘虾仁。

【鲜熘】　四川一带对“滑熘”的俗称。

【煎熘】　熘法之一。主料经煎制之后，再加芡汁熘制。主料如为肉类，食之滑嫩；如是素料，食之软烂。口味因芡汁不同而异，可甜酸，可咸鲜。如：煎熘里脊片；煎熘豆腐。

【炸熘】　俗称“烧熘”。熘法之一。多用于鱼、鸡、猪等质地细嫩的原料。先将原料腌渍上味（或烹熟），再以蛋豆粉或水豆粉上浆（或不上），放入旺火、热油锅中略炸定型（如未上浆，用旺火沸油炸一次即可）。走菜时，再用沸油炸一次，捞起，或入锅裹上烹好的芡汁，或置盘内浇上芡汁。成菜外酥内嫩。如：鱼香八块鸡；荔技鱼块；糖醋脆皮鱼。

【烧熘】　吉林一带对“炸熘”的俗称。

【焦熘】　熘法之一。主料挂芡粉糊，两次油炸至表面焦黄酥脆（有的料也可一次炸成），再另锅炒汁，下入主、配料，拌炒均匀。焦熘的色泽、口味多种多样。北方菜多用糖与醋调汁，其色淡红或呈深黄色，味咸鲜而稍酸。如：焦熘丸子；焦熘肉片。南方多用番茄酱调汁。

【脆熘】　熘法之一。制法如“焦熘”，但取浇汁法。

【烘汁熘】　熘法之一。在熘菜汁中加入热油，用旺火，一手晃锅，一手拿勺推汁，使油溶入芡内，暄起冒泡，称烘汁。以之熘制成菜，菜肴起明发亮，上桌仍冒小气泡。见于河南。

【糖熘】　熘法之一。调味用糖较多，成菜甜味突出。制作方法与“滑熘”基本相同。如：糖熘里脊片；糖熘鳜鱼。

【醋熘】　熘法之一。调料中以醋为主，成菜酸味突出。制作方法与“滑熘”基本相同。如：醋熘里脊片；醋熘鸡丁。

【糖醋熘】　熘法之一。调料以糖、醋为主，使其具有的甜酸味型，并具醋香，一般多用淋芡法。如：糖醋鳜鱼。也有熘煮法，如：糖醋排骨。

【南熘】　也称“酸辣熘”。熘法之一。以酸辣味调制的熘法。

【酸辣熘】　即“南熘”。

【五熘】　熘法之一。主料之外，用五种配料，调味具鲜、咸、辣、酸、甜五种味道，称五熘。如五熘鱼：鱼治净剞花刀，开水烫过，加葱、姜、大料等调味料及汤，蒸熟待用，将玉兰片、香菇、干椒、肥肉、火腿切丝，用酱油、盐、醋、糖、味精及料酒等对成调味汁；配料煸炒后，下调味汁调匀，淋明油浇到鱼上即成。

【糟熘】　熘法之一。熘制方法基本同于“滑熘”，只是味汁中加有适量的香糟汁。成菜多为白色，主料软嫩，味鲜略甜，含有浓郁酒香。如：糟熘三白；糟熘鱼片。

【炸】　烹调法之一。将处理好的原料下入宽油锅中，浸在油内，经加热使之成熟，称炸。如：炸油条；炸馓子；炸八块。成品酥脆，具浓郁油香，也有的外酥脆而里软嫩。因原料的处理不同，或炸制手法的变化，故有多种炸法。炸法也用于原料预熟加工，饮食行业称为“过油”，还常用于发制干货原料。如：发制鱼肚、肉皮等。

【清炸】　俗称“净炸”、“都炸”。炸法之一。主料生熟均可，因炸时不挂糊，不上浆，故名。清炸必须根据原料的老嫩、大小，掌握好油温及火候。质嫩及条、片、块等小型原料，应在油五成热时下锅，炸的时间要短，约八成熟时即捞出，待油再热时，重炸一下；形状较大的原料，要在油热到八九成时下锅，炸的时间要长一些，或间隔地炸几次，也又酌情端锅离火几次，待原料内部炸熟后取出，等油温回升到八九成时，再投入，直至炸到外表发脆。成菜外焦里嫩，含油脂香味。如：清炸鸭肝；清炸黄鱼；清炸大肠。

【净炸】　河南一带对“清炸”的俗称。

【都炸】　河南一带对“清炸”的俗称。

【生炸】　炸法之一。凡以生料经调味上色后，直接油炸成菜的，称生炸。原料宜用鲜嫩易熟的，并多经改刀成片状。

【干炸】　炸法之一。主料先经腌渍调味，拍干粉（也可用湿淀粉），入油锅炸至内外干香酥脆。干炸菜肴炸制时间长，开始火要旺、油要热；中途要温火，才能使里外香酥一致。如：干炸里脊；干炸丸子。如果主料形态不等时，要分次炸制。

【焦炸】 炸法之一。与“干炸”法相似，不同的在于挂硬糊，下锅后直炸成菜，中途不退火。成菜呈深黄色，既脆又焦。如：焦炸虾。

【酥炸】 也称“熟料炸”。炸法之一。因原料先经煮酥或蒸酥，而后油炸，故名。主料经煮酥或蒸酥后，挂全蛋糊或不挂糊，入锅炸至表面定型。炸时要不断翻动，防止色泽不一，炸透即捞出，第二次入锅，油要烧热，炸至外酥里嫩，色泽一致。挂糊时，要注意糊的稠薄，糊薄、糊少，会影响成菜的酥松；糊多、糊稠，会影响主料的口味。需要挂糊的，大都是需出骨的原料；不挂糊的，大都是无骨原料。成菜特点酥、香、肥、嫩。如：香酥鸭；酥炸菜心。

【熟料炸】 即“酥炸”。

【软炸】 炸法之一。主料先拌腌入味，再均匀地挂一层软炸糊以减少主料的水份蒸发，然后下油锅炸。软炸多是2次炸制成菜。第一次温油，炸至主料的外层糊凝固，色泽一致时捞出；第二次旺火热油炸制成菜。软炸糊有鸡蛋糊、蛋清糊、雪泡糊等。如：软炸大虾；软炸鲜蘑。

【锅烧】 炸法之一。与“软炸”法相似，不同的在于原料须先经煮或蒸卤成熟，再炸制成菜。如：锅烧肘子；锅烧鸡；炸脂盖。

【煎炸】 俗称“半煎炸”。炸法之一。原料先沾蛋浆，再沾干淀粉，先煎后炸。煎时，边煎边加油，煎至两面金黄；炸时，加油浸没原料，浸炸至熟。如：果汁煎猪排。多见于广东。

【半煎炸】 广东一带对“煎炸”的俗称。

【软犇】 炸法之一。活鱼治净，以盐略渍，拍上干淀粉，油炸至黄色，另起油锅，下酱油、醋、糖、葱花、姜末入汤煮沸，勾芡成汁，将炸好的鱼入汁搅匀，最后洒花椒粉、芝麻油供食。见于贵州。

【脆炸】 也称“脆皮炸”。炸法之一。有二法：一是主、配料码味后，用腐皮或网油包成卷状或角状、包状，挂粉糊或滚蘸干粉，炸制成菜，一般须炸两次。第一次炸透定型；第二次热油冲炸至表皮香脆。如：腐皮鸡卷；网油春花卷。二是原料先经烫后挂饴糖再炸，多用于整鸡整鸭，治净后先下沸水紧身，在外涂饴糖，晾干，旺火热油翻炸，并将热油灌入腹腔，至表皮炸至淡黄色，油锅端离火口，浸料至全熟，成菜外皮很香脆。如：脆皮鸡。

【脆皮炸】 即“脆炸”。

【蛋白浆炸】 炸法之一。主料挂的糊以蛋清和湿淀粉制成，称蛋白浆炸。炸时须用白油炸制，以保持菜品色泽洁白。

【金酥炸】 炸法之一。原料挂“金酥糊”炸成的称金酥炸。如：金酥鸡腿。此炸法宜用白油炸制，成品色泽呈正金黄色，明快悦目。

【胖炸】 也称“挂糊炸”、“面拖”。炸法之一。炸料先挂糊，见糊不见料，经2～3次炸制，成菜外形胖大，外脆里嫩。用料以无骨刺为好，糊应具发力（如蛋泡糊、发粉糊、酵面糊），第一次炸为胖壳炸；第二次为养炸；第三次为脆壳炸（也有将一二次合为一次的）。成菜如苔菜拖黄鱼、面拖里脊等。其中，挂酵面糊的也称“脆浆炸”，挂蛋泡糊的也称“滚袍炸”（俗称“暄炸”）。

【挂糊炸】 即“胖炸”。

【面拖】 即“胖炸”。

【脆浆炸】 见“胖炸”。“脆炸”中所挂的糊如经发酵的即称脆浆炸。糊须加苏打，以矫其酸味。

【滚袍炸】 见“胖炸”。主料挂以“蛋泡糊”炸制而成。须用白油炸制，以保持菜品色泽洁白。

【暄炸】 河南一带对“滚袍炸”的俗称。

【香炸】 炸法之一。炸料以切成排形为好，炸好斩条供馔。炸前，炸料先经鲜、咸、香等调味料上味，然后拍干粉，拖蛋液，拍面包屑或芝麻，入炸，先养炸再脆表炸，脆后即起锅。成菜香脆、鲜嫩。如：芝麻鸭肝；炸虾排；炸鸡块。

【糟炸】 炸法之一。其程序为先烧，后蒸，再炸。即先将红糟、白糖入锅内炒后，下主料，加入调味、清汤，烧至上色后，出锅入笼蒸熟，取出挂蛋糊，油锅内炸酥，撒上五香粉、浇上芝麻油即成。成菜无汤汁，干香。见于福建。福建有菜炸糟黄鱼。

【串烧】 炸法之一。将主料切成片，以籤串起，然后烧、炸成菜。如：串烧肉。以熟猪肉切小厚片，以银针或竹籤串成8串，肉片间可夹配料，腌渍上味后，沾面粉、鸡蛋及面包渣，先烧至四、五成熟，再炸，之后装盘供食。鱼片、鸡片也可用。

【面包渣炸】 也称“炸板”、“西炸”。俗称“苦列炸”。炸法之一。将主料加工成厚薄一致的片状，先拌腌入味，展开蘸上一层均匀的面粉，再蘸鸡蛋液，然后蘸一层如绿豆大小的面包渣，下油锅炸制成熟。此法炸制的菜肴外酥松而里鲜嫩。如：炸面包大虾；珍珠猪排。也有主料制成丸状，滚上面包渣炸成的，形似杨梅，也称“杨梅炸”。如：杨梅丸子。

【炸板】 即“面包渣炸”。原料加工成大片状再加工炸制的，称炸板。如：炸肉排。

【西炸】 即“面包渣炸”。因吸取西餐炸法，故名。

【苦列炸】 广东一带对“面包渣炸”的俗称。

【杨梅炸】 见“面包渣炸”。专指制成丸状滚面包渣炸成的，因形似杨梅，故名。

【玻璃炸】 炸法之一。生料改刀后挂上以蛋清、淀粉、植物油、糯米粉制成的糊，下六成热油锅炸熟出锅，装盘撒糖。如：玻璃肉。此法有甜口、咸口，瓤馅不瓤馅，挂暄糊或不挂等不同的制法。见于河南一带。

【包皮炸】 炸法之一。用面皮或油皮等包裹馅料，并以油炸成的，称包皮炸。如：炸春卷；炸糖油饺。

【纸包炸】 炸法之一。因主、配料要用纸包，然后炸成，故名。用玻璃纸把经过腌渍的主、配料包成包，入温

油锅炸制，用手勺不断推转，使之均匀受热。成菜可保持原汁原味，异常鲜嫩。如：炸纸包鸡；炸纸包虾片。

【汆(tǔn)】　也称“浸炸”。烹调法之一。用慢火、温油(150℃左右)炸制。如：油汆花生米；油汆馒头。

【浸炸】　即“汆”。因油温较低，炸料浸在油中的时间较长，故名。

【松炸】　汆法之一。生料去骨加工成片或块，调味、挂糊，温油慢炸，称松炸。成菜松嫩饱满。如：松炸银鼠鱼；夹沙香蕉。

【煎】　烹调法之一。少油小火，原料铺贴锅底，两面煎至金黄色，出锅。调味可先码味，或煎前调味，或煎后蘸味。原料生熟均可用，视需要可上浆或挂糊或拍粉。原料一般须加工成扁平形，利于受热均匀。成菜色黄味醇，外酥脆里软嫩。如：煎虾饼；煎茄夹。小吃有煎糍粑等。煎法又常用于预熟加工。如红烧狮子头，肉丸制成后有的地方需先煎制，再行红烧。

【生煎】　煎法之一。用生料入煎称生煎。如：生煎包子。福建有生煎菜，主料多用荤料，微火，成菜质嫩。

【清煎】　煎法之一。原料不挂糊、不上浆、不拍粉，直接入锅煎制，称清煎。如：煎蛋饺。

【干煎】　煎法之一。主料经过腌渍或预熟，挂糊或拍粉后，用少量的油煎熟，称干煎。菜品无汁、无芡、味甘而鲜。如：干煎鳜鱼片；干煎虾碌。

【汤煎】　煎法之一。主料多用鸡蛋液，调好味，入热油锅中，煎成金黄色饼形，再冲入沸汤，大火烧沸，待汤呈乳白色时调味起锅。因以食汤为主，故称汤煎。如：泡蛋汤。

【酒煎】　煎法之一。煎制过程中，以料酒烹熟成菜。如：酒煎鱼。

【糟煎】　煎法之一。煎过的主料，加香糟汁、汤与调料烧制而成。成菜有浓郁的香糟味。如：糟煎鳜鱼；糟煎鱼片。

【蛋煎】　煎法之一。蛋搅成稠液，加入配料(荤素均可，但以切成碎末为宜，倘为片、块，须先过油预熟)，拌匀入煎，至两面全黄即成。如：蛋煎生鱼片。

【煎封】　煎法之一。多用于鱼类菜肴。成菜煎成上碟后，乘热淋上“煎封汁”，把整条鱼封盖着，使味汁渗向鱼身。见于广东。如：煎封鲳鱼。

【南煎】　煎法之一。一般制法为先将原料制成茸，作成厚饼状，然后煎至两面金黄，调味勾芡出锅。调味须加适量糖，使甜味出头，用料多为鱼、肉之类。福建制法为挂糊炸后炒制成菜。如：南煎肝。

【贴】　烹调法之一。一般用两种以上改刀成片状的原料叠在一起，垫以猪肥膘，中间以糊料或瓤料粘连，入锅煎制，只煎一面，至底呈金黄色时，烹少量水加盖蒸焐，至水干出锅，切块装盘。成菜一面香脆，一面软嫩。如：锅贴肉；锅贴鱼盒。还有不烹水而往面上撩油的；有先制成形再煎的，有垫面包片等其它片料的，变化较多。调味可先可后，视需要而定。面点的制作也有贴法。如：贴饼子；锅贴。

【夹贴】　贴法之一。以肥膘肉或豆腐、蛋皮、油皮切成等大长方片，中间夹以馅料，贴制成菜的，称夹贴。如：锅贴豆腐；锅贴鸡方。

【包贴】　贴法之一。以油皮或百页包卷馅料，切成等大块贴制成菜的，称包贴。

【托贴】　贴法之一。以猪肥膘或豆腐切成大长方形薄片托底，上置各种馅料或其它材料，不加封盖，贴制成菜的，称托贴。如：虎眼鸽蛋。

【煽】　烹调法之一。原料治净先调味，再挂糊或拍粉，小火、少油煎至两面金黄，下汤汁，调味，再以小火收干汤汁，淋明油出锅，装盘应整齐美观。成菜软嫩醇厚。下汤汁要适量，以小火煨片刻即收干为宜，多则易使糊层脱落。有“油煽”、“水煽”、“锅煽”、“松煽”、“糟煽”、“南煽”等多种方法。

【油煽】　煽法之一。原料挂糊或拍粉后，先入六成热油中滑至七八成熟，再入锅煎煽。如：油煽里脊。

【水煽】　煽法之一。原料挂糊或拍粉后，先经沸水滑至七八成熟，再入锅煎煽。如：水煽虾片。

【锅煽】　煽法之一。主料不经预先滑制，直接入锅煎后煽制。如：锅煽豆腐；锅煽黄菜。

【松煽】　煽法之一。同于“锅煽”，因加入松籽仁，故名。主料煽成后，将制好的汁和炸好的松籽一同浇上即成。如：松煽里脊；松煽鸭肝。

【糟煽】　煽法之一。同于“锅煽”，区别在于调味料中加入香糟汤或红糟，多用于鱼虾类原料。如：糟煽鱼片；糟煽虾饼。

【南煽】　煽法之一。主料不拍粉面，不抓蛋液，而是抓浆后滑油，再行煽制，口味以酸咸为主，或加糖略带甜味。如：南煽肉片；南煽里脊。

【烧】　烹调法之一。①煮。②烤。原料(生熟均可)整件或改刀，以葱、姜、蒜等炝锅后下锅，加汤水、调味，先旺火烧开后，改中、小火烧至主料适度软烂入味出锅，也可勾薄芡或旺火收汁。调味以一次调准为佳。因方法、色泽、调味等不同，故有多种烧法。广东一带称烤为烧。

【生烧】　烧法之一。泛指以生料烧制。用于质老筋多、鲜味不足，或质地鲜嫩的原料。质老筋多的原料，要先经焯水处理。然后入锅加鲜汤或水，用旺火烧开，去尽血污和浮沫，改用中火或小火，加调料慢烧至软，再改用旺火收汁而成。成菜汁浓入味，柔软耐嚼。如：红烧牛掌；家常鱼唇；葱烧裙边。质地鲜嫩的原料，要先经煸或炒、煎、炸，然后加汤，以旺火烧开，改用中火烧至成熟，最后旺火收汁起锅。成菜见汁见油，质软鲜嫩。如：生烧鸡翅；香菌烧鸡；红烧舌掌。

【熟烧】　烧法之一。以熟料制作，方法与“生烧”同。多用于要求成菜迅速、质地软烂、油而不腻的菜肴。原

料一般为经加工成条、块状的熟料，常用鸡、鸭、猪肉类。如：姜汁热味鸡；豆瓣肘子；红烧排蹄；大蒜烧肥肠。

【白烧】 烧法之一。烹制时，因不加糖色、酱油，保持原料自身的颜色，故名。成菜素雅清爽，鲜嫩软烂。如：三菌烧鸡；干贝菜心；白汁鲜鱼。

【红烧】 烧法之一。因调味料用酱油、糖色，菜色棕红，故名。菜品香醇浓厚，滋味深长。如：红烧肉；红烧鱼；红烧海参。也有快速烧成，以芡汁调色的，味寡薄。

【碎烧】 烧法之一。多用于鱼类原料。改刀成一字块后，用"红烧"法烧制的，称碎烧。如：碎烧鳎板鱼。

【软烧】 俗称"软焖"。烧法之一。多用于软嫩的原料，调味时加糖，味稍甜。如：软烧豆腐。

【软焖】 四川一带对"软烧"的俗称。

【煸烧】 烧法之一。多用于海鲜。原料切块、段，先以油煸至半熟，再加调味料烧熟。成菜红亮、鲜嫩。如：煸烧大虾。

【煎烧】 俗称"明煎"。烧法之一。主料斩茸制成丸形，油煎至两面而定形，加汤和调料烧制。因主料是茸末状，易松散，故要煎好一面；再煎另一面。并且要用沸汤、小火，长时间烧制。成菜软糯，咸鲜。如：南煎丸子；煎烧豆腐。

【明煎】 福建一带对"煎烧"的俗称。

【南烧】 烧法之一。主料经细加工后调味上浆，温油滑开、滑透，起锅煸炒配料至熟，下主料，再下对好的调味汁略烧后，淋芝麻油起锅。调味汁要加糖，稍见甜口。如：南烧鸡丁。

【大烧】 烧法之一。与"红烧"法相似，但要宽汤、大火，长时间烧制，并且还要重味，成菜汤汁也较宽，味很浓厚。如：大烧马鞍桥。也有称烧制菜中加甜面酱飞熟的为大烧。如：山东的大烧鱼。

【家常烧】 烧法之一。主要特点在于用四川郫县豆瓣酱或元红豆瓣酱、泡红辣椒等调味烧制菜肴，突出民间风味。见于四川。如：家常海参；泡菜鲫鱼；麻婆豆腐；鱼香茄条。

【干烧】 烧法之一。与"红烧"相似，但需将原汤汁用小火收干。调料间有加红辣椒和豆瓣酱的，不勾芡。成菜红润油亮，浓厚酥烂。如：干烧鱼；干烧冬笋。

【煨烧】 烧法之一。以"红烧"将起锅时，继用慢火将汤汁煨至将干。菜品滋润光泽，味醇浓。如：煨烧瓦块鱼。

【自来芡烧】 俗称"炯"。烧法之一。与"煨烧"相似，烧至汤汁如勾芡状即成。成菜肥润浓腴。常选用富含胶汁的原料，如蹄膀、鲫鱼、鳖裙等，重用油、糖，焖烧至透，再旺火稠汤。如：红烧鲫鱼；冰糖甲鱼。

【炯】 福建一带对"自来芡烧"的俗称。如：炯豆腐汤。也有汤汁未粘而勾芡成菜的，多为白汤，如：炯豆腐蛎。

【扒烧】 俗称"排烧"。烧法之一。与"红烧"相似，不同的在于扒烧要菜形整齐下锅，勾芡出锅，装盘时排列整齐，不散乱。一般均以熟料为主，单一料或双料（扒两样）、三料（扒三样）均可，转锅勾芡。分为无骨净肉扒烧、带骨扒烧、熟料出骨扒烧、斩茸做形扒烧四种。如：扒脚爪；京葱扒鸭；蟹黄扒鲜蘑。

【排烧】 上海、江浙一带对"扒烧"的俗称。因菜操作要求自始至终要排列整齐，不散乱，故名。

【焖烧】 烧法之一。烧制过程中，须经一段时间小火烧的过程，称焖烧。有的一次焖成，有些原料须先焖1～3小时左右，揭盖下配料或后加调味，再加盖微火焖15～30分钟，有些菜则还须焖第三次（10分钟左右）后出锅，有的为自来芡；有的需勾薄芡。成菜一般酥透，汤汁浓肥，原汁及香味突出。如：贵妃鸡；焖烧牛肉。蔬菜原料预熟后，焖时只需5分钟左右，一次焖成。如：油焖菜心；奶油白菜。

【葱烧】 烧法之一。以葱段作为配料，使菜品具浓郁葱香的，称葱烧。如：葱烧海参；葱烧鹌鹑；葱烧牛筋。

【蒜烧】 烧法之一。以蒜作为主要配料，使菜品具有浓郁蒜香的，称蒜烧。如：蒜烧肚条；蒜烧鳝鱼。

【酱烧】 烧法之一。烹制要求突出酱的甜咸香味。先将甜酱下锅炒香，再加调料和适量鲜汤炒匀，然后放入炸过的原料（多为冬笋、茭白、茄子等），烧至甜酱汁均裹附于原料上即成。成菜见油不见汁，颜色深黄，质地软脆。如：酱烧茭白；酱烧苦瓜；酱烧茄子。

【糟烧】 烧法之一。荤素原料均可。烧制时，需加入香糟。成菜色白鲜嫩。如：糟烧大肠；糟烧菜花。

【辣烧】 烧法之一。烧制时，以辣椒或其它辣味料调味，使菜品呈鲜明辣味，醇厚而爽辣。如：豆瓣鱼；辣子狗肉；辣味烧羊肉。

【虾籽烧】 烧法之一。虾籽用油煸炒上色，再下原料，调味烧制而成。如：虾籽烧鲜蘑；虾籽烧茭白。虾籽或不煸炒，作调味料下入也可。

【海米烧】 烧法之一。以海米作为主要配料，使菜品具有较浓的海米鲜香。如：海米白菜；金钩玉版。

【蟹黄烧】 烧法之一。以蟹黄作为主要配料，使菜品具有较浓的蟹鲜味。如：蟹黄烧海参；蟹黄鱼翅。

【蚝油烧】 烧法之一。以蚝油作为调味料，使菜品具有蚝油鲜香。如：蚝油豆腐；蚝油烧鱼唇。

【烩】 烹调法之一。将数种原料一同下锅，加汤汁、调味料合制成汤汁菜。原料均改刀成等大的小件，多用熟料，勾薄芡或不勾芡，也有用单一料烩制的。有多种烩法。

【清烩】 烩法之一。起油锅，放姜、葱炝锅后，加配料、汤水和调味料，旺火烧开，随即下主料，煮至熟，撇沫装盘，不勾芡。如：烩肚丝。

【熟烩】 烩法之一。起锅先下汤水、调味料煮沸，勾芡，再下备好的熟料，烩制成菜。

【烧烩】 烩法之一。主料先经热油炸一遍，起锅加汤

水、配料和调味料，下炸好的主料烩制，成菜时勾芡出锅。如：烩腰花。

【熘烩】 烩法之一。主料先经油滑或水滑，另炝锅后，下主料、配料、汤水和调味料一同烩制，勾芡出锅。如：烩肘花。

【白烩】 烩法之一。因烩制时不用深色调味料（如酱油之类），成菜色淡，多为乳白色，故名。如：白烩三丁；奶汤烩鱼羹。

【红烩】 烩法之一。以深色酱油取色的，称红烩。色深的为“深红烩”；色浅的为“浅红烩”。如：红烩牛肉；红烩鱼块。

【浅红烩】 见“红烩”。

【深红烩】 见“红烩”。

【拆烩】 烩法之一。将多骨的动物性原料先经制熟，拆去骨头，再行烩制成菜，称拆烩。如：砂锅拆烩鲢鱼头。

【扒】 烹调法之一。将经过初步加工的原料（或熟料）下锅，加汤水和调味料，旺火烧开，中小火烧透入味，旺火勾芡，搅锅，淋芝麻油、大翻勺成菜的方法。扒菜讲究刀口、勺工，多用高档原料（如鱼翅、熊掌、海参、鲍鱼等），因菜形完整如趴伏盘中，故名。扒菜一般明汁亮芡，主料酥烂，味道香醇。因方法、调味等不同，有多种扒法。如广东的扒法是：主料先经炸、煎等法熟制装盘，配以辅料，再另起锅制汁浇上。还有的扒法是：原料（此类原料多为植物性叶类菜，如白菜、油菜、菠菜等）加工后入沸汤或沸中焯杀一下，按要求将主、配料摆在锅篦上，锅里添高汤，下调味料烧制，烧成后取出锅篦翻入盘中，将汁浇于菜上（汁不浓可勾入流水芡）。

【整扒】 扒法之一。将经改刀的原料正面朝下，排入盘中，使其成整齐形状（鸡、鸭可按原形排摆），加汤汁和调味料，小火烧制成熟，勾芡，淋芝麻油，大翻勺使正面朝上，拖装入盘即成。烧时不可用大火，以防汤汁翻滚冲散菜形。如：扒龙须鲍鱼；红扒鸭。

【散扒】 扒法之一。原料不经摆制成完整形状，扒成后也不作大翻勺，余同“整扒”。如：奶油扒菜心。

【勺扒】 扒法之一。指用炒勺扒制的方法，区别于“笼扒”。由于“笼扒”应属“扣”的范围，故一般的扒菜均由勺扒制成。

【红扒】 扒法之一。用酱油等深色调料或加糖色扒制的方法。色泽棕红，味较浓。如：红扒鸡；红扒肘子。用料预熟，有油煎的，如扒狮子头；有卤制的，如扒卤肚；有炸的，如扒肉条；有用温油滑的，如扒猪舌等。

【白扒】 扒法之一。不用深色调料，菜品色白油亮。味清鲜。如：白扒天花；白扒鱼肚。

【原壳扒】 扒法之一。用于有贝壳的菜品。将菜肴扒烧成后，装入原壳，故名。如：扒原壳鲍鱼；原壳鲜贝。

【铁扒】 扒法之一。是吸取了西餐烹制技法的扒法。主料一般先油炸或煎成枣红色，加汤汁，调味，微火煨至酥烂并至汤汁收净，取出剁块装盘，在盘的一端装成原料的原形，另一端配以装饰鲜菜等，或装在正中，周边装饰。吃时蘸辣酱油。如：铁扒童子鸡。

【煎扒】 扒法之一。主料先煎后扒。

【炸扒】 扒法之一。主料先炸后扒。

【蒸扒】 扒法之一。主料先蒸后扒。

【煮】 烹调法之一。①多用生料，加水或汤旺火烧开，文火煮至烂熟。成菜不勾芡，有汤有菜。又为主食常用烹制法。如：煮饭；煮粥；煮面条；煮饺子。煮法有多种。②原料预熟方法之一。

【白煮】 煮法之一。煮时不加有色调味料，清汤或奶白色汤，常用于汤菜或宽汤菜，如：奶汤鲫鱼。也有不带汤汁仅供拌食的。如：煮毛豆；煮白肚。

【白切】 也称“白斩”、“白片”。煮法之一。原料煮时不调味，煮熟后捞出，或切片或斩块，再调味供食。如：白片肉；白斩鸡。调味料也可另备，供食者自行蘸食。

【白斩】 即“白切”。

【白片】 即“白切”。

【红煮】 煮法之一。煮时加酱油等有色调味料，菜品汤汁发红，但少于白煮的汤汁，一般带汤食用。如：水煮柳肉。

【凹】 烹调法之一。适用于蛋类原料。锅里下高汤，蛋打开，对上作料，搅成糊后倒入汤中，轻轻搅匀，用文火炖，至汤开蛋成脑状即成。食时，用勺盛蛋脑入碗，浇汁或加汤食用。成菜鲜嫩利口，犹如豆腐脑。如：凹鸡蛋。多见于河南。

【焖】 俗称“炆”。烹调法之一。与“烧”近似，唯须盖严锅盖，用微火将原料慢慢焖烂，中间不加汤水，不揭锅盖，以色泽分，有“红焖”、“黄焖”等；以成品口味分，有“酱焖”、“酒焖”等；以加工方法分，有“生焖”、“熟焖”、“油焖”、“炸焖”、“家常焖”等。主食也用之。如：焖饭。

【炆】 广东一带对“焖”的俗称。

【生焖】 焖法之一。生料直接入锅焖制。如：生焖狗肉锅；生焖羊肉。

【熟焖】 焖法之一。主料先经其它方法（如煮、蒸、焯等）预熟，然后再加汤、加调料，加盖焖制。如：熟焖豆腐；焖肚丝。

【水焖】 焖法之一。原料先入水锅煮熟，然后再焖制，称水焖。

【油焖】 焖法之一。因用油较多，故名。此法多用于焖素菜类菜肴。如：油焖鲜蘑；油焖花菇；油焖笋。或原料经重油炸后再焖。

【爆焖】 焖法之一。原料先经沸油旺火猛爆，下调味料反复翻动，待味入料中，加凉水，盖锅，文火焖煨，至水干肉酥即成。青海菜有爆焖羊羔。

【炸焖】 焖法之一。主料先经热油冲炸后，再加汤、调料。加盖焖之。成菜有油脂香味。如：炸焖冬菇；炸

焖冬笋。

【煎焖】 焖法之一。把煎过的主料加入调料和汤，继用小火焖烂。主料在煎时蘸面粉和蛋液，焖时要掌握汤汁的多少，汤多宜火旺；汤少宜火小。成菜汁浓味厚，酥烂可口。如：煎焖草鱼块；煎焖豆腐。

【家常焖】 焖法之一。以生料为主，两面略煎，加汤煨焖，起锅可略勾芡，多为家常制作。如：家常焖加吉鱼。

【红焖】 焖法之一。因成菜色呈深枣红色，故名。红焖菜肴的主料先经调料拌腌着色，用热油冲炸后，放于锅中，加汤、调料，将汤汁调成深红色，再加盖焖之。如：红焖鸡；红焖肘子。

【黄焖】 焖法之一。主料先经拌腌有味，并适当着色，待用热油冲炸后，放于锅中，加汤加料，加盖焖之。成菜色浅黄，味醇香。如：黄焖鸡块；黄焖鸭肝。或先炒后焖。

【酱焖】 焖法之一。因以酱制品作为主要调味料，故名。所用的酱须炒出酱香味，再冲汤加调料、主料，加盖焖制。如：酱焖苦瓜；酱焖鱼块。

【酒焖】 焖法之一。以酒（白酒、料酒、葡萄酒、啤酒等）作为主要调味料焖制成菜，含有浓郁的酒香。如：黄酒焖鸡块；贵妃鸡块；百花酒焖肉。江浙一带用料酒焖制，锅盖以白皮纸糊严，微火窝焖，菜料酥透肥浓，香气浓郁。如：酒焖条肉；酒焖脚爪。

【干焖】 焖法之一。因焖时不加任何汤、水，故名。如江西菜黄焖鱼即用此法：鱼切块后码味，八成热油炸2分钟，再下炒锅，略加油，并下料酒、酱油及姜等，微火焖5分钟即成。

【煿】 也称“焙”。烹调法之一。主料经煸炒或煎炸后，葱、姜炝锅，加汤水、调味料，下主料，微火煿至烂熟入味，再煿至汤汁稠浓（也有旺火收汁的），裹附于菜料上，无汁或少汁，淋芝麻油起锅。煿法因原料不同，时间有长有短，有时与汤煨法或炖法结合，至主料酥烂再煿制收汤。因用料、色泽、调味不同，有多种煿法。广东煿法常用于少味的主料。如鱼翅、鳖裙、海参等，用鸡、瘦猪肉等同煿以取味。

【焙】 即“煿”。

【生煿】 煿法之一。生料经煎、炸或煸炒后，调味，加汤进入煿制，称生煿。如：煿镜鱼；生煿大虾；生大煿。

【熟煿】 煿法之一。主料经预熟后，改刀，加汤、调味，进入煿制，称熟煿。如：元宝鸡肫；九转大肠；蟹黄鱼翅。

【干煿】 煿法之一。指煿至最后，将汤汁完全收干。成菜醇浓味厚。如：干煿大虾；干煿瓦块鱼。

【煎煿】 也称“湿煎”。煿法之一。食物煎熟后，用调味品和汤汁进行煿制，并勾芡而成，称煎煿。多见于广东。

【湿煎】 即“煎煿”。

【煎转】 煿法之一。原料经煎制后，添少许汤汁，用慢火煿制，至汤汁煿浓出锅。与“煎钻”相似，不同处在于煎钻加芡，煎转为自来芡，又与“煎煨”相似，不同处在于煎煨不煿，煎转须煿浓成菜。成菜酥嫩鲜醇。如：煎转大肠。

【炸收】 煿法之一。经清炸的半成品，入锅，加调料、鲜汤，用中火或小火慢煿，至收汁亮油，回软入味。成菜色泽棕红、酥软适口。多见于四川菜。如：陈皮鸡丁；花椒鳝鱼；芝麻肉片；麻辣肉丁。

【白煿】 煿法之一。此法多不加深色调味品（如酱油、糖等），保持菜肴的本色、本味。因成菜多为乳白，故名。如：白汁煿鱼翅；乳汁煿广肚。

【红煿】 煿法之一。此法用深色调味品（如酱油、糖、番茄酱等），因成菜红艳有光泽，故名。如：茄汁煿大虾；红煿肘子。

【清煿】 煿法之一。主料不经油炸，不加配料，煸炒后加糖及其它调味料，添汤煿至汁浓，色老红。

【糖煿】 煿法之一。主料先经调味后油炸，勺底下葱姜和糖，炒至糖化，下炸好的主料煸炒，再添汤，移慢火上煿至汤汁全部被吸收，色老红。

【酱煿】 煿法之一。以甜面酱或黄酱作为主要调味进行煿制的，称酱煿。如：酱煿鱼。

【卤汁煿】 煿法之一。卤制菜最后留一些卤汁煿制收干的，称卤汁煿。也有以卤菜的卤汁作为调味料煿制的。如：煿卤牛肉；卤汁猪舌。

【腐乳汁煿】 煿法之一。以豆腐乳汁作为主要调味料煿制的，称腐乳汁煿。如：南乳煿肉；腐乳豆腐。

【奶汁煿】 煿法之一。以牛奶作为汤汁或用奶汤煿制的，称奶煿。如：奶汁煿油菜；奶油煿菜心。成菜色呈奶白，清淡爽口。

【熬】 烹调法之一。与“炖”、“煨”近似，不同处在于主料先经炝锅、煸炒，再下汤水，调味（文火）熬制，可不加盖，时间稍短。成菜有汤有菜，原汁原味，酥烂不腻。制作简便。多见于家常。如：家常熬黄花；熬白菜；萝卜丝熬大肠。

【熇(dù度)】 烹调法之一。原料经煸炒、调味后，加汤汁，改用小火炖煮，煮时保持锅中不停地有“吱嘟”声，至原料已烂，并已入味，收汁起锅。如：熇豆腐；独鱼腐；渡面筋。有的地区写作独、熥、渡、熇。

【炖】 烹调法之一。一般生料直接加水，旺火烧开，移文火长时间炖制，至软烂出锅，多为汤菜，原汁原味。也有先经炝锅、煸炒后入炖的，多用质地老韧的原料，常在快出锅时调味，或蘸调味料食用，也有先调味的。有多种炖法。有些炖法用砂锅、陶罐。

【生炖】 炖法之一。多用整件或大块原料，开水烫去血沫，入锅添水，旺火烧开移文火炖制，烂时调味。一般约需3小时以上。如：炖牛肉。

【熟炖】 炖法之一。原料经预熟后再行炖制，用文火

炖至浓烂出锅。如：炖拆骨肉。

【清炖】 炖法之一。要求成菜原汁原味，汤色清澄似水，汤味香醇富含后味。如：清炖元鱼；清炖牛肉；清炖重唇鱼。

【侉炖】 炖法之一。常用于炖制鱼类、鸡类菜肴，特点是原料挂糊、油炸后下锅，成菜色呈黄色，汤味较清淡，主料味浓而厚，质地软烂，常撒上香菜段、醋等上桌。如：侉炖鸡块；侉炖鱼块。侉炖因原料挂糊，故须防糊底。

【刮炖】 炖法之一。宜用于新鲜鱼类。将鱼用沸水烫后，刮去鱼鳞，再放入汤汁中炖熟。如：刮炖鳜鱼。

【隔水炖】 也称“蒸炖”。炖法之一。原料治净，装入带盖陶瓷器皿中，加汤水，调味，盖好，放入大锅。锅底垫竹篦类，水浸至器皿的1/2～2/3处，旺火烧沸，小火慢烧至炖品较烂。成品原汁原味、香浓。如：清炖鸡、淮杞炖猪脑。

【蒸炖】 即“隔水炖”。

【焗(wò袜)】 烹调法之一。用整料或大块料，先拌味、过油(或煎、炸)，然后入锅，下配料、调味料、汤水，以文火烧至软烂，淋芝麻油推匀出锅。原料有的需上浆或拍粉，出锅时一般有自来芡，如果没有，可勾薄芡，装盘时有的可改刀。见于广东，福建也有，读kù音。有“锅焗”、“瓦罉焗”、“煎焗”、“原汁焗”等。

【锅焗】 焗法之一。在锅中焗成者称锅焗。如：蚝油焗鸡。锅焗多用于“煎焗”。参见“煎焗”。福建锅焗法为：先下熟料入高汤烧几分钟后，再下生料，调味煮熟后捞入盘中，锅内汤汁勾芡成浓汁，浇入盘内即成。

【瓦罉焗】 焗法之一。用瓦罉(即砂锅)焗成的称瓦罉焗。如：瓦罉焗水鱼。此法多用于“原汁焗”。参见“原汁焗”。

【煎焗】 也称“煎炸焗”。焗法之一。原料先经煎过或炸过，然后再行焗制，起锅前以原汁勾芡成菜，称煎焗。

【煎炸焗】 即“煎焗”。

【原汁焗】 焗法之一。多用瓦罉焗制。成菜时带有少量稠汤汁，可加芝麻油，不另勾芡，称原汁焗。

【洋焗】 焗法之一。制法较独特：先煮，后拌，再烤，常用多种主料。如什锦荤味料，按其熟烂先后，依序入锅内煮熟(锅内用高汤并已调味)，一次捞出待用，起猪油炒锅，下适量面粉研炒后，加高汤煮成浓汁，下入熟料，加打散鸡蛋黄(2个)拌匀，起锅装汤盆，撒上面包屑，最后连盆入烤炉，片刻即成。或在撒面色屑后，用沸油冲于菜面也可以。见于福建。福建菜有洋焗什锦。

【灴(gàng杠)】 也称“糟灴”。烹调法之一。多用荤料，先滑油或炸制，再炝锅略炒，加高汤并调味后，文火烧煮至熟烂，成菜多汤汁，出锅时可略勾芡。见于福建。如：灴糟羊肉；灴糟鸡。

【糟灴】 即“灴”。因其制作时常用香糟，故名。

【煨】 烹调法之一。与“炖法”近似，不同处在于煨法均用慢火、小火，时间更长，成菜更为酥烂汁浓，但主料应烂而不化。有煨前经煸炒或煎炸的，植物性原料必要时可勾薄芡。用料宜老韧难烂的(如老母鸡、牛肉等)。煨法有多种，另外此法也用于预熟原料或吊汤。煨时有时用砂锅、陶罐。

【清煨】 煨法之一。不用有色调味料，出锅也不勾芡，汤汁清利，称清煨。此法多用于植物性原料。如：清煨菜花。

【白煨】 煨法之一。不用带色调味料，汤汁白色，出锅时勾薄芡，称白煨。如：煨蟹黄鱼肚；煨鱼唇干贝。

【红煨】 煨法之一。煨制时，加酱油等调味料，汤汁棕红，称红煨。如：红煨牛肉；家乡大鸭。

【煎煨】 煨法之一。原料经油煎后，加调料、配料，再加清汤，用慢火煨炖成熟。成菜带汤，色白，味浓。如：煎煨黄鱼。

【煎钻】 煨法之一。只用于鱼料。先经煎制，添汤放文火上煨透，成熟时稍加芡汁，成菜酥烂入味。如：煎钻活鲤鱼。制法与“煎转”相似，但“煎转”有汁无芡，煎钻有汁有芡。

【糟煨】 煨法之一。以香糟作为主要调味品，成菜具浓郁酒香。如：糟煨玉米笋；糟煨冬笋；糟煨鸭翅。

【煲】 烹调法之一。用于汤菜，一般先将原料煎后，下砂锅，并下沸水、配料，以文火炖至软烂，调味供食。如：冬瓜煲老鸭。此法时间较长。也有时间较短的，如鱼头煲：鱼头腌渍、拍粉，炸至金黄色，起砂锅下油爆葱、姜后，下配料略爆，加汤，下鱼头，浇沸后调味，再略炖后即可供食。多见于广东。

【烀】 烹调法之一。属半蒸半煮法，水少于原料，旺火持续大沸，蒸气沿盖外泄，“呼呼”有声，至成熟撤火。如：烀猪头；烀甘薯。

【卤】 烹调法之一。以现配或原有卤汁，煮原料至入味成熟的称卤。卤制品重用香料，成品香味浓郁。原料多用禽畜或其内脏、蛋类以及豆制品类。制成后冷食、热食均可。制品如卤肉、卤鸡、卤蛋、卤肚、卤豆干等。有“现卤”、“套卤”之分，因卤汁不同，又有“红卤”、“白卤”、“清卤”之别。多见于南方。

【现卤】 卤法之一。现配卤汁现煮制，卤汁多不保留，称现卤。

【套卤】 卤法之一。卤汤一次次套用，每次酌加调味料和汤水，用后入缸贮存，可套用多年。“红卤”、“白卤”、“清卤”均可套用。套卤食品香味浓郁醇厚。许多名牌食品均用套卤法制成。

【红卤】 俗称“熏烧”。卤法之一。因配卤用酱油制品，有红褐色，故名。红卤配制，各地、各名特卤制品配方不一。用料一般有大料、桂皮、砂仁、丁香、花椒、姜、葱、酱油、盐、糖、味精、绍酒等，也有用草果、砂仁、荜拨、豆蔻、甘草等的，有的地方并用红曲，品种及数量各

有加减，风味各有特色。

【熏烧】 江苏一带对“红卤”的俗称。如熏烧肉，因其成品似熏制、烧制，故名。

【白卤】 卤法之一。用料与“红卤”基本一样，只是不用酱油、红曲，制成品无酱色。如：白卤猪肚；白卤乳鸽。

【清卤】 也称“盐水”。卤法之一。卤汁用料有花椒、大料、葱、姜、盐、味精等，有的不用香料。制品多供作冷盘。如：盐水鸭；清卤腰片。

【盐水】 即“清卤”。饮食行业多用此称。

【酱】 烹调法之一。因早期必以酱作主调味料，故名。现已不用酱而改用酱油，与“卤”法相似。原料多用荤料，有的须先经酱油渍或腌渍；有的先经油炸，再入酱卤煮制。成品多呈酱紫色，一般供冷食。有“原汁酱”、“半原汁酱”、“清酱”、“卤酱”、“陈汤酱”等多种。酱卤配制均重用酱油，有的用香料（如陈汤酱），一般仅用大料、花椒、桂皮等。多见于北方。

【原汁酱】 酱法之一。一般现配酱汤现制，酱品制成后捞出，余下的酱汤全部熬成浓汁，或涂或浇在酱品上；或直接收汤使汤汁包裹菜料。如：酱肘花；酱猪肚；酱汁鱼。

【半原汁酱】 也称“半老汤酱”。酱法之一。酱品制成后捞出，余下的酱汤取约40%用中火熬成浓汁，涂布于酱品上，成品改刀装盘后，取约20%酱汤浇在菜品上，如酱鸭等。余下的酱汤留待以后再用。

【半老汤酱】 即“半原汁酱”。

【清酱】 酱法之一。原料在酱汤内煮熟后出锅，乘热将表面抹上芝麻油，晾凉供食。如：酱肉。

【陈汤酱】 也称“老汤酱”。酱法之一。酱汤配制须多用香料（如大料、三奈、小茴、豆蔻、砂仁、花椒、丁香、陈皮、桂皮、草果、辛夷、白芷等，品种多者达二三十种，可以增减）。酱品制成后可涂芝麻油。酱汤全部留下，如“套卤”法，长年套用。制品如酱鸡、酱牛（羊）肉等。

【老汤酱】 即“陈汤酱”。

【卤酱】 酱法之一。原料治净后，入酱汤锅煮熟，连汤倒入盛器，酱品泡在酱汤内，至完全晾凉，取出带汁供食。

【汆】 也称“川”。烹调法之一。①原料加工成丝、片、丸后，放入沸汤或沸水中稍微一煮，称汆。如：汆丸子；清汤鱼丸。菜品柔软细嫩，味道清鲜。有“水汆”、“汤汆”、“清汆”、“浑汆”数种。②原料预熟法之一。

【川】 即“汆”。

【水汆】 汆法之一。主料用清水汆后，捞出，另加汤，调味成菜。如：汆双脆。

【汤汆】 汆法之一。因主料汆入预先调好味的好汤（清汤或奶汤）中，一般均为汤菜。

【清汆】 汆法之一。主料汆后汤色清澈见底，故名。清汆菜肴的主料，常用鲜嫩的肉类原料加工成片、丝、丁等细小形状，先经调料拌腌入味，再用蛋清、湿淀粉拌匀上浆，待清汤沸后，分散下入，并用筷子徐徐拨散，待汤开时撇去浮沫，调味即成。清汆汤不宜大沸，否则易浑。如：清汆肉片汤；清汤汆鸡脯。

【浑汆】 汆法之一。因主料汆后汤色乳白不见底，故名。所用汤常为奶汤。主料形体较大，烹制时间较长。浑汆时，先用清油放葱、姜炝锅，再冲入奶汤，汤大沸，放入主料、配料、调味料，烹制而成。如：奶汤汆鲫鱼；萝卜丝汆鱼块。

【灼】 多见于广东。烹调法之一。其法为：先用旺火起油锅，下葱、姜爆香，烹酒，加汤水，沸后去葱、姜，下原料，汆至恰熟起锅；再用旺火另起油锅，下入汆熟的原料，烹料酒，炒匀，装盘。灼法在于突出原料的本味，无汁、无芡。烹制中间不调味，成菜鲜嫩爽脆。吃时随带虾酱、蚝油调味碟供蘸食。此法火力要猛，快速成菜。如：白灼螺片。

【生灼】 灼法之一。原料不经预先调味，焯后调味供食，称白灼。

【白灼】 灼法之一。原料先经调味品调拌，再行焯制，称白灼。

【漫】 烹调法之一。以油或水、汤为传热介质，先用旺火烧开，再将生料放入，改用文火保持温度，使料逐渐渗透并熟，浸制菜品具鲜香嫩滑的特点。一般多用整料或较大料浸制，有“油浸”、“水浸”、“汤浸”、“酒浸”等。多见于广东。

【油漫】 浸法之一。如油浸乌鱼：旺火烧油，沸后下鱼，改用文火保持一定温度，至鱼成熟。多见于广东。

【水漫】 浸法之一。如五柳鲩鱼：以沸水浸熟，方法参见“油浸”，不同处为以沸水作为传热介质。多见于广东。

【汤漫】 浸法之一。用汤汁作为传热介质。参见“油浸”。

【烫】 烹调法之一。原料治净后，放入沸水中（1～2次），使原料成熟，之后再调味成菜（或蘸味食用）。如：江苏的烫干丝；山东的烫豆腐；台湾的烫凤螺。

【卤烫】 烫法之一。以沸卤汤烫制。如广东的桶子油鸡：鸡治净，入烧沸的卤汤中，端离火口，烫15分钟左右，至鸡皮呈浅金黄色，即可改刀装盘，淋卤供食。

【漂】 烹调法之一。此法多用于猪类原料。生料治净，第一次滚至六成熟，捞入冷水漂约2小时；第二次滚至全熟，冷水漂约1小时；第三次滚5分钟，入冷开水漂30分钟，然后捞起当风晾干，切片浸糖醋液内约20分钟，捞出后再用调味料（如芝麻酱、芥末、辣椒、蒜茸等）拌匀装盘，上淋调味汁即成。成菜有白片猪头肉、白水猪手等。因多次浸泡漂去肉内粘状脂肪，所以成菜清爽不腻，脆利可口。多见于广东。

【涮】 烹调法之一。把切成薄片的生料，在滚开的水里烫一下就取出来，蘸调味料进食。如北京的涮羊肉；四川的火锅毛肚；广东、广西一带的边炉。

【淋】　烹调法之一。以沸油或沸汤浇在主料上，使之成熟，有“生淋”、“油淋”两种。也是凉菜的淋汁方法，凉菜快上席时，即淋入调味汁供拌食。如：芥末鸭掌；银芽鸡丝。

【生淋】　淋法之一。如生淋鲩鱼：鱼收拾干净后，在背上划一刀，置木桶内，以100℃沸水冲入，倒满木桶，紧盖，30分钟后取出，置盆中，再淋入烧沸的猪油即成。吃时可用糖醋汁或咸味汁。多见于广东潮州。

【油淋】　淋法之一。主料先用卤汤浸煮之后，挂一层糖浆（可用蜂蜜水或饴糖水），待其表皮风干后，置于油锅之上，用手勺淋热油至熟。此法较独特，制成菜肴外皮呈深枣红色，皮脆肉鲜，风味独特。如：广东的炸脆皮鸡。。

【泡】　烹调法之一。①原料均经预熟，然后以沸水、沸汤或茶水等冲开供食。有“油泡”、“汤泡”两种。如：泡炒米；泡馓子；茶泡饭；羊肉泡馍。②制作酸菜的方法，如四川泡菜、朝鲜族的酸白菜等。

【油泡】　泡法之一。先用旺火以油搪锅后，再下多量清油，文火温油下原料泡至半熟，去油，留少许底油，再用旺火炒制，调味勾芡，起锅。如：油泡虾仁；油泡肚花。多见于广东一带。

【汤泡】　泡法之一。多见于广东一带。原料先用沸水汆至恰熟，捞起控干；再用旺火起油锅，下原料煸炒，并烹酒，起锅倒入备好葱丝、芫荽等配料的汤盆中；再将烧沸的上汤沿盆边倒入盆内，泡没原料即成。如：汤泡肾球；上汤泡田鸡扣；上汤泡肚仁。

【冲】　烹调法之一。生、熟原料均可，经调味后，用以沸水（汤）浇入，调匀供食。如：冲炒面；冲奶粉；冲鸡蛋；冲藕粉。此法也常用于作汤。四川地区指将流态原料入油锅或沸汤中，加热使之成团或成片。有“汤冲”、“油冲”两种。

【汤冲】　冲法之一。旺火、沸汤（汤量较大），原料（液态）入锅后微微搅动，随后移至小火，使汤保持似开非开状态，至原料成团、汤清时即成。见于四川。

【油冲】　冲法之一。旺火热化猪油（油量较大），舀（液态）原料沿锅边流入油中，见成片后微炸捞出即成。见于四川。

【泼】　烹调法之一。把沸油或调味汁倒在或洒在原料上的方法。有“油泼”、“油浸炸”两法。

【油泼】　①泼法之一。整体或大块荤料挂糊炸熟后，泼以预先兑制好的清红汁（也称油汁），拌匀改刀装盘，再将余汁泼盖其上。因汁中调味油（如香油、葱椒油等）量较大，故成菜油大、汁宽、香浓。如：“油泼鸡；油泼肉；油泼豆芽。多见于山东、东北。②西北地区有油泼辣子：将辣椒面装小盆中，泼入沸油后，调匀供调味用。

【油浸炸】　泼法之一。先将主料煮或蒸制成熟，码上配料（葱、姜丝），浇撒上调味汁，再以热油泼之即成。此法香味溢出快，主料油而不腻，鲜嫩可口。如：油浸活鱼。

【滚】　烹调法之一。用于汤菜，与“煲”相似，但煲的时间长，滚的时间短。多见于广东。有“煎滚”、“清滚”两种。

【煎滚】　滚法之一。一般先起旺火油锅，煎透原料，调味、加汤和配料，再加盖烧至汤汁奶白即成。如：山斑鱼豆腐汤。多见于广东。

【清滚】　滚法之一。一般先用旺火将汤烧沸，下配料，调味并下油，再沸时下经腌渍的主料，烧熟起锅。如：青菜牛肉汤。多见于广东。

【蒸】　俗称“炊”。烹调法之一。即以蒸气为传热介质使食物成熟或热。用于主食，如：蒸饭；蒸馒头；蒸糕。也为菜肴所常用，如湖北的沔阳三蒸。蒸法可保持菜肴原汁、原味、原形。因方法、调味等不同，有多种蒸法。

【炊】　广东潮州一带对“蒸”的俗称。

【生蒸】　蒸法之一。生料直接入蒸制，称生蒸。如：生蒸猪脚。

【红蒸】　蒸法之一。因调味用酱油等有色料，使成菜成为棕红色，故名。如：条子肉。

【干蒸】　也称“旱蒸”。蒸法之一。即蒸制菜肴时，不加汤汁。有些干蒸菜装入容器后要加盖，并以皮纸糊口，再入笼蒸制。干蒸菜色淡、味清而少汁，吃时要另加烹好的汤汁或芡汁等。如：干蒸鲫鱼；干蒸龙虾；旱蒸回锅肉；八宝鸭。干蒸又常用于鱼糕、鸡糕等半成品的制作。

【旱蒸】　即“干蒸”。

【蒸炖】　也称“封蒸”。蒸法之一。蒸料装入器皿，加汤汁，调味，盖严（必要时可糊严）入笼蒸制，原汁原味，汁浓味醇。与“干蒸”相似，不同处在于入蒸前加好汤汁。如：神仙鱼。

【封蒸】　即“蒸炖”。指装料的器皿盖用皮纸之类严密粘封，使不泄气。

【煎蒸】　俗称“水煎”。蒸法之一。煎过的主料，再装碗入笼蒸制。蒸制时要注意切勿使蒸气水滴入盛器内。成菜软烂、醇香。如：煎蒸鲈鱼；煎蒸黄鱼。

【水煎】　①山东一带对“煎蒸”的俗称。②面点烹制法之一。如：水煎包。

【烤蒸】　蒸法之一。原料先烤制成熟，再行蒸制。如：烤炖全鸭。

【粉蒸】　也称“和糁蒸”。蒸法之一。主料治净后，拌入加五香粉等炒制好的米粉，蒸制成菜。如：粉蒸肉；小笼牛肉；粉蒸鸭条。浓香不腻，别有风味。

【和糁蒸】　即“粉蒸”。

【裹蒸】　也称“包蒸”。蒸法之一。将蒸料以荷叶、菜叶等料包裹后入蒸，成菜原味足，且具包料香味。如：荷叶米粉肉；米粉田鸡。见于广东。

【包蒸】　即“裹蒸”。

【糟蒸】　蒸法之一。原料以香糟调味蒸制成菜的称

糟蒸。如：糟蒸鸭肝。菜品具糟香。

【酒蒸】 也称“醉蒸”。蒸法之一。以酒调味并蒸制成菜的，称酒蒸。如：酒蒸填鸭。菜品酒香馥郁。

【醉蒸】 即“酒蒸”。

【腐乳蒸】 蒸法之一。原料以腐乳调汁拌匀后入蒸，使其具有腐乳鲜香。如：腐乳蒸条子肉。

【豆豉蒸】 蒸法之一。原料配以豆豉同蒸，使其具有豆豉香味。如：豆豉肉；豉味蒸鱼。

【饭头蒸】 蒸法之一。利用煮饭锅内的热量蒸制菜肴、食物等，称饭头蒸。如：蒸咸菜；蒸蛋；蒸辣酱。多用于家常。

【贴蒸】 蒸法之一。多用于主食制作。浅铁锅底加少许水，旺火烧沸，在锅内周边贴上米粉饼或面饼，加盖焙严，大火烧，边蒸边炕至成熟。如贴饼子、米粉饼等，均用此法。家常有时做汤菜时，也在周边贴饼子。如天津的熬小鱼贴饼子。

【原气蒸】 蒸法之一。将生料或半成品装盘，加调味品及汤汁或清水，在笼锅沸滚气足时上笼速蒸。笼盖须盖严，至断生出笼。此法快速蒸制成菜，可使蛋白质很快凝固，保持菜肴软嫩鲜香。此法宜用于比较新鲜细嫩的大块原料并适于快速蒸气加热的，蒸前须以调味料腌渍，再入沸水汆烫，冷水洗净，蒸时必须火旺气足。

【急气盖蒸】 蒸法之一。因原料对蒸气的冲力耐受性不同，分别采取“急气盖蒸”、“放气蒸”、“暖气升蒸”等法。急气盖蒸为：蒸料上大气入笼，立即盖严，旺火催气，使之很快圆气。多用于蒸馒头、包子等，也用于水产、禽类以及瓤制料。

【暖气升蒸】 蒸法之一。蒸料于冷水或微热水时入笼，加盖后逐渐加热，至圆气后蒸成。此法多用于经细致拚制的花色菜，要求蒸后菜形不变，故须缓缓加热，避免加热过快过猛，引起原料涨缩变化而破坏菜形。

【放气蒸】 蒸法之一。多用于含水较多的原料或经细致加工的瓤菜。有的开始蒸时，即于笼盖留一缝隙放气，有的蒸至一定时间开缝放气，以防止菜肴质地变硬，乃至起泡出孔，影响其色香味形。如蒸蛋糕：先以中火慢蒸，至水沸气足时，再开缝放气蒸。蒸发蛋、蒸芙蓉蛋以及一些瓤菜时，一开始便用放气蒸。

【焗】 利用蒸气使密闭容器中的主料变熟，称焗。主料经焗制后受热膨胀而松软，水份蒸发，吸收配料、调味料（如盐）的味道，形成其特有质感和风味。因焗器不同，有“锅焗”、“瓦罉焗”、“炉焗”；因传热介质不同，有“盐焗”、“原汁焗”、“汤焗”、“汽焗”、“水焗”；因调味不同有“酒焗”、“蚝油焗”、“陈皮焗”、“香葱油焗”、“西汁焗”、“果汁焗”、“豆酱焗”、“荷叶焗”等。见于广东、广西等地。

【盐焗】 焗法之一。以盐为传热介质，原料经调味腌制后，用纸紧包严密，埋置在炒至带焦香味的粗盐粒（盐置于瓦罉内）中，可继续以小火加热，经盐的热力将原料焗熟。广东东江菜盐焗鸡即以此法制成。

【原汁焗】 焗法之一。以煎制主料的原油加调味料焗制称原汁焗。如煎瓤焗明虾：明虾夹好瓤后，下少量油于慢火上煎约5分钟，离火略焖，再加入多量油回火炸3分钟后，留少许油，下酒、喼汁、糖等和匀即成。豆酱焗也属原汁焗。

【汤焗】 焗法之一。以汤汁进行焗制的，称汤焗。如香汁焗龙虾：龙虾经热油泡炸后，去油，下葱、蒜茸略炒，加汤汁及调味料炒两三下，加盖离火焗焖10分钟，勾芡，加芝麻油略炒即成。

【汽焗】 焗法之一。广东东江盐焗鸡制法之一：鸡治净后，涂以用沙姜末、精盐、芝麻油等调好的味料，外皮、腔内全部涂遍，用隔水炖法炖15～20分钟，取出改刀装盘。参见“隔水炖”。

【水焗】 焗法之一。广东东江盐焗鸡制法之一：鸡治净后，入热汤内将鸡烫熟，将骨、皮、肉撕开，以芝麻油、精盐等调味料拌和，改刀装盘成鸡形。成品肉滑皮爽。参见“烫法”。

【煎焗】 焗法之一。见于广西。如煎焗鸭：鸭治净后，以面酱、甘草粉、沙姜粉和其它调味料制成的料汁灌入鸭腹腌渍，然后入锅煎制；先煎鸭胸脯，顺锅边注入料酒，加盖焗5分钟，如法煎焗鸭背；如此再照煎一次，最后至水干发出香味，皮呈黄色即成，前后共20分钟；最后斩件拼成鸭形，淋上芝麻油即成。此为广西壮族名菜。

【酒焗】 焗法之一。以酒作为主要调味料焗制而成的称酒焗。菜品呈酒香。如露酒盐焗鸡、玫瑰焗乳鸽，均用玫瑰酒焗制。

【蚝油焗】 焗法之一。以蚝油作为主要调味料焗制的称蚝油焗。如：蚝油焗鸭肝。

【陈皮焗】 焗法之一。以陈皮作为焗制香料的称陈皮焗。如：陈皮焗鸡。

【香葱油焗】 焗法之一。以葱油为主要调味焗制的称香葱油焗。如：香葱油焗鸡。

【西汁焗】 焗法之一。西汁，为番茄酱加入各种蔬菜调制的汁，以此作为主要调味料焗制的称西汁焗。如：西汁焗乳鸽。

【果汁焗】 焗法之一。以果汁作为主要调味料焗制而成的称果汁焗。如：鲜柠焗鸡；脆片焗猪肝。

【豆酱焗】 焗法之一。以豆酱作为主要调味料焗制的称豆酱焗。如豆腐焗鸡：鸡治净后，以豆酱、芝麻酱、料酒、味精调匀，涂遍鸡身内外，腔内塞姜、葱、香菜等；砂锅以竹箅垫底，上铺肥肉片，放上鸡，将二汤从锅边淋入，加盖，以纸糊严，上炭火炉，旺火烧沸，小火焗焖20分钟至熟取出（中途不可揭盖加汤汁，故须掌握火候），锅内留原汁150克；出鸡肉后，将全鸡剁块摆成鸡形，淋上所留原汁即成。见于广东潮汕。

【荷叶焗】 焗法之一。如荷叶焗鸡：鸡治净后，沿脊

剖开，先经炸制，再加味料炖焖，取出平置荷叶上，皮向上，将炖焖汁倒在鸡上，包起荷叶入烤箱烤成。见于江苏。

【锅焗】 焗法之一。以铁锅作为焗制炊具的称锅焗。一般"汤焗"、"原汁焗"多用此法。

【瓦罉焗】 焗法之一。以瓦罉(陶制，如砂锅)作为焗制炊具的称瓦罉焗。一般"盐焗"均用此法。

【炉焗】 焗法之一。以焗炉作为焗制炊具的称炉焗。用生料直接焗熟，焦香味浓，近似烤制品。一般原料须先经腌渍码味，或焗成后调味食用。

【焐(wù务)】 烹调法之一。粥饭或某些菜肴烹制将熟时，不揭盖，离火，置于保暖器中，用其已有的热力使之继续完全成熟的过程，称焐。有"窝焐"、"沙焐"法。

【窝焐】 焐法之一。原料放入锅内加好调味品和水，先在旺火上烧开，再移到微炭火上，连炉子放在窝窠(也称焐窠)中，上面盖好，慢慢炖焖至酥烂。宜用于鸡、鸭等料，成菜软烂，味道醇厚。多见于湖南等地。

【沙焐】 焐法之一。沙土烧热，纳入原料，用其热力辐射使原料成熟。如：焐马铃薯；焐鸡蛋；焐面饼(须用纸包)。此法见于民间，旅途无炊具时偶尔用之。

【烤】 烹调法之一。将原料置于火上或火边(或用特制烤具)，利用火的热力辐射，使之成熟。烤制原料多用肉类，可先腌渍调味，也可烤后蘸食。因方法、调料和烤具的不同，烤法有多种。

【白烤】 烤法之一。原料事先腌渍时不用有色调味料，烤制时不与火直接接触(如加隔板，或用烤箱)，菜品色泽呈淡色、白色的，称白烤。

【红烤】 烤法之一。原料先用有色调味料腌渍，然后置于明火上烤制，菜品色泽棕红的，称红烤。

【腌烤】 烤法之一。原料先经腌渍入味，再行烤食。如：云南独龙族的烧大肠。

【酥烤】 也称"酥烧"。烤法之一。整料(如乳猪)烤制完成后，上桌前，再经一次旺火的炝火，烤至猪皮酥脆。云南有菜酥烧乳猪。

【酥烧】 即"酥烤"。

【挂糊烤】 烤法之一。原料先经挂糊，再行烤制成菜。

【面烤】 烤法之一。原料调味后，用网油包裹，再用生面饼包严，放在烤篦或烤盘上，入烤炉烤熟，称面烤。食时，剥去面皮，装盘热食。成菜鲜嫩，保持原味鲜香。

【泥烤】 烤法之一。原料治净后，用网油、荷叶、玻璃纸逐层包裹，再用湿黄泥包紧，放入烤箱烤制，熟后去泥等包裹料供食。泥可用绍酒坛封口泥，也可用毛鸡去内脏洗净后，以泥糊严置火灰中煨制。如：江苏的叫花鸡；四川的野餐仔鸡。

【糊泥烤】 烤法之一。原料边烤边往上糊湿泥至成熟供食。如景颇族的火烧猪：猪治净备好后，以稻草和竹枝火烤，边烤边将草灰和泥调水拌和后敷在猪身上，至油出、泥落、皮黄、肉香即成。

【串烤】 烤法之一。将原料切片，用银或铁、竹制的扦穿成串，放在炉火上烤熟。如：烤羊肉串。

【叉烤】 也称"叉烧烤"。烤法之一。以特制烤叉将原料叉住，并在炉火上烤制。如：叉烧肉；叉烧鹅。

【叉烧烤】 即"叉烤"。

【钩吊烤】 烤法之一。将原料先略调味腌1小时，用铁钩将原料吊入有木炭火的缸中(缸预先烤红)，悬烤约七成熟时，取出，入原汁拖过，使味吸透，再烤至熟即成。此法多用于肉类，吃时切片，拌以薄饼、葱、酱。湖南菜有钩吊香肉、钩吊香腰等。

【箅烤】 烤法之一。以铁箅置于炉火上，边烤炙边蘸调味料食用。

【炉烤】 烤法之一。以特制的烤炉烤制食物的统称。有"明炉烤"、"暗炉烤"两类。

【明炉烤】 也称"明烤"、"生烤"。烤法之一。以敞口火炉烤制的食物称明炉烤。如：篦烤；串烤；钩吊烤；叉烤。

【明烤】 即"明炉烤"。也泛指置于火堆上烤制的方法。

【生烤】 即"明炉烤"。因多用生料烤制，故称。

【暗炉烤】 也称"挂炉烤"、"焖炉烤"。烤法之一。原料置于特制的炉中，烤制时关住炉门或封闭炉口。原料一般以钩挂于炉内，如北京烤鸭等，或用叉烧环，如蜜汁叉烧等，也可用铁烤篦。火力较明烤要小一些，原料应与火保持一定距离，烤制中随时转动原料使受热均匀。

【挂炉烤】 即"暗炉烤"。原料用挂钩挂在炉内烤成。如北京烤鸭，即用此法。

【焖炉烤】 即"暗炉烤。"因须关炉门或封闭火口烤制，故名。

【铁锅烤】 烤法之一。用特制带盖的铸铁烤锅(形状、大小似砂锅)烤制。锅内放入原料并置于小火上，约待半熟时，加上烧红的锅盖，过一定时间，揭盖续烤至完全成熟。如：铁锅烤蛋。

【铁板烧】 烤法之一。原料(用料较细)经调味腌制，随同烧红的特制铁板上席，边烧边食。如鸡肉、里脊肉、鱼肉等均可烧食。

【烤箱烤】 烤法之一。将原料置于特制的烤箱中烤制，称烤箱烤。火力在烤箱周围，依靠烤箱内壁热辐射使食物成熟。食品与火不直接接触，故受热较均匀。如：酒烤鳜鱼。此法也用于主食、面点的烤制。

【竹筒烤】 也称"竹节烤"。烤法之一。将主料治净后，装入竹筒中加盖密封，入烤炉，烤成供食，或埋入火灰煨制。见于广东潮州和云南傣族地区。潮州菜有明炉竹节鸡、明炉竹筒鱼；傣族菜有菜竹筒饭、竹筒鱼等。烤鱼时要加水和调味料。有的地方在竹筒外裹以黄泥入烤。

【竹节烤】 即“竹筒烤”。

【馕坑烤】 烤法之一。以特制的烤馕的馕坑炉烤制食物称馕坑烤。见于新疆地区。烤制的肉食如烤全羊、烤肉等；主食如肉馕、油馕、芝麻馕、包子、饺合等。参见“馕”。

【篝火烤】 烤法之一。多于野外就地取材，生火烤制。用料以猎获物为主，烤制比较粗放，调味也很简单。

【熏】 烹调法之一。将肉、禽、鱼、蛋等生料或熟料置于熏制工具上，下面燃以茶叶或冰糖、锯末、柏枝、竹叶、花生壳、核桃壳等，生烟熏炙原料，使原料成熟，称熏，熏制的食物色泽金黄、饱蕴熏香，涂上芝麻油后即可食用。因用料不同有“生熏”、“熟熏”；方法不同有“敞炉熏”、“封闭熏”。熏法可使食品具有独特风味，并因酚及甲醛等物质渗入食品内部，可防止微生物孳生，利于贮存。但也含有不利健康的成份，宜少用。熏制食物有河南的安阳三熏；福建的卜兔等。

【生熏】 熏法之一。原料经整治后，用盐及其它调味料腌制一定时间，并经曝晒或晾至七八成干时，再予熏制。有的可熏至成熟供食，如熏鳊鱼等；有的熏后再经蒸、炒或炸后供食，如熏狗肉、樟茶鸭等；有的熏制仅为贮存，如腊肉、腊鱼等。

【熟熏】 熏法之一。指原料先制成熟料再行熏制。煮制后熏的如熏鸡蛋；卤制后熏者如卓资山熏鸡；炸制后熏的如熏鱼等。

【敞炉熏】 也称“缸熏”。熏法之一。在盆或缸内放置烧红炭木，洒上茶叶等熏料，使其生浓烟，上置熏篦，放上原料熏制。此法须不停翻动原料，使之受熏均匀。

【缸熏】 即“敞炉熏”。也可用盆、瓮等。

【封闭熏】 也称“锅熏”。熏法之一。锅内放置茶叶或糖、锯末、竹叶等燃料，上架熏篦，篦上放原料，燃火生烟，盖严熏炙原料，熟料约 10～30 分钟即成；生料需熏 2～3 次始成。此法烟不外泄，微火熏制，原料可不翻动。

【锅熏】 即“封闭熏”。大规模熏制可用熏炉或熏房。

【烙】 烹调法之一。多用于主食。如烙饼：面和好后，擀制成饼坯，置于烙饼锅（也称饼铛）中，烙烤至熟。烙制火力弱于“炕”而强于“焙”，属中小火。因烙器不同，有“锅烙”、“石板烙”，因烙法不同，有“干烙”、“油烙”、“水烙”等。

【锅烙】 烙法之一。以烙饼锅或其它锅烙制的称锅烙。

【石板烙】 也称“石板烤”。烙法之一。以石板作为烙制工具，可用于烙饼。又，甘肃河西一带有“西夏石烤羊”，其法为：取祁连山石板（厚约 2～3 厘米）烧热、擦油；羊肉切为薄片，贴于热石板上，覆以瓦盆；香料研成粉末，加盐、料酒拌匀，在羊肉烤至 7～10 分钟时揭盆撒于肉上，至肉烤呈金黄色时趁热供食。石板烙法多见于草原地区。

【石板烤】 即“石板烙”。

【干烙】 烙法之一。即烙制时不加油和水。

【油烙】 烙法之一。烙前先在锅底刷少量的油，再行烙制。成品上有一层薄油，并具油香。

【水烙】 烙法之一。通过铁锅和蒸汽联合传热成熟。烙制面食时，先干烙一面，待焦黄时，将水洒在锅底最热处，使之很快汽化，立即盖严，焖蒸而熟。

【烘】 ①烹调法之一。用辐射热使食物逐渐干燥并成熟。②原料预熟加工的方法。如三鲜锅巴中的锅巴，即须用烘法使之干燥，再行炸制。

【炕】 烹调法之一。多用于主食或面点加工。原料制成生坯后，置炕炉内或铁锅上，依靠炉内热辐射或铁锅传热将食料烤熟，称炕。如：饼干；烧饼；锅魁。炕的火力比较柔和，可使食料受热均匀。

【焙】 烹调法之一。即把食物放在传热介质上，用微火慢慢烘制至熟。民间制面食即用此法。此法火力小，水份蒸发充分，成品受热均匀，颜色洁白，口感酥脆。

【拌】 烹调法之一。将生料或熟料改刀后，加调味品搅和，称拌。拌菜用料广泛，筵风味很多，操作简便，常用于筵席凉盘，或家常小菜。如：红油肚片；怪味鸡片；鸡丝拌鲜笋；小葱拌豆腐；拌三丝。应现拌现吃，并注意生料消毒和防止污染。因方法不同，有多种拌法。

【生拌】 拌法之一。用生料改刀后，直接加调味料拌食。如：拌梨丝；拍黄瓜。

【熟拌】 拌法之一。即以熟料拌制。如：拌鸡丝；拌肚丝。

【生熟拌】 拌法之一。指以生料配熟料一同拌制。如：生菜拌虾片；酱肉丝拌黄瓜。

【腌拌】 拌法之一。生料改刀后先以盐腌制后，再行调味拌食。如：拌萝卜丝；拌莴笋。

【凉拌】 拌法之一。原料或生或熟，不经加热，调拌凉吃，称凉拌。

【温拌】 拌法之一。原料经加热预熟，稍晾后仍保持一定温度时拌制，称温拌。如：拌虾仁；温拌蜇头；拌鱼片。多用于水产原料，因其凉吃易腥，故以温拌为宜。

【热拌】 拌法之一。原料经预熟或加热后，趁热拌食；或原料码在盘中，浇热汁调拌。如：糖拌三鲜。

【清拌】 拌法之一。以素料拌制的称清拌。如：清拌拉皮；清拌平菇。

【净拌】 拌法之一。不论生熟料，只取一种原料拌制的称净拌。如：净拌虾片；净拌肚丝；拌鸭舌。

【混合拌】 也称“杂拌”。拌法之一。以三种以上原料混合拌制的称混合拌。如：拌三丝；鸡三拌；拌鸭四宝。混合拌也可将三种以上原料在盘中摆成图案，吃时再加调味品混合拌匀。

【杂拌】 即“混合拌”。

【炝】 烹调法之一。指用具有较强挥发性物质的调料调拌菜肴，并使其味渗入食料，北方多用花椒油；四

川用辣椒或花椒；江南一带用白酒，辅以胡椒粉等，有的地方用绍酒。炝法有多种，有的用水烫或油滑断生后，以花椒油、盐等炝拌，或以生料直接炝制：有的先将辣椒、花椒等入油锅炒出香味后，下原料抄匀而成；有的先以酒将生料炝匀，静置以后再调拌等。调拌时有的加其它调味或加配料。炝菜一般辛香爽口，质地脆嫩。如北方的炝腰花、四川的炝绿豆芽、江苏的炝虾、炝虎尾等。因供食时菜肴温度、生熟等不同，有"生炝"、"熟炝"、"凉炝"、"温炝"、"热炝"、"滑炝"、"掸炝"等区别。

【生炝】　炝法之一。生炝有两种方法：一是热锅，热油，旺火，用花椒等调料事先放入锅中，下主料翻拌均匀即成。如：椒油炝青笋；炝麻辣洋白菜。一是主料经消毒改刀后，拌腌入味，拼摆成形，主料不经加热，直接以热花椒油炝制。如：炝黄瓜条；炝三丝黄瓜卷。

【熟炝】　炝法之一。主料先经断生，再加入各味调料炝制，称熟炝。如：海米炝芹菜；炝柿子椒。

【凉炝】　炝法之一。原料经水烫或油滑断生后，用冷水投凉，再行炝制调味。如：火腿炝蒲笋；虾籽炝芹菜。

【温炝】　炝法之一。原料经水烫或油滑断生后，以冷水略冲，保持一定温度进行炝制、调味。如：炝干贝胡萝卜。

【热炝】　炝法之一。原料经水烫或油滑断生后，立即趁热炝制、调拌。如：炝虾仁豌豆；炝蛎黄。

【滑炝】　炝法之一。原料经上浆后，在油或水中滑熟再炝。如：鸡丝炝玉兰片。

【油炝】　炝法之一。生料治净，入七成热油锅炸熟，捞出打散控油，再与调味料入锅，翻几个身出锅。如：炝荔枝鸭。

【掸炝】　炝法之一。原料先在沸水中掸透，然后入温开水中淘净，再行炝制。如：掸炝鸭肝；掸炝胗肝；掸炝腰片。多见于河南。

【葱椒炝】　炝法之一。以葱椒油作为炝制的调味料。如：葱椒炝鱼片。

【炝糟】　炝法之一。主料过旺火热油后，另将红糟、白糖、盐、酒和配料入旺火热油锅中炒熟，用芡粉、清汤勾好芡，再倒入主料，快速抄几下即成。此法特点为旺火、快抄。见于福建。福建菜有炝糟响螺、炝糟鸡丝等。

【渍】　烹调法之一。将洗净的果蔬等，放入预制好的盐液、调味液中浸一浸，直至入味。渍制的液汁一般均为冷液，如渍酸菜、珊瑚荷心、渍葡萄等；也有热液浸渍的，如渍苹果、渍甘蓝等。有的需经预熟，故有"生渍"、"熟渍"之分。

【生渍】　渍法之一。以生料渍制，此法多用于果类，间用于蔬菜。如：泡甜仔姜；珊瑚雪条。

【熟渍】　俗称"激"。渍法之一。生料经过预熟，然后投入调味液渍制的，称熟渍。如：渍胡萝卜；醋渍胡豆；鱼香黄豆；糖醋豌豆。

【激】　民间对"熟渍"的俗称。

【醉】　烹调法之一。指用酒腌、渍、浸、炝、煮等法制菜，有先煮或汆后再以料酒加盐腌醉的，如醉鸡、醉肉、醉腰丝等；有直接用酒加调味料将原料烧煮制成的，如醉猪蹄等；有用酒将生料炝制供食的，如醉虾等，还有用甜酒将鲜活料经较长时间浸制而成的，如醉蟹、醉螺等。醉法有多种。详见各条。

【生醉】　醉法之一。多用于植物性原料。原料经初步加工后，即用酒（曲酒或黄酒等）和调味品浸泡 12 小时后，浇卤汁供馔。如：醉笋。

【熟醉】　醉法之一。多用于动物性原料。原料经初加工并予腌渍后，以黄酒或酒酿加调味品浸泡 12 小时后，取出改刀装盘，浇以卤汁即成。如：醉鸡。

【活醉】　醉法之一。以鲜活原料经初加工后，仍以活体入酒和调味品中，浸渍至适当的时候即成。如江苏所产的中堡醉蟹：选取肥大的活蟹，洗刷净后，经静养去污，再活体浸入加调味料的米甜酒中，密封装置 15～20 天即成。

【腌】　烹调法之一。将治净的原料整件或改刀后，以盐揉擦、抓捏，静置一段时间，称腌。食时可另加其他调味料，如加"三合油"，或炝以热油；或加辣椒红油、花椒油、虾油等，也有的加熬制汁调拌（如糖醋汁、酸辣汁等）。此法多为现腌现吃，如：腌拌黄瓜；腌拌莴笋丝；腌萝卜丝。腌法又是贮藏肉、菜的方法。如：腌菜；腌鱼；腌肉。腌法还应用于菜肴原料的预加工，如肉、鱼、鸡、鸭及一些蔬菜，烹制之前，先用盐或酱油等抓腌入味。

【糟】　也称"糟淹"、"糟腌"。烹调法之一。用酒或其他糟类作为主要调味料调制成菜的，称糟。如：糟鱼；糟蛋。

【糟淹】　即"糟"

【糟腌】　即"糟"。

【腊（là辣）】　烹调法之一。原料（多用肉类及脏器）经腌制并经熏烘干燥的，称腊。，可供久贮，因多在腊月腌制，故名。产品有腊肉、腊肠、腊鱼、腊鸡、腊鸭等，均为生制品，食前须洗刷整治，经蒸或煮后供馔。

【糖水】　烹调法之一。即用冰糖或白糖熬成浓淡适宜的糖水，浇在经过蒸或煮过的主料上。成菜清澈甘甜，软糯可口。如：糖水汤元；冰糖银耳；糖水枇杷。水果罐头即常取糖水法制作。

【冰糖】　烹调法之一。清水加冰糖、白糖烧沸，再入鸡蛋清将汤水清过后捞出，放入经汆、焯过的干鲜果料烧沸，成品汤汁清澈爽利，多用于甜菜。如：冰糖百合；冰糖莲子。

【蜜汁】　烹调法之一。用白糖、蜂蜜加适量的水加热调制成浓汁，浇在蒸熟或煮熟的主料上，或是把主料放入锅中，再加入适量的清水、白糖、蜂蜜，慢熬至主料熟透，甜味渗入主料，还可以在熬制糖汁中加入糖桂花酱、玫瑰酱、京糕酱、枣茸酱、椰子酱，以提高成菜的色、味。如：蜜汁山药。

【蜜蒸】 烹调法之一。原料先浸入糖汁或蜂蜜中，旺火蒸至烂熟，再将蒸过的糖汁下炒勺烧开，勾少许芡浇在菜上。熬汁时须注意勺、糖、水均须洁净，以防颜色不正。成菜有蜜蒸山药等。

【蜜焖】 烹调法之一。以蜂蜜、白糖熬成甜汁，放入原料，焖至熟烂的，称蜜焖。如：蜜焖大头梨。

【蜜蜡】 烹调法之一。冰糖加水烧溶，然后加入经预熟的干果类原料，微火炖煮至汁将收干时，加蜂蜜、桂花酱、猪白油，烧沸即称蜜蜡。菜品色淡黄如蜜蜡，甜糯适口，多用于高级筵席。如：蜜蜡莲子；蜜蜡白果。

【拔丝】 俗称"挂浆"。烹调法之一。原料一般多用鲜果或蔬菜块茎等，先经油炸备用；另锅熬糖(有油熬、水熬、油水熬、干锅熬四种)，熬时不停地推搅，待糖全溶，由稠变稀，气泡由大变小，色呈金黄时，即投入炸好的原料，尽快颠翻或翻抄，至原料全部裹匀糖料时立即装盘(盘底须抹油，以免糖凉后粘底)，快速上桌，趁热快食，称拔丝。。食时须备凉开水，供沾筷夹食，以免粘筷。菜品香甜，外脆内糯，夹起时可拉成长丝。如：拔丝山药；拔丝香蕉。也可以荤料挂糊炸制后，作拔丝菜。

【挂浆】 东北一带对"拔丝"的俗称。

【琉璃】 也称"槟榔"、"玛瑙"。烹调法之一。将熟料切条、块状。把糖汁熬到可以拔丝的程度，放入原料，裹匀糖汁，倒在瓷盘中，逐块拨开，不使沾连，晾凉，每块结一层棕黄色甜硬壳，形同琉璃。可用作凉盘甜菜。菜品外皮酥脆、甜香。如：琉璃面包；琉璃肉。

【槟榔】 即"琉璃"。

【玛瑙】 即"琉璃"。

【冰霜】 烹调法之一。拔丝菜制好后，在厨房拔好丝，撒上白糖粉，然后供馔。因其似有冰、有霜，故名。如：冰霜丸子。

【冰花】 烹调法之一。拔丝菜制好后，在厨房拔好丝，撒上冰糖渣，称冰花。如：冰花苹果；冰花香蕉。

【挂霜】 烹调法之一。主料加工成块、段或丸状，挂糊或不挂糊，热油炸熟，进行挂霜。有二法：一是炸熟后滚一层白糖粉或绵白糖，此法霜易脱落。一是白糖加少量油或水熬溶，约在水份基本熬尽时投入主料(过早，水份多，粘性不够，粘不住；过迟，易变红、出丝)，滚匀，冷却后外层即凝结成霜。宜冷食。如：挂霜丸子；酥白肉。

【翻砂】 也称"钱酥"、"沙浆"。烹调法之一。与"挂霜"相似，不同处在于原料须先经预熟后挂糊(如金酥糊等)，炸妥，锅内放入白糖、水熬溶，下预熟原料，颠翻几次，以小铲慢慢翻动，降温后，原料外面呈细砂粒状，翻砂完成。成菜色泽洁白。如：翻砂脂油；翻砂蜜枣；翻砂栗子。

【钱酥】 即"翻砂"。

【沙浆】 即"翻砂"。

【糖粘】 烹调法之一。将经过预熟的条、块形半成品放入炒好的糖汁中，使之粘裹一层糖汁，晾冷，凝结而成菜。多用于制作冷碟甜菜或小吃，成菜甜香酥嫩。如：糖粘羊尾；麻圆肉；玫瑰锅炸；花生粘；核桃粘。

【琥珀】 烹调法之一。多用莲子、山药等含淀粉较多的主料，经蒸或煮后，加水、糖熬制，将汁熬浓，称琥珀。色黄褐透明，形同琥珀。如：琥珀山药。

成菜(含菜名)、装盘

【一品】 菜名用语。①指菜肴名贵。如：一品官燕；一品海参。②指菜形完整。如：一品酥方；一品豆腐。③指菜肴数量。如：海碗菜一品；八仙鸭子一品。

【两吃】 ①菜名用语。如：以牛肚仁为料，用干炸和油爆两种烹制方法分别成菜，称两吃炸燥肚；以鳢鱼分别制成鱼汤、鱼菜，称黑鱼两吃。②四川称菜配以两种调味料供蘸食的为两吃。

【双冬】 也称"二冬"。菜名用语。对冬菇、冬笋的简称。如：炒双冬。

【二冬】 即"双冬"。

【双脆】 菜名用语。用猪肚仁、鸭胗(或鸡胗)共做一菜的概称。如：油爆双脆；火爆双脆。

【二筋】 菜名用语。北方对用熟羊蹄筋、软筋(炸好的面筋)共作一菜的概称。如：炖二筋。

【三元】 ①菜名用语。指以三种不同原料分别制成圆球形的菜。如：三元白汁鸡；三元鱼脆。②旧时三元寓状元、会元、解元。

【三鲜】 菜名用语。指以三种鲜美原料组合制成的菜。如：海三鲜；素三鲜。

【三丝】 菜名用语。将三种不同原料切成丝状做成的菜。如：拌三丝。广东有以猪肚丝、鸡肝丝、香菇丝制作的雀巢三丝。

【三白】 菜名用语。用三种白色原料做成一菜。如砂锅三白，即用白肉片、肥肠、肚块；扒三白，即用龙须菜、鸡肉、白菜；糟熘三白，即用鱼肉片、鸡脯片、玉兰片。

【四宝】 菜名用语。指以四种原料制成的菜肴。如以蘑菇、花菇、冬笋、青豆合烹称植物四宝；以鸭舌、鸭胰、鸭腰、鸭掌合烹烩鸭四宝等。

【四喜】 菜名用语。①以四种色料点缀菜肴。如四喜虾糕：上饰红(火腿末)、褐(冬菇末)、黄(蛋黄糕末)、绿(绿叶菜末)。②以四种原料组制成菜。如四喜吉庆：用土豆、胡萝卜、萝卜、芋艿组制而成。③以同一原料分成四块，或制成四件相同形状的菜料成菜。如四喜肉，用四块正方形猪肋条肉；四喜丸子，用四个大小相同的丸子烧成。④以四种不同馅心分别制成的小吃。如四喜汤圆：每个汤圆分别包上一种馅。

【四吃】 菜名用语。一种菜肴配用四种不同调味料

供蘸食称四吃。见于四川。

【五福】　菜名用语。旧时以五福冠菜名寄意祝祷。如：五福鱼圆；五福鸡圆。今已罕用。

【五柳】　①菜名用语。广东饮食行业对红姜、荞头、锦菜、瓜英、酸荞头的称呼，或称五柳料、五柳丝、五柳粒。②一种著名鱼类菜肴的名称。有二说：一说明末南京乌龙潭五柳居士所烹之鱼，人称五柳鱼。一说《光绪顺天府志·五柳鱼》："浙江西湖五柳居煮鱼最美，故传此名。今京师食馆仿效之，亦名'五柳鱼'。"

【五彩】　菜名用语。指多种不同颜色原料的成菜。如：以面筋、菠萝、姜芽、青辣椒、番茄制成的五彩软根。也用作配菜。如：五彩滑鸡条；五彩皮蛋酥。

【六合】　菜名用语。①借用天、地、东、南、西、北六个方位寓菜以美意。如六合同春：以鹿、鹤的造型，谐六合之音，祝人健康长寿。②以六种原料成菜。如：福建的六合猪肝。

【六宝】　菜名用语。以六种原料成菜。如六宝拼盘：以干北菇、干草菇、生笋肉、面根甫、腐皮、生根为料制成。

【七星】　菜名用语。指按北斗七星造型的菜肴。如：七星螃蟹；七星鸡子。

【七彩】　菜名用语。指用多种有色原料烹制成菜。如以牛丸、鱼丸、虾丸、炸卷、猪肝、猪腰、猪瘦肉、墨鱼、冬菇、胗肝、白菜、葱白制成的菜肴称七彩杂锦煲。

【八宝】　菜名用语。①8种或多种原料成菜或配菜的概称。有咸、甜之分。咸品如八宝整鸭、八宝瓤豆腐、八宝瓤西红柿等。甜品如八宝饭、八宝瓤梨等。②多种酱菜的组配。如：八宝酱菜。

【八仙】　菜名用语。用八种原料烹制的菜肴。如以八种海鲜原料制成的八仙过海；用八种果料加醪糟制成的醉八仙等。

【九丝】　菜名用语。以九种原料切成丝状制成的菜。如：九丝汤。

【什锦】　也称"什景"。菜名用语。即以多种原料组合成菜或作配菜。如：什锦砂锅羊头；素烧什景；什锦火锅。有荤什锦、素什锦之分，也有荤、素混用的。

【什景】　即"什锦"。

【麒麟】　菜名用语。用麒麟名菜，寓意吉祥。如麒麟鱼，用整鱼剞花刀，形似鳞片。

【如意】　菜名用语。将菜肴制成如意或云叶形状，寓意吉祥如意。如：如意冬笋；如意蛋卷；如意鸭肝卷；三色如意卷。

【珍珠】　菜名用语。①把以糯米等制成的菜肴，饰以晶莹光亮的"珍珠"状。如：珍珠圆子；珍珠八宝柿；珍珠杏花肠。②以圆形料配菜。如：鹌鹑蛋；豌豆。

【金银】　菜名用语。指以黄白二色原料组合的成菜。如：猪肥膘条镶入猪肝，名金银猪肝；烤鸭与白煮鸭同炖成菜，名金银鸭。

【玛瑙】　菜名用语。常用火腿、鲜笋、青豆等切小丁块，定碗嵌入海参、鱼翅中，状如玛瑙。如：玛瑙海参；玛瑙鱼翅。

【珊瑚】　菜名用语。①指以颜色似珊瑚的原料入菜。如：珊瑚鸭子；四喜珊瑚球。②指菜肴造型似珊瑚的菜肴。如：珊瑚萝卜卷；珊瑚雪莲；珊瑚白菜。

【玻璃】　也称"水晶"。菜名用语。制菜时加入琼脂或淀粉、蛋清等原料制成透明或半透明状菜肴，或利用皮冻等成菜，因形似玻璃、水晶，故名。如：玻璃鸭子；玻璃樱桃肉；玻璃鱿鱼；玻璃鸡蛋糕。

【水晶】　即"玻璃"。如：水晶鸭子；水晶鸭方；水晶虾饼；水晶肴肉。

【翡翠】　菜名用语。以绿菜叶入菜点，因色似翡翠，故名。如：翡翠虾仁；翡翠玉杯；翡翠烧麦。

【金钱】　菜名用语。原料制成古铜钱状。如：金钱虾盒；金钱海参；金钱发菜；金钱肉；焖金钱冬瓜。

【棋盘】　菜名用语。菜形制成中国象棋或围棋棋局状。如：棋盘鱼肚。

【琵琶】　菜名用语。菜形制成琵琶状。如：琵琶大虾。

【荷包】　菜名用语。①指原料作成口袋形，填入瓤料。如：荷包鱼肚；瓤荷包鸡蛋。②在鱼腹腔内填入瓤料。如：荷包鲫鱼。

【鸳鸯】　菜名用语。①指色成双或味成双、料成双的菜肴。如：鸳鸯鸡淖；鸳鸯鱼片；鸳鸯鱼扇；鸳鸯豆腐；鸳鸯酥。②指造型成鸳鸯状的菜肴。如：脆皮鸳鸯鸭。

【龙眼】　菜名用语。①造型如龙眼状的菜肴。如：龙眼甜烧白；龙眼包子；龙眼大肠；龙眼酥；龙眼鸽蛋。②加桂圆制作的菜。

【凤眼】　菜名用语。造型如凤眼状的菜肴。如：凤眼肝；凤眼鸽蛋；百花凤眼饺。

【凤翅】　菜名用语。以鸡翅烹制的菜肴。如：龙穿凤翅；凤翅海参。

【凤尾】　菜名用语。①以莴笋、笋干等制成凤尾状料而成的菜。如：清炖凤尾笋汤；麻酱凤尾；金钩凤尾。②挤虾仁时留下尾壳成菜。如：凤尾虾。

【虎皮】　菜名用语。指炸后呈褐黄色，有皱纹，略似虎皮的菜肴。如：虎皮肘子；虎皮鸡蛋；虎皮豆腐。

【龙虎】　菜名用语。指以蛇为龙料；以猫或狸为虎料制成的菜肴。如：龙虎斗。

【龙凤】　菜名用语。指以野鸡或家鸡为凤料；以猪或蛇、虾、鱼为龙料。如：龙凤火腿；龙穿凤翅；爆炒龙凤丝；龙凤腿。

【绣球】　菜名用语。指以肉茸、鸡茸或其他原料制成绒球形的菜。如：绣球鱼翅；绣球海参；绣球干贝。

【百花】　菜名用语。以多种原料制成馅，或以蔬菜、干鲜果等原料雕、镶、嵌、塑成多种花卉形态，均称百花。如：百花凤眼饺；百花滑鸡脯；百花酿蟹钳。

【佛手】　菜名用语。将原料制成佛手状的菜肴。如：

炸佛手卷;佛手茄子;佛手酥。

【玉簪】 菜名用语。以猪排骨为玉簪料烹制成菜,因形似玉簪,故名。如:原笼玉簪。

【菊花】 菜名用语。原料制成菊花形的菜肴。如:双爆菊花;菊花鱼;青豆菊花鸡。

【牡丹】 菜名用语。原料制成牡丹形的菜肴。如:清汤牡丹银耳;牡丹鱼翅;糟熘牡丹鱼;蝴蝶牡丹。

【芙蓉】 菜名用语。①以鸡脯肉或鱼肉加蛋清制成茸而烹制成的菜,因白似芙蓉,故名。如:芙蓉鸡片;芙蓉肉片;芙蓉肉;出水芙蓉鸭。②也有用鸡蛋白或鸡蛋加水调散,放调料后蒸熟而称芙蓉蛋的。

【柴把】 也称"把儿"、"把子"。菜名用语。通常用几种原料切成粗丝,中间用菜茎扎成把,称柴把。如:柴把鸡;柴把乌鱼;把儿鱼翅;把儿海参。

【把儿】 即"柴把"。

【把子】 即"柴把"。

【牵花】 美化菜肴的一种方法。用色泽鲜艳的配料,加工成所需形状,镶嵌在菜品上。如在工艺菜上嵌镶上梅、兰、竹、菊或福禄寿喜等图案。

【装盘】 成菜工序之一。冷菜或热菜制成后装入盘中,称装盘。装盘有多种方法和形状,概分为"冷菜装盘法"、和"热菜装盘法"两大类。

【热菜装盘法】 指将烹制成的热菜装入盘中。由于菜肴的原料形状不同,烹调方法不同,因此,装盘的方法也多种多样。

【一次倒入法】 热菜装盘法之一。将制成的菜肴,迅速地一次倾倒于盘中。要求位置周正,形状整齐,盘边不溅油迹。

【分次倒入法】 热菜装盘法之一。一般适用于主、配料数量差别不大的勾芡菜。先将配料部分盛入盘中,然后将主料部分铺盖在上面,使主料突出。

【堆盘法】 热菜装盘法之一。菜肴制成后,用手勺分次从锅中舀出,装入盘中,使菜肴堆如馒头形或宝塔形。要求饱满周正。

【拨入法】 热菜装盘法之一。一般适用于熘、炒、爆等类的菜。菜肴制成后,用手勺分数次拨入盘的中心,堆成馒头形。

【拖入法】 热菜装盘法之一。适用于整只原料。菜肴制成后,用手勺或铲铲起菜料一端,或将锅略掀一下,趁势将手勺或铲迅速插到菜料下面,利用锅内芡汁的润滑,将菜料拖入盘中。

【扒入法】 热菜装盘法之一。一般适用于扒菜。菜肴勾芡后,再于锅边淋芝麻油,经大翻勺后,顺势捏勺将菜肴扒入盘中。

【摆入法】 热菜装盘法之一。多用于花色菜或一菜两做、一菜三做的菜。菜肴制成后,用筷子或其它工具将其一一从锅中夹出,分主次或按规定的要求,摆在盘中适当的位置上。如甜两样:须先将挂霜的丸子摆在盘中央,再将蜜汁山药墩沿挂霜丸子围摆一圈。

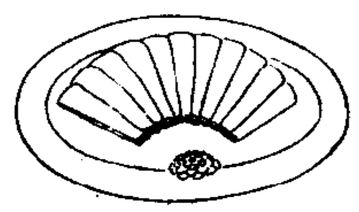
【浇汁法】 热菜装盘法之一。多用于先过油后浇汁的菜。原料经油炸后,捞出沥油,装入盘中;另用锅制汁并浇在上面。如浇汁鱼、松鼠桂鱼等即用此法。

【泼汁法】 热菜装盘法之一。主料经热油炸制成熟,盛于盘中;另起锅制汁,泼于主料上。如糖醋鳜鱼卷等即用此法。

【覆盖法】 热菜装盘法之一。①将烹制熟的菜肴,在装盘前将锅颠翻,使其形状整齐地翻于手勺中,散碎的先倒入盘内,最后将手勺里的菜覆盖在上面,使菜形整齐。②有垫底的菜时,先放配菜料,最后再将主菜料覆盖在垫底菜上。

【扣碗法】 热菜装盘法之一。将原料经改刀后摆在碗中(底面朝下),加入调味料或汤,上笼蒸熟后,倒扣盘内。也有的扣盘前须先滗出汤汁,烧制勾芡后再浇在菜上。

【围边法】 也称"扇面"。热菜装盘法之一。多指菜肴配料的装盘方法。即主料制成后,装在盘中央,再将烹制入味的配料沿主料围摆一圈。



扇面

【扇面】 即"围边法"。

【盛入法】 热菜装盘法之一。一般适用于一锅制出多盘菜肴的装盘。菜肴制成后,用手勺分装盘中,如有两种以上原料,需搭配均匀。如红烧肉、烧杂拌等多用此法。

【拼装法】 热菜装盘法之一。一只盘内拼装两种或两种以上不同色泽、口味的菜肴。有时拼组成图案,如太极图形等。

【冷菜装盘法】 将制成的冷菜料改刀成所需形状(有的料不改刀,如炝虾、盐水虾等),采取各种手法装入盘中,称冷菜装盘法,有多种方法和形状。

【排】 冷菜装盘法之一。冷菜料切成整齐刀形,排入盘中。如:火腿冷盘。

【叠】 冷菜装盘法之一。将冷菜料切成整齐刀形后,一一叠入盘中,多用于什锦冷盘拼制。

【围】 冷菜装盘法之一。将冷菜料切成整齐刀形后,在盘中排列成环形,层层围绕,显示出层次和图案花纹。如松花蛋冷盘:将蛋切成桔瓣块,在盘中围成菊花图案。

【码】 冷菜装盘法之一。冷菜料逐个(片)码齐成形。如盐水虾:可码成圆形垛之类的形状。

【扣】 冷菜装盘法之一。将冷菜料排列在扣碗或其它模具中,浇入琼脂之类的汁,凝固后翻扣盘中。大件的可改刀,小件的排叠整齐即可。

【拼】 冷菜装盘法之一。将不同质地、不同颜色的冷菜料改刀后,拼在同一盘中。因用料数量不同,有"单拼"、"双拼"、"三拼"、"四拼"等;因拼制形状不同,有

"平面拼"、"立体拼"、"花色拼"等。

【单拼】 也称"单跑"、"单盘"、"独碟"、"独盘"。冷菜装盘法之一。指用单一冷菜料拼摆而成的冷盘。

【单跑】 即"单拼"。

【单盘】 即"单拼"。

【独碟】 即"单拼"。

【独盘】 即"单拼"。

【双拼】 冷菜装盘法之一。热菜也用。将两种菜(或两种方法制成的原料)对称地拼在同一盘中,其色、味、形都有明显的差异。如冷菜中的双味大虾;热菜中的鸳鸯黄鱼等。

【三拼】 冷菜装盘法之一。热菜也用。将三种菜(或三种方法制成的原料)拼在同一盘中,其色、味、形都有明显的差异,一般为三色三味。如冷盘中的冷菜三拼。

【四拼】 冷菜装盘法之一。将四种冷菜料切成所需形状后,拼合在同一盘中。一般要求四色、四味、整齐、对称。如:冷盘四拼。

【平面拼】 冷菜装盘法之一。将冷菜料切成所需形状,在盘中拼摆成平面的花、鸟等图案。

【立体拼】 冷菜装盘法之一。运用各种刀法或手法,把冷菜料加工成所需形状,在盘内拼摆出各种立体象生造型。如:孔雀冷盘;凤凰冷盘;蝴蝶冷盘。

【图案拼】 冷菜装盘法之一。热菜也用。一种菜或多种菜制成后,经不同的刀工和手法处理,在盘中拼摆成一个完整的图案。如冷菜中的三鱼争头;热菜中的葵花鸭子等。

【什锦拼】 冷菜装盘法之一。热菜也用。用十种左右的冷菜料切成所需形状后,装入较大的盘子中。一般要求味不雷同、色彩调和、整齐美观。如冷菜中的什锦全盘;热菜中的酒锅、砂锅、生片火锅等。

【花色拼】 冷菜装盘法之一。将冷菜料切成所需形状,在一只盘内拼摆成花鸟等各色图案形象。如:扇子牡丹;雄鸡报晓;青松白鹤。

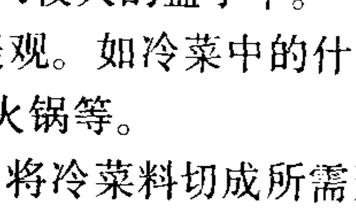
【散堆】 冷菜装盘法之一。冷菜料切成片或丝后,随意堆入盘中,不作排码拼摆。如:葱油海蜇丝。

【盖刀面】 也称"码面"。冷菜装盘法之一。指将质量最好、刀形整齐的冷菜料覆盖在最上层。如盐水鸭、盐水鹅或卤鸡等装盘时,先以头、颈、翅、脊等垫底,再以腿肉"盖边",脯肉切好排齐覆盖在最上面。

【码面】 即"盖刀面"。

【盖边】 冷菜装盘法之一。参见"盖刀面"。

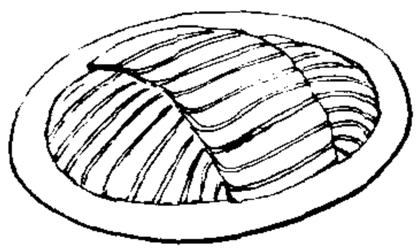
【一封书】 冷菜装盘形式之一。也可用于蒸菜定碗。用稍长原料改刀成长方形,按刀口等距排列整齐装盘或定碗,因形如书页状,故名。



一封书

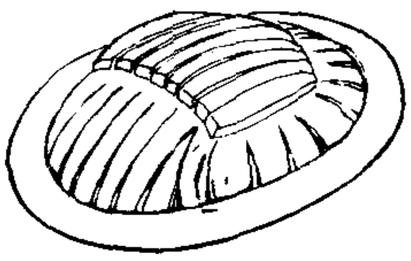
【一颗印】 冷菜装盘形式之一。因形如印章,故名。将原料改刀成规格一致的长方片(或长方条),在盘内一横一竖地交叉砌成正方体,其高度视原料多少而定。

【三叠水】 冷菜装盘形式之一。先取菜肴的片(或条),按顺序摆成两行,然后再在两行中部覆盖一行即成。要求刀工处理时要注意厚薄均匀,长短一致,并按刀口等距排列整齐。



三叠水

【和尚头】 也称"馒头形"。俗称"元宝"。冷菜装盘形式之一。因呈半球状,故名。先用部分冷菜料在圆盘内堆砌成半球体雏坯,再将整齐的冷菜料改刀成规格一致的长方片,按刀口等距整齐地覆盖在雏坯上即成。



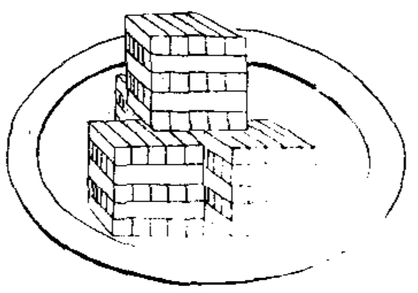
和尚头

【馒头形】 即"和尚头"。

【元宝】 湖北一带对"和尚头"的俗称。

【马鞍桥】 冷菜装盘形式之一。将冷菜料切成薄片,先摆排于盘中两行,再在两行中间搭起一行,使中部凸起,呈马鞍桥形即成。

【品字形】 冷菜装盘形式之一。因形如"品"字,故名。将冷菜料改刀成规格一致的长方条或片,在盘内一横一竖地交叉堆砌,分别砌成3个等距方墩,在3个方墩的正中上部再砌1个方墩即成。

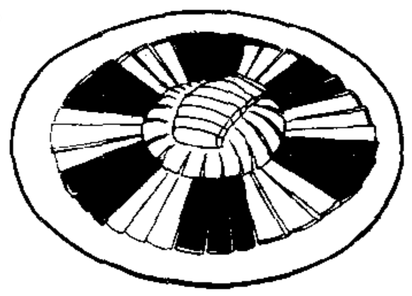


品字形

【扇面形】 冷菜装盘形式之一。将一种或多种冷菜料改刀成所需刀形,在盘中拼摆成扇面形状,有摺扇形、团扇形、芭蕉扇形多种。如加扇骨、扇穗等材料,形似真扇,即属花色拼摆法。

【城垛形】 冷菜装盘形式之一。因形如城墙上的雉堞,故名。主要用于高装对镶冷盘拼摆。将两种冷菜料改刀成均匀的长方条,分别在圆盘两侧按搭桥法砌成城垛形,再取料改刀成稍大于长方条的薄片,按刀口平行叠好,覆盖于城垛上即成。

【风车形】 冷菜装盘形式之一。因形似风车,故名。多用于冷盘拼摆。将冷菜料改刀后按刀面等距、上宽下窄、前搭后的顺时针方向整齐地镶摆一圈即成。中部还可以加其它冷菜料堆摆装饰。



风车形

【菊花形】 冷菜装盘形式之一。多用于蛋类冷菜料,将其改刀成桔瓣状,拼摆成菊花形即成。

面点制作

【和(huó活)面】 也称"溲"。在面粉或米粉中加水或油脂、蛋液等，搅拌或揉弄成面团，使有黏性，供作面点之用，称和面。有抄拌、调合、搅合等手法，经过捣、揉、揣、摔、擦等动作将面揉匀，达到增劲、柔润、光滑或酥软等要求，供作进一步加工。和成的面团有水调面团、筋性面团、油酥面团、浆皮面团、米粉面团、膨松面团以及蛋糊等多种。

【溲】 即"和面"。

【面团】 和好的成快的面。

【水和面】 和面法。指面粉用水拌和调制成面团。水和面有冷水面、温水面、开水面三种。

【油和面】 和面法。指主要用油脂与面粉调制面团。有"油水面"、"干油酥"两种。油和面可调制成酥皮面团，多用于制作糕点。

【油水面】 也称"水油酥"、"皮面"。油和面之一。用油、水和面粉调制的面团。动物油、植物油均可。油、水、面粉的比例为0.2∶0.4∶1。油水面滋润松软，常和"干油酥"配合使用。

【水油酥】 即"油水面"。

【皮面】 即"油水面"。

【干油酥】 也称"酥面"、"油面"。油和面之一。只用油与面粉调制的面团。油、面粉比例为0.5∶1。干油酥缺乏延伸性、韧性和弹性，具有良好的酥性。但不能单用，须和油水面合用，与油水面层层间隔，形成层次，成熟后吃口酥松，形成酥皮制品的风味。

【酥面】 即"干油酥"。

【油面】 即"干油酥"。

【蛋和面】 和面法。以蛋液加入面粉或米粉中，调制成团或浆、糊，供制较精细的点心使用。除全蛋面外，因蛋液与面粉、水、油的比例不同，有水蛋面、油蛋面、油糖蛋面等。调稀后有蛋糊、蛋浆等。

【酵母膨松】 也称"发酵"。和面法。复杂的有机化合物在微生物的作用下分解成比较简单的物质，称酵母膨松。以其制成的面，称发酵面团。有"酵母发酵"、"面肥发酵"两种。

【发酵】 即"酵母膨松"。

【酵母发酵】 和面法。利用酵母菌在适当的温度、湿度下迅速生长繁殖，分泌出酵素(酶)的原理，使面团在酶的催化作用下，分解出二氧化碳气体，使面团膨松胀大的过程。一般常用的酵母有鲜酵母、干酵母、液体酵母三种。酵母发酵力强，无酸味，但成本较高，常用于调制面包面团，多采用二次发酵。

【激面】 和面法。将酵母和入面粉再揉制成团的方法，称激面。激面时，需因季节和空气温度的变化来调剂水温，并根据其使用量和气温，调剂酵母面的用量多少。激好的面团经发酵后，应为膨胀松软之状，并呈现无数蜂窝状的气孔。

【面肥发酵】 和面法。即用小块已发酵的面团引致面团发酵。成本低廉，为饮食行业和民间所常用。因酵面用量多少、时间长短及调制方法的不同，分为"大酵"、"嫩酵"、"半酵"、"呛酵"四种。

【大酵】 也称"大发酵"。面肥发酵的一种。面粉中加酵面及水和成面团，经过一次发酵，并发好发足的面团，称大酵。其特点是：成品质地暄软，制作食品时间较快，不用饧酵。此法用于做馒头、花卷、包子等。

【大发酵】 即"大酵"。

【半酵】 也称"半发酵"、"半发面"。面肥发酵的一种。用多量酵面和成，因酵面占整个面团的一半，故称半酵。和成面团后，经过15～20分钟饧面，即可成形制坯。半酵面的和制方法，也称"接面"，这种方法可以节省发酵时间。

【半发酵】 即"半酵"。

【半发面】 即"半酵"。

【接面】 见"半酵"。

【呛酵】 也称"呛面"。面肥发酵的一种。有两种：一是大酵面(已对碱)呛入30～40%干面粉调制而成，成品干硬、有劲、色白，可制呛面火烧、高桩馒头等。一是直接向面肥呛入50%干面粉，揉成团后再经发酵，发足发透，制成品柔软香甜，但表面胀裂，少筋力。如：开花馒头。

【呛面】 即"呛酵"。

【嫩酵】 也称"嫩发面"、"嫩面肥"。面肥发酵的一种。即没有发足的面团。发酵时间相当于大酵面的1/2或1/3。面团有弹性和一定韧性，宜包制带汤汁的软馅。如：小笼蒸包；汤包。

【嫩发面】 即"嫩酵"。

【嫩面肥】 即"嫩酵"。

【对碱】 也称"打碱"、"扎碱"、"下碱"。和面法。在发酵面团中加入适量的食用碱(碱水或碱面)，使之酸碱中和，去除酸味，并帮助继续起发，使成品洁白、膨大。对碱是制好发酵面点的关键，工艺要求较高，因碱的浓度、酵面老嫩、季节、时间等的不同，及水温、熟制方法和成品要求的差异，所以碱量的变化很大。

【打碱】 即"对碱"。

【扎碱】 即"对碱"。

【下碱】 即"对碱"。

【正碱】 和面法。面团的对碱量恰到好处，称正碱。蒸出的成品有色白、味香、略甜的特点。

【听面】 和面法。厨师在揉面时，用手拍面，据其响声，判断对碱是否适量，称听面。

【籽眼】 和面法。在面团和一些糕点的横切面出现的大小均匀的小孔，称籽眼。根据籽眼可以判断面团的

发酵程度和下碱量是否正确。蒸制后还可以判断糕点生熟程度。

【花碱】 和面法。对碱后未将碱揉匀，成品出现黄色斑块，称花碱。

【跑碱】 也称“走碱”。和面法。对好碱的发面团，因较长时间不制作，或饧的时间过长，或蒸制时火力不旺，气压不足，造成碱的散发过多，制成的面品有酸味，称跑碱。

【走碱】 即“跑碱”。

【欠碱】 也称“缺碱”、“碱小”。和面法。对入碱的面团，经热加工检验，碱不足，有酸味，色发暗，不膨起，称欠碱。

【缺碱】 即“欠碱”。

【碱小】 即“欠碱”。

【伤碱】 也称“黄碱”、“碱大”。和面法。指下碱量超过了需要量。成品色黄，碱味重，不泡嫩。

【黄碱】 即“伤碱”。

【碱大】 即“伤碱”。

【化学膨松】 和面法。将化学膨松剂（如泡打粉、臭粉、发酵粉等）掺和于面团之中，使其产生化学分解作用，释放出二氧化碳气体，在加热过程中使面团膨胀和松散。此法一般用于多糖、多油、多辅料（如蛋、乳品等）的面团，主要制做精细点心。

【物理膨松】 也称“调搅法”。和面法。利用各种器械，在高速搅打的过程中，将空气不断地搅进面团内，使之产生气泡，在受热的情况下，气泡膨胀使成品达到松软泡嫩的效果。此法比酵母或化学膨松法有更大的膨松力，均用于加蛋的面团，多用于制作蛋糕等。

【调搅法】 即“物理膨松”。

【搅面】 和面法。指面粉加水后，用木棒搅和成面团，用作馅饼料。如：搅面馅饼。

【揉面】 也称“挼面”。和面法。和好面后继续加工的一种方法。大面团要用两手或单手手掌反复揉压，面团延伸拉长，复两头重叠，继续揉压；小面团以单手在掌中或在案上反复揉压，直至面团揉匀上劲，光滑滋润为止。

【挼面】 即“揉面”。

【捣面】 和面法。和面后双手捏拳，均匀地向面团捣压，用力越大越好。面压向四面，折入再捣，反复多次，至捣透上劲为止。

【揣面】 和面法。和好面后继续加工的一种方法。揣大块面团时，两臂交叉用力向外推揣面团，反复重叠、推揣；揣小面团时，一手掌轻挡面团，一手用后掌反复揣揉面团，直至面团上劲并光滑滋润。

【摔面】 ①和面法。和水油酥面、春卷皮面等时，待面和成，一手或双手提起（或捧起）面团在案上或面盆中反复摔面，使面团光滑滋润。②抻面的准备工作。双手拿起面团的两头，拉开后在案板上摔打，折起再摔，直到面团能溜出条的程度。

【擦面】 和面法。多用于油酥面团和部分米粉面团。主要方法是在案上将油与面和好后，以手掌跟，将面团一层一层向前边推边擦，推擦开后，滚回卷拢成团，仍用前法继续推擦，直至擦匀擦透，使油面结合均匀，增强面团的粘着性，可使成品避免松散。

【筋力】 指面团的韧性。因面粉中含有面筋质，揉制好的面团柔韧有力，所以面团筋力与面粉质量关系极大，一般地说，经过同样的操作过程，面粉质量好的，筋力就好。

【饧面】 也称“醒面”。俗称“循面”。和面法。缓解面团筋力的一种方法。和好的面团经揉揣出现筋力后，有很强的弹性，不易成形，此时把面团放在案板上或面盆内，盖上潮湿的布，使面团自行缓解，此缓解过程即称饧面。

【醒面】 即“饧面”。

【循面】 四川一带对“饧面”的俗称。

【混糖】 和面法。面制食品中，面团掺入糖的，称混糖。如：混糖馒头。

【水调面团】 也称“水和面团”。面团之一。以面粉或米粉加水（冷水、温水、沸水均可）调制的面团。有的要加必须的辅料（如盐、碱、矾等）。根据其含水量的多少分为“硬子面”、“软子面”、“烩子面”三种，硬子面含水较少，适宜于制作手工面条、馄饨皮、烧麦皮等；软子面的含水量介于硬子面和烩子面之间，适宜于制作水皮饺、支耳面、甜水面等；烩子面含水量较多，宜于制作油条、春饼皮、馓子等。水调面团一般比较致密、坚实，无蜂窝孔，但富筋性、韧性和可塑性，熟制后爽滑、筋抖，具弹性而不疏松，为面食所常用。如制烙饼、面条、水饺等。水调面团也有用菜汁（如菠菜汁、小白菜汁等）和面粉揉制而成的。

【水和面团】 即“水调面团”。

【硬子面】 见“水调面团”。

【软子面】 见“水调面团”。

【烩子面】 见“水调面团”。

【冷水面】 也称“死面”、“呆面”。“凉水面”。俗称“子面”。水调面团之一。以冷水和制的面团。面团筋性较好，韧性强，劲大，便于制皮、切条和成形包捏。宜于作煮、烙等面食，色泽较白，有咬劲。

【死面】 即“冷水面”。

【呆面】 即“冷水面”。

【凉水面】 即“冷水面”。

【子面】 四川一带对“冷水面”的俗称。

【温水面】 水调面团之一。用温水调制的面团。其性质介于冷水面和沸水面之间。水温在25～35℃之间的温水面团，面筋质膨胀度和吸水性最好，面团延展性较强，宜做搅面馅饼、抻面等；水温在45～55℃之间的温水面团，有韧性，可塑性强，制成品不易走样，宜做各

种花色饺子。

【沸水面】 也称"开水面"。俗称"烫面"。水调面团之一。以沸水和面，面团属非筋性的，柔软无劲，制品不易走样，包馅后不易漏汤且易成熟。色泽较暗，质地软糯，吃口细腻，易于消化。适用于烫面饺、烧麦等。一般制面有二法：一是锅内烧沸水将面粉慢慢倒入沸水内，边倒边用擀杖搅烫成团。一是将面粉先用冷水揉合成面团，再擀成薄片入沸水煮烫后起锅在案板上揉成。

【开水面】 即"沸水面"。

【烫面】 四川一带对"沸水面"的俗称。

【三生面】 水调面团之一。沸水面揉制时对入三成生面粉的，称三生面。根据其面团中熟与生的比例还分"二生面"、"四生面"等。三生面筋力较烫面为好。宜做各种炸、烤、煎、烘的点心皮料。成品有酥、脆、香的特点。

【二生面】 见"三生面"。

【四生面】 见"三生面"。

【膨松面团】 面团之一。指在调制的面团中加入某些添加剂，或采取特殊调制方法，通过微生物和酶的催化等化学、物理作用，使面团熟制后产生蜂窝孔，变得松软可口。现行膨松法有"酵母膨松法"、"化学膨松法"、"物理膨松法"等。

【酵母膨松法】 参见"酵母膨松"。

【化学膨松法】 参见"化学膨松"。

【物理膨松法】 参见"物理膨松"。

【发酵面团】 膨松面团之一。用酵母膨松法制成的面团，称发酵面团。

【发面】 膨松面团之一。指加进酵种后发酵膨松的面团。面发好后应加入适量的碱性物质(苏打或白碱)揉匀，以达到碱酸中和的目的。四川一带将发面又分为"老发面"、"登发面"、"仔发面"三种。老发面发酵时间较长，酸味重，筋力较差；登发面发酵恰到发足的程度；仔发面发酵时间较短、韧性好。

【老发面】 见"发面"。

【登发面】 见"发面"。

【仔发面】 见"发面"。

【发粉膨松面团】 膨松面团之一。用化学膨松法调制的面团。辅料较多，种类也多。如广(东)式的"甘露酥面团"、"士干面团"、"松酥面团"、"拿酥面团"、"西河面团"、"锚沙面团"等。

【甘露酥面团】 发粉膨松面团之一。用面粉加白糖、猪油、蛋、发酵粉、臭粉等调制而成。用制广式细点。

【士干面团】 发粉膨松面团之一。用面粉加白糖、奶油、蛋、鲜奶(或水)、发酵粉、臭粉、黄色素等调制而成。用制广式细点。

【松酥面团】 发粉膨松面团之一。用面粉加适量猪油、白糖、鸡蛋、发酵粉揉匀而成。所制成品有酥香松脆和化渣的特点。如：桃酥、芝麻酥。

【拿酥面团】 发粉膨松面团之一。用面粉加牛油(或猪板油)、白糖、蛋、发酵粉、香兰素等调制而成。用制广式细点。

【西河面团】 发粉膨松面团之一。用面粉加白糖、猪油、猪网油、蛋、发酵粉、蒜茸、精盐等调制而成。用制广式细点。

【锚沙面团】 发粉膨松面团之一。用面粉加猪油、榄肉、白糖、臭粉、水等调制而成。用制广式细点。

【矾、碱、盐面团】 膨松面团之一。即和面时根据不同的季节，下入数量不等的矾、碱、盐制成的面团。矾(硫酸铝钾)、碱(碳酸钠)相互作用，生成胶状物氢氧化铝与二氧化碳气体；盐主要是增强筋性和保持气体。此面团常用于炸制油条、油饼类面点。

【蛋糊面团】 膨松面团之一。参见"物理膨松"。

【蛋泡面团】 膨松面团之一。参见"物理膨松"。

【油酥面团】 面团之一。用油和面粉或加水揉制而成的"油水面"和"干油酥"面团。油酥面团松软滋润，无筋力，一般和其它面团配合使用，宜作各种炸、烤、烘点心的皮料，在面皮中起到酥香、松散和便于造型的作用。油酥面团有多种，大体有"层酥"、"单酥"、"炸酥"等。

【层酥】 油酥面团之一。分为"酥皮"、"擘酥"两种。

【酥皮】 也称"包酥"、"开酥"、"破酥"、"贴酥"、"起酥"。层酥的一种。由干油酥、水油酥两种面团制皮包制而成。可供制多种花式酥点。有"大开酥"和"小开酥"两种。

【包酥】 即"酥皮"。

【开酥】 即"酥皮"。

【破酥】 即"酥皮"。

【贴酥】 即"酥皮"。

【起酥】 即"酥皮"。

【大开酥】 也称"大包酥"。酥皮的一种。用较大的油水面团包入干油酥面团，成圆形，撒面粉，用掌压扁，再用大走锤擀成厚薄均匀的长圆片，自片的一端卷起成筒状，两端对摺，叠三层，复擀成片，片的两端对卷，成如意形，中间划开，长卷揪成做点心的剂子。

【大包酥】 即"大开酥"。

【小开酥】 也称"小包酥"。酥皮的一种。油水面和干油酥面分别揪成大小一致的剂子，用水油酥面包干油酥面成圆形，擀成厚薄均匀的长圆形片，由一端卷起成筒，两头对摺，成三层，压扁擀成长圆形片，复卷筒状，压扁做点心皮。

【小包酥】 即"小开酥"。

【擘酥】 也称"麦酥"。层酥的一种。由油酥面和水面合制而成。是广式面点中最常使用的一种油酥面团，水面起皮的作用，油酥面起酥心的作用。制擘酥先要将猪油熬制好，待冷却后，加进适量面粉揉匀，制成油酥面，经冷冻凝结成块；另以面粉、水、鸡蛋、白糖揉合成

水面，将冻好的油酥面包入水面团中叠好，滚压成皮，如此三次即成。叠皮时应对端正，滚压用力要均匀。

【麦酥】 即“擘酥”。

【单酥】 也称“硬酥”。油酥面团之一。用油、面粉、水和化学膨松剂调制而成。成品具酥性，但不分层。

【硬酥】 即“单酥”。

【炸酥】 油酥面团之一。将面粉放入热油中炸至金黄色，作为其它面皮的酥心之用。成品可起酥，但质量较差。

【糖油水面】 油酥面团之一。用饴糖（或白糖）、清水、猪白油（或菜油）与面粉揉制而成的面团。质地松软，宜制烘烤类点心的皮料。成品有酥松、香脆的特点，也便于存放。

【蛋和面团】 面团之一。用蛋液和面粉调制成的面团。有“纯蛋面”、“油蛋面”、“水蛋面”、“蛋清面”等。

【纯蛋面】 也称“全蛋面”。蛋和面团之一。纯以蛋液和面粉调成，中黄色，较硬，筋力大而有韧性，耐煮耐蒸，可擀成很薄的面皮。面粉、蛋液比例为 1∶0.6，此面团用制萨其马、鸡蛋面条、梅花烧麦等。

【全蛋面】 即“纯蛋面”。

【蛋清面】 蛋和面团之一。只用鸡蛋清与面粉揉和而成。可制银丝面等。

【油蛋面】 蛋和面团之一。面粉加鸡蛋、油调制而成。宜用制炸制食品，如菊花酥等。成品酥松。

【水蛋面】 蛋和面团之一。全蛋面中加适量的水调制而成。延层性较好，吃口爽滑，色淡黄，宜制伊府面等。

【澄粉面团】 面团之一。面粉加清水揉制成团，再用清水慢慢洗去面筋质，沉淀下来的淀粉经干燥而成。色白，细腻嫩滑，可塑性强，多用于制作花色点心，西北一带用此制地方风味小吃酿皮子。

【米粉面团】 面团之一。用米粉掺水调制的面团。一般用糯米粉、粳米粉、籼米粉等，经过烫、蒸、煮的方法和成面团。可作各式糕、糊、饼及船点等。

【糕粉面团】 也称“加工粉”、“潮州粉”。面团之一。糯米经特殊加工而调制的面团。即糯米经浸泡、滤干，小火煸炒，至水干米脆，冷却后磨成粉，加水调成面团。软滑而带韧性，广式点心用此来制水糕皮等。

【加工粉】 即“糕粉面团”。

【潮州粉】 即“糕粉面团”。

【杂粮粉面团】 面团之一。将小米、玉米、高粮等磨成粉，以水调成面团，或加面同调。供制各种小吃。如：黄米炸糕。

【薯类面团】 面团之一。以甘薯煮熟去皮，压烂去筋，趁热加入辅料（如糖、面粉、油或米粉）制成面团。马铃薯、山药、芋艿等也可制作。此面团用以制作小吃、面点。

【豆粉面团】 面团之一。豆先磨粉，然后加糖、油等调制成团。绿豆粉、蚕豆粉、豌豆粉等均可制作。此面团可作馅，也可作点心。如：绿豆糕。

【果类面团】 面团之一。果料（主要用荸荠、莲子、菱角、栗子等）先制成粉，然后加水及糖等，调成面团，供作点心（如马蹄糕等）或作馅。

【鱼虾茸面团】 面团之一。面粉加剁碎的鱼肉或虾肉一同制成。可用以制成包皮，然后包馅熟制。

【发浆】 面点制作。指已发酵的米浆。大米浸泡后磨成细浆，加进酵种发酵而成。使用时，应加进白糖（或红糖）、苏打等搅匀，可制作白糕、白蜂糕、黄糕、熨斗糕之类的点心。

【搓条】 面点制作。和好面团后，将面团分块，拉成长条，再以双手掌跟揣在面条上，来回推搓，边推边搓（必要时也可拉拉），使其成圆润、光洁、粗细一致的圆条，粗细视成品需要而定。馒头、大包的条要粗些；饺子、小包子的条要细一些。

【下剂】 面点制作。面团搓成长条后，再按成品数量要求，分成若干小块，供进一步加工应用，称下剂。下剂多用手摘，少数用刀切，也有用下剂模刀的。下剂的方法有“揪剂”、“挖剂”、“拉剂”、“切剂”、“剁剂”等。

【剂子】 也称“坯子”。俗称“小坯”。面点制作。各种面剂的统称。用手扯或刀切出大小相等的面剂，要求重量均匀，规格一致，供进一步加工成形。因为所制的食品不同，剂子的大小也不同，如水饺剂子较小；包子剂子较大。

【坯子】 即“坯子”。

【小坯】 上海一带对“剂子”的俗称。

【揪剂】 也称“摘剂”、“掐剂”。俗称“扯节”。下剂方法之一。剂条搓成后，左手松握，右手揪摘，每揪一个后，左手将剂条转个身再揪，要求每个剂子大小均匀。

【摘剂】 即“揪剂”。

【掐剂】 即“揪剂”。

【扯节】 四川一带对“揪剂”的俗称。

【挖剂】 也称“铲剂”、“戳剂”。下剂方法之一。指用于馒头、大包子、烧饼、火烧等较粗的剂条。其法是：剂条用左手压在砧板上，右手四指弯曲从剂条下面向上一挖，挖出一个个剂子，整齐地戳在砧板上即成。

【铲剂】 即“挖剂”。

【戳剂】 即“挖剂”。

【拉剂】 下剂方法之一。因用制馅饼的面团比较稀软，不便揪也不好挖，所以多用拉法下剂。

【切剂】 下剂方法之一。用制油饼、油条的面团比较柔软，无法搓条，一般是摊在砧板上，先拉，然后按匀成扁平长片，切出小块，再供擀制。

【剁剂】 下剂方法之一。用于制馒头等，剂条搓好，用刀切成剂块，再行逐个搓揉成形。熟练者切剂快速而又准确、均匀。

【模压剂】 下剂方法之一。用于制馒头等。面团须

经充分揉制，再搓好剂条，以特制的模刀，压切出剂。模压剂馒头坯，压出后一般不再揉搓，直接装笼蒸制，此法多见于单位食堂，出剂快而匀。

【制皮】 面点制作。将剂子制成便于包馅、成形的形状。因品种要求不同，制皮方法也多种多样，有的下剂制皮；有的不下剂制皮。制皮法有“按皮”、“拍皮”、“捏皮”、“摊皮”、“压皮”、“擀皮”等。

【按皮】 制皮法之一。即下剂后揉成圆球形，再按成中厚边薄的皮，常用于制作糖包等。

【拍皮】 制皮法之一。剂子戳立住，用右手指揿压一下，然后再用手掌沿着剂子周围着力拍，边拍边顺着时针方向转动，使成中厚边薄的皮子。

【捏皮】 也称“捏窝”。制皮法之一。先将剂揉圆，以手指控成圆杯形，再包馅，收口。适用于米粉面团及制作汤糊之类的品种。

【捏窝】 即“捏皮”。

【摊皮】 制皮法之一。以稀软面团在平底锅上烙制而成。主要用于春卷皮，摊皮技术性很强，要求平薄、均匀，常由专业人员制作。

【压皮】 制皮法之一。下剂后用手略摁，再以右手拿刀，放平压在剂子上，左手按住刀面，向前旋压，使成一边稍厚、一边稍薄的圆形皮。广东澄粉面团制品大都采用此法。

【擀皮】 制皮法之一。用小擀杖、双擀杖、走槌（通心槌）等来回碾，使剂子延展变平、变薄，如擀制水饺皮、包子皮、蒸饺皮、馄饨皮、烧麦皮等。

【包皮】 面点制作。面点中各种包馅用的皮料，均称包皮。除一般包子皮、饺子皮外，还有春卷皮、明酥酥皮等多种。

【荷叶边】 包皮之一。指面皮用走槌压制后，呈中心微厚、边薄而有波皱的荷叶形。适宜于制作各种烧麦的皮料。

【春卷皮】 包皮之一。经摊制而成的圆形薄面皮片，用于包制春卷。参见“摊皮”。

【明酥酥皮】 包皮之一。制作酥制品面点时，包酥的酥层外露，表面能看见层次的酥皮，即称明酥酥皮。有“直酥”、“圆酥”两种。

【直酥】 明酥酥皮的一种。用大、小包酥的方法，制成卷酥，切断，从纵向直剖为两半，截面向上，按扁，擀圆皮；或直接用直线酥纹制作。

【圆酥】 明酥酥皮的一种。用大、小包酥的方法，制成卷酥，切断，刀口向上，按扁，使圆形纹路露在外面即成。

【半暗酥皮】 包皮之一。制作酥制品面点时，包酥的层次大部分藏在里面，仅有一部分酥层露在外面的酥皮，称半暗酥皮。

【暗酥酥皮】 包皮之一。制作酥制品面点时，包酥的层次在里面，表面不见层次的，即称暗酥酥皮。

【酥炸浆皮】 也称“脆浆皮”。包皮之一。此浆皮的用料是：面粉500克，面肥125克，碱水3克，清水650克，花生油100克，泡打粉15克。制作方法是：面粉、泡打粉放盆中；面肥用清水澥开，放盆中，加入清水调澥开（不可有面疙瘩和粉团），成稀粥状；再加花生油、碱水拌匀即成。挂此浆皮炸过的点心表面有一层酥松的表皮。

【脆浆皮】 即“酥炸浆皮”。

【发面皮】 包皮之一。采用两次发酵而成。第一次发酵俗称“接种”，又称“逗面”。面粉、老酵（原面种）、清水三者之比为10∶2∶5。搓成面团后，静置发酵12小时左右。第二次发酵，酵面、面粉、清水之比为10∶3∶0.5。此时加碳酸氢铵、白糖、泡打粉，并搓至纯滑。因其用冷水和面，故属冷水面团。可制作叉烧包、豆沙包、葱油花卷、煎包、千层饼等食品。见于广东。

【接种】 见“发面皮”。

【逗面】 见“发面皮”。

【馅儿饼皮】 包皮之一。采用酵母发酵。用料比例为面粉10，酵面2.5，熟猪油3.75，白糖1.5，清水3.75，另加碱适量。调匀后，要搓至纯滑起筋，静置，发酵20分钟。质地松软，烘熟后酥香。见于广东。

【水晶包皮】 包皮之一。采用酵母发酵并辅以化学膨松剂催发。用料比例为面粉10，酵母3，清水7，泡打粉0.35，另加少量碱。调匀后，要搓至纯滑起筋，放置10～15分钟，让其微发。质地软而带韧。宜作水晶包类食品。见于广东。

【晶饼皮】 包皮之一。采用沸水拌面。用料比例为澄面10（质量较差的可用9加生粉1），白糖3，熟猪油0.8，精盐0.2，沸水15。将盐放入澄面内，用沸水冲熟，加白糖，擦溶，再加猪油搓匀。延伸性小，可塑性大，软韧爽润。宜制精细甜点。见于广东。

【化皮堆皮】 包皮之一。采用化学膨松剂催发。用料比例为面粉10，白糖5，熟猪油0.6，泡打粉0.2，臭粉0.06，清水4，猪油0.6，摺叠成面团。烘熟后脆化，可制果子香麻堆一类食品。见于广东。

【烧饼皮】 包皮之一。采用水皮、油酥、面团包摺而成。水皮用料比例为面粉9.5，熟面1.1（面粉5，沸水6），酵面1，熟猪油3.5，白糖1，清水4，碱0.1。油酥皮用料比例为面粉10，熟猪油5.5。水皮与油酥皮之比，宜为7∶3。可制香麻焗酥饼等食品。见于广东。

【烫面皮】 包皮之一。采用生熟面团混合，用料比例为面粉9，熟面团（面粉1，沸水1.8）2.8，酵面1，清水2.5，蛋液2，另加碱水适量。搓成面团后，静置，让其发酵10分钟。质地韧软，制鲜虾饺、煎虾饼一类食品为宜。见于广东。

【汤饺皮】 包皮之一。采用生熟面团混合并有微量发酵，用料比例为面粉10，烫熟面2（50克沸水冲50克面粉），老酵0.5，蛋液2，清水2，另加碱水适量。搓

成面团起筋，静置，让其发酵 15 分钟即可。可作灌汤包等食品。见于广东。

【水饺皮】 包皮之一。蛋液面团。用料比例为面粉 10，蛋液 5，碱水 0.2，生粉 2(作馔用)。将用料和匀，搓成面团，用布盖着，静置 20 分钟，反复压薄，切成方形。色泽淡黄，软韧而爽，以制水饺、云吞、细面为宜。见于广东。

【烧卖皮】 包皮之一。蛋液面团。用料比例为面粉 10，蛋液 5，碱水 0.15。将用料和匀，搓成面团，用布盖着，静置 20 分钟左右，然后反覆压薄，切成方形。色泽淡黄，软韧而爽。以制咸馅烧卖为宜。见于广东。

【煎饺皮】 包皮之一。冷水面团。用料比例为面粉 10，精盐 0.15，清水 6。将用料搓匀搓至纯滑。宜制北方风味面点。见于广东。

【薄饼皮】 包皮之一。冷水和面，用料比例为面粉 10，精盐 0.3，清水 12.5。盐和入面粉后，分数次加入清水，边加边擦、边搅，擦搅到面团起筋，能提起即成。见于广东。

【糯米粉皮】 包皮之一。有二法：一是糯米粉 10，澄面 2，白糖 3，熟猪油 0.7，沸水 10，调成粉浆，蒸熟；一是糯米干浆 15，澄面 2，白糯 3，熟猪油 0.5，沸水 4，拌成粉浆，蒸熟。色白软滑，可制成甜点心。见于广东。

【甘露酥皮】 包皮之一。采用化学膨松剂催发，用料比例为面粉 10，白糖 5.5，熟猪油 5，蛋液 2，发酵粉 0.15，碳酸氢铵 0.07。和匀，复摺成面团，成形后面扫蛋液。炕熟的成品色泽金黄，有小碧裂纹，松而不散，酥香。可制各种甘露酥。见于广东。

【擘酥皮】 包皮之一。采用油脂面团与水皮(冷水面团)摺叠而成。用料比例：油酥面团为面粉 3.3，凝结板猪油 10；水皮为面粉 6.7，蛋液 1.5，白糖 0.5，清水 3，分别搓成面团后，盒盛藏入冷柜，冷藏 1～2 小时，混合摺叠多次，再冷藏 30 分钟。熟后，层次分明，松薄酥香。可作多样酥食。见于广东。

【岭南酥皮】 包皮之一。采用油酥与水皮(冷水面团)摺叠而成。用料为：油酥面粉加凝结板猪油(或牛油)，擦匀；水皮比例为面粉 5，白糖 0.5，蛋液 1，清水 2.5，搓至起筋纯滑，分别压薄摺叠数次，藏入冷柜冷凝。熟后层次匀薄分明，松软酥香，可制多样酥食。见于广东。

【士干皮】 包皮之一。采用化学膨松剂催发。用料比例为面粉 10，白糖 3，奶油 2，蛋液 2，鲜奶(或清水)4，泡打粉 0.4，碳酸氢铵 0.05，另加黄色素少许。将白糖、蛋液、碳酸氢铵擦匀，加鲜奶，再加奶油逐步与面粉拌匀，摺叠 2～3 次，静置约 10 分钟，重叠 1～2 次。成品质地松软，可制各类饼或酥角。见于广东。

【松酥皮】 包皮之一。采用化学膨松剂催发。用料比例为面粉 10，白糖 4，熟猪油 4，蛋液 4，发酵粉 0.2。先将白糖、蛋液搅匀擦至溶解，再拌熟猪油，最后搓入面粉内。成形后，炕前扫蛋液。成品微有裂纹，松而不散，酥香。可制各种筒盏卷批形酥食。见于广东。

【拿酥皮】 包皮之一。采用化学膨松剂催发。用料比例为面粉 10，牛油 5(也可用凝结板猪油 4.5)，糖粉 1.5，蛋黄 2.5，泡打粉 0.12。将牛油、糖粉擦匀后，加蛋黄再擦至蛋油浮起，加面粉和匀，轻叠 2～3 次。宜作各种批类食品之用。见于广东。

【西河皮】 包皮之一。采用化学膨松剂作微量催发。用料比例为面粉 10，白糖 1.5，熟猪油 2.5，猪网油末 2.5，蛋液 2.5，发酵粉 0.25，另加蒜茸、精盐少许。先将各种用料在面窝内擦至溶解，拌入面粉，摺叠成面团。成形后，炕前扫蛋液。成品色泽金黄，松软酥香。宜制咸点酥食。见于广东。

【锚沙皮】 包皮之一。采用微量化学膨松剂催发熟面而成。用料比例为面粉 10，熟猪油 2，炸榄仁末 3，白糖 0.6，精盐 0.3，食粉 0.05，清水 13。将清水、熟猪油煮沸，加入面粉拌匀煮熟，取出，加其它用料，搓至纯滑，再加食粉拌匀。宜制煎炸类食品。见于广东。

【水油酥皮】 包皮之一。由水油面团与油酥面团相摺而成。用料比例：水油面团为面粉 10，熟猪油 3.5，清水 4，白糖 0.5；油酥面团为面粉 10，熟猪油 5。分别搓成面团后，各取一定比例相摺。用于炕的水油面团占 6，油酥面团占 4；用于炸的水油面团 7～8，油酥面团 2～3，熟后松脆酥香。适宜于制作酥食。见于广东。

【戈渣皮】 包皮之一。粟粉(或澄面)10，面粉 2.5，冷上汤 20，沸上汤 40，熟猪油 1，蛋黄 2，精盐 0.6，白糖 0.5，另加味粉适量。将粟粉、面粉、冷上汤调成粉浆，过滤。沸上汤加白糖、盐、熟猪油、味粉煮至溶解，加入粉浆，搅匀，避火，调成糊状，再煮，边煮边搅至略有韧性，取出冷凝。宜制煎炸点心。见于广东。

【马铃薯皮】 包皮之一。用料比例为熟马铃薯茸 10，熟澄面 2，熟猪油 1，白糖 0.2，精盐 0.2，另加胡椒粉、芝麻油、味粉适量。将生料擦至纯滑，加油味料，搓匀。宜用于煎、炸、炕。见于广东。

【山药皮】 包皮之一。用料比例为熟山药茸 10，熟澄面 2，熟猪油 0.7，白糖 0.2，精盐 0.15，另加胡椒粉适量。将用料擦至纯滑。宜用于炸或半煎炸甜点。见于广东。

【荔浦芋皮】 包皮之一。用料比例为熟芋头茸 10，熟澄面 3，熟猪油 0.8，白糖 0.2，精盐 0.2。另加胡椒粉、味粉、芝麻油适量。将主料擦至纯滑，加油味料，再搓匀。宜制煎、炸、炕咸点。如炸甜点则要去味粉、胡椒粉。见于广东。

【莲子蓉皮】 包皮之一。用料比例为熟莲子 10，熟澄面 3.2，熟猪油 0.65，白糖 0.2。将熟莲子压碎成茸，加入其他用料搓匀。宜用于制作豆沙、冰肉椰丝、莲蓉等甜点。如作咸点，可酌加盐和味粉。见于广东。

【百合蓉皮】 包皮之一。用料比例为熟百合茸 10，

熟澄面3,白糖0.2,熟猪油0.7,将用料搓匀,宜用于制作甜点。如作咸点,酌加盐和味粉。见于广东。

【虾堆皮】 也称"卜呼"。包皮之一。将面粉加水、熟猪油煮熟成面团,加鸡蛋液,擦至纯滑,即成。使用时,在烤盘上挤成各样图形,烤熟,发成立体,中空,剪一小口,可置各种熟馅料在内,则成各种点心。见于广东。

【卜呼】 即"虾堆皮"。

【虾蓉皮】 包皮之一。用料比例为虾肉10,蛋液9,白糖2,精盐0.22,另加胡椒粉、芝麻油适量。将虾肉沥干剁成茸,加盐,搅至起胶,加味粉、白糖、胡椒粉,拌匀。加蛋液、芝麻油,拌匀。可与其它馅料配制合成多样咸点。煎、炸、炕均可。见于广东。

【虾饺皮】 包皮之一。采用沸水拌面。用料比例为澄面10(如质量差可改为澄面9,生粉1),熟猪油0.3,精盐0.2,沸水14。将盐放入澄面,用沸水冲熟,搅匀,加熟猪油搓匀。延伸性小,可塑性大,成品软韧而爽,宜制精细咸点。见于广东。

【鱼蓉皮】 包皮之一。用料比例为鱼肉10,精盐0.2,清水1,生粉2,另加胡椒粉、味粉、芝麻油适量。将鱼肉剁成茸,加盐顺同一方向搅至起胶,清水分数次加入,再搅至结实,加生粉和其它味料,搅拌至纯滑,压薄切件,大小视需要而定。见于广东。

【粉果皮】 包皮之一。沸水米粉团。用料比例为生粉1,澄面9,精盐0.2,熟猪油0.3,沸水14。盐和入面粉,用沸水煮5分钟,搅匀,再焖5分钟,取出,擦至匀滑,加熟猪油,搓匀。色白,软韧而爽。专制传统粉果。见于广东。

【拌馅】 也称"制馅"。面点制作。指用手或工具将经过加工的馅心的主、辅料和调味料拌和均匀,因馅料均经拌制,故称拌馅。馅应根据其品种的具体要求拌制,如馄饨和水饺的馅心,拌搅时需加冷汤,汤应慢慢地加,否则不吸水;蔬菜馅心,则应边拌边做,以免蔬菜等出水而影响质量等。制馅是面点制作中的重要工序之一,方法有多种。

【制馅】 即"拌馅"。

【生馅】 拌馅之一。全部采用生料加工、搅拌而成的馅心。这种馅心含水量较大,具有鲜嫩、汁多的特点。生馅主要用家禽、家畜、水产品,蔬菜类做原料。蒸、炸、煮、烙、烘、烤的面点,都可采用。

【熟馅】 拌馅之一。指经煮、炒、烧等烹制法制成的馅心。熟馅具有松散、爽口的特点。制作熟馅的原料,用蔬菜、家畜、鱼虾、海产品等类均可。

【生熟馅】 拌馅之一。生料和熟料合制的馅心。如有的包子馅采用生肉、熟肉各一半的拌制法;有的烧麦馅也采用生肉、熟肉合拌的方法。生熟馅有既散籽,又鲜爽的特点。

【煸馅】 拌馅之一。将原料放入勺内煸炒后,加调料炒熟。煸馅可用于炸三角、煸馅蒸饺等。

【熟馅着芡】 拌馅之一。在炒熟的馅料中用水淀粉将馅料中溢出的汤汁勾浓,使炒好的馅料融为一体,增加馅料的口味。

【出汤】 也称"吐水"。拌馅之一。拌好味的馅渗出汤水,称出汤。出汤原因有三:一是拌馅所用蔬菜剁的不细或挤水不净;一是肉馅搅拌不当或肉馅肥多瘦少或肉馅不新鲜;一是拌馅所用的酱油过多或拌入时间过长。拌馅要现拌现用,防止出汤。

【吐水】 即"出汤"。

【馅心】 也称"馅料"。面点制作。用各种不同的原料,经精细加工,拌制或熟制后,包入面皮内的心料,是带馅面点的组成部分。有些面点则以馅心而命名,馅心种类很多,花色不一,一般以口味分类,也可按原料分类,或从制法分类。

【馅料】 即"馅心"。

【咸馅】 馅料之一。泛指各种咸鲜味、家常味、椒盐味的馅心。咸馅的用料极为广泛,蔬菜、家禽、家畜、鱼虾、海味(鱼翅、鲍鱼、海参、鱿鱼等)均可用于制作。

【甜馅】 馅料之一。各种甜味馅心的总称。甜馅一般选用白糖或红糖、冰糖等为主要味料,再加进各种蜜饯、果料,并根据蜜饯和果料的名称决定馅心的名称。如经常使用的玫瑰、枣泥、冰桔、桂花、桃仁、松子、花生仁、芝麻等馅心,均属于此类。甜馅可分为"糖馅"、"泥茸馅"、"果仁蜜饯馅"三大类。

【糖馅】 甜馅的一种。以糖为主料(红、白、冰糖等均可),加上猪油、香精或芝麻、熟面等辅料制成。如:水晶馅;麻仁馅。

【泥茸馅】 甜馅的一种。以植物果实或种子为原料,加工成茸泥状,并加糖制成。特点为质地细软,带有不同果实的香味。通常使用的有豆沙、枣泥、薯泥、红果、豆茸、莲茸等。

【果仁蜜饯馅】 甜馅的一种。用熟制的果仁和蜜饯均匀切成细粒,加糖制成。特点为松爽香甜,有各种果料的特有香味。常用的有五仁、百果、什锦等。

【甜咸馅】 馅料之一。指既有甜味又有咸味的馅心。甜咸馅在入口后,味觉首先感到甜随之才感到咸。甜咸馅有爽口不腻的特点。

【荤馅】 馅料之一。以禽、畜、水产等剁制成的馅心,生、熟均可,品类较多。

【素馅】 也称"菜馅"。馅料之一。以新鲜蔬菜为主料制成的一种咸馅。有"清素馅"、"荤素馅"、"全馅"三种。清素馅不加任何荤腥,用植物油调拌馅心;荤素馅则用动物油调制馅心,并加入海米或鸡蛋;全馅用多种原料(如鸡蛋、海米、新鲜蔬菜、油豆腐、粉条、木耳等),加植物油调制而成。

【菜馅】 即"素馅"。

【清素馅】 见"素馅"。

【荤素馅】 见"素馅"。

【全馅】 见“素馅”。

【荤素馅】 也称“菜肉馅”。馅料之一。荤、素料分别剁碎，拌和一起，调味制成。

【菜肉馅】 即“荤素馅”。

【三鲜馅】 馅料之一。分为“净三鲜馅”、“肉三鲜馅”、“半三鲜馅”三种。以鸡肉为主，配海参、虾仁、干贝、蟹黄等海鲜中的两种即成。肉三鲜馅，以猪肉为主，配海参、虾仁等两种海鲜而成。半三鲜馅，用猪肉、鸡蛋、海米三种原料制成。

【净三鲜馅】 见“三鲜馅”。

【肉三鲜馅】 见“三鲜馅”。

【半三鲜馅】 见“三鲜馅”。

【白糖馅】 馅料之一。指以白糖为主，加熟面粉、香精、油、青红丝、桂花酱制成的一种甜馅。

【什锦馅】 也称“八果馅”。馅料之一。指以白糖为主，配以芝麻、青红丝、核桃仁、瓜子仁、杏仁、榛子仁、葡萄干、瓜条、桂元肉、果脯、芝麻油、桂花或香蕉油制成的一种甜馅。

【八果馅】 即“什锦馅”。

【青梅馅】 馅料之一。指以青梅、京糕、瓜子仁、葡萄干、白糖为主，加熟面粉、桂花或香蕉油制成的一种甜馅。

【枣泥馅】 馅料之一。以小枣、白糖为主料的一种甜点馅心。制法是：小枣洗净，加适量清水蒸至熟烂，在盆中搅碎，过细萝，去皮核，取茸，与白糖、香油同炒至浓稠，放入熟面粉搓拌成馅，用制枣泥鸭子酥、枣泥月饼等。

【芝麻馅】 馅料之一。指以芝麻、白糖为主，加熟面粉、香蕉油、青红丝、桂花酱制成的一种馅。

【红果馅】 也称“酸楂馅”。馅料之一。以红果、白糖为主的一种酸甜点心馅。制法是：红果洗净，加适量水蒸熟，晾凉，搓拌碎，过细萝，除去皮和核，取茸。红果茸与适量白糖同炒至浓稠，再与熟面粉搓拌成馅。如：红果酥饼；红果酥盒。

【酸楂馅】 即“红果馅”。

【京糕馅】 馅料之一。以京糕、白糖为主料的一种酸甜糕点馅。制法是：京糕掰碎成茸，与适量白糖拌匀。常用制各种蛋糕的夹心。

【豆沙馅】 馅料之一。①以红豆、白糖为主料制成的一种甜馅。将红豆下锅煮至七成熟后，放入食碱，豆烂时取出，加冷水筛去豆皮，灌入布袋，把水压出。在锅内放入油后，加水和白糖，待糖化后，豆沙成稠泥状出锅晾凉，拌入桂花酱，即可作面食馅心，又能作菜肴主料。②广东点心的馅料。用料比例为竹豆（或红豆）10，花生油 5，白糖 15，碱水（50℃）0.1。豆子煮熟去衣，压出余水，加白糖及花生油的一半，取中火煮沸，下碱水，边煮边铲，再下入余下的花生油，煮至不粘手即成。色泽乌亮，油润，香甜。可炸多种甜点馅料用。

【芝麻馅】 馅料之一。以芝麻、白糖为主料的一种甜点心馅 制法是：将芝麻用文火炒至酥香，晾凉后擀碎，然后与熟面粉、白糖搓拌成馅，用于烤芝麻酥盒、芝麻糖包等。

【脂油馅】 馅料之一。①以脂油丁、葱花为主料的一种咸鲜味的馅。制法是：脂油切成黄豆粒大小的丁，葱切成大葱花，加精盐、味精、料酒拌匀成馅即成，用制脂油饼、脂油酥烧饼等。②一种香甜馅。制法是：以脂油、白糖为主料，再配以芝麻、青丝、红丝、桂花、香精等料制成，也称“水晶馅”。

【水晶馅】 见“脂油馅”。

【幼肉片熟馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为瘦猪肉 3.2，肥猪肉 1.8，叉烧 1.2，湿冬菇 0.6，鲜虾肉粒 2.5，熟虾肉粒 0.6，二汤 2.5，另加精盐、料酒、芝麻油、胡椒粉、马蹄粉、味粉、深色酱油、浅色酱油、白糖、蚝油。将熟猪肉、叉烧、冬菇切小指甲片状，与其他各料一起先炒熟，再溅酒、调味、下汤、勾芡。可作多种咸点馅料。

【粗肉片熟馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为瘦猪肉 3.2，肥猪肉 2，叉烧 1，熟虾肉 2.5，湿冬菇 1.3，二汤 2.5，另加适量精盐、浅色酱油、白糖、蚝油、熟猪油、味粉、料酒等。将猪肉、叉烧、湿冬菇切成粗指甲片状，与其它各料一起先炒熟，再溅酒、调味、下汤、勾芡。作春卷、薄饼等馅料用。

【粉果馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为瘦猪肉粒 2，熟肥猪肉粒 1，熟虾肉粒 2，叉烧粒 1，湿冬菇粒 0.5，笋肉片 3，鲜虾肉粒 1，二汤 1，另加白糖、浅色酱油、芝麻油、精盐、花生油、料酒、生粉、胡椒粉适量。将各料一起先炒熟，再溅酒、调味、下汤、勾芡。作传统名点粉果馅料用。

【糯米鸡馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为鸡肉 4，烧肉 4，猪肉片 2，叉烧片 2，笋肉片 2，湿香蕈片 0.5，鲜虾肉粒 1.5，花生油 1，清水 4，另加精盐、深色酱油、浅色酱油、白糖、味粉、胡椒粉、芝麻油、马蹄粉、料酒适量。将烧肉切件，拌上面捞芡；鸡肉切件上粉和味粉蒸熟。其余各料先炒再加水煮熟，最后一起勾芡。作名小食糯米鸡馅料用。

【芋角馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为瘦猪肉粒 7，熟肥猪肉粒 3，鲜虾肉粒 3，湿北菇粒 1，鸡肝粒 1，叉烧粒 2，鸡蛋液 3，二汤 6，另加味粉、白糖、浅色酱油、胡椒粉、马蹄粉、精盐、花生油、芝麻油、料酒适量。先炒至熟，再溅酒、调味、下汤、勾芡、拌鸡蛋液。作荔浦芋角馅料用。

【幼粒熟馅】 也称“酥盒馅”。馅料之一。用制广东点心。用料比例为瘦猪肉粒 3，肥猪肉粒 2，叉烧粒 0.4，鲜虾肉粒 2，熟虾肉粒 1，湿香蕈粒 0.8，洋葱粒 0.8，二汤 3，另加浅色酱油、白糖、精盐、蚝油、料酒、味粉、熟猪油、芝麻油、胡椒粉、马蹄粉适量。先炒熟，再溅

酒、调味、下汤、勾芡。作酥盒馅料用。

【酥盒馅】 即"幼粒熟馅"。

【粗粒熟馅】 也称"批馅"。馅料之一。用制广东点心。用料比例为瘦猪肉粒 3.2，肥猪肉粒 1.8，叉烧粒 0.6，鲜虾肉粒 2.5，熟虾肉粒 1.2，湿香蕈粒 0.6，二汤 2.5，另加精盐、浅色酱油、白糖、蚝油、料酒、味粉、熟猪油、芝麻油、胡椒粉、马蹄粉适量。先炒熟，再溅酒、调味、下汤、勾芡、拌蚝油。作批形点心馅料用。

【批馅】 即"粗粒熟馅"。

【咸水角馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为半肥瘦猪肉粒 6，虾米粒 1，笋肉粒 3，清水 3，另加精盐、白糖、深色酱油、五香粉、芝麻油、料酒适量。先炒，后加清水煮熟，再溅酒、调味、下汤、勾芡，最后加韭黄粒。可作多种咸点馅料用。

【咖喱馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为牛肉粒 6，洋葱粒 1，油咖喱 0.3，另加调味料适量。牛肉粒上粉泡油，洋葱粒炒香，再以油咖喱起锅，加牛肉粒、调味料煮熟，拌上洋葱粒。作西式咸点馅料用。

【火腩卷馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为火腩粒 3，湿蚝豉 2，清水 2，另加精盐、白糖、浅色酱油、生粉适量。蚝豉用姜、葱和味料炖烩，切粒，加火腩粒，清水炆至汁干，勾芡。

【八珍粒熟馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为熟猪瘦肉 3，熟肥猪肉 2.5，叉烧 1.2，熟虾肉 1.3，鸡肉 1.2，鸡肝 1.5，火腿 0.5，湿土鱿 0.8，二汤 3，另加浅色酱油、精盐、白糖、味粉、胡椒粉、芝麻油、料酒、马蹄粉、熟猪油。将各料切指甲状，分别泡油，然后炒在一起，再溅料酒、调二汤、勾芡。作咸点馅料用。

【八珍片熟馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为熟瘦猪肉 2.5，熟肥猪肉 2.5，叉烧 1.2，熟虾肉 1.3，鸡肉 1.2，鸡肝 1.5，火腿 0.5，湿土鱿 0.8，二汤 3，另加浅色酱油、精盐、白糖、味粉、胡椒粉、芝麻油、料酒、马蹄粉、熟猪油，将各料切指甲状，分别泡油，然后炒在一起，再溅料酒、调二汤、勾芡。作咸点馅料用。

【虾饺馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为鲜虾肉 8，熟虾肉 2，熟肥猪肉粒 2.5，干笋丝 2.5，熟猪油 1.5，另加适量芝麻油、胡椒粉、白糖、盐、生粉等。将鲜虾肉剁成酱，加盐，搅至起胶，再加入其他用料，冷藏至冻结。

【百花馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为鲜虾茸 10，肥猪肉粒 2，鸡蛋清 0.2，另加适量盐、糖、味粉。拌匀，冷藏至冻结。可作多种名菜美点馅料。

【牛肉烧卖馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为牛肉 10，肥猪肉粒 2，另加适量浅色酱油、精盐、白糖、花生油、胡椒粉、姜汁酒、陈皮丝、柠檬叶丝、芫茜、食粉、碱水、清水等。将牛肉饮烂，加碱水、食粉、盐水等拌匀，挞至起胶，再加入其他用料。味鲜而爽。拧成小团，蒸熟即为牛肉烧卖。

【干蒸烧卖馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为瘦猪肉粒 7，肥猪肉粒 3，鲜虾肉 5，湿香蕈 0.7，另加适量芝麻油、味粉、精盐、胡椒粉、熟猪油、白糖、花生油等。将瘦猪肉加盐挞至起胶，加鲜虾肉再挞，再将其它各料加入，拌匀，熟猪油后下。

【滑鸡包馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为鸡肉 5，瘦猪肉 5，熟猪油 1.2，熟笋肉 4，湿冬菇 1.5，白面捞芡 2.5，另加适量味粉、浅色酱油、精盐、芝麻油、白糖、胡椒粉。将各种用料切粗指甲片状，加入其余各油味料拌匀。

【冬菇滑虾馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为去皮上猪肉 5，鲜虾肉 5，笋肉 1.5，湿冬菇 1.5，熟猪油 1，白面捞芡 1.5，另加适量味粉、花生油、芝麻油、胡椒粉、浅色酱油、生粉、精盐、白糖。将各料切成粗指甲片状，加入其余各油味料拌匀。

【水饺馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为烧卖馅 10，短笋丝 2，鸡蛋丝 2，鸡蛋黄 1，拌匀，适当增加味料即成。

【汤饺馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为冻凝大菜膏(或猪皮冻)20，瘦猪肉粒 4，鲜虾肉 3，熟虾肉 1.5，湿冬菇粒 1，腰子粒 1.5，蟹肉 1，熟猪油 1，另加味粉、精盐、浅色酱油、芝麻油、胡椒粉、白糖适量。以上各料拌匀，入冷藏柜冻凝即成。

【荷叶饭馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为瘦猪肉粒 2.5，叉烧粒 1.5，烧鸭肉粒 1.5，鲜菇粒 1，鲜虾肉粒 2，熟虾肉粒 1.5，煎鸡蛋片 2，蟹肉 1，熟猪油 1，二汤 3.5，另加精盐、料酒、味粉、浅色酱油、蚝油、芝麻油、白糖、马蹄粉适量。将肉料分别烹熟，然后与其他料炒在一起，再溅料酒、调二汤、勾芡，加入余下的熟猪油、蟹肉在上即成。

【生炒糯米饭馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为瘦猪肉粒 2.5，叉烧粒 1.5，熟虾肉粒 1.25，腊肉粒 2.5，腊肠粒 2.5，虾米粒 0.6，鳟鱼 0.6，漫土鱿 0.65，鸡蛋 2，二汤 3，另加精盐、熟猪油、料酒、芝麻油、胡椒粉、浅色酱油、味粉适量。鳟鱼先炖软烂，其余肉类先泡油，然后炒在一起。上述用料与糯米之比为 20。

【鸡丝熟馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为瘦猪肉丝 7，肥猪肉丝 3，鸡肉丝 2，熟鸡肝丝 1.5，熟虾肉 3，叉烧丝 1，湿北菇丝 1，笋丝 4，二汤 3，花生油 1，另加味粉、浅色酱油、精盐、白糖、芝麻油、马蹄粉、胡椒粉、料酒适量。先将生料泡油，然后与其它料炒在一起，再溅酒、调二汤、勾芡。作咸点馅料用。

【擘酥馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为瘦肉粒 7，肥猪肉粒 3，鲜虾肉 4，鸡肝 2，湿冬菇 1.2，花生油 0.8，二汤 3.5，另加味粉、白糖、浅色酱油、精盐、胡椒粉、马蹄粉、料酒适量。先将生肉料泡油，然后炒在一起，再溅酒、调味、下二汤、勾芡。

【冰肉馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为

肥猪肉 10，白糖 10，酒 0.5，面粉 1.5，鸡蛋黄 1.5。将肥猪肉切粒，用酒腌后加入各料拌制而成。色白有半透明状，质地爽脆。作甜点馅料用。

【鱼角馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为鲮鱼肉 10，叉烧粒 2，肥猪肉 5，鲜虾肉 1.5，熟虾肉 1.5，生粉 1，熟猪油 1，清水 2，另加大地鱼干末、味粉、精盐、白糖、胡椒粉、芝麻油、浅色酱油适量。将鲮鱼肉去皮剁烂，加精盐搅挞至起胶，再加入其他各料拌匀。质软而爽，味鲜。

【鱼胶馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为鲮鱼肉 10，腊肉粒 3，清水 2，生粉 1，另加柠檬叶丝、芫荽丝、精盐、陈皮丝、白糖、味粉、胡椒粉、浅色酱油、芝麻油等。将鲮鱼肉剁烂，加精盐挞至起胶，加入其余各料。质软而爽。

【焦盐馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为面粉 10，白糖 7.5，熟花生油 3.8，芝麻酱 3.5，清水 4，另加精盐、五香粉适量。将各料拌匀擦透即成。

【奶黄馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为鸡蛋液 10，白糖 20，熟猪油 5，面粉 5，鲜奶 10，另用食用柠黄色素、香兰素适量。将鸡蛋液打匀，加入各料搅拌，蒸制成糊状，奶黄色，味香甜。作甜点馅料用。

【爽糖馅】 馅料之一。用制广东点心。用糖粉 10，熟猪油 3.3，熟面粉 4，熟黑芝麻 1，拌制而成。

【杏蓉馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为大杏仁 16，北杏仁 4，百合 10，白糖 48，熟猪油 7.5，花生油 5.5。将大杏仁、北杏仁去衣后磨成细浆，百合煮熟纹烂成茸，加熟猪油，花生油、白糖炼煮而成。以粘手、色泽金黄为宜。

【莲蓉馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为湘莲子 10，白糖 15，熟猪油 3，花生油 1.5，碱水(50℃) 0.2。湘莲子去衣，清水浸，去芯，蒸熟，绞烂，加糖，用铜锅旺火煮沸，改中火反复铲动。花生油分数次加入，直煮至金黄、不粘手。入缸后需另加油封面。可制各种甜点馅料用。

【豆蓉馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为绿豆粉 10，细砂糖 15，熟猪油 2.5，花生油 2.5，精盐 0.18，葱白 1.5，清水 10，另加食用色素柠黄粉适量。将熟猪油、花生油煮沸，下葱白，炸透去渣，改小火依次下白糖、盐、清水，煮沸，放入色素、绿豆粉，边煮边铲至纯滑。色泽金黄，香甜。作甜点馅料。

【冬蓉馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为冬瓜 5，白糖 1，麦芽糖 0.1，花生油 0.1，澄面粉 0.05。冬瓜去皮煮熟搅烂成茸，袋装，压出水汁，加白糖用中火煮至水份排尽，加麦芽糖，铲匀，加澄面粉、花生油，铲至不粘手。色泽金黄，光泽油润。作甜点馅料。

【椰丝馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例有二：一是椰丝 10，白糖 15，清水 6。椰丝用水煮过，滤干，加入白糖、清水，用铜锅取中火煮至挂丝。宜作餐包皮的点心用；一是干椰丝 10，白糖 15，榄仁 2，冰肉 2，蛋液 2，熟猪油 2，熟面粉 2，清水 3，拌匀。宜作饼食甜馅。

【果子馅】 馅料之一。用制广东点心。榄肉 4，核桃肉 3，杏仁肉 3，瓜子肉 2，炒芝麻 2，糖桔饼 3，糖冬瓜 4，糖莲藕 4，白糖 8，糕粉 4，熟花生油 4，清水 4。将各料切细粒，加清水，白糖拌匀，再将糕粉拌匀，最后加熟花生油拌匀。

【架央馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为鸡蛋 3，鲜椰汁 1，牛油 0.4，奶粉 0.15，白糖 3.75，吉士粉 0.1。将鸡蛋液打烂，加入各料拌匀，慢火蒸熟，蒸时要经常搅动，稠糊状，橙黄色，细滑香甜，可作多种中西甜点馅料。

【枣蓉馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为大黑枣 10，白糖 7.5，澄面 0.5，熟猪油 2.5。将大枣煮熟去皮、核，加上各料炼煮成蜂窝状时再加澄面，铲至纯滑。多作甜点馅料用。

【荔蓉馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为去皮荔浦芋头 10，白糖 10，熟猪油 1.5，花生油 1.5。将荔浦芋头蒸熟，绞成泥状，加白糖和熟猪油半数，花生油半数炼煮成蜂窝状。再加余下的其他各料。作甜点馅料用。

【麻蓉馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为面粉 10，白糖 15，熟花生油 3.8，芝麻酱 3.5，清水 2.7。将面粉炕熟加上各料拌制而成。有麻香、甜味。作甜点馅料用。

【冶蓉馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为豆蓉馅 10，熟咸蛋黄 4。将熟咸蛋黄研成泥，拌入豆蓉馅内而成。

【爆谷馅】 馅料之一。用制广东点心。用料比例为爆谷 10，白糖 15，玫瑰糖 2，糖椰丝 3，糖冬瓜粒 3，糖桔饼粒 1，清水 2。将爆谷加白糖、玫瑰糖、糖椰丝、糖冬瓜、糖桔饼等拌制而成。作煎堆馅料用。

【包馅】 也称“上馅”、“打馅”、“塌馅”。面点制作。将制好的馅料，按面点的不同要求包入包皮成型，称包馅。如包水饺、包包子等。包馅技法因品种不同有“包上法”、“拢上法”、“夹上法”、“卷上法”、“滚沾法”等多种。

【上馅】 即“包馅”。

【打馅】 即“包馅”。

【塌馅】 即“包馅”。

【包上法】 包馅法之一。常用于包子、饺子、点心等多数品种。面皮摊开，加上馅料，包捏成形。成形因手法不同有无缝、捏边、卷边、提褶、提花等。

【拢上法】 包馅法之一。用于烧麦等。馅料较多，上馅后将面皮拢上捏起，要求露馅，不封口。

【夹上法】 包馅法之一。一层面皮、粉料；一层馅，如此可上多层。也可用于稀糊类制品。如：三色蛋糕

【滚沾法】 包馅法之一。为元宵上馅法的一种。馅料制成粒、球状，喷湿，在米粉中滚沾粉料。如此多次滚沾即成形。

【卷上法】 包馅法之一。面团擀成大片面皮，抹上馅料，卷成筒形，再切开(或先蒸后切)蒸制或烙制。

【封口】 面点制作。①馅心包入皮料内，使之不漏。需要封口的一定要封牢，否则将影响成品的色、香、味、形。②包点心的捏口，称封口；而包包子等的捏口则称"收口"。

【收口】 见"封口"。

【现口】 面点制作。指有的面点在包馅时，中间留一小孔，使馅心露出。

【钳花】 面点制作。制作花色面点的成型技法。使用花钳在生坯上钳花(有竖钳、斜钳)，或钳出小动物的羽翅、尾纹等图形。

【捏褶】 面点制作。用手捏出包子等的褶纹。

【无褶包捏】 面点制作。面皮中放馅，四边拎起，拢向中间，包捏住收口即成。如制馅饼、汤团等。

【提褶包捏】 面点制作。面皮中放馅，提皮缘一捏一叠，出褶均匀，收口时捏拢即成。捏月牙形烫面饺时，捏褶只有一面，呈圆弧形。

【酥纹】 面点制作。各种酥点中的花纹，称酥纹。酥纹是面皮包入酥面后，经擀、叠等工序，再用刀切开的横断面出现的花纹。

【镶嵌】 面点制作。美化面点成品的方法。有的直接镶在成品表面，如枣糕上镶红枣；有的间接镶嵌，如夹沙糕；也有的把镶料在碗(盘)底部摆成图案，熟后扣出，呈现图案花形。

【模印】 面点制作。制作面点用模具定形或印制花纹的成型方法。模印时应先在模具内撒干粉或刷油，以防粘连。

【穿糖】 也称"挂糖浆"、"穿糖衣"。面点制作。用白糖或红糖放入铜锅或铝锅中，加入适量的清水，然后慢火熬成糖浆。炸制过的面点放入糖浆中挂粘一层，凉后晶莹光亮，香甜可口。

【挂糖浆】 即"穿糖"。

【穿糖衣】 即"穿糖"。

【刷盏】 面点制作。油刷沾上油，刷在蒸、烤面点的花型盏内部，以防止面点与盏粘连而不易起脱。

【刷笼】 面点制作。用排刷沾上猪白油或熟菜油，刷在蒸笼的内部，以防止面点与蒸笼粘连，而影响面点的质量。

【摆屉】 面点制作。蒸制面点时的操作方法。先垫屉布或其他垫物(松枝、荷叶、苞米皮等)，将面点生坯按一定间隔摆整齐，防止蒸熟后粘连或影响造型。

【下屉】 面点制作。蒸制面点时的操作方法。下屉要快，并将成品摆放整齐，以保持其造形美观。

【酥点】 面点的一种。油水面包油酥面，经擀制后作皮料，包裹各式馅料，入油锅或烤箱熟制而成。此类面点具有形美、滋润、松酥、层次多的特点。如：鲜花饼；龙眼酥；菊花酥。

【蒸点】 面点的一种。泛指用蒸气制熟的面点。

【煎点】 面点的一种。用平底锅，放入少许油脂，将点心放入煎熟，即煎点。煎时，多用中火，油脂不宜多，将点心坯的底部淹着即可。如：锅贴；煎饼；煎包子；煎牛肉焦饼。

【烤点】 面点的一种。用烤炉、烤箱烘烤而成的点心。具有酥松、爽口的特点。烘烤时，须注意火侯，使烤点受热均匀。

【煮面点】 也称"水点心"。面点的一种。以沸水或沸汤在锅内将面条、汤圆、水饺等煮熟，称煮面点。煮面点汤宜宽(水多)、火宜旺。如此煮出的面点爽滑、利索。

【水点心】 即"煮面点"。

【切面】 面条制作。面团擀成厚薄均匀的大片，撒上面粉，折叠成长方形，右手持刀，左手或伸直或弯曲，顶着刀壁，刀向前快而轻地推切即成。要求两手配合准确，切出面条粗细均匀。切面可人工操作，也可以机器生产。

【观音掌】 俗称"棱掌"。手工切制面条时，右手握刀，左手四指伸直，拇指略向里侧弯曲，关节突出轻压面皮，刀壁紧贴拇指关节，双手配合协调，使切出的面条粗细一致，其左手手形俗称观音掌。

【棱掌】 四川一带对"观音掌"的俗称。

【佛手掌】 手工切制面条时，未握刀的左手手指弯曲，轻压面皮，食指突出，轻顶刀壁，慢慢向后移动，使刀不易摆动，切出的面条粗细均匀，其左手手形俗称佛手掌。

【抻】 面点制作。将面团反复抻拉成条，经过溜面、出条、扣等手法制出成品。如抻面、盘丝饼与银丝卷的加工成型均用此法。

【溜面】 也称"溜条"。抻面技法。即抻面的拉长过程。先将面团搓长，双手拿住两头，提起离开砧板，上下抖动，顺势拉长，合并拧成麻花状，再拿住下部提起，如此反复。溜面时，两臂要端平，用力均匀，胳膊不能大幅度摆动，面条要拉的粗细均匀。

【溜条】 即"溜面"。

【出条】 也称"开条"、"放条"。抻面技法。在砧板上撒面醭，将溜好的面条放砧上，滚上面醭，提起再拉长几扣，即可直接下锅煮成面条，或放砧板上作银丝卷心等用。

【开条】 即"出条"。

【放条】 即"出条"。

【扣】 抻面技法。抻面时对折为扣，称扣。对折一次为一扣，扣数越多，面条越细。

烹饪成品

食品词释

【食物】 对可供食用的无机物、动物、植物原料及半加工品和加工成品的总称。

【食品】 ①对可供直接食用的物品的总称。多经烹饪加工，如饭、粥、面点、菜肴、糖果、饮料、茶、酒等；也包括可供生食的瓜果。②食物。

【甜食】 甜的食品。

【市食】 市肆上所售的食品。《武林旧事》："太上宣索市食。"

【民间食品】 城乡居民日常食用的主食、副食、小吃等的概称。区别于饭店、酒楼供应的肴馔。

【大众食品】 价格低廉，供应面广的食品。如普通的糖果、糕点；普通的饭、粥、面食等。

【风味食品】 选料讲究，制作精细，乡土味浓的食品。如名特小吃、风味菜肴等均属之。

【节令食品】 传统节日的食品。如元旦或正月十五的元宵；端午节的粽子；七月七日的巧果；八月十五日的月饼；九月九日的重阳糕；腊月八日的腊八粥；除夕的团圆饭等。

【民族食品】 各民族的特有食品。具有明显的地方性和民族特色，如蒙古族的手把肉；藏族的糌粑；维吾尔族的抓饭；苗族、侗族、土家族的酸食等。

【消闲食品】 供在闲暇时食用的食品。一般多指炒货，如花生米、西瓜子、葵花子、南瓜子、松子等。

【方便食品】 经过预熟可供随时食用的食品。

【奶食品】 以牛、羊、马的鲜奶制成的食品。以畜牧业为主的民族多用之。如奶茶、奶皮、奶豆腐、奶酪、酸奶等。

【主食】 即主要的食物。一般指用粮食制成的食品。如：饭；粥；面点。部分少数民族以肉食为主食，如藏族、蒙古族以牛羊肉为主食。

【副食】 ①相对主食而言，作为主食的补充食物。如蔬菜、家畜、家禽、蛋类、奶类、豆制品、水产品、调味品、食用油脂等。②供下饭的鱼、肉、蔬菜等。

【面食】 以面粉为主要原料制作的食品。如：面条；馒头；饼。多为普通食品。

【饭食】 ①南方称以米制作的主食。如：饭；粥。②泛指一切主食。

【糕点】 以面粉或米粉、糖、油脂、蛋、乳品等为主料，配以各种辅料、馅料和调味料，初制成型，再经蒸、烤、炸、炒等方式加工制成。从工艺上分有油酥类、混糖类、浆皮类、炉糕类、蒸糕类、酥皮类、油炸类和其它类等8个大类。按地区分有京、津、苏、广、潮、宁、沪、川、扬、滇、闽、西点等12个流派。品种多样，花式繁多，约有3000多种。月饼、蛋糕、酥饼等均属糕点。

【饼饵】 饼类食品的泛称。《急就篇》："饼饵麦饭甘豆糕。"注："溲面而蒸熟之则为饼，……溲米而蒸熟之则为饵。"

【面点】 正餐以外的小份量食品。如：馒头；包子；饺子；面条；馄饨。

【干粮】 也称"餱粮"、"糗"。以米或面等制成。供旅途食用，或家常贮存，以备不时之需。如炒面、馍、饼之类。

【餱(hóu喉)粮】 即"干粮"。《诗经》："何蓑何笠，或负其餱。"又，"乃积乃仓，乃裹餱粮。"

【糗(qiǔ)】 即"干粮"。《尚书》郑玄疏："糗，捣熬谷也，谓熬米麦使熟，又捣之以为粉也。"

【茶食】 也称"茶点"。佐茶的糕点。《湖雅》："按，或粉或面和糖制成糕饼。形色名目不一。用以佐茶，故统名茶食，亦曰茶点。他处贩鬻称嘉湖细点。"

【茶点】 即"茶食"。

【下饭】 也称"嗄饭"、"嗄飯"。①吃饭所用的菜。《梦粱录》："又有下饭，则有靠鸡、生熟烧、对烧、烧肉、煎小鸡、煎鹅事件……等。下饭更有专卖羹汤川饭，并诸煎肉鱼下饭。"②指下酒菜。

【嗄饭】 即"下饭"。概指菜肴。见《金瓶梅》。

【嗄飯】 即"下饭"。见《醒世恒言》。

【咸头】 浙江东部称供下饭的小菜为咸头。一般指咸萝卜、乳腐、酱油汤之类。

【下酒】 也称"佐酒"。饮酒的菜。《东京梦华录》："其余小酒店，亦卖下酒，如煎鱼、鸭子、炒鸡兔、煎燠肉、梅汁血羹之类。"《梦粱录》："大抵酒肆除官库、子库、脚店之外，其余谓之拍户，兼卖诸般下酒食次随意索唤。"

【佐酒】 即“下酒”。

【炒货】 炒制干果的统称。可直接食用，也可作馔肴、糕点的配料、馅料。如：炒花生米；炒瓜子；炒榧子；炒榛子；炒松子；炒板栗；炒核桃。

【冷饮】 供冷食的饮料。常用于夏季，有时加以冰镇。如汽水、桔子水、柠檬水、酸梅汤、绿豆汤、冰淇淋、冰棍、雪糕等，有降温、解暑的作用。

【小吃】 也称“小食”。正餐以外的小份量食品。一般带汤汁。中国小吃品种繁多，有的形成了著名的小吃群，如北京隆福寺小吃、西四小吃；上海城隍庙小吃；南京夫子庙小吃；苏州观前街糕糰；湖南火宫殿小吃；广东的茶楼小吃等。某些小吃也可以作为主食或用于筵席。有的用米粉、面粉等原料制成；也有的用肉或其它原料制作。

【小食】 即“小吃”。

【餕(shào绍)】 小食。《广韵》：“餕，小食也。”

【从食】 小吃、点心。《梦粱录》“荤素从食店”记：“蒸作面行卖四色馒头，细馅大包子……”；“更有专卖素点心从食店，如半糖糕、乳糕……。”

【零食】 俗称“小嘴”。供随时零星食用的食品。如炒货、果品、糖果、蜜饯、糕点等，均可供作零食。

【小嘴】 贵州一带对“零食”的俗称。

【点心】 食品的一种。正餐以外的小份量食品。主要指糕饼、包、糊等蒸、炸、烤制的食品，一般不带汤汁。

【细点】 选料精细、制作复杂、造型讲究的点心。常供筵席应用，比市场出售的更精致。有的冠以地方名称，如维扬细点。

【名特小吃】 具有一定影响和特点的小吃。一般选料讲究，制作精细，风味独特。如：扬州火烧；四川担担面；北京豌豆黄；广州及第粥；济南细馓子；天津狗不理包子。

【传统小吃】 在某一地区具有一定历史影响的小吃食品。如源于明代番禺县伦教镇的广东伦教糕；相传源于东晋王羲之夫人始作“临沂糁”的山东鸡肉糁；相传源于明嘉靖戚继光抗倭食品的福建光饼等。

【经济小吃】 售价低廉的小吃。如：豆腐脑；麻花；薄脆；凉粉。

【熟食】 指加热到可以食用的食物。

【火食】 熟食。《庄子·山木》：“孔子围于陈蔡之间，七日不火食。”《礼记·王制》：“东方曰夷，被发文身，有不火食者矣。”

【烟火】 熟食。道家修炼主张不食人间烹制的食品。《南唐书·孙鲂传》：“此非有风雅制度，但得人间烟火气多尔。”

【饎(xì细)】 ①酒食。《诗经·小雅·天保》：“吉蠲为饎。”②炊熟。《仪礼·特牲礼》：“主妇视饎爨于西堂下。”郑玄注：“炊黍稷曰饎。”

【饔】 ①熟食。《诗经·小雅》：“胡转予于恤？有母之尸饔。”《传》：“熟食曰饔。”②早餐。《孟子·滕文公》：“贤者与民并耕而食，饔飧而治。”注：“朝曰饔，夕曰飧。”

【饩(jùn峻)】 熟食。《公羊传》：“吾寡君闻君在外，饩饔未就，敢致糗于从者。”注：“饩，熟食。”

【糏(xié协)】 熟食。《太玄经》：“多田不娄，费我糏功。”注：“熟食为糏。”

【炮食】 熟食。《古三坟·太古河图代姓纪》：“燧人氏，有巢子也，生而神灵，教人炮食，钻木取火，天下生灵尊事之。”

【餗(sù素)】 鼎中的食物。《易经·鼎》：“鼎折足，覆公餗。”疏：“餗，糁也。八珍之膳，鼎之实也。”

【疏食】 ①粗食。《礼记·杂记》：“疏食不足祭也。”疏：“疏粗之食，不足祭也。”《论语·乡党》：“虽疏食菜羹瓜祭，必齐如也。”集注：“孔子虽薄物必祭，其祭必敬。”②指菜蔬谷食。《淮南子·主术训》：“秋畜疏食。”注：“菜食曰疏，谷食曰食。”

【蔬食】 以蔬菜为食，犹言粗食。《荀子·正名》：“蔬食菜羹，而可以养口。”《墨子·杂守》：“蔬食以备湛、旱岁不为。”

【素食】 ①不加荤料的食物。《汉书·霍光传》：“征昌邑王典丧，……居道上不素食。”注：“素食，菜食无肉也。言王在道常肉食，非居丧之制也。”②僧尼的斋食。《匡谬正俗》：“今俗谓桑门斋食为素食。”③指平日的饮食。《仪礼·丧服》：“既练，舍外寝，始食菜果，饭素食。”注：“素，犹故也，谓复平时食也。”④生食。《墨子·辞过》：“古之民未知为饮食时，素食而分处。”

【斋】 ①佛教以过午不食为斋。后以施给道士僧尼的饭食为斋。如：斋僧。《高僧传》：“兴既崇信三宝，盛弘大化，建会设斋……。”《唐六典》：“凡国忌日，两京定大观寺各二，散斋，诸道士女道士及僧尼皆集于斋所。”僧尼讨食则称打斋、化斋。②供奉神佛的食品。《决对傅奕废佛僧事》：“今一斋以供大圣，宁无福禄相酬。”③素食。《叙任通林辨周武帝除佛法诏》：“头陀蔬食，至好长斋。”

【斋菜】 也称“素膳”、“素食”。①旧时凡祭祀天地、社稷、宗庙及皇帝寝庙、丧葬，历朝均有斋戒之制。《明史·志》：“戒者，禁止其外。斋者，整齐其内。”斋戒之时，禁屠宰，不茹荤，不饮酒，所食素膳，即为斋菜。②指道、佛各教斋戒之日所食的素菜。

【素膳】 即“斋菜”。

【素食】 即“斋菜”。

【盘飧(sūn孙)】 饭菜。《左传》：“乃馈盘飧，置璧焉。”杜甫《杜工部诗史外遗客至》诗：“盘飧市远无兼味，樽酒家贫只旧醅。”

【菜肴】 在正餐中和谷类主食、酒类配合进用的、以动物性原料和蔬菜为主料的烹制食品。

【肴馔】 菜肴点心。《曹子建集·七启》：“芳菰精稗，

霜蓄露葵，玄熊素肤，肥豢脓肌。蝉翼之割，剖纤析微，累如叠谷，离若散雪，轻随风飞，刃不转切……可以和神，可以娱肠，此肴馔之妙也。”

【饮馔】　菜点酒肴。苏洵《御将文》：“美田宅，丰饮馔。”

【肴蔌】　鱼肉蔬菜。《荆楚岁时记》：“岁暮，家家具肴蔌，……以迎新年。”

【肴核】　肉类、果类食品。《前赤壁赋》：“肴核既尽，杯盘狼籍。”

【名件】　古代对市肆菜肴、面点及肉铺所卖食品的统称。《梦粱录》记：“分荣酒店”：“兼之食次名件甚多”；“肉舖”中的“犯鲊舖兼货生熟肉。且如犯鲊，名件最多”；“猪肉名件或细抹落索儿精……骨头亦有数名件……。”

【茶菜】　菜肴的一种。指用富含淀粉的原料（如白薯、茨菇、山药、土豆、芋头、糯米等）经炸或煮制而成的咸、甜食品，供作饮茶助兴。源于佛门或居士素席，不能喝酒吃荤，以之供茶。伊斯兰教也讲究茶菜。此类食品北京有些食品店作为小吃出售。

【路菜】　菜肴的一种。携带肴馔于旅途中食用，称路菜。

【粝（lì力）粱）】　粗糙的饭食。《汉书·司马迁传》：“粝粱之食，藜藿之羹。”

【粝（lì力）食】　粗糙的饭食。《梁书·武帝纪》：“日止一食，膳无鲜腴，惟豆羹粝食而已。”

【粝饭】　粗糙的饭食。陆游《醉中歌》：“莫厌粝饭尝黄菹。”

【蔪（jiān尖）粝】　粗糙的食物。《盐铁论》：“故饭蔪粝者不可以言孝……”，“夫蔪粝，乞者所不取，而子以养亲。”

【糠粞（xī西）】　粗糙的饭食。陆游《太息》诗：“仕宦十五年，曾不饱糠粞。”

【糠糜】　粗糙的饭食。韩愈《送穷文》：“饫于肥甘，慕彼糠糜。”

【糠覈】　粗糙的饭食。《史记·陈丞相世家》：“人或谓陈平曰：‘贫何食而肥若是？’其嫂嫉平之不视家生产，曰：‘亦食糠覈耳’。”覈，麦糠中的粗屑。

【啜汁】　吃残羹剩饭。陆龟蒙《杂讽》诗：“得非佐饔者，齿齿待啜汁。”

【菽水】　粗食。《礼记·檀弓》：“啜菽饮水，尽其欢。”

【粗茶淡饭】　饮食简单、粗糙。黄庭坚《豫章集》：“粗茶淡饭饱即休。”

【肉食】　荤食。《盐铁论》：“匹庶粺饭肉食。”

【肴烝】　荤食。《稗事二则》：“肴烝纷罗。”

【烹宰】　肉食。《千字文》：“饱饫烹宰，饥厌糟糠”。

【禽羞】　荤食。《仪礼·聘礼》：“禽羞俶甗比。”注：“禽羞，谓成熟有齐和者，俶甗四时珍美新物也。”

【饤（dìng定）】　也称“饤饾”、“饾饤”。堆叠盘中的蔬果，一般供观看而不食用。韩愈《昌黎集·赠刘师服》：“妻儿恐我生怅望，盘中不饤栗与梨。”《梦粱录》：“厨司掌筵席生熟看食敉饤……果子局掌装簇饤看盘果……蜜煎局掌簇饤看盘果……菜蔬局掌筵上簇饤看盘菜蔬……。”

【饤饾】　即“饤”。

【饾饤】　即“饤”。

【看食】　主要供观赏的食品。《卢氏杂说》：“御厨进馔，凡器用，有少府监进者，用九饤食，以牙盘九枚，装食味于其间。置上前，亦谓之看食。”

【目食】　华而不实的馔肴。司马光《温国文正公集》：“饮食之物所以为味也，适口斯善矣。世人取果饵而刻镂之、朱绿之，以为盘案之玩，岂非以目食者乎？”

【耳餐】　徒有其名的馔肴。《随园食单》：“何谓耳餐？耳餐者，务名之谓也。贪物之名，夸敬客之意，是以耳餐非口餐也。”

【食味】　食物。

【乡味】　故乡的食物。元稹《春分投简阳明洞天作》：“乡味尤珍蛤，家神爱事乌。”

【兼味】　多种美食，《后汉书·章帝纪》：“身御浣衣，食无兼味。”

【风味】　①具有地方特色的美味食品。《橘录·真柑》引南朝梁代刘峻《送橘启》：“南中橙甘，青岛所食。始霜之旦采之，风味照座，劈之，香雾噀人。”现有风味餐馆、风味菜肴、风味小吃等。②指特殊的滋味。

【真味】　本味。黄庭坚《荔枝》诗：“盐腩枯腊瘦，蜜渍真味壤。”朱熹《乳饼》诗：“清朝蔫疎盘，乳钵有真味。”

【至味】　美味。《吕氏春秋·本味篇》：“说汤以至味”，“故久而不弊，熟而不烂，甘而不哝，酸而不酷，咸而不减，辛而不烈，淡而不薄，肥而不腻。”

【美味】　味道鲜美的食品。如：美味佳肴；珍馐美味。

【上味】　美味。《楞严经》：“酥酪醍醐，名为上味。”

【珍味】　美味。《礼记·王制》注：“常食皆珍味也。”《后汉书·列女传》：“昼夜纺绩，市珍味，使邻母以意自遗其姑。”司马光《枇杷洲》诗：“周官敛珍味，汉苑结芳根。”

【佳味】　美味。

【异味】　①美味。《左传》：“楚人献鼋于郑灵公，公子宋与子家将见。子公之食指动，以示子家，曰：‘他日我如此，必尝异味’。”②不寻常的气味。

【旨】　美味。《诗经》：“尔酒既旨，尔殽既嘉。”

【旨甘】　也称“甘旨”。美味的食品。《宋史·刘恕传》：“家素贫，无以给旨甘。”

【甘旨】　即“旨甘”。

【甘脆】　美食。《战国策》：“可旦夕得甘脆以养亲。”

【甘毳】　美食。《史记》：“可旦夕得甘毳以养亲。”

【甘肥】　美食。《韩非子》：“寡人甘肥周于堂……。”

【馐】 精美的食物。

【膳羞】 美食。《周礼·天官·膳夫》:“掌王之食饮膳羞,以养王及后世子。”注:“膳,牲肉也;羞,有滋味者。”

【珍羞】 美食。《后汉书·和帝纪》:“远国珍羞,本以荐奉宗庙。”《李太白》诗:“金樽清酒斗十千,玉盘珍羞直万钱。”

【珍馐】 美食。《长生殿·复召》:“纵有天上琼浆,海外珍馐,知他甚般滋味。”

【珍膳】 美食。《周礼·天官·膳夫》注:“膳之言善也。今时美物曰珍膳。”《后汉书·百官志》:“少府卿掌中服御诸物,衣服宝货珍膳之属。”《法言·孝玉》:“珍膳宁餬,不亦享乎。”

【珍烹】 美食。苏轼《狄韶州煮蔓菁芦菔羹》诗:“我昔在田间,寒庖有珍烹。”

【珍物】 美食。《周礼·天官·内饔》:“选百羞酱物珍物以侯馈。”疏:“珍物者,诸八珍之类。”

【珍馔】 美食。赵麟《玉山草堂》赋:“于是尚陶匏,徹甒觚,醴酒设,珍馔俱。”

【馔珍】 美食。《后汉书·明帝纪》:“侯王设酱,公卿馔珍,朕亲祖割,执爵而酳。”注:“珍谓肴羞之属。”

【羞膳】 ①美食。《北史》:“羞膳滋味,减于故事十分之八。”②进食。《仪礼》注:“羞膳,羞于公,谓庶羞。”

【玉食】 美食。《尚书·洪範》:“惟辟作福,惟辟作威,惟辟玉食。”《隋书·高祖纪》:“宝衣玉食,穷奢极侈。”

【嘉殽】 也称“佳肴”、“嘉肴”。美食。《诗经·大雅》:“嘉殽脾臄。”

【嘉肴】 即“嘉殽”。

【佳肴】 即“嘉殽”。

【脍炙】 美食。《孟子·尽心》:“公孙丑问曰:‘脍炙与羊枣孰美?’孟子曰:‘脍炙哉’!”《礼记·曲礼》:“凡进食之礼,脍炙处外,醯酱处内。”

【膏粱】 美食。《孟子·告子》:“诗云:‘既醉以酒,既饱以德。’言饱乎仁义也,所以不愿人之膏粱之味也。”《国语》注:“膏,肉之肥者;粱,食之精者。”

【粱肉】 美食。《汉书·食货志》:“衣必文采,食必粱肉。”杜甫《醉时歌》:“甲第纷纷厌粱肉,广文先生饭不足。”

【鹓鼎】 美食的喻称。《梁简文帝集》:“鹓鼎命嘉宾。”源于《楚辞·天问》:“缘鹓饰玉,后帝是飨。”注:“后帝谓殷汤也,言伊尹始仕,因缘烹鹓鸟之羹,脩玉鼎以事于汤。汤贤之,遂以为相也。”

【盛馔】 也称“美供”。丰盛的饮食。《论语·乡党》:“有盛馔,必变色而作。”《世说新语》:“羊固拜临海,竟日皆美供,虽晚至亦获盛馔。”

【美供】 即“盛馔”。

【小四海】 ①指菜肴丰盛。《清异录》:“孙承祐在浙右尝馔客,指其盘筵曰:‘今日坐中,南之蝤蛑,北之红羊,东之虾鱼,西之果菜,无不毕备,可谓富有小四海矣’。”②指菜肴珍贵。《五杂俎》:“今之富家巨室,穷山之珍,竭水之错,南方之蛎房,北方之熊掌,东海之鳆炙,西域之马奶,真昔人所谓富有小四海者……。”

【郇公厨】 指饮食奢侈。唐韦陟袭封郇国公,厨食奢靡,人称“郇公厨”。《酉阳杂俎》:“(韦陟)尤尚奢侈……每食毕,视厨中所委弃,不啻万钱。”《云仙杂记》:“韦陟厨中,饮食之香错杂,人入其中,多饱饫而归。语曰:‘人不欲饭筋骨,夤缘须入郇公厨’。”

【食前方丈】 指饮食奢侈。《孟子·尽心》:“食前方丈,侍妾数百人。”《韩诗外传》:“食方丈于前,所甘不过一肉之味。”《酉阳杂俎》:“何徹侈于味,食必方丈。”

【食日万钱】 指饮食奢侈。《晋书·何曾传》:“厨膳滋味,过于王者……食日万钱,犹曰无下箸处。”《晋书·何劭传》:“食必尽四方珍异,一日之供以钱二万为限。”

【琼厨金穴】 指饮食奢侈。《拾遗记》:“郭况,光武帝后之弟也。累金数亿。家僮四百余人,以黄金为器,……其宠者皆以玉器盛食,故东京谓郭家为‘琼厨金穴’。”

【酒池肉林】 指饮食侈纵,穷奢极欲。《史记·殷纪》:“(帝纣)以酒为池,悬肉为林,使男女倮相逐其间,为长夜之饮。”

【肉山脯林】 比喻饮食奢侈,以肉为山,以酒为林。《帝王世纪》:“(桀)以人架车,肉山脯林,以酒为池,……。”

【炊金馔玉】 比喻肴馔珍贵。骆宾王《骆承集》:“平台戚里带崇墉,炊金馔玉待鸣钟。”

【炮凤烹龙】 也称“烹龙炮凤”。比喻菜肴珍贵。李贺《歌诗编》:“烹龙炮凤玉脂泣,罗纬绣幕生香风。”杨万里《诚斋集》:“东坡以烹龙炮凤之手,而饮木兰之坠露,餐秋菊之落英也。”刘若愚《酌中志》:“有所谓炮凤烹龙者,凤乃雄雉,龙则宰白马代之耳。”

【烹龙炮凤】 即“炮凤烹龙”。

【烹龙煮凤】 比喻菜肴名贵。《古今小说》:“城中酒楼高入天,烹龙煮凤味肥鲜。”

【八珍七聚】 指多种珍贵的肴馔。《厨者王小余传》:“八珍七聚,贵品也,子能之宜矣。”

【饭】 也称“饘餾”、“湌食”。以米或麦仁等蒸煮而不带汤汁的食品。来源已久,有五谷则能成饭。《通鉴外纪》:“黄帝作甑,而民始饭。”因所用谷类不同,有大米饭(也称白饭)、糯米饭、小米饭(也称黄饭)、高粱米饭、麦饭等;也有加进配料制作的,有菜饭、八宝饭、豆饭等;还有将煮好的饭再进行加工的,如炒饭、蛋炒饭、烫饭等。

【饘餾】 ①即“饭”。王安石《哭梅圣俞》诗:“空能乞钱助饘餾。”②蒸饭。一蒸曰饘,再蒸曰餾。韩愈《南山》诗:“或如火熇焰,或若气饘餾。”注:“蒸饭也。”

【湌食】 即“饭”。《事物异名录·饮食·饭》引:《饮

膳闲谈》"饭炊谷为之，亦曰馔、曰食，又曰湌食。"

【火饭】 烹煮的便饭。《续资治通鉴·宋纪》："靖康乱，帝以御膳赐兵卒，易火饭以进。"

【梁饭】 精米所煮的饭。《史记·滑稽列传》："愿赐美酒、粱饭大殽臣，臣乃言。"《汉书·王莽传》："市所卖粱饭，肉羹，持入视莽。"

【粱糗】 干饭。《韩诗外传》："昔郭君出郭，谓其御者曰：我渴，欲饮，御者进清酒。曰：我饥，欲食，御者进干脯，粱糗。"

【糒(bèi备)】 干饭。《史记·李将军传》："大将军(卫青)使长史持糒、醪遗广。"

【饭粘】 饭米粒。《晋书·殷仲堪传》："仲堪自在荆，连年水旱，百姓饥馑，仲堪食常王碗，盘无余肴，饭粘落席间，辄拾以啖之。"

【焖饭】 淘米入锅加适量水，先用大火烧沸，再用小火焖好，即称焖饭。此法锅底常留有锅巴，出饭率较低，但饭粒柔软。

【蒸饭】 ①用碗、盆或蒸桶蒸制的饭，称蒸饭。成品颗粒松爽，营养成分保留较好。②江苏、浙江、上海一带称将糯米蒸熟，并将其包入布中，中间或夹入油条，捻成一长团，供作早点，为蒸饭团，或蒸饭。

【蒸焖饭】 米淘净沥去水分，大火蒸熟，乘热下开水锅焖煮，视成粥状，改小火焖成。成品柔软清爽，涨发较透，出饭率较高。

【煮蒸饭】 也称"捞饭"。此法可用于大量制作。米淘净先入热水锅，旺火煮，至略有涨发时即行捞出，再入笼用旺火急气蒸成。饭粒清爽饱满，松散柔软，只是弃去米汤，营养损失较多。

【捞饭】 即"煮蒸饭"。

【炒饭】 将煮好的饭再用油炒一下，称炒饭。多用于剩饭。如：蛋炒饭。

【烫饭】 俗称"泡饭"。煮好的米饭，加水煮成粥状。多用于剩饭。

【泡饭】 ①上海一带对"烫饭"的俗称。②用沸水泡剩饭，称泡饭。

【汤投饭】 也称"汤泡饭"。将剩汤、剩饭混一起合煮而成。家庭常用。

【汤泡饭】 即"汤投饭"。

【麦饭】 ①以麦为饭。《急就篇》："饼饵麦饭甘豆羹。"颜师古注："磨麦合皮而炊之也。"②特指以麦仁煮的饭。青海农家有猪头麦仁饭。③有的地方称谷垒为麦饭。

【豆饭】 用豆(如豇豆、黄豆、红小豆、绿豆等)与大米(或小米)做成的饭。

【菜饭】 指用米与菜蔬或肉类合煮(或蒸)成的饭。如：青菜饭；茼蒿菜饭；肉片菜饭；野鸭菜饭；红苕饭；萝卜饭。

【煲饭】 将菜肴与米饭同烹熟，取出分食。

【盖浇饭】 也称"馔饭"、"浇馔"。米饭盛碗(或盘)中，上浇带汁的荤菜或素菜，称盖浇饭。

【浇馔】 即"盖浇饭"。《楚辞·王逸·九思·伤时》："时混混兮浇馔。"

【馔饭】 即"盖浇饭"。《说文》："馔，以羹浇饭也。"陆游《剑南诗稿·冬夜与溥庵主说川食戏作》诗："未论索饼与馔饭，最爱红糟并煮粥。"

【八宝饭】 用糯米与蜜饯、果料加油、糖制成的甜食。可作小吃，也可上筵席。各地均有不同风味的八宝饭。以上海为例：用桂圆肉、赤豆、瓜子仁、糖莲子、蜜饯、蜜枣、桂花与糯米、白糖、猪油制作，既可贮藏，又便携带。还有猪油八宝饭、荷叶八宝饭等，各具特色。

【粥】 也称"稀饭"、"水饭"。指以谷类为主要原料(也可加其它原料)和水煮成的半流质(稀或稠)的食品。来源已久，《通鉴外纪》："黄帝作釜灶，而民始粥。"《礼记·檀弓》："饘粥之食。"疏："厚曰饘，稀曰粥。"宋梅尧臣《宛陵集·田家语》诗："愁气变久雨，铛缶空无粥。"

【稀饭】 即"粥"。

【水饭】 即"粥"。《金华子杂编》："姊顾其弟曰：'我未及飧，尔可且点心。'止于水饭数匙。"

【糜】 稠粥。《礼记·问丧》："故邻里为之糜粥，以饮食之。"

【餬】 稠粥。《尔雅·释言》："餬，饘也。"注："糜也。"

【鬻(zhōu州)】 稀粥。《左传》："饘于是，鬻于是，以餬余口。"疏："稠者曰糜，淖者曰鬻。"

【饘(zhān沾)】 稠粥。《礼记·檀弓》："饘粥之食。"疏："厚曰饘，稀曰粥。"

【糊(làn烂)】 稠粘的粥。《尔雅·释器》："博者，谓之葥。"

【菜粥】 也称"馉粥"。①用菜与米共煮的粥。如：青菜粥；茼蒿菜粥。②泛指一切用荤、素原料共煮的粥。

【馉粥】 即"菜粥"。陆游《剑南诗稿》："披衣起坐清羸甚，想像云堂馉粥香。"自注："僧杂菜饵之属作粥，名馉粥。"

【豆粥】 用加工后的禾谷类原料与豆类(黄豆、绿豆、赤豆、蚕豆、豇豆、豌豆等)原料入水煮成的粥。《后汉书·冯异传》："昨得公孙豆粥，饥寒俱解。"《山家清供·豆粥》："用沙瓶烂煮赤豆，候粥少沸，投之同煮，既熟而食。"

【味粥】 也称"粥底"。用大米、皮蛋、腐竹、猪骨与水熬制成的粥。有的还加江瑶柱等。以此粥为底，可加各种鱼、肉烹制成各种风味的粥品。常见于广东。

【粥底】 即"味粥"。

【麦粥】 也称"麸"。指用麦子或经粉碎的麦粒熬煮的粥。

【麸(qǔ取)】 即"麦粥"。《荀子·富国》："夏日则与之瓜麸。"

【大麦粥】 以大麦仁煮制的粥。

【麦片粥】 用麦片煮的粥麦片，用小麦或大麦、燕麦连皮压扁制成。

【粱饘】 用小米煮的稠粥。王安石诗："紫衣操鼎置客前，巾褊稻饭随粱饘。"

【千千饭】 以黑豆和小米(或加蔬菜)熬成的粥。陕北地区的一种主食。

【腊八粥】 也称"佛粥"、"七宝粥"、"五味粥"、"七宝五味粥"。《东京梦华录》：十二月初八日，"诸大寺作浴佛会，并送七宝五味粥与门徒，谓之腊八粥。都人是日各家亦以果子杂料煮粥而食也。"腊八粥所用米谷、果菜，因时代和地域而有所不同。宋《武林旧事》记"用胡桃、松子、乳蕈、柿、栗之类作粥，谓之腊八粥"。清《燕京岁时记》记"腊八粥者，用黄米、白米、江米、小米、菱角米、栗子、红江豆、去皮枣泥等，外用染红桃仁、杏仁、瓜子、花生、榛穰、松子及白糖、红糖、琐琐葡萄，以作点染。"

【佛粥】 即"腊八粥"。陆游《十二月八日步至西村》："今朝佛粥更相餽，更觉江村景物新。"

【七宝粥】 即"腊八粥"。《清嘉录》引吴曼云《江乡节物词》小序："杭俗，腊八粥一名七宝粥。"

【五味粥】 即"腊八粥"。《梦粱录》："此(十二)月八日，寺院谓之腊八。大刹等寺，俱设五味粥，名曰腊八粥。"

【七宝五味粥】 即"腊八粥"。

【饼】 也称"餅"、"餈飥"、"飥"、"餬"。以面粉为主要原料，加水和(huò)成面团制成扁圆、长方形，经烤、烙、煎、炸、蒸等烹调方法制成的食品。汉《释名·释饮食》："饼，并也，溲面使合并也。"北魏《齐民要术》中有白饼法、烧饼法、细环饼、髓饼法、截饼、汤饼、水引餺飥、粉饼等，从原料到制法，形成了最早饼的分类。明《长安客话》的饼文中，按成熟方法将饼分为三大类：水瀹而食者皆为汤饼；笼蒸而食者皆为笼饼；炉熟而食者皆为胡饼。饼演变至今，各地都有制作，品种繁多，风味各异，通行较广的有大饼、锅饼、家常饼、薄饼、烧饼、馅饼、米粉饼等。

【餅】 即"饼"。《晋书·惠帝纪》："后因食餅中毒而崩。"

【餈(zhāng张)飥】 即"饼"。《方言》："饼谓之飥，或谓之餈飥。"

【飥】 即"饼"。参见"餈飥"。

【餬(hú胡)】 即"饼"。《玉篇》："餬，饼也。"《东京梦华录》："寒食节前一日谓之炊熟，用面造枣餬飞燕，柳条穿之，插于门楣，谓之'子推燕'。"

【饵】 用米粉所制成的糕饼类的泛称。参见"饼饵"。《礼记·内则》："糁，……稻米二，肉一，合以为饵煎之。"今云南一带的饵饮即属此类。

【餢飳(bù lǒu不蒌)】 面饼类食品。《寒山子诗集》："只为著破裙，吃他残餢飳。"

【餤(tán谈)】 饼饵类食品。《岁时广记》有脂花餤、驼蹄餤、春分餤等食品的记载。

【死面饼】 和面以后不经发酵制成的饼。

【发面饼】 也称"面起饼"、"餡餬"。"起胶饼"。以面酵或其它方法发面后制成的饼。

【面起饼】 即"发面饼"。《南齐书·礼志》："永明九年正月，诏太庙四时祭，荐宣帝面起饼、鸭臛。"

【餡餬(bù tǒu不敨)】 即"发面饼"。束晳《饼赋》："餡餬髓烛。"《正字通》："餡餬，起面也。发酵使面轻高浮起，炊之为饼。贾公彦以酏食为起胶饼。"《齐民要术》有作餡餬法。

【起胶饼】 即"发面饼"。参见"餡餬"。

【烧饼】 也称"熬饼"、"炉饼"、"胡饼"、"博炉"、"麻饼"。俗称"黄烧饼"。以发酵面插酥擀制成圆形或菱形、长方形，经烘烤而成。有的一面或两面撒上芝麻或胡麻；有的加馅，因馅料不同，有糖烧饼、椒盐烧饼、葱油烧饼、麻酱烧饼等。因制法不同有平锅烙烧饼、烤炉烧饼、吊炉烧饼、缸炉烧饼等。

【熬饼】 即"烧饼"。《饼饵闲谈》："饼，搜餈麦面所为，或合为之入炉熬者名熬饼，亦曰烧饼。"

【炉饼】 即"烧饼"。《倦游杂录》："得非熟于炉而食者呼为炉饼？宜矣。"

【胡饼】 即"烧饼"。《释名·释饮食》："胡饼，作之大漫洹也，亦言以胡麻著上也。"又，后赵石勒讳胡，改胡饼为"博炉"，其从子石虎又改为"麻饼"。

【博炉】 即"烧饼"。参见"胡饼"。

【麻饼】 即"烧饼"。参见"胡饼"。

【黄烧饼】 江苏一带对"烧饼"的俗称。

【锅盔】 也称"锅魁"。以死面用普通铁锅烘烤制成。大可如锅盖；小可如碗口，周边较薄，中间鼓起，比较干硬，便于贮存、远携，多见于黄河流域及其以北地区。也有的地方用蒸熟擀碎过筛的干面粉，加鸡蛋液、猪油、酵面、白糖、苏打粉揉和成团，搓成条，擀成圆饼状，以平锅烙至熟，有包馅心和不包馅心两种。如：清糖锅盔；混糖锅盔；酥锅盔。

【锅魁】 即"锅盔"。

【油饼】 也称"餢飳"，"仆粿"。以发面制成饼形，中间划2～3孔炸制而成。一般50～100克一只，也有大的。通常用作早点，也可用于主食。

【餢飳】 即"油饼"。《三水小牍》："乃令溲面煎油作餢飳，移时不成。"

【仆粿】 即"油饼"。

【馅饼】 包有馅心煎烙而熟的饼。凉水和成软面，摘剂子压扁，包入馅心，收口按成圆饼，入锅淋油煎制而成。有的以矾碱面制作，馅心通常用猪肉或羊肉，也可包素馅或甜馅。

【酒酿饼】 制饼时加入甜酒酿，使饼具有浓郁酒香，

称酒酿饼。

【米粉饼】 也称"粿"。①以糯米加粳米或籼米经磨碎以后，用水调成稠糊状，经发酵后制成饼，入锅半炕半蒸而成。②指各种以米粉制成的饼。

【粿(bǎn板)】 即"米粉饼"。南朝梁宗懔《荆楚岁时记》："是日(三月三日，上巳节)取鼠麴汁蜜和粉，谓之龙舌粿，以厌时气。"

【酥饼】 和面插酥，包入馅心，入油锅炸制而成。因吃口酥香，故名。馅心种类较多，有肉馅、火腿馅、叉烧馅、葱油馅、百果馅、枣泥馅、萝卜丝馅等。

【馒头】 也称"蒸饼"、"炊饼"、"笼饼"、"玉砖"、"髯头"、"曼头"、"蛮头"、"饃饃"、"波波"。俗称"馍"、"饽饽"。①以麦面或杂面经蒸或烤、炕制成，不带馅。分酵面(如酵面馒头，开花馒头等)和呛面(如硬面即呛面馒头、高桩馒头等)两大类。馒头在北方为重要主食(南方以米饭为重要主食)。②江浙一带有些地方称包子为馒头，夹入肉馅的称肉馒头。

【蒸饼】 ①即"馒头"。周祈《名义考》："蒸而食者曰蒸饼，又曰笼饼。"《晋书·何曾传》："蒸饼上不坼作十字不食。"明李时珍《本草纲目》："小麦面修治食品甚多，惟蒸饼其来最古，是酵糟发成单面所造。"②指经蒸制而成的饼。

【炊饼】 即"馒头"。宋仁宗赵祯时期，因蒸与祯读音相近，时人避讳，呼蒸饼为炊饼。见周密《齐东野语》。

【笼饼】 即"馒头"。陆游《剑南诗稿·巢》："便觉此身如在蜀，一盘笼饼是豌巢。"自注："蜀中杂鹅肉作巢馒头，佳甚，唐人正谓馒头为笼饼。"

【玉砖】 即"馒头"。宋陈达叟《本心斋蔬食谱》："玉砖，炊饼。方切，椒盐糁之。赞曰：截彼圆璧，琢成方砖，有馨有椒，薄洒以盐。"

【髯头】 即"馒头"。晋束皙《饼赋》："三春之初，阴阳交际。寒气既消，温不至热。于时享宴，则髯头宜设。"

【曼头】 即"馒头"。《太平御览》引晋卢谌《祭法》："四时祠用曼头、汤饼、髓饼、牢丸。"又引荀氏《四时列馔》注："夏祠以薄夜代曼头。"

【蛮头】 即"馒头"。《七修类稿》："本名蛮头，音转讹为馒头。"

【饃饃】 即"馒头"。《畿辅通志》："畿辅称饃饃，顺天称波波。"明《运甓记》："晨起饱餐饃饃，夜来满饮醍醐。"

【波波】 即"馒头"。参见"饃饃"。

【馍】 黄河流域中上游一带对"馒头"的俗称。也有称馍馍的，有的还包括饼子在内。

【饽饽】 北方一带对"馒头"的俗称。有的也包括糕点、饺子。《红楼梦》："这里有饽饽，请点补些儿，回来再吃饭。"

【花卷】 也称"卷子"。以发面制作，经蒸熟而成。为酵面制品的重要品种，也为北方主食之一。因制法不同，有卷花卷、折叠卷、抻切卷等，因风味不同有糖花卷、咸花卷、麻酱花卷、葱花卷等。

【卷子】 即"花卷"。

【包子】 也称"面蚕"、"玉尖面"。俗称"厚皮馒头"。用发面的面作包皮，包入馅料，经蒸或煎制而成，作主食或点心。包子，最早见于北宋。宋陶谷《清异录》即有五代后周都城售"绿荷包子"的记载。宋仁宗诞辰日(1015年)宫内命御膳造"包子以赐臣下"；南宋临安有"包子浆馒头、虾肉包子等，说明此时已有"灌汤(浆)包子"。元忽斯慧《饮膳正要·聚珍异馔》中记有"天花包子"的制法：用羊肉、羊脂、葱姜切细丝，天花滚水烫熟洗净切丝，加盐、酱拌馅，白面作薄皮，包好，蒸熟而成。明清时代包子品种更多，在北方有各式荤素包子，并成为主要食品。现包子主要分大包、小包两类。大包50克1个或2个，用大酵面；小包50克3个或5个，为半酵面，均有甜馅、咸馅之分。因馅料不同或手法变化，花色品种很多，名产有天津狗不理包子；山东牟平包、水煎包；新疆烤包子；扬州富春三丁包；镇江蟹黄汤包；淮安文楼汤包；金华汤包；上海南翔小笼馒头(包子)；四川郫包子；南方的鲜肉包子；南北方均有的小笼包子等。

【面蚕(jiǎn检)】 ①即"包子"。《开元天宝遗事》："都中每至正月十五日造面蚕……。"蚕，通茧。②指馒头。

【玉尖面】 即"包子"。宋陶谷《清异录》："赵宗儒在翰林时，闻中使言，今早馔玉尖面，用消熊栈鹿为内馅，上甚嗜之。问其形制，盖人间出尖馒头也。"

【厚皮馒头】 "包子"的俗称。

【烧麦】 也称"稍麦"、"鬼蓬头"、"纱帽"、"烧卖"。俗称"梢梅"、"寿迈"、"开花"。用水调面团，下剂用走槌或双擀棍擀成荷叶边的薄皮，包入馅心，从腰部捏上，顶上开口呈石榴嘴状，上笼蒸熟。最早见于元代，《朴通事》载，元大都(今北京)午门外饭店中有"稍麦"出售。注："以面作皮，以肉为馅，当顶作花蕊，方言谓之稍麦"。现各地均有烧麦食品应市，并且烧麦的馅料多种多样，有糯米烧麦、翡翠烧麦、肉馅烧麦以及甜馅、三鲜馅等。名产有北京都一处的烧麦；山东临清的羊肉馅烧麦；扬州富春的翡翠烧麦；广东的蟹黄蜞柱干蒸烧麦等。

【稍麦】 即"烧麦"。清郝懿行《征俗文》："稍麦之状如安石榴，其首淀中裹肉馅，外皮甚薄。稍谓稍稍也，言麦面少。"清蒲松龄《日用俗字》："稍麦兜子真可口。"

【鬼蓬头】 即"烧麦"。清李斗《扬州画舫录》："文杏园以稍麦得名，谓之鬼蓬头。"

【纱帽】 即"烧麦"。《嘉定县续志》记，明代有面点"纱帽"，"以面为之，边薄底厚，实以肉馅，蒸熟即食最佳。因形如纱帽，故名。"

【烧卖】 即"烧麦"。

【梢梅】 北京、江苏一带对"烧麦"的俗称。因其收口

处褶皱簇拥，形似梅花，故名。

【寿迈】 福建一带对“烧麦”的俗称。

【开花】 有些地区饮食行业对“烧麦”的俗称。

【饺子】 用水调面，下剂，，擀皮，包入馅料，捏成半月形或木鱼形、三角形，经煮或蒸、煎、炸后供食。1972年新疆吐鲁番出土的唐代墓葬食品中就有饺子。明清至今饺子都是黄河流域广大地区的节令食品，也是民间常食和地方小吃。名产有山东的状元饺子；河南的金丝穿元宝（面条、饺子同煮）；四川的钟水饺等，近年西安还创制了“饺子宴”。因手法不同，有捏饺、包饺、挤饺。现已有用包饺子机制饺的。馅料有荤有素，有咸有甜。

【水饺】 也称“水饽饵”、“牢丸”、“牢九”、“粉角”、“匾食”、“角子”、“煮饺”。俗称“饺儿”、“扁食”、“馉饳”、“煮包子”、“水包子”、“水煮饽饽”。用沸水煮制的饺子。为北方重要的主食，常于年节或来客时制作食用。一般煮熟后捞出，蘸调味吃；也有连汤供食的，称为“汤煮饺”。

【水饽饵】 即“水饺”。《正字通·饺》：“……水饽饵即段成式食品汤中牢丸，或谓之粉角。北人读角如矫，因呼饽饵，讹为饺儿。”

【牢丸】 ①即“水饺”。参见“水饽饵”。宋人作牢九，苏轼《分类东坡》诗：“岂惟牢九荐古味。”②蒸饼。③包子。④汤圆。

【牢九】 即“水饺”。参见“牢丸”。

【粉角】 即“水饺”。参见“水饽饵”。

【匾食】 即“水饺”。《清平山堂话本·快嘴李翠莲》：“烧卖、匾食有何难，三汤两割我也会。”

【角子】 即“水饺”。《济南快览》：“如遇除夕或元旦，则用面作角子，其馅或荤或素，皆随人意。”

【煮饺】 即“水饺”。

【饺儿】 ①江苏一带对“水饺”的俗称。②江苏北部一带对“馄饨”的俗称。

【扁食】 山东、山西等地对“水饺”的俗称。

【馉饳】 ①山东胶东一带对“水饺”的俗称。②山东西北部称面疙瘩汤为馉饳汤。③古代类似水饺或面疙瘩的面食品。宋孟元老《东京梦华录》载食品名目有“旋切细料馉饳儿”；宋吴自牧《梦粱录》载食品名目有“馉饳儿”；宋周密《武林旧事》载食品名目有“鹌鹑馉饳儿”。

【煮包子】 北京、山东一带民间对“水饺”的俗称。

【水包子】 山东一带对“水饺”的俗称。《济南快览》：节日包饺子，“荤者用各种肉类；素者用韭菜或白菜，总名曰：‘水包子’。”

【水煮饽饽】 “水饺”的俗称。

【汤煮饺】 见“水饺”。

【蒸饺】 经蒸制而成的饺子。一般较水饺为大。馅料有荤有素，有甜有咸。用料较好，制作精致的有江苏的小笼蒸饺、广东的虾饺、四黄蒸饺等。

【锅贴】 饺子入平底锅煎制（只煎底面），中间烹浆水（以水和少许面粉，也有的只烹水），半煎半蒸至水浆快干，再洒油煎至底部金黄色即成。锅贴多为月牙形，也有牛角形，只捏住上部，而两头见馅。馅料多用肉类。

【油炸饺】 经油炸制而成的饺子。油炸饺一般包皮较厚，个体较大，多用甜馅（如豆沙之类）。江浙一带用作点心。

【面条】 也称“汤饼”、“餺面”、“索饼”、“面条子”。俗称“面”、“水面”。用面粉加水和成面团，压或擀制成片，再经切或压成条状（或窄或宽，或扁或圆），最后经煮、炒、烩、炸、蒸制而成。有的地方面中加碱或加盐。有的面条为抻拉或刀削而成。面条源于汉代，最初所有面食统称为饼，其中在“汤”中煮熟者谓之“汤饼”，即最早的面条。汉刘熙《释名·释饮食》中有索饼；北魏贾思勰《齐民要术》中记有“水引饼”，是一种一尺一断，薄如“韭叶”的水煮面食，类似宽面条；唐代又有称为“冷淘”的过水凉面；宋代饮食市场上的面条达10种之多，丰富多彩，有插肉面、大燠面、浇头面等；元代出现了可以久存的“挂面”；明代有制作技术高超的“抻面”（也称拉面、扯面），还有山西等地制作特殊的“刀削面”；清代乾隆年间又有经过煮、炸后，再加入菜肴烧焖而熟的“伊府面”，这些都是著名的面条制品。中国面条由于制条、成熟、调味的不同，出现了数以百计的面条品种，遍及各地。名产有北京的炸酱面、龙须面；山东的福山拉面；济南的汆子面、大卤面；蓬莱的小面；上海的阳春面；西安的臊子面；山西的刀削面；兰州的清汤牛肉面；武汉的热干面；四川的担担面；广州的云谷面（由馄饨、面条合成的）；台湾的度小月担子面等。黄河流域及其以北地区以其为主食，南方多以作早点。

【汤饼】 即“面条”。宋朱翌《猗觉寮杂记》：“唐人生日俱汤饼，世所谓长命面者也。”

【餺面】 即“面条”。宋张师正《倦游杂录》：“今人呼餺面为汤饼……。”

【索饼】 即“面条”。陆游《剑南诗稿·冬夜与溥庵主说川食戏作》：“未论索饼与馈饭，最爱红糟并煮粥。”清王先谦《释名疏证补》引成蓉镜言：“索饼，疑是水引饼。今江淮间谓之切面。”

【面条子】 即“面条”。见清俞正燮《癸已存稿》。

【面】 南方一些地方对“面条”的俗称。

【水面】 江苏一带对（新制的）“面条”的俗称，以别于干制后的挂面。

【机制面条】 也称“压面”。用压面机压制的面条。

【压面】 即“机制面条”。

【切面】 俗称“杆面”。指水和面团，或加盐、碱，擀制成片，再切成的面条。在大面案上用杠子压制成片再切的，称“杠子面”。

【杆面】 山西一带对“切面”的俗称。

【杠子面】 见“切面”。

【拉面】 也称“扯面”。俗称“抻面”、“拉条”、“长面”。源于山东福山，后广布各地，为用抻、拉手法制成的面条。民间多为一条条拉制；饮食行业则满把拉制，技艺高者一次拉 1500 克水面，连拉带摔，抻拉 12 扣 8 条 8000 余根。因手法不同，分为大拉面与龙须面两类，有大宽、小宽、韭叶、二细、荞麦棱、一窝丝等品种。技艺高者可抻制空心抻面。

【扯面】 即“拉面”。

【抻面】 北方一带对“拉面”的俗称。

【拉条】 西北一带对“拉面”的俗称。

【长面】 西北一带民间对“拉面”的俗称。

【挂面】 面条经烘干或晾干，切节而成。可供贮存或远携。和面时若加鸡蛋等配料，即成不同风味的挂面。如：全蛋挂面；味精挂面；辣味挂面；黄豆粉挂面。

【刀削面】 用刀削成的面食。以水加面粉揉成较硬的面团，削者一手托面团，一手持削面专用瓦形钢刀，将面削入沸水锅中，长度可达 18～30 厘米，煮熟捞出，浇调料而食。刀削面具有内虚、外筋、柔软、光滑、易消化等特点。常见于山西、陕西等地。

【汤面】 一般指面条煮制后，盛入预先对好汤水的碗中，或先盛面后加汤水。有的地方指在汤锅里煮面条连汤供食为汤面。有清汤面（如阳春面等）、花色汤面（即盖浇面）和过桥面等品类。面条一般较筋挺，因汤水和盖浇不同，品种很多，各具特色。

【烩面】 用荤汤或素汤，加配料和调味料，在锅中下入面条同烩而成。吃口软滑而柔，汤汁浓香。因汤水和配料、调味料的不同，有三鲜烩面、虾仁烩面、雪菜烩面等。

【蒸面】 面条蒸熟，再加汤水或调味汁而成。吃口韧挺，食之耐饥。但宜即蒸即食，凉后便老韧不易嚼烂。

【炒面】 面条先经蒸或煮，再以油炒或炸而成。有素炒面和加配料的荤炒面等多种。如：伊府面；三鲜炒面；肉丝炒面。此面软脆，香润适口，还有焦炒面、煸炒面。

【焖面】 面条先经蒸熟；另起锅下蔬菜稍炒，加适量水，下入蒸熟的面条加盖焖透，淋芝麻油拌匀即成。吃口筋抖。另有生焖面，面条不先蒸熟，生面直接焖制。

【锅面】 碗内加调味对好汤汁；煮面条至浮起捞入汤碗中，加盖焖上；另备浇料浇上供食。

【拌面】 面条煮成后盛入碗中，乘热加调味料或其它预制好的调拌料拌匀食用，有的另加菜码。一般不带汤水或仅有少量汤水，故称拌面。如：炸酱面；打卤面；热干面；担担面。若将面条晾凉后再拌，即为凉面。

【凉面】 也称“冷面”、“凉拌面”。面条煮至刚熟，即放入凉开水中浸冷后捞出沥干水，并迅速拨散，冷透，拨时可淋少许熟菜油，以防粘结。吃时加调味拌合供食。多于夏季食用。因调料不同，风味各异。

【冷面】 即“凉面”。陆游诗：“新疏供冷面，熟练制单衣。”

【凉拌面】 即“凉面”。

【干兜】 也称“干捞儿”。面条在笊篱里沥干水分，碗中也不加汤汁的干拌面，称为干兜。

【干捞儿】 即“干兜”。

【方便面】 也称“快餐面”。经油炸或非油炸，并配有调料的干面条。兴起于 80 年代，具有食用方便的特点。以沸水浸泡或略煮后即可食用，便于携带，也可短期贮存。

【快餐面】 即“方便面”。

【头汤面】 也称“头锅面”。指清水沸后第一锅煮熟的面条。

【头锅面】 即“头汤面”。

【白提】 也称“白面”。指煮熟后不加任何调料、汤汁及臊子的面条。

【白面】 即“白提”。

【提黄】 将含碱的面条煮至颜色变黄即起锅，以免软烂，称提黄。

【米儿面】 以米和面条合煮而成。较软烂，宜于老幼病弱者食用。常见于西北地区。

【面片】 也称“不托”、“餈飥”、“饆飥”、“汤饼”。以水和面擀成薄片，再切成片供煮食或煮后炒食。吃法与面条相似，有加汤、盖浇、拌料等。因切法不同，形制有长片、短片、方片或棋子片、柳叶片等多种形状。另，甘肃、青海一带有揪面片。

【不托】 即“面片”。晋时以手搏面而擘置汤中煮之，唐时称不托。《新五代史·李茂贞传》：“朕与六宫皆一日食粥，一日食不托。”一说用刀在案上切面，不再用手托，故名。

【餈飥】 即“面片”。宋陈亮《龙川集·壬寅夏答朱元晦秘书》：“若今更不雨，恐巧新妇做不得无面餈飥。”

【饆飥】 即“面片”。北魏贾思勰《齐民要术·饼法》：“饆飥：挼如大指许，二寸一断，著水盆中浸，宜以手向盆旁挼使极薄，皆急火逐沸熟煮。”

【汤饼】 即“面片”。南朝宋刘义庆《世说新语》：“何平叔（晏）美姿仪，面至白。魏明帝疑其傅粉。正夏月，与热汤饼，既啜，大汗出，以朱衣自拭，色转皎然。”

【饸饹】 也称“河漏”、“罐锣”、“活络”。面和成，盖湿布略饧后，放入架在锅上的压床（称饸饹床）中，用力将面压成面条状，下入锅中。锅水上泡时捞出，过冷开水，拌以食油，吃时加调料或臊子。饸饹，常以荞面制作，也可以用白面或豆面、莜麦面。北方及西北地区常用。西安制法用青石水（烧石头的水）和面。山西一带有一种较粗短的，称为“疙豆”。

【河漏】 即“饸饹”。元王祯《农书》：荞麦“北方山后诸郡多种。治去皮壳，磨而为面。摊作煎饼，配蒜而食；或作汤饼，谓之河漏，滑细如粉，亚于麦面，风俗所尚，供为常食。”

【馓饹】 即“饸饹”。清蒲松龄《日用俗字》:“馓饹压如麻线细”。

【活络】 即“饸饹”。

【疙豆】 见“饸饹”。

【猫耳朵】 俗称“碾疙瘩”、“碾饦饦”。面粉加水揉成硬面团,经饧面擀成约1厘米厚的面片,再切成小指大的面丁,压扁,捻成猫耳朵状,下锅煮熟即成。食用时,可加臊子。为北方的传统面食,因形如猫耳,故名。

【碾疙瘩】 山西一带对“猫耳朵”的俗称。

【碾饦饦】 山西一带对“猫耳朵”的俗称。

【拨鱼】 面放碗中和成稠糊,以一只筷子就碗边将面一条条拨压入开水锅中(筷子常蘸水以防粘面。压时可长可短,可粗可细),形状似小鱼,煮熟捞食。食时调以炸酱、打卤等均可。如果拨成疙瘩状,又称“疙瘩汤”。山西的制法:拨时,将面装入盘中,以铁筷贴盘边拨边转,其面薄而细长,又称“剔尖”、“溜尖”。

【疙瘩汤】 见“拨鱼”。

【剔尖】 见“拨鱼”。

【溜尖】 见“拨鱼”。

【拌汤】 也称“盆里碰”。面粉置盆中,洒以水滴,不停晃动盆子,使水滴沾面成粒,至全部晃成粒状,下开水锅煮熟供食。又,面粉置案板上调成硬面,再搓成不规则的小面粒也可。

【盆里碰】 即“拌汤”。

【疙瘩】 也写作“肐㾗”、“疙疸”。①一种如筷子粗细的面条。②将面(各种面均可)和成浓糊,拨入沸水煮熟,称疙瘩。

【肐㾗(gē dà戈大)】 即“疙瘩”。

【疙疸(dà大)】 即“疙瘩”。

【馄饨】 也称“半碟红”、“餫飩”、“鹘突”、“小饺”。俗称“曲曲”、“清汤”、“泡清汤”、“便食”、“包面”、“淮饺”、“抄手”、“云吞”。水和面(或加碱)擀成薄皮,切成块,包入少许馅料(多为荤料,素料也有),经煮或蒸、炸供食。馄饨约出现于汉代,南北朝时已经普及,有“天下之通食”之说。由唐李济翁《资暇集》有“馄饨以象混沌”而得名。唐韦巨源《烧尾宴食单》里有“生进二十四气馄饨”,则是做成花样、馅料各不相同的24种馄饨。元代曾有过特大馄饨,《云林堂饮食制度集》即有煮馄饨法,详细记述了馄饨的制作过程。馄饨可作点心,也可以作菜肴。因馅料、汤料等不同,以及吃法、调味等差异,有多种风味的馄饨,如煮馄饨、炸馄饨、炝馄饨、三鲜馄饨、虾肉馄饨等,也可以与面条共煮成馄饨面。

【半碟红】 即“馄饨”。元陆友仁《砚北杂志》:“……一日作馄饨八枚,邀知府早食之。其法每枚用肉四两,名为半碟红。”

【餫飩】 即“馄饨”。明张自烈《正字通》:“与馄通。今俗以面裹肉加洎谓之餫飩。”

【鹘(hú胡)突】 即“馄饨”。明方以智《通雅》:“餫飩本浑沌之转,鹘突亦混沌之转……近时(餫飩)又名鹘突。”一说,为面糊涂。

【小饺】 即“馄饨”。

【曲曲】 新疆一带对“馄饨”的俗称。

【清汤】 江西一带对“馄饨”的俗称。

【泡清汤】 江西南丰一带对“馄饨”的俗称。

【便食】 江西东北部和浙江西部一带对“馄饨”的俗称。《玉山县志》载有当地名产小吃“老四便食”,即为玉山县洪玉才所创制,至今已100年左右。

【包面】 湖北一带对“馄饨”的俗称。

【淮饺】 江苏淮阴地区对“馄饨”的俗称。

【抄手】 四川一带对“馄饨”的俗称。

【云吞】 广东一带对“馄饨”的俗称。

【谷垒】 也称“麦饺”。把蔬菜切碎,带湿和面粉拌和成颗粒状,放入垫有纱布的笼屉蒸熟,拨散后即成。食时可就菜,或调以调料、蒜米等。蔬菜多用绿叶菜,如菠菜、油菜、芹叶、胡萝卜叶等,也可以用香椿,如香椿谷垒等。

【麦饺】 即“谷垒”。

【油茶】 俗称“浇面”、“浇屑”。以麦面或米面加油或不加油炒熟,和沸水调拌成糊状即成。可加糖或加咸调味,也可加馓子同泡。加牛骨髓同炒的称为牛骨髓油茶。

【浇面】 山东一带对“油茶”的俗称。

【浇屑】 江苏一带对“油茶”的俗称。

【面包】 以鲜酵母调制面团,搓条,下剂,成形,经烘烤而成。原为西方国家传统食品,现我国已有广泛供应。除白面包外,还有多种花色面包。如:圆甜面包;酥皮面包;果子面包;夹心面包。

【糕】 用米粉、糯米或面粉制作的块状或片状食品。如:发糕;蜂糕;年糕;云片糕。也有加料的,如:蛋糕;枣糕。另外,玉米面、小米面、高粱面、黍面等均可用于制糕。在南方,常将糕与糍并称为糕糍。

【年糕】 糕的一种。明《帝京景物略》记有“年年糕”,是用黍米制成的。南方制的年糕,需要再行烹制才能食用(参见“烹饪原料·年糕”),如加料即为糕点小吃,北方多用黍米磨粉制成,作为食品。

【发糕】 糕的一种。以发面制作,麦面、米粉、玉米面等均可,入笼蒸成。成品喧软适口,切块供食。也有加料制作的,如:百果糕;双色糕。有的可将面团装入碗内,蒸成后扣出。发糕多为甜品,也有淡品。

【蜂糕】 也称“蜂糖糕”。糕的一种。做法与发糕基本相似,但须用发足的大酵面,加碱揉透,加入白糖、猪油丁,再次揉匀,抓住一头在案上摔,边摔边揉,至上劲后,由外向内滚成圆球形,装入涂油容器,盖布放于温度较高处,待再次发起时,入笼旺火蒸成,切块供食,糕面加青红丝装饰。因其成品气孔如蜂窝状,故名。

【蜂糖糕】 即“蜂糕”。因其均须用糖,故名。

【筒儿糕】　糕的一种。以木制模具装米粉蒸制而成。成品大小如小碗，圆扁形，中间有圆孔，均为淡口，吃时加糖以开水泡软食用。

【重阳糕】　也称“菊糕”、“花糕”、“五色糕”。糕的一种。制法、形制不一。源于汉代的“蓬饵”，宋代称菊糕，周密《乾淳岁时记》：“以糖、肉、秫面杂物为之。”明《帝京景物略》曰花糕，是“面饼种枣栗，其面星星然。”清顾禄《清嘉录》：“居人食米粉五色糕，名重阳糕。”重阳糕于农历九月九日重阳节所食，是中国传统节日食品。

【菊糕】　即“重阳糕”。

【花糕】　即“重阳糕”。

【五色糕】　即“重阳糕”。

【蛋糕】　也称“油糕”。糕的一种。属蛋面制品，用鸡蛋和面粉加糖和油等制成，有蒸制蛋糕和烤蛋糕两大类。蒸制蛋糕有普通蛋糕和花色蒸蛋糕；烤蛋糕也有多种花色。

【油糕】　即“蛋糕”。

【凉糕】　糕的一种。以糯米加水上屉蒸熟，取出揉碎，倒入板框内压平，再打开板框晾凉切条或块，配白糖或果料而成。如：糯米凉糕。

【糰子】　以糯米、黍米等粉蒸制的圆形食品。形如茶杯口大，有的包馅。江南有青糰，用麦叶或鼠麹草叶捣汁与粉拌制蒸成，色绿，清香。吃时既可煎食、炸食，也可以入水锅煮食或重新蒸制食用。北方用玉米、糜子面等包菜馅或豆馅蒸成团子。又，民间有以面粉拌切碎的青菜，捏成团形蒸食，称“菜团子”。

【菜团子】　见“糰子”。

【汤圆】　也称“浮圆子”、“团圆”、“顺风圆”、“灯圆”、“茧圆”、“接天圆子”、“元宵”、“圆子”、“汤丸”、“汤糰”。指糯米（干粉或水磨粉均可）经浸泡后磨成浆状，用布袋吊干或挤去水分，揉实，下剂作皮，包入馅心，团成圆形，煮或蒸、炸、炒制而成的食品。有包和滚两种制法：包者和粉作皮包馅；滚者将馅制成球块状，洒水湿润后在米粉中多次滚动粘粉而成。馅有甜、咸和荤、素之别。也有不包馅的。形制有大有小，大如茶杯口，小如指顶。也有制成后滚一层糯米衣的，称“珍珠圆子”。汤圆通常用作早点、宵夜或日间点心。

【浮圆子】　即“汤圆”。周必大《太平园续稿》：“元宵煮浮圆子，前似未曾赋此……。”

【团圆】　即“汤圆”。清顾禄《清嘉录》：“有馅而大者是团，无馅而小者是圆。”

【顺风圆】　即“汤圆”。见《湖雅》。

【灯圆】　即“汤圆”。见《湖雅》。

【茧圆】　即“汤圆”。见《湖雅》。

【接天圆子】　即“汤圆”。见《湖雅》。

【圆子】　即“汤圆”。

【汤糰】　“汤圆”的俗称。

【元宵】　北方一带对“汤圆”的俗称。因其为元宵节的应节食品，故名。

【汤丸】　广东一带对“汤圆”的俗称。

【珍珠圆子】　见“汤圆”。

【麻糰】　指糯米粉加水揉制，包馅成形，油炸制成的食品。因其成团形，表面又滚蘸芝麻，故名。也有长形的。制品外香脆，里软糯。馅心常为糖与猪板油。

【糍粑】　也称“粑粑”。指以糯米蒸熟，入臼舂茸，下剂作扁团，配白糖或芝麻粉制成的食品。或以熟糯米饭捏拍成块状，经煎、炸而成。各地制法、形制很多，为民间食品之一。

【粑粑】　即“糍粑”。

【煎堆】　指以糯米粉或面粉或糯米面混和制成皮，内包爆谷或莲蓉、豆沙、椰丝等馅，使成圆形或蛋形、圆盒形，炸后供食的食品。是广州的节令食品，家家户户皆作，故谚云“年晚煎堆，人有我有”。明末清初屈大均《广东新语》：“广州之俗，岁终，以烈火爆开糯谷，名曰炮谷，以为煎堆心馅。煎堆者，以糯粉为大小圆，入油煎之，以祀先及馈亲友者也。”

【粽子】　也称“糭”、“糉”、“糏”、“筒糏”、“角黍”、“饮筒”、“饭筒”、“裹蒸”、“蒸裹”。用箬叶或苇叶包裹糯米或黍米，经煮或蒸而成的食品。形制多样，有三角形、锥形、斧头形、枕头形、箱形等；有的加拌料或馅，如赤豆、蚕豆、火腿、大枣、豆沙、猪油、咸肉、海米等。粽子在晋代已经出现，晋周处《风土记》：“仲夏端午，烹鴽角黍。端，始也。谓五月五日也。又以菰叶裹粘米煮熟，谓之角黍”。历代名品很多，唐代长安有庾家粽子、九子粽；宋代有巧粽、栗粽、果粽；明代苏州有果馅粽；清代扬州、广州也有名品。粽子于农历五月初五日端午节所食，是中国传统节日食品。

【糭（yē噎）】　即“粽子”。北魏贾思勰《齐民要术·粽糭法·食次曰糭》：“用秫稻米末，绢罗，水蜜溲之，如强汤饼面。手搦之令长尺余，广二寸余。四破以枣栗肉上下著之，徧与油涂，竹箬裹之。烂蒸。奠二。箬不开，破去两头，解去束附。”

【糉（cè册）】　①即“粽子”。《南齐书·虞悰传》：“世祖幸芳林园，就悰求扁米糉，悰献糉及杂肴数十舆。”②即“馓子”。

【糏】　即“粽子”。晋周处《风土记》：“俗以菰叶裹黍米，以淳浓灰汁煮之令烂熟，于五月五日及夏至啖之。一名糏，一名角黍。”

【筒糏】　即“粽子”。晋周处《风土记》：“进筒糏。”

【角黍】　即“粽子”。参见“糏”。

【饮筒】　即“粽子”。陆游诗：“白白饮筒美，青青米果新。”自注：“蜀人名粽为饮筒。”

【饭筒】　即“粽子”。《分类东坡诗》：“水饼既怀乡，饭筒仍愍楚。”

【裹蒸】　即“粽子”。《南齐书》：“太官进御食，有裹蒸。”

【蒸裹】 即"粽子"。《杜工部草堂诗笺》:"蒸裹如千室,燋糖幸一拌。"

【馓子】 油炸食品。以水和面制成,条状,再经抻细,多次环绕,炸成。形如栅状,用作点心,酥脆清香。名产如江苏淮安的茶馓。

【油条】 俗称"馃子"、"油炸桧"、"麻叶"、"油炸鬼"。指以面粉加水、矾(或碱)揉和成面团,下剂成条,经油炸后供食的面食。通常用于早点,间也用于汤菜,如油条冬瓜汤等。

【油炸鬼】 "油条"的俗称。

【麻叶】 "油条"的俗称。

【馃子】 山东等地对"油条"的俗称。

【油炸桧】 南方一些地方对"油条"的俗称。桧,指秦桧。

【麻花】 也称"油绳"、"链条箍"。指以面粉加水揉和后,下剂搓成细条,两股或三股旋扭成麻绳状,温油炸成的食品。因制作时加猪油、鸡蛋或糖、盐、花椒等调味品而成不同风味的麻花。

【油绳】 即"麻花"。见《湖雅》。

【链条箍】 即"麻花"。见《湖雅》。

【春卷】 也称"春盘"、"卷煎饼"。指以水面团烙制薄春卷皮,包入馅料,油炸而成的食品。因是春节前后应节食品,故名。馅料品类很多,可荤可素,可咸可甜,事先制熟后包入。常用的为韭黄、肉丝、虾仁,也用荠菜等。用作点心,也用于筵席。

【春盘】 即"春卷"。《梦粱录·荤素从食店》:"市食点心有薄皮春盘,生馅馒头。"

【卷煎饼】 即"春卷"。见《居家必用事类全集》。

【月饼】 指以水油面团或酥油面团作皮,包馅成扁圆形生胚(有的要入模具压出凸凹花纹),经烘烤而成的食品。宋周密《武林旧事》始有"月饼",列入"蒸作从食"。明田汝成《熙朝乐事》记"八月十五日,谓之中秋,民间以月饼相馈,取团圆之义。"说明月饼在明代民间已流行。清代已有月饼的多种制法记载。见《随园食单》、《中馈录》。月饼因制酥法不同而有多种酥皮。馅料有枣泥、莲蓉、椒盐、五仁、百果、豆沙、玫瑰、火腿等,风味各异。全国产有广式月饼、苏式月饼、京式月饼、潮式月饼、宁式月饼、滇式月饼等。西北有些地方的月饼是用面蒸制的,其中以姜黄、苦豆、红曲等调色,形成多色层次。月饼于农历八月十五中秋节所食,取团圆之义,为中国传统节日食品。

古菜点

先秦菜点

【雉羹】 古代菜肴。传说为神话人物彭祖创制。《楚辞·天问》:"彭铿斟雉帝何飨?受寿永多夫何怅?"一说彭祖曾献雉羹于尧。葛洪《神仙传》卷一:"彭祖善养性,能调鼎,进雉羹于尧。"后周代宫廷中也有此菜。《礼记·内则》:"食……雉羹。"雉,即野鸡。雉羹,用野鸡制成的羹。

【大羹】 古代菜肴。不和五味的肉汁。古代祭祀时用。《礼记·乐记》:"大羹不和。"郑玄注:"大羹,肉湆,不调以盐菜。"《左传·桓公二年》:"大羹不致。"杜预注:"大羹,肉汁,不致五味。"《仪礼·士虞礼》作"泰羹"。大,同太。

【太羹】 见"大羹"。

【泰羹】 见"大羹"。

【和羹】 古代菜肴。本指羹汤调味。也指进行了调味的羹汤。《尚书·说命下》:"若作和羹,尔惟盐梅。"孔传:"盐,咸;梅,醋。羹须咸醋以和之。"《诗·商颂·烈祖》:"亦有和羹"。郑玄笺:"和羹者,五味调,腥熟得节,食之于人,性安和,喻诸侯有和顺之德也。"

【铏羹】 古代菜肴。指用菜和羹加五味制成的食品。《周礼·天官·亨人》:"祭祀共大羹、铏羹,宾客亦如之。"郑司农注:"铏羹加盐菜矣。"铏,为古代和羹之器。

【鱼醢】 古代菜肴。用鱼肉制成的酱。《周礼·天官·醢人》:"加豆之实……鱼醢。""馈食之益,其实……鱼醢。"

【兔醢】 古代菜肴。即兔肉酱。《周礼·天官·醢人》:"加豆之实,芹菹、兔醢……。"

【雁醢】 古代菜肴。即雁肉制作的酱。《周礼·天官·醢人》:"加豆之实……雁醢……。"

【蠃醢】 古代菜肴。即螺肉制作的酱。《周礼·天官·醢人》:"馈食之豆,其实……蠃醢……。"

【麋(pí皮)醢】 古代菜肴。一种蛤肉做成的酱。《周礼·天官·醢人》:"馈食之豆,其实……麋醢……。"郑司农注:"麋,蛤也。"

【蚳(chí迟)醢】 古代菜肴。用蚳(即蚁卵)制成的酱。《周礼·天官·醢人》:"馈食之豆,其实……蚳醢……。"

【醓(tǎn坦)醢】 古代菜肴。一种带肉汁的酱。《周礼·天官》:"醢人掌四豆之实。朝事之豆,其实……醓醢……。"《诗经·大雅·行苇》:"醓醢以荐。"

【笋菹】 古代菜肴。由竹笋腌制而成。《周礼·天官·醢人》:"加豆之实……笋菹……。"郑玄注:"笋,竹萌。"

【箈(chí迟)菹】 古代菜肴。由水中苔衣腌制而成。一说是由竹笋腌制而成。《周礼·天官·醢人》:"加豆之实,芹菹……箈菹……。"郑玄注:"郑司农云:箈,水中鱼衣。……玄谓箈,箭萌。"箭萌,即箭笋。

【芹菹】 古代菜肴。由芹切碎后腌渍而成。《周礼·天官·醢人》:"加豆之实,芹菹……。"

【韭菹】 古代菜肴。将韭菜切碎加盐拌成。《周礼·

天官》："醢人掌四豆之实。朝事之豆，其实韭菹……。"

【菁菹】 古代菜肴。由蔓菁切碎腌渍而成。《周礼·天官》："醢人掌四豆之实。朝事之豆，其实……菁菹。"郑玄注："菁，蔓菁也。"

【茆菹】 古代菜肴。由莼菜腌制而成。《周礼·天官》："醢人掌四豆之实。朝事之豆，其实……茆菹。"郑玄注："茆，凫葵也。"《诗·鲁颂·泮水》："薄采其茆"。孔颖达疏："茆……江南人谓之莼菜。"

【深蒲】 古代菜肴。由蒲蒻腌制而成。一说由桑耳腌制而成。《周礼·天官·醢人》："加豆之实……深蒲。"郑注："郑司农云：深蒲，蒲蒻入水深，故曰深蒲。或曰：深蒲，桑耳。"

【豚拍】 古代菜肴。用猪胁部肉制作的肉酱。一说为猪肩肉制成的肉酱。《周礼·天官·醢人》："馈食之豆，其实……豚拍。"注："郑大夫、杜子春皆以拍为膊，谓胁也。或曰：豚拍，肩也。"

【脾析】 古代菜肴。用牛百叶制作成的酱。《周礼·天官·醢人》："馈食之豆，其实……脾析……。"郑司农注："脾析，牛百叶也。"

【蜃(shèn肾)】 古代菜肴。用蜃(即一种大蛤)制作的酱。《周礼·天官·醢人》："馈食之豆，其实……蜃……。"

【麋臡(ní泥)】 古代菜肴。用带骨麋肉腌制成的肉酱。《周礼·天官》："醢人掌四豆之实。朝事之豆，其实……麋臡。"郑司农注："麋臡，麋骨髓醢。或曰：麋臡，酱也。有骨曰臡，无骨曰醢。"

【鹿臡】 古代菜肴。用带骨鹿肉腌制成的肉酱。《周礼·天官》："醢人掌四豆之实。朝事之豆，其实……鹿臡。"参见"麋臡"。

【麇(jūn军)臡】 古代菜肴。由獐子的带骨肉腌制成的肉酱。《周礼·天官》："醢人掌四豆之实。朝事之豆，其实……麇臡。"参见"麋臡"。

【炮豚】 古代菜肴。周代八珍之一。一种经过烤、煎、炖等工序烹制的乳猪肉。《礼记·内则》"炮"："取豚若将，刲之刳之，实枣于其腹中，编萑以苴之，涂之以谨涂，炮之。涂皆干，擘之，濯手以摩之，去其皵。为稻粉，糔溲之以为酏，以付豚。煎诸膏，膏必灭之。钜镬汤，以小鼎芑脯于其中，使其汤毋灭鼎。三日三夜毋绝火。而后调之以醯醢。"郑注："炮者，以涂烧之为名也。将当作牂。牂，牡羊也。"孔颖达疏："《正义》曰：炮取豚若将者，言为炮之法，或取豚，或取牂，故云取豚若将。"

【炮牂】 古代菜肴。周代八珍之一。一种经过烤、煎、炖等工序烹制的母羊肉。制法同"炮豚"。参见"炮豚"。

【捣珍】 古代菜肴。周代八珍之一。一种经过捶打，去筋腱，而后再烧熟的肉块。《礼记·内则》"捣珍"："取牛、羊、麋、鹿、麕之肉，必胨。每物与牛若一，捶反侧之。去其饵。熟出之，去其皵，柔其肉。"

【渍】 古代菜肴。周代八珍之一。用美酒浸渍成的肉品。《礼记·内则》"渍"："取牛羊肉，必新杀者，薄切之，必绝其理。湛诸美酒，期朝而食之。以醢若醯醷。"

【熬】 古代菜肴。周代八珍之一。一种用桂、姜末、盐腌制成的肉品。《礼记·内则》"熬"："捶之，去其皵，编萑，布牛肉焉，屑桂与姜以酒诸上而盐之，干而食之。施羊亦如之。施麋，施鹿，施麕，皆如牛羊。欲濡肉，则释而煎之以醢。欲干肉，则捶而食之。"

【鹑羹】 古代菜肴。用鹌鹑加切碎的蓼作调料的羹。《礼记·内则》："鹑羹、鸡羹驾酿之蓼。"

【鸡羹】 古代菜肴。用鸡肉加切碎的蓼菜制成的羹。《礼记·内则》："鹑羹、鸡羹驾酿之……。"

【犬羹】 古代菜肴。用狗肉做的羹。《礼记·内则》："食蜗醢……犬羹。"

【兔羹】 古代菜肴。用兔肉做的羹。《礼记·内则》："食蜗醢……兔羹。"

【脯羹】 古代菜肴。折肉脯做成的羹。《礼记·内则》："食蜗醢……脯羹。"注曰："脯羹，折脯为羹也。"

【濡豚】 古代菜肴。用苦荼将小猪裹好，同时在猪腹中塞入香蓼，经蒸煮调味而成。《礼记·内则》："濡豚，包苦实蓼……。"

【濡鸡】 古代菜肴。先用以肉、鱼类制成的酱涂在鸡的表面，再在鸡腹中塞入香蓼，经蒸煮调味而成。《礼记·内则》："……濡鸡，醢酱实蓼……。"

【濡鳖】 古代菜肴。将香蓼塞入鳖腹中加肉酱烹煮而成。《礼记·内则》："……濡鳖，醢酱实蓼。"

【濡鱼】 古代菜肴。先用鱼子酱涂在鱼的表面，再在鱼腹中塞入香蓼，经烹煮调味而成。《礼记·内则》："……濡鱼，卵酱实蓼……。"

【蜗醢】 古代菜肴。用蜗肉制作的酱。《礼记·内则》："食蜗醢……。"

【芥酱】 古代菜肴。用芥菜做的酱。《礼记·内则》："醢、豕胾、芥酱、鱼脍。"

【牛炙】 古代菜肴。用牛肉烧烤而成的菜。《礼记·内则》："膳：腶脩、腽肭、胨、醢、牛炙。"

【羊炙】 古代菜肴。由羊肉烧烤而成。《礼记·内则》："羊炙、羊胾、醢、豕炙。"

【牛胾(zì字)】 古代菜肴。切成大块的牛肉。《礼记·内则》："醢、牛胾、醢、牛脍。"注曰："牛胾，切牛肉也。"《说文》："胾，大脔也。"段注："切肉之大者也。"

【牛脍】 古代菜肴。细切的牛肉。《礼记·内则》："牛脍，羊炙、羊胾。"

【羊胾】 古代菜肴。切成大块的羊肉。《礼记·内则》："羊炙、羊胾、醢、豕炙。"参见"牛胾"。

【豕炙】 古代菜肴。为烤猪肉。《礼记·内则》："羊炙、羊胾、醢、豕炙。"

【豕胾】 古代菜肴。切成大块的猪肉。《礼记·内则》："醢、豕胾、芥酱、鱼脍。"《说文》："胾，大脔也。"段注："切肉之大者也。"

【卵酱】 古代菜肴。用鱼子制作的酱。《礼记·内则》："……濡鱼，卵酱实蓼。"注曰："卵酱，鱼子为酱也。"

【腶(duàn段)脩】 古代菜肴。将肉捶打后再加姜、桂等调料腌制、风干而成。《礼记·内则》："腶脩……。"据《周礼·腊人》郑注："大物解腓干之，谓之干肉。……薄析曰脯。捶之而施姜桂曰脩。"

【麋膚】 古代菜肴。切麋肉。《礼记·内则》："腶脩……麋膚……。"注曰："麋，鹿之大者。膚，切肉也。"

【麋腥】 古代菜肴。生麋肉。《礼记·内则》："腶脩……麋腥……。"注曰："麋，鹿之大者……麋腥，生麋肉也。"

【鱐鲨】 古代菜肴。用鱐的烹饪方法制作的鲨。《诗·小雅·六月》："饮御诸友，鱐鲨脍鲤。"

【脍鲤】 古代菜肴。指一种鲤鱼丝或片。《诗·小雅·六月》："饮御诸友，鱐鲨脍鲤。"

【黿羹】 古代菜肴。用黿肉烹制的羹。黿与鳖同属，体较大，肉丰美。春秋时楚人曾将黿献给郑灵公作羹，而子公垂涎不可耐，竟"染指于鼎，尝之而出。"足见黿羹味美至极。见《左传·宣公四年》。

【鱼炙】 古代菜肴。一种烤鱼。相传吴国大湖边上有个名叫太和公的，能做这款名菜。公子光欲用"鱼藏剑"以刺吴王僚，曾派专诸去学习，学了三个月才学会。见《吴越春秋·王僚使公子光传》。又《古今图书集成》引《风土记》："吴王阖闾女骄恣，尝与王争食鱼炙，怨恚而死。"

【炖牛腱】 古代菜肴。用肥牛腿筋炖煮而成。《楚辞·招魂》："……大苦酸酸，辛甘行些。肥牛之腱，臑若芳些……。"集注："腱，筋头也。臑若，熟烂也。或曰：若谓杜若，用以煮肉，去腥而香也……。"

【胹鳖】 古代菜肴。由甲鱼炖煮而成。《楚辞·招魂》："胹鳖炮羔，有柘浆些。"

【炮羔】 古代菜肴。用羊羔烧烤而成。《楚辞·招魂》："胹鳖炮羔，有柘浆些。"

【酸鹄】 古代菜肴。用酢浆烹制的天鹅羹；或用炸天鹅蘸着醋吃。《楚辞·招魂》："鹄酸臇凫，煎鸿鹄些。"

【臇(juǎn)凫】 古代菜肴。用野鸭制成的羹臛。《楚辞·招魂》："鹄酸臇凫，煎鸿鹄些。"《集注》："臇，臛，少汁也。凫，野鸭也。"

【露鸡】 古代菜肴。即卤鸡。一说为烙鸡。《楚辞·招魂》："露鸡臛蠵(xī西)，厉而不爽些。"

【臛蠵(xī西)】 古代菜肴。大龟一类炖制的羹。《楚辞·招魂》："露鸡臛蠵(xī西)，厉而不爽些。"

【蔗蒌畜】 古代菜肴。将蔗蒌切细烹制成的酸羹。其味不浓不薄，很甘美。也有人以为这是一种以蔗蒌加肉做成的羹。《楚辞·大招》："吴酸蔗蒌，不沾薄只。"

【豺羹】 古代菜肴。用豺肉加调料制成的羹。《楚辞·大招》："内鸨鸨鹄，味豺羹只。"

【醢豚】 古代菜肴。用乳猪肉制成的酱。《楚辞·大招》："醢豚苦狗，脍苴莼只。"

【苦狗】 古代菜肴。《楚辞·大招》："醢豚苦狗，脍苴莼只。"

【煎鱣(jì计)】 古代菜肴。一种油煎小鱼。《楚辞·大招》："煎鱣臛雀。"《集注》："鱣，小鱼也。"或为鲫鱼。

【臛(huò货)雀】 古代菜肴。用雀肉做的羹。《楚辞·大招》："煎鱣臛雀，遽爽存只。"

【鲜蠵】 古代菜肴。加乳汁烧制的大龟。《楚辞·大招》："鲜蠵甘鸡，和楚酪只。"朱熹《集注》："蠵，大龟也。酪，乳浆也。"

【甘鸡】 古代菜肴。由乳汁和鸡烹制而成。《楚辞·大招》："鲜蠵甘鸡，和楚酪只。"朱熹《集注》："酪，乳浆也。"

【炙鸹(guā瓜)】 古代菜肴。由鸹(即灰鹤)烤制而成。《楚辞·大招》："炙鸹烝凫。"

【烝凫】 古代菜肴。由凫蒸制而成。《楚辞·大招》："炙鸹烝凫。"

【鮚(qiān潜)鹑】 古代菜肴。将鹑肉放在汤中烧煮而成。《楚辞·大招》："鮚鹑鬳只"。

【薰肴】 古代菜肴。以兰草垫底，用蕙草裹肉蒸制而成。《楚辞·九歌·东皇太一》："蕙肴蒸兮兰藉。"

【羊羹】 古代菜肴。用羊烹制的肉羹。《战国策·中山策》："中山尹飨士大夫，司马子期在焉，羊羹不遍，子期怒，走楚说王伐中山，中山君亡。"《史记·宋世家》也载羊羹事。

【淳熬】 古代食品。周代八珍之一。由煎肉酱、旱稻米饭、油脂制成。《礼记·内则》"淳熬"："煎醢加于陆稻上，沃之以膏，曰淳熬。"

【淳母】 古代食品。周代八珍之一。用煎肉酱、黍米饭、油脂制成。《礼记·内则》"淳母"："煎醢加于黍食上，沃之以膏，曰淳母。"

【膷(Xiāng乡)】 古代食品。牛肉羹。《仪礼·公食大夫礼》："膷以东，臐、膮、牛炙。"郑玄注："膷、臐、膮，今时臛也。牛曰膷，羊曰臐，豕曰膮，皆香美之名也。"

【臐】 古代食品。即羊肉羹。参见"膷"。

【膮(xiǎo小)】 古代食品。猪肉羹。参见"膷"。

【朐(qú渠)】 古代食品。屈曲形的干肉。《仪礼·士虞礼》："朐在南。"郑玄注："朐，脯及干肉之屈也。"

【脡(yǐng营)】 古代食品。直长条形的干肉。《公羊传·昭公二十五年》："高子执箪食与四脡脯。"何休注："屈曰朐，申曰脡。"

【五鼎食】 古代食品。古祭礼，大夫用五鼎盛羊、豕、膚、鱼、腊。见《仪礼·少牢·馈食礼》。《孟子·梁惠王下》："前以三鼎，而后以五鼎与？"后用五鼎食泛指贵族的侈华生活。《史记》一一二《主父偃传》："且丈夫生不五鼎食，死即五鼎烹耳。"

【牛酒】 古代食品。牛肉与酒。古时用作馈赠、宴犒、祭祀之品。《战国策·齐策》："乃赐单牛酒、嘉其行。"《史

记·孟尝君传》:"闻先生得钱,即以多具牛酒而烧券书何。"《史记·武安侯传》""魏其与其夫人益市牛酒。"

【鳆鲷酱】 古代食品。《汲冢周书》:"伊尹受命于汤,赐鳆鲷之酱。"《方言》:"鱼皮、鳆鲷之酱为贵。"鳆鲷,一说为乌贼。

【雕卵】 古代食品。将鸡蛋上色、煮熟而成。唐《初学记》卷四引《玉烛宝典》曰:"古之豪家,食称画卵。今代犹染蓝茜杂色,仍加雕镂,递相饷遗,或置盘俎。《管子》曰:雕卵熟斫之,所以发积藏,散万物。"

【饵】 古代食品。糕类。用豆粉、米粉合蒸而成。《周礼·天官·笾人》:"羞笾之实:糗、饵、粉、糍。"郑玄注:"合蒸曰饵。"

【粉餈】 古代食品。以稻黍作成的饼,称餈;饼上粘粉的称粉餈。《周礼·天官·笾人》:"羞笾之实,糗、饵、粉、餈。"注:"玄谓此二物,皆粉稻米,黍米所为也。合蒸曰饵,饼之曰餈。糗者,捣粉熬大豆,为饵餈之粘著,以粉之耳,饵言糗、餈言粉,互相足"。

【析稌(tú涂)】 古代食品。用细析稻米做成的饭。《礼记·内则》:"食蜗醢……折稌。"注曰:"稌,稻也。折稌,谓细折稻米为饭也。"

【酏(yí宜)食】 古代食品。一种发酵饼。《周礼·天官·醢人》:"羞豆之实,酏食、糁食。"郑司农注:"酏食"说"以酒酏为饼。"贾公彦疏说:"以酒酏为饼,若今起胶饼。"胶,即教。酒教,即后来发展而成的酵。

【糁】 古代食品。有列为周代八珍之一的,有不列的。列者以炮豚、炮牂合一,不列者以炮豚、炮牂为二。《礼记·内则》:"糁,取牛羊豕之肉,三如一,小切之与稻米,稻米二,肉一,合以为饵煎之。"今山东、江苏交界处仍有此食品。

【涼】 古代食品。《周礼·天官·浆人》:"掌共王之六饮,水、浆、醴、涼、医、酏。"郑司农云:"涼,以水和酒也。"郑玄曰:"涼,今寒粥。若糗饭杂水也。"

【蜜饵】 古代食品。为捣黍加蜜制成的糕。《楚辞·招魂》:"粔籹蜜饵,有餦餭些。"

【冻饮】 古代食品。即将酒放在铜鉴中冰镇而成。楚地的著名饮料。《楚辞·招魂》:"挫糟冻饮,酎清涼些。"《楚辞·大招》:"清馨冻饮,不歠役只。"《集注》:"冻,冰也。酎,醇酒也。言盛夏则为覆窴干酿,捉去其糟,但取清醇,居之冰上,然后饮之,酒寒涼,又长味,好饮也。"

汉代菜点

【蟹胥】 古代菜肴。螃蟹制作的酱。《周礼·天官·庖人》:"……共祭祀之好羞。"郑注:"谓四时所为膳食。若荆州之鲚鱼,青州之蟹胥。虽非常物,进之孝也。"

【鲚(zhǎ眨)鱼】 古代菜肴。即鱼鲊。《周礼·天官·庖人》:"……共祭祀之好羞。"郑注:"谓四时所为膳食。若荆州之鲚鱼,青州之蟹胥。虽非常物,进之孝也。"

【鹿肚】 古代菜肴。用鹿肚炙成。相传汉高祖刘邦嗜食。《西京杂记》卷二:"高祖为泗水亭长,送徒骊山,将于故人诀去。徒卒赠高祖酒二壶,鹿肚、牛肚各一。高祖与乐从者饮酒食肉而去。后即帝位,朝晡尚食,常具此二炙,并酒二壶。"

【胃脯】 古代菜肴。将羊肚煮熟,调以五味,晒干而成。《史记·货殖列传》:"胃脯,简微耳,浊氏连骑。"《索隐》:"晋灼云:'太官常以十月作沸汤焘羊胃,以末椒姜粉之讫,暴使燥,则谓之脯,故易售而致富。'"

【猴羹】 古代菜肴。《淮南子·脩务训》:"楚人有烹猴而召其邻人,以为狗羹也,而甘之。后闻其猴也,据地而吐之,尽泻其食。此未始知味者也。"

【五侯鲭】 古代菜肴。汉成帝母舅王谭、王根、王立、王商、王逢同时封侯,世称"五侯"。鲭,同腥,即煮鱼煎肉之意。《西京杂记》卷二:"五侯不相能,宾客不得来往。娄护丰辨,传食五侯间,各得其欢心,竞致奇膳,护乃合以为鲭,世称五侯鲭,以为奇味焉。"《齐民要术·腥腊煎消法第七十八》"五侯腥":"用食板零揲杂鲊肉,合水煮,如作羹法。"

【牛首酪羹】 古代菜肴。酪,即酪,也就是酤。酤,腌菜。酤羹,即腌菜羹。此菜为用牛头制成的腌菜羹。长沙马王堆一号汉墓竹简一:牛首酪羹一鼎。

【羊酪羹】 古代菜肴。用羊肉制作的腌菜羹。长沙马王堆一号汉墓竹简二:羊酪羹一鼎。

【豕酪羹】 古代菜肴。用猪肉制作的腌菜羹。长沙马王堆一号汉墓竹简四:豕酪羹一鼎。

【豚酪羹】 古代菜肴。用乳猪制作的腌菜羹。长沙马王堆一号汉墓竹简五:豚酪羹一鼎。

【狗酪羹】 古代菜肴。用狗肉制作的腌菜羹。长沙马王堆一号汉墓竹简六:狗酪羹一鼎。

【狌酪羹】 古代菜肴。狌,即鸟。用鸟制作的腌菜羹。长沙马王堆一号汉墓竹简七:狌酪羹一鼎。

【雉酪羹】 古代菜肴。用野鸡肉制作的腌菜羹。长沙马王堆一号汉墓竹简八:雉酪羹一鼎。

【鸡酪羹】 古代菜肴。用鸡肉制作的腌菜羹。长沙马王堆一号汉墓竹简九:鸡酪羹一鼎。

【牛白羹】 古代菜肴。一种以"米屑为糁"的牛肉羹。长沙马王堆一号汉墓竹简十一:牛白羹一鼎。

【鹿肉鲍鱼笋白羹】 古代菜肴。一种加白米糁的鹿肉鲍鱼笋羹。长沙马王堆一号汉墓竹简十二:鹿肉鲍鱼笋白羹一鼎。

【鹿肉芋白羹】 古代菜肴。一种加白米糁的鹿肉蘑芋羹。长沙马王堆一号汉墓竹简十三:鹿肉芋白羹一鼎。

【小叔鹿笋白羹】 古代菜肴。用米糁加豆、鹿胁做的羹。叔,即菽。笋,即胁。长沙马王堆一号汉墓竹简十四:小叔鹿笋白羹一鼎。

【鸡白羹】 古代菜肴。用米糁、鸡肉做成的羹。长沙

马王堆一号汉墓竹简十五：鸡白羹一鼎。

【鲭白羹】 古代菜肴。用米糁、鲭——鲫鱼制作的羹。长沙马王堆一号汉墓竹简十六：鲭白羹一鼎。

【鲜鳆禺鲍白羹】 古代菜肴。用米糁、鳆(鳆，即鲫鱼)、禺(藕)、鲍制作的羹。长沙马王堆一号汉墓竹简十七：鲜鳆禺鲍白羹一鼎。

【狗巾羹】 古代菜肴。用狗肉加蔬菜制作的羹。巾，一说为芹，一说疑为堇。长沙马王堆一号汉墓竹简十九：狗巾羹一鼎。

【鴳巾羹】 古代菜肴。用鴳(雁)肉加蔬菜制作的羹。长沙马王堆一号汉墓竹简二十：鴳巾羹一鼎。

【鲭禺肉巾羹】 古代菜肴。用鲫鱼、藕、猪肉、蔬菜制作的羹。长沙马王堆一号汉墓竹简二十一：鲭禺肉巾羹一鼎。

【牛逢羹】 古代菜肴。用牛肉及蔬菜制作的羹。逢，一说疑作葑。长沙马王堆一号汉墓竹简二十三：牛逢羹一鼎。

【豕逢羹】 古代菜肴。用猪肉和逢制作的羹。一说疑逢为葑。长沙马王堆一号汉墓竹简二十五：豕逢羹一鼎。

【牛苦羹】 古代菜肴。用牛肉、苦荼制作的羹。长沙马王堆一号汉墓竹简二十七：牛苦羹一鼎。

【狗苦羹】 古代菜肴。用狗肉、苦荼制作的羹。长沙马王堆一号汉墓竹简二十八：狗苦羹一鼎。

【鱼肤】 古代菜肴。一种生鱼肉。一说疑肤为膊。长沙马王堆一号汉墓竹简三十：鱼肤一笥。

【牛臕(yǎng养)】 古代菜肴。一种生牛脊肉。长沙马王堆一号汉墓竹简三十一：牛臕一笥。

【鹿臕】 古代菜肴。一种生鹿脊肉。长沙马王堆一号汉墓竹简三十二：鹿臕一笥。

【牛脯】 古代菜肴。一种牛肉干。长沙马王堆一号汉墓竹简三十四：牛脯一笥。

【鹿脯】 古代菜肴。鹿肉干。长沙马王堆一号汉墓竹简三十五：鹿脯一笥。

【孰脯】 古代菜肴。孰，即胘。即牛百叶。此菜为牛胃干。长沙马王堆一号汉墓竹简三十六：孰脯一笥。

【牛炙】 古代菜肴。烤牛肉。长沙马王堆一号汉墓竹简三十八：牛炙一笥。

【牛匆炙】 古代菜肴。烤牛胁。长沙马王堆一号汉墓竹简三十九：牛匆炙一笥。

【牛乘炙】 古代菜肴。烤牛乘。长沙马王堆一号汉墓竹简四十：牛乘炙一器。

【犬其匆炙】 古代菜肴。烤犬胁。长沙马王堆一号汉墓竹简四十一：犬其匆炙一器。

【犬肝炙】 古代菜肴。烤狗肝。长沙马王堆一号汉墓竹简四十二：犬肝炙一器。

【豕炙】 古代菜肴。烤猪肉。长沙马王堆一号汉墓竹简四十三：豕炙一笥。

【鹿炙】 古代菜肴。烤鹿肉。长沙马王堆一号汉墓竹简四十四：鹿炙一笥。

【炙鸡】 古代菜肴。烤整鸡。长沙马王堆一号汉墓竹简四十五：炙鸡一笥。

【鲭离禽】 古代菜肴。用竹签将两条鲫鱼串在一起的食品。长沙马王堆一号汉墓竹简四十七：鲭离禽一跕。跕为器皿。

【鲤离禽】 古代菜肴。用竹签将两条鲤鱼串在一起的食品。长沙马王堆一号汉墓竹简四十八：鲤鲤离禽一跕。

【牛濯胃】 古代菜肴。即汤爆牛肚。濯，即瀹，俗称煠，将肉放入沸汤中一烫即出之意。长沙马王堆一号汉墓竹简五十一：牛濯胃一器。

【濯鸡】 古代菜肴。汤爆鸡肉。长沙马王堆一号汉墓竹简五十四：濯鸡一笥。

【濯豚】 古代菜肴。为汤爆乳猪肉。长沙马王堆一号汉墓竹简五十三：濯豚一笥。

【牛瘠(kuài块)】 古代菜肴。即牛肉脍。长沙马王堆一号汉墓竹简五十六：牛瘠一器。

【羊瘠】 古代菜肴。即羊肉脍。长沙马王堆一号汉墓竹简五十七：羊瘠一器。

【鹿瘠】 古代菜肴。即鹿肉脍。长沙马王堆一号汉墓竹简五十八：鹿瘠一器。

【鱼瘠】 古代菜肴。即鱼脍。长沙马王堆一号汉墓竹简五十九：鱼瘠一器。

【牛载】 古代菜肴。即大块牛肉。载，即胾。胾，大脔也。长沙马王堆一号汉墓竹简六十二：牛载一笥。

【犬肩】 古代菜肴。即狗前腿肉。长沙马王堆一号汉墓竹简六十三：犬肩一器与载同笥。

【熬(áo敖)豚】 古代菜肴。即熬乳猪肉。熬，同熬。长沙马王堆一号汉墓竹简六十九：熬豚一笥。

【熬兔】 古代菜肴。即熬兔肉。长沙马王堆一号汉墓竹简七十：熬兔一笥。

【熬鹐】 古代菜肴。即熬鹤。鹐，同鹤。长沙马王堆一号汉墓竹简七十二：熬鹐一笥。

【熬鮭】 古代菜肴。即熬鹁。鮭，即鹁。长沙马王堆一号汉墓竹简七十一：熬鮭一笥。

【熬鴳】 古代菜肴。即熬雁。长沙马王堆一号汉墓竹简七十四：熬鴳一笥。

【熬勋】 古代菜肴。即熬凫。勋，同凫。长沙马王堆一号汉墓竹简七十三：熬勋一笥。

【熬雉】 古代菜肴。即熬野鸡。长沙马王堆一号汉墓竹简七十五：熬雉一笥。

【熬炙姑】 古代菜肴。即熬鹧鸪。长沙马王堆一号汉墓竹简七十六：熬炙姑一笥。

【熬鸡】 古代菜肴。即熬鸡。长沙马王堆一号汉墓竹简七十八：熬鸡一笥。

【熬爵】 古代菜肴。即熬雀。爵，同雀。长沙马王堆

一号汉墓竹简七十九：糜爵一笥。

【羊昔】 古代菜肴。即羊腊。昔，同腊。长沙马王堆一号汉墓竹简八十二：羊昔一笥。

【昔兔】 古代菜肴。即兔腊肉。昔，同腊。长沙马王堆一号汉墓竹简八十三：昔兔一笥。

【胫勺】 古代菜肴。炮牲的肢体下段。胫，牲肢下段；勺，读炮音或爻音。长沙马王堆一号汉墓竹简八十五：胫勺一器。

【鱼鲊(shěn审)】 古代菜肴。一种多汁的鱼酱。长沙马王堆一号汉墓竹简九十一：鱼鲊一资。

【肉鲊】 古代菜肴。一种多汁的肉酱。长沙马王堆一号汉墓竹简九十一：肉鲊一资。

【爵酱】 古代菜肴。雀肉酱。爵，即雀。长沙马王堆一号汉墓竹简九十四：爵酱一资。

【马酱】 古代菜肴。马肉酱。长沙马王堆一号汉墓竹简九十八：马酱一垺。

【桄榔面】 古代食品。取桄榔树干髓部，晒干磨粉而成，可制饼食用。《蜀都赋》："面有桄榔。"梁任昉《述异记》："西蜀石门山有树名曰桄榔，皮里出屑如面，用作饼食之，与面相似，因谓之'桄榔面'焉。"

【蒟(jǔ举)酱】 古代食品。一种用胡椒科植物做的酱，味辛香。《蜀都赋》："蒟酱流味于番禺之乡。"《史记·西南夷列传》载汉时"独蜀出蒟酱"，经夜郎行销南越。

【蒻(ruò弱)菹】 古代食品。汉李膺《益州记》："蒻之茎，蜀人于冬月取舂碎，炙之，水淋一宿为菹"。蒻为荷茎入泥的白色部分，俗名藕鞭。《本草纲目》："藕芽种者最易发，其芽穿泥成白蒻，即密也。长者至丈余。五六月嫩时，没水取之，可作蔬茹，俗呼藕丝菜。"

【子鱼酱】 古代食品。用子鱼肉做成。《曹操集·四时食制》："郫县子鱼，黄鳞赤尾，出稻田，可以为酱。"

【蒸鲇】 古代菜肴。用鲇鱼蒸制而成。《曹操集·四时食制》："羹鲇。"

【蓬饵】 古代食品。用蓬蒿和面制成的糕。《西京杂记》："九月九日佩茱萸，食蓬饵，饮菊华酒，令人长寿。"

【蝎饼】 古代食品。汉刘熙《释名·释饮食》："蒸饼、汤饼、蝎饼、髓饼、金饼、索饼之属，皆随形而名之也。"清王先谦《释名疏证补》引毕沅曰："《齐民要术》云，截饼一名蝎子，盖即蝎饼也。"

【金饼】 古代食品。参见"蝎饼"。

【索饼】 古代食品。汉刘熙《释名·释饮食》记"索饼"。《释名疏证补》引成蓉镜补证曰："索饼，疑即水引饼。今江淮间谓之切面。"唐昝殷《食医心鉴》中记有十多种"索饼"，水煮后食用，具有各种不同的疗效。

【溏浹】 古代食品。《释名·释饮食》："兖豫曰溏浹，就形名之也。"一说即粉饼，《骈雅·释服食》："溏浹，粉饼也。"成蓉镜补证曰："案溏浹疑即餹餭之讹。《集韵》："餭，餌也。"一说溏浹即茧糖(一名窠丝糖)。参见《释名疏证补》引叶德炯之说。

【貊(mò末)炙】 古代食品。将动物整烤至熟，然后人们用力各自割食。汉刘熙《释名·释饮食》："貊炙，全体炙之，各自以刀割。出于胡貊之为也。"胡貊，指北方少数民族。

【血胎】 古代食品。以凝固的羊血加酸味等调料制成，可以解酒。汉刘熙《释名·释饮食》："血胎，以血作之，增其酢豉之味，使甚苦，以消酒也。"

【肺膊(sǔn笋)】 古代食品。类似盖浇饭。用动物的肺加米做成。汉刘熙《释名》："肺膊：膊，馔也。以米糁之，如膏馔也。"《玉篇》："馔，以羹浇饭也。"

【膏馔(zàn赞)】 古代食品。类似油脂浇饭。见汉刘熙《释名》。一说类似《礼记·内则》中所记用狼臅膏与稻米做成的酏。参见《释名疏证补》"肺馔"。

【韩羊】 古代食品。汉刘熙《释名·释饮食》："韩羊、韩兔、韩鸡：本法出韩国所为也。犹酒言宜成醪、苍梧清之属也。"

【韩兔】 古代食品。参见"韩羊"。

【韩鸡】 古代食品。参见"韩羊"。

【鸡纤】 古代食品。用鸡肉制成。汉刘熙《释名·释饮食》："鸡纤，细擗其腊令纤，然后渍以酢也。兔纤亦如之。"

【兔纤】 古代食品。用兔肉制成。参见"鸡纤"。

【寒粥】 古代食品。炒米粥。《周礼·天官·浆人》郑玄注："凉，今寒粥，若糗饭杂水也。"

魏晋南北朝菜点

【驼蹄羹】 古代菜肴。用驼蹄制作的羹汤。《异物汇苑》："陈思王制驼蹄为羹，瓯值千金，号为七宝羹。"杜甫《自京赴奉先县咏怀五百字》："劝客驼蹄羹，霜橙压香桔。"

【牛心炙】 古代菜肴。用牛的心脏烧烤而成。相传王羲之嗜食。《晋书·王羲之传》："羲之字逸少……幼讷于言，人未之奇。年十三，尝谒周顗，顗察而异之。时重'牛心炙'，坐客未餐，顗先割啗羲之。于是始知名。"

【莼羹】 古代菜肴。用莼菜的嫩头烹制的羹汤。相传张翰曾为之思恋家乡，弃官归隐。《晋书·张翰传》："翰因见秋风起，乃思吴中菰菜、莼菜、鲈鱼脍，曰：'人生贵得适志，何能羁宦数千里以要名爵乎！'遂命驾而归。"《齐民要术》中也记有"莼羹"制法。《齐民要术》："《食经》曰：'莼羹，鱼长二寸。唯莼不切。鳢鱼，冷水入莼；白鱼，冷水入莼，沸入鱼与咸豉。'又云：'鱼长三寸，广二寸半。'又云：'莼细择，以汤沙之。中破鳢鱼，邪截令薄，准广二寸，横尽也。鱼半体。煮三沸，浑下莼，与豉汁渍盐'。"

【鲈鱼鲙】 古代菜肴。由鲈鱼制作而成。相传张翰曾为之思恋家乡，弃官归隐。参见"莼羹"。

【黄颔臛(hù户)】 古代菜肴。此菜原载何曾《食疏》。《南齐书·虞悰传》有"恨无黄颔臛"之句。

【韭萡鳘(jī讥)】 古代菜肴。《世说新语》卷下"汰侈":"石崇为客作豆粥,咄嗟便办。恒冬天得韭萡鳘。……韭萡鳘是捣韭根,杂以麦苗耳。"

【炒鸡子】 古代菜肴。《齐民要术》"炒鸡子法":"打破,著铜铛中,搅令黄白相杂。细擘葱白,下盐米、浑豉,麻油炒之,甚香美。"

【芋子酸臛】 古代菜肴。《齐民要术》"《食经》作芋子酸臛法":"猪羊肉各一斤,水一斗,煮令熟。成,治芋子一升,别蒸之。葱白一升,著肉中合煮,使熟。粳米三合、盐一合、豉汁一升、苦酒五合,口调其味,生姜十两,得臛一斗。"

【鸭臛】 古代菜肴。《齐民要术》"作鸭臛法":"用小鸭六头,羊肉二斤(大鸭五头)、葱三升、芋二十株、桔皮三叶、木兰五寸、生姜十两、豉汁五合、米一升。口调其味。得臛一斗。先以八升酒煮鸭也。"

【鳖臛】 古代菜肴。《齐民要术》"作鳖臛法":"鳖且完全煮,去甲藏。羊肉一斤、葱三升、豉五合、粳米半合、姜五两、木兰一寸、酒二升。煮鳖。盐、苦酒,口调其味。"

【猪蹄酸羹】 古代菜肴。《齐民要术》"作猪蹄酸羹一斛法":"猪蹄三具,煮令烂,擘去大骨。乃下葱、豉汁、苦酒、盐,口调其味。旧法用饧六斤,今除也。"

【羊蹄臛】 古代菜肴。《齐民要术》"作羊蹄臛法":"羊蹄七具,羊肉十五斤、葱三升、豉汁五升、米一升。口调其味。生姜十两、桔皮三叶也。"

【兔臛】 古代菜肴。《齐民要术》"作兔臛法":"兔一头,断,大如枣。水三升、酒一升、木兰五分、葱三升、米一合、盐、豉、苦酒,口调其味也。"

【酸羹】 古代菜肴。《齐民要术》"作酸羹法":"用羊肠二具、饧六斤、瓠叶六斤、葱头二升、小蒜三升、面三升、豉汁、生姜、桔皮,口调之。"

【胡羹】 古代菜肴。《齐民要术》"作胡羹法":"用羊肋六斤,又肉四斤;水四升,煮。出肋,切之。葱头一斤,胡荽一两,安石榴汁数合。口调其味。"

【胡麻羹】 古代菜肴。《齐民要术》"作胡麻羹法":"用胡麻一斗,捣,煮冷熟,研取汁三升。葱头二斤,米二合,著火上。葱头米熟,得二升半在。"

【瓠叶羹】 古代菜肴。《齐民要术》"作瓠叶羹法":"用瓠叶五斤,羊肉三斤,葱二升,盐蚁五合,口调其味。"

【鸡羹】 古代菜肴。《齐民要术》"作鸡羹法":"鸡一头,解、骨肉相离。切肉,琢骨,煮使熟。漉去骨。以葱头二升,枣三十枚,合煮羹一斗五升。"

【笋篙(gē哥)鸭羹】 古代菜肴。《齐民要术》"作笋篙鸭羹法":"肥鸭一只,净治如糁羹法;脔亦如此。篙四升,洗令极净;盐尽,别水煮数沸,出之,更洗。小蒜白,及葱白、豉汁等下之。令沸,便熟也。"

【肺膰】 古代菜肴。《齐民要术》"肺膰(苏本反)法":"羊肺一具,煮令熟,细切。别作羊肉臛,以粳米二合,生姜煮之。"

【羊盘肠雌斛】 古代菜肴。《齐民要术》"作羊盘肠雌斛法":"取羊血五升,去中脉麻迹,裂之。细切羊胳肪二升,切生姜一斤。橘皮三叶,椒末一合,豆酱清一升,豉汁五合,粟一升五合,和米一升作糁。都合和。更以水三升浇之。解大肠,淘汰,复以白酒一过,洗肠中屈申。以和灌肠。屈,长五寸,煮之。视血不出,便熟。寸切,以苦酒酱食之也。"

【羊节解】 古代菜肴。《齐民要术》"羊节解法":"羊肫一枚,以水杂生米三升,葱一虎口,煮之,令半熟。取肥鸭肉一斤,羊肉一斤,猪肉半斤,合剉、作臛。下蜜,令甜。以向熟羊肫,投臛里,更煮。得两沸,便熟。治羊合皮。如猪豘法,善矣。"

【羌煮】 古代菜肴。《齐民要术》"羌煮法":"好鹿头,纯煮令熟,著水中,洗治;作脔如两指大。猪肉琢作臛,下葱白,——长二寸一虎口。——细琢姜及橘皮各半合,椒少许。下苦酒。盐,豉适口。一鹿头用二斤猪肉作臛。"

【醋菹鹅鸭羹】 古代菜肴。《齐民要术》"醋菹鹅鸭羹":"方寸准。熬之,与豉汁米汁。细切醋菹与之;下盐。半奠。不醋,与菹汁。"

【菰菌鱼羹】 古代菜肴。《齐民要术》"菰菌鱼羹":"鱼,方寸准;菌,汤沙中出,劈。先煮菌令沸,下鱼。又云:'先下,与鱼、菌、茉糁、葱、豉。'又云:'洗,不沙。肥肉亦可用。半奠之'。"

【笋篙鱼羹】 古代菜肴。《齐民要术》"笋(思尹反)篙(古可反)鱼羹":"篙,汤渍令释,细擘。先煮篙,令煮沸;下鱼、盐、豉。半奠之。"

【鳢鱼臛】 古代菜肴。《齐民要术》"鳢鱼臛":"用极大者,一尺已下不合用。汤、鳞、治、邪截臛叶,方寸半准。豉汁与鱼,俱下水中;与研米汁。煮熟。与盐、姜、橘皮、椒末、酒。鳢涩,故须米汁也。"

【鲤鱼臛】 古代菜肴。《齐民要术》"鲤鱼臛":"用大者。鳞、治,方寸,厚五分。煮和如鳢臛。与全米糁。奠时,去米粒,半奠。若过米奠,不合法也。"

【脸臡(qiān千)】 古代菜肴。《齐民要术》"脸臡(上力减切下初减切)":"用猪肠。经汤出,三寸断之,决破,切细,熬。与水,沸,下豉清,破米汁。葱、姜、椒、胡芹、小蒜、芥,——并细切锻,——下盐、醋、蒜子,——细切。将血奠与之。早与血,则变大,可增米奠。"

【鳢鱼汤鲊(zhè蔗)】 古代菜肴。《齐民要术》"鳢鱼汤鲊":"用大鳢,一尺已上不合用。净鳞治,及霍叶,斜截为方寸半、厚三寸。豉汁与鱼俱下水中。水与白米糁。糁煮熟,与盐、姜、椒、桔皮、屑米。半奠时,勿令有糁。"

【鮀(tuó驼)臛】 古代菜肴。鮀,即鲵,鲇鱼。《齐民要术》"鮀臛":"汤焊,去腹中,净洗。中解,五寸断之。煮

沸，令变色，出。方寸分准，熬之，与豉清研汁，煮令极熟。葱、姜、桔皮、胡芹、小蒜并细切，锻，与之。下盐醋。半奠。”

【䜴(qiàn欠)淡】 古代菜肴。《齐民要术》“䜴淡”：“用肥鹅鸭肉，浑煮，斫为候：长二寸，广一寸，厚四分许。去大骨。白汤别煮䜴，经半日久，漉出，淅其中，杓迮去令尽。羊肉下汁中煮。与盐豉。将熟，细切锻胡芹、小蒜与之。生熟。如烂，不与醋。若无䜴，用菰菌；用地菌，黑里不中。䜴，大者中破，小者浑用。䜴者，树根下生木耳，要复接地生，不黑者，乃中用。米奠也。”

【损肾】 古代菜肴。《齐民要术》“损肾”：“用牛羊百叶，净治，令白。鼆叶切，长四寸，下盐豉中。不令大沸，大熟则胕；但令小卷止。与二寸苏、姜末和肉。漉取汁，盘满奠。又用肾，切长二寸、广寸、厚五分。作如上。奠，亦用八。姜鼆，别奠随之也。”

【烂熟】 古代菜肴。《齐民要术》“烂熟”：“烂熟肉谐，令胜刀。切长三寸、广半寸、厚三寸半。将用，肉汁中葱、姜、椒、桔皮、胡芹、小蒜，并细切锻。并盐、醋与之。别作臛。临用，写臛中，和奠。有沈。将用，乃下肉候汁中，小久则变大，可增之。”

【蒸熊】 古代菜肴。《齐民要术》：“《食经》曰‘蒸熊法’：取三升肉，熊一头，净治，煮令不能半熟，以豉清渍之，一宿。生秫米二升，勿近水，净拭，以豉汁浓者二升渍米，令色黄赤。炊作饭。以葱白长三寸一升，细切姜、桔皮各二升，盐三合，合和之。著甑中，蒸之取熟。蒸羊、犉、鹅、鸭悉如此。一本用猪膏三升、豉汁一升，合洒之，用桔皮一升。”

【蒸犉(tún)】 古代菜肴。《齐民要术》“蒸犉法”：“好肥犉一头，净洗垢，煮令半熟，以豉汁渍之。生秫米一升，勿令近水。浓豉汁渍米，令黄色，炊作饘，复以豉汁洒之。细切姜、桔皮各一升，葱白三寸四升，桔叶一升，合著甑中。密覆，蒸两三炊久。复以猪膏三升，合豉汁一升洒。使熟也……。”

【蒸鸡】 古代菜肴。《齐民要术》“蒸鸡法”：“肥鸡一头，净治。猪肉一斤、香豉一升、盐五合、葱白半虎口、苏叶一寸围、豉汁三升，著盐，安甑中，蒸令极熟。”

【煮(fǒu缶)猪肉】 古代菜肴。《齐民要术》“煮猪肉法”：“净炰猪讫，更以热汤遍洗之，毛孔中即有垢出，以草痛揩，如此三遍。疏洗令净。四破，于大釜煮之。以杓接取浮脂，别著瓮中，稍稍添水，数数接脂。脂尽漉出，破为四方寸脔，易水更煮。下酒二升，以杀腥臊，青白皆得，若无酒，以酢浆代之，添水接脂，一如上法。脂尽，无复腥气，漉出。板切，于铜铛中煮之。一行肉，一行擘葱、浑豉、白盐、姜、椒。如是次第布讫，下水煮之。肉作琥珀色乃止。恣意饱食，亦不餲，乃胜爆肉。欲得着冬瓜甘瓠者，于铜器中布肉时下之。其盆中脂，练白如珂雪，可以供余用者焉。”

【煮豚】 古代菜肴。《齐民要术》“煮豚法”：“肥豚一头，十五斤，水三斗，甘酒三升，合煮，令熟。漉出，擘之。用稻米四升，炊一装，姜一升，桔皮二叶，葱白三升，豉汁涑饘作糁。令用酱清调味，蒸之。炊一石米顷下，之也。”

【犉鹅】 古代菜肴。《齐民要术》“犉鹅法”：“肥鹅，治、解、脔切之，长二寸。率：十五斤肉，秫米四升为糁。先装如煮犉法；讫，和以豉汁、橘皮、葱白、酱清、生姜。蒸之，如炊一石米顷。下之。”

【胡炮肉】 古代菜肴。《齐民要术》“胡炮肉法”：“肥白羊肉——生始周年者——杀，则生缕切如细叶。脂亦切。著浑豉、盐、擘葱白、姜、椒、茆拨、胡椒，令调适。净洗羊肚，翻之。以切肉脂，内于肚中，以向满为限。缝合。作浪中坑，火烧使赤。却灰火，内肚著坑中，还以灰火覆之。于上更燃火，炊一石米顷，便熟。香美异常，非煮炙之例。”

【蒸羊】 古代菜肴。《齐民要术》“蒸羊法”：“缕切羊肉一斤，豉汁和之。葱白一升著上，合蒸。熟，出，可食之。”

【蒸猪头】 古代菜肴。《齐民要术》“蒸猪头法”：“取生猪头，去其骨；煮一沸，刀细切，水中治之。以清酒、盐、肉蒸。皆口调和。熟，以干姜椒著上，食之。”

【熊蒸】 古代菜肴。《齐民要术》：“《食次》曰‘熊蒸，大，剥大烂。小者，去头脚，开腹。浑覆蒸。熟，擘之；片大如手。’又云：‘方二寸许，豉汁煮。秫米，鼆白，——寸断——橘皮，胡芹，小蒜，——并细切——盐，和糁更蒸。肉一重。间末。尽令烂熟。方六寸，厚一寸。奠。合糁。’又云：‘秫米、盐、豉、葱、鼆、姜，切锻为屑，内熊腹中。蒸熟，擘奠。糁在下，肉在上。’又云：‘四破，蒸令小熟。糁用饘。葱、盐、豉和之。宜肉下更蒸。蒸熟，擘。糁在下；干姜、椒、橘皮、糁在上’。”

【豚蒸】 古代菜肴。《齐民要术》：“豚蒸，如蒸熊。”参见“熊蒸”。

【裹蒸生鱼】 古代菜肴。《齐民要术》：“裹蒸生鱼，方七寸准（又云：“五寸准”）。豉汁煮，秫米，——如蒸熊——生姜、橘皮、胡芹、小蒜、盐、细切，熬糁。膏油涂箬，十字裹之。糁在上，复以糁，屈牖，箸之。又云：盐和糁，上下与细切生姜、橘皮、葱白、胡芹、小蒜。置上，箸箬蒸之。既奠，开箬，褫边奠上。”

【毛蒸鱼菜】 古代菜肴。《齐民要术》“毛蒸鱼菜”：“白鱼鲪鱼最上，净治，不去鳞。一尺已还，浑。盐、豉、胡芹、小蒜，细切，着鱼中，与菜开蒸。又鱼方寸准（亦云五六寸）下盐豉汁中，即出；菜上蒸之。奠，亦菜上蒸。又云：‘竹篮盛鱼，菜上。’又云：‘竹蒸，并奠’。”

【蒸藕】 古代菜肴。《齐民要术》“蒸藕法”：“水和稻糠麹，揩令净，斫去节，与蜜灌孔里使满。溲苏麸，封下头。蒸熟。除麸，写去蜜，削去皮，以刀截，奠之。又云：夏生冬熟，双奠亦得。”

【脭(zhēng争)鱼鲊】 古代菜肴。《齐民要术》“脭鱼

鲊法”：“先下水、盐、浑豉、擘葱，次下猪、羊、牛三种肉。腩两沸，下鲊。打破鸡子四枚，写中，如瀹鸡子法；鸡子浮，便熟，食之。”

【胚鲊】 古代菜肴。《齐民要术》：“《食经》胚鲊法：破生鸡子，豉汁，鲊，俱煮沸，即奠。又云：‘浑用豉，奠讫，以鸡子豉怙。’云：‘鲊，沸汤中；与豉汁，浑葱白。破鸡子，写中。奠二升，用鸡子，众物是停也’。”

【纯胚鱼】 古代菜肴。《齐民要术》“纯胚鱼法”：“一名‘焦鱼’。用鲩鱼，治腹里，去腮不去鳞。以咸豉、葱白、姜、橘皮、酢。——细切——合煮；沸乃浑下鱼。葱白浑用。又云：‘下鱼中煮沸，与豉汁、浑葱白；将熟下酢。’又云：‘切生姜，令长。奠时，葱在上，大奠一，小奠二。若大鱼成治，准此。’”

【腤(ān安)鸡】 古代菜肴。《齐民要术》“腤鸡——一名‘焦鸡’，一名‘鸡臛’”：“以浑盐豉，葱白——中截——干苏——微火炙，生苏不炙——与成治浑鸡，俱下水中，熟煮，出鸡及葱。漉出汁中苏豉，澄令清。擘肉，广寸余，奠之。以暖汁沃之。肉若冷，将奠，蒸令煖，满奠。又云：‘葱、苏、盐、豉汁与鸡俱煮。既熟，擘奠，与汁。葱苏在上，莫安下。可增葱白擘令细也’。”

【腤白肉】 古代菜肴。《齐民要术》：“腤白肉：一名‘白焦肉’。盐豉煮，令向熟。薄切，长二寸半，广一寸。准甚薄。下新水中，与浑葱白、小蒜、盐、豉清，又薤叶——切长二寸。与葱姜，不与小蒜薤，亦可。”

【焦猪】 古代菜肴。制法同“焦白肉”。参阅“焦白肉”。

【腤鱼】 古代菜肴。《齐民要术》“腤鱼法”：“用鲫鱼，浑用；软体鱼不同。鳞治。刀细切葱，与豉葱俱下。葱长四寸。将熟，细切姜，胡芹，小蒜与之。汁色欲黑。无酢者，不用椒。若大鱼，方寸准得用。软体之鱼，大鱼不好也。”

【蜜纯煎鱼】 古代菜肴。《齐民要术》“蜜纯煎鱼法”：“用鲫鱼，治腹中，不鳞。苦酒、蜜，中半，和盐渍鱼；一炊久，漉出。膏油熬之，令赤。浑奠焉。”

【勒鸭消】 古代菜肴。《齐民要术》“勒鸭消”：“细斫，熬；如饼臛，熬之令小熟。姜、橘、椒、胡芹、小蒜，并细切。熬黍米糁。盐豉汁，下肉中复熬，令似熟，色黑，平满奠。兔雉肉次好。凡肉赤理皆可用。勒鸭之小者，大如鸠鸽，色白也。”

【鸭煎】 古代菜肴。《齐民要术》“鸭煎法”：“用新成子鸭极肥者，其大如雉，去头烂，治却腥翠五藏(同脏)，又净洗，细剉如笼肉。细切葱白，下盐豉汁，炒令极熟，下椒姜末。食之。”

【白菹】 古代菜肴。《齐民要术》：“《食经》曰：‘白菹：鹅、鸭、鸡，白煮者。鹿骨，斫为准，长三寸，广一寸，下杯中。以成清紫菜三四片加上。盐醋和肉汁沃之。’又云：‘亦细切苏加上。’又云：‘准讫，肉汁中更煮，亦啖少与米糁。凡不醋不紫菜。满奠焉柞’。”

【菹肖】 古代菜肴。《齐民要术》“菹肖法”：“用猪肉，羊鹿肥者。鼸叶细切，熬之，与盐豉汁。细切菜菹叶，细如小虫，丝长至五寸，下肉里。多与菹汁，令酢。”

【蝉脯菹】 古代菜肴。《齐民要术》“蝉脯菹法”：“捶之，火炙令熟，细擘，下酢。又云：‘蒸之，细切香菜，置上。’又云：‘下沸汤中，即出，擘如上。香菜蓼法。’”

【绿肉】 古代菜肴。《齐民要术》“绿肉法”：“用猪、鸡、鸭肉，方寸准，熬之。与盐豉汁煮之。葱、姜、橘、胡芹，小蒜，细切与之。下醋。切肉名曰‘绿肉’；猪鸡名曰‘酸’。”

【白瀹犉】 古代菜肴。《齐民要术》“白瀹犉法”：“用乳下肥犉。作鱼眼汤，下冷水和之，擘炖令净，罢。若有粗毛，镊子拔却；柔毛则剔之。茅蒿叶揩、洗，刀刮、削，令极净。净揩釜，勿令渝。——釜渝则犉黑。绢袋盛犉，酢浆水煮之。系小石，勿使浮出。上有浮沫，数接去。两沸，急出之。及热，以冷水沃犉。又以茅蒿叶揩令极由净。以少许麸，和水为麸浆；复绢袋盛犉系石，于麸浆中煮之。接去浮沫，一如上法。好熟，出著盆中。以冷水和煮犉麸浆，使暖暖，于盆中浸之，然后擘食。皮如玉色，滑而且美。”

【酸犉】 古代菜肴。《齐民要术》“酸犉法”：“用乳下犉，焐治讫，并骨折脔之，令片别带皮。细切葱白，豉汁炒之，香。微下水。烂煮为佳。下粳米为糁，细擘葱白，并豉汁下之。熟下椒醋。大美。”

【炙犉】 古代菜肴。《齐民要术》“炙犉法”：“用乳下犉，极肥者，犊牸俱得。擘治一如煮法。揩洗、刮、削，令极净。小开腹，去五脏(同脏)，又净洗。以茅茹腹令满。柞木穿，缓火遥炙，急转勿住(转常使周币，不币，则偏燋也)。清酒数涂，以发色(色足便止)。取新猪膏极白净者，涂拭勿住。若无新猪膏，净麻油亦得。色同琥珀，又类真金；入口则消，状若凌雪，含浆膏润，特异凡常也。”

【棒炙】 古代菜肴。《齐民要术》“棒(或作捧)炙”：“大牛用膂，小犊用脚肉亦得。逼火偏炙一面。色白便割，割偏又炙一面。含浆滑美。若四面俱熟然后割，则涩恶不中食也。”

【腩(nǎn)炙】 古代菜肴。《齐民要术》“腩炙”：“羊、牛、麞、鹿肉皆得。方寸脔。切葱白，斫令碎，和盐豉汁。仅令相淹，少时便炙。——若汁多久渍，则肋。拨火开；痛逼火回转急炙。色白热食，含浆滑美。若举而复下，下而复上；膏尽肉干，不复中食。”

【肝炙】 古代菜肴。《齐民要术》“肝炙”：“牛、羊、猪肝，皆得。脔长寸半，广五分。亦以葱、盐、豉汁腩之。以羊络肚膩脂裹，横穿，炙之。”

【牛肸(xián贤)炙】 古代菜肴。《齐民要术》“牛肸炙”：“老牛肸，厚而脆。划、穿，痛蹙令聚逼火急炙，令上劈裂；然后割之，则脆而甚美。若挽令舒申，微火遥炙，则薄而且肋。”

【灌肠】 古代菜肴。《齐民要术》"灌肠法"："取羊盘肠，净洗治。细剉羊肉，令如笼肉。细切葱白、盐、豉汁、姜、椒末调和，令咸淡适口。以灌肠。两条夹而炙之；割食，甚香美。"

【跳丸炙】 古代菜肴。《齐民要术》："《食经》曰：作'跳丸炙'法：羊肉十斤，猪肉十斤，缕切之。生姜三升，橘皮五叶，藏瓜二升，葱白五升，合捣，令如弹丸。别以五斤羊肉作臛；乃下丸炙，煮之作丸也。"

【膊炙犉】 古代菜肴。《齐民要术》"膊炙犉法"："小形犉一头，膊开，去骨。去厚处，安就薄处，令调。取肥犉肉三斤，肥鸭二斤，合细琢。鱼浆汁三合，琢葱白二升，姜一合，橘皮半合，和二种肉，著犉上，令调平。以竹弗弗之。——相去二寸下弗——以竹箸著上，以板覆之，重物迮之。得一宿。明旦，微火炙。以蜜一升合和，时时刷之。黄赤色便熟。先以鸡子黄涂之，今世不复用也。"

【衔炙】 古代菜肴。《齐民要术》"衔炙法"："取极肥子鹅一只，净治，煮令半熟。去骨，剉之。和大豆酢五合，瓜菹三合，姜、橘皮各半合，切小蒜一合，鱼酱汁二合，椒数十粒——作屑——合和，更剉令调。取好白鱼肉，细琢，裹作弗，炙之。"

【酿炙白鱼】 古代菜肴。《齐民要术》"酿炙白鱼法"："白鱼，长二尺，净治。勿破腹。洗之竟，破背，以盐之。取肥子鸭一头，洗治，去骨，细剉。酢一升，瓜菹五合，鱼酱汁三合，姜橘各一合，葱二合，豉汁一合，和，炙之，令熟。合取，从背入著腹中，弗之。如常炙鱼法，微火炙半熟。复以少苦酒，杂鱼酱豉汁，更刷鱼上，便成。"

【腩炙】 古代菜肴。《齐民要术》"腩炙法"："肥鸭，净洗治，去骨、作脔。酒五合，鱼酱汁五合，姜、葱、橘皮半合，豉汁五合，合和，渍一炊久，便中炙。子鹅作亦然。"

【猪肉鲊】 古代菜肴。《齐民要术》"猪肉鲊法"："好肥猪肉作脔，盐令咸淡适口。以饭作糁，如作鲊法。看有酸气，便可食。"

【啗炙】 古代菜肴。《齐民要术》："《食经》曰：啗炙：用鹅、鸭、羊、犊、麋、鹿、猪肉肥者，赤白半。细斫熬之。以酸瓜菹、笋菹、姜、椒、橘皮、葱、胡芹——细切——盐、豉汁，合和肉，丸之。手搦（汝角切）为寸半方。以羊猪胳肚臲卼裹之。两歧，簇两条、簇炙之——簇两脔——令极熟，奠四脔。牛鸡肉不中用。"

【捵炙】 古代菜肴。《齐民要术》"捵炙（一名筒炙，一名黄炙）"："用鹅、鸭、麋、鹿、猪、羊肉。细斫，熬，和调和啗炙。若解离不成，与少粟。竹筒：六寸围，长三尺，削去青皮，节悉净去。以肉薄之。空下头，令手捉。炙之欲熟，小干不著手。竖坻中，以鸡鸭白手灌之。若不均，可再上白；犹不平者，刀削之。更炙，白燥，与鸭子黄；——若无，用鸡子黄，加少朱助赤色。上黄：用鸡鸭翅毛刷之。急手数转，缓则坏。既熟，浑脱，去两头，六寸断之。促奠三。若不即用，以芦荻包之，束两头，布芦间——可五分——可经三五日。不尔，则坏。与粟，则味少酢；多则难著矣。"

【饼炙】 古代菜肴。《齐民要术》"饼炙"："用生鱼、白鱼最好，鲇、鳢不中用。下鱼片离脊肋：仰槊几上，手按大头，以钝刀向尾割取肉，至皮即止。净洗。臼中熟舂之。——勿令蒜气！——与姜、椒、橘皮、盐、豉，和。以竹木作圆范，格四寸，面油涂。绢藉之，绢从格上下以装之，按令均平。手捉绢，倒饼膏油中煎之。出铛，及热置柈上，盌子底按之令拗。将奠。翻仰之。若柈子奠，仰与柈子相应。又云：用白肉生鱼，等分，细斫，熬，和如上。手团作饼，膏油煎如作鸡子饼。十字解，奠之；还令相就如全奠。小者——二寸半——奠二。葱、胡芹，生物不得用！"

【范炙】 古代菜肴。《齐民要术》"范炙"："用鹅鸭臆肉。如浑，椎令骨碎。与姜、椒、橘皮、葱、胡芹、小蒜、盐、豉，切和，涂用。浑炙之。斫取臆肉去骨，奠如白煮之者。"

【炙蚶】 古代菜肴。《齐民要术》"炙蚶"："铁锅上炙之。汁出，去半壳，以小铜柈奠之。大奠六，小奠八；仰奠。别奠酢随之。"

【炙蛎】 古代菜肴。《齐民要术》"炙蛎"："似炙蚶。汁出，去半壳，三肉共奠。如蚶，别奠酢随之。"

【炙车熬】 古代菜肴。《齐民要术》"炙车熬"："炙如蛎。汁出，去半壳，去屎，三肉一壳。与姜、橘屑，重炙令暖。仰奠四；酢随之。勿太熟，则肌。"

【炙鱼】 古代菜肴。《齐民要术》"炙鱼"："用小鲚白鱼最胜。浑用。鳞治，刀细谨。无小，用大为方寸准，不谨。姜、橘、椒、葱、胡芹、小蒜、苏、桪，细切锻。盐、豉、酢，和以渍鱼。可经宿。炙时，以杂香菜汁灌之。燥，复与之。熟而止。色赤则好。双奠，不惟用一。"

【奥肉】 古代菜肴。《齐民要术》"作奥肉法"："先养宿猪令肥。腊月中杀之。攀讫，以火烧之令黄。用暖水梳洗之，削刮令净，刳去五藏。猪肪熝取脂。肉脔，方五六寸作，令肉皮相兼。著水，令相淹渍，于釜中熝之。肉熟水气尽，更以向所熝肪膏煮肉。大率：脂一升、酒二升、盐三升，令脂没肉。缓水煮半日许乃佳。漉出瓮中。余膏仍写肉瓮中，令相淹渍。食时，水煮令熟而调和之，如常肉法。尤宜新韭。新韭烂拌。亦中炙嗽。其二岁猪，肉未坚，烂坏，不任作也。"

【犬臅】 古代菜肴。《齐民要术》："《食经》曰'作犬臅（徒摄反）法'：'犬肉三十斤，小麦六升，白酒六升，煮之。令三沸。易汤，更以小麦、白酒各三升煮令肉离骨。乃擘鸡子三十枚，著肉中，便裹肉，甑中蒸，令鸡子得干，以石迮之。一宿出，可食。名曰'犬臅'。"

【苞臅】 古代菜肴。《齐民要术》"《食次》曰'苞臅法'"："用牛、鹿头、犉蹄、白煮，柳叶细切，择去耳、口、鼻、舌，又去恶者，蒸之。别切猪蹄（蒸熟），方寸切，熟鸡

鸭卵、姜、椒、桔皮、盐，就甑中和之。仍复蒸之，令极烂熟。一升肉，可与三鸭子。别复蒸令软，以苞之。用散茅为束附之相连，必致令裹。大如斛瓮，小如人脚踹肠。大长二尺，小长尺半。大木迮之令平正，唯重为佳。冬则不入水。夏作小者，不迮，用小板挟之。一处与板两重，都有四板。以绳通体缠之，两头与楔楔（苏结反）之。二板之间，楔宜长薄，令中交度，如楔车轴法。强打，不容则止。悬井中，去水一尺许。若急待，内水中，时用去上白皮，名曰'水膜'。又云：用牛、猪肉，煮，切之，如上蒸熟。出置白茅上，以熟煮鸡子白三重间之，即以茅苞，细绳稠束。以两小板挟之，急束两头，悬井水中。经一日许，方得。又云：藿叶薄切，蒸，将熟，破生鸡子，并细切姜桔，就甑中和之。蒸苞如初。奠如'白膜'——一名'迮膜'是也。"

【葱韭羹】 古代菜肴。《齐民要术》："《食次》曰：葱韭羹法：下油水中煮。葱、韭，五分切，沸，俱下。与胡芹、盐、豉、研米糁粒——大如粟米。"

【瓠羹】 古代菜肴。《齐民要术》"瓠羹"："下油水中，煮极熟。瓠体横切；厚三分。沸而下。与盐、豉、胡芹。累奠之。"

【油豉】 古代菜肴。《齐民要术》"油豉"："豉三合，油一升，酢五升，姜、橘皮、葱、胡芹、盐，合和蒸。蒸熟，更以油五升，就气上洒之。讫，即合甑覆泻瓮中。"

【膏煎紫菜】 古代菜肴。《齐民要术》"膏煎紫菜"："以燥菜下油中煎之，可食则止。擘奠如脯。"

【薤白蒸】 古代菜肴。《齐民要术》"薤白蒸"："秫米一石，熟舂皯，令米毛不酒。以豉三升煮之；酒箕漉取汁。用沃米，令上谐可走虾。米释，漉出，停米豉中。夏可半日，冬可一日，出米。葱薤等寸切，令得一石许。胡芹寸切，令得一升许。油五升，合和蒸之。可分为两甑蒸之。气馏，以豉汁五升洒之。凡三过三洒，可经一炊久，三洒豉汁。半熟，更以油五升洒之，即下。用热食。若不即食，重蒸取气出。洒油之后，不得停灶上——则漏去油。重蒸不宜久，久亦漏油。奠讫，以姜、椒末粉之，溲甑亦然。"

【蜜姜】 古代菜肴。《齐民要术》"蜜姜"："生姜一斤，净洗，刮去皮。算子切；不患长，大如细漆箸。以水二升，煮令沸，去沫。与蜜二升，煮，复令沸，更去沫。椀子盛，合汁减半奠；用箸，二人共。无生姜，用干姜；法如前，唯切欲极细。"

【焦瓜瓠】 古代菜肴。《齐民要术》"焦瓜瓠法"："冬瓜、越瓜、瓠，用毛未脱者（毛脱即坚）；汉瓜，用极大饶肉者；皆削去皮，作方脔，广一寸，长三寸。偏宜猪肉，肥羊肉亦佳（肉须别煮令熟，薄切）。苏油亦好，特宜菘菜（芜菁，肥葵，韭等，皆得；苏油宜大用苋菜）。细擘葱白（葱白欲得多于菜；无葱，薤白代之）。浑豉、白盐、椒末。先布菜于铜铛底，次肉（无肉，以苏油代之），次瓜、次瓠，次葱白、盐、豉、椒末。如是次第重布，向满为限。少下水，仅令相淹渍。焦令熟。"

【焦汉瓜】 古代菜肴。《齐民要术》"焦汉瓜法"："直以香酱，葱白，麻油焦之。勿下水亦好。"

【焦菌】 古代菜肴。《齐民要术》"焦菌（其殒反）法"："菌一名地鸡。口未开，内外全白者，佳；其口开里黑者，臭不堪食。其多取欲经冬者，收取，盐汁洗去土，蒸令气馏，下，著屋北阴干之。当时随食者，取，即汤燖去腥气，擘破。先细切葱白，和麻油（苏亦好），熬令香。复多擘葱白，浑豉、盐、椒末与菌俱下焦之。宜肥羊肉；鸡、猪肉亦得。肉焦者，不须苏油（肉亦先熟者苏切重重布之，如焦瓜瓠法，唯不著菜也）。焦瓜、瓠、菌，虽有肉素两法；然此物多充素食，故附素条中。"

【焦茄子】 古代菜肴。《齐民要术》"焦茄子法"："用子未成者（子成则不好也），以竹刀骨刀四破之（用铁则渝黑），汤燖去腥气。细切葱白，熬油令香（苏弥好）。香酱清，擘葱白，与茄子俱下。焦令熟，下椒姜末。"

【食鹿糕】 古代食品。晋周处《风土记》："民间九月，糕上置小鹿数枚，号食鹿糕。"为"食禄糕"之谐音。

【焦饭】 古代食品。即锅巴。《世说新语》："吴郡陈遗，家至孝。母好食铛底焦饭。遗作郡主簿，恒装一囊，每煮食，辄贮录焦饭，归以遗母。"

【五辛盘】 古代食品。始于晋，兴于唐、宋，一直延续至清代。晋周处《风土记》："元旦造五辛盘，五熏炼形。"注曰："五辛所以发五藏之气。庄子所谓春月饮酒茹葱，以通五藏也。"韩鄂《岁华纪丽》卷一："盘号五辛，觞称万寿。"《本草纲目·菜部》："五辛菜，乃元旦、立春，以葱、蒜、韭、蓼蒿、芥辛嫩之菜，杂和食之。取迎新之义，谓之五辛盘。杜甫诗所谓'春日春盘细生菜'是矣。"

【醒酒鲭鲊】 古代食品。能起醒酒作用。《南齐书·虞悰传》："悰善为滋味，和齐皆有方法……世祖幸芳林园，就悰求扁米糊。悰献糊及杂肴数十舁，太官鼎味不及也。上就悰求诸饮食方，悰秘不肯出。上醉后体不快，悰乃献醒酒鲭鲊一方而已。"

【扁米糊】 古代食品。一说是粽子，一说是馓子。参见"醒酒鲭鲊"。

【桄榔炙】 古代食品。《洛阳伽蓝记》："昭仪寺有酒树面木，得非桄榔乎？其心为炙，滋腴极美。"

【饆饠】 也写作"毕罗"。古代食品。一种有馅心的面点。梁顾野王《玉篇》："（饆饠）饼属。用面为之，中有馅。"唐段成式《酉阳杂俎》："韩约能作樱桃饆饠，其色不变。"唐刘恂《岭表录异》："赤蟹，母壳内黄赤膏如鸡鸭子黄，肉白如豕膏，实其壳中。淋以五味，蒙以细面，为蟹饆饠，珍美可尚。"《太平广记·御厨》："翰林学士每遇赐食，有物若饆饠，形粗大，滋味香美，呼为'诸王修身'。"一说饆饠类抓饭，是从波斯等国传入中国的。

【毕罗】 即"饆饠"

【瀹鸡子】 古代食品。《齐民要术》"瀹鸡子法"："打

破，写沸汤中，浮出即掠取。生熟正得，即加盐醋也。”

【杭子】 古代食品。即腌鸭蛋。《齐民要术》“作杭子法”：取一百只鸭蛋，然后“取杭木皮（……无杭皮者，虎杖根、牛李根并作用……）净洗细茎，挫，煮取汁。率：二斗，及热，下盐一升和之，汁极冷，内（同纳）瓮中（汁热卵则致败，不堪久停），浸鸭子，一月，住食。煮而食之，酒食俱用。咸徹（透也）则卵浮（吴中多作者，至十数斛。久停弥善，亦得经夏也）。”

【肉酱】 古代食品。《齐民要术》“肉酱法”：“牛、羊、麞、鹿、兔肉，皆得作（取良杀新肉，去脂细剉。陈肉干者不任用。合脂，令酱腻）。晒曲令燥，熟捣绢筛。大率：肉一斗，曲末五升，白盐二升半，黄蒸一升（曝干，熟捣，绢筛）。盘上和令匀调，内（同纳）瓮子中（有骨者，和讫先捣，然后盛之。骨多髓，既肥腻，酱亦然也）。泥封日曝。寒月作之，宜埋之于黍穰积中。二七日，开看：酱出，无曲气，便熟矣。买新杀雉，煮之，令极烂，肉销尽。去骨，取汁。待冷，解酱（鸡汁亦得。勿用陈肉，令酱苦腻。无鸡雉，好酒解之，还著日中）。”

【卒成肉酱】 古代食品。一种在极短时间内制成的肉酱。《齐民要术》“作卒（同猝）成肉酱法”：将牛或羊、麞、鹿、兔、鱼等肉细剉，加好酒、曲末、黄蒸、白盐“盘上调和令均，捣使熟。还擘碎如枣大”。然后装入经煮过的干瓶子中。将瓶子密封。再将瓶子放入铺有厚草的坑中。用土覆盖。“于土燃干牛粪火，通夜勿绝。明日周时（犹言对时），酱出便熟（若酱未熟者，还覆置，更燃如初）。临食，细切葱白，著麻油炒葱，令熟，以和肉酱，甜美异常也。”

【鱼酱】 古代食品。《齐民要术》“作鱼酱法”：“（鲤鱼、鲭鱼第一好。鳢鱼亦中。鲩鱼、鲇鱼即全作，不用切）。去鳞，净洗，拭令干。如脍法，披破缕切之。去骨。大卒：成鱼一斗，用黄衣三升（一升全用，二升作末）、白盐二升（黄盐则苦）、干姜一升（末之）、桔皮一合（缕切之），和令调均，内（同纳）瓮子中，泥密封，日曝。勿令漏气。熟，以好酒解之。”

【干鲩鱼酱】 古代食品。《齐民要术》“干鲩鱼酱法”：“一名刀鱼。六月、七月，取干鲩鱼，盆中水浸，置屋里。一日三度易水，三日好净、漉，洗，去鳞。全作勿切。率：鱼一斗，曲末四升，黄蒸末一升（无蒸，用麦蘖末亦得），盐二升半。于盘中和令均调。布置瓮子，泥封，勿令漏气。二七日便熟，味香美，与生者无殊异。”

【麦酱】 古代食品。《齐民要术》“《食经》‘作麦酱法’”：“小麦一石，渍一宿，炊，卧之，令生黄衣。以水一石六斗，盐三升，煮作卤。澄清八斗，着瓮中，炊小麦投之，搅令调均。覆着日中。十日可食。”

【榆子酱】 古代食品。《齐民要术》“榆子酱”：“治榆子人（同仁）一升，捣末，筛之。清酒一升，酱五升，合和。一月可食之。”

【虾酱】 古代食品。《齐民要术》“作虾酱法”：“虾一斗，饭三升为糁、盐二升、水五升和调。日中曝之。经春夏不败。”梁刘孝仪有《谢晋安王赍虾酱启》。

【燥脡（yíng营）】 古代食品。《齐民要术》“作燥脡法”：“羊肉二斤、猪肉一斤，合煮令熟，细切之。生姜五合、桔皮两叶、鸡子十五枚、生羊肉一斤、豆酱清五合。先取熟肉，著甑上蒸，令熟。和生肉。酱清、姜、桔皮和之。”

【生脡】 古代食品。一种肉酱。《齐民要术》“生脡法”：“羊肉一斤，猪肉白四两，豆酱清渍之。缕切生姜，鸡子。春秋用苏蓼著之。”

【鲩鲊（zhú yí逐宜）】 古代食品。从汉代鱼肠酱发展而成。《齐民要术》“作鲩鲊法”：“……取石首鱼、鲈鱼、鲻鱼三种肠、肚、胞，齐净洗，空著白盐，令小倚咸。内器中，密封，置日中。夏二十日，春秋五十日，冬百日，乃好熟。食时下姜酢等。”

【藏蟹】 古代食品。《齐民要术》“藏蟹法”：农历九月取活母蟹，先放水中一夜，使其吐净污物，后入糖稀瓮中浸一宿。然后“煮蓼汤和白盐，特须极咸。待冷，瓮盛半汁。取鳆中蟹，内著盐蓼汁中，便死（蓼宜少著，蓼多则烂）。泥封二十日，出之举蟹齐（脐），著姜末，还复齐如初。内著坩瓮中，百个各一器。以前盐蓼汁浇之，令没。密封，勿令漏气，便成矣。特忌风里，风则坏而不美也。”又法：“直煮盐蓼汤，瓮盛，诣河所。得蟹，则内盐汁里，满便泥封。虽不及前，味亦好。慎风如前法。食时，下姜末调黄，盏盛姜酢。”

【豆豉】 古代食品。《齐民要术》“《食经》作豉法”：“常夏五月至八月，是时月也。率：一石豆，熟澡之，渍一宿。明日出蒸之，手捻其皮，破则可。便敷於地。地恶者，亦可席上敷之。令厚二寸许。豆须通冷。以青茅覆之。亦厚二寸许。三日视之，要须通得黄为可。去茅，又薄掸之，以手指画之作耕垄。一日再三如此，凡三日，作此可止。更煮豆取浓汁，并秫米女麹五升；盐五升，合此豉中。以豆汁洒溲之，令调。以手搏，令汁出指间，以此为度。毕，内（同纳）缾中；若不满缾，以矫桑叶满之。——勿抑！——乃密泥之。中庭二十七日，出，排曝令燥。更蒸之。时煮矫桑叶汁，洒溲之。乃蒸如炊熟久，可复排之。此三蒸曝，则成。”

【家理食豉】 古代食品。《齐民要术》“作家理食豉法”：“随作多少。精择豆，浸一宿，旦炊之；与炊米同。若作一石豉，炊一石豆。熟，取生茅卧之，如作女麹形。二七日，豆生黄衣。簸去之，更曝令燥。后以水浸令湿，手投之，使汁出从指歧间出为佳。以著瓮器中。掘地作坎，令足容瓮器。烧坎中令热，内瓮著坎中。以桑叶盖豉上，厚三寸许。以物盖瓮头令密，涂之。十许日，成；出，曝之，令浥浥然。又蒸熟、又曝。如此三偏，成矣。”

【麦豉】 古代食品。《齐民要术》“作麦豉法”：“七月八月中作之；余月则不佳。舂治小麦，细磨为麸，以水拌

而蒸之。气馏好熟，乃下。掸之令冷，手掇令碎。布置覆盖，一如麦麹黄蒸法。七日衣足，亦勿簸扬。以盐汤周徧洒润之。更蒸。气馏极熟，乃下。掸去热气，及煖内(同纳)瓮中，盆盖，於蘘粪中燠之。二七日，色黑、气香、味美便熟。捣作小饼，如神麹形。绳穿为贯，屋里悬之。纸袋盛笼，以防青蝇尘垢之汙。用时，全饼作汤中煮之，色足漉出。削去皮粕，还举。一饼得数遍煮用。热、香、美，乃胜豆豉。打破，汤浸，研用，亦得。然汁浊，不如全煮汁清也。”

【八和齑】 古代食品。取蒜、姜、桔皮、白梅、熟栗子肉、粳米饭、盐、醋这八种原料，经多道工序配制而成。可伴脍食用。见《齐民要术》。

【芥酱】 古代食品。《齐民要术》“《食经》作芥酱法”：“熟捣芥子，细筛。取屑，著瓯里，蟹眼汤洗之。澄，去上清，后洗之。如此三过，而去其苦。微火上搅之，少熇，覆瓯瓦上，以灰围瓯边，一宿则成。以薄酢解，厚薄任意。”

【裹鲊】 古代食品。《齐民要术》“作裹鲊法”：“脔鱼。洗讫，则盐和，糁。十脔为裹，以荷叶裹之，唯厚为佳。——穿破则虫入——不复须水浸镇迮之事。只三二日，便熟，名曰‘暴鲊’。荷叶别有一种香，奇相发起，香气又胜凡鲊。有茱萸橘皮则用，无亦无嫌也。”

【蒲鲊】 古代食品。《齐民要术》“《食经》作蒲鲊法”：“取鲤鱼二尺以上，削，净治之。用米三合，盐二合酸宿，厚与糁。”

【鱼鲊】 古代食品。《齐民要术》“作鱼鲊法”：“剉鱼毕，便盐腌。一食顷，漉汁令尽，更净洗鱼。与饭裹，不用盐也。”

【长沙蒲鲊】 古代食品。《齐民要术》“作长沙蒲鲊法”：“治大鱼，洗令净；厚盐，令鱼不见。四五宿，洗去盐。炊白饭渍清水中，盐饭酿。多饭无苦。”

【夏月鱼鲊】 古代食品。《齐民要术》“作夏月鱼鲊法”：“脔一斗，盐一升八合，精米三升，炊作饭，酒二合，橘皮，姜半合，茱萸二十颗。抑著器中。多少以此为率。”

【乾鱼鲊】 古代食品。《齐民要术》“作乾鱼鲊法”：“尤宜春夏。取好乾鱼，——若烂者不中。——截却头尾，暖汤净刷洗，去鳞。讫，复以冷水浸，一宿一易水。数日肉起，漉出，方四寸斩。炊粳米饭为糁；尝，咸淡得所。取生茱萸叶布瓮子底。少取生茱萸子和饭，——取香而已，不必多，多则苦。一重鱼，一重饭，饭倍多早熟。手按令坚实。荷叶闭口，无荷叶，取芦叶，无芦叶，乾苇叶亦得。泥封，勿令漏气。置日中。春秋一月，夏二十日便熟。久而弥好。酒食俱入，酥涂火炙特精。脆之，尤美也。”

【猪肉鲊】 古代食品。《齐民要术》“作猪肉鲊法”：“用猪肥犒肉，净煠煠治讫，剔去骨，作条，广五寸。三易水煮之，令熟为佳；勿令太烂。熟，出。待乾，切如鲊脔，片之皆令带皮。炊粳米饭为糁，以茱萸子白盐调和。布置一如鱼鲊法。糁欲倍多，令早熟。泥封，置日中，一月熟。蒜齑姜酢，任意所便。脆之，尤美，炙之，珍好。”

【五味脯】 古代食品。《齐民要术》收有两种制法。其一，“作五味脯法”：“正月、二月、九月、十月为佳。用牛、羊、麋、鹿、野猪、家猪肉。或作条，或作片罢(凡破肉皆须顺理，不用斜断)，各自别。捶牛羊骨令碎，熟煮，取汁，掠去浮沫，停之使清。取香美豉(别以冷水淘去尘秽)，用骨汁煮豉。色足味调，漉去滓，待冷下盐(适合而已，勿使过咸)。细切葱白，掏令熟。椒、姜、桔皮皆末之(量多少)。以浸脯。手揉令彻。片脯，三宿则出；条脯，须尝，看味徹，乃出。皆细绳穿，于屋北檐下阴干。条脯浥浥时，数以手搦令坚实。脯成，置虚静库中(着烟气则味苦)，纸袋笼而悬之(置于瓮，则郁浥。若不笼，则青蝇尘汙。腊月中作条者，名曰‘瘃脯’”，堪度夏。每取时，先取其肥者(肥者膩，不耐久)。其二，“五味脯法”：“(腊月初作)。同鹅、雁、鸡、鸭、鸽、鸠、凫、雉、兔、鸽、鹑、生鱼，皆得作。乃净治，去腥窍及翠上‘脂瓶’(留脂瓶则臊也)。全浸，勿四破。别煮牛羊骨肉取汁(牛羊科得一种，不须并用)，浸豉调和，一同‘五味脯’法。浸四五日，尝，味徹便出，置箔上阴干。火炙熟捶。亦名‘瘃腊’，亦名‘瘃鱼’，亦名‘鱼腊’(鸡、雉、鹑三物，直去腥藏(脏)，勿开臆。”

【瘃(zhū竹)脯】 见“五味脯”。

【瘃腊】 见“五味脯”。

【瘃鱼】 见“五味脯”。

【鱼腊】 见“五味脯”。

【度夏白脯】 古代食品。《齐民要术》“作度夏白脯法”：“(腊月作最佳。正常、二月、三月，亦得作之)。用牛、羊、麋、鹿肉之精者。杂膩则不耐久。破作片。罢，冷水浸，搦去血，水清乃止。以冷水淘白盐，停取消，下椒末，浸。再宿，出，阴干。浥浥时，以木棒轻打，令坚实(仅使坚实而已，慎勿令碎肉出)。瘦死牛羊及羔犊弥精。小羔子，全浸之。先用暖汤净洗，无复腥气，乃浸之。”

【甜脆脯】 古代食品。《齐民要术》“作甜脆脯法”：“腊月取麋鹿肉，片，——厚薄如手掌，——直阴干，不着盐。脆如凌雪也。”

【鳣鱼脯】 古代食品。《齐民要术》“作鳣鱼脯法”：“(一名‘鲟鱼’也)。十一月初至十二月末作之。不鳞不破，直以杖刺口令到尾(杖尖头作樗蒲之形)。作咸汤，令极咸；多下姜椒末。灌鱼口，以满为度。竹杖穿眼，十个一贯；口向上，於屋北檐下悬之。经冬令瘃。至二月三月，鱼成。生剖取五脏，酸醋浸食之，隽美乃胜逐夷。其鱼，草裹泥封，煻灰中燠乌刀切之。去泥草，以皮布裹而槌之。白如珂雪，味又绝伦。过饭下酒，极是珍美也。”

【脆脯】 古代食品。《齐民要术》“作脆脯法”：“(腊月

初作。任为五味脯者，皆中作；唯鱼不中耳）。白汤熟煮，接去浮沫。欲出釜时，尤须急火。——急火则易燥。置箔上阴干之，甜脆殊常。”

【浥鱼】 古代食品。《齐民要术》“作浥鱼法”：“（四时皆得作之）。凡生鱼，悉中用；唯除鲇鳢（上、奴嫌反，下、胡化反）耳。去直鳃，破腹，作鲊。净刮，不须鳞。夏月特须多著盐；春秋及冬，调适而已，亦须倚咸。两两相合。冬直积置，以席覆之；夏须瓮盛泥封，勿令蝇蛆（瓮须钻底数孔，拔，引去腥汁，汁尽还塞）。肉红赤色，便熟。食时，洗却盐。煮、蒸、炮任意，美于常鱼（作鲊、酱、燠、煎，悉得）。”

【脾（zǐ子）肉】 古代食品。《齐民要术》“作脾肉法”：“驴、马、猪肉皆得。腊月中作者良，经夏无虫。余月作者，必须覆护，不密，则虫生。粗脔肉，有骨者，合骨粗剉。盐、曲、麦糵合和，多少量气斟裁。然后盐、曲二物等分，麦糵倍少于曲。和讫，内瓮中，密泥封头，日曝之。二七日便熟。煮供朝夕食，可以当酱。”

【糟肉】 古代食品。《齐民要术》“作糟肉法”：“春、夏、秋、冬皆得作。以水和酒糟，搦之如粥，著盐令咸。内棒炙肉于糟中，著屋下阴地，饮酒食饭，皆炙啖之。暑月，得十日不臭。”

【苞肉】 古代食品。《齐民要术》“苞肉法”：“十二月中杀猪。经宿，汁尽浥浥时，割作棒炙形，茅管中苞之。无管芽，稻秆亦得。用厚泥封，勿令裂。裂，复上泥。悬著屋外北阴中，得至七八月，如新杀肉。”

【水牒】 古代食品。由“苞牒”变化而成。参见“苞牒”。

【白饼】 古代食品。《齐民要术》“作白饼法”：“面一石。白米七八升作粥，以白酒六七升酵中。著火上。酒鱼眼沸，绞去滓，以和面。面起，可作。”

【髓饼】 古代食品。《齐民要术》“髓饼法”：“以髓脂、蜜合和面。厚四五分，广六七寸。便著胡饼炉中，令熟。勿令反覆。饼肥美，可经久。”

【粲】 古代食品。《齐民要术》：“《食次》曰‘粲’（一名‘乱积’）”：“用秫稻米，绢罗之。蜜和水（水蜜中半），以和米屑。厚薄，令竹杓中下。先试，不下，更与水蜜。作竹杓，容一升许，其下节，穊作孔。竹杓中下沥五升铛里，脂煮之熟。三分之一铛，中也。”

【乱积】 见“粲”。

【膏环】 古代食品。《齐民要术》“膏环（一名‘粔籹’）”：“用秫稻米屑，水蜜溲之，强泽如汤饼面。手搦团，可长八寸许（屈令两头相就，膏油煮之）。”

【粔籹】 见“膏环”。

【鸡鸭子饼】 古代食品。《齐民要术》“鸡鸭子饼”：“破，写瓯中，少与盐。锅铛中，膏油煎之，令成团饼。厚二分。全奠一。”

【细环饼】 古代食品。《齐民要术》“细环饼、截饼”：“（环饼一名‘寒具’，截饼一名‘蝎子’。）皆须以蜜调水溲麫。若无蜜，煮枣取汁。牛羊脂膏亦得；用牛羊乳亦好——令饼美脆。截饼纯用乳溲者，入口即碎，脆如凌雪。”

【寒具】 见“细环饼”

【蝎子】 见“细环饼”。

【截饼】 古代食品。参见“细环饼”。

【餢飳（bù tǒu）】 古代食品。《齐民要术》“餢飳（起麫如上法）”：“盘水中浸剂，于漆盘背上水作者，省脂。亦得十日软；然久停则坚。干剂于腕上手挽作，勿著勃！入脂浮出，即急翻，以杖周正之。但任其起，勿刺令穿；熟，乃出之。一面白，一面赤，轮缘亦赤，软而可爱。久停亦不坚。若待熟使翻，杖刺作孔者，泄其润气，坚硬不好。法：须瓮盛，湿布盖口；则常有润泽，甚佳。任意所便，滑而且美。”

【水引餺飥（bó tuō拨托）】 古代食品。《齐民要术》“水引餺飥法”：“细绢筛麫。以成调肉臛汁，待冷溲之。水引，挼如箸大，一尺一断，盘中盛水浸。宜以手临铛上，挼令薄如韭叶，逐沸煮。餺飥：挼如大指许，二寸一断，著水盆中浸。宜以手向盆旁，挼使极薄。皆急火逐沸熟煮。非直光白可爱，亦自滑美殊常。”

【切面粥】 古代食品。《齐民要术》“切面粥（一名‘碁子粥’）”：“刚溲面，揉令熟。大作剂，挼饼，粗细如小指大，重累于干面中。更挼，如粗筋大。截断，切作方碁。簸去勃，甑里蒸之。气馏勃尽，下，著阴地净席上，薄摊令冷。挼散，勿令相粘。袋盛举置。须即汤煮，别作臛浇，坚而不汲。冬天一作，得十日。”

【碁子粥】 见“切面粥”。

【臞瘦（luǒ suǒ）粥】 古代食品。《齐民要术》“臞瘦粥”：“以粟饭饘，水浸，即漉著面中。以手向簸箕痛挼，令均如胡豆。拣取均者，熟蒸，曝干。须即汤煮，笊篱漉出，别作臛浇。甚滑美，得一月日停。”

【粉饼】 古代食品。《齐民要术》“粉饼法”：“以成调肉臛汁，接沸溲英粉（若用粗粉，脆而不美，不以汤溲，则生不中食），如环饼面。先刚溲，以手痛揉，令极软熟。更以臛汁，溲令极泽，铄铄然。割取牛角，似匙面大。馔作六七小孔，仅容粗麻线。若作水引形者，更割牛角，开四五孔，仅容韭叶。取新帛细绐两段，各方尺半。依角大小，凿去中央，缀角著绐（以钻钻之，密缀，勿令漏粉。用讫，洗，举。得二十年用），裹成溲粉，敛四角，临沸汤上搦出，熟煮，臛浇。若著酪中及胡麻饮中者，真类玉色。稹稹著牙，与好面不殊（一名搦。著酪中者，直用白汤溲之，不须肉汁）。”

【豚皮饼】 古代食品。《齐民要术》“豚皮饼法（一名‘拨饼’）：“汤溲粉，令如薄粥。大铛中煮汤。以小杓子挹粉，著铜钵内。顿钵著沸汤中，以指急旋钵，令粉悉著钵中四畔。饼既成，仍挹钵倾饼著汤中，煮熟，令漉出，著冷水中。酷似豚皮。臛浇麻酪，任意。滑而且美。”

【拨饼】 见“豚皮饼”。

【糍(yè页)】 古代食品。类似现在的年糕。《齐民要术》:“《食次》曰:糍,‘用秫稻米末,绢罗,水蜜溲之,如强汤饼面。手搦之,令长尺余,广二寸余。四破,以枣、栗肉上下著之偏,与油涂竹箬裹之,烂蒸。奠二,箬不开破,去两头,解去束附’。”

【杏酪粥】 古代食品。《齐民要术》“煮杏酪粥法”:“用宿穬麦。其春种者,则不中。预前一月事麦:拆令精,细簸,拣作五六等,必使别均调,勿令粗细相杂。其大如胡豆者,粗细正得所。曝令极干。如上治釜讫,先煮一釜粗粥,然后净洗用之。打取杏仁,以汤脱去黄皮,熟研。以水和之,绢滤取汁。汁唯淳浓便美,水多则味薄。用干牛粪燃火,先煮杏仁汁。数沸,上作猪脑皱,然后下穬麦米。唯须缓火。以匕徐徐搅之,勿令住。煮令极熟,刚淳得所,然后出之。预前多买新瓦盆子容受二斗者,抒粥著盆子中,仰头勿盖。粥色白如凝脂,米粒有类青玉。停止四月八日亦不动……。”

【粟飧】 古代食品。《齐民要术》“作粟飧法”:“眴米欲细而不碎(碎则浊而不美)。眴讫即炊(经宿则涩。淘必宜净。十徧已上弥佳);香浆和暖水,浸饘少时,以手挼无令有块。复小停,然后壮(凡停饘,冬宜久,夏少时;盖以人意消息之。若不停饘,则饭坚也)。投飧时,先调浆令甜酢适口。下热饭于浆中,尖出便止。宜少时住,勿使挠搅,待其自解散,然后捞盛,飧便滑美(若下饭即挠,令饭涩)”。

【寒食浆】 古代食品。《齐民要术》“作寒食浆法”:“以三月中,清明前,夜炊饭。鸡向鸣,下熟热饭于瓮中,以向满为限。数日后,便酢,中饭。因家常炊次,三四日,辄以新炊饭一椀酘之。每取浆,随多少即新汲冷水添之。讫夏,飧浆并不败而常满,所以为异。以二升,得解水一升。水冷清俊,有殊于凡。”

【饸饹】 古代食品。《齐民要术》:“《食经》曰:作麸饭法:用麸五升,先干蒸,搅使冷。用水一升。留一升麸,减水三合;以七合水,溲四升麸,以手擘解。以饭一升麸粉;粉干,下,稍切取,大如粟颗。讫,蒸熟,下著筛中,更蒸之。”

【粳米枣糒(bèi贝)】 古代食品。《齐民要术》“粳米枣糒法”:“炊饭熟烂,曝令干,细筛。用枣蒸熟,迮取膏,溲糒。率:一升糒,用枣一升。”

【胡饭】 古代食品。《齐民要术》“胡饭法”:“以酢瓜菹,长切;将炙肥肉,生杂菜,内(同纳)饼中,急捲捲用。两卷三截,还令相就,——并六断。——长不过二寸。别奠飘齑随之。细切胡芹,奠下酢中,为‘飘齑’。”

【臡(shū书)托饭】 古代食品。《齐民要术》“臡托饭”:“托二斗,水一石。熬白米三升,令黄黑,合托三沸。绢漉取汁,澄清;以臡一升投中。无臡,与油二升。”

【葵菘芜菁蜀芥咸菹】 古代食品。《齐民要术》“葵菘芜菁蜀芥咸菹法”:“收菜时,即择取好者,管蒲束之。作盐水,令极咸,于盐水中洗菜,即内瓮中。若先用淡水洗者,菹烂。其洗菜盐水,澄取清者,泻著瓮中,令没菜把即止,不复调和。菹色仍青,以水洗去咸汁,煮为茹,与生菜不殊。其芜菁、蜀芥二种,三日抒出之。粉黍米作粥清。捣麦麩作末。绢筛。布菜一行,以麩末薄坌之,即下热粥清。重重如此,以满瓮为限。其布菜法:每行必茎叶颠倒安之。旧盐汁,还泻瓮中。菹色黄而味美。作淡菹,用黍米粥清及麦麩末,味亦胜。”

【汤菹】 古代食品。《齐民要术》“作汤菹法”:“菘菜佳,芜菁亦得。收好菜,择讫,即于热汤中煠出之。若菜已萎者,水洗,漉出,经宿生之,然后汤煠。煠讫,冷水中濯之。盐、醋中,熬胡麻油著。香而且脆。多作者,亦得至春不败。”

【蘸菹】 古代食品。《齐民要术》“蘸菹法”:“菹,菜也。一曰:菹不切曰‘蘸菹’。用干蔓菁。正月中作。以热汤浸菜,令柔软。解、辨、择、治,净洗。沸汤煠,即出,于水中净洗。复作盐水暂度,出著箔上。经宿,菜色生好。粉黍米粥清,亦用绢筛麦麩末,浇菹布菜,如前法。然后粥清不用大热,其汁才令相淹,不用过多,泥头七日便熟。菹瓮以穰茹之,如酿酒法。”

【卒菹】 古代食品。《齐民要术》“作卒菹法”:“以酢浆煮葵菜,擘之,下酢,却成菹矣。”

【葵菹】 古代食品。《齐民要术》“《食经》作葵菹法”:“择燥葵五斛。盐二斗、水五斗、大麦干饭四升,合瀫窖。葵一行,盐饭一行,清水浇满。七日,黄,便成矣。”

【菘咸菹】 古代食品。《齐民要术》“作菘咸菹法”:“水四斗、盐三升,搅之,令杀菜。又法:菘一行,女曲间之。”

【酢菹】 古代食品。《齐民要术》“酢菹法”:“三石瓮,用米一斗,捣,搅取汁三升。煮滓作三升粥,令。内菜瓮中,辄以生渍汁及粥灌之。一宿,以青蒿、薤白各一行,作麻沸汤浇之,便成。”

【菹消】 古代食品。《齐民要术》“作菹消法”:“用羊肉二十斤、肥猪肉十斤,缕切之。菹二升,菹根五升、豉汁七升半、切葱头五升。”

【蒲菹】 古代食品。为古代蒲菹的品种之一。《齐民要术》“蒲菹”:“……煮以苦酒,受之,如食笋法,大美。今吴人以为菹,又以为鲊。”

【瓜菹】 古代食品。《齐民要术》“瓜菹法”:“采越瓜,刀子割,摘取,勿令伤皮。盐揩数遍,日曝令皱。先取四月白酒糟,盐和,藏之。数日,又过著大酒糟中,盐、蜜、女曲和糟,又藏泥瓯中。唯久佳。”又云:“不入白酒糟亦得。”又云:“大酒接出清,用醅。若一石,与盐三升、女曲三升、蜜三升。女曲曝令燥,手拚令解,浑用。女曲者,麦黄衣也。”又云:“瓜净洗,令燥,盐揩之。以盐和酒糟,令有盐味,不须多,合藏之。密泥瓯口,软而黄便可食。大者六破,小者四破,五寸断之,广狭尽瓜之形。”又云:“长四寸,广一寸,仰奠四片。瓜用小而直者,不可用

贮。”

【瓜芥菹】 古代食品。《齐民要术》“瓜芥菹”：“用冬瓜，切长三寸、广一寸、厚二分。芥子，少与胡芹子，合熟研，去滓，与好酢盐之。下瓜。唯久盖佳也。”

【苦笋紫菜菹】 古代食品。《齐民要术》“苦笋紫菜菹”：“笋去皮，三寸断之，细缕切之。小者，手捉小头，刀削大头，唯细薄。随置水中。削讫，漉出。细切紫菜，和之，与盐、酢、乳用。半奠。紫菜，冷水渍少久，自解。但洗时勿用汤。汤洗，则失味矣。”

【竹菜菹】 古代食品。《齐民要术》“竹菜菹法”：“菜生竹林下，似芹，科大而茎叶细，生极概。净洗，暂经沸汤，速出，下冷水中，即搦去水，细切。又胡芹、小蒜，亦暂经沸汤，细切，和之。与盐、醋。半奠。春用至四月。”

【蕨(jué及)菹】 古代食品。《齐民要术》“蕨菹法”：“蕨，去土、毛、黑恶者，不洗。暂经沸汤即出，多少与盐。一升，以暖米清潘汁净洗之，及暖即出，漉下盐酢中。若不及热，则赤坏之。又，汤撩葱白，即入冷水，漉出，置蕨中。并寸切用。米若椀子奠，去蕨节。料理接一奠，各在一边，令满。”

【菘根槛菹】 古代食品。《齐民要术》“菘根槛菹法”：“菘净洗，偏体须长切，方如算子，长三寸许。束根，入沸汤，小停，出。及热与盐酢。细缕切桔皮和之。料理，半奠之。”

【熯(hàn汉)菹】 古代食品。《齐民要术》“熯菹法”：“净洗，缕切三寸长许，束为小把，大如箄篥。暂经沸汤，速出之。及热与盐酢，上加胡芹子与之。料理令直，满奠之。”

【胡芹小蒜菹】 古代食品。《齐民要术》“胡芹小蒜菹法”：“并暂经小沸汤出，下冷水中，出之。胡芹细切，小蒜寸切，与盐、酢，分半奠，青白各在一边。若不各在一边，不即入于水中，则黄坏。满奠。”

【菘根萝卜菹】 古代食品。《齐民要术》“菘根萝卜菹法”：“净洗，通体细切；长缕束为把，大如十张纸卷，暂经沸汤即出。多与盐。二升暖汤，合把手按之。又细缕切，暂经沸汤，与橘皮和，及暖与则黄坏。料理满奠。煴菘，葱、芜菁根，悉可用。”

【紫菜菹】 古代食品。《齐民要术》“紫菜菹法”：“取紫菜，冷水渍令释；与葱菹合盛，各在一边。与盐酢，满奠。”

【梅瓜】 古代食品。《齐民要术》“梅瓜法”：“用大冬瓜，去皮穰，算子细切，长三寸，粗细如斫饼。生布薄绞，去汁。即下杭汁，令小暖，经宿漉出。煮一升乌梅，与水二升，取一升余，出梅，令汁清澄。与蜜三升，杭汁三升，生橘二十枚——去皮核——取汁，复和之。合煮两沸，去上沫，清澄令冷。内瓜讫，与石榴——酸青——悬钩子，廉姜屑——石榴悬钩，一杯可下十度。尝看，若不大涩，杭子汁至一升。”又云：“乌梅渍汁淘奠。石榴悬钩，一奠不过五六。度熟，两粗皮。杭一升，与水三升，煮取半升。澄清。”

【梨菹】 古代食品。《齐民要术》“梨菹法”：“先作潘。用小梨，瓶中水渍，泥头。自秋至春；至冬中，须亦可用。”又云：“一月日可用。将用，去皮，通体薄切，奠之。以梨潘汁投少蜜，令甜酢，以泥封之。若卒作，切梨如上。五梨：半用苦酒二升、汤二升合和之，温令少热。下，盛。一奠五六片。汁沃上，至半，以箸置杯旁。夏停不过五日。”又云：“卒作，煮枣亦可用之。”

【木耳菹】 古代食品。《齐民要术》“木耳菹”：“取枣、桑、榆、柳树边生，犹软湿者(干即不中用，柞木耳亦得)。煮五沸，去腥汁，出，置冷水中，净洮。又著酢浆水中洗出，细缕切讫。胡荽、葱白(少著，取香而已)，下豉汁、酱清及酢，调和适口。下姜、椒末。甚滑美。”

【蘧(qú渠)菹】 古代食品。《齐民要术》“蘧菹法”：“《毛诗》曰：‘薄言采芑’，毛云：‘菜也。’《诗义疏》曰：‘蘧，似苦菜；茎青。摘去叶，白汁出，甘蘧可食。亦可为茹。青州谓之芑。’西河雁门，蘧尤美；时人恋恋，不能出塞。”

【荇菹】 古代食品。《齐民要术》：“荇：《尔雅》曰：‘荇，接余；其叶苻。’……《诗义疏》曰：‘接余，其叶白，茎紫赤；正圆，径寸余，浮在水上。根在水底，茎与水深浅等，大如钗股，上青下白。以苦酒浸之为菹，脆美可按酒。其华为蒲黄色’。”

【白茧糖】 古代食品。《齐民要术》：“《食次》曰：白茧糖法：熟炊秫稻米饭，及热于杵臼净者，舂之为糍——须令极熟，勿令有米粒。干为饼：法，厚二分许。日曝小燥；刀直劙为长条，广二分。乃斜裁之，大如枣核，两头尖。更曝，令极燥。膏油煮之。熟，出，糖聚圆之；一圆不过五六枚。又云：手索糍，粗细如箭簳。日曝小燥；刀斜截大如枣核。煮、圆、如上法，圆大如核桃。半奠，不满之。”

【黄茧糖】 古代食品。《齐民要术》“黄茧糖”：“白秫米，精舂，不簸淅。以栀子渍米，取色。炊、舂为糍，加蜜。余一如白糍。作茧，煮，及奠，如前。”

【饧大麦粥】 古代食品。为寒食节禁火时所食。宗懔《荆楚岁时记》：“去冬至节一百五日，即有疾风甚雨，谓之寒食。禁火三日，造饧大麦粥。”陆翙《邺中记》：“寒食三日为醴酪，又煮粳米及麦为酪，捣杏仁，煮作粥。”《玉烛宝典》：“今人悉为大麦粥，研杏仁为酪，引饧沃之。”

【五般馄饨】 也称“五色馄饨”。古代食品。即五种花色的馄饨。《太平广记》卷一五三《李宗回》：“食五般馄饨。……有五般馄饨，问煮那般？”陆游《对食戏作》：“馄饨那得五般来？”《南唐书·节义列传》：“某御厨者……其食味有……五色馄饨。”

【五色馄饨】 即“五般馄饨”。

【蜜渍逐夷】 古代食品。用蜜腌制的鱼肠。相传齐明帝嗜食此馔。见《南齐书·虞愿书》。

【赍字五色饼】 古代食品。《酉阳杂俎》"赍字五色饼法":"刻木莲花,藉禽兽形按成之,合中累积五色竖作道,名为鬬钉。"

【薄饼】 古代食品。《周书·王罴传》:"尝有台使,罴为其设食。使乃裂其薄饼缘。"宋吴处厚《青箱杂记》:"谚云:薄饼从上揭。"

隋唐五代菜点

【浑羊殁忽】 古代菜肴。浑羊,即整羊。《太平广记·御厨》:"……取鹅,焊,去毛及五脏,酿以肉及糯米饭,五味调和。先取羊一口,亦焊剥,去肠胃,置鹅于羊中,缝合炙之。羊肉若熟,便堪去却羊。取鹅浑食之。谓之浑羊殁忽。"

【金齑玉鲙】 也称"松江鲈鱼干鲙"。古代菜肴。《太平广记·吴馔》:"……然作鲈鱼鲙,须八九月霜下之时,收鲈鱼三尺以下者作干鲙。浸渍讫,布裹沥水令尽。散置盘内。取香柔花叶,相间细切,和鲙拨令调匀。霜后鲈鱼,肉白如雪,不腥。所谓'金齑玉鲙,东南之佳味也。'紫花碧叶,间以素鲙,亦鲜洁可观。"

【松江鲈干鲙】 即"金齑玉鲙"。

【海鲩干鲙】 古代菜肴。为吴地名馔。《太平广记·吴馔》:"吴郡献海鲩干鲙四瓶……作干鲙之法:当五六月盛热之日,于海取得鲩鱼……即于海船之上作鲙。去其皮骨,取其精肉缕切,随成随晒,三四月,须极干,以新白瓷瓶未经水者盛之。密封泥。勿令风入。经五六十日,不异新者。"

【缕金龙凤蟹】 古代菜肴。在糟蟹、糖蟹的壳面上粘贴上用金纸剪成的龙凤花而成。宋陶谷《清异录》:"焊帝幸江都,吴中贡糟蟹、糖蟹。每进御,则上旋洁拭壳面,以金缕龙凤花云贴其上。"

【浑炙犁牛】 古代菜肴。浑炙,即整烤之意。犁牛,即牦牛。岑参《酒泉太守席上醉后作》:"琵琶长笛齐相和,羌儿胡雏齐唱歌。浑炙犁牛烹野驼,交河美酒金叵罗。"

【光明虾炙】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"光明虾炙"注:"生虾则可用。"

【通花软牛肠】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"通花软牛肠"注:"胎用羊膏髓。"

【冷蟾儿羹】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"冷蟾儿羹"注:"冷蛤蜊。"

【唐安餤(dàn旦)】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"唐安餤"注:"斗花。"

【白龙臛】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"白龙臛"注:"治鳜肉。"

【凤凰胎】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"凤凰胎"注:"杂治鱼白。"

【羊皮花丝】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"羊皮花丝"注:"长及尺"。

【乳酿鱼】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"乳酿鱼"注:"完进。"

【丁子香淋脍】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"丁子香淋脍"注:"醋别。"

【葱醋鸡】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"葱醋鸡"注:"入笼。"

【西江料】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"西江料"注:"蒸熟肩髀。"

【红羊枝杖】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"红羊枝杖"注:"蹏(蹄)上裁,一羊,得四事"。

【昇平炙】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"昇平炙"注:"治羊鹿舌,拌三百数。"

【八仙盘】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"八仙盘"注:"剔鹅作八副"。

【雪婴儿】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"雪婴儿"注:"治蛙,豆英贴。"

【仙人脔】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"仙人脔"注:"乳瀹鸡。"

【小天酥】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"小天酥"注:"鹿鸡参半"。"。

【分装蒸腊熊】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"分装蒸腊熊"注:"存白。"

【卯羹】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"卯羹"注:"纯兔。"

【青凉臛碎】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"青凉臛碎"注:"封狸肉夹脂。"

【箸头春】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"箸头春"注:"炙活鹑子。"

【暖寒花酿驴蒸】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"暖寒花酿驴蒸"注:"耿烂。"

【水炼犊炙】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"水炼犊炙"注:"尽火力。"

【五生盘】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"五生盘"注:"羊、兔、牛、熊、鹿并细治。"

【格食】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"格食"注:"羊肉肠脏缠豆英各别。"

【过门香】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"过门香"注:"薄治群物,入沸油烹"。

【缠花云梦肉】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"缠花云梦肉"注:"卷镇。"

【红罗饤】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"红罗饤"注:"胥血。"

【徧地锦装鳖】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"徧地锦装鳖"注:"羊脂鸭卵脂副。"

【蕃体间缕宝相肝】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"蕃体间缕宝相肝"注:"盘七升。"

【汤浴绣丸】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"汤浴绣丸"注："肉糜治，隐卵花。"

【醋芹】 古代菜肴。芹菜经醋腌制而成。《龙城录》载："……侍臣曰：'魏征好嗜醋芹，每食之欣然称快。此见其真态也。'明旦召赐食，有醋芹三杯，公见之欣喜翼然，食未竟而芹已尽……。"

【过厅羊】 古代菜肴。《云仙杂记》："熊麟每会客，至酒半，堦前旋杀羊，令众客自割，随所好者，绰绵系之。记号毕，蒸之。各自认取，以刚竹刀切食。一时盛行，号'过厅羊'。"

【鸭卵花】 古代菜肴。《云仙杂记》"鸭卵成花"："向声能于铛中以手拨卵成花。"

【辋川小样】 古代菜肴。为大型组装风景拼盘。用鲊、脍、肉脯、肉酱、瓜果、蔬菜等物，依照王维所画辋川别墅二十风景图拼摆而成，为尼姑梵正所创。宋陶谷《清异录·馔羞门》："比丘尼梵正，庖制精巧，用鲊臛脍脯、醢酱瓜蓏、黄赤杂色汁成景物。若坐及二十人，则人装一景，合成辋川图小样。"

【黄金鸡】 古代菜肴。开水烫鸡，去毛洗净。先用芝麻油、盐水煮，再配以葱、椒，熟后色泽金黄，故名。李白："亭上十分绿醽酒，盘中一味黄金鸡。"

【消灵炙】 古代菜肴。是"一羊之肉，取之四两"制作的，特点是"虽经暑毒，终不臭败。"皇帝曾以此味赐给同昌公主。见《杜阳杂编》。

【无心炙】 古代菜肴。为段成式受村妇的启发而作。宋陶谷《清异录》"无心炙"："段成式驰猎饥甚，叩村家，主人老姥出熬臛，五味不具。成式食之有余五鼎曰：'老姥初不加意而殊美如此。'常令庖人具此品，因呼'无心炙'。"

【炙鹅鸭】 古代菜肴。其制法：用大铁笼将鹅或鸭置于其内，当中放一盆木炭火，四周放着盛五味汁的铜盆。鹅鸭被火烤得既热又渴，不停地沿笼壁走动，并伸出头来饮铜盆里的五味汁。等到被火炙得羽毛尽落、肉色变赤即熟。滋味鲜美。见《太平广记》。

【十远羹】 古代菜肴。宋陶谷《清异录·馔羞门》"十远羹"："石耳、石发、石线、海紫菜、鹿角脂菜、天花簟、沙鱼、海鳔白、石决明、虾魁腊。右用鸡羊鹑汁及决明、虾、簟浸渍自然水澄清，与三汁相和，盐酎庄严，多汁为良。十品不足，听阙，忌入别物，恐伦类杂，则风韵去矣。"

【虾生】 古代菜肴。一种炝虾。唐刘恂《岭表录异》："南人多买虾之细者，生切绰菜、兰香蓼等，用浓酱醋先泼活虾，盖以生菜，以热饮覆其上；就口跑之，亦有跳出醋碟者，谓之虾生。鄙俚重之，以为异馔也。"

【甲乙膏】 古代菜肴。《云仙杂记》："蜀人二月好以豉杂黄牛肉为'甲乙膏'，非尊亲厚知不得而预。其家小儿三年一享。"

【炸乌贼鱼】 古代菜肴。用乌贼鱼肉炸熟，佐以姜醋而成。唐刘恂《岭表录异》："乌贼鱼……广州边海人往往探得大者，率如蒲扇。炸熟，以姜醋食之，极脆美。"

【竹鱼羹】 古代菜肴。唐刘恂《岭表录异》："竹鱼，产江溪间。形如鳢鱼，大而少骨。青黑色。鳞下间以朱点，颺可玩，或烹以为羹臛，肥而美。"

【鲮(líng灵)鱼脍】 古代菜肴。用鲮鱼肉薄切加调料制成。唐刘恂《岭表录异》："鲮鱼，如白鱼而身稍短，尾不偃。清远江多此鱼，盖不产于海也。广人得之，多为脍。不腥而美，诸鱼无以过也。"

【炸鲳鱼】 古代菜肴。取鲳鱼加调料、粳米炸成。唐刘恂《岭表录异》："鲳鱼，形似鳊鱼，而脑上突起，连背而圆身，肉甚厚。肉白如凝脂，止有一脊骨。治之以姜葱，炸之粳米，其骨自软，食者无所弃。"

【天脔炙】 古代菜肴。用瓦屋子肉烧成。唐刘恂《岭表录异》："瓦屋子，盖蚌蛤之类也。南中旧呼为蚶子……壳中有肉，紫色而满腹，广人尤重之，多烧以荐酒，俗呼为天脔炙。吃多即壅气，背膊烦疼，未测其本性也。"

【水母脍】 古代菜肴。将水母治净，切丝，加多种调料制成。唐刘恂《岭表录异》："水母：广州谓之水母，闽谓之蛇……南人好食之，云性暖，治河鱼之疾。然甚腥，须以草木灰点生油，再三洗之，莹净如水晶紫玉。肉厚可二寸，薄处亦寸余。先煮椒桂或豆蔻生姜，缕切而炸之，或以五辣肉醋，或以虾醋，如脍食之，最宜。"

【姜醋拌章举】 古代菜肴。唐刘恂《岭表录异》："章举，形如乌贼，闽、越间多采鲜者，烊如水母，以姜、醋食之。"

【玲珑牡丹鲊】 古代菜肴。用鱼鲊片，拼摆成牡丹花样，经蒸制而成。宋陶谷《清异录》："吴越有一种玲珑牡丹鲊。以鱼叶斗成牡丹状。既熟，出盎中，微红如初开牡丹。"

【缕子脍】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》："广陵法曹宋龟造'缕子脍'。其法用鲫鱼肉、鲤鱼子，以碧筒或菊苗为胎骨。"

【海虾子挺】 古代食品。为吴地名馔。《太平广记·吴馔》：将海白虾的虾子淋洗出后，装入小布袋中，"急系头。随袋多少，以末盐封之。周厚数寸。经一日夜出晒。夜则平板压之。明旦又出晒，夜以前压，十日干。则拆破袋，出虾子挺。色如赤琉璃，光徹而肥美……。"

【鲩鱼含肚】 古代食品。为吴地名馔。《太平广记·吴馔》："又献鲩鱼含肚千头。极精好。作之法，当六月七月盛热之时，取鲩鱼长二尺许，去鳞洗净。停二日，待鱼腹胀起，方从口抽出肠，去腮留目。满腹纳盐竟，即以末盐封周遍，厚数寸。经宿，乃以水净洗，日则曝，夜则收还。安平板上，又以板置石压之。明日又晒，夜还压。如此五六日干。即纳干瓷瓮，封口。经二十日出之。其皮色光徹，有如黄油，肉则如糗，又如沙棊之苏者，微咸而有味，味美于石首含肚。"

【石首含肚】 古代食品。为吴地名馔。《太平广记·吴馔》:"……然石首含肚亦年常入献……。"其制法同"鲩鱼含肚"。参见"鲩鱼含肚"。

【单笼金乳酥】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"单笼金乳酥"注:"是饼但用独隔通笼,欲气隔。"

【曼陀样夹饼】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"曼陀样夹饼"注:"公厅炉。"

【巨胜奴】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"巨胜奴"注:"酥蜜寒具。"

【贵妃红】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"贵妃红"注:"加味红酥。"

【婆罗门轻高面】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"婆罗门轻高面"注:"笼蒸。"

【御黄王母饭】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"御黄王母饭"注:"偏缕印脂,盖饭面,装杂味。"

【七返膏】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"七返膏"注:"七捲作四花。恐是糕子。"

【金铃炙】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"金铃炙"注:"酥揽印脂,取真。"

【生进二十四气馄饨】 古代食品。《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"生进二十四气馄饨"注:"花形、馅料各异。凡二十四种。"

【生进鸭花汤饼】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"生进鸭花汤饼"注:"厨典入内下汤。"

【同心生结脯】 古代食品。《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"同心生结脯"注:"先结后风干。"

【见风消】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"见风消"注:"油浴饼。"

【金银夹花平截】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"金银夹花平截"注:"剔蟹细碎卷。"

【火焰盏口餡】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"火焰盏口餡"注:"上言花,下言体。"《玉篇》"餡":"蜀人呼蒸饼为餡。"

【水晶龙凤糕】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"水晶龙凤糕"注:"枣米蒸破,见花乃进。"

【双拌方破饼】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"双拌方破饼"注:"饼料花角。"

【玉露团】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"玉露团"注:"雕酥。"

【汉宫棋】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"汉宫棋"注:"钱能印花,煮。"

【长生粥】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"长生粥"注:"进料。"

【天花餺飥】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"天花餺飥"注:"九錬香。"《玉篇》:"餺飥,饼属。"

【赐绯含香粽子】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"赐绯含香粽子"注:"蜜淋。"

【甜雪】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"甜雪"注:"蜜燄太例面。"

【八方寒食饼】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"八方寒食饼"注:"用木范。"

【素蒸音声部】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"素蒸音声部"注:"面蒸象蓬莱仙人,凡七十字。"

【金粟平鎚】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"金粟平鎚"注:"鱼子。"

【雕胡饭】 古代食品。用雕胡(即菰米)煮成。雕胡生水中,秋季结实,色白而滑。李白《宿五松山下荀媪家》:"跪进雕胡饭,月光明素盘。"

【逡巡酱】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"逡巡酱"注:"鱼羊体。"

【吴兴连带鲊】 古代食品。宋陶谷《清异录》所载韦巨源《烧尾食单》"吴兴连带鲊"注:"不发缸。"

【含风鲊】 古代食品。《云仙杂记》"凉物":"房寿六月召客坐糠竹簟……刳椰子为杯,掏莲花制碧芳酒,调羊酪造含风鲊,皆凉物也。"

【百花糕】 古代食品。用百花和米粉蒸制的糕。为武则天花朝日游园,令宫女采百花制作,赐给从臣所用的。见《隋唐佳话录》。

【消灾饼】 古代食品。为一种烤饼。用酒和面烘烤而成。宋陶谷《清异录·馔羞门》:"僖宗幸蜀乏食,有宫人出方巾所包面半斤许,会村人献酒一提匾,用酒溲面煿饼以进,嫔嫱泣奏曰:此消灾饼……。"

【胡麻饼】 古代食品。表面沾有一层芝麻的炉烤烧饼。由西域传入内地。唐代以长安辅兴坊所制者最为出名。白居易诗云:"胡麻饼样学京都,面脆油香新出炉,寄于饥馋杨大使,尝看得似辅兴无。"

【热洛河】 古代食品。以鹿血、鹿肉烹制而成。《太平广记》引唐序言《庐氏杂说》"热洛河":"玄宗命射生官射鲜鹿,取血煎鹿肠食之,谓之热洛河。赐安禄山及哥舒翰。"

【灵沙臛】 古代食品。用米蒸饭,捣为饘巴,包以豆沙而成。为杨贵妃的姐姐虢国夫人家厨师邓连所创。见《云仙杂记》。

【赤明香】 古代食品。世传为唐代宦官仇士良家所创。宋陶谷《清异录·馔羞门》:"'赤明香'世传仇士良家脯名也。轻薄甘香,殷红浮脆,后世莫及。"

【道场羹】 古代食品。用果脯、面、蔬菜和竹笋等物制作。为唐高僧慧寂居袁州仰山时创制。因常在道士诵经行道时饮用,故名。宋陶谷《清异录·馔羞门》:"江南仰山善作道场羹,脯、面、蔌、笋,非一物也。"

【象鼻炙】 古代食品。用象鼻烤成。唐段公路《北户录》:“广之属城循州、雷州皆产黑象,牙小而红。土人捕之,争食其鼻,云肥脆偏堪为炙。”

【米饼】 古代食品。唐段公路《北户录》:“广州南当米饼,合生熟粉为之,白薄而软。”

【餶子】 古代食品。①蒸饼。参见“餶”。②油炸圆形食品。《太平广记》引唐卢言《卢氏杂说》,记尚食局造餶子手所制餶子:“却投油铛中,三五沸取出,抛台盘上,旋转不定,以太圆故也。其味脆美,不可名状。”

【唷饼】 也称“石皦饼”。古代食品。将和好的面制成饼,在烧热的石子上焙熟而成。相传,同州人好唷(粗鲁刚强),每发生吵架相持不下时,就带着此饼去打官司,用作坐牢之食,故称唷饼。见《资暇录》。

【石皦饼】 即“唷饼”。

【团油饭】 也称“盘游饭”。古代食品。用煎虾、鱼炙、鸡鹅、煮猪羊肉、鸡子羹、饼灌肠、蒸肠莱、粉饺、粔、籹、蕉子、姜桂、盐、豉等合制而成。为富贵人家妇女产儿三日或满月、行洗礼时食用。见《北户录》。

【盘游饭】 即“团油饭”。

【玉尖面】 古代食品。用熊的肥肉和精养的鹿肉作馅子蒸制的尖形馒头。德宗时宰相赵宗儒曾享用过此馔。宋陶谷《清异录·馔羞门》:“赵宗儒在翰林时,闻中使言,今日早馔‘玉尖面’。用消熊、栈鹿为肉馅。上甚嗜之。问其形制,盖人间出尖馒头也。又问‘消’之说,曰:‘熊之极肥者曰消’,以倍料精养者曰‘栈’。”

【古楼子】 古代食品。《唐语林·卷六》:“时豪家食次,起羊肉一斤,层布于巨胡饼,隔中以椒、豉,润以酥,入炉迫之,候肉半熟食之。呼为‘古楼子’。”

【蟹黄餺饠】 古代食品。用赤母蟹的黄和肉,调以五味,蒙以细面制成。唐刘恂《岭表录异》:“蟹黄餺饠,珍美可尚。”

【椿根馄饨】 古代食品。取臭椿根“捣筛,和面,捻馄饨如皂夹子”,清水煮后,空腹食用。治痢及腰痛。刘禹锡著有“樗根馄饨皮法”。见宋林洪《山家清供》。

【餺飥(bó tuǒ驳妥)】 古代食品。用水和面为稀糊状,放入油锅中煎熟而食,类似今之油煎饼。《一切经音义》释:“此油饼,本是胡食,中国效之,微有改变,所以近代亦有此名。”

【槐叶冷淘】 古代食品。用槐叶汁和面,做成面条,煮熟之后,放在冰水或井水中冷却后而食。杜甫《槐叶冷淘》诗:“青青高槐叶,采掇付中厨。新面来近市,汁滓宛相俱。入鼎资过熟,加餐愁欲无……经齿冷于雪,劝人投比珠……。”

【樱桃餺饠】 古代食品。一种用樱桃作馅的甜面点。唐段成式《酉阳杂俎·酒食》:“郓约能作樱桃餺饠,其色不变。”

【蜜唧】 古代食品。将通身赤蠕的鼠胎,饲以蜜汁,“钉之筵上,嗫嚅而行”,用筷子挟取而食,唧唧作声,故名。见《朝野佥载》。

【蚁子酱】 古代食品。《北户录》:“广人于山间掘大蚁卵为酱,名蚁子酱。”

【大饼】 古代食品。每个以三斗面擀成,大于数间屋。《北梦琐言·卷二》:“王蜀时,有赵雄武者,众号‘赵大饼’,累典名郡,为一时之富家。严洁奉身,精于饮馔……有能造大饼,每三斗面擀一枚,大于数间屋。或大内宴聚,或豪家有广筵,多于众宾内献一枚,裁剖用之,皆有余矣。呈亲密懿分,莫知擀造之法,以此得大饼之号。”

【跳艇(tíng亭)】 古代食品。用跳入捕鱼船的小鱼腌制而成。唐刘恂《岭表异录》:“跳艇,乃海味之小鱼艇也。以盐藏,鲳鱼儿,一斤不啻千个。生擘点醋下酒,甚有美味。”艇(古音他顶切),为一种盐腌鱼。

【嘉鱼艇】 古代食品。用嘉鱼肉加盐腌成。唐刘恂《岭表录异》:“嘉鱼,形如鳟,出梧州戎城县江水口,甚肥美。众鱼莫可与比,最宜为艇。”

【鹅毛艇】 古代食品。一种盐腌鱼。唐刘恂《岭表录异》:“鹅毛艇,出海畔恩州,乃盐藏鲽鱼儿也,甚美。其细如毛而白,故谓之鹅毛艇。”

【水蟹汁】 古代食品。将水蟹淡煮,吸其汁下酒。唐刘恂《岭表录异》:“水蟹,螯壳内皆咸水,自有味。广人取之,淡煮,吸其咸汁下酒。”

【蚝肉炙】 古代食品。唐刘恂《岭表录异》:“蚝,即牡蛎也……海夷卢亭,往往以斧揳取壳,烧以烈火,蚝即启房,挑取其肉,贮以小竹筐,赴墟市以易酒。蚝肉大者腌为炙,小者炒食。”

【不乃羹】 古代食品。用羊、鹿、鸡、猪之肉及骨,同一釜烹制,后取浓汤加葱姜,调以五味,贮在盆中,盆放盘中。另备“嘴银杓”,容量为一升。然后将浓汤倒入“嘴银杓”中,以嘴入鼻,仰首饮吸。为古代“鼻饮”遗风。见唐刘恂《岭表录异》。

【炒蜂子】 古代食品。取山中大蜂蜂房中未长成形的幼蜂炒制而成。唐刘恂《岭表录异》:“恂曾游宣、歙间,见彼中人好食蜂儿,状如蚕蛹而莹白。大蜂结房于山林间……一房中蜂子或五六斗至一石,择其未翅足者,以盐酪炒之,暴干,以小纸囊贮之,寄入京洛,以为方物。”

【孔雀脯腊】 古代食品。唐刘恂《岭表录异》:“交趾郡人多养孔雀,或遗人以充口腹,或杀之以为脯腊。”

【乌雌鸡羹】 古代食品。用乌雌鸡肉煮熟,撕碎,加葱、姜等调料作成羹食之。治风寒湿痹、五缓六急、骨中疼痛等症。见唐昝殷《食医心鉴》。

【野鸡饼】 古代食品。用野鸡肉切碎,加以少量面粉、椒、盐、葱白调和,作成饼子烤熟,和醋食之。治疗痔气下血。见唐昝殷《食医心鉴》。

【羊肉羹面】 古代食品。以羊肉作羹,配以索饼熟煮。空心食之;以生姜汁和面更佳。治脾胃气弱、不多

下食、四肢无力、日见消瘦等症。见唐昝殷《食医心鉴》。

【水牛肉羹】 古代食品。用水牛肉、冬瓜、葱白，放在豆豉汁中煮成。治小便涩少、尿闭等症。见唐昝殷《食医心鉴》。

【鲤鱼汤】 古代食品。用鲤鱼加生姜煮汤。久服可治因心脏病或肾脏病而出现的水肿，少加盐或不加盐效果更显著。见唐昝殷《食医心鉴》。

【清风饭】 古代食品。宋陶谷《清异录》："宝历元年，内出清风饭制度，赐御庖令造进。法用水晶饭、龙睛粉、龙脑末、牛酪浆调，事毕，入金提缸，垂下冰池，待其冷透供进。唯大暑方作。"

【黄粱饭】 古代食品。用小米做成，香味与菊葵并称。杜甫《佑还山后寄》："白露黄粱熟，分张素有期"，"味岂同金菊，香宜配绿葵"。

【神仙粥】 古代食品。《敦煌卷子》"神仙粥"："山药蒸熟，去皮一斤。鸡头实半斤，煮熟去壳，捣为末。入粳米半升，慢火煮成粥，空心食之。或韭子末二、三两在内尤妙。食粥后，用好热酒，饮三杯，妙！此粥善补虚劳，益气强志，壮元阴，止泄，精神妙！"

【防风粥】 古代食品。以中药防风与米同煮而成。《云仙杂记》："白居易在翰林，赐'防风粥'一瓯。剔取防风，得五合余。食之，口香七日。"

【花椒粥】 古代食品。以花椒入粥煮成。功效多种。唐《食疗本草》："治口疮。"《千金翼方》："治下痢、腰腹冷，加炒面煮粥"。

【胡桃粥】 古代食品。将胡桃去皮研膏，水搅滤汁，米熟后加入煮成。有治阴虚腰痛、石淋五痔的功效。见唐崔元亮《海上方》。

【杏仁粥】 古代食品。将杏仁去皮尖，水研滤汁煮粥，微加冰糖而成。有治五痔下血、咳嗽的功用。见唐昝殷《食医心鉴》。

【菊苗粥】 古代食品。取紫茎菊的嫩苗和米煮成。有清头目，兼除胸中烦热，去风眩，安肠胃等功效。见唐《天宝单方》。

【苏子粥】 古代食品。以苏子入粥煮成。有治上气咳逆等功效。见《简便方》、《济生方》等书。唐《药性本草》："长食苏子粥，令人肥白身香。"

【天花粉粥】 古代食品。天花粉即括篓之根。水磨，澄粉，入粥而成。能治消渴，除烦热，补虚安中。见唐孙思邈《千金·月令》。

【面粥】 古代食品。用麦面炒黄，同米煮成。治寒痢白泻，兼强气力，补不足，助五脏。见唐王焘《外台秘要》。

【柿饼粥】 古代食品。以晒干的白柿饼入粥为宜。有治秋痢，治鼻窒不通，健脾涩肠，止血止嗽，疗痔等功效。见唐孟诜《食疗本草》。

【小麦粥】 古代食品。用带皮小麦先煮汁，然后去麦加米煮成。能治消渴，兼利小便，养肝气，养心气，止汗。见唐昝殷《食医心鉴》。

【榆皮粥】 古代食品。取榆皮同米煮成。可治身体暴肿，兼利关节，疗邪热，治不眠。见唐张文仲《备急方》。

【白石英粥】 古代食品。系将石英捶碎，水浸澄清，早晨取水和米煮成。古人以为有轻身延年作用。见唐孙思邈《千金翼方》。

【白石脂粥】 古代食品。白石脂即白陶土、高岭土，为硅酸盐类矿物。将其研粉和粥，空心服，可治小儿水痢不止。见唐张杰《子母秘录》。

【韭叶粥】 古代食品。用韭叶切碎和米煮成。能治水痢、温中暖下，兼补虚壮阳，治腹冷痛。见唐昝殷《食医心鉴》。

【韭子粥】 古代食品。用韭菜子和米煮成。见唐孙思邈《千金翼方》。有治梦泄、遗尿、暖腰膝等功效。

【猪肚粥】 古代食品。用雄猪肚煮取浓汁，加豆豉、米煮成。能治消渴饮水等症。见唐昝殷《食医心鉴》。

【犬肉粥】 古代食品。将犬肉切碎和米煮成。宜空腹食。能治水气鼓胀、安五脏、益阳事、厚肠胃等。见唐昝殷《食医心鉴》。

【麻雀粥】 古代食品。将麻雀肉炒熟，酒略煮，加葱和米煮成。治老人羸瘦，阳气乏弱，兼缩小便，暖腰膝，益精髓。见唐孙思邈《千金·通说》。

【茗粥】 古代食品。系用茶叶汁与米煮成。储光羲《啜茗粥作》："……淹留膳茶粥，共我饭蕨薇……。"

【青精饭】 也称"青精干石鲩饭"。古代食品。系取南烛木叶、茎皮煮取汁，浸米，蒸饭曝干而成。色青碧。道家谓久服可以健身益颜。杜甫《赠李白》："岂无青精饭，使我颜色好。"

【青精干石鲩饭】 即"青精饭"。

【学士羹】 古代食品。用羊眼制作的一种羹。因系后周显德年间翰林学士窦俨患眼病。良医献此食方，窦俨终生食用，故名。宋陶谷《清异录·馔羞门》："其家名'双晕羹'。世人有呼为学士羹者。"

【双晕羹】 见"学士羹"。

【莲花饼馅】 古代食品。为带馅的蒸饼，其花色有15样。宋陶谷《清异录·馔羞门》："郭进家能作莲花饼馅，有十五隔者，每隔有一折枝莲花，作十五色。自云周世宗有故宫婢流落，因受雇于家。婢言宫中人号蕊珠班。"

【酒骨糟】 也称"赐绯羊。"古代食品。五代时四川一种红色的糟羊肉。先用红麹将羊肉煮熟，再将熟肉卷紧放入酒糟中，用石头镇压，直至腌透取出，切成薄片而食。出自孟知祥据蜀称帝时尚食的"食典"。见宋陶谷《清异录·馔羞门》。

【赐绯羊】 即"酒骨糟"。

【同阿饼】 古代食品。宋陶谷《清异录·馔羞门》"同阿饼"："天成中，帝令作同阿饼。法用碎肉与面搜和如

臂，刀截，每只二寸厚，蒸之。”

【五福饼】 古代食品。宋陶谷《清异录·馔羞门》：“汤悦逢士人于驿舍。士人揖食，其中一物是炉饼，各五事，细味之，馅料互不同。以问士人，叹曰：此五福饼也。”

【云英煞】 古代食品。宋陶谷《清异录》“云英煞”：“郑文宝‘云英煞’予得食，酷嗜之。宝赠方：藕、莲、菱、芋、鸡头、荸荠、慈姑、百合，并择净肉，烂蒸之，风前吹晾少时，石臼中捣极细，入川糖、蜜（熟），再捣，令相得，取出作一团。停冷性硬，净刀随意切食。糖多为佳，蜜须合宜，过则大稀。”

【翰林齑】 古代菜肴。宋陶谷《清异录》“翰林齑”：“每用时菜五七种，择去老寿者，细长破之，入汤审硬软，作汁量浅深，慎启闭，时检察。待其玉洁而芳香，则熟矣。若欲食，先炼雍州酥，次下于齑及盐花。冬去用熟笋，夏秋用生藕，亦刀破，令形与齑同，既熟，搅于羹中，极清美。”

【满天星】 古代食品。宋陶谷《清异录》：“花糕员外”：“皇建僧舍旁有糕坊，主人由此入赀为员外官，盖显德中也。都人呼花糕员外，因取糕目录笺之：‘满天星’（金米）、‘糝拌’（夹枣豆）、‘金糕糜员外糝’（外有花）、‘花截肚’（内有花）、‘大小虹桥’（晕子）、‘木蜜金毛面’（枣狮子也）。”

【糝拌】 见“满天星”。

【金糕糜员外糝】 见“满天星”。

【花截肚】 见“满天星”。

【大小虹桥】 见“满天星”。

【木蜜金毛面】 见“满天星”。

【建康七妙】 宋陶谷《清异录》“建康七 妙”：“金陵士大夫渊薮，家家事鼎铛，有七妙，齑可照 面，馄饨汤可注砚，饼可映字，饭可打擦擦台，湿面可穿 结带，饼可作劝盏，寒具嚼著惊动十里人。”

宋代菜点

【洗手蟹】 古代菜肴。宋孟元老《东京梦华录》卷二“饮食果子”：“所谓茶饭者，乃……洗手蟹。”高似孙《蟹略》：“黄太史赋曰：‘蟹微糟而带生。’今人以蟹沃之盐酒，和以姜、橙，是谓蟹生，亦曰‘洗手蟹。’东坡诗‘半壳含黄宜点酒’即此也。”

【熇(āo)鸭】 古代菜肴。即一种烤鸭。宋孟元老《东京梦华录》卷二“饮食果子”：“……又有外来托卖炙鸡、熇鸭。”洪迈《夷坚丁志》四有“王立熇鸭”条，提到熇鸭的制法是：“……天未明，赍诣大作坊，就釜灶焙治成熟。”熇，同燠。

【熇鸡】 古代菜肴。一种烤鸡。洪迈《夷坚丙志》九“李吉熇鸡”条：“与客买酒昇阳楼上，有卖熇鸡者。”参见“熇鸭”。

【宋五嫂鱼羹】 古代菜肴。宋五嫂原为北宋都城汴京人士，后流落至南宋临安，以卖鱼羹为生，因得到宋孝宗、宋高宗的赞赏，遂声名远播。宋吴自牧《梦粱录》卷十三“铺席”：“向者杭城市肆名家有名者，……钱塘门外宋五嫂鱼羹。”宋周密《武林旧事》卷三：“西湖游幸”：“小舟时有宣唤赐予，如宋五嫂鱼羹，尝经御赏，人所共趋，遂成富媪。”

【肉咸豉】 古代菜肴。宋陈元靓《事林广记》“造肉咸豉”：“精肉一斤，骰子切，盐一两半，拌煞去腥，生姜四两，薄切，煠过用，猪猓烂剉，炒过，豉一斤，取浓汁两碗，马芹半两、椒子一钱。先下肉于铫内炒，次下豉、姜、桔皮，尾下马芹、椒。候炒黄，焙之，收取，可食。佳。”

【水晶脍】 古代菜肴。将鲤鱼鳞、猪皮、琼芝等原料煮成浓汁，冷凝后切丝而成。因成品透明，故名。宋陈元靓《事林广记》“水晶脍法”：“赤梢鲤鱼鳞，以多为妙。净洗，去涎水，浸一宿。用新水于锅内慢火熬。候浓，去鳞，放冷，即凝。细切，入五辛醋调和，味极珍。须冬月为之方可。”

【夏冻鸡】 古代菜肴。宋陈元靓《事林广记》“夏冻鸡法”：“鸡烫洗了，作块子挫，微煠过。净洗羊头一个，同入锅内煮熟。”然后入盐、料物。去羊头，将鸡漉出，放磁器中。用油布包裹紧，“沉井底。如冬月煮”。

【粉煎骨头】 古代菜肴。宋陈元靓《事林广记》“粉煎骨头”：将“嫩猪骨头寸挫”，然后加葱末、酒、多种调料、豆粉拌和，再入“沸油内煎”成。

【假羊眼羹】 古代菜肴。宋陈元靓《事林广记》“假羊眼羹”：“羊白肠一条，净洗。用大螺熟煮，挑出，取螺头。以绿豆粉、水调稀拌和螺头，灌羊白肠内。紧系两头，熟煮。取出，放冷。薄切，作羹。俨然羊眼无辨也。”

【假白腰子】 古代菜肴。宋陈元靓《事林广记》“假白腰子”：“白鱼去骨，研，入豆粉和匀，灌入粗大白肠内，线系两头，熟煮。作片，清羊汁入料作羹。”

【玉蕊羹】 古代菜肴。宋陈元靓《事林广记》“玉蕊羹法”：“妳房去皮膜，生细抹”，然后加汤汁、多种调料烧成。

【玉蝉羹】 古代菜肴。宋陈元靓《事林广记》“玉蝉羹法”：将大鱼取净肉，批片，用纸吸干血水，然后铺在研细的豆粉上，敲打开，“如纸薄，切为指片，作羹”。

【羊肉旋鲊】 古代菜肴。宋陈元靓《事林广记》“羊肉旋鲊”：“精羊肉一斤，细抹，用盐四钱、细曲末一两、马芹、葱、姜丝少许、饭一掬，温浆酒拌令匀，紧捺瓶器中，以箬叶盖头。春、夏日曝，秋、冬日火煨，其味香美。五日熟。”

【玉钩鲊】 古代菜肴。宋陈元靓《事林广记》“玉钩鲊法”：“生大虾一斤，剥去壳及须、脚，布裹压干，用盐一两，又看天气增减，生油如蛤壳许，椒三十粒，姜葱丝各少许，饭半盏冷，同拌和入瓶，实捺封。卤香可食之。”

【瓜齑】 古代菜肴。宋《吴氏中馈录》“瓜齑”：“酱瓜、生姜、葱白、淡笋干或茭白、虾米、鸡胸肉各等分，切作长条丝儿，香油炒过供之。”

【炉焙鸡】 古代菜肴。宋《吴氏中馈录》"炉焙鸡":"用鸡一只,水煮八分熟,剁作小块,锅内放油少许烧热,放鸡在内略炒,以镟子或椀盖定,烧极热,醋、酒相半入盐少许烹之,候干再烹,如此数次。候十分酥熟取用。"

【蒸鲥鱼】 古代菜肴。宋《吴氏中馈录》"蒸鲥鱼":"鲥鱼去肠不去鳞,用布拭去血水,放盆锣内,以花椒、砂仁、酱擂碎,水、酒、葱拌匀其味,和蒸。去鳞供食。"

【肉生】 古代菜肴。宋《吴氏中馈录》"肉生法":"用精肉切细薄片子,酱油洗净,入火烧红锅爆炒,去血水,微白即好。取出切成丝。再加酱瓜、糟萝卜、大蒜、砂仁、草果、花椒、桔丝、香油拌炒肉丝。临食加醋和匀,食之甚美。"

【蒜瓜】 古代菜肴。宋《吴氏中馈录》"蒜瓜":"秋间小黄瓜一斤,石灰白矾汤焯过,控干。盐半两腌一宿。又盐半两,剥大蒜瓣三两捣为泥,与瓜拌匀,倾入腌下水中,熬好酒醋浸著,凉处顿放。"

【暴齑】 古代菜肴。用蔬菜切碎现制而成。宋《吴氏中馈录》"暴齑":"菘菜嫩茎汤焯半熟,扭干,切作碎段,少加油,略炒过,入器内,加醋些少,停少顷食之。取红细胡萝卜切片,同切芥菜,入醋略腌片时,食之甚脆。仍用盐些少、大小茴香、姜、桔皮丝同醋共拌腌食。"

【鹌鹑茄】 古代菜肴。宋《吴氏中馈录》"鹌鹑茄":"拣嫩茄切作细缕,沸汤焯过,控干,用盐、酱、花椒、茴萝、茴香、甘草、陈皮、杏仁、红豆(研细末)拌匀,晒干,蒸过收之。用时以滚汤泡软,蘸香油煠之。"

【芹芽脍】 古代菜肴。用春日萌发的芹芽和春鸠肉相配烹制而成。苏轼《东坡八首》之三:"雪芽何时动,春鸠行可脍。"自注:"蜀人重芹芽脍,杂鸠肉为之。"

【蛇羹】 古代菜肴。用蛇烹制而成。朱彧《萍洲可谈》载:"广南食蛇,市中鬻蛇羹。东坡妾朝云随谪惠州,尝遣老兵买食之,意谓海鲜,问其名乃蛇也"。

【白鹅鲊】 古代菜肴。将鹅肉用糟的方法制做的鲊。陆游《醉中歌》:"白鹅作鲊天下无"。

【拨霞供】 古代菜肴。为我国较早的"涮"菜。宋林洪《山家清供》"拨霞供":"向游武夷六曲,访止止师。偶雪天得一兔,无庖人可制。师云:山间只有薄批,酒、酱、椒料沃之,以风炉安坐上,用水少半铫,候汤响一盃后,各分以筯,令自挟入汤摆熟啖之。乃随宜各以汁供。因用此法,不独易行,且有团圞热暖之乐。越五六年,来京师。乃复于杨泳斋伯岩席上见此……因作诗云:'浪涌晴江雪,风翻晚照霞'。"

【蟹酿橙】 古代菜肴。宋林洪《山家清供》"蟹酿橙":"橙大者,截顶,剜去穰,留少液,以蟹膏肉实其内。仍以带枝顶覆之,入小甑,用酒、醋、水蒸熟。加苦酒入盐供,既香而鲜。使人有新酒、菊花、香橙、螃蟹之兴……。"

【莲房鱼包】 古代菜肴。取莲花的嫩房,截去底,剜去穰,留其孔。以酒浆、香料和鳜鱼块放入莲蓬内,再覆其底坐,入笼蒸熟,即有莲之清香,又有鳜鱼之味鲜。宋林洪《山家清供》中有诗赞曰:"锦瓣金蕤织几重,问鱼何事得相容。涌身既入花房去,好度华池独化龙。"

【山家三脆】 古代菜肴。宋林洪《山家清供》"山家三脆":"嫩笋、小萝、枸杞菜,油炒作羹,加胡椒尤佳。"

【假煎肉】 古代菜肴。宋林洪《山家清供》"假煎肉":"瓠与麸薄批,各和以料。煎麸以油,煎瓠以脂。乃熬葱油,入酒,共炒瓠与麸熟。不唯如肉,其味亦无辨者……。"

【鸳鸯炙】 古代菜肴。用鸳鸯烹制而成。宋林洪《山家清供》"鸳鸯炙":"……适有弋人携双鸳至,得之,焊,以油爁,下酒酱香料煨熟。饮余吟倦,得此甚适。诗云:'盘中一箸休嫌瘦,入骨相思定不肥'。"

【雪霞羹】 古代菜肴。宋林洪《山家清供》:"采芙蓉花,去心蒂,汤焯之,同豆腐煮,红白交错,恍如雪霁之霞,名'雪霞羹'。加胡椒,姜亦可也。"

【满山香】 古代菜肴。用特制的调料与菜烧成,因香气四溢,故名。宋林洪《山家清供》"满山香":"……余有一方为献,只用茴香、姜、椒炒为末,贮以葫芦,候煮菜少沸,乃与熟油、酱同下,急覆之而满山已香矣。试之果然……。"

【酒煮玉蕈】 古代菜肴宋林洪《山家清供》"酒煮玉蕈":"鲜蕈净洗,约水煮少熟,乃以好酒煮。或佐以临漳绿竹笋尤佳……。"

【石榴粉】 古代菜肴。宋林洪《山家清供》"石榴粉":"藕截细块,砂器内擦稍圆,用梅水同胭脂染色调绿豆粉拌之。入清汁煮供,宛如石榴子状。又用熟笋细丝,亦和以粉煮,名'银丝羹'。此二法恐相因而成之者,故并存之。"

【银丝羹】 见"石榴粉"。

【东坡豆腐】 古代菜肴。宋林洪《山家清供》"东坡豆腐":"豆腐葱油炒,用酒研小榧子一二十枚,和酱料同煮。又方,纯以酒煮。俱有益也。"

【脆琅玕】 古代菜肴。宋林洪《山家清供》"脆琅玕":"莴苣去叶、皮,寸切,瀹以沸汤,捣姜、盐、糖、熟油、醋拌渍之。颇甘脆……。"

【金玉羹】 古代菜肴。宋林洪《山家清供》:"山药与栗各片截,以羊汁加料煮,名"金玉羹'"。

【山煮羊】 古代菜肴。宋林洪《山家清供》"山煮羊":"羊作脔,置砂锅内。除葱、椒外,有一秘法,只用槌真杏仁数枚,活火煮之,至骨亦糜烂……。"

【牡丹生菜】 古代菜肴。宋林洪《山家清供》"牡丹生菜":"宪圣喜清俭,不嗜杀。每令后苑进生菜,必采牡丹片和之,或用微面裹炸之以酥……。"

【新法鹌子羹】 古代食品。北宋汴京市场上新创制的一种鹌鹑肉羹。宋孟元老《东京梦华录》卷二"饮食果子":"所谓茶饭者,乃……新法鹌子羹。"

【假元鱼】 古代食品。假元鱼,即假鼋鱼。因形味似

鼋鱼，但是用其它原料制作的菜，故名。宋孟元老《东京梦华录》卷二“饮食果子”：“所谓茶饭者，乃……假元鱼。”

【紫苏鱼】 古代食品。用紫苏和鱼烹制而成。《东京梦华录》卷二“饮食果子”：“所谓茶饭者，乃……紫苏鱼。”

【旋切鱼脍】 古代菜肴。一种当时快速制作而成的生鱼丝或生鱼片。宋孟元老《东京梦华录》卷七“池苑内纵人关扑游戏”：“池上饮食……旋切鱼脍。”

【鲊犯(bā八)】 也称“犯鲊”。古代食品。将鱼鲊、肉鲊等十数脔作一把而成。宋孟元老《东京梦华录》卷二“饮食果子”：“玉板鲊犯”。宋吴自牧《梦粱录》卷十六“肉铺”：“更有犯鲊铺，兼货生熟肉。且如犯鲊，名件最多，姑言一二。其犯鲊者：算条、影戏、盐豉、皂角、铤松、脯界、方条、线条、糟猪头肉、玛瑙肉、鹅鲊……。”

【犯鲊】 即“鲊犯”。

【酥蜜食】 古代食品。一种酥油、蜜糖、面粉制品。宋孟元老《东京梦华录》卷二“东角楼街巷”：“饭后饮食上市，如酥蜜食、枣餻、澄砂团子、香糖果子、蜜煎雕花之类。”

【枣餶(hú胡)】 古代食品。宋孟元老《东京梦华录》卷二“东角楼街巷”：“饭后饮食上市，如酥蜜食、枣餻。”宋周密《武林旧事》卷六“蒸作从食”类收有“枣餻”。《玉篇·食部》：“餻，饼也。”

【澄砂团子】 古代食品。用澄细豆沙、糖做馅心的汤团。见宋孟元老《东京梦华录》卷二。参见“酥蜜食”。

【蜜煎雕花】 古代食品。雕成花样的蜜饯食品。宋孟元老《东京梦华录》卷二“东角楼街巷”：“饭后饮食上市，如酥蜜食……蜜煎雕花之类。”宋周密《武林旧事》卷九：“高宗幸张府节次略”：“雕花蜜煎一行：雕花梅球儿、红消花、雕花笋、蜜冬瓜鱼儿、雕花红团花、木瓜大段儿、雕花金桔、青梅荷叶儿、雕花姜、蜜笋花儿、雕花枨子、木瓜方花儿。”

【酸馅(xiàn线)】 古代食品。类似素馅包子。宋孟元老《东京梦华录》卷三“马行街铺席”：“夜市亦有燋酸馅。”酸馅也作“酸酳”，并被讹读为“餕馅”。欧阳修《归田录》二：“京师食店卖酸酳者，皆大出牌牓于通衢。而俚俗昧于字法，转酸从食，酳从舀。有滑稽子谓人曰：彼家所卖餕馅。不知为何物也。饮食四方异宜，而名号亦随时俗。言语不同，至或传者转失其本。”

【酸酳】 见“酸馅”。

【餕馅】 见“酸馅”。

【白肉胡饼】 古代食品。以白肉为馅的胡麻饼。宋孟元老《东京梦华录》卷四“食店”：“大凡食店，大者谓之分茶。则有……白肉胡饼。”

【鱼兜子】 古代食品。用鱼肉、粉皮在盏中蒸成的点心。宋孟元老《东京梦华录》卷四“食店”：“更有南食店，鱼兜子……。”

【细物料碁子】 古代食品。配有多种精细辅料的棋子状的面食。宋孟元老《东京梦华录》卷四“食店”：“……更有插肉拨刀、炒羊、细物料碁子。”

【笑靥儿】 古代食品。用油面蜜糖制成的花色果子。宋孟元老《东京梦华录》卷八“七夕”：“又以油、面、糖、蜜造为笑靥儿，谓之果食。花样奇巧百端。”

【春蚕】 也称“探春蚕”。古代食品。用薄面皮包裹馅心成茧状而成。宋陈元靓《岁时广记》：“又立春日作此，名探春蚕。中置纸签，或削木书官名。人自探取，以卜异时官品高下。”春茧可蒸可炸。宋周密《武林旧事》“蒸作从食”类列“春蚕”。

【探春蚕】 即“春蚕”。

【探官蚕】 古代食品。宋陈元靓《岁时广记》引《岁时杂记》：“人日，京师贵家造面蚕，以肉或素馅。其实厚皮馒头餕馅也。名探官蚕。”

【焦鼈】 古代食品。形似汤团，经油炸而成。宋陈元靓《岁时广记》十一引《岁时杂记》：“上元节食焦鼈最盛且久。又大者名栢头焦鼈。凡卖鼈必鸣鼓，谓之鼈鼓。”

【栢头焦鼈】 古代食品。大焦鼈。参见“焦鼈”。

【科斗羹】 古代食品。用绿豆粉制成科斗形，再烧成羹。宋陈元靓《岁时广记》十一引《岁时杂记》：“京人以绿豆粉为科斗羹。”

【盐豉汤】 古代食品。用盐豉、捻头加肉煮成的汤。宋陈元靓《岁时广记》十一引《岁时杂记》：“盐豉、捻头杂肉煮汤谓之盐豉汤。”

【水团】 古代食品。用糯米粉制成。宋陈元靓《岁时广记》引《岁时杂记》：“端午作水团，又名‘白团’，或杂五色人兽花果之状，其精者名‘滴粉团’。或加麝香。又有‘干团’不入水者。”

【白团】 见“水团”。

【滴粉团】 见“水团”。

【干团】 见“水团”。

【巧果】 古代食品。即乞巧果子。用面粉和糖炸成。古代，七月七日妇女陈香蜡于庭或台，礼拜双星，乞织女牛郎赐福寿。”宋孟元老《东京梦华录》：“七夕以油面糖蜜，造为笑靥儿，谓之果食，花样奇巧。”

【社饭】 古代食品。秋社时所作。宋孟元老《东京梦华录》卷八：“八月秋社，各以社糕、社酒相赍送。贵戚宫院以猪羊肉、腰子、妳房、肚肺、鸭饼、瓜姜之属，切作碁子片样，滋味调和，铺于饭上，谓之社饭。”

【太学馒头】 古代食品。因供太学生食用，故名。后市肆也有供应。《茶余客话》：“元丰初，神宗留心学校。一月令取学生所食以进。是日适用馒头，神宗食之曰：从此养士，可无愧矣。”宋周密《武林旧事》卷六“蒸作从食”类收“太学馒头。”

【蓼花】 古代食品。油、餳、米粉制成的一种花色点心。宋周密《浩然斋杂谈》：“俗以油、餳缀糁作饵，名之曰蓼花。取其形似也。”

【狮蛮】 古代食品。古代重阳节糕点的具体品种之一。宋孟元老《东京梦华录》卷八"重阳":"九月重阳……都入多出郊外登高……前一二日,各以粉面蒸糕遗送。上插剪绥小旗,掺钉果实,如石榴子,栗子黄、银杏、松子肉之类。又以粉作狮子蛮王之状,置于糕上,谓之'狮蛮'。"

【狮蛮栗糕】 古代食品。古代重阳节糕点的具体品种之一。宋吴自牧《梦粱录》卷五"九月":"蛮煎局以五色米粉塑成狮蛮,以小彩旗簇之,下以熟栗子肉杵为细末,入麝香糖蜜和之,捏为饼糕小段,或如五色弹儿,皆入韵果糖霜,名之'狮蛮栗糕'。"

【两熟鱼】 古代食品。宋吴自牧《梦粱录》:"又有专卖素食分茶,不误斋戒。如……两熟鱼。"

【馓饾儿】 古代食品。一种带馅的油炸面果。《水浒》第一回:"寒栗子比馓饾儿大小。"宋孟元老《东京梦华录》卷二:"细料馓饾儿。"《平妖传》第二十七回:"油煎的馓饾儿。"

【酪面】 古代食品。以两个油饼夹酥油而成。宋耐得翁《都城纪胜》"食店":"大抵都下买物,多趋有名之家……如酪面,亦只后市街卖酥贺家一分,每个五百贯,以新样油饼两枚夹而食之,此北食也。"

【炊饼】 也称"蒸饼"、"笼饼"。古代食品。即馒头。宋吴自牧《梦粱录》卷十三"诸色杂货":"日午卖……炊饼。"《水浒传》中有武大卖"炊饼"的记载。《名义考》:"凡以面为食具者皆谓之饼。以火炕曰炉饼;有巨胜曰胡饼,汉灵帝所嗜者,即今烧饼;以水瀹曰汤饼,亦曰煮饼,束皙云玄冬为最者,即今切面;蒸而食者曰蒸饼,又曰笼饼,侯思止令缩葱加肉者,即今馒头……。"

【蒸饼】 即"炊饼。

【笼饼】 即"炊饼。

【子母仙桃】 古代食品。将大仙桃中包裹若干小仙桃而成。宋吴自牧《梦粱录》卷十六"荤素从食店":"市食点心,四时皆有,任便索唤,不误主顾……子母仙桃。"

【仙桃】 古代食品。将面粉做成仙桃形状蒸成。宋周密《武林旧事》"羹作从食"收有"仙桃"。

【寿带龟】 古代食品。用面粉裹馅心制成龟形蒸成。宋周密《武林旧事》"蒸作从食"收"寿带龟"。

【子母龟】 古代食品。将面粉做成龟状,大龟中包有小龟,然后蒸成。宋周密《武林旧事》"蒸作从食"收有"子母龟"。宋吴自牧《梦粱录》卷十六"荤素从食店"中也有"子母龟"。

【鲍(pào疱)螺】 也称"鲍螺"。古代食品。用牛奶、糖经过多道工序制成,呈螺形。宋吴自牧《梦粱录》卷十三"夜市":"市西坊卖鲍螺、滴酥。"

【鲍螺】 即"鲍螺"。

【饸饹面】 古代食品。宋吴自牧《梦粱录》卷十六"面食店":"有店舍专卖饸饹面,如大熬饸饹、大燥子、料浇虾蟆、丝鸡、三鲜等饸饹,并卖馄饨。"饸饹面多呈科斗形或不规则圆形。

【大片铺羊面】 古代食品。宋吴自牧《梦粱录》卷十六"面食店":"素面如大片铺羊面、三鲜面、炒鳝面、卷鱼面、笋泼面、笋辣面、乳酃淘、笋酃淘、笋菜淘面、七宝棋子、百花棋子等面,皆精细乳麸、笋粉素食。"大片铺羊面中的羊肉大片乃素食,由乳饼或面筋等烧制而成。

【三鲜面】 古代食品。一种素料盖浇面。参见"大片铺羊面"。

【炒鳝面】 古代食品。一种用素料制成的"鳝"丝盖浇面。参见"大片铺羊面"。

【卷鱼面】 古代食品。一种用素料制成的卷鱼盖浇面。参见"大片铺羊面"。

【笋泼面】 古代食品。参见"大片铺羊面"。

【笋辣面】 古代食品。参见"大片铺羊面"。

【乳酃淘】 古代食品。用乳饼等做浇头的素面。古代称过水凉面为冷淘,温水面为温淘,热汤面为热淘。参见"大片铺羊面"。

【裹蒸】 古代食品。即粽子。宋吴自牧《梦粱录》卷十六《荤素从食店·诸色点心》有"裹蒸粽子"。《易牙遗意》"裹蒸":"糯米淘净,蒸软熟,和糖拌匀,用箬叶裹作小角儿,再蒸。"

【啜菽】 古代食品。即五味拌豆腐条。宋陈达叟《本心斋疏食谱》"啜菽":"菽,豆也。今豆腐条切,淡煮,蘸以五味。《礼》不云乎:'啜菽饮水'。'素以绚兮',浏其清矣。"

【粉餈】 古代食品。宋陈达叟《本心斋疏食谱》"粉餈":"粉米蒸成。加糖曰饴。天官笾人,糗饵粉餈。未见君子,怒如调饥。"

【玉延】 古代食品。即蜜渍山药片。宋陈达叟《本心斋疏食谱》"玉延":"山药也。炊熟片切,渍以生蜜。山有灵药,录于仙方。削数片玉,渍百花香。"

【琼珠】 古代食品。指用泉水煮熟的圆眼、荔枝肉。宋陈达叟《本心斋疏食谱》"琼珠":"圆眼、干荔也。劈开取实,煮以清泉。汲金井水,煮琼珠羹。蚌胎的皪,龙目精荧。"

【玉砖】 古代食品。指一种洒有椒盐的炊饼块。宋陈达叟《本心斋疏食谱》"玉砖":"炊饼方切,椒盐糁之。截彼圆璧,琢成方砖。有馨斯椒,薄洒以盐。"

【炊栗】 古代食品。一种蜜渍熟栗子。宋陈达叟《本心斋疏食谱》"炊栗":"蒸开蜜渍。周人以栗,亦可以贽。紫壳吹开,黄中通理。"

【煨芋】 古代食品。即煨芋头片。宋陈达叟《本心斋疏食谱》"煨芋":"煨香片切。朝三暮四,狙公何为。却彼羊羔,啗吾蹲鸱。"

【绿粉】 古代食品。指用绿豆粉丝做成的羹。宋陈达叟《本心斋疏食谱》"绿粉":"绿豆粉也。铺姜为羹。碾彼绿珠,撒成银缕。热蠲金石,清徹肺腑。"

【东坡脯】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"东坡脯":"鱼取肉,切作横条,盐、醋淹片时,粗纸渗干。先以香料同豆粉拌匀,却将鱼用粉为衣,轻手捶开,麻油揩过,熬熟。"

【国信脯】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"国信脯":"精肉,每斤夏用盐一两,冬用八钱重,好醋半升、马芹、桔红、木香、红豆、缩砂等末同煮一二沸,慢火翕尽醋为度。"

【佛跳墙】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"佛跳墙":"精猪羊肉,沸汤焯过,切作骰子块,以猪羊脂煎,令微熟,别换汁,入酒、醋、椒、杏、醢料煮干,取出焙燥。可久留不败。"

【千里矧】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"千里矧":"鹿肉或羊肉切作条,每斤只用盐二两擦淹薰,若用酒醋,则颜色不佳……。"

【水晶矧】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"水晶矧":"精羊肉,去皮脂,薄批,以盐、椒、马芹研好醋,澄去查,淹一时久,摊筲箕上,烈日曝干,即透明光洁。精猪肉亦可造。"

【肉珑松】 古代食品。即肉松。宋陈元靓《事林广记》"肉珑松":"猪、羊、牛精肉切如指块,用酒、醋、水、盐、椒、马芹同煮熟,去汁,烂研,焙燥。要如茸丝,不许成屑末。鸡白肉、干虾尤佳。"

【披绵鲊】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"披绵鲊":"黄雀净焊,除觜、目、翅、足,破开,去脏,用刀背拍平",然后用粗纸吸掉血水,再将雀用酒洗净,控干,用炒盐、熟油、法酒拌匀,"每两枚首尾颠倒为一,合内入椒五粒、葱丝数条、马芹少许、麦子十粒,入瓮按实,密封,石灰泥头,可留半年。"

【海棠鲊】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"海棠鲊":"猪肉、羊肉皆可造。须尽去皮骨,沸汤焯过,取出,细切。每肉一斤,用盐花一两、葱白五茎为丝、麻油半两微妙。再入川椒、马芹、芜荑仁各一钱重、红曲三钱重、小麦黄一两(并为末)、酒醋各半盏、粳饭三匙,一处拌匀,入瓶。凡鲊,冬半月,夏七日熟。"

【金溪鲊】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"金溪鲊":"鹅鸭肥嫩者,治如常法。去骨,薄切四分,中入猪脂一分。每斤入炒盐八钱重、葱白十茎切丝、马芹、椒各十钱、红曲二钱、粳饭三匙、醋半合,同和匀入缾。"

【玉板鲊】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"玉板鲊":"鲤鱼大者,取净肉,随意切片。每斤用盐一两淹过宿,漉出,控干。入川椒、马芹、芜荑、阿魏、桔叶、熟油半两、酸醋一合、粳饭三两匙,再入盐少许调和入瓶。"

【逡巡鲊】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"逡巡鲊":"猪肉薄切,入圆椒、马芹、芜荑、杏仁、姜丝、桔叶、盐花、米粉、红曲等拌匀。用笋皮扎裹,入甑,蒸半熟取出,以酸醋少许锅内炒过,便可供应。于肉皆可造。"

【笋咸豉】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"造笋咸豉":"笋一斤,生切片子,豉四两,煎汁用,煮笋熟,次入盐二两、生姜二两(片切,爆过)、马芹、红椒、桔皮各用半两,一齐入拌匀,焙干收之。其味最佳。"

【腊肉】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"造腊肉法":"腊月中取猪肉切片,先用盐腌三五天,再加酒、醋同腌二三天,然后晒干,接着将肉片入沸水一蘸,立即乘热刷上真麻油,将肉挂有烟处薰成。色味俱美,久尤佳"。

【假大鸡卵】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"假大鸡卵":"猪胞、羊胞各一个,研令洁。度其大小,打鸡鸭子清、黄分两处。先将清灌猪胞内,次却入羊胞于猪胞内,却灌黄于羊胞内,令当中心,紧系,熟煮。取出,放冷……。"食时切片,"如鸡子,黄白分明。浇椒、盐、醋吃。"

【清凉虾鲊】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"清凉虾鲊":"清凉虾用盐水浸,去咸汁,沥干,入红曲、椒、莳萝、葱白、糯米饭少许、盐拌和,入瓶捺紧,以好酒洒面上,箬叶盖头,密封。久亦不妨。如干,添酒,尽可留一、两月。"

【鱼头酱】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"造鱼头酱":"鱼头去眼睛并颊颔硬骨,不拘多少。先用醋、盐、酒出水,控干,如骰子大块。每一斤用盐一两半、炒米粗末、红曲末、面曲末、料物以法拌匀,入瓶,实捺,密封。"

【鱼兔酱】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"鱼兔酱法":"鲤鱼去鳞、肠,不得犯水,用布拭干;兔脆骨切破,同拌。后入椒半两、莳萝一分、葱白切一把,入瓶子内,入好酒,稀稠得所。冬后造,四月方熟。其味甘香之甚。"

【烧梨子】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"烧梨子法":"赤皮梨子三百个,入瓶中,用糖五斤,微火烧。令沸,可一日。候糖干,入盐一斤、酥半斤。烧候黑色,放冷。别入新净干瓶内收之。其味好。"

【烧林檎】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》"烧林檎法":"青林檎一斗,砂糖三斤、蜜一斤、油四两、盐二两,以油、盐先浸过,与糖同入瓶中,尽以蜜淋上,石灰泥瓶头。四面烧一夜。别以净器收之。"

【新法浮圆】 古代食品。为宋代的新品种。据宋陈元靓《事林广记》,制法有四种:一是取糯米、干山药同捣粉,筛极细,加水调和后搓成圆子,在滚水中下熟,然后盛在器皿中,在汤中浇上糖汁,圆子便浮在汤面上,"经宿亦不沉"。一是用鲜山药捣烂和糯米粉做成,也能浮在汤面。一是如常法做圆子,在外面裹上一层绿豆粉,下熟后也能浮起。一是用鸡蛋清和糯米粉做成的最佳。

【翠缕冷淘】 古代食品。即槐叶冷淘。宋陈元靓《事林广记》"翠缕冷淘":采槐叶新嫩叶,研取汁,依常法搜和面,制成面条,然后"以急火沸汤煮之,候熟,投冷水"中过水而成,加多种调料拌食,"味既甘美,色亦鲜翠"。

【琥珀瓜齑】 古代食品。见宋陈元靓《事林广记》。将生甜瓜去瓤,切片,焯后,加盐、豆豉、酽醋、面酱、马芹、

川椒、干姜、陈皮、甘草、茴香、芜荑拌匀，入瓮内腌成。“经半月后则熟。瓜色明透，绝类琥珀，味甚香美。”

【青白菜齑】 古代食品。见宋陈元靓《事林广记》。将大菘菜、莱菔破开，晒干，“薄切方片，如钱眼子大”，然后“以马芹、茴香杂酒、醋、水等，令得所，调净，盐浇之”，再将罐摇播50～70次，封口，放置3天(每天仍需摇播1次)即成。“菜色青白间杂，鲜洁可爱”。

【脆红藕齑】 古代食品。宋陈元靓《事林广记》“脆红藕齑”：“嫩藕梢，随意切作方块，如骰子大。就蟹眼汤内快手焯上。取牵牛花揉汁淹渍片时，投冷熟水中涤过，控干。以马芹、盐花泡汤，入少醋，加蜜作齑，澄冷，浇供之。”

【蟹生】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“蟹生”：“用生蟹剁碎，以麻油先熬熟，冷，并草果、茴香、砂仁、花椒末、水姜、胡椒俱为末，再加葱、盐、醋共十味，入蟹内拌匀，即时可食。”

【炙鱼】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“炙鱼”：“鲚鱼新出水者，治净，炭火上十分炙干收藏。一法，以鲚鱼去头尾，切作段，用油炙熟。每段用箬间盛瓦罐内，泥封。”

【水腌鱼】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“水腌鱼”：“腊中鲤鱼切大块，拭干，一斤用炒盐四两擦过，淹一宿，洗净，晾(同“晾”)干。再用盐二两、糟一斤拌匀，入瓮，纸、箬、泥封涂。”

【肉鲊】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“肉鲊”：“生烧猪、羊腿，批作片，以刀背匀捶三两次，切作块，于沸汤随漉出，用布内扭干。每一斤入好醋一盏、盐四钱、椒油、草果、砂仁各少许。供馔亦珍美。”

【算条巴子】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“算条巴子”：“猪肉精肥各另切作三寸长如筭子样，以砂糖、花椒末、碎砂末调和得所，拌匀，晒干，蒸熟。”

【风鱼】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“风鱼法”：“用青鱼、鲤鱼破去肠胃，每斤用盐四五钱腌七日取起，洗净，拭干，腮下切一刀，将川椒、茴香加炒盐擦入腮内并腹里外，以纸包裹，外用麻皮扎成一个，挂于当风之处。腹内入料多些方妙。”

【鱼酱】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“鱼酱法”：“用鱼一斤，切碎洗净后，炒盐三两、花椒一钱、茴香一钱、干姜一钱、神曲二钱、红曲五钱，加酒和匀，拌鱼肉，入磁瓶封好。十日可用。喫时加葱花少许。”

【糟猪头蹄爪】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“糟猪头蹄爪法”：“用猪头、蹄爪煮烂，去骨，布包，摊开，大石压匾实落，一宿，糟用，甚佳。”

【酒腌虾】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“酒腌虾法”：“用大虾，不见水洗，剪去须尾。每斤用盐五钱淹半日，沥干，入瓶中。虾一层，放椒三十粒，以椒多为妙。或用椒拌虾装入瓶中亦妙。装完，每斤用盐三两，好酒化开，浇入瓶内，封好，泥头。春秋五、七日即好吃，冬月十日方好。”

【蛏鲊】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“蛏鲊”：“蛏一斤，盐一两，腌一伏时，再洗净，控干，布包石压，加熟油五钱、姜、桔丝五钱、盐一钱、葱丝五分、酒一大盏、饭糁一合，磨末，拌匀，入瓶，泥封。十月可供……。”

【肉酱】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“造肉酱”：“精肉四斤，去筋、骨，酱一斤八两，研细，盐四两，葱白细切一碗，川椒、茴香、陈皮各五六钱，用酒拌各粉并肉如稠粥，入坛封固，晒烈日中十余日，开看，干再加酒，淡再加盐，又封以泥，晒之。”

【黄雀鲊】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“黄雀鲊”：“每只治净，用酒洗，拭干，不犯水。用麦黄、红曲、盐、椒、葱丝，尝味和为止。却将雀入匾坛内铺一层，上料一层，装实，以箬盖，篾片扦定。候卤出，倾去，加酒浸。密封久用。”

【配盐瓜菽】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“配盐瓜菽”：“老瓜嫩茄合五十斤，每斤用净盐二两半。先用半两腌瓜、茄一宿出水，次用桔皮五斤、新紫苏连根三斤、生姜丝三斤、去皮杏仁二斤、桂花四两、甘草二两、黄豆一斗、煮酒五斤，同拌入瓮，合满捺实。箬五层，竹片捺定，箬裹汲封。晒日中两月，取出，入大椒半斤、茴香、砂仁各半斤匀。晾晒在日。内发热乃酥美。黄豆须拣大者，煮烂，以麸皮罨热，去麸皮净用。”

【糖蒸茄】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“糖蒸茄”：“牛奶茄嫩而大者，不去蒂，直切成六棱。每五十斤用盐一两拌匀，下汤焯令变色，沥干。用薄荷、茴香末夹在内，砂糖三斤、醋半锺浸三宿，晒干，还卤，直至卤尽茄干。压扁收藏之。”

【酿瓜】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“酿瓜”：“青瓜坚老而大者，切作两片，去穰，略用盐，出其水。生姜、陈皮、薄荷、紫苏俱切作丝，茴香、炒砂仁、砂糖拌匀，入瓜内。用线扎定成个入酱缸内，五六日取出。连瓜晒干收贮。切碎了晒。”

【三煮瓜】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“三煮瓜”：“青瓜坚老者切作两片。每一斤用盐半两、酱一两、紫苏、甘草少许腌，伏时，连卤夜煮，日晒，凡三次。煮后晒，至雨天，留甑上蒸之，晒干收贮。”

【蒜苗干】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“蒜苗干”：“蒜苗切寸段，一斤盐一两，腌出臭水，略晾干。拌醋、糖少许，蒸熟，晒干收贮。”

【芥辣】 古代食品。一种辣味调料。宋《吴氏中馈录》“芥辣”：“二年陈芥子，碾细，水调，纳实碗内，韧纸封固，沸汤三五次泡出黄水，覆冷地上，顷后有气入淡醋解开，布滤去查。”

【酱佛手、香橼、梨子】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“酱佛手香橼梨子”：“梨子带皮入酱缸内，久而不坏。香橼去穰酱皮。佛手全酱……。”

【糟茄子】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“糟茄子”：“五茄六糟盐十七，更加河水甜如蜜。茄子五斤，糟六

斤、盐十七两，河水两三碗拌糟，其茄味自甜……。”

【糟萝卜】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“糟萝卜方”：“萝卜一斤，盐三两。以萝卜不要见水，揩净，带须半根，晒干。糟与盐拌过，少入萝卜，又拌过，入瓮。此方非暴吃者。”

【糟姜】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“糟姜方”：“姜一斤、糟一斤、盐五两，拣社日前可糟。不要见水，不可损了姜皮，用干布擦去泥，晒半干后，糟盐拌之入瓮。”

【三和菜】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“三和菜”：“淡醋一分、酒一分、水一分，盐、甘草调和其味得所，煎滚，下菜苗丝、桔皮丝各少许，白芷一二小片掺菜上，重汤顿，勿令开，至熟食之。”

【胡萝卜鲊】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“胡萝卜鲊”：“切作片子，滚汤略焯，控干，入少许葱花、大小茴香、姜、桔丝、花椒末、红曲研烂，同盐拌匀，罨一时食之。”

【蒜菜】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“蒜菜”：“用嫩白蒜菜切寸段，每十斤用炒盐四两，每醋一碗、水二碗，浸菜于瓮内。”

【干闭瓮菜】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“干闭瓮菜”：“菜十斤，炒盐四十两。用缸腌菜。一皮菜，一皮盐，腌三日，取起菜，入盆内揉一次，将另过一缸，盐卤收起听用。又过三日，又将菜取起，又揉一次，将菜另过一缸，留盐汁听用。如此九遍完，入瓮内。一层菜上洒花椒、小茴香一层，又装菜，如此紧紧实实装好。将前留起菜卤，每坛浇三碗，泥起，过年可吃。”

【撒拌和菜】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“撒拌和菜”：“将麻油入花椒先时熬一二滚收起。临用时将油倒一碗，入酱油、醋、白糖些少，调和得法，安起。凡物用油拌的，即倒上些少拌吃，绝妙。如拌白菜、豆芽、水芹，须将菜入滚水焯熟，入清水漂着。临用时榨干拌油方吃，菜色青翠不黑，又脆可口。”

【蒸干菜】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“蒸干菜”：“将大窠好菜择洗净，干，入沸汤内焯五六分熟，晒干。用盐、酱、莳萝、花椒、砂糖、桔皮同煮极熟，又晒干。并蒸片时。以磁器收贮。用时，著香油揉，微用醋，饭上蒸食。”

【食香瓜茄】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“食香瓜茄”：“不拘多少，切作棊子。每斤用盐八钱、食香同瓜拌匀于缸内，腌一二日，取出控干，日晒，晚复入卤水内，次日又取出晒，凡经三次。勿令太干。装入坛内用。”

【糟瓜茄】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“糟瓜茄”：“瓜茄等物，每五斤盐十两，和糟拌匀。用铜钱五十文逐层铺上，经十日取钱不用，别换糟，入瓶，收久翠色如新。”

【茭白鲊】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“茭白鲊”：“鲜茭切作片子，焯过，控干。以细葱丝、莳萝、茴香、花椒、红曲研烂并盐拌匀，同腌一时食。‘藕梢鲊’同此造法。”

【藕梢鲊】 古代食品。制法同“茭白鲊”。参见“茭白鲊”。

【糖醋茄】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“糖醋茄”：“取新嫩茄，切三角块，沸汤漉过，布包榨干，盐淹一宿，晒干。用姜丝、紫苏拌匀，煎滚糖醋泼浸。收入磁坛内。”

【蒜冬瓜】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“蒜冬瓜”：“拣大者去皮、穰，切如一指阔，以白矾、石灰煎汤焯过，漉出，控干。每斤用盐二两、蒜瓣三两捣碎，同冬瓜装入磁器，添以熬过好醋浸之。”

【腌盐韭】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“腌盐韭”：“霜前拣肥韭无黄梢者，择净，洗、控干。于磁盆内铺韭一层，糁盐一层，候盐韭匀铺尽为度。腌一二宿，翻数次，装入磁器内，用原卤加香油少许尤妙。”

【糁菜】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“造糁菜法”：“用春不老菜台，去叶，洗净，切碎，如钱眼子大。晒干水气，勿令太干。以姜丝炒黄豆大。每菜一斤，用盐一两，入食香相停，揉回卤性，装入罐内，候熟。随用。”

【倒蘸菜】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“倒蘸菜”：“每菜一百斤，用盐五十两腌了，入坛装实。用盐卤调毛灰如干面糊口上。摊过，封好。不必草塞。用芥菜不要落水，晾干软了，用滚汤一焯就起，笊篱捞在筛子内晾冷。将焯菜汤晾冷。将筛子内菜用松盐些少撒拌，入瓶后，加晾冷菜卤浇上，包好，安顿冷地上。”

【笋鲊】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“笋鲊”：“春间取嫩笋，剥净，去老头，切作四分大、一寸长块，上笼蒸熟。以布包裹，榨作极干，投于器中，下油用……。”

【晒淡笋干】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“晒淡笋干”：“鲜笋猫耳头不拘多少，去皮，切片、条，沸汤焯过，晒干收贮。用时，米泔水浸软，色白如银。盐汤焯即腌笋矣。”

【酒豆豉】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“酒豆豉方”：“黄子一斗五升，筛去面，令净，茄五斤、瓜十二斤、姜斤十四两、桔丝随放、小茴香一升、炒盐四斤六两、青椒一斤，一处拌，入瓮中捺实。倾金花酒或酒娘腌过各物两寸许。纸箬扎缚，泥封。露四十九日。坛上写东、西字记号，轮晒。日满，倾大盆内，晒干为度。以黄草布罩盖。”

【水豆豉】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“水豆豉法”：“好黄子十斤，好盐四十两，金华甜酒十碗。先日用滚汤二十碗充（疑为冲之误）调盐作卤，留冷淀清，听用。将黄子下缸，入酒入盐水。晒四十九日完，方下大小茴香各一两、草果五钱、官桂五钱、木香三钱、陈皮丝一两、花椒一两、干姜丝半斤、杏仁一斤。各料和入缸内，又晒又打二日，将坛装起。隔年吃方好，蘸肉吃更妙。”

【红盐豆】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“红盐豆”：“先将盐霜梅一个安在锅底下，淘净大粒青豆盖梅。又将豆中作一窝，下盐在内。用苏木煎水，入白矾些少，沿

锅四边浇下，平豆为度。用火烧干，豆熟盐又不泛而红。”

【蒜梅】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“蒜梅”：“青硬梅子二斤、大蒜一斤（或囊剥净）、炒盐三两。酌量水煎汤，停冷浸之。候五十日后，卤水将变色，倾出。再煎其水，停冷浸之，入瓶。至七月后食。梅无酸味，蒜无荤气也。”

【炒面】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“炒面方”：“白面要重罗三次，将入大锅内，以木爬炒得大熟，上桌，古铫槌碾细。再罗一次方好做甜食。凡用酥油，须要新鲜。如陈了，不堪用矣。”

【面和油】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“面和油法”：“不拘斤两。用小锅。糖卤用二杓。随意多少酥油，下小锅煎过，细布滤净，用生面随手下，不稀不稠，用小爬儿炒至面熟方好。先将糖卤熬得有丝，棍蘸起，视之可，斟酌倾入油面锅内，打匀，掇起锅，乘热拨在案上，捍开，切象眼块。”

【雪花酥】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“雪花酥”：“油下小锅化开，滤过。将炒面随手下搅匀，不稀不稠，掇离火，洒白糖末下在炒面内搅匀，和成一处。上案捍开，切象眼块。”

【洒粹你】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“洒粹你方”：“用熬麽古料熬成。不用核桃，舀上案，摊开。用江米末围定。铜圈印之，即是洒粹你。切象牙者即名白糖块。”

【酥饼】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“酥饼方”：“油酥四两、蜜一两、白矾一斤，搜成剂，入印作饼，上炉。或用猪油亦可，用蜜二两尤好。”

【油衅儿】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“油衅儿方”：“面搜剂，包馅作衅儿，油煎熟。馅同‘肉饼法’。”

【酥儿印】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“酥儿印方”：“用生面搀豆粉同和。用手捍成条，如筋头大。切二分长。逐个用小梳掠印齿花收起。用酥油锅内煠熟，漏杓捞起来，热洒白沙糖细末拌之。”

【五香糕】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“五香糕方”：“上白糯米和粳米二八分，芡实干一分，人参、白术、茯苓、砂仁总一分，磨极细，筛过，用白沙糖、滚汤拌匀，上甑。”

【沙团】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“煮沙团方”：“沙糖入赤豆或绿豆煮成一团，外以生糯米粉裹作大团。蒸或滚汤内煮亦可。”

【水滑面】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“水滑面方”：“用十分白面，揉搜成剂。一斤作十数块，放在水内，候其面性发得十分满足，逐块抽拽，下汤煮熟。抽拽得阔薄乃好。麻腻、杏仁腻、咸笋干、酱瓜、糟茄、姜、腌韭、黄瓜丝作齑头，或加煎肉尤妙。”

【糖薄脆】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“糖薄脆法”：“白糖一斤四两，清油一斤四两、水二碗、白面五斤，加酥油、椒盐、水少许搜和成剂。捍薄，如酒锺口大，上用去皮芝麻撒匀。入炉熯熟。食之香脆。”

【糖榧(fěi匪)】 古代食品。宋《吴氏中馈录》“糖榧方”：“白面入酵，待发，滚汤搜成剂。切作榧子样，下十分滚油煠过，取出，糖面内缠之。其缠糖与面对和成剂。”

【黄鸡粥】 古代食品。苏轼《闻子由瘦》：“五日一见花猪肉，十日一遇黄鸡粥。”

【煮粥】 古代食品。为宋代四川寺院中所制。用米杂菜饵之类作成。陆游《冬夜与溥庵主说川食戏作》诗云：“未论索饼与馓饭，最爱红糟并煮粥。”

【御米粥】 古代食品。御米，即罂粟子的异名之一。宋《开宝本草》有记载，和竹沥入粥，可治丹石发动、不下饮食。

【桑芽粥】 古代食品。用桑叶初生细芽和米煮成。气香而味甘，有止渴明目等功效。见宋林洪《山家清供》。

【五加芽粥】 古代食品。用五加嫩芽和米煮成。色碧香清。有明目止渴等功效。见宋《家宝方》。

【白茯苓粥】 古代食品。用白茯苓粉入粥煮成。有治心虚、梦泄、白浊、失眠等功效。见宋代杨士瀛《采珍集》。

【蚕豆粥】 古代食品。取新鲜嫩蚕豆，去皮，和米煮成。有快胃和脾的功效，兼利腑脏。见宋林洪《山家清供》。

【贝母粥】 古代食品。将贝母研末入粥而成。有化痰止咳、止血的功效。见宋王执中《资生录》。

【磁石粥】 古代食品。取磁石，捶末，绵裹，加猪肾、米煮成。可治老人耳聋。也可同白石英用水浸，然后取水作粥，能使老人气力强健，颜如童子。见宋陈直《奉亲养老书》。

【牛蒡根粥】 古代食品。用牛蒡根曝干，作粉，入粥而成。可治中风口目不动、心烦闷。见宋陈直《奉亲养老书》。

【滑石粥】 古代食品。用滑石煎水，入米同煮而成。能治膈上烦热，兼利小便，荡胸中积聚，疗黄胆、石淋、水肿。见宋《太平圣惠方》。

【桑白皮粥】 古代食品。取桑白皮同糯米煮成。可治消渴。见宋代陈言《三因极一病源论粹》。

【莱菔粥】 古代食品。即萝卜粥。将生萝卜捣汁加米煮成。能治消渴，宽中下气，兼消食、去痰、止咳、治痢，制面毒。见宋苏颂《图经本草》。

【苋菜粥】 古代食品。取苋菜和米煮成。见宋陈直《奉亲养老书》。有治下痢的功效。

【圆真僧粥】 古代食品。用鳜鱼与米做成的鱼粥。调料有盐、酒、姜、椒等。见宋《夷坚志》。

【蜜糕】 古代食品。以松实、胡桃肉、渍蜜和糯米粉所制。形状有方有圆，也有象柿蒂花的。见《松漠纪闻》。

【金丝酒】 古代食品。宋姜特立《梅山续稿》“客至”诗：“冻云垂地寒峥嵘，故人访我邀晨烹，旋烧姜子金丝

酒，却试苏公玉糁羹。”注：“以鸡子和酒烧之谓之金丝酒。”

【甘菊冷淘】 古代食品。用甘菊嫩叶切碎和面，做成面条，煮熟后，过冷水再加调料而成。王禹偁诗云：“淮南地甚暖，甘菊生篱根。长芽触土青，小叶弄晴暾。采采忽盈把，洗去朝露痕。俸面新且细，溲牢如玉墩。随刀落银缕，煮投寒泉盆。杂此青青色，芳香敌兰荪”。

【玉糁羹】 古代食品。用山芋作主料烹制而成。为苏轼儿子苏过所创，苏轼为其命名，并有《玉糁羹》诗：“香似龙涎仍酽白，味如牛乳更全清。莫将南海金齑脍，轻比东坡玉糁羹。”见《苏轼集注》。

【东坡羹】 古代食品。有两种：一是用蔓菁、萝卜作的，为苏轼取名，诗云：“常支折脚鼎，自煮花蔓菁。中年失此味，想象如隔生。谁知南岳老，解作东坡羹。中有芦菔根，尚含晓露清。”一是后来陆游《食荠糝》诗中说的“东坡羹”，以荠菜为主料做的荠糝，苏轼认为它有“味外之美”。见《苏轼集注》和宋林洪《山家清供》。

【二红饭】 古代食品。用大麦和两种豆子作成。《东坡文集》载：“用浆水淘食之，自然甘酸浮滑，有西北村落风味，今日复令庖人杂二豆作饭，尤有味。老妻大笑曰：‘此新鲜二红饭也’。”

【甜羹】 古代食品。用白菜、山药、山芋、萝卜合煮而成。不放任何调料，趁新鲜吃本味。陆游《山居食每不肉戏作》诗云：“老住湖边一把茅，时沽村酒具山肴。年来传得甜羹法，更为吴酸作解嘲”。

【野味包子】 古代食品。以野味为馅心制成。陆游《食野味包子戏作》：“叠双初中鹊，牢丸已登盘。”

【米缆】 古代食品。用大米碾粉制成的粉条。楼锜诗云：“江西谁将米作缆，卷送银丝光可鉴。”又云：“如来螺髻一毛拔，卷然如蚕都人发。新弦未上尚盘盘，独茧长丝犹轧轧。”见《钟山杂记》。

【炒团】 古代食品。《鸡肋编》“天长县炒米为粉，和以为团，有大数升者，以胭脂染成花草之状，谓之‘炒团’。”

【糜粉甜团】 古代食品。《鸡肋编》：“寒食火禁，盛于河东，而陕右亦不举爨者三日。以冬至后一百四日谓之炊熟日，饭面饼饵之类，皆为信宿之具。又以糜粉蒸为甜团，切破暴干，尤可以留久。”

【米糗】 古代食品。《鸡肋编》：“浙人以米粉和羹，乃谓之米糗。”

【水晶皁儿】 古代食品。《鸡肋编》：“京师取皁荚子仁煮过，以糖水浸食，谓之‘水晶皁儿’。”

【老鲊】 古代食品。《岭外代答》“老鲊”：“南人以鱼为鲊，有十年不坏者。其法以籧及盐面杂渍，盛之以瓮。瓮口周为水池，覆之以碗，封之以水，水耗则续。如是，故不透风。鲊数年生白花，似损坏者。凡亲戚赠遗，悉用酒鲊。唯以老鲊为至爱。”

【赤豆粥】 古代食品。宋林洪《山家清供》“豆粥”：“汉光武在芜蒌亭时，得冯异奉豆粥，至久且不忘报。况山居可无此乎？用沙鲅烂煮赤豆，候粥少沸投之同煮，既熟而食。东坡诗曰：岂如江头千顷雪色鳙，茅檐出没晨烟孤，地碓舂杭光似玉，舒鲅煮豆软如酥……。”

【蟠桃饭】 古代食品。宋林洪《山家清供》“蟠桃饭”：“采山桃，用米泔煮熟。漉置水中，去核，候（饭）涌，同煮顷之，如盒饭法……。”

【梅花汤饼】 古代食品。宋林洪《山家清供》“梅花汤饼”：“……初浸白梅、檀香末水和面，作馄饨皮，每一迭（同“叠”）用五出铁凿如梅花样者凿取之。候煮熟，乃过于鸡清汁内。每客止二百余花……。”

【百合面】 古代食品。宋林洪《山家清供》“百合面”：“春秋仲月，采百合根，暴干，捣筛，和面作汤饼，最益血气。又蒸熟可以佐酒……。”

【傍林鲜】 古代食品。宋林洪《山家清供》“傍林鲜”：“夏初林笋盛时，扫叶就竹迳煨熟。其味甚鲜，名曰‘傍林鲜’。”

【煿金煮玉】 古代食品。将嫩笋挂糊油煎或切片和米煮粥成，因一黄一白，故名。宋林洪《山家清供》“煿金煮玉”：“笋取鲜嫩者，以料物和薄面，拖油煎煿如黄金色，甘脆可爱……以笋切作方片，和白米煮粥佳甚……济颠《笋疏》云：‘拖油盘内煿黄金，和米铛中煮白玉’，二者兼得之矣。”

【松黄饼】 古代食品。用春末松花黄和炼熟蜜，作成古龙涎饼状。壮颜益志。宋林洪《山家清供》谓吃了松黄饼，“使人（灑）洒然起山林之兴”。

【酥琼叶】 古代食品。宋林洪《山家清供》：“宿蒸饼薄切，涂以蜜或以油，就火上炙，铺纸地上，散火气，甚松脆，且止痰化食。杨诚斋诗云：‘削成琼叶片，嚼作雪花声’。”

【玉灌肺】 古代食品。宋林洪《山家清供》“玉灌肺”：“真粉、油饼、芝麻、松子、胡桃、莳萝六者为末，拌和，入甑蒸熟，切作肺样块，用辣汁供。今后苑名曰‘御爱玉灌肺’。要之，不过一素供耳。然以此见九重崇俭不嗜杀之意。居山者岂宜侈哉。”宋《吴氏中馈录》中也有“玉灌肺方”，制法大致相同。

【御爱玉灌肺】 见“玉灌肺”。

【山海兜】 古代食品。宋林洪《山家清供》“山海兜”：“春采笋蕨之嫩者，以汤瀹之，取鱼虾之鲜者，同切作块子，用汤泡、裹蒸，入熟油、酱（研）、胡椒拌和，以粉皮盛覆，各合于二盏内蒸熟。今后苑多进此。名‘虾鱼笋蕨兜’……。”

【虾鱼笋蕨兜】 见“山海兜”。

【沆瀣浆】 古代食品。宋林洪《山家清供》“沆瀣浆”：“……问其法，谓得之禁苑。止用甘蔗、萝菔各切作方块，以水烂煮而已。盖蔗能化酒，萝菔能化食也。酒后得此，其益可知矣……。”

【神仙富贵饼】 古代食品。用白术切片，与菖蒲同煮

一沸，晒干为末，和入山药粉、白面、白蜂蜜，作成饼样，晒干收贮，候客至蒸食。切条，也可作羹。宋林洪《山家清供》引章简公诗云："术荐神仙饼，菖蒲富贵花。"

【玉带羹】 古代食品。用稽山之笋、镜湖之莼烹制而成。宋林洪《山家清供》"玉带羹"："……命庖作玉带羹。以笋似玉，莼似带也……。"

【金饭】 古代食品。宋林洪《山家清供》"金饭"："……采紫茎黄色正菊英，以甘草汤和盐少许焯过，候粟饭少熟，投之同煮。久食可以明目延龄……。"

【梅粥】 古代食品。宋林洪《山家清供》"梅粥"："扫梅落英净洗，用雪水煮白粥，候熟，同煮。杨诚斋诗：'才看腊后得春饶，愁见风前作雪飘。脱蕊收将熬粥吃，落英仍好当香烧。'"

【玉井饭】 古代食品。宋林洪《山家清供》"玉井饭"："……命左右造玉井饭，甚香美。法削藕截作块，采新莲子去皮，候饭少沸，投之，如盒饭法。盖取'太华峰头玉井莲，开花十丈藕如船'之句……。"

【洞庭饘(yì义)】 古代食品。宋林洪《山家清供》"洞庭饘"："……采蓬与桔叶捣汁，加蜜和米粉作饘，各以叶蒸之"。其形"如小钱大"，"清香霭然"。

【茶蘼粥】 古代食品。宋林洪《山家清供》"荼蘼粥"："……其法，取花片用甘草汤焯，候熟，同煮……。"

【蓬糕】 古代食品。宋林洪《山家清供》"蓬糕"："采白蓬嫩者熟煮，细捣，和米粉，蒸熟，以香为度……。"

【樱桃煎】 古代食品。樱桃经梅水煮去核，捣烂，用模子压为饼，加蜜食之。宋林洪《山家清供》引杨万里诗云："何人弄好手，万颗捣虚脆。印成花钿薄，染作冰斯翠。"

【橙玉生】 古代食品。用雪梨、橙、盐等制成。宋林洪《山家清供》"橙玉生"："雪梨大者碎截，捣橙入少盐、酱拌供，可佐酒……。"

【玉延索饼】 古代食品。用山药粉制成，类面条状。宋林洪《山家清供》"玉延索饼"："……(山药)如作索饼，则熟研滤为粉，入竹筒微溜于浅醋盆内，出之，于水浸去酸味，如煮汤饼法(煮食)……。"

【笋蕨馄饨】 古代食品。宋林洪《山家清供》"笋蕨馄饨"："采笋、蕨嫩者，各用汤瀹，炒以油，和之酒、酱、香料作馄饨供……。"

【鹅黄豆生】 古代食品。黑豆的豆芽，可以焯过拌食或卷饼食。宋林洪《山家清供》"鹅黄豆生"："温陵人前中元数日以水浸黑豆，曝之，及芽，以糠皮置盆内……中元，则陈于祖宗之前，越三日，出之。洗、焯，渍以油、盐、苦酒、香料可为茹，卷以麻饼尤佳。色浅黄名鹅黄豆生。"

【真君粥】 古代食品。宋林洪《山家清供》："杏煮去核，候粥熟同煮，可谓真君粥……。"

【酥黄独】 古代食品。宋林洪《山家清供》"酥黄独"："……煮芋有数法，酥黄独世罕得之。熟芋截片，研榧子、杏仁和酱拖面煎之。以为甚好。诗云：'雪翻夜钵裁成玉，春化寒酥翦(同"剪")作金'。"

【广寒糕】 古代食品。宋林洪《山家清供》"广寒糕"："采桂英，去青蒂，洒以甘草水，和米舂粉，炊作糕。大比岁，士友咸作餲子相馈，取广寒高甲之谶……。"

【河祗粥】 古代食品。宋林洪《山家清供》："……比游天台山，有取干鱼浸洗、细截，同米煮。入酱料，加胡椒，言能愈头风，过于陈琳之檄。亦有杂豆腐为之者……。"

【胜肉餲(jiā加)】 古代食品。宋林洪《山家清供》"胜肉餲"："焯笋、蕈，同截，入松子、胡桃，和以酒、酱、香料，搜面作餲子……。"

【木鱼子】 古代食品。宋林洪《山家清供》"木鱼子"："坡诗云：'赠君三百木鱼尾，中有鹅黄子鱼子'。春时剥棕鱼蒸熟，与笋同蜜煮、醋浸，可致千里。蜀人供物多用之。"《本草纲目》木部"棕榈"："三月于木端茎中出数黄苞，苞中有细子成列，乃花之孕也，状如鱼腹孕子谓之棕鱼，亦曰棕笋。"

【炙麞】 古代食品。宋林洪《山家清供》"炙麞"：取麞之大块肉，"用盐、酒、香料腌，少顷，取羊肠脂包裹，猛火炙熟，去脂，擘食其肉。"

【当团参】 古代食品。宋林洪《山家清供》"当团参"："白扁豆温无毒，和中下气。烂饮，其味甘。今取葛天民'烂炊白扁豆，便当紫团参'之句名之。"

【梅花脯】 古代食品。宋林洪《山家清供》"梅花脯"："山栗、橄榄薄切，同食，有梅花风韵。名梅花脯。"

【牛尾狸】 古代食品。宋林洪《山家清供》"牛尾狸"："狸，《本草》斑如虎者最佳，如猫者次之。肉主痔病。去皮，取肠腑。用纸揩净，以清酒净洗，入椒、葱、茴、萝于其内，缝密，蒸熟。去料物，压，隔宿，薄切如玉。雪天炉畔论诗把酒，真奇物也。故东坡有雪天牛尾之咏。或纸裹糟一宿尤佳……。"

元代菜点

【马思答吉汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"马思答吉汤"："补益温中顺气。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)、官桂(二钱)、回回豆子(半升。捣碎，去皮)。上件一同熬成汤，滤净。下熟回回豆子二合、香粳米一升、马思答吉一钱、盐少许，调和匀。下事件肉、芫荽叶。"

【大麦汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"大麦汤"："温中下气，壮脾胃，止烦渴，破冷气，去腹胀。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)、大麦仁(二升。滚水淘洗净，微煮熟)。上件熬成汤，滤净。下大麦仁、熬熟，盐少许调和令匀，下事件肉。"

【八儿不汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"八儿不汤"："补中下气，宽胸膈。羊肉(一脚子。卸成事件)、

草果(五个)、回回豆子(半升。捣碎,去皮)、萝卜(二个)。上件一同熬成汤,滤净。汤内下羊肉,切如色数(即骰子)大,萝卜切如色数大,咱夫兰一钱、姜黄二钱、胡椒二钱、哈昔泥半钱、芫荽叶、盐少许调和匀。对香粳米干饭食之。入醋少许。"

【沙乞某儿汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"沙乞某儿汤":"补中下气,和脾胃。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)、回回豆子(半升。捣碎,去皮)、沙乞某儿(五个。系蔓菁)。右件一同熬成汤,滤净。下熟回回豆子二合、香粳米一升,熟沙乞某儿切如色数大,下事件肉、盐少许,调和令匀。"

【苦豆汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"苦豆汤":"补下元,理腰膝,温中顺气。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)、苦豆(一两。系葫芦巴)。上件一同熬成汤,滤净。下河西兀麻食或米心餛飩子。哈昔泥半钱、盐少许调和。"

【木瓜汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"木瓜汤":"补中顺气,治腰膝疼痛、脚气不仁。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)、回回豆子(半升。捣碎去皮)。上件一同熬成汤,滤净。下香粳米一升、熟回回豆子二合、肉弹儿。木瓜二斤取汁、沙糖四两、盐少许调和。或下事件肉。"

【鹿头汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"鹿头汤":"补益,止烦渴,治脚膝疼痛。鹿头蹄(一付。退洗净。卸作块)。上许用哈昔泥豆子大研如泥,与鹿头蹄同拌匀。用回回小油四两同炒,入滚水熬,令软。下胡椒三钱、哈昔泥二钱、荜拨一钱、牛妳子一盏、生姜汁一合、盐少许调和。一法用鹿尾取汁,入姜末、盐同调和。"

【松黄汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"松黄汤":"补中益气,壮筋骨。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)、回回豆子(半升。捣碎,去皮)。上件同熬成汤,滤净。熟羊胸子一个,切作色数大,松黄汁二合、生姜汁半合一同下,炒葱、盐、醋、芫荽叶调和匀。对经卷儿食之。"

【粆(shā纱)汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"粆汤":"补中益气,建脾胃。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)、回回豆子(半升。去皮)。右件同熬成汤,滤净。熟羊胸子一个,切片,粆三升,白菜或荨麻菜一同下锅,盐调和匀。"

【阿菜汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"阿菜汤":"补中益气。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)、良姜(二钱)。上件同熬成汤,滤净。下羊肝、酱,同取清汁。入胡椒五钱。另羊肉切片,羊尾子一个,羊舌一个、羊腰子一付各切甲叶,蘑菇二两、白菜一同下清汁,盐、醋调和。"

【黄汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"黄汤":"补中益气。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)、回回豆子(半升。捣碎,去皮)。上件同熬成汤,滤净。下熟回回豆子二合、香粳米一升、胡萝卜五个,切用,羊后脚肉丸肉弹儿,肋枝一个,切寸金,姜黄三钱、姜末五钱、咱夫兰一钱、芫荽叶同盐、醋调和。"

【团鱼汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"团鱼汤":"主伤中,益气,补不足。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)。上件同熬成汤,滤净。团鱼五六个,煮熟,去皮、骨,切作块,用面二两作面丝,生姜汁一合、胡椒一两同炒葱、盐、醋调和。"

【台苗羹】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"台苗羹":"补中益气。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)、良姜(二钱)。上件熬成汤,滤净。用羊肝下酱取清汁。豆粉五斤作粉,乳饼一个、山药一斤、胡萝卜十个、羊尾子一个、羊肉等,各切细,入台子菜、韭菜、胡椒一两,盐、醋调和。"

【熊汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"熊汤":"治风痹不仁、脚气。熊肉(二脚子,煮熟,切块)、草果(三个)。上件用胡椒三钱、哈昔泥一钱、姜黄二钱、缩砂二钱、咱夫兰一钱、葱、盐、酱一同调和。"

【鲤鱼汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"鲤鱼汤":"治黄胆,止渴,安胎。有宿瘕者不可食之。大新鲤鱼(十头。去鳞、肚,洗净)、小椒末(五钱)。上件用芫荽末五钱、葱二两切、酒少许、盐一同淹拌。清汁内下鱼,次下胡椒末五钱、生姜末三钱、荜拨末三钱,盐、醋调和。"

【炒狼汤】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"炒狼汤":"古《本草》不载狼肉。今云性热,治虚弱。然食之未闻有毒。今制造用料物,以助其味,暖五藏,温中。狼肉(一脚子。卸成事件)、草果(三个)、胡椒(五钱)、哈昔泥(一钱)、荜拨(二钱)、缩砂(二钱)、姜黄(二钱)、咱夫兰(一钱)。上件熬成汤,用葱、酱、盐、醋一同调和。"

【围像】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"围像":"补益五脏。羊肉(一脚子。煮熟,细切)、羊尾子(二个,熟,切细)、藕(二枝)、蒲笋(二斤)、黄瓜(五个)、生姜(半斤)、乳饼(二个)、糟姜(四两)、瓜齑(半斤)、鸡子(一十个。煎作饼)、蘑菇(一斤)、蔓菁菜、韭菜(各切条道)。上件用好肉汤调麻泥二斤、姜末半斤、同炒葱、盐、醋调和。对胡饼食之。"

【炙羊心】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"炙羊心":"治心气惊悸、郁结不乐。羊心(一个。带系桶)、咱夫兰(三钱)。上件用玫瑰,水一盏浸,取汁,入盐少许。签子签羊心于火上炙。将咱夫兰汁徐徐涂之,汁尽为度。食之,安宁心气,令人多喜。"

【炙羊腰】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"炙羊腰":"治卒患腰眼疼痛者。羊腰(一对)、咱夫兰(一钱)。上件用玫瑰,水一杓浸,取汁。入盐少许。签子签腰子火上炙。将咱夫兰汁徐徐涂之,汁尽为度。食之,甚有效验。"

【攒鸡儿】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"攒鸡

儿”:“肥鸡儿(十个。捋洗净。熟,切攒)、生姜汁(一合)、葱(二两。切)、姜末(半斤)、小椒末(四两)、面(二两。作面丝)。上件用煮鸡儿汤、炒葱、醋入姜汁调和。”

【炒鹌鹑】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“炒鹌鹑”:“鹌鹑(二十个。打成事件)、萝卜(二个。切)、姜末(四两)、羊尾子(一个。各切如色数)、面(二两。作面丝)。上件用煮鹌鹑汤、炒葱、醋调和。”

【盘兔】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“盘兔”:“兔儿(二个。切作事件)、萝卜(二个。切)、羊尾子(一个。切片)细料物(二钱)。上件用炒葱、醋调和,下面丝二两调和。”

【姜黄腱子】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“姜黄腱子”:“羊腱子(一个。熟)、羊肋枝(二个。截作长块)、豆粉(一斤)、白面(一斤)、咱夫兰(二钱)、栀子(五钱)。上件用盐、料物调和,搽腱子,下小油煠。”

【鼓儿签子】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“鼓儿签子”:“羊肉(五斤。切细)、羊尾子(一个。切细)、鸡子(十五个)、生姜(二钱)、葱(二两,切)、陈皮(二钱。去白)、料物(三钱)。上件调和匀,入羊白肠内煮熟,切作鼓样。用豆粉一斤、白面一斤、咱夫兰一钱、栀子三钱取汁同拌鼓儿签子,入小油煠。”

【带花羊头】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“带花羊头”:“羊头(三个。熟切)、羊腰子(四个)、羊肚肺(各一具。煮熟,切攒,胭脂染)、生姜(四两)、糟姜(二两。各切)、鸡子(五个。作花样)、萝卜(三个。作花样)。上件用好肉汤、炒葱、盐、醋调和。”

【鱼弹儿】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“鱼弹儿”:“大鲤鱼(十个。去皮、骨、头、尾)、羊尾子(二个。同剁为泥)、生姜(一两。切细)、葱(二两。切细)、陈皮末(三钱)、胡椒末(一两)、哈昔泥(二钱)。上件下盐入鱼肉内拌匀,丸如弹儿,用小油煠。”

【芙蓉鸡】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“芙蓉鸡”:“鸡儿(十个。熟攒)、羊肚肺(各一具。熟切)、生姜(四两。切)、胡萝卜(十个。切)、鸡子(二十个。煎作饼,刻花样)、赤根芫荽(打糁)、胭脂、栀子(染)、杏泥(一斤)。上件用好肉汤、炒葱、醋调和。”

【肉饼儿】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“肉饼儿”:“精羊肉(十斤。去脂、膜、筋,捶为泥)、哈昔泥(三钱)、胡椒(二两)、荜拨(一两)、芫荽末(一两)。上件用盐调和匀,捻饼,入小油煠。”

【盐肠】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“盐肠”:“羊苦肠(水洗净)。上件用盐拌匀,风干,入小油煠。”

【姜黄鱼】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“姜黄鱼”:“鲤鱼(十个。去皮、鳞)、白面(二斤)、豆粉(一斤)、芫荽末(二两)。上件用盐、料物淹拌过,搽鱼,入小油煠熟。用生姜二两切丝、芫荽叶、胭脂染、萝卜丝、炒葱调和。”

【攒雁】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“攒雁”:“雁(五个。煮熟,切攒)、姜末(半斤)。上用好肉汤、炒葱、盐调和。”

【猪头姜豉】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“猪头姜豉”:“猪头(二个。洗净,切成块)、陈皮(二钱。去白)、良姜(二钱)、小椒(二钱)、官桂(二钱)、草果(五个)、小油(一斤)、蜜(半斤)。上件一同熬成,次下芥末、炒葱、醋、盐调和。”

【蒲黄瓜齑】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“蒲黄瓜齑”:“净羊肉(十斤。煮熟,切如瓜齑)、小椒(一两)、蒲黄(半斤),上件用细料物一两、盐同拌匀。”

【攒羊头】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“攒羊头”:“羊头(五个。煮熟攒)、姜末(四两)、胡椒(一两)。上件用好肉汤、炒葱、盐、醋调和。”

【攒牛蹄】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“攒牛蹄”:“牛蹄(一付。熟攒)、姜末(二两)。上件用好肉汤同炒葱、盐调和。”

【细乞思哥】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“细乞思哥”:“羊肉(一脚子。煮熟,切细)、萝卜(二个。熟,切细)、羊尾子(一个。熟切)、哈夫儿(二钱)。上件用好肉汤同炒葱调和。”

【马肚盘】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“马肚盘”:“马肚肠(一付。煮熟,切)、芥末(半斤)。上件将白血灌肠,刻花样,涩脾和脂剁,心子攒成,炒葱、盐、醋、芥末调和。”

【煠牒儿】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“煠牒儿(系细项)”:“牒儿(二个。卸成各一节)、哈昔泥(一钱)、葱(一两。切细)。上件用盐一同淹拌少时,入小油煠熟。次用咱夫兰二钱,水浸汁,下料物、芫荽末同糁拌。”

【熬蹄儿】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“熬蹄儿”:“羊蹄(五付。退洗净,煮软,切成块)、姜末(一两)、料物(五钱)。上件下面丝、炒葱、醋、盐调和。”

【熬羊胸子】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“熬羊胸子”:“羊胸子(二个。退毛,洗净,煮熟。切作色数块)、姜末(二两)、料物(五钱)。上件用好肉汤下,面丝、炒葱、盐、醋调和。”

【鱼脍】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“鱼脍”:“新鲤鱼(五箇,去皮骨、头尾)、生姜(二两)、萝卜(二个)、葱(一两)、香菜、蓼子(各切如丝,胭脂打糁)。上件下芥末、炒葱、盐、醋调和。”

【烧雁】 古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》“烧雁”:“雁(一个。去毛、肠、肚净)、羊肚(一个。退洗净,包雁)、葱(二两)、芫荽末(一两)。上件用盐同调,入雁腹内烧之。”

【烧水札】 古代菜肴。水札为一种水鸟。元忽思慧《饮膳正要》“烧水札”:“水札(十个。捋洗净)、芫荽末(一两)、葱(十茎)、料物(五钱)。上件用盐同拌匀烧,或以肥面包水札就笼内蒸熟亦可,或以酥油、水和面包水札入炉镦内炉熟亦可。”

【柳蒸羊】　古代菜肴。元忽思慧《饮膳正要》"柳蒸羊"："羊(一口。带毛)。上件于地上作炉，三尺深，周回以石，烧令通赤，用铁芭盛羊，上用柳子盖覆，土封，以熟为度。"

【锅烧肉】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"锅烧肉"："猪、羊、鹅、鸭等，先用盐、酱、料物腌一二时。将锅洗净烧热，用香油遍浇，以柴棒架起肉，盘合纸封，慢火焐熟。"

【剉烧肉】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"剉烧肉"："但诸般肉批作片，刀背捶过，滚汤蘸，布纽干。入料物打拌。上剉烧熟，割入碟，浇五味醋供。"

【酿烧鱼】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"酿烧鱼"："鲫鱼大者，肚脊批开，洗净。酿打拌肉，杖夹烧熟供。"

【酿烧兔】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"酿烧兔"："只用腔子，将腿脚肉与羊膘缕切，饘饭一匙，料物打拌，酿入腔内，线缝合，杖夹烧熟供。"

【碗蒸羊】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"碗蒸羊"："肥嫩者每斤切作片。麓碗一只，先盛少水下肉。用碎葱一撮、姜三片、盐一撮，湿纸封碗面，于沸上火炙数沸，入酒、醋半盏、酱、干姜末少许，再封碗。慢火养，候软供。砂铫亦可。"

【生肺】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"生肺"："獐肺为上，兔肺次之。如无，山羊肺代之。一具全无损者。使口咂尽血水，用凉水浸，再咂再浸。倒尽血水如玉叶方可。用韭汁、蒜泥、酪、生姜自然汁入盐调味匀，滤去滓。以湿布盖肺冰湝。用灌袋灌之。务要充满。就筵上割散之。"

【酥油肺】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"酥油肺"："用獐、兔肺。如无，羯羊肺亦可。依上去血水。用蜜酥加稠酪、杏泥、生姜汁同和，滤纽去滓。布盖冰湝。筵前割散。"

【瑠璃肺】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"瑠璃肺"："用羧羊肺依上去血净。用杏泥四两、生姜汁四两、酥四两、蜜四两、薄荷叶汁二合、酪半斤、酒一盏、熟油二两，以上和匀滤滓二、三次。依前法灌至满，冰湝，就筵割散。"

【照鲙】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"照鲙"："鱼不拘大小，鲜活为佳。去头尾肚皮薄切，摊白纸上晾片时。细切如丝。以萝卜细剁布纽作汁、姜丝少许。拌鱼鲙入碟。钉作花样。簇生香菜、芫荽，以芥辣醋浇。"

【烫鲙羹】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"烫鲙羹"："将鱼头尾煮姜辣羹。加菜头供。浙西人谓之'烫鲙羹'。"

【肝肚生】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"肝肚生"："精羊肉并肝，薄批，摊纸上，血尽，缕切。羊百页亦缕细。装碟内，簇嫩韭、芫荽、萝卜姜丝，用脍醋浇(炒葱油抹过肉不腥)。"

【聚八仙】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"聚八仙"："熟鸡为丝，衬肠焯过剪为线，如无熟羊肚针丝，熟虾肉、熟羊肚胘细切，熟羊舌片切，生菜油盐揉糟姜丝、熟笋丝、藕丝、香菜、芫荽簇堞内。鲙醋浇。或芥辣或蒜酪皆可。"

【假炒鳝】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"假炒鳝"："羊膂肉批作大片。用豆粉、白面，表裹匀糁。以骨鲁捶拍如作汤脔相似，蒸熟放冷。斜纹切之。如鳝生用。木耳、香菜簇饤，鲙醋浇，作下酒。纵横切，皆不可。唯斜纹切为制。"

【曹家生红】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"曹家生红"："羊膂肉四两细切，熊白一两，如无，肚胘代，糟姜丝半两，水晶鲙半两，酥二钱，萝卜丝，嫩韭，香菜簇，鲙醋浇。"

【水晶冷淘脍】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"水晶冷淘脍"："獭猪夹脊皮三斤净，及膘刷净，入锅，添水，令高于皮三指。急火煮滚，却以慢火养。伺耗大半，即以杓撇清汁浇大漆单盘内，如作煎饼，乘热摇荡，令遍满盘底。候凝，揭下，切如冷淘，簇生菜、韭、笋、萝卜等丝，五辣醋浇之。"

【松黄肉丝】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"松黄肉丝"："用面酱或榆仁酱研烂，入姜汁、醋、松子(研烂)、芥末等，滤去滓，调和得所，入盐吃肉。入黄瓜丝名黄瓜肉丝。"

【韭酪肉丝】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"韭酪肉丝"："稠酪入细切生韭、蒜泥、盐少许，搅匀，浇肉食。"

【灌肺】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"灌肺"："羊肺带心一具，洗干净如玉叶。用生姜六两取自然汁(如无，以干姜末二两代之)，麻泥、杏泥共一盏，白面三两、豆粉二两、熟油二两，一处拌匀，入盐、肉汁。看肺大小用之，灌满，煮熟。"又法："用面半斤、豆粉半斤、香油四两、干姜末四两，共打成糊，下锅煮熟，依法灌之。用慢火煮。"

【汤肺】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"汤肺"："肺一具，生切作条或块。用姜四两取自然汁、杏泥二两、酱一匙头、盐钱半，打拌，淹肺。下滚肉汁内，两滚便盛供。"

【法煮羊肉】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"法煮羊肉"："捋燎净，下锅煮。入葱五茎、桔皮一片、良姜一块、椒十余粒，滚数沸，入盐一匙尖，慢火煮熟，放冷，切作片。临食，木碗盛酒洒蒸熟，入碟供。胜烧者。作签亦佳。羊棒臆、尾靶皆可制。"

【法煮羊肺】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"法煮羊肺"："切为数段，晾洗，入沙罐煮。用生姜三片、良姜、椒、盐各少许、葱三握，湿纸覆罐口，勿泄味，慢火煨。候羊半熟，再切细，添些酒再煮软供……。"

【红燻腊】　古代菜肴。元《居家必用事类全集》"红燻

腊”：“夹脊带肥每段约三斤，凉水浸一二时，烧滚下锅，用葱三茎、川椒、茴香各三钱煮两三沸漉出。用石压去油水，切作大片。皂角汁合浆水洗，再以温水淘净。肉汁澄清，入酱，下锅，却放肉煮，不用盖。用大料物两半、红曲半两、慢火燂软，掠去油沫，将肉漉出，控干。调汁滋味得所，下白矾末些小，撮起浑脚，澄清，别碗装肉汁，浇葱丝供。”

【川炒鸡】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“川炒鸡”：“每只洗净，剁作事件。炼香油三两炒肉，入葱丝、盐半两。炒七分熟。用酱一匙同研烂胡椒、川椒、茴香入水一大碗，下锅煮熟为度。加好酒些小为妙。”

【燂鹅鸭】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“燂鹅鸭”：“每只洗净，炼香油四两爁变黄色，用酒醋水三件中停浸没。入细料物半两、葱三茎、酱一匙，慢火养熟为度。”

【骨炙】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“骨炙”：“带皮羊胁每枝截两段。用磁砂末一捻，沸汤浸，放温，蘸，炙，急翻勿令熟。再蘸再炙。如此三次。好酒略浸，上铲一翻便可食。凡猪羊脊膂、麞兔精肉用羊脂包炙之。”

【马驹儿】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“马驹儿”：“马核桃肠洗净、翻过，将马肉、羊肉同川椒、陈皮、茴香、生姜、葱、榆仁酱一处剁烂，装入肠内。每个核桃装满，线扎煮熟。就筵上割块。又入芥末肉丝食之。”

【盘兔】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“盘兔”：“肥者一只煮七分熟，拆开缕切。用香油四两炼熟下肉，入盐少许、葱丝一握，炒片时，却将无汁澄清下锅滚二三沸，入酱些小，再滚一二沸，调面丝更加活血两杓滚一沸。看滋味，添盐醋少许。若与羊尾、羊膘缕切同炒，尤妙。”

【署兔】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“署兔”：“剥皮，去肠、肚等。用成块良姜、桔皮、川椒、茴香、葱并萝卜五、七块填腹中，朴硝一块在口内。用水一大碗，入酒、醋、盐、油各少许，于锅内安杖子搁兔，勿令着水。瓦盆盖，纸糊合缝，勿走气。煮觉水滚溢，扯火。溢过，再烧一食久，即熟矣。”

【粉骨鱼】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“粉骨鱼”：“鲤鱼洗净，勿切碎，盐腌得所，鱼腹内纳细料物、椒、姜、葱丝。锅内著水，入酒半盏，放下鱼，糁楮实末三钱，盘盖定，勿走气。慢火养半日或一夜。放冷，置盘中，其骨如粉。”

【酥骨鱼】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“酥骨鱼”：“鲫鱼二斤洗净。盐腌，控干。以葛蒌酿抹鱼腹，煎令皮焦，放冷。用水一大碗、莳萝、川椒各一钱、马芹、桔皮各二钱（细切）、糖一两、豉三钱、盐一两、油二两、酒醋各一盏、葱二握、酱一匙、楮实半两搅匀。锅内用箬叶铺，将鱼顿放，箬覆盖，倾入料物，水浸没。盘合，封闭。慢火养熟。其骨皆酥。”

【骨插羹】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“骨插羹”：“羊肥肋，每枝截五段。每斤用水二碗煮转色，下淘净碎白粳米两匙、葱三握。候肉半软，下去皮山药块三之一，搅匀，令上下浓恋。俟米软，入酒半盏、盐半钱、干姜末少许、醋半杓。更入少乳饼、笋、薹尤佳。鸡、鹅、鸭、鸽，亦同此制造。”

【萝卜羹】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“萝卜羹”：“羊肉一斤骰块切，萝卜半斤如上切。水一二碗、葱三茎、川椒三十粒，慢火煮。入干姜末一捻、盐、酒、醋各少许。软为度。”

【炒肉羹】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“炒肉羹”：“羊精肉切如缕，肾肠脂骰块切，二两，葱二握。水四碗，先烧热，下肉、葱，入酒、醋调和。肉软，下脂、姜末少许。”

【假鳖羹】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“假鳖羹”：“肥鸡煮软，去皮，丝擘如鳖肉；黑羊头煮软，丝擘如裙栏；鸭子黄与豆粉搜和为卵，焯熟。用木耳、粉皮衬底面上，对装肉汤，盛好汤浇。加以姜丝、菜头供之。加乳饼尤佳。”

【假香螺羹】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》：“田螺清水养三日。以鸭子黄酒上，令食净。匀排笼内，放冷水锅上慢火蒸。其肉尽出，去肠靣。以盐、酱、椒末、桔丝、茴香末拌匀。笼内先铺粉皮一个，洒生粉丝，匀排螺肉，再洒粉丝，再用粉皮盖上蒸熟。以五辣醋碗内装，或用清原汁浇。作羹供亦可。”

【假鳆鱼羹】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“假鳆鱼羹”：“田螺大者煮熟。去肠靣，切为片。以虾汁或肉汁、米熬之。临供，更入姜丝、熟笋为佳。蘑菇汁尤妙。”

【油肉酿茄】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“油肉酿茄”：“白茄十个去蒂，将茄顶切开，剜去穰。更用茄三个切破，与空茄一处笼内蒸熟，取出。将空茄油内煠得明黄漉出。破茄三个研作泥。用精羊肉五两切燥子，松仁用五十个切破，盐、酱、生姜各一两，葱、桔丝打拌，葱醋浸。用油二两，将料物、肉一处炒熟，再将茄泥一处拌匀，调和味全，装于空茄内。供蒜酪食之。”

【油肉豉茄】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“油肉豉茄”：“白茄十个去蒂，切作两半钱厚、半月形，油煠得黄色漉出。用精羊肉四两切碎，油二两，将肉炒熟，用生姜一两、陈皮三片，各切作丝、碎葱二握、盐酱各一两、醋少许。将料物、茄、肉同拌过，加蒜酪食，尤佳。”

【蒸羊眉突】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“蒸羊眉突”：“羊一口，焊净，去头蹄肠肚等，打作事件，用地椒、细椒物、酒、醋调匀浇肉上，浸一时许。入空锅内，柴棒架起，盘合泥封，发火不得大紧，候熟，碗内另供原汁。”

【蜜酿蝤蛑(yóu móu尤谋)】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“蜜酿蝤蛑”：“盐水略煮，才色变便捞

起。擘开，螯脚出肉，股剁作小块。先将上件排在壳内，以蜜少许入鸡弹内搅匀，浇遍，次以脊腴铺鸡弹上蒸之。鸡弹才干凝便啖，不可蒸过。橙齑、醋供。”

【煮蟹】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“煮蟹”：“用生姜、紫苏、桂皮、盐同煮。才火沸透便翻，再一大沸透便啖。凡煮蟹，旋煮旋啖则佳，以一人为率，背可煮二只，啖已再煮、掎橙齑、醋供。”

【新法蛤蜊】 古代菜肴。为当时新制作出的一种生拌蛤蜊肉菜。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“新法蛤蜊”：“用蛤蜊洗净。生擘开，留浆别器中。刮去蛤蜊泥沙，批破，水洗净，留洗水。再用温汤洗，次用细葱丝或桔丝少许拌蛤蜊肉，匀排碗内。以前浆及二次洗水汤澄清去脚，入葱、椒、酒调和。入汁浇供，甚妙。”

【雪羹菜】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“雪羹菜”：“用青菜心，少留叶，每科作二段入碗内。以乳饼厚切片盖满菜上，以花椒末于手心揉碎糁上，椒不须多，以纯酒入盐少许，浇满碗中，上笼蒸，菜熟烂啖之。”

【酒烹蚶子】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“蚶子”：“以生蚶劈开，逐四、五枚，旋劈，排碗中，沥浆于上，以极热酒烹下，啖之。不用椒盐等。劈时，先以大布针刺口易开。”

【青虾卷煠】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“青虾卷煠”：“生青虾去头壳，留小尾。以小刀子薄批，自大头批至尾，肉连尾不要断。以葱、椒、盐、酒、水淹之。以头壳擂碎熬汁，去查。于汁内煠虾肉，后澄清，入笋片、糟姜片供。元汁。不用辣酒，不须多煠令熟。”

【香螺先生】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“香螺先生”：“（香螺）敲去壳，取净肉，洗。不用浆。以小刀卷批，如敷梨子法。或片批，用鸡汁略煠。”

【酒煮江鳐】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“江鳐”：“生取肉，酒净洗。细丝如筋头大，极热酒煮食之。或作缕生，胡椒、醋食之。椒、醋，入糖、盐少许，冷供。”

【煮鲩鱼】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“鲩鱼”：“切块如鲤鱼法。半水半酒，姜、椒、酱煮食之。令腻。”

【煠田螺】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“田螺”：“（田螺）取大者，敲取头，不要见水。用沙糖浓拌，淹饭顷。洗净。或批，用葱、椒、酒淹少时，清鸡元汁煠供。或生用盐、酒，入莳萝浸三、五日，清醋供。夏不可食。”

【煠肉羹】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“煠肉羹”：“用腱肉，先去筋膜净。切寸段小块，略切碎路，肉上如荔枝。以葱、椒、盐、酒淹少时，用沸汤投下，略拨动，急连汤取肉于器中养浸。以肉汁提清，入糟姜片，或山药块，或笋块同供。元汁。”

【醋笋】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“醋笋”：“用笋汁，入白梅、糖霜或白沙糖、生姜自然汁少许，调和合味。入笋淹少时，冷啖。不可留久。”

【烧萝卜】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“烧萝卜法”：“用切作四方长小块，置净器中。以生姜丝、花椒粒糁上。用水及酒、少许盐、醋调和，入锅一沸，乘热浇萝卜上，急盖之，置地。浇汁应浸没萝卜。”

【蟹鳖】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“蟹鳖”：“以熟蟹剔肉，用花椒少许搅匀。先以粉皮铺笼底干荷叶上，却铺蟹肉粉皮上，次以鸡子或鸟弹入盐少许搅匀浇之，以蟹膏铺上，蒸鸡子干为度。取起，待冷，去粉皮，切象眼块。以蟹壳熬汁，用姜浓捣，入花椒末，微著真粉牵和，入前汁或菠菜铺底供之。甚佳。”

【煮鲤鱼】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“煮鲤鱼”：“切作块子，半水半酒煮之。以姜去皮，先薄切片，捣如泥，花椒为姜和，研匀，略以酒解开。先以酱水少许入鱼，三沸，次入姜、椒，略沸即起。”其又一种制法：“切作块子。先以香油沸熟，以熟油烹姜、椒于别器，次就油锅下鱼，煎色变，以烹下。稍住火片时，下酱水。余如前法。”

【煮猪头肉】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“煮猪头肉”：“用肉切作大块。每用半水半酒、盐少许、长段葱白、混花椒入砵钵或银锅内重汤顿一宿。临供，旋入糟姜片，新橙、桔丝。如要作糜，入糯米，擂碎生山药一同顿。猪头一只。可作糜四分。”

【川猪头】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“川猪头”：“用猪头不劈开者，以草柴火薰去延（即涎），刮洗极净。用白汤煮。几换汤，煮五次。不入盐。取出后，冷，切作柳叶片。入长段葱丝、韭、笋丝或茭白丝，用花椒、杏仁、芝麻、盐拌匀，酒少许洒之。荡锣内蒸。手饼卷食。”

【鲫鱼肚儿羹】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“鲫鱼肚儿羹”：“用生鲫鱼小者，破肚去肠。切腹腴两片子，以葱、椒、盐、酒浥之。腹后相连如蝴蝶状。用头、背等肉熬汁，捞出肉。以腹腴用筲箕或笊篱盛之，入汁肉焯过。候温，镊出骨，花椒或胡椒、酱水调和。前汁捉清如水，入菜，或笋同供。”

【蜜酿红丝粉】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“蜜酿红丝粉”：“用真粉入胚子搜和匀。用浓稻草灰汁或炭灰汁作汤，索粉于中即成。清鸡汁供。鸡丝或肉丝任用，作点头。”

【水龙子】 古代菜肴。一种水汆肉丸。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“水龙子”：“用猪精肉二分，肥肉一分，剁极细。入葱、椒、杏仁酱少许、干蒸饼末少许，和匀。用醋着手圆之，以真粉作衣。沸汤下，才浮便起。清辣汁任供。”元忽思慧《饮膳正要》中也记有“水龙子”，制法大致相同。

【酿黄雀】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“黄雀”：“去皮。以头及翅和葱、椒剁碎，酿腹内，用好甜

酒，重汤顿食。酒内入盐少许。”

【烧猪肉】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“烧猪肉”：“洗肉净，以葱、椒及蜜少许盐、酒擦之。锅内竹棒阁起。锅内用水一盏、酒一盏，盖锅，用湿纸封缝。干则以水润之。用大草把一个烧，不要拨动。候过，再烧草把一个。住火饭顷。以手候锅盖冷，开盖翻肉。再盖，以湿纸仍前封缝。再以烧草把一个。候锅盖冷即熟。”

【烧鹅】 古代菜肴。在烹饪史上较有影响，清袁枚将其收进《随园食单》并称之为“云林鹅”。其制法同元倪瓒《云林堂饮食制度》中的“烧肉法”，用盐、花椒、老葱、酒多次在鹅肚子里擦一擦，鹅身上则要用酒、蜂蜜涂抹一遍。然后将鹅放入锅中。其余的环节，都和前面“烧猪肉”的做法一样。但需要注意的是，鹅刚刚放进锅时，要使它的腹部向上，到以后翻身时，鹅的腹部就向下了。

【新法蟹】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“新法蟹”：“用蟹，生开，留壳及腹膏。股、脚段作指大、寸许块子，以水洗净，用生蜜淹之，良久，再以葱、椒、酒少许拌过，鸡汁内煠。以前膏腴蒸，去壳入内。糟姜片子清鸡元汁供。不用螯。不可煠过了。

【海蜇羹】 古代菜肴。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“海蜇羹”：“用对虾头熬清汁，或入片子鸡脆，复入海蜇，只用花头最好。洗净对虾、决明、鲜虾、鸡脆，和入供。鱼亦可食。”

【厮剌葵菜冷羹】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“厮剌葵菜冷羹”：“葵菜去皮。嫩心带稍叶长三四寸，煮七分熟，再下葵叶候熟。凉水浸，，拨拣茎叶另放，如簇春盘样，心叶四面相对放，间装鸡肉皮丝、姜丝、黄瓜丝、笋丝、莴笋丝、蘑菇丝、鸭饼丝，羊肉、舌、腰子、肚儿、头蹄、肉皮皆可为丝。用肉汁淋萝子汁，加五味浇之。”

【塔不剌鸭子】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“塔不剌鸭子”：“大者一只，捋净，去肠肚。以榆仁酱、肉汁调，先炒葱油，倾汁下锅，小椒数粒，后下鸭子，慢火煮熟。拆开，另盛汤供。鹅、鸭、鸡同此制造。”

【野鸡撒孙】 古代菜肴。元《居家必用事类全集》“野鸡撒孙”：“煮熟，用脯上肉剁烂。用蓼叶数片细切，豆酱研细汁，芥末入盐调滋味得所。拌肉，碟内供。鹌鹑制造同。”

【大麦箩子粉】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“大麦箩子粉”：“补中益气，建脾胃。羊肉（一脚子。卸成事件）、草果（五个）、回回豆子（半升。去皮）。右件同熬成汤，滤净。大麦粉三斤、豆粉一斤，同作粉。羊肉炒细乞马、生姜汁二合、芫荽叶、盐、醋调和。”

【大麦片粉】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“大麦片粉”：“补中益气，建脾胃。羊肉（一脚子。卸成事件）、草果（五个）、良姜（二钱）。上件同熬成汤，滤净。下羊肝酱，取清汁。胡椒五钱、熟羊肉切作甲叶、糟姜二两、瓜齑一两切如甲叶，盐、醋调和。浑汁亦可。”

【糯米粉搊（chōu抽）粉】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“糯米粉搊粉”：“补中益气。羊肉（一脚子。卸成事件）、草果（五个）、良姜（二钱）。上件同熬成汤，滤净。用羊肝酱熬取清汁。下胡椒五钱，糯米粉二斤与豆粉一斤同作搊粉，羊肉切细乞马，入盐醋调和。浑汁亦可。”

【河豚羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“河豚羹”：“补中益气。羊肉（一脚子。卸成事件）、草果（五个）。上件同熬成汤，滤净。用羊肉切细乞马，陈皮五钱去白，葱二两细切，料物二钱，盐、酱拌馅儿，皮用白面三斤，作河豚。小油煠熟。下汤内，入盐调和。或清汁亦可。”

【鸡头粉雀舌饦子】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“鸡头粉雀舌饦子”：“补中益精气。羊肉（一脚子。卸成事件）、草果（五个）、回回豆子（半升。捣碎，去皮）。上件同熬成汤，滤净。用鸡头粉二斤、豆粉一斤同和，切作饦子，羊肉切细乞马，生姜汁一合，炒葱调和。”

【鸡头粉血粉】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“鸡头粉血粉”：“补中益精气。羊肉（一脚子。卸成事件）、草果（五个）、回回豆子（半升。捣碎，去皮）。上件同熬成汤，滤净。用鸡头粉二斤、豆粉一斤、羊血和作搊粉，羊肉切细乞马，炒葱、醋一同调和。”

【鸡头粉挫面】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“鸡头粉挫面”：“补中益精气。羊肉（一脚子。卸成事件）、草果（五个）、回回豆子（半升。捣碎，去皮）。上件同熬成汤，滤净。用鸡头粉二斤、豆粉一斤、白面一斤同作面，羊肉切片儿乞马，入炒葱、醋一同调和。”

【鸡头粉搊粉】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“鸡头粉搊粉”：“补中益精气。羊肉（一脚子。卸成事件）、草果（五个）、良姜（二钱）。上件同熬成汤，滤净。用羊肝酱同取清汁。入胡椒一两，次用鸡头粉二斤、豆粉一斤同作搊粉，羊肉切细乞马，下盐、醋调和。”

【鸡头粉馄饨】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“鸡头粉馄饨”：“补中益气。羊肉（一脚子。卸成事件）、草果（五个）、回回豆子（半升。捣碎，去皮）。上件同熬成汤，滤净。用羊肉切作馅，下陈皮一钱去白，生姜一钱细切，五味和匀。次用鸡头粉二斤、豆粉一斤作枕头馄饨。汤内下香粳米一升、熟回回豆子二合、生姜汁二合、木瓜汁一合，同炒葱、盐匀调和。”

【杂羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“杂羹”：“补中益气。羊肉（一脚子。卸成事件）、草果（五个）、回回豆子（半升。捣碎，去皮）。上件同熬成汤，滤净。羊头洗净二个、羊肚肺各二具、羊白血双肠儿一付，并煮熟，切，次用豆粉三斤作粉，蘑菇半斤、杏泥半斤、胡椒一两，入青菜、芫荽、炒葱、盐、醋调和。”

【荤素羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“荤素羹”：“补中益气。羊肉（一脚子。卸成事件）、草果（五

个)、回回豆子(半升。捣碎,去皮)。上件同熬成汤,滤净。豆粉三斤作片粉,精羊肉切条道乞马,山药一斤、糟姜二块、瓜齑一块、乳饼一个、胡萝卜十个、蘑菇半斤、生姜四两,各切,鸡子十个,打,煎饼,切,用麻泥一斤、杏泥半斤同炒葱、盐、醋调和。"

【珍珠粉】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"珍珠粉":"补中益气。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)、回回豆子(半升。捣碎,去皮)。上件同熬成汤,滤净。羊肉切乞马,心肝肚肺各一具,生姜二两、糟姜四两、瓜齑一两、胡萝卜十个、山药一斤、乳饼一个、鸡子十个作煎饼,各切,次用麻泥一斤,同炒葱、盐、醋调和。"

【三下锅】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"三下锅":"补中益气。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)、良姜(二钱)。上件同熬成汤,滤净。用羊后脚肉丸肉弹儿、丁头饽子、羊肉指甲匾食、胡椒一两同盐、醋调和。"

【葵菜羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"葵菜羹":"顺气,治癃闭不通。性寒,不可多食。今与诸物同制造,其性稍温。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)、良姜(二钱)。上件同熬成汤。熟羊肚肺各一具切,蘑菇半斤切,胡椒五钱、白面一斤拌鸡爪面,下葵菜、炒葱、盐、醋调和。"

【瓠子汤】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"瓠子汤":"性寒,主消渴,利水道。羊肉(一脚子。卸成事件)、草果(五个)。上件同熬成汤,滤净。用瓠子六个,去穰、皮,切掠,熟羊肉切片,生姜汁半合、白面二两作面丝,同炒葱、盐、醋调和。"

【盏蒸】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"盏蒸":"补中益气。羯羊背皮或羊肉(三脚子。卸成事件)、草果(五个)、良姜(二钱)、陈皮(二钱。去白)、小椒(二钱)。上件用杏泥一斤、松黄二合、生姜汁二合同炒葱、盐、五味调匀,入盏内,蒸,令软熟,对经卷儿食之。"

【眷盘面】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"眷盘面":"补中益气。白面(六斤。切细面)、羊肉(二脚子。煮熟,切条道乞马)、羊肚肺各一个(煮熟切)、鸡子(五个。煎作饼,裁幡)、生姜(四两)、韭黄(半斤)、蘑菇(四两)、台子菜、蓼芽、胭脂。上件用清汁,下胡椒一两,盐、醋调和。"

【皂羹面】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"皂羹面":"补中益气。白面(六斤。切细面)、羊胸子(二个。退洗净,煮熟,切如色数块)。上件用红面三钱,淹拌,熬令软,同入清汁内,下胡椒一两,盐、醋调和。"

【山药面】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"山药面":"补虚羸,益元气。白面(六斤)、鸡子(十个。取白)、生姜汁(二合)、豆粉(四两)。上件用山药三斤煮熟、研泥,同和面,羊肉二脚子切丁头乞马。用好肉汤,下炒葱、盐调和。"

【挂面】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"挂面":"补中益气。羊肉(一脚子。切细乞马)、挂面(六斤)、蘑菇(半斤。洗净,切)、鸡子(五个。煎作饼)、糟姜(一两、切)、瓜齑(一两。切)。上件用清汁,下胡椒一两,盐、醋调和。"

【经带面】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"经带面":"补中益气。羊肉(一脚子。炒焦肉乞马)、蘑菇(半斤。洗净,切)。上件用清汁,下胡椒一两,盐、醋调和。"

【羊皮面】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"羊皮面":"补中益气。羊皮(二个。捋洗净,煮软)、羊舌(二个。熟)、羊腰子(四个。熟。各切如甲叶)、蘑菇(一斤。洗净)、糟姜(四两。各切如甲叶)。上件用好肉酽汤或清汁,下胡椒一两、盐、醋调和。"

【细水滑】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"细水滑":"补中益气。白面(六斤。作水滑)、羊肉(二脚子。炒焦肉乞马)、鸡儿(一个。熟,切丝)、蘑菇(半斤。洗净切)。上件用清汁,下胡椒一两,盐、醋调和。"

【水龙饽子】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"水龙饽子":"补中益气。羊肉(二脚子。熟,切作乞马)、白面(六斤。切作钱眼饽子)、鸡子(十个)、山药(一斤)、糟姜(四两)、胡萝卜(五个)、瓜齑(二两。各切细)、三色弹儿(内一色肉弹儿,外二色粉鸡子弹儿)。上件用清汁下,胡椒二两,盐、醋调和。"

【马乞】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"马乞(系手搓面。或糯米粉、鸡头粉亦可)":"补中益气。白面(六斤。作马乞)、羊肉(二脚子。熟,切乞马)。上件用好肉汤,炒葱、醋、盐一同调和。"

【搠罗脱因】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"搠罗脱因(系畏兀儿茶饭)":"补中益气。白面(六斤。和按作钱样)、羊肉(二脚子。熟切)、羊舌(二个。熟切)、山药(一斤)、蘑菇(半斤)、胡萝卜(五个)、糟姜(四两。切)。上件用好酽肉汤同下炒葱、醋调和。"

【乞马粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"乞马粥":"补脾胃,益气力。羊肉(一脚子。卸成事件,熬成汤,滤净)、粱米(二升。淘洗净)。上件用精肉切碎乞马。先将米下汤内,次下乞马、米、葱、盐熬成粥。或下圆米,或折米,或渴米皆可。"

【汤粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"汤粥":"补脾胃,益肾气。羊肉(一脚子。卸成事件)。上件熬成汤,滤净。次下粱米二升作粥,熟,下米、葱、盐。或下圆米、渴米、折米皆可。"

【粱米淡粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"粱米淡粥":"补中益气。粱米(二升)。上先将水滚过,澄清,滤净。次将米淘洗三五遍,熬成粥。或下圆米、渴米、折米皆可。"

【河西米汤粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"河西米汤粥":"补中益气。羊肉(一脚子。卸成事件)、河西米(二升)。上熬成汤,滤净。下河西米(淘洗净),次

下细乞马、米、葱、盐同熬成粥。或不用乞马亦可。”

【撒速汤】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“撒速汤(系西天茶饭名)”:“治元脏虚冷、腹内冷痛、腰脊酸疼。羊肉(两脚子。头蹄一付)、草果(四个)、官桂(三两)、生姜(半斤)、哈昔泥(如回回豆子两个大)。上件用水一铁络熬成汤,于石头锅内盛顿。下石榴子一斤、胡椒二两、盐少许。炮石榴子用小油一杓、哈昔泥如豌豆一块,炒鹅黄色微黑。汤末子、油去净,沥清。用甲香、甘松、哈昔泥、酥油烧烟薰,瓶封贮。任意。”

【脑瓦剌】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“脑瓦剌”:“熟羊胸子(二个。切薄片)、鸡子(二十个。熟)。上件用诸般生菜一同卷饼。”

【红丝】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“红丝”:“羊血同白面(依法煮熟)、生姜(四两)、萝卜(一个)、香菜、蓼子(各一两,切细丝)。上件用盐、醋、芥末调和。”

【仓馒头】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“仓馒头”:“羊肉、羊脂、葱、生姜、陈皮(各切细)。上件入料物、盐、酱拌和为馅。”

【鹿妳肪馒头】 古代食品。妳肠,即奶房肥肉。元忽思慧《饮膳正要》“鹿妳肪馒头”:“鹿妳肪、羊尾子(各切如指甲片)、生姜陈皮(各切细)。上件入料物、盐拌和为馅。”

【茄子馒头】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“茄子馒头”:“羊肉、羊脂、羊尾子、葱、陈皮(各切细)、嫩茄子(去穰)。上件同肉作馅,却入茄子内蒸,下蒜酪、香菜末食之。”

【剪花馒头】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“剪花馒头”:“羊肉、羊脂、羊尾子、葱、陈皮(各切细)。上件依法入料物、盐、酱拌馅,包馒头,用剪子剪诸般花样蒸,用胭脂染花。”

【水晶角儿】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“水晶角儿”:“羊肉、羊脂、羊尾子、葱、陈皮、生姜(各切细)。上件入细料物、盐、酱拌匀,用豆粉作皮包之。”

【酥皮奄子】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“酥皮奄子”:“羊肉、羊脂、羊尾子、葱、陈皮、生姜(各切细。或下瓜哈孙,系山丹根)。上件入料物、盐、酱拌匀,用小油、米粉与面同和作皮。”

【撒列角儿】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“撒列角儿”:“羊肉、羊脂、羊尾子、新韭(各切细)。上件入料物、盐、酱拌匀,白面作皮,镟上炮熟,次用酥油、蜜。或以葫芦、瓠子作馅亦可。”

【时萝角儿】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“时萝角儿”:羊肉、羊脂、羊尾子、葱、陈皮、生姜(各切细)。上件入料物、盐、酱拌匀,用白面、蜜与小油拌入锅内,滚水搅熟作皮。”

【天花包子】 古代食品。天花,是一种蘑菇。元忽思慧《饮膳正要》“天花包子(或作蟹黄亦可。‘藤花包子’一同)”:“羊肉、羊脂、羊尾子、葱、陈皮、生姜(各切细)、天花(滚水烫熟,洗净,切细)。上件入料物、盐、酱拌馅,白面作薄皮,蒸。”

【黑子儿烧饼】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“黑子儿烧饼”:“白面(五斤)、牛妳子(二升)、酥油(一斤)、黑子儿(一两。微炒)。上件用盐、碱少许同和面作烧饼。”

【牛妳子烧饼】 古代食品。牛妳子,即牛奶。元忽思慧《饮膳正要》“牛妳子烧饼”:“白面(五斤)、牛妳子(二升)、酥油(一斤)、茴香(一两。微炒)。上件用盐、碱少许同和面作烧饼。”

【鉡饼】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“鉡饼(经卷儿一同)”:“白面(十斤)、小油(一斤)、小椒(一两。炒,去汗)、茴香(一两。炒)。上件隔宿用酵子、盐.碱、温水一同和面。次日入面接肥,再和成面。每斤作二个,入笼内蒸。”

【颇儿必汤】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“颇儿必汤(即羊膝骨)”:“主男女虚劳,寒中羸瘦,阴气不足,利血脉,益经气。颇儿必(三四十个。水洗净)。上件用水一铁络同熬,四分中熬取一分,澄滤净,去油去滓,再凝定。如欲食,任意多少。”

【米哈讷关列孙】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“米哈讷关列孙”:“治五劳七伤、脏气虚冷。常服,补中益气。羊后脚(一个。去筋膜,切碎)。上件用净锅内干煬熟,令盖闭不透气。后用净布绞纽取汁。”

【生地黄鸡】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“生地黄鸡”:“治腰背疼痛、骨髓虚损、不能久立、身重气乏、盗汗、少食、时复吐利。生地黄(半斤)、饴糖(五两)、乌鸡(一枚)。上三味,先将鸡去毛、肠、肚净,细切地黄与糖相和匀,内鸡腹中。以铜器中放之,复置甑中蒸炊饭熟成。取食之。不用盐、醋。唯食肉尽却饮汁。”

【羊蜜膏】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“羊蜜膏”:“治虚劳腰痛、咳嗽、肺痿、骨蒸。熟羊脂(五两)、熟羊髓(五两)、白沙蜜(五两。炼净)、生姜汁(一合)、生地黄汁(五合)。上五味,先以羊脂煎令沸,次下羊髓,又令沸,次下蜜、地黄、生姜汁,不住手搅,微火熬数沸成膏。每日空心温酒调一匙头。或作羹汤,或作粥食之亦可。”

【羊脏羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“羊脏羹”:“治肾虚劳损、骨髓伤败。羊肝、肚、肾、心、肺(各一具。汤洗净)、牛酥(一两)、胡椒(一两)、荜拨(一两)、豉(一合)、陈皮(二钱。去白)、良姜(二钱)、草果(两个)、葱(五茎)。上件先将羊肝等慢火煮令熟,将汁滤净。和羊肝等并药一同入羊肚内,缝合口,令绢袋盛之。再煮熟。入五味,旋旋任意食之。”

【羊骨粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“羊骨粥”:“治虚劳、腰膝无力。羊骨(一付,全者。捶碎)、陈皮(二钱。去白)、良姜(二钱)、草果(二个)、生姜(一两)、盐(少许)。上水三升,慢火熬成汁,滤出,澄清。如常作粥,或作羹汤亦可。”

【羊脊骨羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“羊脊骨羹”：“治下元久虚、腰肾伤败。羊脊骨（一具，全者。捶碎）、肉苁蓉（一两。洗，切作片）、草果（三个）、荜拨（二钱）。上件水熬成汁，滤去滓。入葱白、五味作面羹食之。”

【白羊肾羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“白羊肾羹”：“治虚伤、阳道衰败、腰膝无力。白羊肾（二具。切作片）、肉苁蓉（一两。酒浸，切）、羊脂（四两。切作片）、胡椒（二钱）、陈皮（一钱。去白）、荜拨（二钱）、草果（二钱）。上件相和，入葱白、盐、酱煮作汤，入面饵子，如常作羹食之。”

【猪肾粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“猪肾粥”：“治肾虚劳损、腰膝无力、疼痛。猪肾（一对。去脂膜，切）、粳米（三合）、草果（二钱）、陈皮（一钱。去白）、缩砂（二钱）。上件先将猪肾、陈皮等煮成汁，滤去滓。入酒少许，次下米成粥。空心食之。”

【枸杞羊肾粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“枸杞羊肾粥”：“治阳气衰败、腰脚疼痛、五劳七伤。枸杞叶（一斤）、羊肾（二对。细切）、葱白（一茎）、羊肉（半斤妙）。上四味拌匀，入五味煮成汁。下米熬成粥，空腹食之。”

【鹿肾羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“鹿肾羹”：“治肾虚耳聋。鹿肾（一对。去脂膜，切）。上件于豆豉中入粳米三合煮粥，或作羹。入五味，空心食之。”

【羊肉羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“羊肉羹”：“治肾虚、衰弱、腰脚无力方。羊肉（半斤。细切）、萝卜（一个。切作片）、草果（一钱）、陈皮（一钱。去白）、良姜（一钱）、荜拨（一钱）、胡椒（一钱）、葱白（三茎）。上件水熬成汁，入盐、酱熬汤，下面饵子作羹食之。将汤澄清作粥食之亦可。”

【鹿蹄汤】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“鹿蹄汤”：“治诸风虚腰脚疼痛、不能践地。鹿蹄（四只）、陈皮（二钱）、草果（二钱）。上件煮令烂熟，取肉，入五味，空腹食之。”

【黑牛髓煎】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“黑牛髓煎”：“治肾虚弱、骨伤败、瘦弱无力。黑牛髓（半斤）、生地黄汁（半斤）、白沙蜜（半斤。炼去腊）。上三味和匀，煎成膏，空心酒调服之。”

【狐肉汤】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“狐肉汤”：“治虚弱、五脏邪气。狐肉（五斤。汤洗净）、草果（五个）、缩砂（二钱）、葱（一握）、陈皮（一钱。去白）、良姜（二钱）、哈昔泥（一钱。即阿魏）。上件水一斗煮熟，去草果等，次下胡椒二钱、姜黄一钱、醋，五味调和匀，空心食之。”

【乌鸡汤】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“乌鸡汤”：“治虚弱劳伤、心腹邪气。乌雄鸡（一只。捋洗净，切作块子）、陈皮（一钱。去白）、良姜（一钱）、胡椒（二钱）、草果（二个）。上件以葱、醋、酱相和，入瓶内，封口，令煮熟。空腹食。”

【山药飥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“山药飥”：“治诸虚、五劳七伤、心腹冷痛、骨髓伤败。羊骨（五七块，带肉）、萝卜（一枚。切作大片）、葱白（一茎）、草果（五个）、陈皮（一钱。去白）、良姜（一钱）、胡椒（二钱）、缩砂（二钱）、山药（二斤）。上件同煮，取汁，澄清，滤去渣。面二斤、山药二斤，煮熟，研泥，搜面作飥。入五味。空腹食之。”

【山药粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“山药粥”：“治虚劳、骨蒸、久冷。羊肉（一斤。去脂膜，烂煮熟，研泥）、山药（一斤。煮熟，斫泥）。上件肉汤内下米三合煮粥，空腹食之。”

【酸枣粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“酸枣粥”：“治虚劳心烦，不得睡卧。酸枣仁（一枕）。上用水绞取汁，下米三合煮粥，空腹食之。”

【生地黄粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“生地黄粥”：“治虚弱、骨蒸、四肢无力、渐渐羸瘦、心烦、不得卧睡。生地黄汁（一合）、酸枣仁（水绞取汁、二盏）。上件水煮，同熬数沸，次下米三合煮粥，空腹食之。”

【椒面羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“椒面羹”：“治脾胃虚弱，久患冷气心腹结痛、呕吐、不能下食。川椒（三钱。炒药末）、白面（四两）。上件同和匀，入盐少许，于豆豉作面条，煮羹食之。”

【荜拨粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“荜拨粥”：“治脾胃虚弱、心腹冷气痛、妨闷不能食。荜拨（一两）、胡椒（一两）、桂（五钱）。上三味为末，每用三钱，水三大碗，入豉半合同煮，令熟。去滓，下米三合作粥，空腹食之。”

【良姜粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“良姜粥”：“治心腹冷痛、积聚停饮。高良姜（半两为末）、粳米（三合）。上件水三大碗煎高良姜，至二碗，去滓，下米煮粥，食之效验。”

【吴茱萸粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“吴茱萸粥”：“治心腹冷气冲胁肋痛。吴茱萸（半两。水洗去涎，焙干，炒为末）。上件以米三合一同作粥，空腹食之。”

【牛肉脯】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“牛肉脯”：“治脾胃久冷，不思饮食。牛肉（五斤。去脂膜，切作大片）、胡椒（五钱）、荜拨（五钱）、陈皮（二钱。去白）、草果（二钱）、缩砂（二钱）、良姜（二钱）。上件为细末，生姜汁五合、葱汁一合、盐四两同肉拌匀，淹二日，取出，焙干作脯。任意食之。”

【莲子粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“莲子粥”：“治心志不宁，补中强志，聪明耳目。莲子（一升。去心）。上件煮熟，研如泥，与粳米三合作粥，空腹食之。”

【鸡头粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“鸡头粥”：“治精气不足，强志，明耳目。鸡头实（三合）。上件煮熟，研如泥，与粳米一合煮粥食之。”

【鸡头羹粉】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"鸡头羹粉":"治湿痹腰膝痛,除暴疾,益精气,强心志、耳目聪明。鸡头(磨成粉)、羊脊骨(一付,带肉。熬取汁)。上件用生姜汁一合,入五味调和,空心食之。"

【桃仁粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"桃仁粥":"治心腹痛、上气咳嗽、胸膈妨满、喘急。桃仁(三两。汤煮熟,去尖、皮,研)。上件取汁,和粳米同煮粥,空腹食之。"

【生地黄粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"生地黄粥":"治虚劳瘦弱、骨蒸、寒热往来、咳嗽唾血。生地黄汁(二合)。上件煮白粥,临熟时入地黄汁搅匀,空腹食之。"

【鲫鱼羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"鲫鱼羹":"治脾胃虚弱。泄痢久不瘥者食之立效。大鲫鱼(二斤)、大蒜(两块)、胡椒(二钱)、小椒(二钱)、陈皮(二钱)、荜拨(二钱)。上件葱、酱、盐、料物、蒜入鱼肚内,煎熟,作羹,五味调和令匀,空心食之。"

【炒黄面】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"炒黄面":"治泄痢、肠胃不固。白面(一斤。炒令焦黄)。上件每日空心温水调一匙头。"

【乳饼面】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"乳饼面":"治脾胃虚弱、赤白泄痢。乳饼(一个。切作豆子样)。上件用面拌,煮熟,空腹食之。"

【炙黄鸡】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"炙黄鸡":"治脾胃虚弱、下痢。黄雌鸡(一只,捋净)。上以盐、酱、醋、茴香、小椒末同拌匀,刷鸡上,令炭火炙干焦,空腹食之。"

【猫肉羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"猫肉羹":"治水肿、浮气腹胀,小便涩少。猫肉(一斤。细切)、葱(一握)、草果(三个)。上件用小椒、豆豉同煮烂熟,入粳米一合作羹,五味调匀,空腹食之。"

【黄雌鸡】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"黄雌鸡":"治腹中水癖、水肿。黄雌鸡(一只。捋净)、草果(二钱)、赤小豆(一升)。上件同煮熟,空心食之。"

【青鸭羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"青鸭羹":"治十种水病不瘥。青头鸭(一只。退净)、草果(五个)。上件用赤小豆半升入鸭腹内,煮熟,五味调,空心食。"

【萝卜粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"萝卜粥":"治消渴、舌焦口干、小便数。大萝卜(五个。煮熟,绞取汁)。上件用粳米三合同水并汁煮粥食之。"

【野鸡羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"野鸡羹":"治消渴、口干、小便频数。野鸡(一只。捋净)。上入五味,如常法作羹臛食之。"

【鹑鸽羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"鹑鸽羹":"治消渴饮水无度。白鹑鸽(一只。切作大片)。上件用土苏一同煮熟,空腹食之。"

【葵菜羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"葵菜羹":"治小便癃闭不通。葵菜叶(不以多少,洗择净)。上煮作羹,入五味,空腹食之。"

【鲤鱼汤】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"鲤鱼汤":"治消渴、水肿、黄胆、脚气。大鲤鱼(一头)、赤小豆(一合)、陈皮(二钱。去白)、小椒(二钱)、草果(二钱)。上件入五味调和匀,煮熟,空腹食之。"

【马齿菜粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"马齿菜粥":"治脚气、头面水肿、水腹胀满、小便淋涩。马齿菜(洗净,取汁)。上件和粳米同煮粥,空腹食之。"

【小麦粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"小麦粥":"治消渴口干。小麦(淘净。不以多少)。上以煮粥或炊作饭,空腹食之。"

【驴头羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"驴头羹":"治中风、头眩、手足无力、筋骨烦痛、言语謇涩。乌驴头(一枚。捋洗净)、胡椒(二钱)、草果(二钱)。上件煮令烂熟,入豆豉汁中,五味调和,空腹食之。"

【驴肉汤】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"驴肉汤":"治风狂、忧愁不乐,安心气。乌驴肉(不以多少。切)。上件于豆豉汁中烂煮熟,入五味,空心食之。"

【狐肉羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"狐肉羹":"治惊风、癫痫、神情恍惚、言语错谬、歌笑无度。狐肉(不以多少及五脏)。上件如常法入五味煮令烂熟,空心食之。"

【熊肉羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"熊肉羹":"治诸风、脚气、痹痛不仁、五缓筋急。熊肉(一斤)。上件于豆豉中入五味、葱、酱煮熟,空腹食之。"

【羊肚羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"羊肚羹":"治诸中风。羊肚(一枚。洗净)、粳米(二合)、葱白(数葱)、豉(半合)、蜀椒(去目。闭口者炒出汗。三十粒)、生姜(二钱半。细切)。上六味拌匀,入羊肚内烂煮熟,五味调和,空心食之。"

【葛粉羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"葛粉羹":"治中风、心脾风热、言语謇涩、精神昏愦、手足不遂。葛粉(半斤。捣取粉四两)、荆芥穗(一两)、豉(三合)。上三味先以水煮荆芥、豉六七沸,去滓取汁,次将葛粉作索面于汁中煮熟,空腹食之。"

【荆芥粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"荆芥粥":"治中风、言语謇涩、精神昏愦、口面㖞斜。荆芥穗(一两)、薄荷叶(一两)、豉(三合)、白粟米(三合)。上件以水四升煮取三升,去滓,下米煮粥,空腹食之。"

【麻子粥】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"麻子粥":"治中风、五脏风热、语言謇涩、手足不遂、大肠滞涩。冬麻子(二两。炒,去皮,研)、白粟米(三合)、薄荷叶(一两)、荆芥穗(一两)。上件水三升煮薄荷、荆芥,去滓取汁,入麻子仁同煮粥,空腹食之。"

【恶实菜】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》"恶实菜(即牛旁子,又名鼠粘子)":"治中风燥热口干、手足不遂及皮肤热疮。恶实菜叶(肥嫩者)、酥油。上件以汤煮

恶实叶三五升，取出，以新水淘过，布绞取汁，入五味、酥点食之。”

【乌驴皮汤】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“乌驴皮汤”：“治中风、手足不遂、骨节烦疼、心燥，口眼面目㖞斜。乌驴皮（一张。捋洗净）。上件蒸熟，细切如条，于豉汁中入五味调和匀，煮过，空心食之。”

【羊头脍】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“羊头脍”：“治中风、头眩、羸瘦、手足无力。白羊头（一枚。捋洗净）。上件蒸令烂熟，细切，以五味汁调和脍，空腹食之。”

【野猪臛】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“野猪臛”：“治久痔、野鸡病、下血不止、肛门肿痛。野猪肉（二斤。细切）。上件煮令烂熟，入五味，空心食之。”

【獭肝羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“獭肝羹”：“治久痔、下血不止。獭肝（一付）。上件煮熟，入五味，空腹食之。”

【鲫鱼羹】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“鲫鱼羹”：“治久痔、、肠风、大便常有血。大鲫鱼（一头，新鲜者。洗净，切作片）、小椒（二钱。为末）、草果（一钱。为末）。上件用葱三茎煮熟，入五味，空腹食之。”

【金山寺豆豉】 古代食品。宋时已有名。宋周密《武林旧事》“高宗幸张府节次略”中记有“金山咸豉”。元《居家必用事类全集》收“金山寺豆豉”：“黄豆不拘多少，水浸一宿，蒸烂，候冷，以少面掺豆上拌匀，用麸再拌。扫净室，铺席，匀摊，约厚二寸许。将穰草、麦秆或青蒿、苍耳叶盖覆其上。待五七日，候黄衣上，搓挼令净，筛去麸皮。走水淘洗，曝干。每周豆黄一斗、物料一斗。预刷洗净瓮候下：鲜菜瓜（切作二寸大块）、鲜茄子（作刀划作四块）、桔皮（刮净）、莲肉（水浸软，切作两半）、生姜（切作厚大片）、川椒（去目）、茴香（微炒）、甘草（挫）、紫苏叶、蒜瓣（带皮）。上件将物料拌匀。先铺下豆黄一层，下物料一层，掺盐一层，再下豆黄、物料、盐各一层。如此层层相间，以满为度。纳实，箬密口，泥封固，烈日曝之。候月半，取出，倒一遍，拌匀，再入瓮。密口泥封。晒七七日为度。却不可入水，茄瓜中自然盐水出也。用盐相度斟量多少用之。”

【咸豆豉】 古代食品。元《居家必用事类全集》“咸豆豉法”：“黑豆一斗，蒸略熟，取出，晒一日。用瓜二十条、茄四十个（洗，切小，干下用）、紫苏、陈皮（各切碎，拌和用）、茴香四钱（重炒）、盐四两，拌和得所。罨之三日，然后用好酒遍洒令匀。再略蒸过。再用盐四两拌之，又用好酒微洒之。日中摊晒一日，却入瓷小缸内紧筑，数重纸封之，或用泥封。置三伏日晒好。

【成都府豉汁】 古代食品。元《居家必用事类全集》“造成都府豉汁法”：“九月后，二月前可造。好豉三斗，用清麻油三升熬，令烟断香熟为度。又取一升熟油拌豉，上甑熟蒸，摊冷，晒干。再用一升熟油拌豉，再蒸、摊冷、晒干。更依此一升熟油拌豉、透蒸、曝干。方取一斗白盐匀和，捣令碎，以釜汤淋取三四斗。汁尽，釜中煎之。川椒末、胡椒末、干姜末、桔皮（各一两）、葱白（五斤）。上件并捣细，和煎之，三分减一，取不津磁器中贮之。须用清香油，不得湿物近之。香美绝胜。”

【淡豆豉】 古代食品。元《居家必用事类全集》“淡豆豉法”：“大黑豆不拘多少，甑蒸，香熟为度。取开，摊置笊篱内，乘温热，以架子，每一层盛一笊篱，顿在不见风处。四围上下用青草穰紧护之。如是数日，取开，见豆子上生黄衣已遍，然后取出晒一日。次日温汤漉洗。以紫苏叶切碎，拌和之。烈日中曝至十分干，然后用磁罐收贮，密封固。”

【麸豉】 古代食品。元《居家必用事类全集》“造麸豉法”：“七八月中造之。余月则不佳。春治，小麦细磨为面。以水拌浥，入甑蒸之。候气焰好熟，乃下摊之，令极冷。手挼令碎，布覆盖。待七日黄衣上，乃摊去热气。却装入磁瓮中，盆盖。于穰粪中燠之，二七日，黑色、气香、味美。便乘热搏作饼子，如神曲样。绳穿贯心，屋内悬之。兼以纸袋盛之又佳。防青蝇、尖垢之污。用时，全饼着汤中煮之，色足漉出，削去皮。一饼可数用。熟香美，全胜豆豉。只打破，汤浸，研用亦得。然汁浊，不如全煮汁清也。”

【瓜豉】 古代食品。元《居家必用事类全集》“造瓜豉法”：“菜瓜大者二十条，去穰，不可经水，切作厚二寸阔长条，阔一寸许。用盐八两淹二宿，漉出，晒干。次用头醋五升、盐豆豉一升同煎四、五沸，去豆豉，只用所煎之醋，放冷。入糖四两，莳萝、茴香、川椒、紫苏、桔皮丝同瓜儿并入于醋内浸一宿，漉出，晒，待干，又浸又晒。以浥尽糖醋晒干为度。加莳萝、茴香、川椒、紫苏、桔皮丝。先用盐少许浸一宿，揉干，然后入瓜儿内。先去其水气，防蒸白醭。造时三伏中并秋前可也。”

【酥杏仁】 古代食品。元《居家必用事类全集》“酥杏仁”：“杏仁不拘多少，香油煠焦糊色为度。用铁丝结作网兜搭之。候冷定食，极脆美。”

【鹿醢】 古代食品。为古代鹿肉酱的品种之一。元《居家必用事类全集》“造鹿醢法”：“鹿肉（八斤。去筋膜，细切如泥）、酒曲（一斤）、小豆曲（一斤）、红豆、川椒（六两，净）、茇拨、良姜、茴香、甘草（各炙二两）、桂心（半两）、芜荑末（一斤）、肉豆蔻（二两）、葱白（切作末，二升半）。上为细末，同鹿肉和拌。用糯酒调匀，稀稠得所。小口缸盛，密封之。三五日一搅匀则易似。复密之，曝干庭。夜置暖处。百日可食。视稀稠加酒曲。”

【菜鲞】 古代食品。元《居家必用事类全集·饮食类》“造菜鲞法”：“盐韭菜去梗用叶，铺开如薄饼大。用料物糁之。陈皮、碛砂、红豆、杏仁、甘草、莳萝、茴香、花椒。右件碾细同米粉拌匀糁菜上。铺菜一层，又糁料物一次。如此铺糁五层，重物压之。却于笼内蒸过，切作小块。调豆粉稠水蘸之，香油煠熟，冷定，纳磁器收贮。”

【食香瓜儿】 古代食品。元《居家必用事类全集·饮

食类》"食香瓜儿":"菜瓜不以多少,薄切,使少盐淹一宿漉起。用元卤煎汤焯过,晾干。用常醋煎滚,候冷,调砂糖、姜丝、紫苏、茴萝、茴香拌匀。用磁器盛日中曝之。候干收贮。"

【食香茄儿】 古代食品。元《居家必用事类全集·饮食类》"食香茄儿":"新嫩者切三角块,沸汤焯过,稀布包榨干,盐淹一宿,晒干。用姜丝、桔丝、紫苏拌匀。煎滚糖醋泼,晒干收贮。"

【食香萝卜】 古代食品。元《居家必用事类全集·饮食类》"食香萝卜":"切作骰子块,盐腌一宿,日中晒干。切姜丝、桔丝、茴萝、茴香拌匀。煎滚常醋泼。用磁器盛,日中曝干,收贮。"

【脆姜】 古代食品。元《居家必用事类全集·饮食类》"造脆姜法":"嫩生姜去皮,甘草、白芷、零陵香少许同煮熟,切作片子,食之脆美异常。"

【五味姜】 古代食品。元《居家必用事类全集》"五味姜方":"嫩姜一斤,切作薄片,用白梅半斤打碎去仁,入炒盐二两拌匀,晒三日取出。入甘松三钱、甘草五钱、檀末三钱,再拌匀晒三日,入磁器收贮。"

【醋姜】 古代食品。元《居家必用事类全集·饮食类》"造醋姜法":"不以多少,炒盐腌一宿,用元卤入酽醋同煎数沸,候冷入姜。箬扎瓶口,泥封固。"

【蒜茄儿】 古代食品。元《居家必用事类全集·饮食类》"蒜茄儿":"深秋摘小茄儿,擘去蒂,揩净。用常醋一碗,合和煎微沸,将茄儿焯过控干。捣碎蒜并盐和冷定酸水拌匀,纳磁坛中为度。"

【腌韭花】 古代食品。元《居家必用事类全集·饮食类》"腌韭花法":"取花半结子时,收摘去蒂。每斤用盐三两,同捣烂,纳磁器中。"

【假蒿笋】 古代食品。元《居家必用事类全集·饮食类》"假蒿笋法":"金凤花梗,大者去皮,削令干净,早入糟,午供食之。"

【蒲笋鲊】 古代食品。元《居家必用事类全集·饮食类》"蒲笋鲊":"生者一斤,寸截,沸汤焯过,布裹压干。姜丝、熟油、桔丝、红曲、粳米饭、花椒、茴香、葱白拌匀,入磁器一宿,可食。"

【相公齑】 古代食品。元《居家必用事类全集·饮食类》"相公齑法":"萝卜切作薄片,蒿苣条或嫩蔓菁、白菜切如萝卜条。各以盐煞之。良久,用滚汤焯过,入新水中。然后煎酸浆水泡之。以碗盖覆。入井中浸冷为制,佳。"

【芥末茄儿】 古代食品。元《居家必用事类全集》"芥末茄儿":"小嫩茄切作条,不须洗,晒干,多着油锅内加盐炒熟。入磁盆中摊开。候冷,用干芥末匀掺拌。磁罐收贮。"

【瓜齑】 古代食品。元《居家必用事类全集》"造瓜齑法":"甜瓜十枚带生者,竹签穿透,盐四两拌入瓜内,沥去水令干,用酱十两拌匀。烈日晒。翻转又晒。令干,入新磁器内收之……。"

【酱瓜茄】 古代食品。元《居家必用事类全集》"酱瓜茄法":"酱黄与瓜茄,不拘多少。先以酱黄铺在磁缸内,次以鲜瓜茄铺一层,掺盐一层;再下酱黄,又铺瓜茄一层,掺盐一层。如此层层相间,腌七日夜。烈日晒之。酱好而瓜茄亦好……。"

【干药菜】 古代食品。元《居家必用事类全集》"收干药菜法":取枸杞、地黄、甘菊、青襄、牛膝、槐芽、白术、香精芽、车前、黄精、合欢、当陆、决明、木蓼等"嫩者","不限多少,煠之,浆水泽了。以盐汁中握去恶汁,晒干,于竹器中以纸覆之,勿令风尘入。用时,以暖汤渍软,净泽去恶汁,更以别汤中煮令熟。然后烂炒,调和食之……。"

【晒藤花】 古代食品。元《居家必用事类全集》"晒藤花法":"盛开时摘拣净,去蒂,盐汤洒拌匀,入甑蒸熟晒干。用作馅馅、馄饨、餺子等素食馅,极美,荤用尤佳。"

【造红花子】 古代食品。元《居家必用事类全集》"造红花子法":"淘去浮者,舂内捣碎,入汤泡汁,更捣,更煎汁,锅内沸,入醋点,绢挹之。似肥肉。入素食极珍美。"

【江州岳府腊肉】 古代食品。元《居家必用事类全集》"江州岳府腊肉":"新猪肉打成段。用煮小麦滚汤淋过,控干。每斤用盐一两擦拌,置瓮中。三二日一度翻。至半月后,用好糟腌一二宿出瓮。用元腌汁水洗净,悬于无烟净室。二十日以后,半干湿,以故纸封裹,用淋过净灰于大瓮中一重灰一重肉埋讫,盆合,置之凉处。经岁如新。煮时,米泔浸一炊时,洗刷净,下清水中。锅上盆合土拥,慢火煮,候滚即撤薪。停息一炊时,再发火再滚,佳火良久,取食。此法之妙,全在早腌,须腊月前十日腌藏,令得腊气为佳。稍迟则不佳矣。牛羊马等肉,并同此法。如欲色红,须才宰时,乘热以血涂肉,即颜色鲜红可爱。"

【婺州腊猪】 古代食品。元《居家必用事类全集》"婺州腊猪法":"肉三斤许作一段。每斤用净盐一两,擦令匀,入缸,腌数日。逐日翻三两遍,却入酒醋中停,再腌三五日,每日翻三五次,取出控干。先备百沸汤一锅,真芝麻油一器,将肉逐旋各腐,略入汤蘸,急提起,趁热以油匀刷,挂当烟头处薰之。日后再用腊糟加酒拌匀,表裹涂肉上。再腌十日取出,挂橱中烟头上。若人家烟少,集笼糠烟熏十日可也。其烟当昼夜不绝,羊肉亦当依此法为之。"

【腌猪舌】 古代食品。元《居家必用事类全集》"腌猪舌":"每斤用盐半两、酒一盏、川椒、茴萝、茴香少许、细切葱白,腌五日,翻三四次。用细索穿挂透风处。候干,纸袋盛。"

【四时腊肉】 古代食品。元《居家必用事类全集》"收腊月内腌肉卤汁,净器收贮。泥封头。如要用时,取卤一碗,加腊水一碗、盐三两,将猪肉去骨,三指厚五寸阔

段子，同盐、料末腌半日，却入卤汁内浸一宿，次日其肉色味与腊肉无异。若无卤汁，每肉一斤用盐四两腌二宿亦妙。煮时先以米泔清者，入盐二两，煮一二沸，换水煮。”

【制脯】　古代食品。元《居家必用事类全集》“脯法”：“歌括云：不论猪羊与大牢，一斤切作十六条。大盏醇醪小盏醋，马芹茴萝入分毫。拣净白盐秤四两，寄语庖人慢火熬。酒尽醋干方是法，味甘不论孔闻韶。”

【羊红肝】　古代食品。元《居家必用事类全集》“羊红肝”：“肥羊肉十五斤，半斤作一条。用盐十五两腌三伏时取出，却用糟三斤、盐三两拌匀，再腌三宿，取出，不去糟，于灶上猛柴烟熏干。次年五六月洗剥、煮食。”

【牛腊鹿脩】　古代食品。元《居家必用事类全集》“牛腊鹿脩”：“好肉不元多少，去筋膜，切作条或段。每二斤用盐六钱半、川椒三十粒、葱三大茎细切、酒一大盏同腌三五日，日翻五七次，晒干。猪羊倣此。”

【腌鹿脯】　古代食品。《居家必用事类全集》“腌鹿脯”：“净肉十斤，去筋膜，随缕打作大条。用盐五两、川椒三钱、茴萝半两、葱丝四两、好酒二升和肉拌腌，每日翻两遍。冬三日，夏一伏时，取出，以线逐条穿、油搽，晒干为度。”又一法：“鹿肉或麂子肉，去皮膜，连脂细切二十斤，用盐二十两，入芜荑二合，一处拌匀。用羊大肚一个，去草芽，装满缝合，用杖子夹定于风道中，或日晒干。”

【腌鹿尾】　古代食品。元《居家必用事类全集》“腌鹿尾”：“刀剃去尾根上毛，剔去骨。用盐一钱、芜荑半钱填尾内。杖夹，风吹干。”

【腌鹅雁】　古代食品。元《居家必用事类全集》“腌鹅雁等”：“拔净，于胸上剖开，去肠肚。每斤用盐一两，加入川椒、茴香、茴萝、陈皮，遍擦，腌半月后，晒干为度。”

【腌咸鸭卵】　古代食品。元《居家必用事类全集》“腌咸鸭卵”：“不拘多少，洗净控干。用灶灰筛细二分，盐一分，拌匀。却将鸭卵于浓米饮汤中蘸湿，入灰盐滚过，收贮。”

【江州府腌鱼】　古代食品。元《居家必用事类全集》“江州府腌鱼法”：“腊月将大鲤鱼去鳞、杂，头尾劈开，洗去浓涎、腥血，布拭干。炒盐淋之七日，就，用盐水刷洗鱼明净，于当风处悬之七七日，鱼极干取下，割作大方块。用腊糟并腊月酒脚和糟稍稀，相鱼多少，下炒茴香、茴萝、葱油与糟拌匀，涂鱼，逐块入净坛中。一层鱼一层糟，坛满即止。以泥固坛。过七七日开之。如遇南风不可开坛，立致变坏。此法最妙。”又方：“用鳊、鲤、鳜鱼作干鱼，腊月造，至正月以鱼作段子，洗令净。每一斤用盐二两，却以糯米白曲造成酒醅，以红曲入醅内，加清油、茴萝、茴香、姜、椒拌和，一层鱼一层糟、醅，置磁瓮中，密封固，可交新。”

【法鱼】　古代食品。元《居家必用事类全集》“法鱼”：“好大鲫鱼，每十斤，先洗净，控干一宿，破去肠、肚、胆，留子、鳞、腮。一方，腮下切一刀，取再拭干。别用炒盐二十四两、麦黄末十五两、川椒二两、茴萝一两五、马芹一两、红曲八两，右件拌为一处，入鱼腮实填满。有未尽物料，入填鱼腹并掺鱼身，又添入好酒浸没一二指，泥封固。腊月造。”

【红鱼】　古代食品。元《居家必用事类全集》“红鱼”：“鲫鱼去肠肚，每一斤净洗，用盐一两，腌半日，净洗去涎控干。每用二两掺鱼肉上。红曲末二两、葱白丝二茎、茴萝少许、椒百粒、酒半盏，入瓶封固。五日可吃。”

【鱼酱】　古代食品。元《居家必用事类全集》“鱼酱”：“鱼（每一斤）、盐（三两、炒）、椒末（一钱）、干姜末（一钱）、神曲末（二钱）、红曲（半两）、葱丝（一握）。先将鱼切破，以前件物料加好酒和匀入磁瓶。”

【糟鱼】　古代食品。元《居家必用事类全集》“糟鱼”：“大鱼片，每斤用盐一两，先腌一宿，拭干。别入糟一斤半，用盐一分半和糟，将鱼大片用纸裹，却以糟覆之。”

【酒鱼脯】　古代食品。元《居家必用事类全集》“酒鱼脯”：“大鲤鱼洗净，布拭干。每斤用盐一两，葱、茴萝、椒、姜丝各少许、好酒同腌，令酒高鱼一指，逐日翻动。候滋味透，取出，晒干，削食。腊月造。”

【酒曲鱼】　古代食品。元《居家必用事类全集》“酒曲鱼”：“大鱼净洗一斤，切作手掌大。用盐二两、神曲末四两、椒百粒、葱一握、酒二升，拌匀，密封。冬七日，夏一宿可食。”

【酒蟹】　古代食品。元《居家必用事类全集》“酒蟹”：“于九月间，拣肥壮者十斤。用炒盐一斤四两，好明矾末一两五钱。先将蟹洗净，用稀篾篮封贮，悬之当风半日或一日，以蟹干为度。好醅酒五斤，拌和盐矾。令蟹入酒内良久，取出，每蟹一只，花椒一颗，斡开脐，纳入。磁瓶实捺收贮。更用花椒掺其上了，包瓶封花上，用韶粉一粒如小豆大，箬扎泥固。取时不许见灯。或用好酒破开腊糟拌盐矾亦得。糟用五斤。”

【酱醋蟹】　古代食品。元《居家必用事类全集》“酱醋蟹”：“团脐大者麻皮扎定，于温暖锅内，令吐出泛沫了。每斤用盐七钱半、醋半升、酒半升、香油二两、葱白五握（炒作熟葱油）、榆仁酱半两、面酱半两、茴香、椒末、姜丝、桔丝各一钱，与酒醋同拌匀。将蟹排在净器内，倾入酒醋浸之。半月可食。底下安皂角一寸许。”

【法蟹】　古代食品。元《居家必用事类全集》“法蟹”：“团脐大者十枚，洗净控干。经宿，用盐二两半、麦黄末二两、曲末一两半仰迭蟹在瓶中。以好酒二升、物料倾入蟹，半月熟。用白芷末二钱，其黄易结。”

【糟蟹】　古代食品。元《居家必用事类全集》“糟蟹”：“歌括云：三十团脐不用尖（水洗，控干，布拭），糟盐十二五斤鲜（糟五斤、盐十二）。好醋半升并半酒（拌匀糟内），可飡七日到明年（七日熟，留明年）。”

【酱蟹】　古代食品。元《居家必用事类全集》“酱蟹”：“团胚百枚，洗净控干，逐个脐内满填盐，用线缚定，仰

迭入磁器中。法酱二斤，研浑椒一两，好酒一斗拌酱、椒匀。浇浸，令过蟹一指，酒少再添，密封泥固。冬二十日可食。”

【贡御鲊】 古代食品。元《居家必用事类全集》“贡御鲊”：“鲤鱼十斤，洗净控干。切作脔，用酒半升、盐六两，腌过宿去卤。入姜、桔丝各二两、川椒、莳萝各半两、茴香二钱、红曲二合、葱丝四两、粳米饭升半、盐四两、酒半升拌匀，入磁器内收贮，箬盖篾签，候卤出倾去，入熟油四两浇。”

【省力鲊】 古代食品。元《居家必用事类全集》“省力鲊”：“青鱼或鲤鱼，切作三指大脔，洗净。每五斤用炒盐四两、熟油四两、姜桔丝各半两、椒末一分、酒一盏、醋半盏、葱丝两握、饭糁少许拌匀，磁瓶实捺，箬盖篾插，五七日熟。”

【鹅鲊】 古代食品。元《居家必用事类全集》“鹅鲊”：“肥者二只，去骨，用净肉。每五斤，细切，入盐三两、酒一大盏，腌过宿，去卤，用葱丝四两、姜丝二两、桔丝一两、椒半两、莳萝、茴香、马芹各少许，红曲末一合、酒半升拌匀，入罐，实捺，箬封泥固……。”

【红蛤蜊酱】 古代食品。元《居家必用事类全集》“红蛤蜊酱”：“生者一斤，将元卤洗去泥沙，布裹石压一宿，入盐二两、红曲末一两、麦黄末二合，入罐，装酒少许，泥固封。”

【千里肉】 古代食品。元《居家必用事类全集》“千里肉”：“连皮羊浮肋五斤、醋三升、胡荽子一合（绢袋盛）、盐三两、酒三盏、蒜瓣三两，同煮，慢火养熟。压成块切，略晒干。”

【干咸豉】 古代食品。元《居家必用事类全集》“干咸豉”：“精羊肉每斤切作块或挺子，盐半两、酒醋各一碗、砂仁、良姜、椒、葱、桔皮各少许，慢火煮汁尽，晒干，可留百日。”

【牛肉瓜齑】 古代食品。元《居家必用事类全集》“牛肉瓜齑”：“每十斤，切作大片。细料物一两、盐四两拌匀，腌过宿，次早翻动，再腌半日，控出。此春秋腌法。夏伏腌半日，冬腌三日控干。用香油十两炼熟，倾肉下锅，不住手搅。候油干，倾入腌卤再炒。用酽醋倾入，上指半高。慢火三五滚，下酱些少。慢火煮令汁干，漉出。筛子摊晒，干为度。如要久留，肉每斤用盐六钱、酒醋各半盏，经年不坏。猪羊皆可。”

【鹌雀儿鱼酱】 古代食品。元《居家必用事类全集》“鹌雀儿鱼酱”：“洗净，各别置之。每斤料用白盐、曲末四两、葱三茎切一寸长、酒三合、胡椒、莳萝、川椒、干姜并为细末各一钱、红曲末二两同拌匀。每十斤入熟油六两，再拌。入瓶装，箬密泥封。腊月造，三月开，四月熟。唯鱼酱加荜拨半钱。”

【螃蟹羹】 古代食品。元《居家必用事类全集》“螃蟹羹”：“大者十只。削去毛净，控干。剁去小脚稍并肚靥，生拆开，再剁作四段。用干面蘸过下锅煮。候滚，入盐、酱、胡椒调和供。与冬瓜煮，其味更佳。”

【团鱼羹】 古代食品。元《居家必用事类全集》“团鱼羹”：“先剁去头，下锅。入大料物煮微熟。漉出，拆开，擘去壳并胆，刮洗净控干。下酱清汁内煮软。擂胡椒、川椒、红豆、杏仁、砂仁极烂，下锅滚数沸，入盐、姜葱二握，调和得所供。”

【三色酱】 古代食品。元《居家必用事类全集》“三色酱”：“熟面筋一锅，碎切、酱瓜儿二个、糟姜半斤，各细切，下油锅，加葱丝炒熟食。无糟姜，生姜亦可。”

【设克儿疋剌】 古代食品。元《居家必用事类全集》“设克儿疋拉”：“胡桃肉温水退皮二斤净，控干，下擂盆捣碎。入熟蜜一斤、曲吕车烧饼揉碎一斤。三件拌匀，捺作小团块。用曲吕车烧饼剂包馅，捏作糁孛撒样。入炉贴熟为度。”

【卷煎饼】 古代食品。元《居家必用事类全集》“卷煎饼”：“摊薄煎饼。以胡桃仁、松仁、桃仁、榛仁、嫩莲肉、干柿、熟藕、银杏、熟栗、芭揽仁，以上除栗黄片切，外皆细切，加碎羊肉、姜末、盐、葱调和作馅，卷入煎饼，油煠焦。”

【餷糜】 古代食品。元《居家必用事类全集》“餷糜”：“羊头煮极烂，提去骨。原汁内下回回豆。候软，下糯米粉，成稠糕糜，下酥、松仁、胡桃仁和匀供。”

【酸汤】 古代食品。元《居家必用事类全集》“酸汤”：“乌梅不拘多少，糖醋熬烂，去滓、核。再入沙锅，下蜜，尝酸甜得所，下擂烂松仁、胡桃、酪熬之。胡桃见乌梅、醋必黑。此汁须用肉汁再调味。同煮烂羊肋寸骨、肉弹、回回豆供。”

【秃秃麻失】 也称“秃秃么思”、“手撇面”。古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“秃秃麻失”（系手撇面）：“补中益气。白面（六斤，作秃秃麻失）、羊肉（一脚子，炒焦肉乞马）。右件用好肉汤，下炒葱调和匀，下蒜酪、香菜末。”元《居家必用事类全集》“秃秃麻失”：“如水滑面和圆小弹剂，冷水浸。手掌按作小薄饼儿。下锅煮熟，捞出过汁，煎炒酸肉，任意食之。”

【秃秃么思】 即“秃秃麻失”。

【手撇面】 即“秃秃麻失”。

【八耳塔】 古代食品。元《居家必用事类全集》“八耳塔”：“水一大碗烧滚，下蜜半斤，去沫，用豆粉六两调糊下锅。觑稀稠添水。熟，用盘子香油抹底盛，浇酥油。刀裁食。”

【哈尔尾】 古代食品。元《居家必用事类全集》“哈尔尾”：“干面炒熟，罗过，再炒。下蜜，少加水搅成，按片刀裁。”

【古剌赤】 古代食品。元《居家必用事类全集》“古剌赤”：“鸡清、豆粉、酪搅匀，摊煎饼。一层白糖末、松仁、胡桃仁，一层饼，如此三四层。上用回回油调蜜浇食之。”

【海螺厥】 古代食品。元《居家必用事类全集》“海螺

厮”：“鸡卵二十个，打破搅匀。以羊肉二斤细切，入细料物半两、碎葱十茎，香油炒作燥子，搅入鸡卵汁令匀。用醋一盏、酒半盏、豆粉二两调糊，同鸡子汁燥肉再搅匀，倾入酒瓶内。箬扎口，入滚汤内煮熟。伺冷，打破瓶，切片，酥蜜浇食。”

【即你疋牙】 古代食品。元《居家必用事类全集》“即你疋牙”：“豆粉和面为稠糊。于滚油内浇下，煠如软食之类。或去豆粉，止用面，蜜饧花冷水调糊煠。”

【哈里撒】 古代食品。元《居家必用事类全集》“哈里撒”：“小麦一碗捣去皮，牛肉四五斤或羊肉切脔，同煮极糜烂。入碗摊开，浇羊尾油或羊头油同黄烧饼供。加松仁妙。”

【河西肺】 古代食品。元忽思慧《饮膳正要》“河西肺”：“羊肺（一个）、韭（六斤，取汁）、面（二斤，打糊）、酥油（半斤）、胡椒（二两）、生姜汁（二合）。上件用盐调和匀，灌肺，煮熟。用汁浇，食之。”元《居家必用事类全集》“河西肺”：“连心羊肺一具，浸净。以豆粉四两，肉汁破开，面四两，韭汁破开，蜜三两、酥半斤、松仁、胡桃仁去皮净十两，擂细，滤去滓，和搅匀。灌肺满足。下锅煮熟。大单盘盛，托至筵前，刀割碟内。先浇灌肺剩余汁，入麻泥煮熟，作受赐。”

【柿糕】 古代食品。元《居家必用事类全集》“柿糕”：“糯米一斗、大干柿五十个，同捣为粉，加干煮枣泥拌捣，马尾罗罗过，上甑蒸熟。入松仁、胡桃仁再杵成团。蜜浇食。”

【高丽栗糕】 古代食品。元《居家必用事类全集》“高丽栗糕”：“栗子不拘多少，阴干，去壳，捣为粉，三分之二加糯米粉拌匀，蜜水拌润，蒸熟食之。”

【水滑面】 古代食品。元《居家必用事类全集》“水滑面”：“用头面。春、夏、秋，用新汲水入油盐，先搅作拌面羹样，渐渐入水，和搜成剂。用手拆开作小块子，再用油水洒和，以拳揉一二百拳，如此三四次，微软如饼剂。就案上用一拗棒纳百余拗。如无拗棒，只多揉数百拳。至面性行，方可搓为面指头。入新凉水内浸两时许。伺面性行方下锅，阔细任意做。冬月用温水浸。”

【索面】 古代食品。元《居家必用事类全集》“索面”：“与水滑面同。只加油，倍用油，搓如粗筋细，要一样长短粗细。用油纸盖，勿令皴。停两时许，上筋杆缠，展细，晒干为度。或不用油搓，加米粉粹搓。展细，再入粉纽展三五次，至于圆长停细。拣不匀者，撮在一处，再搓展候干，下锅煮。”

【经带面】 古代食品。元《居家必用事类全集》“经带面”：“头白面二斤、碱一两、盐二两（研细），新汲水破开，和搜比捍面剂微软，以拗棒拗百余下。停一时许，再拗百余下。捍至极薄，切如经带样。滚汤下，候熟，入凉水，拨汁任意。”

【托掌面】 古代食品。元《居家必用事类全集》“托掌面”：“头白面，凉水入盐碱和成剂。停一时，再搜和。至面性行，搓成弹子。米粉为粹，以骨槽槌碾如盏口大，以薄为妙。煮熟，入冷肉汁浸拨。换汁，加黄瓜丝、鸡丝、蒜酪食之。”

【红丝面】 古代食品。元《居家必用事类全集》“红丝面”：“鲜虾二斤，净洗，擂烂。用川椒三十粒、盐一两、水五升一处煮熟。拣去椒，滤汁澄清。入白面三斤二两、豆粉一斤，搜和成剂。布盖一时许，再搜捍开，用米粉为粹，阔薄任意切。煮熟，其面自然红色。汁任意，只不犯猪肉，恐动风气。”

【翠缕面】 古代食品。元《居家必用事类全集》“翠缕面”：“采槐叶嫩者，研自然汁。依常法搜和，捍切极细，滚汤下。候熟，过水供。汁荤素任意。加蘑菇尤妙。味甘色翠。”

【米心棊子】 古代食品。元《居家必用事类全集》“米心棊子”：“头面，以凉水入盐和成剂。棒拗过，捍至薄，切作细棊子，以密筛隔过。再用刀切千百次，再隔过。粗者再切。细者，有粗末却颠去。如下汤煮熟，连汤起入凉水盆内，搅转，捞起，控干。麻汁加碎肉、糟姜末、酱瓜末、黄瓜末、香菜等。”

【山药拨鱼】 古代食品。元《居家必用事类全集》“山药拨鱼”：“白面一斤、豆粉四两，水搅如稠煎饼面，入擂烂熟山药，同面一处搅匀。用匙拨入滚汤，候熟，燥子汁食之。”

【山药面】 古代食品。元《居家必用事类全集》“山药面”：“擂烂生山药，于煎盘内用少油摊作煎饼。摊至第二个后不用油，逐旋煠之。细切如面。。荤素汁任意供食之。”

【山芋饆飥】 古代食品。元《居家必用事类全集》“山芋饆飥”：“煮熟山芋，去皮，擂烂，细布纽去滓。和面，豆粉为粹，捍开，阔细任意。初煮二十沸，如炼至百沸，软滑。汁任意。”

【玲珑拨鱼】 古代食品。元《居家必用事类全集》“玲珑拨鱼”：“白面一斤，调和如稠糊。以肥牛肉或羊肉半斤切如豆，入糊搅匀。用匙拨入滚汤。面见汤开，肉见汤缩。候熟，面浮肉沉，如玲珑状。下盐、酱、椒、醋调和，食之，极有味。”

【玲珑饆飥】 古代食品。元《居家必用事类全集》“玲珑饆飥”：“冷水和面。羊肾生脂剉碎，入面，同搜拌匀。捍切作阔面，下锅煮，自然漏明矣。”

【勾面】 古代食品。元《居家必用事类全集》“勾面”：“罗卜一斤，切碎。煮三两沸，入韶粉一匙头，匀糁于上，搅匀。煮至烂，漉出。擂，布纽去滓。和面一斤，捍开，阔薄任意。”

【平坐大馒头】 古代食品。元《居家必用事类全集》“平坐大馒头”：“每十分。用白面二斤半。先以酵一盏许，于面内刨一小窠，倾入酵汁就和一块软面。干面覆之，放温暖处。伺泛起，将四边干面加温汤和就，再覆之。又伺泛起，再添干面温水和。冬用热汤和就。不须

多揉，再放片时，揉成剂则已。若揉搀则不肥泛。其剂放软，捍作皮，包馅子。排在无风处，以袱盖，伺面性来，然后入笼床上，蒸(熟)为度。”

【鱼包子】 古代食品。元《居家必用事类全集》“鱼包子”：“每十分。鲤、鳜皆可。净鱼五斤柳叶切，羊脂十两骰块切，猪膘八两柳叶切，盐酱各二两，桔皮二个细切，葱丝十五茎(香油炒葱熟)，姜丝一两，川椒末半两，细料物一两，胡椒半两，杏仁三十粒研细，醋一合。面捽(同“芟”)同。”

【蟹黄兜子】 古代食品。元《居家必用事类全集》“蟹黄兜子”：“熟蟹大者三十只，斫开取净肉，生猪肉斤半细切，香油炒碎鸭卵五个。用细料末一两、川椒、胡椒共半两擂，姜桔丝少许，香油炒碎葱十五茎，面酱二两，盐一两。面捽同打拌匀。尝味咸淡，再添盐。每粉皮一个，切作四片，每盏先铺一片，放馅，折掩盖定。笼内蒸熟供。”

【鹅兜子】 古代食品。元《居家必用事类全集》“鹅兜子”：“野鸭、野鸡皆可。每十只。用熟鹅净肉半斤缕切，猪膘一两缕切，羊脂二两骰块切，葱、姜、桔丝共一两，川椒、杏仁、细料物少许，盐、酱各二钱，酒醋一合，面捽同。”馅心制成后，入铺有粉皮的盏中蒸熟而成。参见“蟹黄兜子”。

【杂馅兜子】 古代食品。见元《居家必用事类全集》。以熟羊肺、熟羊肚、熟白肠、羊脂、猪膘、葱、杏仁、椒、盐、姜桔丝、盐、酱、酒、醋拌制成馅心，再放入铺有粉皮的盏中蒸熟而成。参见“蟹黄兜子。”

【荷莲兜子】 古代食品。元《居家必用事类全集》“荷莲兜子”：“羊肉二斤，焯去血水，细切，粳米饭半斤，香油二两，炒葱一握，肉汤三盏调三两作丝，桔皮一个细切，姜末一两，椒末少许。以上一处拌匀。每粉皮一个，切作四片，每盏内先铺一片，装新莲肉去心、鸡头肉、松仁、胡桃仁、杨梅仁、乳饼、蘑菇、木耳、鸭饼子，却放肉馅，掩折定，蒸熟。匙翻在碟内供。用浓麻泥汁和酪浇之。”元忽思慧《饮膳正要》也收“荷莲兜子”，原料略有区别，制法基本相同，须将21种原料“用盐、酱、五味调和匀，豆粉作皮，入盏蒸熟。用松黄汁浇食。”

【水晶餶飳】 古代食品。元《居家必用事类全集》“水晶餶飳”：“精羊肉半斤、妳妨、羊肚、羊尾子腰、竹笋、决明各四两、羊舌五个煮熟缕切、桔丝半两、姜丝二两、香油二两、炒葱丝五茎、面酱半两研、盐斟酌用、姜末半两，调粉捽四两打拌匀。粉皮熟油抹过，切作四片，盏盛，装馅。蒸熟，匙翻碟内，浇好汤供。”

【白熟饼子】 古代食品。元《居家必用事类全集》“白熟饼子”：“头面三斤。内一斤作酵面，一斤作溢面，一斤饧蜜水和。三件面一处和匀，揉一二百拳，再放暖处，停一时许。伺面性行暄泛，再揉一二百拳。逐旋取面作剂。用骨鲁捶捍开，入红炉熥熟。镦上亦可。捍饼入蜜少许不脆硬。”

【山药胡饼】 古代食品。元《居家必用事类全集》“山药胡饼”：“熟山药二斤、面一斤、蜜半两、油两半，和搜，捍饼。”

【肉油饼】 古代食品。元《居家必用事类全集》“肉油饼”：“白面一斤、熟油二两半、猪羊脂各二两剁碎。酒一盏，与面同和。如硬，入羊骨髓。分作十剂，捍开包馅。用托子印花样。入炉熥熟。筵席上，大者每分供二个，小者供四个。馅与馒头生馅同。或者供素食，蜜穰馅、枣穰亦可。”

【酥蜜饼】 古代食品。元《居家必用事类全集》“酥蜜饼”：“面十斤、蜜三两半、羊脂油春四夏六秋冬三两、猪脂油春半斤夏六两秋冬九两，溶开，倾蜜搅匀，浇入面搜和匀。取意印花样。入炉熬，纸衬纸，慢火熥熟供。”

【七宝卷煎饼】 古代食品。元《居家必用事类全集》“七宝卷煎饼”：“白面二斤半，冷水和成硬剂，旋旋凉水调作糊，铫盘上用油摊薄煎饼，包馅子如卷饼样。再煎供。馅用羊肉炒燥子、蘑菇、熟虾肉、松仁、胡桃仁、白糖末、姜末，入炒葱、干姜末、盐、醋各少许，调和滋味得所用。”

【金银卷煎饼】 古代食品。元《居家必用事类全集》“金银卷煎饼”：“鸭卵或鸡卵，打破，清黄另放，添水调开。加豆粉再调，摊作煎饼，包馅再煎。每分供一对，作下饭。馅炒熟。”

【驼峰角儿】 古代食品。元《居家必用事类全集》“驼峰角儿”：“面二斤半，入溶化酥十两或猪羊油各半代之，冷水和，盐少许，搜成剂。用骨鲁槌捍作皮，包炒熟馅子，捏成角儿，入炉燉熥熟供。素馅亦可。”

【烙面角儿】 古代食品。元《居家必用事类全集》“烙面角儿”：“面二斤半，烧汤升半，候滚，倾入面八停，留二停作粄。用汤搅烙熟，取出晾冷，搜剂，捍皮，包炒熟馅子，捏成角儿。入盏脱下，炉熬熥熟。素馅皆可。”

【盏酪焦油】 古代食品。元《居家必用事类全集》“盏酪焦油”：“以面调作稠糊，摊作厚煎饼糊，转慢火熥熟，不可焦了。取出，入蜜和为剂，捍为厚饼样，包熟馅子。印脱花样。深油煠黄色。或手按圆煠之。素馅亦可。”

【圆焦油】 古代食品。元《居家必用事类全集》“圆焦油”：“面二斤半。内六分，熟水和碱、酵各一合化作水，入面，调打，泛为度。馅用熟者。如弹子将面、馅上手包裹了，虎口即出，滚深油内，煠熟为度。”

【餶飳角儿】 古代食品。元《居家必用事类全集》“餶飳角儿”：“面一斤，香油一两倾入面内，拌以滚汤，斟酌逐旋倾下，用杖搅匀，烫作熟面。挑出锅，摊冷，捍作皮，入生馅包，以盏脱之，作娥眉样，油煠熟。筵上供，每分四只。”

【玉叶羹】 古代食品。元《居家必用事类全集》“玉叶羹”：“每十分。乳团二个薄批，方胜切，入豆粉拌，煮熟。蘑菇丝四两、天花、桑莪各二两、山药半熟去皮甲叶切四两、笋甲叶切四两、糟姜片切三两，碗内间装，烫过，

热汁浇。”

【膳生】 古代食品。元《居家必用事类全集》“膳生”：“每十分。生面筋一堝，按薄。笼内先铺粉皮，洒粉丝，抹过。将面筋铺粉皮上，蒸熟。用油抹过。候冷，切三寸长细条。三色粉皮各一片，如上切。熟面筋一块，切丝。笋十根，切丝。蘑菇三两丝，油炒、簇装碗内，烫过，热汁浇。”

【断乳羹】 古代食品。元《居家必用事类全集》“断乳羹”：“牛乳一升，银石器熬。候凝，入碗，用姜盐。可供两分。”

【假灌肺】 古代食品。元《居家必用事类全集》“假灌肺”：“蒟蒻切作片。焯过。用杏泥、姜、椒、酱腌两时许，揩净。先起葱油，然后同水研乳，姜、椒调和匀，蒟蒻煠过，合汁供。”

【素灌肺】 古代食品。元《居家必用事类全集》“素灌肺”：“熟面筋，切肺样块，五味腌，豆粉内滚，熟，合汁供。”

【炒鳝乳酋淘】 古代食品。元《居家必用事类全集》“炒鳝乳酋淘”：“切细面煮熟，过水。用面筋同豆粉洒颜色水搜和，捍饼，细切，焯熟，如鳝鱼色。加乳，合酋汁。浇面供。”

【山药饸饹】 古代食品。元《居家必用事类全集》“山药饸饹”：“每面一斤，熟山药一斤、姜汁一两、豆粉一合，入水搜和如水滑面硬。骨鲁槌研开，切作箅子，入豆粉卧定。案上搓，约长尺许。下锅煮熟。合荤素汁任用。”

【甘露饼】 古代食品。元《居家必用事类全集》“甘露饼”：“面一斤，上笼纸衬蒸过。先以油、水中停搅，加饧汁，倾入面拌和，豆粉为粹，捍作薄饼，细攒褶儿，两头相啣绛住，手按开，再加粉粹，骨鲁槌研圆。油煠，控起，蜜浇，糁松仁。”

【酥煿鹿脯】 古代食品。元《居家必用事类全集》“酥煿鹿脯”：“每十分。生面筋四堝、细料物二钱、韭三根、盐一两、红曲末一钱，同剁烂，如肉色。温汤浸开，搓作条。煮熟，丝开，酱、醋合蘑菇汁腌片时，控干，油煎。却下腌汁同炒干。”

【咸豉】 古代食品。元《居家必用事类全集》“咸豉”：“熟面筋丝碎，笋片、木耳、姜片或加蘑菇、桑莪、薹下油锅炒半熟，倾入擂烂酱、椒、沙糖少许粉牵，炮熟。候汁干供。”

【带汁咸豉】 古代食品。见元《居家必用事类全集》。制法同“咸豉”。须“加浸蘑菇汁、菠菜少许，带汁供。”

【三色杂燠】 古代食品。元《居家必用事类全集》“三色杂燠”：“桑莪、蘑菇、乳团，下油锅，少盐炒，用原卤合汁供。”

【炙脯】 古代食品。元《居家必用事类全集》“炙脯”：“熟面筋随意切，下油锅掠炒。以酱、醋、葱、椒、盐、料物擂烂，调味得所，腌片时。用竹签插，慢火炙干。再蘸汁炙。”

【炙薹】 古代食品。元《居家必用事类全集》“炙薹”：“肥白者汤浴过，控干。盐、酱、油料等拌。如前炙之。”参见“炙脯”。

【酒炸薹】 古代食品。元《居家必用事类全集》“酒炸薹”：“逐根栽立沙土内，米泔泼，经宿，令鲜润脆软。丝开，用炒葱、油、姜、桔丝、盐、酱、料物、酒搅匀，炸熟供。不用醋。”

【假蚬子】 古代食品。元《居家必用事类全集》“假蚬子”：“鲜莲肉不切，菱肉剉骰块，焯过，物料腌，油爁，碟供。”

【煠骨头】 古代食品。元《居家必用事类全集》“煠骨头”：“乳团、豆粉、生面一斤，盐、酱、茴香、桔皮、椒末和匀，蒸熟。切作骨头样，油煠。却入酱清汁、擂熟大麻子，加沙糖合汁，慢火燶。入少面牵。不须用油。麻子炒不熟令人泻。”

【煠山药】 古代食品。元《居家必用事类全集》“煠山药”：“熟者切作段。粉牵内蘸，掺栀子水拌的粹，煠熟供。”

【假鱼脍】 古代食品。元《居家必用事类全集》“假鱼脍”：“薄批熟面筋，用薄粉皮两个牵抹湿，上下夹定，蒸熟，薄切。别染红粉皮缕切，笋丝、蘑菇丝、萝卜、姜丝、生菜、香菜，间装如春盘样。用鲙醋浇。”

【假水母线】 古代食品。元《居家必用事类全集》“假水母线”：“以蒟蒻切丝，滚汤焯。如上装簇。鲙醋浇食。”簇盘法参见“假鱼脍”。

【一了百当】 古代食品。属于调味品。元《居家必用事类全集》“一了百当”：“牛羊猪肉共三斤剁烂，虾米拣净半斤，捣为末，川椒、马芹、茴香、胡椒、杏仁、红豆各半两为细末，生姜细切十两，面酱斤半，腊糟一斤、盐一斤、葱白一斤、芜荽细切二两。用香油一斤炼熟，将上件肉料一齐下锅炒熟，候冷，装磁器内封盖。随食用之。亦以调和汤汁尤佳。”宋陈元靓《事林广记》等书中也有关于“一了百当”的记载。制法大体相同。

【黄雀馒头】 古代食品。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“黄雀馒头法”：“用黄雀，以脑及翅、葱、椒、盐同剁碎，酿腹中。以发酵面裹之，作小长卷，两头令平圆，上笼蒸之。或蒸后如糟馒头法糟过，香油炸之尤妙。”

【冷淘面】 古代食品。为古代冷淘面的品种之一。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“冷淘面法”：“生姜去皮，擂自然汁，花椒末用醋调，酱滤清，作汁。不入别汁水。以冻鳜鱼、鲈鱼、江鱼皆可。旋挑入减汁内。虾肉亦可，虾不须冻。汁内细切胡荽或香菜或韭芽生者。搜冷淘面在内。用冷肉汁入少盐和剂。冻鳜鱼、江鱼等用鱼去骨、皮，批片排盆中，或小定盘中，用鱼汁及江鱼胶熬汁，调和清汁浇冻。”

【煮馄饨】 古代食品。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“煮馄饨”：“细切肉燥子，入笋米、或茭白、韭菜、藤花皆可。以川椒、杏仁酱少许和匀。裹之。皮子略厚、小，切

方。再以真粉末擀薄用。下汤煮时，用极沸汤打转下之。不要盖。待浮便起，不可再搅。馅中不可用砂仁，用只嗳气。”

【煮麸干】 古代食品。麸干，这里指面筋干。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“煮麸干法”：“以吴中细麸，新落笼不入水者，扯开作薄小片。先用甘草，作寸段，入酒少许，水煮干，取出甘草。次用紫苏叶、桔皮片、姜片同麸略煮，取出，待冷。次用熟油、酱、花椒、胡椒、杏仁末和匀，拌面、姜、桔等，再三揉拌，令味相入。晒干，入糖髭内封盛。如久后啖之时觉硬，便蒸之。”

【糟姜】 古代食品。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“糟姜法”：“净布揩去嫩芽。每姜一斤，用糟一斤半、炒盐一两半拌匀，即入瓶，以炒盐少许糁面。封之。”

【糖馒头】 古代食品。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“糖馒头”：“用细馅馒头，逐个用黄草布包裹，或用全幅布。先铺糟在大盘内，用布摊上，稀排馒头布上，再以布覆之，用糟厚盖布上。糟一宿取出，香油炸之，冬日可留半月。冷则旋火上炙之。”

【手饼】 古代食品。为一种薄饼，供卷裹肉食用。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“手饼”：“用头子面，十分滚汤，入盐搜匀。捺面极熟，擀作小碗许大饼子，熬盘上熯熟，频以盐水洒之。才起，以湿布卷覆。”

【熟灌藕】 古代食品。元倪瓒《云林堂饮食制度集》“熟灌藕”：“用绝好真粉，入蜜及麝少许，灌藕内，从大头灌入。用油纸包扎煮。藕熟，切片，热啖之。”

明代菜点

【大燠肉】 古代菜肴。明韩奕《易牙遗意》“大燠肉”：“肥嫩杜圈猪约重四十斤者，只取前胛，去其脂，剔其骨，去其拖肚，净取肉一块，切成四五斤块，又切作十字，为四方块。白水煮七八分熟，捞起停冷，搭精肥，切作片子，厚一指。净去其浮油水，用少许厚汁，放锅内。先下燠料，次下肉，又次淘下酱水，又次下元汁，烧滚。又次下末子细燠料在肉上，又次下红曲末，以肉汁解薄倾在肉上。文武火烧滚令沸，直至肉料上下皆红色，方下宿汁，略下盐，去酱板，次下虾汁，掠去浮油，以汁清为度，调和得所。顿热其肉与汁，再不下锅。”

【豉汁鹅】 古代菜肴。见明《易牙遗意》、《饮馔服食笺》。与“大燠肉”制法相同。“但不用红曲，加些豆豉、擂在汁中”烧成。参见“大燠肉”。

【燠鸭羹】 古代菜肴。明韩奕《易牙遗意》“燠鸭羹”：“大肥鸭以石压死，甑过，拔去毛，剁下头颈，倒沥血水，在盆内留下，却开肚皮，去肠，入锅中。先下酱水与酒并沥下血水，煮一滚，方下宿汁并粗燠料，擘碎入汁中，又下胡萝卜，多则损汁味，又下细研猪脂。临熟，火向一边烧，令汁浮油滚在一边，然后撤之，汁清为度。又下牵头。以指按鸭胸部上，肉软为熟。细燠料紫苏多用，为主，花椒次用，甘草次用，茴香以下，并减半之用，杏仁、桂皮、桂枝、甘松、檀香、砂仁研为细末，沙糖、大蒜、胡椒研烂如泥，入前干末和匀。每汁一锅，约用燠料一碗，又加紫苏末，另研入汁牵，绿豆粉临用时多少打用。”

【带冻姜醋鱼】 古代菜肴。明韩奕《易牙遗意》“带冻姜醋鱼”：“鲜鲤鱼切作小块，盐淹过，酱煮熟，收出，却下鱼鳞及荆芥同煎滚，去渣，候汁稠，调和滋味得所。用锡器密盛，置井中或水上。用浓姜、醋浇。”

【觍(zhǎn展)蒸鹅】 古代菜肴。明韩奕《易牙遗意》“觍蒸鹅”：“用肥鹅肉，切作长条丝，用盐、酒、葱、椒拌匀，放自觍内蒸熟，麻油浇供。”其又一种制法：“鹅一只，不剁碎，先以盐淹过，置汤锣内蒸熟。以鸭弹(蛋)三五枚洒在内，候熟，杏腻浇供，名‘杏花鹅’。”

【杏花鹅】 见“觍蒸鹅”的第二种制法。

【燥子蛤蜊】 古代菜肴。明韩奕《易牙遗意》“燥子蛤蜊”：“用猪肉肥精相半，切作小骰子块，和些酒煮半熟。入酱，次下花椒、砂仁、葱白、盐、醋和匀，再下绿豆粉或面水调，下锅内作腻，一滚盛起。以蛤蜊先用水煮，去壳，排在汤盞(盏)子内，以燥子肉浇供……。”

【酿肚子】 古代菜肴。明韩奕《易牙遗意》“酿肚子”：“用猪肚一个，治净，酿入石莲肉。洗擦苦皮，十分净白。糯米淘净，与莲肉对半，实装肚子内。用线扎紧，煮熟，压实。候冷切片。”

【牛脯】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“牛脯”：“用肉薄切为牒。烹熟压干，油中煎，再以水烹，去油，漉出，以酒挼之，加地椒、花椒、莳萝、葱、盐，又投少油中炒香燥。”

【生爨牛】 古代菜肴。即生汆牛肉片。明宋诩《宋氏养生部》“生爨牛”共载两种制法：“一视横理，薄切为牒，用酒、酱、花椒沃片时，投宽猛火汤中速起。凡和鲜笋、葱头之类，皆宜先烹之。一以肉入器，调椒、酱，作沸汤淋。色改，即用也。”

【熟爨牛】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“熟爨牛”：“切细脍，冷水中烹。以胡椒、花椒、酱、醋、葱调和。有轩之，和宜酸齑、芫荽。”

【盐煎牛】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“盐煎牛”：“肥腩者薄皵(音披)牒，先用盐、酒、葱、花椒沃少时，烧锅炽，遂投内速炒，色改即起。”

【油炒牛】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“油炒牛”：“一用熟者，切大脔，或脍，以盐、酒、花椒沃之，投油中炒干香。一生者切脍，同制，加酱、生姜，惟宜热锅中速炒起。一生脍，沃盐、赤砂糖，投熬油速起。”

【牛饼子】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“牛饼子”：“一用肥者。碎切，机上报斫细为醢，和胡椒、花椒、酱，浥白酒，成丸饼，沸汤中烹熟，浮先起，以胡椒、花椒、酱油、醋、葱调汁浇瀹之。一酱油煎。”

【熏牛肉】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“熏牛肉”：“皵为二三寸长阔薄轩，用酱揉触液，焚砻穀糠烟

熏，熟即龁讫之。熏物倣此。”

【生牛腊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“生牛腊”：“一皱为二指阔薄牒，沃以香油、盐、花椒、葱，日暴之，用则蒸。一淡暴干，用则以水同酱油烹。”

【熟牛羓(bā巴)】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》熟牛羓”：“一用精者。视理薄切为牒，和以盐、酒、花椒，布苴压干，作沸汤，微焊，日暴(同“曝”)之。一、用精者。切为轩，以花椒、酱沃顿之，加酒、水、酱油、醋，宽烹至汁汤为度。俟冷，或析为细缕。”

【烹羊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹羊”：“取肉，烹糜烂，去骨，乘热以布苴压实，冷而切之为馔。惟头最宜。热肉宜烧葱白、酱，或花椒油，或汁中惟加酱油瀹之。”

【燻羊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》：“燻羊”：“一肉烹糜烂，轩之。先合燻料同鲜紫苏叶，水煎浓汁，加酱油调和入内。一以燻料汁烹羊肩背，俟熟，加酱调和，捞起，架锅炙燥为度。燻料：凡燻物用此佳，孩儿菊味次之。香白芷二两，藿香二两，官桂花二两，甘草五钱，藿咀之。”

【生爨羊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“生爨羊”：“与牛同制。”参见“生爨牛”。

【熟爨羊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“熟爨羊：“与牛同制。”与“熟爨牛”的制法相同。

【油炒羊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“油炒羊”：“用羊为轩。先取锅熬油，入肉，加酒、水烹之，以盐、蒜、葱、花椒调和。”

【酱炙羊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“酱炙羊”：“《诗》注曰：炕火为炙，谓以物贯而举于火上以炙之。今无此制，惟封于锅也。用肉为轩，研酱末、缩砂仁、花椒屑、葱白、熟香油，揉和片时，架少水锅中。纸封锅盖，慢火炙熟。或熟者免炙之。”

【炕羊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“炕羊”：“一用土堑凳，砌高直灶，下留方门。将坚薪炽火燔使通红，置铁锅一口于底，实以湿土，封肥稚全体羊计二十斤者，去内脏，遍涂以盐，止于一斤，掺以地椒、花椒、莳萝、坋葱屑。取小铁挛束其腹，以铁枢笼其口，以铁钩贯其脊，倒悬灶中，乘铁梁间。覆以大锅，调水泥墐封一宿，俟熟。或以燻料实其肠，周缠其体，炕之。有常开下方门，时以炼火续入，复闭塞。一、以两锅相合，架羊于中，密涂其口，炕熟。制尤简而便也。”

【蒸猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“蒸猪”：“取肉方为轩。银锡砂鑼中置之，水和白酒蒸至稍熟，加花椒酱，复蒸糜烂，以汁瀹之。有水锅中慢烹，复半起其汁渐下，养糜烂，又俯仰交翻之。”

【盐酒烧猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“盐酒烧猪”：“取肥娇蹄每一二斤，以白酒、盐、葱、花椒和，浥顿之，架少水锅中，纸封固，慢炀火，俟熟。”

【盐煎猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“盐煎猪”：“先烹肉熟而切之亦宜。用肉方皱牒，入锅炒色改，少加以水烹熟。汁多则杓起，渐沃之(后凡有不宜汁宽者多倣此)，同花椒、盐调和物，俟熟。宜芋魁(劖去皮，先芼熟)、白菜菔(击碎，芼熟，去水)、茄(芼熟，去水，干再芼柔)、山药(刮去皮，先芼熟)、荠头、丝瓜(稞者劖去皮，芼)、瓠(劖去皮、犀，芼)，胡萝卜、甘露子、杭糯米粉(熟。范为茧)。”

【酱烹猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“酱烹猪”：“先烹肉熟面切之，亦宜。同盐煎。惟用酱油炒黄色，加花椒、葱，和物宜合面筋、树鸡。”

【酒烹猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“酒烹猪”：“如前制。宽以酒水，同甘草少许，烹熟，入盐、醋、花椒、葱调和。和物宜合生竹笋(去箨，块切，同肉烹)、茭白(去苞，块切，俟肉熟即起)。”

【酸烹猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“酸烹猪”：“一切脍如前制。水同甘草烹熟，以酱、醋、花椒、葱调和。和物宜新韭(生入，即起)、新蒜白(切丝，生入，即起)、菜苔(芼熟入)、发豆芽(少焊入)、酸竹笋丝(水洗，入)。一烹熟，惟以盐醋烹。”

【猪肉饼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“猪肉饼”：“一用肉多肥少精，或同去壳生虾，或同生黑鳢鱼、鳜鱼，鼓刀机上薄皱牒，又报斫为细醢，和盐少许。有杂以藕屑，浥酒为丸饼，非蒸则作沸汤烹熟，以胡椒、花椒、葱、酱油、醋与原汁调和浇瀹之。一取绿豆粉皮下籍上覆之，蒸，用块切。和物宜芝麻腐、豆腐、山药、生竹笋、蒸果、蒸蔬。一以酱油同香油煎熟，和物宜鲜菱肉(去壳)、藕(块切)、豇豆(段切)、鸡头茎(段切)，俱别用油盐炒熟。”

【油煎猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“油煎猪”：“一用胁肋肉骨相兼者，斧为脔……水烹，加酒、盐、花椒、葱腌顿之，投热油中煎熟。一用精肉切为轩，沃以蜜，投热油中煎熟。虽暑月久留不败。暑月掺以香菜亦宜。其类仿此。宜醋。”

【油烧猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“油烧猪”：“一用胁之肯綮者，斧为轩。先熬油，投锅中烧熟，加酱、缩砂仁、花椒炒燥。一用肉大切脔，浥香熟油、盐、花椒、葱，架锅中烧香熟。熟肉亦宜。宜醋。”

【酱烧猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“酱烧猪”：“一用熟肉大轩，乘热涂盐、酱、坋缩砂仁、花椒屑、葱白，架锅中烧香。一先熬油，取酱沃生肉一时，入锅中，渐浇水，以俟熟。宜蒜醋。”

【清烧猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“清烧猪”：“一用肥精肉轩之，盐揉，取生茄半剖，界稜，或瓠布锅底置肉，加葱、花椒，纸封锅，烧熟。一不用藉，常洒以酒，慢烧熟。宜蒜醋。”

【蒜烧猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“蒜烧猪”：“用首，斧为轩。先熬油炒之，少以酒水渐浇，烹糜烂。多加蒜囊，与盐调和即起。”

【藏蒸猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"藏蒸猪":"一用竹笋两节,间断为底盖,底深盖浅,藏肉醢料于底,裁竹针关其盖,蒸熟。一用茄切下顶,剔去中瓤子。同笋制。"

【藏煎猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"藏煎猪":"一用茄削去外滑肤,片切之,内夹调和肉醢,染水,调面,油煎。一用竹笋芼熟,击碎。同茄制。宜醋。"

【冻猪肉】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"冻猪肉":"惟用蹄爪,捋洗甚洁,烹糜烂,去骨,取肤筋。复投清汁中,加甘草、花椒、盐、醋、桔皮丝调和。或以芼熟蕈、笋,或和以芼熟甜白莱菔,并汁冻之。"

【和糁蒸猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"和糁蒸猪":"用肉小皴脔,和杭米糁、缩砂仁,地椒、莳萝、花椒坋、盐蒸。取干饭再炒为坋和之,尤佳。"

【盐猪羓】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"盐猪羓":"一取猪肉片切轩,每斤盐六钱、花椒腌半日,压去水,香油浥之,蒸熟,烈日中暴燥。一生同制。用则蒸,宜醋。"

【鸡生】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鸡生":"一割已生卵未菢鸡,捋洁,不入水,鼓刀取胸下白肉,同腹间肉,皴绝薄脔,以棉纸布之,收尽血水。取少油微滑锅中,炙肉色改白,报切为绝细末。杂退皮胡桃、榛松仁、栗肉、藕、蒜白、草果仁、酱瓜姜,俱切绝细屑,与鸡末等,和醋少许,随范为形象,供筵席用。一止杂以胡桃、榛松仁、白砂糖。"

【冻鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"冻鸡":"用鸡烹熟,手析之;白鲞洗洁,手析之。同入锅,以鸡汁、生竹笋条、桔皮条、甘草、花椒、葱白、醋调和,贮,每器凝冻之。"

【烧鸭】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烧鸭":"一用全体,以熟油盐少许,遍沃之,腹填花椒、葱,架锅中烧熟。一挼花椒、盐、酒,架锅中烧熟,以油或醋浇热锅上,生烟熏黄香。宜醋。"

【炙鸭】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"炙鸭":"用肥者,全体燂汁中烹熟,将熟油沃,架而炙之。"

【油煎鸭】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"油煎鸭":"切为轩,投熬油中炒香,同少水烹熟,加花椒、葱白、酒调和。"

【酱烹鸭】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"酱烹鸭":"同猪。和物宜芋魁、山药、鲜竹笋、茭白、芝腐、豆腐。"

【烧天鹅】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烧天鹅":"用全体盐腌一日,烹微熟,屑蒜白、葱白,末川椒、缩砂仁,研浓酱,同烦揉内外俱遍,架锅中,烧熟。"

【炙灵鸡】 古代菜肴。灵鸡,即鸨。明宋诩《宋氏养生部》"炙灵鸡":"用全体,盐汤烹熟,浥少香油,置炼火上慢烘燥。暑月久留不败。俱宜蒜醋。"

【黄雀炙】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"黄雀炙":"一黄雀微腌,薄酒涤洁。取头、颈、翅斫细醢,杂鸡鸭子、花椒、葱白、酱调和,实腹中。或杂鲜乳饼,倒置甑内,掺末花椒、屑葱白,蒸。一以鲜者,同酒、水、葱白、盐,布银、锡、砂锣内蒸。"

【烧竹鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烧竹鸡":"《北梦琐言》曰:竹鸡吃半夏,有毒,加姜汁。""捋洁,用熟香油、花椒、葱、酱油,烦揉,架锅中,烧熟。滴醋热锅中,发烟熏黄香。宜蒜醋。"

【烧鹌鹑】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烧鹌鹑":"捋洁,用熟香油、花椒、酱油烦揉,架锅中烧熟。滴醋热锅中,发烟熏黄香。宜蒜醋。"

【烹刺毛鹰】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烹刺毛鹰":"视野鹅下,随宜制之。有作腥者,烹后乘热以麦稍藉土上,器覆之一时,别制之。"

【顿蛋】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"顿蛋":"每卵黄白二升,水一升,同少盐调甚匀,泻银锡器中,掺花椒、缩砂仁末、葱屑,不盖锅,隔汤慢顿熟。宜甘草水、酒。或醋、盐、葱煎汁瀹之,以肥辣酱汁瀹之。有调入熟鹅、鸡膏益珍,干用。或先调卵于器,汤中顿微熟,细切熟猪肉醢,又将卵泻入,再顿熟。"

【滚蛋】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"滚蛋":"用甘草水、洒炊沸,以卵击裂泻入之,花椒、葱白、盐调和。"

【煎蛋】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"煎蛋":"用熬香油,击卵泻入。或调以猪肉醢料泻入。或用摊者块切,再煎之。或水烹半熟,冷水浴,退壳,周界以稜,压低为菊花状入煎之。有水烹熟退壳、纶丝断为片,染水调面煎之。用醋烹则壳柔,能揉为方。"

【烹蛋】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烹蛋":"水烹熟,浴冷水中,取脱去壳。欲糖心,作沸汤入卵少烹之。久烹半日余,即如抱退者。"

【煨蛋】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"煨蛋":"用卵微烹,击裂。酱油、盐、茶清同在罂,糠火烧透,留经数月。有壳外束线瘗灰火熟,味优于烹。"

【摊蛋】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"摊蛋":"用卵,少调水,杂猪肉醢料,泻少油锅中,摊开,沃少酒。或以锅中少滑以油泻调,不入水,卵匀甚薄,片如春饼,卷物用。"

【糟蛋】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"糟蛋":"用熟卵去壳。或生卵洗洁,带壳苴之。用水烹。"

【鳝(zàn赞)蛋】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鳝蛋":"用卵先油煎,加以葱白、花椒、酱油、酒调和之。或用酒于汤中卵条,捞入油煎,复调和之。宜以新韭、芼熟菜苔,芼熟竹笋条、索绿豆粉条。"

【辣烹鳟鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"辣烹鳟鱼":"《诗》注曰:似龙,黄色锐头,口在颔下,背上腹下皆有甲,大者千余斤,即鳇,今名鳟鱼,甲中有黄甚肥美,亦有无者,肉皆美。此则雌雄之别。宜糟,宜日曝。"

"剖治，皴为脔，冷水同甘草烹熟，以胡椒、花椒、葱、酱、醋调和。宜苄白菜苔和之。"

【鳟鱼鲊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鳟鱼鲊"："用鳟鱼肉，方切小脔，炒盐腌之，每斤计炒盐六钱。翌日布苴之，压干，又晾，令水汤。坋花椒、地椒、蒔萝、红曲匀和，以香熟油渍没瓮中，令味透，经年不馁。宜醋。"

【烹鲟鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鲟鱼"："《尔雅》曰：'鲔、鲟、鲍，似鳣，色青黑无甲，有冠，其长与身相埒，多腕骨。'《埤雅》曰：'江南俗云玉板者宜糟。惟脑傍眼下两直肉，宜日暴蒸。析为细缕'。""烹鲟鱼，同鳟鱼，其肺肠等俱堪用。"

【鲟鱼鲊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鲟鱼鲊"："同鳟鱼。惟多脔其脆骨。武昌多以臘胚为之。"

【鲳鱼羹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鲳鱼"："宜为羹……。"

【油煎石首鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"石首鱼"："宜油煎。宜鲊。宜糟。宜烘，日暴。燥曰白鲞。谚云：栋花开，石首来。"

【糟鳘(miǎn免)鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鳘鱼"："宜糟。"

【蒸鲥鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"蒸鲥鱼"："一带鳞，治去肠胃，涤洁。用臘酒、醋、酱和水调和，同长葱、花椒置银锡砂锣中蒸。一用花椒、葱、盐、香油遍沃之，蒸。有少加以酱油。"

【烹八带鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烹八带鱼"："常制治而作之……涤之，盐微腌片时，酒水烹熟。花椒、葱、醋调和。或掇盐于身，置花椒、葱于鱼腹，以麦稍藉鱼，烧黄熟(八带鱼无鳞)。"

【油煎鲨鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鲨鱼"："鲨鱼又名鲛，有虎头、犁头等，状貌非一。宜油煎。宜日暴。""鲨鱼烫，退去皮，微腌，水烹熟，捣酱油、醋、花椒、葱调和。"

【烹地青鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烹地青鱼"："俱治洁，宜日暴。切为轩，投熬油中，酒水烹熟，以青蒜、葱白、花椒、盐调和。"

【烹大鲚(zī资)鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鲚鱼"："《尔雅》曰刀鱼。治宜同蒸鲥。""微腌，酒水作沸，以小筲布鱼，烹熟持起，以盐、醋、花椒、葱和汁浇淪之。有以胡椒、酱油和汁浇淪之。鱼小者，为筲者、为脔者宜入牒烹。多倣此。"

【梅鱼羹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"梅鱼"："《云间志》：二石首小鱼长五寸。宜为羹。宜同蒸鲥。"

【油煎黄鲫】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"黄鲫"："黄鲫宜鲜，俱宜油煎……。"

【冻鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"冻鱼"："冬月治之，酒水烹熟。宜胡椒、醋。"

【蒸青鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"青鱼"："一用全鱼，刀寸界之，内外浥酱、缩砂仁、胡椒、花椒、葱皆遍，甑蒸熟。宜去骨存肉，苴压为馅。一用酱、花椒、胡椒、缩砂仁、葱沃全鱼，以新瓦砾藉锅，置鱼于上，浇以油，常注以酒。俟熟。俱宜蒜醋。"

【油煎鲔(wěi危)鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鲔鱼"："先治之，作沸汤，焘去涎水。宜油煎。宜糟。鲇鱼同制。"

【姜烹鲔鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"姜烹鲔鱼"：微腌，作沸汤烹。用甘草捣酱、姜、酱油、醋、花椒、葱调和之。有不用醃，与料同入。后倣此。"

【油煎鳜鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鳜鱼"："宜油煎。宜糟。张志和云：'桃花流水鳜鱼肥'。"

【油煎乌鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"乌鱼"："即鳢。用必活者。《埤雅》曰：惟此鱼胆甘可食。宜油煎。宜为生。俱宜为羹。"

【汤焘鳜鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鳜鱼"："治去鳞腮，涤洁，薄皴崎。盐酒微浥，布小筲中，甘草水作沸汤，焘熟。预以肚骨投烹，加胡椒、酱油、醋调和为汁瀹之。和物宜山药、鲜竹笋、苄白菜、芦笋。暑月似冻，去骨，熬瑶枝调入，冷切，糟用。"

【酒烹鲦(tiáo条)鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鲦鱼"："即白鱼。宜火。宜糟。窨干。俱宜油煎。宜同蒸鲥。宜为羹。酒烹——治去鳞腮，微腌顷之，涤洁。先和甘草水熟，白酒、醋、盐、投鱼齐烹熟，入花椒、葱起。一腹实葱椒，烹，不以醋。一烹熟，惟以醇酒浇。或加糟油。有不用腌。"

【油煎吹沙】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"吹沙"："治，腹有肉甚美。宜油煎。宜日暴。宜熏。"

【酒烹针头鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》："治，宜油煎。宜酒烹。宜日暴。"

【油煎斑鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》："腹有黄，甚珍。治，涤洁。或去皮，同猪肉斫为醢。宜油煎。宜糟。"

【辣烹银鱼】 古代菜肴。银鱼一名鲙残。明宋诩《宋氏养生部》"辣烹银鱼"："辣烹——微腌入肉汁，同甘草烹熟，以酱、醋、胡椒、花椒、葱白调和。有不用腌。"

【清烧鲤鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"清烧鲤鱼"："带鳞治涤，掇盐于身，腹实猪肉醢料，或鲜乳饼，或惟以花椒、葱，架锅中烧。宜蒜醋。"

【辣烹鲫鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"辣烹鲫鱼"："用鱼治涤，先刷其鳞，囊括入水，作汤数沸，去鳞，腹实肥猪肉醢料。同吹沙制。烹鲫用鳞，多仿此。"

【法制鲫鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"法制鲫鱼"："用鱼治，洁布浥令干，每斤红曲坋一两、炒盐二两、胡椒、川椒、地椒，蒔萝各一钱，和匀，实鱼腹，令满。余者一重鱼，一重料物，置于新瓶内，泥封之。十二月造，正月十五后取出翻转，以臘酒渍满，至三四月熟。留数年不餒。"

【烹河豚】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烹河豚"："二月用河豚剖治，去眼，去子，去尾鬣、血等，务涤其洁。切为轩。先入少水，投鱼烹过熟。次以甘蔗、芦根制其毒，荔枝壳制其刺软，续水，又同烹过熟。胡椒、川椒、葱白、酱、醋调和。忌埃黑荆芥。"

【炙鰌(qiú求)】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"炙鰌"："六七月间，得肥大者治洁。未解其骨。先熬油杂爓汁，同鰌烹熟。为铁条架油盘中，取汁渐沃，炙透，微干香为度。宜蒜醋。"

【酱沃鳗鲡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"酱沃鳗鲡"："用必活者。先以灰浥去腥縻(里之切)，治去肠，界寸脔犹属之，取胡椒、缩砂仁、酱、赤砂糖，沃一时。用冬瓜或茄子、藕、芋魁，大切片，布锅中。置鳗鲡于上，纸封锅盖，烧熟。宜蒜醋。"

【辣烹鳗鲡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"辣烹鳗鲡"："同吹沙制。加赤砂糖。和物宜冬瓜、茄子。"

【蒜烧鲋】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"蒜烧鲋"："用鲋入水锅中，杂以稻秆数茎，炀火水热，令自走，退外肤。别易水烹烂，脀(音貔)分为脍。投热油内，少以白酒浇之。以盐、花椒、葱头、蒜囊调和，或再取蒜泥、醋浇。"

【糊鲋】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"糊鲋"："用鲋，同前脀脍。先熬油炒，投鸡、鹅肥汁中，再烹。加酱调和，取起，掺以干姜坋，和以羊熟韭。"

【烹鳖】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烹鳖"："一先取生鳖，杀出血，作沸汤，微坋，涤退薄肤，易小水烹糜烂，解析其内，投熬油中，加原汁清者再烹。用酱、赤砂糖、胡椒、川椒、葱白、胡荽调和。一先炀涤，先斫为轩，同前再烹调和。和物宜蕈、笋、熟栗、熟菱、绿豆粉片。"

【煞鳖】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烹鳖"："……去肤，宽用甘草、葱、酒水烹熟。刳去肺肠，内外烦揉以葱、川椒、胡椒、缩砂仁坋、酱、熟油、赤砂糖，锅中再熬香油，取新瓦砾藉用煞之，频沃以酒，香味融液为度。有轩之，浥盐、酒，入油鲊。"

【烹鲛鲤】 古代菜肴。鲛鲤，即川山甲。明宋诩《宋氏养生部》"烹鲛鲤"："治去皮、甲、肝、肠，盐腌二三宿，水烹之。"

【酒烹田鸡】 古代菜肴。田鸡，即蛙。明宋诩《宋氏养生部》"酒烹田鸡"："治去首、肤、肠、爪。同前鱼。"

【田鸡饼子】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"田鸡饼子"："同前猪肉饼。杂以猪肉饼，杂以肥猪肉，机上斫细甚为醢。或瀹以辣汁。或浇以芥辣。"

【熏田鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"熏田鸡"："同前鱼。"与"熏鱼"的制法相同。

【烘田鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烘田鸡"："治之连肤，每斤盐四钱，腌一宿，涤洁，炼火烘燥。用则温水渍润，退肤辣烹。"

【沃田鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"沃田鸡"："治洁。用桂皮、白芷、鲜紫苏叶为末，同油、酱沃一时，少水烹熟，暴燥。"

【烹青虾】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烹青虾"："青虾，海中产，今曰对虾……一鲜者盐水烹熟，宜醋。一烹熟暴燥。一暴燥辣烹……。"

【酒烹白虾】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"酒烹白虾"："白虾，海中产，曰制：一鲜者去须，盐浥片时，涤洁，布食器中，掺末川椒，取其须等入水，同白酒烹。甘草、葱、盐、醋调和，浇一二次用。一止前白沸酒浇之。一和盐蒸熟，暴燥。一俱入羹。"

【虾腐】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"虾腐"："脱大虾头，掏烂，水和，滤去渣，少入鸡、鸭子调匀，入锅烹熟，取冷水泻下，俱浮于水面，捞苴绢布中，轻压去水，即为腐也。其脱肉，机上斫绝细醢，和盐、花椒，浥酒，为丸饼，烹熟，置腐上，擷鲜紫苏叶、甘草、胡椒、酱油调和，原汁瀹之。或姜汁醋浇之。或入羹。"

【油炒虾】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"油炒虾"："一先入熬油中炒熟，酱、醋、葱调和。一惟以盐。"

【生暴虾】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"生暴虾"："用鲜大虾置烈日中一日，暴使燥。蒸，宜醋。"

【生酱虾】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"生酱虾"："用鲜大虾，同末花椒，酱油中渍熟。宜醋。"

【生酒虾】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"生酒虾"："用大虾，每斤先以盐五钱腌半日，沥干置瓶中，每层杂用椒数颗，以醇酒化盐，每斤二两五钱，渍没之，泥涂瓶口。俟十余日熟。"

【生腌虾】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"生腌虾"："用鲜大虾，每十斤盐一斤，腌叠之。泥封一月，俟熟。宜醋。其绝细者，今曰曰虾酱。"

【辣烹望潮】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"望潮"："望潮，即章举，一种石距相类，同制。《本草》云：味珍好，食品所贵。鲜宜微炀，胡椒、醋浇。宜辣烹。宜为羹。宜糟。用蒸。"

【水母脍】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"水母"："水母，即海蛰，又名蛇。谢宗可诗云：'海气冻凝红玉脆，天风寒结紫云腥。……治洁，入筐筲中，沥去其水，以井水复涤令洁，坋明矾，同盐揉，入瓮。有宽汁令满渍之。用切脍，花椒、醋浇。鲜宜用汤炀，入熟油、胡椒、醋。宜油炒，入花椒、葱。宜糟，用头。宜醋。明矾坋一斤折鲜水母十二担。"

【蒸黄甲】 古代菜肴。黄甲，即鲟。明宋诩《宋氏养生部》"蒸甲鱼"："取生者，裁竹针，从脐内贯入腹，架锅中，少水蒸熟，肉始嫩。刀解去须，抹去泥沙。宜姜醋。"

【蒸白蟹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"蒸白蟹"："同黄甲蒸。不贯脐。宜姜醋。"

【烧蟹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烧蟹"："当蟹口刀开为方穴，从腹中探去秽，满内酱、葱、花椒，

口向上布锅内，亲于锅。炀者举火，时以油从锅口浇落少许，复以白酒薄调花椒、葱、酱，渐浇于锅。俟熟，不令有焦。有内屑猪脂肪、葱白、花椒、盐，架锅蒸。俱宜姜醋、橙醋。黄山谷诗云：'忍堪支解见姜橙'。"

【芙蓉蟹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"芙蓉蟹"："用蟹，解之筐中，去秽，布银锡砂锣中，调白酒、醋水、花椒、葱、姜、甘草蒸熟。"

【玛瑙蟹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》："一用蟹烹，解脱其黄肉，水调绿豆粉少许，烦揉以鲜乳饼，同蒸熟，块界之，以原汁、姜汁、酒、醋、甘草、花椒、葱调和浇用。一倪云林惟调鸡子蜜蒸之。一用辣糊。"

【五味蟹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"五味蟹"："用蟹团脐者，每六斤，入瓮一层，叠葱、川椒一层。取酱一斤、醋一斤、盐一斤、糟一斤，酒不拘箅，薄调渍没蟹为度。熟宜醋。"

【酒蟹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"酒蟹"："一用团脐者，从脐尽实腹中以捣蒜泥、盐。一实以坋花椒屑、葱，俱以白酒醅。同盐、花椒、葱渍之，宜醋……。"

【油炒蟹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"油炒蟹"："用蟹解开，入螯油中炒熟，盐、花椒、葱调和。"

【酱蟹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"酱蟹"："一熟蟹去脐，以原汁俟冷，调酱渍之。一生蟹团脐者惟以酱油渍之。可留经年，宜醋。《墨娥小录》云：'熬香油入酱中，可久留，不沙涩'。"

【蒸篌(hòu后)】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"蒸篌"："篌，小者为鬼篌，宜用大者。韩文公诗曰：'篌实如惠文，骨眼相负行。'用刀当其背刳之，取足内向者去其肠，甚臭恶，不可伤动，切为轩。以胡椒、川椒、葱、酱、酒浥，藉以原壳，入甑蒸。其水别入锅，烹如腐。宜浇以胡椒、醋。腌(《酉阳杂俎》曰：篌酱)宜醋。"

【烹蚶】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烹蚶"："先作沸汤，入酱油、胡椒调和，涤蚶投下，不停手调旋，可拆遂起，则肉鲜满。和宜潭笋。"

【糖猪羓(bā巴)】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"糖猪羓"："取肉，去肤骨，切二寸长、一寸阔、半寸厚脔，以赤砂糖少许、酱、地椒、茴萝、花椒和匀，微见天日即收。或阴干，先以香油熬熟，既入肉，不宜炀火，待少顷自熟。"

【油爆猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"油爆猪"："取熟肉，细切脍，投熟油中爆香，以少酱油、酒浇，加花椒、葱。宜和生竹笋丝一茭白丝同爆之。"

【火炙猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"火炙猪"："一用肉肥嫩者，薄切牒，每斤盐六钱，腌之。以花椒、茴萝、大茴香和匀后，微见日，置铁床中，于炼火上炙熟。一用肉薄切小牒，粘薄瓷碗中，以纸封之，覆置炼火上煨熟。"

【手烦肉】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"手烦肉"："取肉，水烹糜烂，去骨，和少汁，烦揉融液，加花椒、盐、俟凝，厚切用之。"

【生猪鲊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"生猪鲊"："取肥精相半肉，皴绝薄小牒，取洁肤，切绝细脍，和匀，每斤炒盐二钱少腌，竹箬苴之，置木桶中榨水去尽。连桶夏月顿凉所一二日，冬月顿暖所六七日，常榨之，不会有水。用和生蒜速用，蒸。"

【熟猪脍】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"熟猪脍"："熟猪肉切脍，和苦瓜(薄切揉片)、生瓜、鲜芦、茭白、莴苣、同蒿、熟竹笋、绿豆粉皮、鸭子薄饼，皆切细条。熟鲜虾去壳肉、芼韭白头俱宜。或五辛醋、芥辣浇。五辛醋：葱五茎、川椒、胡椒共五十粒，生姜一小块，缩砂仁三颗、酱一匙，芝麻油少许，同捣糜烂，入醋，少熬，用。"

【熟猪肤】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"熟猪肤"："细切脍，同生瓜、黄瓜条，加蒜泥、盐、醋少许。"

【炕猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"炕猪"："同羊。猪唯四十斤，盐二斤。"

【烹犬】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烹犬"："用犬击死，拭洁，剖洗。同肝、肺、水烹熟。宜葱酱。"

【熇犬】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"熇犬"："用肉，同白酒、水、香白芷、良姜、官桂、甘草、盐、酱烹熟，复浥以香油，加花椒、缩砂仁，架锅中烧干香。肝甚美。"

【煨犬】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"煨犬"："用肉烹糜烂，去骨，调鸡鸭子、花椒、葱、酱，烦匀，贮瓮中，泥涂其口，焚砻穀糠火煨终一日夜，俟冷，击瓮开取之。"

【鹿炙】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鹿炙"："用肉皴二三寸长微薄轩，以地椒、花椒、茴萝、盐少腌，置铁床上，傅炼火中炙，再浥汁，再炙之。俟透彻为度。"

【鹿脯】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"鹿脯"："一取肉片切轩，以花椒酱烦揉之，甑蒸熟，复入炼火焙燥。一切轩，用盐、川椒、地椒、茴萝、酒烦揉透，停一日，以油沃，日暴为脯，用烹。一同熟羊羓后一制。凡煮惟七八分熟，宜慢火，过则干燥无味。野兽仿此。"

【炙兔】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"炙兔"："拭洁，少盐腌过，遍揉香熟油、花椒、葱、架锅中，纸封，炙熟。少以醋浇热锅中，生焦烟触黄香。宜蒜醋。"

【油炒兔】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"油炒兔"："同羊。"参见"油炒羊"。

【蒸玉面貍】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"蒸玉面貍"："银锡沙锣中先铺白糯米，以花椒、葱、盐、酒沃貍身，置于上蒸熟。宜蜜。火宜溲小麦面苴之蒸。"

【蒸黄鼠】 古代菜肴。黄鼠，一名塔剌不花，又名土拨鼠。明宋诩《宋氏养生部》"蒸黄鼠"："鲜同兔、玉面貍，宜酒醅同葱、花椒、糟，蒸。火宜溲小麦面苴之蒸。"

【烹虎肉】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烹虎肉"："鲜宜土中瘗一宿，盐腌一日，冷水烹，稍熟，易水，

加花椒、葱，复烹之。”

【香脯】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“香脯”：“用牛、猪肉微烹，冷切片轩，纷花椒、莳萝、地椒、大茴香、红曲、酱、熟油遍揉之。炼火上烘绝燥。”

【糟肉】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“糟肉”：“熟牛、羊、猪肉、牛犍……干之，每生酒醅一斤，腊糟四两、熟油四两、盐三两，以绢蒙，糟。猪、羊头蹄同烂烹，去骨，于洁布内取意布苴，重石压经宿，糟之，即如熊掌。凡肉须臾欲用者，取糟苴之，蒸片时。”

【焖(měi每)肉】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“焖肉”：“同猪冻肉。不宜桔皮。猪熟者和宜鸡鸭卵。羊熟者宜芼菜。”

【肉生】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“肉生”：“牛、羊、猪、鹿皴甚薄牒，或报切甚细脍，和以草果、蒜，酒浇。惟南粤人用多。蜀人则微焊之。”

【炙驴肠】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“炙驴肠”：“熘汁煮熟，复沃香油，炙干。宜蒜醋。”

【烹羊肺】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹羊肺”：“水烹熟，胡椒、甘草、酱、醋、葱调和。”

【烹羊肝】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹羊肝”：“肝水烹熟，宜酱。水和蜜烹食，能明目。”

【烹猪肺】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹猪肺”：“水煮熟，细切。宜入香油、少水、胡椒、酱，和糁调和。”

【烹猪肚】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹猪肚”：“水煮熟。肚以瓦器覆于锅底，或置于器上烹，皆易烂。”

【瓤肚】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“瓤肚”：“肚用肉醢料实之，缚两端，揉长，烹烂，冷切。有熟切。片皴两合夹肉醢料，调绿豆粉封口，蒸。”

【瓤大肠】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“瓤大肠”：“大肠实肉醢料，缚两端，水烹。”

【炒肝肠】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“炒肝肠”：“白肠纶丝缚两端，用酒醋烹烂，段切，入熬油中；后以肝片切，微炒。花椒、盐调和，酒浇之即起。芝麻花同白肠烹，易烂。”

【炙肝】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“炙肝”：“肝水烹，以花椒、盐、酒浥之，炙香。”

【煠肾】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“煠肾”：“肾外白皴(之善切)膜内白筋皆脱之(礼曰：除去筋膜也)，薄皴牒，水洗，烦血水尽，盐酒浥，笊篱盛，沸汤中急炒煠，色微改白，合酱辣汁浇，芥辣浇，筋蒜和。肾脱之块切，花椒、葱、盐浥，入热油中速炒，酱油、酒浇即起。”

【烹鹅】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹鹅”：“水烹作沸汤时，宜提动，灌汤于腹，易熟烂。宜葱油酱，宜花椒油，宜用其汁，同胡椒、花椒、葱白、酱油调和滷之。葱油酱：取油熬熟，入以长葱，调醋、酱水、缩砂仁、花椒，沸杓入器中，先屑葱白，乃注入之。”

【油爆鹅】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“油爆鹅”：“一用熟肉切脔，以盐、酒烦揉，加花椒、葱，投少香油中爆干香。一烦揉以赤砂糖、盐、花椒，投油中爆之。”

【烧鹅】 古代菜肴。即烤鹅。明宋诩《宋氏养生部》“烧鹅”：“一用全体，遍掇盐、酒、缩砂仁、花椒、葱，架锅中烧之。稍熟，以香油渐浇，复烧黄香。一涂酱、葱、椒，浇油烧。一涂之以蜜，烧。烹熟者同制。宜蒜、醋、盐水。”

【盐炒鹅】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“盐炒鹅”：“用剖为轩，入锅炒肉色改白，同少酒水烹熟，以盐、生蒜头、葱头、花椒调和。和物宜慈菰(芼熟，去衣顶入)、山药(芼熟入)、水母(涤去矾入)、明脯须(先烹入)。”

【油炒鹅】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“油炒鹅”：“剖切为轩，先熬油，入之，少酒水烹熟，以盐、缩砂仁末、花椒、葱白调和，炒汁竭。宜广蓈(洗)、石耳(洗)，俱用其余汁，炒香入。”

【酒烹鹅】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“酒烹鹅”：“剖为轩，先炒色改白，同水、甘草烹熟，宽注以酒，加盐、醋、花椒、葱白调和。和物宜生竹笋(同入烹)、生茭白(肉熟入之即起)、芦笋(生入)、蒲蒻(生入)，全体亦宜。”

【熟鹅鲊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“熟鹅鲊”：“用熟肉切为脍，沃熟油、地椒、花椒、莳萝末、藕丝、熟竹笋丝、生茭白丝，炒熟芝麻、盐、醋。”

【生鹅鲊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“生鹅鲊”：“用绝肥者，去骨，方切小脔，每五斤，盐三两、酒一大盏，淹一宿，去水，纷地椒、花椒、莳萝、红曲屑、葱白、生姜、酒、酱少许，和入罐中，按实，箬幂泥封，四十日后开用。留经岁不败。”

【鹅醢】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“鹅醢”：“取熟头尾、翅、足、筋、肤，斫绝细，和酱，纷胡椒、花椒、缩砂仁用。”

【烹鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹鸡”：“水烹熟，乘热以盐遍掇之。宜蒸熟。花椒、盐醋、花椒油、蒜醋、糟油。”

【烧鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烧鸡”：“用熟者，以盐、酒、花椒末、葱白屑遍掇。架锅中，以香油浇上，烧黄香。生者同制。”

【油煎鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“油煎鸡”：“一用鸡全体，揉之以盐、酒、花椒、葱屑，停一时，置宽热油中煎熟。一用鸡全体，先在热油中爝黄色，以酒、醋、水、盐、花椒慢烹，汁竭为度。”

【油爆鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》：“一用熟肉细切为脍，同酱瓜、姜丝、栗、茭白、竹笋丝、熟油中爆之，加花椒、葱起。一用生肉细切为脍，盐、酒、醋浥少时，作沸汤焊，同前料，入油炒。”

【蒜烧鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“蒜烧

鸡”：“取善鸡拭洁，剖肋间，去脏，其肝、肺细切醢，同击碎蒜褽、盐酒和之，入腹中，缄其割处，宽酒水中烹熟。手析杂以内腹用。”

【酒烹鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“酒烹鸡”：“取鸡，斫为轩，热锅中先炒色改，宽水、白酒、甘草烹熟。以盐、醋、花椒调和。冬月多用醋。待冷贮瓮中。密封能致远，数月不败。全体烹熟调和亦宜。鸡轩先以醋烦揉，入锅熟亦色白。和物宜地栗（生戳去皮。戳音佥）、鲜竹笋同烹。生菱肉、瓠干、生藕、茭白（鸡熟入）、白鲞（同烹）、河豚干（同烹）。”

【辣炒鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“辣炒鸡”：“用鸡，斫为轩，投热锅中，炒改色，水烹熟。以酱、胡椒、花椒、葱白调和，全体烹熟调和亦宜。和物宜熟栗、熟菱、蒸窝（温水洗）、麻姑（温水洗）、鸡棕（温水洗）、天花菜（温水洗）、羊肚菜（温水洗）、海丝菜（亦曰龙须，冷水洗，不入锅）、生蕈（少焯，冷水洗）、石耳（温水洗）、蒟蒻、芦笋、蒲蒻、竹笋干（淡者同石灰少许芼之易烂，先芼碱者，水洗）、黄瓜（削去皮瓤）、胡萝卜（块切，先芼）水母、明脯须。”

【熏鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“熏鸡”：“用鸡背刳之，烹微熟，少盐烦揉之，盛于铁床，覆以箬盖，置焚谷砻糠煙上熏燥。有先以油煎熏。”

【烘鸡】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烘鸡”：“刳鸡背，微烹，用酒、姜汁、盐、花椒、葱浥之，置炼火上烘，且浥且烘，以熟燥为度。”

【蒸鹅】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“蒸鹅”：“用全体，以碗仰锅中蒸之。锅中入水半碗，纸封锅口，慢炀火，俟熟。宜五辛醋。一同蒸猪。”

【糟熊掌】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“糟熊掌”：“用石灰汤拭洁，以帛苴而烹之。宜糟。其掌入烹猪鹅汁中，转捞数迴，絮羹珍美……。”

【驼峰驼蹄】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“驼峰驼蹄”：“鲜腌一宿，汤下一二沸，慢火养。肉宜火（宜做火肉）。野驼同。”

【烹水獭】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹水獭”：“宜胡椒，用椒、葱白、酱烹。”

【烹狼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹狼”：“同水獭。”参见“烹水獭。”

【烹狐】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹狐”：“同狼。”参见“烹水獭”。

【烹野猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹野猪”：“鲜宜烹。火，脯同鹿。”

【炙黄羊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“炙黄羊”：“鲜宜炙、火，余同鹿、兔。”

【烹獐】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹獐”：“鲜宜烹、炙、火，余同鹿、兔。”

【炙麂】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“炙麂”：“同兔炙、腌，余同鹿。”

【油煎马交鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“马交鱼”：“宜油煎。宜糟。宜日暴。”

【八带鱼羹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“八带鱼”：“宜为羹。”。

【蒸鰍鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“鰍鱼”：“同鲋鱼。宜蒸……。”

【油煎鲰（zī资）鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“鲰鱼”：“治肝堪用。宜油煎。宜日暴。宜酒烹。宜为羹。宜糟。”

【油煎鲈鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“鲈鱼”：“宜油煎。宜日暴。宜糟。”

【烹野鸡、野鸭、野鹅】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹野鸡、野鸭、野鹅”：“一皆切为轩，盐、酒浥片时，投熬油中炒香，同少水烹熟。新蒜、胡荽、花椒、葱调和。宜鲜山药。一用全体，从盐微腌，水烹微熟，腹实花椒、葱，沃酒烧熟。取油或醋滴入锅中，发焦烟触之，色黄味香为度。宜蒜醋。”

【熟鸡鲊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“熟鸡鲊”：“同鹅。又宜和黄瓜、生瓜，去皮瓤，条茹。宜芥辣。”

【猪豉】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“猪豉”：“先用白芷、官桂、鲜紫苏叶同水煎汁，次投以肥猪肉，去肌骨，方切小脔，烹熟，又次投以释大黄豆，烹熟，加酱、缩砂仁坋调和，取起沥之，一日暴使燥。有用豆先炒熟，方下。肉豉仿此。”

【烹大肠】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹大肠”：“肚、犬肠（《礼》曰腴）水烹烂。用茶叶同烹不秽气。宜花椒盐。”

【烹猪】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹猪”：“宜首宜蹄，烹糜烂，去骨，以布苴压糕。冷宜酱、盐，热肉宜花椒油、花椒盐、蒜醋、蒜水。凡烹时，其汁中冬月加盐少许及白酒，夏月别加白矾少许。须日挹去其油并滓，而用其清。再续以水，是谓原汁，愈久愈美，烹肉益佳。”

【酒蚶】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“酒蚶”：“涤洁入瓮，调生酒浆、熟油，炒盐、川椒、葱白渍之。”

【烹蛤蜊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“烹蛤蜊”：“宜烹，方张口，内熟油、酱、花椒烧。”

【清烹车螯】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“清烹车螯”：“先养释米水中，一二日，令吐尽沙泥，作沸汤，调白酒、川椒、葱白投下，旋动不停手，方张口即取起，剥肉鲜嫩而满。”

【车螯鲊】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“车螯鲊”：“投沸汤中，调旋张口，取以剥肉，用原汁濯去泥沙，沸去水，以熟油盐醋、碾炒熟芝麻和之。”

【蛏羹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“蛏羹”：“作沸汤，投之，滴香油数点，肉自脱下。宜和猪肉醢料为汤饼馅。宜入羹。宜酒渍，同蚶。宜酱油渍。宜为鲊，同蛤蜊。”

【淡菜羹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"淡菜羹":"涤洁,作沸汤,微灼。剖其肉,除边锁及毛,调和胡椒,用椒、葱、酱油、醋为汁用之。干者宜入羹。"

【辣烹将军帽】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"将军帽":"鲜宜辣烹。腌宜醋。糟宜醋。"

【烹江蝗柱】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"江蝗柱":"江蝗柱,即马甲柱。郭景纯赋:海月如镜。其柱如搔头大。一名江珧柱。二制:一、取生肉酒涤洁,细丝如箸头大,沸热酒烹食之。一、细作缕,生和胡椒、醋、盐、赤砂糖,冷食之……。"

【糟泥螺】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"泥螺":"泥螺又名土铁。鲜宜醋。腌者复糟。宜醋。"

【烹蚌】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"烹蚌":"预以释米水养之,吐出泥沙,生姜,油,酱、胡椒烹。"

【烹螺蛳】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"螺蛳":"养释米水中,吐泥沙。螺蛳烹取肉,辣烹用糁,宜盐水烹。取肉用胡椒、醋。"

【烹黄蚬】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"黄蚬":"预养释米水中,去土气,取水烹。宜油盐、酒、花椒,葱头调和。"

【烹海蛳】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"海蛳":"盐水烹熟。宜醋。"

【香脔】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"香脔":"用白莱菔、胡莱菔、豆腐,面酱、瓜姜、桔皮少许,细切条茹,熬油炒熟,入川椒取起。"

【酸脔】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"酸脔":"一用老白菜在半沸汤中微茸,入瓮,以菜汤同少醋浇菜上,重压垫之,用切茹。宜和炒熟芝麻、芫荽、生姜、芹菜、鲜竹笋,皆可为之。一用菜细切茹,并白葫萝卜条,半汤中同茸,浸压。凡微茸用筐筲盛入汤。后多仿此。"

【五味瓜脔】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"五味瓜脔":"用椰瓜方切小茹,少盐腌一宿,日晒微干,熬熟油、加赤砂糖、醋、鲜紫苏叶丝、生姜丝,入热锅中和匀,瓷罐收。"

【杂和脔】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"杂和脔":"用茭白、竹笋、藕、生姜、菠菱菜、青菜、胡莱菔、瓜、豆腐、面筋、绿豆粉片,随时细切条茹,未熟者先茸,以香油、酱油、醋、花椒,入锅熬熟和之。"

【菜豆脔】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"菜豆脔":"取绿豆芽,择洁,同菜茎条茹,作沸汤微茸。以甘草煎汤,入少醋,俟寒,浸没之。"

【冷脔】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"冷脔":"用菜心百斤,盐二斤腌五七日,以生姜碎切,同油、酱、醋熬熟和之,叠入小瓮中收藏。"

【笋脔】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"笋脔":"用竹笋椰肥者寸切茹,又剖切小片茹,沸汤微茸,沥干,用熟油炒盐、生姜丝、桔皮丝、莳萝、地椒末,醋和匀,入瓷器一宿,味透。"

【葱芽脔】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"葱芽脔":"取葱置阴室中,从根畔迸出嫩芽中摘取寸截,盛于瓯缽中,以小器覆之,令可透水。将沸汤从小器上浇落,急漉起,以肥肉汁、醋、酱、胡椒浇之。"

【萝卜卷】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"萝卜卷":"用肥白萝卜薄切片茹,日晒微干,每片置川椒二粒。新紫苏叶丝、乳线丝、鲜姜丝,多寡量之,卷实。裁竹针。贯五卷为一处,熬酱油醋,浸二日熟。"

【八宝脔】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"八宝脔":"用面筋、熟笋干、木耳、豆腐、面乳线、酱姜、酱瓜、栗细切条茹,油炒,入花椒起。"

【菜白头】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"菜白头":"先熬香油,入酱、醋、花椒、姜、葱再熬,入菜少茸,即漉起,用器覆之。俟味足用。唯夏菁菜,芥蓝菜为宜……。"

【豆腐皮卷】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"豆腐皮卷":"用豆腐皮洗润,切为二寸阔长片。每片置川椒三粒,生姜丝、乳线丝、腌肉丝、莴苣笋丝、蔓菁根丝、胡桃仁(退皮,碎切)实卷之。裁竹针贯二三卷为一处,以酱油炙香。"

【油酱炒天花】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"油酱炒天花":"天花菜,先熬油熟,加水同入茸之,用酱醋。有先熬油。加酱、醋水再熬,始入之。皆以葱白、胡椒、花椒、松仁油或杏仁油少许调和俱可。和诸鲜菜,视所宜。"

【醋浸鲜竹笋】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"醋浸鲜竹笋":"微茸,生者切绝细缕。即酸笋。本出闽粤。"

【油煎豆腐面】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"油煎豆腐面":"先煎洗蜜、赤砂糖、熟芝麻、豆腐,先以大块水煮,再切片油煎。"

【糖醋菜苔】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》:"采去叶微腌,晒干细切茹,入瓮,以沸醋熬赤砂糖,坋莳萝、川椒和。俟寒,浸之。"

【糖醋白萝卜】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"糖醋白萝卜":"用肥大者,薄切片,微腌晒柔,卷如姜丝,鲜紫苏叶丝,熬赤砂饧醋浸之。"

【煮琼(qióng穷)枝】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"煮琼枝":"琼枝洗甚洁,用水煮,调化膨,退皮胡桃,或赤砂糖和内,盛盆器,冷定,切用。又名石花菜。"

【蒸蓴】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"蒸蓴":"用灰浥半日,洗去滑,和以盐、赤砂糖、醋,蒸过熟。"

【熏豆腐】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"熏豆腐":"乘热点入箱,压一日,以刀界开,焚砻穀糠烟熏,煎盐汤,寒,取鹅翎浥扫之,熏绝干燥,悬当风处。"

【熏竹笋】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"熏竹笋":"去箨,盐汤茸熟,樊砻穀糠烟熏之。"

【日月肠】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》"日月肠":"刲羊血,不入水,置葱数茎,顿暖处,自鎔为水。以

水调鸡卵黄，灌入羊肠，烹熟为日肠；以水调和鸡卵白灌入羊肠，烹为月肠。宜入羹。”

【胜鲟鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“胜鲟鱼”：“用大鱼薄切阔牒，以猪肥精肉杂乳饼，机上斫细醢，和胡桃、松仁（纫切）、胡椒、酱苴之，水调绿豆粉粘，蒸之。入羹。”

【一捻珍】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“一捻珍”：“用猪肥精肉杂鳜鱼、鳢鱼，俱皴为牒，机上报斫细为醢，以生栗丝、风菱丝、藕丝、麻姑丝、胡桃仁（细切）、胡椒、花椒、酱调和，手捻为一指形，蒸之。入羹。”

【隽永脔】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“隽永脔”：“乳饼、鳜鱼肉、熟蟹肉、熟猪蹄筋，俱作细醢。鸡子同胡椒、花椒、酱调和为片，蒸熟。方切脔。入羹。”

【水陆珍】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》：“黄甲蒸取肉，大银鱼、鸡脯肉、田鸡腿肉、白虾肉斫细醢。鸡鸭子白、花椒坋盐和一处，浥白酒，为丸饼，蒸熟。入羹。”

【油炒同蒿】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“油炒同蒿”：“同蒿用油熬熟入之，加少水芼熟。以少盐、川椒、葱头，或醋调和。”

【鲢鱼羹】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“鲢鱼羹”：“即鳙。谚云：买鱼得鳙，不如啖茹。今惟腹腴则为美。俱治作之，去鳃涤洁，宜辣烹。为羹。酒烹。油煎。煎馓。糟。熏。火。日暴。窖干。”

【酱烧鲤鱼】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》“酱烧鲤鱼”：“治，不去鳞，涤洁，掇以熟油、酱、缩砂仁、花椒，腹中实以花椒葱。锅内置新瓦砾藉用，再以油浇落，烧之熟，掺以葱白屑，起。宜蒜醋。”

【假韭】 古代菜肴。为晋代假韭的遗制。明宋诩《宋氏养生部》：“大麦，白菜采洁，以潭笋丝、胡荽头，水中同甘草芼熟，盐醋调和，冷用。即石崇家之假韭也。崇家有韭根汁，加酱油煮鸡、鹅、猪诸汁皆宜。”

【清蒸肉】 古代菜肴。明高濂《饮馔服食笺》“清蒸肉”：“用好猪肉煮一滚，取净方块，水漂过，刮净，将皮用刀界碎。将大小茴香、花椒、草果、官桂用稀布包作一包，放溢锣内，上压肉块。先将鸡、鹅清过好汁调和滋味浇在肉上，仍盖大葱、腌菜、蒜，入汤锅内盖住蒸之。食时，去葱、蒜、菜并包料食之。”

【炒羊肚儿】 古代菜肴。明高濂《饮馔服食笺》“炒羊肚儿”：“将羊肚洗净，细切条子，一边大滚汤锅，一边热熬油锅。先将肚子入汤锅笊篱一焯就将粗布纽干汤气，就火急落油锅内炒。将熟，加葱花、蒜片、花椒、茴香、酱油、酒、醋调匀，一烹即起。香脆可食。如迟慢，即韧如皮条难吃。”

【炒腰子】 古代菜肴。明高濂《饮馔服食笺》“炒腰子”：“将猪腰子切开，踢去白膜、筋丝，背面刀界花儿，落滚水微焯燂起，入油锅一炒，加小料、葱花、芫荽、蒜片、椒、姜、酱汁、酒、醋一烹即起。”

【糖炙肉并烘肉巴】 古代菜肴。明高濂《饮馔服食笺》“糖炙肉并烘肉巴”：“猪肉去皮骨，切作二寸大片，将砂糖少许去气息，酱、大小茴香、花椒拌肉。见日一晾，即收。将香油熬熟，下肉，盖定。勿烧火。以酥为度。肉巴用精嫩切条片，盐少腌之。后用椒料拌肉，见日一晾，炭火铁床上炙之食。”

【茉莉叶烧豆腐】 古代菜肴。明高濂《饮馔服食笺》“茉莉叶”：“茉莉花嫩叶采洗净，同豆腐燂食。绝品。”

【拌莼菜】 古代菜肴。明高濂《饮馔服食笺》“莼菜”：“四月采之，滚水一焯，落水漂用。以姜、醋食之亦可，作肉羹亦可。”

【拌水芹】 古代菜肴。明高濂《饮馔服食笺》“水芹菜”：“春月采取，滚水焯过，姜、醋、麻油拌食，香甚……。”

【拌黄香萱】 古代菜肴。明高濂《饮馔服食笺》“黄香萱”：“夏时采花，洗净，用汤焯，拌料可食。……”

【拌苍耳叶】 古代菜肴。明高濂《饮馔服食笺》“苍耳菜”：“采嫩叶洗、焯，以姜、盐、苦酒拌食。去风湿……。”

【三事】 古代菜肴。《明宫史·火集》：“先帝（明神宗朱翊钧）最喜用炙蛤蜊、炒鲜虾、田鸡腿及笋鸡脯。又海参、鳆鱼、鲨鱼筋、肥鸡、猪蹄筋共烩一处，名曰‘三事’，恒喜用焉。”

【鸡子线】 古代菜肴。明刘基《多能鄙事》“鸡子线”：“薄酒锅中煮沸了。以鸡子开窍，入盐，用筋搅匀，旋倾，令如线。以酒供之。”

【捶脯】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“捶脯”：“新宰圈猪带热精肉一斤，切作四五块，炒盐半两，擫入肉中，直待筋不收，日晒半干。量用好酒和水，并花椒、莳萝、桔皮，慢火煮干。碎捶。”

【火肉】 古代食品。即火腿。明韩奕《易牙遗意》：“以圈猪方杀下，只取四只精腿，乘热用盐，每一斤肉盐一两，从皮擦入肉内。令如绵软。以石压竹栅上，置缸内二十日，次第翻三五次。以稻柴灰一重间一重叠起，用稻草烟熏一日一夜，挂有烟处。初夏水中浸一日夜，净，仍前挂之。”

【水鸡干】 古代食品。水鸡，即青蛙。明韩奕《易牙遗意》“水鸡干”：“治大水鸡，汤中煮，浮即捞起，以石压之，令十分干收。”

【椒盐饼】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“椒盐饼”：“白面二斤、香油半斤、盐半两、好椒皮一两、茴香半两。三分为率。以一分纯用油、椒、盐、茴香和面为穰，更入芝麻粗屑尤好。每一饼夹穰一块，捏薄入炉。”又法：“用汤与油对半。内用糖与芝麻屑并油为穰。”

【雪花饼】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“雪花饼”：“用十分头罗雪白面，蒸熟，十分白色。凡用面一斤，猪油六两，油半斤，将猪脂切作骰子块，和少水，锅内熬烊，莫待油尽，见黄焦色，逐渐舀出，未尽，再熬再舀，如此则油白。和面为饼。底鏊盘上，略放草柴灰，上面铺

纸一层，放饼在上熯。”

【风消饼】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“风消饼”：“用糯米二升，捣极细为粉，作四分，一分作粹，一分和水作饼煮熟，和见在二分，粉一小觥、蜜半觥、正发酒醅两块，白饧同顿熔开，与粉饼擀作春饼样薄皮，破不妨，鏊盘上焙过，勿令焦。挂当风处。遇用量多少，入猪油中煠之。煠时用筋拨动。另用白糖、炒面拌和得所，生麻布擦细，糁饼上。”又一法：“只用细熟粉少许同煮，擀扯摊于筛上，晒至十分干。凡粉一斗，用芋末十二两。”

【烧饼面枣】 古代食品。一种制成枣子状的饼。明韩奕《易牙遗意》“烧饼面枣”：“取头白细面，不拘多少。用稍温水和面板硬剂，再用擀杖押倒，用手逐个做成鸡子样饼，令极光滑。以快刀中腰周迴压一豆深，锅内熬白沙炕熟，若面枣。以白土炕之，尤胜白沙。又擀饼着少蜜，更日不干。”

【芋饼】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》：“生芋妳捣碎，和糯米粉，为饼，油煎。或夹糖、豆沙在内尤妙”。

【韭饼】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“韭饼”：“带膘猪肉作燥子，油炒半熟，韭生用，切细，羊脂剁碎，花椒、砂仁、酱拌匀。擀薄饼两个，夹馅子熯之。荠菜饼同法”。

【荠菜饼】 古代食品。见明韩奕《易牙遗意》。与“韭饼”制法相同。参见“韭饼”。

【薄荷饼】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》：“头刀薄荷连枝为末，和炒面粹六两、干沙糖一斤，和匀，令味得所。入脱脱之。”

【卷煎饼】 古代食品。类似春卷。明韩奕《易牙遗意》“卷煎饼”：“饼与薄饼同。用羊肉二斤、羊脂一斤，或猪肉亦可，大概如馒头馅，须多用葱白或笋干之类，装在饼内，卷作一条，两头以面糊粘住，浮油煎，令红焦色。或只熯熟，五辣醋供。”

【麻腻饼子】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“麻腻饼子”：“肥鹅一只，煮熟，去骨，精肥各切作条子，用焯熟韭菜、生姜丝、茭白丝、焯过木耳丝、笋干丝、各排碗内，蒸热麻腻并鹅汁，热滚浇。饼似春饼，稍厚而小。每卷前味食之。”

【藏粲】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“藏粲”：“澄细糖豆沙，入薄荷少许，澄细糯米粉擀薄皮子，包豆沙，卷如筒子，蒸之。”

【水糊】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“水糊”：“澄细糯米粉带湿，以沙糖少许作馅，为弹子大，煮熟置冷水中。澄粉者，以绝好糯米淘净，浸半日，带水磨下，置布袋中，沥干。”

【松糕】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“松糕”：“陈粳米一斗、沙糖三斤。米淘极净，烘干，和糖，洒水，入臼捣碎。于内留二分米，拌捣其粗令尽。或和蜜，或纯粉，则择其黑色米。凡蒸糕须候汤沸，渐渐上粉，要使汤气直上，不可外泄，不可中沮。其布宜煸，稻草摊甑中。”

【生糖糕】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“生糖糕”：“粳米四升，糯米半升，春秋浸一二日，捣细。蒸时用糖和粉，捏作碎块，排布粉内。候熟，摊成剂，切作片。”

【燥子肉面】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“燥子肉面”：“猪肉嫩者，去筋皮外，精肥相半，切作骰子块，约量水与酒煮半熟。用胰脂研成膏，和酱，倾入，次下香椒、砂仁，调和其味得所。煮水与酒不可多，其肉先下肥，又次下葱白，切肉块不可带青叶，临起锅时调绿豆粉作糊。”

【五辣酱】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“五辣酱”：“酱一匙，醋一觥，沙糖少许，花椒、胡椒各五十粒，生姜、干姜各一分，砂盆内研烂。可作五分供之。一方：煨葱白五分，或大蒜少许。”

【煎麸】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“煎麸”：“上笼麸坯，不用石压，蒸熟。切作大片，料物、酒浆煮透，晾干。油锅内煎浮用之。”

【麸鲊】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“麸鲊”：“麸切作细条，一斤，红曲末染过。杂料物一斤，笋干、罗卜、葱白皆切丝，熟芝麻、花椒二钱，砂仁、莳萝、茴香各半钱，盐少许，熟香油三两，拌匀供之。”

【炒糊】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“炒糊”：“大黄豆淘净，炒过，勿令蕉。去壳磨末如粉细，入干沙糖拌匀。重筛过，入‘香头’少许。候糖性来，木脱如银杏者脱之。糖用白沙糖尤好。脱子用角雕者，则脱滑。”

【玛瑙团】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“玛瑙团”：“沙糖三斤半、白面二斤、胡桃仁十两，先用糖一斤半、水半盏和面炒熟，次用糖二斤，水一盏溶开，入前面在内再炒。候糖与面做得丸子，拌胡桃肉，搜匀作剂，切片。”

【荆芥糖】 古代食品。明韩奕《易牙遗意》“荆芥糖”：“荆芥连细枝梗，扎如花朵样，膏子糖一层，炒芝麻一层，焙干。”

【烹牛】 古代菜肴。明宋诩《宋氏养生部》：“烹牛，铁称锤燃红，投水中，不过三次，水热，易烂。不宜盖锅。每斤入矾硝少许于肉内烹，易糜烂。汁中入酱油醋瀹之美。谈者宜蒜酱。”

【乳线】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“乳线”：“用温油煠之。洒以蜜，或掺以白砂糖。”

【风猪肉】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“风猪肉”：“视火猪肉制。腌压之，用醋洗，又同醋压渍四五日，悬风中庋燥。仍置通风所，以五月五日水洗，虽久不败（《墨娥小录》云：瘗灶灰中）。若三伏中，视前揉压三日，每斤加盐五钱，复揉压三日，石灰冷汤洗之，浥以香油，烈日暴燥，烟熏之，置通风所。”

【腌田鸡】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“腌田鸡”：“治洁。每斤用盐一两，腌一宿，暴日中，夜晴则露之，色白，复暴燥收。”

【火猪肉】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“火猪

肉”：“冬至后杀猪，不宜吹气，乘热取其肩腿。每斤炒盐一两，先揉肤透，次揉肉透。平布器内，重石压四五日，复转压四五日。煎石灰汤，冷，取清者，洗洁。悬寒劲风中庋通燥。焚砻穀糠烟高熏黄香。

【腌犬】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“腌犬”：“同火猪肉。每一斤，盐二两。”参见“火猪肉”。

【火鸡】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“火鸡”：“同猪”。参见“火猪肉”。

【火鸭】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“火鸭”：“同猪。宜老肥者。”参见“火猪肉”。

【火鹅】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“火鹅”：“同猪。”参见“火猪肉”。

【腌兔】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“腌兔”：“同猪火肉。”参见“火猪肉”。

【火牛肉】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“火牛肉”：“轩之，为二斤、三斤。计一斤炒盐二两，揉擦匀，和腌数日。石灰泡汤，待冷，取清者洗洁，风庋之，悬烟突间。”

【火羊肉】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“火羊肉”：“用肩肘，每斤炒盐一两，揉擦深透，叠器中三五日，取石灰泡汤，俟冷，洗洁，置于寒风中庋之，悬近烟突间。”

【火鹿肉】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“火鹿肉”：“同牛。”参见“火牛肉”。

【腌豪猪】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“腌豪猪”：“宜腌，入土一宿，去腥。收近火。”

【蛎房】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“蛎房”：“《本草图经》云：海族之最可贵者，名蠔。杨诚斋诗云：怀玉深藏万壑间。烈火煽开，挑其肉，浇以川椒、醋。腌，宜醋。”

【银鱼干】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“银鱼干”：“宜酒、花椒、葱沃之，蒸。宜油炒，同韭。宜酒烹，同瓠，鲜竹笋。宜染调面油煎。宜为羹。”

【乳饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“乳饼”：“宜入烹茶；宜热白酒加葱、花椒；宜油煎，或染调面；宜醋；宜为腐入羹。”

【香豆豉】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“香豆豉”：“作新甜酱，漉出豆一斗，同淡生瓜瓠五两、淡冬瓜瓠五两，去苦皮芡杏仁五两、榛仁退皮五两、川椒三两、生姜丝四两、紫苏新叶丝半斤、盐半斤、坋茴萝三两，缩砂仁二两、红豆蔻二两、地椒一两，通幽瓮中，泥封，日易五方日色，晒四十九日用。”

【杏仁豆豉】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“杏仁豆豉”：“先用大黄豆四升，芼熟，晾去水。盐四两和之，以杏仁去皮尖二升，同生姜、桂皮、白芷、紫苏茎，碎切，裹括入水。芼去苦味，晾干，通和豆，晒燥，复囊括甑蒸透彻。俟寒，贮瓷器。”

【竹笋豆豉】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“竹笋豆豉”：“用鲜竹笋大切块，先芼熟，入盐少许，晒燥，以笋汁芼大豆至熟。入盐少许，纸藉炼火中焙，切笋为方葅，复用焙燥。”

【蒸芋魁】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“蒸芋魁入”：“水生者，片切去皮，锅中又水半杓，以盘椀覆之，上舖以芋，蒸易烂。旱生者以顶抵锅，入少水，蒸不复动，熟。复火煨干。水生者亦宜全蒸。宜白砂糖、盐。”

【酥果膏】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“酥果膏”：“用腌乳饼，加绿豆粉、白糯米粉，切碎退皮胡桃仁、揉和为丸饼，甑蒸或锅汤中煮熟。入羹。”

【绿豆粉糕】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“绿豆粉糕”：“先用水作沸汤，下熟蜜，下绿豆粉，下姜粉，调适均，滑器润酥油盛之，脱下，刀裁开。以酥油浇。”

【鸡面】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“鸡面”：“割取越鸡稚而肥者，捋洁，去内脏，并头足，和肤肉骨髓捣糜烂，以绢囊盛，作沸汤入濯膏腴，匀面中，用饼轴开薄转折，细切为缕。又作沸汤煮熟，复投冷水中漉出，从意浇之，以酱，以芥辣，或合汤以瀹之。凡面中用饼，用绿豆粉”

【荞饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“荞饼”：“用荞麦水渍柔，和水轻磨，去壳囊，洗滓尽，以所垫面调小麦面少许，浇薄饼。”可卷馅食用。

【莱菔面】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“莱菔面”：“白莱菔切片，水中煮熟，漉起。每斤洒以铅粉一钱，复煮糜烂，捣和面中，轴薄，摺切之如缕。每一斤对面一斤。余同前制（《本草》云：研如泥，制面，作餺飥佳）。”

【鸡子面】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“鸡子面”：“取鸡子，同水调混黄、白，和面，轴开薄用，摺而切如细缕。余同前制。”

【豆面】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“豆面”：“一黄豆磨细面，匀于小麦面中。凡麦面一斗，豆面二斗，取清水沸汤相拌和之，轴开薄，摺，切为缕。余同前制。一以豆腐揉入。一煮黑豆取浓汁和入，曰‘紫不托’（以小麦七升、小豌豆一升同磨为面，甚洁）。”

【搋面】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“搋面”：“用少盐入水和面一斤为率，既匀，沃香油少许。夏月以油单纸微覆一时，冬月则覆一宿余，分切如巨擘，渐以两手搋长，缠络于直指，将指、无名指之间，为细条。先作沸汤随搋随煮，视其熟而浮者，先取之。”

【玲珑面】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“玲珑面”：“取羊冷脂肪细切，匀于面内，冷水和剂，轴开薄，切阔条，内汤中，加酱、醋、花椒、葱白、酸酨调和。一取鲜乳饼，切细匀之。”

【汤角】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“汤角”：“用沸汤和面，生面为饼，匀为小剂，内馅，以缘缄密，置甑中蒸。常洒以水侧柔。或汤煮瀹之。馅同馄饨制。亦宜熟油和盐面为馅。”

【蒸卷】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"蒸卷":"一用酵和面,轴开薄,同花椒盐于面卷之,分切小段。俟肥,蒸。一以酵和赤砂糖或蜜匀面为卷,蒸。一用酵和面,卷甜肥枣子蒸。"

【油烙卷】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"油烙卷":"一浇薄饼或春饼,将前料物卷摺粘之,少油内烙。一用盐、蜜、生熟水和面,擀薄饼,油中烙,涂以蜜糖卷食。一用鲜乳饼揉面中,和盐、生熟水,擀薄饼,油中烙,涂以蜜糖。散以切细去皮胡桃、榛松仁卷。合酥揉面中亦宜。"

【春饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"春饼":"用汤和面,加干面,揉小剂,擀甚薄饼,鏊盘上急翻熟。盐水匀洒湿新布覆之,卷同薄饼。"

【蒸饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"蒸饼":"用酵和面,擀为圆薄饼,少润以油,叠数层。俟配肥,蒸熟,层揭之,卷同薄饼,以八宝等馅,加肉条脍尤美。"

【薄饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"薄饼":"一用面渐入水,旋调稠韧,热锅少滑以油,浇面为薄饼,用熟腌肥猪肉、肥鸡鸭肉切条脍,及青蒜、白萝卜、胡萝卜、胡荽、酱瓜荽、茄、瓠切条葅同卷之。一用生熟水和面条擀开薄,煠熟。即以冷水淋过卷之。有以殽蔌同用。凡用生熟水,七分沸汤;三分冷水。"

【新韭饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"新韭饼":"用生熟水和面,擀开薄。取猪肉先炒,细切醢,新韭细切葅,拚花椒、胡椒屑、葱白、酱,匀和入内锁之,再擀饼,热锅中煠熟。"

【脂肪饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"脂肪饼":"一用生熟水和面擀开,取猪脂肪细切,盐少许,和纳锁为小剂,再擀成薄饼,热锅煠之。一以脂肪、盐同生熟水并揉厚饼,切块煠之。一细切脂肪干面为馅,将生熟水和面锁缘为饼煠之。后二制以鸡鹅膏猪脂肪熬化亦佳。"

【千层饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"千层饼":"用生熟水和面,擀开薄。或布鸡鹅膏,或布细切猪脂肪,同花椒盐少许,厚掺干面卷之,直捩数转,按平擀饼。一用直捩数转,复以生熟水和面,为外皮,括于内擀薄饼。俱热锅煠熟。"

【薄焦饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"薄焦饼":"用水和面,加生芝麻于肉,揉小剂,擀甚薄饼。热锅掏燥熟。有和以花椒、盐、熟油、赤砂糖,掏去皮胡桃仁,皆宜。"

【回回煎饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"回回煎饼":"用面和酵,俟肥,再加酵调成稠浆,杓入铁炉内炼,炼火慢烘熟,切条段,乘热以酥蜜,或松仁油、杏仁油染之。"

【酥皮角儿】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"酥皮角儿":"用面,以油、水、少盐和为小剂,擀开纳前馄饨腥馅、素馅或熟油盐调干面而缄其缘,油煎之。"

【蜜透角儿】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"蜜透角儿":"用面以生熟水和擀小剂,内去皮胡桃、榛松仁,或糖蜜豆沙,缄其缘,油煎,乘热以蜜染透。"

【煠饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"煠饼":"一用酵和面,加油盐为饼,先煠,再以小石在锅炒热藏饼于中焖熟。一以白酒同水和面为饼,热锅煠熟。一用煮鹅、鸡汁和面为饼,煠熟。俱可括馅,或馄饨腥馅入素馅,或糖面、熟油、盐面。"

【糖酥饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"糖酥饼":"凡面一斤炒香熟。有以棉纸藉甑底,蒸熟。和白砂糖三两,熬熟油少水匀面,或加松仁油、杏仁油少许。燥湿相停,范小饼,置拖炉上爆至糖熔。"

【蜜酥饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"蜜酥饼":"一用棉纸藉甑底,蒸面熟,和以蜜酥为皮,缄退皮胡桃仁、熟栗肉去皮,枣肉细切,同蜜为馅,置鏊盘上烘。一用熟香油酥、白砂糖、熟蜜各四两、酵面四两、白面二斤、坋缩砂仁、施椒各五钱,和范为饼,入鏊盘慢火烘。一用油熬熟,先入蜜或赤砂糖调,又入面慢火调韧,加松仁擀厚饼切用。即回回食。"

【酥油饼】 古代食品。酥油饼,即髓饼。明宋诩《宋氏养生部》"酥油饼":"用面五斤为则,芝麻油或菜油一斤,或加松仁油或杏仁油少许,同水和面为外皮,纳油和面为馅,以手揉摺二三转。又纳蜜和面或糖和面为馅,锁之,擀饼,置拖炉上熟。"

【蜜和饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"蜜和饼":"用面炒香熟,罗细,乘热和蜜及少汤,同碾去皮胡桃、榛松仁,范为饼。"

【香露饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"香露饼":"一用面一斤为率,以棉纸藉甑底以蒸过,取油水蜜相停调匀,擀薄饼,取绿豆粉为饽,细攒摺儿,将捶碎圆,置滚油内煎起,润蜜碾松仁于上。一用水小粉再湛洁二斤,同白砂糖、熟蜜各四两,入锅慢火调煎至浓,加香熟油四两,再调煎极稠,碾去皮胡桃松仁和之,为厚饼,冷定,切小块,掺以糖香少许,即回回曰哈哩哇。"

【一捻酥】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"一捻酥":"同酥油饼。油水和面擀小剂,又以油和面,同盐、花椒末为馅,锁之,手范为一指形,置拖炉上熟。"

【透糖】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"透糖":"一用香油、水、赤砂糖和面,切小条块,置热油中煎熟,入糖炒面中粘之于上者。一用锅中熬热油,调赤砂糖面粘之者。一为丸,入油煎熟,染以赤砂糖,粘以熟芝麻曰'欢喜团'者。"

【欢喜团】 见"透糖"。

【香花】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"香花":"用面蒸熟或炒,每一斤坋薄荷叶三两、白砂糖三两,熟水调蜜和之,范为饼。"

【松花】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》"松花":"同香花制。坋熟砂仁一两,薄荷叶一两,外掺糖香少

许。”

【糖花】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“糖花”：“用拖炉糖饼，复碾为粗末，熬赤砂糖和之，掺以糖香、薄荷坋范为饼。”

【芝麻叶】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“芝麻叶”：“用面同生芝麻水和，擀开，薄切小条子，中通一道，屈其头，于内而伸之，投热油内煎燥。”

【猪茸】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“猪茸”：“用水和面，擀开薄切为之缘，以两缘捻之，入热油中煎燥，润以赤砂糖，掺以熟芝麻及少薄荷坋，或炒糖面。”

【巧花儿】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“巧花儿”：“用蜜油水或糖油水和面，手范为杂花形，置沸油中煎燥。”

【水磨丸】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“水磨丸”：“取精御糯米湛洁之，水渍之。同水磨细，以绢囊取其渣滓，复以囊括其绝细粔(音莘)，沥微干，缄为丸。馅用白砂糖、去皮胡桃仁，或蜜糖豆沙。投沸汤中熟。”

【小裹金丸】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“小裹金丸”：“淅白糯米，碓取重筛绝细粉，水发之为丸。一取干豆沙，以糖蜜先发为小颗。或白糖小颗，将干粉渐加水发，积染于外，为小丸。一以板刻糟，用汤溲粉嵌于中。复缄豆沙于内。刀背切开，小规为小丸，水煮。”

【团】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“团”：“白糯米湛洁，晾干，磨绝细，汤溲之。内馅，括其缘为团，入汤煮浮熟。或蒸熟，馅同面食制馄饨腥素，或赤砂糖。元旦，上寿、喜庆之宴，则书吉语裁竹木小签置于中，以为利市。”

【米糕】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“米糕”：“一用精御杭米一斗，有杂糯米一升，湛洁渍肥，沥干重磨，筛绝细粉。或碓，复暴之，加白砂糖或蜜，或赤砂糖。又，磨筛又筛，濯湿布箪笼底，再轻筛于笼中。纸藉，炼火上炙燥，藏可经岁。每米一斗糖宜四斤，蜜二斤。有和切猪脂肪，不宜炙。一用糖溲粉，杂退皮松仁、胡桃仁、熟栗肉、枣肉、熟赤豆，同渐轻布甑中蒸熟。衣以湿布，手揉实为垛者。一用叠颜色而压，而为花形，再衣湿布揉者。一有底粉揉实而面积糖蜜豆沙者，今皆名之曰糕。揉者宜油煎。”

【乳粉饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“乳粉饼”：“凡白糯米细粉八合，白杭米细粉二合，揉匀，鲜牛乳饼半斤，为小饼，内锁以白砂糖，去皮胡桃、榛、松仁，或蒸或煮之。”

【油虚茧】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“油虚茧”：“用白糯米细粉汤溲之，锁熬熟猪脂、白砂糖为茧，复入猪脂中煎燥为度。”

【米粽】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“米粽”：“用精凿糁米湛洁之，候微干，摘芦叶煮熟，卷。米中藏蜜糖豆沙，或猪肉醢料，或肥枣，或去皮胡桃、榛、松仁、白砂糖，又转摺成角。必紧束坚实，入锅煮熟。宜蜜，宜糖。茭叶同制。”

【米餈】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“米餈”：“一用白杭稻米相半，汤中煮少熟，取起别入锅，以钵器密覆，煮一时，就于锅中旋调，调韧取起。加研碎炒熟芝麻，同盐少许，掺之，擀开界之。一用白糯米煮饭，臼中捣烂。干则少洒以水。擀开，方切以片，粘则润以熟油，暴之使燥。复切，入锅炒，加糖或盐。”

【风消糖】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“风消糖”：“白糯米五升为率，磨细粉。先取多半，杂糖水或饧，溲为厚饼。每饼中通一穴，入豆箕灰淋水中煮过熟，漉起。后以少半生粉渐揉和，带稍坚，擀薄小饼，暴之使燥，置沸油内，以箸挟其缘。聚而取之。用糖炒面掺。”

【芙蓉叶】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“芙蓉叶”：“用白糯米磨细粉，蜜和薄酒溲粉，蒸熟。以生粉为饼，擀薄片，摺切，范芙蓉叶状。暴燥。置沸油内煎熟。掺以砂糖、面糖香少许。”

【玉茭白】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“玉茭白”：“用白糯米粉一升，干山药坋半升。芋魁劖去皮，捣糜烂，和水滤去汁，溲二物，揉实，长若茭白状，暴燥。取香油一斤、蜜一斤，同煎肥。复以蜜染，取炒熟芝麻衣之。”

【莲荺(dì第)糕】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“莲荺糕”：“干莲荺去薏，细切，暴燥，磨末，同山药餈制。”

【芡糕】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“芡糕”：“干芡揉去壳，磨细末，同山药糕制。其末范饼，别用蒸熟。”

【糖面饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“糖面饼”：“用面取燃炭灰淋热鹼水，同赤砂糖和为小剂，缄以糖面馅，范为天花饼，置拖炉上熟。一缄油面馅，擀薄，染以熟芝麻，置拖炉上熟，为薄脆。一为饼置拖炉上，熟糖润之，厚积糖炒面、薄荷末、糖香为堆沙，以熟糖饼磨屑，积之味淡。”

【炒米糕】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“炒米糕”：“用白糯米炊饭，湛精，暴燥，于沙中炒虚圆，杂炒芝麻，以赤砂糖加饧，置热锅中溲匀，取起，揉实，俟冷，切为片。或乘热手规之，为欢喜团。煎苏木水染饭，暴燥为红米。”

【米糷(lǎn览)】 古代食品。米糷，即米线。明宋诩《宋氏养生部》“米糷”：“一秔米湛洁，碓筛绝细粉，汤溲稍坚，置锅中煮熟，杂生粉少半，擀使开摺，切细条，暴燥，入肥汁中煮。以胡椒、施椒、酱油、葱调和。一粉中加米浆为糁，揉如索绿豆粉，入汤釜中取起。”

【甘露饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“甘露饼”：“用糟御糯米磨绝细，以蜜水溲团，蒸熟，切小颗。生粉为粹，擀薄暴燥，置沸油中煎燥。染松仁油、杏仁油，取白砂糖和薄荷叶坋掺之。”

【二粉片】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“二粉

片”：“每白糯米粉一升，黄大豆粉二升，汤溲之，揉实，切为厚片，入肥肉汁煮，加椒、酱、酸齑调和。”

【骨髓饼】 古代食品。明宋诩《宋氏养生部》“骨髓饼”：“用白糯粉五升、牛骨髓半斤、白砂糖半斤、酥四两、沸汤溲为饼，铁锅中熯熟。”

【米饼】 古代食品。取低下而平圆者，方俗曰太平圆。明宋诩《宋氏养生部》“米饼”：“湛洁白秔米五升，白糯米一斗，淅肥，沥去水，碓细粉，汤溲甑中蒸熟。锁碎碾熟芝麻、白砂糖馅。馅中或加松仁油、杏仁油少许，范为饼，热锅内熯，糖熔为度……。”

【湖广鱼鲊】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“湖广鱼鲊法”：“用大鲤鱼十斤，细切丁香块子，去骨并杂物。先用老黄米炒燥、碾末，约有升半，配以炒红曲升半，共为末，听用。将鱼块称有十斤，用好酒二碗、盐一斤（夏月用盐一斤四两）拌鱼，腌瓷器内。冬腌半月，春夏十日取起，洗净，布包榨十分干。以川椒二两、砂仁一两、茴香五钱、红豆五钱、甘草少许为末、麻油一斤八两、葱白头一斤，先合米、曲末一升拌和，纳坛中，用石压实。冬月十五日可吃，夏月七八日可吃。吃时再加椒料、米醋为佳。”

【白闰】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“白闰”：“糖卤少加酥油同熬，炒面随手下，搅匀。上案捍开，切象眼块子。若用铜圈印之，即为甘露饼。”

【松子海啰噰】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“松子海啰噰方”：“糖卤入小锅熬一顿饭时，搅冷，随手下炒面，后下剉碎松子仁，搅匀。案上抹酥油，拨在案上捍开，切象眼块子。凡切块要乘温切，若冷，硬难切，恐碎。”

【芟(shān山)什麻】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“芟什麻”：“糖卤下小锅，熬至有丝。先将芝麻去皮，晒干或微炒干，碾成末，随手下在糖内搅匀，和成一处，不稀不稠。案上先洒芝麻末，使不沾。乘热拨在案，面上仍箸芝麻末，使不沾。古铲槌捍开，切象眼块。”

【黑闰】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“黑闰方”：“黑沙糖熬过，滤净，与糖卤对半相搀，下锅熬一顿饭时，将酥油半瓯在内，共熬一回，用炒面，随手加花椒末少许，和成一块。上案捍开，切象眼块。”

【薄荷切】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“薄荷切”：“薄荷晒干，碾成细末。将糖卤下小锅熬至有丝，先下炒面少许，后下薄荷末，和成一处。案上先洒薄荷末，乘热上案，面上仍用薄荷末，捍开，切象眼块。”

【荞麦花】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“荞麦花方”：“先将荞麦炒成花。量多少，将糖卤加蜂蜜少许一同下锅，不要动。熬至有丝，略大些，却将荞麦花随手下在锅内搅匀，不要稀了。案上铺荞麦花，使不沾。将锅内糖花拨在案上，捍开，切象眼块。”

【羊髓】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“羊髓方”：“用羊乳子或羊乳子半瓶，搀水半锺，入白面三撮，滤过，下锅微微火熬之，待滚，随手下白沙糖，或糖霜亦可。然后用紧火，将木杷打一会，看得熟了，再滤过，入壶，倾在碗内入供。”

【黄精饼】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“黄精饼”：“用黄精蒸熟者，去衣、须，和炒熟黄豆，去壳捣为末，加白糖卤揉为团，作饼食，甚清。”

【到口酥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“到口酥”：“用酥油十两、白糖七两、白面一斤。将酥化开，倾盆内，入白糖和匀。用手揉擦半个时辰，入面，和作一处，令匀。捍为长条，分为小烧饼。拖炉微微火焊熟食之。”

【复炉烧饼】 古代面点。明高濂《饮馔服食笺》“复炉烧饼法”：“核桃肉退去皮者一斤，剁碎，入蜜一斤，以炉烧酥油饼一斤为末，拌匀。捏作小团。仍用酥油饼剂包之作饼，入炉内烧熟。”

【酥黄独】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“酥黄独”：“熟芋切片，用杏仁、榧子为末，和面，拌酱，拖芋片入油锅内煠食。香美可人。”

【豆膏饼】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“豆膏饼方：“大黄豆炒去皮，为末，入白糖、芝麻、香头和匀，为印饼食之。”

【莲子缠】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“莲子缠”：“用莲肉一斤，煮熟，去皮、心，拌以薄荷霜二两、白糖二两襄身，烘焙干入供。杏仁、榄仁、核桃可同此制。”

【甘菊苗】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“甘菊苗”：“嫩头采后汤焯，食之。以甘草水和山药粉拖苗油煠，其香美佳甚。”

【炸栀子花】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“栀子花”：“采花，洗净，水漂去腥。用面入糖、盐作糊，花拖，油煠食。”

【蓬蒿饼】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“蓬蒿”：“采嫩头。二三月中方盛，取来，洗净，加盐少腌，和粉作饼，油煠，香美可食。”

【煎玉簪花】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“玉簪花”：“采半开蕊，分作二片或四片，拖面煎食。若少加盐、白糖入面调匀拖之，味甚香美。”

【菖蒲饼】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“菖蒲”：“石菖蒲、白术煮，为末。每一斤用山药三斤、炼蜜、水和入面内，作饼，蒸食。”

【东风荠】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“东风荠”：“采荠一二升，洗净，入淘米三合、水三升、生姜一芽（头捶碎），同入釜中和匀，上浇麻油一蚬壳，再不可动。以火煮之，动则生油气也。不着一些盐、醋。若知此味，海陆八珍皆可厌也。”

【芭蕉脯】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“芭蕉”：“蕉有二种。根粘者为糯蕉，可食。取根切作手大片子，灰汁煮，令熟。去灰汁。又以清水煮，易以二次，令灰味尽。取压干。以盐、酱、大小茴香、花胡椒、干姜、熟油研，

拌蕉根入缸钵中腌一二日取出。少焙，略敲令软食之，全似肥肉。”

【拌水苔】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“水苔”：“春初采嫩者，淘择令极净，更要去沙石、虫子。以石压干。入盐、油、花椒，切韭菜同拌，入瓶，再加醋、姜食之，甚美。又可油炒，加盐、酱亦善。”

【蒲芦芽鲊】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“蒲芦芽”：“采嫩芽，切断。以汤焯，布裹，压干。加料，如前作鲊，妙甚。”

【糟凤仙花梗】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“凤仙花梗”：“采梗肥大者，去皮，削令干净。早入糟，午间食之。”

【拌金雀花】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“金雀花”：“春初开，形状金雀。朵朵可摘。用汤焯，作茶供。或以糖霜、油、醋拌之，可作粥菜，甚清。”

【柿霜清膈(gé格)饼】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“柿霜清膈饼方”：“用柿霜二斤四两、桔皮八两、桔梗四两、薄荷六两、干葛二两、防风四两、片脑一钱，共为末，甘草膏和，作印饼食。一方：加川百药煎一两。”

【竹叶粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“竹叶粥”：“用竹叶五十片、石膏二两、水三碗，煎至二碗，澄清，去渣。入米三合煮粥，入白糖一二匙食之。治膈上风热头、目赤。”

【蔓菁粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“蔓菁粥”：“用蔓菁子二合，研碎，入水二大碗，绞出清汁，入米三合煮粥。治小便不利。”

【牛乳粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“牛乳粥”：“用真生牛乳一锺。先用粳米作粥，煮半熟，去少汤，入牛乳。待煮熟，盛碗，再加酥一匙食之。”

【甘蔗粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“甘蔗粥”：“用甘蔗榨浆三碗，入米四合煮粥，空心食之。治咳嗽、虚热、口燥、涕浓、舌干。”

【枸杞粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“枸杞粥”：“用甘州枸杞一合，入米三合煮粥食之。”

【紫苏粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“紫苏粥”：“用紫苏研末，入水，取汁。煮粥将熟，谅加、苏子汁搅匀食之。治老人脚气。”

【胡麻粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“胡麻粥”：“用胡麻去皮，蒸熟，更炒令香。用米三合淘净，入胡麻二合研汁同煮粥熟，加酥食之。”

【山栗粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“山栗粥”：“用栗子煮熟，揉作粉，入米煮粥食之。”

【菊苗粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“菊苗粥”：“用甘菊新长嫩头、丛生叶，摘来洗净，细切，入盐同米煮粥食之。清目宁心。”

【杞叶粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“杞叶粥”：“用枸杞子新嫩叶如上煮粥亦妙。”

【薏苡粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“薏苡粥”：“用薏仁淘净，对配白米煮粥，入白糖一二匙食之。”

【沙谷米粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“沙谷米粥”：“用沙谷米捡净，水略淘，滚水内下，一滚即起，庶免作糊。治下痢甚验。”

【茶蘼粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“茶蘼粥”：“采茶蘼花片，用甘草汤焯过，候粥熟同煮。又采木香花嫩叶，就甘草汤焯过，以油、盐、姜、醯为菜。二味清芬，真仙供也。”

【河祇粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“河祇粥”：“用海鲞煮烂，去骨，细拆。候粥熟同煮，搅匀食之。”

【山药粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“山药粥”：“用淮山药为末，四六分配米，煮粥食之。甚补下元。”

【麋角粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“麋角粥”：“用煮过胶的麋角霜作细末，每粥一盏，入末一钱、盐少许食之。治人下元虚弱。”

【鹿肾粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“鹿肾粥”：“用鹿肾二个，去脂膜，切细，入少盐先煮烂，入米三合煮粥。治气虚耳聋。一方，加菟蓉一两，酒洗，去皮，同肾入粥煮亦妙。”

【羊肉粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“羊肉粥”：“用烂羊肉四两细切，加入参末一钱、白茯苓末一钱、大枣二个、切细黄芪五分，入粳米三合，入好盐三二分煮粥食之。治羸弱，壮阳。”

【扁豆粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“扁豆粥”：“白扁豆半斤、人参二钱，作细片，用水煎汁，下米作粥食之。益精力，又治小儿霍乱。”

【茯苓粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“茯苓粥”：“茯苓为末，净一两，粳米二合。先煮粥熟，下茯苓末同煮起食。治欲睡不得睡。”《本草纲目》：“茯苓粉粥”：“清上实下。”

【苏麻粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“苏麻粥”：“真紫苏、大麻子各五钱，水洗净，微炒香，同水研如泥，取汁。将二子汁化汤煮粥。治老人诸虚结久、风秘不解、壅聚膈中、腹胀恶心。”

【竹沥粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“竹沥粥”：“如常煮粥，以竹沥下半瓯食之。能治痰火。”

【门冬粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“门冬粥”：“麦门冬生者洗净，绞汁一盏，白米二合，薏苡仁一合，生地黄绞汁二合，生姜汁半盏。先将苡仁白米煮粥，后下三味汁煮成稀粥。治翻胃呕逆。”

【百合粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“百合粥”：“生百合一升，切碎，同蜜一两窨熟，煮粥，将起，入百合三合同煮食之。妙甚。”《本草纲目》“百合粉粥”：“润肺调中。”

【仙人粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“仙人

粥”：“用大何首乌，不可犯铁，竹刀刮去皮，切成片收起。每用五钱，砂罐煮烂，下白米三合煮粥。”

【山茱萸粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“山茱萸粥”：“采去皮，捣研为泥粉。每用一盏，入蜜二匙同炒，令凝揉，同粥搅食。”

【人乳粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“乳粥”：“用肥人乳。候煮粥半熟，去汤，下人乳汁代汤煮熟，置碗中，加酥油一二钱旋搅。甘美，大补元气。无酥亦可。”

【枸杞子粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“枸杞子粥”：“用生者研如泥，干者为末。每粥一瓯，加子末半盏、白蜜一二匙和匀食之。大益。”《本草纲目》“枸杞子粥”：“补精血，益肾气。”

【肉米粥】 古代食品。明高濂《饮馔服食笺》“肉米粥”：“用白米先煮成软饭，将鸡汁或肉汁、虾汁汤调和清过，用熟肉碎切如豆，再加茭笋、香蕈或松穰等物，细切，同饭下汤内一滚即起入供。以咸菜为过味甚佳。”

【米花】 古代食品。明《广东新语》：“广州之俗……又以糯饭盘结诸花，入油煮之，名曰米花。”

【白饼】 古代食品。《广东新语》：“广州之俗……以糯粳相杂炒成粉，置方园印中敲击之，使坚如铁石，名为白饼。残腊时，家家打饼声与捣衣相似，甚可听。又有‘黄饼’、‘鸡春饼’、‘蠲饼’之属。富者以饼多为尚。至寒食清明，犹出以饷客。”

【黄饼】 见“白饼”。

【鸡春饼】 见“白饼”。

【蠲饼】 见“白饼”。

【沙壅】 古代食品。明《广东新语》：“广州之俗……以糯粉杂白糖沙入猪脂煮之，名沙壅。”

【粉果】 古代食品。明《广东新语》：“广州之俗……平常则作粉果。以白米浸至半月，入白粳饭其中，乃舂为粉。以猪脂润之，鲜明而薄以为外，茶蘼露、竹胎、肉粒、鹅肫满其中以为内。则以茶素相杂而行者也。一名‘粉角’。”

【粉角】 见“粉果”。

【桂皮叶蒸饭】 古代食品。明《广东新语》：“长乐人以香桂皮叶蒸饭，食以亦香。”

【荷包饭】 古代食品。《广东新语》：“东莞以香粳杂鱼肉诸味，包荷叶蒸之，表面香透，名荷包饭。”

【椰霜饭】 古代食品。明《广东新语》：“琼州以南椰粉为饭，曰椰霜饭。南椰与椰子树不同，其精液形色气味皆类藕蕨之粉，故曰南椰粉。性温热、补中，《本草》以为莎木面也。”

【薰虫】 古代食品。《明宫史·火集》：“(二月)初二日，各宫门撤出所安彩妆。各家用黍面枣糕，以油煎之；或以面和稀，摊为煎饼，名曰薰虫。”

【糍巴】 古代食品。《明宫史·火集》：“(三月)二十八日，东岳庙进香，吃烧笋鹅，吃凉糕、糯米面蒸熟加糖、碎芝麻，即糍巴也。”

【不落夹】 古代食品。《明宫史·火集》：“(四月)初八日，进‘不落夹’，用苇叶方包糯米，长可三四寸，阔一寸，味与粽同也。”

【团圆饼】 古代食品。《明宫史·火集》：“(八月)至十五日，家家供月饼瓜果，候月上焚香后，即大肆饮啗，多竟夜始散席者。如有剩月饼，仍整收于干燥风凉之处，至岁暮合家分用之，曰‘团圆饼’也。”

【龙卵】 古代食品。《明宫史·火集》：“至于白牡马之卵，尤为珍奇贵重不易得之味，曰龙卵焉。”

【稔转】 也称“碾转”、“撵转”。古代面食。《明宫史·火集》：“四月……二十八日……取新麦穗煮熟，剥去芒壳，磨成细条食之，名曰稔转，以尝此岁五谷新味之始也。

【碾转】 即“稔转”。

【撵转】 即“稔转”。

【包儿饭】 古代食品。《明宫史·火集》：“四月初四日……以各样精肥肉、姜、葱、蒜剉如豆大，拌饭，以莴苣大叶裹食之，名曰包儿饭”。

【牛腊鹿脩】 古代食品。明圹璠《便民图纂》“牛腊鹿脩”：“好肉不拘多少，去筋膜，切作条或段。每二斤，用盐六钱半，川椒三十粒，葱三大茎(细切)，酒一大盏同淹三五日。日翻五七次，晒干。”

【鸡鲊】 古代食品。明圹璠《便民图纂》“造鸡鲊”：“肥者二只去骨，用净肉五斤(细切)，入盐三两，酒一大壶淹。过宿，去卤，用葱丝四两、姜丝二两、桔丝一两、椒半两、莳萝茴香马芹各少许、红曲末一合、酒半升拌匀，入罐实捺，箬封泥固。猪羊精者，皆可倣此制造。”

【棋炒】 古代食品。明《宛署杂记》载：嘉靖三十年(公元1551年)，户部行宛大二县(宛平、大兴县)，领太仓银三千，散给各烧饼铺户。每银一两，上棋炒一石。其法：用白面少和香油、芝麻为棋子块样，炒熟。工部送至行军处所支用。今山东民间也有类似的小食品。制法近似，名“炒棋子”。

【光饼】 古代食品。圆形，中开一孔，可用绳穿贯。清施鸿保《闽杂记》载：相传明戚继光抗击倭寇时，创制此饼作为军队乾粮，故称光饼。今仍有。

清代菜点

【四美羹】 古代菜肴。为清戏剧家李渔所创制。清李渔《闲情偶寄》：“陆之蕈，水之莼，皆清虚妙物也。予尝以二物作羹，和以蟹之黄、鱼之肋，名曰四美羹。座客食而甘之曰：今而后无下箸处矣！”

【糟乳腐】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“糟乳腐”：“制就陈乳腐，或味过于咸，取出，另入器内。不用原汁用酒酿、甜糟层层叠糟，风味又别。”

【冻豆腐】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“冻豆腐”：“严冬，将豆腐用水浸盆内，露一夜，水冰而腐不

冻，然腐味已除。味佳。或不用水浸，听其自冻，竟体作细蜂窠状。洗净，或入美汁煮，或油炒，随法烹调，风味迥别。”

【十香菜】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“十香菜”：“苦瓜（去白肉，用青皮，盐腌，晒干，细切）十斤，伏天制，冬菜（去老皮，用心，晒干用）十斤，生姜（切细丝）五斤，小茴五合（炒），陈皮（切细丝）五钱，花椒二两（炒，去梗目），香菜一把（切碎），制杏仁一升，砂仁一钱，甘草、官桂各三钱（共为末，装袋内）入甜酱酱之。

【鸭羹】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“鸭羹”：“肥鸭煮七分熟，细切骰子块。仍入原汤，下香料、酒、酱、笋、蕈之类，再加配松仁、剥白核桃更宜。”

【虾圆】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“虾圆”：“暑天冷拌，必须切极碎地栗在内，松而且脆。若干装，以松仁、桃仁作馅，外用鱼松为衣更佳。”

【煮鱼翅】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“鱼翅”：“治净，煮。切不可单拆丝，须带肉为妙。亦不可太小。和头鸡鸭随用。汤宜清不宜浓，宜酒浆不宜酱油。”

【套肠】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“套肠”：“猪小肠肥美者治净，用两条套为一条，入肉汁煮熟。斜切寸段件，以鲜笋、香蕈汁煮供，风味绝佳。以香蕈汁多为妙。煮熟，腊酒糟糟用亦妙。”

【东坡腿】 古代菜肴。为火腿名菜。清朱彝尊《食宪鸿秘》“东坡腿”：“陈金腿约六斤者，切去脚，分作两方正块，洗净，入锅煮去油腻，收起。复将清水煮极烂为度。临起，仍用笋、虾作点，名东坡腿。”

【骑马肠】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“骑马肠”：“猪小肠，精制肉饼生剂，多加姜，椒末，或纯用砂仁末装入肠内，两头扎好，肉汤煮熟。或糟用或下汤俱妙。”

【熏肉】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“熏肉”：“紫甘蔗皮晒干，细剉，熏肉，味甜香美，皮冷终脆不硬，绝佳。柏枝熏亦妙。”

【蹄卷】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“蹄卷”：“腌、鲜蹄各半，俟半熟，去骨，合卷，麻线扎紧，煮极烂，冷切用”。

【辣拌】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“辣拌”：“熟火腿拆细丝，同鱼翅、笋丝、芥辣拌。或加水粉、莲肉、核桃俱可。”

【糟火腿】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“糟火腿”：“将火腿煮熟，切方块，用好酒酿糟。糟两三日，切片取供妙。夏天出路最宜。”

【辣汤丝】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“辣汤丝”：“熟肉，切细丝，入麻菇、鲜笋、海蜇等丝同煮。临起，多浇芥辣。亦可用水粉。”

【百果蹄】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“百果蹄”：“用大蹄，煮半熟。勒开，挖去直骨，填核桃、松仁及零星皮、筋。外用线扎。再煮极烂，捞起。俟冻，连皮糟一日夜。切片用。

【琥珀肉】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“琥珀肉”：“将好肉切方块，用水、酒各碗半、盐三钱，火煨极红烂为度。肉以二斤为率。须用‘三白酒’。若自酒正，不用水。”

【夹肚】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“夹肚”：“用壮肚，洗净。将碎肉加盐、葱、砂仁，略加蛋青，缝口，煮熟。上下夹板，渐尖渐实，以实为妙。俟冷切片。或酱油，或糟油蘸用。

【花肠】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“花肠”：“小肠煮半熟，取起。缠绞成段。仍煮熟。俟冷，切片，和汤用。”

【煮脊筋】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“脊筋”：“生剥外膜，肉汤煮。加以虾肉、鸭肉亦可。”

【煮肺管】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“肺管”：“剥、刮极净，煮熟。切段，和以紫菜、冬笋，入酒浆、韭芽为妙。”

【羊头羹】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“羊头羹”：“多买羊头，剥皮煮烂。加酒浆、酱油、笋片、香蕈或时菜等件。酱油不可太多。虾肉和入更妙，临起，量加姜丝。”

【炖鹿鞭】 古代菜肴。鹿鞭，即鹿阴茎。清朱彝尊《食宪鸿秘》“鹿鞭”：“泔水浸一二日，洗净。葱、椒、盐、酒，密器炖食。”

【煮鹿筋】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“煮鹿筋”：“辽东为上，河南次之。先用铁器捶打，然后洗净，煮软，捞起，剥尽衣膜及黄色皮脚，切段，净煮。筋有老嫩不一，嫩者易烂，即先取出。老者再煮，煮熟，量加酒浆和头用。”

【海蛎鸭】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“海蛎鸭”：“大葱二根，先放入鸭肚内。以熟大海蛎填极满，缝好。多用酒浆，烧极熟。整装碗内。如无海蛎，纯葱亦可（想螺蛳亦佳）。”

【肉幢蛋】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“肉幢蛋”：“拣小鸡子，煮半熟，打一眼，将黄倒出，以碎肉加料补之，蒸极老。和头随用。”

【糟鲥鱼】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“糟鲥鱼”：“内外洗净，切大块。每鱼一斤，用盐半斤，以大石压极实。以白酒洗淡，以老酒糟略糟四、五日，不可见水。去旧糟，用上好酒糟拌匀入坛。每坛面加麻油二盅、火酒一盅。封固。候二、三月用。”

【淡煎鲥鱼】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“淡煎鲥鱼”：“切段，用些许盐花、猪油煎，将熟，入酒浆煮干为度。不必去鳞。糟油蘸佳。”

【冷鲟鱼】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“冷鲟鱼”：“切骰子块，煮熟。冬笋切块，入酒浆，略加白糖。候冷用。暑天切片，麻油拌亦佳，必须蜇皮更妙。”

【去骨鲫】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“去骨

鲫”：“大鲜鲫鱼，清水煮熟。轻轻拆作五六块，拣去大小骨。仍用原汤，澄清，加笋片、韭芽或菜心，略入酒浆、盐煮用。”

【鱼肉膏】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“鱼肉膏”：“上好腌肉，煮烂，切小块，将鱼亦碎切，同煮极烂，和头随用。候冷切供，热用亦可。”

【炖鲂鲅(fáng pí防皮)】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“炖鲂鲅”：“拣大者，治极净，填碎肉在内，酒浆炖，加碎猪油，妙。

【薰马鲛】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“薰马鲛”：“酱半月，洗净。切片，油煎。候冷，薰干。入灰坛内，可留经月。”

【燕窝蟹】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“燕窝蟹”：“壮蟹，肉剥净，拌燕窝，和芥辣用佳。糟油亦可。蟹腐放燕窝尤妙。蟹肉豆豉炒亦妙。”

【蟹丸】 古代菜肴。将蟹肉丸放入竹筒蒸成。为古代罕见品种。清朱彝尊《食宪鸿秘》“蟹丸”：“将竹截断，长寸许。剥蟹肉和以姜末、蛋青，入竹，蒸熟取出，同汤放下。”

【蟹炖蛋】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“蟹炖蛋”：“凡蟹炖蛋，肉必沉下。须先将零星肉和蛋炖半碗，再将大蟹肉、黄、脂另和蛋盖面重炖为得法也。”

【素肉丸】 古代菜肴。清朱彝尊《食宪鸿秘》“素肉丸”：“面筋、香蕈、酱瓜、姜，切末，和以砂仁，卷入腐皮，切小段。白面调和，逐块涂搽，入滚油内，令黄色取用。”

【素鳖】 古代菜肴。因形似鳖，故名。清朱彝尊《食宪鸿秘》“素鳖”：“以面筋拆碎，代鳖肉；以珠栗煮熟，代鳖蛋；以墨水调真粉，代鳖裙；以芫荽代葱蒜，烧炒用。”

【蒸鸡】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“蒸鸡”：“嫩鸡，治净。用盐、酱、葱、椒、茴末匀涂，腌半日。入锡镟，蒸一柱香取书。撕碎，去骨。斟酌加调滋味，再蒸一柱香。味香美。”

【让鸭】 古代菜肴。一种酿鸭。清顾仲《养小录》“让鸭”：“鸭，治净。胁下取孔，去肠杂，再净。精制猪肉饼子剂，入满。外用茴、椒、大料涂满，箬片包札固，入锅，钵覆。文武火煮三次。烂为度。”

【封鹅】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“封鹅”：“治净。内外抹香油一层。用茴香、大料及葱实腹，外用长葱裹紧。入锡罐，盖住。入锅，上覆火盆。重汤煮。以筋插入，透底为度。鹅入罐通不用汁。自然上升之气味凝重而美。吃时再加糟油，或酱油、醋。”

【熏面筋】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“熏面筋”：“面筋切小方块，煮过。甜酱酱四五日，取出。浸鲜虾汤内一宿，火上烘干。再浸鲜虾汤内，再烘十数遍。入油略沸，熏食。亦可入翻牒。”

【焙红菜】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“焙红菜”：“白菜去败叶、茎及泥土净，勿见水，晒一二日。切碎，用缸贮。灰火焙干，以色黄为度，约八分干。每斤用炒盐六钱揉腌，日揉三四次，揉七日。拌茴、椒末，装罐筑实，箬叶竹撑。罐覆月许，泥封。入夏供，甜、香美，色亦奇。”

【煮冬瓜】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“煮冬瓜”：“老冬瓜去皮切块，用最浓肉汁煮。久久色如琥珀，味方美妙。如此而冬瓜真可食也。”

【煨冬瓜】 古代菜肴。为冬瓜盅式的菜。清顾仲《养小录》“煨冬瓜法”：“老冬瓜一个，切下顶盖半切许，去瓤，子净。以猪肉或鸡鸭，或羊肉，用好酒、酱、香料、美汁调和，贮满瓜腹。竹签三四根，将瓜盖签牢。竖放灰堆内，则拢糠铺底及四围，窝到瓜腰以上。取灶内灰火，周回焙筑，埋及瓜顶以上，煨一周时，闻香取出。切去瓜皮，层层切下供食。内馔外瓜，皆美味也。酒肉山僧，作此受用。”

【囫囵肉茄】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“囫囵肉茄”：“嫩大茄，留蒂，上头切开半寸许，轻轻挖出内肉，多少随意。以肉切作饼子料，油、酱调和得法，慢慢塞入茄内。作好，迭入锅内，入汁汤烧熟，轻轻取起，迭入锅内。茄不破而内有肉，奇而味美。”

【熏蕈】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“熏蕈”：“南香蕈肥白者，洗净晾干，入酱油浸半日取出，阁稍干，掺茴、椒细末，柏枝熏。”

【带壳笋】 古代菜肴。即一种肉馅酿笋。清顾仲《养小录》“带壳笋”：“嫩笋短大者，布试净。每从大头挖至近夫尖，以饼子料肉灌满，仍切一笋肉塞好，以箬包之，砻糠煨热。去外箬，不剥原枝，装碗内供之。每人执一案，随剥随吃。味美而趣。”

【熏笋】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“熏笋”：“鲜笋肉汤煮熟，炭火熏干，味淡而厚。”

【烩牡丹花瓣】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“牡丹花瓣”：“汤焯可，蜜浸可，肉汁脍亦可。”

【兰花羹】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“兰花”：“可羹可肴，但难多得耳。”

【炸玉兰花瓣】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“玉兰花瓣”：“面拖，油炸，加糖。先用瓜一掐，否则炮。”

【拌迎春花】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“迎春花”：“热水一过，酱醋拌供。”

【素蟹】 古代食品。清顾仲《养小录》“素蟹”：“核桃击碎，勿令散。菜油炒，入厚酱、白糖、砂仁、茴香、酒少许烧之。食者勿以壳轻弃。大有滋味在内，愈佶愈佳。”

【鱼饼】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“鱼饼”：“鲜鱼，取胁不取背(去皮骨)；肥猪，取膘不取精。膘四两，鱼一斤，十二个鸡子清。鱼也剁，肉也剁，鱼肉合剁烂，渐入鸡子清，凉水一杯，新慢加急剁成。锅先下水，滚即停将刀挑入锅中烹。笊篱取入凉水盆。斟酌汤味下之囫囵吞。”

【冻鱼】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“冻鱼”：“鲜鲤鱼，切小块，盐腌过，酱煮熟，收起。用鱼鳞同荆芥煎汁，澄去查，再煎汁，稠，入鱼。调和得味，锡器密盛，悬井中

冻就。浓姜、醋浇。”

【鲫鱼羹】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“鲫鱼羹”：“鲜鲫鱼，治净，滚汤焯熟。用手撕碎，去骨净。香蕈、鲜笋切丝，椒、酒，下汤。”

【酥鲫】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“酥鲫”：“大鲫鱼，治净，酱油和酒浆，入水，紫苏叶大撮，甘草些少，煮半日。熟透。骨酥味美。”

【爨鱼】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“爨鱼”：“鲜鱼，去皮骨，切片。干粉揉过，去粉，葱、椒、酱油、酒拌和。停顷，滚汁汤爨出，加姜汁。”

【消骨鱼】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“消骨鱼”：“榄仁或楮实子捣末，涂鱼内外。煎熟，鱼骨消化。”

【水鸡腊】 古代菜肴。用青蛙的腿肉制成。清顾仲《养小录》“水鸡腊”：“肥水鸡，只取两腿（余肉另入馔），用椒、酒、酱和浓汁浸半日。炭火缓炙干。再蘸汁再炙。汁尽，抹熟油再炙，以熟透发松为度。烘干，瓶贮，久供（色黄勿焦为妙）。”

【醉虾】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“醉虾”：“鲜虾，拣净入瓶，椒、姜末拌匀。用好酒顿滚，泼过。夏月可一二日，冬月不坏。食时加盐酱。”清袁枚《随园食单》“醉虾”：“带壳，用酒炙黄捞起，加清酱、米醋熨之，用碗闷之。临食，放盘中，其壳俱酥。”

【虾松】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“虾松”：“虾米拣净，温水泡开。下锅微煮取起，酱、油各半拌浸。用蒸笼蒸过，入姜汁，并加些醋。虾小微蒸，虾大多蒸。以入口虚松为度。”

【糟淡菜】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“淡菜”：“水洗，搜剔尽，蒸过，酒娘糟糟下。”

【酱鳆（fú伏）】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“酱鳆”：“治净，煮过，切片，用好豆腐切骰子块，炒熟。乘热撒入鳆鱼拌匀，好酒娘一烹，脆美。”

【薰鲫】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“薰鲫”：“鲜鲫，治净，拭干。甜酱酱一宿。去酱，油烹。微晾，茴、椒末揩匀，柏仁薰之。”

【醉海蜇】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“醉海蜇”：“水洗净，拌豆腐略煮，则涩味尽而柔脆（腐则不堪）。加酒娘、酱油、花椒醉之。”

【松壑蒸蟹】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“松壑蒸蟹”：“活蟹入锅，未免炮烙之惨。宜以淡酒入盆，略加水及椒盐、白糖、姜、葱汁、菊叶汁，搅匀。入蟹，令其饮，醉不动，方取入锅。既供饕腹，尤少寓不忍于万一云。蟹浸多，水煮则减味。法以稻草捶软，挽匾酱入锅，平水面，置蟹蒸之，味足。山药、百合、羊眼豆等，亦当如此。”

【卤鸡】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“卤鸡”：“雏鸡，治净。用猪板油四两捶烂、酒三盏、酱油一盏、香油少许、茴、椒、葱同鸡入镟。汁料拌入腹内，半腌鸡上，约浸浮四分许。用面饼盖镟。用蒸架架起，隔汤蒸熟。须勤翻看火候。”清袁枚《随园食单》“卤鸡”：“囫囵鸡一只，肚内塞葱三十条，茴香二钱，用酒一斤、秋油一小杯半，先滚一枝香，加水一斤，脂油二两，一齐同煨。待鸡熟，取出脂油。水要用熟水，收浓卤一饭碗才取起，或拆碎，或薄切片之，仍以原卤拌食。”

【粉鸡】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“粉鸡”：“鸡胸肉，去筋、皮，横切作片。每片捶软，椒盐、酒、酱拌，放食顷。入滚汤焯过，取起，再入美汁烹调。松嫩。”

【嘉兴马疃泼黄雀】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“嘉兴马疃泼黄雀”：“肥黄雀，去毛、眼净。令十许岁儿童，以小指从尻挖雀腹中物净（雀肺若收聚得碗许，用酒漂净，配笋芽、嫩姜、美料、酒浆、酱油烹煮，真佳味也）。用淡盐酒灌入雀腹，洗过沥净。一面取猪板油，剥去筋膜，捶极烂，入白糖、花椒、砂仁细末、飞盐少许，斟酌调和，每雀腹中装入一二匙，将雀入瓷钵，以尻向上密比装好；一面备腊酒酿、甜酱油、葱、椒、砂仁、茴香各粗末，调和成味。先将好菜油热锅熬沸，次入诸味，煎滚舀起，泼入钵内，急以瓷盆覆之，候冷，另用一钵，将雀搬入，上层在下，下层在上，仍前装好。取原汁入锅，再煎滚，再舀起泼入，盖好候冷。再如前法泼一遍，则雀不走油而味透。将雀装入小罐，仍以原汁灌入，包好。若即欲供食，取一小瓶重汤煮一顷，可食。如欲留久，则先时止须泼两次足矣。临用时，重汤多煮数刻便好。雀卤留顿鸡蛋用，入少许，绝妙。”

【煮蛋】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“煮蛋”：“鸡、鸭蛋同金华火腿煮熟。取出，细敲碎皮。入原汁再煮一二炷香，味妙。剥净冻之更妙。”

【肺羹】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“肺羹”：“肺，以清水洗去外面血污。以淡酒加水和一大桶，用盎舀入肺管内。入完，肺如巴斗大。扎紧管口，入锅煮熟。剥去外皮，除大小管净，加松子仁、鲜笋、香蕈、腐衣，各细切，入美汁作羹。佳味也。”

【夏月冻蹄膏】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“夏月冻蹄膏”：“猪蹄，治净。煮熟，去骨，细切。加化就石花一杯许，入香料再煮极烂。入小口瓶内，油纸包扎，挂井水内。隔宿破瓶取用。”

【皮羹】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“皮羹”：“煮熟火腿皮、切细条子。配以笋、香蕈、韭芽、肉汤下之。风味超然。”

【灌肚】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“灌肚”：“猪肚及小肠，治净。用香蕈磨粉，拌小肠，装入肚内，缝口，煮极烂。”

【烧兔肉】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“兔生”：“兔，去骨，切小块，米泔浸捏洗净。再用酒脚浸洗。再漂净，沥干水迹。用大小茴香、胡椒、花椒、葱、油、酒，加醋少许，入锅烧滚，下兔肉，滚熟。”

【炖熊掌】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“熊掌”：“带毛者。挖地作坑，入石灰及半，放掌于内，上加石灰、凉水浇之。候发过，停冷取起，则毛易去，根俱出。洗净，

米泔浸一二日，用猪脂油包煮。复去油，撕条，猪肉同顿。熊掌最难熟透。不透者食之发胀。加胡椒末和面裹，饭锅上蒸十余次，乃可食。或取数条同猪肉煮，则肉味鲜而厚。留掌条勿食。俟煮猪肉仍拌入。伴煮数十次乃食。久留不坏。久煮熟透，糟食更佳。”

【蒸黄鼠】 古代菜肴。清顾仲《养小录》“黄鼠”：“泔浸一二日，入笼，脊向底蒸。如蒸馒头许时火候，宁缓勿急。取出，去毛，刷极净。每切作八九块。块多则骨碎杂难吃。每块加椒盐末，面裹再蒸。火候缓而久，一次蒸熟为妙。多次则油走而味淡矣。取出糟食。”

【酒炖肉】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“酒炖肉法”：“新鲜肉一斤，刮洗干净，入水煮滚一二次即取出，刀改成大方块。先以酒同水炖有七八分熟，加酱油一杯，花椒、大料、葱姜、桂皮一小片，不可盖锅。俟其将熟，盖锅以闷之，总以煨火为主。或先用油姜煮滚，下肉煮之，令皮略赤，然后用酒炖之，加酱油、椒、葱、香蕈之类。又，或将肉切成块，先用甜酱擦过，才下油烹之。”

【酱肉】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“酱肉”：“猪肉用白水煮熟，去白肉并油丝，务令净尽，取纯精的，切寸方块子，腌入好豆酱内晒之。”

【蒸风猪小肠】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“风猪小肠法”：“猪小肠放磁盆内，先滴下菜油少许，用手搅匀，候一时久，下水如法洗净，切作节段，每节量长一尺许。用半精白猪肉，锉极碎，下豆油、酒、花椒、葱珠等料和匀，候半天久，装入肠内。只可八分，不可太满。两头扎紧。铺层笼内蒸熟，风干。要用，当再蒸熟，切薄片，吃之甚佳。”

【新鲜盐白菜炒鸡】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“新鲜盐白菜炒鸡法”：“肥嫩雌鸡，如法宰了，切成块子，先用荤油，椒料炒过，后加白水煨火炖之。临吃，下新鲜盐白菜，加酒少许。不可盖锅，盖则黄色不鲜。”

【风板鸭】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“风板鸭法”：“每鸭一只，配盐三两、牙硝一钱。将鸭如法宰完，去腹内，用牙硝研末，先擦腹及各处有刀伤者，然后将盐炒热，遍擦就好。俟水滚透，放下鸡鸭一滚，不可太久。捞起，即下冷水拔之取起，下锅再滚再拔。如是三五次。试熟，即可取吃。不可煮顿致油走化，大减成色。”

【焖鸡肉】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“焖鸡肉法”：“先将肥鸡如法宰洗，砍作四大块，用猪油下锅炼滚，下鸡烹之。少停一会，取起去油，用好甜酱、花椒料，逐块抹上，下锅加甜酒，焖数滚熟烂，加葱花、香蕈，取起吃之，甚美。”

【顷刻熟鸡鸭】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“顷刻熟鸡鸭法”：“用顶肥鸡鸭，不下水，干退毛后，挖一孔，取出腹内碎件，装入好梅干菜，令满。用猪油下锅炼滚，下鸡鸭烹之，至红色香熟取起。剥去焦皮，取肉片吃，甚美。”

【蒸鹿尾】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“食鹿尾法”：“此物当乘新鲜，不可久放。致油干肉硬，则味不全矣。法先用凉水洗净，新布裹密，用线扎紧，下滚汤煮一袋烟时，取起，退毛令净，放磁盘内，和酱及清酱、醋、酒、姜、蒜、蒸至熟烂，切片吃之。又云：先用豆腐皮或盐酸菜包裹，外用小绳子或钱串扎得极紧，下水煮一二滚，取起，去毛净，安放磁盘内，蒸熟片吃。”

【蒸熊掌】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“食熊掌法”：“先用温水泡软，取起，再用滚水烫，退去毛，令净。放磁盘内，和酒醋蒸熟去骨，将肉切片，装磁盘内，下好肉汤及清酱、酒醋、姜、蒜，再蒸至极烂。好吃。”

【炒野味】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“炒野味法”：“炒野鸡、麻雀及一切山禽等类，皆当用茶油为主（无茶油则用芝麻油），切不可用猪油。先将茶油同饭粒数颗，慢火滚数滚，捞去饭颗，下生姜丝炙赤，将鸟肉配甜酱瓜，姜切细丝，下去同炒数遍，取起，用甜酒、豆油和下再炒至熟。好吃。若麻雀取起时，当少停一会，才下去再炒。”

【煮燕窝】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“煮燕窝法”：“用滚水一碗，投炭灰少许，候清，将清水倾起，入燕窝泡之，即霉黄亦白，撕碎洗净。次将煮熟之肉，取半精白切丝，加鸡肉丝更妙。入碗内装满，用滚肉汤淋之，倾出再淋两三次。其燕窝另放一碗，亦先淋两三遍，俟肉丝淋完，乃将燕窝逐条铺排上面，用净肉汤，去油留清，加甜酒、豆油各少许，滚滚淋下，撒以椒面吃之。又有一法：用熟肉锉作极细丸料，加绿豆粉及豆油、花椒、酒、鸡蛋清作丸子，长如燕窝。将燕窝泡洗撕碎，粘贴肉丸外包密，付滚汤烫之，随手捞起，候一起做完烫好，用清肉汤作汁，加甜酒、豆油各少许，下锅先滚一二滚，将丸下去再一滚，即取下碗，撒以椒面、葱花、香菰，吃之甚美。或将燕窝包在肉丸内作丸子，亦先烫熟。余同。”

【煮鱼翅】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“煮鱼翅法”：“鱼翅整个用水泡软，下锅煮至手可撕开就好，不可太烂。取起，冷水泡之，撕去骨头及沙皮，取有条缕整瓣者，不可撕破，铺排匾内，晒干，收贮磁器内。临用，酌量碗数，取出用清水泡半日，先煮一二滚，洗净，配煮熟肉丝或鸡肉丝更妙。香菰同油、蒜下锅，连炒数遍，水少许煮至发香，乃用肉汤，才淹肉就好，加醋再煮数滚，粉水少许下去，并葱白再煮滚下碗。其翅头之肉及嫩皮加醋、肉汤，煮作菜吃之。”

【煮鲍鱼】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“煮鲍鱼”：“先用药剪切薄片子，水泡洗，煮熟捞起。配新鲜肉，精的打横切薄片子，下锅先炒出水，煮至水干。看肉若未熟，当再下点水煮干熟，才将鲍鱼下去，加蒜瓣，切薄片子，半茶瓯肉汤和粉同炒（汤粉不可太多，亦不可太少，总以硬软得宜为要），至粉蒜熟取起。此项不可下盐酱，以鲍鱼质本咸故也。”

【煮鹿筋】 古代菜肴。清李化楠《醒园录》“煮鹿筋法”：“筋买来，尽行用水泡软，下锅煮之，至半熟后捞

起，用刀刮去皮，骨取净，晒干收贮。临用取出，水泡软，清水下锅煮至熟（但不可烂耳）取起。每条用刀切作三节或四节，用新鲜肉带皮切作两指大片子，同水先下锅内，慢火煮至半熟，下鹿筋再煮一二滚，和酒、醋、盐、花椒、八角之类，至筋极烂，肉极熟，加葱白节，装下碗。其醋不可太多，令吃者不见醋味为主。”

【炒鳝鱼】　古代菜肴。清李化楠《醒园录》“炒鳝鱼法”：“先将鱼付滚水抄烫卷圈，取起，洗去白膜，剔去肉条，撕碎，用麻油下锅，并姜、蒜炒拨数十下，加粉、卤、酒和匀，取起。”

【炖脚鱼】　古代菜肴。清李化楠《醒园录》“顿脚鱼法”：“先将脚鱼宰死，下凉水泡一会才下滚水烫洗，刮去黑皮，开甲去腹肠肚秽物，砍作四大块，用肉汤并生精肉，姜、蒜同顿，至鱼熟烂，将肉取起，只留脚鱼，再下椒末。其蒜当多下，姜次之。临吃时，均去之。”其又法：“大脚鱼一个，对配大笋鸡一个，各如法宰洗。用大磁盆，底铺大葱一重，并葱头、大料、花椒、姜。将鱼、鸡安下，上盖以葱，用甜酒、清酱和下淹密，隔汤炖二柱香久，熟烂，香美。”

【醉鱼】　古代菜肴。清李化楠《醒园录》“醉鱼法”：“用新鲜鲤鱼，破开去肚内杂碎，腌二日，翻过再腌二日，即于卤内洗净，再以清水净，晾干水气，入烧酒内洗过，装入坛内。每层鱼各放些花椒，用黄酒灌下，淹鱼寸许，再入烧酒半寸许，上面以花椒盖之，泥封口。总以鱼只装得七分，黄酒淹得二分，加烧酒一分，可成十分满足。吃时，取底下的，放猪板油细丁，加椒、葱，刀切极细如泥，同顿极烂食之，真佳品也。如遇夏天，将鱼晒干，亦可如法醉之。”

【虾羹】　古代菜肴。清李化楠《醒园录》“虾羹法”：“将鲜虾剥去头、尾、足、壳，取肉切成薄片，加鸡蛋、绿豆粉、香圆丝、香菇丝、瓜子仁和豆油、酒调匀。乃将虾之头、尾、足、壳，用宽水煮数滚，去渣澄清。再用猪油同微蒜炙滚，去蒜，将清汤倾和油内煮滚，乃下和匀之虾肉等料，再煮滚，取起，不可太熟。”

【酥鱼】　古代菜肴。清李化楠《醒园录》“酥鱼法”：“不拘何鱼，即鲫鱼亦可。凡鱼，不去鳞不破肚，洗净。先用大葱厚铺锅底下，一重鱼，铺一重葱，鱼下完，加清酱少许，用好香油作汁，淹鱼一指，锅盖密。用高粱杆火煮之，至锅里不响为度。取起吃之甚美，且可久藏不坏。”

【蛋卷】　古代菜肴。清李化楠《醒园录》“蛋卷法”：“用蛋打搅匀，下铁勺内。其勺当先用生油擦之乃下蛋。煎之当轮转，令其厚薄均匀，候熟揭起后做心，逐次煎完，压平。用猪油半精白的，刀剉（不可太细），和绿豆粉、鸡蛋清、豆油、甜酒、花椒、八角末之类（或加盐落花生更妙），并葱珠等下去，搅匀。取一小块，用煎蛋饼卷之，如卷薄饼样。将两头轻轻折入，逐个包完。放蒸笼内蒸熟吃之，其味甚美。”

【煮香菰】　古代菜肴。清李化楠《醒园录》“煮香菰法”：“将菰用水洗湿至透，捻微干。热锅下猪油，加姜丝，炙至姜赤，将菰放下，连炒数下，将原泡之水从锅边高处周围循循倾下，立下立滚，随即取起候配，烹调各菜甚脆香。凡所和之物，当候煮熟，随下随起，切不可久煮，以失菰性。”

【虾皮烘肉】　古代菜肴。清丁宜曾《农圃便览》“虾皮烘肉”：“用猪腿精肉切薄片，温水少洗，香油炒半熟，入多酱并醋、椒、茴末各少许。炒至汁将干，将虾皮搓去糠，入肉锅内，不拘多少，以拌干肉汁为度。可久留。甜晒虾皮更佳。如远行，摊粗麻布上，用杉木烟少熏之。”

【炖牛乳】　古代食品。清丁宜曾《农圃便览》“炖牛乳”：“用牛乳一宋碗，细罗过净，入鸡蛋清五个，搅匀，细火炖之。”

【烹蛋】　古代菜肴。清丁宜曾《农圃便览》“烹蛋”：“先用虾米五钱泡透，剁极碎；调鸡蛋十枚，箸调千下；入鸡汤一碗，酱油、黄酒各一小盅，生肪脂切小丁五六钱，盐花些须，调匀入锅，文火烹之。”

【拌海蜇】　古代菜肴。清丁宜曾《农圃便览》“海蜇”：“用极白矾到者，切方块，入极滚水焯过，捞出，速用凉水拔至冷透，加香油、白糖、葱、姜丝、虾米汁拌食。不可入醋。海蜇见醋即不脆。”

【汆西施舌】　古代菜肴。清丁宜曾《农圃便览》“西施舌”：“先用凉水洗净壳上泥沙，以刀劈开，去壳，取舌肉洗净，再将净水入锅，止用盐花、葱、姜少许，煮沸方入舌肉，即刻取出。不可入荤油、酱油。”

【烧羊肉】　古代菜肴。清丁宜曾《农圃便览》“烧羊肉”：“用肥羊肉，投以核桃，煮熟，加盐、酱、椒、茴、葱、姜、酱油、香油、酒、醋，文火熬至汤将干，取出，放冷，切用。”

【烧犬肉】　古代菜肴。清丁宜曾《农圃便览》“制犬”：“将犬肉煮熟。加盐酱一盅、黄酒三斤、整葱、鲜姜、花椒，再煮。至汤将干，加香油四两，酱油四两，少时取用。”

【兔脯】　古代菜肴。清丁宜曾《农圃便览》“兔脯”：“用鲜兔肉，水洗，去血水。加脂肪、香油、山药、鸡蛋、葱，剁极烂。篦上铺豆腐皮或蛋饼，摊肉于上，蒸熟。”

【炒鲨翅】　古代菜肴。清丁宜曾《农圃便览》“鲨翅”：“（鲨翅）用水泡透，刷去鳞，煮熟，择出金丝。先将猪肉如法小炒，将熟，入丝同炒。”

【炒鲍鱼】　古代菜肴。清丁宜曾《农圃便览》“制鲍鱼”：“先用水泡透，去肠，洗净，切片，同肉炒。”

【鸡瓜】　古代菜肴。清丁宜曾《农圃便览》“鸡瓜”：“用鸡胸肉，切长条。姜丝、酱瓜、笋干、虾米、水泡软，各等分。先将鸡下锅，少加香油、水，炒半熟；入笋丝，炒熟；入姜、瓜、虾米、葱白丝，略炒，加盐、醋少许。”

【熏肝】　古代菜肴。清丁宜曾《农圃便览》“熏肝”：“先将猪肝用淡盐腌两宿，弔起控干；劗几道口子，填入椒、茴末，外用纸糊，仍弔起。用时，将杉柏锯末细细熏

过，再蒸熟，去纸食之。若弔之，便不美。”

【鳆鳖】 古代菜肴。清丁宜曾《农圃便览》“鳆鳖”：“用大鳖，滚水去粗皮。再煮熟，拆开盖，加肉丁、鸡丁、白果、栗子，仍将盖盖好，入浆酒、酱油、香油、脂油各一酒盅，姜、葱少许，文火煮至汤将干，取用。”

【煨鱼翅二法】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鱼翅二法”：“鱼翅难烂，须煮两日才能摧刚为柔。用有二法：一用好火腿、好鸡汤，加鲜笋、冰糖钱许煨烂，此一法也；一纯用鸡汤串细萝卜丝，拆碎鳞翅，搀和其中，飘浮碗面，令食者不能辨其为萝卜丝，为鱼翅，此又一法也。”

【煨淡菜】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“淡菜”：“淡菜煨肉，加汤，颇鲜。”

【海蝘(yǎn掩)蒸蛋】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“海蝘”：“海蝘，宁波小鱼也，味同虾米。以之蒸蛋甚佳……。”

【煨乌鱼蛋】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“乌鱼蛋”：“乌鱼蛋最鲜，最难服事。须河水滚透，撤沙去臊，再加鸡汤、蘑菇煨烂。”

【蒸煨刀鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“刀鱼二法”：“刀鱼用蜜酒娘，清酱放盘中，如鲥鱼法蒸之最佳，不必加水。如嫌刺多，则将极快刀刮取鱼片，用钳抽去其刺，用火腿汤、鸡汤、笋汤煨之，鲜妙绝伦……。”

【炒鳇鱼片】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鲟鱼”：“惟在苏州唐氏吃炒鳇鱼片甚佳。其法：切片油炮，加酒、秋油滚三十次，下水再滚，起锅加作料，重用瓜姜、葱花。”

【烧黄鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“黄鱼”：“黄鱼切小块，酱酒郁一个时辰，沥干。入锅爆炒，两面黄，加金华豆豉一茶杯、甜酒一碗、秋油一小杯同滚。候卤干色红，加糖，加瓜姜收起，有沉浸浓郁之妙。”

【黄鱼羹】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“黄鱼”：“又一法，将黄鱼拆碎，入鸡汤作羹，微用甜酱、水纤粉收起之亦佳。”

【煨班鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“班鱼”：“班鱼最嫩，剥皮去秽，分肝、肉二种，以鸡汤煨之，下酒三分、水二分、秋油一分，起锅时，加姜汁一大碗、葱数茎，杀去腥气。”

【假蟹】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“假蟹”：“煮黄鱼二条，取肉去骨，加生盐蛋四个调碎，不拌入鱼肉；起油锅炮，下鸡汤滚，将盐蛋搅匀，加香蕈、葱、姜汁、酒。吃时酌用醋。”

【烧猪头】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“猪头二法”。其一法：“洗净，五斤重者，用甜酒三斤；七八斤者，用甜酒五斤。先将猪头下锅同酒煮，下葱三十根、八角三钱，煮二百余滚，下秋油一大杯、糖一两。候熟后，尝咸淡，再将秋油加减，添开水要漫过猪头一寸，上压重物；大火烧一炷香，退出大火，用文火细煨收干，以腻为度。烂后即开锅盖，迟则走油。”

【煨猪蹄】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“猪蹄四法”。其前三法：“蹄膀一只，不用爪，白水煮烂，去汤；好酒一斤，清酱、酒杯半、陈皮一钱、红枣四五个煨烂。起锅时，用葱、椒、酒泼入，去陈皮、红枣。此一法也。又一法：先用虾米煎汤代水，加酒、秋油煨之。又一法：用蹄膀一只，先煮熟，用素油灼皱其皮，再加作料红煨。有士人好先掇食其皮，号揭单被。”

【蒸猪蹄】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“猪蹄四法”之四：“用蹄膀一个，两钵合之，加酒，加秋油，隔水蒸之，以二枝香为度。号神仙肉。”

【炮猪肚】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“猪肚二法”之一：“将肚洗净，取极厚处，去上下皮，单用中心，切骰子块。滚油炮炒，加作料起锅，以极脆为佳。此北人法也。”

【煨猪肚】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“猪肚二法”之二：“南人白水加酒煨二枝香，以极烂为度，蘸清盐食之亦可。”

【煨猪肺】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“猪肺二法”之一，将洗净之肺，“用酒水滚一日一夜，肺缩小如一片白芙蓉浮于汤面。再加作料，上口如泥。汤西崖少宰宴客，每碗四片，已用四肺矣。”

【煨猪腰】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“猪腰”：“腰片，炒枯则木，炒嫩则令人生疑，不如煨烂蘸椒盐食之为佳。或加作料亦可，只宜手摘，不宜刀切，但须一日工夫，才得如泥耳。此物只宜独用，断不可搀入别菜中，最能夺味而惹腥；煨三刻则老，煨一日则嫩。”

【煨猪里肉】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“猪里肉”：“猪里肉精而且嫩，人不多食。尝在扬州谢蕴山太守席上食而甘之。云以里肉切片，用纤粉团成小把入虾汤中，加香蕈、紫菜清煨，一熟便起。”

【白片肉】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“白片肉”：“须自养之猪，宰后入锅煮到八分熟，泡在汤中一个时辰取起。将猪身上行动之处薄片上桌，不冷不热，以温为度。此是北人擅长之菜。南人效之，终不能及。……割法须用小快刀片之，以肥瘦相参，横斜碎杂为佳。与圣人‘割不正不食’一语截然相反。其猪身肉之名目甚多，满洲跳神肉最妙。”

【红煨肉】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“红煨肉三法”：“或用甜酱，或用秋油，或竟不用秋油、甜酱。每肉一斤，用盐三钱，纯酒煨之；亦有用水者，但须熬干水气。三种治法皆红如琥珀，不可加糖炒色。早起锅则黄，当可则红，过迟红色变紫，而精肉转硬。常起锅盖则油走，而味都在油中矣。大抵割肉虽方，以烂到不见锋棱，上口而精肉俱化为妙。全以火候为主。谚云：‘紧火粥，慢火肉’，至哉言乎！”

【白煨肉】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“白煨肉”：“每肉一斤，用白水煮八分好起出，去汤。用酒半斤、盐

二钱半煨一个时辰。用原汤一半加入，滚干，汤腻为度。再加葱、椒、木耳、韭菜之类。火先武后文。又一法，每肉一斤，用糖一钱、酒半斤、水一斤、清酱半茶杯，先放酒，滚肉一二十次，加茴香一钱，放水闷烂，亦佳。”

【油灼肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“油灼肉”：“用硬短勒，切方块，去筋袢，酒酱郁过，入滚油中炮炙之，使肥者不腻，精者肉松。将起锅时，加葱、蒜，微加醋喷之。”

【干锅蒸肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“干锅蒸肉”：“用小磁钵，将肉切方块，加甜酒、秋油，装大钵内，封口，放锅内，下用文火干蒸之，以两枝香为度。不用水，秋油与酒之多寡，相肉而行，以盖满肉面为度。”

【盖碗装肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“盖碗装肉”：“放手炉上，法与前同。”制法与“干锅蒸肉”相同。

【磁坛装肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“磁坛装肉”：“放砻糠中慢煨，法与前同。总须封口。”制法与“干锅蒸肉”相同。

【脱沙肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“脱沙肉”：“去皮切碎。每一斤用鸡子三只，青黄俱用，调和拌肉。再斩碎，入秋油半酒杯，葱末拌匀，用网油一张裹之。外再用菜油四两煎两面起出，去油，用好酒一茶杯、清酱半酒杯闷透。提起切片。肉之面上加韭菜、香蕈、笋丁。”

【晒干肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“晒干肉”：“切薄片精肉，晒烈日中，以干为度，用陈大头菜夹片干炒。”

【火腿煨肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“火腿煨肉”：“火腿切方块，冷水滚三次，去汤沥干；将肉切方块，冷水滚二次，去汤沥干；放清水煨，加酒四两、葱、椒、笋、香蕈。”

【台鲞煨肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“台鲞煨肉”：“法与‘火腿煨肉’同。鲞易烂，须先煨肉至八分，再加鲞凉之，则号鲞冻，绍兴人菜也。鲞不佳者不必用。”

【粉蒸肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“粉蒸肉”：“用精肥参半之肉，炒米粉黄色，拌面酱蒸之，下用白菜作垫。熟时不但肉美，菜亦美，以不见水，故味独全。江西人菜也。”清《调鼎集》“粉蒸肉”：“炒上白籼米，磨粉筛出，锅巴粉更美，重用脂油、椒、盐同炒。又将肉切大片，烧好，入粉拌匀上笼，底垫腐皮或荷叶（防走油）蒸。又，将方块肉先用椒盐略揉，再入米粉周遭粘滚，上笼，拌绿豆芽（去头尾）蒸……。”

【熏煨肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“熏煨肉”：“先用秋油、酒将肉煨好，带汁上木屑略熏之，不可太久，使干湿参半，香嫩异常。”清《调鼎集》也收有此菜，制法相似，仅将“木屑”改成了“荔壳”，并在熏后“又用作料烹之”。

【芙蓉肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“芙蓉肉”：“精肉一斤，切片，清酱拖过，风干一个时辰；用大虾肉四十个，猪油二两，切骰子大，将虾肉放在猪肉上，一只虾一块肉，敲扁，将滚水煮熟撩起；熬菜油半斤，将肉片放在有眼铜勺内，将滚油灌熟，再用秋油半酒杯、酒一杯、鸡汤一茶杯，熬滚，浇肉片上；加蒸粉、葱、椒糁上起锅。”

【荔枝肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“荔枝肉”：“用肉切大骨牌片，放白水煮二三十滚撩起；熬菜油半斤，将肉放入炮透撩起，用冷水一激，肉皱撩起；放入锅内，用酒半斤、清酱一小杯、水半斤煮烂。”

【八宝肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“八宝肉”：“用肉一斤，精、肥各半，白煮一二十滚，切柳叶片。小淡菜二两、鹰爪二两、香蕈一两、花海蜇二两、胡桃肉四个、去皮笋片四两、好火腿二两、麻油一两。将肉入锅，秋油、酒煨至五分熟，再加余物，海蜇下在最后。”

【菜花头煨肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“菜花头煨肉”：“用台菜心嫩蕊，微腌，晒干用之。”

【炒肉丝】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“炒肉丝”：“切细丝，去筋袢皮骨，用清酱、酒郁片时；用菜油熬起白烟变青烟后，下肉炒匀，不停手；加蒸粉、醋一滴、糖一撮、葱白、韭、蒜之类。只炒半斤，文火不用水。又一法，用油炮后，用酱水加酒略煨，起锅红色，加韭菜尤香。”

【炒肉片】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“炒肉片”：“将肉精、肥各半，切成薄片，清酱拌之，入锅油炒，闻响即加酱、水、葱、瓜、冬笋、韭菜，起锅火要猛烈。”

【八宝肉圆】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“八宝肉圆”：“猪肉精、肥各半，斩成细酱，用松仁、香蕈、笋尖、荸荠、瓜姜之类，斩成细酱，加芡粉和捏成团，放入盘中，加甜酒、秋油蒸之。入口松脆。”

【空心肉圆】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“空心肉圆”：“将肉捶碎，郁过，用冻猪油一小团作馅子，放在团内蒸之，则油流去而团子空心矣。此法镇江人最善。”

【笋煨火肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“笋煨火肉”：“冬笋切方块，火肉切方块，同煨。”

【烧小猪】　古代菜肴。即烤乳猪。清袁枚《随园食单》“烧小猪”：“小猪一个，六七斤重者，钳毛去秽，叉上炭火炙之。要四面齐到，以深黄色为度。皮上慢慢以奶酥油涂之，屡涂屡炙。食时酥为上，脆次之，硬斯下矣。”

【炙排骨】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“排骨”：“取勒条排骨，精、肥各半者，抽去当中直骨，以葱代之，炙，用醋酱频频刷上，不可太枯。”

【罗蓑肉】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“罗蓑肉”：“以作鸡松法作之，存盖面之皮，将皮下精肉斩成碎团，加作料烹熟。”

【杨公圆】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“杨公圆”：“杨明府作肉圆大如茶杯，细腻绝伦，汤尤鲜洁，入口如酥。大概去筋去节，斩之极细，肥、瘦各半，用芡合匀。”

【黄芽菜煨火腿】　古代菜肴。清袁枚《随园食单》“黄芽菜煨火腿”：“用好火腿，剥下外皮，去油存肉。先用鸡

汤将皮煨酥，再将肉煨酥，放黄芽菜心，连根切段，约二寸许长，加蜜酒娘及水连煨半日。上口甘鲜，肉菜俱化，而菜根及菜心丝毫不散，汤亦美极。朝天宫道士洁也。”

【蜜火腿】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“蜜火腿”：“取好火腿，连皮切大方块，用蜜酒煨极烂最佳。”

【煨牛舌】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“煨牛舌”：“牛舌最佳。去皮撕膜，切片入肉中同煨。亦有冬腌风干者，隔年食之，极似好火腿。”

【羊羹】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“羊羹”：“取熟羊肉斩小块，如骰子大，鸡汤煨，加笋丁、香蕈丁、山药丁同煨。”

【羊肚羹】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“羊肚羹”：“将羊肚洗净，煮烂，切丝，用本汤煨之，加胡椒、醋俱可。”

【红煨羊肉】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“红煨羊肉”：“与红煨猪肉同。加刺眼核桃，放入去羶，亦古法也。”

【烧羊肉】 古代菜肴。即烤羊肉。清袁枚《随园食单》“烧羊肉”：“羊肉切大块，重五七斤者，铁叉火上烧之。”

【蒸果子狸】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“果子狸”：“果子狸鲜者难得。其腌干者，用蜜酒娘蒸熟，快刀切片上桌。先用米泔水泡一日，去尽盐秽，较火腿觉嫩而肥。”

【假牛乳】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“假牛乳”：“用鸡蛋清拌蜜酒娘，打掇入化，上锅蒸之。以嫩腻为主，火候迟便老，蛋清太多亦老。”

【茶叶蒸鹿尾】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鹿尾”：“尹文端公品味以鹿尾为第一。然南方人不能常得，从北京来者，又苦不鲜新。余尝得极大者，用茶叶包而蒸之，味果不同。其最佳处，在尾上一道浆耳。”

【鸡松】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鸡松”：“肥鸡一只，用两腿，去筋骨，剁碎，不可伤皮。用鸡蛋清、粉芡、松子肉同剁成块。如腿不敷用，添脯子肉切成方块，用香油灼黄，起放钵头内，加百花酒半斤、秋油一大杯、鸡油一铁勺，加冬笋、香蕈、姜、葱等，将所余鸡骨皮盖面，加水一大碗，下蒸笼蒸透。临吃去之。”

【生炮鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“生炮鸡”：“小雏鸡斩小方块，秋油、酒拌；临吃时，拿起放滚油内灼之，起锅又灼，连灼三回盛起，用醋、酒、粉芡、葱花喷之。”

【鸡粥】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鸡粥”：“肥母鸡一只，用刀将两脯肉去皮、细刮，或用刨刀亦可。只可刮刨，不可斩，斩之便不腻矣。再用余鸡敷汤下之，吃时，加细米粉、火腿屑、松子肉，共敲碎放汤内。起锅时，放葱、姜，浇鸡油，或去渣，或存渣俱可。宜于老人。大概斩碎者去渣，刮刨者不去渣。”

【焦鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“焦鸡”：“肥母鸡洗净，整下锅煮，用猪油四两、茴香四个，煮成八分熟。再拿香油灼黄，还下原汤熬浓，用秋油、酒、整葱收起。临上片碎，并将原卤浇之，或拌蘸亦可。”

【捶鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“捶鸡”：“将整鸡捶碎，秋油、酒煮之。”

【炒鸡片】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“炒鸡片”：“用鸡脯肉，去皮，斩成薄片，用豆粉、麻油、秋油拌之，芡粉调之，鸡蛋清拌。临下锅，加酱瓜姜、葱花末。须用极旺之火炒。一盘不过四两，火气才透。”

【蒸小鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“蒸小鸡”：“用小嫩鸡雏，整放盘中，上加秋油、甜酒、香蕈、笋尖，饭锅上蒸之。”

【鸡丁】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鸡丁”：“取鸡脯子，切骰子小块，入滚油炮炒之，用秋油、酒收起，加荸荠丁、笋丁、香蕈丁拌之。汤以黑色为佳。”

【鸡圆】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鸡圆”：“斩鸡脯子肉，为圆，如酒杯大，鲜嫩如虾圆。扬州臧八太爷家制之最精，法用萝卜、猪油、芡粉揉成，不可放馅。”

【蘑菇煨鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“蘑菇煨鸡”：“口蘑菇四两，开水泡，去砂，用冷水漂、牙刷擦，再用清水漂四次。用菜油二两炮透，加酒喷。将鸡斩块放锅内滚去沫，下甜酒、清酱，煨八分功程，下蘑菇，再煨二分功程，加笋、葱、椒起锅。不用水，加冰糖三钱。”

【梨炒鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“梨炒鸡”：“取雏鸡胸肉切片，先用猪油三两熬熟，炒三四次，加麻油一瓢，芡粉、盐花、姜汁、花椒末各一茶匙，再加雪梨薄片、香蕈小块，炒三四次，起锅，盛五寸盘。”

【假野鸡卷】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“假野鸡卷”：“将脯子斩碎，用鸡子一个调清酱郁之。将网油划碎，分包小包，油裹，炮透，再加清酱、酒、作料、香蕈、木耳，起锅加糖一撮。”

【黄芽菜炒鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“黄芽菜炒鸡”：“将鸡切块，起油锅生炒透，酒滚二三十次，加秋油后，滚二三十次，下水滚。将菜切块，俟鸡有七分熟，将菜下锅，再滚三分，加糖、葱各料。其菜要另滚熟搀用。每一只用油四两。”

【栗子炒鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鸡斩块，用菜油二两炮，加酒一饭碗、秋油一小杯、水一饭碗，煨七分熟。先将栗子煮熟，同笋下之，再煨三分起锅，下糖一撮。”

【灼八块】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“灼八块”：“嫩鸡一只，斩八块，滚油炮透，去油，加清酱一杯、酒半斤，煨熟便起。不用水，用武火。”

【珍珠团】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“珍珠团”：“熟鸡脯子，切黄豆大块，清酱、酒拌匀，用干面滚满，入锅炒。炒用素油。”

【黄芪蒸鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“黄芪蒸鸡治瘵”：“取童鸡未曾生蛋者杀之，不见水，取出肚脏，塞黄芪一两，架箸放锅内蒸之。四面封口，熟时取出，卤

浓而鲜，可疗弱症。”

【蒋鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“蒋鸡”：“童子鸡一只，用盐四钱、酱油一匙、老酒半茶杯、姜三大片，放砂锅内隔水蒸烂，去骨，不用水。蒋御史家法也。”

【唐鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“唐鸡”：“鸡一只，或二斤，或三斤。如用二斤者，用酒一饭碗，水三饭碗。用三斤者酌添。先将鸡切块，用菜油二两，候滚熟，爆鸡要透。先用酒滚一二十滚，再下水约二三百滚，用秋油一酒杯。起锅时，加白糖一钱。唐静涵家法也。”

【炒鸡肝】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鸡肝”：“用酒、醋喷炒，以嫩为贵。”

【鸡血羹】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鸡血”：“取鸡血为条，加鸡汤、酱、醋、索粉作羹。宜于老人。”

【拌鸡丝】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鸡丝”：“拆鸡为丝，秋油、芥末、醋拌之，此杭州菜也。加笋，加芹俱可……拌者，用熟鸡。”

【煨鸡肾】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鸡肾”：“取鸡肾三十个，煮微熟去皮，用鸡汤加作料煨之，鲜嫩绝伦。”

【烤野鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“野鸡五法”：“野鸡披胸肉，清酱郁过，以网油包，放铁叉上烧之。作方片可，作卷子亦可。此一法也。”

【拌野鸡丝】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“野鸡五法”：“先用油灼，拆丝加酒、秋油、醋，同芹菜冷拌，一法也。”

【野鸡火锅】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“野鸡五法”：“生片其肉，入火锅中，登时便吃，亦一法也。其弊在肉嫩则味不入，味入则肉又老。”

【赤炖肉鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“赤炖肉鸡”：“洗切净。每一斤用好酒十二两、盐二钱五分、冰糖四钱，研。酌加桂皮，同入砂锅中，文炭火煨之。倘酒将干，鸡肉尚未烂，每斤酌加清开水一茶杯。”

【蘑菇煨鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“蘑菇煨鸡”：“鸡肉一斤、甜酒一斤、盐三钱、冰糖四钱，蘑菇用新鲜不霉者，文火煨二枝线香为度。不可用水。先煨鸡八分熟，再下蘑菇。”

【火腿煨鸽肉】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鸽子”：“鸽子加好火腿同煨，甚佳。不用火腿肉亦可。”

【煨鸽蛋】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鸽蛋”：“煨鸽蛋法与煨鸡肾同。”参见“煨鸡肾”。

【炮雪梨野鸭片】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“野鸭”：“野鸭切厚片，秋油郁过，用两片雪梨夹住，炮烦之。苏州包道台家制法最精，今失传矣。”

【蒸鸭】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“蒸鸭”：“生肥鸭去骨，内用糯米一酒杯，火腿丁、大头菜丁、香蕈、笋丁、秋油、酒、小磨麻油、葱花，俱灌鸭肚内。外用鸡汤放盘中，隔水蒸透。”

【鸭糊涂】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鸭糊涂”：“用肥鸭白煮八分熟，冷定去骨，拆成天然不方不圆之块，下原汤内煨，加盐三钱、酒半斤，捶碎山药同下锅作芡。临煨烂时，再加姜末、香蕈、葱花。如要浓汤，加放粉芡。以芋代山药亦妙。”

【卤鸭】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“卤鸭”：“不用水，用酒煮。鸭去骨，加作料食之。高要令杨公家法也。”

【鸭脯】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鸭脯”：“用肥鸭斩大方块，用酒半斤、秋油一杯、笋、香蕈、葱花焖之，收卤起锅。”

【烧鸭】 古代菜肴。即烤鸭。清袁枚《随园食单》“烧鸭”：“用雏鸭上叉烧之。冯观察家厨最精。”

【挂卤鸭】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“挂卤鸭”：“塞葱鸭腹，盖闷而烧。水西门许店最精。家中不能作，有黄、黑二色，黄者更妙。”

【干蒸鸭】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“干蒸鸭”：“杭州商人何星举家干蒸鸭，将肥鸭一只洗净，斩八块，加甜酒、秋油，淹满鸭面，放磁罐中封好，置于锅中蒸之。用文炭火，不用水。临上时，其精肉皆烂如泥。以线香二枝为度。”

【野鸭团】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“野鸭团”：“细斩野鸭胸前肉，加猪油、微芡，调揉成团，入鸡汤滚之。或用本鸭汤亦佳。大兴孔亲家制之甚精。”

【徐鸭】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“徐鸭”：“顶大鲜鸭一只。用百花酒十二两，青盐一两二钱，滚水一汤碗，冲化，去渣末，再换冷水七饭碗，鲜姜四厚片，约重一两，同入大瓦盖钵内，将皮纸封固口。用大火笼烧透大炭吉三元，约二文一个。外用套包一个，将火笼罩定，不可令其走气。约早点时炖起，至晚方好。速则恐其不透，味便不佳矣。其炭吉烧透后，不宜更换瓦钵，亦不宜预先开看。鸭破开时，将清水洗后，用洁净无浆布拭干入钵。”

【煨麻雀】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“煨麻雀”：“取麻雀五十只，以清酱、甜酒煨之。熟后，去爪脚，单取雀胸头肉，连汤放盘中。甘鲜异常。”

【煨黄雀】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“煨鹌鹑黄雀”：“……黄雀用苏州糟加蜜酒煨烂，下作料与煨麻雀同。”

【蒸鳊鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“边鱼”：“边鱼活者，加酒、秋油蒸之，玉色为度。一作呆白色，则肉老而味变矣。并须盖好，不可受锅盖上之水气。临起加香蕈、笋尖，或用酒煎亦佳。用酒不用水，号假鲥鱼。”

【蒸鲫鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鲫鱼”：“鲫鱼先要善买。择其扁身而带白色者，其肉嫩而松，熟后一提，肉即卸骨而下。黑脊浑身者，崛强槎枒，鱼中之喇子也，断不可食。照边鱼蒸法最佳，其次煎吃亦妙。拆肉下可以作羹。通州人能煨之，骨尾俱酥，号酥鱼，利小儿食，然总不如蒸食之得其味也。六合龙池出者，愈大

愈嫩，亦奇。蒸时，用酒不用水，稍稍用糖，以起其鲜。以鱼之小大酌量秋油、酒之多寡。”

【蒸白鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“白鱼”：“白鱼肉最细，用糟鲥鱼同蒸之最佳。或冬日微腌加酒娘糟二日亦佳。余在江中得网起活者，用酒蒸食，美不可言。糟之最佳，不可太久，久则肉木矣。”

【炒季鱼】 古代菜肴。季鱼，也称季花鱼，即鳜鱼。清袁枚《随园食单》“季鱼”：“季鱼少骨，炒片最佳。炒者以片薄为贵。用秋油细郁后，用芡粉、蛋清搂之；入油锅炒，加作料炒之。油用素油。”

【土步鱼羹】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“土步鱼”：“杭州以土步鱼为上品，而金陵人贱之，目为虎头蛇，可发一笑。肉最松嫩，煎之、煮之、蒸之俱可。加腌芥作汤、其羹尤鲜。”

【鱼松】 古代菜肴。制法多种。清袁枚《随园食单》“鱼松”：“用青鱼、鲜鱼蒸熟，将肉拆下，放油锅中灼之，黄色，加盐花、葱、椒、瓜姜。冬日封瓶中，可以一月。”

【鱼圆】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鱼圆”：“用白鱼、青鱼活者破半，钉板上，用刀刮下肉，留刺在板上。将肉斩化，用豆粉、猪油拌，将手搅之。放微微盐水，不用清酱。加葱、姜汁作团，成后，放滚水中煮熟，撩起，冷水养之。临吃，入鸡汤紫菜滚。”

【炒鱼片】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鱼片”：“取青鱼、季鱼片，秋油郁之，加芡粉、蛋清，起油锅炮炒，用小盘盛起，加葱、椒、瓜姜。极多不过六两，太多则火气不透。”

【连鱼豆腐】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“连鱼豆腐”：“用大连鱼煎熟，加豆腐，喷酱水，葱、酒滚之，俟汤色半红起锅。其头味尤美。此杭州菜也。用酱多少，须相鱼而行。”

【醋搂鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“醋搂鱼”：“用活青鱼，切大块，油灼之，加酱、醋、酒喷之。汤多为妙。俟熟，即速起锅。此物杭州西湖上五柳居最有名，而今则酱臭而鱼败矣，甚矣。宋嫂鱼羹，徒存虚名，《梦粱录》不足信也。鱼不可大，大则味不入；不可小，小则刺多。”

【煨银鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“银鱼”：“银鱼起水时名冰鲜，加鸡油、火腿煨之，或炒食甚嫩。干者泡软，用酱水炒，亦妙。”

【煨台鲞】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“台鲞”：“台鲞好丑不一，出台州松门者为佳，肉软而鲜肥，出时拆之，便可当作小菜，不必煮食也。用鲜肉同煨，须肉烂时放鲞，否则鲞消化不见矣。冻之即为‘鲞冻’，绍兴人法也。”

【鲞冻】 见“煨台鲞”。

【糟鲞】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“糟鲞”：“冬日用大鲤鱼腌而干之，入酒糟，置坛中，封口。夏日食之，不可烧酒作泡，用烧酒者不无辣味。”

【虾子勒鲞】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“虾子勒鲞”：“夏日选白净带子勒鲞，放水中一日，泡去盐味，太阳晒干。入油锅煎，一面黄取起。以一面未黄者铺上虾子，放盘中，加白糖蒸之，一炷香为度，三伏日食之，绝妙。”

【鱼铺】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鱼铺”：“活青鱼去头尾，斩小方块，盐腌透风干。入油锅煎，加作料收卤。再炒芝麻滚拌起锅。苏州法也。”

【家常煎鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“家常煎鱼”：“家常煎鱼，须要耐性。将鲜鱼洗净，切块，盐腌，压扁，入油中，两面煎黄。多加油、秋油，文火慢慢滚之；然后收汤作卤，使作料之味全入鱼中。第此法指鱼之不活者而言。如活者，又以速起锅为妙。”

【黄姑鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“黄姑鱼”：“徽州出小鱼，长二三寸，晒干寄来，加酒剥皮，放饭锅上蒸而食之，味最鲜，号黄姑鱼。”

【汤鳗】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“汤鳗”：“鳗鱼最忌出骨。因此物性本腥重，不可过于摆布失其天真，犹鲥鱼之不可去鳞也。清煨者，以河鳗一条，洗去滑涎，斩寸为段，入磁罐中，用酒水煨烂；下秋油起锅，加冬腌新芥菜作汤，重用葱、姜之类以杀其腥。常熟顾比部家用芡粉山药干煨，亦妙。或加作料直置盘中蒸之，不用水，家致华分司蒸鳗最佳。秋油酒四六兑，务使汤浮于本身。起笼时尤要恰好，迟则皮皱味失。”

【红煨鳗】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“红煨鳗”：“鳗鱼用酒水煨烂，加甜酱代秋油，入锅收汤煨干，加茴香、大料起锅。有三病宜戒者：一皮有皱纹，皮便不酥；一肉散碗中，箸夹不起；一早下盐豉，入口不化。扬州朱分司家制之最精。大抵红煨者，以干为贵，使卤味收入鳗肉中。”

【炸鳗】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“炸鳗”：“择鳗鱼大者去首尾，寸断之，先用麻油炸熟取起；另将鲜蒿菜嫩尖入锅中，仍用原油炒透，即以鳗鱼平铺菜上，加作料煨一炷香。蒿菜分量较鱼减半。”

【生炒甲鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“生炒甲鱼”：“将甲鱼去骨，用麻油炮炒之，加秋油一杯、鸡汁一杯。此真定魏太守家法也。”

【酱炒甲鱼】 。古代菜肴。清袁枚《随园食单》“酱炒甲鱼”：“将甲鱼煮半熟去骨，起油锅炮炒，加酱水、葱椒收汤成卤，然后起锅。此杭州法也。”

【带骨甲鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“带骨甲鱼”：“要一个半斤重者，斩四块，加油脂三两，起油锅煎两面黄，加水、秋油、酒煨。先武火，后文火，至八分熟，加蒜起锅，用葱、姜、糖。甲鱼宜小，不宜大，俗号童子脚鱼，才嫩。”

【青盐甲鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“青盐甲鱼”：“斩四块，起油锅炮透，每甲鱼一斤，用酒四两、大茴香三钱、盐一钱半。煨至半好，下脂油二两，切小骰

块，再煨。加蒜头笋尖；起时，用葱椒，或用秋油，则不用盐。此苏州唐静涵家法。甲鱼大则老，小则腥，须买其中样者。”

【汤煨甲鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“汤煨甲鱼”：“将甲鱼白煮，去骨拆碎，用鸡汤、秋油、酒煨；汤二碗收至一碗起锅，用葱椒、姜末掺之。吴竹屿家制之最佳。微用芡才得汤腻。”

【全壳甲鱼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“全壳甲鱼”：“山东杨参将家制甲鱼，去首尾，取肉及裙；加作料煨好，仍以原壳覆之。每宴客，一客之前以小盘献一甲鱼，见者悚然，犹虑其动，惜未传其法。”

【鳝丝羹】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鳝丝羹”：“鳝鱼者半熟，划丝去骨，加酒、秋油煨之，微用芡粉，用金针菜、冬瓜、长葱为羹。南京厨者，辄制鳝为炭，殊不可解。”

【炒鳝】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“炒鳝”：“拆鳝丝，炒之略焦，如炒肉鸡之法。不可用水。”

【段鳝】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“段鳝”：“切鳝以寸为段，照煨鳗法煨之。或先用油炙使坚再以冬瓜、鲜笋、香蕈作配，微用酱水，重用姜汁。”

【虾圆】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“虾圆”：“虾圆照鱼圆法，鸡汤煨之，干炒亦可。大概捶虾时不宜过细，恐失真味。鱼圆亦然。或竟剥虾肉，以紫菜拌之亦佳。”

【虾饼】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“虾饼”：“以虾捶烂，团而煎之，即为虾饼。”

【炒虾】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“炒虾”：“炒虾照炒鱼法，可用韭配。或加冬腌芥菜，则不可用韭矣。有捶扁其尾单炒者，亦觉新异。”

【蟹羹】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“蟹羹”：“剥蟹为羹，即用原汤煨之，不加鸡汁，独用为妙。见俗厨从中加鸭舌，或鱼翅，或海参者，徒夺其味而惹其腥，恶劣极矣！”

【炒蟹粉】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“炒蟹粉”：“以现剥现炒之为佳，过二个时辰则肉干而味失。”

【剥壳蒸蟹】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“剥壳蒸蟹”：“将蟹剥壳，取肉取黄，仍置壳中，放五六只在生鸡蛋上蒸之。上桌时完然一蟹，惟去爪脚，比炒蟹粉觉有新式。扬兰坡明府以南瓜肉拌蟹，颇奇。”

【醉蚶】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“蚶子”：“蚶有三吃法：用热水喷之半熟，去盖，加酒、秋油醉之；或用鸡汤滚熟，去盖入汤；或全去其盖作羹亦可，但宜速起，迟则肉枯。蚶出奉化县，品在蛏蛰蛤蜊之上。”

【烹蛏蛰】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“蛏蛰”：“先用五花肉切片，用作料闷烂。将蛏蛰洗净，麻油炒，仍将肉片连卤烹之。秋油要重些，方得有味。加豆腐亦可。蛏蛰从扬州来虑坏，则取壳中肉置猪油中，可以远行。有晒为干者亦佳。入鸡汤烹之，味在蛏干之上。捶烂蛏蛰作饼，如虾饼样煎吃，加作料亦佳。”

【程泽弓蛏干】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“程泽弓蛏干”：“程泽弓商人家制蛏干，用冷水泡一日，滚水煮两日，撤汤五次。一寸之干发开有二寸。如鲜蛏一般，才入鸡汤煨之。扬州人学之俱不能及。”

【蛏汤豆腐】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“鲜蛏”：“烹蛏，法与蛏蛰同，单炒亦可。何春巢家蛏汤豆腐之妙，竟成绝品。”

【烹水鸡】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“水鸡”：“水鸡去身，用腿。先用油灼之，加秋油、甜酒、瓜姜起锅。或拆肉炒之，味与鸡相似。”

【蒋侍郎豆腐】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“蒋侍郎豆腐”：“豆腐两面去皮，每块切成十六片，晾干。用猪油热灼，清烟起才下豆腐，略洒盐花一撮，翻身后，用好甜酒一茶杯、大虾米一百二十个；如无大虾米，用小虾米三百个，先将虾米滚泡一个时辰、秋油一小杯，再滚一回，加糖一撮，再滚一回，用葱半寸许长一百二十段，缓缓起锅。”

【杨中丞豆腐】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“杨中丞豆腐”：“用嫩腐煮去豆气入鸡汤，用鳆鱼片滚数刻，加糟油、香蕈起锅。鸡汁须浓，鱼片要薄。”

【庆元豆腐】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“庆元豆腐”：“将豆豉一茶杯水泡烂，入豆腐同炒起锅。”

【芙蓉豆腐】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“芙蓉豆腐”：“用腐脑，放井水泡三次去豆气，入鸡汤中滚；起锅时加紫菜、虾肉。”

【王太守八宝豆腐】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“王太守八宝豆腐”：“用嫩片切粉碎，加香蕈屑、蘑菇屑、松子仁屑、瓜子仁屑、鸡屑、火腿屑，同入浓鸡汁中炒滚起锅。用腐脑亦可。用瓢不用箸。孟亭太守云：此圣祖赐徐健庵尚书方也。尚书取方时，御膳房费一千两。太守之祖楼村先生为尚书门生，故得之。”

【程立万豆腐】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“程立万豆腐”：“乾隆二十三年，同金寿门在扬州程立万家食煎豆腐，精绝无双。其豆腐两面黄干，无丝毫卤汁，微有蛏蛰鲜味；然盘中并无蛏蛰及其他杂物也。次日告查宣门。查曰：我能之，我当特请。已而，同杭董浦同食于查家；则上箸大笑，乃纯是鸡雀脑为之，并非真豆腐，肥腻难耐矣。其费十倍于程，而味远不及也。惜其时，余以妹丧急归，不及向程求方。程逾年亡，至今悔之，仍存其名，以俟再访。”

【虾油豆腐】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“虾油豆腐”：“取陈虾油代清酱，炒豆腐须两面煎黄，油锅要热，用猪油葱椒。”

【蓬蒿菜】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“蓬蒿菜”：“取蒿尖，用油灼瘪，放鸡汤中滚之；起时加松菌百枚。”

【煨蕨菜】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“蕨菜”：“用蕨菜不可爱惜，须尽去其枝叶，单取直根；洗净煨

烂；再用鸡肉汤煨。必买矮弱者才肥。”

【煨葛仙米】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“葛仙米”：“将米细检淘净，煮半烂，用鸡汤、火腿汤煨。临上时，要只见米，不见鸡肉、火腿搀和才佳。此物陶方伯家制之最精。”

【煨羊肚菜】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“羊肚菜”：“羊肚菜出湖北，食法与葛仙米同。”

【煨石发】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“石发”：“制法与葛仙米同。夏日用麻油、醋、秋油拌之亦佳。”

【素烧鹅】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“素烧鹅”：“煮烂山药，切寸为段，腐皮包，入油煎之；加秋油、酒、糖、瓜姜，以色红为度。”

【炒韭白】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“韭”：“韭，荤物也，专取韭白，加虾米炒之便佳。或用鲜虾亦可，蚬亦可，肉亦可。”

【炒芹菜】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“芹”：“芹，素物也，愈肥愈妙。取白根炒之，加笋，以熟为度。今人有以炒肉者，清浊不伦。不熟者，虽脆无味。或半拌野鸡，又当别论。”

【豆芽燕窝】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“豆芽”：“豆芽柔脆，余颇爱之。炒须熟烂，作料之味才能融洽。可配燕窝，以柔配柔，以白配白故也。然以其贱而陪极贵，人多嗤之，不知惟巢由正可陪尧舜耳。”

【炒瓢菜心】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“瓢儿菜”：“炒瓢菜心，以干鲜无汤为贵，雪压后更软。王孟亭太守家制之最精，不加别物，宜用荤油。”

【菠菜烧豆腐】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“菠菜”：“波菜肥嫩，加酱水、豆腐煮之。杭人名‘金镶白玉板’是也。如此种菜，虽瘦而肥，可不必再加笋尖、香蕈。”

【煨面筋】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“面筋三法”之一：“面筋入油锅炙枯，再用鸡汤蘑菇清煨。”

【苋羹】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“苋羹”：“苋须细摘嫩尖干炒，加虾米，或虾仁更佳。不可见汤。”

【芋羹】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“芋羹”：“芋性柔腻，入荤入素俱可；或切碎作鸭羹；或煨肉；或同豆腐加酱水煨。徐兆璜明府家，选小芋子入嫩鸡煨汤，妙极。惜其制法未传。大抵只用作料，不用水。”

【拌腐皮】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“豆腐皮”：“将腐皮泡软，加秋油、醋、虾米拌之，宜于夏日。蒋侍郎家，入海参用，颇妙。”

【炒扁豆】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“扁豆”：“取现采扁豆，用肉汤炒之，去肉存豆。单炒者，油重为佳。以肥软为贵，毛糙而瘦薄者，瘠土所生，不可食。”

【煨木耳香蕈】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“煨木耳香蕈”：“扬州定慧庵僧，能将木耳煨二分厚，香蕈煨三分厚。先取蘑菇熬汁为卤。”

【煨鲜菱】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“煨鲜菱”：“煨鲜菱，以鸡汤滚之；上时，将汤撤去一半，池中现起者才鲜，浮水面者才嫩。加新栗、白果煨烂尤佳；或用糖亦可；作点心亦可。”

【煨三笋】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“煨三笋”：“将天目笋、冬笋、问政笋煨入鸡汤，号三笋羹。”

【煮香珠豆】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“香珠豆”：“毛豆至八九月间，晚收者最阔大而嫩，号‘香珠豆’。煮熟，以秋油、酒泡之；出壳亦可，香软可爱，寻常之豆不可食也。”

【问政笋丝】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“问政笋丝”：“问政笋，即杭州笋也。徽州人送者，多是淡笋干，只好泡烂切丝，用鸡肉汤煨用。龚司马取秋油煮笋，烘干上桌。徽人食之惊为异味，余笑其如梦方醒也。”

【炒鸡腿蘑菇】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“炒鸡腿蘑菇”：“芜湖大庵和尚洗净鸡腿蘑菇去沙，加秋油、酒炒熟盛盘，宴客甚佳。”

【猪油煮萝卜】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“猪油煮萝卜”：“用熟猪油炒萝卜，加虾米煨之。以极熟为度；临起加葱花，色如琥珀。”

【蒸香干菜】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“蒸香干菜”：“春芥心风干，取梗，淡腌、晒干；加酒、加糖、加秋油拌后，再加蒸之，风干入瓶。”

【挪菜】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“春芥”：“取芥心风干、斩碎。腌熟入瓶，号称‘挪菜’。”

【腐干丝】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“腐干丝”：“将好腐干切丝极细，以虾子、秋油拌之。”

【酸菜】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“酸菜”：“冬菜心风干，微腌、加糖、醋、芥末，带卤入罐中；微加秋油亦可。席间醉饱之余食之，醒脾解酒。”

【酱炒三果】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“酱炒三果”：“核桃、杏仁去皮，榛子不必去皮。先用油炮脆，再下酱，不可太焦。酱之多少，亦须相物而行。”

【酱石花】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“酱石花”：“将石花洗净入酱中；临吃时再洗，一名‘麒麟菜’。”

【石花糕】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“石花糕”：“将石花熬烂作膏，仍用刀划开，色如蜜腊。”

【混套】 古代菜肴。清袁枚《随园食单》“混套”：“将鸡蛋外壳微敲一小洞，将清黄倒出，去黄用清，加浓鸡卤煨就者拌入，用箸打良久，使之融化，仍装入蛋壳中；上用纸封好，饭锅蒸熟，剥去外壳，仍浑然一鸡卵，此味极鲜。”

【玉兰豆腐】 古代菜肴。清《调鼎集》“玉兰豆腐”原注：“石膏豆腐用小铜瓢舀成玉兰片式，即用蘑菇蓬或用鲜天花、冬笋片衬，后将腐铺上，即名玉兰豆腐。”

【荷叶豆腐】 古代菜肴。清《调鼎集》“荷叶豆腐”原注：“盐卤豆腐披成圆片，入油微炸，再加蘑菇、鲜笋、料酒、糖烧，即名荷叶豆腐，又名‘醉豆腐’。”

【醉豆腐】 见“荷叶豆腐”。

【烩鸡腐】 古代菜肴。取鸡肾数十枚，配火腿片、笋片烩成。见清《调鼎集》。

【炸骨牌】 古代菜肴。清《调鼎集》"炸骨牌"原注："取藕切成条，入米粉和匀，加盐，用筷拑向锅炸。"

【芭蕉蒸肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"芭蕉蒸肉"："肉切块，用芭蕉叶衬笼底蒸，将熟时，浇叭哒杏仁汁（味香美），蘸椒盐。"

【干菜蒸肉】 古代菜肴。取用白菜或芥菜、萝卜菜。菜花头等制作的干菜，切成段，先蒸熟，然后加入五花肉片同蒸烂熟而成。味鲜美，暑天也可保存数天不坏。见清《调鼎集》。

【黄焖肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"黄焖肉"："切小方块，入酱油、酒、甜酱、蒜头（或蒜苗干）焖。又，切丁加酱瓜丁、松仁、盐、酒焖。"

【棋盘肉】 古代菜肴。清《调鼎集》卷三"棋盘肉"："切大方块，皮上划路如棋盘式，微擦洋糖、甜酱，加盐水、酱油烧。临起，加熟芝麻糁面。"

【烧酒焖肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"烧酒焖肉"："熟肉用烧酒焖，倾刻可用，与糟肉同味。"

【白鲞樱桃肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"白鲞樱桃肉"："五花肉切丁，配鲞鱼（去鳞），切小块，多加盐酒焖，收汤。"

【蟹煨肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"蟹煨肉"："凡腌醉、糟蟹切块，不必加盐，同肉（或肘）煨，味极其鲜美。"

【黑汁肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"黑汁肉"："香墨磨汁，加酱油、酒煨肉，另有一种滋味。"

【茶叶肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"茶叶肉"："不拘多少茶叶，装袋，同肉煨，蘸酱油。"

【豆豉煨肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"豆豉煨肉"："鲜肉煨熟，切骰子块，加豆豉四分拌匀，再加笋丁、胡桃仁、香笃隔汤煨用。"

【西瓜肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"西瓜肉"："夏日酷热，用西瓜瓤同煨。"

【五香肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"五香肉"："甜酱、黄酒、桔皮、花椒、茴香擦透，盐腌三日煨。"

【海蜇肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"海蜇肉"："海蜇撕大块，不必加盐，入黄酒同肉煨。"

【鱼肚肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"鱼肚肉"："鱼肚油炸，配煨。"

【琥珀肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"琥珀肉"："肉以二斤半为率，切方块，用酒、水各碗半，盐三钱，酱油一酒杯煨红。若用白酒不必加水。"

【盐酒肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"盐酒肉"："每肉一斤，用木瓜酒一斤、盐五钱、硝一钱，加糖色煨。又，肉一斤、盐三钱，加黄酒慢煨。冷用，无酒味。又，不拘冬夏，不论多少，炒去水，每肉一斤、盐三钱、黄酒十二两、丁香二粒、桂皮五分，用绢一扎入锅，锅内用竹笏垫底，文火煨热，汤干用。"

【酱肉】 古代菜肴。清《调鼎集》收有四种制法：一是将洗净晾干的肉一层，加甜酱一层，腌三日后取出晾干，洗去酱，蒸熟食用。一是先将肉用白水煮熟，然后只取瘦肉，切成方块，入甜酱腌后晒干食用。一是将肉切大块，先用盐擦，后入甜酱腌数日，然后再取出，加多种调料蒸熟食用。一是于"小雪"后，将肉块入酱缸腌清，七日后取出，连酱阴干。临用时，洗去酱，煮熟食用。

【酱风肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"酱风肉"："腊月取肉，洗净，晒干，炒盐微擦，外涂甜酱半指厚，以桑皮纸封固悬当风处，至次年三月洗去纸、酱，加酒蒸（煮亦可），味美色佳。酱肘同。又，先微腌，用面酱酱之，或单用酱油拌郁，风干。"

【雪水肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"雪水肉"："冬雪每十斤拌盐二两装坛封固，次年暑月用此水煮，蝇不敢近。"

【松熏肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"松熏肉"："每肉一斤，用盐五钱、硝一钱煮熟。挂肉离地三尺，下用枯松针（或柏枝）、蔗皮（锉碎）燃烟，圈席围之，熏半日取下，入盐卤内浸五日，再熏一次，悬当风处。随时取用。"

【辣椒肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"辣椒肉"："每肉一斤，醋一杯、盐四钱蒸。临起，加辣椒油少许。"

【蒸腊肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"蒸腊肉"："腊月肉，洗净，煮过，换水再煮一二次味即淡。入深锡镟，加酒、酱油、花椒、茴香、长葱蒸，别有鲜味。"

【冷糟肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"冷糟肉"："先将糟用酒和稀，贮坛，再将现煮熟肉切大方块，乘热布包入糟坛一复时，取出切片，冷用。"

【拌肉丝】 古代菜肴。清《调鼎集》"拌肉丝"："熟肉切细丝，配笋、香蕈、蛋皮各丝，加酱油、盐水、葱、姜、醋拌。"

【拌肉脯】 古代菜肴。清《调鼎集》"拌肉脯"："腿精肉，去骨，切大薄片，烧酒一斤、酱油半斤，少和豆粉一拌，再用麻油二斤烧滚，逐片放入，俟熟取起，加茴香、椒末拌。"

【醋烹脆骨】 古代菜肴。清《调鼎集》"醋烹脆骨"："生脆骨入脂油煨，加醋、酱油、酒烹。"

【拌捶肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"拌捶肉"："猪蹄切薄片，用刀背匀捶二三次，切丁，入滚汤滤出，布包扭干，加糟油拌。羊腿同。"

【脆片】 古代菜肴。清《调鼎集》"脆片"："半熟精肉片，火炙脆，蘸甜酱。"

【金钱肉】 古代菜肴。清《调鼎集》卷二"铺设戏席部"收录。其原注："切圆片，浸酱油、酒，用铁扦串，入火炙。食时，将下，装盘。"《调鼎集》卷三"金钱肉"："切薄片如茶杯大，铺铁网架上，加酱油、醋（两面火烤）。"

【糖拆肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"糖拆肉"："熟肉切长条，油炸，蘸洋糖。"

【糖烧肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"糖烧肉"："冰糖

用水化开烧肉，用时略蘸椒盐。”

【隔层肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“隔层肉”：“整块肉，留皮、膘二层，余肉加酱油、椒末剁碎，摊皮膘上，红烧，切块。”

【响皮肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“响皮肉”：“肉切方块，炭火炙，皮上频抹麻油再炙酥，名响皮肉。”

【挂炉肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“挂炉肉”：“短肋二斤、酱一碗、大茴末二钱、醋少许，和入酱油，锅上加上铁条四根，取前酱、醋涂肉，搁铁条上，加葱白四、五根，用盆盖好，不可泄气。俟油烟透出，转面，再涂酱醋及葱料，如此数回，以黄脆为度。各物先以细盐擦过后敷作料，其味更佳。凡鸡鹅鸭之类，先煮熟，以蜜或糖稀抹于上，用脂油、香油入锅，炸黄取起即可也。充挂炉肉各物，须淡盐腌一时，手擦令匀，煮熟少冷，再敷糖蜜入滚油炸，炸时火要小，炸透取起，俟冷即脆。又，整块肉铁叉逼炭火上，两面悬烧（或入锅膛烧），频扫麻油、酱油。”

【灯灯肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“灯灯肉”：“肉五斤，切方块入锅，加黄酒、酱油、葱、蒜、花椒，放河水，浮面一寸，纸封锅口，锅底先用瓦片铺平，烧滚即撤去火，随用油灯一盏熏著锅脐，点一宿，次日极烂。”

【湖绉烧肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“湖绉烧肉”：“肋肉五斤，不可过肥，切长条块，麻油二斤熬滚，下肉，俟皮色黄而有绉纹即取起。少顷，又入锅，加烧酒一茶杯、黄酒半斤、酱油半斤和水，与肉平，煮，临起，少加洋糖。”

【复汤肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“复汤肉”：“肋肉五斤，切成两三块，煮五分熟取起，冷定。汤贮别器（撇去浮油），再将肉切方块，加酱油半斤、烧酒一斤、糖色一茶杯并煮熟，原汤均与肉平，数沸即烂，临起少加洋糖。”

【文武肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“文武肉”：“肉切方块，火腿亦切方块，火煨。”

【杨梅肉圆】 古代菜肴。清《调鼎集》“杨梅肉圆”：“肉剁极细，和酱油、豆粉作圆，如杨梅大，油炸，配酱烧荸荠片。”

【如意圆】 古代菜肴。清《调鼎集》“如意圆”：“肉切方块，挖空，内填松仁、瓜子仁、椒盐等馅蒸。又，取精肉、肥肉略剁，加豆粉和圆如茶杯大，油炸，名大剁肉圆。”

【米粉圆】 古代菜肴。清《调鼎集》“米粉圆”：“上白籼米炒熟，磨粉，细筛，剁肉加酱油、酒、豆粉作圆，用芋头切片（或苋菜）铺笼底，先摊米粉一层，置肉圆于上，又加米粉一层盖面蒸。”

【徽州芝麻圆】 古代菜肴。清《调鼎集》“徽州芝麻圆”：“肉切碎，略剁，加酱油、酒、豆粉作圆，外滚黑芝麻、椒盐，笼底铺腐皮蒸。”

【糯米肉圆】 古代菜肴。清《调鼎集》“糯米肉圆”：“肉切碎略剁，”加调料制成肉圆，“外滚淘净糯米，笼底铺腐皮蒸，以米熟为度。”

【葱嵌肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“葱嵌肉”：“精肉切大骰子块，中嵌葱梗一条，烩。”

【南瓜瓤肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“南瓜瓤肉”：“拣圆小瓜（去皮）挖空，入碎肉、蘑菇、冬笋、酱油，蒸。”

【笋瓤肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“笋瓤肉”：“鲜大笋取中段，通节，大薄片肉、鲜汤灌满，加酱油、油、香艻，仍用笋签口，煨一炷香，干装。”

【蛋卷肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“蛋卷肉”：“蛋皮摊碎肉，卷好，仍用蛋清糊口，脂油、洋糖、甜酱和烧。”

【腐皮披卷】 古代菜肴。清《调鼎集》“腐皮披卷”：“剁肉，入果仁等物，用腐皮作长卷，油炸，切长段，烩亦可。”

【扣肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“扣肉”：“肉切大方块，加甜酱煮八分熟，取起，麻油炸，切大片，入花椒、整葱、黄酒、酱油，用小磁钵装定，上笼蒸烂，用时覆入碗，皮面上。”

【蛋肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“蛋肉”：“肉内酌入去壳熟鸡蛋同煨，或倾入打稠散蛋煨，均得味。”

【醉猪头】 古代菜肴。清《调鼎集》“醉猪头”：“猪头两个治净，拆肉去骨，切大块。每肉一斤，花椒、茴香末各五分、细葱白二钱、盐四钱、酱少许拌肉，入锅文武火煮。俟熟，以粗白布作袋，将肉装入，扎好。上下以净板夹着，用石压三二日，拆开布袋，再切寸厚大牙牌块，与酒浆间铺。旬月即美绝伦。用陈糟更好。”

【醉蹄尖】 古代菜肴。清《调鼎集》“醉蹄尖”：“去骨，入白酒酿醉。”

【金银蹄】 古代菜肴。清《调鼎集》“金银蹄”：“醉蹄尖配火腿蹄煨。”

【熏腊蹄】 古代菜肴。清《调鼎集》“熏腊蹄”：“腊蹄熏熟，仰放锡镟，加虾脯、青笋尖、火腿片、香蕈、酒酿隔水蒸。如味淡，加酱油。”

【松果肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“松果肉”：“五花肉，切酒杯大块，皮上深划作围棋档，用葱、蒜、姜椒汁、酱油、酒将肉泡透。再用原泡作料，入锅红烧至七八分成烂，提起出油。临吃时，下麻油炸，其皮向外翻出，如松果式。”

【建莲肺羹】 古代菜肴。清《调鼎集》“建莲肺羹”：“肺肚切丁，配建莲（去皮、心，先煮五分熟）、火腿丁、鸡皮、笋皮，加作料、鲜汤煨。”

【樱桃肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“樱桃肉”：“切小方块，如樱桃大。用黄酒、盐水、丁香、茴香、洋糖同烧。又油炸、蘸盐。又外裹虾脯蒸。”

【松仁鸡】 古代菜肴。生鸡取肉骨，留整皮，将鸡肉与松子仁剁成糊状，再用鸡皮将鸡肉、松子泥包好，整个油炸，然后蒸熟食用。见清《调鼎集》。

【荔枝鸡】 古代菜肴。鸡脯肉切象眼块，剞荔枝花

纹，用调料腌后投沸汤略拨动，盛在容器中浸养，临食用下锅再煮沸，配鞭笋、筒蒿即成。见清《调鼎集》。

【套鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》"套鸭"："肥家鸭去骨，板鸭亦去骨，填入家鸭肚内，蒸极烂整供。"

【烧猪舌】 古代菜肴。清《调鼎集》"烧猪舌"："猪舌去皮，切丁，配鸡冠油丁、酱油、酒、大料烧。"

【红汤三肝】 古代菜肴。清《调鼎集》"红汤三肝"："猪肝、鸡肝、甲鱼肝，配青菜头，入肉汤，脂油、酱油、酒煨。"

【荷叶包鸡】 古代菜肴。清《调鼎集》"荷叶包鸡"："子鸡治净，或嫩鸭、子鹅、肥肉均切骨牌块，加以作料，咸淡得宜，或香菌、火腿、鲜笋皆可拌入，用嫩腐皮包好，再加新鲜荷叶托紧，外用黄泥周围裹住，糠火煨热，以香气外达为度。临用时取出泥叶，揭下腐皮，盛大磁盘内，供客大有真味（五、六月最宜）。"

【虾圆豆腐】 古代菜肴。清《调鼎集》"虾圆豆腐"原注："盐卤豆腐去净皮，切汤圆式，滚水煮透，用箩筛跌圆，再下滚水煮，漂起后，用鲜汤衬菜烩。"

【口蘑煨豆腐】 古代菜肴。清《调鼎集》"口蘑煨豆腐"原注："豆腐改小块，白水煮作冻豆腐式，入笋汁、蘑菇汁清烩。"

【煨口蘑】 古代菜肴。清《调鼎集》卷二"煨口蘑"原注："配冬笋、天目笋、木耳、炸豆腐、料酒、洋糖、白萝卜块，俱少加豆粉。"

【烧胖鱼脑】 古代菜肴。清《调鼎集》"烧胖鱼脑"原注："即鱼头核桃脑，衬鸡皮、石耳，或取腮肉用。"

【鸭舌煨白果】 古代菜肴。清《调鼎集》"鸭舌煨白果"原注："配口蘑、火腿丝。"

【脍鱼翅】 古代菜肴。将涨发并治净的鱼翅拖蛋黄，衬蟹腿、鸭掌、核桃仁、鸡冠油、蚌蜞、肉丝、鹿筋等脍制而成。见清《调鼎集》。

【清汤燕窝】 古代菜肴。清《调鼎集》"清汤燕窝"原注："衬鸡脯、火腿片、鸽蛋、野鸡片、核桃仁、火腿肥膘、去骨面条鱼、鸭舌、鸭肾、连鱼拖肚。"

【火腿片煨海蜇尖皮】 古代菜肴。清《调鼎集》"火腿片煨海蜇尖皮"："蜇皮切骨牌块，入火腿一方块、肥肉一方块，贡干去硬边毛沙十余枚，同煨烂入味，捞出火腿、肥肉，另入鸡汤，将蜇皮、贡干、火腿片、鸡片再烩（贡干即淡菜）。"

【酿黄干】 古代菜肴。清《调鼎集》收其制法："黄干切骰子大块，挖空嵌馅，油炸再烧。"

【糖面筋】 古代菜肴。清《调鼎集》"糖面筋"："面筋以旧城古观寺前李家门楼糖心面筋为佳。多用菜油炸好。用宽水加桂皮、八角煮，再入酱油煮，起锅加酒。"

【烩豆腐】 古代菜肴。取猪肉、笋、香菌，切细丁，用好酱、香油略炒，然后下瓜子仁、松子仁、桃仁细丁同炒，加糖、豆粉勾薄芡，盛起待用。然后取极嫩豆腐，削去四围硬皮，用水漂数次，入鸡汤或肉汤、虾油煮熟，盛入大碗，再倒入预先烹制好的肉、笋各丁而成。煮豆腐时可加莳萝，或加少量胡椒，以增鲜。见清《调鼎集》。

【刀鱼圆】 古代菜肴。取刀鱼净肉，剁成泥，去刺，加入火腿末、调料等拌匀，做成鱼圆。或作筒蒿嫩头烧，或者烩。见清《调鼎集》。

【烩白鱼片】 古代菜肴。取白鱼，去骨，切厚片，每两片夹一片火腿，然后加调料烩制而成。见清《调鼎集》。

【糟鲜鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》"糟鲜鱼"："鲜青鱼治净，切块，入苏州香糟坛，早晨至午即可用。鱼鲜味更透。可脍可汤。"

【白鱼羹】 古代菜肴。清《调鼎集》"白鱼羹"："白鱼切黄豆大，甜酱瓜亦切黄豆大，炒；鱼尾并鱼划水煮熟，去骨，再脍（烩）。"

【荷包鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》"荷包鱼"："大鲫鱼或脍鱼，去鳞，将骨挖去，填冬笋、火腿、鸡丝或蚌蜞、蟹肉，每盘二尾，用线扎好油炸，再入作料红烧。"

【虾仁汤】 古代菜肴。清《调鼎集》"虾仁汤"："将带壳虾滚透，去沫，捞出虾，剥肉，和加脂油再滚，临起入腐皮。"

【鱼肉馄饨】 古代菜肴。原无名，载清《调鼎集》卷二："白鱼肚皮切片，摊上米粉，将鱼敲薄作馄饨皮式（裹火腿仁）。"这道菜实际是用鱼肉为皮裹成的馄饨。

【烧猪尾】 古代菜肴。清《调鼎集》卷二"烧猪尾"："尾切寸段，去骨，或烧或脍（烩）。"

【甜酱肘】 古代菜肴。清《调鼎卷》卷二"甜酱肘"："冬月取小猪蹄数个约三斤，晾干，炒熟盐拌花椒末，擦透，周身厚涂甜酱，叠压缸中半月，带酱挂檐前透风处，俟干整煮。"

【瓤骨】 古代菜肴。清《调鼎集》卷二"铺设戏席部"收录。其原注："肋骨带寸段，熟时去骨，或冬笋片或茭白穿入。"

【菊花肉】 古代菜肴。清《调鼎集》卷二"铺设戏席部"收录。其原注："切片如菊花式，油炸。"

【香袋肉】 古代菜肴。清《调鼎集》卷二"铺设戏席部"收录。其原注："将肉剁碎，用腐皮裹，油炸，加红汤，用盐蒸。"又一法："脊肉精肉剁茸，网油作卷，外用鸡鸭肠缚如竹节，风干。油炸，切段如香袋式，红汤煨。"

【喇嘛肉】 古代菜肴。清《调鼎集》卷二"铺设戏席部"收"喇嘛肉"。其原注："取大块肉，拖米粉，油炸。"

【高丽肉】 古代菜肴。清《调鼎集》卷二"铺席戏席部"收"高丽肉"。其原注："肉拖蛋黄、米粉，油炸。"

【大剁肉圆】 古代菜肴。清《调鼎集》"大剁肉圆"："取肋条肉，去皮，切细长条，粗斫，加豆粉、少许作料，用手松捺，不可搓，或油炸或蒸（衬用嫩青）。"

【瓤柿肉小圆】 古代菜肴。清《调鼎集》"瓤柿肉小圆"："萝卜去皮挖空，或填蟹肉、蚌蜞、冬笋、火腿、小块羊肉，装满，线扎柿子式红烧，每盐（按，盘之淡）可装十枚。"

【烧肠】 古代菜肴。清《调鼎集》"烧肠":"将大小肠如法治,扎住头,用清水入花椒、大茴煮九分熟,捞出沥干。将肠切段,肝切片,再入吊酱汤老汁慢火煮烂,入整葱五六根,捞出,将豆粉调稀,同熟脂油四五两倾入汁内,不住手搅匀如厚糊即可用。"

【松菌烩鸭块】 古代菜肴。用松林中的蘑菇加鸭块烩制而成。见清《调鼎集》。

【芙蓉蛋】 古代菜肴。清《调鼎集》:"取蛋白打稠、炖熟,用调羹舀作芙蓉瓣式,鸡汁烩。"

【油丝蛋】 古代菜肴。清《调鼎集》"油丝蛋":"鸽蛋十个,脂油一斤,下锅加力多搅。蛋内可入作料,各物分黄白,兼摆配盐姜。"盐姜,即芫荽。

【酥鸡】 古代菜肴。取鸡的活肉,切成块,块上划细路(不伤皮),然后裹上豆粉,先入笼略蒸熟,再用特制的竹架上的钩子钩住鸡块,架在放有炼熟麻油的锅上将鸡块浸至发酥,后再洗去油腻,切成小块,入事先煨好的鸡清汤中,加荸丝、冬笋片、火腿片再煨而成。"上席则汤清、皮嫩、肉酥"。见清《调鼎集》。

【酥家鸭】 古代菜肴。见清《调鼎集》。制法同"酥鸡"。

【酥野鸭】 古代菜肴。见清《调鼎集》。制法同"酥鸡"。

【酥野鸡】 古代菜肴。见清《调鼎集》。制法同"酥鸡"。

【石耳煨捶鸡】 古代菜肴。清《调鼎集》"石耳煨捶鸡":"生鸡脯入米粉捶,配石耳,清汤煨。"

【夹瓤肚】 古代菜肴。清《调鼎集》"夹瓤肚":"肥肚治净,填碎肉、盐、葱拌蜜,蛋清粘口煮熟,夹板紧压,冷定切片,蘸酱油或糟油。"

【鱼翅拌肚】 古代菜肴。清《调鼎集》"鱼翅拌肚":"熟肚切丝,配煮鱼翅拌。"

【灌油肚】 古代菜肴。清《调鼎集》"灌油肚":"治净,滚水一焯即取出,用蜂蜜捶数次,其肚自厚。将生脂油块去皮填入,蒸熟。蘸芥末、酱油、醋。"

【糯米肺】 古代菜肴。清《调鼎集》"糯米肺":"上白糯米灌入管,扎紧煨。苡米肺同。"

【炙肝油】 古代菜肴。清《调鼎集》"炙肝油":"生肝切条,拌葱汁、盐、酒,网油卷,炭火炙熟,切段或片,蘸椒盐。"

【肝卷】 古代菜肴。清《调鼎集》"肝卷":"肝切片,用腐皮卷,油炸。"

【煨肝】 古代菜肴。清《调鼎集》"煨肝":"配鸡冠油煨,以半月为度,少加酱。"

【油炸肝】 古代菜肴。清《调鼎集》"油炸肝":"猪肝一具,切长条块,用网细裹作筒,生大火盆,以铁签穿作一牌炙之。俟两面黄色,用葱椒汤加盐少许,时刻抹上,反复数回,肝熟味佳。切片或切段用。"

【肉灌肠】 古代菜肴。清《调鼎集》"肉灌肠":"取大肠,打磨洁净,小肠亦可。分作三截,先扎一头。以竹管吹气鼓,急扎,风干一日。先取精嫩肥肉剁小块,风干四五日或七八日,以椒末、微盐揉过,色红为度。将干肉筑实肠内扎紧,盘旋入锅,以老汁煮之,不加盐酱,待熟取起,晾冷,随时切片。冬月为佳,否则不耐久矣。"

【闷荔枝腰】 古代菜肴。清《调鼎集》"闷荔枝腰":"腰子划花,脂油、酱油、酒焖。"

【煨腰】 古代菜肴。清《调鼎集》"煨腰":"煮半熟,略加盐再煨,冷定,手撕(刀切便腥),蘸椒盐。"

【盐水猪舌】 古代菜肴。清《调鼎集》"盐水猪舌":"熟猪舌切条,拌盐水、蒜花。"

【五香舌丝】 古代菜肴。清《调鼎集》"五香舌丝":"猪舌切丝,五香作料烹。"

【烧猪心】 古代菜肴。清《调鼎集》"烧猪心":"切丁,加蒜丁、酱油、酒烧。"

【猪脑糕】 古代菜肴。清《调鼎集》"猪脑糕":"熟猪脑配藕粉、盐水、蒜……隔水蒸,切块。"

【假文师豆腐】 古代菜肴。清《调鼎集》"假文师豆腐":"入猪脑煮熟,切丁如豆腐式,鸡油、火腿丁、酱油、松仁烧。"

【糟猪耳】 古代菜肴。清《调鼎集》"糟猪耳":"煮熟布包,入陈糟坛。"

【炙血脾】 古代菜肴。清《调鼎集》"炙血脾":"生血脾扫上酱油、麻油,炭火炙酥。"

【烹肉皮】 古代菜肴。清《调鼎集》"烹肉皮":"干肉皮,麻油炸酥,椒末、酱油、酒烹。"

【炒脊髓】 古代菜肴。清《调鼎集》"炒脊髓":"拖豆粉,配笋、香芹、脂油炒,将起时加火腿丝。"

【烩猪管】 古代菜肴。清《调鼎集》"烩猪管":"猪管寸段,以箸穿入,面上横勒三五刀,又直分两开如蜈蚣式,加群菜烩。"

【网油果】 古代菜肴。清《调鼎集》"网油果":"(网油)包入火腿、笋、香芹各丁,加酱油作果式,油炸。"

【神仙汤】 古代菜肴。清《调鼎集》"神仙汤":"脂油、姜、葱、酱油、醋、酒先调,入滚水一碗,冲和成汤。取其速,故名。"

【炖火腿】 古代菜肴。清《调鼎集》"炖火腿":"蒸熟,去皮、骨,切骰子块,配鲜笋或笋干、胡桃仁、茭白、酒、酱,共贮碗内,隔汤炖一时。如淡加酱油。"

【煨火腿皮】 古代菜肴。清《调鼎集》"煨火腿皮":"浸软刮净切条,配鹿筋煨。"

【粉蒸腿】 古代菜肴。清《调鼎集》"粉蒸腿":"火腿切片,米粉拌,蒸。又,火腿切片,须蒸三次始酥。上用盘盖,不走香气。"

【烧火腿蹄筋】 古代菜肴。清《调鼎集》"烧火腿蹄筋":"火腿蹄筋配鲜蹄筋,甜酱、豆粉炒。"

【煨三尖】 古代菜肴。清《调鼎集》"煨三尖":"火腿爪、猪肉爪、羊肉爪煮熟,去骨,入鸡汤、酱油、酒红煨。"

【九丝汤】 古代菜肴。清《调鼎集》"九丝汤"："火腿丝、笋丝、银鱼丝、干耳、口蘑、千张、腐干、紫菜、蛋皮、青笋，或加海参、鱼翅、蛏干、燕窝俱可。"

【代熊掌】 古代菜肴。清《调鼎集》"代熊掌"："将蒸熟雄蟹剔出白油，配肥肉片、脂油丁、松菌、蘑菇、酱油、姜汁、鸡汤烩。味媲熊掌。"

【炙鹿肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"炙鹿肉"："整块肥鹿肉，叉架炭上炙，频扫盐水，俟两面俱熟，切片。"

【煨三筋】 古代菜肴。清《调鼎集》"煨三筋"："鹿筋（烧肉汤煨）、蹄筋（蹄汤煨）、脊筋（脂油煨），配火腿、鸡汤、酱油、酒再合煨。"

【麻辣兔丝】 古代菜肴。清《调鼎集》"麻辣兔丝"："切丝，鸡汤煨，加黄酒、酱油、葱、姜汁、花椒末，豆粉收汤。"

【白糟炖兔】 古代菜肴。清《调鼎集》"白糟炖兔"："生兔肉，盐炒过擦透，酒浸洗，入白酒酿糟，隔水炖熟，切片。"

【法制牛肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"法制牛肉"："精嫩牛肉四斤，切十六块，洗净，挤干，用好酱半斤、细盐一两二钱拌匀揉擦，入香油四两、黄酒二斤泡腌过宿，次日连汁一同入锅，再下水二斤，微火煮熟后，加香料、大茴末、花椒末各八分、大葱头八个、醋半斤，色味俱加（按：疑为佳）。"

【煨牛舌】 古代菜肴。清《调鼎集》"煨牛舌"："牛舌最佳。去皮，撕膜，切片，入肉中同煨。亦有冬腌风干者，隔年用之，极似好火腿。"

【金丝】 古代菜肴。清《调鼎集》"金丝"："羊肉切臊，配梨片炒。"

【冻羊肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"冻羊肉"："熟羊肉精脆者皆撕碎，入鱼肚、胡桃仁、酱油熬冻，成（按：疑为盛）方盒压实切片。煮时撇去浮油。"

【炙羊肉片】 古代菜肴。清《调鼎集》"炙羊肉片"："生羊肉切片，炭火上用铁网炙，不时蘸盐水、酱油，俟正反俱熟，乘热用。"

【红烧羊肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"红烧羊肉"："肥羊肉切大块，配栗肉或芋子红烧。"

【蒸羊】 古代菜肴。清《调鼎集》"蒸羊"："肥羊切大块，椒盐遍擦，抖净，用桑叶包裹，再用捶软稻草扎紧蒸。"

【酒煮羊肉】 古代菜肴。清《调鼎集》"酒煮羊肉"："肥嫩羊肉三斤，切大块，将水烧滚，一焯，洗净。另用水一斤、盐八钱、清酱一盅、花椒三分、葱头七个、酒二斤，慢火煮熟。"

【煮羊头】 古代菜肴。清《调鼎集》"煮羊头"："羊头毛要去净，如去不净，用火烧之。洗净，切开，煮烂，去骨、口内有毛俱要去净，眼睛切成三块，去黑皮眼珠，不用切成碎丁，取老肥母鸡汤煮之。内加香芃、笋丁、甜酒酿四两、酱油一杯。如用辣，入小胡椒十二颗、葱花十二段，如用酸，加好米醋一杯。"

【煨羊脑】 古代菜肴。清《调鼎集》"煨羊脑"："取羊脑煮熟，加火腿、笋片、酱油豆煨烂。"

【爆羊肚】 古代菜肴。清《调鼎集》"爆羊肚"："生肚切骨牌块，滚水略炸，入热油锅连翻数次，澄去油，加豆粉、葱段、蒜片、酱油。"

【拌羊肝】 古代菜肴。清《调鼎集》"拌羊肝"："生羊肝切片，拌芥辣酱油。"

【血肠】 古代菜肴。在治净的羊肠中灌入羊血，扎紧两头，煮熟后切片，配荸荠片炒成。见清《调鼎集》。

【羊血羹】 古代菜肴。清《调鼎集》"羊血羹"："腐皮、笋衣、胡椒末、豆粉、豆腐丝、血丝、醋、酱油、原汁作羹。"

【加香鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》"加香鸭"："鸭破肋，去脏洗净，灌肥肉片、香芃丝、火腿片、大茴香二三粒、丁香三四粒，将葱、姜、酒、酱衬砂锅底，将鸭置上面。锅盖用面糊固，烧两炷香。"

【青螺鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》"青螺鸭"："鸭腹中先放大葱二根，再熟青螺填入，多用酒酱烧，整只装碗。"

【煨三鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》"煨三鸭"："将肥桶鸭（江宁者佳）去骨切块，先同蘑菇、冬笋煨至五分熟，再择家鸭、野鸭之肥者，切块，加酒、盐、椒煨烂。又，家鸭配野鸭、板鸭、酱油、酒酿、葱、姜、青菜头同煨。"

【艾家鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》"艾家鸭"（传自艾氏）："整肥鸭配松仁、酱油、酒入盆，重汤炖好，另拆肉烩，加盐少许。"

【茶油鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》"茶油鸭"："肥鸭不拘多少，洗净，盐揉，晾干，石压二日，铺入缸底，用茶油和花椒浸没，盖缸四月后收起，蒸食，香美无比。"

【滚水提桶鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》"滚水提桶鸭"："江宁桶鸭，入滚水提三、四次即熟，嫩而得法。若经煨煮，则油去而韧。"

【白煮鸭舌】 古代菜肴。清《调鼎集》"白煮鸭舌"："盐水煮熟，蘸芥酱油。"

【鸭舌羹】 古代菜肴。清《调鼎集》"鸭舌羹"："配冬笋、香芃、胡椒、醋、酱油、葱花作羹。"

【煨鸭掌】 古代菜肴。清《调鼎集》"煨鸭掌"："鸭掌入温水浸，去骨，同火腿片煨。"

【炒鸭肫】 古代菜肴。清《调鼎集》"炒鸭肫"："鸭肫切片，用笋片等作料，多加油、酱炒。"

【炖假乳鲜】 古代菜肴。取鸭蛋液，加酒酿、细盐、冰糖、水、剁碎的松子仁，同搅匀，隔水炖熟而成。见清《调鼎集》。

【酒煮蛋黄】 古代菜肴。清《调鼎集》"酒煮蛋黄"："整个咸蛋黄，木瓜酒煮少加姜米、炒盐。"

【拌腌蛋】 古代菜肴。清《调鼎集》"拌腌蛋"："熟咸蛋捣碎，拌生豆腐，加飞盐、瓜丁、姜米、麻油。又，腌蛋

捺碎，姜米、麻油、酱油，少加醋。”

【红煨三蛋】 古代菜肴。清《调鼎集》“红煨三蛋”：“变蛋白（水焯去腥）配熟鸡蛋白、鸽蛋白、笋块、菜头、鸡汤，加葱头、酱油、酒酿。”

【醋溜变蛋】 古代菜肴。清《调鼎集》“醋溜变蛋”：“切块，入脂油炒，加豆粉、盐、酒、醋。”

【烩野鸭羹】 古代菜肴。清《调鼎集》“烩野鸭羹”：“熟野鸭去骨切丁，配熟山药，入原汁、盐、酒、葱、姜烩。”

【拆骨野鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》“拆骨野鸭”：“熟野鸭去骨，盖海参红烧。”

【野鸭圆】 古代菜肴。清《调鼎集》“野鸭圆”：“生野鸭剖绒，配火腿丁、鸡蛋清、豆粉、盐、酒作圆，油炸。”

【野鸭卷】 古代菜肴。清《调鼎集》“野鸭卷”：“生野鸭披绝薄片，卷火腿、冬笋烧。”

【罐鹅】 古代菜肴。将肥子鹅治净，装入大罐，加黄酒、酱油、葱、姜、脂油丁、花椒、河水，然后封罐口，将罐隔水煮半日而成。见清《调鼎集》。

【炒鸽丝】 古代菜肴。清《调鼎集》“炒鸽丝”：“生鸽肉切丝，加盐、酒、鸡油炒。”

【煨鸽】 古代菜肴。清《调鼎集》“煨鸽”：“鸽肉加好火腿同煨，甚佳。”

【炖鸽蛋】 古代菜肴。清《调鼎集》“炖鸽蛋”：“打稠，入冰糖水炖，名扎鲜膏。又，去黄，和脂油、洋糖炖。”

【炒鸽蛋】 古代菜肴。清《调鼎集》“炒鸽蛋”：“配精肉丝、酱瓜丝炒。”

【烩鸽蛋】 古代菜肴。清《调鼎集》“烩鸽蛋”：“煮熟，去壳，磕扁，入鸡汤、石耳、葱、姜、盐、酒烩。青菜梗或白苋菜烩扁鸽蛋。又，鸽蛋清作嫩豆腐，或配火腿小薄片，鲜汤烩。”

【醉黄雀】 古代菜肴。清《调鼎集》“醉黄雀”：“煮熟，入白酒酿醉，以之炖蛋甚鲜。”

【烹麻雀】 古代菜肴。清《调鼎集》“烹麻雀”：“取肉油炸，蒜花作料烧。”

【蚕豆炒麻雀】 古代菜肴。清《调鼎集》“蚕豆炒麻雀”：“先将脯肉切片，配新蚕豆瓣、蒜片、酱油、酒、葱花炒。”

【煨三鸡】 古代菜肴。清《调鼎集》“煨三鸡”：“鲜鸡、野鸡、风鸡同煨。”

【炒鸡爪】 古代菜肴。清《调鼎集》“炒鸡爪”：“去骨，切丁，配瓜丁、姜丝、松仁、香芹丁、甜酱、酱油，用菜油炒好，加酒三盅收汤。”

【叉烧鸡】 古代菜肴。清《调鼎集》“叉烧鸡”：“腹内填葱一把、脂油二两，缝好。叉架炭火上，两面烤炙，干则频扫麻油及盐水，熟透切用。”

【烩鸡皮】 古代菜肴。清《调鼎集》“烩鸡皮”：“肥鸡取皮，配鹿筋条、笋片，作料烩。”

【醉鸡翅】 古代菜肴。清《调鼎集》“醉鸡翅”：“鸡翅第一节煮熟，去骨，入白酒酿醉。”

【文蛋】 古代菜肴。清《调鼎集》“文蛋”：“生蛋入水一、二滚取出，击碎壳，用武夷茶少加盐煨一日夜，内白皆变绿色，嘴少许口能生津。”

【烧鲤鱼白】 古代菜肴。清《调鼎集》“烧鲤鱼白”：“盐酒烧鲤鱼白作金黄色，半边配紫扁豆。又，配变蛋或莴苣圆，另加作料烩亦可。”

【烹鲤鱼腴】 古代菜肴。清《调鼎集》“烹鲤鱼腴”：“取鲤鱼腹下肥白腴，切长方块，油爆，入酱油、酒、姜葱汁烹。亦可烩。”

【花篮鲈鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“花篮鲈鱼”：“全鱼治净，将肉厚处剖缝，嵌火腿片，加香蕈丝、笋丝、酱油，须烧成脍。”

【红烧鲤鱼唇尾】 古代菜肴。清《调鼎集》“红烧鲤鱼唇尾”：“江鲤大者，唇尾煮，去骨，入甜酱、酒、姜、葱红烧。

【鱼子酱】 古代菜肴。清《调鼎集》“鱼子酱”：“各种鱼子（去血膜），勿见水，用酒和酱油捣烂，加麻油、椒末、茴香末和匀作酱。”

【印鲚（计）鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“印鲚鱼”：“生鲚鱼切去头尾（勿损坏），将鱼肉刮下，以马尾筛底砑或稀麻布包挤，镊去细刺，用鱼模子印成鱼片，安头尾，蛋清裹就，烧”。

【鲚鱼圆】 古代菜肴。清《调鼎集》“鲚鱼圆”：“刮肉和豆粉作圆，或裹火腿丁、鸡脯丁、配烀烂菜苔寸段，鸡汤烩。”

【糟鲥鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“糟鲥鱼”：“切大块，每鱼一斤，用盐三两腌过，用大石压干，又用白酒洗净，入老酒浸四、五日（始终勿见水），再用陈糟拌匀入坛，面上加麻油二杯、烧酒一杯，泥封，阅三月可用。”

【炖鲟鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“炖鲟鱼”：“取二三斤一大块方（不必切），加酒酿、酱油、茴香、椒盐、蒜炖烂。”

【煨鳇鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“煨鳇鱼”：“带脆骨切寸块，配火腿、笋、蒜、甜酱油、酒、姜、鸡汤煨烂。”

【炒斑鱼肝】 古代菜肴。清《调鼎集》“炒斑鱼肝”：“切丁，配老毛豆米、脂油、酱油炒。”

【姜醋拌鳊鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“姜醋拌鳊鱼”：“将鳊鱼清水蒸熟，拆碎，用酱、醋拌，其味如蟹。”

【面煨鳊鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“面煨鳊鱼”：“剖洗，将脂油片和盐、酒、酱油、姜末入鱼腹内，以面摊饼约厚寸许，裹鱼，放热芦柴灰内，再以现烧火灰拥上，饼焦，去面用。”

【干煨鲫鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“干煨鲫鱼”：“治净，用麻油抹透，荷叶包好，裹湿黄泥，置热炭内围砻糠火煨熟。最为松脆。”

【去骨鲫鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“去骨鲫鱼”：“大鲫鱼煮八分熟，头、尾不动，只取去脊骨及筋刺，加

酱油、姜、酒、脂油红烧。”

【鲫鱼唇舌】 古代菜肴。取鲫鱼唇舌配冬笋、火腿、木耳、酱油、酒烧汤而成。见清《调鼎集》。

【风白鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“风白鱼”：“取大者，去肠及鳃，用布拭净，勿见水。明脂油条拌椒盐装入肚内，皮纸封固，细绳扎好，横挂当风处，肚皮朝上，勿令见日。油透纸外，上炉炙。看鱼口吐出油色即熟透可用。”

【炒青鱼片】 古代菜肴。《调鼎集》“炒青鱼片”：“治净，披径寸大片，配冬笋、香蕈、芹菜梗加作料炒，豆粉收汤……又荸荠片配鱼片炒。又，取青鱼片酱油郁之，加豆粉、蛋清，起油锅爆炒，用小盘盛起，加葱、椒、瓜姜。鱼极大不过六两。”

【青鱼膏】 古代菜肴。清《调鼎集》“青鱼膏”：“鱼切小块，去骨刺，配腌肉小块同煮极烂，加作料，候冷成膏切块。熟用亦可。”

【蒸鲈鱼】 古代菜肴。鲈鱼，即鳜鱼。《调鼎集》“蒸鲈鱼”：“治净，配火腿片、香蕈、笋片、脂油丁，加酱油、葱、酒蒸。”

【鲈鱼汤】 古代菜肴。清《调鼎集》“鲈鱼汤”：“披薄片，入笋片、火腿片，鸡汁汆汤。”

【松鼠鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“松鼠鱼”：“取鲈鱼，肚皮去骨，拖蛋黄炸黄，作松鼠式，油、酱油烧。”

【春班汤】 古代菜肴。春班，即土步鱼。清《调鼎集》“春班汤”：“鸡汁、冬笋片、木耳、火腿汆汤。”

【烧连鱼头】 古代菜肴。清《调鼎集》“烧连鱼头”：“肥大连鱼煮熟，去骨刺，配脂丁、香蕈、笋片、酒、葱、椒、酱油、醋红烧。又，去骨，加酱油、酒、姜汁、葱汁、鲜汤干烧，少入豆粉收汤。”

【瓠子煨鲜鱼】 古代菜肴。将鲜鱼切片先炒，加瓠子，同酱汁煨成。见清《调鼎集》。

【醋搂鲜鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“醋搂鲜鱼”：“取活鱼，去鳞肠，切块，略腌，多加醋、油、酱烹，味鲜而肉松。”

【烧鳗鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“烧鳗鱼”：“切段，配蒜瓣、作料红烧。”

【烧鳝鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“烧鳝鱼”：“鳝鱼勒细长条，油炸，切五寸段，加糯米小汤圆、火腿丁、豆粉烧。”

【炒银鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“炒银鱼”：“配燕菜，加作料炒数拨即起。又，蛋清调匀，少配笋丝，重用脂油炒，临起洒葱花。又，银鱼炒蛋。”

【鲇鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“鲇鱼”：“重汤蒸熟，蘸酱。烧亦可。”

【二色蟹肉圆】 古代菜肴。清《调鼎集》“二色蟹肉圆”：“生蟹将股肉剔出，加蛋清、豆粉、姜汁、盐、酒、醋剞绒，作圆。又，将蟹肉剔出，加蛋黄、藕粉、姜汁、盐、酒、醋剞绒作圆。入鸡汤、笋片、蘑菇、芫荽烩。”

【馓子炒蟹肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“馓子炒蟹肉”：“脆馓子拍碎，同蟹肉炒，加酒、盐、姜汁、葱花。”

【醉蟹炖鸽蛋】 古代菜肴。《调鼎集》“醉蟹炖鸽蛋”：“醉蟹黄剞绒，入鸽蛋、鸡汤少许搅匀，隔水炖熟，有鸡汤少许，炖出不老。”

【虾饼】 古代菜肴。清《调鼎集》“虾饼”：“挤去肉剞绒，配松仁、瓜丁、火腿丁、酱油、豆粉和成饼，先炸，后烩。”

【炸虾段】 古代菜肴。清《调鼎集》“炸虾段”：“嫩腐皮包虾绒、火腿绒、猪膘作长卷，切段，油炸。半边配红萝卜丝或芫荽丝。”

【醉虾圆】 古代菜肴。将虾肉剞茸，加调料制成圆子，煮熟后，入白酒酿醉成。见清《调鼎集》。

【烧瓤虾圆】 古代菜肴。清《调鼎集》“烧瓤虾圆”：“黄雀（或醉黄雀）剞碎，裹入虾圆作馅烩。”

【拌金钩】 古代菜肴。清《调鼎集》“拌金钩”：“发透切丝，配笋干丝、酱油、麻油、醋拌。”

【清蒸甲鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“清蒸甲鱼”：“配火腿、笋、蒜、木耳，磁盘清蒸。”

【生炒甲鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》“生炒甲鱼”：“生甲鱼，去骨，用麻油爆炒之，加酱油一杯、鸡汁一杯。又，取甲鱼裙切丝，麻油爆炒用。”

【七星蟹】 古代菜肴。清《调鼎集》“螃蟹蒸熟，拆肉，以蟹兜七个装满，用蛋清和脂油、葱花，大盘蒸熟，谓之七星蟹，味更佳。”

【豆腐球】 古代菜肴。清《调鼎集》“豆腐球”：“豆腐作球式，外滚米粉、火腿、鸡绒、笋末，蒸烂。”

【糟泥螺】 古代菜肴。将泥螺先用掺水的白酒浸泡，然后拌上白糖，浸入盛有白酒酿、虾油的坛中，半月而成。也可用甜糟糟。见清《调鼎集》。

【炒芽笋】 古代菜肴。清《调鼎集》“炒芽笋”：“切丝，配香芹丝、茶干丝、麻油、酱油、酒炒。”

【炝芽笋】 古代菜肴。清《调鼎集》“炝芽笋”：“连壳用潮泥裹，入锅膛烧熟，去壳，拍碎，加麻油、酱油、姜米、酒炝。”

【瓤天目笋】 古代菜肴。清《调鼎集》“瓤天目笋”：“取肥大天目笋，通节，灌火腿、鸡肉、虾脯等物，煮熟，切段……又，天目笋灌燕窝配火腿、脊筋。”

【素烧鱼】 古代菜肴。《调鼎集》“素烧鱼”：“闽笋泡软，对切开，如鱼形，嵌腐干片、面筋丝、笋丁，红酱烧，名素烧鱼。”

【榄橄萝卜】 古代菜肴。清《调鼎集》“榄橄萝卜”：“去皮，削榄橄式，挖空，滚水略焯，填鸡丝，配鸭舌、蘑菇、火腿丁，另用萝卜镶盖烧。”

【青菜烧杂果】 古代菜肴。清《调鼎集》“青菜烧杂果”：“不拘汤菜、白菜、蔓菜，洗切，麻油炒，加栗肉、白果、笋片、冬菇、酱油、酒、姜汁烧。”

【椿菜拌豆腐】 古代菜肴。清《调鼎集》“椿菜拌豆

腐”：“取嫩头，焯过，切碎，拌生豆腐，加酱油、麻油拌。”

【蓬蒿汤】 古代菜肴。清《调鼎集》“蓬蒿汤”：“取嫩尖，用虾米熬汁，和作料做汤。”

【煨假元宵】 古代菜肴。将白萝卜削如桂圆状，挖空，灌入肉丁或鸡脯丁，然后盖上，用鸡汤煨熟。因外形似元宵，故名。见清《调鼎集》。

【炒莴苣】 古代菜肴。清《调鼎集》“炒莴苣”：“斜切片，配春笋炒。”

【拌豌豆头】 古代菜肴。取豌豆嫩头，开水焯过，挤干，切碎，加麻油、酱油、醋拌成。见清《调鼎集》。

【炸金针】 古代菜肴。清《调鼎集》“炸金针”：“洗净，切去两头，拖面，入麻油炸脆，拌炒盐、椒面。又，拖鸡蛋清，脂油炸，盐叠。”

【茭白烧肉】 古代菜肴。清《调鼎集》“茭白烧肉”：“切滚刀块，配肉烧。”

【瓤莴苣】 古代菜肴。清《调鼎集》“瓤莴苣”：“香莴苣，去皮，削荸荠式，头上切一片作盖，挖空，填鸡绒，仍将盖签上烧。”

【蒸苋菜】 古代菜肴。清《调鼎集》“蒸苋菜”：“先用潮腐皮将蒸笼底及四围布满，不可令有罅漏，多放熟脂油，将整棵菜心铺上，蒸半熟，加酱油、酒再蒸。其色与生菜无异。”

【蜜饯黄芽菜】 古代菜肴。清《调鼎集》“蜜饯黄芽菜”：“取片，腌咸，晾干，加洋糖、蜜、茴香、姜丝、莳萝装瓶。”

【十香菜】 古代菜肴。清《调鼎集》“十香菜”：“嫩姜去皮切细丝，红萝卜切细丝，藕去皮切细丝，滚水焯过半熟，山药切丝亦焯过，白菜心切寸长，滚水焯半熟，芫荽用梗，切寸长用，酱瓜切细丝，腌花椒、杏仁去皮，每种酌量加入，以酱油泡过头，如淡，加盐，太咸，加冷滚水，入瓜子仁、栗片更好。”

【豆腐饺】 古代菜肴。清《调鼎集》“豆腐饺”：“瓤火腿、笋丁、鸡绒，焖。”

【扒大豆腐】 古代菜肴。清《调鼎集》“扒大豆腐”：“一、二块油炸过，挖空，填入肉丁、海参等物，仍以腐切块盖好，再用脂油煎透。味胜于常。”

【素黄雀】 古代菜肴。清《调鼎集》“素黄雀”：“软腐皮，切二寸方块，内包去皮核桃仁，以金针破开束要（按：腰之误），菜油炸黄，下清水并酱油、香芹、青笋、茭白等煮好，起锅加蘑菇、麻油。”

【纯酱油炖老母鸡】 古代菜肴。清《调鼎集》“纯酱油炖老母鸡”：“不加酒水，煮烂，滤去渣，将汁入招宝紫菜拌晒，或烘极干，携之行路，用时以滚水冲之。”

【牛乳煨鸡】 古代菜肴。清《调鼎集》：“牛乳煨鸡”：“火腿煨去骨鸡块，肥肉片，扭入鸡脯片。”

【烹鸡】 古代菜肴。清《调鼎集》“烹鸡”：“生鸡切中片，油炸捞起，入豆粉烧。”

【核桃仁煨鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》：“用鸭去骨，先入油一炸，再加糯米，火腿丁（亦加小菜，大瓤在皮内）煨之，用酱油、酒。又，不用油炸，即以火腿、糯米瓤之，另外配鱼肚少许更妙。”

【攒盘】 古代菜肴。清《调鼎集》“攒盘”：“白煮肥鸡、嫩鹅、糟笋、酥鲫鱼、晾干肉、熏蛋、糟鱼、火腿、鲜核桃仁（去皮），加冬笋腌菜束之，其余如时鲜之黄瓜等类，皆可配搭。”

【核桃肠】 古代菜肴。清《调鼎集》：“肠切寸段，油炸，以绉为度。”

【金钱鞭】 古代菜肴。清《调鼎集》：“猪尾，切圆片。”

【金条肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“肉切条，拖蛋黄米粉。”

【假鸡肾】 古代菜肴。清《调鼎集》“假鸡肾”：“用猪脑去衣，捣烂，腐皮卷作鸡肾式，挤入半滚水中，捞出。”

【西洋面鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》：“用面粉擀薄，如小酒盅口大，捻作小鱼式，嵌豆渣饼一条，滚熟，捞起沥干，加笋、火腿、香芹，烩或烧。”

【瓶儿菜】 古代菜肴。清《调鼎集》：“花叶老根去净，切三分长，盐花腌透，榨干，每斤加炒盐二两五钱，拌莳萝。”

【莴苣豆】 古代菜肴。清《调鼎集》：“莴苣豆：嫩莴苣盐水浸一日，用炭屑火烘干，切蚕豆大，其味香脆。”

【夹干面筋】 古代菜肴。清《调鼎集》：“面筋切两片炸透，作料烧酥捞起，将四面硬边去净，披成长方块。茶干亦去皮，披成片，同面筋夹嵌，粗碟摆好，上笼蒸透，临用夹好，作配色菜。再用好作料打成粉糊面，上一浇，即名夹干面筋。”

【家常煨肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“刮净，切块。俟锑水开，逐块放下，如未放完而水停，仍俟滚起再下，或用大虾米、千张、豆腐切条同煨，临起加好虾油半酒杯，一滚即起。煨睇同。”

【醋烹肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“每肉二斤、醋半斤、盐一两同煮，可留十日。又，肉二斤、酒一小碗、酱油一小碗，加大茴香数枚同煨，或加醋半碗。”

【辣椒肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“每肉一斤、醋一杯、盐四钱蒸，临起加辣椒油少许。”

【芥末拌肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“熟肉切薄片，芥末、酱油、醋拌，加宽粉亦可。”

【大炒京片】 古代菜肴。清《调鼎集》：“蛋清裹肉片，配笋片、木耳、香蕈丝……甜酱、酱油炒。又，将肉精肥各半切成薄片，清酱拌之，入锅油炒，闻响声即将酱、水、葱、瓜、冬笋、韭菜起锅。火要猛烈。”

【少炒肉】 古代菜肴。清《调鼎集》载有五种制法：一是“少炒肉：肋条去上一层横肉，用第二层半精肥者，去皮切细丝，用甜酱、酱油、椒末，酒捻透，下红锅三五拨即起，少加豆粉（忌用五花肉）”。一是“配生梨丝炒肉”。一是炒肉丝，切细丝，去筋襻皮骨，用清酱油、酒郁片时，用菜油熬起白烟变青烟之时，即下肉炒匀，不停手，

加豆粉、醋一滴、糖一撮、葱白韭蒜之类。锅内炒肉只了半斤，用大火，不用水”。一是“炮后用酱水加酒略煨起锅，肉色甚红，加韭菜尤香”。一是“糟肉批大薄片水洗挤干，每肉一斤，椒末五分，细葱花二分，盐二钱，酱一两，将肉拌匀，锅内多放油烧极热，将肉连炒数转，色黄肉熟再烹以醋。将熟之肉倾加冬笋丝、腌冬芥菜丝更佳”。

【骨头肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“带肉脆骨油炸，加酱油、酒。又，肋骨一排上铁叉，炭上烤，加酱油酒抹。又，排骨带肥肉少许，切方块油炸，酱、姜葱丝烧。”

【酒炖肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“新鲜肉一斤，刮洗干净。入水煮，滚一二次取出，改成大方块。先以酒同水炖有七八分熟，酱油一杯、花椒、葱、姜、桂皮一小片，不可盖锅，俟将熟，始加盖焖之，以熟为止。又，或先用油姜煮滚下肉，令皮略赤后用酒炖，加酱油、葱、椒、姜、香艼之类。又，或将肉切块，先用甜酱擦过，虾油烹之。”

【哈拉巴】 古代菜肴。清《调鼎集》：“取猪尾豚，或酱或风，蒸用。”

【猪头膏】 古代菜肴。清《调鼎集》：“煨烂，取起去骨，配栗丁、香子仁、香蕈丝、木耳丝、笋丁摊匀，用布包压石成膏，切片。”

【鱼膘蹄】 古代菜肴。清《调鼎集》：“鱼膘切条段，同煨极烂。入酱油、姜汁。”

【煨笋蹄花】 古代菜肴。清《调鼎集》：“南猪蹄切去上段肥肉，煮半熟去骨，用麻绳扎紧，加盐酒煮烂，候冷去绳切片。再用带湿黄泥厚裹鲜笋，入草灰火煨熟，去泥扑碎，配用蹄筒去骨，加腐皮煨。单煨蹄皮亦可。”

【冻蹄】 古代菜肴。清《调鼎集》：“……又，猪蹄熬浓汁，去蹄，加金钩再蒸熬之。又去金钩渣，再入刺参，熬烂结冻用。又，鲜猪蹄对开，配臘猪蹄煨熟，俱去骨冻。”

【嵌蹄】 古代菜肴。清《调鼎集》：“蹄破开、嵌入精肉紮紧，入老汁煮。”

【五香肚】 古代菜肴。清《调鼎集》：“甜酱、黄酒、桔皮丝、花椒、茴香末烧。”

【脍肚丝】 古代名菜肴。清《调鼎集》：“生肚切丝、加酒、酱酒、笋丝、香艼炒，少放胡椒末、豆粉、鸡汤脍。又，肚肺俱切骰子块清脍。”

【爆肚】 古代菜肴。清《调鼎集》：“切块滚水焯过挤干，再入油炸，加酒、酱油、葱、姜爆炒。猪肚切块炒，少加豆粉。”

【天孙脍】 古代菜肴。清《调鼎集》：“脊筋配火腿、蹄筋、肥肉片、笋、香艼、作料脍。又，火腿二斤，夹脊髓，用芫荽缚腰脍，亦可烧。又，火腿寸段，配鸡腰作料脍。”

【网油卷】 古代菜肴。清《调鼎集》：“里肉切薄片或猪腰片，网油裹，加甜酱、脂油烧，切段。又，网油包馅拖面油炸。”

【肉煨鹿肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“鹿肉切大块（约半斤许）水浸，每日换水，浸四五日取起改小块。配肥肉块、木瓜酒煨。加花椒、大茴、酱油。”

【炒鹿肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“取鹿肚肉切小薄片，酱油、盐、酒炒。”

【白煮羊肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“白煮羊肉：卤水沸过再煮，候冷剥片蘸椒盐或甜酱油。煮有二法：热汤一气煮熟者肉烂而香；冷汤则时烧时息，恐肉生而斤两重也。又，整方羊肉煮熟切块，汤清而油不走。若入碱少许，更不膩口。”

【红煨羊肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“与红煨猪肉同。又，取熟羊肉切小块如骰子大，鸡汤煨，加笋丁、蕈丁、山药丁同煨。又，切大块、水酒各半共入罐，先用砻糠火煨熟，再加作料，绝无羶气。又，羊肉与鲤鱼块同煨。又，火腿片煨羊肉块，加冬笋。又，红汤羊肉片衬去皮萝卜条同煨。”

【黄芪煨羊肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“每斤用黄芪一钱（布包入罐煨）最益人。以黄芪补气，羊肉补形故也。”

【京毯】 古代菜肴。清《调鼎集》：“荸荠片炒羊肉圆。”

【叉烧金钱肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“肉切如金钱大，叉烧之。又，切大块重二三斤者，叉火上烧之。”

【坛羊肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“羊肉煮熟细切，茴香作料，一层肉一层料装坛捺实，箬叶扎口，临用入滚水再煮。”

【膘艇（biāo shān标山）肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“羊肉三斤、猪肉一斤同煮令熟，切细丝，加姜五片、桔皮二斤、鸡蛋十枚打碎，酱油五合，生羊肉一斤剁碎，合熟肉和香料酱油蒸熟切片。”

【脍银丝】 古代菜肴。清《调鼎集》：“熟羊肚切丝，即用羊汤血脍，加笋衣，碎腐皮、酱油、醋。”

【散袋】 古代菜肴。清《调鼎集》：“（羊）肚内装入各样杂煮熟，切片，加葱片炒。”

【京肚】 古代菜肴。清《调鼎集》：“蒜花烹羊肉肚，少入醋、葱、椒。”

【走油青菜】 古代菜肴。清《调鼎集》：“走油青菜：蛋清内入生青菜汁（则色青），灌（羊）肠肉煮熟，切段，炒。”

【达虎剌】 古代菜肴。清《调鼎集》：“羊尾去皮，切块，加作料煨。”

【嫩瓤鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》：“鸭肋取孔，将肠杂挖净，剁肉装满。外用椒盐、大料末涂上，笋片包扎入锡镟，上覆以缽，隔水炖。”

【蜜鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》：“蜜鸭类似瓤鸭。不同：填糯米、火腿、去皮核红枣，用涂以蜜蒸熟。”

【八宝鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》：“切方块，配木耳、香艼、笋片、火腿片、莲肉，加酒、椒、酱、酱油煨。”

【竹节鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》：“烧鸭块配白鸭

块装盘。”

【酱鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》:“生鸭周身涂甜酱蒸。又,生鸭涂甜酱,悬当风处一月,临用洗去酱蒸。”

【煨板鸭】 古代菜肴。清《调鼎集》:“或配鲜肉、羊肉、冬笋,或切块同家鸭煨。江宁板鸭最肥,天下闻名。方起锅者味佳,不须改作。如或当日不食,或携往地方,每有嫌冷者,或重煮则淡而无味,蒸更缩小肉韧。不得已与鲜鸭(齐)煨,较杭州臘鸭差胜。”

【煨鸭舌】 古代菜肴。清《调鼎集》:“配鸭皮、火腿片、鸡汤(或火腿汤)、姜、葱、盐、酒娘。又,鸭舌略煮熟,配连鱼舌、鲫鱼舌,入煮鱼汤、盐、酒娘、笋尖、姜汁、葱、椒煨。又,火腿筋、冬笋煨。”

【冻鸭掌】 古代菜肴。清《调鼎集》:“与鲞肉冻同煮,另有种鲜味。”

【鸭杂】 古代菜肴。清《调鼎集》:“生鸭杂切小长块,滚水略炸,配笋片,腌菜头,鸡汤煨。”

【洋炉鹅】 古代菜肴。清《调鼎集》:“腹内入葱卷并大头,以铁叉叉鹅,入炉炙熟。”

【扁鸽蛋】 古代菜肴。清《调鼎集》:“煮熟去壳,略磕扁,使箸易夹。用二十蛋配菜装碗。”

【鸽蛋汤】 古代菜肴。清《调鼎集》:“鸽蛋汤,上点心时,每客一小碗鲜汤,用鸽蛋二枚(少入芫荽。)。”

【烧麻雀丁】 古代菜肴。清《调鼎集》:“切丁,酱油、须烧酒、脂油。”

【瓶儿鸡】 古代菜肴。清《调鼎集》:“臘月肥鸡切片,盐椒拌匀装瓶,用时取出,倾铜锹,加脂油、洋糖、酒娘、酱油、葱炖。”

【汽锅鸡】 古代菜肴。清《调鼎集》:“煮半熟,冷定去骨,切块,加酱火腿各鲜汁,再煨收汤。”

【煨五鲜】 古代菜肴。清《调鼎集》:“鸡、火腿、猪蹄、松鲞、鸭同煨。”

【炒三丝】 古代菜肴。清《调鼎集》“生鸡丝配鲜蛏丝、笋丝,入红锅三四拨,多炒则老,即入作料烹熟,临起加蒜丝少许。”

【烧鸡】 古代菜肴。清《调鼎集》:“熟鸡炭火炙,手撕作丝,加酱油、姜,拌醋。又,生鸡出骨切块,加作料红烧,洋糖炒红浇上,色即红润。炒不可焦,焦则苦,面上加鲜胡桃仁。又,取小芋子如汤圆大,配红烧鸡块。又,老菱肉对开,削香芋式配烧亦可。”

【醋炸鸡】 古代菜肴。清《调鼎集》:“切小块,油炸黄色,入陈糟一钟再炒,待干又入醋一钟。配青笋二两或煮烂栗肉、葱、姜汁少许。”

【辣煮鸡】 古代菜肴。清《调鼎集》:“熟鸡拆细丝,配海参、海蜇煮,临起以芥末和入作料冲用。麻油冷拌亦可。”

【鸡豆】 古代菜肴。清《调鼎集》:“肥鸡去骨剉碎,入油烹炒,撒盐后,再加汁,下黄豆、茴香、花椒、桂皮煮干。每大鸡一只配二升。”

【杨妃蛋】 古代菜肴。清《调鼎集》:“鸡蛋十个打散,加洋糖,滚水冲和,重汤炖。要味厚去糖加各鲜汁。”

【云阳汤】 古代菜肴。清《调鼎集》:“蛋清搅匀,配肉丝、紫菜、鸡汤、盐、酒、醋、蒜、葱花。”

【野鸡爪】 古代菜肴。清《调鼎集》:“去皮骨切丁,配酱瓜、冬笋、瓜仁、生姜各丁,菜油、甜酱或加大椒炒。”

【鸡炖甲鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》:“大甲鱼一个,取大嫩肥鸡一只,各如法宰洗,用大磁盘铺大葱一层并蒜、大料、花椒、姜,将鱼鸡放下,盖以葱,用甜酒、清酱腌蜜,隔汤炖二炷(香),熟烂香美。”

【东坡肉】 古代菜肴。清《调鼎集》:“肉取方正一块,刮净,切长层约二寸许,下锅小滚后去沫,每一斤下木瓜酒四两(福珍亦可),炒糖包入,半烂加酱油。火候既到,下冰糖数块,将汤收干。用山药蒸烂,去皮衬底。肉每斤入大茴三颗。”

【鱼脑豆腐】 古代菜肴。清《调鼎集》:“鲫鱼脑煮熟,将脑挑出,同豆腐焖。”

【鸡油炒松仁】 古代菜肴。清《调鼎集》:“松仁少加甜酱、豆粉。”

【酱炸榛仁】 古代菜肴。清《调鼎集》:“去皮取肉,麻油炸酥。或加酱、糖、油炒,或拌甜酱汁。”

【煨鲜胡桃】 古代菜肴。清《调鼎集》:“取鲜胡桃仁配木耳煨。”

【烧栗肉】 古代菜肴。清《调鼎集》:“生栗肉鸡汤煮烂,配鸡冠油,酒、酱烧。或加脂油、洋糖烧。”

【瓤红桔】 古代菜肴。清《调鼎集》:“小红桔挖去瓤,用藕粉或豆粉和洋糖,或用各种馅灌满,蒸熟,油炸,可烧,可烩。”

【整烧苹果】 古代菜肴。清《调鼎集》:“撕去皮,挖空,填鸡丝等馅,酱油、脂油烧。”

【苹果煨猪肉】 古代菜肴。清《调鼎集》:“生苹果切厚片,煨猪肉或煨羊肉。”

【假鲞鱼】 古代菜肴。清《调鼎集》:“大山药蒸熟去皮,切作鱼式捺扁,加醋、糖汁煎,名假鲞鱼。”

【菱圆】 古代菜肴。清《调鼎集》:“和猪肉斩圆,加蘑菇,鸡汤烩。”

【烧菱肉】 古代菜肴。清《调鼎集》:“菱肉老而有粉者,入肉汁煮。或加酒、盐、鸡脯、笋尖、脂油烧。”

【酱炸杏仁】 古代菜肴。清《调鼎集》:“杏仁去皮,麻油炸,拌甜酱卤。”

【炸樱桃】 古代菜肴。清《调鼎集》:“樱桃去核,拖椒盐、面、油炸。酱食可,及时配菜亦可。”

【荸荠素饼】 古代菜肴。清《调鼎集》:“切碎,入豆粉、姜汁、黄酒、盐,馓茸,作饼,麻油炸。”

【荸荠荤饼】 古代菜肴。清《调鼎集》:“荸荠去皮擦绒,配虾茸、酱油、油作饼,煎。”

【摸刺刀鱼】 古代菜肴。清《邗江三百吟》“摸刺刀鱼”:“刀鱼味极美,但不能适口者多刺。扬城名工庖人,

用新斗门兴布一块，将刀鱼包入，加手法以摸其刺，名曰摸刺刀鱼。”

【烧金华火腿】 古代菜肴。清《邗江三百吟》“烧金华火腿”：“火腿以金华驰名。煮食其味已佳。此则取火腿中心切方正一大块，先用米泔水浸一昼夜，以去其咸，再多加好陈木瓜酒，少加三伏老酒，细火细烧，候其脯之融化，汤之浓郁、香之畅升而后食。近日扬州亦有以新丰火腿代而充之者……。”

【葵花肉丸】 古代菜肴。清《邗江三百吟》“葵花肉丸”：“肉以细切粗斲为丸。用荤素油煎成如葵黄色。俗云葵花肉丸。”

【黑鱼肠】 古代菜肴。以黑鱼肠烧成。清《邗江三百吟》“黑鱼肠”：“鱼肠不食者多。惟黑鱼肠极肥美。扬人争食之。烧乌更比水乌香，去乙何须劝客尝。记得市儿无赖语，得来曾不顾爷娘。”注曰：“市语：宁丢爷和娘，不丢黑鱼肠。”

【马鞍桥】 古代菜肴。清《邗江三百吟》“马鞍桥”：“以黄鳝切段，烹熟之后形似马鞍桥，故名。藏时本与鼍为族，烹出偏从马得名。解释年来弹铗感，当筵翻动据鞍情。”清李斗《扬州画舫录》卷十一：“烹饪之技，家庖最胜。如……小山和尚马鞍乔，风味皆臻绝胜。”

【茄鲞】 古代菜肴。《红楼梦》第四十一回：“把才下来的茄子把皮剥了，只要净肉，切成碎钉子，用鸡油炸了，再用鸡脯子肉并香菌、新笋、蘑菇、五香腐干、各色干果子俱切成钉子，用鸡汤煨干，将香油一收，外加糟油一拌，盛在瓷罐子里封严，要吃时拿出来，用炒的鸡爪一拌就是。”一本作“茄脞。”

【茄脞】 古代菜肴。《红楼梦》第四十一回，凤姐答刘姥姥：“这也不难。你把四五月里的新茄包儿摘下来，把皮和瓤子去尽，只要净肉，切成头发细的丝儿，晒干了。拿一只肥母鸡，靠出老汤来。把这茄子丝上蒸笼蒸的鸡汤入了味，再拿出来晒干。如此九蒸九晒，必定晒脆了。盛在磁罐子里封严了。要吃时拿出一碟子来，用炒的鸡爪一拌就是了。”一本作“茄鲞”。

【牛乳蒸羊羔】 古代菜肴。用羊羔加牛乳蒸制而成。《红楼梦》第四十九回，“好容易等摆上来，头一样菜便是牛乳蒸羊羔。贾母便说：‘这是我们有年纪的人的药，没见天日的东西，可惜你们小孩子们吃不得’。”

【糟鹌鹑】 古代菜肴。将鹌鹑肉用糟糟成。《红楼梦》第五十回，贾母问“‘那个盘子里是什么东西？’众人忙捧了过来，回说：‘是糟鹌鹑’。贾母道：‘这倒罢了，撕一两点腿子来’。”

【油盐炒枸杞芽】 古代菜肴。《红楼梦》第六十一回，“前儿三姑娘和宝姑娘偶然商议了要吃个油盐炒枸杞芽儿来。”

【鸡髓笋】 古代菜肴。见于《红楼梦》。用鸡骨髓加笋烹制而成。《红楼梦》第七十五回，鸳鸯对贾母说：“……这一碗是鸡髓笋，是外头老爷送上来的。”

【火腿虾圆杂脍】 古代菜肴。以火腿、虾圆为主料烧成的杂烩。《儒林外史》第十五回：“捧上饭来，一大盘稀烂的羊肉，一盘糟鸭，一大碗火腿虾圆杂脍。”

【烧鸭】 古代菜肴。即烤鸭。《忆京都词》：“忆京都，填鸭冠寰中。烂煮登盘肥且美，加之炝烙制尤工……。”注曰：“京都填鸭其制法有汤鸭、爬鸭之别，而尤以烧鸭为最。其片法以利刃割其皮，小如钱而绝不粘肉。”

【五香熏鱼】 古代菜肴。清曾懿《中馈录》“制五香熏鱼法”：“法以青鱼或草鱼脂肪多者，将鱼去鳞及杂碎，洗净，横切四分厚片。晾干水气，以花椒及炒细白盐及白糖逐块摸擦，腌半日即去其卤。再加绍酒、酱油浸之，时时翻动，过一日夜。晒半干，用麻油煎好捞起。将花椒、大小茴炒研细末掺上，安在细铁丝罩上。炭炉内用茶叶、米少许，烧烟熏之；不必过度，微有烟香气即得。但不宜太咸，咸则不鲜也。”

【泡盐菜】 古代菜肴。清曾懿《中馈录》“制泡盐菜法”：“泡盐菜法，定要覆水坛。此坛有一外沿如暖帽式，四周内可盛水；坛口上覆一盖，浸于水中，使空气不得入内，则所泡之菜不得坏矣。泡菜之水，用花椒和盐煮沸，加烧酒少许。凡各种蔬菜均宜，尤以豇豆、青红椒为美、且可经久。然必须将菜晒干，方可泡入。如有霉花，加烧酒少许，每加菜必加盐少许，并加酒，方不变酸。坛沿外水须隔日一换，勿令其干。若依法经营，愈久愈美也。”

【酿豆芽】 古代菜肴。近人徐珂《清稗类钞》：“镂豆芽使空，以鸡丝、火腿满塞之。嘉庆时最盛行。”

【蛤蜊鲫鱼汤】 古代菜肴。近人徐珂《清稗类钞》“蛤蜊鲫鱼汤”：“蛤蜊鲫鱼汤者，扬州人善制之。取极大鲫鱼，加大蛤蜊数枚，清燉白汤，味清醇，其汤莹洁，无纤毫油沫……此鱼肉用醋蘸食，绝似蟹螯。”

【玉兰片瑶柱汤】 古代菜肴。近人徐珂《清稗类钞》“玉兰片瑶柱汤”：“取玉兰片浸久切片，以江瑶柱若干入碗中，加水及绍酒少许，蒸透，取出撕碎，与玉兰片同盛一锅，加入浸玉兰片之清汤及盐一撮，煮透即成。”

【虾球】 古代菜肴。近人徐珂《清稗类钞》“虾球”：“用鲜虾仁若干，加入鸡蛋白二三枚，再加盐酒少许，入石臼打烂成酱，用匙盛之，略成球形，置大盆，再盛再捏，及球作完，即蒸熟。或炒食，或制汤，均可。”

【金边白菜】 古代菜肴。为西安著名素菜。清薛宝辰《素食说略》“菘”：“菘，白菜也，是为诸蔬之冠，非一切菜所能比……或取嫩菜切片，以猛火油灼之，加醋、酱油起锅，名醋馏白菜。或微搭鼈，名金边白菜。西安厨人做法最妙，京师厨人不及也。”

【五香面】 古代食品。为清戏剧家李渔所制。将5种原料拌入面中，捍切成条即成。清李渔《闲情偶寄》“五香面”：“五香者何？酱也，醋也，椒末也，芝麻屑也，焯笋或煮蕈煮虾之鲜汁也。先以椒末、芝麻屑二物拌入面中，后以酱醋及鲜汁三物和为一处，即充拌面之水，勿

再用水。拌宜极匀，捍宜极薄，切宜极细，然后以滚水下之，则精粹之物尽在面中……。”

【八珍面】 古代食品。为清戏剧家李渔所制。将8种动植物原料掺入面中捍、切成条即成。清李渔《闲情偶寄》“八珍面”：“八珍者何？鸡、鱼、虾三物之肉，晒使极干，与鲜笋、香蕈、芝麻、花椒四物，共成极细之末，和八面中，与鲜汁共为八种……。”

【素焦饼】 古代食品。清朱彝尊《食宪鸿秘》“素焦饼”：“瓜、松、榛、杏等仁和白面，捺印，烙饼。”

【荤焦饼】 古代食品。清朱彝尊《食宪鸿秘》“荤焦饼”：“焦熟鸡削薄片，洒干为末，和匀面，烙饼。又虾米末亦妙。”

【玫瑰火饼】 古代食品。清朱彝尊《食宪鸿秘》“玫瑰火饼”：“面一斤、香油四两、白糖四两，热水化开，和匀，作饼。用制就玫瑰糖加胡桃白仁、榛、松、瓜子仁、杏仁（煮七次，去皮尖）、薄荷及小茴香末擦匀作馅。两面粘芝麻煠熟。”

【奶子茶】 古代食品。清朱彝尊《食宪鸿秘》“奶子茶”：“粗茶叶煎浓汁，木杓扬之，红色为度。用酥油及研碎芝麻滤入，加盐或糖。”

【八珍糕】 古代食品。清朱彝尊《食宪鸿秘》“八珍糕”：“山药、扁豆各一斤，苡仁、莲子、芡实、茯苓、糯米各半斤，白糖一斤。”

【乳滴】 古代食品。清朱彝尊《食宪鸿秘》“乳滴”：“牛乳熬一次，用绢布滤冷水盆内，取出再熬，再倾入水，数次，羶气净尽。入锅，加白糖熬热，用匙取乳滴冷水盆内，水另换，任成形象。或加胭脂、栀子各颜色，美观。”

【卷煎】 古代食品。清朱彝尊《食宪鸿秘》“卷煎”：“将蛋摊皮，以碎肉加料卷好，仍用蛋糊口。猪油、白糖、甜酱和烧。切片用。”

【八宝酱】 古代食品。清朱彝尊《食宪鸿秘》“八宝酱”：“熬熟油，同甜酱入沙糖炒透。和冬笋及各色果仁，略加砂仁，酱瓜姜末和匀，取起用。”

【咸杏仁】 古代食品。清朱彝尊《食宪鸿秘》“咸杏仁”：“京师甜杏仁，盐水浸拌，炒燥。佐酒甚香美。”

【风栗】 古代食品。清朱彝尊《食宪鸿秘》“栗子”：“风栗，或袋或篮悬风处，常撼播之，不易干坏。圆眼、栗同筐贮则圆肉润而栗易干。”

【糟栗】 古代食品。清朱彝尊《食宪鸿秘》“栗子”：“熟栗入糟糟之下酒佳。风干生栗入糟糟之更佳。”

【杏酪】 古代食品。清顾仲《养小录》“杏酪”：“甜杏仁以热水泡，加炉灰一撮入水。候冷即捏去皮，清水漂净，再量入清水，如磨豆腐法，带水磨碎。用绢袋榨汁去渣。以汁入锅煮。熟时入蒸粉少许，加白糖霜热嗽。麻酪亦如此法。”

【糯米酱】 古代食品。清顾仲《养小录》“糯米酱”：“糯米一小斗，如常法作成酒带槽。入炒盐一斤，淡豆豉半升、花椒三两、胡椒五钱、大茴二两、小茴二两、干姜二两。以上和匀磨细，即成美酱。味最佳。”

【豆豉】 古代食品。清顾仲《养小录》“豆豉”：“大青豆（一斗，浸一宿，煮熟。用面五升，缠豆摊席上，晾干，楮叶盖好。发中黄勃淘净）。苦瓜皮（十斤，去内白一层，切丁，盐腌，榨干）。飞盐（五斤。或不用）、杏仁（四两、煮七次，去皮尖。若京师甜杏仁，止泡一次）。”

【熏豆腐】 古代食品。清顾仲《养小录》“熏豆腐”：“好豆腐压极干，盐腌过，洗净晒干，涂香油熏之。妙。”

【凤凰脑子】 古代食品。清顾仲《养小录》“凤凰脑子”：“好腐腌过，洗净晒干，入酒娘糟。糟透。妙甚。”

【腐干】 古代食品。清顾仲《养小录》“腐干”：“好腐干，用腊酒娘，酱油浸透。取出，切小方块。以虾米末、砂仁末掺上熏干，熟香油涂上，再熏。用供翻牒，奇而美。”

【响面筋】 古代食品。清顾仲《养小录》“响面筋”：“面筋切条压干，入猪油炸过，再入香油牒。笊起，椒盐、酒拌。入齿有声，坚脆好吃。”

【麻腐】 古代食品。以芝麻、水、真粉、糖制成的豆腐状素馔。清顾仲《养小录》“麻腐”：“芝麻略炒，和水磨细。娟滤去渣取汁，煮熟。加真粉少许，入白糖，饮。或不用糖，则少用水，凝作腐。或煎或煮，以供素馔。”

【粟腐】 古代食品。用罂粟子如做“麻腐”。法制成。清顾仲《养小录》“粟腐”：“罂粟子，如制麻腐法，最精。”

【顶酥饼】 古代食品。清顾仲《养小录》“顶酥饼”：“生面，水七分，油三分，和稍硬，是为外层（硬则入炉时，皮能顶起一层。过软则粘不发松）。生面，每斤入糖四两，油和，不用水，是为内层。杆须开折，须多遍则层多，中实果馅。”

【果馅饼】 古代食品。清顾仲《养小录》“果馅饼”：“生面六斤。蒸面四斤，脂油三斤，蒸粉二斤，温水和，包馅入炉。”

【粉枣】 古代食品。清顾仲《养小录》“粉枣”：“江米（晒变色，上白者佳）磨细粉，称过，滚水和成饼，再入滚水煮透，浮起，取出冷。每斤入芋汁七钱，搅匀和好，切指顶大，晒极干，入温油慢泡，以软为度。后入滚油，候放开，仍入温油，候冷取书，白糖掺粘。”

【玉露霜】 古代食品。清顾仲《养小录》“玉露霜”：“天花粉四两、干葛一两、桔梗一两（俱为末）、豆粉十两，四味搅匀，干薄荷用水洒润，放开收水迹。铺锡盂底，隔以细绢，置粉于上。再隔绢一层，又加薄荷。盖好封固。重汤煮透。取出冷定，隔一二日取出，加白糖八两，和匀，印模。”

【晋府千层油旋烙饼】 古代食品。清顾仲《养小录》“晋府千层油旋烙饼”：“白面一斤，白糖二两（水化开）入香油四两，和面作剂，捍开。再入油成剂，捍开。再入油成剂，再捍，如此七次。火上烙之，甚美。”

【光烧饼】 古代食品。清顾仲《养小录》“光烧饼”：“每面一斤，入油半两，炒盐一钱，冷水和，捍开。鏊上

煿。待硬缓火烧熟。极脆美。”

【阁老饼】 古代食品。清顾仲《养小录》“阁老饼”：“糯米淘净，和水粉之，沥干。计粉二分，白面一分，其馅随用。熯熟。软腻好吃。”

【核桃饼】 古代食品。清顾仲《养小录》“核桃饼”：“胡桃肉去皮，和白糖捣如泥，模印，稀不能持。蒸江米饭，摊冷，加纸一层，置饼于上。一宿饼实，而江米反稀。”

【蒸裹粽】 古代食品。清顾仲《养小录》“蒸裹粽”：“白糯米蒸熟，和白糖拌匀。以竹叶裹小角儿。再蒸。或用馅。蒸熟即好吃矣，如剥出油煎，则仙人之食矣。”

【橙糕】 古代食品。清顾仲《养小录》“橙糕”：“黄橙，四面用刀切破，入汤煮熟。取出，去核捣烂，加白糖，稀不裂汁，盛瓷盘，再顿过。冻就。切食。”

【闭瓮芥菜】 古代食品。清顾仲《养小录》“闭瓮芥菜”：“菜净，阴干，入盐腌。逐日加盐，揉七日。晾去湿气。用姜丝、茴香、椒末拌入。先以香油装罐底一二寸，方入菜，筑实极满。箬衬口，竹竿十字撑起。覆三日，沥出油，仍正放。添原汁，三日倒一次。如此者三。泥头。五日可开用。”

【水闭瓮菜】 古代食品。清顾仲《养小录》“水闭瓮菜”：“大科白菜，晒软去叶，每科用手裹成一窝，入花椒、茴香数粒。随迭瓮内，满，用盐筑口上，冷水灌满。十日倒出水一次，倒过数次，泥封。春月供妙。”

【绍兴酱茄】 古代食品。清顾仲《养小录》“绍兴酱茄”：“麦一斗煮熟，摊七日，磨碎，糯米烂饭一斗，盐一斗同拌匀，晒七日。入腌茄，仍晒之。小茄一日可食，大者多日。”

【酱麻姑】 古代食品。清顾仲《养小录》“酱麻姑”：“择肥白者，洗净蒸熟，甜酒娘，酱油泡醉。美哉。”

【醉香蕈】 古代食品。清顾仲《养小录》“醉香草”：“拣净，水泡，熬油炒熟。其原泡水，澄去滓，仍入锅，收干取起，停冷，以冷浓茶洗去油气，沥干，入好酒娘，酱油醉之。半日味透。素馔中妙品也。”

【糟笋】 古代食品。清顾仲《养小录》“糟笋”：“冬笋勿去皮，勿见水，布拭净。以筋搠笋内嫩节，令透。入腊香糟于内，再以糟团笋外，大头向上，入罐，泥封。夏用。”

【醉萝卜】 古代食品。清顾仲《养小录》“醉萝卜”：“线茎实心者，切作四条，线穿晒七分干。每斤用盐四两，腌透，再晒九分干，入瓶捺实，八分满。用滴烧酒浇入，勿封口。数日后，卜气发臭，臭过作杏黄色，即可食。甜美。若以绵包老香糟塞瓶上，更妙。”

【酒发鱼】 古代食品。清顾仲《养小录》“酒发鱼”：“大鲫鱼，净，去鳞、眼、肠、腮及鬐尾。勿见生水。以清酒脚洗，用布抹干。里面以布扎筋头，细细搜抹净。用神曲、红曲、胡椒、茴香、川椒、干姜诸末各一两，拌炒盐二两，装入鱼腹，入罐，上下加料一层，包好泥封。腊月造，下灯节后开，又番一转，入好酒浸满，泥封。至四月方熟。可用。可留一二年。”

【甜虾】 古代食品。清顾仲《养小录》“甜虾”：“河虾，滚水焯过，不用盐，晒干，味甜美。”

【糟鱼】 古代食品。清顾仲《养小录》“糟鱼”：“腊月，鲜鱼治净。去头尾，切方块。微盐腌过。日晒，收去盐水迹。每鱼一斤，糟半斤、盐七钱、酒半斤，和匀入罐，底面须糟多。固三日，倾到一次。一月可用。”

【上品酱蟹】 古代食品。清顾仲《养小录》“上品酱蟹”：“上好极厚甜酱，取鲜活大蟹，每个以麻丝缚定，用手捞酱，揾蟹如团泥，装入罐内封固。两月开，脐亮易脱，可供。如未易脱，再封好候之。食时以淡酒洗下酱来，仍可供厨，且愈鲜也。”

【醉蟹】 古代食品。清顾仲《养小录》“醉蟹”：“以甜三白酒注盆内，将蟹拭净投入。有顷，醉透不动。取起，将脐内泥沙去净，入椒盐一撮，茱萸一粒（置此可经年不沙），反纳罐内。洒椒粒，以原酒浇下，酒与蟹平，封好。每日将蟹转动一次，半月可供。”

【鸡松】 古代食品。清顾仲《养小录》“鸡松”：“鸡，同黄酒、大小茴香、葱、椒盐、水煮熟。去皮、骨，焙干。擂及碎，油焙干，收贮。”

【百日内糟鹅蛋】 古代食品。清顾仲《养小录》“百日内糟鹅蛋”：“新酿兰白酒，初发浆。用麻线络著鹅蛋，挂竹棍上，横挣酒缸口，浸蛋入酒浆内，隔日一看，蛋壳碎裂，如细哥窑纹，取起，抹去碎壳，勿损内衣。预制米酒甜糟（酒娘糟更妙），多加盐拌匀，以糟揾蛋上，厚倍之。入罐，一大罐可容蛋二十枚。两月余可供。”

【炒栗】 古代食品。清顾仲《养小录》“栗子”：“炒栗，先洗净，入锅，勿加水，用油灯草三根圈放面上。只煮一滚，久闷，甜酥易剥。熟栗风干，栗糟食，甚佳。”

【橙饼】 古代食品。清顾仲《养小录》“橙饼”：“大橙子，连皮切片，去核捣烂，绞汁。略加水，和白面少许熬之。急朵熟，加白糖。急朵入瓷盆。冷切片。”

【清酱】 古代食品。清李化楠《醒园录》“做清酱法”：“黑豆先煮极烂，捞起候略温，加白面拌匀（每豆一斗配面三斤，多不过五斤），摊开有半寸厚，上用布盖密，不拘席草皆可。候发霉生毛，至七天过晒干，天气热不过五六日，凉不过六七日为期，总以生毛多为妙。然不可使烂。如遇好天气，用冷茶汤拌湿再晒干（用茶汤拌者，欲其味甘，不拘几次，越多越好）。每豆黄一斤，配盐十四两，水四斤，盐同水煮滚，澄清去浑底，晾冷，将豆黄入盐水内，泡晒至四十九日。如要香，可加香蕈、大茴、花椒、姜丝、芝麻各少许。捞出二货豆渣，合盐水再熬，酌量加水（每水一斤，加盐三两）。再捞出三货豆渣，并再加盐水再熬。去渣。然后将一二次之水，随便合作一处拌匀，或再晒几天，或用糠火熏滚皆可。其豆渣尚可作家常小菜用也。”

【香豆豉】 古代食品。清李化楠《醒园录》“做香豆豉

法”：“每豆一斗，用过头水煮熟，将水逼干，用白面二十斤拌匀。霉法与上做清酱法同。霉好，用杏仁、瓜子仁、姜丝、紫苏、八角、茴香、小茴香、花椒、白糖、陈皮、瓜块、烧酒（内陈皮须煮出苦水）拌匀，盛洁净磁瓶内，将瓶口泥好，晒至一月，即成香豉矣。”

【水豆豉】 古代食品。清李化楠《醒园录》“做水豆豉法·又法”：“发就黄豆一斤，好西瓜瓤一斤，好老酒一斤、盐半斤，先用酒将盐浇化澄沙，合黄与瓜瓤搅匀，装入坛内封固，俟四十天可吃。不晒日。”

【豆腐乳】 古代食品。清李化楠《醒园录》：“豆腐乳法”：“将豆腐切作方块，用盐腌三四天，出晒两天，置蒸笼内，蒸至极熟，出晒一天和便酱，下酒少许，盖密晒之。或加小茴末和晒更佳。”

【糟豆腐乳】 古代食品。清李化楠《醒园录》“糟豆腐乳法”：“每鲜豆腐十斤，配盐二斤半（其盐三分之中，当留一小分，俟装坛时拌入糟膏内）。将豆腐一块，切作两块，一重盐，一重豆腐，装入盆内，用木板盖之，上用小石压之，但不可太重。腌二日洗捞起，晒之至晚，蒸之。次日复晒复蒸，再切寸方块，配白糯米五升，洗淘干净煮烂，捞饭候冷（蒸饭未免太干，定当煮捞脂膏，自可多取为要）。用白曲五块，研末拌匀，装入桶盆内，用水轻压抹光，以巾布盖塞极密，次早开看起发，用手节次刨放米萝擦之（次早刨擦，未免太早，当三天为妥），下用盆承接脂膏，其糟粕不用，和好老酒一大瓶，红曲末少许拌匀。一重糟，一重豆腐，分装小罐内，只可七分满就好（以防沸溢）。盖密，外用布或泥封固，收藏四十天方可吃用，不可晒日（红曲末多些好看，装时当加白曲末少许才松破。若太干，酒当多添，俾膏酒略淹豆腐为妙）。”

【火腿酱】 古代食品。清李化楠《醒园录》“火腿酱法”：“用南火腿煮熟，切碎丁（如火腿过咸，即当用水先泡淡些，然后煮之），去皮，单取精肉。用火将锅烧得滚热，将香油先下滚香，次下甜酱、白糖、甜酒，同滚炼好，然后下火腿丁及松子、核桃、瓜子等仁，速炒翻取起，磁罐收贮。其法：每大腿一只，用好面酱一斤、香油一斤、白糖一斤、核桃仁四两（去皮打碎）、花生仁（四两，炒去膜，打碎）、松子仁四两、瓜子仁二两、桂皮五分、砂仁五分。”

【牛肉干】 古代食品。一种腌制风干成的牛肉干。清李化楠《醒园录》“牛肉干法”：“生肉切成大片，约厚一寸。将盐摊放平处，取牛肉块顺手平平丢下，随手取起，翻过再丢，两面均已粘盐。丢下时，不可用手按压。拿起轻轻抖去浮盐，亦不可用手抹擦。逐层按放盆内，用石压之。隔宿，将卤洗肉，取出铺排稻草上晒之，不时翻转，至晚收，放平板上，用木棍赶滚，使肉坚实光亮。随逐层堆板上，用重石压盖，次早取起，再晒至晚，再滚再压，内外用石压之，隔宿或一两天取起，挂在风处，一月可吃。”

【醉螃蟹】 古代食品。古代醉蟹品种之一。清李化楠《醒园录》“醉螃蟹法”：“用好甜酒与清酱，对配合酒七分，清酱三分，先入坛内，次取活蟹（已死者不可用），用小刀于背甲当中处扎一下，随用盐少许填入。乘其未死，即投入坛中。蟹下完后，将坛口封固，三五日可吃矣。”

【糟鱼】 古代食品。清李化楠《醒园录》“糟鱼法”：“将鱼破开，不下水，用盐腌之。每鱼一斤，约田盐二三两，腌二日，即于卤内洗净，再以清水摆净，去鳞翅及头尾，于日中晒之。候鱼半干（不可太干），砍作四块或八块（肉厚处再剖开），取做就之糟（即前法所云：挤酒之糟，加盐少许，装入坛内，候发香糟物者是也）听用。每鱼一层，盖糟一层，上加整花椒，逐层用糟及椒安放坛内。加糟汁少，微觉干，便取好甜酒的量倾入，用泥封坛口，四十天后可吃。临吃时，取鱼带糟，用猪板油细丁，拌入碗盛蒸之。”

【鱼松】 古代食品。清李化楠《醒园录》“做鱼松法”：“用粗丝鱼，如法去鳞肚，洗净。蒸略熟取出，去骨净尽，下好肉汤煮数滚取起。和甜酒、微醋、清酱，加入角末、姜汁、白糖、麻油少许和匀，下锅拌炒至干，取起，磁罐收贮。”

【变蛋】 古代食品。清李化楠《醒园录》“变蛋法”：“用石灰、木炭灰、松柏枝灰、垄糠灰四件（石灰须少，不可与各灰平等），加盐拌匀，用老粗茶叶煎浓汁调拌不硬不软，裹蛋，装入坛内，泥封固，百天可用。其盐每蛋只可用二分，多则太咸。”其又法：“用芦草、稻草灰各二分，石灰各一分，先用柏叶带子捣极细，泥和入三灰内，加垄糠拌匀，和浓茶汁，塑蛋，装坛内半月。二十天可吃。”

【乳蛋】 古代食品。清李化楠《醒园录》“乳蛋法”：“每用牛乳三盏，配鸡蛋一枚，胡桃仁一枚，研极细末，冰糖少许，亦研末和匀，蒸熟吃之甚美，兼能补益（老人虚燥者，有痰者，加老姜汁一茶匙更妙）。”

【酱鸡蛋】 古代食品。清李化楠《醒园录》“酱鸡蛋法”：“用鸡蛋带壳洗极净，腌入酱内，一月可吃，但不用煮。取黄生吃之甚美，其清化如水，可搀物，当豆油用之。”

【白煮蛋】 古代食品。清李化楠《醒园录》“白煮蛋法”：“将蛋同凉水下锅，煮至锅边水响，捞起，用凉水泡之，候蛋极冷，再放下锅二三滚，取起。其黄不熟不生，最为有趣。”

【杏仁浆】 古代食品。清李化楠《醒园录》“杏仁浆法（作茶吃）”：“先将杏仁泡水，去皮尖，与上白米饭米对配，磨浆坠水，加糖顿熟，作茶吃之，甚为润肺。或单用杏仁磨浆加糖亦可。或用杏仁为君，米用三分之一。无小磨，用臼捣烂，布滤。”

【芝麻茶】 古代食品。清李化楠《醒园录》“芝麻茶法”：“先用芝麻去皮，炒香磨细，先取一酒杯下碗，入盐

少许，用筷子顺手打至稠。硬不开，再下盐水顺打至稀稠，约有半碗多，然后用红茶熬酽，俟略温，调入半碗，可作四碗吃之。”其又法：“用牛乳隔水顿二三滚，取起，凉冷结皮，将皮揭尽，配碗和芝麻茶吃。”

【鸡蛋糕】　古代食品。清李化楠《醒园录》“蒸鸡蛋糕法”：“每两一斤，配蛋十个，白糖半斤，合作一处，拌匀，盖密，放灶上热处。过一饭时，入蒸笼内蒸熟，以筷子插入，不粘为度。取起候冷定，切片吃。若要做干糕，灶上热后，入铁炉熨之。”

【黏糕】　古代食品。清李化楠《醒园录》“蒸黏糕法”：“每糯米七升，配白饭米二升，清水淘净。泡隔宿捞起，舂粉筛细，配白糖五斤（红糖亦可），浇水拌匀，以用手抓起成团为度，不可太湿。入笼蒸之，俟熟倾出凉冷，放盆内，用手极力揉匀，至无白点为度。再用笼圈安放平正处，底下及周围俱用笋壳铺贴，然后下糕，用手压平，去圈成个。”

【萝卜糕】　古代食品。清李化楠《醒园录》“蒸萝卜糕法”：“每饭米八升，加糯米二升，水洗净，泡隔宿。舂粉筛细，配萝卜三四斤，刮去粗皮，擦成丝。用猪板油一斤，切丝或作丁，先下锅略炒，次下萝卜丝同炒，再加胡椒面、葱花、盐各少许同炒。萝卜丝拌熟，捞起候冷，拌入米粉内，加水调极匀（以手挑起，坠有整块，不致太稀），入笼内蒸之（先用布衬于笼底），筷子插入不粘，即熟矣。”其又法：“猪油、萝卜、椒料俱不下锅，即拌入米粉同蒸。”

【西洋糕】　古代食品。因学习西方制法而成，故名。清李化楠《醒园录》“蒸西洋糕法”：“每上面一斤，配白糖半斤，鸡蛋黄十六个，酒娘半碗，挤去糟粕，只用酒汁，合水少许和匀，用筷子搅，吹去沫，安热处令发。入蒸笼内，用布铺好，倾下蒸之。”

【绿豆糕】　古代食品。清李化楠《醒园录》“做绿豆糕法”：“绿豆粉一两，配水三中碗，和糖搅匀，置砂锅中，煮打成糊，取起分成碗中即成糕。”

【莴菜糕】　古代食品。清李化楠《醒园录》“莴菜糕法”：“饭米一斗，用水洗泡，配菜叶五斤洗净，切极细，拌米合磨成浆。将糖和微水下锅，煮至滴水成珠，倾入浆内搅匀，用碗量，入蒸笼内蒸熟，才重重仿此下去，如蒸九重糕法。甚美。每重以薄为妙。”

【茯苓糕】　古代食品。清李化楠《醒园录》“蒸茯苓糕法”共收四法。一是“用软性好饭米，舂得极白，研面用极细筛筛过。每斤面配白糖六两拌匀，下蒸笼内，用手排实（末下时，先垫高丽纸一重）蒸熟”。一是“用七成白粳米，三成白糯米，再加二三成莲肉、芡实、茯苓、山药等末，拌匀蒸之”。一是“用上好白饭米，洗净凉干，不可泡水，研极细面。再用上白糖，每斤配水一大碗搅匀，下锅搅煮收沫，数滚取起候冷，澄去浑底，即取多少洒入米面令湿，用手随洒随搓，勿令成块，至潮湿普遍就好。先用净布铺于层笼底，将面筛下抹平，略压一压，用铜刀先行剖划条块子，蒸熟取起候冷摆开好吃”。一是“亦用饭米洗泡舂粉，用白糖水和拌，筛下蒸笼内打平，再筛馅料一重，又筛米面一重；若要多馅，仿此再加二三重皆可。筛完抹平，用刀划开块子，中央各点红花，蒸熟（此一名封糕。馅料用核桃肉、松、瓜等仁，研碎筛下）”。

【松糕】　古代食品。即发糕，为古代松糕的品种之一。清李化楠《醒园录》“松糕法”：“用上白饭米，洗泡一天，研磨细面，糖亦如茯苓糕提法。二者俱备一杯面，一杯糖水，一杯清水加入糵子（即包子店所用㪷发面也），搅匀，盖密，令发至透，下层笼蒸之。要用红的，加红㪷末；要绿加青菜汁；要黄加姜黄，即各成颜色。”

【西瓜糕】　古代食品。取西瓜瓤，汁配水，糖熬成。清李化楠《醒园录》“煮西瓜糕法”：“拣上好大西瓜劈开，刮瓤捞起另处，瓜汁另作一处。先将瓜瓤沥水下锅煮滚，再下瓜瓤同煮，至发粘，取起称重，与糖对配。将糖同另处瓜汁下锅煮滚，然后下瓜瓤煮至滴水不散，取起用罐装贮（具子另拣妙香，取仁下去）。如久雨潮湿发霉，将浮面霉点用筷子拣去，连罐坐慢火炉上，徐徐滚之，取起勿动。”

【山查糕】　古代食品。清李化楠《醒园录》“山查糕法”：“将鲜山查水煮一滚，捞起去皮核，取净肉捣烂，再用细竹筛手磨擦去根，称重与白糖对配。不红，加红颜料拌匀，或印或摊，整个切条块收贮。倘水气不收难放，用炉灰排平，隔纸将糕排在纸上，纸盖一二天，水气收干装贮。”

【蔷薇糕】　古代食品。清李化楠《醒园录》“蔷薇糕法”：“蔷薇天明初开时，取来不拘多少，去心蒂及叶头有白处，铺于罐底，用白糖盖之，扎紧。明日再取，如法。后仿此。候花过，将罐内糖花不时翻转，至花略烂，将罐坐于微火煮片时，加饴糖和匀，扎紧候用。”

【满州饽饽】　古代食品。清李化楠《醒园录》“做满州饽饽法”：“外皮，每白面一斤，配猪油四两，滚水四两搅匀，用手揉至越多越好。内面，每白面一斤，配猪油半斤（如觉干些，当再加油），揉极熟，总以不硬不软为度。才将前后二面合成一大块，揉匀摊开，打卷切作小块，摊开包馅（即核桃肉等类），下炉熨熟。月饼同法。或用好香油和面，更妙。其应用分量轻重，与猪油同。”

【米粉菜包】　古代食品。清李化楠《醒园录》“米粉菜包”：“用饭米舂极白，洗泡滤干，磨筛细粉。将粉置大盆中，留余一大碗。先将凉水下锅煮滚，然后将大碗之粉匀匀撒下，煮成稀糊取起，倾入大盆中，和匀成块。再放极净热锅中，拌揉极透（恐皮黑，不入锅亦可）。取起，捏做菜包。任薄不破。如做不完，用湿布盖密，隔宿不坏（若要做薄皮，当调硬些，切不可太稀。要紧）。”其又法：“将米粉先分作数次微炒，不可过黄，余悉如前法。其馅料用芥菜（切碎盐揉挤去汁水）、萝卜（切碎）、青蒜（切碎）同肉皮、白肉丝油炒半熟包入。又，或用熟肉（切细）、香菰、冬笋、豆腐干、盐落花生仁、橘饼、冬瓜、香圆

片(各切丁子)备齐。将冬笋,先用滚水熨熟,豆腐干用油炒熟,次取肉下锅炒一滚,再下香菰、冬笋、豆腐干同炒,取起拌入花生仁等料包之,或加蛋条亦好。此顷,只宜下盐,切不可用豆油,以豆油能令皮黑故也。凡做消迈及蕨粉包肉馅,悉如菜包。其蕨粉皮,亦如做米粉法。"

【腌落花生】 古代食品。清李化楠《醒园录》"腌落花生法"共收三种制法。一是"将落花生连壳下锅,用水煮熟,下盐再煮一二滚,连汁装入缸盆内,三四天可吃"。一是"用水煮熟,捞干弃水,腌入盐菜卤内,亦三四天可吃"。一是"将落花生同菜卤一齐下锅煮熟,连卤装入缸盆,登时可吃。若要出门,捞干包带作路菜不坏。(按:后法虽然便,但豆皮不能挤去。若用前法,豆皮一挤就去,雪白好象)"。

【腌蒜头】 古代食品。清李化楠《醒园录》"腌蒜头法":"新出蒜头,乘未甚干实者更妙,去杆及根,用清水泡两三天。尝看辛辣之味去有七八就好。如未,即再挨清水再泡,洗净捞起,用盐水加醋腌之。若要吃咸的,每斤蒜用二两盐,三两醋,先腌二三日,才添水至满,封贮可久存不坏。倘要吃半咸半甜,当灰水中捞起时,先用薄盐腌一两天,然后用糖醋煎滚,候冷灌之,若太淡,加盐。不甜,加糖可也。"

【腌红姜】 古代食品。清李化楠《醒园录》"腌红姜法":"拣大块嫩生姜,擦去粗皮,切成一寸多厚片子,置瓮盆内。用研细白盐少许(或将盐打卤,澄去泥沙净,下锅再煎成盐,用之更妙),稍腌一二时辰,即逼出盐水。约每斤加白腌梅干十余个,拌入姜片内,隔一宿,俟梅干涨,姜片软,捞起去酸咸水,仍入瓮盆。每斤可加白糖五六两。染铺所用好红花汁半酒杯拌匀,晒一日,至次日尝之,若有咸酸水仍逼去,再加白糖、红花一二次,总以味甜色清红为度。仍置日色处晒二三日,即可入瓶。晒时,务将瓮盆口用纱蒙扎,以防蚂蚁、苍蝇投入。"

【腌芥菜】 古代食品。清李化楠《醒园录》"腌芥菜法":"整丛芥菜,取来将菜头老处先行砍起另煮外,其菜身剖作两半,若大丛的,当剖作四半,晒至干软(凉得两天)收脚盆内。每菜十斤,当配盐三斤(若要淡些,加二斤半亦可)。将盐先拨一半,撒在菜内,以手揉至盐尽菜软,收入大桶内,上用大石压之。过三天,先将净脚盆安放平稳地方,盆上横以木板,用米篮架上,将菜捞入篮内,上面仍用大石压至汁出尽。一面将汁煮滚,候冷澄清;一面将菜缠作把子。将原留之盐,重重配装瓮内。上面用十字竹板结之,以结实为要,才将清汁灌下,以淹密为度。瓮口用泥封固。瓮只可小的,不必太大。吃完一瓮,再开别瓮,久久不坏。"

【辣菜】 古代食品。清李化楠《醒园录》"做辣菜法":"取芥菜之旁芽内叶并心尾二三节,晒两日半。其心节当剖开晒,晒好切节,以寸为度。用清水比菜略多些,将水下锅,煮至锅边响时下菜,用勺翻两三遍,急取起,压去水气,用姜丝、淡盐花作速合拌,收入磁罐内,装塞极紧,勿令稀松。其罐嘴用芥叶滚水微熨过,二三重封固。将嘴到覆灶上二三时久,移覆地下,一周日开用。好吃。咸的,用盐、醋、猪油或麻油拌吃,好吃。甜的,用糖、醋、油拌吃。"

【五香菜】 古代食品。清李化楠《醒园录》"做五香菜法":"每十斤菜,配研细净盐六两四钱。先将菜逐叶披开,杆头厚处撕碎或先切作寸许,分晒至六七分干,下盐。揉至发香极软,加花椒、小茴、陈皮丝拌匀,装入罐内,用草塞口极紧,勿令泄气为妙。覆藏勿仰,一月可吃。"

【鸡松】 古代食品。清丁宜曾《农圃便览》"鸡松":"用极肥鸡净肉,斩极碎,炒之;取出再斩,再炒,不计遍数,务成散末。少用脂油,亦勿炒糊。再加酱瓜、酱姜、酱糊萝卜,俱斩极碎,合鸡斩匀,香油微炒,磁器收贮。"

【蜜锭】 古代食品。清丁宜曾《农圃便览》"蜜锭":"用蜜四碗、灰汤一盅、香油一碗和面,切锭,入油(炸)。"

【浆棒果】 古代食品。清丁宜曾《农圃便览》"浆棒果":"先将糯米用水浸三十日,晒干,为末。用香油、糖、碱各等分,加水合成,香油炸出,再用熟米面、白糖培之。"

【水饼】 古代食品。清丁宜曾《农圃便览》"水饼":"用温水热油平对和面,揣至光滑为度,作皮子。其馔止用油不用水和面,酌加果馅。将皮擀两次,捏成饼,包馔入炉。"

【熏蛋】 古代食品。清袁枚《随园食单》"熏蛋":"将鸡蛋加作料煨好,微微熏干,切片放盘中,可以佐膳。"

【茶叶蛋】 古代食品。清袁枚《随园食单》"茶叶蛋":"鸡蛋百个,用盐一两。粗茶叶煮,两枝线香为度。如蛋五十个,只用五钱盐,照数加减,可作点心。"

【人参笋】 古代食品。清袁枚《随园食单》"人参笋":"制细笋如人参形,微加蜜水,扬州人重之,故价颇贵。"

【熏鱼子】 古代食品。清袁枚《随园食单》"熏鱼子":"熏鱼子,色如琥珀,以油重为贵,出苏州孙春阳家,愈新愈妙,陈则味变而油枯。"

【喇虎酱】 古代食品。清袁枚《随园食单》"喇虎酱":"秦椒捣烂和甜酱蒸之,可用虾米搀入。"

【萝卜鲞片】 古代食品。清袁枚《随园食单》"萝卜":"萝卜取肥大者酱一二日即吃,甜脆可爱。有侯尼能制为鲞剪片如蝴蝶,长至丈许,连翩不断,亦一奇也。承恩寺有卖者用醋为之,以陈为妙。"

【醉泥螺】 古代食品。清袁枚《随园食单》"吐蚬":"吐蚬出兴化、泰兴,有生成极嫩者,同酒娘浸之,加糖,则自吐其油,名为'泥螺',以无泥为佳。"

【酱姜】 古代食品。清袁枚《随园食单》"酱姜":"生姜取嫩者微腌,先用粗酱套之,再用细酱套之,凡三套而始成。古法,用蝉退一个入酱,则姜久而不老。"

【高邮腌蛋】 古代食品。清袁枚《随园食单》"腌蛋"："腌蛋以高邮为佳，颜色细而油多。高文端公最喜食之。席间，先夹取以敬客。放盘中，总宜切开带壳，黄白兼用；不可存黄去白，使味不全，油亦走散。"

【鳗面】 古代食品。清袁枚《随园食单》"鳗面"："大鳗一条蒸烂，拆肉去骨和入面中，入鸡汤清揉之，擀成面皮，小刀划成细条；入鸡汁、火腿汁、蘑菇汁滚。"

【温面】 古代食品。清袁枚《随园食单》"温面"："将细面下汤沥干，放碗中，用鸡肉、香蕈浓卤；临吃各自取瓢加上。"

【鳝面】 古代食品。清袁枚《随园食单》"鳝面"："熬鳝成卤，加面再滚。此杭州法。"

【素面】 古代食品。清袁枚《随园食单》"素面"："先一日将蘑菇蓬熬汁澄清，次日将笋熬汁加面滚上。此法扬州定慧庵僧人制之极精，不肯传人。然其大概亦可仿求，其纯黑色的或云暗用虾汁、蘑菇原汁，只宜澄去泥沙，不重换水，一换水则原味薄矣。"

【裙带面】 古代食品。清袁枚《随园食单》"裙带面"："以小刀截面成条，微宽，则号裙带面。大概作面总以汤多为佳，在碗中望不见面为妙。宁使食毕再加，以便引人入胜。此法扬州盛行，恰甚有道理。"

【蓑衣饼】 古代食品。清袁枚《随园食单》"蓑衣饼"："干面用冷水调，不可多揉，擀薄后卷拢，再擀薄了，用猪油、白糖铺匀；再卷拢擀成薄饼，用猪油煎黄。如要咸的用葱、椒、盐亦可。"

【虾饼】 古代食品。清袁枚《随园食单》"虾饼"："生虾肉、葱、盐、花椒、甜酒脚少许，加水和面，香油灼透。"

【薄饼】 古代食品。清袁枚《随园食单》"薄饼"："山东孔藩台家制薄饼，薄若蝉翼，大若茶盘，柔腻绝伦。家人如其法为之，卒不能及，不知何故。秦人制小锡罐装饼三十张，每客一罐，饼小如柑，罐有盖，可以贮。馅用炒肉丝，其细如发；葱亦如之。猪羊并用，号曰西饼。"

【面老鼠】 古代食品。清袁枚《随园食单》"面老鼠"："以热水和面，俟鸡汁滚时，以箸夹入人，不分大小，加活菜心，别有风味。"

【颠不棱】 古代食品。即肉饺。清袁枚《随园食单》"颠不棱"："糊面摊开裹肉为馅蒸之。其讨好处，全在作馅得法，不过肉嫩去筋作料而已。余到广东吃官镇台颠不棱甚佳，中用肉皮煨膏为馅，故觉软美。"

【韭合】 古代食品。清袁枚《随园食单》"韭合"："韭菜切末加作料，面皮包之，入油灼之，面内加酥更妙。"

【糖饼】 古代食品。清袁枚《随园食单》"糖饼"："糖水溲面，起油锅令热，用箸加入，其作成饼形者，号软锅饼。杭州法也。"

【千层馒头】 古代食品。清袁枚《随园食单》"千层馒头"："杨参戎家制馒头，其白如雪，揭之如有千层，金陵人不能也。其法扬州得半，常州、无锡亦得其半。"

【面茶】 古代食品。清袁枚《随园食单》"面茶"："熬粗茶汁，炒面兑入，加芝麻酱亦可；加牛乳亦可，微加一撮盐，无乳则加奶酥皮亦可。"

【竹叶粽】 古代食品。清袁枚《随园食单》"竹叶粽"："取竹叶裹白糯米煮之，尖小如初生菱角。"

【萝卜汤团】 古代食品。清袁枚《随园食单》"萝卜汤团"："罗卜刨丝，滚熟去臭气，微干，加葱、酱拌之，放粉团中作馅；再用麻油灼之，汤滚亦可。眷圃方伯家制罗卜饼，扣儿学会，可照此法做韭菜饼、野鸡饼试之。"

【水粉汤团】 古代食品。清袁枚《随园食单》"水粉汤团"："用水粉和作汤团，滑腻异常。中用松仁、核桃、猪油、糖作馅；或嫩肉去筋丝捶烂，加葱末、秋油作馅亦可。作水粉法：以糯米浸水中一日夜，带水磨之，用布盛接，布下加灰，以去其渣，取细粉晒干用。"

【脂油糕】 古代食品。清袁枚《随园食单》"脂油糕"："用纯糯粉拌脂油，放盘中蒸熟，加冰糖捶碎入粉中，蒸好用刀划开。"

【雪花糕】 古代食品。清袁枚《随园食单》"雪花糕"："蒸糯饭捣烂，用芝麻屑加糖为馅，打成一饼，再切方块。"

【软香糕】 古代食品。清袁枚《随园食单》"软香糕"："软香糕，以苏州都林桥为第一，其次虎丘糕，西施家为第二，南京南门外极恩寺则第三矣。"

【百果糕】 古代食品。清袁枚《随园食单》"百果糕"："杭州北关外卖者最佳，以粉糯、多松仁、胡桃，而不放橙丁者为妙。其甜处，非蜜非糖，可暂可久，家中不能得其法。"

【栗糕】 古代食品。清袁枚《随园食单》"栗糕"："煮栗极烂，以纯糯粉加糖为糕蒸之，上加瓜仁、松子，此重阳小食也。"

【青糕青团】 古代食品。清袁枚《随园食单》"青糕青团"："捣青草为汁，和粉作粉团，色如碧玉。"

【合欢饼】 古代食品。清袁枚《随园食单》"合欢饼"："蒸糕为饭，以木印印之，如小珙璧状，入铁架熯之。微用油，方不粘架。"

【鸡豆糕】 古代食品。清袁枚《随园食单》"鸡豆糕"："研碎鸡豆，用微粉为糕，放盘中蒸之。临食，用小刀片开。"

【鸡豆粥】 古代食品。清袁枚《随园食单》"鸡豆粥"："磨碎鸡豆为粥，鲜者最佳，陈者亦可；加山药、茯苓尤妙。"

【金团】 古代食品。为花色点心。清袁枚《随园食单》"金团"："杭州金团，凿木为桃、杏、元宝之状，和粉搦成入木印中便成，其馅不拘荤素。"

【麻团】 古代食品。清袁枚《随园食单》"麻团"："蒸糯米捣烂为团，用芝麻屑拌糖作馅。"

【肖美人点心】 古代食品。清袁枚《随园食单》"肖美人点心"："仪真南门外肖美人善制点心，凡馒头、糕饺之类，小巧可爱，洁白如雪。"

【刘方伯月饼】 古代食品。清袁枚《随园食单》"刘方伯月饼":"用山东飞面作酥为皮,中用松仁、核桃仁、瓜子仁为细末,微加冰糖和猪油作馅。食之,不觉甚甜,而香松柔腻,迥异寻常。"

【陶方伯十景点心】 古代食品。清袁枚《随园食单》"陶方伯十景点心":"每至年节,陶方伯夫人手制点心十种,皆山东飞面所为,奇形诡状,五色纷披,食之皆甘,令人应接不暇。萨制军云:'吃孔方伯薄饼而天下之薄饼可废,吃陶方伯十景点心而天下之点心可废。'自陶方伯亡,而此点心亦成广陵散矣,呜呼!"

【杨中丞西洋饼】 古代食品。清袁枚《随园食单》"杨中丞西洋饼":"用鸡蛋清和飞面作调水放碗中,打铜夹剪一把,头上作饼如碟大,上下两面铜合缝处不到一分。生烈火烘铜夹,一糊、一夹、一熯,顷刻成饼,白如雪,明如锦纸。微加冰糖、松仁屑子。"

【白云片】 古代食品。清袁枚《随园食单》"白云片":"南殊锅巴,薄如绵纸。如油炙之。脆加白糖上口脆。金陵人制之最精,号白云片。"

【风枵(xiào笑)】 古代食品。清袁枚《随园食单》"风枵":"以白粉浸透制小件,入猪油灼之;起锅,加糖糁之;色白如霜,上口而化。杭人号曰风枵。"

【三层玉带糕】 古代食品。清袁枚《随园食单》"三层玉带糕":"以纯糯粉作糕,分作三层:一层粉、一层猪油、白糖,夹好蒸之,蒸熟切开。苏州人法也。"

【运司糕】 古代食品。清袁枚《随园食单》"运司糕":"卢雅雨作运司年已老矣,扬州店中作糕献之,大加称赏。从此,遂有运丝糕之名。色白如雪,点胭脂红如桃花,微糖作馅,淡而弥旨。以运司衙门前店作为佳,他店粉粗色劣。"

【小馒头小馄饨】 古代食品。清袁枚《随园食单》"小馒头小馄饨":"作馒头如胡桃大,就蒸笼食之,每箸可夹一双,扬州物也。扬州发酵最佳,手捺之不盈半寸,放松仍隆然而高。小馄饨小如龙眼,用鸡汤下之。"

【雪蒸糕】 古代食品。清袁枚《随园食单》"雪蒸糕法":"每磨细粉,用糯米二分,粳米八分为则。一拌粉,将粉置盘中,用凉水细细洒之,以捏则如团,撒则如砂为度。将粗麻筛筛出,其剩下块搓碎,仍于筛上尽出之,前后和匀,使干湿不偏枯,以巾覆之,勿令风干日燥,听用(水中酌加上洋糖,则更有味。拌粉与市中枕儿糕法同)。一锡圈及锡钱,俱宜洗剔极净。临时,略将香油和水,布蘸试之。每一蒸后,必一洗一拭;一锡圈内将锡钱置妥,先松装粉一小半,将果馅轻置当中后,将粉松装满圈,轻轻搅平,套汤瓶上盖之,视盖口气直冲为度。取出覆之,先去圈,后去钱,饰以胭脂两圈,更递为用。一汤瓶宜洗净,置汤分寸以及肩为度,然多滚则汤易涸,宜留心看视,备热水频添。"

【酥饼】 古代食品。清袁枚《随园食单》"作酥饼法":"冷定脂油一碗,开水一碗,先将油同水搅匀,入生面尽揉,要软如捍饼一样;外用蒸熟面入脂油合作一处,不要硬了;然后将生面作团子,如核桃大,将熟面亦作团子,略小一晕;再将熟面团子包在生面团子中,捍成长饼,长可八寸,宽二三寸许,然后折叠如碗样,包上糠子。"

【天然饼】 古代食品。用鹅卵石烧热炕成。清袁枚《随园食单》"天然饼":"泾阳张荷塘明府家制天然饼,用上白飞面加微糖及脂油为酥,随意搦成饼样如碗大,不拘方圆,厚二分许,用洁净小鹅子石衬而熯之,随其自为凹凸,色半黄便起,松美异常。或用盐亦可。"

【花边月饼】 古代食品。清袁枚《随园食单》"花边月饼":"明府家制花边月饼,不在山东刘方伯之下。余常以轿迎其女厨来园制造,看用飞面拌生猪油子团,百搦才用枣肉嵌入为馅,裁如碗大,以手搦其四边菱花样;用火盆两个,上下覆而炙之。枣不去皮,取其鲜也。油不先熬,取其生也。含之上口而化,甘而不腻,松而不滞,其功夫全在搦中,愈多愈妙。"

【扬州洪府粽子】 古代食品。为粽子的品种之一。清袁枚《随园食单》"扬州洪府粽子":"洪府制粽,取顶高糯米,检其完善长白者,去其半颗散碎者,淘之极熟,用大箬叶裹之,中放好火腿一大块:封锅闷煨,一日一夜,柴薪不断,食之滑腻、温柔,肉与米化,或云:即用火腿肥者斩碎,散置米中。"

【如意卷】 古代食品。清《调鼎集》"如意卷"原注:"半干腐皮,或包米粽,或裹豆沙,或包素菜,各卷成粗笔管大,三卷合成,再用大腐皮一张将三卷叠成品字,入油炸,捞起切段。"

【茶干圆】 古代食品。清《调鼎集》"茶干圆"原注:"去硬皮,入松仁、豆粉馓碎,作圆,可煎可烩。"

【瓤荸荠饼】 古代食品。清《调鼎集》"瓤荸荠饼":"荸荠去皮,用石臼捣烂,米粉和匀,少入盐,取桔饼、核桃仁切碎,包成饼煎黄,再用作料烩。又名'大虾脯'。"

【大虾脯】 见"瓤荸荠饼"。

【酥笋】 古代食品。清《调鼎集》"酥笋":"笋切菱角块,鲜汤、酱油、麻油煨酥。"

【雪腌肉】 古代食品。清《调鼎集》"雪腌肉":"冬雪用盐少许拌匀,一层肉一层雪叠实坛内。春秋可用。"

【灰腌肉】 古代食品。清《调鼎集》"灰腌肉":"肉略腌,用粗纸二三层包好,放热灰内,三日即成火肉。"

【甘露脯】 古代食品。清《调鼎集》"甘露脯":"精肉取净脂膜,米泔水浸洗,晾干,每斤用黄酒两杯、醋少酒十分之三、酱油一酒杯、茴香花椒各一钱拌复时,文武火煮干取起,炭火炙或晒。如味淡,再涂甜酱油炙,不必用麻油。羊、鹿脯同。"

【酱肉鲊】 古代食品。清《调鼎集》"酱肉鲊":"腊月制。每精肉四斤,不见水,去筋膜,剁细,酱油一斤半、盐四两、葱白四两切碎、花椒、茴香、陈皮各五钱为末,黄酒调和如稠粥,装坛,封固,烈日中晒十余日开看,干加

酒，淡加盐，再晒一二日即可用。”

【鹿角胶虎角胶片】 古代食品。此食品无名称，清《调鼎集》收其制法：“鹿角胶六分，虎骨胶四分，老酒化开，入桃仁、瓜子仁、冰糖末搅匀，切片用。”

【风鸡】 古代食品。清《调鼎集》“风鸡”：“于翅下开一洞，取出肠杂并血，入炒盐、花椒、葱悬当风处。又，煨风鸡配脂油煨。”

【笋豆】 古代食品。清《调鼎集》“笋豆”：“鲜笋切丁或细条，拌大黄豆，加盐水煮熟，晒干，天阴炭火烘。再用嫩笋壳煮汤，略加盐滤净，将豆浸一宿再晒，日晒夜露，多收笋味最美。”

【八宝糕】 古代食品。清《调鼎集》：“荸荠、白果、菱、栗、枣、藕加糖，米熬之，用小碗盛上。杭州菜也。”

【荸荠寿桃】 古代食品。清《调鼎集》：“荸荠去皮，用粗砂石擦作寿桃式，桃嘴点胭脂，衬天竹叶，装围碟用。”

【炸灌藕】 古代食品。清《调鼎集》：“灌鸡脯、虾脯，切片，拖面，油炸。”

【梨煨羊肉】 古代菜肴。清《调鼎集》：“生梨去皮切块，和羊肉煨，无羶味。”

【炒胡桃仁】 古代食品。清《调鼎集》：“胡桃仁滚水泡过，加盐少许，去皮，入花椒，茴香各一钱，与水同滚三四沸，取起，烘干。不去皮者入锅炒熟，秋冬佳食。”

【石榴羹】 古代食品。清《调鼎集》：“拣大石榴子拧汁，配鸡皮、鸡汁作羹。”

【酱桔皮】 古代食品。清《调鼎集》：“福桔皮腌去辣味，线穿装袋，入甜酱酱之。”

【无心果】 古代食品。清《调鼎集》：“姑苏城内五条巷有庙，曰五显庙，殿前大银杏一颗，其果无心，土人俗呼为无心果。白果去心，入洋糖煨。”

【素水鸡】 古代食品。清《调鼎集》：“藕切直丝拖面，少入盐椒，油炸。”

【烧藕片】 古代食品。清《调鼎集》：“藕片加火腿条，拖米粉烧。”

【酱何首乌】 古代食品。清《调鼎集》：“竹刀去皮，切片，装袋。入甜酱内十日。拌莳萝、花椒、麻油。”

【神仙桃】 古代食品。清《调鼎集》：“去皮核，切块，洒洋糖。每斤用糖一两，随做随食。”

【整烧梨】 古代食品。清《调鼎集》：“去皮挖空，装野鸭梨，酱油、脂油烧。”

【煨梨片】 古代食品。清《调鼎集》：“面筋油炸，煨梨片，加香蕈、酱油。”

【莲花圆眼】 古代食品。清《调鼎集》：“剥肉去核，将肉作蒂，攒镶瓜子仁，如莲花式装盆。”

【醉花生】 古代食品。清《调鼎集》：“连壳晾干，煮熟取出，加酒、盐、椒末、酱油拌醉。又，煮熟去壳，拌椒末、酱油、酒，醉半日可用。”

【酱胡桃】 古代食品。清《调鼎集》：“胡桃仁焯去苦水，油炸。加洋糖、甜酱、芝麻。”

【酱栗】 古代食品。清《调鼎集》：“生栗去壳，裹袋，入甜酱，三日用。”

【荷包栗】 古代食品。清《调鼎集》：“熟栗肉外拖豆粉，作荷包蛋式，油炸。”

【煨栗】 古代食品。清《调鼎集》：“去净衣，配藕块、洋糖同煨。”

【瓤荸荠】 古代菜肴。清《调鼎集》：“去皮削圆，挖空心，嵌鸡茸烧。或蒸、填玫瑰糖。”

【锅粑糕】 古代食品。清《调鼎集》：“锅粑磨碎，洋糖拌匀，上甑蒸成糕，透松而香。先划成条块。”

【蒸馄饨】 古代食品。清《调鼎集》：“和面同前，皮子略厚，擀成切小方块。馅取精肉（宜净如前）剁纸，入笋末、藤花、杏仁粉、椒末或茭白末、韭菜末和匀，包馅，蒸。”

【炒锅粑】 古代食品。清《调鼎集》：“和面如鸡蛋式，内少加盐，三分厚，两面炙黄，切象眼块，加群菜。或妙用。”

【荤馅烧卖】 古代食品。清《调鼎集》：“鸡肉、火腿，可配时菜，包烧卖。”又，可以海参、蟹肉作馅，包烧卖。

【豆沙烧卖】 古代食品。清《调鼎集》：“赤豆磨细，生脂油作馅，擀薄皮做烧卖，蒸。”

【油糖烧卖】 古代食品。清《调鼎集》：“脂油丁、胡桃仁剁碎，洋糖，包烧卖，蒸。”

【金钱饼】 古代食品。清《调鼎集》：“和面作小饼，两面粘芝麻炕。”

【元宵饼】 古代食品。清《调鼎集》：“生糯米元宵捺扁，用麻油炸黄，可作点心，亦可宴客。又可入红肉汤烧，白鸡汤烩。”

【菊花饼】 古代食品。清《调鼎集》：“黄干菊去蒂搓碎，洋糖和匀印饼。加梅卤更佳。”

【猴耳枸】 古代食品。清《调鼎集》：“干面和水，擀薄皮切片，捏作猴耳式，调汤煮熟用。”

【绿豆面】 古代食品。清《调鼎集》：“绿豆面和入干面擀切。”

【冷烧面】 古代食品。清《调鼎集》：“预备虾肉、芫荽、笋、蕈、韭芽，俱切碎，冷肉汁拌好。再以姜汁、椒末和醋调酱（滤去渣）作汁置碗内。俟面入碗，用箸捞转，即将拌好肉汁烧之。”

【煮切面】 古代食品。清《调鼎集》：和面加少盐水，“加黑豆汁少许，解毒。团揉二三十次，湿布覆之，少顷再揉。如此数次，加绿豆粉擀切。其煮法：用笊篱于滚汤内搅动，下面俟滚透即住火，盖锅再烧略滚，便捞入碗。迟则烂矣。”

【鸡粉面】 古代食品。清《调鼎集》：“只用鸡脯，去皮切薄片晒干、磨粉收贮。每面一斤，拌入鸡粉五两，和面擀切。用酱油、虾子做汤。”

【鱼粉面】 古代食品。清《调鼎集》：“鱼片晒干磨粉

同(制面如鸡粉面法)。近水僧舍以鳗鲡粉和干面擀切,下清汤素面,极鲜。”

【炸糍粑】 古代食品。清《调鼎集》:“糯米煮饭,按实切片,脂油炸,盐叠。”

【青菜饭】 古代食品。清《调鼎集》:“取青菜心切细,加脂油、盐、酒炒好,乘饭将熟时放入和匀,大约以饭菜适均,不可偏胜乃妙。”

【面珠汤】 古代食品。清《调鼎集》:“干面盛大磁盆内,洒水拌匀,如绿豆大。先将虾子熬汤,滚下面珠,加蛋花、葱、姜、盐、醋。”

【宽条面】 古代食品。清《调鼎集》:“鸡汁下中碗加鸡丝、蛋花汤,另盛小碗作浇头。”

【煨肉面】 古代食品。清《调鼎集》:“用白酒娘煨肉作浇头。”

【麅(áo敖)面】 古代食品。清《调鼎集》:“面入荤汤多煮,加嫩青菜头、火腿、冬笋片、虾米、鸡肫、酱油麅,少入葱花。”

【锅块饼】 古代食品。清《调鼎集》:“白面冷水和,少加盐(欲酥加生脂油,欲甜加洋糖),揉擦数十遍,做饼半指厚,略烤取出。再用子母火炙熟,切块。红炭装底,热灰盖上,支锅底,平底锅将炭块放满,上用以锅,再加无灰红炭炙,是子母火。”

【神仙饼】 古代食品。清《调鼎集》:“糯米一升蒸饭,加酒曲三两,酒娘半碗,入磁瓶按实,再加凉水五六碗盖口,眠倒放暖处。限一夜,待化,淋下清汁,入洋糖二两、盐末二钱,再量加冷水,用白面十斤或十五斤,调成饼块,入盆内,放暖处。候醋起,做饼包馅,蒸食。”

【春色糖饼】 古代食品。清《调鼎集》:“黑芝麻去皮,炒熟杵烂,鲜薄荷杵烂去汁,紫苏叶亦杵烂去汁,鲜姜去皮挤去汁,桂花挤去汁,玫瑰花挤去汁,核桃仁去皮烘干杵烂,俱加洋糖杵匀,合印成饼。”

【果酥】 古代食品。清《调鼎集》:“上白细面粉、洋糖拌匀,用鸡蛋清、脂油再拌令湿,擀小饼,将各果仁拌洋糖作馅,上炉烙。拌时如见粉干,加水少许。”

【蜜酥】 古代食品。清《调鼎集》:“蒸面同蜜、油拌匀,印饼。蜜四油六则太酥,蜜六油四则太甜,宜各半配匀。”

【桃酥】 古代食品。清《调鼎集》:“白面四斤蒸熟,拌抖散出气,入洋糖一斤,加瓜子仁、松仁、胡桃仁拌匀,再用鸡蛋清和熟脂油拌入。如干,略加开水,印饼,上锅烙。用鹅油,即名鹅油酥。”

【麻油酥】 古代食品。清《调鼎集》:“白面微火炒熟,用果仁、洋糖拌麻油作酥。或用洋糖,并椒盐末拌麻油作酥。”

【麻油甜饼】 古代食品。清《调鼎集》:“上白面微火炒熟,用各果仁、洋糖、芝麻拌匀作酥。”

【芝麻椒盐酥】 古代食品。清《调鼎集》:上白面微火炒熟,“用洋糖、芝麻、椒盐,入麻油拌匀作酥。芝麻研碎用。”

【油糖面酥】 古代食品。清《调鼎集》:“熟脂油、盐、葱、椒和面、入铜圈油锅烙熟。”

【奶酥】 古代食品。清《调鼎集》:“法用上白细面、奶酥代脂油和之,中加枣、栗为馅,制铁炉铁盖煠两面炽炭,煠黄。又,用脂油作酥制饼,厚薄随意,其用松仁、桃仁作馅,则一也。妙不在甜,用时火烘之,松异常。”

【常熟馒头】 古代食品。清《调鼎集》:“白面一斗,白酒娘一斤,糯米半升煮粥,入温汤一碗和匀(宜盖,宜露,宜凉,宜冷,以人体之气候为准则)。过一宿,候醋发起,用笊篱滤去清浆,搜面用棍着力调搅,手法要一顺去不可倒迴。搅好分作三处,令三人擦揉多遍,酵力渐足,取馅包成(馒头)。将蒸笼上锅,口可熟入馒头,盖一刻,取出一个抛入水中,若浮起,是其候也,随上温汤,以急火蒸之。”

【豆沙馒头】 古代食品。清《调鼎集》:“豆沙、糖、脂油丁包馅蒸。”

【馒头印糕】 古代食品。清《调鼎集》:实心馒头“晒干,揉碎,和糯米粉,熟脂油拌洋糖,印糕,蒸。”

【无皮馒头】 古代食品。清《调鼎集》:“生面作薄饼,先铺笼底。馒头排列饼上,复用生面薄饼盖面,蒸熟。去上下薄饼,馒头即无皮。”

【酥饝饝(mó膜)】 古代食品。清《调鼎集》:“上细白面、洋糖拌匀,用鸡蛋清、脂油拌潮剂,擀薄。将各果仁拌洋糖。如干,加水。馅包成,上炉烙。”

【豆沙卷】 古代食品。清《调鼎集》:“豆沙、糖、脂油丁、各果仁,包面卷长条,蒸。”

【油糖切卷】 古代食品。清《调鼎集》:“脂油丁,洋糖包面卷长条,切段,蒸。”

【豆沙酥卷】 古代食品。清《调鼎集》:“脂油丁、豆沙、糖包油面作卷,入脂油炸酥。”

【椒盐切卷】 古代食品。清《调鼎集》:“椒盐、脂油和面,卷长条,切段蒸。”

【烩油炸鬼】 古代菜肴。清《调鼎集》:油炸鬼“切大块,用鲜汁、肉片烩,胜鱼肚,但不可多滚。又:装火锅,生将笋片、菜心、线粉滚透。临用,加油炸鬼块。”

【馓花】 古代食品。清《调鼎集》:“上细白面,洋糖拌匀,用鸡蛋清、脂油加开水为剂,切花,切片,麻油炸。”

【马蹄卷】 古代食品。清《调鼎集》:米粉“开水和成,擀薄,加红枣(煮熟去皮核)、栗肉、松仁(俱研末),卷如春饼式,蒸熟。以线勒遍,切段,捺扁。”

【米粉卷】 古代食品。清《调鼎集》:“生脂油、洋糖卷入米粉饼内,切段油炸。”

【八蒸糕】 也称“八珍糕”。古代食品。清《调鼎集》:“锅粑十两,山药二两,白茯苓二两,白扁豆二两,苡仁、莲肉(去皮心)二两,麦芽二两,干百合一两,共为细末,洋糖汤和,切片,或印成糕,蒸用。”

【八珍糕】 即“八蒸糕”。

【芝麻糕】 古代食品。清《调鼎集》：芝麻“炒香研碎，和糯米粉三分，洋糖拌糕，蒸。”

【糖糕】 古代食品。清《调鼎集》：“糯米七升，粳米三升为粉，沙糖、开水拌匀。先铺一半于笼内，中放洋糖、生脂油丁，上面仍一半粉盖好摊平，蒸笼内腐皮或竹箬衬笼底。未蒸时竹刀划方块，熟时易取。”

【扁豆糕】 古代食品。清《调鼎集》：“（扁豆）磨粉，和糯米粉、洋糖、脂油拌匀，印糕，蒸。”

【葡萄糕】 古代食品。清《调鼎集》：“鲜葡萄柠汁，洋糖和粉，作糕蒸。乌梅取汁作糕，同。”

【水晶糕】 古代食品。清《调鼎集》：“切小条块，脂油煎曰面黄。”

【米粉圆】 古代食品。清《调鼎集》：“大枣式，中裹火腿丝一根，油炸。”

【粉元宝】 古代食品。清《调鼎集》：“米粉磕成小元宝，如豆大，候干，入清鸡汤煮熟，配菜作汤，正月宴客。或糯米染黄包，或小米研粉做小元宝，即名金元宝。”

【东坡酥】 古代食品。清《调鼎集》：“炒面一斤，熟脂油六两，洋糖六两，拌匀揉透，印小饼式，模内刻‘东坡酥’三字。”

【印酥】 古代食品。清《调鼎集》：“面一斤、油稣四两、蜜二两，拌匀，印酥，上炉炙。如无油酥，或用脂油亦可。”

【油墩饼】 古代食品。《调鼎集》：“糯米三升磨粉不过水，腐渣一斤，白面十二两。面渣和揉已匀，将米粉用滚水一碗以筷搅匀，入渣面内再揉，如干再加水。用洋糖八两，瓜仁、橙丝各一两，胡桃仁切碎。用干面、香油少许，拌匀作馅，做薄饼。入滚油内，浮起，少顷即熟。”

【水晶月饼】 古代食品。清《调鼎集》：“上细白面十斤，以四斤用熟猪油拌匀，六斤用水略加脂油拌匀，大小随意作块，用拌圆卷，复擀成饼，加生脂油丁、胡桃仁、橙丝、瓜仁、松仁、洋糖同蒸。加熟干面拌匀作馅，包入饼内，印花，上炉烙。分剂时，油面少用，水面多。”

【素月饼】 古代食品。清《调鼎集》：“先以瓦器贮香油，埋土中一二日，不用脂油。余法同前。”参见“水晶月饼。”

【薄锅饼】 古代食品。清《调鼎集》：“白面和稠，擀大薄片，生脂油去衣，煎如酱，摊上一层，洒洋糖一层。卷叠如圈，擀开再卷。再加洋糖脂油，如此三五遍，入铁锅炕松而得味。”

【小糯米汤圆】 古代食品。清《调鼎集》：“用清鸡汤熬，少加酱油，笋丝。”

【煎年糕】 古代食品。清《调鼎集》：年糕“切片，入笋片、木耳、脂油煎，少加酱油。又，年糕揉入桂花、洋糖，切方条，亦可煎用。”

【糖粉饼】 古代食品。清《调鼎集》：“白酒娘一碗，滤去渣。糯米一升，和白面一斤，候酵发上蒸。”

【挂粉汤圆】 古代食品。清《调鼎集》：“粉裹碎肉馅，开水下。苏州饮马桥者佳。”

【粉花香瓜】 古代食品。清《调鼎集》：“松花和米粉做团，起棱如香瓜式，内裹各种馅。”

【神仙果】 古代食品。清《调鼎集》：“三分白米，一分秈米，六分糯米，作团和钮扣大，蒸熟。可入菜中，可作点心。扬州作之尤佳。”

【油糖粉饺】 古代食品。清《调鼎集》：“脂油丁拌洋糖，胡桃仁，包粉饺蒸。油糖面饺同。”

【豆糖粉饺】 古代食品。清《调鼎集》：“豆沙糖、脂油丁、包米粉饺，蒸。”

【芝麻粉盒】 古代食品。清《调鼎集》：“芝麻、脂油、洋糖擫极细，包粉盒，蒸。”

【薄荷香粽】 古代食品。清《调鼎集》：“薄荷水浸米，先蒸软，拌洋糖，用箬裹作小粽，再煮。”

【豆沙粽】 古代食品。清《调鼎集》：“豆沙、糖、脂油丁包小粽，煮。”

【莲子粽】 古代食品。清《调鼎集》：“去（莲子）皮心，拌洋糖，包小粽。”

【松仁粽】 古代食品。清《调鼎集》：“（松子）去皮，包小粽。”

【胡桃糕】 古代食品。清《调鼎集》：“去衣研碎，对香稻米粉二分，糯米粉二分，拌洋糖印糕，蒸。”

【炸胡桃饼】 古代食品。清《调鼎集》：“取（胡桃）仁，去皮，油炸，拖洋糖成饼。洋糖内少入炒面。”

【糖胡桃饼】 古代食品。清《调鼎集》：“先将洋糖熬至滴水成珠，倾入胡桃仁、瓜子仁、薄荷梗，先拌匀成团，和饼俱可。又，胡桃仁去皮、烘干、舂烂，入糖再舂成饼。”

【南枣糕】 古代食品。清《调鼎集》：“南枣肉和香稻米粉、包豆沙、糖、脂油丁，印糕，蒸。”

【枣饼】 古代食品。《调鼎集》：“红枣煮熟，去皮核，入洋糖擦烂，同白面和成饼，加水少许，如薄糊样。锅内先用香油烧熟，将前面挑入锅内，如酒钟口大，煎两面黄，取起任用。藕、梨去皮擦丝同。”

【花生糕】 古代食品。清《调鼎集》：“炒花生肉，擫碎，对糯米粉三分、洋糖、脂油丁，切糕。”

【桂圆糕】 古代食品。清《调鼎集》：“桂圆肉切丝，擫碎，和香稻米粉印糕，蒸。”

【榧子糕】 古代食品。清《调鼎集》：“榧子炒，磨碎，和糯米粉、冰糖、水、脂油丁拌，蒸，切块。”

【杏子糕】 古代食品。清《调鼎集》：“叭哒杏仁去皮磨粉，对三分糯米粉，冰糖研末，脂油拌，蒸，切块。”

【枇杷糕】 古代食品。清《调鼎集》：“枇杷肉拌糯米粉，和洋糖，脂油丁作糕，切块蒸。”

【百合糕】 古代食品。清《调鼎集》：“熟百合研粉，糯米粉、冰糖末揉匀，包脂油，小甑蒸。”

【莲子糕】 古代食品。清《调鼎集》：“莲肉去皮心，磨晒筛过，和糯米粉、冰糖研末，小甑蒸，切糕。”

【平安果】 古代食品。清《调鼎集》:“苹果挖空填馅,用浓汁烩。配安(豌)豆头,名平安果。”

【苹果糕】 古代食品。清《调鼎集》:“(苹果)去皮核,切细,拌糯米粉五分,冰糖研末,脂油切小丁,和入,印糕,蒸。”

【白果糕】 古代食品。清《调鼎集》:“熟白果研开,和糯米粉三分,香稻米粉三分、洋糖、脂油丁捣匀,印糕,蒸。”

【橄榄糕】 古代食品。清《调鼎集》:“白圆(橄榄)切片,烘干研末。白面调和,加洋糖、松仁、核桃仁作馅。炭火炙熟。”

【琥珀糕】 古代食品。清《调鼎集》:“柿核浸透,去皮磨粉。和冰糖水、熟糯米粉,印糕。”

【桔皮糕】 古代食品。清《调鼎集》:“(桔皮)剁碎,和糯米粉五分、香稻米粉五分、洋糖、脂油丁揉匀,蒸熟切块。桔子、金豆、金桔、天茄各皮作糕,同。”

【佛手糕】 古代食品。《调鼎集》:“取佛手汁和糯米粉,包豆沙、脂油丁,小甑蒸。”

【香橙饼】 古代食品。清《调鼎集》:“黄香橙皮四两,木香、檀香各三分,白豆蔻仁一两、沉香一分、毕澄茄一分、冰片五分,共捣为末,甘草膏揉为饼。”

【紫苏饼】 古代食品。清《调鼎集》:“四五月摘嫩紫苏叶,洗净,斩碎,或加盐、糖和面。先将锅烧红,入麻油少许,熬锅摊饼。饼宜薄。作饼之用生面粉七分,炒熟面粉三分,饼始发松。”

【荤灌藕】 古代食品。清《调鼎集》:“拣大藕,灌虾丁、火腿丁,煮熟,切片。”

【姑熟炒饭】 古代食品。清《调鼎集》:“当涂人尚炒饭,或特地煮饭,俟冷炒以供客,不着油盐,专用白炒。以松、脆、香、绒四者相兼,每粒上俱带微焦。小薄锅粑皮更为道地,他处不能……。”

【荷香饭】 古代食品。《调鼎集》:“白米淘净,以荷叶包好,放小锅内,河水煮。”

【香露饭】 古代食品。清《调鼎集》:“预取花露一盏,俟饭初熟时浇之,浇过稍闷拌匀,然后入碗。以之供客,齿颊皆芳。不必满釜全浇香露,或一隅足供座客,只浇一隅露,以蔷薇、香橼、桂花三种为宜,取其与谷性相若。不必用玫瑰,其香易辨也。”

【金桔饼】 古代食品。清《调鼎集》:“刀划缝,捺扁,拌糖腌。又,去核,拖洋糖、面,油炸。”

【玫瑰糕】 古代食品。清《调鼎集》:“玫瑰膏揉糯米粉,包脂油、洋糖,蒸。”

【玫瑰粉饺】 古代食品。清《调鼎集》:“玫瑰膏和豆粉做饺,包脂油、洋糖。”

【玫瑰卷酥】 古代食品。清《调鼎集》:“玫瑰膏加洋糖、脂油丁,包油面作卷,脂油炸酥。”

【糖球糕】 也称“山楂糕”、“桂糕”。古代食品。清《调鼎集》:“糖球(山楂)柠汁和面粉,加洋糖葱糕。又,熟糖球去皮核,研开,和糯米粉、洋糖拌蒸,切糕。又,山东大山查去皮核,每斤用洋糖四两,捣糕,明亮如琥珀。再加檀屑一钱,香美耐久……。”

【山楂糕】 即“糖球糕”。

【桂糕】 即“糖球糕”。

【荸荠卷】 古代食品。清《调鼎集》:“取荸荠汁,和糯米粉包豆沙、糖,作卷,油炸。”

【荸荠糕】 古代食品。《调鼎集》:“荸荠煮熟捣烂,和面,加洋糖蒸。糕上印胭脂梅花点。”

【山药糕】 古代食品。清《调鼎集》:山药“去皮蒸熟,捣烂,和糯米粉、洋糖、脂油丁炸揉透。印糕蒸饼,可随意用馅。”

【蒸山药饼】 古代食品。清《调鼎集》:“白术一斤、菖蒲一斤,米泔浸,刮去黑皮,切片。用石灰一小块,煮去苦水,晒干。加山药四斤为末,和面粉对配作饼蒸食。或加洋糖制成薄饼,蒸,熯可食。”

【梨糕】 古代食品。清《调鼎集》:“梨取汁,调糯米粉五分,香稻米粉五分,印糕。”

【菱粉糕】 古代食品。清《调鼎集》:“老菱肉晒干研末,和糯米粉三分、洋糖印糕,蒸。色极白润。”

【芝麻饼】 古代食品。清《调鼎集》:“芝麻研碎,和面,包脂油、洋糖做小饼,油锅烙。”

【薄荷糕】 古代食品。清《调鼎集》:“洋糖一斤,鸡蛋一个,加水少许,搅匀,入大杓内炖化,熬得极老,后入薄荷末二三钱,徐徐掺下。要用颜色,或加青黛、紫粉之类。倾出成饼,乘热切开。”

【栗粥】 古代食品。清《调鼎集》:“栗肉、莲肉、白果肉、香芋、山药皆切丁,煨烂,入鸡汤,下香稻米煮粥。又,栗肉切丁,先将糯米煮半熟,加红枣去皮核用。煮烂时,再加洋糖。”

【松叶粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》:“兼治风湿、疮,安五脏、生毛发,守中耐饥。或捣汁澄粉,曝干,点入粥。”

【藕粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》“藕粥”:“治热渴上泄,开胃消食,散留血。久服令人心欢。磨粉调食,味极淡。切片煮粥,甘而且香……。”

【荷鼻粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》“荷鼻粥”:“荷鼻即荷蒂。生发元气,助脾胃,止渴止痢固精。连茎叶用亦可。……以之煮粥,香清佳绝。”

【香稻叶粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》“香稻叶粥”:“(香稻叶)以之煮粥,味薄而香清。薄能利水,香能开胃。”

【丝瓜叶粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》“丝瓜叶粥”:“丝瓜性清寒,除热利肠,凉血解毒。叶性相类。瓜长而细,名马鞭瓜,其叶不堪用。瓜短而肥,名丁香瓜,其叶煮粥香美。拭去毛,或姜汁洗。”

【菊花粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》“菊花粥”:“养肝血,悦颜色,清风眩,除热解渴明目。其种以

百计。《花谱》曰："野生单瓣、色白开小花者良，黄者次之。点茶亦佳。煮粥去蒂，晒干，磨粉，和入。"

【佛手柑粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》"佛手柑粥"："《宦游日札》：闽人以佛手柑作葅，并煮粥。香清开胃。按，其皮辛，其肉甘而微苦。甘可和中，辛可顺气，治心胃痛宜之。陈者尤良。入粥用鲜者，勿久煮。"

【鹿尾粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》"鹿尾粥"："鹿尾，关东风干者佳。去脂膜，中有凝血如嫩肝。为食物珍品。碎切煮粥，清而不腻，香有别韵，大补虚损。盖阳气聚于角，阴气聚于尾。"

【燕窝粥】 古代食品。制法有二：一是，清吴仪洛《医学述》：养脾化痰止嗽，补而不滞。煮粥淡食有效。一是，加冰糖煮。《红楼梦》第四十五回，宝钗对黛玉说："每月早起拿上等燕窝一两，冰糖五钱，用银铫子熬出粥来，若吃惯了，比药还强，最是滋阴补气的。"

【腐浆粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》"腐浆粥"："腐浆即未点成腐者。诸豆可制，用白豆居多。润肺，消胀满，下大肠浊气，利小便。暑月入人汗有毒。北方呼为甜浆粥。解煤毒。清晨有肩挑鬻于市。"

【龙眼肉粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》"龙眼肉粥"："开胃悦脾，养心益智，通神明，安五脏，其效甚大……。"

【大枣粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》"大枣粥"："按，道家方药，枣为佳饵，皮利肉补。去皮用，养脾气，平胃气，润肺止嗽，补五脏，和百药。枣类不一，青州黑大枣良。南枣味薄微酸，勿用。"

【柿霜粥】 古代食品。用柿霜入粥而成。功效同"柿饼粥"。清曹庭栋《养生随笔》："干柿去皮纳瓮中，待生白霜，以霜入粥尤胜。"

【枳椇粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》"枳椇粥"："按，俗名鸡距子。形卷曲如珊瑚，味甘如枣。《古今注》：名树蜜。除烦清热，尤解酒毒。醉后次早空腹食此粥颇宜。老枝嫩叶，煎汁倍甜，亦解烦渴。"

【淡竹叶粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》"淡竹叶粥"："……《纲目》曰：淡竹叶煎汤煮饭，食之能辟暑。煮饭曷若煮粥尤妥。"

【鹿肉粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》"鹿肉粥"："关东有风干鹿肉条，酒微煮，碎切，作粥。极香美。补中，益气力，强五脏……。"

【海参粥】 古代食品。清曹庭栋《养生随笔》"海参粥"："《行厨记要》：治痿，温下元。按，滋肾补阴……先煮烂，细切，入米，加五味。"

【猪髓粥】 古代食品。用猪髓入粥而成。清曹庭栋《养生随笔》记有"治虚损补阴，兼填骨髓"的功用。

【双虹楼烧饼】 古代食品。清李斗《扬州画舫录》卷一："城外占湖山之胜，双虹楼为最。其点心各据一方之盛。双虹楼烧饼，开风气之先，有糖馅、肉馅、干菜馅、苋菜馅之分。"

【淮饺】 古代食品。清李斗《扬州画舫录》卷一："品陆轩以淮饺得名。"清《调鼎集》："淮饺用方面皮。"

【三鲜大连】 古代食品。清《邗江三百吟》"三鲜大连"："扬州有徽面之名三鲜者，鸡鱼肉也。大连者，大碗面也。外省人初来扬州郡城，入市食面，见大碗汤如水盆，几不敢下筋，及入口，则津津矣……。"清李斗《扬州画舫录》卷十一"城内食肆多附于面馆，面有大连、中碗、重二之分。冬用满汤，谓之大连；夏用半汤，谓之过桥。面有浇头，以长鱼、鸡、猪为三鲜。"

【冷蒸】 古代食品。清《邗江三百吟》"冷蒸"："大麦初熟，磨成小条蒸之，名冷蒸。以其热蒸而冷食也。四月初收大麦仁，箫声吹罢卖饧人。青青满贮筠篮里，好伴含桃共荐新。"

【薰烧】 古代食品。清《邗江三百吟》"薰烧"："每日晚市，满街或置桌上或挑担中，名曰薰烧，皆猪肉猪肥之类。晚餐不甘淡泊者争买之……。"

【灌汤肉包】 古代食品。即汤包。清《邗江三百吟》"灌汤肉包"："春秋冬日，肉汤易凝。以凝者灌于罗磨细面之内，以为包子。蒸熟则汤融而不泄。扬州茶肆，多以此擅长：到口难吞味易尝，团团一个最包藏。外强不必中干鄙，执热须防手探汤。"

【荷叶甲】 古代食品。清《邗江三百吟》"荷叶甲"："面做如小荷叶扁圆之式，而又中半折之，如半月状，蒸熟，以菜、肉夹于内而食之。曰荷叶甲。"

【鲥鱼卷】 古代食品。清《邗江三百吟》"鲥鱼卷"："扬州入夏，江鲥上网，市价颇昂。喜应酬者不惜三五千钱买一鱼馈送。并用好细白面做成卷子以为配。嫁女娶媳，初往来时更甚。噫，亦侈矣。"

【蚱蠓饼】 古代食品。清《邗江三百吟》"蚱蠓饼"："以面和碎切蚱蠓，油煎为饼，味极鲜而美。亦入菜列……。"

【勃荠糕】 古代食品。清《邗江三百吟》"勃荠糕"："勃荠捣烂，入糯米粉为糕，甜粘且脆……。"

【火腿粽】 古代食品。清《邗江三百吟》"火腿粽"："粽用糯米外加青箬包裹。北省以果、栗和米煮熟冷食之。扬州则以火腿切碎和米裹之。一经煮化，沈浸秾郁矣。"

【兰花蚕豆】 古代食品。清《邗江三百吟》"兰花蚕豆"："蚕豆切成四瓣，连而不断。一入沸油，如花之开也。俗云兰花蚕豆。"

【水晶肝肠】 古代食品。清《邗江三百吟》"水晶肝肠"："水晶，玩物也。肝肠，食物也。二者不相为谋。扬城庖人先取猪之肝、大小肠洗剔加功，白水煮之，熟时，刀切得宜。肝分一处，大小肠分一处，使食者爱其色而知其味。亦夏日所尚也。水晶之名取乎洁……。"

【小腿粽】 古代食品。因粽子形如妇人小腿之状，故名。《梦香词》："扬州好，夏日市声齐，芦叶香杭包玉笋，桂花督豆煮金泥，糖屑满铜匙。"注曰："担头所卖熟食

甚夥。角黍裹制，若妇人跗趾，曰小腿粽。”

【条头糕】 古代食品。清顾禄《清嘉录》卷十二：“舂粉和糖为糕，曰年糕……其赏赍仆婢者，则形狭而长，俗称条头糕。”

【条半糕】 古代食品。清顾禄《清嘉录》卷十二：“舂粉和糖为糕，曰年糕……其赏赍仆婢者，则形狭而长，俗称条头糕，稍阔者曰条半糕。”

【方头糕】 古代食品。清顾禄《清嘉录》卷十二：“舂粉和糖为糕，曰年糕。有黄白之别。大径尺而形方，俗称方头糕。”

【糕元宝】 古代食品。清顾禄《清嘉录》卷十二：“舂粉和糖为糕，曰年糕……为元宝式者，曰糕元宝。黄白磊砢，俱以备年夜祀神、岁朝供先、及馈贻亲朋之需。”

【盘龙馒头】 古代食品。清顾禄《清嘉录》卷十二：“市中卖巨馒，为过年祀神之品。以面粉搏为龙形，蜿蜒于止，复加瓶胜方戟明珠宝锭之状。皆取美名，以谶吉利。俗呼盘龙馒头。”

【撑腰糕】 古代食品。清顾禄《清嘉录》卷二：二月二日“以隔年糕，油煎食之，谓之撑腰糕……又徐士铉《吴中竹枝词》云：‘片切年糕作短条，碧油煎出嫩黄娇。年年撑得风难摆，怪道吴孃少细腰’。”

【秤鎚粽】 古代食品。清顾禄《清嘉录》：“市肆以菰叶裹黍米为粽，象秤鎚之形，谓之秤鎚粽。居人买以相馈，并以祀先。”

【冬至糊】 古代食品。清顾禄《清嘉录》卷十一月“冬至大如年”：“比户磨粉为糊，以糖、肉、菜、果、豇豆沙、芦菔丝等为馅。为祀先祭灶之品，并以馈贻。名曰冬至糊。”

【莲叶糕】 古代食品。见《红楼梦》。为花式点心。将调和好的面放在银模子中压出花样，“借点新荷叶的清香，全仗着好汤”煮成。银模子“有一尺多宽，一寸见方。上面凿有豆子大小，也有菊花的，也有梅花的，也有莲蓬的，也有菱角的，共有三四十样，打的十分精巧”。

【炒肉皮】 古代食品。用猪肉皮炒成。《儒林外史》第十七回：“那小喫，一样是炒肉皮，一样就是黄豆芽。”

【整鸭脸】 古代食品。用熟鸭整只剁成长条子装盘而成。《儒林外史》十九回：“潘三叫切一只整鸭脸，一卖海参杂脍，又是一大盘白肉，都拿上来。”

【太阳鸡糕】 古代食品。《帝京岁时纪胜》：“二月，中和节……京师于是日以江米为糕，上印金乌圆光，用以祀日，遂街遍巷，叫而卖之，曰太阳鸡糕。”

【龙须面】 古代食品。阴历二月二日所食。《燕京岁时记·龙抬头》“二月二日，古之中和节也，今人呼为‘龙抬头’。是日食饼者，谓之‘龙鳞饼’，食面者，谓之龙须面。闺中停止针线，恐伤龙目也。”

【龙抬头】 见“龙须面”

【龙鳞饼】 见“龙须面”。

【萨其玛】 古代食品。萨其玛为满语，原泛指用胡麻和蜜糖制作，并用枸杞子蘸成的食品。后用葡萄干代替枸杞子。现在演变为用山楂糕丁和青红丝作配料。《燕京岁时记》：“萨其玛乃满州饽饽，以冰糖、奶油合白面为之，形如糯米，用不灰木烘炉烤熟，遂成方块，甜腻可食。‘芙蓉糕’与萨其玛同，但面有红糖，艳如芙蓉耳。”

【芙蓉糕】 见“萨其玛”。

【水乌他】 古代食品。《燕京岁时记》：“水乌他、奶乌他”：“水乌他，以酥酪合糖为之，于天气极寒时，乘夜造出，洁白如霜，食之口中有如嚼雪，真北方之奇味也。其制有梅花、方胜诸式，以匣盛之。‘奶乌他’大致相同，而其味稍逊。”

【奶乌他】 见“水乌他”。

【天福斋酱肘】 古代食品。《道咸以来朝野杂记》：“西单有酱肘铺名天福斋者，至精。其肉既烂而味醇，其他肉食类毕备，与其他诸肆不同，历年盖百余矣。”

【黄蜂糕】 古代食品。《道咸以来朝野杂记》：“芙蓉斋者，东四马市大街糕点铺也……惟所制黄、白蜂糕，为他处所不逮。糕不以面，而以米制，加之香脂油、核桃仁诸名，食之松腻，以其宣厚内多蜂窠，故名之。”

【白蜂糕】 见“黄蜂糕”。

【碎蜜供】 古代食品。《道咸以来朝野杂记》：“芙蓉斋者，东四马市大街糕点铺也……更有‘碎蜜供’一种，亦为独步，他家虽有，不若其酥而味厚，都人皆嗜之。”注曰：“蜜供，素食也。为岁终供佛之用。以面条为砖，砌成浮屠形，或方或圆，或八角式。大者高数尺，小者数寸，外以蜜罩匀，大都摆样子者，不可食。碎蜜供则另一种专作食品者。”

【月盛斋五香酱羊肉】 古代食品。《道咸以来朝野杂记》：“正阳门内户部街路东月盛斋，所制五香酱羊肉为北平第一，外埠所销甚广，价之昂亦无比。所称一斤者，不过十两，装以铁匣，其精致也，与罐头金华腿等。”

【跳神肉】 古代食品。用祭神后的猪宰杀、白煮而成。后发展成为一道名菜。清《清史稿·礼四》：“满洲俗尚跳神……春、秋择日致祭，谓为跳神。”

【向日葵粥】 古代食品。取葵花子仁与米煮成。黄云鹄《粥谱》“向日葵粥”：“开胃通滞。”

【紫菀苗粥】 古代粥品。清黄云鹄《粥谱》“紫菀苗粥”：“治风寒咳嗽。”

【荆芥苗粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“荆芥苗粥”：“醒脾，去胃风，辟恶除风。”

【芎藭(xiōng qióng凶穷)粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“芎藭粥”：“治血通气，辟恶除风。”

【芣苢(fú yǐ浮以)粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“芣苢粥”：“治老人热淋。即车前子，煮汁，取烹青秫米作粥食。”

【茵陈粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“茵陈粥”：“逐水湿，疗黄病。”

【蜜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“蜜粥”：“熟蜜

和中，生蜜润脏。”

【兰花粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“兰花粥”：“解心郁，和心气。根清上理中，叶利水消肿。”

【藤萝花粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“藤萝花粥”：“通滞和血”。

【木香花粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“木香花粥”：“清芬，醒脾。”

【萱草花粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“萱草花粥”：“解郁，明目，利膈，治黄胆。”

【芍药花粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“芍药花粥”：“白者行血中气。”

【牡丹花粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“牡丹花粥”：“活血养营。”

【蒺藜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“蒺藜粥”：“轻身明目，肥健人。沙苑出者良。研末入粥。”

【蒌蕤(ruí瑞)粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“蒌蕤粥”：“治肺虚少气，泽肌肤，疗胥烂泪出，去风。即玉竹。”

【何首乌粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“何首乌粥”：“驻颜，益肾，宜子，治疮尤效。”

【参粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“参粥”：“治反胃呕吐。用有纹党参拍破，入栗米、薤白、鸡子白煮粥。”

【椿芽粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“椿芽粥”：“畅气，去头风。”

【桂浆粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“桂浆粥”：“官桂熬水煮粥，祛寒。加蜜暖脏。”

【桂花粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“桂花粥”：“悦神。”

【木槿花粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“木槿花粥”：“治头晕、肠风、血痢，令人瞑。”

【松花粉粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“松花粉粥”：“清心明目。”

【橄榄粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“橄榄粥”：“清胃热，软坚。”

【荔枝粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“荔枝粥”：“治疝，益肝，通神，健气。”

【龙眼粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“龙眼粥”：“安神。”

【白果粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“白果粥”：“温肺，益气，定喘嗽，缩小便，止白浊、肠风。即银杏。”

【樱桃粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“樱桃粥”：“调血，悦颜，止泄精。”

【山查粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“山查粥”：“化食，疗疝，磨肉积。”

【蒲萄粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“蒲萄粥”：“驻颜，宜胃。”

【桑仁粥】 古代食品。清即桑椹粥。黄云鹄《粥谱》“桑仁粥”：“明目，养肾。”

【梨粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“梨粥”：“降火，治热嗽。”

【桔粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“桔粥”：“润肺。”

【桃脯粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“桃脯粥”：“和胃悦口。苹婆、林檎、杏脯、瓜脯同。”

【瓠粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“瓠粥”：“治心热，利小肠，疗石淋。”

【茄粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“茄粥”：“清毒散肿。入秋勿食。”

【丝瓜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“丝瓜粥”：“除热。老者入药。入秋勿食。”

【西瓜子仁粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“西瓜子仁粥”：“清心，解内热。”

【南瓜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“南瓜粥”：“填中悦口。京中谓之倭瓜。”

【冬瓜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“冬瓜粥”：“散热，宜胃，益脾。子益气，醒脾，炒研入粥。”

【蘑菇粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“蘑菇粥”：“化痰。多食不宜。羊肚菌同。鸡纵止痔。”

【香蕈粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“香蕈粥”：“益气，蒂发痘。松蕈治溲数不禁，五台蕈杀虫。”

【石耳粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“石耳粥”：“明目益精。”

【慈姑粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“慈姑粥”：“解热毒。川人谓之白地栗。”

【莲花粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“莲花粥”：“清心，轻身。须蕊研末入粥，通心肾，固精，养血。”

【鲜荷叶粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“鲜荷叶粥”：“清神，升发胃气，调血，止痢。”

【长寿果粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》：“宜胃，健脾。出松潘厅及打箭鑪。”

【落花生粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“落花生粥”：“润肺，止嗽，悦脾。”

【甘露子粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“甘露子粥”：“利胃下气。川人呼为地蚕，楚名海螺菜，又名石蚕。”

【红蒇粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“红蒇粥”：“益气，厚肠胃，耐饥。即甘藷。”

【笋粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“笋粥”：“冬笋温中升元气，干笋消痰。鲜笋性各不同，多凉刮人。”

【芦笋粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“芦笋粥”：“止呕，表痘疹。”

【蒲蒻粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“蒲蒻粥”：“去脏邪口气，和血。即蒲黄苗。”

【水笠子粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》“水笠子粥”：“助脾，厚肠根，益气。黄花名萍蓬，白花即睡莲——子午莲也。”

【紫菜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"紫菜粥":"下气,消瘿。"

【发菜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"发菜粥":"治瘿,利大小肠,除结,乌人发。"

【荇菜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"荇菜粥":"去亢热。即莕、接余。叶如莼而尖长,长随水。"

【莼菜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"莼菜粥":"滑口,泄热下气。初秋食之,能去伏热。宜风秘人。"

【鼠曲菜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"鼠曲菜粥":"调中止嗽,压时气。滷入。楚名米曲,川名青明菜、大茅香。"

【墨头菜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"墨头菜粥":"治血痢,生眉发。即旱莲草。止血效。"

【辣米菜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"辣米菜粥":"去心腹冷气,消食,豁冷痰。即荠菜。略汵过入粥。"

【芫荽粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"芫荽粥":"去秽,消食,表疹。多食令人忘。"

【茼蒿粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"茼蒿粥":"养胃消痰。白即蘩蒿,理气;青蒿镇肝邪。"

【蒌蒿粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"蒌蒿粥":"可口,悦脾胃。一名秦荻藜,即藜蒿。"

【苜蓿粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"苜蓿粥":"嫩蔬入粥。味清美,利脾胃,清内热。子壮目。"

【染绛菜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"染绛菜粥":"滑口,好颜色,和血。即落葵,一名胭脂豆。"

【冬苋菜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"冬苋菜粥":"滑窍,顺胎。即锦葵。痢疾、淋症宜食之。"

【巢菜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"巢菜粥":"清热,开胃。川名苕子。"

【蒲公英粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"蒲公英粥":"下乳,治乳痈。"

【红油菜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"红油菜粥":"散郁。即卷菔,又名多心菜。"

【乌金白菜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"乌金白菜粥":"悦胃,可口。或名瓢儿菜,或名过冬白。"

【菘菜粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"菘菜粥":"除烦,下气,消食,滑口。少姜同煮尤佳。俗名曰白菜。"

【神曲粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"神曲粥":"化食下气,解疫。"

【红曲粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"红曲粥":"活血消食。"

【豆豉粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"豆豉粥":"发汗,止盗汗。炒,止血痢,发汗加葱,止血痢加蒜薤。"

【麦芽粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"麦芽粥":"久食消食。同谷芽。"

【谷芽粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"谷芽粥":"去壳,炒研入粥。消食,除闷胀。久食伐脾。"

【涝糟粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"涝糟粥":"温中暖胃。"

【沙谷米粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"沙谷米粥":"治反胃、下痢、水泻。即罂粟。"

【菰米粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"菰米粥":"解热调胃。即茭白子,一名雕胡。"

【爬山豆粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"爬山豆粥":"下气通关,养肾益脾。"

【泥豆粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"泥豆粥":"下气凉血。"

【彬豆粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"彬豆粥":"开肠胃,利小便。西北人多莳之以供粥。"

【刀豆粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"刀豆粥":"益肾补元,止呃逆。"

【豇豆粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"豇豆粥":"补肾,入少盐同煮;止吐逆,入少姜同煮。"

【芸豆粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"芸豆粥":"益脾胃。北人谓之芸豆,南名二季豆。同粳米作粥,治思虑过度,虚火炎上。"

【扁豆粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"扁豆粥":"镇脾、消暑。白者胜。补中去皮,解暑连皮。"

【蚕豆粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"蚕豆粥":"快胃,利脏腑。或先煮熟,或捣末再入粥同煮。"

【豌豆粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"豌豆粥":"益中平气,脾胃宜之。"

【红白饭豆粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"红白饭豆粥":"补中暖胃。肾病宜之。补血实胃,调经益气。"

【黑豆粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"黑豆粥":"补肾,镇心,解毒,明目。少入盐尤妙。"

【黄豆粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"黄豆粥":"宽中下气,利大肠,消肿解毒。豆黄研末入粥佳。青豆平肝热。"

【面筋浆粉粥】 古代粥品。面筋浆粉,即将洗面筋的浆水澄清之后所得的粉。清黄云鹄《粥谱》"面筋浆粉粥":"益气,解劳热,断痢。"

【炒面粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"炒面粥":"血痢不止,炒面入粥中,食之能回生。"

【浮麦粥】 古代食品。浮麦,即浮小麦,指小麦的干瘪轻浮未成熟颖果或带秆的颖果。晒干后可以入药。黄云鹄《粥谱》"浮麦粥":"益气,除热,止心虚盗汗及自汗不止。"

【盐米粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"盐米粥":"姜丁、茶末、粳米、神曲末同炒,入水为粥。治不和。"

【焦米粥】 古代食品。清黄云鹄《粥谱》"焦米粥":"收水泻,回胃气。"

【宣威火腿】 古代食品。清曾懿《中馈录》"制宣威火腿法":"猪腿选皮薄肉嫩者,剜成九斤或十斤之谱。权之每十斤用炒盐六两、花椒二钱、白糖一两。或多或少,

照此加减。先将盐碾细，加花椒炒热；用竹针多刺厚肉上，盐味即可渍入。先用硝水擦之，再用白糖擦之，再用炒热之花椒盐擦之。通身擦匀，尽力揉之，使肉软如棉。将肉放缸内，余盐洒在厚肉上。七日翻一次，十四日翻两次，即用石板压紧，仍数日一翻。大约腌肉在冬至时，立春后始能起卤出缸，悬于有风口处，以阴干为度。”

【香肠】 古代食品。清曾懿《中馈录》“制香肠”法：“用半肥瘦肉十斤、小肠半斤。将肉切成围棋子大；加炒盐三两、酱油三两、酒二两、白糖一两、硝水一酒杯、花椒小茴各一钱五分、大茴一钱共炒，研细末；葱三四根，切碎和拌肉内。每肉一斤可装五节，十斤则装五十节。”

【肉松】 古代食品。清曾懿《中馈录》“制肉松法”：“法以豚肩上肉瘦多肥少者，切成长方块。加好酱油、绍酒，红烧至烂。加白糖收卤，再将肥肉捡去。略加水，再用小火熬至极烂极化，卤汁全收入肉内。用箸扰融成丝，旋搅旋熬。迨收至极干至无卤时，再分成数锅，用文火以锅铲揉炒，泥散成丝。焙至干脆如皮丝烟形式，则得之矣。”

【鱼松】 古代食品。清曾懿《中馈录》“制鱼松法”：“大鳜鱼最佳，大青鱼次之。将鱼去鳞，除杂碎，洗净，用大盘放蒸笼内蒸熟。去头、尾、皮、骨、细刺，取净肉。先用小磨麻油炼熟，投以鱼肉炒之；再加盐及绍酒焙干后，加极细甜酱瓜丝、甜酱姜丝。和匀后，再分为数锅，文火揉炒成丝。火大则枯焦，成细末矣。”

【糟鱼】 古代食品。清曾懿《中馈录》“制糟鱼法”：“冬日腌鲤鱼、青鱼均可。腌时仍用花椒、炒盐。将鱼去鳞及杂碎，用盐擦遍，置缸内腌之。数日一翻，腌到月余起卤晒干。正月内即可截成块，先将烧酒抹过；再将甜糟略和以盐，一层糟，一层鱼，盛于瓮内封固。俟夏日取出蒸食，味极甜美。如鱼已干透，至四五月间，则不用甜糟；只用好烧酒浸沾，盛于瓮内封之，亦甚鲜美，且免生蛀、霉等患。夏日佐盘餐，亦颇适于卫生也。”

【风鱼】 古代食品。清曾懿《中馈录》“制风鱼法”：“法以大鲫鱼，切勿去鳞。腮下扪一洞，掏去杂碎；塞以生猪油块、大小茴香、花椒末、炒盐等；塞满腹内，悬于过风处阴干。食时去鳞，加酒少许蒸之。制时宜用冬日，至春初以之佐酒，肉嫩味鲜；若至二三月干透，则肉老无味矣。”

【醉蟹】 古代食品。清曾懿《中馈录》：“制醉蟹法”：“九十月间霜蟹正肥。择团脐之大小合中者，洗净擦干。用花椒炒细盐，将脐扳开，实以椒盐；用麻皮周孔，贮坛内。坛底置皂角一段，加酒三成、酱油一成、醋半成，浸蟹于内；卤须齐蟹之最上层。每层加饴糖二匙，盐少许；俟盛满，再加饴糖；然后以胶泥紧闭坛口，半月后即入味矣。”

【糟蛋】 古代食品。清曾懿《中馈录》“制糟蛋法”：“将鸭蛋轻敲，微损其外壳；用好烧酒合盐浸之。须泡满五十日后取出。用甜酒糟加烧酒和盐，一层蛋，一层糟贮满，用泥封固。坛口上加一盆覆之，日晒夜露，百日乃成。”

【辣豆瓣】 古代食品。清曾懿《中馈录》“制辣豆瓣法”：“以大蚕豆用水一泡即捞起；磨去壳，剥成瓣；用开水烫洗，捞起用簸箕盛之。和面少许，只要薄而均匀；稍凉即放置暗室，用稻草或芦席覆之。俟六七日起黄霉后，则日晒夜露。俟七月底始入盐水缸内晒。至红辣椒熟时，用红椒切碎浸晨和下；再晒露二三日后，用坛收贮。再加甜酒少许，可以经年不坏。”

【品豉】 古代食品。清曾懿《中馈录》“制豆豉法”：“大黄豆淘净煮极烂。用竹筛捞起，将豆汁用净盆滤下，和盐留好。豆用布袋或竹器盛之，覆于草内。春暖三四日即成，冬寒五六日亦成，惟夏日不宜。每将成时必发热起丝，即掀去覆草，加捣碎生姜及压细之盐，和豆拌之，然须略咸方能耐久。拌后盛坛内，十余日即可食。用以炒肉、蒸肉，均极相宜。或搓成团，晒于收贮，经久不坏。如水豆豉，则于拌盐后取若干，另用前豆汁浸之。略加辣椒末、萝卜干，可另装一坛，味尤鲜美。”

【腐乳】 古代食品。清曾懿《中馈录》“制腐乳法”：“造腐乳须用老豆腐，或白豆腐干。每块改切四块。以蒸笼铺净草，将豆腐平铺封固，再用稻草覆之。俟七八日起霉后取出，用炒盐和花椒糁入，置磁缸内。至八九日再加绍酒；又八九日复翻一次，即入味矣。如喜食辣者，则拌盐时洒红椒末；若作红腐乳，则加红麯末少许。”

【冬菜】 古代食品。清曾懿《中馈录》“制冬菜法”：“冬日选黄芽白菜风干；待春间天晴时将白菜洗净，取其嫩心，晒一二日后，横切成丝，又风干；加花椒、炒盐揉之。宜淡不宜咸。数日取出晒干，再略加酒及酱油揉之。久之成红色，愈久愈佳，经夏不坏。夏日蒸肉最妙。”

【甜醪酒】 古代食品。清曾懿《中馈录》“制甜醪酒法”：“糯米须选整白而无搀和饭米者。夜间淘净，以清水泡至次午；漉起，用饭甑蒸熟透。每六斤米，用糟一小酒杯。先将酒糟研细，配好米数备用。俟米蒸透后，如天寒则趁热拌糟。将稻草预先晒热；或用开水一大盆，先温草窝内。俟将糟和饭拌匀，装盆内覆以盖即速置热草窝内，四周再用草围紧。如酒多缸大，则用草多围；如酒少缸小，则用木柜等装草围之，柜外尚须加被褥。如天热则宜摊凉再置缸内，以草围之。春秋和暖时，则须调至冷热合度方妥。总以详察天时为宜。天寒二三日即有酒香溢出；天热一二日即可。须先去其被，再少去其草，俟热退尽始行取出。倘因冷度过盛，略无酒香者，即拨开中央，加好高粱酒四两，次日即沸，过七日即成。”

【酥月饼】 古代食品。清曾懿《中馈录》“制酥月饼法”：“用上白灰面，一半上甑蒸透，勿见水气；一半生者，以猪油合凉水和面。再将蒸熟之面全以猪油和之，用生油面一团，内包熟油面一小团；以赶面杖赶成茶杯

口大，叠成方形；再赶为团，再叠为方形；然后包馅，用饼印印成，上炉炕熟则得矣。油酥馅，则用熟面和糖及核桃等，略加麻油，则不散矣。”

【山药馒头】 古代食品。近人徐珂《清稗类钞》“山药馒头”：“以山药十两去皮，粳米粉二合，白糖十两，同入擂盆研和。以水湿手，捏成馒头之坯，内包以豆沙或枣泥之馅，乃以水湿清洁之布，平铺蒸笼，置馒头于上而蒸之。”

【蜜炙莲子】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“蜜炙莲子”：“莲子煮熟如前法（指“煮莲子”条中“莲子以开水浸软，去皮心，再以开水煮烂”之法。），晾干水气。以蜜、白糖加水和匀炙之，滚即起锅，甚甜浓。”

【雪花豆腐】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“雪花豆腐”：“即磨成未点之豆腐，以切碎笋丁或小芥菜丁同入锅炒之，酌加盐，不用酱油。殊有田家风味。”

【罗汉豆腐】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“罗汉豆腐”：“豆腐切小丁，与松仁、瓜仁、蘑菇、豆豉屑酌加盐拌匀。取粗瓷黄酒杯，装满各杯。先以香油入腐熬熟，再以装好豆腐覆于锅上，加高汤、料酒、酱油煨之。汤须与各杯底平，时以勺按杯上，使其贴实，俟汤将干，起锅去杯。此天津素饭馆做法，颇佳。”

【拔丝山药】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“拔丝山药”：“去皮，切拐刀块，以油灼之，加入调好冰糖起锅，即有长丝。但以白糖炒之，则无丝也。京师庖人喜为之。”

【闷发菜】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“闷发菜”：“海蔬中，惟黑色之鹿角菜，可久煮。余如白色之鹿角菜、凤尾、紫菜及东洋粉，水煮即化，而发菜及海带可久煮。发菜以高汤煨之，甚佳。或与白菜丝或笋丝同煨，亦清永。”

【煨商山芝】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“商山芝”：“即蕨菜，初生名小儿拳。以滚水浸软，去根叶及粗梗。择取披嫩者，以高汤煨之，气香而味别，野蔌佳品也。”

【菜鲊（nǐ尼）】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“菜鲊”：“菜之新摘者，不拘菘、芹、芥、苋、菠稜之类，洗净、切碎，同煨极烂，风味绝佳。此曾文正公遗法也。”

【煨虎蹄菌】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“虎蹄菌”：“形圆，大者如卵，小者如栗。以温熟水浸软，洗去泥沙，切大片，以高汤煨之。亦脆亦腴，清芬可挹。”

【兰花摩菇】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“兰花摩菇”：“以滚水淬之，加高汤煨豆腐，殊为鲜美。”

【煨香菇】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“香菇”：“形圆，大小约一寸许，约一分厚，黑润与东菌导。以滚水淬之，摘去其柄，与白菜、玉兰片、豆腐同煨，均清永。或以香油将白菜炸过，再以酱油将白菜焖之，再以香菇铺碗底以白菜实之，漫火蒸烂，尤腴美。”

【煨羊肚菌】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“羊肚菌”：“以水淬之，俟软漉出，将水留作汤用。再以水洗去泥沙，以高汤同原淬之水煨之，烧有清味。此菌纹如羊肚，故名。”

【甜酱炒鹿角菜】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“甜酱炒鹿角菜”：“鹿角菜，浸软，洗净，切碎。先以甜面酱于香油中炒过，再以鹿角菜加入同炒，再加水令稀稠相得。香油须多加，或不用水，止多加香油炒之，尤佳。”

【炒米花】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“炒米花”：“上好糯米，先用水淘净，后以熟水淋过，盛竹箩内，以湿布盖好，约二时涨透。下锅同砂热炒，去砂，最空最酥。不放砂，每斗可炒斗五六升。同砂炒，每斗可炒二斗有余。淋米水太热太凉均不酥，热不烫手方得。”

【醋浸菜】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“醋浸菜”：“好醋若干，入锅中，加花椒、八角、茴萝草果及盐烧滚。俟水气略尽，候冷，放坛中。浸入莱菔、胡莱菔、生姜、王瓜、豇豆、刀豆、茄子、辣椒等，愈久愈佳。太原人做法甚佳。”

【浸菜】 古代食品。即泡菜。清薛宝辰《素食说略》“浸菜”：“用有檐浸菜坛子，除葱、姜、韭等菜不用。余如胡瓜、茄子、豇豆、刀豆、苦瓜、莱菔、胡莱菔、白菜、芹菜、辣椒之类，皆可浸。浸用熟水。盐须炒过，酌加花椒、小香、生姜。浸好，以瓷碗盖之，碗必与坛檐相吻合，檐内必贮水，防泄气及见风也。取时必以净箸夹出，防见水及不洁也。”

【制胡豆瓣】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“制胡豆瓣”：“鲜胡豆，去皮，置暗处，覆以楮叶。俟生黄，取出，取日中晒干，拭去黄。以黄酒炒盐，加辣椒粗片浸。浸后置日中晒之，晒至豆软可食，分坛收贮。干胡豆浸软去皮，如前法作之亦可。张松如大令茂森传此法。”

【腌胡莱菔】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“腌胡莱菔”：“胡莱菔，洗净凉干，整个放缸中。每十斤入盐半斤，酌加茴香、花椒。以冷开水灌入，水须比莱菔稍高，上以重物压之。每日须翻转一次。十日，取出用刀于四面各劈一缝，以绳系之，悬于有风无日处干之。欲食时，以热水浸软，横切薄片，即成莱菔花之状矣。以香油与醋拌食，甚脆美。”

【煮腊豆】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“煮腊豆”：“腊月极冻日，将晒半干腌菜切碎。用大豆不拘多少，黑大豆尤佳。大约六分豆、四分菜、一分红糖、一分酒同入锅内。加菜卤若干，比豆低半指，煮于停一时，用勺翻过煮透。取出，铺匀，晾冷，收坛内，可吃一年不坏，且益人。煮时须加花椒、大小茴香。”

【煨笋衣】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“笋衣”：“出四川。滚水淬过，将水澄出，留作汤用。或切片切丝，仍以原淬水同高汤煨之，颇有清味。或加高汤，同豆腐、腐皮、玉兰片同煨，亦佳。”

【煨竹荪】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“竹松”：“或作竹荪，出四川。滚水淬过，酌加盐、料酒，以高汤煨

之。清脆腴美，得未曾有。或与嫩豆腐、玉兰片、色白之菜同煨尚可，不宜加夹别物，并搭鼈也。”

【拌树花菜】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“树花菜”：“生终南山龙柏树上，似木耳而色淡碧，形甚类翦春罗花，气香味辛。得未曾有，陕西干果铺有卖者，名曰石花菜。以滚水浸软，翦去粗根，加香油、酱油、醋食之，辛香可口。或以高汤煨之，尤清隽也。”

【煨榆木耳】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“榆木耳”：“此木耳最费火候，原汤味甚劣。以滚水浸软，倾去水，再以硷水漫火发开，再以净水漂去碱味，然后以高汤煨之，味亦腴美。”

【煨桂花木耳】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“桂花木耳”：“凉水浸软，以小翦翦去硬根，以高汤煨之。或以糖煨之，亦佳。”

【蒸白木耳】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“白木耳”：“以凉水浸软，拣去粗根，洗净，以高汤煨之。或以豆腐脑垫底，加白木耳于上，添高汤蒸之，亦有清致。或以糖煨之，亦佳。”

【石花糕】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“石花糕”：“石花，即鹿角菜，京师名麒麟菜。以开水煮化，倾入碗中，冷定，凝为一块，用刀切片，色如蜜腊。拌香油、酱油、醋食，甚滑美。又有黑色之鹿角菜，形亦相似，颇耐煮，可煨食也。”

【凉拌石花菜】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“凉拌石花菜”：“鹿角菜浸软切开，以香油、盐、醋拌食，或同凤尾、发菜、海带丝拌食均脆美。”

【炒菜花】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“菜花”：“菜花，京师菜肆有卖者。众蕊攒簇如毬，有大有小，名曰菜花。或炒，或煨，或搭鼈炒，无不脆美，蔬中之上品也。”

【炒芹黄】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“芹黄”：“芹黄以秦中为佳，他处不及也。切段，以香油同豆腐干丝炒之，甚佳，止炒芹黄亦佳。或切段以水瀹之，盐、醋、香油拌食，尤为清脆。”

【雪里蕻炒百合】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“雪里蕻炒百合”：“咸雪里蕻，切极小丁，以香油炒之，再入择净百合同炒，略加水，俟其软美可食，即起锅。此菜用盐，不用酱油。”

【瀹银条菜】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“银条菜”：“其状细长而白，与草石蚕一类。入滚水瀹，加香油、盐、醋食之，甚清脆。以酱油、醋烹之，亦可。不宜煨烂，烂则风味减矣。其老者高汤煨烂，亦颇软美。”

【榆荚汤】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“榆荚”：“嫩榆线，拣去葩蒂，以酱油、料酒煨汤，颇有清味。”

【拌石芥】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“石芥”：“出终南山，以寻常作齑法为之，甚酸甚辛。以香油、盐拌食，其爽口醒脾，一切辛酸之菜，俱出其下。”

【炒丝瓜】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“丝瓜”：“嫩者切片，以香油、酱油炒食。或以水瀹过，香油、醋拌食，均佳。同冬菜、春菜焗汤浇饭，为尤佳也。”

【炒洋生姜】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“洋生姜”：“形颇似姜，殊无姜味。香油炒食，亦颇脆美。整个盐腌，随时切食，佐饭亦佳。”

【炒龙头菜】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“龙头菜”：“此益母草嫩苗，京师天坛内甚多。以香油、酱油、料酒炒之，甚清脆也。”

【倭瓜圆】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“倭瓜圆”：“去皮瓤，蒸烂，揉碎，加姜、盐、粉面作丸子，樸以豆粉，入猛火油锅炸之，搭鼈起锅，甚甘美。”

【拌胡瓜】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“胡瓜”：“嫩者拍小块，以酱油、醋、香油沃之。或同面筋或豆腐拌食，均脆美。以冬菜或春菜焗汤，风味尤佳。”

【搅瓜】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“搅瓜”：“瓜成熟，放僻静处，至冷冻时，洗净，连皮蒸熟。割去有蒂处，灌入酱油、醋，以箸搅之，其丝即缠箸上，借箸力抽出，与粉条甚相似。再加香油拌食，甚脆美。秦中有此种。”

【蒸百合】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“百合”：“去皮尖及根，置盘中，加白糖蒸熟，甚甘腴。不宜煮，煮则味薄，粉气全无矣。秦中百合甚佳，京师百合味苦，不中食。”

【山芋圆】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“山芋圆”：“山芋去皮蒸熟，以木杵臼捣之，愈捣愈粘。捣成，加盐及姜米丸之，樸以面粉，以猛火溜炸之，搭芡起锅。或不搭鼈即可。”

【炸白薯】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“炸白薯”：“京师名曰白薯，即蕃薯。去皮切片，以醋馏法炒之，甚脆美也。京师素筵，每以白薯切片，或切丝入溜锅炸透，加白糖收之，甚甘而脆。”

【炒鲜蚕豆】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“炒鲜蚕豆”：“鲜蚕豆，去荚，更剥去内皮，以香油炒熟，微搭鼈起锅，甚鲜美。”

【白扁豆酱】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“白扁豆酱”：“白扁豆，浸软，去皮，蒸熟，研碎，入香油炒透，以白糖加水收之，甘美腴厚。”

【馏荸荠】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“馏荸荠”：“荸荠蒸熟去皮，整个缠以粉糊，猛火溜炸之，搭鼈起锅，甚脆美。”

【蒸山药】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“蒸山药”：“刮去皮，切长方块，或不切，放盘中，以白纸覆于其上蒸之。蒸烂，糁糖食，甘腴而有清芬，嘉蔬也。不以纸，则蒸露下渍，山药之色变矣。”

【煨壶卢】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“壶卢”：“壶卢味淡不中食，切长方块，入油锅炸过，以酱油、酒煨之，颇佳。余馆惠菱舫都转家，其厨人如此作。”

【藕圆】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》“藕圆”：

"藕煮熟切碎,与煮熟糯米同捣粘,作成丸子,以油炸过,加糖水煨之,略搭饘起锅,颇甘腴。荸荠亦可照作,惟用粉不用糯米耳。"

【煮莲子】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"煮莲子":"莲子以开水浸软,去皮心。再以开水煮烂,加冰糖或白糖食之,加糖渍黄木樨少许,尤清芬扑鼻也。莲子始终不敢见生水,见生水则还元,生硬不能食矣。"

【麻粉】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"麻粉":"玉米去皮,煮熟晒干,入油锅以先文火后武火炸之,可发开如龙眼核大,搭饘起锅。食者或不识其为何物也。"

【麻豆腐】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"麻豆腐":"麻豆腐,乃粉房所撇之油粉,非豆腐也。以香油炸透,以切碎核桃仁、杏仁、酱瓜、笋丁及松子仁、瓜子仁,加盐搅匀煨之,味颇鲜美。"

【摩姑煨腐皮】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"摩姑煨腐皮":"以作成腐竹,用开水浸软,切段,与蘑菇同煨,风味甚佳。或以腐皮与笋尖、笋片同煨,亦清永。"

【豆腐圪坨(zhà乍)】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"豆腐圪坨":"豆腐擘极碎,以豌豆面作糊和匀,入锅摊成饼,按二分厚,再于笼上蒸过。俟冷,切块,樸以粉面,入猛火油锅炸之,搭饘起锅,甚软美而脆。"

【玉琢羹】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"玉琢羹":"豆腐切碎,酌加豆粉,以水和匀如稀粥状。以油炒之,开即起锅,用勺不用箸。或以煮熟山药代豆腐,亦佳。此亦法舟上人遗法。"

【罗汉菜】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"罗汉菜":"菜蔬瓜瓠之类,与豆腐、豆腐皮、面筋、粉条等,俱以香油炸过,加汤一锅同闷。甚有山家风味。太乙诸寺,恒用此法。鲜于枢有句云:'童炒罗汉菜',其名盖已古矣。"

【枣糕】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"枣糕":"大枣煮熟,去皮核,搓碎,装入碗内。实以澄沙,或扁豆,或薏米,或去皮核桃仁,加糖蒸透,翻碗,枣上再覆以糖,甚为甘美。视山药糕又别一风味也。此方法舟上人造法。"

【煮落花生】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"煮落花生":"落花生,入水煮半熟,去内皮,倾去原茨之水,换水煨极烂,加糖并微搭饘食,味绝似鲜莲子,甚清永也。法舟上人遗法。"

【煮白果】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"银杏":"俗名白果。敲去外皮,煮五成熟,去内皮,换水煮熟,或甜食,或咸食,均腴而腻,不甜俗也。"

【蜜炙栗】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"蜜炙栗":"栗子煮熟,去内外皮,以蜜糖炙之。如炙莲子法,甘美无似。亦心斋中书法。"

【果羹】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"果羹":"莲子浸软,去皮心如前法。白扁豆浸软去皮,薏米浸软。同实碗中作三角形,不要太满。再加糖与开水,少加糖渍黄木樨或糖渍玫瑰,入笼蒸极烂。翻碗。以糖和饘浇之,甚甘美。此京师回回'元兴堂'作法,其余食肆皆有之,庖人皆为之,俱以水煮熟加糖食之,全失脓腴馥芬之致矣。"

【豆腐丝】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"豆腐丝":"京师名豆腐丝,陕西名千张,市上均有卖者。以高汤同笋丝煨之,或以酱油、醋拌食,或以酱油炒食,均佳。"

【玉米粥】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"玉米粥":"余游直门外,在海淀马氏家,吃玉米粥,甚佳。玉米碾成小粒煮粥,加入切碎生菠菜、生白菜,酌加盐,颇有山居风味。"

【托面】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"托面":"秦人以花瓣或菜之嫩者,裹以面糊,入油锅炸之,谓之托面。朱藤花、玉兰花、牡丹花、木槿花、荷花、戎葵花、蜜萱花、倭瓜花皆可作。牡丹、玉兰稍苦,荷花、戎葵稍韧,倭瓜花最佳。菜则嫩香椿、嫩红苋叶、嫩同蒿叶之类,皆可作也。"

【削面】 古代食品。即刀削面。清薛宝辰《素食说略》"削面":"面和硬,须多揉,愈揉愈佳,作长块置掌中,以快刀削细长薄片,入滚水煮出,用汤或卤浇食,甚有别趣。平遥、介休等处,作法甚佳。"

【拉面】 古代食品。即扯面、抻面。清薛宝辰《素食说略》"面条":"其以水和面,入盐、碱、清油揉匀,覆以湿布,俟其融和,扯为细条。煮之,名为桢条面。作法以山西太原平定州、陕西朝邑、同州为最佳。其薄等于韭菜,其细比于挂面。可以成三棱之形,可以成中空之形,耐煮不断,柔而能韧,真妙手也。"

【淋饼】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"淋饼":"调面为糊,入椒茴末,姜屑及盐和匀,一小勺一饼,入油锅炸之,最软美。加入西葫芦丝、冬瓜丝、白菜丝搅匀烙之,曰糊搨,亦佳。"

【油酥干饼】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"油酥干饼":"细面以温熟水加香油及糖或盐和之,揉到。愈揉愈佳,工夫全在揉上。拍作薄饼,按分半厚,大如小叠,锅内铺小圆石,置饼其上烙之,甚酥。"

【炸油果】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"炸油果":"干面一斤,以水和匀,要和软。再以盐三钱、白矾三钱、硷一钱和水加入,揉匀,置暖处发过,炸之。"

【炸油糕】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"炸油糕":"面若干置瓷盆中,以滚水汤之,和令相得取出,置案上。再以开水少许洗净盆内余面,并水倾入已汤面上,和匀。俟其融和,作圆饼实以糖馅,炸之。亦有蔬菜作馅者,河南人喜为之。"

【炒油茶】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"炒油茶":"生面二斤,炒熟,乘热入芝麻酱半斤或十两搅匀,再入椒茴末及盐和匀,摊开晾冷。不晾或有焦气。临时或以滚水和之,或以冷水煮之,均可。"

【菊叶粉片】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"菊叶粉片"："糯米粉调作糊，蘸以真菊叶，入油锅炸之可发开，糁白糖食，清芬溢齿牙间也。洋菊叶不中食。"

【炒面条】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"炒面条"："面条煮出，浸以冷水，匀摊筛上，晾干水气，入油锅同笋丝或白菜丝、豆腐干丝炒之，腴脆不腻。天津素饭馆作法颇好。"

【面菱】 古代食品。清薛宝辰《素食说略》"面菱"："面揉好擀薄，切小方按五分许，将其两对角反正捏合，铺日中晒干，以水煮出，浇卤食。较甘肃之窝窝面，为差胜也。"

现代菜点

菜　肴

畜肉类

【金银全乳猪】 广西菜。将未断奶的小猪宰杀后，取上半部分，以南乳、酱料、葱、糖等腌制，再在表皮上糖浆，烤至金黄色；取下半部分，起骨后，以盐、酒、姜、葱、南乳、胡椒粉等和成的汁涂上，上笼蒸熟，呈淡白色。再将上、下两部分同装一盘，配以不同调味品即成。因金黄、淡白两色合为一体，故名。

【烤小猪】 甘肃菜。3～4月的小猪治净，剔除3根前肋，用开水将猪皮烫硬，揩去水分，乘热涂抹蜂蜜，将后小腿、爪，断其筋皮，折装在猪软部，用铁叉叉平，于木炭火上烤，不断翻动，至皮起红黄色小泡取下，用长针在猪身上均匀刺小孔。视小孔出油，将之涂布于猪身（防烤焦，并使皮光泽）。全部烤时50～60分钟，再涂芝麻油烤15分钟即成。最后置案上分别切出皮、骨、肉。皮肉均可片成3×5厘米长的片块。随带面酱、虾酱、喇叭葱段、萝卜条、椒盐面五小碟及1000克荷叶饼上桌供食。

【火烧蕨麻猪】 甘肃菜。猪宰后，去头、蹄、内脏；花椒粉和盐及其它调味料搓遍猪内腔，用泥糊满猪全身，埋入已无烟的牛粪火堆中煨烧。至泥呈黄褐色时取出，猪毛随泥剥落，盛入大木盘，配食盐等调味，片割肉蘸食。

【生扒肉方】 北京菜。带皮猪五花肉切成大方一品块，皮面治净，肉内剞花刀，便于入味。先用沸水焯透，再放汤中，加八角、桂皮、葱段、姜片、白糖、料酒、酱油等调料，用慢火煨烂取出，皮朝上盛盘中；原汤加白糖、酱油，用湿淀粉勾成薄芡，撒豌豆苗，淋猪油，浇于肉上即成。

【晾肉】 北京菜。晾干的瘦猪肉条与炸成金黄色的面筋同煮，捞出后，用白糖、红曲、酱油、料酒等喂透晾凉即成。

【虎皮肉】 北京菜。猪五花肉皮面治净，火燎后，加酱油、料酒、葱段、姜块等调料，上屉蒸烂，扣入盘中，浇以熘浓的原汁即成。因肉皮经火燎，有黄色斑纹出现，形色如虎皮，故名。

【干扣肉】 北京菜。猪五花肉切方块，经煮后，晾干，皮面涂以蜂蜜，入油锅炸成金黄色捞出，肉内剞刀，刀口中瓤入经调味的虾仁末，上屉蒸烂即成。

【杏核肉】 北京菜。带皮猪五花肉切小块，加糖色放入勺内煸炒，至肉上色，加酱油、汤、料酒、葱段、姜块、杏仁熘透，取出，皮朝下摆碗中，加冰糖溶化的水，蒸至极烂，扣于盘中即成。

【马莲肉】 北京菜。猪后腿肉和猪五花肉各半，均切成长方块，用马莲草绑在一起，放清水中，配以花椒、大料、小茴香、酱油、葱段、姜片、桂皮等炖烂，汤汁澄清与肉晾凉凝冻即成。

【坛肉】 天津菜。坛子刷净，放入酱油、料酒、酱豆腐、盐、葱段、姜片、大料，先添一部分水，将切成2.5厘米见方，用开水焯过的肉下坛。加入糖色，再添热水（以淹过肉3厘米为准）。将坛移坐火上，烧滚开，用盖盖严，再用小火炖约2小时即成。

【美宫肉】 天津菜。去皮猪肉煮八成熟，与火腿、冬笋、春笋同改为长方片，加冬菇片斜码入碗内，下葱、姜、料酒、味精、高汤，蒸烂，扣入汤盘，撒豆苗，浇高汤即成。

【白切肉】 上海菜。猪的坐臀肉，原块放进汤锅，用中火烧煮断生，改用小火焖至六成熟后，捞起冷透，切成长方薄片，排在盘里即成。以酱油、芝麻油或虾籽酱油佐食。

【干切咸肉】 上海菜。猪后腿，用竹签在肉面均匀地戳满小孔，擦上盐和硝，撒花椒，反复腌透，风干。食前，入笼蒸熟，晾凉切片，装盘即成。

【四方扣肉】 上海菜。猪五花肉洗净，切4个方形块，入沸水中焯去血污取出，在酱油卤汁内上色，再排放于扣碗里（皮朝下），加入原卤汁、冰糖、料酒、葱结、姜片，盖上圆盘，上笼蒸至熟透。出笼装碗时，用生煸草头垫底，将肉块翻扣于草头上面，浇上烧至稠浓的卤汁即成。

【桂花肉】 上海菜。猪瘦肉切厚片，用刀背排成格子形纹路，再切成大骨牌块，拖上全蛋糊，一块一块地入油锅，炸至呈金黄色时捞出。炒锅中放葱末，再投入炸过的肉块，烹料酒，撒少许椒盐，淋芝麻油，置旺火上颠翻即成。另配用白糖、酱油、米醋调成的糖醋卤和椒盐，供蘸食。

【枸杞头炒肉丝】 上海菜。取猪精肉切细丝，入热油锅煸至色变，放入洗净的枸杞春芽嫩头和竹笋丝同煸，再放入料酒、酱油、白糖、清汤等，炒至枸杞芽头变色柔软，再加味精和少量熟猪油，颠翻几下，淋入芝麻油即

成。

【麻干肉片】 河北菜。猪瘦肉切薄片，加精盐、湿淀粉拌匀，再放入有干淀粉的筛中筛散，沾匀干淀粉。勺内加油烧热，下肉片炸至呈虎皮色时捞出。然后在炒勺内放芝麻油，下姜丝、红辣椒略煸，烹入醋，放白糖炒至溶化，再放入肉片稍煨，至汁挂满肉片，撒熟芝麻即成。

【炸面码】 河北菜。猪肥膘肉切成小长条，沾匀干面粉。鸡蛋清抽打成蛋泡糊，用精盐、味精、干淀粉拌匀。勺内加猪油，温热时，将肉条一一裹匀蛋泡糊，入油中炸熟呈微黄色时捞出，码于盘内即成。食时配椒盐。

【过油肉】 山西菜。山西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。猪里脊肉切片，用蛋黄、湿淀粉上浆，放冰箱冷却一定时间后，入温油中滑熟捞出，沥油。勺内留底油，用葱末、姜末、蒜末炝锅，下入木耳、黄瓜片、玉兰片、青菜段煸炒，再倒入肉片，泼入用鸡汤、酱油、白糖、醋、味精、淀粉、芝麻油调成的红汁熘制即成。

【糖醋熘食盒】 山西菜。熟肥猪肉切厚片，肉片中间开缝，放入用碎肉、姜末等拌制的馅，裹蛋粉面糊，入油锅炸呈金黄色时捞出，装盘呈盒形，浇以用白糖、醋、酱油、肉汤、湿淀粉等调制的糖醋汁即成。

【蜜汁甜糕】 山西菜。熟猪肥肉切成小丁，加白糖、青红丝拌匀。鸡蛋清打成蛋泡糊，加蛋黄、面粉搅匀。勺内放底油，倒入一半蛋泡糊，再放入肥肉丁，另一半蛋泡糊盖在肉丁上，煎成甜糕，再入油锅内炸呈金黄色时捞出。将白糖下入勺内，炒至出丝，加开水、蜂蜜搅匀，再放入炸熟的甜糕煨透即成。

【酥白肉】 ①山西菜。猪肥肉切方形薄片，用开水烫过，逐片沾上面粉，再挂蛋黄糊，入油锅内炸熟。勺内加水、白糖，烧开，滴入香蕉精，熬成糖浆，放入炸好的肉片，翻勺，使糖汁沾匀肉片，凉后，外挂糖浆即成。②黑龙江菜。猪肥膘肉切成长方片，一一沾层精粉，用鸡蛋清、淀粉挂硬糊拌好，放入热油锅内炸制，至起酥泡时捞出，沥去油。再熬糖浆拔丝即成。

【拔丝芝麻丸】 山西菜。猪肉剁碎，加面粉、鸡蛋、姜末、二味水(花椒、大料水)拌匀，入油锅炸成丸子。白糖放炒勺内熬成糖浆，倒入丸子和已经去皮、炒熟的芝麻翻匀，盛入抹有芝麻油的盘中即成。

【菜心菊花肉】 山西菜。猪软五花肉入锅煮至半熟捞出，沥水，以热油炸呈金黄色后，改刀成菊花形，置碗内，加葱、姜、酱油等料，入笼蒸熟取出，扣入盘中，将煨至入味的油菜心码在盘边，锅内留底油置火上，下入榨菜、冬笋等料烹成味汁，浇在菊花肉上即成。

【烤猪方子】 内蒙古菜。内蒙古参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。去骨猪五花肉煮至六成熟捞出，抹匀酱油、醋、料酒，腌至入味，撒上椒盐粉，再抹匀一层蛋粉糊，凉干，入烤炉中，用杏木材燃烧烤制而成。食时，随带佐料小碟，并配通州饼。

【肉烩菜】 内蒙古菜。熟猪肉切成片；白菜切段；豆腐切块；细粉丝用沸水泡软。炒勺加底油烧热，用葱、姜炝锅，加鸡汤，用精盐、味精等调好味，沸后，下猪肉片、白菜段、豆腐块、细粉丝烩制而成。

【生大燉】 内蒙古菜。带膘去皮的猪坐臀肉切成方块，四边取齐，再切成柳叶片，入油锅略炸捞出，倒入另勺内，烹入料酒，加高汤、葱段、姜片、腐乳汁和白糖等，大火烧沸后，移小火上燉至肉烂入味即成。

【甫亭肉方】 辽宁菜。猪五花肉切成大方块，入沸水中焯透捞出，皮面抹上糖色，入油锅炸制。勺内加鸡汤、酱油、料酒、白糖、葱、姜、味精等，沸后，放入肉方，加盖，用慢火炖烂，取出放盘中。勺内余汁加芝麻油炒透，浇在肉方上即成。

【抽刀白肉】 吉林菜。猪五花肉用特制的大刀，经推、拉、抽的刀法，将肉抽得又长又薄，先煮半熟，然后蒸制即成。自选佐作料蘸食。

【煸白肉】 吉林菜。猪五花肉切成长方薄片，入油锅内炸一下，沥去油。大葱切抹刀片，入油锅内煸出香味，放入白肉煸炒，加料酒、酱油、白糖、味精、芝麻油等炒透即成。

【爆软硬】 黑龙江菜。鸡脯肉、猪肉切成丁，用料酒、精盐腌入味，入油锅炸熟捞出。鸡肫剞成花刀，再改成小块，也放入油锅炸熟捞出。然后将3种原料放入用葱末、姜末炝过的勺中煸炒片刻，倒入以鸡汤、精盐、料酒、味精、淀粉对成的白汁爆制而成。

【炸烹肉片】 黑龙江菜。猪瘦肉切大片，用精盐、料酒腌入味后，再用湿淀粉挂硬糊，然后入油锅炸至外焦里嫩捞出。勺内留底油，下葱丝、姜丝、香菜段炝锅，再放入炸好的肉片，烹入用醋、酱油、白糖对好的汁，速翻勺，淋芝麻油，出锅装盘即成。

【夹沙肉】 ①陕西菜。熟猪肥膘肉切成片，再从中间用刀片至3/4处，成为连而不断的双刀片，然后将豆沙夹入肉片中，裹糊后，入油锅炸至金黄色捞出，装入蒸碗，上笼蒸熟，浇以清水、白糖、淀粉调成的芡汁，撒上青红丝即成。②四川菜。猪肋肉煮熟，晾冷，切成火夹片，将制好的豆沙甜馅瓤入每片之中，定碗。糯米洗净，蒸熟，拌以糖，放夹沙肉面上。上笼蒸烂后，翻扣于圆盘内，撒上白糖即成。

【商芝肉】 陕西菜。带皮猪五花肉经蒸制后，入油锅内炸呈金红色时捞出，切成片装蒸碗内；商芝切成段，用酱油、精盐、熟猪油拌匀，盖在肉片上。另用鸡汤、酱油、精盐、料酒调成的汁浇入蒸碗内，再放上姜片、葱段、八角上笼蒸熟，滗去原汁，扣入汤盘；炒锅内放鸡汤，加入原汁烧沸，下姜末、葱片、味精、蛋皮片，淋芝麻油，浇入汤盘即成。

【炸肋条】 陕西菜。带皮猪肋条肉煮至半熟，片成斜刀片放盆中，加调料、肉汤拌匀，上笼蒸约1小时取出，裹上一层干淀粉，下入油锅炸至呈金黄色时捞出，再片成薄片，装盘中；响皮入油锅炸至焦脆时捞出，擀成碎

末，撒在肉片上即成。

【镶枣肉】 陕西菜。带皮猪肋条肉煮七成熟，切成象眼块；蒸碗用熟猪油涂抹，碗底中心铺糯米，将肉块的一半皮朝下放糯米上，其余的肉排列在碗壁上成荷花形，将红枣镶入肉块空隙，浇肉汤，盖上剩下的糯米，撒上白糖上笼蒸熟，扣入汤盘；将白糖放火锅内烧至溶化，用湿淀粉勾芡，浇在肉上，再将山楂糕片摆在上面即成。

【蜜拉肉轱辘】 陕西菜。去皮熟猪肥膘肉切成条，挂上以鸡蛋清、干淀粉、面粉和清水调成的糊，入油锅炸至熟透、呈金黄色时，倒入漏勺沥油；炒锅内放入蜂蜜，用小火化开，下肉轱辘，颠翻，装盘，撒上白糖即成。

【扣蒸肉丝】 陕西菜。冬笋剥皮，去根，切成细丝，入沸水中焯熟，铺在蒸碗底成菊花形；净猪肉煮至半熟捞出，切成细丝，铺在笋丝上面，放上姜、八角，浇以料酒、酱油、精盐、味精、肉汤调成的汁，上笼蒸熟，滗去原汁，将肉丝扣入汤盘，浇回原汁即成。

【炝白肉】 陕西菜。去皮熟猪坐臀肉、莲菜切片，入沸水锅略汆，放入用精盐、酱油、醋搅匀的调味汁碗中，将姜、蒜、酱、莴笋末放在顶端，泼上热菜籽油，拌匀，装在盘里堆起，将木耳、菠菜叶摆在上面即成。

【僧来破禅】 陕西菜。猪带皮五花肉洗净，入汤锅煮至半熟捞出，抹上蜂蜜，入油锅炸呈金黄色时捞出，切成方块，再旋切成螺丝状，中间夹入商芝菜末，定碗中，上放商芝菜段，再加葱、姜片和调好的汤汁封口，上笼蒸熟扣入盘中。再用原汁勾流水芡，浇上面即成。因取意于"僧来欲破禅"的诗句，故名。

【莲菜炒肉片】 陕西菜。猪臀尖肉切成薄片，用料酒、酱油、湿淀粉浆好，入油锅炸呈微黄时捞出，盛碗中；莲菜切成片；炒勺内放油，下入葱、姜爆一下，投入莲菜片，烹入醋，再下入撕成小块的木耳、料酒、精盐、味精，然后倒入肉片，搅拌均匀即成。

【冰糖肘子】 陕西菜。猪肘去骨，蒸半熟，将醋、蜂蜜和匀，涂抹肉皮上，入油锅炸呈微红时捞出，用刀剞成象眼块装入蒸碗，加白糖、玫瑰花瓣上笼蒸熟，滗去原汁，扣入汤盘；炒锅内放入原汤汁，加蜂蜜、黄桂烧沸，浇肘面上，撒上砸成米粒状的冰糖即成。

【蜜炙水脆油】 陕西菜。猪板油切条，用干淀粉、面粉和清水搅拌成的糊上浆，入油锅炸呈金黄时捞出沥油；炒锅内放入蜂蜜，用小火化开，下板油条，裹匀蜜汁，装盘，撒上白糖即成。

【玻璃丸子】 陕西菜。猪板油剁碎，加蛋清、湿淀粉、面粉搅拌成泥，做成丸子，入油锅炸至皮面发亮时沥油，盛于盘中；另起炒锅，放清水、冰糖烧沸，待冰糖溶化，浇在丸子上即成。

【料里脊】 甘肃菜。猪里脊肉切丁，加料酒、盐、酱油、花椒粉浸拌腌渍，裹蛋清稠糊逐块投入热油锅，炸呈金黄色时捞出锅沥油，再装碗加肉汤、酱油、葱段、姜片上笼蒸透，滗去汤汁，拣去葱姜；炒勺内放底油，葱末、姜末炝锅，投入剥去皮的鲜桃仁、玉兰片、大红辣子片炒熟，再倒入原汤汁、里脊块，调盐、味精，滴少许醋，勾芡淋明油，颠勺盛盘即成。

【五色丸子】 甘肃菜。瘦猪肉剁成细茸，加盐、味精、葱末、姜末搅拌均匀，做成 20 个丸子；水发木耳、火腿、青菜叶、黄蛋糕、白蛋糕分别剁为黑、红、绿、黄、白五色细末，每 4 个丸子滚一色细末，装盘摆成五角形，一色各占一角，上笼蒸透；炒锅内舀入肉汤，加盐、味精，勾芡淋明油，浇在丸子上即成。

【蒜烹肘子】 甘肃菜。猪肘刮洗干净，入开水锅焯透，置火上烧燎皮面至煳，用碱水刷洗，使皮面呈金黄色后，再投入汤锅煮熟。出锅折骨，从肉里改刀为菱形块（不要剁断皮面），定碗中，再放入葱段、盐、酱油、料酒、白糖、花椒粉，上笼蒸烂扣盘；另锅放入底油，蒜、姜末炝锅，烹醋加原汁、盐、酱油，勾芡放入木耳、玉兰片、味精，淋明油，将芡汁浇淋肘子皮面即成。

【糖醋里脊】 甘肃菜。里脊肉去筋膜切为丁，拌入精盐、酱油、花椒粉，腌渍，挂水粉厚糊，用少许油、醋拌匀，烧旺火热油倒入里脊丁连续炸制 3 次；1 次成熟，2 次炸脆，3 次炝色，出锅沥油；另锅放底油、葱、蒜、姜末炝锅，加白糖微炒，放酱油、醋，勾浓芡倒入里脊块，颠勺使芡汁附裹里脊块，出锅盛盘即成。

【五熘夹沙】 甘肃菜。猪肉剁末，用蛋清、盐、味精、姜末、少许水制成馅，摊于蛋皮上，再覆盖一层蛋皮，切长方块炸黄；另锅放干辣椒、姜、蒜末微炸，加白糖炒溶化，放醋、盐、酱油，湿淀粉勾浓芡，倒入夹沙块颠勺淋明油即成。

【炮仗肉】 甘肃菜。瘦猪肉剁末，用鸡蛋、淀粉、酱油、盐、花椒粉、姜末搅拌成馅，裹猪网油为卷，切截成"炮"体，一头插入粉条为"引线"。投入油锅炸黄，另锅勾芡加味，配玉兰片、木耳汁裹"炮仗"即成。

【迎宾雪莲】 甘肃菜。鸡脯加猪肥膘制成鸡茸，抹于直径 4～5 厘米的椭圆形蛋皮上，中间撒上火腿、黄蛋糕粒；百合削尖去根清净掰瓣，逐瓣插在鸡茸上，中间摆一粒莲籽，按此制成 12 朵"莲花"，上笼蒸透，盛船形盘内，灌清汤，淋鸡油即成。

【温拌肘子】 甘肃菜。猪肘烧燎洗净皮面，焯水后换水，加草果、桂皮、花椒、姜片等煮熟；入油锅走油改刀（不要改透皮面）扣入碗内，放葱姜、料酒、花椒粉，灌原汤上笼蒸烂，稍晾配以黄瓜、木耳，调麻酱、芥茉、酱油、醋、芝麻油、姜末，撒上芫荽即成。

【清汆夹沙】 甘肃菜。瘦猪肉切粒调味，打入姜水制成馅，摊在蛋皮上，再用另一张蛋皮覆盖，切棱形块在沸水中汆熟，灌原汤配木耳、菠菜，调盐、酱油、味精，淋芝麻油即成。

【凉拌里脊】 甘肃菜。猪里脊肉切薄片，调味上蛋清浆，沸水汆熟；盘内垫黄瓜片，围木耳，调酱油、盐、醋、

芥茉、芝麻油即成。

【大炒里脊】 甘肃菜。选用猪里脊肉，改厚片，剞花刀，切条调味上全蛋浆；入温油锅滑散，配玉兰片、木耳、葱段，佐盐、酱油、味精炒制即成。

【醋烹猪肉】 甘肃菜。猪五花肋条肉，刮净皮面，焯水煮六成熟，切长条煸炒，配葱段、蒜片，调酱油、盐、花椒粉，烹醋即成。

【张掖大菜】 甘肃菜。五花肉洗净煮熟，捞出晾凉，改刀成长 6 厘米、宽 0.3 厘米的薄片，摆为木梳背形，放在大碗边；羊肝、肺治净剁碎成茸，加葱末、蒜末、面粉、肉汤，搅拌均匀，卷成 3 厘米的圆条，切成小段，炸熟，再改 0.6 厘米的薄片，摆入大碗中间，满后，将肉汤与调料调好浇在碗中，蒸 1 小时下笼扣入盘中；鸡蛋摊成片后切丝，摆在盘的两边；另以清汤勾芡，淋芝麻油，浇于盘内即成。

【捆子肉】 青海菜。海米铺在碗底；猪硬五花肉煮至半熟捞出，抹上蜂蜜，入油锅炸呈金黄色时捞出，再下汤锅煮软取出，先切成块，再改成三连刀。在连刀肉中间分别夹上黄花、玉兰片和木耳，用海带丝捆住装碗中，加肉汤、大料、葱、姜、酱油，上笼蒸烂取出，扣入盘中，再浇上调制好的芡汁即成。

【糖酥丸子】 也称“挂霜丸子”。山东菜。猪肥膘肉切丁，加鸡蛋黄、面粉拌匀，挤成丸子，入热油中炸成黄色。另用净勺，加少许水，放入白糖，烧沸后，用小火熬至白糖溶化但未变色时，放入丸子，迅速将丸子裹匀糖汁，并淋香蕉精，摆盘中即成。

【挂霜丸子】 即“糖酥丸子”。

【烤网油签】 山东菜。猪肉切丝，用姜丝、葱丝、酱油、鸡蛋清、湿淀粉等拌匀，放在切成方块的网油上，包成细长的“油签”，再用湿淀粉与鸡蛋清调糊封口，入烤箱中烤黄至熟取出，改刀装盘即成。

【五香肉干】 山东菜。猪元宝心瘦肉切片，用酱油抓匀，放热油中炸红，装碗中，加调味品蒸制。炒勺内加芝麻油、白糖炒红，带汤倒入肉片，另加酱油、料酒煨煳，至汁极浓，撒五香粉即成。

【双烤肉】 山东菜。带骨猪硬肋肉用铁筷子叉起，放旺火上将皮燎煳，再放热水中浸泡，刮去煳皮后，煮八成熟捞出，外抹湿粉糊，放烤盘中，入炉烤熟取出，将肉剁块摆盘中。用葱白、甜面酱、萝卜条佐食。

【糟蒸肉】 山东菜。带皮猪肉切片，用精盐浸腌，入油锅炸约 5 分钟捞出，皮朝下摆碗中，撒上葱丝、姜丝，加入清汤、香糟、酱油、精盐，入笼旺火蒸熟，取出扣盘中即成。

【元宝肉】 山东菜。猪肉切大片，用调料浸腌，过油，摆入碗内。鸡蛋煮熟剥皮，用油炸后，摆肉片上，加酱油、料酒，再撒上八角粉、姜，蒸熟，倒扣盘中即成。

【把子肉】 山东菜。带皮猪硬肋肉切长方块，每块中间捆一蒲菜皮，入沸水中略煮捞出。另起锅，加酱油、五香粉、葱段、姜块、冰糖等，把肉块放锅内，慢火炖至肉烂，捞出盛盘内，浇入煮肉原汤即成。

【坛子肉】 山东菜。猪五花肉切大方块，煮过捞出，放入瓷坛子内，加酱油、冰糖、肉桂、葱、姜、水（漫过猪肉为度），用荷叶或瓷盘子封住坛口，用小火煨炖至肉烂汤浓时即成。

【火爆燎肉】 山东菜。猪臀尖肉切大片，放碗内，加葱丝、姜丝、蒜片、酱油、料酒、芝麻油、甜面酱拌匀，浸渍 10 分钟。炒勺置旺火上，加花生油烧至十成热，使火苗沿勺边引燃勺内热油，油的火苗烧起时，迅速投入肉片，用手勺急速拨动，颠勺，炒燎约 1 分钟，盛盘内即成。可配大葱白、甜面酱佐食。

【琉璃肉】 山东菜。猪臀尖肥肉切条，用蛋清糊拌匀，放热油勺中炸至起酥捞出。另用炒勺加芝麻油，放白糖熬溶变黄色时，放入炸过的肉条，使糖汁沾肉上，倒大磁盘中，将肉条拨散，晾凉即成。因外皮光亮如琉璃，故名。

【熘黄菜】 山东菜。猪五花肉剁茸；荸荠、海米切末；然后，合一起加鸡蛋、料酒、清汤、精盐、湿淀粉等搅打均匀，放入五成热猪油中轻轻推炒，至熟，盛入汤盘中，撒上火腿末即成。

【鸡茸蛋】 江苏菜。江苏参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。仔鸡脯肉斩茸，加猪肥膘茸和精盐、料酒、鸡蛋清拌匀，再按比例加入发蛋清泡糊，成鸡茸蛋生料，用羹匙舀入油锅中炸成蛋形。另用鸡清汤、火腿丝、香菇丝、绿叶菜丝调味制成稀卤，将炸好的鸡茸蛋轻轻滑入即成。

【烤方】 江苏菜。长方形肋条肉一块，上叉入炉烘烤，至肉面水分干燥，皮呈黑釉色时离火，用湿布润皮，刮去皮面焦污，再烤，再刮皮，如此三次，至皮已很薄，肉已成熟时，复烤至肉皮发出“吱吱”响声，离火抽叉，再刮皮，改刀装盘即成。带甜面酱、花椒盐、葱白段上桌，用空心饽饽夹食。

【松子熏肉】 江苏菜。五花肋条肉用花椒、盐略腌，烤焦肉皮，泡软后，刮去焦污，加松子仁、酱油、料酒、冰糖、陈皮等调料，入砂锅焖透。再上熏锅以烟熏制，将煮过的松子仁铺在肉上。装盘时，将炒熟的豌豆苗衬在肉块两头即成。

【百花酒焖肉】 江苏菜。去骨猪肋条肉刮洗净，插上烤叉，皮朝下烤至皮色焦黑，入温水中浸软，刮去皮面焦污，洗净，四边修齐，切成小方块，剞刀纹，皮面朝上排放在垫有竹箅的砂锅中，加葱、姜、百花酒、绵白糖、精盐，烧沸，再加酱油，盖上盖，移微火上焖至酥烂，再移中火上收浓汤汁，拣去葱、姜，取出竹箅即成。

【虎皮梳子肉】 也称“走油肉”。江苏菜。猪五花肋条肉煮六成熟，抹上糖色，入油锅炸至皮面呈老黄色、起细泡时，放入冷水中浸至肉皮回软并呈虎皮色绉纹，冷却，切长方大片，皮面朝下扣碗中，加白糖、葱、姜、原

汁汤，上笼蒸烂取出，翻碗，围以煸过的绿叶菜即成。因肉块似梳子，故名。

【走油肉】 即“虎皮梳子肉”。

【樱桃肉】 江苏菜。制法有二：一是在肋条肉面上剞十字花刀，成小方块，加红曲水等调料，烧至成熟呈棕色即成。因其色、形均如樱花，故名。食时，盘边放数颗樱桃。一是肋条肉切成樱桃大小的丁，加红曲水等调味，烧至成熟，配鲜绿蚕豆米即成。

【乳腐肉】 江苏菜。猪五花肉切成约 75 克重的四方块，加红曲米、葱、姜、料酒等调料与卤鸭同烧后，盛盘中再以原卤汁急火烧成自来芡，浇在肉上即成。因色、汁、形酷似红乳腐，故名。

【酱汁肉】 江苏菜。猪肋条肉下汤锅内，配以猪蹄、爪，烧沸，下茴香等调料，面上覆盖瓷盘，续烧至八成熟，下冰糖收稠，离火出锅，将肉切成块，浇老卤上桌即成。（蹄、爪另用。余卤积存为老卤，续使用。）

【腐乳爆肉】 安徽菜。安徽参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。红腐乳用刀抹成泥，加料酒、白糖、湿淀粉和猪肉汤调匀；猪里脊肉片成片，加鸡蛋清拌匀，入油锅滑散捞出。锅内留油少许，下绿色蔬菜略煸炒后，加入调好的腐乳汁，见汤汁微沸浓稠时，下肉片翻炒均匀，淋熟猪油，起锅装盘即成。

【脆浆裹肉】 安徽菜。猪五花肉切长方薄块，用调料腌渍入味，沾面粉，裹匀脆浆糊，油炸 2 次呈金黄色时即成。上桌时改小块，配花椒盐、葱白段及甜面酱佐食。

【松子酥肉】 安徽菜。猪五花肉烤焦皮面，刮洗后片去 1/3 肉层，在肉面镶敷拌有松子仁的肉馅，恢复到原来的厚度，入笼蒸至馅肉凝结，抹上酱油，炸呈金黄色时，再加调料烧炖入味，冷却改刀，按扇形装盘，回笼蒸烂，用卤汁勾薄芡浇上即成。

【晾干肉】 安徽菜。猪瘦肉切成薄片，用硝水、酱油腌渍后晾干。入油锅炸至外层起壳捞出，再加白糖、鸡汤等调味品烧至汤干，淋芝麻油，烹醋即成。

【干菜焖肉】 浙江菜。猪五花肉切方块，入水中汆去血污；干菜切长条。炒锅放清水，加酱油，先下肉块用旺火煮制，次放糖和干菜续煮，收干汁起锅。部分干菜放扣碗垫底，肉块皮朝下放扣碗中间，上面再覆盖部分干菜，烹入料酒，上笼蒸至酥烂，复扣入盘中即成。

【绍式小扣】 浙江菜。猪五花带皮肉切长方块，入沸水中煮至八成熟捞出，置盛有酱油的钵内略浸，再入油锅中爆制，放碗中，加冰糖、料酒、花椒、黄花菜等调料，上笼蒸至酥烂取出，翻扣入盘中即成。

【南肉春笋】 浙江菜。薄皮熟猪五花咸肉切小长块，与嫩春笋块入沸汤中，烹入料酒，移小火上焖煮至肉酥笋熟，再镶绿叶菜即成。

【糟扣肉】 浙江菜。猪五花肉煮熟后，加葱、姜、料酒焖至七成熟。晾后改刀成梳块，皮朝下扣入碗内。香糟用焖肉原汁调匀，铺在碗上面。上笼蒸烂取出，倒扣盘中即成。

【东坡肉】 浙江菜。浙江参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。五花肉治净，切成方块，放入大砂锅内的竹箅上，以料酒代替水，加糖、酱油、葱结，封闭后置大火上烧开，改微火焖 2 小时至八成酥时，倒入特制的小罐中，上笼再蒸 30 分钟至酥透时即成。

【红酥肉】 江西菜。江西参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。五花肉治净，在离皮 2 厘米处片下肥瘦肉，斩成茸，加鸡蛋、白糖、酱油、精盐等料搅成糊状。肉皮放墩上，在肥膘肉面剞上荔枝花刀，用精盐、料酒、葱、姜、水腌后，在肥膘肉一面撒上一层干生粉，把搅好的肉茸刮在肥膘肉上，切成骨牌块，入油锅中炸呈金黄色时捞出。用葱段、姜块爆锅，下红酥肉、酱油、鲜汤等烧沸，移小火加盖焖至肉皮酥烂，汤汁稠浓时，下味精合转，拣去葱、姜，起锅装入圆盘一边。绿菜叶炒后，装入圆盘的另一小边。再在菜中摆上用蔬果制成的花朵即成。

【家乡肉】 江西菜。猪瘦肉切薄片，配以豆豉、干椒等，加调味品煸炒即成。

【勺子肉】 江西菜。猪硬肋五花肉切成薄片，配以干红椒、蒜白等调料煸炒即成。因成菜后形如小勺，故名。

【莲皮菊花心】 江西菜。取猪后腿二弯煮熟，剔去骨，切成月牙形片，配以冬笋片等料煸炒即成。

【香质扣肉】 江西菜。带皮猪五花肉切成长方块，入沸水锅稍煮捞出，用甜面酱、酒酿、白糖、味精、酱油抓拌和匀，肉皮朝下摆入碗内，上笼蒸至熟烂取出，覆扣盘中即成。

【志士肉】 江西菜。猪五花肉煮熟，切成骨牌片，配以干红椒、甜豆豉、蒜籽煸炒后，再加调味品稍焖即成。

【金钱肉】 ①福建菜。鲜猪瘦肉切成银圆大小的圆片，每片再片相连的两半，成荷叶片，再把猪肥膘肉切成比之略小略薄的圆片，两者一并用酱油、白糖、五香粉、料酒等抓匀腌渍后，把肥膘肉逐片夹进瘦肉片中，滚匀干淀粉，入油锅炸制而成。②贵州菜。猪瘦肉去筋，切圆片，用调料腌入味；肥膘肉煮熟去皮，切与瘦肉相同的圆片。肥肉圆片抹上薄芡，取瘦肉一片互相重叠起来，若干叠用竹签连贯成串，入油锅炸至外焦里嫩时，抽去竹签入盘中，扒散即成。蘸椒盐佐食。因形似金钱，故名。

【酸甜竹节肉】 福建菜。鲜猪腿肉切粗丝，与冬笋、胡萝卜、大蒜、糖冬瓜、香菇丝及蛋液、白糖、料酒、精盐、味精、炒酥白芝麻等料拌成馅，用豆腐皮卷成长卷，每卷切为三段成“竹节肉”。下油锅炸酥后，再加荸荠、番茄块、葱段、骨汤、醋、白糖续烧，用湿淀粉勾芡即成。

【酱豆腐五花肉】 台湾菜。五花肉加水煮后切块，红豆腐乳加肉汁调开，炒锅热油爆香葱段、姜片、蒜，放入肉块、盐、酱油、肉汁、腐乳汁，小火焖煮至烂，起锅前加冰糖、味精即成。

【烧臆子】 河南菜。猪胸叉肉修裁整齐，用叉叉住，放在木炭火上将皮烤煳，刮出鬃眼，肉上扎上气眼，皮面刷上芝麻油，里面瘦肉刷上调料汁。复上火烤熟，去骨，切成片，装盘即成。食时佐葱段和甜面酱。

【亮干肉】 湖北菜。猪后臀肉切作片块，用盐渍后，煮 30 分钟，再加白糖、酱油、酱瓜片、酱姜片和桂花熬烹，至可以牵丝时，淋油，起锅装盘即成。

【夹干肉】 湖北菜。猪五花肉洗净，入锅白煮 30 分钟取出，切成长片，用盐、酱等调料拌匀，然后将肉片与干子片依次夹叠，码入扣碗，入笼蒸 30 分钟取出，翻扣入汤盘，勾芡即成。

【鸡皮肉】 湖北菜。用猪的瘦肉片包裹鳜鱼茸糊，制成半夹馅半露馅的扁平肉块，先入油锅汆炸，后入笼略蒸，再浇上用鸡汤、菠菜和调料勾成的芡汁即成。

【江陵千张肉】 湖北菜。五花猪肉治净，在砂锅中用水白煮 30 分钟捞出。用红糖炒制的金酱涂匀猪皮，下锅略炸后，切成极薄的长片，码入扣碗，加豆豉、腐乳汁等调料，用大火蒸 4 小时取出，翻扣汤盘中，撒上葱花即成。

【莲藕粉蒸肉】 湖北菜。五花肉切长条，加精盐、酱油、红腐乳卤、姜末、料酒、白糖腌渍 5 分钟。再用炒熟的五香大米碎粉拌匀，码入扣碗底部，上盖调过味的藕条，入笼蒸 1 小时取出，翻扣入盘，撒胡椒粉即成。

【螺丝五花肉】 湖北菜。五花猪肉入水汆后，加酱油煮 5 分钟取出再入油锅汆炸，晾凉，切作寸方小块，再顺着肉块的横断面片切成螺丝形，码入扣碗，加白糖、酱油、红腐乳汁等调料上笼，蒸 2 小时取出，扣入火腰盘一侧，撒上胡椒粉和葱花，另一侧用焯过的菜心摆作凤凰图案即成。

【襄阳夹沙肉】 湖北菜。猪后臀肥膘肉入沸水中略汆，切成长片。两张肉片之间夹一层用猪油、白糖炒好的赤豆沙，制成肉块，随即用油蛋泡糊上浆，下油锅汆炸 3 分钟捞起装盘中，撒白糖和蜜渍青红瓜丝即成。

【应山滑肉】 湖北菜。去皮的猪奶脯肉切作方块，浸漂 10 分钟，取出沥干。用精盐、淀粉稍拌，以蛋液上浆，下锅汆炸捞起，码碗内，入笼蒸 1 小时取出，扣入汤盆内，浇以肉汤和酱油烧成的卤汁，撒胡椒粉、姜末、葱花即成。

【松枝肉】 湖北菜。猪肥膘肉切作厚片，剞成松枝花形，入沸水中略汆，使刀花张开，再用凉水浸透，沥干，挂上蛋粉糊，入油锅炸至肉块金黄，再熬糖拔丝，撒红绿瓜丝，装盘即成。

【雪花甜肉】 湖北菜。猪肥膘肉在沸水中略汆，切成薄片，逐一粘匀蛋泡糊，入油锅炸至呈雪花状时，捞出装盘，撒上白糖即成。

【芥末肉】 湖南菜。猪后腿肉去皮治净，入锅煮熟后取出切片，将瘦肉一面朝下，放入碗中。鲜豆角在沸水中炸熟，切 3 厘米的段，用芝麻油、精盐拌匀，放在薄肉上面，再翻扣在大瓷盘中。小碗内放蒜泥、芥末粉、味精、芝麻油、香醋、姜末等，一起调匀，淋在薄肉片上即成。

【走油豆豉扣肉】 湖南菜。五花肉治净，修成方形，入锅煮半熟，捞出，肉皮上抹料酒，入锅炸至呈红色时，切片，扣入碗中，加放浏阳豆豉等调料，经蒸制即成。

【片皮乳猪】 广东菜。净重约 5000 克的小猪，宰杀治净，用五香盐涂匀内腔，晾干，再以豆酱、腐乳、芝麻酱、汾酒、蒜、白糖等调料拌匀涂一遍，腌片刻，用铁叉从两腿插入，经扇骨至腮部，洗净皮上油污，淋沸水，涂糖醋；先烤内腔至五成熟，取小木条撑开内腔，扎牢前后腿，使成卧伏状，再烤外皮至熟即成。上席时将皮片作块，用千层饼、酸甜菜、葱球、甜酱和白糖佐食。

【糖醋咕噜肉】 广东菜。半肥半瘦的猪肉切成小块，用精盐、汾酒拌腌片刻，再拌蛋浆，沾干淀粉，炸至半熟；然后与炸笋块一起再炸至熟透，倒入以蒜、辣椒、葱、糖、醋、湿淀粉调成的稀汁炒匀即成。

【香芋扣肉】 广东菜。广西荔浦县芋头，去皮，切长方形小块，入油锅炸熟捞出。五花肉煮至七成软烂，涂深色酱油，入油锅炸至呈大红色时，用清水漂去油腻，切成与芋块一样的小块，用蒜泥、红腐乳、精盐、八角粉、白糖、酱油拌匀；取芋块与肉块相夹，拼砌于大碗中，蒸 1 小时，覆扣于盘内。原汁加二汤、油味料，用湿淀粉调成稀芡，浇在盘上即成。

【甜绉纱肉】 广东菜。五花肉煮至软烂，扎小孔，涂酱油，入油锅炸至金黄色时，切成长方形块，入沸水中煮后，再用清水冲漂。如此反复数次，去净油腻，然后放入有竹笋子垫底的砂锅里，下沸水、糖，加盖焖 30 分钟，取出排放在碗里；烧锅下芋泥、白糖、熟猪油，炒至白糖溶解取出，加在肉面上，然后覆扣于餐盘，用糖水、湿淀粉调匀，勾芡，浇盘上即成。

【果汁肉脯】 广东菜。猪瘦肉切成厚片，捶松，用精盐、姜片、葱段、玫瑰露酒、小苏打及清水适量拌匀，腌制片刻，再拌以鸡蛋液，涂干淀粉，入锅煎至两边金黄，加油过面浸炸片刻，去油，加果汁、芝麻油、花生油炒匀，装盘上，以炸虾片围边即成。按此法烹制鸡脯、鸭脯、鹅脯即成果汁煎鸡脯、果汁煎鸭脯或果汁煎鹅脯等。

【蜜汁叉烧】 广东菜。猪后臀和前胛肉去皮，切条状，用白糖、精盐、浅色酱油、深色酱油、豆酱、汾酒拌成的调料拌匀，腌 1 小时；用铁针横串成排状，烤熟取出，晾凉上糖浆再烤片刻即成。

【野鸡卷】 广东菜。猪肥肉切成薄片，用汾酒拌匀，腌片刻，沾上用鸡蛋清加淀粉拌成的蛋浆；猪瘦肉也切成薄片，用精盐、味精、白糖、酱油、汾酒拌匀，腌片刻；肥肉在下，瘦肉在上，置火腿丝一条于边，然后包卷成长条状，用蛋浆粘口，蒸熟，晾凉，切棋子形，再入油锅炸呈金黄色时即成。以嗮汁、淮盐佐食。

【挂绿爽肉果】 广西菜。广西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。猪里脊肉除去筋络，用清水洗净血污，剁成细茸，加冻汤和调料拌成胶状，挤成丸子，入汤锅汆熟捞出，每个丸子中间穿入一条灼熟的嫩菜心，再入油锅滑油。炒锅内留底油，下葱白、姜片炒香，放进丸子，烹料酒和芡汁拌匀，再淋明油拌匀，盛入盘内，用红萝卜等雕刻点缀即成。

【荔芋扣肉】 广西菜。用五花猪肉，荔浦县特产槟榔芋头，辅以腐乳、香料、糖、料酒等，经炖、炸、扣等工序制作即成。

【一品酥方】 四川菜。正方"硬边"带骨保肋猪肉一块，经修方、刺眼、上叉、燎方、刮焦，再入温水中清洗，搌干水分，用盐、姜、葱、花椒、料酒涂抹肉皮，再经吊膛、滚叉、烤酥等工序制成。装盘前，将酥皮改刀成块，盛于大长盘内。食时配以双麻酥、葱酱碟。

【龙眼甜烧白】 四川菜。猪保肋肉煮熟，晾凉，切长条形片，每片卷入洗沙成卷筒状。将有肉皮的一面向下定碗。糯米蒸熟，拌红糖，盖于卷上，上笼蒸烂取出，翻扣于盘中，镶上蜜樱桃，周围撒上白糖即成。因造型似龙眼，故名。

【回锅肉】 四川菜。猪带皮坐臀肉，煮至断生取出，切长方形片，入锅炒至卷缩，烹入料酒，下盐炒转，又下豆瓣、甜酱炒至肉片上色，加酱油、白糖炒匀，再放入切成马耳形的蒜苗节，炒至断生，起锅装盘即成。

【旱蒸回锅肉】 四川菜。猪二刀腿肉治净，出水，改成长片，入盘，放调料拌匀，上笼蒸，至七成熟时取出晾凉，横切成长方形片，入锅炒，至卷曲时下调料、蒜苗节，合炒至蒜苗断生时起锅，盛圆盘内即成。

【盐煎肉】 四川菜。猪去皮腿夹肉，切成长方形片，入锅加盐炒，至肉吐油时，依次下豆豉、郫县豆瓣、甜面酱，炒至肉皮上色，放白糖、蒜苗，炒至蒜苗断生时起锅，装盘即成。

【蒜泥白肉】 四川菜。连皮猪腿肉治净，入沸水煮熟捞出，乘热片成薄片，置圆盘内，淋上复制红酱油、红油、蒜茸即成。

【鱼香肉丝】 四川菜。猪瘦肉切二粗丝，用盐、湿淀粉拌匀，入炒锅炒至散籽发白，下泡红辣椒(剁细)煸出红色，加姜、蒜米炒出香味，烹入以酱油、醋、白糖、湿淀粉、鲜汤对成的滋汁，下葱花迅速簸转，起锅装盘即成。

【榨菜肉丝】 四川菜。榨菜洗净，切细丝；猪瘦肉切二粗丝，码味，码芡。肉丝入锅炒散籽，下榨菜丝炒转，烹汁起锅，盛圆盘内即成。

【合川肉片】 四川菜。猪去皮腿尖肉切长方形片，与盐、料酒、蛋豆粉拌匀。将肉片逐一入锅，以少许油煎烙，至两面呈茶黄色时，拨于锅边。锅中留油适量，下姜片、蒜片、玉兰片、木耳、马耳葱炒后，将肉片推至锅中部，烹入以酱油、白糖、醋、湿淀粉、肉汤对成的滋汁，起锅装盘即成。因此菜源于四川合川县，故名。

【江津肉片】 四川菜。猪去皮腿尖肉切长片，用盐、料酒、蛋豆粉拌匀，将肉片抖散入温油锅炸至呈浅黄色时捞出，待油温升高后，复入油锅炸酥捞出。锅内留油适量，入泡红辣椒煸出色，下姜米、蒜米煸出香味，烹入用酱油、白糖、醋、湿淀粉、鲜汤对成的滋汁，下木耳、葱颗、肉片簸转起锅，装盘即成。因此菜源于四川江津地区，故名。

【连锅汤】 四川菜。猪二刀腿肉治净，入锅煮后，切片；白萝卜去皮，改骨牌片。炒锅内放猪油，下姜、葱、花椒炒出香味，再下萝卜稍炒，加鲜汤、肉片及调料，煮至萝卜烂时，拣去姜、葱、花椒，起锅装入二汤碗，配芝麻油、豆瓣碟即成。

【碎骨肉】 四川菜。猪去皮后腿尖肉切小指甲片，码味，码湿淀粉，入锅用温油炒散拨在锅边。将姜片、蒜片、泡辣椒、豆瓣下锅煸出香味时，放肉烹炒，加玉兰片、木耳、葱颗，烹入鱼香味滋汁起锅，盛入条盘内即成。

【龙眼咸烧白】 四川菜。猪五花肉煮熟，切成长方形片；泡辣椒切节；芽菜切细；每片肉裹泡辣椒一节、豆豉2～3粒，皮向下，定碗，上放拌好的芽菜，上笼蒸至肉烂，出笼翻扣于圆盘内即成。

【烧白】 也称"扣肉"、"咸烧白"。四川菜。猪带皮五花肉，稍煮，走油，切成长方形片，在碗内摆作"一封书"状，上装芽菜节、豆豉、泡辣椒节等，上笼蒸熟至烂，出笼翻扣于圆盘内即成。此菜为四川传统的"三蒸九扣"菜式之一。

【扣肉】 即"烧白"。

【咸烧白】 即"烧白"。

【锅巴肉片】 四川菜。猪瘦肉切薄片，码芡，入锅炒散籽，下姜片、蒜片及玉兰片、泡辣椒、木耳合炒，再掺鲜汤，烹入用盐、白糖、味精、胡椒粉、醋及湿淀粉对成的滋汁，推转起锅备用。另选厚薄均匀、已干透的大米锅巴，掰成方块，入油锅炸酥，至呈金黄色时捞出，置大窝盘内。上桌时，将肉片等料连汤汁一起倒进盛有锅巴的窝盘中即成。

【盐酸菜蒸肉】 贵州菜。五花肉治净，入沸水锅煮熟取出，乘热抹甜酒水于皮上，入油锅炸至呈红色时，取出，切长方形梳子块，叠扣碗底，上盖贵州独山县特产的盐酸菜，入笼蒸至肉烂即成。(盐酸菜，系以青菜为原料，加甜酒酿、辣椒粉、盐、大蒜苗等腌制而成。)

【小米鲊肉】 贵州菜。猪五花肉煮后，切成梳子块。小米淘净，加茴香、花椒、盐、酱油、红糖、料酒等连肉和入拌匀，入笼蒸至肉烂即成。

【肉丝龙爪】 贵州菜。猪瘦肉切二粗丝；摘取蕨菜的顶端似花样蕾穗，两料加调味品入锅烹炒即成。

【肉片黄丝菌】 贵州菜。猪瘦肉片码匀盐芡，入油锅炒散，放入鲜红椒丝、干姜片、大蒜片，随倒入黄丝菌合炒，加调料及少许汤，煮熟出锅即成。

【拆耳根炒肉丝】 贵州菜。拆耳根嫩尖洗净。猪肉切二粗丝，用芡粉码过。干辣椒去籽切节。炒锅内放油烧热，下辣椒炸后，入肉丝炒散，又下拆耳根炒转，烹入用糖、酱油、姜、蒜苗、芡粉对成的滋汁，翻锅装盘即成。

【罐罐红烧肉】 云南菜。将五花三线肉切条，炸至八成熟，放入糖色锅内，下调料炒出味，加少量上汤，装入瓦罐，蒸烂，扣入盘内即成。

【风干肉】 云南菜。猪里脊肉或腿肉，剔净筋，切大薄片，铺簸箕背上风干。炒锅放猪油烧热，下入肉片用文火慢炸后捞出。锅内放以白糖、醋、甜酱油、湿淀粉对成的汁水，再将肉片倒入搅匀，令肉片上裹汁均匀，起锅装盘即成。

【口袋肉】 云南菜。猪肥膘肉入沸水汆后，切块，再煮至软烂取出，入蜂蜜汁水中浸泡后再捞出。炒锅放油烧热，将肉块炸至呈金黄色时取出，复入原汤锅内，加八角煮。装盘时，先放煮熟的青菜头，再装煮成形似口袋状的肉块即成。配酱油、盐、醋、辣椒油、花椒油调制的味碟佐食。

【番茄腰柳】 北京菜。猪里脊肉切块，用料酒、精盐等腌入味，入油锅炸熟捞出，切片，码于盘中。另将炒过的番茄汁浇于肉片上即成。

【蒲棒里脊菊花肉】 山西菜。猪外脊肉切成菊花形，加料酒、精盐、味精、葱姜汁腌制；猪里脊肉剁成茸，加鸡蛋清、葱姜汁、味精、胡椒面、料酒、精盐搅匀；用冰糕棍逐个裹茸，成蒲棒形，上笼蒸熟取出，沾面粉，挂蛋液，再沾面包渣，以热油炸成金黄色。菊花肉沾面粉，也炸成金黄色，置鱼盘中间；菠菜杆套在蒲棒的另一头似茎，摆菊花肉两边。炒勺加油置火上，放入葱末、姜末、西红柿酱煸炒，加糖、盐、清汤，沸后，浇在菊花肉上；另将细粉丝炸成白菊花形，摆在菊花肉上即成。

【豌豆苗里脊丝】 山西菜。猪外脊肉切成丝，加鸡蛋清、淀粉拌匀，放入热油中滑熟，倒漏勺中。炒勺内留油，下葱丝、姜丝、豌豆苗略炒，加料酒、酱油、盐、味精、高汤，沸后，倒入肉丝拌匀，淋芝麻油即成。

【糖醋两样】 山西菜。猪里脊肉、鸡肉两面均剞花刀，再改成骨牌片，加精盐、味精、白酱油腌制。猪里脊片挂全蛋糊，鸡肉挂蛋清糊，再分别下油锅炸透捞出。葱末、姜末、白糖、醋、肉汤、湿淀粉等制成糖醋汁，倒入"两样"翻炒均匀即成。

【三鲜里脊卷】 山西菜。猪里脊切成片；猪肉、海参、清水笋、海米均切成丁，入炒锅，加葱、姜、料酒、芝麻油、味精、盐、酱油炒成馅，用湿淀粉勾芡，出锅。冷却后，包入里脊肉片内，卷成卷，拍以面粉，拖上蛋糊，再滚上面包渣，入油锅炸呈黄色时，出锅装盘即成。

【葱烧里脊】 吉林菜。猪里脊肉切薄片，用精盐、料酒等腌入味，再用鸡蛋、淀粉上浆，入油锅滑熟捞出。勺内加底油，下葱段和海米煸出香味，放入滑熟的肉片煸炒，然后倒入以鸡汤、酱油、料酒、白糖、味精、芝麻油等对成的清汁熘制即成。

【荷包里脊】 吉林菜。剁碎的里脊肉加调料拌匀；海参丁、虾肉丁、熟鸡丁加调料拌匀，包在剁碎的里脊肉中，成圆形，沾面包渣，作成荷包形，按上三色蛋皮条作穗；荷包上抹上蛋清糊，撒上火腿末，贴上芫荽叶，入油锅炸透即成。

【焦熘肉段】 吉林菜。猪里脊肉切成段，用料酒、精盐腌渍，再用水粉糊浆好，入油锅炸透捞出。随即将对好的汁卤炒熟，再下炸好的肉段颠炒，使汁卤挂满肉段即成。

【滑熘里脊】 黑龙江菜。猪里脊肉切片，用鸡蛋清、淀粉上浆，入油锅滑散至熟。锅内留底油，炝锅后倒入里脊片，加冬笋片、鲜豌豆翻个，倒入以鸡汤、精盐、料酒、味精、湿淀粉等对成的白汁熘制即成。

【蛋白里脊】 黑龙江菜。里脊和肥膘按 8∶2 的比例合剁成细茸，加鲜汤、蛋清、精盐、味素、葱、姜丝等调成糊状，放入开水锅中用小火汆成圆片，放入冷水中过凉，捞出，码入盘中，葱、姜炝锅添鲜汤，加精盐、味精等调好味，捞出葱、姜，放入码好的脊片烧透，用淀粉勾芡。大翻锅，淋芝麻油出锅即成。

【焦熘里脊】 山东菜。猪里脊切片，加精盐、鸡蛋清、湿淀粉，抓匀，用热油炸至呈深黄色时捞出；另起勺炸葱、姜、蒜末至出香味，烹醋，加清酱汁勾芡，倒入里脊片，颠翻，使芡汁裹匀里脊片上即成。

【酥糊里脊】 安徽菜。猪里脊肉拍松切片，用调味品腌渍片刻，然后滚上面粉挂酥糊炸，呈浅黄色时捞出，复炸呈金黄色时捞起装盘，配花椒盐佐食。(注：酥糊是用鸡蛋清，湿淀粉和芝麻油调拌而成。)

【螺蛳肉】 安徽菜。猪里脊肉切成筷子长粗丝，用蛋清浆拌。以 12 只香菇作底托，上放鱼馅圆子，将肉丝自下往上贴鱼馅盘绕成螺蛳状，配青豆、白果、蛋黄糕，入油锅滑熘而成。

【竹节肉】 安徽菜。猪里脊肉和肥膘肉均切大薄片，经排砸后，加调料腌渍，再将两片合在一起，放入同样长的火腿、青葱丝，卷成筒，沾面粉、蛋液，滚匀面包屑，入油锅炸成金黄色，切厚片装盘即成。上桌时以辣酱油或番茄酱佐食。

【绿岛百花脯】 福建菜。猪里脊肉切片，用料酒、白糖、精盐、味精腌渍后，将冬笋、荸荠、虾肉、蚌黄、葱末、蛋清、干淀粉、精盐、味精等料拌成的馅包成圆筒状，竖放入盘，面上分别装点胡萝卜花、香菇，上笼屉蒸熟取出，浇上薄芡即成。

【清汤里脊】 陕西菜。猪里脊肉切成片，用沙布包住压细的干淀粉，在肉片两边边抖、边捶、边擀，擀至肉片薄如纸时，切成四方片，入沸水中一汆，捞出；烧沸汤锅内的鸡清汤，下里脊片、玉兰片、葱段、精盐、料酒，加味精，盛大汤碗中，放上核桃仁片、紫菜、芫荽段即成。

【彩云里脊片】 陕西菜。猪里脊片成菱形片，用鸡蛋

清、淀粉上浆，入油锅滑油；另起炒锅，放入木耳、玉兰片、蛋黄糕、菠菜叶，加精盐、料酒，稍加煸炒，倒入用湿淀粉、肉汤、味精调成的芡汁后，放入里脊片搅炒均匀即成。

【花月里脊丝】 青海菜。青海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。里脊肉切丝，入清水中浸泡一会，捞出挤干，用蛋清、粉面、盐、味精拌匀，入油锅滑过；蛋清打成蛋泡糊，加干粉面搅匀；盘内先放一张蛋皮，将蛋糊抹在中间，成立体圆月形，再在蛋糊的外面用芫荽、蛋皮、火腿摆成图案，上笼蒸熟取出。另用葱、姜炝锅，放番茄酱略炒，加里脊丝，再下盐、白糖和少量汤汁翻炒，淋明油，倒入盘中即成。

【蜂尔里脊】 青海菜。青海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。里脊肉剁成米粒状，与切成米粒状的木耳、蘑菇、海参加调料拌匀，挤成丸子；蛋清打成高丽糊，加干粉面、精粉搅匀。丸子滚上糊，入油锅炸至呈淡黄色时捞出。用葱、蒜炝锅，倒入用高汤、糖、盐、酱油、醋、粉面、味精对成的芡汁，再放入炸好的里脊丸子颠翻几下，淋芝麻油，出锅装盘即成。

【酸辣里脊】 青海菜。里脊肉切成块，加盐、湿淀粉挂厚糊，散开，入油锅炸至外焦里嫩时捞出。用干辣椒、葱、姜、蒜炝锅，烹入醋，倒入对好的汁，加少许木耳、玉兰片，再倒入里脊块颠翻几下盛盘中即成。

【软煸里脊】 新疆菜。新疆参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。猪(羊)里脊肉切厚片，两面直剞花刀，再改成条，漂去血水，挤干，加鸡蛋清、精盐、料酒、湿淀粉拌匀，入油锅过油后捞出。将泡辣椒末、葱花、蒜末、姜末入勺煸出香味，加玉兰片、蘑菇片稍炒倒入用精盐、糖、醋、酱油、味精、湿淀粉调成的水汁，烹熟，再倒入里脊条颠翻几下出勺即成。

【红油金钱里脊】 云南菜。猪脊肉切圆块，经腌渍后挂糊、扑粉，入油锅炸透取出，用竹针串起，连同串好的冬菇串、黄瓜串、辣椒串混拢，一起放入沸水锅中汆后，取出去竹针，入盘，浇上热芡，淋上辣椒油即成。

【糊肘】 北京菜。猪肘子经火燎后，洗刷去糊皮，入清水中，加葱、姜、大料等煮熟捞出，切成薄片，蘸以酱油、蒜茸、韭菜花、酱豆腐汁和辣椒油等调料佐食。

【凉冻绿豆肘】 北京菜。猪肘肉治净，与绿豆同煮一锅，待肉、豆熟时，取出肘肉置小钵内；原汤滤去绿豆，浇于盛肘肉的碗内，上屉蒸烂取出。冷却后，放冰箱中使绿豆汁凝成冻取出，切成薄片，码于盘内即成。

【扒肘子】 天津菜。将重约1500克的猪肘刮净小毛，在肉上剞十字刀，然后把肘子下锅，添开水淹过肘子，加酱油、料酒、糖色，下葱、姜、大料瓣，沸后，撇去血沫，用微火炖至六、七成熟，将肘子捞入大碗，加盐，原汁浇碗内，上屉蒸烂。出屉，把肘子合入大平盘。汤滗入勺内，上火，加糖，勾芡，打浮油，浇在肘子上即成。

【枫泾丁蹄】 上海菜。选重约600克的带皮后蹄膀，用连续使用的老卤焖煮，火候采用三大三小，以小火为主；酥后拆骨，扣入碗中，冷后成形。冷食、热吃均宜。

【封膀】 也称“封胖”。上海菜。猪后蹄膀煮至断生，去骨；风干鲤鱼切块，用料酒等浸渍。先放鱼块，再放猪后膀排扣大碗中，加调味品葱、姜等，用旺火蒸；再拣去葱、姜加进笋块，用小火蒸至酥软熟透。食时覆扣在大汤碗中，浇入调味的清鸡汤即成。

【封胖】 即“封膀”。

【走油蹄膀】 上海菜。猪后蹄膀治净，从内侧顺长剖开，再在大骨两侧各划一刀，入汤锅里煮至皮层半熟时，放入热油锅中，炸至皮层发脆起孔，立即取出，浸入凉水中，直到肉皮起皱纹。然后放入大碗(皮朝下)内，加酱油、白糖，上笼用大火蒸至酥烂。将青菜心煸炒后，加汤与调味料烧沸。装盘时，先把菜心排列盘边一周作底，再放蹄膀于面上(皮朝上)，淋以勾芡的卤汁即成。

【走油拆炖】 上海菜。猪后蹄膀顺长剖开，用微火煮半熟，放入油锅中炸至肉皮起孔发脆并呈老黄色时，浸入冷水，使肉皮起绉。拆除大骨，肉面上剞几刀，用酱油、糖等调味，上笼蒸至酥烂入味，扣在盘中煸过的青菜边；余汁调好口味，旺火烧开，勾芡，加明油浇于蹄膀上即成。

【大白蹄】 上海菜。猪后蹄膀治净，入沸水煮至八成熟后捞出，待凉后顺长剖开。取大扣碗一只，将水发香菇放碗底，再放熟笋片，蹄膀放上面，加料酒、精盐、葱结和煮蹄膀的原汤，上笼蒸至蹄膀酥烂出笼，拣去葱结。取汤盆一只，放味精，将蹄膀翻扣其中，浇入原汁，淋熟猪油即成。以虾籽酱油佐食，味更美。

【珍珠肘子】 山西菜。猪肘治净，用沸水焯透，再放入加调料的汤锅里煮至八成熟取出，抽去骨头；将肘肉皮朝下铺碗内，加葱段、姜片、大料、酱油、白糖、鸡汤，上屉蒸烂取出，倒扣于盘中；原汁勾芡，浇在肘子上。再将蒸烂的莲籽摆在肘子周围，浇白汁于莲籽上即成。

【珍珠梅花肘子】 山西菜。肘子皮面治净，用水泡透，上笼蒸七成熟取出，表面抹匀糖色，入油中炸至表面起泡时捞出，装碗中，加佐料蒸烂，扣入盘中。锅内放清水、白糖、蜂蜜熬成糖汁，勾芡，淋在肘子上。将黄瓜皮、樱桃制成梅花形，配莲籽围在盘边即成。

【水晶肘子】 吉林菜。猪肘治净，用沸汤煮烂，剔去骨棒，与肉皮一起加葱段、姜块、料酒和适量汤上笼蒸烂，取出拣去葱、姜、肉皮，撇去浮油，放入味精和少许精盐，冷却后切成小块即成。

【红焖肘子】 黑龙江菜。肘子肉入沸水锅煮至八成熟捞出，去骨，切成方格块(皮连肉断)，皮面抹以糖色，放入炝过的勺内，加酱油、料酒、白糖、葱、味精等，焖至酥烂后，皮朝上装盘中。余汁炒浓，浇在上面即成。

【鱼香肘子】 黑龙江菜。猪肘子治净，煮熟剔去骨头，用高温油炸后放锅内，加葱、姜块和酥鱼提出的汤汁，并加调料烧沸，之后转小火烧至肘子酥烂时装盘即

成。

【缠花云梦肉】 陕西菜。猪前肘子治净，用刀将肉厚的地方拉开(连而不断)，然后将硝水、盐、花椒撒在肘子上，用力反复揉搓，放入缸内腌制，至肉发红时取出；用清水将腌好的肘子洗净，皮刮白，拔净毛，卷成圆筒状，用布包紧成圆形，再用绳子捆紧，入沸水汆后捞出，再投入卤汤中煮 2 小时左右，次日解绳去布即成。

【芥末肘子】 陕西菜。猪后肘肉入汤锅煮八成熟后捞出，切成皮连不断的象眼形刀纹，皮朝下装入蒸碗，加姜块、精盐、酒、葱上笼蒸熟，放上用开水焯过的莲菜块，浇入用芝麻油、精盐、酱油、醋调成的调味汁，把肘子翻扣在汤盘里，再浇上芥末糊、芝麻酱即成。

【带把肘子】 陕西菜。猪前肘用刀剖开，剔去腿骨两边的肉，底部骨与肉相连，将两节腿骨由中间用刀背砸断，入汤锅煮后捞出，涂上红酱油，再将肘把贴住盆边窝着装盆内，使之呈圆形，撒上精盐、甜面酱、葱、红豆腐乳、红酱油、白酱油等调料，上笼蒸熟取出，扣入盘中即成。

【绉纱肉】 也称“虎皮肘子”。山东菜。用铁筷子叉起猪肘肉，在旺火上将皮燎煳，再放热水内浸泡，刮净煳皮，煮半熟捞出，再抹糖色，经油炸后，装大碗内，加调味蒸烂，扣出；原汤加白糖、姜末、酱油等熗后，随之浇肉上即成。

【虎皮肘子】 即“绉纱肉”。

【罐儿蹄】 山东菜。猪蹄治净，放入坛子内，加酱油、冰糖、肉桂、八角、葱、姜及水(漫过猪蹄为度)。在坛子底部糊一层耐火土泥，放旺火上烧沸，坛口盖上盘子，改用小火煨炖数小时，至烂即成。

【锅烧肘子】 山东菜。将猪前肘肉煮透取出，切大片状，皮朝下装砂锅中，加酱油、葱、姜、料酒，蒸约 1 小时取出，用湿粉糊挂匀肘子，推入热油中炸透捞出，切块，装马鞍形盘中，上撒花椒粉即成。配大葱、甜面酱佐食。

【水晶肴蹄】 也称“肴肉”。江苏菜。猪前蹄用刀平剖去骨，皮朝下平放板上，用铁扦在瘦肉上戳小孔，洒硝水，擦盐，入缸中腌透，入冷水中浸泡去涩味，刮去皮上污物，同香料一起入锅，加清水、盐、明矾，烧沸，撇去浮沫，待猪蹄煮至九成烂取出，入平盆内。以煮蹄原汤浇入平盆淹满蹄肉，冲去浮沫，置阴凉处冷却凝冻即成。以姜丝、镇江香醋佐食。

【肴肉】 即“水晶肴蹄”。

【冰糖扒蹄】 江苏菜。猪前蹄治净，焯水后，放入砂锅内，加清水、料酒、葱姜汁、冰糖、酱油、糖，烧沸，移小火上焖烂，取出装盘中。原汤调味，烧沸，浇在肉上即成。

【一团和气】 台湾菜。花椒、八角、陈皮装于纱袋中，用清水煮开，蹄膀入锅煮后拭干，外表涂匀酱油，再入油锅中炸黄，放入原汁锅内，并调入酱油、酒、糖煮酥烂置盘中，卤汁煮至浓，加淀粉勾芡淋于肉上，以青菜围边即成。

【杞忧烘皮肘】 河南菜。生猪肘外皮烤煳，泡刮至 0.15 厘米厚，入沸水中煮至半熟捞出，加枸杞果、黑豆等上笼蒸烂，再放入锅内，配以莲子、红枣、冰糖、白糖、蜂蜜等，烘扒至琥珀色即成。因借杞人忧天之成语，故名。

【砂缽原汁蹄膀】 湖北菜。猪蹄腿治净，在沸水锅中略汆一下；青菜心削齐洗净。大火将砂缽中的清水烧沸，下蹄膀、姜、葱烧 1 分钟，移至小火上炖煮，至六成熟时取出蹄膀，抹上酱油，入油锅汆炸至深红色，再放砂缽中，加冰糖、酱油，在小火上炖焖 1 小时，随将煸炒断生的菜心置于蹄膀四周，加精盐、胡椒粉续焖，至汁浓肉酥时即成。

【缠蹄】 湖北菜。猪后膀一只去骨，刮净细毛，皮上用针扎小孔，洗净，用炒熟的盐粒、葱、姜、花椒粒和硝水腌渍 3 日，略晾，再用麻绳将膀缠紧成为筒状，下卤锅煮熟，摊凉后，切片，装盘即成。

【焦盐肘子】 湖南菜。猪前肘治净，煮四成熟捞出，入卤锅内煮至八成熟，取出，扣入钵内，卤水中加盐，淋在肘子上，入笼蒸烂，取出改成块，挂以蛋清、淀粉、精粉、熟猪油、精盐和水拌成的糊，入油锅炸至呈金黄色时捞出。炒锅留油置火上，肘肉乘热下锅，放入花椒粉、葱等调味品颠锅，淋以芝麻油上盘即成。

【卤水扎蹄】 广东菜。猪瘦肉切片，用精盐、姜片、葱段、玫瑰露酒、小苏打、清水拌匀，入冰箱腌后取出，切片。取猪后腿皮仰放摊平，上放一层冰肉，再放一层瘦肉片，如法共叠 16 层，将猪皮两端向内卷叠，用水草扎牢，夹上竹板，再扎，放入煮沸的精卤水中，煮至八成熟，扎数小孔，再熬至软烂。晾凉，去竹板和水草，但每去旧草一道，必扎新草一遍，扎毕，放入冷卤水中稍浸，切成片，淋芝麻油即成。

【绉纱圆蹄】 广东菜。猪肘肉入沸水煮软，扎小孔，涂酱油，油炸至起绉纹时取出，用清水冲漂 30 分钟，然后放入有竹箅垫底的砂锅内，加二汤、精盐、料酒、八角、葱、白糖等煲至软烂。上碟时，另加菜胆；原汤用湿淀粉勾芡，浇上即成。

【蟹黄狮子头】 北京菜。北京参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。猪瘦肉、蟹黄、猪肥膘肉均制茸和一起，加鸡蛋清、淀粉、精盐、料酒、味精等搅匀，制成光滑大丸子，上笼蒸熟。白菜心煸炒后，倒入砂锅中；再将大丸子置白菜心上面，加足鸡汤，用精盐、料酒、味精调味，慢火炖至大丸子酥烂即成。

【炒肉末】 北京菜。猪后腿肉切成米粒状，用旺火干炒，去掉腥味和血水，再置微火上搅炒。如此反复多次，至肉成白色并渗出油后，将油撇净，下黄酱、白糖、精盐、酱油和糖色搅匀，并加入葱末、姜末炒出香味，淋芝麻油和料酒拌匀即成。

【清蒸珍珠丸子】 天津菜。猪肉末加盐、料酒、酱油、

葱、姜末、鸡蛋、湿淀粉等搅好，加入玉兰片、火腿、口蘑、水发鱼骨、芝麻油搅匀，挤成大丸子，在煮至八成熟的薏仁米、水焯过的马哈鱼籽和鲜豌豆中滚，使其均匀地沾在丸子上，上屉蒸熟取出，撒上豆苗，浇高汤即成。

【菜心肉圆】 上海菜。猪腿肉剁成肉茸，与笋末、香菇末等拌匀，再加料酒、酱油、精盐调味拌和，做成肉圆胚，两面煎黄加调味料烧熟，再和菜心一起烧煮即成。

【面包肉桶】 河北菜。三肥七瘦的猪肉剁碎，用荸荠末、葱末、姜末、鸡蛋、精盐、味精、料酒拌匀。面包去皮，切成长方片，上屉略蒸至软取出，铺开，抹一层肉馅，卷起成桶状。勺内放油，烧四成热时，将肉桶放入炸熟呈金黄色时，捞出装盘，撒上椒盐即成。

【萝卜肉】 山西菜。猪元宝肉片成长 6.5 厘米、宽 5 厘米的梯形薄片 12 片，肥瘦肉剁成肉茸，加葱、姜末、料酒、盐、味精、白糖、清汤调好，把肉片抹上肉茸，卷成小萝卜形肉卷 12 个，粗头插一根细棍，然后抹蛋糊，滚面包渣，下六成热油内炸呈金黄色时捞出，拔掉细棍，插入开水汆过的萝卜缨，细头朝里摆在盘内即成。

【蒜糊肉盒】 山西菜。肥猪肉切成夹刀片；瘦猪肉剁成馅，加葱、姜、酱油、芝麻油、盐、味精等调料拌匀，包入夹刀片中成肉盒。鸡蛋清加淀粉调匀。勺内放油烧热，将拖过蛋糊的肉盒下入，炸呈金黄色时捞出。蒜茸、姜末、葱丁、酱油、盐、淀粉调成蒜糊汁，放勺中炒熟，再放入肉盒翻匀，出勺装盘即成。

【糖醋佛手卷】 山西菜。肥瘦猪肉剁茸，加鸡蛋、粉面拌匀；另用鸡蛋与湿粉面调成糊状，抹薄蛋片上，肉泥摊在糊上，卷成条，切成佛手形，以热油炸成金黄色，再倒入糖醋汁内翻炒即成。

【麻肠】 青海菜。净肉剁细，加盐、味精、鸡蛋搅匀成馅；芝麻炒熟擀碎；猪网油放墩子上，抹上鸡蛋、面粉糊，放上肉馅，卷成卷，接口处用蛋糊封口，上笼蒸熟取出，晾凉，切成斜刀片，入油锅炸至呈金黄色时，捞出装入盘中，撒上芝麻末即成。配椒盐佐食。

【炸笔管葱】 辽宁菜。猪肉剁成肉茸，加鸡蛋糊和精盐、料酒、味精等拌匀成馅。将大葱制成葱裤，然后将馅装入葱裤里，再裹上以油、淀粉、面粉制成的酥糊，入油锅炸制即成。

【煎丸子】 黑龙江菜。猪肉末加精盐、料酒、味精、鸡蛋清、淀粉调匀，挤成核桃大小的丸子，入油锅按扁煎透，再加冬笋片等配料，倒入以酱油、鸡汤、味精等对成的汁卤烹制即成。

【肉米烧金皮】 陕西菜。瘦猪肉切成米粒状，用精盐、料酒、淀粉、鸡蛋清上浆，入油锅滑至色变白，倒入漏勺沥油；晌皮、玉兰片切成斜刀片，入沸肉汤锅中稍煨，捞出沥去水，热炒锅先下葱、姜、玉兰片、晌皮，再加料酒、精盐煸炒，放入肉汤，用湿淀粉勾芡，倒入肉米搅匀，淋明油装盘，撒上火腿末、虾米即成。

【脆皮丸子】 陕西菜。净猪瘦肉、熟猪肥膘肉放在一起剁碎，放入碗中，加精盐、鸡蛋黄、淀粉搅拌均匀，用手挤成核桃大的丸子，入油锅炸至皮脆、色金红时捞出装盘，撒上花椒盐即成。

【招远蒸丸】 也称“山东丸子”。山东菜。猪瘦肉剁碎，加鸡蛋搅匀；猪肥肉切丁；海米切碎；鹿角菜、芫荽、葱、姜、白菜心切末，均倒入瘦肉中，加胡椒面、精盐等搅匀，做成大丸子，蒸熟，放到大碗中。炒勺内放鸡汤、葱丝、芫荽段、精盐，烧沸，冲入碗内，撒胡椒粉，浇醋，淋芝麻油即成。

【山东丸子】 即“招远蒸丸”。

【炸灌汤丸子】 山东菜。猪肉剁肉茸，加鸡蛋清、湿淀粉、精盐搅匀。取一块高汤冻子作心，外面包上肉茸，团成丸子，表面滚一层面包末，放入五成热油内炸透即成。配五香粉佐食。

【炸大扁】 山东菜。猪肉、肥膘切小丁，用冬菇丁、玉兰片丁、荸荠丁调味拌匀，挤成丸子。再一一拍扁，粘蛋糊，放入油勺煎黄捞出，撒花椒盐即成。

【清炖蟹粉狮子头】 江苏菜。猪肋条肉去皮骨，剁成石榴籽状，与蟹肉、虾籽、盐、料酒等调料拌匀，做成肉圆子，上嵌蟹黄，放入砂锅内。砂锅内以肉骨头垫底，骨上置肉皮，皮上放青菜心，菜上放肉圆，肉圆上盖青菜叶，锅内加猪肉汤，盖锅烧沸，移微火上炖制即成。上桌时，揭开锅盖，揭去菜叶，以匙而食。

【金陵圆子】 江苏菜。猪肉斩米粒细茸，与虾米细末加鸡蛋、盐、葱、姜末等调和，做成扁形圆子，入油锅煎至两面成黄色。水发蹄筋切段，放入炒锅，加猪肉汤、葱、姜、料酒，烧至软糯捞出，放入砂锅。肉圆子放在蹄筋上，加酱油、白糖、料酒等调料，上盖青菜叶，旺火烧沸，移微火上炖焖即成。

【炸排肉】 安徽菜。猪五花肉剁碎，加调料拌成馅。将七成熟的肥肉切成小片，涂敷馅心，上盖青菜叶，再裹匀糯米粉蛋糊，先炸定形，复入油锅炸至呈金黄色时捞出，淋芝麻油即成。

【熘酥肠】 安徽菜。豆腐衣涂蛋糊，放入用猪肉茸、冬笋、香菇末调制的馅心，包卷成粗条，再切斜段；板栗切块作配料，以炸熘法烹制即成。

【干炸网子肉】 安徽菜。选瘦多肥少的猪肉剁碎，加调料拌成馅，用猪网油包馅卷成粗条状，挂上秈米粉和蛋清调成的糊，炸成金黄色捞起，切象眼块装盘，撒上花椒盐即成。

【麻油肠卷】 安徽菜。瘦猪肉用硝水腌过，剁成细丁，加蒜泥、葱末、鸡蛋、盐搅匀成馅，灌入猪大肠内，扎紧口，经沸水烫过蒸熟，抹酱油，入油锅炸呈浅酱红色时捞出，切片装盘，淋芝麻油即成。

【枣核肉】 安徽菜。将瘦多肥少的猪肉剁碎，加鸡蛋清、盐搅成馅。红枣去核，逐个在空隙处填入肉馅，拌匀干淀粉，入油锅炸至外皮红润酥脆即成。因肉馅顶替枣核，故名。

【玉带肉】 安徽菜。猪肉剁成茸，加调料搅拌成馅，再拌入火腿、干贝、冬菇、莲子、核桃仁、青梅等细丁，平铺2厘米厚的瓷盘中，面上抹一层蛋清糊，蒸熟取出，待冷却，改成片状，复入笼蒸热，浇薄芡卤汁即成。因形似玉带糕，故名。

【炸凤凰腿】 安徽菜。猪瘦肉茸拌入熟肥膘、火腿、笋等细末，加调料搅拌成馅。用猪网油逐一将馅心包成鸡腿状，一端插入笋段作鸡腿骨，挂蛋糊，沾面包屑，入油锅炸至呈金黄色时捞出即成。因形似鸡腿，故名。

【杨梅圆子】 安徽菜。猪肉剁成茸，加调料拌匀后，再加面包屑搅匀成馅。然后用手挤成如杨梅大的圆球，滚上面包屑，油炸后，浇上用杨梅汁、白糖、醋熬成的卤汁即成。

【徽州圆子】 也称“细沙炸肉”。安徽菜。将熟肥膘、桔饼、蜜枣、青梅等细丁拌入白糖和桂花内，做成小圆馅心，然后用鸡蛋、肥膘泥、湿淀粉、炒米花拌匀，用水洒湿揿饼状包攥成圆子，炸熟后浇上糖汁即成。因此菜源于徽州古城歙县，故名。

【细沙炸肉】 即“徽州圆子”。

【葱柄肉圆】 浙江菜。猪瘦肉和荸荠白剁成泥，加盐、酒、胡椒粉拌匀，搓成肉圆，肉圆上分别插以葱梗，露出葱白作柄，再挂上蛋糊，分批入油锅炸至呈金黄色、熟而未焦时捞起装盘即成。配甜辣酱佐食。

【水晶肉丸】 江西菜。猪肥瘦肉斩成茸，加鸡蛋清、味精等调料拌匀，挤成丸子，在干百合粉中滚过，入冷水中浸一下捞起，复粘百合粉再入水中浸，如此数次，然后入沸水中汆熟，再与冬菇、火腿、菜心、鸡汤烧烩即成。

【冻米肉丸】 江西菜。猪肉剁成肉酱，加入荸荠、虾米等调味品制成肉丸，再使肉丸满身粘上冻米，平铺在盘中，上笼蒸制即成。

【蟠龙菜】 湖北菜。湖北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。猪精肉、板油与鱼肉剁成肉茸，用绿豆粉、鸡蛋清调好，然后用烙制的蛋皮裹起来，入笼蒸熟取出，切成薄片，盘于碗中即成。因形似蟠龙，故名。

【网油肉卷】 湖北菜。猪瘦肉、肥膘肉一起剁成茸，加蛋液、精盐、葱花、姜末、湿淀粉、胡椒粉拌匀，用猪网油卷成圆筒，切作菱方块，入油锅炸后，用肉汤、酱油、香醋、白糖、料酒、葱花、姜末、湿淀粉对成卤汁滑熘即成。

【蒸白圆】 湖北菜。用猪腿肉、鳜鱼肉、猪肥膘肉、去皮荸荠、鸡蛋清，以及葱花、姜末、料酒、精盐、胡椒粉、五香粉、淀粉等调料，制成60个白色肉圆，入笼蒸10分钟，取出装盘即成。

【荷包圆子】 湖北菜。用猪瘦肉、虾米、菇丁、笋丁、荸荠丁制成肉馅，分别塞于炸好的面筋泡中；炒锅置大火上，下夹馅的圆子、虾仁、菠菜、胡萝卜片和油、盐调料，烹烧、焖烩即成。

【珍珠米圆】 湖北菜。用猪瘦肉、猪肥膘肉、鳜鱼肉、鸡蛋、荸荠和调料排剁成茸，挤成圆子，外裹一层浸泡过的糯米，入笼用大火蒸熟，取出在盘中摆成金字塔状即成。因其米粒竖起如同闪亮的珍珠，故名。

【脆炸肉丸】 广东菜。去皮半肥瘦猪肉剁成茸，加精盐拌至起胶，加胡椒粉、干淀粉、芝麻油拌匀，挤成丸子，入笼蒸熟取出。中火烧锅，下油，至六成热，将肉丸沾上脆浆后，入油锅炸熟即成。以嗲汁、淮盐佐食。

【苕菜狮子头】 四川菜。虾米、去皮慈菇、肥瘦肉、火腿分别切成碎颗，与鲜青豆一起装盆内，加鸡蛋清、豆粉、调料拌匀，做成4个重约150～200克的扁形圆子，放入猪油锅内炸至进皮时捞起，再入小包罐中，加清汤、姜、葱、盐，用小火烧1小时后，下苕菜同烧至熟，取出圆子平摆于窝盘中，苕菜镶四周，罐内原汁加鸡油收浓，淋于菜上即成。

【满池荷花开】 贵州菜。猪瘦肉去筋，剁茸，调味后团成一大饼，上笼蒸熟取出，插入留茎带叶的菠菜，菠菜间再放上经花样刀工处理的蛋皮、火腿，并用小茶盅塑成的花蕾，制成荷花状，放入沸汤盅内，油烧开灌入汤盅内的底部，速端菜上桌，花蕾便逐渐缓慢开放即成。

【蚕壳丸子】 云南菜。将打上劲的肉茸，挤成蚕壳状的丸子，入油锅炸熟取出，挂糊再炸，至浮在油面上时捞起装盘即成。配椒盐佐食。

【葱花排骨】 山西菜。猪排骨剁成小块，同高汤、调料焖熟取出，抽出骨头；葱白切成段，逐个插入去骨的肉中（两头露出葱头），粘匀蛋黄糊，入油锅炸呈金黄色时捞出装盘，撒花椒盐即成。

【无锡肉骨头】 也称“酱排骨”。江苏菜。排骨斩块，用盐、硝末腌后，入沸水中略焯捞出，洗净；将锅内汤倒掉，放入竹笋，将排骨放上，加料酒、葱、姜、五香料及水，加盖，大火烧沸，再加入酱油、白糖，烧至汁稠取出，改刀，装盘，浇上原汁即成。

【酱排骨】 即“无锡肉骨头”。

【椒盐排骨】 江苏菜。猪脊背大排肉斩成长方块，每块用刀面拍一下，再用刀背排剁几下。用鸡蛋、咖喱粉、辣酱油、胡椒粉、葱、姜、料酒、白糖、米粉调成糊浆，将大排块浆过，入油锅炸成金黄色浮起，捞出装盘，加葱末、芝麻油、花椒盐即成。

【穿笋牌楼】 江苏菜。带骨猪肋条肉煮熟，抽去骨，穿进冬笋条，入油锅炸后，再加酱油、葱、姜、料酒等调料，焖烂即成。

【挂霜排骨】 安徽菜。排骨剁成小块，加料酒、盐腌渍，挂蛋清糊入油锅炸熟。同时将白糖加水熬至起泡，倒入排骨沾匀糖液，撒入金桔饼碎末及桂花即成。因糖液冷后结晶似霜，故名。

【杏仁排骨】 江西菜。猪肋条煮熟捞出，斩成小块，逐块抽去骨头，调好味，用干淀粉拌匀；杏仁炸酥，切成

丁，粘上蛋清糊，分别填入排骨肉的空隙处，两端用蛋清糊封好，将排骨肉放入热油锅内，炸呈金黄色时捞出，再挂甜酸汁即成。

【印度煎骨】　台湾菜。排骨加洋葱丁、蒜茸、五香粉、咖喱粉、味精、酱油、料酒、糖、芝麻油、胡椒粉搅泡后加淀粉拌匀。洋葱炒后放入盘底，生菜或番茄围盘边。锅内热油放入排骨煎制，两面都煎熟后，放入盘中即成。

【换柱排骨】　湖北菜。猪排骨斩成5厘米长的块，洗净，沥干，下锅卤煮至八成熟时捞出，抽掉猪骨，换成同样大小的冬笋条，然后挂蛋粉糊，入油锅炸至金黄色，离火续汆片刻，再勾入芡汁焦熘即成。

【豉汁蒸排骨】　广东菜。带肉猪排骨，斩成小块，洗净，晾干，加蒜茸、豆豉茸、白糖、精盐、浅色酱油、深色酱油、淀粉，拌匀，加花生油，入笼，蒸熟即成。

【原笼玉簪】　四川菜。猪排骨每一肋骨斩成5厘米长的段，加调料、熟米粉拌匀，装入小圆笼蒸熟，上桌时起盖，用圆盘托笼底。因排骨形似妇女头上戴的簪子，故名。

【网油蒸骨】　云南菜。猪排骨剁成块，经腌渍后与米粉拌匀，用网油包好入碗，上笼蒸熟后取出翻盘，撒上芝麻，用豌豆尖点缀，淋芝麻油即成。

【砂锅下水】　北京菜。将猪的肚、心、肺、肠、肝、连贴等治净，入沸水中煮熟，捞出切小块，放砂锅内，加鸡汤、酱油、海米、料酒、葱、姜、味精等调料，慢火煨烂即成。食时，连砂锅上桌，佐以芫荽、辣椒油、韭菜花等。

【糟钵头】　上海菜。将肺、肠、肚、心、肝等全副猪内脏治净，切块，与脚爪、火腿、笋尖、油豆腐等入大砂锅内，加水烧沸，经长时间焖至酥烂，加调味品再煮片刻即成。上桌前加入糟卤、葱、韭段或青蒜等。

【爆三样】　山东菜。猪腰、肝、瘦肉均切小片，分别加淀粉糊抓匀，再分别用猪油烧热滑透捞出。另起勺，下葱、姜、蒜末炸出香味，加"三样"，并放入经沸水略焯的菜花、玉兰片、青豆，炒匀，倒入用清汤、料酒、精盐、味精、湿淀粉对成的芡汁，淋芝麻油，颠翻出勺即成。

【烧肝大】　江苏菜。猪大肠洗净，焯水，放入砂锅内，加肥膘肉、姜、葱、料酒，煮熟取出，切成菱形块。猪肝剔去筋膜，入沸水中汆烫至断生取出，挤掉血水，和大肠同放入砂锅内，加茴香、八角、酱油、姜、葱、料酒等调料，煮至猪肝酥烂取出，切成骨牌状。将猪肝、大肠入锅，用原汤加调料烧至入味即成。

【橄榄生】　云南菜。猪皮、猪耳、猪嘴用橄榄叶包住，再用泥包裹，放火中烧熟取出，切成小薄片状，与橄榄树肉皮末、韭菜、芫荽、油菜花及蒜、辣椒等调料拌匀即成。

【扒烧整猪头】　江苏菜。猪头刮洗净，从后脑劈开，不破舌及面皮，剔骨去脑，入清水中浸泡，漂去血污，入沸水中焯水，再刮洗，挖眼，割耳，切下腮肉、猪嘴尖，剔去淋巴肉，刮去舌膜。将眼、耳、腮、舌、嘴和头肉一起入锅，加满清水，烧沸，煮至七成熟取出，再放入有竹箅垫底的汤锅内，铺上姜片、葱结，加冰糖、酱油、料酒、香醋和五香料袋及清水（浸过猪头肉为度），上盖烧沸，焖至汤稠肉烂。起锅时，按猪头部位将眼、耳、腮装成整猪头形，浇上原汁即成。

【豆沙猪头】　四川菜。细黄豆渣用纱布包起，入清水搓洗干净，上笼蒸熟取出，挤干水分，入锅加油炸酥。猪脑顶肉去杂毛，烧皮，刮洗干净，改大菱形块，入锅，掺红汤，下调料，烧炝，起锅盛于圆盘。锅中留原汁，下豆沙推转起锅，一部分围于猪头肉边，另一部分浇在肉上即成。

【净猪头】　云南菜。猪头洗净，砍成两半，取出脑花及口条，用沸水把头和口条汆后，刮净，再放入冷水锅内煮后捞出，去骨，晾透，放入经炒过的白糖、糊米、茶叶、陈皮、盐、花椒调成的汁水中腌制，切片装盘即成。配调料佐食。

【大薄片】　云南菜。鲜猪头治净，从头盖中央劈开，去脑髓，入锅煮至八成熟，取出去骨，片成大而薄的肉片，装盘，撒上芝麻，放芫荽，浇上味汁即成。

【糟油口条】　山东菜。猪舌放汤勺内，加清汤、精盐、葱丝、姜丝、五香粉，用小火煮熟捞出，切片。炒勺烧热油，放入香糟炸出香味，滤出糟油，放碗内，加清汤、料酒、精盐，再放入口条浸泡约30分钟即成。

【水磨丝】　陕西菜。猪耳朵治净，入肉汤锅中煮八成熟，捞出，用重物压平，晾凉后放砧板上，根据耳朵的形状，从耳根开始，由外向里用平刀法片成薄如纸的片，然后切成细如缕线的丝；将摊好的鸡蛋皮、蒜苗也切成极细的丝；并将切好的猪耳朵丝同生姜拌匀，装盘成塔形，随后将蒜苗丝、蛋皮丝先后撒其上，以精盐、醋、芝麻油、芝麻酱、芥末调成的调料汁调之即成。

【红油耳丝】　四川菜。鲜猪耳用明火燎，至表面皮质焦煳，用温水浸泡，再刮尽焦皮，修去耳部根蒂，入锅用清水煮熟捞出，置冷开水中稍浸，取出搌干水气，压平，用斜刀改薄片，切麻线丝，加红油味汁拌匀，装盘（可加葱丝垫底）即成。

【奶汤烩猪脑】　陕西菜。猪脑治净放碗中，加鸡蛋清、淀粉、精盐、胡椒粉、葱花、姜末、味精搅匀，装入治净的猪小肠内，线绳扎紧两头，入汤锅煮熟捞出，切成斜形块，放入汤碗内；汤锅放入奶汤，加精盐，烧沸，调入味精，浇入汤碗，撒上胡椒粉、芫荽末即成。

【白扒天花】　山东菜。猪脑煮熟，捞出，切两半。猪油烧热，加奶汤、料酒、盐水、姜汁，下猪脑，烧沸后，微火煨炖。捞出猪脑盛汤盘中。汤内加料酒、味精、猪油，用湿淀粉勾芡，浇入盘中即成。

【淮杞炖猪脑】　台湾菜。猪脑用牙签去其红筋；淮山杞子放蒸笼内蒸嫩；猪脑加入蒸好的淮杞汤中，调入盐、味精、料酒，再放蒸锅内炖熟即成。

【金银脑花】　云南菜。猪脑花汆熟取出，切丁，上浆，

入油锅炸至呈金黄色时即成。配椒盐佐食。因脑花外黄里白，故名。

【白汁香管脊髓鸡脯】 山西菜。黄香管8根，用汤煮八成熟捞出，翻洗净后，用刀划成蜈蚣形状，泡清水碗内。猪脊髓8条，撕去外皮、血丝，切成小段，放入清水锅中，加盐烧开，捞入水碗内。鸡脯肉去筋，制成茸，加清汤、鸡蛋清、白油、味精、盐；鸡蛋清打成泡状放入鸡茸里，再用小汤匙逐个舀入开水锅内，熟后捞出备用。另起勺放白油、葱末、姜末，用面飞锅，加清汤、调料，投入鸡茸肉煨透，放在盘中间。黄香管、脊髓与鸡脯肉一样制法。逐个摆在鸡茸肉周围，再摆上煨好的青菜心，浇上烹好的白汁即成。

【汆芙蓉黄管脊髓】 山东菜。山东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。猪黄管洗净，入锅煮至八成烂时捞出，用刀划成蜈蚣腿样。取其中5条平铺盘上，抹入鸡料子。黄瓜皮、香菇、火腿均切小段，分别沾在黄管刀口的翻开处，蒸熟取出，截成段。其余五条也截成段，用沸水汆透。蛋清加清汤及精盐搅匀，蒸熟成芙蓉底。将黄管均匀地摆在芙蓉上。勺内放清汤、精盐、料酒，烧沸，撇去浮沫，浇入汤碗内即成。

【虾子管廷】 安徽菜。安徽参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。将管廷外层大油疙瘩撕去，用筷子顶住稍细的一头，从另一头把管廷翻过来，洗净，入汤锅煮至八成熟捞出，晾凉后每隔1厘米距离剞一刀，然后再回过来每隔一段剞一斜刀，成百脚式，入油锅炸至刀花张开后捞出。锅中留油少许，下葱末、姜末、虾子煸炒，烹入料酒，再放笋片、冬菇片、管廷炒几下，然后加入鸡汤和酱油、盐，再炒几下，勾薄芡，淋熟猪油，出锅装盘即成。

【管廷烩脊髓】 安徽菜。取猪食管后面一截细管，翻洗干净，入开水锅煮熟，剞斜刀花。猪脊髓洗净，去皮膜，切成小段。入沸水锅略烫，配火腿片、豌豆苗、鸡汤、绍酒、盐等入炒锅烧烩入味即成。

【卤煮黄香管】 河南菜。河南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。黄香管洗净，择去疙瘩，入汤锅煮透捞出，先改成蜈蚣形花刀，再切段，放碗中，加白汤，蒸烂取出。炒锅加油烧热，下豆豉、葱、姜丝炒出香味，掺进汤，下黄香管、盐水、味精、料酒、笋片，烧沸，勾流水芡，淋芝麻油，起锅盛盘内。将用蔬果雕刻的禽鸟摆在盘中，再在盘边摆少许蔬果作点缀即成。

【糟猪脚爪】 上海菜。猪前脚爪治净，放入清水、葱、姜煮开，微火焖烧到八成酥取出，浸没在以煮肉汤汁加茴香、桂皮、花椒、料酒，精盐等合成的汤卤内，置冰箱内冷冻后，切块装盘即成。

【拌鲜皮丝】 陕西菜。大葱切成细丝，放入碗中，用热花椒油泼在葱丝上；熟猪肉皮切成细丝，与葱丝放在一起，浇入用精盐、酱油、醋、芝麻油等调成的调味汁，并放入芝麻酱，拌匀即成。

【椒盐翘尾】 安徽菜。取猪尾根部周围的肉，片成柳叶片，经调料腌渍入味，挂酥糊，入油锅炸两次，待呈金黄色时，捞出装盘即成。上桌时配花椒盐、甜面酱及葱白佐食。因当地人通称这个肉为翘尾，故名。

【酿肉皮】 江西菜。油发干猪肉皮泡软，洗净，在内面剞上斜十字花刀，调好味，涂上蛋清糊，铺上制好的肉馅卷起，切成长条块，上笼蒸熟取出，扣入碗内，加鲜汤，复上笼蒸热，翻扣盘中，浇上调好的琉璃芡汁即成。

【桂花皮丝】 河南菜。将以鲜猪皮加工干制的皮丝发好，入沸水中汆一下，去其异味。鸡蛋黄打散，加味精、盐水、料酒，放入皮丝拌匀。再将皮丝放入炒锅内，翻炒均匀，下韭菜头、蒜苗丝、葱、姜续炒，淋明油，用筷子翻匀即成。

【白云猪手】 广东菜。猪腿治净，煮30分钟，放入清水中漂透，剖开，切成块，洗净；如法续煮漂2次，最后煮至软烂，晾凉；烧沸白醋，下白糖、精盐煮至溶解，滤清成糖醋汁；将猪腿块放入糖醋汁中，浸数小时即成。配五柳料佐食。

【皮扎丝】 四川菜。鲜猪前肋脊背部位肉皮，修去肥膘，拈尽毛根，改成大块，入锅煮，至熟透捞出，压平。先修成小块，再片成薄片，切成银针丝，用盐、蒜茸、红油、白糖、味精拌匀，装盘（可用葱丝垫底）即成。

【琵琶蹄燕卷】 山西菜。水发猪蹄筋切成薄片，两头切成0.3厘米宽的"穗子"，以碱水泡后，洗净。鸡肉和猪肥肉剁碎，加鸡蛋清、粉面、味精、盐拌成茸。火腿、香菇、黄瓜皮均切成细丝。将蹄筋放在盘里摆成12份，鸡茸分别抹在蹄筋上；用火腿、香菇、黄瓜皮等丝做"弦"，成三色的琵琶状，装盘成一圈，中间放发过并调味的银耳，呈牡丹花状，入笼蒸熟取出，滗去水。炒勺内加高汤，调味后，用湿淀粉勾米汤芡，淋明油，浇在上面即成。

【鸡茸蹄筋】 山西菜。鸡脯肉剁成细茸，加鸡蛋清、淀粉、盐、味精制成茸。猪蹄筋入水中汆后，放入鸡茸中拌匀，再一根一根地放入将开的水锅里，待沸起时捞出。炒勺内放油烧热，炸花椒油，放入蹄筋、葱、姜、蒜、料酒、盐翻炒，加清汤，用湿淀粉勾芡即成。

【黄葱烧蹄筋】 山东菜。发好的猪蹄筋放沸水中汆后捞出，沥干水。炒勺置火上，加入花生油烧至八成热，下葱黄炸后，捞出放碗内，碗内再加入酱油、料酒，上笼蒸烂，放在盘的一边。另起勺，加猪油烧热，加白糖炒汁，随即放入蹄筋煸上色后，加酱油、清汤，用微火烧至汤汁收干，盛在盘内黄葱一边。炒勺放清汤，烧沸，加酱油、味精，用湿淀粉勾芡，淋明油，烧蹄筋上即成。

【白汁蹄筋】 江苏菜。猪蹄筋水发至软，洗净，配以熟鸡脯片、熟火腿、笋片和已过油的菜心，加鸡清汤、熟猪油、精盐、味精等料烩制即成。

【翡翠蹄筋】 江苏菜。猪蹄筋水发后，切成段；丝瓜刮去表皮，呈翠绿色，剖两半，挖去瓜瓤，切成条状。炒

锅内加油烧热，下入丝瓜条滑成碧绿色捞出。鸡清汤添入炒锅内，下蹄筋、火腿片、虾子、熟猪油，烧至蹄筋软糯，加精盐、丝瓜条，烧沸，勾芡，装盘中即成。

【鸡火蹄燕】 江西菜。江西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。油发猪后蹄筋浸泡回软，先片成薄片，再切成似断非断的交叉细丝，上笼蒸成"燕窝"，然后加鸡汤于"燕窝"上，复上笼蒸片刻取出，沥干水分，倒盘内摊平，撒上熟鸡脯肉丝、火腿丝，推入烧制好的鸡清汤碗内即成。

【虾仁蹄筋】 湖北菜。水发蹄筋剖开，切段，焯水，漂净，置入炒锅，加猪油、葱段、料酒、精盐、鸡汤，烧沸，随下上过浆、走过油的虾仁，在小火上焖至入味，再移大火上稍烹，勾芡，撒白胡椒粉、火腿粉、芫荽即成。

【凤翅蹄筋】 湖北菜。肥嫩鸡翅10只治净，略加腌渍，汆炸成金黄色，放鸡汤和调料内煨熟，在盘沿整齐摆放一圈；炒锅置大火上，下鸡油、姜、葱煸炒，再下水发蹄筋和火腿、青笋、鸡汤、调料焖透入味，盛于盘中即成。

【桂花蹄筋】 湖南菜。取经炸制的猪蹄筋入冷水浸泡，涨发后，切条形，又入沸水焯后取出，沥干水分。炒锅置旺火上，油热后，倒入蹄筋，加料酒、精盐、肉清汤，稍煮，去其杂味，倒入漏勺，挤干水分。蛋清2个、蛋黄4个，与肉茸和精盐、味精一起调匀。锅内放适量熟猪油，将调好的蛋肉茸，蹄筋同时下锅翻炒，至鸡蛋粘连在蹄筋上呈金黄色时，装盘，撒上熟火腿肉末，淋上芝麻油，撒上胡椒粉即成。

【麻酱腰片】 北京菜。鲜猪腰子去臊，片成极薄片，拌少许精盐、料酒腌浸片刻，入沸水中烫熟捞出，再拌以麻酱即成。

【熘腰花】 河北菜。河北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。猪腰治净，剖成两半，去腰臊，剞麦穗形花刀，加食盐、湿淀粉浆好。玉兰片、油菜心切片。炒勺加油烧热，入腰花解散，倒入漏勺。炒勺复置火上，入葱、姜、蒜末炝出香味，投入玉兰片、油菜心、腰花炒转，烹入少许醋，倒入用酱油、白糖、味精、芝麻油、清汤、湿淀粉对成的芡汁，翻匀，出勺装盘即成。

【三椒腰片】 辽宁菜。鲜猪腰片成薄片，用滚水汆烫，以凉水投凉，沥净水分，然后用花椒粉、胡椒粉、红辣椒油等调拌均匀即成。

【熘腰花】 吉林菜。鲜猪腰片去腰心，切成薄片，剞成花刀，用鸡蛋清、淀粉浆好，入油锅滑过，捞出沥净油。用葱、姜末炝锅，放入滑好的腰片，倒入以酱油、醋、味精、精盐、淀粉对好的汁卤烹起，放入蒜片炒匀，盛入盘中即成。

【炸核桃腰】 陕西菜。净猪腰正面剞成正十字刀纹，再切成方块，放入碗中，用精盐、料酒腌渍，再挂上薄糊，入油锅炸至色变卷起时，捞出，待油温升高时，再下锅略炸，急速捞出装盘，撒上花椒盐即成。因形似核桃，故名。

【温拌腰丝】 陕西菜。净猪腰切成细丝，入沸水中稍汆，放入碗中，加料酒、酱油拌匀；将粉丝、莴笋丝、木耳丝用开水焯后，加精盐、料酒、酱油、醋拌匀装盘内，将腰丝盖在上面，撒上姜末、蒜末、白胡椒粉，泼以热芝麻油即成。

【腐皮包腰丁】 陕西菜。净猪腰切成小丁，入沸水中汆后放碗中，加料酒、酱油、白胡椒粉揉搓一下；豆腐皮切成菱形片，包入腰丁，再入沸水中略汆，放入汤盘里；炒锅内鸡清汤烧沸，下核桃仁丁、玉兰片、海米、香菇、精盐等料，浇入汤盘即成。

【炸麻花腰子】 山东菜。猪腰子去腰臊，片成片，每片中间划三道口，两端不断，用酱油、精盐、料酒腌渍。猪肉膘切片，与腰片罗叠也划刀口，从中间套翻成"麻花"状，沾上薄面粉，放五成热油中炸黄即成。配花椒粉佐食。

【醉腰丝】 山东菜。猪腰片去腰臊，先坡刀划斜刀，再顺长切丝，用清水泡后，捞出，再放入热水中焯至八成熟，勿沸。捞出沥净水分，置容器内，再放入汆过的玉兰片、香菇、苔菜花，用酱油、料酒、芝麻油、味精、精盐等调匀，盛入盘中，撒上姜末即成。

【金腿炖酥腰】 江苏菜。制法有二：一是用熟里脊肉、熟酥腰、熟萝卜球、熟火腿，加葱、姜、料酒等调料炖焖而成。一是生猪腰撕去皮膜，两面直剞几刀。里脊肉剔去筋膜，切成小块。火腿切小块。腰与里脊肉入沸水中焯后，入冷水中洗净，连同火腿、葱、姜一起入砂锅，加清水，烧沸，撇去浮沫，加料酒，移微火上炖约1.5小时，将腰子捞出，切成片，仍入砂锅，再放入煮熟的萝卜球，旺火烧沸即成。

【芝麻腰子】 江苏菜。猪腰切片，剞兰花刀，用酱油、精盐、料酒等调料腌渍后，挂蛋糊，拍上芝麻，入油锅炸熟，捞出装盘，淋芝麻油即成。

【淡菜酥腰】 安徽菜。猪腰两侧各剞一刀，腰臊不除，洗净血水，再用鸡汤煮烂。淡菜洗净加水蒸熟。将猪腰切片与淡菜分别码在汤碗两边，中间铺上火腿片，加入调料及去沉渣原汁，入笼蒸透即成。

【掸炝腰片】 河南菜。猪腰子片开，撕去外皮，去腰臊，光面朝上，顺长划两刀（不划透），用坡刀片成薄片，用凉水漂净。将腰片与黄瓜片、冬笋片、木耳分别入沸水中汆掸透，再加入料酒、味精、酱油、盐水、芝麻油、姜米拌匀，装盘即成。

【两色腰子】 河南菜。鸡腰入沸水中浸透，揭去外皮，与冬笋片、蒜苗段加调料炒熟，盛在盘的周围。猪腰剖成两半，去净外皮、腰臊，剞上花刀，再切成长方块，挂蛋清糊，入油锅炸制后，再与余下的冬笋片、蒜苗和姜花、木耳、豌豆加调料炒熟，盛在盘中间即成。

【冬菜腰片汤】 四川菜。大白猪腰去蒙皮和臊头，片成薄片，用清水漂尽血水，再用沸水烫熟，入二汤碗，再

灌进用冬菜熬成的清汤(可配加冬菜节子)即成。

【炸桃腰】 四川菜。鲜猪腰去蒙皮、腰臊,剞十字花刀,每个腰块改两块正方形,腌上味后,扑干淀粉。桃仁去皮炸酥。锅内油烧至五成热时,取腰块用无花纹的一面,包入一粒桃仁,再用蛋清豆粉封交口处,入锅略炸即捞出,待油温升至八成热时再入锅炸,至呈金黄色时起锅,装入条盘,配葱酱荷叶或生菜即成。

【炸卷肝】 北京菜。生猪肝切小片,用猪网油包起呈卷形,入沸水中煮熟后,再炸成焦黄色,切圆薄片,码于盘中即成。配椒盐佐食。

【崩肝】 河北菜。猪肝洗净,煮至半熟捞出,晾凉,切成细丝。勺内加底油,放入猪肝丝煸炒至出沫时,放入葱丝、姜丝续炒,泼入以鸡汤、酱油、料酒、醋、味精、淀粉调成的红汁,翻炒均匀即成。

【油纳肝】 山西菜。猪肝平刀片成薄片,再切丝,以食油拌匀。炒勺内放底油,烧至七成热,放入肝丝煸炒至发白,下葱丝、蒜丝、芫荽段、花椒粉、精盐、味精翻炒均匀,淋芝麻油即成。

【熘肝尖】 吉林菜。生猪肝洗净,切成柳叶片,用适量干淀粉拌匀,放入热油中滑熟捞出,倒入用葱、姜末炝过的勺中,加胡萝卜片、黄瓜片煸炒片刻,倒入以鸡汤、酱油、料酒、白糖、味精、湿淀粉对成的滋汁熘制即成。

【炸熘肝尖】 山东菜。猪肝切片,用精盐、湿淀粉抓匀;再用热油滑透。另起勺炸葱、姜、蒜末至出香味,烹醋,倒入清酱汁、猪肝、玉兰片、荸荠片、青菜心、木耳,颠翻均匀即成。

【泾县小烧】 安徽菜。猪肝、猪瘦肉剁茸,加调料拌匀,以猪网油包裹成扁条状,用木炭小火烤熟,再压火撒茶叶熏炕即成。因用小火烤制,又源于泾县,故名。

【炸肝】 浙江菜。鲜猪肝和少量肥膘肉切片,加葱花、五香粉和盐、料酒等调料拌匀。用猪网油将猪肝等包卷成圆筒状,入笼蒸熟取出,切段,挂糊后再入油锅炸至深黄色时捞出,批成厚片装盘即成。配番茄酱、甜酱和花椒酱佐食。

【肝胆相照】 福建菜。鲜猪肝整副切大薄片,抹上猪胆汁,风干储存。食用时入笼蒸熟,再切细片即成。因猪肝含有胆汁,食感先微苦而后回甘,细嚼愈发甜美,肝胆相得益彰,故名。

【脆皮焗猪肝】 广东菜。猪肝切厚片,用姜、葱、浅色酱油、小苏打、姜汁酒拌匀,腌1小时,汆至半熟,沥干,再过油至八成熟,然后入炒锅内,加料酒,用果汁、芝麻油、胡椒粉、湿淀粉调成芡汁勾芡,盛盘中,以炸虾片围边即成。

【烧网油肝花】 广东菜。猪肝治净,切成条状,加姜片、葱段、汾酒、精盐、味精拌匀,腌1小时,沥干;猪网油洗净,晾干,切成长方形块状,摊开,上薄粉,上放猪肝、糖腌肥猪肉条、长葱条,包卷成长条形,沾粉,上叉,架于中火炭炉上,烤成金黄色至熟即成。食时切段,配蒜茸、白醋佐食。

【金银肝】 四川菜。猪肥膘肉切成方形长条,码味浸渍,入味后取出,置通风处晾干水分。猪肝去筋、蒂,就料改大长条,码味,并逐条用小刀顺条刺穿,将晾干的肥膘肉穿入,挂通风处。食时洗净上笼蒸熟,冷却后切片,装盘即成。

【竹荪肝膏】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡肝去筋,制成茸状,过滤,取肝汁,加入适量鲜汤、鸡蛋清、料酒等调料,搅匀,上笼蒸成肝膏。竹荪涨发后,改成蝴蝶形,以鸡糁同竹荪造型加热至熟。将特制清汤浇沸,调好味,灌入盛肝膏、竹荪的碗中,令肝膏、竹荪浮于汤面即成。

【菜包猪肝】 贵州菜。用汆过的白菜叶包上猪肝及姜丝、葱节,挂上蛋清糊,入油锅炸制即成。食时撒椒盐或蘸甜酱。

【油爆双脆】 天津菜。天津参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。猪肚仁、鸡胗剞花刀,切成块,以沸水略焯,用热油一冲,入炒勺内,迅速倒入调匀的葱、蒜、料酒、盐、味精、姜汁、高汤、醋、水淀粉滋汁,颠翻几下,淋芝麻油出勺即成。

【烂蒜烩肚丝】 河北菜。熟猪肚切细丝。勺内放底油,用葱丝、姜丝炝勺,烹入醋,添鸡汤,沸后,撇去浮沫,下猪肚丝、精盐、味精,稍煮,用湿淀粉勾米汤芡,撒入蒜末,淋芝麻油即成。

【油爆肚】 河北菜。河北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。猪肚仁洗净,在软面上先剞成深而不透的丁字花刀,再改成块,用料酒、食盐码匀,用水粉芡穿衣。冬笋、香菇、青椒切象眼片。炒锅加油烧热,入肚仁滑散,滗去余油,下冬笋、香菇、青椒等料炒转,烹入用姜、蒜、味精、食盐、湿淀粉对成的滋汁,翻匀,盛盘中,淋芝麻油即成。

【松仁小肚】 辽宁菜。猪肉切片,加捣碎的松子和绍酒、精盐、葱末、姜末、花椒水、味精等,调匀,灌入猪小肚内,用竹针别住封口。然后用慢火煮熟,捞出晾干水分,用熏锅熏制即成。

【芥末肚丝】 辽宁菜。熟猪肚丝入沸水中焯透捞出,加精盐、味精、芝麻油和芥末糊拌匀,盛入盘中即成。

【干爆肚条】 辽宁菜。熟猪肚条用精盐、味精、料酒等腌后,放入热油内冲炸一下捞出。用葱末、姜末炝锅,放入熟猪肚条,添少许鲜汤和糖、花椒粉、酱油,用小火慢爆,待汤汁稠浓时,滴入少许芝麻油即成。

【熘三样】 吉林菜。熟猪肠、熟猪肚切片,入沸水中焯透捞出,生猪肝切成柳叶片,用适量湿淀粉抓匀,入热油中滑熟捞出,然后将"三片"放入用葱、姜末炝过的勺里,加胡萝卜片、黄瓜片煸炒片刻,倒入以鸡汤、酱油、料酒、白糖、味精、湿淀粉等对成的滋汁熘制即成。

【芥末拌肚丝】 陕西菜。熟猪肚先片成薄片,再切成

细丝；黄瓜去瓤，切成细丝，用盐渍去水分；精盐、酱油、醋、芝麻油放一碗中，调成调味汁，放入肚丝、黄瓜丝拌匀，装入盘中，浇上芥末糊、芝麻酱即成。

【奶汤肚块】 陕西菜。熟猪肚切成虎爪块，入沸肉汤锅中稍煨，捞出滗去汤汁；玉兰片、熟火腿均切成斜形片；原汤锅烧热，加入奶汤，下肚块、玉兰片、火腿、木耳，加精盐、料酒，用中火煨至入味，盛入汤碗，撒上菠菜叶即成。

【炝肚块】 陕西菜。熟猪肚、莴笋均切成象眼块，同木耳一起下入沸水锅中略焯一下捞出，挤干水分；酱油、醋、精盐放一碗中调匀，倒在肚块、木耳、莴笋片上，再将姜末、蒜末、酱笋末放在上面，将热花椒油泼在“三末”上，搅匀后装在平盘里，将木耳拣出，放在顶端即成。

【酸辣肚吊】 陕西菜。猪大肠煮半熟，用蜂蜜、醋和匀涂抹后，入油锅炸至金黄色时捞出，切成滚刀块；猪肚子煮至半熟，切成象眼块，与大肠同放一碗中，加入肉汤、酱油、精盐、白菜心段、葱片，上笼蒸约 2 小时，将原汁滗出，入烧沸的汤锅内一汆即捞出；汤锅内另添肉汤，对入原汁，下白菜、木耳、大葱、姜末，用旺火烧沸，用湿淀粉勾流水芡，下肚块、肠块，并即盛入碗中，淋芝麻油即成。

【爆炒肚仁】 陕西菜。猪肚仁剞成兰花刀，切成块，用鸡蛋清、料酒、精盐、淀粉浆好，下油锅爆至色变白倒出沥油；热炒锅内下葱、姜、蒜、玉兰片、木耳煸出香味，倒入调味芡汁，下肚仁搅炒均匀，淋明油装盘即成。

【油爆肚头】 山东菜。猪肚头剖开，内壁划网状花刀，再切块，调味抓匀，用猪油烧热滑透；另起勺，下葱、姜、蒜末炸出香味，放入玉兰片、青豆、肚头略煸，烹入用鸡汤、料酒、精盐、味精、湿淀粉对成的滋汁，颠匀出勺即成。

【桂花肚】 安徽菜。鸡蛋液加入火腿、花椒等细末，配以木耳、虾仁和小段青菜心，加盐、味精搅匀，灌入猪肚内，用针线缝合。入卤锅卤至猪肚熟烂，取出压扁，冷却后片开改刀，淋芝麻油即成。

【火腿扣肚结】 浙江菜。净猪肚入沸水中煮过，改刀成块，每块再剁 3 刀，翻成麻花形。取扣碗一只，放入香菇、火腿片和肚结，入笼蒸熟后，扣入汤盆中，浇上鲜汤即成。

【锅烧肚】 江西菜。熟猪肚、肥膘肉均切成丝，调好味；将蛋粉糊倒入盘内摊开，均匀地摆上肚丝、肥膘肉丝，然后铺盖上蛋粉糊，推入锅内煎至定型后，再放入热油锅内炸制即成。上桌时，切成骨排条块装盘，配花椒盐佐食。

【双层肚丝】 江西菜。生猪肚切成细丝，入油锅过油后，配以干椒，加调味品煸炒即成。因肚丝熟后分上下两层，故名。

【爆满山红】 江西菜。猪肚尖剞上十字花刀，切成小条，入油锅爆炒后盛入盘内，再均匀地撒上油炸花生米、红酥姜丝即成。

【蝴蝶肚尖】 福建菜。以猪肚尖为主料，配以冬笋、香菇、番茄等料，经汆、过油后，再入锅烹炒即成。因形似蝴蝶，故名。

【油泡爽肚】 广东菜。选猪肚蒂部最厚部分，去油污，治净，剞井字花纹，改切成三角形块状，加小苏打、精盐、干淀粉拌匀，腌 1 小时后，汆至半熟；再过油至刚熟，沥干，与蒜茸、姜、葱同炒，烹料酒及用芡汤、胡椒粉、芝麻油、湿淀粉、味精调成的芡汁即成。

【五彩瓤猪肚】 广东菜。猪肚治净。猪肉丁、精盐搅至起胶，加熟猪皮丁、咸蛋黄丁、皮蛋丁、芫荽、芝麻油，拌匀成馅料，填入猪肚内，线绳缝口，放入二汤中，中火煮 30 分钟，扎数小孔，改用小火煮至软烂；取出，另放沸白卤水中略煮，加汾酒浸泡，冷后，入冰箱冷藏 2 小时取出，切片即成。

【芫荽肚头】 贵州菜。猪肚头入鸡汤锅内汆熟，置炒锅内，放入芫荽、葱花、姜米，撒胡椒粉，并灌入沸鸡汤即成。

【松仁肚】 云南菜。猪肚治净，入沸水中煮至八成熟捞出，平铺于案板上，用刀剖成两半，摁干水分，遍涂蛋清糊，肚上再铺一层肉馅，最后撒上炒香的松子仁，压实入盘，上笼蒸后取出晾凉，切块，再装入碗中，上笼蒸熟后取出，翻扣于盘内，浇以芡汁，淋少许芝麻油即成。

【九转肠腐】 天津菜。天津参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。猪大肠治净，套成四圈，煮熟，切段。炒锅内留油烧热，下白糖炒出小泡，加醋、料酒、高汤、胡椒粉、盐、白糖、酱油等，下大肠及焯过的豆腐块。汤开后，移小火上将汁熬浓，淋明油出勺，撒芫荽末即成。

【烧圈子】 上海菜。猪大肠治净，清水加葱结、姜块、料酒，用大火把直肠焯一下，捞出冲洗干净，再用旺火烧焖至烂，改切成段。炒锅放清汤、料酒、酱油、白糖和肠段，旺火烧开，小火烧焖入味，再用大火稠汁，勾芡，淋芝麻油即成。

【鸡圈肉】 上海菜。鸡块、猪直肠、猪五花肉配以笋尖，加料酒、酱油、鸡汤等调料经焖烧即成。

【炸虎尾】 也称“瓤馅大肠”。天津菜。猪大肠治净，加葱、姜、大料煮 2 小时，灌入搅有口蘑、火腿、荸荠等料的猪肉馅，蘸匀鸡蛋、淀粉糊，入油锅炸呈金黄色时捞出，切片，撒火腿末即成。配椒盐或味精、酱油佐食。

【瓤馅大肠】 即“炸虎尾”。

【通辽肉肠】 内蒙古菜。猪肉切成小片，加淀粉、精盐、料酒、葱末、姜末等，拌匀，灌入治净的猪大肠内，两头扎紧，入沸水中慢火煮熟捞出，切成片，装入盘内即成。

【酸辣肥肠】 陕西菜。熟猪肥肠横着切成连三刀块；炒锅内放油烧热，投入辣椒炸焦，捞出焦辣椒，烹入酱油、醋，加肉汤、精盐、白胡椒粉烧沸，下肥肠块、葱段、

玉兰片、木耳、姜，勾芡后，装入汤盘，撒上芫荽、韭菜即成。

【珍珠杏花肠】 青海菜。青海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。羊肠衣洗净切成四段。蛋黄加少许高汤搅匀，分成两份，一半灌入肠衣内，另一半加红食色素也灌入肠衣内。蛋清内加高汤搅匀，分成两份，一份灌入肠衣内，另一份加菠菜汁再灌入肠衣内，两头扎紧，入开水中浸熟捞出，切成小段，再入开水中略汆成杏花状时捞出。鸡脯肉剁成茸，加蛋清、盐搅成鸡茸子，做成丸子，入沸水中汆熟。锅内放高汤、火腿、调料及丸子，烧沸，加杏花肠、芫荽、芝麻油、胡椒粉、盐、味精装盘即成。

【九转大肠】 山东菜。白猪大肠切搬指块，用沸水煮透捞出。炒勺加猪油烧热，放白糖炒至鸡血红色时，放入大肠，翻炒上色。另起勺烧热油，加葱、姜、蒜末炸出香味，烹醋，加酱油、白糖、清汤、精盐、料酒，与大肠混合拌匀，用微火煨熘，至汤将尽，放入胡椒粉、肉桂粉、砂仁粉，淋花椒油，撒上芝麻末，颠翻均匀即成。

【清炸大肠】 山东菜。猪大肠放锅内，加水、精盐烧沸捞出，每根大肠内塞入一棵大葱白，大肠外抹酱油，入花生油锅炸至枣红色时捞出，抽出大葱；大肠切斜刀块，装盘即成。将甜面酱、大蒜茸拌在一起，与花椒盐分别盛小碟中，供蘸食。

【烤大肠】 山东菜。熟猪大肠从纵向剖开，切段，抹匀酱油，入油锅炸至色黄时，取出放入烤盘中，加酱油、猪油、葱、姜、鸡汤等，入炉烤熟，取出装盘，浇上余汁即成。

【同肠】 也称“套肠”。江苏菜。猪小肠用明矾水将内外洗净，入沸水中焯一下，放进冷水中漂清，浸入温水中。取一条肠双折，折处用筷顶住，套进另一条肠。套好后，放入清水锅中，加盐、料酒、葱、姜，烧沸，加盖焖烂，取出切小段。猪肝片、笋片入葱油锅内炒制，下同肠段，加料酒、酱油、白糖、汤，烧至入味，勾芡，起锅装盘，浇上热葱油即成。

【套肠】 即“同肠”。

【炸筒头】 江苏菜。松子仁、糯米加调味汁拌和，灌入猪直肠内，两头扎紧，加酱油、白糖、料酒、葱、姜等调料，入锅炖烂取出。凉后，入油锅炸制即成。因南京人称猪直肠为筒头，故名。

【桂花大肠】 浙江菜。鲜猪大肠头两支，正反刮去杂质，灌入猪精肉和火腿丁，扎紧上笼蒸熟后，裹上以面粉和蛋黄等调成的糊，入油锅炸至色黄起锅，改成斜刀块装盘即成。配葱头、甜酱、椒盐佐食。

【阴米灌肠汤】 湖北菜。精白糯米浸泡1日，蒸熟晒干，填入洗净的肥猪肠之中，10厘米长一节，两端缠紧，肠衣上针刺小孔，置于滤净的猪骨汤中，用文火煨炖3小时即成。

【脆皮炸大肠】 广东菜。猪大肠头治净，放入砂锅，加沸水，煲至软烂取出，放入微沸的白卤水中浸一会取出，用糖浆涂匀，挂在通风处，晾干后，入油锅炸熟，切块，盛盘中，佐以爆香的蒜茸、葱米、辣椒丁，加糖、醋、湿淀粉、芝麻油烹成的味汁即成。

【香酥肥肠】 云南菜。猪大肠后段治净，撕去肠壁上的油脂，入沸水中汨过捞出，晾凉后放碗内，加盐、酱油、甜白酒汁等揉匀，上笼蒸后取出，剞花刀，切条，挂蛋清糊，入油锅炸至呈金黄色时捞出，装盘即成。配椒盐佐食。

【奶油银肺】 河北菜。猪肺从气管灌满水，吊起，停置片刻，将水倒出，再重新灌水。如此3次，溢净血水，入水中煮熟捞出，洗净，掰成枣形块，再入沸水中焯透。勺内留底油，用葱末、姜末炝锅，加奶油炒开，添鸡汤，放入香菇、火腿片、冬笋片、菜苔段，再下入肺块，加料酒、精盐、味精稍煮，撇净汤沫，淋芝麻油即成。

【砂锅肚肺】 吉林菜。熟猪肚、熟猪肺切成一字长条；油菜心烫后，切成相应的条；火腿切片。先将肚、肺放入砂锅中，加鸡汤，放葱段、姜块、火腿片，烧沸，再用精盐、料酒、味精等调味，用慢火煨炖至烂即成。

【奶汤银肺】 山东菜。猪肺治净，划破。煮七成烂，捞出，掰成小块，再入沸水中煮约5分钟，盛碗中；碗内加烧过的葱油及精盐、奶汤、清汤、葱椒、料酒、姜片、老葱，入笼蒸熟。净勺加葱油烧热，倒入奶汤、清汤，熘浓，放精盐、姜汁等，投入经沸水汆过的口蘑、冬笋、白菜心及蒸过的猪肺，再用湿淀粉勾芡，盛入汤盘，摆上火腿片即成。

【奶汤白烩】 湖南菜。猪肺冲洗，去血污，用开水焯后，以鸡汤、肉汤煨至七成熟取出，冷却后，改切成柳叶形薄片。水发竹荪用奶汤焯至入味，沥出。高级奶汤、菊花牛奶入锅，加调味，勾芡，放明油烧开后，倒入肺片、水竹荪同烩，出锅装碗即成。

【金银肉】 河北菜。带皮生猪肋肉与生火腿均切相同的小条，间隔地码于碗内(猪肋肉皮面朝下)，加鸡汤、葱段、姜片、料酒、味精，上屉蒸烂取出，倒扣碗中；原汤调好口味，浇于肉上即成。

【清汤火方】 江苏菜。火腿一方块，入清水中浸泡30分钟，刮洗干净，四边修齐，入加有料酒、葱、姜等料的汤锅中焖至七成熟，取出晾凉，在肉面上剞3厘米见方的格，肉皮上剞同样的方格，皮面朝下放入汤盘，加料酒、清水，入笼蒸30分钟，滗去汤水，再加鸡清汤复蒸一次。如此3次，蒸至酥烂。在蒸火方的同时，将冬菇片，冬笋片放入盘中，上笼蒸熟。最后将火方取出，滗去汤汁，翻扣于大汤碗中(皮朝上)，冬菇、冬笋片放火方上面，舀入鸡清汤即成。

【炖金银蹄】 江苏菜。火腿肘子、鲜猪后蹄置砂锅内，加姜块、葱结、料酒、虾籽、精盐等调料，经炖煮即成。因火腿肘子炖熟时，皮色金红；鲜猪蹄皮色发白，故名。

【蜜汁火方】 浙江菜。浙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。取金华火腿中最好的一方，刮洗干净，切成小方块(不断皮)，放入碗中，加清水、料酒、冰糖，上笼蒸至八成酥烂时取出，滗去原汤，再加料酒、冰糖、莲子蒸至莲子酥糯取出，将火方皮朝上翻扣在高脚盆内。用冰糖汁加淀粉勾成薄芡，淋在火方、莲子上，再用樱桃、青梅、糖桂花点缀即成。

【东坡腿】 浙江菜。上等陈年金华火腿一方，加水烧煮，撇去油腻，撒水煮至极烂，另配以鲜笋、河虾，同锅煨煮至清腴味出即成。清《食宪鸿秘》书中载有此制法。

【金丝火腿】 浙江菜。金华火腿蒸熟剁条，挂蛋糊，入油锅炸至金黄色捞出。再放入对好、烹起的糖汁，锅内翻匀，装盘即成。

【火腿蚕豆】 浙江菜。金华火腿中腰肉切丁及花瓣形薄片；鲜嫩蚕豆入沸水中焯后，与火腿肉丁、片同入炒锅内，加调味品烹炒，勾芡装盘即成。

【樱菇火方】 湖南菜。正方形火腿肉治净，改成方块，瘦肉面直刻花刀，入碗内加清水上笼蒸2次，除涩水，加鸡汤、料酒、姜、葱，再蒸八成熟。捞出，另换鸡汤蒸至入味，出笼。水泡冬菇去黑皮、蒂(即为樱菇)，入碗，上盖鸡骨，加鸡油、盐蒸1小时，加高汤蒸入味，去鸡骨，置大碗，将火腿肉皮朝上放入，四周围辅以樱菇，配凤尾菜心，倒入沸汤汁即成。

【火腿冬笋尖】 湖南菜。火腿肉入笼蒸熟取出，切四方形块，在瘦肉面按0.5厘米的间距，横、直刻刀，加葱、姜、料酒、白糖、味精，入笼再蒸烂，去葱、姜，入盘。取冬笋嫩尖切片，入油锅稍炸，加肉清汤煨片刻，勾芡收汁，倒入火腿周围即成。

【烧云腿】 云南菜。云腿治净，入锅煮熟捞出，撕去皮，穿于铁叉上，肥肉的一面向着火，边烤边刷蛋清糊于火腿上，如此反复刷三遍，下叉，切作厚片再烤，边烤边又刷三遍蛋清糊，待烤至呈金黄色时，切长方形条，装盘即成。

【珠梨蜜汁火腿】 云南菜。将五成熟的火腿片，入冰糖汁锅内稍焖，取出装碗中。取云南呈贡县所产的宝珠梨，切片，入冰糖汁锅内稍焖，取出放火腿片上面，入笼蒸熟取出，翻扣于盘中；将原糖汁滗入锅内，加芡和明油烹起，淋在珠梨、火腿上即成。

【回锅香肠】 四川菜。香肠煮熟，取出晾凉，切斜刀片，入锅中爆炒，加青蒜苗节及少许盐炒匀，起锅装盘即成。

【烤肉】 北京菜。嫩牛肉(或羊肉)切成片，放入以酱油、料酒、姜汁、白糖、味精、芝麻油调好的汁中略浸，随即将葱丝放在烤肉的炙子上，再把浸过的肉片放在葱丝上烤，用特制的大竹筷翻动，葱丝烤软后，将肉和葱丝摊开，放上芫荽继续翻烤，待肉呈紫色(或粉白色)时，盛入碗中即成。配糖蒜和烧饼佐食。

【袈裟牛肉】 北京菜。瘦牛肉剁碎，加湿淀粉、葱末、姜末、花椒末、精盐、酱油、芝麻油、馅渣末拌匀成馅，摊在半张鸡蛋皮上，另一半蛋皮折起盖上，再切成象眼块，入油锅炸熟即成。

【三元牛头】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。拆骨牛头肉，加鸡汤、鸡肉、猪肘子、火腿、干贝、口蘑、陈皮和精盐、料酒、味精等燉烂，码在盘中；将煸炒并经调味煨过的胡萝卜球、白萝卜球、青笋珠和油菜心摆在牛头肉中间和四周；再用煨牛头肉的原汤调味，勾薄芡，浇在牛头肉上即成。

【芫爆散丹】 北京菜。牛散丹治净，煮烂，捞出切小块。炒锅内放鸡油，烧热，下散丹小块略煸，依次加入精盐、醋、味精、胡椒粉、芫荽段爆炒至熟，淋芝麻油即成。

【酥炸牛肉】 山西菜。熟牛肉切成厚片；鸡蛋、面粉、淀粉搅成糊。盘底抹油，倒一半糊铺底，上摆牛肉片；另一半糊抹牛肉上面。油烧五成热，把盘中牛肉推入，炸呈金黄色时捞出，改刀成象眼块，盘边撒椒盐面即成。

【蒌花牛肉】 内蒙古菜。瘦牛肉切片，用鸡蛋清、淀粉上浆，入油锅滑熟捞出，再用以鸡汤、精盐、料酒、味精、淀粉调成的白汁熘制后，装盘中间。另用牛肉剁成末，调味后，用鸡蛋皮卷成卷，挂薄糊，入油锅炸透捞出，切成马蹄形片，码在牛肉片周围即成。

【枸杞煨牛肉】 内蒙古菜。牛肉切成菱形块，用料酒、酱油等腌入味，入牛油锅中炸透捞出，沥油，再置砂锅内，加牛肉汤、葱段、姜片、枸杞、蒜瓣、桂皮、料酒、酱油、白糖，用慢火煨至牛肉酥烂，下味精调匀即成。

【香糟牛肉】 内蒙古菜。牛肉切成条，用沸水焯后，放入汤中，加葱、姜、料酒、酱油等焖至六成烂时捞出，装碗内，上铺香糟，浇原汤，上笼蒸至酥烂取出，倒扣碗里；原汤烧沸，调好口味，用湿淀粉勾芡，淋明油，浇在牛肉条上即成。

【金钩牛肉】 内蒙古菜。瘦牛肉切丝，用鸡蛋清、淀粉、苏打拌匀，入油锅滑熟捞出。勺内留底油，用葱末、姜末、蒜末炝锅，放入水发海米略煸，下滑好的牛肉丝，倒入以鸡汤、酱油、料酒、白糖、味精、淀粉、芝麻油调成的红汁熘制即成。

【串隆牛肉】 内蒙古菜。牛瘦肉切丝，用苏打粉、鸡蛋清和湿淀粉上浆，再用温油滑熟。炒勺烧热，添底油，用葱末、姜末、蒜末炝锅，放入炸熟的核桃丁和滑好的牛肉丝略煸，倒入用鸡汤、料酒、酱油、味精、淀粉等制成的汁卤，经熘制即成。

【杏干牛肉】 内蒙古菜。瘦牛肉切成见方小丁，入油锅炸透。另起油锅，烹入对好的糖醋汁，放入炸过的牛肉丁，慢火煸制即成。因色泽、形状、味道均似杏干，故名。

【香面牛肉】 内蒙古菜。酱牛肉切成抹刀片，入油锅炸至表皮微酥呈金红色时捞出，装盘中，撒五味芝麻面即成。

【炸牛酥络】 内蒙古菜。酱牛肉撕成丝，入油锅炸酥

呈深红色时捞出，装盘中，带椒盐上桌即成。

【炸牛肉黄油球】 内蒙古菜。黄油搓成条，沾满酱牛肉末，再用鸡蛋皮卷成长条，以蛋糊封口，沾匀干面粉，拖鸡蛋液，拍馒头渣，入油锅炸呈金黄色时捞出，装盘中，带白胡椒盐上桌即成。

【鲜香牛肉卷】 内蒙古菜。瘦牛肉馅与苹果细丁、调味品拌匀，再用鸡蛋皮卷成长条状，切成段，入油锅炸后，在盘中摆成马鞍桥状，浇上以苹果丁、醋、精盐、料酒等制成的清汁即成。

【北煎牛肉饼】 内蒙古菜。牛肉切细末，用切细的口蘑丁和鸡蛋、精盐、料酒、葱末、姜末、淀粉等拌匀，挤成丸子，入油锅煎制，压成小饼状，再煎至两面呈金黄色时即成。

【炸土豆牛肉卷】 内蒙古菜。熟土豆茸包入经调味的牛肉馅，搓成细圆桶形，再拍匀干淀粉，拖过鸡蛋液，沾匀馒头渣，入油锅炸呈金黄色时捞出，装入盘中即成。配椒盐佐食。

【炸卷果】 内蒙古菜。牛肉馅掺格炸、调味品拌匀，用油皮包成卷，入笼蒸熟取出，晾凉，切片，入油锅炸至皮黄馅红、外焦里嫩时即成。食时带椒盐。（如无油皮，可用蛋皮代替。）

【口蘑烧云头】 内蒙古菜。牛脑治净，放入加有精盐的沸水中略焯；口蘑切片，也用沸水焯过。炒勺内放底油烧热，下葱末、姜末炝锅，添鸡汤，用精盐、料酒、味精调味，沸后，放入牛脑和口蘑，慢火煨至入味，用湿淀粉勾芡，淋明油即成。

【浪里白条】 内蒙古菜。牛脊髓入沸水中煮熟捞出，顺长破两半。勺内放鲜汤，烧沸，加精盐、料酒、味精、葱丝、姜丝，下牛脊髓，沸后，撒芫荽段、胡椒粉，淋芝麻油即成。

【烧麻肚】 内蒙古菜。牛麻肚头治净，切成小条，用沸水焯透。炒勺内添油烧热，用葱末、姜末炝锅，烹入酱油、料酒，添鸡汤，加白糖，沸后，下麻肚头，慢火煨至入味，加味精，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油即成。

【瓤扒牡丹牛尾】 内蒙古菜。熟牛尾切段，去骨，去骨处瓤入经调味的鱼茸，鱼茸上沾一朵泡发的银耳，上屉蒸熟取出，将鱼茸面朝上扣入盘内。勺内添清汤，用精盐、料酒调好味，沸后，用湿淀粉勾成薄芡，淋明油，浇在牛尾上即成。

【红焖牛尾】 内蒙古菜。熟牛尾切段，去骨，码于碗内，加清汤、精盐、料酒、酱油、葱段、姜片，上屉蒸烂取出，拣去葱段、姜片，将牛尾倒扣盘内；原汁烧沸，加味精，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油，浇在牛尾上即成。

【香辣酥牛尾】 内蒙古菜。熟牛尾切段，去骨，用料酒、精盐调味后，沾匀一层面粉，再沾上用鸡蛋、面粉、猪油调成的酥糊，入油锅炸透即成。配花椒盐佐食。

【百花牛尾】 内蒙古菜。牛尾治净，切段，煮熟去骨。净鱼肉剁成茸，加鸡蛋清、精盐、料酒、淀粉等拌匀，瓤入牛尾去骨处，上屉蒸熟取出，再抹一层蛋泡糊，点缀上以芫荽叶、菠菜松、红黄蛋皮制成的花草，上屉稍蒸取出，装入盘中，浇上鲜咸味白汁即成。

【鱼茸牛蹄筋】 内蒙古菜。净鱼肉剁成茸，加调料、鸡蛋清搅匀。水发牛蹄筋改刀成条，入热汤中烫热捞出，用净布沾去表面的水分，逐条沾匀鱼茸，入八、九成热的汤中汆熟捞出。勺内放底油，用调料炝锅，投入主料，添鸡汤，加调味品烧沸，勾芡，淋明油即成。

【同心生结脯】 陕西菜。牛肉治净，淋硝水拌匀，腌至肉透，切成大块，顶刀切成片，再逐片用刀尖顺长在中间切一小孔（两头相连），然后两片一套打成结子。将打结的牛肉入油锅稍炸捞出，再投入开水锅中汆一下。炒锅留底油烧热，下葱、姜、陈皮、大茴香、花辣、大料、盐、料酒、酱油和肉汤烧沸，焖至肉熟，淋芝麻油，盛在花鼓葱的周围，中间堆放炒好的甜面酱即成。

【滑熘牛里脊】 陕西菜。牛里脊肉切成薄片，放入碗中，加精盐、料酒腌渍，再用鸡蛋清、淀粉上浆，入油锅划散，待色发白时倒入漏勺沥油。另起炒锅，下葱片稍加煸炒，即下玉兰片，加鲜肉汤、料酒、精盐、姜汁，汤沸，放入味精，用湿淀粉勾芡，然后放入滑好的牛肉片和青豆，颠翻均匀即成。

【芪枣牛肉】 陕西菜。黄牛筋腱肉治净，切块，凉水浸泡后，入油锅煸炒，烹入料酒、酱油，煸透，加水至沸，撇去血沫，肉块捞入凉水中洗净，沥干水分。大砂锅内添鸡汤、料酒，投入牛肉块、大枣和包有黄芪、葱、姜的纱布包，煨炖至牛肉酥烂时即成。

【明珠烧牛舌】 陕西菜。牛眼睛治净，切成两半，将里边的白色圆硬珠除去，再各切为两半；牛舌切成条；两种料一并入油锅略炸，捞出沥油；另起炒锅，投入葱、姜爆出香味，烹入料酒，加酱油、精盐、肉汤，烧沸，再下牛眼块、牛舌条，小火煨至汁减一半时，加味精、蒜苗段，用湿淀粉勾芡即成。

【茄汁牛舌】 陕西菜。卤牛舌切成片；炒锅注油烧热，投入葱、姜炸出香味，捞去葱、姜，下入番茄酱，加鸡清汤、精盐、味精、料酒，烧沸，将牛舌片整齐地放入锅内，移小火上煨制，待汤汁减少一半时用湿淀粉勾芡，淋入芝麻油，按原形扒入盘中即成。

【烧牛蹄筋】 陕西菜。牛蹄筋煮至八成熟，切成条，放入沸牛肉汤锅中煨一会，再入油锅过油，捞出倒入漏勺；另起炒锅，下蹄筋，加料酒、酱油、精盐、牛肉汤，用小火煨至汤汁浓稠、蹄筋烂透时，下玉兰片、木耳、蒜苗、味精，勾芡，淋明油，装盘，撒上白胡椒粉即成。

【枸杞牛冲羹】 陕西菜。牛冲治净，从中间有空处剪开，入沸水中汆透捞出，用刀刮去中间的白皮及外边筋膜，切去两端。砂锅内放清水、牛冲、葱、姜、料酒，煮至牛冲熟时捞出。切顶刀薄片，银耳发开，加水和冰糖上笼蒸熟。将银耳、牛冲连汤倒入锅内，加白糖，待锅开后，撇去浮沫，调好味，放入用开水发透的枸杞，开后倒

入碗内即成。

【红扒牛冲】 青海菜。鲜牛冲治净，入开水中煮熟后捞出，放凉水里洗净。铝锅添清水置火上，下入牛冲，随将以纱布包好的枸杞子、甘草、姜、葱、草果、大茴香等调料下入锅内，烧开后撇去浮沫，加胡椒粉、味精、盐、酱油，移文火上炖熟捞出，摆在碗里，加原汤上笼蒸烂，扣入盘内。炒锅加汤烧开，用湿淀粉勾芡，浇在牛冲上即成。

【贝母煨牛肉】 新疆菜。牛肋条肉切成象眼块，入开水中汆去血水。炒锅放少许油，投入碎冰糖，炒化呈黄色时，加肉汤、精盐、姜水、料酒和热水泡过的贝母，烧开，再下牛肉块，倒砂锅中用小火煨烂即成。

【扒小牛头】 江苏菜。小牛头两只，去毛，将皮烤至起白泡，刮洗净后，每只剖成3块。用葱、姜、料酒等调味，先炖后蒸，再放入调料，小火煨透，大火收汁，整齐装盘，以菜心围边即成。

【牛肚三位】 也称“肚三样”。安徽菜。熟牛肚尖、牛肚及百叶均切薄片，用淀粉浆拌，配以笋片、蒜段和红椒片，入油锅煸炒即成。

【肚三样】 即“牛肚三位”。

【牛蹄花】 安徽菜。熟牛蹄筋较粗的一端，交叉切成六瓣，用熟鸭油煸炒，加入烧牛肉的卤汁、笋片、青蒜、红椒及调料，红烧入味，再将经浆拌过的牛肉薄片投入，见成熟，勾薄芡，淋鸭油即成。

【炒沙茶牛肉】 福建菜。牛瘦嫩肉切薄片，用蛋清、料酒、白糖、酱油、味精、湿淀粉浆好，过油，然后放锅中，与芥蓝菜叶、沙茶辣、骨汤、酱油、味精、料酒、湿淀粉等芡料翻炒即成。

【当归牛腩】 福建菜。鲜牛腩煮后切块，与冬笋块、香菇片、蒜末、姜末、料酒、白糖、酱油、味精合炒，然后加入骨汤煮沸，再加当归焖熟。拣去当归，用湿淀粉勾芡即成。

【蚝油牛肉】 台湾菜。牛肉横切成细丝，用盐、料酒、酱油、淀粉抓匀；另用酱油、清水、蚝油、味精、糖及淀粉调成汁；小黄瓜切成滚刀块，热油略炒；在热油锅中将牛肉丝略加泡炸；然后再爆炒葱段、姜片，放入牛肉丝及小黄瓜、调味汁速炒，拌匀即成。

【茭瓜牛肉丝】 湖南菜。牛腿肉剔出筋膜，先片成大片，再横着肉纹切成细丝；茭白切丝；鲜红椒去瓤切丝；青蒜切成段。先将牛肉丝用酱油、料酒、精盐、湿淀粉抓匀上浆。然后入锅走油，随后倒入漏勺。锅内留油少许，将红椒、茭白丝煸炒，再放杂骨汤焖制片刻，即下牛肉丝、青蒜、味精，勾芡推转，出锅盛盘，淋芝麻油即成。

【红椒腊牛肉】 湖南菜。腊牛肉治净蒸熟，横着肉纹切成薄片；鲜红大辣椒切小片；青蒜切成段。先将红椒片下炒锅煸炒，扒至锅边，接着放入腊牛肉炒30秒，再与红椒片，加青蒜合炒，出锅装盘后，淋芝麻油即成。

【牛中三杰】 湖南菜。以发丝牛百页、红烧牛蹄筋、烩牛脑髓3种原料制成的组菜。一，发丝牛百页：牛百页去黑膜煮熟，切成细丝，佐以玉兰片丝、干红椒末、葱段、黄醋、精盐等调料，以茶油爆制即成，装盘时撒上红绿菜丝。二，红烧牛蹄筋：牛蹄筋治净，煮后切条，再入瓦钵内，加桂皮、料酒、酱油、精盐、葱结、姜片和水，先大火，后小火，煨至蹄筋软烂取出，去葱、姜、桂皮。白菜心入茶油锅煸熟，下牛蹄筋煸炒，加原汁烧开，勾芡，出锅盛盘即成。三，烩牛脑髓：牛脑髓洗去血斑，以热水浸泡，去皮衣，切片后用沸水烫过。炒锅加茶油，下姜片、香菇略煸炒，即放酱油、精盐、醋、牛清汤烧沸，加葱花、味精，勾芡，下牛脑髓推转，撒胡椒粉，淋芝麻油，出锅装盘即成。其中“发丝牛百页”是参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。

【蚝油牛肉】 广东菜。牛肉去筋膜，横切薄片，用浅色酱油、小苏打、干淀粉、清水、花生油拌匀，腌30分钟；先过油至九成熟，然后入锅同蒜茸、姜片、葱段炒制，烹料酒，用以蚝油、味精、酱油、芝麻油、胡椒粉和湿淀粉调成的芡汁勾芡，淋油，出锅盛盘即成。

【干煸牛腩】 广东菜。牛腩治净，煮至九成熟，切小块；烧锅下油，将蒜茸、姜块、豆酱爆出香味，下牛腩略煸，烹料酒，加二汤、深色酱油、浅色酱油、精盐、白糖、八角末、陈皮末，煮沸，转入砂锅，以小火焖至软烂，加胡椒粉，淋芝麻油即成。

【淮杞炖牛腰】 广东菜。淮山药、枸杞子、桂元肉治净，放入盅内；牛腰（牛小腿肌腱肉）汆片刻，洗净，横切成片；中火烧锅，下花生油、牛肉片，烹姜汁酒，炒匀，也放入盅内；依次再加姜、葱、沸水、精盐、料酒，上盖，入笼炖至软烂即成。食时去姜、葱。

【蛋茸牛肉羹】 广东菜。牛肉去筋膜，切片，以浅色酱油、小苏打、干淀粉、清水、花生油拌匀腌片刻，剁成麦粒状，汆至五成熟；中火起锅，下油，烹料酒，加二汤、精盐、味精、胡椒粉、芝麻油和牛肉粒，烧沸，用湿淀粉勾芡；端离火口，将鸡蛋液搅匀，徐徐冲入，顺同一方向边冲边搅，至成糊，加熟油即成。

【滑蛋牛肉】 广东菜。牛肉去净筋膜，横切成薄片，用浅色酱油、小苏打、干淀粉、花生油拌匀，腌30分钟，先过油至刚熟，然后与用鸡蛋液、精盐、胡椒粉、葱和油调成的蛋浆拌匀，再入锅加油续炒，在盘中摆成山形即成。

【沙茶涮牛肉】 广东菜。牛后腿肉去筋膜，横切薄片；沙茶酱、熟猪油、芝麻油、辣椒油、白糖粉拌匀成酱料，分作甲乙两碗。甲碗加二汤作佐料；乙碗加二汤，放入砂锅，加精盐，置炭炉上煮沸，下牛肉片、生菜，以拌制的酱料为佐涮食。

【爽口牛肉丸】 广东菜。牛大腿臀肉，去筋膜，切块，用铁锏剁成茸，加用清水、精盐、白糖、味精、湿淀粉调成的味料，挤成丸子，放入冷水盆中稍浸，再入沸水中煮熟即成。

【糟汁泡肫胱】 广东菜。牛双肫(牛胃蒂部)剥去外皮、筋膜,治净,剞人字花纹,切成块,清水浸后,抹干水分,用干淀粉拌匀,过油至九成熟;然后与爆香的姜米、葱米、蒜米同炒,烹料酒,用上汤、精盐、味精、芝麻油、胡椒粉、糟汁、湿淀粉调成芡汁勾芡即成。

【油炸卷筒牛】 广西菜。牛里脊肉切大薄片,用盐、味精、小苏打腌制,并沾蛋液;以牛肉片将火腿丝、香菇丝、笋丝、葱丝等包卷成筒状,上干淀粉,入油锅炸熟即成。配淮盐、唸汁佐食。

【五彩牛百页】 广西菜。牛百页治净,去黑衣,切小片,用姜、料酒、小苏打腌制;另以香菇、青椒、红椒、竹笋、蒸蛋切丝,与牛百页爆炒即成。因此菜黑、绿、红、白、黄相间,故名。

【软炸牛骨髓】 广西菜。牛骨髓除去网筋、血丝,以调料腌至入味后,滚熟,切成段,沾蛋粉浆,入油锅炸透即成。配椒盐佐食。

【锅贴煎牛脑】 广西菜。牛脑治净,蒸熟,切日字形厚片,撒上火腿末;猪肥肉切成片,用调料腌后,沾蛋粉浆,并贴芫荽叶;面包切成片,放在底层,依次加牛脑片、猪肥肉片,煎熟即成。

【水煮牛肉】 四川菜。黄牛腰柳肉,按横筋切长方形片,用盐、湿淀粉、醪糟汁码匀。锅内下郫县豆瓣酱煸至油呈红色时,下辣椒粉、姜米、蒜米煸出香味,再下青笋尖略炒,加料酒、鲜汤,然后下蒜苗,煮至断生时捞出沥干汁,盛窝盘内。肉片于锅内汤汁中滑散,起锅盛青笋、蒜苗上,再撒上用油煸后铡成碎末的干辣椒,最后淋沸油,撒花椒粉即成。

【原笼牛肉】 四川菜。黄牛肉去筋,横切成片,加熟米粉、调料拌匀,入小竹圆笼,用大火蒸熟后,撒上辣椒粉、花椒粉、葱花、芫荽即成。

【陈皮牛肉】 四川菜。净黄牛瘦肉,去浮皮,横切成片,码味浸渍,入油锅炸至进皮捞出。锅内留油适量,下干辣椒节、花椒,跑油,打起,锅内加入汤、调料,下牛肉,烧开后移小火收至汤汁快干时,下红油、陈皮、辣椒节等续收汁,至吐油起锅,冷却后装盘即成。

【毛牛肉】 四川菜。净黄牛瘦肉,去浮皮,顺纹路改大块,入锅煮至五成熟,捞起,冷却后顺纹路切成方形长条,再入汤锅内,加香料、调料、熟植物油,用小火慢收至牛肉条表面起"毛"、油质全渗入肉内、锅内水分全干时起锅,晾放于筲箕内,冷透后装盘即成。

【麻辣牛肉丝】 四川菜。净牛后腿肉(或筒筒肉),去尽浮皮,顺纹路改1厘米厚的大片,码味,逐片推开风干水分,入烘炉用微火脱水取出,上笼用旺火猛蒸,出笼冷却后撕成火柴棍大小的丝,再入油锅炸透,滗去余油,下麻辣调料炒匀起锅,冷却后装盘即成。

【干煸牛肉丝】 四川菜。黄牛里脊肉切二粗丝;芹菜切成节;姜切细丝;干辣椒切丝;豆瓣剁细。炒锅入熟菜油,下干辣椒丝炸过打起,下牛肉丝煸干水分,烹醪糟汁,加姜丝、豆瓣,煸至牛肉丝干酥时,下辣椒丝、芹菜节、调料,簸转起锅盛条盘中,撒上花椒粉即成。

【清炖牛肉汤】 四川菜。黄牛肉用清水浸漂后,入炖锅用小火炖,至七成烂取出,按横筋切大一字条;汤用纱布滤去杂质,放进牛肉续炖至烂。白萝卜去皮,切条,煮烂捞出,用牛肉汤煨起。装碗时用萝卜垫底,牛肉盖面,灌入原汤即成。配芝麻油、豆瓣佐食。

【蚂蚁上树】 四川菜。净牛肉去筋,剁碎,入炒锅煸酥打起。干粉条入油锅中炸泡捞起。锅内先煸剁细的豆瓣,再掺鲜汤,下调料、粉条、牛肉末,用中火烧至汁干入味时,加葱花和匀,起锅入盘即成。因肉末炒后颜色、大小皆似蚂蚁,且粘附在粉条上酷似蚂蚁上树,故名。

【烧牛头方】 四川菜。水牛脑顶皮烧后,去尽毛和粗皮,以清水煮烂取出,切成3厘米见方的块,用沸水汆几次,盛蒸碗内,加清汤、火腿片、姜、葱、料酒、糖汁、盐等,上笼蒸烂。炒锅下清汤、鲜菜心,入味,汤开捞出菜心。锅内下牛头方略烧,收汁起锅入圆盘中,周围镶菜心即成。

【毛肚火锅】 四川菜。水牛毛肚治净,切片;将牛肝、牛腰、黄牛背柳肉治净后切大薄片;牛脊髓治净;葱、青蒜苗洗理切断;时鲜菜(莲花白、芹黄、菠菜、豌豆苗均可)洗净后撕成长片。锅置中火上,加牛油烧至六成热,下豆瓣(剁细)煸酥,下姜米、辣椒粉、花椒炒香,加牛肉汤烧沸,倒砂锅中,再将砂锅置大火上,入料酒、豆豉(剁碎)、醪糟汁烧沸,撇去浮沫即成卤水,将卤水烧沸,置小炉灶上上桌。脊髓放入火锅中,其它荤素生菜分别盛小盘;盐、牛油盛小碟上桌,供食客备用;每一食客席位前各置味碟(芝麻油、鸡蛋清、味精),供蘸食所烫之菜。因以毛肚为主要原料,故名。

【夫妻肺片】 四川菜。黄牛肉、牛杂等入锅中煮熟,捞起晾凉,片成大而薄的片,拌上用卤水、辣椒油、花仁碎粒、芝麻面、花椒粉对成的味汁即成。因创制者系成都郭姓的夫妻俩,初以售肺片闻世,故名。

【清炖牛尾汤】 四川菜。鲜牛尾选用中段,除去残皮后治净,骨缝处进一刀,不切断,用清水漂尽血污。炖锅内加清水,下姜、料酒、牛尾,烧沸,撇去浮沫,改用小火炖,至七成烂时捞出。用纱布滤去汤中杂质,放进牛尾续炖至烂糯,起锅装大汤碗即成。配芝麻油、豆瓣佐食。

【涮羊肉】 北京菜。用羯羊的"上脑"、"小三岔"、"大三岔"、"磨裆"、"黄瓜条"等部位的肉,切成极薄片;白菜心切块;粉丝烫软、切短;以上各料分别装盘。另将豆腐乳卤、辣椒油、芝麻酱、酱油、料酒、腌韭菜花、卤虾油、米醋、糖蒜、葱花、芫荽末分别各盛一碗。以上均置餐桌上,端上已沸火锅、食者按喜好自行配好调料,夹羊肉片或白菜、粉丝入锅涮熟,配自调调料佐食。

【烤全羊】 内蒙古菜。选用1~2岁的白色优质羯

羊，宰杀后，用热水浇烫全身，乘热褪去毛，去内脏，洗净；在羊腹腔内、后腿、五叉等处扎些刀口，用葱、姜、精盐等腌入味，羊身外涂一层料酒、芝麻油，并用竹签或铁签将羊尾别向腹内；四肢和中部用带勾的铁链勾住，悬吊烤炉内，上盖，以泥封口，用木炭烤熟即成。

【整羊】 内蒙古菜。山羊宰杀，经控血、褪毛、除脏后，洗净，先用沸水焯过，再换水煮至断生，捞出砍成6块，按原形装盘即成。食时，以手撕肉，配调料或椒盐佐食。

【它似蜜】 北京菜。羊里脊肉切片，用酱油、料酒腌入味，再用湿淀粉拌匀，以温油滑熟。勺内留底油，放入滑熟的羊肉片，加白糖、酱油、姜汁、糖色、醋、料酒、湿淀粉等颠炒，淋芝麻油即成。

【羊肝排岔】 北京菜。羊肝切片，外裹油皮，入油锅炸呈金黄色时捞出，盛入盘中即成。配椒盐佐食。因形似排岔，故名。

【鸭条羊肉】 天津菜。煮熟的羊腰窝肉切成长条如鸭条状，加盐、料酒、羊汤蒸40分钟，放上焯过的山药块，扣入汤盘，倒入放有酱油、味精的高汤，撒芫荽叶即成。

【红扒肉松】 山西菜。羊后腿肉和羊膘窝油剁碎，加鸡蛋、粉面、姜末、葱末等拌成馅，把馅和蛋糊抹在蛋皮上，再用蛋皮盖上，切成块，入油锅炸透，摆在扣碗里，加鸡汤、葱段、姜片、蒜瓣、料酒、酱油、味精，上笼蒸熟取出，扣在汤盘里；原汤勾浓汁，浇在肉松上，即成。

【锅煽三样】 山西菜。煮熟的羊肉、鸡肉和鲜菇均切块，放炒勺内，加佐料稍炒，添鸡汤，用微火烤透，捞出，摊平，两面抹一层以蛋清、精粉制成的薄糊，再入炒瓢中煽熟，加肉汤、调料，勾流水芡，点明油即成。

【瓤白菜卷】 山西菜。羊里脊肉剁碎，加鸡蛋、粉面、酱油等制成馅，抹在白菜叶上，卷成卷，上笼蒸熟取出，切成段，摆入盘中；另用高汤加调料，沸后，勾米汤芡，浇在菜卷上即成。

【烩单天棚】 山西菜。将煮熟的羊嘴上颚切成细条，入沸水中汆透，再放入原汤锅中煮开，加味精、料酒、酱油煨至入味，勾米汤芡即成。

【烩圪抽】 山西菜。熟羊天灵盖切条，入沸水中汆透，放入原汤锅内，加味精、料酒、酱油，沸后，用湿淀粉勾芡即成。配芫荽、胡椒粉佐食。

【烤羊腿】 内蒙古菜。内蒙古参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。整羊后腿去皮、骨，在肉中扎些刀眼，用精盐搓透，加料酒、胡椒粉等腌至入味，放烤盘中，配以胡萝卜丝、芹菜段、西红柿等，浇上清汤卤汁，入烤箱中烤约4小时取出，刷芝麻油，切成片，码盘中即成。

【羊背子】 内蒙古菜。壮羊宰杀后，治净，去蹄、胸叉、血脖、头，卸下前腿（带四根肋条）、后腿，并将羊腿关节处筋膜割断，再折叠。羊头、前腿、后腿、羊背入沸水中煮至九成熟捞出，放大铜盘中。摆放时，羊身需整形，成爬卧式，羊头面向首席宾客。配精盐、葱糊、蒜糊、辣椒糊等佐食。

【手把羊肉】 内蒙古菜。膘肥体壮的小口齿羯羊，经宰杀、控血、褪毛、除脏后，去头、蹄及胸脯部腰窝肉，按部位卸成若干大块，用沸水焯透，再换水煮至断生捞出，装盘中即成。因食时用手拿，故名。

【鱼鳞羊】 也称“热坎羊”。内蒙古菜。羊里脊肉或腱子肉煮熟捞出，切成小片，置盘内摆成鱼鳞形，上笼蒸透即成。配芫荽末、调料汁佐食。

【热坎羊】 即“鱼鳞羊”。

【纸裹羊】 内蒙古菜。瘦羊肉、鸡肉均切成小丁，与海米同放锅内，加葱末、精盐、味精炒熟，冷却后，分成12份，每份用玻璃纸包成长方形，入油锅炸熟，码在盘中即成。

【灯碗羊肉】 内蒙古菜。嫩羊腱子肉切成薄片。炒勺内加油烧热，用葱末、姜末炝锅，放入羊肉片煸至变色，烹入料酒、酱油，加味精、芝麻油等，迅速烹炒即成。因羊腱肉加热后呈灯碗状，故名。

【麻仁羊肉】 内蒙古菜。羊瘦肉切小块，用淀粉糊拌匀，入油锅炸至表皮发脆时捞出。勺内加油和白糖，炒成糖浆，下炸过的羊肉块翻匀，装入盘中即成。

【瓤炸甜羊】 内蒙古菜。羊肉剁成泥，加鸡蛋液、湿淀粉和熟碎核桃仁拌匀，挤成小丸子，入油锅炸酥捞出，装盘中，撒上白糖即成。

【拔丝羊肉片】 内蒙古菜。羊肉片成长片，挂全蛋糊，入油锅炸成金黄色至熟捞出，沥油。勺内留底油，加白糖炒成糖浆，倒入炸好的肉片，经拔丝即成。

【金钱羊肉】 内蒙古菜。羊里脊肉剁成茸，加鸡蛋、淀粉、料酒、精盐等，搅匀，挤成荔枝大小的丸子，压扁成小饼状，上面分别用4个大海米摆成金钱形状，上屉蒸熟取出，浇上以清汤、料酒、精盐、味精、湿淀粉制成的白汁即成。

【白酥羊肉】 内蒙古菜。羊里脊肉剁成茸，加鸡蛋清、精盐、料酒等，拌匀，沾干淀粉，拍成薄饼状，两面挂匀蛋泡糊，入油锅炸成淡黄色至透捞出，切成一字条，按原形装盘。勺内加清汤，用精盐、味精等调好味，沸后，以湿淀粉勾芡，淋明油，浇在肉饼上即成。

【清烹羊肉片】 内蒙古菜。瘦羊肉切成片，入沸水中焯熟捞出，用冷水浸凉，沥水，挂淀粉糊，入油锅炸焦捞出。勺内加底油，用葱末、姜末炝锅，加入炸好的羊肉片，烹入以鸡汤、酱油、料酒、白糖、味精、芝麻油等调成的清汁，翻拌均匀即成。

【清酥羊肉】 内蒙古菜。带皮羊腰窝肉皮面朝下，将羊肉里部切碎。用鸡蛋液、姜末、葱末、芝麻油、盐水搅打成糊，浇在羊肉的缝隙里，上笼蒸熟取出，晾凉，改成象眼块，再上笼蒸熟取出，装入盘中，浇上清汁，淋芝麻油，撒芫荽即成。

【麻辣羊】 内蒙古菜。熟羊肉片入油锅略炸一下捞

出。勺内留底油，用辣椒、葱花炝锅，放入肉片，烹入醋，加酱油、味精、鲜汤、花椒粉，烧至汤汁将尽时，翻炒几下，淋芝麻油即成。

【汆羊肉】 内蒙古菜。瘦羊肉切成薄片，用清水浸泡出血质。勺内加鸡汤，烧沸，放入羊肉片汆熟，撇去浮沫，加精盐、味精、胡椒粉、芝麻油即成。配芫荽末佐食。

【雷蘑羊】 内蒙古菜。羊里脊肉切成丝，取一半制熟，与另一半生肉丝掺合，加葱末、姜末、料酒、精盐、鸡蛋清、淀粉，调匀，制成扁圆形小丸子，沾匀干面粉，挂蛋泡糊，糊上以蛋松、菠菜末等点缀，入油锅炸成淡黄色至熟即成。配椒盐佐食。

【金桶羊】 内蒙古菜。羊肉剁成茸，加葱末、姜末、料酒、精盐、味精、鸡蛋液、淀粉，搅匀，包入鸡蛋皮内，制成4厘米长、拇指粗的段，两端沾上干淀粉，挂层薄糊，入油锅炸成金黄色至熟即成。配椒盐佐食。

【菜包羊】 内蒙古菜。羊里脊肉切丝，加葱丝、姜丝、料酒、精盐、味精等，拌入味，用烫过的绿菜叶包成长方形，拍一层干淀粉，再挂蛋泡糊，用温白油炸熟即成。配椒盐佐食。

【雪桃羊肉】 内蒙古菜。羊里脊肉切成抹刀片，加调料腌渍后，沾面粉，挂蛋泡糊，入油锅炸熟捞出。炒勺内加鸡汤，下油菜段、豌豆、料酒、精盐、味精，放入羊肉片煨入味，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油即成。

【锅烧羊腿】 内蒙古菜。带骨羊腿放汤中，加葱、姜、料酒、精盐等调料，煮熟捞出，表面抹层甜粉酱，再复一层全蛋糊，入油锅炸熟捞出，将羊腿去骨切条，并放在剔掉的腿骨上即成。配佐料碟而食。

【铛炮羊肉】 内蒙古菜。羊肉切成薄片，放在烧热的炮铛上，与芝麻油、葱丝、姜末、蒜末、醋、料酒、酱油及卤虾油同炒，至汁干、肉熟时即成。

【烤羊方子】 内蒙古菜。带肋肢的羊腰窝肉煮至五、六成熟后捞出，用酱油、料酒抹匀表面，再撒匀一层椒盐末，然后抹蛋粉糊，风干后，勾起，入烤炉中烤熟取出，片成薄片即成。（羊腰窝肉如不带肋肢，可用铁筷子穿上烤制。）

【烤羊五叉】 内蒙古菜。羊后叉肉治净，煮六、七成熟后捞出，用醋、料酒、酱油等腌至入味，再用铁叉将肉扎满孔，撒上五香粉、粗盐，用手揉搓。然后，用鸡蛋清、面粉制成的糊抹在上面，风干后，勾起，挂烤炉内烤熟即成。

【奶油羊扒】 内蒙古菜。干细粉丝入油锅炸后，装入盘中。羊肉切合页片，挂以酵面、苏打、面粉、淀粉、奶油、水调制的酥糊，入油锅炸熟捞出，码在盘内粉丝上。勺内加鸡汤，下葱末、姜末、蒜末、味精、精盐、白糖等，制成白汁，淋奶油，浇在羊肉上即成。

【棉桃羊腐】 内蒙古菜。羊里脊肉剁成茸，加料酒、精盐、鸡蛋、淀粉，拌匀，挤成小丸子，挂蛋泡糊，入油锅炸熟捞出，装盘中即成。配椒盐佐食。

【玫瑰羊】 内蒙古菜。瘦羊肉切成顶刀片；水发木耳洗净，蘸糊后，沾在肉片上，再抹上蛋泡糊，上面用菠菜末、蛋松点缀一下，上屉蒸熟取出，浇上以鸡汤、精盐、味精、淀粉制成的白汁即成。

【炸五香羊肉】 内蒙古菜。羊肉切块，先用沸水焯透捞出，洗净血沫，再放入加有五香调料的滚汤锅里，煮至熟透捞出，晾干水分，再投入热油锅中炸呈深黄色时捞出，改刀后装盘即成。

【西葫芦烧羊肉】 内蒙古菜。羊肉切成片；西葫芦去皮、瓤，切成片。炒锅内放底油烧热，放入羊肉片和西葫芦片煸炒，烹入酱油、料酒，加鸡汤、味精，煨烧至羊肉片和西葫芦片入味而烂时，用湿淀粉勾芡，淋明油即成。

【糖醋羊胸脊】 内蒙古菜。羊胸带骨肉剁成小块，入油锅炸后，另置炒锅内，加羊汤和花椒、酱油、醋、白糖煮沸，再移小火上煨至汤汁将尽、羊肉块酥烂时即成。

【干崩羊肉丝】 内蒙古菜。羊里脊肉切成细丝。勺内加底油烧热，下葱丝、姜丝、羊肉丝一起煸炒，加料酒、酱油、味精、芝麻油等料，至羊肉丝外酥里嫩、水分散尽时，出锅盛盘中即成。

【黄花羊肉丝】 内蒙古菜。瘦羊肉切成丝，用鸡蛋清、淀粉上浆，入油锅滑熟，再用鸡汤、精盐、味精、湿淀粉调成的白汁熘熟，盛入盘中。另用鸡蛋皮卷入调好味的羊肉馅，两端沾蛋泡糊，入油锅炸熟，码在羊肉丝的周围即成。

【炸桂花羊肉】 内蒙古菜。瘦羊肉切成铜钱片，用料酒、盐水、姜水腌渍，再用鸡蛋液、干淀粉抓匀，逐片下油锅炸成金黄色即成。配糖醋汁或椒盐佐食。

【羊扎丝】 内蒙古菜。熟瘦羊肉切丝，装盘，拌以蒜茸、辣椒油、酱油、味精、芝麻油即成。

【熏手把羊肉】 内蒙古菜。鲜羊肉切成块，用沸水焯透，放入汤锅中，加葱段、姜块、料酒、精盐、花椒、大料等煮熟捞出，拭干肉面上的水分，放熏架上，加盖，慢火以糖熏制即成。

【泼酥羊里脊】 内蒙古菜。羊里脊肉片成大片，两面剞上花刀，再切成条，用料酒、精盐等腌入味，沾层面粉，挂酥糊，入油锅炸呈金黄色时捞出，装盘中。勺内留底油，下番茄酱炒透，以水澥开，用白糖、精盐调好口味，浇在炸好的羊里脊肉片上即成。

【瓤煎一品羊】 内蒙古菜。羊肉剁成茸，加鸡蛋黄、淀粉、葱末、姜末、精盐、料酒，拌匀成馅。海参、鸡肉、虾肉、冬菇、冬笋均切细末，加葱末、姜末、料酒、味精、精盐等拌匀，成什锦馅。用羊肉馅包什锦馅，做成一个大丸子，再压成大圆饼，入油锅煎至两面呈金黄色时，加汤和调料，用慢火煨透即成。

【果仁羊】 内蒙古菜。酱羊肉切成抹刀厚片。取一半蛋泡糊摊放在平盘中，上摆羊肉片，再盖另一半蛋泡糊。酱花生米去皮，压成豆瓣大小，沾在蛋泡糊上面，遂

推入温油锅中炸熟捞出，切成象眼块，装入盘中即成。配椒盐佐食。

【奶汁羊腐】 内蒙古菜。羊里脊肉剁成茸，加鸡蛋清、料酒、精盐、味精、淀粉，拌匀成馅，放入沸水中汆成椭圆形小丸子，熟后，捞出装盘。勺内加牛奶，用精盐调好口味，沸后，用湿淀粉勾芡，浇在肉丸上即成。

【羊肉干】 内蒙古菜。将秋末冬初宰杀的羊，取肉割成条，挂在阴凉通风处，经冷冻、风干成肉干后，储存保管备用。食时不经烹调和熟制。可在饮奶茶、奶食时同食；又可捣碎，加调料做馅制品。（风干时，避免流掉血水，否则肉质干硬。）

【金鱼戏珠】 内蒙古菜。羊里脊肉剁成茸，经调味后，一部分制成 12 个金鱼形，上屉蒸熟，另一部分汆成小丸子捞出，放在盘的中间。将蒸熟的金鱼摆在丸子周围，浇上以鸡汤、料酒、精盐、味精、淀粉制成的白汁即成。

【全羊汤】 也称“杂碎汤”。内蒙古菜。羊心、肺、肚、肠、腰子、肝、血等料均切成薄片，放入羊肉汤内，加葱末、姜末、酱油、精盐、味精，烧沸，盛入碗内，撒上芫荽末、胡椒粉即成。

【杂碎汤】 即“全羊汤”。

【烧千里风】 内蒙古菜。熟羊耳切成条。勺内加底油烧热，用葱末、姜末、蒜末炝锅，下入料酒、酱油、鸡汤、味精、胡椒粉等，沸后，放入羊耳条稍煨，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油即成。

【烩明珠】 内蒙古菜。熟羊眼切成薄片。勺内加底油烧热，下葱末、姜末、料酒、酱油炝出香味，去掉葱、姜，放入清汤，下入羊眼片，用精盐、胡椒粉、味精调味，沸后，以湿淀粉勾成米汤芡，撒芫荽末，淋芝麻油即成。

【扒山虎】 内蒙古菜。羊蹄治净，煮熟，取出大骨头，劈成两瓣。炒勺置火上，炝锅后，烹入醋，加酱油、盐水、甜粉酱、鸡汤，放入羊蹄，慢火煨至入味，用湿淀粉勾薄芡，淋花椒油，撒芫荽末即成。

【虾籽扒两样】 内蒙古菜。涨发的羊蹄筋和经加工的散蛋均切成长条，入沸水中焯透。勺内加底油，用葱末、姜末炝锅，添入鸡汤，用精盐、味精调味，放入羊蹄筋和散蛋煨透，再放虾籽稍煨，用湿淀粉勾芡，淋明油，盛入盘中即成。

【扒发菜蹄筋】 内蒙古菜。内蒙古参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。发菜、羊蹄筋泡发后，再分别入沸水中焯透，然后用鸡汤、料酒、精盐、味精等煨至入味，用湿淀粉勾芡，淋明油，盛入盘中即成。

【人参蹄筋】 内蒙古菜。羊蹄筋经油发后，顺长破开，刀口处抹匀经调味的鱼茸，整齐码于碗内，浇清汤，撒精盐、味精，上笼蒸熟取出，鱼茸面朝上倒扣盘里；勺内添清汤，用料酒、精盐、味精调好味，沸后，用湿淀粉勾成薄芡，淋明油，浇在人参蹄筋上即成。

【烩银丝】 内蒙古菜。熟羊肚、水发口蘑均切细丝，入沸水中焯透。勺内加清汤，用料酒、精盐、味精调味，沸后，下入羊肚丝和口蘑丝，用湿淀粉勾成薄芡，淋芝麻油，撒胡椒粉即成。配芫荽段佐食。

【炸羊尾】 内蒙古菜。内蒙古参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。羊尾治净，剁碎，加白糖、果脯、麻仁、京糕、香粉等，拌匀，团成扁圆形馅心，外裹蛋泡糊，入盛有猪白油的锅中炸熟即成。

【玉珠羊尾】 内蒙古菜。熟羊尾切片，码碗内，加葱段、姜片、大料、鸡汤、料酒、精盐等，上笼蒸熟。羊里脊肉剁成茸，加调料制成馅，挤成小丸子，入沸水中汆熟。蒸好的羊尾倒扣盘中；原汁烧沸，调好口味，用湿淀粉勾芡，浇在上面。羊肉丸子围羊尾一圈，再浇上以清汤、精盐、味精、湿淀粉勾成的白汁即成。

【羊尾酥肉】 内蒙古菜。羊尾治净，切成长形片；羊肉剁成泥。用羊尾卷羊肉泥，制成手指粗的小段，沾匀干淀粉，挂蛋泡糊，入油锅炸成淡黄色至熟捞出。勺内放糖，熬成糖浆，下肉卷，撒青红丝，经拔丝即成。

【蜜汁羊尾糕】 内蒙古菜。熟羊尾、果脯切成豌豆大小的丁；鸡蛋清打成蛋泡糊，加面粉、淀粉搅匀。勺内加油烧热，先倒入一半蛋泡糊，上面撒上羊尾、果脯丁，再倒另一半蛋泡糊，煎成糕后入油锅炸成淡黄色捞出。炒勺内加清水、蜂蜜、白糖，再下已炸好的羊尾糕，小火煨至汁浓，盛入盘中即成。

【拔丝羊尾】 内蒙古菜。熟羊尾切成小条，沾匀干面粉，再用淀粉和盐水调成的糊拌匀，入油锅炸成金黄色至熟捞出。另用勺加油和糖，炒成糖浆，下入炸好的羊尾条，经拔丝即成。

【手把肉】 黑龙江菜。将鲜嫩带骨的羊肋条肉加调料，放入锅内煮熟。羊肉聚缩，一端露出骨把，盛在大盘内，用酱油、白糖、味精等调料制汁，浇在肉上即成。因食时在骨把上套以花彩纸筒，用手拿食，故名。

【清蒸羊肉】 陕西菜。羊肉入沸水锅中，下入花椒、葱段、姜块，煮至肉烂捞出，原汁盛于盆中，对入清水、鸡血，再倒入汤锅，烧至微沸制成肉清汤；羊肉切成条，装蒸碗中，加入原汁，放入葱段、姜块、精盐，上笼蒸熟，滗出原汁，扣入汤碗中；汤碗内放入羊肉清汤，加精盐、白胡椒粉、姜末，烧沸，下味精、芫荽末，浇入汤碗即成。

【红烧鲜】 陕西菜。羊后腿肉入沸水锅汆后，放入砂锅，加葱、姜、精盐、料酒和调料，炖熟切成块；鱼剖成两片后，切瓦块形，入油锅炸至鱼皮紧缩。炒锅内下入葱、姜等料炸出香味，烹入醋，加酱油、羊肉汤、羊肉块、鱼肉块、料酒煨烹，勾芡，淋明油即成。因用鱼、羊肉合烹，故名。

【炒羊羔】 陕西菜。羊羔肋条肉带骨剁成块，投入热锅内煸炒，加酱油、精盐、鸡清汤，用小火煨至肉能离骨时，放入味精，勾流水芡即成。

【炸芝麻羊肉】 陕西菜。羊磨裆肉剁碎，砸成细茸，用清水将肉调开，放入鸡蛋清、淀粉、料酒、味精搅成粘

糊状，将羊肉糊抹在切成片的咸面包上，撒上芝麻，放入油锅，炸至面包片焦黄时捞出，切成条装盘即成。

【糯米羊肉】 陕西菜。去骨羊肋条肉切成条，糯米用热水泡至米心开；羊肉条、糯米放于盆中，加葱段、姜块、甜面酱、五香粉、酱油、精盐，搅匀渍后，将肉条拣出，装入蒸碗，糯米装在肉条上面，上笼蒸熟，扣入盘中即成。

【麻辣羊肚】 陕西菜。生羊肝片成片，放碗中，加入葱段、姜块、花椒面、胡椒粉、精盐、酱油，拌渍后，拣去葱、姜，放入湿淀粉，抓匀挂糊，入油锅炸至深黄色时捞出，装盘，撒上花椒盐即成。

【洁妍未脆】 陕西菜。羊耳治净，用沸水煮熟，剥去外皮，留下脆骨。青鱼肉砸成茸，取小碟一只抹一层猪油，用鱼茸和耳脆骨瓤成荷花状，中间放上青豆，用黄蛋糕茸做成莲蓬，上笼蒸透取出。汤锅添入鸡清汤，下海参片、鱿鱼片等配料，加盐、味精、料酒，锅开撇去浮沫，倒入大汤碗内，将呈荷花状的鱼茸和耳脆骨推入即成。

【煳羊肉】 甘肃菜。选用羯羊胸或后腿去骨肉，焯水，另锅放花椒、小茴香、姜皮、三奈、草果等调料，小火煮制，九成熟时出锅切片，扣入碗内加原汤，佐以葱段、花椒、姜片、盐、味精，上笼蒸透，配木耳、黄花，勾薄芡，淋芝麻油，撒芫荽、蒜苗即成。

【蒜泥羊肝】 甘肃菜。羯羊肝治净焯水。另锅加水，投入姜皮、花椒、三奈、小茴香等调料，佐以盐、白糖，煮沸，放入羊肝，离火浸泡入味，切片摆盘，黄瓜垫底，上浇蒜茸汁、醋，调酱，撒姜末、芫荽即成。

【烤全羊(羔)】 ①甘肃菜。挂炉烤，羊羔宰后经60℃水烫刮毛，再入80℃水中烫一下捞出，在皮上涂白酱油，再将花椒、胡椒熬成水，抹于腹腔里，以铁棍撑开腹腔，用两个铁钩勾住两条后腿，入炉烤约1小时。再以熟猪油分两次抹于羊皮上，下炉至金黄色时，出炉装盘。吃时切片，配薄饼或荷叶饼、烧饼，以葱段、面酱(拌入白糖)、虾酱、芫荽及料酒、酱油、胡椒粉、芝麻调食。②新疆菜。维语称"吐鲁尔卡瓦甫"。选2岁以下的肥羊，去头、蹄、内脏，外涂以鸡蛋液、精白面粉、姜黄拌和的糊，入馕坑(维吾尔族烤制面食的专用炉)焖烤1.5小时左右，出炉即成。吃时用刀切块，上撒精盐。

【河西羊羔肉】 甘肃菜。带骨羊羔肉治净，剁成3厘米方块，加酱油、料酒腌10分钟。锅内加油烧至六成热时，下肉块炸黄捞出(煸至上色也可)。另用砂锅下炸过的肉块，加水淹过肉，下盐、酱油、姜、葱和香料包(花椒、桂子、沙姜)，大火烧开，移中火加盖焖30分钟即成。配胡椒粉佐食。

【河西酥羊】 甘肃菜。3岁羯羊前腱肘肉一副，剔骨，漂洗净，煮沸打血沫，三成熟时捞出，晾凉，改刀成10厘米大方块，装入大碗，加葱、姜、草果、蒜、酱油、料酒、盐，浇入羊肉汤，蒸20分钟。鸡蛋打入碗，加芡粉、面粉、熟猪油搅成糊。另起猪油锅，羊肉逐块挂糊炸至金黄色时，改刀成条，放入盘内即成。配甜面酱、椒盐、芫荽佐食。

【陇西腊羊肉】 甘肃菜。羊肉治净，沥干，用腰油沾红曲抹于肉上；用羊骨垫于锅底，加卤汤(淹没肉)，大火烧开，下入香料包(花椒、姜片、桂皮、桂籽、丁香)和草果，水沸一阵改小火。至肉烂捞置案上，抽去肋骨，于肉皮上擦上芝麻油即成。

【西夏石烤羊】 甘肃菜。去骨羊肉治净，切为薄片；祁连山石板一块于炭火上烧热，擦油，将肉贴上，扣一瓦盆；调味香料研碎，加盐、料酒拌匀，在羊肉每烤7～10分钟时，将调味料撒于肉上，至肉呈金黄色时，装盘即成。乘热供食。

【蘑菇炖羊肉】 甘肃菜。草原所产蘑菇，配羊胸脯肉(切3.5厘米方块)，起砂锅同炖至酥烂即成。炖时加香料(花椒、小茴、鲜姜、三奈、草果、大茴等)和调味料，吃时洒蒜花、芫荽，淋芝麻油。此为甘肃南部"草原三珍"之一。

【夏河蹄筋】 甘肃菜。油发羊蹄筋在清水中刮洗净后，切成3厘米长，整齐地码在碗中，加盐和其它调料，浇鸡汤，上笼蒸约20分钟，去汤翻扣盘中。木耳、玉兰片治净，玉兰片、木耳撕碎，黄花改刀成小段；葱切段，蒜切片，姜切末。炒勺置火上，加清水，下葱、姜、蒜，加鸡汤，下木耳、黄花、玉兰片，烧沸后撇沫，加味精，勾芡，浇入蹄筋盘内，淋芝麻油即成。

【人参羊筋】 青海菜。青海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。发好的羊蹄筋顺长片平，放锅内，加高汤、盐、料酒和葱、姜煨30分钟捞出，挤干水分；鸡脯肉、肥膘肉砸成细茸，加蛋清、盐、料酒，搅成鸡茸，抹在羊蹄筋上面，插上芫荽叶成人参形状，放盘内，上笼蒸3分钟取出。用葱花炝锅，加清汤、盐、味精、料酒、胡椒粉，用湿淀粉勾成薄芡，浇在羊蹄筋上即成。

【羊肺炒干攒】 青海菜。羊肺煮熟，切成丝，下汤锅中煮30分钟取出，倒入炒锅内，加花椒粉、姜丝、料酒、盐、酱油，炒好装盘；炒锅留底油，下熟肥肉煸炒，加粉条、韭菜、盐、味精，炒一会盖在羊肺上即成。

【羊肺胡辣汤】 青海菜。羊肺煮熟捞出，片成片后切细丝，再入汤中煮30分钟捞出。锅中加高汤，下羊肺丝、萝卜丝、粉丝、肥肉丝、韭菜、酱油烩制，勾粉芡，淋芝麻油即成。

【琵琶羊筋】 青海菜。发好的羊蹄筋顺长劈成两半；鸡脯肉、肥膘肉剁成细茸，加盐、味精、葱姜汁搅成鸡茸子；木耳、菠菜、红辣椒、蛋黄饼均切成细丝。羊蹄筋抹上鸡茸，用上面的丝摆四条线成琵琶弦形，上笼蒸熟取出，扣入盘中，浇上对好、烧热的米汤芡即成。

【带泡生烧肉】 新疆菜。新疆参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。羊腿肉去筋膜，片成薄片，用料酒、精盐、姜片、葱节、胡椒粉等腌渍。鸡蛋清抽打起泡，加干

淀粉和少许精面粉、芝麻油搅匀成糊。肉片逐片裹蛋糊，入七成热的油中炸至起泡捞出，复炸一遍，待呈金黄色时捞出，上撒椒盐即成。

【桃仁肉卷】 新疆菜。新疆参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。羊里脊肉片成薄片，加精盐、料酒腌渍片刻。核桃仁去皮，入油锅炸脆。用腌渍好的肉片包核桃仁（每片肉包一块），裹蛋清糊，入油锅炸至微黄色时捞出装盘，上浇用鸡汤、精盐、味精、料酒、湿淀粉对成的咸鲜汁即成。

【烀羊肉】 新疆菜。选去骨羊肋条肉，将皮面烤煳，刮洗干净。将烤过的一面入勺煎黄，再在煎过的一面剞花刀，置碗中，上放姜片、茴香、蒜瓣、葱段，加入调好精盐、酱油的肉汤，入笼蒸至肉烂取出，去调料，滗出汤，扣盘中，原汤勾芡烧熟，浇肉上即成。

【白扒羊肋】 新疆菜。去骨熟羊肋条肉切成片。碗中放葱、姜、茴香等调料，上摆羊肉片，撒盐后加适量的肉汤，入笼蒸至肉烂取出，滗汤，去调料，扣入盘中，再将原汁加味精等调好口味，淋芝麻油，浇在肉上即成。

【挂卤肉】 新疆菜。熟羊肉切成厚片，加鸡蛋液、花椒粉、精盐、湿淀粉拌匀，入油锅拨散，炸至金黄色时，沥去油，装盘，将葱、蒜、木耳、玉兰片下炒锅稍炒，加肉汤，调以酱油、味精、精盐、胡椒粉、鸡蛋液、湿淀粉等制成的卤汁，淋明油，浇肉上即成。

【锅烧羊肉】 新疆菜。去骨熟羊肋条肉切条，上撒少许花椒盐，加鸡蛋液、湿淀粉、干面粉，拌匀，置盘中压平，平推入油锅中炸至结成块，两面呈黄色时捞出，剁成菱形块装盘，上撒椒盐即成。

【菊花羊腿】 新疆菜。羊后腿（去骨）削去边角，剞菱形花刀，将精盐、姜片、花椒、料酒均匀地抹在羊腿上，上放葱段，腌渍约2小时后入笼蒸烂取出，再抹鸡蛋液、湿淀粉、精面粉调成的糊，入油炸至两面呈金黄色时即成。因羊腿肉呈菊花瓣状，故名。

【库尔达克】 新疆菜。连骨羊肉切块，加清水煮熟，撇去浮沫，加卡玛古（新疆的一种大头萝卜）或胡萝卜块，继续炖至肉烂，调精盐、味精和元葱末，稍煮，撒胡椒粉少许即成。

【醋喷肉】 新疆菜。去骨熟羊肋条肉切块，加精盐、湿淀粉，拌匀，入油锅炸至呈黄色时捞出。将辣椒丝和葱丝下锅中稍炒，倒入羊肉块颠炒几下，再泼入用精盐、酱油、花椒粉、湿淀粉调成的滋汁，烧熟后，喷醋出锅即成。

【大炒里脊】 新疆菜。羊里脊肉切片，一面改花刀，加鸡蛋液、精盐、味精、酱油、姜水、花椒水、湿淀粉等，拌匀，过油后捞出。葱、蒜、木耳、玉兰片下锅稍炒，倒入肉片合炒片刻，烹入少许陈醋出锅即成。

【假鸡片】 新疆菜。羊里脊肉切薄片，漂净血水，挤干，加精盐、鸡蛋清、湿淀粉，拌匀，入油锅中拨散，呈白色时沥去油。炒勺放底油，下玉兰片、葱末、蒜末，稍炒，再调以精盐、味精、高汤、胡椒粉、湿淀粉对成的滋汁，随后倒入肉片颠翻几下即成。因肉白鲜嫩似鸡片，故名。

【椒香肉饼】 新疆菜。将羊肉剁成茸，加鸡蛋液、花椒粉、湿淀粉、精盐，拌匀，团成丸子，压扁，煎至两面呈黄色时，加少许肉汤、精盐、味精，烧开，再移小火烧至汁干，出锅盛盘。锅内放清油烧热，下葱段、花椒粒炸出香味，去葱、花椒，将油浇在肉饼上即成。

【炮仗肉】 新疆菜。羊肉剁成茸，加葱末，精盐、花椒水，拌匀成馅。肉馅置抹好湿淀粉的鸡蛋皮上，拢成拇指粗的长条后，用蛋皮包成蛋卷，再剁成5厘米长的段，一端插入一根粉丝，入油锅炸至漂起，捞出摆盘中。葱、蒜、黄花菜、木耳入锅稍炒，加肉汤，调以精盐、味精、酱油、湿淀粉等，烧熟，浇在蛋卷上即成。因形似"炮仗"（鞭炮），故名。

【清汤夹沙】 新疆菜。羊肉剁茸，加葱、味精、精盐、花椒粉，拌匀成馅，均匀地铺在抹有湿淀粉的半块鸡蛋皮上，，另半块蛋皮覆盖在肉馅上，轻轻压紧，快刀切成菱形块，入烧开的清汤中汆至漂起，汤中加精盐、味精，调好味，撒胡椒粉即成。

【蜜汁丸子】 新疆菜。羊肉剁成茸，加鸡蛋液、湿淀粉，拌匀，挤成丸子，一一压扁，包入用核桃仁、白糖、蜂蜜捣烂和成的馅，团成丸子，裹以鸡蛋清、湿淀粉调成的糊，入油中炸至丸子漂起，捞出装盘，浇以蜂蜜、湿淀粉烧成的蜜汁，上撒青红丝即成。

【喇嘛丸子】 也称"穿袍丸子"。新疆菜。羊肉剁碎，加葱末、花椒粉、精盐、湿淀粉，拌匀成馅，团成丸子，逐个裹以鸡蛋黄、湿淀粉调成的糊，入油锅炸至色黄时捞出，浇以玉兰片、菠菜、葱、蒜、精盐、味精、湿淀粉烧成的卤汁即成。因色黄酷似喇嘛的袈裟，故名。

【穿袍丸子】 即"喇嘛丸子"。

【鹿尾腰子】 新疆菜。羊腰切丝，与玉兰片丝、葱丝、精盐、味精、花椒粉等调味品炒熟成馅，以烫软的羊网油包成长条，用湿淀粉封口，入油锅炸至金黄色时，捞出切段，上浇葱、蒜、木耳、精盐、味精、花椒粉、湿淀粉烧成的卤汁即成。因形似梅花鹿尾，故名。

【凤尾油】 新疆菜。羊尾油切成长方形薄片，一端横切成丝，另一端卷入豆沙馅，裹以鸡蛋清、湿淀粉搅成的糊，入油锅炸至发白漂起时，捞出装盘，上撒绵白糖、青红丝即成。因形似凤尾，故名。

【蛋包羊筋】 新疆菜。将泡发好的羊筋切成段，用开水汆去膻味，沥干水，拌以精盐、味精，腌渍片刻，逐段裹蛋粉糊入油锅炸呈金黄色时，捞出置盘中，上撒椒盐即成。

【红烧羊筋】 新疆菜。将泡发好的羊筋，切段后直劈两半，加精盐、味精、花椒粉、酱油、湿淀粉，拌匀，入油锅炸至棕红色时，滗去油，下葱、蒜、木耳、菠菜，稍炒，加调以酱油、精盐、味精、胡椒粉、湿淀粉的肉汤，烧至

汁浓入味时，淋花椒油即成。

【烀羊蹄】 新疆菜。去骨熟羊蹄装碗，加肉汤、味精、精盐、酱油、花椒粉、葱、蒜等，入笼，用大火蒸30分钟左右，滗出汤汁，扣汤盘中。炒勺放油，下葱丝、蒜片、玉兰片、木耳，稍炒，加肉汤，调以精盐、味精、酱油、胡椒粉、湿淀粉等，烧浓，浇在羊蹄上即成。

【羊方藏鱼】 江苏菜。羊肉用白酒、精盐擦匀，下花椒、葱、姜，拌匀腌渍6小时，入沸水中焯透。将鲫鱼治净，剞花刀，沸水焯透，抹少许盐、料酒。羊肉方块侧面平刀批缝，将鱼藏入，入锅中，加清水、盐、料酒、姜、葱、花椒，烧沸，去浮沫，加盖，移小火炖至酥烂，装盘时，淋芝麻油即成。

【靖江羊糕】 江苏菜。带皮羊肉和猪皮治净，焯透，用酱油、糖、料酒、葱、姜、胡萝卜加清水烧至酥烂。取出羊皮、猪皮。羊肉汤去沉渣。将羊皮铺盘中，羊肉撕条置上，另以猪皮斩末入汤煮溶，浇在羊肉上，冻后切块成羊糕即成。配辣椒酱佐食。

【三鲜羊肉锅】 安徽菜。羊肉剁块，以红烧法炖烂，转放火锅中，配入鱼圆、鸡肉片及水发海参片，加汤烧开，撒上胡椒即成。火锅上桌时配菠菜、芫荽及蒜段佐食。

【绣球羊肉】 安徽菜。羊肉剁成茸，加调料及面包屑搅拌成馅，做成肉球，外层沾匀冬菇、红椒、菠菜、蛋黄糕、蛋白糕等五丝等，入笼蒸熟装盘，再用原汤汁加葱、姜、花椒油，勾薄芡浇上即成。

【苔干羊肉丝】 安徽菜。用苔干菜和羊里脊肉丝同炒即成。（苔干体修长，色翠绿，清脆爽口，是阜阳地区特产蔬菜。）

【张一品酱羊肉】 浙江菜。去骨羊肉斩成皮面相等的大块，入沸水锅煮至出水后，加姜、枣、酒、酱、糖、胡椒、红醭、茴香等，用大火煮后，再移小火上焖至柔糯即成。

【蜜枣羊肉】 湖北菜。羊肉切作3厘米见方的小块，入沸水中煮去膻味，下锅爆炒，加料酒、辣椒粉、精盐、姜末、毛汤略烧，再下白糖、米酒、葱段烹烧片刻。将16枚金丝蜜枣码入扣碗底部，羊肉码在上面，上笼蒸1.5小时，扣入汤盘中，四周酿厚蛋皮环，勾芡即成。

【酸辣红烧羊肉】 湖南菜。鲜羊肉治净，水煮断生，切方块，入锅加料酒、酱油、精盐，煸炒。取大瓦钵用箅子垫底，将煸炒后的羊肉块，皮朝下，整齐排放在箅子上，放葱姜、干椒、羊肉汤，煨烂，然后滗出原汤，拣去葱、姜、干椒，把羊肉翻扣于盘内。酸泡菜、鲜红椒入锅略煸炒，倒入原汤，加调料，勾芡收汁，然后浇在羊肉面上，盘的周围放芫荽即成。

【炖羊头蹄】 广东菜。羊头、羊舌、羊蹄治净，入沸水中汆后，沥干；中火烧锅，下油、姜片、葱条煸出香味，下羊头、羊舌、羊蹄爆炒，烹姜汁、料酒，加沸水，略煨，去葱，转倒入用竹箅子垫底的砂锅里，加红枣、陈皮、荸荠肉，上盖，中火煲约1.5小时，下淮山药、枸杞子、桂元肉，再煲至软烂，去姜、陈皮；将羊头、羊蹄去骨，切块；依次将红枣、淮山药、枸杞子、桂元肉、荸荠、羊肉块、羊脑入盅内，加原汤，上笼再蒸约30分钟即成。配胡椒粉佐食。

【红扒羊肉】 广东菜。羊肋条肉汆后，以深色酱油涂皮，炸至色大红时，再略爆，烹姜汁、料酒，加二汤、精盐、八角、陈皮、红枣、荸荠、酱油，烧沸，转倒入垫有竹箅的砂锅里，煲至九成软烂，加香菇再煲，去姜、葱、陈皮，倒出原汤；荸荠切作两半，与红枣、香菇置盘中，羊肉切小块，铺面。用原汤、料酒、胡椒粉、湿淀粉勾成稀芡浇羊肉上，再撒熟芝麻、淋熟花生油即成。

【家常羊肉丝】 四川菜。羊里脊肉治净，切二粗丝，码味码芡；仔姜切丝；芹菜切成节，黄葱改马耳朵形。炙锅，加菜油，下羊肉丝炒散籽，加调料，烹进滋汁，炒转起锅，装盘即成。

禽蛋类

【三套鸭】 江苏菜。家鸭、野鸭、家鸽整出骨，三禽相套，内衬以熟火腿片、冬笋片、冬菇片，加料酒、盐、姜、葱等调料，入锅清炖至酥烂即成。

【套四宝】 河南菜。鸭子、鸡子、鸽子、鹌鹑各一只，治净后，分别整出骨，成布袋形。干贝、海参、火腿、冬菇、鱿鱼、海米均切成丁，与青豆、糯米、葱、姜及调料拌成馅，装入鹌鹑腹内；将鹌鹑整只装入鸽子腹内；鸽子装入鸡子腹内；鸡子装入鸭子腹内。用鸡肠笋扎住开口处。每装一次，都要放入沸水中，出净血沫。最后放盆内，添上汤，上笼蒸烂即成。

【箭穿五禽】 湖北菜。山鸡、野兔、麦啄、鹌鹑、野鸭各一只，治净，去骨；脯肉片改成铜钱大的圆片；荸荠、香菇、冬笋、口蘑、葱头、青红椒也切作同样大的圆片。调料混匀，下料酒、姜米、精盐、胡椒，搅拌，穿在10支竹箭上，下锅煎10分钟，随加清汤移小火上焖5分钟，装盘即成。入席时，配烫面做的山鸡、野兔、麦啄、鹌鹑、野鸭的"五禽点"同食。

【四代同堂】 云南菜。将鸡、鸽、冬至雀、麻雀宰杀治净，腌渍入味后，麻雀装入冬至雀腹内；冬至雀装入鸽子腹内；鸽子再装入鸡腹内，放入土陶器皿中，加葱、姜，隔锅清炖，至烂即成。

【口蘑蒸鸡】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡肉剁小块，放小盆内，加口蘑、鸡汤、料酒、白糖、精盐、鸡油、葱、姜等，上屉蒸烂取出，倒扣盘内；原汁调好口味，浇在鸡与口蘑上即成。

【松子全鸡】 北京菜。母鸡治净脱骨，从脊部剖开，展平，腔内抹匀一层用猪肉丁、荸荠丁、冬笋丁、葱末、姜末、料酒、精盐、味精等调成的馅，再合成全鸡，封口处用糊沾住，入油锅炸呈金黄色时捞出，投入鸡汤锅中，加酱油、精盐、白糖、料酒、葱段、姜块、味精等，煨

烂，盛盘中；再浇以松子仁、葡萄酒等调成的芡汁即成。

【炒芙蓉鸡片】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡脯肉、荸荠、鱼肉同剁成茸，用鸡蛋清、精盐、料酒、味精拌匀，慢慢倒入温油锅中，泼成芙蓉片；汤勺内放入清汤、料酒、姜汁、精盐等料，用湿淀粉勾薄芡后，将芙蓉鸡片倒入，翻一下即成。

【翡翠羹】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡脯肉制成茸，加汤、精盐、味精、淀粉等调稀，做成羹；菠菜嫩叶制成茸，加精盐、味精等，也制成羹；将两种羹各置盘中一侧，中间用S形模具间隔，定形后，取出，使白、绿两羹在盘中呈太极图案即成。

【白露鸡】 北京菜。熟鸡肉片成大薄片，摊上以鱼肉茸加牛奶、料酒、精盐、鸡蛋清、鸡油调成的鱼茸，上屉蒸熟取出，切成长方块，摆在汤盘内，浇上用鸡汤、料酒、精盐、味精、淀粉等调成的芡汁即成。

【烩生鸡丝】 北京菜。鸡脯肉切成细丝，加鸡蛋清、湿淀粉浆好，入温油中滑透捞出，再放入用鸡汤、玉兰片丝、姜汁、料酒、湿淀粉调好的稀芡中，淋鸡油即成。

【炸鸡酥络】 北京菜。母鸡煮熟，肉撕成极细的丝，分几次用油炸呈金黄色时捞出，放在纸上，待油吸干，撒上花椒粉即成。

【丁香鸡】 天津菜。雏母鸡治净，里外搓盐，腌3～5天，洗净，膛内放姜片、丁香、花椒、大料，置盛有料酒、高汤的盆内，上火蒸熟取出，晾凉，抹芝麻油，拆去大骨，将鸡肉改刀，码馒头形，装盆即成。

【母子相会】 天津菜。雏母鸡从脊背破开，治净，入沸水中焯至断生，装入盛有葱段、姜块、盐、料酒、味精、高汤的汤碗中，上笼蒸烂取出，滗去汤，放盘中。另将煮熟的小鸡蛋剥皮，围着鸡摆一圈，浇上调有姜汁、盐、味精的鸡、鸭骨白汤，撒芫荽叶即成。

【烧蒸鸡】 天津菜。净老鸡略浸糖稀水，炸成老红色，剁成长方块，加葱、姜、大料、盐、料酒、酱油、高汤，蒸烂取出。摆上切好、蒸熟的白菜心，扣入鸡盛中，浇高汤即成。

【清汤拆烩鸡】 天津菜。净雏母鸡煮熟，拆骨，切条，与用沸水焯过的冬笋、荸荠片同放小碗内，加料酒、姜汁、盐、味精、高汤，蒸2小时，放入焯好的海参片，扣入汤盘。勺内下高汤、姜汁、酱油、盐、味精，沸后，将汤汁缓缓浇入汤盘中，点缀豌豆苗即成。

【鸡丝银针】 天津菜。天津参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。生鸡脯肉切细丝，用蛋清、淀粉、盐等搅匀，下温油中滑好。再用热油将掐去两头的绿豆芽冲去豆腥味，与鸡丝一起，下入急火热油勺中，加盐、味精，迅速颠炒，淋花椒油即成。

【盐擦鸡】 上海菜。肥鸡治净，用针戳刺鸡腿和胸脯部位，全身用精盐和少许花椒擦遍，腌透后，再浸没在连续使用的腌渍鸡的老卤里，待入味后，取出白煮或蒸熟。待冷，脯、腿剔骨留肉切块，颈翅斩块垫底装盘即成。

【椒盐八宝鸡】 上海菜。肥母鸡宰杀后治净，脱骨，用沸水焯一下紧身，瓤入以火腿、鸡肫、冬笋、冬菇、猪肉、干贝、青豆、糯米等制成的八宝馅，白煮成熟后，鸡全身抹上干淀粉，用八成热油炸至呈金黄色时即成。配椒盐佐食。

【糟鸡】 上海菜。肥嫩母鸡，先焯透再换水煮至断生，捞出斩成4块，然后浸没在用鸡汤、花椒、葱、姜等调味料和香糟配伍合成的香糟卤内卤制即成。食时，斩成小长方块，配酱、芝麻油佐食。

【纸封鸡】 也称“圆盅鸡”。上海菜。鸡肉切块焯水，扣在圆盅内，再放入香菇、火腿片、鸡肫小块，加盐、料酒、葱、姜、清水，用绵纸封住盅口，上笼蒸约2小时即成。

【圆盅鸡】 即“纸封鸡”。

【鸡骨酱】 上海菜。浦东三黄鸡（黄嘴、黄脚、黄皮）治净，斩块，入炒锅，用猪肉煸炒至表面紧缩变色，下料酒、酱油、白糖，略烧，使鸡肉表面上色，加肉汤烧沸后，微火煨至入味，勾芡收汁，放入葱段，令浓汁紧抱鸡块即成。

【腌鸡】 上海菜。嫩鸡治净，切块，与切好的咸猪肉块、笋尖，同置砂锅中，加鸡汤、料酒、精盐、味精等，经较长时间煨焖，至酥烂即成。

【红松嫩鸡】 上海菜。鸡脯肉的一面轻斩成细格花纹，涂抹上已调味的肉茸，两面煎黄，加调味焖酥，收干卤汁，再加番茄酱、辣酱油，稍煨，随即起锅，切梳子块装盘即成。

【鸡粥凤腰】 上海菜。鸡脯肉斩茸，加入打发的鸡蛋白中拌匀，放入鸡清汤中，加精盐等勾成薄芡，煮成鸡粥，再放入刚汆去膜的鸡腰，撒上火腿末即成。

【东风鸡腿】 上海菜。当年母鸡小腿，冷水煮至断生，用料酒、盐、花椒、八角、桂皮、香叶、陈皮等浸渍，再加鸡汤，封盖，上笼蒸酥，取出，喷上好黄酒，包上一层猪网油，拖蛋粉糊，粘上面包粉，经油炸即成。配辣酱油或番茄酱佐食。

【炒鸡腰】 上海菜。鸡腰治净，不撕外皮。热锅加少许底油，下葱结爆香，烹入料酒，加鸡汤，再放入鸡腰及配料、调味品，烧沸后，转小火，待汤汁乳白，移回大火，至汤汁稠，勾芡，淋熟猪油，装盘中，盘边围绿叶菜即成。

【炒时件】 上海菜。时件（鸡肫、肝、心）治净，改刀切片，用温油滑过后，倒出沥油；炒锅留底油，用葱等爆香后，放入时件，加调味料滑炒即成。

【生炒雏鸡】 河北菜。雏鸡治净，带骨剁成长方块。勺内加底油，下葱段、姜片炝勺，放入鸡块煸炒断生，烹入料酒、酱油，添鸡汤、白糖，慢火将鸡块煨透，再放入青椒段稍煨，以湿淀粉勾芡，淋明油即成。

【鸡里爆】 河北菜。鸡脯肉用刀拍松，两面先剞花

刀，再切成丁；生猪肚头剥去皮，里面剞花刀，再切成丁。炒锅放油烧热，分别将鸡丁、肚丁爆熟。勺内留底油，用葱、姜末炝锅，放入玉兰片丁、冬菇丁煸炒，下入爆熟的鸡丁和肚头丁略煸，倒入用鸡汤、精盐、料酒、味精、芝麻油、醋、白糖、湿淀粉对成的白汁爆制即成。

【翡翠鸡片】 河北菜。鸡脯肉切成片，加青菜汁、鸡蛋、淀粉、料酒、精盐等，拌匀成绿色，逐片放入油锅炸熟捞出。勺内留底油，用葱、姜末炝勺，下火腿片略煸，放入炸熟的鸡片拌匀，倒入以鸡汤、精盐、味精、料酒、芝麻油、湿淀粉对成的白汁熘制即成。

【蛋皮鸡丝】 河北菜。鸡脯肉切细丝，与冬笋丝入锅内，加葱末、姜末、料酒、精盐、味精、芝麻油等炒熟，平摊在鸡蛋皮内，卷成卷，封口处用糊粘住，再入锅中煎成金黄色取出，改刀，码在盘中即成。配椒盐佐食。

【炒鸡丝鱿鱼】 河北菜。鸡脯肉切细丝，用精盐、料酒调味，再用鸡蛋清、湿淀粉上浆，入油锅滑散至熟捞出。勺内留底油，用葱、姜丝炝锅，下鱿鱼丝煸炒，再放入滑熟的鸡丝，依次加入料酒、精盐、味精、鸡汤，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油即成。

【勺拌鸡瓜】 河北菜。鸡脯肉切细丝，用精盐、料酒调味，再以鸡蛋清、湿淀粉上浆，入芝麻油锅中滑散至熟捞出，沥油。勺内留底油，放入葱丝、姜丝、酱瓜丝煸炒，加精盐、味精调味，放入鸡丝拌匀即成。

【烩两鸡丝】 河北菜。鸡脯肉切细丝，用鸡蛋清、湿淀粉上浆，入油锅滑散至熟，捞出。另勺放底油，烹入料酒，添鸡汤，加入熏鸡肉丝、玉兰片丝、精盐、味精和滑熟的鸡丝，沸后，用湿淀粉勾成薄芡，淋芝麻油，盛入汤盘中即成。

【白玉鸡脯】 河北菜。河北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡里脊肉去筋捶茸，加清汤、蛋清搅散，下食盐、白油、味精和匀。蛋清打成蛋泡，与鸡茸拌和，用手勺逐个舀入开水中汆好捞出。炒勺下白油，用葱、姜末炝锅，加清汤、食盐、白糖、味精、鸡脯，烧透，下豌豆苗，勾粉芡，出勺装盘即成。

【煎瓤鸡饼】 河北菜。鸡脯肉制成茸，加鸡蛋清、淀粉、葱姜汁、精盐、味精等，拌匀；水发香菇、冬笋、熟火腿、熟猪肉均切末，加精盐、葱末、姜末、料酒、味精、芝麻油，拌匀成馅；用鸡茸包馅料，制成小丸子，放入油勺内煎制，摁扁成饼形，待两面煎透呈金黄色时，捞出装盘即成。配椒盐佐食。

【炒鸡茸蟹黄】 河北菜。鸡脯肉制成茸，加水、鸡蛋清、精盐、味精，调成稀浆状，入锅炒熟，置盘内；另以葱末、姜末、精盐、味精等将蟹黄炒熟，盖在盘中鸡茸中，撒熟火腿末即成。

【鸡抓菜卷】 河北菜。鸡脯肉制成茸，加鸡蛋清、淀粉、葱姜汁、料酒、精盐，搅匀；菜花顺茎劈成小块，用沸水略焯捞出。将鸡脯肉茸挤成小丸子，每个小丸子上插一块菜花，入沸水中汆熟捞出。勺内放底油，用葱、姜末炝锅，烹入料酒，添鸡汤、精盐、味精，下入主料，移小火上煨透，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油即成。

【炸鸡棒】 河北菜。鸡小腿煮至八成熟捞出，抽出上截小骨，在去骨处瓤入用鸡茸、香菇末、冬笋末、火腿末、料酒、鸡蛋、精盐、味精、葱姜水拌成的馅，再挂匀薄糊，入油锅炸熟呈金黄色时，捞出装盘，腿下截小骨朝外，插一朵纸花即成。

【烩鸡鸭腰】 河北菜。鸡腰、鸭腰治净，煮熟，剥掉外层皮膜，与香菇、玉兰片一起放沸水中略焯捞出。勺内放底油，用葱末、姜末炝锅，烹入料酒，添鸡汤，放入鸡腰、鸭腰、冬菇、玉兰片、精盐、味精，沸后，用湿淀粉勾薄芡，淋芝麻油即成。

【炉烤鸡】 山西菜。嫩鸡去五脏，治净；把葱、姜、小茴、花椒装入鸡肚内，以荷叶把鸡包住，捆好后，外用湿泥裹住，放烤炉里烤熟，取出后去泥壳，剥荷叶，剁块即成。

【紫酥鸡】 山西菜。鸡治净，蒸熟，去掉鸡骨，撒葱、姜、大料、精盐、味精，用白布包住，再略蒸一会取出，装入盘中，抹上鸡蛋清和粉面制成的糊，入芝麻油锅中炸熟捞出，切成刀背条即成。

【胡辣全鸡】 山西菜。整鸡治净，用酱油、料酒稍腌，入油锅炸呈金黄色时取出，装碗内，加胡椒粉、辣椒、猪油、花椒、大料、精盐、酱油、醋、味精、葱段、姜片、料酒、芝麻油、蒜瓣、鸡汤，上屉蒸烂取出，倒扣盘内；将原汁炒成油汁，浇鸡上即成。

【金银鸡】 山西菜。小鸡2只，治净后从鸡背剖开。一只入油锅炸成金黄色；另一只下汤锅汆透。2只鸡捞出后，把鸡头插在肚子里，放在盆子中，加葱段、姜片、花椒、料酒、精盐、肉汤，上笼蒸烂取出，去葱、姜等渣，把经调料煨后的火腿片、香菇、玉兰片、青菜撒在鸡上，原汤加热，浇在上面即成。

【向阳鸡脯】 山西菜。母鸡脯肉剁成茸，加鸡蛋清、盐、粉面、熟猪油，搅匀，摊成饼状，入油锅炸熟捞出，再放入炒锅内，用佐料调味煨透，勾汁，盛盘中；上面和四周用黄蛋皮、绿菜叶摆葵花形即成。

【游龙戏凤】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。活鸡宰杀，去毛、去内脏，治净，入沸水中焯透捞出，用冷水浸凉；水发大刺参也用沸水稍焯，沥尽水；冬笋、火腿切骨牌片；香菇改片。炒勺置火上，加底油，下葱、姜煸炒，入鸡汤烧沸，撇去浮沫，倒入大砂锅内，放入鸡、刺参、人参、香菇、冬笋、火腿、料酒及盐，置旺火上烧沸后，撇净浮沫，移小火上炖至原料酥烂。取酒锅一只，先将以沸水焯透的菜心放入锅底，再将炖好的鸡、刺参、人参捞出，放入酒锅（鸡脯、参背朝上），并取炖鸡原汤过滤入锅，加味精，再将酒锅底座的酒精点燃，见锅内鸡汤沸后上桌即成。

【凤凰出世】 辽宁菜。笋鸡开膛，整理好，入开水中烫透，再用凉水洗净；冬瓜切去蒂部作盖，去皮，去瓤，

用开水烫透，放入大碗中，将葱段、姜块、鸡放入冬瓜盅内，倒入鲜汤，调好口味，盖上冬瓜盖，上笼蒸烂即成。

【水晶西瓜鸡】 辽宁菜。鸡块入沸水中焯透捞出，入勺中加鸡汤、精盐、味精、葱、姜等，炖烂；西瓜去瓤，将鸡块放入西瓜中，倒入已熬化、晾凉的冻粉汁，冷却后，把瓜皮从上往下切几刀，呈荷花形即成。

【手扯鸡】 辽宁菜。整鸡治净，下鸡汤锅中，加葱、姜、盐等，煮至八成烂捞出，表面抹匀酱油，入油锅炸成金红色至熟透捞出，乘热用手沾醋把鸡肉撕下，呈不规整的条状，装入盘中即成。

【清蒸人参鸡】 辽宁菜。人参切成秋叶片；鸡宰杀后治净，放开水中煮熟，捞出放入盆内，加入鸡汤、人参、葱、姜末等调味品，上屉蒸烂取出，扣在汤碗内，将人参片摆在鸡脯上，原鸡汤烧开后，淋上鸡油，浇在盛鸡的汤碗内即成。

【母子团圆】 辽宁菜。母鸡宰杀后，从脊背开膛，用开水汆后，加鲜汤、葱段、姜块、精盐、料酒、火腿片、冬菇片等，上笼蒸烂取出，入锅中加调料白扒后置盘中间；鸽蛋煮熟剥皮，入温油中浸炸一下捞出，入锅加调料煨制后摆在扒鸡的周围即成。

【红梅香鸡】 辽宁菜。鸡腿加调料腌入味，入油锅冲炸一下捞出，放大勺中，加调料，添汤，待煨至汁浓时，夹出码入盘中，余汁炒浓，浇在上面；海参、虾肉、鸡肉切粒，加调味品炒熟，抹在每只圆面包片上，挂蛋泡糊，入油锅炸透捞出，摆在鸡的四周，浇上炒好的番茄汁，呈朵朵梅花状即成。

【纸花鸡】 辽宁菜。鸡脯肉（须带鸡翅骨）两面刮成花刀，用精盐、味精、料酒腌入味，再在每个鸡脯里包一条奶油，然后沾面粉，拖鸡蛋糊，滚面包渣，整理好形状，入温油中炸透捞出，摆在圆盘一圈。用剪好的纸花套在翅骨上；鸡里脊片用精盐、味精、料酒腌后，拖蛋泡糊，沾匀芝麻，入温油中炸透，摆在纸花鸡的空隙间；猪腰去筋膜，切成松塔花刀，用开水烫一下，用酱油、料酒、味精、芝麻油拌匀，入油锅冲炸一下捞出，放在盘中间；菠菜切细丝，炸成菠菜松，撒摆空隙间即成。

【龙凤鸡片】 辽宁菜。鸡脯肉切片，用鸡蛋清、淀粉浆好，放入三成热的油内滑透捞出；用一火腿片和一冬笋片夹起鸡脯片蘸蛋泡糊，一一过油即成龙凤鸡片，然后用葱、姜末炝锅，添鲜汤、豌豆、火腿片，加适量精盐、味精、料酒，放入龙凤鸡片，经小火慢煨，移大火勾芡即成。

【熘金钱鸡】 辽宁菜。猪肥膘圆片抹上以鸡肉末、海参末、虾肉末调好的三鲜馅，上面再抹上用鸡脯肉制成的茸，挂糊，拖鸡蛋液，入油锅煎黄倒出，勺中另加底油，用葱、姜炝锅，放入冬笋片等配料煸炒，烹入料酒、酱油，加鸡汤、白糖、味精，下入煎好的主料煨透，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油出锅盛盘即成。因形似金钱，故名。

【人参八宝脱骨鸡】 吉林菜。吉林参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。将海参、虾仁、干贝、海米、冬菇、冬笋、鸡肉等切成末，连同猪肉馅盛于碗内，加精盐、味精，拌匀制成八宝馅料；人参放入碗中，加水上笼蒸熟取出，撕去老皮，留原汁；脱骨仔鸡治净，将八宝馅料灌入鸡膛，入沸水中烫至鸡肉紧缩成型取出，盛于容器中，加鸡汤、精盐、料酒、味精、葱、姜和人参原汁，上笼将鸡蒸烂，出笼后取鸡盛入一大鱼盘内，取人参衔于鸡嘴上，另取鸡茸制做成鸡茸花及萝卜花围于鸡的外围，淋上蒸鸡原汁即成。

【清蒸人参鸡】 吉林菜。把用开水烫好的净鸡放在盆里，加泡开的人参、香菇片、火腿片、玉兰片、葱、姜、精盐、料酒，添鸡汤上笼蒸烂，再把熟鸡放在大碗里，加入切碎的人参、火腿片、香菇片、玉兰片，浇入蒸鸡原汤即成。

【翡翠人参茅台鸡】 吉林菜。净小鸡从脊背开刀，入沸水中焯后，鸡皮朝下码在碗内，加盐、花椒水、茅台酒、葱、姜、人参，再添鸡汤蒸烂，拆骨，鸡皮朝上摆盘中；将煨好的油菜心、海参片、冬笋片摆在鸡的周围；人参摆在鸡上，再浇上烹起调味的原汤汁即成。

【翡翠灵芝鸡】 吉林菜。整鸡治净，用料酒、精盐等腌入味，配以长白山灵芝草、火腿片、冬菇、玉兰片、油菜段等，经蒸熟后，淋上白汁即成。

【黄芪汽锅鸡】 吉林菜。嫩母鸡切成块，经沸水焯后，洗净血沫，装入汽锅内，添鸡汤，加葱、姜、精盐、料酒、花椒水，放入黄芪片，上笼蒸熟出锅即成。

【炖小鸡黄蘑】 吉林菜。鸡治净，剁成块；黄蘑撕开。勺内加底油，用葱、姜块炝锅，放入肉汤，加鸡块、黄蘑、花椒水、大料、精盐、料酒，烧开后，移小火上炖烂，放入玉兰片、味精再炖即成。

【松仁鸡丁】 吉林菜。鸡脯肉切丁，用鸡蛋清、淀粉上浆，再用油滑熟。勺内留底油，用葱、姜炝锅，放入冬笋、豌豆粒煸炒，然后下入鸡丁和用油炸熟的松仁，泼入用鸡汤、酱油、料酒、白糖、味精、淀粉等对好的汁卤熘制即成。

【桃仁鸡片】 吉林菜。鸡脯肉去白筋，切片，用鸡蛋清、淀粉上浆，入油锅滑熟。勺内留底油，用葱、姜炝锅，下入冬笋片、豌豆粒煸炒，然后下入用油炸熟的桃仁和鸡片，泼入用鸡汤、料酒、酱油、白糖、味精、淀粉等对好的汁卤熘制即成。

【汽锅大乌鸡】 黑龙江菜。大乌鸡去皮，剁小块，沸水焯后，放清水中洗净。汽锅内放入葱、姜，码上鸡块、冬茹、玉兰片；火腿片摆在鸡块上面，加料酒、精盐、味精等调料，上盖，入屉蒸至鸡烂即成。

【酥合大乌鸡】 黑龙江菜。大乌鸡去皮和内脏，洗净，剖开背部（胸部连结），用清水浸泡，洗净后，加调料蒸熟使之脱骨；猪肥膘肉剁茸，加鸡蛋和调料制好馅料；干贝搓成丝，将馅料抹在脱骨的大乌鸡里面，沾上干贝丝，入油锅汆炸至酥脆即成。

【清蒸珍珠鸡】 黑龙江菜。嫩鸡从背部剖开，去内脏，治净，放沸水中稍烫，然后入冷水中过凉洗净，放精盐、味精、料酒、葱、姜腌喂，装碗，添汤上屉蒸烂。鸡茸子汆成珍珠丸子放入蒸好的鸡汤中，调好口味，淋芝麻油即成。

【龙滨鸡】 黑龙江菜。鸡从后部劈开，下汤锅稍煮，捞出用清水洗去血污，放入盆内，加入葱、姜、花椒、盐、味精、龙滨酒，上屉蒸熟取出，码在盘内(鸡脯朝上)，原汤调好味，加适量龙滨酒，勾芡，浇在鸡上即成。

【生扒子鸡】 黑龙江菜。仔鸡治净，从背部剖开，用酱油、盐、味精、料酒等腌喂。勺内放油烧热，将鸡煎炸成深红色，倒入漏勺内沥尽油；葱、姜、花椒、大料、桂皮等放入勺内，添汤加酱油、盐、味精、白糖，随后放入炸好的鸡煨煮1小时，视小鸡肉烂入味后，用淀粉勾芡，淋芝麻油，大翻勺，装盘即成。

【煎烤子鸡】 黑龙江菜。当年嫩鸡治净，剖背部去脏，剔去大骨用酱油腌喂。炒勺加底油将鸡煎至呈深红色时，添鲜汤，调味烧沸，倒入大盘，加元葱、胡椒粉，送入烤炉，熟透后刷芝麻油即成。

【奶油鸡脯】 黑龙江菜。鸡脯肉片成大薄片，用盐、味精腌喂；奶油切小长条沾面，用鸡脯肉把奶油包成卷，沾面粉，拖鸡蛋，滚面包渣，放入160℃热油勺里炸成金黄色，捞出装盘即成。

【熥鸡块】 黑龙江菜。整鸡治净，剁成长方块，用酱油、料酒腌入味，再入油锅汆炸。勺内留底油，用葱段、姜片炝锅，烹入料酒、酱油、鸡汤，加白糖、味精等调料，沸后，放入炸过的鸡块，慢火熥烂即成。

【鸡丁菊花白果】 黑龙江菜。鸡脯肉切丁，用精盐、淀粉、鸡蛋清上浆调匀；鸡蛋6个煮熟去皮，切两瓣，瓤鸡茸子，用火腿、青椒、香菇等做成菊花形上屉蒸熟取出码圆盘边上，浇上用精盐、鲜汤、味精、淀粉调成的米汤芡。勺内放净油烧热放鸡丁滑熟，倒入漏勺沥尽余油；葱、姜、蒜炝锅，倒入鸡丁，用精盐、味精、鲜汤、淀粉对的汁烹炒，淋芝麻油，放入菊花白果中间即成。

【滑熘鸡片】 黑龙江菜。鸡脯肉切片，用湿淀粉、鸡蛋清、精盐等喂口上浆，推入70℃的白油勺里滑熟，倒出沥尽油；葱、姜丝、蒜片炝锅，放入配料，倒入鸡片，用盐、味精、鲜汤、淀粉对的汁熘制，淋芝麻油出勺即成。

【蛋白鸡片】 黑龙江菜。鸡脯肉切薄片，精盐、料酒喂口，放入蛋清调匀，推入70℃的白油勺里用手勺推动，使蛋清均挂在鸡片表面上，熟透倒出，沥去余油，原勺加调料和蛋白鸡片，用白混汁烹炒，淋芝麻油出勺即成。

【滑炒鸡丝冬笋】 黑龙江菜。鸡脯肉切丝，用鸡蛋清、淀粉上浆，入油锅滑散至熟捞出。冬笋切丝，用沸水焯透。勺内加底油，用葱末、姜末炝锅，放入鸡丝、冬笋丝，倒入以鸡汤、精盐、味精、湿淀粉等制成的白汁翻炒均匀即成。

【蒲棒鸡】 黑龙江菜。鸡脯肉剁成细茸，加盐、味精，鸡蛋清、葱、姜、水、鲜汤、湿淀粉等，调匀，做12个长圆柱形，沾面包渣，用牙签做梗，形如蒲棒，放入热油炸熟透，捞出沥尽余油，装盘即成。配椒盐佐食。

【鸡丝拌猴腿】 黑龙江菜。熟鸡脯肉切成细丝，装盘中；鲜猴腿洗净，入沸水中焯后，捞出投凉，切寸段，码盘。用米醋、酱油、精盐、芥末卤、蒜末、味精、芝麻油调成咸酸辣汁，浇在鸡丝、猴腿蘑上即成。

【清炸肫肝】 黑龙江菜。鸡肫、肝去皮，治净，用精盐、味精、料酒等腌喂。勺内放净油烧热推入肫、肝炸两遍，捞入盘中即成。配椒盐佐食。

【八宝馄饨鸡】 陕西菜。陕西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。肥母鸡整鸡出骨；将糯米蒸熟；冬笋、香菇、火腿、鸡肉均切成丁，和干贝、莲籽、虾仁加调料拌匀后瓤入鸡肚，蒸熟，扣入大海碗中；鸡肉剁茸，加调料拌馅；面粉加蛋清和水，擀成馄饨皮，包入馅料，煮熟后捞出放八宝汤内，将蒸鸡原汤加调味品，倒入大碗内即成。

【葫芦鸡】 陕西菜。肥母鸡治净后放入蒸盆，注入肉汤，加入料酒、酱油、精盐，将葱、姜、桂皮、大料放在鸡肉上，入笼蒸后取出，顺脊锥骨将鸡剔开，鸡背向下推入油锅炸至金黄色时捞出，将鸡的胸部向上，用手掬拢呈葫芦形，放入盘中即成。

【薏米鸡】 陕西菜。母鸡煮至半熟，从背部开膛，剔净骨，用刀将鸡肉剞成皮连而不断的象眼形刀纹，皮朝下装蒸碗里，将薏米仁摊在鸡肉上，加入鸡清汤、精盐、料酒、葱、姜，上笼蒸熟取出，扣入汤盘中；汤锅内放入鸡清汤，加精盐、料酒，烧沸，浇入汤盘，淋入鸡油即成。

【凤凰归巢】 陕西菜。粉丝放入油锅中炸至变色捞出，放盘内成“巢”，再围上一圈炸熟的绿菜丝；白条鸡治净，从背部剖开，斩断胸骨、腿骨，去爪，放锅中，加酱油、盐、大料、桂皮、花椒、茴香、良姜、草果，焖至酥烂捞出，再入油锅炸酥，放入盘内粉丝巢中，撒上椒盐即成。

【莲蓬鸡】 陕西菜。去骨整鸡加葱、姜蒸熟，鸡汤加调料烧沸，同鸡一起放入大汤碗内；鸡脯肉、猪板油砸成细茸，拌以干淀粉、鸡蛋清成鸡瓤子，分别刮入小吃碟和小羹匙内，入笼蒸熟，推入汤碗内即成。因形似莲蓬，故名。

【金钱发菜】 ①陕西菜。陕西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。将鸡脯肉剁成细茸，加熟猪油、鸡蛋清拌成鸡瓤子。发菜洗净撕开，也放入鸡瓤子里搅匀。鸡蛋黄3个放方盘中蒸熟，取出晾凉，切成方形蛋糕条；另将2个鸡蛋摊成蛋皮2张。将鸡瓤子发菜分别摊在2张蛋皮上，放上蛋糕条，提起鸡蛋皮将发菜卷起，使之成为2个圆柱形发菜卷，经笼蒸后，切1厘米厚的段放在汤碗里，另烧沸鸡清汤，放入调料，浇入汤碗即成。因形似金钱，故名。②甘肃菜。发菜入味揉为小球，鸡脯加猪肥膘制茸，抹于“钱”形蛋皮上，两片合包一个发

菜球，用淀粉封边；火腿丝围边，海米摆“口”形钱眼，上笼蒸透，灌高级清汤，淋芝麻油即成。

【火烧鸡芽】 陕西菜。嫩公鸡脯肉治净，切成细丝，用鸡蛋清、湿淀粉上浆，入油锅滑过捞出，再用葱、姜丝炝锅，入青椒丝略煸，加鸡汤、盐、味精、料酒，倒入鸡丝烹炒，勾芡，装入盘中，四周围以煸熟的绿豆芽即成。

【酉羹】 陕西菜。鸡脯肉治净，切成小丁，用盐码味，上浆，入油锅滑油捞出，用葱、姜炝锅，投入马蹄、香菇丁、冬笋丁煸炒，加高汤，放入料酒、盐、味精烩制，勾流水芡，出锅倒入碗内，淋芝麻油即成。

【汤浴绣丸】 陕西菜。鸡脯肉砸成茸，加水、鸡蛋清、粉面、盐、料酒，搅成鸡瓤子，挤成杨梅大小的丸子，沾上用火腿丝、青菜叶丝、鸡蛋皮丝拌匀的三色丝成绣球丸子。净锅添凉水，待水温热时，下绣球丸子，至沸，撇净浮沫，调入盐、料酒、味精，盛入汤盆中即成。

【鸡面】 陕西菜。鸡胸脯肉砸成肉茸，撒上干淀粉，放在铺有净纸的案板上，用棒槌擀成极薄的片，切成形如韭叶的条，成鸡面条，盛碗内，浇入白肉汤，经笼蒸后取出，扣入另一大碗内；白肉汤放入炒锅，烧沸后下入精盐、虾末、熟猪肉丝、水发木耳、味精、蒜苗丝等料，烧开，浇在鸡面碗内即成。

【紫毫粉壁】 陕西菜。鸡脯肉剁成茸，加调料搅成鸡瓤子；芦笋根部用刀划十字口，抹鸡瓤子，粘一团蒸熟的发菜，再用鸡瓤子包裹严成“毛笔”状，入笼蒸熟。炒锅加入牛奶、鸡汤和调味品，烧沸后下片成木楂片的鱼肚和青菜芯，扒至入味，捞出鱼肚摆盘中间成书筒形，两边围上青菜心，用湿淀粉勾流水芡浇在鱼肚上，再将蒸好的“毛笔”摆在鱼肚两边，淋上白汁即成。因取意于“紫豪粉壁题仙籍”的诗意，故名。

【乌龙卧莲】 陕西菜。鸡脯肉剁茸，加鸡蛋清及调料制成瓤子，瓤成莲蓬放在盘子中间，将剩余的瓤子围在盘边，用火腿制成花瓣插在瓤子上，将制好的莲花上笼蒸熟取出，海参加调料，汤汁烧好，放在莲花和莲蓬的中间即成。

【金粟平馓】 陕西菜。鸡脯肉砸成茸，加葱、姜、水搅成瓤子，挤成球形，上加预先加工好的鱼籽，逐个放入油锅里压成扁圆形，煎至两面金黄熟透时，烹入用葱、姜、料酒、味精、盐对成的滋汁，翻勺，出锅装盘即成。

【鸭戏新波】 陕西菜。鸡脯肉剁成茸加调料，抹在调羹勺内成鸭身；用海米做鸭头；熟香菇作鸭翅；熟鸭舌作鸭尾；黑芝麻做鸭眼睛，成鸭子状，上笼蒸透取出。炒勺内加高汤烧沸，下发好的银耳，加调料，撇去浮沫，倒入汤盆，再放入蒸好的“鸭子”即成。

【黄焖栗子鸡】 陕西菜。雏鸡剁成块，用料酒、酱油腌渍后，投入开水锅煮至皮张开，捞出，剥去外皮，用鸡蛋、清水、淀粉搅成糊上浆，入油锅炸至皮发硬、色变黄时捞出；将炸至金黄色的栗子铺在碗底，鸡块摆在栗子上面，加精盐、酱油、料酒、鸡清汤、葱、姜、桂皮、大料上笼蒸熟，滗去原汁，扣入汤盘，汤锅内放入原汁，烧沸后勾芡，浇入汤盘即成。

【赤明香】 陕西菜。鲜鸡肫治净，入沸水中汆制捞出，撕去筋皮；先将老鸡肫投入盐水锅中，加包有葱、姜、花椒、大料的调料包和硝水、料酒烧开，撇净浮沫，用小火焖 30 分钟，然后下嫩鸡肫，再焖 40 分钟即成。

【蛋白虫草鸡】 青海菜。青海参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡脯肉剁成细茸，加蛋清、盐、猪油、味精搅成鸡茸子，放入盘内制成平圆形，表面摆上虫草，上笼蒸熟，凉后顺虫草方向切成一字条，虫草向下排列在碗内，灌上高汤，加调味品，再上笼蒸片刻取出，扣入盘内滗去汤，用葱、姜炝锅，加高汤、盐、味精、芝麻油，勾二流芡，浇在虫草鸡上即成。

【虫草鸡】 青海菜。嫩母鸡宰杀后治净，下凉水锅中烧开，撇去血沫，下葱、姜、盐，煮至七成熟捞出。从鸡脊背处破开，胸脯朝向放在汤碗中，鸡脯上均匀地插上虫草，灌入煮鸡原汤，上笼蒸烂即成。

【彩球芙蓉鸡片】 甘肃菜。甘肃参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。。鸡脯肉去筋膜剁后，制成鸡茸；大虾、肥膘剁后制成虾茸，做成 20 个虾球，滚上火腿、油菜、木耳、蛋皮、芫荽、樱桃等细丝，蒸后备用。鸡茸入四、五成热油锅，推成大薄片后再改成 5 厘米大小菱形片，翻面略炸，捞出沥油，另起锅，葱炝锅后下清汤、味精、料酒、盐、淀粉、鸡片，淋鸡油装盘，虾球围边，淋汁即成。

【金针炖鸭】 甘肃菜。肥嫩鸭治净，煮四成熟，抹酱油，炸至黄亮，拆骨装大汤盘，底垫过油的黄花菜，浇上煮鸭的原汤，加姜末、花椒粉、五香粉、酱油、料酒、胡椒粉、盐等，调味，蒸 3 个小时，再以葱、蒜炝锅，原汤勾芡，淋芝麻油即成。

【金鱼发菜】 甘肃菜。甘肃参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡脯加猪肥膘制成泥，发菜团 12 个小球。调羹内用鸡茸包发菜球抹为 12 个“金鱼”形，火腿切锯齿片为鳍；黑、白木耳做尾，樱桃做眼，海米做嘴，背部贴蛋皮；火腿粒为鳞，蒸熟灌高级清汤，加味淋明油即成。

【黄焖蓑罗鸡】 青海菜。整鸡治净，鸡身上放 3 个鸡蛋，用刀在上面剁至看不见鸡蛋、鸡身时，抹上酱油、料酒、盐，腌渍，再入油锅炸呈金黄色时捞出。汤锅内下入炸过的鸡，加料酒、姜、大茴香、草果、桂皮、子冠，炖 1 小时后取出，切成条，摆在碗内成“一封书”形，鸡头、鸡翅放中间，放入葱段、蒜片，加原汤，上笼蒸 10 分钟取出，扣入鱼盘中，浇上用鸡汤勾芡的汁子即成。

【鸡丸烩鱼脆】 青海菜。鸡脯肉剁成茸，加鸡蛋清和调料搅匀成泥茸；鱼脆加水，上笼蒸 30 分钟取出，改象眼块；鸡茸下开水锅汆成丸子。炒锅内放高汤，加调料及鸡丸、鱼脆，烧开后勾芡，淋糟油出锅即成。

【鸳鸯芙蓉发菜】 青海菜。青海参加 1983 年全国烹

饪鉴定会的名菜。鸡脯肉、肥膘肉剁成细泥，加盐、味精、葱姜水、蛋清搅成鸡茸；蛋清、蛋黄分别摊成蛋皮；发菜泡洗净，加盐、味精待用。白、黄蛋皮平摊砧板上，先抹鸡茸；后铺发菜，卷成卷，入笼蒸后取出晾凉，切圆片扣碗中，一半黄色，一半白色，加清汤、盐、味精上笼蒸透取出，扣入盘中，浇上对好烧热的汁子即成。

【雪莲鸡】 新疆菜。将剖洗干净的母鸡投入清水中煮开，捞出置盆中，上放葱白、生姜、精盐，加天山雪莲花泡成的水，入笼蒸至脱骨取出，滗汁盛汤盘。熟鸡蛋直劈四瓣，取蛋白制成雪莲花瓣，以硝肉、鸡肉茸制成雪莲花蕊，拼制成雪莲花一朵，用蛋清糊粘连，蒸熟，放在鸡的一旁，蒸鸡原汁加精盐、胡椒粉调好味，倒入汤盘中即成。

【双色鸡】 新疆菜。新疆参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。将鸡脯肉切丝，漂去血水，挤干，加精盐、鸡蛋清、湿淀粉拌匀，入油锅滑油后，配玉兰片稍煸，泼以用鸡汤、味精、精盐、湿淀粉对成的白色味汁，熘熟出锅，盛腰盘的一端；另将鸡腿肉切丁，加精盐、鸡蛋黄、酱油、湿淀粉，拌匀，过油后，加泡辣椒、葱末、姜末、蒜末稍炒，泼以用酱油、白糖、醋、味精、湿淀粉对成的深色汁，熘熟出锅，盛腰盘的另一端，中间以青菜丝隔开即成。

【德州扒鸡】 也称“五香脱骨扒鸡”。山东菜。活鸡治净，盘好，用饴糖抹匀全身，放八成热的油中炸后，再放入大锅中，加入用洁净布包好的五香药料、生姜(拍扁)、精盐、口蘑、酱油及水，漫过鸡身，压上铁箅子，焖烧至酥烂即成。

【五香脱骨扒鸡】 即“德州扒鸡”。

【奶汤八宝鸡】 山东菜。山东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。嫩活母鸡宰杀治净，剔出鸡骨(勿破皮)；水发海参、干贝、火腿、口蘑、玉兰片、莲籽、虾肉、猪瘦肉均切丁，用水汆透，加调料制成“八宝馅”，装入鸡腹内，入沸水中稍烫取出，置汤碗内，加清汤、姜块、葱、料酒、精盐，蒸熟取出，倒去清汤及葱、姜；火腿、香菇、菜心、玉兰片切成片，入沸水烫后，摆在鸡身上。另用葱、姜炝锅，去葱、姜，加奶汤、精盐、料酒、姜汁，烧沸，倒入汤碗即成。

【油淋鸡】 山东菜。雏鸡劈开，抽去大骨，在腹、腿部划刀口，用酱油、葱、椒、料酒、姜汁、小茴香抹在鸡身内外，腌过，再入热油中炸八成熟捞出，待油温再升高至九成热时，投入重炸，并用手勺舀热油淋鸡身，至全部熟透捞出，凉后剁块装盘。另起勺，倒入腌鸡原汁烧沸，淋鸡身上即成。

【布袋鸡】 山东菜。雏鸡剔去全骨；瘦猪肉、口蘑、玉兰片切丁，用五成热油煸炒，加葱、姜、海米、酱油、精盐、料酒等，调味后，从鸡颈刀口处装入，用竹签别住。整鸡放七成热油中炸黄，捞大碗中，加入清汤、酱油、料酒、精盐、葱、姜，入笼蒸熟，盛汤盘中；原汤勾芡，浇上即成。

【福山烧小鸡】 山东菜。小鸡治净，用精盐搓匀，放葱丝、姜片、大料，腌约3小时，盘成型，把高粱秸插入腹部，撑住鸡胸软骨，鸡身抹一层饴糖，放热油中炸成紫红色捞出，把葱末、姜末、五香粉填入鸡腹，放大碗中，浇上酱油，撒上精盐，蒸熟取出，抽去高粱秸即成。

【烤小雏鸡】 山东菜。雏鸡治净，从脊处劈成两半，放烤盘中，鸡身浇酱油、清汤、料酒，再放上葱、姜、花椒，加葱油，入炉烤熟取出，改刀装盘即成。配生菜佐食。

【黄焖鸡】 山东菜。雏鸡劈两半，用甜面酱浸腌，再沾上湿淀粉，放六成热油中炸黄捞出。炒勺加油烧热，放葱、姜、花椒、八角炸香，再放甜面酱、酱油、清汤、精盐、鸡，用火煨炖至汤汁剩一半时，取出鸡，抽去脊骨、腿骨，将肉剁长方块，摆盘内，倒入汤汁，入笼蒸后取出，汤汁倒入勺内，烧沸，勾芡后，浇鸡上即成。

【炸八块】 山东菜。雏鸡治净，剁八块(脖、脊各一块，腿、脯、翅各两块)，用刀拍松，加精盐、酱油、料酒腌渍，再加湿淀粉拌匀。炒勺置中火上，加油，烧五成热，下鸡块，炸至金黄色熟透时捞出，待油锅烧至八成热时，把鸡块复入油中汆一下捞出，按鸡原状摆盘中即成。配花椒盐、辣酱油佐食。河南也有此菜。

【炸面包鸡块】 山东菜。雏鸡脯肉、腿肉的两面，用刀剞十字花纹，再切小块，以精盐、酱油、鸡蛋、湿淀粉、料酒拌匀，外沾一层面包末，用热油炸黄捞出，撒花椒粉即成。

【醋烹鸡块】 山东菜。雏鸡肉剞蓑衣花刀，用酱油等腌渍，挂薄糊，入油锅炸黄。另起勺，炸葱、姜、蒜末，烹醋，加鸡块、酱油、料酒，颠翻至匀即成。

【五星苹果鸡】 山东菜。大苹果5个，去顶，挖空，削皮；鸡肉切块；火腿、口蘑切片，加葱丝、葱椒、料酒、葱油、酱油、白糖，拌匀，填入苹果内，封住顶盖，入笼蒸烂取出，把苹果扣碗内。另用勺加清汤、精盐烧沸，以湿淀粉勾芡，淋葱油，加葱椒、料酒，浇苹果上即成。

【酱爆鸡丁】 山东菜。鸡脯肉丁用精盐、鸡蛋清、湿淀粉抓匀；蒲菜切小段，与青豆一起汆透。炒勺加猪油烧五成热，下鸡丁滑过捞出。另起勺烧热油，放葱片、姜片炸香，再放甜酱炒熟，烹入酱油、绍酒，放入鸡丁、蒲菜、青豆炒匀，加清汤，稍煨后勾芡，淋葱油，盛盘中即成。

【鸡里爆】 山东菜。鸡脯肉片小片，用盐、鸡蛋清糊抓匀；猪肚头片成片，两面剞斜直刀纹，放碱水中泡透。炒勺内加猪油，烧五成热时，下鸡片滑透；将肚头在沸水中略烫即捞出，然后放九成热油中稍炸片刻捞出。另起锅烧热油，烹蒜末，倒入鸡片、肚头及用清汤、料酒、精盐、湿淀粉等对的汁，颠炒至匀即成。

【炸鸡椒】 山东菜。带翅骨的雏鸡脯肉平铺案上，用刀尖戳过，用精盐渍腌后，把肉切开为两半，抹入猪肉

茸、海米末等调成的细馅，卷两个锥形卷，沾面粉，挂薄蛋糊，沾上面包末，放温油中炸至成形后，翅骨竖立，连着两个椒形鸡卷，摆盘中即成。

【锅贴鸡签】 山东菜。鸡脯肉，一部分片成薄片；另一部分砸成茸，加鸡蛋清、精盐等，搅匀，在猪肥肉薄片上，抹一层鸡肉茸，盖一层鸡片；再抹一层鸡肉茸，再盖一片菠菜叶，成鸡签，然后沾薄面粉，再沾蛋黄糊，入油锅煎熟。另起勺，加清汤、精盐、葱椒茸及鸡签，煨至汤汁吸入鸡签，装盘即成。

【鸡丝拉皮】 山东菜。绿豆淀粉加水搅成稀糊，用"旋子"在沸水锅上旋出鲜粉皮(也称拉皮)，冷透后，切长条，装入盘中，上面撒熟鸡脯肉丝和焯过的芹菜段，再用酱油、芝麻油、醋拌和搅匀即成。

【熘鸽雏】 山东菜。鸡血(山东称为鸽雏)汆好捞出，掰块。炒勺加油烧热，烹葱、姜、蒜末，再烹醋、酱油，加清汤、料酒、鸡血，沸后放胡椒粉，用湿淀粉勾芡，撒芫荽末即成。

【早红桔酪鸡】 江苏菜。江苏参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。选太湖东山早红桔，去皮、络、核，取瓤搅成糊状，加调料炒成桔酪浆；嫩母鸡治净，在脊骨上斩三刀，拍松颈骨，入油锅炸成桔黄色，置钵内，放入桔酪浆，投入香料和调料，用棉纸封口，上笼蒸至酥烂，装盘中，盘边摆上鲜桔瓣成花形即成。

【莲荷童鸡】 江苏菜。江苏参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。开膛整鸡用特母油擦皮，入豆油锅炸至金黄色捞出，再放入炒锅内，加番茄酱、糖、鸡汤，微火焖1小时取出，放在治净的荷叶中间，然后浇上热调味汁，撒上胡椒粉，四周放上蒸酥的莲藕，包起荷叶，放盘中，上笼蒸熟，揭开荷叶即成。

【西瓜鸡】 江苏菜。肥嫩仔鸡治净，入鸡清汤锅中煮至八成熟捞出，放入汤碗中，加调味品，面上压盘，上笼蒸至酥烂取出；西瓜切盖去瓤，皮刻图案，用沸水略烫后，将鸡和原汤、火腿片、笋片、冬菇片等放入瓜内，盖上瓜盖，上笼略蒸即成。

【神仙鸡】 江苏菜。嫩母鸡、火腿、肉骨入砂锅内，加调料炖沸。大铁锅内放稻草，加清水，将鸡砂锅放入，炖至鸡肉酥烂即成。

【西瓜八宝鸡】 江苏菜。整鸡出骨，治净；将火腿、冬菇、鸡肫、笋等料切丁，入锅加调味制成八宝馅，填入鸡腹内，上笼蒸熟，再将鸡放入去瓤的西瓜内，加入鸡清汤，重上笼略蒸即成。

【文烤鸡】 江苏菜。肥嫩母鸡整出骨，治净，用料酒、酱油腌渍后，腹内填入经烹制的肉丝、笋丝、京冬菜馅，用大葱和网油包裹鸡身，外裹荷叶，放入铁丝夹内，上叉，入炉烤熟即成。

【蛤蟆鸡】 江苏菜。童鸡整鸡出骨，腹内填入多宝馅，颈部系结，成蛤蟆身体形，抹酱油，入油锅炸后，沥油，加调料焖至熟烂。装盘时，将两腿和颈做蛤蟆三足，尾椎为嘴，成三脚蛤蟆形即成。

【清炖狼山鸡】 江苏菜。选产蛋早期的狼山母鸡治净，加调料，与火腿、脚爪同炖即成。

【清炖子母鸡】 江苏菜。治净的老母鸡与煮熟、去壳的鸡蛋，配以笋片、冬菇片、火腿片，加料酒、精盐、姜、葱等调料，入砂锅清炖即成。

【凤吞花菇】 江苏菜。狼山仔雌鸡治净，整出骨，塞入水发花菇、熟火腿片，入沸水中焯后，放入砂锅内，加水、葱、姜、酒，用小火炖至酥烂即成。

【坛子鸡】 江苏菜。光鸡治净，斩成大块，涂上酱油，入油锅炸至上色捞出，再入锅煸炒，放入料酒、酱油、糖、盐等调料和清水，烧沸，装入小坛内，加火腿、蘑菇、干贝，以湿绵纸封坛口，置微火上炖熟即成。

【卤鸡】 江苏菜。光仔鸡身上涂酱油，入油锅炸呈金黄色时捞出，再投入以酱油、葱、姜、八角、桂皮、糖制成的卤汁中焖煮烂熟取出，用手撕成片，装盘中，蘸卤即成。

【爐锅油鸡】 江苏菜。爐锅是一种高型砂锅。用此锅装入菜油、姜、葱、料酒、盐和丁香、元茴、姜黄、玉果等10多种香料，加入鸡汤同煮，制成"爐油卤"。将"三黄"新母鸡宰杀，入沸水中焯后，放入爐油卤中煮焖即成。

【瓜姜烧仔鸡】 江苏菜。光仔鸡切成块，用酱油浸渍，下油锅炸至金黄色取出，再入锅加各种调味焖约20分钟；将切好的甜酱瓜末、姜末入锅煸炒，倒入鸡块内，加白糖焖制即成。

【蛋美鸡】 江苏菜。嫩母鸡加调料煮至酥烂；用蛋皮包入火腿、鸡脯肉、虾仁、冬菇、冬笋等丁，做成烧卖，蒸熟；将鸡装盘中，蛋烧卖围边，再浇上卤汁即成。

【清炖鸡孚】 江苏菜。江苏参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。生鸡肉用刀轻轻排斩一次，抹上调好的猪肉茸，再用刀在猪肉茸鸡肉上交叉轻轻斩几下，切菱形块，挂发蛋泡糊，入油锅炸后，捞入砂锅，加鸡清汤，烧沸，用微火焖至酥烂，再铺上冬菇片、火腿片，加鸡汤、调味品续炖即成。

【嫩姜炒鸡脯】 江苏菜。仔鸡脯肉顺丝批成柳叶形薄片，用蛋清糊上浆后，淋芝麻油拌匀，入炒锅炒至鸡脯片变白，捞出沥油。另用姜片炝锅，加鸡清汤、调味品，烧沸，勾芡，倒入鸡片，淋芝麻油，炒匀盛盘即成。

【夜来香汆鸡片】 江苏菜。仔鸡脯肉批成片，上浆后，入沸水锅略烫捞出，放入烧沸的的鸡汤内，加调料，再放入洗净、烫制后的夜来香花瓣即成。

【银苗鸡丝】 江苏菜。仔鸡脯肉剔去筋膜，批片，再切丝，加盐、蛋清糊，拌匀，入油锅滑透。再将以沸水焯过的绿豆芽中段及火腿丝、香菇丝、葱丝入锅煸炒，下鸡丝炒匀调味，淋熟猪油即成。

【龙凤腿】 江苏菜。嫩鸡脯肉切丁，加虾仁、盐、料酒、味精、葱末等，调拌成馅，放在切成小方块的猪网油

上，一端放鸡腿骨一根，包成鸡腿状，拖蛋黄糊，拍面包粉，入油锅炸成金黄色即成。配辣椒油或番茄酱佐食。因虾、鸡各有龙凤之雅称，故名。

【八大锤】 江苏菜。取仔鸡腿8只，切去脚爪，以酱油、姜、葱、酒等腌渍，拖薄蛋糊，沾面包屑，入油锅炸至外脆里熟即成。配椒盐佐食。因形状似锤，每碟8只，故名。

【叫化童鸡】 浙江菜。浙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。嫩母鸡宰杀治净，去爪及翅主骨、腿骨，置山柰、大料、料酒、酱油、糖、盐、葱段、姜丝混合料中腌渍后，将炒好的猪腿肉丝，连同腌渍卤汁，填入鸡腹，再用猪网油、荷叶、箬壳依次包牢鸡身，用麻绳缠成蛋形。外面用料酒脚和盐水和酒坛泥，紧裹鸡身箬壳，外包一层白纸，入烘箱烘熟，去除外壳，将鸡和卤汁倒入盘中，配花椒盐、辣酱油即成。

【糟鸡】 浙江菜。肥嫩鸡治净，先入沸水中焯后，洗净，再另加水入锅烧沸，焖30分钟后捞出冷却，经刀工分档，再用盐、味精擦拌鸡肉，用纱布包裹，置瓦罐内，入白酒糟腌渍2天即成。

【莲香脱骨鸡】 浙江菜。肥鸡治净，脱骨，将白莲籽、香菇丁、火腿丁和调料填入鸡腹内，刀口处用线缝合。先入沸水中焯，后上笼用大火蒸熟取出，拆去缝线，放在大腰盘中。原汤汁加调料烧沸，勾芡，浇在鸡身上即成。

【油泼童鸡】 浙江菜。童鸡治净，抹匀酱油、料酒，入油锅炸制（炸时不断以锅内热油泼鸡身），熟后捞出，斩块装盘，拼成鸡形。另以辣酱油、白胡椒粉、醋及鸡清汤等调料烧沸，浇在鸡上即成。

【五味焙鸡】 浙江菜。整鸡治净，以五香调味腌渍后，入沸水中煮至八成熟捞出，剁成小块，入炒锅中略炒，加上盖碗焖烧，烹入酒、醋和少许盐。待干，再烹，如此数次，至十分酥熟时即成。

【圆盅鸡】 浙江菜。净母鸡肉切块，焯水、洗净后，排入圆盅内。汤锅内加调料烧沸，撇去浮沫，倒入圆盅。将圆盅上笼蒸至鸡肉酥烂即成。

【白鲞扣鸡】 浙江菜。当年雏鸡肉切成条块；白鲞切条块，将两种肉块排摆入碗，加鸡汤及调味品，上笼蒸至鲞肉软透时，连同鸡块取出，放入另一鸡汤碗中，淋熟鸡油即成。

【栗子炒子鸡】 浙江菜。去骨嫩鸡切小丁，用调味品和湿淀粉上浆，入锅滑油后沥起。栗子肉也入锅滑油。锅中留底油，下葱煸出香味，倒入鸡丁和栗子肉，烹入以调味品与湿淀粉调成的生芡汁，颠锅速炒，淋芝麻油，出锅装盘即成。

【辣椒鸡】 浙江菜。仔鸡治净，出骨，切成丁，上水粉浆，配以青、红辣椒丁，加酱油、料酒等调料烹炒即成。

【鸡粥菜心】 浙江菜。大白菜过油后焖烂；将鸡脯肉、河虾仁、猪肥膘制成茸，加鸡蛋清、水，搅成糊，下锅中打成鸡粥，投入白菜心炒制即成。

【知味鸡】 浙江菜。鸡胸脯肉剁制成茸，加火腿、干贝、香菇、核桃仁、鸡蛋等多种材料，经蒸、煸、改刀等工艺后，与鸡头、鸡翅膀、鸡腿拼摆成整鸡形即成。

【蒜泥凤爪】 浙江菜。鸡爪治净，下冷水锅中煮熟捞出，剔去骨头，剪去爪尖，洗净后改刀为三，再与黄爪片加蒜茸、葱、姜末和汾酒、芝麻油、红油等调料拌匀，装盘即成。

【醉鸡腰】 浙江菜。净鸡腰入沸水中汆熟捞出，与芝麻油、酱油等调料拌和即成。

【符离集烧鸡】 安徽菜。当年肥鸡，在腹部开膛，去肠杂治净，剪断胸骨，双腿爪交叉插入腹中，腿爪撑开使胸脯饱满，右膀从宰杀刀口处穿入，使膀尖从鸡嘴露出，鸡头弯回别在翅下，左膀向里别在背上与右膀成一直线，如此整形后涂饴糖，入油锅炸成金黄色，放锅中加十三味健胃香料和调味品，先用大火烧开，再用小火卤焖4小时左右即成。

【石耳炖鸡】 安徽菜。母鸡配以葱姜、火腿骨，用小火炖至八成烂，拣去火腿骨，加入经烧烩的石耳，仍以小火炖至鸡肉透烂即成。（注：石耳系皖南山区土特产品。）

【清砂焐鸡】 安徽菜。嫩母鸡腌渍入味，先用猪网油包上，裹以荷叶捆扎牢，再用盐水和成的面团包匀，埋入炒热的砂中，在小火上焐3小时左右即成。

【茶叶熏鸡】 安徽菜。子鸡从背剖开，用剁碎的葱、花椒盐腌渍后，加调料，入笼蒸至八成烂，再用饭锅巴、瓜片茶叶及红糖作烟熏料，烟至熟透，淋芝麻油，改刀后仍码成鸡形即成。

【生熏仔鸡】 安徽菜。仔鸡用葱、姜、花椒盐内外腌渍入味后，浇沸水烫至鸡皮收缩，涂匀饴糖、料酒，置空锅中以烟熏法生熏至熟，抹芝麻油，改刀装盘即成。（注：烟熏过程中在锅内淋水一次。）

【椒盐米鸡】 安徽菜。嫩鸡整体剔骨，加调料腌制，腹腔内填入糯米、火腿、香菇、干贝等调制的馅心，先蒸七成烂，乘热将鸡身压板，沾面包屑，入油锅炸至呈金黄色时，改刀装盘即成。配辣酱油、花椒盐佐食。

【捶鸡】 安徽菜。嫩鸡剖开，剔骨，用刀背将鸡肉捶松，涂敷用料酒、鸡蛋清、盐、干淀粉调制的蛋清糊，反复排捶以求调料渗透粘合，入笼蒸熟，改成条状，码入扣碗，再加鸡汤复蒸即成。因操作关键在于捶，故名。

【葱椒火炬鸡】 安徽菜。安徽参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。光仔鸡治净，按鸡体分切成四大块，从大腿骨和小腿骨关节处分开，将肉分别抹至骨的一端；从大膀骨和二膀骨之间分开，也分别将肉抹至骨的一端，然后逐个用刀拍松，再下入以料酒、葱末、花椒盐、姜末、鸡蛋、干淀粉、面粉搅成的糊中拌匀，将每个鸡块的皮向里包卷成火炬形，入油锅炸至呈浅黄色时捞出，再复炸成金黄色，滗去锅中油，烹入以料酒、花椒粉、葱

末调成的卤汁，出锅改刀后，排放在盘内。番茄用开水烫后，去皮，划切成六瓣，放盘的中间即成。

【清炖鸡酥】 安徽菜。母鸡从背剖开剔骨，在肉面轻轻排剁，铺上一层经调味的猪肉馅，入笼蒸熟，冷却后改刀，码入扣碗，复蒸至透烂，倒扣在汤碗内，另用鸡汤加入火腿、香菇及笋片，勾薄芡，浇上即成。

【雪花丁香鸡】 安徽菜。嫩鸡用沸水烫紧鸡皮，抹匀酱油，入油锅炸至皮脆，剁成块，码入扣碗，加丁香、桂皮等调料，入笼蒸烂，倒扣盘中，浇薄芡，再覆盖炒熟的鸡蛋清即成。因蛋清似雪，故名。

【腐乳鸡】 安徽菜。子鸡剁成小块，加入红腐乳汁、精盐、甜米酒，拌匀，码入扣碗，再加葱、姜、冰糖和熟猪油，入笼蒸烂，倒扣盘中，滗下汤汁勾芡，浇上即成。

【玉簪鸡卷】 安徽菜。鸡脯肉片成长方片，腌渍入味，在鸡片上放入冬菇丝、笋丝、火腿丝、姜丝以及经烫过的青菜心，包卷成"玉簪花"状，入油锅滑炒，勾芡时加已炸香的核桃仁，随即装盘即成。

【杏仁鸡饼】 安徽菜。鸡脯肉、猪里脊肉、熟肥肉及荸荠等制成茸馅，做成圆饼状，将油炸的甜杏仁按花瓣形插在圆饼表面，中间镶火腿末，入油锅煎熟即成。

【缠丝鸡饼】 江西菜。鸡脯肉切细丝拌入鱼肉馅中，在圆形的猪肥膘片上，逐一抹上鱼肉馅，撒成饼状，以小火煎至饼底金黄、鱼馅熟透即成。

【三杯鸡】 江西菜。江西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。选黄毛、黄嘴、黄爪的土鸡治净，斩成小块，盛入砂钵中，加入猪油、酱油、糯米酒、葱白段、姜丁，置木炭火上焖制即成。因烹制时不加水，仅用猪油、酱油、糯米酒将鸡焖熟，故名。

【糯米鸡】 江西菜。子鸡治净，去骨及内脏，用盐腌片刻，将火腿、香菇粒填入鸡腹内，入笼干蒸至熟取出，用刀从背部片开，皮朝下放在平盘上，将糯米饭、莲子、香菇、火腿粒与调味品拌成馅，平铺在鸡上，再抹匀一层蛋清糊，推入热油锅炸成金黄色捞出，乘热斩成骨牌块，叠排入盘即成。

【砂钵鱿浪鸡】 江西菜。子鸡治净，从颈处入刀，去骨及内脏；猪瘦肉切成片，用精盐、料酒腌片刻，与鱿鱼、香菇片同灌入鸡腹内，扎住口，入汤罐中泡片刻，揩干水分，拌上料酒和酱油，入油锅炸成金黄色，再放入砂钵内，加入鲜汤、调味品，置微火上焖煨即成。

【锅炉子鸡】 江西菜。子鸡治净，从背部开口去内脏，拆去骨，用精盐、料酒稍腌后，抹上蛋清糊，入热油锅炸成酱红色捞出，复入锅用鲜汤、调味品略煨取出，改刀装入盘中，摆成原鸡形，将锅内汤汁浇在鸡上即成。

【洪都鸡】 江西菜。嫩母鸡用刀从背上剖开，掏出内脏，斩下头，对剖成二半，剁下翅、爪，将鸡身剁成方块，加酱油腌片刻，入热油锅炸至呈金黄色时捞起，再将鸡块与姜、蒜、干椒、桔皮丝、甜米酒糟、酱油等调味品合炒后装盘内，摆上鸡头、翅、脚成鸡状即成。

【信丰鸡】 江西菜。子鸡治净，用精盐、料酒腌片刻，上笼蒸熟取出，斩成块，排叠入盘；鸡肫、肝、心、肠均切片，配以姜、葱、香菇、木耳、豆苗炒熟，盖在鸡上即成。

【流浪鸡】 江西菜。肥嫩鸡治净，入沸水中煮熟捞出，斩成条块，按照鸡的形状摆入盘中；鸡肠、肝切成薄片，入沸水中汆熟，拌入调味料汁，浇盖在"鸡"上即成。因相传元末朱元璋战败鄱阳湖，人饥马乏，有人献一毛鸡，用此法烹制，故名。

【花椒鸡】 江西菜。肥嫩阉鸡治净，入沸水中稍煮捞出，剁成骨排块，扣入碗内；花椒炸香连油倒入鸡块上，再浇上调味品，上笼蒸透取出，扣入盘中即成。

【红拉鸡】 江西菜。子鸡治净，从背部剖开去内脏，用精盐、料酒、酱油腌片刻，入热油锅炸成金黄色至熟捞出，取下头、翅、脚，斩成块放盘底，鸡身肉撕成丝，用卤汁拌和后，放在鸡头、翅、脚上，鸡皮切丝盖在鸡丝上即成。

【弋阳鸡】 江西菜。肥嫩阉鸡治净，斩成块，入沸水中稍烫捞出，装入碗内，加糯米酒、精盐拌匀，摆上豆豉、姜片、葱节，上笼蒸透即成。

【文山鸡丁】 江西菜。鸡脯肉切成骰子丁，依次加入精盐、鸡蛋清、干淀粉，抓匀，入锅过油后捞出。干椒丁入锅内炸一下，加入笋丁、葱丁、鲜汤，下料酒、精盐、味精，勾芡，再倒入鸡丁颠翻即成。

【炸卷筒鸡】 福建菜。宰好净鸡脱去全身骨骼，里面翻出，用高粱酒、酱油腌渍后翻回；面包切片，一层一包地分别用蛋清糊粘夹好调过味的火腿片、蛋片、香菇、青菜叶，夹好后，塞入鸡腹里，缝合切口，放在空油桶中，用热油冲浸，反复冲两次即成。

【三丝伴糟鸡】 福建菜。福建参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。净嫩母鸡去爪，用微火煮至膝部露出腿骨时，切块，加茅台酒、味精等，密封腌渍，再加红糖、红糟、料酒、姜末、精盐等，腌渍后，切成柳条片，放在盘中摆成全鸡形，将白萝卜、海蜇皮、红辣椒切丝，加入白糖、醋拌匀，配在糟鸡一边即成。

【炸熘童子鸡】 福建菜。净鸡肉剞花切块，与去皮切片的荸荠一起用酱油、料酒腌渍后，加干淀粉抓匀，下锅炸至浑黄色，滗去油，倒入以酱油、鸡汤、料酒、糖、醋、葱、蒜、湿淀粉等调成的卤汁，翻炒几下即成。

【芦笋鸡块】 福建菜。小母鸡宰杀治净，切块，调精盐、姜块炖酥后，配罐头芦笋，再蒸制即成。

【炸酥梨鸡】 福建菜。童鸡肉与猪肥肉、虾肉、荸荠、冬笋分别剁成米粒状，然后加上鸡蛋液、葱丁、酱油、味精、白糖、干淀粉等，调拌成馅，用玻璃纸将馅料包成梨状，每个均用韭菜一根捆紧，下油锅先小火后大火炸酥即成。

【金葶凤丝】 台湾菜。以金菇和鸡脯肉为主料，配以蛋白、葱丝、红辣椒丝等料，经腌、烫、过油、烹炒即成。

【金针鸡】 台湾菜。油锅烧热，加葱段、姜片、水发金针、木耳，略炒，加料酒、盐、酱油、糖等，再将治净的鸡放入，加清水，慢火煨至熟，取出切块装盘；金针、木耳及汤汁锅内煮稠，淋于鸡块上，浇芝麻油即成。

【千金肉】 台湾菜。鸡切成块，炒锅加油、酱油、料酒煮滚后，倒入鸡块、葱段、姜片、水发香菇、木耳、熟冬笋片（或菜花），大火烧煮熟，离火一会后再取出即成。

【中式葡国鸡】 台湾菜。鸡切成大块，沾匀面粉，用沸油大火炸黄；土豆去皮，切块炸黄，锅内热猪油爆炒葱块，蒜末，调湿咖哩、番茄酱炸好取出；将鸡肉、土豆、洋葱、蒜放在有盖的大碗中，加盐、高汤、牛奶拌匀，入笼蒸熟即成。

【蚝油扒凤翼】 台湾菜。鸡翅切断，酱油浸泡，用热油大火炸黄。锅内留底油，用葱、姜炝锅，放入炸好的鸡翅，加料酒、盐、味精、水、糖、胡椒，焖至软熟，带汁取出。锅烧热，鸡翅回锅，用蚝油、酱油、草菇煮，再加淀粉勾芡，淋芝麻油、熟油，盛入盘中，炒油菜围边即成。

【凤足炖冬菇】 台湾菜。冬菇及原泡汁水，加清水、酒、猪油、葱段、姜片，炖透，去葱、姜渣；鸡爪去骨、趾甲，开水略烫，放入冬菇汤内，加清水炖烂，再加盐、味精、芝麻油即成。

【八宝布袋鸡】 河南菜。小母鸡治净，整鸡出骨，扒成布袋形，将发好的冬笋、火腿、海参、鱿鱼、蹄筋、冬菇、干贝均切成丁，入沸水中汆一下，与青豆一起加调料拌成馅，从鸡颈开口处装入鸡腹内，用鸡肠笋扎住口，放汤锅内浸透，洗净，再加清汤上笼蒸烂即成。

【炸芦花鸡】 河南菜。当年仔鸡治净，劈开鸡头，刺破眼球，剁去嘴、膀尖和2/3的鸡爪，剔去腿骨、膀大骨，折断肋骨、脊骨，鸡腹内用刀松里，鸡皮保持不破，然后入沸水中煮成半熟捞出，用酱油、盐水、料酒浸渍后，入油锅炸熟捞出，将鸡撕开，装盘，撒上调料即成。

【熬炒鸡】 河南菜。整鸡治净，剔去骨头，剁成核桃块；青化笋切成滚刀块。锅内加油烧热，下葱、姜、鸡块，煸炒，下大茴香、笋块、盐水、味精、料酒、酱油和上汤，熬至汁浓肉烂时，起锅盛入碗内即成。

【清汤玉带鸡】 河南菜。鸡肉剁成18块；火腿、冬笋顶刀切成18片；选大小一致的香菇18个，以上4种原料均在中间扎个孔，用撕成细批的鸡肠笋，将笋、鸡块、火腿、香菇按顺序串在一起，制成18串，香菇向上，放在大碗里，加清汤，上笼蒸烂取出，扣入瓷碗内，原汤汁加调料烧沸，倒入碗内即成。

【清汤荷花莲蓬鸡】 河南菜。河南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡脯肉和猪肥肉剁成茸，搅成糊，取一半放入菠菜汁调成绿色，装入16个小酒杯内，每个上面放7个豌豆，成莲蓬形，上笼哈透取出。发好的鱼肚裁成16个莲花瓣形，用调料浸渍后，搌干，将制好的另一半鸡糊抹在上面，对成荷花形，上笼哈透。高级清汤加热，调味后盛入品锅内，荷花放中间，莲蓬放周围即成。

【炸鸡签】 河南菜。鸡脯肉顺长切成丝，加粉芡、鸡蛋清、葱椒、冬笋和调料，拌成馅；猪网油入沸水中烫一下捞出，截成块，卷入拌好的馅料，用蛋清糊粘住口，入笼蒸透取出，再挂蛋清糊，入油锅炸成柿黄色，切成象眼块装盘即成。配花椒盐佐食。

【烧青果鸡】 河南菜。鸡脯肉与猪肥肉一起剁成茸，加菠菜汁等调料，搅成糊；火腿、荸荠、冬菇均切成丝，用薄鸡肉片卷成圆形长条，斜刀切成形如枣核大小的青果形，再裹以鸡糊，入油锅炸透捞出。锅内留油烧热，加上汤、冬菇、火腿、荸荠片和青果鸡，放入盐水、料酒、味精烧制，至汁沸，菜入味，勾流水芡，汁浓，盛入盘内即成。

【熏鸡丝烩腐皮】 河南菜。熏鸡剔去骨，切成丝；腐皮切成条，放开水盆里，稍下碱面略浸，再换水漂去碱味。锅内添清汤，下味精、料酒、酱油、盐水，汤沸，勾流水芡，下入腐皮搅匀，再沸，下鸡丝烩制翻匀，盛入碗内即成。

【炒鸡仁】 河南菜。鸡脯肉去筋，切成菱形块，放清水内浸泡后，搌干水分，挂蛋清糊，入温油锅炸至鸡仁收缩发白时捞出。荸荠煮熟，切成小菱形块。炒锅留底油，下入荸荠块、青豆，加盐水、料酒、味精、上汤，烧沸，放入鸡仁，炒熟翻匀即成。

【爆鸡片】 河南菜。鸡脯肉去筋，片成坡刀片，用清水浸泡后，搌干水分，挂蛋清糊，入六成热油锅炸透捞出。原锅留底油，下玉兰片、木耳、豌豆、蒜片、姜花，煸炒，加味精、料酒、盐水和上汤，烧沸，放入鸡片爆炒均匀即成。

【都炸荔枝脁】 河南菜。鸡脁剥去里外皮，剞上荔枝花刀，用盐水、料酒、味精、酱油浸渍后，搌干，入油锅炸熟即成。食时撒上花椒盐。

【粉蒸鸡】 湖北菜。老母鸡治净，去头、爪、内脏，斩成小方块，用调料略加腌渍，然后拌以炒过的碎米粉，码入扣碗，入笼蒸2小时取出，翻扣于盘中即成。

【米酒蒸鸡】 湖北菜。当年母鸡治净，焯水，剁去脚爪，用盐腌20分钟后，再加米酒渍30分钟。鸡肚内塞入姜块、葱结，入笼蒸2小时取出，装盘，择去姜、葱，滗去鸡汁，下米酒烧沸，勾成玻璃芡，连同鸡油淋入鸡身即成。

【砂钵鸡】 湖北菜。肥母鸡治净，剁成小方块，用鸡油、调料爆炒之后，略加烧烹，随即分盛于10个10厘米的宜兴砂钵内，用小火煨煸2小时即成。配春卷、萝卜丝饼佐食。

【三元扒鸡】 湖北菜。肥鸡治净，下汤锅煮四成熟捞起，涂上米酒，晾干，油炸，置入汤盘，加红枣、荔枝、桂圆、白糖、葡萄酒、高汤等调料蒸2小时，出笼后滗出汤汁，整形，并加上烫过的青豆苗，随用原汤及香菌片、玉兰片、蛋黄片勾成薄芡，淋入鸡身，撒胡椒粉即成。

【枣阳扒鸡】 湖北菜。肥鸡治净，入卤锅煨至七成熟，捞出沥干，入油锅汆炸至黄亮捞出，整形后置于炖盆，浇上煮鸡的卤汁，上笼用大火蒸1小时取出，用蒸出的汤汁勾芡，淋入鸡身，撒胡椒粉即成。

【西瓜鸡】 湖北菜。黄皮仔母鸡治净，按部位剁成10大块，在沸水中略烫，连同半个西瓜的肉瓤及葱结、姜块入炖盆，在中火上炖1.5小时，再加精盐调正口味，倒入雕刻好的西瓜盅之内，上盖煨焖好的香菇、冬笋、火腿等料即成。

【瓦罐鸡汤】 湖北菜。净母鸡肉斩成小块。炒锅中下猪油，烧至八成热，下姜片、葱白略煸，随下鸡肉和肫肝、精盐、料酒，爆炒，盛入瓦罐，加清水，用旺火煨开，再移至小火煨1.5小时即成。

【网油八宝鸡腿】 湖北菜。用猪网油作衣，鸡腿骨作骨架，瓤以香菇、鱿鱼、冬笋、香肠、虾仁、虾米、猪瘦肉丁、口蘑等"八宝"鲜料，包成鸡腿形状，挂全蛋糊，粘面包粉，经汆炸即成。

【血耳鸡球】 湖北菜。鸡脯肉、肥膘肉和调料排剁成茸，制成20个鸡球；水发血耳漂净，逐一缀在鸡球上作花；炖盆中盛高汤，将鸡球花置入，用旺火蒸5分钟即成。

【鸳鸯鸡片】 湖北菜。鸡脯肉切作柳叶片，挂蛋清糊，过油，用竹筷扒散，置于盘的一侧；去皮荸荠片下锅煸炒，加鸡汤、味精，烧沸，勾芡，淋油，盛于盘的中部；豌豆苗下锅滑炒，加料烹烧片刻，置于鸡片旁边；香菇片烹烧入味，盛入鸡片与豌豆苗之间即成。

【芝麻鸡饼】 湖北菜。馒头切作银圆大的圆片，涂匀蛋黄糊，上面镶用挂好蛋清糊的鸡脯丁、笋丁、菇丁和虾米，表层撒上葱花、芝麻，用竹筷轻轻压出十字形后，入油锅煎黄，再用猪油不停地浇淋饼面，持续3分钟，捞起装盘即成。

【香酥麻果鸡】 湖北菜。鸡脯肉排剁成茸，加膘丁和面粉、淀粉、精盐、苏打粉、芝麻油少许，制成李子大的圆球，外裹白芝麻，入油锅干炸即成。

【红煨八宝鸡】 湖南菜。湖南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。整鸡剥出鸡皮，砍掉鸡爪，除尾臊肉，剔大腿肉，将头砍成两半，挖去眼睛，剔去翅粗骨，敲断翅小骨，即成净鸡皮，放料酒、葱姜汁、食盐腌片刻。将鸡腿肉、火腿、香菇、冬笋切小丁；海米、瑶柱切米粒状，与莲肉、味精、食盐、白糖、椒粉、酱油、熟猪油一起拌和作馅，灌入鸡皮内，轻拍压平，鸡头拉向背部，入笼蒸至软烂，取出，勾汁盛盘即成。

【油淋庄鸡】 湖南菜。湖南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。肥嫩母鸡治净，沥干；葱、姜拍碎，与食盐、白糖、花椒末揉汁，涂抹鸡身内外，腌渍1小时，拣去葱、姜。取瓦钵一口，以竹箅垫底，将鸡置竹箅上，放花椒、酱油、料酒、冰糖，加清水煨制软烂。锅置大火上，放入植物油烧沸，用铁钩勾住煨鸡翅膀，离油面用手勺舀沸油，不断地淋浇在鸡身上，直至外皮成酥，呈深红色时为止。装盘时，剔去胸、脊、腿、翅骨，剁脚爪，将鸡头、颈部从中劈开，切成段，鸡肉切条，仍拼成整鸡形摆入盘内，淋芝麻油即成。配葱、芝麻油、焦盐粉、油炸花生、甜面酱汁佐食。

【荷叶粉蒸鸡】 湖南菜。鸡肉切片，猪肥膘切丝，调味后腌渍；将大米、糯米放炒锅内，加入大料炒黄，碾成粗粉，与腌渍的鸡片、肉丝和水拌匀，入笼蒸熟，取出，用鲜荷叶逐片包扎再蒸后，取出覆扣于盘中，去荷叶即成。

【桃源铜锤鸡】 湖南菜。鸡腿从骨节旁割断皮筋，腌渍30分钟，入油锅炸至金黄，然后加肉汤煨熟盛盘，再将原汤加香菇及调料对成汁，浇在鸡腿上即成。

【君山鸡片】 湖南菜。鸡脯肉斜片成薄片，用调匀的鸡蛋清、百合粉、精盐上浆，入锅走油后沥油。炒锅留油，倒入鸡片，再倒入用君山银针茶泡的茶水，加精盐、味精，勾薄芡推转，淋芝麻油上盘即成。

【文昌鸡】 广东菜。广东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。选肥嫩鸡项宰净，放入微沸的二汤锅中浸至刚熟取出，晾凉，起肉去骨，斜刀切"日"字形24块，分别与同样大小的熟鸡肝、火腿片相叠，排砌成3行呈鱼鳞状，前置鸡头，后置鸡尾，入笼蒸熟，滗去原汁；炒熟郊菜，伴排在两边及行距间；烧锅下油，烹入料酒，加二汤、味精、湿粉、芝麻油、熟猪油，拌匀，浇入鸡上即成。

【盐焗鸡】 广东菜。肥嫩仔母鸡宰后去毛，于尻下开小口，去内脏，治净，大火炒热粗盐，至呈红色。取1/4放入砂锅，将鸡用纱纸裹上，置盐上，取余下的热盐盖上，加盖，置小火炉上焗熟取出。撕开骨肉，佐以沙姜、熟油、盐即成。

【香葱油焗鸡】 广东菜。肥嫩仔母鸡宰杀去毛，尻下开小口，去净内脏，抹干，豆酱、精盐、白糖、汾酒拌和涂匀鸡内腔，并填干葱头，缝刀口，外涂蜂蜜糖水，放入砂锅，加油酱，小火焗至皮呈红色，其间翻转三次，熟后取出，滗去油，切块装盘，拼砌成鸡形；原汁加酱油、上汤、芝麻油、味精调匀，淋盘上即成。

【酱焗鸡】 广东菜。嫩肥仔母鸡宰后治净，敲颈骨，豆酱加芝麻酱、料酒、味精拌匀，涂鸡内外，腌15分钟，姜、葱、香菜头放进鸡腔内。竹箅子垫入砂锅底，上放猪肥肉片，肉片上放鸡；二汤从锅边注入，加盖，湿草纸封边，以旺火烧沸，改小火焗20分钟至熟，滗出原汁，折出肉、骨，切块装盘，砌成鸡形，淋原汁，再用芫荽围边即成。

【柱侯鸡】 广东菜。肥嫩仔母鸡宰杀治净，两脚内弯至刀口处，撑开鸡腹；中火烧热炒锅，下熟猪油、柱侯酱(佛山特产)略炒至香，烹料酒，加二汤，烧沸，下鸡，炖熟取出，稍凉，斩成块状；腿翼骨、腔骨等放回锅内，慢火再熬20分钟，去骨，以原汁勾芡，浇在鸡块上即成。配葱白佐食。

【清平鸡】 广东菜。肥嫩仔母鸡，宰后去毛，于尻下开小口，取出内腔，治净，晾至身干，放入烧沸的白卤水中浸烫数分钟，捞起，倒出鸡腹内的卤水复浸至恰熟，即转入熟后晾凉的白卤水中过冷；挂起，晾至身干，斩成小块，上碟，佐以姜茸、葱末、白卤水拌成的味料即成。

【花雕鸡】 广东菜。肥嫩仔母鸡宰杀治净，尻下开小口，去内脏，入水中汆片刻，去油污，晾干，先涂蚝油，后涂蜂蜜。肥肉片下热锅炼脂，下鸡，煎至金黄色，加姜块、葱条、花雕酒，香煎，再加蚝油、蜂蜜、二汤、味精调成的料汁，上盖，旺火烧沸，端离火口，待温度稍降，回炉，如此反复8次，其间翻转3次，共约12分钟至熟，去姜、葱、油渣，斩小块装盘，淋上原汁即成。

【茅台鸡】 广东菜。肥嫩仔母鸡宰杀去毛，尻下开小口，去内脏，治净，热水汆至皮硬，晾干，涂饴糖水；油烧五成热，先下葱头炸香，下鸡，炸至金黄色，沥去油；葱、姜、八角炸香，与茅台酒、味精调匀，放入鸡腹，旺火蒸5分钟，改用小火蒸熟，去大料，姜、葱置碟，熟鸡滗出原汁切块，原汁淋上，即成。

【白切鸡】 广东菜。肥嫩仔母鸡宰杀去毛，尻下开小口，治净，放入微沸水锅中浸至恰熟，即取出用冷开水浸没冷却，并去毛污，然后晾至皮干，涂熟花生油，切成小块即成。配姜茸、葱丝佐食。

【脆皮鸡】 广东菜。肥嫩仔母鸡宰杀后去毛，尻下开小口，去内脏和鸡眼，治净，汆片刻，去油污，抹干，放入煮沸的卤水锅里，以微火浸煮至六成熟取出，扳开两翼离身，再入锅煮熟取出，淋沸水以去咸，抹干，淋糖浆，晾至匀干，连颈带头剁出。油锅烧热，下入鸡头和虾片，至鸡头呈大红色时取出；油锅端离火位，取笊篱盛着鸡身，置油锅上，取热油注入胸内，复下锅内，边炸边摆动笊篱，至大红色捞出，切成块，装盘，砌鸡形，以炸虾片围边，蒜、葱、辣椒米、糖、醋、湿淀粉调成稀芡，淋盘上即成。

【香液鸡】 广东菜。鸡宰杀治净，尻下开小口，去内脏，晾干，姜、葱、汾酒、味精、精盐调匀，涂遍鸡内外，并注少量于腔内，入笼用中火蒸熟，滗出原汁，稍凉，斩块，拼砌在姜、葱上，成鸡形；炒熟郊菜围边；原汁用湿淀粉勾芡，浇鸡上即成。

【碎炸子鸡】 广东菜。子鸡宰杀治净，切块，用精盐、鸡蛋液拌匀，入油锅略炸捞起，晾凉，复炸至金黄色时即成。配咯汁、淮盐佐食。

【椰奶鸡】 广东菜。肥嫩仔母鸡宰杀去毛，尻下开小口，用精盐、味精和匀，涂遍内外，芫荽放鸡腔内。热锅下油、姜、葱、鸡，煸炒片刻，烹料酒，加二汤，焖至恰熟，去姜、葱、芫荽，将鸡切块，拼砌上碟成鸡形，以蒸熟的竹荪瓤虾胶伴鸡尾；炒熟郊菜伴两旁；以原汁、鲜奶、椰汁、精盐、味精、上汤、湿淀粉勾芡，浇鸡上即成。

【椰奶炖鸡】 广东菜。椰子去衣洗净，于蒂部锯1/5，成带盖的椰子盅，去水，入沸水略汆，依次放入汆过的鸡肉块、猪肉块，火腿片和烧沸的上汤、精盐、料酒、姜片，加椰盖，入笼炖至软烂，去姜片、浮沫，加椰子鲜奶，再稍炖即成。

【江南百花鸡】 广东菜。肥嫩仔母鸡宰杀治净，自颈背剖开，直至尾端。将鸡皮完整取出，去净脂肪筋骨，扎数小孔，仰摊于竹箅上，上薄粉；取虾胶，加少量蟹肉末，拌匀，摊瓤在鸡皮上，再涂蛋清蒸熟，切成小长方形块，与已熟的头、尾拼于碟上，成鸡形；另烧锅下油，烹料酒，加二汤、味精、盐、胡椒粉、淀粉，调成芡汁淋鸡上；以夜来香花或大白菊花镶边即成。

【扁米酥鸡】 广东菜。整鸡治净，去骨及内脏，只取其皮；猪肉丁、鸡肉丁、鸡肝丁均汆熟，再与腊肠丁、虾米、香菇丁、扁米（将糯米饭晾凉，压扁而成），加精盐、料酒、二汤、胡椒粉炒制成馅料，填入鸡皮内，扎小孔，加二汤、姜、葱，入笼蒸烂，滗出原汁，先涂蛋液于鸡皮上，再上干粉，入油锅炸成金黄色，置盘中；原汁加熟猪油、料酒、上汤、味精，用湿粉勾芡，浇鸡上即成。配经消毒的生菜佐食。

【上汤香鸡扎】 广东菜。鸡肉切条，用精盐、味精、料酒拌匀，腌片刻，再拌上干淀粉；依次把鸡条、火腿片、香菇块、鸡肉相叠，用烫熟的芫荽梗扎牢，排在碗里，以中火蒸熟，覆扣在汤盆内，加烧沸的上汤即成。

【榄仁鸡丁】 广东菜。鸡肉切厚片，刻井字花纹，再切成丁，用鸡蛋清、湿淀粉拌匀，入油锅过油至刚熟；再与爆香的姜米、葱榄、蒜茸同炒，烹料酒；用芡汤、芝麻油、胡椒粉、湿淀粉调成的芡汁勾芡，再下炸榄仁略炒，淋熟油炒匀即成。

【竹笙川鸡片】 广东菜。鸡肉切厚片，与菜远、笋花分别汆熟；竹荪、香菇汆后，用油、二汤、精盐、料酒略煨，以上各料烹炒后，放入汤盆，然后依次放入汆熟的鸡肉片、熟火腿片、胡椒粉、上汤即成。

【豆苗鸡丝】 广东菜。鸡肉切成丝，用鸡蛋清、淀粉拌匀；大火起锅，下油、豆苗，烹姜汁酒，下精盐，边炒边加油，下二汤，至九成熟取出，用毛巾吸去水汁；另起锅下油，将鸡丝过油至恰熟，再与姜丝、豆苗同炒，烹料酒，勾芡即成。

【冻金锺鸡】 广东菜。肥嫩仔母鸡宰杀去毛，尻下开小口，去内脏，治净，用精盐、料酒涂匀内腔，并放入姜、葱，盛入瓦钵蒸熟，取出切丁；琼脂、鱼胶片、上汤、味精、精盐入盅内煮至溶解，用纱布滤清；茶杯内涂鸡油、放青豆垫底；芫荽叶贴杯壁，依次放入熟鸡蛋白丁、火腿丁、鸡肉丁，最后注入琼脂与杯口平，冷却凝固，入冰箱冻制即成。

【凤果鸡球】 广东菜。鸡肉切成小方块，用鸡蛋清、湿淀粉拌匀，与蒸过、去壳的凤眼果一起过油，再与爆香的姜花、草菇同炒，烹料酒，加上汤、酱油、精盐、味精、白糖、胡椒粉、葱榄，炒匀，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油

和熟猪油即成。

【扒穿鸡翼】 广东菜。鸡翼放入沸二汤中烫熟，去翼尖和叉尖，脱去翼骨，成翼筒，每个翼筒插入火腿条和笋条各一根，排在碗中，加二汤，入笼蒸熟，滗出原汁，覆扣在碟上；中火起锅，下油，烹料酒，用二汤、原汁、胡椒粉、湿淀粉、芝麻油、熟猪油调成芡，淋上即成。

【生穿鸡翼】 广东菜。鸡翼去骨，成鸡翼筒，用鸡蛋清、干淀粉拌匀，然后穿入火腿、菜远各一条；用中火起锅，下油、盐、沸水，将鸡翼筒汆至七成熟，入油锅过油至恰熟，然后与爆香的姜花同炒，烹料酒，用芡汤、湿淀粉、味精、芝麻油、胡椒粉勾芡，淋熟油即成。

【凤吞翅】 广东菜。肥嫩仔母鸡宰杀治净，从颈背开刀，取出整骨和内脏，只取鸡皮成袋形；鱼翅煨后，加熟猪油、上汤、精盐、芝麻油、火腿，烧沸，用湿淀粉勾稀芡，成馅料，于刀口处填入鸡皮内，扎口，汆片刻，扎孔，放入汤盆，加汆过的猪肉、火腿丁，再下姜、葱、料酒、精盐、沸水，上盖，入笼炖制后取出，去各料，滤清，再以中火炖烂即成。

【蟹黄鸡翼球】 广东菜。鸡翼去骨，剞花纹，切作两段，用鸡蛋清、湿淀粉拌匀，入锅过油，再与爆香的蒜茸、姜片、葱榄同炒，烹料酒，下蟹黄炒熟。装盘后，以炒熟菜远围边；用芡汤加湿淀粉、味精、芝麻油、胡椒粉调成芡汤，淋上即成。

【清炖鸡脚翼】 广东菜。鸡脚、鸡翼治净，敲断骨，放入盅内，加汆过的猪皮、鸡骨和洗净的枸杞子、精盐、沸水，入笼用中火炖约 90 分钟，去猪皮、鸡骨，加上汤，再炖 30 分钟，撇去汤面浮沫，加味精即成。

【果汁鸡腿】 广东菜。广东参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡腿破开，去大骨，剞横直花纹，切块，加味精、浅色酱油，腌片刻，再以鸡蛋液拌匀，并上薄粉；大火烧锅，下油，将鸡肉排放在锅中，用慢火半煎半炸至变硬，滗去油，加葱，爆香，再加青豆，烹入料酒，倒入果汁拌匀，淋熟油，装盘，以熟虾丸围边即成。

【竹荪扒鸡腰】 广东菜。竹荪切段，略焯，沥干，用油、料酒、二汤、精盐喂后，再用油、料酒加上汤、精盐煮片刻，以湿淀粉勾芡，置盘边；鸡腰治净，用油、姜汁酒、沸水、精盐煨后，再用油、料酒、上汤、味精、精盐、蚝油、白糖、芝麻油、胡椒粉、酱油略炒，淋熟油，用湿淀粉勾芡，置盘中即成。

【纸包鸡】 广西菜。广西参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。三黄鸡斩成粗疏齿形，以芝麻油、汾酒、白糖、味精、五香粉、胡椒粉等调料腌制，将竹制纸浸油，再逐件紧包成“日”字形状的包鸡，入花生油锅内炸制即成。

【挂炉脆皮鸡】 广西菜。育肥阉鸡，以汾酒、姜、葱等料调汁灌入光鸡腔内，鸡身用麦芽糖水淋过，入炉烤熟即成。

【邕城醉子鸡】 广西菜。肥嫩而未下蛋的母鸡，治净，去骨，涂上酱油，置瓦锅中，添上汤，配蒜、葱、花椒、大料等料，烧沸，加盐、料酒、冰糖、味精，移慢火上焖至酥烂，盛盘中，浇以勾芡的原汁，以菜胆围边即成。

【罗汉果鸡】 广西菜。肥嫩小母鸡治净，以罗汉果烹制的白卤水浸熟即成。

【蚝油香麻鸡】 广西菜。整鸡治净，用盐、酒腌后，入笼蒸熟，再起皮撕肉，与盐、糖、葱、姜、味精、蚝油、炒芝麻拌匀即成。上盘时，骨在底，肉居中，皮铺面，砌成鸡形。

【桂林茶香鸡】 广西菜。嫩鸡经卤制后，再用桂花茶、糖桂花熏炒即成。

【云肝片皮鸡】 广西菜。光鸡用白卤水浸至七成熟，再炸至金黄色，片成薄片，配以鸡肝、虾皮上碟即成。配葱头、海鲜酱、千层饼、甜酸汁佐食。

【串烧金钱鸡】 广西菜。用火腿肉、鸡肉、肥猪肉的圆形薄片串组成件，上调料后，用炭火烤制即成。

【龙凤荔枝】 广西菜。广西参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。嫩鸡翅膀除去骨，用精盐、汾酒、味精腌制；榄仁用油炸脆；火腿改成火柴棍大小的丝。将虾胶瓤进鸡翅膀内，放榄仁一粒作核，包裹成荔枝形状，插入火腿一条作蒂，入笼蒸熟取出，用麦芽糖、浙醋、生粉拌匀上浆，风干 4 小时，再入油锅炸成红色，捞出装盘，作适当点缀即成。

【烧穿凤翼】 广西菜。鸡翅膀折骨，插入火腿片，入汤锅滚熟，涂深色酱油，上脆浆，晾干，再入油锅炸成金黄色即成。

【旱蒸贝母鸡】 四川菜。贝母鸡经初加工后，用清水浸漂，除尽血污，捞出晾干水分，用调料将鸡身抹匀，腌渍 1 小时后出一水，出锅搌平水分，再在鸡身内外用调料抹匀，装汤盏内，加清汤、葱、姜，用皮纸封严，入笼蒸炖，出笼揭去皮纸即成。

【罐儿鸡】 四川菜。嫩仔鸡治净，去鸡翅和四大骨，用酱油、料酒、姜、葱等腌上味；猪肥瘦肉切丝，与芽菜节、泡红辣椒丝在炒锅内炒制成馅料。将馅料填入鸡腹内，裹猪网油，共包 3 层（第一层不涂蛋清芡），上叉，在烤池上烧至色黄、肉熟时下叉，取酥皮，切条，摆条盘一端；鸡内切小一字条摆另一端，中间盛馅料或另镶生菜即成。因鸡裹后形似陶罐，故名。

【椒盐八宝鸡】 四川菜。肥母鸡治净，整料出骨，洗净，用料酒、盐等腌渍；八宝配料加工成熟，与蒸过的糯米加调料拌和上味，然后自鸡颈刀口处瓤入腹内，用竹签别口，装碗，上笼蒸炖，取出晾凉。锅中放熟猪油烧至六成热，将鸡放入，炸至呈牙黄色时，捞起，装条盘内。用刀将鸡脯划成菱形块，淋上芝麻油，再配以椒盐、生菜即成。

【白砍鸡】 四川菜。白皮仔公鸡去脚，洗尽血污，入汤锅内煮至刚熟即捞出，滴干水分，改刀装盘，淋上咸鲜味汁即成。

【鱼香脆皮鸡】 四川菜。剖仔公鸡入盆下调料浸渍后，上笼蒸烂，取出晾干水分，再入八成热油锅中炸，至呈金黄色时捞出，盛大圆盘，浇上烹制的鱼香味滋汁即成。

【白果烧鸡】 四川菜。剖鸡治净，出一水；白果去皮、捅心后，漂于清水中。红汤入锅，下鸡鸭骨垫底，放入鸡和白果，用小火慢烧，至鸡烂、白果裂缝时，将鸡捞出，置大圆盘中，以白果围边，原汁勾芡收浓，滴芝麻油和匀，浇菜上即成。

【棒棒鸡】 四川菜。白皮子公鸡，取鸡脯、鸡腿，入锅煮熟捞出，冷却后，用小木棒轻捶，将肉质排松，撕成粗丝装盘（葱白垫底），上淋红油辣椒、花椒面、芝麻酱、香醋、酱油、白糖、芝麻油等对成的味汁即成。

【三菌炖鸡】 四川菜。肥仔鸡连骨砍成块；三菌（也称鸡丝菌）去粗皮、老筋及爪，治净，改小，用盐水漂起。炒锅内加猪油烧热，下姜、葱、鸡块，煸至出香味时，掺鲜汤，放蒜，烧沸，舀入砂罐内，用微火煨炖约 40 分钟后，放入煸过的三菌，再用微火煨炖约 20 分钟，连汤带菜一起盛入大汤碗中即成。

【鱼香八块鸡】 四川菜。仔鸡治净，去骨，改成方块，装碗内腌上味，然后码上蛋清豆粉，逐块放入六成热油锅中，炸定型即打起；待油温烧至八成热时，再下锅炸至呈金黄色时，捞起。另用一锅烹入鱼香味滋汁，待汁浓、吐油时下鸡块，迅速颠翻起锅即成。

【陈皮鸡】 四川菜。仔公鸡的腿肉和脯肉，切成方块，码味腌渍；干辣椒去蒂、籽；陈皮洗净，撕块。油锅烧六成热，下鸡块，炸至进皮捞起；锅内留油适量，下干辣椒节、花椒、陈皮稍炸，即放入鸡块炒匀，加好汤、调料等，用中火烧至汤汁吐油时，起锅，冷却后装盘即成。

【原笼粉蒸鸡】 四川菜。仔公鸡治净，砍成菱形块，用调料、熟米粉拌匀；嫩豌豆加调料、熟米粉搅拌均匀，置入小蒸笼中，作底，上面放鸡块，用旺火蒸熟后，淋沸油于粉蒸鸡上即成。因仍以小蒸笼盛鸡上桌，故名。

【醋熘鸡】 四川菜。仔公鸡脯肉剞几刀，切块，用料酒、盐、湿淀粉拌匀；白糖、醋、湿淀粉对成滋汁；冬笋切“梳子背”形。鸡块入锅炒散籽，下花椒（数粒）、泡辣椒（剁细），炒至油呈红色时，放入冬笋、姜、蒜、葱颗炒转，烹滋汁，颠匀起锅，装盘即成。

【小煎鸡】 四川菜。仔公鸡腿肉排松，剞菱形花刀，改条，用盐、湿淀粉和匀；盐、味精、胡椒面、醋、白糖对成滋汁；鸡肉入炒锅，炒散籽，烹料酒，下泡辣椒节，与姜片、蒜片合炒，再下青笋条、马耳葱、芹黄节，炒匀，烹滋汁，推转起锅，装盘即成。

【红油鸡片】 四川菜。仔公鸡去爪，治净，入沸水锅内煮至刚熟即捞出，入冷开水中漂凉，捞出搌干水分，去骨，改刀成片，装盘，淋上红油味汁即成。

【椒麻鸡片】 四川菜。白皮仔公鸡治净，出一水，再入锅，加姜、葱、料酒，煮熟，捞起，冷却后，取鸡脯、鸡腿肉，斜着片成片，装盘，淋上椒麻味汁即成。

【辣子鸡丁】 四川菜。仔公鸡肉用刀尖剁过，切成方丁；荸荠去皮，切丁；泡红辣剁细。锅内加底油烧热，下入码芡的鸡丁，打散，下辣椒、姜片、蒜片，炒出色，加荸荠丁同炒几下，烹入用酱油、白糖、醋、湿淀粉对成的滋汁，迅速颠翻，起锅装条盘即成。

【怪味鸡丝】 四川菜。白皮仔公鸡，取胸脯、腿肉，出一水，再入锅加姜、葱、料酒，煮熟捞出，冷却后，取净肉切成丝，葱丝垫底，装盘，淋上怪味汁即成。

【芹黄鸡丝】 四川菜。芹黄改节；姜切丝；鸡脯肉切丝，码味，码蛋清淀粉。炒锅内放油烧至四五成热时，下鸡丝滑散，下豆瓣（剁细）、姜丝、芹黄同炒，烹汁起锅，装条盘即成。

【酸菜鸡丝汤】 四川菜。鸡脯肉、酸菜、瓜衣均切细丝。鸡丝码味，码蛋清芡，在沸水锅中滑散即打起。锅内换清汤，下酸菜丝，加咸鲜味调料，煮出味后再下鸡丝、瓜衣丝，煮至鸡丝过心，起锅盛汤碗内即成。

【雪魔芋鸡翅】 四川菜。公鸡翅去尖，一断为二，治净，出一水；雪魔芋泡发后改成条块。鸡翅下炒锅，加姜、葱、料酒，炒香，再加雪魔芋、鲜汤及调味品，大火烧开后，改用小火慢烧，至鸡翅骨离肉时，勾芡起锅，盛盘内即成。

【雏凤清声】 贵州菜。贵州参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。仔母鸡治净，搌干，抹少许酱油，入油锅炸成金黄色，捞出；青菜叶切丝炸成菜松。原锅留油少许，入葱、姜，煸出香味，烹料酒、酱油、糖、汤汁，放进炸好的鸡，焖至八成熟捞出，摆盘内，鸡呈立体形。熟鸡蛋一端削去一小片，在盘内摆稳，在另一端装上用土豆茸做鸡头、火腿粒做眼睛、火腿片做鸡冠、黄瓜做鸡翅的小雏，入笼罩热定型。出笼，摆在大鸡周围的菜松上，全鸡浇原汁鸡卤，小鸡淋白汁，浇鸡油即成。

【培养正气鸡】 贵州菜。肥嫩母鸡治净，斩成小块。净布袋装入党参、山药、薏仁、甘草等药料，用线扎紧。砂锅内盛水，用大火烧开，入鸡块煮后，放药料袋再煮至沸，改用小火煨至肉烂离骨，撒胡椒粉、葱花于鸡汤中即成。配酱油、葱花、烤辣椒块佐食。

【喇嘛鸡】 贵州菜。嫩公鸡治净，煮熟去骨，肉撕成大块，用料酒、白糖、盐、酱油揉后，入盘上笼蒸熟取出，挂蛋糊，再入油锅炸至色呈金黄捞出，切块装盘中，淋上用高汤、味精、酱油、白糖、醋和淀粉制成的芡汁即成。

【核桃鸡】 贵州菜。鸡脯肉片成薄片；核桃仁用开水汆后，去皮。鸡片上抹湿淀粉，包入桃仁，挂蛋清糊，入油锅炸至色黄取出装盘，淋以鸡汤和味精、酱油等调成的芡汁即成。

【爆竹鸡】 贵州菜。肥膘肉片、鸡脯肉片用酱油、白糖、花椒面抹后，与火腿丝一起，卷成 5 厘米长、1 厘米粗的圆筒，用汆过的韭菜捆扎好，挂蛋清糊，入油锅炸

脆捞出，撒椒盐即成。

【石榴鸡】 贵州菜。鸡脯肉捶茸，加蛋清、湿淀粉、盐，拌匀，挤成一个个圆子。用干细淀粉和鸡茸圆子擀成杯口大小的圆皮，包入用火腿丁、冬菇丁、海米粒、香葱头及盐、味精、芝麻油拌和成的馅，捏成石榴状，在半面上涂以少许食红，入笼蒸熟取出，淋上银白卤即成。

【辣子鸡块】 贵州菜。鸡肉切块，入油锅爆去部分水分，用糍粑辣椒炼油合炒，加甜酱、酱油、葱节、姜块、蒜瓣等调料，小火煨至鸡肉离骨即成。

【醋熘鸡块】 贵州菜。净鸡肉砍成方块，加料酒，挂蛋清糊，入油锅炸至浅黄色时捞出。将猪油、姜、醋、白糖、酱油、葱、鸡汤入锅炼成卤汁，倒入炸好的鸡块推转，勾二流芡装盘即成。

【玻璃鸡片】 贵州菜。鸡脯肉去筋捶茸，裹上荸荠粉，擀成薄片，切成旗子形，入开水锅汆至浮起捞出，用清水泡透至发亮。将火腿片、香菇片、玉兰片和鸡片一同入锅，加高汤、盐，烧约 3 分钟后装盘，将蛋皮和豌豆苗摆在盘周围，撒上胡椒粉即成。

【豆油皮鸡】 贵州菜。鸡脯肉、鱼肉、肥膘肉捶茸，加蛋豆粉拌和成瓤子。豆油皮用水发软，改成大方块，抹湿淀粉，上摊肉瓤子，面上撒火腿末，入笼蒸透取出，稍凉后，切作骨牌块，盛盘中复入笼蒸后，淋银白卤汁即成。

【阉鸡豆腐】 贵州菜。阉鸡脯肉捶茸，用冷清汤调散，倒入烧开的豆浆内和匀，以酸汤点制即成。配红油佐食。

【菊花银耳汽锅鸡】 云南菜。云南参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。仔母鸡肉切成方块，漂洗治净，放入汽锅内，加葱、姜和少许已调好味的上汤，上盖，用小火蒸熟。水发银耳治净，切为菊花状，镶入虾茸，与鸡汤稍蒸入味，于汽锅上桌前 30 分钟摆入汽锅内即成。

【汽锅鸡】 云南菜。肥母鸡宰杀治净，鸡身切作 23 块，鸡头切作两半，鸡颈切作 3 段，鸡翅切成 2 段；依鸡头、鸡颈、带骨鸡肉块、鸡脯肉的秩序，放入陶质汽锅中，加盐、盖紧锅盖，用纸密封汽锅口沿。取口小肚大的砂罐一个，放水于罐中，再放汽锅于罐口上，用大火蒸，至鸡肉烂，汽锅内汤汁增多，即揭开锅盖，撕上胡椒粉和味精，用洁净抹布揩去汽锅沿边的糊纸，盖上盖，用托盘托住汽锅上席即成。

【五香脱骨鸡】 云南菜。活鸡宰杀治净，斩去脚爪，入缽内，用五香粉、盐、甜酱油、咸酱油、葱、姜腌透。炒锅内放猪油烧热，入鸡翻炸，至皮焦黄时捞出，放缽内。将腌鸡的汁水对上毛汤，也入缽内，上笼蒸后，取出晾凉，剔去大骨，切一字条，装盘时复原成鸡形，浇上少许蒸鸡的汁水，淋上芝麻油即成。

【山茶花鸡】 云南菜。将鸡脯肉与猪板油合制成茸，捏成花心，放入盘中，用蛋丝点缀，火腿片镶成山茶花叶，蒸熟定型，移到装有豌豆苗的盘内，再如法用大小山茶花点缀即成。

【滑汆鸡球】 云南菜。鸡脯肉切成球形，腌渍入味，挂糊，入沸水汆后放碗中，加入上汤和调味品，入笼用大火蒸熟。将鸡球汁水与萝卜、青笋入锅煮沸，调味，勾芡后浇在鸡球上即成。

【茄汁鸡球】 云南菜。用黄瓜片拼成凤尾形，放鱼盘两端，将打上劲的鸡肉茸挤成圆子，入锅炸至浮起，取出装入盘中央，浇入经烹制后有酸甜味的芡汁即成。

【酱汁鸡翅腿】 云南菜。将老嫩的鸡翅、腿拍松，腌渍入味，入油锅炸至呈黄色时取出，放入汤锅中煮沸后，改用小火燉炝，起锅装盘。浇上用炒至色黄味香的面粉与老酱调制的酱汁即成。

【龙钻凤翅】 云南菜。云南参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。将鸡翅除骨，治净，用调料腌渍入味，灌入虾泥，封口，入笼蒸至定型，再入油锅炸成金黄色，捞出装盘即成。

【生炸菊花肫】 云南菜。鸡肫去筋膜，剞十字花刀，改块，入缽内，用盐、酱油、五香粉、白糖、料酒腌透。炒锅内放猪油烧热，入鸡肫炸至呈菊花状捞出。待锅内的油烧至冒青烟，再将鸡肫入锅猛炸一下捞出，装入盛有蛋松和菠菜松的盘内即成。

【梅花鸡肠】 云南菜。鸡肠治净，将一端扎紧，另一头用专用注射器注入全蛋糊后也扎紧，上笼蒸透，取出改刀，入锅过油，令成梅花状；另起炒锅，下入鸡肠，加配料，勾芡，装盘即成。

【彩球芙蓉鸡片】 甘肃菜。甘肃参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。大虾和一部分猪肥膘制成虾茸，做成 20 个虾球；火腿、油菜、木耳、蛋皮、芫荽叶分别切成末和丝，再混合一起，投入虾球滚为“彩球”，上笼蒸熟；鸡脯肉、猪肥膘制成鸡茸，投入温油锅摊成大薄片，成熟割为菱形片，出锅沥油；另锅放入底油，葱末、姜末炝锅，佐以味精、料酒、盐，勾薄芡出锅盛入盘心，“彩球”围在芙蓉鸡片一周，勾薄芡、淋明油即成。

【百花发菜】 甘肃菜。甘肃参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡脯加猪肥膘制成茸，衬蛋皮包发菜抹成 20 厘米长的菱形块，四边用火腿、菠菜、香菇、黄蛋糕剁末装饰成四色图案，中间用火腿切细条摆成“百花发菜”字样，上笼蒸熟。另锅加清汤、料酒、盐、味精、白胡椒，勾厚芡、淋明油于成菜表面即成。

【笋子鸡】 甘肃菜。鸡脯肉剔去筋膜，猪肥膘用刀背砸成茸，加姜葱水、蛋清、盐制成鸡茸，鸡蛋 3 个加盐、淀粉在勺内摊成两张蛋皮，将鸡茸抹于蛋皮上，上撒火腿、木耳、蛋皮末，上笼蒸熟切抹刀片，排码在碗内，再将剔取鸡脯的鸡下锅煮熟，剁块扣入碗内，加入鸡汤、盐、料酒、味精，上笼蒸烂，扣入盛内，灌原汤淋芝麻油即成。

【韭黄炒鸡丝】 甘肃菜。鸡脯肉取筋膜顺长切成丝，加盐、料酒，抓搅上蛋清浆，投入温油锅中滑散，断生捞

出沥油，韭黄切段，另锅加底油投入韭黄煸炒，加入盐、少许酱油，再投入鸡丝，勾芡汁，淋明油即成。

【杏仁鸡丁】 甘肃菜。鸡脯肉取筋两面剞上花刀切丁，用蛋清、湿淀粉抓拌上浆，投入温油锅滑散，待断生捞出沥油；杏仁开水泡软后去皮，用盐水浸泡入味，投入油锅中炸黄捞出，将鸡汤、盐、料酒、味精、水淀粉盛入碗中对成调味汁，另锅加底油放入葱、姜，投入鸡丁、杏仁、火腿丁煸炒，倒入调好的调味汁，淋入明油即成。

【甘肃大块鸡】 甘肃菜。净光母鸡煮八成熟，捞出后稍凉，剁成大块，用花椒粉、盐、酱油、料酒腌渍，入味后加入水淀粉拌匀，另勺加底油投入鸡块翻炒，再加入蒜、姜丝辣角、鸡汤、盐、料酒、酱油，勾芡汁，淋芝麻油即成。

【梅花发菜】 甘肃菜。将鸡脯、猪肥膘剔去筋膜，用刀背砸成细茸，加葱姜水、蛋清、盐、味精，搅成鸡茸。鸡蛋3个打入碗中，加盐、淀粉，摊成2张大蛋皮，再分切成10张小圆蛋皮，每张小圆蛋皮上，以层抹上鸡茸发菜，再抹一层鸡茸，上摆5片豆粒大的火腿圆片，干贝粒做花心，成梅花形，上笼略蒸，灌上汤加味，淋芝麻油即成。

【挂炉烤鸭】 北京菜。北京填鸭，经开生、打气、掏膛、涮膛、打糖、晾坯等多道工序处理后，挂在特制的烤炉中，用枣木火烤熟取出，片成片，配以甜面酱、葱段、黄瓜条、蒜茸等，用荷叶饼卷食。

【焖炉烤鸭】 北京菜。北京填鸭，经开生、打气、掏膛、涮膛、打糖、晾坯等多道工序处理后待用；用秫秸先将烤炉的炉壁烘热，然后将鸭挂于炉内，关闭炉门，以炉壁的热度和热柴灰将鸭焖烤至熟。出炉后，将鸭片成片，配以甜面酱、葱段、黄瓜条等，用荷叶饼卷食。

【柴把鸭子】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鸭肉、冬菇、冬笋、火腿均切成条，用青笋条捆成柴把状，码入盘内，加鸡汤、料酒、白糖、精盐等，上笼蒸熟取出，将盘内汤汁滗入炒锅内，加调味料，勾稀米汤芡，浇在柴把鸭上即成。

【糟鸭片】 北京菜。整鸭治净，放入汤中，加葱段、姜块、料酒、精盐等，煮熟捞出，拆骨，取肉片成片，码于盘中，浇以香糟酒即成。

【油爆鸭丁】 北京菜。鸭脯肉切丁，用精盐、料酒腌入味，再用鸡蛋清、淀粉上浆，入温油中滑散至熟捞出。勺内留底油，用葱末、姜末炝锅，放入冬笋丁、青椒丁略煸，再放入滑熟的鸭丁，泼入用鸭汤、精盐、料酒、味精、湿淀粉对成的汁，淋芝麻油，翻炒均匀即成。

【炒全鸭】 北京菜。鸭的掌、舌、膀、胰、肫、心、肝、肉治净。掌去骨；膀斩段；肉切片；肫剞花刀；与舌、胰、心、肝均用沸水焯透，放炒勺内，加葱末、姜末、料酒、精盐、鸭汤、味精等，炒熟，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油即成。

【烩鸭四宝】 北京菜。汆过的鸭舌、鸭肉、鸭胰、鸭掌内，加鸡鸭汤、酱油、精盐、料酒等，烧沸捞出，放在大汤碗里，撒上芫荽末和葱末；另用鸡鸭汤加酱油、精盐、料酒、湿淀粉等调成稀芡，再下入醋、胡椒粉、葱姜油和芝麻油，浇入碗中的"鸭四宝"上即成。

【卤鸭胗】 北京菜。鸭胗煮后，洗净，用红曲粉拌匀，放在盆里，加鸡鸭汤、精盐、料酒、白糖、酱油、味精、八角、葱、姜，上笼蒸熟取出；汤什过细罗后，再将鸭胗浸入，晾凉，入冰箱放置5～6小时即成。食时切成薄片。

【葱爆鸭心】 北京菜。鸭心旋转切成条，加入味精、精盐、淀粉，拌匀，入油锅炸后，再置烧热的葱姜油勺中，烹入以葱块、酱油、料酒、醋、胡椒粉、精盐等调成的清汁，迅速颠炒即成。

【鸭心卷】 北京菜。生鸭心旋削成片，卷入用虾肉、猪肥膘肉制成的馅，挂上淀粉糊，逐个下油锅炸成金黄色捞出。干辣椒丝下炒勺内稍炸，放入鸡汤、料酒、精盐、味精、白糖、葱段、青蒜段，烧沸，放入鸭心卷急速颠炒，淋葱椒油即成。

【汆银耳鸭舌】 北京菜。鸭舌入烧沸的鸡鸭汤中稍煮，再下银耳稍汆一下，随即将鸭舌和银耳捞出，放大汤碗中，上放用黄瓜切成的花片，鸡鸭汤中用料酒、精盐、味精调味，倒入盛有银耳和鸭舌的大汤碗中即成。

【酱鸭膀】 北京菜。鸭膀用红曲粉拌匀，置碗中，再加鸡鸭汤、酱油、料酒、白糖、精盐、味精、桂皮、大料、葱段、姜块及鸭掌筋，上笼蒸烂，取出鸭膀，剔去骨头，平放在大盘中；将过罗的原汁置火上熬浓，浇在鸭膀肉上，待晾凉，入冰箱中凝成冻即成。食时切成块或片。

【拌鸭掌】 北京菜。鸭掌治净，煮熟，脱骨去筋，拌以芥末、酱油、醋、味精、芝麻油即成。

【金鱼鸭掌】 北京菜。鸭掌煮至四成熟捞出，从背面剔去骨和爪尖，摆在盘中。桂鱼肉制成茸，加料酒、味精、精盐、粉面等，调匀，抹在鸭掌腕部，制成金鱼身，鸭掌成为鱼尾；另用发菜作背，火腿末作鳞；顶端嵌入2粒豌豆作眼睛。上屉蒸熟取出，摆在铺好油菜松的盘中，浇以鸡鸭汤、料酒、精盐、味精、淀粉等调成的稀芡汁即成。

【炒鸭肠】 北京菜。鸭肠剪开，治净，用沸水焯透，捞出，切成段。勺内加底油（鸭油）烧热，下青椒丝略煸，放入鸭肠段，依次加入料酒、鸡汤、精盐、味精等，炒匀，由用湿淀粉勾芡，淋芝麻油即成。

【鸭丁腐皮】 天津菜。白煮鸭肉小块加盐、姜丝蒸透；腐皮块用沸碱水焯后，涮净，添高汤、牛奶、盐，煮开，勾芡，装盘中，摆上鸭块即成。

【金钱鸭腰】 天津菜。猪靠尾部肥肉煮熟，切片，抹鸡蛋清糊，扣上煮熟、片开的鸭腰，并将肉片裁成鸭腰形，然后，粘蛋糊，入油锅炸成金黄色捞出。另用葱、姜炝勺，下料酒、白糖、酱油及高汤，放南荠、玉兰片、鸭腰，勾芡，淋花椒油出勺即成。

【身全鸭子】 河北菜。整鸭治净，焯透，脯朝上摆鱼盘中，将脖盘于腋下，上摆火腿片、冬笋片、口蘑片、葱

段、姜片、大料，再放料酒、精盐和鸡汤，上屉蒸烂取出，拣去葱、姜、大料即成。

【荷叶烤鸭】 山西菜。整鸭取出内脏，并将翅骨、腿骨砸断，用调料腌制；肥瘦猪肉切丝，用板油丝、葱丝、姜丝、沙仁面、豆蔻面、料酒、酱油、辣酱油、白糖、精盐、花椒盐、味精拌匀，然后填入鸭腹内；鸭腿、翅、头折回成圆形，用荷叶、箬壳分别包住，外面再包一层荷叶，以麻绳捆成鸭蛋形，用酒坛泥包好糊严，包以麻纸，放烤箱烤熟，取出剥泥，将荷叶鸭扣入大盘内，撒椒盐即成。

【红油整鸭】 山西菜。整鸭治净，用酱油等佐料腌制后，入油锅炸成金黄色，放盆内，调味，加佐料，上笼蒸烂取出，扣盘内。原汤烧沸，用湿淀粉勾芡汁．淋红油，浇在鸭身上即成。

【锅烧整鸭】 山西菜。整鸭治净，入沸水中焯透，配包有花椒、大料、小茴香、丁香的纱布袋和葱段、姜片，上屉蒸烂取出。另用鸡蛋清、粉面制糊，抹匀鸭身上，入热油中炸成金黄色捞出，用刀拍松，盛盘内即成。配花椒盐佐食。

【玉鸟配鸭掌】 山西菜。鸭掌 20 只，入沸水中汆后，放盆内，加精盐、料酒、味精、葱、姜等，上笼蒸熟，剔去小骨；蘑菇、火腿切成丁，拌入鸭脯肉茸，捏成小鸟形，抹在鸭掌肉上，入笼蒸熟取出，装盘内，浇上用鸡汤、精盐、味精、湿淀粉调成的白汁即成。

【人参焖鸭子】 吉林菜。净鸭抹匀酱油，入油锅炸成金黄色；人参蒸烂后，放入鸭腹内，再把鸭子、酱油、桂皮、白糖、料酒、味精、葱和姜块放进鸡汤锅里，微火炖至鸭肉烂并汤干时，出锅即成。

【四圆扒鸭】 黑龙江菜。鸭子治净后放入盆内，加鲜汤和调料，上屉蒸熟取出，去掉大骨，放入勺内，用慢火扒制后，置盘中间；黄瓜、胡萝卜、冬笋、白萝卜分别削成球状，用汤煮煨后，摆在鸭子四边，浇白汁，外边用煨好的油菜心点缀即成。

【糟扒鸭条】 黑龙江菜。熟鸭肉切条，码入碗内，加鸡汤、糟水、酱油、料酒、白糖、味精等，上屉蒸烂出笼，再用小火煨，汤将尽时勾芡，淋鸡油，经大翻勺后，盛在盘中即成。

【网油鸭卷】 黑龙江菜。鸭脯片薄片，用盐、料酒、芝麻油喂上味；鸭脯、海米剁细，加葱、姜末调咸鲜味馅，卷入鸭片肉，再剁成 4 厘米长的段，挂全蛋粉糊，入热油炸熟，捞出装盘即成。

【清蒸全鸭】 山东菜。鸭子治净，放大砂锅内，加玉兰片、冬菇、火腿片、口蘑，倒入清汤、酱油、料酒及精盐，盖严锅盖，盖缝贴纸，放笼中蒸约 3 小时即成。

【酱汁鸭子】 山东菜。整鸭劈开，将肉划一字刀纹，皮朝下放大碗中。另勺用猪油炒糖汁，下甜面酱炒熟，加葱、姜、清汤、酱油、精盐、料酒等，烧沸，浇入碗中，入笼蒸约 3 小时，取出扣盘内；炒勺倒入蒸鸭原汁，加酱油等，烧沸，调好口味，勾芡，淋明油，浇鸭肉上即成。

【芝麻鸭】 山东菜。肥鸭治净，用盐搓匀内外，装大盘中，将葱段、姜丝、砂仁、豆蔻、丁香等放鸭上，入笼蒸烂，去调料，剔骨，切大块，抹蛋糊，皮面沾芝麻，肉面沾面包末，入油锅炸黄捞出，改菱形块装盘即成。

【八宝鸭子】 山东菜。整鸭治净，从脊处剖开成蝴蝶状，煮五成熟；糯米蒸五成熟；红枣肉、核桃仁、桂圆肉、冬瓜条、青梅、莲子、白果等切丁，均汆后，加熟糯米、白糖拌匀。鸭子皮朝下摊平放大碗中，上面摊平八宝馅，上笼蒸约 3 小时取出，翻扣盘内，浇糖桂花卤即成。

【寿星鸭子】 山东菜。鸭子从脖口开刀处剔净全骨，保持鸭子完整；把切成丁的玉兰片、口蘑、鱼骨、莲子、雪里蕻、干贝等，用酱油、葱椒、料酒、味精、葱油调味后，从鸭脖填入腹内，再用竹签别住脖口，放沸水锅烫约 3 分钟取出；用净布包起鸭子，摆放净锅内的鸡骨架上，上放猪肉片、鸡块，加清汤、酱油、精盐、葱、姜，慢火炖烂，取出解包，鸭肚朝上放入汤盘内，再将炖鸭汤烧沸，勾芡，浇鸭上即成。

【冬菜鸭子】 山东菜。宰好的肥鸭治净，去大骨、腿骨，从脊处劈开，在腹内、腿部划刀纹，入沸水中烫后捞出，抹上嫩汁，装入鸭盘内，将冬菜、葱末、姜末、料酒、酱油、葱油拌匀放鸭子上，入笼大火蒸熟取出，挑出骨头，翻扣盘内，原汤烧沸，放白糖、料酒、葱油等，调匀，勾芡，浇鸭子上即成。。

【什锦鸭羹】 山东菜。熟鸭肉、菜花、冬笋、口蘑、水发鲟鱼头骨（或鲨鱼软骨）、海参、蹄筋均切丁，与青豆一起用沸水焯透。炒勺加猪油，烧八成热，炸葱末、姜末，放清汤、精盐、葱椒茸、熟火腿丁及以上各料烧沸，搅匀，用湿淀粉勾芡，淋明油，盛汤碗中即成。

【雪花鸭肝】 山东菜。鸭肝切片，用精盐稍腌后，两面沾匀蛋清糊，再将其中一面沾上面包末，入油锅炸透捞出，将拌蛋清糊的一面朝上整齐摆盘中即成。

【黄焖鸭肝】 山东菜。将鸭肝烫后，切长条。勺内猪油烧七成热，加入甜面酱炒熟，放入鸭肝、清汤、料酒、冬菇、玉兰片，煨炖至汁浓即成。

【金陵桂花鸭】 江苏菜。江苏参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。选江宁所产桂花干时的肥鸭，治净后斩去小翅、脚掌，在右翅窝下开小口，取出内脏，洗去血水，沥干，用热花椒盐遍擦鸭身内外，入缸腌几小时取出，挂通风处晾干，用空心芦柴管插入鸭肛门内，翅窝刀口处放入姜片、葱结、八角。锅内放清水烧沸，入生姜、葱结、八角，将鸭腿朝下、头朝上放入锅中，焖 20 分钟后，续烧至锅边起小泡，提起鸭腿，将鸭腹中的汤汁沥入锅内。复将鸭置汤中，用小火焖 20 分钟取出，抽出芦管，沥汤，冷却后，改刀装盘即成。

【炖文武鸭】 也称“金银鸭”。江苏菜。取仔烧鸭和仔光鸭各半只，拼放入大砂锅内，加调料和水，用小火炖至酥烂即成。因色呈红、白，红色象武，白色象文，故名。

【金银鸭】 即"炖文武鸭"。

【母油整鸭】 江苏菜。太湖肥鸭治净,配以猪爪、猪肥膘肉,加母油(即三伏头抽酱油)等调料,放入砂锅内,烧沸,再移文火上焖3小时左右即成。

【母油八宝鸭】 江苏菜。整鸭治净,出骨,鸭腹内填入糯米、笋丁、鸭肫丁、肉丁、莲心、芡实、白果肉、栗子,与鸭骨架、猪骨、肥膘肉同入锅中,加清水,烧沸后取出,移入砂锅,加母油(三伏头抽酱油),用微火焖至酥烂即成。旧时苏州船宴多用此味,故也称"母油八宝船鸭"。

【母油八宝船鸭】 见"母油八宝鸭"。

【苏州卤鸭】 江苏菜。肥嫩鸭治净,配以肥膘肉,加姜、葱、酒、盐、冰糖、五香料及红曲水等入锅中,瓷盘盖鸭身上,煮至嫩熟取出,置盘中。鸭汤勾芡成卤汁,浇在鸭上即成。

【瞿楼糟鸭】 江苏菜。肥麻鸭宰杀治净,入沸水中煮熟捞出,冷却后放入缽中,用糟油卤浸腌即成。配腌制的扬花萝卜佐食。因相传为瞿姓母女俩所创,故名。

【蛋美鸭】 也称"蛋梅鸭"。江苏菜。肥嫩鸭治净,抹匀酱油,入油锅炸成金黄色捞出,放入砂锅内,加料酒、姜、葱、酱油、精盐、糖、清水等调料,焖烂后取出,拆骨,保持整形入碗中,加原汤,上笼蒸透,复扣盘中。四周围以虾仁、香菇、鸡肉丁等制成的蛋皮烧卖,浇上烹热勾芡的原汁即成。

【蛋梅鸭】 即"蛋美鸭"。

【甫里鸭羹】 江苏菜。整鸭治净,改刀,配以火腿、蹄筋、干贝、虾米、山药、水发冬菇,加调料,用旺火烧沸,移小火上焖至酥烂即成。甫里,吴县舟直镇名。唐文学家陆龟蒙曾隐居于此,自号甫里先生,传甫里鸭羹系其所制。

【瓢儿鸭舌】 江苏菜。鸭舌刮去皮膜,加调味煮熟,去舌骨,置抹过油的汤匙中作瓢把,用红、绿、黑三色小菱形片点缀,抹上调味虾茸糊,成瓢儿形,上笼蒸熟成型,从匙中取下,鸭舌向外,围置盘中,浇上白芡即成。

【掌上明珠】 江苏菜。熟鸭掌(或鹅掌)出骨,以鸡清汤加调料烧透;虾仁斩茸,加鸡蛋清、料酒、精盐拌匀。鸭掌上置放虾茸球,上托对剖开的鸽蛋,置盘内,上笼蒸熟取出。另以鸡清汤加精盐、味精等烧沸,勾芡,浇掌上,边上围以豆苗即成。因鸭掌嵌鸽蛋,色泽晶莹如明珠,故名。

【金牛鸭子】 浙江菜。浙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。西湖肥鸭,除保留腿骨下半截外,整体出骨;鸭嘴从鼻孔处斩下劈两片;鸭翅尖从第二处斩下,均油炸后待造型用。将煸熟凉透的牛肉丝等料填入鸭腹,用麻绳缚塑成卧牛状,沉沸水中略煮定型,再蒸至八成熟,入油锅炸呈金黄色时捞出。将两片鸭嘴插入耳孔成牛耳状;翅尖插入眼窝呈牛角状,即可成型上桌。因西湖古称"金牛湖",故因形命菜名。

【杭州酱鸭】 浙江菜。当年肥鸭子治净,擦盐,入缸内压实腌2~3日,取出晾干,再入缸加酱油浸渍3~4日后取出。将渍鸭的酱油烧沸,入鸭再略煮至鸭呈红色时即捞出沥干,在日光下晒2~3日即成酱鸭。食时将鸭置大盘内,入笼蒸至鸭翅上有细裂缝时取出晾凉,切块装盘即成。

【琵琶鸭】 浙江菜。净母鸭出骨,皮面涂匀酱油,入油锅炸至呈金黄色时捞出,再加酱油、精盐、白糖、饴糖、料酒等调料,炖烂,在盘中摆成琵琶形,用火腿丝、蛋皮丝等作弦,浇上勾芡的原汁即成。

【火膛神仙鸭】 也称"火膛炖鸭"。浙江菜。鲜活肥鸭治净,与火腿并排摆入垫有竹箅子的大砂锅内,加葱、姜等料,先蒸至半熟,启封,剔去骨头,火腿切片摆在鸭子上面,仍放锅内,加味精、酒和盐等续蒸至酥,出锅即成。

【火膛炖鸭】 即"火膛神仙鸭"。

【口蘑鸭舌掌】 浙江菜。鸭舌、鸭掌除去白苔、掌骨,配以鲜口蘑、火腿、笋片等料装入扣碗,上笼蒸熟取出,翻扣在汤盆内即成。

【无为熏鸭】 安徽菜。在光鸭翅下开膛,去内脏,洗后于清水中浸泡,以除血水,沥干后用盐在鸭身内外擦匀擦透,入缸约腌4小时,然后在鸭肛门插一小竹筒入沸水锅烫,至鸭皮收缩绷紧,挂起,将腿胯间关节折断,用洁布揩擦去皮衣,置熏锅上,熏至腹背皆黄。锅中放水、香料及调味品,烧开后放入鸭,并用竹筛压住盖锅,用小火焖煮约45分钟即成。

【酒卤鸭】 安徽菜。将鸭体用盐水、姜汁抹匀,先蒸七成烂,再炸成金黄色,改成小块,仍按鸭形装盘,下面铺垫蒜瓣,复入笼蒸至酥烂,浇上用绍酒、食用红色素及鸭汤调制的薄芡卤汁即成。因卤汤重用绍酒,故名。

【糯果鸭条】 安徽菜。煮熟鸭肉切块,码入扣碗,上面铺满用糯米、鸭汤、白果、板栗、山药、猪肉等混合煮成的糯米饭,入笼蒸透,复扣碗内,浇上鸭汤即成。

【炸饼鸭卷】 安徽菜。面粉调成面团,擀薄,切成8.5厘米见方的面片,放入卤熟的肥肉和鸭脯肉各一片及葱段一根,包成圆筒状,用湿淀粉封口,入油炸至金黄色即成。

【鸭双味】 安徽菜。熟鸭掌剔骨,拌入辣椒油、蒜茸等调味品放入盘中,周围配上经腌渍、蒸熟、挂糊炸透的鸭小腿,并缀以葱末、姜丝即成。

【瓤鸭舌】 安徽菜。熟鸭舌去骨,舌面镶入用鱼肉、肥膘制成的茸馅,抹平后,以火腿末、菠菜末、香菇末分色摆成三行,入笼蒸熟。浇上用鸡清汤、火腿、笋片、菠菜叶、木耳等调制的薄芡汤汁即成。

【鸭肝蛋卷】 安徽菜。鸭肝、香菇切小丁,用调料腌渍入味。用圆薄鸡蛋皮20小张,逐一放上一份鸭肝和香菇,包成长方卷,入油锅中煎熟即成。

【炒血鸭】 江西菜。嫩活鸭宰杀,将鸭血流入加有料

酒的碗内搅匀；鸭肉斩成块，配以姜、葱、干椒、蒜和调味品煸炒焖熟，然后将鸭血淋入锅内，边淋边炒动，使鸭块粘满鸭血即成。

【炒菠萝鸭片】 福建菜。鸭前腿肉切薄片，用料酒、白糖、精盐、味精、蛋清、胡椒粉、干淀粉浆好过油，然后下锅与鲜菠萝片、嫩姜片合炒，调入芡汁煮沸，勾芡即成。

【酱豆腐鸭】 台湾菜。锅内热油爆香红豆腐乳、蒜茸，净鸭去爪切成两半放入爆炒成黄色，加盐、酱油、水发冬菇及泡汁、笋片，待鸭煮熟，取出切块装盘，上加冬菇、笋片，余汁烧开，加湿淀粉勾芡，淋鸭块上即成。

【芋头烧鸭】 台湾菜。嫩鸭治净，入沸水中，加料酒，小火煮八成熟，捞出斩块；芋头去皮切块；热油爆香姜片，放入鸭块略炒，加白酱油、鸭汤、冰糖，小火焖至半烂，加芋头同煮至酥软，调以盐、味精即成。

【嫩姜鸭块】 台湾菜。整鸭水煮后切块；热油炸黄备用。炒锅加油爆炒葱段、姜片、红椒块，与鸭块同炒后，放入酱油、酒、糖、盐、清水，中火焖至汁略收为止；鸭块排放在碗内，鸭皮朝下，原汁淋上，入笼蒸透，反扣盘中；原汁倒锅内煮开，加湿淀粉勾芡，淋于鸭块上即成。

【孤雁鸭啼鸣】 台湾菜。鸭去骨切肉为条，并取等量的冬菇条、加糖蒸熟的火腿瘦肉、冬笋条，用酸菜条一一扎起。热油锅中注入清水，烧开后放入扎好的用料，加入盐、味精，芝麻油、酱油，至鸭熟起锅即成。

【鸡皮烧鸭掌】 河南菜。鸭掌治净，蒸烂，去骨，入加有调料的上汤中汆去异味；生鸡皮蒸烂，晾凉，揭去瘦肉和筋，切成与鸭掌同样大小。锅内加底油烧热，添入上汤，加酱油、味精、料酒、盐水、姜汁，再下鸭掌和鸡皮、冬笋片、香菇片、火腿烧制，勾流水芡，装入盘中即成。

【油浇鸭】 湖北菜。肥鸭治净，鸭腹中灌入炒过的肉丝、冬菜、白菜头和口蘑，随即缝合，入油锅炸片刻捞起，置入盐茶水中浸泡 2 小时，沥干，再炸，至皮肉酥脆时起锅，折骨，改刀，装盘中即成。配甜酱、葱头、薄饼佐食。

【五香葱油鸭】 湖北菜。砂钵中用葱段垫底，上置治净的肥仔鸭，随下猪板油、姜片、酱油、白糖、料酒、陈皮、茴香、大料，在微火上煨炖 2 小时，将鸭翻身后，续炖 2 小时，起钵盛盘即成。

【青莲鸭】 湖北菜。当年肥壮仔鸭治净，蒸熟，再用鱼茸、青豆在小杯中蒸制成莲蓬，用蒜苗、鱼茸和发菜蒸制成莲藕；用蛋黄糕蒸制成荷花；用青菜制出荷叶，拼镶在鸭身一侧，浇进高汤后，入笼略蒸即成。

【面包全鸭】 湖南菜。淮鸭治净，投沸水中焯去血水、腥味。蒸钵用竹箅垫底，放入整鸭，加葱、姜、冰糖、料酒、酱油、精盐及水，煨烂，拣去葱、姜，将整鸭腹朝上，盛入盘内，入笼保温。面包切片，入油锅炸至呈金黄色时，盖在整鸭上。再将原汁倒入锅内烧开，加调味勾芡挂汁，浇在鸭子和面包上即成。

【罗岗煎软鸭】 广东菜。广东参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。鸭肉片切成两大厚块，用刀背稍捣，剞横直花纹，加味精、浅色酱油、姜、葱、酒，拌匀腌片刻，再用鸡蛋液拌匀，上生粉；大火烧锅下油，将鸭肉排在锅里，改用慢火半煎半炸至变硬，去油，取出，装盘；爆香蒜米，下酒、糖醋、梅子酱、白糖、五柳料粒，以湿淀粉勾芡，加熟油，拌匀，淋在鸭肉上，再用菠萝或甜橙、车梨子围边即成。

【金陵片皮大鸭】 广东菜。整鸭治净，在右翼下开小孔，取出内脏，用小竹撑开内腹，入沸水中烫至皮变硬，挂起晾干，用糖水涂遍全身，取洗净翼毛插入粪门，晾干，将姜块、葱条、淮盐、大料从小孔填进鸭腹内，去翼毛，改用木塞，以铁叉从两腿插入至两膊穿出，把鸭颈顺叉绕一周，叉尖紧叉下颌，于炭火上烤熟即成。食时，片皮上席，配千层饼、葱球、海鲜酱佐食。

【八珍扒大鸭】 广东菜。毛鸭宰杀治净，敲断翼、腿骨，去尾臊，脊处剞十字，以深色酱油涂皮，炸至皮色大红时，放入以竹箅垫底的砂锅内，加陈皮、大料、精盐、姜片、葱条、料酒、沸水，烧沸，再加深色酱油，直煲至软烂，滗出原汁，将鸭掰开，去骨，仰放在碟上，上笼蒸熟，以炒郊菜围边；炒鸡球、香菇、鳖肚、肚仁、腰球、鲈鱼球、虾球、肾球铺在鸭胸上；原汁加上汤、蚝油、白糖、酱油，用湿粉淀勾芡，浇上即成。

【莲合香酥鸭】 广东菜。毛鸭宰杀治净，从颈部开刀，取出整骨及内脏；百合、莲子沸水焯透；猪肉丁略汆，大火起锅，放油、姜米、百合、莲子、猪肉丁、香菇丁、火腿丁，炒匀，烹料酒，加二汤、精盐，炒成馅料，填入鸭腔内，扎牢刀口，下沸水煮至皮发涨，去毛污，扎小孔，盛入瓦钵，加二汤、精盐、料酒、大料、姜片、葱条，中火蒸至软烂，去大料、姜、葱，滗出原汁；鸡蛋液、干淀粉拌成糊状，涂在鸭皮上，再粘干淀粉，入油锅炸成金黄色，置盘上，以炒熟郊菜围边，再淋以油、原汁、酱油、湿淀粉调成的芡汁和熟油即成。

【东江窝烧鸭】 广东菜。鸭宰杀治净，起出整骨，皮成袋形，取浸透的糯米、猪肉丁、虾米、香菇丁、莲子、熟猪油拌成馅料，填入鸭腹腔内，小绳扎牢刀口，入沸水中汆片刻，洗净，去绳，皮上扎小孔，以白布裹上，用绳扎紧，放入二汤中煮至软烂，去绳和布，去鸭尾臊，掰开鸭背，将精盐、胡椒粉、芝麻、味精、熟猪油调成白芡汁倒入，覆扣于汤盆中，另烧沸热汤一起上席即成。

【荔荷炖鸭】 广东菜。肥鸭宰杀治净，背脊处开刀，敲断翼、腿骨，入沸水中汆后，去毛污；焯荷花；汆火腿丁、猪肉，然后按顺序下火腿丁、猪肉、鸭、姜、葱、精盐、料酒、开水于盅内，加盖，入笼蒸炖 90 分钟，去姜、葱，去鸭胸骨、锁喉骨，撇去汤面浮沫。滤去滓屑，再放回盅内，加上汤、荷花、荔枝肉续炖即成。

【红棉嘉积鸭】 广东菜。海南岛嘉积镇所产的肥鸭，

宰杀治净，敲断翼、腿骨，去尾臊，脊处剞十字，以深色酱油涂皮，炸至皮色大红，放入以竹箅垫底的砂锅内，加陈皮、大料、精盐、姜片、葱条、料酒，直煲软烂，滗出原汁，置碟上，掰去骨，仰放在碟上，加原汁蒸熟。炒熟郊菜围边；用油、料酒、原汁、酱油、芝麻油、胡椒粉、味精、湿淀粉调成芡汁，浇在上面；再将西红柿刻成木棉花状镶边即成。

【柠汁煎鸭脯】 广东菜。鸭肉切块，用精盐、姜片、葱段、玫瑰、露酒、小苏打、清水拌匀，放入冰箱冻1小时；再拌鸡蛋液，沾干淀粉，入油锅煎至两面金黄，再入炒锅，烹料酒、柠檬汁炒匀，淋芝麻油、花生油即成。

【子萝鸭片】 广东菜。鸭肉切薄片，用鸡蛋清、干淀粉拌匀，与爆香的蒜、葱、辣椒块和以白糖腌过的子姜同炒，烹料酒，用芡汤、糖醋、芝麻油、白糖、湿淀粉调成的芡汁勾芡，再下菠萝片，淋熟油即成。

【蚝油鸭脚】 广东菜。鸭脚治净，用精盐擦匀，洗净，沥干，以深色酱油涂匀，与爆香的姜、葱略炒，烹料酒，加酱油，然后转入有竹箅垫底的砂锅里，加二汤、蚝油、大料、陈皮、酱油、精盐，煲至软烂，去葱、姜、大料，滗去原汁，盛在碗里，蒸后，覆扣碟上；用原汁、酱油、白糖、味精、湿淀粉勾芡，浇在上面；再淋芝麻油、花生油即成。

【煎瓤鸭掌】 广东菜。鸭脚治净，鸭掌去骨，先汆，后用油、姜汁酒、沸水、精盐煨制，捞出抹干，沾薄粉，将虾胶瓤在掌上成琵琶形，入油锅煎熟，拼砌在碟上，用炒熟菜蔬围边；油、料酒、上汤、蚝油、酱油、白糖、胡椒粉、湿淀粉勾稀芡，浇在上面，再淋熟猪油即成。

【油泡肾球】 广东菜。鸭或鹅、鸡的肾切井字花纹，用姜汁酒拌匀，略腌，汆至八成熟，再过油至恰熟，然后与爆香的葱段、姜花、蒜茸同炒，烹料酒，用芡汤、胡椒粉、芝麻油、湿淀粉勾芡，并淋熟油炒匀即成。

【岭南香酥鸭】 广西菜。用高糖、高酒把鸭醉好，去骨，挂蛋浆，入油锅炸熟，切成块，盛入盘中，再浇上以红糖姜、瓜英、什锦菜、茄汁等制成的甜酸芡汁即成。

【南宁绉皮鸭】 广西菜。南宁特产的良种麻鸭，调以陈皮、草果、八角、丁香等多种香料，经烧制即成。因鸭熟后外皮松而起绉，故名。

【蚝油柚皮鸭】 广西菜。光鸭上色，炸焖，柚皮滚泡去涩料，配以蚝油、猪油、调料等煮至入味，勾芡，淋明油翻匀即成。

【柠檬香菠鸭】 广西菜。麻鸭在水沸汤中汆熟，斩件，用姜茸、蒜茸、糖、醋拌匀，放入垫有菠萝的盘上即成。配柠檬叶丝及苏梅酱佐食。

【白果炖老鸭】 广西菜。老鸭治净，配以白果，加汤慢火炖制即成。

【栗子荷包鸭】 广西菜。鸭治净，去骨，栗子煮熟，压成茸，瓤进鸭皮袋，封口，入炖盅，加上汤炖至软烂即成。

【板栗扣鸭】 广西菜。鸭肉块经调制后，与板栗一同蒸扣即成。

【五彩炒鸭丝】 广西菜。青椒丝、红椒丝、香菇丝、鸡蛋丝、粉丝，与烧鸭肉丝（或白切鸭肉丝）同炒即成。

【拆烩红鸭丝】 广西菜。肥鸭宰杀后，上色，用红汤炖烩，拆丝，配香菇、冬笋等烧烩即成。

【梅藕拌火鸭】 广西菜。烧鸭斩件，拌以盐、糖、味精；嫩藕切片，用酸梅水、肉拌匀，再与鸭块、蜇皮拌和，装盘即成。

【冬茸火鸭羹】 广西菜。冬瓜用上汤煨透，制成冬瓜茸；烧鸭肉切小片。锅内加上汤，下烧鸭肉，调好味，放入冬瓜茸，以鸡蛋清、马蹄松推糊，盛碗中，撒火腿末即成。

【樟茶鸭子】 也称“樟茶仔鸭”。四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。肥鸭治净，腿部用竹扦插眼，码味，入沸水锅出坯。入炉，以樟树叶、茶叶熏；出炉后，入笼蒸烂，再下油锅炸至呈棕红色时，取出斩块，装盘时拼成鸭形，刷上芝麻油，配葱酱碟、荷叶饼即成。

【樟茶仔鸭】 即“樟茶鸭子”。

【太白鸭子】 四川菜。嫩肥鸭治净，入汤锅出一水，盛于容器内，下调料腌渍，用皮纸封口，上笼蒸烂取出，放大条盘上，揭去皮纸，淋少量用高级清汤对成的咸鲜味滋汁即成。

【虫草鸭子】 四川菜。肥鸭治净，从尾脊开一小孔，挖去内脏，洗净，出一水。虫草洗净，上笼稍蒸后，在鸭脯一面均匀地插上，装进汤盏内，加高级清汤和咸鲜味调料，上笼蒸烂即成。

【神仙鸭子】 四川菜。肥鸭下锅，汆去血水，去爪，去嘴壳，晾一下，抹上料酒，入八成热的油锅中炸至呈浅黄色时捞起。取大蒸碗1个，碗底铺1片纱布，将火腿片、玉兰片、口蘑在碗底摆成“三叠水”形，上放鸭子（腹朝下），将纱布抄拢，打结，放进垫有鸡、鸭骨的包罐里，加清汤、调料等，用大火烧开后，移至小火煨至骨松肉烂时取出，解开纱布包，翻入大圆盘，再将罐内汁水收浓，浇上即成。配软饼佐食。

【瓤鸭脯】 四川菜。肥鸭治净，加咸鲜味调料，入笼蒸烂，去骨架，留脯肉及双腿，摆入蒸碗；余下的鸭肉，与火腿、海米、玉兰片等料切成粒，入锅稍炒，起锅，装入蒸碗内的鸡脯、腿上面，上笼馏热，翻入圆盘，挂二流芡即成。

【姜爆鸭丝】 四川菜。烟熏鸭蒸熟，取鸭脯切成粗丝；嫩姜、甜椒切丝；蒜苗改节。炒锅放入油，烧至五成热，下鸭丝速爆，即入姜丝、甜椒丝同爆，倒入鲜味调料，放入蒜苗，炒至断生起锅，装入圆盘内即成。

【虫草鸭舌】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鸭舌120根洗净，煮熟去骨，留前部，将泡发洗净的虫草120根逐一镶入鸭舌，定碗，加姜、葱、料

酒，上笼蒸熟，翻扣于大圆盘内，以泡涨去皮通心蒸熟的白莲子镶在鸭舌周围，灌进特制的鸭汤汁即成。

【椒麻鸭掌】 四川菜。鸭脚去粗皮、趾尖，洗净，入锅煮至六成熟捞出，去筋、趾骨，盛于碗内，加清汤、调料，上笼蒸烂，出笼后，拣出鸭掌，装盘，淋上椒麻味汁即成。

【炖健身全鸭】 贵州菜。肥老鸭治净，将装有黄芪、淮山药、党参、阿胶、女贞、泽泻、薏仁的布袋塞进鸭腹。鸭放入砂锅，加水淹没鸭身，入少量食盐，先用大火烧开，后用小火炖至鸭肉熟烂即成。

【口袋鸭子】 贵州菜。肥鸭宰杀焊毛，在颈皮处薄划一刀，取出食管、内脏，洗净鸭身，将加工过的苡仁、莲米、冬菇、火腿、葱白用盐和味精拌匀，填入鸭腹，刀口处用线扎好，入汤钵，加汤、姜、花椒，上笼蒸烂取出，拣去姜、花椒即成。

【菊花鸭】 贵州菜。火腿、冬菇、玉兰片、蛋皮均切长丝条，放在大汤碗内拼成菊花形，将煮烂去骨的整鸭覆盖上面，浇入高汤，入笼蒸至鸭肉熟烂，出笼翻扣入盘内，再加少许高汤即成。

【魔芋鸭块】 贵州菜。鸭肉砍块，入沸水中汆一下；魔芋切块，也用沸水汆一下。炒锅放油，下姜米炼后，入盐、酱油、甜酱炒转，加高汤和料酒，放入鸭肉和魔芋烧至肉烂，淋上用糍粑辣椒炼成的红油推转，连汤起锅入盘，撒上姜米、葱花即成。

【刷把鸭】 贵州菜。将煮熟去骨后的鸭肉和火腿、蛋皮、香菇、玉兰片切成细丝，理顺摆好；鸡脯肉、肥膘肉、鱼肉捶茸，加蛋豆粉拌和成瓤子，包在丝的一头，用烫熟的韭菜将其捆扎成刷把形状，一个个平摆入盘，入笼蒸熟取出，待冷却，横扣入碗内，再上笼复蒸，出笼后翻扣入大窝盘内，加汤、胡椒粉、葱花即成。

【蒙自烧鸭】 云南菜。肥仔鸭从左翅膀下切小口，去内脏，治净，用芦苇入鸭腹撑开，入沸水锅中稍烫，上色后晒干，塞住肛门，将汤灌入，入炉，用无烟松毛火焖至金黄色时出炉，控干汤汁后切块装盘即成。配椒盐、面酱、大葱佐食。

【三鲜烩鸭舌掌】 云南菜。鸭舌、鸭掌入锅用水煮后捞出，撕去鸭舌脆骨，剔去鸭掌趾骨，在汤锅中汆后，捞出控干水分，放碗内，加上汤、盐，入笼蒸制。炒锅内放汤和熟鸡片、水发冬菇、白菜心，煮开，加盐、味精、胡椒粉，舀入汤碗中，再将蒸好的鸭舌、鸭掌倒入，淋芝麻油即成。

【半烧椒盐鹅】 江西菜。肥鹅治净，剁成块，入炒锅爆炒后再烧焖至熟盛起。花椒、精盐入锅爆炒后，倒入烧鹅的原汤汁和鹅块，加葱头、姜末颠翻即成。

【黄焖子鹅】 湖南菜。去骨子鹅肉切块，入锅内，加嫩姜片煸炒，再加调料焖制，装入碗内。炒锅内放红椒炒熟，倒入焖制后的鹅肉，加调味勾芡翻炒，淋芝麻油装盘即成。

【酸梅甑鹅】 广东菜。鹅宰净，斩大块，用蒜茸、豆豉茸、面豉酱、酸梅、白糖、辣椒米、熟盐、浅色酱油、生粉、熟猪油拌匀，上笼蒸至软烂，取出，去大骨，鹅肉切块，置盘中；以原汁勾芡，加熟油，浇在鹅肉上即成。

【潮州烧雁鹅】 广东菜。桂皮、八角、甘草置布袋里，扎口，放入瓦盆，加清水、酱油、精盐、白糖、料酒，中火煮沸；下宰净肥鹅，改用小火煮约 10 分钟，倒出鹅腔汤水，再煮至熟；凉后，脱出腿、翼骨、脊骨并剁成块，用湿淀粉拌匀，入油锅炸至金黄色捞出，骨放碟底，肉切块放骨上；酸甜菜、芫荽镶边，胡椒油淋面即成。配潮汕甜酱佐食。

【骨香鹅片】 广东菜。鹅骨剁成块，先用精盐、鸡蛋黄拌匀，再拌以干淀粉，入热油中炸至酥脆；鹅肉切片，用鸡蛋清、湿淀粉拌匀，过油，与爆香的姜片、蒜茸同炒，烹料酒，加熟菜远，用芡汤、芝麻油、酱油、湿淀粉调成的芡汁勾芡，淋熟猪油，装盘，以炸香的鹅骨围边即成。

【三不粘】 北京菜。鸡蛋黄、白糖、淀粉等搅成粘稠如粥状，入油锅里边炒边搅，至熟盛盘即成。因菜肴不粘盘、不粘匙、不粘牙，故名。

【焦馏如意卷】 天津菜。用鸡蛋摊成皮，分别包虾肉馅、猪肉馅，卷成如意卷状，蒸熟，切片，蘸鸡蛋糊，入油锅炸成金黄色捞出。另以葱、姜炝勺，下盐、糖、香糟、高汤、油菜、玉兰片、火腿块，勾芡，下如意卷，颠匀即成。

【汆回笼蛋】 天津菜。在鸡蛋壳尖端钻一小孔，控出蛋清、蛋黄。将掺有生笋、玉兰片、豌豆等的鸡茸，灌入空蛋壳内，以白纸封孔，上笼蒸熟取出，去壳，摆碗中，撕黄瓜片、豆苗叶，浇高汤即成。

【凤尾鸽蛋】 天津菜。鸽蛋分别打入抹有熟猪油的瓷羹匙内，在其前端摆上火腿丝、青笋丝、冬菇丝、芫荽叶，入笼蒸熟取出，摆入汤盘，浇高汤汁即成。因形似凤尾，故名。

【兰花鸽蛋】 上海菜。鸽蛋分别磕入抹过熟油的小酒盅内，略停片刻，在鸽蛋面上放烫熟的青葱丝、熟火腿梭子粒、发菜丝，拼摆成兰花形图案。再入笼中半开笼口蒸至蛋熟。将兰花蛋从酒盅中蜕出，花面朝上放入用鲜菇、鸡肉调制并经调味的上好清汤内即成。

【万年常青】 河北菜。鸡蛋清加精盐、味精搅匀，灌入肠衣中，将两头扎结，入锅中煮熟捞出，切成段，摆盘中间。香菇片成片，摆在肠段一侧，呈松树状；黄瓜切夹刀片，呈树叶状，摆在香菇上方。在冬菇、黄瓜上再撒匀料酒、精盐、味精，上屉蒸片刻取出，浇上以鸡汤、料酒、精盐、味精制成的白汁即成。

【鸽蛋鱼卷】 辽宁菜。鸽蛋经调味、煮熟后，剥皮，嵌桃仁，炸至酥脆，置盘中央；净鱼肉斩细茸，经调味后，制成棱形带刺的鱼卷，炸熟后围鸽蛋一圈即成。

【酥麻蛋饺】 辽宁菜。鸡蛋液摊成蛋皮，用模具压成直径 6.5 厘米的圆片；猪肉、海参、大虾、冬菇、冬笋等

料切末，加精盐、花椒面、味精等炒成熟馅，再用蛋皮包成饺子状，捏口处用糊粘牢，放入热油中炸透即成。

【花篮白果】 黑龙江菜。鸡蛋煮熟去皮，用花刀刻锯齿形，一分两半，去蛋黄，瓤什锦馅，做成花篮；青椒做花篮梁，上屉蒸熟取出，浇上用精盐、味精、鲜汤、淀粉等调好的汁即成。

【豆沙黄菜】 黑龙江菜。豆沙拍成薄圆饼，两面拍粉；鸡蛋打入碗内，放适量白糖搅匀。勺内放豆油烧热，放一半蛋液煎成圆饼，上面放豆沙饼，再倒入另一半蛋液，把豆沙饼包在蛋内，大翻勺，视两面煎成金黄色，出勺装盘即成。

【芝麻香蕉】 黑龙江菜。鸡蛋打入碗内，加淀粉、精粉搅匀，倒入盛有少许沸水的锅内，搅动成熟倒出，晾凉后改长条，沾干淀粉，挂上蛋泡糊，下油勺炸至银白微黄时捞出，倒入已熬好的糖浆锅内挂匀，乘热滚上熟芝麻即成。

【酒醉野鸭蛋】 黑龙江菜。野鸭蛋洗净，放水中煮熟，将蛋壳撞些小裂纹，浸在特制酱油和料酒调成的混合汁中，至入味后剥皮切瓣即成。

【开屏鹑蛋】 陕西菜。陕西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鹌鹑蛋打入小调羹，上放火腿丝蒸熟；鸡蛋皮平铺盘内；将蒸过的鹌鹑蛋摆成孔雀形，另用白萝卜一根做成孔雀头，上笼蒸约1分钟取出，勾流水芡浇孔雀身上即成。

【灯笼鸽蛋】 陕西菜。鸽蛋煮熟去壳，切成两半；净鱼肉剁茸，加调料制成鱼瓤子；盘上抹大油，用鱼瓤子在盘内做成小"灯笼"状，将切好的鸽蛋放灯笼上摁平，用猴头做灯须；用香菇做灯架；用蛋皮做灯笼上口，成灯笼生坯，将灯笼生坯上笼蒸熟取出，放入制好的清汤内即成。

【梅花鸽蛋】 甘肃菜。甘肃参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鸽蛋（或鹌鹑蛋）蒸熟，一切两半；鸡脯加猪肥膘制茸；干贝加料蒸烂搓成细丝；鸡茸抹于鸽蛋切面，上用枸杞摆成梅花，干贝做花蕊，上笼蒸透盛盘。葱、姜炝锅，烹料酒，加清汤、味精、盐、白胡椒粉、酱油少许，勾薄芡淋于鸽蛋表面即成。

【蛋糕冻粉】 青海菜。碗内打入鸡蛋，加盐、味精、鲜姜搅匀，上笼蒸成蛋糕后取出，放在汤碗内；冻粉用热水汆一下，放在蛋糕上，锅内加高汤、味精、盐、紫菜、芫荽，烧开后倒入汤碗内，淋芝麻油即成。

【绣球雪莲】 新疆菜。新疆参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡蛋打开，分成4份，其中2份为蛋黄、蛋白，另2份分别用食用色素（或红曲粉）、菠菜汁调成红、绿颜色，与蛋黄、蛋白呈四色蛋液，再分别灌入洗净的羊肠中，每隔3厘米用线扎紧。入锅中煮熟后，从扎线处切断，再直剖两半，在剖面刮十字花刀，入开水中稍烫，即成绣球，另将3个熟鸡蛋各直切4瓣，取蛋白作花瓣，组成雪莲花状，用鸡茸蛋糊粘接，撒以火腿末作花蕊，雪莲花置盘中央，周围配以各色绣球，浇以味精、精盐、胡椒粉对好的鸡汤即成。

【瓤荷包鸡蛋】 山东菜。炒勺烧热，擦层油，倒入鸡蛋汁晃匀，摊成小蛋皮，呈饺皮状，再放上猪肉馅，将蛋皮折起，用筷子夹成荷包形取出，放碗内，加入清汤蒸熟，扣盘内。另把清汤、料酒、精盐、酱油烧沸，浇在荷包蛋上即成。

【汆芙蓉蛋】 山东菜。鸡蛋清加清汤、精盐搅匀，入笼稍蒸，即成"芙蓉"。汤勺内加清汤、酱油，烧沸，放入菠菜。将蒸制的芙蓉蛋，用手勺舀入汤中，稍汆，盛汤碗中即成。

【玫瑰锅炸】 山东菜。鸡蛋黄、淀粉、面粉调糊，倒入沸水搅稠，盛平盘中晾凉，呈软糕状，再切长条，滚匀干面粉，放七成热油中炸黄盛盘，浇以熬好的玫瑰酱汁即成。

【拔丝蛋块】 山东菜。鸡蛋黄加面粉、香蕉精和水搅成糊，入油锅炒成蛋黄饼，切斜方块，入油锅炸制。再熬糖浆拔丝即成。

【白玉蛋】 江苏菜。在鸡蛋上端打一小孔，倒出蛋清，扒出蛋黄。蛋清中加鸡清汤、精盐、味精、适量水和淀粉调匀，仍灌入蛋壳内，口朝上竖放米饭上，上笼蒸熟去壳，再以鸡清汤等调味，勾白汁芡浇上即成。

【花篮蛋】 江苏菜。鸡蛋8只，煮熟去壳，蛋白刻成花篮状。掏出蛋黄，填入经调味的虾茸糊，嵌上火腿末、香菇末和芫荽叶，成完整的花篮形，排列盘中，上笼蒸熟取出。用鸡清汤调味制卤，浇在花篮蛋上即成。

【还原蛋】 安徽菜。熟咸鸭蛋黄、猪板油一起剁成茸，加白糖、香肠末、桂花，拌匀，搓成小球，裹蛋泡糊，入油锅炸至乳白色装盘，撒上白糖即成。

【三丝鸡茸蛋】 安徽菜。鸡脯肉茸，拌入猪肥膘细丁，加调料和蛋泡糊搅匀成鸡糊，用汤匙12只，填满鸡糊，以温油炸熟，再配火腿丝、香菇丝、笋丝及豌豆苗，以滑炒法烹调即成。

【椿芽焖蛋】 安徽菜。鸡蛋液放油锅中，乘蛋液未凝固时，把椿芽碎末放入，将鸡蛋从四周向中间折迭，包住椿芽，翻过身，再以小火焖熟即成。

【双色蛋菰】 江西菜。江西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡蛋清、鸡蛋黄内分别加适量鸡汤、精盐，打散，再分别灌入猪肠衣内，扎好口，入清水中煮至变硬而有弹性时捞出，切成二连片的段，放入冷水锅里加火煮制，至肠衣收缩，便翻开成蘑菰状。再配以菜心、水发草菰，加鸡汤和调味品烧烩即成。

【肉心蛋】 台湾菜。生鸡蛋从顶部开一小洞，将蛋白、蛋黄倒出；肉末加葱末、姜末、虾米、盐、酱油、味精，再将蛋汁倒入拌匀；蛋壳内用水冲净，内抹油，将肉馅分别塞入，用玻璃纸封口，蒸熟去壳即成。

【蛋包】 台湾菜。锅中热油爆香葱花，油炸香肠丁、水发冬菇丁、虾米、榨菜同炒，调入盐、酒、味精、糖、糯

米饭，炒匀成馅；鸡蛋打散于淀粉中，加水、盐，打匀。锅中热油，倒入蛋汁，煎成圆形饼，中放馅，两边蛋皮往中覆盖，翻面略煎即成。

【西施炒蛋】 台湾菜。鸡蛋打散，加入猪油、味精、盐、芝麻油，拌匀，皮蛋去壳切成丁放入。锅中热油，将拌好的蛋液入锅快炒即成。

【三鲜铁锅烤蛋】 河南菜。河南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。海参、鱿鱼、海米治净，改切成丁，放入搅匀的鸡蛋碗内，加味精、料酒、盐水和头汤打匀，倒入特制的铁锅中。铁锅置火上，下大油，入蛋浆，待蛋浆变稠时，将烧红的特制铁锅盖放在铁锅上，使蛋浆凝固，至凝固的蛋浆喧鼓出锅面时，用铁勾将锅盖勾起，淋少许油在锅中，再盖上盖；至蛋浆强皮发亮，呈红黄色时，取下锅盖，把铁锅端放在倒有香醋、用绿叶菜铺好的圆盘上，配姜米、香醋对的味碟即成。

【鸭蛋黄炒蚕豆】 河南菜。蚕豆剥去皮，入开水中焯一下；熟咸鸭蛋黄压碎。锅内加底油，烧热，下鸭蛋黄炒出味，再下蚕豆，加盐水、味精、料酒、姜汁炒制，勾流水芡，至汁收浓，出锅盛盘中即成。

【醋熘皮蛋】 湖北菜。松花皮蛋6个洗净，蒸3分钟，去壳，改切8瓣，挂全蛋糊，入油锅炸后，勾糖醋卤汁软熘即成。

【鸳鸯蛋】 湖北菜。新鲜鸡蛋5个煮熟，剥壳，一切两半，用肉茸、鱼茸、鸡茸、虾茸混成的茸，在半边蛋坯上糊成全蛋形，挂蛋粉糊后，入油锅汆炸成金黄色，沥油，再用卤汁稍烩，勾芡装盘即成。

【石榴蛋】 湖北菜。鸡蛋10个蒸3分钟后，在蛋尖戮一小圆孔，让蛋黄流出，随即用漏斗灌进用蛋液、火腿丁、白糖、精盐调成的稀糊，竖放在酒杯中，蒸5分钟取出。每个蛋上直刮2刀，似石榴花形，入锅炸1分钟后，复在卤汁中煮2分钟，去壳装盘即成。

【熘鸡脑】 湖北菜。水发香菇、去皮荸荠、瘦火腿和鸡汤、味料切碎，与鸡蛋搅匀，蒸成鸡脑，摊凉，改为长条，入油锅续炸2次，加白糖、酱油、香醋、精盐、淀粉、鸡汤，调成卤汁，烧沸，再下鸡脑条软熘即成。

【花菇无黄蛋】 湖南菜。鲜鸡蛋洗净，从蛋壳尖端钻小孔，令蛋清、蛋黄分别流入碗内。将蛋清打散，加鸡汤等调味，复灌入蛋壳内，入笼蒸熟后取出，凉后去壳，入碗中加鸡汤复蒸，将菜心炒熟，加花菇、鸡汤，勾芡，制成白色流汁，盖在蛋面上，淋芝麻油，撒胡椒粉即成。

【换心蛋】 湖南菜。鸡蛋煮熟，去壳，切成两半，去黄，以瘦肉茸拌香菇末、玉兰片颗粒、姜米及调味做成馅心，填入蛋的两半圆形凹坑内。另用蛋清掺淀粉打成糊，抹在蛋复原的刀口上，涂酱油润色，滚干淀粉，入油锅炸成酱红色。炒锅内放入肉清汤及调味品，加葱花，勾芡，浇在蛋上，淋芝麻油，撒胡椒粉即成。

【金钱蛋饼】 湖南菜。鸡蛋煮熟，去壳，用线将鸡蛋分割成小圆形饼，挂百合粉糊，入炒锅煎炸至两面金黄，取出装盘；将葱花、酱油、芝麻油、味精调汁，淋在蛋饼上即成。

【煎芙蓉蛋】 广东菜。鸡蛋液内加精盐、芝麻油、叉烧丝、焯笋丝、香菇丝、葱丝，拌匀，入油锅煎至两面呈金黄色时即成。

【黄埔炒蛋】 广东菜。鸡蛋液加精盐、热猪油搅拌成蛋浆，入炒锅内炒至刚熟，出锅盛盘即成。

【虎皮鹌鹑蛋】 广西菜。鹌鹑蛋蒸熟，去壳，涂深色酱油，入油锅炸成虎皮色，再以上汤煨制，勾芡，装盘中，以炒豌豆苗围边即成。

【推纱望月】 四川菜。鲜鸽蛋12个，1个煮荷包蛋，11个煮熟去壳；竹荪改薄片，用好汤喂上味；另取大汤碗1个，在离口2厘米处，用鱼糁敷一圈，修成八角窗格形，再用熟火腿、瓜衣切麻线丝，嵌成窗格花线条，上笼搭一火定型，出笼后，速取11个煮鸽蛋垫底，竹荪盖面，荷包鸽蛋置一边，灌入高级清汤（以不起过"窗格"为度）即成。

【椿芽烘蛋】 四川菜。鸡蛋打入碗内，加切碎的嫩椿芽、湿淀粉、盐，搅匀。炒锅于旺火上炙热后，放猪油，待冒青烟即移至微火上，先舀半瓢油起来，将调好的蛋糊倒入锅中，再冲下瓢中热油（向中心处冲），加盖烘制，烘好后滗去余油，盛盘内即成。

【泸州烘蛋】 四川菜。鸡蛋碗内，加调料、湿淀粉、冷汤，搅匀，入炒锅烘。至水分快干时，从边沿向中心摺成方块，至两面表皮起酥、心部刚熟，即起锅，改菱形块，再下油锅炸酥，起锅，盛于圆盘即成。因源于四川泸州，故名。

【青椒皮蛋】 四川菜。松花皮蛋去壳，改三角条（1个蛋切成6瓣）入盘；青辣椒洗净去蒂，用竹签串起，置微火上烧熟后，剁细，装碗内，加盐、酱油、味精、芝麻油，调成味汁，淋皮蛋上即成。

【番茄皮蛋汤】 四川菜。老皮蛋切作6瓣，裹上细干淀粉，下油锅微炸；番茄切片。锅内放好汤烧开、吃味，放入皮蛋稍煮，再下番茄略煮片刻起锅，盛入汤碗即成。

【出水芙蓉】 四川菜。鸡蛋清蒸成白蛋糕状，取出开大片，再修成莲花瓣。用鸡糁做座子，将花瓣安上，成一朵盛开的白莲花，入笼搭一火。另将鸽蛋12个煮成荷包蛋；用鸡糁、豌豆、绿叶菜做成莲蓬、荷叶，先将莲花摆大盛子中，再放入鸽蛋、莲蓬、荷叶等，灌入清汤即成。

【竹荪网鸽蛋】 贵州菜。贵州参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。竹荪经水发后取网部；鸽蛋煮后去壳。每一竹荪网中放入一个鸽蛋，并加已煸炒入味的火腿、冬菇、玉兰片等指甲片于竹荪网内，用汆过的葱封口，加高汤调味，入笼蒸熟即成。

【莲蓬鹑蛋】 贵州菜。青鱼肉、板油做成二合瓤子。用部分瓤子灌进竹荪中，做成藕形；再用所余的二合瓤

子、鹑蛋和青豆做成的莲蓬，经蒸制、淋汁即成。

水产类

【三鲜元鱼葫芦】 山西菜。海参、鱿鱼、玉兰片均切成丝，放入炒锅内，加葱、姜、蒜、味精、酱油、精盐煸炒至熟，成三鲜馅；西葫芦削皮去瓤，改刀成元鱼形。将炒好的三鲜馅装入葫芦元鱼腹内，用全蛋糊封口，入油锅炸成金黄色，再上笼蒸烂取出，装入盘中，浇上芡汁即成。

【海味全家福】 辽宁菜。水发海参、水发鱼肚、鲍鱼、鱼皮治净，均片成羽状大片；香菇洗净，去梗，一片两瓣；羊肚菌洗净不改刀，和香菇放一起，上笼蒸烂取出；鸭腰洗净煮熟去皮，一片两瓣；火腿切一字片；油菜心洗净切长条，再改切成两瓣，放入猪油勺中浸熟；冬笋切片；对虾去壳后片成厚片，用鸡蛋清和淀粉浆拌好，用温油滑熟；鸡、鱼二元提前备好；干贝蒸烂。炒勺加底油烧热，用葱花、姜末炝锅，加入鸡汤，把以上全部主料下勺，顺序加入料酒、盐、糖，烧入味后，再加酱油，用湿淀粉勾芡，淋猪油、鸡油，出勺装盘即成。

【海味拌四丝】 辽宁菜。海参、大虾肉、鲍鱼肉、廷巴鱼肉切丝，入沸水中烫熟捞出。先将黄瓜丝加部分鱼丝、虾丝拌匀，装盘呈山形；再将剩余的鱼丝、虾丝和海参丝、鲍鱼丝、火腿丝依次撒上，浇上酸辣汁，搭上一枝芫荽即成。

【酸辣海三丁】 陕西菜。海参、鱿鱼、熟鸡腿肉均切成丁，将海参丁、鱿鱼丁用沸水汆一下。炒锅内放入熟猪油，旺火烧至六成热，先下干辣椒段炸出味，再加酱油、料酒和鸡清汤烧沸，加精盐、胡椒粉，倒入海参、鱿鱼、鸡肉丁，经勾芡、烹醋烧沸，投入蒜苗段即成。

【一品罗汉菜】 江苏菜。海参、鱼翅、鱼肚、如意卷、鱼丸、香菇、笋、虾米、干贝、鸡肉、鱼、火腿肉、蹄筋、蛋糕、鹑蛋、凤尾虾、佛手鸡脚、熟白菜等18种原料，经加工后在品锅内排列整齐，加鸡清汤及调料蒸炖即成。用18种原料，寓“十八罗汉”之意，故名。

【凤凰鱼翅】 福建菜。嫩净母鸡斩下头，去翅，加猪腿肉、鱼翅、葱段、姜片，以竹箅分层放砂锅中，烧沸后微火煨制。取出排入盘中。香菇、口蘑、火腿、熟鸽蛋切片，摆成凤凰展翅状即成。

【酸辣汤】 河南菜。水发海参、水发鱿鱼、鸡肉、蹄筋、玉兰片均切成丝。锅内添好汤，放入以上各丝，加姜丝和调料，汤沸，用醋勾流水芡，淋芝麻油，盛入碗内，撒韭黄头、芫荽叶即成。

【兼善汤】 四川菜。水发鱿鱼、海参切丝；干贝蒸烂搓散；熟火腿、冬菇、番茄改指甲片；菜心汨熟。炒锅加清汤及咸鲜味调料，下调料，煮沸起锅，入大汤盆即成。此菜始于重庆市北碚区兼善餐厅，取孟子“达则兼善天下”之意，故名。

【黄焖鱼翅】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发鱼翅入沸水中焯透捞出，放入汤中，加鸡、鸭、火腿等料，慢火煨6～7小时取出。炒勺内加干贝汤、料酒、白糖、精盐、味精，放入煨过的鱼翅，烧焖约5分钟取出，盛入盘中；原汤调好口味，用湿淀粉勾芡，淋明油，浇在鱼翅上即成。

【砂锅鱼翅】 北京菜。水发鱼翅入锅煮制，洗冲干净，除去异味，然后下清汤中，加料酒、姜汁、香菇、火腿、玉兰片、味精、精盐，煨后，倒入砂锅中，移微火上炖烂，再放入经沸水焯过的油菜心，稍煨即成。食时，原锅上桌。

【扒鱼翅】 天津菜。天津参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。以葱、姜末炝勺，加酱油、高汤、味精、糖、料酒烧开，取2/3浇在盛有发好、洗净的鱼翅盘内，蒸30分钟。再将另1/3的汤烧开，下鱼翅，沸后，勾芡，淋明油，大翻勺即成。

【蟹黄鱼翅】 天津菜。天津参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发鱼翅放入加有料酒、酱油的沸水中焯后，捞入盛有鸡油的炒勺内，加料酒、酱油、姜汁、白糖、盐、高汤、味精等，上微火煨制，盛入盘的一边；另以蟹黄加调料略煸，放入盘的另一边。然后，将煸炒好的香菇、玉兰片、火腿等放在蟹黄、鱼翅的中间即成。

【扒黄肉鱼翅】 天津菜。发好的黄肉鱼翅放碗内，加姜、料酒、水，上笼蒸约3小时，滗去汤，入沸水中焯3次，摘去杂质，置加有料酒、沸水、酱油、嫩糖色的勺中，沸后，将鱼翅捞出，再下入以葱、姜炝过，加有料酒、酱油、味精的高汤中炖煨约10分钟捞出。另用葱、姜炝锅，捞去葱、姜不用，烹入料酒、酱油，下高汤、味精、白糖、嫩糖色，至沸，下鱼翅；再沸，移小火上煨至汁浓，用湿淀粉挂琉璃芡，淋熟猪油翻匀，盛盘中，撒芫荽叶即成。

【鸡汁排翅】 上海菜。上海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发鱼翅温水洗净，排放大蒸碗内，加鸡汤（以浸过鱼翅为度）、姜、葱、酒，上笼蒸酥，取出，以沸水洗净，再入油锅，加鸡汤及调味品烧沸，用小火煨至入味。干贝淘净，加清水、料酒上笼蒸烂，晾干撕丝，加入鱼翅中煨至入味，少拢粉芡，淋明油，经翻勺后，装盘即成。

【桂花鱼翅】 河北菜。水发鱼翅用葱、姜、鸡汤、味精、精盐、料酒等煨透；鸡蛋黄用鸡汤、精盐、味精、湿淀粉调匀上味，入热锅炒成稠浆状，装入盘中，再将鱼翅盖在蛋黄上，撒熟火腿末和熟豌豆末即成。

【柴把鱼翅】 山西菜。鱼翅汆一下；火腿、冬菇、冬笋切丝；芥菜汆后撕成丝。用芥菜丝把鱼翅、火腿、冬菇、冬笋诸丝捆成把，放碗内，呈马蹄形，再放入葱、姜、清汤、味精，上笼蒸透取出，滗出汤，扣入盘中。炒勺内放油烧热，加葱、姜煸炒，加汤，捞出葱、姜，调好口味，勾芡，淋在鱼翅上即成。

【多丝鱼翅】 山西菜。水发海参、鱿鱼、玉兰片、黄瓜

均切丝，放入勺内，加葱、姜、味精、精盐、料酒、高汤，慢火燉制至熟，盛入盘内。勺内放油，下葱、姜、蒜、味精、盐、料酒煸炒，再放入鱼翅和高汤稍燉，盖在盘内的"多丝"上，淋明油即成。

【元宝鱼翅】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发鱼翅加鸡汤上笼蒸烂(蒸时要换2～3次鸡汤)取出。鲜牙片鱼肉去筋膜，捶茸，加鸡蛋清、盐、料酒、猪油、葱、姜、水，搅拌成鱼茸。水发海参、虾仁、鸡肉切细丁，加调料炒熟成三鲜馅。取元宝模具12个，模内涂上猪油，将鱼茸瓤入模具一半，再把三鲜馅瓤入，并取鸡蛋清打成泡糊(加味)，抹在三鲜馅上，用樱桃、芫荽叶稍加点缀，上笼蒸熟取出。炒勺内加鸡汤、料酒、味精、花椒水、葱姜水，烧沸撇去浮沫，推入蒸烂的鱼翅，用微火煨透后，移大火上收汁，勾芡，淋鸡油翻勺，装入大圆盘中间。另将蒸好的"元宝"扣出，摆在鱼翅外圈，取勺加鸡汤、盐、味精、葱姜水、湿淀粉及鸡油，烹制成滋汁，浇在"元宝"上即成。

【通天鱼翅】 辽宁菜。鱼翅经泡发后，加鸡汤蒸烂，整齐地码入盘内，再用红扒的方法烹制即成。因不垫底，不加配料，故名。

【凤粥鱼翅】 陕西菜。水发针翅用沸水汆一遍捞出，装入蒸碗，加鸡腿、猪肘、火腿、葱、姜，上笼蒸熟取出。鸡脯肉砸成茸，加鸡清汤和打匀的鸡蛋、清水、淀粉、盐、料酒、味精，搅匀，拌入拍碎的荸荠制成鸡糊，入锅炒成粥状，至熟，放入蒸好的鱼翅搅匀，淋鸡油，装汤碗中，撒上火腿茸即成。

【白扒鱼翅】 山东菜。水发鱼翅用沸水汆一下，取洁布包成盘子状，扎好，放砂锅内，浇以奶汤，加煸过的猪肉、鸡肉、盐水、料酒等，烧开后，煨约4小时，捞出去布扣盘中，浇上用姜汁、清汤、奶汤、湿淀粉等烧浓的芡汁即成。

【白扒排翅】 山东菜。水发鱼翅洗净，上笼蒸约2小时取出，加鸡汤、葱、姜、料酒，再蒸烂取出，整齐摆盘中。另起锅，用猪油炸葱、姜，放鸡汤，加鱼翅、料酒、精盐等，烧沸，以湿淀粉勾芡，淋鸡油，浇鱼翅上即成。

【荷花鱼翅】 山东菜。山东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡茸用鸡蛋清、淀粉搅匀。取12个大汤匙和12个小汤匙，抹上猪油，放鸡茸子，撒上火腿末，做"荷花瓣"蒸熟。余下的鸡茸加菠菜汁，放入抹上猪油的酒盅内，插入海米，做"莲蓬"。匙、盅上笼蒸熟取出晾凉。熟蛋糕裁成圆形，放鱼盘两侧，把"荷花瓣"、"莲蓬"从匙和盅内取出，置黄蛋糕上，摆成两朵荷花状。蛋黄丝围周围作莲须，装好后，入笼蒸后端出。发好的鱼翅放碗内，加熟鸡肉、熟猪肉，再放葱、姜、清汤，蒸烂后端出，将鱼翅摆入平盘。用葱、姜炝锅，去葱、姜，放清汤、酱油、鱼翅，煨至汤汁近干时，勾芡，淋葱油，盛入鱼盘正中。另用清汤、精盐、料酒等对成滋汁，浇入荷花中即成。

【扒鲜鱼翅】 江苏菜。鲜犁头鲨三连翅经沸水浸焖，煲沙漂洗，与母鸡、猪蹄膀、火腿脚爪及冬菇、笋片，加调味品焖蒸至熟，装盘中，烧上青头，撒胡椒粉、芫荽叶即成。

【鸭包鱼翅】 江苏菜。光鸭整出骨，腹内填入经发制调好味的鱼翅，放入砂锅，配以火腿肘和调料，焖至酥烂时，取出火腿，去骨，肉切薄片，放在鸭胸上即成。

【原焖鱼翅】 江苏菜。鱼翅涨发后，一批为二，排叠大碗中，加鸡清汤，放上葱结、姜片、火腿片、鸡腿，盖上猪肥膘，上笼蒸20分钟，滗去汤汁，续加鸡清汤，复蒸20分钟，再滗去汤汁，拣去葱、姜、鸡腿、火腿片、猪肥膘，再放入冬笋片、鸡肫片、野鸡脯片、鸡皮片、冬菇片，加料酒、鸡清汤续蒸后，转放入砂锅内的青菜心上，加沸鸡清汤、熟猪油、料酒、精盐、虾籽，加盖焖制30分钟即成。

【黄鱼馏翅】 浙江菜。鱼翅发好，加葱、酒上笼蒸后，与黄鱼肉块一起入鸡汤锅中烧沸，加调味品，勾芡，起锅装盘中，淋熟鸡油，撒火腿末、芫荽叶即成。

【珍珠鱼翅】 安徽菜。鱼翅配母鸡、火腿及调料，放入砂锅炖至透烂。鸡肉撕成丝垫在盘底，上放鱼翅，再盖上炒熟的虾仁，浇入原汤汁即成。

【凤胎鱼翅】 ①安徽菜。母鸡整体剔骨，腹腔内填入用鱼翅配火腿、鸡肉、冬菇、冬笋等烧烩入味的馅料，放入油锅，炸至呈金黄色时，复以小火炖至透烂，原汤勾芡即成。因鸡体内填有鱼翅馅料隆起，故名。②福建菜。净鸡脱去全身骨骼；水发鱼翅汆去腥味，煨烂，塞入鸡腹内，缝合切口，入油锅炸至呈金黄色时，沥去油，放在汤碗里，上笼屉蒸2小时取出，放在汤盘上。然后，浇上以鸡汤、湿淀粉等调料调成的卤汁即成。③湖北菜。隔年肥母鸡治净，去骨，腹内填入蒸透入味的鱼翅、葱、姜、料酒及其它调料后，缝合，在沸水中略烫一下，洗净泡沫，入炖盆蒸2小时端出，镶上菜心。鸡汤烧沸，勾薄芡，淋鸡油，浇在鸡身上即成。

【白汁玉翅】 江西菜。江西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发玉兰笋尖片成薄片，再直切成鱼翅状的细丝，放入油锅炸至水分将干并呈淡黄色时捞起，装入碗内，倒入蒸好的江贝及卤汁，上笼蒸透，然后与菜心、奶汤和调味品烩制即成。

【荷包鱼翅】 福建菜。福建参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。锅内加清水、葱、姜、料酒，烧沸，将剔整的水发鱼翅放小竹箅上，入锅煮约15分钟取出，锅内重新换汤再煮，如此反复3～4次，以去掉鱼翅腥味。然后将鱼翅连同竹箅放入大砂锅中，摆上猪五花肋肉和鸡肉块，加水用微火煨约4小时，取出鱼翅盛盘内。海虾去壳，从虾背直割一刀，洗净，倒入上汤中汆熟，盛入鱼翅盘的另一头。冬菇加鸡油蒸后，摆在鱼翅和海虾之间。将以老母鸡、牛腿肉、猪里脊、精盐制成的三茸汤倒入锅内煮沸，加白酱油、味精调匀，浇入盘中，再用已汆

熟的青菜心作点缀即成。

【鸽蛋排翅】 湖北菜。用蒸透进味的鱼翅和煮熟去壳的鸽蛋，在虾茸上镶出花盘图案，入笼蒸熟，移入汤盆，徐徐倒入煨炖出的清鸡汤即成。

【红煨鱼翅】 湖南菜。将水发鱼翅排在有竹箅子垫底的钵内，再加放一层箅子，上放鸡肉和五花猪肉，加葱、姜、酱油、精盐、料酒等调料；大火烧开后，移中火煨，汁收浓时，除去葱、姜，鱼翅装盘，原汁勾芡，蒙在鱼翅上，撒上胡椒粉，淋芝麻油即成。

【红炖鱼翅】 广东菜。大鲨鱼翅治净，喂透，用竹箅夹着，放在以筷子和竹箅垫底的瓦缽中；姜片、葱条、芫荽茎成扎置缽的四周；中火烧锅，下油，放入猪爪、排骨、火腿骨、猪皮略炒，烹料酒，加二汤、精盐，烧沸，下深色酱油，倒入钵内，加盖，旺火炖2小时，改用中火再炖90分钟取出；去排骨、猪爪和猪皮，加入宰治的老母鸡，炖至软烂，取出，捞起鱼翅，覆置盘中，原汤过滤，倒入炒锅，加芝麻油、胡椒粉、味精，烹沸，淋在鱼翅上，撒上火腿丝。芫荽叶和火腿丝放汤盅里，倒进烧沸的上汤和酱油，和鱼翅同上桌即成。配芫荽叶、浙醋佐食。

【蟹肉桂花翅】 广东菜。鱼翅先喂；蟹肉拆碎；再一同加蛋液、精盐、芝麻油、胡椒粉、熟猪油、葱米拌匀，用中火炒；边炒边烹料酒，加花生油，炒至蛋熟，发出香味，用上汤调湿淀粉勾芡，淋熟猪油，撒熟火腿末即成。

【干烧鱼翅】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发鱼翅治净，入锅中，加鸡汤、料酒，小火汆煮几次，至除尽异味，捞起用纱布包好。将鸡块、鸭块、猪肉、干贝、火腿片合炒，入包罐，下红汤、鱼翅包，旺火烧滚，再移至小火煨至鱼翅极软，汤汁浓稠时，提起鱼翅解开包，将鱼翅平铺盘中，锅内原汁收浓，淋于鱼翅上即成。

【绣球鱼翅】 贵州菜。蛋皮、火腿、玉兰片、香菇均切丝，与鱼翅丝混合拌匀，平铺于案板上。鱼、鸡、猪肥膘肉剁茸，加蛋清、湿淀粉、味精、盐、冷清汤等，调匀，挤成圆子，裹上各种丝，成"绣球"状，入笼蒸熟后，取出晾凉，扣入碗内，再入笼加热，出笼翻扣于盘中，淋高汤，撒胡椒粉、葱花即成。

【火把鱼翅】 贵州菜。将发好的鱼翅及切成丝的蛋皮、香菇、玉兰片、火腿，整齐地摆于案板上。将猪肥膘肉、鸡肉、鱼肉捶成茸，加湿淀粉、蛋清、盐、味精拌和成瓤子。以丝裹瓤，用汆熟的韭菜叶捆扎成把，上笼蒸熟，加鸡汤及味精、胡椒粉即成。

【吉祥鱼翅】 也称"龙爪鱼翅"。贵州菜。水发鱼翅入沸水中煮后，放碗中；带皮猪肉和鸡肉切作方块，入锅炒熟，也入有鱼翅的碗中，上笼蒸后取出；蕨菜嫩尖入沸水中汆后，与肉丝加酱油、盐合炒，然后装入盛鱼翅的碗中，入笼再蒸，取出，将碗翻扣于盘中，去碗，浇好汤，撒胡椒粉，淋芝麻油即成。

【龙爪鱼翅】 即"吉祥鱼翅"。

【扒荷包鱼肚】 天津菜。将虾仁、猪肉末、火腿、口蘑等调成的馅，填入已发好、片开的鱼肚内，粘好，蒸熟，下入炝有葱、姜、大料和烹有料酒、酱油、糖色等的三合汤内，待汁熘浓，勾芡，点缀芫荽叶即成。

【海参扒鱼肚】 山西菜。水发海参、鱼肚切成长条，入沸水中汆透捞出。勺内加底油烧热，下姜末炝锅，放入海参条、鱼肚条、酱油、精盐、料酒翻炒，加鸡鸭汤，移小火上煨制即成。

【红梅鱼肚】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发鱼肚改成12块排骨块，用精盐和味精腌10分钟；虾肉和猪肥膘肉剁成茸，加鸡蛋清、盐、料酒、味精、淀粉制成虾茸。将虾茸均匀地抹在鱼肚上面，把香菇末、火腿末、鸡蛋皮末、菜松点缀于虾茸上，上笼用小火蒸熟，取出摆于盘的外圈。另用葱、姜炝锅，加鸡汤、盐、味精调味，勾芡，淋明油，浇在虾茸鱼肚上。然后，炒锅加少许油，虾茸挤成鱼丸，煎至金黄色呈饼状取出。锅内加油下番茄酱稍炒，下料酒、白糖、盐、汤，下虾饼熘至收芡起锅，置于盘中心，将余汁淋在上面即成。

【寒谷暖气】 陕西菜。水鱼肚治净，用上汤煨一下，撕成不规则的小块，抹上鸡瓤子成峡谷状，上笼蒸熟取出；香菇、冬笋、菜心洗净，改刀，用开水汆一下捞出。锅内添高汤烧开，撇去浮沫，调好味，放入冬笋、香菇、菜心，至沸，倒入汤碗。再放入蒸熟的鱼肚块即成。因形似寒谷中腾出的暖气，故名。

【八卦鱼肚】 陕西菜。鸡脯肉、葱、姜放在一起剁成细茸，加精盐、味精、蛋清、淀粉搅成鸡瓤子；鱼肚片成薄片，铺在盘内，将鸡瓤子盖在鱼肚上；用火腿丝在鸡瓤子中心围成圆圈，再用蛋皮丝在圆圈中摆成2个首尾相交的鱼形图案，将香菇茸、火腿茸铺在两条鱼形里，再用火腿片和香菇片调开颜色，点缀上眼睛，做成"太极图"，用火腿丝、菠菜丝围绕"太极图"等距离摆成八卦图案，上笼蒸后，把"太极图"挖开，推入汤盘内，再浇上调料汤即成。因有八卦图案，故名。

【白烩鲴鱼肚】 江苏菜。油发鲴鱼肚经水泡后，切成斜方块。用葱、姜炝锅，加蟹肉略炒，下入鱼肚，配以鸡片、鸡肫片、笋片、肝片、鸡汤等料，加调味品，烧沸，下入煸过的青菜心，勾芡，经烩制即成。

【炖银肚】 江苏菜。鲜鲴鱼肚治净，切成斜方块，加鸡汤，上笼蒸透取出，再入砂锅内，配以鸡脯片、火腿片等，加盐、葱、姜、料酒等调料炖制即成。

【黄鱼烩鱼肚】 浙江菜。鲜黄鱼净肉斜刀切片；水发鱼肚切块。用葱段炝锅，添肉汤烧沸，下鱼肉、鱼肚和调料烩制，用湿淀粉勾薄芡，淋熟猪油出锅即成。配醋佐食。

【蟹连鱼肚】 安徽菜。水发鱼肚切成菱形薄片，沾匀干淀粉，逐一敷上用鱼肉和熟蟹肉等调制的馅，面上以蟹黄、蟹肉、芫荽叶点缀，入笼蒸熟，浇薄芡卤汁即成。

【蟹黄鱼肚】 江西菜。油发鱼肚用温水浸泡洗净，片成条，入开水锅汆片刻捞起，再用鲜汤、调味品烧煮好，盛入盘中。将蟹黄肉入锅稍煸，佐以冬笋、香菇丝，加调味品、鲜汤，烧沸，勾稀芡，浇盖在鱼肚上即成。

【鸡汤广肚】 福建菜。水发广肚切成条块，入开水锅中煮后捞起，用料酒腌醉，放入烧开的上汤中汆一下；再用料酒腌醉，放在汤碗中，将事先备好的鸡汤煮沸，调入白酱油、味精，滤去杂质，倒入广肚中即成。

【奶汤炖广肚】 河南菜。河南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。发好的广肚卧刀片成大片；火腿、冬笋、香菇切成片；菜心破4瓣，入开水中焯一下。锅内放猪油，烧热，下入奶汤、广肚和调料炖至汁浓白时，放上菜心即成。

【鸡茸笔架鱼肚】 湖北菜。湖北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。油发鲴鱼肚1只治净，一半切成片；另一半制成10个荷花瓣。将花瓣整齐铺在汤盆边沿，糊上鸡茸，略蒸片刻。炒锅置旺火上，下油烧热，用姜末煸出香味，随下鱼肚片、香菇、口蘑炒匀，再下鸡汤、精盐烩至入味。然后将鸡茸徐徐滑入锅内，边滑边搅，不使粘结。待汤汁稠浓，淋油起锅，将口蘑拣放汤盆正中，如同荷花花心，其它配料舀置四周，撒葱花、蛋白碎末和胡椒粉即成。“笔架鱼肚”为一种大鲴鱼的鳔，色白，肉肥厚，晒干后透视，内有笔架形阴影，故名。

【虾仁笔架鱼肚】 湖北菜。笔架鲴鱼肚经油发后，加虾仁、黑木耳、香菇片、蛋黄丁、菠菜、鸡汤和调料烧烩即成。

【荷花鱼肚】 湖南菜。湖南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鱼肚经油发后，以温水浸泡，用面粉、料酒抓洗，除去油质，清洗焯水，切成圆形块片，用肉清汤加精盐、料酒、猪油，微煮去腥，沥干。将蛋清、葱、姜汁、湿淀粉、熟猪油、精盐等和在一起搅拌成糊，挂在鱼肚上，其圆心部位放青豆一颗，将切小菱形片的火腿肉、香菇，摆放在对角相衬，构成荷花状，装盘，入笼蒸熟取出，托在焯熟的菜心上，放入大汤碗内。鸡清汤调好味，烧开，倒入碗内，淋鸡油，撒胡椒粉即成。

【洞庭肥鱼肚】 湖南菜。肥坨黄鲟鱼鱼肚涨发后，切片；火腿肉切方块形，在瘦肉一面，间距离刮十字刀，加鸡汤，入笼蒸至软烂取出，盛在大汤碗里。炒锅内放肉清汤，加料酒、葱结、姜片、精盐，放入鱼肚片煮熟后捞出；再放入鸡清汤和蒸火腿肉原汤，锅中烧开，倒入盛火腿的汤碗内，淋鸡油，撒胡椒粉即成。

【百花清汤肚】 广东菜。广东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鱼肚入油锅炸后，放入加有白醋的清水内浸泡冲漂，治净，剪切成圆形，拧干；旺火起锅下油，加姜片、葱条，烹入姜汁酒，加二汤、精盐、鱼肚，煨制，取出，上薄粉，取虾胶酿上，上贴芫荽、火腿，旺火蒸熟，滗去水汁，排放于汤盆中；将汤汁烧沸，调味，倒入汤盆内即成。

【虾胶瓤鱼肚】 广东菜。干鱼肚油炸后，放清水中浸泡，治净，切成圆片，入沸水汆片刻，沥干，置炒锅内，加油、爆香的姜片、葱条和姜汁酒、二汤、精盐，煨片刻取出，抹干，仰摊，上薄粉。将虾胶瓤上，抹平，上加芫荽叶、火腿末，上笼蒸熟，倒入餐盘；用炒熟菜远围边；再浇上花生油、上汤、胡椒粉、味精、湿淀粉烹成的芡汁即成。

【菠饺鱼肚】 四川菜。发制好的黄鱼肚，去尽油质，改成片，用好汤喂起；熟火腿、熟鸡皮均切成薄片；面粉加水及菠菜汁和匀，制成饺皮，分别包上肉馅成24个菠饺。炒锅内先打葱油，下奶汤，烧开去掉姜、葱，吃味，下鸡皮、火腿、鱼肚烩至入味，起锅盛于大圆窝盘中。菠饺煮熟后，舀在鱼肚周围，灌入奶汤即成。

【大炖鱼肚】 云南菜。鱼肚涨发，切长方块，放入垫有竹箅的汤桶内煮后，取出漂冷，再入砂锅内，加汤、葱段、姜片、料酒、精盐，煮后捞出。炒锅放上汤，加云腿片、熟鸡肉片、水发冬菇、青菜头(先煮熟)、胡萝卜(先煮熟)，浇沸，下鱼肚，加味精、胡椒粉推转起锅，淋芝麻油即成。

【奶汤鱼皮】 江苏菜。白鲨鱼皮治净，入豆油锅略煸，配热鸡清汤、虾仁，加调料，以大火烧制即成。

【桂花鱼皮】 江西菜。水发鱼皮切成虎爪形，用鲜汤、调味品烧焖，至柔软而胶汁浓稠时捞出装盘；猪瘦肉剁成茸，加鸡蛋液、火腿末、冷鲜汤、湿淀粉等搅打成馅，入热油锅炒熟，浇盖在鱼皮上，撒上熟咸蛋丁、胡椒粉、葱花和姜末即成。

【扒鱼皮】 河南菜。将发好的鲨鱼皮片成大片，入加有葱、姜、料酒的沸水中汆一下，去其腥味，沥干，在锅垫上铺成三搭头形，用盘扣住，放入锅内，加猪油、上汤、味精、料酒、盐水，用大火扒制，至汁浓，揭去扣盘，将鱼皮扣入盘内，周围摆上焯熟的菜心。再将余汁勾流水芡，收浓，浇在鱼皮上即成。

【花衣夏皮】 广西菜。以发好的石斑鱼皮为主料，虾胶、火腿为配料，通过瓤、蒸、拼等工艺制作即成。因上盆后红、绿、黄、蓝各色相衬，煞象花衣盖碟，故名。

【海红鱼唇】 北京菜。鸡、鸭汤倒进炒勺中，加入精盐、料酒、味精，放入蒸烂的鱼唇煨透，再把汤滗去，如此反复数次，除去鱼唇的腥味，然后摆在盘中。将用胡萝卜丝炸成的红油入勺中，放入蟹黄，加料酒、精盐、味精和鸡、鸭汤，煨至入味，用湿淀粉勾芡，浇在鱼唇上即成。

【葱扒鱼唇】 山东菜。水发鱼唇切宽片，用沸水汆3遍，白布包起，放入垫有鸡骨架的锅内，周围放肉片、鸡块、黄葱段、姜、蒜、炒红汁、酱油、清汤等，煮沸，慢火炖约1.5小时取出，解包，装碗，加调料入笼稍蒸，扣汤盘中。另起锅，加清汤、酱油、料酒、湿淀粉等，勾芡，烧浓，浇盘上即成。

【蟹黄鱼唇】 江苏菜。鱼唇发透改刀，入加有姜、葱、

料酒的沸水中略烫捞出。蟹黄加调料煸炒后，放入鱼唇，撒胡椒粉，上放芫荽即成。

【白汁鱼唇】 福建菜。干鱼唇经泡、煮后切块，放入砂锅中，加猪排骨块、骨汤、精盐、料酒，煨烂后，捞出鱼唇块装汤盘；将煨汤与鲜牛奶入锅煮沸，加精盐、味精、玉米粉芡成白汁，淋于鱼唇块上，再撒上胡椒粉、火腿末即成。

【满坛香】 广东菜。鱼唇用清水浸后，用沸水浸软，盛清水盆中；狗肉切块，入锅炒干。用姜、蒜炝锅，下豆酱、豆腐乳略炒后，再下狗肉，加料酒、二汤、白糖、精盐和陈皮，烧沸转入砂锅，加盖，煲至软烂。鸡、鸭块用湿淀粉拌匀，入油锅炸至八成熟捞出。将锅放回炉上，下鸡、鸭、烤猪肉块爆炒，加调料，烧沸后转入砂锅，煲至软烂，加香菇端离火口。鱼唇、鱼肚分别入沸水中汆制后捞出，再分别入炒锅加调料喂制。将鱼肚、鱼唇、鸡、鸭、烤猪肉、香菇等料与狗肉和匀，全部倒进坛里，下芝麻油，加盖上桌。桌中间置一炭炉，坛放炉上即成。配生菜、熟猪油，边煮边食。

【家常鱼唇】 四川菜。水发鱼唇在沸水中汆几次，每汆1次需用清水透一次，直至去尽沙才放入包罐，加好汤，用小火煮约1.5小时捞出。猪肉末在炒锅内煸酥起锅。家常调料下锅煸出香味，下好汤稍熬一会即打去料渣，再下鱼唇、肉末略烧后，移小火煨起，至鱼唇烩时勾芡，下葱花，舀入盛有菜心(先汩过)的大圆盘内即成。

【葱烧鱼唇】 四川菜。水发鱼唇改成条块，在沸水中汆几次，每汆一次需用水清洗一次。炒锅打葱油，掺奶汤烧开，打去姜、葱，吃味，上色，下鱼唇，大火烧开后改用小火，下入煸过的葱段烧至鱼唇烩软时，勾芡收汁，起锅入大圆盘即成。

【桂花鱼骨】 天津菜。水发鲨鱼骨切小丁，略焯，入油勺中稍煸，将一部分以鸡茸、鸡蛋黄等澥好的汁子倒入勺内，待勺热起，再倒入另一半汁子和熟猪油迅速翻炒，出勺盛盘中，撒上熟菠菜梗末、火腿末、水发香菇末即成。因形似桂花，故名。

【金钩烩明骨】 江苏菜。水发明骨加海米、鸡汤、盐、料酒等烩制即成。

【鸡茸鱼骨】 河南菜。鲟鱼骨发开，入沸水中煮烂后，切成大雪花片，与以鸡脯肉制成的糊放一起，搅匀，成鱼骨糊。再将鱼骨糊放入炒锅内，搅炒成豆腐脑状，盛入盘内即成。

【玲珑鱼脆】 四川菜。制好的鱼脆一段，整雕成宝塔一座：余下的碎料改指甲片，入沸水汆一下；罐头装菠萝、樱桃、龙眼、蜜橘等水果改碎粒。冰糖水烧沸，滤尽杂质，入冰柜冻冷。食时取出冰糖水，盛玻璃晶大窝盘内，倒进各式水果，宝塔置于盘中间即成。

【鱼脆羹】 四川菜。鱼脆治净，上笼蒸烂，改小块；冰糖加清水，在锅内熬成糖水，除去杂质后，下鱼脆、菠萝、桔瓣略煮，盛二汤碗内即成。

【奶汤海参】 北京菜。水发海参片成薄片，入奶汤中汆一下捞出，再放入另换的奶汤中，加料酒、精盐，调味，待汤沸后，加入味精、胡椒粉，倒入大碗中，淋鸡油即成。

【乌龙戏珠】 天津菜。水发乌参蒸透，下入油勺，烹以葱、姜、料酒、酱油、三合汤。再将已煮熟、炸黄的鸽蛋围在乌参四周，将汁煳浓，点糖色，勾芡，淋熟猪油，出勺盛盘即成。

【虾籽大乌参】 上海菜。上海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。虾籽放在碗里，加料酒、葱、姜蒸透。已涨发的大乌参先放入油锅过一下，去腥味。用猪油、葱、姜炝锅，加清汤烧开，捞出葱、姜，放入海参和虾籽略烧，再加酱油、白糖、红烧肉卤、少许料酒，烧沸，加盖小火焖片刻，捞出装盘，锅中余汁勾芡，入葱油，搅成卤汁，浇在大乌参上即成。

【海底捞月】 河北菜。水发海参切小骨牌片，用沸水焯透。用葱、姜炝勺，加料酒、酱油、鸡汤、白糖、味精等，沸后，放入海参片煨透，加豆苗，勾芡，淋明油，盛入盘内。鸡蛋清加精盐、味精，用小火蒸熟，成圆月形，盖在海参片上即成。

【扒海参猴头蘑】 河北菜。发好的猴头蘑治净，撕成长条，用鸡汤、料酒、花椒水、精盐、味精等煨入味，码于盘的一侧；水发海参顺长切2～3条，用沸水略焯，码在盘的另一侧。炒勺放底油，用葱、姜炝锅，添鸡汤、料酒、酱油、花椒水、白糖、味精，再放入猴头蘑和海参，经煨、扒即成。

【乌龙卧彩云】 山西菜。发好的海参顺切两半，入清水中汆透；将葱白、姜片下炒勺中稍炒，加料酒、海参、酱油、精盐、味精、高汤，移小火上煨制，再放入鹌鹑蛋煨至入味，用湿淀粉勾芡，淋鸡油，出锅时，海参盛盘中，四周摆鹌鹑蛋即成。

【玉兔双色海参】 山西菜。水发海参放入有佐料油、清汤、盐、料酒、味精的炒勺中，煨至入味取出，搌干水分，撒干面粉。鸡脯肉茸分别加鸡蛋清、蛋黄各半及姜汁、料酒、盐、味精，拌成两色茸，分别抹入海参肚内，上笼蒸熟。熟山药茸加盐、熟精粉、鸡蛋清和匀，包入澄沙馅，捏成兔形，也上笼蒸熟。两色海参放盘中间，“玉兔”摆周围。以葱末、姜末、清汤、料酒、盐、味精等调味品制成的芡汁，浇在双色海参上；再将白糖稍炒，加水、蜂蜜，熬浓，淋在“玉兔”上即成。

【海参扒肉饼】 山西菜。肥瘦猪肉剁碎，加盐、糖色、酱油和蛋清、粉面糊拌匀，压成小圆饼，入温油锅中炸透捞出，盛入碗内，加葱、姜、大料，上笼略蒸取出，扣入汤盘中。水发海参切抹刀片，入沸水中汆透。另用姜末炝勺，下玉兰片、酱油、料酒、味精、精盐，放入海参稍煨一会，勾流水芡，浇在肉饼上即成。

【海参扒肉条】 山西菜。熟猪肉切刀背条，放入碗内，加葱、姜、大料、精盐、酱油、鸡鸭汤，上笼蒸烂，扣入

扒盘里；将发好的海参切抹刀片，入沸水中汆透捞出，放炒锅内，加酱油、料酒、精盐、玉兰片和鸡鸭汤煨透，勾流水芡，浇在肉条上即成。

【鸡捶海参】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发海参顺刀切两半，入沸水中焯透，下入以葱、姜炝过的锅内稍炒，加料酒、酱油、鸡汤、白糖、味精、糖色，烧沸，移小火上煨烧至汤汁浓稠时勾芡，下椒油，出勺盛盘中。鸡腿改成鼓锤形，加酱油、料酒腌渍入味后，入油锅炸一下，捞出盛入容器中，加葱、姜、花椒、大料、桂皮、酱油、味精、鸡汤，上笼蒸烂取出，用洁布拭干水分，上鸡蛋糊，入油锅炸成金黄色捞出，围摆在海参外圈即成。

【乌龙卧香槽】 辽宁菜。海参泡发后，不改刀，瓤入用虾肉和猪肥膘肉制成的茸，经蒸、扒后，置盘中间。猪外脊肉片成大片，用调味品腌入味，沾干面粉，挂鸡蛋液，再沾面包渣，入油锅炸后取出，改刀，整齐地码入海参周围成槽形即成。

【乌龙雪塔】 辽宁菜。海参放入开水锅中汆透，加调料及汤，用慢火煨至汤汁较少时，调好口味，加椒油，摆在盘的四周。再把形如白雪的蛋泡糊堆成圆形，扣上铁圈，再上屉蒸熟成塔形，放在盘中间即成。

【银花海参】 辽宁菜。发好治净的海参放入葱油锅中，加调料烧煨至熟，盛入盘中央；牙扁鱼肉制茸，调好味后分别瓤入12个花形铁模具中，周围用银耳镶嵌成白色花瓣，上笼蒸熟取出，取下模具，围摆于海参四周，浇上白汁即成。

【瓤扒海参】 辽宁菜。海参泡发后，不改刀，瓤入用鸡胸脯肉制成的茸，经蒸熟后，再扒制即成。

【凤腿扒辽参】 辽宁菜。鸡腿烧至入味后，取出骨，改刀后码入盘中一侧；海参出水后，改刀，码在盘中另一侧。勺内加底油烧热，用葱、姜爆锅，再加酱油、料酒、鸡汤、白糖、味精，沸后，将码好的鸡腿、海参推入勺内，用慢火煨透，勾芡，淋明油翻勺，出锅盛盘中即成。

【鸡米海参】 陕西菜。陕西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。上等刺参用调味汤煨烧，捞出控干水分；鸡脯肉切小米粒状，加料酒、精盐、鸡蛋清、湿淀粉拌匀，放入锅内，用温油划散，呈白色时捞出，控干余油。热锅内加入熟猪油，放入葱花、姜米略煸，投入海参颠翻，加入鸡清汤等调味品煨烧，勾流水芡，倒入鸡米，淋明油，撒青豆、火腿米，盛盘即成。

【海参包袱底】 陕西菜。猪肥瘦肉剁成细茸，加葱、姜、精盐、味精、鸡蛋清、淀粉等搅成肉馅；豆腐皮切成菱形片，包入肉馅，打结呈包袱状，装入蒸碗，加鸡清汤、精盐、料酒、味精，上笼略蒸，取出扣于汤碗内，即为"包袱底"；海参片成坡刀片，入沸汤锅稍煨，捞出盖在"包袱底"上面，玉兰片、火腿片摆在海参上面；汤锅内放入鸡清汤，加精盐、料酒，烧沸，放入味精、菠菜心，浇入汤碗内即成。

【海参烀蹄子】 陕西菜。猪蹄子入汤锅煮至九成熟捞出，将蜂蜜、醋和匀，涂抹皮面，入油锅炸至深红色时捞出，去骨，切成条，装入蒸碗，加葱段、姜块、八角和肉汤上笼蒸熟，扣入汤碗内；海参片成斜刀片，入沸肉汤锅中略煨，加葱段、姜末、精盐、酱油、料酒烹炒熟后，盖在猪蹄上即成。

【白血海参】 陕西菜。猪血清与鸡蛋清加调料，合蒸成猪白血，用手勺捏成半圆形的块，放入汤盘中；炒锅内放海参片、玉兰片、姜末等佐料煸炒熟后，盖在猪白血上即成。

【金钱海参】 陕西菜。用剁成细茸的鸡脯肉、淀粉、蛋清制成鸡瓤子，取一半加玫瑰红食用色素调匀，瓤入海参腹腔里；另一半保持白色抹在海参外面，再用蛋皮将海参卷好上笼稍蒸，取出切成圆片，装入蒸碗，加鸡清汤上笼蒸熟，滗去汤汁，扣入汤盘；炒锅内下入葱片、姜末煸炒，再放荸荠片、菠菜叶，倒入原汁，加鸡清汤、胡椒粉、精盐，烧沸，浇入汤盘即成。因海参形似金钱，故名。

【麻腐海参】 甘肃菜。以水发海参为主料，芝麻酱加凉汤搅成稀糊，上火烧开，淋入湿淀粉改小火稍滚，端离火口冷却凝固，切成长方块，成"麻腐块"；海参切薄片，勺内加底油投葱末、姜末炝锅，加肉汤、盐、料酒、味精，烧沸后投入海参片汆透捞出，盛入盘中，四周围上"麻腐块"，撒上火腿末、芫荽，调入芝麻酱、酱油、醋，淋芝麻油即成。

【碧桃海参】 甘肃菜。水发海参切长方块，鸡脯加猪肥膘用刀背砸成茸，加葱姜水、蛋清、盐、味精，搅成鸡茸，抹于海参里层，部分鸡茸制成扁豆大小的粒汆熟染桃红色，置于海参里层的鸡茸上做碧桃花蕾；火腿丝做桃枝；青菜切细条做叶，上笼蒸熟，灌高级清汤，淋鸡油即成。

【道升海参】 青海菜。刺参开水泡软，破肚，一切二；猪蹄治净，煮至半熟捞出。锅内加水，放海参、猪蹄、猪骨、鸡骨架及调料同炖，至软烂时捞出，猪蹄去骨切条。海参横摆碗中间，两边摆蒸好的干贝，猪蹄放上面，灌入原汤，再加少许的葱、蒜，上笼蒸透取出，扣入盘中。将原汁倒锅内，加蒜末、味精，用湿淀粉勾薄芡，浇在上面即成。

【曲曲海参】 新疆菜。新疆参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。羊腿肉剔去筋膜，剁成茸，加葱末、姜末、精盐、料酒等，搅拌成馅。用精粉、蛋清和面，擀成馄饨皮，包入馅料成"曲曲"，入油锅炸至呈金黄色时捞出，摆盘沿。海参片成片，入沸水中汆后，沥干水，置碗中，加精盐、酱油、料酒腌渍片刻。将葱片、姜末、玉兰片下锅炒出香味，并下腌渍好的海参稍炒，加味精出勺即成。

【葱烧海参】 ①山东菜。山东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发海参片成大片，沸水汆一下。炒勺

内加猪油，烧热炸葱段至黄，调味蒸制，另用白糖、热油炒汁，下葱末、姜末、海参，再下清汤、料酒、酱油、精盐、姜汁、炸葱油等，烧沸后收爁，用湿淀粉勾芡，倒盘中；另用炒勺加葱油，下蒸过的葱段略煸，浇在海参上即成。②北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发海参切长条，先用水、料酒、葱、姜煨约5分钟，除净异味，捞出。勺内留底油下葱段，慢火浸炸，使葱味渗入油中，将葱段捞出，再加酱油、料酒、鸡汤、白糖、味精，放入海参，慢火煨至入味，放入浸炸过的葱段稍煨，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油，将海参、葱段分别摆入盘中即成。

【扒海参】 山东菜。水发海参顺切两半，放入用猪油炒成红汁的勺内，加葱、姜煸炒至海参显红，放酱油、料酒、清汤等烧开，捞出海参，用洁布包好，放入砂锅中，并放煸过的猪肉、鸡肉、清汤，用慢火煨约1.5小时，倒盘中。另起锅，加清汤、酱油、料酒，以湿淀粉勾芡，浇海参上即成。

【鸡腿扒乌参】 江苏菜。鸡腿上抹匀糖色，入油锅炸后捞出。原锅留底油，加鸡清汤，放入鸡腿，烧沸，上盖焖至酥烂，捞出晾凉，剔去腿骨。将鸡腿肉与水发大乌参同放入垫有竹箅的砂锅中，大火烧沸，加调味汁，焖1小时，再扒烧勾芡即成。

【虾茸扒海参】 江苏菜。整只水发海参腹剞十字花刀，拍干淀粉，瓤入调味虾糊，配火腿片、笋片、青菜心、虾籽，加调料扒烧即成。

【海参眉毛肉圆】 江西菜。猪肉剁成茸，挤成像眉毛样的肉圆，入油锅稍炸捞出；水发海参斜片成长条，入开水中稍烫，再配以肉圆、水发笋片等调料烧烩即成。

【蚌肉刺参】 福建菜。干刺参去肚，洗净，反复浸泡，切成条，过油后，加精盐、味精、白糖、料酒、鸡汤，煨烂，用湿淀粉勾芡，装盘，扣上经蒸、炒的蚌肉即成。

【麻腐拌海参】 河南菜。粉芡与芝麻酱搅拌成糊状，用做凉粉的方法做成豆腐状(即麻腐)，然后卧刀片成片，与用沸汤汆过的海参片一起，一层海参一层麻腐装在盘内。浇入用味精、料酒、盐水、酱油、芝麻油对好的滋汁即成。

【芙蓉海参】 河南菜。河南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发海参切成20片，取16片用刀靠一面切成花边，入水中汆后浸一下；其余海参，除切少许细丝外，均改成大菱形片。蛋清加味精、料酒、盐水等搅匀，用一半放入菱形片海参，倒入大鱼盘，上笼蒸透取出，倒入剩下的蛋清，复蒸透取出。把蒸好的蛋清顺长靠右边用海参片摆成2棵椰子树；左上边摆上红樱桃，再摆2根海参丝，如初升的"太阳"；下边用海参丝摆几个"海鸥"；海鸥下再摆几个"小帆船"，用纸盖上，上笼蒸透取出，再在椰子树根处放少许芫荽叶即成。

【海参碗鱼】 湖北菜。净青鱼肉剁成长块，加调配料红烧，焖透入味，垫入碗底；涨发好的乌参切成斜角块，配玉兰片、香菇、火腿，加佐料烧烩，在碗上"盖帽"即成。

【虾籽扒海参】 广东菜。梅花参浸发治净，放入有竹箅垫底的锅里煮过，冷水洗净；油锅烧热，下姜片、葱条、姜汁酒、沸水，放入海参煨10分钟；再改用二汤加精盐煨10分钟取出，沥干；砂锅内用竹箅垫底，依次放汆过的猪骨、猪肉、鸡肉、鸡爪以及海参、火腿、虾籽、二汤、姜片、葱、精盐，加盖小火爁至软烂取出，装盘；中火烧锅，放入用油、姜末、料酒、原汤、虾籽、精盐、白糖、胡椒粉、酱油、湿淀粉烹成的芡汁，淋芝麻油、熟猪油，浇盘中即成。

【春梅红烧参】 广西菜。干海参经水发后，再煨制；香菇调味后，逐朵瓤上虾胶，再与海参一起烧烩即成。上碟时以菜胆围边。

【家常海参】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发海参切斧楞片，用好汤喂起。炒锅下油，下猪肉末炒酥装碗内。锅内油烧热再下豆瓣、泡辣椒、姜米、蒜米等，炒出色和香味，加鲜汤略烧，捞弃调料渣，加料酒、肉末，将海参放入锅内推转，置偏火上爁起。将黄豆芽掐去根瓣，入锅内加盐炒熟，拈入圆盘内垫底。海参锅又置旺火上，勾芡收汁，下葱颗，淋芝麻油，推转起锅，盛入装豆芽的圆盘中即成。

【鸳鸯海参】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。由酸菜海参和家常海参两种组成。制酸菜海参：锅置中火上，下猪油至四成油温，下酸菜略炒后，掺清汤，入改成斧楞片的海参及火腿、鸡片、料酒、盐、味精、胡椒粉少许，至烧爁入味时，勾少许芡，推转出锅即成。制家常海参：另取一锅放菜油，烧至五成热，下郫县豆瓣、泡辣椒、姜米、蒜米，煸至色红酥香时，下清汤烧开，捞弃调料渣，放改成条的海参，加味精、盐、白糖、酱油、料酒同烧，至色红入味时，下煸酥的肉末，撒上葱颗，下醋推转出锅即成。装盘前，将胡萝卜、莴笋改吉庆形，青菜心烫熟后加清汤、味精、川盐烧入味。在大圆盘中摆成太极图形，分别将酸菜海参、家常海参盛入两边，再点缀一朵萝卜刻成的花和蔬果雕刻成的鸳鸯头于圆盘的一头，即成鸳鸯海参。

【蛋饺海参】 四川菜。水发海参改薄片，用汤喂起。蛋皮包肉馅，做成24个蛋饺，装盘入笼蒸熟。鲜菜心在炒锅内炒熟，装大圆盘垫底。锅内放入奶汤，下海参略烧，捞入圆盘菜心上；再下蛋饺入锅，勾芡收汁，起锅舀于海参周围即成。

【响铃海参】 四川菜。水发海参切斧楞片；熟火腿、冬菇、冬笋均切片。炒锅内放入好汤，下调料，放荔枝味调料，勾大二流芡起锅，装二汤碗；抄手下油锅炸至外酥内熟，起锅盛入大窝盘，乘热上桌，将海参滋芡淋入窝盘内即成。因抄手形似金铃，且滋芡淋入时会发出响声，故名。

【酸辣海参】 四川菜。水发海参片成薄片，入沸水汆

透后，用清汤喂1～2次。鲜鸡蛋煮成百合蛋，取蛋白与三鲜配料改成小片，放入大窝盘内，面上再放已沥干的海参片。另将特制清汤在锅内烧开，加胡椒、醋、盐等，入味后，打去浮沫，起锅灌入窝盘内即成。

【酸辣海参锅巴】 贵州菜。水发海参入沸水中煮后，取出切片，入用姜、葱熬过的鸡汤锅中，加香菇片、玉兰片、鸡肉片及盐、酱油、醋，喂熨好后，撒上胡椒粉，淋芝麻油。取锅巴入热油锅中炸酥，装入圆盘中，浇上热油。速将碗中的海参等连汤汁倒在锅巴上即成。

【蹯龙海参】 云南菜。梅花参涨发后，内抹干蚕豆粉，用精肉茸填满，装入小碗内上笼蒸熟取出，入鱼盘中，周围摆放鸽蛋，浇入热芡即成。

【乌龙珍珠】 云南菜。发好的海参切条，入沸水中汆后取出，再入油锅中过油。将鸡脯、青椒、香菇、青玉米炒熟，起锅放在盘中央，已滑油的海参围边，浇上调味汤汁即成。

【蛤蟆鲍鱼】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲍鱼12个治净，两面剞花刀，下入调有料酒和精盐的锅内喂透；用鱼肉制茸，加鸡蛋清、淀粉、精盐、味精等搅匀堆在鲍鱼上，制成8～10个蛤蟆形，上屉蒸熟，取出。炒勺内加清汤、精盐、料酒、味精，沸后，用湿淀粉勾成薄芡，淋明油，浇在鲍鱼"蛤蟆"上即成。

【清炒鲍贝】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲜贝用沸水焯后，捞出沥水；鲍鱼治净，两面剞花刀，再切条。炒锅内加底油，烧热，用葱、姜炝锅，下入鲜贝和鲍鱼煸炒，泼入用清汤、精盐、料酒、味精、淀粉等对成的滋汁炒匀，淋芝麻油即成。

【锅爆鲍鱼盒】 天津菜。净鲍鱼片开，夹入以鸡茸、猪肉、火腿、荸荠等制成的馅，挂鸡蛋糊，入油勺内煎炸，再以葱、姜、料酒、盐、糖、高汤等略烹即成。

【鸡鲍蒲菜】 上海菜。鲍鱼喂至入味后切片；鸡片上浆、过油；再用鲍鱼片、鸡片与蒲菜一起煸炒即成。

【扒鹿筋鲍鱼】 河北菜。水发鹿筋用沸水焯透捞出，用洁布挤干水分，切段，码在盘中；罐头鲍鱼去掉沙边，斜刀片成片，码在鹿筋两侧，与鹿筋排成三行。勺内加葱姜油、猪油，放入鸡汤、鲍鱼汤、料酒、精盐、味精，推入鲍鱼和鹿筋，盖上盖，以慢火煨透，再移至大火上，勾芡，淋猪油，翻勺出勺即成。

【暴雨一声雷】 河北菜。罐头鲍鱼片成薄片，放鸡汤中，加料酒、酱油、味精等，烧沸后，用湿淀粉调成汤芡较宽的汁，盛入碗内。另用锅巴掰成块，以热油炸酥，盛汤盘内，配鲍鱼片芡汁一起上桌，速将鲍鱼片芡汁倒入锅巴中即成。

【扒鲍鱼盒】 河北菜。鲍鱼发制后，用沸水略烫捞出，片成薄片。鸡脯肉制成茸，加葱末、姜末、精盐、味精等搅匀。两片鲍鱼中间夹一层鸡茸，成盒形，摆盘内，上屉蒸熟取出。炒勺内加奶油、料酒、精盐、味精、鸡汤，沸后，用湿淀粉勾成薄芡，浇在鲍鱼盒上即成。

【凤腿鲜鲍】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。选大小均匀的鸡小腿，治净，入油锅炸成金黄色。炒锅加油烧热，下圆葱块、姜块煸炸，烹入料酒和酱油，加鸡汤，沸后下白糖、肉桂、盐，下鸡腿，移小火上煨至汤汁稠状，将鸡腿取出摆在盘的外圈，鸡腿外端露骨处，逐一套上纸折菊花，以便食用。鲜鲍肉洗净剞成花刀，用沸水汆透呈花朵状，放入用葱末、姜末炝过的锅内，烹入以鸡汤、盐、料酒、味精、淀粉对成的白汁，炒颠均匀，淋鸡油、芝麻油起锅，置于盘中心即成。

【鲜贝原鲍】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。带壳鲜鲍鱼14个刷洗干净，用刀尖沿壳边将肉挖出，摘除脏腑，片去壳肌，空鲍鱼壳用沸水煮后，选12只摆在盘子边沿。取鲍鱼肉在贴壳一面剞菊花刀，一切两半。冬笋、香菇一半改成丁，一半切象眼片。汤勺加清水烧沸，下鲍鱼、鲜贝，汆至五成熟时捞出，沥干水分，再分别入六成热油中稍炸出锅。用鸡汤、料酒、味精、湿淀粉、食盐及酱油对成红、白两种汁芡。炒勺下葱油，用葱末、姜末、蒜片炝锅，下冬笋、香菇丁、鲍鱼颠翻，烹入白汁，加椒油簸匀出勺，装入鲍鱼壳内。炒勺重置火上，下葱油，葱、姜、蒜炝锅；下青豆、象眼片稍炒；下鲜扇贝肉炒转，烹入红汁，加椒油，出勺盛圆盘中心即成。

【金钱鲍鱼】 陕西菜。鲍鱼片成片，用高汤汆后，撒上干粉，上抹鸡瓤子，成扁圆形。鸡蛋皮切成丝，摆在鲍鱼的瓤子上成铜钱状图案。将制好的金钱鲍鱼置盘中，入笼略蒸，视瓤子发白有弹性时取出。用葱、姜炝锅，去葱、姜，加高汤、味精、料酒、盐，烧开，勾流水芡，浇在鲍鱼上即成。

【各吃原壳鲍鱼】 山东菜。山东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。带壳鲜鲍鱼治净，入沸水稍煮取出，挖出鲍肉，片作薄片。偏口鱼肉剁茸，加湿淀粉、料酒、精盐、蛋清、葱末、姜末，搅匀，倒大盘内摊平。鲍鱼壳整齐地置鱼茸上按牢，上笼蒸后取出。鲍鱼肉与清汤、精盐、料酒、冬笋片、火腿片一同烧沸后，捞出平分在鲍鱼壳内，浇上用湿淀粉勾芡的汤汁（内加青豆、味精、鸡油）即成。

【扒三白】 山东菜。鲍鱼片、芦笋、滑过的鸡片（即"三白"），整齐地码摆在盘中。汤勺内加鸡汤、料酒、精盐，用旺火烧沸，入"三白"，用微火煨透，加葱油，再用湿淀粉勾芡，大翻勺后，再稍煨，淋鸡油，装盘即成。

【麻汁紫鲍】 山东菜。鲍鱼肉切块，煮透。炒勺内加鸡汤，放鲍鱼、白糖、味精、料酒、酱油，烧沸，用湿淀粉勾芡，加芝麻酱炒匀即成。

【翡翠珍珠鲍】 福建菜。福建参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲍鱼治净发烂，片平，加入用生鸡骨、猪筒骨、鲜牛肉、猪里脊肉、猪肚等制成的上汤及调味料煨10分钟，取出压干水分。梅蚌洗净蒸熟，去盖取出蚌肉。河虾去壳剁成茸，与蚌肉一并装碗内，加鸡蛋清搅

勾成糊状，用手挤成10粒小圆球，每只鲍鱼上放1粒，然后在虾蚌球上再放1粒熟干贝珠，上笼略蒸，取出摆盘中。炒锅内放花生油，下时鲜青菜心炒熟，摆在鲍鱼周围，再以上汤和干淀粉在锅中勾芡成白卤，淋在鲍鱼上即成。

【烧蓑衣鲍鱼】 河南菜。鲍鱼切成条，剞蓑衣花刀，入沸汤中略汆，沥去水分。锅内加油烧热，下葱头炝出香味，添上汤，放入鲍鱼和调料，烧沸，勾流水芡，出锅盛盘即成。

【虾蛋紫鲍】 湖北菜。鲍鱼治净，剞簔衣花刀后，改切成块，入沸水锅中汆透，沥干；炒锅置旺火上，下猪油、蒜茸、姜末、葱汁煸炒，倒入鲍鱼同炒，下虾蛋和火腿片、笋片、菇片、鸡汤、调料红烧即成。

【四味鲍鱼】 四川菜。罐头装鲍鱼片薄片；罗粉修成大体一致的片，铺于大圆盘底，上放鲍鱼片，周围用瓜果蔬菜点缀即成。配芥末、椒麻、怪味、麻酱4种味碟佐食。

【汆西施舌】 山东菜。鲜西施舌用沸水焯后，盛小碗中。炒勺内加清汤、料酒、精盐、笋片等，烧沸，盛汤碗中。汤碗与盛西施舌小碗同时上桌，将西施舌倒入汤碗，撒胡椒粉及芫荽末即成。

【炒西施舌】 福建菜。鲜西施舌肉切成2片，在沸水中汆一下。锅内放猪油烧热，倒入用鸡汤、料酒、湿淀粉、调料调成的卤汁；烧稠后，下汆好的西施舌肉颠炒几下，起锅盛在事先炒熟装盘的冬笋、芥菜、香菇上面，淋芝麻油即成。

【鸡汤汆海蚌】 福建菜。福建参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。老母鸡宰杀后治净，留下血水并割下鸡脯肉待用。其余切成4块，与鲜牛肉、猪里脊肉一起放盆中，加清水上笼蒸3小时，去肉取汤，撇去浮油，滤尽杂质。鸡脯肉用刀背捶成茸，用鸡血水和精盐抓匀，捏成几个小圆球，放鸡汤中略煮捞出。将剩下的鸡血水倒入鸡汤中搅拌几下，去杂质。再将小圆球放入鸡汤，上笼蒸1小时，取出后用干净纱布过滤。将蚌尖切片洗净，入热水中汆至五成熟取出，剔净蚌膜，装碗中，加入料酒略腌，然后倒入漏勺沥干酒汁，盛在汤碗里。鸡汤下锅煮沸，加入白酱油、味精调匀，淋在蚌肉上即成。

【糟汁汆海蚌】 福建菜。净蚌肉切片，同洗净的蚌裙、蚌纽放入沸水中汆一下，置碗中，用料酒抓匀。将姜米、红糖煸香，加入料酒、白酱油、味精、白糖，再冲鸡汤煮沸，滤去杂质，慢慢浇进蚌肉碗里即成。

【炸蛎黄】 山东菜。鲜海蛎子取出蛎黄，洗净泥沙，撒精盐拌匀，再沾一层面粉。炒勺放猪油置旺火上，烧至九成热，入蛎黄炸至皮黄时捞出。勺内油温再升至九成热时，入蛎黄再略炸出勺盛盘即成。配花椒盐佐食。

【凉拌生蚵】 台湾菜。牡蛎用盐洗净，开水略烫、沥干置盘中；将葱末、姜末、蒜末、酱油、醋、芝麻油加入拌匀即成。

【油条蛎黄】 台湾菜。油条切小段，炸酥置碗内；葱段、姜片及牡蛎放开水中略烫；锅中热油，加入高汤、盐、味精、酒，待沸后，用淀粉勾芡，放入牡蛎略煮开锅后，倒入有油条的碗中，调入葱花、芫荽、胡椒粉、猪油即成。

【蛎黄馓子】 河南菜。蛎黄漂洗干净，沥干，加入鸡蛋清、粉芡，搅匀，入油锅炸成黄色；冬笋、香菇切成片；馓子炸成柿黄色。锅内放底油烧热，下冬笋片、香菇片，加调料炒制，再下入蛎黄炒熟。上桌时，将蛎黄倒在馓子上即成。

【炸芙蓉蚝】 广东菜。鲜蚝治净，用沸水烫熟，沥干，去内脏，沾上用鸭蛋液、精粉、发酵粉、川椒末、葱末、精盐、胡椒粉、熟猪油拌成的味浆，入油锅炸至酥脆即成。配甜酱佐食。

【生炒明蚝】 广东菜。蚝肉治净，用毛巾吸干水分，先横刻花纹，再横切成“双飞片”，先用五成油温过油至熟，再炒，烹料酒，加入韭黄段、笋花、辣椒丁、香菇片，浇入以上汤、味精、鱼露、芝麻油和湿淀粉调成的芡汁即成。

【雪花干贝】 天津菜。鸡茸、鸡蛋清、精盐、味精、高汤、湿淀粉等搅匀，将一半倒入油勺内，待其熟透，再倒入另一半，放入泡好、蒸透的干贝翻炒，淋熟猪油，出勺盛盘，撒熟豌豆、火腿丁即成。

【干贝冬瓜球】 上海菜。上海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。干贝治净，加清水、料酒，入笼蒸至酥烂。冬瓜剜成球形，掏空内心，瓤入以火腿末、干贝丝、香菇屑、鸡肉末配制的熟馅，再用鸡汤、熟干贝烩煮即成。

【一品干贝】 河北菜。干贝治净，码在碗中，加鸡汤、精盐、味精、葱段、姜片，入屉蒸烂取出，拣去葱、姜，将干贝倒扣盘中。原汤调好口味，烧沸，用湿淀粉勾薄芡，淋明油，浇在干贝上即成。

【扒干贝卷】 河北菜。干贝加鸡汤蒸烂，搓成丝；鸡脯肉制成茸，加鸡蛋清、粉面、精盐、味精等，搅匀，搓成小条，沾匀干贝丝，摆入盘内，上笼蒸熟取出。勺内加清汤、精盐、味精，沸后，用湿淀粉勾薄芡，淋鸡油，浇在干贝卷上即成。

【鸡茸干贝】 山东菜。鸡脯肉去筋砸茸，加鸡蛋清搅匀；干贝洗净，加清汤、料酒、葱、姜，入笼蒸约1小时取出。干贝连汁放炒勺内，加精盐、料酒、味精同烧，勾芡于汤中，倒入鸡茸搅匀至熟，盛盘中，上撒熟火腿末，淋少许鸡油即成。

【独头蒜烧干贝】 江苏菜。将独头蒜炸黄，放在水发干贝上，加鸡汤、料酒、葱、姜等，上笼蒸酥取出，倒扣盘中。原汁入锅烧沸，勾芡，浇盘上即成。

【干贝糊】 安徽菜。干贝加清水、料酒及姜片蒸透，搓成丝，配火腿丝，加入原蒸汤汁及鸡汤、精盐、白糖烧烩，勾芡成厚糊状，出锅，撒上胡椒粉、葱丝即成。

【金狮绣球】 安徽菜。干贝加调料蒸透，凉后搓散成丝。另用猪肉茸、鱼肉茸加调料及蒸干贝原汤一块搅匀，再配入笋菇及火腿细丁拌匀成馅，逐个搓成小球，沾匀干贝丝，入笼蒸熟，浇薄芡汤汁即成。

【卧雪江贝】 江西菜。江贝用冷水洗净，放入碗内，加清水、料酒，上笼蒸至松软取出，除去筋，置盘内；生鸡脯肉剁成茸，用冷鸡汤澥开，倒入鸡蛋清和蒸江贝原汤搅拌均匀，浇在江贝盘中，做成图案，上笼蒸熟即成。

【干贝鸡球】 湖北菜。大干贝治净，用鸡汤浸泡，加葱结、姜块、料酒蒸 30 分钟后，搓成细丝；再将用鸡脯肉、肥膘粒、蛋清、调料等拌制好的鸡茸挤成桂圆状，外裹一层干贝丝，入笼蒸 15 分钟取出，装盘，然后用蒸出的汁加调料烧沸，勾芡，淋鸡球上即成。

【大蒜干贝】 四川菜。圆贝肉装碗内，加清汤、调料，上笼蒸炬；独蒜去皮，去蒂，入油锅炸后，也入笼蒸炬。装盘时，将干贝盛圆盘中间，大蒜围边，锅中扯二流芡淋上即成。

【锅烙豆腐珧柱】 贵州菜。取锅烙豆腐切菱形块，入油锅炸至表面呈金黄色时，装入碗中。将鸡块、香菇、玉兰片下锅烹炒，加清汤焖后，下珧柱、海米、味精、盐同烩，起锅盛有豆腐的碗中，加姜、葱结，入笼蒸透取出，去姜、葱，加胡椒粉即成。

【锅贴菊花珧柱】 贵州菜。猪肥瘦肉剁成茸，加蛋清、湿淀粉、盐，拌匀；去皮肥肉切圆片，上抹蛋芡糊，再将肉茸放肥肉圆片上，按平刮圆，然后将珧柱撕成丝，呈菊花形镶肉茸上，花中撒火腿末作花蕊，装盘，入笼蒸定型取出，逐一入锅内用油煎烙，待底面呈金黄色时，起锅装盘即成。配椒盐或毛姜醋佐食。

【炝青蛤】 天津菜。青蛤治净，下沸水中，汆至壳张开时即捞出。将带有蛤肉的半边连壳摆在盘内；另将葱、姜、花椒剁成茸，用芝麻油泡好，与醋、酱油、花椒油一同淋在蛤肉上即成。

【炒梅蛤】 上海菜。梅蛤用稀盐水浸养，使其吐尽泥沙，然后入热油锅中，快速急炒，待壳张而肉不脱下、肉熟而又不干缩时即成。

【汆蛤蜊肉】 山东菜，炒勺内加清汤、料酒、精盐、笋片、菠菜心，烧开，盛汤碗内；蛤蜊肉放漏勺内用沸水烫后，放盘中，与汤碗一起上桌。将蛤蜊肉倒入汤碗，撒上胡椒粉及芫荽末即成。

【芙蓉蛤仁】 山东菜。鲜海蛤蜊放沸水中烫后捞出，去壳取肉，洗净；鸡蛋清加清汤、精盐、味精，搅打均匀，蒸 5 分钟，即成“芙蓉”，舀到汤盘中；炒勺内加清汤、蛤蜊肉、火腿片、青豆，烧沸，再加料酒、精盐、味精，然后用湿淀粉勾芡，浇在“芙蓉”上即成。

【鸡冠菜烧文蛤】 江苏菜。文蛤治净，入清水中养 1～2 日，使其吐尽泥沙，入沸水中煮后，取其肉，入炒锅猛火急速煸炒，盛起；鸡冠菜加姜末煸至回软，滗入文蛤汤，加盖，煮至菜烂，下盐，倒入文蛤肉炒和即成。

【油爆鲜淡菜】 浙江菜。净淡菜入沸水中汆至半熟捞出，然后入油锅略爆，再配葱、姜等料烹制即成。

【瓤青蛤】 台湾菜。青蛤肉切碎，加葱末、姜末、肉馅、酱油、酒、芝麻油、猪油、淀粉、味精，拌匀成馅，塞入蛤壳内，放深盘中，入笼蒸熟即成。

【姜汁赤贝】 辽宁菜。赤贝肉取出，洗去血水，摘去赤贝边，将赤贝肉切片，经沸水焯后，加姜汁、芫荽和精盐、芝麻油、味精等，拌匀即成。配葱、姜末佐食。

【奉化摇蚶】 浙江菜。蚶子去尽泥，洗净，入沸水中略烫即捞出，剥去半边壳，平摆盘中，撒入姜、葱，淋芝麻油即成。

【油炒珠蚶】 福建菜。鲜活乌蚶，瓤以黄瓜粒、蒜瓣，用油、糖、醋及酱油烧炒即成。

【烩竹蛏】 江苏菜。蛏干治净，入清水中浸泡后，再入锅加料酒、精盐等焖至烂熟取出，洗去泥沙。配熟鸡片、火腿片、笋片、香菇，加调料白烩即成。

【咸菜卤蒸蛏】 浙江菜。大蛏子用盐水养 3 小时，待其吐出泥沙时捞出，用细麻绳捆扎，竖放在汤盆中，倒入经烧沸的冷咸菜卤和料酒，再放上姜末、葱结，上笼蒸 10 分钟取出，去掉葱、姜，剪断捆扎的麻绳，并滗出原卤汁，经过滤后，倒在蛏子上面，再放上葱段即成。

【白炒鲜竹蛏】 福建菜。鲜竹蛏剥壳取肉，剔去肚、线、膜，片成相连的两片，入沸水中汆一下，用料酒腌渍；用高汤、湿淀粉加调料调成卤汁；把冬笋稍炸、蒜米稍煸后，入料酒、香菇、卤汁芡成粘汁，下竹蛏颠炒几下即成。

【木樨蚬子】 山东菜。蚬子肉抽去黑线，治净，加鸡蛋、葱末、精盐、木耳、料酒等，搅匀，再放入八成热的熟猪油中，炒匀颠翻至熟即成。

【清炖义河蚶】 湖北菜。金剑蚶治净，切作蓑衣状，用猪油爆炒 3 分钟，随下香菇、冬笋、火腿、荸荠和调料、清水，烧沸，盛入炖盆，入笼用中火炖 2 小时，撒入胡椒、大蒜即成。

【风肉煨蚌】 江苏菜。将风干猪肉泡软，洗净，切成块状，焯水；河蚌肉去杂质，拍松边肉，入少许盐抓捏，洗净粘液，入沸水锅一汆即起，放入锅内，加姜、葱、料酒、酱油、糖等调料，与风干肉同煨至烂。韭黄炒熟垫盘底，将肉蚌盛上，撒白胡椒粉即成。

【火腿炖蚌肉】 安徽菜。蚌肉捶松边缘，焯水后配入鸡块、火腿筒肉（即蹄膀部位）、香菇、笋片，加入经滤过的汤汁及调料，用小火炖烂即成。

【油爆双片】 山东菜。海螺肉、鸡胗片成薄片，经油爆即成。参见“油爆海螺”。

【油爆海螺】 山东菜。鲜海螺去壳，取肉，摘去尾肠，用粗盐、醋揉搓洗净，片薄片，放入八成热的猪油中炸后捞出。炒勺加油，旺火烧热，放葱、蒜炸香，再加海螺、木耳，烹入以清汤、料酒和湿淀粉对成的汁卤，迅速翻炒几下即成。

【双爆菊花】 山东菜。鲜海螺肉、墨鱼肉剞十字花刀后，切块，入沸水稍烫。大火将熟猪油烧热，下海螺、墨鱼冲炸，立即连油倒出。勺内留底油，加瓦块葱段，炸香，再放海螺、墨鱼，加以精盐、味精、料酒、鸡汤、湿淀粉对的汁烹制即成。

【淡糟响螺片】 福建菜。鲜响螺肉切极薄片，入沸水中汆一下，沥干，加入料酒抓匀，略渍，将淡糟料汁入炒锅煸出香味，加配料煮沸，勾芡，倒入汆好的响螺肉片炒匀即成。

【五香烧响螺】 福建菜。活鲜大海螺治净，在屑口上加花椒、陈皮、大料、小茴香、料酒、白糖、酱油、味精等调制的调料，待腌汁渗入螺肉时，去掉各料，放木炭炉上烤至螺屑脱离即熟。抽出螺肉，切片装盘，配芫荽、番茄片、萝卜酸等料，撒胡椒粉，淋芝麻油即成。

【白焯螺片】 广东菜。大海螺肉治净，切成圆形；二汤加姜片、葱段、姜汁酒烧沸，放入海螺片汆至九成熟，再入炒锅中，加料酒、芝麻油等料烹炒即成。配热油拌蚝油和热油拌虾酱佐食。

【明炉烧螺】 广东菜。大海螺治净，放以姜米、葱米、川椒、料酒、白酱油拌匀调味料于屑口，待其渗入螺内，再置于炭炉上烤制至螺肉收缩、肉屑脱离，取出螺肉切片，与广柑肉拼砌成侧卧式的双鱼御尾形，中间置芫荽即成。配梅膏酱佐食。

【油泡螺球】 广东菜。角螺肉治净，切片，横刀刻纹，抹干，用湿淀粉拌匀，入油锅过油至熟成螺球状时捞出，再放炒锅内，加料酒，随即倒入以炒蒜茸、上汤、鱼末、味精、鱼露、胡椒粉、辣椒丁、芝麻油和湿淀粉调成的芡汁即成。

【螺蛳头拌马兰】 上海菜。螺蛳肉用沸水烫熟；马兰摘取嫩头，洗净，挤干水分，切末，撒上精盐拌匀；春笋尖焯熟并切末。盆中放马兰末，撒上螺蛳肉和笋尖末，浇白酱油和芝麻油即成。

【田螺塞肉】 江苏菜。大田螺治净，用沸水汆烫，挑出螺肉，洗净。用薄鸡肉片将螺肉包裹，拌上调料，塞入螺壳内，放入烘箱中烤熟即成。

【焦麻螺蛳】 湖南菜。螺蛳肉表面剞十字刀，用料酒、精盐腌渍数分钟，入油锅汆后捞出，再用面粉、湿淀粉抓匀，下油锅爆炸至熟，捞出置盘中，用葱、姜、苏叶、食醋和肉清汤调汁，倒入螺蛳肉上即成。

【酸辣螺黄】 云南菜。取海螺肉上的黄肉漂洗净，入汤锅中烫后，用漏勺舀出，放汤盆内，加生韭菜叶末、胡椒粉、辣椒油。炒锅内放上汤，下火腿丁、老蛋糕丁、冬菇丁、玉兰片丁、姜末等同煮至沸，加料酒、酱油、醋、味精和炒过的猪肉末，勺散，倒入盛有螺黄肉的汤盆内，淋芝麻油即成。

【荔枝鱿鱼】 ①北京菜。水发鱿鱼剞荔枝花刀，再切长方块，用热油冲炸至熟，卷起如荔枝状。勺内留底油，用葱末、姜末、蒜末炝锅，放入冬笋片、柿子椒块略煸，再放入鱿鱼卷，烹入用鸡汤、酱油、料酒、白糖、醋、味精、胡椒粉、湿淀粉对成的滋汁，淋芝麻油翻勻即成。②湖南菜。水发鱿鱼从有骨的一面切横直斜刀，再切成对角四方块，入沸水中烫卷成荔枝形后，挂糊，入油锅略炸捞出，将瘦肉、玉兰片、香菇等放炒锅内，加调料拌炒，倒入鱿鱼翻锅即成。

【菊花鱿鱼】 河北菜。河北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鳜鱼肉去骨，改段，剞成菊花状的丝瓣，沾上干淀粉，入油锅炸成金黄色捞出，盛在盘的四周；水发鱿鱼剞十字花刀，改成块，入油锅滑开，滗去油，下冬笋、青椒、芹菜叶炒转，烹入用葱、姜、蒜、食盐、料酒、鲜汤、湿淀粉对好的芡汁，翻勻，盛盘中。原锅下鲜汤、番茄酱、白糖、湿淀粉扯成番茄汁，浇在菊花鱼上即成。

【红扒鱿鱼卷】 山西菜。水发鱿鱼改成麦穗卷形，入沸水中汆2次。炒勺内放鸡油烧热，下葱、姜炸一下，加酱油、料酒、味精、盐、鸡蛋，放入鱿鱼烘2分钟，倒去汤，再用上述方法烘一下，拣去葱、姜，勾芡，盛入盘中即成。

【笔筒鱿鱼】 山西菜。水发鱿鱼切成小片，入沸水中汆后成笔筒形，沾勻粉面，入油锅炸熟捞出。炒勺内留油，下玉兰片、蒜煸炒，再下鱿鱼、酱油、醋、味精、胡椒粉，加清汤，沸后勾芡，出勺盛盘即成。

【芙蓉鱿鱼】 陕西菜。鸡蛋清打散，对入凉肉汤，加精盐、料酒、味精，搅勻，上笼蒸熟，用手勺挖入汤碗里。汤锅内放入鸡清汤，加精盐、料酒，烧沸，放入坡刀片的鱿鱼片煨熟捞出，盖在汤碗里的鸡蛋清块上；原汤锅另放入鸡清汤烧沸，加精盐、料酒、味精，浇入汤碗即成。

【糖醋鱿鱼卷】 陕西菜。水发鱿鱼治净，切块，剞成斜十字花刀纹，经油炸卷拢，倒出漏油；原炒锅放少量猪油，倒入用白糖、酱油、醋、精盐、葱、姜、蒜、湿淀粉、清水调成的汁，烧至起鱼眼泡时倒入鱿鱼卷，颠翻裹汁即成。

【煨鱿鱼丝】 ①陕西菜。猪肉、鸡腿肉切成细丝，加桂皮、葱丝及调料煸炒后放入砂锅一边，作垫底菜；水发鱿鱼切丝，浸泡后放入汤锅中，用小火烧沸后捞出，依此法连作3次，滗干水分，加入精盐，放砂锅另一边。再用小火煨1小时，取1汤碗，先放入垫底菜，再放上鱿鱼丝，倒上原汁，撒火腿末即成。②甘肃菜。鱿鱼顺长切成丝，投入砂锅加鸡汤，小火煨2小时捞出，另锅加底油，用葱末、姜末炝锅，放入鱿鱼丝、熟鸡丝煸炒，调酱油、盐、味精、料酒，加少许鸡汤略煨即成。

【胡辣鱿鱼丝】 陕西菜。鱿鱼切成薄片，再切成细丝，用开水焯后，放入碗中；炒锅内放入肉汤，加精盐、酱油、胡椒粉烧沸后，倒入碗中，待汤沉淀后，将汤徐徐倒入原炒锅里烧沸，下鱿鱼丝、姜、玉兰片、木耳，用湿淀粉勾流水芡，倒入汤锅中，撒上芫荽、韭黄即成。

【晁衡鱿鱼】 陕西菜。水发鱿鱼治净，剞荔枝花刀，再改成长方块，放入温碱水中泡约4小时捞出，洗去碱

味，入油锅爆至鱿鱼花纹突起捞出。用葱丝、姜丝、干辣椒丝炝锅，倒入用醋、料酒、盐、味精、胡椒粉和湿淀粉等对成的芡汁烹起，下鱿鱼卷颠翻，出锅盛盘即成。因此菜有纪念唐时在长安做官、嗜食东海鱿鱼的日本人晁衡之意，故名。

【芫爆鱿鱼卷】 山东菜。鱿鱼划十字花纹，放沸水中汆后捞出。炒勺放大火上，加猪油，烧八成热，放入鱿鱼稍促捞出；勺留底油，放入姜丝炸香，随即倒入鱿鱼，加入用清汤、料酒、精盐、味精等对的滋汁，撒芫荽段，颠翻均匀即成。

【烤鱿鱼】 江西菜。干鱿鱼用冷水泡软，撕去衣、骨，用铁丝罩托住，置木炭火上烘烤至香酥，乘热撕成细丝置盘中，拌入酱油、味精、芝麻油，再将炒熟的韭菜盖在上面即成。

【吉祥麦穗卷】 湖南菜。湖南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。将发菜铺平，将调好的蛋清汁覆盖其上，从两侧向中间卷成条形，入笼蒸熟取出，切如意形卷，摆入盘的四周做衬边；鱿鱼去筋骨，在有骨的一面，每隔4厘米剞横直反斜刀，刀深为厚度的2/3，再切成斜长块，烫熟，卷成麦穗形，置冷水中，加碱浸泡1小时，用温水清洗去碱味，再蘸湿淀粉和盐，抓匀，入油锅汆一下，沥去油；瘦肉片抓芡与玉兰片、水香菇一同下锅拌炒，倒入麦穗鱿鱼卷，加肉清汤及调味，勾芡，淋芝麻油，出锅摆盘中，撒上胡椒粉即成。

【菜炒胗肝土鱿】 广东菜。鱿鱼浸发后刻菱形花纹，切成片；胗、肝也切片，将以上各料汆至七成熟，再以五成油温过油至刚熟，然后与爆香的蒜茸、姜片同炒，烹入用料酒、酱油、胡椒粉、湿淀粉调成的芡汁，加熟菜远，淋芝麻油、花生油即成。

【油泡土鱿】 广东菜。鱿鱼浸发，治净，内刻菱形花纹，切片，过油；再与爆香的姜、葱、蒜同炒，烹料酒，用芡汤、芝麻油、胡椒粉、白糖、酱油、湿淀粉调成的芡汁勾芡，再淋熟油即成。

【炒麦穗花鱿】 广东菜。鱿鱼浸发后，内刻麦穗形花纹，切片，过油后，与爆香的葱段、笋片、香菇、红辣椒块同炒，烹料酒，用上汤、味精、鱼露、胡椒粉、芝麻油和湿淀粉调成芡汁勾芡，再加熟油即成。

【百花瓤鱿鱼筒】 广西菜。干鱿鱼经发制后，剞刀花，入沸水内汆一下；再用虾胶（或鱼胶）配香菇、火腿、青豆等粒料制成馅，瓤入鱿鱼内，上笼蒸熟即成。

【玉液脆廉鱿】 广西菜。干鱿鱼经发制后，入炒锅加调料爆炒，用牛奶、蛋清打芡，撒上火腿茸即成。广西合浦、北海等地古为廉州，所产鱿鱼特优，有“廉鱿”之称，故名。

【葵花扣鲜鱿】 广西菜。鲜鱿鱼肉，剞上葵花形刀花，经炸、扣即成。

【干煸鱿鱼丝】 四川菜。鱿鱼去头、尾，横筋切细丝，用热水淘洗两次，挤干；绿豆芽去两头；猪肥瘦肉切丝。锅内放猪油烧至七成热，先下鱿鱼丝煸炒，次下肉丝续炒，加调味品，再放入绿豆芽稍炒，淋芝麻油颠翻起锅，盛条盘即成。

【荔枝鱿鱼卷】 四川菜。鱿鱼去头，用热水洗净，先切成片，再用正反刀剞成荔枝花纹；葱白切马耳朵形。炙锅后，待火旺油热时，下鱿鱼、葱白，炒至翻花成卷时，烹入荔枝味芡汁，迅速颠翻起锅，盛条盘即成。

【酸菜鱿鱼】 四川菜。水发鱿鱼改方块，去尽碱味；酸菜梗改成小薄片。锅内入清汤、酸菜，煮出味，再放鱿鱼略煮，入味，起锅装大汤碗内即成。

【卷筒鱿鱼】 贵州菜。涨发过的鱿鱼去头、尾，切长方块，每块剞横直不断的花刀。炒锅内放猪油烧热，下鱿鱼爆炒成卷筒状，再加玉兰片、香菇烹炒，倒入用醋、糖、酱油调成的味汁及姜片、葱段推转，起锅装盘即成。

【汆目鱼】 天津菜。净目鱼切条，略焯，下入炝有葱、姜、蒜、大料并加有高汤的勺内汆制，再加牛奶、味精，去葱、姜、大料，盛碗，撒芫荽叶即成。配醋、姜米、芝麻油佐食。

【燀炖目鱼】 河北菜。目鱼取用中段，去皮，剖成4块，用精盐、料酒、味精腌入味，挂匀一层薄粉糊，以热油炸成金黄色捞出。勺内留底油，用葱、姜、蒜炝锅，添料酒、醋、酱油、鸡汤、白糖，沸后，放入炸好的鱼段，慢火煨透，再加味精、口蘑片、笋片和菠菜头稍煨，淋芝麻油即成。

【爆炒墨鱼花】 山西菜。墨鱼肉剞十字花刀，再切成块，入沸水中汆后，再入油锅略炸捞出。另用葱、姜炝锅，放入墨鱼块，加高汤、精盐、料酒、味精烧炒，勾芡，淋明油即成。

【烧麦爆乌鱼花】 山东菜。山东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。乌鱼肉改成麦穗花刀块，用开水烫一下；虾茸、肥肉茸放碗内，加葱姜汁、精盐、料酒、蛋清搅成馅；蛋皮切圆片，逐个包上馅，捏成烧麦形，摆盘内，蒸熟取出，抹上蛋白，点缀红辣椒末、火腿末，复蒸后取出，摆盘周围。勺内加清汤、盐、料酒烧开，勾芡，加芝麻油，浇于烧麦上。另用葱、蒜炝锅，烹料酒，倒入乌鱼花、青豆翻炒，烹清汤、盐、湿淀粉对成的滋汁，炒爆成芡，加芝麻油，起勺盛盘中即成。

【爆墨鱼花】 浙江菜。浙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。墨鱼白治净，剞麦禾花刀，入沸水中汆至半熟，再入油锅过油，至八成熟时捞出。锅内留油少许，下蒜末炒香，放入墨鱼，烹入用盐、料酒、味精、醋、胡椒粉、葱姜汁、清汤、湿淀粉对成的滋汁，合转起锅装入圆盘。盘边摆上芫荽和切成麦穗形的胡萝卜即成。

【墨鱼柳叶大燀】 浙江菜。鲜墨鱼净肉，用反刀剞荔枝花，再切马眼块，入沸水中汆去腥味，然后与猪夹心肉加调味品焖燀即成。

【墨鱼卷】 江西菜。水发墨鱼治净，去头皮，切成方块，剞斜十字花刀，放入沸水中烫成卷形捞起，再放入

热油锅过油捞出。冬笋、香菇、青椒片入炒锅煸炒，加调味品和肉汤，勾稀芡，倒入墨鱼卷颠翻即成。

【墨鲍菠菜】 江西菜。干墨鱼浸涨，斜刀片成薄片，涨发成墨鲍，再与猪肉、冬笋、香菇片加调味品烧制好，浇在炒好的菠菜上即成。

【清汤墨鲍】 江西菜。干墨鱼用清水浸涨，斜刀片成薄片，放入加碱的水锅内煮至汤透明时，再换水煮数次，然后用清水淋洗成墨鲍，最后配鲜汤、熟猪瘦肉片，加调料烧制即成。

【锅贴乌鱼】 台湾菜。乌鱼肉切小块，加盐、胡椒粉略腌，火腿块放上层；中层放乌鱼；下层放面包，各层间涂淀粉，锅内热油，将3层夹炸至呈黄色时即成。

【酸辣墨鱼花】 湖南菜。湖南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。墨鱼治净，在有骨的一面，每隔5厘米处剞横直反斜刀，深度为厚度的2/3，再切对角斜四方块，用湿淀粉、精盐抓腌，入锅走油，墨鱼遇热后，即曲卷成墨鱼花。炒锅内放适量熟猪油，烧至六成热，将配好的酸泡菜、玉兰片、瘦肉、红椒、大蒜等料下锅拌炒，下墨鱼花，加鸡清汤焖制片刻，放调味品，挂芡出锅，淋芝麻油即成。

【翻花乌鱼】 云南菜。乌鱼治净，去骨、皮，从鱼腹内的一面剞斜十字花刀，切菱形块，上蛋豆粉浆，入油锅爆至鱼肉卷缩成花形时，用漏勺捞出。炒锅内留少许油，入蒜片微炸后，放葱段、姜片、胡萝卜片、水发玉兰片、水发冬菇煸炒至熟，入乌鱼，加盐，勾芡，起锅装盘即成。

【烩乌鱼蛋】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。乌鱼蛋用温水洗净，削去脂皮，入凉水锅里，在大火上烧开后端下锅，浸泡6小时。然后把乌鱼蛋一片一片地揭开，放进凉水锅里，旺火烧至八成开时换凉水再烧，如此反复5～6次，以去掉咸腥味。汤勺内放鸡汤、乌鱼蛋、酱油、料酒、姜汁、精盐、味精，烧开后撇去浮沫，加胡椒粉，再加湿淀粉，搅拌均匀，放醋，淋鸡油，起勺倒大碗里，撒上芫荽末即成。

【炒八带鱼】 山东菜。鲜八带鱼治净，切块，沸水焯一下。勺内猪油烧热，放葱、姜、鱼块煸炒，再加清汤、精盐、料酒、韭青段炒一下，稍煨，淋芝麻油即成。

【扒海蜇头】 天津菜。海蜇头洗净沙子，入勺内，加碱面、食油，用开水冲沏，淹过蜇头，盖上盖，闷制至蜇头绵软取出，再用开水焯两遍，去除盐碱味。另将葱、姜下热猪油勺中，烹料酒、酱油、高汤、味精，下海蜇头，加白糖熘至收汁，勾芡，淋鸡、鸭油出勺即成。

【猫耳蜇皮】 天津菜。以发好、洗净的木耳垫盘，上摆烫好、过凉并已用白糖、味精、姜丝略渍的猫耳形海蜇卷，撒上海米，围以烫过的芥兰菜、火腿片，浇酱油、醋，淋芝麻油即成。

【花篮蜇头】 天津菜。发制好的厚海蜇头改圆形，中间挖凹坑，填入用鸡脯肉、猪拖泥肉、料酒、姜汁、淀粉、味精、牛奶、鸡蛋清等调成的馅，插上以青笋制成的提手，撒火腿末，上屉蒸熟取出，插上豌豆苗，放入以三合汤、姜汁、盐、味精制成的汤中即成。因形似“花篮”，故名。

【温拌蜇头】 山东菜。海蜇头片成片，经沸水烫一下；鸡蛋皮切丝；芫荽切段。把各料盛盘内，海米撒上面，先浇用开水焖过的芥末糊，再用烧热的芝麻油烹入醋和酱油，浇在菜上，拌匀即成。

【芙蓉海底松】 江苏菜。海蜇撕去外膜，洗净，入沸水中焯后，用清水漂洗，再入热水中浸泡至海蜇涨发取出，撕成小块，挤去水，放入汤碗中，用沸鸡汤浸烫。鸡蛋清加鸡汤、精盐调匀，蒸熟，用匙舀成芙蓉花瓣形，放汤碗海蜇上，再用火腿片、紫菜点缀即成。（海底松，即海蜇。）

【鸡火蜇皮】 江苏菜。海蜇皮经沸水闷酥，用清水反复漂浸，涨发绵软后，配熟狼山鸡片和熟火腿片，加鸡汤烩制即成。

【三丝拌海蜇皮】 浙江菜。海蜇皮洗净，切成细丝。用蒜末、糖、酱油、醋对成汁子，与切好的黄瓜丝和海蜇丝拌匀装盘，上盖鸡丝、青椒丝、火腿丝，淋芝麻油即成。

【鸡泥桃花鱼】 湖北菜。用彝陵特产的桃花鱼和鸡脯茸、鳃鱼茸在鸡汤中汆制即成。桃花鱼，是特异的腔肠动物，形似桃瓣，呈半透明状，有玉白、乳黄、粉红三色，产于香溪一带。因其随桃花的开谢而生死，故名。

【韭青炒海肠子】 山东菜。鲜海肠子剪去两头，洗净，切段，沸水汆一下。炒勺放猪油烧热，下海肠子、韭青段、精盐等，颠翻炒透即成。

【汽锅元鱼】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。甲鱼治净，切块，与煸炒过的冬笋片、火腿丝、香菇等料和鸡汤一起倒入汽锅内，加调料蒸烂取出，倒入容器内；再将甲鱼逐块码在汽锅内，倒入用鸡茸糊与蒸甲鱼的原汁熬制的清汤，调好口味，整锅蒸透即成。

【清炖出骨甲鱼】 上海菜。甲鱼治净后出壳，斩成6块，按未斩前的甲鱼样拼装瓷圆盅内，并把熟火腿片、水发冬菇片、生猪油丁、料酒、精盐、鸡汤、葱结、姜片放入圆盅内，盖好盖，入笼蒸至酥烂，揭盖，拣去葱、姜，加少许味精即成。

【红烧冰糖甲鱼】 上海菜。甲鱼剖肚去内脏，去头，放入滚热的水里烫后，取出治净，带壳斩成8块，再焯一下，剔除黄油，清洗干净。炒锅内先把葱、姜爆香，将甲鱼块整齐地排列在锅内，烹料酒，加清水烧透，再加酱油、冰糖、味精等焖烧至酥，稠汁，浇芝麻油、猪油，颠锅翻个，按原形装入长盘内即成。

【红烧鳖裙】 上海菜。干制鳖裙涨发后，清除裙边上的黑膜，漂洗后切长方块，用沸水焯去腥味。炒锅置大火上，放熟猪油，把葱结爆香后捞出，加料酒、清汤，放

入鳖裙块，再加酱油、白糖，烧开，用小火煨透，加味精，用淀粉勾芡，淋明油即成。

【火烧赤壁】 上海菜。水发鳖裙治净后，切成长方块。炒锅用旺火温油把葱结爆香后捞出，加入料酒、清汤和鳖裙块，再加酱油、白糖，烧开，小火煨至酥烂，用大火稠汁勾芡，置盘中间；熟火腿切片，修成火炬形，镶上蛋皮，围边即成。

【白汁裙边】 山西菜。发好的裙边入沸水中汆透；鸡翅膀、肉片、肋骨加葱、姜入炒锅煸炒一下，放入奶糖、精盐、料酒，煮开。再把肋骨放在砂锅底部，裙边放在上面；用木炭火煨炖至裙边酥烂，扣大盘内；将奶糖、精盐、料酒、味精、姜汁入锅中煮开，勾流水芡，加葱油，浇在裙边上即成。

【珍珠元鱼】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。元鱼宰杀，去内脏、壳，以沸水烫透，用刀刮去黑皮，洗净，复用沸水烫透，沥干水分。用蒜片、葱段、姜块炝锅，下冬笋片、香菇煸炒，放入酱油、料酒、鸡汤、白糖、胡椒粉，汤沸下元鱼，移小火上烧约30分钟后加味精，待元鱼酥烂，取出装盘，剩余汤汁加少许鸡油烧开，淋在元鱼上。净鱼肉加猪板油斩成茸，加鸡蛋清、盐、料酒、葱姜汁、味精、淀粉，搅匀，制成12个鱼丸，入沸水中汆熟；炒锅下适量鸡油烧热，加入鸡汤、料酒、盐、鱼丸，入味后勾淀粉汁芡，淋明油并均匀地摆在元鱼周围即成。

【砂锅人参元鱼】 吉林菜。净元鱼剁成方块，放开水中稍烫后，洗净血沫，放砂锅内，加鸡汤、精盐、味精、料酒、花椒油、葱段和姜片，然后把净人参条放元鱼上，用牛皮纸和面糊封住砂锅口，放小火上炖熟即成。

【清炖人参甲鱼】 黑龙江菜。甲鱼治净，剁块，放开水中略烫，捞入冷水中刮去黑皮。砂锅内放鸡汤、甲鱼、鲜人参、料酒、精盐、味精、葱、姜等，上火炖透后捞出葱、姜，放芫荽，淋芝麻油即成。

【遍地锦装鳖】 陕西菜。陕西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。依据唐《烧尾宴食单》所记仿制。甲鱼整治，剔壳，截去尾尖、爪尖，剁成3厘米左右的块，经煸炒、煨熟后，按原形摆好，放上鸭蛋黄，盖上甲鱼壳，用羊网油将盘子盖严，上笼蒸约15分钟取出，食时揭去网油，去掉甲鱼壳即成。

【白雪团鱼】 陕西菜。团鱼治净，剁成块，装入蒸碗，加精盐、料酒、葱段、姜片，上笼蒸熟；鸡脯肉去净筋膜，用刀背砸成细茸，加鸡蛋清、湿淀粉、精盐等调料搅匀成鸡糁子，瓤入蒸好的团鱼腹腔内，装蒸碗仍拼成团鱼形，再蒸约10分钟，然后将打成泡沫状的鸡蛋清倒在团鱼上面，经笼蒸、浇汤即成。因形如团鱼卧在雪中，故名。

【龙眼团鱼】 陕西菜。团鱼裙边煮至半熟，片成薄片，每片卷入一枚去核的红枣，接茬处用湿淀粉粘牢，呈“龙眼”状，装入蒸碗；再将泡过的薏米仁、百合加白糖、熟猪油拌匀，铺在“龙眼”上面，上笼蒸熟，扣入汤盘中；炒锅内放入清水，加白糖，烧至溶化，用湿淀粉勾芡，浇入汤盘内即成。

【白汁鼋菜】 江苏菜。甲鱼活杀，去脚爪甲、嘴尖和尾窍、肠脏，留睾丸及鱼蛋，焯水后，揭壳，刮膜，改刀切块，用清水漂去血水；甲鱼蛋加调料蒸熟。将甲鱼肉、甲鱼蛋放入砂锅，加入葱姜油、料酒，烧沸，再加猪肉汤焖30分钟，加精盐、蒜瓣，烧至汤剩六成时，配山药块、熟笋、木耳等调料焖至卤汁稠浓，勾稀芡，淋芝麻油起锅即成。（鼋菜，即甲鱼。）

【虫枣甲鱼】 江苏菜。甲鱼宰杀，治净，切成4块，与冬虫夏草、红枣同入品锅，加调料和鸡清汤，上笼蒸约3小时即成。

【霸王别姬】 江苏菜。甲鱼去壳，瓤入鸡脯茸，将壳复盖其上；鸡翅分别穿入宰杀口，从鸡嘴中向两侧抽出翅尖。将甲鱼、鸡头相背，置砂锅中，加鸡清汤、盐、酒、姜、葱等，上笼蒸至酥烂，去姜、葱，再加火腿片、冬菇等续蒸一会即成。因“鳖”、“鸡”与“别姬”谐音，故名。

【冰糖甲鱼】 浙江菜。甲鱼治净，切成块，先用沸水汆一下，再放入盛有清水的炒锅内，加酒、姜块、葱结，烧沸后，移小火上焖至酥烂，取出姜、葱结。另用大蒜头爆锅，将甲鱼连同原汁一起下锅，放入酒、冰糖、笋块、酱油、醋烧沸，至卤汁收浓，勾芡包住甲鱼，淋熟猪油，放上葱段，烧至起泡时出锅，装盘后再撒上冰糖末即成。

【火膧拆骨甲鱼】 浙江菜。肥嫩甲鱼治净，放入加有调味品的沸水中煮至八成熟，捞出拆骨，取净甲鱼肉、原汁，配鸡脯肉、笋片和香菇片，上笼用大火蒸制即成。

【明珠甲鱼】 安徽菜。甲鱼初加工后，先入开水锅汆一下，再入油锅略炸，然后加调味品大火急烧，入味后盛盘中；鸽蛋另用锅加盐和香料烹制成，围在甲鱼四周即成。因鸽蛋洁白光亮如珠，故名。

【火腿炖甲鱼】 安徽菜。甲鱼剁成块，配火腿、鸡汤及调料用砂锅以小火炖烂即成。

【发菜甲鱼】 安徽菜。甲鱼掀掉壳，去内脏，剁成块，焯水后码入汤碗，加火腿片、鸡汤、调料，入笼蒸烂；发菜搓成一个个小圆球，放入甲鱼碗中，复入笼略蒸，取出后撒上味精、白胡椒粉，淋熟猪油即成。

【雏鸡甲鱼】 安徽菜。嫩鸡、甲鱼均剁成块，用葱、姜、大料炝锅，放入鸡块、鳖块煸炒，加酱油、鸡汤，用中火把鸡肉烧烂，转大火将汤汁浓缩即成。

【金丝脚鱼】 江西菜。江西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。脚鱼去头，入沸水中略烫捞出，沿背壳剖开洗净，试干腹腔水分，扑上生粉，瓤入以猪里脊肉茸、虾米末、香菰末加调料拌成的馅，装汤盏子中，加清水、盐、料酒、味精、胡椒粉、火腿和笋片，上笼蒸至酥烂取出。将脚鱼蛋用针扎一小孔，挤入汤内，再下汆后的菜心即成。

【烧脚鱼】 江西菜。脚鱼治净，剁成方块，入油锅煸炒后，放入蒜瓣、生姜、干椒等调料，加入鲜汤，移小火上烧焖即成。

【黄焖甲鱼】 湖北菜。湖北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。活甲鱼治净，剁成方块，焯水沥干，下油锅炸2分钟后，再入炒锅，加五花猪肉、料酒，合炒片刻，再加葱段、姜汁、清水，焖制，勾芡淋油，撒胡椒粉，起锅装盘即成。

【冬瓜鳖裙羹】 湖北菜。湖北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。雌鳖治净，斩成小块，下锅煸炒片刻，随下冬瓜球20个同炒，加鸡汤、精盐，烹烧盛起。取一扣碗，碗底码鳖裙，碗面码鳖肉、姜块和调料，倒入鸡汤，入笼猛蒸，至裙肉粘糯端出，翻扣在汤盆内，盆沿用冬瓜球摆成一圈即成。

【玉鳖献宝】 湖北菜。肥雄鳖揭背壳，去内脏，炖熟后，在腹内填入干贝、香菇、冬笋、莲米、火腿、鸡脯、蹄筋和薏仁米等8种馅料，加盖背壳，入笼蒸制即成。入席时盆中酌加鸡汤，同时鳖嘴衔红樱桃一枚。

【红煨水鱼裙边】 也称“武陵水鱼裙边。”湖南菜。水鱼裙边置炒锅中，加五花肉、香菇等料，先煸炒，再加冷水及其它调料，煨熟，淋芝麻油，撒胡椒粉即成。配姜末、漆醋佐食。

【武陵水鱼裙边】 即“红煨水鱼裙边”。

【瓦罉焗水鱼】 广东菜。水鱼治净，切块，入沸水中汆后，用花生油、姜片、葱条、姜汁酒、二汤煨制，沥干，涂浅色酱油，拌以干淀粉，入油锅炸制后，再配蒜茸、姜米、陈皮、豆酱、料酒、精盐、白糖、蚝油、烤猪肉、香菇等略焖，最后转入砂锅，加盖焖至软烂，加深色酱油、胡椒粉、味精、芝麻油、花生油即成。

【红焖水鱼】 广东菜。水鱼宰杀治净，切块，用干淀粉和酱油拌匀，过油至五成熟，与姜片、五花肉片、香菇同炒，烹料酒，加二汤、精盐、红辣椒、深色酱油，烧沸，转入砂锅内，加炸蒜子焖至软烂，去掉姜片、红辣椒，再转回炒锅里，加胡椒粉、味精，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油、熟猪油即成。

【蒜子扣水鱼】 广西菜。水鱼治净，配姜、葱、料酒，入汤锅汆至六七成熟，捞起拆骨，拉油，调味，加上汤焖熟；大蒜去衣，入油中炸至茶色，再依次把蒜、鱼裙、鱼肉、香菇盛入扣碗，入笼蒸熟取出，覆扣于碟上，原汁勾芡，浇碟上即成。

【黄焖角鱼】 贵州菜。角鱼治净，改成块，配甜酒、酱油、胡椒粉、姜、盐、味精和高汤等焖煮即成。因贵州俗称鳖为“角鱼”，故名。

【红焖龟肉】 江苏菜。乌龟肉治净，入沸水中焯一下；猪肋肉切方块，也焯水。砂锅用竹箅垫底，箅上置刷净的龟甲壳，甲上放龟肉、猪肉，加入葱结、姜块，下料酒、精盐、酱油、白糖及清水，烧沸，移小火上焖至肉酱红酥烂即成。

【红烧金龟】 湖北菜。选用金甲龟、绿毛龟、夹蛇龟等名贵乌龟治净，加冬虫夏草或其它珍贵中药材，经红烧即成。

【球鼎金龟】 湖北菜。黄金龟和黄母鸡宰杀治净，入沸水略烫，切作方块，盛入炖钵，上盖虫草、党参、枸杞，再放味料、鸡汤，入笼蒸1.5小时端出，分盛在10只球状的带翻盖的银质小鼎中即成。

【八卦汤】 湖北菜。活龟击毙，砍掉嘴、爪，去掉板、胆，剥皮去尾，斩成5块，用芝麻油将龟肉、内脏爆炒，下葱、姜、精盐，盛入砂罐，置大火上炖2小时，再下龟蛋稍煨即成。

【潇湘五元龟】 湖南菜。活龟两侧用锤打破，用尖刀去底板、上壳，置冷水中洗净，去粗皮、头爪、内脏，改刀后，配桂圆、荔枝、莲肉、黑枣、枸杞、冰糖合蒸即成。

【毛峰熏鲥鱼】 安徽菜。鲥鱼用葱、姜、盐擦腌后，选用饭锅巴和黄山毛峰茶烟熏即成。

【刀鱼水晶球】 江苏菜。制法有二：一是刀鱼肉用刀背轻捶，刮下鱼肉，剁成茸，加鸡蛋清、调味品拌成鱼糊，挤成小球，球中瓤入以猪板油斩茸做成的小丸子，入油锅汆熟即成。一是刀鱼肉剁成茸，加调料搅成糊，挤成圆球，瓤入生猪板油丁，入沸水锅慢煮即成。

【刀鱼豆腐羹】 江苏菜。刀鱼治净，入锅加调料红烧后，去骨，将鱼肉投入鱼汤中，烧沸，配以煮透起孔的豆腐块，加调料同煮；勾厚芡，撒蒜末、白胡椒粉即成。

【肚吞刀鱼】 江苏菜。油发黄鱼肚入沸水锅汆后，从鱼肚的边沿平刀批进4/5，连着不断；刀鱼肉剁茸，加调料制成鱼茸糊，嵌进鱼肚中，放在抹油的盘中，上笼蒸熟取出，再配鸡片、火腿片、绿菜心，入锅内加鱼骨汤、调料，烧沸后勾芡，撒上芫荽叶、白胡椒粉即成。

【双皮刀鱼】 江苏菜。刀鱼去鳞、鳃、鳍，在肛门处横划一刀，用竹筷插入鱼腹，绞出内脏，切去尾尖，批去脊骨，刮下两面肉后，去净鱼皮上的刺(保持皮形完整)。将刮下的刀鱼肉和白鱼肉放在一起剁成茸，加鸡蛋清、精盐、味精、料酒等搅匀，平铺在刀鱼皮的肉面上，再将另一面鱼皮合上成鱼原状，在合口处沾上火腿末、芫荽末，放盘中，将火腿片、笋片、冬菇片铺在鱼身上，再放上葱结、姜片，加料酒、精盐，上笼蒸熟取出，拣去葱、姜，滗去汤汁，再浇上以鸡清汤加调料等烹成的滋汁即成。

【潘鱼】 北京菜。整尾活鲤鱼(或桂鱼)治净，鱼身两侧剞斜刀，摆盘内，抹匀酱油、料酒、味精等，腌入味后，再加冬菇、虾干、鸡汤等，经蒸制即成。相传为清代翰林潘炳年所创，故名。

【粉皮辣鱼】 北京菜。活鲤鱼治净，取净肉切小段。锅内加底油烧热，用葱、姜、红辣椒段炝锅，添鸡汤、料酒、酱油、精盐、味精，沸后，下鱼段和粉皮煮透即成。

【松塔鲤鱼】 北京菜。活鲤鱼治净，去皮、骨、刺，取净肉切厚片，一面剞上交叉花刀，用薄糊浆后，以热油

炸至鱼肉花纹翻开，呈松塔状捞出，装盘；另用勺置火上，加鸡汤、松子仁、酱油、料酒、白糖、醋等，调成汁子，用湿淀粉勾芡，淋明油，浇于“松塔”上即成。

【醋椒鲤鱼】 天津菜。天津参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲤鱼剞花刀，下热油中略炸，放入炝有白胡椒粉、葱、姜和加有高汤、料酒的勺内，用大火将汤煮成乳白色，然后，改上小火，加盐、味精略煮，将鱼捞入盘内，撒葱丝、芫荽段，加醋、芝麻油，浇热鱼汤即成。

【烩滑鱼】 天津菜。鲤鱼治净，将带皮鱼肉顶刀切成条，放入用鸡蛋、湿淀粉、盐、面粉搅成的糊中腌好，再下油锅中炸成金黄色捞出；另用葱末、姜末炝勺，加料酒、酱油、高汤，下木耳、韭菜头、黄瓜片，再加味精、酱豆腐、醋，勾芡，淋芝麻油，下鱼条稍烩，出勺盛盘即成。

【鱼瓜】 天津菜。鲤鱼治净，剔刺，切成小丁，入凉水中漂去血色、腥味，捞出，挂蛋清糊，入油锅中滑熟捞出；另以蒜片、姜丝炝勺，下白菜心丁、葱丁略煸，烹入料酒，加盐、高汤、味精，至沸，下鱼丁，勾琉璃芡，淋鸡、鸭油，撒酱瓜米即成。

【挣蹦鲤鱼】 天津菜，活鲤鱼治净，不去鳞、鳍，只挖去鳃，剖腹去内脏，使鱼头和鱼腹向两侧敞开，入油中炸至腹黄刺老、头骨发酥时捞出，装盘中；另起油勺，用葱丝、姜丝、蒜片炝勺，烹入料酒、醋、酱油，下白糖、高汤，勾芡，淋花椒油，迅速将汁浇在炸好的鱼身上即成。因鱼鳞翻起，好似还欲挣扎蹦跳，故名。

【干烧口袋鱼】 天津菜。活鲤鱼去鳞、内脏、骨，灌入以猪肉末、青虾仁、水发鱼骨等搅成的馅，挂蛋糊，先炸后蒸，然后放入有腌雪菜、大油丁的黄鱼汁内煨至入味，淋花椒油即成。

【酱汁瓦块鱼】 河北菜。河北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲤鱼中节斜剞数刀，入油锅炸至金黄色捞出。炒锅下底油，入大料炸出香味，放葱、姜、蒜、甜面酱炒透，再加酱油、醋、白糖、味精、食盐、清汤，下鱼块，移小火上，待煨至汤汁浓稠时，加芝麻油翻勾，出锅装盘即成。

【糖醋鲤鱼】 山西菜。山西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲤鱼刮鳞，挖鳃，剖腹去内脏，洗净，两面剞“金蝉脱壳”花刀，加酱油、料酒、食盐，渍一会，用净布搌干水分，将鱼身抹以蛋清、粉面、酱油调成的糊，入油锅炸至金黄色捞出，盛盘内。炒勺加油，下葱末、姜末、蒜末、醋、白糖、番茄酱、盐、酱油、料酒、高汤，至沸，勾流水芡烹制成糖醋汁，浇鱼上，用黄瓜（切花）点缀鱼盘边沿即成。

【湛香鱼片】 山西菜。鲤鱼切头去尾，将肉片成合页片，用盐水、料酒、酱油喂一下；猪肉制馅，加全蛋、盐、姜末，搅匀，夹入鱼片内；鱼片挂蛋清糊，入油锅炸熟；鱼头、鱼尾蒸熟；熟山药茸加精面制剂，包豆沙馅，擀成饼并沾上面包渣；用鸡肉、猪肥肉、鸡蛋清、精粉制成茸，抹在饼上，用红蛋皮、芫荽叶点缀成花草形，上笼蒸后，入油锅炸至金黄色，捞出，将炸熟的鱼片摆盘中，安头尾成整鱼形，山药饼摆在鱼周围。油锅置火上，下葱末、姜末炝锅，加白糖、醋、清水、酱油，沸后用淀粉勾流水芡，放入蒜茸，烹入热油，浇在鱼片上即成。

【糖醋菊花鱼】 山西菜。鲤鱼剁去头、尾，片成菊花刀口，再改成块，撒上盐、料酒，稍腌，再沾匀面粉，入油中炸至刀口张开捞出，装盘中；鱼头、尾也炸熟，放在菊花鱼的两端成整鱼形；另用葱、姜末炝锅，烹入醋，加酱油、白糖、高汤，沸后，用湿淀粉勾芡成糖醋汁，浇在鱼身上即成。

【熘鱼枣】 山西菜。鲤鱼治净，去头、尾、内脏，切成枣形，加姜、盐、味精、料酒、白糖，拌匀腌制；面粉用温水调成稀糊，加发酵粉调和，发酵后，倒入腌过的鱼条中。炒勺内放猪油烧热，将鱼条逐条放入，炸成淡黄色即成。

【鲜奶烤鱼】 山西菜。红鲤鱼两面剞几道半月形花刀，用姜、花椒水、料酒、盐腌后，挂糊，入油锅炸成金黄色捞出。炒勺内放油烧热，加葱、姜、蒜、料酒、酱油、味精、高汤，放入炸好的鱼，移小火上焖一会捞出，盛盘中。勺内留底油，放入面粉略炒，倒入鲜奶炒成糊，浇在鱼身上，再放入烤炉内略烤即成。

【抓炒鱼条】 山西菜。鲤鱼切成小条，加鸡蛋、味精、盐、料酒、面粉，调好，入油中炸成金黄色捞出，倒入盛有辣椒、葱、姜、蒜、糖、味精、醋等调好的糖醋汁子的锅内，翻勻盛盘中即成。

【五丝全鱼】 山西菜。鲤鱼切片，用食盐、味精腌制；鱿鱼、肉、蛋、玉兰片、冬菇均切丝，放葱、姜、盐、味精、料酒调好，把以上5种丝放鱼片上，逐个卷成卷，连鱼头、鱼尾摆在盘内蒸熟；炒勺内放鸡汤、味精、盐，沸后，用粉面勾芡，浇鱼上即成。

【荷包鱼】 山西菜。鲤鱼治净，两侧剞半月牙花刀，抹勻湿淀粉；猪肉剁碎，用鸡蛋清、料酒、酱油、粉面拌勻，装入鱼肚内，入油锅炸熟捞出；另将葱、姜、香菇、玉兰片、猪肉丁入锅煸炒，放入鱼，加高汤、调料，移小火上煨透，取出装盘中，原汤勾芡，浇在鱼上即成。

【雪花鲤鱼】 山西菜。鲤鱼治净，鱼身两面剞月牙形刀，放入盘中，加葱段、姜片、大料、盐、料酒，上笼蒸熟取出，拣去调料渣；鸡脯肉剁成茸，加鸡蛋清、粉面、精盐、味精，调成稀浆，入锅炒熟，撒在鱼身上。另用鸡鸭汤、味精、料酒、盐、玉兰片、香菇、蒜苗、黄瓜片等制成芡汁，浇在鱼身上即成。

【油淋鱼卷】 山西菜。鲤鱼去头、尾，剔去骨、皮，片成两片，再改成象眼块；火腿、春笋切成丁，用味精、盐、料酒稍腌，挂蛋清面粉糊，入油中炸成金黄色捞出。炒勺内留油，下葱、姜、蒜、高汤、白糖、醋，沸后勾芡，放入芫荽叶，淋芝麻油，浇在鱼片上即成。

【松鼠鲤鱼】 内蒙古菜。内蒙古参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲜鲤鱼治净，留头，剔去主骨，使两扇

鱼肉连着鱼尾，鱼扇里部剞花刀，自内向外翻卷，调味后，沾干面粉和薄糊，与鱼头一起入油锅炸后捞出装盘；另用冬笋、蘑菇、松子等配料，调以糖醋汁，浇在鱼上即成。

【蹲蹦鱼】 内蒙古菜。黄河鲜鲤鱼治净，不去鳞，两侧剞刀，用料酒、精盐等腌入味，入油锅炸透捞出，摆盘中。炒勺留底油烧热，用葱、姜、蒜炝锅，下入白糖、醋、精盐等调成糖醋汁，盛入碗内，与鱼一同上桌，用筷子刮去鱼鳞，浇上糖醋汁即成。

【麒麟鱼藏珠】 内蒙古菜。黄河鲜鲤鱼治净，从背部剔除骨刺，一侧剞一字形刀，另一侧剞梯子形刀；羊肉制茸，调好味，汆成小丸子，放入鲤鱼腹内，将鲤鱼摆盘中；黄瓜片、冬笋片、口蘑等调味后，间隔地插入鲤鱼剞刀口处，上屉蒸熟取出，另用鸡汤、料酒、精盐、味精、湿淀粉制成汁，浇在鱼上即成。

【珍珠鲤鱼】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲜鲤鱼去鳞、鳃、内脏，洗净，鱼身两侧剞兰草刀，用精盐腌渍入味，入油锅炸至鱼体稍硬捞出，将干辣椒、葱末、姜末入另一油锅中煸炒，烹入料酒、白糖、醋、盐、味精、鸡汤，下鱼，烧开后慢火煨熘至汁浓味厚时，起锅装盘，余汁加少许明油略炒，浇于鱼上。鸽蛋蒸熟去壳；冬笋切成圆片；鱼肉制成鱼茸馅，将鱼茸馅抹在冬笋圆片上，沾上鸽蛋，边沿再沾一圈青豆，上笼蒸熟，摆在鱼周围。炒锅加鸡汤、盐、味精，勾芡，淋明油，浇在鸽蛋上即成。

【套环鲤鱼】 吉林菜。鲤鱼从鳃部将头切下，劈成脑部相连的两半；鱼身从脊背处片成两片（连尾），再从里面剞花刀，用调料腌拌后，沾面粉、鸡蛋液和面包渣，然后翻卷成套环形状，与经调味和挂鸡蛋糊的鱼头一起入油锅炸成金黄色捞出，摆成鱼的原形。勺内留底油，用葱、姜、蒜炝锅，再放入冬菇、兰片和豌豆煸炒，添鸡汤和调料，烧开，勾芡，浇鱼身上即成。

【生拌松江鲤鱼】 吉林菜。松花江鲜鲤鱼切片，配黄瓜片、水萝卜片、青椒片、海蜇片等料，并用葱、姜、蒜、精盐、味精、醋精、辣椒油、熟芝麻等调料生拌即成。

【鲤鱼跃龙门】 黑龙江菜。鲤鱼2条，去鳞、内脏，洗净，一条改鱼鳞刀，用调料喂制后，扭成螺蛳状，蘸干淀粉，下油勺炸后，放盘摆好；另一条去骨、刺，切片，包馅卷起，改段后，拖全蛋糊，滚面包渣，下勺炸至金黄色，围在鲤鱼四周。面包切长条，雕刻后用油炸制，在盘内摆成龙门形，最后浇番茄汁即成。

【糖醋鱼块】 黑龙江菜。鲤鱼切块，放料酒、盐，稍腌，用淀粉挂糊，下热油中炸两遍，炸至银红色熟透时，捞出沥净余油。葱、姜丝炝锅，放入玉兰片、胡萝卜等料，用汤、白糖、米醋、精盐熬成汁，放入炸好的鱼片颠翻，汁挂匀后出勺淋芝麻油即成。

【奶汤锅子鱼】 陕西菜。陕西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。黄河鲤鱼切成瓦块形，稍加煸炒，放入用鸡、鸭、猪骨和猪肘等制作的“奶汤”内，配火腿片、玉兰片、香菇片，炖约2分钟，盛入专用火锅，点燃锅下的酒精，烧沸汤汁即成。

【比翼连理】 陕西菜。鲤鱼去头、尾，片成两瓣，去骨、刺、皮，鱼肉切成细丝，用鸡蛋清、湿淀粉、盐上浆，将鱼头、尾、中脊骨入油锅炸熟，捞出装盘，摆成原样，再将鱼丝滑后分2份。用葱、姜丝炝锅，下冬笋丝翻炒，加盐、味精、料酒、汤，接着倒入一半鱼丝，勾芡，淋明油，出锅装在盘中鱼脊骨的一边（呈白色）。另起油锅，下葱丝、姜丝、番茄酱和青豆略炒，加白糖、盐、味精，再倒入另一半鱼丝，淋明油，出锅装在盘中另一边（呈红色）即成。因取意于“在天愿作比翼鸟，在地愿为连理枝”的诗意，故名。

【贵妃鲤鱼】 陕西菜。黄河鲤鱼治净，剁下头、尾，从中段批开，削去骨刺，改石榴花刀，加调料码味。鱼尾片开，连同鱼头一起码味，将两片鱼肉、鱼头、尾均拍干淀粉，分别入油锅炸至金黄色，捞出，在盘内摆成整鱼状，在鱼的两边镶上荔枝。锅中添鸡油，下番茄酱稍煸，加清汤、盐、白糖、红葡萄酒，勾芡，用热花生油将汁烘起，浇在鱼及荔枝上，再在鱼肉中间放上临潼所产的石榴籽即成。

【咋口鱼】 陕西菜。活鲤鱼治净，在鱼身两面剞牡丹花刀纹，涂抹湿淀粉，立即用手抓住鱼头，下入油锅炸至鱼身上色，取出放盘内，将对好的糖醋汁倒入炒锅，汁起后下蒜末，并立即浇在盘内的鱼身上即成。因上桌时，鱼嘴还在张合，故名。

【烧鱼梅】 陕西菜。鲤鱼剁去头尾，从脊背处劈开，剔去骨刺，剞成荔枝花刀纹，挂上用鸡蛋、淀粉调成的软糊，沾上馒头屑，入油锅炸至金黄色时捞出，放盘中。炒锅烧热，下葱、红辣椒略爆，随即下入竹笋尖片、香菇片、番茄酱和肉汤，再加精盐、料酒、酱油，烧沸后，浇入鱼盘即成。因此鱼形似玉米棒，汉中口音“玉米”与“鱼梅”谐音，故名。

【白玉金鱼汤】 陕西菜。鲤鱼肉砸成茸，加蛋清、精盐、淀粉、团鱼清汤、味精等料，拌成鱼瓤子，用手挤成丸子入清水锅中汆熟；鸡脯肉剁成茸，加蛋清、精盐、葱花等料，搅拌成馅；鸡蛋1/2加食用色素（红），分别煎成红、黄二色蛋皮，包入鸡肉馅，用筷子夹成鱼形，即成红、白两色“金鱼”，上笼略蒸，将鱼丸子放汤碗内，“金鱼”摆在上面，浇上团鱼清汤即成。

【寒梅鱼丸】 陕西菜。鲜鲤鱼肉砸成茸，加调料搅成鱼瓤子，挤成如杨梅大的丸子；鸡蛋清对入鸡汤，加盐、料酒、味精搅匀，倒入鱼盘内，蒸成芙蓉底，上摆用海参修成的梅花枝杆，周围再摆上鱼丸，然后在鱼丸上插上白色西瓜籽，中间插入干贝丝，上笼蒸熟取出，浇上烧热的芡汁即成。因取意于“曲江千树发寒梅”的诗句，故名。

【凤凰胎】 陕西菜。活鲤鱼的鱼白洗净，入水略汆捞

出，用斜刀法片成木渣片；水香菇片成大片；菜心用开水烫一下。用葱、姜炝锅，捞出葱、姜，加鸡汤和鱼白、菜心、香菇、鸡腹蛋（未生下的蛋），调好味，转小火扒熟，勾芡，淋鸡油，托入盘中即成。

【罗锅鱼片】 甘肃菜。甘肃参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。黄鱼治净，剖开去脊骨，两扇鱼连皮切24片直刀段；大虾去须脚、沙肠，入油锅炸至八成熟捞起，锅内留油少许，下番茄酱炒几下；下清汤、大虾、葱、姜、糖、料酒、盐、味精，煨10分钟，汁将干时淋明油起锅，摆于盘周围。另起油锅至五成热，将鱼片皮朝上过油，约1分钟后滗去油，加清汤、葱、香糟、白糖、味精、精盐，煨1分钟，勾芡，淋明油，出锅装盘中，肉朝上，淋鸡油即成。

【提篮鱼】 甘肃菜。甘肃参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。草鱼一尾取肉切5厘米大小的薄片，码味后，每片中卷入火腿、香菇、冬笋丝，用海带丝扎紧，堆在鱼盘中间成篮身；鱼脊骨烫熟弯成弓形，两头插入鱼片卷中作篮把；鱼头、尾余后摆在花篮两头；鱼卷上缀银耳成花状，蒸20分钟取出，制番茄酱汁淋上即成。

【糖醋鲤鱼块】 甘肃菜。治净鲤鱼一分两半剁成块，放盐、酱油、姜、料酒，腌渍入味，挂淀粉糊炸黄后盛盘；另锅加油，放蒜、葱、姜丝炝锅，加白糖炒化，加调料，烹醋，勾浓芡，撒木耳丝，淋明油，浇鱼块上即成。

【蛋白鲤鱼条】 甘肃菜。光净鲤鱼从背部开刀剔下鱼肉，去皮切条，加料酒、盐、姜末、葱段，腌渍入味，抖去佐料，滚干面粉，蘸蛋泡糊逐条下入温油锅中炸透，待呈乳黄色时，出锅沥油盛盘，随椒盐粉上桌即成。

【红烧黄河鲤鱼】 甘肃菜。光净鲤鱼剞十字花刀，放酱油、盐、料酒，腌渍片刻，下油锅两面煎黄；另锅放底油，加猪肥膘肉片、葱段、姜、蒜片、酱油、精盐、料酒、白糖、味精、肉汤、鱼，小火烧制，收浓汤汁，淋明油，出锅盛盘即成。

【酸辣鲤鱼】 甘肃菜。光净鲤鱼，剞花刀，放酱油、料酒，腌渍片刻，入油锅炸黄；另锅放入干辣角、葱、蒜、姜末，微炒烹醋，加肉汤、盐、料酒、酱油、白糖，投入鲤鱼，小火烧制，淋芡汁、明油即成。

【两味葡萄鱼】 新疆菜。新疆参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲤鱼剖开洗净，去头尾及骨刺，分成2大片，各在肉部剞十字花刀，不伤皮，用葡萄酒、葱节、姜片、精盐、白醋腌渍；面包渣加鸡蛋液搅匀，抹在鱼肉上，再撒上一层干淀粉，入油锅炸至微黄，鱼皮收缩，鱼肉呈葡萄粒状，捞出置鱼盘中，用白糖、葡萄汁、菠菜汁、白醋、葱、姜、蒜末等烹成绿色酸甜汁，浇在一片鱼上；另以泡辣椒末、葱、姜、蒜末、精盐、味精、白醋等调成红色酸辣汁，烧熟，浇在另一片鱼上，再取鲜菜叶4片，烫熟，刻成葡萄叶状，摆置在鱼盘一端即成。因形似葡萄，又味别两种，故名。

【糖醋黄河鲤鱼】 山东菜。山东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。黄河鲜鲤鱼治净，在鱼身剞百叶花刀，提起鱼尾，使刀口翻张开，撒入精盐，稍腌，再在鱼身涂一层湿淀粉糊，手提鱼尾下七成热油内，炸至刀口张开、鱼腹张大、鱼尾翘起并呈金黄色时，捞出摆盘内。炒勺内加油烧热，放葱、姜、蒜末炸香，再加酱油、清汤、白糖、醋，加湿淀粉烧沸成糖醋汁，迅速浇在鱼身上即成。

【醋椒鱼】 山东菜。活鲤鱼治净，鱼身两面划一字花刀，深至鱼骨。炒勺烧热，加猪油，放葱末炸出香味，加清汤、奶汤、精盐，烧沸，再将经沸水烫过的鱼放入，沸后，改用小火炖约20钟，依次加入葱丝、姜汁、芫荽段、醋、胡椒粉，带汤盛入鱼盘中即成。

【大烧鱼】 山东菜。活鲤鱼治净，划一字刀纹，入八成热油中炸黄捞出；另起锅烧热油，加白糖炒黄，再放甜面酱，随即放入葱末、姜末、酱油、料酒、清汤，再放入鱼烧炖，待汤汁煨去一半时，将鱼翻身，继续煨炖至汁收浓时即成。

【糖醋软熘黄河鲤鱼和焙面】 河南菜。河南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。黄河鲤鱼一尾，治净后，剁去鱼鳍的1/4，鱼身两面解成瓦垄形，入油锅炸至鱼熟透捞出。锅内留油少许，下葱末、蒜末、白糖、料酒对成的佐料和炸好的鱼，烧沸后勾芡，用大火熘制，边熘边用勺推动鱼身，并不断撩汁浇鱼上，待熘透（汁成丝线一样不断），起锅盛条盘，另配焙面一盘，均略加点饰即成。

【干炸鱼带网】 河南菜。黄河鲤鱼治净，裁去各部位鱼鳍的1/3，两面剞成月牙形花纹，用调料腌渍后捞干，挂蛋清糊，入油锅炸至八成熟时，将锅内油滗出一些，至露出鱼身，将蛋清糊均匀地淋在鱼身上，成圆形网状，然后再添油，使鱼和网一齐浮动，炸成金黄色时，捞出装盘，淋上辣酱油即成。

【酸辣鱼块】 山东菜。黄河鲤鱼治净，切象眼块，放凉水中浸泡。汤勺内加水烧沸，下小粉皮烫透，捞出盛盘中；再放鱼块煮熟捞出，也盛同一盘中；另起勺，放清汤、酱油、醋、精盐、料酒等，烧沸，用湿淀粉勾芡，加入胡椒粉、芫荽末，浇在鱼上即成。

【三鲜脱骨鱼】 江苏菜。活鲤鱼治净，脱骨；虾仁、猪肉剁茸，加香菇丁、火腿丁，调味拌和成馅，填入鱼腹，外涂酱油，入油锅煎至两面呈黄色时，加酱油、白糖、葱姜油等调料，烧沸，移小火上再烧20分钟左右，淋熟猪油，再用大火收稠汤汁即成。

【番茄煨鱼】 河南菜。鲤鱼治净，两面剞瓦垄花纹，用调料浸渍后，捞干，挂蛋清糊，入油锅炸熟捞出。锅内加底油烧热，下玉兰片、木耳、葱、姜煸炒，放入鱼、盐水、番茄酱、调料和汤煨制，至鱼肉入味，勾流水芡，下热油烘汁即成。

【狮子龙鱼】 湖北菜。鲜鲤治净，斩下鱼头，拍平；鱼身去骨刺，横切成片状剞花，一齐用调料略腌渍，拌粉，

汆炸，至花纹翻卷成狮毛状时，捞起装盘，摆作整鱼形，随用葱、姜、火腿、香菇、冬笋、清汤和调料烧成芡汁，淋在盘中即成。

【干烧洪鲤】 湖北菜。洪湖金鲤治净，鱼身剞出花刀，用精盐、料酒浸渍片刻，入油锅煎至两面呈金黄色时捞起；锅内留余油，下姜米、葱花、干辣椒末煸炒，再下料酒、白糖、精盐、豆酱和清水，将鱼入锅，加盖用小火焖透，又移大火上收干汤汁，淋醋、油，起锅装盘即成。

【瓦罉焗文乜鲤】 广东菜。文乜所产鲤鱼宰杀治净，精盐抹匀鱼腹，用竹箅盛着，放入有上汤的砂锅中，加入用酱油拌匀的猪瘦肉丝、香菇丝、姜丝，淋沸油，加盖，用大火烧沸，改中火焖至熟，装盘中，淋原汁、芝麻油，撒胡椒粉即成。

【干烧岩鲤】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。岩鲤治净，在鱼身两面各剞数刀，遍抹料酒、精盐，入油锅稍炸，至皱皮即捞出。锅换冷油，煸泡辣椒、豆瓣(剁细)、姜米、蒜颗，煸出香味后掺入鲜汤烧至味香，捞去渣，将鱼和火腿肥膘颗、盐、料酒、糖入锅烧至汤沸，移小火上慢烧，至汁稠鱼入味时，下葱颗和匀起锅，装入条盘即成。

【网油松子鲤鱼】 云南菜。活鲤治净，鱼身两面剞刀，放盘中，用盐、酱油、料酒、五香粉揉擦匀，腹内填入炒过的松子仁、熟鸡丝、云腿丝、大头菜丝、水发冬菇丝、茭瓜丝、葱丝、姜丝，加味精、胡椒粉、盐，压实，用猪网油包好，置烤盘中，上炉烤至网油色黄出炉，剖作两半，鱼身再剞数刀，摆盘中，边上镶以炸过的芫荽即成。

【火腿鱼】 北京菜。青鱼肉、猪肥膘肉、火腿均切成大小相等的长方形片；猪肥膘肉加料酒、葱末、姜末、胡椒粉、味精、湿淀粉、鸡蛋清，拌匀，再逐片摊开，与鱼片、火腿片合三而一，挂匀稀蛋清糊，先煎后炸，至金黄色熟透即成。

【青鱼秃肺】 上海菜。大青鱼肝2叶，撕去肝旁2条黑线，洗净，沥干，切成小块。热油锅下葱段爆香，再下鱼肝稍煎，即烹入料酒略焖，再加其它调料烧熟鱼肝，勾芡，淋少许芝麻油，装盘，撒青蒜丝即成。

【汤卷】 上海菜。青鱼治净，头、尾斩长方块，鱼肠切段。头、尾先入热油锅煎黄，再下鱼肠、调料略烧上色，加清水、猪油，将鱼烧熟，然后加粉皮，烧至汤汁黄浓时，加入糟卤、青蒜、猪油，出锅时，粉皮垫碗底，鱼头、尾和肠在上面即成。

【下巴划水】 上海菜。青鱼齐胸鳍切下，从鱼头对劈作两爿，每爿分成3块，取用鱼下巴2块为料，置盘内两头；将鱼尾梢斩平，改成长条，取2条置盘中间，上放笋片。锅爆香葱段，入下巴、划水、笋片略煎，加料酒焖一下，再入白汤、姜、酱油、糖，烧沸后移小火上煨制，至下巴呈青灰色时移大火上，加味精、浓汤，勾芡，淋猪油、芝麻油，撒青蒜丝即成。

【烧白桃】 上海菜。取青鱼眼睛和眼膛部分的肉治净，放入经炝锅后的油中稍煎，烹入料酒，下酱油、白糖、高汤等，待汤汁收稠，勾芡，浇少许醋即成。因青鱼眼和眼膛肉连在一起，烹制后形似白桃，故名。

【出骨糟卤划水】 上海菜。取青鱼尾，在尾梢的叉口，斩去梢尖，再剖开，用糟渍许久，加调料蒸熟，乘热剔除鱼尾刺骨和脊尾骨，再放入火腿、冬笋片蒸制即成。

【汆糟青鱼】 上海菜。青鱼中段，切成长方块，撒盐腌片刻，另用香糟、料酒和盐搅成浆状，放入鱼块糟渍入味。炒锅内放清汤、料酒、葱结、姜片、精盐、笋片、大白菜心和已糟的青鱼块，大火烧开，撇去浮沫，再汆片刻，淋熟猪油即成。

【火夹糟青鱼】 上海菜。青鱼中段，一侧用刀斜剞几刀，先用盐腌，再用糟腌渍，入味后，取出，洗净，放长盘内，在剞刀缝隙处各嵌入火腿一片，放上葱结、姜片，入笼蒸熟，取出，拣去葱、姜，撒上少许葱丝、姜丝，淋熟猪油即成。

【青衣仙子】 陕西菜。陕西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。选渭河所产青鱼肉，砸成茸，加葱姜水、料酒、味精、精盐、熟猪油，制成鱼瓤子，将其挤成丸子，逐个放在经开水烫过的青菜心根部，用发菜作头发；水发香菇切小象眼块做眼睛；海米做鼻子；熟火腿切椭圆形做嘴，然后经笼蒸，放入鸡清汤中漂起即成。因形似传说中的“青衣仙子”，故名。

【金桔鱼扇】 陕西菜。大青鱼尾治净，顺长切成片，将中间带骨的一片再横斩几刀，使骨、肉连而不断，将鱼片入油锅煎至两面发黄，捞出。炒锅留底油，下番茄酱、糖、葱、姜片、盐、清水，烧开，放入鱼片烧熟，再加味精、湿淀粉勾芡，出锅在盘中摆成扇形，将炸过的绿菜丝放在鱼扇两边，再将桔瓣摆在鱼扇的上方，并点缀红樱桃即成。

【金童玉脍】 陕西菜。青鱼肉片成大片，用盐、料酒稍腌，再用蛋清糊上浆，入油锅滑后捞出。鲜橙子剥成瓣；冬笋切片，用葱、姜炝锅，放冬笋片、橙瓣翻炒，下盐、料酒、白糖、鸡汤，用湿淀粉勾芡，倒入滑好的鱼片搅匀，淋芝麻油，出锅装盘。盘边围橙瓣、樱桃点缀即成。

【边炉】 江苏菜。青鱼肉、猪腰、大白菜叶、菠菜叶等什锦荤素料均批切成片，分装盘内，另配佐料，同盛有鸡汤的小锅和小风炉一起上桌，边烧沸，边涮食。也可用火锅，如同吃涮羊肉式进食。

【老烧鱼】 也称“红烧青鱼”。江苏菜。青鱼中段治净，下葱油锅内，略转动，加料酒、酱油、白糖、汤，烧沸，加盖，移小火上烧至鱼熟汁稠，再移大火上，下葱末，至汁稠紧，勾芡，翻锅，使鱼皮朝上，淋芝麻油，盛入盘中即成。

【红烧青鱼】 即“老烧鱼”。

【青鱼甩水】 江苏菜。甩水(即鱼尾)竖斩成块,入少油锅,加调料焖烧,勾芡,盛盘中即成。

【五香爆青鱼】 江苏菜。青鱼治净,取中段批成瓦块状.用姜、葱、料酒、酱油、大料、桂皮、砂仁等腌渍2小时,下油锅先温油汆,之后热油炸2次,再用腌渍卤加料酒、酱油、糖、葱、姜等调料,烧成卤汁,将鱼块倒入,浸透,撒五香粉即成。

【菊花青鱼】 江苏菜。青鱼治净,剖开,批下鱼肉,切成段块,剞上菱形花刀,蘸干淀粉,抖去余粉,成菊花鱼生坯,入油锅炸成黄色,捞出装盘上,浇上以番茄酱等制成的卤汁即成。

【青鱼煽】 江苏菜。青鱼中段,去骨、皮,批成片,用清水漂净,蘸调味蛋粉糊,平铺在撒有干淀粉的猪网油上,撒上雪菜梗末,再撒干淀粉,再用网油盖上,用手拍平,将四边修齐,入少油锅煎至两面呈黄色时,淋芝麻油,取出后,切成块状,在盘中堆成宝塔形即成。配番茄酱佐食。

【青鱼白饼】 浙江菜。净青鱼肉剁成茸,与鸡脯肉末、盐、酒、糖拌匀,做成椭圆形白饼,上缀大虾米一只,上笼蒸熟即成。

【炒秃肺】 浙江菜。鲜青鱼的秃肺两叶治净,切成块,入炒锅烹炒,加笋片、酱油、糖和适量清水烧炒,用湿淀粉勾芡,撒胡椒粉起锅即成。

【葡萄鱼】 安徽菜。安徽参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。青鱼治净,肉皮朝下放砧板上,按一定距离用坡刀剞花刀,再横刀剞直花刀,用葱、姜、盐、酱油略腌,拣去葱、姜,先敷一层蛋浆,再撒上面包粉,下油锅炸至呈淡黄色、鱼肉张开成葡萄状时,捞起放盘内。青菜叶烫后,切成葡萄叶、藤的形状,镶在鱼肉旁,使成整枝"葡萄"状。锅内放葡萄汁、白糖、醋、酱油、盐,烧开,用湿淀粉勾薄芡,淋少许芝麻油,浇在"葡萄鱼"上即成。

【浔阳鱼片】 江西菜。青鱼肉切成片,入油锅煎至两面微黄,再加调味品烹炒即成。

【拔丝鱼条】 湖北菜。净青鱼肉切作长条,用盐略渍,以蛋粉糊上浆,入五成热油锅中汆炸至金黄时捞出;原锅留底油,加白糖熬出丝时,迅即端锅离火,倒入鱼条颠翻数次,淋芝麻油起锅即成。

【龙穿衣】 湖北菜。带皮的青鱼肉剞出十字花纹,改切成24块长方片,略用盐、酒浸渍,然后逐一包裹鸡茸、肉茸,膘丁、菇丁和虾米拌成的混合馅料,制成鱼筒,挂全蛋糊下锅汆炸后盛起;炒锅置大火上,下猪骨汤、鱼筒、虾蛋、笋片、黑木耳和调料烹烧,勾芡,淋油,起锅即成。

【竹筒烤鱼】 贵州菜。贵州参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。青鱼治净,鱼腹内瓤入炒熟的鸡脯肉、冬笋、香菇、火腿、葱末、姜丝,鱼身包上网油和荷叶,装入新鲜楠竹筒内密封,放进烤箱或炭火上烤熟,出筒,揭去网油、荷叶,将鱼装盘中,用原汁汤调好味,淋鱼身上即成。

【葱辣鱼脯】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。草鱼治净,去头、尾;中段去大骨,改刀成方条,经油煎后,放入炒锅,加鸡汤、料酒、胡椒粉、糖色、精盐、醋等烧约15分钟,码在盘中成鱼形,原汁调好口味,用淀粉勾芡,浇在鱼上即成。

【糟熘鱼片】 北京菜。草鱼(或桂鱼)治净,去皮、骨、刺,取肉切成片,先用料酒、精盐腌入味,再用鸡蛋清、淀粉上浆,以温油滑散至熟。勺内留底油,用葱末、姜末、蒜末炝锅,放入滑熟的鱼片,烹入用鸡汤、酱油、香糟酒、料酒、白糖、醋、味精、湿淀粉对成的滋汁,经熘制即成。

【糟熘牡丹鱼】 山东菜。带皮鲩鱼肉,坡刀片成蝴蝶片;鸡脯肉砸肉茸,用鸡蛋清、湿淀粉、猪肉茸、口蘑、冬菇、玉兰片、火腿末搅成鸡茸子,抹入鱼片夹口中,呈牡丹状。把牡丹鱼放入三成热猪油中炸约3分钟捞出;另起锅炸葱末、姜末,倒入以香糟、清汤、精盐、湿淀粉对成的汁,沸后,放进牡丹鱼,加葱、料酒等即成。

【干烂鱼片】 山东菜。净鲩鱼肉切长段,再横片薄片,用酱油、葱、椒、料酒、精盐、湿淀粉拌匀;另用酱油、料酒等对汁。炒勺内加猪油,旺火烧六成热,放入鱼片,炸至漂起,滗出油,烹入对好的滋汁,翻匀装盘即成。

【虎头鱼】 山东菜。鲩鱼肉切段,挂以酱油、淀粉、面粉调成的糊,放热油中炸黄捞出,置碗中。用炒勺加白糖炒红,加酱油、料酒、清汤、葱、姜烧沸,浇在鱼碗内,再入笼蒸熟。将鱼扣汤盘中,蒸鱼原汁加味精,勾芡,浇鱼上即成。

【西湖醋鱼】 浙江菜。浙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲩鱼饿养治净,剖为两片,在鱼身上斜批五刀,入沸水旺火汆熟,加酱油、料酒、姜末后,捞出。原汤汁加糖、湿淀粉、醋,勾浓芡汁,遍浇装盆的鱼身上即成。此菜采用民间渔妇烹法,滴油不用,故也称"叔嫂传珍"。

【叔嫂传珍】 见"西湖醋鱼"。

【菊花草鱼】 浙江菜。草鱼治净,剖成两片,在肉上切成十字方块,再直刀剞花,用香料调味品稍腌渍后,入油锅炸至淡黄色,捞出装盘中,浇上用姜末、蒜茸、芝麻油等制成的调味汁即成。

【斩鱼丸】 浙江菜。鲜鲩鱼净肉,剁成细茸,加水和调味品搅打均匀,挤成鱼丸,入冷水锅中逐渐加热至熟。荷叶碗内放入少许盐、味精,将鱼丸连汤盛入碗中,上盖火腿片、冬菇、葱段,淋上熟鸡油即成。

【粉蒸鱼】 江西菜。鲜草鱼肉片成片,用调料腌片刻;粉干入沸水中汆熟,加调料拌匀,然后用小笼垫上青菜叶,撒上米粉子、粉干,上笼蒸至上汽时,放进鱼片,用大火蒸熟取出。将辣椒酱等调成卤汁,浇在鱼片上,撒上葱花即成。

【小炒鱼】 江西菜。鲜草鱼肉切成小条块，配干椒、葱末、姜末，加调料炒制即成。

【空心鱼丸汤】 江西菜。鲜草鱼肉剁成细茸；猪板油、瘦火腿剁成细末，搓成小圆球，包入鱼茸内，入汤锅汆熟，再配香菇、菜心等调料烧烩即成。

【蝴蝶鱼饺】 江西菜。带皮鲜草鱼肉片成二连片，用精盐、料酒拌渍后，沾匀干淀粉，用擀面杖敲打成圆形片，放入肉馅，对折成饺形，再用擀杖敲成蝴蝶形，放入沸水中汆熟，置清水中漂冷，再配葱、姜、绿叶菜烧烩即成。

【五柳鲩鱼】 广东菜。鲜活鲩鱼治净，下入加有精盐的沸水里浸熟取出，沥干，装盘，淋烧沸花生油；蒜茸、辣椒、糖、醋、五柳料下锅，烧至微沸，用湿淀粉勾芡，浇盘上即成。

【酥炸西湖鱼】 广东菜。鲩鱼宰杀治净，去头、尾，破开，取带脊骨的一边，于皮上刻井字花纹，抹精盐、干淀粉，入油锅炸至酥脆、色泽金黄时，皮朝上装盘中。用爆香的蒜米、葱米、辣椒米加糖、醋、五柳料、湿淀粉、芝麻油、花生油烹成芡汁，淋上即成。

【酥小鲫鱼】 北京菜。小鲫鱼治净，两侧剞斜刀，码入垫有竹箅或猪骨的砂锅内，加葱、姜、蒜、精盐、白糖、醋等调料，慢火煨至鲫鱼骨酥肉烂即成。

【酥鲫鱼】 天津菜。小鲫鱼治净，控干。白菜二帮去叶，切长条，平铺铛底，撒葱段、蒜瓣、姜丝，将鱼平码上（铛中心须留空隙），然后，再铺白菜，撒葱、蒜、姜，码第二层鱼，撒葱、蒜、姜，并将花椒、大料袋放入空隙，撒盐、白糖，倒入醋、酱油、料酒，将铛置中火，沸后，加糖色，盖铛盖，炖约 20 分钟后，顺铛边倒入芝麻油，加盖，以小火先煨后焖即成。

【汆牡丹鲫鱼】 天津菜。鲫鱼治净，顺中刺剖成两扇，从里面划上刀口，用料酒、盐、味精、酱油、姜汁腌好，将荸荠片、玉兰片、冬菇片用沸水焯一下，捞入大汤盘内。勺内添高汤烧开，下入腌好的鱼片，至熟，捞出放大汤盘内，勺内的汤中再加味精、姜汁、盐、酱油，至沸，浇入汤盘中即成。

【蛤蜊鲫鱼汤】 上海菜。在鲫鱼背两侧剞十字花刀，入锅稍煎，勿使鱼皮起黄，即加葱、姜、料酒，略焖后，加清水、精盐煮制。煮时，先用大火，后用中火，至鱼熟，放入已吐尽泥沙的蛤蜊，待壳吻合处微微张开时即成。

【小白龙过江】 河北菜。鲫鱼治净，放沸水内略焯捞出，刮去黑皮，洗净，两侧剞十字花刀。勺内加油，用葱段、姜片炝锅，添奶汤、料酒、精盐，沸后，放入鲫鱼，慢火炖透，加味精，淋芝麻油，盛汤盏中即成。

【醋椒鲫鱼】 黑龙江菜。鲫鱼治净，用开水稍烫，捞入冷水盆中，刮去鳞囊，取砂锅放入鲜汤、葱、姜丝、鲫鱼等上火炖熟，加精盐、胡椒粉、味精调好口味，放米醋、芝麻油、香芽即成。

【奶汤鲫鱼】 山东菜。活鲫鱼治净，两面划刀，用沸水烫一下。炒勺放猪油，烧五成热，加葱、姜炸出香味，再加奶汤、鲫鱼、精盐、料酒，烧沸后，用小火煮煨 5 分钟，将鱼捞至汤碗内。勺内原汤放入海米、冬菇，烧沸后再加猪油、姜汁，浇入鱼汤碗中即成。

【瓤荷包鲫鱼】 山东菜。鲫鱼从脊背开膛，去内脏，治净。将猪肉丁、玉兰片用料酒、味精、葱椒茸、葱姜末拌匀，瓤入鱼腹内，用竹签将脊背刀口别住，放入油锅炸一下。另用炒勺加油，炸葱、姜片，放白糖、酱油、清汤、料酒，将鱼放入烧沸，煨煨至熟，鱼盛盘内，汤淋葱油，浇鱼上即成。

【龙戏珠】 江苏菜。鲫鱼治净，入油锅略煎，加水，烧至汤汁乳白，放入以虾仁、鸡蛋清制成的虾丸，加火腿片略烧即成。配姜末、香醋佐食。

【荷包鱼】 也称“鲫鱼怀胎”。江苏菜。有两种制法：一是龙池大鲫鱼治净，腹中填入肉馅，先入浅油锅煎制，再加调料烹制即成。因鱼似荷包，故名。一是鲫鱼治净，专取鱼肚皮肉，去骨，包入鸡脯圆或虾圆，用鲜汁烩制即成。

【鲫鱼怀胎】 即“荷包鱼”。

【萝卜丝汆鲫鱼】 江苏菜。葱、姜下油锅略煸，捞出葱、姜，放入治净的鲫鱼和洗净的淡菜，加水、料酒，烧沸，焖至汤呈乳白，续加熟猪油及焯熟的萝卜丝、精盐等调料，略煮后出锅装碗即成。

【包公鱼】 安徽菜。10 厘米长的小鲫鱼，经酱油、料酒、葱、姜腌渍，码入砂锅内，加入醋、芝麻油，用荷叶封口盖严，以小火红焖 5 小时左右即成。

【双鱼过江】 江西菜。活鲫鱼一对，去鳞、鳃，破腹去内脏，洗净，取下鱼头、尾，连同鱼身用料酒、精盐腌片刻，上笼蒸熟取出，拆下鱼身上的鱼肉，理去骨刺。鸡蛋清放汤碗内，上笼蒸熟后，放入鱼肉。碗的两边摆上鱼头、鱼尾成鱼形，倒入蛋清液，复上笼蒸熟即成。

【烧淇鲫】 河南菜。淇鲫治净，两面剞瓦垄花纹，搌干，挂全蛋糊，入油锅炸成柿黄色捞出。锅内留底油烧热，下葱、姜、玉兰片、香菇、汤、鱼，加调料调味，用大火烧沸，再移小火上收汁，勾流水芡即成。

【萝卜丝煮鲫鱼】 河南菜。鲫鱼治净，两面剞瓦垄花纹，入沸水中烫一下捞出。白萝卜洗净去皮，削去青皮，取中段切成细丝，先用冷水浸泡，再入沸水中焯一下，去其辣味。锅内加油烧热，加白汤，放入调料，盖上盖，煮至鱼汁乳白，加调料，沸起出锅即成。

【软酥河鲫鱼】 湖南菜。鲜河鲫鱼剖肚去脏，除鳞、鳃，放垫有竹箅子的钵中，将鱼、姜片、葱段分层放在箅子上，加冷水适量，再加酱油、漆醋、料酒等调料，小火煨制软烂。装盘时，姜、葱覆盖鱼的面上，原汤加芝麻油收汁，淋入盘中即成。

【化骨酥鲫鱼】 广西菜。小鲫鱼治净，用调料腌渍 30 分钟，入油锅炸至身硬，再配蒜、姜、糖、醋、盐、酱油、猪骨，猛火煮滚，勾芡，出锅盛碟即成。因鲫鱼香酥

透骨，可带骨食用，故名。

【泡菜鱼】 四川菜。鲜鲫鱼治净，在锅中用菜油将两面煎至表皮呈黄色时，下已剁成末的泡红辣椒、姜、蒜及醪糟，炒出香味，再依次下料酒、酱油、清汤等，同鱼一起用中火烧开，再放入切成细丝的泡菜，烧至鱼入味后，再放葱花、芝麻油，勾芡起锅，装条盘内即成。

【豆瓣鲫鱼】 四川菜。鲫鱼治净，在鱼身两面各划2刀，抹料酒、盐，入油锅稍炸，至皮黄捞出。锅内留油少许，入剁细的郫县豆瓣、姜米、蒜米煸出香味，再加鲜汤、酱油、盐、白糖等与鲫鱼同烧，至鱼熟汁将干时，勾芡推转，撒上葱花，起锅盛入条盘即成。

【萝卜丝鲫鱼】 四川菜。鲫鱼治净，抹盐、料酒，加姜、葱码味，入油锅炸至皮黄捞起；白萝卜去皮，切粗丝，加少许盐腌渍后，略挤水分，入油锅汆一下即捞起。另取锅添鲜汤，加咸鲜味料，下鱼和萝卜丝同烧，至萝卜丝烂时，将鱼放入盘内，锅内加火腿丝，勾清二流芡，起锅盛鱼上即成。配毛姜、醋佐食。

【凉粉鲫鱼】 四川菜。鲜大鲫鱼治净，抹盐，放料酒，放入垫有猪网油的蒸碗内，将猪网油抄拢，加花椒、葱、姜，上笼蒸熟。白凉粉打成块，入沸水中煮一下，打起盛碗内，加红油辣椒、豆豉茸、芝麻油、酱油、蒜茸、芽菜末、葱花、芹菜花、花椒油、味精等拌匀。装盘时，取出鱼盛大条盘内，凉粉盖于鱼身和周围即成。

【炮打铜锣】 天津菜。净黄鲇鱼（或鲤鱼、梭鱼）剁成茸，澥成粥状，过细铜罗，分次加入盐、温水、姜汁、鸡蛋清、熟猪油、味精搅上劲，加菠菜末、香菇末、蟹黄末搅匀，用小勺舀入温热水中，慢“蹲”成红果大小的丸子状，待浮起后，捞入海碗，蒙上一张鲜豆皮，摆上燕窝丝，撒腊肠末、菠菜梗末、芫荽，用手勺盖住主、副料，轻轻注入放有盐、味精、酱油的三合汤中即成。

【虎皮三鲜】 江苏菜。鳜鱼治净，取肉剁成茸，加盐、料酒、味精搅成糊，挤成鱼圆，入沸水中慢煮至熟，捞出沥干，入酱油盘内滚一下，再沾匀面粉，入油锅炸成黄色。再配鸡块、火腿片，加调料烧制，淋花椒油即成。

【双色桔瓣鱼汆】 湖北菜。湖北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。净鳜鱼肉剁成茸糊，入盆中，加葱汁、姜米、蛋清、猪油、精盐，边加水边朝一个方向旋搅，直至粘稠为止；取其一半略加色素成桔黄色。炒锅置小火上，放入清水，将鱼茸挤成桔瓣状的鱼圆，逐个用汤匙舀入锅内汆煮，然后移在大火上煮到八成熟，略加冷水，再煮1分钟捞出。原锅置旺火上，下鸡汤、香菇、精盐、猪油、胡椒粉稍烹，再下鱼圆汆煮，待汤沸鱼圆翻滚，撒葱花即成。

【荆沙鱼糕】 也称“杂烩头子”、“楚乡什锦”。湖北菜。湖北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。将鳜鱼肉制成茸糊，入笼蒸熟，摊凉，切成长方形的糕片，摆作圆台状曲线旋转体，复上笼略蒸，随即浇盖红烧好的海参、香菇、玉兰片、火腿即成。

【杂烩头子】 即“荆沙鱼糕”。

【楚乡什锦】 即“荆沙鱼糕”。

【三色鱼丸】 湖南菜。鳜鱼去皮、刺，剁成鱼茸，用姜葱汁、料酒、精盐调味，加冷水拌和，再加搅好的蛋清、湿淀粉、熟猪油搅匀，分成3份，取2份分别配以菠菜汁和番茄酱，构成红、绿、白三色，均刮成鱼丸，置冷水锅加热煮熟。用鸡清汤、水口蘑、熟火腿肉片烧汤，倒入鱼丸，汤开入碗，淋熟鸡油，撒胡椒粉即成。

【挂绿滑鱼鼓】 广西菜。鲮鱼肉剁茸，调好味，打成胶状，加入鸡蛋黄拌匀，挤成丸子，入油锅炸至松泡鼓涨时捞起，再入沸水中煮一下，晾凉，每个丸子中插入一根芥蓝菜，复入油锅滑油，放炒锅内，加调料，勾芡，盛入盘中即成。

【三湘鱼丸汤】 广西菜。鲜鲮鱼肉剁成茸，加入鸡蛋清打成鱼胶，挤成丸子，入沸水中汆熟，再与蚝豉、香菇、发菜汆成汤菜即成。

【夜香花汆鱼角】 广西菜。鲜鲮鱼制成鱼胶，与虾米、冬菇、马蹄、猪瘦肉等拌匀制馅，用鱼胶沾淀粉作皮，包入馅，捏花边成角形，下热水中浸煮熟，加上汤调味，撒用清汤汆熟的夜香花即成。

【干煎扁花鱼】 黑龙江菜。扁花鱼去掉鳞、鳃、内脏，两面剞深至鱼骨的斜刀口，用精盐、味精、料酒、葱、姜等腌喂，勺内加净豆油烧热，放入扁花鱼煎制，视两面煎成金黄色时，加少许鲜汤和调味品，盖上盖继续煎，汤汁收尽，淋入少许芝麻油，放芫荽即成。

【糖醋鳊花】 黑龙江菜。鳊花鱼治净，两面切深至鱼骨的瓦块刀，用料酒、精盐腌喂，挂淀粉糊下油锅炸透，视鱼炸至外焦呈金黄色时捞入鱼盘中，葱丝、姜丝、蒜片炝锅，倒入用糖、醋、酱油、淀粉、汤对好的滋汁，放入玉兰片、胡萝卜等，熬汁，浇在鱼身上即成。

【油焖武昌鱼】 湖北菜。鲜活团头鲂（即武昌鱼）治净，鱼身剞菱形花纹，涂抹酱油，下锅稍炸，捞起，随用猪瘦肉、猪膘肉、水发玉兰片、红辣椒切丝煸炒，再下鱼、料酒、葱、姜、白糖、酱油、清水，加盖焖烧3分钟，复移锅置中火上煨10分钟，再置大火上加猪油烧2分钟起锅即成。

【清蒸武昌鱼】 湖北菜。鲜活团头鲂治净，鱼身两面剞兰草花纹，在沸水中略烫，腌渍3分钟，盛入盘中；鱼身覆盖香菇片、火腿片、冬笋片、猪板油粒、青豆、葱结和姜片，加料酒，猛蒸15分钟端出。炒锅置大火上，下猪油，滗入蒸鱼的汤汁，下鸡汤烧沸，加味精、鸡油、白胡椒粉，起锅，浇在鱼身上即成。配酱油、香醋、姜丝、芝麻油佐食。

【海参武昌鱼】 湖北菜。湖北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲜活团头鲂治净，鱼身两面剞斜刀花纹，入油锅煎至金黄，加酱油、白糖、料酒、精盐、清汤，烧沸，略焖装盘；原锅下葱、姜，加火腿、笋片、香菇、鸡汤和肥厚而又有弹性的海参，烧沸，勾芡，淋油，浇盖在

鱼身上即成。

【花瓤武昌鱼】 湖北菜。团头鲂治净，卸下两片鱼肉，剞十字花纹，在沸水中略烫，连同鱼头入盘，用精盐、料酒腌渍3分钟，在盘中摆成鱼形；两片鱼肉之间置放瓤有虾茸、火腿末、芫荽、发菜的香菇和葱、姜、猪油、鸡汤，入笼蒸15分钟；滗出汤汁，放入锅内调味烧沸，勾芡，淋油，浇在鱼身上即成。

【蝴蝶武昌鱼】 湖北菜。用椴花嘴将鳜鱼肉茸在盘中挤成蝴蝶形，用香肠、火腿、发菜、芫荽、细葱、青豆点缀有关部位，入笼略蒸端出；鲜活团头鲂治净，剁头尾，剔骨刺，鱼肉斜刀片，加精盐、料酒稍腌，用淀粉抖拌，翻作蝴蝶形，经汆炸、焦熘后，盛入盘的四周即成。因形似蝴蝶，故名。

【清蒸松花江白鱼段】 吉林菜。松花江白鱼去鳞、鳃、内脏，洗净，两面剞花刀，用料酒、精盐等腌制后，放盘中，加葱段、姜片、火腿片、冬笋片、冬菇片、猪油等，上笼蒸制即成。配姜、醋汁佐食。

【清蒸网油鱼】 吉林菜。白鱼治净，两侧剞花刀，再用料酒、精盐、味精腌入味，然后用网油包上，撒上葱段、姜片、花椒水等，上笼蒸熟取出，置盘内即成。

【白燕戏水】 黑龙江菜。白鱼头、尾剁下留用；鱼肉剁成茸，加鸡汤、调料等搅匀。取小勺10个，鱼茸逐个抹入小勺内，形如小燕，上屉蒸熟，摆在盘中间。白鱼头、尾装碗，加各种调料，蒸熟。摆在盘子两端，最后用鸡汤炝锅，调好口味，浇入盘中即成。

【清蒸白鱼】 黑龙江菜。白鱼中段，用沸水稍烫，放入冷水盆中过凉，刮去鳞囊，用料酒、醋、精盐、味精、葱、姜腌喂，鱼身上放肥膘肉，装鱼盘，添汤上屉蒸熟，拣去葱、姜，淋芝麻油即成。

【熏手撕鱼】 江苏菜。白鱼剖成两片，用花椒盐腌渍，抹匀酱油，入热油锅炸后，加调料和肉汤烧透，捞出，置放铺有葱的铁丝络上；另在锅中放白糖、茶叶，将有鱼的铁丝络放入锅中用火熏烧略焖，取出去骨，撕下鱼肉，加姜末、芫荽即成。

【生熏白鱼】 江苏菜。白鱼治净，经花椒盐等多种调料制成的卤汁浸渍后，用酱油抹匀，晾干，再以锅巴、红糖、茶叶等为熏料，熏制即成。

【风白鱼】 江苏菜。冬日白鱼不经水，剖腹去内脏、鳃，以花椒盐、甜面酱腌渍后，用干荷叶包裹，在通风处放50天左右，成风干白鱼。食时，去荷叶，加料酒、姜、葱等调料，上笼蒸熟即成。

【槽煎白鱼】 江苏菜。取白鱼中段，用香槽、料酒、精盐腌渍。洗去香槽，入油锅煎至皮呈黄色时，加香菇片、笋片及调料，烧沸，至汤汁稠浓时，勾芡，浇上熟葱、芝麻油即成。

【百燕打伞】 安徽菜。白鱼肉剁茸，加鸡蛋清等调料搅匀成馅。用汤匙作模具，填入鱼馅，制成“燕”形，入笼蒸熟，脱出汤匙，围摆盘中。另将经烧烩的香菇，菇蒂向下逐一插在“燕”体上，浇上卤汁即成。配姜米、香醋佐食。因“燕”形鱼馅插菇如撑伞，故名。

【烧鱼乳】 安徽菜。白鱼肉剁成细茸，加鸡蛋清泡沫和调料搅匀成糊，做长条形，入热水中汆熟，配山药片、黄瓜片、熟蛋黄糕片、木耳等，放鸡清汤，用小火煨透，勾薄芡即成。因质地软滑细腻如豆腐，故名。

【砂锅大鱼头】 上海菜。鳙鱼头在齐胸鳍处切断，用酱油渍味，入油锅将鱼头两面煎黄，滗去余油，加葱、姜、酒、糖、清汤，烧透，再加冬菇、猪板油丁、粉皮滚一下，舀入砂锅，加盖，用小火焖滚即成。

【拆烩鲢鱼头】 江苏菜。大鲢鱼头，入沸水中煮后，拆除头骨，鱼头肉放入加有葱、姜、料酒的清水锅中，烧沸，捞出，去葱、姜，再将鱼头肉入炒锅，配蟹肉、火腿、香菇、肫肝、鸡脯等片和滑过油的菜心，加鸡汤、盐、葱、姜、料酒、味精等，烧沸，勾芡，淋熟猪油、白醋，撒胡椒粉即成。

【芙蓉鱼片】 浙江菜。鲜活白鲢鱼肉剁成茸，加姜汁、盐等放入钵中，顺同一方向搅至有粘性，然后分次连续舀入三成热的油锅内滑油，至鱼片洁白捞起，再与香菇、火腿片、豆苗段一起入炒锅内，加料酒、盐等调料烹制即成。

【砂锅鱼头豆腐】 浙江菜。鲜花鲢鱼头劈开成两半，入油锅煎制一会捞出，复置砂锅内，加嫩豆腐块及调料炖制即成。

【头肚醋鱼】 浙江菜。将切成薄片的竹笋和切成方块的花鲢鱼肉入炒锅内，加甜酱、糖、料酒煸炒，再加水略煮，然后用醋、湿淀粉勾芡，起锅装盘，撒上葱末、姜末、胡椒粉即成。

【清炖鳙鱼头】 江西菜。鲜鳙鱼头入沸水中略烫捞出，盛入砂钵内，加肉汤，下猪肉片、腐竹、香菇，置木炭火上炖制即成。

【郊外大鱼头】 广东菜。大鳙鱼头治净，涂抹盐水，沾干淀粉，入油锅炸至轻浮脆香时，随后与爆香的肉丝、姜丝、蒜肉、冬菇丝以及料酒、二汤、炸豆腐块同焖，再转入砂锅焖至变软，加白糖、蚝油、精盐，再焖至透香；装盘后，撒胡椒粉，用炒郊菜围边；烹原汁，加酱油、湿淀粉、芝麻油、花生油，勾稀芡，浇盘上即成。

【猪脑鱼云羹】 广东菜。鳙鱼头破开治净，用姜、葱、料酒喂后，去骨，切碎；猪脑去筋膜，治净，加姜片、酒、盐，蒸熟，切丁，然后将鱼肉与猪脑丁及叉烧粒、香菇粒、上汤一起烧沸，下湿淀粉、鸡蛋液推匀，再下熟油即成。配炸粉丝佐食。

【东坡墨鱼】 四川菜。墨鱼治净，砍去头、尾，头破为两半，中段从背开刀去骨，翻面剞大鱼鳃形片，码味，裹上干淀粉，下油锅炸成金黄色。头、尾也下锅炸，装盘拼成鱼形，炒糖醋汁加香油豆瓣，淋在鱼身上，再撒上泡辣椒丝、姜丝、葱丝即成。（墨鱼，即墨鲤鱼，非乌贼。）

【石爬鱼】 四川菜。石爬鱼治净，用纱布搌干。炒锅

下油，烧至六成热，下剁细的郫县豆瓣、姜米、蒜米煸出香味，再下料酒、酱油、白糖、鲜汤等，烧开，放入鱼，烧熟后，捞在条盘内。锅内加味精、葱花，勾芡收汁，烹入醋，起锅淋鱼上即成。

【砂锅雅鱼】 四川菜。雅鱼治净，配豆腐、海参、海米、鸡肉、猪肚、猪心、猪舌、火腿、香菌、玉兰片，装入荥经砂锅，用奶汤煮熟即成。原锅上桌。

【黄焖着甲】 上海菜。着甲（即鲟鱼）治净，切成长方块，用精盐略腌，再清洗，随即放入冷水锅中，用旺火焯至刚熟，取出用冷水洗去污粘膜。炒锅内加熟猪油，先把葱白、姜片煎炸起香，然后加入鱼块，烹入料酒去腥，再加猪肉、酱油、白糖等调料和清水，用大火烧开，撇去浮沫，加盖，改微火焖酥后，拣出猪肉，放进蒸熟的山药块和黑木耳，再焖至汤稠，勾芡，淋油推匀即成。

【油泡鸡片鲟鱼】 广东菜。鸡肉切成薄片，加蛋清、干淀粉拌匀，过油；鲟鱼肉片以精盐拌匀，也过油，再与炒香的姜片、葱榄同炒；下鸡片，烹料酒，浇入用汤、芝麻油、胡椒粉、湿淀粉调成的芡汁，淋熟油即成。

【红烧鲴鱼】 上海菜。鲴鱼治净，斩块，入炒锅（油先用葱结炸过）煎至鱼皮发硬变色时，加料酒、酱油、精盐、白糖，烧至鱼肉上色，加冷水烧沸，移至微火上煨制，待鱼熟汁稠时，倒入熟春笋块继续煨，至汁成胶状时，勾芡，加味精，晃动炒锅，使汁裹匀鱼块即成。

【白汁鲴鱼】 江苏菜。鲴鱼剖腹去内脏，去鳃，洗净，切块，入沸水中略烫。用葱、姜炝锅，投入鱼块，加精盐、白糖、料酒、味精等调料，再加清水，配菱形笋块，烧沸，续焖烧至汤汁浓稠时，出锅装盘即成。

【奶汁肥王鱼】 安徽菜。肥王鱼配猪瘦肉片，加鸡汤及调料以大火白煮至汤浓如奶时，撒上胡椒粉、芫荽即成。

【水晶鲴鱼】 湖北菜。鲴鱼治净，用沸水稍烫，刮净皮膜，鱼身剞花刀，抹匀调料，入笼蒸 40 分钟取出，斜置于长方形的玻璃镜平盘，两侧镶上生菜叶，平盘上放 6 个精致的味碟，分置精盐、味精、胡椒粉、酱油、香醋和甜面酱即成。因白色的鱼肉在镜面反衬下如同水晶，故名。

【琵琶鲴鱼】 湖北菜。净鲴鱼肉剁成长条，用红烧烹制方法焖透入味，然后在汤匙中用鳜鱼茸糊、火腿丝、冬笋丝、香菇丝、发菜制成 10 个“琵琶”，入笼蒸熟；盘中盛装鲴鱼块，四周整齐排放“琵琶”，淋入白汁即成。

【松鹤鲴鱼】 湖北菜。鲜活鲴鱼治净，剁成小方块，先煸炒，后加清汤蒸炖，再在蛋泡糊上用香菇、青蒜、发菜、蛋松镶出古松仙鹤图案，入笼略蒸取出，轻轻滑入鲴鱼汤面，边沿淋猪油、撒白胡椒粉即成。

【汤汆鲴鱼】 湖北菜。湖北参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。鲜鲴鱼治净，斩成 3 厘米见方的块，入热油锅中，加料酒煸炒，随下姜块、葱结、清水，加盖煮 5 分钟，再下排骨汤煮制，至鱼肉松软、汤汁乳白时，下精盐起锅，撒胡椒粉，淋熟鸡油装盘即成。

【蒜子焖鲇鱼】 广东菜。鲇鱼宰杀治净，取肉切块，用盐水涂匀，沾干淀粉；入油锅略炸至金黄色时，再与爆香蒜茸、姜丝、肉丝、香菇丝同炒，烹料酒，下二汤，炸蒜子、精盐、酱油、白糖，约焖 10 分钟，撒胡椒粉，用湿淀粉勾芡，再淋芝麻油、花生油，拌匀，装盘后，加葱丝即成。

【花网扪鲇鱼】 广西菜。鲇鱼肉切成脯形，用姜、葱、芝麻油、胡椒粉腌制；再将鱼肉与炸蒜末、姜片逐件用猪网油包裹，挂稀脆浆，入油锅炸熟即成。

【清蒸江团】 四川菜。江团（俗称肥头）治净，在鱼身两面剞柳叶刀纹，码味浸渍，出一水，放鱼盘中，加调料，盖上猪网油，入笼蒸熟取出，揭去猪网油，拣去料渣，另用一鱼盘，将鱼放入，灌上清汤即成。配毛姜醋佐食。

【百花肥头】 四川菜。四川参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。江团治净，入沸水中汆后，码上味，罩上猪网油，放条盘，边上摆葱白段、老姜，入笼用大火蒸熟后，取出葱白、姜，灌以特制清汤，配用鱼糁、冬菇、火腿等制成的圆形“百花”8～10 个，令浮于汤上即成。

【醋椒鱼】 北京菜。活桂鱼治净，两侧剞斜刀，先用开水烫卷，再放入鸡汤中，加葱丝、姜丝、精盐、料酒、味精、醋、胡椒粉，煨炖至入味，然后盛汤碗内，撒芫荽段，淋芝麻油即成。

【鱼藏剑】 北京菜。北京参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。桂鱼切下头、尾，经调味后，蘸上蛋清糊，入油中炸熟，分别码在鱼盘两端；鱼身去皮、刺，切成薄片，调味后，卷黄瓜条制成鱼卷，沾玉米粉、蘸蛋清糊，入油锅炸至呈金黄色时，码在头、尾中间，最后浇以调好的热糖醋汁即成。因喻鱼肉卷中的黄瓜条为剑，故名。

【抓炒鱼片】 北京菜。桂鱼去皮、骨，取净肉切片，用淀粉糊抓匀，入油锅炸成焦黄色捞出。勺内留底油，用葱末、姜末、蒜末炝锅，放入炸好的鱼片，烹入用酱油、醋、白糖、料酒、味精、湿淀粉对成的滋汁，淋芝麻油颠炒均匀即成。

【松仁鱼米】 上海菜。上海参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。桂鱼或青鱼取肉，切成与松仁大小相仿的鱼米，先用蛋清上浆吃味，经滑油后，烹葱姜汁，并配少许青红椒粒着色，勾薄芡，再下已炸过的松仁，迅速颠翻几下即成。

【燕翅金毛鱼】 河北菜。桂鱼治净，从鱼身两面的中部入刀，贴骨片至鳃部，成离骨的两片鱼肉，分别剪成丝状（连结头部），鱼身两侧后部剞月牙状刀口，挂蛋粉糊，入油锅炸至肉丝散开时捞出，摆入盘内。另用葱、姜、蒜炝锅，放入香菇丝、火腿丝略煸，添入醋、白糖、鸡汤、酱油，沸后，勾芡，淋明油，浇在鱼上即成。

【炸瓜枣鱼】 河北菜。净桂鱼肉片成长方片，每片卷

入一小块黄瓜，成枣形，挂一层薄粉糊，入油锅炸熟呈金黄色时捞出，盛盘内即成。配椒盐佐食。

【三鲜桂鱼锅】 辽宁菜。海参片、虾片、桂鱼片放入沸水中略烫捞出。勺内添鸡汤，下干贝和烫好的海参片、虾片、桂鱼片，用精盐、料酒、味精调好口味，沸后，连汤带料倒入特制的酒锅里，再略煮即成。

【宫门献鱼】 辽宁菜。桂鱼治净，切成头、中、尾三段。中段去皮、骨，切成片，用鸡蛋清、淀粉浆好，再用温油滑熟，然后用鸡汤、精盐、味精、淀粉对成白汁熘制，放在盘中间。头、尾过油，用鸡汤、葱、姜、料酒、白糖、酱油等煨透，按鱼形摆在鱼片的两端即成。

【人参桂鱼】 吉林菜。猪肥膘肉切花刀片；玉兰片、火腿片和油菜片码在两面剞斜刀口并经调味的桂鱼身上，添汤，加料酒、精盐、白糖、味精、葱段、姜块和人参片，上笼蒸熟取出，浇上原汁即成。

【烤奶汁鳜鱼】 黑龙江菜。鳜鱼治净，沸水烫去花皮两侧并剞斜刀口，用葱姜水、精盐、料酒喂上味，拖全蛋液，煎呈金黄色时，加鲜汤烹一下，装盘，放香树叶、元葱、奶油、胡椒粒、芝麻油、鲜汤，入炉烤熟，取出，去掉葱、胡椒粒，刷芝麻油即成。

【龙江桂鱼】 黑龙江菜。桂鱼头、尾剁下，涂酱油，入热油中炸至八成熟捞出，放入炝好锅的勺内，加鲜汤和调料，慢火煨熟，摆在盘中两端。鱼中段从背脊片成两扇，一扇剞十字花刀后切块，沾薄糊，入油锅炸熟，再用鸡汤和调料煨透，置盘中间，原汁勾芡浇上；另一扇切大片，海参、鱼肉、冬笋、口蘑改小丁，加调料拌匀，抹鱼片上，卷起，再切段，沾全蛋糊，滚面包渣，用油炸成浅黄色，摆在盘中两侧成鱼状即成。

【明珠桂鱼】 陕西菜。陕西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。桂鱼去骨刺，剖成两片，剞刀后加调料汁略腌，放鱼盘内；鲜鱼肉剁成茸，加调料搅成鱼茸，汆成鱼丸排放鱼两片之间，加葱、姜片等调料，上笼蒸后取出，最后用蒸鱼原汁勾芡浇鱼丸上，另用炒锅加油和番茄酱调和勾芡浇鱼身即成。

【鱼戏芙蓉】 陕西菜。桂鱼治净，剞十字花刀，入油锅炸后捞出。炒锅内下豆瓣煸酥，加鲜汤稍煮，捞去豆瓣渣，下鱼，置小火上；另锅下姜、葱、肥瘦肉丁煸炒，加入料酒、糖和醪糟汁，然后入鱼锅烧至汤汁浓稠时，加味精、醋、葱，待汤汁收到只见红油时，起锅盛盘中。将用熟鸡蛋刻成的荷花摆在鱼前面即成。

【糖熘桂鱼】 山东菜。鲜桂鱼治净，鱼身两侧划坡刀，撒精盐、酱油，稍腌，抹湿淀粉，放入六成热油中炸一下，至呈黄褐色时捞出。炒勺内加花生油，投葱末、蒜末炸香，用醋烹出香味，再放鱼，倒入用酱油、清汤、白糖、湿淀粉对的汁，浇沸煨熟，使之紧挂鱼身，把鱼摆盘中，浇上用油炒亮的余汁即成。

【松鼠桂鱼】 江苏菜。江苏参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。活桂鱼治净，齐胸鳍斜切下鱼头，在鱼头下巴处剖开，用刀将头拍平，再沿脊骨两侧平片至尾，取肉去脊骨，鱼皮朝下，片去胸刺，在鱼肉上斜剞菱形花刀纹，用料酒、精盐、酱油拌匀鱼头和肉上，沾干淀粉；再将鱼肉翻卷，翘起鱼尾，入油锅炸成金黄色并呈松鼠形；鱼头炸成淡黄色，将炸好的鱼肉和鱼头装入盘中，拼成松鼠形，浇上用虾仁、笋丁、木耳、番茄酱等制成的琉璃芡汁，发出"吱吱"的响声即成。

【三丝湖鲜】 江苏菜。江苏参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。桂鱼批成片，用调料拌匀，卷入熟火腿丝、绿叶丝、香菇丝，在盘中将鱼卷排摆成鱼身，装上原鱼头、尾，加蒙猪网油，上笼蒸熟取出，去网油，原汁倒入炒锅，勾明卤，浇鱼身上即成。

【瓤炙鱼】 江苏菜。桂鱼治净，经盐、葱、姜、元茴、花椒、料酒、味精等调料腌渍后，在鱼腹内装肉末、冬菇、冬笋、火腿等制成的馅，再用花网油包裹后，挂糊，置木炭火上，炙烤即成。

【拆烩桂鱼】 江苏菜。桂鱼治净，去鳍，入沸水中焯后，放盘中，加葱、姜、盐、料酒和猪油丁，上笼蒸熟取出，去葱、姜和猪油丁，晾凉，将卤汁滗入另碗，桂鱼轻拆去骨，保持原形入碗。另用葱、姜末炝锅，加鸡汤、鱼卤、料酒、虾籽，烧沸，下笋片、冬菇片，勾芡，倒入鱼碗，上放火腿片、青蒜丝、芫荽叶、白胡椒粉，淋芝麻油即成。

【萝卜鱼】 江苏菜。桂鱼治净，将肉批成片，加葱椒盐拌和。虾仁、火腿斩茸，加鸡蛋清等调料搅成糊，抹在鱼片上，卷成长萝卜形，在蛋糊中拖过后滚面包屑，入油锅炸成金黄色捞出。用牙签在萝卜鱼粗头竖戳一小孔，插入洗净的芫荽一棵，排列盘中即成。配番茄酱佐食。

【彩色鱼夹】 江苏菜。桂鱼肉批片，两面蘸干淀粉，虾仁、肥膘肉剁茸，加鸡蛋清、料酒、精盐搅成虾茸，分放在鱼片上，中间鼓起，边缘抹平，撒火腿末，再将鱼片对折叠起，用刀修边成半圆形鱼夹，将火腿片、水发冬菇、芫荽叶切成菱形小块，蘸鸡蛋清贴在鱼夹上点缀增彩。将鱼夹入油锅炸至鱼肉呈白色并且肉馅刚熟时捞出；另以鸡清汤加调料烧沸，勾芡，倒入鱼夹，颠翻均匀，淋熟猪油，起锅装盘，彩面朝上即成。

【宋嫂鱼羹】 浙江菜。鲜桂鱼治净，取肉，加调料上笼蒸熟，取出再与火腿丝、笋丝、香菇丝同烩，加酱油、盐、湿淀粉和原汁，勾稀薄芡，再入蛋黄液搅匀煮沸，勾成羹汁，烹入醋，起锅装汤盆中，撒上火腿末、姜末即成。因传为南宋时宋五嫂所创制，故名。

【蟾宫折桂】 浙江菜。用桂鱼茸蒸制成蟾蜍状；鱼丝挂蛋糊后入锅滑炒，撒桂花，再将两者拼装于白色圆盘中即成。

【麒麟桂鱼】 浙江菜。将桂鱼头、尾、脊椎劈卸下来，用陈皮、葱、姜等调料腌渍；净鱼肉切成粗丝，加调料拌捏上劲；再将绿菜叶、胡萝卜、姜等切成细丝，将上述各

料分别运用炸、滑、炒等技法制熟，再在盘中，拼摆造型、点缀即成。

【鉴湖鱼】 浙江菜。鉴湖鲜活桂鱼(或鲩鱼)剖为二片，裹匀蛋粉糊，入油锅炸至结壳，而后复炸至松脆，捞出装盘中，再浇上用姜末、红椒末、蒜末和醋等料对好、烹起的汁子即成。

【梅花鱼圆汤】 安徽菜。安徽参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鳜鱼肉剁成茸，加精盐、葱姜汁、料酒、味精、胡椒、干淀粉、水，搅拌上劲，分成4份，分别加入鸡蛋黄、鸡蛋清、菠菜汁、苋菜红汁，搅拌成四色鱼肉馅，再把四色鱼肉馅分别灌入洗净的四根肠衣中，扎紧两头，放入冷水锅中煮至五成熟捞出，冷却后每隔7毫米切一刀(不切断)；每隔五格切断为一段(每段有4个刀痕)，再放回原汤锅中煮，使受热撑开成梅花形鱼圆。锅中倒入鸡汤，加入冬菇、火腿片、菠菜、鱼圆，烧沸后放精盐、味精、熟猪油，盛汤碗内即成。

【八宝桂鱼】 安徽菜。桂鱼卸下头、尾，鱼体剥皮剔骨成两片鱼肉，在肉厚部位顺长划一刀成夹层，经腌渍后，在夹层处填入用鸡肉、虾仁、火腿等调制的八宝馅心，挂蛋糊，沾面包屑，连头、尾入油锅炸熟，切条状，仍按鱼形装盘即成。

【牡丹桂鱼】 安徽菜。桂鱼斩下头、尾，鱼肉片成长方片，用调料腌渍浆拌。腰盘中用火腿、冬菇、笋丝垫底，镶上头尾，将鱼片顺手指绕成花朵状，以蛋黄糕丝点缀花蕊，码在盘中成鱼身，淋入猪油、料酒，上笼蒸熟，浇上已勾芡的原汤汁即成。因鱼身由朵朵“牡丹”组成，故名。

【方腊鱼】 也称“大鱼退兵将”。安徽菜。大虾做成凤尾虾；4个小螃蟹蒸熟，桂鱼取肉后，头、尾、中刺骨上笼蒸熟，按原鱼形摆好，鱼肉切成片，上浆滑油后，加番茄汁炒制，分放在中刺骨两旁，凤尾虾围在鱼四周，小蟹放在大盘四角处，配姜末、醋佐食。

【大鱼退兵将】 即“方腊鱼”。

【鱼咬羊】 安徽菜。桂鱼从脊背剖一刀口，去大骨及内脏，腹腔内填入已红烧八成烂的羊肉块，入油锅将鱼煎黄，加调料、鸡汤及烧羊肉原汤，用小火煨至汤浓味透即成。

【桃花桂】 安徽菜。选用生活在山溪石隙中的桂鱼(俗称石桂鱼)，配猪肉丁、笋丁、鱼略煎后，用小火红烧即成。

【火烤桂鱼】 安徽菜。桂鱼从鳃部抠去内脏，用经花椒水浸泡过的小葱或新鲜荷叶，填满鱼腹，插入烤叉，置木炭小火上边烤、边翻、边涂刷花椒水，待鱼腹转黄并溢出香味时，涂蜂蜜烤干，再涂芝麻油即成。配甜面酱、葱白佐食。

【臭桂鱼】 也称“腌鲜桂鱼”。安徽菜。新鲜桂鱼用淡盐水腌渍，经过适宜的温度和时间，鱼体便发出似臭非臭的特殊气味，用油略煎，配猪肉、笋片，小火红烧至汤汁浓稠即成。

【腌鲜桂鱼】 即“臭桂鱼”。

【螺蛳鱼】 江西菜。桂鱼肉批成丝条，上浆后，盘成螺蛳形，空隙处填进鱼茸，底部贴上香菇片，入热油锅稍炸捞出，复入锅加调料烹制即成。

【茄汁桂鱼】 湖北菜。湖北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。选黄石市西塞山下的长江鳜鱼净肉，剞横刀花和直刀花，用精盐、料酒腌渍，然后用粉抖拌成葡萄状，下锅炸制后，盛盘；原锅内用番茄酱、葱花、姜末、白糖、香醋、淀粉和清汤对成卤汁，烹起，淋在鱼肉上，四周点缀菜叶即成。

【五彩鱼丝】 湖北菜。湖北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。火腿、香菇、冬笋、青椒、蛋皮分别切成丝，滑炒后，在盘中摆成互相连接的五色圆环；净鳜鱼肉切丝，入炒锅滑炒，下姜米、料酒、白醋、精盐等，起锅，分作5份置于圆环之中即成。

【银丝桂鱼】 湖北菜。鲜活桂鱼治净，取净肉切作细丝，加精盐、蛋清、淀粉上浆，配火腿丝、冬笋丝、香菇丝、青豆滑炒后，置于盘中；另将鱼的头、尾、鳍拍粉拌匀，炸至金黄，摆在炒好的鱼丝两侧，呈全鱼形即成。

【水晶桂鱼】 湖北菜。鲜活桂鱼治净，取两片净肉，剞出人字形花纹，上放五花肉片、玉兰片、火腿片、香菇片和调料，入笼用大火蒸10分钟即成。因上席时汤汁凝结如同玻璃水晶，故名。

【雪山鱼片】 湖北菜。净桂鱼肉切作长片，用精盐、蛋液、淀粉上浆；8个蛋清打成泡糊在盘中堆成雪山形，用番茄酱和芫荽稍加点缀，蒸3分钟取出；鱼片滑油拨散，加料酒、姜、葱、白糖、番茄酱、鸡汤、香醋、淀粉烹烧，装入“雪山”四周即成。

【牡丹火锅】 湖北菜。鲜活桂鱼治净，取下2片鱼肉，切片剞成牡丹花瓣，5～7片叠成一朵，分置4个小盘，连同鸡丝、虾仁、鱼圆、菠菜、粉条随高汤火锅上桌；再配精盐、香醋、味精、白胡椒粉、葱花、姜丝、芝麻油、酱油8个味碟，边吃边汆，各自调味。

【双黄鱼片】 湖北菜。净桂鱼肉剔去骨刺，切作长片，用蛋黄、蟹黄、精盐、淀粉制浆拌匀后，入锅稍炸捞起。炒锅置大火上，下姜末、料酒、葱段、鸡汤略煮，倒入鱼片，加酱油、白糖等，烧沸，勾芡，淋明油，起锅装盘即成。

【一鱼三味】 湖南菜。湖南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。将治净的鳜鱼头、尾下油锅炸至金黄色捞出，分别装鱼盘两端，淋鸡油，然后依次做三味鱼。玉带鱼卷：带皮鳜鱼肉横切成二刀一断的片，用调料稍腌，将切成丝的火腿、香菇、葱、水发玉兰片放鱼片上，卷成筒，抹蛋清，蒸熟取出，放鱼头后面，浇上对好烧热的芡汁。火夹鱼片：咸面包切片；鳜鱼肉去皮切片，加调料略腌，再挂蛋清糊，贴在面包片上，把火腿片贴在鱼片上，入油锅炸至面包呈金黄色时捞出，再入用芝麻油、花椒

粉炒香的锅内颠匀，摆放在玉带鱼卷的后面。番茄鱼丁：鳜鱼肉去皮切丁，加调料略腌；番茄用开水烫后去皮切丁；鱼丁抓上蛋粉糊，入油锅炸熟，再与番茄丁加调料及辅料入锅炒熟，装在火夹鱼片和鱼尾之间，在盘中完成一条整鱼形的组合，两边配芫荽，点缀萝卜刻花即成。

【湘江叉烧鱼】 湖南菜。活鳜鱼治净，鱼背两侧剞菱形刀，用调料腌渍。板油、冬笋、火腿肉切颗粒，与调料一起拌和，灌入鱼肚内。网油摊开，蛋清与湿淀粉调糊，敷在鱼腹部切口处，剩余糊状抹在网油上，将鱼身用网油裹紧，用特制的烧烤工具烤制至熟，取出，抹以芝麻油装盘即成。

【清蒸桂鱼】 广东菜。桂鱼治净，用精盐擦遍内外，横置在放有两根葱的盘上，上放冬菇、火腿、姜花，淋热花生油，入笼蒸熟，滗出原汁，去葱，淋熟油，浇上用油、料酒、上汤、胡椒粉、精盐、味精、湿淀粉烹成的芡汁，并淋芝麻油、熟猪油，芫荽伴在鱼尾两边即成。

【汆四鳃鲈】 上海菜。锅内加清汤，烧沸后，放入已治净的四鳃鲈鱼，沸后，撇去浮沫，加料酒、葱、姜、盐、笋片、香菇，汆至鱼眼突出，拣去葱、姜，放入熟火腿片即成。

【整鱼两吃】 山东菜。山东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲈鱼去鳞、鳃、内脏、洗净，切下鱼头，劈开去脑石，鱼身剔成两片，去刺，一片切松鼠鱼花刀；另一片用斜刀法片成大片。虾茸、猪肥肉茸入碗，加调料搅成馅，抹在鱼皮上，卷成合页鱼，摆盘一侧，拼摆半边鱼头，撒上葱段、姜片等料，蒸熟，取出去葱、姜。熟青菜心用盐、芝麻油拌过，靠合页鱼摆盘中。松鼠鱼片拼摆一半边鱼头，沾精粉、蛋黄炸熟，装盘的另一侧，靠紧菜心。松鼠鱼上浇用番茄沙司、胡萝卜丁、葱头等调料制成的滋汁；合页鱼上浇以青豆、鸡油等调料制成的滋汁即成。

【清烩鲈鱼片】 江苏菜。花鲈鱼治净，取肉切片，上浆，再入油锅滑一下，配荸荠、韭黄与鲈鱼骨汤清烩即成。

【锅爆鲈鱼】 江苏菜。制法有二：一是临洪口海鲈鱼治净，剖成双头双尾，去骨、刺，肉面上剞十字形刀纹，蘸上调味蛋糊，入油锅炸成金黄色即成。食时撒花椒盐。一是鱼肉入油锅炸后，用葱、姜、蒜炝锅，舀入鸡清汤，加料酒、酱油、白糖，烧沸，下入鱼肉略烧，勾芡，淋油，翻匀，鱼肉面朝上装入盘中即成。

【鲈莼羹】 浙江菜。霜后鲈鱼治净，取鱼肉切成细丝，用鸡蛋清加调料拌匀上浆，入油锅滑一下。莼菜焯后，沥干水，放碗中，炒锅留少量油，加葱、料酒、肉汤，烧沸，去葱，加盐、味精，用湿淀粉勾薄芡，再放入鱼丝及莼菜抄匀，起锅装盘即成。

【碧绿麒麟鱼】 广东菜。广东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲈鱼脊肉切34块，用精盐、味精拌匀，与火腿片、浸发香菇、汆过的笋花、甘笋花交错相间，拼成鱼鳞形，成3行，行距间砌姜花，加油，大火蒸熟取出，滗出原汁，炒熟菜胆加于行距间；烧锅下油，烹入料酒，加上汤、胡椒粉、芝麻油、精盐、味精、湿淀粉，拌匀，淋鲈鱼块上即成。

【鲃肺汤】 江苏菜。去皮斑鱼肉、肝批成片，配火腿片等，加鸡清汤烧制即成。

【包心鱼圆】 福建菜。福建参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。石斑鱼治净，取肉剁成茸，加清水、精盐拌匀，倒入小盆，顺一个方向搅拌至成浆投入水中能浮出水面时，加入纯薯粉搅匀成鱼圆浆，水发香菇、猪精肉、梅蚌肉、鲜虾肉、虾米均剁成米粒状，加酱油、白糖、芝麻油拌成馅。用左手取鱼圆浆并摊在掌心，右手持特制的鱼圆勺取馅放在鱼圆浆中间，然后握上五指，使馅包在鱼圆浆中，再从大姆指和食指所握成的圆洞中挤出鱼丸，用鱼圆勺接住，放清水盆中，将包制好的鱼圆倒入冷水锅中，用微火煮熟捞起。锅内加上汤、白酱油、味精，下鱼圆，煮沸，装碗，淋芝麻油，撒胡椒粉、葱颗即成。

【莲蓬过鱼】 福建菜。活过鱼（即石斑鱼）治净，取肉切片，与火腿、香菇、猪肥膘肉片循环稍叠，码于扣碗一周成莲蓬状，碗中放一朵大香菇，加入精盐、味精、白糖、料酒，上笼屉蒸熟取出，滗出蒸汁，反扣入盘，再用蒸汁加肉清汤烧沸淋上即成。

【麒麟石斑鱼】 广西菜。新鲜石斑鱼治净，加火腿、冬菇、姜片等，经腌、蒸等工艺制作即成。因形似麒麟，故名。

【雪菜塘鳢鱼】 上海菜。塘鳢鱼除去鳞、鳃、内脏，洗净沥干。炒锅放猪油，将塘鱼略煎，烹入料酒，加清水、葱段、姜末、精盐、咸菜梗末、笋薄片，用大火烧沸，转用小火烧至汤呈白色时，淋熟猪油即成。

【红烧沙光鱼】 江苏菜。沙光鱼刮去鳞，肛门处横切一刀，割断肠，从鳃口处将鳃连内脏拉出，洗净，入热油中略炸捞出；另用葱姜油炝锅，放入沙光鱼，加料酒、酱油、白糖、精盐、清水，盖上盖，烧沸，移小火上略烧，再用旺火收稠汤汁，加醋，淋芝麻油，盛入盘中即成。

【春笋炒鲥鱼】 浙江菜。塘鳢鱼（即鲥鱼）治净，批成两片，用盐微渍，再用少量湿淀粉上浆，入油锅炸至呈金黄色时捞出。春笋切滚刀块，也入油锅略炸捞出。将鱼、笋块入炒锅炒制，加调料，勾芡，至芡汁包上鱼时，淋芝麻油出锅即成。

【鲥鱼烧豆腐】 浙江菜。鲥鱼治净，剞刀，挂糊，入油锅煎至结壳，加调料，配嫩豆腐烧煮至熟，勾芡，淋油，再烹入料酒，出锅装盘即成。

【将军过桥】 也称“黑鱼两吃”。江苏菜。黑鱼治净，取肉批成玉兰片，用精盐、鸡蛋清、淀粉上浆，入油锅滑一下；葱白、笋片、木耳、火腿片放入炒锅内，加鸡清汤、料酒、精盐、白糖炒匀，勾芡，倒入鱼片，颠翻出锅。鱼

皮、骨、肠配笋片、木耳、菜心，加精盐、虾籽等煮成汤，与鱼片一同上桌即成。相传黑鱼为“龙宫大将”；过桥，即指菜肴从一碗倒入另一碗中。

【黑鱼两吃】 即“将军过桥”。

【锦绣鱼丝】 浙江菜。浙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。黑鱼治净，取肉切成丝，放碗内，加盐、料酒、蛋清、湿淀粉上浆后，再加生油拌匀，入冰箱镇1小时。青红椒、黄蛋糕、香菇均切成丝。炒锅加油置火上，烧热，下鱼丝滑至呈乳白色时捞出；原锅留油少许，下青红椒丝、黄蛋糕丝、香菇丝、姜丝、葱丝略炒，烹入用盐、料酒、味精、胡椒粉、湿淀粉对成的芡汁，倒入鱼丝推转，起锅盛入圆盘即成。

【豺鱼过桥】 湖北菜。鲜活豺鱼治净，卸下头、尾、脊骨、划水、肚档，熬成鲜汤；净鱼肉切作长片，上浆，过油，配姜、葱、黑木耳、笋片等烧烩即成。汤和菜随带姜末、香醋入席。这种一鱼两制的方法，湖北俗称“过桥”。

【菊花豺鱼】 湖北菜。净豺鱼肉斩成10个圆块，剞出十字花刀纹，用精盐、料酒、白胡椒粉腌渍4分钟，再以淀粉抖拌，蛋黄抹匀；将虾仁剁茸，加姜米、葱花、精盐、蛋清、淀粉和水搅拌上劲成糊，挤成如葡萄大的虾球10个，镶在豺鱼块上做花心，并撒上熟火腿末。炒锅置大火上，烧至六成热，鱼块置于漏勺余炸，待到“菊丝”散开，捞起装盘；原锅留底油，下姜、葱、料酒、鸡汤、番茄酱、白糖、香醋烧沸，勾芡，淋油，浇在鱼块上，四周镶以芫荽即成。

【柴把乌鱼】 云南菜。乌鱼肉切筷子条形，用酱油、五香粉、白糖、料酒、盐腌一下。3条乌鱼肉即配1条云腿、冬笋、冬菇、熟鸡脯、老蛋糕，用烫过的韭菜捆成柴把形，入蛋清糊内滚上糊，再入油锅中炸至呈金黄色时捞出装盘，浇上热芡汁即成。

【烧鳝背】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鳝鱼治净，切菱形块，入油锅炸透，倒出；再将猪肉片、冬笋片及香菇煸炒，加料酒、白糖、精盐、醋、鸡汤等，烧沸后，下入鳝鱼块焖制至烂，收汁，勾芡即成。

【雪里藏蛟】 上海菜。上海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。蛋清打成蛋泡糊，置放在长盆中，堆成雪山状，入笼蒸熟。炒锅内先煸炒鳝背，加姜末、料酒、酱油、白糖等，使之入味，后加白汤烧透，用淀粉勾芡，加热油推匀翻锅，淋芝麻油，起锅盛入蛋泡糊中间即成。

【太极鳝鱼】 内蒙古菜。鳝鱼治净，入沸水中焯透捞出，在盘中摆成S形；2个鸡蛋煎成荷包蛋，摆在鳝鱼两侧，成太极图形即成。配卤汁佐食。

【八宝鳝筒】 陕西菜。鳝鱼治净，去头、尾，切段，去骨及内脏，成鳝筒。将香菇、冬笋、青豆、鸭肫、海米、江米均切成细丁，加上鸡肉、猪肉剁成的茸拌成八宝馅，装进鳝筒，两端抹上湿淀粉封口，入油锅炸后，再放入炝过的炒锅内，加调料及汤，烧至汤汁稠浓，淋芝麻油，出锅盛盘即成。

【软丁雪龙】 陕西菜。鳝鱼治净，切成丝，入锅略炒，加酱油、料酒、盐、白糖和肉汤，烧至上色，勾芡，盛盘中，随即用手勺在鳝鱼糊中压一小窝，放入葱、姜、蒜末和白胡椒粉，浇上热芝麻油，再以去头尖透的绿豆芽围在周围即成。

【干煸鳝鱼】 陕西菜。鳝鱼治净，将肉切成粗丝，截成段，撒上干淀粉，加酱油拌匀，入油锅炒至色香皮酥时，倒入漏勺沥油。油锅烧七成热，下干辣椒炸焦，烹醋，下蒜、姜、葱煸出香味，加酱油、料酒，随即将鳝鱼段下锅颠翻即成。

【麻辣鳝鱼丝】 陕西菜。鳝鱼切成丝放碗中，加精盐、酱油、淀粉，抓匀，入油锅划散，倒入漏勺沥油；另起炒锅，下辣椒丝、葱煸炒，再下姜、蒜、花椒面、莴笋丝、玉兰片丝搅炒均匀，加味精、胡椒粉、肉汤，汁沸，用湿淀粉勾芡，加料酒，烹入醋，倒入鳝鱼丝搅匀即成。

【明月生敲】 也称“炖生敲”。江苏菜。江苏参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。肥大鳝鱼活杀，去骨取肉，用木棍或刀背排敲生鳝鱼脊背肉，使鱼肌肉纤维组织松散，改刀切段，入油锅炸至鳝肉浮于油面时捞出，配肉片、蒜瓣及调料烧煮后，再入砂锅内炖至酥烂，勾芡，淋油，盛入盘中。将鸽蛋分别磕入抹过油的小碟内，上笼蒸熟成明月鸽蛋，覆盖在生敲盘上，再浇上制好的芡汁即成。

【炖生敲】 即“明月生敲”。

【梁溪脆鳝】 江苏菜。江苏参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。活鳝鱼入沸淡盐水中汆烫，划下鳝肉，经2次不同油温的炸制，至肉酥脆时捞出，再放入以酱油、白糖、姜、葱、料酒等烧制的稠热卤汁中，迅速颠翻，使鱼肉均匀吸收卤汁，装盘时，将脆鳝相互架搭，搁高码空，倒上卤汁，顶上加姜丝即成。

【马鞍桥烧肉】 也称“大烧马鞍桥”、“鳝段焖肉”。江苏菜。大鳝鱼剪腹活杀，治净，入加有盐、醋的沸汤中焯后，切成段；猪五花肋条肉去骨，切方块，入油锅加葱、姜煸炒，加酱油、清水，烧沸，移小火上焖30分钟。另锅炸蒜瓣油，加葱、姜、鳝段翻炒后，加香醋、酱油、料酒、精盐、糖色和清水，烧沸，再将肉块、鳝段放入垫有竹箅的炒锅中，倒入肉汤和鳝卤汁，盖锅烧沸，再移小火上焖20分钟，倒入油炸过的蒜瓣略焖，待汤汁收稠，取出竹箅，装盘，肉块垫底，鳝段在上面，淋芝麻油，撒胡椒粉、青蒜丝即成。因鳝鱼段烧后鱼肉收缩呈马鞍形，故名。

【大烧马鞍桥】 即“马鞍桥烧肉”。

【鳝段焖肉】 即“马鞍桥烧肉”。

【白煨脐门】 江苏菜。用热蒜油倒入砂锅，砂锅底置竹箅，鳝肉段放箅上，加香醋、料酒、白酱油、精盐、虾籽、鸡清汤，烧沸，焖约1小时，放入蒜瓣续焖10分钟，

取出竹笋，加调料，勾芡，烧沸离火，撒上白胡椒粉即成。

【蝴蝶烩鳝】 江苏菜。将猪后腿膝盖带软组织取下，贴在墙上风干，再上笼蒸烂；将炸至七成松脆的脆鳝切成段，加入调料，用小火烧煮，再倒入蒸烂的“蝴蝶”骨，烧至汁浓起粘即成。因猪后腿膝盖带软组织，经风干、笼蒸后，形似蝴蝶，故名。

【熇鳝】 江苏菜。鳝鱼活杀，去头、脊骨、尾，改刀成长块，用酱油腌渍，入油锅略炸捞出，与炸过的大蒜瓣同入炒锅，加猪肉汤、姜片、料酒、白糖、酱油，熇至鳝肉酥烂、汁稠，拣去姜片，加味精，勾芡，淋熟猪油，撒白胡椒粉装盘即成。

【炝虎尾】 江苏菜。熟长鱼（即鳝鱼）尾部脊背肉用沸水烫透，置盘上，浇上以酱油、醋、糖、味精等对成的汁子，再浇以炸蒜瓣的沸油，撒上胡椒粉即成。因形似虎尾，故名。

【炒软兜】 江苏菜。将笔杆粗细的长鱼放入加有盐、醋的沸汤中略烫，脊背肉划丝切段，入炒锅加调料急炒即成。

【银丝长鱼】 江苏菜。生鳝肉入清水中浸漂至肉色发白捞出，先批片，再切细丝，复入清水中浸漂一次捞起，用洁布吸去水分，用鸡蛋清等上浆，入油中滑后，放葱、蒜于热油中略炒，加笋丝和料酒、精盐、豆粉等调料炒熟，勾芡，出锅装盘，撒胡椒粉即成。

【鳝筒穿笋】 江苏菜。鳝鱼筒里穿入冬笋条，入油锅炸后，再加酱油、料酒、白糖、葱、姜、元茴等调料烧制即成。

【清炖鳝筒】 也称“瓤长鱼”。江苏菜。大鳝鱼活杀，切段，出骨。另将一条鳝鱼取肉斩茸，加葱、姜水、鸡蛋清、精盐、淀粉搅成鱼糊。先将出骨长鱼筒一头抹上鱼糊，另一头塞入肉馅（或火腿丁、干贝、冬笋丁等馅），再用鱼糊封口，扣入碗中，加姜、葱、料酒、精盐、鸡汤等调料，上笼蒸至酥烂即成。

【瓤长鱼】 即“清炖鳝筒”。

【三杯鳝段】 浙江菜。黄鳝中段，先入油锅略炸，再熇至酥熟，另加酱油、芝麻油及茅台酒各一小杯焖制即成。

【宁式鳝丝】 浙江菜。鲜鳝鱼治净，从背部划成丝，下素油锅略煸，加调料，淋入猪油翻锅，再撒上火腿、鸡丝等料装盘即成。

【生爆鳝片】 浙江菜。鲜大黄鳝治净，剞刀后切菱形小片，擦盐，挂薄糊，入油锅爆至色黄捞出，待油温回升，复下鱼片爆至松脆，起锅盛盘中，浇上蒜茸、糖醋汁即成。

【长兴鳝丝】 浙江菜。选浙江长兴黄鳝剖成条，入油锅爆炒，加笋丝、韭菜，放入调料和清汤，烧至汤汁收干时，下荤油搅拌装盘即成。

【青龙卷】 江西菜。大活鳝鱼治净，切成段，用调料浸渍片刻，入热油锅中炸成卷，捞出。鱼卷筒内撒入干淀粉，瓤入猪肉馅，上笼蒸熟取出，再用调料勾稀芡，浇在上面即成。

【皮条鳝】 湖北菜。湖北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。肥硕黄鳝从中顺直剖开，去骨取肉，切作条，下精盐抓捏，挂糊，入油锅汆炸3次捞出；用酱油、香醋、白糖、葱段、独蒜片、姜末和猪肉汤对成卤汁，烧沸，勾芡，将鱼条下锅，淋料酒翻匀，装盘即成。

【丽花二回头】 湖北菜。选小暑时节黄鳝，去骨刺、头尾，切作小段，盛盘，上味、扑粉后，入油锅炸片刻，随即入笼蒸15分钟，再入锅加调料烧烩，在盘中摆成大丽花形状，以沸油淋之即成。因其用多种技法反复烹制，又形似丽花，故名。

【糖桔鳝丝】 湖北菜。活鳝入缸，撒入精盐，待其翻滚片刻即用沸水烫死，再入锅稍煮，取出，去鱼刺，肉撕作细丝，下锅用芝麻油边煎边转，直至表面呈金黄色时捞起；炒锅中下排骨汤、葱段、姜丝、酱油、香醋、白糖、淀粉、精盐，熬成浓汁，下鳝鱼丝炒匀，装盘即成。

【子龙脱袍】 湖南菜。鳝鱼去骨、皮，切丝，挂以用蛋清、百合粉、精盐搅成的糊，入油锅滑油捞出。炒锅置大火上，下玉兰片丝、韭白、香菇丝等煸炒，再下鳝肉，烹入料酒和其它调料，挂芡上盘，淋芝麻油即成。

【豉椒鳝片】 广东菜。黄鳝宰杀治净，去脊骨，用精盐拌匀，水洗；加白醋再拌，入热水中烫后，去尽污物，摊在砧板上，刻榄形花纹，切成薄片，再用精盐拌匀，过油至刚熟，与爆香的蒜茸、葱段、豆豉同炒，烹料酒，倒入用味精、酱油、白糖、芝麻油、胡椒粉、湿淀粉、芡汤调成的芡汁，加炸辣椒，淋熟油即成。

【焖瓤鳝卷】 广东菜。黄鳝宰杀治净，去骨，切成薄片，用姜片、葱条、料酒稍腌；猪瘦肉、虾肉分别剁成茸，加香菇丁、火腿丁、精盐、蛋清拌匀作馅；猪网油摊开，沾薄粉，上放鳝肉、馅料和肥肉丝、辣椒丝，包卷成长条形，以线绳扎牢，入油锅炸成金黄色；然后用二汤、香菇、白糖、酱油同焖至入味，去线绳，切成小段装盘，以香菇围边，原汁、味精、胡椒粉、湿淀粉调匀勾芡，淋芝麻油，浇盘上即成。

【家常鳝鱼】 四川菜。剖鳝鱼切段，入锅用油煸干水分，盛碗内；锅内另放油，下剁细的豆瓣煸香，加鳝段合炒，再加鲜汤、调料，烧沸后，移小火上慢烧，至汤浓时移火口上，下味精，勾芡，加芹菜节、芝麻油、醋，推转起锅，装条盘，撒上花椒面即成。

【干煸鳝鱼】 四川菜。剖鳝鱼治净，切筷子般粗的丝，入锅煸至水分干，烹料酒，下豆瓣煸至油呈红色时，放姜、蒜、醋，淋芝麻油和匀，起锅盛条盘，撒花椒面即成。

【竹筒鳝鱼】 云南菜。鳝鱼剖开，去骨、肠、头、尾，切成蚕茧状，入油锅爆后，盛盘中。肉茸以蛋皮包住，令成竹筒形，入笼蒸熟，取出围于盘边，浇上热芡汁即成。

【锅烧河鳗】 上海菜。河鳗治净，切段，竖直排列于砂锅内所垫的竹笋上，用生猪油蒙住鳗段，加蒜瓣、葱结、姜片、料酒、盐、酱油、高汤，置大火上烧沸，移微火上焖至汤汁浓稠肉烂时，调以适量味精即成。

【玉笔鱼卷】 福建菜。鲜海鳗肉剁成茸，加精盐、鸡蛋清搅打成鱼胶，再铺成片晾干，每取一片鱼胶皮，包冬笋、香菇、胡萝卜、葱、芹菜丝各一条，制成笔形，上笼屉蒸熟取出，盛入汤碗，淋以烧沸调味的猪骨汤即成。

【注油鳗鱼】 福建菜。鲜海鳗鱼去头、尾、内脏、大骨，切成片，用精盐、白糖、咖喱粉、五香粉、味精、高粱酒、红糟粉抓匀腌渍，再加入干淀粉、面粉、猪油拌匀，入油锅炸后，将鱼片捞出放进冷猪油内，稍浸即成。

【香露河鳗】 福建菜。鲜河鳗擦去粘液，削去鳗翅，背部从鳃至尾斩 12 刀，形成骨断腹连，再用筷子卷出鳗鱼肚洗净，汆去粘液。蒜瓣略炸后放在碗中，盘绕上河鳗，加入上汤、料酒等调料，排上火腿片、香菇，用棉纸封住碗口，上笼屉蒸熟即成。

【清蒸白鳝】 河南菜。白鳝鱼（即鳗鲡），用刀背向鱼头砸一下，由颈下转圈划一刀，用手勾住皮向下翻，去皮，剪去鳍，用筷子从颈下插入腹内，绞出内脏，冲洗干净，切成段，在脊背上剞十字花刀，整齐地摆在盘内的葱段上，将火腿、冬笋、香菇、葱、板油均匀地摆在鱼身上，浇上对好的调味汁，上笼蒸熟即成。配姜米、香醋佐食。

【红煨白鳝】 湖南菜。活白鳝宰杀，去头，略汆，用稻草擦去绒毛，剪去须边，以竹筷从杀口处绞出肠肚，治净，改筒形。取大蒸钵用竹笋子垫底，铺上猪肥膘肉，加蒜、葱、姜，再排白鳝肉，加酱油、料酒、冰糖、熟猪油、盐和水，煨熟后，白鳝盛盘中，去肥膘、葱、姜；原汤入锅加味精、胡椒粉收浓，浇在白鳝上，淋芝麻油即成。配姜、醋佐食。

【火腩焖大鳝】 广东菜。大鳗鲡宰杀治净，切小段，用浅色酱油拌匀，过油后，再用爆香的蒜茸、姜米、陈皮末炒制，烹入料酒、二汤，下烤猪肉块、香菇、炸蒜子、精盐、味精、白糖、蚝油、深色酱油，用中火焖 2 分钟取出，盛于瓦钵，鳝段在底，加原汁，入笼蒸至软烂，滗出原汁，覆扣在盘中，撒胡椒粉；将原汁勾芡，浇盘上即成。

【红焖鲈麻】 广东菜。鲈麻（鳗鲡的一种）治净，切段，涂深色酱油，沾干淀粉，油炸至金黄色；再与姜片、猪肉丁、香菇丁、辣椒丁同炒，烹料酒，加二汤、精盐，转入垫有竹笋子的砂锅内，加炸蒜子，焖至软烂，装盘；用原汁、味精、胡椒粉、湿淀粉烹成的芡汁勾芡，浇盘上即成。

【雪花鳅鱼羹】 湖南菜。活泥鳅冲洗干净，配葱结、姜片上笼蒸熟，待鳅鱼肉质柔软时，拣去葱、姜，逐条扒去头、刺、肠、胆，盛入碗中。炒锅置大火上，下鸡清汤，鳅鱼肉和蒸鳅鱼肉原汤，加调料，再浇上蛋清糊，放入葱花、胡椒粉，淋以鸡油即成。

【鲶鱼汤】 湖北菜。鲜活鲶鱼治净，去头、尾，剁小块，加姜米、鸡油爆炒片刻，随即盛入瓦钵，一次加足清水，不加盖用小火煨熘 1 小时，下精盐少许，装入碗中即成。

【犀浦鲶鱼】 四川菜。鲜活仔鲶鱼治净，脊背处斩一刀（不斩断），入油锅中炸进皮，捞出。锅内留油少许，下剁细的郫县豆瓣、泡红辣椒，煸香，掺汤，下鱼、酱油、醪糟汁、姜米、蒜米、白糖、胡椒粉等，用中火慢烧，至鱼熟拣入盘中，汁勾二流芡，加醋、味精、葱花推匀，淋于鱼上即成。

【大蒜鲶鱼】 四川菜。鲶鱼治净，切块，以盐、料酒码味，入油锅炸至进皮捞出。锅内留油少许，入泡辣椒及姜、蒜米炒成红色，加鲜汤烧至味香，捞去渣，再下鱼块、白糖、酱油、醋、料酒同烧至沸，移小火煨，至汤汁快干时，下葱颗，勾芡推匀，起锅装盘即成。

【朱砂银鱼】 天津菜。银鱼治净，抹香糟汁，滚面粉，蘸蛋白糊，撒上压碎的熟咸鸭蛋黄，上屉略蒸，盛碗，浇入口蘑、冬笋、雪菜叶的三合汤即成。因鸭蛋黄色似朱砂，故名。

【白汁银鱼】 天津菜。银鱼挤眼，洗净，滚上面粉，入五六成热油中汆一下捞出；原勺留底油，炝葱米，烹入料酒，加少许汤，下银鱼，加盐、味精、姜汁，移微火上煨透，下奶，挂芡，淋熟猪油，颠翻出勺即成。

【炸银鱼】 天津菜。银鱼挤去眼睛，洗净，滚匀干菱粉，蘸上以鸡蛋清、菱粉、面粉打成的白糊，入热油勺中炸透，码入盘内即成。配辣酱油或花椒盐佐食。

【面鱼托】 天津菜。面鱼去嘴、眼，洗净，用葱米、姜米、盐、味精、料酒略腌，滚上面粉。另将鸡蛋与盐、味精、韭菜末打匀，拌入面鱼，入热油锅煎成两面金黄的圆饼状，烹入料酒、醋、酱油，翻个出勺，改象眼块，码入碟中即成。

【煎白条鱼饼】 山东菜。白条鱼（即面条鱼）加精盐渍后，放鸡蛋、面粉、精盐、葱末、姜末拌匀。炒勺放火上，加入猪油，烧五成热时，下鱼摊成饼形，煎炸至熟，倒案上切菱形块，摆盘中即成。

【干炸银鱼】 江苏菜。银鱼去头、肠，用明矾末抓拌，漂去粘液，沥干。用料酒、白胡椒粉、花椒粉、蛋黄、白糖、精盐、干淀粉制成糊浆，将银鱼用糊浆拌匀，入油锅炸脆并呈金黄色时即成。配辣酱油佐食。

【香松银鱼】 江苏菜。银鱼去头、肠，洗净，放入经调味的蛋粉糊内拌匀，再加入面包粉、花生仁末拌匀后，做成扁圆形小饼，入热油中炸成金黄色即成。

【银鱼煎蛋】 安徽菜。鸡蛋液加葱末、姜末、料酒、盐，搅开，拌入银鱼，入油锅煎成圆饼状，翻身后仍以小火煎透即成。

【软兜冰鱼】 安徽菜。冰鱼（即银鱼）去头、尾，切成两段，用鸡蛋清、豆粉浆拌后，两面煎黄，配入笋片、雪里蕻，烹入用鸡汤、料酒、盐调制的卤汁，淋明油即成。

【银鱼藕丝】 江西菜。银鱼用甜酒酿涨发后，配以切成细丝的藕、生姜、葱白及其它调料煸炒即成。

【糖醋沅白】 湖南菜。干银鱼剪去头、尾，冷水浸泡、洗净。炒锅内放杂骨汤，加酱油、料酒、葱结、姜片等，将银鱼稍煮去腥，倒入漏勺，去葱、姜。银鱼放大瓷盘摊平，撒面粉和百合粉拌匀，下油锅炸至金黄，捞出入盘。将白糖、醋、葱花、姜米、酱油、味精、湿淀粉盛小碗内，加鲜肉清汤对成汁子入锅烧成黄色时起锅，盛入小碗中。入席时，一手端盘，一手端碗，将汁子倒在银鱼盘中，“沙沙”作响即成。湖南沅江县盛产银鱼，因其色白，故名。

【金丝鱼片】 江苏菜。鲩鳜鱼（即黄颡鱼）去骨，连皮批成片，洗净，用洁布吸去水分，先入鸡蛋清、淀粉调味浆中拖后，再入油锅滑油捞起，用葱、蒜炝锅，下茭白片、青红椒片、水发木耳，略炒，倒入鱼片、豆粉炒匀，加调料，勾芡，装盘即成。因每片鱼带一线鱼皮，恰似“金丝”，故名。

【松鼠湟鱼】 青海菜。青海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。湟鱼治净，剁下鱼头，从脊背处起片，片到近尾处止，去脊骨和腹刺，先用直刀后用斜刀将鱼肉改成菱形，用料酒、盐水腌后，用干淀粉粘匀鱼肉，入油锅炸至定形捞出，再复炸成金黄色，同时入鱼头炸熟，捞出摆鱼盘中，鱼头也摆盘内，成松鼠形。复炸鱼的同时，另用锅放少量油，入葱、姜、蒜炝锅后，倒入用番茄酱、白糖、水淀粉、香醋、高汤对成的汁子，再加少许明油，起锅浇在鱼身上即成。

【芝麻湟鱼排】 青海菜。湟鱼治净，鱼肉切成猪排片，用盐、料酒、葱段、姜片腌几分钟后，挂上蛋粉糊，再蘸上芝麻，逐片入油锅炸至熟透捞出，排于盘中即成。

【干烧湟鱼】 青海菜。湟鱼治净，鱼身两面各剞5～6刀，用盐、料酒腌渍入味，入油锅炸至鱼皮稍现皱纹时捞出；炒锅留底油，下肥瘦猪肉丁、豆瓣酱煸炒，加葱、姜、蒜末，放入鱼，再加盐、胡椒粉、醪糟汁、白糖，移小火上烧至汁稠鱼熟时，下入味精和醋，起锅盛盘中，撒上芫荽叶即成。

【清炒湟鱼片】 青海菜。净湟鱼肉切成片，加蛋清糊拌匀，入油锅炸至翻起捞出；用葱、姜、蒜片炝锅，下入玉兰片、菜心和鱼片及调料烹炒，出锅盛盘中即成。

【葱湟鱼】 青海菜。湟鱼去骨皮，剁成茸，加蛋清搅匀，再加肥膘肉、盐、味精、葱姜水搅成雪白色，摊在鸡蛋皮上面，上笼蒸熟取出，切成块，下油锅炸成金黄色，捞出在碗中排成“一封书”形，加调料再上笼蒸15分钟取出，浇上调制好的芡汁即成。

【蚕豆炒湟鱼丁】 青海菜。鲜蚕豆去皮，放入沸水中煮烂捞出，用凉水浸泡；湟鱼去皮剔骨，切成丁，用蛋清糊拌匀，入油锅中滑散捞出。用葱、蒜丁炝锅，下鱼丁和蚕豆，烹入用调料对成的滋汁，出锅盛盘中即成。

【番茄马哈鱼片】 黑龙江菜。大马哈鱼肉切片，入沸水中汆透，投凉。勺内加底油，放葱、姜、香树叶炝锅，倒入番茄酱略炒片刻，放鲜汤、糖、醋、精盐、味精，调好口味，倒入大马哈鱼片，慢火焖透，淀粉调浓汁，淋明油出勺即成。

【焦熘马哈鱼段】 黑龙江菜。马哈鱼肉切段，用鸡蛋清、淀粉抓糊，下油锅炸2遍，葱、姜炝锅放入玉兰片、胡萝卜切的象眼片，倒入用鲜汤、酱油、精盐、味精、淀粉等对好的汁，放入炸好的鱼段熘入味，淋芝麻油出勺，装盘即成。

【清炖鳇鱼】 黑龙江菜。鳇鱼去皮切方块，用沸水烫一下，捞入冷水盆中过凉；砂锅加鲜汤，放鱼块、姜、葱丝，上火炖透，加料酒、精盐、味精、芫荽、芝麻油即成。

【酒锅全鳇鱼】 黑龙江菜。发好的鱼筋、鱼唇、鱼骨、鱼皮、鱼肚均切成象眼片；鱼肉切抹刀片，倒入沸水内汆透，捞出沥净水。勺内加底油炝锅，先加鸡汤和调料，再加主料和冬笋、口蘑、嫩绿菜心，沸后，调好口味，倒入酒锅内即成。

【盐爆鳇鱼丁】 黑龙江菜。鳇鱼切丁，用鸡蛋清、淀粉上浆；葱、姜切丝；蒜切片；芫荽切段。勺内添油烧热，将鱼丁放入滑好捞出，沥去油；勺内留底油，用葱、姜、蒜炝锅，倒入鱼丁，烹入对好的清汁即成。

【斑马子鱼】 黑龙江菜。取虾尾部，从背下刀，斩平，喂上味后，抹白鱼茸子，制成金鱼形，上屉蒸制；鳜花鱼的头、尾、鳍，分别取下留用，再将鱼从脊背顺骨一面各划一刀，刀口中间抹茸子，再分别码上绿、黑、黄等色配料丝，呈斑马状；鱼的头、尾、鳍，按鱼形部位摆好，入屉蒸熟，取出放盘内，四周放金鱼，淋白汁即成。

【清蒸法罗鱼】 黑龙江菜。法罗鱼治净，用沸水稍烫，放入冷水盆过凉，刮去鳞囊，用料酒、醋、精盐、味精、葱、姜腌喂，鱼身上放肥膘肉、冬菇、火腿等，装盘添汤，上屉蒸熟，拣去葱、姜，汤调好口味，淋芝麻油即成。

【红烧雅罗鱼】 黑龙江菜。雅罗鱼治净，两面切斜刀口，用料酒、酱油、精盐、味精等腌喂，用热油将鱼炸成老红色捞出；葱、姜、蒜、花椒炝锅，放入鱼，烹醋，放酱油，添汤，烧沸后去浮沫，加精盐、白糖、味精继续烧，视鱼烧熟捞入鱼盘，汤汁加淀粉、芝麻油调成油芡，浇在鱼上即成。

【清炖细鳞鱼】 黑龙江菜。细鳞鱼治净，用沸水烫一下，捞入冷水盆内，刮去鳞囊；五花肉切片，用沸水焯一下。砂锅内加入鲜汤，放入五花肉、鱼、葱丝、姜丝等，汤沸后去沫，加精盐、味精，视鱼炖透放芫荽、淋芝麻油即成。

【熘梭鱼段】 天津菜。梭鱼治净，每隔二指宽打上斜刀，断成段，下热油中炸成金黄色，另将大料下油勺中炸香，下葱、姜、蒜，烹入料酒、醋、酱油，加糖色、盐、腐乳汁、高汤、鱼段，待沸后，移小火上煨透，下味精，勾芡，淋花椒油，翻个出勺即成。

【干炸赤鳞鱼】 山东菜。泰山赤鳞鱼治净，在鱼腹内

填一花椒粒，撒少许精盐，将鱼放葱椒、料酒内浸渍后，沾薄面粉，放七成热花生油中炸熟，捞出装盘即成。配花椒盐佐食。

【清汆赤鳞鱼】 山东菜。泰山赤鳞鱼治净，入沸水中焯熟，捞出放汤碗中，撒胡椒粉。勺内加清汤、酱油、花椒、料酒、精盐，烧沸，冲入汤碗内即成。配毛姜、醋佐食。

【石鱼炒蛋】 江西菜。庐山石鱼入油锅稍炸捞出，再与炒好的鸡蛋合炒即成。

【炒威宁细鱼】 贵州菜。贵州威宁县特产细鱼，入油锅煸脆，配鲜红辣椒丝、子姜丝同炒即成。

【红鲷戏珠】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。加吉鱼从鳃处开口，取出内脏，去鳞、去鳃，洗净，在鱼两侧间隔4厘米处剞斜直刀口；火腿、冬笋、香菇、葱、姜均切丝；芫荽茎改寸段。净鱼肉捶成茸，加鸡蛋清、猪油、味精、盐搅匀，分成3份，1份加鸡蛋黄；1份加青菜汁；1份保持原色，然后分别制成鱼茸，挤成形如珍珠的小鱼丸，入沸水中汆熟捞出。将改刀后的鱼入沸水中烫去鱼腥血水，捞出沥干，用料酒、盐、花椒、味精拌匀抹遍鱼身，并将火腿、冬笋、香菇、芫荽及肥肉间隔地摆在鱼身上，加鸡汤，上笼蒸熟取出，滗去汁水，拣去花椒，将三色鱼丸对衬地摆在鱼的四周。取炒勺，加鸡汤、料酒、盐、味精烧沸，撇去浮沫，放入芝麻油，出勺淋在珍珠（鱼丸）上即成。

【清蒸红鳞加吉鱼】 山东菜。山东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲜加吉鱼治净，剞斜十字花刀，入沸水中稍烫，搌去水分，把精盐、料酒等撒在鱼身上，放盘中。肥肉、火腿、冬笋、冬菇及葱、姜均切丝，拌匀，撒鱼身上，淋猪油，入笼蒸熟即成。配姜末佐食。

【清炖加吉鱼】 山东菜。加吉鱼治净，，剞斜十字花刀，放六成热油中煎成浅黄色，然后加清汤、葱、姜、肥猪肉片、料酒、精盐，用小火炖约20分钟，至熟后，将鱼盛碗内。勺内鱼汤加青菜、味精，烧沸，浇在鱼上即成。

【桔汁加力鱼】 福建菜。鲜加力鱼肉切块，用酱油、料酒腌渍后，过油，再与蒜、葱米及酱油、料酒、白糖、桔汁等料下锅翻拌即成。

【清蒸加力鱼】 福建菜。鲜加力鱼去鳞、鳃，剖腹，掏出内脏后洗净，在鱼背两侧分别割3刀，放大汤盘里，鱼身铺上葱段、冬菜、猪肥肉片、冬菇、姜丝，加入肉清汤、料酒、白酱油、味精，上笼屉蒸熟取出，拣去葱段、姜丝即成。

【莲花加力鱼】 福建菜。以加力鱼为主料，配以荸荠、鸭蛋等料，经制馅、包皮、笼蒸、油炸即成。因形似莲花，故名。

【炸瓜枣】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。黄鱼肉去皮、骨、刺，切成条，加入姜、精盐、味精、料酒、白糖拌匀，腌约1小时，裹面糊，入油锅炸呈淡黄色时即成。配花椒盐佐食。此菜传于福建，因福建沿海称黄鱼为“瓜鱼”，菜肴形状又如枣，故名。

【软熘鱼扇】 天津菜。天津参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。黄花鱼肉片成扇形大片，蘸鸡蛋液，下温油中滑后，放入用葱、姜、蒜炝过的勺内，烹入料酒、醋、姜汁，加盐、糖略熘，点糖色，挂薄芡，淋花椒油，大翻勺盛盘即成。

【干炸黄花鱼】 天津菜。净黄花鱼两面剞十字花刀，用葱、姜末、料酒、盐、味精喂后，先蘸面粉，再蘸以鸡蛋、淀粉、面粉搅成的糊，手提鱼尾下油锅炸熟即成。配椒盐或辣酱油佐食。

【烩花鱼羹】 天津菜。黄花鱼治净，取肉切成小丁，用料酒、盐、味精拌匀，加葱段、姜片，蒸熟取出，拣去葱、姜。另将火腿、香菇、笋、水发鱼骨丁，用沸水焯一下，再以热猪油炝葱、姜末，下高汤、盐，沸后，下味精，挂玛瑙芡，倒入汤盆，撒鱼丁即成。

【上海黄鱼】 上海菜。黄鱼治净，将两侧鱼身剔下，用精盐、料酒、味精腌渍入味，再沾匀干面粉，拖鸡蛋液，然后下锅中两面煎黄，再用洋葱丝、番茄酱、辣酱油、料酒等熘至入味即成。

【卷筒黄鱼】 上海菜。新鲜大黄鱼取净肉切丝，拌以葱丝，加精盐、料酒、胡椒粉等，包裹在猪网油中，卷成圆条形，挂糊，以油炸透，切斜片，排齐装盘即成。

【黄鱼参羹】 上海菜。黄鱼治净，去骨、刺，取净肉，和水发明玉参分别切成丁状。炒锅放熟猪油，下葱结爆香，随加料酒、高汤，捞出葱结，放入鱼块、参块和胡椒粉，煮开，加精盐、味精，用淀粉勾芡，再把已搅打的鸡蛋液缓缓倒入，淋上熟猪油，搅动一下，起锅入汤碗，撒上熟火腿末即成。

【苋菜黄鱼羹】 上海菜。黄鱼刺与骨拆净，鱼肉切成小丁（也可将鱼汆熟后再剔骨刺）。入炒锅将鱼肉丁煸后，再下苋菜略煸，加白汤、精盐、料酒、葱末、姜末以及笋丁、火腿丁同烧，起锅时勾薄芡，撒胡椒粉即成。

【煎钻鱼】 河北菜。黄鱼治净，放入沸水中略焯捞出，刮去皮，洗净，两面剞斜刀，入勺中煎至两面呈黄色时，撒入葱丝、姜丝，烹入料酒、醋，再加花椒水、鸡汤、精盐、味精，慢火煨至汤剩一半时，将鱼翻个再煨；待勺内汤汁将尽，将鱼取出，盛盘。勺内余汁用奶粉勾芡，淋芝麻油，浇在鱼上即成。

【脯酥黄鱼】 山西菜。黄鱼去头、尾，片成片；冬菇、冬笋、火腿均切象眼片。鱼片上撒盐、味精、料酒，稍腌。将鸡蛋清打至起泡，加干淀粉搅成蛋泡糊。鱼片挂匀蛋泡糊，入油锅进行炸制，鱼头、尾也炸熟，在盘中装成整鱼形。勺内加高汤、盐、味精、料酒、白糖、冬菇、青豆、火腿，沸后，撇去浮沫，勾芡，浇在鱼身上即成。

【翻膛黄鱼】 辽宁菜。黄鱼治净，用刀尖从鱼身两侧中间由鳃至尾深划一刀，将鱼肉翻剔两边，再将鱼肉剞成十字花刀，用调料腌入味，沾干淀粉，拖蛋液，入油锅用小火将两面煎透，再将炒好的番茄肉片倒入翻膛的

鱼中即成。

【糖醋黄花鱼】 山东菜。黄花鱼开腹，去内脏，治净后，鱼身两侧划斜刀，挂糊，用油炸黄后，摆盘中。炒勺下油，加葱、姜末炸香，烹入用醋、糖、湿淀粉对成的汁，烧沸浇鱼身上即成。

【醋烹黄花鱼】 山东菜。黄花鱼从口中取出内脏，治净，鱼身两侧划牡丹花刀，用精盐、酱油腌后，再涂湿淀粉糊，入热油中炸黄。另起勺，下葱、姜、蒜末炸出香味，倒入黄花鱼，烹醋，放入葱、椒、料酒、酱油汁，颠翻出锅即成。

【白汁瓤鱼】 山东菜。鲜黄花鱼，从鱼嘴绞出内脏，治净。在鱼身两侧以坡刀法片至脊骨，将加有葱、姜、鸡蛋清、精盐调味的肉馅，抹入鱼片中，向内卷起，将鱼脊背向上摆鱼池中，每鱼卷顶端按一粒青豆，入笼大火蒸熟取出。再用蒸鱼的原汤，加清汤、料酒、精盐等烧沸，用湿淀粉勾芡，淋鸡油，浇在鱼身上即成。

【炸椿鱼】 山东菜。黄鱼肉切片，用料酒、精盐腌渍，每片卷入嫩香椿芽两枝，成卷，挂稀糊，放六成热油中炸熟即成。

【家常熬黄花鱼】 山东菜。黄花鱼治净，鱼身两侧剞柳叶花刀，入热油中煎后，拨至勺边，放入葱丝、姜丝、蒜片、肉丝煸炒一下，加入清汤、精盐、酱油，将鱼推入汤中煮沸，改小火熬熟后，盛鱼盘中，汤内撒芫荽末，浇鱼身上即成。

【清蒸鲶鱼】 天津菜。鲶鱼治净，剞花刀，焯去腥味，加葱、姜、蒜、大料、冬笋、冬菇、鱼骨、火腿、料酒、白糖、熟猪油、酱油、芝麻油等，上笼蒸熟取出，拣去葱、姜、蒜、大料，撒鲜豌豆即成。配熟酱油佐食。

【鳜鱼肉圆汤】 浙江菜。咸鳜鱼中段带子的净肉，配以鲜猪肉制成的圆子，加香菇、笋片等料摆在扣碗中，上笼蒸熟取出，将原汁滗入锅内，加清汤烧沸，浇在鳜鱼肉上即成。

【抓炒鱼条】 山东菜。鳘鱼肉去皮，切条，用湿淀粉、酱油、鸡蛋清抓匀，下七成热猪油中，大火炸黄。另起勺，烧热油，炸葱末、姜末，倒入用白糖、醋、鸡汤、酱油、湿淀粉等对的汁，烧沸熬稠后，放入鱼条，使鱼条沾匀稠汁，再淋明油即成。

【双色鱼丸】 浙江菜。鳜鱼肉制茸，加入蛋黄液、淀粉，拌匀挤成丸子，入油锅炸成金黄色捞出；另用海鳗鱼肉茸和蛋清液做成丸子，入沸水锅中煮熟成白色鱼丸。再将黄、白两色鱼丸放入鸡汤中略煮，加笋、香菇及调料续煮至熟，起锅盛入汤碗即成。

【熇镜鱼】 辽宁菜。镜鱼两侧剞成月牙刀，入油锅炸成淡黄色捞出。勺内加底油，用葱、姜炸锅，放醋、料酒、酱油、鸡汤、白糖、味精等，沸后，放入炸过的镜鱼，用小火将鱼熇透，待勺内汤汁将尽，将鱼取出装盘；勺内余汁用芝麻油炒亮，浇在镜鱼上面即成。

【煎封鲳鱼】 广东菜。鲳鱼治净，两面各刻四刀，用酱油、姜汁酒拌匀腌渍，入锅煎至两面金黄，再加油过面炸熟，装盘上；用爆香的蒜茸、葱米、姜米，加料酒、煎封汁、芝麻油、胡椒粉，烹成芡汁淋上，并加热花生油即成。

【清蒸鸡鱼】 浙江菜。鲜鸡鱼去鳞开肚，洗净，鱼身两侧各剞五刀，同时将猪板油、生姜及葱段，分别塞进每个刀口里，另备一杯酱油，连鱼一起上笼蒸熟后，去掉姜等料，带上味精、酱油上席即成。

【鱼包三丝】 山东菜。比目鱼肉片成薄片，用精盐渍腌；将冬菇、冬笋、火腿丝用料酒、精盐调味抓匀。取鱼肉片包入三丝馅，外挂酵面糊，放入七成热油中炸熟，捞出装盘即成。

【清蒸鲜鱼】 河北菜。鲜鱼治净，两侧剞波浪花刀，用沸水略焯，摆鱼盘内，上面再摆玉兰片丝、冬菇丝、火腿丝、葱丝、姜丝、猪膘肉条，淋入用鸡汤、料酒、精盐、味精、白糖制成的汁子，入屉蒸约 20 分钟取出，淋热花椒油即成。配姜醋汁佐食。

【油爆鱼芹】 山东菜。带鱼肉剞花纹，再切斜刀块。用肥肉、鸡肉剁肉茸，加鸡蛋清、精盐、火腿末、冬菇末、芹菜末等搅匀，并放鱼块拌成“鱼芹”。炒勺放猪油，烧六成热时，加鱼芹滑透，滗出油；另起勺烧热油，烹葱、姜、蒜末，倒入料酒、精盐、味精等对成的汁，加鱼芹颠勺至匀，出锅即成。

【清蒸带鱼】 浙江菜。鲜带鱼切长方块，并剞刀至鱼骨，刀纹朝上装碗，铺上香菇、姜、笋、葱结、酒等；另取杯一只，放入盐和酱油，与蒸碗同时上笼蒸至鱼露骨即熟，去掉葱、姜，将鱼连汤汁扣入盘中，淋入蒸过的酱油，放上葱结，再盖上碗盖闷 1 分钟即成。

【清蒸金线鱼】 云南菜。金线鱼治净，放碗中，加上汤、胡椒粉、味精、盐、猪油，入笼蒸熟取出即成。配盛有姜末、酱油、盐、醋、芝麻油对成的味碟蘸食。金线鱼为云南特产，体小，体重一般为 50～150 克。

【明月跳鱼】 浙江菜。鲜活跳鱼治净，将其中一部分去头，剖开，剔除脊骨呈扇形，放在煎好的蛋黄圆饼上，复盖上蛋泡粉，缀上芫荽叶、火腿末置漏勺中，用热油浇熟，装盘成“明月”形，其余未去头的跳鱼粘上面粉，拖蛋液，入油锅炸至结壳捞出。锅内下葱、姜、料酒、鲜汤等调料，倒入跳鱼，用小火烹至卤汁将干，出锅装盘，鱼尾朝外绕“明月”一周即成。

【乌狼鲞烤肉】 浙江菜。乌狼鲞去头、尾，洗净，切块；猪五花条肉切片，入锅煸炒，加入乌狼鲞块、笋片及调料，大火煮沸，中火焖透即成。

【汆鱼腐】 天津菜。净鱼肉剁成茸，加水过罗，放入盐、姜汁、料酒搅拌成粥状，再加鸡蛋清、芝麻油和成鱼糊。勺内加水烧沸，端离火口，将鱼糊挤成丸下勺，汆透成鱼腐，捞入凉水盆内浸泡，再将鱼腐入热水中烫透，捞入汤盘，撒上紫菜小片。勺内添高汤，下酱油、姜汁、味精、精盐，至沸，撇去浮沫，浇入汤盘内即成。

【金毛狮子鱼】 河北菜。河北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲜鱼治净，从鱼体中部斜刀批片，以剪刀剪成细丝，加料酒抹匀，用蛋粉糊将鱼的每个部位、每条丝挂匀，入油锅炸至金黄色时捞出，放大盘内，成雄狮形。炒锅下底油，倒入用葱、姜、蒜、白糖、瓜皮、番茄酱、酱油、醋、鲜汤、湿淀粉等对成的汁芡，待汁烹起，浇在鱼上即成。因成菜后型似雄狮伏卧，色泽金黄，故名。

【汆鱼脯】 河北菜。净鱼肉剁成茸，加猪油、水、鸡蛋清、料酒、精盐、味精搅匀，入沸水中汆成丸子，捞出盛碗中。炒锅置火上，加鸡汤、口蘑片、冬笋片、姜汁、精盐、味精，沸后，浇入盛鱼丸的碗中即成。

【蛋泡鱼条】 山西菜。净鱼肉切成长条，用盐、料酒、味精腌好；鸡蛋清打成泡糊，加干淀粉搅匀。鱼条挂匀蛋泡糊，入油锅炸成淡黄色至熟捞出，盛入盘中即成。配椒盐佐食。

【风暴鱼】 辽宁菜。选体厚、肉嫩、刺少、形美的鱼，经初加工后，切成头、身、尾三段。鱼头用调料腌后，入油锅冲炸一下，再用番茄酱烧焖透，捞出放在鱼盘的前端；鱼身去骨刺，片成柳叶片，加海参片、虾片滑熘好；锅巴片炸好，铺在鱼盘中央，把滑熘好的鱼片倒在锅巴片上；鱼尾加香菇、冬笋、火腿、青椒等丝经清蒸后，摆在鱼盘后端即成。

【浇汁鱼】 辽宁菜。整鱼治净，在鱼身两侧向骨处斜剞花刀，使鱼肉翻转过来，用料酒、酱油腌入味，挂淀粉糊，入油锅炸2次，至鱼肉起酥泡、完全焦脆时捞出装盘。将用调味品对好的糖醋汁烹起，浇在鱼身上即成。

【糟熘松仁鱼片】 辽宁菜。鱼肉片成火连片，用鸡蛋清、精盐、湿淀粉拌匀，逐片下入油勺中煎至八成熟，放入葱花、香糟、松仁等略煨，至鱼片熟时，勾芡，淋明油、鸡油出锅盛盘中即成。

【金鱼卧莲】 辽宁菜。将调好的鱼茸抹在酒盅里，内瓤三鲜馅，放上切开的半只豌豆粒，摆成莲形，蒸透，摆于盘中，浇上白汁。虾尾部腌后，拍面粉，挂蛋液，煎透；剩余鱼茸抹在煎好的虾尾上成鱼形，用蛋皮丝拉上鱼鳞状，镶上豌豆作“鱼眼”，蒸透，摆于盘的四周，蒙白汁即成。

【锅煽鱼扇】 山东菜。整鱼顺脊劈两片，呈两鱼扇，去刺，划十字花刀，用精盐、料酒等腌渍，再在表面拍面粉，挂蛋糊，入油锅先煎成淡黄色，再放料酒、酱油、清汤、味精等煽制，煨入味后，待汁收尽，翻扣盘中即成。

【荠菜鱼卷】 山东菜。鱼肉、肥肉、荸荠切丝；荠菜烫后，挤去水分，切末，加葱末、姜末、鸡蛋清、料酒、精盐、芝麻油、发酵粉和鱼肉等，调拌成馅。用油皮包入馅，卷成长卷形，粘住封口，外挂发酵面糊，放七成热油中炸至呈黄色时即成。配花椒盐佐食。

【馄饨鱼】 安徽菜。鱼头、尾卸下，鱼身肉切成薄片，分别加调料腌渍。将鱼片逐一包虾茸馅呈馄饨状，连同头、尾一并入笼蒸熟，复按鱼形装盘，上放鸡皮、火腿、冬菇等片，浇入鸡清汤即成。

【绿茵鱼球】 安徽菜。鱼肉、肥膘肉剁成茸，加调料搅匀成馅，挤成台球大的馅球，滚匀面包屑，入温油中炸至呈金黄色时，捞出装盘，并用菜松垫底围边即成。因菜松酷似绿茵，故名。

【香菇金鱼】 安徽菜。鱼肉、肥膘肉剁成细茸，加调料搅拌成馅。用12只汤匙作模具，填入馅心作鱼身，镶上青豆作鱼眼，用香菇作鱼鳍，入笼蒸熟，脱去汤匙，另加鸡汤、青菜丝，勾薄芡，淋明油即成。

【菊花鱼茸蛋】 安徽菜。鸡蛋煮熟去壳，用小刀在腰部横刻锯齿形，掰开去黄呈菊花状，再削平底部。蛋白空隙填入用鱼肉、肥膘调制的馅心，中间撒火腿末和葱末，蒸熟后浇薄芡汤汁即成。

【响铃鱼饼】 江西菜。鲜鱼肉剁成茸，加葱姜汁、鸡蛋、湿淀粉搅打均匀；猪瘦肉剁成茸，加入香菇末、火腿末、葱白末搅拌成馅，做成莲子大小的肉丸，上笼蒸熟取出，包入鱼茸内，入热油锅中炸成金黄色，再配以香菇、绿叶菜烧烩即成。

【太阳鱼】 台湾菜。以鱼为主料，配以瘦猪肉、红萝卜、香菇、青菜心等料，经剔骨、装馅、笼蒸即成。

【葱椒炝鱼片】 河南菜。鱼肉片成坡刀片，挂皮糊，入油锅炸成柿黄色捞出。锅内留底油，下葱丝、姜丝炝出香味，再下葱椒、鱼片和调料炝炒，待汁吸入鱼片内，淋芝麻油即成。

【蝴蝶过河】 湖南菜。鲜鱼去骨，切片成蝴蝶形，加味精、酱油、葱花、芝麻油等。置火锅一口，以煮鱼头的原汤涮食鱼片即成。因形似蝴蝶，需入火锅涮食，故名。

【豆豉辣椒蒸腌鱼】 湖南菜。鲜鱼去鳃、鳞、肠肚，切块，用精盐腌渍1天取出，用冷水洗净，扣入碗内，加肥肉丝、豆豉、干红椒、熟猪油等合蒸即成。

【甜酒糟蒸腊鱼】 湖南菜。烟熏腊鱼切块，扣入碗中，加糯米甜酒糟、白糖、熟猪油合蒸即成。

【蒸糟鱼】 湖南菜。鲜鱼去内脏，切块，用盐、硝、花椒腌渍2天，取出时，拣去花椒，放通风处吹至七成干，拌以糯米甜酒糟，加适量白糖、曲酒装坛密封。封存时间越长越甜香。食时拌猪油蒸制即成。

【鸡肉烩鱼丝】 广东菜。鱼胶蒸熟，切丝；鸡肉切丝，用鸡蛋清、干淀粉拌匀，入油锅过油；烧热炒锅，烹料酒，加上汤、笋丝、菇丝、鱼丝、胡椒粉、精盐，烧沸，勾稀芡，随即下鸡丝、韭黄、芝麻油、花生油，推匀，盛入汤盆即成。

【干炸鱼板】 广东菜。去皮鱼肉切块，用川椒末、精盐、料酒拌匀，腌片刻作皮；虾肉，猪瘦肉分别捶打成茸，和在一起，加精盐、大地鱼末、荸荠肉末、香菇末、韭黄末拌匀作馅；取两块鱼肉夹一份馅料，沾上干淀粉，用猪网油包卷成长条形，入油锅炸成金黄色至熟，装盘中；以蜜柑肉围边即成。配用芝麻油、胡椒粉、酱油、味

精调成味汁佐食。

【邕州鱼角】 广西菜。广西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。用鱼青胶作外皮，以香菇、虾米、鸡肉、马蹄、香葱等粒料作馅，包折成角形，并用手沿折边挤捏成花边形，入沸水中煮熟捞出，放清水中略漂，沥干水分，摆盘中，再入笼蒸后取出。另用鲜汤调和味，以湿淀粉勾芡，浇盘上；再用红萝卜等雕刻点缀即成。

【锅贴鱼片】 四川菜。鲜鱼肉片作长片24张；熟猪肥膘肉如数切成与鱼片般大的片；鲜笋切片如鱼片一半大；熟火腿剁成碎粒。将肥膘肉逐片平铺于盘内，搌干，抹一层蛋清淀粉，在一头贴上笋片，另一头贴上火腿粒，然后再抹一层蛋清淀粉，贴上鱼片。炙锅，下油浪匀，离火口，滗尽油，将肥膘肉的一面贴锅，放中火上煎，至呈鸭黄色时，加芝麻油起锅装条盘一方；另一方镶生菜即成。

【蝴蝶牡丹】 四川菜。鱼糁平摊于平盘，上笼蒸熟后，用蝶形模具压制成蝴蝶雏型；丝瓜皮、火腿、蛋皮加工切制成极小的圆片，做蝴蝶花纹，鱼翅做蝶须；黑芝麻点眼睛，入笼蒸熟，再用大银耳一朵，洗净蒸熟，作牡丹，入大圆盘中央，四周围彩蝶，灌入清汤即成。

【红卤脆皮鱼】 贵州菜。鲜鱼去鳃、鳞和内脏，洗净，剞斜刀后，鱼身遍抹盐，着蛋糊衣，入油锅炸至壳脆、色黄时，捞入盘中。姜丝、高汤、酱油、白糖、味精入锅炼卤，撒入葱节，勾芡推转，淋鱼身上即成。

【软溜鱼】 贵州菜。活鱼治净，用蛋芡糊抹透，入锅用油炸脆捞出。用酱油、醋、白糖、姜末、葱花炼汁，将鱼下锅迅速翻拌后盛盘，撒上花椒粉，淋芝麻油即成。

【罗汉大虾】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。大虾从中腰剁成两截。虾头放油锅中，先煎、后爆，取出，放在鱼盘一端，浇上芡汁；虾尾抹上用虾肉、猪肥膘肉、荸荠等剁成的虾肉茸，使中间凸起，成罗汉肚状，上面撒黑芝麻按实，入油锅中炸透捞出，码在鱼盘的另一端即成。

【琵琶大虾】 ①北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲜大虾去头，劈成两片；虾肉、鸡蛋清制成虾茸，加入料酒、精盐、味精、面粉和干淀粉搅成糊，抹在大虾片上，做成琵琶形；另以火腿、黄瓜等切成细丝作为琵琶弦，粘在虾片上，入油中炸成金黄色即成。配花椒盐、辣酱油佐食。②天津菜。鲜对虾与猪拖泥肉一起砸，剁成茸，拌入味精、牛奶、精盐、淀粉、鸡蛋清、姜汁、料酒、高汤和剁碎的荸荠，制成“琵琶”架，然后，将用藕笋、冬笋、火腿制成的“如意头”、“弦轴”、“腰码”、“弦”等放上，摆成琵琶形，上屉蒸15分钟，勾净芡(内淋入香糟)，淋鸡、鸭油即成。

【水晶虾饼】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。虾肉、猪肥膘肉和一起，制成茸，加荸荠细末、精盐、鸡蛋清、淀粉、味精等调匀，挤成丸子，入油锅中煎制，压扁成饼状，再半煎半炸至中间凸起，取出装盘。另用白糖、醋、精盐等制成糖醋汁，配虾饼一同上桌即成。

【炒青虾仁】 天津菜。天津参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。青虾仁用蛋清、盐、湿淀粉上浆，下温油中滑后，再下入炝有葱、姜的勺内，加黄瓜丁，烹入料酒、姜汁、醋，加味精，颠炒即成。

【汆瓶子虾仁】 天津菜。将刻成小梅花形的火腿，摆入刻成花瓶状的槽模内，贴上芫荽、鱼骨片，抹入掺有虾仁的鸡茸，扣出，以鱼信条做“瓶环”，上屉蒸熟取出，撒豆苗，浇三合汤即成。因形似花瓶，故名。

【炒晃虾仁】 天津菜。虾仁洗净，控去水分，用精盐、味精、淀粉、鸡蛋清腌入味，入油锅滑后捞出，与焯过的荸荠丁、黄瓜丁一起放入用葱花炝过的炒勺中，加料酒、醋、姜汁、白糖、味精，淋花椒油翻匀，出勺即成。

【虾仁托】 天津菜。净虾仁用淀粉、鸡蛋清、精盐腌好，入温油中炸至断生捞出，与鸡蛋液、韭菜段、盐、味精拌匀，入油锅煽成圆形，撒以葱、姜、蒜，烹入料酒、醋、酱油，至汤汁煽尽，出锅，改成象眼块，盛入盘中即成。

【酱虾】 天津菜。小对虾去枪、须、眼、食线，用热油炸至五成熟捞出；原勺留底油回火，下姜丝、料酒、酱油、白糖、醋、高汤和对虾，沸后，移微火上煨至汁浓即成。

【满台飞】 上海菜。选青壳活虾，剪去须、足，洗净后稍喷白酒，扣在有盖的碗盅内，食时蘸以红乳腐卤、白糖、姜末对成的调料即成。因揭盖食用时，活虾乍见亮光而乱蹦，飞跃满台，故名。

【油爆虾】 上海菜。河虾剪去须刺，洗净，放入将沸的植物油锅内略爆，见虾壳呈红色，立即倒入漏勺沥油，再将虾回原锅，加白酱油、料酒、白糖、葱末、姜末，迅速颠翻几下，使卤汁渗入虾体即成。

【两吃大虾】 河北菜。河北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。对虾去皮、去头尾(虾尾留用)，取一半改成薄片，用调料拌渍后，挂蛋清糊，入油锅滑熟，滗去余油，烹入对好的白芡汁翻匀，盛盘中，将余下的虾肉同鳜鱼肉捶茸，加蛋清、调料制成虾糊。面包切片，修成琵琶形，抹上虾糊，取虾尾粘上，并用黄瓜丝、红柿椒丝点缀于上，再入油锅炸至虾糊呈微黄色时捞出，摆入炒虾片外围即成。

【群龙戏珠】 河北菜。河北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。大虾治净，剪去须脚，从尾部三节处切开。用葱、姜炝锅，下大虾煎至两面呈金黄色时，再入清汤、精盐、白糖等料，煽至原汁稠浓时下味料，拣去葱、姜出勺。鸽蛋煮熟去壳。炒勺加清汤、精盐、味精、料酒，下鸽蛋煨入味，勾薄芡出勺，置盘中，将大虾(背向下)摆在鸽蛋外圈，尾三节与大虾刀口处相连，盘中空隙处点缀樱桃即成。

【日月大虾】 河北菜。大虾2只去壳，留尾，挑去沙

线，洗净，从背部剖开(腹部不断)，再剞花刀，用刀尖扎几下，以便加热时不卷曲；然后用精盐、味精腌入味，沾匀干面粉。将1只虾挂蛋粉糊，沾匀面包渣，炸熟，摆入盘中一侧；另1只虾挂蛋泡糊，炸熟，摆在盘中另一侧。2只鸡蛋一炸一卧，分摆在2只虾头部的交叉处。另用火腿末、芫荽摆虾周围即成。

【酥虾】 河北菜。青虾去足，治净，放热油中炸至皮酥捞出，用沸水略烫一下，涮净油质。勺内放芝麻油，用葱末、姜末炝勺，加料酒、精盐、白糖等料烹炒，再放入青虾搅炒均匀即成。

【面包虾筒】 河北菜。净虾肉制成茸，加鸡蛋清、淀粉、精盐、味精等搅匀。面包去皮，切成长方薄片，入屉蒸软取出，上面抹匀一层虾茸，卷起成筒状，入热油中炸熟即成。配椒盐佐食。

【莲蓬大虾】 河北菜。净虾肉制成茸，加鸡蛋清、淀粉、精盐、葱姜水、味精搅匀。取1个大酒盅和8个小酒盅，里面均抹一层猪油，将虾茸填入，表面抹平，将豌豆贴在上面成莲籽状，入屉蒸熟取出，将大的摆入盘中间，小的围一圈。另取10只大虾，去枪、须、足、沙线、沙包，洗净，用油煎后，加醋、糖、精盐煨透，至勺内汤汁变稠，淋芝麻油，取出虾，摆在“莲蓬”周围即成。

【煎炸虾饼】 河北菜。净虾肉剁成茸，加猪油、鸡蛋清、精盐、味精、淀粉搅匀，放勺内煎成圆饼状，再添油炸至金黄色即成。配椒盐佐食。

【高丽龙籽】 山西菜。大虾肉切成长条，用糖、盐、味精稍腌；鸡蛋清打成泡，加干淀粉搅匀。腌好的虾肉挂匀蛋泡糊，入油锅炸成浅黄色捞出，盛入盘中，撒花椒盐即成。

【青龙瓤虾】 山西菜。去肉大虾皮10个，入沸水中汆后，再用盐腌渍。火腿、冬笋、香菇均剁成小粒，与鱼茸加调料拌匀，瓤入腌过的虾皮里，上笼蒸后，摆入盘中，用高汤调味，勾芡，浇在大虾皮上即成。

【瓤金桔虾】 山西菜。鸡脯肉剁成茸，加鸡蛋清和调料拌匀，做成丸子；将虾仁瓤在丸子上成桔形，入笼蒸熟。勺内加油、高汤、青豆、玉兰片、瓜片、白酱油、盐、料酒、味精，沸后，勾成汤芡，浇入盘内即成。

【兰花红油大虾】 山西菜。净对虾放炒锅内略炒后，沾上粉面，入油中略炸，再用葱、姜、辣椒丝、高汤煨熟，盛入盘中间，周围摆上蒸熟的鹌鹑蛋。将红油和制好的白芡汁分别浇在虾身上和鹌鹑蛋上即成。

【虾茸金鱼】 山西菜。虾肉剁成茸，加鸡蛋清、面粉、味精、葱姜汁、盐、胡椒粉拌匀，捏成金鱼形，放在盘内；用蛋丝、木耳丝、红辣椒丝点在鱼背上成三行；红樱桃、黑木耳制成鱼眼睛，上笼蒸熟取出。高级清汤经调味，勾白芡汁，浇在鱼身上即成。

【珊瑚雪卷百花虾】 山西菜。对虾去头、壳，留尾，装盘中，呈合页形，用料酒、葱姜汁、盐、味精腌入味。虾肉、鱼肉、肥肉剁成茸，之后加姜汁、料酒、盐、味精、胡椒粉、鸡蛋清、芝麻油，抹在虾排上，入笼蒸熟取出，上面抹高丽糊，再用红、黄蛋皮、红樱桃、芫荽摆成花形，上笼稍蒸成百花虾。将以盐水腌制的红萝卜条、白萝卜片加白醋、糖拌匀，制成马耳形，在盘中间摆成雪卷花形；将百花虾摆四周。热油勺中加葱末、姜末，添清汤，下入盐、料酒、味精，沸后勾芡，浇在百花虾上即成。

【凤尾桃花】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。对虾去头、皮，留尾，去沙线切成2段，靠头一端在背部划3刀，成虾坯料；虾尾1段，背部竖切连刀斩断筋，以料酒、盐腌制入味，顺刀横断面朝虾尾方向，将5毫米粗、13毫米长的奶油卷入其间，抹鸡蛋液，沾面包渣，入油锅慢炸熟透，置盘沿一周。用葱、姜炝锅，入海参、虾肉、鸡肉“三丁”翻炒，烹入料酒，下酱油、味精、盐，制成三鲜馅。制环形蛋皮1张，三鲜馅均匀推置蛋皮上，将蛋泡糊抹在三鲜馅上，以红蛋皮、芫荽叶点缀于表面，上笼蒸熟摆在盘中间。将改好的虾球急炸取出，下番茄酱煸炒，加鲜汤、盐、味精，放入虾球煨熘至汁浓，加鸡油起锅，置于环形三鲜中间即成。

【桔子大虾】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。净鱼肉砸成茸，分次加适量水，沿一个方向搅成花雪膏状，加鸡蛋清、白油、味精、盐搅匀，制成6个鱼丸。虾仁入沸水中略烫取出，捂干水分，沾在鱼丸上，似去皮桔子瓣，上笼蒸熟后置于盘中间。大虾去须、腿，挑出沙袋，取下沙线，洗净，与葱段、姜片同入锅煸炒，至虾呈金黄色时再加糖煸炒至鲜红色，加调料鸡汤烧至汤沸，移慢火上煨熘至收汁，淋椒油起锅，均匀围摆在桔形虾周围，余汁淋大虾上。炒锅加肉汤和调料，以湿淀粉勾芡，淋芝麻油，浇于桔形虾上即成。

【群虾望月】 辽宁菜。腌好的里脊片入温油中划散，用白汁烹制后，堆放在摊好的蛋饼上，上面抹蛋泡糊，呈圆月形，贴上小梅花和芫荽叶，用热油浇透。大虾熘后，摆于“月亮”四周，将虾后部翘起，熘虾的浓汁浇在虾上即成。

【玉蝶荷花】 辽宁菜。大虾去头和皮，破腹挑出泥线，用刀根划成蝴蝶型，拌入调料，上屉蒸熟，摆在盘四周，勾汁浇在虾蝶上。净鱼肉制成茸，放在碗内，添汤，加味精、盐、鸡蛋清拌匀后，抹在调羹内，上屉蒸熟，摆在盘中间成荷花型，再勾汁，加椒油，浇在荷花上即成。

【雪花芝麻虾】 辽宁菜。带尾虾肉用调料腌后，拍面粉，挂糊，入油锅煎透取出，然后沾蛋泡糊，撒上芝麻和火腿末，入油锅略炸后，切块装盘即成。

【青松虾球】 辽宁菜。虾肉和肥膘肉剁茸，加调料制成核桃大的丸子，拍面粉，拖蛋液，滚面包渣，入油锅炸透，捞出装盘，周围摆上用青菜丝炸好的菜松即成。

【红娘自配】 辽宁菜。虾片夹入调好的里脊肉馅，呈半圆虾盒，拍面粉，挂蛋泡糊，入油锅炸制，炸时在不沾油的一面按上芫荽叶，撒上火腿末，然后翻个炸好，摆入盘的四周；将炸好的面包虾丁放在中间，再浇上炒浓

的番茄汁即成。

【桃花香扇】 辽宁菜。鱼肉、虾肉制成茸，经调味后做成扇面形，上笼蒸熟取出，再入油锅炸后摆入盘中。对虾(约10个)去皮，在脊背处划上3刀，入油锅炸成球形，再用番茄、白糖、醋等熘至入味，摆在盘中间，将制好的鸡蛋松摆在虾球和扇面的接连处，再用鲜青椒刻成桃叶形，插在鸡蛋清和虾球之间即成。

【三味大虾】 吉林菜。吉林参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲜大虾摘去沙线、沙袋、须爪，洗净，改成头、中、尾三段。用葱、姜炝锅，下大虾中段稍炒，加鸡汤、料酒、花椒水、白糖、精盐、味精，用慢火熘至汤汁浓稠，转中火收汁出勺，盛于盘子中部。虾头以精盐、味精渍过，用剪刀从虾头下部剪开，抹上以鸡脯肉茸和肥膘肉茸加鸡蛋清、精盐、味精搅拌成的鸡泥，蘸面包渣，入油锅炸熟捞出，盛于盘子一端。大虾尾段从脊背处下刀剖至腹部(不能剖开)，用精盐、味精渍后，挂一层鸡茸。另取鸡蛋清抽打成泡，加淀粉拌匀，装入标花用布袋，取鱼形挤在虾尾鸡茸上，并用黄瓜皮做成鱼翅、鱼嘴；用豆沙做鱼眼，稍加点缀后，上笼蒸熟取出，摆于盘内另一端，浇上薄油芡即成。

【熘虾咕】 吉林菜。大虾去须、爪，用竹签将沙线捅出，挂淀粉糊，入油锅炸熟。用葱、姜炝锅，放入炸好的虾咕，加汤，再放入精盐、味精、料酒、白糖等熘制即成。

【玉桃虾桔】 黑龙江菜。用鱼茸制成鱼丸，鱼丸上码虾仁，中间插上青椒柄，呈桔形状，入笼蒸好，取出置盘中间。竹笋片呈桃形状，抹上澄沙(或京糕茸)，盖上蛋泡糊，贴上青椒制成的桃叶及柄，蒸熟后，在桃上压一道印，摆在虾桔四周，蒙甜酸咸口白汁即成。

【石榴虾仁】 陕西菜。鸡蛋摊成小蛋皮。虾仁、肥膘肉切小粒，与用青鱼肉剁成的茸加调料拌成馅子，包入蛋皮内并呈石榴状。另将虾仁上浆过油，加红食素或红曲染成石榴米状，撒在包好的石榴口处，入笼蒸熟，装盘浇白汁即成。

【炸凤尾芝麻虾排】 陕西菜。大虾治净，剥去外壳，留尾。将虾肉片成一面相连的2片，加调料码味，再将虾肉上抹一层鸡蛋液，上撒熟火腿末，然后将2片虾折起包住火腿末，拍平后入蛋液里拖后，再拖匀干玉米淀粉，复入蛋液中拖一次，然后一面粘上芝麻粒；一面粘上面包渣，拍平成方形即为虾排，再入油锅炸至虾排呈金黄色时，捞出装盘即成。配椒盐佐食。

【全虾三做】 山东菜。山东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。对虾治净，分头、腰、尾3段切开；虾腰剥皮盛碗内，加调料略喂；虾尾剥皮留尾，打上十字花刀，摆盘内，加调料腌渍。用葱、姜炝锅，加料酒、清汤、盐、白糖，入虾头，煨熟，去配料，将虾头竖立盘中。虾腰挂糊，炸熟，摆虾头周围。虾尾沾精粉、拖蛋黄，煎熟，抹以蛋泊，用芫荽叶、红辣椒、火腿、黄蛋糕点缀成各种花色图案，上屉略蒸取出，尾向外拼摆盘边。勺内加清汤、盐、料酒烧开，撇净浮沫，勾芡，加鸡油，淋在虾尾及虾上即成。

【炸虾串】 山东菜。鲜河虾仁治净稍腌，用竹签依次穿上1个虾仁、1片菠菜叶、1片火腿、1片肥肉，沾上薄面粉，挂蛋泡糊，入油勺炸熟，抽去竹签，再入油促一下即成。配辣酱油或椒盐佐食。

【落叶琵琶虾】 山东菜。大河虾去皮，留尾，用精盐、料酒腌后，将虾放干淀粉上，擀压成琵琶形薄片，投沸水中汆后，再将清汤、料酒、精盐放勺内烧沸，然后放入虾片烧一下，捞出盛盘中；勺内余汁勾芡，放姜汁、葱油烧开，浇虾片上，撒上烫过的豌豆苗即成。

【熘虾段】 山东菜。鲜对虾治净切长段。炒勺内加猪油烧六成热，加葱、姜片稍炸，随即将虾段放入，煸至虾肉变红色时，加鸡汤、白糖、料酒、精盐等，拌匀，用小火熘至汤汁收尽时，装盘的一端，淋上芝麻油，另将生菜段摆在盘内一边(供佐食)即成。

【红烧大虾】 山东菜。8个对虾去头部沙包及沙线，留皮。炒勺内放猪油，大火烧八成热，入虾炸至五成熟时捞出。炒勺内留油，加葱、姜炸出香味，再放入鸡汤、白糖、醋、酱油、精盐、料酒及大虾，用小火熘5分钟至熟，取出大虾整齐地摆盘中，浇上原汁即成。

【芝麻虾排】 山东菜。鲜对虾去皮留尾，从脊背处片开，摆平，用刀尖戳几刀，再用精盐、料酒、葱末、姜末腌一下，然后蘸上一层面粉，外裹鸡蛋淀粉糊，再均匀蘸一层芝麻仁，放入五成热油中炸至呈金黄色时捞出，改刀成3段，仍摆原样，装盘即成。

【三彩大虾】 山东菜。8个鲜对虾去头、皮、沙线，留尾，从脊背处片开，剞十字花刀，用精盐、料酒等渍后，蘸一层面粉，再挂蛋清糊，贴在挂有蛋黄糊的薄面包片上。3个虾肉上顺中间撒火腿末成一条红线；3个虾肉上顺中间撒冬菇末成一条黑线；2个虾肉上顺中间撒菠菜末成一条绿线。同入油锅炸至呈金黄色时捞出，三色虾交叉摆盘中，略加点缀即成。

【炸鸡虾卷】 山东菜。猪瘦肉、鸡肉、虾肉剁末，调味成馅。取鸡骨一根，裹馅，放网油上，边沿抹蛋糊，包成鸡大腿状，封口，蒸后，取出沾淀粉糊，入油锅炸至外皮酥脆时即成。

【醋烹虾段】 山东菜。对虾切段，挂糊，入热油中炸黄，起勺炸葱、姜、蒜片，烹醋，倒清酱汁，再倒炸好的虾段，淋芝麻油，颠翻出勺即成。

【知了白菜】 江苏菜。江苏参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。虾仁斩茸，加调料和干淀粉拌匀，抹在青菜心的断面上；水冬菇改刀成小圆片，贴在青菜心的两边；火腿、绿叶菜切成丝，贴在虾仁两边，放入温油锅中，晃动至虾茸发白，再倒进炒锅内，加鸡清汤、料酒，勾薄芡即成。因形似知了，故名。

【石榴虾】 江苏菜。制法有二：一是用豆腐衣作皮，番茄汁、虾仁为馅，包成烧卖状，用蜇皮丝扎口，呈石榴

状，再用3只凤尾虾插入扎口，凤虾外露成石榴的喇叭嘴，入油锅炸熟后，浇上番茄汁即成。一是鸡蛋清加青菜叶、干淀粉、精盐、味精，调成绿色蛋糊，摊成蛋皮，包裹用虾仁、鱼肉、肥膘肉剁细调成的馅料，呈石榴状，置抹有猪油的盘中，再将虾仁与红曲水拌匀，分放石榴口中，上笼蒸熟取出，在石榴皮侧面刷少许红曲水，装盘即成。

【交切虾】 江苏菜。虾仁剁成茸，加鸡蛋清、精盐、料酒、湿淀粉搅匀成虾茸；豆腐皮两面均匀抹上蛋粉糊，再粘上虾茸，蘸满去皮芝麻，入花生油锅炕熟，取出冷却，再入油中炸成金黄色，沥油，切斜方块，装盘即成。配番茄酱佐食。因形似交切糕，故名。

【翡翠虾斗】 江苏菜。平底青椒洗净，蒂口刻成花瓣形，过油成翠绿色“斗”，排盘中；河虾仁过油，加发蛋等调料炒熟，分别装入斗内，再用熟香菇围边即成。

【清炒三虾】 江苏菜。带籽河虾，洗出虾籽，挤出虾仁，虾头煮熟取脑。虾籽漂清，入炒锅，加曲酒、葱结、姜片炒熟，去葱、姜，装盘中。将虾仁入油锅滑一下。锅中留底油，放入葱末、虾籽、虾脑略炒，加料酒、酱油、鸡清汤等，烧沸，倒入虾仁颠翻，勾芡，淋熟猪油、芝麻油，装盘即成。

【高丽虾】 也称“膏里虾”。江苏菜。新鲜大虾仁放入碗内，加精盐、料酒拌匀入味。另碗打发蛋泡，倒入虾仁，加葱花、火腿末、糯米粉等搅匀，入油锅炸至轻浮结壳时，捞出沥油，待油温升高，复倒入虾仁略炸，捞出装盘，淋芝麻油即成。

【膏里虾】 即“高丽虾”。

【油爆虾】 江苏菜。制法有二：一是大河虾剪去须、脚，洗净，入油锅炸至虾头膨胀即捞起，放入用葱、姜、料酒、精盐、白糖等烧煮成的卤汁中略浸入味即成。一是大虾剪去刺、须、脚，用盐抓拌入味，入油锅炸至虾身收缩拱曲时，捞出沥油。锅内留底油，下葱、姜、料酒、酱油、糖烧制成卤汁，放入虾略炒入味，与卤汁一起装盘即成。

【油养虾饼】 江苏菜。虾仁、肥膘肉均斩茸，加鸡蛋清、盐、料酒、湿淀粉搅成糊，挤成圆球状，入锅略摁扁，用温油焐熟，再配以香菇、火腿片、鸡清汤、豌豆苗，加调料，勾白汁芡即成。

【虾仁拉丝蛋】 江苏菜。虾仁调味、上浆，入油锅滑一下。鸡蛋加调料搅成蛋液，徐徐倒入温油锅，边倒边用筷子在油锅内顺向划动，使其在热油锅内拉凝呈长丝形状，起锅排松，虾仁覆盖蛋丝上即成。

【龙井虾仁】 浙江菜。浙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。选清明前龙井新茶，用沸水浸泡至叶舒汁出；鲜活河虾取仁，用清水反复漂洗至雪白色，加盐、蛋清搅拌至有粘性时，再放入湿淀粉上浆，渗涨入味后，入猪油锅滑油捞出，再与茶叶及少量茶汁，在炝锅中一并烹料酒滑炒即成。

【三片敲虾】 浙江菜。浙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲜活虾治净，放砧板上，撒上干淀粉，用小木槌逐只排敲成扇形薄片（要保持尾壳完整），再入沸水中汆熟，捞出放入清水中漂起。香菇去蒂洗净，用刀剖开。炒锅置旺火上，下鸡清汤、盐、料酒、敲虾片、火腿片、香菇，烧沸，撇去浮沫，加味精和焯熟的绿叶蔬菜，淋鸡油，起锅盛入汤盏子中即成。

【生煎虾饼】 浙江菜。虾仁、肥膘肉、荸荠肉剁成细粒，加调料制成虾肉丸，再入油锅煎制即成。

【卤子虾蠘】 浙江菜。纯虾蠘切段，用葱、姜炝锅，下猪肉茸煸炒，加料酒、高汤，烧沸，再下入虾蠘段稍煮起锅即成。

【虾仁锅贴】 浙江菜。鲜虾仁、猪肥膘肉剁成茸，加入葱姜汁、芝麻油、盐等料，搅匀作馅。另用猪网油包上虾馅，裹成网油虾包，先入油锅略煎，再用热油汆至金黄色时取出，改刀装盘即成。配甜酱佐食。

【蟹瓤橙】 浙江菜。湖蟹膏肉，放入挖空的甜橙壳中，用料酒、醋、菊、姜等料蒸制即成。

【炒虾丝】 安徽菜。安徽参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。冬菇入开水中汆熟捞出，选取2个大的刻成一双大虾足，其余与熟火腿、熟笋一起切成细丝。鸡蛋黄刻成虾头、虾尾；虾仁剁成茸，加精盐、味精、鸡蛋清、料酒、干淀粉和水，搅拌成虾茸。用油纸一张卷成漏斗状筒，放入虾茸，挤成细丝下油锅，待虾丝浮起后捞出。锅中放入鸡汤和醋，下虾丝烧烩入味，捞入盘中，理成虾身，安上预先制好的头、尾、须、瓜，撒上胡椒粉，作适当点缀即成。

【油包虾】 安徽菜。猪网油包入以虾仁、肥膘肉等调制的馅心，摹拟虾形卷成一头较粗的条状，镶上粉丝作“虾脚”和“虾须”，弯曲摆放成虾状，入笼蒸熟，再入油锅炸至呈金黄色时即成。

【香炸琵琶虾】 安徽菜。12只大虾去头壳、留尾壳，将虾肉茸加调料搅匀，分放在12把汤匙内，在匙把处安装1个带尾虾仁（尾朝外），上笼蒸8分钟取出裹上蛋清糊，撒上芝麻仁，入油锅炸至表面微黄时即成。

【清汤玻璃虾】 安徽菜。新鲜大虾去壳、留尾，拌干淀粉，将虾肉轻轻捶成薄片，入开水中汆熟，转放汤碗内，加入经调味的吊清高汤即成。

【什锦虾球】 安徽菜。虾仁、肥膘肉调制成茸；猪瘦肉、鸡肉、冬笋、冬菇、火腿等切成细丁，加干贝烧烩成馅，搓成馅丸，用虾茸作包皮，逐一将馅心包裹成球，滚面包屑，入油锅炸至呈金黄色时即成。

【虾腐】 安徽菜。虾仁、肥膘肉、豆腐制成茸，加入火腿细丁调制，做成饼状，放入油锅煎至两面呈黄色时，再配冬菇、冬笋、火腿等片，烧烩入味，四周用盐水虾点缀即成。

【灵芝恋月蝉】 福建菜。福建参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲜虾肉剁成茸，取一部分虾茸加精盐、

味精拌匀，捏成10个灵芝馅料；冬菇水发后挤干，加上汤蒸后取出，挤干水分摆盘上，撒上干淀粉，在其中10个冬菇上各放1个馅料，再用其余10个冬菇盖上，稍压使呈灵芝形状。肥膘肉茸加剩余的虾茸、精盐、味精拌匀，捏成20个月蝉馅料；鸭蛋清摊成圆形薄皮，放入馅料用中火煎，再将蛋清皮折成月蝉形取出，每个蝉头插入两根火腿丝，同灵芝一起装盘内，上笼略蒸即取出，将月蝉、灵芝摆汤碗中，再浇入烧沸的上汤即成。

【龙身凤尾虾】 福建菜。福建参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。海虾去头，剥去中身壳，留尾壳，从虾背处直割一刀至尾（勿割断），摊开，用刀面轻轻拍平，将火腿切成小条，横放在虾尾（每只虾用1条）上，撒干淀粉，从尾部将虾卷起，倒入热锅冷油中过油，捞出沥油。锅内留油烧热，放入料酒、芝麻油、上汤、味精、精盐和香菇片、冬笋片、葱片，再倒入虾，翻炒几下，装盘即成。

【燕子归巢】 福建菜。明虾去头、壳，留尾，从脊背剖开拍平，排在汤匙上，尾朝匙柄，撒上干淀粉；肥膘肉、虾仁肉剁茸，用鸡蛋清、调料拌成馅，捏成燕子型，装在虾身上，再用香菇、火腿做翅膀、嘴巴和眼睛，蒸熟。发透的发菜洗净，汆一下捏干，用料酒腌渍，排在蛋清芙蓉中为燕巢，再将熟"燕子"排在周围，冲进鸡汤即成。

【生煎明虾】 福建菜。鲜明虾洗净，剪去虾须、爪、尾，过油后，反复煎匀两面，至虾头出油时，再放入葱、蒜、辣椒、姜末炒制，随后加白糖、料酒、桔汁、酱油、清汤少许，推匀，用湿淀粉调稀勾芡即成。

【金鱼大虾】 福建菜。鲜大虾去壳、留尾，剖开成片，先用精盐、料酒调成的汁抹匀，再敷上一层面粉；用小虾肉、猪肥膘肉、荸荠细米及面粉、精盐、味精、蛋清、料酒拌成的茸料，在虾肉片上捏制金鱼体，并以冬笋条、青豆仁、香菇和熟蛋黄丝装点成鱼鳍、眼睛及花纹，最后入油锅慢炸至熟即成。

【盐焗虾】 台湾菜。芦虾去肠泥、壳、须、脚，然后置碗中，加料酒、胡椒粉、盐腌后，加淀粉拌匀，入沸油炸至呈红色时即成。

【烧虾脯】 河南菜。虾仁剁碎，与火腿丁、荸荠丁、鸡蛋清、淀粉等搅至上劲，再加猪油搅匀，挤成丸子，逐个下入油锅内，用手勺按扁煎制，煎至两面呈金黄色时，滗出余油，放入汤、香菇、玉兰片、火腿及调料，烧沸后，勾流水芡，起勺即成。

【炒虾仁带底】 河南菜。虾仁洗净，捞干，挂蛋清糊，入油锅滑散捞出；原锅留油置火上，下香菇、青豆、荸荠和调料汁，烧沸，下虾仁，炒熟盛入碗内。鸡蛋黄加淀粉、调料、汤，搅成糊。锅内留底油烧热，下入蛋黄炒成糊状，盛入碗内。上桌时，将虾仁倒在蛋黄上即成。配姜米、香醋佐食。

【虾鲊】 湖北菜。鲜活毛虾，剪去须、夹，洗净，沥干，加粗盐、料酒、花椒、红辣椒末腌渍，置于坛中，密封30天，然后挖出数匙，拌以炒熟的碎米粉蒸制即成。

【煎虾饼】 湖北菜。鲜虾仁洗净，沥干，剁成茸状，加蛋清、精盐、葱姜汁、白胡椒粉、淀粉、猪油和水搅成虾茸，然后挤出虾球，入锅煎成饼状捞出，再配香菇片、笋片、青豆、鸡汤、猪油、调料，烧沸，在小火上煨3分钟后，移大火上收干汤汁，勾芡，淋油即成。

【牡丹虾仁】 广东菜。广东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。中火烧锅，下油，烹入料酒，加二汤、精盐，烧沸，下浸发过的雪耳，煨片刻取出；再烧锅下油，烹入料酒，加上汤、精盐、雪耳、湿淀粉，调稀勾芡，取出雪耳；将用鸡蛋清、精盐、干淀粉、小苏打拌匀并入冰箱冷腌制过的虾仁，过油至八成熟时，加入蟹黄同炒片刻立即取出，然后下锅再炒，以上汤、味精、湿淀粉、胡椒粉、雪耳围于四周即成。

【油泡鲜虾仁】 广东菜。鲜虾仁用鸡蛋清、精盐、干淀粉、小苏打拌匀，入冰箱腌2小时取出，入油锅炸至八成熟，然后与葱榄同炒，倒入用上汤、味精、芝麻油、湿淀粉调成的芡汁勾芡，淋熟油即成。

【五彩炒虾丝】 广东菜。虾肉剁成茸，加精盐、小苏打拌至起胶，放入用厚纸做成的漏斗里，挤入沸水锅中，煮熟捞起，过油，再与爆香的姜丝、洋葱丝、青红辣椒丝、蒜茸同炒，加笋丝、红萝卜丝、韭黄段，烹料酒，用芡汤、芝麻油、胡椒粉、深色酱油、湿淀粉调匀勾芡，淋芝麻油即成。

【煎瓤明虾】 广东菜。明虾剪净，剖开腹部，沾匀干淀粉；猪瘦肉丁加香菇丁，搅挞至起胶，作馅，瓤入明虾内，用鸡蛋液涂匀，入油锅煎至两面金黄，再用嗚叶、精盐、味精、白糖、上汤、料酒、芝麻油调成的味汁略焗，切作两段，装盘即成。

【菜莞炒虾球】 广东菜。大虾肉，沿背脊切开成"双飞"片状，用鸡蛋清、味精、精盐、淀粉、小苏打拌匀，腌片刻，过油至刚熟，再与姜花同炒，烹入料酒，倒入用芡汤、芝麻油、胡椒粉、湿淀粉调成的芡汁勾芡，加已炒至九成熟的菜莞烹炒，淋熟油即成。

【干煎虾碌】 广东菜。大虾剪净，斜刀切段，入油锅先炸后煎，再加入以茄汁、嗚汁、芝麻油、精盐、白糖和上汤调成的芡汁，煎至汁干身硬时，淋油即成。

【白焯鱿鱼虾】 广东菜。鲜虾洗净，用沸水焯至刚熟，装盘内呈山形状；鲜鱿鱼剖开，治净，刻菱形花纹，切块。中火烧锅，放油、姜片、葱条，烹姜汁酒，加沸水，放入鲜鱿鱼片，煮至刚熟取出，排于虾堆四周即成。配用热油、辣椒丝、酱料拌成的辣椒酱油佐食。

【干炸虾枣】 广东菜。鲜虾肉茸加火腿丁、猪肥肉丁、韭黄末、荸荠肉丁、精盐、川椒末、鸡蛋液、火腿末、精粉搅匀，挤成丸子，入油锅炸熟呈枣形状，再入炒锅加调料烹炒，装盘后，用酸甜菜和芫荽叶围边即成。配潮汕甜酱佐食。

【生菜龙虾】 广东菜。龙虾洗净，从尾部插入一竹签

头，入沸水中汆熟，晾干；生菜消毒后切块，装在盘中，上放以番茄刻成的花，将熟龙虾的头拆出，摆在盘的一端；虾肉切片，拼砌在番茄上呈虾形状；熟火腿肉片拼砌在虾肉边旁，最后一片叠一熟蛋白片即成。配用芫荽、熟蛋黄、芝麻酱和白醋、白糖、芥末酱、茄汁酱、精盐、味精拌成的酱料佐食。

【油泡虾球】 广东菜。肥大明虾去头、壳，沿背脊切开呈“双飞”片状，过油呈球形状；再与炒香的蒜茸同炒，加用味精、芝麻油、胡椒粉、上汤、鱼露、湿淀粉调成的芡汁炒匀，装盘后，用芫荽叶围边即成。

【虾扇千里香】 广西菜。鲜虾去头、壳，留尾，用干淀粉滚后，轻敲打成扇形薄片，入沸水汆熟，再与上汤、夜香花制成汤即成。

【蟹黄芙蓉】 天津菜。天津参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。熟蟹黄加味精、料酒、姜水入味，放入搅好的鸡蛋清中，用温油滑成片状，盛盘，撒火腿末，浇上以高汤、料酒、盐、味精等勾成的琉璃汁即成。

【熘海蟹黄】 天津菜。用葱、姜、蒜炝勺，倒入熟海蟹黄煸透，烹入料酒、醋、酱油，下白糖、高汤、味精，勾芡，淋花椒油，出勺盛碟中，配上姜末一撮即成。

【酸沙紫蟹】 天津菜。紫蟹去盖、腿、肺、脐盖，劈为两半，摆盘上，盖上带黄的净蟹盖，淋料酒、姜汁，上屉略蒸取出。另以葱、姜、红绿辣椒炝勺，烹入醋、料酒、姜汁，加盐、糖，勾薄芡，淋花椒油，浇在蟹上即成。

【烹大夹】 天津菜。将煮熟、去壳的河蟹大夹肉用开水焯后，控去水分。炒勺内放芝麻油烧热，用葱丝、姜丝、蒜片炝勺，下大夹肉稍煸，烹入料酒、醋、酱油，加味精，淋花椒油出勺即成。

【熘油盖】 天津菜。炒勺内加猪油烧热，下姜末炝勺，放油盖煸透，加料酒、醋、酱油、盐、白糖、味精，煸至出水气后，勾芡，淋花椒油，出勺盛盘中，撒上姜末即成。（注：蟹方脱壳，新壳尚未长硬，蟹壳满黄，俗称“油盖”。）

【七星紫蟹】 天津菜。鸡蛋清加高汤、水、味精搅匀，将一半倒入腰圆盘中，上屉蒸后取出，再将抹有熟猪油的7个紫蟹斜摆于蒸好的蛋清上，然后将另一半蛋清均匀地浇在蟹身上，上屉略蒸，取出紫蟹，蒸好的蛋清上便出现7个紫蟹模子，然后将7个紫蟹及熟河蟹一起剥下蟹黄、蟹肉、蟹腿肉、大夹肉，按部位分别填入腰圆盘上“芙蓉蛋清”的蟹模中，上屉蒸透取出，淋花椒油，加酱油、醋、味精、姜末即成。

【炒蟹黄油】 上海菜。上海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。选霜后大肥蟹洗净，蒸熟。取雌蟹黄、雄蟹膏，投入葱油热锅内，摊平略煎，烹入酒，加盖焖一下，加姜末、酱油、白糖、味精和白汤少许，至蟹黄、蟹膏均匀受热，勾芡，加米醋、葱花、猪油，翻匀，装盘，撒胡椒粉即成。

【菊花蟹斗】 上海菜。肥壮大蟹蒸熟，拆下蟹黄、蟹膏、蟹肉，加调料炒入味后，装入蟹壳内，上面再盖一只蟹壳，上笼蒸透，排齐装盆成圈形，中间以鲜菊花点缀即成。

【芙蓉青蟹】 上海菜。青蟹掰开壳、身，剔除鳃、脐，切成块。炒锅置火上，用葱、姜炝锅，下蟹块，烹料酒，稍焖，加精盐、味精等调料，再用淀粉勾芡，然后把打匀的鸡蛋倒入锅中，推匀，淋熟猪油即成。

【红袍登殿】 上海菜。清水大湖蟹治净，螯足、步足作十字捆绑，上笼一气蒸熟，除绑绳，装盘即成。配姜末、醋、糖对成的味碟佐食，另配姜汁茶供食后用。因蒸后蟹甲呈红色，故名。

【浦江蟹羹】 上海菜。虱蟹经饿养吐净泥沙后，与葱末、姜末一起捣烂取汁，加鸡汤、精盐、味精烧沸，用淀粉勾成薄芡，然后再加鸡蛋清、鲜牛奶搅拌，烧沸，盛入汤碗内，撒火腿末即成。

【蟹糊皮】 上海菜。虱蟹捣烂取汁，与鲜鸭蛋一起打成糊状，加姜末、葱末、精盐、料酒等，摊成蛋皮，与焯后的韭芽一起拌和即成。配芝麻油、醋佐食。

【雪丽大蟹】 ①山西菜。煮熟的大蟹去黄；蟹肉入炒勺中，加清汤、葱末、姜末、料酒、味精、盐煨透，装入蟹壳内，盖上蟹壳，放在垫有菜松、芫荽的盘中；鸡蛋清打成高丽糊，放在蟹嘴前呈似蟹吐沫状，上笼稍蒸取出。热油锅中加葱末、姜末，下料酒、盐、味精、高汤、芫荽，沸后勾芡，淋芝麻油，浇在蟹身上即成。②山东菜。8只鲜海蟹用旺火蒸熟取出，揭下蟹盖，剔下蟹肉，摆盘中；将姜末、味精、精盐、胡椒粉、料酒均匀地撒在蟹肉上，稍腌，再沾满蛋清糊，入油中炸透，摆放在完整的蟹壳内即成。配姜汁、花椒盐佐食。

【七星螃蟹】 辽宁菜。7只河蟹洗净，上笼蒸熟后，掀开蟹盖，取蟹黄放碗内，加鸡蛋清和调料拌匀。将蟹肉挖出放另一碗内，加鸡蛋清和调料拌匀。蟹盖里抹上熟猪油，先放入蟹黄，再放入蟹肉，上笼蒸熟即成。

【缕金龙凤蟹】 陕西菜。陕西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。依据宋陶谷《清异录·馔羞门》所记资料并加以改进而成。河蟹用笼蒸后，剔出蟹肉，略煸炒，出锅晾凉，并拌入鱼茸，分别瓤入蟹壳内，再经笼蒸后浇汁，土豆蒸熟压成茸做龙身；蛋糕做龙鳞；蛋卷做凤身；萝卜做龙头和凤头，分别做成龙、凤形状，摆两侧即成。

【光明虾炙】 陕西菜。对虾治净，用葱姜水腌渍后，入油锅略炸捞出。用葱末、姜末炝锅，放入番茄酱炒透，下对虾，加料酒、味精、精盐、糖，炒透至入味，勾芡，出勺将对虾摆成灯笼形状，然后用蛋黄糕、蛋皮点缀灯笼上下底坐和灯穗即成。

【雪丽大蟹拼燴大虾】 山东菜。山东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。大蟹洗净，蒸熟，取下蟹的后大足与连腹部的肉团，放盘内，撒上姜末、精盐、胡椒粉、料酒，稍腌。蛋清打成泡沫状，加干淀粉、面粉拌成糊，

将蟹足裹上糊，入油锅炸透，摆盘边沿处成一圈。大虾治净，葱、姜下热勺稍炸，放虾炒至色红，加鸡汤、白糖、料酒、精盐，燉至汁浓虾熟时，拣去葱、姜，淋明油，出勺。将虾改刀后摆盘中，再摆上生菜即成。配用醋、姜末调成的姜汁佐食。

【雪花蟹斗】 江苏菜。江苏参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。蟹壳刷净，入沸水中煮后，背朝下排入盘中。蟹粉入葱油锅中略炒，加料酒、精盐、白糖、姜末、鸡清汤，炒沸，上小火略焖，再移大火上勾芡，淋熟猪油，分别装入蟹斗。发蛋糊分置抹过油的盘中，上放火腿末、熟芫荽叶摆成小花，上笼蒸熟取出，覆盖在蟹斗上呈雪花状。炒锅置火上，加入鸡清汤、味精，烧沸，用湿淀粉勾芡，淋熟猪油，浇在发蛋上即成。

【斑肝烩蟹】 江苏菜。斑鱼活杀，取睾丸（俗称斑鱼肝），用刀尖划破其肝尖，挤出淤血，用清水洗净，入油锅滑熟捞出，沥油。螃蟹肉放入葱姜油锅内略炒，加料酒、酱油、精盐、清汤，烧沸，勾芡，倒入斑肝，淋醋炒匀，盛盘即成。上桌时撒胡椒粉。

【中堡醉蟹】 江苏菜。鲜活湖蟹洗净，沥水，放入曲酒坛中，用花椒、精盐、姜、葱加水烧沸，待冷后，倒入坛中，加入冰糖，以干荷叶封口，10～15天即成。

【翡翠兜蟹】 江苏菜。生梭子蟹肉糜与猪熟肥膘肉末加姜末、葱末下锅煸炒，烹入料酒，下盐，烧沸，勾芡，加醋、芝麻油、胡椒粉炒和盛起，装入用油水汆过的青灯笼椒内，抹上发蛋，撒蟹黄、火腿末，小火略蒸，上浇鲜咸味白卤即成。

【软炸蟹球】 江苏菜。生梭子蟹肉糜与猪熟肥膘茸、鸡蛋、湿淀粉加姜、葱末、盐搅成厚糊，挤成丸子，入油锅炸后捞出。锅内放少许芝麻油、花椒盐，投入蟹丸翻拌即成。

【蟹松】 江苏菜。生梭子蟹肉糜加姜片、葱结、料酒、精盐蒸熟，包入纱布内，略挤水分。铁锅洗净油渍，锅底铺山柰、丁香、桂皮、小茴等香料，上盖白纸，将熟蟹糜撒在纸上，用小火烘干成松即成。

【蟹子豆腐】 江苏菜。梭子蟹鲜蟹籽，磨成浆，加热后，再凝固成膏即成。因形似豆腐，故名。

【炒蟹脆】 江苏菜。油馓子切成段，入油锅炸脆；蟹粉入葱姜油锅煸炒，加清汤、料酒、酱油等，烧沸，勾芡，加醋、白胡椒粉和熟猪油，炒匀，乘热浇在炸脆的馓子段上，以芫荽点缀即成。

【双味蝤蛑】 浙江菜。浙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。蝤蛑肉加香菇、荸荠、料酒、盐炒制后，放在改刀的肥膘肉和蛋清糊上，抹上鱼茸，入油锅贴至结壳呈焦黄色时捞出，放入盘中；另取蝤蛑洗净，用料酒灌醉放汤盆中，加葱、姜，上笼蒸熟取出，揭去盖，每只切成8块，按原形摆在盘的两端，配醋碟上桌即成。

【舟山梭子蟹】 浙江菜。浙江舟山梭子雌蟹治净，上笼蒸至壳呈红色时取出，去掉脐、足尖、肚、鳃，剖成小块装盘，再与芫荽叶、酱油、醋及姜末拌和即成。

【南湖蟹粉】 浙江菜。肥蟹治净，蒸熟，拆壳取蟹肉和蟹黄，入油锅煸炒，加调味品，勾芡，起锅装盘，另配姜丝放在盘边即成。配醋佐食。

【蟹黄虾盅】 安徽菜。安徽参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。取小酒杯20个，每个杯内抹上一层熟猪油，先放进1段蟹腿肉，在蟹腿的一边放1份蟹黄；另一边放一片菠菜叶，然后盖上虾茸，抹平杯口，放大盘内，入笼蒸5分钟；另将10个大虾仁放小碗里，加鸡蛋清、盐、干淀粉拌好，也随虾盅一起上笼蒸好，虾盅取出后覆扣在大盘里摆好，10个大虾仁摆盘的另一头。炒锅里放入鸡清汤和盐，烧沸，撇去浮沫，用湿淀粉勾薄芡，淋熟鸡油，起锅浇在虾盅上，用萝卜刻花点缀即成。

【玉板蟹】 安徽菜。熟鸡蛋5个剥壳，逐个剖成4瓣，去蛋黄，填入鱼肉馅，放上蟹肉，按花朵形码盘，中间放蟹黄，并间隔地放入葱段、香菇、火腿片，蒸熟后移在有垫底菜的盘中，浇蟹水薄芡汤汁即成。

【炸蟹卷】 安徽菜。桂鱼肉剁成细丁，加甜米酒、火腿末、熟蟹肉及调料搅匀成馅，以猪网油包卷成条，挂上蛋糊，入油锅炸至金黄色，改刀装盘，撒匀花椒盐即成。配甜面酱佐食。

【炒毛蟹】 江西菜。河蟹治净，砍掉脚爪；钳子、蟹整身破成两半，切成块，撒上精盐、胡椒粉、面粉拌匀，入油锅炸至呈红黄色时捞出。葱末、姜丝入油锅炝后，加料酒、淡色酱油、白糖、香白醋，下入蟹，加味精合炒即成。配芫荽叶佐食。

【干炸蚌盖】 福建菜。活蚌（即团脐）蒸熟，剥壳取肉，蚌盖洗净晾干。猪五花肉、荸荠、冬笋均切细丁，加上蚌肉、葱丁、精盐、味精、蛋液、料酒、面粉等料搅成馅，填入蚌盖内，先敷匀面粉，再涂一层蛋液，而后入油锅炸至馅壳酥黄时即成。

【油焖红蚌】 福建菜。红膏活母蚌，先灌以高粱酒，然后治净，用猪网油包裹，再入加有老酒的姜油锅中，以小火焖10分钟，剥壳去鳃，切片装盘即成。

【桂花蚝肉】 福建菜。鲜蚝蒸熟，剥取膏肉，配以鸡蛋、五花猪肉、肥膘丝、冬笋、葱等料，入油锅煎炒即成。

【炸蟹圆】 湖北菜。萝卜削皮，擦成细丝，用盐腌20分钟，挤水晾干，连同蟹肉丝、干贝丝、虾米末、火腿丝和调料、蛋液、糯米粉拌匀，捏成螃蟹形，下锅炸黄，捞起装盘即成。

【雪花套蟹】 湖北菜。毛蟹蒸熟，剔出肉黄，加肉茸、鸡茸、膘丁、菇粒、笋末、荸荠丁和调料搅成粘稠上劲的茸糊，填入蟹壳，蒸熟；再用蛋清和淀粉搅打成泡糊，盖在蟹壳上成为蟹斗，上笼略蒸即成。

【脆皮炸蟹钳】 广东菜。广东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。蟹螯入沸水煮至恰熟，取其前节，轻拍至螯壳爆裂，拆出螯肉，留下螯壳末端及螯内扇骨，瓤

回其扇骨上，成螯形，入笼蒸熟；中火烧油至六成热时，端离火口，用手持壳末端沾上脆浆，逐个垂直入油，然后把锅放回炉上，炸成金黄色至熟即成。配唸汁、淮盐佐食。

【蒸大红羔蟹】 广东菜。鲜蟹治净，切2块，以花生油拌匀，取出蟹黄；蟹螯剁作2段，并敲裂螯壳，拼排在盘上，加花生油、姜片、葱条，入笼蒸10分钟，去姜、葱和汁水，加蟹黄，再用中火蒸熟即成。配用姜、醋和以姜茸、浙醋、精盐、芝麻油拌成的酱料佐食。

【竹荪汆蟹钳】 广东菜。大肉蟹螯煮熟，去壳，将螯肉完整取出，放在碗里，加蟹肉；竹荪治净，略汆。烧锅下油，烹料酒，加二汤、精盐，下竹荪煨，沥干，放在蟹肉上，然后覆扣在汤盆里；鲜草菇、笋花、菜远焯熟，放入汤盆的四周，烧沸上汤，加料酒、胡椒粉，撇去浮沫，注入盆内，上加熟火腿片即成。

【酥炸蟹盒】 广东菜。猪肥肉切圆形片，上涂用精盐、白糖、汾酒拌匀的调料，仰摊在瓦缽内，腌2小时；猪瘦肉剁成茸，加香菇丁、虾胶、干淀粉、韭黄末、芝麻油、精盐，搅至起胶，挤成丸子，取芫荽叶一片，夹于两片肥肉中，沾上以蛋清淀粉拌成的蛋浆，入油锅炸熟即成。

【香汁炒蟹】 广东菜。肥硕肉蟹宰杀治净，切块，拍破蟹螯，入油锅过油，然后与爆香的蒜茸、姜米、葱米炒匀，烹料酒，加二汤、精盐、白糖炒熟，再加胡椒粉、味精，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油、熟猪油即成。

【清汤蟹丸】 广东菜。虾茸加精盐、鸡蛋清搅成虾胶，再加猪肥肉丁、荸荠肉丁和蟹肉拌匀，挤成丸子，放在涂上猪油的盘里，上沾香菇丁、火腿丁，入笼蒸熟，烧沸上汤，加花生油、芝麻油、胡椒粉烧沸，淋在丸子上即成。

【炊鸳鸯羔蟹】 广东菜。雌雄蟹各1只宰杀治净，将蟹黄、蟹肉分别加瘦肉茸、肥猪肉粒、香菇粒、虾胶、鸡蛋黄制成的馅料，瓤回各自的蟹壳与蟹螯内，蟹爪拼于蟹旁成2只相对的蟹状，加姜、葱，大火蒸熟，去姜、葱，覆扣在餐盘上，淋熟油即成。配姜茸、浙醋佐食。

【蟹肉扒鲜菇】 广东菜。鲜草菇治净。烧锅下油，烹姜汁酒，加二汤、精盐，下鲜草菇煨片刻取出，沥干；热锅下油，烹料酒，加上汤、精盐、鲜菇略煮，用湿淀粉勾芡，置盘中；热锅下油，烹料酒，加上汤、精盐、味精、胡椒粉、白糖、芝麻油，下蟹肉炒熟，用湿淀粉勾稀芡，加鸡蛋清、熟油拌匀，淋在鲜菇面上即成。

【蟹黄扒豆苗】 广东菜。鲜嫩豌豆苗治净。烧锅下油，放入豆苗，烹姜汁酒，加精盐，爆炒至七成熟时取出，抹干，再回锅炒，芡汁勾芡，装盘；蟹肉沸水汆；蟹黄过油，锅烹料酒，加上汤、精盐、芝麻油、胡椒粉，下蟹肉、蟹黄，用湿淀粉勾芡，再下味精、熟油，浇在豆苗上即成。

野味类

【干烧象鼻】 云南菜。取象鼻在明火上烤后，刮去粗皮，治净，入锅煮后取出，刮去鼻道中的膜，去老皮，切片，入油锅过油捞出，置小铝锅中，加上汤，放上火腿皮盖住，加姜块、葱结、料酒，烧沸，移小火上燉。炒锅内用油将冰糖炒成糖色，倒入铝锅中，加鸭掌、精盐，与象鼻同燉，至鼻软烂汁浓稠时，拣去火腿皮及姜、葱，装盘，淋芝麻油及热汁即成。

【红烧象鼻】 云南菜。象鼻在明火上烤后，刮去粗皮，治净，入锅煮后取出，刮去鼻道中的膜，去老皮，切片，入锅稍炒后加调料和上汤同烧，至沸时再倒入铝锅中，放入火腿皮盖住，以小火煨熟，复倒入锅中稍煮，加调味品即成。

【三夹象鼻】 云南菜。将已治净煮透的象鼻去脆骨和异味，切片，汆后漂起，入油锅过油捞出，置小铝锅中加上汤，用肥火腿片、生鸡腿片盖住，再用大火烧沸，移小火上燉炝。以1片象鼻、1片鸡片、1片象鼻、1片火腿的次序，依次一起入碗，上盖青菜头，入笼蒸熟，出笼翻入盘中，点缀，浇入芡汁即成。

【红烧熊掌】 北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。用鸡汤、葱、姜、料酒将发好、治净的熊掌煨约15分钟，捞出，放入垫有竹箅子的砂锅内，加鸡汤、肘块、火腿、甘草、葱、姜等料煨约3～4小时，取出，翻扣大盘内，盘边配上雕刻好的熊猫、成熟的虾饼和菜心，再将砂锅内汤汁调味，勾芡，浇在熊掌和菜心上即成。

【兰花熊掌】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。勺内加底油烧热，下葱、姜炝锅，烹入料酒、鸡汤、盐、味精，下发制好的熊掌，沸后倒入砂锅中，将熊掌煨至酥烂时起锅，拣去葱、姜，再将砂锅中原汁倒入勺内，将熊掌重入勺，调好口味，用小火煨透，勾芡，熊掌出勺置于盘中，余汁加鸡油炒亮，浇在熊掌上。油菜心去尾梢，改段，入沸水中焯透捞出，用冷水透凉，取出沥干水分，加盐、味精，腌渍入味，顺刀一切两半。虾肉、猪肥膘肉剁成茸，加鸡蛋清、料酒、食盐、淀粉和匀搅拌成茸，抹于菜心剖面；火腿、冬笋、口蘑剁成末，点缀于菜心虾茸上，入盘上笼蒸熟，取出摆于熊掌外圈。勺内加底油，下葱、姜炝锅，加鸡汤、盐、味精，勾芡，淋于兰花菜心上即成。

【猴头扒熊掌】 辽宁菜。猴头、熊掌分别泡发后，再分别加鸡汤、酱油、糖、料酒、味精、葱、姜等蒸熟(猴头需先切片)。将熊掌取出置盘中间(掌面朝下)，猴头整齐地沿熊掌摆一圈。勺内放蒸熊掌和猴头的原汤，调好口味，再将摆好的熊掌、猴头推入勺内，用慢火煨透，用湿淀粉勾芡，淋明油颠翻，将熊掌面朝上装入盘内即成。

【陈皮熊肉】 辽宁菜。将熊肉中的肥肉剔净，切成

条，用沸水烫透捞出，洗净，入油锅中煸炒，添鸡汤，加精盐、料酒、陈皮、葱、姜、大料，沸后，移小火上煨约3小时，待锅内汤汁将尽，拣出陈皮、葱、姜、大料，用湿淀粉勾芡，淋明油装盘即成。

【牡丹熊掌】 吉林省。吉林参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。发制好的净熊掌入盆内，加鸡汤、葱、姜、料酒，上笼蒸30分钟取出，抹上蜂蜜，入油锅炸成金黄色捞出，顶刀改成片，掌面朝下码在蒸碗内。人参洗净，泡软，切成丝，同鹿茸片一起放在熊掌上。用葱、姜炝锅，入猪肉块、鸡肉块煸炒，加酱油、鸡汤、料酒、精盐、味精、花椒水，烧沸，倒入熊掌碗内，上笼蒸烂取出，取熊掌（掌面朝下）和原汁倒入炒勺置火上煨至汤汁浓稠时，勾芡，淋明油，翻勺出勺盛于盘内（掌面向上），另取芫荽拼成牡丹花摆于盘内一端即成。

【砂锅什锦熊掌】 吉林菜。发好的熊掌放入盛有清水、鸡骨垫底的大砂锅里，加葱、姜和调料袋、猪肘肉，用小火煮熟，拆去骨，再码碗内，加鸡汤和调料上笼蒸烂，取出放入冰箱冷却，再切片。蒸熊掌的汤倒砂锅内，下入干贝、冬笋片、火腿片等，再下熊掌片，调味后炖制即成。

【扒茸蘑熊掌】 吉林菜。发好的熊掌加入鸡汤、姜、葱，蒸后拆去骨，掌面抹蜂蜜，入油锅炸成金黄色，捞出切片，掌面朝下码在扣碗内，加葱、姜、鸡块、猪肉、鸡汤、花椒油、料酒、白糖、味精、酱油、精盐，上笼蒸烂取出，拣去葱、姜、鸡块和肉块。松茸蘑切片，摆在熊掌两侧，拖入勺内，用原汁扒制即成。

【黄芪熊掌】 吉林菜。发好的熊掌加鸡汤、葱、姜和调料蒸后，拆去骨，掌面抹蜂蜜，过油后切成片，码在碗内；黄芪切条，也码在碗内。将煸炒过的鸡块、猪五花肉连汤一起倒在熊掌碗内，上笼蒸后，拣出葱、姜、黄芪、鸡和肉块，将熊掌连汤拖入勺内，经扒制即成。

【糟扒熊舌】 吉林菜。熊舌用开水烫后，扒去外皮，加葱、姜、鸡汤、鸡膀和调料，上笼蒸烂取出，切长条。勺内加底油，用葱、姜炝锅，添鸡汤、香糟，调好口味，放入熊舌扒制即成。

【桂皮熊肉】 吉林菜。熊肉切条，用开水焯透；冬笋、油菜切片。勺内加底油，用葱、姜炝锅，放入熊肉条煸炒后，加鸡汤、酱油、精盐、味精、料酒、白糖、桂皮，移小火上炖烂，加冬笋片、油菜片，拣去葱、姜、桂皮，再移大火上炖至汁浓即成。

【冬梅玉素】 黑龙江菜。黑龙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。发好的熊掌去骨，放入盆内，加鸡汤和葱、姜、料酒、酱油、白糖等，上屉蒸烂取出，再经扒制，置盘中央。油菜心洗净，入炒勺加调料炒制，围在熊掌周围。胡萝卜刻成梅花，用白瓜子仁做梅花心，入屉蒸好，摆盘，浇白汁即成。

【双味鸳鸯玉掌】 黑龙江菜。发好的熊掌去骨，取一部分片成片，再取另一部分改成盒形。把熊掌片、火腿、冬笋片依次码盘。勺内炝锅，推入码好的熊掌，慢火扒制，出勺放盘中间。熊掌盒瓤上什锦馅，蘸面粉，挂蛋泡糊，下油勺中炸好，码在盘子四周，浇上米汤芡即成。

【红柿玉掌】 黑龙江菜。发好的熊掌去骨，装碗，加鸡汤和调料蒸熟，再切大片，同玉兰片、火腿片间隔地码在碗内，加鸡汤和调料蒸烂，扣在盘中间，原汁勾芡浇上。西红柿洗净，切掉柄部（做盖），中间挖空，瓤入什锦馅，蒸熟取出，围在熊掌四周，最后浇入白汁即成。

【龙眼猴蘑玉掌】 黑龙江菜。熊掌泡发后出骨（保持原形），放勺内，经红扒制成，置盘中间；猴蘑切片，用料酒、精盐、味精等喂好口，抹鱼茸，制呈龙眼状，蒸热，围熊掌四周，浇入白汁即成。

【冬仓玉蟠】 黑龙江菜。发好的熊掌切大片；冬笋切锯齿形大片，然后间隔地码在盘内，加葱段、姜块、精盐、味精、料酒，蒸熟，再推入炝好锅的勺内，调好口味，慢火扒制，装入蒸好的蛋泡糊盘中间，速将调制的白色稀汁芡浇在周围的蛋泡糊上即成。

【鸡丝烩熊掌】 广东菜。熊掌浸发治净，用姜、葱、姜汁酒、二汤、盐喂去异味，放在垫有竹箅的砂锅里，加上汤、姜、料酒、鸡肉、猪肉、火腿，微火熬至软烂，取出熊掌肉，切丝；余下的肉料续熬，至汤稠浓，滤去肉滓；鸡肉切丝，先拌鸡蛋清，后沾淀粉，过油，与熊掌肉丝、原汤、香菇丝、胡椒粉、湿淀粉烩成羹状，淋芝麻油、熟猪油即成。

【一品熊掌】 四川菜。新鲜熊前掌一对，入锅加水煮2小时捞出，拈尽茸毛，削去茧皮，再入锅加好汤及咸鲜味调料，反复煮数次（每煮一次的好汤和调料均需另换），除尽趾骨，用干净细布包好。另取炒锅，下猪油、鸡块、肥瘦猪肉煸炒，加好汤、调料和熊掌，烧沸，撇去浮沫，移至小火煨炖。起锅后取出熊掌，掌心向上盛于大圆盘（盘中有煸炒后的葱段垫底）内。锅内原汁收稠，淋于熊掌上即成。

【蒜烧熊掌】 云南菜。干熊掌涨发治净，加葱、姜、料酒煮至能轻轻地折去骨、爪时捞出，用水冲泡。将掌底划十字花刀，底面向下摆碗中，加盐、葱白、姜、料酒、上汤，入笼蒸至软烂。炒锅内放蚝油烧热，下水发冬菇、老蛋片、熊掌、上汤，加甜酱油、盐、炸过并蒸炖的蒜瓣及煮过的火腿蹄筋同烧，至收汁时，取熊掌摆盘中，浇入热汁即成。

【炒驼峰丝】 内蒙古菜。内蒙古参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲜骆峰治净，切成细丝，用蛋清糊上浆，入油中滑熟，再配以葱丝、姜丝、冬笋丝、芫荽段，加料酒、酱油、味精、芝麻油等调料炒制即成。

【扒驼掌】 内蒙古菜。内蒙古参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鲜驼前掌治净，放砂锅内，加水、葱、姜等煮熟捞出，切成片，再入沸水中汆后，与口蘑片一起推入勺内，加鸡汤、料酒、精盐、味精等调料扒制即成。

【酒焖驼蹄】 辽宁菜。驼蹄泡发后，治净，放砂锅中，

加鸡汤、猪排骨、葱、姜、料酒、精盐等，用慢火煨约2小时，至驼蹄八成烂时，取出放入勺内，加原汤，调好口味，加盖，在慢火上焖至酥烂，取出装盘中。勺内余汁用湿淀粉勾成薄芡，淋明油，浇在驼蹄上面即成。

【驼蹄羹】 陕西菜。驼蹄治净，入加有葱、姜、大料、料酒的开水锅中焖煮，至可取下驼蹄掌时捞出，切成丁粒状，再放入盛有高汤、料酒、葱、姜、味精、胡椒的锅内煨至软烂时捞出。另用葱、姜炝锅，去葱、姜，放入酱油、高汤、味精、盐、料酒、胡椒粉烧沸，再放入驼掌丁、香菇丁烩制，起锅倒入碗内，淋芝麻油即成。配芫荽佐食。

【黄焖驼掌】 甘肃菜。驼掌去骨去皮，反复换水焖煮，2次后加料酒、葱、姜；6次后加鸡鸭架、猪蹄膀、火腿爪、盐、酱油、草果、花椒、三奈、桂枝，小火焖煮成熟，掌底改成菱形刀口，装碗灌鸡汤，加味上笼蒸烂，原汤勾薄芡即成。

【雪莲驼掌】 甘肃菜。驼掌去骨去皮，反复换水焖煮，4次后加料酒、葱、姜；6次后加鸡鸭架、火腿爪、猪蹄膀、盐、草果、花椒、三奈、桂枝，小火焖煮成熟，从掌底改刀装碗，灌鸡汤，加味上笼蒸烂扣盘；银耳花中抹鸡茸，黄蛋糕剁末做花心，上笼蒸透，摆于驼掌周围，淋芡汁、明油即成。

【雪峰驼掌】 甘肃菜。驼掌煮熟去骨，再用猪蹄、鸡腿加调料同煮，至入味后改刀，夹上冬菇，压上火腿，码在碗中，加调料蒸透。用高丽糊做成雪峰围在盘的周围，将备好的驼峰翻扣托盘中央，用锅内肉汤挂白汁，浇在驼掌上即成。

【雪山驼峰】 甘肃菜。驼峰反复换水焖煮，4次后加料酒、葱、姜；6次后，加鸡鸭架、火腿爪、猪蹄膀、盐、草果、花椒、三奈、桂枝，小火焖煮成熟，从肉里剞片扣碗，加味灌原汤上笼蒸烂扣盘；蛋泡糊加味略蒸，摆于驼峰一边，淋芡汁于驼峰上即成。

【烩驼峰】 青海菜。驼峰治净，煮熟后捞出，切成丝，放入汤锅内，加盐、料酒、味精、胡椒粉，略汆一下去净腥膻味。锅内加高汤，放入驼峰丝、玉兰片、葱丝、姜丝，加味精、胡椒粉烧烩，勾米汤芡，淋芝麻油即成。

【大烧驼掌】 青海菜。发好的驼掌切成片；火腿切成骨牌块；玉兰片改成花刀；鸡肉切成厚片，将以上各料分别入清水中汆一下。炒锅内放入高汤，下姜、葱、盐、料酒、糖、胡椒粉、味精及汆过的原料，用小火煨炖2小时即成。

【麒面莲蓬】 辽宁菜。犴达罕鼻脸经发制，加鸡汤和调料蒸烂，红扒后，置盘中央。青虾肉、鸡脯肉、海参、干贝、鲜豌豆分别做馅和茸，制成8～10个“莲蓬”，蒸熟后，在犴达罕四周围成一圈，上面蒙上用清汤、精盐、料酒、味精、淀粉制成的白汁即成。

【金蟾红油犴鼻】 黑龙江菜。黑龙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发好的犴鼻去软骨，上面剞花刀，经沸水焯透，用鸡汤、酱油、料酒、白糖、葱、姜、味精等慢火烧制，加红油出勺，置盘中央。鱼茸用精汤、料酒、味精、蛤士蚂油等喂好口，放在青椒片上，做成金蝉形状，上屉蒸熟，码在犴鼻四周，蒙白汁即成。

【金鱼犴鼻】 黑龙江菜。发好的犴鼻切厚抹刀片；玉兰片切片，然后均下油内滑好，倒出。勺内加底油，炝锅，放入调料、主料，加鲜汤烧制，置盘中间。烧好的玉兰片摆在犴鼻周围。鸭掌治净，用汤煮熟，去骨，摊平，抹上喂好的鱼茸，做成金鱼形，蒸熟，围犴鼻一圈，再浇入白汁即成。

【瑞雪寻珍】 黑龙江菜。发好的犴鼻放在碗内，加鸡汤和调料蒸熟，再改片。勺内加底油，炝锅，倒入犴鼻、五加参、干贝，加鲜汤、调料，慢火烧制后，摆在盘中，然后用蛋泡糊覆盖好，上面用配料码上干枝梅状，稍蒸后取出，浇入白汁。白鱼茸经调味后，做成梅花状，蒸熟，置盘子四周，再浇入白汁即成。

【凤蛋犴鼻】 黑龙江菜。发好的犴鼻装碗，加鸡汤和调料蒸熟，切大坡刀片，经红烧后，置盘中间。鸡蛋(6个)煮熟，去壳，中间切断，取出蛋黄，抹入调好的鸡茸，蒸熟。蛋泡糊加淀粉搅匀，抹在蒸好的鸡蛋上(呈圆形)，上面点缀些芫荽叶、火腿末，再稍蒸，浇入白汁即成。

【金蝉麒面】 黑龙江菜。发好的犴鼻切成长片，码在碗中，加鸡汤和调料蒸烂，置盘中间，浇上红汁。火腿切片，制成金蝉形；鱼茸加调料和菠菜汁调匀，抹在制好的金蝉片上(用豌豆做眼睛；青椒丝做身上的花纹)，蒸好后，摆在犴鼻外围，浇入白汁即成。

【鸡米鹿筋】 ①北京菜。发好的鹿筋入油锅略炸即捞出。鸡里脊肉切成米粒状，加鸡蛋清、精盐、味精拌匀，用温油滑熟捞出。勺内留底油，下葱段、姜末、蒜片煸出香味，随即放入鹿筋、鸡汤、精盐、料酒、胡椒粉及冬笋片，沸后，用湿淀粉勾芡，撒入滑熟的鸡米炒匀，淋鸡油即成。②青海菜。水发鹿筋放入锅中，加水和酒烧后取出。鸡脯肉剁碎，放炒锅里煸炒一下，加高汤、盐、味精、料酒、白胡椒粉，再下鹿筋烧炒，勾芡，淋糟油出锅即成。

【长白山梅花鹿肉】 吉林菜。吉林参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鹿肉放清水中泡净血水，入水锅煮烂捞出，切成片，再入油锅炸成火红色捞出。玉兰片改象牙片，用沸水汆透，另用葱、姜炝锅，下鸡汤、酱油、花椒水、精盐、味精、料酒、白糖、玉兰片、鹿肉，烧沸后用慢火煨至汤汁快干时，移大火上收汁，勾芡，淋芝麻油，出锅盛盘，撒芫荽段即成。

【红烧鹿肉】 吉林菜。鹿肉煮烂，切抹刀片，用热油炸成红色。勺内留底油，用葱、姜炝锅，加酱油、高汤、花椒水、精盐、料酒、白糖、味精，再放入鹿肉，用慢火煨烂，勾芡，淋芝麻油，撒芫荽段即成。

【荤素鹿肉】 吉林菜。泡好的鹿肉煮烂，切成大片，素鸡切大片，然后1片鹿肉、1片素鸡夹好，码在碗里，

加葱段、姜片、大料、酱油、精盐和鸡汤，上笼蒸烂后滗出汁水；把汁水烧开，加调料调好味，勾薄芡，淋明油，浇在鹿肉上，撒芫荽段即成。

【清汤鹿茸】 吉林菜。鲜鹿茸用热毛巾包紧，慢慢拧下茸毛，再片成薄片，放入汤碗中，撒入少许时令菜心。清汤烧沸，加入精盐、料酒、味精，浇在鹿茸片上即成。

【翡翠鹿茸筋】 吉林菜。发好的鹿筋切段，入沸水中焯后，同鹿茸片用鸡汤、料酒、精盐、味精烧透，勾芡，淋白油，置盘中间。油菜心洗净，经沸水焯后，用鸡汤、料酒、精盐、味精煨至入味，围在鹿茸、鹿筋周围即成。

【人参鹿筋】 吉林菜。鹿筋发制好后切成长条，抹上鸡茸做成人参形，鱼翅做人参须，然后上屉蒸熟，取出，浇上用鲜汤、精盐、味精、湿淀粉调成的米汤芡汁即成。

【番茄鹿筋】 吉林菜。把用开水烫后搌干水分的鹿筋段和笋片、冬菇片放入用葱、姜炝过(捞出葱、姜)且加有番茄酱的锅中炒一下，再加鸡汤、白糖、料酒、味精、精盐和醋，用慢火煨制，再放入豌豆和蒜末，勾芡，淋明油即成。

【松茸蘑汆鹿筋】 吉林菜。松茸蘑治净，切条。发好的鹿筋用沸水焯后，切细条，然后将松茸蘑和鹿筋放入鸡汤里，加火腿片、玉兰片和料酒、精盐、味精等汆熟即成。

【芙蓉鹿鞭】 吉林菜。熟鹿鞭切薄片，用开水焯透。鸡蛋清加高汤、精盐、味精和料酒搅匀，蒸熟。玉兰片、火腿片、冬菇、油菜心、姜丝、花椒水和鹿鞭片放高汤中，烧开撇沫，勾米汤芡，淋明油，盛入芙蓉汤碗内即成。

【汆鹿尾】 吉林菜。将煮烂的鹿尾顺骨缝剁成段。勺内放高汤，加料酒、花椒水、酱油、精盐，再放入鹿尾、火腿片、口蘑片、冬笋片、油菜段，沸后，加味精，淋明油即成。

【烧鹿尾】 吉林菜。鹿肉入开水中焯一下捞出，加鸡汤、葱段、姜块上笼蒸烂，再切块。勺内加底油，炝锅后，放玉兰片、火腿片，加酱油、鸡汤，再放鹿尾、料酒、花椒水、白糖，烧沸，移慢火上煨一会，放入味精、油菜段，勾芡，淋明油即成。

【鹿尾汤】 吉林菜。选长白山梅花鹿尾，治净，加鸡汤和调料蒸熟，取出切片，然后放入鸡汤里，加冬笋片、火腿片、油菜段、口蘑片等，调以精盐、酱油、料酒、花椒水、味精等汆制即成。

【雪梅鹿肉】 黑龙江菜。新鲜鹿肉、熟猪白肉切大圆片，分别调味。用竹筷子把鹿肉和白肉间隔串上，放屉内干蒸，再用油分别炸熟，各摆在盘中一侧。蛋泡糊在盘中码成山形，上面点缀用红蛋皮制成的梅花，蒸熟取出，放在鹿肉、白肉一端即成。

【怪味鹿肉】 四川菜。鲜鹿肉治净，切条，装蒸碗内，加姜、葱、花椒、料酒等上笼蒸熟取出，待鹿肉晾冷后，横切成片，加怪味汁拌和均匀，盛圆盘内即成。

【凉拌鹿肉】 四川菜。鲜鹿腿肉，用清水漂尽血污，盛容器内，加调料上笼蒸熟，出笼冷却后去筋、浮皮，切二粗丝，加麻辣味汁拌制入味，装盘(用葱白改丝垫底)即成。

【干烧鹿筋】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鹿筋泡后治净，改长段，将姜、葱下入猪油锅爆出香味，加二汤和料酒，放入鹿筋反复汆煮数次，排除腥膻之味取出。母鸡肉块、五花肉条块加姜、葱、料酒煸香，加调料，下鹿筋同烧，至炬软上味。炒锅放油煸猪肉末，下冬菜，将鹿筋连汤汁入锅中，待其自然收汁后，起锅装盘即成。

【泡椒炒鹿肉丝】 云南菜。鹿后腿肉切丝，上浆，过油，与姜丝、葱丝、泡椒丝一起烹炒，勾芡，淋芝麻油即成。

【清蒸鹿胎】 云南菜。鹿胎治净，涨发后，入瓦钵内，加盐、姜、葱、料酒、上汤，入笼蒸熟，取出鹿胎，用刀划成3厘米见方的块纹(勿使断)，装入三镶盏子中，加汤，将鱼肚片、鱿鱼片、云腿片、水发冬菇、老蛋片铺于鹿胎上，令成花卉图案，再入笼蒸炬取出，上淋用汤、味精、胡椒粉对成的热汁即成。

【干烧鹿冲】 云南菜。鹿冲治净，入垫有竹箅的汤桶中，用清水煮后捞出，去苦肉和污垢，切段，入汤锅中，加汤及盐、姜、葱，汆透后取出，置碗中，加盐、葱、姜、料酒，入笼用大火蒸一下。炒锅内放猪油烧热，放蒜米微炸后，倒入鹿冲，加甜酱油煸炒，再加熟火腿、蹄筋、云腿片、熟鸡肉条、水发蘑菇、胡萝卜(先泪熟)条及盐、咸酱油同烧，勾芡起锅，淋芝麻油即成。

【当归獐肉】 安徽菜。獐肉焯水，剁成方块，用油煸炒后，加入当归、调料，红烧七成烂，再加入经油炒的雪里蕻，续烧透烂即成。

【炸獐排】 湖北菜。取獐子脊肉开成厚片，用调料浸渍后，裹匀面包粉末，入油锅炸熟，改刀，装盘，撒胡椒粉即成。配辣酱油佐食。

【冬笋麂丝】 安徽菜。麂肉切丝，用调料浆拌，配入冬笋丝，以滑炒法烹调即成。

【红烧麂肉】 福建菜。麂肉剔去小骨，切方块，在沸水中汆一下。炒锅置火上，下葱白、生姜炒香，下麂肉略炒，加入酱油、白糖、味精、骨汤、大料，用微火煨烂，再用湿淀粉勾芡，起锅装汤盘中，淋芝麻油即成。

【五味角麂】 湖北菜。取角麂后臀肉治净，切作小块，加料酒、酱油略腌，入油锅汆炸5分钟，入炒锅，放陈皮、红菱、精盐、白糖、姜末、葱花和高汤，在小火上焖酥，再移大火上，加蒜茸、白胡椒粉翻炒起锅即成。

【五香生炸麂子】 云南菜。鲜麂子肉漂去淤血，切片，入缽用盐、酱油、白糖、五香料、料酒腌渍入味，挂蛋豆粉糊。炒锅放油烧热，入麂肉片炸至金黄色，起锅装盘中，盘边放炸酥的茨菇片，再用炸脆的芫荽点缀，撒上椒盐即成。

【灰焙麂子干巴】 云南菜。鲜麂子肉洗净切块，加辣椒、花椒、丁香、草果、盐，揉渍，用重石压住，腌制后取出，以绳串好阴干，再用土纸4张包好，放入子母火中焙熟，去纸擦净，捶松即成。

【五彩炒黄獐】 广东菜。黄獐肉切丝，加小苏打、鸡蛋清、绍酒、干淀粉，拌匀，过油至九成熟，再与笋丝、姜丝、葱丝、青红辣椒丝、香菇丝同炒，烹料酒，用上汤、湿粉、芝麻油、味精、精盐、深色酱油调成的芡汁勾芡，加熟猪油炒匀，置盘中，以炸米粉、煎鸡蛋皮丝围边即成。

【五彩黄獐丝】 广西菜。黄獐腿肉切丝，用盐腌制后，入炒锅内，配以香菇、冬笋、红椒、韭花、葱白丝等料清炒即成。因五色相间，故名。

【酒醉狍肉】 吉林菜。狍肉切方块，入沸水中煮熟，捞出洗净，放汤碗中，用精盐、味精、料酒腌渍。勺内放底油，用葱、姜炝锅，添汤，放入香树叶，烧沸，倒在狍肉中浸泡半天。冬笋片在盘内码成扇形，中间放冬菇，再码上香树叶，置于汤碗内的狍肉上即成。

【腌烤狍肉】 黑龙江菜。鲜嫩狍肉切厚片，拍松，用葱、姜、蒜、辣椒粉、鸡蛋清拌喂，放大火炉中烤制，熟后改刀，码盘。鲜嫩黄瓜切墩状，蘸上熟芝麻粉，围狍肉摆一周即成。

【松仁卤狍子肉】 黑龙江菜。狍子肉切大片；松仁去皮，放在狍子肉片上，卷起(最好用沙布包紧，用绳束好)放入勺里，用沸水紧透取出，再放入酱汤锅卤制3～4小时，捞出晾凉，切片码盘即成。

【狗肉汤】 黑龙江菜。活狗宰杀后，去皮和内脏，放入锅内煮烂，乘热拆除骨头，将肉撕成细丝，加芝麻、葱丝、胡椒粉、酱油等调料腌喂片刻后，放入碗内，上面放芫荽末，浇上辣椒油，倒入滚开的狗肉汤即成。

【彭城狗肉】 也称“五香狗肉”。江苏菜。狗肉治净，切块，用盐、料酒腌渍后，入沸水锅煮至半熟，再投入各种香料煮至酥烂即成。

【五香狗肉】 即“彭城狗肉”。

【砂钵狗肉】 湖北菜。肥狗腿肉去骨，治净，切作小块，入炒锅内，加猪油、辣椒、蒜瓣、葱段、姜块和调料烧烹15分钟，盛入砂钵，加排骨汤，用中火炖1小时即成。

【红煨狗肉】 湖南菜。狗肉烙毛，水煮去异味，清水漂洗，切方块，入炒锅中加料酒、调料煸炒，收干水分后起锅，入瓦钵，加桂皮、附片、姜干、红椒煨制即成。

【生炆狗肉】 广东菜。狗肉治净，切块，入白锅炒干表面水分，与爆香的蒜茸、豆酱、芝麻酱、腐乳同炒，加姜块、青蒜、花生油，烹姜汁酒，加二汤、味精、精盐、红糖、酱油、陈皮，烧沸，转入砂锅，炖至软烂即成。食时，加茼蒿、生菜，边涮边食；并配辣椒丝、柠檬叶丝佐食。

【爆兔肉】 吉林菜。兔肉切片，用鸡蛋清、淀粉上浆，入油锅滑熟。勺内留底油，用葱、姜、蒜炝锅，下玉兰片、豌豆粒、胡萝卜片等料煸炒，再下兔肉片，倒入用鸡汤、酱油、料酒、白糖、味精、湿淀粉等对成的滋汁爆制即成。

【松籽玉兔】 黑龙江菜。兔里脊肉切片，用清水泡出血水，洗净，再用刀背拍松，装碗，加调料腌喂后，摊平，每片上放3～4粒松籽仁，卷起，蘸全蛋糊，入油中炸熟捞出，码在盘中呈塔形。勺内加底油，放冬笋片、熟松籽仁，加鲜汤、调料，制成甜酸汁，浇在摆好的松塔上即成。

【草丛觅兔】 黑龙江菜。白条兔煮熟，拆去大骨(保持原状)，用调料腌后，放油中炸至金黄色捞出；土豆切细丝，用热油炸黄捞出，码在盘内；炸好的兔子改坡刀片，码在土豆丝上。勺内加底油，炝锅，加玉兰片、蛋皮丝、鲜汤及各种调料，用淀粉勾汁，浇盘上，再撒芫荽即成。

【葱烧兔肉】 黑龙江菜。兔肉切成条，加湿淀粉抓匀，逐条下油锅炸熟捞出。用葱、姜、蒜炝锅，下兔肉煸炒，烹入以鸡汤、酱油、料酒、白糖、味精等对成的味汁，翻匀装盘即成。

【清炖兔肉块】 黑龙江菜。把剁成块的兔肉和切成片的猪五花肉焯一下捞出，放入盛有鸡汤的勺内，加葱段、姜块、花椒、八角、精盐、味精和料酒炖熟即成。

【卯羹】 陕西菜。兔肉治净，切大米粒状，用料酒、盐、葱、姜水腌渍，上浆，入油锅滑至变色后捞出。油锅放花椒、葱丝、姜丝和辣椒丝煸炒，烹入醋，加清汤和酱油、盐、料酒、味精、胡椒粉，调好味，放入兔肉，勾流水芡，出锅盛碗内，淋芝麻油即成。

【荷叶兔肉】 陕西菜。兔肉切片放盆中，用料酒、精盐、酱油、芝麻油、葱、姜和凉肉汤拌匀后，再加入用大米、八角、苦豆子合炒后磨成的米粉拌匀。鲜荷叶用开水稍烫，切块后包入拌好的兔肉片，装蒸碗蒸制即成。

【清炖兔子】 江苏菜。野兔肉治净，剁成3厘米见方的块，用清水泡2小时捞出，加盐、料酒、葱、姜腌渍，再用清水洗净。猪五花肉切大片，焯水后，与兔肉同入砂锅，加盐、酒等调料炖焖至酥烂脱骨即成。配胡椒粉、蒜茸佐食。

【玛瑙兔肉】 安徽菜。兔肉用红曲卤红，改成粗丝，复煸炒加鸡汤勾芡成馅，用方形的豆腐衣逐一包兔肉馅，用蛋清糊封口，入油锅炸泡即成。配花椒盐、甜面酱及葱白段佐食。因兔肉色红；腐衣晶透似玛瑙，故名。

【酱爆兔肉丁】 浙江菜。兔肉切成丁，用鸡蛋清和调料抓拌上浆，入油锅滑散捞起。将葱段、姜片入炒锅略煸，倒入用调料对好的卤汁，速下入兔肉颠翻出锅即成。

【锅贴兔肝】 江西菜。兔肝切成长方形薄片，用精盐、胡椒粉、味精、料酒、白糖腌渍片刻，加鸡蛋清、干淀粉等调拌上浆，再在兔肝两面贴上同样大小、腌好的熟猪肥膘肉片，入油锅煎至两面呈金黄色时即成。

【菊花兔球】 江西菜。兔肉切成圆片，剞菠萝花刀，

加精盐拌匀，用蛋清浆好，入热油锅过油成兔球，再配以姜片、葱段、白鲜菊花，加调料烹炒即成。

【鱼香兔糕】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。兔肉捶茸，加猪肥膘肉茸、鸡蛋清、水豆粉、川盐制成兔糁，入笼蒸熟定型，晾凉后，改成兔形，裹土司粉，下油锅炸成金黄色，捞出装盘中。锅内下混合油烧热，入剁细的泡辣椒炒至油色红，加姜米、葱花、蒜米炒香，再下白糖、醋、酱油、川盐、水豆粉等调料勾成鱼香滋汁，舀在汤杯内随兔糕上席即成。

【黄焖野兔】 四川菜。鲜野兔剥皮，去内脏，斩去头、爪，洗净，砍成条块，出一水；玉兰片拍松，改短节；蘑菇对剖。锅内下菜油烧热，入兔块及咸鲜味调料煸炒，再加高汤、辅料，烧沸后，移至小火焖烂，起锅时，拣去葱、姜、花椒，盛入圆盘，淋上收浓的原汁即成。

【鱼香兔花】 四川菜。鲜兔背脊肉，去筋切厚片，用直刀剞十字花，切菱形块，码味，码蛋清豆粉。炙锅，入猪油，下兔块炒制，加调料，速烹鱼香味滋汁，下葱花，簸转起锅盛盘即成。

【糊辣兔块】 四川菜。鲜兔腿子肉治净，剞交叉十字花刀，改梭子块，码味，码芡。炒锅下菜油，放入辣椒节子、花椒略炸，下兔块炒制，入姜、蒜片炒香，再烹入荔枝味滋汁，簸转起锅，盛入鱼盘即成。

【鱼香酥皮兔糕】 四川菜。鲜兔背脊肉捶茸，加鸡蛋清、猪油等制成兔糁，与荸荠碎粒拌匀，平推于盘内1.5厘米厚，上笼蒸熟取出，冷却后改大一字条，扑上干淀粉，再入蛋浆中拖后，滚上一层面包屑，入温油锅稍炸即捞出，待油温上升至八成热时，再入油锅炸至呈深黄色时打起，滗去余油，烹入鱼香滋汁，下兔糕簸转，起锅装盘即成。

【熏五香驴肉】 内蒙古菜。驴肉入水中泡出血质，再用沸水焯透，放入调有五香料的汤锅中煮熟捞出，拭干表面水气，置熏架上，加盖，以糖熏制即成。

【烤五香驴肉】 吉林菜。净驴肉块用刀尖扎些小口，加葱片、姜片、蒜末、精盐、味精、胡椒粉、酱油、花椒、丁香、桂皮和香树叶，拌匀腌半天，然后放入烤盘，加适量汤，烤至呈枣红色熟透后，拣去五香料，将驴肉切薄片，装入盘中，四周围上黄瓜片即成。

【烤黄羊腿】 内蒙古菜。黄羊后腿用精盐、料酒等腌入味，置烤盘内，加胡萝卜块、芹菜段、葱段、姜片、桂皮、白糖，浇鸡汤，入烤炉中烤至黄羊腿熟透呈酱红色时取出，刷层芝麻油，整腿盛入盘内即成。

【黄羊腊肠】 黑龙江菜。黄羊肉切小丁，用水浸泡，去掉腥膻味。硝用开水化开，加各种调料与肉拌匀，腌制后，灌入羊肠衣内，挂日光下晒干即成。蒸、煮均可食。

【火煲果子狸】 安徽菜。果子狸经初加工后剁块，入火煲中，再放腌雪里蕻段、冬笋块、火腿片、冰糖等久炖即成。此菜是火煲和小炭炉一起上桌。（注：火煲，即陶制饮具。）

【果子狸卷】 安徽菜。果子狸肉切丝，配入火腿丝、冬菇丝、笋丝，加调料浆拌成馅，再用10厘米见方的豆腐衣放1份馅心，逐一包折成卷段，入笼蒸熟即成。

【红烧果子狸】 安徽菜。果子狸浸泡后剁块，用淘米水焯水，配入梨块，以红烧法烧至汤汁稠浓时即成。

【炸瓤果子狸】 河南菜。将蒸熟的果子狸肉切成夹子块，夹中瓤入豆沙馅，挂蛋清糊，入油锅炸成柿黄色，盛入盘中，周围摆上已切成不同形状的比主料小的时令鲜果，撒白糖和青、红丝即成。

【香肝扣果狸】 广西菜。腊鸭肝和果子狸腩肉，经过煮、炸、炖、扣等工序即成。

【花菇炖豹狸】 广西菜。花菇、豹狸，配以火腿，调上汤，加姜、葱、盐、胡椒粉等调料，入砂锅炖制即成。

【清蒸围子】 云南菜。活围子宰杀治净，肉斩大块，入钵加上汤、姜、葱、盐，上笼蒸烂，取出拣去葱、姜，装大盛子内。将蒸围子的汤倒入炒锅内，加云腿片、水发玉兰片、水发冬菇、胡萝卜、绿菜，烧沸，撇去浮沫，加味精、胡椒粉推转，浇于围子上，淋芝麻油即成。（注：围子，似野猫，毛黑、白两色，生活于高山洞穴中，体肥肉细。）

【北芪虫草炖穿山甲】 广东菜。穿山甲宰杀治净，切大块，入沸水中汆后，再用油、姜片、葱条、姜汁酒、二汤煨制。猪肉、火腿粒略汆；依次将猪肉、火腿、穿山甲肉、桂元肉、北芪、冬虫草、姜、葱、精盐、味精、料酒、开水放入盅内，加盖，入笼炖至软烂，去葱、姜，撇去浮油，滤去汤液，加上汤续炖30分钟即成。配胡椒粉佐食。

【瓦锅焗穿山甲】 广西菜。穿山甲用明火燎去汗毛，并经飞水，除去臊气，配以鸡脚、香菇、荸荠，置陶质瓦锅内焗制即成。

【红烧野猪肉条】 吉林菜。把用开水烫过的鲜野猪肉剁成大块，放入清水中，加葱段、姜块、大料和花椒水，煮熟取出，切长条，再入少油锅急炒一下。用葱、姜、蒜炝锅，放冬笋，加酱油、汤等调料，下野猪肉条，慢火煨制，待汤将尽时，放味精，勾芡，淋明油即成。

【双冬烧竹鼠】 广西菜。竹鼠肉经飞水及姜酒起爆，除去臊味后，与冬菇、冬笋合烧即成。

【清蒸竹鼠】 云南菜。竹鼠宰杀治净，入沸水锅中猛烫一遍捞出，装盛子内，加盐、料酒、葱、姜，上笼蒸后取出，拣去葱、姜。炒锅内添上汤烧沸，入白菜心、水发玉兰片、水发冬菇、胡萝卜片（先汨过）、老蛋片，同烧，起锅时加入味精、胡椒粉推转，浇在竹鼠上面，淋芝麻油即成。

【爆炒地猴】 福建菜。田鼠干切块，与猪五花肉、冬笋、蒜片及嫩姜丝、料酒、酱油等料合炒即成。

【汆琵琶燕菜】 天津菜。将择净、发好的燕菜与鸡茸一起放入小琵琶模子内，扣出，用火腿、青笋作轴；细青笋丝为品；蒸熟鱼翅针作弦；火腿片当码，装成琵琶形，

蒸5分钟取出，浇以三合汤、精盐、糖、料酒等勾成的薄汁，撒青笋、火腿即成。

【龙王赴宴】 上海菜。燕窝浸透松软后，摘净燕毛杂质，清洗干净，盛入汤碗内，加清鸡汤上笼用大火蒸至软糯，再加精盐调味，勾薄芡盛入汤盆内。炒锅内先投入葱花、姜末煸香，放入蟹粉煸炒，加料酒、清汤、精盐、白糖、胡椒粉等调味，勾芡，淋芝麻油，盛在燕窝中央即成。

【芙蓉燕菜】 河北菜。燕菜发制后，摘净杂毛，用沸水焯透；鸡蛋清放碗内，加精盐、味精、鸡汤，搅匀，用小火蒸熟成“芙蓉”。炒勺置火上，加清汤、燕菜和火腿丝、香菇丝，用精盐、味精调味，沸时，浇在“芙蓉”上，再撒上已烫熟的豆苗叶即成。

【珍珠燕菜】 辽宁菜。虾肉剁成茸，加鸡蛋清和调料搅匀，分别抹在12片鲍鱼上，每个中间插上一个煮熟去壳的鸽蛋，每个鸽蛋四周再摆上8颗豌豆粒，上笼蒸熟，取出放碗内，再加入鸡汤和汆透的燕菜即成。

【绣球燕菜】 辽宁菜。火腿丝、香菇丝、冬笋丝、黄蛋皮丝、油菜嫩叶(烫过)丝和燕菜放一起拌匀。青虾仁加板油剁茸，加调料拌匀，挤成球状，滚上丝条，呈绣球状，摆在盘中蒸透，浇上白汁，中间摆朵雕刻花即成。

【各吃燕菜】 吉林菜。发好的燕菜摘除杂毛，洗净，经沸水焯后，放入清汤内，配以火腿丝、油菜丝，用精盐、味精等调味，经煨制即成。

【鸡汁燕菜】 江苏菜。官燕涨发后，撕开，入沸鸡汤中略焯，放入装有熟鸡丝、熟火腿丝的汤碗内，浇入调味沸鸡清汤即成。

【燕珠汤】 湖北菜。水发燕窝拣净，加清鸡汤，上笼蒸透取出，倒入炖盆，放入煮熟去壳的鹌鹑蛋、鸽蛋各10只，注满清鸡汤再用小火煨炖30分钟即成。

【炸飞龙条】 内蒙古菜。飞龙脯肉切成条，用料酒、精盐腌入味后，沾匀干面粉，挂蛋泡糊，入猪油锅中慢火炸熟即成。配椒盐佐食。

【油爆飞龙丁】 内蒙古菜。飞龙脯肉切成骰子状丁，用鸡蛋液、湿淀粉上浆，入油锅滑熟捞出。炒勺内留底油，用葱末、姜末炝锅，放入青菜煸炒，下飞龙肉丁炒匀，再倒入以鸡汤、酱油、料酒、白糖、味精、湿淀粉对成的滋汁爆制即成。

【熘飞龙丝】 内蒙古菜。飞龙脯肉切成丝，用鸡蛋清、淀粉上浆，入油锅滑熟捞出。炒勺内留底油，用葱末、姜末炝锅，放入嫩菜叶熘炒，下入滑熟的飞龙丝，倒入以鸡汤、料酒、精盐、味精、湿淀粉调成的白汁煸制即成。

【清汆飞龙丸子】 内蒙古菜。飞龙脯肉剁成茸，加鸡蛋清、精盐、料酒、湿淀粉等搅匀，挤成丸子，入沸水中汆熟捞出。炒勺内放入鸡汤，加虾仁、细粉，调好味，下丸子汆熟即成。

【猴头飞龙】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发猴头改厚片，入沸水中焯透捞出，沥尽水分；火腿、冬笋改片。炒勺加底油，下葱末、姜末炝锅，加鸡汤、料酒、猴头片烧沸，转入大砂锅内，再下火腿、冬笋片，用小火慢煨至酥烂后捞出。炒勺重置火上，加底油放葱末、姜末炝锅，下鸡汤、盐、味精及猴头片烧透，勾芡，加鸡油翻勺盛于盘中。鸡蛋制成蛋皮，加工呈圆片状。虾肉、海参、冬菇、冬笋、口蘑、鸡肉、青豆剁成米粒，加料酒、味精、盐、葱末、姜末、芝麻油，拌匀成三鲜馅。飞龙脯肉改段。鸡蛋、玉米粉制成蛋糊，逐个做成金钱饼状，下勺，两面煎透取出。另用葱末、姜末炝锅，加鸡汤、料酒、盐、味精及金钱饼，用小火煨至入味，出勺摆在猴头外圈。勺内余汁勾芡，加鸡油，淋于金钱饼上即成。

【雪梅飞龙】 辽宁菜。辽宁参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。飞龙鸟取脯肉，经调味后，蒸烂，挂糊，用油炸酥，摆盘中央，呈梅花形状。海参、虾仁、鸡肉切细丁，加调料炒熟，分12份摊在12片鸡蛋皮上，再覆盖蛋泡糊，表面用芫荽叶和火腿小片装点成“花草”，蒸熟，摆在飞龙一圈，另用虾茸经调味制成丸子，以油炸熟，再用番茄酱等调料煨透，围在盘沿即成。

【纸包飞龙】 辽宁菜。飞龙脯肉切成细丝，加猪肥膘丝、荸荠丝、鲜豌豆，用鸡汤、精盐、料酒、味精等调好口味，再用糯米纸包成长方形小块(约12)，入油锅炸制即成。

【飞龙白蘑汤】 ①辽宁菜。飞龙治净，放入锅内煮至八成熟，取出，撕下肉，切成片，将骨架继续煮汤。冬笋、白蘑切片。把飞龙汤用罗过入勺中，放入飞龙肉片、冬笋片、白蘑片和调料，煮制即成。②吉林菜。飞龙放入鸡汤中煮八成熟取出，将肉片成薄片(骨架继续煮汤)。勺内加底油，用葱、姜炝锅，倒入煮骨架清汤，放入飞龙片、白蘑片、冬笋片和料酒、精盐、味精，汆熟即成。

【五香飞龙】 辽宁菜。飞龙脯块和鸡块、肉块用沸水略烫，放入砂锅内，加清水烧沸，投入五香粉、酱油、料酒、味精等调料煨煮即成。

【清蒸飞龙】 吉林菜。飞龙从脊背剖开，同火腿片、玉兰片、口蘑一起放碗内，加精盐、料酒、味精、猪油、葱段、姜块和鸡汤蒸烂，将飞龙肉等扣在盛子里面，原汤滗入勺内，调味烧沸，浇在飞龙上即成。

【鸳鸯戏水游飞龙】 黑龙江菜。黑龙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。飞龙脯肉片薄片，加精盐上味，用蛋清、淀粉上浆，入沸水锅中汆透捞出。蛋清打成泡，堆成一对小“鸳鸯”，用火腿点缀嘴翅，上屉蒸定型取出。炒勺置火上，加鲜鸡汤，下汆好的飞龙、口蘑、菜心，烧沸后捞出装入盛汤器皿中，勺内鸡汤加盐、味精、芝麻油，然后放入鸳鸯即成。

【飞龙卧雪】 黑龙江菜。飞龙肉切成丝，加鸡蛋清、湿淀粉上浆，入油勺内滑熟捞出。勺内加底油，炝锅，放入飞龙丝，倒入对好的白汁翻炒，置盘内，再将蛋泡糊

码上面，呈雪山状。用青椒刻成松树；火腿刻成飞龙，分别摆在蛋泡糊上面，再蒸熟，浇白汁即成。

【鸳鸯飞龙酒锅】 黑龙江菜。飞龙2只，去皮毛及内脏，洗净下锅煮制后，取1只抹酱油，用油炸好入屉蒸；另1只直接入屉蒸热。将原汤、口蘑、冬笋等调料放在酒锅内；将2只不同色泽的飞龙放在锅内，用蛋泡糊做成一对鸳鸯，飘浮在汤的表面即成。

【羽翎凤蛋参】 黑龙江菜。飞龙茸调味后，铺在鸡蛋皮上，配海带和青红椒，用模具压成羽翎形，蒸熟后置盘中间，浇白汁。去皮熟鸡蛋(6个)顺刀切两半，去掉蛋黄，瓤入飞龙茸和海参粒、冬笋粒，抹上蛋泡糊，蒸熟，摆在"羽翎"里围，上面浇白汁。红烧海参制好后，摆在盘中间即成。

【荠菜山鸡片】 上海菜。山鸡肉切片，用淀粉、鸡蛋清上浆，配经水焯、切成细末的荠菜和冬笋片，加精盐、料酒、味精等料烹炒即成。

【扒山鸡卷】 辽宁菜。山鸡脯肉切成片；猪肉馅用葱末、姜末、精盐、料酒、味精调好口味，一一抹在山鸡片上，卷成卷，拍干淀粉，再沾匀以鸡蛋清和淀粉调成的乳汁糊，入油锅煎好。炒勺置火上，加鸡汤、精盐、料酒、味精、冬笋片等，沸后，放入煎好的山鸡卷，用慢火煨透，再用湿淀粉勾芡，淋明油，翻勺盛入盘中即成。

【元蘑焖山鸡】 辽宁菜。山鸡治净，剁成方块，用酱油拌匀，放入油中炸至呈红色时捞出，装入碗内，加入调料，上屉蒸至熟烂，再把元蘑切成块入勺煸炒，添鸡汤，放入山鸡块，焖制即成。

【荷花松茸山鸡饼】 吉林菜。吉林参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。山鸡脯肉和猪肥膘肉剁成茸，再加鸡蛋清、精盐、味精、湿淀粉搅成鸡茸。鸡蛋煮熟去壳，每个改6瓣，去蛋黄留蛋白。虾仁剁细，加蛋清、精盐、味精拌匀成茸。鸡蛋白抹上虾茸，撒上火腿末上笼蒸熟取出。将鸡茸用手勺在油锅内按成饼状，炸至两面熟透取出，盛于盘中。另用葱、姜炝锅，加鸡汤、精盐、味精、料酒、花椒油，烧沸后撇去浮沫，再下松茸蘑片烧透，勾芡，加芝麻油翻匀，盛于鸡饼外圈，另将蒸好的荷花蛋白围于盘边即成。

【炒山鸡片雪里蕻】 吉林菜。切成薄片的山鸡肉加鸡蛋清、湿淀粉，抓匀，入油锅滑熟捞出。勺内留底油，用葱、姜、蒜炝锅，放入雪里蕻末煸炒，加汤，放山鸡片，加精盐、味精、花椒水和料酒炒制即成。

【雪炒山鸡片】 吉林菜。山鸡肉切抹刀片，用精盐、味精、料酒、鸡蛋清、淀粉调浆拌好，入油锅滑熟。另用葱丝、姜丝炝锅，放入冬笋片、雪里蕻末和滑熟的山鸡片，边炒边加料酒、酱油、白糖、味精等，勾芡，淋明油即成。

【板栗山鸡】 黑龙江菜。山鸡肉切小方块，装碗，用酱油、味精腌制。板栗去皮。勺内加底油，炝锅，倒入鸡块炒透，加葱、姜和各种调料，放鲜汤，用慢火烧制，再放入板栗烧烂即成。

【什锦蜂窝山鸡】 黑龙江菜。山鸡脯肉切片，拍匀。火腿、冬笋、虾仁、海米均切成小丁，加调料喂制好，分别抹在山鸡片上，卷包成长尖圆形；再用鸡小翅骨作柄，蘸精粉，挂全蛋糊，滚面包渣，下油中炸后，码在盘内，把柄插上纸花。蛋泡糊喂口，码成蜂窝形，上面插上若干个小虾仁，蒸熟放在盘中一侧，浇上白汁即成。

【花篮葡萄山鸡】 黑龙江菜。鸡蛋煮熟，去壳，取出蛋黄，剞成花篮状，装入冬笋丁、口蘑丁，抹上鸡茸，蒸熟，摆在盘子四周，浇上白汁。将山鸡翅膀从嘴处交叉串好，涂匀酱油，用热油炸上色。勺内加底油，炝锅，加汤、白糖、葡萄干等，把鸡放入，慢火煨熟，摆盘中间即成。

【什锦山鸡】 黑龙江菜。山鸡脯肉剁碎，加调料拌匀，压成薄饼。奶油、海参、香菇、虾等制成什锦馅，将馅料抹在饼上面，卷起，切段，挂全蛋糊，滚面包渣，入油锅炸熟捞出，逐个插上牙签，装盘即成。

【三鲜山鸡卷】 黑龙江菜。玉兰片、海参、鲍鱼切丝，加鸡蛋清、精盐、味精拌匀。山鸡脯片成薄片，用精盐、料酒、味精等腌喂，放三丝卷成山鸡卷，拍面粉，挂蛋液，沾面包渣，放油勺里炸至呈金黄色时，捞出装盘即成。

【都柿山鸡】 黑龙江菜。山鸡带骨剁成小方块，用调料腌喂片刻，入热油中炸黄捞出。勺内加底油，放入姜米、盐、味精、鲜汤、白糖和山鸡块，慢火烧至山鸡熟烂、汤汁收尽时，再放入都柿酒，煨制片刻即成。

【虫草炖雪鸡】 甘肃菜。雪鸡治净，去内脏、爪、嘴，汆透断血，另起锅加鸡汤，旺火煮沸，打去血沫移小火炖煮，至熟，下虫草、黄芪，至雪鸡酥烂即成。此为甘肃南部"草原三珍"之一。

【山鸡卷】 青海菜。山鸡脯肉切成丝，加鸡蛋清、盐、味精、粉面，搅匀，入油锅滑熟捞出。炒锅留底油，先放入葱、姜、蒜薹、玉兰片煸炒，再倒入鸡丝，加盐、味精炒片刻盛出晾凉。网油摊平在砧板上，放上炒好的鸡丝，卷成卷，上笼蒸5分钟取出，切成段，裹上蛋泡糊，入油锅炸成黄色捞出，再片成斜刀片，摆在盘中即成。

【清汆山鸡片】 青海菜。山鸡脯肉切成片，加入鸡蛋清、盐、料酒、湿淀粉搅匀后，放入高汤锅中汆熟，再用手勺轻轻的搅一下，至沸，撇去浮沫，下黄瓜片、玉兰片，加调料，出锅时撒上芫荽叶即成。

【山鸡丝】 青海菜。山鸡脯肉切成丝，加入盐、味精、粉面、鸡蛋清拌匀。锅内加芝麻油，下鸡丝翻炒，再放葱、姜丝及适量料酒、盐、味精，颠翻几下即成。

【叉烤野鸡】 江苏菜。脱皮野鸡治净，用葱、姜、酒、酱油浸渍，腹内填入用京冬菜、肉丝、笋丝制成的馅心，外裹以涂抹蛋糊的猪网油，上叉入烤箱，烤至呈金黄色时取出，将脯、腿肉撕成鹅毛片，与馅心拌和，淋芝麻油即成。

【荠菜野鸡片】 江苏菜。生野鸡肉片成柳叶薄片，放入碗中，加精盐、酱油、鸡蛋清、甜酱瓜末、甜酱姜末、芝麻油、干淀粉拌匀。荠菜洗净，用盐腌至变色，挤去汁水，切细末。将野鸡肉入油锅中滑至变色，捞出沥油。笋片、荠菜下炒锅内略炒，加酱油、料酒等调料，放入鸡片续炒，勾芡，淋芝麻油、醋出锅即成。

【山鸡煽】 江苏菜。山鸡脯肉与猪肥膘肉剁成茸，加调料搅成糊，挤成小圆球，放在抹过蛋清糊的熟肥膘片上，底面沾干米粉，上用火腿末、芫荽叶作点缀成型坯，入油锅煽制即成。

【双爆串飞】 安徽菜。山鸡和野鸭脯肉均片成长方片，各取一片合在一起，正中切一长口，以一端穿入刀口翻成麻花状，用姜汁调制的蛋清浆拌，配以青豆爆炒即成。

【雪冬山鸡】 安徽菜。山鸡剁成块，配猪肥膘肉同炒，加调料红烧至七成烂，再加入腌雪里蕻及笋块烧透即成。

【软炸野鸡】 云南菜。野鸡治净，取脯肉切块，用盐渍后，挂糊，入油锅先滑散，再炸至呈深黄色时，捞出装盘即成。配椒盐佐食。

【麻栗野鸭】 天津菜。熟野鸭抽去骨头，切成块。生栗子切成两半，煮熟去皮。荸荠去皮，切片，入开水中焯一下；黄瓜切成长片。勺内添油烧热，下入栗子汆一下捞出；再下入野鸭，炸至上色捞出。另用葱、姜、蒜片炝勺，下荸荠片、黄瓜片、木耳、栗子，烹入料酒、醋、酱油，加白糖、高汤，挂芡，淋花椒油，将野鸭块和花椒末推入勺内，翻勺，出勺即成。

【炒野鸭片】 天津菜。以葱、姜、蒜片炝勺，下料酒、醋、酱油、盐、白糖、高汤、笋片、木耳、菠菜、荸荠、盐、鸡蛋，烧沸，再下入以热油滑熟的野鸭脯片烧炒，勾芡，淋花椒油，撒细韭菜末即成。

【豆皮野鸭】 天津菜。卤野鸭肉切小块，与熟栗子入油勺中略炸。另以葱、蒜炝勺，下鸭肉、栗子、荸荠、菠菜、料酒、醋、酱油、高汤等，勾芡，淋花椒油，倒入盛有炸好腐皮块的盘内，使其"吱吱"作响即成。

【五香野鸭】 黑龙江菜。野鸭治净，用料酒腌片刻，入油锅炸制后捞出。勺内加底油，烧热后放入鸡汤、盐、姜片、葱段、茴香、桂皮、花椒、玉泉大曲酒等调料，再放入野鸭，烧沸后，撇去浮沫，移小火上焖至酥烂即成。

【腊味野鸭】 黑龙江菜。野鸭背部开一刀，拍成平面，用水泡后，放砧板上，压平，将粒盐、花椒粒炒透，晾凉。火硝用热水调开，加糖、酒、味精和炒好的椒盐拌匀，涂遍鸭身，再加酱油腌3天取出，挂在日光下晒至八成干，最后用沸碱水刷净灰尘，清水冲洗，装盘，上屉蒸透即成。

【荔枝鸟仁】 陕西菜。陕西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。野鸭脯肉切成16毫米大的丁，经盐腌，再以鸡蛋清和湿淀粉拌匀上浆。荔枝去核，剖成两半，将用鲜汤、精盐、料酒、味精、湿淀粉对成的芡汁倾入炒锅，待汁沸起，倒入用油滑好的鸭丁和荔枝烹炒均匀，淋鸡油即成。因野鸭古称鸟，故名。

【胡葱野鸭】 江苏菜。野鸭治净，入清水中浸泡2小时捞出。胡葱切段，与五香粉、精盐填入鸭腹，用绳扎紧，入清水锅内，加盐，烧沸，再加料酒、姜块，用圆盘压住鸭身，再用微火焖2小时，取出晾凉。取出腹中的胡葱铺盘底，鸭头、颈、翅斩块垫底，鸭身斩条块盖面，浇煮鸭卤汁即成。

【炸麻花野鸭】 江苏菜。制法有二：一是野鸭脯肉用清水漂净，批成薄片，中划三刀，用葱姜汁、料酒、精盐、味精浸渍，挂蛋粉糊，两面沾满芝麻，翻卷呈麻花状，入油锅炸至呈深黄色时，捞出装盘即成。一是野鸭脯肉、熟肥膘肉批成同样大小的薄片，雪菜叶也切成同样大小的片。将调好味的虾茸分别涂在肥膘片上，盖上野鸭脯片，抹一层鸡蛋清，贴上雪菜叶，在中间划三刀，拉成麻花形，再逐个抹上鸡蛋清；将鸡蛋皮、冬菇、青菜叶斩成末，撒在麻花野鸭上，放入油锅炸至鸭肉色变乳白时捞出。原锅置火上，放入麻花野鸭略煎，烹入调味汁即成。

【野鸭菜饭】 江苏菜。野鸭、母鸡治净，加猪肋条、火腿、笋等切成丁，与青菜、粳米、盐、虾籽、清水及鸡清汤煮成饭，在饭汤将干时，面上铺放雪里蕻、荠菜，焖熟后，去雪里蕻、荠菜，加熟猪油拌匀即成。

【酸菜烧野鸭】 江西菜。野鸭用火燎去绒毛，斩去鸭头、脚、翅，剖腹掏去内脏，洗净，剁成块，配以生姜、香葱、茴香、甜面酱等调料烧焖成熟捞出。酸菜梗切成段，入炒锅加调料炒熟，装入碗内，再将烧熟的野鸭盖在酸菜上即成。

【冬菜扣野鸭】 湖北菜。肥壮野鸭治净，入汤锅煨至五成熟取出。鸭身遍抹米酒，入热油锅中炸3分钟后取出，改成长块，码入扣碗底部，上盖冬菜、肥膘肉丁和姜片，入笼蒸30分钟后，翻扣入汤盘，再用蒸鸭的原汁、排骨汤和调料烧沸，勾芡，淋油，浇入鸭身即成。

【炒野腊鸭条】 湖南菜。腊野鸭肉治净，入笼蒸熟，取出去骨，切成长条状；水芹洗净，切段。鸭条入炒锅用猪油煸炒，再加水芹、姜丝合炒，入精盐、味精、芝麻油推转，装盘即成。

【虫草炖蚬鸭】 广东菜。蚬鸭(即野鸭)宰杀治净，敲断颈骨和腿、翼骨，略汆，以冷水冲漂，去绒毛和污物；与姜片、葱条同炒，用姜汁酒、沸水煨后取出，放入盅里，加汆过的火腿丁、猪肉块、虫草、姜、葱、盐、料酒、开水，入笼炖2小时，去姜、葱，滤清汤液，加上汤续炖即成。

【魔芋野鸭】 云南菜。野鸭宰杀治净，斩去足爪，用盐遍抹鸭身，入钵，加葱、姜，入笼蒸至烂烂。魔芋豆腐切条，沸水煮后，均挂以蛋豆粉糊，入锅炸至呈金黄色时取出。炒锅内放上汤，将魔芋豆腐倒入煮熟透，与蒸

好的野鸭同入盏子内。锅中汤汁加盐、胡椒粉、味精推转，下豌豆苗煮断生，一起浇在野鸭上即成。

【穿花南雁腿】 湖北菜。选大小一致的新鲜雁腿10只治净，焯水后漂去异味，用调料腌渍30分钟，再加糖、酱等料烹烧至六成熟，去掉下关节，续用小火焖烧，然后挂蛋粉糊入油锅，汆炸后，置入盘的周沿，雁腿上插进用瓜菜雕成的花卉，撒胡椒粉和葱花，盘中放一供蘸食的果酱小碟即成。

【桂皮鸽子】 辽宁菜。鸽子治净，入油锅炸成金黄色捞出。勺内加鸡汤、桂皮等调料，放入鸽子，慢火煨烂，待汤汁将尽时，将鸽脯朝上，加明油略燉，出锅盛盘中即成。

【梅花鸽蛋】 甘肃菜。甘肃参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鸽蛋16个煮熟去壳，切两半，在切面抹上预制好的鸡茸，用枸杞子在上面摆成梅花状，中间撒上干贝丝，蒸透取出，摆入盘中，另将制好的菜心围在盘的周围，淋汁即成。

【黄山炖鸽】 安徽菜。山药切片，在沸水锅里烫一下，然后与鸽肉(整只)同放于砂锅中，加调料和鸡汤，先用大火烧沸，撇去浮沫，再转用微火炖烂即成。

【双鸽朝牡丹】 福建菜。活鸽2只宰净，整料出骨后，分别填入汆熟调味的猪瘦肉、猪腰、猪心、鸭肫、虾米、干贝、香菇、莲子丁，盛入大碗，加料酒、清水，上笼屉蒸熟取出，滗出蒸汁，置于蒸有蛋清凝片的腰盘两端，中间以汆熟虾仁拼制呈牡丹花状，再上笼屉略蒸取出，淋入烧沸的调味蒸鸽原汁即成。

【双鸽吞燕】 广东菜。乳鸽宰杀治净，去整骨；燕窝浸发治净，入沸水中汆一下，再用上汤、料酒、精盐略喂，沥干，与火腿末一起填满鸽腹，用水草扎刀口，然后与猪肉、火腿粒一起放入沸汤中略汆；取出，鸽身扎孔，去水草，放入盅里，下猪肉、火腿、姜、葱、料酒、盐、开水，加盖，炖至软烂，存鸽去各余料，滤清汤液，加上汤续炖即成。

【焗乳鸽】 广东菜。乳鸽宰杀治净，用料酒、浅色酱油、深色酱油擦匀，腌片刻，入油锅炸至皮色大红时，再与爆香的姜片、葱白同炒，烹料酒，加上汤、味精，焗10分钟，加西汁、喼汁、白糖，再焗至熟，取出切块，装盘；以炸香茄片、芫荽叶围边；原汁加花生油、芝麻油拌匀，淋盘上即成。

【玫瑰焗双鸽】 广东菜。乳鸽一双，宰杀治净，抹干放入瓦盘中，胸下横放筷子一双；取玫瑰酒一杯，放在两鸽之间，然后将瓦盘放入铁锅内，以瓦盆盖上，用中小火焗熟即成。配喼汁、淮盐佐食。

【榄仁乳鸽片】 广西菜。橄榄仁褪去红衣，入油锅炸一下；乳鸽起肉切片，留头、脚；肉片调味后，与笋片、榄仁同炒；鸽头、脚、翅膀腌后，入油锅炸成金黄色。装盘时，炒鸽片置中间，头、脚、翅膀伴形即成。

【芋茸香酥鸽】 广西菜。用广西荔浦芋头和虾胶、腊肠等调料制成芋茸馅，瓤在去骨的鸽身上，再上浆，入油锅炸熟即成。

【子母会】 四川菜。肉用鸽3只，治净，盘好，入油锅稍炸，装蒸碗，加姜、葱、花椒、清汤等，上笼蒸至骨松翅裂；12个鸽蛋煮熟，去壳，粘一层细干淀粉，入油锅炸至呈淡黄色时捞起。取出鸽子置大圆盘中，围上鸽蛋；原汁入锅，勾芡收浓，淋于鸽身及蛋上即成。

【天麻鸳鸯鸽】 贵州菜。贵州参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。天麻切成小颗，放入鸡茸中，挤成丸子，汆熟。净鸽入钵，加高汤，蒸至离骨时，配鸡茸丸子和嫩豌豆苗即成。

【桃仁乳鸽】 云南菜。云南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。把蒸好的乳鸽去骨，摊平，刷上蛋清糊，塌上虾茸，镶上炸香的桃仁、火腿末，入油锅煎贴至呈微黄色时，切成方块装盘即成。

【丁香鹌鹑】 辽宁菜。鹌鹑块、鸡块、猪肉块用沸水焯一下捞出。用丁香炝锅，添鸡汤，加入酱油、料酒、白糖、味精等，沸后，再把鹌鹑、鸡块、肉块放入汤中，用小火煨烧至鹌鹑肉熟烂，出锅盛盘中即成。

【燉鹌鹑】 吉林菜。鹌鹑褪毛，去内脏，洗净后用料酒、酱油、葱、姜等腌制，入油锅炸后，加鸡汤、酱油、料酒、白糖、味精等燉制至熟，盛入盘中。黄瓜切条，摆在盘中一侧；土豆去皮，切丝，经油炸后，摆在盘中另一侧即成。

【干烹鹌鹑】 黑龙江菜。鹌鹑治净，剁成小块，用精盐、料酒、味精、芝麻油、酱油腌后，再挂湿淀粉，入油锅冲炸一下捞起。用葱、姜炝锅，放入炸好的鹌鹑翻炒，烹入以糖、醋、精盐、味精对好的滋汁即成。

【箸头春】 陕西菜。鹌鹑宰杀，烫毛，开腔，取出内脏后切成块，用料酒、酱油腌渍，入油锅炸成金黄色捞出，装碗中，加生姜、葱、酱油及调料，上笼蒸烂，将蒸好的鹌鹑连汁倒入锅里收汁稠浓，淋明油出锅即成。

【母子大会】 湖北菜。湖北参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。鹌鹑10只去骨，治净，卤至六成熟，加调料烹烧，头朝里、尾向外在盘中整齐码放一圈，圈内搁放10个炸好的虎皮鹑蛋；圈外摆放10个蒸好的鹑蛋糕(用小碟制成，上以火腿末、发菜末、芫荽叶缀成图案)；然后薄浇芡汁，淋芝麻油，撒胡椒粉即成。

【香酥鹌鹑脯】 湖北菜。10只肥硕鹌鹑治净，用精盐、五香粉腌渍上味，入笼蒸至七成熟取出，去掉骨架，下油锅汆炸至金黄焦酥时，起锅装盘，撒白胡椒粉即成。食时配黄瓜丝、绿豆芽，用荷叶夹包之。

【冬笋鹌鹑松】 广东菜。鹌鹑宰杀治净，去胸骨、脚翼骨和头，开腹，皮向下，用刀背捶碎颈骨，剁成米粒大小，先用蛋液拌匀，后沾干淀粉，再与爆香的蒜茸、姜米炒匀，加入腊鸭肝丁和油，炒至松散，再加冬笋丁，烹料酒，下香菇丁、葱米，用蚝油、芝麻油、胡椒粉、白糖、酱油、芡汤、湿淀粉调成芡汁勾芡，装盘呈山形状，将炸雀

头居边即成。配经消毒的生菜包着佐食。

【珍珠糯鹌鹑】 广西菜。鹌鹑治净，起出整皮，成布袋形；肉切成粒，和虾仁、香菇、葱花、芫荽等炒熟，再与糯米饭拌匀，瓤入鹌鹑皮袋内，入笼蒸熟后，上色，入油锅炸至呈焦黄色时即成。

【菜片鹌鹑松】 广西菜。鹌鹑用刀背捶碎剁烂，加鸡蛋清调味打胶，配以荸荠、冬菇、姜粒、葱粒，拌匀，入锅炒熟即成。配嫩生菜(莴苣)佐食。

【燕回巢】 云南菜。鹌鹑治净，去骨和内脏，腹内填入用鲍鱼、虾仁、火腿、糯米等料制成的馅，扎紧，在沸水中汆一下，装盘中，上笼蒸熟取出，挂糊，拍粉，入油锅中炸至呈金黄色时捞出，把经炸过的肉丝、土豆丝，按窝状装盘成"巢"。巢中先放煮熟去壳的鹌鹑蛋，再放鹌鹑，令头搭在窝边，用玫瑰花点缀，盘边放少许椒盐即成。

【炸熘飞禽】 天津菜。铁雀 12 只治净，顺脊背剖开成两半，用刀尖将膀、脊、腿骨划碎，再从雀脯处顺切两刀成 3 块，加盐、湿淀粉、水，抓匀，下油中炸脆捞出。另用葱丝、姜丝、蒜米炝勺，下荸荠片、菠菜段、木耳，烹入料酒、醋、酱油，再下白糖、高汤，勾芡，淋花椒油，倒入铁雀块，翻匀，出勺，撒上青菜即成。

【酱瓤馅飞禽】 天津菜。铁雀治净，从背上开刀，取出内脏，略颠碎肋骨，形成背开脯连状，入凉水漂去血水，填入用猪肉末加葱、姜、料酒、盐、酱油、味精、芝麻油、干淀粉、鸡蛋液等搅拌成的馅，用鸡蛋、淀粉糊抹严刀口，下热油中汆炸定形，然后，以葱、姜、蒜炝勺，烹入料酒，放炖肉红卤和熟肉皮，见沸后，移微火上煨至收汁(捞去肉皮、葱、姜)，装盘，将余汁淋芝麻油浇上即成。

【雀渣】 天津菜。铁雀治净，剁成豆粒大的碎块，放入用盐、淀粉、面粉、清水调成的糊中拌匀，用铁筷子打入热油勺中，炸成酥脆的小渣丁捞出。原勺留底油，下蒜末、姜末炝勺，再下白菜心丁、葱丁煸炒，烹入料酒、醋、酱油，加白糖、高汤、糖色，勾薄芡，下雀渣滚汁，盛碟中，淋花椒油，撒细韭菜段即成。

【炒雀渣】 天津菜。铁雀 40 只治净，从脊背劈为两半，剁成豆粒大的碎块，放盆内，加盐、湿淀粉搅上劲，入油中炸至外焦里嫩时捞出。另用姜米、蒜米炝勺，下入白菜丁煸出水分，烹入料酒、醋、酱油，加水、糖，至沸，勾芡，放入葱片，淋明油，倒入雀渣搅匀出勺即成。

【软硬飞禽】 天津菜。铁雀头、脯肉用盐、淀粉腌好，炸成黑红色捞出。将脯肉下入炝有葱、蒜和加有冬笋、菠菜的勺内，添料酒、酱油、醋、糖，下雀头，勾芡，淋花椒油，撒细韭菜末即成。

【五香熏铁雀】 内蒙古菜。铁雀去毛、眼、嘴、爪，洗净膛，每 5 只或 10 只用竹签穿成串，用清水、葱、姜、大料、山楂、精盐、酱油等制成卤汁，沸后，放入铁雀串煨透捞出，再放入熏锅中熏制即成。

【炸铁雀带铃铛】 吉林菜。铁雀褪毛，去内脏，剜去嘴和眼，洗净后，沥水，挂上用鸡蛋和淀粉制成的糊，经热油炸至酥脆时即成。配椒盐佐食。

【百鸟返巢】 黑龙江菜。铁雀去皮、内脏，洗净后用肉料子和各种调料腌制。土豆切丝，撒少许干淀粉，放入漏勺用油炸成鸟巢，沥尽油，放盘内，将腌好的铁雀用热油炸好，放在鸟巢中即成。

【清烹铁雀】 黑龙江菜。铁雀去毛，除内脏，经葱姜水、盐、料酒腌喂后，用急火热油炸 2 遍，熟透后捞入盘内即成。配麻辣盐佐食。

【熘雀脯】 江苏菜。麻雀脯肉略斩，用鸡蛋清、精盐、淀粉拌匀，过油后，倒入以蒜茸、葱、姜、料酒、醋、白糖、清水等烧沸、烹起的滋汁中熘制即成。

【炒铁雀头脯】 江苏菜。铁雀从胸脯处划一刀，剥去皮，把脯肉、雀头放碗中，加鸡蛋清、湿淀粉拌匀，入油锅炸至变色捞出，沥油。另用葱末在炒锅中炝出香味，放青豆、栗子片、白果片、青菜心、姜末煸炒，放入雀头、脯肉，再加酱油、精盐、白糖、蒜末、醋炒匀，起锅装盘即成。

【和县炸麻雀】 安徽菜。麻雀连皮带毛剥成光雀，除内脏，剪去嘴壳、脚爪，先用油炸至雀脑盖泛白色，再加香料和调味卤煮至汤汁稠浓，冷后入芝麻油中浸泡 2 日即成。

【花雀烧桔汁】 福建菜。活麻雀宰净，去头、脚爪，用料酒、酱油稍腌后过油，再与蒜末、白糖、胡椒粉、桔汁等料下锅烧炒即成。

【焗瓤禾花雀】 广东菜。禾花雀宰杀治净，晾干，用精盐、姜、葱、玫瑰露酒拌匀，腌 1 小时。熟鸡肝、腊肠切成长条，瓤入雀腹内，过油，然后烹炒，加料酒、上汤、蚝油、白糖、胡椒粉、酱油，加盖，焗至熟透，用湿淀粉调稀勾芡，淋芝麻油即成。配柠檬叶汁佐食。

【鲜笋斑雀片】 广东菜。斑鸠宰杀治净，去骨，切薄片，先拌鸡蛋清；后拌淀粉，入油锅过油。烧锅，下蒜茸、姜米、葱米、香菇、笋片、斑雀肉，略炒，烹料酒，用胡椒粉、酱油、芝麻油、芡汤、湿淀粉调成芡汁勾芡，淋熟猪油，装盘上，将炸好的雀头摆在碟边即成。

【炒斑鸠片】 安徽菜。斑鸠脯肉切片，加调料浆拌，配以火腿片、香菇片及笋片，入油锅滑炒即成。

【元葱炒斑鸠】 湖北菜。斑鸠脯肉切作豆粒状，加精盐、料酒，腌渍，用蛋清、淀粉上浆，入锅滑炒，盛起；元葱切丁，入锅爆炒片刻，下斑鸠粒合炒，加鸡汤、调料烧沸，勾芡，淋油，出锅装盘即成。

【香酥嫩斑鸠】 湖南菜。斑鸠治净，去内脏、爪尖，入沸水中略煮，去血水、腥气。大瓦钵 1 个，用竹箅垫底，放入切成条的五花肉，上放斑鸠，加料酒、酱油、精盐、冰糖、花椒、葱结、姜片及清水，盖严，烧煨后，取出斑鸠，入油锅炸成金黄色捞出，剁成条，按原斑鸠形状装盘，覆以花椒末、番茄酱即成。

【荸荠鸠丁】 四川菜。活斑鸠杀后治净，取脯肉切小丁；荸荠去皮，切丁；姜、蒜切片；葱切颗。鸠丁码味，码蛋清淀粉，下温油(猪油)锅中滑散，滗去滑油，将鸠丁拨锅边，下调料略炒，再与鸠丁合炒，烹滋汁迅速翻簸，起锅入圆盘即成。

【五香卤斑鸠】 四川菜。新鲜斑鸠先褪毛，再用酒精火燎尽茸毛，从背尾部剖开，去内脏，洗净，斩去头、爪，将翅膀翻扭在背上盘好，出一水，入红卤锅卤熟捞出，冷却后改刀，装盘，淋上适量原卤汁即成。

【黄焖斑鸠】 云南菜。斑鸠治净，以甜酱油、咸酱油、盐擦过，入缽，加上汤入笼蒸熟取出，入油锅中稍炸后，捞出晾凉，切成长方块。炒锅内放少许猪油烧热，入水发冬菇煸炒，倒进蒸斑鸠的汁水，放斑鸠肉块，加精盐、胡椒粉、味精收汁，先将斑鸠块捞出装盘；后在锅中下芡推转，起锅浇在斑鸠块上，淋芝麻油即成。

【锅巴鹧鸪粥】 也称"吱喳鹧鸪粥"。广西菜。鹧鸪肉去筋，剁烂成茸，加盐、鸡蛋清及上汤调成糊状；起锅落油，烹酒调味，放入鹧鸪糊略煎。糯米锅巴用油炸成金黄色，急上席放入鹧鸪糊内，发出"吱喳"声即成。

【吱喳鹧鸪粥】 即"锅巴鹧鸪粥"。

【手撕腊鹧鸪】 广西菜。鹧鸪治净，以盐、糖、料酒腌制数日，挂在阴处风干，再入笼蒸熟，将肉撕出上碟即成。

【香酥沙半鸡】 ①辽宁菜。沙半鸡治净，用精盐、味精、料酒腌后，加葱段、姜块蒸烂，取出沥去汤汁，抹层淀粉糊，入油锅冲炸几次，见外皮呈深红色时捞出，改刀装盘即成。②黑龙江菜。沙半鸡整理干净，用沸水紧透后，一劈两半，加酱油、汤、花椒、大料和桂皮，上笼蒸烂取出，抹匀湿淀粉，入油锅炸制即成。

【炒麦鸡】 江西菜。麦鸡治净，拍碎骨，斩成丁，入油锅炸至骨酥捞起；嫩豆腐切成丁，置盘中。葱花、姜末入锅略炒，加调料，勾稀芡，浇在豆腐丁上，再放上炸好的麦鸡丁即成。

【香辣竹鸡】 湖北菜。鄂西山区所产的竹鸡脯肉切作细丝，上浆，滑油。将炒锅置大火上，下鸡油、姜米、花椒、干红椒丝煸炒片刻，至香辣味溢出，即下竹鸡丝合炒，出锅装盘即成。

【雪菜鹌鸡】 安徽菜。鹌鸡剁块，经料酒、淀粉浆拌，过油呈金黄色时，配腌雪里蕻红烧至烂即成。

【清炖鹧鸪】 湖北菜。取肥壮鹧鸪，干拔粗毛后，用热水浸泡，拔净细毛，斩去爪、头，剖腹去脏，洗净。用调料腌渍，下锅烧焖10分钟，盛入炖盆，加清水用小火煨炖2小时，再加火腿、香菇、姜片、葱花上笼，蒸透即成。

【熘麦啄】 湖北菜。鲜活麦啄治净，卤至六成熟时捞出，挂蛋粉糊，入油锅炸后，用糖醋汁焦熘即成。

【菠菜秧鸡汤】 四川菜。秧鸡2只，干煺毛，去内脏、肛门，洗净后出一水，斩去脚爪、嘴角，装蒸缽内，加清汤、调料，猪网油盖面，上笼蒸熟。菠菜取汁加面粉揉匀，做成菠饺24个，入锅煮熟捞起。从笼中取出蒸缽，揭去网油，拣尽料渣，秧鸡入大汤盏，周围镶上菠饺，浇入蒸缽原汁即成。

【烧鸿鹄】 福建菜。净鸿鹄去脚，放在小盆里，用酱油、高粱酒腌醉后，入油锅炸至金黄色时，滗去油，倒入用骨汤、味精、糖、酱油、料酒、五香粉、胡椒粉、芝麻油调成的卤汁，改用中火煨至汁稠，捞起，切厚斜式片，排在腰盘上，浇上稠汁即成。

【旱蒸雪鸡】 青海菜。雪鸡治净，用清水浸泡30分钟捞起，将盐、料酒、姜、葱、花椒均匀涂在鸡身内外，腌约1小时，放入开水锅中汆一下捞出。再在鸡身内外抹以精盐、料酒，盛入盆内，加姜、葱、花椒，用牛皮纸封严盆口，上笼蒸熟取出，揭去牛皮纸，拣去葱、姜、花椒即成。

【桂圆山瑞】 广西菜。山瑞宰杀后，经飞水、爆炒后，配桂圆肉、南杏仁、猪瘦肉、火腿片，再调味，加上汤，下炖锅炖熟即成。

【清蒸鹰龟】 安徽菜。山鹰龟宰杀剁成块，配火腿，加调料和水，入笼用大火蒸1.5小时即成。

【豆腐烧娃娃鱼】 陕西菜。净娃娃鱼肉切成小瓦块形，加精盐、湿淀粉、酱油，抓匀；豆腐切方块形，入开水锅煮透捞出。炒锅放芝麻油烧六成热，先下葱、姜爆出香味，再下木耳、黄花、菠菜叶及肉汤和各种调料，搅炒均匀，汁沸，即下入鱼块、豆腐烧炒，勾芡即成。

【豆瓣烧娃娃鱼】 陕西菜。娃娃鱼切成块，加精盐、湿淀粉，抓匀，入油锅炸至色发黄时捞出。炒锅内留底油置火上，先下豆瓣辣酱、葱、姜、蒜煸出香味，再下香菇片、笋尖片搅炒，放入肉汤，加精盐、酱油，然后下入鱼块煨制即成。

【香菇烧海狗鱼】 广西菜。海狗鱼(鲵)治净，斩件，入油锅滑一下，上汤添入炒锅，下葱、姜、蒜、料酒、盐、味精调味，加海狗鱼和香菇焖透，勾芡，淋芝麻油，撒胡椒粉即成。

【八宝娃娃鱼】 贵州菜。贵州参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。大鲵鱼宰杀治净，砍成26毫米宽的方块，配生鸡肉、火腿、大蒜瓣、香菇、玉兰片、珧柱、海米等料，在瓷盅内依次摆成扇形图案后，加高汤蒸制即成。

【什锦雪哈杏仁豆腐】 吉林菜。吉林参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。干哈什蚂用温开水浸泡至软涨后，用竹针挑去黑筋皮、蚂籽，入碗加水，上笼蒸熟烂取出。杏仁用开水浸泡后，去外皮，舂成细粉；菠萝、梨脯、苹果改菱形块；金糕切丁。冻粉洗净，入铝锅，加清水、杏仁粉、白糖，置火上熬至冻粉溶化，过筛去渣，盛于平磁盘内冷却后改成菱形块。另将白糖熬成糖水，下香蕉精晾凉。取圆盘1个，先将菠萝、苹果、梨脯放入盘底，再取哈什蟆、杏仁豆腐置于上层，另用金糕、樱桃摆于盘边，倒入糖水即成。

【汆鸡茸哈什蚂油】　吉林菜。鸡牙子肉砸成茸，加入哈什蚂油、鸡蛋清、鸡汤、精盐、料酒、花椒水和味精搅匀。勺内放鸡汤烧沸，徐徐下入哈什蚂鸡茸，待呈珍珠状时，再放入火腿片、鲜蘑、油菜片、玉兰片等，淋明油，盛碗内即成。

【烩哈什蚂油】　吉林菜。哈什蚂油配经沸水焯过的冬笋丁、水发口蘑、鲜豌豆，放入用葱、姜炝过的鸡汤锅中，加料酒、精盐、味精等，沸后勾薄芡，淋芝麻油，撒芫荽段即成。

【芙蓉哈什蚂油】　吉林菜。鸡蛋清放碗内，加鸡汤、精盐、味精搅匀，用小火蒸熟成"芙蓉"。勺内加底油，用葱、姜块炝锅，添鸡汤烧沸，捞出葱、姜块，加料酒、花椒水、哈什蚂油、火腿片、冬笋片、冬菇和豌豆等，复沸，勾稀芡，淋明油，倒在"芙蓉"上即成。

【荷花田鸡油】　吉林菜。泡好的田鸡油放入冰糖水中，用小火煨至糖汁稍浓时，倒在汤盘里。西红柿剥皮，切成荷花瓣形，片去内瓤，分两层码在装田鸡油的汤盘周围，再将青梅丁点缀在田鸡油中间，放冰箱冷却后即成。

【汆哈士蚂油】　辽宁菜。哈士蚂由腹部剖开，挤出白油，洗净。勺中添鸡汤，加入哈士蚂油和火腿丝、口蘑丝、精盐、料酒、味精等，沸后，撇去浮沫，放入胡椒粉、芝麻油，盛入汤碗即成。

【珍珠石鸡】　安徽菜。安徽参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。石鸡宰杀后，去皮，去内脏，洗净，敲断腿骨，用刀拍松，剁成块，用精盐、料酒、葱段、姜片、味精、胡椒粉腌渍后，加入干淀粉拌匀。鸡蛋清放碗中，加精盐、料酒、苏打粉、面粉和水调匀，放入石鸡块，使之均匀地粘满糊，再入猪油锅炸至呈浅黄色时滗去锅中油，淋入芝麻油，起锅装盘即成。配番茄酱或花椒盐佐食。（注：石鸡，即生活在山溪石隙间的胸棘蛙，它体大色褐，肉味鲜嫩，可与家鸡媲美。）

【软炸石鸡】　安徽菜。石鸡肉剁块，加调料腌渍入味，挂蛋糊，以软炸法烹调即成。配番茄酱佐食。

【香炸铜锤】　江西菜。江西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。石鸡后腿用精盐、料酒、味精、葱姜水腌后，扑上干生粉，拖上蛋糊，再拍上干面包粉，入油锅炸至呈金黄色时捞出，围圆盘摆一圈，中间再摆上腌后的黄瓜片，配上炸后的粉丝堆成的菊花状即成。配椒盐、番茄酱佐食。

【云雾熏石鸡】　江西菜。江西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。石鸡去头治净，盛碗内，加盐、酱油、料酒、味精、生姜、葱结拌匀浸渍。铁锅内撒入大米饭、白糖、泡过的庐山云雾茶叶，再放入铁丝箅托，香葱垫在箅托上，将腌好的石鸡双腿盘好放葱上，加盖移柴炉上，点燃木刨花，待锅内冒黑烟时，改用小火，直至黑烟变成白色时，将茶汁从锅边淋入，揭盖，起锅，将石鸡腿向盘外围成圆形。盘中摆上以蔬果制成的花朵等加以点缀，配调料碟即成。因用庐山云雾茶叶熏制，故名。

【清炖石鸡】　江西菜。石鸡去头、爪及内脏，洗净，放入砂缽内，下猪肉条、香菇，加鲜汤、调料，上笼蒸炖即成。

【飞跃活动鸡】　江西菜。石鸡腿用咖喱粉、葱、姜、蒜等调料烧熟。鸡头切成两半；鸡肫对剖成两半，剞上十字花刀，与鸡脚、翅一起入锅中，加调料烧熟。菠菜烫熟放入盘底，再把烧熟的石鸡腿、鸡肫花、鸡翅、鸡头、鸡脚放在菠菜上摆成图案，浇上卤汁即成。

【炸石鸡】　江西菜。石鸡取后腿，用胡椒粉、料酒、精盐、味精腌后，扑上一层干生粉，在鸡蛋糊中拖后，再拍上干面包粉，入热油锅炸至呈金黄色时捞起装盘即成。配番茄酱佐食。

【石鳞戏珠】　福建菜。石鳞（即棘胸蛙）去皮，取腿脱骨过油后，把火腿条插入石鳞腿骨位，放碗中，周围排上蒸好的干珠贝，浇入料酒、味精等调料，上笼蒸5分钟，扣装于合碗内，点缀炒熟的青菜心即成。

【熘石蚌】　贵州菜。石蚌（即石蹦，棘胸蛙）肉斩成小段，用盐、料酒、蛋清码好，入八成热的猪油锅内爆炒，再加鸡片、火腿片合炒，烹入用清汤、冬菇、葱白、盐、胡椒粉、味精、湿淀粉等对好的滋汁，炒转即成。

【果仁炒石蹦】　云南菜。活石蹦剖腹去内脏，斩去脚爪，切段，摆碗中用盐略腌后，上蛋清豆粉浆，入锅过油捞出。白果去壳，煮后入清水中漂凉，取出入锅过油，捞出。炒锅放油，入葱段、姜片炝锅，下鲜红辣椒块、石蹦、白果仁，放甜酱油、咸酱油、盐煸炒，下芡汁推转，淋熟猪油起锅，装盘即成。

【翡翠石蹦】　云南菜。活石蹦剖腹去内脏，斩去脚爪，切段，摆碗中用盐略腌后，上蛋清豆粉浆，入锅过油捞出。炒锅放猪油烧热，下姜片、葱白炝锅，加入云腿片、石蹦、青蚕豆（先过油滑熟）、盐煸炒，勾芡，起锅，淋上芝麻油即成。

【嬉戏蝉鱼】　黑龙江菜。田鸡肉制茸，一部分装碗，并加料酒、精盐、味精、白胡椒粉、鸡蛋清，搅匀，做成金鱼形；另一部分田鸡茸装碗，加调料搅匀，做成蝉形。两部分同蒸至熟。鱼盘中蒸好芙蓉底，撒上豆苗（5朵），交叉摆上蒸好的蝉、鱼，蒙银白汁即成。

蔬果与素菜类

【开水白菜】　北京菜。北京参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。大白菜嫩心洗净，用沸水烫透，沥净水分，码在小汤缽内，加入上好清汤，用精盐、味精等调好口味，旺火蒸透即成。

【干烧冬笋】　北京菜。冬笋削去皮和根，洗净，用滚刀法切成菱角块，放入精盐、料酒拌匀浸渍好。雪里蕻叶用开水泡去咸味洗净，切成段。炒勺里放入花生油，烧热，下浸渍好的冬笋，至炸成金黄色时，再下入雪里蕻叶炸酥，随即一起倒入漏勺内，将炸好的冬笋和雪里

蘸叶，再倒入原炒勺里，加味精颠翻均匀即成。

【罗汉菜心】 北京菜。油菜心洗净，入沸水中略焯捞出，再用冷水浸凉，沥净水分，用精盐、味精等腌入味。将鸡脯肉茸瓤在油菜心根部，上面用豆苗和火腿末点缀，上笼蒸熟取出，码在盘中，浇上以清汤、精盐、味精、湿淀粉、鸡油制成的芡汁即成。

【炒黄瓜酱】 北京菜。猪瘦肉、黄瓜均切小丁，下炒勺内，加葱末、姜末、黄酱、酱油、料酒等，炒透，用淀粉勾薄芡即成。

【炝冬笋】 天津菜。冬笋去根皮，切薄片，拍松，改成劈柴块，下入溶有料酒、精盐的开水中焯5分钟捞出，撒味精拌匀，盛碟，将调匀的高汤、酱油、花椒油浇上，撒芫荽末即成。

【如意冬笋】 天津菜。将削成如意柄状的冬笋用水焯后，挖空，填入虾仁、猪肉馅，略炸，下入炝有葱、姜并加有料酒、酱油、白糖、糖色的高汤内煨透，下鱼骨、青笋、火腿、冬菇烧制，淋熟猪油、香槽汁，出锅盛盘即成。

【油盖扒茄子】 天津菜。油盖(即尚未长硬的河蟹黄)加葱、姜、蒜、盐、料酒、酱油煸炒，勾芡，淋花椒油。将炸黄的茄子片加葱、姜、料酒、酱油、盐、糖、糖色、高汤等煨好，淋芝麻油，盛盘，蒙以油盖，再将姜末、芫荽叶分撒油盖、茄子上即成。

【酱油茄】 天津菜。茄子先切成大片，再改成连刀片，入油中炸成金黄色捞出。原勺留底油，用大料、姜丝炝勺，下甜面酱略搅，加料酒、酱油、白糖、高汤，下茄片，至沸，移微火上略煨，用糖色着色，勾薄芡，淋花椒油，盛碟中，另将略泡开的黄豆下热油中炸酥，与芫荽叶一起撒在油茄上即成。

【火腿烧油菜心】 天津菜。香菇泡透，择洗干净，放入加有料酒、味精、酱油的高汤中，上火煮开，取出挤干水分。将油菜心切为两半，冬笋、熟火腿切骨牌片，与香菇同入用葱、姜末炝过的勺中煸炒，烹入料酒、盐、高汤，加味精，勾芡，淋鸡、鸭油即成。

【鸡油豆瓣】 上海菜。鲜蚕豆剥皮取瓣，经沸水焯后，放入用葱米爆锅的底油中煸炒，炒时，加少许鸡汤和精盐、味精等，熟后用淀粉勾成薄芡，淋鸡油即成。

【鸡油刀豆】 上海菜。刀豆洗净，摘成小段，入热油锅滑至柔软呈翠绿色时，倒入漏勺沥油，然后再加盐、鸡清汤，烧滚稍焖，用淀粉勾成薄芡，淋鸡油即成。

【虾子冬笋】 上海菜。冬笋切成厚块，用刀拍松，再改切条子块，用温油炸至略呈黄色时捞出。炒锅置大火上，用少量油把葱段煸香，捞去焦葱，随将虾子放入，一爆立即喷酒，并加入酱油、白糖、肉汤等调料，再入冬笋，先以中火烧入味，后用大火收汁，然后用淀粉勾芡，再撒上葱末即成。

【枸杞春笋】 上海菜。枸杞嫩头洗净沥水，撒精盐、白糖、料酒等调料，拌匀，随即入锅急速煸炒，接着放入已煸熟的笋片、香菇片，加少许酱油，颠翻均匀即成。

【生煸草头】 上海菜。草头嫩尖叶洗净，沥去水。炒锅置大火上，待油将沸，放入草头、精盐快速煸炒，见草头稍有变色，即下白糖、酱油、味精等调料和熟猪油，推匀，烹入黄酒，见油光泛亮，起锅装盘即成。

【佛手白菜】 河北菜。水发海参、虾肉切细丁，加鸡茸、精盐、料酒、味精、花椒水、芝麻油拌匀，抹在经水烫过的白菜叶上，包成扇形，再切成手指状，放入盘内，入笼蒸熟取出。炒勺内加鸡汤、精盐、味精，沸后，用湿淀粉勾薄芡，淋鸡油，浇在"佛手"上即成。

【瓤西葫芦】 河北菜。西葫芦去皮、瓤，修成罐形，入油中炸透捞出，沥油，瓤入以猪肉茸、海参末、海米末、玉兰片末、香菇末、葱末、姜末、精盐、料酒、味精、芝麻油等制成的馅，上屉蒸熟取出，摆入盘内。勺内加鸡汤、精盐、料酒、味精，沸后，用湿淀粉勾成薄芡，淋明油，浇在瓤西葫芦上即成。

【芙蓉菜心】 山西菜。油菜心挂鸡茸糊，入沸水中汆熟，装盘。葱片、蒜片、姜末放入锅中翻炒，加鸡汤，用精盐、料酒、味精调好口味，再用淀粉勾成薄芡，淋鸡油，盛盘即成。

【奶油扒龙须菜】 山西菜。龙须菜切段，摆盘中一侧；冬笋片、火腿片、香菇摆在盘中另一侧，上笼蒸熟取出。用高汤、味精、精盐、料酒、淀粉制成流水芡，加牛奶，浇在上面即成。

【芙蓉辣椒】 山西菜。虾肉、猪肉剁成茸，加葱末、姜末、盐、味精、料酒、鸡蛋清，搅匀。青辣椒去蒂、籽，把虾茸装入辣椒内，入笼蒸熟取出；鸡蛋清打成蛋泡糊，抹在辣椒上，上面用黄蛋皮、火腿片、芫荽叶点缀成花形，再入笼略蒸后取出。勺内加清汤、盐、味精、料酒，烧沸，用湿淀粉勾芡，浇在辣椒上即成。

【番茄笋尖】 山西菜。笋尖切片，入沸水中汆一下。炒勺内放猪油，加番茄酱、白糖、辣椒、笋片翻炒，再用湿淀粉勾流水芡，淋明油翻匀即成。

【烧龙头】 山西菜。南瓜蔓头尖部用开水冲烫后，剥皮，取嫩心，放盘中蒸熟，加鸡鸭汤、料酒、精盐、味精、虾仁、香菇、青豆、玉兰片等，入锅稍煨，勾芡，盛入盘中即成。因南瓜蔓头又称龙头，故名。

【芙蓉发菜】 内蒙古菜。鸡蛋清加清汤、盐水、味精搅匀，慢火蒸熟呈"芙蓉"状，取出，切成象眼片，与烫过的发菜一起码于碗内。勺内加清汤，放入精盐、料酒、味精等调好口味，浇入碗内即成。

【扒蛋糕发菜】 内蒙古菜。鸡蛋加盐水、姜水、味精搅匀，用小火蒸熟呈糕状，切成片，码于盘内，发菜围在蛋糕片的四周。勺内加清汤，下料酒、精盐、味精等，放入码好的蛋糕片和发菜，慢火煨至入味，用湿淀粉勾芡，淋明油，盛入盘中即成。

【油泼豆芽】 内蒙古菜。绿豆芽摘去根、须；韭菜切成段，均置漏勺中，用烧热的芝麻油均匀地浇在豆芽段、韭菜段上，至熟，沥尽油，与精盐、味精拌匀即成。

【黄油炒银丝】 内蒙古菜。绿豆芽掐去根、须，洗净。勺内放底油烧热，下葱、花椒炸出香味，捞出葱、花椒，加黄油，倒入绿豆芽茎段，加精盐、料酒、味精等翻炒均匀即成。

【果味辣白菜】 辽宁菜。大白菜嫩心切细丝，加盐腌一下，挤出水分，放入熬好并晾凉的糖醋汁内，再与炸好的椒丝以及果汁拌匀，浸喂一定时间即成。

【煎转西红柿】 辽宁菜。西红柿经水烫后，剥皮，切厚片，调味后沾干面粉，拖鸡蛋液，入油锅煎至两面呈金黄色时，再用葱丝、姜丝、芫荽段、鸡汤和精盐、味精煨透，出锅盛盘即成。因烹制时需不断晃勺煎制，故名。

【糖醋瓜皮】 辽宁菜。黄瓜洗净，顺着瓜身将瓜皮徐徐旋下，再切成段，用精盐腌一会，再用白糖、香醋、辣椒油拌匀即成。

【脆皮蕨菜卷】 吉林菜。将切成末的蕨菜、鸡脯肉、虾仁、鲜蘑与精盐、味精、葱、姜、花椒油和芝麻油拌成馅，再用鸡蛋皮卷成卷，沾面粉，拖蛋液，蘸面包渣，入油锅炸成金黄色即成。

【滑炒鸡丝薇菜】 吉林菜。薇菜入开水中煮至能掐动时，切成段；鸡脯肉切细丝，加鸡蛋清、湿淀粉，抓匀，入油锅滑熟。勺内留底油，用葱、姜、蒜炝锅，放薇菜煸炒一下，下入鸡丝，加鸡汤和调料，用湿淀粉勾芡即成。

【银耳珍珠薇菜汤】 吉林菜。鸡芽子肉、猪肥膘肉合在一起制成茸，加鸡蛋清、料酒、精盐、味精等，搅匀，挤成珍珠状的小丸子，入沸水中汆熟，再放鸡汤中，加银耳、薇菜和调料汆制即成。

【翡翠刺嫩菜】 吉林菜。刺嫩芽剥去外衣，用沸水焯后，与鸡脯肉和猪肥膘肉砸成茸，加入鸡汤、精盐、味精、鸡蛋清搅成稀糊状，再用调羹一下一下地放入开水中汆熟，捞出控尽水。勺内加底油，用葱、姜炝锅，添鸡汤和调料，放入翡翠刺嫩芽，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油即成。

【香炸白蜜条】 黑龙江菜。土豆蒸熟，制泥，加入海米汤和调料、淀粉，制成条状，再一一沾匀面粉，拖鸡蛋液，沾上芝麻，入油锅炸制即成。

【锅煽白蜜卷】 黑龙江菜。土豆蒸熟，制泥，做成片，每片放入经调味的青椒丝、黄蘑丝、竹笋丝，卷成卷，拍粉拖蛋后，用油煎至两面金黄时，再入锅内，加鸡汤、调料、葱丝、姜丝、芫荽段，经煽制即成。

【蒲棒白蜜】 黑龙江菜。土豆蒸熟，去皮，加鸡蛋、淀粉制成泥，再加入海米汤和调料搅匀，制成蒲棒形，然后沾匀面粉，拖匀鸡蛋液，滚面包渣，入热油中炸熟即成。

【炸吉力白蜜饼】 黑龙江菜。土豆蒸熟，去皮，捣碎，加鸡蛋、淀粉，调匀，再放入海米汤制成圆饼，然后一一沾匀面粉，拖蛋液，沾匀面包渣，用热油炸至呈金黄色时即成。

【鸡茸刺嫩芽】 黑龙江菜。刺嫩芽经沸水焯后，投凉，加调料喂制。鸡脯、肥膘肉剁成茸，加葱姜水、鸡蛋清搅成粥状。刺嫩芽沾精粉，拖匀鸡茸泥子，入沸水中汆熟，整齐的摆在盘中。勺内加底油，炝锅，添鸡汤和各种调料，推入主料，经煨、扒即成。

【油焖山蕗】 黑龙江菜。用清水泡去山蕗的咸味，切成条，入热油冲炸捞出。勺内加底油，炝锅，加少许鲜汤，倒入山蕗，加精盐、味精、糖等调料，慢火煨焖即成。

【菜心黄瓜香】 黑龙江菜。将泡去咸味的黄瓜香，入沸水中汆透捞出。勺内加底油，炝锅，添少许鲜汤，加白糖、醋、精盐、味精，倒入汆好的黄瓜香，用慢火煨透，置盘中间。时令菜心煨好，摆在黄瓜香周围即成。

【林海孔雀】 黑龙江菜。黄瓜香、榆黄蘑、山蕗用清水泡去咸味，再用水煮沸捞出，分别加味精、精盐、芝麻油等调料拌好，在盘中摆成孔雀形状即成。

【金边白菜】 陕西菜。大白菜去帮洗净，切成斜形片，炒锅内放入菜籽油，烧热后投入辣椒段，炸至辣味透出，下姜和白菜，用急火速煸炒，烹入醋，加酱油、精盐、白糖，煸至刀茬呈金黄色时勾芡，淋油，装盘即成。

【虾子烧玉兰片】 陕西菜。玉兰片片成斜刀片，放入沸肉汤内略煨捞出。炒锅留油烧热，先下葱、姜、玉兰片煸炒，再下虾子搅炒均匀，用湿淀粉勾芡即成。

【神仙葫芦】 陕西菜。食用葫芦去表皮，刻上花纹图案，入油锅略炸捞出，切下带蒂一端作盖子，去掉瓤。炒锅烧热，先下葱、姜稍爆，再下海参丁、鱿鱼丁、香菇丁、玉兰片丁、鸡肉丁、火腿丁、小酥肉丁、樱桃丸子和眉梢丸子，加精盐、料酒煸炒，放入肉汤烧沸，勾芡后装入葫芦内，撒上胡椒粉，盖好盖，放汤盘里，上笼蒸一会取出即成。

【炸香椿鱼】 陕西菜。嫩香椿芽加盐腌渍后撒上干淀粉，放入用干淀粉、面粉、鸡蛋、精盐、菜籽油和清水拌成的酥糊中，使香椿芽均匀地挂上酥糊后，入油锅炸至呈金黄色时捞出，整成鱼形，按鱼头、尾整齐地摆入盘中即成。

【香椿鱼】 甘肃菜。香椿芽拣去粗茎，经沸水浸焐，入味拌渍，逐条拖全蛋糊炸呈金黄色时，淋芝麻油，撒椒盐粉即成。

【醋芹】 陕西菜。芹菜洗净，投入热面汤坛中，盖严发酵3天左右，捞出切成段；冬笋、熟鸡肉、泡青椒、泡姜均切成丝，和芹菜一同分成12份，分别用细芹菜杆捆扎成彩色小把。用葱花炝锅，添入发酵芹菜的原汁汤，加盐、料酒、胡椒粉、味精，烧沸，放入捆成把的芹菜汆透捞出，码入汤碗中，倒入汤汁，淋辣油即成。

【百岁羹】 陕西菜。荠菜摘去杂质和老根，洗净，顶刀切成细末，撒在平盘里；鸡茸挤成青豆状的圆子，放在荠菜上面滚动，使其均匀地沾上荠菜叶成荠菜丸。将荠菜丸入沸水中略汆，捞入汤碗内。另起锅加高汤，调好味，撇去浮沫，倒入汤碗，淋上鸡油，将用蛋黄片刻成的"百岁"字样放在上面即成。

【金城八宝瓜雕】 甘肃菜。甘肃参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。圆形黑西瓜1个，洗净，用连环刀法雕成图案，用刀挑开，入矾水浸泡，使图案呈里外3层，在瓜蒂1/6处开盖，挖出瓜瓤，用一半切1厘米方丁，和果料一同加入瓜中，加冰糖水，盖上即成。（注：果料为银耳、菠萝、桔子、樱桃、荔枝、杨梅，入锅加冰糖、白糖和桂花同煮15分钟，滤出冰镇后供用。）

【瓤白兰瓜】 甘肃菜。熟透白兰瓜1个，洗净，切平两头，从瓜尾1/4处切开去籽，装馅仍盖好，蒸30分钟，装入凹盘，用原瓜汁加水和糖制成淋汁浇上即成。（注：馅料为糯米、果脯、核桃仁、瓜脯、板油，均改刀成小丁，加治净葡萄干、玫瑰糖拌制而成。）

【兰州百合桃】 甘肃菜。兰州产大百合取瓣治净，蒸15分钟；青梅切片，山楂糕压泥。将百合瓣中包豆沙馅拢成20个桃状，青梅作叶；山楂泥抹桃尖，蒸20分钟装盘，淋上糖芡汁即成。

【清汤发菜】 青海菜。鸡蛋摊成蛋皮，上抹一层高丽糊，糊上抹一层肉泥，肉泥上摆一层发菜，发菜上再抹一层肉泥，然后再盖上一张蛋皮，上笼蒸熟取出晾凉，改成菱形块或片，整齐地摆在碗中，灌上调好的清汤即成。

【珊瑚白菜】 山东菜。白菜心用开水烫熟捞出，加精盐稍腌，挤去水分，每棵白菜切4瓣，再横切长段装盘。冬笋、冬菇、红辣椒均切长细丝，放入芝麻油热锅中炸炒一下，再加白糖、酱油、醋、料酒、精盐，稍烧，浇在白菜上即成。

【栗子烧白菜】 山东菜。大白菜洗净，撕长条；栗子去外皮，切十字花纹，并用沸水煮七成熟，剥皮，栗仁切片。用大火把花生油烧八成热，放入白菜、栗片炸后，捞出。另起锅，加白糖炒红汁，放葱末、姜末炸香，再把白菜、栗子倒入炒一下，最后放入鸡汤、酱油、料酒烧沸，改用小火煨约10分钟，淋上花椒油，盛汤碗中即成。

【瓤芸豆】 山东菜。芸豆切夹刀片，抹入调味的猪肉泥馅，挂鸡蛋糊，用热油炸黄，装碗，加料酒、精盐、清汤等，调味后，入笼蒸熟，取出扣盘中；原汁用湿淀粉勾芡，浇上即成。

【椒油小白菜】 山东菜。白菜心烫后，切段，放入汤勺内，添鸡汤、酱油、精盐、口蘑、味精等烧沸，再用湿淀粉勾芡，倒入汤盘。勺内加芝麻油，烧热，下花椒炸黄（捞去花椒不用），将油浇在白菜上即成。

【炒生鸡丝掐菜】 山东菜。生鸡脯肉切成极细的丝，与掐去豆瓣和须根的绿豆芽菜，加调料烹炒即成。

【辣油瓜皮】 山东菜。将黄瓜皮旋下，切长段，用沸水汆透。炒勺加油，入辣椒丝、葱丝、姜丝炸香，烹醋，放酱油、清汤、白糖、料酒，烧沸，盛碗内，冷却后，放入瓜皮腌泡约1小时后即成。

【红烧茄子】 山东菜。茄子削皮，切大片，两面剞直刀，放入七成热油中炸黄捞出。炒勺内加白糖炒红，放葱、姜，加清汤、酱油、精盐、味精等，放入茄子煨熟，淋花椒油即成。

【糟煎茭白】 山东菜。（大明湖产的）茭白切片，再划蓑衣花刀。炒勺放中火上，加葱油，烧至四成热，放入茭白煎透，滗出油，加糟汁、奶汤、清汤、精盐，煨3分钟后，再加姜汁、味精拌匀即成。

【炖菜核】 也称“炖菜心”。江苏菜。矮脚黄青菜心，削成橄榄形，剖十字刀纹。鸡脯肉切柳叶片，加干淀粉、鸡蛋清拌匀。将菜心入热油中滑后捞出，鸡脯肉也入油锅滑一下。一部分菜心垫砂锅底；另一部分菜心沿砂锅边顺排，再把火腿片、冬笋片、冬菇片、鸡脯片依次排在菜心上，中间缀以虾仁，加精盐、料酒、鸡清汤等，置大火上烧沸，移微火上炖15分钟，淋鸡油即成。

【炖菜心】 即“炖菜核”。

【黄芽菜煽】 江苏菜。用黄芽菜心、叶瓣，抹上虾茸及配料，再用黄芽菜心叶盖上，沾匀糯米粉鸡清糊，经油炸呈黄色时捞出，切成柳叶片状，淋芝麻油即成。

【冬冬青】 江苏菜。冬笋尖、青菜心入温油锅汆炸后，与冬菇片入锅内，加精盐、虾子、鸡清汤等调料同烩，勾薄芡，出锅盛盘即成。

【白汁春笋】 江苏菜。春笋嫩尖，剖成两半，拍松，入油锅焐约3分钟捞出，再入锅加鸡汁、精盐、虾子、味精、白糖烧透后，勾白汁芡，撒火腿末即成。

【白汁稀卤笋】 江苏菜。小春笋（拇指大小）去壳，煮熟，旋转削批，整齐均匀成片，瓤入虾仁茸，沾火腿末，扣碗烹煮，勾白汁浇上即成。

【开洋扒蒲菜】 江苏菜。香蒲地下嫩茎洗净，改刀，过油后，与大虾米扣入碗中，加盐、味精，上笼蒸透，倒入盘中，浇上白汁芡即成。

【虾米香椿头】 江苏菜。香椿嫩芽入沸水中焯熟，拌姜末、虾米、酱油和芝麻油即成。

【香芋木鱼】 江苏菜。江苏启东县特产香芋，刮去皮，改夹子刀，嵌虾茸，拖糊呈木鱼状，入油锅炸制即成。配椒盐佐食。

【贤圣茭白】 江苏菜。茭白煮熟后切成小块，与对好的调料拌匀即成。因选用“贤圣殿”所产的茭白，故名。

【西湖莼菜汤】 浙江菜。浙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。选西湖著名特产鲜莼菜治净，入沸水中焯后，置大汤碗中，浇上沸高汤，撒上熟鸡丝、火腿丝，淋熟鸡油即成。

【兰花春笋】 浙江菜。春笋嫩段剖花，放凉水中浸1小时，使笋尖向外曲展成花型，竖排盘中，嵌以虾、鱼茸挤成小丸子，上笼蒸熟取出，用青菜围边，勾薄芡浇上，淋熟油即成。

【油焖春笋】 浙江菜。选清明节前鲜嫩春笋，剖开拍松切段，入油锅煸至微黄，加酱油、糖焖制，至汤汁浓稠时，加入味精，淋芝麻油即成。

【糟烩鞭笋】 浙江菜。嫩鞭笋剖开拍松，入少油锅略

煸，加香糟汁及调料烩制，勾稀薄芡，淋芝麻油即成。

【炒二冬】 浙江菜。净冬笋和香菇肉分别入沸水中煮后，捞出切片，再入炒锅内加调料烹炒，勾薄芡起锅即成。

【冬茸白兰】 浙江菜。冬瓜削成兰花形，嵌以虾茸，入温油中滑熟捞出，再与高汤烩制即成。

【菊花冬笋】 安徽菜。冬笋切小柳叶片，加盐蒸熟，用鱼肉茸、猪肥膘末调制的馅心料做成圆饼，中间镶火腿末作花心，四周层层插入小笋片作菊花瓣，如此共做10个，装盘蒸熟，浇上薄芡卤汁即成。

【问政山笋】 安徽菜。(歙县问政山所产的)春笋切块，配火腿骨、火腿、香菇加冰糖等调料，用小火久炖即成。

【火烧冬笋】 安徽菜。冬笋连壳埋入木柴火灰中，烧焖至微软时取出，去壳、根，以刀后尖插入笋肉中向外撬成一块块劈柴状条块，加调料拌匀即成。

【虾米茭白】 安徽菜。虾米泡软切碎，配入削皮切段的嫩茭白，先用猪油煸炒茭白，再加调料及虾米，复用小火略焖即成。

【青果豆】 安徽菜。(南陵所产的)青果豆(黄豆的一种)，过油后，配鸡片、火腿片、鸡汤及调料，略烧焖，勾薄芡即成。

【韭菜塌】 安徽菜。鱼肉茸、肥膘茸加调料搅粘，再加韭菜段、火腿丁拌匀成馅。用猪网油将馅心包成长方块，外层再涂蛋糊，入油锅炸熟，淋入芝麻油，撒花椒盐，改刀装盘即成。

【火腿炖鞭笋】 安徽菜。鞭笋(即夏季挖取的竹根杈头)切斜刀块，配火腿、火腿骨，略加冰糖，以小火烧炖至鞭笋由白转黄时，去火腿骨即成。

【皱纱南瓜苞】 安徽菜。小南瓜剖开，去籽瓤，空隙处填满以猪肉、火腿、香菇、虾米等调制的馅心，用湿淀粉抹平，先炸至瓜皮起皱，复蒸熟扣入汤碗，浇上用鸡汤调制的芡汁即成。

【荠菜圆子】 安徽菜。荠菜烫熟剁碎，配入火腿、冬菇、熟鸡丁、虾米、熟肉末等，炒匀，勾厚芡，搓成球状馅心。另用较肥的五花猪肉、荸荠细末、鸡蛋及碾碎炒米花等调成粘糊作外皮，将馅球包成圆子，经油炸2次即成。

【糖醋小黄瓜】 台湾菜。葱切段；姜切片；辣椒切碎；小黄瓜直剖为两半，再切成段。锅内热油先爆香葱、姜，去渣，再略爆辣椒，加黄瓜、盐，翻炒，加糖、醋略滚即成。

【鱼香茄子】 台湾菜。茄子切滚刀块，锅中热油投入茄子，爆炒至受软时，再加蒜末、葱末、肉末及酱油、芝麻油、糖、醋、豆瓣酱等同烧，至茄子熟烂，汁也略收，加味精即成。

【烧海带卷】 台湾菜。海带发后卷成卷，扎好，将白菜平铺锅底，肉末置菜上，海带置肉末上，加葱段、姜块、酱油、醋、糖、芝麻油、料酒，大火煮开，改用小火煨烂即成。

【白玉冬笋】 湖北菜。冬笋、青笋和火腿分别切片，入锅烹炒，下鸡汤、白糖等调料烧烩，勾芡，颠锅，装盘即成。

【凉拌泥蒿】 湖北菜。新鲜肥壮的泥蒿摘净，去根叶，留茎部，入沸水中略烫，拌芝麻油、酱醋即成。

【桑门香】 湖北菜。(黄梅县冯茂山上清明前后产的大小如手掌)桑叶用清水漂净晾干，拖已调味的薄面粉糊，入温油中逐片汆炸即成。

【板栗烧菜心】 湖南菜。板栗切片，入锅炸至金黄色，盛入小瓦钵内，加盐上笼蒸10分钟。菜心置锅中，以大火热油煸炒后，倒入板栗合炒，勾芡推转，淋芝麻油，撒胡椒粉盛盘即成。

【黄油孟冬茸】 湖南菜。冬笋尖用擂钵磨成茸，入炒锅煸炒去涩味。熟火方肉切碎片，时令菜心焯熟，两者相配，整理装盘。蛋清调散，加高汤、奶油、生粉、味精，与炒笋茸拌和均匀，炒锅放鸡油，下笋茸煸炒熟，覆盖在菜心、火腿片面上即成。

【油辣冬笋尖】 湖南菜。冬笋尖煮熟后，按其形状切成一头尖、一头宽的条。炒锅内放芝麻油，烧至七成热时，下笋尖和花椒煸炒，加酱油、精盐，淋入杂骨汤，焖制至汁浓时，淋辣椒油，盛盘中即成。

【原盅白菜】 广东菜。大白菜去头和老叶边，先竖切两半，再横切成段，叶、梗分开；菜梗、菜叶入油锅炸熟取出，先入沸水汆；后用冷水冲，沥干，放在盅内，盖上猪瘦肉，加上汤，入笼蒸20分钟，去瘦肉，加熟火腿丁、鲍鱼丁、香菇丁、干贝，再炖10分钟，加精盐、味精即成。

【炖芥菜】 广东菜。大芥菜入沸水中汆后，用冷水冲一下，撕去衣膜，入油锅炸熟，盛在瓦钵里，上加猪肚、精盐和水，入笼蒸1小时，取出芥菜，装盘；用熟香菇、熟火腿片伴边；原汤下锅，烧沸，加芝麻油、味精，用湿淀粉勾芡，浇盘上即成。配酱油佐食。

【清萝卜丸】 广东菜。萝卜去皮，削成圆形，入油锅炸熟，放入沸水中略煮，再用冷水洗净取出，放入盅里，用猪瘦肉盖上，加上汤、精盐，入笼蒸炖30分钟，去肉，加(浸发好的)干贝、鲍鱼、香菇、火腿、胡椒续炖，最后加味精即成。

【蚝油茭笋】 广东菜。茭笋(茭白)剥皮，洗净，剖开，斜刀切厚片，过油，沥干，与蚝油同炒，烹料酒，加上汤、白糖、精盐、胡椒粉、芝麻油，加盖焖3分钟，用湿淀粉勾芡，淋熟猪油即成。

【一品黄秧白】 四川菜。黄秧白心去筋，洗净，入水中汆一下捞出。炒锅内加奶汤，下黄秧白，加调料烧炝，勾清二流芡起锅，理顺入条盘即成。

【红油黄丝】 四川菜。大头菜去老皮，用冷开水洗净，改薄片后切细丝，盛容器内加红油味调料拌匀，装

盘即成。

【干煸萝卜丝】 四川菜。白萝卜去皮，切粗丝，入炒锅跑油后，再煸炒至水分将尽时，加已炸酥的肉末，下冬菜末和调料炒匀，撒葱花起锅，入圆盘即成。

【珊瑚萝卜卷】 四川菜。大白萝卜洗净，去皮，切薄片；胡萝卜洗净，去皮，切细丝；两种萝卜均入淡盐水中浸泡，30 分钟后用冷开水清透，取出挤干水分，再入甜酸汁中浸渍 4 小时，取出白萝卜逐片摊开，用红萝卜丝做心，裹成卷，改马耳形装盘即成。

【软炸冬笋】 四川菜。罐头装冬笋改象牙条，入锅，加好汤、调料，烧上味，捞出，沥干水分，扑干淀粉，裹蛋清淀粉，入油锅炸 2 次至色黄、皮酥时起锅，淋芝麻油装条盘即成。配椒盐供食。

【灯影苕片】 四川菜。红薯去皮，先切方块，后片薄片，放在白矾水中泡后捞出，搌干表面的水分，入油锅炸熟后捞出，拌上红油、盐、味精，装碟即成。因苕片片薄，隐约透光似灯影，故名。

【鸡油葵菜】 四川菜。葵菜取嫩尖，去皮抽筋，入沸水煮烂，用好汤喂至入味后，将葵菜捞入圆盘，理顺后挂汁，淋上鸡油即成。

【麻酱凤尾】 四川菜。嫩莴笋尖去皮，修成长节，尖茎改成 4 瓣，入沸水锅内汩至断生即捞出，撒上“毛毛盐”拌匀，理顺装盘，淋上麻酱味汁即成。

【冬瓜燕】 四川菜。冬瓜去老皮及瓤，先片成薄片，再切成银针丝，沥干水气，沾上干豆粉，入沸水锅汆透，用水漂冷，理顺，整齐摆二汤碗内，加少许盐，上笼搭一火取出，滗去汤水，灌入高级清汤，撒上熟火腿丝即成。因冬瓜丝细如燕菜，故名。

【干煸苦瓜】 四川菜。嫩苦瓜去瓤，切条，下锅慢煸至水分将尽时，拨至一边，锅中加油烧热，下猪肉末、盐、料酒、芽菜末炒片刻，再与苦瓜合炒几下起锅，淋芝麻油，盛条盘内即成。

【鱼香茄饼】 四川菜。嫩茄子取中段，去皮，改火夹片；猪肥瘦肉、海米、荸荠均剁成碎粒，加调料制成馅，瓤入火夹片中，上蛋粉糊，入温油锅炸至进皮捞出，待油温升高后，再下茄饼炸至皮酥时，滗去余油，烹入鱼香滋汁，起锅装入条盘即成。

【瓤甜椒】 四川菜。优质甜椒除去椒蒂、椒籽，里面沾上干淀粉，瓤入用猪肥瘦肉末、荸荠末加盐等调料拌匀的馅，加盖，封口处抹蛋清淀粉，上笼蒸熟后取出，装圆盘，浇上白汁即成。

【椿芽蚕豆】 四川菜。鲜蚕豆煮烂，捞起沥干。嫩椿芽洗净，入沸水中略烫一下，铡碎。蚕豆盛碗内，加盐、酱油、味精、芝麻油以及椿芽等，拌匀，盛入盘内即成。

【蚕豆泥】 四川菜。鲜蚕豆煮烂，用漏瓢压成泥。锅内下猪油烧热，下豆泥沙至翻沙，加白糖炒匀，再加湿淀粉续炒，至不粘锅时起锅，入盘即成。

【鱼香豌豆】 四川菜。大白豌豆，入汤中加明矾浸泡数小时，捞出沥干水分，用刀砍一小口，入油锅炸至酥泡起锅，乘热烹入鱼香味汁搅匀，冷却后装盘即成。

【家常四季豆】 四川菜。四季豆去蒂、去筋，断成两截，入油锅中微炸一下。炒锅内下油，加家常味汁和好汤，入四季豆烧烂，勾薄芡，起锅入盘即成。

【姜汁豇豆】 四川菜。选碧绿、细长、子实的豇豆，掐去蒂，洗净，改成节，入沸水锅焯熟捞起，撒少许川盐拌匀，摊开晾凉，装碗内，加姜汁味拌匀，理齐装条盘中即成。

【酸菜豆瓣汤】 四川菜。蚕豆泡涨去皮，用好汤煮烂，下酸青菜、调料，稍煮后入二汤碗，撒葱花即成。

【发菜卷】 四川菜。发菜治净，入沸水中微烫，沥干，拌入咸鲜调料。熟火腿、熟鸡脯、熟冬笋均切丝，拌味，用发菜卷上火腿等丝，装盘即成。

【葱炒地耳】 四川菜。鲜地耳去根蒂，淘净泥沙，黄葱改作马耳形。炒锅内先下猪油，再下地耳、葱节稍炒，烹入味汁，簸转起锅，装盘即成。

【拌侧耳根】 四川菜。鲜侧耳根取嫩尖，洗净泥沙，入冷开水盆内透一下，捞出沥干水分，入盘，浇以用盐、白糖、醋、红油、花椒粉对成的味汁即成。

【拌马齿苋】 四川菜。鲜马齿苋取嫩尖，淘净泥沙，入沸水锅汩至断生，拌以红油和适量味汁即成。

【瓤笋伞】 贵州菜。嫩笋尖用沸水汆后，切成节，尖部用刀划 6 个丫，在丫口处瓤入用鸡脯肉、鱼肉、肥膘肉茸加蛋豆粉制成的茸子，上撒火腿末，令成伞形，入笼蒸后取出，笋尖向外沿碗口依次摆碗中，淋上银白卤汁即成。

【红辣椒拌子姜】 贵州菜。鲜红辣椒在明火上烧熟后切碎；子姜切片，用酱油、醋、糖、芝麻油、葱花等调料凉拌即成。

【面辣椒】 贵州菜。鲜青色（或红色）柿子椒去籽，糯米粉同盐、花椒面、白糖、料酒拌匀，入笼蒸熟取出，冷却后，填入青椒（或红椒）内，再装入瓦坛内，压实，封严坛口，约 10 天后取出蒸制即成。

【泥鳅辣椒】 贵州菜。鲜青辣椒去柄洗净，入锅焙至微煳取出。锅内放甜酱煸熟，加入切碎的西红柿，倒进焙好的青辣椒，加适量的盐和酱油，起锅时放入葱节拌匀即成。

【煮南瓜崽】 贵州菜。南瓜崽去柄洗净，捶击成不规则的大块（不用刀切），入盛有清水的砂锅煮至熟透，蘸用蒜泥、木姜花、姜末、葱花、豆豉、酱油、芝麻油对成的滋汁即成。

【凉拌龙爪】 贵州菜。蕨菜拆取嫩茎及尖穗；韭菜洗净切寸段，同入开水中汆透，加红油及调料凉拌即成。

【酸菜炒魔芋豆腐】 贵州菜。腌酸菜切碎段，炼糍粑辣椒红油烹炒，加入用开水汆透的魔芋豆腐丝，放入蒜片、甜酱、酱油、姜丝、葱段等合焖 5 分钟，起锅入盘即成。

【糖醋藜蒿】 云南菜。藜蒿拣去杂质，漂洗净，掐段。炒锅放油烧热，加肉末炒至八成熟时，下藜蒿、盐、甜酱油煸炒至熟，烹入用醋、白糖、料酒、咸酱油对成的汁，淋猪油，起锅装盘即成。

【酱爆苦刺花】 云南菜。鲜苦刺花去蒂，入锅煮后捞入凉水中漂，多次换水，漂去苦味，取出挤干。炒锅放油烧热，入肉末炒至八成熟，端离火口。取另锅放猪油烧热，放入用水调稀的昭通酱，炒至出香味时，倒入肉末推转。另起炒锅放油烧热，入苦刺花炒熟，下肉末、盐、甜酱油、咸酱油、味精烹炒，起锅装盘即成。

【扒松子卷】 北京菜。鸡蛋皮切长方片，卷入经调味的冬菇丝和松子仁，封口处用糊粘住，入热油锅炸透捞出，放入碗内，加素汤、姜末、白糖、酱油等，上笼蒸烂取出，倒扣盘内；原汁中放入豌豆，调好口味，用湿淀粉勾成薄芡，淋芝麻油，浇松子卷上即成。

【糟煨玉米笋】 辽宁菜。玉米笋切条，入沸水中略烫捞出。勺内添鸡汤，加香糟、精盐、味精等，再放入玉米笋，用小火慢煨至玉米笋入味时即成。

【渍香瓜】 黑龙江菜。六成熟香瓜，切开除籽，改宽块，洗净稍晾晒，装入桶，用熬好的糖醋香料汁浸泡，封好桶口，严防透空气，放阴凉处腌渍 25～30 天即成。

【鸡茸珍珠笋】 黑龙江菜。鸡脯肉剁茸，用水澥开，加淀粉、鲜汤和鸡蛋清搅匀。珍珠笋切细条，经沸水焯后，放入炒勺中煸炒，加精盐、味精等调料，再放入鸡茸炒散，装盘后撒上火腿末、熟鲜豌豆即成。

【雪莲人参果】 青海菜。鸡脯肉剁茸。取 10 个酒杯，先抹上猪油和鸡茸，再逐个放入蒸熟的人参果，上笼蒸透取出；其余鸡茸装碗里上笼蒸透，取出晾凉，切成荷叶片，放盘内摆成荷花形，中间放入酒杯里蒸好的人参果，用葱、姜炝锅，加高汤、盐、味精，勾米汤芡，浇在上面即成。

【雪山人参果】 青海菜。用一部分鸡茸放盘中，抹成中间空、高 2 厘米的长菱形；木耳、菠菜、黄蛋皮、香肠末各沾满一边，上笼蒸 3 分钟取出；人参果拣洗干净放碗中，加盐、鸡汤、姜上笼蒸烂取出，倒入菱形鸡茸中间；另部分鸡茸炒成鸡芙蓉，加味精、盐，勾芡，倒在人参果上即成。

【珍珠笋】 江苏菜。嫩白玉米棒心焐油后，配干贝、嫩丝瓜、冬菇烩制，加葱、姜、盐等调料，勾薄芡，出锅即成。因嫩玉米粒如珍珠，故名。

【酱汁核桃仁】 江苏菜。核桃仁去衣，入油锅炸脆，与以糖、酱等调制成的稠浓芡汁拌匀即成。

【瓤莲藕】 广西菜。肉酱、鱼胶、咸鱼末和藕粉调制成馅料，将莲藕治净切成夹刀片，再把馅料瓤上，入锅内放在猪骨上蒸熟即成。

【软炸玉麦】 云南菜。鲜玉蜀黍棒去壳，入笼蒸后取出晾凉，摘下玉麦粒，挂蛋糊，入油锅炸至呈金黄色时捞出，装盘即成。。因云南某些地区称玉蜀黍为“玉麦”，故名。

【奶油扒白蘑】 北京菜。白蘑用白汤、味精、白糖等煨入味，码在盘中，上笼蒸熟取出，浇上以白汤、牛奶、精盐、白糖、味精和湿淀粉调成的芡汁即成。

【瓤羊肚菌】 北京菜。水发羊肚菌洗净，用沸水焯透，再用素汤、酱油、料酒、味精煨透取出，填入核桃仁，沾匀干淀粉，拖过鸡蛋液，再沾匀面包渣，入油锅炸成金黄色捞出。勺内留底油，放入青椒块略煸，下入炸好的羊肚菌，烹入用鸡汤、精盐、料酒、味精、湿淀粉、芝麻油对成的芡汁，经熘制即成。

【烧紫生蘑】 河北菜。紫生蘑用水泡开，洗净，再用沸水焯透。勺内加底油，下紫生蘑煸炒，放入冬笋片、火腿片略煸，加酱油、料酒、鸡汤、白糖、味精，慢火煨透，勾芡，淋芝麻油即成。

【香菇明珠】 山西菜。香菇入沸水中汆透捞出，放炒锅中，加调料烧至入味取出，摆入盘中；鸡脯肉制成茸，加调料作成丸子，摆在香菇上面，加鸡汤、盐、味精、芝麻油等料，上笼蒸约 10 分钟取出。另用鸡汤或鸭汤烧沸，加盐、味精，用湿淀粉勾芡，淋明油，浇在上面即成。

【瓤儿香菇】 山西菜。黄瓜去皮，改成墩形，内中掏空，瓤入虾仁馅，上笼蒸熟取出，放在盘中间。香菇去蒂，入调料汤中煨至入味取出，蒂处抹鸡茸，上笼蒸熟取出，摆在盘边；菜心加调料煮至入味，摆在空间；再浇上白汁即成。

【桃仁烧香菇】 山西菜。桃仁温水泡透，去皮；香菇切小块。油锅加花椒、葱、姜稍炒，随后拣去花椒、葱、姜，再放桃仁、香菇，加酱油、盐、味精、鸡汤，煨透，用淀粉勾芡，淋明油即成。

【金钱台蘑】 山西菜。山西参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。台蘑洗净，摘去须根，用开水焖发 30 分钟，去掉黑皮。鸡里脊肉捶成茸，加蛋清、猪油、味精、盐，搅拌成鸡茸，逐个将鸡茸抹在台蘑上。香菇、蛋皮、火腿、绿叶菜切丝，镶嵌在鸡茸上呈“金钱”图案，加鸡汤、盐，上笼蒸后取出置盘内，另用猪油将精粉炒成乳白色，加上等高汤制成奶汤，浇在盘内台蘑上，并用萝卜花稍加点缀即成。

【砂锅猴头汤】 内蒙古菜。水发猴头蘑切成片（或丝）。砂锅置火上，添鸡汤，加葱、姜、蒜、料酒、精盐等，沸后，加入猴蘑片，加盖，慢火煨至入味，撇净浮沫，加味精调匀即成。

【奶汤猴头蘑】 内蒙古菜。水发猴头蘑切成抹刀片，加牛肉清汤、奶油、鲜姜等，上屉蒸透取出。勺内加清汤、鲜牛奶、精盐等，对成鲜咸汁，放入蒸好的猴头蘑，移微火上煨透，淋明油即成。

【白山长寿猴头蘑】 吉林菜。吉林参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。水发猴头蘑洗净，改成长片，正面朝下堆码整齐；火腿、冬笋切片。另取改好的猴头蘑 10 片入蒸碗，加鸡汤、精盐、料酒、味精、花椒水、葱、姜，上

笼蒸熟取出，搌干水分，取鸡泥逐一抹上(成圆饼)，饼用菜叶稍加点缀，上笼蒸熟取出。另用葱、姜炝锅，加鸡汤、精盐、料酒、花椒水、味精，下冬笋、火腿、猴头蘑，加盖，移小火上煨烧 10 分钟后，再移中火上，取盖，拣去葱、姜，勾芡，加明油，翻匀出勺整齐地盛入盘中，另取鸡茸猴头围边，浇上米汤油芡即成。

【扒猴头天梯】 吉林菜。将切成片的猴蘑、猪上牙膛在盘内码成梯形。勺内加底油，用葱、姜块炝锅，添鸡汤，放入精盐、料酒、味精，捞去葱、姜块，放入火腿片、玉兰片，再把猴蘑和猪上膛推入勺内，加调料扒制即成。

【白扒松茸蘑】 吉林菜。松茸用小刀刮去根部，洗净，切厚片，摆盘中。勺内放底油，炝锅后，添汤，加料酒、精盐、味精，再放入松茸片，待蘑烂时，勾芡，翻匀装入盘内即成。

【彩云猴头黄瓜香】 黑龙江菜。黑龙江参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。猴头改薄片，加精盐上味，根部沾上鸡茸，入沸水中汆透捞出，装入蒸碗，加鸡汤、盐、料酒、味精，上屉蒸烂。鸡茸调成三色，分别做成彩云状，上屉蒸熟取出，将黄瓜香摆在云彩上。蒸好的猴头蘑扣入盘中，用“彩云”摆于猴头外圈。炒勺置火上，加鸡汤、盐、味精，勾芡，下鸡油，浇猴头上即成。

【炝黄瓜香口蘑】 黑龙江菜。新鲜黄瓜香、口蘑用沸水焯后，冷水过凉，沥尽水装盆，加姜丝、精盐，用高热花椒油炝后，放味精调均匀即成。

【葫芦猴头蘑】 黑龙江菜。发好的猴头蘑片成片，蘸蛋清放沸水中汆熟，装入碗，加料酒等调料上屉蒸熟，取出扣入盘中。选大、小猴头蘑各 1 只，分别片成片，抹上白鱼泥子，中间用红辣椒丝系上似彩带，做成葫芦状(约 8 个)，放入屉中蒸熟，出屉摆入盘子的四周，浇白汁即成。

【玉桃猴蘑】 黑龙江菜。发好的猴头蘑片成片，沾稀鸡泥子，用沸水汆后投凉，码入碗内，加各种调料，入屉蒸制后，扣入盘中间，浇白汁。用鸡茸做成 10 个桃形，中间夹三鲜馅，放青椒、番茄酱点缀，上屉蒸熟，浇酸甜汁，围在猴头蘑四周即成。

【翡翠猴蘑】 黑龙江菜。发好的猴头蘑切片，沾精粉，拖鸡茸，经水汆后，晾凉，码在碗内，加调料，上屉蒸熟，扣入盘中，浇上原汁。油菜心洗净，经水焯后，投凉，沾面粉，中间挤上用油菜叶汁染绿的鸡泥子，上面点缀火腿末，蒸熟，围猴头一圈，再蒙白汁即成。

【蒲棒猴头蘑】 黑龙江菜。发好的猴头蘑切抹刀片，沾稀糊，入沸水中略汆，装碗，加鲜汤和调料蒸熟，，扣入盘中。白鱼泥子加调料搅匀，做成蒲棒形状，滚上蹄筋末，用蒜薹做柄，放盘内蒸熟，摆在猴头蘑四周，蒙白汁即成。

【乌龙蟠桃】 黑龙江菜。发好的整猴头蘑放小盆中，加肥膘肉、鸡汤和调料蒸烂，摆盘中间。海参红烧后，放在猴头蘑外围。笋切薄片，制成桃形，瓤三鲜馅，抹上蛋泡糊，贴上青椒制成的桃叶，蒸熟，围在海参四周，将咸鲜白汁浇在猴头蘑和“桃”上即成。

【烩松茸】 黑龙江菜。松茸泡去咸味，与冬笋、熟肉、黄蛋糕、白蛋糕均切小丁；姜、葱切豆瓣片，勺内加底油，炝锅，加鲜汤，放入松茸丁、海参、熟肉、冬笋和黄、白蛋糕，加各种调料，调好酸辣口味，用湿淀粉勾芡即成。

【汆渍菜黄蘑】 黑龙江菜。酸菜切细丝；发好的黄蘑(长柄伞大的)改段；熟五花肉片成薄片；粉丝装碗，倒入开水内闷发回软。汤勺内加鲜汤，放主、辅料，加入精盐、葱、姜丝，沸后加味精，调好口味，烧透，出勺时加芫荽、胡椒粉，淋芝麻油即成。

【鱼茸花菇】 黑龙江菜。黑鱼肉和肥膘肉剁成茸，加鲜汤、鸡蛋清和调料搅匀。花菇 20 个，加调料腌喂；鱼泥挤成丸子，分别抹在花菇上面，尖端放海米，入屉蒸熟摆盘内，蒙白汁即成。

【汤爆鸡油菌】 黑龙江菜。猪里脊切成鸡冠花刀薄片，上浆，入沸水焯一下；鸡油菌片薄片，也入沸水焯一下。勺内加底油，炝锅，加鲜汤，放鸡油菌和里脊片，速加火腿片等调料，沸后，捞出放入汤盘；原汤加米醋、胡椒粉，调好口味，倒入盘内即成。

【国色猴头】 陕西菜。水发猴头片成牡丹片，入沸水汆后捞入大蒸碗内，加鸡汤、料酒、葱、姜和汆透的鸡腿及猪肘子肉，上笼蒸熟取出，去鸡腿、肘子肉和葱、姜。猴头片加盐、味精备用。干贝放碗中，加调料，上笼蒸烂取出。鸡脯肉剁茸，加调料制成瓤子。汤盘上抹一层大油，将猴头粘上鸡瓤摆入汤盘内，上放一颗干贝，中间用鸡瓤和碎猴头片做心，撒火腿茸，做成牡丹猴头，入笼哈透。青菜心加调料略炒，盛入盘内，盘边上摆几片牡丹花叶，取出蒸好的牡丹猴头摆入盘中，再将烧热、制好的芡汁浇在猴头上即成。因形似牡丹，故名。

【云波猴头】 陕西菜。猴头泡开，洗净，改坡刀片，码入碗底放有桃仁的碗内，加肉汤、盐、肥膘肉、葱、姜、鸡腿、料酒，上笼蒸烂取出，拣去肥膘肉、鸡腿、葱、姜，扣入盘中。桃仁用开水泡后，去皮，用肉汤略煨，加精盐、味精，勾芡，淋芝麻油，倒在猴头一周即成。

【口蘑汆双脆】 陕西菜。猪肚仁、鸭肫剞兰花刀纹后，切成块，入沸水中汆至刀纹散开，捞入碗中；口蘑经水泡后，切成薄片；炒锅内放入鸡清汤及泡口蘑的水，烧沸后加料酒、精盐，同时下入肚仁、鸭肫、玉兰片、口蘑、核桃仁，不等汤沸即盛入盘子里，滴入熟猪油即成。

【云片猴头】 山东菜。将泡发的猴头蘑和火腿、冬笋切片，再与冬菇、黄瓜皮层次相间地摆三排于碗中，加鸡汤、精盐、料酒等，蒸透，倒扣盘内。原汁调好口味，至沸，用湿淀粉勾芡，浇在云片猴头上即成。

【清汤牡丹银耳】 山东菜。银耳经泡发后，用沸水汆一下，摘去根，用清汤“度”过，捞出放碗中。另起勺，加

清汤、酱油、精盐、味精，烧沸，加葱椒、料酒等，浇在银耳上即成。

【黄蘑鸡】 山东菜。干黄蘑用沸水泡去盐卤及菌气，洗净，撕片，加酱油、五香粉，拌匀，下油锅炸黄即成。因形似鸡肉丝，故名。

【植物四宝】 江苏菜。花菇、鲜蘑、冬笋、银耳为"四宝"，配青豌豆，入锅加油煸炒，再加蘑菇原汤、盐、味精等调料烧制即成。

【炸冬菇】 安徽菜。安徽参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。冬菇用冷水泡发后去蒂治净，入锅加水、精盐，略煮入味后捞起，沥干水分，拌一点干淀粉。青鱼肉、猪肥膘肉剁成细茸，加水、精盐、葱末、姜末、湿淀粉、味精、料酒、鸡蛋及煮冬菇的汤汁，搅拌成有粘性的糊，然后将冬菇逐个裹上肉糊，入油锅炸至呈浅黄色时捞起装盘，撒上花椒盐，再作适当点缀即成。配甜面酱佐食。

【清蒸花菇】 安徽菜。花菇泡软去蒂，放入汤碗内，加鸡汤、泡菇原水、精盐，入笼蒸制即成。

【香菇盒】 安徽菜。选同样大的香菇泡软，去蒂，压平，取一半在反面撒上干淀粉，逐个瓤上用猪肉茸、火腿末调制的馅心，覆盖1个香菇，入笼蒸熟后，浇上用鸡汤、香菇水调制的薄芡汤汁即成。

【银耳香菇】 台湾菜。以银耳和香菇为主料，配以红萝卜、冬笋、猪肉丝等料，经汆、煮即成。

【珍珠口蘑】 湖北菜。炒锅置大火上，下芝麻油烧热，放入青豆、发菜、清水和调料烧烹，盛入盘的四周；原锅下油，放口蘑和调料烧烹，勾芡起锅，整齐码入盘的中部，然后将盘入笼稍蒸，撒胡椒粉即成。

【花瓤冬菇】 湖北菜。水发冬菇去蒂，洗净，切作圆片；熟火腿切成细末；芫荽洗净，去茎取叶。鳜鱼肉加蛋清、猪油等料制成鱼茸，将鱼茸挤球，瓤在冬菇圆片上，撒火腿末，蒸熟装碗，用芫荽和焯过水的豆苗在鸡汤中白烩，浇入碗中，淋鸡油，撒胡椒粉即成。

【三耳猴头】 湖北菜。（用神农架所产的特大）猴头菌、（兴山的）血耳、（恩施的）石耳和（房县的）桂花耳，加冰糖蒸炖2小时，出锅盛盘即成。

【绣球黑木耳】 湖北菜。用鳜鱼肉、蛋清等料制成鱼茸，挤出鱼圆，裹冬笋丝、蛋皮丝、火腿丝、白菜丝，成为五彩斑烂的绣球形状，上笼蒸10分钟后，码放在盘的正中，四周镶上用鸡汤、调料烧烹的黑木耳即成。

【烧春菇】 湖北菜。松树菇剪掉砂根，洗去泥苔，先入炒锅煸炒，随后下入去皮的荸荠和嫩笋、调料烧烹，勾芡，淋油起锅即成。

【竹荪鸽蛋】 四川菜。竹荪水发后剖开，去蒂，改片，出一水，用清汤喂入味。鸽蛋煮成荷包蛋，捞入二汤碗，加竹荪，灌特级清汤即成。

【蝴蝶竹荪】 ①四川菜。竹荪水发后搌干水气，加工成蝴蝶形，扑干淀粉，抹蛋清豆粉，敷鱼糁，擀平；另用糁作蝶身，以色丝在蝶身上牵成曲纹，用鱼翅作须；芝麻作眼，熟火腿、蛋糕、丝瓜皮等料用圆口刀戳成极小的圆片，嵌作蝶翼花纹，上笼定型，出笼后入二汤碗中，灌清汤即成。②贵州菜。贵州参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。竹荪配鸡蛋清、红绿丝、冰糖、糖桂花、发菜、沙鱼翅等，用蛋清、干淀粉制成蝴蝶，以发菜、红绿丝、鱼翅嵌塑蝶身和蝶须，将竹荪放入制好的糖水中，再将蝴蝶放于汤面即成。

【如意竹荪】 四川菜。竹荪洗净，剖开，用好汤喂入味。鱼糁分两半，一半加蛋黄；一半不加。取竹荪搌干水分，扑上干淀粉，将两种鱼糁均匀地抹于两端，向中裹成如意形，装盘，入笼蒸透取出，改成节，定碗（切口贴碗底），打一伙，翻于二汤碗内，灌入高级清汤即成。

【瓤竹荪】 贵州菜。鸡脯肉、肥膘肉、鱼肉剁茸，加蛋清、豆粉拌和成瓤子。竹荪泡发洗净，划开，裹入瓤子令成条状，中心加一条火腿丝，入笼蒸定型后取出晾凉，改切斜刀块，扣入蒸碗，复入笼蒸后取出翻扣盘中，淋银白卤汁即成。

【肉片马蹄菌】 贵州菜。马蹄菌去蒂洗净，片成片，入沸水中汆后捞出。猪肥、瘦肉分别切片，用湿淀粉码一下。红辣椒切旗子块。炒锅放油烧热，下肥肉片炒至出油时，再下瘦肉片炒散，用勺捞出，下红椒、姜片、蒜片煸炒后，将肉片倒入锅中合炒，加少许水稍焖，烹入以葱、姜、味精、湿淀粉对成的滋汁推转，起锅即成。

【红烧鸡纵】 云南菜。云南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。把蒜、葱、姜入油锅煸出香气，下红、绿灯笼辣椒、菱形火腿片稍炒，再放入过油后的滚刀块鸡纵，加酱油、盐、味精，勾芡，淋明油，出锅装盘即成。

【鸡丝虎掌菌】 云南菜。云南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。将蒜片、冬笋、红绿辣椒、黄芽韭菜丝入炒锅稍炒，再倒入已炒香的虎掌菌丝和鸡脯丝，翻炒至熟，下葱丝、盐和味精，勾芡，淋明油，出锅装盘即成。

【太极干巴菌】 云南菜。云南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。干巴菌拣去杂质，撕成细丝，用盐捏柔后，入清水中淘洗，再用面粉捏柔，复入清水中漂洗后取出，沥干，入锅用猪油炒出香味，盛盘中。以切条并制熟的黄瓜、冬笋、冬菇、红绿辣椒和午餐肉、熟鸡肉、老蛋黄、香肠、火腿（均切条）拼摆成八卦图案，上放虾茸、蒜片即成。

【鞭炮鸡纵】 云南菜。鲜鸡纵洗净，切片，放猪脊肉片上，再摆一根火腿丝，卷成圆形，用蛋豆粉封口，扑粉，入油锅炸至呈金黄色时捞出，置盘中，浇入芥末汁水，用芹菜叶和雕花点缀即成。

【网油鸡纵】 云南菜。鲜鸡纵摘掉帽，洗净，切片。猪网油洗净，切块，平铺于砧板上，搌干水分，撒上味精、胡椒粉、盐拌合，两片鸡纵夹一片火腿，摆在网油上，包好，用蛋豆粉封口，如是做20个。炒锅内放猪油烧热，下入网油鸡纵炸至呈金黄色时捞出，装盘即成。

【锅贴鸡坝】 云南菜。鲜鸡坝洗净，切片，置砧板上。猪脊肉也切片，用盐、浅色酱油、白糖、五香粉、料酒拌腌一下。鸡坝抹蛋清糊，再放猪肉茸抹平，上放脊肉，用手轻轻抹平，如是做 20 片。炒锅置旺火上烧热，用油涮后，将鸡坝脊肉的一面贴锅上，用中火慢烙，待脊肉熟时翻烙有鸡坝的一面，至色呈金黄时，起锅盛盘即成。

【火夹清蒸鸡坝】 云南菜。鲜鸡坝洗净，切片；云腿也切片。两片鸡坝夹一片云腿，边夹边理成砖头形，装入碗内，加上汤和盐，上笼蒸熟，取出翻扣于汤碗中。炒锅加上汤浇沸，加盐、味精、胡椒粉推转，浇入汤碗内，淋芝麻油即成。

【红烧羊肚菌】 云南菜。带皮五花肉切长片，用浅色酱油、料酒、蜜蜂腌后，上蛋豆粉浆，入锅炸至呈金黄色时捞出。锅内下涨发了的羊肚菌烹炒，加盐、酱油、上汤烧沸，倒入五花肉，移至小火上煨，至汁水快干时，勾芡，下豌豆尖起锅，淋芝麻油即成。

【虎掌夜来香】 云南菜。鸡脯肉切丝，上蛋糊浆，入锅用油滑散。炒锅内放油烧热，入虎掌菌和火腿丝煸炒，再下鸡肉丝、夜来香花煸炒，加调料和鸡汤推转，起锅即成。

【清蒸北风菌】 云南菜。鲜北风菌洗净，用盐、熟猪油拌一下，将云腿丝、熟鸡丝、老蛋黄丝按瓜瓣形均匀地摆入碗中，再摆入北风菌上笼用大火蒸熟，取出北风菌，碗内各丝翻扣于盘中。炒锅内放上汤，加盐烧沸，放味精、胡椒粉，倒入北风菌，舀在盘内即成。

【一品豆腐】 北京菜。北京参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。将豆腐搓碎，过罗，加精盐、味精等调料，放入特制的模子中，蒸成两大片，一片平铺大盘中，放上用鸡脯肉末、干贝末、玉兰片末制成的馅；再将另一片豆腐盖在上面，并用香菇、竹笋、黄瓜皮等拼摆成蟹、竹、梅图案于上，然后浇高汤和精盐、味精、湿淀粉等调成的琉璃芡汁即成。

【莲蓬豆腐】 北京菜。北京参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。将豆腐捣细、过罗，与鸡脯肉泥、肥膘肉泥、鸡蛋清、料酒、精盐、干淀粉等拌匀，抹入小蒸碗内，中间挖一个凹膛，装入用火腿、香菇、海米、口蘑、冬笋制成的五丁馅，再盖上豆腐泥抹平，鲜豌豆摆上面，青椒丝嵌周围，上笼蒸后，浇上白色调味稀芡即成。

【炒豆腐脑】 北京菜。南豆腐放入炒锅内，加姜末、葱末，边炒边捣碎，再加入鸡汤和精盐、料酒等调料，搅成羹状，用湿淀粉勾芡，淋鸡油即成。因形、质似豆腐脑，故名。

【炒干烂豆腐】 北京菜。南豆腐入烧热的芝麻油勺中炒碎，待水分炒干，呈金黄色时，依次放入葱末、姜末、精盐、酱油、料酒、味精及芝麻油，炒匀即成。

【瓤豆腐】 北京菜。豆腐切长方小块，用热油炸至金黄色时捞出，挖出嫩瓤，留皮。冬笋、冬菇、烤麸、花生仁均制细末，下炒勺内，加豌豆、葱末、姜末、精盐、料酒、味精等炒熟成馅，填入去瓤的豆腐皮中，封口，再用热油略炸，然后放入用素汤、酱油、料酒、味精等调制的汁液中，先蒸后煨即成。

【香辣豆腐泥】 河北菜。豆腐捣成泥；瘦牛肉切细丁。勺内加底油，用葱末、姜末炝锅，下牛肉丁煸熟，放豆腐泥炒透，加料酒、精盐、鸡汤、味精稍煨，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油即成。

【金钱豆腐饺】 山西菜。豆腐搅成泥，加鸡茸、干淀粉、精盐、味精拌匀。海参丁、虾仁丁、熟鸡丁、香菇丁、笋丁、火腿丁掺合在一起，加调料拌成馅。碗底放纱布，放入豆腐泥摊平，再将馅放在豆腐泥一侧，纱布折回压边即成豆腐饺，放平盘内，上笼蒸透取出，再入油中炸后，装盘中，浇上烹制好的滋汁即成。

【罗汉豆腐】 山西菜。豆腐和粉面拍成圆片，包上用玉兰片末、香菇末、青豆末、熟面筋末、粉面、味精、芝麻油、酱油、姜末炒成的素馅，制成小圆饼，焙成金黄色后，上笼蒸熟取出，扣入碗中；用豆汁汤加调料和粉面，勾成芡汁，浇入碗内即成。

【核桃豆腐】 山西菜。鸡里脊、猪肥肉剁细，与豆腐合一起制成泥，加鸡蛋清、菱粉、盐拌匀，倒入抹有猪油的盘内，铺成四方块，用小火蒸硬取出，切成骨牌片；去皮的核桃仁入油中炸脆，挂上以蛋清、菱粉制的糊，嵌在豆腐块上，再上笼蒸熟取出，勾白汁浇在上面即成。

【炒豆腐松】 山西菜。豆腐切成方片，加精盐，煮至内有小孔后取出，用凉水浸冷，然后把豆腐炒成碎末，放入酱姜末、酱瓜末、精盐、酱油、白糖、味精、葱末、素油，煸炒即成。

【肉茸豆腐】 山西菜。豆腐切成块，煮开，放砂锅中加猪油、清汤、酱油，微火煨至汤尽，盛盘中，猪肉放砂锅内，与葱末、姜末煸熟，烹酱油，加清汤、花椒、料酒、海米、火腿片、冬菇、干菜、湿淀粉、味精等，搅匀成肉茸汁，浇豆腐上即成。

【锅煽豆腐】 ①内蒙古菜。内蒙古参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。豆腐切成长方厚片，用料酒、精盐等调味，沾匀干面粉，挂鸡蛋清薄糊，入油勺中煎至两面呈金黄色时，再加葱丝、姜丝、鸡汤、料酒、精盐、味精等煽制即成。配椒盐佐食。②山东菜。豆腐切长方大骨牌片，两片中间夹一薄层调味的虾仁泥，入笼稍蒸取出，沥干水。将鸡蛋黄、料酒、精盐、味精及少许面粉搅成蛋糊，抹在豆腐上。炒勺加猪油，烧六成热，将豆腐完整地推入勺内，煎至两面淡黄，再加入葱末、姜末、清汤、料酒、酱油，煽至汁尽，扣在盘中即成。

【拔丝奶豆腐】 内蒙古菜。鲜嫩奶豆腐切成长方块，沾匀干淀粉，挂薄糊，入油锅炸成金黄色捞出。白糖放入炒勺内化开，炒成糖浆，下入炸好的奶豆腐块，撒上青红丝、熟芝麻，经拔丝即成。

【凤尾金腐】 辽宁菜。豆腐切 16 个小方块，入油锅炸后挖去内瓤，成为方壳状，分别瓤入以海参、干贝、火

腿、冬笋、冬菇、豌豆、猪肉制成的八宝馅，上笼蒸透后置盘中央。10 棵油菜心经水汆后，调好味，分别摆在 10 只调羹把中，调羹中抹满虾茸，上面用火腿末、芫荽叶点缀成“花草”，上笼蒸熟后，蒙上白汁，围在瓤豆腐四周即成。

【砂锅老豆腐】 吉林菜。豆腐切块，用沸水焯一下，再放入添鸡汤的砂锅内，配以猪肉片、水发海米、已出水的油菜段和蘑菇等，调以料酒、精盐、味精等煨透至烂即成。

【扒冻豆腐】 吉林菜。冻豆腐化开，切骨排块，洗净，捞出沥净水分。油菜心洗净，用沸水焯一下，再用冷水浸凉。熟火腿切片。用葱、姜炝锅，添鸡汤，用料酒、精盐、味精等调好口味，沸后，放入码摆整齐的冻豆腐块、火腿片、油菜心，以慢火煨透后，移大火上，用湿淀粉勾芡，淋明油即成。

【什锦豆腐箱】 黑龙江菜。7 厘米见方的豆腐 4 块，高温油炸出硬壳后捞出并在 1/5 处切开，取出中间的嫩豆腐，加咸鲜味调料后炸小丸子，再加烹熟的肉片、冬笋、豌豆、火腿片、海米、蹄筋等原料，入笼屉稍蒸，倒入调好的咸鲜汤，盖上豆腐盖即成。

【豆腐箱】 山东菜。豆腐切长方块，入热油中炸至皮黄面硬时捞出，在上层切盖，挖出内瓤。将猪肉剁碎，加海米末、木耳末、葱末、姜末，用盐、酱油调味，炒八成熟，装入豆腐箱中，入笼蒸熟。清汤烧沸，用湿淀粉勾芡，浇豆腐箱上即成。

【箱子豆腐】 陕西菜。豆腐蒸后切成块，入油锅炸至金黄色时捞出，用刀片成箱子盖状，中间挖空，状似箱子；将用熟火腿丁、香菇丁、干贝丁、玉兰片丁、猪肉茸、精盐、味精、白糖搅成的馅填入“箱子”，用糊将接缝处封严，摆盘内上笼蒸熟，取出，浇用肉清汤、料酒、酱油、精盐、味精、淀粉调成的汁即成。

【干蒸百合】 甘肃菜。百合除老皮去根尖洗净，一切 4 瓣，摆于碗内成菊花瓣形。用麻纸贴封碗口，上笼蒸烂，扣盘中，上摆菱形山楂糕片，勺内加白糖、清水熬成蜜汁，浇在百合上即成。

【八宝百合】 甘肃菜。用瑰糖、杏仁、青梅、红枣、瓜干、山楂糕、桃仁、葡萄干切小丁摆图案于碗底，百合削尖去根，洗净，一切 4 瓣装入碗中，薄纸封糊碗口，上笼蒸透，扣盘浇甜浓汁即成。

【蜜汁百合】 甘肃菜。百合削根去黄尖、切瓣入油锅炸黄；蜂蜜熬化加白糖为汁，放入百合，撒芝麻，使蜜糖汁附裹百合即成。

【蜜汁百合丸】 甘肃菜。百合去根尖，蒸烂加熟面粉制为泥；白糖、玫瑰糖、冰糖、青红丝、桃仁和熟面粉、大油搅拌成馅。百合泥制皮，包馅团成 20 个丸子，入油锅炸黄；蜂蜜、白糖熬为汁，放入百合丸，撒芝麻颠匀即成。

【炒百合泥】 甘肃菜。百合去尖根，洗净，上笼蒸烂去筋膜压为泥，投入油锅速炒，再加白糖炒酥，撒玫瑰糖即成。

【梨饼】 甘肃菜。用白糖、玫瑰糖、猪油、熟面粉制成馅，团成 12 个丸子；冬果梨去皮、核，切粗丝放白糖腌渍，加鸡蛋、面粉拌成稠糊裹馅丸压成“梨饼”，上火两面煎黄；碗内垫玫瑰糖，摆入梨饼，薄纸糊封碗口，上笼蒸透挂糖芡即成。

【炸黄袍】 甘肃菜。蕃瓜雄花摘去蕊及蒂，洗净沥水晾干，逐个挂蛋泡糊，入油锅炸黄装盘，撒白糖即成。

【拔丝白兰瓜】 甘肃菜。白兰瓜捣籽削皮，切滚刀块，滚干面粉，逐块挂全蛋糊炸黄沥油，另锅少油放白糖熬炒，待熔化起小泡时，倒入瓜块，撒芝麻颠匀即成。

【百合寿桃】 甘肃菜。百合削尖去根，洗净，蒸熟制成百合泥，抹盘中呈桃形，中夹豆沙馅心；绿菜汁和百合泥做成两片桃叶；山楂糕做桃枝，山楂糕切条在“桃”中摆一“寿”字，上笼蒸透，用桂糖汁煨透即成。

【三美豆腐】 山东菜。泰安豆腐，蒸后，切片；白菜撕劈柴块，沸水烫一下。炒勺放火上，加猪油，烧五成热，加葱末、姜末炸出香味，放入奶汤、精盐、白菜、豆腐，烧沸，加味精，淋鸡油，盛入汤碗即成。因以泰山三美：白菜、豆腐、水烧制而成，故名。

【松子豆腐】 山东菜。嫩豆腐切块，沸水汆后捞出，放砂锅内。炒勺加油、白糖炒红汁，放酱油、清汤、白糖、松子仁末，烧沸，倒入砂锅，小火炖至汤尽，盛盘即成。

【炒豆腐脑】 山东菜。炒勺内放猪油，烧五成热，加葱末、姜末、蒜末、海米末稍炒，再加蒸过的豆腐及猪油渣末、酱茶蓝末略炒，用手勺把豆腐按成豆腐脑状，倒入酱油、清汤、湿淀粉汁，烧沸，再撒芫荽末，盛汤碗中，浇上花椒油即成。

【软烧豆腐】 山东菜。蒸过的嫩豆腐，切大方块，放热水锅中煮透。炒勺放火上，加芝麻油，旺火烧六成热，加花椒略炸，再加白糖炒红汁，随后放入豆腐，使之迅速均匀地上色，然后下葱丝、姜丝、酱油、料酒、清汤、白糖，用小火煨烤，至呈枣红色时，淋入花椒油即成。

【干炸豆腐丸子】 山东菜。泰安豆腐蒸后，用刀抹成泥，盛入大碗，加鸡蛋、海米末、葱末、姜末、精盐、甜面酱、花椒面等拌成馅，挤成大丸子，放干淀粉中滚后，再放入烧至八成热的油中炸制，呈金黄色时，捞出装盘即成。配糖、醋汁佐食。

【大煮干丝】 江苏菜。黄豆豆腐干切成丝，入沸水中烫去豆腥，再配以火腿片、肫肝片、虾仁等调料，加鸡清汤合煮即成。

【三虾豆腐】 江苏菜。豆腐去边皮，切小块，排列盘中，虾仁上浆、过油后，与虾子、虾脑置豆腐面上，再将豆腐入少油锅内，加鸡清汤等调料烧沸，转小火上至汤汁收稠时，用大火勾芡，淋明油，装盘即成。（注：三虾，即虾仁、虾子、虾脑。）

【豆腐饺】 江苏菜。豆腐批成薄片，逐片置纱布上，

中间放虾茸，再用豆腐片盖上，上笼蒸熟取出，将豆腐修成饺形，用鸡清汤、精盐、味精烩煮，勾芡，淋鸡油，出锅装盘即成。

【叉烧豆腐】 江苏菜。豆腐塌成茸，去水分，与虾仁、鸡茸、肥膘茸拌和，加鸡蛋清、干淀粉、葱椒盐、料酒、味精等搅拌成馅，做成饼状，蒸熟取出切长条块，外裹涂有蛋粉糊的猪网油，放入铁丝络内，上烘箱烤至金黄色时即成。

【文思豆腐】 也称"清汤五丝豆腐"。江苏菜。豆腐理齐边，切成丝，入鸡清汤中烫后捞出，再放入加有冬菇丝、笋丝、火腿丝、鸡丝、青菜丝的鸡汤锅中，加调料煮制即成。相传为清乾隆时天宁寺西枝上村文思和尚所创制，故名。

【清汤五丝豆腐】 即"文思豆腐"。

【镜箱豆腐】 江苏菜。小箱豆腐，切成 12 块，入油锅炸至外皮色黄时捞出，将中间部分挖空，瓤入虾仁、猪肉茸馅，再入锅加酱油、白糖、味精等调料，扒烧即成。因形似镜箱，故名。

【香橼豆腐】 江苏菜。豆腐去老皮，与绿菜汁、精盐、味精、干淀粉调成豆腐糊，放入瓷酒杯，瓤入用香菇、白果、鲜笋、素火腿、油面筋等调好味的五丁馅，仍用豆腐糊封口，做成香橼状，上笼蒸熟后，再入油锅炸成金黄色即成。

【八宝豆腐】 浙江菜。豆腐切边搅碎，加盐、鸡蛋清、猪油、湿淀粉等，搅拌均匀。锅内放入熟猪油，将豆腐和鸡汤同时倒入锅内，至豆腐呈白色时，加入鸡肉末、火腿末、冬菇末、香榧末、虾米末、核桃仁末、松仁末，搅匀，至熟，出锅盛入碗中，撒上火腿末，淋熟鸡油即成。

【泰牲炖豆腐】 浙江菜。嫩豆腐入水中炖至串孔，捞出沥干，再入鸡汤锅中炖至入味，配香菇、冬笋及调料即成。

【炒豆腐松】 浙江菜。豆腐、鸡、火腿、瘦猪肉、虾米、香菇等料均切丁，入炒锅加调料烹炒即成。

【扎味干丝】 浙江菜。豆腐干入沸水中稍汆，捞出晾干，切成针状细丝后，放清水中除去豆腐味。锅内加添鸡汤烧沸，下入干丝、笋丝和香菇丝，加调料烹制即成。

【风阳瓤豆腐】 安徽菜。安徽参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。猪肥瘦肉、虾仁合剁成茸，加精盐、葱末、姜末、味精和水搅成馅心。豆腐切修成圆柱体形，再片成 3 毫米厚的片，每两片豆腐夹一份馅心，即成瓤豆腐坯，将瓤豆腐坯逐个裹上蛋清粉糊，入油锅炸 2 次呈金黄色时，捞出装盘。另以葱末、姜末炝锅，倒入清水，加白糖，勾芡，淋入醋搅匀，浇在豆腐上，盘中点缀萝卜刻花一朵即成。

【八公山豆腐】 安徽菜。淮南八公山泉水制成的豆腐，切成小块，经焯水、沾淀粉糊、过油后，配虾子、笋片、木耳等，加调料下锅炒制即成。

【微孔豆腐】 安徽菜。嫩豆腐塌碎，加鸡蛋清、盐搅成糊，用大火蒸 1 小时，冷后切长方块，配入鸡汤、冬笋、火腿、鸡皮、香菇、蛋皮及菠菜叶，经烩制即成。

【双鸭豆腐】 安徽菜。豆腐切小丁，鸭胰切小段，配肉丝、芹菜、青蒜，用鸭油、鸭汤烩制即成。

【三鲜瓤豆腐】 安徽菜。豆腐切长方形，正中挖一圆洞，填入用虾米、香菇及鱼茸调制的馅心，洞上贴个香菇圆片，沾匀鸡蛋清，入油锅炸成浅黄色，复用鸡汤、盐烧烩片刻，勾薄芡即成。

【白玉饺】 安徽菜。嫩豆腐切成方薄片。猪肉茸、鸡肉茸调成馅泥。碗底铺块净布，上放豆腐片和馅心，拎起净布使豆腐对角折叠成三角形，用手掌压向碗底，切去边角即成饺状，如此逐一做好，蒸熟，配火腿、冬笋、冬菇片烩制即成。

【剥皮豆腐】 安徽菜。豆腐块炸起皱后切去一面，挖去内瓤，装进冬笋、口蘑各 3 片，用香菇封口，入油锅略炸，捞出装盘，排堆成宝塔形，再将调味卤汁，浇在豆腐上，淋上热油即成。

【寿桃素豆腐】 安徽菜。豆腐稍煮，捞出压成泥，加调料拌匀，取一半在盘中摆成桃形轮廓，放上用香菇、烤麸等料做成的馅心，盖上另一半豆腐泥，摆成半立体状的桃形，菜叶做桃叶；芹菜当蒂把，上笼蒸后，浇上调味卤汁即成。

【家乡豆腐】 江西菜。嫩豆腐切成三角块，入油锅过油后，再配以猪肉片、干椒、豆豉，加调料烧焖即成。

【活豆腐】 江西菜。猪瘦肉丝、葱段、木耳、黄花丝入炒锅煸炒，放入条块白嫩豆腐，加调料和鲜汤烧沸，勾芡，淋热猪油即成。

【兴国豆腐】 也称"粉豆腐"。江西菜。豆腐切成等腰三角块，入热油中炸成金黄色捞出，用剪刀顺着豆腐斜边开口，将金黄色的一面翻入里边，装入炒好的猪瘦肉末、豆腐丁、虾米、香菇末和韭菜末馅，放入垫有青菜叶的蒸笼里蒸透取出，再浇用肉汤、酱油、辣椒酱、味精、薯粉调成的稀芡汁即成。

【粉豆腐】 即"兴国豆腐"。

【雪花泥】 江西菜。豆腐渣焙干，与煮烂后剁成肉酱的猪肉一起入炒锅，加干椒粉、生姜末、小虾米、炖肉汤汁及调料合炒即成。

【八宝豆腐丸子】 台湾菜。豆腐捣成泥，将水发香菇、虾米、熟笋、酱瓜、冬菜、荸荠均切碎，混拌，调入味精、盐、料酒、湿淀粉，做成丸子，热油炸黄。锅中放高汤，加酱油、胡萝卜、豌豆荚及丸子，调味精略煮，淋芝麻油拌匀，汁干即成。

【芙蓉豆腐】 台湾菜。豆腐压碎成泥状，加入鸡蛋、高汤、料酒、盐、熟油，拌匀，装碗内，入笼大火蒸，取出待冷反扣于浅盘中。锅内放入高汤、熟青豆、火腿丁、冬菇丁、盐、酒，慢火煮 3 分钟后，调湿淀粉勾芡，淋豆腐上即成。

【豆腐松】 台湾菜。豆腐加盐水煮至呈蜂巢状，取出

挤干，切碎。锅内热油，将瘦肉末、豆腐末、冬菇及泡汁、虾米、熟笋片一齐放入，调酱油、盐翻炒，水干时加味精即成。

【黄州豆腐圆子】 湖北菜。黄岗金甲井水制成的优质豆腐，配以榨菜粒、油面筋粒、冬笋粒、香菇粒、荸荠丁和调料制成圆子，炸熟，再与黄花菜、黑木耳、菠菜烧烩即成。

【湘潭包子豆腐】 湖南菜。用上等黄豆制成的水豆腐，以小块方布分片包紧，成包子形，压干水分。烹调方法多样，汆、炸、烧、煮均可。配肉茸、肉片、辣椒、葱、蒜佐食。因豆腐状似包子，故名。

【锅烧豆腐】 广东菜。豆腐洗净，放盆里，加虾胶、精盐拌成胶状，加白糖、芝麻油、胡椒粉和鸡蛋液拌匀，再加芫荽叶略拌，取出，放在涂有薄油的盘上，入笼蒸熟；晾凉后，切成长形小块，用淀粉加酵粉、蛋液调成的蛋浆拌匀，然后入油锅炸浸至金黄色时即成。配嗲汁、淮盐佐食。

【红烧豆腐】 广西菜。嫩滑的水豆腐入油锅炸后，再配香菇丝、猪肉丝、虾米粒等烧烩即成。

【煎瓤豆腐】 广西菜。用瘦猪肉、鱼胶、虾米、韭菜加调料制成馅；嫩滑水豆腐片成两片，将馅料加入两片豆腐间，入油锅煎成金黄色即成。配胡椒粉佐食。

【三丝扣豆腐】 广西菜。水豆腐煮成蜂窝状，挖干水分，用上汤略煨，再入碗蒸扣，另将鸡肉丝、香菇丝、煎蛋丝炒熟，勾芡，铺在豆腐上即成。

【口袋豆腐】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。两种制法：一是豆腐去皮，打成6厘米长、2厘米宽的条，共30根，入旺油锅炸至呈金黄色时捞起，放入加有草碱的沸水锅内泡约4分钟，捞进清水碗中，漂去碱味，再用沸水过2次，用鲜汤喂起。另取锅置中火上，锅中加奶汤、三鲜配料、料酒、胡椒粉、盐等烧沸，放入豆腐（先沥干水分）烧开，淋鸡油，盛盘内即成。一是嫩豆腐去皮，盛箩筛内揉成泥状，包于白布中挤去水分，使其半干，然后置盆内，加肉茸、面粉、鸡蛋、盐、碱、胡椒粉和匀；用手把豆腐挤成若干个形如橄榄的圆子，依次入油锅炸至呈鹅黄色时捞出。白菜去筋，入沸水中焯至四成熟。锅内入鲜汤与豆腐同煮；另一锅烧奶汤，入盐、料酒、味精、胡椒粉，煮菜心、冬笋片、火腿片等，将豆腐捞入烧奶汤的锅内，下水豆粉，勾小二流芡，推转起锅，装汤盘即成。

【鸡豆花】 也称“仔鸡豆花”。四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。母鸡脯肉用刀背捶茸，理弃筋后剁细，装碗内，加冷清汤澥散，再加鸡蛋清、水豆粉、盐、味精、胡椒粉等和匀。锅洗极净后，入清汤烧沸，倒进鸡浆，搅转，移小火上煨制。菜心入沸水焯熟后置汤碗中，打起“豆花”于菜心上，灌入清汤，撒上火腿末即成。因菜似豆花，故名。

【仔鸡豆花】 即“鸡豆花”。

【家常豆腐】 四川菜。豆腐切成片；二刀猪腿肉切片；蒜苗切成节。豆腐用中火煎成二面黄打起。锅中放菜油烧热，入肉片煸干水气，下郫县豆瓣煸出色，加汤，放入豆腐、酱油等烧片刻，再下蒜苗同烧，至蒜苗熟时，勾芡，加味精，至汁浓亮油时装条盘即成。

【麻婆豆腐】 四川菜。石膏豆腐切小方块，用开水汆去涩味；牛肉去筋，剁成末，入炒锅内用菜油煸酥，加盐、豆豉、辣椒粉、郫县豆瓣，续炒，掺浓汤，下豆腐，用中火烧几分钟，下青蒜节、酱油等再烧片刻，勾芡收汁，汁浓亮油时盛碗内，撒上花椒面即成。

【红油豆干】 四川菜。方块豆腐干洗净，剖成两片，再对角切成小三角块，入油锅炸至进皮捞起。炒锅留底油烧热，下姜、葱煸炒后，加调料、清水稍熬，拣尽料渣，下豆干，移至小火收汁，至快干时加红油，续收至吐油起锅，加味精和匀，冷却后装盘即成。

【烩千张】 四川菜。千张切韭菜叶形节子，用淡碱水略煮，捞入开水中浸漂，去尽碱味；猪肥瘦肉切二粗丝，码味码芡。锅内油烧热，下肉丝炒散起锅；锅中另用油将豆瓣煸酥，掺鲜汤，烧沸，去渣，加酱油，下千张丝、肉丝，烩至千张入味，加韭黄节、味精，勾芡收汁，起锅装盘，撒少许花椒面即成。

【连渣豆腐】 贵州菜。原汁豆浆不沥渣，大火煮开后改用小火，以酸汤缓慢倾入点成，外用糍粑辣椒炼成红油，加豆豉粑切的丁、精盐、酱油、味精、葱花等，烩煮即成。

【油渣炒豆豉颗】 贵州菜。新鲜豆豉颗用油煎去水分，放干辣椒煸出香味，投入油渣再煸，加盐、酱油、蒜苗段等调料炒和出锅即成。

【三夹火腿】 北京菜。面包去皮，切成合页片，内夹素火腿，两面各贴一片雪里蕻叶，叶上再抹匀一层薄糊，入油锅炸成金黄色即成。配椒盐佐食。

【焦熘肥肠】 北京菜。面筋加调料制成猪肥肠形，入油锅炸至焦脆捞出。勺内留底油，用葱末、姜末炝锅，放冬笋片、胡萝卜片略煸，再放入“肥肠”，泼入用素汤、酱油、料酒、味精、湿淀粉对成的汁，淋芝麻油，经熘制即成。

【南煎丸子】 北京菜。面筋末与藕泥掺和，加入鸡蛋、花椒盐、芝麻饼末、面粉、味精、姜末，拌匀，入热油中炸成丸子，码在大碗中，上摆经炸制的山药，加素汤、酱油、白糖等，上笼蒸后，扣入盘中，浇上以素汤、白糖、味精、酱油、湿淀粉调成的芡汁即成。

【荷叶肉】 北京菜。面筋下入油锅炸成浅黄色，滗出油，加酱油、白糖、味精、素汤，以微火煨透，倒在碗中，掺入炒好的米粉、桂皮末、大料末、甜面酱、芝麻油，拌匀后上笼蒸透取出，切成4块，每块用鲜荷叶包住，复上笼蒸20分钟即成。

【纸包三鲜】 北京菜。荸荠切成虾仁形，与冬笋、素鸡小条及豌豆苗一起下入炒锅，加酱油、味精、精盐、白

糖、芝麻油煨至入味，再用玻璃纸包成长方小块，入油锅炸熟，捞出装盘中即成。食时用筷子夹住纸角提起，包即打开。

【红烧小包】 北京菜。发好的腐竹切成段，用素汤、酱油、白糖、味精等煒至入味，再加番茄酱炒匀，取出，每4段为一组，用油皮包扎，入油锅炸成金黄色捞出，摆在盘内，浇上以牛奶、素汤、精盐、白糖、湿淀粉调成的芡汁即成。

【腐乳扣肉】 北京菜。素酱肉切成条，皮朝下码入抹有腐乳汁的碗中，上面再浇腐乳汁，然后加素汤、白糖、精盐、味精，上笼蒸7分钟取出，倒扣盘内，浇上以素汤、酱油、白糖、味精、湿淀粉调成的芡汁，再淋芝麻油即成。

【熘鸡肝卷】 北京菜。香菇、冬笋、鲜藕均切细末，加料酒、精盐、味精等调制成馅，用油皮卷成卷，封口用糊粘住，入油锅中炸熟捞出。锅中留底油，用葱末、姜末炝锅，再下入"鸡肝卷"，烹入用素汤、酱油、料酒、白糖、味精、湿淀粉对成的汁，淋芝麻油，经熘制即成。

【蜜汁樱桃肉】 北京菜。土豆、胡萝卜洗净，去皮，蒸烂，用刀抹成细泥，合一起加调料拌匀，做成肉块形，入油锅炸好，再与葡萄干、瓜条等果脯料一起，用白糖汁、桂花汁煨透即成。

【糖醋排骨】 北京菜。用面筋做"肉"，冬笋条做"骨"，制成猪排骨形，入热油中炸成酱红色，捞出摆盘中。勺内加酱油、白糖、醋、素汤调匀，沸后，用湿淀粉勾芡，制成糖醋汁，浇"排骨"上即成。

【软炸腰花】 北京菜。熟面筋用素汤、精盐、酱油、料酒、味精等煒至入味，取出后两面剞花刀，再切成条，沾上薄糊，入油锅炸制即成。配椒盐佐食。因炸后刀口翻开，形似腰花，故名。

【芙蓉鸡片】 北京菜。鲜藕制茸，加鸡蛋清、精盐、味精、白汤、湿淀粉等调成稀浆状，在温油锅中摊成若干小片，捞出沥油。勺内加素汤，用料酒、精盐、味精调好口味，放入摊好的鸡片，煨透后，用湿淀粉勾芡，淋素油即成。

【八宝整鸭】 北京菜。用油皮包裹糯米、莲子、玉兰片、香菇、口蘑、豌豆、鸡蛋黄糕、烤麸等8种素料，做成鸭形，上屉蒸熟，取出摆盘内；勺加素汤、酱油、料酒、味精，沸后，用湿淀粉勾成薄芡，淋素油，浇"鸭"上即成。

【两做大虾】 北京菜。油皮卷上荸荠丝、山药丝、蛋皮丝，分别制成8～10个"虾头"和"虾尾"。"虾头"干烧；"虾尾"干炸，放盘中对成整虾形状。将制好的番茄汁浇于"虾头"上；"虾尾"旁配花椒盐即成。两色两味，"虾头"甜酸；"虾尾"麻咸。

【莼菜素鱼圆汤】 上海菜。上海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。用绿豆粉、牛奶、精盐混合搅成糊状，捏摘成圆子，下沸水汆熟，放在汤碗里。莼菜开瓶后沥去浸汁，倒入碗中用沸水冲泡、沥干。炒锅用油润滑后倒净，放入素鲜汤、莼菜、精盐、味精、姜末、料酒等，烧滚后，淋芝麻油，倒入盛圆子的汤碗里即成。

【炒素蟹粉】 上海菜。上海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。土豆煮熟去皮，胡萝卜洗净去皮煮熟，均揿成泥，放在纱布里挤干；水发冬菇和熟笋都切成丝，一起和以姜末成素蟹粉坯料。用大火热油煸炒坯料，加熟植物油、精盐、味精搅匀，再加少许料酒、米醋颠锅推匀即成。

【炒素山鸡片】 上海菜。上海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。新鲜香菇去蒂，批成片，清洗捏干，撒上精盐、味精和少量姜末、料酒，用干淀粉浆上。用大火、温油把鲜香菇片和青椒片下锅滑油，倒入漏勺沥油，炒锅留底油，加入素鲜汤、味精烧滚后，用淀粉勾薄芡，再放入香菇片、青椒片，推晃几下，淋上熟花生油即成。

【炒素鳝丝】 上海菜。上海参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。水发冬菇去蒂洗净，用剪刀沿边盘剪成长条，似鳝丝形，再剪成寸段，捏干水分，加料酒、精盐、姜末拌匀，拍上干淀粉。用大火热油，把鳝丝抖散入锅稍炸，捞起沥油；锅内留少许油，放入酱油、白糖、素鲜汤、味精烧滚后，用淀粉勾芡，鳝丝入锅，颠翻几下，淋芝麻油即成。

【面筋百页】 上海菜。百页2张，对角切成4个三角形，入碱水浸至色白后平摊案上，分别包裹肉馅，成长扁圆形。4只生麸卷裹肉馅，成球形，油炸后取出。猪大排骨切条形块，铺入碗底，上放生麸，再横竖各排2只百页卷，最后放水发金针菜、木耳，加料酒、高汤、精盐、味精，上笼蒸至百页色白发涨即成。

【素肉松】 上海菜。豆腐饭粢(即黄豆腐成浆，在热铛中摊成的薄张)卷扁形长条，切成很细的丝，抖松，入温油中炸至色呈金黄色时捞出，随即用精盐、白糖、味精等调味即成。

【素烧鸭】 上海菜。豆腐衣铺平，洒匀冬菇鲜汤，洒一张，重叠一张，叠数张后，两端向中央摺卷，卷时再洒上鲜汤，急火快蒸，待冷透放油锅中炸后，切块装盘即成。

【醋熘素黄鱼】 上海菜。豆腐干丝、笋丝、香菇丝加调料炒成馅，外面包裹经调味的熟土豆泥，再包上豆腐衣，捏成鱼形。香菇装缀鱼鳃、鱼眼；豆腐干作鱼尾。将素鱼用油炸至黄脆时装盘，上面浇用青椒、木耳等炒制的卤汁即成。

【炒素虾仁】 上海菜。土豆削皮、洗净，切成虾仁大小的条状，用冷水煮至半熟，加精盐定味再煮至将酥时，即捞出放在竹淘箩里，撒上干淀粉晃动颠簸，呈虾仁状后，放入温油中炸至呈白玉色时，捞起沥油。炒锅内放入水发香菇丁和焯熟的胡萝卜丁，颠翻几下，用料酒、精盐，鲜汤调味后，以淀粉勾薄芡，迅速放入素虾仁，颠翻两下即成。

【鹅皮面筋】 山西菜。生面筋片成薄片，入油锅炸成

金黄色捞出，再切成小片，装盘中，用白糖、酱油、醋、姜末、味精、湿淀粉等烹成糖醋汁，浇在面筋上即成。

【太极图】 辽宁菜。鲜豌豆剥皮，煮烂，捣成泥，过罗后，对水加糖，入锅炒透；另将山楂糕捣碎，过罗，对水加糖，也入锅炒透，然后将两者装一汤盘中，摆成阴阳图形即成。

【三丝素鱼翅】 辽宁菜。海参、鸡肉、冬笋切丝，入炒锅内加调料熘制至熟，盛在盘中央；干黄花菜泡发后，去根，顺理整齐，入油锅炸出水分，再加调料红扒后盖在三丝上面即成。因黄花菜也称素鱼翅，故名。

【炒南北】 辽宁菜。冬笋切片，与口蘑一起入沸水中焯透。勺内放底油烧热，用葱末、姜末炝锅，放入冬笋片、口蘑煸炒，加素汤、料酒、酱油、白糖、味精等，用慢火煨透后，再移大火上，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油出锅盛盘即成。因冬笋为"南味"；口蘑为"北味"，故名。

【真不同素鸡豆腐】 吉林菜。干豆腐切丝，加食碱煮烂，取出后，包压成形，再放入鸡汤内，加精盐、料酒、葱段、姜片等煨透即成。因食之有鸡香味，故名。

【炒合菜】 黑龙江菜。肉切细丝，配鸡蛋、豆芽、水发细粉丝、蒜苗。炒勺加底油，放鸡蛋炒成花倒出；原勺再加底油，加肉丝炒熟，放粉丝、豆芽翻炒，加入鸡蛋、蒜苗速炒熟，淋芝麻油装盘即成。

【冰城山珍砂锅】 黑龙江菜。冻豆腐煮后沥去水，切象眼块；榛蘑、鸡腿蘑切块；火腿切片；菠菜切段。勺内加底油，下葱炝锅，加鲜汤，沸后倒入砂锅内，加精盐、胡椒粉等调料，再放豆腐、榛蘑、鸡腿蘑、火腿，盖上盖，用小火烧入味，最后投入菠菜即成。

【草堂八素】 陕西菜。陕西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。以板栗、核桃仁、冬笋、香菇、花生米、荸荠、面筋、嫩豆角等8种蔬鲜及干辣椒面等料爆烧即成。因上桌时在油泼辣椒中淋入适量香醋，挥发出"烟雾"，拟似长安"草堂烟雾"的盛景，故名。

【一曲阳春】 陕西菜。马蹄、香菇、板栗均用小刀划十字口于中心，放入用姜、葱炝煸的锅内，加桃仁、肉汤、盐、味精，烧5分钟，勾流水芡，盛大碗中。青菜心放油锅中，加盐、味精炒至变色，取出装盘子一周，将炸至金黄色的锅巴片放盘心，乘热将碗内的熟料浇在热锅巴上即成。因熟料浇在锅巴上发出"吱吱"的响声，以寓楚国的名曲——阳春，故名。

【一竿寒丝】 陕西菜。油皮泡软，洗净，沾干粉面，抹上鸡茸，上放嫩冬笋丝、香菇丝，卷成卷，再切成段，定入碗中，浇入用鸡汤对好的调味汤，再放葱、姜，封口，上笼蒸熟，滗出汤汁，扣入鱼盘里，点缀绿菜叶，浇上烧热的芡汁即成。因取意于"数尺寒丝一竿竹"的诗句，故名。

【面筋丸子】 山东菜。生面筋在平板上捋成长条形薄片，猪肉馅放在顶端面筋片上，边滚边卷使肉馅包在面筋里，成面筋丸子，放沸水中煮后，再放碗中。另用热油炸葱末、姜末，加酱油、清汤，烧沸，浇入丸子碗中，入笼蒸熟，取出盛汤盘内，原汁倒入炒勺内，烧沸，用湿淀粉勾芡，淋芝麻油，浇汤盘中即成。

【烧面筋】 山东菜。水面筋撕长条，加甜面酱、湿淀粉拌匀，入热油中炸至色红，另起勺，加水、糖色、白糖、桂花酱，烧沸后，移小火上，再放莲子、玉兰片、荸荠片、面筋，煨煸至汁浓，淋花椒油即成。

【烧素烩】 山东菜。面筋泡切两半；炸豆腐片坡刀片；五香豆腐干先片撬刀片，再切象眼片；粉丝切段；冬笋切薄片；青菜心切段。以上各料均用沸水汆一下。炒勺加花生油，烧八成热，下葱末、姜末炸出香味，再放五香豆腐干稍煸炒，加酱油、面筋泡、青菜心、炸豆腐、粉丝、木耳、笋片、清汤、精盐，烧沸，用湿淀粉勾芡，淋花椒油即成。

【素鸡烧海参】 江苏菜。麦麸老面筋同木耳斩碎，加入调料，分别制成海参和眉毛圆子形，然后同配料红烧即成。

【鸡皮鱼肚】 江苏菜。素黄鱼肚油发后，用水泡软，切成块，配熟鸡皮、冬菇、冬笋片，然后加调料烩制，淋鸭油出锅即成。

【双味素虾仁】 江苏菜。山药蒸熟，塌成细茸，经调味后，捏成虾仁状，一半白炒；一半调番茄酱炒制，再将两者拼装入盘即成。

【烧素鲃鱼】 江苏菜。粗山药蒸熟去皮，切段，略拍松，沾干淀粉，入油锅炸成金黄色后，用多种配料和调料烧后，收稠卤汁，淋芝麻油即成。

【素桂鱼】 江苏菜。豆腐皮铺上用调料，芋头泥做成的馅心，包成桂鱼状，挂蛋糊，拖面粉，入油锅炸成金黄色，捞出装盘中，浇上用酱油、白糖、香醋等调成的滋汁即成。

【素脆鳝】 江苏菜。肉质厚实的大冬菇，水发后去根蒂，切成长条形，加调料入锅略烧，凉后裹上蛋糊，拍面包屑，入油锅炸制即成。因形似脆鳝，故名。

【炒素蟹粉】 江苏菜。土豆去皮，与胡萝卜蒸熟后，塌成泥茸，配熟笋、水发冬菇，加调料滑炒即成。因形似蟹粉，故名。

【熘素鹅皮】 也称"素脆筋"。江苏菜。油面筋切两半，里层翻转向外，入油锅炸至酥脆，捞出放盘中，浇上制好的糖醋卤汁即成。

【素脆筋】 即"熘素鹅皮"。

【五香素鸡】 江苏菜。豆腐衣放清水中浸潮，略挤，用薄布包卷成条形，用细绳扎成素鸡坯，入油锅炸后，再用八角、酱油、白糖、味精、芝麻油等调料卤煮即成。

【素兰花鸡卷】 江苏菜。水面筋略烫后，批片，卷上冬菇丝、绿叶菜丝、胡萝卜丝等，加调料炒制即成。因形似兰花，故名。

【素鸽蛋】 江苏菜。黄胡萝卜蒸熟，塌泥茸做成鸽蛋黄；绿豆淀粉用沸水冲搅成糊，用内壁抹过油的模具印

成鸽蛋，放入蛋黄，合拢模具，蒸熟，放冷水中脱去模具，配青菜心、香菇片、笋片，加盐、味精等调料烧沸，勾芡即成。

【素虎皮鸽蛋】 江苏菜。绿豆粉调浆烧沸，倒入菱粉调成糊，乘热填入内壁抹过油的鸽蛋模具中，并包以胡萝卜和土豆调味制成的鸽蛋黄，合拢模具，放冷水中，退去模具，冷却后成素鸽蛋。素鸽蛋滚酱油后，拍干淀粉，入油锅炸黄，再加调味卤汁烧制即成。

【白汁素蹄筋】 江苏菜。水磨绿豆粉用"旋子"烫制成粉皮。卷成笔杆状，拖粉糊，入油锅炸后，改刀成油发蹄筋状，加精盐、味精等调料烧制即成。

【炒素肥肠】 江苏菜。水面筋切成长条，绕在竹筷上，入红曲米水中烧成素肠坯，再切成片，加调料烹炒即成。

【肉瓤生麸】 江苏菜。生面筋拉成长条，切小块，搓圆，放入水中略浸，逐个做成圆薄片，包入制好的肉馅，收口，入清水中，加调料烧沸即成。

【干炸黄雀】 浙江菜。香菇、笋、香干均切丝，加调料拌和成馅，用豆腐皮包卷成黄雀形后，挂上糊，入油锅炸制即成。配花椒盐、甜酱佐食。

【素烧鸡】 浙江菜。豆腐皮入调味汁中浸渍后，叠卷成条，入笼蒸熟取出冷却，再入油锅煎至呈金黄色时捞出，切条装盘，拌芝麻油即成。

【八宝香脆鸡】 浙江菜。特制豆腐皮，包以冬菇、鲜蘑、莲子、笋肉、栗子、白果、素火腿等熟素料，制作整鸡状，入油锅炸制即成。

【西湖素火腿】 浙江菜。豆腐皮润潮后切碎，入红麹水、酱油、姜汁调制的味汁中浸渍后，再改刀成小粒，加糖、酱油、芝麻油、味精等，再放模具中榨压成型，扎紧蒸制即成。

【金雀舌】 安徽菜。安徽参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。雀舌用开水泡开，沥去水分。鸡蛋打碗内，加盐、干淀粉搅匀成糊。取汤匙一个先放一点糊，上放一小撮雀舌，再盖上一层糊，然后倒入油锅中，待炸至呈金黄色时，滗去锅中油，将锅端离火口，把花椒盐分3次均匀地撒在锅里的金雀舌上(撒一次颠翻一下锅)，出锅装盘即成。(注：雀舌，即黄山毛峰茶叶的上品，因叶片小而尖细如雀舌，故名。)

【八宝面筋】 安徽菜。油炸面筋切一小口，将猪肉茸、虾米、火腿、香菇、鲜笋、鸡肉、豆腐干、干贝等丁调制的馅心填入其内腔，略洒鸡汤，入笼蒸熟，浇薄芡汤汁即成。

【菱畔鸭泳】 安徽菜。山药、口蘑等制成泥状，塑造成鸭身、鸭翅等；用菜丝、木耳丝、粉丝当湖草，调味烧烩后铺在盘四周，中间放上已蒸熟的"鸭"，浇上调味的汤汁即成。

【雀尾麻花肚】 安徽菜。水面筋拉平，上笼蒸至定型后取出，切成长条；胡萝卜切成与面筋片同样大的薄片。一片萝卜叠在一片面筋上，于当中划一直刀口，将一端从刀口处穿过翻开成麻花状；再于一端处直划一刀成鱼尾叉状，上贴小菱形香菇片，下锅划油后放在铺有熟菜叶的盘中，浇上卤汁即成。

【京葱炒鸭肠】 安徽菜。水面筋拉平，卷上筷子，煮至面筋定型捞出，抽去筷子，切成段；香菇、笋子、胡萝卜切成丝，配葱段。面筋入油锅划油后即成"鸭肠"，先加香菇丝、笋子丝、胡萝卜丝及调料一同煸炒，再放葱段，至"鸭肠"炒出葱香时，勾芡出锅即成。

【腐乳糟大肠】 安徽菜。水面筋绕在小圆竹筒上，煮后去竹筒，灌入用酒酿、香菇、笋等制成的糟馅心，入油锅炸后，切成段装盘，上笼蒸片刻取出，浇上红腐乳汁即成。

【素清汤鸭】 安徽菜。豆腐皮上放千张丝，卷成长方条形，外用麻皮包扎，入碱水中煮片刻捞出，漂洗去碱味，切块装碗，加口蘑围边，入笼蒸透，复扣汤碗中，浇口蘑汤即成。

【素醋熘鱼】 安徽菜。豆腐衣包入山药泥做成鱼形，刮刀后，入油锅炸熟，浇上糖醋卤汁即成。

【素油鸡】 安徽菜。豆腐衣洗后蒸软，入锅调味后，用麻布包紧，再以重物压上，然后切成长条块，浇上原调味卤汁即成。因豆腐衣受热后经重压，表皮如鸡皮状，故名。

【素烩】 江西菜。炒锅内加植物油，置火上，下入石耳、红枣、白莲、嫩冬笋、发菜、鲜百合、花菇、小白菜，加调料烧烩即成。

【原笼面筋】 江西菜。油炸面筋浸泡后洗净，用油略渍，盛入钵内，加精盐、酱油、料酒、味精、白糖、熟花生油和米粉子拌匀，排放在笼内的豆腐皮上，大火蒸熟，出笼用盘托好，浇上热辣油、芝麻油即成。

【豆鱼】 台湾菜。锅内热油，炒豆芽、水发香菇丝、熟笋丝，调盐、味精、胡椒粉拌匀，放入豆腐皮中，卷起，用湿淀粉封口，做成豆鱼，放入热油中，略煎取出，冷后，配上用芝麻油、酱油、醋、辣椒油做的调料即成。

【炒如意菜】 台湾菜。芹菜切成段，红白萝卜、笋去皮切丝；水发木耳、冬菇切丝；百页、油皮泡软切丝。炒锅加油适量，待五成热，投入萝卜丝，炒熟盛出。锅热油，炒金针、木耳、冬菇至熟，加盐、味精后，盛出；锅再热油，炒芹菜、笋、豆芽，加调料后盛出；锅复热油，炒百页、油皮后将已炒的各菜回锅拌炒均匀，淋芝麻油即成。

【糖醋熘疙渣】 河南菜。绿豆泡软，磨成面糊状，过罗去皮后，将面糊摊成圆片，再折成饼(即疙渣)，切成棒条状，入油锅炸至呈黄色时，再用对好的糖醋汁熘制即成。

【焦切虾】 河南菜。豆腐皮用热水泡软，摁干，切成大块，将搅好的虾糊均匀地摊在上面，再撒上芝麻仁。将沾有芝麻的一面向上放入油锅内，煎透取出，再切成

小块，复入油锅炸至呈柿黄色时即成。配花椒盐佐食。

【清汤素鸽蛋】 河南菜。用绿豆粉芡制成糊，煮浓，与煮熟的鸽蛋黄放入模具中，压成鸽蛋形，然后放入沸清汤中，加调料煮熟即成。

【香冬圆子】 湖北菜。藕、榨菜、水面筋均切成细丁，加水豆腐、姜末、淀粉等调料搅成稠糊，挤成圆子，入油锅炸熟；炒锅中下油烧热，放香菇片、冬笋片、黄花菜、黑木耳、调料和清水烧沸，下圆子焖5分钟，勾芡，淋油装盘即成。

【金针银耳神仙汤】 湖北菜。用黄花菜、白木耳、黑木耳、面筋汁、口蘑汁、菇片、笋丝和调料烧烩即成。

【煎春卷】 湖北菜。地米菜摘去根须老叶，多次漂洗，切作细段，配豆腐干、豆豉汁、胡椒、生姜等料，外用青菜叶或豆油皮包成枕头状，放入芝麻油，锅中煎制即成。

【茄汁素金鲤】 湖北菜。用豆油皮作鱼皮；香蕉泥作馅心；山药丁作鱼肉；香菇作鱼鳃；千张作鱼尾；冬笋作鱼鳍，在木模中压成鱼形，挂糊，入油锅炸至成熟后，置入盘中，浇以白糖、番茄酱等调料烧成的卤汁即成。

【素八宝甲鱼】 湖北菜。葛粉、紫菜末、木耳末、首乌汁加水和配料熬熟，制成鱼坯。用素火腿、玉兰片、香菇、口蘑等8种素料烹炒后填入鱼腹。用玉兰片作底板；香菇作背壳，澄面加南瓜汁作甲鱼蛋，一起入炖盆，加素高汤蒸15分钟即成。

【素西米燕菜】 湖北菜。白嫩萝卜切成细丝，配粉红的大西米和银耳，加冰糖，用小火清炖即成。因形似燕菜，故名。

【金牛千张火腿】 湖北菜。金牛千张皮摊开，一层抹酱油，一层抹红方腐乳汁水，相间码叠6层，卷成长筒，用白纱布包好，缠紧，入五香卤锅煮1.5小时，入味后捞出，摊凉，去掉纱布，切作极薄的圆片，在盘中摆作菊花形，淋芝麻油即成。

【焦盐子芋】 湖南菜。红皮子芋煮熟，压成茸泥，拌以糯米粉，擀成圆形皮子。熟肥膘肉、火腿肉切碎粒，加白糖、芝麻油调成馅心，包入子芋皮中，成小形圆子，逐个下油锅炸制，待呈金黄色时，捞出装盘，淋芝麻油，撒胡椒粉即成。配甜面酱，果酱佐食。

【鼎湖上素】 广东菜。雪耳、桂花耳、揄耳、黄耳、香菇、草菇、竹荪、莲子、罐头白菌、银针、笋花、菜远等，治净，浸发后，分别以油味料滚煨烹熟，按序取白菌、花菇、竹荪、鲜菇、黄耳、莲子、蘑菇、笋花，一部分沿着盆底拼砌成圆圈形，余下各料填满其中，覆扣于盘上，成层次分明的"山形"；以油、酒、素上汤、味精、盐、糖、酱油、湿淀粉烹成芡汁勾芡，淋"山"上；雪耳、菜远、银针围边；桂花耳铺放在上面即成。

【榄仁香积卷】 广东菜。炒锅下油置火上，放葱头爆出香味，下入鲜牛奶略煮，去葱，再下奶油、味精、精盐、白糖、胡椒粉、芝麻油、汾酒、马铃薯泥，煮成糊，随后加炸榄仁作馅；圆形豆腐皮作皮，包卷成枕形，入油锅炸熟即成。配淮盐、嗜汁佐食。

【七彩软筋】 广东菜。油炸面筋切成块状；烧锅下油，将白醋、白糖、精盐、面筋放下，加盖，焖5分钟取出，放在盘上；将菠萝块、番茄块、笋花、青椒片、姜芽片用油爆透，下白糖、白醋、精盐，湿淀粉烹成糖醋芡料，浇在面筋上即成。

【咸菜什锦】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。以白菜、萝卜、黄瓜、豆腐干、蔊头、红苕、土豆、豌豆、蚕豆、花生仁、核桃、大头菜、冬笋、绿豆芽、榨菜、菜心、莴笋、泡红辣椒、笋尖、豆鱼为原料，加工成丁、丝、条、块、片等不同刀口，以拌、腌、渍、泡、炝、炒、炸、醉等多种烹调方法，制成五香、麻辣、红油、蒜泥、糖醋、咸鲜、芥茉、麻酱、椒盐、鱼香等多种味道的20种菜肴，分别盛于20个小碟之中，中央部分以中盘盛看菜即成。

【奶油素什锦】 四川菜。青笋、胡萝卜、白萝卜、土豆、冬笋切成刀口各异的形状；黄秧白、菜心抽筋，入沸水汆至半熟；玉笋、冬菇入沸水中煮片刻，将以上各料入大圆盘内，摆成"风车灯"形，再将经去皮、去籽、改成瓣的番茄摆中间，上笼蒸熟取出。奶汤、盐、胡椒粉、姜米等调料下锅烧至味浓时，勾清二流芡，淋在菜面即成。

【四喜吉庆】 四川菜。土豆、红萝卜、白萝卜、芋头去皮取心，用刀改成"吉庆"块，入沸水煮透。炒锅内下奶汤，入"吉庆"块，加盐、胡椒粉、姜末等调料烧炝，勾清二流芡，起锅装盘即成。

【菜火锅】 云南菜。肉汤加精盐、味精、胡椒粉，入火锅中烧沸，先下洋芋块，再下白菜段、茴香菜段、粉丝、水发冬菇、豆腐皮同煮，下豆腐泥丸子(用盐、蚕豆粉、葱末、姜末拌成)，加熟猪油即成。豌豆尖盛另缽内，随烫随吃。

甜菜类

【拔丝西瓜】 北京菜。西瓜去皮、籽，瓤切小菱角块，沾匀干淀粉，再裹匀粉糊，入热油中炸至发起、色黄，捞出沥油。另用炒锅加油、水、白糖，熬至糖溶化成浆状，放入炸好的西瓜块，撒上青红丝，经拔丝即成。

【桔羹湘莲】 北京菜。蜜桔取肉；莲子去皮、心，蒸熟。小汤罐置火上，加清水和冰糖烧沸，下蜜桔肉、莲子和樱桃，略煮即成。

【玫瑰荸荠饼】 北京菜。荸荠洗净，去皮，捣成泥，掺面粉拌匀，包澄沙馅，捏成小球，再摁扁呈饼状，入花生油中炸熟捞出，再放入有玫瑰汁的芡汁中煨透即成。

【荸荠糕】 北京菜。荸荠丝、青梅片、瓜子仁、白糖、香蕉精入清水锅中煮沸，加淀粉熬成稠糊状，再放京糕丝搅匀，将锅移至微火上，搅打成胶性糊，离火，晾凉，切成象眼块，撒干淀粉防止粘连，入油锅炸成浅黄色捞

出，装盘中，撒上白糖即成。

【核桃酥】 北京菜。去皮核桃仁、去核红枣与粳米一起用水磨成稠浆，置铜锅中，加白糖和清水，用铜勺不断推搅，待浆烧沸即成。

【拔丝板油】 天津菜。鲜板油去脂皮，切骨牌块，滚面粉，挂蛋清糊，下热油中炸成浅黄色捞出。原勺留底油，下白糖、清水，移小火上炒至拔出丝时，下板油、青梅、桃仁、桂花，离火滚汁，盛在抹有熟猪油的盘中，在凉开水中涮食。

【拔丝沙果】 天津菜。熟山药泥与熟面粉搓匀，下剂，包入掺有瓜条、桂圆肉等各种果料的豆沙馅，捏成"沙果"形，上插以青梅制成的"柄"，入温油中炸成浅金黄色取出，装盘，再将清水、冰糖熬至能挑起糖丝，浇入盘中即成。随带凉开水碗。

【拔丝荸荠鼓】 天津菜。荸荠去皮，切月亮片，夹入豆沙馅，滚面粉，挂以蛋清糊，下热油炸成浅黄色捞出，沾匀熬至拔丝的糖汁，盛入抹好熟猪油的碟内即成。随带凉开水碗。

【炒海棠果】 天津菜。海棠果洗净，入沸水稍焯捞出。另将凉开水、白糖下入铜勺，用大火煮开，去沫，移微火上烤至浓稠，下海棠果略熘，淋桂花酱出勺即成。

【汆山药脯】 天津菜。山药煮烂，制成泥，与熬成浆糊状的面粉、蒸熟的面粉和匀，揪小剂，包入桂花豆馅，搏圆，入笼蒸 10 分钟，倒入熬好的糖水中，撒京糕片即成。

【高丽澄沙】 天津菜。鸡蛋清搅打至能直立筷子、呈泡沫状时，加湿淀粉、面粉搅匀成高丽糊。用搏成小圆球、滚上面粉的澄沙馅蘸糊，下温油中炸至内外熟透，捞出装盘，撒白糖、青红丝即成。

【攒素】 天津菜。大碗内抹上熟猪油，中央摆一小块青梅，放上用荸荠刻成的白菊花，再依次围摆樱桃、瓜条丁、青梅丁、葡萄干、桂圆肉丁、莲子瓣、桃脯丁、小枣丁，然后，把剩余的果料拌入蒸熟的江米甜饭中，再将米饭按入碗中，中间按出凹坑，放入豆沙馅，再用剩下的江米饭盖严凹坑，用竹尺蘸水拍平，入笼蒸 15 分钟，扣入抹有熟猪油的大汤盘，将清水、白糖、净粉熬成稠汁，加入桂花，浇在大汤盘内即成。

【烩果羹】 天津菜。百合用温水泡开捞出。薏仁米洗净，加开水蒸熟。莲子用温热水闷泡后，用碱水洗净，并去子皮、莲心，加开水蒸烂。青梅、瓜条、桂圆肉切樱桃大小，与葡萄干、樱桃一起下沸水焯一下。将凉开水倒入净勺，下冰花熬开，放入以上各料，去浮沫，用淀粉勾芡，盛入放有桂花的汤盘内，撒京糕丁即成。

【搅京糕】 天津菜。红果洗净，煮好，用粗铜罗去皮、核，以温开水澥稀，过细罗搓成泥状，加白糖、桂花搅拌，并逐次将温开水及矾水搅入，然后，将其倒入抹油的托盘内，晾凉凝固即成。食用时，可用各式模具将京糕轧成梅花、牡丹等花形装盘。

【水晶莲子】 天津菜。去皮的猪脂油切莲子大小，拌白糖揉圆，腌 3～4 小时后，上笼蒸 10 分钟取出，用沸水焯去浮油，放入桂花糖水中即成。因其形如莲子，故名。

【橙子酪】 天津菜。净勺内放清水，加冰花熬开，去沫，再倒入鲜橙子汁，迅速以净粉勾玛瑙芡，倒入汤盘即成。

【冰碗】 天津菜。将机制冰打成小核桃大小，放大汤碗内，盖上已烫过、漂凉的鲜荷叶，码上已冰透、加工好的鲜桃仁、西瓜、香瓜、果藕、伏苹果、桃、荔枝、杨梅、樱桃、香蕉等即成。配桂花、白糖佐食。

【百花齐放】 河北菜。百合洗净；青梅、荸荠切小圆片，与百合一起码于汤盘内。将桂花酱、白糖、水搅匀，倒入汤盘内，上屉蒸熟取出，原汁用湿淀粉勾成米汤芡，浇在盘中即成。

【拔丝葡萄】 河北菜。葡萄洗净，去皮、籽，沾匀干淀粉，挂上以鸡蛋清制成的蛋泡糊，入油锅炸熟捞出。勺内放白糖，炒成糖浆，放入炸好的葡萄，翻匀，出锅盛盘即成。

【八宝苹果罐】 河北菜。京糕、青梅、瓜子、桂圆肉、瓜条均切丁，加葡萄干、核桃仁、熟江米、桂花酱、白糖等搅匀，瓤入已去皮、核，掏出内瓤的苹果罐里，上笼蒸熟取出，摆入盘内。勺内加水、白糖，至糖溶化，用湿淀粉勾成薄芡，浇在苹果罐上即成。

【炸苹果圈】 河北菜。苹果去皮，切大圆片，去核，沾干面粉，挂一层蛋粉糊，再沾上面包渣，入油锅炸成金黄色捞出，装盘，撒上白糖即成。

【金丝吊葫芦】 山西菜。山西参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。山药蒸熟去皮压成泥。红枣蒸熟，去皮、核，过滤成泥，上火煸炒，制成枣泥馅。精粉蒸熟。将山药泥、熟白面、蛋清和匀，扯成面团，包进枣泥馅，捏成葫芦形，入油锅炸至呈金黄色时捞出。炒勺下底油，放白糖，待糖化开呈冰糖色时，速下葫芦，撒上芝麻，翻匀，出勺装盘即成。

【雪衣澄沙卷】 山西菜。鸡蛋摊成蛋皮，包入澄沙，卷成卷，再切成段，沾匀面粉，挂上以鸡蛋清和面粉搅成的糊，入油锅炸至浅黄色时，捞出装盘中，撒上白糖即成。

【桔子寿八宝】 山西菜。江米泡后，煮至七成熟捞出，加白糖拌匀，放在抹有油的盘上，用果脯、青梅、梨脯、瓜条、桔子、京糕、红绿樱桃在江米上摆成寿字花形，入笼蒸熟取出；白糖化开成浓汁，浇在上面即成。

【甜炒羊】 内蒙古菜。羊后臀肉切成细丝，入沸水中焯后，再放入炒勺内，加糖汁煸炒，至汁干，盛入盘内，撒葱末、姜末即成。

【酥炸澄沙黄油球】 内蒙古菜。澄沙馅包入黄油，搓成球，沾匀干面粉，再挂以用鸡蛋、面粉和猪油制成的酥糊，入热油中炸至外酥呈金黄色时捞出，装入盘中，

撒上白糖即成。

【软炒果味鲜奶】 内蒙古菜。苹果去皮、核，切小丁，与鸡蛋清、白糖、牛奶搅匀。炒勺内放入黄油，下苹果丁，加调料炒成脑状，装盘中，以桔瓣、核桃仁点缀即成。

【拔丝白梨】 辽宁菜。白梨去皮、核，切成滚刀块，沾干淀粉，挂匀蛋粉糊，入油中炸至起酥泡时捞出，再放入用白糖炒成的糖浆勺中拔丝即成。

【拔丝山楂】 辽宁菜。山楂洗净，经沸水烫后去皮、挖籽，一一沾匀干面粉，先用鸡蛋和淀粉制成的糊挂匀，经油炸后，再用炒好的糖浆拔丝即成。

【蜜汁樱花】 辽宁菜。先将桔瓣整齐地摆在盘中外圈；银耳泡发后，用罐头果汁喂烂，放在盘中间；再把樱桃、龙眼、白梨（切小块）、菠萝（切小块）等与银耳混放一起。将鸡蛋清抽打成蛋泡糊，拨入沸水中汆熟捞出，分散在水果上面即成。

【水晶桔子】 辽宁菜。桔子汁加冻粉、白糖熬化，倒入容器中；再把桔子瓣分撒在容器中，冷却后即成。

【棋子山药】 辽宁菜。山药蒸烂后制泥，掺少许糯米粉揉匀，包入什锦甜馅，作成山药墩形，蒸透，上面逐个摆上用京糕雕成的将、帅、车、马、炮之类，再蒸约 1 分钟，摆在盘中。炒勺内加白糖和蜂蜜熬浓，再加香精调匀，蒙在山药上即成。

【什锦人参羹】 吉林菜。鲜人参切细丝，放入冰糖水中，加桂子、菠萝、苹果、山楂、樱桃和葡萄，沸后，滴上香蕉精，盛汤盘内即成。

【冰桃】 陕西菜。鲜桃入沸水中稍煮，去皮核，切成两片，桃面朝下装入蒸碗，加白糖，上笼蒸一会儿，翻扣汤盘内；汤锅内放入清水和白糖，烧至糖溶化，勾流水芡，盛碗，连同桃一并放入冰箱，凉透取出，将糖汁浇在桃上，撒上山楂糕片即成。

【白云包日】 陕西菜。山楂糕切成片，放碗中，用蛋清、面粉、淀粉搅成的糊上浆，入油锅炸至色白时捞出，装入平盘，撒上白糖即成。

【蜜霜山楂糕】 陕西菜。山楂糕切成象眼块，用湿淀粉和清水调成的水粉糊上浆，入油锅炸至稍发黄时捞出，放入用面粉、开水、鸡蛋、淀粉搅成的烫面粉糊中再次挂糊，并入油锅炸至皮酥、色金黄时捞出，单层摆在盘子里，半边浇上蜂蜜；半边撒上绵白糖即成。

【大枣栗子羹】 陕西菜。大枣洗净，泡软，再放水中煮 30 分钟。板栗划十字刀，用开水煮透，去壳皮，再放入煮枣的锅内同煮至熟捞出枣、栗。原汤加白糖烧开，再下煮好的大枣和板栗稍焖即成。

【还阳枣】 陕西菜。鲜红枣蒸熟去皮，镟去核（保持枣的原形）；猪板油切成丁，加白糖、青红丝、冰糖屑、桃仁丁、糖桂花搓成水晶馅，捏成枣核样的馅心，填入枣的空洞中，用糊封口，入油锅炸至金红色时，捞出沥油；糯米蒸至七成熟加白糖拌匀；取一大碗，将青红丝撒在碗底，再将枣竖着排装碗中，最后盖上糯米，上笼蒸熟取出，扣入汤盘，另起炒锅，放入白糖和清水烧沸，勾芡后浇入汤盘，撒上白糖即成。

【糯米藕】 陕西菜。莲菜一端切断，在孔眼中装入糯米，将切下来的一端合拢起来，用竹签扎牢，上笼蒸后，顺长从中间切成两半，再横切成片；葡萄干放蒸碗中心作花心，青梅片摆在周围，然后将莲菜片放上面，加白糖水，上笼蒸熟，扣汤盘中，摆上山楂糕片呈红色花瓣，浇上用白糖水、原汁和淀粉调成的汁即成。

【枣泥丸子】 陕西菜。红枣蒸熟剥皮去核，搓成枣泥；猪板油剁成茸，同桃仁小粒、冰糖屑、白糖、青红丝和糖桂花合在一起做成馅心，用枣泥包裹，放在干面粉里滚成枣泥丸子，入油锅炸至皮稍硬时捞出，用面粉、开水、鸡蛋制成的烫面瓤子挂糊，再入油锅炸至色黄、皮酥时捞出，放入蜂蜜锅中滚后，装盘，撒上白糖即成。

【蜜汁玫瑰丸子】 陕西菜。核桃仁剁碎，与白糖、青红丝、玫瑰糖、熟面粉同放于碗中，加清水拌匀，搓团成馅心；猪肥瘦肉剁成细茸，放碗中，加鸡蛋、淀粉搅匀，用手拍成圆饼，包入玫瑰馅心，将口捏严，做成丸子，入油锅炸至外皮呈金红色、发酥时，倒入漏勺沥油，另起炒锅，放入蜂蜜，用小火化开，下入丸子，颠翻装盘，撒上白糖即成。

【水晶龙凤糕】 陕西菜。江米淘净，用开水焯后拌入白糖，上笼蒸 30 分钟取出。山楂糕切成薄片，刻成凤状；蛋黄糕刻成龙状；青梅修成花叶状；樱桃修成牡丹花瓣状。将蒸好的江米，一半倒入圆盘中，铺成圆形，中间放枣泥馅，剩下的一半江米盖在上面抹平，周围插上糖水莲子，上笼蒸 15 分钟取出。将刻好的各种料在上面摆成龙凤戏牡丹图，浇上用清水、白糖、湿淀粉对成的甜汁即成。

【什锦人参果】 青海菜。人参果泡软去渣，洗净，放入碗中，加清水上笼蒸一下。桂圆、葡萄干、核桃仁洗净，分别加入清水上笼蒸一下。铝锅洗净，添清汤烧沸，加人参果、桂圆、葡萄干、核桃仁和银耳等料，待熟时，加入白糖和湿淀粉，撇尽浮沫，倒入搅好的鸡蛋清，起锅盛入汤碗中即成。

【土豆寿桃】 青海菜。土豆洗净，蒸熟去皮，用刀砸成泥，加面粉和匀，揪成 1 个大剂、8 个小剂，分别包上豆沙，做成桃形，入油锅炸成黄色；盘中间放 1 个大的，周围放上 8 个小的。另用清水、糖、粉面、食用红色素勾成甜汁，浇在桃上即成。

【花篮藏宝】 新疆菜。新疆参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。选鸭蛋形黑皮西瓜，从带把的一端横切下 1/5，将切下部分雕刻成花兰底座；瓜体去瓤，缕空雕刻民族图案。选大小适宜的哈密瓜，去外皮和瓜瓤，套入西瓜内，再将鲜葡萄、香梨、西瓜瓤、甜瓜瓤等切成小块，拌以糖汁，装入甜瓜中，口上盖 40 厘米左右的圆盘，将加工好的核桃仁、杏仁、巴旦木仁、石榴籽、葡萄

干、哈密瓜干、无花果等新疆干鲜果，堆摆造型于盘中，再用哈密瓜制成花兰提把，摆上即成。

【八宝瓤香梨】 新疆菜。新疆参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。选大小匀称的新疆库尔勒香梨，削去外皮，从梨把一端下刀横切作盖，用小刀挖去梨核。糯米蒸熟，与炸制的核桃仁、巴旦木和红枣、杏皮、葡萄干、瓜子仁等剁成的小粒，加白糖拌匀，再入笼蒸数分钟，制成八宝馅，逐个瓤入香梨中，瓤满盖上梨盖，摆盘中，上盖桑皮纸入笼蒸熟取出，揭去纸，上浇用冰糖、蜂蜜、玫瑰熬成的蜜汁即成。

【拔丝珍珠苹果】 山东菜。山东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。香蕉苹果洗净，削皮，去核，切成块，改成圆球状。发酵面用温水搅开，加油和成发酵糊。冻粉切段，洗净。锅内加清水，入冰糖烧开，离火口，用模具把樱桃、芫荽叶点缀好，浇上冻粉汁，入冰箱冷透取出，摆盘周围，桔瓣摆盘内成圆圈。苹果球沾匀面粉，挂发酵糊，炸熟捞出。勺内加油烧热，放白糖，炒至出丝时倒入苹果球，加青红丝、芝麻、食用香精，翻勺盛入抹有芝麻油的盘中即成。

【蜜汁山药饼】 山东菜。山药蒸熟，去皮，捣成泥，加糯米粉搅匀，做成圆饼形，包入豆沙馅，压扁，入油锅炸至色黄。炒勺放芝麻油，烧热，加白糖炒红汁，再加开水、白糖、桂花酱，将汁熬浓，放入山药饼，挂满蜜汁即成。

【一品山药】 山东菜。山药泥中间包入豆沙馅，做成一大圆桃形，蒸熟，摆盘中，炒勺内加猪油、水、白糖、桂花酱、青红丝，沸后，用少许湿淀粉勾芡，浇山药上即成。

【蜜汁金枣】 山东菜。熟山药泥包入豆沙馅，团成枣状，外滚干淀粉，用热油炸至色黄。炒勺内加油、白糖，炒红汁，加开水、白糖、蜂蜜熬浓，放入金枣，裹匀蜜汁即成。

【拔丝山药】 山东菜。山药去皮，切滚刀块，开水烫后，再用热油炸黄。炒勺内加少许花生油烧热，再加白糖烧溶化呈黄色时，迅速倒入山药，颠翻挂满糖汁即成。

【冰糖百合】 山东菜。去皮百合和樱桃一起，用沸水汆后，捞出沥水。净勺内加水、冰糖、白糖、桂花酱，烧沸，放入鸡蛋清，滤去浮渣，加百合烧沸，再放樱桃稍煮，盛入汤盘中即成。

【八宝梨罐】 山东菜。梨削皮留盖，挖核，装入熟糯米、白糖、桔饼、红枣肉、桃仁、青梅等，盖好，大火蒸后，取出摆盘中。勺内加水、白糖、蜂蜜、香精等，沸时用湿淀粉勾成薄芡，浇在梨上即成。

【熬红果】 山东菜。山楂捅去核，成算盘珠形，温水烫后捞出，剥皮。净勺放水，加白糖烧沸，待糖溶化后，倒入山楂，用小火煮熬至汁浓、楂软时，撒桂花酱，倒盘中，晾凉即成。

【炸西瓜】 山东菜。红瓤西瓜，将瓤切骨牌块，剔去瓜子，沾薄面粉，挂蛋清糊，撒白糖，再入油锅炸制即成。

【炸荷花】 山东菜。刚开的荷花花瓣，烫后，抹豆沙馅，挂蛋糊，用温油炸后捞出装盘，撒白糖即成。

【炸藿香】 山东菜。藿香中叶，烫后，搌干水分，在叶的半边抹一层豆汁馅，将叶叠起粘住，挂鸡蛋糊，放入四成热猪油中炸后，再入七成热油中重炸一次，捞出装盘，撒白糖即成。

【蜜三果】 山东菜。山楂、栗子、白果用沸水汆一下。栗子、白果蒸熟。炒勺放芝麻油烧热，下白糖炒出红汁，加水、白糖、蜂蜜烧沸，放山楂、栗子、白果煮熬，至糖汁浓稠时，再放入桂花酱，淋芝麻油调匀即成。

【瓤银瓜】 山东菜。白色甜瓜削皮，从中间刻一方孔，掏出瓜瓤。将玉米、糯米煮六成熟，与切成丁的桔饼、核桃仁、青梅、瓜条、桂圆肉、云枣，加猪白油、白糖、莲子拌匀，填入瓜内，蒸熟，取出盛盘。另用白糖加水，微火熬成糖乳，浇瓜上，再撒青红丝、瓜子仁即成。

【炒三泥】 山东菜。莲子蒸烂，抹成细泥；栗子煮烂，也抹成细泥。分别用猪油、白糖炒至起沙，各自装盘中。京糕也用猪油炒成泥，将京糕泥放中间，三色分清，再浇用水、白糖熬成的糖卤即成。

【水晶桃】 山东菜。大桃烫后，剥皮，去核，切桔瓣状，整齐地摆碗内，再加白糖，入笼蒸一下。净勺加水、白糖，烧沸，放入猪白油，熬成浓汁，将桃翻扣盘中，浇入熬成的糖卤，撒入京糕丁即成。

【京糕拌梨丝】 山东菜。莱阳梨去皮，切薄片；京糕切片。用两片梨夹一京糕片，然后细切成丝，摆盘中成马鞍形，再用糖卤、桂花酱调匀，浇梨丝上即成。

【琉璃桃仁】 山东菜。核桃仁用沸水泡后，捞出去皮，再入沸水焯一下，沥水后，放四成热花生油中炸至漂起。另起勺用油炒白糖，至色变黄时，将桃仁倒入，颠翻裹匀，盛在大磁盘中，用筷子逐块拨开，晾凉即成。

【蜜腊莲子】 山东菜。汤勺内放水，加白糖，至糖溶化后，放入加工后的莲子，用小火煮至汤水将干时，再加入蜂蜜、桂花酱、猪白油稍熬，盛碗内即成。

【响铃球】 江苏菜。生猪板油去膜皮，塌成茸状，挤成小丸，内包核桃仁，外裹蛋清、菱粉拌成的糊，入油锅炸成球形至熟即成。食时撒上绵白糖、红绿丝。因圆球内桃仁摇动有声似铃，故名。

【酥桔圆】 江苏菜。猪肥膘肉末、蛋黄、面粉、蜜金桔末合一起搅成糊，挤成圆子，先用热油炸脆，再放入熬制的糖液中滚后，挂上糖霜即成。

【蜜饯捶藕】 江苏菜。藕切去节，孔中灌糯米，煮烂，切片，捶匀，沾干淀粉，下油锅炸至淡黄色，配以金桔饼、青梅、香橼条、莲子上笼蒸透，再用蜂蜜、白糖熬浆，浇上即成。

【杏仁葛粉包】 江苏菜。花生米炒熟，去衣，研末，与

肥膘茸、白糖拌匀，做成黄豆粒状的馅心，滚上一层葛粉，入沸水中烫一下，再烫，如此3次，放在调制好的杏仁、牛奶酪上即成。

【响铃白果】 江苏菜。山药蒸熟，塌成茸，加调料拌匀，铺在豆腐皮上，卷成长条，再切小段，入油锅炸脆。另用煮烂的白果和白糖、糖桂花入锅烧后，勾芡，倒入响铃翻匀出锅即成。因豆腐段油炸后形似小铃，且摇有响声，故名。

【琥珀莲心】 江苏菜。莲子去皮、芯，用清水浸泡后，入锅加水和猪板油，烧至酥烂取出；桂圆剥皮、去核，一颗桂圆肉裹入一粒莲子，包成圆粒状，置原锅内，加冰糖，用小火炖烂，再加桂花，拣去板油即成。因形似琥珀球，故名。

【豆茸瓤枇杷】 江苏菜。枇杷去皮柄、核，以甜豆沙和猪板油丁拌和瓤入枇杷内，周围插上松子仁，中间撒樱桃末，上笼蒸熟取出，装盘中，撒上绵白糖和糖桂花即成。

【八宝南枣】 江苏菜。南枣(即红枣)煮熟，去皮、核，以多种果料瓤入枣中，扣碗，上笼蒸熟即成。

【桂花鸡头肉】 江苏菜。鸡头肉(即鲜芡实)加清水煮至成玉色时，撇沫，加绵白糖、桂花即成。

【拔丝蜜桔】 浙江菜。无核蜜桔，去瓣膜，挂蛋糊，入油锅炸至结壳捞出，再入糖油锅拔丝即成。

【桂花鲜栗羹】 浙江菜。鲜栗肉洗净，切成薄片，入锅内加白糖煮沸。将水调藕粉均匀地倒入锅内，调成羹状出锅，盛入荷叶碗内，青梅薄片置羹上，再撒糖桂花和玫瑰花瓣即成。

【奶油红菱】 浙江菜。将剥皮退衣的菱肉入沸水中汆熟，捞出漂冷，再入少油锅稍炒，勾薄芡，注入鲜牛奶即成。

【原味炸桔】 浙江菜。鲜衢桔剥皮掰成瓣，将一部分桔瓣拍精白粉蛋清糊，入油锅炸至结壳，捞起在盘中摆成桔子型，撒上绵白糖。另一部分桔瓣摆放盘的一边。将剥下的桔皮切成丝，经绵白糖腌渍后，摆成桔花形放在盘的另一边即成。

【芙蓉白莲】 浙江菜。白莲去皮，捅去莲心，置碗内，加温水上笼蒸至熟烂取出，放入盛有冰糖的锅内烧沸，待渗透糖分，滗去糖渣，再注入冰糖水即成。

【蜜汁红芋】 安徽菜。安徽参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。红芋洗净，去皮，切削成两头尖的青果形小块。砂锅用竹箅子垫底(防止红芋粘锅底)，加水，投入冰糖，在中火上熬化，再放入红芋、蜂蜜，烧沸后撇去浮沫，移小火上焖至汤汁浓稠时，先拈出红芋在盘内拼成花朵形，再浇上原汁即成。

【荸荠丸子】 安徽菜。将荸荠(洗净，去皮)、猪肥膘、炒米花同剁成末，加鸡蛋清调稠，揿成饼作外皮，逐一包入用金桔饼、蜜枣、白糖、桂花等调制的馅心，搓成丸，用熟猪油炸成乳白色即成。

【蜜汁猕猴桃】 安徽菜。猕猴桃削去外皮，中间挖空，填入枣泥，入温油中略炸捞出，倒在以白糖、蜂蜜、菠菜汁等熬成的糖卤中拌匀，撒上桂花即成。

【金丝琥珀蜜枣】 安徽菜。金丝琥珀蜜枣与莲子、糯米分别入笼略蒸后，将蜜枣去核，莲子去芯；糯米饭加桔饼、糖等拌成甜饭。碗内放8枚蜜枣，四周围上莲子，再摆上甜饭，入笼蒸片刻，覆扣在大汤盘中，浇上甜汁即成。

【酒醉核桃仁】 安徽菜。核桃仁经开水浸泡后去皮，再入冷水中浸泡。冰糖、蜂蜜用水化开，加鸡蛋清拌匀，入开水锅中搅拌，烧沸，放入核桃略烧，再加入古井酒和桂花即成。

【地栗花】 安徽菜。荸荠削皮，中间挖空，填入用豆沙、白糖、蜜枣调制的馅心，表面抹平，四周插入瓜子仁，入笼蒸熟，撒青红丝，浇白糖芡汁即成。因形似花朵，故名。

【芋清花】 安徽菜。熟红芋去皮，塌成泥，加干淀粉、金桔末、桂花揉匀，制成长方条，入笼蒸熟，冷后切菱形块，逐个塞进一粒油炸花生米，再入油锅炸至呈杏黄色时装盘，浇上配有青红丝的糖汁即成。

【烤八宝苹果】 安徽菜。苹果削下顶部作盖，掏去核心，填入用葡萄干、莲子、桂圆肉等8种果料调制的丁状馅心，安上顶盖入烤盘，边烤边淋水，直至皮软色呈浅黄时即成。

【玫瑰球】 安徽菜。芝麻粉加猪板油细丁、白糖、玫瑰花拌匀成馅，搓成小球，滚匀干面粉，裹蛋泡糊，入油锅炸2次装盘，撒上玫瑰糖即成。

【龙眼肉】 安徽菜。红枣、金桔饼、青梅、红丝剁碎，加黑芝麻粉、白糖和桂花拌匀成馅，搓成3.5厘米长的条，逐一用肥膘薄片肉包卷，竖码扣碗，填入加白糖拌和的糯米饭，上笼蒸透倒扣盘中即成。因白膘肉卷黑馅，形似龙眼，故名。

【葵花莲子】 江西菜。白莲洗净，逐个将有色的一头朝碗底竖立排放于抹有熟猪油膏的汤碗内，铺上一层土豆泥，再放入莲子、白糖，加清水，上笼蒸熟取出，翻扣浅圆盘中呈葵花心。再将一瓣瓣蜜桔围着莲子摆成5个大半圆形呈葵花瓣，然后用清水、白糖、生粉勾琉璃芡，淋在莲子、桔瓣上即成。因形似葵花，故名。

【水晶荔枝】 福建菜。鲜荔枝剥壳，去核取肉，浸泡于琼脂和白糖加水烧溶后的溶液中，使其凝成胶冻体即成。

【炒八宝饭】 河南菜。河南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。江米淘净，煮熟，放小盘内，加大油、白糖拌匀。枣洗净去核，同青梅、桔饼切成丁，将拌过的江米，同莲子、青梅、桂圆肉、桔饼、玫瑰、葡萄干、枣、百合拌匀制成八宝饭，上笼蒸熟取出。锅置火上，加清水、白糖，下八宝饭炒制，边炒边加油，炒至发粘、发亮时起锅，盛圆盘内。盘边用裁成形的山渣糕围一圈，中间摆

上用山渣糕裁成的双喜字样，再在盘的最外边摆上用蔬果雕制的花朵、水果即成。

【全料圆子】 湖北菜。用蜜青梅、蜜桔饼、冬瓜糖、糖桂花、葡萄干、甜豆沙、核桃仁、花生仁、杏仁、芝麻仁、冰糖屑、青红丝等料混合制成甜馅，外用肥膘丁泥和淀粉包裹，入油锅炸后，再熬糖拔丝即成。

【炒酒黄】 湖北菜。带糟米酒，加鸡蛋黄、白糖、桔饼末、葛仙米、去皮荸荠丁、红菱片，入锅烧烩炒匀，勾芡出锅即成。

【拔丝蛋液】 湖北菜。鸡蛋清入碗，略加精盐，用竹筷顺一个方向不停地搅打，至蛋液中插上竹筷不倒时，入淀粉少许，续打成蛋泡糊，挤成桂圆大小的球，用温油汆炸，经熬糖拔丝即成。

【一品薯泥】 湖北菜。选(大冶特产的)红皮黄心苕蒸熟，去皮制成茸，加冰糖末、青梅末、桔饼末、青红瓜丝和猪油翻炒成沙，再加蜂蜜、桂花合炒；起锅后，在盘中堆成上小下大的三座圆台，用熟莲子、樱桃镶边，再用青红瓜丝点缀即成。

【白云冬瓜】 湖北菜。冬瓜治净，削皮去瓤，切作"寸金条"，拌粉吸干水分，用全蛋糊上浆，入油锅汆炸，至色泽金黄时捞起，沥油；将白糖、清水入锅烧沸，下冬瓜条不停翻炒，挂上霜后，起锅盛盘即成。

【拔丝青红椒】 湖北菜。选颜色鲜嫩的菜辣椒(红、绿、黄皮的各1/3)治净，切成小片，用精盐略腌渍，晾干，上浆，挂糊，入油锅汆炸片刻，再熬糖拔丝即成。

【蜜汁芝麻藕】 湖北菜。河藕去节，洗净，藕孔内填入泡透的糯米，蒸30分钟后取出，切成薄圆片，整齐地摆放盘中，加白糖，再蒸10分钟出笼，用白糖、蜂蜜、糖桂花、蜜莲子烧成薄芡，浇在藕上，再撒上一层炒香的芝麻即成。

【赛核桃】 湖北菜。面筋泡后，切丁，挂糊，入油锅汆炸2次，成为核桃仁的形状，再熬糖拔丝即成。

【葛仙米羹】 湖北菜。用沸水将冰糖溶化，再下甜米酒糟汁和葛仙米略烧，勾芡起锅，分盛小碗即成。配甜点佐食。

【冰糖湘白莲】 湖南菜。湘白莲去皮，捅心，入碗中，加温水，上笼蒸至软烂。桂圆肉泡后滗去水；鲜菠萝去皮切丁。冰糖入锅用水烧沸溶化，滤去杂质，加青豆、樱桃、桂圆肉、菠萝丁煮沸，倒入大汤碗中，放入莲子浮于汤面即成。

【银羹荸荠球】 湖南菜。荸荠擂成茸，加蛋清、湿淀粉拌匀成浆；锅内放清水，加适量白糖、水，沸后，将荸荠浆徐徐入锅内，边倒边搅拌成浆糊状。冰糖水过滤，与熟银耳一起加热，入大碗，再将荸荠糊乘热挤成球状丸子放碗内，撒上青豆、小红樱桃片即成。

【时果西瓜盅】 广东菜。冰糖水凉后，入冰箱；西瓜蒂处切1/6，作盖，余下的去瓤作盅；均放入过滤水中浸泡，洗净；下冻糖水于瓜盅内，加盖，入冰箱；瓜瓤去籽，取汁与去皮苹果块、雪梨块用过滤水浸泡；荔枝、菠萝、荸荠均切粒，熟莲子剖开，一同用冰糖水浸泡，然后将上述各料放入瓜盅中，入冰箱冷藏30分钟即成。

【冰糖雪耳椰子盅】 广东菜。椰子去衣，刮净，去蒂部1/5作盖，去椰水；将冰糖、清水煮成糖水放入椰盅内，入蒸笼炖1小时，再加浸发治净的雪耳，续炖1小时即成。

【金钱酥柑】 广东菜。蜜柑肉去络，掰开，入沸水中浸泡片刻，去酸味，从外沿切开成"双飞"片状，去核，仰摊成金钱形，上放糖冬瓜片、糖荸荠片、糖桔饼片，各片大小相同、相叠；另取一柑片覆嵌于上呈盆状，先沾上面粉，再上蛋液，用七成热油炸熟，装盘后，上撒熟芝麻即成。

【五宝香瓜盅】 广西菜。香瓜去盖，去瓤，瓤入用糖水煮好的白果、莲子、红枣、马蹄、梨等，经冰镇或蒸制即成。

【芋茸香露】 广西菜。(广西特产的)荔浦芋制成芋茸，冰糖溶化为糖水，把芋茸放入糖水中，加马蹄粉推成稀糊，略加猪油即成。

【醉八仙】 四川菜。百合、莲米、苡仁、葛仙米洗净，蒸炝，切成碎粒。锅内糖水熬好后，入小汤圆煮熟，再加百合、莲米、苡仁、葛仙米、樱桃、桔瓣、菠萝、醪糟汁同煮，至沸即成。因料用8种，并略有酒香，故名。

【桃油果羹】 四川菜。桃油洗净，蒸炝；桔瓣等果料切小块，装碗内。锅中放桃油，加糖水略烧，倒入装有桔瓣等果料的碗内即成。

【板栗泥】 四川菜。板栗去壳，除蒙皮，上笼蒸炝，搅成泥，入锅用猪油炒至翻沙酥香时，下糖炒转，起锅入圆盘即成。

【核桃泥】 四川菜。核桃仁入沸水浸泡，去皮，铡成细末；去皮荸荠、瓜元、蜜枣、樱桃铡成小颗，同盛盆内，加白糖、鲜鸡蛋黄、玉米粉、清水等调成浆；鸡蛋清搅成蛋泡。炒锅置中火上，下熟猪油，至五六成油温时，下料浆迅速翻炒，至水干色白并吐油时，起锅盛圆盘，点缀些蛋泡即成。

【莲子泥】 四川菜。莲子去皮捅心，蒸炝，擂茸，入锅用少量油炒，至翻沙时，加白糖炒匀，盛盘内，用蛋泡点缀即成。

【红苕泥】 四川菜。红薯去皮，上笼蒸炝后取出，擂成泥状，入锅中加熟猪油反复炒，至水气刚干时，加猪油续炒，至色呈微白时加白糖，快速炒匀，起锅装盘即成。

【枇杷冻】 四川菜。听装枇杷，改成小块，放入小杯；琼脂洗净，熬成汁，也舀入杯中。将小杯放进冰箱冷冻后取出，逐个翻入大窝盘，并镶上蜜樱桃，灌冰糖水即成。

【怪味花仁】 四川菜。花生仁炒熟去皮。炒锅加水，放入白糖，熬至糖汁起大泡时，下怪味调料和匀，速下

花生仁搋转，起锅置通风处，至糖汁凝结翻沙后装盘即成。

【扁豆泥】 四川菜。扁豆煮约 30 分钟后，去皮、加水蒸烂，沥干，绞茸，入炒锅中，加化猪油炒至翻沙，下糖、玫瑰糖炒匀，盛盘内即成。

【玫瑰锅炸】 贵州菜。贵州参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。以荸荠粉、鸡蛋黄作皮；芝麻、核桃仁、洗沙、玫瑰糖等料作心，放入酒杯内瓤好，然后入油锅炸制即成。

【竹荪银耳汤】 贵州菜。竹荪、银耳泡发洗净，改刀。冰糖用水溶化，撇去浮沫，倾入竹荪、银耳煮（或蒸）熟，装碗即成。

【冰糖皂仁】 云南菜。干皂仁入大碗内，用白酒拌和，将白酒点燃，边燃边搅动皂仁，取出放清水内泡至皂仁发涨，捞入碗内，上笼蒸熟，随后入有冰糖水的锅中煮后即成。

其　它

【八生涮锅】 北京菜。鸡脯肉、青鱼肉、猪外脊肉、大虾肉、鸡肝均片成片。猪肚仁、鱿鱼、猪腰剞花刀，再切成小块。上述原料分别码入盘中，与菊花火锅一同上席即成。配以各种调料涮食。

【桃花泛】 北京菜。北京参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。锅巴入热油中炸透，迅速上桌，浇上以番茄、虾仁、菠萝、荔枝等调成的热芡汁即成。因热芡汁浇锅巴上，发出响声，菜肴色如桃花，故名。

【炒饸饹】 北京菜。饸饹切成片，入油锅炸成深黄色捞出。炒勺内留底油，下炸好的饸饹和羊里脊肉丝同炒，泼入用葱丝、姜末、蒜末、酱油、料酒、醋、味精、淀粉等调成的芡汁，翻匀，淋芝麻油即成。

【全爆】 ①天津菜。里脊、腰子、肚头、鸡肝、鸡脯、鸡胗、净鱼肉、净虾仁等 8 样主料均切成小丁，分别用鸡蛋清、盐、湿淀粉腌好；将牛奶、味精、料酒、蒜末、盐、湿淀粉入碗内对成汁。勺内留油烧热，下鱼丁、鸡丁、里脊丁、虾仁、肚花，滑开出勺；再下鸡肝、鸡胗、腰花，滑开控出。将 8 样主料回勺，倒入对好的汁子颠勺，淋明油出勺即成。配虾油佐食。②山东菜。猪腰、猪肚、鸡胗、鸡脯肉、猪黄管、猴子鱼肉、鱿鱼、虾仁均划刀花，随后切成小块，分别加精盐、蛋清、湿淀粉抓匀，再分别入热油中滑后捞出。另起锅，炸葱、姜、蒜末至出香味，放入滑过的各料，下冬笋片、荸荠片、青豆，加用鸡汤、精盐、料酒、味精、淀粉、芝麻油对成的汁，颠翻均匀，装盘即成。

【什锦火锅】 天津菜。用火锅 1 个，先用 7 种锅料铺底，依次为白菜、汆肉丸、发好的宽粉条、炸山药、炸豆腐皮、炸鱼条、炸面筋。铺好 7 层后，再把 10 种主料及辅料围码在头锅内。围码时，根据料的色泽、质地、形状的不同，交叉摆放，码排的顺序为：炸虾扁、熟白肉、水发海参、熟大肠、鱼肚、红肉、鱼骨、炸铁雀、鱼腐、白鸡。把蟹黄、笋片、菠菜码在周围，最后浇高汤，加入酱油、盐、姜汁、味精。汤多少以锅满为准，将点燃着的木炭装入烟囱内，烧沸即成。

【天津火锅】 天津菜。取大火锅 1 个，按白菜块、水发大海米、水发宽粉条、炸山药块、炸豆皮片、炸鲤鱼条、炸面筋片的顺序铺为 7 层，从右向左码蒸肉丸、海杂拌（鱼骨、鱼肚、鱼唇等）、熟大肠片、炸铁雀、汆鱼腐、卤红肉、小海参，并将熟蟹黄片撒在黑色主料上，细韭菜撒在熟白肉片、熟白鸡条上，使各种主料的质料、形状、色泽相互差开。点燃木炭，将高汤、酱油、盐、姜末、味精、熟猪油等浇入锅中，开锅即可食用。

【金蝉戏牡丹】 天津菜。银耳泡发、择净、蒸好；哈什蚂油入沸水浸泡，再下入加有姜汁、料酒的热高汤内煨透，滗去汤汁，盛入银耳碗中。另将择好的茉莉，放入用鸡、鸭、猪肉、排骨吊成的汤内，沸后去沫，下盐、味精，浇入主料碗中即成。

【拌春柳】 天津菜。鸡蛋加水、淀粉、盐搅匀，摊成薄皮，切成丝；白肉切细丝；笋切丝；木耳泡开洗净，切丝；菠菜梗切段。将笋丝、菠菜梗与春韭均略焯，捞入凉开水中过凉，再将上述各料拌匀，顶上放一撮海米，浇酱油、醋，淋芝麻油即成。

【炒面筋丝】 天津菜。将水焯过的摇菜（即去两头的绿豆芽菜）下勺内，加高汤、酱油、白糖、味精，勾芡，淋芝麻油，放炸脆的面筋丝，烹炒均匀即成。

【比翼双飞】 上海菜。上海参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。用皮蛋、卤冬菇、鸡蛋、鱼松、烧鸭、樱桃、葱丝等料，经雕刻、切配，拼摆成双燕和柳丝。上桌时，随油爆虾、白切肉、炝腰片、卤黄瓜、素肉松、海蛰萝卜丝等 6 小碟。

【扣三丝】 上海菜。上海参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。水发冬菇去蒂、洗净，顶朝下放小碗底中间。熟火腿丝分 3 份，成 6 个等分间隔排在碗边。熟鸡脯肉丝 2 份、笋丝 1 份，分别整齐地排在火腿上边，排满扣碗边，再将熟猪后臀肉丝抖松放在碗中间，撳实，加精盐、味精、肉清汤，上笼蒸透，翻扣在大汤碗中，加清汤即成。

【珠联璧合】 上海菜。上海参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。虾茸粘上面包细粒，成小圆形，油炸后，堆入盆中央；虾茸涂在圆形面包片上，再覆上 1 个贴有花朵的鸽蛋，煎香，围在盆边即成。因虾球似珠，鸽蛋如玉，故名。

【八宝辣酱】 上海菜。鸡肫、鸡肝、鸡腿肉、猪腿肉、猪肚、猪腰、冬菇、笋尖均切小丁，与泡发的海米和蒸好的干贝放在一起。先将已浆过的虾仁，用大火温油滑熟待用。炒锅留余油，下辣椒酱煸出红油，放入鸡肫等各种小丁煸炒成熟，再加料酒、酱油、白糖、豆瓣酱、味精、清汤等，烧沸稍焖后，勾芡，装盘。再把滑熟的虾仁下

锅，加肉清汤烧沸，勾芡，盖在辣酱上面即成。

【肉丝黄豆汤】 上海菜。黄豆洗净，用水浸涨，放在冷水锅中，加猪骨头，大火煮沸，再用微火煨至酥烂。炒锅内放清汤，加些酥黄豆、生猪肉丝、少许酱油、红烧肉卤，烧滚后，浇熟猪油，撒上葱花（或青蒜）即成。

【翡翠蛤士蚂】 河北菜。蛤士蟆油泡开，治净。鸡脯肉、猪肥膘肉合一起制成茸，加鸡蛋清、精盐、葱末、姜末、味精、水搅匀，分2份。菠菜制成绿汁，放入1份鸡茸里搅匀。炒勺内放鸡汤，烧沸，用羹匙分别将2份鸡茸舀入汤内汆熟，再放入蛤士蟆油，调味后，盛入碗内，淋芝麻油，撒芫荽段即成。

【砂锅鸡鸭】 山西菜。鸡脯肉、猪肉分别剁成茸，再合一起，加鸡蛋清、粉面、盐、味精拌匀，捏成10余个小鸡形，入鸡、鸭汤锅中汆熟。烤鸭剁成块，加葱、姜、盐，在砂锅内用小火炖10分钟左右，调入味精，再放入"小鸡"及火腿、黄瓜等稍煨即成。

【十全大补汤】 山西菜。白条鸡、鸭、鹅，黑鱼肉、猪肚、猪排骨、猪肘子均切核桃片，中草药（白术、云苓、黄芪、白芍、熟地、川芎、肉桂、当归、甘草）经炮制后，用纱布包成药料袋。红枣、党参、花生米也包成袋。花椒、大料包成调料袋。把以上物料及药料袋一并放入大炒锅里，加水、酱油、葱、姜、蒜等料，大火煮沸，再放盐，移小火炖约1小时，取出药料、调料袋；大枣、花生米、党参拆袋，放入锅里搅匀，淋芝麻油，撒味精即成。

【什锦葵花】 山西菜。海参、鲍鱼、广肚、熟肉、熟鸡肉、蹄筋、鸡蛋糕、冬菇均切丁，加干贝成什锦丁，用开水一烫捞出。勺内放底油，用葱、姜末炝锅，放入什锦丁略爆，盛在盘内；鸡脯肉剁成茸加入适量水、味精、盐、料酒、蛋清，搅匀上劲，将鸡茸抹在什锦丁上，用蛋丝摆成葵花形状；用蛋皮切成三角摆在盘边，然后上笼蒸熟取出。勺内放清汤、料酒、味精、盐，勾芡，浇在什锦葵花上即成。

【拔丝冰淇淋】 辽宁菜。将制做冰淇淋的原料（如牛奶、果汁、白糖、淀粉等），经熬制凝固后，取出冷却，再切成小块并用鸡蛋和淀粉制成的糊搅匀，然后用热油炸成金黄色。勺中加清水和白糖，熬成糖浆后，放入炸好的原料，挂匀糖浆即成。

【凤巢三丝】 辽宁菜。鸡蛋清加精盐、味精搅匀，通过漏子淋入温油中炸成蛋松，沥油后摆在盘中。鸡肉、海参、冬笋均切丝。鸡丝用鸡蛋清、淀粉上浆后，入油锅滑散至熟；海参丝、冬笋丝用沸水焯一下。另用葱、姜炝锅，放入三丝，倒入以鸡汤、精盐、味精、淀粉等制成的白汁熘制，熟后盛在盘中的蛋松上即成。

【参茸豆沙】 吉林菜。吉林参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。人参、鹿茸治净，制成茸泥，加适量淀粉，按量分成数份，一一包入豆沙馅，团成丸子形，经油炸制即成。

【人参鹿茸绣球干贝】 吉林菜。鸡牙子肉去掉白筋，制茸，用鸡蛋清、调料搅匀。人参、鹿茸、冬笋、火腿、冬菇均切细丝，经水焯后，投凉，再加调料腌拌，铺在案上。鸡茸挤成丸子，一一滚匀各种配料丝，蒸熟后，加鸡汤和调料汆制即成。

【三鲜拉皮】 吉林菜。绿豆粉皮（即拉皮）切条。将熟海参和炒熟的鸡丝、肉丝放在切好的粉皮上，放入芥末糊、辣椒油、芝麻油、酱油、香醋、芫荽末、蒜末等调料，拌匀即成。

【龙珍全锅】 黑龙江菜。山鸡、飞龙、狍子、熊掌肉均切薄片，装碗，加精盐、味精、鸡蛋清喂制上浆，再分别下沸水中汆熟捞出，投凉。白鱼去骨、刺，剁成茸，分装3个碗内。1个碗配虾脑和调料拌匀；1个碗配菠菜汁和调料拌匀；1个碗加蛋清和调味拌匀。然后分别挤成丸子，入沸水中汆好捞出，投凉。白菜头下沸水焯后也投凉，最后，把白菜头放入酒锅内垫底，再间隔地摆入山鸡片、狍子片、三色丸子和飞龙、熊掌，浇上原汤，沸后即成。

【参汤鹑锅】 黑龙江菜。发好的海参、口蘑、冬笋、大虾均切片，一并入沸水中焯透，置砂锅内，加鲜汤和调料烧沸。煮熟的鹌鹑蛋去壳；鹌鹑泥加调料和蛋泡糊搅匀，抹在鹌鹑蛋上，并用配料点缀成图案，蒸熟，轻轻推入砂锅内，待其漂浮表面即成。

【芙蓉烧麦】 黑龙江菜。海参、大虾、飞龙鸟肉剁成茸，加精盐、味精等调料拌匀成馅。蛋皮摊平，上面放馅，做成烧麦形状，码在盘内，上屉蒸熟取出。蛋清抽成蛋泡糊，抹在烧麦顶部，撒上五彩末，再上屉略蒸，取出后浇上白汁即成。

【芙蓉三鲜】 黑龙江菜。鸡蛋加鲜汤、精盐、味精、葱姜水调匀，上屉蒸成芙蓉糕。水发海参、鸡脯肉、大虾切丁，放温油锅中滑熟，捞出。锅内留底油，用葱、姜炝锅，下三鲜丁，加鲜汤、精盐、味精，用湿淀粉勾米汤芡，浇在芙蓉糕上即成。

【古城四季花】 陕西菜。陕西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。将白萝卜雕刻成大雁塔形，放在大圆盘中间，用菜松做草坪铺在塔的周围，在草坪周围用油爆虾、炝鸭肫、银耳、火腿等拼摆成各种花卉做成主盘。将卤牛肉、熟香肠、云彩卷、肘花均切成薄片，分别在盘中码成平面，然后用鸡蛋白、葱头、香肠、樱桃分别在牛肉、蛋卷、肘花、香肠上对成兰花、荷花、菊花、梅花4个花碟，摆在主盘周围即成。

【三皮丝】 陕西菜。陕西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。熟猪肉皮、熟鸡皮、海蛰皮均匀地切成比火柴棍还细的丝，配葱丝、鸡肉丝、肘花丝，再用精盐、醋、酱将上述各料分别拌匀，放入盘中摆成三角形，浇以芝麻酱即成。

【芙蓉三变】 陕西菜。鱼肉、猪里脊肉分别剁成肉茸；鸡脯肉和猪肥膘肉放在一起剁成肉茸；将挤出的菠菜汁放入鱼肉茸中搅成绿色；红苋菜汁放入猪肉茸中

搅成红色，鸡肉茸保持白色不变。将红、绿、白三色肉茸分层摊在盘里成芙蓉坯，上笼蒸后刻成芙蓉花状；将锅内的鸡清汤烧沸，加味精、精盐，用湿淀粉勾薄芡，浇在花朵周围即成。因形如芙蓉，并含红、绿、白三色，故名。

【嫫对西子】 陕西菜。红枣用水泡涨后，从蒂部去核（勿损枣皮），瓤入用熟江米与海参丁、鱿鱼丁、冬笋丁、干贝炒制的馅料，上笼蒸熟，取出滗去汤汁，扣入盘中间；汤汁用湿淀粉勾芡浇在枣上。对虾治净，加调料码味，用鸡蛋清糊上浆，入油锅滑油捞出，再倒入用盐、料酒、味精、鸡汤、湿淀粉对成的芡汁锅内拌匀，出锅围在瓤枣的四周即成。

【猴戴帽】 陕西菜。绿豆粉皮切成长条，放碗中，加酱油、醋、芝麻酱糊、芥末糊，拌匀后，装在盘子里；猪瘦肉切成细丝，用料酒、湿淀粉抓匀浆好，入油锅将肉丝划散，滗去余油，烹入料酒，下入韭菜，加酱油、精盐煸炒几下，再放入肉汤、味精，颠翻出锅，盖在盘上的粉皮上即成。因肉丝盖在粉皮上面，形似戴帽，故名。

【白兰瓜羹】 甘肃菜。白兰瓜去籽削皮，切成小丁，投入清水锅中，放白糖、醪糟烧沸，淋入湿淀粉勾薄芡冷却，加葡萄干、果脯、青梅、山楂，桃仁丁，并撒黄桂即成。

【百合桃】 甘肃菜。百合去根、皮，洗净，逐瓣分掰，上笼蒸软，以百合瓣的自然形状聚拢，将豆沙馅包在里面，做成 20 个百合桃。青梅切片摆成桃叶，山楂泥做桃尖，上笼蒸透。另锅放入白糖、清水，用湿淀粉勾芡，淋浇在百合桃上即成。

【奶酪】 甘肃菜。牛奶烧沸，加白糖、醪糟酒搅匀，倾入 10 个大酒杯中，冷却凝结后扣盘，灌入凉糖水，撒山楂糕丁即成。

【炸瓜条】 甘肃菜。白兰瓜去籽削皮，切约 3.5 厘米的长条，撒干面粉拌匀，挂全蛋糊炸制，呈金黄色时出锅撒白糖即成。

【一捧雪】 甘肃菜。糯米加水、白糖焖烂，放猪油搅拌上劲，一半摊碗底，上放豆沙馅；另一半覆盖，上笼蒸粘扣盘，撒白糖即成。

【三色芙蓉丸子】 青海菜。青海参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。鸡脯肉、肥膘肉剁成细茸，加入盐、味精、料酒、葱姜水、蛋清，搅成鸡茸子，分成 3 份，1 份是白的，1 份用菠菜汁搅成绿色；1 份用蛋黄搅成黄色，3 份均捏成丸子，入热水锅汆熟捞出倒入盘中。用葱、姜炝锅，放入高汤、木耳、菠菜、黄蛋糕，调好味，勾薄芡，浇在丸子上即成。

【网油卷】 新疆菜。鸡丝、葱丝加精盐、料酒等炒熟成馅。羊网油烫软，包入炒好的馅，呈长条，用蛋糊封口，切段，逐段裹以鸡蛋与湿淀粉拌成的糊，入油锅中炸至漂起，捞出装盘，上撒椒盐即成。

【酥菜】 山东菜。猪肘骨摆大砂锅底，再按顺序放入藕、鸡、鱼、猪肉、海卷、白菜摆满，每层间匀撒葱丝、姜丝、花椒、大料，倒入酱油、精盐、醋、白糖、芝麻油，用大盘扣住、压紧。大火烧沸，改小火煨炖数小时即成。食时，改刀装盘。凉、热均可食。

【八宝辣酱】 山东菜。鸡卷、猪里脊肉、鸡脯肉、虾仁划花刀，切小块，为四荤，用精盐、湿淀粉等抓匀；辣椒块、木耳、冬笋、花生米为四素，用沸水汆透。四荤用热油滑一下。另起勺放葱末、姜末、辣椒香，加蚕豆酱炒熟，放清汤、四荤、四素，并加精盐、料酒、白糖等煸炒入味即成。

【拼八宝】 山东菜。由 4 个双拼盘子组成。第一盘为葫芦、秋叶。肉松作葫芦；芹菜心作秋叶，加火腿、冬菇等装饰料构成；第二盘为吉祥、蝙蝠。黄瓜细条作吉祥形；松花作蝙蝠，加鱼翅等装饰料构成；第三盘为扇面、白鹤。鱼冻子作扇面；冬葫与青萝卜作白鹤构成；第四盘为花篮、荷花。茭白摆花篮；火腿作荷花构成。食时，分别浇炝汁、糖醋汁等。

【凉拌什锦粉丝】 山东菜。龙口粉丝烫后，切长段，摆放盘中央；鸡蛋皮、熟猪肉、熟鸡肉、火腿均切丝，摆在粉丝周围；海米、菠菜心撒在粉丝上。另以酱油、醋、芥末糊、芝麻油、味精等对成汁，与菜同上桌，拌食。

【三鲜汤】 山东菜。海参、对虾肉片大片；鸡脯肉片薄片，分别入沸水焯一下，然后，放汤勺内，加清汤、酱油、精盐、料酒烧沸，撇净浮沫，盛碗中，上面放经水焯过的绿菜心即成。

【炸蝎子】 山东菜。临朐全蝎，掐去尾毒，放在温水中浸泡后捞出，沥去水分。热锅加芝麻油，烧至五成热时，下蝎子炸熟即成。

【芙蓉豆参】 江苏菜。豆参入沸水中汆烫后，剪去头，用擀杖自尾部向前擀出豆参肉，用蛋清糊上浆，配山药，加调料，入锅爆炒，撒白胡椒粉，装盘即成。（注：豆参是以黄豆叶茎为食的一种害虫，大于桑蚕。）

【蝶扇】 江苏菜。江苏参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。用肉松、白蛋糕、芦笋、黄瓜、盐水鸭脯、青菜叶、熟冬笋、熟香肠、皮蛋、红樱桃、蛋皮、盐水虾、小口蘑等料，经切配、雕刻，拼摆成蝴蝶和扇子形。再用酸辣黄瓜、熟火腿、熟鸭脯、卤冬菇、萝卜、熟茭瓜、熟鸡脯、海蛰头等料，分别拼摆成春兰、荷花、菊花、腊梅、大丽花、白兰花、茶花、牡丹花形状的围蝶，放在主盘的四周即成。

【虹桥赠珠】 江苏菜。江苏参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。熟火腿改刀，排成桥式，反扣碗中作桥面；调味蒸酥的干贝砌成“墩”；熟蛋糕作“拱桥洞”，加入料酒、白糖、鸡汤、姜、葱等，上笼蒸 20 分钟，合入盆中，再浇上加有青碗豆、虾仁的鸡汤和原汁，并在旁放上剥壳熟整的鸽蛋、蒸熟马蹄、樱桃等即成。

【香炸云雾】 也称“云雾香团”。江苏菜。云雾茶嫩尖，用沸水泡后沥干，与虾茸、发蛋搅匀，入热油中炸制即成。配番茄酱佐食。因用云雾香茶作原料，形也似云

雾团，故名。

【云雾香团】 即“香炸云雾”。

【东乡鸡松】 江苏菜。猪肉丝调味后，入沸水中烫熟，捞出，垫碗底，中铺熟鸡丝，上盖笋丝、火腿丝、冬菇丝、鱼翅等，加鸡清汤和调料，上笼蒸熟即成。

【荷花集锦炖】 也称“荷花什锦炖”。江苏菜。熟鸡蛋去壳，雕成荷花形。油发鱼肚调味，加鸡汤烧沸，沥去水，放入品锅。火腿片、冬笋片、鸡脯片、虾茸蛋卷排成阶梯形(即刀面)，摆成十字。四角空隙处整齐地摆满肫花、腰穗、鱼片、香菇片。碗内加葱姜汁、料酒等，调和后洒上。将荷花蛋摆入品锅成图案形，加鸡清汤，上笼蒸后，浇上烧沸的调味鸡清汤，淋熟鸡油即成。

【荷花什锦炖】 即“荷花集锦炖”。

【庆丰冷盘】 江苏菜。用大油爆虾、色拉、鸡卷、火腿松、香菇、藕片等原料拼制即成。因形似米囤，象征“五谷丰登”，故名。

【双喜临门】 浙江菜。浙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。用鸡脯肉、卤鸭肉、火腿、卤香菇、蛋糕、樱桃、枇杷、琼脂等料，经细刀工处理，运用自然本色花拼成双鹊梅枝报喜的图案即成。

【干炸响铃】 浙江菜。浙江参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。选薄如蝉翼的地方特产泗乡豆腐皮，卷入调有葱、盐、料酒、蛋黄的里脊肉馅，切小段，入中火五成温油锅中，炸至黄亮呈铃状，起锅即成。配甜酱、葱白或花椒盐佐食。

【一品锅】 浙江菜。将洗净的光母鸡、光肥鸭、猪后蹄、火腿肘、熟鸡蛋同放入砂锅，加调料炖烂熟。上席时，将火腿肘切片，与香菇、笋片铺于锅面上，再放入熟青菜心即成。

【绍什锦】 浙江菜。猪瘦肉剁茸，拌入炒米花，加调料制成肉丸，上笼蒸熟取出。鱼肉也剁成茸，加调料挤成鱼丸，入沸水中汆熟捞出。将蛋糕、猪肚、笋、鱼肚、海参切成长方块，与带尾壳的鲜虾仁、鸡肫片、香菇同入锅烩制至熟，起锅装入大碗(肉丸垫底)内，鱼丸排列碗边，中心放葱段即成。

【八宝芋艿头】 浙江菜。红芋艿头1个，上笼蒸熟取出，扒开4～5瓣，竖立汤盘中，迅速将已制好的海参、海米、鸡肉、蛋糕、香菇、青豆、鱼肚八宝料泼在芋艿上即成。

【鸳鸯戏水】 浙江菜。以盐水鸡脯肉、烤鹅脯肉、熟火腿、卤香菇、卤鸭肫和黄、白蛋糕、黄瓜、盐水笋尖、红椒、发菜等熟原料，拼制成鸳鸯戏水冷荤拼盘即成。

【李鸿章杂烩】 安徽菜。将经烧烩的海参、蹄筋、玉兰笋、黄花菜、火腿、鸡肉等丝，码入扣碗，加鸡汤、调料入笼蒸透，覆扣盘中，顶上放一红枣点缀，四周摆上沾满干贝丝的鱼圆即成。据传此菜为清代李鸿章宴请外宾时作为“加菜”，故名。

【燉三鲜】 安徽菜。猪肉、鸡腿肉炸水，入砂锅加葱、姜、八角、酱油、鸡汤，用小火红烧至烂，配入经油煎黄的鱼块，移中火上燉透即成。

【中爪腐衣】 安徽菜。豆腐衣切成条，配鸡汤，虾米、水及调料烧烩入味，盛入汤碗，上放鸡丝、火腿丝及经泡蒸过的大虾米，再入笼蒸透即成。(注：徽州地区称大虾米为中爪。)

【荤炒素】 安徽菜。面筋丝加盐、面粉抓拌，用芝麻油炒开并煎黄，然后配猪肉、荸荠、木耳等丝煸炒即成。

【四相菜】 安徽菜。熟火腿、熟鸡脯肉切长方片，连同经烫过的青菜和香菇分别码入汤碗中，加鸡汤、调料，入笼蒸10分钟即成。因其红、白、绿、黑四色相映，故名。

【双脆锅巴】 安徽菜。肚尖、鸭肫均剞十字刀花，切成小块，用碱、葱、姜配制的冷水泡松，再漂净碱味，配上鸡汤、香菇、冬笋、火腿片制成汤菜，上桌时将经油炸至黄的饭锅巴乘热倒入汤中即成。

【鸡犬蹄】 安徽菜。母鸡焯水，入砂锅炖至四成熟，再配上猪蹄膀和头年腌制的咸狗肉，加调料，以小火炖烂即成。

【金银蹄鸡】 安徽菜。火腿2碗，入砂锅煮至五成熟，配母鸡和猪蹄膀，加水淹没，以小火细炖至九成熟时，加入笋片、香菇及调料，续炖至烂，连锅上桌即成。

【凤炖牡丹】 安徽菜。母鸡1只，配猪肚半个，入砂锅先炖六成熟，拆去鸡大骨，放入汤碗，猪肚切片摆成花形，用火腿片作花心，倒入原汤略蒸即成。因肚片花形摹拟为牡丹，故名。

【八宝蛋】 安徽菜。鸡蛋略煮，在一端开口倒出未凝固的蛋黄，洗净内膛。吹入干淀粉，涂敷鸡蛋清，再将鱼茸、火腿丁、冬笋丁、冬菇丁等调制的“八宝”馅心填实内膛。用蛋壳封口，蒸熟，冷透，去壳，切片装盘，复蒸后，浇薄芡汤汁即成。

【八宝枕头】 安徽菜。鸡蛋皮2张，分别放入以鸡脯肉、虾仁、冬菇、火腿等调制的丝状馅心，包为“枕头”状，入笼蒸至定型，再入油锅炸呈老黄色时捞出，改刀后仍按原形装盘，浇上薄芡卤汁即成。

【卷筒石耳】 江西菜。鸡脯肉、火腿、冬笋、冬菇均切成细丝，加调料入锅炒成馅。石耳上抹一层薄鱼茸，放上馅料，卷成筒状，扣入碗内，加鸡清汤、调料，上笼蒸透取出，覆扣盘中。另用鸡清汤调好味，勾稀芡，浇在卷筒上即成。

【清汤扎素】 江西菜。熟鸡肉、熟猪肉、猪瘦肉、水发鱿鱼、海参、鱼肚、鸡肫、鸡肝均切成薄片，然后与猪肉丸、青菜心、水发香菇一起入高汤中汆熟，捞入大汤盆中。原汤内加精盐、味精，烧沸后撇去血泡，淋入熟猪油，倒入汤盆中即成。

【猪婆缠泥】 江西菜。油挂面炒成金黄色。将猪瘦肉丝、黄花、木耳、红萝卜丝、油炸豆干丝入锅烧烩好，倒入油挂面炒匀，稍焖，再放入嫩芹菜梗合炒即成。

【金玉满堂】 江西菜。猪瘦肉、水发香菇切成丝，与炸好的豆干丝、干银丝、小干虾合炒，加调料、鲜汤稍焖，再倒入已煸好的韭黄炒匀即成。因成品黄、白相间，故名。

【黄蜂肉】 江西菜。鲜豆腐皮上抹匀蛋清糊，铺上鱼肉馅，理成长条，间隔放上虾仁，逐条卷成小手指粗的长条，装盘，上笼蒸熟成坯，待凉，对准虾仁切成段，竖直扣于碗中，上笼蒸热，覆扣盘中。用高汤调好味，勾稀芡，浇在肉上，淋上芝麻油即成。

【炒米粉】 江西菜。干米粉用温水浸软，然后与猪瘦肉、水发冬笋、香菇丝、芹菜、青蒜等调料制成的浇料合炒即成。

【佛跳墙】 福建菜。先将海参、蹄筋、鱼翅、干贝、鲍鱼、鱼肚、鱼唇、山瑞、猪肚、鸭胗、猪爪、羊肘、火腿腱、母鸡、肉鸭、花菇、笋尖、木笔、白萝卜、鸽蛋、绍酒、冰糖、酱油、八角、桂皮、生姜、鸡汤等 20 多种原料，作初加工和熟处理，然后洗净绍兴酒坛，底放一小竹箅，倒入羊肘、鸡、鸭、肚、猪爪等料，再用纱布把鱼翅、火腿、干贝、鲍鱼等包好，放进坛中，排上花菇、冬笋、白萝卜球，加入鸡汤煨 2 小时，再加海参、蹄筋、鱼肚、鱼唇，封口煨 1 小时即成。

【十锦蜂窝豆腐】 福建菜。河虾、干贝、鱿鱼、猪髓、海参、鸭胗、天梯、大甲、鸭舌、草菇等 10 种主料切成小块，加鸡汤、调料放笼中，蒸熟为“十锦”。将鸡蛋清打成泡沫，浇在豆腐片上面，戳 20 多个孔。用河虾肉作蜂蛹，香菇剪成小蜂，连同火腿片、芫荽点缀在小孔中及其周围，稍蒸后排在“十锦”上，淋入鸡汤即成。

【东壁龙珠】 福建菜。选泉州古刹开元寺中名果东壁龙眼的果肉，嵌以蚌肉、猪肉、香菇、鲜虾、鸡蛋清等制成的瓤子，先蘸鸡蛋液，再放进面粉饼干末（即面粉与饼干末拌匀）中滚匀，入油锅炸成金黄色，捞出装盘中，将炒熟的芥蓝菜装在盘边即成。配番茄酱、醋佐食。

【象眼鸽蛋】 福建菜。虾肉、猪肥膘肉、蚌肉、蚌黄、鸡蛋清、荸荠等料制成茸，铺在菱形面包片上，中间嵌上煮熟去壳的鸽蛋，成象眼形，入油锅炸制即成。

【黄瓜塞肉】 台湾菜。黄瓜去皮切成段，呈圆筒形，除去瓜瓤。葱、姜切碎，和肉末拌匀，调以酱油、芝麻油、胡椒粉、味精，塞入瓜内，两头沾少许淀粉，用热油煎黄加酱油、水，小火焖烂，再加味精、盐、糖即成。

【圈子烧豆腐】 台湾菜。大肠治净，切小段，入热油锅，加料酒、葱段、姜片爆炒至肠内油溢出，加入酱油、水、盐，烧至猪肠酥软时，加入豆腐块同烧，至入味，加味精即成。

【火鸭烩猪脑】 台湾菜。猪脑去红筋，加葱、姜、料酒蒸熟切丁；烧鸭腿去骨切指甲片；锅中热猪油，放入熟笋片、蘑菇片、鸭片、高汤、盐、味精、胡椒、芝麻油煮沸，加湿淀粉勾芡，再加热油拌匀，徐徐倒入蛋清，撒米粉屑及芫荽即成。

【鸡茸玉米汤】 台湾菜。鸡肉末加鸡蛋打匀；清汤加盐、玉米煮沸，淀粉入汤中勾芡搅稠，加入打匀的鸡肉末，立刻用勺子搅匀，起锅即成。

【杏花炒双条】 台湾菜。腰果加水煮开后沥干，用小火炸至呈淡黄色，冷后研成碎块；猪腰去臊筋切长条，加葱、姜、酒泡后，去渣沥干；鸡脯肉切长条，加蛋白、淀粉拌匀；葱、姜、蒜切碎；干米粉炸后研碎，铺盘底；胡萝卜、笋煮熟，与青椒同切长条；锅中热油放入鸡肉、青椒、猪腰、胡萝卜、笋，稍爆取出，然后热油爆香葱、姜、蒜米，加入油爆过的原料，拌炒，加酒、综合调味汁、熟油，稍拌起锅，置米粉屑盘上，淋沙拉酱、腰果即成。

【黄鱼卤咸蛋羹】 台湾菜。黄鱼治净，加葱段、姜片、料酒，大火蒸熟，去骨；咸蛋黄及白分开，蛋白打成泡沫状，蛋黄分成小块。锅中热油急炒咸蛋白，另爆香葱段、姜末，加入鱼肉、酒、咸蛋黄拌蛋白匀炒，再加清水、盐、糖、淀粉、蛋液、味精煮熟即成。

【什锦鱼羹】 台湾菜。鱼肉和鸡脯肉，配春笋、香菇、高汤等，经炒、熬即成。

【李公什碎】 台湾菜。鱿鱼水发后切成长丝；猪腰去臊筋切长丝，加酒、葱、姜除腥；干米粉炸黄研碎。锅内热油放入鱿鱼丝、猪腰丝、瘦肉丝、虾仁等泡炸后沥油。锅内热油炒韭黄段、豆芽、叉烧肉、熟笋丝等，再倒入泡炸后的肉丝等，并加入综合调汁，速炒拌，起锅后，放在装米粉屑的盘上即成。

【玉珠双珍】 河南菜。河南参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。水发猴头蘑洗净，切成大薄片，入开水锅中汆后捞出。鸡脯肉、肥猪肉剁成茸，加水、蛋清、盐水、味精、淀粉、料酒，打制成糊。蛋清与淀粉搅匀，放汆后的猴头片拌匀，逐片入开水锅中滑一下取出。然后将鸡糊抹在猴头上，再把煮熟去壳的如鹌鹑蛋大的一头往下放在糊中，周围再用鸡糊抹匀，摆时令鲜蔬菜、火腿成花形，把猴头毛向外在圆盘内摆一圈。水发羊素肚洗净，入沸水中汆几次捞出，搌干水分，瓤入鸡糊，立放在圆盘中间，入笼蒸透取出。锅置火上，下大油，加奶汤和改切后的冬笋、火腿，烧沸，下盐水、味精，勾流水芡，浇在羊素肚和猴头上即成。

【牡丹燕菜】 河南菜。甜脆白萝卜，削去皮，切成细丝，用清水泡去辣味，沥干水分，用粉芡拌匀，上笼蒸透取出，然后放入清水中浸泡抖散，捞出，制成素燕菜，放在品锅内。海参、鱿鱼、香菇、火腿均切成丝，放在“燕菜”上面。上汤内加调料，烧沸，倒入品锅内，中间放入做好的牡丹花，周围放入韭黄即成。

【鸡皮烧鹅嗦】 河南菜。面筋泡后剖成两半，入沸水中汆去浮油捞出，与撕成片的熟鸡皮一起放入炒锅内，加调料烧制即成。

【白云黄鹤】 湖北菜。湖北参加 1983 年全国烹饪鉴定会的名菜。用鸡脯、香肠、鱼糕、肉糕、皮蛋、火腿、油虾、熏鱼、发菜、黄瓜、蛋皮、番茄等熟料拼镶即成。主体

图案为蛇山之巅的黄鹤楼和2只振翅奋飞的白鹤，背景为白云点缀的楚天、奔流不息的长江和繁荣的武汉三镇。

【蒸风鱼腊肉】 湖北菜。风鱼、腊肉洗净，入笼蒸30分钟，晾凉，将腊肉去皮，切作极薄的长片；风鱼去鳞，肉撕成长条，拼装在一个盘中即成。

【黄陂三合】 湖北菜。用猪的肥瘦肉、咸鱼茸、蛋清、虾仁、猪油、荸荠和调料，分别制成鱼圆、肉圆和肉糕；再将肉圆一剖两半，肉糕切片，连同鱼圆一起，加黑木耳、黄花菜、冬笋等调料烧烩即成。

【七彩鱼面】 湖北菜。(采用云梦县的)银丝鱼面，配水发鱿鱼丝、干贝丝、鸡脯丝、去皮瘦火腿丝、香菇丝、火笋丝和鸡蛋皮丝，加调料用芝麻油滑炒即成。

【滑三丝】 湖北菜。鸡脯肉、猪里脊肉、猪肚、熟火腿、香菇、玉兰片均切成细丝，用蛋清、湿淀粉上浆，入油锅炸散捞出。炒锅留底油烧热，下葱丝、姜丝稍煸，下已过油的鸡脯丝等滑炒，加精盐、胡椒粉推转，起锅装盘即成。

【鸡皮肚】 湖北菜。带皮鸡肉和熟猪肚均切作长片；在豆油皮上抹匀以肉茸、鱼茸混制的茸糊，分别粘以鸡皮片和猪肚片，入笼蒸15分钟，晾凉，改刀，再将香菇码入扣碗中部，四周相间码好鸡皮块和肚皮块，淋鸡汤，蒸30分钟取出，翻扣入盘，浇上笋片、菇片和调料烧成的卤汁即成。

【金银蛋饺】 湖北菜。猪瘦肉、虾仁、膘丁、蛋液、芝麻油制成馅，用蛋黄皮和蛋清皮包成肉饺各12个，置入盘的两侧，盘心和盘沿用嫣红菜头与青菜叶点缀出图案，入笼用大火蒸熟，浇白琉璃芡汁即成。

【龙凤配】 湖北菜。当年嫩母鸡治净，斩掉头爪，置沸水中煮至七成熟，再入卤锅略煮透味，斩成小方块，汆炸后，勾入芡汁，在盘的一侧摆成凤形；活鳝治净，切作长条，挂糊上浆，连炸2次，勾入芡汁，在盘的另一侧摆成龙形即成。

【菜苔炒腊肉】 湖北菜。菜苔斩成段，用热油滑锅，下姜末煸炒，随下肥瘦相间的去皮腊肉爆炒，再下菜苔和精盐烹炒即成。

【八宝南瓜盅】 湖北菜。嫩南瓜去蒂，挖瓤，削盖，雕花，洗净，将烹烧入味的虾米、鸡丁、火腿丁、叉烧肉丁、肥瘦肉丁、猪舌丁、鱿鱼丁、香菇丁、玉兰片丁和莲子盛入瓜内，入笼蒸透，加盖上席即成。

【如意丝瓜】 湖北菜。鲜嫩丝瓜和青鱼肉，配香菇、发菜、红椒、菜心和蛋清先蒸后烩即成。

【金钱藕夹】 湖北菜。取(浠水特产的)九孔香雪藕两节，削皮洗净，入沸水中略烫，切作40个薄圆片，腌渍片刻；两片之间夹一层用猪瘦肉、蛋液、葱花、姜末和精盐制成的肉茸，挂蛋清糊后，用火腿丝、发菜和蛋皮丝摆成金钱图案，置于漏勺汆炸，呈奶白色时捞起，撒白胡椒粉，齐整码入盘内即成。

【双味龙凤】 湖南菜。湖南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。蛋清与鸡汤、味精、湿淀粉、食盐调和，灌入小肠内，入笼蒸熟，取出切段，再按一定的距离，顺反两面平切成十字刀形，将未切的一端竖起，呈菊花状，分别摆入盘的四周。桂鱼去骨取肉，切正方形，剞十字刀纹，抓腌片刻，撒干淀粉，入油锅炸制成金黄色，盛盘中，再用熟猪油加番茄酱及调料，勾芡收汁，倒入盘内，淋芝麻油即成。

【西湖豆脯】 湖南菜。豆腐微煮，冷后去表层，用斜刀法将每块改成4片，逐片用纱布包裹，随同五花肉、鸡片一起同煨。入盘时，取去纱布和五花肉、鸡片，分片整理摆成"卐"字形。嫩冬笋小片、冬菇丁预先蒸熟入味，盖在豆腐片上，覆扣碗内，加热。将水发海参，虾仁、火腿丁下锅煸炒，倒入煨制的豆腐原汤，加放调料，勾薄芡收汁，淋鸡油，浇在豆腐面上，撒上五味青豆即成。

【四生片火锅】 湖南菜。猪里脊肉、桂鱼肉、鸡脯肉，猪腰切薄片，分装4碟。鸡汤、味精、酱油调匀，逐碟淋后，使其入味。将芽白菜、菠菜、冬苋菜、芥兰菜，也分盛4碟。香菇、鱼丸、冬笋片、排冬菜先烩炒，再置火锅内，放鸡汤，与碟同时上桌涮食。

【腊味合蒸】 湖南菜。腊鸡、腊肉、腊鱼分三方扣好，放猪油、肉、清汤、豆豉、辣椒合蒸即成。也可配腊舌、腊牛肉。

【菊花盘丝】 湖南菜。将火腿肉、鸡肉、鱿鱼、香菇、韭黄、蛋黄糕、鲜红辣椒分别加工，烹制入味至熟，均切成丝，将各种原料丝分别整理成束，用韭菜叶从端部扎紧，另一端撒开，在盘中按原料自然色彩，分双层拼摆呈菊花状图案，用蛋黄糕(或菜头)雕刻一朵菊花，放置中心作花蕊，用葱、姜汁、蒜泥、白醋、鸡汤、芝麻油调汁，淋盘中即成。

【苦瓜瓤肉】 湖南菜。鲜苦瓜数条，切去两顶端，切段，挖去瓜瓤，入锅煮熟，捞进冷水盆内，逐个套在左手食指上，捏干水分入碗。肉茸、水香菇、海米均切成米粒状，加鸡蛋、面粉、湿淀粉、精盐，一起调匀成馅子，瓤入苦瓜中，两端用湿淀粉封口，炒锅置旺火上，下大蒜瓣炸熟捞出，再将苦瓜下锅，炸至金黄色时捞出，竖放大碗内，蒜瓣撒在上面，加酱油，入笼蒸熟，扣入大盘中。将原汁倒入炒锅内，挂芡成汁，浇在苦瓜上，淋上芝麻油，撒胡椒粉即成。

【口蘑汤泡肚】 湖南菜。水发口蘑洗净切片。猪肚尖洗净，剞鱼鳃形花刀后，再切作片，入碱水中浸泡后取出，用清水漂洗去碱味。原汁鸡汤烧开，下肚尖汆至断生，入盘中，剩下的原汤倒入口蘑片、菜心和调料烧沸，盛入汤碗，随肚尖一起上席，再将肚尖倒入汤碗中即成。

【龙虎凤大会】 广东菜。广东参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。五蛇(过树榕、眼镜蛇、金环蛇、三索线、白花蛇)治净，放入砂锅，加清水、姜片、陈皮、桂元肉，

用中火煲熟，清水过冷，拆出蛇肉，切丝；蛇骨裹入白纱布中，放回锅里，加汆过的果子狸肉，煲至1.5小时后，去骨、姜、桂元肉；狸肉拆成丝，锅置中火上，下油，下蛇丝略炒，烹入料酒，加姜片、葱条，入笼蒸1小时；烧锅下油，爆香姜片、葱条，烹入料酒，加二汤，精盐，分别下汆过的鳖肚丝、木耳丝，各煨30秒钟，去姜、葱，取出，沥干；鸡肉丝用蛋清、湿淀粉拌匀，过油至刚熟取出，炒锅下油，烹入料酒，加上汤、蛇汤，烧沸，下去辣味的姜丝、鳖肚丝、狸肉丝、木耳丝、煲发鲍鱼丝、蛇肉丝、北菇丝、陈皮丝、精盐、胡椒粉、酱油、芝麻油，用湿淀粉勾芡，淋熟猪油，拌匀装盘即成。配炸薄脆、菊花瓣、柠檬叶丝佐食。

【大良炒牛奶】 广东菜。火腿切成小粒；鸡肝切成片，入沸水中汆后，再同虾仁过油至熟。炒锅加牛奶烧沸，倒入用牛奶调匀的干淀粉、鸡蛋清、鸡肝、虾仁、蟹肉、火腿拌匀。炒锅加油烧热，下拌有干淀粉的牛奶，炒成糊状，再加炸榄仁，淋明油，出勺盛盘，堆成山形即成。

【四宝炸牛奶】 广东菜。牛奶、鸡蛋清、干淀粉、虾仁、鸡肉丁、蟹黄一起加热，调味，烹制成糊状，盛入汤匙，凉透，沾上脆浆，放入油锅里炸至皮脆即成。配淮盐、唸汁佐食。

【炖冬瓜盅】 广东菜。冬瓜一节，去瓤，用沸水煮片刻，放入大汤盅内；鸡骨、田鸡骨、猪骨入沸水汆后，放入瓜盅中；烧沸二汤，加精盐、料酒，也倒入瓜盅里，然后原盅入笼炖至软烂；取出，用油涂瓜皮，去骨，滤清汤液，加盐和煨好的猪肉、鸭肉、鲜菇、鲜莲子、田鸡片、虾仁、肾丁、火腿末等，烧沸，去浮沫，一并倒入瓜盅，加用沸二汤淋过的烤鸭肉、蟹肉、夜来香花和熟火腿末即成。

【瓜中藏珍】 广东菜。冬瓜去皮、瓤，入沸水中煮片刻，用冷水冲漂，放入汤盆，瓤向上；鸡骨、田鸡骨汆后，置于瓜上，加沸二汤、精盐、味精，炖至软烂，去骨，滗去原汤，在瓜肉中心挖一洞，将烹调好的鸡肉片、田鸡片、肾片、鲜菇、鲜莲子、蟹肉等略汆，加精盐、芝麻油、胡椒粉拌匀，连同烤鸭片放入瓜洞中，取原瓜片封口，覆扣在汤盆里，加上汤上笼蒸10分钟即成。

【雀巢三丝】 广东菜。鸡蛋液打至发白，冲入热油锅中，边冲边搅，使之炸至成丝，先放盘上；鸡肝丝、猪肚丝先过油，再与爆香的蒜、姜同炒，加肉丝、香菇丝，烹料酒，下上汤、盐、糖、酱油、胡椒粉、韭黄炒匀，用湿淀粉调稀勾芡，淋芝麻油、熟花生油，置于蛋丝上，再撒左口鱼末即成。

【桂花香扎】 广东菜。鸭肠剪破，洗净，汆至恰熟。取冰糖肉片摊开，上放猪瘦肉片、煎蛋片各一块，相叠，再把搓好的咸蛋黄条和芫荽叶放上，卷成长条状，外包猪网油，再以鸭肠横捆两圈，纵捆一圈成扎，用白糖、酱油、豆酱、五香盐、精盐、食用色素拌匀腌渍，然后上铁叉烧环，烤熟，淋糖浆，晾凉，切块，再淋白卤水、芝麻油即成。

【百花仙岛】 广东菜。大虾茸加已冷藏过的猪肥肉丁和小苏打、精盐搅至起胶，入冰箱冷藏成虾胶；猪肥肉切圆形薄片，用玫瑰露酒、白糖、精盐拌匀腌渍，沾干淀粉，将虾胶瓤上，再沾干淀粉涂匀，入油锅炸至金黄色时装盘，浇以用油、料酒、上汤、味精、精盐、蟹肉、湿淀粉、蛋清烹成的芡汁即成。

【东江炸春卷】 广东菜。煎薄蛋片作皮，用去皮鱼肉丁、猪肉丁、鱿鱼丁、香菇末加精盐、味精、白糖、淀粉、鸡蛋液、适量水搅拌成馅，先包卷成长条状，再斜切成菱形，捏牢，入油锅炸成金黄色至熟即成。配唸汁、淮盐佐食。

【耙卜炖鲜陈肾】 广东菜。耙齿萝卜去皮，切小段，煮熟；陈肾（腊鸭肫）洗净，略汆，放在盅里，加萝卜、上汤、沸水、精盐、料酒，入笼炖2小时，取出陈肾，切片，放回盅内；鲜肾（鸭肫）用姜汁酒腌片刻，沸水煮熟，也放盅内，再合炖即成。

【煎瓤凉瓜】 广东菜。凉瓜（即苦瓜）横切成段，去瓤，放入加有食用碱的沸水中焯至六成熟，再用冷水冲漂数次，去碱味，抹干，上干淀粉，瓤入以猪肉茸和虾胶拌成的馅料，抹平，煎至两面呈金黄色时，再与蒜泥、姜米、豆豉泥、料酒、二汤、精盐、白糖同烩，加酱油、胡椒粉、味精，用湿淀粉勾芡即成。

【炖禾虫】 广东菜。禾虫洗净，滤干，盛于瓦钵内，入花生油，待10分钟，虫体爆裂出浆后，加鸡蛋液、叉烧丁、油条块、陈皮末、炸蒜肉、精盐、白糖、胡椒粉、芝麻油，拌匀，蒸熟，转用小炭火烤干汁水，淋熟油，撒胡椒粉、柠檬叶丝即成。

【炒禾虫】 广东菜。苦瓜去瓤，入碱水中汆后，用冷水漂净，切薄片，尽量捏出汁液；禾虫汆熟，炒至焦香，下花生油、蒜茸、姜米、豆豉、苦瓜片、盐炒片刻，用湿淀粉调稀勾芡，加胡椒粉、熟油即成。

【象山拼盘】 广西菜。广西参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。用卤猪舌、猪肝、牛肉、烤鸭胸肉、黄豆糕、烧鸡肉、里脊肉、琼脂、菜松等料，经切、雕刻、拼摆即成。因仿桂林山水象鼻山，故名。

【七彩三黄蛋】 广西菜。生料调味，炒熟；将“三黄”（即皮蛋黄、咸蛋黄、鲜蛋黄）中的皮蛋、咸蛋蒸熟，切粒。各料均与蛋液拌匀，再入炒锅烹炒即成。（七彩，即鸡肝粒、香菇粒、火腿粒、鸡肉粒、烧鸭粒、青豆、葱花。）

【鸡丝扒瓜脯】 广西菜。冬瓜削皮，除瓤，切大块，用猪油煎后调味，配鸡、鸭骨焖熟，置碟上。另将鸡肉丝腌味，拉嫩油，加入上汤，勾芡，铺冬瓜块上面，撒上火腿丝即成。（注：拉嫩油，即在温度不高的油锅中略翻滚即成，以保持菜肴的鲜嫩。）

【马蹄炒双脆】 广西菜。马蹄配肚尖、肾球，加调料烹炒即成。

【荷池映月】 广西菜。莲藕生磨成茸，加入肉酱、鱼胶、蟹肉、咸鱼末，调以蛋清、葱花、胡椒粉、花生油等拌匀，置碟内，抹平，中间放咸鸭蛋黄1个，周围放鸡蛋黄7粒，呈七星伴月状，上笼蒸熟即成。

【马蹄炒双球】 广西菜。马蹄、鸡肾、猪肚尖，配香菇、姜、葱等调料，经爆炒即成。因鸡肾、猪肚尖炒后均卷曲似球，故名。

【蛟龙献珍】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。土豆蒸烂后去皮擂茸，加盐、奶粉、清汤和匀，在盘中裱成"龙身"，按上用南瓜雕琢的"龙头"和"龙尾"。大虾治净；鲜贝切火夹片，以蛋清豆粉码芡；鲍鱼切厚片。炒锅炙锅后下猪油烧至六七成热，分别入虾、贝爆熘，随即下鲍鱼片熘炒至散籽捞出。锅内留少许油，加菜油烧热，下泡辣椒末、姜米、蒜米煸至色红味香，将虾、贝、鲍鱼片入锅推转，烹入白酱油、醋、味精、水豆粉对成的滋汁，下葱颗簸转，起锅盛入盘中的龙身内，再在龙身两边摆上用水果削成的云彩即成。

【双味火锅】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。此菜的锅中间用铜片焊定，形成间隔，呈太极图形。锅置炉上，内分装事先调制好的红汤、清汤。红汤火锅卤水制法同"毛肚火锅"。清汤火锅卤水制法参见"菊花火锅"。上桌时，以小碟分盛鳝片、牛柳片、毛肚、鸭肠、脑花、脞肝、腰片、肉丸、鱼片、鱼丸、海参、鱿鱼、蹄筋、鸡片、脊柳片、明虾及莲花白、黄秧白、大葱、蒜苗、豌豆荚、玉兰片、冬菇、血旺、豆腐、细粉丝、黄豆芽、芫荽等荤、素生菜，由食者涮烫后食用。豆腐、豌豆荚只宜在清汤中涮食，蒜苗只宜在红汤中涮食，其它各料则可随意。

【龙凤呈祥】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。琼脂洗净，下锅加水熬稠，加白糖，起锅过滤后，倒入大圆盘中晾凉。用椒麻鸡丝、芝麻肉丝和糟醉冬笋在琼脂上摆成龙身粗坯，用煮熟、去衣的大虾盖在粗坯上，再用南瓜雕琢的龙头、龙尾、龙爪摆在龙身各部位，将制好的盐水鸭片在龙的对面，摆成凤身凤翅的粗坯，再用鲍鱼、冬菇、蛋皮、红椒、青椒、瓜衣、蛋卷岔色摆在凤的粗坯上，制成羽毛，装上用南瓜雕琢的凤头即成。

【熊猫戏竹】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。以熟鸡片、火腿片、冬笋片岔开重迭粘合，作各式姿态的熊猫骨架，面敷鸡糁，上笼打一伙取出，修成熊猫轮廓，再用蛋清豆粉、发菜末粘成熊猫的黑毛，用海参片嵌成熊猫的双眼、双耳，以菜松、午餐肉、烤鸭片、酱桃仁、芹菜等造形而成草坪、竹、花、假山、亭子。"熊猫"再上笼打一伙，装入盘中即成。

【官燕孔雀】 四川菜。四川参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。以冬瓜雕琢成孔雀头；以鱼糁、官燕、海参、鱼肚、干贝、冬菇、竹荪、瓜衣、海带、蛋粑造型成孔雀身、屏，灌以特制的清汤即成。

【春色满园】 四川菜。雪梨、苹果、珊瑚萝卜、午餐肉等切条块，摆于大盘内，造型成亭、台、石、梯，翡翠松，铺于两侧作"花圃"；车梨冻作栏杆；青苹果作"花缽"，置于石梯两侧，桃仁粘成假山置亭台前，"池"内再用虾糕、火腿、鹅脯、青笋等原料拼成扇形，摆于假山前即成。

【金鱼荷花】 四川菜。琼脂冻加味，入大圆盘冷却做垫底；红番茄去皮与籽，改瓣，入沸水锅焯后捞出，沥干水分，加糖蜜制，然后拼成荷花形摆于盘子中部；丝瓜去青皮，取瓜衣焯熟、拌味，雕成荷叶数片，镶于荷花边，再用皮蛋切拼成金鱼数尾，游弋于荷花四周即成。

【攒丝杂烩】 四川菜。熟猪肚、熟鸡肉、熟火腿、水发笋子、水发冬菇、鸡蛋皮、净丝瓜皮、酥肉均切二粗丝，放蒸碗内，摆"风车灯"形(色岔开，鸡丝盖面)，上放笋丝或黄豆芽，加胡椒粉、味精、盐和清汤，入笼蒸熟，取出扣入汤碗中，灌清汤即成。

【三色如意卷】 四川菜。嫩丝瓜去皮留青，改薄片，入沸水中焯后，再用冷水浸透；竹笋发涨，洗净改片；鸡蛋摊成蛋皮。将以上黄、白、绿的三色料分别用鸡糁裹成如意形，上笼蒸定型后，改成短节，定碗，复上笼蒸热，出笼后翻扣于圆盘中，浇上制好的芡汁即成。

【椒麻豆鱼】 四川菜。绿豆芽摘去两头，洗净，韭黄切节，均下锅炒至断生，起锅装盘；熟鸡肉、熟火腿切丝，与豆芽、韭黄一起和匀；鲜豆油皮改成长块，在豆油皮的一端铺放上各种丝，裹成一指大小的卷。将卷逐条入锅，用手铲稍压呈扁形，两面煎黄起锅，修齐两端，改成节，装盘，淋上椒麻味汁即成。

【金鱼戏水】 贵州菜。贵州参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。以鱼肉、猪肥膘肉、鸡蛋清、干竹荪为主料，香菇、荸荠粉、樱桃为辅料，经拼摆呈金鱼状，入笼蒸后，再将"金鱼"放在铺有豌豆荚的汤碗内，加入调好的高汤即成。

【梅鹿初醒】 贵州菜。贵州参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。用鸡、鸭、猪杂、火腿、核桃仁和黄丝菌等原料，经蒸、卤、汆、煮、炸等烹制方法，用塑、堆、摆、叠、刻等造型手法制成。因造型酷似初醒的梅花鹿，故名。

【辣子酱】 贵州菜。用猪瘦肉丁、豆腐干丁、大头菜丁、花生米和适量的甜酱、糍粑辣椒、蒜片、姜米、葱节、糖、醋、酱油、盐等炒制即成。

【火夹冬笋】 贵州菜。净冬笋煮透，用冷水漂后去老质，切成夹刀块，在夹刀口处嵌瘦火腿一片及用鸡肉、肥膘肉、鱼肉茸加调料制成的三合瓤子，入笼蒸至熟透取出，翻入盘中，挂银白卤，撒胡椒粉即成。

【鸡茸银条】 贵州菜。鸡脯肉、肥膘肉合捶成茸，调好味。绿豆芽掐去两头。炒锅加猪油烧热，下鸡茸炒散，倒入银条炒至断生，淋入芝麻油，撒火腿末、精盐、胡椒粉推转，起锅装盘即成。

【鸡茸银杏】 贵州菜。银杏剥壳，煮至熟透；鸡脯肉

捶茸，加蛋清、盐、味精、湿淀粉和水搅匀，入锅用猪油急炒，放进白果续炒后，淋油推转，起锅盛盘，撒上火腿末即成。

【金龙拼盘】 云南菜。云南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。用熟嫩的盐水鸡脯肉丝，在盘中摆成龙身弯曲状，摆上用萝卜雕刻的龙头、龙尾和龙爪，用鱼翅作龙须。将已制熟的虾糕、鲍鱼、冬笋、火腿、鲜蘑、冬菇、鸡尾肠作鳞片，从尾处由小到大，并片片交错摆至龙颈，成完整的龙体即成。

【鱼茸乳扇卷】 云南菜。云南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。将乳扇去边角，回软，切成长方形，瓤上鱼茸，卷成筒形，上笼蒸至定型，拍上干豆粉，拖上蛋清糊，入油锅炸成蛋黄色，捞出控干油，装盘即成。

【捶料锅贴乳饼】 云南菜。云南参加1983年全国烹饪鉴定会的名菜。在长方形的乳饼上刷上蛋糊，放上鸡茸，摊平，置上花瓣形的火腿片，再刷上蛋糊，上笼蒸至定型，入油锅煎至色黄熟透时，起锅装盘即成。

【三鸡相会】 云南菜。嫩鸡脯切块，田鸡也切块，均挂糊，入锅炒至三成熟捞出。另将鸡纵炒至二成熟时捞出，再将"三鸡"入锅翻炒至熟，勾芡，装盘，用青黄豆、火腿丁、老蛋糕丁点缀周围即成。

【盐八宝】 云南菜。火腿丁、鲜肉丁、山药丁入锅煸炒，倒入糯米饭、熟玉米拌匀，放入铺有鸡片的碗内，蒸熟后，翻扣汤盘中，围上豌豆苗，浇以用鸡汤调好的汁即成。

【瓤小瓜】 云南菜。选大小相等的小瓜10个，洗净，切下瓜蒂做盖，掏去瓜瓤，入油锅炸后取出，内装以炒过的鸡肉末、猪肉末、水发冬菇、玉兰片、虾仁制成的馅，摆大盘中，上笼蒸烂，出笼后向瓜瓤内浇以芡汁，淋芝麻油即成。

【鸡丝炒草芽】 云南菜。拣嫩草芽(一种野菜，水生，嫩芽呈象牙色，滇南建水县特产)洗净，入油锅过油取出；鸡丝上浆，也过油取出。炒锅放油烧热，放入鸡丝、草芽，加盐、味精、胡椒粉拌炒，勾芡起锅装盘，淋少许熟猪油即成。

【樱桃肉烧玉兰】 云南菜。鲜玉兰花瓣洗净，入沸水中烫后，捞出漂凉水中。猪五花肉切小块，入钵，加盐、味精、冰糖、料酒、浅色酱油、甜酱油、醋和上汤，入笼用大火蒸烂。炒锅放上汤，将蒸肉的汁滗入锅内，放玉兰花、盐略烧，再入五花猪肉，勾芡推转，淋上鸡油，起锅装盘即成。

【凤衣菊花卷】 云南菜。鸡皮治净，切片，摊平，在皮的一面抹上蛋糊，上放鸡纵、玉兰片丝、脊肉丝、云腿丝、青椒丝、老蛋黄糕丝，卷成筒状，炸至两端收缩成菊花状时，改用小火温炸至色呈金黄时，起锅装盘即成。

【菊花汆圆子】 云南菜。鲜白菊花取长瓣洗净；鸡脯肉与猪肥膘肉剁茸，加盐、蚕豆水粉、鸡蛋拌和，挤成如荸荠大小的圆子。炒锅内放上汤，大火烧沸，加少许盐，入圆子煮熟，放菊花瓣、云腿丝、水发冬菇丝、味精、胡椒粉推转，起锅盛碗，淋芝麻油即成。

【水煎乳饼】 云南菜。乳饼打成厚块。炒锅烧热，用熟猪油涮后，再将乳饼逐块平铺于锅内，撒盐，边煎边转动炒锅，使其受热均匀，待乳饼两面呈黄色时，淋入熟猪油，再淋少许清水使乳饼回软，至水分挥发将尽，起锅入盘，撒上椒盐即成。

【椒盐竹蛆】 云南菜。(滇南特产)竹蛆放漏勺内，连勺入沸水锅中烫后，取出控干，撒盐腌渍。炒锅内放猪油烧热，将竹蛆入油锅中炸至呈深黄色时捞起，盛盘，撒椒盐，淋芝麻油即成。

清真菜点与民族菜点

清真菜点

【炒驼峰】 清真菜。肥壮骆驼的肉峰用微火煮熟，撇去浮油，再放入鸡、鸭汤内煨透，拣细腻部位切丝，加青、红柿子椒丝和玉兰片丝，在大火上用鸡油加调料炒匀即成。

【扒海羊】 清真菜。熟羊蹄筋、羊脊髓、羊肚板、羊肚葫芦、羊散丹、羊脑、羊眼睛等切成块，下勺中，加酱油、糖色，燉至入味，勾芡，倒入盘内；另将蒸好的鱼翅入勺中，加酱油、糖色燉好，勾芡淋上鸡油，覆盖在羊肚等上面，边上放芫荽段即成。也可以用海参代鱼翅。

【玉米全烩】 清真菜。煮熟的鸡腰、鸭掌、熟鸡皮、水发鱼骨、鱼肚、鲜蘑、冬笋切成片，入开水中汆一下捞出。葱、姜入热鸡油中煸炒出味，烹入料酒、鸡汤，煮沸，将汆过的原料放入煮20分钟，再下入焯过的鲜豌豆、罐头玉米、牛奶和味精，勾芡，淋入姜汁即成。

【白扒鸡肚羊】 清真菜。将葱丝下入热鸡油中煸成黄色，烹入料酒、鸡汤，把鱼肚片、鸡脯片、羊蹄筋放入汤内，待汤烧沸后，滗出⅔，放入牛奶、姜汁、精盐和味精，再用湿淀粉勾芡，淋鸡油即成。

【鸡肚爆】 清真菜。羊肚仁、鸡肫(或鸭肫)改刀后，用开水速烫，即下七成热油中一炸即出，下炒勺，放入调味芡汁，迅速翻炒成乳白色即成。

【烤肉】 清真菜。精牛(羊)肉切薄片。由食者将肉片与葱丝等调料在特制的烤肉炙子上烤熟，随烤随食。食时将肉片夹在烧饼内，就糖蒜进食。

【炮煳】 清真菜。羊后腿大三岔肉切薄片。炒勺内加芝麻油大火烧热，放肉片、姜末、蒜末、醋、料酒、酱油、卤虾油，不断翻搅炮炒，放葱丝继续炮，至肉红、发煳香味时即成。

【白条手抓】 清真菜。羊肋条肉切成条，摆在盘中间，上笼蒸熟取出，将辣子、醋、酱油、盐、味精、蒜、葱花对成汤汁放在碗中即成。用羊肉蘸汤汁佐食。

【黄焖手抓】 清真菜。羊肋条肉切成条，用盐和花椒

腌渍一会，入油锅炸成淡黄色捞出，再放入汤锅焖制，下入大料包及盐、酱油、料酒，至羊肉脱骨时捞出，整齐地摆在盘中即成。

【烟熏羊肉】 清真菜。羊肉洗净，入汤锅内烧沸，撇去浮沫，放入包有草果、花椒、丁香、小茴香、姜皮的纱布料包，加盐、酱油，煮至八成熟捞出。另用锅放入锯末点燃，上边放铁箅子，羊肉置箅子上，加盖（盖上留有小孔），熏30分钟后取出，切成片，入油锅内炸成淡黄色捞出，再切成长条码在盘上即成。

【锅烧羊肉】 清真菜。羊肋条肉切短条，盛碗内，加盐、葱、姜、花椒、八角、味精、清汤，上笼蒸透。再用蛋液、湿淀粉、盐、味精调成稠糊摊在抹油的盘内，摆上蒸好的羊肉条，再盖上一层糊，推进热油勺内炸透炸黄，捞出改坡刀条即成。配花椒盐佐食。

【黄焖羊肉】 清真菜。去骨的肥瘦羊肉用开水烫去血污，放汤锅内加调料在微火上煨熟，切片装碗，上屉蒸烂，扣盘，浇上用原汤勾成的调味芡汁即成。

【焖羊肉】 清真菜。羊后腿肉切片，用酱油、湿淀粉和花椒水浆好，下温油中划透，加葱段、蒜片、酱油、姜汁、味精和清水，在微火上焖熟即成。

【糊羊肉】 清真菜。羊腰窝肉用开水汆后，入清水中加葱段、姜片、大料、花椒、小茴香、桂皮、料酒煮熟，出锅晾凉，切成肉条，码在碗里，放上葱段、姜片、精盐和清水，在大火上蒸烂，扣入碗中，浇入用鸡汤、精盐、味精、湿淀粉、胡椒粉和蒜末调成的芡汁即成。

【炖羊肉】 清真菜。羊肉剁成块，用开水烫去血污，再用清水洗净，加糖色炒红，再加酱油等调料及煮肉老汤，大火烧沸，小火炖熟即成。

【扒羊肉条】 清真菜。肥瘦羊腰窝肉煮熟，去骨切条，装碗加调料，上屉蒸烂，再下炒勺扒透，勾味汁芡，大翻勺后，装盘即成。

【生扒羊肉】 清真菜。肥羊腰窝肉入开水中紧一下，捞出放在抹了一层甜面酱的盆内，放上葱段、姜片、蒜片、大料、酱油、料酒、白糖、糖色，上屉蒸烂，扣在盘子里，浇以鸡汤、蒸肉汤调成的芡汁，再淋上鸡油即成。

【水盆羊肉】 清真菜。用一种特制的直径约240厘米的紫铜底锅炖煨羊肉，其下垫羊骨，加香料等调料，大火烧沸，小火炖6小时后，封火焖至次日早晨，将肉捞出晾在木板上。吃时将熟羊肉切片放在碗里，浇热汤供食。因锅大似水盆，故名。

【东坡羊肉】 清真菜。羊腰窝肉切成长块，用热油炒上色；土豆、胡萝卜（或山药、笋片）也炸炒上色；羊肉加调料放入砂锅，加清水，微火煨烂，再放入土豆、胡萝卜，煨至不嚼可化时即成。

【咖喱羊肉】 清真菜。肥瘦羊腰窝肉煮熟，切条，高汤内放咖喱粉等调料，在大火上烧沸，推下肉条，移微火煨透，再用大火煨熟，淋匀淀粉即成。

【米粉羊肉】 清真菜。羊肋扇肉切大片，用酱油、精盐、葱花、姜米、五香粉、甜面酱、芝麻油腌好，加炒米粉拌匀，码在蒸碗内，上笼蒸至酥烂，扣在盘内即成。

【芙蓉羊肉片】 清真菜。羊肉砸成茸，用精盐、鸡蛋清拌匀，再加鸡蛋清搅打成糊，熘入大火温油勺内，结片漂浮后，沥去油，炒勺烧热，放入葱丝煸炒出味，加肉汤，放玉兰片、姜汁、精盐、青豆烧沸，用湿淀粉勾薄芡，下入肉片，淋芝麻油即成。

【桂花羊肉】 清真菜。羊里脊切细丝用鸡蛋浆挂匀，在大火热油内快炒即成。因其形状和颜色均似桂花，故名。

【盐爆里脊】 清真菜。羊里脊肉切片条，用鸡蛋清、湿淀粉浆好，放入大火上的油勺内，随后下玉兰片、西红柿条，然后全部捞出，控净油，再放入有底油的热勺内，烹入用精盐、味精、葱条、姜末、蒜末、芫荽配成的清汁，翻炒均匀即成。

【银丝羊肉】 清真菜。精羊肉切丝，用鸡蛋清、湿淀粉浆好，放入沸水中汆散，捞出控水，再将肉丝和黄瓜、西红柿、玉兰片丝放入高汤内烧沸，用湿淀粉勾芡、淋上鸡油，倒入汤盘。另将泡软的粉丝段，用大火热油冲炸，捞出，放在另一个汤盘内，同时端出，将汤浇在粉丝盘内并发出“炸”声即成。

【酱爆肉丁】 清真菜。羊脊肉用刀拍平，两面刮斜花刀，切丁，用精盐、蛋清、湿淀粉浆好，下热油内滑一下。另用热油放葱花、姜末、甜面酱煸炒，下羊肉丁、白糖、味精，颠炒即成。

【锅爆羊肉】 清真菜。瘦羊肉切成大片，用盐腌入味，裹鸡蛋糊，平推在大火热油勺内，摊成饼状，两面煎黄，再放入用葱丝、姜丝、料酒、盐、味精调味的汤汁，在小火上煽透，移大火收干汤汁即成。

【辣子肉丁】 清真菜。精羊肉、黄瓜、柿子椒均切丁，用豆瓣酱和湿淀粉腌好，放温油勺内滑散，至肉成深粉色倒出，滗油后，下炒勺翻炒，烹入用葱条、姜末、蒜末、红椒干、酱油、湿淀粉配成的味芡汁，淋上明油即成。

【焦熘肉片】 清真菜。羊里脊肉片蘸淀粉糊，入油中炸焦，捞出，倒入用白糖、酱油、醋、料酒、淀粉调成的芡汁中炒熟，淋芝麻油即成。

【醋熘肉片】 清真菜。羊里脊肉切片，加湿淀粉浆好；冬笋切片。将肉片与笋片入温油中滑熟，沥去油，再置大火上，烹入用葱丝、姜末、醋、酱油、料酒及湿淀粉、清水调好的芡汁，淋芝麻油即成。

【葱爆羊肉】 清真菜。瘦羊肉切薄片，用料酒、酱油、白糖、味精稍腌，用大火热油将肉片炒至六成熟，下葱块，加醋、酱油、花椒水、精盐炒匀即成。

【芝麻羊肉】 清真菜。酱羊肉、玉兰片、黄瓜均切碎粒。用姜末、精盐、味精调味后，摊在鸡蛋皮上，再盖上一张稍小的蛋皮，周围用蛋糊包住，上面抹蛋糊，沾上芝麻，拍实，用热油炸透，切条，装盘即成。配椒盐佐食。

【爆三样】 清真菜。羊肉、羊肝、羊腰切成薄条，用湿淀粉浆好，下七成热的油勺内滑散。另用炒勺加葱条、姜末、蒜末、酱油、湿淀粉调成的芡汁，加“三样”，爆炒均匀，淋芝麻油即成。

【黄焖羊肉丸子】 清真菜。羊肉剁成茸，用鸡蛋、湿淀粉、酱油、精盐、肉汤拌匀，做成大丸子，下入七成热油内炸黄捞出。大火热油放葱片，加玉兰片、木耳、酱油、精盐，炒匀，加鲜汤烧沸，下丸子，盖严，用小火焖熟，收浓汤汁，放蒜苗段，勾芡即成。

【松肉】 清真菜。肥羊肉剁成末，和捏碎的绿豆饹饦拌匀，用淀粉调成糊状，摊在豆腐皮上，上面再盖一张豆腐皮，切成条，用油炸黄，装碗，上屉蒸透，扣盘，再浇上已调味的芡汁即成。

【炸鹅脖】 清真菜。将瘦羊肉剁成末，和葱、姜末、酱油、精盐拌匀成馅，用豆腐皮卷成长条，用面粉糊封口，入大火热油内炸焦炸透，捞出切成斜块即成。配椒盐佐食。

【腊羊肉】 清真菜。带骨鲜羊肉，放缸内撒上精盐、芒硝，夏季腌 1～2 天；冬季腌 4～5 天，翻缸 1～2 次，至肉色里外变红时取出。老汤锅加清水，下装有小茴香、花椒、大料、桂皮、草果的调料袋，用大火烧沸，放入羊肉，加精盐，压上木板加压石块，用小火煮烂，至锅温下降时，捞出羊肉，去骨即成。

【红烧牛排】 清真菜。牛脊肉切片，剞十字刀，上浆入味，入锅炸成金黄色，切为方块，调入盐、胡椒、糖、湿淀粉，用绿菜、番茄丁点缀即成。

【炸牛排】 清真菜。小牛里脊拖蛋黄面包渣糊，用油煎黄两面，整片按份装盘，配上炸土豆、煮素菜即成。配辣酱油、芥末糊或浇各类沙司调味佐食。

【清炖牛肉】 清真菜。牛肉经开水煮后，除去血污，用凉水浸去膻味，清除汤中血沫，加上调料（不用酱油），用慢火炖至酥烂即成。

【京葱爆牛方】 清真菜。熟牛脯肉一方块，两面剞斜刀，抹酱油，煎至两面金黄时，配葱段、笋片，加酱油、料酒、白糖等调料，用小火爆至酥烂即成。

【焖牛脯】 清真菜。牛肉砸细茸，用精盐、味精拌匀，挤成扁圆形丸子，挂匀蛋粉糊，入热油锅内炸至呈金黄色时捞出。炒勺内留底油烧热，用葱、姜爆锅，放玉兰片、木耳、酱油炒匀，加鲜汤、精盐、牛肉丸子，盖严，用小火焖至汤浓，勾芡即成。

【扒胸口】 清真菜。熟牛胸脯肉切厚片，炒勺放大火上，将葱、姜、蒜煸香捞出，放入鸡汤、料酒、白糖、芝麻油、酱油、精盐调味，下牛肉片移微火煨透，再上大火，放味精，勾芡收汁即成。

【壮肉冷片】 清真菜。用壮牛肉放入配有草果、大料的汤锅中，小火焖煮至肉能松筷时，顺丝切条，横丝块片，顺成路数，理码成书状时装盘即成。配甜酱油、芝麻花生酱等调料配制成的汁水或椒盐佐食。

【爆炸牛肉】 清真菜。鲜牛肉切块，放入硝、盐、料酒、花椒、糖、甜白酒汁、葱姜汁水，腌渍至肉红时，先入锅略炸，再加辣椒、花椒继续炸至金红色，加辣椒油、味精、胡椒、芝麻油翻勺即成。

【柳叶牛肉】 清真菜。鲜牛肉切片，加入牛奶捶松，入味，涂上蛋糊、牛奶、面包渣，制成柳叶形，入锅炸至金黄色时即成。

【紫果羊肝】 清真菜。羊肝、尾、玉兰片、姜、葱、蒜切细丝，入味后裹网油为卷，上笼稍蒸，拖全蛋糊炸黄切片，撒椒盐面即成。

【杏花肠子】 清真菜。鸡蛋分别用蛋黄、蛋清制为绿、白、红、黄四色蛋液，加水、盐搅匀，分别灌入四段羊小肠内，微煮出锅切为长 3 厘米的截，每截再分切四刀（不要切断）形成五片连底，再用沸汤汆烫，收缩成为杏花形。将“杏花”盛入船盘并灌高级清汤，调盐、胡椒粉、味精，淋芝麻油即成。

【干煸牛肉丝】 清真菜。嫩瘦牛肉切细丝，在六成热油勺内迅速煸炒，加盐、豆瓣酱、辣椒粉、酱油、白糖、料酒等调料翻炒，配芹菜、青蒜、姜丝，烹入醋，迅速煸炒均匀，盛盘内，撒花椒粉即成。

【熘松子牛卷】 清真菜。牛里脊肉批成薄片，拌虾糊，加松子仁卷起，挂米粉糊，入油锅炸至呈金黄色时捞起装盘中，浇上糖醋卤汁，淋芝麻油即成。

【煎炸牛干巴】 清真菜。牛干巴顺刀切条，横刀切片，入锅炒至香味溢出即成。

【炸卷果】 清真菜。牛肉（或羊肉）切成碎末，拌上调料，加入绿豆面制成的并已捏碎的“饹饦”，用豆腐皮卷上蒸熟，切片，用热油炸至呈金黄色时即成。

【砂锅羊头】 清真菜。已煮熟剔骨的羊头肉放在砂锅中，加入鸡汤略煮，再放入精盐、料酒、香菇，待汤沸后，再下羊眼片、油菜心、牛奶和白糖、味精，用湿淀粉勾芡即成。配芫荽、蒜泥佐食。

【烩羊脑】 清真菜。将羊脑煮熟，撕净薄膜，切成厚片，和鲜汤、精盐、姜汁、味精放入汤勺内，大火烧沸，清除浮沫，勾流水芡，淋上鸡油即成。

【糖醋明珠】 清真菜。熟羊眼珠撕去表皮，挖掉黑眼球，将白眼球切开用盐腌入味，加湿淀粉浆好，放进大火热油勺内炸硬，捞出，清理整齐，再入八成热油内炸至发脆时捞出，控净油，倒入用葱、蒜末、白糖、醋、酱油、开水及淀粉勾好糖醋汁的炒勺内，翻炒，挂匀芡汁即成。

【烩羊眼】 清真菜。熟羊眼撕去表面薄膜，挖去黑眼球，将白眼球切片，用开水汆透，控净水；再将羊眼片和精盐、味精、胡椒粉下清汤内，烧沸，勾流水芡，淋入明油即成。

【芙蓉顺风】 清真菜。熟羊耳刮洗干净，用蛋泡糊抹匀，上屉略蒸，放入汤碗内，浇入（烧沸的）用精盐、味精、胡椒粉调好味的清汤，淋鸡油即成。

【清汤牛杂碎】 清真菜。牛杂碎入汤锅煮熟，切成条，放入牛肉汤锅中煮沸，投入蒜、盐、胡椒、味精、木耳，续煮至酥烂，淋上芝麻油，撒上葱花、芫荽即成。

【水爆肚】 清真菜。牛肚(或羊肚)按部位分别切成条或片，分别在开水锅内瞬间烫熟即成。可以配各种调料佐食。

【清汤羊肚】 清真菜。羊肚放入沸水中略烫一下捞出，刮去表皮，再放入汤锅内，烧沸，加入葱、姜、花椒等料，煮至熟烂捞出，切成连三刀虎爪块，再放入汤锅内，加入葱、姜末、盐、味精、胡椒粉、木耳和黄瓜片，至沸，撇去浮沫，倒入汤碗内，淋芝麻油即成。

【酸辣肚丝汤】 清真菜。熟羊肚切细丝。炒勺内放底油烧热，入干红辣椒炸焦，捞出，烹醋，加精盐，放肚丝、鲜肉汤，沸后勾芡，放芫荽、胡椒粉，淋芝麻油即成。

【砂锅散丹】 清真菜。洗净的羊散丹用微火煮烂，切成三角块，再入开水中略煮捞出，挤净水分，放入砂锅，同时下鸡汤，加酱油、精盐、料酒、味精和姜汁，烧沸后用微火煨，放入鸡油、葱丝、芫荽段即成。

【羊肝排岔】 清真菜。在豆腐皮上铺羊肝片，抹面粉糊，再盖一张豆腐皮，切方块，中间切长口，翻卷成排岔形入油锅，炸熟即成。

【蜜汁羊尾】 清真菜。熟羊尾条挂匀蛋清糊，下六成热油内炸硬捞出，再用八成热油重炸至色变黄时捞出，放入煮开的蜂蜜勺内裹匀，撒上白糖即成。

【瓤牛尾】 清真菜。洗净的黄牛尾按骨节割下，入开水中紧一下，捞出，略晾，入芝麻油中炸成金黄色；再放入盆内，加入葱段、姜片、料酒、精盐、味精、鸡鸭汤，用棉纸封住盆口，上屉蒸至七成熟取出。将每节牛尾去掉骨头，把用梭鱼肉加精盐、味精、鸡蛋清、湿淀粉、鸡鸭汤拌成的鱼肉馅瓤入牛尾肉，码在盘内再上屉蒸熟；另把鸭油烧温，将葱段、姜片略煸，下料酒、鸡鸭汤、精盐、味精、香菇，用湿淀粉，调成稀芡，浇在蒸熟的牛尾上即成。

【烧牛尾】 清真菜。牛尾剁段，洗净，煮熟。用煮牛尾的原汤，加酱油、糖，然后将牛尾放入，微火煨透即成。

【白蘸羊筋】 清真菜。水发羊蹄筋放汤锅内，加盐喂一会捞出，装碗中，加汤、胡椒、味精、盐、姜，上笼蒸烂取出即成。配虾酱、辣油、韭辣子、香菇、葱丝、酱油、醋佐食。

【炖二筋】 清真菜。油炸面筋用开水泡软，沥干；熟羊蹄筋切条，分别将“二筋”推入用葱、姜、蒜熹过的鲜汤勺内，使“二筋”各占勺的一边，加酱油、糖色、味精，用微火煨透，勾芡，大翻勺后，仍保持原形，淋芝麻油即成。

【烧牛蹄筋】 清真菜。水发牛蹄筋切条，入沸牛肉汤内烫后，捞出控干，热油爆后，再加酱油、精盐、牛肉汤，用小火将汤炖浓，使蹄筋烂透，放入玉兰片、木耳、蒜苗，烧沸，勾芡，淋芝麻油，撒胡椒粉即成。

【烩假莲子】 清真菜。用土豆泥掺面粉切成丁，摇成椭圆形，用热油炸黄。勺内加开水，放白糖熬化，撇沫，再放进“莲子”，用湿淀粉勾成较稠芡糊即成。

藏族菜点

【油炸虫草】 藏族菜。(选粗壮的)虫草涨发后，放入酥油锅内，炸至金黄色时即成。

【雪梅黄鸡坝】 藏族菜。鲜黄鸡坝，过油成熟后，切成梅花形状；牛肉炒熟，装盘，铺上芙蓉，用黄鸡坝、火腿组成梅花，以老蛋糕点缀即成。

【油松茸】 藏族菜。鲜松茸切成方块，入锅炒至水分干时，移至小火上养至菜呈粉红色时即成。

【火腿毕沙】 藏族菜。火腿切片，过油后与毕沙(松口蘑)合炒，加调料勾芡即成。

【虫草汽锅鸡】 藏族菜。山鸡切块，装入汽锅，虫草略炸呈黄色时放鸡肉上面，上盖，汽锅置砂锅口上，密封好接口处，用水蒸气通过汽锅中心的气嘴蒸熟即成。

【虫草清蒸鸡】 藏族菜。仔鸡经腌渍入味后装入座汤碗内，将虫草、酥油、鸡杂填入鸡腹内，开口处缝好，上笼蒸炽即成。

【红烧琵琶肉】 藏族菜。整块的琵琶肉，将皮部烤黄，刮洗除去部分咸味，切块，入锅略炒后移至小火上，加适量水烧烂即成。

【糖醋雪鱼】 藏族菜。雪鱼腌渍入味，上浆，入油锅炸至呈金黄色时，另用糖醋汁浇在鱼上即成。

【野鸡扣蘑菇】 藏族菜。野鸡肉、蘑菇改刀。蘑菇略炒，将鸡肉、蘑菇依次扣满碗内，入笼蒸炽即成。

【蜜汁土豆】 藏族菜。土豆切块，沥去粉汁，入油锅炸至呈金黄色时，浇入蜜汁即成。

【火锅竹叶】 藏族菜。选用干竹叶菜，配猪肚、排骨、猪肉、火腿、琵琶肉、蛋饺、毕沙、洋芋、粉丝、豆腐皮、木耳，按先后次序放入火锅内，煮熟即成。

【手抓羊肉】 藏族食品。羊肉切带骨大块，入锅汆煮，肉色变白即起锅，以刀片、割，蘸盐食用，也可以加其它调料蘸食。因食时左手拿肉，右手持刀割食，故名。

【烧肝】 藏族食品。新宰羊肝洗净涂以盐，用湿纸包裹2～3层，埋置于旺牛粪火灰中，约30分钟至纸烧焦时，扒出去净灰屑即成。以藏刀割食。食时蘸以佐料。也有先裹羊网油再裹纸的。

【汆灌肠】 藏族食品。新宰羊，取小肠洗净，分别装入填料，入锅汆煮后供食。灌注羊血的称“血肠”；填装碎肉丁的称“肉肠”；装以豆面或白面和羊油的称“面肠”；以羊油为主料，拌以肉丁的称“油肠”；填以肝脏丁的称“肝肠”。

【血肠】 藏族食品。新宰的羊血调以盐和葱花装入小肠，汆煮后供食。

【肉肠】 藏族食品。新宰的羊小肠洗净，填装切碎的

羊肉丁，调以盐、姜、花椒粉等，汆煮后切段供食。

【面肠】 藏族食品。新宰的羊小肠，洗净后填入豆面（也有用白面的），拌羊油，调葱、盐、姜等，汆煮后切6厘米左右的大段，然后在牛粪火中烘烤，至皮黄脆硬时供食。

【油肠】 藏族食品。新宰的羊小肠洗净，填入拌以肉丁的羊油，调佐料，入锅汆煮后供食。

【肝肠】 藏族食品。新宰的羊小肠洗净，装以切碎的羊肝丁，调以佐料，汆煮后供食。

【烤牛肉】 藏族食品。将牛里脊肉切厚片，腌渍入味，烤至深灰色卷起时抹上酥油即成。围坐火塘边，边烤边吃。

【赛蜜羊肉】 藏族食品。壮羊脊肉切片，上浆，入锅过油，捏干，再放入锅内，加入白糖、青稞酒、醋、姜汁、酱油、淀粉芡汁，烧至汁水收浓时，淋入酥油即成。

【素拌蒜米辣】 藏族食品。干毕沙烘香舂末，蒜捶泥，辣椒烤至黑红色时擂成面，奶渣切粒，先后放入藏木盒内，对水加盐拌匀即成。

【油煎奶渣】 藏族食品。用雪山牦牛奶渣，切成厚片后放入酥油锅内，煎至奶渣片两面呈金黄色时，放入糖卤内拌匀入味即成。

【蕃茄窝奔】 藏族食品。鲜窝奔、番茄切丁后入锅同炒，加调料勾芡即成。（注：窝奔，藏语，即竹叶菜。）

满族菜点

【白肉血肠】 满族菜。鲜猪血加调料，用适量的水灌于猪肠内，煮熟，切成片；猪肉切成大方块，煮熟，切薄片。酸菜切丝，入老汤锅内煮熟后，放入肉片和血肠片，盛碗即成。

【汆白肉】 满族菜。猪肋条肉抽去骨条，切大方块，以水煮熟，捞出晾凉，切长条薄片；酸菜切丝。粉丝用沸水泡软，然后将上述原料放入煮肉汤中，加海米、咸芫荽、精盐、味精等，煨之即成。

【熏猪爪】 满族菜。猪蹄治净，先用沸水焯透，再换水加葱、姜、大料、花椒、精盐等，煮熟，捞出沥净水汽，乘热摆入熏锅中，加盖熏至呈金红色时，取出冷却，刷层芝麻油即成。

【白片肉】 满族菜。猪五花肉切大方块，煮熟后，片薄片，乘热蘸精盐和蒜泥而食。满族在祭祀时食之，称为吃福肉。

【片肘花】 满族菜。带皮猪肘子治净，先用沸水焯透，再换水煮熟，乘热抽出骨头，冷却后，切成薄片，装入盘内即成。配酱油、蒜泥佐食。此为满族冷荤菜。

【黄金肉片】 也称“锅爆肉片”。满族菜。猪瘦肉切柳叶片，用鸡蛋、淀粉上浆，再用油滑熟，然后摊成饼状煎至两面金黄，撒入葱丝、姜丝、芫荽段，再烹入料酒、酱油、鸡汤、白糖、味精等，煨透即成。

【锅爆肉片】 即“黄金肉片”。

【花冻】 满族菜。猪肉皮刮净毛茬、肥膘，洗净，用沸水焯透，捞出切长条，放入容器中，加葱、姜、花椒、大料、料酒等，上屉蒸烂。取出时，撇去浮油，捞出肉皮和各种杂物，放入味精和少许精盐，撒入蛋花、芫荽叶，冷却后即成。

【肥脆牛肉】 满族菜。熟牛肉和熟猪肥膘肉切成薄片，两片熟牛肉片中间夹一片猪肥膘肉，抹上葱椒泥，拖蛋糊，再沾匀面包渣，放入六七成热的油中炸制，熟透呈金黄色时捞出，改刀装盘即成。

【汆鹿肉丸子】 满族菜。梅花鹿里脊或嫩肉，经制茸、调味后，制成丸状，用沸水汆熟，再用鸡汤配以时令鲜蔬烹制即成。

【红卤鸽脯】 满族菜。鸽子（鹌鹑也可）治净，去头、翅、爪，先用沸水焯一下，再换水加葱、姜、花椒、大料、酱油、料酒等，煮至半熟，捞出。锅烧热，放底油，用面酱炸锅，再添清汤，调好口味，沸后放入鸽子肉，用慢火卤至肉烂、汤尽即成。

【小鸡炖蘑菇】 满族菜。用当年鸡和黄蘑或榛蘑制成。小鸡治净，剁小块；蘑菇用沸水泡发好，洗净。用葱段、姜块炸锅，放入鸡块煸炒，加料酒、精盐、大料，添汤烧沸，再放泡发好的蘑菇，用小火慢炖，待鸡块酥烂脱骨时即成。

【炭火烤鸭】 满族菜。肥鸭治净后，用沸水焯透，表面抹匀蜂蜜水，腹中盛清水，用铁钩挂起，置炭火烤炉中烤至熟透并呈枣红色时即成。食时配荷叶饼、葱酱碟。

【清蒸细鳞鱼】 满族菜。鱼身两侧剞花刀，经用料酒、精盐、葱、姜、蒜等调味后，配以冬笋片、冬菇、火腿片蒸之即成。（注：细鳞鱼，鳞细，体小，味美，曾为清宫贡品。）

【烤大田鸡】 满族菜。大田鸡（即蛤什蟆，也称红头蛤蟆），宰杀治净，用火烤熟即成。

【红烧蛤什蟆】 满族菜。蛤什蟆洗净，放入五成热的油锅内冲炸一下，沥净油分。用葱、姜炝锅，放入用油炸过的蛤什蟆，加精盐、味精、酱油、糖等调料，添少许汤，用微火慢熘，见汤汁稠浓时，用大火收汁即成。

【炒如意】 满族菜。如意（即蕨菜，为长白山区特产）洗净，切寸段，经沸水焯后，再用冷水浸凉；猪瘦肉切丝。勺烧热，放底油，用葱末、姜末炝锅，再放入肉丝煸炒，加料酒、酱油后，放入如意段同炒，然后加鸡汤略煨后，用味精调味，随后用湿淀粉勾芡，淋芝麻油即成。

【炒大叶芹】 满族菜。大叶芹摘除叶，留茎，切段，用沸水略焯一下；猪肉切丝。勺烧热，放底油，用姜丝炸锅，再放肉丝煸炒变色，然后放入酱油、料酒、大叶芹，一边快速翻炒，一边加少许汤及味精，最后用湿淀粉勾芡，淋芝麻油即成。

【炸刺龙芽】 满族菜。刺龙菜（为龙芽楤木的嫩芽，形如香椿芽，长白山区特产）洗净，用沸水焯熟，再用冷

水浸凉，捞出沥水后，装盘即成。配酱佐食。也可以配猪肉丝炒之而食。

【炸刺果棒】 满族菜。刺果棒(即刺五加嫩芽)洗净，用沸水焯熟，再放入冷水中浸凉，捞出沥水后，装盘即成。配酱佐食。也可以炒食。

【小肉饭】 也称"鞑子饭"。满族食品。猪肉(或牛、羊肉)切成细丁，加葱末、花椒粉，置于锅内煎炒。肉变色后，添汤，加高粱米煮熟。食时，将肉丁与饭搅拌均匀即成。添水煮成粥状的又称"鞑子粥"。

【鞑子饭】 即"小肉饭"。

【鞑子粥】 见"小肉饭"。

【大黄米干饭】 满族食品。将红小豆、绿豆、云豆、白豆煮熟，然后把大黄米掏净，入锅，加上述豆类一起焖制即成。食时，拌以大豆和蜜糖。

【酸汤子】 满族食品。苞米渣入缸沤泡后，磨成水面，沥干。锅内加汤，放菜末和调料，沸后，用汤子套(铁片制成喇叭形器戴在手指上)将苞米团攥成圆长细条入锅中，煮熟即成。也可以过水后，浇菜卤而食。

【粘豆包】 满族食品。粘米洗净，沤泡后，磨成水面，沥至半干，再摊成小饼，内包小豆泥或糖豆泥，然后做成如小皮球大小的球形，入锅蒸熟即成。

【粘火烧】 满族食品。粘米洗净，沤泡后，磨成水面，和好，包炸熟的小豆或苏子粉，成圆形饼状，再放刷上油的铁锅中烙熟即成。

【五花糕】 满族食品。干糯米面和干黄米面分别蒸熟，再用冷开水分别反复揣和，揉成面坯，再分别擀成圆片。先将糯米面片铺于砧板上，抹匀一层小豆馅或枣泥馅；再铺上擀开的黄米面片，然后再抹匀一层小豆馅或枣泥馅，如此数次，铺5～6层，最上面一层铺江米面，并以瓜子仁、青红丝、枣肉等摆出花纹即成。因呈五花三层，故名。

【淋浆糕】 满族食品。黄米面与粘高粱米面掺和一起，以水搅拌均匀。用白布一块吊在木架上(或铺在笼屉上)，将搅匀的稀面摊于布上，下面用容器承接，细粉随水通过白布淋落于容器中，然后将淋好的粉入屉蒸熟成糕即成。食时，切块蘸白糖或蜂蜜。

【哪玛咪糕】 也称"馒子"。满族食品。白面或细苞米面用水和好后，发酵，对碱，整块入锅蒸熟即成。切块而食。有甜的和不甜的两种。(注：哪玛咪，满语，即发糕。)

【馒子】 即"哪玛咪糕"。

【甑儿糕】 也称"粳米豆包"。满族食品。粳米粉用水和成面团，中间包入小豆馅或其它馅料，做成大如盖碗的形状，入笼蒸熟即成。

【粳米豆包】 即"甑儿糕"。

【铜盆糕】 满族食品。精白粉加油、鸡蛋黄、白糖，揉匀，做成扁圆平顶形，入炉烤熟即成。因形似铜盆，故名。

【碗坨】 满族食品。淀粉加水搅匀，倒入海碗中，上屉蒸熟，晾凉，取出后，倒扣在砧板上，然后将碗取下，便成为倒置的碗形"坨"。食时，以"刮勺"将粉坨刮成条形，盛于碗内，加醋、芝麻酱、韭花等即成。

【松饼】 也称"松子烧饼"。满族食品。干白面加芝麻油、碎松子炒熟，再和水揉匀，饧后，下剂，一一按扁，用锅烙成饼即成。

【松子烧饼】 即"松饼"。

【水馃子】 也称"漂饼"。满族食品。分大、小两种。皆以粘米磨面，和好，制成扁圆形饼，入清水煮熟即成。

【漂饼】 即"水馃子"。

【菠萝叶饼】 满族食品。苞米渣沤泡后，磨成水面，过罗。春天采鲜嫩柞树叶，洗净，将面摊于叶上，内包各种山菜末或肉馅，入锅蒸熟即成。

【核桃仁饼】 也称"炉酥饼"。满族食品。麦粉加入较多的油和熟核桃仁，揉匀，饧后，下剂，填入圆形木模里压实，扣出，入炉烘烤至熟即成。

【炉酥饼】 即"核桃仁饼"。

【高丽饼】 满族食品。精粉加水、蜂蜜揉成面团，饧后，做成饼子形，放入芝麻油中炸熟即成。

【叶子饽饽】 满族食品。面粉加水揣和成面团，饧后，下剂，擀成皮；皮包入红小豆馅，捏成饺子形，外面裹以苏子叶或椴树叶，蒸熟即成。裹苏叶的又称"苏叶饽饽"；裹椴树叶的也称"椴叶饽饽"。

【苏叶饽饽】 见"叶子饽饽"。

【椴叶饽饽】 见"叶子饽饽"。

【搓条饽饽】 满族食品。粘高粱米面(或黄米面)，掺入莜麦面，加水反复揉和，饧后，搓成条，上锅蒸熟即成。

【螺蛳饽饽】 也称"螺蛳转儿"。满族食品。油、糖和小麦粉揉匀后，饧一下，再将面团提拉成条，盘旋而上，底大头小，呈螺蛳状，蒸熟即成。

【螺蛳转儿】 即"螺蛳饽饽"。

【瓦垅】 满族食品。白面加水、蜂蜜水、芝麻油和成面团，饧后，做成筒瓦形，入炉烘烤即成。

【豆面剪子股】 满族食品。小黄米蒸熟，在打糕面上打成面团，捶打过程中，不断地加入炒熟的豆面，然后搓成细条，扭成剪子股的样式，用油炸制即成。

【秫米水饭】 也称"高粱米水饭"。满族食品。高粱米掏洗后，煮成八成熟时，捞出，再放在笼屉上蒸熟，盛出，立即放入冷开水里即成。食时，用笊篱在水中将饭捞入碗内。

【高粱米水饭】 即"秫米水饭"。

【油蛤螨】 满族食品。玉米面(或秫米面)用水和成糊状，饧后，用小勺一一舀出，下入油锅内炸成不规则的形状，熟后即成。因粗似蛤螨状，故名。

【锅蹴馏】 满族食品。细苞米面或小米面用水和匀，发酵后，对好碱，搅成粥状，再加糖，稍饧。锅烧热，擦匀

油，用勺将粥状面一一舀出，倒在干热的油锅上，稀面贴锅后，下坠，呈一头厚一头薄的牛舌状，烙熟即成。

朝鲜族菜点

【烤牛肉】 朝鲜族菜。桌上置炭火盆，放上铁箅，把牛肉切成薄片，用酱油、芝麻油、白糖、胡椒粉、熟芝麻、葱丝、蒜末等料滋润片刻再烤制即成。食时，备醋、辣椒粉等调料，自行调味蘸食。

【煎串肉】 朝鲜族菜。切成段的牛肉和大葱用调料拌匀，滋润片刻，用竹扦子并用竹针间隔地穿成串，挂匀鸡蛋糊，用油煎成金黄色即成。

【虎眼肉】 朝鲜族菜。牛肉剁成茸，放入蒜泥、淀粉、葱末和酱油搅成馅。熟鸡蛋剥皮后顺长划刀，把馅贴在鸡蛋清外层，再逐个滚满面粉，入热油锅中炸呈金黄色时捞出，纵切两半，摆盘内即成。食时配小佐料。因形似虎眼，故名。

【铁锅里脊】 朝鲜族菜。牛里脊肉切片，同葱丝、圆葱丝、胡萝卜丝拌匀，放入白糖、酱油、芝麻、胡椒粉，喂一下，然后在锅中炒至八成熟时，添肉汤，放蘑菇丝、粉条，用精盐、味精调好味，倒入铁锅内，打入鸡蛋，盖上盖，移慢火上煮至鸡蛋半熟时，撒上松仁末、红辣椒丝即成。

【九节盘】 朝鲜族菜。牛肉、牛心、牛腰、胡萝卜同肉末、蘑菇丝分别炒熟。牛百叶、菠菜用开水略烫一下和牛肝切细丝，放入醋精、白糖、辣椒粉、芝麻油、蒜泥、精盐和酱油拌匀。鸡蛋糊摊成皮，切菱形，最后把备好的9种原料分别摆在特制的九节盘里，蛋皮位于盘的中间，芥末酱则放在盘的一边，每盘9样即成。主料还可以随季节而变，搭配要得当。

【梅云汤】 朝鲜族菜。牛肉一半切成丝；一半剁末做成丸子。豆腐切丁，过油，鱼剁成块，蘑菇撕丝。勺内倒入肉汤，加入辣椒酱，开锅时放入鱼块、丸子、豆腐、蘑菇、粉条，煮熟时用精盐、酱油、辣椒面、胡椒粉和味精调味，盛锅里，上面打入鸡蛋，撒上红辣椒丝，移至慢火，待鸡蛋半熟时即成。

【红椒瓤牛肉】 朝鲜族菜。熟牛肉切丁并加鸡蛋、精盐、味精、芝麻油、葱末、姜末、胡椒粉、酱油，拌成馅，装入去蒂、籽的大辣椒内，蒸熟后，摆在盘内，撒上芫荽叶即成。

【肉脯】 朝鲜族菜。切成大片的牛肉用刀拍松，加松仁末、蜂蜜、胡椒粉、酱油、芝麻油、白糖、葱末、蒜末、精盐，浸渍片刻，再逐片摆在马尾箩底上，肉片上按上芝麻粒，然后放烈日下曝晒，晒干透时即成。

【生拌牛肉】 朝鲜族菜。把牛里脊肉和去皮的白梨切细丝。梨丝铺盘底，上面放肉丝，配入葱末、蒜泥、白糖、芝麻油、熟芝麻、精盐、胡椒粉、松仁末，拌匀浸渍片刻即成。上桌时备醋、酱油，供食者自调口味。

【生拌牛肚】 朝鲜族菜。净牛百叶切细丝，用醋精卤后，再用辣椒面、芝麻油、姜末、白糖、精盐、味精和葱末拌匀，腌卤后装盘即成。

【菊花脑瓤】 朝鲜族菜。牛脑用精盐、面粉拌匀，团成如栗子大小的小丸，丸子两面各沾一片牛肉，成肉盒，挂鸡蛋糊，用油炸熟，沿盘摆一圈，再用汤与调料、蘑菇丝、葱丝、银杏、松仁米等调成汁，浇在肉盒上。熟鸡蛋剥皮做成菊花形，摆在盘中间即成。

【蒸肉肠】 朝鲜族菜。牛小肠扎紧一头，灌入用熟鸡蛋、牛肉、水油、精盐、蒜末、味精、胡椒粉、芝麻末、酱油等拌成的馅，扎好口，上屉蒸熟，取出晾凉即成。食时斜切成薄片装盘。

【猪头焖子】 朝鲜族菜。把净猪头和净猪舌放入有胡椒的锅里，煮烂，拆净骨头，再切条，放入精盐和味精拌匀，乘热用粗布袋包好，再用重物压一天即成。食时切长方片。

【三美片】 朝鲜族菜。猪耳、猪舌，用葱、姜、蒜等调料拌匀的调味汁抹匀，装入猪肚里，用大火蒸熟，取出以重物压实即成。食时切薄片。

【狗肉火锅】 朝鲜族菜。将煮狗肉的原汤盛在火锅里；煮烂的狗肉撕成细丝，配葱丝、蒜末、野苏子、韭菜花、芥末、味精、精盐、腐乳、辣椒油等即成。

【砂锅狗肉】 朝鲜族菜。带皮的熟狗肉撕成条；锅内放油，烧热，放入葱、干辣椒炸后，再放狗肉等煸炒，然后放入砂锅中，添鸡汤，加大料、味精、姜块、料酒、白糖、酱油，用大火烧沸，再移至中火上炖烂即成。

【补身汤】 也称“狗肉汤”。朝鲜族菜。将全狗燎烤呈金黄色时切成块，煮熟后，拆骨，继续炖汤，然后把肉撕成细丝，放入滚开的原汤里即成。食时用精盐、酱油、芥末酱、韭菜花和辣椒面调味。

【狗肉汤】 即“补身汤”。

【扒狗肉】 朝鲜族菜。带皮狗肉，放开水中煮透，乘热在皮面上抹匀糖色，放热油中炸制，皮面朝上再放入砂锅里，加汤、葱段、姜块、花椒、大料、酱油、精盐、料酒、干辣椒等，烧沸后移小火上慢焖酥烂，取出放盘中。焖肉的原汁烧沸，加味精，勾芡，淋明油即成。

【熏狗肉】 朝鲜族菜。狗肉切长方块，加调料拌匀腌制（也可加酱油、精盐、调料袋煮熟），再放熏笼内熏2次，然后切薄片，置锅中煸炒后，加入鸡汤、料酒，用慢火煨熘至汤汁将尽时，撒上芫荽末即成。

【拌狗肉】 朝鲜族菜。将煮熟的狗肉撕成丝，用芫荽、熟芝麻末、辣椒丝、葱丝、姜末、蒜末、酱油、味精、胡椒粉、辣椒油、芝麻油调拌即成。

【拌狗肉脆】 朝鲜族菜。狗的熟下水（心、肝、肚、肠、腰子）切片，用鸡蛋丝、芫荽、胡萝卜、辣椒丝、芝麻末、葱、姜、蒜、酱油、醋、芝麻油、辣椒汁、胡椒粉、味精拌匀即成。

【焖补养鸡】 朝鲜族菜。黄芪、人参用水泡软后切片，同蜜枣、蜂蜜拌在糯米中，随后加少许的清水灌入

净母鸡膛内，用线缝口，仰摆着放蒸笼内蒸熟，取出，扣在大汤盘内即成。

【滑炒鸡片松茸】 朝鲜族菜。鸡脯肉切片，用精盐、胡椒粉、味精、芝麻油卤后，再放蛋清、淀粉调匀，过油滑熟。松茸用开水焯透捞出。葱、姜炝锅后，添鸡汤，加精盐、味精、松茸、鸡片，慢火煨制，装盘，撒上辣椒丝、鸡蛋丝即成。

【色蛋卷】 朝鲜族菜。鸡蛋清和鸡蛋黄分别加精盐搅匀。鸡蛋黄摊成蛋皮，半熟时把已卤好的葱叶、胡萝卜、紫菜末、红辣椒丝放在蛋皮上，卷成卷；鸡蛋清也摊成皮，半熟时把蛋黄卷放在上面，再卷成卷，凉后切三角或椭圆形块即成。

【龙凤汤】 朝鲜族菜。鲤鱼、仔鸡剁成块，把鸡焖煮八成熟时，放入鱼肉，待肉熟后，加猪油、葱丝，胡椒粉、精盐等调料，再把鸡蛋汁甩在汤上即成。

【拌海参】 朝鲜族菜。发好的海参切细丝，鸡肉撕成细丝，然后放入卤好的青萝卜丝和胡萝卜丝中，加白糖、芥末酱、醋精、芝麻油、酱油、葱丝和蒜末拌匀。生菜叶铺盘底，放上拌好的海参，撒上芝麻末、红辣椒丝、鸡蛋丝即成。

【蒸鲷鱼】 朝鲜族菜。净鲷鱼左侧刮斜花刀，再从右侧剔出鱼肉，随后用精盐卤上，剔出的鱼肉剁成茸，同葱末、胡椒粉、白糖搅匀成馅，装入鱼的右侧，使鱼保持整形。入笼蒸熟后，将红辣椒丝、鸡蛋丝、紫菜丝撒在鱼上即成。

【生拌鱼】 朝鲜族菜。净鲜鲤鱼剁去头、尾，除内脏，剥皮骨，肉和皮均切成丝，用开水烫后，再投凉，挤净水分，放入芝麻油、酱油、精盐、白糖和辣椒酱喂上。再依次摆上鱼皮、鱼肉、梨丝、红辣椒丝、葱丝和松仁末即成。食时，蘸用芥末酱、醋精、酱油、姜末制的调味酱。

【拌鱿鱼】 朝鲜族菜。净鲜鱿鱼切细丝，用开水汆后，再投凉，挤净水分，放入葱末、蒜末、精盐、酱油、醋精、白糖、芥末酱、辣椒面、芝麻油拌匀即成。食时可放调味酱。

【凉拌八带鱼】 朝鲜族菜。净八带鱼剞花刀，切段，放开水内焯一下，用凉水洗透，加酱油、精盐、葱、蒜、辣椒粉、醋、白糖、味精、芝麻油和熟芝麻末，拌匀，撒上鸡蛋丝、芫荽叶、红辣椒丝即成。

【酸辣裹福】 朝鲜族菜。鲜蛎黄、姜丝、辣椒丝等调料拌成馅，抹在各层白菜心里，再夹入熟牛肉、鲜黄花鱼、松仁、芝麻、核桃仁等料，用白菜叶包好，放凉牛肉汤腌渍，封闭缸口，在 10℃ 的地方（或地窖）贮存，半月后可食用。

【神仙炉】 朝鲜族菜。分荤、素两种食法：素食，用长白山特产的各种野菜，洗净，改刀后，加各种调料烩一锅即成。荤食，把开水焯过的牛肝、牛百叶、蛤蜊肉均切薄片，与牛腩丸子、鱼肉片、海参片、元蘑片、元葱片、茼蒿段分别挂上蛋糊，煎熟，连同粉条、核桃仁、银杏、红枣、栗子、松仁整齐地摆盘里，再把用调料拌好的元葱丝铺在锅底，逐层摆主、配料，撒红辣椒丝，浇鸡汤即成。

【酸辣白菜】 朝鲜族菜。白菜、萝卜、黄瓜切片，再加鲜姜片、梨片、松仁、栗子、熟鱼肉片、熟牛肉片，拌以精盐、辣椒、蒜、鱼虾酱汁腌渍。白菜发酸后，放在温度适宜的菜窖里，随吃随取。为冬令时节的民间传统菜。

【煎青椒】 朝鲜族菜。在净青椒前部横切 2 刀（刀口处有 2 个圆圈），用精盐卤上。精盐、酱油、胡椒粉、芝麻油、豆油和猪肉末放一起和成馅，控干的青椒圆圈里蘸上面粉，装满馅，抹上鸡蛋糊，煎成金黄色，加清汤稍焖，待汤干时装盘，撒上鸡蛋丝、辣椒丝即成。

【月瓜菜】 朝鲜族菜。月瓜（即角瓜）切片，用开水烫后，捞出。糯米搅成糊，煎成薄片，再切丝。勺内加底油（芝麻油），放入肉丝、葱丝、蒜末和酱油煸炒，再加瓜片、糯米饼丝，炒至八成熟时，放入各种调料，调好口味后，装盘，撒上鸡蛋丝、辣椒丝即成。

【锅爆沙参】 朝鲜族菜。经开水烫后的沙参切薄片，用精盐、胡椒粉、白酒、白糖、葱末、姜末、味精腌 15 分钟，再一一沾匀面粉，拖鸡蛋液，煎黄至熟取出。锅内加底油，用葱、姜炝锅，放入鸡汤和调料，再放入沙参片，移小火上煨透，装盘，撒上辣椒丝、芫荽叶即成。

【雪衣豆沙】 也称“高丽澄沙”。朝鲜族菜。豆沙加白糖，用猪油炒匀，再放桂花酱拌和，作成如鹌鹑蛋大小的球状，然后一一沾层面粉，挂匀蛋泡糊，放入温油中炸熟，撒上白糖即成。

【高丽澄沙】 即“雪衣豆沙”。

【串炙】 也称“烤串肉”。朝鲜族食品。牛肉片加酱油、芝麻油，芝麻末、葱末、蒜末和胡椒粉搅匀喂好，用竹签穿成串放铁箅子上，炭火烤八成熟，呈赭红色时，切三角片即成。

【烤串肉】 即“串炙”。

【冷面】 朝鲜族食品。荞麦面、淀粉和食碱用沸水烫成稍硬的面，搓长条，制成面条，开水煮熟，冷水投凉，盛碗内，加牛肉片、梨、鸡蛋丝、咸菜、调味酱，撒上芝麻，浇入冷面汤，淋上芝麻油即成。

【打糕】 朝鲜族食品。民间传统作法是：把蒸熟的糯米饭放在木槽（或平板）上，用木锤碓成团后，打成粘糕。现今作法是：用机器把蒸熟的米饭放入投料口，同时用木杵碓入，反复 2 次即成。食时可蘸炒熟的干豆面。

【片糕】 朝鲜族食品。大米加工成湿面粉，逐层撒在屉布上，蒸熟放机器内，加工成长片糕，再剁成斜方片，用刻花模具压花后，刷层熟豆油即成。

【豆馅饺子】 朝鲜族食品。湿大米面逐层铺屉内，蒸成糕状，再揉匀切成块，擀成长条饼片，用豆沙做馅包住，再用碗口按出半圆形饺子，刷层芝麻油即成。

【米肠】 朝鲜族食品。用粳米、糯米、大头菜末、猪

血、猪肉汤、板油、豆油、酱油、葱末、蒜泥、辣椒面和味精一起搅拌成稀粥状的馅，装肠内，扎口，微火煮熟，捞出晾凉，切片，吃时浇上调味酱即成。

【饼片汤】 朝鲜族食品。湿大米面蒸成面团，加工成长条饼后，切成椭圆形饼片，放开水里汆透，捞出装碗，加入葱丝、熟牛肉丝、调味酱，浇上牛肉汤即成。食时可用精盐、酱油、辣椒面自行调味。

【散状】 朝鲜族食品。将粳米、糯米制成米粉。红小豆煮熟，屉布上铺一层红小豆，撒一层米粉；再铺一层红小豆，再撒一层米粉，反复撒完，各层厚度均匀，蒸熟，出笼切方块即成。

【蒸片】 朝鲜族食品。净大米用机器制成温面粉，放入温水和酵面搅匀，倒入大米面粉里，发酵后，加小苏打、白糖，一匙一匙地放在屉里呈圆形，蒸熟后，逐个刷油即成。

【紫菜饭】 朝鲜族食品。炒熟的牛肉末和烫好的菠菜段用酱油、味精、芝麻末喂好，再把酱油、精盐、醋和白糖做成的调味汁倒在饭里拌匀，铺在用微火烤的紫菜上，再逐层铺上拌好的肉末、蛋皮、菠菜，然后卷成长卷，切片，刀口朝上摆盘中即成。

【疙疸粥】 朝鲜族食品。小豆去皮和粳米煮粥至七成熟时，再把用粳米面、糯米面做成的面疙疸和粥同煮，加各种调料熬匀即成。冬至时节食用。

【金达莱饼】 朝鲜族食品。湿糯米面和成团，擀成薄饼，两面贴上金达莱花瓣，经烙制即成。

【绿豆饼】 朝鲜族食品。绿豆去皮，磨成水面，加红辣椒丝、葱花、精盐、味精、豆油（或芝麻油），拌匀，做成饼坯，放平锅内烙制即成。

【五谷饭】 朝鲜族食品。朝鲜族习俗，正月十五日，家家户户用五种粮食制作粥状的五谷饭，以此象征五谷丰登。

鄂伦春族菜点

【火烤肉】 鄂伦春族菜。用犴、鹿、狍、野猪、熊、松鼠及野禽肉，切成块或片，吊或穿在湿木棍上，在篝火上烘烤，至外壳金黄并冒油时即成。配盐佐食。

【火烧肉】 鄂伦春族菜。取犴、鹿等肉，切成块，放入预先烧好的炭火中，反复翻拨烧炙，至外焦而里面恰熟时即成。参见“火烤肉”。

【清炖肉】 鄂伦春族菜。取犴、鹿等野兽或野禽肉，切块入锅，配山芹菜或柳蒿菜、野葱，经长时间慢火清炖即成。参见“火烤肉”。

鄂温克族菜点

【肉粥】 鄂温克族食品。鹿肉（或熊肉、狗肉）切块，并和大米煮粥，煮成后加少许盐调味即成。

赫哲族菜点

【刹生鱼】 赫哲族菜。刚出水的鲟鳇、哲罗鱼（或鲤、鳟等鱼），取肉切细薄长片（也可切成细丝），加辣椒面、盐、醋拌食；也可加白菜丝、豆腐丝、细粉丝、豆芽、葱、蒜等料；其鱼皮经烤后刮去鳞，切成细丝拌入，犹如海蜇丝。赫哲语称此菜为塔拉卡。

【刨花】 赫哲族菜。冬日用狗鱼、细鳞鱼等，取肉冻后切成薄片，可以蘸调料食用，食法参见“刹生鱼”，也可调拌吃。赫哲语称此菜为苏拉卡。

哈萨克族菜点

【马肠子】 哈萨克族菜。冬季选膘肥肉嫩马，宰杀后由脊部剖开，取腹部相连的两肋，每条肋骨切成两头有肋骨、中间有油、肉相连的长肉条，用盐、葱末、胡椒粉、姜粉调味后，逐条塞入马肠。一般一匹马可制 12 根马肠，制成后先经烟熏，然后在阴处两头朝上晾干，食时煮熟即成。

【那仁】 哈萨克族食品。连骨羊肉整块下锅煮烂，捞出晾凉，去骨后切成如指甲大小的丁，盛入盆中。洋葱切片入肉汤中略焯后倒入羊肉丁中，加精盐、胡椒粉拌匀。面粉用淡盐水和好，擀薄，切成 10 厘米的长面条，入肉汤中煮熟，倒入盛肉的盆中，拌和，另将酸奶疙瘩用开水泡软搅成酸奶糊，浇在肉和面上供食。此食品始于叫那仁的地方，后传至各牧区，故名。

黎族菜点

【腌生鱼】 黎族菜。取当地特产的金线鱼肉，同炒熟（或半熟）的淀粉拌和，加入适量的食盐和配料调匀，装罐密封 7 天后即成。

【香饭】 黎族食品。竹筒中放入米和适量的水，加入黑豆、猪肉、鹿肉、蛇肉，用香蕉叶子塞紧竹筒口，放柴火或炭火上烤至竹筒外皮呈暗黑色时即成。

壮族菜点

【白切乳猪】 壮族菜。将 2 个月左右的小猪治净，整只上笼蒸熟，斩件，排成猪形上盘即成。配酱油、芝麻油、沙姜、葱段佐食。

【酸甜烧乳猪】 壮族菜。乳猪调味烧成金黄色，斩件上碟，摆成全猪形，在碟底加入酸甜薄芡，芡面洒上姜丝、蒜丝、荞头丝即成。

【烤香猪】 壮族菜。将巴马县特产的香猪治净，除内脏，以老姜、蒜头、盐水捣成汁，加花生油、料酒制涂料，将猪身涂遍，入土窑，用金英果根作燃料，慢火烤制；30 分钟复涂一次，熟透，砍段，排成猪形上盘即成。配白糖、甜酱、葱头佐食。

【火把肉】 壮族菜。猪肉、鸡肉煮后切成条形厚片，蛋白裹紧鸡肉上笼稍蒸，取出楔入肉条，然后入锅炸制

即成。

【皮肝生】 壮族菜。猪肝剁茸，放入猪血碗内，加醋、蒜等调料，腌渍杀菌入味。瘦猪肉切片，腌渍入味，入锅炒至香脆，放入猪血碗内，速拌，让血浆裹住肉片即成。

【五福喜临门】 壮族菜。以猪的肝、肠、肚、肺、血5种原料，配上时令的蔬菜，制汤即成。

【团圆肉】 壮族菜。以竹签把猪心、肝、肚等穿成一串，入水煮熟即成。蘸调料进食。

【网油炸腰卷】 壮族菜。以猪肉、猪腰、马蹄、香菇、香葱、芫荽切丝为馅，用猪网油包馅卷起，入笼蒸熟，再挂蛋清浆炸制即成。

【脆皮假烧鹅】 壮族菜。取猪大肠壁厚油多处，洗净入卤水中煮透，捞出上脆浆，热油炸制即成。因其外脆里酥，口味似烧鹅，故名。

【芙蓉浮皮丝】 壮族菜。干猪肉皮经油发、水泡后切丝烩制。鸡蛋打匀，蒸成水蛋饼，将肉皮丝，水蛋饼盛入汤碗内，加入少量的火腿丝，冲入滚上汤即成。

【百花瓤肉皮】 壮族菜。将干猪肉皮泡发，瓤入以虾胶、鱼胶（或肉酱）等掺入香菇、葱花调味的馅，经沸水汆后，装碗中蒸熟，扣盘中即成。

【酸菜碎牛汤】 壮族菜。牛肉剁烂，腌酸菜切碎，同蒜茸、盐、糖、醋煮汤即成。

【酸笋牛肉汤】 壮族菜。牛肉切片腌渍，酸笋切片，同适量辣椒、蒜茸、盐、糖、醋煮汤即成。（注：竹笋切片，用净清水浸泡，自行发酵变酸，即为酸笋。）

【彗星肉】 壮族菜。牛干巴切成粗条，用菜叶包好入子母火中烧至焦香，取出，一端捶茸包上肉馅子；另一端挂上蛋糊，入锅炸呈金黄色时即成。

【白切狗肉】 壮族菜。选肥壮嫩狗，宰杀去毛除脏，整只或切大块入水煮，煮时少加绿豆，使其泡发，熟后切件，装盘即成。配腌柠檬、酸梅子、海鲜酱、蒜茸、姜末、白糖、胡椒粉佐食。

【清炖破脸狗肉】 壮族菜。大土锅置于风炉火上，锅内注水，再将小铝锅置入土锅内，把破脸狗肉砍成块，随同调料放入铝锅内，注入清水，待土锅水沸时，将土锅盖子盖上，隔水煮炖至烂即可。

【子姜野兔肉】 壮族菜。鲜兔肉切片上浆入味，入锅炒至断生，再入锅内拌炒勾芡即成。

【火烧野兔肉】 壮族菜。野兔肉切成如火柴盒大小的块，再切片腌渍入味，仍复原成火柴盒形，用菜叶包住扎紧，入子母火中焐熟即成。

【烤辣子水鸡】 壮族菜。用水鸡腿（或兔腿）从肘口处切为二节，顺一端剔开肉，腌渍入味，用竹片夹住置木炭火上烤制呈金黄色时，抹上芝麻油即成。

【白炒三七花田鸡】 壮族菜。田鸡去皮去骨，腌渍，入味，上浆，入油锅滑熟。油菜心入锅过油成熟，放入鸡汤锅内，煮沸装盘，再把田鸡、三七花入芡锅，翻炒后，放入菜心盘内即成。

【蛇汤】 壮族菜。万蛇、金蛇等治净，斩段入锅，加姜、酒炖至骨肉即分离时，加入淮山药，汤呈乳白色时，再调味即成。

【三七根炖鸡】 壮族菜。活母鸡整鸡出骨后，入沸水浇逐多次，将三七根塞入腹内；骨入砂锅，再将全鸡腹朝下放入；肫、肝、心、姜、葱放入，注入鸡汤烧沸后加盖，移至小火上炖烂。拣去鸡骨、葱、姜，全鸡翻转（腹朝上），肫、肝、心切片放腹上，加入调料在小火上煨入味后即成。

【柠果白切鸭】 壮族菜。鸭子治净，用白水煮熟，切件，用盐渍柠檬果与姜末、蒜茸、芝麻油、糖、盐等制汁浇上即成。

【鸡茸燕汤】 壮族菜。以炸发好的猪肉皮切粒，鸡肉切丝，用上汤滚熟，下淀粉调味推芡成糊汤，再入蛋液，撒叉烧粒即成。因猪肉皮类似燕窝，故称燕汤。

【竹笋烩鸡球】 壮族菜。鲜金竹笋蒸熟，入沸肉汤内汆透，鸡脯肉上浆汆熟，把竹笋、鸡丝放入锅内调味勾芡即成。

【辣血旺】 壮族菜。活子鸡杀后，鸡血凝固，滑块入碗；鸡脯切柳叶片，上浆汆熟，入碗，鸡肝、肫、心、肠煮熟，改刀，入碗；木耳汆熟，入碗，调料配成卤汁浇碗中即成。

【豆苗南粉鸡】 壮族菜。南粉（即粗粉条）浸泡、过油后垫底；鸡片、香菇调味焖好铺面，再将豆苗汆熟拌入，即成。

【蒜米鸡】 壮族菜。将全鸡剔骨，以蒜米和半肥瘦猪肉丁瓤入膛内，下瓦锅调味焖煮即成。

【鹌鹑回巢】 壮族菜。洋芋丝装入漏勺，入锅内炸成金黄色（即成巢状）。鹌鹑治净，用盐、酒抹匀，入锅煮至七成熟，再用调料入味，入锅炸成枣红色，码入巢里，周围用绿菜丝点缀即成。

【煎蛋角】 壮族菜。将肉末、香菇粒、虾米粒等炒熟拌葱花作馅，再将少量蛋液下锅，煎至半熟，在中间放馅，利用蛋液的粘性，叠成角形，继续煎熟即成。

【瓤油果】 壮族菜。油豆果破边，用鱼胶、肉末、香菇、虾米作馅料瓤入，并逐个插上青菜1棵，入锅焖熟，推芡上盘即成。

【巧瓤鲜瓜花】 壮族菜。南瓜雄花去掉花托、花蕊，瓤入虾胶、肉末或水豆腐等馅料，蒸熟，再扒制（或汤汆）即成。

【煎焖瓤凉瓜】 壮族菜。将苦瓜挖瓤，以肉末、香菇、虾米并略加生粉为馅瓤入，下锅煎至金黄色时，加豆豉、蒜茸焖透即成。

【梅藕四味】 壮族菜。嫩藕去皮切片，用腌制的酸梅加糖调拌好，入盘垫底，再将鸡、鸭、鹅等家禽的头、翼、脚、脏入卤水卤熟铺面即成。

【脆皮瓤茄瓜】 壮族菜。用猪肉、香菇、虾米、葱花剁碎调味作馅；鲜嫩茄瓜斜切成片，中间开一口，成夹刀

片，将馅料瓤进，另以酵面、淀粉、油、盐、醋作脆浆，将瓤好的茄瓜上浆炸至金黄色时即成。

【烩鱼丝】 壮族菜。将鲮鱼或鳜鱼剁成鱼胶，调味后，和淀粉搓压成片，再切条，入沸水汆熟，用瘦猪肉丝、冬菇丝、粉丝、丝瓜丝等和上汤烩制即成。

【炒鱼卷】 壮族菜。将鲮鱼（或鳜鱼等淡水鱼）的鱼胶调味后，和淀粉搓压成片，切为合适件块，划上刀花，用筷子卷起，入汤水中汆熟，形似鱿鱼卷，再配以季节时菜，炒制即成。煸、烩也可，以炒为多。

【鱼粉角】 壮族菜。以肉末、香菇粒、虾米粒调味做馅；以鲮鱼肉剁成鱼胶加淀粉和匀做皮，用皮包馅捏成角形，入上汤中煮熟，再配以季节蔬菜制成汤菜即成。

【瓜花鱼头汤】 壮族菜。把鲟鱼头腌制后煮汤，用南瓜雄花作配菜即成。

【龙卧金山】 壮族菜。鲜花鱼腌渍入味蒸熟，老蛋糕理码成对称的两座“山”，将鱼置于两山之间，用芫荽拼成树林即成。

【酸汤煮鲫鱼】 壮族菜。鲫鱼入锅煎黄，注入酸汤，沸后放入调料、青蒜苗、豌豆荚即成。

【脆煸蜂儿】 壮族菜。用白色的有脚幼蜂去蜂刺，用盐水煮后，花生米入锅炸酥，下蜂，炸脆，幼蜂、花生米入锅加芡，翻颠即成。

【瓤炸麻仁蜂】 壮族菜。用未长脚的幼蜂，经水煮后，从腹部划开去肠，用木片把肉茸瓤入蜂肚内，入锅炸至呈金黄色时即成。

【椒盐蜂儿】 壮族菜。选用有脚刚能爬行的幼蜂先入盐水锅内略煮，再入锅略炸，待油温升高时复炸呈金黄色时，洒上椒盐即成。

【五香豆蛆】 壮族菜。豆蛆放入锅内煮至入味，再放入锅内炸至呈金黄色时即成。

【油炸沙蛆】 壮族菜。鲜沙蛆放入沸水锅内掸一下，以凝固蛋白质，再入锅炸成金黄色，油菜心入锅快速走油，用2棵菜心夹1个沙蛆，装盘即成。

【捆绑】 壮族食品。将糯米与盐、腊肉丝拌和，用“扎绑叶”的大叶子包成长20厘米、直径3～5厘米、粗如手臂的圆柱体，用稻草扎好，入锅煮熟，撤去火，再焖2小时即成。

【盐凤肝】 壮族食品。猪肉切片，放入卤锅煮至入味，取出挂糊，再入锅翻炸至呈金黄色时即成。配椒盐佐食。

【双色糯米粑】 壮族食品。将糯米粑粑平放，面上抹肉茸，将红黄糯米饭放肉茸上面，随后放入油锅炝熟即成。

【五色糯米饭】 壮族食品。将优质糯米浸透，以枫叶、黄花、红饭叶等天然植物色素为染料，入蒸笼蒸熟，成黑、白、红、黄、紫五色糯米饭即成。瑶族也有此食品。

【肠糕】 壮族食品。猪小肠治净，用猪血和米浆，加入碎肉、花生仁及香料、调料等，调匀灌入肠内，再用慢火煮熟即成。食时剪成小段，并配熟油、酱油、醋、胡椒粉等佐食。

【芋头糕】 壮族食品。把粳米磨浆，加入芋头丁，上笼蒸熟，再撒上碎肉、葱花、大头菜丁即成。配卤水、芝麻、辣椒、酸醋佐食。

【蕉叶糍粑】 壮族食品。将糯米磨浆滤干，加糖搓匀出坯，以芝麻（或豆蓉、豆沙）为馅，再用芭蕉叶包裹蒸熟即成。

【冰花桄榔粉】 壮族食品。取桄榔树树心研碎（沉淀可得淀粉），用桄榔粉加白糖调匀，略煮呈虾肉色时即成。

【米皮粉果】 壮族食品。将笋、葱、荸荠、香菇、猪肉切碎调味作馅，另把粳米磨浆煮熟和干粉搓匀，用刀擦油挞成薄皮，再包馅捏成各种形状，入笼蒸熟即成。

【油茶】 壮族食品。优质糯米浸泡，晾干，炸成米花。瘦肉末、老姜、蒜头、葱头、酒制汤；茶叶熬浓茶。以小碗盛米花冲入汤、茶各半，乘热饮食。

苗族菜点

【红烧竹鼠肉】 苗族菜。选用竹鼠的四支腿，切块，炒至肉香，放入盐、姜、酱油、糖、料酒、清水，移至小火炖炝，放入味精即成。

【瓦罐焖狗肉】 苗族菜。狗肉切块经沸水汆后，入凉水漂去腥膻味，放入瓦罐内，倒入经炒香的辣椒、白糖、蒜、草果、大料、盐、姜、胡椒、花椒，焖熟即成。

【清汤狗肉】 苗族菜。狗肉切块除去异味，入腊油锅内炒后，放盐改用微火炖熟。配汁水佐食。

【白煮麂子肉】 苗族菜。选鲜麂子肉与花椒煮断生，改刀为块即成。配汁水佐食。

【炖金嘎嘎】 苗族菜。三七根、姜、蒜填入金嘎嘎腹内，串拢，在膝关节处划一刀，使它跪在土罐内，加水盖严，置于砂锅上面，隔锅蒸熟即成。

【炖猪脚】 苗族菜。在猪脚上划几条刀口，入罐，加葱、姜、蒜、盐、水，置砂锅上面，隔锅蒸熟即成。

【清炖狗肉】 苗族菜。狗煺毛后把皮烤黄，入温水刮净，切块，与草果炒后，放入盐、姜、清水，煮开，用小火炖炝即成。配汁水佐食。

【蒸糯米肠】 苗族食品。猪大肠内壁翻出，灌气扎紧晾干，再灌入糯米、盐、味精、胡椒、草果、八角、姜、汤、油渣混合馅，扎紧入笼蒸熟即成。

【油炸飞蚂蚁】 苗族食品。于夏天下雨时节，用竹箩套住土洞口，飞蚂蚁出洞入箩，互相碰撞，翅膀脱落，将其身用水溺死，食时用盐水烫后沥干，入锅炒至呈金黄色时，撒上椒盐即成。

【六谷米焖猪脚】 苗族食品。猪脚煮炝后，下入六谷米，煮至六七成熟，改用微火焖熟即成。

瑶族菜点

【清汤脆肚】 瑶族菜。猪肚煮熟切条，入油锅炸脆，再入清汤锅内煮至回软，下菜心至熟即成。配汁水佐食。

【干笋焖鸡】 瑶族菜。鸡、水发干金竹笋炒后焖熟即成。

【酸菜蒸鲫鱼】 瑶族菜。鲫鱼去鳞、鳃、肚杂，治净，用料酒、盐腌渍，扣碗，酸菜加糖、料酒，拌匀，放在鱼上，上笼蒸熟，翻扣碗内即成。

【瑶豆腐】 瑶族菜。黄豆细粉撒入冷水锅中，放盐搅匀加盖，小火煮熟，放上一些切好的蔬菜（以韭菜、青菜或白菜为最佳），下熟油，稍煮片刻即成。

【野味干巴】 瑶族食品。农历三月初三，男子上山打猎，将猎物宰杀去毛、开膛，盐渍，之后全寨老幼围坐火塘边，用米酒、花糯米饭同野味干巴边烤边吃。（注：干巴，指经腌渍晾干后的肉干。）

土家族菜点

【泥鳅钻豆腐】 土家族菜。活泥鳅用清水养3～5天，每天换水，最后换清水后，投入糊状猪油，待泥鳅将之吃完，即投入锅中。锅内已预置豆腐、清水，加盖后，在小火上慢慢加热，至泥鳅钻入豆腐内死去。揭盖，大火煮20分钟左右，让泥鳅肚内猪油冒出来，至二者熟透，下芝麻油、酱油、姜粉、辣椒、盐少许、鲜紫苏叶、嫩花椒籽（或花椒叶）、葱花，再煮1分钟，将锅移上微炭火炉上，撒味精，边烧煮边吃。

【土家族粑粑】 土家族食品。用糯米煮熟后制成。因用途不同，形状、大小各异，品目较多。有酒杯口大小的耳朵粑粑，用于男女青年定情、定婚、邀客的信息；有铜钱大小的哭脸粑粑，用于婚礼前2日新郎送新娘；用于过年用的有砣砣粑（也称年粑粑）；用于预祝家庭兴旺的管年粑粑，大如簸箕；用于新房上梁时摔的梁粑粑；新屋落成后送给掌墨师一个脸盆大的鲁班粑粑，以示谢意。

侗族菜点

【血浆鸭】 侗族菜。宰鸭时，备装有清水、醋（或酸菜卤）的碗，将鸭血放入搅匀，成血浆；鸭治净，切成15～25克的重块，先爆炒，再加水以小火炖，同时用10～15个辣椒（干品好）烤丝，放入锅内同炖，至鸭烂、汤水也已将干时，下入鸭血浆，翻炒至水将干、血变黑时即可起锅，上洒葱花即成。也有加板栗同炖的。

【酸鱼】 侗族菜。大鱼破肚去脏，小鱼整用，洗净，腌30分钟左右下腌桶，再加炒糯米粉与适量的鲜红辣椒、鲜姜、五香粉拌匀，加压至盐水没鱼，密封，30天后即成。可生吃，也可烤吃、煎吃。苗族也有此菜。

【火烧鱼】 侗族菜。稻田中的鱼剖开洗净，用树枝从鱼嘴穿入，在火上烤熟即成。配辣椒面、精盐佐食。

傣族菜点

【香茅草烧鸡】 傣族菜。仔鸡去内脏、去骨，破成两半，上色，烤干表面水分，将肉轻轻捶松，用调料铺上，合拢，再以香茅草捆住、竹片夹好，放在温火上烧，边烧边淋猪油，烧至呈金黄色时即成。

【景烫】 傣族菜。猪里脊肉切片，放入沸汤内汆熟，装碗，加入芫荽、葱、姜、油辣子等调料即成。

【辣子焖鸡】 傣族菜。子鸡切块，入锅稍炒，投入调料、上汤，加盖，焖烂，淋上辣椒油即成。同法还可制木瓜焖鸡。

【酸条】 傣族菜。带皮熟猪肉，上色，入锅炸成棕色，切片，与盐、花椒、葱、姜一齐入锅煮沸，投入刚炒过的酸笋条，至熟即成。

【烧辣肉】 傣族菜。猪五花肉用清水煮至半熟，入糖汁锅内上色，将原汁汤倒入炒锅，下猪肉和包有山柰的香味料的纱包、面酱、盐，煮至出香味时，将肉切片即成。配汁水佐食。

【清蒸牛肉】 傣族菜。壮黄牛肉与辣味配料剁细，调味，以香茅草包扎，再用芭蕉叶包好，大火蒸熟即成。同法还可作荷叶蒸辣子鱼、蒸鸡、清蒸挑手鱼等。

【勒左】 傣族菜。壮黄牛后腿肉，放进汤锅煮至沸；下酸木瓜、辣椒、调料，再至沸，改用小火炖熟即成。

【酸笋炒牛肉】 傣族菜。酸笋入锅炒出香味，注入上汤，至沸，将黄牛脊肉片上浆，入锅滑散，过油变色后，放入竹笋，下花椒、荆芥，簸锅即成。

【清汤汆牛肉】 傣族菜。牛上汤入锅至沸，下牛脊肉、花钻肉、腰、肝、千层肚梁，汆至八成熟时，装碗，将芹菜、芫荽、花椒、葱、姜、盐、味精放肉上，浇入沸上汤即成。

【酸笋焖鸡】 傣族菜。仔鸡块放入砂锅内煮熟，投入已炒过的酸笋，至熟即成。配汁水佐食。

【蜂窝豆腐】 傣族菜。豆腐切块，入锅煮沸，放入已滑散的牛肉末，煮至豆腐起蜂窝眼时，调味即成。

【木瓜烧鱼】 傣族菜。挑手鱼除去鳃、内脏、挑手刺，入锅炸至呈金黄色时，与木瓜一齐放入汤锅，至沸，调味，改用小火煨熟即成。

【火烧鱼】 傣族菜。挑手鱼顺脊骨划开，去内脏、鳃，厚肉部位打茸，把青椒、姜叶、芫荽、荆芥、花椒叶、薄荷、茴香调料馅装入鱼腹，头尾折拢，用香茅草捆成十字形，再用芭蕉叶包好，放入红火灰里烧熟即成。同法还可制火烧肉。

【白汁鳝鱼】 傣族菜。鳝鱼入沸水稍烫，用瓜叶抹去皮，去骨，去内脏，切段，与火腿、蒜、葱、姜、韭菜同入汤锅，上盖煮熟，勾芡即成。

【冻鱼】 傣族菜。鲤鱼入锅煸炸，烹入料酒、上汤、腌菜、葱、姜等调料，至沸，移至中火上烧熟，取出鱼骨，冻

结即成。

【怕哈煮螺蛳】 傣族菜。螺蛳去尾部，入锅炒后脱盖，放入炒青椒的锅内稍炒，倒入料酒焖煮，至酒干，注入开水，下猪骨、姜、葱团、荆芥、芫荽、花椒，煮至汤白，再下芫荽、瓜尖、酸笋等煮熟，最后调味精即成。配汁水佐食。

【酸笋煮螺蛳】 傣族菜。田螺去螺尖、内脏，入锅炒出香味，放入已炒熟的酸笋锅内，注入高汤、香茅草，煮透即成。

【青苔松】 傣族菜。选取激流中的青苔，洗净，晾干，烘脆捶细，与油、调料拌匀即成。蘸糯米饭食之有独特的风味。傣族称为海味。

【刺猬酸肉】 傣族菜。刺猬开膛去内脏，切片，加入酸桔汁、酸木瓜、花椒、荆芥、葱、姜等调料，腌渍入味，用香茅草捆扎，在栗炭火上烤熟即成。

【酸肉】 傣族菜。黄牛精肉用淘米水初洗，再用清水洗净，切片，加鲜花椒叶等调料，和米饭拌匀，入陶罐压实，泥巴制浆密封腌渍，食时切片与青蒜同炒即成。

【火烧肉圆】 傣族菜。猪肉剁成茸，与蛋液、荷包豆、调料拌匀，入碗蒸熟，置于栗炭火上烤至肉饼与碗分离、呈金黄色时反扣碗内即成。

【酸炝菜】 傣族菜。猪筒子骨入砂锅煮沸，青菜苔晒洗晾干，与腌菜、年枣、白糖放入砂锅煮炝即成。配汁水佐食。

【酸笋煮挑手鱼】 傣族菜。挑手鱼入锅煎黄，取出，下酸笋炒出香味，倒入鱼、上汤、调料，煮至汤汁乳白即成。配汁水佐食。

【鱼剁生】 傣族菜。鲜鱼除去鳞、鳃、鳍、肚杂，经火烧后除骨，捶茸，与葱、姜、荆芥、芫荽、花椒等调料拌和即成。同法还可制牛肉、猪肉剁生。

【沙鳅鱼煮酸笋】 傣族菜。酸笋入锅炒后，注入汤，煮透，去异味，下沙鳅鱼，至熟即成。配汁水佐食。

【炒螺肉】 傣族菜。螺肉入锅炒熟，下已炒过的酸笋，调味，拌炒即成。

【烤竹鼠肉】 傣族菜。竹鼠开膛去内脏，放在栗炭火上烤至六成熟，捶茸，放入调料，捏成扁圆形饼，用香茅草包好，在栗炭火上烧熟即成。

【石头煮青苔】 傣族菜。把青苔、青椒、葱、姜切细，一同放入耐高温的盆中，注入清水、盐，将烧红的鹅卵石放入，汤沸即成。

【素杂菜】 傣族菜。酸笋入锅炒后，加水煮沸，下青干豆、土豆、空心菜，至熟，调味即成。配汁水佐食。

【蚂蚁蛋】 傣族菜。取生长在树上的黄蚂蚁蛋，洗净，烫后，同烧熟的番茄一起剁碎，用调料凉拌即成。也可用芭蕉叶包好蒸食，或烧汤。

【鲊什锦】 傣族菜。将猪的肉、肚、舌、心、肺、肝、肠、排骨汆后改刀，与米面、姜、白糖等调料拌和入罐，腌制出酸味时，入碗蒸熟即成。

【火烧肉米线】 傣族食品。猪精肉腌渍入味，置栗炭火上烧熟，切丝。米线入盘，放上肉丝和芫荽，浇上汁水即成。

【燔啰嗦】 也称“蒸羊糕”。傣族食品。用吊装面与花生、芝麻、苏子、红糖、猪油拌匀，用芭蕉叶包好蒸熟即成。

【蒸羊糕】 即“燔啰嗦”。

【茅草大灰粽】 傣族食品。山茅草洗净晒干烧成灰，与糯米、草果、盐和拌，放入粽片上，加腊肉，依次放数层，包成尖角形，煮熟即成。

【香竹饭】 傣族食品。嫩香竹装入糯米和花生，用芭蕉叶塞紧筒口，斜置栗炭火上烧熟，剥去竹片，取出被竹膜紧包住的饭柱，，切为圆片即成。

【象耳粑粑】 傣族食品。用上等糯米浸泡、磨浆、压干，制成饼，煮熟后，加糖擀成薄饼，晾干炸吃。因形似象耳，故名。

【田鸡干巴】 傣族食品。田鸡腌渍入味，晒干，入笼稍蒸回软，入锅炸黄即成。

【呀货嚏】 傣族食品。猪脑花与葱、姜等调料拌和，置于芭蕉叶上包好，放入子母火中烧熟，去叶，撒上胡椒、味精即成。

彝族菜点

【皮肝生】 彝族菜。猪前腿经苏打水处理后，去水分，置于火上烤黄，去骨，切丝，腌渍入味，放入配料上面，浇入汁水即成。

【肝胆生】 彝族菜。乳猪用泥糊满，置火上烤至泥干，取出内脏，连同耳、舌、嘴、爪用开水汆后，烘干，切粒，调味装盘；另将肉砍块，煮透装盘即成。随冷开水碗上桌，加入肝胆生，用肉块蘸食。

【火夹煎乳饼】 彝族菜。乳饼切成长厚片，从中间剞一刀，涂上蛋清糊，夹入云腿片，入锅煎至金黄色时，撒上椒盐即成。

【捶料锅贴乳饼】 彝族菜。乳饼切块，刷上蛋清糊，贴上鸡泥，拼制图案，刷糊，用小气蒸定型，入锅用小火煎黄即成。

【巍山焦肝】 彝族菜。猪肝切成米粒状，调味，放在有干淀粉、蛋清的网油上，卷成筒，上笼蒸后切成小筒，入锅炸黄，拼成塔形，用鸡丛丝和葱丝点缀，洒上椒盐即成。

【翡翠脊筋饺】 彝族菜。用猪里脊筋膜切成饺皮，放上鸡丛馅，制成饺，戳上5个圆孔，放上火腿丝，并且韭菜穿孔而过，紧包火腿，入笼蒸熟装盘，用豌豆荚围住饺，浇入虾仁清芡，左边用肉质春梅；右边用老蛋黄糕腊梅点缀即成。

【清汤鹿四件】 彝族菜。取鹿子后腿肉、肚、舌、心，汆后，再放入清水锅内烧沸，下调料，改用小火炖熟，切片，入碗各占一角，注入原汁汤、调料即成。

【绣球酥】 彝族菜。猪肉制成肉丸，挂糊，入锅炸成金黄色，再放入汤锅酥煮，调味即成。

【彝味兔】 彝族菜。兔子剥皮抹盐去水分，用酒抹后上叉，刺洞抹香料腌渍，上火烤至呈金黄色并溢出香味时即成。

【茎菜生】 彝族菜。鲜茎菜根切细，盐渍；肉丝汆至断生；花生米炒香舂碎，豆豉煸黄，一齐装碗，放上椒油、味精，拌匀即成。

【羊皮煮肉】 彝族菜。羊宰杀后，开膛去内脏、头、蹄，肉切条。用4根木桩在地上钉成方形，羊皮四角栓紧木桩，用湿泥糊抹羊毛，注入清水，下羊肉，皮下面烧柴煮至肉熟，放盐、花椒即成。配汁水佐食。

【温拌鸡肝生】 彝族菜。将鸡宰杀，鸡血凝固，取下鸡脯、肠、肫，用小火烤熟切丁；熟鸡蛋切粒；鸡肝剁碎，入碗和拌，加入水芭蕉和调料即成。

【粉蒸羊肉】 彝族菜。壮羊肉切片，入锅炒至离骨，出香味时，与豆面、茴香、盐拌和，入笼蒸熟即成。

【油炸蚂蚱】 彝族食品。干蚂蚱汆后吃上味，入锅炸成金黄色，撒上椒盐即成。

【锅巴油粉】 彝族食品。用豌豆磨制的浆，一部分与豌豆干粉制糊，入锅摊平刷匀制成锅巴；大部分煮成油粉。用纱布铺在簸箕上，舀一瓢油粉，加一层锅巴，依次操作，直至锅巴用完；最后盖上一层油粉，凝固即成。食时取块切片，浇入佐料即可，也可以热吃。

【辣血旺】 彝族食品。鸡血入碗凝固，划块，放入蒜茸、醋、辣椒、油、酱油、花椒油、辣椒面、味精、盐，腌渍，撒上芫荽即成。

白族菜点

【干攒】 白族菜。腌菜入碗，用雪梨、卤排骨、肉、肝、肚拼成菊花，鸡肉切成瓣放中间即成。配汁水佐食。

【砂锅鱼】 白族菜。将洱海鲤鱼腌渍，去腥味。鸡块、鱼装入砂锅，置大火上煮至六成熟时，下鱿鱼、海参、鱼肚、蹄筋、云腿、冬菇、豆腐皮等料煮熟即成。

【粉蒸鱼】 白族菜。用鲜鲤鱼切条，装碗，用盐、酒、辣椒、花椒、糖、葱、姜腌渍入味，投入茴香、盐、草果、米粉、海菜拌匀，入甑蒸熟，扣入海菜碗内即成。

【冻鱼】 白族菜。洱海鲜鲤里切段，腌渍，入锅煎黄，放入上汤、葱、姜、花椒、草果、糖、辣椒，煮30分钟，再放青蚕豆米煮熟，冷冻即成。

【柳蒸猪头】 白族菜。猪头烤黄刮净，劈成两半，去脑，划成若干象眼块。铁锅加清水，水上面架上十字甑架，空隙处放上去皮的鲜甜柳树条；将猪头现骨一面朝下架于甑上，上盖，置中火上蒸2小时，用酱油、红糖、大料、肉桂、草果、盐、味精汁水涂抹刀口处，再蒸，再涂，直至汁水用完，去骨即成。配汁水佐食。

【丫松鸡】 白族菜。鸡脯切方块，用刀尖顺横丝切小孔，扑粉填入松仁，入锅炒成白色，再将调料芡汁放入锅内拌匀即成。

【鱼茸乳扇卷】 白族菜。乳扇入笼蒸软，切成长方块，瓤上乌鱼茸，卷成筒状，上笼蒸定型，扑粉刷糊，入锅炸至呈蛋黄色时即成。配椒盐佐食。

【乳扇包里脊】 白族菜。将猪里脊肉、冬菇、葱、姜、调料腌渍入味，放入乳扇中包好，入油锅炸至呈金黄色时即成。

【桃仁夹沙乳扇】 白族菜。乳扇蒸回软，去扇耳，包入洗沙、玫瑰、桃仁馅，用筷子夹住右端，左手夹住左端，先炸右端；后炸左端，至呈淡黄色时装盘，用蛋松、云腿末点缀即成。

【乳扇凉鸡】 白族菜。乳扇回软压紧，卷成鸡腿状，用豆腐皮紧裹，用麻布包扎，蒸熟，去麻布，改刀装盘即成。配汁水佐食。

【瓤雪梨】 白族菜。选用大理雪梨去皮核，入锅炸成黄色，出水，瓤入冰糖、枣、元肉、火腿、柿饼、松仁、白果、莲子、糯米饭等混合熟馅，上盖插紧，入笼蒸至梨透心时，浇上糖水即成。

【板栗红肘】 白族菜。鲜猪肘煮透，涂上蜂蜜，入锅炸至皮黄起泡时，回软改刀装碗，放入板栗，加入调味汁水，上笼蒸烂，肘翻入盘内，用原汁加温淀粉勾薄芡即成。

【烩里脊羊肚菌】 白族菜。猪里脊肉腌渍煮熟切片，羊肚菌放入汤锅煮沸，加调料，烩至菌香，放入脊肉，起锅装盘即成。

【烩肉圆木耳】 白族菜。将红萝卜、青笋、青菜干入沸汤锅内煮熟，下调料、肉圆、木耳、豆腐皮后即成。

【冰糖螺豆腐】 白族菜。螺豆腐经沸水汆后，入碗，放入糖液、蛋液、鸡油，上笼蒸熟，撒上芝麻即成。

【牛奶煮弓鱼】 白族食品。洱海鲜弓鱼切段，把牛奶和弓鱼同时入锅煮至半熟，下大枣、桂圆肉、糖，煮至糖溶化、鱼熟时即成。

【牛奶乳扇核桃茶】 白族食品。将乳扇在栗炭火上烤制成卷筒状，与核桃茸入碗，倒入滚沸的糖牛奶即成。

【洱海水煮活鱼】 白族食品。干木瓜、洱海水与调料入锅，把现捕捉的鲫鱼开膛后入锅，上中火煮至汤汁浓稠时即成。因鱼下锅时仍在游动，故名。

【凉拌螺肉】 白族食品。洱海螺肉经用碱和香橼叶擦洗后，用木瓜醋对制的清水浸泡杀菌，装盘，投入调料即成。

【腊味螺豆腐】 白族食品。锅内投入葱、姜等调料，待香味溢出后，注入上汤、螺豆腐，煮至汤干即成。

【豆汤】 白族食品。干蚕豆泡发去皮，入锅炒透加苏打、沸水，煮至乳白，捶茸，下芋头、豆腐、冬菇，煮熟，搅入面粉放盐即成。

【猪肝鲊】 白族食品。冬季宰猪，取其肠、肚、肝、排骨、肺，洗净，入锅煮变色时切丝(块)，加入料酒、香辣

调料，置于腌肉缸底，15 天后，装罐续腌。食时，入碗蒸熟即成。

【酸肝】 白族食品。用竹管插入猪肝管内，吹泡，加入杨梅酱、草果、花椒、茴香、盐、油辣椒，扎紧，晾干，蒸熟，切片即成。

纳西族菜点

【丽春火锅】 纳西族菜。火锅洗净，用栗炭火烧燃。青菜、山药垫底，上放粉丝、茎菜根、木耳、豆腐；再上放腌排骨、火腿、猪蹄、酥肉、圆子、阉鸡，最上面放香菌、调料、汤，用红萝卜雕花镶入菜中即成。

【八宝三美梨】 纳西族菜。选取个大质嫩的三美梨，削皮去心，将白合松子仁、核桃仁、糯米、火腿、芝麻、玫瑰糖、白糖、蜂蜜、油糖类混合馅装入梨中，蒸熟，浇上糖姜银汁芡即成。

【四扇松茸】 纳西族菜。松茸柄切片，装盘拼成四把扇子，将上过浆的火腿片夹入松茸之间，蒸熟，浇上芡汁，用菜松、蛋松分别点缀即成。

【瓤松茸】 纳西族菜。用松茸帽，瓤入猪脊肉、鸡脯、鱼、火腿馅，蒸熟，翻入盘中，浇入咸鲜汁即成。

【砂锅岩巴纠】 纳西族菜。鸡砍块，入锅中炒后，注入清水，烧至沸，把豆腐按扁，似蛤蟆状，与鸡同煮，至沸，倒入砂锅内，小火炖煮，加冬菇、盐，至熟即成。

【百合圆元】 纳西族菜。火腿、瘦肉、豆腐、调料制馅，用 3 片百合瓣将馅包成圆形，蒸熟即成。

【青蛙抱玉柱】 纳西族菜。猪里脊调味上浆，入锅滑散，然后加入蒜苔、青蚕豆米、火腿，在锅内同炒，至熟，调味，勾芡即成。因豆米似青蛙；蒜苔似玉柱，故名。

【天麻扣鸡】 纳西族菜。将鸡肉和调料入碗，放上天麻粉，蒸熟即成。

【贝母鸡】 纳西族菜。仔母鸡从脊背处开膛，去五脏，腌渍入味；用竹签在鸡脯上刺洞，装入贝母，蒸熟即成。

【鸽雀共合】 纳西族菜。将仔鸽、麻雀干拔去毛，开膛，腌渍入味，连汁蒸熟即成。

【玉龙雪峰】 纳西族菜。乳扇卷成筒，炸熟，拼成玉峰状，撒上冰糖末呈雪山状，用鸡蛋与淀粉烙片，制成 3 朵茶花点缀即成。

【瓤猪肺】 纳西族菜。将鸡蛋磕入无面筋的面水中，调味后，灌入猪肺中，边灌边吹气，灌满为止，扎紧，煮沸，改用小火煨熟，切片，加汤，调味即成。

【寺不】 纳西族菜。将鲜猪肝冲气膨胀后，腌渍入味，撒上花椒面，阴干即成。食时，放入汤锅，加辣味料，改用小火煮熟，切片即成。也可以凉拌。

【麻补】 纳西族食品。将糯米饭、米饭混合，与猪血、调料拌匀，灌入猪大肠，上笼蒸熟，切片煎食。

【丽江粑粑】 纳西族食品。将发好的面团擀成圆饼，包入糖、肉馅，入平锅，贴成两面黄后，放在烧过的石块上烤熟即成。配酥油茶佐食。

【水汽粑粑】 纳西族食品。将发面与面粉合制成面团，然后擀成大圆饼，放入铁锅内，待饼的底面呈黄色时，出锅。锅内加少量水，将饼未贴过的一面朝下，对水罩住上盖密封，用中火把水焖干即成。

哈尼族菜点

【竹筒鸡】 哈尼族菜。用带节的鲜绵竹一节，上头开口，填入鸡肉、火腿片和调料，用萝卜塞紧，放入火上烧烤，待香味溢出时装碗，点缀即成。

【竹筒银耳鸡】 哈尼族菜。鸡脯切片，与水入竹筒煮熟，装碗；冰糖与水入竹筒煮成糖水，过滤，将冷却的鸡肉、糖水和水发制熟的银耳混合即成。

【柴花拼盘】 哈尼族菜。将韭菜、芫荽、芝麻、姜、蒜混合入盘，柴花置上，腌鸭蛋、卤猪肝、花生米、焙熟的蚂蚱入盘各占一角，上放泡椒、芫荽即成。

【紫米网油泥烤鸡】 哈尼族菜。嫩鸡开膛，用香料腌渍后，用制熟的紫米饭、火腿丁、葱、姜、盐拌和塞入鸡腹内，用猪网油包紧，再用荷叶包扎，外面用泥敷住，置炭火上烘烤至泥干裂、香气四溢时即成。

【油炸麂子干巴】 哈尼族菜。鲜麂肉入缸腌渍入味，用竹棍串好晾干，切薄片，入锅炸至香味溢出即成。

【石蚌炖蛋】 哈尼族菜。将石蚌（即棘胸蛙）入碗，加入熟三七粉、盐、胡椒、生姜粉、蛋液，上面用碗盖住，放入水锅里炖熟即成。

【黄面瓜鱼煮甜菜】 哈尼族菜。黄面瓜鱼与冷水同时入锅，上火，水沸时下猪油、盐、葱、姜、胡椒、味精。鱼熟装碗，锅内留原汤再放入甜菜煮熟，倒入鱼碗内即成。

【茎菜根炒肉丝】 哈尼族菜。猪后腿肉切丝上浆，入锅滑散，下茎菜，至熟调味即成。

【砂锅牛蹄】 哈尼族菜。黄牛蹄去毛，烧黄刮净，砍开，放入有清水的砂锅内煮沸，下料酒、草果、盐，盖上盖，移至小火上煨烂，切成小块即成。配汁水佐食。

【酸笋炒麂子肉】 哈尼族菜。酸笋与姜入锅炒制，去异味，把麂肉茸入锅炒熟，再放酸笋、汁水拌匀即成。

【煮蛇丸子】 哈尼族菜。捕捉生长在蚂蚁穴堆内的蛇，宰杀去皮、内脏，将肉捶成茸，放入蛋液碗内，加盐，吃上味，挤成丸子，入油锅炸至呈黄色时，再放入沸开的汤锅内煮熟即成。

【酸笋煮螺蛳】 哈尼族菜。鲜螺蛳入盐锅炒，脱盖，注入油，炒后装碗。酸笋入锅稍炒，下花椒、陈皮，开水略煮，倒入螺蛳、薄荷即成。

【螃蟹炖蛋清】 哈尼族菜。将蟹肉舂成茸，用纱布滤出蟹汁，与蛋清、调料、猪油入碗调匀，入笼蒸熟即成。

【清汤橄榄鱼】 哈尼族菜。锅注上汤沸开后，放入葱、蒜、盐、胡椒、草果和鱼，至鱼熟时，起锅倒入盛有橄榄皮的碗内即成。

【五香芭蕉花】 哈尼族菜。芭蕉花煮后漂洗，挂糊，入油锅炸至呈黄色时即成。配椒盐佐食。

【油炸蜂子】 哈尼族食品。将野蜂蛹烫死，料酒腌后，凉水去酒味，用葱、姜汁吃上味，入锅炸至呈黄色时即成。配椒盐佐食。

【生炸竹蛆】 哈尼族食品。竹蛆入油锅炸至呈深黄色时，捞起装盘撒上椒盐即成。

【油炸麻粹】 哈尼族食品。糯米饭放入石臼内，对入红芋头、地瓜、山豆根汁水拌匀，边舂边加入红糖末，至呈泥状时取出揉成团，再擀成片，制作成各种动物形象，晒干，用油炸泡即成。

【笋饺】 哈尼族食品。鲜笋放入子母火中烧熟，去壳，切成圆形皮，包入肉馅，用蛋清糊粘合接口，入笼蒸熟即成。配汁水佐食。

【舂干豆】 哈尼族食品。花生、芝麻入臼舂细，放熟干豆、辣椒、姜、花椒、盐混合再舂细即成。

景颇族菜点

【螺蛳汤】 景颇族菜。带壳鲜螺蛳，炒至发出爆炸声时，注入清水，下姜、蒜、酸笋，再沸后，调味即成。

【酸笋鱼汤】 景颇族菜。用姜、蒜炝锅后，注入水，下鲜挑手鱼、酸笋、青椒，煮至鱼身开裂，调味即成。

【炒牛肉】 景颇族菜。用姜、蒜炝锅后，放入牛肉末稍炒，投入葱、青椒、荆芥、芫荽、薄荷、茴香、花椒叶、花椒面，酱油、盐、料酒、高汤、味精，拌炒，勾芡，浇入明油即成。

【酸笋烧鱼】 景颇族菜。挑手鱼入锅，炸至金黄色时，放入已调好味的沸汤锅中，下酸笋、青椒，煮至汁浓时即成。

【舂鱼】 景颇族菜。将鲜鱼串于木棍上，放栗炭火上烤至金黄色时，入石臼内舂细，投入青椒、蒜、芫荽、姜、荆芥、核桃仁、盐、花椒、味精，舂透即成。

【素舂青豆】 景颇族菜。将青豆、青椒烧熟切米，与花生、调料拌和，入石臼舂成泥即成。

【舂鳝鱼】 景颇族菜。鳝鱼去头和内脏，在栗炭火上烤成金黄色；青椒烤熟，同入石臼舂细，放青椒、蒜、姜、芫荽、荆芥、花生米、花椒、盐、味精，稍舂即成。

【火烧猪】 景颇族菜。将猪宰杀，开膛去内脏，用线将刀口处缝合，用竹签串起，置于稻草和少量竹枝火上烤，边烤边用其草灰拌泥敷在猪上，至油出、泥落、皮黄、肉香时，切片即成。配汁水佐食。

布依族菜点

【皮酸】 布依族菜。牛皮（或猪皮）先切成条状，小火烤黄，加水浸泡，刮洗净，入砂罐清炖，至烂捞起风干，再放入用水、辣椒、花椒、八角、小茴香、生姜、大蒜、盐等制成的酸水中浸泡，15 天后即成。配辣椒面、花椒面做成的汁佐食。酒后食可以解酒。

阿昌族菜点

【萝卜煮肉】 阿昌族菜。带皮猪臀肉，加萝卜入清水锅内煮沸，改用小火煮至肉烂，调味，把肉捞出，用手撕成条即成。配调味汁佐食。

【豆腐烧肉】 阿昌族菜。猪五花肉切块，入锅炸成金黄色，与豆腐一齐倒入汤锅内，煮至豆腐起蜂窝时，调味即成。

【拌芹菜生】 阿昌族菜。芹菜切末，加盐渍去水分；猪坐臀肉用子母火烧熟，切末；将芹菜、肉末、花生、豌豆粉、芫荽、青椒、蒜、酸水、酱油、味精、盐调和，拌匀即成。

【冷冻】 阿昌族菜。猪头、爪、肉入清水锅煮沸，改用小火，下茎菜根及调料，至肉酥烂，去骨，撕块，入缽冻结即成。用筷戳食，或切片进食。

【酸扒菜】 阿昌族菜。肉皮入清水锅内煮沸，改用小火煮至肉皮熟透，下青菜、酸水、盐，至肉烂，洒上调料即成。

【干腌菜烧肉】 阿昌族菜。猪瘦肉切片，入锅略炒，加入汤、水、干腌菜，煮熟，调味即成。

【过手米线】 阿昌族食品。将芫荽、花生、青椒、蒜、盐、味精、酸水、芝麻油、豆粉制成馅；洗净双手，抓一撮米线放手中，挑馅置米线上，用米线包住馅，进食。

【舂南瓜尖】 阿昌族食品。南瓜尖经盐渍去汁水；核桃烧熟取仁，入石臼舂细，放南瓜尖、青椒、茎菜、调料，再舂即成。

傈僳族菜点

【焐煮肉】 傈僳族菜。将猪肉、内脏（肝不用）切薄片，入锅，加盖焖煮，至熟，倒入猪血即成。

【红烧大块肉】 傈僳族菜。猪五花肉一大块，火烤后，刮净，切成中块，放入有盐和红根草调的清水锅内，用小火煮，至汁浓稠时即成。

【清水煮小猪】 傈僳族菜。乳猪治净，切块，清水煮沸，小火炖至熟透，用原汤对成味汁，蘸食。

【排骨鲊】 傈僳族食品。猪小排骨治净，剁丁，入腌腊肉的缸底，上面用腊肉覆盖，入味后取出腊肉，下包谷面、草果、大料、茴香籽、酒、糖，拌匀，再腌即成。食时可炒可蒸。

【猪蹄珍珠粥】 傈僳族食品。猪蹄用小火炖，至汤汁呈奶色，下玉米粒、四季豆，炖至烂烂，投入盐、胡椒、味精即成。

水族菜点

【鱼火锅】 水族菜。小煤炉上置小汤锅，锅上又架一小调料碗；鲜鱼肉切片，边涮边吃。调料有盐、辣椒、醋等。

【蒸鱼】 水族菜。鲜鱼治净，在鱼腹中装入韭菜、辣

椒、盐等，蒸熟即成。

怒族菜点

【漆油焖鸡】 怒族菜。母鸡治净，进行改刀，放入漆油锅内炒至呈黄色时，铲入砂罐，密封盖严，置小火上炖炽即成。

【烤羊肚】 怒族菜。小羊羔肚，入沸水汆后，用刀刮洗成白色，放在木炭火上烤至黄色时，破开，取出脏物，放入调料腌渍入味，再将肚的里层翻出，烤成金黄色，切块即成。

【斜拉】 怒族菜。将鸡肉切块汆透，入酥油锅内炒成金黄色，放清酒、葱、姜汁、盐、清汤，上盖，稍焖即成。（注：斜拉，怒语，“斜”为肉，“拉”为酒，即酒和肉炒在一起。）

拉祜族菜点

【烤牛肉】 拉祜族菜。牛肉切长方块，稍捶，加盐、辣椒、花椒、蒜泥，腌渍入味，用竹片夹起，在栗炭上烤熟即成。

【血鲊】 拉祜族食品。猪头、耳、舌、爪，加未凝固的血与调料拌和，放入瓦罐，压实，淋料酒，加盖，进行腌制即成。食时，上笼蒸熟。可久贮，不变味。

阿佤族菜点

【鸡肉烂饭】 阿佤族菜。鸡宰后治净，入铜锅煮熟，取出撕成碎块；将糯米（或当地特产早谷红米）下入鸡汤中，八成熟时加入盐、五香粉、辣椒面、胡椒、花椒、砂仁、鸡肉、笋丝、苹果、蒜汁、生姜等，待熟后撒上葱花即成。

【迈雅】 阿佤族菜。仔鸡治净，用五茄皮菜叶将鸡杂包紧，塞入鸡腹内，缝合，入锅煮熟，捞出；将米倒入汤中，煮至汤汁快干时，把鸡肉撕碎拌入，头栽在中间，加盖稍焖即成。吃时调味。

【茶花粥】 阿佤族食品。选用茶花母鸡脯、腿、肝剁细，腌渍入味，下锅中煮熟，再用原汁鸡汤煮制稀饭，熟时，放入鸡脯、腿、肝装碗，撒上调料即成。

普米族菜点

【醉鸡】 普米族菜。母鸡治净，剁块，与鸡杂合拢，加米酒、红麯、砂仁腌渍入味，放入口小肚大的特制瓦罐内，放上当归，用碗盖严密封。铁锅置于中火上，锅内装入盐粒，摊平，将盛鸡的瓦罐放上，罐口碗内放入半碗水，煮至水蒸发完即成。

崩龙族菜点

【牛撒撇】 崩龙族菜。牛粉肠入锅煮沸，过滤取苦汁；牛肝抹盐，烤熟切片；牛脊肉烤熟，剁碎；韭菜入碗，放米线，加调料，放肉、肝，加盐，注入苦汁即成。

【拌麻桑朴】 崩龙族菜。将牛肉末汆熟，与麻桑朴丝、豌豆粉条、花生末、青椒、芫荽、蒜、酸水、酱油、盐、味精和调料拌匀，放盛米线的盘内即成。

【酸汤牛肉】 崩龙族菜。整块牛肉入锅煮沸，改用小火煮至肉熟，取出切片，汤内放干腌菜继续煮至熟，然后放肉片，调味即成。配汁水佐食。

【勒浪】 崩龙族菜。黄牛肉块入锅煮沸，移至小火再煮，放盐和木瓜片，煮至肉烂，投入辣椒、姜、蒜即成。

【蘸碟鱼】 崩龙族菜。酸笋入锅稍炒，加水烧沸，放入挑手鱼煮至熟，调味，用原汤对成汁即成。

【姜叶炖鱼】 崩龙族菜。挑手鱼放入滚开的清水锅内，至快熟时，加入姜叶等调料，稍煮即成。

【拌挑手鱼】 崩龙族菜。挑手鱼去鳃和内脏，放入子母火烧熟，去脊骨、鱼刺和鱼头，剁细，与豌豆粉、芣菜叶和调料拌匀，放于米线上即成。

【拌鲜猪肉】 崩龙族菜。鲜猪肉剁成末，汆熟，与茴香等调料拌匀即成。

【帕哈煮螺蛳】 崩龙族菜。螺蛳去尾部及嘴盖，与番茄、面酱入锅同炒，加水煮，放帕哈、香柳、盐调味即成。

【脆皮冬瓜】 崩龙族菜。将五花猪肉、排骨切块，入锅炸至呈黄色、味香时，加入调料，开水煮沸，放入经用石灰腌制漂洗后的冬瓜块，继续煮至肉熟即成。

【凉拌燕窝丝】 崩龙族菜。瘦猪肉腌渍后，入锅炸至金黄色，切丝，莴笋叶垫底；熟粉丝置上，再放肉丝，浇上特制的酸水和调料即成。

【酸蛙菜】 崩龙族菜。将排骨、甘蔗、青菜头入沸水锅内煮沸，改用小火，下番茄、盐，再煮即成。

【竹筒捣菜】 崩龙族菜。牛干巴入子母火焐烧，捶松，置炭火上烤熟，入竹筒捶捣成肉松，加干豆丝、姜、青椒、蒜，再捣成细末即成。

【舂茄子】 崩龙族菜。将茄子烧熟去皮，撕成条，与香辣蓼、番茄、芫荽、青椒、蒜、盐、味精，入石臼舂成泥即成。

【舂鱼腥草】 崩龙族菜。将鱼腥草、青椒、花生米、芫荽、蒜、盐、味精一同放入石臼，舂成泥即成。

【酱烧鱼】 崩龙族食品。挑手鱼入锅炸至呈金黄色时，与面条、番茄、少量汤，入锅烧制，调味即成。

独龙族菜点

【烧大肠】 独龙族菜。猪大肠治净，切长段，腌渍入味，置木炭火上烧烤至黄色时即成。

【河麻芋头】 独龙族食品。将芋头、河麻（荨麻）入锅，中火煮熟，芋头去皮即成。配椒盐或汁水佐食。

【石板粑粑】 独龙族食品。将荞麦粉、糖、清水和成糊状，放在贡山特产的青黑色石板上，用火烧石（此石不怕火烧，水浇不裂，无油也不粘粑）烙制即成。

基诺族菜点

【竹筒鸡】 基诺族菜。壮仔鸡切块，装入鲜竹筒内，加入清水、姜，置火上煮熟，调味即成。

【蝴蝶肉】 基诺族菜。猪肉茸、猪血与调料拌和，用芭蕉叶包严，放入子母火中烧熟，去叶用红绸扎成蝴蝶装盘即成。

【金肉条】 基诺族菜。猪精肉切条，腌渍入味，用竹签插住，放在炭火上烤至呈金黄色时装盘，用蛋松，菜松点缀即成。

【烤鸡】 基诺族菜。仔鸡去内脏后，腌渍入味，用竹签夹住，放在栗炭火上，边烤边淋上猪油，呈金黄色时装盘，点缀即成。

【鸡米粥】 基诺族食品。嫩鸡去内脏、头、爪、腿骨后，在木炭火上烤至稍呈黄色时，切粒，待锅内水沸时，下鸡粒，白参、木耳、甜笋、鸡纵、调料，再放苡仁米，煮至糊状即成。

小　吃

【马蹄烧饼】 北京小吃。发面团揪成剂，摁成圆皮，另揪一个小面球，蘸上花生油，放在圆皮上包起，搏成桃形，再摁成圆饼。将圆饼逐个研边，在正面稀疏地沾上一些芝麻仁，平摆在烤盘内，入炉烤至呈微黄色并暄起时即成。因饼底周围有突起的边，形如马蹄，故名。

【麻酱烧饼】 北京小吃。温水面加酵面揉匀，擀大片，抹油酥及芝麻酱，卷起，下剂，制成圆饼，外沾芝麻仁，放在饼铛上烙成浅黄色后，放入烤屉内，用微火烤至呈金黄色并略微鼓起时即成。

【酥烧饼】 北京小吃。发酵面团包油酥，下剂，再包入红糖馅，擀成圆饼，涂上芝麻油，用微火烙熟即成。

【澄沙烧饼】 北京小吃。面皮包澄沙馅制成圆饼，将圆饼边沾上芝麻仁，上铛烙至七成熟，再放入烤屉中用微火烘烤，待圆饼侧面烤裂一口，露出澄沙馅时即成。

【腰子饼】 北京小吃。冷水面加盐揉匀，擀长方面皮，在面皮一端先放大白萝卜丝，上放肉馅，再放萝卜丝，包起呈椭圆形的腰子饼坯，放带油饼铛内，煎烙即成。

【肉饼】 北京小吃。冷水面团加盐揉匀，下剂，摁成薄圆皮，包入牛肉馅，擀成圆饼，刷油烙熟即成。

【一窝丝清油饼】 也称“盘香饼”。北京小吃。将和好的水调面团经9次抻条，抻成极细的面丝，使面丝浸透芝麻油后，切成约15厘米长，再抻到约30厘米长，盘成小饼，置饼铛上，烙至两面呈金黄色时即成。

【盘香饼】 即“一窝丝清油饼”。

【一品烧饼】 北京小吃。水调面团擀成面片，内包油酥面，卷成卷，揪成小面剂，摁成圆皮，包上用核桃仁、青梅、面粉、白糖、糖桂花、芝麻油制成的馅料，沾上芝麻仁，入油中炸成金黄色即成。

【馅饼】 北京小吃。羊肉末加黄酱、精盐、姜末、花椒水等调拌成馅，再用软面团下剂制成皮，包入馅料，摁成圆饼，放入刷好花生油的饼铛上烙熟即成。

【扣饼】 北京小吃。荷叶饼切细丝。炒勺加油，煸炒葱末、姜末、蒜末，加白菜丝、精盐，放入饼丝，加入酱油、肉汤，慢火焖后，撒青韭段，盛盘中。另起勺煎一鸡蛋饼，翻扣在盘中即成。

【棋饼】 也称“咸瓤蒸饼”。北京小吃。发酵面团下剂，摁成圆皮，包入芝麻馅，收口朝下，包成棋子形圆饼，上笼蒸熟即成。

【咸瓤蒸饼】 即“棋饼”。

【山药饼】 北京小吃。山药蒸熟去皮，加干淀粉揉成面团，下剂制成皮，包入红果白糖馅，入油中炸成金黄色即成。

【褡裢火烧】 北京小吃。水面团下剂，擀成长10厘米、宽8.5厘米的长方形面皮，把以猪肉末、姜末、酱油、黄酱、味精等调成的馅，在皮上摊成一条，将皮卷成条状，两头封口即成褡裢火烧，上铛放花生油烙至两面焦黄时即成。

【片丝火烧】 北京小吃。凉水面加盐、碱揉匀，抻极薄面皮，放入葱、猪板油丁、盐，包起，卷成圆球，摁扁，烙烤至熟即成。

【糖火烧】 北京小吃。酵面擀成大片，抹红糖、芝麻酱，卷起，下剂，摁成圆饼，放在饼铛上烙烤即成。

【肉火烧】 北京小吃。烫面作皮，包入羊肉馅，做成圆饼，以油炸熟即成。

【螺蛳转】 北京小吃。冷水面加酵面和成面团，擀片，抹上掺有花椒盐的芝麻酱，盘成旋纹清晰的螺蛳状，擀扁，烙烤至熟即成。

【墩饨饨】 北京小吃。酵面加白糖和成面团，下剂，制成中间薄、周边厚的圆饼，上铛用微火烙，再入烤炉中烤，至暄起并呈淡黄色时即成。

【银丝卷】 北京小吃。发酵面团加碱水和白糖揉匀，抻成细丝，将猪油和芝麻油掺在一起刷在面丝上，随后将面丝切成段。另将抻面时揪下的面头和余下的面粉揉在一起，揪成面剂，逐个擀成椭圆形面皮，上放一绺面丝段包严，略饧，上笼蒸熟即成。

【肉丁馒头】 北京小吃。发面下剂，内包用猪肉丁、葱、姜、黄酱、芝麻油制成的馅，放在花形模子里，压成花形馒头状，上屉用大火蒸熟即成。

【素包子】 北京小吃。发酵面团下剂，做皮，包入以黄花菜、木耳、粉丝、鸡蛋等料拌成的馅，上面捏成间隔均匀的皱褶(俗称提褶)，下面呈圆形，上笼蒸熟即成。

【羊肉包子】 北京小吃。发酵面团下剂，做皮，内包用羊肉末、白菜、青韭末、黄酱、葱、芝麻油等拌成的馅料，制成包子，上屉蒸熟即成。

【三鲜海星饺】 北京小吃。澄面、面粉、糯米粉用沸

水烫熟揉成面团，下剂，包海参、虾馅，捏成海星状，蒸熟即成。

【馓子麻花】 北京小吃。明矾放入盆内砸碎，加入碱面、白糖、糖桂花和温水，用木槌化开，倒入面粉和成面团，揉匀；饧后，将面团搓成圆条，揪成面剂，再搓成小条，蘸上水和芝麻仁，做成扁"目"字形的细条状坯子，拉长，下油中摆动成型后，再整个放油中炸熟即成。

【脆麻花】 北京小吃。碱、矾用水化开，放入酵面、红糖、糖桂花和面粉，和成面团，饧后下剂，搓细条，用3股麻绳形式拧成麻花坯子，下油中炸成棕黄色即成。

【蜜麻花】 也称"糖耳朵"。北京小吃。酵面加碱水、小苏打、花生油揉匀；另用面粉、饴糖和成糖面，两层面团中间夹一层糖面，捋长条，折成U形，切成小坯，中间切夹刀口，套过刀口成麻花坯子，炸熟，入饴糖浸后，晾凉即成。

【糖耳朵】 即"蜜麻花"。

【姜酥排岔】 北京小吃。用姜末、明矾末、花生油、凉水、面粉和成面团。擀成很薄的长方形面皮，再套成排岔，入油中炸至呈淡黄色时捞出，浇上饴糖，晾凉后即成。

【炸三角】 北京小吃。面粉和开水和成面团，揪成面剂，擀成圆皮，再切作两个相等的半圆形。取一个半圆形面皮，沿半圆的底边蘸水，使底边相对粘在一起，做成圆椎形面兜，将用猪肉皮、瘦肉、肥肉、葱段、姜末、青韭等炒拌好的馅装入面兜里，包成三角形，入油锅将外皮炸焦取出，将沾口朝下摆好即成。

【炸回头】 北京小吃。烫面、冷水面各半，揉和成面团，下剂，包牛肉馅，呈饺子状，再把两角对弯回中间，即为"回头"，用油炸熟即成。

【焦圈】 北京小吃。水面团加精盐、碱面、明矾揉匀，再涂花生油反复揉匀，揪成小剂，再制成焦圈坯，入油中炸至呈深黄色时即成。

【薄脆】 北京小吃。盐、碱、矾用温水化开，倒入面粉，和成面团，饧后，下小剂，擀成极薄的面片，用刀尖在面皮上任意划许多小口，入油中炸脆即成。

【炸荷包】 北京小吃。盐、碱、矾用水化开，放入面粉中和成面团；面团刷油，摁成约0.7厘米厚的长条，再切成约10厘米长、6厘米宽的长方块，逐个下油中炸；待面块鼓起如"荷包"形时捞出，用筷子挑一小口，将鸡蛋液倒入，用筷子夹着破口在热油中翻摆两下，待蛋液凝固后，再整个下入油中炸至呈金黄色时即成。

【炸格渣盒】 北京小吃。绿豆面拌成糊，在铛上摊成格渣皮，将用胡萝卜丝、芫荽末、五香粉、精盐及荞麦面拌成的馅，摊在格渣皮上；上面再盖一张格渣皮，再摊一层馅，再盖一张格渣皮，粘好，用刀切成长方块，入油中炸至呈黄色时即成。

【素卷圈】 北京小吃。绿豆芽、菠菜、韭菜、水发粉条、芝麻酱、甜面酱、葱花、姜末、味精、胡椒粉等拌成馅，用油皮卷成卷，再用面粉糊粘住封口，切成段，入油中炸至呈棕红色时即成。

【油炒面】 北京小吃。面粉炒熟，再用牛骨髓油炒拌均匀，掺以黑芝麻、白芝麻、核桃仁末、瓜子仁。食时，将油炒面盛入碗内，用开水冲之，搅成稠糊状，再加白糖和桂花汁和匀即成。

【面茶】 北京小吃。糜子面熬成糊，盛入碗内，上面淋满芝麻酱，再撒以芝麻椒盐和姜粉即成。

【茶汤】 北京小吃。碗中盛入少许温开水，放入已炒熟的油糜子面，调合成面糊，然后用特制的茶汤壶中的开水将面糊冲熟，再撒上红糖、白糖和糖桂花即成。

【大麦米粥】 北京小吃。大麦米、豇豆淘洗干净，置锅中加凉水及碱面煮沸，撇去浮沫，改用微火熬，待大麦米开花、豇豆熟烂且粥粘稠时即成。食时撒红糖。

【杏仁茶】 也称"杏仁粥"。北京小吃。粳米、糯米、杏仁用水磨磨成稀糊，加水煮沸即成。食时加白糖、糖桂花汁。

【杏仁粥】 即"杏仁茶"。

【芝麻卷糕】 北京小吃。用蒸熟的糯米团，包入澄沙馅，做成卷糕，再沾匀芝麻仁，撒上白糖即成。

【整米切糕】 北京小吃。将蒸熟的糯米团、红枣，相间地铺3层，压成约10厘米厚，切菱形小块，撒白糖（或浇桂花糖汁）即成。

【水晶糕】 北京小吃。水磨糯米面蒸熟，加白糖、糖桂花揉匀，摊在抹过油的盘里，放入冰箱镇凉。食时，切成小方块，撒上京糕丁、青梅丁即成。

【盆糕】 北京小吃。将蒸熟的小枣、糯米面，按枣、米面的次序层层铺在底有孔眼的盆里，放蒸笼上，大火蒸透，然后取出盆糕，翻扣湿砧板上，切小块，撒白糖即成。

【奶油炸糕】 北京小吃。烫面加鸡蛋液、奶油、糖水、香兰素液搅匀，和成面团，再下小剂，摁成圆饼，入油中炸至呈金黄色时，沥去油，滚上白糖即成。

【黄糕】 北京小吃。将蒸熟过细罗的面和鸡蛋、白糖、糖桂花、料酒搅成稠糊，平摊在笼中的模子里，蒸熟晾凉，切成小块即成。

【莲子糕】 北京小吃。莲子去皮、心，蒸烂，轧成茸，加白糖、糖桂花，用慢火熬，水沸后下入蒸化的琼脂搅匀，倒入盘中，置冰箱内冷却，待其凝结，倒出切成各种形状的小块即成。

【扒糕】 北京小吃。荞麦面倒入将沸的水中搅成面团，然后加热水煮熟，盛方盘中，盖上湿布，待晾凉凝成坨后取出，切成薄菱形小片，分盛小碗中，加酱油、醋、芝麻酱、蒜泥、咸胡萝卜丝、辣椒油和芥末糊等调料，拌匀即成。

【栗子糕】 北京小吃。栗子剥皮，煮烂，揉成泥，用其中的⅓摊在湿布上，抹平，上放大片京糕，糕上再抹一层栗子泥，再摊一层澄沙馅，最后将所有栗子泥覆盖在

上面，然后用青梅、瓜子仁及切成菱形的京糕片在糕面上装饰成图案即成。食时，将糕切成小块，摆在盘内，浇上糖汁。

【黄米面炸糕】 北京小吃。发酵黄米面团作皮，内包豆馅，摁成饼状，入油中炸至呈金黄色时即成。

【米面蜂糕】 北京小吃。发酵米粉加蒸过的米粉、白糖、糖桂花和适量的碱水，搅成糊，将面糊分别盛在小碗内，上笼蒸熟取出，上撒青梅丝、京糕丁和瓜子仁等果料，再把糕从小碗中起出即成。

【炸年糕坨】 北京小吃。蒸熟的黄米面团揉匀，搓成圆条，揪成小剂，再摁成圆饼；把两个圆饼摞在一起，稍摁一下，使其粘实，即为年糕坨。年糕坨表面刷层花生油，入八成热的花生油中炸至呈金黄色时即成。食时撒白糖。

【小豆凉糕】 北京小吃。红小豆制成豆沙，放入锅中，加白糖、糖桂花，用微火炒，下蒸化的琼脂，至呈稠状时，倒入盘中摊平晾凉，然后置冰箱内使其凝结即成。食时切成小块即成。

【豆腊(chǎi)糕】 北京小吃。白芸豆经煮、蒸后，用刀剁成碎瓣，即为豆腊。将蒸熟的黄米面加凉开水揉匀，分成2块，分别摁成长方形的面块。砧板上先铺一层豆腊，放上一块面块；上面再平摊一层豆腊，将另一面块覆盖上，再撒匀余下的豆腊，即为豆腊糕。将其切成小块，上笼蒸熟，浇上红糖汁即成。

【豆面糕】 俗称“驴打滚”。北京小吃。黄米面发酵，蒸熟，置熟豆面上揉匀，擀成椭圆形大片，上摊豆馅，卷成卷，再切成段，撒以芝麻仁末、青梅末、白糖、冰糖渣、糖桂花拌成的芝麻糖即成。

【驴打滚】 “豆面糕”的俗称。

【夹糖糕干】 北京小吃。笼屉内铺上干屉布，放上糕干甑子，将蒸至半熟的粳米面倒在甑子内摊平，上面平铺用红糖、糖桂花、米面拌成的红糖馅，再把其余的米面倒在红糖馅上，用光子压平糕面，然后把糕干划成25个正方块，取下甑子，将笼屉置沸水锅上，蒸熟即成。

【枣糖糕】 北京小吃。发酵的面团用碱揉匀，放入糜子面、白糖、糖桂花、糖色搅匀成稠糊，先取一半摊在笼中的模子内，上放一层小枣；再摊上另一半稠糊，再码一层小枣。用大火蒸约40分钟，取出晾凉，切成小块即成。

【千层糕】 北京小吃。发酵的面团加碱和白糖揉匀，饧后，擀成大片，撒上用蒸熟的面粉加料酒、糖桂花汁、猪板油丁、白糖拌成的熟面，折成三层，再擀薄，复撒熟面折叠，如此多次，即成千层糕。在糕面上刷一层水，用青梅、京糕、瓜条、蜜枣、葡萄干、瓜子仁等果料装饰成各色图案，上笼蒸熟即成。

【爆肚】 北京小吃。净羊肚分割成肚领、散丹、肚蘑菇、肚葫芦、肚板等，顺肚纹切成条，分别下入煮沸的水中，翻搅一下即熟，迅速捞入盘中即成。配芫荽末、葱花、芝麻酱、酱油、醋、辣椒油、卤虾油和豆腐乳等调成的汁佐食。

【炒肝】 北京小吃。猪肥肠治净，放凉水锅里煮熟，捞出切成小段；猪肝洗净，切成菱形片；蒜泥、大料、黄酱、姜末、酱油等入炒锅炒成稀糊状的熟蒜泥。将猪骨汤倒入锅内，放入切好的猪肠，将沸时，撇去浮油，放入切好的猪肝及酱油、熟蒜泥、生蒜泥、精盐，搅匀，汤沸，用湿淀粉勾芡，再煮沸，撒上味精搅匀即成。

【灌肠】 北京小吃。有大灌肠、小灌肠之分。大灌肠是用精粉、桂花、蔻仁等调成的面糊，灌入猪肥肠内，入沸水中煮熟取出，切成薄片，置铛上煎焦即成。浇以蒜泥、精盐、白开水调成的蒜汁佐食。小灌肠是用淀粉加红曲、水，制成猪肠形；上笼蒸熟，取出晾凉，切成小片，上铛煎焦即成。也可以浇蒜汁食之。

【卤煮小肠】 北京小吃。猪肉加葱段、姜片、蒜块、酱油、豆腐乳、豆豉、大料、花椒和盐等煮至八成熟时，加放炸豆腐和煮好的猪肺、猪肚、猪肠、猪肝、猪心，待再沸时，下砂仁、三奈、豆蔻、丁香、白芷等香料煨，再淋料酒，撒葱丝拌匀。煨透后，将肠、肉等取出，切成块，连同炸豆腐和少许原汤盛入碗中，撒青蒜段，淋辣椒油即成。

【白羊头肉】 北京小吃。羊头洗净，煮熟，拆下头肉和羊舌，入凉开水中浸泡约1小时，沥净水，用刀片成薄片，盛入盘内，撒上椒盐即成。

【白汤杂碎】 北京小吃。羊肚、羊肠、羊肉等用水煮沸。另换净水，加葱、姜、大料、花椒、精盐等煮熟。酸菜切丝垫在碗底，上面再放煮肠、肉块，舀入原汤，入笼蒸约10分钟取出，再浇满原汤，放上芝麻酱、辣油、芫荽末即成。

【苏造肉】 北京小吃。洗净的猪肉、猪心、肝、肺、肚、肥肠等用微火煮至六七成熟，先入老汤中煨入味，再入猪骨汤中加苏造汤煨烂。另将凉火烧入苏造汤中煮热，食时切成小条，苏造肉、内脏切成小块，放在火烧条上，一起入漏勺内，在热汤中反复烫几次，放入碗中，盛满热汤即成。（注：苏造汤是以丁香、官桂、甘草、砂仁、桂皮、肉果、蔻仁、广皮、肉桂等9种主要药料粉煮成的汤。）

【羊肉杂面】 北京小吃。绿豆面加黄豆面和成面团，擀成薄片，叠起，切成杂面条，入沸水中煮熟捞出，盛碗内，放上酸菜丝、芫荽末，浇上用酱油、大料、花椒、葱段等调料炖成的羊肉卤汁即成。

【清汤丸子】 北京小吃。粉丝剁碎，加杂豆面、葱末、姜末、精盐、五香粉，调成丸子料，挤成小丸子，下油锅炸熟。沸水锅内，加丸子、精盐、花椒袋稍煮，将丸子带汤舀碗内，浇芝麻酱、辣油，撒芫荽末即成。

【鳞甲酥皮虾】 北京小吃。水油面、油酥面制皮，擀开折起，切长条，放扁圆铁模中卷长卷，烤熟取出。虾肉

丁加鲜蘑、笋丁调味炒熟成馅，装入酥皮卷内，卷的尾部插入带尾的熟虾段即成。

【全果酪干】 北京小吃。牛奶煮沸，加百糖、糖桂花搅匀，徐徐倒入糯米酒熬炼；待水分蒸发后，用微火炒拌，加入葡萄干、核桃仁、瓜子仁、熟杏仁、松子仁、芝麻仁等各种果料，炒至呈酱红色块状时，晾凉即成。

【奶棋子】 北京小吃。牛奶放在温度较高的地方，使其发酵，然后煮沸，滤去水分，加白糖揉搓均匀，饧后，置棋子形圆孔模子里压实成型，取出晾干即成。

【奶饽饽】 北京小吃。将碎奶皮搅成稠糊状，在油纸上摊成方形，用芝麻仁、白糖、牛奶调成的白糖馅，放在皮子中央，垫着油纸将奶皮四周兜起，把馅包严呈圆球状，收口朝下，隔着油纸摁扁即成。

【盆皮大奶卷】 北京小吃。将牛奶熬煮至只剩 3/5 时，舀入盆中，晾凉。盆内凝结成厚奶皮，沿盆边用藤箅把奶皮完整地托起，裁成正方形大片；把芝麻馅和金糕馅分别横摊奶皮两端，向中间卷起，呈云状奶卷，切段置盘中即成。

【奶酪】 ①北京小吃。牛奶烧沸，加白糖、糖桂花搅溶，晾凉。把糯米酒徐徐倒入牛奶中，搅匀。碗中放葡萄干、核桃仁、瓜子仁，再盛入牛奶，每碗盖一小薄木板。一碗一碗摞起放在酪桶内壁，中间放一装有烧红煤块的圆筒，盖上桶盖，烘烤约 30 分钟，取出冷却，再放入冰箱冷冻 3～4 小时即成。②青海小吃。牛奶烧开加白糖，晾至 30℃时，倒入大深盘中，加入醪糟面，边倒边搅，然后放晾处自然凝固即成。

【杏仁豆腐】 北京小吃。杏仁磨成浆，加溶化的琼脂搅匀，盛入小碗，置冰箱中凝成半固体即成。食时，将杏仁豆腐划成小块，注入适量的冰糖水，并撒上京糕丁、青梅丁。

【翡翠豆腐】 北京小吃。绿豆加水磨成稀糊，再加少许的碱面煮熬透，舀入大瓷方盘内晾凉，凝后入凉水中浸泡即成。食时，将翡翠豆腐切成小块，拌入芝麻酱、酱油、醋、芥末糊、辣椒油、蒜汁等，并撒上青蒜段和咸胡萝卜丝。

【老豆腐】 北京小吃。黄豆豆浆烧沸，用熟石膏点成，浇芝麻酱、酱豆腐汁、酱油、辣椒油、蒜汁等即成。撒咸韭菜花拌食。

【豆腐脑】 北京小吃。豆浆烧沸，点入石膏，使之呈半凝固状即成。食时盛碗中，浇上以羊肉、口蘑、蒜泥、酱油、味精等制成的卤汁佐食。

【煮炸豆腐】 北京小吃。豆腐切成小块，用花生油炸成浅黄色豆腐泡，再把炸豆腐和桂皮、精盐一起放入锅内煮，至豆腐入味后连汤盛在碗内，浇上芝麻酱、酱豆腐汁、辣椒油，再撒上芫荽段即成。

【豆汁】 北京小吃。绿豆磨成稀糊，对入浆水（前次制豆汁时撇出的清水，经乳酸发酵）熬煮即成。

【豌豆黄】 北京小吃。豌豆去皮，煮成稀粥状，加白糖搅匀，再过罗成豆泥，倒入锅内，上火，用木板不断搅炒；炒好后倒入白铁模子中，摊平，晾凉，入冰箱内凝结即成。食时，切成小方块，摆入盘中。

【芸豆卷】 北京小吃。将熟芸豆泥压成长方形薄片，在上面铺满芝麻馅，两端相对向内卷起，成为一个圆柱形长条，且横断面呈云状的图案花纹，再切成段即成。

【豌豆粥】 北京小吃。豌豆熬成粥。碗内放红、白糖，再盛入热豆粥，上面点洒桂花汁、玫瑰汁即成。

【甜卷果】 北京小吃。山药、小枣加面粉搅匀成馅。油皮用湿布包起，闷软后取出，铺在砧板上，将馅料放在油皮中间，横摊成一长条，再将油皮的一边向里折起盖上馅料，然后上笼蒸 30 分钟取出，乘热用油皮将馅料卷成长卷，晾凉，切成片，即为卷果片，再将卷果片入花生油锅炸成金黄色捞出，沥净油。炒勺放在大火上，放入凉水和白糖，待白糖熬化后，将干淀粉用凉水调稀，倒入糖水中搅匀，下卷果片，颠翻几下，使其全部沾上芡汁后倒在盘中，撒上京糕丝即成。

【糖茶菜】 北京小吃。白薯切成片，晾 2～3 小时，入油中炸成深黄色，再置熬好的糖汁中炒拌匀，倒入盘中，撒上京糕丝、青梅丝、芝麻仁即成。

【水乌它】 北京小吃。黄油和白糖置沸水中，待其全部溶化后端离火口，用铜勺搅打至呈稠糊状时，舀入镇冷的乌它模子中，刮平后，再浸入凉开水中，凝后磕出即成。（注：乌它模子，即刻有各种花卉的模子。）

【江米藕】 北京小吃。鲜藕孔内灌满糯米，上屉蒸熟，取出切片，撒上白糖、红糖、桂花汁即成。

【漏鱼】 北京小吃。干淀粉用温水澥开，倒入加了明矾并微沸的水中，搅成稠糊，乘热舀入事先准备好的漏盆内。漏盆置凉水池上，淀粉糊通过漏盆小孔，漏在水中即凝成两头尖的条状“漏鱼”，凉透后捞出，盛入碗内，拌以芝麻酱、酱油、醋、芥末糊、辣椒油、咸胡萝卜丝、黄瓜丝和蒜汁即成。

【旋粉】 北京小吃。干淀粉调成糊，舀入“旋子”中，置开水上烫熟成粉皮，切成小块即成。食时，浇以口蘑汤、黄花、木耳和口蘑片、芫荽末制成的素卤。

【锅贴】 北京小吃。面团下剂，擀成圆皮，内包以牛肉、白菜、黄酱、酱油、香肠、葱末、姜末等调成的馅料，制成半月形的锅贴坯子，上铛先烙后焖即成。

【蒸食炸】 北京小吃。水面团下剂，擀成圆皮，内包用西葫芦丝、黄酱、味精、精盐、胡椒粉、姜末、葱末和芝麻油拌成的馅，呈饺子状，上屉蒸约 10 分钟，取出晾凉，再放在饼铛里焖煎，待底层微黄焦硬时，铲起扣在盘内即成。

【酥合子】 北京小吃。将水和面团、油酥制成面、酥相间的面皮；将核桃仁丁、青梅丁、瓜子仁、白糖、饴糖、花生油、面粉等拌成的馅料放在两张皮中间，捏牢边沿，呈扣放的小碟形，入油中炸至呈浅黄色时即成。

【糖鼓盖】 北京小吃。用温水、小苏打、面粉和成面

团，下剂，摁成圆皮，包入红糖馅，用刻有竖边的擀面杖横竖各擀一下，成圆饼，放饼铛上烙至两面稍变色时，即放入烤炉中，待饼鼓起，呈浅黄色时即成。如包花椒盐，即为咸鼓盖。

【水晶门钉】 北京小吃。发酵面团下剂，内包用猪板油丁、青红丝、瓜子仁、葡萄干、白糖、糖桂花制成的水晶馅，收口朝下，制成顶部为球形平底的馒头，上屉蒸熟即成。因形似宫门上的钉帽，故名。

【蜜箅子】 北京小吃。糯米面、面粉、温水及酵面和成面团，下剂，摁成圆饼，用刀在中间切 7～8 个小口，入油中炸熟取出，再浸沾饴糖即成。

【龙凤呈祥】 北京小吃。水调面抻出龙须面，炸黄摆上；虾茸调味，抹面包圆片上，周围插粉丝炸黄；中间放熟鹌鹑蛋，造型即成。

【炒疙瘩】 北京小吃。用水将面粉和成硬面团，切成黄豆大的面粒，入锅中煮 5～6 分钟捞出，再入凉水中过一下，然后与肉丝、酱油、醋、精盐等同炒，待滋汁和水分全浸到疙瘩里即成。

【小窝头】 北京小吃。玉米面过细罗，掺黄豆面、白糖、桂花、水，调匀，团成如半个鸡蛋大的窝头，上笼蒸熟即成。

【艾窝窝】 北京小吃。糯米淘净，上笼蒸 1 小时，取出放入盆中，浇入开水，盖上盆盖，待糯米吸足水分后，捞入笼中再蒸 30 分钟取出，捣烂成团，晾凉后，揪成小剂，摁成圆皮，逐个包入以京糕、白糖、冰糖渣、糖桂花拌制的馅，团成圆珠形即成。

【牛筋窝窝】 北京小吃。糯米面用沸水烫透，搓匀，下剂，摁成圆皮，包入红糖馅，呈圆饼状，用大火蒸熟，取出晾凉，表面刷芝麻油即成。

【炉干烧饼】 天津小吃。酵面、碱面、清水、面粉和成硬面，下剂，包入蘸有食油的小面剂，擀圆，掐起正反两面的周边，并在一面沾上芝麻仁，将其烙黄，再刷上糖稀水，以明火将另一面烤至呈焦黄色时即成。

【什锦烧饼】 天津小吃。清水与面粉、酵面、碱和好，饧后擀片，抹油酥面，卷好，下剂，摁圆，包入馅心，先烙后烤即成。馅心有猪肉、白糖、芝麻、豆沙、豌豆黄、枣泥、红果、咖喱牛肉、梅干菜、萝卜丝、冬菜、香肠等 10 余种。

【油酥肉火烧】 天津小吃。用面粉、清水、熟猪油搋成的水面皮，包上用面粉、熟猪油搓成的酥面，擀长，卷好，下剂，制成圆皮，包上用清水、葱末、姜末、精盐、味精、花椒面、芝麻油搅好的猪肉馅，擀成小圆饼，先上铛烙成两面金黄，再放铁叉上炉烤熟即成。

【吊炉鱼饼】 天津小吃。酵面、碱水与面粉和好，略发酵，上砧板揉匀，下剂，揉出光面，放入鱼形木模内摊平，磕出，正面刷糖色，撒芝麻仁，上吊炉，用木炭火烙烤至呈金黄色时出炉即成。

【葱花脂油饼】 天津小吃。猪脂油、净葱切碎，拌芝麻团、精盐，抹入水面皮卷好，盘压成扁圆形，上小火烙熟即成。

【硬面烧饼】 天津小吃。酵面加清水、碱、面粉和成硬面团，反复揉匀，下剂，擀成扁圆形，周边划上距离相等的刀痕，呈花边，正面打上图案，先烙后烤即成。

【人参饼】 天津小吃。水油面与油酥面下剂，小包酥，摁扁，包萝卜丝馅，再摁扁装饰图案，入烤箱烤熟即成。

【千层鱼茸饼】 天津小吃。面粉加酵面、清水和匀，发酵，对碱，擀成长片，抹上以黄鱼肉茸、猪肉末、高汤、料酒、葱末、姜末等调成的馅，从一头叠起，叠成约 3 厘米宽，用另一张面片将其包好，上屉蒸熟即成。

【椿芽饼】 天津小吃。烫面团、水面团合揉成一个面团，下剂，制片，抹上用椿芽末及精盐、食油拌成的馅，卷起，盘好，轻擀成扁圆形，烙熟即成。

【炸金钱饼】 天津小吃。黄米面加水和匀，蒸熟，沾凉开水再揉匀，下剂，摁成小圆皮。红小枣去核，蒸熟，晾凉，在圆皮上摆一圈枣，当中摆一个枣，覆上另一圆皮，摁成圆饼，下热油锅炸，饼浮起，出锅，改刀成条，装盘，撒白糖即成。

【狗不理包子】 天津小吃。面皮制作采用“一拱肥”法（隔夜老肥和死面、肥花拱起即用）。馅心有猪肉、三鲜、肉皮等多种。传统调制法是：主料加猪骨汤（或肚汤）和好酱油搅稠，拌以姜末、芝麻油等调好。擀皮，打馅，包起收口，每个褶花 16～18 个，大火蒸熟即成。

【藤萝包】 天津小吃。鲜藤萝花择洗干净，与脂油丁、白糖搓匀，放坛中，封严坛口，7 天后，挤出花内水分，剁碎，加白糖拌匀，抹入发面制成的面皮，包成小馒头形，蒸熟即成。

【海蟹韭菜包】 天津小吃。熟白肉丁加葱、姜末、酱油煸炒，勾芡，与切碎的海蟹肉、海蟹黄、熟猪油、芝麻油、精盐、味精、青韭等拌成馅，抹入面皮，捏成道士帽形，蒸熟即成。

【小歪辫油脂包】 天津小吃。面粉、酵面、清水和匀，发酵后对碱，下剂，擀片，包入以脂油丁、白糖、桂花、面粉搓成的馅，收口，蒸熟即成。因收口处捏出一根渐细、下垂的“小辫”，故名。

【石头门坎素包】 天津小吃。将烫过的绿豆芽、油面筋、口蘑、木耳、黄花菜、香干、粉皮，与用咸口蘑汤、湿淀粉打好的卤子拌匀，调入北京腐乳、芝麻酱、芫荽、味精拌成馅心，包入发酵面皮，蒸熟即成。

【北塘包】 天津小吃。将好酱油、清水分次搅入猪肉末内，搅至浓稠。另将好面粉、酵面、碱与清水和成面团，揉匀，下剂，擀成圆皮，将虾仁、葱花、味精、芝麻油与肉馅拌匀，包入圆皮中，上大火蒸熟即成。

【朱砂水饺】 天津小吃。熟咸鸡蛋黄压成泥，与鲜笋末、蒸烂切碎的干贝及姜末、味精、芝麻油拌匀成馅，精粉、鸡蛋清和成面团，下剂，擀皮，包上馅，捏成月牙形，

下沸水中煮熟即成。

【火锅紫蟹水饺】　天津小吃。猪肉末与紫蟹黄肉末拌匀，搅入高汤，加精盐、味精、酱油、芝麻油、料酒、韭菜末调制成馅，用面皮包成小饺子，下盛有高汤的火锅内，煮熟即成。

【鸡血蒸饺】　天津小吃。蒸熟的鸡血用芝麻油、姜末、料酒煸炒后，与切碎的香干、水粉条、水木耳、芫荽和精盐、味精、胡椒粉加净菜馅拌匀；用三成烫面、七成水面和成面团，下剂，擀皮，包入馅子，捏成月牙饺，蒸熟即成。

【白记饺子】　天津小吃。分牛、羊肉两种馅心。馅心制作，只选牛、羊肋条肉和脂盖两个部位(随季节改变)，加净菜馅调味，和面，包馅成饺子，蒸熟即成。

【丁香水饺】　天津小吃。绿豆芽、黄豆芽择去毛根洗净，下沸水略焯，过凉，切碎，略挤水分，加切碎的水粉皮和玉兰片，与精盐、味精、胡椒粉、芝麻油拌成馅，用水面团包成饺子，煮熟即成。

【素馅馄饨】　天津小吃。豆芽菜略焯，挤去水分，与水发香菇、水发笋片、水发粉皮、香干、面筋一起切碎，下油勺煸炒，加盐，勾芡，拌入味精、胡椒粉成馅，抹在长方形馄饨皮上，折、捏成猫耳状，下沸水煮熟，捞入碗内，浇鲜汤，撒芫荽末，淋芝麻油即成。

【锤鸡馄饨】　天津小吃。鸡脯去皮、筋，与猪拖泥肉一起剁成茸，澥成粥状，加鸡蛋清、精盐调匀；精粉和成面团，擀后切成方形薄皮，用筷子将调好的猪肉馅抹上，捻转一下，成为生坯，下沸水煮熟，捞出后，盛碗，浇高汤，撒紫菜、鸡丝、芫荽即成。

【雪花龙须面】　天津小吃。精粉加盐和成冷水面团。抻面 12 扣，成龙须面，下油锅内炸黄，捞出沥干油，放盆内，撒白糖、青红丝即成。

【桂发祥夹馅麻花】　也称“十八街麻花”。天津小吃。面粉、酵面、油酥面、碱水、糖水和成面团，整成长条，用轧条机断成长短一致的细条(简称白条)，把部分白条沾满麻仁(简称麻条)，将油酥面加白糖、桃仁、姜、糖桂花、瓜条、青梅等小料和匀，搓成与白条、麻条同长的粗条(简称馅条)，以 5 颗白条、4 颗麻条、1 颗馅条的比例，用白条、麻条把馅条裹住，拧成生坯与麻绳相似，然后下热油中炸透，乘热在夹缝处嵌上冰糖，撒青、红丝即成。

【十八街麻花】　即“桂发祥夹馅麻花”。

【王记剪子股麻花】　天津小吃。白糖、酵面、碱面、花生油与面粉和匀，用扎面机轧成面片，再用出条机轧为细条，并将部分细条沾匀麻仁，按 12 颗白条、3 颗麻条的比例顺放，左手推、右手拉，将条对折，两头稍交叉摁好，提起拧成“8”字形，下热油中炸至呈深红色时即成。

【棒槌馃子】　天津小吃。面粉、盐、碱矾加清水和匀，饧好，搋透，用剁刀逐一开出长条，抻好，剁出小长方块，抻长，下热油炸透即成。

【馃盒】　天津小吃。精盐、碱、矾用水化开，与面粉和成水面团，揉匀搋透，上油案剁出长条，摁扁，擀长，再剁成小剂子，将剂子擀薄，向四外抻开，用刀在中间划几个小口，下热油中炸至呈深红色时即成。

【耳朵眼炸糕】　天津小吃。黏黄米掺水磨糊，灌袋压干，用温水和成面，发酵，对碱，揉匀，擀成面皮，包入红小豆糖馅，下温芝麻油中慢炸即成。

【盒糕】　天津小吃。将底上带眼的木盆(或瓦盆)坐在烧沸的蒸锅上，密铺一层蒸透的小枣，撒一层拌有熟白芸豆的熟黄米面，待热气上来，再撒上层黄米面，待将面逐次撒至半盆时，用筷子扎通几个眼，铺一层枣，再逐层撒上黄米面，扎眼，盖锅盖，熟透后扣出，在枣上抹桂花酱，切块，撒白糖即成。

【丝糕】　天津小吃。酵面用清水澥稀，加面粉和成粥状，发酵，对碱，再加入葡萄干、桃仁、桂花、白糖等，倒入木框中，撒青红丝、京糕丁，蒸熟即成。

【陆记烫面炸糕】　天津小吃。用沸水将精粉基本烫熟，揉匀，下剂，做成小碗状，内涂芝麻油，抹馅包拢，下温油中慢炸即成。

【芝兰斋糕干】　天津小吃。以小站稻米和江米磨碎成粉，过罗，先铺一层入木模中，放上馅(馅有豆沙、白糖、红果、菠萝等多种)，上面再撒一层米粉，蒸熟出锅，撒上桂花、青梅等小料即成。

【熟梨糕】　天津小吃。以清水将大米粉拌潮湿，用纱罗过筛，使其呈小颗粒状，再将米粉放入木制的花盆形小模具中，铺上馅心，再盖一层米粉，将模具放在汽嘴上，以蒸汽将糕吹熟即成。

【炸小年糕】　天津小吃。八成江米面、二成粳米面与白糖、水搓匀，分 2 次撒入木桶内蒸熟，然后，上案板揉出光面，制成扁长形，撒桂花、青梅等小料，再切薄片，炸至两面呈金黄色时出锅，撒白糖即成。

【煮糕】　天津小吃。江米、红枣泡涨，分层次放在垫有箅子、铺有粽叶的锅圈内，拢齐粽叶，拿去锅圈，再压上一个箅子，用绳子捆好，下沸水煮熟即成。冷却成型后，用刀切成块，蘸糖食用。

【扒糕】　天津小吃。荞麦面用水澥成粥状，上火熬熟成浆糊状，倒案板上，手沾凉开水，拍成圆饼，晾凉即成。食时切小片，配蒜泥、精盐、醋、芝麻油调拌。

【桂花油糕】　天津小吃。酵面、清水加面粉和成发面，对碱，揉进熟猪油、白糖，下剂，制成馒头形，放在抹有熟猪油并撒有青梅丁、糖桂花的碗里，盖上一张白纸，待其发起后，扣在屉上，大火蒸熟即成。

【奶油杏仁蛋糕】　天津小吃。鸡蛋、奶油、精粉搅打成蛋糊，倒入模具中，撒上杏仁、瓜条、青红丝、瓜子仁，入烤箱烧熟，晾凉装盘即成。

【炸小汤元】　天津小吃。桃仁、葡萄干、瓜条、瓜子仁等切碎，与白糖、面条、芝麻油搓匀，装入木框，砸实，再切成小丁，沾水滚江米面，至呈青果大小时，下热油中

炸至略带色，用勺拍一拍，再炸透即成。

【白糖锅炸】 天津小吃。鸡蛋液与面粉、湿淀粉调成糊 凉水勺置火上，将蛋糊徐徐倒入，边倒边搅，至熟，呈浆糊状，倒在抹油的平盘内，摊成饼，切细条，滚面粉，下热油中炸成金黄色。捞出后，上面撒熟麻仁、白糖即成。

【炸卷圈】 天津小吃。用绿豆芽、芫荽、面筋、香干、粉皮、水淀粉、酱豆腐制成馅，抹在半月形豆皮下沿，卷成卷，切段，两头用面糊抹严，下热油中炸成金黄色即成。

【蒸炸盒】 天津小吃。清水、酱油、面酱分次搅入猪肉末内，再加净菜馅、芝麻油、葱末、姜末、大料粉、虾仁丁、海参丁、鸡蛋末拌成馅，抹在2张水面皮中间，周边捏出花边，蒸5分钟后，再油炸至两面呈金黄色时即成。

【炸山芋片】 天津小吃。鲜山芋(即白薯)切片，阴干约五六成，下热油中炸至呈金黄色时捞出，撒白糖、青红丝、桂花水即成。

【炸臭豆腐干】 天津小吃。鲜雪里蕻、鲜茴香、老竹笋根、老姜切碎，装坛；山奈，陈皮、丁香、甘草、桂皮、大料、小茴香籽、花椒装入纱布袋内，也放坛中。将冰糖用清水煮化，乘热倒入坛中，封严坛口，经伏天发酵坛中发出"臭"味时，即卤已发好。先将豆腐块，撒一层盐，杀去水分，再放臭卤中浸泡30分钟，捞出略晾，下热油中炸至呈浅红色时即成。食时可酌加辣椒糊、葱花或蒜泥。

【口蘑羊肉末豆腐脑】 天津小吃。将泡好的黄豆磨成豆浆，上火煮开，乘热将石膏水、热豆浆对冲入桶内，使其凝成豆腐脑。大料下油勺内炸香，加葱花、姜丝、羊肉末、精盐、酱油煸炒，再加入面酱，见面酱鼓起小泡时，倒入清水、泡口蘑碎粒及蒸过的水面筋丝、鸡蛋丝、口蘑水，待其沸后，加味精，下湿淀粉勾芡成卤即成。食时，将豆腐脑上浇上卤，加芝麻酱、辣椒油或蒜泥。

【虾籽豆腐脑】 天津小吃。将泡好的黄豆上水磨磨成豆浆，煮沸，乘热用石膏水冲点成豆腐脑。葱花炝勺，倒入酱油烧沸，下虾子、蟹肉、清水。汤将沸时，用水面粉、湿淀粉勾芡。锅开，下水粉丝段、香干丝、馃子块、木耳、味精，离火成卤即成。食时，将豆腐脑上浇卤，酌加卤虾油、芝麻酱、辣椒面(或蒜汁)。

【饶阳豆腐脑】 天津小吃。净鸡(或鸭)、猪肉、清水等，与口蘑汤、大料、花椒、砂仁、豆蔻、丁香、肉桂、白果等熬成的香料水一起煮至肉熟鸡烂时，下入炸面酱、肉片、酱油、味精等，勾薄芡，制成卤汤即成。食时，将豆腐脑上撒鸡(鸭)丝、肉片、油面筋、芫荽，浇卤汤，淋芝麻油即成。

【炸飞禽】 天津小吃。铁雀治净，用盐、料酒、湿淀粉抓匀，下热油中炸透即成。配花椒盐佐食。

【拌猪肝】 天津小吃。高粱面取⅔用沸水搅烫后，加余面和匀，下剂蒸熟，然后切成薄片，与蒜泥、芫荽末、酱油、醋、精盐、芝麻油拌匀即成。

【炸蚂蚱】 天津小吃。秋后满仔的蚂蚱(即蝗虫)洗净，晾开，下热油中炸挺，蘸精盐、葱花或烹葱末、姜末、料酒、酱油、醋即成。

【水爆麻蛤】 天津小吃。麻蛤洗净，下入沸水锅，待壳微张露出蛤肉时，捞出，乘热剥去外皮，用姜末、醋、酱油、芝麻油对好汁，蘸食。

【围锅转】 天津小吃。羊肚、肺、心、肝洗净，改刀切块；羊肠洗净，灌入羊血，两头扎紧，然后一同下沸水中汆透，捞入放有葱、姜、精盐、五香料袋的锅中煮熟至烂即成。食时，将羊肠、叉子火烧切块，与羊内脏同放碗内，浇卤汤，撒辣椒糊、芫荽末。因羊肠沿锅围半边，叉子火烧浸入卤汤，围在另半边，故名。

【五香驴肉】 天津小吃。驴肋条、腿肉切块，拨去血水，下入对有硝酸钠的沸水中煮2小时，再放入猪骨、母鸡吊好的白汤中，加葱、姜、蒜、盐、大料、花椒、桂皮、丁香等多种调料煮数小时至熟即成。

【驴肉熏肠】 天津小吃。驴肉和猪肥膘肉条，加葱、姜、盐、驴肉油、鸡汤等搅上劲，拌匀湿淀粉，灌入驴肠皮内，扎口，下沸水煮好，放入熏锅，引燃锯末熏15分钟即成。

【炸银鱼】 天津小吃。银鱼洗净，滚匀面粉，蘸上以鸡蛋清、湿淀粉搅打成的糊，下温油中炸透即成。配酱油(或花椒盐)佐食。

【母子鸳鸯合】 天津小吃。雏母鸡肉去皮、筋，剁成茸，加高汤、酱油、葱、姜末、盐、味精、熟猪油、芝麻油、海参丁、对虾丁、净菜馅，和匀。蛋清与蛋黄分别同面粉和成两色面，做成面皮，用一个白皮抹上馅，覆一个黄皮捏成馅合子，周边捏出花边，入沸水内煮熟即成。

【羊肉粥】 天津小吃。羊翅骨、腿骨剁成块，连同葱、姜、蒜等入沸水煮至色白，捞出骨渣，下入磨碎的小麦仁。待其煮开花后，放盐，用水面粉勾芡成粥状，撒上用甜面酱、酱油烧好的熟羊肉丁即成。

【煎焖子】 天津小吃。绿豆粉用清水澥成粥状，再倒入沸水，搅入明矾末，移中火上熬稠，盛盆，冷却后即成"焖子"。食时切菱角块，用油煎至见黄皮时，浇以用芝麻酱、蒜泥(或辣油)、酱油、醋调配的滋汁拌食。

【八宝粥】 天津小吃。江米淘洗干净，泡好，加清水，用大火煮熬，待江米伸腰，改用小火将汁熄浓。食时，撒白糖、糖莲子、熟百合、瓜条、葡萄干、瓜子仁、蜜饯樱桃、蜜枣、桃脯、桂花即成。

【小豆粥】 天津小吃。红小豆加清水，用大火煮沸，改用小火煮至裂口，再加碱面煮烂，盛碗中，撒白糖、桂花酱即成。

【两面焦】 天津小吃。玉米面用热水烫至七八成熟，加葱花、花椒面、精盐拌匀，拍成椭圆形饼坯，上铛烙至两面呈黄嘎时，入烤箱烤熟即成。

【西瓜酪】 天津小吃。西瓜红瓤，用净布包住，挤取其汁水，倒入白糖水中煮沸，淋湿淀粉勾芡，盛碗中入冰箱冷却后，撒上青梅丁即成。

【莲茸卷】 天津小吃。莲子蒸熟，抹成泥，摊平成长方形。豆沙馅、红果馅搓成圆条，分放在两端，卷成云彩卷，放冰箱镇后改刀，装盘即成。

【十香乌豆】 天津小吃。用温开水将蚕豆泡一昼夜，待舒展后，捞入锅内放 3～5 天。其间，不得接触碱性、油性物质，每日用清水冲洗一遍，盖好湿布，见蚕豆咧嘴出芽时，将其与精盐、丁香、肉蔻、山萘、白芷、陈皮、青皮、花椒、姜丝、大茴、小茴香同入沸水内煮熟烂即成。

【麻团凉果】 天津小吃。将泡好的江米焖蒸至软糯，以洁布包好揉烂，揪小剂子，滚匀熟面粉，摁扁，抹上用桃仁、瓜条、青红丝、麻仁、绵白糖等拌成的什锦馅和豆沙馅。抹什锦馅的，收口包圆，称麻团；抹豆沙馅的，敞口不收，称凉果。进食时，按三个麻团，一个凉果配套装碟。

【炸虾托】 天津小吃。黄米面用清水和成粘糊状，搅入精盐、碱、明矾，舀入边沿微翘的圆形白铁片中，上摆几个海红虾，慢慢下热油中，炸至金黄色、硬挺并呈蜂窝状时即成。

【嘎巴菜】 天津小吃。上等绿豆、大米磨成面糊，摊成极薄的煎饼（嘎巴），切成柳叶形。用芝麻油炒好的葱末、姜末、芫荽根、大料粉、面酱，加清水、酱油、五香粉等烧沸，勾芡成稀卤。将嘎巴搅入卤内，加上调制好的麻酱、腐乳汁、辣椒油、芫荽即成。

【贴饽饽熬小鱼】 天津小吃。新玉米面加酵面、碱、清水和匀成面团。饧后揪挤，用两手掼打，使面团成光滑、扁长的生坯。小杂鱼刮鳞去鳃，洗净，滚面，用油炸挺时即捞出，下入用葱、姜、蒜、大料炝锅的大锅中，再放酱油、醋、精盐等，注入清汤，待汤沸时，将饽饽生坯贴在锅壁中部，围成圈，盖严锅盖，10 分钟后，两食俱熟即成。

【栗子凉糕】 天津小吃。栗子去皮，煮熟，捣成细面。琼脂加清水上火煮化，下入白糖、栗子面搅匀，倒搪瓷盘内晾凉，入冰箱镇冷，取出切块即成。

【煎豆腐干】 天津小吃。白香干片成片，下温油中煎至呈浅黄色时，浇芝麻酱油、蒜泥（或辣椒糊）即成。

【焦炒面】 天津小吃。面条入热油中炸挺，捞出。另起勺，油热，先把鸡蛋滑好取出。原勺下葱花、白菜丝略炒，再放精盐、酱油、鸡蛋，对汤后，下入炸好的面条，拨匀出勺即成。

【什大酥】 天津小吃。精粉、熟猪油、清水和匀成面团，下剂制皮，包上以熟猪油、蒸熟面粉制成的油酥面，叠、擀成鸭蛋圆形，包上什锦枣泥等 10 种馅心，入炉烤熟即成。

【鸳鸯酥合】 天津小吃。水油面与油酥面，用小包酥的方法下剂卷起，切断，成两个圆皮。一片包猪肉芽菜馅；一片包豆沙馅，呈月牙形，两个相联结成圆盒子状，捏花边，炸熟即成。

【糖脆荸荠】 天津小吃。面粉、糖、碱水、鸡蛋液和成面团。荸荠剥皮切成丁，用白糖喂好。面团下剂，擀圆皮，包入一撮荸荠丁，收口，捏成荸荠状，入热油中炸熟即成。

【炉粽子】 天津小吃。面粉、芝麻油、清水和匀，下剂，包上以蒸熟面粉、芝麻油制成的酥面剂，叠后擀成薄面皮，把两头向上叠起成 3 层，叠 2 次，擀 2 次呈圆饼状，放上用熟面粉、白糖、饴糖、桂花、桃仁丁、瓜条丁、蜜枣丁、芝麻油等搓成的馅心，捏成三角形，上炉烤熟即成。

【馅心】 天津小吃。面粉加酵面、清水和匀，发酵，对碱，揉匀，擀成长片，中间抹上澄沙馅，卷好压边，上撒青、红丝，蒸熟，取出切段即成。

【焖饼】 天津小吃。猪肉切细丝，下油勺略炒，加酱油、高汤、切细的饼条，盖上盖，焖至汤汁将收干时，用手勺和匀，出勺即成。

【炒饼】 天津小吃。肉、菜切丝，下油勺略炒，烹料酒、酱油、盐、清汤，沸后，盛出肉菜，留下汤汁，下切细的饼条，翻抖几次，见原汤浸入饼条后，盛盘，倒上肉菜即成。

【烩饼】 天津小吃。肉、菜切丝，下勺略炒，加酱油、盐、清汤烧沸，下入切成细条的大饼，改上小火，待饼条焖透，点味精、芝麻油出勺即成。

【煎饼馃子】 天津小吃。绿豆泡涨，水磨磨成浆，搅入五香粉，再用小勺盛浆倒在置于微火的鏊子上，摊成圆形薄煎饼，卷上棒槌馃子刷油，煎至两面呈黄嘎时，抹上面酱，撒上葱末、小虾米、腐乳等小料即成。

【油汆馒头】 上海小吃。嫩酵面下剂，包入加有皮冻的肉馅，入笼蒸至肉馅凝结，取出摊在竹匾内，稍冷，放在六成油温中炸至馒头表面起小泡时，捞出，再在八成热油中复炸，呈金黄色时即成。

【生煎馒头】 上海小吃。嫩酵面制面皮，包鲜肉或鸡肉馅，不讲究褶纹，顶部沾少许芝麻或葱末，入油锅生煎，至呈金黄色并熟时即成。

【煎馄饨】 上海小吃。青菜、五香豆腐干切细拌馅，包成馄饨，煮熟，捞出，冷水冲凉，用菜籽油抄拌。将冷馄饨放入八成油温的煎盘里，边煎边翻边淋油，煎至皮呈金黄色并发脆时即成。配芝麻酱、醋、辣油佐食。

【荠菜肉馄饨】 上海小吃。荠菜焯水，挤干切末；猪前夹心肉茸，加精盐、料酒、白糖（吊鲜吃不出甜味）拌透再加荠菜末搅拌成馅，用馄饨皮包裹成耳朵状馄饨，入沸水中煮熟即成。

【汤包】 上海小吃。嫩酵面下挤，揪成圆形面皮，包入带皮冻的肉馅，捏拢时收口要密封，收口朝下放入笼中，大火蒸熟即成。配蛋皮鲜汤佐食。

【凤菇包】 上海小吃。将面粉发成大酵面，加碱揉匀；鸡脯肉、冬菇均切小丁。鸡丁上浆后滑油；冬菇丁煸炒后加精盐、白糖、味精等调味，再下鸡丁，加鸡汤，勾芡，待冷成馅。面团搓条，揪剂，揿扁，加馅心，褶裥包捏成包子，蒸熟即成。

【细沙锅饼】 上海小吃。赤豆、花生油、白糖、糖桂花制成细沙馅；精粉加鸡蛋与水调成面浆；炒锅烘热，抹上花生油，倒入适量的面浆，摊成圆形面皮，至面皮刚熟，将锅端离火口，取豆沙馅放在面皮中央，压成长方形薄块，再将面皮向内折拢，把豆沙裹住，包口用面浆粘住，然后入油锅炸至呈金黄色时，捞出即成。

【大饼】 上海小吃。烫酵面，加入适量的油酥为皮，原用缸炉烘制，干香有劲。现有的已改用翻动铁板烘熟，香味稍逊。有甜、咸等品种。（注：此饼为上海早点四大品种之一，号称“四大金刚”：大饼、油条、粢饭、豆浆。）

【蟹粉菊花烧卖】 上海小吃。面粉入开水拌成雪花面，再洒些冷水揉成面团。河蟹煮熟，拆出蟹黄、蟹肉，锅内加猪油煸姜末，加蟹黄熬出蟹油，再加蟹肉一起煸熬，下精盐、料酒、味精等调味，冷却；猪肉绞成肉茸，加精盐、料酒、白糖、姜末、清水，拌搅上劲，掺入冷却的蟹粉拌和。面团搓条，摘剂，擀成荷叶边圆形坯皮，加馅，捏成蓬头白菜形，收口处蟹粉馅心隐约可见，放进笼内用大火蒸熟即成。

【凤尾烧卖】 上海小吃。猪夹心肉绞成末，加姜水、精盐、白糖、味精、清水搅拌成馅；精粉用沸水烫后，揉匀，下剂，擀皮，包入肉馅，捏成青菜形，顶部放上青菜末、火腿末、蛋末，正中放虾仁1个，入笼蒸熟即成。

【素蟹粉包子】 上海小吃。胡萝卜蒸熟剁末；烤麸切末；葱、姜切末。锅内倒入豆油，烧至五六成热，投入葱末、姜末，煸至出味，将胡萝卜末倒入，炒和，取出冷却；碎烤麸加精盐、白糖、味精搅匀，将炒香的胡萝卜末拌入，加香醋，调薄芡，搅成馅。精粉制成酵面，下剂，擀皮，包入馅料，入笼蒸熟即成。配醋佐食。

【萝卜丝油墩子】 上海小吃。面粉加些精盐，分次注冷水拌搅成薄浆，饧1～2小时，再放发酵粉拌和即成面浆。萝卜洗净，刨成精丝，挤去水分，与葱末一起拌和。花生油用大火烧至八成热，油墩子模浸入油锅内预热后，先舀些面浆在模底，萝卜丝放在面浆中央，再加面浆铺在上层，居中放一只河虾，然后入锅油汆，待油墩子自行脱出模子浮于油面，并且色泽金黄时捞出即成。

【南翔小笼】 上海小吃。面粉加冷水揉透和成面团；猪夹心肉绞碎成肉茸，加精盐、白糖、白酱油、味精等调料，搅拌上劲，再分次加入清水搅至水肉相融成糊状起韧时，加入绞碎的猪肉皮冻和芝麻油拌成馅。案板上涂少许花生油，面团搓条摘坯，刷上花生油，用手掌揿成中间略厚、边缘较薄的圆形皮子，包入肉馅，摺裥收口包捏馒头状，放入竹制小蒸笼，用大火蒸至馒头馅部鼓气，皮呈玉色透明时即成。连笼上桌。

【肉丝汤面】 上海小吃。粗面条煮熟，捞出，冷水冲凉，置于竹匾回软。炒锅内放些熟猪油，下黄芽丝菜、猪肉丝，煸透，加酱油、肉清汤、面条和菠菜，烧至面条发涨时，先把面条、菠菜挑入碗中，再加猪油入锅，与肉丝、黄芽菜丝一起煸一下，盖于面上即成。

【重油炒面】 上海小吃。粗面条煮熟，冷水冲凉，抖松，放平底锅内，加酱油、豆油，在大火上不断地翻炒，待酱油即将被面条收干时，再加菠菜一同翻炒，边炒边加油，入味即成。

【煎面】 上海小吃。细面条煮熟，冷水冲凉，抖散，放入碗内，覆扣在竹匾里，冷后即结为一团面饼，再入平底锅内两面煎黄，表层煎脆，盛盘内，浇上芝麻酱、辣油、酱油、醋即成。

【蒸拌冷面】 上海小吃。面条抖松放入笼屉内，用大火蒸熟，出笼挑松、吹凉；再投入沸水中用大火急煮，待面条上浮，迅即捞出、沥干；面条倒入盘内，乘热加花生油，边拌、边抖、边吹凉。食用时，碗内先放面条，再加酱油、醋、芝麻酱、辣油，放两片嫩酱姜即成。

【开洋葱油煨面】 上海小吃。炒锅内加些熟猪油，放入葱段与已浸发的大海米煸炒，见葱色发黄、海米发脆时，加料酒和鲜汤，待汤烧沸，放入面条，拨散，加精盐，在小火上略煨即成。

【三虾面】 上海小吃。虾仁上浆滑油；鲜虾脑煸炒后勾芡；放入虾仁颠匀。面汤用虾仔酱油调味；虾仁、虾脑作面浇，盖在面条上即成。

【阳春面】 上海小吃。面条煮熟，捞入加有精盐、白酱油、味精、猪骨白汤的碗中，撒上少许葱花即成。

【肉丝两面黄】 上海小吃。细面条煮熟，冲凉，沥水，撒拌些精盐，在漏勺里堆成扁圆形，入七成热油中炸成金黄色，出锅沥油，放盘内抖松，浇上芡薄卤宽的肉丝浇头即成。

【豆沙猫耳朵】 上海小吃。凉水面制片，包入豆沙馅，呈馄饨状，油炸即成。

【鲜肉猫耳朵】 上海小吃。冷水面擀成薄皮，包入用肉茸、葱末、姜汁、精盐等拌成的鲜肉馅，投入八成热的豆油中炸至呈金黄色时，捞出即成。

【油条】 上海小吃。用矾、碱、盐加面粉制成面，炸熟即成。（注：油条为上海早点四大品种之一，松脆，不涩口，略带咸味，挺直，形态好。）

【鸡蛋饼包油条】 上海小吃。精粉调成薄浆，入平锅摊成薄饼，半熟时，磕上1个鸡蛋，用竹片将蛋捣碎，铺沸饼面，浇上熟猪油，撒上葱末，待蛋液凝结，将饼翻个身，使有蛋的一面紧贴锅底，用竹片刮取甜面酱摊在饼面中部，再取热油条1根，扯成两段，横放在上面，卷拢面饼即成。

【硕果粉点】 上海小吃。麦淀粉倒入沸水锅内，搅拌

均匀，倒在案板上，加白糖、油揉润成粉团。取一部分再加沸水，擦成厚浆状，放入标花用的布袋中，在花篮模型上，标出竹编条纹，制成盛果点的花篮。蜜枣蒸熟去核，与剁成细末的核桃仁、松仁一起揉和成馅。粉团先分别加入各种食用色素，再揉成各色粉团后，按色摘坯包馅，捏成苹果、香蕉、菠萝、杨梅、桔子、柿子、桃子、李子、枇杷、葡萄、金铃子等各种水果，上笼稍蒸，取出，逐只装入花篮中即成。

【菜饭】 上海小吃。青菜切成段，入猪油锅中煸翻至翠绿色，放盐和水，待水沸时，放入淘净的粳米，用铲顺锅壁不断地翻动，见米水融和、米粒涨膨时，加盖，焖熟，盛在碗内，浇上肉卤即成。配辣酱、红烧脚爪、四喜肉、油炸排骨等佐食。

【桂花糖油山芋】 上海小吃。白心山芋洗净，晾干，削皮，立即放入明矾水中浸没。苏木丝装入布袋中，放在清水锅内煮到水呈深黄色时取出；山芋从明矾水中捞出，冲洗后放入苏木汤中，用中火煮沸、小火煮酥，加白糖使汤汁熬稠即成。食用时，取出完整山芋，舀浇糖油，撒上桂花。

【桂花糖芋艿】 上海小吃。芋艿擦脱皮，切成如算盘珠的颗粒，放入清水中，加用小布袋盛装的苏木丝浸没，用大火煮沸，见芋艿呈淡红色时，取出苏木袋，加入少量的碱粉，用小火煮酥，放入白糖，待溶，撒上桂花即成。

【糖藕】 上海小吃。取鲜藕中段，洗净，藕节两端各切下一厚片，藕孔中灌入淘净吹干的糯米，灌满后，合上两端藕节，用竹扦戳住，放入水锅中，加少许碱，大火煮沸，小火焖至藕呈紫黑成熟，乘热在原水锅中将藕皮刮去，取出切薄片，装盘，撒上适量的绵白糖即成。

【咸豆浆】 上海小吃。涨发的黄豆，水磨成浆，经扯浆、过滤、烧沸后，成淡浆。碗中加虾皮、油条丁、榨菜末、葱花、酱油、辣油等，冲入豆浆即成。

【臭豆腐干】 上海小吃。豆腐干放臭卤中浸过成臭豆腐干，经冲洗后放在竹匾里沥水晾干。用植物油开大油锅，大火，高油温，把臭豆腐干炸至上浮，外层略鼓起，呈金黄色时即成。

【油豆腐百页线粉汤】 上海小吃。油豆腐、百页先在淡碱水中浸泡，使之柔软，再冲洗干净。百页切成小张，包少量的肉馅卷成卷，与油豆腐一起，放入鲜汤内煮熟。油豆腐、百页包放入碗里，用特制的大剪刀剪碎，加进烫热的线粉和用海蜒、黄豆芽熬煮的鲜汤即成。

【火腿萝卜丝盒子酥】 上海小吃。面粉分别用猪油擦成油酥，用水与猪油和成水油面制成面皮。萝卜丝加盐腌后，挤干，加熟火腿细粒、猪板油丁、精盐、白糖、葱末、熟猪油拌匀成馅。油面包入油酥，经过擀、折、卷，切成坯子，擀成圆形，一张作底放入馅心，再盖上一张作面，二皮边缘相合，绞捏成花边，放入温油锅内，用小火炸，边炸边升高油温，炸至上浮、透出馅的香味并且表面显出罗纹层时即成。

【龙眼糟田螺】 上海小吃。油锅里先放葱段、姜块爆一下，再倒入田螺，加料酒、酱油、盐、白糖、桂皮、大料等，煮沸。捞出田螺，撇去污沫，加入调料和田螺、火腿皮膘再烧。入味后，加香糟汁、胡椒粉，起锅即成。

【鸡蛋排骨】 上海小吃。面粉中加入干淀粉、白糖、白酱油、料酒、鸡蛋等，制成蛋糊。排骨拖满蛋糊，入八成熟植物油中炸至半熟，取出，用剪刀直剪 2～3 刀，复炸至熟即成。配辣酱油、五香粉佐食。

【油汆鱿鱼】 上海小吃。上好鱿鱼经涨发后，放入热油锅中炸至断生，取出，用大剪刀剪成骨牌块，加五香粉、辣酱油即成。配甜面酱佐食。

【鸡粥】 上海小吃。光鸡治净，浸入沸水锅中一烫，立即提起倒尽腹中温水，如此反复数次，随即将鸡放入锅中焖煮，待鸡上浮后，捞出浸在清水中冷却，取出沥干水分，表皮刷上芝麻油，斩长条块装盆。用鸡汤加上白粳米熬粥，盛入碗内，放些葱花、姜末、鸡油、鲜酱油即成。配一碟鸡肉和调味汁佐食。

【肠线粉汤】 上海小吃。猪肠治净，煮熟，经清水冲洗，再放入水锅，加料酒、葱、姜，大火煮沸；中火煮酥，取出待冷，剪成小段，放在碗里，加烫热的线粉，冲入用海蜒熬煮的鲜汤，滴辣油即成。

【鸡鸭血汤】 上海小吃。鸭血烫熟，用刀划成小方丁。鸭肫、心、肝、肠都汆熟，沥干。食时，用特别的大剪刀，剪些肫、肝、心、肠等，放些血丁，加鲜汤、盐等，淋些鸡油即成。

【粢饭】 上海小吃。糯米和粳米按 7∶3 的比例，用冷水泡后，再蒸熟成粢饭。案上铺一块经消毒的湿布，中间放上一团粢饭，用手略摁平，撒上白糖，放一截油条，再把湿布卷起来，用手略攥，使粢饭成团，然后揭下湿布即成。

【海棠糕】 上海小吃。赤豆、白糖、花生油制成豆沙馅；猪板油切小丁，加白糖，制成糖板油丁；面粉加冷水调成浆，搀入老酵，加少量碱水，使其无酸味。海棠糕模具放炉上烧热，刷少许水油，将面浆注入至半，放入豆沙，再将面浆注满，面上加糖板油丁 1 粒，四周撒青、红丝，略烘；另一铁板上撒白糖，将模具内的糕倒在铁板上，放炉上，待白糖溶化，再将糕翻转过来即成。

【粢饭糕】 也称“炸粢巴”。上海小吃。粳米加水和精盐煮熟，放入木框架中揿压结实，待糕坯自行冷却后，切块，油炸至呈金黄色时即成。

【炸粢巴】 即“粢饭糕”。

【汤年糕】 上海小吃。用大米制成的年糕切斜刀片。鲜汤烧沸，放入年糕片和精盐，烧至软糯，盛入碗中；炒锅内先煸炒肉丝，再加黄芽菜丝、鲜汤、精盐烧透，勾芡，出锅浇在年糕汤碗内即成。

【油汆排骨年糕】 上海小吃。猪排骨斩成块，先在酱油、葱花、料酒、姜片对成的调味汁里浸渍，再放入用熟

猪油、红酱油、盐、葱花、白糖、料酒、姜末等合成的老卤里，汆至六成熟，捞起，用剪刀将每块排骨剪3刀，再放入老卤里汆熟。小年糕也放在汆排骨的老卤里熬入味，与排骨同摆盘中即成。

【鸽蛋圆子】 上海小吃。水磨糯米粉加冷熟粉团揉匀成皮粉。白糖加水略熬，加咸桂花、薄荷等搅匀，冷却后制成糖粒馅。取皮粉包糖粒馅，下沸水锅内煮熟，捞出，浸入冷开水中晾透，捞出，在底部沾上芝麻屑，放箬壳上即成。因形似鸽蛋，故名。

【酒酿圆子】 也称"百果馅酒酿圆子"。上海小吃。糯米浸润舂粉，用细眼筛过筛。熟芝麻碾成细末；蜜饯桔饼、胡桃肉切成细粒，与白糖、桂花搀拌均匀擦透，用面槌捶成薄片，再切小块，用筛子筛去棱角成馅心。馅心置竹篮里，在水内浸润湿，倒入铺有舂粉的竹匾里，晃动竹匾，使馅心滚动粘满舂粉，再浸润再晃滚，如此反复5～6次，即成百果圆子。酒酿掺入冷水、捣散；圆子用沸水煮熟，倒入酒酿，待水再沸，加白糖、桂花即成。

【百果馅酒酿圆子】 即"酒酿圆子"。

【猪油汤团】 上海小吃。水磨糯米粉擦成粉团，下剂，包裹上用芝麻、猪板油、白糖制成的馅心，入沸水锅煮熟，盛碗，加少许桂花、白糖即成。

【擂沙团】 上海小吃。水磨糯米粉加熟芡揉透，下剂，用鲜肉或豆沙作馅捏制成汤团，煮熟，捞起，放在赤豆粉(熟)中滚动，使其外表粘满赤豆粉即成。

【鲜肉汤团】 上海小吃。猪腿肉绞成末，加精盐、白糖、味精、红酱油、葱末、姜汁、清水搅拌成馅。水磨糯米粉用沸水拌和，做成圆饼1个，入沸水锅内煮熟，取出冷却后，再用生水磨粉面一起揉透，下剂，搓圆压扁，捏成酒盅形坯子，装入肉馅，将盅口捏拢，搓圆，入锅煮熟即成。

【三鲜碧子团】 也称"瘪嘴团"。上海小吃。青菜捣成末，搀入冷水，炝入干石灰，用木棒搅动，出现大量泡沫液，静置片刻，撇去泡沫，沥去沉淀物，即成绿汁。用绿汁与水磨粉调成面团，每50克揪20个坯子，逐个搓圆压扁成钮扣形，入水煮熟。火腿、鸡脯、香菇、冬笋切丁，用熟猪油煸炒后，加料酒、精盐、味精、清水，煨至汤呈乳白色时，投入为团，煮沸，连汤盛碗，上面加少量熟虾仁即成。

【瘪嘴团】 即"三鲜碧子团"。

【饶阳豆腐脑】 河北小吃。黄豆破开筛去豆皮，用温水浸泡后水磨成糊浆，用纱布滤去渣，将豆浆入锅内煮沸，急倒入盛有石膏溶液的容器中，加盖闷50分钟成豆腐脑。用生鸡、鲜肉加葱、姜、茴香、大料、花椒、陈皮、盐入清水锅内煮2小时制成汤，再加清水、饶阳黑酱、团粉熬半稠状成卤。用面粉、冷水和成面团，搓洗成面筋，炸成面筋片，将豆腐脑用特制的撇勺盛入碗内，再放入炸面筋片，用大油、大料、茴香炸成的料油、芝麻油，配上卤汁即成。

【赵县石塔油酥烧饼】 河北小吃。精粉加水和成面团，饧后上油案擀开，将黄米面、精盐、卫生(棉子)油制成油酥抹匀后卷起，揪成面剂，团窝茬口，光面抹水，贴上麻仁，擀成圆饼，放入吊炉内烘烤，并及时抹油，两面烤至微黄时即成。

【平天转饺子】 河北小吃。将2∶3的肥瘦肉制成茸，放酱油，打清水搅拌发粘。鸡蛋炒熟、剁碎。将葱花、姜末、芝麻油、味精、盐和肉馅拌匀，置盘中，用鸡杂碎和海参小丁均匀地撮在上面，使用时，包一点；用馅尺子拌一点。精粉与清水按2∶1的比例和成面团，饧后制小圆片。每个饺子加馅6.5克，鱼脊形封口，沸水下锅，用勺沿锅边轻轻转动，待水饺净起，开锅打入1～2次凉水，再开锅即熟。

【祥记肉火烧】 河北小吃。猪肉用绞肉机绞成肉馅，再放入拌馅机，边搅边投入酱油、料水，上劲发粘后投入姜末、葱花、芝麻油拌匀，再投入剁好挤净的菜馅拌匀。精粉加温水和成面团，饧后上油案制成面剂，擀成梯形片，用馅尺装肉馅挑拨到皮的窄端，将窄端两头向宽端打叠卷起，再将宽端的余边向上折叠并摁压封口，放在铁板上。煎鏊内热油，生坯逐个摆在上面，适时翻动并加油，煎至两面呈微黄色时即成。

【王大山的爆肚】 河北小吃。把牛、羊肚上的油质择净；牛肚领剥去表皮，保留牛百页上的黑皮。用清水冲洗干净。羊食蕊切小段；羊肚板切小块；羊草芽、葫芦切窄条；牛肚领切片；牛、羊百页切条，然后分别装入容器中，用清水泡起来保鲜。食时将切好的肚放入滚开的汤锅内爆制，根据不同的部位，掌握好火候，以吃起来脆口为宜。将麻酱、酱豆腐卤、辣椒油、酱油、醋、味精、芫荽、葱丝调成卤汁，用以沾食。因此为王大山创制，故名。

【缸炉烧饼】 河北小吃。面粉用含盐的冷水和成面团，饧后上案擀成长方片，将熟凉油和小米面搅拌成的油瓤抹在上面，卷起揪成剂子，擀成片叠3层，再擀成片，前后折叠，中间搭茬，再用擀杖在搭茬处中间轻压、合缝成生坯，洒少许水，双手磨出浆，撒匀麻仁，反面也依样制做。烤炉是用水缸砌成的，烤前先用生面团试炉温，呈桔黄色时为宜，将生坯依次把缸口贴严，再自上而下贴满缸壁，盖上盖，火候慢慢加大，待烧饼表面呈虎皮色时即成。

【中和轩包子】 河北小吃。用净羊肉绞成馅，放入拌馅机内，边搅拌边放入酱油，间淋料水，待上劲发粘时，放入姜末、葱花、芝麻油搅匀；放入挤净水分的菜馅。精粉与水按2∶1的比例和成面团，饧后上案制成面剂，再擀成薄圆片，装肉馅，鱼脊形封口，码入小圆笼内，沸水上屉，大火蒸5分钟即成。

【羊肉浇包子】 河北小吃。制馅、和面、成形、蒸制均与中和轩包子同。再将洗净的羊杂骨放置大锅内加水，煮沸后打去净沫，放入肉料、盐，待熬成乳白色即制成

汤。将刚出笼的包子装入碗内，洒上熟羊肉片、芫荽段，浇上热羊肉汤即成。

【豆沫】 河北小吃。黄豆去皮与小米一起用水泡发，发好后用钢磨磨成糊状，磨时投入小茴香、大料、花椒等香料。水沸后，投入小米糊、海带丝、水发粉条、麻仁、水发花生仁、精盐，待熬熟时即成。

【老豆腐】 河北小吃。黄豆去皮用水浸泡，泡好后用钢磨磨成糊状，纱包滤出豆浆，放入砂锅内烧沸，边搅边投入石膏和卤水，待出现絮状后小火炖制，成块状后即成。随吃随装碗，装碗时注意从中间下勺，掏里边的装碗，上边浇芝麻油、韭菜花、酱油、辣酱等。

【老槐树烧饼】 河北小吃。老酵面放盆中，再放入碱面，用水和匀，再倒入面粉和成面团，发酵片刻后揪剂，擀开抹芝麻油，撒花椒盐，再揪一小块面沾油包入面团，光面沾麻仁，压成烧饼坯，入炉烤制，快熟时，用薄刀片绕着烧饼拉一圈，刀口不要拉通，使之熟后饼盖崩开。因烧饼铺旁有棵百年老槐树，故名。

【郭八火烧】 河北小吃。将面用开水烫三成，改用温水把面和匀成面团，擀片加入白油、芝麻油、花椒、小茴香、盐，卷起揪剂，再擀圆形，上烤炉翻烤，边烤边抹油，饼呈金黄色时即成。因创制者郭致忠的小名叫郭八，故名。

【牛舌头烧饼】 河北小吃。把面粉炒成微黄色并溢出香味时，加入驴油搅匀制成酥。将精粉和入苏打温水中和成面团，搓条揪成剂子。再将剂搓成一头粗一头细的条状，摁扁擀成薄片，小头¾处刷上芝麻油，撒上大料盐面，从小头开始卷起，剩下的¼刷上油酥，包住小头卷封口，再摁扁擀成四角是圆角的长圆形饼。上鏊子烙至半熟，入烤炉，烤至呈金黄色起层时即成。因形似牛舌头，故名。

【煎饼汤】 河北小吃。小米淘净，用一半下水中，煮七成熟捞出，晾凉后与另一半小米和黄豆一起上水磨制成米糊，入盆使其发酸，加花椒。煎饼鏊子用小火烧热，左手盛一勺米糊，倒在鏊子中央，右手用煎饼刮板，迅速将米糊刮成圆形，使煎饼薄厚均匀，约1分钟即熟。将煎饼切成象眼片，锅内加入鸡汤，对入调料，烧沸后放入煎饼片，加芝麻油即成。

【邢台薄饼】 河北小吃。面粉加水和成面团，上案揉光，擀开刷油，撒花椒盐，卷起揪剂擀薄。因面软，用摔打式方法把面抻薄，把饼搭在鏊子上，轻轻翻转6次烙成杏黄色小碎花即成。切瓣上桌。

【包皮面油条】 河北小吃。取盐、碱、矾，用温水化开，放入面粉和好成“狼面”。再用水，下入盐化开，再下入面粉，和成皮面。用皮面将狼面包起来，饧一会。锅中放油烧热，把饧好的面团用手摁扁平，用刀割出条，剁成剂，面片摞在一起，用筷子顺剂上压一下，而后下油锅炸成金黄色，捞出即成。要求成品一般长，一般粗。

【邢台散子】 河北小吃。用含盐水和面，和成比抻面用的面坯稍硬一些。擀片，切成方条。用手搓面条如筷子粗，放入筐箩中，如蛇形盘起，上撒半湿小米面盖严，码2～3层，在30℃中饧30分钟，饧好后将面头放左手姆指与食指间，左手四指并拢，将面条由里向外盘绕在左手四指上，绕够20卷时掐断，将断头粘住，用右手中指插入面条圈中，两手一边抖一边抻，直到20厘米时。另一人用两条筷子插入面条圈中，轻轻抻至30厘米。锅中油烧七成热，散条用筷子挑着放入油中炸至稍结皮时，右手翻腕，使散子扭一圈成绳股形，定形后抽去筷子，炸至呈金黄色时捞出即成。

【一篓油水饺】 河北小吃。将肉绞好后加酱油、盐、味精、姜末，老汤拌匀上劲，把葱末与芝麻油一起放入馅内拌匀。清水和面，饧后上案搓条，揪剂，擀皮包馅。开水下饺，点2次凉水烧沸，熟后捞出即成。因热水饺轻轻一咬，油水便破皮而出，故名。

【蒸饼】 山西小吃。酵面揉好，擀成饼，卷入脂油丁、葱花、盐、花椒面、芝麻油拌成的馅料，成长卷，下剂，擀成圆饼，入笼蒸熟即成。

【甩饼】 山西小吃。面粉用水和成面团，下剂，擀开，撒葱花、盐叠起，拉长，盘成圆形，再用小擀杖边擀边甩，成为薄圆形，放在鏊上，饼面抹上驴油，翻烙几次即成。

【石头干饼】 山西小吃。面粉加少量花椒水、精盐、温水和好，下剂，擀成薄圆饼，放入炒热的石子锅里（石子选用红枣大小的光滑鹅卵石），翻烙几次，烙成淡黄色，干透即成。

【通州饼】 山西小吃。开水和面，下剂，按扁，抹油，再擀成薄片，放鏊上两面烙一下，入炉烤至中心皱起时即成。食时抹甜面酱，夹烧羊肉和葱丝。

【火腿脂油饼】 山西小吃。火腿、肥膘肉切丁，加葱花、盐、料酒、白糖、胡椒粉拌制成馅。面粉加冷水和成面团，下剂，擀开，拉长，抹芝麻油，加馅，折叠成三角形，拉起卷好，捏住，压成圆饼，用油铁鏊烙挺，入烤炉烤熟即成。

【宣化饼】 也称“条纹酥”。山西小吃。面粉加猪油和凉水和成面团，做成面皮，包上用面粉和猪油揉成的酥面，擀成方形薄条，卷上做成剂子，剂子中切一刀，刀口朝下，两头压开，包上用白糖、青红丝、熟面、蜂蜜拌成的馅，压成小圆饼，中间点上食用色素，入油锅炸熟即成。

【条纹酥】 即“宣化饼”。

【枣花饼】 山西小吃。面粉加猪油、冷水和好，制成面皮，包入用面粉和猪油制成的酥面，擀成长形，折叠擀开，卷上，制剂，包入澄沙馅，压扁成圆形，周围切通，呈小瓣，往上翻出澄沙，中间呈小圆形，点上一点红，放盘，用小火烤熟即成。

【馅儿饼】 山西小吃。面粉用水和好，作剂，包上猪肉、白菜、芽韭调制成的馅，摁成小圆饼，放鏊上用油煎

熟即成。

【辫子饼】 山西小吃。面粉加酵面、白糖、盐水和好，发酵后对碱，饧后，搓成条，下剂，再搓条扭成辫子形，饼面涂鸡蛋液，入烤炉温火烤熟即成。

【水晶火烧】 山西小吃。面粉用温水和好，制剂，包入用脂油丁和酥面做成的脂油酥，擀开抹油，卷起，再包入白糖、桃仁、芝麻、玫瑰、青红丝制成的馅，擀开上铛，翻烙至熟，饼面打成象眼块，撒白糖即成。

【腐乳卷】 山西小吃。发酵面对碱水、白糖揉匀，擀条，刷油，抹腐乳汤，做成卷，蒸熟即成。

【无碱蒸馍】 山西小吃。已发酵的稀面糊，掺干面粉，揉好，用净布盖严，使其继续发酵，待面里有小孔而无酵味时，捏成馒头，上笼蒸熟即成。因不加碱，故名。

【双色酥排】 山西小吃。面粉加猪油、白糖、鸡蛋和好，分两份，一份擀开，一半铺京糕，一半铺枣泥；另一份擀开盖上，放入烤箱烤熟即成。

【燕窝卷】 山西小吃。发酵面团，用碱水、白糖揉好，擀小圆饼，刷油；将猪板油丁、葱花、盐拌匀，抹在面饼上，切成长短条，盘成燕窝形，蒸熟即成。

【天花鸡丝卷】 山西小吃。鸡丝炒熟，与用沸水汆过的天花丝和葱丝、姜丝、精盐、胡椒粉、料酒、味精调成馅，包入吊皮中，卷包成春卷，入油锅炸熟即成。

【糯米寿桃】 山西小吃。江米蒸熟，揉搓成糊状，包澄沙馅，拍成蜜桃形放入盘里，把桃叶包少量澄沙馅摆在桃底两边，用切成瓣的樱桃在桃面捏一寿字，桃面周围摆一圈樱桃。将糖粉和蛋清加柠檬酸、绿色素搅匀，装入花嘴子，在寿桃叶上捏成叶纹。白糖加水上火熬制清汁，加蜂蜜浇寿桃面上即成。

【一窝酥】 山西小吃。发酵面团加碱、白糖揉匀。抻面至九扣，平放案板上，刷芝麻油，捋长条，切段，盘成饼形，入烤炉烤熟即成。

【蛋黄酥】 山西小吃。面粉放少许发酵粉、白糖、鸡蛋搅匀，再放素油和起揉光，擀开，放入模型中刻四方形一个，等边三角形4个，烤熟，撒白糖。用各种花素配成无色糖，放入模子里，刻9个花。把四方形的放入大盘中间，等边三角形的放周围，糖花摆盘子旁边即成。

【佛手花篮酥】 山西小吃。由佛手酥、花篮酥、荷花酥、百合酥、牡丹酥组合而成。佛手酥：面粉用猪油和菠菜水和好，制成面皮，包入用面粉和猪油制成的酥面，擀成长形，折叠开，再擀成长形，卷起制成剂，压平，包澄沙馅，搓长圆形将一头压扁并竖划10余刀，两边和中间露出澄沙馅，中间折回制成佛手形，入烤盘温火烤熟即成。花篮酥：皮面与酥面制法与佛手酥相同。皮面分两份，一份加红色素揉匀呈浅红色；另一份为白色。两份面皮都包入酥面，均擀成长形，白色的放下，浅红色的放上，擀开，卷条，揪成剂子，包入澄沙馅，捏成蛋圆形，从上往下在中间划两刀，留花篮把，从两端横划两刀呈花篮形，经油炸熟，捞出，再把切碎的果料撒在露澄沙馅处即成。荷花酥：皮面、酥面制法与佛手酥相同。皮面加少许绿色素，包酥擀长形，折回再擀成长形，卷起，揪剂，压扁，包澄沙馅后再压成圆形，中间划两刀成四瓣，用温油炸熟，捞出，切碎的果料撒花瓣中即成。百合酥：制法与荷花酥同，不加色素，包澄沙馅压成圆形，中间对称划3刀，呈6瓣，油炸熟呈白色，撒碎果料即成。牡丹酥：皮面、酥面制法与百合酥同。皮面分两份，一份加红色素呈粉红色，另一份为白色。两色皮面都包酥面擀开，红皮在上，白皮在下，卷起揪剂，包澄沙馅呈圆形，从中对划4刀，呈8瓣，经油炸熟捞出，撒碎果料即成。花篮酥外圈放佛手酥，第二圈放花篮酥，第三圈放荷花酥，第四圈放百合酥，第五圈放红樱桃，顶部放牡丹酥即成。

【刀削面】 山西小吃。凉水和面，揉成光滑细腻的长方形面团，左手托面，右手持瓦形刀，将面削成厚薄均匀、长短相似的三棱形扁条，直落开水锅中，熟后捞出，浇上浇头，调味即成。

【刀拨面】 山西小吃。凉水和面，揉匀，在面案上擀成约0.3厘米厚的圆饼，再切成长条，然后叠成4～6层。用双把切刀，双手执把，一刀一刀向前拨出三棱形面条，下锅煮熟，浇各种浇头、菜码、调料即成。

【南炒面】 山西小吃。抻面入油锅炸成金黄色捞出，上笼略蒸，再与炒好的肉丝、蒜苗、玉兰片混炒几下即成。

【炒莜面】 山西小吃。把蒸熟的莜面搓成鱼形或切成条形片，加豆芽、葱花、姜末等，用大火翻炒，再加蒜泥、醋，炒出香味即成。

【烤姥】 山西小吃。用开水把莜面和好，下小剂子，在光滑的石板或瓷板上用手推成薄片，卷成空筒形的小卷，竖立在蒸笼里蒸熟。食时，加调料或蘸羊肉卤汤。

【漂抿蛐】 山西小吃。绿豆面、白面按2∶8的比例和好。锅中水沸后，抿床放锅沿上，再将和好的面放在抿床上，手握抿托直抿开水锅中煮熟，捞出，盛在配好的芫荽、盐、葱末、姜末、胡椒粉、味精、酱油、醋、芝麻油的汁汤碗里即成。

【油丝掐圪瘩】 山西小吃。温水和面，揪成小剂子，摁扁，手蘸食油，将面剂一片一片直接捏到开水锅里，每片如小铜钵，中间薄周边厚，煮熟捞出，加浇头、菜码、调料即成。因形似疙瘩，故名。

【圪朵朵】 山西小吃。白面或荞面用凉水和好，搓成小手指粗圆条，夹在左手食指和中指间，用右手掐小块，放在手心中，再用大拇指推搓成小卷形(也可以擀切成小方块，用拇指在案板上推搓)，煮熟盛碗，浇上浇头即成。

【金丝翡翠稍梅】 山西小吃。用青菜水加盐与面粉和好，制成剂子，用稍梅锤将剂墩成带荷叶边的薄圆皮，包入五花肉、海参、鸡肉、水香菇、笋尖、葱白、姜、芝麻油、酱油、精盐、味精、胡椒粉、黄蛋松、淀粉制成的

馅；金丝放口上，包梅花形，蒸熟即成。

【荞面灌肠】 山西小吃。荞面加冷水揣成糊状，盛入盘中，上笼蒸熟，晾凉后切成斜角块或长条，加蒜泥调味即成。

【擦蝌蚪】 也称“擦尖”。山西小吃。高粱面、豆面、白面混合为三杂面，温水和好，揪成块，用擦板直接擦入开水锅中，煮熟，捞入碗内，浇上浇头、菜码，再经调味即成。因形似蝌蚪，故名。

【擦尖】 即“擦蝌蚪”。

【长溜尖】 山西小吃。面粉调成稀软面浆，放入盘内，用铁筷子沿盘边割流入开水锅煮熟，捞出后加浇头、调料即成。因一碗常是一根长面条，故称。

【腊驴肉】 山西小吃。驴肉放凉水中浸泡去污，加花椒、盐、茴香等煮七成熟，再用原汤在小火上炖，加盐、广沙、紫蔻仁、公丁香、荜拨、玉豆蔻、良姜片、白芷片、草果、三柰、桂皮、红豆蔻、陈皮、檀香、大料、川姜等炖2小时即成。

【头脑】 也称“八珍汤”。山西小吃。肥羊肉切方块，大火烧沸，加花椒、黄芪在小火上煮熟捞出。另将酒糟水煮沸，加料酒、煨面，对成糊汤。把肉块、熟山药片、莲菜片放入碗里，加羊尾油丁，浇上糊汤即成。

【八珍汤】 即“头脑”。

【馉𩜙】 也称“拨烂子”。山西小吃。豆角（或土豆）切成小块，焯水后，沾上莜面或合面，上笼蒸熟。晾凉后，入油锅放葱丝、花椒、盐等炒熟即成。

【拨烂子】 即“馉𩜙”。

【搓鱼】 山西小吃。莜面用开水和好，搓成鱼形条状，上笼蒸熟后，蘸荤素卤或羊肉汤进食。或晾凉后，用油加蒜泥、豆芽等炒熟而食。

【雪花蘑菇糕】 山西小吃。用烧沸的牛奶烫熟面粉，再加鸡蛋拌匀，下小丸子剂，压成小饼，入芝麻油锅内，用三成热油炸成蘑菇形，捞出，蘑菇糕上撒雪花糖即成。

【雪花糕】 山西小吃。面粉加水和少量的发酵粉、鸡蛋和好，揉光呈圆形，擀开切细条，经油炸至呈浅黄色时捞出。白糖加水熬成清汁，放入糖稀、蜂蜜成浓汁，浇在炸好的面段上，拌匀，入模压平，上面倒入白糖，用轴锤压平，定形后脱模，切象眼块摆盘即成。

【荞面扒糕】 山西小吃。凉水调荞面，揉软，捏成窝头形，上笼蒸熟，晾凉后切条即成。配蒜末水、酱油、醋、芝麻油、辣椒油佐食。

【豌豆糕】 山西小吃。豌豆去皮，在大火上加碱煮成糊状；柿饼去皮、核，切成薄片，铺在搪瓷盆底，加一层青红丝，倒一层豌豆糊，如此加到3～4层，待其冷却凝固后切块即成。

【生炸油糕】 山西小吃。软黄粘米磨成稠糊，控尽水分，揉成面团，用湿布团剂，包入豆沙馅，捏成圆饼，入油锅炸熟即成。

【黍米油糕】 山西小吃。黄粘米面拌水蒸熟，揉匀作剂，包上赤豆泥和白糖制的馅，压成扁圆形，下油锅炸熟即成。

【月季蛋糕】 山西小吃。鸡蛋、白糖放打蛋桶内抽打变稠，将水和面粉加入，边加边搅，搅匀后蒸熟，用模具托成花边圆形（或桃形），上面捏上花边，中间捏一朵月季花即成。

【鸡丝鸳鸯面】 内蒙古小吃。荞面、精粉分别和成面团，再分别制成面条，下沸水锅中煮熟捞出，盛碗内，再将鸡丝汤加调料浇入面中即成。因面条两种两色，故名。

【汆羊肉面】 内蒙古小吃。面条经沸水煮熟，再放入精盐、酱油、葱花、花椒面和羊肉丝（或薄片），待羊肉至熟即成。

【汆肝金钱面】 内蒙古小吃。羊肝切片，入沸水中汆一下；蛋面团擀开，卷水面团，搓成直径约1厘米的条，顶刀切成薄片，下鸡汤内，加精盐、葱末、姜末等调料后，再下羊肝，沸后即成。因面片形如金钱，故名。

【清汤羊脑面】 内蒙古小吃。羊脑入沸水汆后，切成方块；葱、姜、芫荽切成末；精粉和成面团，擀片，再切成细条，下沸水锅煮熟捞出。另将羊骨汤下锅，沸后，撇去沫子，下入羊脑和面条，调味后盛在碗内即成。

【拨荞面】 内蒙古小吃。荞面和成冷水面团，擀开，切成细面条，下沸水内煮熟。捞出盛碗中，浇上用青蔬、酱油、味精、芝麻油等制成的卤帽即成。

【蒙古面条】 内蒙古小吃。用煮过肉的汤将面条煮熟，再加精盐和少许酸奶即成。

【荞面条】 内蒙古小吃。荞面用冷水和成面团，饧后，象做白面条一样，切成短条，可煮，可蒸。食时，可汆汤或浇卤。若和面时加微量碱，用饸饹床压成条即成饸饹，煮熟配卤热食。

【哈达饼】 内蒙古小吃。用油、水和面后，包油酥面擀开，卷成长条，下剂，擀开，将白糖、瓜仁、芝麻、桃仁、桂花、香精、青红丝拌成的馅放入，再擀开，卷盘成小圆饼，然后，擀成薄饼，小火烙熟即成。因内蒙古的赤峰原称哈达街，故名。

【对夹烧饼】 内蒙古小吃。面粉加水和成面团，下剂，做皮；熟猪油和米面擦酥。白面皮包入酥面，擀成圆形烧饼，放吊炉内烤熟，然后将饼沿切一口，内夹切好的熏猪肉片即成。

【通辽大饼】 内蒙古小吃。面粉加少许盐，用温水揉成软面团。取约1000克重的面团，擀成大片，刷油，卷起，两边捏严，再擀成圆饼，放平鏊内烙熟即成。

【羊汤大饼】 内蒙古小吃。面粉与羊汤和成团，刷上羊油，经擀、叠等方法制成圆饼，共7层，烙至两面呈油黄时即成。

【王小二大饼】 内蒙古小吃。精粉加食碱、食盐调成韧性面团，饧后，搓条下剂，将剂轻擀，再用手甩薄，抹

匀油，叠卷，盘起，再擀成圆饼，入平锅煎至半熟，再入炉烤制即成。

【粘糕饼】 内蒙古小吃。将黄米面用沸水烫熟，先做成馒头状，再用手拍成圆饼，放入平锅内，刷油，两面烙至呈金黄色时即成。配糖佐食。

【高粱米面大饼子】 内蒙古小吃。高粱米掺入适量的黄豆和高粱米饭，制成高粱米面。用水浸泡，磨面水粉，滤干，发酵，对碱，锅内放入少量水，烧沸，将高粱米面，做成大小均匀的长饼状，贴在锅内周围，盖好锅，大火烧制即成。

【二莜面饸饹】 内蒙古小吃。把高粱米和莜麦炒熟，同时磨成面粉，即为二莜面。用此面加水和成面团，压成饸饹或搓成条，蒸熟即成。

【蒙古卷子】 内蒙古小吃。冷水面团擀成大圆片，抹匀一层熟羊油，卷起，成长卷状，上笼蒸熟，取出切成条，泡在肉汤中即成。

【五香酵面卷】 内蒙古小吃。用五香调料加少许精盐，熬成水，和入酵面中，对碱，饧后，擀成长条薄片，刷上油，撒葱花，卷成长条，下剂，剂口朝下压住，稍静置后，入炉烤熟取出，表面刷芝麻油，切成片即成。

【白焙子】 内蒙古小吃。用发酵面团制成圆形（或三角形）的生坯，放在鏊子里烙熟一面，再放入烤炉中烤熟即成。也可以加糖、油酥等制成糖焙子、油酥焙子、芝麻酱焙子、鸡蛋焙子、牛舌头等。

【刀切】 内蒙古小吃。面粉加油和成油酥面，再卷糖酥制成高5厘米、宽8厘米的双头方圆形长条，用刀切成薄片，放烤炉中烤熟即成。

【甜窝窝】 内蒙古小吃。小米面、黄米面、糜子米面加水掺和，稍微发酵。饧后，用直径约6.7厘米的圆铜勺，舀发酵面糊，扣在笼屉里，蒸熟，出屉时，二个对底，乘热粘住放置即成。

【推窝窝】 内蒙古小吃。莜面加沸水和成团，饧后搓条，揪剂，放在平整、光滑的石板或其它硬质平滑家具上，用手掌推成薄片，遂掀起薄片一边，顺势卷在食指上，成圆桶状，竖在笼屉里，逐个依次做完，用大火蒸熟即成。配菜卤（或菜汤）佐食。

【糖茶面】 内蒙古小吃。小米面加少许凉开水搅成稠糊，用滚开的水冲熟，加糖拌匀即成。

【荞面蒸饺】 内蒙古小吃。荞面沸水烫后揉和均匀，晾凉；驴肉剁成肉馅调味。取荞面烫面下剂，擀皮，包入驴肉馅，呈饺子状，入笼屉蒸熟即成。

【拿糕】 内蒙古小吃。在锅内加少量水，沸后，一手抓莜面，一手持筷子，面下入锅后，用筷子朝一个方向搅，至面熟、粘稠成块时即成。食时，可切片或块，蘸酱油、醋、辣椒油等佐料；也可以配羊肉汤食用。

【五仁墩】 内蒙古小吃。干果五仁切丁，加白糖拌匀制馅，将水油面包油酥面，经擀、卷后，下剂，压扁，包心，制成馒头状，轻摁一下，刷少许大油，入炉烤熟即成。

【蒙古馃子】 内蒙古小吃。面粉加适量白糖，用温水和成面团，饧后，擀成圆饼，再切成小长条，用羊油炸熟即成。

【蒙古包子】 内蒙古小吃。羊肉切碎，加葱花、精盐、羊油、酸奶等制成馅心。冷水面作皮，包入馅心，呈包子状，蒸熟即成。

【荞面个饦】 内蒙古小吃。荞面加水和成面团，用手推搓成猫耳朵状，即成个饦。可蒸可煮。熟后，放调过味的熟羊肉拌食；也可用油炝锅，加调料炒食。

【馄饨(kuǐ lěi傀垒)】 内蒙古小吃。土豆洗净，煮熟，剥皮，擦成泥，加干莜面拌成疙瘩状成"馄饨"。炒锅置中火上，放少许油，煸炒葱花，加精盐后，放入馄饨炒熟即成。

【搓鱼子】 内蒙古小吃。土豆洗净，煮熟，去皮，擦成细泥，和莜面与水揉匀（也可不加土豆），用手搓成两头尖、中间扁宽的鱼子状，上笼蒸熟，再同土豆条、蔬菜等放热汤中，加调料汆制即成。

【荞面盒子】 内蒙古小吃。荞面烫熟，晾凉，下剂，擀成圆片，上面抹上肉馅，再用一张荞面圆片合在上面，捏严四周，入平锅刷油，烙熟即成。

【饨饨】 内蒙古小吃。莜面加水和成面团，擀成大薄片，把土豆洗净，用擦子擦成丝，均匀地铺在大薄片上，从一头卷起，切成段，上笼蒸熟即成。

【书力太扁食】 内蒙古小吃。用白面包着羊肉馅的小扁饺，放入用肉丝、粉丝和调料制成的汤里煮熟，滴芝麻油，撒味精，盛碗中即成。夏季配芫荽；冬季加紫菜佐食。

【高汤明睛饺】 内蒙古小吃。熟羊眼去掉黑心，与虾仁均切丁，再与鸡肉茸、姜末、葱末加调料制馅，温水和面做皮，放馅包成小饺，入鸡汤中煮熟，经调味后即成。

【摊黄儿】 内蒙古小吃。黄米面掺少量白面，加水和匀，发酵后，对碱，呈糊状，再倒入平锅里加盖烙熟即成。

【糙米】 内蒙古小吃。糜子米蒸后，再炒酥，碾成粉。临食时放奶茶中，用沸水冲泡即成。

【豆面卷子】 内蒙古小吃。黄米面用温水和匀，做成馒头状，上屉蒸熟。黄豆炒熟后擀成细面，将蒸熟的黄面坯乘热用豆面做馔面，擀成长方形薄片，撒上白糖，卷起，切成段即成。

【酸饭】 内蒙古小吃。酸菜（或醋）加凉开水调稀后，装罐内，放锅台上（略有温度）使其发酵成乳白色、有异香酸味的浆水。做酸饭时，把水烧沸，再倒入适量的浆水，下入糜米，至饭熟呈淡黄色时即成。

【吉祥饭】 内蒙古小吃。糯米煮成干饭，拌匀白糖。小碗底铺上红枣、青红丝，将拌好的糯饭放入碗内，中间摁一小坑，放入奶油，扣出即成。

【乌勒莫】 内蒙古小吃。鲜牛奶经发酵后，上面漂浮

一层象豆腐皮一样的薄皮，即为乌勒莫。底下的象豆腐脑状的为发酵奶子(酸奶)。

【奶豆腐】 内蒙古小吃。发酵牛奶经提炼乌勒莫后，剩下的形如豆腐脑状的奶质，再经熬制，撇净水分，呈糊状，凝固后即成。

【奶皮子】 内蒙古小吃。鲜牛奶熬开，装入盆中，用手勺一勺一勺地扬起，见呈很多泡沫时，将盆置温火上，使奶汁沸而滚约 3～4 小时，待泡沫收缩、呈老蜂窝状时，将盆离火。冷却后，把凝固的表皮取出，晾在木板上，使奶汁水一点点地淋干即成。

【酸奶子】 内蒙古小吃。鲜牛奶作成奶豆腐后，剩下的奶子即为酸奶子。是冷饮佳品，夏天饮用可防暑。

【牛奶炒末】 内蒙古小吃。鲜牛奶熬开后，用上面的浮泡炒成末状即成。可配红糖或白糖、奶豆腐、奶皮子、乌勒莫等佐食；也可配各种糕点佐用。

【黄油】 内蒙古小吃。鲜牛奶制成乌勒莫后，经 3～5 天的沉淀，放在盆里，用干净木棍搅拌成糊状，然后加冷水，使其进一步凝结，再将糊状物捞出，用小火慢慢熬制，上面漂浮的一层油脂，即为黄油。

【馅饼粥】 内蒙古小吃。赤豆、小米、大米同煮成粥。猪肉剁碎加调料拌制成馅，包入用白面制的皮中，擀成大圆饼坯，小火上烙熟。馅饼和粥，两者伴食。

【肉粥】 蒙古族小吃。粳米(或小米、散糜子)洗净。牛肉(或羊肉)切成丝，下锅煮熟，放入葱、精盐等调料，再将粳米放入煮烂即成。

【饭肠】 内蒙古小吃。粳米(或小黄米)淘净。猪肠用盐搓洗数次，治净。菜馅、猪板油小丁、猪血、凉水及粳米(或小黄米)搅拌均匀，使成粥粒状，灌入猪肠内，扎好肠口，放入水中慢火加温煮熟，捞出，切大圆片，再浇上调味酱和少许原汤即成。

【羊肉排骨汤】 内蒙古小吃。羊排骨剁段，加水煮熟，再往锅中放入面粉做成的面片，待面片熟后，带羊排骨一起捞在碗内，浇上用葱花、姜丝炝锅并调味的鲜汤，上撒芫荽末、海米即成。

【荞面烙合】 内蒙古小吃。荞面用沸水烫好揉成面团，晾凉，擀成大薄片，用小碗磕成圆片，包入驴肉馅捏成饺子状。平锅内刷油，放入饺子烙熟即成。

【芙蓉馅锅盔】 内蒙古小吃。京糕切丁，加白糖、青红丝制成馅。面粉与蒸熟面粉各半制成面团，下剂，包馅，擀成圆饼，入平锅烙熟。将白糖、饴糖熬成浆，刷在饼上，再沾上一层白糖即成。

【海城馅饼】 辽宁小吃。猪肉、牛肉剁碎，加酱油、味精、芝麻油，拌入时令青菜，用温水面皮包成馅饼，入锅烙制即成。

【杨家吊炉饼】 辽宁小吃。将温水面剂抻成长片，抹油，盘成圆饼，用吊炉上烤下烙即成。配蛋羹佐食。

【义县伊斯兰烧饼】 辽宁小吃。精粉做皮，分别包入白糖玫瑰馅、牛肉馅、豆馅、油盐等，呈小饼状，入吊炉烤制即成。

【蒙古馅饼】 辽宁小吃。原用荞面做皮，牛羊肉做馅烙制即成。后改用面粉做皮，并用鸡汤(或牛羊骨汤)拌馅烙制即成。

【马家烧麦】 辽宁小吃。选牛脂盖、三叉腰窝油绞碎，加调料、清水和佐料油搅成馅。面皮用粳米粉做醭面，压成荷叶花边，拢成烧麦，蒸制即成。

【煸馅蒸饺】 辽宁小吃。开水烫面(加少许猪油)，晾凉，揉匀成面团，搓条，揪剂，擀成边薄、中间稍厚的面皮，放上以猪肥肉丁、瘦肉丁、面酱、花椒、大料水、酱油、姜末、精盐、料酒、骨头汤、味精等煸煨好的馅料，包成饺子，上屉用大火蒸熟即成。

【猪肉蛎黄蒸饺】 辽宁小吃。面粉，四成用开水烫面；六成用凉水和成，再将二者合一，揉匀成面团。猪肉剁碎；蛎黄剁小丁，将两者合一起，加酱油稍腌，搅入水，待稠浓时，加精盐、姜末、味精和适量的时令菜末以及葱末、芝麻油调匀成馅。面团搓条，揪剂，擀皮，放馅，包成饺子，上屉蒸熟即成。如用牛肉加芫荽末按上法调制，即为牛肉蛎黄蒸饺。

【韭菜虾仁蒸饺】 辽宁小吃。面粉，四成用开水烫面；六成用凉水和成，再将二者合一，揉匀成面团。韭菜切末，用芝麻油拌匀。虾仁剁小丁，加酱油、精盐、味精调匀，倒入韭菜中拌好成馅。面团搓条，揪剂，擀皮，放馅，包成饺子，捏上花边，上屉蒸熟即成。

【老边饺子】 辽宁小吃。开水烫面，放少许白油，晾凉揉匀。猪肉三成肥；七成瘦；一半剁末；一半切丁，用面酱、骨头汤、调料煸炒成馅，冷后放入葱花、芝麻油、时令菜末，拌匀。烫面下剂，包成饺子，蒸熟即成。

【沟帮子水馅包子】 辽宁小吃。猪前槽肉加海参、干贝、虾仁剁成茸，加鸡汤拌搅成粥状的水馅。精粉和面，下剂擀皮，包入馅料，顶部收口捏 17～18 个褶，水沸上屉，蒸熟即成。

【海肠小饺】 辽宁小吃。面粉加少许精盐，用凉水和成面团。海肠子去头，剖开，刮净泥沙，洗净，剁碎，加猪肉茸、酱油、姜末、精盐、味精、菜末、葱末、芝麻油，拌匀成馅。面团搓条，揪剂，擀皮，放馅，包成饺子，下锅煮熟即成。

【鲍鱼面】 辽宁小吃。面粉加少许精盐，用凉水和好，揉匀，擀片，叠起，切条，煮熟，装碗。焯熟的鲍鱼切片，下勺内，加料酒、酱油、精盐、白糖煸炒，慢煨片刻，撒在煮好装碗的面条上。大勺内加清汤，放油菜片、精盐，沸后撇去浮沫，加味精、芝麻油、芫荽末，浇在面条碗内即成。

【大连家常面】 辽宁小吃。面粉加凉水及少许盐、碱和匀成面团，擀片，切宽条，沸水煮熟，捞出盛碗。把肉丝炒好。汤锅内加配料，沸后捞出配料，放在面条上。炒好的肉丝放入汤中，调好口味，浇在面条上即成。

【刘均富熏鸡】 辽宁小吃。当年小公鸡，经宰杀、整

形后，放入老汤锅中煮(老汤中含有16种调味品)，慢火至熟捞出，擦尽水汽，乘热摆在熏架上，用熏锅熏制即成。

【沟帮子烧鸡】 辽宁小吃。当年公鸡宰杀后，治净，盘好，经沸水焯后，再放入汤中加调料煮烂捞出，擦尽水汽，乘热摆在熏架上，用熏锅熏制即成。冷却后，刷上芝麻油。

【新兴圆蒸饺】 吉林小吃。精粉、发酵面团下剂，擀皮，包入用猪肉加各种调料、猪骨汤搅成的粥状馅料，捏成边薄无重边的饺子，蒸熟即成。

【回宝珍饺子】 吉林小吃。精粉加水(夏季用凉水；冬季用温水)和成稍硬的面团，下剂，擀皮，包入用牛肉末和各种调料、及腱子汤、蔬菜末制成的馅，包成饺子，用大火蒸制即成。

【韭菜包】 吉林小吃。精粉发酵面团下剂，擀皮，包入用韭菜末、猪板油细丁和各种调料搅拌的馅，制成半圆形包子，蒸熟即成。

【会有发包子】 吉林小吃。精粉发酵面团做剂，擀皮，包入用猪肉加调料、鸡汤搅成的粥状馅料，捏成包子，上笼蒸熟即成。食时蘸佐料。

【片饽饽】 吉林小吃。精粉酵面取1/10，掺油做成油面剂，剩余的酵面搓成条，下剂摁扁，每个剂子中包入一小块油面剂，擀成椭圆形面片，蒸熟，取出，从中间一切两半，码盘中即成。

【筱筱火烧】 吉林小吃。精粉加水和成面团，擀成长方形片，抹上油酥，卷起，搓成条，下剂摁扁，包入猪肉馅，剂口朝上制成圆饼，经烙制即成。

【叉子火烧】 吉林小吃。精粉加酵面、小苏打和成面团；豆油加精粉和成软酥。面团擀成长方片，抹软酥，卷起后下剂，擀成长方形片，做成生坯，放平锅内烙制后，再用叉子烤熟即成。

【单饼】 吉林小吃。精粉用开水烫好，加猪油揉透，搓成条，下剂摁扁，擀成圆片，再把圆片卷在面杖上，向前推擀，成为薄饼状。烙后叠成扇形装盘，配各种炒菜同食。

【带馅窝丝饼】 吉林小吃。精粉面团搓成长条，再用面杖顺长压一条槽。鸡牙肉、鲜虾仁、鲜姜、大葱捣成细泥，用鸡蛋清澥开，加精盐、味精和芝麻油调好，再加食用红色素调成玫瑰色。用锥形牛皮纸筒把鸡茸馅挤在面条的槽中，包好，用抻面法抻到第5扣时，刷上豆油，再对折2次，按量盘成饼坯，擀成圆饼，经烙制后，用湿布蒙上焖一会，待回软，用手磕开即成。

【清糖饼】 吉林小吃。精粉加猪油擦成干油酥面，与精粉水油面分成相等的块。用水油面把干油面包起来，擀成圆薄片，叠三角形；再把三个角叠在里边，摁扁，包上用白糖、青红丝、熟精粉、香精和猪油制成的馅，擀成圆饼，用慢火烙制即成。

【丝饼】 吉林小吃。面粉加水和成面团，抻出饼条，包入用鸡牙肉、鲜虾仁调制的馅，再抻成细丝，刷油，盘起，擀成圆饼，烙制即成。

【李连贵熏肉大饼】 吉林小吃。猪前槽肉切块，用清水浸泡，洗出血污，加入有10多种药料制成的老汤中煮烂，捞出熏制至熟。冷水面团，擀成大饼形，抹上用煮肉老汤油调制的酥面，卷入面饼中，下剂，擀圆，烙熟，夹上熏肉、葱、面酱即成。

【缸炉烧饼】 吉林小吃。精粉用温水和成面团，擀成大片，抹上油酥，卷起后下剂，擀片，包入用猪肉片和调料制成的馅料，制成饼坯，蘸水和熟芝麻，置于炉内，烤制即成。

【杨麻子大饼】 吉林小吃。精粉面团搓条下剂，擀成长圆形，再用手甩成大片，抹油卷起，盘好做成饼坯，再擀扁，放吊炉内加油烤制即成。

【带馅麻花】 吉林小吃。鸡蛋液加豆油、白糖搅匀，放入澥开的酵面里，再加精粉拌匀，揉成面团，搓条下剂，并逐个搓成小圆条，包入枣泥馅，搓成麻花坯，用热油炸酥即成。

【炸松塔】 吉林小吃。精粉加酵面、鸡蛋、白糖、猪油、小苏打、清水和成面团，擀成长方片，刷油叠起，再刷油，叠为四层，切成方形块；每块四边和四角相对地各切为中间相连的一刀口，成八瓣，间隔地提起四瓣，用切下来的面头搓细条，从中间围起粘住，即成松塔坯，经油炸制即成。

【扇子酥】 吉林小吃。精粉加猪油和水分别制成油酥面和水油面。用水油面包入油酥面，擀成长形片，叠3层，切成长条；再切小条，由小条中间顺切成一刀(两头不断)，从刀口中间翻过来，两端用水粘住，成为扇形坯，经油炸后，摆盘中，撒上用食用红色素染好的白糖即成。

【高汤水饺】 吉林小吃。精粉面团搓条下剂，擀成圆片，包入用猪肉、白菜、猪油、花椒面、葱末、姜末、味精、芝麻油拌和的馅，制成饺子，先用沸水煮至八成熟，再用调味的鸡汤煮熟，连汤装碗，淋芝麻油，撒紫菜即成。

【真不同五香鱼】 吉林小吃。净鲫鱼两侧剞斜刀，用酱油、花椒面喂好，用热油炸熟，在以酱油、白糖、味精、辣椒面、醋、葱、姜、蒜对好的汁水中腌制入味，摆盘中；原汁放勺中，熬稠后浇在鱼身上，撒芫荽段，淋芝麻油即成。

【真不同肉焖子】 吉林小吃。猪肉馅中加入葱末、姜末、花椒面、味精、硝水、清水、淀粉、芝麻油，拌匀，倒入搪瓷盘里，入笼蒸熟，取出，重新翻起，搅拌抹平，涂上鸡蛋液，再稍蒸，揭去鸡蛋皮，冷却后切片即成。

【真不同南酱腱子】 吉林小吃。牛腱子肉切成2块，放沸水锅里紧透，洗净，装入罐中，添老汤，加葱、姜、精盐、白糖、酱油、白酒、熟硝和肉料，经慢火煮烂即成。

【真不同葱熏黄花鱼】 吉林小吃。净黄花鱼两侧剞斜刀，用热油炸熟，放入用葱、姜、蒜、芫荽、白糖、酱油、

醋、辣椒面、白酒和味精对成的汁里泡至入味，再进行熏制，然后浇上泡鱼原汁，撒上芫荽段，淋上芝麻油即成。

【真不同熏小肚】 吉林小吃。猪尿脬治净，填入用猪五花肉末、绿豆淀粉、葱、姜、花椒面、精盐、味精、芝麻油、白糖等制成的馅料，经老汤酱煮后，再熏制即成。

【酒醉十三香】 黑龙江小吃。以水油面、油酥面为皮，用小包酥的方法起酥，下剂，包酒糟一块，做成不同形状，成熟后，挤上奶油花即成。

【荷花金鱼】 黑龙江小吃。以水油面、油酥面为皮，用小包酥的方法起酥，下剂，包入枣泥馅，炸熟做成荷花酥；另用澄面做成金鱼摆盘内即成。

【迎宾兰】 黑龙江小吃。用精粉加鸡蛋、白糖、温水和成面团，擀长方形，叠上切 6 条，最后一条翻过把底捏住，炸熟即成。因形如兰花，故名。

【麻花头】 黑龙江小吃。用精粉、白糖、油、酵面和成发酵面团，搓成大条，下小剂，逐个搓成约 33 厘米长的小条，盘成麻花形，刷蛋汁，蘸糖，入炉烤熟即成。

【蛤蟆吐蜜】 黑龙江小吃。面粉加油和成酥面，包豆沙馅，做成蛙形（口张开，眼往上瞧），入炉烤 15 分钟，呈金黄色时即成。

【盘瓤饼】 黑龙江小吃。面粉加老酵、温水和成面团，擀成面片，包入软酥（豆油、花椒面、精盐加少量面粉制成），盘旋成饼，入炉烤制即成。

【叉子饼】 黑龙江小吃。水油面包油酥，破酥擀片，卷成长条，下小剂，四边擀成长方形，表面刷层蛋液，入炉烤制即成。

【糖酥杠头】 黑龙江小吃。面粉用酵面、糖、油、水和匀，下剂，揉透摁扁（厚 1.5 厘米），上面用刀剞成花纹，刷层蛋汁，入炉烤制即成。

【香酥三鲜包】 黑龙江小吃。用鸡肉、海参、虾仁切末，调味作馅。用水油面团包干油酥，破酥下剂，作皮，包和后压上花纹，上炉烤熟即成。

【香酥水晶包】 黑龙江小吃。取八分熟的白肉，用糖腌 2～3 天，切成小丁作馅。用水油面团包入油酥作皮，搓条，下剂，包入白肉馅，皮上压花纹，入炉烤熟即成。

【糖发面烧饼】 黑龙江小吃。面粉加老酵和成发酵面团，再加适量碱水，揉匀稍饧，然后加糖、油和好面团，按量下剂，擀成圆饼，入炉烤制即成。

【一品双花】 黑龙江小吃。以水油面、油酥面为皮，用小包酥的方法起酥，擀开，下剂，包入枣泥馅，擀开成鸭蛋圆形，一头用刀切均匀小条；另一头用刀切不断小条，卷上，入炉烤呈乳白色时即成。

【冰城三丝炒面】 黑龙江小吃。用凉水加少量精盐和成面团，抻成细丝，用温油炸熟捞出，再用开水汆透。勺内放鸡汤、盐、味精，把控干水分的面条放入勺内，盖上盖，焖透出锅装盘。另用勺放底油，用葱花炝锅，倒入三丝（鸡丝、火腿丝、冬笋丝），加精盐、味精炒好出勺，倒在面上即成。

【清糖饼】 黑龙江小吃。用白糖、熟面，加青红丝、桂花酱、猪油制馅。用水油面包干油酥，擀成圆形薄饼，包上糖馅，用手捶砸圆，薄厚均匀，以平锅慢火烙至浅黄色，并呈云片花时即成。

【单饼】 黑龙江小吃。用烫面和成面团，在揉和中将油逐渐混合至面团中，做成剂子，摁扁，用细杖擀至薄如纸、无褶无洞时，用急火烙制，呈芝麻花色，手感如绸子柔软时即成。用以卷合菜、甜面酱、葱丝食之。

【肉火烧】 黑龙江小吃。嫩发面（用酵面，不用碱）破酥制皮，包入用五花肉丁、葱花和甜面酱调和的馅，制成扇饼，上锅烙制即成。

【搅面馅饼】 黑龙江小吃。用温水搅成软面团，下剂，包入用猪肉和调料制成的馅，收口摁扁，上平锅烙，至饼膨起时即成。

【丝饼】 黑龙江小吃，用温水和面，加盐少许，揉成面团，搓成长条，上下抖动，待顺劲条纹均匀后，连续抻 5～6 扣，按量下剂，刷油，再抻两扣。每根条达到一定粗细后，从一头盘成圆盘形，用手摁扁，放入平锅，刷油烙制，见两面呈金黄色时磕散即成。

【草帽油饼】 黑龙江小吃。温水和面，稍加盐揉匀，略饧，下剂，放油案上擀开加稀油酥，折叠盘转，擀成大饼，上锅烙熟即成。

【重样饼】 黑龙江小吃。酵面下小剂，摁扁，分别包入果酱馅和白糖馅，每两种馅料的饼摞在一起，擀成圆饼，上面撒青、红丝，用大火蒸熟即成。

【桃馒头】 黑龙江小吃。精粉用做面包的引子花发酵，并用大木杠子、小铁杠子反复压面，然后在热炕上反复饧面，揉透后，再掺入猪白油和白糖，搓条，做剂；每个剂子在手中搓上几十次，做成桃形，蒸熟即成。

【一品饺子】 黑龙江小吃。用烫面作剂，擀成圆片，拢成 3 个筒，加三鲜馅（海参、对虾、干贝），摆在模具中上笼蒸熟即成。

【辣子蒜羊血】 陕西小吃。熟羊血切成块，入沸水锅中炸后，捞出；再放进沸水锅中，食时用漏勺捞入碗内，加精盐、蒜泥、辣子油即成。

【粉汤羊血】 陕西小吃。鲜羊血加盐水，入沸水中煮后，凝固成块，切长条。豆腐切片，入沸水锅中煮有蜂窝的小孔时捞出浸泡在水中。花椒、小茴香、草果、胡椒、八角、丁香、砂仁等 10 多种调料研成细末搅拌成调料面。锅内加水烧沸后，下入精盐和调料面。馍掰成小块放碗中，取羊血丝下入锅内，略炸捞入碗中，放上水粉丝，浇上热汤，稍停再滗去汤，如此 3～5 次，将豆腐块放漏勺中，在汤锅里炸热后放碗中，再在碗中调入辣椒油，加蒜苗末、芫荽末，浇适量热汤即成。

【羊肉丸子胡辣汤】 陕西小吃。羊肉剁成茸，加干淀粉、调料面、精盐、清水，打匀，捏成如白果大小的丸子，腐竹、蒜苗、青菜各切成段；上豆切成块，锅内加水，烧

沸后下入丸子，煮熟捞出放盆中。原汤中下入土豆块、腐竹段；入精盐、酱油、调料面，加入煮腊羊肉的汤煮至土豆熟时，倒入丸子，再下粉条、蒜苗、青菜略煮，调入干淀粉和清水和成的糊，搅动使呈糊状时，注熟羊油、胡椒粉搅匀即成。配辣椒油佐食。

【粉蒸羊肉】 陕西小吃。绵羊肉治净，切片，放瓷盆内，加调料面、精盐、清水、面粉，速用双手搅拌至面粉粘附在肉上时即可。蒸笼上铺湿笼布，将拌好的肉平摊于笼布上，笼屉置铁锅上，蒸约 2 小时即成。

【水盆大肉】 陕西小吃。切成大方块的猪肉、砸断的猪骨、洗净的母鸡分别下入沸水锅中同煮 3 小时，先捞出猪肉，切成片；母鸡继续煮 1 小时也捞出，拆去骨，切成小片；水发海参、水发鱿鱼均切成薄片，水盆锅内加入煮肉原汁汤，放入猪肉片、海参片、鱿鱼片和鸡肉片烧煮后，再放入用花椒、大料、生姜、味精等制成的调料水即成。配泡菜、糖蒜、芫荽、甜面酱佐食。

【腊汁肉】 陕西小吃。卤锅内放原腊炙汤，大火烧沸，再将切成条状的带皮、骨猪肉一条条放入卤锅里，肉皮朝上，加料酒、酱油、精盐、大葱、姜块(拍松)、调料袋，上压铁箅，焖煮 2 小时后(煮时不断撇去浮沫)，下入冰糖后，再把肉翻一下，煮透捞出，拆去骨头，皮向上放瓷盘内即成。

【葫芦头】 陕西小吃。猪大肠(俗称葫芦头)、猪肚治净，煮熟后，切片，将猪骨头、猪肉块放入烧沸的铁锅中，下入包有花椒、大料、桂皮、草果等的布袋，煮成浓汤。将馍掰成如白果大小的块放碗中，上放猪大肠、肚片，用锅内的滚汤汁浇淋 3～4 次，放味精、芫荽末、蒜苗丝，再浇适量的滚汤汁即成。

【碗砣】 陕西小吃。将去壳的荞麦仁用清水泡涨磨成粉，加入水搅匀成稀糊状，用箩滤去粗渣，粉汁盛入碗中，上笼边搅边蒸，待凝固后盖上笼盖，用大火蒸熟。取出待凉透，切成长条片盛入盘中，浇上用盐、料酒、醋、味精、酱油、蒜末、葱末、芝麻油对成的调味清汁即成。

【香哪】 陕西小吃。用温水、熟猪油、白酒、面粉和成面团，揉匀，下剂。将剂子擀成薄皮，从两头向中间卷，然后再从两头向中间圈成圆环，两头压在一起，成香哪坯，再将香哪坯入七成热的油中炸熟捞出，乘热撒上白糖即成。

【时辰包子】 陕西小吃。猪板油切成丁，加调料面、面粉、菜籽油、大葱片，拌匀成馅，将酵面、面粉、水、碱和成面团，揪剂，拍成圆片，包入油馅，捏成“僧帽”形，笼蒸即成。因只在早晨出售，故名。

【小笼蒸饺】 陕西小吃。先用滚肉汤将面粉烫成面絮，再用温水和少许的面粉也搅成面絮，两种面絮揉成面团。熟猪肉切小丁，加调料煸炒后放碗中。将生猪肉剁成碎末，同煸炒后的熟猪肉一块放盆中，加韭菜段、生姜末、芝麻油、味精、调料面、甜面酱搅拌成馅，将和好的面揉成细条，揪剂后擀成面皮，加馅包成饺子，入小笼内蒸制即成。

【金线油塔】 陕西小吃。猪板油剁成油泥，与调料面、精盐搅匀。面粉加水和成面团，擀成面片，涂上板油泥，卷起，再擀成片，顺长切成细丝，用手抻长，在食指与中指上盘绕成圆塔形，上笼蒸熟后取出，用手拍打抖动，使其蓬松，放在盘里即成。

【马鞍桥油糕】 陕西小吃。面粉烫熟，掺入干面粉，搓条，揪剂，拍薄成片，包入用桃仁末、青梅末、白糖、青红丝、黄桂酱、熟面粉、菜籽油拌成的馅，入油锅炸至表面呈褐红色时，捞出即成。

【屹嵯油茶】 陕西小吃。面粉与精盐、调料面拌匀，放入投有羊油的热炒锅内迅速搅炒，炒至面熟出现樱桃般的屹嵯时，再用小火微焙，出锅，徐徐下入沸水锅中，慢慢搅动，另将面粉和温水和成的稠面糊倒入锅内，烧沸，待油茶泛泡时即成。

【枣肉沫糊】 陕西小吃。锅内加清水、豇豆烧沸，放碱面烧煮，豆烂汤呈绛红色时，放入煮熟后去皮、核的枣肉及糖精，烧沸后，再倒入用面粉、清水和成的稀面糊，边倒边搅，略烧片刻盛砂锅即成。

【米面皮子】 陕西小吃。大米用水泡后加水磨成米浆，加精盐，用滚水烫沸，再加入凉水制成浓米浆。净湿布铺在笼上，摊上浓米浆，摊薄抹匀，上笼蒸约 10 分钟取出，晾凉，切成细条即成。食时加绿豆芽、酱油、醋及芝麻酱各少许。

【羊肉泡馍】 陕西小吃。羊肉、全羊骨架置清水中，大火炖煮，放入包有桂皮、草果、花椒、八角等的布袋，用小火炖约 12 个小时。将特制的馍用手掰成小碎块放碗中。将原汁汤放炒勺内，加水烧沸后，放精盐，加入肉块略煮，再倒入馍块及水粉丝、蒜苗、味精等，大火炖煮，淋熟羊油颠翻出勺即成。配芫荽、辣子酱、糖蒜佐食。

【云云馍】 陕西小吃。碗内倒入菜籽油，用沸水冲开，加白糖，倒入盛有面粉的瓷盆内，拌成面絮，揉搓成面团，再将面团揪成剂子，搓条，拍偏，回卷成圆形，将两头接口处捏紧，即为云云馍坯。将馍坯放在烤盘内，入烘炉烘烤即成。

【石子馍】 陕西小吃。水面、酵面两掺，加精盐、碱、熟猪油和鲜花椒叶揉匀和成面团。选如栗子大小的鹅卵石放入平底锅内烧热，取出一半，将揪好的面剂擀成圆饼，放在锅内石子上，再将另一半石子盖在上面，加盖，上烫下烙，至熟即成。(注：石子馍饼面呈现的是凹凸不平的窝窝。)

【白剂馍】 陕西小吃。面粉加水及碱水和成面团，揪剂子，搓条，擀成椭圆形，卷拢后盘成蜗牛状，再擀成圆饼坯，将边缘拢起，卷成窝窝形，放在上鏊烙至两面有黄色烙印时，再放入底鏊烘烤，至两面膨起时即成。因在烘烤时上下受热，中心空虚，故也称“两张皮”。

【两张皮】 见“白剂馍”。

【乾州锅盔】 陕西小吃。面粉加水和成死面，放案板上用木杠压匀，加入酵面及碱水，再压至面光色润，擀成圆形锅盔坯，用木杠压成花纹，放在鏊上，经“三翻六转”，烙至火色均匀、皮面微鼓时即成。

【太后饼】 陕西小吃。猪板油切丁，注入用八角、花椒、桂皮熬成的调料水和精盐，排剁成板油泥；面粉加酵面、温水、碱揉成面团，揪剂，扯成长面片，抹板油泥，搓条，下剂，拍成饼坯，抹上蜂蜜，入三扇鏊中，烘至金黄色时即成。

【黄桂柿子饼】 也称“水晶柿子饼”。陕西小吃。猪板油丁、青红丝、切碎的核桃仁、面粉、黄桂酱、玫瑰酱、白糖搓揉成馅。柿子去皮，和入面粉中，揉成面团，包入糖馅摁成饼坯，放鏊里烙烤至两面发黄时即成。

【水晶柿子饼】 即“黄桂柿子饼”。

【核桃烧饼】 陕西小吃。蒸熟的面粉加菜籽油拌成油面。面粉加油面、酵面、碱、水和成面团。核桃仁用火焙熟，加入精盐捣碎成核桃泥。面团揪剂后擀成长条，抹上核桃泥，卷成圆柱形，用刀剖成两块，里层向外卷圆，上下再抹上核桃泥、菜籽油，压成凹形，放入鏊内烘烤至呈金黄色时即成。

【油酥饼】 陕西小吃。白面粉加碱面、温水和成面团，揉搓均匀后揪成剂，搓成条，压扁后擀成鱼脊般的片，抹上用热油和面粉制的油酥，撒上花椒盐，抻长后收卷成蜗牛状为饼坯，将饼坯压成小圆饼，放入三扇鏊内烘烤至色泽黄亮时即成。

【大油旋】 陕西小吃。酵面与面粉拌和，倒入碱水、温水搓成团面，揉光回饧后，略加揉搓，擀成长面片，抹上菜籽油和以热菜籽油、面粉烫制的酥面，撒上精盐、调料面，用手抻卷成塔形，擀成圆饼，即为油旋坯，将油旋坯先放鏊上，稍经烙烤，再移入底鏊淋油烙制即成。

【红肉煮馍】 陕西小吃。将猪肋条肉切方块，入开水锅汆后，放入炒锅内加调料煸至肉块上色，再加清水和葱段、姜块、花椒、八角、冰糖等多种调料，烧沸后倒入砂锅，小火炖约 2 小时即成“红肉”。炒锅内放肉汤烧沸，加入水发粉丝、蒜苗，再下入掰好的馍块略煮，加酱油、精盐、料酒、味精、水发木耳，舀入红肉，淋熟猪油煮约 1 分钟，起锅，先将馍块舀入碗中，再将红肉、木耳浇在上面即成。

【鳝鱼煮馍】 陕西小吃。炒锅内加肉汤，大火烧沸，倒入掰好的馍块，加调料略煮，盛入大碗中。将宰杀、切成段的鳝鱼段投入热油锅略爆，倒入漏勺沥油。炒锅内放干辣椒丝，炸至色黄，再下入葱丝、玉兰片丝、水发木耳、姜、蒜片和鳝鱼段，烹入醋、料酒略煸炒，再加入精盐、湿淀粉对成的调味汁搅炒，汁起淋入熟猪油，起锅浇在碗内煮好的馍上即成。

【油泼箸头面】 陕西小吃。面粉加盐水搓揉成面团，再蘸水调软，揪成剂子，搓成条，抹上油摆整齐，回饧后取出搓成长条，再抻成细如麦杆的箸头面，投入开水锅中煮熟，捞在放有精盐、酱油和醋的碗内，撒青菜、辣椒面，泼热菜籽油即成。

【臊子面】 陕西小吃。带皮生猪肉切片，配酱油、精盐、红醋、辣椒面等制成臊子。面粉、温水、碱和成面团，揉成长方形的块，擀薄后切成细条，入锅内煮两滚后捞入冷水盆中，用笊篱捞出，在面锅中焯热盛入碗中，先放上底菜，再放肉臊子，最后浇上用精盐、清水、红醋、味精、辣椒油调成的酸汤即成。

【浆水面】 陕西小吃。沸水锅中撒入少量的面粉，搅匀，灌入装有醋糊和芹菜的瓷缸里，在阳光下晒至汤呈乳白色、味已发酸时，即成“浆水引子”。将“引子”倒入瓷缸中，隔一天倒入面汤和芹菜，反复多次即成浆水。面条入锅煮熟，捞入碗中，浇上浆水，加精盐，淋花椒油、辣椒油即成。

【大刀面】 陕西小吃。面粉、碱水、温水搓成面絮，用木杠压成硬面团，放案板上用长擀杖压平，擀成薄面片，摺叠成层，用特制的大刀切成细面条，入沸水锅中煮熟，捞入碗内，浇上用猪肉丁加酱油、姜末、精盐等调料炒成的“肉臊子”，撒上芫荽即成。

【炉齿面】 陕西小吃。面粉加精盐、碱、清水揉成面团，擀成薄片，摺成半圆形，再划成两片，切炉齿状，入沸水锅内煮熟，调以精盐、醋、酱油，浇上用猪肉丁、葱段、笋瓜丁、豆腐丁加调料炒成的汤臊子，撒上用蛋皮片、芫荽段、蒜苗片制成的花臊子，淋辣椒油，撒葱花即成。

【羊肉臊子饸饹】 陕西小吃。荞麦面、沙蒿面和水搓硬，揉成面团，塞入饸饹床压成饸饹，熟后，入冷水稍冰，捞入碗中。羊肉切成小块，入炒锅加五香粉、精盐炒成臊子，盛盆中。炒锅内加入煮饸饹的汤，烧沸后放入臊子，加精盐、油泼辣子、葱花等烩好，浇在饸饹碗中，加适量的醋和韭菜段即成。

【荞面饸饹】 陕西小吃。荞麦面加青石水（青石烧红，放凉水中激过的水）、清水搓成面絮，揉成面块，调软，揉光，回饧后分块塞入饸饹床内，压出饸饹煮熟后，捞出冰凉，拌菜籽油，调入精盐、醋、蒜汁、芥末糊及油泼辣子即成。

【面尖】 陕西小吃。将荞麦面用沸水烫成面絮状，再加凉水揉成面团，用萝卜礤子擦成 3.3 厘米长的短条，入沸水锅中煮熟，捞出沥净汤汁，盛入小碗中，浇上用羊肉制成的汤臊子即成。

【甑糕】 陕西小吃。糯米用水泡软；红枣洗净再用清水泡 1 小时，甑底放水半锅，甑中放铁箅子，上铺一层红枣，枣上铺一层糯米，如此数层，净布封严，加盖，大火蒸约 30 分钟，取下锅盖，揭去湿布，给甑内浇洒清水，仍盖上湿布、锅盖，依此法浇水 3 次后，小火蒸 6 小时即成。

【糜子糕片】 陕西小吃。将软糜子磨成面，用沸水烫

拌成絮状，铺在湿笼布上蒸熟，取出后放案上，揉成长方形面团，在外表抹一层植物油，待凉透后打去四边，切成0.3厘米厚、16厘米长、6.5厘米宽的长方片，下热油锅炸至呈金黄色时，捞出装盘即成。

【糜子糕饺】 陕西小吃。将软糜子磨成面，用沸水烫拌成絮状，铺在湿笼布上蒸熟，取出稍凉揉成面团，再搓成圆条，切成剂子，擀成直径为6厘米的圆皮，包入白糖，下热油锅中炸至呈金黄色时即成。

【泡泡油糕】 陕西小吃。沸水中放入熟猪油，倒入白面粉，用勺子搅拌，待面基本烫熟时取出晾凉，掺入凉开水，揉搓成软面团，揪剂，拍片，包以用白糖、黄桂酱、玫瑰酱、核桃仁、熟面粉调拌成的馅，摁成扁圆形，入平底锅炸制即成。

【蜂蜜凉粽子】 陕西小吃。糯米用水泡后，包在以温水泡软的虎皮叶内，用麻绳扎牢成粽子，排放在锅底的小铁箅上，用木板压实，加盖，煮熟后在锅内泡半天捞出晾凉。食时将粽子剥去皮，用丝线勒成薄片，放在碟内，浇上蜂蜜、黄桂酱即成。

【寿字锅盔】 甘肃小吃。精粉发酵后，掺适量的死面，加碱揉匀，边揉边垫干面，揉光后下剂，擀成圆形，周围起边，中间刮十字，空间盖4个寿字戳印，上鏊烙制即成。

【糖油锅盔】 甘肃小吃。用熟面、红糖、桂花、冰糖、桃仁、牛骨髓、熟豆油制成馅。精粉加酵面、碱揉匀，加熟豆油续揉，下剂，擀皮，包入馅料，经烤制即成。

【静宁锅盔】 甘肃小吃。精粉加发酵面、水和成面絮，置于案上，用杠子反复压光(杠子一头插入案边的墙洞，操作者一腿架于另一头，单腿跳压)，揪成剂子，加适量的碱，再用杠子压300多次，最后擀成圆形，放入平底锅烙熟即成。

【圆锅子馍】 甘肃小吃。面粉加酵面，发酵后，加碱揉匀，擀成长方片，抹一层菜油，撒上姜黄、椒豆，两面向里卷，再翻身三叠，成为4朵花形齐并的大花卷，装入特制的圆形铜锅里，盖紧锅盖，将铜锅放入坑洞内的灰中炕熟即成。

【枣儿甜馍】 甘肃小吃。红枣煮熟，连同枣汁对沸水烫和糜面，加入白糖搅拌均匀，切为每剂1000重的块，放入撒有粉面的缽内，将面剂簸成枣核形，放笼上饧酵1～2小时，再用大火蒸熟，晾凉切成薄片即成。

【蜜果子】 甘肃小吃。面粉加发酵面和适量的碱粉，用清油、蜂蜜、鸡蛋、白糖和成面团，擀成长方薄皮，包裹酵面，搓条，切成0.5厘米厚片，用竹筷分别夹成蝴蝶、古瓶、梅花、小兔等不同形状，逐个下入油锅炸制即成。炸好后可放入陶坛储存，食时取之。

【回民油果子】 甘肃小吃。以面粉的一半用红、白蜂蜜和红、白糖及鸡蛋清、菜油和成面团；另一半加白蜂蜜、白糖、鸡蛋清、菜油和成面团。将两种面团分别擀成两张，两红、两白相间，叠垒为4层，切成正方、菱形、三角、梯形等不同形状，再用小刀切捏成不同形状的花鸟，入温油中炸制即成。

【猪油盒子】 甘肃小吃。发好的软酵面加碱揉匀，制成面剂。生板油切成黄豆大小的颗粒，放入大油内，加葱花、调料面、精盐，再对入适量的生面粉调成油面酥。将面剂压成长条，涂上油酥，两头卷起捏成圆形，置鏊上烙至能提时，翻个，再放上清油，上煎下烤即成。

【清汤牛肉面】 甘肃小吃。牛肉下温水锅中，加精盐、草果、姜皮、花椒，煮烂捞出，将肉切成小块。原汤锅撇去汤面浮油，倒入部分血水，开锅后撇去浮沫，如此反复数次，使肉汤成清澈见底的肉汤。将牛肝切块，下入另锅煮沸，对入肉汤，加少许清水，开锅后下桂子、花椒、草果、姜皮、胡椒等调料，再下入熟萝卜片、牛肉小块，保温待用。精粉加温水和面，加灰水揉匀，使面团光滑滋润，下剂，饧后抻扯下锅(其形分大宽、一窝丝、细面、上细、韭叶、荞麦棱等)，煮熟出锅盛碗，浇上牛肉汤，撒蒜苗、芫荽，调辣椒油即成。

【拉条子】 甘肃小吃。精粉加精盐、水和成面团，揉匀，擀成面饼，涂上清油，饧后切条(或下剂搓成拇指粗、10厘米长的小节)压平，拉成宽窄粗细不同的面条，下锅煮熟，盛碗中，浇上炸酱或晾成凉面即成。

【炒烩面片】 甘肃小吃。精粉和成面团，加蓬灰水揉匀，搓条稍饧，揪成指甲大小的片，下锅中煮熟捞出。另锅煸炒肉丝，加绿豆芽、青菜、片粉、葱及调料，投入煮熟的面片，加肉汤翻炒即成。

【猪脏面】 甘肃小吃。猪肥肠洗净，焯水。另锅添面汤、开水，锅底铺垫猪排骨，放入肥肠，加花椒、草果、丁香、三柰等调料，煮至六成熟时放入白萝卜片，续煮至熟保温。精粉、温水和面，加蓬灰水揉至光滑滋润，下剂，饧后抻扯下锅，煮熟捞出，拌油，晾凉后即为凉面。食时将凉面盛碗中，沸热，将熟肥肠切小段放在碗上面，浇上萝卜片汤，再调以盐、醋、蒜泥、油泼辣子即成。

【高山酱肉】 甘肃小吃。猪硬肋肉洗净皮面，割为1～1.5千克重的长条，用马莲草捆扎。豆酱醅过滤，与原汁卤汤各半对在一起，烧沸后下入肉条，撇去浮沫，投入大料、砂仁、豆蔻、丁香、桂子、桂皮、三柰、草果等调料，再下入熬成糖色的冰糖和精盐，慢火煮3小时即成。

【羊染瓣子】 甘肃小吃。羊血放入沸水锅内浸熟捞出，切细条。花模萝卜切成粗丝，焯水后与羊血条一起投入煮羊血的汤内，加精盐、花椒、姜、胡椒粉，烧沸，盛入木桶中，撒芫荽即成。食时盛入碗中。因回民称“血”为染，染瓣意为红花瓣，故名。

【烂考香】 甘肃小吃。羊头、羊肝、羊肚等，配花椒、姜皮、三柰、茴香、精盐等煮制即成。食时，将已熟的羊下水切片盛碟，浇上酱油、香醋、蒜泥。

【鸡冻粉】 甘肃小吃。老母鸡治净，下入凉水锅中大火煮沸，撇去浮沫，加调料，改用小火煮至鸡肉糜烂，捞

去渣，澄清鸡汤。将鸡汤分为两份，一份加淀粉制成白冻粉；另一份加菠菜汁制成绿冻粉。将白、绿两色冻粉分别切条，盛入碗中。将熟鸡蛋切为6瓣，配鸡丝摆在上面，再浇入以姜末、胡椒粉、精盐、芫荽、葱丝、芝麻油调成的滋汁即成。

【千层牛肉饼】 甘肃小吃。肥嫩牛肉切粒，加葱末、姜末、草果、花椒、姜粉、精盐制成干馅。精粉内加水、碱粉和成面团，淋水反复揉和至匀，下剂，饧后，擀成长条，将一头扯为纸样薄片，抹上猪油、豆油，撒匀牛肉馅，边扯，边抹，边撒，边卷，再擀成圆饼，放于铁鏊底层烙烤至六成熟时，淋上豆油续烙烤至熟即成。

【河州包子】 甘肃小吃。肥嫩牛肉切丁，黄萝卜切丝蒸熟，再用牛肉丁、熟黄萝卜丝加葱花、牛油、生豆油、草果、花椒、精盐拌匀成干馅。用精粉发酵制皮，包入馅料，捏成鸟笼形，上笼蒸制即成。

【瓜瓜】 甘肃小吃。荞麦糁子用温水浸泡，碾碎搓揉，过滤去渣，下入开水中成糊浆，烧沸，舀出2/3晾成凉粉，其余摊于锅底，用温火烤成锅巴即成。食时，将凉粉切方块放碗底，锅巴掰片盖在上面，并调辣椒油、蒜泥、芥末、芝麻、酱油、醋。

【跳耳子】 甘肃小吃。用精粉加盐水和成面团，揉匀，揪小剂，逐个用姆指跳为耳子状（可放在梳篦或草帽上跳），背面形成花纹，晾干。食时，将其入锅中煮熟，配以黄花、木耳、油豆腐、土豆丁、红萝卜丁、蛋絮，放入花椒、姜皮、草果、胡椒粉、盐、酱油、芝麻油等，再调油辣子、醋即成。

【酿皮】 甘肃小吃。精粉、温水和成面团，置于盆内，用清水揉洗，剩余精粉加蓬灰水，擀成面张蒸熟，冷后切片。盆中的水粉糊沉淀后，加蓬灰水搅匀，舀入铺有细布的蒸笼内，大火蒸熟，晾凉，切成韭叶条。淀粉制成黄、白两色粉冻，切成条即成。食时，以酿皮为主，配面张和黄、白粉冻条，调以油泼辣子、蒜泥、芥末、芝麻酱、盐、醋。

【油香】 甘肃小吃。面粉用开水烫后，待未完全冷却时，对入少许酵面揉匀，饧后，加碱揉匀，加入少量菜油、槚豆末，下剂成坯，擀圆饼，中间透刮3刀，入温油锅炸制即成。

【窝窝面】 甘肃小吃。用精粉、盐水和面，反复搓揉至光滑滋润，擀成面张，切小丁，倒入簸箩内撒上面醭旋筛，使面丁成为豌豆形，再逐个戳一个窝，晾干，下锅煮烂，浇臊子汤即成。配香醋、辣椒油佐食。

【莜麦甜醅子】 甘肃小吃。莜麦或青稞，泡软蒸熟（或煮烂），待其未完全冷却时，加适量酒糟搅拌均匀，发酵3天，再加白糖、糖精、凉开水拌匀即成。

【灰豆子】 甘肃小吃。豌豆加适量蓬灰水焖煮糜烂。红枣煮烂后，捣为枣泥，滤去皮核，对入煮豌豆的原汁，加白糖、玫瑰即成。

【炸洋芋角】 甘肃小吃。麻皮旱洋芋煮熟去皮，剁成丁，加较多的葱花，再加酱油、精盐、花椒、姜粉、卤油搅拌成馅。将面粉半烫半酵，合一块加碱面、菜油揉匀，下剂，擀皮，包入洋芋馅，捏成大饺状，收口处捏绳状花边，入油锅炸熟即成。

【油炒粉】 甘肃小吃。用淀粉制成凉粉，冷却后切成方形小块。平锅内加卤油和少许糖色、蒜苗，下入凉粉块炒匀至透即成。配油泼辣子、芝麻酱、陈醋、精盐佐食。

【麻腐包子】 甘肃小吃。芝麻加水磨细，过滤去渣，把磨好的浆烧沸，待麻腐漂浮水面时，即捞出冷却装袋，挤干水分，再与盐、葱花、花椒、姜粉、味精、熟豆油拌成馅。精粉发酵，使碱下剂，擀皮，包入馅料，上笼蒸制即成。

【桶子肉】 宁夏小吃。将羊肋条带骨剁段，用开水稍烫放入清水锅内，加盐和装有小茴香、花椒、大料、姜片、草果等的调料袋，大火烧沸，再用小火焖燉至肉烂汤干，装入木桶即成。

【面肺】 宁夏小吃。将羊肺反复灌水洗至洁白，再灌满洗去面筋的面糊，使羊肺涨满，用绳扎住气管挂起，经一昼夜控净水分，再放开水锅内煮30分钟取出，切条即成。配精盐、米醋、蒜泥、芥末糊、芝麻酱、芝麻、辣椒油佐食。或用原汤加调料烩制食用。

【羊肉炒揪面】 宁夏小吃。将羊肉片入热油锅煸炒，加葱丁、姜汁、蒜片、酱油、花椒水、精盐调味，再加黄花、木耳煸熟。精粉和冷水面团，搓成条用手揪成方片，下锅煮熟，捞入煸肉勺内，加上少许鲜汤翻炒，酌加时令鲜菜，调入辣椒红油即成。

【烩羊肉】 宁夏小吃。将熟羊肉切大片，下汤勺内，用精盐、花椒水、姜汁调好味，放入粉丝，淋羊白油，撒芫荽段即成。

【清蒸羊羔肉】 宁夏小吃。选出生45天左右的滩羊羔肉，剁成小块，用精盐、酱油、五香粉、味精拌匀，装碗，放葱、姜、大料，蒸熟即成。

【面蒸羊羔肉】 宁夏小吃。将摊羊羔肉切中块，用酱油、精盐、花椒面、味精、姜粉、葱段、蒜片拌好，加熟油，外裹面粉。另将和好的软面团擀薄饼，一张铺在屉上，将羊肉块摆在面饼上，再用一张面饼盖在上面，大火熟透，揭掉面饼即成。

【白水羊肉】 宁夏小吃。绵羯羊肉，带骨卸成8块，入开水锅内煮沸，移在微火上翻煮2小时左右，熟后捞出稍晾，用小刀切成薄片即成。食时蘸精盐、米醋、蒜泥调成的佐料。

【羊肉烩粉汤】 宁夏小吃。将切成小块的凉粉和熟羊肉片，放入盛鲜汤的勺内，加精盐、酱油、姜、花椒水、蒜等调味汤，下葱、菠菜、味精和辣椒红油，乘热而食。

【羊肉焖肚饭】 宁夏小吃。将羊肉切丁，用调料拌至入味，再与糯米拌匀。将牛肚反复刮洗干净，装入拌匀的羊肉、糯米馅料，扎紧肚口，放入汤锅内煮至发硬，用

铁筷扎些小孔，至熟透捞出，切成片形即成。

【烩羊杂碎】 宁夏小吃。将羊头、心、肠、肚等部位反复烫洗干净，下开水锅内煮熟，拆去骨头，切成丝，再加入面肺丝，下入原汤内，加放葱、姜、蒜末、炸辣的红油、味精、芫荽，盛碗即成。

【羊齐玛】 宁夏小吃。将羊头、蹄及全套下水用清水洗净，放开水锅内煮熟，捞出控尽水，剔去骨头，切细长条，用泡软的马蔺草将各种下水扎成小把，放在碗里，加原清汤，放上花椒、大料、精盐、姜蒸好，取出拣去调料，滗掉汤，浇上清汤，淋羊油，撒上葱丝、胡椒粉和辣椒红油、蒜泥、芫荽即成。

【烩小吃】 宁夏小吃。将羊肉剁细，用精盐、花椒水、葱末、姜末、五香粉、湿淀粉搅匀，摊在鸡蛋皮上，上面盖一张蛋皮，压实，切象眼块，炸成黄色“夹板”捞出。另用羊肉馅挤小丸子，炸熟捞出。将夹板、丸子下入鲜汤勺内，用精盐、酱油、花椒水、葱、姜、蒜调味，湿淀粉勾芡，加辣椒红油和菠菜即成。

【白水鸡】 宁夏小吃。将整只光鸡下老汤内，用大火烧沸，放花椒、盐、栀叶等调料，移小火将鸡煮熟，捞出晾凉，鸡身抹匀鸡油，使皮发亮，剁成小条块即成。配三花油佐食。

【炒糊饦】 宁夏小吃。将精粉用热水和好，揉匀擀开，抹油，卷起再擀开成饼，入炉烤至两面呈金黄色时，取出并切条。将羊肉片用热油勺煸炒，并加花椒、大料、茴香等调料和葱、姜、蒜，豆腐及糊饦条，炒匀后，浇上鲜羊骨汤，扣上大盘焖干汤，再撒上青蒜苗，淋上葱椒油即成。糊饦，即大饼。

【孔馍】 宁夏小吃。用酵面揉匀，下剂，装入铜质的特制馍锅(既是锅又是模)内，上、下锅合口扣严，入烘炉内烤熟，揭去上锅，取出馍，切片即成。

【瓤皮】 宁夏小吃。将精粉洗出面筋，用面糊放深边圆盘内摊薄，蒸熟，晾凉切成面条状。面筋蒸熟撕成小块放在凉皮条上面即成。加鲜菜段，浇上酱油、醋、蒜泥、芥末、芝麻酱、芝麻油、辣椒油拌食。

【荫米酥】 宁夏小吃。将糯米蒸七成熟，放在圆形铁皮小模具内，压成凹状小圆饼，扣在竹筛子上，迅速晒干，食前用热油炸熟即成。用牛奶泡食。

【烩豆腐】 宁夏小吃。豆腐切锯齿片，下入滚开的鲜汤内，用精盐、酱油、姜汁、花椒面、胡椒粉调味，用湿淀粉勾芡，撒蛋皮丝、菠菜段即成。

【羊肉馅饼】 青海小吃。精粉用温水和成面团。将羊肉剁成茸，菜切碎，加盐、花椒面、味精、葱花、清油拌成馅。面团下成剂子，用手逐个摁平。包入馅子，摁平呈饼状，再逐个放平底锅中，抹上植物油，两面煎金黄色时，取出即成。

【炒面片】 青海小吃。面粉与水拌合，加少量碱，反复揉搓光滑，掐成剂子，抹上清油码盘中。羊肉剁末；葱、蒜切末。炒勺内放油、羊肉、葱、蒜煸炒，再加高汤、盐、花椒、姜粉、粉条、味精及时令菜，调好待用。锅中加水浇沸，把面剂子放案板上摁平抻长成薄片，逐个揪入开水锅中，然后捞入炒勺里翻炒几下，加入芫荽、蒜苗花，盛碗中即成。

【香豆大饼】 青海小吃。面粉同酵面、水、碱和匀，加干面粉揉匀，擀成长方片，涂上清油抹匀，撒上香豆面，顺长再卷起来，揪成剂子，揉好，擀成圆形大饼，放置平底烤盘中，上炉烤至两面呈金黄色时即成。

【焜锅馍】 青海小吃。白面或杂面经调和发酵后揉成面团，装入焜锅(一种特制形似铁合子的烘烤工具)中，盖好，置于灶膛、炕洞的火灰中或牛马粪、麦草灰中，经几次转动约 30 分钟后出锅即成。食时可在面团中卷入油、姜黄、红曲、香豆等天然色素或鸡蛋、牛奶。

【花花】 青海小吃。精粉用温水、白糖、鸡蛋调成硬面团，为“白面”；精粉用清油、蜂蜜、红糖水调成硬面团，为“黑面”。白面、黑面分别擀成一指厚的大圆片，然后白面放底，黑面放上，从中间划成两半，一半不动，一半切成一指宽的长条，摆在另一半上卷成卷，然后切成片，下入八成热的油中炸干，捞出即成。

【油茶】 青海小吃。面粉用牛、羊油炒熟。锅热后放入适量的牛油或羊油，炝葱花，加清水烧沸，搅入熟面，再加适量的花椒面、盐，呈稀糊状，煮沸即成。配椒盐佐食。

【糖酥饼】 青海小吃。面粉加酵面、水碱和好，拉成长条，将油抹在上面，撒上红糖，再卷成直径约 3.3 厘米的圆团，压平，中间凹进去，放烤盘中，上火炽烤，呈金黄色时即成。

【羊肉麦仁饭】 青海小吃。将小麦用凉水洗净，捞出稍晾，用碾子碾去皮，放清水中漂洗干净，控干备用；羊肉切成指甲片。大锅内倒入植物油烧热，下羊肉煸炒，加花椒面、姜、葱、草果面及适量的清水，煮至肉烂麦熟，并呈粥状时，加盐即成。

【麻食】 青海小吃。面粉和匀稍饧，擀薄片，切成 1.5～1.8 厘米的方片，将其两对角分别捏住，再由背面拉在一起捏紧，稍凉即为麻食生坯。入锅中煮熟，加入味精、芫荽，再调以用肉丁(猪、羊均可)、萝卜丁作成的臊子即成。

【炒酒】 青海小吃。猪肉(肥七瘦三)和少量的羊肉均切成小丁，炒至变色时，下五香粉、胡椒粉、姜粉、盐、味精、酱油及水、小豆腐丁、蘑菇，烧片刻，勾芡，再下鸡蛋花，调以蒜花、芫荽即成。用于泡馍馍作早餐。

【甜醅】 青海小吃。青稞脱皮，洗净后，上笼蒸熟，至麦仁开口，拌入甜酒曲粉，装入盆内用布封口，盖上棉被保温，2～3 日发酵成熟即成。食时用糖精、开水拌匀。

【烤羊肉串】 新疆小吃。羊肉切厚片，加元葱末、鸡蛋、少量的湿淀粉拌匀，腌渍片刻，用铁钎穿成肉串，置专用烤槽上，两面来回翻烤，上撒辣椒面、精盐、孜然

粉，至肉熟即成。

【米肠子】 新疆小吃。维语“艾斯甫”。洗净的羊肠，填入浸泡过的大米，加入以盐、孜然粉、胡椒粉和羊肝丁、羊心丁、羊尾油丁拌成的馅，放入凉水锅中，用大火煮，水沸后加凉水，如此反复多次，米熟后，用竹签遍扎肠壁，转小火煮 1 小时，捞出即成。

【面肺子】 新疆小吃。维语“艾甫凯”。将羊肺冲洗洁净，灌入洗去面筋的粉浆，九成满时，再灌入用清油、盐、孜然粉调成的水汁，用绳扎死，入沸水锅中煮 2 小时左右即成。食时切片(块)，撒精盐。

【贴烤肉】 新疆小吃。维语“亚合麻卡瓦甫”。剔骨羊肉切块，加鸡蛋、姜黄、孜然粉、精盐、胡椒粉、精粉等拌匀，逐块贴入馕坑壁焖烤即成。

【茶壶肉】 新疆小吃。羊肉切块，置铜质茶壶中，加清水(相当肉的 3～4 倍)，小火炖烂，加元葱、胡椒粉、精盐等调好味即成。

【羊羔肉】 也称“手抓肉”。新疆小吃。将 1 岁以下的羊羔肉，置锅中加清水煮熟(不加锅盖)，捞出剁块，撒精盐即成。

【手抓肉】 即“羊羔肉”。

【馕】 新疆小吃。面粉加酵面，用淡盐水揉和，稍饧，制成圆饼，贴入馕坑壁烤制即成。馕的种类很多，常见的有：直径 25～30 厘米，边沿厚，中间薄的称“片馕”，维语“阿合馕”；形似面包，中间凹的称“窝窝馕”，维语“疙瘩”。此外，还有添加不同原料制作的各种馕。

【片馕】 见“馕”。

【窝窝馕】 见“馕”。

【油馕】 新疆小吃。维语“亚俄力克托哈希”。面粉与清油按 5∶1 的比例和淡盐水、酵面揉和，用湿布盖上，发酵后，制成窝窝馕状，贴入馕坑壁，烤制即成。

【肉馕】 新疆小吃。维语“果希馕”。肥羊肉切丁，加精盐、孜然粉、胡椒粉、元葱末拌匀腌渍片刻，揉入酵面中，擀成片馕状，(肉面比例为 1∶2)，贴入馕坑壁烤 20 分钟左右，肉呈棕红、面呈金黄时取出即成。

【层层馕】 新疆小吃。面粉加酵面用淡盐水和好，发酵后，擀薄，上抹奶油，撒少许元葱末，卷起，切段制成圆饼状，入馕坑烤制即成。因层多且味香，故名。

【芝麻馕】 新疆小吃。干面粉加酵面及动、植物混合油揉和，再擀成小圆饼，蘸上鲜葡萄汁拌过的芝麻，贴入馕坑壁烤制，呈金黄色时取出即成。

【抓饭】 新疆小吃。维语“波糯”。羊肉切块，下油锅中炸炒至肉酥，加元葱、盐、孜然粉炒出香味，放黄萝卜条稍炒，加水(漫过肉)烧沸，下入浸泡过的大米，焖煮 30 分钟左右即成。抓饭种类繁多，以其配料不同而命名各异。配以鸡丝制作的称“鸡丝抓饭”；配以葡萄干等干果制的，称“甜抓饭”。

【鸡丝抓饭】 见“抓饭”。

【甜抓饭】 见“抓饭”。

【库车汤面】 新疆小吃。羊肉剁成大块，入锅中煮至肉烂汤浓时，将肉捞出。羊尾油丁下入肉汤中，煮沸，加盐调好味。取黄面入肉汤中烫熟盛碗中，加肉汤，调以蒜苗(或油泼蒜泥)、辣椒油、熟肉片，上放一个荷包鸡蛋，撒少许胡椒粉即成。

【粉汤】 新疆小吃。羊肉切块，下锅炒熟，加盐、花椒面、酱油继续炒，汁干肉酥后，加水烧沸，转小火炖至肉烂，再将纯豆粉制成的凉粉，切成小块，下肉汤中，调以葱花、菠菜、醋、木耳、红辣椒丝等烧沸即成。

【爆炒蝴蝶面】 新疆小吃。羊肉切片下锅，加盐、花椒粉煸炒，至汤汁干时，加莴笋片、葱、酱油、辣椒丝稍炒，投入蒜片和薄小的熟面片，爆炒片刻，喷醋，淋芝麻油即成。

【炒丁丁面】 新疆小吃。羊肉切丁，下锅稍炒，加盐、花椒水煸炒，至汤汁干时，下莴笋丝、辣椒丝、葱、酱油续炒，再投入蒜花和筷子头粗的熟面丁，翻炒几下，喷醋，淋芝麻油即成。

【烩面】 新疆小吃。维语“苏玉克阿希”。羊肉切细丁或剁碎，下锅稍炒，加盐、花椒粉煸炒至汤汁干时，再加元葱、蒜片、辣椒及时令蔬菜稍炒，加水烧沸后，再倒入熟面片烩制即成。

【碗甫】 新疆小吃。面粉加淡盐水和好，擀制成手掌大小的面片，煮熟捞出置盘中即成。佐以炒菜或调好味的熟肉拌食。以元葱末和辣椒油拌食的称“牙合碗甫”。

【牙合碗甫】 见“碗甫”。

【曲曲】 新疆小吃。羊肉剁成茸，加盐、花椒水、元葱末拌匀成馅，和好的面擀成薄片，包入肉馅，捏成绞子状后，再将底部两端下弯捏合，下肉汤中煮熟，加羊尾油丁，烧沸即成。

【扁馓子】 新疆小吃。维语“克伊克恰”。以鸡蛋和面，擀薄后用滚齿裁成条，盘圆，入油中炸制，呈金黄色时捞出，上撒绵白糖即成。

【泡油糕】 新疆小吃。将炼羊尾油、碱水混合烧沸，加面粉搅拌成硬熟面。凉后边揉边掇入凉水成软面，将软面揪成小块，分别包以白糖、核桃仁、玫瑰糖、青红丝、熟干面粉等拌制成的馅，入七成热的油锅中泡炸即成。

【火烧】 新疆小吃。炼羊尾油投入热水中化开，倒入干面粉中和面，加酵面揉匀，稍发，揪剂，擀皮，包馅后压扁，入平鏊(或烤箱)煎烤即成。

【蜜饯果子】 新疆小吃。面粉加酵面用温水和好，稍发，加糖、清油揉匀。面分两块擀开，上下各 1 块，中间夹以拌有面粉的糖稀(糖面)，切成长条块，拧一下，入油中炸至呈金黄色时，捞出即成。

【黄面】 也称“新疆凉面”。新疆小吃。维语“赛热克阿希”。精粉加淡盐水、碱水和成软面，再分多次掇入

蓬灰水，稍饧，拉抻成龙须面似的细条，煮熟，上浇鸡蛋和时令蔬菜调制成的卤汁即成。配醋、蒜泥、油辣椒、芝麻酱等佐食。

【新疆凉面】 即“黄面”。

【油塔子】 新疆小吃。精粉加酵面和成软面，稍饧，擀薄，抹混合油（炼羊油和清油），卷成长条，切小段拧制成圆馍状，入笼蒸熟即成。因面薄层次多，提起形如塔，故名。

【薄皮包子】 新疆小吃。维语“皮替曼吐”。面粉加淡盐水和成面团，稍饧，擀成薄皮，包入以羊肉丁和洋葱末、盐、胡椒粉拌成的馅，入笼蒸熟即成。

【帕尔木丁】 新疆小吃。面粉、酵面、淡盐水、鸡蛋和面，稍饧，擀成面皮，包入用羊肉丁、元葱末、胡椒粉、孜然粉、盐拌和成的馅，双手捏成扁圆，形似无足螃蟹，沾醋少许，入馕坑烤制即成。

【沙木沙】 新疆小吃。面粉加淡盐水和成硬面，稍饧，分别擀成圆面皮，包入用羊肉丁、元葱末、羊尾油丁、孜然粉、胡椒粉等拌和的馅，四边向中心摺合成方形，入馕坑烤制即成。

【果希疙瘩】 新疆小吃。面粉加酵面稍饧，制成包子皮，包入用牛肉丁、羊尾油丁、元葱末、盐拌成的馅，包好后外形似馒头，贴入馕坑壁焖烤即成。

【班里希】 新疆小吃。鸡蛋、炼羊尾油、糖水和面，揉匀后，分成2块，中间夹以果酱，形似夹心蛋糕，入炉烤熟即成。

【糖浆子】 新疆小吃。维语“阿尔瓦”。炼羊尾油、白糖水、面粉拌和，煮成稠糊即成。配馕佐食。

【巴哈里】 新疆小吃。炼羊尾油、红糖、鸡蛋、牛奶、蜂蜜、核桃仁、葡萄干、可可粉、少许面粉、苏打粉搅拌成糊状，倒入烤盘中，入炉烤制即成。

【鸡丝春卷】 山东小吃。用软面吊春卷皮，包入鸡丝、春韭调制的馅，卷成长圆形，粘住口，用油炸至呈金黄色时即成。因多在初春时制作，故名。

【蜜果饯】 山东小吃。鸡蛋、面粉、猪油，加剁碎的葡萄干、瓜条和成面团，饧后，下剂，滚成圆球，用油炸熟，沾上蜂蜜、白糖汁即成。

【兰花酥】 山东小吃。用水油面、油酥面下剂。小包酥擀开，折叠再擀开，成饼形，切正方形。在3个直角的每个角上割一刀（平分45°）；另一个角每个边割一刀，做兰花把。左、右前面的两角连起，成兰花形。入油炸至分层变色时捞出，撒上白糖即成。

【八批馃子】 山东小吃。用矾、碱、盐面团，饧好后，切长片，叠两层，中间切4开，热油炸开，呈椭圆形。八批并排，呈棕黄色时即成。

【糁(sà萨)】 山东小吃。用大麦仁加老母鸡调味同煮，至麦仁糜烂即成。因放入肉类的不同，还可制成鸡、牛、羊、猪等糁。

【烂锅面】 山东小吃。将猪油烧热，下葱、姜炝锅，放入肉丝煸炒，再加高汤、水调味，烧沸后下入面条，煮至熟烂时，放白菜心，盛碗即成。

【汆子面】 山东小吃。面条煮熟，盛碗内。另锅内烧开水后，加猪肉、蛋糕、玉兰片、黄瓜丁、蒲菜段，调味后，把汆过的各料及汤卤浇入面条碗内即成。

【福山拉面】 山东小吃。和冷水面团后，用两手对拉，经过摔条、抻条、向外抻拉、出条等工序，可抻成扁条、圆条、三棱条等。粗细程度以对拉次数多少而异，对拉一次称一扣，有多达九扣以上、条数达千条以上的。拉好后立即甩入开水锅煮熟即成。

【蓬莱小面】 山东小吃。抻面煮熟后，盛碗内。另用加吉鱼煮汤，加八角、花椒、酱油、料酒调味，鱼肉切丁、青蒜切末，撒碗内浇汤即成。

【麻汁面】 也称“凉面”。山东小吃。面条煮熟后，用冷开水浸凉，捞出盛碗内，上加黄瓜丝、香椿芽末、咸红萝卜末、蒜泥做的面码，然后，再淋入澥稀的芝麻汁和醋即成。

【凉面】 即“麻汁面”。

【鸡鸭饸饹】 山东小吃。饸饹煮熟，盛碗后，浇入熟鸡鸭肉丁、旱肉丁、鸡蛋饼丁、香椿末、糖蒜片、辣椒油等混合卤汁即成。

【金丝面】 山东小吃。用鸡蛋和面，擀薄，切极细面条，煮熟如金丝，盛碗中，浇煮面汤，撒香椿、青韭末、精盐、醋、胡椒粉即成。

【鸡丝伊府面】 山东小吃。鸡蛋加少许水和面，饧后，切面条，煮八成熟后，捞出沥去水分，用油炸熟。食前，用沸鸡汤浸至回软，加入鸡丝、鸡蛋、木耳等炒成的卤料即成。

【蛋酥炒面】 山东小吃。鸡蛋和面，擀薄切条，煮熟，用油炸后，再用沸水烫软。炒肉丝、青菜，再放入面条同炒，焖透即成。上桌时随带高汤。

【泰山豆腐面】 山东小吃。创于泰山斗姆宫。手工擀切的面条，煮熟盛碗内。另炒豆腐丁，加苔菜、木耳、笋等汆后制汤，再甩鸡蛋花，提芡淋花椒油，浇入面条中即成。

【鱼肉水饺】 山东小吃。多用鲅鱼肉加猪肉、嫩韭菜调馅，用冷水面擀皮，包水饺，煮熟即成。此水饺有鱼鲜味，宜乘热吃，凉则易腥。

【鸡丝馄饨】 山东小吃。以猪肉为馅，用极薄的精粉面皮，包小馄饨，煮熟，盛碗后，加熟鸡丝、紫菜、蛋皮丝、青蒜末，浇入鸡汤、肘子汤即成。配油馓佐食。

【肉烧饼】 山东小吃。猪肉、大葱剁馅，用酱油、精盐调味，再用冷水面制剂包馅，擀圆饼，撒芝麻，入挂炉烘烤至熟即成。

【萝卜丝饼】 山东小吃。以油酥面团，包入炒过的萝卜丝、白糖等调味的馅，压平成圆饼形，炉中烤熟即成。

【周村酥烧饼】 山东小吃。和冷水软面，面剂蘸水推摁成极薄的饼片，沾满芝麻，平面贴到挂炉上壁，用锯

末火烘烤至熟即成。

【荷叶饼】 山东小吃。用即将沸的热水烫面，凉后揉匀，下剂，制成圆饼坯。两个圆坯中间蘸芝麻油，擀成直径约 19 厘米的薄圆饼，置热平鏊上烙制，熟后揭两饼，叠十字，折装盘即成。

【景芝三盖饼】 山东小吃。用温水面，每 3 个剂叠起压扁，擀成一饼，置平鏊上烙熟即成。烙熟后饼为 3 层，卷以鲜蔬而食。

【蛋白饼】 山东小吃。用鸡蛋清加糖和面糊搅匀，饧后，摊入涂油的勺内烙熟即成。

【馆饼】 山东小吃。用冷水软面。擀三角形，内包猪肉韭菜馅，再擀成饼。饼鏊中放净石子烧热，再放饼，刷油烙之，翻 4 次，每次均刷油，经石子传热烙熟即成。

【六角馓饼】 山东小吃。将半酵面反复揉搓，再炝面，制成圆形，边缘做起 6 个花边，饧后，烙熟即成。

【麻汁酥饼】 山东小吃。烫面、酵面各半和匀，取面剂，擀圆饼，抹用芝麻油调稀的芝麻酱，卷起，压扁呈圆饼，刷一层薄芝麻酱，放平鏊里烙熟即成。

【油锅饼】 山东小吃。冷水面压硬后，做大、小两个面剂，大者撒花椒面和精盐，抹花生油，卷起；小者包在外，擀成圆饼，直径尺余，缓火烙烤即成。

【家常饼】 山东小吃。用冷水面、烫面各半混合揉匀，擀开抹油盐，再卷起压扁，擀成薄饼，用加有油的平鏊烙熟即成。熟时略摔几次，食时提饼的中间一抖，使层次分明。

【糖酥火烧】 山东小吃。大酵面加糖、油和匀，下剂，擀圆形饼，用平锅刷油烙烤；两面烙好后，并列 10 个竖起，夹上木夹再烙成六边形即成。

【杠子头火烧】 山东小吃。冷水面经反复压搓成硬面，制成缘厚中薄的圆饼形，中间顶起一凸头，先烙后烤，缓火慢烤即成。烤熟的火烧极硬，中间扎空穿绳可以携带。

【油馓】 山东小吃。用软面团，饧后，下面剂，擀拉成长面皮，抹花生油、精盐、葱油泥，卷数 10 圈，放鏊子上压平，先烙后烤，熟后在饼的中间捅过，中空而层层螺旋即成。

【锅饼】 山东小吃。冷水和硬面团，稍饧后，用机械或木杠压之均匀甚硬，团成直径尺许的大圆饼，一面撒芝麻，放在平鏊中慢火烙烤，烙至半熟时，在饼的无芝麻面用铁钎插十几个眼，为便于熟透，再放鏊上烙至外皮焦黄成熟时即成。

【盘丝饼】 ①山东小吃。用抻面拉至极细的一窝丝，放案上刷芝麻油，切断成段，取一段盘圆形，放鏊子上加油烙两面呈金黄色至熟即成。食时从饼的中间提起，把丝拉散，撒上白糖。②安徽小吃。发酵面团擀成面皮，撒上芝麻、花椒、盐，卷起，搓成长条，盘绕成圆饼形，盘条似连非连，又不散裂开，放入平锅烙至半熟时，在饼下放钢丝弹簧垫子再烘烙，待饼两面烙成金黄油亮时即成。

【饸饹】 山东小吃。冷水面与烫面按 7∶3 的比例混合，擀长片，抹葱油泥、精盐、花椒面，卷起，擀成长方形，即成饸饹。平鏊内放猪油块，再放饸饹烙烤至熟，呈金黄色时即成。包入猪肉馅，与葱油泥混合，烙烤而成的称“肉饸饹”。

【肉饸饹】 见“饸饹”。

【糖鼓子】 山东小吃。嫩面、酵面各半混合揉至软润，饧后，作剂，包红糖擀圆饼，表面沾芝麻，用平鏊先烙后烤，至全部膨起时即成。

【焖饺子】 山东小吃。饺子贴大锅周边，中间加水烧沸，焖烙而熟，铲出装盘即成。

【三鲜锅贴】 山东小吃。温水和面。用海参、虾肉、猪肉加蒲菜调味成馅，包锅贴时，边缘捏紧，两端留口。平锅涂油，摆入锅贴，再滴少许的油及水焖烙，熟后铲出，底面朝上装盘即成。

【油煎包】 山东小吃。猪肉、粉条、韭菜加调料做馅，用酵面包成饺子形，摆入刷过油的平锅内，浇稀水面糊，加盖煎焖，待稀水面糊烤干时，铲起，排列装盘即成。底面有焦黄疙渣相连。

【八宝发糕】 山东小吃。酵面擀成长方形，把用板油丁、瓜子仁、葡萄干、核桃仁、桂圆肉、莲子、青梅、瓜条、桔饼做的八宝料，加白糖拌入，包折数层，包口朝下，擀压成方形，撒青、红丝，大火蒸熟，切块，装盘即成。

【开花小馍】 山东小吃。用发酵的面团，加白糖揉匀，搓长条，直接揪面剂放笼屉上，沸水大火蒸熟即成。因熟后馍顶裂成 3～4 瓣，呈开花状，故名。

【高桩馍馍】 山东小吃。用含水量少的酵面，揉搓多次，形成高细圆顶馍馍，直立装笼，大火蒸熟即成。

【银丝卷】 山东小吃。有二法：一是酵面掺白糖揉匀，抻成细条，平铺案上刷芝麻油，每隔 6 厘米切断为一把，用酵面皮裹起，呈长圆形，大火蒸熟即成。一是酵面不掺糖，擀薄片切条，刷芝麻油，抹花椒盐，包好蒸熟即成。

【大鸡包】 山东小吃。用酵面，鸡肉、猪肉、冬笋、冬菇等调馅，包圆顶包子蒸熟即成。

【绿豆豆沙包】 山东小吃。用精粉、白糖和酵面面团，包入炒好的绿豆豆沙，捏成鸭蛋形，包口朝下蒸熟即成。

【草包包子】 也称“猪肉灌汤包”。山东小吃。酵面作皮，猪肉加口蘑酱油、花椒水、葱姜末、芝麻油调馅。包时馅中加肉皮冻丁，上笼蒸熟即成。

【猪肉灌汤包】 即“草包包子”。

【荷叶粥】 山东小吃。用好粳米加白糖，在砂锅中熬煮成粥；锅上盖鲜荷叶，用微火煮稠，晾凉后再食。

【金银饭】 山东小吃。将凉过的熟大米拨散。把鸡蛋用油炒碎后，加入大米饭快速翻炒，边炒边撒细盐，使鸡蛋与米饭拌炒均匀即成。因鸡蛋呈桂花样的金黄

小粒，米饭白而油亮，故名。

【金银元宵】 山东小吃。白糯粉包桂花糖馅，滚白元宵；黄黏米粉包糖馅，滚黄元宵，入锅煮熟即成。因熟后呈黄、白两色，故名。

【枣泥凉果】 山东小吃。糯米蒸烂取出，搅拌成泥。制剂，摁扁，放上枣泥馅，卷起，竖立，一端露枣泥馅，顶撒白糖、青红丝即成。

【豆汁粥】 山东小吃。黄豆磨豆浆；小米磨水糊。均过滤。豆浆烧沸后，加小米糊，熬煮即成。也有加少许大米熬粥的。

【豆米糕】 山东小吃。绿豆、红枣（去核）煮烂并使水分收干，加白糖搅拌，在木方框内压紧，晾凉后切块即成。

【五香黄豆】 山东小吃。将大黄豆浸泡一昼夜捞出，加酱油、葱、姜、盐、花椒，煮熟即成。

【绿豆糕】 山东小吃。用绿豆磨粉，将绿豆粉蒸熟后，加白糖、蜂蜜、花生油、桂花酱拌揉均匀，用方形木框，把绿豆糕料装入压平压紧，大火蒸熟，晾凉后取出，切小方块即成。

【梨丸】 山东小吃。猪板油丁、白糖、桔饼、核桃仁末、青红丝及芝麻油和成馅。生梨切丝与熟面粉拌好，包入糖馅，外滚干绿豆淀粉，团成丸子，经油炸熟即成。

【红果酪】 山东小吃。山楂、荸荠、桔皮丝、青梅剁碎，入沸水内煮烂，加白糖熬稠，用湿淀粉勾芡，盛入汤盂，晾凉即成。

【蜜煒红薯】 山东小吃。红薯削去两头，煮半熟，放大砂锅内，加水、红糖，烧沸，放红薯煨煮至烂，加白糖煒至汤汁将尽时即成。

【甜沫】 山东小吃。小米面熬成粥，内有花生米、豇豆、五香豆腐干、菠菜等，并用葱、姜炝锅及炸过的大料倒入粥中，熬稠即成。

【糖酥煎饼】 山东小吃。小米面加水制成糊状，再加白糖和香料搅匀，一勺一勺舀于鏊上，刮成薄圆大片，至熟即成。

【黄米粽子】 山东小吃。黄黏米泡软后加红枣，用粽叶包三角体，煮熟并焖透，晾一下即成。食时拆粽叶蘸白糖而食。

【济南米粉】 山东小吃。小米浸泡后，磨糊，再用布袋挤干水分，成米粉团，搓碎入沸水锅煮半熟后，压粉。粉团放入漏床压入沸水锅内，煮至漂起时捞出，用冷水冷却即成。食时装碗，浇卤，放紫菜、姜汁、青蒜末，浇高汤的称为"高汤米粉"。芝麻酱和盐水、醋，加椿芽、咸红萝卜末、黄瓜丝浇汁的称为"麻汁米粉"。

【高汤米粉】 见"济南米粉"。

【麻汁米粉】 见"济南米粉"。

【菜煎饼】 山东小吃。用摊制的小米煎饼，包炒过的豆腐、粉丝、韭菜馅，折成方形，刷油，烙制即成。

【山东煎饼】 山东小吃。有三法：一是小米、玉米、大豆等经水泡后，磨成水糊。将饼鏊烧热后，把水糊舀在鏊子上，用木扒子旋摊为薄饼，顷刻即熟揭起即成（此法称摊熬饼）。一是在鏊子上摊过之后，再用扒子刮至薄而匀即成（此法称刮煎饼）。一是用竹片在鏊上将水糊来回摊拨即成（此法称翅子煎饼）。

【朝天锅】 山东小吃。汤锅置大圆桌中间，锅内煮猪头肉、口条、猪下水等。食时多人围坐，自锅内取所需食货切碎，盛碗浇汤，再加入葱末、芫荽末、酱油、盐、咸菜丝等小料，与单饼同食。

【旱肉】 山东小吃。用猪肉茸加鸡蛋、淀粉、葱、姜、酱油等搅匀，入笼蒸熟即成。切割而食。

【羊肠汤】 山东小吃。羊肠内灌入用羊肉、淀粉、芝麻油、精盐、味精调制的馅，煮熟，切开，置碗内，浇汤，撒芫荽末即成。

【太湖船点】 江苏小吃。以米粉为坯皮，加麦叶汁等各种天然色素染色，包入百果、枣泥、玫瑰等多种馅心，捏成瓜果、动物等各种形状即成。因每盘装10件，又称"什锦美点"。

【什锦美点】 即"太湖船点"。

【苏州船点】 江苏小吃。以米粉为坯皮，包入各种馅心，捏制成形，蒸制即成。

【虾肉汤团】 江苏小吃。五花肉剁茸，加精盐、料酒、姜末、水搅上劲，放入虾仁、芝麻屑、味精、芝麻油拌成肉馅；水磨粉揉成团，摁扁，沸水煮熟，对入干粉，揉成团，下剂，包入馅心，捏拢成团，入沸水中煮熟即成。

【咸猪油糕】 江苏小吃。猪板油切1.5厘米方丁，加精盐腌渍3～4天。糯米粉、粳米粉加精盐、水，拌至"捏则为团，撒开似沙"时，过筛。木蒸桶用竹箅热底，抹上豆油，将米粉铺于桶底，大火蒸至蒸气透过米粉时，再铺一层米粉，至近熟时，将咸肉丁拌上米粉铺在糕上，再铺一层米粉，盖盖蒸熟，撒葱段再略蒸，取出切块即成。

【莲子血糯饭】 江苏小吃。用常熟特产的血糯煮饭，配莲子、白糖、桂花、蜜果、猪油等，扣碗蒸熟即成。

【豆糊粥】 江苏小吃。用大米、小米、黄豆糊加糖熬煮成糊状即成。

【干熯饼】 江苏小吃。糯米粉与熟淀粉揉和作坯皮，包入蜜干菜、葱、猪板油馅心，放平底锅内，用微火熯熟即成。

【粢毛糍】 江苏小吃。糯米粉、粳米粉配制做团粉，裹入以鲜肉等制成的馅，外粘附糯米粒，上笼蒸熟即成。

【冬至糍】 也称"开洋萝卜糍"。江苏小吃。糯米粉、粳米粉配制成团粉。萝卜切丝，盐腌渍，挤去水分，湖虾米入酒浸软，加葱花及调料共炒成馅，凉后裹入团粉内，上笼蒸制即成。

【开洋萝卜糍】 即"冬至糍"。

【青糍】 江苏小吃。糯粉蒸一下，青菜捣汁，二者拌

匀后，包入甜豆沙馅，上笼蒸熟即成。因其色呈青绿，故名。

【糍糊】 江苏小吃。上白糯米浸清水中约 8 小时，取出沥干，上笼蒸熟，入石臼中舂糍，置抹过油的案板上，揪坯，包入白糖、黑芝麻馅心即成。

【烫干丝】 江苏小吃。豆腐干切细丝，沸水反复洗烫，去掉豆腥味。水发虾米用沸水略烫，将汤汁滗入碗内，加酱油、白糖、精盐、味精，调成卤汁。食前将干丝放入汤盆内，沸水复烫 4～5 次，滗去水分，浇上卤汁及芝麻油，放上虾米、姜丝即成。也可以将干丝烫成后，加三合油、白糖、烫青蒜、海米等拌食。

【豆瓣泥糕】 江苏小吃。青蚕豆瓣蒸熟后，用刀撖塌成豆茸，和白糖、芝麻油调拌制坯，中间镶以桂花、豆沙馅即成。

【蝉豆】 也称“乌龟豆”。江苏小吃。干蚕豆入铁锅中干炒，至两面有焦黑斑并且将熟时，倒入清水，加盖焖片刻即酥烂，放入食油、葱花、盐，炒制即成。

【乌龟豆】 即“蝉豆”。

【凉粉】 江苏小吃。用绿豆粉或蚕豆粉加水调和成稀浆，加热，使之充分糊化，冷却后成为半透明状的粉团块，食时刨成粉丝或切成小条块，加蒜泥、芝麻油、酱油等调料（或清凉料）拌和即成。

【五香回卤干】 江苏小吃。豆腐干入油锅炸至两面起壳呈黄色时倒入漏勺沥去油，再放入锅中，配以花椒、大料、桂皮、茴香等香料，加入陈卤调味烧煮即成。

【豆腐花】 也称“豆腐脑”。江苏小吃。豆浆烧沸，稍凉，加入石膏稀糊，加盖略焖，使之凝结成豆腐花。舀入碗中，加各种调料，配以葱末、虾皮、紫菜等即成。

【豆腐脑】 即“豆腐花”。

【豆腐卷】 江苏小吃。豆腐切小块，烫去豆腥味。酵面对碱后揉匀，擀成长方形的皮，撒上精盐、葱花，铺上豆腐块，卷成圆筒状，切段，入涂过油的平底锅中，加少许水，盖盖煎熟，再沿锅边加油适量，翻身煎至另一面也呈金黄色时即成。

【五香排骨】 江苏小吃。猪排骨剁块，在肉部剞一小口，拍平，放入盆中，加葱末、姜末、豆瓣酱、酱油、白糖、料酒、味精、精盐，拌匀，腌渍 3 小时。锅中倒入熟猪油，五成热时，逐块放入排骨，加入甜面酱，烧至排骨呈浅黄色时，盛盘，撒上大料粉即成。

【沛县狗肉】 江苏小吃。狗肉治净，抹上椒盐，加入硝水，入缸腌 8 小时。锅内加水，将狗肉放入，烧沸后撇去浮沫，将大料、茴香、桂皮、豆蔻、砂仁等香料装袋，与葱、姜、蒜、酱油、精盐同时入锅，大火烧沸再慢火炖烂即成。

【五香茶叶蛋】 江苏小吃。鸡蛋连壳入锅，加清水、盐、酱油、茶叶、香料煮至熟。再将鸡蛋壳轻轻磕裂，复煮至入味，取出即成。

【牛汤粉丝】 江苏小吃。熟牛肉片配水粉丝放入小竹篓内，投入经调味而沸滚的牛肉汤锅内，煮烫并使其入味。碗内放青蒜末、胡椒粉等调料，倒入牛肉粉丝，舀入沸牛肉汤即成。

【猃(shà啥)汤】 江苏小吃。用母鸡、猪骨头、猪肉、面粉、麦仁、胡椒、味精、料酒、白糖、葱、姜、盐、芝麻油、大料等熬煮即成。

【鸡头米汤】 江苏小吃。鸡头米入铝锅中，煮至由白色转为透明时即可离火，将鸡头肉连汤盛入碗中，加白糖、糖桂花即成。

【水葫芦】 江苏小吃。将糖、猪油丁搓捏成葫芦形，裹上糊，入油锅炸熟即成。

【百页粉丝汤】 江苏小吃。锅内放猪骨汤，加精盐、豆瓣酱、葱结、姜片、大料等调料，投入油豆腐、百页结，烧沸约 5 分钟即成。食时将油豆腐、百页结放入碗底，粉丝烫后覆上，冲入原汤，加味精、芝麻油，再放上芫荽末即成。

【白糖藕饼】 江苏小吃。鲜藕去节洗净，擦成细丝，加入绵白糖、糯米粉拌和均匀，做成小圆饼，上锅用小火煎熟即成。

【丝瓜饼】 江苏小吃。嫩丝瓜刨皮去籽斩末，与猪肉茸、面粉、精盐、味精拌和，做成丸子，下锅煎成两面微黄的圆饼，至熟即成。

【荸荠饼】 江苏小吃。荸荠去皮，切细粒状，加糯米粉揉匀，下小剂，包入玫瑰油馅，捏成荸荠形，经煎或煮制即成。

【南瓜糊】 江苏小吃。南瓜去皮、籽，切片蒸烂，与糯米粉、粳米粉一起揉拌，内裹猪油甜豆沙馅，上笼蒸熟即成。

【淮安茶馓】 江苏小吃。温水调面，加黑芝麻、精盐，饧好，搓条，盘旋放入芝麻油缸内，隔 1 小时后，再将条搓细，然后绕在手上，用两只长竹筷将绕在手上的面条绷长细如线，放入热油锅中，使面条错叠成扇形、梳子形或菊花形，炸至呈金黄色时即成。

【油端子】 江苏小吃。有二法：一是面粉加小米虾、葱花及精盐等调拌成糊状，舀入铁皮端子（圆形或椭圆形铁范），再经油炸即成。一是萝卜切丝，加葱、精盐拌成馅，在端子内先放一层面粉糊，中间置萝卜丝，上面再覆盖面粉糊，入油锅炸至呈黄色时即成。

【鸡蛋糖麻花】 江苏小吃。面粉经发酵后，加入鸡蛋黄、白糖，拌和均匀，拉成小长条，卷成麻花状，下油锅炸熟即成。

【荠菜春卷】 江苏小吃。选清明前的荠菜，沸水烫透，切碎，加入熟火腿末、熟肉丝调制成馅。用春卷皮包成卷，下油锅炸熟即成。

【鸳鸯饺】 江苏小吃。猪前夹心肉制成鲜肉馅；火腿、虾仁分别煮熟斩成细末。温水和面，下剂，擀圆皮，包入肉馅，捏成两眼饺子，火腿末、虾仁末分置两孔内，上笼蒸制即成。

【灌汤蒸饺】 江苏小吃。精粉用热水和后擀皮，包入掺有皮冻的肉馅，呈月牙形，上笼蒸制即成。食时饺内有汤汁。

【银丝卷】 江苏小吃。发足的酵面与碱揉匀，取出2/5的面团揉进绵白糖，稍饧，制成粗细均匀的细面条，外面卷上未加糖的酵面皮，上笼蒸制即成。

【蕈馒头】 江苏小吃。用发酵面作皮，黄耳蕈和猪肉调馅，包捏后上笼蒸制即成。

【净素菜馒头】 江苏小吃。面粉、酵面揉匀下剂。把烫过的小青菜切细，挤去水分后，用白糖、酱油、精盐、味精、素油拌匀成馅，取面剂包入素馅，呈馒头状，上笼蒸制即成。

【小笼馒头】 江苏小吃。用紧酵面作坯皮，包入以猪肉末和猪皮冻等调成的馅心，捏成包子形入小笼蒸熟即成。

【蟹糜千层糕】 江苏小吃。将生梭子蟹肉糜调味煸炒成絮状。用发酵面擀成薄皮，上抹一层熟猪肉末，撒些精盐，再抹一层蟹糜，撒上葱花，层层摺起再擀平，上面撒火腿、蛋糕、熟蟹黄末，上笼蒸熟取出，改切成菱形块即成。

【蜂糖糕】 江苏小吃。发好酵的面团对足碱后，加入绵白糖，甩揉至光滑有劲，放在温房中饧发约1小时后，摊入笼内，上嵌红枣、猪板油丁，撒上红丝，大火蒸制即成。切长方块或菱角块供食。

【虾肉烧卖】 江苏小吃。猪前夹心肉斩茸后，加入酱油、精盐、白糖、葱末、姜末、料酒等拌上劲，再放入虾料、芝麻油，调匀即成虾肉馅。用温水调面粉，下剂后擀成荷叶边形皮子，包入虾肉馅，捏成烧卖形，上笼蒸制即成。

【什锦素菜包】 江苏小吃。嫩青菜配金针、木耳、香菇、栗子、豆腐干、白果等多种干鲜菜果，斩细，加精盐、味精、白糖、芝麻油拌成馅。用精粉发酵作皮，包馅后蒸制即成。

【锅涝荠菜包】 江苏小吃。荠菜入沸水中焯一下，剁碎，加炒熟肉末、粉丝末、蛋皮末、海米末、豆腐干末、精盐、料酒、花椒面、鸡蛋，拌成馅。酵面作皮，包入馅心，捏成包子。平锅烧至八成热，刷油，摆入菜包，浇入水调面糊，盖好，煎熟，浇花生油，再略煎即成。

【盘香酥】 江苏小吃。酵面包、干油酥擀成长薄片，包入以金桔、甜猪板油制的馅心，做成管子形，粗细均匀，由里向外盘起，如“盘香”圆形，再揿扁，入平锅烙熟即成。

【柳芽翠烙】 江苏小吃。清明时节，摘取柳树嫩芽，与面粉、味精、精盐调成稀糊，倒入涂油烧热的锅内，使稀糊粘在锅壁成薄饼，烙至两面微黄时即成。

【梅花糕】 江苏小吃。面粉用温水（夏季用冷水）、碱水拌成粉浆。模具梅花孔内先抹上水油，再装入粉浆至半满，加入豆沙、猪板油丁、白糖，续装粉浆至孔满，再均匀撒上红、绿蜜饯丝，盖好，烧3分钟即成。

【文蛤饼】 江苏小吃。文蛤肉、猪肉、丝瓜等原料斩茸，再调味，与面粉、鸡蛋拌和后，做成丸饼，下油锅煎制即成。

【鸡丝馄饨】 江苏小吃。用冷水面团擀皮，包猪肉馅做成馄饨，煮熟盛入鸡汤碗中，上撒鸡丝、榨菜丝、芫荽末即成。

【什锦面】 江苏小吃。面条煮熟后捞出，配虾仁、熟鸡片、笋片、香菇片、鲜蘑菇片等什锦料，加酱油、味精等调料烩制即成。

【刀鱼卤面】 江苏小吃。刀鱼肉入油锅，加葱段、姜片、香菇片、笋片同炒，再加酱油、料酒、精盐、白糖等佐料调味，用湿淀粉勾芡制成刀鱼羹。刀鱼鱼头、鱼皮、鱼骨用大火煸炒后加清水、葱、姜、料酒熬成乳白色的汤，滤去鱼渣，加味精、精盐、酱油、白糖、胡椒粉、湿淀粉等制成汤卤。面条煮熟后，捞入盛汤卤的碗内，上浇刀鱼羹即成。

【黄桥烧饼】 江苏小吃。猪板油切丁加葱末、精盐拌匀。油酥面加葱末、精盐和匀。酵面揪剂，包上油酥面，擀薄；包上板油丁，压成薄圆饼，涂饴糖，沾芝麻，装烤盘，入烤炉烤熟即成。

【菊花脐儿】 江苏小吃。用酵面作皮，另用酵面加糖、油、面粉作馅，以皮包馅，做成圆球状，在表面刮一圈菊花刀纹，面上涂饴糖，贴在热桶炉内壁上。用一铁碗，内放红糖，放在桶炉内炭火上，封住炉口，使糖烟将菊花脐表面熏成棕红色，小火烤烘至熟即成。

【缸爿】 也称“斜角儿”。江苏小吃。沸水烫面，冷却后再用冷水和成面团，加酵面，发后对碱揉匀，擀成长薄条，上抹植物油、精盐，再摺叠3层，摁扁，切成棱形块，擀薄，上涂饴糖，撒芝麻，贴入炉内烤熟即成。

【斜角儿】 即“缸爿”。

【常州大麻糕】 江苏小吃。用酵面包油酥做坯皮，包入馅心（咸的包葱板油；甜的包桂花白糖），擀成椭圆形状，刷上饴糖液，蘸满白芝麻，贴入烧饼炉内，用小火烘烤即成。

【虾肉小笼】 浙江小吃。选新鲜虾仁与夹心猪肉等制成虾肉馅。酵面擀皮包馅，沿边捏拢菊花褶，上笼大火蒸熟即成。

【蟹肉包子】 浙江小吃。选南湖大闸蟹肉和猪肉加入鸡蛋黄、料酒等调料拌匀制馅。用精粉酵面擀皮，裹入馅料，捏成菊花顶形包子，入笼蒸至外皮无水气、雪白有光泽时即成。

【喉口馒首】 浙江小吃。用酵面擀皮，猪肉加酱油、味精、葱末制馅，包捏成圆包形，上面开口，上笼蒸熟即成。配米醋佐食。

【幸福双】 浙江小吃。以蜜枣、红瓜、核桃肉、金桔脯、佛手萝卜、青梅、松子仁、葡萄干等8种果料和糖、猪板油作馅心，酵面擀皮，包馅，上笼蒸熟即成。因成双

供应，故名。

【冬菇炒面】 浙江小吃。将熟面条入油锅翻炒至呈金黄色时，起锅装盘，覆上烹制的冬菇、笋等辅料即成。

【湖州大馄饨】 浙江小吃。瘦肉和适量的肥肉剁碎，加笋衣、料酒、芝麻油、白糖、味精等作馅，用馄饨皮包裹，外形突肚翻角，略呈长形，煮熟后加肉骨浓汤，盛碗内，撒上葱末、蛋皮即成。

【中面】 浙江小吃。炒锅内放菜籽油烧热，下入香干丝、黄花菜、木耳煸炒，加水、酱油、糖，煮至汤汁即将收干时，加味精炒匀，盛入碗中。原炒锅内加水及盐、酱油，烧沸，撇去浮沫，倒入另一碗中，加入味精。精粉宽面条入水锅煮熟，捞入盛有汤的碗中，覆上炒好的素丝，放上用豆腐皮包以木耳、黄花菜和香干制成的素肠，浇上芝麻油即成。

【千层饼】 浙江小吃。面粉蒸制后，和入豆油、苔菜粉、白糖、饴糖揉成馅心，另以面粉加白糖、豆油、小苏打揉匀，制皮，包入馅心，先后两次折叠，擀成 4.5～6 厘米见方的饼，正面撒上芝麻，入炉壁内贴烘至熟即成。

【白蛇烧饼】 浙江小吃。用面粉、猪油制成酥皮，包入以纯肥肉、甜酱瓜、京冬菜、虾尾、葱和芝麻制成的馅，贴在 200℃ 左右的高温火炭炉桶内，明火烘烤至熟即成。

【金华酥饼】 浙江小吃。和冷水面，下剂擀皮，以雪里蕻干菜和纯肥肉作馅，贴入炉中，白火炭烤，再焙至酥脆即成。

【虾米套饼】 浙江小吃。用精粉油酥面，裹入猪板油、虾米等馅，做成小巧油酥饼，掸上饴糖，撒上芝麻。另取酵面做成大饼，与小饼分别贴在大火炉壁烘制出炉，用小刀把大饼边缘平剖一半，套入小油酥饼即成。

【蟹壳黄】 浙江小吃。用 7 分酵面、3 分酥面揉和，制剂，包入甜、咸馅心，捏成蟹壳型，涂上饴糖，沾上芝麻，上炉烘熟即成。

【菜卤豆腐】 浙江小吃。将老豆腐煮至串孔，添咸菜卤同煮入味即成。也可加适量蒜泥或辣酱。

【千张包子】 浙江小吃。精腿肉切成粒状，加入干贝、虾米、芝麻、笋及调料拌成馅，用豆制千张包裹成梯形，以笋壳扎捆，置竹丝篮中，大火煮熟，取出晾干即成。食时加热，添粉丝汤，并用酱油、米醋、辣油蘸食。

【缸豆沙淡糗(kuài快)】 也称“豆沙烧糯米块”。浙江小吃。红豆烧至酥而不烂时，待用。糯米洗净蒸透，入轧糕机轧至柔韧，移至案上分成小块（直径 2.4 厘米左右）。煮红豆的汤加水，撒入红糖、拍姜，大火蒸，至沸时，下糯米块、酥红豆，至糯米块呈豆沙色时，盛碗（每碗 10 个以下）即成。

【豆沙烧糯米块】 即“缸豆沙淡糗”。

【豆腐圆子】 浙江小吃。瘦猪肉、香菇、笋末捏成馅心。老豆腐加精盐、料酒拌匀，裹入馅心成圆子，并滚沾上一层面粉，入沸水汆至浮起，盛汤碗加调料即成。

【鸡肉线粉】 浙江小吃。绿豆粗粉丝，置大火烧煮至绵软。熟粉丝连汤盛碗，加上熟鸡肉和鸡汤即成。

【鱼圆汤】 浙江小吃。鲩鱼肉切成条，配料酒、精盐、味精、葱、姜末，和入淀粉揉透，揉成一颗颗小疙瘩，放入沸水中，待上浮时即捞起盛碗，加原汤、胡椒、醋即成。若添在面条上即成鱼圆汤面。

【鱼肉皮子馄饨】 浙江小吃。海鳗鱼或黄鱼肉茸挤成鱼丸，用小木棍轻轻敲打成皮子，裹上肉、荸荠等馅心，两次对折连接，翻成喇叭花状，上笼先蒸，后入汤煮制即成。

【炒粉干】 浙江小吃。将米粉干洒上热水稍浸，漂去粉糊捞起，入酱油、味精渍味后，置中火油锅翻炒，直至干燥熟透，配以肉丝，加绿豆芽或芹菜续炒即成。粉干也可用汤煮食。

【糯米素烧鹅】 浙江小吃。选优质豆腐皮，裹上预制的糖油糯米饭和核桃、金桔等蜜饯，卷包呈长条，入锅煎熟，切小块装盘即成。因形似烧鹅块，故名。

【温州汤圆】 浙江小吃。水磨糯米细粉做皮子，用黑芝麻屑、猪板油和白糖粉拌馅，包制成团子，入沸水锅煮制，待汤圆浮起，添入凉水稍煮一会即成。

【双瓤糊子】 浙江小吃。将粳米粉、糯米粉揉透蒸熟作皮，包入猪油、白糖、豆沙，收口搓圆摁扁，用手指捏成酒盅形，再嵌入白糖，收口裹拢成鹅蛋形，撒上桂花即成。

【宁波猪油汤糊】 浙江小吃。糯米水磨成粉，揉透，裹入猪油、芝麻糖馅，收口搓圆成汤糊。入沸水煮，煮时用凉水激漂 3 次，使油馅溶化，待浮动起锅装碗，撒玫瑰即成。

【酒酿圆子】 浙江小吃。优质糯米水浸，磨粉，沥干，晒干，筛细，放在竹扁篮中，洒少许水，来回推动旋转，使糯粉滚成丸子，再沾上干粉，呈莲子状。入锅煮沸，浮起盛碗，配上冷酒酿、白糖、桂花即成。

【鲜肉粽子】 浙江小吃。新鲜猪腿肉加入糖、盐、白酒搓擦，糯米淘净沥干，加入糖、酱油拌匀，以伏箬包裹，嵌入肉块，包成矮肚长方形，下锅沸水煮熟即成。

【猪油八宝饭】 浙江小吃。大碗壁涂熟猪油，中间放板油丁，再将蜜枣、青梅、桂圆、葡萄干、佛手、红枣、松仁、莲子等 8 种果料依次围边，摆在碗中，然后铺放糯米饭，夹入豆沙，上笼蒸熟，扣在盆中，撒上糖桂花即成。

【乌饭糕】 也称“黑饭”。浙江小吃。糯米淘净蒸熟，轧碾成团，和入糖、山楂粉等，揉匀，上模具。冷却后切成块，刷上芝麻油，缀以芝麻红丝、瓜子仁即成。既可冷食，也可煎贴热吃。

【黑饭】 即“乌饭糕”。

【舟山虾饺】 浙江小吃。面粉和入盐、明矾、小苏打制成粉糊，饧后，舀入虾饺模具中，撒上葱末，点缀海

虾，入油锅炸熟即成。

【温州松糕】 浙江小吃。纯糯米粉掺入腌制的猪肥膘和糖桂花拌和，放入木制的梅花型模具内，置沸水锅上蒸熟即成。

【清明艾饺】 浙江小吃。鲜嫩艾叶煮烂，和入糯米粉，制成厚皮，用白糖、芝麻屑作馅，裹成海燕形状，入笼大火蒸熟即成。

【诸老大粽子】 浙江小吃。分细沙、鲜肉二种。甜粽用精制细沙、板油、糖拌馅；咸粽用火腿、夹心肉作馅，选用徽州伏箬包裹，入锅内煮熟即成。

【西湖藕粥】 浙江小吃。鲜藕治净，将糯米滚入藕孔，竖放在缸底的竹蒸架上，放入碱与清水，盖上荷叶1张，大火煮至酥烂。细麻布1块，覆于酥藕上，倒入糯米，加盖，布角翻搭在锅盖上，煮至米化，加入白糖，再煮至粥稠浓时为止。开缸时，将酥藕取出，切片，拌糖盛碗，藕粥另盛碗中即成。

【西湖桂花藕粉】 浙江小吃。选桃花片藕粉，先用凉开水澥开，再用沸水冲调成稠糊，缀以玫瑰花、糖桂花即成。

【冰糖莲子汤】 浙江小吃。选用优质干莲子，用沸水浸泡，去膜，捅心，装碗内，入笼蒸酥取出，灌入冰糖清汤，再炖烂即成。

【牛肉煎饼】 安徽小吃。和面加矾、碱、盐，包入以牛肉、粉丝、五香粉等料配制的馅心。饼坯入放芝麻油的平底锅中，以小火煎至两面呈黄色时即成。

【香椿馃】 安徽小吃。用面皮包上以太和香椿(腌)加猪油等调成的馅，放平锅内烙熟即成。

【烤山红】 安徽小吃。以水油面团包上油酥面团，擀皮，放入用白糖、桂花等调拌的馅心，包成边厚中间微凹的形状，并在凹心处印一红点，先在铁鏊上烙，再靠在炉壁旁烘烤至熟即成。

【鸡蛋锅贴】 安徽小吃。水和面团，擀皮，包入馅心，捏成饺形，上笼蒸5分钟取出，放锅中摆成葵花状，煎至底皮脆时，再淋入鸡蛋液煎炕至熟即成。

【素锅贴】 安徽小吃。以冬菇、冬笋等为馅料，拌以荠菜等时令蔬菜，外用水调面团包制成锅贴，经煎炕即成。

【粉子饼】 安徽小吃。将洗面筋洗下的淀粉糊，在鏊上摊成直径约1.5厘米的圆薄饼，再以薄饼卷大蒜、辣椒酱等调料即成。

【徽州饼】 安徽小吃。用水油面包油酥面团，擀成面皮，包上枣泥馅心，入平锅烙至两面黄亮酥脆时即成。

【深渡包袱】 安徽小吃。馄饨皮包入掺有火腿、香菇末的肉馅，卷包成包袱状，入水锅煮熟捞出即成。配汤佐食。因原产于古渡口深渡，故名。

【蝴蝶面】 安徽小吃。水和面团擀成面皮，再切菱形片，入油锅炸至涨发后捞起，再放炒锅中，加肉片、冬笋、虾米、火腿、香菇、青菜和肉汤炒焖入味即成。

【糊面】 安徽小吃。手工制细挂面，先煮熟1次，再入用银鱼干、猪肉丝、香菇和肉骨汤烧成的汤中煮至透烂时，用淀粉勾芡即成。

【小红头】 也称"糖油烧卖"。安徽小吃。水调面团擀成荷叶形小薄皮，包上用大馍屑、猪板油、桔饼、桂花等调制的馅心，上笼蒸熟即成。晾凉后用油煎炒后再食也可。

【糖油烧卖】 即"小红头"。

【大救驾】 安徽小吃。水油面和油酥面做成面皮，包以猪板油、核桃仁、冰糖屑、白糖、桂花、青梅等拌成的馅料，捏成圆饼，入油锅炸至色呈奶黄、形扁圆、表面呈急流漩涡状多层花纹时，捞出即成。因相传宋代皇帝赵匡胤打南唐时曾以此充饥，故名。

【鸡丝卷】 安徽小吃。以发酵面团为皮，对折夹上火腿末、鸡蛋皮末、葱末，再切成细丝状，截成6厘米长，取数十根丝稍拧成把，上笼蒸熟即成。

【夹沙蝴蝶馍】 安徽小吃。绿豆制成的豆沙，加入冬瓜条、核桃仁和桂花等调成馅心；再用发酵面团皮包入馅心，包卷迭压成蝴蝶状，上笼蒸熟即成。

【糌(zhōu周)】 安徽小吃。黄豆、籼米分别浸泡至膨涨发软，籼米磨成水磨糊；黄豆磨成豆糊，用素油脚加沸水调匀，倒入豆糊中，搅拌去沫，用布袋滤去豆渣成豆汁。粳米煮烂，加入豆汁，待再沸时，将籼米糊倒入，搅匀烧沸即成。配咸菜末(或油条)佐食。

【乌饭团】 安徽小吃。乌饭树叶捣碎，加水浸泡24小时，水质呈深黄色时，用纱布过滤，成乌叶水，放入糯米，再浸泡12小时，待米粒呈乌色时捞出待用。锅内加油烧热，投入豆腐丁、肉丁、鸭丁拌炒，加酱油、葱末、姜末、味精、水，烧沸，调入淀粉，成糊状馅心。粳糯米粉沸水烫后，揉成面团，包入馅心，外面滚上乌米，上笼蒸熟即成。

【豆皮饭】 安徽小吃。绿豆磨碎，去皮，与籼米、糯米一起泡浸后磨浆。糯米上笼蒸熟。铁锅置小火上，将米浆摊成薄皮，磕入鸡蛋，抹匀，放上蒸饭，撒上精盐、葱末，淋上熟猪油，上面覆盖1张皮子，待下面皮子炕黄时，翻过来再烤另一面，至黄色时，取出装盘即成。

【笼糊】 安徽小吃。籼米粉先放入锅中搅成糊，加糯米粉揉成面团，包入用猪肉、酱油豆腐干、金针菜、木耳等切碎并经炒烩制成的馅心，捏成腰鼓形，入笼蒸熟即成。

【苧叶馃】 安徽小吃。嫩苧叶烫后剁成泥。糯米粉用沸水烫拌后加苧泥和成面团，包上芝麻白糖馅，捏成圆球形，入模具中印上花纹后倒出，入笼蒸熟即成。

【梅花糕】 安徽小吃。将糯米粉面团一一做成5个角、当中呈凹形的坯形，用花生仁末、核桃仁末、猪板油粒等制成的馅心放在当中，用甜杏仁(油炸过)贴在5个角里，入笼蒸熟即成。

【珍珠糊子】 安徽小吃。糯米粉配籼米粉，入锅炒出

香味时，加沸水，以小火煮搅成糊状盛出，晾凉后掺少量的糯米粉和成面团。用猪五花肉、酱油豆腐干等调成馅心。面团包馅心做成圆形，稍沾水，滚匀糯米，上笼蒸熟即成。

【小笼糙肉蒸饭】 安徽小吃。将猪五花肉切成大片，拌调料和糙粉（大米加入八角炒后碾成的粗粉），入笼蒸至八成熟，然后取特制小笼，每格笼均垫上洁布，放糯米饭1份，上铺3片糙肉，一一套垛再蒸至饭香肉烂时即成。

【三河米饺】 安徽小吃。用籼米粉在锅中加热和成饺皮，包入用猪肉丁、酱油干子等炒制成的馅心，捏成饺子后，入油锅炸熟即成。

【油堆】 安徽小吃。糯米配粳米磨成粉，入已经调味的鸭（鸡）汤锅中，搅匀取出，掺米粉和成面团，再将面团制成如豆腐干状的饼坯，经油炸制即成。

【示灯粑粑】 安徽小吃。炒糯米粉加沸水烫揉成面团，以咸猪肉丁、酱油豆腐干丁、虾仁等炒匀，加荠菜末、芫荽末、青蒜末拌成馅。面团下剂，擀皮，包入馅料，摁成圆饼，入平锅煎制即成。

【五香狗肉】 安徽小吃。将狗肉泡去血水，卤时加重香料，小火焖至肉烂时即成。食时撕成丝并拌蒜苗和芝麻油。

【鸡血糊】 安徽小吃。生鸡血倒入温水锅中，小火浸煮，至变色稍硬时捞出，切成小丁。咸猪肉切末。炒锅置火上，倒入骨头汤，烧沸，加入鸡血、咸肉末、淀粉糊，微沸，加葱末、姜末、酱油、味精，盛碗，撒胡椒粉即成。

【老鸭汤】 安徽小吃。大碗内放鸭块、姜、葱、精盐、清水，入笼蒸至鸭肉酥烂时即成。

【鳝鱼辣汤】 安徽小吃。锅内注入清水，烧至水响时，倒入生面筋，迅速搅散成丝，再加入千张丝、粉丝、海带丝、榨菜丝、黄花菜、木耳、银鱼、葱末、姜末、精盐和熟鳝丝，烧沸后，倒入洗面筋的水，边倒边搅动，微沸，淋入蛋液，加味精，盛碗，淋酱油、醋、辣椒油即成。

【肖县羊肉汤】 安徽小吃。羊肉、羊肝、羊腰、腿骨、脊骨煮熟，切片，捅出骨髓。锅置大火上，放熟猪油，下葱末、姜末煸炒，加入原汤，再放入羊肉、羊肝、羊腰、骨髓，烧至汤呈乳白色时，盛碗，撒胡椒粉、精盐即成。配辣椒油、芫荽佐食。

【糙肉】 安徽小吃。带皮猪五花肉切片，加盐、料酒、白糖拌匀，再放入豆腐乳汁和虾米末、酱油、米糙粉拌匀，盛碗内，入笼蒸烂即成。

【罐子汤】 安徽小吃。猪肉切块，放入小陶罐中，用小火煨烂，食时碗里放嫩菠菜和粉丝等，倒入煨好的肉汤即成。

【鸡丝辣汤】 安徽小吃。老母鸡煮熟，撕成丝，放原锅中，再加金针、木耳、银鱼干、鸡蛋、海带、粉丝等炖成浓厚的汤。食时将汤盛碗中，加入辣椒油、胡椒粉等调料即成。

【拌牛盘肠】 安徽小吃。牛大肠头洗净，入锅煮，加五香料，熟后捞出切成丝即成。配辣椒、芫荽和调料佐食。

【鱼皮蟹黄饺】 安徽小吃。白鱼肉剁细，加菱粉和成面团，下剂，擀成水饺皮，包入以猪肉、蟹肉、香菇、笋及调料调成的馅心，呈水饺状，下入沸水锅煮熟即成。

【蓑衣圆子】 安徽小吃。豆腐加淀粉和成面团，用猪板油剁成泥，加入桔饼末、冬瓜条末、杏仁末、白糖、桂花拌馅。取面团1份，放馅心1份，包成圆球状，滚上一层用开水烫过的糯米，入笼蒸熟取出，撒上青、红丝即成。

【八宝绿豆汁】 安徽小吃。绿豆去皮，水浸，磨成豆糊，滤取豆汁，加水，烧沸，撇去浮沫，加进香稻米、芡实米、莲子、白果，烧至米烂时，再加百合、红枣、白糖，倒入淀粉浆，边倒边搅动，再沸时即成。

【毛豆抓饼】 安徽小吃。毛豆米和猪五花肉切成碎丁，加葛粉和调料调成稠糊状，再将豆糊在锅内摊成一个个底黄脆、上尚软的面饼即成。配菜、汤佐食。

【黄豆肉馃】 安徽小吃。黄豆炒熟，磨成粗粉，加猪五花肉丁等调拌成馅心。用面皮包上馅心，放平锅中烙，饼上压一特制的圆砖，边烙边转压饼坯，待烙至豆油、猪油渗出并且饼皮黄亮时即成。

【包河藕粥】 安徽小吃。藕孔中灌入糯米，放铝（或铜）锅中，再加糯米和糖煮成粥，食时取出藕，切片后装碗中，再加入粥即成。

【山粉圆子】 安徽小吃。猪肥膘切碎，加白糖等，做成圆球状馅心，滚上一层山粉，入沸水锅略烫捞出，再滚上一层山粉，如此3～4次，然后上笼，蒸至外皮呈黑色并有小泡时即成。（注：葛根磨粉称葛粉，也称山粉。）

【山药饼】 安徽小吃。以枣泥加桔饼等为馅心。山药蒸后压成泥，掺入糯米粉和成面团。山药泥面团放枣泥馅做成圆饼形，刷鸡蛋黄液，撒芝麻仁，入油锅炸制即成。

【玉米馃】 安徽小吃。将玉米粉烫后揉成面团。用猪板油、腌雪里蕻和干淀粉擦成馅心。取1份玉米面团，则放入1份馅心，做成小圆饼形，入平锅炕熟即成。

【荸荠糕】 安徽小吃。将荸荠切成细丝，加糯米粉、核桃仁末、冬瓜条末、白糖和鸡蛋清搅成稠糊状，入笼，撒青、红丝，蒸熟后切成菱形块状即成。

【新麦汁】 安徽小吃。将大麦仁、籼米煮成稀粥，加入用新小麦磨成的糊和淀粉，搅匀煮沸即成。

【瓠子饼】 安徽小吃。用嫩瓠切成丝，略烫软，加鸡蛋、面粉、葱末调成厚糊。将猪肉丝、冬菇丝、鸡肉丝、火腿丝炒成馅心，取厚糊1份放在抹油的盘中摊平，放馅心1份，再取厚糊1份覆盖匀，入油锅煎至两面色黄时即成。

【威化叉烧包】 江西小吃。叉烧肉切成丁；葱切碎，

然后加酱油、白糖、味精拌成馅心。酵面加入白糖、油、苏打、泡打粉搓匀，下剂，擀开，包入馅心，上笼蒸熟即成。因包子蒸熟后上面开裂，故又称"叉烧开花包"。

【叉烧开花包】 即"威化叉烧包"。

【萝卜丝饼】 江西小吃。将面粉炒成油酥面。另将面粉发酵，对好碱，和入糖、油搓匀，擀成长方形，涂上油酥面，折3折擀开，撒上炒熟的猪肉、萝卜丝、香菇丝，卷拢上笼蒸熟，取出用刀切开即成。

【千层油糕】 江西小吃。猪肥膘肉煮熟，切丁，用白糖腌渍好，与切碎的糖瓜条和桔饼，加桂花、瓜仁、白糖、猪油、熟面粉搅拌成馅。面粉加酵面与水调成面团，揉匀，擀薄，抹一层猪油，再均匀地铺上馅料，卷成筒形，用手摁扁，擀平，再对折擀成正方形，上笼蒸熟，取出切成小块即成。

【打发糕】 江西小吃。将发好的酵面加入碱水揉匀，随后把面团中间挖开，放入白糖、猪油丁、桂花，反复揉透，再在案板上将面团用力甩打，边甩边揉，揉至酵面光滑有劲、不粘手时，用双手裹住，滚转成球形，放入涂油的砂缽里涨发，最后把发足的酵面放入垫有湿布的笼里，用大火沸水蒸熟，取出冷却，切成块即成。

【豆沙包】 江西小吃。将绿豆洗净，煮熟，倒入簸箕中用手擦烂，洗掉豆皮，豆沙装入袋中吊干水，倒出与糖放入油锅炒干成豆沙馅。用发酵面对好碱，加糖、油搓匀，下剂，擀成皮，包入豆沙馅，上笼蒸制即成。

【活鱼饺】 江西小吃。猪肉剁茸，加葱、香菇末、精盐、酱油、味精和水搅成馅。鱼肉切片，用姜末、芝麻油、精盐、酱油、味精拌匀，再用烫面团下剂子，擀成皮，包入猪肉馅，放上1～2片鱼肉，边上捏花纹，蒸熟即成。

【小肉包子】 江西小吃。猪瘦肉剁成肉末，加入精盐、酱油、味精、葱、冬笋末、肉汤，拌匀成馅心。将面粉加入酵面、温水拌匀揉透，静置发酵后，加碱揉匀，搓成长条，下剂，摁扁，包入馅心，捏成包子形，上笼蒸制即成。

【金线吊葫芦】 江西小吃。鲜汤加熟猪油、精盐、姜末、葱花、味精，烧沸，盛入碗内，再放入煮熟的面条、馄饨，撒上胡椒粉即成。因形似金线吊葫芦，故名。

【菊花酥饼】 江西小吃。面粉加水和成水调面。另用面粉与猪油、白糖、鸡蛋、奶粉、金桔饼等和成油酥面，再将其半加入红色素，分别下剂。将水调面擀成圆形饼状，包入二色油酥面，捏拢，拍扁，擀成圆饼状，依边沿向下切10刀，用手逐瓣朝上翻，中心点上蛋液成花心，入炉烤酥即成。

【梅花糕】 江西小吃。面粉加入白糖、植物油、酵面、水拌匀，饧后，加发酵粉，盛入刷有油的梅花形铁盒里，撒上水晶肉、桔饼、瓜条末、葱花等，放炉内烤熟，面上涂上一层蛋黄水即成。

【开口笑】 江西小吃。面粉加入鸡蛋、猪油、白糖和匀，再加入老酵面、苏打、碱、水和成面团，静置后，将面团搓条，下剂，搓圆，滚上湿芝麻，放入温油锅中炸至浮起、表面裂开口并呈金黄色时即成。

【茶花酥】 江西小吃。面粉、猪油加水和成水油面，分成三团。一团加入红色素；一团加入黄色素；另一团用猪油和成油酥面。各种面团分别下剂，每个剂子各包入油酥面剂，擀开，复卷起再擀开。将三色皮子层叠起来，包上糖馅成圆形，在上面切3刀，刀口至馅心，再在收口处捏拢，使刀口张开为6瓣，下温油锅炸至浮起时即成。

【猪血汤】 江西小吃。新鲜猪血划成长方小块，煮熟，捞起，盛碗中，配入紫菜、虾仁末、榨菜丁、姜丝、辣椒粉、酱油、味精和芝麻油，撒上葱花即成。

【冲天炮】 江西小吃。糯米洗净，浸涨，舂成粉，过细筛后，加水揉成粉团。取20%的粉团煮熟成芡，和入80%的粉团中揉匀，搓成小圆球，放入热油锅中炸至呈金黄色时捞出。另用锅将白糖加水熬至能拉成丝时，倒入炸好的小圆球拌粘上糖即成。

【油粑】 江西小吃。糯米洗净，浸涨，沥干水，舂成粉，过筛后，加水和匀，搓成圆球，放入加糖的油锅内，炸至上浮时，用锅铲带动，轻轻压扁，使其粘满糖汁并呈金黄色时即成。

【兰花根】 江西小吃。糯米淘净，浸涨，带水磨成粉浆，盛入袋中吊起控干水分，倒出推擦成粉片，加入白糖拌匀，擀皮，再切成丝，放入热油锅中炸至呈金黄色时即成。

【麻糍】 江西小吃。糯米洗净，倒入蒸桶里，上锅蒸熟成饭。把糯米饭放入石臼内舂烂，盛入盆内，将舂烂的糯米饭挤成如桂圆大小的圆子，滚粘上白糖、豆粉末即成。

【清明挂纸饼】 江西小吃。糯米淘净，晾干，舂成粉，用开水和匀，搓成长条，拍扁，放上以红糖、芝麻、桔饼末制成的馅，两边捏拢搓长条，切成饼，入烤炉烤熟即成。

【杨胡子米面】 江西小吃。选优质冬粘米，洗净磨浆，烫成均匀的薄皮，切面条状，放入沸水锅内煮熟，捞起，盛入碗中，配入鲜汤、猪瘦肉丝等调料即成。

【糯米甜酒酿】 江西小吃。糯米洗净，浸涨，蒸熟，盛入砂缽内，把米饭粒拨松，将酒药用温水溶化分散倒入，再反复拌匀，最后用手撳平，中间撳出一凹潭，盖好放进暖窝，过1～2天后，见凹潭里有"水露"出来，即成。

【家乡圆】 江西小吃。干淀粉用沸鲜汤调匀，加猪肉丁、精盐、酱油拌匀，再放糯米爆花、虾米、荸荠丁、葱姜汁拌匀，用手捏成鸡蛋大小的圆球，排放笼内，蒸熟即成。

【酒糟汤圆】 江西小吃。水磨糯米粉制成小圆球，与甜糯米酒糟加水、白糖煮制即成。

【大米开花馒头】 江西小吃。10%的糯米粉用沸水

烫好与60%的大米粉加上酵面拌匀，发酵后，再加入白糖、油、苏打、碱搅拌匀，然后加入30%的面粉搓匀，制成馒头生坯，入笼蒸制即成。

【清汤泡糕】 江西小吃。糯米粉、白糖、芝麻仁、桂花卤蒸制成糕即成。配馄饨佐食。

【萝卜饺】 江西小吃。白萝卜切块，入锅中煮至八成熟捞出，剁成泥，放入热油锅内，加精盐、辣椒粉、酱油、味精、葱花翻炒出味，勾芡，炒拌成半糊状出锅。猪肉、鱼肉切小薄片，分别拌上酱油、味精。将番薯粉放入水锅中煮沸，拌匀，倒在案板上揉匀，搓长条，下剂，擀成圆片，放萝卜馅料、鱼片、肉片，包成月牙形饺子，入笼蒸熟即成。

【索粉】 江西小吃。20%的薯粉加水放锅中熬成糊状，盛到大盆内晾凉，倒入其余的80%薯粉搓擦好，盛在钻有中指粗眼的木瓢内，将木瓢对准开水锅，用手挤压薯粉，使其从瓢眼中流入开水锅内，煮至浮起捞出，过凉水1～2次，即为索粉。食时将水煮沸，放入索粉，调好味即成。

【吉安油香】 江西小吃。面粉炒至淡黄色时，用沸水拌和，揉匀，下剂，擀皮，然后放入热油锅中，炸成鼓圆形，色呈金黄时，捞出，乘热撒上芝麻粉、白糖，卷好即成。

【双糕润】 福建小吃。用干糯米粉与猪肥膘丁、冬瓜糖、栗子丁等料作馅，铺在豆腐皮上，盖上一层糯米浆，上笼蒸熟取出，切为菱形块即成。

【米烧粿】 福建小吃。糯米磨浆，加入干淀粉、熟猪油，揉成粿皮，瘦肉、冬笋、豆腐等切丝，加扁鱼末拌和为馅，包成水饺形，入笼蒸熟即成。

【米龟】 福建小吃。糯米磨浆，压干，加糖揉作坯，包入绿豆馅后，用木模压出龟纹，垫竹叶片蒸熟即成。

【炒面线】 福建小吃。面线油炸后泡水，再与猪瘦肉、香菇、虾汤炒制即成。

【蚝粥】 福建小吃。鲜海蛎肉，加猪肉、虾干、高汤与糯米，熬成稀粥即成。

【蛎饼】 福建小吃。粳米、黄豆磨成浆，拌入牡蛎、葱白、肉丝、精盐，舀入铁勺内，炸成饼状即成。

【马耳】 福建小吃。糯米磨浆，揉剂，搓成圆形条块，过油炸熟捞出，滚匀白糖拌的糕粉即成。因形如马耳，故名。

【炸枣】 福建小吃。糯米磨浆，压干为皮，芝麻、花生仁、白糖为馅，包成枣形，经油炸即成。

【糯米丸】 福建小吃。糯米磨浆，压干，加酵母，揉剂，包入绿豆馅，外蘸糯米，上笼蒸熟即成。

【白糖碗糕】 福建小吃。籼米磨浆，发酵，加白糖搅匀，装入糕碗，上笼蒸制即成。

【肉粽】 福建小吃。糯米泡水淘净，加香料、卤汁炒焖后，与卤熟猪肉块及香菇、虾干、栗子等料和成馅，用箬竹叶包扎成三角形，煮熟即成。配辣椒酱等佐食。

【油粿】 福建小吃。糯米浸透洗净，磨浆压干，掰散倒入红糖浓液，揉成粘剂，搓圆压扁，装入用蒸绿豆加红糖液制成的馅，包严后，下锅油炸。炸时应轻轻翻动，至外壳涨似皮球，呈金黄色时捞起即成。

【芋粿】 福建小吃。粳米磨浆，拌入白芋丝，加精盐蒸制即成。可鲜吃，也可切块油炸。

【八果尾梨糕】 福建小吃。干淀粉研末，加水拌成糊状，装杯，先装大半杯，放入八果馅，再装满，撒上芝麻等料，上笼蒸熟即成。

【肉粥】 福建小吃。虾皮用布包好，加清水，煮成虾汤捞出布包，然后加入糯米、虾米、香菇丁、去皮熟花生仁、虾油，煮至八成熟，勾薄芡，放入熟猪肉丁、葱白、料酒、芝麻油、胡椒粉，微火煮烂即成。

【虾丸】 福建小吃。粳米2/3，黄豆1/3，泡涨后磨浓浆。白芋去皮，刨成细丝，加入浓浆、精盐、五香粉拌匀。大锅入花生油，烧至五成热，将浓浆舀在平板上，撒上虾仁，压扁，用铁铲铲入油锅，炸至金黄色时即成。

【韭菜酥】 福建小吃。大米2/3，黄豆1/3，水浸后磨浆。韭菜切末，与米浆混拌，加精盐、五香粉拌匀。锅内加花生油，放进两把铁勺，烧至六成热时，取出一把铁勺，勺边放4粒花生仁，舀入一汤匙韭菜浆，再用汤匙把韭菜浆向四周拨开，中留一洞，入锅稍炸；两勺轮流，把浆用完，待油温升至八成热时，将韭菜酥重炸至金黄色时即成。

【油猪】 福建小吃。糯米磨浆后控去水分，加红糖浆，揉匀，下剂，压扁，包入八果馅，收口，搓圆，成鸭蛋形，沾匀芝麻，成为生坯。锅内倒入花生油，烧至五成热时，将生坯下锅，待油温升至八成热时，生坯涨大，用勺底压成鹅蛋形，色呈金黄时，捞起即成。

【双糕嫩】 福建小吃。糯米略浸，舂成粉，加红糖拌匀。猪肥膘肉切丁，冬瓜糖切丁，加经油炸过的葱片拌匀。豆腐皮喷湿，变软后，铺在笼屉里，倒进米粉，用竹片摊平，上锅蒸1.5小时，淋上糯米浆，摊平，撒上肉丁料，再蒸40分钟，取出晾凉，切菱形块，即成。

【肉丸】 福建小吃。将干淀粉研开，加红糖液、芋丝、猪肥膘肉、五香粉等料拌匀，舀入铺好荷叶的笼屉里，排上肥膘肉蒸熟即成。

【捆蹄】 福建小吃。鲜猪蹄剖开，剔去骨，缝为筒状，填入用猪腱肉、料酒、酱油、五香粉拌匀的料子，用纱布捆紧，麻绳缚扎成棍状，放入卤中煮制成熟，晾凉切片即成。配酱汁佐食。

【炸五香】 福建小吃。猪里脊肉、肥膘肉切片，加五香粉、扁鱼末、蛋清、葱白等料拌为馅，用豆腐皮卷馅料成条状，入油锅炸后，切块装盘即成。配辣椒酱、芫荽、萝卜酸等料佐食。

【沙茶烤肉】 福建小吃。猪里脊切薄片，用白糖、酱油、高粱酒、咖喱粉浆好，刷上沙茶辣油，在炭炉上烧烤即成。配面包片、芫荽、蒜头、沙茶辣油、萝卜酸等料佐

食。

【鲜烫章鱼】 福建小吃。鲜章鱼揉搓至肚硬、脚缩，洗净后，用烧沸的清海水烫熟，改刀装盘即成。配萝卜酸、黄瓜酸、酱油、辣椒酱等料佐食。

【鸭羹粥】 福建小吃。鸭脯肉切小方块，加料酒、清汤，煮熟捞出。汤内放入糯米、火腿、虾干、香菇、花生米等，煮成粥，最后放入鸭肉即成。

【腊肝】 福建小吃。鲜猪肝切成长条，用姜汁、高粱酒、酱油、白糖、五香粉等抓匀，腌渍后，放在阳光下晒七成干，再将猪肝戳孔，塞进凉干的盐腌肥膘肉，上笼蒸熟即成。

【肉燕】 福建小吃。猪五花肉、鱼肉一并剁成肉茸，加海米末、芹菜末、骨汤、虾油、精盐、湿淀粉拌成馅料。干肉燕皮切6.5厘米的方片，润湿包进馅料，合拢捏紧，蒸屉铺上净布，将肉燕坯摆上，大火蒸5分钟；再将蒸过的肉燕入沸水中汆一下，盛碗，撒上紫菜、芹菜末，调入热骨汤、虾油、料酒、味精，淋上芝麻油即成。

【玉盏豆腐】 福建小吃。鲜鱼剁茸，加调料放入小瓷盏底部。虾肉、瘦猪肉切碎，与扁鱼末拌和放入小瓷盏上部，置笼中蒸熟，取出后翻盏扣入碗中，淋以烧沸的上汤即成。

【汀州豆腐干】 福建小吃。黄豆制成嫩豆腐干，将甘草、八角、小茴香、肉桂、公丁香用纱布包好，放入锅中，加清水煮成汤，再加酱油、白糖、精盐搅匀，将豆腐干慢慢放入锅中，煮10分钟，夹出放竹箅上，在阳光下晒干即成。

【糯米烧卖】 福建小吃。糯米浸泡后，入笼蒸熟。猪瘦肉丁、香菇丁入油锅煸炒，加白酱油、料酒、味精、虾干、芝麻油、骨汤，将糯米倒入搅成馅，再入笼蒸一下，凉后，捏成小丸。沸水烫面，揉匀，下剂，擀皮，包入糯米馅，捏成烧卖，口上放虾仁末。蒸笼下铺荷叶，摆上烧卖，再蒸10分钟即成。

【螺酥】 福建小吃。用精粉分别做成油酥面、水油面，合擀成皮，包入以肥膘肉、冬瓜糖、山楂、芝麻等制的馅料，捏成螺形，经油炸即成。

【马花炸】 福建小吃。精粉制成酵面皮与糖面皮，撒芝麻夹心，合擀两皮，切块，捏凹形角边，油炸后，滚匀白糖即成。

【韭菜盒】 福建小吃。精粉加油揉制油酥、水油酥面坯，擀成圆片，包韭菜、虾肉等馅，捏为盒状，经油炸即成。

【贡糖夹饼】 福建小吃。精粉、熟猪油、芝麻等作坯，烤制成空心烧饼，剪一开口，夹入贡糖(即花生酥)、萝卜酸、芫荽、蒜泥、香醋、芥末、辣椒酱等料即成。

【庆兰馅饼】 福建小吃。优质绿豆去壳，蒸熟，研末，加水、白糖，煮透为馅。以纯白熟猪油、精粉揉制油酥、水油酥面坯，擀合成皮，包馅料为饼，经烤制即成。

【光饼】 福建小吃。酵面加入苏打、精盐，揉匀，揪坯，搓圆，擀成扁圆形，中间戳一小孔，成为光饼生坯。光饼炉内放入木炭，炉温升至60°～70℃时，把木炭收拢，将光饼生坯贴在炉壁上，再将炭火扒开，用扇子把火搧旺，至饼面呈金黄色时，将饼铲出即成。

【满煎糕】 福建小吃。用面粉调成浆，发酵，加糖，用平底锅铺满粉浆，撒熟芝麻和红糖，煎熟，折合成半圆形，切块即成。

【桂圆红蚶】 福建小吃。鲜红蚶洗净处理后，将桂圆肉置于蚶盖内，与糯米蒸熟即成。

【锅边】 也称"鼎边糊"。福建小吃。将虾皮、香菇、葱、蒜等调料煮沸成汤，另将米浆往锅内边沿浇上一圈，浆片煎熟卷起时，铲入汤料中即成。因在锅边煎熟，故名。

【鼎边糊】 即"锅边"。

【芋包】 福建小吃。槟榔芋头去皮，磨成泥，加干淀粉拌成茸，入小碗，摁紧，成一层皮，填入熟虾仁、猪肉片、香菇、冬笋等馅料，再披上芋茸皮，上笼蒸熟即成。食时，将芋包盛入小盘，灌进酥油葱，配芥末、蒜泥、芫荽等料佐食。

【花生汤】 福建小吃。鲜花生仁沸水烫后去膜，加水、纯碱，煮烂，冲入白糖水即成。

【土笋冻】 也称"土丘冻"。福建小吃。选肥大的活土蚯，反复揉搓洗净，切段，入锅，加水淹没，烧沸3次后，调盐拌匀，舀入小酒盅，晾冷凝冻即成。食时装盘，配上萝卜酸、芫荽、蒜头、海蜇皮，淋上酱油、香醋、芥末、蒜泥等佐料。

【土丘冻】 即"土笋冻"。

【水烫花螺】 福建小吃。活花螺吐净泥沙后，入锅加清海水烧沸捞出，浸凉开水冷却即成。食时，用细竹签挑出螺肉，配酱油、辣椒酱、蒜泥、白醋等佐食。

【蚁卷】 福建小吃。鲜蚁肉加猪肉、蛋液、淀粉、葱白拌为馅，以豆腐皮卷成细条状，经油炸即成。

【蚝茶炸】 也称"海蛎炸"。福建小吃。将鲜海蛎肉、盐水、干淀粉、面粉、葱花等料拌成浆，放入浅底铁勺内，淋上酱油，原勺下油锅炸制即成。配蒜泥、辣酱、芫荽等料佐食。

【海蛎炸】 即"蚝茶炸"。

【蚝仔羹】 也称"海蛎羹"。福建小吃。将鲜海蛎滚上干淀粉，下锅煮沸，调味即成。食时掺入蒜米、葱头油、胡椒粉。

【海蛎羹】 即"蚝仔羹"。

【鲎肉】 福建小吃。活海鲎治净，取骨、肉、血，煮熟，由下至上整呈长方形块，连同蒸熟的鲎蛋切小片即成。配蒜泥、辣椒酱、酱油、嫩姜丝、白醋、萝卜酸等料佐食。

【蚝煎】 福建小吃。鲜海蛎肉，加干淀粉、蒜丁等料汁搅拌成浆，摊在平锅上，加入鸡蛋液，将两面煎酥即成。

【芋饼】 福建小吃。槟榔芋磨泥制皮，以猪肉、香菇、

虾肉、荸荠作馅，包馅做饼，经油炸即成。此为咸芋饼，如以花生仁、芝麻、白糖、冬瓜糖作馅，则称“甜芋饼”。

【甜芋饼】 见“芋饼”。

【蚵丸】 福建小吃。猪肥膘肉切成丁，加入精盐、白糖、味精、蛋清、豆腐泥、面粉，搅拌成蒸料。小笼屉里铺上豆腐皮，将蒸料倒入，抹平。另将肥膘肉片挂蛋黄浆，竖排在蒸料上，再将小笼入大笼中蒸约1小时，取出切成片。炒锅下花生油，烧八成热时，下蚵丸片，炸至起酥呈金黄色时，再切小块，加上芫荽、调料即成。

【炸薯丸】 福建小吃。红薯去皮，蒸熟，压成泥，加入粘米粉、蒜瓣、姜末、精盐，拌匀，捏成蛋圆形。锅内下花生油，烧至七成热时，将薯泥丸下锅，炸至酱红色时，捞出即成。

【醉蚶瓣】 福建小吃。蚶子入沸水中汆几分钟，蚶壳张开即取出，掰去无肉的一瓣，将带肉的一瓣排摆在盘中，撒上紫菜末、葱花，浇入用白酱油、料酒、白糖、蒜末、姜末、芝麻、味精制的汁即成。

【鸡肝板】 也称“棺材板”。台湾小吃。用一块厚面包片炸熟，中间挖空，填入鸡鸭肝等内腿或虾仁、鲜肉、红萝卜等，再盖上一片面包即成。因填料为鸡肝，故名。

【棺材板】 即“鸡肝板”。因形似棺材，故名。

【甜不辣】 台湾小吃。用龙纹鲨鱼肉，做成鱼酱，和入适量的面粉，入油锅中炸制，起泡后至表面呈金黄色时捞出即成。配小黄瓜，以甜辣酱调味供食。

【素凤眼饺】 台湾小吃。用香菇、红萝卜、豆腐干、春笋等做馅料，经包制、笼蒸即成。因用青豆仁放在饺子中间，形似凤眼，故名。

【空巴蹦】 台湾小吃。五花猪肉加高级酱油，慢火焖炖即成。配豆腐等佐食。

【杠丸】 也称“新竹贡凤”。台湾小吃。瘦猪肉稍剁后，用机器捶成肉酱（剔尽筋渣），以盐、味精等调味，制成丸子，煮熟即成。食时与切仔面同盛入肉汤碗中。

【新竹贡凤】 即“杠丸”。

【鲜蠔清粥】 台湾小吃。蠔加盐拌后，清水洗净。米煮成粥，并加入蠔煮滚即成，加葱花、姜末、海苔丝、盐、酒、味精、胡椒、芝麻油调味供食。

【高丽肉】 台湾小吃。红豆泡后煮烂，制成豆沙，加猪油、白糖炒干。将豆沙做成椭圆形，用方形网油块包入，裹淀粉，入热油锅中炸呈淡黄色时，装盆撒白糖即成。

【八宝肉粽】 台湾小吃。分大、小号。大号粽肉包糯米、栗子、香菇、扁鱼酥、咸蛋黄等。小号粽包糯米、赤肉、咸蛋黄等。包时用两层箬叶，内层用已煮过的，可不粘米；外层用新叶取香。

【担仔面】 台湾小吃。沸水锅内先烫茼蒿或豆芽，下面条或米粉烫熟，盛入小碗，加肉燥、蒜泥、黑醋、虾仁、热虾汤、芫荽、胡椒粉即成。

【鳝鱼意面】 台湾小吃。用鸭蛋和面粉，机压制成面条，炸成团状，即为意面（即伊府面）。鳝鱼治净，片成薄片，稍炒后加米醋、酱油、洋葱、高丽菜、蒜头等制成浇卤。意面装碗，浇鳝鱼卤即成。乘热食用。

【姚家烤小鸟】 台湾小吃。为台湾南姚家烧鸟店创制。麻雀治净，两只串一竹签，在木炭炉上炙烤，至酥脆，入酱油加蜜的浸料中即成。乘热食用。（注：烤小鸟，即烤麻雀。）

【红蚵米糕】 台湾小吃。上等糯米煮成饭，和炒过的虾仁、香菇、赤肉调和制成米糕。将蟹黄饱满的红蚵生切后，摆到米糕上，入笼再蒸即成。乘热食用。

【菜粽】 台湾小吃。用硬桃叶做粽叶，包入精选的花生仁和糯米（已经浸泡数小时），慢火煮至熟透即成。食时带一碗酱汤。

【状元粿】 也称“竹筒粿”、“杠仔粿”。台湾小吃。米磨成浆，滤取细粉，分别加甜或咸料，装入竹筒，蒸30秒钟即成。甜料用白糖和花生粉，咸料用肉燥。

【竹筒粿】 即“状元粿”。

【杠仔粿】 即“状元粿”。

【碗粿】 台湾小吃。精米磨成米浆。瘦猪肉切丁，与虾仁、肉燥拌和后，再与米浆拌和，盛碗，入笼蒸20分钟即成。

【红烧鳗鱼羹】 台湾小吃。海鳗顺鱼刺方向切长条状，码味后，粘裹番薯粉，下油锅炸熟，捞出备用。大白菜煮熟，用番薯粉、胡椒粉各半调好勾芡，待滚后，放入炸鳗即成。

【鲁肉饭】 台湾小吃。猪肩膀肉，先煮八成熟，再切碎，配红葱、虾米、豆腐乳一起炒，再放酱油等调料，煮成卤肉。将米饭盛入碗中，浇上带汤卤肉即成。食时配一种经炒过的咸菜。（注：鲁肉，即卤肉。）

【客家烟肠】 也称“粉肠”、“水烟肠”、“白烟肠”。台湾小吃。猪小肠灌入番薯粉、瘦肉、香料，扎口，煮3小时，冷却即成。食时切块蘸调料吃。因是客家人特有的小吃，故名。

【粉肠】 即“客家烟肠”。

【水烟肠】 即“客家烟肠”。

【白烟肠】 即“客家烟肠”。

【刘姊姊饭团】 台湾小吃。精米洗净，焖成饭，并团成饭，配油条、卤蛋、酸菜、鱼松、萝卜干食用。因创制饭店店主为刘氏女姓，故名。

【彰化肉丸】 台湾小吃。米磨粉后蒸熟，加入番薯粉搅拌后放碗内，以瘦猪肉、香菇、竹笋剁碎调成馅，包以米粉团成丸，先蒸后炸即成。

【带馅火烧】 河南小吃。面粉加水和成软面团，揉好下剂，摁成椭圆片，抻成薄长条，抹上椒盐，一端放肉馅，卷起，使卷的一头成螺旋形，竖起放鏊上，边焙边摁扁，至两面呈黄色时入炉烤制即成。

【缠丝油酥烧饼】 河南小吃。面粉、油、水和成软面团，揉好下剂，搓条，抹油，擀成片，拉长后再擀成薄片。

将调好的肉馅放在片的一端，边卷边抹油，卷好摁扁，经焙烤即成。

【三角油酥烧饼】 河南小吃。酥面掺调料摊在皮面上，卷起摁扁擀圆，对折两次成三角，轧花边，收成佛手形。上鏊焙后，再入炉烤制即成。

【双麻火烧】 河南小吃。面粉用热油炒匀，掺入调料搓成油酥面，包入用水、油、面粉和成的皮面里，折、擀3次成片，卷成卷，下剂摁扁，掐下一块沾上油作心，包好擀圆，两面沾上去皮的芝麻，上鏊烙至呈柿黄色时，入炉烤制即成。

【抽丝火烧】 河南小吃。死面、发面按10∶1的比例加碱水和匀揉光，下剂，抻成长片，抹上油、盐。左手捻成细条，右手卷成饼坯，上鏊后摁扁，烙至半熟时，入炉烤制即成。

【牛中喜烧饼】 河南小吃。小火温油将面粉炒成酥面。干面粉、发面、酥面加水、苏打液和匀，揉光下剂，摁扁后抻成60厘米左右的扁条；再抹上酥面与调料，卷好摁扁，然后用酥面与调料作心，包住，擀圆，沾上芝麻。先焙至熟，再入炉烤制即成。

【空心烧饼】 河南小吃。发面、水面各半，对碱和匀，揉光下剂，擀成片，拉长后再擀薄；抹上油与调料，从一头卷起，至4/5时，将剩余的部分搓成条卷完，竖起后擀成椭圆形。先焙后烤，至两面呈黄色时即成。

【鸡蛋灌饼】 河南小吃。面粉加水和成软面团，下剂，擀成薄片，抹上油，撒匀葱花与椒盐，卷后盘绕成圆形，将口收在下边，擀平上鏊。烙八成熟时从边沿开一小口，插入筷子，将调上味的鸡蛋液灌入饼内，并将口捏好，刷油煎烙，待饼鼓起、蛋液暄时即成。

【五辈壮馍】 河南小吃。烫面、发面加碱揉匀，下剂，擀成片，包入用猪肉、粉皮、调料等制成的馅（皮馅各半）；平锅内煎至柿黄色，从正反两面灌入鸡蛋液，煎熟即成。食时切块。

【博望锅盔】 河南小吃。发面、死面合一起揉匀，再垫干面粉揉光制剂，擀圆，用小火慢慢焙炕，至熟即成。

【锅盔牙】 河南小吃。发面、水面各半，对碱揉光下剂，擀成扁条。抹上油与椒盐，卷起后拧成螺镟状，摁成中间厚的椭圆形，上鏊焙制，入炉烤熟后从中切开，再切开口上鏊焙黄即成。

【起酥肉馅烧饼】 河南小吃。烫面与发面加碱和匀，擀薄，摊上油炒的酥面，卷起下剂制皮，包入用肉丁、调料等制成的馅，收口后在四周斜开18刀，摁扁，使刀口张开，抹上饴糖，粘上去皮芝麻，入炉烤制即成。

【四方油酥饼】 河南小吃。4份烫面、6份水面和匀，揉光。面剂摁扁，包入酥面与调料，擀成长条，折叠4次，擀成方饼。先烙后烤即成。

【鸡蛋布袋】 河南小吃。用碱、盐、矾掺水和面，下剂，擀成长方片。双手同时掐起两个角稍拉一下，使四个角突出。油七八成热时，将面片下入，迅速翻动；待面片两面均膨起时，迅速捞出（不要炸熟），从一头开口，将鸡蛋液灌入，再将开口捏严，重入油锅炸熟即成。

【油烙馍】 河南小吃。发面掺碱垫干面揉匀，擀成长条，抹上油与椒盐，折叠后将两端的口收到下边，擀圆上鏊焙制，一面沾上芝麻，两面刷油，烙至呈柿黄色时即成。

【板面】 河南小吃。面粉加少许精盐，用凉水和好，揉成面团，饧后再揉，搓成长条，揪剂，每个小剂搓成小条，抹上油，放案板上，用湿布盖好，分别将辣椒、花椒放入热羊油勺中炸一下捞出，加羊肉丁、茴香、桂子、肉桂煸炒，放少许醋、精盐、豆瓣酱，炒浓成臊子。大勺内放羊汤或水烧沸，加精盐，放入白菜丝，下炒好的臊子成汁卤。将面剂条抻长，在案板上摔打，拉长折合过来成丈余长条，煮熟捞出，浇上汁卤，撒上芫荽末即成。

【羊肉烩面】 河南小吃。面粉掺水加碱、盐和硬揉软，下剂搓成条，抹上油，擀成中间薄的面片，双手捏两端，上下甩动拉2米长，然后从中撕开，与熟羊肉丁、木耳、黄花菜、水粉条和调料同煮，至熟即成。配芫荽、辣椒油佐食。

【浆面条】 河南小吃。绿豆粉浆发酵后加水烧沸，淋入花椒油，下入面条与盐，煮熟后捞出放盆内。煮面的粉浆内，再勾入少许面粉，烧沸，倒入面条盆内。淋上辣椒油，撒上汆好的芹菜、菠菜和煮熟的大青豆即成。

【灯笼馄饨】 河南小吃。瘦肉茸、蛋黄、姜米、酱油和水搅成馅。精粉、鸡蛋、盐与水和面，擀薄，切成方皮。皮的一角抹馅，四角收拢，口向下成灯笼形。然后，下入高汤内煮沸。盛碗，加调料即成。

【烫面饺】 河南小吃。3分烫面、1分水面和在一起揉匀制皮；包入猪瘦肉、高汤、调料、韭黄制成的馅，捏8褶成月牙形，蒸熟即成。

【尹家水煎包】 河南小吃。鲜羊肉与青菜调成馅。将发酵面剂摁圆，包上馅成小包子形，放平锅内，先浇入以水掺少许面粉拌成的稀汁煎制，再在包子的空隙里淋入芝麻油，煎熟即成。

【小笼灌汤包子】 河南小吃。精粉加水和成软面团，揉至筋光，下剂擀皮，包入用猪瘦肉、高汤、盐、芝麻油等制成的馅（馅的稀稠如粥）。每个包子捏21道面褶，上笼蒸熟即成。配醋、蒜佐食。

【四批油条】 河南小吃。温水加碱、矾、盐与面粉和成软面团，揉至发筋，稍饧，搓成条，擀扁，抹上油，再切成小条。两小条压在一起，然后将4小条合拢，一手掐住一头入油锅涮动并抻长，待条胀起，掐去两头，抻成直径20厘米的圆圈，炸成柿黄色时即成。

【长垣豆腐脑】 河南小吃。黄豆泡涨后磨浆，滤净，取汁煮熟，点成豆腐脑。生鸡肉丁煸炒后对入鸡汤炖成鸡卤。面粉、调料与花椒、大茴等香料粉制成面卤。食用时浇上鸡卤和面卤，淋入鸡油即成。

【不翻汤】 河南小吃。绿豆去皮，泡涨，磨成稀浆，在

中间凸、四周凹的鏊上烙成薄饼(500克绿豆的浆烙70余张)，将饼、调料放入碗内，对入高汤、有酸辣味时即成。因为此饼摊得很薄，不翻个，故名。

【豆粥】 河南小吃。将小米、黄豆泡涨，分别磨成浆，过箩滤出渣。小米浆沉淀后，倒出清汁即成米茨。锅内添清水烧沸，下豆浆，沸起时倒入米茨，不停地搅动，至沸即成。

【武陟油茶】 河南小吃。将精粉、玉米淀粉蒸熟晾凉，擀散过罗，用芝麻油炒成黄色时，加入炸焦去皮的花生仁和炒黄擀碎的芝麻、碎核桃仁、香料粉、盐等，炒拌均匀即成油茶面。可煮食，也可用沸水冲食。

【台前酥汤】 河南小吃。熟麦仁、熟牛肉丝和炸黄的葱丝、姜丝、蒜丝放锅内，添水煮沸，放盐后勾入面糊制成酥仁。母鸡、猪肉煮成汤，汤内放入小米浆、调料制成卤。先将卤盛入碗内，再放入饦仁、芝麻油、面酱油、芫荽等即成。

【绿豆糊涂】 河南小吃。绿豆去皮同黄小米泡透磨成粉浆，用少许剁沫油剁去浆沫，滤净，使其沉淀。江米下入沸水锅内煮开花时，将沉淀后的浆汁倒入，边倒边搅。浓度以能使米浮起为宜，再对入菠菜汁，放少量碱，使其呈黄绿色时即成。

【胡辣汤】 河南小吃。面粉掺水和匀，洗出面筋；洗面筋水沉淀后，滗出清汁成粉浆。锅内清水小沸时将面筋在水面上抖、涮入锅，呈面筋穗，待沸起时勾入粉浆，放入海带丝、水粉皮丝、油炸豆腐丝、菠菜与调料等，搅匀即成。食时浇香醋、辣椒油。

【羊肉肉合】 河南小吃。水粉条切碎，掺少许面粉搅匀，与羊肉末拌成馅。面粉、盐、碱加水和成软面块，制皮，包馅后摁扁，用油锅煎熟即成。

【水花糖糕】 河南小吃。烫面晾凉，用冷水揉匀，再和入干面粉，制皮。白糖、玫瑰、青红丝作馅，包成佛手形，炸成柿黄色，待表面凸起白色水花时即成。

【粘面墩】 河南小吃。蒸熟的黍子面块揉好，下剂，包入枣泥馅，用油煎至两面呈黄色时即成。食用时浇上玫瑰糖卤。

【粉浆饭】 河南小吃。绿豆磨成浆，加入老浆或酵面，发酵后，对入清水，倒锅内烧至将沸时，下小米，沸后，再加入猪油和煮熟的黄豆、花生米，最后搅入面粉，放入调料，至熟即成。食时淋入芝麻油。

【血糕】 河南小吃。荞麦面、鲜猪血掺水，加调料搅成糊状，置器皿中摊平蒸熟，然后切片，用油炸焦，抹上调好的蒜汁即成。

【烩乳豆腐】 河南小吃。面粉掺水和上劲，洗成面筋，将面筋的一半炸成泡；一半煮熟切片，豆腐蒸后切成薄片；猪肉切片炒熟；豆腐乳捣成泥，加配料及水煮沸，再勾入洗面筋时沉淀的粉浆，放入调料煮沸，将面筋、豆腐片、猪肉片加入即成。

【三鲜豆皮】 湖北小吃。叉烧肉丁、猪肉丁、心头丁、口条丁、猪肚丁、冬菇丁、玉兰片丁、虾仁、鸡蛋清和精盐混合烹炒，制成馅料，将泡透的绿豆和粳米，按2∶8的比例混合磨成水浆。锅烧热，擦油，舀浆摊平后，加蛋液糊，盖盖略焖，随即翻锅，压火。豆皮上撒匀精盐，再铺平蒸熟的糯米，最后撒匀馅料和葱花，将豆皮圆边铲起叠成方形，淋猪油快煎1分钟，再用铁铲将包馅豆皮切作小块，迅即翻面，淋油略煎，起锅装盘即成。

【蛋面馒头】 湖北小吃。水调面团发酵加碱，揉匀揪剂，搓成高桩馒头坯形，稍饧片刻，用蛋黄刷在馒头上部，上笼蒸熟即成。

【炸五香馒头】 湖北小吃。水调面团发酵加碱，擀成方形薄皮，刷芝麻油，撒精盐、五香粉、葱花后，先卷成筒形，再卷成螺丝状，然后压成圆饼，上笼蒸熟后切作圆片，刷蛋黄，粘芝麻，经油炸制即成。

【寿桃】 湖北小吃。水调面团发酵加碱，搓揉上劲，揪成小剂，包入油豆沙馅，做成蟠桃形状，顶部染水红色，上笼蒸熟即成。

【东坡饼】 湖北小吃。发酵面团加碱揉匀，搓成长条，在盆中盘圈，用油浸泡半天，然后取出反复折叠、擀平，卷筒搓成细条，盘成薄圆饼，两饼相叠，缓缓入油锅，炸至乳白色时捞起装盘，撒上一层白糖即成。

【鸡丝酥饼】 湖北小吃。面粉加猪油、清水反复擦匀，揉成面团，包入油酥，擀成长条卷筒，摁平，包进鸡丝馅料，压成饼坯，先在平锅上烤至两面微黄时，再用猪油炸熟即成。

【酥层饼】 湖北小吃。水调面团加芝麻油、白糖揉匀，揪剂，擀饼，卷条，滚成枕头形状，饧一段时间，抻出长条，盘成蚊香塔状，两盘相叠，用六成油温汆炸，并用竹签拨动，待到起层焦酥，捞出装盘即成。

【高炉饼】 湖北小吃。水调面团发酵加碱，揪成小剂，擀成长圆片，抹芝麻油、精盐、胡椒、葱花、五香粉和酱油，卷筒，再擀成蛋圆形饼坯，表层刷糖稀，粘芝麻，贴高炉内壁烤熟即成。

【太极饼】 湖北小吃。面粉加猪油、清水反复擦匀，用其包裹油酥面团，擀成长片，折叠起来，再擀成长片，从左到右卷成圆柱形的酥坯，横切出圆片擀薄，包入用冬瓜条、白糖、桂花、熟芝麻和芝麻油调成的馅心，制成圆饼，用猪油炸熟即成。

【九黄饼】 湖北小吃。蜜冬瓜条、桔饼、核桃仁、青红瓜丝细切成丁，加糖桂花、熟芝麻、白糖、胡椒粉和熟面粉拌匀成馅；用面粉、白糖、猪油、蛋液、糖稀和成面团，揪成小剂，擀匀包馅，制成圆饼，饼面刷蛋黄，粘芝麻，入炉烤熟即成。

【春饼】 湖北小吃。水调面团包油酥面团，擀成饼皮，内包猪肥肉丁、猪瘦肉丁、冬菇丁、冬笋丁、口蘑丁等馅料，制成圆饼，表面刷蛋黄，用发菜和青红瓜丝牵出“寿”字图案，外用猪网油包紧，入油锅炸熟即成。

【子面锅盔】 湖北小吃。水调面团中加进适量的碱、

矾、盐揉匀，搓成椭圆形饼坯，先在平鏊锅中炕煎，再入炉烘烤成熟即成。配猪肥肠汤佐食。

【辣汁锅盔】 湖北小吃。水调面团发酵，加碱揉透，揪成小剂，内包用豆豉、大蒜、生姜、芝麻油、辣椒酱、精盐调成的馅料，制成圆饼；平鏊锅烧热，擦油，贴上圆饼略烘，随即移入炉中烤熟即成。

【荷叶夹】 湖北小吃。水调面团发酵，加碱揉匀，制成扁圆形薄饼，一面刷猪油，对折成半月状，用小梳摁出纹路，上笼蒸制即成。常配咸汤上席，多用来夹食香酥鸭、炸脂盖等干炸的菜品。

【四季美汤包】 湖北小吃。用子面和发面混合擀皮，以猪的肥瘦肉茸、虾仁、香菇、肉皮冻和味料调馅。用面皮包馅料，捏成鲫鱼口状的小包，入笼蒸熟即成。配香醋、姜丝佐食。

【生浆包】 湖北小吃。水调面团发酵加碱揉匀，开出长条，揪成小剂，包入鲜肉、皮冻等调料，用手压圆，捏出花口，置平底锅中，加水，盖盖煎蒸 15 分钟后，再用芝麻油刷匀面皮，煎炸底部，直至黄亮即成。

【一品大包】 湖北小吃。用熟火腿、蜜冬瓜条、糖蜜肥膘丁、香蕉汁、香肠、白糖、桂花、瓜子仁、核桃仁、杏仁、桔饼、葡萄干、樱桃、荔枝、桂圆等料调和成馅，包入发酵面团之中，包口捏出 24 个花褶，上笼蒸熟即成。

【荆沙焦包】 湖北小吃。在油酥面团内包入猪肉馅心，擀成圆形包坯，在平底锅中汆炸即成。

【五叶梅】 湖北小吃。沸水和面揉匀，揪剂，擀作圆皮，内包用猪肉丁、虾米末、虾仁茸、蛋皮丝、菜心、冬菇粒和芝麻油、调料制作的馅，捏成梅花状，5 个叶瓣上分放火腿末、蛋皮丝末、芫荽末、虾仁茸和发菜，成为红、黄、绿、白、黑五色，上笼蒸熟，取出装盘即成。

【张三口羊肉面】 湖北小吃。水调面团揉 3 次、饧 3 次，再和 3 次，擀薄，切成细条，煮熟，用清水淘开，沥干，食时将面用开水一烫，加羊肉原汤、酱油和炒过的蒜苗，盛碗中即成。因食时往往先吃一口面，再喝两口汤，故名。

【包面】 湖北小吃。水调面团略加盐、碱，压成极薄的皮，切作小方块，用竹签挑入以猪肉茸、蛋液、姜末、味料调成的馅，包成馄饨形，下锅稍煮盛碗，加酱油、猪油、紫菜、虾米、榨菜粒、葱花、胡椒、高汤即成。

【孝感桃花面】 湖北小吃。包面和细面条合煮，盛碗中，上盖榨菜丝、五香豆腐干丝、玉兰片丝和黄花菜作臊子，浇鸡汤即成。

【卤花凉面】 湖北小吃。机制面条煮熟，用冷开水过凉，盛碗中，加五香卤汁、香醋、蒜泥、芝麻油以及炸焦的鳝鱼条拌食。

【老河口酸浆面】 湖北小吃。用精粉和黄豆粉制成柔韧有劲的细面条，在发酵的绿豆浆中煮熟，过水；再把发酵的稠绿豆浆加精粉调成糊状，勾入沸水锅中，下面条搅匀，煮沸盛碗即成。配花椒油、芹菜花、酱菜丝、辣椒油佐食。

【武汉热干面】 湖北小吃。碱水和面制成面条，煮熟后摊凉，用芝麻油拌匀，然后再将面条盛竹捞箕中，入沸水锅中翻烫 2 分钟，沥干水分，倒入碗内，加芝麻酱、酱油、香醋、胡椒粉、葱花、叉烧肉丁、虾米、五香菜末调拌即成。

【江陵油登】 湖北小吃。用面粉、酵面、明矾、纯碱、白糖、清水调成粘稠的面浆，用筷子挑入平底锅中盘成环状，两面煎炸，至熟即成。

【油香】 湖北小吃。面粉入沸水中边煮边搅匀，至熟取出，晾凉，揉成面团发酵，再揪小剂，内包芝麻、白糖、桂花，摁成扁圆形，入油锅中炸制，先小火；后大火，炸约 5 分钟即成。

【麻腰条】 湖北小吃。水调面团发酵加碱，搓揉成长条，揪剂，包入油酥面团，擀成长片，卷筒，塞入枣泥馅心，搓揉成腰条状，刷糖稀，粘芝麻，入炉先烤硬，再下油锅两面翻炸即成。

【盘春卷】 湖北小吃。水调面团发酵，加芝麻油、五香粉、花椒盐、葱花揉匀，搓成长条，制成蚊香盘状，上笼蒸熟即成。

【地米菜春卷】 湖北小吃。水调面团在小火上烫出卷皮，内包（初春的）野地米菜呈枕头状，经油炸即成。

【枝枝花】 湖北小吃。水调面团发酵，加碱和糖稀揉匀，揪成小剂，团成圆砣，用快刀在面砣上划 3 刀，成为 6 瓣花形，贴于桶炉中，加盖，用微火烤 10 分钟，随即在煤火上撒白糖一把，使其散发黄烟，将花饼熏黄，再焖烤一会即成。

【蛋黄火腿夹】 湖北小吃。面粉加鸡蛋、猪油、白糖、糖稀、小苏打、冷水和匀上劲，揪成小剂，擀成圆皮，中间夹入熟火腿片，对折成半圆形，用木梳压出花纹，刷蛋黄，入炉烤熟即成。

【鲜肉鸡冠饺】 湖北小吃。水调面团发酵，加碱揉匀，擀成小圆片，内包猪肥瘦肉丁、熟糯米，制成鸡冠状大饺，经炸制即成。

【顶顶糕】 湖北小吃。糯米浸泡 1 日后晾干，磨粉，筛细，加水拌成雪花状的糕粉，填入有活动木塞的小圆木甑中，白糖撒在糕面，盖盖略蒸即成。因糕饼成熟后将木塞顶出，故名。

【棉花糕】 湖北小吃。大米浸泡后磨粉，吊浆，发酵，加纯碱、白糖、桔汁精、发粉拌匀，上笼蒸熟后，切菱形小块即成。

【冰凉糕】 湖北小吃。籼米浸泡 1 日，磨浆，沥干水分，成为粉浆，加白糖、甜米酒、石膏粉和清水使之发酵，再略加苏打粉和纯碱调匀，置于白铁盘中蒸熟，晾凉后切作小方块即成。

【果味蜂糖糕】 湖北小吃。水调面团发酵后，加水、桔饼、冬瓜糖、葡萄干、白糖、蜂蜜和果汁揣揉均匀，饧 30 分钟后，上笼蒸熟取出，切作菱角块即成。

【千层油糕】 湖北小吃。水调面团发酵，加碱和糖，擀成长片，抹猪油丁和桂花蜜，将糕坯叠至 10 余层，边叠，边擀，边抹油蜜，成为 3 厘米厚的方坯，随即在糕面用葡萄干、瓜仁、冬瓜糖、桔饼、青红瓜丝牵出图案，入笼蒸熟取出，切作小方块即成。

【水晶蛋糕】 湖北小吃。用鸡蛋、白糖、熟面粉和猪肥膘丁在盆中搅拌成稠糊，倒入置有木框架的笼屉中（下垫纱布），用大火蒸熟，取出晾凉，切作小块即成。

【糯米绞】 湖北小吃。糯米和粳米泡透，混合磨浆，制成吊浆团，加白糖拌匀，搓成双股索状的米纹，入油锅汆炸后，滚上用熟米粉加白砂糖制成的糖粉即成。

【汽水粑】 湖北小吃。大米浸泡 1 日，磨浆，取 1/10 打成熟芡，加老浆，与其余米浆混匀发酵，再加白糖和纯碱调拌均匀，在中凹的平底锅中略用油水煎熟即成。

【米粑】 湖北小吃。大米浸泡 1 日，磨浆，取其7/10 压干水分，另 3/10 入锅熬熟，两者拌和后加老浆发酵，再加碱末、白糖、面粉，用小勺挑入行军灶上的平面凹锅之中，用一把刨花火加盖焖熟即成。

【米圆子】 湖北小吃。粳米磨粉，倒入烧沸的稀石灰水中搅拌成糊，摊凉后挤成如李子大小的米圆，在沸水中稍煮捞起，盛入碗中即成。配酱油、香醋、油辣子、酱萝卜末、豆瓣酱、芝麻油、海米、葱花、姜末和高汤等佐食。

【桂花凉糍粑】 湖北小吃。糯米和粘米混匀磨粉，蒸熟后洒冷开水，揣成糕团，揪成小剂，包入白糖桂花馅心，压入模具中成型，取出装盘即成。

【洗沙糍粑】 湖北小吃。糯米浸泡 1 日，入笼蒸熟，用木棍打成糍粑，揪成小剂，内包绿豆沙，制成小的薄圆饼，用热油炸熟即成。

【江米藕】 湖北小吃。糯米泡透，灌入藕孔之中，蒸熟后切作圆片即成。配蜂蜜、糖稀、果酱佐食。

【糯米鸡】 湖北小吃。糯米泡透，蒸熟，加沸水、肥瘦肉丁、口条和胡椒粉、精盐，揉匀，搓成圆团，挂粉糊，入油锅炸熟即成。

【欢喜砣】 湖北小吃。糯米泡透，磨浆，沥干水分，搓成圆砣，内包白糖、桂花，外裹芝麻，入油锅炸制，待每个麻团受热膨胀浮起时，即用捞箕轻轻摁压，如此数次，炸至色泽金黄时捞出即成。

【牛肉抠饺子】 湖北小吃。大米磨粉，在沸水锅中煮至七成熟，搅匀成团，搓成圆柱形，用中指边抠边旋转，制成肚大口小的坛子，从坛口塞进加料的牛肉丁馅，封严，口边捏花，经油炸即成。

【归元寺豆腐脑】 湖北小吃。碗内先搁酥脆的细馓子一小把，再舀入滚烫的嫩豆腐脑，加酱油、香醋、辣椒油、熟芝麻、葱花、胡椒粉、榨菜末，拌匀即成。因在归元寺一带销售最盛，故名。

【牛肉汤豆丝】 湖北小吃。绿豆和粳米泡透，按比例混匀磨浆，摊成豆皮，卷筒切丝，抖散；牛肉治净，切块，加调料煨炖成汤；豆丝入漏勺，在汤中略烫盛碗，加调料，上盖熟牛肉片，舀进牛肉汤汁即成。

【绿豆皮】 湖北小吃。绿豆和粳米浸泡 1 日，按比例混合，磨成水浆，在锅中摊成薄圆片，卷筒切丝晒干，加调料煮熟即成。

【酸辣凉粉】 湖北小吃。豌豆粉用清水调匀，徐徐倒入沸水锅中，不停地搅拌直至烧沸，盛入盆中晾凉，将粉坯翻扣在平盘上，用特制的白铁孔刨在粉坯上刨出凉粉丝，装入碗中即成。配酱油、香醋、葱花、姜末、蒜泥、胡椒、辣椒油、豆酱等佐食。

【枯炒牛肉豆丝】 湖北小吃。粳米和绿豆泡透，按比例混合磨浆，摊成豆皮，卷筒切丝，抖散，用油煎黄，再下已滑炒好的牛肉丝、冬菇丝、玉兰片丝、青蒜段、酱油、胡椒粉和牛肉原汤煸炒，淋油起锅即成。配原汁牛肉汤佐食。

【黄州烧梅】 湖北小吃。肥膘肉、熟面馍、桔饼、花生仁、桂花、白糖、冰糖、葡萄干、青红瓜丝剁碎搅匀制馅；微咸的水调面团揪剂，擀成薄荷叶状，包入馅料呈正立柱体，捏出梅花边。用蒸或炸、烤等法制熟即成。

【红苕粑粑】 湖北小吃。红薯洗净，削皮，切作小丁，加葱、姜、五香粉、胡椒粉、精盐、面粉浆调匀，舀入长柄铁瓢，中扒小口，入油锅炸熟即成。

【伏汁米酒】 湖北小吃。用武汉市青山区所产的三粒寸糯米和云梦曲酿成的甜米酒，略加清水、白糖，煮沸即成。

【糖烧饼】 湖南小吃。用沸水将面粉冲至半熟，散开呈鱼子状，冷却后再掺冷水将面揉成团，按比例加入一半纯碱酵面，揉匀后按量分砣，逐个灌以糖馅心，压成腰形状，表面涂以糖色，沾上芝麻，经烤制即成。

【单环饼】 湖南小吃。将面团在缸内发酵好，平锅放油烧热，左右手各执 1 根竹筷，靠近面缸边挑缠 1 个面团，移动一下面缸位置，抻长，再挽成 1 个圆圈，按序排列入锅，煎炸至两面呈金黄色时即成。

【炸豆饼】 湖南小吃。豌豆洗净，与面粉调成浆糊状，加适量盐，按量舀入浅边平底小铁瓢内，入油锅炸制即成。

【炸薯丁饼】 湖南小吃。红薯切丁块，用盐腌渍后，再与面粉、白糖、清水调和成糊状，舀入平底小铁瓢内，入油锅炸制即成。

【炸虾饼】 湖南小吃。小虾、面粉混合调浆，加五香粉、精盐搅匀，舀入平底小铁瓢内，炸至呈金黄色时即成。

【葱盐米浆肉饼】 湖南小吃。粘米、黄豆相配磨浆，加葱花、五香粉、精盐，搅匀，舀入浅边平底小铁瓢内，将碎肉放入中心部位，压成饼，入油锅炸制即成。

【狮头水晶盐菜包】 湖南小吃。盐菜剁碎，入油锅炒至呈黑亮色。将肥膘肉煮熟，切成小丁，用盐腌片刻，与白糖、盐菜拌匀作馅。大酵面加碱、饴糖，揉透，擀成圆

皮包馅，用提摺法捏至2/3时，收成宽扁口形呈狮头状。饧酵使表面有一层膜时，离温，再继续膨涨后，入笼蒸熟即成。

【德园包子】 湖南小吃。面粉、水、酵面和成面团，加碱揉匀，下剂，擀皮，包入以白糖、冰糖、玫瑰糖、糖桂花拌成的馅心，上笼蒸熟即成。此为糖馅包子。如包入以猪前夹缝肉或精瘦肉，拌以香菇、肉皮冻、味精等制成的馅，则为肉馅包子。

【双燕皱纱馄饨】 湖南小吃。精粉加水和成面团，擀成馄饨皮，包入以猪肥瘦肉茸加适量清水、精盐拌成的馅，下沸水锅内煮熟即成。

【银丝卷】 湖南小吃。将肥肉绞碎，加精盐腌30分钟，再绞成茸，加入白糖拌成伏油馅。嫩酵面加碱、白糖、猪油，拌和揉透，搓条，擀成皮子，取伏油馅涂其上，由前向内折叠为5层翻边，每切6根粗细均匀的丝，即轻轻提起拉长盘转，面头在顶部覆盖成草帽形，托在小方口腊纸上，入笼蒸熟即成。

【蝴蝶饺子】 湖南小吃。面粉烫熟，稍涂猪油，揉条下剂，擀成薄皮。鲜虾肉剁成茸，香菇切米粒状，加味精、盐调成馅。以皮包馅，合拢时，捏成两大两小的角，大角为前翅，小角为后翅，边缘推捏绉花纹，并用工具花夹整理成蝴蝶状，入笼蒸熟即成。

【红心饺子】 湖南小吃。糯米、粘米分别碾粉过筛，粘米粉掺水揉成团，切块，下入沸水中煮熟后，拌以红糖揉透，擀成0.1厘米厚的皮；糯米粉与糖揉和，作为馅心，以粘米皮包紧，滚长条，再切成片，扭成“8”字形饺子，入油锅炸制即成。

【白糖饺子】 湖南小吃。将晒干的米饭入锅爆炒，冷却后碾成粉，拌白糖待用。糯米洗净，磨浆，吊干水分后，反复地揉和，搓成圆条，稍压平，按量切断，扭成“8”字形，入油锅炸熟捞出即成。配拌好的白糖粉末佐食。

【菊花烧卖】 湖南小吃。用冷水面(即子面)推擀成荷花边状圆皮，放瑶珏鲜肉馅心，将面皮收拢，齐腰处捏一把，其上部则自然张开，再将火腿肉末放收口处，入笼蒸熟即成。

【珍珠烧卖】 湖南小吃。将熟糯米、猪肥膘肉(切颗粒)、胡椒粉合炒成馅心。精粉面团下小剂，擀成圆形薄皮，包入馅心，入笼蒸熟即成。因外形小巧似珍珠，故名。

【煎炸汤圆】 湖南小吃。糯米用水泡后，磨成米粉。将白糖、面粉、桂花一起揉和，拌搓成团条，切成小丁块，作为馅心，然后在馅心上洒水透湿，放在米粉内滚动，直滚至大小均匀、外形呈圆时即可，最后入平锅内翻炸，待熟时，用铲逐个轻轻压扁，防止崩泡裂口，熟透时取出即成。

【伏汁汤圆】 湖南小吃。将部分湿糯米粉蒸熟，并与剩下的湿粉合并揉和，搓条切丁，用罗筛筛滚成圆粒状，入沸水锅煮熟捞出，再浸在冷水中。沸水和甜酒水一起煮，放入小汤圆。食时将广桔去皮籽留瓣，放小碗内，再加白糖，将汤圆带汤盛入碗中即成。

【柳德芳汤圆】 湖南小吃。先取适量的湿糯米粉蒸熟，再与剩下的生粉相配揉和，以不粘手为度。按量抽条分砣，逐个用手捏成酒杯形，灌以桂花、桔饼碎粒、白糖拌成的馅心，搓成椭圆形，下沸水锅中，用勺翻动，并掺入少量的冷水，待汤圆自动浮起并熟透时，带汤盛入碗中即成。因其为长沙柳德芳著名品种，故名。

【姊妹糊子】 湖南小吃。糯米和大米相配磨浆，吊干或榨干水分成湿粉。以枣泥、白糖、糖桂花加猪油炒成馅，用湿粉做成糖馅糊子，顶部沾少许红丝；以剁碎的鲜肉、香菇加调料为馅心，用湿粉制成肉馅糊子。再将两种糊子入笼蒸熟取出，咸、甜糊子相配入盘即成。相传20年代初，长沙火宫殿圩场，有一对年轻姜姓姊妹，经营糊子摊担，她们心灵手巧，做糊子宛如杂耍，经常吸引观者品尝，久之，姊妹糊子由此得名。

【芝麻桂花元宵】 湖南小吃。糯米洗净，磨浆，吊干水分，取3/10蒸熟，然后生熟粉混合揉匀。芝麻末、白糖、糖桂花拌搓成馅。将米粉搓成小圆砣，包入芝麻桂花糖馅，入锅煮熟，连汤盛入碗中即成。

【炒糖油粑】 湖南小吃。糯米、粘米按一定比例相配，磨浆，吊干水分，反复揉和，搓成圆砣。白糖直接放入油锅，随下米粑，用铁铲不断翻动，并逐个轻轻压扁，待油粑沾满糖汁并浮在油面时即成。

【煎糖糍粑】 湖南小吃。糯米、大米按一定比例相配，磨浆，吊干水分，拌适量的红糖揉匀，搓成小砣。平锅加油烧热，放红糖水少许，随下糍粑，并用铲轻轻压成圆饼形，翻煎时再加红糖水，使其均匀沾满糖汁，煎熟即成。

【炸葱粘粑】 也称“葱油粑”。湖南小吃。粘米、黄豆洗净，用水浸泡，掺入冷饭，相配磨成浓浆，放葱花、八角粉搅匀。舀浆于边翘底平的小铁瓢内，连瓢伸进油锅稍炸，待葱饼自动浮起时，退瓢，续炸至两面呈黄色时捞出即成。

【葱油粑】 即“炸葱粘粑”。

【煎三角油糍】 湖南小吃。糯米蒸熟摊凉，加精盐、糖精、胡椒粉，并掺适量的冷水拌匀，装入方盘，撒上红丝，切成三角形块状，入平锅小火煎炸至呈金黄色时即成。

【糯米粽子】 湖南小吃。糯米拌以少量的纯碱浸泡；用鲜箬叶摺成三角形斗状，灌入糯米，紧扎成串，经煮制即成。除以糯米为原料外，还可以在其中加入绿豆、赤豆、莲仁、火腿肉等。

【和记米粉】 湖南小吃。早稻米磨浆，制成粉皮，切成条丝。以豉汁或虾米煨汤，配以多种调料装碗，米粉用沸水烫后装碗中即成。

【米豆腐】 湖南小吃。大米磨浆后入沸水锅内，煮熟

后成糊状，置盆内冷却。再切成小丁片，放水锅内煮沸。食时盛小碗中，加榨菜碎粒、葱花、芝麻油、辣椒面即成。

【油炸臭豆腐】 湖南小吃。尤以长沙火宫殿的产品最有名。豆腐由特制的卤水浸泡后，经炸制即成。配辣椒油、芝麻油等调料佐食。

【龙脂猪血】 湖南小吃。猪血放沸水锅内稍煮，断生时捞出，用清水浸泡。锅置旺火上，倒入肉骨汤，放入猪血，烧沸后移至小火上保温即成。配榨菜、冬菜末、辣椒或胡椒粉、香葱等调料佐食。

【葱盐荞麦粑】 湖南小吃。荞麦磨碎，筛去部分粗皮，用水泡发后磨浆，加适量的白糖、大料粉、香葱花、精盐，搅匀，舀入平底小铁瓢内，经炸制即成。

【莲蓉晶饼】 广东小吃。澄面、生粉拌匀，取沸水冲入，拌匀，加盖，焖片刻，加白糖，擦至溶解，再加熟猪油，擦匀，作皮，包莲茸馅呈扁圆形，放入刻有图案的木模中，印制成饼，蒸熟，刷熟油于面上即成。

【莲蓉月饼】 广东小吃。白糖、红糖加水煮成糖胶，与面粉、花生油拌匀静置 30 分钟，作皮；莲子用少量碱水拌匀，以沸水浸 1 小时，去衣、芯，绞烂成蓉，加白糖，油，煮至金黄色时作馅；包制成饼形，放入高边圆形木模中，印成饼，刷水和蛋液，烤熟即成。

【鸡粒山药饼】 广东小吃。淮山药去皮，蒸熟，捣烂，加熟澄面、熟猪油、白糖、精盐、胡椒粉，拌匀作皮；猪瘦肉丁、鸡肉丁、猪肥肉丁、鲜虾肉末，调以湿粉，过油，再与洋葱丁同炒，烹料酒，下二汤，加湿冬菇、酱油、白糖、盐、胡椒粉，湿粉勾芡，再加熟虾肉、蚝油炒匀作馅；包制成饼形，面上刷鸡蛋液，沾面包屑，入油锅炸熟即成。

【鸡仔饼】 也称“小凤饼”。广东小吃。糖胶加面粉拌制成面团作皮；糖冰肉、榄仁、芝麻、瓜子、胡椒粉、五香粉、精盐、熟糯米粉、花生油，拌匀作馅；包制成小鸡形，炕熟即成。

【小凤饼】 即“鸡仔饼”。

【香麻煎虾饼】 广东小吃。面粉加少量的熟面团、鸡蛋液、清水、酵面、碱水，拌制成面团作皮；猪瘦肉丁加精盐、虾肉、白糖、芝麻油、味精、胡椒粉、猪肥肉丁、湿冬菇末拌匀，作馅；包成饼形，面上刷清水，并沾上芝麻，入少油锅中煎熟即成。

【西樵大饼】 广东小吃。面粉加熟猪油、酵面、清水拌制成面团，饧 6 小时，再加白糖，揉匀复饧 10 小时，加面粉、鸡蛋液、小苏打、碳酸氢氨、食用碱、清水，拌匀，分成小团，揉圆压扁成饼状，经炕熟即成。

【平洲福肉饼】 广东小吃。面粉加酵面、水拌成面团，饧 5 小时，加白糖揉匀，再饧 12 小时，加食用碱和面粉拌匀，压薄作皮；猪肥肉切丁，加入炒糯粉、白糖、清水、玫瑰糖、花生油、芝麻，拌匀作馅；包制成饼状，以中火炕熟即成。

【鲜虾馅儿饼】 广东小吃。面粉、熟猪油、白糖、清水和匀，拌成面团，为水皮；酵面、碱水拌成面团，为发面。水皮与发面拌匀为馅儿皮。面粉、熟猪油拌匀为酥心，酥心包入馅儿皮内，擀薄，包入以猪肉、叉烧、虾肉、冬菇、盐、酱油、蚝油、胡椒粉、白糖制成的馅料，成饼形，放入盘内，加油，入炉烤熟即成。

【香麻煎软饼】 广东小吃。糯米粉、澄面、白糖、熟猪油，用沸水调匀成粉浆，蒸熟，作皮；猪瘦肉、猪肥肉切成小片，与鲜虾肉丁一起上浆，过油，再与冬菇片共炒，烹料酒，加酱油、白糖、蚝油、味粉、芝麻油、胡椒粉炒匀，作馅。包制成饼形，以蛋液刷面，并沾芝麻，中火煎熟即成。

【点红梅花饼】 广东小吃。澄面用沸水烫熟，加熟猪油、白糖擦匀作皮；莲蓉作馅，包制成饼状，于面上钳制梅花形。中嵌一小粒红樱桃，蒸熟即成。

【绿茵白兔饺】 广东小吃。澄面用沸水烫熟揉匀作皮；鲜虾茸加笋丝、熟猪肥肉丁、调料拌匀作馅。包制成小兔形。火腿末点上眼睛，入笼蒸熟。芫荽叶围边即成。

【蜂巢蛋黄角】 广东小吃。咸蛋黄蒸熟压烂，加入熟澄面粉、调料揉匀作皮；猪瘦肉丁、猪肥肉丁、鲜虾肉丁、湿冬菇丁加调料煮熟作馅；包成角形，放入油锅炸至皮色金黄，并成蜂巢状时即成。

【地道水角】 广东小吃。大米洗净，清水浸透，磨成稀浆，用中火煮熟，加花生油，揉至匀滑，作皮；猪瘦肉丁加精盐、酱油、花生油，拌匀，再加葱末、荸荠肉末、油豆腐末，拌匀，作馅；包制成角形，排放在蒸笼里，中火蒸熟即成。食时，淋上熟油，并以芥末、辣椒酱为佐。

【上汤水饺】 广东小吃。面粉加鸡蛋液、食用碱拌匀，擀薄，切成方形，作皮；鲜虾肉剁烂，加精盐拌至起胶，再将猪肉末、冬菇末、菜梗末、熟大地鱼末、精盐、芝麻油、味精、胡椒粉加入，拌匀成馅，包制成饺形。煮熟，加韭黄末、沸上汤即成。

【咸水角】 广东小吃。糯米、大米洗净，水浸 3 小时，磨成稀浆，滤干，加少量的生粉、水、白糖拌匀，蒸熟作皮；叉烧丁、虾米末、熟沙葛丁炒熟，烹料酒，加白糖、胡椒粉，勾芡，加韭黄末拌匀作馅。将馅包入皮内，捏成角形，入油锅炸熟即成。

【苹叶角】 广东小吃。糯米粉、澄面、白糖、花生油拌匀，加沸水，调匀成粉浆，倒入刷有薄油的盘内蒸熟，然后揉匀作皮；椰丝、糖胶拌匀作馅。包成角形，外裹苹婆叶，上笼蒸熟即成。

【叉烧酥角】 广东小吃。面粉、熟猪油和匀，拌成面团，为酥心；面粉、清水、熟猪油、白糖和匀，拌成面团，为水油皮；酥心包入水油皮内，为水油酥皮；擀薄，包叉烧馅料在内，捏成角形，中火烤熟即成。

【擘酥鸡粒角】 广东小吃。凝结猪油板加面粉拌成面团，为油心；面粉、白糖、清水拌成面团为水皮。二者

分开放入铁盒内，入冰箱冷藏至硬结，取出，分别擀薄，相叠，再擀薄，如此反复3次，再入冰箱冷藏30分钟，成擘酥皮，制成圆形，作皮；猪瘦肉丁、鸡肉丁、猪肉丁、鲜虾米上浆后，过油，与洋葱煸炒，烹料酒，加汤、冬菇、酱油、白糖、盐、胡椒粉、蚝油，作馅；包制成角形，刷蛋液于面上，烤熟即成。

【荔浦秋芋角】 广东小吃。芋头去皮，蒸熟，捣烂成泥；用沸水冲入澄面中，使之刚熟，拌成面团，切碎，加入芋泥中，拌匀，加白糖、芝麻油、精盐、味粉、胡椒粉，擦匀，再加熟猪油，揉匀，作皮；猪瘦肉丁、虾肉丁、鸡肝丁上浆，过油，与湿冬菇丁同炒，烹料酒，加汤、精盐、白糖、花生油、味精、胡椒粉、芝麻油，炒匀，勾芡，下鸡蛋液，花生油，作馅；将馅料包入皮内，呈角形，炸熟即成。

【咖喱牛肉角】 广东小吃。凝结猪板油加面粉拌成面团，为油心；面粉、白糖、清水拌成面团，为水皮。将两者分开放入铁盆内，入冰箱冷藏至硬结取出，分别擀薄，相叠，再擀薄，如此3次，再入凉箱冷藏30分钟，成擘酥皮，擀薄，包入以洋葱片、咖喱、牛肉片炒成的馅料，包成角形，刷蛋液于面上，炕熟即成。

【百花凤眼饺】 广东小吃。面粉加入少量的熟面团、鸡蛋液、清水、酵面、碱水等拌匀，作皮；虾茸加猪肥肉丁、鸡蛋白拌匀作馅；将馅包入皮中，捏成凤眼形，露馅，上点蟹黄、芫荽，上笼蒸熟即成。

【鲜虾龙珠饺】 广东小吃。用料与制法，参见"百花凤眼饺"但此饺捏三角形，接口处，捏高边，推花，如龙珠状。

【蟹黄灌汤饺】 广东小吃。面粉加少量的熟面团和酵面、碱水、鸡蛋液，揉匀，作皮；猪瘦肉丁、蟹黄、蟹肉末、湿冬菇丁、鲜虾肉末、熟虾肉末加琼脂、花生油、精盐、味精、猪油、芝麻油、胡椒粉、白糖、酱油等拌匀，作馅。将馅料冻结后包入皮内，捏成饺形，上笼蒸熟即成。

【五彩皮蛋酥】 广东小吃。面粉加熟猪油拌成面团，作酥心；面粉加清水，白糖，熟猪油拌成面团，作水油皮；两者相叠并擀薄多次，合成为水油酥皮。以红糖姜、皮蛋块、莲蓉为馅，包制成椭圆形，表面刷蛋液，中火烤熟即成。

【莲茸甘露酥】 广东小吃。白糖、熟猪油加鸡蛋液，擦至白糖溶解，加面粉、发酵粉，拌匀，擀薄作皮；以莲蓉作馅，包制成圆形，刷蛋液2次，烤熟即成。

【椰蓉松酥格】 广东小吃。白糖加熟猪油先擦匀，再加鸡蛋液擦匀，与面粉拌制成松酥皮；一半放在盘内，压平；另一半搓成长条状，放在上面，成平行线形，中有行距，椰丝榄仁、鸡蛋液拌匀，倒入行距中，以蛋黄液刷面，烤熟即成。

【架英松酥筒】 广东小吃。白糖加熟猪油先擦匀，再加鸡蛋液擦匀拌入面粉，制成松酥皮，擀薄，切成长条形，以铁制尖长的漏斗为模，卷成螺旋形长筒，表面先刷蛋液，后沾上糖，烤熟，去铁模。鸡蛋液打散，加椰汁、牛油、奶粉、白糖、吉士粉，拌匀，蒸熟，制成架英馅料，注入筒内即成。

【点红松酥盏】 广东小吃。白糖加熟猪油先擦匀，再加鸡蛋液擦匀，与面粉制成松酥皮，擀薄，制成圆形，镶入铁制花盏内，捏成盏形；糖水加鱼胶，煮溶，冲入打至极散的蛋白中，制成鱼胶糖泡，注入盏内，烤熟即成。

【鸳鸯酥蛋件】 广东小吃。白糖加熟猪油先擦匀，再加鸡蛋液擦匀，与面粉拌制成松酥皮，擀薄，切成长方形，放在厚纸上，作皮。豆沙、炸榄仁拌匀搓成长条形放在皮上的另一端；莲蓉、炸榄仁也搓长条形，放在皮上的另一端，然后相对卷拢，以蛋液刷面，中火烤熟即成。

【奶糖扭酥】 广东小吃。面粉、熟猪油和匀，拌成酥心；面粉、清水、白糖、熟猪油和匀，拌成水皮。酥心包入水皮内，成水油酥皮；白糖、牛油、鸡蛋液、发酵粉、熟猪油拌成面团，擀薄，成松酥皮；将水油酥皮擀薄，用蛋液刷面，两相叠，中间夹一块松酥皮，切成长条形，扭转成绳状，烤熟即成。

【黄绫酥】 广东小吃。面粉、熟猪油和匀，拌成面团，为酥心；面粉，清水，熟猪油，黄色食用色素和匀，拌成面团，为水油皮。酥心包入水油皮内，为水油酥皮；擀薄，包豆蓉、糖冰肉丁、榄仁。糖冬瓜丁拌成的馅料在内，呈圆饼形，烤熟即成。

【冬蓉酥】 广东小吃。面粉、熟猪油和匀，拌成面团，为酥心；面粉、清水、白糖、熟猪油和匀，拌成面团，为水油皮；酥心包入水油皮内为水油酥皮；擀薄，包糖冬瓜丁、猪肥肉丁、榄仁、玫瑰糖、白糖、糕粉、水拌成的馅料在内，呈饼形，表面刷蛋液，烤熟即成。

【莲蓉酥】 广东小吃。面粉、熟猪油和匀，拌成面团，为酥心；面粉、清水、熟猪油、白糖和匀，拌成面团，为水油皮；酥心包入水油皮内为水油酥皮；擀薄，包莲蓉、糖冰肉丁、榄仁拌成的馅料在内，呈圆形，折花锁边，表面刷蛋液，烤熟即成。

【莲蓉酥盒】 广东小吃。擘酥皮擀薄，制成圆形。将边角酥集在一起作底，上放莲蓉和炸榄仁拌成的馅料，再上加钗就的圆形酥皮，表面刷蛋液，烤熟即成。

【五彩皮蛋盏】 广东小吃。白糖、熟猪油加鸡蛋液，用力擦至白糖溶解，再加面粉，拌匀，擀薄，镶入铁制花盏中，捏成盏形；中置莲蓉、红糖姜、皮蛋块；上盖水油酥皮，捏牢；用蛋液刷面，中火烤熟即成。

【椰酱焗蛋盏】 广东小吃。白糖加熟猪油，先擦匀，再加鸡蛋液擦匀，然后加面粉，拌成松酥皮；擀薄，制成圆形，镶入铁制花盏内，捏成盏形；盏内，先注椰酱，再注以鸡蛋液加淀粉拌成的蛋浆，烤熟即成。

【灌汁水晶球】 广东小吃。猪里脊肉剁烂成茸，加入调料和匀，压薄作皮；鸡肉丁、鲜虾丁调入味料和匀作馅；包制成圆形，沾上咸面包屑，放入油锅炸至呈金黄色时即成。

【水晶球】 广东小吃。地瓜粉加清水拌匀；另取清水煮沸，加明矾，煮至溶解，冲入地瓜粉内。搅匀，晾凉，另加地瓜粉，拌成粉团，作皮；绿豆去壳，蒸熟，加猪肉丁、虾米末、葱白末、鱼露、胡椒粉，调匀成咸馅；炒芝麻末，加赤豆沙拌匀，成甜馅。将咸馅、甜馅分别包入皮内，成球形，蒸熟，再以熟猪油煎煮 30 分钟即成。

【龟苓膏】 广东小吃。乌龟治净，去肠脏，放入铜罇内，加茯苓虫、西牛皮、川银花、大生地、清水，以中火熬煮 3 小时，滤去药渣和骨屑，盛入碗内，晾凉成固体即成。配白糖佐食。

【菊花鱼球王】 广东小吃。鲮鱼肉剁至茸烂，加精盐搅至起胶，加炒熟的蒜泥、葱白末、腊肉丁、面豉酱、芝麻酱、虾米末、面粉、生粉等拌匀，挤成球形，用六成热油炸熟即成。

【脆皮明虾扇】 广东小吃。鲜活河虾，去头、壳，留尾，洗净晾干，沾干淀粉，用刀背敲薄。边敲边下淀粉，呈扇状，瓤上以虾胶作成的馅料，抹成琵琶形，扫上鸡蛋液，沾上榄仁末，放入油锅中炸至呈金黄色时即成。

【卤水牛杂】 广东小吃。牛杂治净，加清水，煮至半熟，去血污，洗净；大料、陈皮、桂皮、甘草、草果、丁香包成药包；烧锅下油，将面豉酱、蒜茸、老姜、葱白炒香，烹料酒，加清水，下药包，以大火煮沸，再将牛杂放入，煮熟即成。食时，切作小块，以原卤汁为佐。

【炒田螺】 广州小吃。田螺置水盆中放养 3 天，洗净，剁去螺蒂；豆豉洗净，捣成茸，微火焙干；蒜头去衣；紫苏叶洗净，一同捣烂，烧锅，下油，将上述 3 种料炒匀，盛入碗里再蒸；烧锅，下油，下豆豉、蒜叶茸和田螺，加少许的水和精盐，盖盖，焖片刻，再炒至熟透即成。

【厚勝蠔烙】 广东小吃。小牡蛎肉洗净，加地瓜粉、清水，拌匀，用熟猪油煎至半熟，加鸡蛋清，续煎成块，加鱼露、辣椒酱、熟猪油，至金黄酥香时即成。

【姜汁撞奶】 广东小吃。牛奶加白糖煮至白糖溶解，冲入盛有数滴姜汁的碗里，晾凉，碗中牛奶由液体变为固体即成。

【糯米鸡】 广东小吃。猪肉、叉烧、笋肉、冬菇均切小片，鲜虾仁、烤猪肉、鸡肉等切丁；烧锅下油，将猪肉片、虾肉丁爆香，烹料酒，加水、冬菇、笋肉炒匀，再加精盐、白糖、酱油、胡椒粉、芝麻油炒匀，湿粉勾芡，成馅料；取馅料放于糯米饭团中，外包干荷叶，成方形，入笼蒸熟即成。

【沙湾牛奶霜】 广东小吃。牛奶放入铜锅里煮沸，加白糖煮成糊状，晾凉即成。因首创于番禺县的沙湾镇，故名。

【双皮奶】 广东小吃。牛奶加白糖煮熟，晾至面上凝结有皮时，用竹签扎一小孔，将奶水倒在另一碗里，加鸡蛋清搅匀，复倒入原碗内，使奶皮重浮于面，然后入笼蒸熟即成。

【荷叶饭】 广东小吃。烧锅下油，将猪肉片、鲜虾肉爆香，烹料酒，加水、冬菇片、笋肉片炒匀，再加精盐、酱油、白糖、胡椒粉、芝麻油，湿淀粉勾芡，制成馅料，取馅料 1 份，加熟鸡 1 块、烤猪肉 1 块，放于米饭团中，外包鲜荷叶，成方形，上笼蒸熟即成。

【鱼丝面】 广东小吃。将鲮鱼脊肉刮成茸，加精盐拌至起胶，以干淀粉作醭，擀至极薄，切成条形，放入沸汤中煮熟，加炒肉丝、酱油、精盐，用鸡蛋液、湿淀粉调匀勾芡即成。

【沙湾原奶挞】 广东小吃。擘酥皮放入花盏内，捏成盏形；鲜牛奶加白糖煮至糖溶，加干淀粉，拌匀后，取一半盛在盆内，加沸水，拌熟成糊；另一半加鸡蛋清、白醋，拌匀，然后两样和匀，注入盏内，烤熟即成。

【椰酱鲜蛋挞】 广东小吃。擘酥皮，擀薄，放入铁制花盏模内，捏成盏形；鸡蛋液打散，冲入凉糖水中，拌匀，注入盏内，中火烤熟，加些椰子酱在面上即成。

【鸡油马拉糕】 广东小吃。酵面加白糖擦匀，加鸡蛋液，饧 2 小时，再加食用碱、发酵粉、鸡油，拌匀，倒入垫有薄纸的铁盘里，撒上榄仁，大火蒸熟即成。

【白糖伦敦糕】 广东小吃。大米浸透，磨成稀浆，入布袋，滤干；白糖加水煮至溶解，乘沸冲入干浆内，擦至匀滑，晾凉，加入发酵的旧浆内拌匀，加盖，静置 10 小时左右，待其发酵至有气眼升现时，倒入垫有湿布的蒸笼内，以中火蒸熟即成。

【棉花糕】 广东小吃。大米洗净，清水浸透，磨成稀浆，盛入布袋，滤干。另用清水调稀，小火煮熟，晾凉，加入糕种（已发酵的粉浆），拌匀，加盖，饧 8 小时，加入白糖，搅至白糖溶解，再加发酵粉、食用碱，再拌匀，然后盛入抹有油脂的小碗里，入笼大火蒸熟即成。

【乒乓粿】 广东小吃。糯米洗净，用水浸泡 3 小时，磨成稀浆，盛入布袋，滤干，加花生油、白糖拌匀，蒸熟，压扁作皮；将炒白糖、炒芝麻、花生仁末内加入油炸葱白末，拌匀，作馅；包制呈饼形，上笼蒸熟即成。

【印钱粿】 广东小吃。玉米、大米、糯米一起洗净，水浸 2 小时，磨成稀浆，盛入布袋，滤干取 1/4，入沸水中煮熟，和入生浆内，拌匀，压扁作皮；椰丝、芝麻炒熟，加姜汁、红糖水拌匀作馅；将馅料包入皮内，放在刻有古钱图案的木模内，即成饼形，上笼蒸熟即成。

【炒粿】 广东小吃。大米洗净，用水浸泡 1 小时，磨成稀浆；烧沸水，锅上放笼，笼内垫布，取稀浆淋在布上，蒸熟。依此法蒸制 40 层，取出晾凉，切成小块，用熟猪油、鱼露、酱油炒至表层微红时即成。

【莲蓉软糍】 广东小吃。糯米粉、澄面、白糖、熟猪油加沸水调匀成粉浆，蒸熟作皮；莲蓉作馅，包制呈饼形，蒸熟，沾椰蓉即成。

【萝卜糕】 广东小吃。萝卜去皮，磨烂成茸，倒在以湿布垫底的蒸笼里，大火蒸熟；加煮至半熟的米浆搅匀，蒸至近熟时，将腊肉丁、白糖、精盐、胡椒粉、味精调

成的馅料撒在面上，复蒸至熟，取出晾凉，切成小块即成。食时，再煎。

【马蹄糕】 广东小吃。荸荠洗净，磨成泥，放入布袋内，滤出淀粉，晒干，即成马蹄粉。将马蹄粉加清水拌匀，用煮沸的糖水冲成半生熟的糊浆，入笼蒸熟即成。食时可切块冷吃，也可以油煎食之。

【玫瑰九层糕】 广东小吃。将马蹄粉、鲜奶、白糖、清水先制成半生半熟的糊浆，分成甲乙两盆。甲盆加食用玫瑰红色素；取薄铁盘置蒸笼内，下少量的乙盆糊浆；如法作9层，红白相间，蒸至熟透即成。

【鱼片粥】 广东小吃。大米、腐竹、猪骨、大地鱼、江瑶柱加清水煮成糜粥，加精盐；鲩鱼脊肉切成双飞状薄片，用精盐、白糖、酱油、花生油、淀粉拌匀，放入沸粥中烹熟，加姜、葱、味精即成。

【及第粥】 也称“三及第”。广东小吃。大米、腐竹、猪骨、大地鱼、江瑶柱加清水煮成糜粥，加精盐；猪瘦肉、猪肝分别切片，猪粉肠（十二指肠）切段，用花生油、白糖、精盐、酱油、湿淀粉拌匀，放入沸粥中，烹熟，加姜、葱、味精即成。

【三及第】 即“及第粥”。

【艇仔粥】 广东小吃。用大米、猪骨、大地鱼加清水，熬成糜粥，加精盐；炸猪皮浸涨治净，切小块；海蜇治净，切片，鲩鱼肉切片，用花生油、白糖、精盐、酱油、湿淀粉拌匀，放入沸粥中，烹熟，加炸花生、炸米粉丝、味精即成。

【芝麻糊】 广东小吃。大米洗净，用清水浸2小时，连同炒芝麻一起，磨成稀浆；熟猪油、白糖加入沸水内，煮至溶解，将稀浆冲入，边冲边搅，煮熟即成。

【凤凰奶糊】 广东小吃。鸡蛋液打至发白，加牛奶、白糖，拌匀，以小火煮熟即成。煮时，边煮边搅，以免沾底。

【五彩奶油夹】 广东小吃。奶油、鸡蛋液、面粉和匀蒸熟，切丁，加白糖、椰丝、榄仁末、咸蛋黄拌匀作馅；面粉加发酵粉、酵面、碳酸氢氨、白糖制成发面皮，擀薄，上放一层馅料，再加一层面皮，如此相夹多层，蒸熟，切成长方形块状即成。

【炒沙河粉】 广东小吃。大米用清水浸透磨成稀浆、盛于竹箕上，蒸熟成薄粉皮，晾凉，切长条形。牛肉治净，横切成薄片，用花生油、精盐、白糖、酱油、湿淀粉、小苏打拌匀，过油至近熟取出；乘热锅放沙河粉，炒至发软，放牛肉炒匀即成。配料可改用猪肉、鱼片或其它肉料。

【肠粉】 广东小吃。大米用清水浸透，磨成稀浆，加入少量的花生油，拌匀；取少量的浆粉放入垫有湿布的笼内，入沸水锅中，大火蒸熟，成薄粉皮；取出，去布，卷成长条形，切作数段即成。配酱油佐食。蒸时如加入猪肉糜、牛肉或其它馅的，则为肉肠、牛肉肠等。

【干蒸烧卖】 广东小吃。面粉加鸡蛋液、碱水，边拌边洒水，制成面团，擀薄，切成方形，作皮；猪瘦肉切丁，加盐搅至起胶，加虾肉、白糖、芝麻油、味精、胡椒粉、猪肥肉丁、湿冬菇末、熟猪油搅匀，作馅；包制成石榴花形，入笼蒸熟即成。

【炸椰丝芋枣】 广东点心。芋头去皮，蒸熟，摁成茸；澄面用沸水烫熟，拌成面团，切碎，加入芋茸中，拌匀，加白糖、芝麻油、精盐擦匀，再加熟猪油，揉匀，作皮；椰丝汆后滤干；白糖、清水煮成糖浆，加入椰丝，煮成馅；将馅包入皮中，包制呈长圆形，炸熟即成。

【粉果】 广东小吃。用沸水冲入澄面中使之刚熟，加熟猪油拌匀，作皮；猪瘦肉丁、鲜虾肉末上浆过油后，与熟虾肉末、猪肥肉丁、叉烧丁、湿冬菇丁、笋丁同炒，烹料酒，加汤，调入精盐、白糖、胡椒粉、芝麻油、生粉等，炒匀，作馅。将馅料包入皮内，捏呈角形，蒸熟即成。此做法为蒸粉果。如改蒸为煎，即成煎粉果。

【拉皮卷】 广东小吃。荸荠粉加水拌匀成粉水，取沸糖水冲入，边冲边搅，制成半生熟的粉浆，盛入薄铁盘中，蒸熟，制成薄粉皮，即成拉皮卷。此品有多种变化，加芝麻的为芝麻拉皮卷；加鸡蛋清、琼脂作馅的为雪花拉皮卷；加鸡肉丝、猪瘦肉丝的为鸡丝拉皮卷。

【鲜奶冻雪蛋】 广东小吃。鸡蛋，扎小孔，去蛋液，留壳；琼脂加清水、白糖煮至溶解，再加炼奶煮沸；取出，晾至八成凉，注入蛋壳内，注至一半，待稍凝结，加一小块已凝固的黄色琼脂入内，再注满，凉透，去壳即成。

【炖木瓜】 广东小吃。番木瓜洗净，于顶端1/5处切断，去瓜瓤和籽，放在盅里，加入清水、冰糖和去衣的南杏仁，放入沸水锅中，隔水炖熟即成。

【栗子饭桃】 广东小吃。大米加糯米洗净，浸透，磨成稀浆，盛入布袋，滤干，蒸熟，拌和成块，压扁，作皮；糯米洗净，水浸2小时，晾干，蒸熟，加猪肉丁、栗子肉末、虾米末、花生仁末、芹菜茎末、鱼露、味精、胡椒粉、酱油、葱白拌匀成馅；包制成圆形，放入木模内即成桃形饼状，蒸熟即成。食时再煎，以酱油为佐。

【薄脆】 广东小吃。面粉、鸡蛋清、碱、红豆腐乳、白糖、蒜茸、清水和匀，擀薄，切成菱形片状，炸呈金黄色时即成。

【牛脷酥】 广东小吃。白糖、熟猪油、面粉加清水，拌成油酥，作心；白糖、酵面、小苏打、面粉揉成面团，饧30分钟，擀薄作皮；将酥心包入面皮内，成长条形。横切成饼状，以六成热油炸熟即成。

【咸蛋散】 广东小吃。面粉加红腐乳、小苏打、蒜茸、鸡蛋液、清水拌成面团，饧15分钟，揉至匀滑，擀薄，切长方形小块，直刮3刀，两块相叠。一端折向中间，以刀口穿出反折回原方向，入油锅炸熟即成。

【牛油方戟】 广东小吃。牛油加白糖擦至松浮，加鸡蛋、面粉拌匀，放入以纸垫着的长方形铁盒内，烤熟即成。

【云吞面】 广东小吃。即馄饨加面条。面粉、鸡蛋液加少量的碱水和匀，擀压至极薄，一部分切成四方形作皮；另一部分切成长条形作面条。去皮猪肉剁烂成糜，加熟虾肉、精盐、白糖、味精、胡椒粉、大地鱼末、冬菇末、蛋黄调匀作馅。将馅料包入皮内，捏牢；烧沸水，下面条、云吞，煮熟放入碗内，加韭黄末、虾籽、上汤即成。

【岭南水晶球】 广东小吃。南瓜去皮，煮烂搅成茸，加白糖、生粉、猪油拌匀作皮；橄榄肉、核桃仁、杏仁、瓜子、芝麻、桔饼、糖冬瓜、糖莲藕、砂糖、糕粉、花生油、水拌匀作馅；包制成球形，蒸熟，沾椰茸即成。

【椰子船】 广东小吃。椰子去衣、壳，取出整个椰肉，于上端开小口，去椰水；糯米洗净，用水浸泡 2 小时，晾干，加红糖拌匀，放入椰肉内；封口，水草扎牢，竖放在沸水锅中，刀口露出水面，中火煮 1 小时，加沸水至满，再煮 1.5 小时，凉后，切作 4 瓣即成。

【煎堆】 广东小吃。糯米粉加清水揉成粉团，放入沸糖水里煮熟，加适量的米粉、面粉、花生油、糖水揉至匀滑、压扁作皮；白糖、红糖液、花生仁、爆谷拌匀，摁捏团状作馅。以皮包馅，制成圆形，入油锅炸呈金黄色至熟时即成。

【鸡粒雪梨果】 广东小吃。马铃薯蒸熟去皮压烂，加调料揉匀作皮；鸡肉丁、猪肉丁、湿冬菇丁、鲜虾肉丁、鸭肾丁等，配上调料炒熟成馅；包制成雪梨形，云腿条作蒂，表层沾上面包屑，放入油锅里，炸至呈金黄色时即成。

【叉烧包】 广东小吃。酵面与碳酸氢氨搅匀，使之先松浮膨胀，然后加白糖、水，搅至白糖溶解，再加纯碱、面粉、小苏打拌匀，饧 20 分钟，制成发面皮；叉烧片、白糖、蚝油、面捞芡、芝麻油、胡椒粉等烹熟，成馅料；包制成圆形，摺花收口，以纸垫底，大火蒸熟即成。

【水晶包】 广东小吃。面粉加酵面、温水、纯碱、发酵粉、白糖拌制成面团，作皮；猪油去皮膜，剁烂，加白糖拌匀作馅；包制成包形，光身稍扁，收口在底，垫纸蒸熟即成。

【生煎包】 广东小吃。面粉加酵面、清水、纯碱拌制成面团，作皮；猪瘦肉切丁，搅至起胶，加虾肉、白糖、芝麻油、味精、胡椒粉、熟猪油，拌匀作馅；包制成雀笼形，摺口，入少油锅中煎熟即成。

【奶皮猪油包】 广东小吃。面粉加澄面、发酵粉、白糖、熟猪油、鲜牛奶、鸡蛋清、白醋，拌制成面团，作皮；糖冰肉加炸榄仁拌匀，作馅；包制成包形，光身稍扁，收口在底，垫纸蒸熟即成。

【酥皮莲蓉包】 广东小吃。酵面加碳酸氢氨、白糖、清水、面粉、发酵粉，拌制成面团，饧 20 分钟，作皮料之一；熟猪油、面粉拌匀作皮料之二。以前者包上后者，擀薄成长方形，卷成筒状，静置片刻，再擀薄，包上莲蓉馅料，成包形，顶端割十字，蒸熟即成。

【麻蓉包】 广东小吃。酵面、碳酸氢氨加白糖、清水、面粉、发酵粉拌制成面团，作皮；熟面粉、白糖、熟花生油、芝麻酱、清水拌匀作馅；包制成光身，包形，口在底，垫纸蒸熟即成。

【腊味鱼包】 广东小吃。将鲮鱼脊肉刮成茸，加精盐拌至起胶，然后以干淀粉作“醭”，擀至极薄，切成长方形作皮；鲮鱼肉、猪瘦肉剁烂，拌至起胶，加猪肥肉丁、腊肠丁、腊肉丁、腊鸭肝丁、湿冬菇丁、虾肉丁、胡椒粉、精盐、酱油、味精等拌匀，作馅；用皮包上馅，制成角形，用沸上汤煮熟取出，加姜片、菜远、酱油、精盐、味精、芝麻油即成。

【桃包】 广东小吃。面粉加酵面、清水拌匀，揉匀，饧 3 小时，待发至增大 2 倍时，加纯碱，揉匀，作皮；莲蓉作馅；包制成桃形，以纸垫底，蒸熟即成。

【马肉米粉】 广西小吃。生马肉切块，用盐、硝拌匀浸腌 2 天，入沸水中汆后，置通风处晾干。在腌肉汤水中，投入猪骨、马脊骨、马筒骨和腌过的马肉，煮沸，浇入榨粉碗内；放上煮熟的马肉上即成。配油炸花生米、辣椒粉、芫荽、蒜苗、芝麻油等佐食。

【叉烧蝴蝶酥】 广西小吃。以水油面、油酥面制皮，用小包酥的方法擀开，下剂，包入叉烧、猪肉、白糖、芝麻、南乳、五香粉、精盐、糕粉、生油和成的馅，从两边向中间卷起，卷成两个筒状，用刀横向切开，做成蝴蝶状即成。

【椰蓉牡丹酥】 广西小吃。用水油面、油酥面制皮，用小包酥的方法擀薄，下剂，包椰蓉馅成圆形，在顶上割 3 刀成 6 瓣，炸熟显出花瓣层次即成。

【奶油焗浪戟】 广西小吃。奶油、白糖、鸡蛋与面粉和匀，装入挤袋，挤进浪戟壳中，成波浪形，入炉烘熟、脱壳即成。

【蝉鸣香荔红】 广西小吃。将鸡蛋清蒸熟，切片作底，用虾肉制成虾茸放在蛋白上，鲜菇贴在虾茸面上做蝉翅眼等即成。

【猪油豆沙包】 广西小吃。猪油、白糖、鸡蛋和面粉，加入适量的泡打粉、酸醋揉匀，下剂，擀包皮；包入用猪油和豆沙制成的馅，呈圆包，蒸熟即成。

【鸡油马拉糕】 广西小吃。以发面加白糖、鸡油、鸡蛋、纯碱和匀，入笼大火蒸 20 多分钟即成。

【绿豆糯米饭】 广西小吃。绿豆浸水，去衣，与浸透的糯米一起蒸熟，洒上适量的盐水，用猪油拌匀。食时，取几颗酥香松脆的“油炸糕”（即用大米浆加入适量的发酵粉炸成小圆形的空心饼）夹在绿豆糯米饭中即成。

【花生糯米糍】 广西小吃。糯米湿粉配少量的粳米粉，加盐、碱、油搓成包皮，包入以黄豆、竹豆制成的馅料，蒸熟，成糍粑；再用瓦盆慢火煎至呈金黄色时即成。乘热就食。

【马蹄米粉饺】 广西小吃。优质粳米配少量的糯米，经浸水磨浆后，用净锅搅煮至七八成熟，作薄皮，包入

马蹄、猪肉、虾米、冬菇等制成的馅，捏摺，有边纹成饺子，煮熟即成。

【三色水圆】 广西小吃。将糯米浸水磨浆，滤去水分，和入部分淀粉制成京粉。用京粉湿皮，分别包入水晶馅（糖腌肥猪肉）、芝麻糖馅、豆蓉馅，捏成3种不同形状的水圆，煮熟，加冰糖水。将三色水圆配搭盛碗中，即成。

【叉烧糯粿】 广西小吃。糯米洗净，浸透，蒸熟，拌上猪油和调料；将叉烧猪腿肉切成指甲片，虾米、冬菇切粒，经调味炒熟拌成叉烧馅。糯米饭填入蒸格，放一层叉烧馅，再放一层糯米，取出切小块即成。

【荷叶糯米鸡】 广西小吃。糯米蒸熟，与鸡肉、鸡蛋、叉烧、笋尖、香菇、虾米、猪腿肉及调料拌匀，用荷叶包裹，上笼大火蒸15分钟即成。

【炒粉虫】 广西小吃。优质大米浸泡磨浆后，放净锅搅煮至七八成熟，晾凉，再将半熟米浆搓成两头尖、中间粗的虫形，蒸熟，成粉虫。食时，将粉虫与绿豆芽、肉丝、葱段同炒，加入黄皮酱、海鲜酱或辣椒酱等佐料拌匀即成。

【太牢烧卖】 广西小吃。选上好的牛肉，剁烂成馅；再挞至起胶质时，加入各种调料，用猪网油卷成面棍大小，切件后，入笼蒸熟即成。

【牛肉丸】 广西小吃。选上等牛肉，用木棍反复捶打，至血水泻清成雪白色肉浆时，用盐、碱水、花生油、胡椒粉制成肉丸。炒、扒、炸、做汤均宜。

【生磨马蹄糕】 广西小吃。优质生马蹄，去皮，磨浆，加入适量的干马蹄粉及白糖揉匀，上笼蒸熟，切件装盘即成。

【荔芋角】 广西小吃。荔浦芋头磨粉，和匀，制皮，包入鸡肉、猪肉、虾肉、鸡肝、叉烧、冬菇、鸡蛋等调成的馅，用油炸熟即成。

【栗茸酥盒】 广西小吃。将板栗制成茸馅，将两块同等大小、用油和面粉制成的千层酥皮，分底、面两层，把栗茸馅夹在其中，沿边捏成索状花纹，下油锅炸至呈金黄色时即成。

【马蹄卷】 广西小吃。把马蹄粉开生成熟稀糊，加糖和匀，放入铝盘并拉薄，入笼猛火蒸熟，晾凉后撒上芝麻，卷长卷，切段上碟即成。

【叶儿粑】 四川小吃。糯米、粳米制成吊浆粉子；芝麻面、猪板油、白糖、面粉等做成麻茸馅；猪肉末炒熟，加酱油、香菌、芽菜拌成鲜肉馅。将粉干加水揉匀，分别包上甜、咸馅，做成扁而长的粉团，外裹芭蕉叶，入笼蒸熟即成。

【鸡蛋熨斗糕】 四川小吃。粳米浸泡后磨浆，下老窖水浆搅匀，发酵；待其发泡后，加少许新米浆，然后将鸡蛋、白糖、蜜桂花、苏打调匀，倒入米浆中搅匀。圆形小烙碗置炭火上，刷油后舀入糕浆，加适量的果酱，用竹签挑糕翻面，两面皆烙至呈金黄色时即成。

【烤米包子】 四川小吃。粳米制成吊浆粉子。糯米浸泡后蒸熟，与吊浆粉子揉匀，加老窖米浆发酵，下碱水、白糖揉匀，制成皮。蜜玫瑰、核桃仁、瓜糖制玫瑰馅。面皮包馅，上笼蒸熟，晾凉后用杠炭火烤黄，装盘即成。

【大竹醪糟】 四川小吃。糯米蒸熟，淋水降温，加酒醚和匀，装瓦缽内，中心留一圆窝，用纱布封严，加盖，放入发酵窝内，使之发酵，待醪糟浮起，圆窝充满酒汁，有浓郁酒香味时即成。

【凉糍粑】 四川小吃。糯米温水泡3小时，上笼蒸灺，舂成糍粑。晾凉后，分为两份：一份置铺有熟黄豆面的案上，用手压平，约6～7毫米厚，铺上洗沙馅；将另一份压平，盖在馅上，撒上白糖、芝麻面、蜜桂花，再切小方块，装圆盘即成。

【荷叶鲊】 四川小吃。将糯米、三柰、八角同炒至谷黄色时，磨成细粉，加红糖浆、白糖、猪油揉匀。下剂子，包入预先切好的肉片，呈圆形，再用荷叶包裹，上笼蒸熟，取出即成。

【白蜂糕】 四川小吃。大米淘净，泡后加白饭和匀，磨成米浆，加酵母浆搅匀，盖好，发酵后，加蜂蜜、白糖搅匀。蒸笼里垫干净纱布，舀入约1.5厘米厚的米浆，大火蒸20分钟，揭开笼盖，在糕上抹一层玫瑰果酱，再舀入1.5厘米厚的米浆，然后将桃仁、瓜片、樱桃（均切薄片）、生板油丁均匀撒上。大火再蒸至熟，取出晾凉，切菱形块即成。

【白糕】 四川小吃。粳米泡涨，加夹生饭和转，磨成米浆；加老窖使米浆发酵；再加白糖、熟猪油揉匀，对碱。蒸笼内摆上直径6～6.5厘米的圆圈，铺上湿纱布，将米浆舀入，大火蒸熟，乘热用竹签挑出装盘即成。因色呈雪白，故名。

【冻糕】 四川小吃。用粳米、黄豆、糯米混合磨成浆。另取适量的糯米上笼蒸熟，乘热入浆搅匀，待发酵后，再下白糖、瓜糖粒。笼内放方格，玉米壳铺底，舀入糕糊，大火蒸熟，装盘即成。

【黄糕】 四川小吃。粳米磨细浆，待其发酵，下红糖浆搅匀，舀入蒸笼里的若干小竹圈内，大火蒸熟即成。

【蒸蒸糕】 也称“冲冲糕”。四川小吃。粳米、糯米混合浸泡后，磨成粗粉，压干水分，把粉搓散。将特制的烧水锅置于大火上，专用木模放于锅面的气孔上，待气冲出，将米粉舀入木模，加盖。上气后放猪油适量，加盖蒸熟，挑入盘内，撒上糖桂花、芝麻即成。

【冲冲糕】 即“蒸蒸糕”。

【赖汤圆】 四川小吃。吊浆汤圆粉揉匀，掰成小粉团，包上芝麻、玫瑰、麻酱、洗沙等馅心，入沸水中煮熟即成。食时每碗盛不同馅心的汤圆各一个。配芝麻酱、白糖佐食。因创制者姓赖，故名。

【山城小汤圆】 四川小吃。猪板油切小方丁，加研细的黑芝麻、白糖揉和成馅。吊浆汤圆粉子加水揉匀，500克掰作150个粉团，每个粉团包5克馅料，入沸水煮熟

即成。食时每碗盛 10 个。因汤圆很小，故名。

【水八块】 四川小吃。仔公鸡治净，入沸水煮至刚熟时捞出，晾凉。将鸡头、翅、腿砍下，鸡腹对剖，再等分砍成 8 块，斜刀将鸡块连骨带肉片成厚薄均匀的片，放入盆内，加调料拌匀，装盘即成。

【王鸭子】 四川小吃。嫩仔鸭宰杀治净。经腌渍、晾坯、整形、熏烤、下卤等程序制成。食时砍条块，按鸭形装条盘，刷芝麻油，撒花椒面即成。

【小笼牛肉】 四川小吃。鲜牛肉去筋，洗净，改薄片，加调料、熟米粉拌匀，装入小竹笼，用大火蒸熟，翻入盘内，撒上葱花、干辣椒面、花椒面、芫荽即成。

【灯影牛肉】 四川小吃。黄牛后腿肉，片成大如掌、薄如纸、整齐方正、不穿花的片。先用杠炭火烘，再用大火蒸 30 分钟取出，乘热改成小片，入笼再蒸 1 小时。取出晾凉，下油锅炸透。最后用少量油，加醪糟、辣椒面、花椒面、白糖、味精，用小火炒上味，起锅晾凉。食时加少许芝麻油即成。因肉片薄如纸，可在灯光下透明视物，有如牛皮灯影戏，故名。

【川北凉粉】 四川小吃。豌豆脱壳，磨细粉，加清水搅成浆，用纱布罗筛过滤，去尽渣质。浆水沉淀后，滗去清水，留中层水粉和下层砣粉。清水烧沸，下水粉，搅匀；再沸后，下砣粉，搅至熟透，起锅入缽。冷却凝结后，方可食用。食时切薄片，装碗，加红油、酱油等调料即成。

【豌豆挞挞面】 四川小吃。豌豆浸泡、冲洗后，下锅煮烂，煨至翻沙。猪骨用大火熬成白汤。盐水子面扯成长条剂子，分件抹油，擀薄，用面杖压几道印痕，再用手扯住两头，在案板上边摔边抻长，然后顺印痕撕成宽韭菜叶面条。下猪骨汤锅内煮熟，捞入加有酱油、红油、花椒面、芝麻酱、芽菜及适量鲜汤的碗中，再舀上豌豆即成。

【豆花面】 四川小吃。石膏豆花先在锅内煨煮，加红苕豆粉成糊状。面碗内先放豆油、红油、花椒面、冬菜末、芝麻油、大头菜颗、芝麻酱、酥黄豆、酥花仁、葱，再舀入豆花，最后盛入煮熟了的韭菜叶宽的面条即成。

【油醪糟】 四川小吃。猪油烧熟，下醪糟、黑芝麻面、桔饼、核桃仁、花生仁(油酥)、蜜枣等，稍煎成油醪糟坯。沸水烧开，舀入油醪糟，加糖煮沸即成。

【一窝丝】 四川小吃。精粉用温水和成面团，抹油，放盆内饧约 20～30 分钟。取出放案板上，摊成约 1 厘米厚的圆形面皮。净猪板油捶茸，抹在面皮上，裹拢，反复叠抻，分为两根卷条，搓揉成长扁条形，再裹成卷筒，上笼蒸熟。将两个面卷合拢、拍松、装盘，放些芝麻酱和腌脂糖即成。

【提丝发糕】 四川小吃。精粉、饴糖、老面加水揉和，发酵后再加苏打、猪油、白糖揉匀，擀成薄片，然后抹上猪油，卷筒，搓成小指粗的条子，切丝，上笼蒸熟，取出抖散成糕丝。再用大火炒糕丝，透油后端离火口，撒白糖、蜜桂花，用筷子轻轻和匀，盛盘中，再撒上芝麻面即成

【九圆包子】 四川小吃。精粉加牛奶、饴糖、酵面发酵后，再加白糖、苏打揉匀，擀成面皮。猪肉、干贝、口蘑、熟火腿、海米、冬笋、葱、姜均切粒，加甜酱、胡椒粉、味精、芝麻油、猪白油炒成咸馅；猪板油、冰糖、玫瑰糖、桔饼、蜜瓜条、蜜枣、蜜樱桃、核桃仁、天冬等料制成甜馅。分别包成捏有花瓣的包子，入笼，大火蒸熟，装小圆盘即成。食时每客咸甜各一。

【枣糕】 四川小吃。鸡蛋、白糖搅至发泡，放入面粉，拌和均匀；再加切成小颗的生板油丁、蜜枣、瓜元、核桃仁、樱桃、玫瑰等，拌成糕浆；入方木格内摊平，上笼蒸熟，取出翻于木板上，稍晾，切菱形，装盘即成。

【韩包子】 四川小吃。发酵面团加少许的白糖、猪油，揉匀，下剂子，擀皮；猪肥瘦肉剁作小颗，虾仁剁茸，加酱油、胡椒粉、花椒面、鸡汁，拌成馅，包入面皮中，捏花，收口露馅，用大火蒸熟即成。

【南瓜蒸饺】 四川小吃。全烫面加猪油制成饺皮。猪肉半肥半瘦，剁细煸散，下芽菜末炒匀起锅，与老南瓜粒、葱花等调配成馅。取皮包馅，捏成豆夹形，上笼蒸熟，装盘即成。

【龙眼包子】 四川小吃。精粉发酵后，加白糖、猪油、苏打揉匀；鲜猪腿肉剁碎，加上等酱油、川盐、胡椒粉、花椒汁、姜汁、白糖、料酒、鸡汤，拌成馅心。将面下成小剂子，摁扁，包入馅心，入笼蒸熟即成。

【燃面】 四川小吃。面条煮到刚熟，捞入有熟猪油、芽菜颗、葱花、味精、酱油、精盐等调料的碗内，再淋上六成热的猪油，和匀即成。加辣椒油为红燃；用白糖与猪白油酌加鸡丝、火腿丝的为糖燃。

【三大菌面】 四川小吃。三大菌治净，改为小骨牌片；熟鸡肉、猪肥瘦肉切成指甲片；大蒜切成厚圆片。炒锅入油烧热，放猪肉略炒，下川盐、三大菌、蒜片炒一下，掺入鸡汤，下鸡片，焖烧至熟起锅。精粉加蛋清调成面团，擀切成银丝面，入锅煮熟，捞入装有鸡汤的碗内，舀上预先制好的面臊即成。

【担担面】 四川小吃。小碗内加酱油、猪油、芝麻油、芝麻酱、蒜泥、葱花、红油辣椒、花椒面、醋、芽菜、味精及焯过的豌豆苗。细圆面条，大火宽水煮熟，盛小碗中即成。有的地区还在面上加少许煸酥了的肉末。

【吴抄手】 四川小吃。猪背柳肉捶茸，配海米、荸荠、鸡蛋、姜汁、油、猪油、胡椒粉、盐、味精制馅。精粉制皮，包馅，成菱角形，下锅大火煮熟。清汤、盐、味精、胡椒粉、鸡油、葱花盛碗中，再舀入抄手即成。

【龙抄手】 四川小吃。猪瘦肉剁茸，加盐、鸡蛋等调散，再加姜汁、芝麻油、胡椒粉搅拌成馅。用手工擀制的馄饨皮，包入馅心，入沸水锅内煮熟，舀入装有酸辣味汁的碗中即成。

【过桥抄手】 四川小吃。精粉加水、鸡蛋揉匀，擀成

包皮；猪腿肉斩茸，加切细的海米、花生仁和芝麻油、盐、味精，制成馅。以皮包馅，捏成戽斗形，沸水煮熟，装碗，配味碟蘸食。味碟用红油辣椒、芝麻油、酱油、胡椒粉、芝麻面、白糖、葱花、姜汁、蒜水等调制即成。因需用筷子把碗内抄手夹入味碟，蘸上味料而食，寓意过桥，故名。

【钟水饺】 四川小吃。鲜猪腿肉剁极细，加盐、花椒水、胡椒粉拌成馅；和冷水面，下剂用手工擀制薄皮，包馅成水饺，入沸水锅中煮熟，舀入盛有红油调料的碗内即成。因创制者姓钟，故名。

【鸡汁锅贴】 四川小吃。精粉和烫面团，凉后下剂，擀成圆形饺皮；肥瘦猪肉剁茸，加盐搅散，分3次加鸡汤原汁、姜葱汁，然后加胡椒粉、料酒、白糖、味精、芝麻油，调成馅心。用面皮包馅，捏成豌豆角形。摆平锅内，中火焖烙，饺底烙至呈金黄色时起锅，装盘即成。

【顺江薄饼】 四川小吃。面粉加盐、水和成软面，下剂子，擀成薄饼，烙熟。食时取薄饼1张，抹芥末，再放上拌制过的粉丝、豆芽、红萝卜丝、葱白丝，卷裹成筒形，一头封口，一头开口，淋以酱油、醋、红油对好的佐料即成。

【芝麻酥包】 四川小吃。精粉制成半烫面。凉后加酵面、碱、猪油，揉匀，下剂子擀皮，先包入面粉加猪油和成的酥面，随后擀成皮，再包入猪肉加玉兰片调成的馅，成扁圆形。表面沾上芝麻，用平锅烙黄，再下热猪油煎炸即成。

【烤方酥】 四川小吃。精粉和成烫面，稍凉，放适量的酵面，加碱；另用猪油与面粉和成酥面。取烫面、酥面制成酥皮，包芝麻甜馅，擀成方形饼坯，沾上芝麻，入炉烤熟，装盘即成。

【蛋烘糕】 四川小吃。用面粉、红糖水、鸡蛋搅匀成面浆，加适量的酵面发酵；临烤前，面浆中加苏打水拌匀。舀一勺面浆，倒入特制的小锅内，荡匀，置小炉上，稍烘后，加猪油、瓜砖粒、花仁粒、芝麻面、麻酱、玫瑰、樱桃等，盖上锅盖再烘片刻，夹起一边，抄成半圆形、两面烘熟即成。

【丝娃娃】 贵州小吃。精粉加盐、水和成较软的面团。平锅置火上，手抓面团在平锅上烙成薄如蝉翼的饼。再用薄饼包卷熟菜丝、熟肉丝，或包卷熟豆干丝、熟绿豆芽等，并灌进酱油、醋、煳辣椒碎块、葱花等调料即成。因包卷时上端留口，下端封底，犹如布片裹婴儿，故名。

【贵阳肉饼】 贵州小吃。酵面、死面（凉水和面）、温水面和成三合面团，揉匀后，下剂，压坯，包入肉馅，令成圆饼形，置平锅上，中火热油煎熟即成。

【仙鹤蛋】 贵州小吃。水、油、面粉和成面团，下剂，擀皮，包入和好的油酥面，擀成酥皮，再包入豆沙馅，入油锅炸熟捞出，外着薄糖衣，表面再沾上一层白糖即成。

【红袍油糕】 贵州小吃。面粉用沸水烫熟，晾凉，揉匀，下剂，压坯，包入以红糖、玫瑰、芝麻等制成的甜馅，入油锅炸熟，捞出即成。因熟后呈红色，故名。

【刷把头】 也称“石榴卷”、“白菜头”、“捉捉”。贵州小吃。精粉加冷水和成面团，揉匀，搓条，下剂，擀成薄皮，包进用火腿、冬菇、玉兰片、猪肉末加调料制成的馅，用手捏成刷把状。入笼蒸制（中途需洒冷水1～2次），至熟透即成。

【石榴卷】 即“刷把头”。

【白菜头】 即“刷把头”。

【捉捉】 即“刷把头”。

【团鱼面】 贵州小吃。鸡蛋面条配以清蒸团鱼块或红烧团鱼块，加入鸡汤及酱油、味精、姜汁等调料即成。若喜食辣味，也可加红油。

【懒糍粑】 贵州小吃。糯米用水泡后，上笼蒸软取出，揉成糍粑团，加入花椒面再揉匀，装入特制的大木框内，压成大方块，待凉后，改切成长方大厚片，入油锅炸黄捞出，撒上糖豆面即成。

【豆沙窝】 贵州小吃。糯米用水泡后，上笼蒸软取出，揉成糍粑；赤豆煮烂，加盐、花椒面和匀，捏成小团。糍粑下剂，摁坯，包入豆沙团，压扁并拢成窝形，入油锅炸黄捞出即成。

【牛舌片】 贵州小吃。糯米用水泡后，上笼蒸软，揉成米粑；面粉加红糖、芝麻、水，揉和成面团。将米粑摊开成大张，包入糖面团，卷成大粗条，压实，切长方块，入油锅炸熟捞出即成。

【泡粑】 贵州小吃。粳米和黄豆按一定的比例相配后，用水泡后磨成吊浆团，待其发酵后，加碱、白糖揉匀，舀入木甑内的小圈窝里，大火蒸熟即成。

【米团粑】 贵州小吃。粳米、糯米比例为3∶7，水泡后磨成吊浆团。先取其1/10制成熟面，然后生、熟面混合揉匀，下剂，压坯，包入红糖玫瑰馅，令成球形，外面沾附少许湿糯米，入笼用大火蒸熟即成。

【糕粑稀饭】 贵州小吃。将制好的粳米干粉，刮入小木甑内，蒸成圆形糕粑；荸荠粉或藕粉用沸水冲开，盛碗中，加圆糕粑于面上，再放上白糖、玫瑰、芝麻、核桃仁及果脯丁等即成。

【清明粑】 贵州小吃。粳米、糯米各半，水泡后磨成吊浆团，加清明菜（即艾绒，也称老头草）揉匀，下剂，压坯，包入糖馅、豆沙馅或火腿馅，摁扁，放入平锅上，用小火烙至两面起壳即成。因原料选用清明前后的清明菜，又多于清明节食用，故名。

【黄糕粑】 贵州小吃。大米和黄豆经水泡后，磨成浆，同糯米饭一起揉成团，用斑竹笋壳包上，入笼先用大火蒸7～8小时，再用小火蒸4小时即成。

【糖麻圆】 贵州小吃。糯米干粉加红糖、油、水揉匀，下剂，搓成小圆球状，抹红糖浆，沾上芝麻，下入油锅中，炸至鼓胀变大并熟透时，捞出即成。

【饵块粑】 贵州小吃。糯米经水泡后，上笼蒸熟取出，倒入石槽内舂成粑，再揉成长方块，入少油锅中加肉丝炒制（也可加肉臊荤汤煮食；还可以切片烘烤后蘸糖而食）即成。

【粑粑果】 贵州小吃。糯米用水泡后，磨成浆，入锅中煮熟，摊成薄皮，再加工成各种花样，染上各种颜色，晒干，入油锅炸酥捞出，撒上精盐即成。

【黑糯米面】 贵州小吃。黑糯米洗净，放入锅内炒酥，取出磨成细粉。食时用开水冲调，加白糖、玫瑰、芝麻、核桃仁拌匀即成。

【豆腐圆子】 贵州小吃。白豆腐加适量的食盐及纯碱，放入桶内搓细，至带粘性时加入五香粉，拌匀，饧15分钟后，用手挤成圆子，入油锅炸至呈金黄色时捞出即成。配酱油、醋、辣椒面、姜、葱等对成的调料佐食。

【羊油菜】 贵州小吃。在煮得很烂的羊肉碎渣里，拌入熟羊油，捏成圆子，放大碗内，加上炸脆的粉丝、木耳、葱花、姜米、绿豆芽、芫荽、黄花和花椒粉，舀入煮肉原汁，滴少许芝麻油，再在碗口上横摆一根油炸馓子即成。

【包公粑】 贵州小吃。将初熟的嫩玉米壳完整地剥下，把嫩玉米粒和已浸泡好的黄豆按10∶1的比例拌匀，磨细成馅。每张玉米壳包馅约100克，捏成扁形，勿使漏馅，入甑蒸熟，取出即成。

【头脑】 云南小吃。将干糍粑炸泡，装碗，荷包蛋置上，再将鸡脯、火腿、猪肉、蛋皮丝按梅花状拼在蛋上，浇入甜白酒糖汁即成。

【八宝稀饭】 云南小吃。将糯米煮成稀饭置火上，放有大枣、元肉的锅也置火上，蜜饯、苡仁米、菲角米、糖稀、芝麻、百合热在灶上。稀饭入碗，配上8种原料即成。

【紫米八宝饭】 云南小吃。将浸泡过的紫米与猪油、糖拌匀。碗壁抹上油，将大枣（去核）、莲子、百合、桂圆、蜜饯、红绿丝按菊花形拼入碗内，先放洗沙，再放拌过的紫米，入笼蒸熟后取出，扣入盘内，浇入明油，撒上白糖、芝麻即成。

【调糕藕粉】 云南小吃。大米面、糯米粉加水拌和揉匀，装入木模，置于特制铜茶壶口部（壶嘴塞紧），蒸熟。藕粉入碗稀释，冲入开水，放进糕，淋上糖稀，撒上芝麻即成。

【什锦春卷】 云南小吃。用鸡蛋、面粉、蚕豆粉制糊，摊成蛋皮，切三角块，包入用肉、冬菇、玉兰片、火腿、虾米、黑芥、韭菜、香椿制成的馅，入油锅炸至呈金黄色时即成。配醋汁水佐食。

【炸春卷】 云南小吃。用鸡蛋与淀粉制成糊，入锅煎成蛋皮，放上肉馅，卷成卷，入锅炸至呈金黄色时装盘即成。配汁水佐食。

【开远小卷粉】 云南小吃。将精米浸泡，磨浆，用一只无底的圆桶，一头入锅，一头用一只细罗筛镶入，将米浆在筛面刮平呈薄饼形，蒸熟，取出入盘，放入酸菜肉馅，卷筒切为两段，上糊，入油锅炸至呈金黄色时捞出即成。配椒盐佐食。

【鸡片凉卷粉】 云南小吃。大米加工成卷粉，入碗，盖上鸡片、芫荽，撒上芝麻面，用浓缩后的鸡汤，对入调料制成汁水，浇入碗内即成。

【煮糊】 云南小吃。将糯米面和成面团，揪坯，每个重75克，擀圆，入锅煮至飘浮，捞入黄豆面盘内，放入糖和拢，翻动滚上豆面即成。

【蒸糊】 云南小吃。猪油油渣剁细，加糖制成甜馅；用冬天腌的腊肉，与豆腐、油菜薹制成咸馅。糯米面和成面团，下剂，压扁，分别包入咸、甜馅。木甑入锅，甑隔上放一层饭，摆一层糊，如此反复装满，上盖，用大火一气蒸熟，取出装盘即成。

【豆面汤圆】 云南小吃。将吊浆糯米面和成面团，用手搓成丸子，入锅煮至漂浮，捞入黄豆粉盘内滚动，使之均匀地沾上豆粉，装碗，浇入糖稀即成。

【水晶汤圆】 云南小吃。先将糯米浸泡10天左右，每天换水2次，再磨浆制成吊浆面，包入蜜饯、白糖、猪油、炒面馅或洗沙玫瑰馅，入铜锅煮熟即成。

【串糖米酥糕】 云南小吃。糯米淘洗后，用热沙炒至发泡；去沙，磨粉，冷却。红糖稀释后再凝固成块，与炒粉揉匀，放入特制的镶框内，摊平，稍压，划成芙蓉糕状，撒上芝麻、碎冰糖即成。

【米凉糕】 也称“米粉凉糕”。云南小吃。上等米淘洗后，加入1/10的冷饭，入石磨磨成浆，发酵，上笼蒸熟取出，切成条（或块），装碗，浇入糖稀即成。

【米粉凉糕】 即“米凉糕”。

【油炸糕】 云南小吃。将吊浆面合成面团，包入玫瑰洗沙馅，入锅炸至呈金黄色时即成。

【凤庆粑粑卷】 云南小吃。菱形饵块经栗炭火烘熟制好后，抹上茴香面和油辣椒、稀豆粉；豌豆磨浆，摊入锅内，煎成纸一样薄的锅巴，将饵块裹入成卷即成。

【米浆粑粑】 云南小吃。大米淘净，用石磨磨成浆汁，舀入平底锅内，煎至呈黄色时即成。

【小锅卤饵块】 云南小吃。饵块切丝，特制铜质品锅置火上，注入高汤，下饵块、火腿、腌菜、油、豌豆荚，用碗扣住，煮至汤汁快干时，揭去碗，浇入配有甜酱油的汁水，顺丝推动搅拌，翻簸数下即成。

【烧饵块夹油条】 云南小吃。将烤熟的烧饵块抹上甜酱油、辣椒粉、芝麻酱等佐料后，包入烘脆的油条即成。

【卤牛肉配烧饵块】 云南小吃。将边薄中间厚的卤牛肉砣，撒上椒盐，烧饵块抹上芝麻酱、甜酱油、辣椒，再把牛肉放上，包住即成。

【过江饵丝】 云南小吃。将火腿脚、猪脚、猪肉烧焦，刮洗成金黄色，入锅煮沸、调味，改用中火再煮，用瓷盆罩住，盖上木盖，移至微火上炖炽，去骨。原汁汤入碗、

调味，加入炝肉；饵丝用沸水烫后入碗；调料入碟。食时将饵丝挑入汤内即成。

【巍山炝肉饵丝】 云南小吃。将大米经加工制成饵丝，入沸水烫后装碗，浇入肉汤，放入炝肉、调料即成。

【烧饵块】 云南小吃。将大米粉作成重50克1个的圆饼，用一尖底大锅，放入栗炭生火，上置铸铁活动炉条，饵块放炉条上烘烤，至两面烘呈黄色时，抹上用甜酱油、芝麻酱、辣椒制成的混合酱即成。

【文山汆肉米线】 云南小吃。将猪脊肉片放盘中央，韭菜、芹菜、绿豆芽、水腌菜、豌豆荚、葱、芫荽放四周；干豌豆浸泡后，炒至断生焖煮至云白汤，装碗；捞出五花肉切丁煸炒，放面酱制成罩帽。米线入碗，放旺子（即猪血），罩帽，随盘和汤碗上桌，先下肉片汆熟，再下绿菜、米线即成。

【元谋小米线】 云南小吃。将大米洗净，放入石灰水里浸泡，磨浆，加石灰水煮熟，过滤成线装碗，加入调料即成。

【稀豆粉米线】 云南小吃。将米线稍煮入碗，浇入稀豌豆粉浆，放上调料即成。

【鳝鱼凉米线】 云南小吃。米线入碗，放韭菜、薄荷，盖一片豌豆凉粉、肉皮、鳝鱼及汤，浇上汁水即成。

【肠旺米线】 云南小吃。将米线烫热入碗，放入制好的猪肠、猪血和炸脆的猪肉丁，注入滚沸的肉汤即成。

【小锅米线】 云南小吃。选用特制的小铜锅上火，注入煮肉和排骨的汤汁，至沸，放入米线、韭菜、豌豆荚、腌菜和调料，至沸入碗，淋上辣椒油即成。

【豆花米线】 云南小吃。米线煮后盛入碗内，浇上豆腐脑和调料，拌匀即成。

【里脊包三仁】 云南小吃。里脊肉切为夹刀片，包入松仁、白芝麻、花生仁粉、白糖馅，用蛋糊封口，入锅炸至呈褐黄色时即成。

【骨头生】 云南小吃。隆冬之时，彝族人宰杀年猪，将其筒子骨或全部骨头捣细，加盐、辣椒、花椒、八角、草果、茴香、酒揉匀，装入陶罐盖严，腌制数月或经年。用时取出，蒸熟而食。也可制饼蒸煮而食。

【油酥夹夹虫】 云南小吃。夹夹虫用开水烫后，去头、尾和脚，剥去皮，经油炸制即成。

【肝生】 云南小吃。将猪大、小肠和肚子洗净，入锅煮沸，切细，放入锅内，加花椒、大料、草果、茴香、盐炒熟，连油带肉铲入罐内，食时蒸熟即成。

【套肠】 云南小吃。将猪小肠切成1米长的节，用辣椒、花椒、茴香、盐拌匀，用左手将肠的一端蹦开，右手将肠的另一端灌入，直至肠紧约小碗口大小时，凉干，用冷水煮熟，切片即成。

【凉拌摘耳根】 云南小吃。将熟肉丝、摘耳根装盘，浇上汁水，淋上芝麻油即成。

【鸳鸯蛋卷】 云南小吃。用水粉和鸡蛋调匀，制成蛋片，将肥猪肉、肥火腿和肥精肉、瘦火腿分别剁茸，肥肉与蛋白搅匀，瘦肉与蛋黄拌匀，分别摊入蛋皮两边，卷成圆筒，蒸熟，切片，煎黄，撒上椒盐即成。

【炸乳扇洗沙饺】 云南小吃。乳扇切成饺皮形，包入玫瑰洗沙，裹上蛋清糊，入锅用小火炸至呈金黄色时，捞出装盘，撒上白糖即成。

【乳扇包子】 云南小吃。鲜豆腐捣碎，与肉末、调料制成馅，用乳扇包好，入锅煎黄即成。

【青蚕豆金钱饼】 云南小吃。将青蚕豆入臼舂细，用手压成金钱状，入锅炸至呈金黄色时，撒上椒盐即成。

【青豆米烩乳饼】 也称“青蛙跳石板”。云南小吃。将乳饼切块，与青蚕豆米入锅烩制即成。

【青蛙跳石板】 即“青豆米烩乳饼”。

【绿豆生】 云南小吃。鲜黄豆与少许的青椒相伴，对水，用石磨磨成浆，入锅煮熟即成。

【什锦豆生】 云南小吃。带壳嫩青蚕豆蒸熟，捶茸，加鸡血、调料拌匀，入盘；制熟的腊肉、豆腐干、鸡肉、火腿、莴苣、蛋皮均切粒，入盘。食时将两盘合二为一即成。

【烧豆腐】 云南小吃。将石屏臭豆腐放在下面烧有栗炭的铁丝网架上，翻烤至呈金黄色时即成。配汁水佐食。

【稀豆粉油条】 云南小吃。先将豌豆面用冷水稀释，徐徐注入清水锅内，加入姜末，搅动煮熟装碗，下油辣椒和油条即成。

【豌豆凉粉】 云南小吃。选取上等的豌豆淘净，磨粉，用冷水稀释，徐徐注入清水锅内，不停地搅动，制成锅巴凉粉，装入陶盆冷却后取块划入碗内，加调料拌匀即成。

【糕烧青豆泥】 云南小吃。将青蚕豆米煮熟捣成泥，稍炒，加水，用小火把糖熬稠，注入熟猪油，至油吸完即成。

【豆焖饭】 云南小吃。将鲜嫩蚕豆米、火腿入锅稍炒，倒入糯米，注入上汤，调味，焖熟即成。

【响铃饺】 云南小吃。将馄饨炸至呈金黄色时装盘，乘热浇入沸开的酸辣汁水即成。因声似响铃，故名。

【炸油香】 云南小吃。将红糖浆与面粉和成面团，擀圆，入锅炸泡至呈金黄色时即成。

【过江抄手】 云南小吃。将抄手入锅炸至呈金黄色时装盘即成。因食时随汁水碗蘸吃，故名。

【太师酥饼】 云南小吃。将油酥面包入水酥面内，压成扁圆形，包入猪肉白糖馅，上面朝上入锅炸至呈银红色时即成。

【文山椒盐饼】 云南小吃。将水油面皮包住椒盐油酥面团，擀片，卷条，切为两半，再将刀口面翻出擀圆，烤熟即成。

【凤翥麦饼】 云南小吃。精粉加白糖、水和少许的碱，揉成面团，待发酵后，放案板上摊平，抹奶油和猪油，搓条下剂，擀作圆饼，入锅在小火上煎，呈黄色时即

成。

【酸辣饺面】 云南小吃。将面粉、鸡蛋、碱和成面团，分别制成面条和饺皮；饺皮包馅，入砂锅煮至五成熟，再下面条，同煮至熟；捞入有调料的碗内，撒上芝麻、胡椒粉即成。

【滇味炒面】 云南小吃。手擀鸡蛋面条入沸水锅煮，至五成熟时即捞出，再入油锅炸成圆盘状取出，入炒锅加少许汤回软，放入火腿、肉丝、碗豆荚、韭菜、调料拌炒，起锅装盘即成。

【昭通面】 云南小吃。面碗内放甜酱油、醋、胡椒粉、味精、红辣油、猪油、葱花、姜米及煮面的汤调匀；鸡蛋面下沸水锅中略煮，冲入冷水少许，待面漂出水面，即捞入碗内，撒上熟芝麻、黑芥细米丁即成。

【洗沙荞包】 云南小吃。荞麦面和荞麦发面按 7∶3 的比例揉匀，加入猪油再揉匀，下剂，包入白糖洗沙馅，捏成包子形，底垫薄纸一层，入笼蒸熟，取出装盘即成。

【都督烧卖】 云南小吃。面粉加鸡蛋、水揉成面团，擀皮，包入猪肉、冬菇馅，捏作烧卖形，上笼蒸熟即成。配醋汁水佐食。

【荞糕】 云南小吃。荞麦子淘净，晒干，入石磨磨成粉，加糖、清水、碱和成糊，发酵。蒸笼铺纱布，摊一层荞麦糊，放一层洗沙，再盖一层荞麦糊，用大火蒸熟切块即成。

【鸳鸯小笼肉糕】 云南小吃。在笼屉上铺一白纱布，放入肥膘泥、面粉、白糖混和的泥，摊平，蒸至七成熟时，将核桃、芝麻、蛋液、面粉和泥，铺上蒸熟；撒入芝麻、核桃，切成菱形即成。

【洋芋粑粑】 云南小吃。刚出土的鲜洋芋煮熟去皮，舂成泥，与面粉和成面团，揪坯，压成小饼状，入锅煎熟，撒上椒盐即成。

【油炸洋芋粑粑】 云南小吃。洋芋洗净，去皮，切丝，与盐、面粉调成糊。铜漏勺盛糊，入热油锅炸至呈金黄色时取出，撒上辣椒面即成。

【包谷粑粑】 云南小吃。鲜嫩的青包谷米和生黄豆米，用石磨磨细呈糊状，放入少许的白糖和蛋液，稍发酵，放入锅中，待锅内水干时即成。

烹饪用具

古烹饪用具

炉　具

【炉灶】 炉具的总称。指用以烹饪的(分固定和可移动两类)供热设备。固定炉灶，有土灶和砖灶两种，灶身由灶门、灶膛、灶台、灶眼及烟囱等组成，多以柴草为燃料，是古代烹饪的主要炉具。在商代以前已出现有用土石垒砌的单火眼土灶。战国时始用砖砌。汉代以后多盛行砖灶，并出现子母灶、一面灶等。可移动的炉灶，个体较小，多以陶或金属制成。在新石器时代已有陶制的炉与连釜灶等。春秋战国以后出现了多种以炭为燃料的铜炉、铁炉及火盆，可供烹饪和取暖。古代炉灶因用途、形状、通风方式以及燃料的不同，名目种类很多。旧时指可移动者为炉，固定者为灶；或指取暖者为炉，烹饪者为灶。现在已无区别。

【竈】 灶。《说文》："竈，炊竈也"。段注："炊者，爨也。竈者，炊爨之处也。"多指固定的炉灶。《释名》："竈，造也。创食物也。"故竈字读做造声。

【垡(yì义)】 用土块垒砌的固定炉灶。《仪礼·士丧礼》："为垡于西墙下，东乡(向)。"

【烓(guī归)】 可移动的炉灶。《说文》："烓，行灶也。从火圭声"。

【爂(shér 神)】 可移动的炉灶。《毛传》："爂，烓灶也。"《诗经·小雅·白华》："樵彼桑薪，卬烘于爂。"

【铜提链炉】 炉灶。青铜制。在陕西曾出土一件西汉铜提链炉，通高 37.4、口径 23.1 厘米。圆形炉身，侈口，唇缘有加厚层，平底，腹下有三条修长的足，腹侧有对称的二环纽，纽内套提链，提链上梁为两端弯曲的铜棍，以便提取，在炉壁周围有长条形镂孔，可用以出烟和通风。于腹外一侧刻铭两行九字："阳信家铜炉容斗五升"。

【灶坑】 也称"火塘"。出现于新石器时代的最初的烧火固定设置。多设于室内中央或靠近门道处，是在地面上挖成一圆形、瓢形或方形的小坑用以烧火，灶坑后壁常嵌有一保存火种的陶罐。供做饭、取暖和照明。为后代固定炉灶的原始雏形。

【火塘】 即"灶坑"。出现于新石器时代。如今在西南地区的兄弟民族之家仍然使用。设于屋中央做为取暖、烹饪兼用的灶具。其上或吊有挂钩；或设铁支架供置锅与水壶等饮具。家人与来客围塘而坐享饮食或取暖。

【土灶】 用土石垒砌的固定炉灶。出现于新石器时代晚期。以柴草为燃料。多为单眼灶。现在南方和北方的边远地区农村仍然使用。

【砖灶】 用砖砌成的固定炉灶。始于战国，盛行于汉代以后。有多种形制。多属柴草灶类型。

【连眼灶】 灶具的一种。指在灶台上设有与灶膛通联的灶火眼多个，供固定釜、甑、锅及汤罐等多种炊具，可同时操作多种烹饪方法的炉灶形制。在汉代已出现有双眼、三眼至五个灶眼以上的连眼灶。灶门多开设在灶身前端，烟囱置于灶后，有直突和曲突两种。灶台宽敞，多为方形或长方形，也有圆形、船形、半椭圆形和曲尺形。在灶台上除前后开设多个灶眼外，还可供放置鱼、鸭、鸡等待烹的食品以及盘、蓋、瓢、勺、悬钩、锅铲、炊帚等什物。已是较完善的烹饪炉灶形制。至今仍多采用。

【子母灶】 连眼灶的一种。指灶火眼有大小主次之分的灶具。因主火眼大，分火眼小，故名。汉代的子母灶主火眼多设在灶台前端近灶门处，以固定釜、甑、锅等主要炊具。分火眼多设在主火眼的一侧或后面，供置汤罐用以温水。现在的子母灶仍有主火眼与分火眼并联，或三角联式的。

【一面灶】 连眼灶的一种。指灶门设于灶后，灶眼横做一排可供一面操作的长条形炉灶。明代以后的固定灶多为此种形制。灶身呈须弥座状。灶台后缘置烟墙与烟囱连接，灶眼可多达 5 个以上，每一灶眼后面设一灶门，共用一个灶膛，可单烧一个灶眼，也可连用。现在用的一面灶多临墙而设。

【柴草灶】 指以木柴、芦苇、稻草秆秸等为燃料的灶具。灶膛内不用设置炉箅，灶门即兼有添柴、烧火与通风的作用，可直接在炊具底部烧火供热。古代炉灶多属柴草灶类型。如今在农村中仍以使用柴草灶为主。多为单火眼，也有两眼、三眼至四眼的。在南方地区的柴

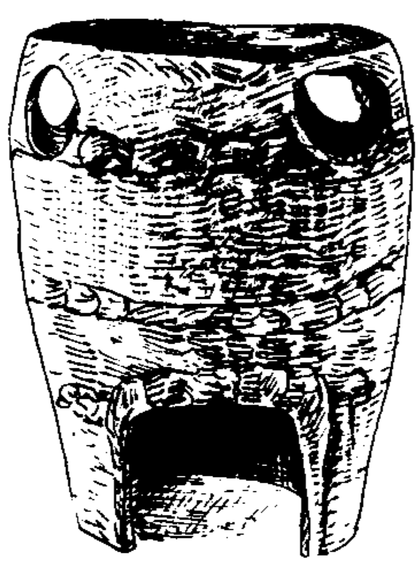
草灶多临墙而设；在北方农村则多与火炕通联，可用余热烧炕。

【直突灶】 指烟囱为直形的炉灶。古时称烟囱为突，或灶突。《淮南子·人间训》："百寻之屋，以突隙之烟焚。"

【曲突灶】 指烟囱呈弯曲形的炉灶。桓谭《新论》："淳于髡至邻家，见其灶突之直，而积薪在傍，谓曰：此且有火，使为曲突而徙薪。邻家不听，后果焚其屋，邻家救火乃灭"。此"曲突徙薪"的成语故事即表明古代炉灶有作曲突的。在汉墓出土的灶具模型中即见有曲突灶。

【风箱灶】 指利用风箱向炉膛内吹风助燃的一种灶具。风箱灶是由汉代的鼓风炉发展而来的，最初是用皮革制成的鞴来鼓风，至宋代始出现木制风箱，多用于鼓铸冶炼。明代以后风箱灶遂用于烹饪。风箱作长方形，由活塞、活门、出风口及推拉杆等构成。常置于炉灶右侧使用。炉灶多为单火眼，灶膛内设炉箅，箅下有一通风管道与风箱的出风口相接。多以煤炭为燃料，也有烧树枝及干牛、羊粪的。现在民间仍常使用。

【炉】 也称"火炉"。取暖、烹饪兼用的可移动的炉具。用陶或金属等制作，有多种形制，多以木炭为燃料。《说文》："炉，方炉也。镟，圜炉也"。清段玉裁注："凡燃炭之器曰炉。"



炉

【火炉】 即"炉"。《诗·小雅·白华》："樵彼桑薪，卬烘于煁。"唐孔颖达疏："（煁），郭璞曰：'今之三隅罏也'。……亦燃火照物，若今之火炉也。"《尔雅·释言》疏作"火罏"。唐元稹《长庆集十八晨起送使病不行过王十一馆居》诗之二："密宇深房小火炉，饭香鱼熟近中厨。"

【镟(xuàn渲)】 圜形的炉具。《说文》："镟，圜炉也。"

【陶炉】 陶制炉具。在新石器时代已出现筒状或簸箕形等多种式样的陶炉。由炉门、炉膛及火口等构成。在火口沿上常设有3个支钉供置釜类炊具，无支钉者则在壁上端开设小出烟孔数个。汉代陶炉多设置炉箅，炉身上部呈碗状，下部为直筒形或喇叭状座，开一栱形或方形炉门。宋代陶炉多呈鼓形，有的在炉身外面加方形固定木框架，可供肩挑沿街贩卖食品之用。明清以后的陶炉与现在南方一带常见的陶炉形制大致相同。

【连釜灶】 陶炉的一种。即将陶炉与陶釜制成一体，成为炉具与烹煮器具相结合的形制，是新石器时代晚期出现的一种专供烹饪用的炉具。

【铜炉】 铜制的炉具。出现于春秋战国时期，用以取暖、温酒、炙肉、烹调以及炼丹等。此炉有多种形制和名称。如1981年在陕西出土的西汉铜提链炉，炉身作圆筒形，平底，下附3条修长足，炉壁设竖长条形镂孔，腹侧有对称的二环纽，纽内套提链，链的上梁为两端弯曲的铜棍供提取移置铜炉之用，腹壁外一侧刻有铭文："阳信家铜炉容斗五升"等九字。古代铜炉多用青铜制作，造型精美，属于贵重炉具，常被称为"金炉"。

【金炉】 见"铜炉"。

【炙炉】 烤炙肉食的炉具。春秋战国时期用青铜制作，多呈圆盘状。1978年在湖北随州曾侯乙墓出土的一件为炉具与炊具联为一体的形制，分上、下两层，均为盘形，中间以4根铜柱相连，下层盘是炉具，平底，有分布均匀的镂孔，内盛木炭，底有三蹄形矮足；上层盘为炙盘，是煎烤食品用的炊具，出土时内盛有鱼骨一具，盘底有烟熏火烤的痕迹。相当于现在的烤箱或烤炉。汉代的炙炉有用铁制成长方形的，腹壁设竖长条形镂孔以便通风，炉底有密布的小圆形镂孔供作炉箅，下附四足。在汉代画像石中见有以这种炙炉烤肉串的庖厨图像，形制与现在新疆烤羊肉串用的烤肉槽相同。

【染炉】 供调味加温用的炉具。出现于西汉时期。铜制，个体较小，由耳杯及炉两部分组成。炉身呈长方圆角形，下附四足，一端有柄，炉壁有镂刻纹饰，炉上承耳杯。在炉与耳杯上有自铭为"染炉"、"染栝"的。染，是古时用以调味的豆酱。《吕氏春秋·当务》："于是具染而已"。高诱注："染，豉酱也。"耳杯，是古代用以饮酒、盛菜或羹的器皿。汉代常用以盛酱置于染炉上加温，供调味蘸食之用。

【胡饼炉】 炉具的一种。相当于现在的烧饼炉或馕坑。汉代称烧饼为胡饼。贾思勰《齐民要术·饼法八十二·髓饼法》："以髓脂、蜜，合和面。厚四五分，广六七寸。便著胡饼炉中，令熟，勿令反覆。"

【风炉】 煎茶用的炉具。唐陆羽《茶经》："风炉，以铜铁铸之，如古鼎形。"岑参诗句："岸花藏水碓，溪竹映风炉。"现在日本的茶道仍讲究用这种形制的风炉煎茶。

【炭炉】 也称"煖炉"。炉具的一种。指以木炭为燃料，供取暖、烹煮、炙烤食品之用的炉具。铜或铁制，多呈圆盘状或盆形。春秋战国时期的铜炭炉多作圆盘状，平底，下附三足，腹壁近口沿处有双环耳。汉代炭炉多在炉下置一承灰盘，炉底及壁均有镂孔，用以通风和漏灰，有圆盘状和方形及长方形等形制。隋唐至宋元以后多作成盆状，称为"炭盆"或"火盆"。

【煖炉】 即"炭炉"。

【炭盆】 也称"炭火盆"、"火盆"。炭炉的一种。铜或铁制。形状如盆。流行于唐至宋元以后，至今仍沿用。炭盆多置于方形木框架上使用，供取暖、温水及烹烤食物等。现在南方仍以炭盆作为冬季取暖的炉具使用。参见现代炊具中的"火盆"。

【火盆】 即"炭盆"。

【炭火盆】 即"炭盆"。

【**梴**(tiàn甜)】 也称"灶梴"、"栝"。俗称"烧火棒"。炉灶杂具。即拨火棍。用于烧柴草灶拯柴拨动柴火。《广韵》:"梴,火杖。"《说文》作"栝"。清段玉载注:"今俗语云灶梴是也。"

【**灶梴**】 即"梴"。

【**栝**(tiàn甜)】 即"梴"。

【**烧火棒**】 "梴"的俗称。

【**火筯**(zhù住)】 俗称"火筷子"。炉灶杂具。为两根用铜或铁制的筷子,形制是顶端有链相连,供烧炭炉、火盆夹炭拨灰之用。五代蜀《玉溪编事·仲庭预》:"时方凝寒,(蜀嘉)王以旧火炉送学院,庭预方独坐叹息,以筯拨灰,俄灰中得一双金火筯。"

【**火筷子**】 即"火筯"。

【**火箝**(qián钱)】 炉灶杂具。即火筯。箝,即夹持的意思。古时以竹夹持曰箝,以铁制的夹物器具称钳。

【**火钳**】 也称"火剪"。炉灶杂具。多以铁制。如剪刀状。钳臂较长,顶端呈相对的两个圆或方片形,用以夹炭。

【**火剪**】 即"火钳"。

【**炭铲**】 也称"漏铲"。炉灶杂具。铜或铁制,呈一带柄的箕状,底及两侧壁有方形镂孔。用以铲炭。出现于春秋战国时期。

【**漏铲**】 即"炭铲。

【**炭枓**(zhǔ主)】 也称"炭勺"。炭铲的一种。枓,即勺子。

【**炭勺**】 即"炭枓"。

【**铞**(yù玉)】 炉灶杂具。铜或铁制的钩子。供掏炭灰和举鼎之用。相当于今天的火勾子。《说文》:"铞,可以句鼎耳及炉炭,从金,读若裕。"清段玉裁注:"句读如钩。钩鼎耳举之,钩炉炭出之之器也。"

【**炉箅**】 炉灶的附件。用于炉灶火膛烧炭、通风和漏灰。最早出现于新石器时代。陶制,有圆形带镂孔和长方形由炉条构成的两种形制。1976年在上海市青浦县崧泽遗址出土的一件陶炉箅为长方形,两端各有一耳供移动提取之用,中间由五根炉条组成。出土时炉箅上附有烟痕,应为实用之物,距今已有5000余年的历史,可谓炉箅的鼻祖。以后历代的炉箅多以铁制,至今沿用。

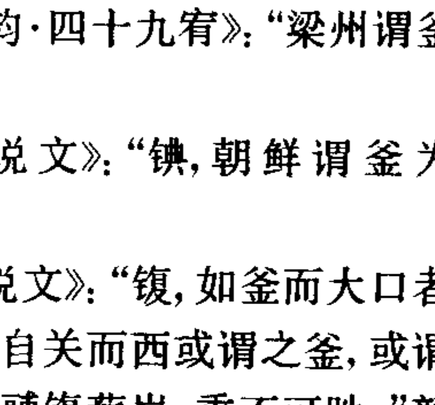
炊具

【**陶罐**】 最原始的炊具和容器。陶制,圆口,深腹,圆底或平底。可供煮饭、温水、烹制菜肴、贮存食物及饮料等。陶罐,是人类在新石器时代初期发明制陶术后最先烧成的器物,一直沿用至今。以后出现的釜、鼎、盆、钵等即由此发展演变而来,当为各炊具及盛器最初的祖型。现在的陶罐除作盛器外仍然用于烹饪。大者可炖鸡、鸭;小者可烹制汤菜。如湖南、四川一带的罐闷肉,武汉市小桃园的名菜瓦罐鸡汤等。



江西万年仙人洞遗址出土陶罐距今约800年

【**釜**】 也称"鬴"、"镏"、"铫"。一种锅。初为陶制,圆口,鼓腹,圜底。出现于新石器时代早期,沿用至汉代。商周时期出现了青铜釜,多呈敛口,折腹,圜底形,也有敞口或带双耳的。汉代流行铜釜和铁釜。曹植《七步》诗:"萁在釜下燃,豆在釜中泣。"即指古代的这种炊具而言。因釜的质地、形制以及方言的不同,又有"馏"、"镂"、"墽"、"镬"、"鬵"、"鬶"、"鬻"、"锜"、"錥"等称谓。



釜

【**鬴**】 即"釜"。《说文》:"釜鬴或从金,父声"。清段玉裁注:"今经典多作釜,惟《周礼》作鬴。"

【**镏**(liú留)】 即"釜"。《集韵·四十九宥》:"梁州谓釜曰镏。"

【**铫**(diáo 点)】 即"釜"。《说文》:"铫,朝鲜谓釜为铫。从金,典声。"

【**馏**(fù负)】 即大口釜。《说文》:"馏,如釜而大口者也。从金,复声。"《方言》:"釜,自关而西或谓之釜,或谓之馏。"《汉书·匈奴传》:"多赍鬴馏薪炭,重不可胜。"颜师古注:"鬴,古釜字也。馏,釜之口大者也。"流行于战国至汉代,多用铜、铁铸造,大口,深腹,圜底,也有带双耳或于底部置圈足的。

【**镂**(lòu漏)】 一种带有三足的大口釜。《说文》:"镂,……从金,娄声。夏书曰:梁州贡镂,一曰镂釜也。"《方言》:"馏,江淮陈楚之间谓之锜,或谓之镂。"

【**墽**(hāo蒿)】 陶制的釜。《广韵·三十七号》:"墽,土釜。"

【**鬵**(mì密)】 釜的一种。《集韵·十二霁》:"鬵,小釜"。

【**鬷**(zōng宗)】 釜的一种。《说文》:"鬷、鬴属。从鬲,癸声。"

【**鬶**(xín)】 釜的一种。《说文》:"鬶,大釜也。"一种形状似鼎,上大下小带有三足的釜类炊具。《诗·桧风·匪风》:"谁能亨(烹)鱼?溉之釜鬶。"《楚词·九叹·忧苦》:"爨土鬶于中宇。"

【**锜**(qí齐)】 釜的一种。《诗·召南·采萍》:"维锜及釜。"陆德明释文:"锜,三足釜也。"《说文》:"锜……,江淮之间谓釜曰锜。"

【**鍪**(móu谋)】 釜的一种。流行于汉代。青铜或铁制。圆形,鼓腹,敛口,反唇、圜底,在颈腹间多铸有双环耳;也有单环耳及底部附三矮足的。《说文》:"鍪,铫属。从金,孜声。"



鍪

【五熟釜】 炊具。形似“品锅”，内分为几格。因祭礼所供的稻、忝、麦、稷、菽五品可一锅煮出，故名。

【鼎】 炊具。初为陶制。形状似在圆形的陶罐或盆、钵附三条实心的长足。是出现于新石器时代中期的一种炊具。可在其下直接烧火，也可置于灶坑上用以烹煮食物。夏代始用青铜铸鼎。商周至春秋战国时期的青铜鼎多铸有铭文及各种纹饰，造型精美，有圆形三足、方形四足以及分裆、带盘和双层鼎等多种形制；并铸有双耳供提举。同时鼎的性质也有所改变，被当作权力的象征，而成为贵重的青铜礼器供祭祀、宴享之用。因鼎的形制、大小的不同，又有“鼐”、“鼏”、“钘”、“鼒”、“鐀”等称谓；也有器身自铭为“鼒”、“鼒”、“鼒”等名称的。



鼎

【鼐(nài耐)】 大鼎。《尔雅·释器》：“鼎绝大，谓之鼐”。

【鼏(zī资)】 指带盖的小鼎。《尔雅·释器》：“鼎……，圜弇上，谓之鼏。”《诗·周颂·丝衣》：“鼐鼎及鼏。”毛传：“小鼎谓之鼏。”

【钘(yí义)】 指一种双耳铸于腹壁两侧的青铜鼎。出现于春秋时期。《尔雅·释器》：“鼎绝大，谓之鼐；圜弇上，谓之鼏；附耳外，谓之钘。”

【鼒(suì碎)】 也称“鐀”。指无耳的小鼎。《淮南子·说林训》：“水火相憎，鐀在其间。”高诱注：“鐀，小鼎。又曰鼎无耳为鐀。”

【鐀(wèi；又读suì)】 即“鼒”。

【鼒(shēng 生)】 也称“升鼎”。鼎的自铭。在出土的青铜鼎中有自铭为鼒的，圆形，平底，三蹄形足，常与铜匕共出。是春秋战国时期出现的一种供盛牲的青铜礼器。



鼒

【升鼎】 即“鼒”。

【鼏(yū余)】 鼎的自铭。在出土的青铜鼎中有自铭为鼏的，是一种圆形、三足、带盖的大鼎，出现于春秋时期，当为大鼎的一种特称。

【鼐(qí其)】 鼎的自铭。在传世的方形铜鼎中有自铭为鼐的，为商代至西周前期的青铜礼器。

【带盘鼎】 鼎的一种特殊形制。出现于商代至西周时期。青铜制。圆口，浅腹，圜底下附三鸟兽形扁足或柱状足，并在口沿上铸有双直耳，于三足中部连有一圆形浅盘用作炭盆，可盛木炭烧火，盘底多有镂孔能用以通风和漏灰，是炉具与鼎相结合的一种炊具形制，类似于火锅。

【双层鼎】 鼎的一种特殊形制。出现于西周时期。青铜制。圆口，双直耳，深腹，圜底下附三柱状足。腹内有隔层，将鼎腹分为上下两层，上层用于烹饪食物；下层腹壁纹饰镂空，正中开口，供添燃料，用作炉具。是鼎、炉联为一体的炊具形制，同于火锅。

【鬲(lì力)】 也称“甗”、“甑”、“镉”。炊具。初为陶制，形状似鼎，而底部分裆，呈三条空心的乳状袋足，可使受热面积加大。《汉书·郊祀志》谓鼎之“空足为鬲”，足空则水下注易热，能尽快将食物煮熟。是新石器时代晚期出现的一种炊具。商代始用青铜铸造，形制与陶鬲相同。也有在口沿上铸双直耳的。西周铜鬲有的作成方形四足，并出现形制特殊的连炉鬲。春秋战国时期随着炉灶的发展与普遍使用，鬲的袋足由高变矮逐步退化而衰落，至汉代鬲即绝迹，被釜等所取代。还有自铭为“鎣”的。

【甗】 即“鬲”。《说文》：“甗，鬲或从瓦。”

【甑】 即“鬲”。

【镉】 即“鬲”。青铜鬲有自铭为鎣的，或写作镉。

【鎣(yíng营)】 鬲的自铭。在陕西宝鸡曾出土一件西周时期的青铜鬲，器身如鬲，但有盖与鋬，在盖、鋬之间有铜链相连，并自铭为鎣，是鬲的一种特殊形制。

【连炉鬲】 鬲的一种特殊形制。出现于西周时期。青铜制。鬲身作长方形，双直耳，四兽形足，腹部分为上、下两层，中间有隔。上层为炊具，下层为鬲炉，呈小屋形，正面中间设门两扇可开合，供添炭烧火之用；两侧及后壁置窗，窗棂镂空用以出烟；底部有方形镂孔可通风和漏灰，是炉、鬲联为一体的一种炊具形制，类似于火锅。

【鬶(guī归)】 炊具。陶制。口部有流，颈腹间有鋬，底部分裆呈三空心足与鬲相似。出现于新石器时代晚期，是大汶口文化和山东龙山文化的一种典型炊具。最近在我国东部及东南地区也有发现。

【陶甲(jiǎ甲)】 炊具。陶制。圆口，深腹，有三条袋状空心足，形状似鬲而底不分裆。是出现于新石器时代晚期的一种炊具。

【甑(zèng 赠)】 炊具。常与鬲、釜结合使用，相当于现在的蒸笼。初为陶制，出现于新石器时代，形状似盆，口大底小，于底部有若干小圆形镂孔，供蒸汽通入甑内将食物蒸熟。商周时出现了用青铜制的，多为圆形双耳，也有作方形的。



铜甑

【甗(yǎn掩)】 炊具。即甑与鬲相结合的一种炊具形制，类似于现在带笼屉的蒸锅。初为陶制，出现于新石器时代晚期，有鬲、甑联为一体或分体等两种。商代始

用青铜制作，多呈圆形，也有形制特殊的长方形三联甗。西周至春秋时期的铜甗有作方形的。联体甗多在鬲、甑之间另作一带镂孔的活动箅子。至汉代随着鬲的消失，甑即与釜配套使用。

【三联甗】 甗的一种特殊形制。在商代妇好墓中曾出土一件青铜三联甗，甗身作长方体形，上有三个喇叭状的凸出圈口，体腔中空，平底，下附六足，在腹底及足部留有烟炱痕，当是在腹下烧火使用的遗迹。于甗身的圈口之上置有圆形双耳铜甑共3个，可同时用以蒸3种不同的食物，相当于现在带有多层笼屉的蒸锅。

【锭(dìng定)】 炊具。一种蒸锅。《正字通·金部》："锭，荐熟物器，上环以通气之管，中置以蒸饪之具，下致以水火之齐，用类甗。"形状似一圆形带盖的三足鼎，中心有一中空透底的圆柱形管，由器盖中间的圆孔通出，类似当今的汽锅。

【汽柱甑】 炊具。青铜制。出现于商代，在妇好墓中曾出土一件，名为"好汽柱甑形器"。为一外形似甑，器底中心有一圆管形汽柱，中空透底，柱顶作花朵形，当中有4个瓜子形镂孔，可使蒸汽由器底通过汽柱进入器内，扣上器盖则可使蒸汽压力增加，使食物尽快蒸熟。供置于鬲上配套使用。类似于锭和现在的汽锅。

【镬(huò货)】 炊具。即双耳圜底大口锅。铜或铁制。《淮南子·说山训》："尝一脔肉而知一镬之味。"高诱注："有足曰鼎，无足曰镬。"镬，出现于战国时期，自魏晋以后即改称为锅，一直沿用至今。现在南方地区仍有称锅为镬的。参见现代炊具中的"锅"。

【锔(xuān宣)】 炊具。铜制，盆形，平底，多附有双环耳。流行于魏晋时期，为一种供温酒兼烹饪用的平底小铜锅。

【铛(chēng)】 也称"鎗"。炊具。《集韵》："铛，釜属。通作鎗。"《广韵》："鎗，鼎类，楚庚切。"《通俗文》："鬴有足曰铛。"其说不一。今多指用金属制作的一种供烙饼用的平底锅为"铛"，或称为"饼铛"。

【鎗】 即"铛"。

【鏊(ào傲)】 也称"镙"、"饼鏊""烙锅鏊"。俗称"鏊子"、"鏊盘"。流行于汉唐时期。铁制，圆形，平底，供烙饼之用，至今沿用。《正字通》："鏊，今烙饼平锅曰饼鏊。亦曰烙锅鏊。"《说文句读》："鏊，面圆而平，三足，高二寸许，饼鏊也。"唐张鷟《朝野佥载》："(魏光乘)目舍人杨伸嗣为'热鏊上猢狲'。"段成式《酉阳杂俎·续集四》作"热镙"。现在多称为鏊子、平鏊或云板。

【饼鏊】 即"鏊"

【烙锅鏊】 即"鏊"。

【镙】 即"鏊"。

【鏊子】 "鏊"的俗称。

【鏊盘】 "鏊"的俗称。

【炉盘】 炊具。出现于春秋时期。青铜制，圆形，浅腹，平底，腹部铸二链环耳，下附圜形底座，座上有10根弯曲兽首衔环状支柱承托盘底，供放在炙炉上烙烤食品之用，相当于现在的烤盘。

【铫(diào掉)】 也称"銚"。炊具。出现于西汉时期。多用陶或金属制作，为一种有流、有柄的小型炊具，供煎茶、烧水或煎药之用。《急就篇》："铜锺鼎铛锔铫铫。"吴均《饼说》："然以银屑，煎以金铫。"苏轼《试院煎茶》诗："且学公家作茗饮，砖炉石铫行相随。"白居易《村居寄张殷衡》诗："药铫夜倾残酒暖，竹床寒取旧毡铺。"今称为吊子。

【銚】 即"铫"。清朱骏声《说文通训定声·小部》："今苏俗煎茶器曰吊子。即此銚字。"

【镳(jiāo交)斗】 炊具。流行于汉及魏晋时期的一种小型炊具。铜或铁制。似带有长柄的盆、锔下附三足的形状，也有带流或将柄首作成兽头形的，能容一斗，故称为镳斗。可供温羹和为一人炊煮饭食之用。《急就篇》："锻铸铅锡镫锭镳。"注："镳，谓镳斗，温器也。"宋王应麟补注谓即刁斗。宋赵希鹄《洞天清录集·古镫鼎彝器辨》则说："刁斗无足，镳斗有足。"二者并非雷同。


镳斗

【刁斗】 炊具。流行于汉及魏晋时期，多供军中白天烧饭，夜晚打更之用。铜制，形似镳斗而无足，可容一斗，故称刁斗。《史记·李将军列传》："不击刁斗以自卫。"《汉书补注》："刁斗，以铜作镳，受一斗，昼炊饭食，夜击持行夜，名曰刁斗。"为供军中击之巡夜，故刁斗无足。

【坩(gān甘)】 炊具。即瓦锅。

【鐎(piě)】 炊具。专供烧盐用的锅。

【烧酒锅】 供蒸馏酒用的烧锅。蒸馏酒，即现在所说的烧酒，起源于何时众说纷纭，多认为是元代自海外引进的一种制酒方法。在国内出土的文物中，曾发现有金代的铜烧酒锅，是由上下套合的两个部分构成。上部为冷却器，呈圆筒状，底内凹作穹窿形，在筒壁近底处置有一通出体外的排水流；下部是烧锅，圆形，敛口，鼓腹，圜底。口沿作双唇凹槽，为汇酒槽，并在酒槽置一通出体外的酒流。在烧锅内可盛适量的水，于水面之上近锅腹处置一箅，箅上装酿酒坯料。蒸酒时将冷却器严密扣合在烧锅上，内注冷水，用活塞堵住排水流，酒蒸汽上升至穹窿底即被冷却成液体酒，顺穹隆底壁汇入酒槽，经酒流流出体外注入盛酒器中。为保持冷却作用，可随时将排水流活塞拨开，排出热水，更换凉水。

【鼎俎】 即古代对割烹用具的一种泛称。《国语·周》："陈其鼎俎，净其中冪(冪mì，遮盖食物用的巾)，敬其祓除，体解节折而共饮食之。"《韩诗外传》："伊尹，故有莘氏僮也，负鼎操俎调五味而立为相。"

【俎(zǔ组)】 也称"俎"、"斮"。炊杂具。即切肉用的砧板。《史记·项羽纪》："如今人方为刀俎，我为鱼肉。"

在商周至春秋战国时期，俎也用作祭祀、宴享时陈置牲口的礼器，为青铜或木制，同长方形两端有足的几、案形状。

【俎】 即"俎"。《隶释·鲁相韩敕造孔庙礼器碑》："爵鹿俎桓。"

【脊】 即"俎"。《仪礼·特牲馈食礼》："宗人告祭脊。"郑玄注："脊，俎也。"

【梡(kuǎn款)】 炊杂具。带有四足的案板，用以切肉、菜和制作面食。《礼记·明堂位》："俎，有虞氏以梡。"郑玄注："梡，断木为四足而已。"在汉代画像石中见有庖人伏梡切菜、擀面的图像，唐宋以后即称为案板。

【鸾刀】 也称"銮刀"。炊杂具。供祭祀割牲用的一种柄端带铃的刀，也作为厨刀使用。《诗·小雅·信南山》："执其鸾刀，以启其毛，取其血膋。"孔颖达疏："鸾即铃也。谓刀环有铃，其声中节。"潘岳《西征赋》："雍人缕切，鸾刀若飞。"唐宋以后即称用以烹割的刀为厨刀。

【銮刀】 即"鸾刀"。张衡《东京赋》："执銮刀以袒割。"

【铲(chǎn产)】 炊杂具。烤肉串用的穿肉签子。韩愈《赠张藉》诗："试将诗义授，如以肉贯铲。"北魏贾思勰《齐民要术·炙法第八十》："以竹铲铲之。"

【铉(xuàn渲)】 炊杂具。用以举鼎的鼎钩，青铜制，弯钩状，供提鼎之双耳。《易·鼎》："鼎黄耳金铉。"孔颖达疏："铉，所以贯鼎而举之也。"

【籔(sǒu叟)】 也称"炊篾"、"溲箅"。炊杂具。用以淘米的溲箅。《说文》："籔，炊篾也。从竹，数声。"段玉裁注："本漉米具也。既浚乾则可以炊矣。故名炊篾。即今之溲箅也。"《方言》："炊篾谓之缩，或谓之篹，或谓之䉛簄。"注："缩，漉米篾也。"

【炊篾(áo敖)】 即"籔"。《说文》："篾，漉米籔也。从竹，奥声。"

【溲箅】 即"籔"。

【马杓】 炊杂具。指以木或铁制的长柄大杓，或称铁马杓。木制者多用以盛饭、舀水及酒；铁马杓可用于烹炒菜肴等。古人多以"马"字形容较大的物，如《尔雅·释虫》："蜩之最大者为马蜩。"李时珍《本草纲目》："凡物大者以马名之……。"所以大的杓则称为马杓。在元曲中即见有此名。《渔樵记》三："笊篱、马杓，败缺也换那！"如今在河北地区仍称为马杓。

【筅(xiǎn显)帚】 炊杂具。即用以洗涤釜甑等的竹制炊帚。在汉代画像石中即见有庖人用筅帚刷锅的图像。

【箅】 也称"箪"。炊杂具。即垫在甑底上的竹席，以防蒸饭时米落入釜中。相当于现在的笼屉布。《急就篇》三："笔箘筱筥篾箅簟。"注："箅，蔽甑底者也。"

【箪(bēi杯)】 即"箅"。《世说新语·夙惠》："太丘(陈寔)问：'炊何不馏？'元方、季方长跪曰：'大人与客语，乃俱窃听，炊忘箸箪，饭今成糜。"

【铜枓(zhǔ主)】 也称"漏铲"。炊杂具。青铜制。在江西靖安县曾出土一件春秋时期的铜枓，长46.5厘米、宽24.3厘米，呈长方形簸箕状，后端有八棱形粗柄，柄中空，后面有孔可装把。枓底及两侧壁上有排列规整的方形漏孔，为铲炭器。

【漏铲】 即"铜枓"。

【澄滤器】 炊杂具。陶制，形如盆、钵，腹内壁有凹槽多条通向器底，有口部置短流者。出现于新石器时代晚期，供研磨植物块根制作淀粉之用。

【饸饹床】 也称"饸饹车"。炊杂具。供压制饸饹。木制。床体由一根前方后圆的长条形木棒与一根圆柱状压杆构成，顶端有二支撑足，上置一木架与压杆相连使之可上下活动。靠近木棒前方凿有一圆形穿孔，在压杆与之相对的位置上设有一可插入圆形穿孔的木柱，长短与孔的深度相当，在孔底钉有一铜或铁片，片上有分布均匀的小圆形透孔，把和好的面放入其内，插好木柱，即可将压杆下压挤出饸饹。

【饸饹车】 即"饸饹床"。

【石磨盘、棒】 炊杂具。石制。出现于新石器时代早期。在河北武安县磁山遗址曾出土一套磨盘与磨棒，皆由较粗的青石制成。磨盘平面呈鞋形，前端较尖，后端弧圆，盘底四角有四方形足。盘长52厘米、宽21.5厘米。磨棒一端圆尖，一端平齐。棒长33.5厘米、最大直径5.5厘米。是最初使用的脱粒和除去谷壳的器具。

【杵臼】 炊杂具。杵多为木制的棒；臼以石凿成内凹的形状。《易·蝡辞》下云："断木为杵，掘地为臼。"多用以舂米、捣药，也作为古代制作粉饘的器具。

【柳罐(guàn贯)】 炊杂具。用柳条编成的斗状汲水器。即舀斗。北魏贾思勰《齐民要术·三·种葵》："井别作桔槔、辘轳、柳罐，令受一石。"

【枓】 炊杂具。即用于舀水的勺子。多为木制，也有以铜、铁制的。《礼·丧大记》："浴水用盆，沃水用枓。"《史记·张仪传》："乃令工人作为金斗。"唐司马贞《索隐》："凡方者为斗，若安长柄，则名为枓，音主。"《说文》："枓，勺也。"参见"勺"。

【桶】 炊杂具。木制，呈圆柱形，用以盛水或盛盐豉、调料等。汉史游《急就篇》："椭杅槃案栝筩盌。"唐颜师古注："椭，小桶也，所以盛盐豉。"《五灯会元》："师一日入厨，看煮麸次，忽桶底脱。众皆失声曰：'可惜许'。"

【椭(tuǒ妥)】 炊杂具。即小桶。参见"桶"。

【水梢】 炊杂具。即水桶。用以挑水。宋《君山铁梢款》："孟府十位铸到铁梢壹样贰只，各重仟斤。"清陆增祥跋："梢即桶也。今中州人犹呼桶为梢。"

【阁】 炊杂具。贮藏食物的活动橱柜，供陈放做好的菜肴和待烹食品。《礼记·内则》："大夫七十而有阁。"郑玄注："阁以板为之，庋食物也。"在汉画像石庖厨图中所见到的阁，是由方形四足的案叠置而成，案的多少

可随烹饪的需要而增减，摞成柜状。

餐具


碗

【碗】 也称“盌”、“椀”、“椀”、“桅”、“槶”、“甒”、“榶”。古今餐具。出现于新石器时代，沿用至今。一般作圆形，呈口大底小下附圈足的形状。供盛饭、菜、汤、酒各类食品，主要用于吃饭，并兼作喝茶、饮酒以及舀水、扯面之器。初为陶制，以后历代多普遍盛行烧制瓷碗，并用金属、玉石、瑠璃、漆木等多种原料制作。随着碗的品种、质地、形制与用途的日益多样化，则出现了饭碗、茶碗、汤碗、品碗、大海碗、小酒盅，以及金碗、玉碗、搪瓷碗等多种专名。在古时，因地区方言的不同，碗又有许多别称。《说文》：“碗，小盂也。”《方言》：“盂，宋楚魏之间或谓之盌”。又曰：“碗谓之盂，或谓之铫锐，或谓之榼。椀谓之甒，又谓之甑。”

【甒】 即“碗”。

【盌】 即“碗”。

【椀】 即“碗”。

【榼】 即“碗”。

【铫锐】 即“碗”。《方言》：“碗或谓之铫锐。”

【甒(huī，又读若huì)】 即“碗”。《说文》：“甒，小瓯也。从皿、有声。读若灰。一曰若贿。”

【槶(qiáo桥)】 即“碗”。

【榶(táng堂)】 即“碗”。《荀子·正论》：“故鲁人以榶，卫人用柯，齐人用一革。土地形制不同者，械用备饰不可不异也。”杨倞注：“方言云碗谓之榶，盂谓之柯。”按今本《方言》第五：“碗谓之榼，盂谓之柯。”


盂

【盂】 也称“杅”、“柯”、“槶”、“盞盌”。餐具。出现于新石器时代。沿用至春秋。初为陶制。形状似碗而腹深底部较大，供盛饮食进餐之用。商周时出现了精致的青铜制品，多铸出双耳，也有少数将器身做成方形的，作为礼器供祭祀、宴享盛饭、盛酒之用。盂在古时因地区方言不同又有一些其它称谓。《方言》：“盂，宋楚魏之间或谓之碗。”又曰：“盂谓之柯。宋楚赵魏之间或谓之槶，河济之间谓之盞盌，亦谓之铫锐。”

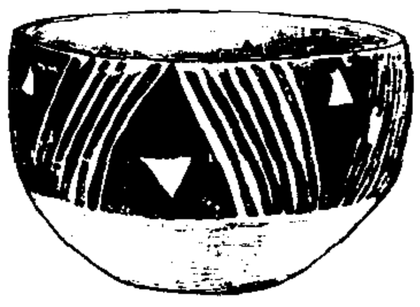
【杅(yú鱼)】 即“盂”。《仪礼·既夕礼》：“两敦、两杅、盘匜。”

【柯】 即“盂”。

【槶(zěn，又读jīn)】 即“盂”。

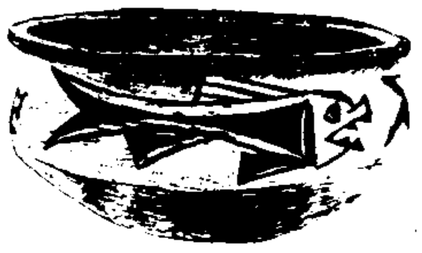
【盞盌(ān cán安残)】 即“盂”。

【钵(bō波)】 也称“鉢”、“盋”。餐具。出现于新石器时代。初为陶制，圆形，敛口，圜底或小平底。形似大碗而无圈足，供盛饮食进餐之用。以后历代钵的制作数量较少，有用金、银、铜及水晶等材料做成的精致用品，供作容器或宗教法器使用，成为僧侣化缘专用的食具。


钵

【鉢(bō波)】 即“钵”。

【盋(bō波)】 即“钵”。


盆

【盆】 也称“盎”。餐具。出现于新石器时代。初为陶制。一般多呈圆形、敞口、卷唇、曲腹、平底的形状。供盛饮食进餐之用。以后历代盆的应用范围不断扩大，形制、质地与品种也日益增多。可供盛饭、盛汤用作餐具，也能用以和面、洗菜作为炊事用具，还能当成舆器洗澡、洗衣以及用于养花等。故盆的用途沿用至今已多样化，而出现了以资区别的饭盆、汤盆、面盆、浴盆等许多专用名称。

【盎(àng)】 即“盆”。《说文》：“盎，盆也。”段玉裁注：“《释器》盎，谓之‘缶’。注云盆也。”一说盎、缶是一种腹大口小的盛器，与盆的形制、用途有别。《急就篇》卷三：“甄缶盆盎罂壶。”颜师古注：“缶、盆、盎，一类耳。缶即盎也。大腹而敛口，盆则敛底而宽上。”古写盎也作“瓮”。

【瓮(àng)】 见“盎”。

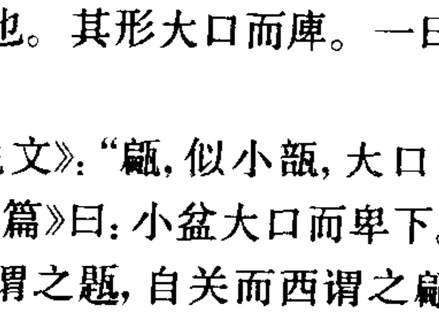
【缶】 见“盎”。

【瓯(ōu)】 即小盆。《说文》：“瓯，小盆也。”《急就篇》卷三颜师古注：“瓯瓯，瓦杅也。其形大口而庳。一曰：瓯，小盆也。”

【瓿(pīn)】 即小盆。《说文》：“瓿，似小瓿，大口而卑下，用食。”段玉裁注：“《玉篇》曰：小盆大口而卑下。”《方言》：“瓿，陈魏宋楚之间谓之甀，自关而西谓之瓿，其大者谓之瓯。”瓿为供盛食进餐用的一种较小的盆。《淮南子·说林训》：“狗彘不择瓿瓯而食。”《楚词·七谏》：“瓿瓯登于明堂兮。”

【甀(dǐ坻)】 即小盆。《太平御览》引《方言》曰：“瓯瓿陈魏宋楚之间谓之甀。”注云：“今河北人乎小盆为甀子。”又引《通俗文》曰：“小瓯曰甀”。

【甈(dàng荡)】 即大盆。《说文》：“甈，大盆也。”杨雄《酒箴》：“为甈所辗。”


豆

【豆】 也称“桓”。餐具。出现于新石器时代，沿用至魏晋南北时的北朝。初为陶制。形状似高足盘。器身上部为一圆盘，下附一细长豆柄呈喇叭筒形作为高圈足，供盛菜肴用以进餐。

商周秦汉时期仍多用陶制，并出现精致的铜、漆制品，供盛菹醢，用作祭祀、宴享的礼器，多数成圆形带盖状。在出土的战国漆豆中也见有将豆盘做成方形，或耳杯形状的。《说文》："豆，肉食器也。"《隶释·鲁相韩敕造孔庙礼器碑》："爵鹿柤桓。"《诗经·大雅·生民》："于豆于登。"《尔雅·释器》释为："木豆谓之桓。竹豆谓之笾。瓦豆谓之登。"《仪礼·公食大夫礼》："实于镫。"郑玄注曰："瓦豆谓之镫。"

【桓】　即"豆"。《玉篇·豆部》："木豆谓之桓。"

【登】　指陶豆。《尔雅·释器》："瓦豆谓之登"。

【镫】　指陶豆。郑玄注《仪礼·公食大夫礼》曰："瓦豆谓之镫。"

【杯豆】　豆的一种特殊形制。即做成耳杯形状的豆盘。1957年在河南信阳战国墓中曾出土有木雕黑漆朱绘云纹的杯豆。

【笾(biān边)】　豆的一种。《说文》："笾，竹豆也。"《汉书·礼乐志》："嘉笾列陈，庶几宴享。"《周礼·天官·笾人》："掌四笾之实。"在古时笾是供盛果脯类食品用于祭祀和宴享的一种礼器。在出土文物中也见有以铜制的。

【簋(suǎn，又读zuǎn)】　笾类礼器。《礼记·明堂位》："荐用玉豆雕簋。"青铜制，形如笾、豆。通体镂刻透雕纹饰。供盛果脯用于祭祀和宴享。参见"笾"、"豆"。

【盘】　也称"槃"、"鎜"、"柈"。古今餐具。出现于新石器时代，沿用至今。初为陶制，多呈圆形，浅腹，平底附矮圈足状。供盛饮食用以进餐。以后盘的形制、质地与品种日益增多，其应用范围也逐渐扩大，除主要用作餐具之外，也做承盘使用。商周时期以青铜铸造的盘类，即作为礼器供祭祀、宴享时洗手之用。《说文》："槃，承盘也。从木，般声。鎜，古文从金。盤，籀文从皿。"段玉裁注："承盘者，承水器也。古之奠手者，以匜沃水，以槃承之，故曰承盘。今字皆作盘。"至汉武帝时还作栢梁铜柱承露盘用承甘露。这类承盘此后多以铜、铝、漆木、搪瓷、玻璃以及塑料等制作，个体较大，多用以盛放茶具、果品，或承托餐具、酒具端送饮食之用。并出现茶盘、果盘、托盘之类的专名以资区别。用作餐具的盘类，以后历代多普遍盛行用瓷盘，也有以玉石、琥珀、琉璃、水晶、搪瓷、金、银、铜、铝等制作的精致用品，并根据其盛放鱼、肉、汤等各类菜肴的需要，而做成圆形、方形、椭圆形等多种形制与大小深浅尺寸不同的各种规格，分别予以专用名称，如现今的平盘、腰盘、条盘、高脚盘及暖盘等。


盘

【槃】　即"盘"。《说文》："槃，承盘也。"

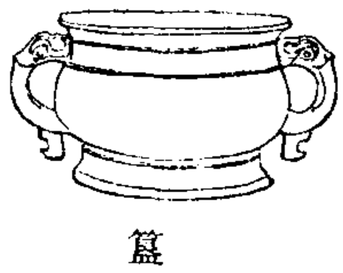
【鎜】　即"盘"。

【柈】　即"盘"。《南史·刘穆之传》："穆之乃令厨人以金柈贮槟榔一斛以进之。"

【暖盘】　也称"温碗"。是一种形制较为特殊用以保温的古盘、碗类餐具。多用铜或瓷制，由一圆盘与一外形似豆或大碗的深腹、带盖、多附有双环耳的温器所组成。器口与盘径相吻合。使用时先在器内注入热水，再将盛有菜肴的盘置于其上，加盖、提取双耳端送入席，供冬季就餐保温之用，属于比较讲究的一种高级餐具。明清时多为上层社会所使用，民间一般罕见。

【温碗】　即"暖盘"。

【簋(guǐ鬼)】　餐具。出现于新石器时代，沿用至战国时期。初为陶制，圆形，敞口，深腹，圜底附圈足，供盛饭食用以进餐。商周时出现了精致的青铜制品，作为礼器供祭祀、宴享之用，多铸为圆形带双耳的形制，也有四耳、带盖，或在底部做出方形器座的。《礼经释例》："凡盛黍稷之器曰簋、曰敦。盛稻粱之器曰簠。"战国以后簋即逐渐消失，而由碗类餐具所取代。簋字在金文中也作"毁"、"甗"、"轨"、"匭"、"朹"。


簋

【毁】　即"簋"。

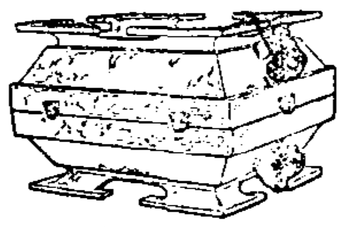
【甗】　即"簋"。

【轨】　即"簋"。

【匭】　即"簋"。

【朹】　即"簋"。《说文》："朹，也古文簋。"段玉裁注："簋以木为之，故字从木也。"

【簠(fǔ斧)】　餐具。出现于西周时期，沿用至战国。青铜制，器身上部为一浅腹圆盘，下附一喇叭筒状高圈足，为形状似豆，而圈足柄部较粗的一种青铜礼器，供盛饭食用于祭祀和宴享。《礼经释例》："盛稻粱之器曰簠。"然而过去对簠的形制问题，早在东汉时期即已不太清楚，许慎《说文》："簠，黍稷圆器也。"而郑玄注《周礼·舍人》则云："方曰簠，圆为簋。"以后，宋代的一些学者也就把古代礼器中方形的簋释为簠，故长期以来多误将圆形的簠说成是豆，而把簋当成了簠，一直以为簠是方形，直到1977年在陕西扶风县发现一件西周晚期自铭为"白公父簋"的长方斗形青铜器后，才终于澄清了簋、簠二器的形制，确定簋为方斗形，并且在以往出土的这种圆形的簠上，多自铭为"筐"、"甫"、"匰"、"铺"，同簠的音形极近，故可以肯定许慎的簠为圆器之说，从而纠正了过去以为簠是方形的错误认识。


簠

【筐】　见"簠"。

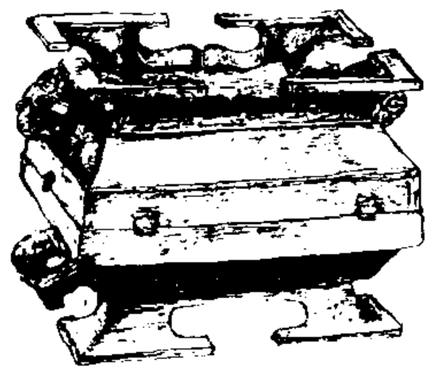
【甫】　见"簠"。

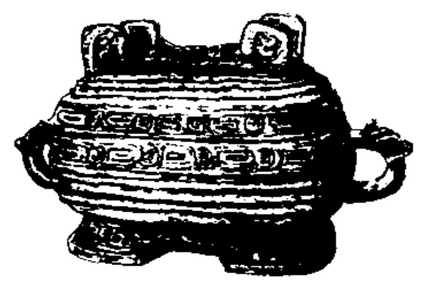
【匰】　见"簠"。

【铺】　见"簠"。

【簋(gǔ股)】　餐具。出现于西周时期，沿用至战国。青铜制，长方斗形，口大，底小下附方圈足，带盖，有双耳，盖与器身的形制、大小相同，可相互扣合，也能分作

二器使用。供盛饭食用作祭祀、宴享的礼器。在金文中簋也作"匜"、"盨"。参见"簠"。


簋


盨

【盨】 见"簋"。

【匜】 见"簋"。

【盉(xǔ许)】 餐具。出现于西周至春秋时期。青铜制,形状呈椭圆形,敛口,鼓腹,底部附椭圆形圈足,带有双耳及盖。用作礼器供祭祀、宴享盛饭食之用。

【敦(duì对)】 餐具。出现于春秋至战国时期。青铜制,由器盖、器身两部分组成,二者的形制、大小相同,均作圆形,圜底或附有三足的形状,合在一起呈圆球体形,分之可作为二器使用。供盛饭食用作祭祀、宴享的礼器。《礼经释例》:"凡盛黍稷之器曰簋,曰敦。"至汉代敦即被盒类餐具取代。

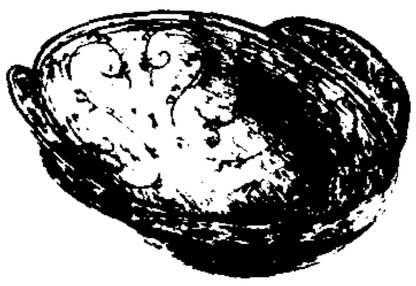
【盒】 餐具。用以盛食进餐,是由敦发展演变而成的一种古代餐具,相当于饭盒。出现于战国晚期,盛行于汉代,多以漆制,呈圆或方形,器与盖有子母口供相合。以后盒的用途逐渐多样化,形制、质地与品种也日趋丰富,并按照其不同的形制与用途而出现了"副"、"多子盒"、"果盒"、"攒心盒子"等多种专用名称。

【副(hé禾)】 见"盒"。为一种内部分为多格的盒类。出现于汉末至南北朝时期,用于盛果脯类食品,多为瓷制,有圆形或方形两种形制。以后历代多用漆木、金、银、铜等制作,形制多样,并称为"果盒"、"攒心盒子"。

【果盒】 见"盒"。

【攒心盒子】 见"盒"。

【多子盒】 见"盒"。


耳杯

【耳杯】 也称"杯"、"桮"。餐具。出现于战国,盛行于汉代,沿用至魏晋时期。多为漆木或铜制,为椭圆形,呈腹部内凹在口沿两侧各附一扁长耳的形状。多用以盛羹及菜肴作为餐具使用,也兼作饮器用于喝酒。其用途与碗、盘类相同。但在过去的词书中多将耳杯释为古代饮器,并称为"羽觞",然而在出土的耳杯中有些则书以"羹杯"、"君幸食"等文字来表明它是用以进餐的器皿,有的内部还绘制鱼的图像,或在出土时还盛有鱼骨,也有在耳杯下附加一高足做成杯豆形制用作豆类使用的餐具,而且还发现一些汉代的染炉与耳杯配套一同出土,并见有于耳杯内另设一活动的带有许多小圆孔的椭圆形箅者,可在箅上盛以豉酱等佐料再将耳杯置于染炉上加温供蘸食之用,有如现今的吃涮锅,所以在古时耳杯主要是供盛饮食进餐用的。

【杯】 即"耳杯"。

【桮】 即"耳杯"。

【铏(xíng邢)】 餐具。为古代用以盛羹供祭祀、宴享使用的一种礼器。《说文》:"铏,器也。"《礼经释例》:"凡实羹之器曰铏。"《仪礼·公食大夫礼》:"宰夫设铏四于豆西。"郑玄注:"铏,菜和羹之器。"《三礼图》曰:"铏以盛羹。受一升,口径六寸,有足高一寸,有两耳盖。"

【匕(bǐ比)】 餐具。出现于新石器时代。初为骨制,呈长条形,多做成头部扁薄略宽,后部为方或圆柱形柄的形制。供摄取食物进餐之用。商周时以青铜制作,形制初与骨匕相似,后多制成头部扁圆略尖微凹,柄部扁长或直、或屈并饰以镂刻花纹的匙形,其自身铭文仍称为匕。《说文》:"匕亦所以用比取饭。一名柶。凡匕之属皆从匕。匙,匕也。"段玉裁注:"匕,即今之饭匙也。少牢馈食礼注所谓'饭挼'也。"《方言》:"匕谓之匙。"故匕在汉代即已改称为匙。如今所使用的羹匙、汤勺之类就是由匕演化而来的。匕是我国最古老的一种传统餐具,现在作为包饺子挑馅用的饺扁匙子,还多保留着最初的匕的形状。在古代用作礼器的匕,专称为"枇"、"柶"。也有将枇写作"朼"的。


匕

【饭挼】 见"匕"。

【柶(sì四)】 见"匕"。《仪礼·士冠礼》:"角柶。"郑玄注:"柶状如匕,以角为之,欲滑也"。

【枇】 见"匕"。木制。为古时用作礼器供祭祀时从鼎中取出牲体,或由甑甗中盛取饭食所使用的一种大木匙。《仪礼·士丧礼》:"乃枇载。"《礼经释例》:"出牲体之器曰枇。"在古代的祭祀中,丧祭用桑木枇,吉祭用棘木枇。

【朼】 见"匕"。《礼记·杂记上》:"朼以桑。"参见"枇"。

【匙】 古今餐具。《说文》:"匙,匕也。"是由新石器时代最初使用的餐具匕发展演变而来。现在所使用的匙类形制,出现在商周时期,初为铜制,匙形较浅。以后多用漆木、金、银、铜、铝、瓷与搪瓷等制作。匙多变深并发展成勺类,应用范围不断扩大,形制、品种日益增多,如今多称为匙或勺。但在古代匙是餐具,勺则为挹酒用的器具,二者形状类似,但名称不同,用途有别。匙在古文中也写作"鍉",用作饭匙的专称。用以舀汤的匙则称为"汤匙"。参见"匕"。

【鍉(chí迟)】 见"匙"。《后汉书·隗嚣传》:"牵马操刀,奉盘错匙,遂割牲而盟。"李贤注:"奉盘措匙而歃也。"

【汤匙】 也称"调羹"。见"匙"。

【调羹】 即"汤匙"。段玉裁注《说文·匙》:"今江苏所谓茶匙、汤匙也。亦谓之调羹。"参见"匙"。

【魁】　也称“羹魁”。餐具。出现于西周，沿用至六朝时期，多为木或铜制，为方形圆角，宽腹平底带柄的形状，柄有做成龙首形的，用以盛羹进餐。

【羹魁】　即“魁”。

【箸(zhù住)】　也称“楮”、“筯”、“饭敔”、“挟”、“筴”、“快儿”。古今餐具。由两根圆柱形，或前圆后方的小棍所组成。多用竹、木制作，也有以金、银、铜、铁以及象牙等制的，供夹取食物进餐之用。今多称作筷子。现在江南有些地方还仍称筷子为箸。《韩非子·喻老》：有“昔者纣为象箸而箕子怖”的记载，可知早在商代就已经有用象牙制作的牙箸，表明箸在此之前早已出现，并一直沿用至今，形制未变，成为我国最古老的一种传统餐具。

【楮】　即“箸”。《史记·绛侯周勃世家》：“景帝居禁中，召条侯(周亚夫)赐食，独置大胾，无切肉，又不置筯。”《汉书·周亚夫传》作箸。

【筯】　即“箸”。《世说新语·忿悎》：“王蓝田性急，尝食鸡子，以筯刺之不得，便大怒，举以掷地。”

【饭敔(jī机)】　即“箸”。《通俗文》：“以箸取物曰敔。”《说文》：“箸，饭敔也。”

【挟(jiā加)】　即“箸”。《礼记·曲礼上》：“羹之有菜者用挟，其无菜者不用挟。”郑玄注：“挟，犹箸也。今人或谓箸为‘挟提’。”

【挟提】　见“箸”。

【筴(jiā)】　即“箸”。《广雅·释器》：“筴谓之箸。”

【快儿】　即“箸”。陆容《菽园杂记·卷一》：“民间俗讳，各处有之，而吴中为甚。如舟行讳‘住’，讳‘翻’，以‘箸’为‘快儿’，‘幡布’为‘抹布’。”

【毕】　古今餐具。出现于新石器时代晚期，沿用至今。初为骨制，后以铜、铁或金、银等制作，呈叉状，顶端多分为二齿，或三齿以上，后附一柄，用以叉取食物进餐。今称为餐叉。《仪礼·特牲·馈食礼》：“宗人执毕。”郑玄注：“毕形如叉，盖为其似毕星取名。”《诗经·小雅·大东》：“有捄天毕。”笺云：“毕所以助载鼎实。”商周时期用作礼器的毕多以漆木制作，形体较大。《三礼图》曰：“毕似天毕，以载牲体。叶薄三寸，长八寸，柄长二尺四寸，丹漆两头。”《礼祀·杂记上》：“毕用梂，长三尺。”后代用以叉食进餐的毕，一般长8～20厘米左右。汉代也以毕贯肉作为弗来使用，当成烤肉串的炊杂用具。

【饭单】　也称“怀挡”。餐杂具。即餐巾。多以绸缎或布制作，呈方形，供进餐时别在胸前护衣。《南部新书》：“指坐上紫丝饭单曰：‘愿郎衫色如是’。”

【怀挡】　即“饭单”。清代宫廷中专供皇帝吃饭用。方形，以明黄绸缎绣制，一角带有扣攀，可套在衣扣上用以进餐。

【箸簞】　也称“”“箸筩”。简称“筩”。餐杂具。供盛筷子用的竹笼。今称筷筒。《说文》：“筩，宋魏谓箸簞为筩。”段玉裁注：“箸簞者，所以盛饭敔之簞也。”在汉代墓葬中出土的遣策上多将筷筒写作“箸簞”或“箸筩”。

【箸筩】　即“箸簞”。

【筩】　“箸簞”的简称。

【饭筩】　简称“筩”。餐杂具。用以盛饭的竹制筒箕或饭笸箩。《说文》：“筩，饭莒也，饭器容五升。”

【筩】　“饭筩”的简称。

【案】　餐杂具。木制。长方形附矮足，供盛放食物及餐具，也可用于端送进食的食物，相当于现今的短腿小餐桌或托盘。《后汉书·梁鸿传》：“(鸿)为人赁舂。每归，妻为具食，不敢于鸿前仰视，举案齐眉。”《事物纪原》：“有虞三代有俎而无案，战国始有其称，燕太子丹与荆轲等案而食是也。案盖俎之遗也。”

【饭床】　也称“舂台”。餐杂具。供吃饭用的餐桌。《元曲·冻苏秦》：“岂知你故人名望，也不问别来无恙，放下一张饭床，上面都没摆当。冷酒冷饭冷汤，看咱如何近旁。”

【舂台】　即“饭床”。《儒林外史》第二四：“管家捧上酒饭，鸡、兔、鸭、肉堆满舂台。”

【榃(yú余)】　餐杂具。木制的长方形承盘，供盛食物与餐具之用。《仪礼·既夕礼》：“设榃于东堂下。”

【簞(dān丹)】　餐杂具。竹或苇编制的一种圆形带盖的盛食器具。《礼记·曲礼上》：“凡以弓剑苞苴簞笥问人者。”郑玄注：“簞笥，盛饭食者，圜曰簞，方曰笥。”《论语·雍也》：“一簞食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回也不改其乐，贤哉回也！”

【簝(liáo，又读lǎo)】　餐杂具。竹制的盛肉笼。《周礼·地官·牛人》：“凡祭祀，共其中牲之互，其盆簝，以待事。”郑玄注引郑司农云：“盆、簝皆器名，盆所以盛血、簝受肉笼也。”

【舂盛盒擔】　也称“舂盛擔”。餐杂具。古代踏青春游或进行野祭时携带肴馔果品用的提盒类器具。《西园杂记》：“肴馔之具曰舂盘、果菜之器曰舂盛，又曰舂槅，曰擎。”舂盛，即舂盛盒擔，或称“舂盛食罍”。

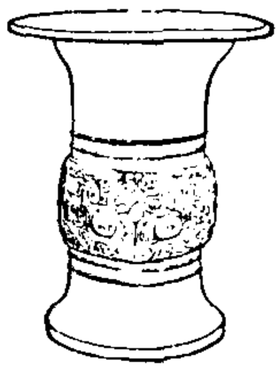
【舂盛擔】　即“舂盛盒擔”。

【舂盛食罍】　见“舂盛盒擔”。

【冰鉴(jiàn见)】　餐杂具。《周礼·天官·凌人》：“祭祀共(供)冰鉴。”郑玄注：“鉴如甀，大口以盛冰，置食物于中以御温气。春而始治之。”许慎《说文》：“鉴，大盆也。”按郑、许二人之说可知，冰鉴乃是古代以大口的瓮或盆贮存冰块供冷藏食品用的一种器具，作用类似现今的冰柜或冰箱。春秋战国时多用作礼器，以青铜铸造。多呈圆形大盆状，也有方形的。后代多用釉陶与瓷制作，至清朝末年还仍然使用。古时多在春季解冻之前将冰块取出藏于窖中，至暑天置于冰鉴内供冰制食品以及室内降温之用。在湖北随州发现的曾侯乙墓中，曾出土两件战国时期的方形带盖冰鉴，内置方壶，用以冰酒。

酒具

【尊】 盛酒器。盛行于商周时期。多以青铜铸造，呈圆形，侈口、鼓腹，带有高圈足的形状。也有作方形或有肩，带盖等其他形制的。用以盛酒，供奉献以待祭祀宾客之用，是古代仅次于鼎的一种重要青铜礼器。青铜尊是由新石器时代用作容器的陶尊演变而来。其铭文多称作尊彝，并无专名为尊者，尊的名称是宋代以后才拟定的，故在古时尊多用作盛酒器的共名，并将尊彝作为青铜礼器的泛称。漆制的尊古称为"概"，陶尊称"泰"。


尊

【概(gāi改)】 见"尊"。《周礼·春官·鬯人》："凡祼事用概。"

【泰(tài胎)】 见"尊"。《礼记·明堂位》："泰，有虞氏之尊也。"郑玄注："泰用瓦。"

【鸟兽尊】 盛酒器。尊的一种特殊形制。呈鸟兽状。盛行于商周至春秋战国时期。为青铜或木制，有象尊、虎尊、羊尊、枭尊与牺尊等多种形制。《梁书·刘杳传》："按古者樽彝皆刻木为鸟兽，凿顶及背，以出内酒。"现今所见出土和传世的鸟兽尊皆是青铜制的。

【牺尊】 盛酒器。鸟兽尊的一种呈牛形者。《诗经·鲁颂·闷宫》："牺尊将将。"《庄子》："百年之木，破为牺尊。"《淮南子·俶真训》："百围之木斩而为牺尊。镂之以刻凋，杂之以青黄，华藻鲜，龙蛇虎豹，曲成文章。"现今所见的牺尊皆为铜制。

【樽(zūn尊)】 盛酒器。出现于汉代。以青铜或陶瓷制作，有"酒樽"与"温酒樽"两类。用以盛酒和温酒。樽本作"尊"。汉代多写作樽或"罇"。以后樽、尊通用多作为盛酒器的共名。李白《行路难》："金樽清酒斗十千，玉盘珍羞直万钱。"

【罇(zūn)】 见"樽"。

【酒樽】 盛酒器。多以青铜、漆木或陶瓷制作。呈圆形，圜底，附三矮足似鼎的形状，用以盛酒，流行于汉、唐时期，过去多误将这类酒具称之为三足盆或鼎。1962年在山西右玉县出土了一批西汉河平三年造的铜酒具，其中似鼎形的这类酒具自铭为铜酒樽。另一种作圆筒状的铭为铜温酒樽。从而可知酒樽为汉代樽中的一种用以盛酒的酒具。《东观汉记》："王霸击贼作倡乐，贼射营中霸前酒樽，霸坐不动。"

【方彝】 盛酒器。青铜制，呈高方体形。直腹或曲腹，带盖，盖上有纽，盖与纽均作屋顶形状。为商周时期用以盛酒供祭祀、宴享用的一种青铜礼器。将它称为方彝是清代学者拟定的，并非这种器物的自铭，在古文献与铜器铭文中也没有方彝的称谓，而只见有彝或尊彝的名称。然而在《周礼》中虽有六彝之说，但是关于其形制在汉代即已弄不清楚。《尔雅·释器》只解释为："彝、卣、罍，器也。"郭璞注："皆盛酒尊，彝其总名。"故以后的金石学家多将不知其名的古代尊类酒具统称为彝，并以彝器、尊彝用作青铜礼器的代称。方彝一名就是根据这类铜器的形制而定的，并非其固有的原名。

【偶方彝】 方彝的一种特殊形制。为两个铜方彝并连的形状，有如一长方形建筑物。1976年在河南安阳商代妇好墓中曾出土过一件，由郭沫若先生定名为偶方彝。

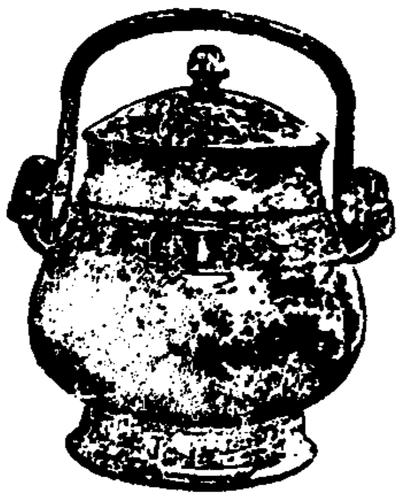
【觥(gōng弓)】 盛酒器。青铜制。多作椭圆或方体形，带有流、鋬及兽头形器盖，底附四足或圈足的形制。在出土的觥内多置有供酌酒用的小勺。为商代至西周中期的一种用以盛酒并兼作饮器使用的青铜礼器。《三礼图》："觥受七升以兕角为之。"故又称"兕觥"、"兕觵"。《说文》："觵，兕牛角，可以饮者也。从角，黄声。觥，俗觵，从光。"古时饮酒，兕觥也用作罚爵。《诗经·小雅·桑扈》："兕觥其觩，旨酒思柔。彼交匪敖，万福来求。"


觥

【兕(sì四)觥】 见"觥"。

【兕觵】 见"觥"。

【卣(yǒu友)】 也称"脩"、"中尊"。盛酒器。出现于商代，沿用至西周中期。青铜制，多呈椭圆形大腹，细颈，带盖，盖上有纽，并附有圈足及提梁的形制，也有作圆筒状、方体形或鸟兽形状，以及带有流者，是作为礼器专门盛一种名叫秬鬯(jù chàng)的香酒供祭祀用的。《诗经·大雅·江汉》："秬鬯一卣。"但在汉代即已不清楚古代卣的形制。《尔雅·释器》仅解释为："彝、卣、罍，器也。"晋郭璞注云："皆盛酒尊。"在出土和传世的青铜礼器中至今也未见有一件自铭为卣的。现在称作卣的这种器物，是宋代学者拟定的。


卣

【脩】 即"卣"。《周礼·鬯人》："庙用脩。"郑玄注："脩，读曰卣。卣，'中尊'也。"

【中尊】 即"卣"。参见"脩"。

【罍(léi雷)】 盛酒器。多以青铜制作，形似壶。多呈圆形，广肩，细颈，深腹，圈足，带盖与双环耳，并在腹下置有一鼻的形制；也有作方形的，是盛行于商周时期的一种青铜礼器，用以盛酒或水。《诗经·周南·卷耳》："我姑酌彼金罍。"《仪礼·少牢·馈食礼》："司空设罍水于洗东，


罍

有枓。”这类青铜器的自身铭文也有称作罍的。古时罍也有以木制的，《说文》：“櫑，龟目酒尊，刻木作云雷象，象施不穷也。罍，櫑或从缶；𣪘，櫑或从皿；靁，籀文櫑”。

【櫑】　见“罍”。

【𣪘】　见“罍”。

【靁】　见“罍”。



瓿

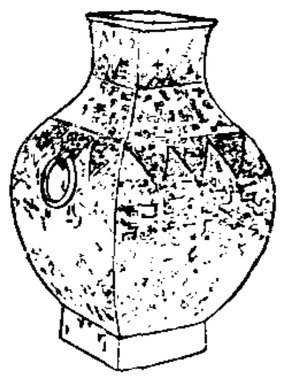
【瓿(bù，旧读作pǒu)】　盛酒器。青铜或陶制。多呈圆形，鼓腹，附有圈足，似罍而体略扁的形状；也有作方形或附有双耳的。盛行于商代。颜师古注《汉书·杨雄传》曰：“瓿，小罂也。”相当于现今的酒瓮。



壶

【壶】　盛酒器。多以青铜制作，圆腹，长颈，贯耳，带盖，有圈足的形制；也有作椭圆或方体形的。出现于商周，盛行于春秋战国时期。是由新石器时代用作容器的陶壶演化而来的一种用以盛酒的青铜礼器，也有以漆木或陶瓷制的。圆形的壶至汉代多称为“锺”；方形壶则称“钫”。以后历代所谓的壶，形制多样，品种、质地日益丰富，应用范围也不断扩大，故壶多用作盛液体的一种带有嘴和把容器的通称，并出现茶壶、水壶、酒壶等各种专用名称。

【锺】　见“壶”。《说文》：“锺，酒器也。”段玉裁注：“古者此器盖用以宁(贮)酒。故大其下小其颈。自锺倾之于尊，自尊勺之而入于觯，故量之大者亦曰锺。”锺的名称出现于春秋时期，初见于《左传·昭公三年》：“釜十则锺。”汉代盛行，多用以盛酒，也兼作量器使用。



钫

【钫(fāng方)】　见“壶”。《说文》：“钫，方锺也。”盛行于战国末至西汉初期，多用以盛酒，也兼作容器使用。

【缾(píng评)】　也称“钎”、“瓶”。盛酒器。今写作瓶。《说文》：“瓶，缾或从瓦。”初为青铜制。形似壶、罍，而颈短无足。古代壶与缾最初无区别，也有壶形器自铭为缾者，出现于商代，流行至春秋战国时期，作为礼器用以盛酒或汲水，是由新石器时代的陶瓶演变而来的。以后历代缾多以陶瓷烧制，也有用玻璃、塑料等制的，形制多样，应用范围不断扩大，一般多呈细颈、广肩、深腹的圆或方形，用于盛酒、饮料及油等。作固有形制似壶、罍带有双耳的瓶类，多用作陈列的装饰用品供插花之用。

【钎(xíng邢)】　即“缾”。《说文》：“钎似锺而长颈。”又“锺，酒器也。”《庄子·徐无鬼》：“其求钎锺也，以束缚。”陆德明释文引《字林》曰：“钎似小锺而长颈。”又曰：“似壶而大。”其形状类似现今的玻璃酒瓶。

【瓶(shāng伤)】　即“缾”。《广雅·释器》：“瓶，瓶也。”《方言》：“江湖之间谓之瓶。”

【瓻(chī吃)】　盛酒器。《广韵》：“瓻，酒器。大者一石，小者五斗。古之借书盛酒瓶。”邵传《闻见后录》：“借书一瓻，还书一瓻。”



罍

【罍(líng灵)】　盛酒器。青铜或陶制。呈侈口，束颈，圆肩，鼓腹，平底，无圈足，于肩部附有2～4个兽形耳的形状。属于壶、瓶一类。其铜器铭文为罍。盛行于西周至春秋时期，供盛酒之用。《说文》：“罍，瓦器也。”《玉篇》：“罍，瓦器。似瓶有耳。”



缶

【缶(fǒu否)】　盛酒器。青铜或陶制。腹大口小，带盖，盖与腹各有四环耳的形状，流行于春秋战国时期，用以盛酒或汲水。《左传·襄公九年》：“具绠缶，备水器。”《礼记·礼器》：“五献之尊，门外缶，门内壶。”《说文》：“缶，瓦器。所以盛酒浆，秦人鼓之以节歌。”段玉裁注：“门外缶大于一石之壶，五斗之瓦瓻。其大者也，皆可以盛酒浆。”在出土的铜缶中有自铭为“盥缶”与“尊缶”的。盥缶为汲水器，尊缶是专供盛酒用的。

【盥缶】　见“缶”。

【尊缶】　见“缶”。

【罂(yīng英)】　盛酒器。《说文》：“罂，缶也。”段玉裁注：“罂，缶器之大者。”《方言》：“自关而东赵魏之郊谓之瓮，或谓之罂。”为缶之较大者，类似现在的酒瓮。罂本作“罃”，也写作“甖”。

【罃】　见“罂”。

【甖】　见“罂”。

【瓶(wǔ五)】　盛酒器。陶制。形状似瓶，呈深腹小口，高颈，平底，带盖状。类似现在的酒坛。盛行于春秋战国至汉代。《仪礼·士冠礼》：“侧一尊瓶醴。”《三礼图》：“醴瓶以瓦为之，受五斗，口高二寸，径一尺六寸，中身瓮，平底，有盖。”《方言》：“瓶，罂也。周魏之间谓之瓶。”瓶本作“瓿”。

【瓿(wǔ)】　见“瓶”。

【罅(póu)】　盛酒器。即小缶。《说文》：“罅，小缶也。”段玉裁注：“许意缶罂一物也，故云罅小缶也。”

【罈(dān丹)】　盛酒器。青铜制，形似缶而侈口，无盖，圆腹。罈为铭文，不见于古代字书。在史籍中只有甔字。《广雅·释器》：“甔，瓶也。”《史记·货殖列传》：“酱千甔。”徐广云：“大罂缶。”但在传世的春秋时期名

曰"国差鑑"的青铜器上则有"铸西郭宝鑑四秉(把),用实旨酒"的铭文,当为盛酒用的青铜礼器。

【铭(mín敏)】 盛酒器。青铜制。形状似鑑,而直口带有圈足,肩部有二铺首衔环耳,为战国时期供盛酒用的礼器。铭是铜器铭文,不见于古代字书与文献记载。当属瓶、壶类酒具。

【區(ōu欧)】 盛酒器。青铜或陶瓷制。形似扁壶。铜器铭文自称作區。出现于战国时期,盛行于汉代。以后多称为"匾壶"、"酒鳖"。

【匾壶】 见"區"。

【酒鳖】 见"區"。林洪《山家清事·酒具》:"旧有偏提,犹今'酒鳖',长可五尺而匾。"

【榼(kē科)】 盛酒器。多以漆木制作。形状似盒,呈方体形,带盖。出现于春秋战国时期,盛行于汉至魏晋。《说文》:"榼,酒器也。"《左传·成公十六年》:"使行人执榼承饮。"刘伶《酒德颂》:"止则操卮执觚,动则挈榼提壶。"也兼作盛水或食物的容器使用。《淮南子·氾论训》:"霤水足以溢壶榼。"

【椑(pí皮)】 也称"椑榼"、"匾榼"、"偏榼"。盛酒器。为一种椭圆形榼类酒具。《说文》:"椑,圜榼也。"谢承《后汉书》:"陈茂为豫州别驾与刺史周敞行部到颍川阳翟,傅车有美酒一椑,敞勑载酒以行,茂取椑击柱破之曰:使君傅车榼载酒非宜。"

【椑榼】 即"椑"。

【匾榼】 即"椑"。

【偏榼】 即"椑"。

【鸱夷(chī yí吃仪)】 也称"鸱鹈"。简称"鸱"。盛酒器。即用皮革制作的革囊。《汉书·陈遵传》:"鸱夷滑稽,腹大如壶,昼日盛酒,人复借酤。"颜师古注:"鸱夷,韦囊,以盛酒。"苏轼《和赠羊长史》诗:"不持两鸱酒,肯借一车书。"现在新疆和内蒙地区的哈萨克族和蒙族牧民仍用革囊盛马奶酒。

【鸱鹈(yí)】 即"鸱夷"。

【鸱】 即"鸱夷"。

【经(京)瓶】 盛酒器。陶瓷制。呈小口,短颈,广肩,长腹的高瓶形制。为宋元时期流行于我国中原与北方地区的一种瓶类酒具。在瓶的腹部多饰白地黑花,并见有书写"清沽美酒"的。宋代称为经(京)瓶,经字含有瘦长的意思。现在多将瓷胎者称"梅瓶",缸胎者称"鸡腿坛"。

【梅瓶】 见"经(京)瓶"。

【鸡腿坛】 见"经(京)瓶"。曾在内蒙发现一件元代黑釉缸胎鸡腿坛,于肩部刻有"葡萄酒瓶"四字。

【鸡冠壶】 也称"马镫壶"。盛酒器。多以陶瓷制作,也有用金、银、铜等贵重金属制作的,形似革囊,多呈扁圆体形,因在其上部作有鸡冠状鼻供穿绳索之用,故名。为辽代契丹族在游牧生活中用以盛酒便于携带的一种酒具。

【马镫壶】 即"鸡冠壶"。因其外形似马镫,故名。

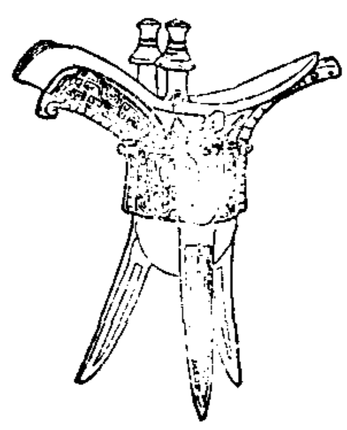
【注子】 也称"偏提"。盛酒器。出现于晚唐时期,盛行于五代,元明时称为"执壶",今多称作酒壶。用金、银、铜与陶瓷等制作。多呈圆形,深腹,带盖,有喙与柄的形状。用以盛酒,可从喙部将酒注入杯中以取代古时用勺由尊内挹酒的作用。因注字有流入、输送的含义,故名。《事物纪原》:"唐元和初酌酒用尊杓,虽数十人一尊一杓挹酒了无遗滴。无几改用注子。虽起自元和时。而辄失其所造之人。"又云:"元和间酌酒用注子。大和中仇士良恶其名同郑注,乃立柄安系,若茶瓶而小异。名曰偏提。"在出土文物中常见有与注子配套的注碗,注子多置于其内,可在注碗中盛热水供温酒之用。

【偏提】 即"注子"。

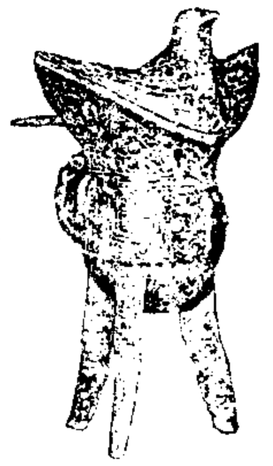
【执壶】 见"注子"。

【自斟壶】 一种小酒壶。用以盛酒,可供随手自斟之用。曹雪芹《红楼梦》第三十八回:"拿起那乌银梅花自斟壶来,拣了一个小小的海棠冻蕉叶杯。"

【爵】 煮酒器。青铜制,多呈圆腹三足,口部有流、尾与双柱,器身旁附一鋬的形制,也有作方形四足的。出现于商代,沿用至西周初期。将这类铜器称之为爵是宋代定的,其铭文并无自称为爵的。爵在古时是饮酒器的总名。《说文》:"爵,礼器也。象爵(雀)之形,中有鬯酒。又,持之也。所以饮器象爵(雀)者,取其鸣节节足足也。"《博古图·总说》:"爵则又取其雀之象。盖爵之字通于雀。……今考诸爵,前若嘱,后若尾,足修而锐,形若戈然,两柱为耳。"故称上述铜器为爵,是出于这些解释将它比做雀形,并取雀鸣之声引为知足节饮之意,以附会爵为饮器来说的。其实这类爵的形制与雀毫不相干,是根据实用需要而设计制成的,其修长的三足可供支撑和在器底加温之用,流与尾可供注酒和倾酒,两柱及鋬用以提取,其中两柱则是由最初使用牛角为便于安放,而在其旁捆缚两根小棍的形制演变而来。并在出土的爵中见有底部尚存烟炱痕者,故自宋代至今称作爵的这类铜器,并不是古时用作饮酒器总称的爵类,当为古煮酒器。因为商周时期的酒均为酿制的米酒,类似现在的醪糟。如今吃江米酒还仍多习惯于煮食。


爵

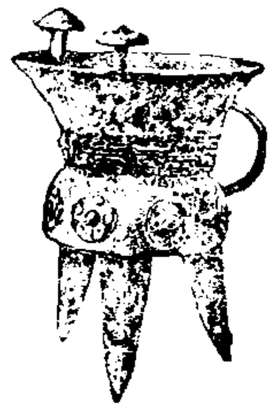
【角】 也称"鹿"。共有两类:一类为煮酒器。青铜制,形状似爵,但无柱无流,而有对称双尾及盖。流行于商代至西周初期。为与爵同属一类的煮酒器。今将此类铜器称之为角是沿用宋代定的名称,其自身铭文并无称作角者;一类为饮酒器。青铜制,形似牛角,带盖,于器口有一耳可供系绳悬挂。为


角

商周时期用以饮酒之器。宋聂崇义撰《三礼图集注》称作兕觥，今称为角或角状器。《礼记·礼器》："宗庙之祭，尊者举觯，卑者举角。"所云之角当属此类。

【鹿】 即"角"。《说文解字注·角》："按旧音如穀，亦如鹿。"《隶释·鲁相韩敕造孔庙礼器碑》："爵、鹿、柤(俎)、桓(豆)。"

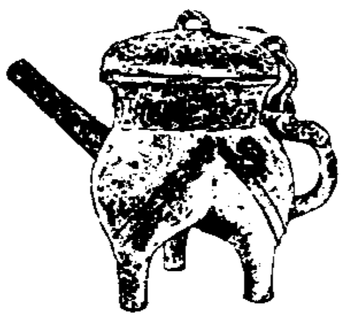
【斝】 也称"散"。煮酒器。青铜制，形状似爵，但为圆口、平底，无流与尾。也有作方形四足，或底部分裆足中空如鬲的，是与爵、角同属一类用以煮酒的酒具。流行于商代至西周初期。其自身铭文并无称作斝者，将这类铜器称之为斝是宋人定的。


斝

《说文》："斝，玉爵也。夏曰醆，殷曰斟，周曰爵。从斗丩，象形，与爵同意。或说斝受六升。"故斝在古时或称作醆、琖，或称之为爵，其说不一，也有认为古代的散即为斝者。现在一般所谓的斝仍是沿用宋代之说，即指上述形制的铜器。

【散】 即"斝"。《礼记·礼器》："贱者献以散。"文献记载古酒器中多见有散，而今的文物中仅见有斝而无散。王国维于《观堂集林卷三·说斝》中认为散即是斝。

【盉(hé禾)】 煮酒器。青铜制。多呈大腹小口，带盖，前有流，后有錾，下附三足或四足的形制。其铭文有自称作盉的。但以盉作为这类酒具的名称是由宋代开始的。


盉

在此之前，东汉许慎著《说文》时并不知盉为器名，故云："盉，调味也。"因此过去多按许说而将盉当成调味之器，列入鼎、鬲一类。直至近代，于1901年在陕西宝鸡县西周墓中发现了盉与酒器共陈于铜禁之上的情况之后，才确定了盉为煮酒之器，王国维为此而撰写《说盉》一文，认为盉是"和水于酒之器"。因古时举行大典，饮酒必须卒爵(即干杯)，不善饮酒者，即在酒中掺水以降低酒的浓度，或以水代酒，谓之玄酒。盉就是调和酒水以节制酒的浓淡用的。春秋战国以后出现带圈足的盉类，其形制已失去煮酒的作用，当为和水于酒之器，或兼作温酒器使用。

【鎣(yíng营)】 煮酒器。鎣为西周时期一种青铜酒具的自铭。在记载古代青铜礼器的文献中不见著录。东汉许慎《说文》："鎣，器也。"并未说明鎣为何物。清段玉裁《说文解字注》则误释鎣为："摩铛之器也，以金为之。"旧《辞源》也因循其说而解释鎣为："磨金器令光泽也。"1961年在陕西长安县张家坡村出土一件自铭"佰百父鎣"的西周青铜酒器，才终于弄清许慎所谓之器，乃是一种形状如盉，而三足中空呈乳状的器物。当与盉属同类，是用以煮酒的器具。

【鐎(jiāo交)】 也称"鐎盉"、"鐎壶"。煮酒器。青铜制。形状似三足盉，但无錾而有提梁。在提梁与器盖之间有环相连。《韵集》："鐎，温器也。"流行于战国秦汉时期，汉代鐎有自铭为"温酒鐎"者。

【鐎盉】 即"鐎"。

【鐎壶】 即"鐎"。

【温酒鐎】 见"鐎"。出土文物中曾见有铭"汉富平侯家温酒鐎"的汉代鐎壶。

【铜温酒樽】 温酒器。为汉代樽的一种。形状似卮。呈圆筒带盖形，腹部有对称的二铺首衔环，底附三兽形矮足。曾在山西右玉县出土两件西汉时期铭为"中陵胡傅铜温酒樽，重廿四斤，河平三年(公元前26年)造"的酒具。这类酒具另在北京故宫博物院里珍藏一件有东汉"建武廿一年(公元45年)，蜀郡西工造乘舆一斛承旋"等铭文的鎏金铜温酒樽。其下附有一供温酒用的圆形三足浅腹铜炭盆，称"承旋"。可知铜温酒樽在汉代常与承旋配套供温酒之用。

【承旋】 承温酒樽用以温酒的圆形炭火盆。旋古写作镟。《说文》："镟，圜炉也。"

【镟子】 也称"旋子"。俗称"炊筒"。温酒器。可盛以热水或在火上将水烧滚后放入酒壶供温酒之用。《红楼梦》第六十四："快拿旋子烫滚了水。"《水浒传》第五回："那庄客旋了一壶酒。"

【旋子】 即"镟子"。

【炊筒】 "镟子"的俗称。

【酒锽】 也称""酒铛"。温酒器。锽为一种三足釜，其带柄者称"鐎斗"。《南齐书·萧颖胄传》："上慕俭约。欲铸壤大官元日上寿银酒锽。颖胄曰：此一器既是旧物，不足为侈。"但在出土文物中迄今尚未见有自铭为酒锽的。在河北赞皇发现的东魏李希宗墓出土的成套酒具中见有鐎斗。当为温酒用的酒锽。今作铛。

【酒铛(chēng撑)】 即"酒锽"。《梁书·何点传》："景陵王子良遗何点以稽叔夜酒杯、徐景山酒铛(槍)。"参见"酒锽"。

【注碗】 温酒器。一种与注子配套用的大碗。内盛热水将注子置于其中供温酒之用。出现于晚唐，盛行于五代至宋元时期。参见"注子"。

【暖壶】 温酒器。一种供暖酒用的大壶。盛以热水，中间可置壶使酒保暖。《红楼梦》第四十一回："王夫人提了暖壶下席来。"

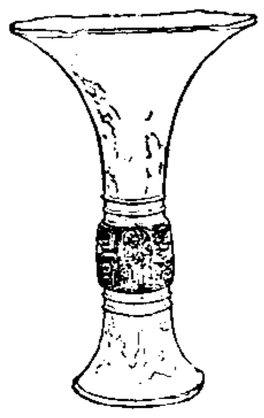
【勺】 挹酒器。多以青铜或漆木制作。呈头部体圆中空，旁附一柄的形制。用以从尊内挹酒注入饮器之中。出现于商周，盛于秦汉，沿用至唐代中期。晚唐以后因使用注子斟酒而取代了用勺挹酒的作用。勺即演变为酒提。如今勺已用作匙的代称，多当餐具使用。勺在古时也写作"杓"，或称为"瓒"或"枓"。《说文》："勺，枓也。"又云："枓，勺也。"枓，也即斗。《诗经·大雅·行苇》："酌以大斗。"《释文》："字又作枓。"故在古代勺、杓、枓、斗、瓒皆为挹取之器，属于同类不易分别，用以

挹酒之勺也可以称为“尊斗”。《仪礼·乡射礼》:“两壶斯禁,左玄酒,皆加勺。”《考工记》注曰:“勺,尊斗也。尊斗者,谓挹取于尊之勺。”按古代文献记载勺多为挹酒之器,斗、枓则用以舀水兼作挹酒器使用。《太平御览·勺》引《语林》曰:“诸阮以大盆盛酒,木勺数枚也。”《礼记·丧大记》:“沃水用枓。”勺与枓、斗形状相似,但勺柄出自勺头腰际,或靠近其底部;斗柄则与斗首口沿相连,形制略有所区别。

【杓(sháo勺)】 见“勺”。《史记·项羽本纪》:“沛公不胜杯杓。”

【尊斗】 见“勺”。《考工记》注曰:“尊斗者,谓挹取于尊之勺。”

【瓚】 见“勺”。《诗经·大雅·旱麓》:“瑟彼玉瓚,黄流在中。”《左传·昭公十七年》:“若我用瓘、斝、玉瓚,郑必不火。”杜预注:“瓚,勺也。”


觚

【觚(gū咕)】 饮器。青铜制。多呈圆柱形体喇叭口,长颈,细腰,高圈足,或四周带棱的形状。也有作方形的。是流行于商代和西周初期的一种饮器。《说文》:“觚,乡饮酒之爵也。一曰觞受三升者觚。”今称为觚的这类铜器是宋代定的名称。其自身铭文并无称作觚的。


觶

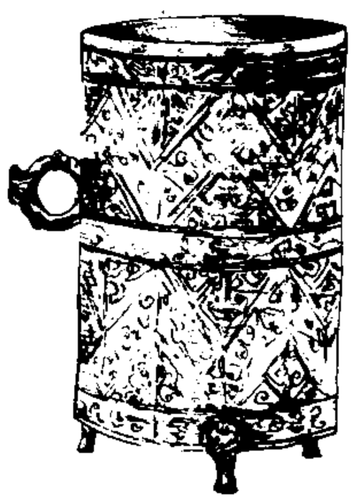
【觶(zhì,又读zhī)】 也称“觯”、“觝”。饮器。青铜制。多呈椭圆形侈口,圈足,或带有盖的形制,也有作圆或方柱形体的。流行于商至西周初期。《礼记·礼器》:“宗庙之祭,尊者举觶,卑者举角。”《说文》:“觶,乡饮酒角也。礼曰:一人洗举觶,觶受四升,从角,单声。觯,觶或从辰。觝,礼经觶。觛,小觶也。从角,旦声。”今称为觶的铜器是宋人定的名称。其自铭有作“鐓”(崇)的,而无称为觶的。近人王国维认为觶、觛、卮、觯、踹五字同声,当为同一器物。

【觯(zhī)】 即“觶”。《说文》:“觯,觶或从辰。”

【觝(zhī)】 即“觶”。《说文》:“觝,礼经觶。”

【鐓(duān端)】 “觶”的自铭同觶。在传世的觶中有铭“邻(徐)王义楚鐓(崇)”的。参见“觶”。

【觛(tàn叹)】 小觶。《说文》:“觛,小觶也。”参见“觶”。


卮

【卮(zhī支)】 饮器。以铜、银、漆木等制作。呈圆柱形体,带盖,有鋬及三矮足的形状,似现在的筒形带把杯。是盛行于战国秦汉时期的一种饮器。《说文》:“卮,圜器也。一名觛。”又曰:“觯,小卮有耳盖者。”“踹,小卮也”。近人王国维著《观堂集林卷六·释觶觛卮觯踹》一文认为五者是同一器物。《说文解字注》则认为:“古者簠簋爵觶礼器也。敦牟卮匜,常用器也。”今据王振铎先生《论汉代饮食器中的卮和魁》一文考证,卮,是圈桮器的一种,也就是后世所谓“桮素”的濫觞,应为筒状的圆形器。卮、觶虽然字音相近,皆为饮器,但为不同时代、不同形制的两种器物。

【觯(fǎn反)】 卮的一种。《说文》:“觯,小卮有耳盖者,从卮,尊声。”参见“卮”。

【踹(zhèi,又读zhǎn)】 卮的一种。《说文》:“踹,小卮也。从卮,耑声。”

【桮(quān)】 也称“圈”。饮器。屈木制作的杯类饮器。《集韵》曰:“桮,屈木盂也。或作圈。”《方言》:“盂,海岱东齐北燕之间或谓之桮。”《大戴记·曾子事父母篇》卢辩注云:“杯,盘、盎、盆、盞之总名也。”焦循《正义》释:“盖杯为总名,其未雕未饰时,名其质为桮,因而杯器之不雕不饰者,即通名为桮也。”又云:“桮,器之似屈转木作也。以其杞柳可以揉而作桮也。”

【圈(juān捐)】 即“桮”。《礼记·玉藻》:“母没而杯圈不能饮焉。”郑玄注:“圈,屈木所为,谓卮匜之属。”

【杯桮(quān)】 也称“杯圈”、“杯素”。饮器。即屈木制成的桮圈类饮器。《孟子·告子章句上》:“告子曰:性,犹杞柳也;义,犹杯桮也。以人性为仁义,犹以杞柳为杯桮。”朱熹集注:“杯桮,屈木所为,若卮匜之属。”赵岐注:“杯桮,杯素也。”

【杯圈(juàn)】 即“杯桮”。《礼记·玉藻》:“母没而杯圈不能饮焉,口泽之气存焉尔。”郑玄注:“圈,屈木所为,谓卮匜之属。”《集韵》曰:“桮,屈木盂也。或作圈。”孔颖达疏:“杯圈,妇人所用,故母言杯圈。”后因称思念亡母为“杯圈之思”。

【杯素】 即“杯桮”。赵岐注:“杯桮,杯素也。”

【杯】 也称“盃”。古今饮器。最早出现于新石器时代晚期,至今沿用。初为陶制,后用铜、金、银、象牙、玉石、漆木、陶瓷等制作,有多种式样。在大汶口文化和龙山文化时期即已出现有胎薄如蛋壳的黑陶高足杯和把杯。商代妇好墓中曾出土有精致的镶嵌绿松石的象牙筒形带把杯。战国秦汉至魏晋时期流行一种椭圆形体、两旁带有对称弧形耳的杯,多写作“桮”,俗称耳杯,主要是供盛羹及菜肴作为餐具使用,也用作饮器称为“羽觞”。以后历代的杯多用于饮酒、品茶或喝其它饮料,而有酒杯、茶杯等不同类别的名称。在古时杯的别称也很多。《说文》:“桮,匾也。”《方言》曰:“盃、槭、盞、瓯、问、盪、瓻,桮也。秦晋之郊谓之盃,自关而东赵魏之间曰槭,或曰盞,或曰瓯,其大者谓之问,吴越之间曰盪,齐右平原以东或谓之瓻,桮其通语也。”

【盃】 即“杯”。

【桮(bēi杯)】 见“杯”。

【耳杯】 见“杯”。

【盃(yǎ)】 见“杯”。《方言》:“盃,桮也。秦晋之郊谓

之盩。”

【椷(jiān尖)】　见“杯”。《方言》：“椷，桮也。自关而东赵魏之间曰椷。”

【盏(zhǎn斩)】　见“杯”。是一种浅而小的杯子。《方言》：“盏，桮也。自关而东赵魏之间或曰盏。”

【盉(hā)】　见“杯”。《方言》：“盉，桮也。”

【问(kě渴)】　见“杯”。《说文》：“问，从门，可声。大桮亦为问。”《方言》：“问，桮也。其大者谓之问。”

【槽(zhāng张)】　见“杯”。《方言》：“槽，桮也。吴越之间曰槽。”

【瘼(mó膜)】　见“杯”。《方言》：“瘼，桮也。齐右平原以东或谓之瘼。”

【甖(gòng，又读gǎn)】　小杯。《说文》：“甖，小杯也。”

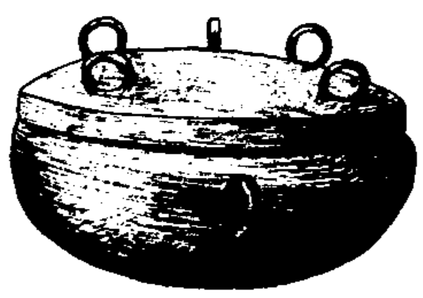
【羽觞(shāng伤)】　杯的一种。指饮酒用的耳杯。流行于战国秦汉至魏晋时期。《楚辞·招魂》：“瑶浆蜜勺，实羽觞些。”《汉书·孝成班捷仔传》：“酌羽觞兮销忧。”孟康注：“羽觞，爵也。作生爵(雀)形，有头、尾、羽翼。”爵，即古雀字，也用作酒器的总称。《韩诗》云：“爵、觚、觯、角、散五者总名曰爵，其实曰觞。”《说文》：“觞，实曰觞，虚曰觯。”故羽觞是指将酒器制成象生雀形，有头尾羽翼者。因耳杯的弧形双耳有如雀的两翼，故名。参见“杯”。

【盅(zhōng忠)】　古今饮器。多为瓷制。也有以金银、玉石等制的，是一种形似小碗的小型杯子。出现于唐代，至今仍有使用者，主要用于喝酒，也称作酒盅或酒杯。

【台盏】　饮器。指大型的酒杯。《红楼梦》第四十四回：“命人拿了台盏，斟了酒。”

【大海】　饮酒器。指特大的酒杯。《红楼梦》第二十六回：“宝玉把盏，斟了两大海。”

【舟】　古酒具名为舟者共分两类：一类为古饮器。呈椭圆形体，有如耳杯状，但为平底腹、两侧对称的环形双耳。因形似小舟，故名。流行于春秋战国时期。多为铜制。苏轼《次韵景贶督两欧阳诗破陈酒戒》诗：“明当罚二子，已洗两玉舟。”即指这类酒器，也称“船”；一类为古代举行祼礼或灌祭时盛尊彝用的托盘。《周礼·春官·司尊彝》：“祼，用鸡彝、鸟彝，皆有舟。”参见“酒台”。



舟

【船】　见“舟”。李濬《松窗杂录》：“上因联饮三银船，尽一巨馅。”苏轼《二月三日点灯会客》诗：“试开云梦羔儿酒，快泻钱塘药玉船。”唐代出现的茶碗底托，称托子，也称茶船。

【瓢】　也称“蠡”、“栘”。饮器。用葫芦剖开作成的盛酒、饮酒或舀水的器具。《论语·雍也》：“子曰：贤哉，回也！一箪食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回也不改其乐。贤哉，回也。”唐张说《咏瓢》诗：“美酒酌悬瓢。”

【蠡(lí离)】　即“瓢”。《方言》：“蠡陈楚宋魏之间或谓之栘，或谓之瓢。”《通俗文》曰：“瓠瓢为蠡。”《汉书·东方朔传》：“以管窥天，以蠡测海。”李商隐《咏怀寄秘阁旧僚》诗：“典籍将蠡测，文章若管窥。”

【栘】　即“瓢”。《方言》：“陈楚宋魏之间或谓之栘，或谓之瓢。”

【卺(jǐn)】　饮器。为古代举行婚礼时新婚夫妇所用的饮器。由一瓠剖为二瓢，新郎、新娘各执其一。合之则为一个葫芦，故曰合卺。后世称结婚为合卺即由此而来。《三礼图》：“卺，取四升瓠中破，夫妇各一。”《礼记·昏仪》：“合卺而酳。”酳(yìn)，食毕用酒漱口为酳，是古时举行宴会的一种礼节。

【铜(hé禾)】　饮器。青铜制，呈椭圆或椭方形体，平底，敛口，腹侧带有一耳的形状。出现于春秋战国时期。铜为这种饮器的自铭，也作“椧”。另，在战国时期齐国用的一种半球体形的量器也称为铜。

【椧】　见“铜”。

【雅】　饮器。曹丕《典论·海诲》：“荆州牧刘表诸子好酒，造三爵，大曰伯雅，中曰仲雅，小曰季雅。”后因称酒量大者为雅量。《东观汉记》：“今曰岁首，请上雅寿。雅与盩通，酒器也。”

【禁】　承尊器。青铜制，呈长方体形，出现于商代至春秋时期。供承酒器之用。《仪礼·士冠礼》：“尊于户间，两瓮有禁。”郑玄注：“禁，承尊之器也。名之为禁者，因为酒戒也。”

【豐】　承爵器。《仪礼·公食大夫礼》：“饮酒实于觯，加于豐。”郑玄注：“豐，所以承觯者，如豆而卑。”是供承饮器用的一种圆形似豆，而较大较矮的承盘类器物。

【酒台】　也称“舟”。承尊彝之器。《周礼》：“六彝皆有舟。”郑玄注：“舟，下台也。若今时承盘也。”《东宫旧事》：“漆酒台二，金涂镟(螺)钿。”

【筥(luo洛)】　也称“落”、“杯筥”、“杯落”、“豆筥”。盛杯器。用竹编制的一种盛杯竹笼。《说文》：“筥，杯筥也。”《方言》：“杯落，陈楚宋卫之间谓之杯筥，又谓之豆筥；自关而西谓之杯落。”郭璞注：“盛杯器笼也。”

【落】　即“筥”。

【杯筥】　即“筥”。

【杯落】　即“筥”。

【豆筥】　即“筥”。

现代烹饪用具

炉具

【炒灶】　也称“炒炉”。灶的一种。灶台上为单火眼。火眼大，灶膛深，灶门宽。容煤量多，火力旺而集中，燃

烧可达5~6小时。适用于爆、炒、炸等旺火烹制菜肴。

【炒炉】 即“炒灶”。

【连眼灶】 灶的一种。灶身长,灶台上有多个灶眼,相互通联,分为主火眼、分火眼。主火眼火旺;分火眼多为主火眼的余火。有“三眼灶”、“双眼灶”等。

【三眼灶】 连眼灶的一种。即一面灶台上并排有三个火眼,俗称“头火眼”、“二火眼”、“三火眼”。在火力调剂上有大小强弱之分。一位厨师在制作菜肴时可同时掌握。头火眼,即接近调味罐的火眼,又称“前火”,是厨师临灶操作的主要火眼,通常制作爆、熘、炒等须旺火急制的菜肴。二火眼,即在头火眼之后,火力小于头火眼,是头火眼的补助火口,通常制做过油的半成品,或制烧、炖、焖、煨等须小火慢制的菜肴。三火眼,即在二火眼之后,无箅无火,炉膛与二火眼相通,能使二火眼的火力串过,常用于菜肴半成品的保温,俗称“串膛火眼”。

【头火眼】 见“三眼灶”。

【二火眼】 见“三眼灶”。

【三火眼】 见“三眼灶”。

【前火】 见“三眼灶”。

【串膛火眼】 见“三眼灶”。

【双眼灶】 连眼灶的一种。指一面灶台上并排有两个火眼,俗称“前火眼”、“后火眼”。一位厨师在制做菜肴时可同时掌握。

【前火眼】 见“双眼灶”。

【后火眼】 见“双眼灶”。

【子母灶】 灶的一种。但不一定呈长方形。有并联、三角联式。因主火眼大,分火眼小,故名。

【一面灶】 灶的一种。指有一排火口的长形灶台。常临墙而设。

【对面灶】 灶的一种。指有双排火口的长方形(或方形)灶台。厨师可在两面同时制作菜肴。

【蒸煮灶】 灶的一种。饮食行业用以蒸菜、蒸饭、煮肉、煮菜、煮面等。一般均将锅固定在灶上,口大膛宽,有灶门,灶底通风口也大,烟囱排烟。常将两锅、三锅并砌为一灶。

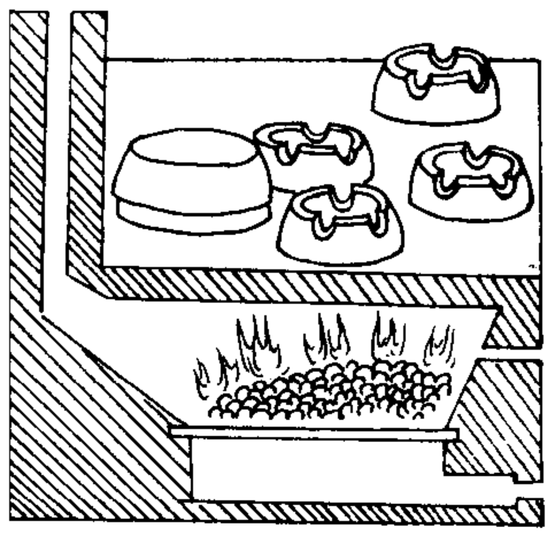
【蒸汽灶】 灶的一种。主要用蒸汽作热能来源。一般用钢管引汽,伸入锅中;管道有立式或卧式,装有阀门以便控制蒸汽的输送。可用于下馄饨、煮面条、蒸饺以及蒸馒头、包子等,也可用于烧水、餐具消毒。

【木炭灶】 灶的一种。即以烧木炭为主的灶。灶膛较宽阔,单灶门,中置炉箅。便于在室内烹调或取暖之用。

【柴草灶】 灶的一种。以木柴、芦苇或农作物秆秸等作燃料的灶。多见于长江流域及其以南地区。灶面多为二至三眼,也有单眼、四眼的。多用铸铁锅,固定于灶眼上。锅旁有小火眼安放小铁罐供温水用。灶里沿以烟墙连接烟囱。灶后为烧火者添柴、烧火之处。

【糠壳灶】 灶的一种。以糠壳、锯末等作燃料的灶。为圆桶形,大小不一。炉条平放,下有清灰口。灶上置平铛,可用来贴马蹄烧饼。北方民间也用于取暖和烧水。

【炮台灶】 也称“一火多锅灶”、“一炮三响灶”。灶的一种。因火力旺盛,形如炮台,故名。灶面上有几个火眼,可同时置锅烹制菜肴。这种灶,炉膛宽阔,炉条一般平放,下有清灰口,主火眼火力旺,适于炒、炸、熘、烩等用,副火眼适于炖、焖、熬汤等用。


炮台灶

【一火多锅灶】 即“炮台灶”。

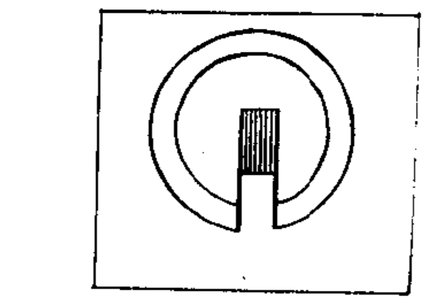
【一炮三响灶】 即“炮台灶”。

【七星灶】 灶的一种。属炮台灶类。因有1主火眼,7个副火眼,故名。此灶属多火眼灶,火力分散,主火眼的火力较弱。

【爬山灶】 灶的一种。属多火眼灶。灶形呈梯形。有1主火眼,通连多个副火眼,一个比一个位置高,直到烟囱为止。因灶眼火口越来越高,故名。主火眼可烹、炒、蒸、煮食物;副火眼可温汤、烧水。

【老虎灶】 灶的一种。前有灶门,后为烟囱。灶身较长,在烟道口,置有拦火,设副火眼,有连三、连四个火眼。最后为高达屋宇的烟囱。从灶门到烟囱呈长方形,因形似卧虎,故名。烹、炒、蒸、煮颇为方便。江浙一带用此作卖开水的灶,故老虎灶又为开水店的代名词。

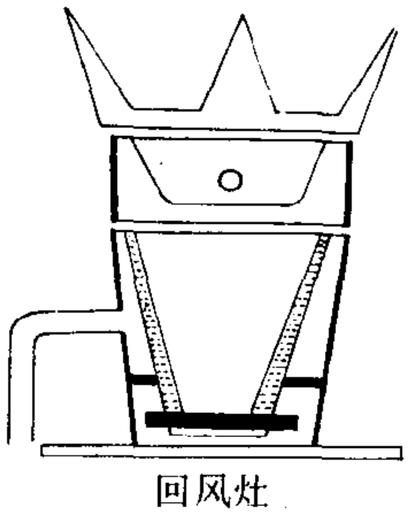
【马蹄灶】 灶的一种。灶膛起沿约3~5厘米,引导火焰包住锅底,前低后高,因形同马蹄状,故名。便于燃烧,适于烹、炒、蒸、煮。


马蹄灶

【拔风灶】 也称“吸风灶”。灶的一种。是一种用空气对流和热空气上升原理,自然抽风助燃的灶。炉膛较大,有拦火装置,炉条稍宽大,呈坡状;烟道较宽,烟囱高;上有添煤口,较小,可封闭,下有通风、出灰口,较高大,吸风力强,助燃力也强,不窝风,空气流畅,火力旺盛。适于烹、炒、蒸、煮等用。

【吸风灶】 即“拔风灶”。

【回风灶】 灶的一种。是一种为充分利用氧气助燃和余热的节煤灶。有多种形式，或利用二次进风以助燃；或加长热能散发通道，充分利用余热。此类灶具常兼作取暖、烧水、炊事之用。



回风灶

【吹风灶】 也称“鼓风灶”。灶的一种。利用鼓风机或风箱向炉膛吹风助燃，以增强火力，使燃料充分燃烧的一种灶。通常由炉口添煤，封闭出灰口，以利气流集中。吹风时火力强、温度高，适于爆、炒、煎、炸之用，多见于食堂、饭店。此灶噪音大，灰尘多。

【鼓风灶】 即“吹风灶”。

【风箱灶】 灶的一种。古也有之。常见于民间的一种吹风灶。利用风箱向炉膛吹风助燃。燃料用煤、柴、草、糠及牛粪等均可。

【铁灶】 灶的一种。本为西餐炉灶。灶面及四周均用熟铁板制成。炉面有圆形主火眼1个，副火眼2～4个，火眼上有活络铁盖板，灶内有烤箱，旁有风门。炉膛用水泥、耐火砖砌成。烤箱周围有回火道。此灶适用于多种烹调方法.主火眼火力最旺，可作炸、熘、爆、炒之用；副火眼可作炖、焖之用；烤箱专用于烤；灶面铁板也可以作炖、焖或保温之用。

【行灶】 灶的一种。呈长方形，灶门有上下之分。一般筑在墙外，有3～8个灶眼。火眼较大，多用于烤、烙食品。

【太阳能灶】 灶的一种。为自然能源灶具。将太阳能的光热，通过一系列光学装置反射到被加热炊具上，以达到烹制食物的效果。此灶一般由聚光器、锅具、支架、底座和跟踪调节器等组成。

【煤气灶】 灶的一种。燃烧煤气的一种灶具。主要由灶面、灶面盖板、燃烧器、火孔、开关、喷咀，转心等组成。此灶用煤气作燃料，具有火力旺，可调节，清洁卫生，使用方便等特点。

【沼气灶】 灶的一种。此灶结构与“煤气灶”相似。由于以沼气为燃料，故名。农村使用较多。

【柴油汽化灶】 灶的一种。为一种热效率较高的烧柴油的灶具，由汽化燃烧器、电点火装置、压力油箱、灶体等组成。操作时喷咀喷出高压雾状柴油气体，点燃后供烹、煮之用。

【液化石油气灶】 灶的一种。此灶为通过瓶装高压石油液体燃料，经减压阀变成可燃气体作燃料的灶具。其构造和特性与“煤气灶”相似。

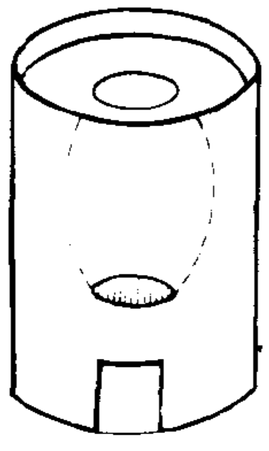
【行军灶】 灶的一种。形制不一，因多为军队行军所用，故名；也可作行旅或野外工作者之用。通常指为铁三脚支架（有的可折叠便于携带），用时支起，上架锅壶，下架燃料；也有的以3块石头作支点代用。古代军队常用者以土块砌成灶状供用，或于地面、堤埂挖出灶膛、烟口、灶口，埋锅以供烹饪。

【电灶】 灶的一种。电能炉具之一。其形式按使用需要设计，并按千瓦计算功率。由金属箱体、加热器、控制装置等组成。标准型电灶包括4个不同直径和功率的加热器或一个加热炉膛，几乎可以完成厨里所需要的全部烹饪操作。

【气电多用灶】 灶的一种。为既可以应用人工煤气、天然气、液化石油气、沼气，又可以应用电的多种能源的灶具。以使用燃气为主，电能为辅，热效率高、节能效果好，经济实用。由灶体、燃烧器、进气弯管、控制阀旋钮和电热盘等组成。

【电磁感应灶】 灶的一种。此灶并不直接发热，而是通过磁场使锅或壶产生电流，形成热能，以供加热饮料或食物。此灶热能利用率高，灵敏度高，并可以节省时间。

【小缸炉】 也称“烧饼炉”、“烤饼炉”。炉的一种。把小缸去底倒置于炉桶中，四周填灰，底大口小，下置小炉箅，再下有小口出灰兼通风。烤烧饼时，饼贴于炉壁，熟后用火钳夹出；也可以用于烤甘薯。



小缸炉

【烧饼炉】 即“小缸炉”。因其多用于烘烤烧饼，故名。

【烤饼炉】 即“小缸炉”。

【烧烤炉】 也称“烤炉”。炉的一种。供烤制食品的炉具的概称。形状多样，一般上设为炉门、火室，炉门进料，火室内置铁架或挂勾，供置放原料（如猪、鸭等），下有稍凹形的浅池，便于燃料火力集中；下设炉口，供通风、出灰之用。有“挂炉”、“吊炉”、“焖炉”等多种，现又有电烤炉。

【烤炉】 即“烧烤炉”。

【烤池】 炉的一种。为烧烤食物而临时砌成的烤炉。比较简陋，形式随便。有时砌成一个灰池，中置燃料，在其上烤制食品，故称烤池。

【烘炉】 也称“平炉”。炉的一种。上端为平口，便于坐平底锅铛。火口下落，边缘留在灶口，炉条倾斜，下置清灰口，火力小而匀。多用于烙饼、煎锅贴等。

【平炉】 即“烘炉”。

【炕炉】 炉的一种。饮食业用于温面使之发酵的设备。呈长方形，用砖或砖坯垒制。形似火炕。

【吊炉】 炉的一种。用2个平底锅制成，1个作底锅，周边围以10厘米高的铁皮圈；另一个作盖锅，系以铁丝可供提起、移动。锅内燃炭作热源（也有的不燃炭，将锅在另一热源上烧至相应的温度，移来应用），食品坯制就后平铺于底锅中，将盖锅盖上，利用盖锅热源烘烤成熟。可用以制吊炉饼。

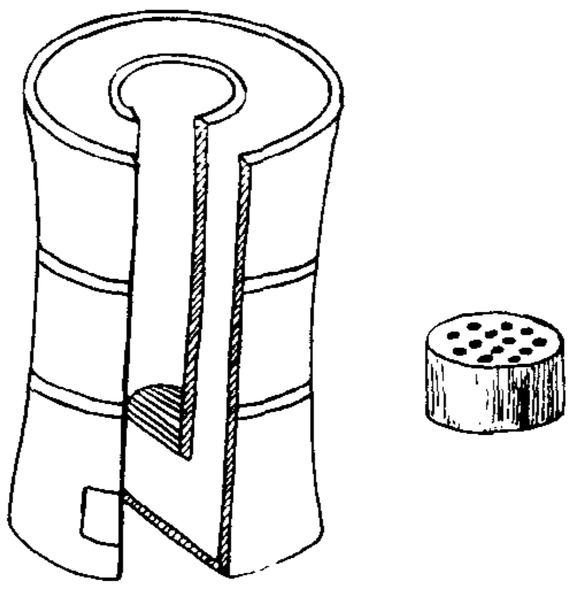
【挂炉】 炉的一种。炉砌成圆筒状，上面封顶成穹窿状，旁开门作贴饼、添燃料口，中间设炉箅，下为通风、出灰口。食品坯制就后，倒贴于炉内穹窿顶壁上，炉箅上燃锯屑或木炭，将食品烘烤至熟。如著名的山东周村大烧饼即以此炉制成。

【火烧炉】 炉的一种。为制扬州火烧的特殊炉具。形如普通煤炉，但炉口下移 15 厘米左右，留一圈空台供烤饼之用，其上置铁鏊作盖，并供烙饼之用。制火烧时，生饼坯先在鏊上烙，然后置于炉口周边烘烤至完全成熟。

【焖炉】 炉的一种。为制北京油酥萝卜丝饼的特殊炉具。形制与“火烧炉”相似，先烙后烘烤。

【熏炉】 炉的一种。专用于熏制食品的炉具。有焖熏炉、明熏炉两种。用砖砌成，或用铁桶等制成。炉底燃以特需的燃料（如锯末、蔗糖、松叶、柏枝等），燃时使其起烟，上设铁丝箅以放置需熏食品，以烟熏制；也有底燃煤火，上洒茶叶或糯米等起烟料熏制的。焖熏者加盖密封；明熏者不加盖，但须随时翻动熏制品。也有以铁锅或其它容器，底部置起烟熏料，上置铁箅供放食品熏制的。

【蜂窝煤炉】 炉的一种。用于烧蜂窝煤的炉具。炉体形状、大小不一。炉壁夹层内填有保温材料。炉煤可时常接换，采用封火法可保持经久不熄。适宜于家庭做饭、取暖。



蜂窝煤炉

【节煤炉】 炉的一种。因主要在炉膛结构和烟道抽风、排气的设备方面进行改进，以能充分利用热能，节省燃煤，故名。

【陶壳节煤炉】 炉的一种。为一种节煤家用炉。炉体由陶瓷材料制成，耐腐蚀性强。炉胆采用收缩性小的黑煤渣等耐火材料制成，不易烧裂。外部保温层采用硅藻土、珍珠岩等制成。此炉省煤，上火快，火力旺，封火性能好。

【煤油炉】 炉的一种。以煤油作燃料的炉具。多用于家庭烹饪，因热力较低，故多用于烧煮。有多种形式，常见者用棉芯吸油燃火，有 4 芯、6 芯、8 芯、10 芯、12 芯等多种。芯多的火力则强。

【煤气炉】 炉的一种。以煤油作燃料的炉具。煤油装入底座密封的贮油器后，即往贮油器上的打气筒里打气，达到一定气压时，煤油则沿着管道上流至喷雾口气化喷出，点火燃烧以供烹饪之用。部分管道经过喷火口上，也有加热帮助气化的作用。此炉轻便易携，但噪音大，且贮油受限，并须经常打气。

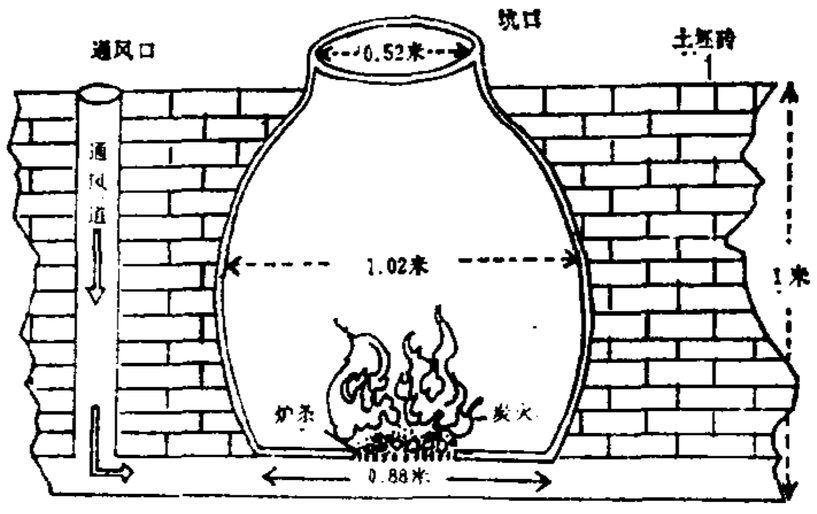
【酒精炉】 炉的一种。以酒精为燃料的小炉。构造简单，多用于少量食品、菜肴或饮料的加热。

【火盆】 也称“炭盆”。炉的一种。多见于长江流域一带，为铁或铜制，盆状。盆中置灰，上架木炭燃烧，间用木柴或煤作燃料，但烟大。多用于取暖，也于火上置铁架，供烧煮、烹调之用。盆底有 3 支撑脚，也有置于木架上的。

【炭盆】 即“火盆”。因其常以木炭作燃料，故名。

【牛粪火炉】 藏语“他布夸”。炉的一种。以泥糊制而成，如堡垒状，上小下大，火口有 3 支点供架锅，下有 2～3 个出灰口，中通无箅，以牛羊粪作燃料，灶后有牛粪槽贮干牛羊粪。

【馕坑】 炉的一种。维吾尔族加工熟食品的一种炉子，形似倒扣的大水缸，下大上小，内壁用黄土、盐水、羊毛拌合的涂料抹 2～3 厘米厚。用木柴或焦炭将炉膛烧热，取出明火，然后将需烤的食品快速贴在炉壁上，利用余热使食品成熟。维吾尔族食品馕即以此炉烤成，故名。



馕坑剖面图

【烤肉槽】 炉的一种。维吾尔族炊具。为铁皮制成的烤肉专用火槽。呈长方形，分两层，上下层隔板有许多通风洞孔。用无烟煤点燃后，待烟尽火旺时，即将肉串架在槽上烤制。

【家用电炉】 炉的一种。一种以电能作热源的炉具。由陶瓷盘盛以镍铬制的电热丝制成。利用电能在电阻中变成热能的原理，以烹制饮料、食物。有低温（100～400℃）、中温（400～1115℃）、高温（1115℃以上）3 种。

【封闭式电炉】 炉的一种。其原理与“家用电炉”相似，但在电热丝盘上，加盖铸铁或铝合金制成的炉面发热板，中间充填耐热绝缘材料，见明火，较一般电炉安全、耐用。

【电热蒸炉】 炉的一种。与“电烤炉”相似，由 3 组电热元件，即上、下加热器和蒸气加热器构成。具有 4 种加热功能，可用于烘、烤、蒸和恒温，干净，卫生，安全，效果好。炉内有照明，可通过玻璃门观察食品的制作情况。

【微波炉】 也称“电子烹调器”。炉的一种。为电热烹饪炉具。是将电能转换成微波能的一种加热装置。被

加工的物质，在微波炉腔中与微波场相互作用，吸收微波能量转换成热能，使温度升高以达到烹调加热的目的。此炉热转换效率高，省电节能，加热迅速均匀，安全卫生。

【电子烹调器】 即"微波炉"。

【家用电烤炉】 炉的一种。可借助电热元件发出的幅射热将食物烤熟。能烤制面包、糕饼、花生、鸡、鸭、鱼、肉等。由炉体、电热元件、电器控制装置及附件组成，按其所需操作规程调制食料，进行烤制。此炉发热均匀，方便安全，清洁卫生，烤制效果好。

【远红外烤炉】 炉的一种。利用电能将远红外线发热元件加热，使炉内温度升高以达到烘烤食物的目的，此炉耗电少，升温快，无毒，无异味，无污染，安全卫生，操作简单，使用方便。

【吹火筒】 炉灶辅助工具。用于烧柴灶。烧火者用以吹风助燃。多用竹制，也间有用铜制的。

【捅条】 炉灶辅助工具。为熟铁制的长条，粗细长短与煤炉大小配套，用于通利煤火，清除灰渣之用。

【火钩】 炉灶辅助工具。熟铁制成长条状，头部有一直角短钩，用于在炉箅下钩掏煤灰、通利煤火。

【火叉】 炉灶辅助工具。以熟铁打制而成，呈长条状，头部有小丫叉口，可以叉住苇柴、麦草等送入灶膛内，也可用以拨火。

【灰铲】 炉灶辅助工具。铁制，呈铲状，大小与炉子配套，用于在出灰口铲除灰渣。

【火锹】 炉灶辅助工具。用于大型炉灶烧火时送煤用。

【火剪】 也称"火钳"。炉灶辅助工具。是一种用来夹煤、炭、柴、草的器具。铁制。因形似剪刀而长，故名。

【火钳】 即"火剪"。

【火筷】 炉灶辅助工具。铁制，呈筷状，顶端以小链相连，如用筷钳夹燃料，用于添火、拨火。

炊　具

【锅】 俗称"大鼎"。炊具。用于烹制食物的工具。锅有多种，按质地分有"铁锅"（生铁锅、熟铁锅）、"铜锅"、"铝锅"、"不锈钢锅"、"砂锅"、"搪瓷锅"等；按用途分有"炒锅"、"汤锅"、"蒸锅"、"烙饼锅"、"汽锅"、"行军锅"、"火锅"等；还可按形状、大小、性能分。

【大鼎】 广东潮州一带对"锅"的俗称。

【鼎仔】 广东潮州一带称小锅为鼎仔。

【铁锅】 炊具。有生铁制、熟铁制两种。一般烹制菜肴时用熟铁锅；蒸煮饭食时用生铁锅。

【铜锅】 炊具。以铜铸成。通常为深锅，用于做饭、熬粥或烧煮菜肴，有大有小，现已少见。藏族地区仍有，寺院中有可供制作成百人饭食的大铜锅，又有以红铜敲制而成的炒锅，现已罕见。

【铝锅】 也称"钢精锅"。炊具。以铝制成。有铸制、模压制两种。形制很多，大小规格均有。

【钢精锅】 即"铝锅"。

【不锈钢锅】 以含镍、铬等合金钢材制成。形制、规格很多，不生锈，易传热，烹制食品快，但火候不易掌握，易焦糊。

【砂锅】 俗称"瓦罉"、"炖缽"。炊具。以陶土烧制而成。多为小型炊具。圆形有盖，敞口，平底或凸底，有柄或无柄。大小尺寸不等。烹调时宜用慢火炖制。成菜可原锅上席，如砂锅豆腐、砂锅什锦等。名产有江苏宜兴的砂锅、四川荥经的砂锅、云南祥云的砂锅等。

【瓦罉】 广东一带对"砂锅"的俗称。

【炖缽】 广东潮州一带对"砂锅"的俗称。

【搪瓷锅】 炊具。以搪瓷制成。均为深锅，用于煮饭、熬粥或炖煮汤菜，有多种尺寸。

【玻璃锅】 炊具。以低膨胀系数耐热微晶玻璃制成。此锅强度高、耐磨性好、膨胀系数小、透明度高、热稳定性好、比重轻、无毒性，可供炖煮鸡、鸭、蹄膀等菜肴，并可随成菜直接上桌。

【炒锅】 也称"耳锅"。俗称"炒镬"。炊具。主要用于烹炒菜肴，多为生铁铸制，间用铁皮压成，浅底，便于铲抄颠翻。有大、中、小之分。

【耳锅】 即"炒锅"。因其多有双耳，故名。

【炒镬】 广东一带对"炒锅"的俗称。

【炒勺】 也称"炒瓢"。炊具。圆形，敞口，底弧形，有柄。一般常用的直径为28～40厘米，深10厘米左右。主要用于烹制菜肴。

【炒瓢】 即"炒勺"。

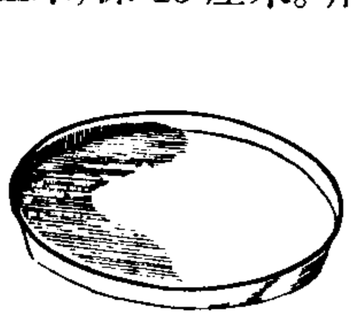
【卤锅】 炊具。专用于制作卤菜的锅。常见于酱卤菜工场和大饭店。通常用大型生铁锅，有的上带木甑，便于一次卤制大量的烧鸡、盐水鸭、酱肉等。

【汤罐】 也称"汤镬"。炊具。以生铁制成，为小型深锅，见于江浙一带，用于烧柴灶上，将汤罐置于主锅相接处的空隙处，来利用余热温水，间也用以发制干货，如海参等。

【汤镬】 即"汤罐"。

【行锅】 炊具。熟铁或钢板制成。长方形，平底，有锅沿，有耳。一般长约1米，宽45厘米，深15厘米。用于制作油条。

【平锅】 也称"煎锅"。俗称"浅锅"。炊具。以生铁铸成（也有铝制），平底，浅口。可供制锅贴、煎包、馅饼和烙制家常饼、大饼等。小型平锅带把，又可用作煎鸡蛋以及用于制作菜肴。



平锅

【煎锅】 即"平锅"。因其常用于煎制食品，故名。

【浅锅】 满族对"平锅"的俗称。

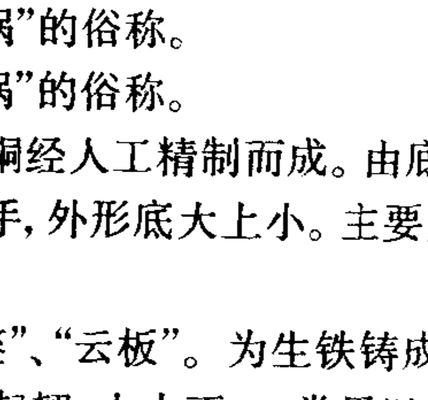
【烙饼锅】 也称"饼铛"。平锅的一种。多生铁铸制，

较小较浅。用于烙制家常饼。

【饼铛(chēng撑)】 即“烙饼锅”。

【吊锅】 炊具。生铁或熟铁制的深锅。顶有梁,便于提携,主要为野外烹饪之用。

【深锅】 也称“铁牛”、“鼎锅”、“吊子”。俗称“铁鏟”、“汤鏟”、“净底大锅”。炊具。生铁铸成。有大有小,形制为口、底略小,中部略膨出,并起平边(为安于灶上所设)。主要用于制卤菜、制汤,也可用以炖煮多量肉类。


深锅

【铁牛】 即“深锅”。

【鼎锅】 即“深锅”。

【吊子】 即“深锅”。因大小不同,有大吊子、中吊子、小吊子之分。

【铁鏟】 广东一带对“深锅”的俗称。

【汤鏟】 广东一带对“深锅”的俗称。

【净底大锅】 满族对“深锅”的俗称。

【铜锣锅】 炊具。选用红铜经人工精制而成。由底、盖组成。底部两侧有固定提手,外形底大上小。主要用于焖饭。云南民间常用。

【鏊(ào傲)子】 也称“平鏊”、“云板”。为生铁铸成。平面圆形,中间稍鼓起,边不起翘,大小不一,常用以烙饼,或用以爆肚等。

【平鏊】 即“鏊子”。

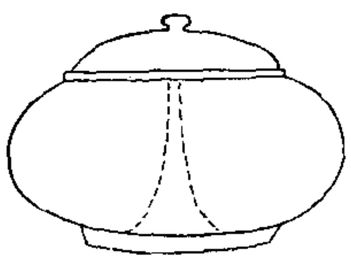
【云板】 即“鏊子”。

【炝铛】 炊具。圆形无边的熟铁板。中间稍凹,直径40~60厘米左右,厚约3厘米。内蒙有“铛炝羊肉”菜,即用此炝制。

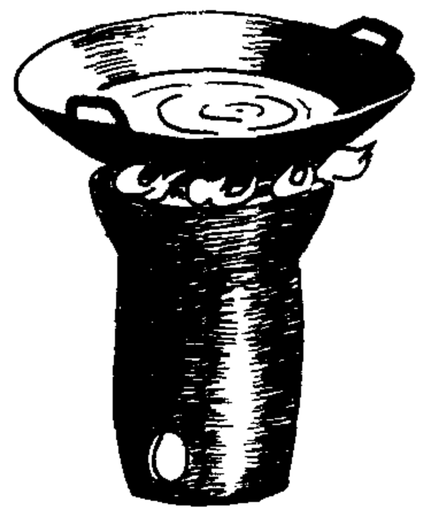
【拗锅】 也称“鏊锅”。炊具。即用于烘烤饼类和点心的主要工具。由木杠、锅和3根铁链组成。所用炉灶为一明一暗的敞口灶各一座。木杠一端系3根铁链,吊住糊有泥的铁锅,木杠中间系绳悬至于空中。使用时,将横杠上的泥锅拗向明火上烧至发红,再拗向另一边即暗火上烘烤,直至食品成熟。

【鏊锅】 即“拗锅”。

【汽锅】 炊具。为紫砂陶制。锅腹中央有一空心管柱,是气嘴。蒸制鸡、鸭等时,将原料、佐料装入锅内,不需加水,盖好锅盖,装入笼里或扣在瓦罐上蒸制,蒸汽从气咀进入锅内,使食料成熟,食时原汽锅上席。


汽锅

【火锅】 也称“涮锅”、“暖锅”。炊具。古也有之。铜制、铝制、陶制均有。锅中有一喇叭筒,下连中空底座,有口供通风、出灰;中有箅供燃炭,喇叭筒周围为环状锅,有盖;喇叭口露出排烟。锅内贮汤汁,炭燃锅沸,可将薄肉片入锅涮食;或将荤素原料码入锅内,煮制供食。多用于冬季。还有以小锅置炉上煮沸汤汁,边煮或边涮边吃的,也称火锅,如广东的边炉、四川的毛肚火锅等。


火锅

【涮锅】 即“火锅”。因可用于涮羊肉,故名。

【暖锅】 即“火锅”。

【隔舱暖锅】 炊具。外形与一般火锅相同,只是环形锅被分隔成2段、4段、8段不等,可将不同食料、汤汁加入各隔舱内,制成不同菜肴。

【菊花暖锅】 也称“酒精锅”、“生片锅”、“小鸡锅”、“野鸡锅”。铜制。上为一小型锅,下为金属托盘,中为镂有花纹的铜圈,托盘中燃酒精,待锅内汤沸,将切好的原料入锅烫熟供食用。

【酒精锅】 即“菊花暖锅”。因以酒精作燃料,故名。

【生片锅】 即“菊花暖锅”。因多以鱼、虾、鸡、肝、肫等切成薄片,供食客自己夹入锅内烫熟,蘸调料食用,故名。

【小鸡锅】 即“菊花暖锅”。

【野鸡锅】 即“菊花暖锅”。

【品锅】 炊具。以铜、锡或铝制成。一般直径20寸左右,带盖,因中分三档呈“品”字形,故名。可装入鸡、鸭等经烹熟后,连锅上席。

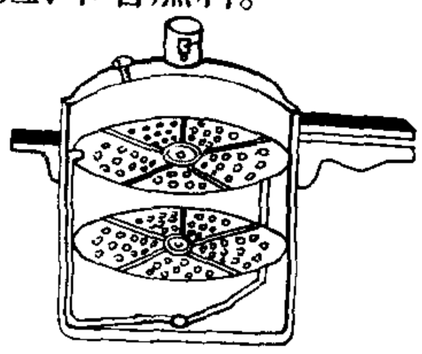
【焜(kūn壶)锅】 炊具。青海民间食品焜锅馍馍的独特制作工具。以生铁铸成。高10厘米,直径20厘米,形似圆铁盒,盖上有纽便于揭提,供埋入火灰煨烤之用。

【烤肉炙子】 也称“炙子”。炊具。烤肉的用具。熟铁制,也有用铁丝编制的。圆形或其它形状。如铁箅子,尺寸大小不等。用时平放在敞口的火炉或火盆上,在炙子上烤制浸渍了调味品的肉条或肉片。

【炙子】 即“烤肉炙子”。

【压力锅】 也称“巴本锅”。俗称“高压锅”。炊具。密封式炊具。由锅身、锅盖、蒸格、蒸架、安全塞、气阀、限压阀、密封圈、长手柄、短柄等组成。其原理为锅身、锅盖结合处以胶圈密封,使蒸气受控,加热时锅内气压保持在1~1.3千克,水温达120℃左右。此锅宜用于高原低气压地区,可克服低沸点做不熟食品的问题;其他地区应用,也可使成熟时间缩短、节省燃料。

【高压锅】 “压力锅”的俗称。但此称不当,因压力锅正常工作气压只有1千克,少数达到1.3千克(指每平方厘米所承受的压力)。实为一种低压锅。


高压锅

【巴本锅】 即“压力锅”。因此锅乃300多年前法国

医生丹尼斯·巴本所创制，故名。

【电炒锅】 炊具。由电热盘、炒锅、锅盖等组成，功率有700、900、1200、1500、2000瓦等，锅体有铝、铜、不锈钢、铸铁、低炭钢等。可用于炒、煸、爆、熘，也可用于炸、烹、蒸、煮，此锅安全、卫生、方便、耐用。现已有自动控温式、调温式等品种，整体式、分体式两类。

【电饭锅】 俗称"电饭煲"。炊具。主要由加热器、内锅、锅盖、开关、磁钢限温器、自动保温器、指示灯等组成，大小有14档规格。可用于煮饭，饭熟自动断电，并自动保温；也可以煮汤类食物，或作火锅用。

【电饭煲】 广东一带对"电饭锅"的俗称。

【电粥锅】 炊具。其结构与"电饭锅"基本一样，只是多了煮粥器和双层蒸笼，此锅煮粥时汤不外溢，同时可蒸制食物，煮好后能自动断电并保温。

【电热锅】 炊具。与"电饭锅"结构、原理相似，可用以烧煮汤菜，加热食物，也可煮饭、蒸馒头等，并可以作火锅应用。

【电煎锅】 炊具。由电热盘、恒温器、锅体等组成，可用于煎、烙、焙制食物。其恒温器可自动控温，比较方便。

【远红外线煎包锅】 炊具。以横装在锅底的3支U型远红外线管产生热能，是一种以高溶度、高沸点机油做传热媒介进行加热的炊具。此锅传热均匀、卫生、耐用、搬动方便。可用于煎包、煎饼、煎饺和炸油条等。

【焖缽】 也称"盬子"、"扣缽"。炊具。陶制、瓷制均有，也有金属制的，扁圆鼓形，带盖，制作较精致，有大也有小。装料加盖后，可放于蒸笼内蒸炖菜肴，如鸡、鸭等。用餐时可原缽上桌。用陶、铁制的可代砂锅直接上火应用；或用以代替带盖的餐具。

【盬(gǔ古)子】 即"焖缽"。

【扣缽】 即"焖缽"。专用于盛粉蒸肉、红烧蹄膀等。

【扣碗】 也称"定碗"。炊具。是一种用于上笼蒸制的容器。用于扣菜。盛装扣肉、扣鸡等，直径4～8厘米。

【定碗】 即"扣碗"。

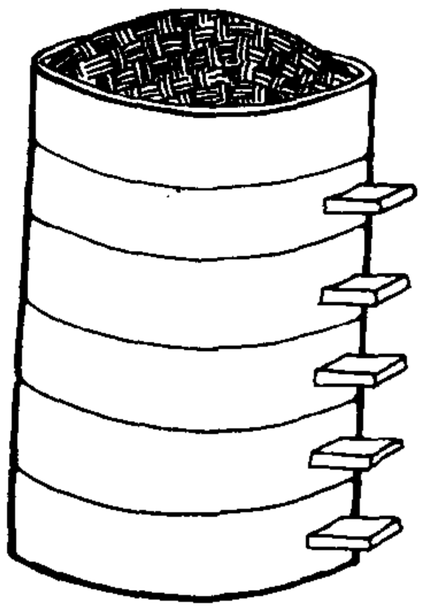
【坛】 也称"瓮"、"瓮"。炊具。陶制。有大有小，用作装制菜肴。

【瓮】 即"坛"。

【瓮】 即"坛"。

【茶汤壶】 炊具。北京特有的冲制茶汤的壶。铜制。嘴细长。壶内四周贮水，中间有炉膛，用以燃煤烧水。

【蒸笼】 也称"笼屉"、"笼格"、"笼扇"。炊具。蒸食物用的器具。一般由竹片、木片制成，也有铝或白铁皮制的。扁圆柱形或方形，中有箅。可多层重叠，最上层为笼盖。蒸笼有大有小，大者直径数尺，多用来蒸面食，如包子、馒头；小者直径数寸，常用来蒸烧麦、蒸饺、小笼牛肉等菜肴，也可以用蒸笼蒸饭。



蒸笼

【笼屉】 ①即"蒸笼"。②专指除笼盖以外的各屉，有深有浅，深者蒸菜肴，浅者蒸面包、米饭。

【笼格】 即"蒸笼"。

【笼扇】 即"蒸笼"。

【蒸柜】 炊具。柜状，可关闭，有若干个屉，用于方形蒸笼，置于蒸锅上或蒸气管道上。笼屉可抽出、装入，蒸制食物。

【饭甑】 炊具。蒸饭用的木制炊具。筒形，上有盖，底有蒸箅，置蒸锅上蒸制。有大有小，大的常用于食堂、饭店，小的见于农家。

【糕干甑子】 炊具。北京制作糕干的专用工具。呈正方形，由4块木板组成，每块板长40厘米，厚2厘米，高3.3厘米，两端各有一个1.5厘米的缺口，把四块木板缺口相合，即成糕干甑子。如制夹糖糕干。

【乌他模子】 炊具。北京小吃"水乌他"、"奶乌他"的模具。以木制成。刻有各种花卉。

【饭山】 炊具。以竹编成扁圆锥形的竹器。形似斗笠。其作用与蒸箅、锅垫、蒸屉相似。

【竹釜】 炊具。一种用竹篾编成的釜形器具。有两耳。主要用于肉类原料的半成品加工。先将原料放进竹釜中，再将竹釜放入锅内，加热后，原料即可一下取出。

【箅子】 俗称"篾品"、"竹笪"。炊具。以竹片编成栅栏状，可放入锅内水上，上置食物，水烧沸后蒸气将食物蒸熟，也可用于熟食加热。还有用金属制的，如铝箅子等，为圆铝片上有若干圆孔，功同竹箅子。

【篾品】 广东潮州一带对"箅子"的俗称。

【竹笪】 广东一带对"箅子"的俗称。

【蒸点方箱】 炊具。用于蒸点心。木制或金属制，有大有小，视所蒸品种而定，一般7厘米高，多用于蒸制浆状或糊状的原料。如：蜂糕；米糕。

【熏箅子】 炊具。盛装各种熏制食品的金属帘子。适合熏制用。

【烤盏】 炊具。烤制糕点的模具。用铁或铜、铝皮制成，有梅花、花边等多种形状，舀入制好的面糊，入炉烤制成形。常用于蛋糕、松酥点心等。

【烤盘】 炊具。烤制糕点的工具。为铁皮制，长方形，矮边，大小按烤炉配套。用于盛装糕点坯，以送入烤炉烤制。

【锅盖】 炊杂具。古已有之。用于盖锅。旧时多为木制，有全盖和对开盖两种，大小随锅而定；也有以竹和箬或高粱杆编制的。铝锅等出现后，锅与锅盖均已配套生产。

【高粱杆锅盖】 俗称"盖鼎"、"盖帘儿"、"锅拍儿"、

"锅篇儿"、"拍子帘儿"、"浅子"。炊杂具。民间习用，以细高粱顶杆编制而成。多为圆形，大小不一，通常用作锅盖；也作水缸盖等；或用于盛物，如放饺子等。

【盖鼎】 "高粱杆锅盖"的俗称。

【盖帘儿】 "高粱杆锅盖"的俗称。

【锅拍儿】 "高粱杆锅盖"的俗称。

【锅篇儿】 "高粱杆锅盖"的俗称。

【拍子帘儿】 "高粱杆锅盖"的俗称。

【浅子】 "高粱杆锅盖"的俗称。

【手勺】 也称"勺子"、"排勺"。炊杂具。圆形，敞口，底为弧形；有圆径铁柄，柄尾装木把。主要用于投料、搅拌和盛舀菜肴之用。

【勺子】 即"手勺"。

【排勺】 即"手勺"。

【漏勺】 炊杂具。圆形，敞口，底呈弧形，布满大小一致的圆孔，有套柄，柄尾可装木把。以熟铁或铝合金制成。有大小两种，小者又称"漏瓢"、"佬席"，有长把，装木柄，主要用在沸水(油)中捞出原料与配料；大者又称"抄瓢"、"漏瓢"、"疏壳"，有短把手，用于原料拉油后出锅、滤油，也用于原料焯水。

【漏瓢】 见"漏勺"。

【佬席】 见"漏勺"。广东潮州一带的称谓。

【抄瓢】 见"漏勺"。

【漏瓢】 见"漏勺"。

【疏壳】 见"漏勺"。广东一带的称谓。

【汤筛】 炊杂具。滤汤的用具。筛底用马尾或细铜丝做成，筛眼一般较密。汤经滤后，其色更清。

【汤篮】 炊具。竹篾制，中有许多洞眼，用途与"漏勺"相似，供滤汤之用。

【铲子】 也称"锅铲"。俗称"鼎占"、"煎匙"。炊杂具。铁制或铝、铜、不锈钢等制成，有长柄，烹制菜肴时用于翻、抄、推、摊或盛装，也用于煮饭时搅锅、起饭、起锅巴等。

【锅铲】 即"铲子"。

【鼎占】 广东潮州一带对"铲子"的俗称。

【煎匙】 台湾、广东一带对"铲子"的俗称。

【笊篱】 俗称"笪笊子"、"面笕"、"观音斗"、"丝舀子"。炊杂具。以竹或铁丝、柳条等编制成的能漏去液体的瓢形炊具。用于捞取面条或油炸食品，也用于捞取汆制或焯水的食料。形制有大有小，有匾形、箩形、圆形、三角形等多种。

【笪笊子】 "笊篱"的俗称。以竹丝编成，形似三角袋状，用于捞取面条、馄饨等。

【面笕】 四川一带对"笊篱"的俗称。

【观音斗】 苏州一带对"笊篱"的俗称。

【丝舀子】 四川一带对"笊篱"的俗称。

【小笊篱】 炊杂具。小型的笊篱，形制与笊篱相似，主要用来捞油渣。

【面筷】 炊杂具。专指下面用的筷子。形制同一般筷子，竹或木制，较粗较长，可达40厘米左右，便于锅中捞取面条，也可用于炸油条。

【水瓢】 俗称"马勺"。炊杂具。舀水的工具，原以匏瓜对剖制成，现有铝、铁、铁皮、铜、搪瓷制者。

【马勺】 西北一带对"水瓢"的俗称。

【水舀】 炊杂具。用于舀水。有铜、铁、铝、搪瓷等制品，形如勺，但深而大。

【油盏子】 炊杂具。灶台上盛各种油类或调料的器皿，陶制、瓷制、金属制均有。

【接油盘】 炊杂具。放置油盏子的底盘。薄铁制，临灶舀油时，做接油用。

【滗油锅】 炊杂具。烹制菜肴时滗油所用的锅。放在滗油钵上，锅内置笊篱一把，烹制菜肴过油时，油与原料一起倒在笊篱上，油即沥入锅中。

【滗油钵】 炊杂具。放在灶台火口旁，支撑滗油锅所用的钵；也可以之直接置漏勺接油；或用盛装油渣。

【叠菜钵】 炊杂具。烹制菜肴时用作给主料挂糊、上浆的盛器。

【上水盆】 炊杂具。盛装干净水的盆。陶制。供烹制菜肴时用。因放置在灶台上，故称上水盆。

【下水盆】 炊杂具。供涮洗炒锅的用具。陶制。在灶台下或在出菜桌下摆放，内盛含有碱份的水和炊帚一把。

【铁叉】 也称"肉叉"。炊杂具。铁制，前为叉形，用于在沸汤中翻取大块的原料。

【肉叉】 即"铁叉"。

【铁钎子】 炊杂具。烤羊肉串的用具。为铁制(砸扁)。一端有尖，一端安装木柄。也有用铜或银制的。

【铁筷子】 炊杂具。用熟铁制成的筷子。比一般筷子稍长稍粗，烹炸食物时用于搅拌或拨散、箝取食料。

【挂钩】 也称"须勾"。炊杂具。挂牛、羊、猪肉的用具。铁制。上有弯勾，中间有环，下连单勾或双勾。

【须勾】 即"挂钩"。

【贴墩】 也称"帮案"。炊杂具。指切配原料所用的炊具。

【帮案】 即"贴墩"。

【案板】 炊杂具。加工菜肴、面点的工作台面。长方形木板，以柳木为最好。主要用来加工及切配原料，以及搁放砧、墩之用。用于面点的案板有大小两种，大者用于制作面条、包子等；小者用于制作各式精美点心。

【砧板】 也称"砧墩"、"刀板"、"菜墩"、"砧子"、"剁墩"。简称"墩"。炊杂具。对烹饪原料进行刀工处理时所用的木垫。有大有小，有板状的，也有用树段的。树段多用银杏、红柳、皂荚等树干的中段制成，有厚的也有薄的。

【砧墩】 即"砧板"。

【刀板】 即"砧板"。

【菜墩】 即“砧板”。通常是指比较厚实的砧板，或以树段制成的。

【砧子】 即“砧板”。

【剁墩】 即“砧板”。

【墩】 “砧板”的简称。

【厨刀】 也称“菜刀”。炊杂具。厨房所用刀具的概称。通常由钢与铁混合制成。现有不锈钢制品。外形、大小不同。如刀头有圆头、方头、尖头之分；刀身有宽窄、厚薄之别。按用途分，有“切刀”、“批刀”、“砍刀”、“刮刀”等。

【菜刀】 即“厨刀”。

【切刀】 厨刀的一种。长方形，刀身较宽较厚，并较重。口锋利，结实耐用，常用于切丝、片、条、丁、块、角等，可用于硬质原料，刀背可用于斩茸。

【批刀】 也称“片刀”、“薄刀”。厨刀的一种。刀身长方形，轻而薄。常用于对精细原料的批、片、切。

【片刀】 即“批刀”。

【薄刀】 即“批刀”。

【大劈刀】 厨刀的一种。刀身长方形，背较厚，把较长。常用来劈大块的牛、羊、猪肉等。

【马头刀】 也称“方头刀”。厨刀的一种。刀身似马头，前高后低，刀背较厚，刀口锋利。用途较广，前部可用于批，后部可用于斩。

【方头刀】 即“马头刀”。

【牛耳刀】 厨刀的一种。刀身似牛耳，前尖后稍宽，刀背较薄，刀把适中。主要用来剔肉骨，宰杀鸡鸭等。

【团头刀】 厨刀的一种。刀背直，刀头呈半圆形，刀把适中。多用来剔带骨的牛、羊、猪肉。

【斩刀】 也称“骨刀”、“厚刀”。厨刀的一种。刀背厚，刀背与刀口的截面呈三角形。常用来斩整块带硬骨的原料，如砍腿肉、劈猪头、脚爪等。

【骨刀】 即“斩刀”。

【厚刀】 即“斩刀”。

【前片后斩刀】 也称“文武刀”。厨刀的一种。重约500～1000克，前部似片刀，可切制精细原料；后部似斩刀，可劈斩小型带骨原料，如鸡、鸭、鱼、兔等。

【文武刀】 即“前片后斩刀”。

【夹炼刀】 厨刀的一种。因刀口处夹制好钢刃，故名。刀背平，刀口似批刀，刀头呈圆弧形，刀柄适中。适用范围较广，前端可用于切、片；后端可用于斩。

【割刀】 厨刀的一种。刀背平，刀头尖而圆，刀身短而轻，把适中。常用来割、剔肉类原料。

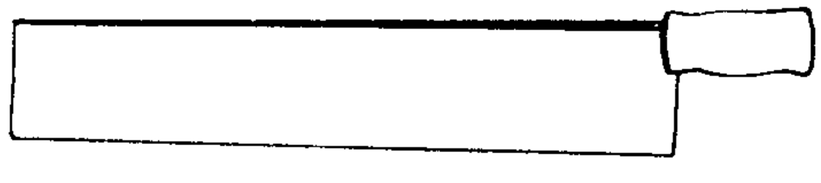
【刮刀】 厨刀的一种。刀身呈弧形，向内弯，弧度不大，有尖，有把。常用来刮去肉表皮的脏污和毛。

【尖刀】 厨刀的一种。多为钢、铁制。前尖后宽，三角形，体轻，多用于剖鱼、剔骨。

【茶刀】 菜刀的一种。北京一带称比较轻便的菜刀为茶刀。此类刀，刀身小于一般菜刀，且较薄，拿在手中比较轻，宜于一般家庭应用。

【竹刀】 炊杂具。用竹片制成。刀背向外呈弧形，头尖有把，口钝体薄，表面光滑。有大有小，常用于切豆腐、凉粉，或用于切瓜、果等较大的蔬菜之用，或用于涂抹茸泥。

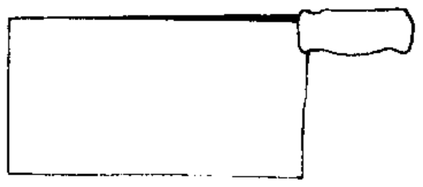
【切面刀】 也称“板刀”。炊杂具。面案刀具。钢制。长条形，有大小多种，主要用于切制面条。



切面刀

【板刀】 即“切面刀”。

【锋刀】 炊杂具。钢制。用于面案。刀长方形，薄而锋利，长30厘米，宽6厘米，用于制糕点。



锋刀

【瓜刨】 炊杂具。用于刨去瓜皮的刨刀。通常为铜制、铁制，也有用竹木片加铁皮制的，还可以用于刨水果皮。

【鸭毛刀】 炊杂具。刀较小背平，下有弧形刀刃，刀柄后端如镊。前刀可用于刮、割，后镊可用来镊拔毛茬。

【毛镊铲刀】 炊杂具。刀背平，下有圆或方刀口，刀柄尾如镊。前刀可用来铲刮肉类表皮的脏污；后柄镊可用来拔镊牛、羊、猪毛。

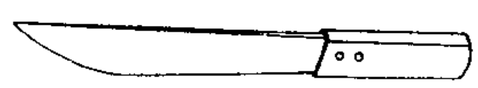
【镊子】 也称“夹钳”。炊杂具。多为铁、铜制。水案上用以去除猪、羊、鸡、鸭身上的细毛。

【夹钳】 即“镊子”。

【剪刀】 也称“厨剪”。炊杂具。形同中式剪刀，分大小两种，可用来剪虾须、冬菇柄，去鱼鳃，鱼鳍等。

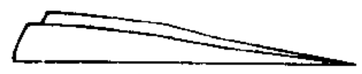
【厨剪】 即“剪刀”。

【雕花刀】 也称“刻刀”。炊杂具。种类多，形状不一。一般常用铜或不锈钢片制成。约有20几种刀型，由刀头、刀柄两部分组成，多为拆装型，没有固定的规格，以雕刻者操刀的习惯和实际需要而定。









雕花刀

【刻刀】 即“雕花刀”。

【平口刀】 炊杂具。雕花刀的一种。长平板，刀刃一侧尖处呈倾斜状，有3种型号，主要用于切片、削皮、旋花心、刻花瓣。

【圆口刀】 炊杂具。雕花刀的一种。刀身呈半圆形凹槽，槽边与两端均开刃，一端刃大；一端刃小，有5种型号，各有用途：1号用于刻花朵的花瓣、较大鸟兽翅尾羽毛，或旋刻花蕊；2号用于刻外层花瓣和圆形花蕊；3号用于刻圆形花蕊及花瓣；4号用于刻花瓣及鸟

兽尾翅羽毛;5号用于刻花蕊细丝、小花瓣、鸟兽羽毛以及线纹等。

【圆牙刨】 炊杂具。雕花刀的一种。有铜、铝等制品。用于制作各种花色面食时轧制边花、锯齿等。

【双口刀】 炊杂具。雕花刀的一种。刀身一端有两个并联的凹槽,有大有小,主要用于刻波浪形花纹。

【圆柱刀】 炊杂具。雕花刀的一种。刀身呈空心圆筒,两头开刃,一头粗一头细,有大有小,主要用于刻制花蕊、鱼眼、圆形槽痕等。

【凤尾刀】 炊杂具。雕花刀的一种。刀身呈异型空筒状,横断面呈桃形或孔雀尾羽花纹,有3种型号:1号、2号用于雕刻尾羽外圈轮廓;3号用于雕刻尾羽内圈轮廓。

【模具刀】 炊杂具。雕花刀的一种。铁或铜皮制成的空心刀,用以制动物、植物或吉祥图案,在原料上冲压,得出一段实体模型,再按需要切成片状。

【勺口刀】 炊杂具。雕花刀的一种。可利用不锈钢勺磨制,主要用于刻花瓣等。

【雕塑刀】 炊杂具。以竹或木片制成。打磨光滑,用于刮取茸泥,塑造成形。

【模具】 炊杂具。用以作食品成形的模型。以铜皮或铁皮、铝皮制成,或以木板刻制而成。前者多为雕刻模.将原料切成片或块,用模具压出花样形状;后者为糕点模,将米、面坯等制成后,压入木刻模型内,即成所需形状,如乌他模子等。因花样众多,模具种类也十分繁多。



模具

【花车】 也称"印模"。炊杂具。有圆、方、扁、长等形状。正面凹,刻有装饰花纹,或象形图案。用来做肉馒头、馅饼、蒸饼、糕点等。

【印模】 即"花车"。

【擀面杖】 炊杂具。制作面点的工具。以檀木、枣木制的为佳,为圆形长棍。因用途不一而有大小之分。常用来擀制面条、水饺皮、蒸包皮等。

【单手杖】 也称"单手棍"。炊杂具。较短而细的擀面杖。中间比两头略粗些,用于擀制较小的面皮。

【单手棍】 即"单手杖"。

【双手杖】 也称"双手棍"。炊杂具。两根粗细一致的小擀面杖,两根并在一起合用,用于擀制饺皮等,速度较快。

【双手棍】 即"双手杖"。

【橄榄杖】 炊杂具。较短的擀面杖。两头细中间鼓,用于擀制烧麦皮等。

【花擀杖】 炊杂具。擀面杖上刻有环状纹,用于擀压饼坯,使之面上形成绳纹或十字纹。

【走槌】 也称"滚筒"、"轴槌"、"通心木槌"、"轱辘槌"、"研面槌"。面点工具。细木车成,长圆形,中心空,装轴辊,用于滚制花卷、大包酥等。有圆筒形的,称"平走槌";也有鼓形的。



走槌

【滚筒】 即"走槌"。

【平走槌】 即"走槌"。

【轴槌】 即"走槌"。

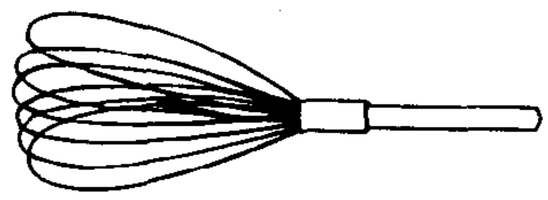
【通心木槌】 即"走槌"。

【轱辘槌】 即"走槌"。

【研面槌】 即"走槌"。

【水油分离器】 炊杂具。铁皮制。敞口,有两个嘴。烹制菜肴撇出的浮沫倒入里面,油可从上部的嘴子流入油桶内,水则从下部的嘴子流掉。

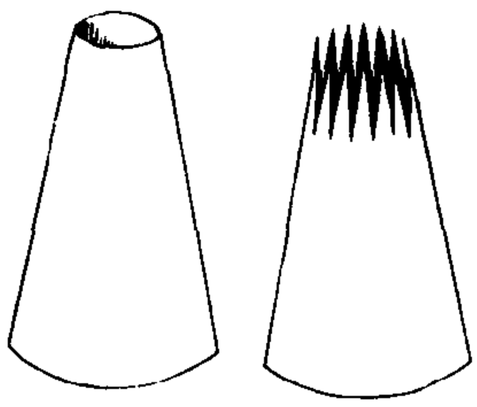
【打蛋刷】 也称"抽子"。炊杂具。以钢丝多根弯成。有把手,用于抽打"蛋泡糊"。



打蛋刷

【抽子】 即"打蛋刷"。

【标花嘴】 也称"标花龙头"。炊杂具。用铜或不锈钢、铁皮制成。呈锥形,中空有嘴,可由此漏出标花。用时安于装标花料(如奶油等)袋口,挤压料袋,即从花嘴流出标花料,可用以标出花边、文字、线条、花叶等多种图形,常用于蛋糕装饰等。



标花嘴

【标花龙头】 即“标花嘴”。

【蛋甩帚】 炊杂具。竹制。形如长刷，用于打“蛋泡糊”，功用同“打蛋刷”。

【面点梳】 炊杂具。用铜、铝或牛角、塑料制成。形同木梳，用于荷叶软饼等压制花边、花纹之用。

【饺匙子】 也称“扁匙子”、“刮馅板”。炊杂具。用竹片、木片或骨片制成。用于包饺子、包子时挑馅和刮馅。

【扁匙子】 即“饺匙子”。

【刮馅板】 即“饺匙子”。

【螃蟹匙】 炊杂具。剔取蟹黄、蟹肉用的工具。竹制。一头圆，剔腿内肉用；另一头尖，呈薄片状，剔蟹黄用。

【莲籽棍】 炊杂具。捅莲籽心用的小棍。竹制。

【擦床】 也称“刨子”、“擦子”。炊杂具。由一块满布鱼鳞形刀口的金属片，和一块长方形小木板（或竹板）制成。多用来刨取萝卜丝和各种瓜丝。

【刨子】 即“擦床”。

【擦子】 即“擦床”。

【面罗】 也称“粉筛”、“箩筛”。炊杂具。面案用来筛米、面粉原料的筛子，以马尾或绢丝、铜丝、钢丝等制成。有多种规格，以目来分。筛眼较一般筛细密。

【粉筛】 即“面罗”。

【箩筛】 即“面罗”。

【发面缸】 炊杂具。面点工具。陶制。用于发面。也有以桶、盆发面的。

【粉帚】 炊杂具。用来扫案板上面粉的笤帚。棕制、高粱穗制均有。

【炊帚】 也称“刷锅把”。炊杂具。古已有之。用来洗碗、刷锅的笤帚。有秫头制、马兰草根制、竹制等多种。

【刷锅把】 即“炊帚”。

【面刮板】 也称“轧子”。炊杂具。面案清洁用具。铜制、铝制、铁制均有，长方形薄片状片，上有握手，主要用于刮除面案上的干湿面粉粘块用，间也用以切面团、轧糕点。

【轧子】 即“面刮板”。

【筐箩】 炊杂具。用柳条或竹篾编制成的盛器。帮较浅，有圆形、椭圆形、方形等多种。主要用来盛装食物。

【竹箬】 炊杂具。用竹篾编成的盛器。圆形，敞口，底呈弧形。多用来盛装蔬菜等半成品。

【篮子】 炊杂具。以竹篾或柳条等编成。漏空，用于盛装原料。家庭常用于买菜时作盛器，有大有小。也有带盖的，编制精致，用于盛装食品。

【淘箩】 也称“筲箕”。炊杂具。以竹篾制成。篮状，较细密，用于淘米。现有铝、塑料制的，有大有小。

【筲箕】 即“淘箩”。

【菜筛】 也称“篾筛”。炊杂具。竹筛状，用于盛装粗加工后的各类原料，便于放在三角架上沥水、晾干。

【篾筛】 即“菜筛”。

【三角架】 炊杂具。搁放菜筛等的木架，有5格左右。菜筛等装满后可放在上面，备随时取用。

【蒜臼】 俗称“蒜窝”、“椒钵”、“碓窝”、“舂钵”。炊杂具。捣蒜泥的器具。铁制、石制或木制。中部凹下，敞口。配有头大柄细的杵，用于捣蒜泥、韭泥，或捣胡椒粉等。

【蒜窝】 甘肃、青海一带对“蒜臼”的俗称。

【椒钵】 湖北一带对“蒜臼”的俗称。

【碓窝】 四川一带对“蒜臼”的俗称。

【舂钵】 贵州一带对“蒜臼”的俗称。

【擂钵】 炊杂具。擂捣辣椒面、花椒粉、胡椒粉、姜汁、蒜泥等调料的用具。石制。形如“蒜臼”，但比蒜臼略大。

【手磨】 炊杂具。用手推的小磨。石制。白案用于磨细馅料，如芝麻、花生仁、大米、绿豆等；红案用以磨细调料，如花椒、胡椒、辣椒等，现多以“小钢磨”取代。

【小钢磨】 见“手磨”。钢制手摇式。

【食夹】 炊杂具。夹取食物的工具。竹制、不锈钢制均有。用于夹取面点食品。

【木围裙】 也称“围锅板”。炊杂具。炉灶上护服、隔热的用具。为约60厘米宽、90厘米高的长方木板，上有木挂绊，挂在炉台边缘。

【围锅板】 即“木围裙”。

【磨刀石】 炊杂具。磨刀用具。石质。主要成份是黄沙的，质地则较粗；主要成份是青沙的，质地则较细。细者不伤刀口，容易将刀磨锋利。

【磨刀砖】 炊杂具。磨刀用具。用途同细沙磨刀石。参见“磨刀石”。

【油温表】 炊杂具。用以测量油温的仪表。同一般的温度计。低温时放入油锅，待升至所需高温时再取出，然后将食物进行炸制。

【流水桌】 俗称“流水台”。炊杂具。菜肴配好后，烹制前，存放半成品的桌子。

【流水台】 陕西一带对“流水桌”的俗称。

【出菜桌】 也称“下手桌”。俗称“接桌子”、“接手台”、“落台”。炊杂具。菜肴烹制成熟后，停放菜肴时所用的桌子。摆放位置依便于操作而定。

【下手桌】 即“出菜桌”。

【接桌子】 山东一带对“下手桌”的俗称。

【接手台】 陕西一带对“下手桌”的俗称。

【落台】 四川一带对“下手桌”的俗称。

【搌布】 也称“擦桌布”、“抹布”、“幡布”、“随手”、“带手”。俗称“揩布”。用于擦拭锅灶碗盏、桌椅和洗炊餐具等的布巾。

【擦桌布】 即“搌布”。

【幡布】 即“搌布”。明陆容《菽园杂记》：“‘幡布’为‘抹布’。”

【抹布】 即“搌布”。

【随手】 即“搌布”。因服务员随时拿在手中，故名。

【带手】 即“搌布”。因服务员随时带在手中，故名。

【揩布】 江浙一带对“搌布”的俗称。

【食罩】 炊杂具。防止食物被苍蝇、灰尘等污染的罩子。用塑料纱或铁丝纱、细纱布等制成。也有用竹编制的，多呈半圆球形或方形。

餐　具

【台面】 餐具。餐厅摆台时，对台面上的全套餐具的概称。包括台布、餐具、酒具、茶具、调料瓶（酱油壶、醋壶、胡椒瓶、盐瓶等）、餐巾、烟具、花瓶、牙签筒、菜单、座签等。有的地方仅指餐、酒具，一般每座九件一套，包括骨碟、食碗、羹匙、筷子、筷架、味碟、甜酒杯、烈酒杯、酒水杯，十座十套，再加公筷，为一副台面。

【小家伙】 也称“一副全”。餐具。指四件一套的筷子、小匙、三寸碟、酒杯。

【一副全】 即“小家伙”。

【压桌】 也称“押桌”。餐具。指筷子、汤匙、碟子三件餐具。

【押桌】 即“压桌”。

【每人每】 餐具。上海一带饮食行业对筵席上每人一件的特殊餐具的称呼。如螃蟹菜分装于每人一件的蟹形餐具中，这种蟹形餐具即称每人每。

【平盘】 也称“圆盒”。餐具。盘面比较平坦，边缘略高于中部，边口为圆形。盘径有多种规格。主要用于盛冷菜和不带汤汁的炒菜，或略有卤汁的菜肴，也可用以盛装面点或水果。

【圆盘】 即“平盘”。

【汤盘】 也称“汤盆”、“窝盘”。俗称“汤窝”。盘面中部为深凹形，边缘向外敞开，边口有圆形和荷叶形。盘径有多种规格。主要用于盛有汤汁的菜肴，或盛水饺等。

【汤盆】 即“汤盘”。

【窝盘】 即“汤盘”。

【汤窝】 广东一带对“汤盘”的俗称。

【腰盘】 也称“条盘”。俗称“鱼池”。餐具。椭圆形，浅而扁平，多用于装全鱼或整鸡、整鸭。也有多种规格。

【条盘】 即“腰盘”。

【鱼池】 山东一带对“腰盘”的俗称。

【锅盘】 也称“扒盘”。餐具。瓷制。盘边朝上稍向外倾，盘面平而且深，平口，圆形。盘径有多种规格。主要用于盛整鸡、肘子等大菜或扒菜，少数民族地区的“抓饭”，也常用锅盘盛之。

【扒盘】 即“锅盘”。

【和合盘】 餐具。瓷制。圆形，带盖，盘边朝上外倾，边口折竖且有子口，盘心深凹。盘径规格一般 24～30 厘米。此盘盛菜肴既可保温，又可防尘，多为高级筵席使用。

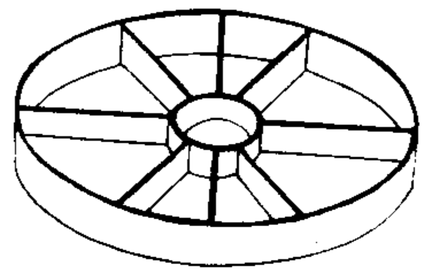
【坝盘】 也称“高脚盆”。餐具。盘面为浅锅形，盘底有喇叭形的高脚。分大号、中号、小号。主要用于盛放水果、糕点、糖果、干果等；也可以盛菜，属于较为高档的器皿。

【高脚盆】 即“坝盘”。

【高桩盘】 也称“高脚盘”。餐具。瓷制、金属制、玻璃制均有，通常 4 个一组，用于装水果、糖果、炒货等。

【高脚盘】 即“高桩盘”。

【攒盒】 也称“簪盒”、“果盒”。俗称“果盘”。餐具。筵席上装冷菜或糕点、糖果、炒货的隔盒。盒内分为 9 格，中间 1 个，周围 8 个。分固定、活动两种，木制、漆制、瓷制、玻璃制等均有，上有盖，绘有吉祥图案等。



攒盒

【簪盒】 即“攒盒”。

【果盒】 即“攒盒”。

【果盘】 上海、苏州一带对“攒盒”的俗称。

【品碗】 也称“大汤碗”。俗称“海碗”、“汤海”。餐具。瓷制。有正德型和荷叶型两种。正德型为撇口，底部较小；荷叶型为撇口，夸肚而体矮。主要用于盛汤或带汤汁的菜肴。

【大汤碗】 即“品碗”。

【海碗】 广东一带对“品碗”的俗称。

【汤海】 山东、河南一带对“品碗”的俗称。

【顶碗】 餐具。瓷制。器型与“品碗”相同，只是较品碗小些。其用途与品碗基本相同。

【瓷品锅】 也称“瓷锅”。俗称“品羔”。餐具。圆形盆状，口沿外折且有子口，并有凸形盖子，胎壁较厚，形似平底小锅。规格分为大、二、三、四号。主要用于盛装名贵的汤菜。

【瓷锅】 即“瓷品锅”。

【品羔】 广东一带对“瓷品锅”的俗称。

【鸭碗】 也称“鸭池”。俗称“鸭船”。餐具。瓷制。椭圆形，口大，底部略小，口沿外翻，胎壁略厚，主要用于盛装全鸭菜肴。

【鸭池】 即“鸭碗”。

【鸭船】 苏州一带对“鸭碗”的俗称。

【水墩】 餐具。陶或瓷制。圆形，腹鼓，口稍小；有盖及双耳。一般常用的水墩，直径约 27 厘米，深 9～12 厘米。用于盛汤菜，可上筵席。

【汤碗】 也称“食碗”、“口汤杯”、“汤杯”。俗称“炖盅”。餐具。瓷制。有正德型、罗汉型和石榴型三种。正德型为撇口，底部较小；罗汉型为直口，肚部丰满；石榴型为撇口，夸肚而略深。主要用于盛米饭或用来喝汤。

【食碗】 即“汤碗”。

【口汤杯】 即“汤碗”。

【汤杯】 即“汤碗”。

【炖盅】 广东一带对“汤碗”的俗称。

【锅形碗】 餐具。瓷制，直口，半圆而稍坦，形似小锅状 规格分顶大、二大、三大（又称“头红”、“二红”、“三红”）3种。主要用于盛汤面或稀饭。其中三红碗是使用最为广泛的一种。

【头红】 见“锅形碗”。

【二红】 见“锅形碗”。

【三红】 见“锅形碗”。

【饭碗】 餐具。瓷制。器型与汤碗相同，只是较汤碗略小。主要用于盛饭、盛粥。

【藏木碗】 也称“泥西木碗”。餐具。藏族多用。以木头车旋而成，大小如一般饭碗，用以喝奶茶、拌糌粑等。旅行时揣在怀中，随时取用，不易破碎。

【泥西木碗】 即“藏木碗”。

【碟】 餐具。瓷制、陶制均有，以瓷制为多。圆形，碟面为浅锅形，边口朝上。规格、形制较多。小的用于盛放酱、醋、小菜，或作杯、匙垫托等；大的主要用于筵席布菜碟。

【味碟】 也称“醋水碟”。餐具。盛装酱油、香醋等调味品的（约10厘米）碟。就餐时每位一个，放于面前。

【醋水碟】 即“味碟”。

【隔碟】 餐具。味碟的一种，圆形或方形，中有隔断，每件可供盛两种调味品。

【吃碟】 也称“骨碟”、“骨渣碟”、“食盘”、“布碟”、“接食盘”。餐具。用于每人就餐时盛接骨、刺、壳、渣等的碟（约16厘米）。摆台时先摆，以其定位；宴席进行间视需要更换。

【骨碟】 即“吃碟”。

【骨渣碟】 即“吃碟”。

【食盘】 即“吃碟”。

【布碟】 即“吃碟”。

【接食盘】 即“吃碟”。

【饭勺】 餐具。也称“饭匙”。有铝、铜、铁、不锈钢或竹、木制者，柄短于粥勺，勺身较浅，专用于盛饭。

【饭匙】 即“饭勺”。

【粥勺】 餐具。用于盛粥。铜、铁、铝制均有，也有用木、竹制者。一般柄较长、勺较深。也可与汤勺混用。

【汤匙】 也称“茶匙”、“针匙”、“调羹”、“羹匙”。餐具。古已有之。长形把，椭圆勺。规格分为大号、二号、三号或加大、加二。主要用来喝汤或吃流质食物。

【茶匙】 即“汤匙”。但茶匙应小于汤匙。

【针匙】 即“汤匙”。

【调羹】 即“汤匙”。

【羹匙】 即“汤匙”。

【汤勺】 也称“汤瓢”。餐具。瓷制。扁长把，长圆勺，如汤匙而大。主要置于品碗等大型汤碗中，供公用舀汤或舀流质食物等。

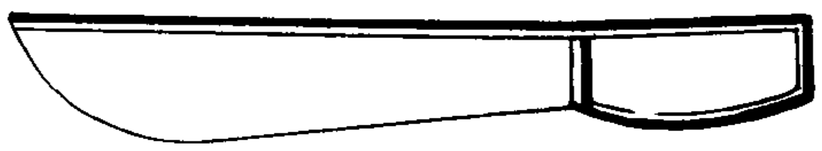
【汤瓢】 即“汤勺”。

【筷子】 俗称“箸子”。餐具。古已有之。竹制、木制、骨制、塑料制均有，也有用金、银或象牙制的。条型有上方下圆和全圆的两种。规格有多种，并有儿童筷子等。主要用于夹取食物。我国名产较多，如杭州的天竺筷、江苏张渚的竹筷、苏州的红木筷、四川江安的竹筷、福建的漆筷等。参见“箸”。

【箸子】 江苏一带饮食行业对“筷子”的俗称。

【蟹八件】 餐具。吃蟹的专用工具。多为铜制。计8件：小方桌、腰圆锤、长柄斧、长柄叉、圆头剪刀、镊子、钎子、小匙。筵席常用。

【餐刀】 餐具。西餐有肉刀、鱼刀、黄油刀、果刀等几种，有大有小，多用不锈钢制。用餐时，每上一道菜即换一次刀，以之割取食物。现中餐间用，或作为公共餐具，或于接待外宾时与中餐具配用。



餐刀

【餐叉】 餐具。用于叉取食物。多用不锈钢制，也有铜、银合金制，或牙、骨、竹、木制的。西餐分菜叉、鱼叉、点心叉等几种。用餐时，每上一道菜即换一次叉。现中餐间用。参见“餐刀”。

【餐勺】 餐具。用于喝汤或吃饭，多为不锈钢制成，也有铜、银合金制的，有大有小。西餐分汤勺、茶勺、饭勺、奶勺、咖啡勺等几种。现中餐间用。参见“餐刀”。

【骨刀】 ①餐具。用骨料制成，如平口凿形，有柄，口钝，表面光滑，多用于切剥水果等。②即“斩刀”。

【水果刀】 餐具。钢制。刀身细长而刃口锋利，用于削水果皮。

【餐巾】 也称“口布”、“茶巾”、“茶布”、“席巾”、“花巾”。餐杂具。为布制。方形，有的有花边；有的绣花。一般白色，也有冷、暖色调的。从西餐筵席引用，为筵上的保洁用品。可用于擦拭刀叉碗筷；也可插于衣襟或摊在膝上，防止菜汤、酒水沾污衣服；还可用于擦嘴。摆台时可折成多种花形，插于酒杯中，以渲染筵席的气氛，也可折成方形，摆在“吃碟”中。

【口布】 即“餐巾”。

【茶巾】 即“餐巾”。

【茶布】 即“餐巾”。

【席巾】 即“餐巾”。

【花巾】 即“餐巾”。因其有时有花边、锈花，并多折花应用，故名。

【台布】 也称“桌布”。餐杂具。布制或塑料制。罩于桌面，可美化席面，既便于收拾，又可保护桌面，一般为白色。

【桌布】 即“台布”。

【筷筒】 餐杂具。盛筷子的筒子。瓷制、竹制、木制均有。另有“筷笼”、“筷盒”等，功用相同。

【筷笼】 餐杂具。装筷用具。参见“筷筒”。

【筷盒】 餐杂具。装筷用具。参见“筷筒”。

【筷架】 餐杂具。搁筷子的用具。以瓷或陶制，也有金属制的。形制不一，可制成山、如意、花、鸟、鱼、兽等多种形状。

【酱醋壶】 也称“味壶”。餐杂具。瓷制。圆形，带盖，一般是上小下大，有嘴，有把。主要用来盛装酱油、高醋等调味品。也有如瓶状的。

【味壶】 即“酱醋壶”。

【胡椒筒】 餐杂具。瓷制。呈上细下粗的筒状，顶端有一些小孔，平底有一大孔带塞。主要用来盛装椒面或细盐等调味品。也有其它形制的。

【牙签】 餐杂具。用以剔牙的小用具。旧时有金、银、牙、骨、角等多种制品，且随身携带，长时使用。现以木或竹、葵丝制，经过消毒，一次性使用。

【牙签筒】 餐杂具。瓷或塑料、玻璃制。用于装牙签。

【捧盘】 也称“托盘”。餐杂具。古已有之。形状有方形、圆形、椭圆形、花瓣形。一般多为木制品，也有银、铜、铝、瓷、塑料等制品。常见的捧盘，直径在50厘米左右，均有边沿，厚薄不等。在宴会和接待顾客时，用来送菜肴、面点、冷饮、茶酒等。因是用双手捧送，故名。

【托盘】 即“捧盘”。

【饭盒】 餐杂具。用于装饭菜携带的盒具。木制、竹制均有，现也有漆器的，或铝制、搪瓷制等。形制多样，有圆形或方形盒状的，也有几层叠装的，或有筒状的。

【提盒】 餐杂具。其样式有圆、椭圆和方形不等。每一提，一般由3～5层组成。每盒有环形耳。提盒有柄有提系，以便将每层盒穿连起来。用以提携食物，供旅游、野餐颇为方便。旧时曾用木或竹制成。现在一般为搪瓷制品。

【食盒】 餐杂具。长方形，有盖和提系。一般是木制或竹制。双层。食盒种类有大、中、小之分。大的也称“抬盒”。为饮食行业外送菜肴的常备用具。

【抬盒】 见“食盒”。

【桃盒】 餐杂具。外送菜肴所用的一种盒子，一人担两个，因为圆形似桃，故名。

【挑盒】 餐杂具。两只为一挑。盒为圆形或长方形。有盖和提系。与食盒相似。一般为木制或竹制。两层。为饮食行业外送菜肴或送半成品原料到设宴之家烹调加工之用。盛行于明清时期。

机　具

【切肉机】 烹饪机具。可加工肉、瓜果、蔬菜、豆制品成为片、丝状。机具由电机、齿轮、皮带、两组刀片和其它配件组成。两组刀片高速向心旋转，利用双刀剪切的原理以达到切割的目的。第一次可切片状，第二次再行切割即成丝状。

【绞肉机】 烹饪机具。可将生肉加工生产成肉糜，也可加工豆馅类。机具由电机、齿轮、皮带、螺旋绞龙、刀片等部件组成。该机机型分为卧式、立式、简易、家用4种。

【绞肉拌馅机】 烹饪机具。具有绞肉、拌馅两用的效能。

【肉菜切削机】 也称“多切机”。烹饪机具。具有一机多用的效能。可加工生肉和菜蔬成为片或糜状。机具由电机、齿轮、皮带、变速装置、刀盘及简易绞肉机、切肉机等组成。

【多切机】 即“肉菜切削机”。

【切菜机】 烹饪机具。可将根茎类菜加工成丝、片、末；叶类菜加工成段、末。机具由电机、齿轮、变速装置，皮带、刀盘、输送带等部分组成。

【土豆去皮机】 烹饪机具。可去除土豆、萝卜等根茎菜的外皮。将需要去皮的菜放进设有磨擦材料的容器内，通过高速旋转的离心作用，达到除去外皮的目的。

【和面机】 烹饪机具。用于粉类搅拌加工，制成面块，供进一步加工。机具由电机、齿轮、皮带、曲轴、面斗、搅拌叶和机架等部分组成。

【轧面机】 也称“压面机”。烹饪机具。用于面条加工。机具由电机、齿轮、皮带、机架、机座、轧滚和切刀等组成。加工中通过调换切刀，可轧制出粗细不同的面条。

【压面机】 即“轧面机”。

【饺子机】 烹饪机具。用于饺子制皮、包馅、成型的加工。机具由电动机、变速箱、机架、进面进馅口和成形模等组成。其馅的大小和皮的薄厚可手调。

【馒头机】 烹饪机具。用于馒头成型的加工。机具由电机、齿轮、皮带、推进绞龙和成型带等组成。机型分台式、卧式两种。

【包子机】 烹饪机具。用于包子成形的加工。机具由电机、齿轮、皮带、变速箱、成形器等组成。一般与和面机、绞肉机、拌馅机等配套使用。

【炸油条机】 烹饪机具。用于油条的加工。机具由电动机、输送带、机械手、油槽、电加热器等组成。工作程序为油条面滚压、切块、折叠、拉抻、炸制。

【元宵机】 烹饪机具。利用滚动成形的原理，将米粉和过水的元宵馅放入滚桶内，反复数次即加工成元宵。

【刀削面机】 烹饪机具。用于制作刀削面片。机具由机体、电动机、齿轮、皮带、进面绞龙、削面刀片等组成。

【花卷机】 烹饪机具。用于制作花卷。机具由进面、出条、给油、成形4个部分组成。

【洗米机】 烹饪机具。既可洗米也可淘沙。此机用

于将米淘净，并根据米、沙比重不同的原理，利用水的浮力和离心力作用，使米、沙分开。

【饸饹床】 烹饪机具。制作饸饹面食的木制机具。荞麦面和好后，装入中间的圆木筒中，饸饹床置于锅上，以木杠压面入锅供煮食。

【饸饹机】 烹饪机具。用于饸饹面加工。机具由电机、齿轮、进面绞龙、出面口等组成。可放在锅台上，使成型的饸饹面直接下入锅里。

【远红外线餐具消毒柜】 烹饪机具。利用远红外加热的原理，进行辐射灭菌。机具包括带保温层的箱体、辐射加热元件、控温仪、定时器等组成。

【冷藏柜】 俗称“雪柜”。烹饪设备。用于冷藏各种原料、半成品和食品。机具由保温箱体、制冷压缩机、冷凝器、截止阀、蒸发器等组成。大小规格很多，型号不一。

【雪柜】 广东一带对“冷藏柜”的俗称。

【切粉作业线】 制作切粉的成套机具。机具主要由洗米池、磨米机、搅拌机、输浆泵、蒸粉室、滚刀等组成。

【米线作业线】 生产米线的成套机具。机具主要由洗米池、磨米机、输浆泵、蒸浆室、压榨机、水槽、蒸浆室等组成。

营 养 保 健

营养与营养素

【营养】 机体摄取、消化、吸收和利用食物或养料的整个过程。以维持生物的正常生长、生存和一切器官的功能活动。这种行为称作营养。

【营养素】 能被人体消化吸收，具有供给能量、促进生长发育、调节生理功能等作用的物质。包括蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素、无机盐和水等。

【营养价值】 评价食物中各种营养素含量及被机体消化吸收和利用程度的一种相对指标。食物富含某一种或几种营养素，且易被消化吸收和利用，这种食物就具有较高的营养价值。

【营养素需要量】 维持身体正常生理功能所需要的营养素量。低于此量将对身体产生不良影响。也有人以能维持机体不发生营养缺乏病的量为最低需要量，以能够保证全部生理功能的量为需要量。

【每日膳食中营养素供给量】 在满足人体正常生理需要量的基础上，按饮食习惯和食物生产等情况而规定每昼夜的营养素供给的适宜数量。已考虑到营养素在体内的吸收和利用率，未考虑烹调加工时的损失，一般均较生理需要量为充裕。可供营养工作者制定食谱时参考。随着营养科学的发展、食品生产的增加以及人民体质和劳动条件的改变，供给量标准也应随之修订。

【营养素不足症】 营养素早期轻度缺乏，尚无明显临床症状时称营养素不足症。

【营养缺乏病】 某种或某几种营养素不能满足机体需要而引起的疾病。可由于较长期食用选择或加工不当的食物，摄食不足或偏食、忌食等不良饮食习惯；机体需要量增加而未能及时补充机体消化吸收和利用不良等原因引起。如缺乏蛋白质引起的营养性水肿，缺碘引起的甲状腺肿大等。

【营养不良】 各种营养素缺乏的综合表现。

【营养素平衡】 指摄入各种营养素之间的平衡。一种营养素过多或过少都会影响其它营养素的吸收和利用。这种平衡关系表现在三大营养素（蛋白质、脂肪、碳水化合物）之间，维生素之间，三大营养素和维生素之间，各种无机盐和微量元素之间及氨基酸之间等。

【平衡膳食】 由多种食物构成，它不但提供足够数量的营养素和热能，满足正常人体的需要，而且还保持各种营养素之间的平衡，以利于它们的吸收和利用，达到合理营养的目的。

【强化食品】 将供给不足或缺乏的营养素直接加入到一定的食品中，以增加它在膳食中的含量，是改善营养的一种措施。

【蛋白质】 一种极其复杂的高分子有机化合物。含有碳、氢、氧、氮、硫、磷等元素，由 20 多种氨基酸组成。是生命的物质基础，生物体最重要的组成成分。成人体内蛋白质占体重的 16～19%，其平均半周期为 80 天，因而必须每日从食物中摄取。我国每人每昼夜蛋白质的推荐量为 70～80 克。从食品科学角度来看，蛋白质除保证食物的营养价值外，在决定食品的色、香、味及品质等特征上也起重要作用。

【粗蛋白质】 指未被完全纯化的蛋白质。是对精制蛋白质而言。在粗蛋白质中除含有蛋白质外，还含有一些非蛋白的“杂质”。营养学中提到的蛋白质食品，一般都是粗蛋白质。例如在含蛋白质极丰富的鸡蛋清中也含有无机盐溶液。

【动物蛋白质】 来源于动物的蛋白质或粗蛋白质。如瘦肉、鸡蛋清、动物奶。一般营养价值较高。

【植物蛋白质】 来源于植物的蛋白质或粗蛋白质。如大豆、豆腐、面筋就含有丰富的植物蛋白。植物蛋白质中氨基酸的种类一般没有动物蛋白质齐全，营养价值多不及动物蛋白质。

【单细胞蛋白】 是一些单细胞或多细胞生物蛋白质的总称。如某些酵母、细菌和真菌等食用微生物和藻类中所含的蛋白质。

【简单蛋白质】 也称“单纯蛋白质”。分子中只有 α-氨基酸而不含有其它物质，故水解时，只产生氨基酸。如鸡中的卵蛋白、大豆中的球蛋白，谷物中的麦蛋白等。

【单纯蛋白质】 即“简单蛋白质”。

【结合蛋白质】 简单蛋白质与其它物质结合后形成结合蛋白质。水解时，除产生氨基酸以外，还有糖、磷酸、金属有机化合物、核酸等。常见的结合蛋白质有糖

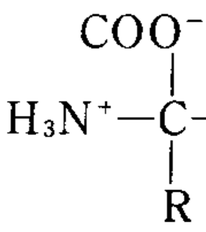
蛋白、核蛋白、脂蛋白等。

【完全蛋白质】 指含有全部必需氨基酸、易消化吸收、营养价值高的蛋白质。如卵白蛋白、大豆蛋白及乳类、鱼类和肉类所含的蛋白质多为完全蛋白质。缺少一种或几种必需氨基酸的蛋白质称"不完全蛋白质"，如胶原蛋白、玉米胶蛋白。

【不完全蛋白质】 见"完全蛋白质"。

【参考蛋白质】 由世界卫生组织和联合国粮农组织提出的一种理想的营养价值优良的蛋白质。令其氨基酸组成模式最符合人体需要，称为参考(比)蛋白质。用来与其它蛋白质相比较，以鉴定后者的营养价值。

【氨基酸】 含有氨基的羧酸。结构式：



和酸、碱溶液，在热水中溶解度较大，加热200℃以上时易分解。氨基酸分类方法较多，根据化学结构可分为脂肪族氨基酸、芳香族氨基酸、杂环氨基酸和亚杂环氨基酸；按氨基酸R-基团的不同可分为极性和非极性氨基酸，极性氨基酸根据带电荷的性质又可分为中性、碱性和酸性氨基酸。氨基酸多以其性质或来源命名，如甘氨酸是由于带有甜味；天门冬氨酸是由于最初从植物天门冬幼苗中发现而得名。蛋白质分解为氨基酸后才能被人体吸收。

【必需氨基酸】 人体不能合成或合成量不能满足机体需要而需要食物提供的氨基酸。如赖氨酸、色氨酸、苯丙氨酸、亮氨酸、异亮氨酸、苏氨酸、蛋氨酸、缬氨酸。此外，组氨酸和精氨酸对婴儿的生长也是必需的。

【非必需氨基酸】 人体可以自身合成而不依赖食物提供的氨基酸。如丙氨酸、丝氨酸、甘氨酸、谷氨酸、谷氨酰胺、天冬氨酸、天门冬酰胺、精氨酸、胱氨酸、半胱氨酸、酪氨酸、组氨酸、脯氨酸、羟脯氨酸等。

【限制氨基酸】 某一种或几种必需氨基酸缺乏或数量不足时，可使食物蛋白质合成为机体蛋白质的过程受到限制。亦即限制了这种蛋白质的营养价值。这一种或几种必需氨基酸就称为限制氨基酸。

【蛋白质互补作用】 一种提高蛋白质营养价值的方法。即将数种营养价值较低的蛋白质食物混食，其中的必需氨基酸可相互补充使其接近人体的比值，达到提高蛋白质生理价值的目的。如大豆蛋白生理价值为64，玉米为60，按1∶3混食时可提高至76。

【氮平衡】 指人体每昼夜从食物中摄入氮量与排出氮量的相对关系，用来表示人体蛋白质含量的平衡状态。当摄入氮量等于排出氮量时称"等氮平衡"；摄入氮量大于排出氮量时称"正氮平衡"；摄入氮量小于排出氮量时称"负氮平衡"。成人需维持等氮平衡，儿童青少年及孕妇需保持正氮平衡方能得到正常发育，饥饿、禁食、发高烧、食用不完全蛋白质等情况皆可使人产生负氮平衡。

【等氮平衡】 见"氮平衡"。

【正氮平衡】 见"氮平衡"。

【负氮平衡】 见"氮平衡"。

【蛋白质的生理价值】 也称"蛋白质的生物价"。评价蛋白质营养价值的一种指标。指由食物提供的总氮量在体内储留真正被利用的百分数(如不计基础代谢可用下式表示)：

蛋白质的生理价值＝储留氮量/提供氮量×100

生理价值的高低主要决定于必需氨基酸的含量比值，其比值与人体需要量愈接近，生理价值也愈高。一般讲动物蛋白的生理价值较植物蛋白为高。如鸡蛋94；牛奶89；鱼肉83；牛肉76；小麦67；玉米60；土豆67；蚕豆58。

【蛋白质的生物价】 即"蛋白质的生理价值"。

【蛋白质净利用率】 表示摄入的蛋白质在体内被利用的情况。即在一定的条件下，在体内存留的蛋白质占摄入蛋白质的比例。

蛋白质净利用率＝氮在体内的储留量/氮被机体的摄入量×100

也可简化成：蛋白质净利用率＝生物价×消化率。

【氨基酸构成比值评分】 是一种最常用的蛋白质营养价值评定方法。以完全蛋白质如鸡蛋蛋白质作为参考蛋白质，将其含量最少的必需氨基酸色氨酸作为1，并计算其它必需氨基酸的相应比例，进行评分时，将待评蛋白质中必需氨基酸含量逐一与参考氨基酸构成比例评分：

氨基酸构成比值评分＝每克待评蛋白质中某种必需氨基酸数量(毫克)/每克参考蛋白质中某种必需氨基酸数量(毫克)×100

其结果越接近100，表示营养价值越高。在实际工作中，往往只选用限制氨基酸和赖氨酸、含硫氨基酸或色氨酸中的一种进行评分即可。

【脂肪】 狭义的脂肪指动植物的油脂。如猪油、羊油、菜籽油、花生油等。其主要化学成分是甘油与脂肪酸所生成的酯——甘油三酯。存在于动植物中的脂肪是复杂的混合物，包括由相同脂肪酸构成的甘油三单酯和由不同脂肪酸构成的甘油三杂酯等中性脂肪，也可能含有甘油二酯、甘油单酯、游离的脂肪酸，有时也含有高分子醇、烃类及色素等。组成脂肪的酸主要是具有偶数碳原子的高分子饱和脂肪酸及不饱和脂肪酸。植物脂肪主要由不饱和脂肪酸构成，多呈液态；而呈固态的动物脂肪中含有大量饱和脂肪酸。在脂肪里，饱和脂肪酸中最多的是棕榈酸、脂蜡酸；不饱和脂肪酸中多是油酸、亚麻油酸及次亚麻油酸。

【脂肪酸】 含有烃基和羧基的一类有机酸。根据含烃基的不同，分为饱和脂肪酸和不饱和脂肪酸。前者烃

基中不含有双键(饱和烃);后者在烃基中含有双键(不饱和烃)。

【硬脂酸】 一种高级饱和脂肪酸。常温下呈固态,分子中碳原子数目为18。食品生产中多用作消泡剂,它与蔗糖等生成酯,是一种极好的表面活性剂,对改善食品性状、香味、抗氧化和防止退色起积极作用。

【软脂酸】 一种高级饱和脂肪酸。常温下呈固态,分子中碳原子数目为16。

【必需脂肪酸】 人体不能合成、必需从食物中摄取的脂肪酸有:十八碳二烯酸(亚油酸)、十八碳三烯酸(亚麻酸)和二十碳四烯酸(花生四烯酸)。亚油酸可通过碳链的加长和新双键的合成转化为花生四烯酸,所以亚油酸是最重要的必需脂肪酸。

【磷脂】 含有磷酸的脂质。因分子中含有磷酸根而得名。如蛋黄中的卵磷脂,动物脑中的脑磷脂。是构成细胞膜结构和神经髓鞘的主要成分。

【不饱和脂肪酸】 脂肪酸链结构中含有不饱和双键,称不饱和脂肪酸。当双键的数目在两个或两个以上时,称多不饱和脂肪酸或高度不饱和脂肪酸。

【三磷酸腺苷】 常表示为ATP。是一种重要的储备能量和供给能量的物质。体内能量的利用过程主要通过ATP的合成和分解来完成。

【胆固醇】 一种重要的类脂。可以游离状态或结合状态(与脂肪酸结合成胆固醇酯)存在。无色蜡状固体,不溶于水而易溶于有机溶剂。为构成动物细胞膜和神经髓鞘的重要组成部分。脑及神经组织中含量最高,人体可合成,部分由食物摄入。在体内可转变为胆汁酸、类固醇激素及维生素D_3,因而具有重要的功能。但血液中含量过高或代谢紊乱,会沉积在血管壁,引起心血管系统疾病。我国正常人血清胆固醇约为110~230毫克,成人每昼夜从食物中摄取胆固醇以不超过300毫克为宜。食物中以动物的脑组织、蛋黄、蟹黄、肝脏、肾脏中含量较高。

【碳水化合物】 也称"糖类"。由碳、氢、氧三元素组成的一类有机化合物。可分为单糖、双糖和多糖。是人体最重要的热能来源,在代谢中起着重要作用。

【糖类】 即"碳水化合物"。

【单糖】 最简单的碳水化合物。依羰基在分子中的位置可分为醛糖和酮糖;依分子中碳原子的数目可分为乙糖(C_2)、丙糖(C_3)、丁糖(C_4)、戊糖(C_5)、己糖(C_6)及庚糖(C_7)。葡萄糖和果糖是食品中重要的两种单糖。

【葡萄糖】 一种六碳单糖。无色结晶,甜度不及果糖、蔗糖,易被人体吸收、利用,提供能量。

【果糖】 一种六碳单糖。最初因在水果中析出而得名。甜度比蔗糖、葡萄糖高,蜂蜜、果汁中含量丰富,蔬菜中也含有。原料中果糖含量的多寡与之风味品质有密切关系。

【半乳糖】 一种六碳单糖。多存在动物乳汁中(因占乳糖成分的一半而得名)。它与一分子葡萄糖结合形成乳糖。

【双糖】 也称"二糖"。由单糖分子通过糖苷键连接而成,水解后产生两分子单糖。有还原性双糖(如麦芽糖、纤维二糖、乳糖等)和非还原性双糖(如蔗糖、海藻糖等)两类。食物中的双糖在体内被分解为单糖后,才能被吸收和利用。

【二糖】 即"双糖"。

【糊精】 淀粉经淀粉酶作用或加热处理后的最初产物。根据分子量大小分为红糊精和蓝糊精。它们可与碘分别起红色或蓝色反应。粘度较大,易溶于热水。烹调时利用淀粉糊化产生糊精来对原料进行挂糊、上浆、勾芡处理,可避免原料水分及营养物质的流失,降低香料气味的失散并对易氧化、分解的维生素起保护作用。

【糖原】 也称"动物淀粉"。由葡萄糖组成的一种多糖。其结构与支链淀粉相似,但分支更多且短。溶于水,无还原性,遇碘产生红色,是糖在动物体内的一种储存形式。存在肌肉中的称为"肌糖原";肝脏中的称为"肝糖原"。糖原可被分解为葡萄糖,转变为能量。食物中以软体动物及动物肝脏含量为丰富,瘦肉、酵母、藻类等也含有。

【动物淀粉】 即"糖原"。

【纤维素】 一种植物多糖。植物细胞壁的主要成分,也是由葡萄糖构成的高分子化合物。不能被人体消化吸收,但对促进肠道蠕动利于粪便排出及减少结肠炎和结肠癌的发病起积极作用,近年来也被称为一种营养素。

【半纤维素】 一种与纤维素共存于植物细胞壁中的多糖。由木糖、鼠李糖、葡萄糖、果糖、甘露糖、半乳糖等构成。不溶于水而溶于稀碱液,多存在种皮、坚果壳、叶脉、秸杆中,常随植物种类、老幼不同而异。蔬菜中含有的半纤维素,经烹调水解后可产生己糖、戊糖,是生成菜肴风味的一个来源。

【果胶】 是植物细胞壁的成分之一。存在于相邻细胞壁间的中胶层中,起着将细胞粘在一起的作用。未成熟的果实细胞间含有大量的原果胶,因而组织坚硬,随着成熟的进程,原果胶水解成可溶于水的果胶,并渗入细胞,果实组织变软而富有弹性。最后果胶去甲基化生成果胶酸,果胶酸不具有粘性,果实呈软疡状。果胶与纤维素一样不能被人体消化、吸收。

【维生素】 维持人体正常生命过程所必需的微量有机物质。已知有20余种。按其溶解性可分为脂溶性和水溶性两类。前者包括维生素A、D、E、K等;后者有维生素B_1、B_2、B_6、B_{12}、C、PP、生物素、胆碱等。维生素对人体生长、发育起着重要的作用。

【维生素缺乏症】 因缺乏某种维生素而导致的疾病。如缺乏维生素A出现的夜盲症。引起维生素缺乏的

主要原因是：①机体需要量增加；②来源不足；③由于疾病出现吸收上的障碍或对维生素的破坏等。避免缺乏的合理方法是膳食多样化，并注意烹调加工中的损失。

【维生素过多症】 长期摄入过量的维生素会引起中毒现象。通常由于摄入维生素制剂引起。普通食物不会引起维生素过多症。一般以维生素A和维生素D过多症较常见。

【维生素A】 也称“视黄醇”、“抗干眼病维生素”。是一种与正常视觉及人体上皮组织正常形成有密切关系的维生素。通常包括A_1、A_2以及在人体内可转变为维生素A的胡萝卜素(常称为维生素A原)。比较耐热，对酸、碱安定，但易被氧化。含量丰富的食物有禽蛋、动物内脏、奶油、奶类、鱼卵、鱼肝油等，胡萝卜、辣椒、苜蓿、豌豆苗、冬苋菜、杏子、柿子、红心甜薯等则是胡萝卜素的良好来源。

【视黄醇】 即“维生素A”。

【抗干眼病维生素】 即“维生素A”。

【视黄醇当量】 表示膳食中维生素A供给量的数值单位。1微克视黄醇当量＝1微克维生素A＝6微克β-胡萝卜素＝3.33个国际单位维生素A。

【维生素D】 也称“钙化醇”、“抗佝偻维生素”。一种调节人体钙、磷代谢，促进钙、磷吸收、预防软骨病的维生素。耐热，一般烹调不易破坏。含量丰富的食物有动物肝脏、海产品、禽蛋等。人体皮肤中含有丰富的麦角固醇、7-脱氢胆固醇等维生素D原，经日照后可转变成维生素D。

【钙化醇】 即“维生素D”。

【抗佝偻维生素】 即”维生素D”。

【维生素E】 也称“生育酚”、“抗不育维生素”。在机体内具有抗氧化作用，是一种与正常生育、维持中枢神经系统和肌肉细胞膜完整性有关的维生素。易被氧化，但对热安定。食物中以豆芽菜、植物油含量丰富，蛋黄、牛奶、水果、莴苣、贝类、谷类等也含有。

【生育酚】 即“维生素E”。

【抗不育维生素】 即“维生素E”。

【维生素K】 也称“凝血维生素”。一种参与凝血作用的维生素。其凝血机理在于它能促进肝脏合成凝血酶原，从而促进纤维蛋白原转变成纤维蛋白。比较耐热，但易被阳光和碱破坏。食物中以动物肝脏、肉类、苜蓿、菠菜、水果、蛋类等含量丰富。

【凝血维生素】 即“维生素K”。

【维生素B_1】 也称“硫胺素”、“抗神经炎维生素”。一种预防脚气病和抗神经炎的维生素。在体内参与碳水化合物的中间代谢，是一些酶的辅酶成分。比较耐热，不易氧化，但在碱性溶液中易被破坏，故煮粥、烙饼、擀面及制豆沙和擀馄饨皮时不宜施碱过量。食物中以豆类、粮谷、干果、硬果、酵母、芹菜叶、莴苣叶、瘦肉、蛋类、动物肝肾心脑含量丰富。

【硫胺素】 即“维生素B_1”。

【抗神经炎维生素】 即“维生素B_1”。

【维生素B_2】 也称“核黄素”。一种预防唇炎、舌炎、角膜炎和阴囊炎的维生素，在体内参与氧化还原过程。对热、酸安定，但遇碱和光照后易被破坏。食物中以奶类、蛋类、绿叶蔬菜、豆类、谷类、动物肝肾心、菌藻和某些调味品含量丰富。

【核黄素】 即“维生素B_2”。

【维生素B_6】 也称“吡哆素”。一种与蛋白质、脂肪代谢关系密切的维生素。是人体许多重要酶的辅酶成分。包括可在人体互相转化的吡哆醇、吡哆胺和吡哆醛。对热安定，一般烹调不易破坏，但易被紫外光照射分解。食物中以谷类、豆类、肉类、鱼类、奶类、动物肝脏、蛋黄、酵母、白菜等含量丰富。

【吡哆素】 即“维生素B_6”。

【维生素B_{12}】 也称“抗恶性贫血维生素”。它以增加叶酸的利用率来影响核酸和蛋白质的生物合成，从而促进红细胞的发育和成熟，缺乏B_{12}时，表现为巨成红细胞性贫血。溶于水，易被强酸、强碱、日光所破坏。食物中以动物肝脏、肉类、海产品及蛋类含量丰富，豆腐乳、豆豉中也含有，臭豆腐乳中含量丰富。

【抗恶性贫血维生素】 即“维生素B_{12}”。

【生物素】 也称“维生素H”。一种与人体物质代谢关系密切的维生素。是糖、蛋白质和脂肪代谢中多种羧化酶的辅酶，其功用是参与机体固定CO_2和羧化过程。溶于水，不易被酸、碱分解。食物中以蔬菜、蛋类、动物肝肾等含量丰富。

【维生素H】 即“生物素”。

【泛酸】 一种构成人体辅酶A的成分，在糖与脂肪代谢中起重要作用的维生素。溶于水，在酸、碱溶液中加热易受破坏。含量丰富的食物有鸡蛋、酵母、猪肉、动物肝脏、海产品、桔子、马铃薯等。

【叶酸】 一种预防营养性巨细胞型贫血，与人体蛋白质及核酸合成有关的维生素。微溶于水，在酸性溶液中和光照下易被分解，久贮食物中的叶酸也易受损。含量丰富的食物有动物肝肾、绿叶蔬菜、蛋类、酵母等。

【维生素PP】 也称“抗癞皮病维生素”。包括尼克酸和尼克酰胺。溶于水，不易被酸、碱、热和日光破坏，具有维持皮肤和神经健康的作用，是脱氢酶辅酶的成分，参与体内的氧化还原过程。含量丰富的食物有动物肝脏、鱼类、酵母、落花生、肉类、绿叶蔬菜等。

【抗癞皮病维生素】 即“维生素PP”。

【维生素C】 也称“抗坏血酸”、“抗坏血病维生素”。一种能维持生物膜的稳定状态和促进伤口愈合、参与细胞间质生成并有解毒作用和增加肠道内铁吸收作用的维生素。溶于水，易氧化，碱能使其破坏。含量较多的食物有新鲜蔬菜、水果等，其中尤以红枣、山楂、柑

桔、番茄、辣椒、豆芽、石榴、猕猴桃含量丰富。烹调中蔬菜的凉拌、炝制或炒菜略加食醋是保护维生素C的好办法。

【抗坏血酸】 即"维生素C"。

【抗坏血病维生素】 即"维生素C"。

【维生素P】 也称"芦丁"、"柠檬素"。具有增强毛细血管坚韧性和维持血管正常渗透性的能力。包括桔皮苷、圣草苷和芸香苷3种物质，常与维生素C伴存。溶于水，但在沸水中易失去活性。含量丰富的食物有柠檬、芸香、芹菜、茄子、桔皮、茶叶等。

【芦丁】 即"维生素P"。

【柠檬素】 即"维生素P"。

【胆碱】 也称"维生素B"。一种促进磷脂生成、阻止脂肪在肝脏中积累的维生素。溶于水，遇酸稳定，在碱性溶液中易被分解。食物中以蛋黄、动物内脏、奶类、豆类、酵母等含量丰富，绿叶蔬菜及水果中也含有。

【维生素B】 即"胆碱"。

【无机盐】 也称"矿物质"。无机化合物中盐类的总称。营养学上指人体必需的无机盐中某些元素。其中重要的有钙、磷、铁、碘、镁等。无机盐是维持正常生理机能不可缺少的物质。缺乏时引起相应的营养缺乏病，如缺铁引起的贫血。但过量时也可致病，如氟过多引起斑牙症。由于新陈代谢每天都有一定数量的无机盐被排出体外，因此必须通过膳食来补充。

【矿物质】 即"无机盐"。

【常量元素】 人体含量较多的元素。其含量占人体重量的0.005%以上。除组成糖、脂肪、蛋白质等有机营养物质的碳、氢、氧、氮外，还有钙、磷、钾、钠、氯、镁、硫。

【微量元素】 也称"痕量元素"。人体含量甚微的元素。其含量多在人体重量的0.005%以下或只表现有痕迹量。如铁、铜、碘、锰、钼、硒等。

【痕量元素】 即"微量元素"。

【钙】 人体必需的常量元素。符号Ca，是组成骨骼、牙齿的重要成分，并参与血凝过程，还有调节心脏和神经肌肉活动、维持脑组织正常功能及体内酸、碱平衡的作用。缺乏时影响儿童青少年骨骼发育，引起佝偻病、老年骨质疏松、心律不齐。食物中的钙来源以奶及奶制品为最好，豆制品次之，虾皮、绿色蔬菜也含有。另外，烹调中的软、硬酥鱼及用畜、禽骨架熬汤也是增加钙的好办法。植物性食品中的草酸妨碍钙的吸收。

【磷】 人体必需的常量元素。符号P。是构成机体骨骼、牙齿、组织细胞和神经系统的重要成分，还有组成体内酸、碱缓冲体系，维持酸、碱平衡的作用，并参与脂肪、糖代谢。缺乏时引起骨骼发育不良、食欲不振。食物中多有存在，尤以豆类、落花生、肉类、核桃、蛋黄含量丰富。

【钾】 人体必需的常量元素。符号K。主要存在于细胞内液、肌肉和红细胞中。对维持体液渗透压和酸、碱平衡，心脏的正常功能起重要作用，并参与蛋白质、糖代谢。缺乏时引起倦怠、嗜眠、肌肉无力、心跳加快等。食物中以黑豆、青豆、黄豆、豉豆、豌豆、豆腐皮、腐竹、荞麦、土豆、甘薯含量丰富。

【钠】 人体必需的常量元素。符号Na。分布广泛，一切组织体液中均含有。对维持体内正常渗透压和加强神经与肌肉的应激性以及对营养物质的吸收起着重要作用，此外一些酶的活性还有赖于一定浓度的钠。钠主要来自食盐，其它食物中也含有，一般不会缺乏。过量时对心血管系统不利。

【氯】 人体必需的常量元素。符号Cl。是形成胃酸的主要成分，有激活胃蛋白酶元促进食欲的功用，并对调节水平衡、酸碱平衡、维持正常渗透压起重要作用。食盐中含量最多，一般不会缺乏。

【镁】 人体必需的常量元素。符号Mg。是骨骼、牙齿的重要成分，为许多酶系统的激活剂，又是维持心肌正常功能、肌肉神经兴奋性和酸、碱平衡所必需的。缺乏时引起疾病，如心动过速、心律不齐。含量丰富的食物有小米、燕麦、小麦、豆类、干果、绿叶蔬菜、肉类和动物内脏等。

【硫】 人体必需的常量元素。符号S。也是蛋白质的主要成分，机体多有分布。每日摄入的蛋白质适量时，机体对硫的需要即可得到满足。食物中以鱼类、瘦肉、豆类、落花生、动物肝脏含量丰富。

【铁】 人体必需的微量元素。符号Fe。铁参加血红蛋白、肌红蛋白、细胞色素的合成，是一些酶的组成成分，并与氧的运输有关。缺乏时引起贫血。食物中以动物肝脏、蛋黄、瘦肉、豆类、水果、绿叶蔬菜含量丰富。

【铬】 人体必需的微量元素。符号Cr。铬可激活胰岛素、促进生长发育，并与脂肪及胆固醇代谢有密切关系。缺乏时引起糖耐受量降低，导致糖尿病。食物中以动物肝脏、牛肉、野生动物、蕈类、红糖、啤酒、黑胡椒等含量丰富。

【钴】 人体必需的微量元素。符号Co。钴可加速人体血红蛋白的合成，还是维生素B_{12}和一些酶的成分。缺乏时引起贫血和消瘦。其需要量可用维生素B_{12}来表示。食物中以动物肝脏含量丰富，牡蛎、腐乳、豆豉中也含有。

【钼】 人体必需的微量元素。符号Mo。钼是一些氧化酶的组成成分，如黄嘌呤氧化酶、醛氧化酶，并对心血管疾病的发生和形成有一定影响。缺乏时导致食管癌发病率增高。食物中以动物肾脏、豆类、谷类、萝卜缨等含量丰富。

【镍】 人体必需的微量元素。符号Ni。镍是许多酶系统的活化剂，具有刺激生血机能的作用，还可促进红细胞的再生。缺乏时引起肝细胞吸氧量降低，一些酶活性下降。食物中以小米、大白菜、南瓜等含量丰富。

【锰】 人体必需的微量元素。符号Mn。是骨骼、生殖和中枢神经保持正常机能所必需的，并有促进生长、活化一些酶系统的作用。缺乏时引起生长停滞。食物中以坚果、茶叶、全谷原粮制品含量丰富，蔬菜水果中也含有。

【锌】 人体必需的微量元素。符号Zn。锌参与蛋白质、核酸代谢，是一些酶的组成成分。缺乏时引起味嗅觉异常、食欲不振、创伤愈合不良和发育迟缓。食物中以肉类、蛋类、鱼类含量丰富，蔬菜水果含量较少。

【硒】 人体必需的微量元素。符号Se。硒与维生素E共同作用，保护细胞膜免遭氧化，是一些重要酶的组成成分，并对某些金属和化学致癌物有解毒、拮抗作用。人体所需的硒几乎全部来自食物，尤以海产品、肉类、动物肾脏、小麦含量较高。

【硅】 人体必需的微量元素。符号Si。硅与结缔组织的弹性有关，是构成某些多糖的成分并参与多糖代谢。缺乏时引起骨骼异常，诱发关节炎及动脉硬化等症。一切植物中均含有，尤以南瓜、白菜、甜薯、小米含量丰富。

【钒】 人体必需的微量元素。符号V。是牙齿的组织成分，对造血过程有一定积极作用并可抑制体内胆固醇的过多形成。缺乏时引起生长迟缓，骨骼异常和胆固醇含量增高。食物中以谷类、豆类、海产品等含量丰富。

【碘】 人体必需的微量元素。符号I。是甲状腺的组成成分，又有调节代谢、促进幼儿生长发育等功用。成人缺乏时引起甲状腺肿大，妊娠期妇女缺碘，引起胎儿大脑发育障碍，出现克汀病。食物中以海带、紫菜、发菜、干贝、蛏干、海参、海蜇、淡菜含量丰富。饮水、食盐中也含有。

【氟】 人体必需的微量元素。符号F。是骨骼、牙齿的组成成分，可防止龋齿和老年人的骨质疏松，并对钙、磷代谢及铁的吸收起积极作用。缺乏时影响骨骼、牙齿发育，引起食欲不振等症。人体氟主要来自饮水。茶叶和海产品也含有。由于地理因素的影响，一些地区饮水中氟含量过高，引起人体“氟中毒”，出现“斑牙症”。

【铜】 人体必需的微量元素。符号Cu。铜遍布机体各组织器官中，参加造血过程及铁代谢，为许多金属酶的组成成分，并对新陈代谢起着重要的调节作用。食物中大多含有，尤以动物肝肾、葡萄干、硬果类、甲壳类、干豆等含量丰富。

【锡】 人体必需的微量元素。符号Sn。锡与黄素酶的活性有关，并能促进蛋白质及核酸反应。蔬菜、谷类、豆类及饮水中均含有。

【锶】 人体必需的微量元素。符号Sr。锶是骨骼、牙齿的组成成分，并与神经、肌肉的兴奋性有关。缺乏时引起骨骼发育不良。蔬菜及谷物中均含有。

【有机酸】 羧酸、磺酸等的总称。通常多指羧酸，可看作是烃分子中的氢原子被羧基取代，羧基和脂肪烃基相连而成的化合物称脂肪酸；羧基与芳香环相连的称芳香羧酸；还有卤代酸、羧基酸、羰基酸、氨基酸等。食物中存在的天然有机酸通常指的是羧基酸，主要有柠檬酸、酒石酸、苹果酸、琥珀酸、水杨酸、香豆酸、棓酸、绿原酸、咖啡酸以及由发酵产生的乳酸、醋酸等。有机酸赋予食物酸味，给味觉以爽快刺激、增强食欲、促进消化，同时具有一定的防腐作用。有机酸还可作为转化剂，破坏蔗糖的重结晶，有利于挂霜菜肴的制作。目前人工合成的有机酸也很多，并广泛用于食品行业和饮食行业。

【草酸】 也称“乙二酸”。化学式$(COOH)_2$，最简单的二元羧酸。纯品为无色晶体，易溶于水或乙醇，以草酸盐形式存在于植物中。食物中的草酸与钙化合成为不易溶解的草酸钙，因而妨碍食物中钙的吸收。草酸含量较多的食物有菠菜、茭白、蒲菜、苋菜、青蒜、荸荠、毛豆、玉兰片、冬笋等。烹调前进行出水(焯菜)处理，可使原料中的草酸含量降低。

【乙二酸】 “草酸”的学名。

【生物碱】 一类存在于生物体内的有机碱性物质。主要由植物中取得，故也称“植物碱”。许多中草药如当归、麻黄、贝母中的有效成分也是生物碱。常见的生物碱有烟碱、麻黄碱、咖啡碱、颠茄碱、吗啡碱、金鸡纳碱(奎宁)等。生物碱在一定的剂量范围内有明显的生理作用。

【植物碱】 见“生物碱”。

【叶黄素】 存在于植物绿色部分内的一类脂溶性的黄色色素。一种共轭多烯烃的含氧衍生物。含量为叶绿素的2倍，辣椒、柑桔、玉米、番茄、胡萝卜中含量较多。

【叶红素】 绿色植物中含有的一类脂溶性的红色色素。包括胡萝卜素和番茄红素。前者分布很广，后者主要存在于番茄、西瓜、杏、桃、辣椒、南瓜、柑桔等水果和蔬菜中。

【叶绿素】 存在于植物细胞叶绿体中的绿色色素。是一切绿色植物绿色的来源，也是光合作用的催化剂。叶绿素为脂溶性的含镁绿色色素，包括叶绿素A、B两种。绿色蔬菜久存或调醋后的变黄，即叶绿素被破坏所致。

【精油】 也称“挥发油”、“芳香油”。由萜烯、倍半萜烯、芳香族、脂肪族等组成的混合物，有香气并具挥发性质，多存在植物中，是天然香料的主要成分。精油可用蒸汽蒸馏、挥发性溶剂浸提和压榨法提取，厨师则采用更简便的油炸、水煮等方法取得。如花椒、葱、姜投热油中稍炸，破坏其组织细胞使精油泄出，卤汤锅里放入香料布袋。精油可使菜肴增加香气、去除异味，用于腌渍蔬菜时还有杀菌作用。

【挥发油】 即“精油”。

【芳香油】 即“精油”。

营养生理及生化

【肌肉组织】 高等动物的基本组织之一。由特殊分化的肌细胞所组成。肌细胞一般较长呈纤维状，故又称"肌纤维"。许多肌细胞聚集在一起，周围被结缔组织包裹而形成肌束，若干肌束组合在一起便形成了大块肌肉。根据肌肉组织形态和功能上的特点可分为骨骼肌、平滑肌和心肌。分档取料就是把不同部位不同性状的肌肉分别选取后，来制作各种菜肴的。

【结缔组织】 高等动物的基本组织之一。由细胞和间质所组成。分布极广，有填充、连接、支持、保护和修复等作用。其结构特点是细胞少，间质多。间质由基质和纤维组成。基质可是一种无定型的流动液体、粘胶状物质或坚硬的固体；纤维有3种，即胶元纤维、弹性纤维和网状纤维。根据结缔组织形态和结构特点可分为疏松结缔组织(如皮肤、肌肉器官之间的连接物)、致密结缔组织(如韧带)、脂肪组织、软骨组织等几类。存在畜禽肉体中的结缔物是不利烹调、影响菜肴质量的，加工时应予剔除。另外，通过肌肉中的结缔物也可分辨肉的品质，结缔物愈粗糙肉质愈老，反之则细嫩。

【胶原纤维】 结缔组织纤维的一种。常在结缔组织中成束排列，有韧性，稍具弹性，能被胃液消化，主要成分是胶原蛋白。对人体皮肤、筋腱、骨骼、血管、软骨的形成十分重要。多分布在动物皮、骨、筋腱等结缔组织中，煮后可溶于水形成动物胶。厨师利用这一特点把肉皮熬成皮汤，放进包子馅料中增加风味或制成各式冷荤菜。

【粘膜】 覆盖在动物体内消化、呼吸、泌尿等器官管腔内壁的一层膜状结构。由上皮组织和疏松结缔组织构成。根据所处部位不同，有口腔粘膜、食管粘膜、胃粘膜、肠粘膜等。粘膜内含腺体，可分泌带腥味的粘液，烹制动物内脏前要洗刷去除粘液、粘膜，以保证菜肴质量。

【食物特殊动力学作用】 也称"食物的特殊生热作用"。由于摄取食物而引起机体代谢的额外增高，最突出的表现是能量代谢增高，机体向外界散失的热量比进食前有所增高。

【食物的特殊生热作用】 即"食物特殊动力学作用"。

【味蕾】 一种味觉感受器。由味觉细胞和支持细胞所组成的卵圆形小体，具有获得滋味感觉的特殊功能。主要分布在舌表面特别是舌尖部和舌侧面，口腔咽后壁、会厌、软腭及前腭帆等处也有分布。大部分味蕾(舌前2/3)由第七对脑神经的感觉神经支配；舌后部分由第九对脑神经支配。人舌上约有9000个味蕾，女子比男子多，老人少而迟钝，婴儿最发达。

【味觉】 也称"味感"。人口腔味蕾受物质刺激后传导给脑神经所引起的感觉。有酸、甜、苦、辣、咸、鲜、涩、碱、金属味等多种。这种感觉的灵敏度与食物色调、温度、粘度、环境、食者情绪、嗜好等均有关系。

【味感】 即"味觉"。

【味域】 指能接受同种味道刺激的感受器相对集中在舌头的某一区域，从而使舌头的不同区域对味道的敏感性出现差异。一般讲舌尖对甜味敏感，舌两侧后部对酸味敏感，舌根对苦味敏感，舌前部对咸味敏感。由于舌上和口腔内存在有大量触觉和温度感受神经，特别是嗅觉的参予，故食物滋味在味域上的表现并不十分明显。

【嗅觉】 带有挥发性物质的气味刺激鼻腔嗅觉感受器，经嗅神经传入大脑皮层所引起的感觉。这种感觉的灵敏程度因人而异，甚至有人缺乏嗅觉能力。某些疾病也会使嗅觉能力下降，如感冒、鼻炎。另外，环境因素(温度、湿度、气压等)也对嗅觉有一定影响。

【消化不良】 由于胃液、胆汁、胰液和肠液的分泌减少或缺乏，胃肠道运动功能失常而产生的消化功能障碍。有食欲不振、腹胀、腹泻、体重减轻等症状。

【消化率】 表示摄入食物中营养素在胃肠道消化吸收的程度，即营养素消化吸收量占摄入量的百分数。计算方法如下：

某种营养物质的消化率＝摄入的某种营养素的量－粪便中排出营养素的量/摄入某种营养素的量×100

按上式计算出的消化率称"表观消化率"，若在粪便排出营养素中减去由肠道细菌、消化液、脱落上皮细胞产生的同种营养素，称"真消化率"。

【表观消化率】 见"消化率"。

【真消化率】 见"消化率"。

【消化】 人将摄入的食物转变为可以吸收的营养物质的过程。消化过程包括对食物的咀嚼、磨碎、拌和和推送等机械作用，以及消化液中的各种酶对食物的化学分解作用。

【消化系统】 人体分解、吸收食物诸器官的总称。包括口腔、咽喉、食管、胃、小肠(十二指肠、空肠、回肠)、大肠(结肠、直肠)以及与此相连的唾液腺、肝胆、胰腺等。前者称"消化道"；后者称"消化腺"。消化系统有摄取和暂时贮存食物，进行消化、吸收养料、排出废物以及解毒、抵御微生物侵害等功能。

【消化道】 见"消化系统"。

【消化腺】 见"消化系统"。

【消化液】 消化腺分泌出的液体。如唾液、胃液、胰液、胆汁、小肠液和各种消化腺分泌不同的消化液，其中所含的酶也不同。消化液有分解食物、帮助吸收的功能。

【基础代谢】 机体处于清醒、神经肌肉完全安静和空腹状态下，维持生命所必需的最低热能需要量。亦即

机体静卧在18～25℃环境中，完全处于休息状态，既无体力劳动，也无脑力劳动，12小时前停止进食，消化系统处于安静状态，基本上是维持体温、器官内脏最基本的生命活动所需的最低能量。

【千克卡】 简称"千卡"。营养学常用的能量单位。即1000克水由15℃升高1度所需要的能量或热量。用以衡量人体所需的热量和食物所产生的热能。

【千卡】 "千克卡"的简称。

【酶】 生物体产生的具有催化功能的蛋白质。酶的催化反应要求在一定的温度和pH条件下进行，有极高的催化效率，部分酶对催化底物有高度专一性。通常以其来源、作用的底物和催化反应的性质来命名。食品加工中重要的酶有淀粉酶、果胶酶、蛋白酶、脂肪酶等，大部分是水解酶类。

【酶活力】 常以最适条件(如采用最适pH、最适温度、适当的底物浓度等)下，单位时间酶反应体系内产物的生成量或底物的消耗量来表示。国际上规定，25℃时每分钟转化1微克分子底物的酶量为一个酶单位。

【消化酶】 与消化作用有关的诸类酶的总称。主要包括淀粉酶、脂肪酶、蛋白酶等类水解酶。其功用是将食物中淀粉、脂肪、蛋白质等大分子物质分解成单糖、脂肪酸、氨基酸等易被人体吸收的小分子物质。

【淀粉酶】 水解淀粉和糖原生成糊精和麦芽糖等的一类酶。广泛存在于生物界。也是食品工业中一类极其重要的酶。根据其水解产物的不同，可分为α-淀粉酶、β-淀粉酶和葡萄糖淀粉酶三类，在它们的共同作用下可将淀粉、糖原水解成单个的葡萄糖，便于人体吸收利用。

【糖化酶】 也称"β-淀粉酶"、"糖化淀粉酶"。淀粉酶类的一种。水解直链淀粉时主要生成麦芽糖，水解支链淀粉时除生成麦芽糖外，还产生糊精(高分子糊精)。

【β-淀粉酶】 即"糖化酶"。

【糖化淀粉酶】 即"糖化酶"。

【脂肪酶】 水解脂肪其最终产物为脂肪酸和甘油的一类酶。水解过程中的中间产物有甘油二酯和甘油一酯。也是人体分解脂肪的重要酶类。

【蛋白酶】 能分解蛋白质的酶。种类繁多，分布很广，是一类水解酶。重要的有胃蛋白酶、胰蛋白酶、胰凝乳蛋白酶、弹性蛋白酶、肽酶等。

【肽酶】 能水解小分子肽键的酶。从肽链的氨基末端或羧基末端逐步水解肽键的酶，分别称为"氨基肽酶"或"羧基肽酶"。这两种酶各作用于肽链的一端，经过如此反复作用后，氨基酸从肽链的两端逐一脱落，最后剩余二肽，在二肽酶的作用下，最终完全水解为氨基酸。肽酶主要由胰腺和小肠腺分泌。

【氨基肽酶】 见"肽酶"。

【羧基肽酶】 见"肽酶。

【新陈代谢】 新陈代谢是生命的最基本特性。是生命赖以生存和发展的基本条件。包括同化和异化作用正常的新陈代谢要求这两种作用处于动态平衡，使生物组织不断更新和发展。新陈代谢异常或停止，就会产生疾病或死亡。

【生物氧化】 营养素在体内被氧化成二氧化碳和水，并释放能量的过程。

【同化作用】 生物将环境中获得的物质改造成自身的组织，即同化作用。是一种增添自身组织，贮存能量的建设性作用。

【异化作用】 生物分解自身的物质，把分解产物排出体外，并在物质分解时释放能量，即异化作用。是一种消耗性的，释放能量的过程。

【僵直期】 宰杀后的牲畜肉体呈现僵硬状态的时期。这种现象的出现是由于细胞中酶类继续活动，分解有机物质使肉体酸度增高，肌凝蛋白凝固、肌纤维硬化所致。一般宰后5～10小时开始，15～20小时达到高峰，24～28小时消失。僵直期的肉质新鲜，但不易烹熟、滋味不鲜、且肉汤浑浊。

【后熟期】 食肉继僵直后，水果蔬菜刚收获后，由于细胞内酶系的继续活动改变其色、味及营养价值的一段时期。如食肉变得松软多汁、富有弹性光泽、味道鲜美；西红柿、苹果由酸变甜，由青变红。处于后熟期的食物是食用的最佳时期。

【自溶期】 继后熟期的食肉和已成熟的果菜，由于细胞内酶的继续活动逐渐消化组织，使自身细胞被溶解破坏的时期。此时的肉品缺乏弹性、组织松弛；植物性食物开始出水变软，但仍可食用，应抓紧处理。

【腐败期】 肉、菜、果开始变坏的时期。自溶期后，由于细胞内酶系的继续活动和外源微生物的侵染，产生了臭味和毒素。此时食物已失去食用价值，对人体有害，严禁使用。

【脂肪酸败】 理化因素引起的不饱和脂肪酸被氧化的过程。可产生臊味。

【蛋白质腐败】 在厌氧菌作用下，蛋白质被分解并产生恶臭的变化。

【发酵酸败】 碳水化合物在细菌或酵母的作用下，发生以产酸发酵为特征的变化。

【酸碱度】 指溶液中酸或碱的浓度，常用pH值来表示。pH值大于7.0为碱性；小于7.0为酸性。纯水为中性溶液，其pH值等于7.0。

【酸碱性食物】 指某种食物经消化吸收、代谢后，最终在体内呈现酸性或碱性的一种生理概念，不是指食物本身的酸、碱性质。一般讲，含有较多成碱元素(钾、钠、钙、镁等)的食物称"碱性食物"；含有较多成酸元素(氯、硫、磷等)的食物称"酸性食物"。

【碱性食物】 见"酸碱性食物"。

【酸性食物】 见"酸碱性食物"。

【凝固作用】 物质由流动相转变为固相的过程。多

因蛋白质变性凝固或非蛋白质汤料冷却成凝胶所致。如蛋汁加热成为蛋糕，淀粉糊冷却成为凉粉。

【酯化作用】 醇类物质与酸（各种有机酸）作用生成酯的过程。大多数酯类物质具有香味，且易挥发。如烹制菜肴时加进料酒或醋等调味品后所产生的芳香气味。

中医饮食保健

【医食同源】 饮食是人体养生的物质基础；饮食还可以医治某些疾病；而饮食不当又可导致疾病。这种食中有医，医中有食的密切关系，就构成了医食同源说。在古代的医事制度上，还有专门的食医分科。

【食医】 ①周代官方卫生机构分科的一种。②指该科医生。系专事管理帝王饮食营养卫生的医生。《周礼·天官·冢宰》："食医掌和王之六食、六饮、六膳、百羞、百酱、八珍之齐。凡食齐视春时，羹齐视夏时，酱齐视秋时，饮齐视冬时。凡和，春多酸，夏多苦，秋多辛，冬多咸，调以滑甘。凡会膳食之宜：牛宜稌，羊宜黍，豕宜稷，犬宜粱，雁宜麦，鱼宜苽。凡君子之食恒放焉。"

【食物中药】 也称"药用食品"、"食药"。指既可食用，又可药用的一类动、植物。食用是指这类动、植物具有营养、安全和一定的感观性状；药用是指这类动、植物具有治疗疾病的作用。如山药、生姜、鲤鱼、冬葵叶等。一种物品同时具有食用和药用两种性质，是因为这类物品为天然品，其成分十分复杂。其中既含有营养成分，又含有可用来治病的化学成分，从而构成了食药兼用的物质基础。

【药用食品】 即"食物中药"。

【食药】 即"食物中药"。

【食养】 也称"饮食调养"。通过饮食物来补养人体的精、气、血、津液，调整机体的活动功能，达到增强体质，提高抗病能力，以及抗衰延年的目的。《素问·五常政大论》："谷肉果菜，食养尽之，无使过之，伤其正也。"《素问·脏气法时论》："毒药攻邪，五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味合而服之，以补精益气。"

【饮食调养】 即"食养"。

【食补】 通过饮食来补充人体精、气、血、津液等的不足，以增强体质。

【食疗】 也称"食治"。根据病情运用饮食进行治疗或调理。《备急千金要方》卷26有食治门，搜集《内经》至唐以前的食物疗病记述，为著名的食疗专论。

【食治】 即"食疗"。

【食忌】 也称"忌口"。俗称"忌嘴"。根据养生或治疗的需要而应慎食或忌食某些饮料、食物。因养生而忌者又称"忌食养生"，因治疗而忌者又称"忌食疗病"。主要内容有体质食忌、发物食忌、药食食忌、疾病食忌等。如《灵枢·五味》："肝病禁辛，心病禁咸，脾病禁酸，……。"

【忌口】 即"食忌"。

【忌嘴】 吴语区对"食忌"的俗称。

【忌食养生】 见"食忌"。

【忌食疗病】 见"食忌"。

【脏器疗法】 也称"以脏补脏"、"以脏治脏"。利用动物某些器官对应人体某些器官进行补养或治疗的一种方法。如鹿靥、羊靥治疗人体甲状腺病；猪肝、羊肝补益人体肝脏等。

【以脏治脏】 即"脏器疗法"。

【以脏补脏】 即"脏器疗法"。

【津液】 ①指饮食精微通过胃、脾、肺、三焦等脏腑的共同作用所化生的营养物质。津液在血脉内，为组成血液的成分；在血脉外，遍布于组织间隙之中。其中津比较清稀，分布于肌肤之间以润泽肌肤；液比津稠厚，分布并濡养关节、脑髓、孔窍。津和液通常并提。②泛指体内一切水液及代谢产物。如尿与汗均为津液所化生。《素问·灵兰秘典论》："膀胱者，州都之官，津液藏焉。"《灵枢·决气》："腠理发泄，汗出溱溱，是谓津。"

【水津】 包括水分及营养物质。《素问·经脉别论》："饮入于胃，游溢精气，上输于脾，脾气散精，上归于肺，通调水道，下输膀胱，水精四布，五经并行。"参见"津液"。

【营卫】 营气和卫气的合称。两气皆由饮食水谷之精气所化生。营气运行于血脉中，构成血液的组成部分，具有营养周身的作用；卫气运行于血脉外，是构成阳气的组成部分，具有捍卫躯体、抗御外邪的功能。《灵枢·营卫生会》："营卫者，精气也"；"营卫之行，不失其常，故昼精而夜瞑"。

【脾】 五脏之一。与胃相为表里。主运化水谷精微，输布全身，供应营养物质，维持人体的生命活动，故称脾为后天之本。又主运化水湿，体内水液代谢与脾关系密切，如脾气虚弱，失却运化水湿的能力，就会导致水肿的发生。又能统摄血液，使血液运行于脉内而不致外溢。又主肌肉，肌肉的功能与脾有密切关系。脾开窍于口，其荣在唇。

【胃】 六腑之一。主受纳和腐熟饮食（即消化饮食），所化生的水谷精微通过脾的运化，输布于五脏六腑，营养全身。胃与脾互为表里，共同完成饮料食物的消化吸收和输送过程，故脾胃常合称为后天之本。

【水谷之精】 指饮食物经过消化吸收而化生的营养精华。是人体生长发育、维持生命活动的物质基础。由于来源于饮食水谷，禀受于后天，故又称"后天之精"。

【后天之精】 见"水谷之精"。

【谷气】 也称"水谷之气"。指饮食的精气，因人的饮食以五谷为主，故名。《灵枢·刺节真邪》："真气者，所受于天，与谷气并而充身也。"

【水谷之气】 即“谷气”。

【精微】 饮食水谷经消化吸收的，为精微物质，以营养全身。《灵枢·五味》：“谷始入于胃，其精微者，先出于胃之两焦，以溉五脏。”参见“水谷之精”。

【五谷为养】 五谷指粳米、小豆、麦、大豆、黄黍等五种谷类，能补养人体，作主食。《素问·脏气法时论》：“五谷为养。”

【五果为助】 五果指枣、李、杏、栗、桃等5种果实，能辅助人体，作辅食。《素问·脏气法时论》：“五果为助。”

【五畜为益】 五畜指牛、犬、羊、猪、鸡等5种畜类肉，能补益人体，作副食。《素问·脏气法时论》：“五畜为益。”

【五菜为充】 五菜指葵菜、韭菜、豆叶、野蒜、葱等5种蔬菜，能充实和调节人体，作副食。《素问·脏气法时论》：“五菜为充。”

【食性】 也称“食气”、“食味”。指烹饪原料和食物的性能。主要内容有四气、五味、归经、升降、浮沉等。

【食气】 即“食性”。

【食味】 即“食性”。

【气味】 也称“性味”。指烹饪原料和食物的寒、热、温、凉四气和辛、甘、酸、苦、咸五味。每一种烹饪原料和食物都有气和味。气和味不同，其作用也就不同。

【性味】 即“气味”。

【四气】 也称“四性”。指寒、热、温、凉4种性质。其中温与热，寒与凉，只是程度上的差别。温热类烹饪原料和食物能散寒、助阳，如生姜散风寒；肉桂助脾阳。寒凉类烹饪原料和食物能清热、泻火、解毒，如香蕉、黄瓜。此外，还有平性的，寒、热之性不很显著，作用比较平和，其中也有微寒、微温的，仍属四气之内。

【四性】 即“四气”。

【五味】 即辛、甘、酸、苦、咸。它既是指烹饪原料和食物的味感，又是对它们作用的抽象概括。烹饪原料和食物的味不同，其作用也不同。辛味能发散、行气、活血，如生姜发散风寒，砂仁行气。甘味能补养、缓急、润燥，如大枣补养气血，饴糖缓解挛急疼痛，蜂蜜润肠通便。酸味能收敛固涩，如乌梅涩肠止泻。苦味能泄降、燥湿，如苦瓜泻火，陈皮燥湿。咸味能软坚润下，如海藻治瘰疬，盐开水润肠通便。此外，还有淡味和涩味。淡味能渗湿利小便，如茯苓利尿消肿。涩味作用与酸味同。习惯上仍称五味。近人认为味的不同，与所含的化学成分有关，如味辛的多含有挥发油；味酸的多含有有机酸；味甘的多含有醣类；味苦的则可能含有生物碱、甙类或苦味质等。

【五味所入】 也称“五入”。饮食五味入胃，各与某一脏器具有亲和性。《素问·宣明五气篇》：“五味所入：酸入肝，辛入肺，苦入心，咸入肾，甘入脾。是谓五入。”五味所入对于指导饮食养生和饮食治疗具有意义。如酸入肝，养肝或治疗肝经病变，可选用酸味的食物或用作引药。

【五入】 即“五味所入”。

【五味所合】 辛、甘、酸、苦、咸五味与肺、脾、肝、心、肾五脏相宜。《素问·五藏生成篇》：“心欲苦，肺欲辛，肝欲酸，脾欲甘，肾欲咸，此五味之所合也。”参见“五味所入”。

【五味所禁】 也称“五禁”。指五脏病变时对五味的禁忌。《灵枢·五味》：“肝病禁辛，心病禁咸，脾病禁酸，肾病禁甘，肺病禁苦。”《素问·宣明五气篇》：“辛走气，气病无多食辛；咸走血，血病无多食咸；苦走骨，骨病无多食苦；甘走肉，肉病无多食甘；酸走筋，筋病无多食酸。是谓五禁，无令多食。”

【五禁】 即“五味所禁”。

【归经】 指药物对于机体某脏腑经络的选择性作用，即主要对某经或几经发生明显的作用，而对其它经则作用较小，或没有作用。如桔梗能治咳嗽气喘的肺经病，归入肺经。

【五气】 5种气味，即臊气，焦气，香气，腥气，腐气。《素问·六节脏象论》：“天食人以五气。”张景岳注：“天以五气食人者，臊气入肝，焦气入心，香气入脾，腥气入肺，腐气入肾也。”

【五宜】 五类谷、肉、果、菜适合于五脏病者，称为五宜。如脾病宜食秫米饭、牛肉、枣、葵；心病宜食麦、羊肉、杏、薤；肾病宜食大豆黄卷、猪肉、栗、藿；肝病宜食麻、犬肉、李、韭；肺病宜食黄黍、鸡肉、桃、葱。

【五裁】 裁，节制。指生病时对饮食五味的节制。《灵枢·九针论》：“病在筋，无食酸；病在气，无食辛；病在骨，无食咸；病在血，无食苦；病在肉，无食甘”等。

【补法】 是补养人体气血阴阳的不足，治疗各种虚证的方法。补法有补气、补阳、补血、补阴等的不同。据补养作用的大小，又可分为峻补与缓补。《素问·至真要大论》“虚者补之”，“损者益之”。《素问·阴阳应象大论》：“形不足者，温之以气；精不足者，补之以味。”

【补阳】 也称“助阳”。是补养人体阳气，治疗阳虚证的方法。补阳有补心阳、补脾阳、补肾阳等的不同，但肾为阳气之本，故补阳多指补肾阳。可用羊肉、狗肉、麻雀肉、鹿尾、胡桃肉、海参等食物。

【助阳】 即“补阳”。

【补阴】 也称“滋阴”、“育阴”、“养阴”、“益阴”、“强阴”。是补养人体阴液，治疗阴虚证的方法。有补心阴、补肝阴、补肺阴、补肾阴等的不同。其中补肾阴可用山药、鸭肉、牡蛎肉、龟肉等食物。

【滋阴】 即“补阴”。

【育阴】 即“补阴”。

【养阴】 即“补阴”。

【益阴】 即“补阴”。

【强阴】 即“补阴”。

【补气】 也称“益气”。是补益人体之气，治疗气虚证的方法。补气有补肺气、补脾气等的不同。可用山药、扁豆、大枣、牛肉、粳米等食物。

【益气】 即“补气”。

【补血】 也称“养血”。是补养人体营血，治疗血虚证的方法。可用何首乌、龙眼肉、猪肝、胡萝卜、葡萄等食物。

【养血】 即“补血”。

【行气】 也称“利气”、“通气”。即行散气滞，治疗气滞病症的方法。饮食可用陈皮、砂仁、茉莉花等。

【利气】 即“行气”。

【通气】 即“行气”。

【止血】 是治疗出血证的方法。饮食可用藕节、槐花、黑木耳、猪肠、花生衣等。

【活血】 即通畅血脉，促进血液运行，用于机体血行不畅，治疗瘀血证的方法。饮食可用茶菜根、茄子、醋等。

【温中祛寒】 即温暖脾胃，祛散里寒。用以增强抗寒能力，治疗脾胃阳虚出现里寒证的方法。饮食可用肉桂、干姜、花椒、小茴香、韭菜等。

【解表】 也称“疏表”。通过发汗以解除肌表之邪。解表有辛温解表和辛凉解表的不同。辛温解表适于风寒表证(风寒感冒)、水肿早期上半身肿甚及疮疡初期，可用紫苏叶、白芷、生姜、葱白、胡荽等食物；辛凉解表适于风热表证及麻疹初期疹发不畅，可用薄荷、桑叶、菊花等食物。

【疏表】 即“解表”。

【清热】 用寒凉性质的药物以清解火热证的方法。可用西瓜、香蕉、黄瓜、苋菜、马齿苋、绿豆等食物。《素问·至真要大论》：“治热以寒”，“温者清之”。

【利湿】 是用渗湿类食物使湿邪从小便渗利而去的方法。可用茯苓、薏苡仁、冬瓜、赤小豆、金针菜、田螺、鲤鱼等食物。

【化痰】 是消除痰涎的方法。可用桔梗、海蜇、冬瓜子、梨等食物。

【健脾】 也称“补脾”、“益脾”。指治疗脾虚运化功能减弱的方法。可用莲子、茯苓、山药、薏苡仁等食物。

【补脾】 即“健脾”。

【益脾】 即“健脾”。

【健胃】 指加强胃的消化功能的方法。苦味食物能健胃，如苦瓜、苣荬菜、陈皮等，可少佐食用。

【和胃】 也称“和中”。是治疗胃气不和的方法。胃气不和可见胃脘胀闷，暖气吐酸，舌淡苔白等症。可用陈皮、生姜、砂仁等食物。

【和中】 即“和胃”。

【开胃】 食欲不好，利用山楂、麦芽、谷芽、鸡内金等食物以增进食欲的方法。

【七情】 指药物配伍的7种不同作用。即“单行”、“相须”、“相使”、“相畏”、“相恶”、“相杀”、“相反”。七情与饮食配方有关，对烹饪原料组配和膳食结构具参考意义。

【单行】 七情之一。指单用一味药以发挥效能。如：独参汤。

【相须】 七情之一。两种性能相类的药物配伍同用，以互相增强作用。如：山药配鸡。

【相使】 七情之一。两种以上药物同用，一种药为主，其余药为辅，以提高其药效。配伍药物之间的性能不一定相同。如：银杏配鸡。

【相畏】 七情之一。利用药物的互相抑制作用，以减少或抑制某一药物的有害作用，而发挥医疗保健作用。如生姜配螃蟹，生姜能减轻螃蟹过寒而引起的副作用。

【相恶】 七情之一。一种药物能减弱另一种药物的医疗保健作用，甚至丧失药效。如人参恶莱菔，因莱菔能削弱人参的补益作用。

【相杀】 七情之一。一种药物能消除另一种药物的中毒反应。如豆腐能杀某些蘑菇菌类毒。

【相反】 七情之一。指两种药物配伍同用可能产生毒性或副作用，属配伍禁忌。如甘草反海藻。

【发物】 指对于具有特殊体质的人能诱发某些疾病或加重已发疾病的烹饪原料和食物。如海腥类有带鱼、黄鱼、虾籽等；食用菌类有洋蘑菇、香蕈等；蔬菜类有竹笋、芥菜、南瓜等；家禽肉类有公鸡、猪头肉、鹅肉等；果品类有桃、杏等。其它还有腐乳、酒糟等。

【炮制】 也称“炮炙”、“修治”、“修事”。泛指药材的初步加工处理，如切片、炙、煅、蒸等。其目的在于：清除杂质，易于保存；便于进一步加工和食用；消除或减低药物的毒性或副作用；改变药物性能，加强疗效。炮制可分为水制、火制、水火合制。水制有洗、漂、泡、渍等；火制有炮、爆、炒、烘、炙等；水火合制有蒸、煮等。

【炮炙】 即“炮制”。

【修治】 即“炮制”。

【修事】 即“炮制”。

【内伤】 泛指损伤内脏的致病因素。如饮食饥饱、七情不节、劳倦过度等。

【饮食不节】 指饥饱失常，饮食不洁，或饮食偏嗜。主要损伤脾胃，导致脾胃升降失常，又可聚湿，生痰，化热或变生它病。

【五味所伤】 偏嗜饮食五味对皮、肉、筋、骨、脉五体的伤害。《素问·五藏生成篇》：“多食咸，则脉凝泣而色变；多食苦，则皮槁而毛拔；多食辛，则筋急而爪枯；多食酸，则肉胝胎(即皮厚而皱缩)而唇揭；多食甘，则骨痛而发落；此五味之所伤也。”

【五味偏嗜】 长期嗜好辛、甘、酸、苦、咸等饮食五味中的某味食物，或味过于浓，则可导致阴阳失调，某脏器机能偏盛，或营养缺乏而发生疾病。如偏嗜辛辣，易发生便秘，诱发口疮或痔疮等疾；嗜食甘腻，多引起中

满、泛酸等症。故平时饮食五味应当适宜，病时也应据情调节。

【馨饪之邪】 指过食馨香厚味，酿成宿食。《金匮要略·脏腑经络先后病脉证并治》："馨饪之邪，从口入者，宿食也。"

【伤食】 也称"食伤"。泛指因饮食不当损伤脾胃所致的病证。饮食不当包括暴饮暴食、饮食不洁和过食寒凉生冷等。它所引起的病症有"食滞"、"宿食"等。《灵枢·五色》："气口盛坚者，伤于食。"

【食伤】 即"伤食"。

【食复】 久病或大病初愈，因饮食不节影响到脾胃的消化吸收，使疾病再次复发。尤以小儿热病，余热未清，过食肥腻肉类更易引热病反复。

【食肉则复】 复，即复发。指某些急性热病恢复期，机体消化机能低下，恣食腥荤肥腻，则往往使病邪留滞，病情反复。这尤以小儿为甚。《素问·热论》："病热少愈，食肉则复，多食则遗，此其禁也。"

【水土不服】 初到一个地区，由于自然环境和生活习惯的改变，暂时不能适应而出现的各种症状。如食欲不振、腹胀、腹痛泄泻或月经不调等。这些情况主要由于饮食不适应所致。

【食滞】 也称"食积"。饮食积滞于胃肠的病症。多因进食过饱，影响脾胃运化所致。症见胸脘痞闷、嗳气腐臭、厌食、恶心呕吐、腹胀泄泻、大便酸臭、舌苔浊腻等。宜进食健脾消食的食物，可用麦芽、鸡内金、山楂等。

【食积】 即"食滞"。

【宿食】 饮食经宿不消，停积胃肠，故名。参见"食滞"。

【反胃】 也称"胃反"、"翻胃"。食后脘腹胀满，朝食暮吐，或暮食朝吐，吐出不消化的食物，以其食入反出，故名。多因脾胃虚寒所致。

【胃反】 即"反胃"。

【翻胃】 即"反胃"。

【酒癖】 ①病因。指嗜酒成性。②也称"酒癥"。病症。癖指硬结的癥块。类于酒精中毒引起的肝硬化。《诸病源候论·癖候》："酒与饮俱不散，停滞在胁下，结聚成癖，时时而痛，因呼之为酒癖。"

【酒癥】 见"酒癖"②。

【伤酒】 指因饮酒过度所致的病症。酒性纯热而有毒，饮酒过量或长期嗜酒，可见头晕头痛、恶心呕吐、躁动或昏睡，宜进食解酒醒酒的食物，可用苹果、香蕉、甘蔗、冬瓜等。长期伤酒严重的，可成癥积、黄疸、鼓胀。

【生肉中毒】 指吃动物的生肉引起中毒或肠寄生虫病。《千金要方·解食毒》有"治食生肉中毒方。"

食品保藏

【微生物】 自然界广泛存在的，必须借光学显微镜或电子显微镜才能观察到的微小生物。可分为三类：非细胞型的微生物，如病毒；原核细胞型微生物，如细菌、衣原体；真核细胞型微生物，如真菌等。

【病原微生物】 也称"致病菌"、"病原菌"。对人有致病作用的微生物。包括细菌（如肠炎沙门氏菌）、真菌（如黄癣病的霉菌）、支原体（如肺炎支原体）、立克次氏体（如引起斑疹伤寒的普氏立克次氏体）、病毒（如肝炎病毒）等。

【致病菌】 即"病原微生物"。

【病原菌】 即"病原微生物"。

【带菌者】 体内存在有病原菌却不表现任何症状但能向外界排菌并可传染食物或他人的人和动物。有潜伏期带菌者、恢复期带菌者和健康带菌者。带菌者是重要的传染源，因不易被发现而有很大危害。故对饮食工作者应定期进行健康检查，发现可疑征象及时治疗。

【传染】 也称"感染"、"侵染"。指病原菌侵入机体后，在体内生长繁殖，引起明显或不明显的病理反应。

【感染】 即"传染"。

【侵染】 即"传染"。

【食物腐败变质】 指食物在以微生物为主的各种因素作用下，降低或失去食用价值的一切变化。如肉、鱼的腐臭；菜、果的腐烂；粮食的霉变等。不但失去商品价值，造成损失，而且危害人体健康。

【食品污染】 为食品及其原料在生产和加工过程，因农药和贮粮药剂、工业废水（气）与生活污水、有害重金属及病虫害和家畜疫病所引起的污染，以及霉菌毒素引起的食品霉变，运输、包装材料中有毒物质所造成的污染的总称。食品污染直接危害人体健康，严重的造成残疾甚至死亡。

【消毒】 用物理或化学方法杀灭病原微生物的措施。目的为防止感染疾病，常用煮沸、蒸汽、药物消毒来保证食具、用具的卫生。

【杀菌】 也称"灭菌"。通过化学、物理方法使致病微生物和非致病微生物及其芽孢失去生命活力的过程。目的为防止人畜病害和食品污染。常用煮沸、蒸汽、火焰焚烧、紫外线照射、化学药剂等方法处理。

【灭菌】 即"杀菌"。

【抑菌】 防止微生物生长繁殖的措施。可使食物不致因为微生物的繁衍而变质。如低温、盐渍等方法都能起到抑菌作用。抑菌不等于杀菌，某些菌体仍具有活力。

【消毒剂】 具有杀菌作用的化学试剂。如漂白粉、新洁而灭等。不同消毒剂的杀菌能力因微生物的种类不

同而存在差异。在常用的浓度下只对无芽孢菌体有效，杀死芽孢时需提高浓度和延长时间。

【洗刷消毒】 用净水通过多次洗刷、冲洗以减少病原菌，是一切消毒方法的基础。

【煮沸消毒】 一种杀菌方法。即将被消毒物品置沸水中加热 15～20 分钟，一般微生物可被杀死。若在水中添加 0.5%石碳酸或 1～2%碳酸钠，可杀死耐热芽孢，并兼有防止金属餐具生锈的作用。

【漂白粉消毒】 利用漂白粉水溶液来杀灭有害微生物的方法。漂白粉是一种强氧化剂，因含有效氯为 28～35%而具有杀菌作用。水果及凉拌用蔬菜浸泡于 0.5～1%浓度的漂白粉溶液中经 10 分钟，即有良好的消毒效果。用于厨房及环境卫生消毒时，漂白粉用量必须增大才能产生良好效果。

【酒精消毒】 一种杀菌方法。用 75%浓度酒精涂抹物体表面，借酒精的脱水作用使菌体蛋白质变性失去活力，达到杀菌的效果。由于酒精价格昂贵并带有刺鼻气味，故饮食行业少用。

【冷冻灭菌】 一种杀菌方法。冷冻可使微生物细胞内水分形成冰晶造成机械损伤而死亡，或因失去可利用水分造成干燥、细胞蛋白质部分变性引起死亡即达到杀菌目的。由于各种微生物对低温有着不同的抵抗力，因此冷冻不能杀灭所有微生物。

【干热灭菌】 利用火焰灼烧或通过辐射热杀灭有害微生物的方法。常用火焰灭菌法和干燥加热空气灭菌法进行杀菌。前者是将需要灭菌的物体直接放火源上灼烧或涂洒酒精点燃，此法灭菌迅速、彻底，但使用范围有限。后者利用电热加热空气，物品置 140℃的干热空气中经 3 小时可杀死全部微生物，此法适用于一些玻璃器皿、金属器具及其它干燥耐热物品的灭菌。

【蒸汽消毒】 一种杀菌方法。可分为流通蒸汽法和高压蒸汽法。前者是将被消毒物品置蒸笼内，加热 100℃蒸 30 分钟即可杀死一般病菌，若延长时间可杀死芽孢；后者是在特殊密封容器(如高压灭菌锅)中进行的，加热 20 分钟即可杀死所有微生物。此法适用于餐巾、口布、食具及其它器皿的消毒。

【新洁而灭消毒】 利用新洁而灭水溶液来杀灭有害微生物的方法。此法对杀死葡萄球菌、伤寒杆菌、大肠杆菌、痢疾杆菌及霉菌等非芽孢致病菌效果较好。一般使用浓度 0.05～ 0.1%。适用于餐具、食具、器械等的消毒。

【高锰酸钾消毒】 一种杀菌方法。此法是将高锰酸钾(俗称“灰锰氧”)投水中溶解，0.1%浓度即显示杀菌作用，4%浓度时可杀死细菌芽孢。常用于瓜果和已刷洗餐具、食具的消毒。

【脱水保藏】 一种保存食物的方法。即通过降低食物含水量而使微生物不能繁殖、自身酶活性受到抑制，达到延长食用期限。常用日晒、烘烤、风干等方法处理。脱水后的食物应存放通风干燥处，以免吸湿回软出现霉变。

【盐腌保藏】 一种保存食物的方法。即给食物中加入食盐来提高渗透压达到延长食用期限。如咸肉、咸菜等。腌制前食物必须新鲜，食盐纯正，浓度足够。腌制后应置通风阴凉处存放。

【糖渍保藏】 一种保存食物的方法。即向食物中加入食糖来提高渗透压达到延长食用期限。此方法多用于果蔬、瓜类、果酱等食物的保藏。

【低温保藏】 一种保存食物的方法。即利用降低环境温度抑制微生物生长，降低食物自身酶活性和阻止生化反应速度，达到延长食用期限。措施很多，少量食物短期存放时可置冰箱、冰柜内；大量食物长期保存时可置冷藏库内。条件差的地方可利用各种类型的地窖或暂时不用的水井，将食物悬吊在水面上。无论采用哪种方法都必须使保藏温度达到要求，并注意防鼠、防毒、防污染。低温保藏多用于肉类、鱼类、禽蛋等，是食物保存品质下降最少的方法。

【高温保藏】 一种保存食物的方法。即利用高温杀灭食品上的微生物、破坏其酶类，达到延长存放时间。根据不同食物可分别采用高温灭菌和巴氏消毒法。前者多用于罐装食品，加热时间较长，温度较高；后者用于牛奶、果汁、酱油、啤酒及其它饮料，加热温度较低(60～65℃)。

【电离辐射保藏】 也称“辐射保藏”、“照射保藏”。一种保存食物的方法。即利用各种短波的高能射线照射食物，达到杀菌的目的。常用γ-射线来防止土豆发芽、消灭粮仓害虫及猪肉的防腐保鲜等。此法具有不升高食物温度，减少营养素破坏等优点。

【辐射保藏】 即“电离辐射保藏”。

【照射保藏】 即“电离辐射保藏”。

【超声波保藏】 一种保存食物的方法。即用超声波处理食品，达到杀灭细菌的目的。超声波系指频率超过 2 万赫兹的高频声波，它比一般声波具有较高的能量，可使菌体碎破、变性。

【提高氢离子浓度保藏】 用提高氢离子浓度的方法来抑制微生物的生长繁殖，达到防止食品腐败变质的目的。除少数酵母、霉菌和乳酸菌外，致病菌和绝大多数腐败菌在pH达到 4.5 以下时都可以被抑制或杀灭。此法多用来保藏蔬菜。如用食醋淹渍黄瓜、番茄，利用乳酸菌发酵制作泡菜和腌酸菜。

食物中毒

【食物中毒】 凡由食用各种有毒食物而引起的一种急性疾病。其特点是潜伏期短、来势急剧、短时间内有大量病人同时发病；病人在一般时间内都食用过同样

食物，发病范围局限在食用该种有毒食物的人群，所有病人都有类似表现并有急性胃肠炎症状；人与人之间互不传染。有细菌性和非细菌性食物中毒。起因为：①食物本身含有毒素，如毒鱼、毒蕈；②食物贮存不当而产生毒素，如出芽土豆；③有毒化学物质混入食品并达到引起急性中毒的剂量，如农药、某些金属或类金属化合物；④致病微生物污染食品并急剧繁殖，致使食品中存在大量活菌和毒素。食物中毒多发生在夏、秋两季，并以细菌性中毒为常见。

【食物过敏】 人摄食或接触某些食物后引起的变态反应。常出现腹泻、腹疼、呕吐、皮肤出现荨麻疹、全身骚痒、支气管哮喘等症状。起因与食者体质有关，防止办法是忌食致敏性食物。

【河豚鱼中毒】 因误食河豚鱼有毒的器官或组织所致。中毒者先感觉手指、唇舌有刺疼，继而出现恶心、呕吐、腹泻，并有四肢无力、发冷、麻木等症，严重时有言语不清、血压下降、呼吸困难，最后因呼吸衰竭而死。

【贝类中毒】 因误食有毒贝类而引起的中毒。此类毒贝是由于摄食有毒藻类而自身含毒。中毒者开始出现舌、唇和指尖麻木，继而腿、臂和颈部麻木、运动失调、呼吸困难，最后因呼吸麻痹而死。我国虽未见有贝类中毒的报告，但不可忽视。

【有毒蜂蜜中毒】 因食有毒蜂蜜所致。主要原因是蜜源为有毒植物。轻者口苦口干、唇舌发麻、食欲不振；严重者出现高热、寒战、尿闭、酸中毒等症。预防措施以不收购、销售有毒蜂蜜为主。

【动物甲状腺中毒】 因误食牲畜甲状腺而引起的类似甲状腺机能亢进的中毒。表现有头痛、头昏、恶心、呕吐、狂躁、气短等症。故应提高识别甲状腺的能力。猪甲状腺呈红色，二叶相连一起，腺体扁平自中部向两侧逐渐变窄，长 4～4.5 厘米、宽 1～1.5 厘米、厚 1～1.5 厘米，重约 8 克；牛甲状腺呈淡红色，侧叶较大呈不规则三角形，长 6～7 厘米、宽 5～6 厘米、厚 1.5～2 厘米、重约 9～13 克；绵羊甲状腺呈暗红色，长椭圆形，长 3～4 厘米、宽 1.25～1.5 厘米、厚 0.5～0.75 厘米、重约 3 克；山羊甲状腺与绵羊相似，但左右两侧叶常不对称。

【动物肾上腺中毒】 因误食牲畜肾上腺所致。表现有恶心、呕吐、腹泻、脸面苍白等症。肾上腺（即副肾，俗称小腰子）位于肾脏上端，屠宰过程应摘除干净。

【鲜黄花菜中毒】 因大量食用烹调不当的鲜黄花菜所致。以集体伙食大锅炒菜为多。鲜黄花菜中秋水仙碱对人有毒。轻者出现上腹不适、恶心呕吐；重者腹痛腹泻，个别人还有发冷发热、口渴耳鸣、麻木等现象。应不吃腐烂的鲜黄花菜，最好食用干制品。若鲜食时可先焯过，以做汤菜或炒时与其它蔬菜、肉类配伍为好，并彻底加热，避免食量过大。

【菜豆中毒】 因生食或食用加热不彻底的菜豆所致。以集体伙食大锅炒菜多见。菜豆中含有对消化道粘膜强烈刺激作用的皂素和具凝血作用的植物血凝素，中毒时表现有恶心、呕吐、头痛头晕、腹痛腹泻、胸闷、出汗和畏寒等症。故食用菜豆角（荚）时，应先焯过，并加热至无生味和苦硬感时，即可避免中毒。菜豆角（荚）又称扁豆、棍豆、四季豆。

【白果中毒】 因多量食用加热不彻底或生白果所致。白果中含有银杏酸和银杏酚，大量食用可引起中毒。轻者恶心、呕吐、头痛惊叫，有恐惧感；重者丧失意识，出现昏迷。应宣传不吃生的或变质白果。白果加水煮熟煮透弃水食用；炒吃、烧吃时加热彻底，注意食量，即可防止中毒。

【发芽土豆中毒】 因食用发芽土豆而引起的中毒。多发生在春末夏初季节。发芽土豆含有对人体有毒作用的龙葵素。中毒时轻者出现口腔发干发麻、咽喉灼热、上腹不适；重者体温上升、恶心、呕吐、呼吸困难、抽搐、虚脱等。应不食发芽过多土豆，生芽较少的可先挖去芽眼，削去周围皮层，烹制时加入少量食醋，并以红烧、煮、炖为好，这样可以去毒。

【苦杏仁中毒】 因多食苦杏仁而引起的中毒。苦杏仁中含有苦杏仁甙，在体内经酶作用后，分解出氰氢酸，抑制组织呼吸。轻者头晕头痛、恶心、呕吐、意识不清；重者出现气喘痉挛、四肢发冷、瞳孔散大等症，最后以呼吸麻痹或心跳停止死亡。应宣传不吃苦杏仁，若制作菜肴时要先炒熟或用凉水浸泡 2 日后再使用。

【霉变甘蔗中毒】 因多食受真菌侵染的甘蔗所致。轻者恶心、呕吐、腹痛、腹泻、眼前发黑；严重者出现多汗流涎、四肢抖颤、大小便失禁等症。此种甘蔗的特征是：剖面呈浅黄色或棕褐色甚至灰黑色，结构疏松，有酸霉味或酒味，有时略带辣味。

【黑斑病红薯中毒】 因食用受霉菌侵染的红薯所致。轻者出现食欲不振、全身乏力、恶心、呕吐等症；重者肌肉颤抖、痉挛、嗜睡、昏迷。此种红薯的特征是：表皮有黑斑，斑下变为黑绿，味苦质硬。

【毒蕈中毒】 因误食有毒蘑菇而引起的中毒。症状有恶心、呕吐、腹痛、腹泻、流泪多汗、狂笑、瞳孔散大等表现。为了防止毒蕈中毒，应在采集、收购、出售时加强检查验收，以免混入。

【毒芹中毒】 因误食形似水芹菜的毒芹所致。轻者有口苦、咽喉灼热、头晕、呕吐等表现；严重者四肢麻痹，不能行走，最后发生呼吸麻痹而死。应提高对毒芹（根纵剖面有较密的片状分隔）的识别能力，防止误采。

【蓖麻籽中毒】 因食蓖麻籽或误食蓖麻油所致。其中的蓖麻碱和蓖麻毒素对人体有害。轻者恶心、呕吐、腹痛、腹泻；重者出现发热、嗜睡、昏迷、便血等症。应宣传不吃蓖麻籽，加强工业用蓖麻油的管理，避免误用。

【苍耳中毒】 因生吃、炒吃苍耳或误把苍耳幼芽当黄豆芽食用而引起的中毒。苍耳中苍耳碱、生物碱及毒

蛋白对人体均有毒。轻者萎靡不振、烦躁不安、头晕、头痛、恶心、呕吐；重者出现尿闭、呼吸困难、昏迷休克等症。应宣传苍耳毒性知识，绝对不能食用。

【莽草子中毒】 因误把外形极似八角茴香的莽草子当调味品使用所致。轻者恶心口干、上腹不适、烦躁、腹泻、四肢发麻；重者呼吸急促、角弓反张，出现昏迷。应宣传不售不用莽草子，并熟悉其特征：①角不规则、长短不一、数目不等；②角瘦小，尖端向上弯曲明显；③色介于棕红与土黄之间；④闻有樟脑或松叶臭味，尝有刺激性酸苦味。

【荔枝病】 大量食用荔枝后可导致低血糖症，初步发现荔枝种子中含有一种α-次甲基环丙基甘氨酸的降血糖物质。轻者恶心、全身乏力；重者可出现头晕目眩、昏迷等症。如遇多食导致发病者，可水煎荔枝壳饮用，即治愈。

【柿石症】 柿子含有红鞣质，为可溶性收敛剂，大量食用柿子时，红鞣质与胃酸作用形成胃柿石，出现胃肠道阻塞症状。

【蚕豆黄】 也称“蚕豆病”、“胡豆黄”。由于患者红细胞中缺乏葡萄糖-6-磷酸脱氢酶，在进食蚕豆或吸入其花粉后引起红细胞大量破坏的一种疾病（为溶血性贫血的一种）。患者在进食蚕豆后迅速出现黄疸、贫血、红茶样尿。治疗后多能恢复。有此病史者应禁食蚕豆。

【蚕豆病】 即“蚕豆黄”。

【胡豆黄】 即“蚕豆黄”。

【未熟豆浆中毒】 因喝未煮沸豆浆而引起的中毒。生豆浆中含有皂角素。进食少者有恶心、腹痛表现；食量多者出现呕吐、腹泻等症。豆浆应充分煮沸后食用。

【冷榨粗制生棉籽油中毒】 因食用自制生棉油所致。此种为不按科学榨制方法生产的棉子油，其中含有棉子酚、棉子素等有毒成分，食后出现发热、食欲不振、口渴乏力、不出汗、怕太阳、头昏、头痛、血尿血便、呼吸困难等症。

【桐油中毒】 因误食桐油所致。桐油中桐酸和异桐酸对人体有害。食后1小时即出现剧烈呕吐、腹泻、头晕、口喝等症，严重者大便带血、呼吸短促，以致虚脱。故应对桐油作出明显标记，储油容器也不得混用。

【酒精中毒】 因饮酒过量而引起的中毒。急性中毒即酒醉状态，有脸色潮红、语无伦次、步态不稳等表现，重者可发生昏厥甚至昏迷。长期饮烈性酒可发生慢性中毒，常有消化不良和营养缺乏、智力减退、手指震颤、多发性神经炎等症状，甚至造成肝硬化。

【亚硝酸盐食物中毒】 大量食用含硝酸较多的蔬菜或误把硝酸钠当食盐使用后，在人体经转化变为亚硝酸盐可引起中毒。轻者出现头晕头痛、恶心腹胀、口唇指甲青紫；重者全身发紫、呼吸急促、昏迷不醒，最后死于呼吸衰竭。

【氟化物中毒】 因误将用于灭鼠、杀虫的氟化钠、氟硅酸钠等氟化物当食碱、发酵粉掺入食物而引起的中毒。症状表现有头晕、无力、上腹灼痛、全身酸痛、手足抽搐等，最后死于呼吸衰竭。故应加强药物的使用管理，防止误用。

【锌中毒】 因使用镀锌的金属器具制作或盛装食品、原料（特别是酸性的食品）而使溶解后的锌转变为有毒盐类移行食物中，食后引起中毒。症状有恶心、呕吐、腹绞痛、腹泻、眩晕、全身不适等，严重者可因剧烈呕吐和腹泻导致虚脱。故应避免使用镀锌容器盛放或制作食品。

【汞中毒】 食用拌过含汞农药的粮种或用盛装过含汞农药的器具盛放粮食、食品可引起中毒。轻者出现口咽和上腹部灼痛、大量流涎、齿龈粘膜灰白出血；重者全身浮肿、抽搐，最后因昏迷、呼吸困难而死。

【锑中毒】 因使用含锑的劣质搪瓷器皿煮制、盛放酸的食品或因食品受锑化合物污染后而引起的中毒。慢性中毒有恶心、便秘、体重减轻等症，急性中毒表现为口有金属味、吞咽困难、喉头灼热、口渴、腹泻等。

【铅中毒】 因误将铅化合物当明矾、食碱使用，或因食品在制作、存放过程中长时间接触铅锡合金的器具所致。中毒者出现食欲不振、口有金属味、呕吐、便秘、腹疼、头晕乏力、失眠、抽搐等症。

【砷中毒】 误将砷化合物当食碱、淀粉使用，或食品添加剂中含砷过高以及含砷工业三废污染食品可引起中毒。轻者出现眼睑水肿、皮肤发红；重者口咽干燥、吞咽困难、血压下降、四肢冰冷，严重者昏迷不醒，最后因呼吸衰竭而死。

【钡盐中毒】 因误将可溶性钡盐当食碱、淀粉掺入食物所致。轻者皮肤发麻、周身无力、恶心、呕吐；重者狂躁、四肢麻痹、呼吸困难，最后因呼吸窒息而死。

【农药残留】 系指用于防治病虫害的农药及其衍生物在食物表面或内部的遗留。以毫克/公斤数表示（简写ppm）。存留在食物中的农药对人有一定毒性，特别是化学性质稳定、可长期在人体贮留的农药危害更大，在一些滥用农药的国家和地区已成为重要的公害之一。

【有机磷农药中毒】 用装过有机磷农药（敌敌畏、1059等）的器具盛装水、酒、食油或是食用有机磷农药毒死的畜禽和吃刚喷洒过有机磷农药的瓜果可引起中毒。轻者头晕、头痛、不安多汗、呼气有蒜味；重者惊厥、昏迷，最后因呼吸突然停止而死。

【植物麦角菌食物中毒】 也称“麦角中毒”。因食含有麦角菌的病麦所致。表现有腹痛、呕吐、眩晕、听视觉迟钝、血压上升等症。预防措施应从抓田间管理防止麦角菌寄生着手。发现麦角病麦可用机器净化清除或用25%浓度盐水漂出麦角。

【麦角中毒】 即“植物麦角菌食物中毒”。

【禾谷镰刀菌食物中毒】 也称“赤霉病麦中毒”。食

用被禾谷镰刀菌侵害的谷物制成的食品可引起中毒。常有恶心、呕吐、头痛、发冷、面部潮红等症状。预防应抓田间管理和贮存期的防霉工作，尽量去除粮食中的病粒。

【赤霉病麦中毒】 即“禾谷镰刀菌食物中毒”。

【沙门氏菌食物中毒】 沙门氏菌侵染食物大量繁殖可引起中毒。多发生在夏、秋两季，特别是6～9月份。引起中毒的食物主要是肉类，少数由鱼虾、蛋类、奶类、糕点和豆制品引起。症状表现为恶心、头痛、腹泻、体温升高、全身痉挛等。预防应从不购买腐烂变质的原料着手，加工销售过程做到防蝇防尘，工具专用，生熟分开，食前加热，并注意成品半成品的低温保藏和操作人员的个人卫生。

【葡萄球菌肠毒素食物中毒】 葡萄球菌侵染食物后产生大量毒素引起中毒。多发生在夏、秋两季。在水、蛋白质和碳水化合物含量丰富的食物中，病原菌极易繁殖并产生毒素。表现为恶心、剧烈呕吐、上腹部剧痛、腹泻等症。食物受此菌污染主要来自患有鼻咽带菌上呼吸道感染、牙齿疾患和皮肤化浓性炎症病人或带菌者。故应对饮食工作者定期进行健康检查。

【蜡样芽孢杆菌食物中毒】 蜡样芽孢杆菌侵染食物大量繁殖可引起中毒。多发生在6～10月份。表现有恶心、呕吐、腹痛、腹泻、头晕、全身乏力等症。

【韦氏杆菌食物中毒】 韦氏杆菌侵染食物并产生毒素可引起中毒。多发生在夏、秋两季。韦氏杆菌食物中毒主要由动物性食品引起，特别是肉类和水产品。表现有腹痛、腹泻、头痛、肠出血、痉挛、休克等症。

【链球菌食物中毒】 链球菌侵染食物大量繁殖可引起中毒。引起中毒的食品主要是熟肉和奶类。表现出上腹不适、恶心、口渴、腹痛等症状。

【副溶血性弧菌食物中毒】 副溶血性弧菌侵染食物大量繁殖可引起中毒。多发生在6～9月份。副溶血性弧菌是一种嗜盐菌，故常见引起中毒的食品主要是海产鱼、虾、贝类及腌肉、酱菜等。其症状表现为恶心、呕吐、腹痛、腹泻、发热口渴、痉挛、休克等。

【变形杆菌食物中毒】 变形杆菌侵染食物大量繁殖而引起的中毒。多发生在7～9月份。常见引起中毒的主要食品是卤(酱)肉、动物内脏及蛋类等。其症状表现为恶心、呕吐、腹痛、腹泻、发冷、发热、惊厥、昏迷等。

【肉毒杆菌食物中毒】 肉毒梭状芽孢杆菌侵染食物并产生大量毒素可引起中毒。我国肉毒杆菌食物中毒多由发酵食品如豆腐乳、豆豉、豆腐等引起。多发生在3～5月份，表现有全身疲倦无力、头晕、头痛、食欲不振、走路不稳等症状。

【致病大肠杆菌食物中毒】 因摄入含大量毒素型大肠杆菌的食物所致。食物受污染主要来自有炎症病灶的人和家畜家禽。常有腹胀、腹痛、呕吐、低烧等症状。预防措施同“沙门氏菌食物中毒”。

【米猪肉】 也称“豆猪肉”。一种寄生条虫的囊尾幼虫寄生于猪肉间所致。其特征为白色半透明水泡状包囊，米粒或绿豆般大小，肉眼可见。多存在猪肉臀尖、坐臀、上脑、夹心、五花肋条、背脊等部位。误食后囊尾蚴可固着在人体肠壁，逐渐发育为成虫，并通过人体粪便不断排出节片或卵。若这些节片或卵逆行进入胃，经消化作用，孵出幼虫，可通过血液到达全身并寄生，使人患囊尾蚴病。

【豆猪肉】 即“米猪肉”。

【牛条虫】 寄生牛体内的一种条虫。其特征是头节为方形，无顶突和小钩，肉眼不易看到。误食后引起牛条虫病。

【肺吸虫病】 由于生吃含肺吸虫囊蚴的溪蟹或蝲蛄引起的寄生虫病。我国四川、陕西、湖南、云南等地都曾流行。成虫寄生在人体肺部。临床出现咳嗽、胸疼、咳血痰等症状。若寄生在脑部则可出现癫痫、半身不遂等症，甚至危及生命。

【华枝睾吸虫病】 由于生吃含有华枝睾吸虫囊蚴的淡水鱼、虾引起的寄生虫性传染病。成虫寄生在人体肝脏和胆管内，可出现肝肿大和黄疸等症状。我国大部分地区都有此病的流行。

【蛔虫病】 由于进食被蛔虫卵污染的食品引起的一种寄生虫病。成虫寄生在人体肠道内。可掠夺人体的养料。世界范围内流行此病，感染率达70%。

【旋毛虫病】 食入带有旋毛虫包囊的生猪肉后引起的寄生虫病。感染后可引起消化道和肌肉的炎症反应。主要在有食生肉习惯的地区流行。

【姜片虫病】 水生植物和菱、荸荠等易带有姜片虫的活囊蚴，若生吃菱和荸荠而又未洗净和沸水浸泡，则很容易感染而患姜片虫病。姜片虫常寄生在人体十二指肠及空肠上端。可影响人体吸收养料的功能。我国很多地区都有流行。

【致癌物】 使人或动物不同器官发生肿瘤病变的物质。如黄曲霉毒素、苯并(α)芘等。

【多环芳烃】 由两个以上苯环稠合一起并存在六碳环中杂有五碳环的一系列芳烃化合物及其衍生物。目前已发现200余种，其中大多具有致癌性。此物质多由煤炭、石油、木柴燃烧不彻底产生。食物受污染主要来自熏烤过程和工矿企业的废烟气。

【黄曲霉毒素】 黄曲霉和寄生曲霉中产毒菌株的代谢产物。有毒性及致癌性。比较耐热，一般烹调不易破坏。易受污染的食物主要是粮谷、落花生、食油及其制品，特别是在温热季节和潮湿地区。预防措施以防霉为主。

【岛青霉毒】 由岛青霉产生的一类具致癌作用的毒素。包括黄天精、环氯素、岛青霉素、红天精等。

烹饪文献

【诗经】 我国西周时代诗歌总集。虽非烹饪文献，但记载了当时的烹饪原料、烹饪方法。书中《宾之初筵》、《行苇》、《伐木》等诗具体反映了当时宴饮制度习俗等。

【周礼·天官冢宰及其它】 也称“周官”、“周官经”。总42卷。儒家经典之一。内容综述了周王室官制、战国时各国的制度，反映了当时政治、经济及学术思想。有关烹饪的，以卷1～2的天官冢宰为多。《天官·冢宰》中有：“膳夫、庖人、外饔、亨人、甸师、兽人、獭人、鳖人、腊人、食医、疾医、疡医、酒正、酒人、凌人、笾人、醢人、盐人”等条目，目下分述职掌范围，从中可以了解周王室的饮食制度、食物品种、各种烹饪原料的使用以及食疗等情况。

【周官】 即“周礼”。

【周官经】 即“周礼”。

【仪礼·燕礼及其它】 原名“礼”，也称“礼经”、“士礼”。总17卷。儒家经典之一。对此书著者与写作年代，存在多种说法，尚未定论。此书内容中有关烹饪的部分主要见诸《燕礼》、《特牲馈食礼》、《少牢馈食礼》等篇，着重记述了作为礼品或祭品等使用的食物，以及宴会的礼仪等。

【礼】 即“仪礼”。

【礼经】 即“仪礼”。

【士礼】 即“仪礼”。

【礼记】 也称“小戴记”、“小戴礼记”。儒家经典之一。秦汉以前各种礼仪论著的选集。相传为西汉戴圣编纂。共49篇。涉及烹饪的篇章见诸《曲礼》、《王制》、《月令》、《礼运》、《礼器》、《郊特牲》、《内则》、《玉藻》、《少仪》等，主要记述了古代的饮宴制度，“八珍”的名称和制法，以及一些选料、配食、调味的方法。

【小戴记】 即“礼记”。

【小戴礼记】 即“礼记”。

【论语·乡党】 儒家经典之一。书中辑录了孔子及其一些弟子的言行，是孔子门人及其再传弟子集成的。共20篇。其第10篇《乡党》，不少是谈论烹饪饮食和饮食卫生原则的。

【吕氏春秋·本味】 战国末秦相吕不韦集合门客编写的一部杂家著作。共26卷。《本味》是第14卷《孝行览》中的一篇，记伊尹“说汤以至味”的故事。以伊尹之口，列举了多种名菜和各地丰富的物产，阐述了烹饪的一些基本原理。从中国烹饪史角度看，《吕氏春秋·本味》是现存最早的比较系统的论及烹饪和饮食的著作之一。

【黄帝内经】 简称“内经”。原书18卷，即《素问》和《灵枢》各9卷。约成书于战国时期，是我国早期的一部医学经典著作。它在阐述医学理论的同时，在《素问·上古天真论》、《素问·生气通天论》、《素问·经脉别论》、《素问·藏气法时论》、《素问·宣明五气篇》、《素问·五运行大论》、《素问·五常政大论》、《素问·至真要大论》等篇中，还对饮食养生和饮食治疗的一系列重大问题，诸如饮食五味、饮食消化、饮食结构、饮食卫生、饮食宜忌等进行了深入的探讨，确立了食疗保健的独特的理论体系。它对于指导烹饪实践具有非常重要的意义。

【内经】 即“黄帝内经”。

【盐铁论·散不足】 为西汉桓宽编著。是汉昭帝时盐铁会议的纪录。内容涉及当时的政治、经济、文化等各个方面，书中《散不足》第29篇中，有较多文字论及了当时的饮食市场“熟食遍列，肴施成市”的情景及民间饮食风俗，是研究西汉饮食的重要史料。

【神农本草经】 简称“本经”。约成书于东汉末期，托名“神农”所作。是我国现存最早的包括食物在内的药学专著。原书已佚。现存的各种版本是经明清以来学者考订、辑佚、整理而成。全书除总括了药物总论的序例外，共收载药物和食物365种，分为上、中、下三品。其中以上品和中品收录食物较多，并介绍了食物的别名、性味、主治功用等，疗效大多确实，对研究我国古代烹饪原料和食物性能有重要的参考价值。

【本经】 即“神农本草经”。

【四民月令】 东汉崔寔撰。1卷。是一部月令体裁的综合性农书。主要记述普通人家一年四季种植、经营等经济活动。其中记载了有关的祭祀、宴饷事宜，也有酿酒、造豆酱、鱼酱、肉酱、清酱、榆仁酱、制醯(醋)、作枣糒、腌腊肉等方面的记载。

【南方草木状】 晋嵇含撰。共3卷。此书记载了生产在我国广东、广西等地，以及在越南的草类、木类、果类、竹类植物共80种。是我国现存最早的地方植物志，其中不少品种为烹饪原料。

【荆楚岁时记】 南朝梁人宗懔著，隋人杜公瞻注。其卷数旧说纷纷，有10卷、6卷、2卷、4卷等。现流传于世的为1卷残本。本书正文以时为序，记述了古代荆楚地区时俗风物；注文则引用经典的俗传，考辨了习俗的源流。是研究古代文化、风俗的重要著作。本书中保存了不少饮食风俗资料，如元旦进椒柏酒，饮桃汤，进屠苏酒、胶牙饧，下五辛盘；人日以7种菜为羹；立春啗春饼、生菜；寒食造饧大麦粥；夏至食粽；六月伏日作汤饼；仲冬之月作咸菹；冬至日作赤豆粥等。对研究古代饮食风俗的流变具有重要价值。

【齐民要术】 北魏贾思勰撰。为我国完整保存至今的最早的一部农学和烹饪学、食品学著作。共10卷。主要论述了各种农作物、蔬菜、果树、竹木的栽培，家畜、家禽的饲养，农产品加工和副业等。其中烹饪与食品加工的有26篇（篇64～篇89），记载了制曲、酿酒、作酱、作酢、作豉，以及制作菜肴的方法和经验，反映了当时我国在烹饪技艺方面，已具有较高的水平。

【崔浩食经】 由北魏崔浩在其母卢氏口授的基础上整理而成。据《魏书·崔浩传》，此书原为"九篇"。但《隋书》记《崔氏食经》4卷，《旧唐书》、《新唐书》均记崔浩著《食经》9卷。此书已亡佚。仅存崔浩的《食经叙》。有部分学者认为《齐民要术》中所引《食经》之内容，为崔浩《食经》的佚文。

【食次】 此书已亡佚。仅在《齐民要术》中保留部分佚文，如"熊蒸"、"苞牒法"、"粲"、"糟"、"煮糗"、"葱韭羹"、"女曲"、"白茧糖"等，在《膳夫录》中也记有《食次》中的7种食品制法的名称，如"肥脯法"、"羹臛法"等。有部分学者认为《食次》即梁《食馔次第法》一书的简称。

【谢讽食经】 隋朝人谢讽撰。《大业拾遗》说他著有《淮南王食经》，但此书早已亡佚。现存的谢讽《食经》载入《清异录·馔羞门》，共收53种菜点的名称，无具体制法。对研究隋代烹饪有一定的参考价值。

【北堂书钞·酒食部】 为唐初虞世南在隋任秘书郎时，摘录群书名言隽句，分类编排而成，供当时作文采摭词藻之用。共160卷。《酒食部》载于第142～148卷，收录了隋以前的酒、饭食、面点、菜肴、调料等方面的大量资料。

【千金要方·食治】 也称"备急千金要方"。唐孙思邈撰。共30卷。成书于永徽三年（公元652年）。广辑前代各家方书及民间验方，叙述了医论、医方、诊法、针灸、食治、养生等内容。其中卷26为食治，分序论第一、果实第二、菜蔬第三、谷米第四、鸟兽第五，阐述了有关食疗的理论及150多种食物的性味、功用主治，是我国第一篇有关食疗的专论，对研究饮食治疗具有较高的价值。

【备急千金要方】 即"千金要方"。

【食医心鉴】 唐昝殷撰。共3卷。原书宋以后失传。今存本系日人从《医方类聚》中辑出者。共1卷。书中以食物药品为主组成221方，包括煮粥、制茶、作酒饮的药方，用于治疗各种疾病，是我国早期的一部较系统的食疗典籍。

【食疗本草】 唐孟诜撰，张鼎增补。共3卷。约成于686年。全书记述可供食用、疗病的食药共227条。原书已佚，现有辑佚本，记述食药260种。每味食药之下均述其药性、功效、禁忌及单方等。

【艺文类聚·食物部】 唐高祖命欧阳询等根据1400多种古籍，分门别类、摘录汇编成的一部类书。共100卷。《食物部》载于第72卷，分食、饼、肉、脯、酱、鲊、酪苏、米、酒等类，汇集了唐以前有关饮食的大量资料。

【酉阳杂俎·酒食】 唐段成式撰。前集20卷，续集10卷。所记奇且繁，或录秘藏，或叙异事，道佛人鬼、灾祥灵验及琐闻杂事，无不毕具。《酒食》载于前集第7卷。主要记述了南北朝及唐时的一些饮食掌故，辑录了《吕氏春秋·本味》等书中提到的100多种食品原料、酒、菜、调料的名称以及已亡佚的《食次》、《食经》等书中几个菜点的做法。

【膳夫经手录】 唐杨晔撰。原为4卷，现存1卷。载入《宛委别藏》、《丛书集成初编》等书。主要对虏豆、芋头等10多种蔬菜、水果的特点以及几种动物的特点作了介绍，对各地出产的茶叶也作了较详细的记载。

【四时纂要】 唐韩鄂撰。是一部月令体裁的农家杂录。全书共698条，绝大部分内容与占候、择吉、禳镇、农业生产、医药卫生有关。涉及饮食的有酿造、制饧、乳制品、油脂加工、淀粉加工、食物腌藏等方面，约70条。对研究唐代烹饪、饮食具有一定的参考价值。

【岭表录异】 也称"岭南录异"、"岭表记"。唐刘恂撰。共3卷。记述了岭南各地的风俗、物产和虫鱼草木禽兽等。其中涉及许多烹饪原料，并有不少饮馔的内容。如"蟹饼锣"、"虾生"、"鹅毛鲊"、"天脔炙"、"炸乌贼"等，是研究唐代烹饪的重要资料。

【岭南录异】 即"岭表录异"。

【岭表记】 即"岭表录异"。

【烧尾食单】 也称"韦巨源食谱"。唐韦巨源举办的"烧尾宴"部分菜点记录。唐中宗时，宫廷中曾经有过一种制度，即大臣拜官，照例要献食于天子，称"烧尾"。韦巨源因任尚书左仆射，也举办过"烧尾宴"。现存的韦巨源《烧尾食单》原载《清异录·馔羞门》，共记有58种菜点名称及制法的简略说明。为研究唐代烹饪的重要资料。

【韦巨源食谱】 即"烧尾食单"。

【邹平公食宪章】 唐元和末年宰相段文昌所编。50卷。据《清异录》记载本书初名《食经》，因段文昌曾被封为邹平郡公，故当时人又称此书为《邹平公食宪章》。此书已亡佚。

【茶经】 唐陆羽撰。3卷。陆羽一名疾，字鸿渐，又字

季疵，复州竟陵（今湖北天门县）人。该书共分一之源、二之具、三之造、四之器、五之煮、六之饮、七之事、八之出、九之略、十之图 10 节，分别论述了茶的性状、品质、产地、采制方法、烹饮方法及用具。是我国也是世界上第一部关于茶的专著，同时，也是唐代饮茶之风始盛的标志。

【煎茶水记】 唐张又新撰。1 卷。书中前面列举了邢部侍郎刘伯刍所品定的“七水”（扬子江南零水第一、无锡惠山寺石水第二、苏州虎丘寺石水第三等），后面列举了陆羽所品定的“二十水”（庐山康王谷水帘水第一、无锡县惠山寺石泉水第二等），是我国古代论述茶水的专著之一。

【食典】 五代时孟蜀宫廷食谱。据《清异录》记载，该书为孟蜀尚食所掌，原为 100 卷。但早已亡佚。现只保存了用红曲煮肉的名为“酒骨糟”一菜的制法。对研究红曲应用的历史极有参考价值。

【食性本草】 五代南唐陈士良撰。共 10 卷。此书吸取了《神农本草经》以及陶弘景、孟诜、陈藏器等人学说中关于饮食治疗的经验，并加以解说，同时记载了食医诸方及五味四时调养脏腑之术，内容比较丰富。

【太平御览·饮食部】 简称“御览”。宋李昉、扈蒙等人在太平兴国二年（公元 977 年）奉太宗的命令编撰的一部类书。初名《太平总览》，后因太宗按日阅览，改题今名。全书 1000 卷，分 55 部，每部又分若干子目，共 4558 类。其中《饮食部》载该书第 843～867 卷，分为酒、食、饭、飧、黍、粽、粢、馎、糗麨、馓、馃、菹、蜜、酪、酥、粥、胡饭、饵粢、糕、臛、饮、脍、脯、鲊、鲙、八珍、油、盐、酱、醯、醢、茗等 70 多类，保存了宋以前的大量烹饪资料。

【御览】 即“太平御览”。

【太平广记·食】 宋李昉、扈蒙、李穆等人奉太宗的命令编撰的一部小说总集。成书于太平兴国三年（公元 978 年）。广泛地采摘自汉晋到北宋初的小说、笔记、野史等所记故事，按内容分为 92 大类，附 150 多个小类。每小类的各个故事，均标小题，照录原文一或数段，下面注明出处。其中《食（能食菲食附）》载于第 234 卷，记述了古代的一些饮食故事，如吴馔、范汪、茅容等。

【清异录·馔羞门】 宋陶谷撰。共 2 卷。主要杂采唐和五代的典故、词语，按类分为 37 门，每条各加小标题，在下面列叙事实缘起。《馔羞门》载于下卷。收录了数十条饮食掌故，如“无心炙”、“玲珑牡丹鲊”、“辋川小样”、“韦巨源《烧尾宴食单》”、“谢讽《食经》中略抄 53 种”等，是研究隋、唐、五代烹饪与饮食史的重要资料。

【山家清供】 宋林洪撰。载入《说郛》、《夷门广牍》等书。共 2 卷。记载了 102 种菜点及饮料的制法。所记菜肴大部分是蔬菜做的，肉食只有鸡、兔、鱼、蟹等数种。不少菜点的烹调法颇为别致。作者对菜点的一些评议也很有见地。

【本心斋疏食谱】 宋陈达叟编。载入《百川学海》、《丛书集成初编》等书。共记菜点 20 种，主要由蔬菜、水果之类制成。制法较简易。每一菜点后面均有 16 字“赞”，对其作简洁评议。关于本书作者，《四库全书总目提要》认为是本心翁，陈达叟是其门人，是帮助整理此书的。有待于进一步考证。

【食珍录】 此书收入《说郛》、《古今图书集成》等书。《说郛》题为刘宋虞悰著；《古今图书集成》题作宋虞悰著。从该书内容看，载有唐代饮食掌故，故可断定非刘宋时著作。宋人著作的可能性较大。又南齐的虞悰“家富于财而善为滋味”（《南史》）。《食珍录》题为虞悰撰，或为后人伪托，或为同名者所著。该书内容比较单薄，仅收录了十多条南北朝、隋、唐时的烹饪、饮食掌故。

【膳夫录】 此书收入《说郛》、《古今图书集成》。《说郛》题为郑望之撰。《古今图书集成》题为郑望撰。该书内容有关部分与杨晔《膳夫经手录》雷同。此外，还记载了一些唐宋时期的烹饪、饮食掌故。

【玉食批】 宋司膳内人撰。共 1 卷。载入《说郛》等书。记宋代帝王、太子及达官贵人饮食奢华事例，并发了一些议论。认为“受天下之奉，必先天下之忧，不然素餐有愧”；对“贵家之暴殄”，表示了不满。

【桂海虞衡志】 宋范成大撰。原书 3 卷，今存 1 卷。所记共分岩洞、金石、香、酒、器、禽、兽、虫鱼、花、果、草木、杂志、蛮等 13 门。各有小序，是研究宋代广南地区饮食习俗、风土物产的重要著作。

【养老奉亲书】 宋陈直撰。1 卷，共 15 篇。重点记述老年人养生及老年疾病的饮食治疗。书中所录的一些四时通用的老人药方以及食疗药方，大多简便易行。

【寿亲养老新书】 宋陈直原撰，元邹铉续增。共 4 卷。刊于 1307 年。本书是陈直《养老奉亲书》一书的增补本。卷一即《养老奉亲书》原文；卷 2～4 属新增部分。阐述有关养生、老年保健与食治诸方。

【食治通说】 宋娄居中撰。1 卷。此书内容大体谓：“食治则身治”、“上医未病”，主张通过饮食治疗疾病和预防疾病。

【蟹谱】 宋傅肱撰。共 2 卷。分《总论》、《上篇》、《下篇》三部分。《总论》记述了螃蟹的习性、形状、异名、种类等。《上篇》、《下篇》共记载了 66 条关于螃蟹的故事、食品、诗赋等，是我国关于螃蟹的著名专著之一。

【蟹略】 宋高似孙撰。以补宋傅肱《蟹谱》之遗。共 4 卷。12 门，每门之下，又分若干条目。关于蟹馔的内容，主要见《蟹贡》、《蟹馔》门，共记载了 30 多个品种，如糖蟹、洗手蟹、酒蟹、蟹胥、盐蟹、蟹馅、蟹羹、蟹包等，是我国关于螃蟹的著名专著之一。

【糖霜谱】 宋王灼撰。1 卷。分为 7 篇。分别记叙了糖霜的缘起、故事、种蔗方法、制糖器具、糖霜制法、制作结果以及成品的功用。

【笋谱】 宋吴僧赞宁撰。1 卷。分 5 个部分，介绍了

笋的名类、产地、食法以及有关笋的典故、论述。其中第3部分主要记述了笋的调治、收贮及烹调应用的一些方法。

【菌谱】 南宋陈玉仁撰。记有菌11种，并对每一种菌的生时、采时以及形状、色味都作了较详的说明，是我国关于菌类最早的一部专著。

【东京梦华录】 南宋孟元老撰。共10卷。作者初居汴京(今河南开封)，南渡后写成此书。该书主要记述北宋都城汴梁的城市面貌、岁时物产、风土习俗等，反映出北宋城市经济的发达和市民文化娱乐生活的若干侧面。作者在《自序》中说："会寰区之异味，悉在庖厨。"故关于烹饪的资料尤为丰富，共记载了数以百计的名菜名点、风味小吃，反映了数十家著名酒楼、饭店、饼面店的营业情况。

【都城纪胜】 南宋灌圃(一作园)耐得翁撰。作者事迹无可考，只知其姓赵。1卷。分14类。记述了南宋都城临安(今浙江杭州)的街市、店铺、商品杂货、饮食、游乐等情况，是研究南宋饮食习俗的重要参考资料。另有节本，更名《古杭梦游录》。

【武林旧事】 南宋周密撰。共10卷。是周密入元后追忆南宋都城临安(即武林，今浙江杭州)旧事而作。"凡朝廷典礼、山川风俗，与夫市肆节物、鼓坊乐部，无不备载"。该书保存了不少烹饪资料，记载了一些节令食品和数百种肴馔、饮料的名称以及张俊向高宗供进御筵的节次，是研究古代食品和筵宴的重要资料。

【梦粱录】 南宋吴自牧撰。共20卷。约写于南宋灭亡以后，仿《东京梦华录》笔法，记述了南宋都城临安(今浙江杭州)的节令风俗、城市面貌、店铺商品、园林建筑、人物事迹、山川物产等。所收烹饪资料相当丰富，介绍了各种节令食品、饮食业及著名的茶肆、酒肆，还记载了数百种肴馔、饮料的名称。

【全芳备祖】 宋陈景沂撰。全书分前后2集。前集27卷，为花部；后集31卷，分果、卉、草、木、农桑、蔬、药7个部分。每物分"事实祖"、"赋咏祖"两类。每类下面更有子目。堪称世界上最早的植物学辞典。对研究古代烹饪原料和饮食也有参考价值。

【浦江吴氏中馈录】 作者为宋代浙江浦江人，生平不详。该书分脯鲊、制蔬、甜食3部分，共收录了70多种菜肴、面点的制法，较简明、实用。有不少菜点，如炙鱼、笋条巴子、炉焙鸡、蒸鲥鱼、芥辣、糟茄子、粽子、水滑面等，在后世很有影响。

【酒名记】 宋张能臣撰。张好学，喜缀文，官至奉议郎，著有鄙乡涪江2集。记宋代及宋以前酒名400余种，后世称《酒名记》。

【北山酒经】 宋朱肱著。共3卷。记载酿酒方法。上卷为总论；中卷论制曲；下卷论酿酒。

【续北山酒经】 宋朱肱著《北山酒经》后，其友李保有著此续文。

【事物纪原】 也称"事物纪原集类"。北宋高承编。原书汇辑127种事物起源资料；今传本记事1760余条，当是后人增益。其中"农业陶渔"、"酒醴饮食"、"草木花果"、"虫鱼禽兽"等部分与烹饪有关，常为中国烹饪史研究者引用。

【事物纪原集类】 即"事物纪原"。

【重编群书事林广记】 简称"事林广记"。宋陈元靓编。该书以十天干分集。在癸集中，收录有较丰富的饮馔资料。主要有制曲法、名酒佳酿、脯鲊、茶水、面点等，是研究宋代烹饪、饮食的重要材料。

【事林广记】 即"重编群书事林广记"。

【饮膳正要】 元忽思慧撰。共3卷。主要记载养生避忌、妊娠食忌、乳母食忌、饮酒避忌、聚珍异馔、诸般汤煎、神仙服饵、食疗诸病、四时所宜、五味偏走、食物利害、食物相反、食物中毒、禽兽变异以及烹饪原料和食品等诸内容，是我国元代饮食保健经验的结晶。其中虽有一些不科学之处，仍不失为研究元人烹饪与饮食习俗的重要参考资料。

【农桑衣食撮要】 也称"农桑撮要"、"养民月宜"。元代畏吾兒族人鲁明善撰。共2卷。是月令体裁的综合性农书。主要按月记述种植树木、果树、庄稼、饲养禽畜等事宜，也涉及农产品的加工。如造酱、醋、豆豉，腌咸菜、鸭蛋、猪肉、生姜、造酥油、晒干酪等。对研究元代的烹饪、饮食具有一定的参考作用。

【农桑撮要】 即"农桑衣食撮要"。

【养民月宜】 即"农桑衣食撮要"。

【饮食须知】 元贾铭撰。共8卷。分水、火、谷、菜、果、味、鱼、禽、兽9类。采摘历代诸家本草中的"反忌"，汇编成册。记述了烹饪原料与食物的性味、功用以及食物间的配伍和矛盾。对饮食卫生的论述有独到之处。可供研究古代营养学参考。

【馔史】 不著撰人姓氏。因所述之事止于南宋，故旧本题为元人所撰。1卷。所记皆历代烹饪、饮食故事。有《吕氏春秋·本味》的内容和何曾《安平公食单》、韦巨源《烧尾宴食单》等，还记有一些人的食量大小、特殊嗜好等，大都是采摘前人著述。

【云林堂饮食制度集】 元倪瓒撰。1卷。该书共收录了约50种菜点、饮料的制法，大都属无锡风味，一些肴馔制作精细，风味独特，在烹饪史上有一定影响。如烧鹅，到了清代，被袁枚转收进《随园食单》，并更名为云林鹅。其它如青虾卷燠、蜜酿蝤蛑、海蜇羹、煮麸干等的制法，一直流传到今天。

【居家必用事类全集】 不著撰人名氏。此书为《永乐大典》屡次引用，故成书约在元末。全书共10卷，以天干分集。己集、庚集载有饮食类，皆元代各兄弟民族食制，资料十分珍贵，后多为刘基的《多能鄙事》所采用。

【天厨聚珍妙馔集】 不著撰人名氏。收在《永乐大典》。1卷。有汝阳史维泉序曰："东原鬻书，李顺之购得

善本，目之曰《天厨聚珍妙馔集》。”从序中可知此书之名系购者所定，并非原名。此书现已佚。

【日用本草】 元吴瑞撰。共8卷。全书分米、谷、菜、果、禽、兽、鱼、虫8门，收集记述了540种既是食物又是药物的品种，重点论述其性味和功用。对研究烹饪原料和食物性能有参考价值。

【食物本草】 元李杲撰，李时珍参订。共22卷。分水、谷、菜、果、鳞、介、蛇虫、禽、兽、味、草、木、火、金、石、土等16部。阐述了烹饪原料与食物的种、产、质、性、生克忌宜以及五味所和、四时所调、百病所疗之说，是一部重要的研究烹饪原料与饮食的著作。

【粥方】 明李时珍辑，收录在《本草纲目》第25卷《谷部·粥》中。共收赤小豆粥、绿豆粥、薏苡仁粥、莲子粉粥、荠菜粥、羊肝粥、鸭汁粥、酥蜜粥等以动植物原料配煮的粥品53种。每种下面写明食疗作用，是现存的较早的粥品资料。

【广菌谱】 明潘之恒撰。记菌10余种，详略不一。另将藻类生物地耳和地衣类生物石耳等，也作为菌类收入。对研究食用菌类有一定参考价值。

【山堂肆考】 明彭大翼撰。共228卷，并补遗12卷。分宫、商、角、徵、羽5集。羽集中有1卷是记饮食的，有茶、饭、粥、羹、饼、肉脯、鲊、炙、盐、醯等类，多记前人掌故，失之过简。

【事物绀珠】 明黄一正编。共46目。所录典故比较零碎杂乱，且不标引用书名，无法查对稽考。其中有一目内容为饮食典故。

【食品集】 明吴禄辑。分上、下卷。卷上辑谷部37种、果部58种、菜部95种、兽部33种；卷下辑禽部33种、虫鱼部61种、水部33种；另有附录18则，其内容大都摘自诸家本草，简述食性药性。

【闽中海错疏】 明屠本畯撰。成书于万历24年(1596年)。共3卷。主要记载福建所见的海产，每种都按名称、形态和习性加以描述。其中，鳞部2卷，收167种；介部1卷，收90种；另附记收并非产于福建而时常可见的2种，文字较简明。

【鱼品】 撰者署名遯园居士，实即明代顾起元。1卷。收录江东地区所产鱼品数十种。文字较精炼。

【野菜博录】 明鲍山撰。共4卷。分草部2卷、木部2卷。草部叶可食者142种；木部叶可食者59种；花可食者5种；实可食者25种，花实可食者3种；叶实可食者19种；花、叶、实俱可食者5种；叶、皮、实俱可食者4种。并图绘其形，以备荒岁。自序记所得凡400数十种，但此书仅载有262种。此书为烹饪原料与食品方面的重要参考著作之一。

【酒谱】 旧本题临安徐炬撰。1卷。据清代学者考证为明代人著作。其书自序云采唐汝阳王琎等13家书而成。但引据每多伪舛。《四库全书总目》称之为“不学无术”之作。

【觞政】 明袁宏道撰。1卷。共记觞政16则。

【酒概】 明沈沈撰。共4卷。仿陆羽《茶经》体例写成。1卷3目为酒、名、器；2卷7目为释、法、造、出、称、量、饮；3卷6目为评、僻、寄、缘、事、异；4卷6目为功、德、戒、乱、令、文。全书杂引诸书而成，体例丛碎。

【酒史】 明冯时化撰。共6卷。分酒系、酒品、酒献、酒述、酒余、酒考几部分，均记述、考证酒的诗文与故实。错误较多。

【易牙遗意】 元末明初韩奕撰。共2卷。分11类。上卷为酿造类、脯鲊类、蔬菜类；下卷为笼造类、炉造类、糕饵类、汤饼类、斋食类、果实类、诸汤类、诸菜类、食药类。共记载了150多种调料、饮料、糕点、蜜饯、菜肴的制法。所收肴馔以江浙风味为主。关于本书作者，历史上有争议。有人认为是伪托；有人认为是明黄省曾撰。

【墨娥小录】 作者不详。从书中所举食物及其制法来看，大约为明代前期吴越人所作。卷33有饮膳集珍、汤茗品胜等类，载有盐豆、盐菜、糟姜、糟鱼、糟蟹、炒栗煮蛤蜊、脱丁、腊肉等食品；三妙汤、木瓜汤等汤品。多记当时何人传何法，颇翔实。其法多有可借鉴处。

【便民图纂】 明邝璠撰。共14卷。首列农务、女红图2卷，用通俗的竹枝词写成。其余14卷是在不知作者姓名的《便民纂》的基础上，改变类目次序，扩充农事部分，增益医方，而紧缩其它部分写成的。其中谈及一些烹饪原料的生产、加工、贮藏等。可供研究烹饪技术和饮食习俗参考。

【多能鄙事】 明刘基撰。共12卷。1～4卷为饮食类。卷1有造酒法、造醋法、造酱法、造豉法、造鲊法、腌芷法；卷2有酥酪法、烹饪法、饼饵米面食法、回回女真食品；卷3有糖蜜果法、治蔬法、茶汤法；卷4有老人疾病方。《四库提要》认为作者是托名于刘基，乃伪托之书。

【遵生八笺】 明高濂撰。共19卷。包括清修妙论笺2卷、四时调摄笺4卷、起居安乐笺2卷、延年却病笺2卷、饮馔服食笺3卷、燕闲清赏笺3卷、灵丹秘药笺2卷、尘外遐举笺1卷。与烹饪有直接关系的主要是饮馔服食笺，记述了茶、水、蔬菜、酿造、法制药品等内容。

【臞仙神隐书·修馔】 明朱权撰。共4卷。因作者是明太祖的第17子，封号宁王，死后谥“献”，所以明志中撰人作“宁献王”。朱权晚年自号“臞仙”，故将这本记述隐居习道者日常琐事的书取名为《臞仙神隐书》。本书按月令体裁逐月记述种植树木、花果、蔬菜、药材及修馔等方法。其中修馔记述了150多种农副产品的加工制作方法。多为制酱醋、做蜜饯、造乳酪、糟鱼、腌蟹、做腊肉、腌瓜菜之类。实用性较强。有部分内容系从《农桑衣食撮要》、《居家必用事类全集》等书中转引。

【农政全书】 明徐光启撰。光启去世后六年，由陈子龙等整理修改后，于崇祯十二年(1639年)刊行。共60

卷。分农本、田制、农事、水利、农器、树艺、蚕桑、蚕桑广类、种植、牧养、制造、荒政等 12 门。此书为明代末年的一部农业科学巨著。其中的制造、荒政门，主要谈了日常需要的食品和野菜的食法。对研究古代烹饪与原料有重要的参考价值。

【宋氏养生部】 明宋诩撰。共 6 卷。主要记录其母的烹饪经验。卷 1 记茶、酒、酱、醋等制；卷 2 记面食、粉食、馅制、蜜煎、汤水等制；卷 3～4 记兽属、禽属、鳞属、虫属荤食等制；卷 5 记菜果、素食等制；卷 6 记杂造、药制、收藏、宜禁等制。6 卷共记 1300 余种食品加工和藏贮方法。

【食鉴本草】 明甯原撰。共 2 卷。内容较简单，仅取可食之物略加几句说明。另外，还有两种《食鉴本草》，一为清人柴裔撰，4 卷本，刊于 1741 年；二为清人费伯雄撰，1 卷本，约刊于 1883 年。均可作烹饪原料研究的参考。

【食物本草】 有几种不同著作。一为明代卢和撰，4 卷（或作 2 卷），刊于 17 世纪，此书与明代薛己《本草约言》中的卷 3～4《食物本草》的内容完全相同；二为明代汪颖《食物本草》，7 卷，刊于 1620 年；三为《李东垣食物本草》，李东垣编，李时珍参订，7 卷，又有 22 卷本。其中 22 卷本收录 2000 余条，收录丰富，分类细致，解说较详，或认为系托名之作，故有姚可成《食物本草》之说，约于 1641 年以后成书。此类食物本草于研究烹饪原料具较大参考价值。

【叚食良方】 旧本作者题名吾炙主人。吾炙主人生平不详。大约是明清时人。全书分粥类、糕类、饮类、酒类等部分，共收胡桃粥、杏仁粥、八仙散、参枣饮、绿豆饮、万寿药酒方等食疗食品 20 多种，每种均载制法及疗效，有一定参考价值。（书名中叚同假，通借，叚食良方，即借食物为良方之意。）

【闲情偶寄】 清李渔撰。是一部杂著。分词曲、演习、居室、饮馔、营造、园艺、养生等 8 个部分。第 5 卷为饮馔，包括蔬菜、谷食、肉食 3 类。所论饮食多为品味家经验之谈，每有独到之处。

【食宪鸿秘】 传为清朱彝尊撰。又有王世祯撰之说。共 2 卷。分饮之属、饭之属、粉之属、煮粥、饵之属、馅料、酱之属、蔬之属、餐芳谱、果之属、鱼之属、蟹、禽之属、卵之属、肉之属、香之属、种植等部分。并附录《汪拂云抄本》。共记载了 400 多种调料、饮料、果品、花卉、菜肴、面点、饭粥等。所收肴馔以浙江风味为主，制法较简明、实用。

【养小录】 清顾仲撰。共 3 卷。记载了饮料、调料、糕点、菜肴等的制法 190 多种。讲究馔肴的实用性和饮食之道，在中国烹饪史上有一定影响。

【闽小记】 清周亮工撰。共 4 卷。记述了闽地物产民风，兼及遗闻琐事与诗话之类。所记闽地特产如龙虾、江蚷柱、燕窝、土笋、海参、西施舌、墨鱼、鲧鱼等海味，是研究福建海产烹饪原料等物产的重要参考资料。

【居常饮馔录】 清曹寅撰。十卷。见《四库全书总目》卷一一六子部谱录类存目。提要云："是编以前代所传饮膳之法汇成一编，一曰宋王灼糖霜谱，二、三曰宋东谿遯叟粥品及粉面品，四曰元倪瓒泉史，五曰元海滨逸叟制脯鲊法，六曰明王叔承酿录，七曰明释智舷茗笺，八、九曰明灌畦老叟蔬香谱及制蔬品法。中间糖霜谱寅已别刻又所辑楝予十种，其它也颇散见于说郛诸书云。"

【艺林汇考·饮食篇】 清沈自南撰。原书 24 卷。刊行仅 5 篇，为楝宇篇、服饰篇、饮食篇、称号篇、植物篇。饮食篇又分为饔膳、羹豉、粉饎、鲊脍、酒醴、茶茗等 6 个部分。此书引文必载书名，按籍溯源，便于复检。

【格致镜原】 清陈元龙撰。共 100 卷。分 30 类。汇集古籍中有关博物和工艺的记载。其中饮食、谷、蔬、木、草、花、果、鸟、兽、水族、昆虫等类都与烹饪有关，是研究古代烹饪原料的一部重要参考书。

【渊鉴类函】 清康熙命张英等辑。共 450 卷。其中卷 388 为饮食类，有"食总载"5 篇，食物部有饭、粥、糁、饼、肉、炙、脯、鲊、脍、茶、羹、臛、饮浆、煎和、酱、菹、脂、蜜、油、酪酥、酒等。资料征引较精当、准确，可供烹饪研究者参考。

【子史精华】 清康熙时张廷玉等纂辑。共 160 卷。采集子史中的名言隽语，按类排比而成。其中有一卷为饮食类，记述了清以前的饮食掌故。

【古今图书集成】 原名"古今图书汇编"。清康熙中陈梦雷等原辑，清世宗命蒋廷锡等重辑。全书 1 万卷。分 6 编，32 典，6109 部。其中禽虫、草木、食货三典，与烹饪饮食关系较大，是考察我国古代烹饪文化的重要资料。

【古今图书汇编】 即"古今图书集成"。

【食味杂咏】 清谢墉撰。1 卷。记实性诗集。录咏南味诗 58 首；咏北味诗 43 首，并有题解。对了解乾隆时北京、江南等地民间食俗有参考价值。

【农圃便览】 清乾隆年间丁宜曾撰。宜曾字椒圃，山东日照县西石梁村人。本书是他据亲身经历并参阅亲友有关著作写成，为一部具有地方特色的农书。书中除按季逐月分述农耕、气象、园艺外，还收录有近 200 种食品加工及菜点的烹调法。不少菜肴，如虾皮烘肉、海蜇、西施舌、鲨翅、燕窝、制海参、制鲍鱼、鸟鳖等制法独特，具有明显的地方特色。对研究清代前期山东饮食烹饪有重要的参考价值。

【扬州画舫录】 清李斗撰。为乾隆时有关扬州风物人情的杂录。其中有相当部分记载了扬州的烹饪、饮食情况。如市肆名菜点、满汉席、沙飞船等，保存了不少可贵的烹饪资料。

【醒园录】 清李化楠搜集资料，其子李调元整理编纂而成。全书分上、下两卷。记载了 120 多种饮馔、调

料及食品制法和保藏方法。其中熊掌、鹿筋、燕窝、鱼翅、鲍鱼等山珍海味，以及萝卜糕、茯苓糕等点心的制法颇富特色。是研究清代中叶烹饪的重要典籍。

【随园食单】 清袁枚撰。1卷。分为须知单、戒单、海鲜单、江鲜单、特牲单、杂牲单、羽族单、水族单、有鳞单、水族无鳞单、杂素菜单、小菜单、点心单、饭粥单、茶酒单等14个部分。其中须知单和戒单是对我国古代烹饪原理比较系统的总结，对后来烹饪的发展有一定影响。此外，录有菜点300多种。

【调鼎集】 清佚名编。现珍藏于北京图书馆善本部。共10卷。收录有菜肴1600多种，饭粥、点心、小吃400多种，并对烹饪原理和烹调技术有不少的论述。此书所收的部分菜点，是当时扬州、南京、杭州等地的市肆实录，其余的多采摘自《随园食单》、《食宪鸿秘》、《闲情偶寄》等书，是研究清代饮食烹饪的重要典籍。本书有部分内容为童岳荐所编。

【乡味杂咏】 清施鸿保撰。现仅存上卷，收藏于北京图书馆善本部。书中有咏杭州乡味的诗173首。对虎跑水、龙井茶、家乡肉、寿星桃、蝙蝠鸡、水陆荤素菜肴、米面点心、水果干果等均有所赞咏，对研究清代后期钱塘烹饪、饮食风貌，颇有参考价值。

【随息居饮食谱】 清王士雄撰。1卷。咸丰十一年(公元1861年)写成。分为水饮、谷食、调和、蔬食、果食、毛羽、鳞介等7章。辑录食物368种。大多采自诸家本草，少数由作者补入。

【湖雅】 清汪日桢撰。共9卷。第8卷着重谈饮馔，分造酿、饼饵(粥饭附)、烹饪三部分。记载了上百种湖州地区(今浙江一带)出产的各种食物。是研究清代浙江地区烹饪的重要资料。

【粥谱】 清黄云鹄编著。全书分序言、食粥时五思、集古食粥名论、粥之宜、粥之忌、粥品等部分。其中粥品收有粥方240多条。均简介食疗作用，间涉制法。内容丰富，具有一定的参考价值。

【吴蕈谱】 清吴林撰。书中记述了吴中(今苏州一带)可食菌多种，分为三品。记述较详。

【日食菜物】 清汪昂撰。1卷。昂字讱庵。该书收在其自刻的《汪讱庵全书》中。

【酒部汇考】 清无名氏编撰。共18卷。其中汇考6卷、总论1卷、纪事5卷、杂录外编各1卷、艺文4卷。所收资料相当丰富，但编次错杂。

【胜饮篇】 清郎廷极撰。共18卷。采集历代著述，分良时、胜地、名人、韵事、德量、功效、著撰、政令、制造、出产、名号、器具、箴规、疵累、雅言、杂记、正喻、借喻各类辑成。

【酒令丛钞】 清俞敦培撰。共4卷。1卷古令，辑明代以前的酒令，多为存名，不解其法；2卷雅令，所辑酒令皆引经据典，分韵联吟，当筵构思；3卷通令，所辑酒令俗不伤雅，不费思索；4卷筹令，辑各种酒筹。

【江南鱼鲜品】 清陈鉴撰。共记鱼21种。文字较简略。

【记海错】 清郝懿行撰。1卷。记海产49种，均述其品名、产时、产地、食法、贮藏法等。对有些品种进行了考证，旁征博引，资料比较丰富，对研究海错食法有一定的参考作用。

【海错百一录】 清郭柏苍撰。共5卷。分记渔、记鱼、记介、记壳石、记虫、记盐、记菜等部分，并附记海鸟、海兽、海草等篇，是一部比较全面的关于福建海产的纪录。

【履园丛话】 清钱泳撰。共24卷。第12卷“艺能”一门中，有“治庖”一节，是专门议论烹调得宜的，篇幅不长，颇有见地。

【养生随笔】 原名“老老恒言”。清曹庭栋撰。共5卷。其中1～4卷阐述关于老年人日常起居寝食等方面的养生方法；第5卷为粥谱，列煮粥方100种，用于老年人的调养和治疗。

【老老恒言】 即“养生随笔”。

【调疾饮食辩】 也称“饮食辩录”。清章穆撰。共6卷。全书分总类、谷类、菜类、果类、鸟兽类、鱼虫类等6部分，共600余种。以《本草纲目》为主，采摘诸说而成。

【饮食辩录】 即“调疾饮食辩”。

【本草饮食谱】 清文晟辑，费伯雄鉴定。1卷。刊于1850年。书中将可以疗病的食物分为谷、豆、菜、瓜、果、味、禽、兽、鱼、虫等10部，共约200种。分述其性味、采用、主治及宜忌等，内容较简要。

【食物本草会纂】 清沈李龙撰。有8卷、12卷本。内容相同。本书采辑《本草纲目》及本草类著作中有关食疗的部分，分为水、火、谷、菜、果、鳞、介、禽、兽等10部，共220种。记其性味、主治及附方等。

【清嘉录】 清顾禄撰。专记苏州岁时风俗。以月为序，逐月介绍月中节日风俗习惯的由来，节日饮食的情况，对苏式糕点、小食的记叙特别详尽，史料价值较高。

【桐桥倚棹录】 清顾禄撰。共12卷。是一部记述苏州虎丘山塘一带山水、名胜、寺院、第宅、古迹、市廛、手工艺等情况的杂著。其中市廛、工作、舟楫等卷中，对当时的饮食生活有较生动的反映。所录虎丘酒楼挂牌菜点，是研究苏式菜点的重要资料。

【中馈录】 清曾懿撰。全书分20节。介绍了宣威火腿、香肠、风鱼、皮蛋、冬菜等20种食品的加工方法。对研究古代食品加工技术有一定参考价值。

【成都通览】 傅崇榘编。共8册。其中第7册记有成都的包席馆、大餐馆、大餐菜目和价格以及成都的南馆、炒菜馆、饭馆、著名食品店、街市普通食品、各种家常便菜等，较详细地记述了成都饮食行业的状况，是研究晚清时四川饮食习俗、了解川菜历史的重要资料。

【素食说略】 清末薛宝辰撰。书中记述了蔬菜、果品、豆制品及部分主粮的简略知识、烹饪和加工方法，

约有 170 多条。菜肴风味，以陕西和北京为主，是研究我国西北和北方地区素食经验的重要资料。

【清稗类钞】 近人徐珂辑录。共 48 册。分时令、地理、风俗、工艺、文学、饮食等 92 类，13500 余条。其中饮食类占 800 多条。对清代的宴会掌故、烹饪技术和各民族的食俗、各地的食风以及各阶层人士的饮食状况都有所记述。范围广泛，检查便利，但略嫌芜杂。

【食品佳味备览】 旧本题"无知山人鹤云氏撰"。鹤云氏生平不详，约为清末民初人。全书正文 200 多条，主要介绍了中国各地名特食品，间或涉及名餐馆及菜点制法，也有少数条目介绍了东西洋食品。有一定的参考价值。

【白门食谱】 近人张通之撰。白门为金陵的代称，故本书实即南京食谱。全书除序言外，有正文 62 则，共收录南京地区著名动植物食品原料及食品、菜点近百种，如韩复兴咸板鸭、扫叶楼素面、马祥兴美人肝与凤尾虾、王厨盐水鸭、钟山云雾茶、板桥萝卜等。对研究南京近代饮食烹饪有一定的参考价值。

【烹饪一斑】 卢寿篯编。女学丛书之一。为妇女学习家庭烹饪、增加家务知识而编。全书共 8 节。分别论述了烹饪重要性，食物的选择与配合、食物的贮藏法以及记述了蔬、果、芳香食品、海味及西餐的烹制法等。有 1917 年 4 月上海中华书局版。

【素食养生论】 杨章父、孙沓公编译。全书 8 章。分述人与食物的关系：人对食物的需要、如何利用食物养生、主张素食的理由等。全书系据日文本编译而成。有 1921 年 12 月版。

【西餐烹饪秘诀】 李公耳编。全书 10 编。共收汤煮、油煎、炸汆、烤烘、烧煮、腌拌、冷冻、糕饼、糖果等 138 种肴馔的制法。器具及菜点名称多用汉语音译。所收西餐不限西方某一国一地，均西方日常品种。有上海世界书局 1922 年 6 月版。

【家庭食谱】 李公耳编。全书分点心、荤菜、素菜、盐货、糟货、酱货、熏货、糖货、酒、菜 10 大类，计收 228 种饮馔品。多江南风味。制法较简明。适合一般家庭应用。有上海中华书局 1917 年版。

【家庭食谱续编】 时希圣编。全书仿李公耳《家庭食谱》体例，共 10 章。收肴馔 200 多种。多江南风味。有上海中华书局 1923 年 3 月版。

【家庭食谱三编】 时希圣编。全书分列 10 类，收肴馔等 200 多种。其中，不少品种为江苏常熟等地菜馆中的著名品种。也有西式饮料啤酒、香槟等，但制法与一般的不同。有上海中华书局 1925 年 9 月版。

【家庭食谱四编】 时希圣编。全书分 10 类，共收 364 种食品制法。菜肴中有鱼翅、熊掌等高档菜。点心中采入西式食品较多。如香蕉布丁、西米布丁、德国土斯、白塔蛋糕等。编者在自序中称此书"以备一般新家庭之应用。"

【素食谱】 时希圣撰。全书分 5 辑，共记载 250 多种菜肴的制法。原料多取蔬、果、豆制品、笋、菌等。特殊品种有炒玉蜀黍梗及核桃为主料的炒素蟹等。有上海中华书局 1925 年 8 月版。

【北平菜谱】 为大连辽东饭庄所编。记载了该店经营的中西宴席菜单及多种肴馔的制法。有大连辽东饭庄 1931 年编印本。

【陶母烹饪法】 陶小桃编著。为家庭丛书之一。据编者自序，该书是在向其祖母求教的基础上编成的。全书共 3 篇。分述食物营养、饮食卫生、食物鉴别、贮藏法、烹饪原料等，并记载了多种荤素菜的烹饪方法。菜肴多家庭实用品种，制法均很简便。有上海商务印书馆 1936 年版。

【饮食与健康】 张恩廷编纂。系据前沪江大学化学教授鲍登博士在特设的食品化学班讲授记录，并参考鲍登所著《Food Facts》(《食品实际》)一书，以及国内有关食品卫生方面的书籍编成。全书 22 章。重点阐述饮食与健康的有关问题，利用化学分析方法介绍食物的成分与功用；烹调方法与保持食物营养价值的关系。有上海商务印书馆 1936 年 4 月版。

【北平风俗类征·饮食】 李家瑞编撰。系摘钞古旧文献中有关北京风俗者而成。全书分岁时、婚丧、饮食、宴集、市肆等 13 部。其中饮食部记述了历代北京名食的品目、渊源、演变情况及烹制方法；宴集、市肆两部也保存有酒楼、饭店、酒肆、饭铺、茶馆、宴席程式等资料。是研究北京传统饮食的重要资料。有上海商务印书馆 1937 年 5 月版。

【实用饮食学】 龚兰真、周璇编著。为家庭丛书之一。全书分 4 篇。着重介绍了食物与人生的关系、食物组成与各类食物素的功用、各类食物的贡献、食物分配与膳食计划。有商务印书馆 1939 年 4 月版。

附　录

一、饮食业中餐业务技术等级标准

（一）烹调专业

特一级烹调师

1. 精通某一菜系各种菜肴的全部烹调技术，技艺精湛，对面点制作技术有较高的水平。
2. 具有组织管理大型饮食企业厨房工作的能力，能熟练地组织和制作高级筵席。
3. 具有系统的专业理论和有关科学知识，对祖国烹饪文化事业的发展有创新、有贡献，在全国烹饪界享有很高声誉。
4. 胜任大专院校烹饪专业的教学和学术研究工作，有培养高级烹调师的能力。

特二级烹调师

1. 精通某一菜系的全部烹调技术，并有所提高和创新，旁通其它菜系的制作方法和特点，成菜特色鲜明，风格独特。
2. 具有组织管理大、中型饮食企业厨房工作的能力，能制作高级筵席，编制高级筵席菜单。
3. 具有丰富的专业理论知识，对继承、创新烹饪技艺有显著贡献，在全国同行业中享有较高声誉。
4. 能辅导高级烹调专业人员进修，胜任大、中专院校烹饪专业的教学工作。

特三级烹调师

1. 精通某一菜系的全部烹调技术，有独到之处，并掌握一定的面点制作技术和拼制花色冷盘技术。
2. 具有组织大、中型饮食企业厨房工作的能力，合理安排技术力量，妥善管理使用各种机具、设备。
3. 善于配制具有地方风味的高级筵席，菜品丰富，口味多样，适应不同消费者需要。
4. 通晓山珍海味等高档原辅材料的品种、性能、用途、产地、生产季节、质量标准、折净率及其保管发制和烹调方法。
5. 具有较丰富的烹调工艺学、营养学、卫生学、生物化学等有关理论知识，对烹调技术的发展和提高有一定贡献，在全国同行业中享有声誉。
6. 能编写烹调专业教材，胜任中等专业学校的教学工作，有培养中级烹调师的能力。

一级烹调师

1. 具有一定的烹调专业理论水平，通晓某一菜系的风味特色，并能制作擅长的菜品。
2. 有丰富的专业实践经验，能熟练掌握切配、烹调和冷菜技术，并有专长技艺。
3. 具有组织厨房工作的能力，能配制较高级风味筵席。
4. 全面熟悉常用的各种原料、辅料、调料的性能、质量和主要产地，熟练掌握其保管、使用、活养、发制及烹调方法。

二级烹调师

1. 熟练掌握某一菜系主要风味菜品的切配、烹调和冷菜技术，在灶和墩的多种制作方法上有较高技术水平。
2. 具有组织厨房某项工种生产的能力，并能配制中档风味筵席。
3. 熟悉常用的主要原料、辅料、调料及禽、畜、水产品等各个部位的质地和用途，分档取料，合理使用。
4. 熟练掌握吊汤技术，色泽纯正，味道适口。

三级烹调师

1. 掌握烹调专业基本理论知识，了解面点制作技术。
2. 熟练掌握本地中档以上风味菜品的各种烹调方法，并能烹制一定数量的风味名菜，刀功娴熟，火候适宜，

成菜口感好，风味特色鲜明。

3. 掌握常用的主要原料、辅料、调料的性能、质地、用途和产地，熟悉其加工、泡发和切配技术，工效快，质量好，份量准，折净率高。

4. 能组织厨房某项工种的工作，能独立配制普通风味筵席。

5. 有全面辅导初级烹调技术人员操作的能力。

四级烹调师

1. 能掌握和运用多种切配、烹调方法，烹制出较好的风味菜品，熟练掌握蒸锅和汤锅的操作技能，并能根据季节特点，烹制出部分时令名菜。

2. 熟悉常用动、植物原料的部位结构，熟练运用各种刀功、刀法，准确加工，速度较快，质量较好。

3. 能烹制一般酒席菜品，并能拼制冷盘，成菜刀工明细均匀，色彩和谐，造形美观。

4. 掌握厨房管理的一般知识和烹调专业的常用知识，能准确地进行成本核算。

五级烹调师

1. 懂得烹调专业的一般知识，能运用多种烹调方法，烹制出色、香、味、形俱佳的菜肴，并能掌握煮锅及吊汤技术，火候适宜，色泽美观。

2. 能在烹调原料加工切配、烹调、冷菜制作、蒸锅等工种中，独立承担一面工作。

3. 熟悉一般常用原料、辅料、调料的使用和保管方法，能鉴别一般动、植物原料的质地，并根据其不同部位合理取料。

4. 能运用多种刀功、刀法，将不同原料切配成适合多种烹调需要的形状，质量符合要求。

5. 能正确使用和管理厨房的一般机具、设备。

一级烹调技工

1. 熟悉一般烹调原料、辅料和调料的加工过程，能加工常用的各类动、植物原料，掌握多种干货的发制方法。

2. 能熟练掌握基本刀功、刀法、加工块、片、条、丝、茸等，速度和质量符合要求。

3. 能较熟练地运用常用烹调方法，烹制出符合质量要求的普通菜、汤。

4. 能掌握常用生、熟食品和干鲜原料的保管方法和有关知识。

二级烹调技工

1. 了解一般烹调原料、辅料和调料的名称、性能、用途和保管知识。

2. 了解一般烹调原料的加工制作过程，包括分类、宰杀、洗涤、泡发、切配的基本技能和成本核算知识。

3. 掌握炉灶、冰箱、机具器皿及厨房设备的使用和管理方法。

4. 懂得常用的烹调方法，能烹制一般菜、汤，投料准确，质量稳定。

5. 熟悉并执行食品卫生制度和《食品卫生法》，使各项卫生符合规定要求。

（二）面点专业

特一级面点师

1. 精通面点专业的全部制作技术，技艺精湛，通晓主要地方风味面点的制作方法和特点，并熟练地掌握某一菜系的烹调技术。

2. 具有组织管理大型饮食企业面点厨房工作的能力，能熟练地配制高级筵席面点。

3. 具有系统的专业理论和有关科学知识，对面点制作技术有所发展，有所创新，在全国烹饪界享有较高声誉。

4. 胜任大专院校面点专业的教学和学术研究工作，有培养高级面点师的能力。

特二级面点师

1. 精通各种面团制品的全部制作技术，技能优异，熟悉几个地区的面点制作方法和特点，并能掌握一定的菜肴烹调技术。

2. 能制作多种名点、名小吃，并旁通西点制作技术，对技术难度大、图案造型各异的人物、鸟兽、虫鱼、时果、喜寿、花草等各式点心，在制作技艺上有一定风格。

3. 有管理大、中型饮食企业面点厨房工作的能力，能配制高级筵席面点。

4. 具有丰富的专业理论知识，对改进和创新面点制作工艺有一定贡献，在全国同行业中享有声誉。

5. 能编写面点专业教材，胜任中等专业学校的教学工作，有培养中级面点师的能力。

一级面点师

1. 具有比较丰富的专业理论知识，通晓各种面团制品的全部制作技术，并对其中某几项技术有特长，能制作多种特色面点、小吃，产品色正、形好、味美。

2. 具有丰富的面点制作经验，对达不到质量要求的半成品，能及时予以补救。

3. 熟悉各种原材料的产地、产期、性能、特点、用途和保管方法。

4. 具有组织面点厨房工作的能力，能配制较高级筵席面点。

二级面点师

1. 能熟练地掌握各种面团制品的全部制作技术，懂得其主要调制原理。

2. 能制作不同花色品种、不同口味的面点、小吃及高级筵席点心，或对几种名点、名小吃有独特的制作技术。

3. 有一定的面点厨房工作经验和组织能力。了解一、两个菜系的基本烹调技术和特点，并能掌握某些常用的操作方法。

三级面点师

1. 熟悉面点专业的基本理论知识，能掌握各种面团制品的制作技术和部分西点的制作方法，质量符合要求。

2. 能调制多种荤、素、甜、咸馅心，配制比例恰当，味道醇正。

3. 能熟练地掌握多种成型技术，动作准确，造型美观，大小均匀。

4. 能熟练地掌握多种成熟方法，火候适宜，质感适度，会制作应季适令面点、小吃和一般筵席点心。

5. 有全面辅导初级面点技术人员操作的能力。

四级面点师

1. 熟悉四种以上面团的调制技术，质量符合要求。

2. 能较熟练地掌握多种常用成型技术，操作娴熟，造型美观，份量准确，速度较快。

3. 能较熟练地掌握常用的成熟方法，火候适宜，会制作多种面点、小吃或能制作某几种富有特色的品种。

4. 掌握厨房管理的一般知识和面点专业的常用知识，能准确地进行成本核算。。

五级面点师

1. 熟悉两三种面团的调制方法，基本功扎实，质量符合要求。

2. 能调制一般荤、素、甜、咸馅心，投料准确，口味符合要求。

3. 掌握常用的成型技术，操作正确，速度较快。

4. 掌握常用的成熟方法，火候恰当，不过不欠。

5. 会制作一般面点、小吃、色、香、味、形较佳。

6. 能正确使用和管理厨房的一般机具、设备。

一级面点技工

1. 能掌握调制常用面团的基本功，吃水使碱均匀、适当。

2. 初步掌握常用的馅心原料、调制性能、用途，能调制几种馅心，投料准确，口味适宜。

3. 初步掌握常用的成型技术（擀、捏、包、抻、削、切、压等）和成熟方法（蒸、炸、煮、烙、烤等）。

4. 会制作一般面点、小吃，质量符合要求。

二级面点技工

1. 了解各种面点、小吃原料的名称、性能、保管方法及主要面点、小吃的制作过程。

2. 了解炉灶、机具、器皿及厨房设备的使用和管理方法。

3. 会制作几种面点、小吃品种，份量准确，质量合格，并能掌握各种原料的投料标准和成本核算知识。

4. 熟悉并执行食品卫生制度和《食品卫生法》，使各项卫生符合规定要求。

（三）餐厅服务专业

特一级宴会设计师

1. 熟悉国内主要菜系的风味特色和名菜名点，能熟练地编制富有特色的高级筵席菜单。

2. 熟悉外宾和国内各民族的食俗习惯，具有丰富的服务知识和经验，能熟练地使用外语接待外宾。

3. 具有系统的专业理论和有关科学知识，能熟练地担任各种规格的大型或国际性宴会、酒会的组织设计工作，了解国内外接待服务工作情况，指导服务水平的提高，在全国同行业中享有较高声誉。

4. 胜任大专院校餐厅服务专业的教学和有关研究工作，能培养高级餐厅服务师。

特二级宴会设计师

1. 能按照高级店的服务规程接待宾客。熟悉各种筵席、宴会的摆台程序和餐厅布置要求，合理安排人力，使接待服务工作有条不紊地进行。

2. 熟悉我国各民族的食俗习惯，做好接待服务工作；懂得接待外宾的知识，对世界主要地区外宾的食俗习惯有一定了解，能较熟练地使用国内主要地区的方言和外语接待外宾。

3. 具有丰富的专业理论和一定的美学修养，能熟练地担任各种规格的大型宴会和高级筵席的组织设计工作，在全国同行业中享有声誉。

4. 能编写专业教材，胜任中专以上学校餐厅服务专业的教学工作，有培养餐厅服务师的能力。

一级餐厅服务师

1. 通晓餐厅服务工作的全部业务和有关知识，服务技艺高，并有全面领导餐厅服务工作的能力。

2. 懂得有关烹调知识，熟悉其时令菜、传统风味特色菜的口味特点，能鉴别菜点质量以及酒类的特色，能根据宾客需要配制菜点，编制高级筵席菜单。

3. 能按照高、中级店的服务规程，熟练地组织接待服务工作。

4. 熟悉国内少数民族的食俗习惯，能用外语接待外宾。

二级餐厅服务师

1. 熟悉并掌握餐厅服务的全部知识，有组织餐厅服务工作和协助企业改善经营管理的能力。

2. 熟悉某一菜系风味特色菜点的制作过程和口味特点，能帮助宾客点配饭菜，并能编制中档筵席菜单和调配酒水。

3. 能按照中级店的服务规程，较熟练地组织接待服务工作。

4. 懂得国内少数民族的用餐习惯和接待礼节。

5. 胜任餐厅服务员的培训工作。

三级餐厅服务师

1. 熟悉餐厅服务知识，能按照服务规范要求为宾客服务，并能及时妥善地处理接待服务工作中发生的问题。

2. 熟悉本企业各种菜点的制作过程和口味特点，能根据宾客需要配制菜点，能编制一般筵席菜单。

3. 了解国内少数民族的用餐习惯，并能用简单外语接待外宾。

4. 熟悉高级餐具、设备的使用、保管及维护方法。

5. 能收集宾客意见，配合厨房改进技术，增加花色品种，适应消费者需要。

6. 有全面辅导餐厅服务员进行工作的能力。

一级餐厅服务员

1. 熟悉一般筵席的摆台程序和上菜规则。能同时接待三、四桌散座宾客，并能迅速准确地进行服务。

2. 熟悉一般菜点的规格质量、主副配料、食用方法及制作特点。

3. 在接待散座服务工作中，能按不同宾客心意，主动帮助点配饭菜，开单、结帐，准确迅速。

4. 能做好班前准备和班后收尾工作。

二级餐厅服务员

1. 熟悉餐厅一般服务规程，能独立接待二、三桌散座宾客，并能较熟练地进行服务。

2. 熟悉一般菜点的名称、规格、价格和口味特点，并能根据不同宾客的需要介绍适宜品种，服务周到，算帐准确。

3. 懂得常用餐具、设备的使用、保管及维护方法。

4. 熟悉并执行食品卫生制度和《食品卫生法》，使各项卫生符合规定要求。

二、饮食业西餐业务技术等级(试行)标准

(一) 西餐烹调专业

特一级西餐烹调师

1. 精通两种菜式的全部烹调技术,技艺精湛,通晓其它菜式的制作方法和特点,对西点制作技术有较高水平。

2. 了解国外西餐烹饪技术的发展变化,并能结合我国实际情况吸收、改进,有创新品种。

3. 具有组织管理大、中型饮食企业西餐厨房工作的能力,能熟练地组织和制作高级筵席。

4. 具有系统的专业理论和有关科学知识,对西餐烹调技术的发展和提高有一定贡献,在全国同行业中享有较高声誉。

5. 胜任中专以上学校西餐烹调专业的教学和研究工作,有培养高级西餐烹调师的能力。

特二级西餐烹调师

1. 精通某一菜式的全部烹调技术,有独到之处,熟悉其它菜式的制作方法和特点,并掌握一定的西点制作技术。

2. 具有组织管理中型饮食企业西餐厨房工作的能力,能制作高级筵席。

3. 熟练掌握和运用烹饪专业外语,能编制高级宴会、冷餐会和鸡尾酒会的外文菜单。

4. 具有丰富的专业理论知识,对西餐烹调技术有较高的造诣,在全国同行业中享有声誉。

5. 能编写西餐烹调专业教材,胜任中等专业学校的教学工作,有培养中级西餐烹调师的能力。

一级西餐烹调师

1. 具有比较丰富的专业理论知识,全面通晓某一菜式的风味特色,熟练掌握其切配和烹调技术,能制作高级宴会的整套菜肴和配餐点心,能掌握烤制乳猪、糖油火腿、全鹅等难度大的菜肴制作技术。

2. 全面熟悉各种原料、辅料和调料的性能、质量和主要产地,并熟练掌握其保管、使用、发制及烹调方法。

3. 熟悉各类飞禽、野味不同部位的质地和用途,合理分档取料,并熟练掌握其宰杀、加工和制作技术。

4. 具有组织管理西菜厨房工作的能力,能合理安排技术力量,妥善管理、使用各种机具设备。

5. 能比较熟练地掌握和运用烹饪专业外语,能编制高级筵席外文菜单。

二级西餐烹调师

1. 熟练掌握某一菜式主要菜品的烹调方法和特点,能掌握其难度较大的菜肴制作技术,有专长技艺和擅长品种,并掌握一定的食品雕刻技术,能制作大型宴会的什锦果盘。

2. 熟练掌握常用的各种原料、辅料、调料的使用和保管知识,熟悉各种调味品、酒类、乳制品、香料等的性能、用途、特点、产地和营养成份,并能妥善保管。

3. 熟练掌握各种刀功技法,熟悉各类飞禽、野味的宰杀、加工步骤和烹制方法。

4. 准确掌握各种菜品的质量规格,并能鉴别和纠正制作过程中出现的质量问题。

5. 具有组织西菜厨房某项工种生产的能力,能熟练掌握某一菜式全部原料和菜品的外语名称。

三级西餐烹调师

1. 熟练掌握某一菜式中档风味菜肴的烹调方法和早、午、晚餐的制作技术,熟悉某一菜式各类调味汁(红、白、厚、薄、冷、甜、咸、酸、辣等)的配料和制作要求,能正确使用。

2. 能正确使用煎、炸、炒、煨、烩、煮、焗、熏等常用的烹调方法,能根据顾客要求准确掌握牛排的生熟度。

3. 熟悉牛、牛仔、猪、羊、禽畜、水产类等原料的部位结构,能鉴别其质地鲜嫩程度,合理分档取料,出成率高。

4. 能熟练掌握某一菜式常用原料和菜品的外语名称。

5. 有全面辅导初级西餐烹调技术人员操作的能力。

四级西餐烹调师

1. 掌握西餐烹调的一般知识，技术操作较熟练，基本功较扎实，能独档一面工作。
2. 掌握焖、煎、扒、烧等烹调技法，菜品质量符合要求。
3. 掌握厨房管理的一般知识，并能准确地进行成本核算。
4. 熟悉常用野味等原料的质地和用途，能合理取料，出成率较高。
5. 能较熟练掌握某一菜式常用原料和一般菜品的外语名称。

一级西餐烹调技工

1. 能制作本菜式的一般菜肴，掌握炸、蒸、汆、煮等烹调方法，能调制各种基本调味汁(色拉沙司、法国酸沙司、红沙司、奶油沙司、淇淋沙司)。
2. 熟练掌握各种刀功、刀法，能加工土豆丝、片、条、球、面包片；会斩猪排、牛排、整鸡、整鱼的出骨。
3. 熟悉一般烹调原料、辅料和调料的名称、性能、用途和保管方法。
4. 掌握一般烹调原料、辅料、调料和菜品的外语名称。

二级西餐烹调技工

1. 熟悉一般烹调原料的名称、性能、用途和保管知识。
2. 了解一般烹调原料的加工制作过程，包括分类、宰杀、洗涤、切配的基本技能和成本核算知识。
3. 懂得常用的烹调方法，能烹制一般的汤、菜，投料准确，质量稳定。
4. 掌握炉灶、冰箱、机具、器皿等厨房设备的使用和保管方法。
5. 熟悉并执行食品卫生制度和《食品卫生法》，使各项卫生符合规定要求。

(二) 西餐点心专业

特一级西餐点心师

1. 精通两种菜式点心的全部制作技术、技艺高超，通晓其它菜式点心的制作方法和特点，并熟练掌握某一菜式的烹调技术。

2. 了解国外西餐点心技术的发展变化，并能结合我国实际情况吸收、改进，有创新品种。

3. 具有组织管理大、中型饮食企业点心厨房工作的能力，能熟练地配制高级筵席点心，能制作具有艺术造型特点的大型花色蛋糕。

4. 熟练掌握和运用烹饪专业外语，具有听、说、读、写的能力。

5. 具有系统的专业理论和有关科学知识，对西餐点心技术的发展和提高有一定贡献，在全国同行业中享有较高声誉。

6. 胜任中专以上学校西点专业的教学和研究工作，有培养高级西餐点心师的能力。

特二级西餐点心师

1. 精通某一菜式点心的全部制作技术，有独到之处，熟悉其它菜式点心的制作方法和特点，并掌握一定的西菜烹调技术。
2. 能制作难度大、有特色的高级点心，能配制高级宴会、冷餐会和鸡尾酒会的各类点心。
3. 具有组织管理中型饮食企业点心厨房工作的能力。
4. 能熟练地掌握和运用烹饪专业外语。
5. 具有丰富的专业理论知识，对西点制作技艺有较高造诣，在全国同行业中享有声誉。
6. 能编写西点专业教材，胜任中等专业学校的教学工作，有培养中级西餐点心师的能力。

一级西餐点心师

1. 具有比较丰富的西点专业理论知识，通晓各种面团的调制原理，熟练掌握某一菜式点心(包括面包、蛋糕、清酥、混酥、饼干、布丁、胶冻类及各种工艺造型点心等)的制作技术，并有独特技巧。
2. 能根据特定要求，制作富有特色的配套点心和技术难度较大的多层花色蛋糕，能配制较高级的筵席点

心。

3. 熟悉各种原材料的性能、特点、产地、用途以及营养成份和保管知识，并能合理配制使用。

4. 具有组织管理点心厨房工作的能力，能合理安排技术力量，妥善管理、使用各种机具设备。

5. 能比较熟练地掌握和运用烹饪专业外语。

二级西餐点心师

1. 熟练掌握某一菜式主要点心品种的制作方法和特点，熟悉面包、蛋糕、清酥、混酥、饼干、胶冻类点心的制作技术，并掌握部分花色蛋糕的装饰技巧，造型美观，色彩和谐。

2. 熟悉西点原料知识(包括面粉、油脂、蛋、糖、乳品、果料等)，并掌握其不同品种的性能、特点、用途、产地、上市季节以及加工和保管方法。

3. 具有组织点心厨房某项工种生产的能力，能配制中级筵席点心。

4. 能熟练掌握某一菜式点心和原料的外语名称。

三级西餐点心师

1. 掌握面包、蛋糕、清酥、混酥、饼干等点心的制作技艺，能按成品特点要求选用主料、副料，并熟悉其质量检验和保管方法。

2. 能熟练运用切、擀、卷、叠、嵌、裱等成型技巧和烘、焗、蒸、炸、熬、炒等成熟方法，能制作日常供应的特色品种和时令点心。

3. 能编写早、午、晚餐点心谱，制作的点心在口味、质感、形态等方面符合质量要求。

4. 能熟练掌握某一菜式点心及其常用原料的外语名称。

5. 有全面辅导初级西餐点心技术人员操作的能力。

四级西餐点心师

1. 掌握西点制作的常用知识，技术操作较熟练，基本功较扎实，能独档一面工作。

2. 掌握面包、蛋糕、清酥、混酥等点心的制作技艺，并能制作日常供应的一般西点和部分时令点心，成品质量符合标准。

3. 掌握厨房管理的一般知识，能准确地进行成本核算。

4. 能较熟练掌握某一菜式点心及其常用原料的外语名称。

一级西餐点心技工

1. 基本掌握面包、清酥、混酥的制作技术，掌握烘、炸、蒸、熬等成熟方法，成品符合质量标准。

2. 了解常用主料、副料的名称、性能、用途，能按照国家规定标准，正确使用合成添加剂。

3. 会制作本企业供应的一般点心，并掌握其核算方法。

4. 掌握一般点心和主、副原料的外语名称。

二级西餐点心技工

1. 了解西餐点心常用主料、副料的名称、用途和保管知识，基本掌握清酥、混酥的制作技术。

2. 能制作本企业日常供应的几种点心，份量准确，质量合格，并了解成本核算知识。

3. 懂得部分主料、副料和一般点心的外语名称。

4. 了解炉灶、冰箱、机具、器皿及厨房设备的使用和管理方法。

5. 熟悉并执行食品卫生制度和《食品卫生法》，使各项卫生符合规定要求。

(三) 西餐服务专业

特一级西餐服务师

1. 精通西餐主要菜式的风味特色和代表性菜点，能根据各国宾客的食俗习惯用外文编制筵席菜单。

2. 掌握法、英、美、俄式等各种服务形式和程序，精通其中两种以上的服务规程，了解其古典式、现代式摆台要求，有丰富的服务实践经验。

3. 熟练掌握服务专业外语，具有听、说、读、写的能力，能熟练地用外语接待外宾。

4. 具有系统的专业理论和有关科学知识，能熟练地主持和设计各种规格的大型或国际性宴会、酒会，了解和吸收国内外餐厅服务工作的有益经验，并指导本企业服务水平的不断提高，在全国同行业中享有较高声誉。

5. 胜任中专以上学校西餐服务专业的教学和研究工作，有培养高级西餐服务师的能力。

特二级西餐服务师

1. 熟悉国外主要菜式的服务形式和程序，并熟练掌握其中一种以上的服务规程，具有丰富的摆台知识和经验。

2. 熟悉国外名酒的特点、产地、度数、贮藏方法及国外流行的鸡尾酒、混合饮料的调制方法。

3. 熟悉西餐主要菜式的风味特色，并能用外文编制高级筵席菜单。

4. 掌握服务专业外语，能熟练地用外语接待外宾。

5. 具有丰富的专业理论和一定的美学修养，能熟练地担任各种规格的大型宴会、酒会、冷餐会和鸡尾酒会的组织设计工作，在全国同行业中享有声誉。

6. 能编写西餐服务专业教材，胜任中等专业学校的教学工作，有培养西餐服务师的能力。

一级西餐服务师

1. 通晓餐厅服务工作的全部业务和有关知识，服务技艺高，能组织和设计各种宴会、酒会和冷餐会，有全面领导餐厅服务工作的能力。

2. 熟悉有关西餐菜点的制作方法和口味特点，能鉴别菜点质量，能根据宾客需要选配菜点，并用外文编制宴会菜单。

3. 掌握酒类知识，懂得鸡尾酒和混合饮料的调制主料和主酒。熟悉酒吧、咖啡厅的服务程序和操作规程。

4. 掌握较大型菜肴（如火腿、火鸡、整羊等）的分菜方法和切割技艺，落刀部位准确，动作迅速、利落，质量、份量符合要求。

5. 能按照高、中级店的服务规程，熟练地进行接待服务工作，能及时妥善解决服务工作中出现的问题。

6. 熟悉国外主要地区外宾的食俗习惯，能熟练地用外语接待外宾。

二级西餐服务师

1. 有较全面的西餐服务知识和操作技艺，有组织餐厅服务工作和协助企业改善经营管理的能力。

2. 掌握一般宴会及餐前酒会的台型布局、摆台方法、宾客座次，能摆设一般花台，熟悉服务规程，并能进行规范化服务。

3. 掌握西餐主要菜式的制作工艺和特色，并能按照不同消费标准开列早、午、晚餐的外文菜单。

4. 掌握一般菜肴的分菜方法（如整鸡、整鱼等），落刀部位正确，动作干净利落，份量均匀。

5. 能较熟练地用外语接待外宾。

6. 胜任西餐服务员的培训工作。

三级西餐服务师

1. 熟悉餐厅服务知识，能按照服务规范要求为宾客服务，能够妥善处理服务工作中出现的问题。

2. 熟悉本企业供应菜式品种的制作过程及其风味特色，能根据宾客需要选配菜点，并掌握不同品种的核算方法。

3. 有一定的酒类知识，了解一般鸡尾酒和混合饮料的调制主料和主酒。

4. 熟悉高级餐具、杯具、设备的使用、保管及维护方法。

5. 能用外语接待外宾。有全面辅导西餐服务员进行工作的能力。

一级西餐服务员

1. 熟悉餐厅服务基本知识，能按照服务规范要求，迅速准确地进行服务。

2. 熟悉本企业供应菜点的风味特色，了解主、副配料的口味特点和规格质量。

3. 能按照不同菜单要求铺设各种台面，正确配置和摆放餐具，能熟练地为二、三桌宾客服务。

4. 掌握叠、推、卷、翻、拉、穿等餐巾折叠技艺，能折多种花型。

5. 了解国外常用酒的名称、牌号、产地、度数、特点、价格，懂得菜、酒搭配和斟酒方法。
6. 能用一般外语接待外宾。

二级西餐服务员

1. 熟悉餐厅服务规范，能独立接待散座宾客，并能较熟练地进行服务。
2. 熟悉本企业一般菜点、饮料的名称、规格和价格，能向宾客作口头介绍。
3. 能熟练地进行铺台、摆位、上菜、斟酒、撤盘、收台、结帐等服务工作，并能折几种简单的餐巾花。
4. 懂得常用餐具、杯具、用具的名称和用途，能根据菜单选择相应餐具，摆放正确。
5. 掌握本企业供应品种的外语名称，能用外语为宾客点配菜、点。
6. 熟悉并执行食品卫生制度和《食品卫生法》，使各项卫生工作符合规定要求。

三、大中型酒店(饭店)接待服务规范

(试 行)

第一章 服务人员

第一条 仪容

工作服整洁,扣齐纽扣,鞋袜整齐,左胸佩戴服务标志。不准打赤脚、穿拖鞋,不戴着有色眼镜。女服务员.前发不遮眼,后发不过肩,不留长指甲和涂指甲油。男服务员发不盖耳,不留大鬓角和胡须。

第二条 语言

语调亲切、音量适中,讲普通话,适时运用“您好”,“请”、“谢谢”、“对不起”、“打搅了”、“别客气”、“请稍等”、“早上好”、“晚安”、“再见”等基本礼貌用语,称呼宾客得当,不用“哎……”、“喂……”等不礼貌语言代作称呼。见到宾客主动打招呼,做到有问必答,不应漫不经心,怠搭不理,不准粗言粗语,高声喊叫。

第三条 态度

微笑自然,精神饱满,彬彬有礼。与客人对话时,眼睛要正视客人,不应斜视或看别处。征求宾客意见时.态度要诚恳;工作有差错时,当面向客人道歉并及时纠正;宾客如有不礼貌言行时,不与宾客争辩、顶撞,必要时提请领导出面解决。

第四条 站立

姿势端正,双脚稍微拉开,男双手后背或者自然下垂,女双手轻握于前,不能叉腰或抱胸,不准背靠它物或趴在服务台面上。

第五条 行走

走步轻稳,引客时在客人左前方两步,转弯时伸手示意;送客时走在后面,以手势礼别;与宾客同行时不抢道穿行,客过要让路。不三五成群扒肩搂腰,不边走边说边笑边哼歌曲。乘电梯要让宾客“先入”或“先出”。高峰时,禁止乘梯。

第六条 动作举止

给宾客递送物品或找钱时,动作要轻,不应扔或推过去。服务员之间传递钥匙或物品时,应手手相接,不应空中抛掷。

第七条 纪律

班前不饮酒,不吃异味食品。上班不准办私事、打私人电话、聚众聊天、看书看报;不准擅自离岗;不准在客房内看电视、洗澡、洗衣服;不准在宾客面前吸烟、吃东西、打哈欠、打喷嚏、挠头皮、挖耳鼻。严禁议论嘲笑宾客或与宾客开玩笑。不以房号作为宾客的代称,不打听宾客的年龄(特别是女宾的年龄);不请宾客捎、买、带一切物品;不准接受宾客馈赠,不得已时,收下道谢,事后上交。严格遵守职业道德和外事纪律。下班后不得无故在店内逗留闲逛。

第二章 总台服务

第八条 迎宾

1. 门厅设迎宾员,站立在能环视车辆、宾客进出的位置。

2. 对来店宾客要微笑相迎,热情问候,伸手示意,请客进店,引领至总服务台。对老弱病残宾客要搀扶慢行,帮提行李。宾客离店,礼貌道别,并表欢迎宾客再次光临之意。

3. 对乘车来店的宾客,要主动上前拉开车门,站在一侧,用手挡车门上沿,表示欢迎。宾客下车后,要查看车内有无遗忘物品。行李员帮助卸行李,与客人核对件数,提拿进店。

4. 团体宾客,要点头致意,帮陪同人员装卸行李,核对件数,并用统一标签系好,送进客房或统一集中在一个地方。

5. 对来访者,要礼貌接待,问清核实后,登记进店。

第九条 接待

1. 预约订房。要掌握当天或未来几天内所能腾出的房间数,热情接待并明确答复预约者(包括来人、来函或电话预约)提出的要求,作出妥善安排。如果住房客满,应表示歉意,并协助联系其他饭店。

2．验证登记。宾客走近柜台，登记员应微笑迎候，介绍客房种类、位置、条件及店价，征求宾客住宿意见。办理手续时，验证要仔细，登记要迅速，不清楚事项需问宾客时，语言温雅有礼。接待团体宾客应预先把房间分好，并请陪同人员协助安排，统一登记。对特殊宾客可先进房，后办理手续。

3．客房分配。要全面掌握客房的方位及档次条件，分配时要尽量满足宾客要求。如不能满足时应耐心解释，并表歉意，有条件时再作适当调整。

4．帐目结算。要认真细致，发票字迹清楚，收找款时唱收唱付。结帐后，向宾客道谢，并请再次光临。

5．客房查询。要礼貌应答。不清楚时，应向有关方面查询，不能用“大概……”“也许……”“可能……”等含糊不清的语言作答，不能敷衍了事。

6．代办事项。宾客函电、留言及时转递，夜间叫点准时无误。宾客委托代办事宜，要认真办理，做到及时准确。

第十条　电梯

1．迎候。空梯停靠低层，电梯员应站在梯口一侧等候，客来伸手示意进梯，老弱病残应搀扶进梯。电梯客满时，应说“对不起，请稍候”！

2．安全运行。注意开关梯门安全，不夹碰宾客。电梯启动前，应问清宾客所去楼层。梯停报楼层。对中途候梯的宾客，以口头或手势表示电梯行驶方向。高峰时，均匀运送，以照顾中途候梯的宾客。

第十一条　话务

1．眼盯信号，思想集中，接线迅速（不超过5—10钞钟），不长声或急促震铃

2．熟记常用外线电话号码100个。接线通话时，必须先说：“您好”，并报店名。

3．市内电话，先急后缓。长途电话，挂发准确，通话后迅速记录时间，及时结清话费。如接话宾客不在，应及时记录转告。

4．外来电话找人时，要及时转接查找；店内问讯电话要准确回答；宾客要求代查代找要耐心帮助，无法查找时，要说明情况并表示歉意；电话留言要仔细登记，及时转告。

第三章　客房服务

第十二条　迎送宾客

接待员在梯口迎宾。新来宾客上楼，帮提行李，在宾客左边前两步引领。对老弱病残搀扶慢行。开门后伸手示意请宾客进房，拉开窗帘（晚间先开灯，后让客），送上茶水、香巾、介绍房内设备使用方法，本店安全通道和安全设施，公共服务设施位置及开放时间。询问宾客有无特殊习惯和生活要求，便于适时服务。离房时礼貌退出。

住店宾客上楼，微笑问候，迅速开门，送进客房。

宾客通知离店时，要到客房问清日期及机车班次，迅速办理结帐手续。询问宾客有无委托事项，做好记录，及时办妥。离店时征求意见，帮提行李，代要电梯，送至梯口，热情道别。

第十三条　清洁卫生

1．客房卫生标准

有除虫害措施。客房达到“六无”、“六亮”。“六无”即：无蜘网、积尘、垃圾、积水、锈污、异味。“六亮”即：玻璃、灯具、镜面、瓷砖、地面、卫生设备干净明亮。茶具每日消毒、件件清洁。

床上用品一客一换，随脏随换，标准客房更换不超过3天，普通客房更换不超过5天。

房内设备设施齐全完好，各种物品按房间条件，摆放整齐雅观，做到定位、统一、规格化。

卧具安放划一。中式铺床要床单折痕居中、平整、自然下垂，枕口朝内，毛毯、枕、被放置统一，四角整齐；西式铺床要床单、毛毯、枕头三条中折痕成一条直线，床罩四角成九十度。

2．公共卫生标准

大厅、走道、扶梯干净，无杂物、无污迹，地毯清洁，门窗、玻璃、镜子明亮，环境雅静。公共厕所一日三扫，随脏随扫，无污迹、积水和异味，灭虫除害。工作间、服务台物品摆放整齐，台面无杂物。

3．客房卫生操作

清扫工作按开（门、窗）、撤、倒、扫、铺、抹、摆、吸尘等，从左到右（或从右到左）顺序操作，干、湿抹布分开。卫生间清扫从上到下，从左到右，先湿后干，先面盆、浴缸、后马桶（坐便池），用具、抹布严格分开。马桶每日消毒。

补齐小香皂、小牙膏、卫生纸、火柴、茶叶、信纸、信封等供宾客住店使用的物品。

卫生清扫应在宾客外出时进行。宾客在店时，要轻轻敲门征得同意或见到“请速打扫”牌子时，方可进房清扫。

4．客房整理

宾客外出一次整理一次，将使用过的物品放回固定位置，清除垃圾、灰尘、补充或调换开水，保持客房清洁整齐。宾客晚餐或外出时迅速做好晚间整理，拉上窗帘，铺开晚床，放好拖鞋，带走垃圾。

第十四条 日常服务

1. 要尽量减少进房次数，养成敲门进入的习惯。敲门、开关门动作要轻，送茶、饭、香巾等进房要使用托盘，早晨送水按照宾客起床的先后时间，适时送进房间。房内宾客的物品不能翻阅、损坏。

2. 宾客需要在住房用膳时，应服务到房。

3. 收到函电要核对房号、姓名、及时送交本人，手续健全。宾客不在，每送一次做好时间记录。

4. 接待来访者要和蔼热情。征得被访人同意，请进客房，人多添椅、送水。来访者留言，及时转告。

5. 宾客询问，热情回答，多问不厌。回答不全的问题，要迅速查问清楚后答复。无法回答的问题，说明情况，表示歉意，不含糊，不拖延。

6. 会议团体按照规模、要求、活动安排，备齐桌椅、照明、茶水等所需用品，配合会务组工作，做到服务适时。使用楼层会议室，专人服务，按规格要求送茶、送巾、换烟盅(缸)、茶杯。烟盅摆放统一。会议室使用记录完整，收费及时。会议中间注意添水，会议休息时迅速做小整理。

第四章 餐厅服务

对外餐厅参照《大中型酒家(饭庄)接待服务规范》执行。

第十五条 对内餐厅的餐前准备

1. 清理场地，达到“四无”：地面无垃圾，桌椅无油垢，厕所无异味，门窗无积灰。桌椅排列整齐，环境清洁美观。

2. 检查餐厅内各种设备设施、餐具用具是否齐全完好。

3. 铺台(摆台)。按当餐不同供应标准(团体、小灶)铺台、配足消毒餐具，摆上佐料、烟盅。

第十六条 接待服务

1. 站立位置固定，宾客进厅，微笑迎接，引领就座。

2. 介绍当餐供应品种，按宾客点菜顺序，用托盘送上，收齐餐券。团体台桌上菜应报清菜名，上菜后向宾客示意用菜。

3. 小灶座、清真座、病号餐，专人服务，尽量满足宾客特殊需要。无法满足时，要说明情况，表示歉意。

4. 就餐完毕，宾客离座，礼貌道别，迅速收拾餐、用具，翻台迎客，加速周转。

第十七条 结束工作

不拒客、不催促，宾客全部离厅后方做结束工作。整理打扫达到三清(台面清、地面清、工作台清)二无(无垃圾、无杂物)，发现遗留物品及时送还或登记保管。

第五章 综合服务

第十八条 商场(小卖部)

1. 柜台商品陈列整齐美观，明码标价，做到玻璃、柜台、地面洁净。

2. 宾客近台，微笑问候。宾客挑选，多拿不厌，宾客选不到满意商品应表歉意。对宾客选中的商品要包扎牢固，电器商品要帮助调试。热情介绍商品性能、特点及不足。收找货款要唱收唱付。

3. 对退换商品的宾客要热情接待，能退换则退换，不能退换，应耐心说明原因并致歉意。

4. 宾客在购物中有搬运、急需等特殊要求，应积极办理，尽量满足。

5. 宾客离柜，要礼貌道别，热情接待好最后一位宾客。闭店后，清理帐面，按规定将货款和贵重物品送交指定地点。

第十九条 代办服务

代办车、船、飞机票，登记清楚，及时不误；代客叫车，负责落实，迅速准时；代客洗衣，收交仔细，手续清，交活快；代办邮寄，按时送出。各种委托做到记录清、手续全、时间快、无错漏，努力使宾客满意。

第六章 安全服务

第二十条 服务人员熟悉本店安全设施，会用消防器材，具有基本电器知识，懂得有关安全操作规则。

第二十一条 服务人员坚守岗位，客房钥匙不离身，不准带亲友进入店内。

第二十二条 在日常服务、进房整理等工作中，要勤检查，注意烟火、易燃、危险物品、电器设备等不安全因

素，发现问题及时处理、报告并做好记录。

第二十三条　安全防范工作做到内紧外松，熟悉本楼宾客特征，发现来访者及住店宾客有反常言行，及时通知友邻部门配合注视，并报告。

第七章　公共设施与标准客房设备用具

第二十四条　公共设施

餐厅、会议室、小卖部、邮电、电话总机、理发室、淋浴室、电梯。

第二十五条　标准客房设备及用具

沙发床、沙发、茶几、写字台、台灯、软椅、电话、衣柜、物品柜、彩色电视机、吊灯、壁灯、空调或电扇。拖鞋、烟具、冷热水具各一套、热水瓶、办公用品(信封、信纸、笔)。床上用品有棉被、毛毯、床罩、被套、对枕。卫生间内有挂镜、清洁袋、面巾、脚巾、卫生纸、香皂、晾衣绳、污物桶。

面巾、浴巾、脚巾应分色或分号。

第八章　其它

第二十六条　本《规范》所指大中型酒店(饭店)的包括范围是，国家明文规定的有关类型企业，以及在一九八三年商业部关于《国营旅店业价格管理试行办法》属于一二级店的企业。

第二十七条　本《规范》未尽事宜，在试行一段时间以后，另作修改补充。

四、大中型酒家(饭庄)接待服务规范

(试 行)

第一章 接待服务人员

第一条 仪表

1. 着装

上班时要按职务和工种穿不同式样的工作服。清洁笔挺,纽扣齐全。

衬衣经常换洗,袖口、领口整洁。衬衣不露在工作服外面。

裤子要熨平,裤扣要系好。不准穿牛仔裤、喇叭裤。

穿布鞋要干净,胶鞋要无异味,皮鞋要光亮。不准打赤脚、穿拖鞋、高跟鞋、响钉鞋。

2. 仪容

发型美观大方。男服务员发不过领,不准留大鬓角,不留胡须;女服务员淡妆打扮,发不披肩,不得留长指甲和涂指甲油。不准佩带与工作无关的装饰品及有色眼镜。

3. 标志

佩带服务标志,工号醒目。经常精神饱满,仪表自然。

第二条 语言

用语谦恭,语调亲切,音量适度,言词简洁清晰,充分体现主动、热情、礼貌、周到、谦虚的态度。根据不同对象,使用语言要恰当。对内宾使用普通话,对外宾运用日常外语。做到客到有请,客问必答,客走道别。

服务过程各个环节适时运用礼貌敬语:

1. 宾客进店主动打招呼,使用招呼语。如:您好!欢迎您!

2. 与宾客对话讲礼貌,使用称呼语。如同志、先生、女士、太太、夫人、小姐!

3. 向宾客问好时,使用问候语。如:您好!早晨好!您辛苦了!晚安!

4. 服务过程热情周到,彬彬有礼,使用相请语、询问语。如:请您喝茶!请您用毛巾!您贵姓?您想用什么酒水?您有什么事?

5. 听取宾客要求时,要微微点头,使用应答语。如:好的,明白了,请稍候,马上就来,马上就办。

6. 服务不足之处或顾客有意见时,使用道歉语。如:对不起!实在对不起!打扰了,让您久等了,请您原谅,请您稍候,给您添麻烦了!

7. 感谢宾客时,使用感谢语。如:谢谢!感谢您的提醒!

8. 宾客离店时使用道别语。如:谢谢!欢迎您再次光临!祝您一路平安!

第三条 举止、礼貌

1. 站立

姿式要端正,双脚稍微叉开,双手轻握,自然交叉在前或双手自然垂下。不能叉腰或抱胸,不准背靠它物,不要把手插在衣、裤袋里。

2. 坐姿要端正

双脚并拢,双手自然摆放。不要仰靠椅背伸直双腿,不要将一条腿压在另一条腿上,不要摇晃两腿做哆嗦动作。

3. 行走

挺起胸膛,脚步轻稳。迎客走在前,送客走在后,客过要让路,同行不抢道。不准三五成群扒肩搂腰,不准边走边说笑边哼歌曲;不准趿拉着鞋走,不准在楼内跑步走。

4. 面对宾客不吃东西,不抽烟,不打嗳,不打喷嚏,咳嗽。忍不住时,要用手帕掩住口鼻,侧过身体。

5. 不要当众剔牙、挖耳鼻、搔头摸腮、伸懒腰、打哈欠。

6. 有问必答,话语诚恳,解释耐心。不唠唠叨叨,夸夸其谈,勿高声喧哗,不讲粗鲁话或以教训、责备口吻对待宾客。

7. 面对宾客讲话时,保持适当离距(约一米)。

8. 不议论嘲笑宾客,不摸仿宾客动作,不与宾客开玩笑,不准靠拢宾客听讲话。

9．注意宾客忌讳，尊重宾客风俗，照顾宾客习惯。

10．宾客不主动表示握手时，一般不要先伸手和宾客握手。如果右手占用腾不出来时，要向宾客说明，并微笑点头致歉。与女宾客握手，用力要轻，时间要短。

第四条　工作纪律

1．严格遵守作息时间，不迟到早退，不准擅离职守。因故暂离岗位时应打招呼，有人接替照管工作。

2．迅速清楚地做好交接班手续及班前的所有准备工作。上班前检查个人服装、仪容仪表，保持精神饱满，情绪愉快。

3．上岗前不准喝酒，不准吃有异味的食品。

4．上岗时不准吸烟，不准做与工作无关的事，不会客、接私事电话；不准聚众说笑、打闹，不讲闲话，不顶撞、挖苦宾客，更不允许和宾客争吵。

5．私用杂物不得带进餐厅，餐厅物品不准随便拿走。

6．对宾客要求退换不符合质量标准的食品，服务员要主动解决，并表示歉意，不得与宾客争吵。遇有误会或纠纷，应婉言解释，以免引起群众围观，造成不良影响。

第五条　职业道德

1．服务员主动当好宾客参谋，宾客遇到困难或意外事故，要尽力帮助解决。

2．对进入餐桌的食品，要严格把好质量关，发现问题及时提请厨房处理，确保消费者利益。

3．结帐后发现多收宾客款项时要及时退回，赔礼致歉。拾到遗留物品，做好登记保管，送还失主。

4．婉言谢绝宾客赠送的礼物。

第二章　餐厅服务设施

第六条　散座和一般宴席

要有明亮的大、小餐厅和单间，不同规格的餐桌，配套的餐具、用具，舒适的桌椅、窗帘。

第七条　高级宴席

要有高雅、大方的宴席厅和单间，铺有地毯、装有空调、电话，配备舒适的桌椅(沙发)，造形别致的灯具，清洁的洗手间，高级配套的餐具、用具，艳丽的盆(瓶)花。

第三章　中餐接待服务程序

第八条　散座

1．餐前准备

保持餐厅整洁，环境舒适，桌椅整齐。做到地面无垃圾，桌面无油垢，门窗无积灰，厕所无臭味。

要有必备的小佐料，洁净的餐具和用具。

每两大圆台或四小方台配一名服务员，四大圆台另配一名助手。

掌握情况，熟悉当天新品种的主副配料、口味特点、规格质量。

由餐厅负责人检查物品准备是否充分，器皿是否洁净，供应品种是否质价相称。

2．餐中服务

站立迎宾，引客入座。

主动为宾客送香巾、茶水、菜单，介绍当日供应饭菜和酒水品种。

把握间隔时间，按序上酒上菜、上饭，托盘操作，报清菜名。菜上齐后要向宾客示意。

进餐期间，服务员勤巡视，勤收菜碟，勤换烟缸，保持台面整洁。

餐毕，主动征求意见，送上热茶、香巾。

核对底单，结算帐目。

宾客离座，主动道别。

3．餐后清理

宾客离开餐厅后，及时收拾餐具，按规定位置放好餐具、用具，保持厅堂、台面整洁。

第九条　一般宴席

1．准备

根据宴席的桌数、人数、菜式安排场地，搞好卫生，备好整洁的台布、餐巾、香巾和餐具。备好茶叶、佐料、酒水、台花、牙签和用具。

人员配备。每两台配备一名服务员。

2. 摆台

铺上台布，按就餐人数摆上餐具用具，折叠餐巾。要求间隔相等，整洁美观，配套分明。

3. 接待服务规程

迎客。服务员站立迎宾。宾客到厅时，要主动招呼，送上香巾，按宾客需要上菜。

斟酒。按宾客需要的不同品种斟酒水。

上菜(点)。从副主位右边上，并介绍菜肴名称。根据不同的菜肴上佐料，换餐碟。菜点上齐，主动向宾客示意："菜已上齐"。送上香巾、茶水。

席间。要勤巡视，勤收拾菜碟，勤换烟缸，保持台面整洁。

结帐。核对菜单发票，代客办理结帐手续。

送宾。宾客离座时，主动征求意见。

检查。发现宾客失物，及时送还或登记保管。

清场。宾客走后，及时收拾好餐、用具，清理厅堂，保持环境洁净。

第十条 高级宴席

1. 准备

服务员接到高级宴席通知后，要做到"六知"、"三了解"。六知：知主客身份、宴请标准、参加人数、安排桌数、开席时间、菜式品种。三了解：了解宾客风俗习惯、生活忌讳、特殊需要。

每台必须配备服务水平高的专职服务员及助手。

宴席前一小时服务员要到达岗位，安排好接待场地，搞好环境卫生，整理好陈设布局，检查灯具、电风扇、空调机、电冰箱等用电设施的安全情况，备齐餐具、用具和所需物品。

宴席前十五分钟，服务员到厨房进一步落实宴席所需菜点的准备情况，并将凉菜上桌。

宴席前十分钟烫好香巾，洒上香水，整理衣装，准备迎宾。

2. 摆台

场地布置。要根据餐厅形式和大小安排。要求陈设高雅，突出主台，充满宴席气氛。桌与桌之间的距离，以能穿行上菜斟酒为准。

餐椅摆放要整齐美观，椅背互相对正成直线。台布平整，中线对主位，十字褶纹取桌正中，四角均匀。

餐具摆设。要求餐具配套，摆放均匀整齐。餐碟距离桌边二公分，对正每张椅背中心方向，每碟之间距离均匀，花形图案方向一致；小碗放在餐碟前左侧，酱油碟或醋碟放于餐碟前右侧；酒水杯摆在碗碟前方，横排成直线，水杯放左，色酒杯居中，白酒杯摆右；筷子架放在酱、醋碟的右侧，筷子摆在筷子架上，尾端突出约五公分，头端距离桌边二公分；公勺、公筷设一付的放在副主位的餐具前面，设两付的正副主位餐具前各放一付(一般横摆)，距离酒水杯约十五公分。

折餐巾。要求餐巾整洁，手指卫生，造形讲究，突出主位。插放在水杯或酒杯中。

摆放其他物品。香烟、火柴用餐碟放于正主位与副主位的筷子右侧，烟灰缸放在烟碟旁边，牙签筒放于一般客人的酒杯左侧。菜单、桌号牌、鲜花瓶放于台面中央。

3. 接待服务过程

迎宾。宾客到店时，迎宾员要主动上前开车门，表示欢迎。站在一侧，用手挡车门上沿，并引领至宴席厅(或休息厅)休息。

服务员站在厅口笑脸相迎，礼貌问好，为宾客接衣挂帽，按上宾、宾客、主人的次序，奉上香巾，送上香烟和茶水。

开席。宾客到齐后，征得主人同意，请宾客入席。落座巾，脱筷子套，撤下茶杯，同时通知厨房做好上菜的准备工作。

斟酒。服务员站在座位的右边，左手托盘，右手斟酒水。斟前擦瓶口，从主宾开始，顺时针方向，先宾后主，酒瓶商标朝向宾客，不滴不洒、瓶口不碰杯沿。勤斟，适量(八成为宜)。瓶酒不要斟光，要留有少许。在整个宴席过程中，应做到主动上酒，当宾主起立干杯或致酒时，迅速拿起酒瓶，准备添酒。

上完第一遍酒，把桌上的鲜花瓶、桌号牌撤走。

上菜。当凉菜进食到一半时，服务员通知厨房开始上热菜。上菜时先检查质量，加盖，从副主位右边上。带佐料的菜，先上佐料后上菜，也可佐料随菜一起上。

上新菜时，应将旧菜推向副主位一边，新菜放在桌中央，撤出旧菜前，先向主人示意，征得同意后再撤。

掌握上菜顺序和间隔时间，放置得当，报清菜名，介绍特色。有形菜的头部朝向正主位。对火候菜要抓紧时间，端稳快走，直接上桌，以保持菜肴质量。

分菜（派菜）。分菜服务员一般站在副主位右边，派菜服务员站在宾客的左边。左手托菜盘，右手拿叉匙羹，从主宾开始，顺时针方向，先宾后主，手法熟练，分份均匀。分后要留少许，供宾客添加。

换碟（骨碟或小汤碗、匙羹）。上一次菜（点），换一次碟，先撤后上。碟、碗剩余的菜要征得宾客同意后再撤。

菜（点）上齐后，服务员要示意宾客“菜已上齐”。换上小碗，送上饭或粉面。

客人吃完饭或粉面后，送上热茶，放在每位宾客餐碟的右边。随即撤去桌上全部咸食餐具，上甜菜、甜点心。

上水果。宾客用完餐，服务员迅速收拾甜食餐具，送上水果（外表洗净、消毒）和配套用具。

餐毕。送上香巾、热茶。

整个服务过程，要求服务员动作轻快，有条不紊，勤巡视、勤换餐巾、勤换烟缸（不超过三个烟头），十分注意席面清洁。工作要仔细认真，撤换餐碟注意轻拿轻放。千万不要打破东西，以免影响宴席气氛。

如遇客人醉酒或突然感到身体不适，应立即通知宴会工作人员，并主动搀扶宾客离席到休息室护理，同时把食物原样保留。

结帐。宴席结束，代客办理结帐手续，要求迅速、准确。

送客。宾客准备离席时，服务员要主动征求意见，并走出餐厅，热情送客，礼貌道别。

清场。宾客离店后，服务员要及时检查。发现宾客遗留物品，要立即送还或交领导处理，并清理现场，收拾餐具，搞好清洁卫生。

第四章　西餐接待服务程序

第十一条　全餐、常餐、散餐的餐具摆设与服务规程

1. 全餐的餐具摆设

一般是鱼刀叉、副菜刀叉、主菜刀叉、点心匙叉、汤匙。对正椅背右边依次摆汤匙、鱼刀、副菜刀、主菜刀，左边依次摆鱼叉、副菜叉及主菜叉。餐刀、叉、匙的把端距离桌边约二公分，刀、叉之间保持一定距离，以能放一大菜盆为准。刀背向外、叉尖、匙心向上。上面横摆点心匙、点心叉，鱼叉的左侧摆面包碟、碟内放牛油刀。酒水杯摆在刀尖右上方，即点心匙、点心叉的右侧。餐巾花可放在刀、叉之间的空的大菜盆上，也可插在水杯中。上红茶、咖啡时，还应另送上茶匙和咖啡匙。一些特殊餐具可随菜肴跟上，如牡蛎夹、蛤蜊叉等。

2. 常餐的餐具摆设

一般是二刀、二叉、二匙。对正椅背右边摆汤匙、肉刀，左边摆肉叉、上方横摆点心匙、点心叉；肉叉的左侧摆面包碟，碟内放牛油刀。酒水杯摆在右上方，即点心匙、点心叉的右侧。餐巾花可放在刀叉之间的空位上，也可插在水杯中。

3. 散餐的餐具摆设

餐具及摆法要根据宾客所点的食品，按前述规定位置摆放和送上应用的餐具。

4. 全餐、常餐、散餐的服务接待规程

服务接待规程大体与中餐类似，但由于进餐形式不一样，实际操作中也不尽相同。如西餐宾客一般都在餐桌上进行食品调味，故餐桌上一定要设五味架，备足调料（最基本的要放上盐、胡椒粉、辣椒油）。另外，西餐上菜是在宾客的左方，撤菜盘、餐具是在宾客的右方（法式服务例外，但点心和饮料均应右上右撤）。吃完一道菜撤一道盘，先撤后上。撤餐具时要注意宾客所用刀、叉摆放法，刀、叉并拢顺放于盘内，表示不要了，可以撤；刀、叉分搭在菜盘两边，表示还要，则不能撤。不论摆法如何，在撤出餐具之前，应以目或手示意，经宾客同意，以免发生误会。

第十二条　西餐宴席

1. 客厅的布置和招待

客厅布置要求美观大方，有条件的内设一个小酒吧，备有各式鸡尾酒、沙滤水、冰块、水果、香烟及头盘小吃。

服务员站立厅口迎宾到客厅入座，接衣挂帽，安排好携带物品。按照先客后主，先女后男的次序，送上香烟、鸡尾酒及小吃头盘，让宾客自选吃喝。

2. 摆桌

长餐桌。图形有一字形、丁字形、山字形、工字形、U字形等。根据人数多少、餐厅大小及地形环境，确定采用桌形。桌桌之间相接笔直，桌脚垫平，桌布铺好，椅子之间距离适当，两边两头椅子相互对称。桌中心盛放鲜花瓶、五味架、烟灰缸、牙签筒和蜡烛台，摆成一条直线。

餐具摆设。对正椅背，在每位的右侧摆汤匙、鱼刀、肉刀两把。左侧摆鱼叉、肉叉两把。刀叉之间保持三十公

分的距离。摆放一个九寸圆餐碟，在餐碟之上横摆点心匙、点心叉。在点心叉的左侧摆面包碟、碟内放牛油刀。

酒水杯的摆法。分雪利酒杯(硬酒杯)、白兰地酒杯、红白葡萄酒杯、钵酒杯、香槟酒杯和水杯等，摆在点心匙左面。高级宴会摆酒水杯五至六只，一般宴会摆二至三只。应根据菜配酒，由右至左顺序横摆。

席巾。折成花形插在水杯中，注意突出主位。如有座位名签，放在圆餐碟上。

接手桌。设在餐桌附近，摆放准备好的酒水和备用的餐具。

3. 接待服务规程

入座。宾客到齐后，到客厅请其入座，并通知厨房上菜。

上酒水。先上酒，后上菜。从上宾起逐位向左，先宾后主，先首席后次席，先女后男。

上菜、分菜。上菜、分菜站在宾客的左侧，撤换餐具站在宾客的右侧。分菜时，腰微下弯，左臂左手端平菜盘，盘边和宾客面前的圆菜碟相接，右手拿叉给客人分菜，或让宾客自己用叉拨菜。第一次不可分得过多，如宾客喜欢吃，根据需要再分一次。

撤出餐碟。宾客将刀叉并放在一起，表示吃完了，可以撤出；有的宾客对并放刀叉动作不注意或不懂，如果大部分宾客已吃完，也可撤出。如菜肴道数多的话，要及时先铺上备用的刀叉再上菜。

上点心、水果、咖啡或茶。上点心时同时撤出面包碟、牛油刀和没有用的刀、叉、匙，可保留酒杯。上水果之前先摆水果碟、水果刀。上咖啡或茶随上咖啡匙或茶匙。

第十三条 鸡尾酒会

1. 准备

在备餐室或餐厅一角摆长条桌。在条桌里面为工作人员开酒、兑酒、摆设小吃的活动地区；外面为服务员取酒、取食的地区。兑酒或不兑酒由主办单位或主办人决定。

2. 接待服务规程

不设座的酒会。在会场周围摆小圆桌或椅子，圆桌上备香烟、烟灰缸、牙签筒等，以备年老体弱宾客休息。服务员用手托酒盘、在宾客中间来回端送，每逢来宾同主人握手寒喧毕，即上前敬酒；另外的服务员托着小吃盘随后，让宾客自行取吃，并不断敬酒、敬小吃。

设座的酒会。在会场正面横摆一长方形桌作主席台，下设若干小圆桌，摆放椅子。将酒、各式小吃、餐纸、牙签筒、香烟、烟灰缸等摆在主席台和小圆桌上，服务员来往巡回敬酒。

第十四条 冷餐酒会

1. 布局、摆设

菜式力求丰盛，菜的色泽、荤素、甜咸及菜盘的颜色、种类，都要交叉摆放，讲究桌面摆设的艺术性。

根据情况，可用筷子，也可用刀叉。另外，每桌还应设二至三副公筷或公匙和刀叉。

酒会开始前三十分钟，全部上齐菜点和酒水。各式菜点摆放在餐桌正中，酒水、水果放在餐桌两端。酒会进行中，服务员勤上酒水和撤换餐具及各式菜点。宾客喜欢吃哪一种由其自取。

2. 不设座的冷餐酒会

在餐厅正面靠墙处摆一长方形横餐桌。如果参加人数和菜式品种很多，还可以在餐厅四周靠墙处摆设两张或四张餐桌。

餐桌的桌布前方垂下与桌脚取齐、绷平，并布置成绿叶、鲜花之类的图案形。

刀、叉、餐碟、餐纸、酒水杯、五味架等餐具，放在长桌的前半部，每十个餐碟、十付刀叉为一组，间隔空位要均匀。酒水杯、餐纸摆在刀叉碟中间稍靠后一些。餐桌的后半部摆各式冷菜点心。

3. 设座的冷餐酒会

会场的正面当中摆一长横桌为主席台，三面摆放椅子(前面不摆)，桌上按椅设座位名签。主席台前设若干圆桌或方桌，周围摆椅子，自由入座。餐厅四周摆放四个餐桌。

餐具摆放按座位排开，餐碟对正椅背中间，左放叉，右放刀，前放咖啡匙，横摆酒水杯，面包碟放在叉的左边。五味架、牙签筒、烟灰缸、餐纸等按桌分摆。主席台摆鲜花瓶。

主席台指定专人负责招待。主人和首席来宾入席后，先把大盘整形菜(如烤小猪、烤鹅等)撤出送到备菜间切开，随即依次上酒。一名服务员用托盘托着各式酒水，另一名服务员征询宾客喝什么酒水，按席次按需要逐位上酒。上完酒后，到备菜间取菜和按席次分菜或让菜。

4. 清场

宴席结束，宾客全部离场以后，才可以收拾桌面、清理场地。

第五章　卫生与安全

第十五条　厨房卫生

厨房干净。无蟑螂、积尘、污渍等。用具洗净，存放条理。

第十六条　餐厅卫生

要求勤打扫、勤擦洗。桌、椅、窗台、墙角、顶棚、灯具、地毯无积灰，环境洁净，座位舒适，用具存放井然，布局优雅。配备专人定时检查或抽查。

第十七条　餐具卫生

严格消毒，一件不漏。茶具、酒具、餐具、用具没有油腻水渍，没有破损，妥善保管。

第十八条　菜点卫生

把好食品质量关。变质和不洁净的食物坚决不上桌。餐厅用的酱油、醋等佐料及盛具要认真保管，定期洗换。酱油要杀菌处理。醋要过滤。

第十九条　操作卫生

成品不得与手接触，操作时手指不能触到杯口、碗口、盆口。

第二十条　个人卫生

服务员要勤洗手、洗头、理发、洗澡，勤换衣服，勤剪指甲，早晚漱口刷牙，饭前便后洗手。定期检查身体，无健康证不准上岗。手有破伤不上台。工作服不得有脏物、油腻。

第二十一条　环境卫生

企业门前、走道、厅堂、楼梯、厕所等公共场所，必须随脏随扫，经常保持整洁，并应适当点缀，使人感到生气盎然，清新宜人。厕所要保持清洁，做到无蚊蝇、无臭味、无积水。高级宴会厅厕所要配套。

第二十二条　安全防范

营业结束，服务员离开餐厅前，要认真检查电器、煤气及夜晚门窗是否全部关闭，垃圾是否全部清倒完毕，发现问题要及时解决。

第六章　其他

第二十三条　本《规范》所指大中型酒家（饭庄）的包括范围是，国家明文规定的有关类型企业。

第二十四条　本《规范》未尽事宜，在试行一段时间以后，另作修改补充。

五、中华人民共和国食品卫生法

（试 行）

（一九八二年十一月十九日第五届全国人民代表大会常务委员会第二十五次会议通过）

第一章 总 则

第一条 为保证食品卫生，防止食品污染和有害因素对人体的危害，保障人民身体健康，增强各族人民的体质，特制定本法。

第二条 国家实行食品卫生监督制度。

第三条 凡在中华人民共和国领域内从事食品生产经营的，都必须遵守本法。对违反本法的行为，任何人都有权检举和控告。

本法适用于一切食品，食品添加剂，食品容器，包装材料和食品用工具、设备；也适用于食品的生产经营场所、设施和有关环境。

第二章 食品的卫生

第四条 食品应当无毒、无害，符合应当有的营养要求，具有相应的色、香、味等感官性状。

第五条 专供婴幼儿的主、辅食品，必须符合国务院卫生行政部门制定的营养、卫生标准。

第六条 食品生产经营过程必须符合下列卫生要求：

（一）保持内外环境整洁，采取消除苍蝇、老鼠、蟑螂和其他有害昆虫及其孳生条件的措施，与有毒、有害场所保持规定的距离；

（二）食品生产经营企业应当有与产品品种、数量相适应的食品原料处理、加工、包装、贮存等厂房或者场所；

（三）应当有相应的消毒、更衣、盥洗、采光、照明、通风、防腐、防尘、防蝇、防鼠、洗涤、污水排放、存放垃圾和废弃物的设施；

（四）设备布局和工艺流程应当合理，防止生食品与熟食品、原料与成品交叉污染，食品不得接触有毒物、不洁物；

（五）餐具、茶具和盛放直接入口食品的容器，使用前必须洗净、消毒，炊具用具用后必须洗净，保持清洁；

（六）运输和装卸食品的包装容器、工具、设备和条件必须符合卫生要求，防止食品污染；

（七）直接入口的食品应当有小包装或者使用无毒、清洁的包装材料；

（八）食品生产经营人员应当经常保持个人卫生，生产、销售食品时，必须将手洗净，穿戴清洁的工作衣、帽；销售直接入口食品时，必须使用售货工具；

（九）用水必须分别符合国家规定的城乡生活饮用水卫生标准。

对食品商贩和城乡集市贸易食品经营者在食品生产经营过程中的卫生要求，由省、自治区、直辖市人民代表大会常务委员会参照本条另行规定。

第七条 禁止生产经营下列食品：

（一）腐败变质、油脂酸败、霉变、生虫、污秽不洁、混有异物或者其他感官性状异常，可能对人体健康有害的；

（二）含有毒、有害物质或者被有毒、有害物质污染，可能对人体健康有害的；

（三）含有致病性寄生虫、微生物的，或者微生物毒素含量超过国家限定标准的；

（四）未经兽医卫生检验或者检验不合格的肉类及其制品；

（五）病死、毒死或者死因不明的禽、畜、兽、水产动物等及其制品；

（六）容器包装污秽不洁、严重破损或者运输工具不洁造成污染的；

（七）掺假、掺杂、伪造，影响营养、卫生的；

（八）用非食品原料加工的；

（九）超过保存期限的；

（十）为防病等特殊需要，国务院卫生行政部门或者省、自治区、直辖市人民政府专门规定禁止出售的；

（十一）含有未经国务院卫生行政部门批准使用的添加剂、农药（残留）的；

（十二）其他不符合食品卫生标准、卫生规定的。

第八条　食品不得加入药物。按照传统既是食品又是药品的以及作为调料或者食品强化剂加入的除外。

第三章　食品添加剂的卫生

第九条　食品添加剂必须符合质量标准，由国务院和省、自治区、直辖市的化工、轻工、石油、林业、水产、医药等主管部门指定工厂生产。

第十条　生产经营和使用食品添加剂，必须符合食品添加剂使用卫生标准和卫生管理办法的规定；不得经营、使用不合格产品和非指定工厂的产品。

第四章　食品容器、包装材料和食品用工具、设备的卫生

第十一条　食品容器、包装材料和食品用工具、设备必须符合卫生标准和卫生管理办法的规定。

第十二条　食品容器、包装材料和食品用工具、设备的生产必须采用符合卫生要求的原料。产品应当便于清洗和消毒。

第十三条　直接接触食品的纸张、塑料、橡胶等制品和涂料应当由生产主管部门负责组织专门生产。

第五章　食品卫生标准和管理办法的制定

第十四条　食品，食品添加剂，食品容器、包装材料，食品用工具、设备，用于清洗食品和食品用工具、设备的洗涤剂以及食品中污染物质、放射性物质容许量的国家卫生标准、卫生管理办法和检验规程，由国务院卫生行政部门制定或者批准颁发。

第十五条　国家未制定卫生标准的食品，省、自治区、直辖市人民政府可以制定地方卫生标准，报国务院卫生行政部门备案；食品生产经营主管部门或者食品生产经营企业，经同级卫生行政部门同意，可以在产品质量标准中列入卫生指标。

第十六条　食品添加剂的国家产品质量标准中有卫生学意义的指标，必须经国务院卫生行政部门审定。

农药、化肥等农用化学物质的安全性鉴定结论，必须经国务院卫生行政部门审定。

屠宰畜、禽的兽医卫生检验规程，由国务院有关部门会同卫生行政部门制定。

第十七条　各项卫生标准、卫生管理办法和检验规程，由制定或者颁发的部门根据实际需要及时进行修订或者审定。

第六章　食品卫生管理

第十八条　食品生产经营企业的主管部门负责本系统的食品卫生工作，并对执行本法情况进行检查。

第十九条　食品生产经营企业的主管部门和食品生产经营企业必须建立健全本系统、本单位的食品卫生管理、检验机构或者配备专职或者兼职食品卫生管理人员。

第二十条　食品卫生管理、检验机构或者食品卫生管理人员的职责是：

（一）贯彻执行食品卫生法规和有关规章制度，组织培训食品生产经营人员；

（二）对食品和食品生产经营过程进行卫生管理、检验或者检查；

（三）对食品卫生工作进行监督，对违反食品卫生法规的行为进行批评、制止，向上级和食品卫生监督机构反映情况，并提出处理意见。

第二十一条 食品生产经营企业的新建、扩建、改建工程的选址和设计应当符合卫生要求，其设计审查和工程验收必须有食品卫生监督机构参加。

第二十二条 利用新资源生产的食品、食品添加剂的新品种，生产经营企业在投入生产前，必须提出该产品卫生评价和营养评价所需的资料；利用新的原材料生产的食品容器、包装材料和食品用工具、设备的新品种，生产经营企业在投入生产前，必须提出该产品卫生评价所需的资料。上述新品种在投入生产前还需提供样品，并按照规定的食品卫生标准审批程序报请审批。

第二十三条 定型包装食品和食品添加剂，必须有产品说明书或者商品标志，根据不同产品分别按规定标出品名、产地、厂名、生产日期、批号(或者代号)、规格、配方或者主要成分、保存期限、食用或者使用方法等。食品、食品添加剂的产品说明书或者商品标志，不得有夸大或者虚假的宣传内容。

第二十四条 食品生产经营者采购食品，应当按照国家有关规定索取检验合格证或者化验单，销售者应当保证提供。需要索证的范围和种类由省、自治区、直辖市卫生行政部门规定。

第二十五条 食品生产经营人员每年必须进行健康检查，新参加工作和临时参加工作的食品生产经营人员必须进行健康检查，取得健康证后方可参加工作。

凡患有痢疾、伤寒、病毒性肝炎等消化道传染病(包括病原携带者)，活动性肺结核，化脓性或者渗出性皮肤病以及其他有碍食品卫生的疾病的，不得参加接触直接入口食品的工作。

第二十六条 食品生产经营企业和食品商贩，必须先取得卫生许可证方可向工商行政管理部门申请登记或者变更登记。

卫生许可证的发放管理办法由省、自治区、直辖市卫生行政部门规定。

第二十七条 城乡集市贸易的食品卫生管理工作和一般食品卫生检查工作，由工商行政管理部门负责，食品卫生监督检验工作由食品卫生监督机构负责，畜、禽、兽医卫生检验工作由农牧渔业部门负责。

第二十八条 进口的食品、食品添加剂、食品容器、包装材料和食品用工具及设备，必须符合国家卫生标准和卫生管理办法的规定。

进口上款所列产品，由国境食品卫生监督检验机构进行卫生监督、检验。进口单位在申报检验时，应当提供输出国(地区)所使用的农药、添加剂、熏蒸剂等有关资料和检验报告。

海关凭国境食品卫生监督检验机构的证书放行。

第二十九条 出口食品由国家进出口商品检验部门进行卫生监督、检验。

海关凭国家进出口商品检验部门的证书放行。

第七章 食品卫生监督

第三十条 各级卫生行政部门领导食品卫生监督工作。

第三十一条 卫生行政部门所属县以上卫生防疫站或者食品卫生监督检验所为食品卫生监督机构，负责管辖范围内的食品卫生监督工作。

铁道、交通、厂(场)矿卫生防疫站在管辖范围内执行食品卫生监督机构的职责，接受地方食品卫生监督机构的业务指导。

第三十二条 食品卫生监督机构设立食品卫生监督员。食品卫生监督员由合格的专业人员担任，由同级人民政府发给证书。

铁道、交通、厂(场)矿的食品卫生监督员，由其上级主管部门发给证书。

第三十三条 食品卫生监督机构的职责是：

(一)进行食品卫生监测、检验和技术指导；

(二)协助培训食品生产经营人员，监督食品生产经营人员的健康检查；

(三)宣传食品卫生、营养知识，进行食品卫生评价，公布食品卫生情况；

(四)对食品生产经营企业的新建、扩建、改建工程的选址和设计进行卫生审查，并参加工程验收；

(五)对食物中毒和食品污染事故进行调查，并采取控制措施；

(六)进行现场检查和巡回监督，及时处理发现的问题；

(七)对违反本法的行为追查责任，依法进行行政处罚；

(八)负责其他食品卫生监督事项。

第三十四条 食品卫生监督员执行食品卫生监督机构交付的任务。

食品卫生监督员在执行任务时，可以向食品生产经营者了解情况，索取必要的资料，进入生产经营场所检查，按照规定无偿采样。生产经营者不得拒绝或者隐瞒。

食品卫生监督员对生产经营者提供的技术资料有保密的义务。

第三十五条　国务院和省、自治区、直辖市的卫生行政部门，根据需要可以在食品卫生监督机构之外确定具备条件的单位作为食品卫生检验单位，进行食品卫生检验并出具检验报告。

第三十六条　发生食物中毒的单位和接收病人进行治疗的单位，除采取抢救措施外，应当根据国家有关规定，及时向所在地食品卫生监督机构报告。

第八章　法律责任

第三十七条　对违反本法情节较重的，食品卫生监督机构可以给予以下行政处罚：

（一）警告并限期改进；

（二）责令追回已售出的禁止生产经营的产品；

（三）没收或者销毁禁止生产经营的食品、食品添加剂；

（四）罚款二十元以上、三万元以下；

（五）责令停止改进；

（六）吊销卫生许可证。

吊销卫生许可证或者罚款五千元以上的，必须经县以上人民政府批准。

各项行政处罚可以单独或者合并适用。

没收的物品由食品卫生监督机构监督处理。

第三十八条　当事人对食品卫生监督机构给予的行政处罚不服的，在接到处罚通知之日起十五天内，可以向人民法院起诉。但是，对食品控制的决定应当立即执行。对罚款的决定不履行又逾期不起诉的，由食品卫生监督机构申请人民法院依照中华人民共和国民事诉讼法（试行）规定的程序强制执行。

第三十九条　违反本法，造成食物中毒事故或者其他食源性疾患的，应当负损害赔偿责任。受害人有权要求损害赔偿。

损害赔偿包括医药费、误工工资、生活补助费、丧葬费、遗属抚恤费。

第四十条　损害赔偿要求，由县以上卫生行政部门处理，当事人不服的，可以向人民法院起诉；也可以由受害人或者其代理人直接向人民法院起诉。

损害赔偿要求，应当从受害人或者其代理人知道或者应当知道被损害情况之日起一年内提出；超过期限的，不予受理。

第四十一条　违反本法，造成严重食物中毒事故或者其他严重食源性疾患，致人死亡或者致人残疾因而丧失劳动能力的，根据不同情节，对直接责任人员分别依照中华人民共和国刑法第一百八十七条、第一百一十四条或者第一百六十四条的规定，追究刑事责任。情节轻微、依照中华人民共和国刑法规定可以免予刑事处分的，由主管部门酌情给予行政处分，

第九章　附　　则

第四十二条　国务院卫生行政部门根据本法，制定实施细则，报国务院批准施行。

第四十三条　本法用语定义如下：

食品：指各种供人食用或者饮用的成品和原料以及按照传统即是食品又是药品的物品，但是不包括以治疗为目的的物品。

食品添加剂：指为改善食品品质和色、香、味，以及为防腐和加工工艺的需要而加入食品中的化学合成或者天然物质。

食品强化剂：指为增强营养成分而加入食品中的天然的或者人工合成的属于天然营养素范围的食品添加剂。

食品容器、包装材料：指包装、盛放食品用的纸、竹、木、金属、搪瓷、陶瓷、塑料、橡胶、天然纤维、化学纤维、玻璃等制品和接触食品的涂料。

食品用工具、设备：指食品生产经营过程中接触食品的机械、管道、传送带、容器、用具、餐具等。

食品生产经营：指一切食品的生产(不包括种植业和养殖业)、采集、收购、加工、储存、运输、陈列、供应、销售等活动。

食品生产经营者：指一切从事食品生产经营的单位或者个人，包括职工食堂、食品商贩等。

第四十四条 出口食品的管理办法，由国家进出口商品检验部门会同国务院卫生行政部门和有关生产主管部门另行制定。

第四十五条 本法自一九八三年七月一日起试行。

自本法试行之日起，《中华人民共和国食品卫生管理条例》即行废止。过去颁布的食品卫生法规与本法抵触的，以本法为准。

六、水产资源繁殖保护条例

（中华人民共和国国务院一九七九年二月十日颁布）

第一章　总　则

第一条　根据中华人民共和国宪法第六条："矿藏，水流，国有的森林、荒地和其他海陆资源，都属于全民所有"和第十一条："国家保护环境和自然资源，防治污染和其他公害"的精神，为了繁殖保护水产资源，发展水产事业，以适应社会主义现代化建设的需要，特制定本条例。

第二条　凡是有经济价值的水生动物和植物的亲体、幼体、卵子、孢子等，以及赖以繁殖成长的水域环境，都按本条例的规定加以保护。

第三条　国家水产总局、各海区渔业指挥部和地方各级政府，应当加强对水产资源繁殖保护工作的组织领导，充分发动和依靠群众，认真贯彻执行本条例。

第二章　保护对象和采捕原则

第四条　对下列重要或名贵的水生动物和植物应当重点加以保护。

（一）鱼类

海水鱼：带鱼、大黄鱼、小黄鱼、蓝圆鲹、沙丁鱼、太平洋鲱鱼、鳓鱼、真鲷、黑鲷、二长棘鲷、红笛鲷、梭鱼、鲆、鲽、鳎、石斑鱼、鳕鱼、狗母鱼、金线鱼、鲳鱼、鲅鱼、白姑鱼、黄姑鱼、鲐鱼、马鲛、海鳗。

淡水鱼：鲤鱼、青鱼、草鱼、鲢鱼、鳙鱼、鲌鱼、红鳍鲌鱼、鲮鱼、鲫鱼、鲷鱼、鳜鱼、鲂鱼、鳊鱼、鲑鱼、长江鲟、中华鲟、白鲟、青海湖裸鲤、鲚鱼、银鱼、河鳗、黄鳝、鲻鱼。

（二）虾蟹类

对虾、毛虾、青虾、鹰爪虾、中华绒螯蟹、梭子蟹、青蟹。

（三）贝类

鲍鱼、蛏、蚶、牡蛎、西施舌、扇贝、江瑶、文蛤、杂色蛤、翡翠贻贝、紫贻贝、厚壳贻贝、珍珠贝、河蚌。

（四）海藻类

紫菜、裙带菜、石花菜、江蓠、海带、麒麟菜。

（五）淡水食用水生植物类

莲藕、菱角、芡实。

（六）其他

白鳍豚、鲸、大鲵、海龟、玳瑁、海参、乌贼、鱿鱼、乌龟、鳖。

各省、自治区、直辖市人民政府可以根据本地的水产资源情况，对重点保护对象，作必要的增减。

第五条　水生动物的可捕标准，应当以达到性成熟为原则。对各种捕捞对象应当规定具体的可捕标准（长度或重量）和渔获物中小于可捕标准部分的最大比重。捕捞时应当保留足够数量的亲体，使资源能够稳定增长。

各种经济藻类和淡水食用水生植物，应当待其长成后方得采收，并注意留种、留株，合理轮采。

第六条　各地应当因地制宜采取各种措施，如改良水域条件、人工投放苗种、投放鱼巢、灌江纳苗、营救幼鱼、移植驯化、消除敌害、引种栽植等，增殖水产资源。

第三章　禁渔区和禁渔期

第七条　对某些重要鱼虾贝类产卵场、越冬场和幼体索饵场，应当合理规定禁渔区、禁渔期，分别不同情况，禁止全部作业，或限制作业的种类和某些作业的渔具数量。

第八条　凡是鱼、蟹等产卵洄游通道的江河，不得遮断河面拦捕，应当留出一定宽度的通道，以保证足够数量的亲体上溯或降河产卵繁殖。更不准在闸口拦捕鱼、蟹幼体和产卵洄游的亲体。必要时应当规定禁渔期。因养殖生产需要而捕捞鱼苗、蟹苗者，应当经省、自治区、直辖市水产部门批准，在指定水域和时间内作业。

第四章 渔具和渔法

第九条 各种主要渔具，应当按不同捕捞对象，分别规定最小网眼（箔眼）尺寸。其中机轮拖网、围网和机帆船拖网的最小网眼尺寸，由国家水产总局规定。

禁止制造或出售不合规定的渔具。

第十条 现有危害资源的渔具、渔法，应当根据其危害资源的程度，区别对待。对危害资源较轻的，应当有计划、有步骤地予以改进。对严重危害资源的，应当加以禁止或限期淘汰，在没有完全淘汰之前，应当适当地限制其作业场所和时间。

捕捞小型成熟鱼、虾的小眼网具，只准在指定的水域和时间内作业。

第十一条 严禁炸鱼、毒鱼、滥用电力捕鱼以及进行敲舶作业等严重损害水产资源的行为。

第五章 水域环境的维护

第十二条 禁止向渔业水域排弃有害水产资源的污水、油类、油性混合物等污染物质和废弃物。各工矿企业必须严格执行国家颁发的《工业“三废”排放试行标准》、《放射防护规定》和其他有关规定。

因卫生防疫或驱除病虫害等，需要向渔业水域投注药物时，应当兼顾到水产资源的繁殖保护。农村浸麻应当集中在指定的水域中进行。

第十三条 修建水利工程，要注意保护渔业水域环境。在鱼、蟹等洄游通道筑坝，要相应地建造过鱼设施。已建成的水利工程，凡阻碍鱼、蟹等洄游和产卵的，由水产部门和水利管理部门协商，在许可的水位、水量、水质的条件下，适时开闸纳苗或捕苗移殖。

围垦海涂、湖滩，要在不损害水产资源的条件下，统筹安排，有计划地进行。

第六章 奖 惩

第十四条 对贯彻执行本条例有成绩的单位或个人，国家水产总局、各海区渔业指挥部和地方各级政府应当酌情给予表扬或适当的物质奖励。

第十五条 对违反本条例的，应当视情节轻重给予批评教育，或赔偿损失、没收渔获、没收渔具、罚款等处分。凡干部带头怂恿违反本条例的，要追究责任，必要时给予行政或纪律处分。对严重损害资源造成重大破坏的，或抗拒管理，行凶打人的，要追究刑事责任。对坏人的破坏活动要坚决打击，依法惩处。

第七章 组织领导和职责

第十六条 全国水产资源繁殖保护工作由国家水产总局管理，有关部门配合。地方各级政府应当指定水产行政部门和其他有关部门具体负责本条例的贯彻执行，并可以根据需要设置渔政管理机构。各海区渔业指挥部和省、自治区、直辖市应当配备渔政船只。

有些海湾、湖泊、江河、水库等水域，也可以根据需要，经省、自治区、直辖市人民政府批准，设立水产资源繁殖保护管理机构或群众性的管理委员会。

第十七条 各级水产行政部门及其渔政管理机构，应当切实加强对水产资源繁殖保护工作的管理，建立渔业许可证制度，核定渔船、渔具发展数量和作业类型，进行渔船登记，加强监督检查，保障对水产资源的合理利用。

水产科研部门应当将资源调查、资源保护和改进渔具、渔法的研究工作列为一项重要任务，及时提出水产资源繁殖保护的建议，并为制定实施细则提供科学依据。

第十八条 凡是跨越本省、自治区、直辖市水域进行渔业生产的，必须遵守当地水产资源繁殖保护的有关具体规定。

因科学研究工作需要，从事与本条例和当地有关水产资源繁殖保护的规定有抵触的活动，必须事先报经省、自治区、直辖市水产行政部门批准。

第八章　附　则

第十九条　地方各级政府应当根据本条例的规定，结合本地区的具体情况，制定实施细则，报上一级领导机关备案。

第二十条　本条例自颁布之日起施行。

七、食品添加剂使用卫生标准

食品添加剂使用卫生标准是提供安全使用食品添加剂的定量指标。制定标准是以食品添加剂使用情况的实际调查、人群调查和毒理学评价为依据。食品添加剂在每种食品中的最大使用量是其标准的主要内容，应在使用过程中严格控制。食品添加剂使用卫生标准见下表。

国 家 标 准

种 类	名 称	使 用 范 围	最大使用量（克/千克）	备 注
防腐剂	苯甲酸 苯甲酸钠	酱油、醋、果汁类、果酱类、果子露、罐头	1	浓缩果汁不得超过2克/千克。 苯甲酸和苯甲酸钠同时使用时，以苯甲酸计，不得超过最大使用量。
		葡萄酒、果子酒	0.8	
		汽酒、汽水	0.2	
		果子汽水	0.4	
		低盐酱菜、面酱类、蜜饯类、山楂糕、果味露	0.5	
	山梨酸 山梨酸钾	酱油、醋、果酱类	1	浓缩果汁不得超过2克/千克。 山梨酸及山梨酸钾同时使用时，以山梨酸计，不得超过最大使用量。
		低盐酱菜、面酱类、蜜饯类、山楂糕、果味露、罐头	0.5	
		果汁类、果子露、葡萄酒、果酒	0.6	
		汽酒、汽水	0.2	
	二氧化硫	葡萄酒	0.25	二氧化硫残留量不得超过0.05克/千克。
抗氧化剂	(1)丁基羟基茴香醚(BHA)	油脂、油炸食品、干鱼制品、饼干、速煮面、速煮米、干制食品、罐头	0.2	抗氧化剂(1)与(2)混合使用时，总量不得超过0.2克/千克； 抗氧化剂(1)、(2)、(3)混合使用时，(1)、(2)总量不得超过0.1克/千克，(3)不得超过0.05克/千克。 最大使用量以脂肪计。
	(2)二丁基羟基甲苯(BHT)		0.2	
	(3)没食子酸丙酯		0.1	
发色剂	硝酸钠	肉类制品	0.5	残留量以亚硝酸钠计，肉类罐头不得超过0.05克/千克，肉制品不得超过0.03克/千克。
	亚硝酸钠	肉类罐头 肉类制品	0.15	
漂白剂	亚硫酸钠	蜜饯类、饼干、罐头、葡萄糖、食糖、冰糖、饴糖、糖果、液体葡萄糖	0.6	残留量以二氧化硫计，饼干、食糖、粉丝、罐头不得超过0.05克/千克，其他品种不得超过0.1克/千克。
	低亚硫酸钠（即保险粉）		0.4	
	焦亚硫酸钠或亚硫酸氢钠		0.45	
	硫磺	蜜饯类、干果、干菜、粉丝、食糖	只限用于熏蒸	

续表(一)

种类	名称	使用范围	最大使用量（克/千克）	备注
酸味剂	柠檬酸、乳酸、酒石酸、苹果酸	果酱类、饮料、罐头、糖果	正常生产需要	
	偏酒石酸	罐头		
	醋酸、磷酸	调味料、罐头		
凝固剂	硫酸钙（石膏）、氯化钙	罐头、豆制品	正常生产需要	
	盐卤	豆制品		
疏松剂	碳酸氢钠 碳酸氢铵	饼干、糕点	正常生产需要	
	轻质碳酸钙	配制发酵粉、罐头		
	钾明矾 铵明矾	油炸食品、水产品、豆制品、发酵粉		
	磷酸氢钙	饼干、代乳品		
增稠剂	琼脂	果酱类、冷饮、罐头、糖果	正常生产需要	
	食用明胶	冷饮食品、罐头、糖果		
	羧甲基纤维素	速煮面、罐头、冰激凌	5	
	海藻酸钠	罐头、冰激凌	1.5	
	果胶	罐头、果酱、糖果、果汁、冰激凌、巧克力	正常生产需要	
消泡剂	乳化硅油	味精发酵	0.2	
甜味剂	糖精钠	酱菜类、调味酱汁、浓缩果汁、蜜饯类、配制酒、冷饮类、糕点、饼干、面包	0.15	浓缩果汁按浓缩倍数80%加入。
		盐汽水	0.08	
	甘草	罐头、调味料、糖果、饼干	正常生产需要	
着色剂	苋菜红 胭脂红	果味水、果味粉、果子露、汽水、配制酒、糖果、糕点上彩装、红绿丝、罐头	0.05	人工合成色素混合使用时，应根据最大使用量按比例折算。 红绿丝使用量可加倍。
	柠檬黄、日落黄、靛蓝		0.1	
	姜黄、甜菜红		正常生产需要	
	虫胶色素		0.5	
	红花黄色素		0.2	
	叶绿素铜钠盐		0.5	
	辣椒红素	罐头	正常生产需要	
	酱色（不加铵盐生产）	罐头、糖果、饮料	正常生产需要	
	红曲米	果味水、果味粉、果子露、汽水、配制酒、糖果、糕点上彩装、红绿丝、罐头、熟肉制品、腐乳	正常生产需要	
	β—红萝卜素	奶油	0.2	

续表(二)

种 类	名 称	使 用 范 围	最大使用量（克/千克）	备 注
品质改良剂	六偏磷酸钠	罐头	1	
	三聚磷酸钠		2	
	焦磷酸钠		1	
	磷酸氢二钠 磷酸二氢钠	淡炼乳	0.5	
	溴酸钾	面包、饼干	0.05	
抗结剂	亚铁氰化钾	食盐	0.005	
香料	允许使用的香料	配制各种食用香料	正常生产需要	见注 ①
	临时允许使用的香料	配制各种食用香料	正常生产需要	见注 ②
其它	单棕榈酸山梨糖苷脂	椰子汁	6	
	高锰酸钾	酒、淀粉	0.5	酒中残留量以锰计，不得超过0.002克/千克。
	碳酸钠（包括无水碳酸钠）	面制食品、糕点	正常生产需要	
	单硬脂酸甘油酯	糖果、巧克力糖	6	
	虫胶	巧克力糖	0.2	
	乙二胺四乙酸二钠	罐头	0.25	
	液体石蜡	面包脱模、味精发酵消泡	正常生产需要	
	石蜡	胶姆糖	50	
	聚醋酸乙烯酯	胶姆糖	60	
	二氧化碳	汽水、汽酒、饮料	正常生产需要	
	盐酸	液体葡萄糖	正常生产需要	

注：① 允许使用的香料：

天然康乃克油、香叶油、除萜香叶油、姜油、柠檬油(蒸馏法、压榨法、冷磨法)、甜橙油(蒸馏法、压榨法、冷磨法)、除萜甜橙油、桔子油(蒸馏法、压榨法)、除萜桔子油、橙子油、熏衣草油、椒样薄荷油、八角茴香油、薄荷素油、树兰油、枫槭油、留兰香油、杜松子油、玫瑰花油、白兰叶油、柚皮油、桉叶油、丁香油、肉桂油、鸢尾凝酯。

枣子酊、香荚兰豆酊、辣椒酊、可可酊、咖啡酊。

生姜浸膏、茉莉浸膏、枫槭浸膏、甘草流浸膏、鸢尾浸膏、桂花浸膏、天然薄荷脑、墨红浸膏、白兰浸膏、茉莉浸油、墨红净油、大茴香脑。

甲酸乙酯、甲酸丁酯、甲酸异戊酯、甲酸香叶酯、乙酸乙酯、乙酸丁酯、乙酸异丁酯、乙酸异戊酯、乙酸己酯、乙酸庚酯、乙酸辛酯、乙酸薄荷酯、乙酸香叶酯、乙酰乙酸乙酯、丙酸乙酯、丙酸异丁酯、丁酸乙酯、丁酸丁酯、丁酸异戊酯、丁酸香叶酯、异戊酸乙酯、己酸乙酯、己酸己酯、庚酸乙酯、辛酸乙酯、壬酸乙酯、癸酸乙酯、异戊酸异戊酯。

乙酸、丁酸、异戊酸、己酸、辛酸、苯乙酸。

庚醇、辛醇、壬醇、苯乙醇、玫瑰醇单离自香叶油、香叶醇、朵醇油、柠檬醛、香兰素。

丁香酚、麦芽酚。

② 暂时允许使用的香料：

丁香罗勒油、愈创木油、桦焦油、肉豆蔻油、锡兰桂叶油、锡兰桂皮油。

甲酸芳樟酯、乙酸芳樟酯、乙酸苯乙酯、乙酸苄酯、丁酸苯乙酯、丁烯二酸二乙酯、异戊酸苯乙酯、亚硝酸乙酯、椰子油混合酸乙酯、己酸烯丙酯、3-环己基丙酸烯丙酯、庚炔羧酸甲酯、桂酸甲酯、桂酸乙酯、桂酸苯乙酯、苯甲酸乙酯、苯乙酸乙酯、苯乙酸丁酯、邻氨基苯甲酸甲酯。

乙醛、己醛、庚醛、辛醛、壬醛、癸醛、月桂醛、桃醛、杨梅醛、椰子醛、桂醛、苯甲醛、苯乙醛、洋茉莉醛、大茴香醛、兔耳草醛、乙基香兰素。

甲位紫罗兰酮、乙位紫罗兰酮、丁二酮、甲基紫罗兰酮、苯甲醇、芳樟醇、桂醇、苯丙醇。

异丁香酚、愈创木酚、百里香酚。

柳酸甲酯、柳酸乙酯。

八、每日膳食中营养素供给量

每日膳食中营养素供给量说明

每日膳食中营养素供给量标准，是作为保证正常人身体健康而提出的膳食质量指标，供计划膳食工作的参考。营养素供给量的含义，与营养素需要量不同。需要量指的是维持身体正常生理功能所需要的数量，低于这个数量将对身体产生不利影响。供给量是在满足身体正常生理需要的基础上，按食物生产和饮食习惯的情况而规定的“适宜”数量；一般地说，它比需要量充裕。随着食物生产的增加、加工方法的改变、人民体质和劳动条件的改善，以及营养科学的发展，供给量是可以不断修订的。因此，各种类型人群的膳食营养素供给量是适用于大多数人的适中数值，在应用于个人时，则应考虑个体的差异而适当的增减。

一、热能　影响热能需要量的因素有：体力劳动、年龄、气候和身体大小等，其中尤以体力劳动，即劳动强度，为主要影响因素。

（一）劳动强度：由于现代生产工具的不断革新和机械化程度的日益增长，确切地划分劳动强度等级比较困难，因而下面只是概括地举例说明某些工作大概属于何级劳动。在实际分级时，还应按当时的具体情况进行划分。

极轻体力劳动：如办公室工作、组装和修理收音机与钟表等工作。

轻体力劳动：如店员售货、一般化学实验操作、教员讲课等。

中等体力劳动：如学生的日常活动、机动车的驾驶、电工安装、金工切削等。

重体力劳动：如非机械化农业劳动、炼钢、舞蹈、体育运动等。

极重体力劳动：如非机械化的装卸、伐木、采矿、砸石等劳动。

在正常情况下，体力劳动者的热能需要量是与食欲相适应的。当正常食欲得到满足时，其热能需要量一般地也可以满足，体重得以维持不变，如热能供给量过多或不足，则体重将增加或减轻。

（二）年龄与气候：年龄对于热能需要量的影响，主要是由于生长发育和体力劳动的强度随年龄的增减而不同的原故。儿童和青少年正在生长发育时期，其身高、体重和活动量皆与日俱增，所以热能的供给量应随之增高才能满足其需要。壮年之后，基础代谢率逐渐下降、活动量与年减少，因而热能供给量可以适当减低。

二、蛋白质　蛋白质需要量是否受劳动强度的影响的问题，至今尚无定论。虽然蛋白质摄入量可以随热能摄入量的增加而必然增加，但是合理的膳食调配应该考虑到各种营养素之间的适宜比例。本表的蛋白质供给量，按热能计算，占总热能的 10～14%；其中儿童和青少年的为 12～14%，可以保证膳食中有充足的蛋白质供给生长发育的需要；成年人的为 10～12%，可以确保正常生理功能的维持。重体力劳动和极重体力劳动者的热能补充，主要来自谷类食物，因而蛋白质所占的热能比重相对较低，但仍可达总热能的 10%。

食物蛋白质的氨基酸组成，和人体的蛋白质需要量有密切关系。对于成年人，赖氨酸、蛋氨酸、色氨酸、苏氨酸、亮氨酸、异亮氨酸、苯丙氨酸、缬氨酸等 8 种氨基酸为必需氨基酸。对于婴儿，除上述 8 种外，还需要增加组氨酸。关于氨基酸的需要量，由于目前尚缺乏充分的实验证据和调查报导，故只能将现有的不完整资料暂列于下表，供作参考。

氨基酸需要量的估计值

（每日每千克体重）

	缬氨酸（毫克）	亮氨酸（毫克）	异亮氨酸（毫克）	苏氨酸（毫克）	苯丙氨酸酪氨酸（毫克）	色氨酸（毫克）	蛋氨酸胱氨酸（毫克）	赖氨酸（毫克）	组氨酸（毫克）
成年人	10	14	10	7	14	3.5	13	12	0
儿童（10—12 岁）	33	45	30	35	27	4.0	27	60	0
婴儿（初生～6 月）	93	161	70	37	125	17.0	58	103	28

每日膳食中营养素供给量

		热能(1)（千卡）	蛋白质（克）	钙（毫克）	铁（毫克）	维生素A		硫胺素（毫克）	核黄素（毫克）	尼克酸（毫克）	抗坏血酸（毫克）
						维生素A（国际单位）	胡萝卜素（毫克）				
成年男子（体重65千克）	极轻体力劳动	2400	70	600	12	2200	4.0	1.2	1.2	12	75
	轻体力劳动	2600	75	600	12	2200	4.0	1.3	1.3	13	75
	中等体力劳动	3000	80	600	12	2200	4.0	1.5	1.5	15	75
	重体力劳动	3600	90	600	12	2200	4.0	1.8	1.8	18	75
	极重体力劳动	4200	105	600	12	2200	4.0	2.1	2.1	21	75
成年女子（体重55千克）	极视体力劳动	2200	65	600	12	2200	4.0	1.1	1.1	11	70
	轻体力劳动	2400	70	600	12	2200	4.0	1.2	1.2	12	70
	中等体力劳动	2800	75	600	12	2200	4.0	1.4	1.4	14	70
	重体力劳动	3400	85	600	12	2200	4.0	1.7	1.7	17	70
	孕妇，后五个月	+300	+15	1500	15	3300	6.0	+0.2	+0.2	+2	100
	乳母，一年之内	+1000	+25	2000	15	3900	7.0	+0.5	+0.5	+5	150
少年男子（体重54千克）	16～19岁	3000	90	1000	15	2200	4.0	1.8	1.5	18	90
（体重42千克）	13～15岁	2600	80	1200	15	2200	4.0	1.6	1.3	16	80
少年女子（体重50千克）	16～19岁	2700	80	1000	15	2200	4.0	1.6	1.4	16	75
（体重42千克）	13～15岁	2500	75	1200	15	2200	4.0	1.5	1.3	15	76
儿童（不分性别）	10～12岁	2300	70	800	12	2200	4.0	1.4	1.2	14	75
	7～9岁	2000	60	600	10	2200	4.0	1.2	1.0	12	65
	5～6岁	1600	50	600	8	2200	4.0	1.0	0.8	10	50
	3～4岁	1400	40	600	7	1700	3.0	0.8	0.7	8	40
	2岁	1200	40	600	7	1330	2.4	0.7	0.6	7	35
	1岁	1100	40	600	6	1100	2.0	0.7	0.6	7	30
	1岁以下	每公斤体重100	每公斤体重3.5	600	6	660	1.2	0.4	0.4	4	30
	6月以下	每公斤体重120									

（1）本表中所用食物的热能含量（热量）和人体需要供给的热能的单位都是“千卡”。“千卡”是1000克水由15℃升高1度所需要的热量或热能，其全称是“千克卡”(Kilogram Calorie)，简称是“千卡”(Kilocalorie或Kcal)，这是营养学中惯用的热能单位。

现在，许多国际或国家的机构建议：所有形式的能（包括热能）都应以“焦耳”(Joule)为单位。“焦耳”是用1“牛顿”力把1公斤的重量移动1米所需要的能量。1000“焦耳”是1“千焦耳”(Kilojoule或KJ)；1000“千焦耳”是1“大焦耳”(Mega-joule或MJ)。由于每日膳食的热能供给量一般都超过1“大焦耳”，所以在营养工作中现在也有以“大焦耳”为热能单位的。

为了读者参阅文献方便，这里把上述两种热能单位的关系和换算方法列下：

1千卡＝4.184千焦耳　　1千焦耳＝0.239千卡

1000千卡＝4184千焦耳　　1000千焦耳＝239千卡

＝4.184大焦耳　　1大焦耳＝239千卡

九、食物营养成分计算表

类别	食物名称	重量（克）	蛋白质（克）	脂肪（克）	糖（克）	热量（千卡）	粗纤维（克）	钙（毫克）	磷（毫克）	铁（毫克）	维生素A（国际单位）	胡萝卜素（毫克）	硫胺素（毫克）	核黄素（毫克）	尼克酸（毫克）	维生素C（毫克）
谷类	白面	205.28	20.32	3.6	133.13	726.69	0.23	73.00	55.015	8.62			0.94	0.12	5.13	
	馒头	67.07	6.63	1.2	28.5	151.57	0.4	25.48	179.74	2.81			0.2	0.03	1.54	
	挂面	81.3	7.8	1.38	56.91	271.54	0.4	71.45	211.38	3.33			0.24	0.01	1.62	
	油条	27.43	2.13	2.85	13.08	0.98	0.19	6.85	41.96				0.03		0.6	
	小米	71.13	6.89	2.48	51.78	257.49	1.13	20.62	170.71	3.34		0.14	0.41	0.08	1.13	
薯类	红薯	233.73	4.2	0.46	68.95	296.83	1.16	42.07	46.74	0.93		3.06	0.28	0.09	1.16	70.11
	土豆	20.32	0.46	0.02	3.37	15.64	0.06	2.24	13	0.24		0.002	0.02	0.006	0.08	3.25
调味品	酱油	18.29	0.36		3.14	14.08	0.14	17.74	5.66	0.91			0.001	0.02	0.27	
	醋	8.13			0.07	0.32		5.28	10.98	0.08			0.002	0.004	0.05	
	盐	14.22						61.43	1.56	8.81						
纯热能物	植物油	16.26		16.26		146.34	0.88					0.004		0.006		
	淀粉	5.08			4.39	17.57	0.04	2.43	0.6	0.09						
畜肉类	猪肉	5.08	0.48	3.03	0.04	29.46	0.01	0.3	5.13	0.07			0.02	0.006	0.21	
	猪肝	10.16	2.16	0.45	0.14	13.3		1.11	27.43	2.54	883.92		0.04	0.21	1.64	1.82

续表(一)

类别	食物名称	重量(克)	蛋白质(克)	脂肪(克)	糖(克)	热量(千卡)	粗纤维(克)	钙(毫克)	磷(毫克)	铁(毫克)	维生素A(国际单位)	胡萝卜素(毫克)	硫胺素(毫克)	核黄素(毫克)	尼克酸(毫克)	维生素C(毫克)
乳	牛奶	50.81	1.67	2.03	2.54	35.05		60.97	47.25	0.1	71.13		0.02	0.06	0.1	0.5
水果	梨	30.48	0.03	0.03	2.74	11.27	0.39	1.52	1.82	0.06		0.003	0.006	0.003	0.03	11.21
禽	鸡	6.09	1.3	0.15	0.04	6.75		0.66	11.57	0.09			0.001	0.005	0.48	
总计		1242.78	69.09	40.71	402.83	2167.54	7.23	794.45	1554.68	39.35	1247.65	11.53	2.35	0.92	15.87	205.4
折合成年男子数			73.65	43.4	429.45	2310.81	7.7	846.96	1657.44	41.95	1330.11	12.29	2.5	0.98	16.91	218.97
蛋类	鸡蛋	20.32	2.98	2.35	0.32	34.54		11.17	42.67	0.54	292.6		0.03	0.06	0.02	
蛋类	咸鸡蛋	10.16	1.05	1.33	1.08	20.52		52.01	23.06	0.6						
浅色蔬菜	白萝卜	26.42	0.15		1.51	6.61		12.94	8.98	0.13		0.005	0.005	0.01	0.13	7.92
浅色蔬菜	大蒜	4.06	0.17	0.008	0.95	4.58		0.2	1.78	0.01			0.009	0.001	0.03	0.12
绿色蔬菜	豆角	20.32	0.3	0.04	0.96	5.48		8.92	7.92	0.22		0.04	0.01	0.02	0.12	1.82
绿色蔬菜	白菜	115.85	2.43	0.46	2.66	24.32	0.21	188.84	55.6	2.08		3.41	0.03	0.09	0.7	69.51
绿色蔬菜	菠菜	126.01	3.02	0.63	3.9	34.02	0.02		66.78	2.26		4.87	0.05	0.16	0.75	49.14
豆制品	豆腐	40.65	3.00	1.42	1.09	29.26	0.16	112.6	23.17	0.85			0.01	0.01	0.08	
豆制品	豆腐干	8.13	1.56	0.54	1.57	15.33	0.81	0.51	16.56	0.37			0.004	0.004	0.008	

成年男子混合系数 0.938。

十、营养素功用简明表

营养素	特　　性	主 要 功 用	主要缺乏症状
蛋白质	是由多种氨基酸组成的高分子化合物。有些氨基酸，人体自己不能合成，称为必需氨基酸，专靠食物的蛋白质供应，见表三。食物的蛋白质缺少必需氨基酸者，为不完全蛋白质，营养价值低 在一般烹调温度加热，蛋白质变性凝固后，较容易消化	是构成生物机体组织不可缺少的物质 构成机体内部各种酶、抗体、某些激素以及其它调节生理机能的物质 促进生长发育 维持毛细血管的正常渗透压 补充代谢的消耗 供给热能	生长发育迟缓 体重减轻，容易疲劳 血量减少，贫血，容易休克 对传染病抵抗力降低 创伤、骨折不易愈合 病后恢复健康迟缓 营养性水肿
脂肪（油脂）	主要成分是脂肪酸和甘油的化合物 含饱和脂肪酸多的脂肪，其熔点较高，如动物脂肪；含不饱和脂肪酸多的脂肪，其熔点较低，如许多植物油	供给热能 供给必需脂肪酸 帮助脂溶性维生素的吸收 增进膳食的可口感 增进饱足感	容易患脂溶性维生素缺乏病
碳水化合物（碳水化物）	是由多糖组成的高分子化合物，是谷类食物（粮食）的主要成分，即淀粉	供给热能 帮助脂肪在体内“燃烧” 帮助构成机体本身的蛋白质在体内合成	生长发育迟缓 体重减轻 容易疲劳
钙		是构成骨骼、牙齿的主要成分 帮助血液凝结 帮助体内某些酶的活化 维持神经的传导性能 维持肌肉的伸缩性和心跳的规律 维持毛细血管的正常渗透压 维持体内的酸碱平衡	骨骼、牙齿发育不正常 骨质疏松，骨质软化病、软骨病 血凝不正常，容易流血不止 肌肉痉挛（抽筋）
磷		是构成骨骼、牙齿的主要成分 是细胞核蛋白的主要成分 是组成各种酶的主要成分 帮助葡萄糖、脂肪、蛋白质的代谢	骨骼、牙齿发育不正常 骨质疏松，骨质软化病，软骨病 容易骨折 食欲不振（人的磷缺乏病少见）
铁		是构成血红蛋白、肌肉蛋白、细胞色素和其它酶系统的主要成分 帮助氧的运输	血红蛋白减少，贫血 容易疲劳
钾		为细胞内液中主要阳离子 维持体内的水平衡、渗透压及酸碱平衡 加强肌肉的兴奋性，维持心跳规律 参与蛋白质、碳水化物和热能代谢	倦怠、嗜眠 肌肉无力 严重缺乏时，发生麻痹、心律失常和代弃性碱中毒
钠		为细胞外液中主要阳离子 维持体内的水平衡、渗透压及酸碱平衡 加强肌肉的兴奋性	倦怠，晕眩，恶心，食欲不振 心率加速，脉搏细弱 血压下降，肌肉痉挛 严重缺乏时，可发生虚脱、昏迷
镁		为细胞内液中第二重要阳离子 激活体内多种酶 维持核酸结构的稳定性 抑制神经的兴奋性 参与体内蛋白质的合成、肌肉收缩、和体温调节作用	神经反射亢进或减退 肌肉振颤，手足抽搐 心动过速，心律不齐 情绪不安，容易激动

续表(一)

营养素	特　　性	主 要 功 用	主 要 缺 乏 症 状
铜		为各种含铜金属酶的成分 为含铜蛋白质的成分(血铜蛋白,肝铜蛋白,脑铜蛋白) 催化血红蛋白的合成	贫血 中性白细胞减少 生长迟缓 情绪容易激动
锰		活化硫酸软骨素合成的酶系统 促进正常成骨作用 促进生长	(尚未见到有关于人体原发性缺锰的报导)
锌		是含锌金属酶的成分 参与核酸和蛋白质的代谢作用	生长迟缓 少年期性不发育 特发性低味觉
钼		为构成黄嘌呤氧化酶、醛氧化酶、亚硫酸氧化酶的主要成分	(尚未见到有关于人体原发性缺钼的报导)
镍		在血浆中与α_2球蛋白结合,为活化一些酶的必需物质	(尚未见到有关于人体原发性缺镍的报导)
铬		激活胰岛素	葡萄糖耐用量异常
钴		是维生素B_{12}的成分(维生素B_{12}的功用,见该条)	(人体会缺乏维生素B_{12},但自己不能直接利用钴来合成)
氟		是牙齿和骨骼的成分 预防龋齿	(摄入量过多,可引起斑牙)
氯		是胃酸的主要成分 是细胞外液中的主要阴离子 维持体内水平衡、渗透压、和酸碱平衡 激活唾液中的淀粉酶	食欲不振
碘		是构成甲状腺素的重要成分:甲状腺素调节体内热能代谢和蛋白质、脂肪的合成与分解作用	单纯性甲状腺肿 母体缺碘,可使儿童发生克汀病,表现为生长迟缓、智力低下或痴呆
硅		是构成某些葡萄糖氨基多糖和多糖羧酸的主要成分 参与多糖的代谢 为生物连接剂,与结缔组织的弹性和结构有关	(尚未见到有关于人体原发性缺硅的报导)
硒		是构成谷胱甘肽过氧化物酶的成分参与辅酶Q和辅酶A的合成	(尚未见到有关于人体原发性缺硒的报导)
维生素A	溶于脂肪,不溶于水 不受热的影响(烹调或烘干) 在高温时容易被氧化 植物性食物中的胡萝卜素(叶黄素)可以在身体内转化成维生素A 可以在肝脏内贮存	促进眼球内视紫的合成或再生,维持正常视力,防治夜盲症 维持上皮细胞组织的健康(如:呼吸道、消化道、泌尿道、以及性腺和其它腺体的上皮细胞组织)	夜盲症 上皮细胞组织萎缩,进而角化,形成:眼角膜发炎、干燥、溃疡,体内表皮损伤(如呼吸道、窦、肠胃、膀胱和尿道)、皮肤干燥、脱屑 对传染病抵抗力降低
硫胺素	溶于水和酒精,不溶于油脂溶剂 在酸性溶液中稳定 在中性和碱性溶液中,遇热容易破坏	是构成脱羧辅酶的主要成分,为身体充分利用碳水化物所必需 防止因组织中聚集丙酮酸而中毒 防止神经炎和脚气病(软脚病) 增进食欲 促进生长	神经组织损伤(神经炎,脚气病) 心脏损伤(心脏扩张,心跳减慢) 肌肉组织损伤(萎缩) 浮肿 食欲不振,消化不良,呕吐 体重减轻 生长迟缓

续表(二)

营养素	特　　性	主 要 功 用	主 要 缺 乏 症 状
核黄素	溶于水和酒精，形成黄色荧光溶液 不溶于油脂溶剂 容易被日光破坏 在碱性溶液中容易被破坏 遇热较稳定 是构成脱氢酶的主要成分，为活细胞中氧化作用所必需 促进生长 维持一般健康	口角溃疡、唇炎、舌炎 溢脂性皮炎 角膜炎 阴囊炎 视觉不清、内障眼(白内障)	
尼克酸	溶于水和酒精 耐热 不容易被氧化、破坏	是辅酶Ⅰ和辅酶Ⅱ的组成部分，为细胞内的呼吸作用所必需 维持皮肤和神经的健康 防止癞皮病 促进消化系统的功能	舌炎，皮炎，癞皮病 食欲不振，消化不良，呕吐，腹泻 头痛，晕眩，记忆力减退 癫狂，痴呆
维生素B_{12}	溶于水 在中性或弱酸溶液中较稳定	促进血细胞的成熟	有核巨红细胞性贫血(恶性贫血) 脊髓变性，神经和周围神经退化 舌、口腔、消化道的粘膜发炎
抗坏血酸	溶于水和酒精 极容易被氧化 在酸性溶液中较稳定 在碱性溶液中极容易被破坏 在铜质容器中极容易被破坏 大部分在烹调过程中损失	为形成连接骨骼、牙齿、结缔组织中细的粘结物所必需 维持牙齿、骨骼、血管、肌肉的正常功用 增加对疾病的抵抗力 促进外伤的愈合	坏血病 齿龈发肿、流血、腐烂 牙齿松动 骨胳脆弱、坏死 毛细血管脆弱，皮下出血
维生素D_2	溶于脂肪和脂肪溶剂 耐热 不容易被氧化	增加钙和磷在小肠内的吸收 为调节钙和磷的正常代谢所必需 促进牙齿和骨骼的正常生长	儿童的软骨病 成年人的骨质软化病 容易形成龋齿 副甲状腺肿大

笔画查字表

说　明

一、本表按词条首字的画数排列。同画数内单字少的(如一、二、三、四、五及二十画以上者)按第一笔、单字多的按第一、二笔的笔形一丨丿丶乛的顺序归类。画数和笔形相同的字，按字形结构排列，先左右形字，再上下形字，后整体形字。

二、起笔部位从习惯。起笔笔形以新字形为依据，一丨丿丶乛以外的笔形作如下处理：

1. 趯(𠃌)作横(一)，如"刁"为一一，但趯和点(丶)相连的作点，如"冫"为丶丶。

2. 捺(㇏)作点(丶)，如"人"为丿丶，"又"为一丶。短撇(丿)和点对称并列的也作点(丶)，如"少"的第一二笔为丨丶，"羊"、"米"的第一二笔为丶丶。

3. 笔形带钩或曲折的作折(乛)，如"了"为乛一，"心"的第一二笔为丶乛，"才"的第一二笔为一乛。

三、首字相同的词条按词条字数的少多顺序排列，即字数少的在前，字数多的在后。

一　画

一品 ……(277)
一食 ……(2)
一头沉 ……(217)
一字条 ……(234)
一封书 ……(280)
一面灶 ……(613)
……(629)
一指条 ……(234)
一品锅 ……(539)
一副全 ……(639)
一捧雪 ……(538)
一捻珍 ……(360)
一捻酥 ……(363)
一窝丝 ……(608)
一窝鸡 ……(129)
一窝酥 ……(573)
一颗印 ……(280)
一了百当 ……(350)
一元大武 ……(25)
一日三餐 ……(2)
一曲阳春 ……(528)
一团和气 ……(419)
一级酱油 ……(182)
一鱼三味 ……(486)
一品干贝 ……(469)
一品大包 ……(599)
一品山药 ……(533)
一品双花 ……(578)
一品豆腐 ……(523)
一品饺子 ……(578)
一品烧饼 ……(561)
一品酥方 ……(416)
一品熊掌 ……(503)
一品薯泥 ……(535)
一竿寒丝 ……(528)
一般清汤 ……(251)
一火多锅灶 ……(629)
一次热水发 ……(227)
一次倒入法 ……(279)
一级服务师 ……(10)
一级服务员 ……(10)
一级面点师 ……(9)
一品罗汉菜 ……(461)
一品黄秧白 ……(518)
一炮三响灶 ……(629)
一篓油水饺 ……(572)
一级面点技工 ……(9)
一级烹调技工 ……(9)
一级烹调厨师 ……(9)
一般鱼初加工 ……(225)
一窝丝清油饼 ……(561)
乙鸟 ……(36)
乙峰 ……(220)
乙二酸 ……(648)
β—淀粉酶 ……(650)

二　画

〔一〕

二冬 ……(277)
二汤 ……(250)
二红 ……(640)
二围 ……(154)
二抽 ……(182)
二炉 ……(14)
二面 ……(88)
二拱 ……(209)
二砧 ……(15)
二锅 ……(14)
二筋 ……(277)
二墩 ……(15)
二糖 ……(645)
二镘 ……(14)
二刀肉 ……(212)
二火眼 ……(629)
二生面 ……(283)
二次油 ……(259)
二红饭 ……(332)
二荤馆 ……(11)
二荤铺 ……(10)
二厘馆 ……(12)
二度菜 ……(222)
二流芡 ……(255)
二粉片 ……(364)
二粗丝 ……(235)
二箩面 ……(88)
二刀血脖 ……(210)
二长棘鲷 ……(59)
二级酱油 ……(182)
二色蟹肉圆 ……(386)
二级服务师 ……(10)
二级服务员 ……(10)
二级面点师 ……(9)
二莜面饸饹 ……(579)
二级面点技工 ……(9)
二级烹调技工 ……(9)
二级烹调厨师 ……(9)
二丁基羧基甲苯 ……(204)
十三块 ……(38)
十大碗 ……(21)
十远羹 ……(320)
十香菜 ……(368)
……(387)
十三鲮龟 ……(39)
十香乌豆 ……(568)
十棘银鲈 ……(60)
十八街麻花 ……(566)
十字形花刀 ……(232)
十全大补汤 ……(537)
十锦蜂窝豆腐 ……(540)
丁 ……(235)
丁鱼 ……(67)
丁香 ……(191)
丁蘑 ……(129)
丁子香 ……(191)
丁香鸡 ……(438)
丁香柿 ……(142)
丁香水饺 ……(566)
丁香萝卜 ……(97)
丁香鹌鹑 ……(511)
丁子香淋脍 ……(319)
丁基羟基茴香醚 ……(204)
七寸 ……(213)
七味 ……(246)
七星 ……(278)
七彩 ……(278)
七情 ……(653)
七五粉 ……(88)
七返膏 ……(321)
七宝粥 ……(297)
七面鸡 ……(28)
七星花 ……(120)
七星灶 ……(629)
七星鱼 ……(69)
七星蟹 ……(386)
七星片鱼 ……(61)
七星剑花 ……(120)
七星浮子 ……(42)
七星紫蟹 ……(500)
七星螃蟹 ……(500)
七彩鱼面 ……(541)
七彩软筋 ……(530)
七匹半围腰 ……(8)
七宝五味粥 ……(297)
七宝卷煎饼 ……(349)
七彩三黄蛋 ……(542)
七至八成油温 ……(245)

〔丨〕

卜呼 ……(287)

〔丿〕

八木 ……(85)
八仙 ……(278)
八谷 ……(84)
八角 ……(190)
八卦 ……(38)
八宝 ……(278)
八珍 ……(23)
八鲜 ……(23)
八一粉 ……(87)
八大料 ……(178)
八大碗 ……(21)
八大锤 ……(445)
八五粉 ……(87)
八斤菜 ……(94)
八月珠 ……(190)
八甲鱼 ……(62)
八仙盘 ……(319)
八耳塔 ……(347)
八角乌 ……(137)
八角鱼 ……(62)
八角香 ……(190)
八卦汤 ……(475)
八担杏 ……(145)
八果料 ……(238)
八果馅 ……(288)
八和酱 ……(315)
八宝肉 ……(374)
八宝饭 ……(296)
八宝鸭 ……(388)
八宝蛋 ……(539)
八宝粥 ……(567)
八宝酱 ……(391)
八宝酱 ……(359)
八宝糕 ……(398)
八珍汤 ……(574)
八珍面 ……(391)
八珍糕 ……(391)
……(399)
八带鱼 ……(73)
八带鱼 ……(162)
八渡笋 ……(177)
八蒸糕 ……(399)
八儿不汤 ……(333)
八生涮锅 ……(536)
八批馃子 ……(585)
八角大茴 ……(190)
八角茴香 ……(190)
八卦鱼肚 ……(463)
八宝发糕 ……(586)
八宝百合 ……(524)
八宝肉圆 ……(374)
八宝肉粽 ……(596)
八宝豆腐 ……(525)
八宝枕头 ……(539)
八宝面筋 ……(529)
八宝南枣 ……(534)
八宝桂鱼 ……(486)
八宝鸭子 ……(454)
八宝梨罐 ……(533)
八宝稀饭 ……(610)
八宝辣酱 ……(536)
……(538)
八宝整鸭 ……(527)
八宝鳝筒 ……(488)
八珍七熬 ……(295)
八珍主人 ……(181)
八带鱼羹 ……(358)
八公山豆腐 ……(525)
八方寒食饼 ……(321)
八角花椒油 ……(192)
八果尾梨糕 ……(594)
八宝三美梨 ……(558)
八宝布袋鸡 ……(447)
八宝芋艿头 ……(539)
八宝苹果罐 ……(531)
八宝香脆鸡 ……(529)
八宝南瓜盅 ……(541)
八宝娃娃鱼 ……(513)
八宝馄饨鸡 ……(441)
八宝绿豆汁 ……(592)
八宝瓤香梨 ……(533)
八珍片熟馅 ……(289)
八珍扒大鸭 ……(456)
八珍粒熟馅 ……(289)
八宝豆腐丸子 ……(525)
人苋 ……(103)
人熊 ……(29)
人心果 ……(142)
人乳粥 ……(367)
人参饼 ……(565)
人参笋 ……(395)
人面酱 ……(184)
人造米 ……(87)
人参羊筋 ……(435)

人参桂鱼 ……(485)
人参鹿筋 ……(505)
人参蹄筋 ……(434)
人造燕窝 ……(154)
人参焖鸭子 ……(454)
人工发酵酱油 ……(182)
人工合成色素 ……(206)
人参八宝脱骨鸡 ……(440)
人参鹿茸绣球干贝 ……(537)
入味 ……(248)
入笼 ……(258)
匕 ……(621)
儿草 ……(100)
九丝 ……(278)
九谷 ……(84)
九鳝 ……(65)
九二米 ……(86)
九九鱼 ……(65)
九月香 ……(127)
九孔螺 ……(74)
九节盘 ……(550)
九节莲 ……(133)
九四米 ……(86)
九丝汤 ……(384)
九里香 ……(192)
九间狸 ……(30)
九尾羊 ……(32)
九英菘 ……(97)
九畜宴 ……(19)
九黄饼 ……(598)
九龙吊片 ……(162)
九转大肠 ……(427)
九转肠腐 ……(426)
九圆包子 ……(608)
九头狮子草 ……(132)
九头雪里蕻 ……(94)
九至十成油温 ……(245)
乃鱼 ……(68)

〔一〕

刁子 ……(46)
刁斗 ……(617)
刀工 ……(229)
刀口 ……(229)
刀口 ……(222)
刀切 ……(575)
刀功 ……(229)
刀豆 ……(112)
刀板 ……(635)
刀鱼 ……(49)
刀法 ……(229)
刀面 ……(229)
刀路 ……(229)
刀鲚 ……(50)
刀子鱼 ……(44)
刀刃排 ……(231)
刀巴豆 ……(112)
刀尖排 ……(231)
刀豆粥 ……(405)
刀坝豆 ……(112)
刀拨面 ……(573)
刀鱼圆 ……(382)
刀背排 ……(231)
刀削面 ……(300)
……(573)
刀培豆 ……(112)
刀铗豆 ……(112)
刀跟排 ……(231)
刀鞘豆 ……(112)
刀鱼卤面 ……(589)
刀削面机 ……(641)
刀鱼水晶珠 ……(475)
刀鱼豆腐羹 ……(475)

三　画

〔一〕

三叉 ……(217)
三元 ……(277)
三白 ……(277)
三鸟 ……(24)
三丝 ……(277)
三红 ……(640)
三围 ……(155)
三岔 ……(211)
三事 ……(360)
三奈 ……(194)
三抽 ……(182)
三拚 ……(280)
三炉 ……(14)
三帘 ……(142)
三砧 ……(15)
三赖 ……(194)
三鲜 ……(277)
三墩 ……(15)
三黎 ……(49)
三镘 ……(14)

三下锅 ……(340)
三及第 ……(605)
三不粘 ……(458)
三火眼 ……(629)
三叶菜 ……(106)
三生面 ……(283)
三皮丝 ……(537)
三合油 ……(251)
三色酱 ……(347)
三花肉 ……(211)
三岔肉 ……(211)
三岔肉 ……(215)
三角干 ……(171)
三角米 ……(91)
三角架 ……(638)
三角鲂 ……(45)
三角鳊 ……(45)
三杯鸡 ……(446)
三刺鲨 ……(72)
三和菜 ……(330)
三虾面 ……(569)
三美片 ……(550)
三珠草 ……(136)
三索线 ……(39)
三套鸭 ……(437)
三致口 ……(248)
三畜宴 ……(19)
三眼灶 ……(629)
三趾鹑 ……(35)
三粗丝 ……(235)
三联瓤 ……(617)
三煮瓜 ……(329)
三叠水 ……(280)
三鲜汤 ……(538)
三鲜面 ……(327)
三鲜馅 ……(288)
三餐制 ……(2)
三大件席 ……(20)
三大菌面 ……(608)
三元牛头 ……(428)
三元扒鸡 ……(447)
三片敲虾 ……(498)
三丝湖鲜 ……(485)
三耳猴头 ……(522)
三夹火腿 ……(526)
三夹象鼻 ……(502)
三色水圆 ……(607)
三色杂燴 ……(350)
三色鱼丸 ……(482)
三汤二割 ……(209)
三汤五割 ……(209)
三鸡相会 ……(544)
三杯鳝段 ……(489)
三味大虾 ……(497)
三河米饺 ……(592)
三线矶鲈 ……(60)
三虾豆腐 ……(524)
三美豆腐 ……(524)
三索锦蛇 ……(40)
三菌炖鸡 ……(451)
三彩大虾 ……(497)
三椒腰片 ……(424)
三湘腊肉 ……(148)
三蒸九扣 ……(21)
三鲜大连 ……(402)
三鲜豆皮 ……(598)
三鲜拉皮 ……(537)
三鲜锅贴 ……(586)
三七根炖鸡 ……(553)
三丝扣豆腐 ……(526)
三丝伴糟鸡 ……(446)
三丝鸡茸蛋 ……(459)
三丝素鱼翅 ……(528)
三合油味型 ……(250)
三色如意卷 ……(543)
三级服务员 ……(10)
三级面点师 ……(9)
三层玉带糕 ……(397)
三星梭子蟹 ……(70)
三疣梭子蟹 ……(70)
三湘鱼丸汤 ……(482)
三鲜山鸡卷 ……(509)
三鲜羊肉锅 ……(437)
三鲜里脊卷 ……(417)
三鲜桂鱼锅 ……(485)
三鲜海星饺 ……(561)
三鲜脱骨鱼 ……(478)
三鲜碧子团 ……(571)
三鲜瓤豆腐 ……(525)
三磷酸腺苷 ……(645)
三丝拌海蜇皮 ……(473)
三至四成油温 ……(245)
三色芙蓉丸子 ……(538)
三级烹调厨师 ……(9)
三角油酥烧饼 ……(597)
三鲜元鱼葫芦 ……(461)

三鲜铁锅烤蛋 ……(460)
三鲜烩鸭舌掌 ……(458)
干子 ……(170)
干贝 ……(163)
干丝 ……(170)
干团 ……(326)
干苔 ……(123)
干果 ……(137)
干炒 ……(261)
干虾 ……(165)
干烂 ……(262)
干炸 ……(264)
干姜 ……(189)
干蚝 ……(163)
干笋 ……(176)
干烧 ……(267)
干烙 ……(275)
干炝 ……(87)
干豉 ……(180)
干菜 ……(175)
干兜 ……(300)
干烹 ……(262)
干焖 ……(269)
干硝 ……(203)
干酪 ……(167)
干蒸 ……(272)
干鲍 ……(163)
干煸 ……(262)
干粮 ……(292)
干煎 ……(266)
干煨 ……(222)
干攒 ……(557)
干燥 ……(269)
干贝蛤 ……(74)
干贝糊 ……(469)
干巴菌 ……(125)
干咸豉 ……(347)
干扣肉 ……(410)
干竹叶 ……(137)
干豆腐 ……(170)
干鸡筋 ……(153)
干鱼片 ……(158)
干油酥 ……(281)
干药菜 ……(345)
干饼药 ……(203)
干捞儿 ……(300)
干粉糊 ……(253)
干浆糊 ……(253)
干菜笋 ……(175)
干黄酱 ……(181)
干湿粉 ……(253)
干湿糊 ……(253)
干酪素 ……(167)
干蒸鸭 ……(376)
干辣椒 ……(188)
干腐乳 ……(196)
干磨粉 ……(87)
干馍饼 ……(587)
干蟹肉 ……(165)
干贝发制 ……(228)
干贝鸡球 ……(470)
干切咸肉 ……(410)
干闭瓮菜 ……(330)
干板湟鱼 ……(159)
干鱼发制 ……(229)
干炸鱼板 ……(494)
干炸响铃 ……(539)
干炸虾枣 ……(499)
干炸黄雀 ……(529)
干炸银鱼 ……(490)
干炸蚌盖 ……(501)
干烂鱼片 ……(480)
干热灭菌 ……(655)
干笋焖鸡 ……(555)
干烧冬笋 ……(514)
干烧岩鲤 ……(479)
干烧鱼翅 ……(463)
干烧洪鲤 ……(479)
干烧象鼻 ……(502)
干烧鹿冲 ……(505)
干烧鹿筋 ……(505)
干烧湟鱼 ……(491)
干料涨发 ……(227)
干菜焖肉 ……(414)
干菜蒸肉 ……(380)
干锅蒸肉 ……(374)
干蒸百合 ……(524)
干蒸烧卖 ……(605)
干蒸鹌鹑 ……(511)
干煸牛腩 ……(430)
干煨鲫鱼 ……(385)
干煸苦瓜 ……(519)
干煸鳝鱼 ……(488)
干焖鳝鱼 ……(489)
干煎虾碌 ……(499)
干鲚鱼酱 ……(314)

干燀肚条 ……(425)
干贝冬瓜球 ……(469)
干百合发制 ……(229)
干炸网子肉 ……(420)
干炸赤鳞鱼 ……(491)
干炸黄花鱼 ……(492)
干烧口袋鱼 ……(476)
干烧鱼带网 ……(478)
干崩羊肉丝 ……(433)
干银鱼发制 ……(229)
干猪皮发制 ……(229)
干腌菜烧肉 ……(559)
干蒸烧卖馅 ……(289)
干煸牛肉丝 ……(431)
……(546)
干煸萝卜丝 ……(519)
干煸鱿鱼丝 ……(472)
干煎扁花鱼 ……(482)
干蟹肉发制 ……(229)
干巴菌韭菜花 ……(175)
干炸豆腐丸子 ……(524)
工鱼 ……(49)
工作进餐 ……(22)
士礼 ……(659)
士干皮 ……(286)
士干面团 ……(283)
土井 ……(198)
土龙 ……(83)
土白 ……(185)
土芝 ……(101)
土虫 ……(83)
土肉 ……(160)
土豆 ……(100)
土钉 ……(79)
土灶 ……(613)
土鱼 ……(57)
土虱 ……(52)
土盐 ……(180)
土哺 ……(51)
土鸭 ……(41)
土铁 ……(78)
土笋 ……(83)
土部 ……(51)
土菌 ……(126)
土蚯 ……(83)
土匙 ……(76)
土酥 ……(96)
土硝 ……(203)
土鱿 ……(162)
土蓿 ……(100)
土鲋 ……(51)
土碱 ……(203)
土蜜 ……(186)
土鹜 ……(51)
土鲶 ……(52)
土螺 ……(78)
土螽 ……(81)
土蟺 ……(83)
土麟 ……(32)
土八鲜 ……(23)
土牛儿 ……(79)
土布鱼 ……(51)
土丘冻 ……(595)
土红糖 ……(185)
土豆松 ……(237)
土豆泥 ……(237)
土豆粉 ……(205)
土龟母 ……(62)
土附子 ……(221)
土拨獭 ……(31)
土茴香 ……(103)
……(191)
土笋冻 ……(595)
土萝卜 ……(101)
土婆鱼 ……(51)
土腊肉 ……(147)
土蛸蚝 ……(81)
土腥味 ……(247)
土漆油 ……(201)
土燕窝 ……(154)
土鲩鱼 ……(45)
土露子 ……(146)
土豆丝巢 ……(237)
土豆寿桃 ……(532)
土步鱼羹 ……(377)
土豆去皮机 ……(641)
土家族粑粑 ……(555)
下火 ……(244)
下巴 ……(221)
下饭 ……(292)
下剂 ……(284)
下屉 ……(291)
下酒 ……(292)
下碱 ……(281)
下踹 ……(211)

下马宴 ……(19)
下手桌 ……(638)
下水盆 ……(635)
下仔盖 ……(214)
下江菜 ……(5)
下锅粮 ……(85)
下蜂腰 ……(213)
下五花肉 ……(211)
下巴划水 ……(479)
大开 ……(223)
……(245)
大气 ……(246)
大火 ……(245)
大玉 ……(165)
大虫 ……(29)
大件 ……(22)
大米 ……(85)
大麦 ……(88)
大芥 ……(94)
大芥 ……(97)
大豆 ……(110)
大肚 ……(157)
大灶 ……(15)
大灵 ……(29)
大青 ……(13)
大苦 ……(180)
大明 ……(98)
大鱼 ……(42)
……(58)
大油 ……(199)
大沸 ……(245)
大官 ……(9)
大药 ……(134)
大虾 ……(71)
大饼 ……(322)
……(569)
大姜 ……(239)
大桂 ……(191)
大盐 ……(178)
大烧 ……(267)
大海 ……(628)
大料 ……(190)
大宴 ……(18)
大案 ……(15)
大菜 ……(93)
……(206)
大眼 ……(57)
大椒 ……(112)
……(188)
大鼎 ……(632)
大蒜 ……(114)
大酱 ……(181)
大酵 ……(281)
大鲜 ……(57)
大嘴 ……(61)
大鲵 ……(41)
大鹬 ……(38)
大鳗 ……(53)
大羹 ……(303)
大刀豆 ……(112)
大刀面 ……(580)
大刀旋 ……(232)
大三叉 ……(217)
大干虾 ……(165)
大弋豆 ……(112)
大口干 ……(159)
大口扒 ……(49)
大口鱼 ……(68)
大口鳃 ……(46)
大王鱼 ……(57)
大开酥 ……(283)
大木花 ……(121)
大风茅 ……(191)
大乌参 ……(161)
大心菜 ……(94)
大水肚 ……(157)
大叶芥 ……(94)
大目鲭 ……(63)
大白鱼 ……(46)
大白菜 ……(93)
大白蹄 ……(418)
大包酥 ……(283)
大头羊 ……(32)
大头龟 ……(38)
大头鱼 ……(45)
……(68)
大头宝 ……(58)
大头菜 ……(94)
……(95)
大头蛏 ……(75)
大头腥 ……(68)
大头鳕 ……(68)
大发酵 ……(281)
大地鱼 ……(61)
大西米 ……(169)
大过油 ……(242)

大师傅 ……（7）
大肉翅 ……(157)
大汤碗 ……(639)
大红芡 ……(256)
大红肠 ……(151)
大麦汤 ……(333)
大麦面 ……（88）
大麦粥 ……(297)
大丽菊 ……(119)
大芫荽 ……(102)
大佐料 ……(239)
大肘花 ……(211)
大肠头 ……(213)
大角羊 ……（32）
大灵猫 ……（30）
大鸡包 ……(586)
大青盐 ……(179)
大青菌 ……(127)
大青蘑 ……(129)
大枣粥 ……(402)
大拇花 ……(121)
大转弯 ……(218)
大炒油 ……(201)
大油旋 ……(580)
大帘蛤 ……（77）
大相识 ……（17）
大草蔻 ……(194)
大茴香 ……(190)
大荤铺 ……（10）
大带鱼 ……（62）
大韭菜 ……(115)
大虾盐 ……(179)
大虾脯 ……(397)
大香糯 ……（86）
大饼店 ……（11）
大配料 ……(238)
大烧鱼 ……(478)
大海米 ……(165)
大海红 ……(163)
大宾俏 ……(238)
大理花 ……(119)
大菜膏 ……(206)
大黄鱼 ……（57）
大排骨 ……(210)
大救驾 ……(591)
大眼贼 ……（31）
大眼鲷 ……（59）
大脚菇 ……(126)
大麻鸭 ……（37）
大梁骨 ……(221)
大巢菜 ……(135)
大棘头 ……（58）
大黑蜂 ……（80）
大槽油 ……(201)
大燻肉 ……(351)
大劈刀 ……(636)
大薄片 ……(235)
　　……(422)
大翻勺 ……(258)
大一指条 ……(234)
大小虹桥 ……(324)
大马哈鱼 ……（65）
大马蹄螺 ……（78）
大白桩蘑 ……(129)
大竹醪糟 ……(607)
大众食品 ……(292)
大红腿鸭 ……（37）
大麦片粉 ……(339)
大麦米粥 ……(562)
大麦粄子 ……（88）
大麦糁子 ……（88）
大豆纤维 ……(173)
大豆黄卷 ……(174)
大花蕨蕨 ……（92）
大刮肉圆 ……(382)
大饭匙倩 ……（40）
大炖鱼肚 ……(464)
大炒京片 ……(387)
大炒里脊 ……(413)
　　……(436)
大骨牌片 ……(234)
大骨翼翅 ……(155)
大烧驼掌 ……(504)
大黄花鱼 ……（57）
大黄鱼干 ……(158)
大眼睛蛇 ……（40）
大麻哈鱼 ……（65）
大斑石鲈 ……（60）
大棵青菜 ……（93）
大煮干丝 ……(524)
大蒜干贝 ……(470)
大蒜鲶鱼 ……(490)
大膨颈蛇 ……（40）
大马哈鱼籽 ……(160)
大片铺羊面 ……(327)
大乌参发制 ……(228)

大本青苔菜 ……(123)
大头平胸龟 ……(38)
大头狗母鱼 ……(66)
大连家常面 ……(576)
大麦笋子粉 ……(339)
大良炒牛奶 ……(542)
大枣栗子羹 ……(532)
大鱼退步将 ……(486)
大泷六线鱼 ……(67)
大虾干发制 ……(229)
大烧马鞍桥 ……(488)
大理裂尻鱼 ……(49)
大黄米干饭 ……(549)
大蒙古包宴 ……(18)
大米开花馒头 ……(593)
万蛇 ……(39)
万岁子 ……(144)
万年青 ……(175)
万寿果 ……(108)
……(113)
万灵精 ……(126)
万年常青 ……(458)
才鱼 ……(52)
寸块 ……(233)
寸葱 ……(239)
寸节葱 ……(239)
寸白蛇 ……(40)
寸金条 ……(234)
弋阳鸡 ……(446)

〔丨〕

上气 ……(246)
上升 ……(14)
上火 ……(245)
上汤 ……(251)
上杂 ……(14)
上芡 ……(254)
上饭 ……(13)
上灶 ……(257)
上青 ……(156)
上味 ……(178)
……(294)
上屉 ……(259)
上脑 ……(210)
上浆 ……(252)
上菜 ……(259)
上馅 ……(290)
上巳菜 ……(105)
上马宴 ……(19)
上水盆 ……(635)
上皮刀 ……(156)
上色尾 ……(156)
上色翅 ……(156)
上青翅 ……(155)
上海菜 ……(4)
上蜂腰 ……(213)
上五花肉 ……(211)
上色吉尾 ……(156)
上色净勾 ……(156)
上汤水饺 ……(602)
上好鸡汤 ……(251)
上品酱蟹 ……(392)
上海黄鱼 ……(492)
上色全副翅 ……(155)
上汤香鸡扎 ……(449)
上浆滑油炒 ……(261)
口大 ……(248)
口小 ……(248)
口布 ……(640)
口条 ……(210)
口味 ……(248)
口轻 ……(248)
口重 ……(248)
口蘑 ……(129)
口布花 ……(22)
口汤杯 ……(640)
口码帐 ……(13)
口虾蛄 ……(72)
口袋肉 ……(417)
口蘑席 ……(21)
口袋豆腐 ……(526)
口袋鸭子 ……(458)
口蘑发制 ……(229)
口蘑蒸鸡 ……(437)
口蘑汆双脆 ……(521)
口蘑汤泡肚 ……(541)
口蘑鸭舌掌 ……(455)
口蘑烧云头 ……(429)
口蘑煨豆腐 ……(382)
口蘑羊肉末豆腐脑 ……(567)
山兰 ……(120)
山芋 ……(100)
山羊 ……(25)
山龟 ……(38)
山鸡 ……(34)
山肤 ……(124)

山药 ……(100)
山菜 ……(92)
山猪 ……(32)
……(33)
山猫 ……(30)
……(32)
山葵 ……(189)
山瑞 ……(38)
山楂 ……(139)
山蒻 ……(100)
山雉 ……(34)
山辣 ……(194)
山蜗 ……(79)
山蕗 ……(137)
山薯 ……(100)
山螺 ……(79)
山蟹 ……(70)
山獾 ……(30)
山八角 ……(191)
山万蛇 ……(40)
山乌龟 ……(38)
山东菜 ……(4)
山芋圆 ……(408)
山坑水 ……(198)
山豆根 ……(206)
山花椒 ……(184)
山芥菜 ……(133)
山里红 ……(139)
山鸡丝 ……(509)
山鸡卷 ……(509)
山鸡煽 ……(510)
山驴子 ……(33)
山板鱼 ……(41)
山板栗 ……(145)
山奈子 ……(194)
山药皮 ……(286)
山药面 ……(340)
……(348)
山药泥 ……(238)
山药饼 ……(244)
……(561)
……(592)
山药蛋 ……(100)
山药粥 ……(342)
……(366)
山药飥 ……(342)
山药糕 ……(401)
山查粥 ……(404)
山查糕 ……(394)
山洋芋 ……(100)
山栗粥 ……(366)
山脂麻 ……(192)
山海兜 ……(332)
山菌子 ……(35)
山梨酸 ……(202)
山椒鱼 ……(41)
山煮羊 ……(325)
山瑞鳖 ……(38)
山楂糕 ……(177)
……(401)
山鲐鱼 ……(63)
山溪鲵 ……(41)
山东丸子 ……(420)
山东煎饼 ……(587)
山芋鳟飥 ……(348)
山西胡麻 ……(192)
山肴野蕨 ……(23)
山珍七件 ……(23)
山珍海味 ……(23)
山珍海错 ……(23)
山茱萸粥 ……(367)
山茶花鸡 ……(452)
山药饸饹 ……(350)
山药拨鱼 ……(348)
山药胡饼 ……(349)
山药馒头 ……(407)
山粉圆子 ……(592)
山家三脆 ……(325)
山家清供 ……(661)
山堂肆考 ……(663)
山梨酸钾 ……(202)
山城小汤圆 ……(607)
山瑞初加工 ……(226)
山斑鱼初加工 ……(226)
巾杂 ……(16)

〔丿〕

千卡 ……(650)
千张 ……(170)
千章 ……(170)
千千饭 ……(297)
千斤骨 ……(213)
千克卡 ……(650)
千里风 ……(216)
千里肉 ……(347)
千里貔 ……(328)

千层饼 ……(590)
……(363)
千层剥 ……(104)
千层梯 ……(216)
千层糕 ……(563)
千金肉 ……(447)
千金菜 ……(104)
千秋席 ……(19)
千秋宴 ……(18)
千叟宴 ……(18)
千张包子 ……(590)
千层油糕 ……(593)
……(600)
千层馒头 ……(396)
千层牛肉饼 ……(582)
千层鱼茸饼 ……(565)
千金要方·食治 ……(660)
乞马粥 ……(340)
乞里麻鱼 ……(42)
川 ……(271)
川盐 ……(179)
川菜 ……(5)
川椒 ……(188)
川酱 ……(188)
川冬菜 ……(175)
川炒鸡 ……(337)
川草花 ……(118)
川猪头 ……(338)
川北凉粉 ……(608)
川饭分茶 ……(10)
川味腊肉 ……(148)
川菜菜系 ……(3)
义河蚶 ……(78)
义县伊斯兰烧饼 ……(576)
勺 ……(626)
勺子 ……(635)
勺功 ……(258)
勺扒 ……(268)
勺拌 ……(264)
勺口刀 ……(637)
勺子肉 ……(414)
勺拌鸡瓜 ……(439)
及地果 ……(146)
及第粥 ……(605)

〔丶〕

广肚 ……(157)
广柑 ……(141)
广桔 ……(141)
广蛇 ……(40)
广东菜 ……(5)
……(136)
广西菜 ……(5)
广菌谱 ……(663)
广寒糕 ……(333)
广式腊肉 ……(148)
广肚发制 ……(228)
广东菜芡头 ……(256)
广东十大名鲜 ……(24)
门菁 ……(97)
门鳝 ……(65)
门冬粥 ……(366)
门床马道 ……(10)
丫松鸡 ……(557)

〔一〕

弓鱼 ……(49)
弓寇 ……(214)
卫 ……(26)
卫生油 ……(201)
小开 ……(223)
小开 ……(245)
小火 ……(245)
小吃 ……(293)
小米 ……(88)
小麦 ……(87)
小青 ……(13)
小坯 ……(284)
小炒 ……(262)
小柿 ……(142)
小香 ……(191)
小食 ……(293)
小饺 ……(301)
小粉 ……(205)
小案 ……(15)
小菰 ……(112)
小蒜 ……(114)
小鲜 ……(57)
小嘴 ……(61)
……(293)
小刀旋 ……(232)
小干虾 ……(165)
小天酥 ……(319)
小开酥 ……(283)
小王鱼 ……(57)
小公鱼 ……(64)

小牛螺 ……(79)
小长春 ……(152)
小凤饼 ……(602)
小四海 ……(295)
小白鱼 ……(50)
……(58)
小白虾 ……(72)
小白菜 ……(93)
小包酥 ……(283)
小西米 ……(169)
小吃店 ……(11)
小吃宴 ……(21)
小肉饭 ……(549)
小杂翅 ……(156)
小杂粮 ……(85)
小红头 ……(591)
小红肠 ……(151)
小麦粉 ……(87)
小麦麸 ……(88)
小麦粥 ……(323)
……(343)
小豆粥 ……(567)
小豆腐 ……(169)
小苏打 ……(202)
小里脊 ……(211)
小良姜 ……(190)
小灵猫 ……(30)
小鸡锅 ……(633)
小刺娄 ……(103)
小金叉 ……(62)
小鱼肚 ……(157)
小炒鱼 ……(481)
小油菜 ……(93)
小相识 ……(18)
小南强 ……(192)
小茴香 ……(103)
小茶市 ……(12)
小带鱼 ……(62)
小品宴 ……(21)
小钢磨 ……(638)
小缸炉 ……(630)
小食店 ……(11)
小独眼 ……(205)
小素鸡 ……(172)
小根笋 ……(98)
小根蒜 ……(115)
小配料 ……(239)
小柴胡 ……(94)
小笊篱 ……(635)
小家伙 ……(639)
小宾俏 ……(239)
小宰羊 ……(169)
小海米 ……(165)
小料子 ……(239)
小黄瓜 ……(57)
小黄米 ……(90)
小黄鱼 ……(57)
小排骨 ……(211)
小巢菜 ……(136)
小寒豆 ……(111)
小腿粽 ……(402)
小窝头 ……(565)
小蜂儿 ……(80)
小煎鸡 ……(451)
小戴记 ……(659)
小翻勺 ……(258)
小一指条 ……(234)
小八梢鱼 ……(73)
小叶贯众 ……(136)
小肉包子 ……(593)
小米鲊肉 ……(416)
小麦淀粉 ……(205)
小豆凉糕 ……(563)
小茴香籽 ……(190)
小骨牌片 ……(234)
小野麻豌 ……(136)
小笼牛肉 ……(608)
小笼蒸饺 ……(579)
小笼馒头 ……(589)
小锅米线 ……(611)
小满汉席 ……(20)
小裹金丸 ……(364)
小蜜环菌 ……(128)
小磨香油 ……(201)
小戴礼记 ……(659)
小白龙过江 ……(481)
小鸡炖蘑菇 ……(548)
小鱼肚发制 ……(228)
小黄翅膀鱼 ……(55)
小锅卤饵块 ……(610)
小糯米汤圆 ……(400)
小叔鹿笋白羹 ……(306)
小歪辫油脂包 ……(565)
小野禽初加工 ……(225)
小笼糙肉蒸饭 ……(592)
小笼灌肠包子 ……(597)

小馒头小馄饨 ……(397)
飞 ……(242)
飞火 ……(245)
飞水 ……(241)
飞龙 ……(35)
飞奴 ……(28)
飞果 ……(243)
飞鱼 ……(67)
飞面 ……(88)
……(242)
飞虾 ……(81)
飞酱 ……(242)
飞蝗 ……(81)
飞螺 ……(75)
飞蟾 ……(82)
飞蟹 ……(70)
飞龙脯 ……(220)
飞虎翅 ……(154)
飞雷子 ……(194)
飞龙卧雪 ……(508)
飞虎尾翅 ……(155)
飞龙白蘑汤 ……(508)
飞跃活动鸡 ……(514)
叉子 ……(213)
叉烤 ……(274)
叉子饼 ……(578)
叉鱼翅 ……(155)
叉烧包 ……(606)
叉烧鸡 ……(385)
叉烧烤 ……(274)
叉子火烧 ……(577)
叉烤野鸡 ……(509)
叉烧豆腐 ……(525)
叉烧酥角 ……(602)
叉烧糯糕 ……(607)
叉烧开花包 ……(593)
叉烧金钱肉 ……(388)
叉烧蝴蝶酥 ……(606)
马 ……(26)
马刀 ……(75)
马乞 ……(340)
马勺 ……(635)
马耳 ……(594)
马先 ……(133)
马杓 ……(618)
马苋 ……(132)
马鸡 ……(34)
马乳 ……(84)
马鱼 ……(49)
马油 ……(200)
马珂 ……(76)
马面 ……(209)
马鬃 ……(135)
马脂 ……(200)
马留 ……(34)
马鹿 ……(33)
马颊 ……(75)
马蛤 ……(75)
马蛸 ……(73)
马酱 ……(308)
马蜩 ……(82)
马鲛 ……(63)
马膏 ……(200)
马熊 ……(29)
马薯 ……(117)
马蹄 ……(117)
马刀豆 ……(112)
马王菜 ……(97)
马牙菌 ……(125)
马牙葱 ……(239)
马甲柱 ……(75)
……(163)
马兰头 ……(131)
马头刀 ……(636)
马头鱼 ……(67)
马头鲸 ……(46)
马奶宴 ……(18)
马耳葱 ……(239)
马花炸 ……(595)
马连刀 ……(47)
马肝石 ……(205)
马肚盘 ……(335)
马肠子 ……(552)
马尾丝 ……(172)
马齿豆 ……(110)
马齿苋 ……(132)
马驹儿 ……(337)
马珂螺 ……(76)
马面鲀 ……(68)
马莲肉 ……(410)
马铃薯 ……(99)
马萝卜 ……(189)
马鹿贝 ……(76)
马粟草 ……(116)
马鞍桥 ……(280)
……(390)

马踏菜 ……(132)
马蹄灶 ……(629)
马蹄卷 ……(399)
……(607)
马蹄笋 ……(98)
马蹄粉 ……(205)
马蹄葱 ……(239)
马蹄糕 ……(605)
马蹄蟹 ……(72)
马镫壶 ……(625)
马耳朵葱 ……(239)
马肉米粉 ……(606)
马齿龙芽 ……(132)
马齿菜粥 ……(343)
马面鱼干 ……(159)
马铃薯皮 ……(286)
马铃薯粉 ……(205)
马家烧麦 ……(576)
马蹄烧饼 ……(561)
马思答吉汤 ……(333)
马鞍桥油糕 ……(579)
马鞍桥烧肉 ……(488)
马蹄米粉饺 ……(606)
马蹄炒双脆 ……(542)
马蹄炒双球 ……(543)
马铃薯初加工 ……(226)
子鱼 ……(49)
……(64)
子面 ……(282)
子姜 ……(101)
子菜 ……(122)
子鲢 ……(50)
子午莲 ……(118)
子母火 ……(245)
子母会 ……(511)
子母龟 ……(327)
子母灶 ……(613)
……(629)
子鱼酱 ……(308)
子面筋 ……(168)
子龙脱袍 ……(489)
子史精华 ……(664)
子母仙桃 ……(327)
子面锅盔 ……(598)
子萝鸭片 ……(457)
子姜野兔肉 ……(553)
乡味 ……(294)
乡饮酒 ……(19)
乡试宴 ……(19)
乡饮耆宾 ……(19)
乡味杂咏 ……(665)
幺师 ……(16)

四　画

〔一〕

比目鱼 ……(61)
比翼双飞 ……(536)
比翼连理 ……(477)
切 ……(229)
切刀 ……(636)
切剂 ……(284)
切面 ……(291)
……(299)
切配 ……(229)
切肉机 ……(641)
切面刀 ……(636)
切面粥 ……(316)
切菜机 ……(641)
切粉作业线 ……(642)
扎碱 ……(281)
扎味干丝 ……(525)
支竹 ……(171)
支鱼 ……(65)
支解香 ……(191)
艺文类聚·食物部 ……(660)
艺林汇考·饮食部 ……(664)
云头 ……(216)
云耳 ……(214)
云吞 ……(301)
云豆 ……(111)
云板 ……(633)
云苓 ……(126)
云腿 ……(149)
云云馍 ……(579)
云母矾 ……(202)
云阳汤 ……(389)
云吞面 ……(606)
云英麸 ……(324)
云南菜 ……(5)
云南稗 ……(90)
云扁豆 ……(111)
云雾茶 ……(194)
云片猴头 ……(521)
云波猴头 ……(521)
云雾香团 ……(539)
云肝片皮鸡 ……(450)

云雾熏石鸡 ……(514)
云林堂饮食制度集 ……(662)
元肉 ……(178)
元米 ……(86)
元麦 ……(88)
元鸡 ……(171)
元鱼 ……(38)
元宝 ……(280)
元宵 ……(302)
元菜 ……(38)
元蘑 ……(128)
元日宴 ……(18)
元旦宴 ……(18)
元会宴 ……(18)
元宝肉 ……(212)
……(413)
元宝鸡 ……(152)
元修菜 ……(136)
元宵机 ……(641)
元宵饼 ……(398)
元宵粉 ……(87)
元宝鱼翅 ……(462)
元谋小米线 ……(611)
元葱炒斑鸠 ……(512)
元蘑焖山鸡 ……(509)
无心果 ……(398)
无心炙 ……(320)
无心草 ……(133)
无心菜 ……(104)
无机盐 ……(647)
无花果 ……(141)
无齿蚌 ……(77)
无脚蛆 ……(81)
无厣螺 ……(79)
无鳞鱼 ……(49)
无为熏鸭 ……(455)
无皮馒头 ……(399)
无针乌贼 ……(73)
无肠公子 ……(69)
无盐酱油 ……(182)
无碱蒸馍 ……(573)
无褶包捏 ……(291)
无鳞花鱼 ……(55)
无水碳酸钠 ……(203)
无皮小红肠 ……(151)
无锡肉骨头 ……(421)
无刺刀鱼全席 ……(20)
天女 ……(36)
天瓜 ……(107)
天花 ……(128)
……(216)
天罗 ……(107)
天泉 ……(197)
天厨 ……(6)
天鹅 ……(37)
天螺 ……(79)
天公掌 ……(100)
天仙菜 ……(123)
天吊瓜 ……(107)
天孙脍 ……(388)
天花板 ……(210)
……(216)
天花菜 ……(128)
天花蕈 ……(128)
天荔枝 ……(109)
天香菜 ……(131)
天津菜 ……(4)
天籼米 ……(92)
天络丝 ……(107)
天紫苏 ……(136)
天鹅蛋 ……(76)
天然子 ……(138)
天然饼 ……(397)
天脔炙 ……(76)
……(320)
天精草 ……(106)
天螺蛳 ……(79)
天目笋干 ……(177)
天目笋尖 ……(177)
天花包子 ……(341)
天花粉粥 ……(323)
天花鲝鲝 ……(321)
天竺牡丹 ……(119)
天津火锅 ……(536)
天津驴肉 ……(148)
天麻扣鸡 ……(558)
天然色素 ……(206)
天生复脉汤 ……(186)
天花鸡丝卷 ……(573)
天麻鸳鸯鸽 ……(511)
天福斋酱肘 ……(403)
天然发酵酱油 ……(181)
天厨聚珍妙馔集 ……(662)
夫子酒 ……(195)
夫妻肺片 ……(431)
开水 ……(198)

开阳 ……(165)
开花 ……(299)
开条 ……(291)
开胃 ……(653)
开洋 ……(165)
开堂 ……(12)
开酥 ……(283)
开膛 ……(223)
开口笑 ……(593)
开门作 ……(11)
开水面 ……(283)
开乌参 ……(161)
开花葱 ……(239)
开水白菜 ……(514)
开花小馍 ……(586)
开屏鸭蛋 ……(459)
开远小卷粉 ……(610)
开洋扒蒲菜 ……(517)
开洋萝卜糊 ……(587)
开洋葱油煨面 ……(569)
井水 ……(198)
井盐 ……(179)
#字纹 ……(233)
不托 ……(300)
不乃羹 ……(322)
不见天 ……(210)
不死曲 ……(126)
不死面 ……(126)
不死菜 ……(132)
不落夹 ……(367)
不翻汤 ……(597)
不锈钢锅 ……(632)
不完全蛋白质 ……(644)
不饱和脂肪酸 ……(645)
木瓜 ……(113)
木奴 ……(141)
木耳 ……(124)
木耳 ……(124)
木叔 ……(124)
木叔 ……(189)
木鱼 ……(121)
木盐 ……(180)
木莲 ……(120)
木粟 ……(106)
木犀 ……(192)
木蜜 ……(143)
……(186)
木稷 ……(90)
木薯 ……(101)
木檑 ……(124)
木叶鲽 ……(62)
木瓜汤 ……(334)
木耳菹 ……(318)
木围裙 ……(638)
木鱼子 ……(333)
木炭灶 ……(629)
木辂鱼 ……(48)
木屐菜 ……(122)
木菠萝 ……(141)
木梨花 ……(192)
木蓝汁 ……(207)
木槿花 ……(119)
木薯粉 ……(205)
木瓜烧鱼 ……(555)
木立甘蓝 ……(96)
木芙蓉花 ……(120)
木香花粥 ……(404)
木槿花粥 ……(404)
木樨蚬子 ……(470)
木立花椰菜 ……(96)
木蜜金毛面 ……(324)
瓦块 ……(234)
瓦垅 ……(549)
瓦鱼 ……(53)
瓦珑 ……(76)
瓦雀 ……(36)
瓦罇 ……(632)
瓦块葱 ……(239)
瓦垄蛤 ……(76)
瓦屋子 ……(75)
瓦罇焗 ……(274)
瓦罇焗 ……(270)
瓦罐鸡汤 ……(448)
瓦氏雅罗鱼 ……(48)
瓦罇焗水鱼 ……(475)
瓦罐焖狗肉 ……(554)
瓦锅焗穿山甲 ……(507)
瓦罇焗文岁鲤 ……(479)
王八 ……(38)
王瓜 ……(108)
王芋 ……(100)
王枇 ……(142)
王蛇 ……(40)
王字蛇 ……(40)
王坟豆 ……(110)
王余鱼 ……(61)
王鸭子 ……(608)

王小二大饼 ……(574)
王大山的爆肚 ……(571)
王太守八宝豆腐 ……(378)
王记剪子股麻花 ……(566)
五入 ……(652)
五气 ……(652)
五谷 ……(84)
五辛 ……(92)
五果 ……(137)
五味 ……(246)
……(652)
五宜 ……(652)
五柳 ……(278)
五荤 ……(92)
五种 ……(84)
五香 ……(178)
五臭 ……(246)
五畜 ……(24)
五菜 ……(92)
五彩 ……(278)
五裁 ……(652)
五禁 ……(652)
五廉 ……(142)
五福 ……(278)
五熏 ……(93)
五熘 ……(264)
五仁墩 ……(575)
五叶梅 ……(599)
五生盘 ……(319)
五行草 ……(132)
五色虾 ……(71)
五色糕 ……(302)
五花肉 ……(211)
五花脊 ……(210)
五花糕 ……(549)
五步蛇 ……(40)
五步跳 ……(40)
五谷饭 ……(552)
五辛盘 ……(313)
五味姜 ……(345)
五味脯 ……(315)
五味粥 ……(297)
五味蟹 ……(356)
五毒蛇 ……(39)
五柳料 ……(238)
……(244)
五香肉 ……(380)
五香肚 ……(388)
五香面 ……(390)
五香盐 ……(179)
五香粉 ……(192)
五香菜 ……(395)
五香糕 ……(331)
五侯鲭 ……(306)
五梅子 ……(184)
五敛子 ……(142)
五彩魏 ……(196)
五鼎芝 ……(125)
五鼎食 ……(305)
五掌菜 ……(122)
五道黑 ……(50)
五福饼 ……(324)
五辣酱 ……(361)
五熟釜 ……(616)
五加芽粥 ……(331)
五丝金鱼 ……(476)
五色丸子 ……(412)
五色馄饨 ……(318)
五羊钩翅 ……(155)
五花三层 ……(211)
五花肋条 ……(211)
五谷为养 ……(652)
五角瓜参 ……(161)
五味子藤 ……(184)
五味瓜酱 ……(359)
五味角鹿 ……(505)
五味所入 ……(652)
五味所伤 ……(653)
五味所合 ……(652)
五味所禁 ……(652)
五味偏嗜 ……(653)
五味焙鸡 ……(445)
五果为助 ……(652)
五柳鲧鱼 ……(481)
五荤三厌 ……(24)
五香飞龙 ……(508)
五香肉干 ……(413)
五香舌丝 ……(383)
五香豆蛆 ……(554)
五香卤药 ……(192)
五香驴肉 ……(567)
五香味型 ……(249)
五香狗肉 ……(506)
……(592)
五香素鸡 ……(528)
五香黄豆 ……(587)

五香排骨 ……(588)
五香野鸭 ……(510)
五香熏鱼 ……(390)
五香糟油 ……(195)
五般馄饨 ……(318)
五畜为益 ……(652)
五菜为充 ……(652)
五彩鱼丝 ……(486)
五棘银鲈 ……(60)
五辈壮馍 ……(597)
五滋六味 ……(246)
五熘夹沙 ……(412)
五色糯米饭 ……(554)
五级面点师 ……(9)
五宝香瓜盅 ……(535)
五星苹果鸡 ……(443)
五香回卤干 ……(588)
五香豆腐干 ……(172)
五香芭蕉花 ……(559)
五香卤斑鸠 ……(513)
五香茶叶蛋 ……(588)
五香烧响螺 ……(471)
五香脱骨鸡 ……(452)
五香葱油鸭 ……(456)
五香酵面卷 ……(575)
五香熏铁雀 ……(512)
五香爆青鱼 ……(480)
五彩牛百页 ……(431)
五彩奶油夹 ……(605)
五彩皮蛋盏 ……(603)
五彩皮蛋酥 ……(603)
五彩炒虾丝 ……(499)
五彩炒鸭丝 ……(457)
五彩炒黄獐 ……(506)
五彩黄獐丝 ……(506)
五彩瓤猪肚 ……(426)
五福喜临门 ……(553)
五至六成油温 ……(245)
五级烹调厨师 ……(9)
五香生炸麂子 ……(505)
五香脱骨扒鸡 ……(443)
牙鱼 ……(65)
牙带 ……(62)
牙偏 ……(61)
牙祭 ……(3)
牙签 ……(641)
牙鲆 ……(61)
牙獐 ……(33)
牙鲜 ……(61)
牙鲬 ……(61)
牙拣翅 ……(157)
牙签丝 ……(235)
牙签筒 ……(641)
牙合确甫 ……(584)
车虾 ……(71)
车前 ……(135)
车渠 ……(77)
车蛤 ……(76)
车螯 ……(77)
车片鱼 ……(60)
车轮菜 ……(135)
车梨子 ……(139)
车螯鲆 ……(358)
车轱轳草 ……(135)
丰本 ……(115)
丰虾 ……(71)
韦巨源食谱 ……(660)
韦氏杆菌食物中毒 ……(658)
太平 ……(83)
太牢 ……(25)
太明 ……(98)
太官 ……(8)
太羹 ……(303)
太古菜 ……(93)
太后饼 ……(580)
太阳鱼 ……(494)
太极图 ……(528)
太极饼 ……(598)
太官令 ……(9)
太白鸭子 ……(457)
太师酥饼 ……(611)
太阳鸡糕 ……(403)
太阳能灶 ……(630)
太极鳝鱼 ……(488)
太牢烧卖 ……(607)
太官令丞 ……(9)
太学馒头 ……(326)
太湖三白 ……(24)
太湖船点 ……(587)
太平洋柔鱼 ……(73)
太平洋鲱鱼 ……(63)
太极干巴菌 ……(522)
太平广记·食 ……(661)
太平御览·饮食部 ……(661)
犬 ……(26)
犬肩 ……(307)

犬膳 ……(312)
犬膏 ……(200)
犬羹 ……(304)
犬肉粥 ……(323)
犬肝炙 ……(307)
犬其匆炙 ……(307)
戈渣皮 ……(286)
匹 ……(27)
巨胜 ……(192)
巨胜奴 ……(321)
巨陡头 ……(129)

〔丨〕

止血 ……(653)
少牢 ……(25)
少炒肉 ……(387)
少数民族菜 ……(6)
中爪 ……(165)
中火 ……(2)
……(245)
中饭 ……(2)
中青 ……(156)
中面 ……(590)
中食 ……(2)
中庭 ……(99)
中席 ……(17)
中尊 ……(623)
中馈 ……(8)
中餐 ……(2)
中母笋 ……(98)
中华鳖 ……(38)
中色尾 ……(156)
中色翅 ……(156)
……(156)
……(156)
中尚食 ……(9)
中国菜 ……(3)
中国鲎 ……(72)
中峰腰 ……(213)
中逢花 ……(99)
中馈录 ……(665)
中爪腐衣 ……(539)
中华竹鼠 ……(32)
中华米虾 ……(72)
中华蚱蜢 ……(81)
中色皮刀 ……(156)
中色吉尾 ……(156)
中色净勾 ……(156)
中国毛虾 ……(72)
中国对虾 ……(71)
中国南瓜 ……(109)
中国绿螂 ……(75)
中国蛤蜊 ……(76)
中等硬水 ……(197)
中堡醉蟹 ……(501)
中式葡国鸡 ……(447)
中华绒螯蟹 ……(69)
中国枪乌贼 ……(73)
中国圆田螺 ……(78)
中和轩包子 ……(571)
内伤 ……(653)
内经 ……(659)
内厨 ……(7)
内饕 ……(8)
内刀法 ……(233)
内配料 ……(238)
内脏油 ……(199)
内紫蛤 ……(76)
内御膳房 ……(6)
内膳中士 ……(9)
贝母鸡 ……(558)
贝母粥 ……(331)
贝类中毒 ……(656)
贝母煨牛肉 ……(430)
见手青 ……(126)
见风消 ……(321)
日及 ……(120)
日月贝 ……(74)
日月肠 ……(359)
日落黄 ……(208)
日月大虾 ……(495)
日本加吉 ……(67)
日本沼虾 ……(71)
日本海鲂 ……(65)
日用本草 ……(663)
日食菜物 ……(665)

〔丿〕

仁汉菜 ……(103)
什景 ……(278)
什锦 ……(278)
什大酥 ……(568)
什色参 ……(161)
什锦面 ……(589)
什锦拼 ……(280)
什锦菜 ……(244)
什锦馅 ……(288)

什锦山鸡 ……(509)
什锦火锅 ……(536)
什锦豆生 ……(611)
什锦鱼羹 ……(540)
什锦春卷 ……(610)
什锦虾球 ……(498)
什锦美点 ……(587)
什锦鸭羹 ……(454)
什锦烧饼 ……(565)
什锦葵花 ……(537)
什锦人参果 ……(532)
什锦人参羹 ……(532)
什锦豆腐箱 ……(524)
什锦素菜包 ……(589)
什锦蜂窝山鸡 ……(509)
什锦雪哈杏仁豆腐 ……(513)
仆累 ……(79)
仆粳 ……(297)
化痰 ……(653)
化金石 ……(203)
化皮堆皮 ……(285)
化学酱油 ……(182)
化学膨松 ……(282)
化学鱼酱油 ……(187)
化学膨松法 ……(283)
化骨酥鲫鱼 ……(481)
刈菜 ……(94)
从食 ……(293)
气味 ……(652)
气圆 ……(246)
气鲽鱼 ……(55)
气鼓子 ……(55)
气电多用灶 ……(630)
介鱼 ……(46)
仓馒头 ……(341)
公鸡 ……(27)
公丁香 ……(191)
公鱼皮 ……(158)
公奎龙 ……(67)
分茶 ……(10)
分水骨 ……(210)
分株紫萁 ……(136)
分次倒入法 ……(279)
分装蒸腊熊 ……(319)
手勺 ……(635)
手饼 ……(351)
手牌 ……(14)
手磨 ……(638)
手巾蛇 ……(39)
手扯鸡 ……(440)
手抓肉 ……(584)
手把肉 ……(434)
手烦肉 ……(356)
手撇面 ……(347)
手抓羊肉 ……(547)
手把羊肉 ……(432)
手撕腊鹧鸪 ……(513)
毛口 ……(64)
毛子 ……(43)
毛瓜 ……(107)
毛齐 ……(50)
毛汤 ……(250)
……(250)
毛豆 ……(110)
毛鸡 ……(217)
毛狗 ……(31)
毛鱼 ……(53)
毛虾 ……(72)
毛翅 ……(156)
毛鸭 ……(219)
毛笋 ……(98)
毛蚶 ……(76)
毛蛤 ……(76)
毛燕 ……(153)
毛蟹 ……(69)
毛木耳 ……(124)
毛毛菜 ……(124)
毛牛肉 ……(431)
毛竹笋 ……(98)
毛花鱼 ……(50)
毛豆腐 ……(170)
毛鬼伞 ……(131)
毛姜醋 ……(252)
毛冠鹿 ……(33)
毛峰茶 ……(194)
毛常肚 ……(157)
毛蛤蜊 ……(76)
毛腊果 ……(113)
毛鲶肚 ……(157)
毛鲶鱼 ……(58)
毛头乳蕈 ……(127)
毛豆抓饼 ……(592)
毛肚火锅 ……(431)
毛蒸鱼菜 ……(310)
毛腿沙鸡 ……(36)
毛镊铲刀 ……(636)

毛柄金钱菌 ……(129)
毛峰熏鲋鱼 ……(475)
午饭 ……(2)
午供 ……(2)
午茶 ……(2)
午宴 ……(19)
午餐 ……(2)
午餐肉 ……(151)
牛 ……(24)
牛仔 ……(25)
牛头 ……(214)
牛奶 ……(84)
牛舌 ……(135)
……(214)
牛冲 ……(215)
牛肝 ……(215)
牛肚 ……(215)
牛尾 ……(215)
牛乳 ……(84)
牛鱼 ……(53)
牛炙 ……(304)
……(307)
牛油 ……(199)
牛柳 ……(214)
牛胃 ……(215)
牛首 ……(214)
牛载 ……(307)
牛脂 ……(199)
牛脸 ……(304)
牛脑 ……(214)
牛酒 ……(305)
牛排 ……(214)
牛脚 ……(215)
牛脯 ……(307)
……(351)
牛腩 ……(214)
牛脸 ……(214)
牛戴 ……(304)
牛掌 ……(215)
牛遗 ……(135)
牛蛙 ……(41)
牛犊 ……(25)
牛筋 ……(215)
牛腰 ……(215)
牛腽 ……(215)
牛蹄 ……(215)
牛臆 ……(307)
牛痛 ……(307)
牛鞭 ……(215)
牛八菌 ……(126)
牛干巴 ……(152)
牛上脑 ……(214)
牛口条 ……(214)
牛毛广 ……(136)
牛毛丝 ……(235)
牛心炙 ……(308)
牛白羹 ……(306)
牛外肾 ……(215)
牛外脊 ……(214)
牛玄光 ……(215)
牛奶柿 ……(142)
牛耳刀 ……(636)
牛肉干 ……(393)
牛肉丸 ……(607)
牛肉肠 ……(150)
牛肉脯 ……(342)
牛舌片 ……(234)
……(609)
牛舌鱼 ……(62)
牛后腿 ……(214)
牛匆炙 ……(307)
牛护膝 ……(214)
牛连贴 ……(215)
牛里脊 ……(214)
牛肚岗 ……(215)
牛肚弦 ……(215)
牛肚梗 ……(215)
牛肚领 ……(215)
牛肚梁 ……(215)
牛条虫 ……(658)
牛尾鱼 ……(67)
牛尾狸 ……(30)
牛尾貍 ……(333)
牛苦羹 ……(307)
牛乳粥 ……(366)
牛泥茨 ……(136)
牛星草 ……(90)
牛骨髓 ……(215)
牛肱炙 ……(311)
牛饼子 ……(351)
牛前腿 ……(214)
牛乘炙 ……(307)
牛逢羹 ……(307)
牛通脊 ……(214)
牛眼蛤 ……(76)
牛腩酥 ……(605)

牛清汤 ……(251)
牛颈肉 ……(214)
牛撒撇 ……(560)
牛蹄花 ……(430)
牛蹄筋 ……(215)
牛濯胃 ……(307)
牛臀尖 ……(215)
牛天花板 ……(214)
牛中三杰 ……(430)
牛奶炒末 ……(576)
牛皮木耳 ……(124)
牛耳朵草 ……(135)
牛肉瓜齑 ……(347)
牛肉煎饼 ……(591)
牛汤粉丝 ……(588)
牛乳煨鸡 ……(387)
牛肚三位 ……(430)
牛油方戟 ……(605)
牛骨髓油 ……(199)
牛首酪羹 ……(306)
牛筋窝窝 ……(565)
牛腊鹿脩 ……(346)
　　……(367)
牛粪火炉 ……(631)
牛蒡根粥 ……(331)
牛腮巴菌 ……(126)
牛中喜烧饼 ……(597)
牛头初加工 ……(224)
牛奶煮弓鱼 ……(557)
牛肉汤豆丝 ……(600)
牛肉抠饺子 ……(600)
牛肉初加工 ……(224)
牛肉烧卖馅 ……(289)
牛舌头烧饼 ……(572)
牛肚初加工 ……(224)
牛乳蒸羊羔 ……(390)
牛妳子烧饼 ……(341)
牛蹄初加工 ……(224)
牛鞭初加工 ……(224)
牛奶乳扇核桃茶 ……(557)
升鼎 ……(616)
升阳菜 ……(134)
长豆 ……(111)
长林 ……(60)
长肱 ……(42)
长鱼 ……(53)
长面 ……(300)
长卿 ……(70)
长脐 ……(69)
长胶 ……(157)
长瓠 ……(107)
长葱 ……(239)
长蛸 ……(73)
长腰 ……(85)
长生果 ……(146)
长生韭 ……(115)
长生粥 ……(321)
长年菜 ……(94)
长吻鮠 ……(50)
长吻鮈 ……(50)
长身鳊 ……(45)
长尾雉 ……(34)
长命菜 ……(132)
长鱼席 ……(20)
长春鳊 ……(45)
长栝楼 ……(108)
长蛇鳚 ……(67)
长脖鱼 ……(61)
长葱段 ……(239)
长腕蛸 ……(73)
长溜尖 ……(574)
长嘴鳜 ……(46)
长臂虾 ……(71)
长兴鳝丝 ……(489)
长寿果粥 ……(404)
长沙蒲鲊 ……(315)
长尾野鸡 ……(34)
长鱼血子 ……(221)
长肋日月贝 ……(74)
长垣豆腐脑 ……(597)
长白山梅花鹿肉 ……(504)
片 ……(230)
片 ……(234)
片刀 ……(636)
片活 ……(171)
片胶 ……(157)
片糖 ……(185)
片糕 ……(551)
片馕 ……(584)
片肘花 ……(548)
片饽饽 ……(577)
片黄糖 ……(185)
片皮乳猪 ……(415)
片丝火烧 ……(561)
反胃 ……(654)
反刀片 ……(231)

反白青翅 ……(155)
爪哇薯 ……(100)
欠火 ……(244)
欠锅 ……(244)
欠碱 ……(282)
乌头 ……(64)
……(75)
……(146)
乌芋 ……(117)
乌麦 ……(90)
……(91)
乌龟 ……(38)
乌郁 ……(116)
乌鱼 ……(52)
乌参 ……(161)
乌茨 ……(117)
乌钩 ……(43)
乌圆 ……(26)
乌贼 ……(73)
乌狼 ……(55)
乌梅 ……(183)
乌麻 ……(192)
乌棒 ……(52)
乌蜂 ……(80)
乌鲫 ……(43)
乌燕 ……(153)
乌鳜 ……(29)
乌鲭 ……(44)
乌鳎 ……(64)
乌鳒 ……(73)
乌鳊 ……(45)
乌糯 ……(135)
乌鳢 ……(52)
乌风蛇 ……(40)
乌龙茶 ……(194)
乌仔鳎 ……(64)
乌皮鳗 ……(65)
乌虫参 ……(161)
乌肉蛇 ……(39)
乌龟豆 ……(588)
乌饭团 ……(591)
乌饭糕 ……(590)
乌沙翅 ……(156)
乌鸡汤 ……(342)
乌青鱼 ……(44)
乌松菌 ……(127)
乌狗参 ……(161)
乌鱼干 ……(162)
乌鱼蛋 ……(162)
乌原鲤 ……(43)
乌圆参 ……(161)
乌贼蛋 ……(162)
乌狼鲨 ……(159)
乌梢蛇 ……(40)
乌勒莫 ……(575)
乌麻油 ……(201)
乌颊鱼 ……(59)
乌榄仁 ……(144)
乌塌菜 ……(93)
乌塘鳢 ……(68)
乌鞘蛇 ……(40)
乌牛粪菇 ……(126)
乌龙戏珠 ……(465)
乌龙卧莲 ……(442)
乌龙珍珠 ……(468)
乌龙雪塔 ……(466)
乌龙蟠桃 ……(521)
乌他模子 ……(634)
乌驴皮汤 ……(344)
乌雌鸡羹 ……(322)
乌龙卧香槽 ……(466)
乌龙卧彩云 ……(465)
乌苏里白鲑 ……(65)
乌饭树叶汁 ……(206)
乌金白菜粥 ……(405)
乌鱼蛋发制 ……(228)
乌狼鲨烤肉 ……(493)
乌脚绿竹笋 ……(98)
勾妆指 ……(101)
勾芡 ……(254)
勾鱼 ……(65)
勾面 ……(348)
勾糊 ……(254)
丹若 ……(140)
丹荔 ……(140)
丹袋 ……(217)
丹棘 ……(118)
丹黍米 ……(89)
月斧 ……(77)
月饼 ……(303)
月翅 ……(156)
月腿 ……(149)
月一盘 ……(101)
月下香 ……(119)
月牙片 ……(235)
月牙腿 ……(149)

月瓜菜 ……(551)
月明瓜 ……(108)
月桂叶 ……(191)
月鲫仔 ……(44)
月季蛋糕 ……(574)
月盛斋五香酱羊肉 ……(403)
风肉 ……(149)
风苡 ……(97)
风鸡 ……(152)
……(398)
风味 ……(294)
风鱼 ……(158)
……(329)
……(406)
风炉 ……(614)
风枴 ……(397)
风栗 ……(144)
……(391)
风菱 ……(176)
风猪 ……(148)
风腿 ……(149)
风蹄 ……(149)
风鳗 ……(53)
……(159)
风鳝 ……(53)
风干肉 ……(417)
风干肠 ……(150)
风干鸡 ……(152)
风车形 ……(280)
风白鱼 ……(386)
……(483)
风板鸭 ……(371)
风味店 ……(11)
风消饼 ……(361)
风消糖 ……(364)
风猪肉 ……(361)
风暴鱼 ……(494)
风箱灶 ……(614)
……(630)
风干牛肉 ……(152)
风干羊肉 ……(151)
风干羊腿 ……(151)
风干荸荠 ……(176)
风干猪头 ……(149)
风干猪肉 ……(149)
风干猪肝 ……(149)
风肉煨蚌 ……(470)
风味食品 ……(292)
风干带毛鸡 ……(152)
风阳瓤豆腐 ……(525)
凤爪 ……(218)
凤头 ……(217)
凤足 ……(218)
凤尾 ……(278)
凤虾 ……(71)
凤翅 ……(278)
凤眼 ……(278)
凤梨 ……(143)
凤鲚 ……(50)
凤吞翅 ……(450)
凤尾刀 ……(637)
凤尾形 ……(234)
凤尾条 ……(234)
凤尾鱼 ……(50)
凤尾油 ……(436)
凤尾翅 ……(156)
凤尾菇 ……(128)
凤菇包 ……(569)
凤眼片 ……(235)
凤眼果 ……(141)
凤梨参 ……(160)
凤凰胎 ……(319)
……(477)
凤吞花菇 ……(444)
凤尾金腐 ……(523)
凤尾油菜 ……(244)
凤尾桃花 ……(496)
凤尾烧卖 ……(569)
凤尾鸽蛋 ……(458)
凤果鸡球 ……(449)
凤炖牡丹 ……(539)
凤胎鱼翅 ……(462)
凤翅蹄筋 ……(424)
凤凰归巢 ……(441)
凤凰出世 ……(439)
凤凰奶糊 ……(605)
凤凰鱼翅 ……(461)
凤凰脑子 ……(391)
凤蛋犴鼻 ……(504)
凤巢三丝 ……(537)
凤粥鱼翅 ……(462)
凤腿鲜鲍 ……(468)
凤翥麦饼 ……(611)
凤庆粑粑卷 ……(610)
凤衣菊花卷 ……(544)
凤足炖冬菇 ……(447)

凤腿扒辽参 ……(466)

〔丶〕

六米 ……(84)
六合 ……(278)
六谷 ……(84)
六饮 ……(1)
六陈 ……(84)
六味 ……(246)
六和 ……(246)
六宝 ……(278)
六牲 ……(24)
六畜 ……(24)
六盅 ……(84)
六兽 ……(24)
六粢 ……(84)
六膳 ……(1)
六膳 ……(24)
六禽 ……(24)
六月柿 ……(113)
六六鱼 ……(43)
六六席 ……(21)
六件鲨 ……(56)
六谷米 ……(91)
六线鱼 ……(67)
六畜宴 ……(19)
六角馓饼 ……(586)
六顶六席 ……(21)
六碗八碟 ……(21)
六碗十二碟 ……(21)
六谷米焖猪脚 ……(554)
文火 ……(245)
文甲 ……(39)
文鱼 ……(52)
文蛋 ……(385)
文蛤 ……(76)
文岂鲤 ……(43)
文先果 ……(139)
文武刀 ……(636)
文武火 ……(245)
文武肉 ……(381)
文昌鸡 ……(448)
文昌鱼 ……(69)
文烤鸡 ……(444)
文蛤饼 ……(589)
文鳐鱼 ……(67)
文山鸡丁 ……(446)
文思豆腐 ……(525)
文山椒盐饼 ……(611)
文山汆肉米线 ……(611)
方目 ……(37)
方肉 ……(211)
方鸡 ……(172)
方鱼 ……(45)
方参 ……(161)
方腿 ……(150)
方糖 ……(185)
方彝 ……(623)
方头刀 ……(636)
方头鱼 ……(67)
方头糕 ……(403)
方竹笋 ……(98)
方刺参 ……(160)
方便面 ……(300)
方腊鱼 ……(486)
方便食品 ……(292)
方格星虫 ……(79)
方头水鼻子 ……(47)
方腕寄居蟹 ……(71)
户皮 ……(215)
火力 ……(244)
火叉 ……(632)
火爪 ……(213)
火方 ……(213)
火功 ……(244)
火头 ……(8)
火发 ……(227)
火肉 ……(360)
火米 ……(86)
火饭 ……(296)
火鸡 ……(28)
……(362)
火码 ……(213)
火剂 ……(209)
火炉 ……(614)
火钩 ……(632)
火食 ……(293)
火盆 ……(614)
……(631)
火饼 ……(177)
火鸭 ……(362)
火钳 ……(615)
……(632)
火候 ……(244)
火烧 ……(584)
火雀 ……(36)

火剪 ……(615)
……(632)
火葱 ……(114)
火硝 ……(203)
火锅 ……(633)
火鹅 ……(362)
火塘 ……(613)
火蒜 ……(196)
火腿 ……(149)
……(213)
火筋 ……(615)
火筷 ……(632)
火锹 ……(632)
火箍 ……(615)
火燎 ……(222)
火膧 ……(213)
火上的 ……(14)
火牛肉 ……(362)
火头军 ……(8)
火夹片 ……(235)
火羊肉 ……(362)
火花盐 ……(179)
火把肉 ……(552)
火灵库 ……(27)
火炙猪 ……(356)
火柿子 ……(113)
火炭菌 ……(126)
火柴丝 ……(235)
火烤肉 ……(552)
火烧肉 ……(552)
火烧鱼 ……(555)
……(555)
火烧炉 ……(629)
火烧猪 ……(148)
……(559)
火烧鳊 ……(54)
火猪肉 ……(361)
火鹿肉 ……(362)
火链片 ……(235)
火焰菜 ……(105)
火筷子 ……(615)
火腿汁 ……(252)
火腿肠 ……(151)
火腿鱼 ……(479)
火腿酱 ……(393)
火腿粽 ……(402)
火鳞鱼 ……(60)
火夹冬笋 ……(543)
火把鱼翅 ……(463)
火烧冬笋 ……(518)
火烧肉圆 ……(556)
火烧赤壁 ……(474)
火烧鸡芽 ……(442)
火烤桂鱼 ……(486)
火锅竹叶 ……(547)
火腩卷馅 ……(289)
火腿毕沙 ……(547)
火腿蚕豆 ……(428)
火腿煨肉 ……(374)
火膧炖鸭 ……(455)
火爆燎肉 ……(413)
火夹煎乳饼 ……(556)
火夹糟青鱼 ……(479)
火鸭烩猪脑 ……(540)
火烧肉米线 ……(556)
火烧野兔肉 ……(553)
火烧蕨麻猪 ……(410)
火焰盏口鲳 ……(321)
火腩焖大鳝 ……(490)
火煲果子狸 ……(507)
火腿冬笋尖 ……(428)
火腿扣肚结 ……(426)
火腿炖甲鱼 ……(474)
火腿炖蚌肉 ……(470)
火腿脂油饼 ……(572)
火腿烧鞭笋 ……(518)
火腿煨鸽肉 ……(376)
火膧神仙鸭 ……(455)
火夹清蒸鸡纵 ……(523)
火锅紫蟹水饺 ……(566)
火腿虾圆杂脍 ……(390)
火腿烧油菜心 ……(515)
火膧拆骨甲鱼 ……(474)
火腿片煨海蜇尖皮 ……(382)
火脚萝卜丝盒子酥 ……(570)
斗鸡 ……(82)
心头 ……(212)
心嘴 ……(212)

〔一〕

双上 ……(13)
双冬 ……(277)
双皮 ……(210)
双拚 ……(280)
双脆 ……(277)
双糖 ……(645)

双口刀 ……(637)
双飞片 ……(235)
双手杖 ……(637)
双手棍 ……(216)
双凤翠 ……(21)
双六席 ……(21)
双皮奶 ……(604)
双色鸡 ……(443)
双层鼎 ……(616)
双配料 ……(238)
双晕羹 ……(323)
双烤肉 ……(413)
双眼灶 ……(629)
双幌馆 ……(10)
双糕润 ……(594)
双皮刀鱼 ……(475)
双色鱼丸 ……(493)
双色蛋菰 ……(459)
双色酥排 ……(573)
双层肚丝 ……(426)
双英卜地 ……(135)
双味火锅 ……(543)
双味龙凤 ……(541)
双味蝤蛑 ……(501)
双鱼过江 ……(481)
双鸭豆腐 ……(525)
双脆锅巴 ……(539)
双黄鱼片 ……(486)
双鸽吞燕 ……(511)
双麻火烧 ……(597)
双喜临门 ……(539)
双爆串飞 ……(510)
双爆菊花 ……(471)
双瓤糊子 ……(590)
双冬烧竹鼠 ……(507)
双色糯米粑 ……(554)
双拌方破饼 ……(321)
双味素虾仁 ……(528)
双虹楼烧饼 ……(402)
双鸽朝牡丹 ……(511)
双色桔瓣鱼汆 ……(482)
双味鸳鸯玉掌 ……(503)
双燕皱纱馄饨 ……(601)
以下鱼 ……(74)
以脏补脏 ……(651)
以脏治脏 ……(651)
引无 ……(83)
引酵 ……(203)
引路肉 ……(210)
引子粑粑 ……(203)
孔馍 ……(583)
孔鳐 ……(56)
孔府菜 ……(5)
孔雀脯腊 ……(322)
尹家水煎包 ……(597)
丑八怪 ……(72)
巴鱼 ……(56)
巴盐 ……(179)
巴椒 ……(189)
巴锅 ……(260)
巴本锅 ……(634)
巴旦杏 ……(144)
巴哈里 ……(585)
巴浪鱼 ……(63)
水牛 ……(25)
水火 ……(209)
水石 ……(203)
水瓜 ……(107)
……(108)
水台 ……(14)
水发 ……(227)
水母 ……(164)
水芝 ……(106)
水团 ……(326)
水肉 ……(216)
水汆 ……(271)
水产 ……(23)
水花 ……(118)
水芹 ……(102)
水芡 ……(255)
水饭 ……(296)
水鸡 ……(37)
……(41)
水英 ……(102)
水果 ……(137)
水鱼 ……(38)
水炒 ……(261)
水油 ……(199)
水戾 ……(116)
水面 ……(299)
水虾 ……(72)
水饺 ……(299)
水饼 ……(177)
……(395)
水津 ……(651)
水栗 ……(117)

水鸭 ……（37）
水舀 ……(635)
水畜 ……（24）
水烙 ……(275)
水浸 ……(271)
水粉 ……(173)
水案 ……（14）
水羞 ……（23）
水梢 ……(618)
水菊 ……(134)
水萍 ……(117)
水豚 ……（50）
水族 ……（23）
水鹿 ……（33）
水焖 ……(268)
水焗 ……(273)
水葵 ……(102)
……(116)
水晶 ……(278)
水锅 ……(241)
水牌 ……（14）
水温 ……(245)
水滑 ……(241)
水糊 ……(361)
水膜 ……(316)
水煞 ……(241)
水煎 ……(272)
水碱 ……(203)
水煽 ……(266)
水墩 ……(639)
水蕨 ……(136)
水蕲 ……(102)
水瓢 ……(635)
水獭 ……（30）
水爆 ……(263)
水八块 ……(608)
水八鲜 ……（23）
水入菜 ……（94）
水三鲜 ……（24）
水木耳 ……(123)
水毛子 ……（30）
水乌它 ……(564)
水乌他 ……(403)
水龙子 ……(338)
水仙子 ……（42）
水白干 ……(170)
水白菜 ……（93）
水包子 ……(299)
水母脍 ……(320)
……(355)
水母鲜 ……(164)
水老虎 ……（46）
水百脚 ……（83）
水传导 ……(246)
水豆粉 ……(255)
水豆豉 ……(180)
……(330)
……(393)
水豆腐 ……(169)
……(170)
水芙蓉 ……(120)
水芥菜 ……（94）
……(133)
水芭蕉 ……(137)
水龟子 ……（81）
水陆珍 ……(360)
水鸡干 ……(360)
水鸡腊 ……(370)
水果刀 ……(640)
水和面 ……(281)
水油酥 ……(281)
水姑丁 ……（38）
水面筋 ……(168)
水点心 ……(291)
水蚁草 ……(134)
水骨顶 ……（38）
水饺皮 ……(286)
水饺馅 ……(289)
水扁柏 ……(136)
水烟肠 ……(596)
水浮子 ……(140)
水流黄 ……(146)
水粉芡 ……(255)
水粉浆 ……(253)
水粉糊 ……(253)
水梭花 ……（24）
水淀粉 ……(255)
水密子 ……（47）
水蛋面 ……(284)
水鹑鸽 ……（35）
水葫芦 ……(588)
水落藜 ……(132)
水晶丸 ……(140)
水晶包 ……(606)
水晶桃 ……(533)
水晶盐 ……(180)

水晶脍 ……(324)
水晶球 ……(604)
水晶豝 ……(328)
水晶馅 ……(288)
水晶糕 ……(400)
……(562)
水馏子 ……(549)
水腌鱼 ……(329)
水滑面 ……(331)
……(348)
水鹤鹑 ……(35)
水蓆菜 ……(133)
水鼻子 ……(47)
水影瓜 ……(107)
水餃餌 ……(299)
水磨丸 ……(364)
水磨丝 ……(422)
水磨粉 ……(87)
水鳖虫 ……(81)
水蟹汁 ……(322)
水爆肚 ……(547)
水土不服 ……(654)
水牛肉羹 ……(323)
水引餺飥 ……(316)
水龙饼子 ……(340)
水闭瓮菜 ……(392)
水花糖糕 ……(598)
水谷之气 ……(651)
水谷之精 ……(651)
水汽粑粑 ……(558)
水陆之珍 ……(23)
水和面团 ……(282)
水油酥皮 ……(286)
水钟流头 ……(137)
水盆大肉 ……(579)
水盆羊肉 ……(545)
水炼犊炙 ……(319)
水粉汤团 ……(396)
水烫花螺 ……(595)
水调面团 ……(282)
水笠子粥 ……(404)
水煮牛肉 ……(431)
水煮饽饽 ……(299)
水晶门钉 ……(565)
水晶月饼 ……(400)
水晶火烧 ……(573)
水晶包皮 ……(285)
水晶肉丸 ……(421)
水晶汤圆 ……(610)
水晶阜儿 ……(332)
水晶肝肠 ……(402)
水晶肘子 ……(418)
水晶角儿 ……(341)
水晶肴蹄 ……(419)
水晶荔枝 ……(534)
水晶虾饼 ……(495)
水晶莲籽 ……(531)
水晶桂鱼 ……(486)
水晶桔子 ……(532)
水晶蛋糕 ……(600)
水晶餪饠 ……(349)
水晶鲫鱼 ……(484)
水煎乳饼 ……(544)
水磨年糕 ……(168)
水爆麻蛤 ……(567)
水油分离器 ……(637)
水晶龙凤糕 ……(320)
……(532)
水晶西瓜鸡 ……(440)
水晶冷淘脍 ……(336)
水晶柿子饼 ……(580)
书力太扁食 ……(575)

五　画

〔一〕

巧舌 ……(210)
巧芽 ……(174)
巧果 ……(326)
巧花儿 ……(364)
巧瓤鲜瓜花 ……(553)
打火 ……(3)
打尖 ……(3)
打汤 ……(250)
打茭 ……(254)
打饭 ……(7)
打荷 ……(15)
打烊 ……(12)
打馅 ……(290)
打散 ……(259)
打棒 ……(215)
打献 ……(254)
打碱 ……(281)
打糁 ……(236)
打糕 ……(551)
打一伙 ……(242)
打牙祭 ……(3)

打火店 ……(10)
打发糕 ……(593)
打划子 ……(16)
打拚伙 ……(22)
打底味 ……(248)
打船钉 ……(48)
打蛋刷 ……(637)
打蛋糊 ……(254)
打葱油 ……(257)
扑锅 ……(259)
扒 ……(268)
扒芡 ……(254)
扒烧 ……(267)
扒盘 ……(639)
扒糕 ……(562)
……(566)
扒入法 ……(279)
扒三白 ……(468)
扒山虎 ……(434)
扒肘子 ……(418)
扒狗肉 ……(550)
扒鱼皮 ……(464)
扒鱼翅 ……(461)
扒驼掌 ……(503)
扒胸口 ……(546)
扒海羊 ……(544)
扒海参 ……(467)
扒干贝卷 ……(469)
扒大豆腐 ……(387)
扒小牛头 ……(430)
扒山鸡卷 ……(509)
扒羊肉条 ……(545)
扒冻豆腐 ……(524)
扒松子卷 ……(520)
扒穿鸡翼 ……(450)
扒海蜇头 ……(473)
扒鲍鱼盒 ……(468)
扒鲜鱼翅 ……(462)
扒发菜蹄筋 ……(434)
扒茸磨熊掌 ……(503)
扒荷包鱼肚 ……(463)
扒烧整猪头 ……(422)
扒黄肉鱼翅 ……(461)
扒鹿筋鲍鱼 ……(468)
扒蛋糕发菜 ……(515)
扒猴头天梯 ……(521)
扒海参猴头蘑 ……(465)
轧子 ……(638)
轧面机 ……(641)
艾子 ……(190)
艾油 ……(190)
艾绒 ……(134)
艾菜 ……(104)
艾叶汁 ……(206)
艾家鸭 ……(384)
艾窝窝 ……(565)
节瓜 ……(107)
节华 ……(118)
节节乌 ……(40)
节节香 ……(212)
节煤炉 ……(631)
节令食品 ……(292)
平刀 ……(230)
平片 ……(230)
平鱼 ……(60)
平波 ……(138)
平炉 ……(630)
平菇 ……(127)
平盘 ……(639)
平锅 ……(632)
平雕 ……(233)
平鏊 ……(633)
平刀片 ……(230)
平口刀 ……(636)
平安果 ……(401)
平走槌 ……(637)
平批刀 ……(230)
平面拚 ……(280)
平胸龟 ……(38)
平胸鳊 ……(45)
平衡膳食 ……(643)
平天转饺子 ……(571)
平坐大馒头 ……(348)
平洲福肉饼 ……(602)
灭菌 ……(654)
正店 ……(10)
正碱 ……(281)
正餐 ……(2)
正翻勺 ……(258)
正式调味 ……(247)
正氮平衡 ……(644)
玉延 ……(100)
……(327)
玉头 ……(95)
玉米 ……(89)
玉麦 ……(89)

……(113)
玉灵……(126)
玉尾……(155)
玉版……(98)
玉实……(137)
玉柱……(100)
玉茭……(89)
玉砖……(298)
……(327)
玉食……(295)
玉洁……(155)
玉珠……(215)
玉珧……(75)
玉桂……(191)
玉根……(94)
玉笋……(113)
玉斑……(55)
玉椒……(189)
玉葱……(115)
玉黍……(89)
玉腴……(157)
玉椭……(145)
玉髯……(174)
玉螺……(78)
玉簪……(279)
玉山果……(145)
玉井饭……(333)
玉叶羹……(349)
玉兰片……(176)
玉兰花……(119)
玉吉翅……(155)
玉尖面……(298)
……(322)
玉华盐……(180)
玉米仁……(89)
玉米米……(87)
玉米油……(201)
玉米笋……(113)
玉米粉……(89)
玉米馃……(592)
玉米粥……(409)
玉米糁……(89)
玉米糖……(185)
玉芦黍……(89)
玉环锁……(217)
玉板鲊……(328)
玉板蟹……(501)
玉版鱼……(42)
玉版笋……(177)
玉版鲊……(159)
玉面狸……(30)
玉茭白……(364)
玉带肉……(421)
玉带羹……(333)
玉钩鲊……(324)
玉皇蘑……(128)
玉食批……(661)
玉桔梗……(134)
玉高粱……(89)
玉堂菜……(175)
玉琢羹……(409)
玉筋鱼……(67)
玉蜀秫……(89)
玉蜀黍……(89)
玉蔓菁……(95)
玉蝉羹……(324)
玉糁羹……(332)
玉蕊羹……(324)
玉灌肺……(332)
玉露团……(321)
玉露霜……(391)
玉龙雪峰……(558)
玉兰豆腐……(379)
玉延索饼……(333)
玉米全烩……(544)
玉米花刀……(233)
玉米淀粉……(205)
玉足海参……(161)
玉珠双珍……(540)
玉珠羊尾……(434)
玉桃虾桔……(497)
玉桃猴蘑……(521)
玉笔鱼卷……(490)
玉蝶荷花……(496)
玉簪鸡卷……(446)
玉鳖献宝……(475)
玉鸟配鸭掌……(454)
玉兰片发制……(229)
玉米异构糖……(186)
玉米胚芽油……(201)
玉液脆廉鱿……(472)
玉兰片瑶柱汤……(390)
玉兔双色海参……(465)
示灯粑粑……(592)
古鱼……(57)
古贲……(74)

古古丁 ……(135)
古刺赤 ……(347)
古楼子 ……(322)
古城四季花 ……(537)
古今图书汇编 ……(664)
古今图书集成 ……(664)
去骨鲫 ……(368)
去骨鲫鱼 ……(385)
末 ……(236)
末丽 ……(192)
末利 ……(192)
末盐 ……(178)
……(180)
未熟豆浆中毒 ……(657)
本经 ……(659)
本港鱿鱼 ……(162)
本草饮食谱 ……(665)
本心斋疏食谱 ……(661)
击馋 ……(16)
甘 ……(246)
甘瓜 ……(147)
甘旨 ……(294)
甘鸡 ……(305)
甘肥 ……(294)
甘草 ……(186)
甘笋 ……(97)
甘脆 ……(294)
甘菊 ……(118)
甘瓠 ……(107)
甘毳 ……(294)
甘蓝 ……(95)
甘蕉 ……(143)
甘蕉 ……(143)
甘薯 ……(100)
甘和菜 ……(137)
甘笋花 ……(235)
甘菊苗 ……(365)
甘蔗汁 ……(186)
甘蔗粥 ……(366)
甘蔗糖 ……(184)
甘薯泥 ……(238)
甘薯粉 ……(205)
甘薯藤 ……(106)
甘露儿 ……(99)
甘露汁 ……(252)
甘露饼 ……(350)
……(364)
甘露脯 ……(397)
甘露厨 ……(6)
甘菊冷淘 ……(332)
甘露子粥 ……(404)
甘露酥皮 ……(286)
甘肃大块鸡 ……(453)
甘蓝球芽菜 ……(96)
甘露酥面团 ……(283)
东瓜 ……(106)
东菌 ……(128)
东鲧 ……(61)
东篱 ……(217)
东风荠 ……(365)
东方鲎 ……(72)
东风螺 ……(79)
东方蠊 ……(82)
东坡肉 ……(389)
……(414)
东坡鱼 ……(43)
东坡饼 ……(598)
东坡脯 ……(328)
东坡酥 ……(400)
东坡腿 ……(368)
……(428)
东坡羹 ……(332)
东乡鸡松 ……(539)
东风鸡腿 ……(438)
东坡羊肉 ……(545)
东坡豆腐 ……(329)
东坡墨鱼 ……(483)
东洋白鱼 ……(65)
东壁龙珠 ……(540)
东北雅罗鱼 ……(48)
东江炸春卷 ……(542)
东江窝烧鸭 ……(456)
东京梦华录 ……(662)
布瓜 ……(107)
布让 ……(22)
布碟 ……(640)
布袋鸡 ……(443)
布氏哲罗鱼 ……(53)
石耳 ……(124)
石灰 ……(208)
石华 ……(123)
石羊 ……(32)
石坑 ……(42)
石花 ……(124)
石鸡 ……(34)
……(41)

石青 ……(59)
石板 ……(62)
石饴 ……(186)
石鱼 ……(54)
石怪 ……(42)
石茸 ……(124)
石垩 ……(208)
石姜 ……(82)
石蚕 ……(99)
石盐 ……(179)
石莼 ……(122)
石顿 ……(42)
石涅 ……(202)
石被 ……(122)
石距 ……(73)
石斑 ……(59)
石棱 ……(42)
石砌 ……(72)
石鲈 ……(60)
石榴 ……(140)
石碱 ……(203)
石锻 ……(208)
石膏 ……(204)
石蜜 ……(185)
石磺 ……(77)
石磞 ……(42)
石镜 ……(74)
石镜 ……(164)
石鲛 ……(29)
石蟥 ……(77)
石鲽 ……(62)
石蟹 ……(70)
石鳞 ……(42)
石刁柏 ……(99)
石子馍 ……(579)
石木耳 ……(124)
石头菇 ……(126)
石耳粥 ……(404)
石灰罗 ……(127)
石灰菌 ……(127)
石花胶 ……(205)
石花菜 ……(123)
石花糕 ……(379)
……(408)
石板烤 ……(275)
石板烙 ……(275)
石爬子 ……(54)
石爬鱼 ……(54)
……(483)
石首鱼 ……(57)
石桂鱼 ……(55)
石斑鱼 ……(59)
石斑鲋 ……(54)
石蜊子 ……(74)
石榴红 ……(94)
石榴鸡 ……(452)
石榴卷 ……(609)
石榴虾 ……(497)
石榴粉 ……(325)
石榴蛋 ……(460)
石榴羹 ……(398)
石碱晶 ……(203)
石膘子 ……(62)
石壁花 ……(124)
石馓饼 ……(322)
石鳞鱼 ……(54)
石鳟鱼 ……(59)
石头干饼 ……(572)
石耳炖鸡 ……(445)
石决明肉 ……(74)
石岗子鱼 ……(62)
石板粑粑 ……(560)
石鱼炒蛋 ……(492)
石首含肚 ……(321)
石首鱼鲞 ……(158)
石蚌炖蛋 ……(558)
石榴虾仁 ……(497)
石磨盘、棒 ……(618)
石鳞戏珠 ……(514)
石头煮青苔 ……(556)
石耳煨捶鸡 ……(383)
石头门坎素包 ……(565)
石斑鱼初加工 ……(226)
右翻勺 ……(258)
左口 ……(61)
左翻勺 ……(258)
左顾牡蛎 ……(74)
龙凤 ……(278)
龙目 ……(140)
龙竹 ……(197)
龙衣 ……(221)
龙孙 ……(98)
龙利 ……(62)
龙肠 ……(159)
龙卵 ……(367)
龙虎 ……(278)

龙狗 ……（31）
龙鱼 ……（43）
……（55）
龙虱 ……（81）
龙虾 ……（71）
龙胎 ……(159)
龙眼 ……(140)
……(278)
龙蛇 ……（40）
龙雏 ……（98）
龙力干 ……(159)
龙门角 ……(216)
龙门鲤 ……（43）
龙井茶 ……(194)
龙牙豆 ……(111)
龙牙草 ……(136)
龙牙燕 ……(154)
龙爪豆 ……(111)
龙爪粟 ……（90）
龙凤汤 ……(551)
龙凤配 ……(541)
龙凤腿 ……(444)
龙头鱼 ……（67）
龙头烤 ……(159)
龙头菜 ……(122)
……(135)
龙江鲤 ……（43）
龙戏珠 ……(481)
龙抄手 ……(608)
龙利鱼 ……（62）
龙抬头 ……(403)
龙鱼肠 ……(159)
龙骨豆 ……(111)
龙骨花 ……(120)
龙须面 ……(403)
龙须笋 ……(177)
龙须堆 ……(156)
龙须菜 ……（99）
龙穿衣 ……(480)
龙眼肉 ……(534)
龙眼蛋 ……(243)
龙眼粥 ……(404)
龙滨鸡 ……(441)
龙蜜瓜 ……(107)
龙箭鱼 ……（45）
龙鳞饼 ……(403)
龙井虾仁 ……(498)
龙王赴宴 ……(508)
龙爪鱼翅 ……(463)
龙凤呈祥 ……(543)
……(565)
龙凤鸡片 ……(440)
龙凤荔枝 ……(450)
龙江桂鱼 ……(485)
龙芽槦木 ……(122)
龙卧金山 ……(554)
龙珍全锅 ……(537)
龙钻凤翅 ……(452)
龙脂猪血 ……(602)
龙眼包子 ……(608)
龙眼团鱼 ……(474)
龙眼肉粥 ……(402)
龙身凤尾虾 ……(499)
龙虎凤大会 ……(541)
龙鱼肠发制 ……(228)
龙眼咸烧白 ……(416)
龙眼糟田螺 ……(570)
龙眼猴蘑玉掌 ……(503)
可口革囊星虫 ……（79）

〔丨〕

归经 ……(652)
归元寺豆腐脑 ……(600)
北瓜 ……(109)
北肉 ……(147)
北豆 ……(110)
北脯 ……(162)
北葱 ……(115)
北腿 ……(149)
北八珍 ……（23）
北风肉 ……(149)
北风菌 ……(128)
北方菜 ……（3）
北豆腐 ……(169)
北京鸭 ……（27）
北京菜 ……（4）
北京鳊 ……（45）
北塘包 ……(565)
北山酒经 ……(662)
北五味子 ……(184)
北方铜鱼 ……（47）
北平菜谱 ……(666)
北煎牛肉饼 ……(429)
北味四大名肴 ……（24）
北芪虫草炖穿山甲 ……(507)
北堂书钞·酒食部 ……(660)

北平风俗类征·饮食 ……(666)
叶酸 ……(646)
叶儿粑 ……(607)
叶红素 ……(648)
叶黄素 ……(648)
叶绿素 ……(648)
叶子饽饽 ……(549)
叶用芥菜 ……(94)
叶用莴苣 ……(104)
叶用甜菜 ……(105)
叶绿素铜钠盐 ……(207)
叫勺 ……(259)
叫鸡 ……(82)
叫姑鱼 ……(58)
叫化童鸡 ……(445)
卢如 ……(134)
卢桔 ……(139)
占稻 ……(85)
占米粉 ……(87)
只鱼 ……(64)
只孙宴 ……(18)
出水 ……(241)
出汤 ……(259)
……(287)
出条 ……(291)
出沙 ……(237)
出坯 ……(241)
出骨 ……(223)
出堂 ……(13)
出笼 ……(259)
出锅 ……(259)
出隧 ……(116)
出鱼肉 ……(226)
出鸭掌 ……(225)
出菜桌 ……(638)
出蟹粉 ……(226)
出水芙蓉 ……(460)
出锅滢油 ……(259)
出骨糟卤划水 ……(479)
目食 ……(294)
目宿 ……(106)
目鱼干 ……(162)
目鱼蛋 ……(162)
田艾 ……(134)
田鸡 ……(41)
田席 ……(21)
田菊 ……(132)
田鼠 ……(31)
田螺 ……(78)
田鹅 ……(37)
田赢 ……(78)
田中螺 ……(78)
田鸡扣 ……(221)
田鸡油 ……(153)
田鸡干巴 ……(556)
田鸡饼子 ……(355)
田螺塞肉 ……(471)
甲鱼 ……(38)
甲峰 ……(220)
甲裙 ……(221)
甲乙膏 ……(320)
甲鱼嘴花 ……(121)
甲鱼初加工 ……(226)
电灶 ……(630)
电饭锅 ……(634)
电饭煲 ……(634)
电炒锅 ……(634)
电热锅 ……(634)
电粥锅 ……(634)
电煎锅 ……(634)
电热蒸炉 ……(631)
电子烹调器 ……(632)
电磁感应灶 ……(630)
电离辐射保藏 ……(655)
四气 ……(652)
四白 ……(20)
四吃 ……(277)
四红 ……(20)
四性 ……(652)
四宝 ……(277)
四拚 ……(280)
四喜 ……(277)
四川菜 ……(5)
四不象 ……(33)
四月豆 ……(111)
四生面 ……(283)
四时菜 ……(97)
四层肉 ……(211)
四季仔 ……(176)
四季豆 ……(111)
四相菜 ……(539)
四柱骨 ……(218)
四美羹 ……(367)
四棱豆 ……(112)
四鳃鲈 ……(51)
四十八节 ……(40)

四大水果 ……(137)
四大件席 ……(20)
四大名橙 ……(137)
四大菜系 ……(3)
四川豆瓣 ……(188)
四方扣肉 ……(410)
四代同堂 ……(437)
四司六局 ……(6)
四民月令 ……(659)
四批油条 ……(597)
四时腊肉 ……(345)
四时纂要 ……(660)
四角蛤蜊 ……(76)
四味鲍鱼 ……(469)
四季配料 ……(238)
四圆扒鸭 ……(454)
四扇松茸 ……(558)
四喜吉庆 ……(530)
四硼酸钠 ……(203)
四碗四盘 ……(21)
四川血豆腐 ……(173)
四方油酥饼 ……(597)
四生片火锅 ……(541)
四级面点师 ……(9)
四季美汤包 ……(599)
四宝炸牛奶 ……(542)
四川四大腌菜 ……(174)
四级烹调厨师 ……(9)
凸雕 ……(233)
凹 ……(268)
凹雕 ……(233)
凹线蛤蜊 ……(76)

〔丿〕

代熊掌 ……(384)
仙豆 ……(110)
仙桃 ……(327)
仙蚬 ……(78)
仙人杖 ……(122)
仙人粄 ……(174)
仙人笠 ……(131)
仙人脔 ……(319)
仙人粥 ……(366)
仙鹤蛋 ……(609)
仪礼·燕礼及其它 ……(659)
仔鸡 ……(27)
仔盖 ……(214)
仔发面 ……(283)
仔鸡豆花 ……(526)
外会 ……(11)
外庖 ……(8)
外送 ……(11)
外厨 ……(7)
外饕 ……(8)
外口鲩 ……(54)
外台子 ……(11)
外边皮 ……(212)
外配料 ……(238)
外藩宴 ……(18)
外国百合 ……(118)
外带配料 ……(238)
外御膳房 ……(6)
卯饭 ……(2)
卯羹 ……(319)
……(506)
印酥 ……(400)
印模 ……(637)
印头鱼 ……(68)
印钱粿 ……(604)
印鲹鱼 ……(385)
印度丝瓜 ……(108)
印度南瓜 ……(109)
印度煎骨 ……(422)
印度鲍鱼菇 ……(128)
饤 ……(294)
饤饾 ……(294)
令邦 ……(31)
尕驴 ……(26)
尕拉鸡 ……(35)
冬瓜 ……(106)
冬尖 ……(175)
冬芥 ……(94)
冬鸡 ……(38)
冬笋 ……(98)
冬蒸 ……(114)
冬菜 ……(174)
……(406)
冬菰 ……(127)
冬菇 ……(130)
冬葵 ……(105)
冬蘑 ……(128)
冬瓜皮 ……(222)
冬瓜粥 ……(404)
冬瓜燕 ……(519)
冬瓜糖 ……(244)
冬冬青 ……(517)

冬至宴……(18)
冬至雀……(36)
冬至糊……(403)
……(587)
冬虫草……(124)
冬苋菜……(105)
冬花蟹……(70)
冬南瓜……(109)
冬寒菜……(105)
冬蓉馅……(290)
冬蓉酥……(603)
冬仓玉蟠……(503)
冬虫夏草……(124)
冬苋菜粥……(405)
冬茸白兰……(518)
冬笋麂丝……(505)
冬菜鸭子……(454)
冬菇炒面……(590)
冬菇酱油……(182)
冬梅玉素……(503)
冬瓜初加工……(226)
冬瓜鳖裙羹……(475)
冬茸火鸭羹……(457)
冬笋鹌鹑松……(511)
冬菜扣野鸭……(510)
冬菜腰片汤……(424)
冬菇滑虾馅……(289)
丛生口蘑……(129)
禾虫……(83)
禾花鱼……(43)
禾花雀……(36)
禾花鲤……(43)
禾花雀初加工……(225)
禾谷镰刀菌食物中毒……(657)
矢……(214)
失饪……(209)
失刺孙……(29)
生……(260)
生水……(197)
生瓜……(108)
生汁……(252)
生灼……(271)
生抽……(182)
生拌……(275)
生矾……(202)
生鱼……(52)
生炖……(269)
生炒……(261)
生炝……(276)
生油……(198)
生肺……(336)
生姜……(101)
生炸……(264)
生根……(168)
生配……(238)
生盐……(179)
生脡……(314)
生烤……(274)
生烧……(266)
生粉……(205)
生麸……(168)
生菜……(104)
生馅……(287)
生焖……(268)
生淋……(272)
生渍……(276)
生筋……(168)
生蒸……(272)
生煎……(266)
生熏……(275)
生醉……(276)
生熗……(269)
生大熗……(411)
生牛腊……(352)
生片锅……(633)
生石膏……(204)
生母鱼……(46)
生冷油……(245)
生拌鱼……(551)
生物素……(646)
生物碱……(648)
生育酚……(646)
生炮鸡……(375)
生蚝鼓……(163)
生酒虾……(355)
生浆包……(599)
生猪鲊……(356)
生腌虾……(355)
生鹅鲊……(357)
生煎包……(606)
生酱虾……(355)
生暴虾……(355)
生熟拌……(275)
生熟粉……(87)
生熟馅……(287)
生糖糕……(361)

生蟹籽 ……(187)
生鬠牛 ……(351)
生鬠羊 ……(352)
生扒子鸡 ……(441)
生扒肉方 ……(410)
生扒羊肉 ……(545)
生地黄鸡 ……(341)
生地黄粥 ……(342)
……(343)
生肉中毒 ……(654)
生拌牛肉 ……(550)
生拌牛肚 ……(550)
生物氧化 ……(650)
生炒甲鱼 ……(377)
……(386)
生炒明蚝 ……(469)
生炒雏鸡 ……(438)
生炆狗肉 ……(506)
生炸竹蛆 ……(559)
生炸油糕 ……(574)
生穿鸡翼 ……(450)
生菜龙虾 ……(499)
生煎明虾 ……(499)
生煎虾饼 ……(498)
生煎馒头 ……(568)
生煸草头 ……(515)
生熏仔鸡 ……(445)
生熏白鱼 ……(483)
生爆鳝片 ……(489)
生炸菊花肫 ……(452)
生蘑马蹄糕 ……(607)
生拌松江鲤鱼 ……(477)
生进鸭花汤饼 ……(321)
生炒糯米饭馅 ……(289)
生进二十四气馄饨 ……(321)
丘螾 ……(83)
白卜 ……(66)
白干 ……(170)
白川 ……(189)
白小 ……(50)
白切 ……(268)
白片 ……(268)
白方 ……(196)
白扒 ……(268)
白瓜 ……(136)
……(108)
白奶 ……(214)
白吉 ……(51)
白芋 ……(100)
白灰 ……(208)
白团 ……(326)
白肉 ……(212)
白汤 ……(251)
白米 ……(86)
白豆 ……(111)
白芷 ……(194)
白芡 ……(256)
白卤 ……(252)
……(271)
白闰 ……(365)
白灼 ……(271)
白尾 ……(47)
白君 ……(202)
白板 ……(212)
白矾 ……(202)
白抽 ……(182)
白斩 ……(268)
白虎 ……(204)
白果 ……(145)
白油 ……(199)
白参 ……(161)
白胡 ……(189)
白药 ……(134)
白带 ……(62)
白面 ……(87)
……(300)
白虾 ……(71)
白饼 ……(316)
……(367)
白姜 ……(189)
白莶 ……(194)
白翅 ……(157)
白哨 ……(250)
白烤 ……(274)
白烧 ……(267)
白烩 ……(268)
白酒 ……(195)
白案 ……(15)
白菜 ……(93)
白菹 ……(311)
白眼 ……(64)
白鸽 ……(60)
白绵 ……(30)
白煮 ……(268)
白提 ……(300)
白猸 ……(30)

白鹇 ……(34)
白榄 ……(144)
白粲 ……(85)
白腩 ……(214)
白煨 ……(270)
白蔻 ……(193)
白鲟 ……(42)
白蜜 ……(186)
白鲞 ……(158)
白豌 ……(111)
白醋 ……(183)
白鲢 ……(44)
白鲩 ……(44)
白额 ……(30)
白薯 ……(100)
白燕 ……(153)
白糖 ……(185)
白糕 ……(607)
白鲳 ……(60)
白鲦 ……(47)
白糟 ……(195)
白蘑 ……(129)
白醯 ……(183)
白鳔 ……(157)
白鳗 ……(53)
白蟹 ……(70)
白燀 ……(269)
白鳞 ……(51)
白鳝 ……(53)
白马鸡 ……(34)
白云片 ……(397)
白木耳 ……(125)
白切肉 ……(410)
白切鸡 ……(449)
白牛头 ……(126)
白牛肝 ……(126)
白片肉 ……(373)
白水鸡 ……(548)
白节蛇 ……(583)
白玉饺 ……(40)
白玉蛋 ……(525)
白古鱼 ……(459)
白石参 ……(58)
白龙腌 ……(161)
白瓜子 ……(319)
白瓜参 ……(146)
白冬瓜 ……(161)
白兰瓜 ……(106)
白兰花 ……(147)
白汁芡 ……(119)
白汁糊 ……(256)
白地栗 ……(253)
白百合 ……(117)
白米子 ……(99)
白米鱼 ……(58)
白红菜 ……(58)
白杨鱼 ……(103)
白豆蔻 ……(48)
白花鱼 ……(103)
白花蛇 ……(58)
白利壳 ……(40)
白秃参 ……(77)
白住房 ……(161)
白饭花 ……(71)
白条鱼 ……(120)
白沙蜜 ……(46)
白刺参 ……(186)
白果粥 ……(161)
白果糕 ……(404)
白乳菇 ……(401)
白鱼羹 ……(127)
白剂馍 ……(382)
白底靴 ……(579)
白姑子 ……(161)
白姑鱼 ……(58)
白胡粉 ……(57)
白胡椒 ……(189)
白茧糖 ……(189)
白砂糖 ……(318)
白砍鸡 ……(185)
白虾醢 ……(450)
白蚁菇 ……(187)
白骨顶 ……(130)
白香菇 ……(38)
白胖头 ……(128)
白扁鱼 ……(44)
白柴菇 ……(46)
白烟肠 ……(128)
白袜子 ……(596)
白菜头 ……(32)
白菜松 ……(609)
白菜墩 ……(237)
白菊花 ……(237)
白脸醋 ……(40)
白眼鱼 ……(183)
(58)

白颈乌 ……（39）
白酥油 ……(199)
白戟鱼 ……（51）
白煮蛋 ……(393)
白鹅鲊 ……(325)
白番苋 ……(103)
白番杏 ……(103)
白焙子 ……(575)
白鼓丁 ……(134)
白雷蘑 ……(129)
白蜂糕 ……(401)
　　……(607)
白煨肉 ……(373)
白酱油 ……(182)
白粱粟 ……（88）
白蔻仁 ……(193)
白腐乳 ……(195)
白糖馅 ……(288)
白霜糖 ……(185)
白鲴鱼 ……（45）
白鳔子 ……（47）
白鳘子 ……（58）
白鳞鱼 ……（60）
白鳞鲔 ……（66）
白瀹炖 ……(311)
白露鸡 ……(438)
白门食谱 ……(666)
白切狗肉 ……(553)
白切乳猪 ……(552)
白云冬瓜 ……(535)
白云包日 ……(532)
白云黄鹤 ……(540)
白云猪手 ……(423)
白巨陡头 ……(129)
白水羊肉 ……(582)
白扒天花 ……(422)
白扒羊肋 ……(436)
白扒鱼翅 ……(462)
白扒排翅 ……(462)
白玉冬笋 ……(518)
白玉鸡脯 ……(439)
白石英粥 ……(323)
白石脂粥 ……(323)
白汁玉翅 ……(462)
白汁鱼唇 ……(465)
白汁春笋 ……(517)
白汁银鱼 ……(490)
白汁鼋菜 ……(474)
白汁裙边 ……(474)
白汁鲃鱼 ……(484)
白汁蹄筋 ……(423)
白汁鳝鱼 ……(555)
白汁瓤鱼 ……(493)
白兰瓜羹 ……(538)
白记饺子 ……(566)
白肉血肠 ……(548)
白肉胡饼 ……(326)
白血海参 ……(466)
白汤杂碎 ……(563)
白羊头肉 ……(563)
白羊肾羹 ……(342)
白壳杯菌 ……(129)
白花苔菜 ……(136)
白条手抓 ……(544)
白果中毒 ……(656)
白果发制 ……(229)
白果烧鸡 ……(451)
白胡椒粉 ……(189)
白背木耳 ……(124)
白扁豆鬻 ……(408)
白荻苓粥 ……(331)
白案厨师 ……（15）
白琉璃芡 ……(256)
白雪团鱼 ……(474)
白蛇烧饼 ……(590)
白族炖梅 ……(183)
白族雕梅 ……(177)
白婆沙翅 ……(156)
白酥羊肉 ……(432)
白煮羊肉 ……(388)
白煮鸭舌 ……(384)
白焯螺片 ……(471)
白煨脐门 ……(488)
白鲞扣鸡 ……(445)
白熟饼子 ……(349)
白额灵猫 ……（30）
白糖饺子 ……(601)
白糖锅炸 ……(567)
白糖碗糕 ……(594)
白糖藕饼 ……(588)
白燕戏水 ……(483)
白糟炖兔 ……(384)
白鳞鲫鱼 ……（44）
白露黄瓜 ……(108)
白蘸羊筋 ……(547)
白扒鸡肚羊 ……(544)

白扒松茸蘑 ……(521)
白玉金鱼汤 ……(477)
白汁素蹄筋 ……(529)
白汁稀卤笋 ……(517)
白果炖老鸭 ……(457)
白底辐肛参 ……(161)
白炒鲜竹蛏 ……(470)
白烩鲳鱼肚 ……(463)
白菜豆腐乳 ……(196)
白煮麂子肉 ……(554)
白焯鱿鱼虾 ……(499)
白鲞樱桃肉 ……(380)
白薯异构糖 ……(186)
白糖伦敦糕 ……(604)
白山长寿猴头蘑 ……(520)
白炒三七花田鸡 ……(553)
白汁香管脊髓鸡脯 ……(423)
斥 ……(178)
卮 ……(627)
瓜 ……(57)
瓜牛 ……(79)
瓜片 ……(194)
瓜瓜 ……(582)
瓜皮 ……(222)
瓜米 ……(86)
瓜刨 ……(636)
瓜饯 ……(178)
瓜参 ……(161)
瓜盅 ……(237)
瓜核 ……(61)
瓜宴 ……(18)
瓜豉 ……(344)
瓜菹 ……(317)
瓜齑 ……(324)
……(345)
瓜子苋 ……(132)
瓜子菜 ……(132)
瓜仁菜 ……(132)
瓜芥菹 ……(318)
瓜角块 ……(234)
瓜中藏珍 ……(542)
瓜花鱼头汤 ……(554)
瓜姜烧仔鸡 ……(444)
包子 ……(298)
包皮 ……(285)
包伙 ……(3)
包芡 ……(254)
包谷 ……(89)
包饭 ……(3)
包面 ……(301)
……(599)
包贴 ……(266)
包菜 ……(95)
包馅 ……(290)
包酥 ……(283)
包粟 ……(89)
包蒸 ……(272)
包儿饭 ……(367)
包上法 ……(290)
包子机 ……(641)
包公鱼 ……(45)
……(481)
包心菜 ……(95)
包办馆 ……(11)
包包菜 ……(95)
包头肉 ……(215)
包头鱼 ……(45)
包皮炸 ……(265)
包麦米 ……(89)
包谷面 ……(89)
包谷粑 ……(610)
包饭作 ……(11)
包尾油 ……(259)
包卷法 ……(240)
包哈局 ……(6)
包席馆 ……(11)
包心鱼圆 ……(487)
包谷粑粑 ……(612)
包河藕粥 ……(592)
包皮面油条 ……(572)
鸟不宿 ……(122)
鸟兽尊 ……(622)
甩水 ……(221)
甩饼 ……(572)
甩袖 ……(243)
氐冬 ……(137)

〔丶〕

让鸭 ……(369)
让指花刀 ……(233)
记海错 ……(665)
汀鲹鲅 ……(66)
汀州豆腐干 ……(595)
汉椒 ……(189)
汉宫棋 ……(321)
礼 ……(659)

礼记 ……(659)
礼经 ……(659)
礼鼠 ……(31)
礼云子 ……(165)
立芥 ……(255)
立餐 ……(22)
立体拼 ……(280)
立体雕 ……(233)
玄及 ……(184)
玄针 ……(42)
玄鱼 ……(42)
玄驹 ……(43)
……(80)
玄笋 ……(98)
玄蜂 ……(80)
玄谯 ……(17)
玄玉浆 ……(84)
玄南鞭 ……(39)
玄瓠蜂 ……(80)
主食 ……(2)
主料 ……(238)
主案 ……(15)
主厨 ……(14)
主粮 ……(84)
主园菜 ……(94)
主配料 ……(238)
主簿虫 ……(80)
主子膳房 ……(6)
市食 ……(292)
市肆菜 ……(5)
兰片 ……(176)
兰花 ……(120)
兰熏 ……(149)
兰花干 ……(171)
兰花根 ……(593)
兰花菇 ……(130)
兰花酥 ……(585)
兰花粥 ……(404)
兰花羹 ……(369)
兰州蜜瓜 ……(147)
兰花春笋 ……(517)
兰花蚕豆 ……(402)
兰花鸽蛋 ……(243)
……(458)
兰花熊掌 ……(502)
兰花摩菇 ……(407)
兰草花刀 ……(233)
兰州百合桃 ……(517)
兰花红油大虾 ……(496)
宁化鼠干 ……(152)
宁式鳝丝 ……(489)
宁夏枸杞 ……(113)
宁波猪油汤糊 ……(590)
它似蜜 ……(432)
必需氨基酸 ……(644)
必需脂肪酸 ……(645)
头杂 ……(16)
头汤 ……(250)
头红 ……(640)
头围 ……(154)
头抽 ……(182)
头炉 ……(14)
头面 ……(88)
头砧 ……(15)
头脑 ……(574)
……(610)
头菜 ……(94)
头锅 ……(14)
头鲈 ……(60)
头墩 ……(15)
头鲻 ……(64)
头镬 ……(14)
头火眼 ……(629)
头发菜 ……(123)
头汤面 ……(300)
头粗丝 ……(235)
头锅面 ……(300)
头箩面 ……(88)
头刀血脖 ……(210)
头肚醋鱼 ……(483)
头刀后腿光肉 ……(212)
半翅 ……(36)
半番 ……(27)
半酵 ……(281)
半发面 ……(281)
半发酵 ……(281)
半乳糖 ……(645)
半桌头 ……(21)
半碟红 ……(301)
半煎炸 ……(265)
半三鲜馅 ……(288)
半老汤酱 ……(271)
半纤维素 ……(645)
半原汁酱 ……(271)
半暗酥皮 ……(285)
半煎炸粉 ……(254)

半成品加工 ……(242)
半烧椒盐鹅 ……(458)

〔一〕

加池 ……(59)
加撬 ……(248)
加餐 ……(2)
加工盐 ……(178)
加工粉 ……(87)
……(284)
加吉鱼 ……(58)
加拉鱼 ……(58)
加香鸭 ……(384)
加碘盐 ……(179)
加热中调味 ……(247)
加热后调味 ……(247)
加热前调味 ……(247)
对汁 ……(255)
对汤 ……(250)
对串 ……(22)
对拚 ……(22)
对虾 ……(71)
对鸭 ……(37)
对流 ……(246)
对碱 ……(281)
对汁芡 ……(255)
对花菌 ……(125)
对面灶 ……(629)
对虾干 ……(165)
对脸蘑 ……(125)
对夹烧饼 ……(574)
对虾头酱 ……(187)
对虾初加工 ……(226)
奶 ……(84)
奶子 ……(84)
奶牛 ……(25)
奶皮 ……(167)
奶汤 ……(251)
奶油 ……(199)
奶面 ……(211)
奶粉 ……(167)
奶酥 ……(399)
奶渣 ……(167)
奶酪 ……(166)
……(538)
……(564)
奶子茶 ……(391)
奶乌他 ……(403)
奶白汤 ……(251)
奶汁芡 ……(256)
奶汁草 ……(134)
奶汁熇 ……(269)
奶奶菜 ……(95)
奶皮子 ……(576)
奶汤芡 ……(255)
奶豆腐 ……(167)
……(576)
奶油芡 ……(255)
奶食品 ……(292)
奶饽饽 ……(564)
奶浆果 ……(141)
奶黄馅 ……(290)
奶棋子 ……(564)
奶汁羊腐 ……(434)
奶汤白烩 ……(427)
奶汤肚块 ……(426)
奶汤鱼皮 ……(464)
奶汤海参 ……(465)
奶汤银肺 ……(427)
奶汤鲫鱼 ……(481)
奶油羊扒 ……(433)
奶油红菱 ……(534)
奶油鸡脯 ……(441)
奶油炸糕 ……(562)
奶油银肺 ……(427)
奶糖扭酥 ……(603)
奶汁肥王鱼 ……(484)
奶皮猪油包 ……(606)
奶汤八宝鸡 ……(443)
奶汤炖广肚 ……(464)
奶汤烩猪脑 ……(422)
奶汤锅子鱼 ……(477)
奶汤猴头蘑 ……(520)
奶油扒白蘑 ……(520)
奶油素什锦 ……(530)
奶油焗浪戟 ……(606)
奶油扒龙须菜 ……(515)
奶油杏仁蛋糕 ……(566)
奴孱鱼 ……(61)
幼粒熟馅 ……(288)
幼肉片熟馅 ……(288)
台布 ……(640)
台面 ……(639)
台盏 ……(628)
台菜 ……(93)
台蕈 ……(127)

台苗羹 ……(334)
台雅鱼 ……(65)
台前酞汤 ……(598)
台鲞煨肉 ……(374)
台湾枪乌贼 ……(73)
圣石 ……(179)
丝 ……(235)
丝瓜 ……(107)
丝饼 ……(577)
……(578)
丝蕊 ……(116)
丝糕 ……(566)
丝瓜饼 ……(588)
丝瓜粥 ……(404)
丝耳子 ……(124)
丝娃娃 ……(609)
丝舀子 ……(635)
丝瓜叶粥 ……(401)
矛制 ……(248)
民间菜 ……(6)
民间食品 ……(292)
民族食品 ……(292)
皮丝 ……(151)
皮米 ……(165)
皮肚 ……(151)
皮冻 ……(243)
皮沓 ……(259)
皮面 ……(281)
皮翅 ……(156)
皮蛋 ……(166)
皮棍 ……(171)
皮硝 ……(203)
皮酸 ……(559)
皮糊 ……(253)
皮鲅 ……(57)
皮羹 ……(370)
皮扎丝 ……(423)
皮打皮 ……(212)
皮匠鱼 ……(68)
皮芽子 ……(115)
皮针翅 ……(157)
皮肝生 ……(553)
……(556)
皮条鳝 ……(489)
皮郎鼓 ……(57)
皮鞋刀 ……(66)
皮燕麦 ……(90)
发白 ……(258)
发芥 ……(254)
发物 ……(653)
发面 ……(283)
发柴 ……(260)
发粉 ……(202)
发料 ……(227)
发浆 ……(284)
发菜 ……(123)
发酵 ……(281)
发糕 ……(301)
发色剂 ……(203)
发芽豆 ……(174)
发面皮 ……(285)
发面缸 ……(638)
发面种 ……(203)
发面饼 ……(297)
发面糊 ……(253)
发粉糊 ……(253)
发菜卷 ……(519)
发菜粥 ……(405)
发酵粉 ……(202)
发粉脆浆 ……(253)
发菜甲鱼 ……(474)
发菜发制 ……(229)
发酵面团 ……(283)
发酵酸败 ……(650)
发状念珠藻 ……(123)
发光小蜜环菌 ……(129)
发芽土豆中毒 ……(656)
发粉膨松面团 ……(283)
司几筵 ……(9)
辽叶 ……(196)
辽宁菜 ……(4)
边鱼 ……(45)
边炉 ……(479)
边笋 ……(98)
母鸡 ……(27)
母油 ……(181)
母丁香 ……(191)
母齐头 ……(106)
母猪菜 ……(123)
母猪章 ……(73)
母子大会 ……(511)
母子团圆 ……(440)
母子相会 ……(438)
母油整鸭 ……(455)
母子鸳鸯合 ……(567)
母油八宝鸭 ……(455)

母油八宝船鸭 ……(455)

六　画

〔一一〕

邢台散子 ……(572)
邢台薄饼 ……(572)
动物八珍 ……(23)
动物淀粉 ……(645)
动物蛋白质 ……(643)
动物甲状腺中毒 ……(656)
动物肾上腺中毒 ……(656)
戎豆 ……(110)
戎盐 ……(179)
戎菽 ……(110)
耒服 ……(97)

〔一丨〕

圪朵朵 ……(573)
地丁 ……(134)
地毛 ……(124)
地瓜 ……(100)
地芝 ……(106)
地耳 ……(123)
地羊 ……(26)
地豆 ……(100)
地扭 ……(99)
地鸡 ……(126)
地软 ……(123)
地鱼 ……(61)
地参 ……(99)
地蚕 ……(99)
地栗 ……(117)
地钱 ……(123)
地笋 ……(99)
地梨 ……(117)
地鸽 ……(28)
地盖 ……(131)
地蛋 ……(100)
地酥 ……(97)
地鹌 ……(36)
地猴 ……(31)
地精 ……(205)
地藕 ……(99)
地三鲜 ……(24)
地马菜 ……(132)
地木耳 ……(123)
地见皮 ……(123)
地龙子 ……(83)
地瓜墩 ……(237)
地皮菜 ……(123)
地地菜 ……(106)
地米菜 ……(105)
地松鼠 ……(31)
地骨子 ……(114)
地蚕子 ……(99)
地粟花 ……(534)
地萝卜 ……(101)
地筒子 ……(99)
地踏菜 ……(123)
地踏菰 ……(123)
地芙蓉花 ……(120)
地牯牛草 ……(99)
地道水角 ……(602)
地米菜春卷 ……(599)
朴菰 ……(130)
机 ……(621)
机 ……(139)
机制面条 ……(299)
芋艿 ……(101)
芋包 ……(595)
芋头 ……(101)
芋奶 ……(101)
芋饼 ……(244)
……(361)
……(595)
芋根 ……(101)
芋瓠 ……(107)
芋魁 ……(101)
芋粿 ……(594)
芋羹 ……(379)
芋头花 ……(120)
芋头糕 ……(554)
芋角馅 ……(288)
芋苗花 ……(120)
芋清花 ……(534)
芋子酸腌 ……(309)
芋头烧鸭 ……(456)
芋茸香露 ……(535)
芋茸香酥鸽 ……(511)
芋菜 ……(105)
芍 ……(117)
芍药花粥 ……(404)
芒果 ……(140)
芒消 ……(203)
芒硝 ……(203)
芒鼠 ……(32)

芝麻 ……(192)
芝麻叶 ……(364)
芝麻油 ……(200)
芝麻茶 ……(393)
芝麻饼 ……(401)
芝麻鸭 ……(454)
芝麻馅 ……(288)
……(288)
芝麻酱 ……(192)
芝麻糊 ……(605)
芝麻糕 ……(400)
芝麻馓 ……(584)
芝麻羊肉 ……(545)
芝麻鸡饼 ……(448)
芝麻卷糕 ……(562)
芝麻虾排 ……(497)
芝麻香蕉 ……(459)
芝麻粉盒 ……(400)
芝麻酥包 ……(609)
芝麻腰子 ……(424)
芝兰斋糕干 ……(566)
芝麻花生酱 ……(193)
芝麻椒盐酥 ……(399)
芝麻湟鱼排 ……(491)
芝麻桂花元宵 ……(601)
芑 ……(89)
……(131)
芑实 ……(91)
芎劳粥 ……(403)
吉庆块 ……(234)
吉林菜 ……(4)
吉品鲍 ……(163)
吉祥饭 ……(575)
吉安香油 ……(594)
吉祥鱼翅 ……(463)
吉祥麦穗卷 ……(472)
寺不 ……(558)
寺院菜 ……(5)
老汤 ……(252)
老米 ……(86)
老鸡 ……(27)
老板 ……(56)
老抽 ……(182)
老炒 ……(261)
老面 ……(203)
老梅 ……(183)
老蒜 ……(114)
老鲊 ……(332)
老酵 ……(203)
老糕 ……(243)
老巴克 ……(150)
老头鱼 ……(68)
老发面 ……(203)
……(283)
老肉核 ……(212)
老爷子 ……(29)
老汤酱 ……(271)
老豆腐 ……(169)
……(564)
……(572)
老板干 ……(159)
老顶舌 ……(210)
老虎牙 ……(136)
老虎灶 ……(629)
老面肥 ……(203)
老鸦珠 ……(91)
老鸭汤 ……(592)
老倭瓜 ……(109)
老烧鱼 ……(479)
老家贼 ……(36)
老黄鱼 ……(55)
老眼屎 ……(64)
老腌瓜 ……(108)
老缅瓜 ……(109)
老鼠鱼 ……(48)
老鹰菌 ……(129)
老鹳菜 ……(131)
老边饺子 ……(576)
老老恒言 ……(665)
老虎巴掌 ……(125)
老缅芫荽 ……(102)
老母猪耳朵 ……(137)
老槐树烧饼 ……(572)
老河口酸浆面 ……(599)
西刀 ……(66)
西瓜 ……(108)
西汁 ……(252)
西米 ……(169)
西炸 ……(265)
西土蓝 ……(95)
西瓜子 ……(146)
西瓜皮 ……(222)
西瓜肉 ……(380)
西瓜鸡 ……(444)
……(448)
西瓜酪 ……(568)

西瓜酱 ……(181)
西瓜翠 ……(222)
西瓜糕 ……(394)
西汁焗 ……(273)
西兰花 ……(96)
西江料 ……(319)
西红柿 ……(113)
西谷米 ……(169)
西河皮 ……(286)
西施舌 ……(76)
西洋菜 ……(133)
西洋糕 ……(394)
西葫芦 ……(109)
西番麦 ……(89)
西番柿 ……(113)
西番莲 ……(119)
西式火腿 ……(150)
西式灌肠 ……(151)
西红柿酱 ……(184)
西沙裙翅 ……(155)
西河面团 ……(283)
西施炒蛋 ……(460)
西洋面鱼 ……(387)
西湖豆脯 ……(541)
西湖醋鱼 ……(480)
西湖藕粥 ……(591)
西樵大饼 ……(602)
西瓜八宝鸡 ……(444)
西瓜子仁粥 ……(404)
西式方火腿 ……(150)
西式圆火腿 ……(150)
西式熏圆腿 ……(150)
西洋山蒿菜 ……(189)
西夏石烤羊 ……(435)
西湖素火腿 ……(529)
西湖莼菜汤 ……(517)
西红柿初加工 ……(226)
西葫芦烧羊肉 ……(433)
西湖桂花藕粉 ……(591)
西餐烹饪秘诀 ……(666)
亚麻 ……(192)
亚硝酸钠 ……(204)
亚硫酸钠 ……(204)
亚硝酸盐食物中毒 ……(657)
再制盐 ……(179)
耳片 ……(74)
耳鸡 ……(34)
耳杯 ……(621)
……(627)
耳菇 ……(128)
耳锅 ……(632)
耳餐 ……(294)
耳朵眼炸糕 ……(566)
共食 ……(22)

〔一丿〕

压 ……(224)
压皮 ……(285)
压泥 ……(236)
压面 ……(299)
压桌 ……(639)
压力锅 ……(633)
压面机 ……(641)
压蛋皮 ……(243)
有机酸 ……(648)
有毒蛇 ……(41)
有种脆浆 ……(253)
有毒蜂蜜中毒 ……(656)
有机磷农药中毒 ……(657)
灰儿 ……(87)
灰火 ……(245)
灰苋 ……(132)
灰条 ……(132)
灰参 ……(160)
灰铲 ……(632)
灰蛋 ……(166)
灰鼠 ……(31)
灰碱 ……(203)
灰藿 ……(132)
灰头鹀 ……(36)
灰灰菜 ……(132)
灰豆子 ……(582)
灰树窝 ……(128)
灰背蛇 ……(39)
灰腌肉 ……(397)
灰鼠蛇 ……(39)
灰离褶伞 ……(129)
灰喇叭菌 ……(125)
灰焙麂子干巴 ……(506)
达虎刺 ……(388)
达氏船钉鱼 ……(48)
迈雅 ……(560)
戍腿 ……(150)
成品粮 ……(85)
成都通览 ……(665)
成都府豉汁 ……(344)

百叶 ……(215)
百页 ……(170)
百合 ……(98)
百花 ……(278)
百谷 ……(84)
百味 ……(246)
百疏 ……(92)
百蔬 ……(92)
百岁羹 ……(516)
百合面 ……(332)
百合桃 ……(538)
百合粉 ……(205)
百合蛋 ……(243)
百合粥 ……(366)
百合糕 ……(400)
百花馅 ……(238)
……(289)
百花糕 ……(321)
百味肉 ……(26)
百果蹄 ……(368)
百果糕 ……(396)
百官厨 ……(6)
百搭菜 ……(167)
百辣云 ……(101)
百鸟返巢 ……(512)
百合寿桃 ……(524)
百合圆元 ……(558)
百合蓉皮 ……(286)
百花牛尾 ……(429)
百花仙岛 ……(542)
百花发菜 ……(452)
百花齐放 ……(531)
百花肥头 ……(484)
百果糖料 ……(238)
百燕打伞 ……(483)
百花凤眼饺 ……(603)
百花酒焖肉 ……(413)
百花菜发制 ……(229)
百花清汤肚 ……(464)
百花瓤肉皮 ……(553)
百日内糟鹅蛋 ……(392)
百花瓤鱿鱼筒 ……(472)
百果馅酒酿圆子 ……(571)
死面 ……(282)
死面饼 ……(297)

〔一丶〕

夹肚 ……(368)
夹贴 ……(266)
夹钳 ……(636)
夹刀片 ……(235)
夹干肉 ……(415)
夹上法 ……(290)
夹心肉 ……(210)
夹夹虫 ……(83)
夹沙肉 ……(411)
夹炼刀 ……(636)
夹脊肉 ……(210)
夹瓤肚 ……(383)
夹干面筋 ……(387)
夹糖糕干 ……(563)
夹沙蝴蝶馍 ……(591)

〔一一〕

扣 ……(279)
……(291)
扣肉 ……(381)
……(416)
扣饼 ……(561)
扣钵 ……(634)
扣碗 ……(634)
扣三丝 ……(536)
扣肉胚 ……(242)
扣碗法 ……(279)
扣蒸肉丝 ……(412)
托炒 ……(262)
托面 ……(409)
托贴 ……(266)
托盘 ……(641)
托泥法 ……(240)
托宗肉 ……(210)
托掌面 ……(348)
执火 ……(71)
执单 ……(13)
执壶 ……(625)
扩鸡 ……(225)
扩鱼 ……(225)
扫汤 ……(250)
扬令 ……(52)
扬子鳄 ……(39)
扬翻勺 ……(258)
扬州画舫录 ……(664)
扬州洪府棕子 ……(397)
划 ……(232)
划水 ……(221)
划油 ……(241)

轨 ……(620)
毕 ……(622)
毕豆 ……(110)
毕罗 ……(313)
过 ……(241)
过火 ……(245)
过鱼 ……(59)
过油 ……(241)
过山风 ……(40)
过山标 ……(40)
过门香 ……(319)
过厅羊 ……(320)
过时蛋 ……(166)
过油肉 ……(411)
过树龙 ……(38)
过树榕 ……(38)
过基峡 ……(40)
过手米线 ……(559)
过江饵丝 ……(610)
过桥抄手 ……(608)
过江抄手 ……(611)
过锰酸钾溶液洗 ……(223)
至味 ……(294)

〔丨一〕

丰 ……(110)

〔丨丿〕

师公 ……(7)
师螺 ……(79)
尖刀 ……(636)
尖头 ……(64)
尖团 ……(69)
尖翅 ……(156)
尖脐 ……(69)
尖嘴 ……(48)
尖头棒 ……(47)
尖头鳗 ……(46)
尖头鳋 ……(58)
尖吻鲻 ……(40)
尖头水鼻子 ……(47)

〔丨丶〕

当灶 ……(14)
……(257)
当局 ……(7)
当厨 ……(14)
当道 ……(135)
当团参 ……(333)
当归牛腩 ……(430)
当归獐肉 ……(505)
光风 ……(106)
光鸡 ……(217)
光鱼 ……(69)
光饼 ……(367)
……(595)
光鸭 ……(219)
光旁 ……(116)
光菜 ……(105)
光明盐 ……(179)
光参类 ……(161)
光烧饼 ……(391)
光禄寺 ……(6)
光明虾炙 ……(319)
……(500)
光孢黄丛枝 ……(126)
光孢黄枝瑚菌 ……(126)

〔丨乛〕

吐水 ……(287)
吐油 ……(260)
吐铁 ……(78)
……(163)
吐蛱 ……(78)
吐鲅 ……(51)
吐绶鸟 ……(28)
吐绶鸡 ……(28)
吐锦鸡 ……(28)
吃 ……(1)
吃味 ……(248)
吃油 ……(259)
吃浆 ……(253)
吃碟 ……(639)
吃火头 ……(244)
吃碰头 ……(22)
吸汁 ……(255)
吸风灶 ……(629)
屹嵯油茶 ……(579)
刚鬣 ……(24)
刚竹笋 ……(98)
岁贡鸟 ……(35)
吕公菱 ……(116)
吕氏春秋·本味 ……(659)
吊三 ……(60)
吊子 ……(633)
吊片 ……(157)

吊火 ……(244)
吊汤 ……(250)
吊炉 ……(630)
吊堂 ……(12)
吊锅 ……(633)
吊膛 ……(258)
吊片鱿 ……(162)
吊灯扑 ……(40)
吊菜子 ……(112)
吊炉鱼饼 ……(565)
早饭 ……(2)
早茶 ……(2)
早宴 ……(19)
早餐 ……(2)
早红桔酪鸡 ……(444)
网衣 ……(199)
网油 ……(199)
网鲍 ……(163)
网纱菇 ……(131)
网纹臜 ……(68)
网油果 ……(383)
网油卷 ……(388)
……(538)
网油肉卷 ……(421)
网油鸡纵 ……(522)
网油鸭卷 ……(454)
网油蒸骨 ……(422)
网油炸腰卷 ……(553)
网油八宝鸡腿 ……(448)
网油松子鲤鱼 ……(479)
同肠 ……(427)
同蒿 ……(103)
同阿饼 ……(323)
同化作用 ……(650)
同心生结脯 ……(321)
……(429)
因尘 ……(133)
因地辛 ……(101)
团 ……(364)
团瓜 ……(108)
团鱼 ……(38)
团圆 ……(302)
团脐 ……(69)
团粉 ……(204)
团扇 ……(56)
团葱 ……(115)
团鳐 ……(56)
团头刀 ……(636)
团头鲂 ……(45)
团鱼汤 ……(334)
团鱼面 ……(609)
团鱼羹 ……(347)
团油饭 ……(322)
团圆肉 ……(553)
团圆饼 ……(367)
团扇鳐 ……(56)
回勺 ……(242)
回软 ……(224)
回味 ……(2)
回烧 ……(13)
回笼 ……(242)
回锅 ……(242)
回王鱼 ……(51)
回风灶 ……(630)
回回米 ……(91)
回回葱 ……(115)
回酥糊 ……(253)
回锅肉 ……(416)
回鹘豆 ……(110)
回子白菜 ……(95)
回回煎饼 ……(363)
回锅香肠 ……(428)
回民油果子 ……(581)
回宝珍饺子 ……(577)
曲曲 ……(301)
……(584)
曲拉 ……(167)
曲宴 ……(17)
曲蟮 ……(83)
曲蟺 ……(83)
曲江会 ……(17)
曲江宴 ……(17)
曲突灶 ……(614)
曲曲海参 ……(466)
曲江大会 ……(17)
虫草 ……(124)
虫蟮 ……(83)
虫草鸡 ……(442)
虫枣甲鱼 ……(474)
虫草鸭子 ……(457)
虫草鸭舌 ……(457)
虫胶色素 ……(207)
虫草汽锅鸡 ……(547)
虫草炖蚬鸭 ……(510)
虫草炖雪鸡 ……(509)
虫草清蒸鸡 ……(547)

肉丸 ……(594)
肉叉 ……(635)
肉牛 ……(25)
肉目 ……(211)
肉生 ……(325)
……(357)
肉肠 ……(547)
肉松 ……(149)
……(406)
肉果 ……(194)
肉泥 ……(236)
肉柳 ……(211)
肉茸 ……(276)
肉食 ……(294)
肉饼 ……(561)
肉桂 ……(191)
肉脯 ……(148)
……(550)
肉眼 ……(211)
肉鸽 ……(28)
肉粥 ……(552)
……(576)
……(594)
肉鲊 ……(329)
肉酱 ……(314)
……(329)
肉蔻 ……(194)
肉粽 ……(594)
肉糁 ……(236)
肉鱿 ……(308)
肉鞍 ……(220)
肉膘 ……(212)
肉燕 ……(152)
……(595)
肉鲳 ……(61)
肉蟹 ……(69)
肉馕 ……(584)
肉火烧 ……(561)
……(578)
肉心蛋 ……(459)
肉瓜子 ……(211)
肉米粥 ……(367)
肉豆蔻 ……(194)
肉佤塔 ……(586)
肉油饼 ……(349)
肉珑松 ……(328)
肉咸豉 ……(324)
肉饼儿 ……(335)
肉烧饼 ……(585)
肉烩菜 ……(411)
肉料子 ……(236)
肉清汤 ……(251)
肉棍子 ……(65)
肉幢蛋 ……(368)
肉灌肠 ……(383)
肉丁馒头 ……(561)
肉三鲜馅 ……(288)
肉山脯林 ……(295)
肉丝龙爪 ……(416)
肉丝汤面 ……(569)
肉豆腐丸 ……(173)
肉茸豆腐 ……(523)
肉煨鹿肉 ……(388)
肉瓤生麸 ……(529)
肉片马蹄菌 ……(522)
肉片黄丝菌 ……(416)
肉丝两面黄 ……(569)
肉丝黄豆汤 ……(536)
肉米烧金皮 ……(420)
肉菜切削机 ……(641)
肉毒杆菌食物中毒 ……(658)

〔丿一〕

竹刀 ……(636)
竹五 ……(66)
竹肉 ……(98)
竹米 ……(92)
竹芽 ……(98)
竹鸡 ……(35)
竹狍 ……(32)
竹鱼 ……(46)
……(48)
竹实 ……(92)
竹参 ……(131)
竹荪 ……(131)
竹胎 ……(98)
竹蚕 ……(80)
竹釜 ……(634)
竹萌 ……(98)
竹菌 ……(131)
竹蛆 ……(80)
竹蛏 ……(75)
竹笪 ……(634)
竹笙 ……(131)
竹蜂 ……(80)
竹蔗 ……(186)

竹箬 ……(638)
竹蝗 ……(81)
竹鲽 ……(32)
竹鳎 ……(31)
竹节肉 ……(417)
竹节草……(132)
竹节虾 ……(71)
竹节鸭 ……(388)
竹节烤 ……(275)
竹叶菜 ……(137)
竹叶鱿 ……(162)
竹叶粥 ……(366)
竹叶腿 ……(150)
竹叶粽 ……(396)
竹沥粥 ……(366)
竹鸡蛋 ……(131)
竹鱼羹 ……(320)
竹姑娘 ……(131)
竹竿鱼 ……(46)
竹菜菹 ……(318)
竹筴鱼 ……(63)
竹筒鸡 ……(558)
……(561)
竹筒烤 ……(274)
竹筒蜂 ……(80)
竹筒粿 ……(596)
竹蜂蜜 ……(186)
竹蜜蜂 ……(80)
竹鹧鸪 ……(35)
竹叶熏腿 ……(150)
竹荪发制 ……(229)
竹荪肝膏 ……(425)
竹荪鸽蛋 ……(522)
竹笋豆豉 ……(362)
竹筒捣菜 ……(560)
竹筒烤鱼 ……(480)
竹筒鳝鱼 ……(489)
竹荪扒鸡腰 ……(450)
竹荪网鸽蛋 ……(460)
竹荪汆蟹钳 ……(502)
竹荪银耳汤 ……(536)
竹笋烩鸡球 ……(553)
竹笙川鸡片 ……(449)
竹筒银耳鸡 ……(558)
舌头 ……(62)
舌鳎 ……(62)
舌头鱼 ……(62)
舌头鱼干 ……(159)
先肚 ……(158)
先吃后算 ……(13)
廷巴干 ……(159)
廷巴轴 ……(159)
廷臣宴 ……(18)
年早 ……(184)
年枣 ……(184)
年糕 ……(168)
……(301)
朱红 ……(139)
朱栾 ……(141)
朱槿 ……(120)
朱薯 ……(100)
朱藤 ……(119)
朱公席 ……(19)
朱砂水饺 ……(565)
朱砂银耳 ……(125)
朱砂银鱼 ……(490)
缶 ……(619)
……(624)

〔丿丨〕

传导 ……(245)
传染 ……(654)
传热 ……(245)
传菜 ……(259)
传菜员 ……(16)
传统小吃 ……(293)
伏瓜 ……(109)
伏老 ……(75)
伏季菜 ……(137)
伏念鱼 ……(52)
伏菌子 ……(125)
伏汁汤圆 ……(601)
伏汁米酒 ……(600)
优昙果 ……(141)
优珠昙 ……(142)
优秀厨师 ……(9)
优秀点心师 ……(9)
伤刀 ……(229)
伤火 ……(244)
伤油 ……(260)
伤食 ……(654)
伤酒 ……(654)
伤碱 ……(282)
份饭 ……(3)
仿膳菜 ……(5)
伙 ……(3)

伙夫 ……（ 7 ）
伙头 ……（ 15 ）
伙食 ……（ 3 ）
伊拉克蜜枣 ……(144)
似鳃 ……（ 46 ）
华子 ……（ 56 ）
华虫 ……（ 34 ）
华子鱼 ……（ 48 ）
华池左味 ……(183)
华枝睾吸虫病 ……(658)
延草 ……(100)
延寿果 ……(146)
自来水 ……(198)
自来芡 ……(256)
自流泉 ……(197)
自斟壶 ……(625)
自溶期 ……(650)
自来芡烧 ……(267)
血贝 ……（ 76 ）
血耳 ……(125)
血肠 ……(384)
……(547)
血蚶 ……（ 76 ）
血脖 ……(210)
血脉 ……(308)
血鲊 ……(560)
血燕 ……(153)
血糕 ……(598)
血糯 ……（ 86 ）
血压草 ……(105)
血红草 ……(207)
血杞子 ……(114)
血豆腐 ……(213)
血枸子 ……(114)
血浆鸭 ……(555)
血耳鸡球 ……(448)
臼笋 ……（ 98 ）
向日葵油 ……(201)
向日葵粥 ……(403)
向阳鸡脯 ……(439)
乒乓粿 ……(604)

〔丿丿〕

行气 ……(653)
行灶 ……(630)
行庖 ……（ 8 ）
行菜 ……（ 16 ）
行厨 ……（ 7 ）
行锅 ……(632)
行军灶 ……(630)
行炙者 ……（ 7 ）
行夜虫 ……（ 81 ）
行珍馆 ……（ 6 ）
后秋 ……(211)
后腿 ……(211)
后蹄 ……(212)
后镘 ……（ 14 ）
后大蹄 ……(211)
后火眼 ……(629)
后鸡心 ……(217)
后脚爪 ……(212)
后脾棚 ……(214)
后脾腱 ……(215)
后腱子 ……(215)
后腿肉 ……(212)
……(217)
后熟期 ……(650)
后蹄膀 ……(211)
后翻勺 ……(258)
后天之精 ……(651)
舟 ……(628)
舟山虾饺 ……(590)
舟山梭子蟹 ……(501)

〔丿丶〕

全虫 ……（ 80 ）
全席 ……（ 20 ）
全粉 ……（ 87 ）
全馅 ……(288)
全爆 ……(536)
全羊汤 ……(434)
全羊席 ……（ 20 ）
全鸡席 ……（ 20 ）
全鱼席 ……（ 20 ）
全面席 ……（ 21 ）
全鸭席 ……（ 20 ）
全副翅 ……(155)
全菊宴 ……（ 21 ）
全蛋面 ……(284)
全蛋粉 ……(166)
全蛋糊 ……(253)
全猪席 ……（ 20 ）
全猪宴 ……（ 20 ）
全鹅席 ……（ 21 ）
全羊大菜 ……（ 20 ）
全壳甲鱼 ……(378)

全芳备祖 ……(662)
全青豆粉 ……(204)
全果酪干 ……(564)
全虾三做 ……(497)
全类宴席 ……(20)
全脂奶粉 ……(167)
全料圆子 ……(535)
全蛋豆粉 ……(253)
全蛋粉浆 ……(253)
会及 ……(184)
会食 ……(22)
会餐 ……(22)
会有发包子 ……(577)
合蛩 ……(76)
合巴肠 ……(213)
合欢饼 ……(396)
合掌瓜 ……(109)
合川肉片 ……(416)
企刀 ……(230)
企档 ……(15)
伞把菇 ……(130)
汆 ……(266)
汆羊肉 ……(433)
汆 ……(241)
……(271)
汆子面 ……(585)
汆目鱼 ……(472)
汆白肉 ……(548)
汆鱼脯 ……(494)
汆鱼腐 ……(493)
汆鹿尾 ……(505)
汆灌肠 ……(547)
汆山药脯 ……(531)
汆四鳃鲈 ……(487)
汆西施舌 ……(372)
……(469)
汆回笼蛋 ……(458)
汆羊肉面 ……(574)
汆芙蓉蛋 ……(459)
汆蛤蜊肉 ……(470)
汆糟青鱼 ……(479)
汆牡丹鲫鱼 ……(481)
汆肝金钱面 ……(574)
汆瓶子虾仁 ……(495)
汆银耳鸭舌 ……(453)
汆鹿肉丸子 ……(548)
汆渍菜黄蘑 ……(521)
汆琵琶燕菜 ……(507)
汆蛤士蟆油 ……(514)
汆芙蓉黄管脊髓 ……(423)
汆鸡茸哈什蚂油 ……(514)
众 ……(89)
杀 ……(241)
杀口 ……(222)
杀菌 ……(654)
杀半斤 ……(36)

〔丿一〕

犴 ……(33)
犴鼻 ……(220)
犴达罕 ……(33)
犴鼻发制 ……(228)
饧 ……(184)
饧面 ……(282)
饧大麦粥 ……(318)
肌母螺 ……(79)
肌肉组织 ……(649)
肋开 ……(223)
肋条 ……(214)
肋鱼 ……(60)
肋骨 ……(211)
肋扇 ……(211)
……(216)
肋骨肉 ……(216)
劬酶羹 ……(306)
杂工 ……(15)
杂务 ……(15)
杂豆 ……(91)
杂拌 ……(275)
杂翅 ……(156)
杂粮 ……(85)
杂羹 ……(339)
杂嚼 ……(3)
杂贝干 ……(164)
杂和面 ……(92)
杂和面 ……(359)
杂碎汤 ……(434)
杂色哈仔 ……(77)
杂烩头子 ……(482)
杂馅兜子 ……(349)
杂粮粉面团 ……(284)
朵朵香 ……(120)
朵颐 ……(2)
旨 ……(294)
旨甘 ……(294)
名件 ……(294)

名特小吃 ……(293)
各吃燕菜 ……(508)
各吃原壳鲍鱼 ……(468)
多骨 ……(193)
多子盒 ……(621)
多切机 ……(641)
多环芳烃 ……(658)
多能鄙事 ……(663)
多齿蹄盖蕨 ……(136)
负盘 ……(81)
……(82)
负壳蛞蝓 ……(79)
负壳蜒蚰 ……(79)
负氮平衡 ……(644)
色火 ……(245)
色油 ……(207)
色子丁 ……(235)
色蛋卷 ……(551)
色拉米肠 ……(151)
皂 ……(37)
皂荚 ……(117)
皂茨 ……(117)
皂鸭 ……(37)
皂葵 ……(116)
皂公英 ……(134)

〔丶一〕

刘方伯月饼 ……(397)
刘均富熏鸡 ……(576)
刘姊姊饭团 ……(596)
齐口 ……(48)
齐鱼 ……(64)
齐蛤 ……(75)
齐民要术 ……(660)
齐口细鳞鱼 ……(48)
齐口裂腹鱼 ……(48)
交池 ……(63)
交麻 ……(192)
交切虾 ……(498)
庆元豆腐 ……(378)
庆丰冷盘 ……(539)
庆兰馅饼 ……(595)

〔丶丨〕

闭瓮芥菜 ……(392)
问政山笋 ……(518)
问政笋丝 ……(379)

〔丶丿〕

灯圆 ……(302)
灯灯肉 ……(381)
灯影片 ……(235)
灯笼鸽蛋 ……(459)
灯笼馄饨 ……(597)
灯碗羊肉 ……(432)
灯影牛肉 ……(608)
灯影苕片 ……(519)

〔丶丶〕

冲 ……(241)
……(272)
冲火 ……(245)
冲天炮 ……(593)
冲冲糕 ……(607)
次相识 ……(18)
决定性调味 ……(247)
冰 ……(197)
冰片 ……(185)
冰块 ……(185)
冰花 ……(277)
冰冻 ……(223)
冰鱼 ……(50)
冰室 ……(11)
冰桃 ……(532)
冰蛋 ……(166)
冰碗 ……(531)
冰鉴 ……(622)
冰雕 ……(233)
冰糖 ……(185)
……(276)
冰霜 ……(277)
冰片糖 ……(185)
冰肉馅 ……(289)
冰全蛋 ……(166)
冰块追 ……(224)
冰豆腐 ……(169)
冰凉糕 ……(599)
冰淇淋 ……(167)
冰蛋白 ……(166)
冰蛋黄 ……(166)
冰蛋清 ……(166)
冰糖扒蹄 ……(419)
冰糖甲鱼 ……(474)
冰糖百合 ……(533)
冰糖皂仁 ……(536)

冰糖肘子 ……(412)
冰糖素鸡 ……(172)
冰花桃椰粉 ……(554)
冰糖莲子汤 ……(591)
冰糖湘白莲 ……(535)
冰糖螺豆腐 ……(557)
冰城三丝炒面 ……(578)
冰城山珍砂锅 ……(528)
冰糖雪耳椰子盅 ……(535)
江干 ……(164)
江团 ……(51)
江米 ……(86)
江豆 ……(111)
江珧 ……(75)
江蓠 ……(123)
江瑶 ……(75)
江鲚 ……(49)
江鳊 ……(53)
江鳅 ……(53)
江白菜 ……(122)
江西菜 ……(4)
江米酒 ……(195)
江米藕 ……(564)
……(600)
江苏菜 ……(4)
江河水 ……(197)
江珧柱 ……(163)
江汉三鲜 ……(23)
江津肉片 ……(416)
江陵油登 ……(599)
江州府腌鱼 ……(346)
江南百花鸡 ……(449)
江南鱼鲜品 ……(665)
江陵千张肉 ……(415)
江瑶柱发制 ……(228)
江州岳府腊肉 ……(345)
汕尾鲅 ……(162)
汕头鲅鱼 ……(162)
池水 ……(198)
池鱼 ……(63)
池盐 ……(179)
池塘水 ……(198)
汤勺 ……(640)
汤丸 ……(302)
汤包 ……(568)
汤汆 ……(271)
汤冲 ……(272)
汤角 ……(362)
汤杯 ……(640)
汤肺 ……(336)
汤炒 ……(261)
汤泡 ……(272)
汤官 ……(9)
汤卷 ……(479)
汤面 ……(300)
汤盆 ……(639)
汤饼 ……(299)
汤圆 ……(302)
汤海 ……(639)
汤浸 ……(271)
汤菜 ……(96)
汤菹 ……(317)
汤匙 ……(621)
……(640)
汤盘 ……(639)
汤焗 ……(273)
汤锅 ……(12)
汤锅 ……(14)
汤筛 ……(635)
汤糊 ……(302)
汤窝 ……(639)
汤粥 ……(340)
汤碗 ……(639)
汤粯 ……(300)
汤煞 ……(241)
汤煎 ……(266)
汤瓢 ……(640)
汤篮 ……(635)
汤镬 ……(632)
汤罇 ……(633)
汤鳗 ……(377)
汤爆 ……(263)
汤罐 ……(632)
汤年糕 ……(570)
汤投饭 ……(296)
汤泡饭 ……(296)
汤官令 ……(9)
汤官丞 ……(9)
汤饺皮 ……(285)
汤饺馅 ……(289)
汤饼会 ……(19)
汤饼宴 ……(19)
汤饼筵 ……(19)
汤煮饺 ……(299)
汤鲞羹 ……(336)
汤汆鲫鱼 ……(484)

汤焐鳜鱼 ……(354)
汤浴绣丸 ……(320)
……(442)
汤煨甲鱼 ……(378)
汤爆鸡油菌 ……(521)
壮阳草 ……(115)
壮肉冷片 ……(546)
壮族酸汤 ……(183)
宅蒜 ……(115)
安鱼 ……(48)
安胡 ……(91)
安座 ……(13)
安石榴 ……(140)
安豆苗 ……(106)
安南瓜 ……(109)
安徽菜 ……(4)
安息茴香 ……(191)
安息香酸 ……(201)
安息香酸钠 ……(202)
关醾 ……(18)
关刀豆 ……(112)
关门作 ……(11)
羊 ……(25)
羊爪 ……(217)
羊心 ……(217)
羊头 ……(215)
羊奶 ……(84)
羊耳 ……(216)
羊舌 ……(216)
羊肝 ……(217)
羊肚 ……(217)
羊角 ……(111)
羊尾 ……(217)
羊昔 ……(308)
羊乳 ……(84)
羊肺 ……(217)
羊炙 ……(304)
羊油 ……(199)
羊柳 ……(216)
羊桃 ……(142)
羊唇 ……(216)
羊脂 ……(199)
……(200)
羊脑 ……(216)
羊排 ……(216)
羊脚 ……(217)
羊脸 ……(215)
羊眼 ……(215)
羊蛋 ……(217)
羊胾 ……(304)
羊腰 ……(217)
羊蹄 ……(217)
羊瘪 ……(307)
羊羹 ……(305)
……(375)
羊髓 ……(365)
羊上脑 ……(216)
羊口条 ……(216)
羊扎丝 ……(433)
羊毛菌 ……(126)
羊节解 ……(309)
羊矢枣 ……(142)
羊仔盖 ……(217)
羊头脍 ……(344)
羊头羹 ……(368)
羊奶脯 ……(217)
羊皮面 ……(340)
羊网油 ……(200)
羊肉干 ……(434)
羊肉粥 ……(366)
……(567)
羊肉羹 ……(342)
羊血羹 ……(384)
羊齐玛 ……(583)
羊红肝 ……(346)
羊肚子 ……(124)
羊肚仁 ……(217)
羊肚菌 ……(124)
羊肚菜 ……(124)
羊肚领 ……(217)
羊肚羹 ……(343)
……(375)
羊肠汤 ……(587)
羊角瓜 ……(108)
羊角豆 ……(113)
羊角菜 ……(94)
羊尾杆 ……(217)
羊尾笋 ……(177)
羊抹裆 ……(217)
羊软腭 ……(216)
羊油菜 ……(610)
羊背子 ……(432)
羊骨粥 ……(341)
羊骨髓 ……(217)
羊素肚 ……(124)
羊脊骨 ……(216)

羊脂菌 ……(127)
羊脏羹 ……(341)
羊羔肉 ……(584)
羊眼皮 ……(215)
羊眼豆 ……(111)
羊颈肉 ……(216)
羊犄角 ……(113)
羊酵羹 ……(306)
羊腮肉 ……(216)
羊蜜膏 ……(341)
羊蹄臃 ……(309)
羊臀尖 ……(217)
羊鞭条 ……(217)
羊元宝肉 ……(217)
羊方藏鱼 ……(437)
羊外脊肉 ……(216)
羊皮花丝 ……(319)
羊皮煮肉 ……(557)
羊百页肚 ……(217)
羊肉包子 ……(561)
羊肉肉合 ……(598)
羊肉杂面 ……(563)
羊肉泡馍 ……(579)
羊肉烩面 ……(597)
羊肉馅饼 ……(583)
羊肉旋鲊 ……(324)
羊肉羹面 ……(322)
羊后腱子 ……(217)
羊肋条肉 ……(216)
羊汤大饼 ……(574)
羊里脊肉 ……(216)
羊肝排岔 ……(432)
　　……(547)
羊尾巴油 ……(200)
羊尾笋干 ……(177)
羊尾酥肉 ……(434)
羊咪咪花 ……(206)
羊骨髓油 ……(200)
羊胸脯肉 ……(216)
羊前腿肉 ……(216)
羊染癍子 ……(571)
羊扁担肉 ……(216)
羊脊骨羹 ……(342)
羊黄瓜条 ……(217)
羊嘴岔肉 ……(216)
羊肉麦仁饭 ……(583)
羊肉初加工 ……(225)
羊肉炒揪面 ……(582)
羊肉浇包子 ……(571)
羊肉烩粉汤 ……(582)
羊肉排骨汤 ……(576)
羊肉焖肚饭 ……(582)
羊后脑顶肉 ……(216)
羊肺炒干攒 ……(435)
羊肺胡辣汤 ……(435)
羊盘肠雌斛 ……(309)
羊肉丸子胡辣汤 ……(578)
羊肉臊子饸饹 ……(580)
兴国豆腐 ……(525)
米 ……(85)
　　……(235)
米仁 ……(91)
米龙 ……(215)
米曲 ……(134)
米麦 ……(88)
米苋 ……(103)
米花 ……(367)
米肠 ……(551)
米龟 ……(594)
米罕 ……(25)
米鱼 ……(58)
米油 ……(201)
米线 ……(168)
米哈 ……(25)
米虾 ……(71)
米饼 ……(322)
　　……(365)
米粉 ……(168)
米粑 ……(600)
米散 ……(168)
米筒 ……(214)
米糗 ……(332)
米缆 ……(168)
　　……(332)
米粽 ……(364)
米糁 ……(87)
米餐 ……(364)
米醋 ……(183)
米糕 ……(364)
米鍊 ……(168)
米糵 ……(168)
米糊 ……(364)
米儿面 ……(300)
米团粑 ……(609)
米汤芡 ……(255)
米豆腐 ……(174)

米豆腐 ……(601)
米肠子 ……(584)
米鱼肚 ……(157)
米圆子 ……(600)
米烧粿 ……(594)
米凉糕 ……(610)
米粉卷 ……(399)
米粉饼 ……(298)
米粉圆 ……(381)
……(400)
米浆水 ……(183)
米甜酒 ……(195)
米猪肉 ……(658)
米腊子 ……(87)
米糠油 ……(201)
米囊子 ……(92)
米心棊子 ……(348)
米皮粉果 ……(554)
米面皮子 ……(579)
米面蜂糕 ……(563)
米酒蒸鸡 ……(447)
米粉羊肉 ……(545)
米粉面团 ……(284)
米粉凉糕 ……(610)
米粉菜包 ……(394)
米浆粑粑 ……(610)
米线作业线 ……(642)
米哈讷关列孙 ……(341)

〔丶一〕

论语·乡党 ……(659)
设克儿疋刺 ……(347)
祁蛇 ……(40)
军达 ……(105)
军鱼 ……(48)
军曹鱼 ……(66)
农政全书 ……(663)
农药残留 ……(657)
农圃便览 ……(664)
农桑撮要 ……(662)
农桑衣食撮要 ……(662)

〔一一〕

那仁 ……(552)
异味 ……(247)
……(294)
异化作用 ……(650)
导热 ……(246)
艮皮 ……(259)

〔一丨〕

阳芋 ……(100)
阳春面 ……(569)
阳雀花 ……(121)
阳雀菌 ……(124)
阳鹊花 ……(121)
阶前菊 ……(132)
阴米 ……(168)
阴糯 ……(85)
阴土盐 ……(179)
阴阳蘑 ……(125)
阴豆豉 ……(180)
阴蛋丝 ……(243)
阴米灌肠汤 ……(427)
防风粥 ……(323)
防腐剂 ……(201)
收干 ……(251)
收口 ……(248)
收口 ……(291)
收汁 ……(251)
收汗 ……(259)
收拣 ……(13)
收堂 ……(12)
收糖清 ……(250)

〔一丿〕

如意 ……(278)
如意卷 ……(397)
如意圆 ……(381)
如意席 ……(19)
如意菜 ……(135)
……(174)
如意冬笋 ……(515)
如意丝瓜 ……(541)
如意竹荪 ……(522)

〔一丶〕

观音斗 ……(635)
观音掌 ……(72)
……(291)
欢喜团 ……(363)
欢喜砣 ……(600)
羽泽 ……(202)
羽涅 ……(202)
羽觞 ……(628)
羽翎凤蛋参 ……(508)

牟 ……(88)
牟麦 ……(88)

〔一一〕

驼驼 ……(26)
驯鹿 ……(33)
纤粟 ……(89)
红卜 ……(178)
红方 ……(195)
红扒 ……(268)
红瓜 ……(178)
红皮 ……(193)
红丝 ……(178)
……(341)
红芋 ……(100)
红曲 ……(206)
红汤 ……(251)
红羊 ……(109)
红米 ……(92)
红杉 ……(60)
红芡 ……(256)
红李 ……(138)
红卤 ……(252)
……(270)
红板 ……(212)
红苕 ……(100)
红果 ……(139)
红鱼 ……(59)
……(346)
红油 ……(188)
红油 ……(240)
红茶 ……(194)
红虾 ……(71)
红哨 ……(250)
红烤 ……(274)
红烧 ……(267)
红烩 ……(268)
红案 ……(14)
红菌 ……(127)
红焖 ……(269)
红葱 ……(115)
红粟 ……(86)
红煮 ……(268)
红蛤 ……(41)
……(75)
红锅 ……(241)
红筵 ……(17)
红蓝 ……(121)
红蒸 ……(272)
红煨 ……(270)
红醋 ……(183)
红鲢 ……(45)
红薯 ……(100)
红燕 ……(153)
红糖 ……(184)
红螺 ……(78)
红糟 ……(195)
红熇 ……(269)
红云宴 ……(18)
红木耳 ……(125)
红木槿 ……(120)
红内消 ……(205)
红石夹 ……(70)
红立鱼 ……(59)
红丝面 ……(348)
红耳坠 ……(114)
红曲水 ……(207)
红曲米 ……(206)
红曲粉 ……(207)
红曲粥 ……(405)
红汤草 ……(207)
红花草 ……(121)
红花菜 ……(121)
红芦菔 ……(97)
红饭叶 ……(207)
红尾鱼 ……(48)
红尾鳃 ……(46)
红苕泥 ……(535)
红苕藤 ……(106)
红拉鸡 ……(446)
红果馅 ……(288)
红果酪 ……(587)
红罗饤 ……(319)
红鱼籽 ……(160)
红姑娘 ……(109)
红南瓜 ……(109)
红哥鲤 ……(60)
红根草 ……(207)
红根菜 ……(103)
红莲稻 ……(85)
红盐豆 ……(330)
红烧鲜 ……(434)
红海龟 ……(39)
红海粉 ……(162)
红梗菜 ……(132)
红萝卜 ……(97)

红眼梭 ……(65)
红甜菜 ……(97)
红黍米 ……(89)
红笛鲷 ……(59)
红塔螺 ……(78)
红酥肉 ……(414)
红落藜 ……(132)
红鹅膏 ……(130)
红蓝枣 ……(142)
红薏粥 ……(404)
红腿鸡 ……(35)
红煨肉 ……(373)
红煨鳗 ……(377)
红慈菇 ……(117)
红酱油 ……(182)
红鼻条 ……(68)
红腐乳 ……(195)
红燻腊 ……(336)
红糖粉 ……(185)
红鳞鱼 ……(54)
红鳞鲔 ……(66)
红大巴菌 ……(127)
红牛头菌 ……(127)
红心灰藿 ……(132)
红心饺子 ……(601)
红扒牛冲 ……(430)
红扒肉松 ……(432)
红扒羊肉 ……(437)
红白喜宴 ……(9)
红白烧烤 ……(20)
红头蛤蟆 ……(41)
红肉煮馍 ……(580)
红羊枝杖 ……(319)
红汤三肝 ……(382)
红卤鸽脯 ……(548)
红松嫩鸡 ……(438)
红苕粑粑 ……(600)
红炖鱼翅 ……(463)
红油耳丝 ……(422)
红油豆干 ……(526)
红油鸡片 ……(451)
红油味型 ……(249)
红油黄丝 ……(518)
红油菜粥 ……(405)
红油整鸭 ……(454)
红柿玉掌 ……(503)
红面鹌鹑 ……(28)
红烧大虾 ……(497)
红烧小包 ……(527)
红烧牛排 ……(546)
红烧羊肉 ……(384)
红烧羊筋 ……(436)
红烧豆腐 ……(526)
红烧鸡坠 ……(522)
红烧青鱼 ……(479)
红烧茄子 ……(517)
红烧金龟 ……(475)
红烧象鼻 ……(502)
红烧鹿肉 ……(504)
红烧鹿肉 ……(505)
红烧鲴鱼 ……(484)
红烧熊掌 ……(502)
红烧鳖裙 ……(473)
红案厨师 ……(14)
红袍油糕 ……(609)
红袍登殿 ……(500)
红娘自配 ……(496)
红球甘蓝 ……(96)
红琉璃芡 ……(256)
红梅鱼肚 ……(463)
红梅香鸡 ……(440)
红焖牛尾 ……(429)
红焖水鱼 ……(475)
红焖龟肉 ……(475)
红焖肘子 ……(418)
红焖鲈麻 ……(490)
红蛤蜊酱 ……(347)
红蜉米糕 ……(596)
红煨三蛋 ……(385)
红煨白鳝 ……(490)
红煨羊肉 ……(375)
……(388)
红煨狗肉 ……(506)
红煨鱼翅 ……(463)
红鲷戏珠 ……(492)
红扒鱿鱼卷 ……(471)
红白饭豆粥 ……(405)
红花黄色素 ……(206)
红卤脆皮鱼 ……(495)
红烧大块肉 ……(559)
红烧竹鼠肉 ……(554)
红烧羊肚菌 ……(523)
红烧沙光鱼 ……(487)
红烧果子狸 ……(507)
红烧琵琶肉 ……(547)
红烧雅罗鱼 ……(491)

红烧蛤什蟆 ……(548)
红烧鳗鱼羹 ……(596)
红椒腊牛肉 ……(430)
红椒瓤牛肉 ……(550)
红棉嘉积鸭 ……(456)
红煨八宝鸡 ……(448)
红鳞加级鱼 ……(58)
红油金钱里脊 ……(418)
红烧冰糖甲鱼 ……(473)
红烧黄河鲤鱼 ……(478)
红烧野猪肉条 ……(507)
红烧鲤鱼唇尾 ……(385)
红煨水鱼裙边 ……(475)
红辣椒拌子姜 ……(519)
纤维素 ……(645)
约腹瓠 ……(107)

七 画

〔一一〕

玛瑙 ……(213)
……(277)
……(278)
玛瑙团 ……(361)
玛瑙螺 ……(79)
玛瑙蟹 ……(356)
玛瑙兔肉 ……(506)
形虞 ……(196)
麦人 ……(87)
麦仁 ……(87)
麦片 ……(169)
麦心 ……(87)
麦瓜 ……(109)
麦豆 ……(111)
麦饭 ……(296)
麦鱼 ……(54)
麦啄 ……(35)
麦粉 ……(205)
麦屑 ……(169)
麦麸 ……(169)
麦豉 ……(314)
麦酥 ……(284)
麦粥 ……(296)
麦雏 ……(35)
麦酱 ……(314)
麦螺 ……(78)
麦片粥 ……(297)
麦杆刁 ……(46)
麦杆丝 ……(235)
麦芽粥 ……(405)
麦芽糖 ……(184)
麦青汁 ……(206)
麦黄雀 ……(36)
麦穗条 ……(234)
麦角中毒 ……(657)
麦穗花刀 ……(233)
寿边 ……(299)
寿桃 ……(598)
寿筵 ……(19)
寿带龟 ……(327)
寿桃笋 ……(98)
寿膳房 ……(6)
寿字锅盔 ……(581)
寿星鸭子 ……(454)
寿桃素豆腐 ……(525)
寿南小沙丁鱼 ……(64)
寿亲养老新书 ……(661)
进味 ……(248)
进食 ……(2)
远红外烤炉 ……(632)
远红外线煎包锅 ……(634)
远红外线餐具消毒柜 ……(642)
运司糕 ……(397)

〔一丨〕

坛 ……(634)
坛肉 ……(410)
坛子肉 ……(148)
……(413)
坛子鸡 ……(444)
坛羊肉 ……(388)
坝盘 ……(639)
坝齿花 ……(121)
坑腩 ……(214)
块 ……(233)
块根蘑 ……(129)
杆面 ……(299)
杆 ……(619)
杠丸 ……(596)
杠子面 ……(300)
杠仔粿 ……(596)
杠子头火烧 ……(586)
杜仲 ……(66)
杜伯 ……(80)
杜父鱼 ……(51)
杜红花 ……(121)
杜姥草 ……(90)

杜鹃花 ……(119)
杜氏棱鳃 ……(64)
材料油 ……(240)
杉木鱼 ……(41)
杓 ……(627)
杓菜 ……(105)
极软水 ……(197)
极硬水 ……(197)
极薄油芡 ……(256)
杧果 ……(140)
杞叶粥 ……(366)
杞忧烘皮肘 ……(419)
杨桃 ……(142)
杨梅 ……(139)
杨公圆 ……(374)
杨妃蛋 ……(389)
杨柳菌 ……(128)
杨树菇 ……(128)
杨梅炸 ……(265)
杨溪瓜 ……(108)
杨梅肉圆 ……(381)
杨梅圆子 ……(421)
杨中丞豆腐 ……(378)
杨胡子米面 ……(593)
杨桃初加工 ……(226)
杨家吊炉饼 ……(576)
杨麻子大饼 ……(577)
杨中丞西洋饼 ……(397)
豆 ……(619)
豆干 ……(170)
豆片 ……(170)
豆丹 ……(81)
豆奶 ……(170)
豆汁 ……(181)
……(564)
豆虫 ……(81)
豆汤 ……(557)
豆杆 ……(171)
豆花 ……(170)
豆饭 ……(296)
豆角 ……(111)
豆鸡 ……(171)
豆松 ……(173)
豆苗 ……(106)
豆乳 ……(170)
豆鱼 ……(529)
豆沫 ……(572)
豆油 ……(181)
……(200)
豆泡 ……(170)
豆面 ……(91)
……(362)
豆脑 ……(170)
……(170)
豆笋 ……(171)
豆粉 ……(173)
豆豉 ……(180)
……(314)
……(391)
豆蛆 ……(80)
豆棒 ……(171)
豆筋 ……(171)
豆筲 ……(628)
豆渣 ……(173)
豆粥 ……(296)
豆粥 ……(598)
豆槐 ……(121)
豆酱 ……(181)
豆蔻 ……(193)
豆腐 ……(169)
豆精 ……(171)
豆薯 ……(101)
豆瓣 ……(188)
豆汁粥 ……(587)
豆皮饭 ……(591)
豆母子 ……(252)
豆米糕 ……(587)
豆花面 ……(608)
豆花馆 ……(11)
豆沙包 ……(593)
豆沙卷 ……(399)
豆沙馅 ……(288)
豆沙窝 ……(609)
豆沙粽 ……(400)
豆油皮 ……(170)
豆结它 ……(172)
豆面糕 ……(563)
豆笑肉 ……(172)
豆斋饼 ……(174)
豆豉卤 ……(252)
豆豉粥 ……(405)
豆豉蒸 ……(273)
豆焖饭 ……(611)
豆猪肉 ……(658)
豆蓉馅 ……(290)
豆酱焗 ……(273)

豆膏饼 ……(365)
豆腐干 ……(170)
豆腐丸 ……(243)
豆腐片 ……(170)
豆腐头 ……(173)
豆腐皮 ……(170)
……(170)
豆腐丝 ……(409)
豆腐衣 ……(170)
豆腐花 ……(588)
豆腐饭 ……(19)
豆腐松 ……(525)
豆腐果 ……(170)
豆腐乳 ……(195)
……(393)
豆腐鱼 ……(67)
豆腐泡 ……(170)
豆腐泥 ……(237)
豆腐卷 ……(588)
豆腐饺 ……(387)
……(524)
豆腐脑 ……(170)
……(564)
……(588)
豆腐席 ……(21)
豆腐粉 ……(170)
豆腐球 ……(386)
豆腐盒 ……(243)
豆腐棍 ……(171)
豆腐渣 ……(173)
豆腐箱 ……(524)
豆腊糕 ……(563)
豆糊粥 ……(587)
豆瓣油 ……(240)
豆瓣菜 ……(133)
豆瓣酱 ……(181)
豆皮野鸭 ……(510)
豆芽燕窝 ……(379)
豆花米线 ……(611)
豆沙烧卖 ……(398)
豆沙黄菜 ……(459)
豆沙猪头 ……(422)
豆沙酥卷 ……(399)
豆沙馒头 ……(399)
豆苗鸡丝 ……(449)
豆制饭粢 ……(173)
豆油皮鸡 ……(452)
豆面丸子 ……(174)
豆面汤圆 ……(610)
豆面卷子 ……(575)
豆粉面团 ……(284)
豆豉煨肉 ……(380)
豆馅饺子 ……(551)
豆腐丸子 ……(173)
豆腐皮卷 ……(359)
豆腐圪扎 ……(409)
豆腐圆子 ……(590)
豆腐烧肉 ……(559)
豆糖粉饺 ……(400)
豆瓣泥糕 ……(588)
豆瓣辣酱 ……(188)
豆瓣鲫鱼 ……(482)
豆沙猫耳朵 ……(569)
豆苗南粉鸡 ……(553)
豆茸瓤枇杷 ……(534)
豆面剪子股 ……(549)
豆瓣油辣椒 ……(240)
豆沙烧糯米块 ……(590)
豆腐烧娃娃鱼 ……(513)
豆瓣烧娃娃鱼 ……(513)
豆豉辣椒蒸腌鱼 ……(494)
丽春红 ……(207)
丽江粑粑 ……(558)
丽江窖酒 ……(195)
丽春水锅 ……(558)
丽花二回头 ……(489)
克参 ……(161)
克鳜鱼 ……(60)
孛孛丁草 ……(134)
贡菇 ……(130)
贡御鲜 ……(347)
贡糖夹饼 ……(595)
汞中毒 ……(657)
壳瓜 ……(107)
壳菜 ……(75)
壳蔻 ……(193)
志士肉 ……(414)
芊 ……(97)
芙蓉 ……(279)
芙蕖 ……(118)
芙蓉叶 ……(364)
芙蓉肉 ……(374)
芙蓉花 ……(120)
芙蓉鸡 ……(335)
芙蓉炒 ……(262)
芙蓉浆 ……(253)

芙蓉蛋 ……(383)
芙蓉糊 ……(254)
芙蓉糕 ……(403)
芙蓉蟹 ……(356)
芙蓉三变 ……(537)
芙蓉三鲜 ……(537)
芙蓉白莲 ……(534)
芙蓉发菜 ……(515)
芙蓉豆参 ……(538)
芙蓉豆腐 ……(378)
……(525)
芙蓉鸡片 ……(527)
芙蓉青蟹 ……(500)
芙蓉鱼片 ……(483)
芙蓉顺风 ……(546)
芙蓉烧麦 ……(537)
芙蓉海参 ……(467)
芙蓉菜心 ……(515)
芙蓉鹿鞭 ……(505)
芙蓉蛤仁 ……(470)
芙蓉鱿鱼 ……(471)
芙蓉辣椒 ……(515)
芙蓉燕菜 ……(508)
芙蓉羊肉片 ……(545)
芙蓉海底松 ……(473)
芙蓉浮皮丝 ……(553)
芙蓉馅锅盔 ……(576)
芙蓉哈什蚂油 ……(514)
芫茜 ……(102)
芫荽 ……(102)
芫爆 ……(263)
芫荽粥 ……(405)
芫荽肚头 ……(426)
芫爆散丹 ……(428)
芫爆鱿鱼卷 ……(472)
芜菁 ……(97)
芜精 ……(97)
芜菁甘蓝 ……(96)
芸豆卷 ……(564)
芸豆粥 ……(405)
芸香草 ……(194)
芰 ……(117)
芰实 ……(117)
芣苡 ……(135)
芣苢粥 ……(403)
苣笋 ……(104)
苣菜 ……(131)
芽菜 ……(175)
芽蚕豆 ……(174)
芷 ……(194)
苋菜 ……(103)
苋紫 ……(207)
苋羹 ……(379)
苋菜红 ……(207)
苋菜粥 ……(331)
苋菜黄鱼羹 ……(492)
花 ……(236)
花刀 ……(232)
花干 ……(171)
花巾 ……(640)
花车 ……(637)
花片 ……(61)
花生 ……(145)
花头 ……(214)
花耳 ……(125)
花肉 ……(211)
花饧 ……(184)
花红 ……(138)
花池 ……(63)
花花 ……(583)
花芥 ……(94)
花利 ……(62)
花肠 ……(368)
花冻 ……(548)
花板 ……(62)
……(216)
花鱼 ……(43)
……(49)
……(55)
……(57)
花油 ……(199)
花卷 ……(298)
花荞 ……(91)
花茶 ……(194)
花盐 ……(178)
……(179)
花胶 ……(157)
花酒 ……(22)
花粉 ……(121)
花宴 ……(22)
花菜 ……(95)
花斑 ……(59)
花椒 ……(188)
花蛤 ……(77)
……(77)
花鲊 ……(47)

花鲆 ……(61)
花鲈 ……(60)
花碱 ……(203)
……(282)
花腐 ……(160)
花寨 ……(60)
花鲢 ……(45)
花鲫 ……(50)
花糕 ……(302)
花螺 ……(79)
花鳎 ……(62)
花鳗 ……(53)
花上花 ……(120)
花牛舌 ……(62)
花手帕 ……(199)
花手娟 ……(62)
花布鲆 ……(61)
花生汤 ……(595)
花生油 ……(201)
花生酱 ……(193)
花生糕 ……(400)
花白脸 ……(30)
花吉庆 ……(234)
花色拚 ……(280)
花交菜 ……(93)
花环菊 ……(104)
花刺参 ……(160)
花拉子 ……(73)
花卷机 ……(641)
花点鲆 ……(61)
花面狸 ……(30)
花瓶参 ……(161)
花菜菌 ……(126)
花鹿翅 ……(155)
花斑鸠 ……(36)
花椰菜 ……(95)
花椒水 ……(189)
……(252)
花椒鸡 ……(446)
花椒油 ……(189)
花椒盐 ……(179)
花椒粉 ……(189)
花椒粥 ……(323)
花鼓鱼 ……(51)
花锦鳝 ……(53)
花截肚 ……(324)
花鞋底 ……(62)
花撵杖 ……(637)
花篮蛋 ……(459)
花雕鸡 ……(449)
花鲢鱼 ……(57)
花翻勺 ……(258)
花糯米 ……(168)
花边月饼 ……(397)
花衣蛋皮 ……(464)
花尾榛鸡 ……(35)
花椒料酒 ……(252)
花篮白果 ……(459)
花篮蜇头 ……(473)
花篮鲈鱼 ……(385)
花篮藏宝 ……(532)
花瓤冬菇 ……(522)
花月里脊丝 ……(418)
花生糯米糍 ……(606)
花网扪鲅鱼 ……(484)
花菇无黄蛋 ……(460)
花菇炖豹狸 ……(507)
花雀烧桔汁 ……(512)
花瓤武昌鱼 ……(483)
花篮葡萄山鸡 ……(509)
芹仁 ……(222)
芹菜 ……(102)
芹菹 ……(303)
芹黄 ……(102)
芹叶松 ……(237)
芹芽脍 ……(325)
芹黄鸡丝 ……(451)
芥 ……(94)
芥末 ……(189)
芥兰 ……(96)
芥菱 ……(97)
芥荃 ……(174)
芥菜 ……(94)
芥葑 ……(97)
芥蓝 ……(95)
芥酱 ……(189)
……(304)
……(315)
芥辣 ……(329)
芥末肉 ……(415)
芥末面 ……(189)
芥疙瘩 ……(94)
芥蓝头 ……(95)
芥末肚丝 ……(425)
芥末肘子 ……(419)
芥末茄儿 ……(345)

芥末拌肉 ……(387)
芥末味型 ……(249)
芥菜疙瘩 ……(94)
芥末拌肚丝 ……(425)
苍耳中毒 ……(656)
芪枣牛肉 ……(429)
芴 ……(96)
芴菁 ……(97)
芡 ……(254)
芡大 ……(254)
芡口 ……(254)
芡小 ……(254)
芡仁 ……(146)
芡汁 ……(254)
芡头 ……(254)
芡紧 ……(254)
芡粉 ……(204)
芡糕 ……(364)
芡实米 ……(146)
芟什麻 ……(365)
芳香 ……(194)
芳香油 ……(648)
芦丁 ……(647)
芦巴 ……(194)
芦尖 ……(118)
芦芽 ……(118)
芦姜 ……(101)
芦鸭 ……(37)
芦笋 ……(99)
芦葩 ……(96)
芦菔 ……(96)
芦粟 ……(90)
芦蔯 ……(96)
芦穄 ……(90)
芦笋粥 ……(404)
芦花黄雀 ……(36)
芦笋鸡块 ……(446)
芭蕉花 ……(121)
芭蕉脯 ……(365)
芭蕉蒸肉 ……(380)
苏 ……(199)
苏打 ……(203)
苏子粥 ……(323)
苏木水 ……(207)
苏打糊 ……(253)
苏州干 ……(172)
苏造肉 ……(563)
苏造汤 ……(251)
苏造料 ……(240)
苏梅酱 ……(183)
苏麻粥 ……(366)
苏叶饽饽 ……(549)
苏州卤干 ……(172)
苏州卤鸭 ……(455)
苏州香干 ……(172)
苏州船点 ……(587)
苏州卤汁豆腐干 ……(172)
苡米 ……(91)
芤 ……(114)
劳子 ……(56)
劳酒 ……(18)
劳子干 ……(159)
走红 ……(241)
走芡 ……(254)
走油 ……(242)
走菜 ……(257)
走楞 ……(241)
走槌 ……(637)
走碱 ……(282)
走油肉 ……(414)
走案头 ……(15)
走菜的 ……(16)
走堂的 ……(16)
走油青菜 ……(388)
走油拆炖 ……(418)
走油蹄膀 ……(418)
走油豆豉扣肉 ……(415)
赤贝 ……(96)
赤肉 ……(212)
赤果 ……(145)
赤虹 ……(57)
赤鹿 ……(33)
赤黍 ……(90)
赤麂 ……(33)
赤菽 ……(205)
赤鲑 ……(55)
赤槿 ……(120)
赤糖 ……(185)
赤天佩 ……(206)
赤甘蓝 ……(96)
赤瓜参 ……(161)
赤豆芽 ……(174)
赤豆粥 ……(332)
赤明香 ……(321)
……(442)
赤砂糖 ……(185)

赤虾米 ……(89)
赤根菜 ……(103)
赤喉鹞 ……(28)
赤膊麦 ……(88)
赤鲜公 ……(43)
赤蘚红 ……(207)
赤蠵龟 ……(39)
赤白瓜参 ……(161)
赤红砂糖 ……(185)
赤炖肉鸡 ……(376)
赤苋菜叶汁 ……(207)
赤点石斑鱼 ……(59)
赤霉病麦中毒 ……(658)
孝鸟 ……(28)
孝鱼 ……(52)
孝感桃花面 ……(599)
杏 ……(138)
杏仁 ……(144)
杏李 ……(138)
杏实 ……(138)
杏扁 ……(144)
杏菌 ……(125)
杏酪 ……(391)
杏子糕 ……(400)
杏仁茶 ……(562)
杏仁浆 ……(393)
杏仁粥 ……(323)
……(562)
杏花鹅 ……(351)
杏核肉 ……(410)
杏酪粥 ……(317)
杏蓉馅 ……(290)
杏干牛肉 ……(428)
杏仁豆豉 ……(362)
杏仁豆腐 ……(564)
杏仁鸡丁 ……(453)
杏仁鸡饼 ……(446)
杏仁排骨 ……(421)
杏花肠子 ……(546)
杏仁葛粉包 ……(533)
杏花炒双条 ……(540)
李子 ……(138)
李父 ……(29)
李耳 ……(29)
李实 ……(138)
李公什碎 ……(540)
李鸿章杂烩 ……(539)
李连贵熏肉大饼 ……(577)
两吃 ……(277)
两公婆 ……(72)
两张皮 ……(580)
两面焦 ……(567)
两熟鱼 ……(327)
两餐制 ……(2)
两大件席 ……(20)
两吃大虾 ……(495)
两色腰子 ……(424)
两做大虾 ……(527)
两味葡萄鱼 ……(478)
酉羹 ……(442)
酉阳杂俎·酒食 ……(660)
甫 ……(620)
甫鱼 ……(56)
甫里鸭羹 ……(455)
甫亭肉方 ……(411)
更生 ……(126)

〔一丿〕

还阳枣 ……(532)
还原蛋 ……(459)
豕 ……(24)
豕炙 ……(304)
……(307)
豕胾 ……(304)
豕膏 ……(198)
豕酵羹 ……(306)
豕缝羹 ……(307)

〔一丶〕

来其 ……(169)
来字号 ……(16)

〔一𠂉〕

扶桑花 ……(120)
批 ……(230)
批刀 ……(636)
批油 ……(259)
批馅 ……(289)
找口 ……(248)
抠鱼腮 ……(225)
拒霜花 ……(120)
扯节 ……(284)
扯面 ……(300)
抄手 ……(301)
抄瓢 ……(635)
折蹬 ……(212)

抓勺 ……(260)
抓汁 ……(254)
抓饭 ……(584)
抓炒 ……(262)
抓浆 ……(253)
抓鸡虎 ……(30)
抓炒鱼片 ……(484)
抓炒鱼条 ……(476)
……(493)
扳指块 ……(234)
抢火 ……(244)
抑菌 ……(654)
抛 ……(141)
抛锅 ……(258)
抗浪鱼 ……(47)
抗坏血酸 ……(647)
抗氧化剂 ……(204)
抗不育维生素 ……(646)
抗佝偻维生素 ……(646)
抗干眼病维生素 ……(646)
抗坏血病维生素 ……(647)
抗神经炎维生素 ……(646)
抗癞皮病维生素 ……(646)
抗恶性贫血维生素 ……(646)
抖勺 ……(258)
抖刀片 ……(231)
护田鸡 ……(38)
护生草 ……(105)
护国菜 ……(106)
把儿 ……(279)
把子 ……(279)
把子肉 ……(413)
扭蚶 ……(78)
拟赤梢鱼 ……(48)
轩糊 ……(254)
连枝草 ……(106)
连炉鬲 ……(616)
连釜灶 ……(614)
连眼灶 ……(613)
……(629)
连锅汤 ……(416)
连鱼豆腐 ……(377)
连渣豆腐 ……(526)
匝 ……(621)
医食同源 ……(651)

〔丨一〕

卤 ……(178)
……(204)
……(270)
卤水 ……(204)
卤鸡 ……(370)
……(444)
卤虾 ……(187)
卤鸭 ……(376)
卤烫 ……(271)
卤锅 ……(632)
卤酱 ……(271)
卤腐 ……(196)
卤汁燉 ……(269)
卤鱼片 ……(158)
卤香菇 ……(244)
卤鸭胗 ……(453)
卤子虾蝑 ……(498)
卤水扎蹄 ……(419)
卤水牛杂 ……(604)
卤花凉面 ……(599)
卤煮小肠 ……(563)
卤煮黄香管 ……(423)
卤牛肉配烧饵块 ……(610)
卣 ……(623)

〔丨丶〕

肖县羊肉汤 ……(592)
肖美人点心 ……(396)

〔丨乛〕

吱嗪鹧鸪粥 ……(513)
吠鹿 ……(337)
吡哆素 ……(646)
呀货嚏 ……(556)
听听 ……(248)
听面 ……(281)
吟蛩 ……(82)
呛面 ……(281)
呛酵 ……(281)
吻头 ……(122)
吹肝 ……(149)
吹潮 ……(76)
吹风火 ……(245)
吹风灶 ……(630)
吹风蛇 ……(39)
吹火筒 ……(46)
……(632)
吹肚鱼 ……(55)
吹沙鱼 ……(50)

吼子 ……（32）
吼巴 ……(178)
帐台 ……（13）
时鱼 ……（49）
时辰包子 ……(579)
时萝角儿 ……(341)
时果西瓜盅 ……(535)
盯桌 ……（16）
助阳 ……(652)
呈色剂 ……(203)
吴风果 ……(141)
吴抄手 ……(608)
吴菠蔏 ……(134)
吴蕈谱 ……(665)
吴茱萸粥 ……(342)
吴兴连带鲋 ……(321)
呆面 ……(282)
足鱼 ……（38）
……（48）
岑草 ……(133)
旱肉 ……(587)
旱芹 ……(102)
旱鸭 ……（27）
旱蒸 ……(272)
旱獭 ……（31）
旱藕 ……（99）
旱芭蕉 ……(137)
旱蛤子 ……（41）
旱獭油 ……(200)
旱蒸雪鸡 ……(513)
旱蒸贝母鸡 ……(450)
旱蒸回锅肉 ……(416)
兕觥 ……(623)
兕觵 ……(623)
围 ……(279)
围像 ……(334)
围边法 ……(279)
围锅板 ……(638)
围锅转 ……(567)
园荽 ……(102)
囫囵肉茄 ……(369)
里仔盖 ……(214)
里外皮 ……(210)
里边皮 ……(213)
里脊合 ……(212)
里梅花 ……(120)
里脊包三仁 ……(611)
串拚 ……（22）
串炙 ……(551)
串烤 ……(274)
串烧 ……(265)
串隆牛肉 ……(428)
串膛火眼 ……(629)
串烧金钱鸡 ……(450)
串糖米酥糕 ……(610)

〔丿一〕

牡丹 ……(279)
牡桂 ……(191)
牡蛎 ……（74）
牡蛤 ……（74）
牡丹花 ……(119)
牡姓草 ……（90）
牡丹毛燕 ……(153)
牡丹火锅 ……(486)
牡丹生菜 ……(325)
牡丹花粥 ……(404)
牡丹虾仁 ……(499)
牡丹桂鱼 ……(486)
牡丹熊掌 ……(503)
牡丹燕菜 ……(540)
针鱼 ……（66）
针匙 ……(640)
针扎鱼 ……（66）
钉板鲳 ……（61）
钉子形花刀 ……(272)
利口 ……(248)
利气 ……(653)
利如 ……(134)
利湿 ……(653)
利市头 ……(147)
乱积 ……(316)
每人每 ……(639)
每日膳食中营养素供给量 ……(643)
秃肺 ……(221)
秃卷 ……(221)
秃登盐 ……(179)
秃秃幺思 ……(347)
秃秃麻失 ……(347)
秃尾巴鸟 ……（28）

〔丿丨〕

何首乌粥 ……(404)
佐料 ……(178)
佐酒 ……(293)
佐料油 ……(188)

作料 ……(178)
伯都 ……(29)
低柜杂 ……(15)
低柜档 ……(14)
低钠盐 ……(179)
低温保藏 ……(655)
低盐酱油 ……(182)
低亚硫酸钠 ……(204)
佗氏鳇鱼 ……(42)
佛手 ……(278)
佛豆 ……(110)
佛桑 ……(120)
佛蛇 ……(39)
佛粥 ……(297)
佛手瓜 ……(109)
佛手根 ……(190)
佛手掌 ……(291)
佛手糕 ……(401)
佛指甲 ……(145)
佛指柑 ……(145)
佛跳墙 ……(328)
……(540)
佛手白菜 ……(515)
佛手花刀 ……(232)
佛手柑粥 ……(402)
佛手花篮酥 ……(573)
皂儿 ……(113)
皂子 ……(113)
皂鲢 ……(45)
皂包头 ……(45)
皂角子 ……(113)
皂角核 ……(113)
皂荚仁 ……(113)
皂荚豆 ……(112)
皂羹面 ……(340)
身全鸭子 ……(453)

〔丿丿〕

返油 ……(247)

〔丿丶〕

含油 ……(259)
含桃 ……(139)
含风鲊 ……(321)
含丸使者 ……(188)
谷子 ……(88)
谷气 ……(651)
谷香 ……(191)
谷垒 ……(301)
谷菌 ……(130)
谷芽粥 ……(405)
谷茴香 ……(191)
谷熟菌 ……(127)
希灰 ……(208)
坐柜 ……(16)
坐鱼 ……(41)
坐板肉 ……(211)
坐押师 ……(14)
坐臀肉 ……(211)

〔丿乛〕

犸 ……(24)
犸鹅 ……(310)
饨饨 ……(575)
饫 ……(17)
饭 ……(295)
饭口 ……(12)
饭山 ……(634)
饭勺 ……(640)
饭瓜 ……(109)
饭头 ……(8)
饭庄 ……(11)
饭麦 ……(88)
饭豆 ……(111)
饭肠 ……(576)
饭床 ……(622)
饭局 ……(6)
饭店 ……(10)
饭单 ……(622)
饭食 ……(292)
饭根 ……(168)
饭匙 ……(640)
饭盒 ……(641)
饭馆 ……(10)
饭粘 ……(296)
饭敲 ……(622)
饭铺 ……(10)
饭锅 ……(15)
饭筲 ……(622)
饭筒 ……(302)
饭焦 ……(168)
饭碗 ……(640)
饭摊 ……(12)
饭蛸 ……(73)
饭甑 ……(634)
饭操 ……(621)

饭上叫 ……(13)
饭头蒸 ……(273)
饭匙草 ……(135)
饭匙倩 ……(39)
饭铲头 ……(39)
饮 ……(1)
饮局 ……(17)
饮食 ……(1)
饮啄 ……(1)
饮馔 ……(294)
饮食方 ……(3)
饮食业 ……(10)
饮食店 ……(10)
饮食不节 ……(653)
饮食须知 ……(662)
饮食调养 ……(651)
饮食辨录 ……(665)
饮福大宴 ……(18)
饮膳正要 ……(662)
饮食与健康 ……(666)
肝生 ……(611)
肝尖 ……(213)
肝肠 ……(548)
肝炙 ……(311)
肝卷 ……(383)
肝肚生 ……(336)
肝胆生 ……(556)
肝胆相照 ……(425)
肚仁 ……(213)
肚公 ……(157)
肚头 ……(212)
肚母 ……(157)
肚尖 ……(213)
肚板 ……(217)
肚壁 ……(217)
肚囊 ……(211)
肚三样 ……(430)
肚食信 ……(217)
肚葫芦 ……(217)
肚蘑菇 ……(217)
肚吞刀鱼 ……(475)
肫腚 ……(301)
肠衣 ……(221)
肠油 ……(199)
肠粉 ……(16)
肠粉 ……(605)
肠糕 ……(554)
肠旺米线 ……(611)
肠线粉汤 ……(570)
腑 ……(305)
卵 ……(83)
卵盐 ……(178)
卵菌 ……(130)
卵蒜 ……(114)
卵酱 ……(160)
……(305)
卵鳎 ……(62)
邹平公食宪章 ……(660)
刨子 ……(638)
刨花 ……(552)
刨花片 ……(234)
角 ……(625)
角子 ……(299)
角鸡 ……(34)
角鱼 ……(52)
……(68)
角菜 ……(103)
角黍 ……(302)
角螺 ……(78)
角老菱 ……(117)
角带子 ……(163)
龟足 ……(72)
龟鱼 ……(55)
龟脚 ……(72)
龟苓膏 ……(604)
龟脚蛏 ……(72)
免红 ……(13)
免青 ……(13)
免粟 ……(86)
免大荤 ……(13)
条 ……(234)
条盘 ……(639)
条燕 ……(63)
条鳅 ……(53)
条鳎 ……(62)
条头糕 ……(403)
条半糕 ……(403)
条纹酥 ……(572)
迎风扇 ……(216)
迎草香 ……(216)
迎宾兰 ……(578)
迎宾雪莲 ……(412)
岛青霉毒 ……(658)

〔丶一〕

亨人 ……(8)

弃命菰 ……(124)
辛 ……(247)
辛夷 ……(119)
辛芥 ……(97)
忘忧 ……(118)
库尔达克 ……(436)
库车汤面 ……(584)
应菜 ……(104)
应山滑肉 ……(415)
庐山三石 ……(24)
庐山石角 ……(54)
疔愁花 ……(118)

〔丶丨〕

怀儿 ……(187)
怀山 ……(100)
怀子 ……(52)
怀风 ……(106)
怀挡 ……(622)
怀山药 ……(100)
快儿 ……(622)
快马 ……(13)
快果 ……(138)
快鱼 ……(60)
快餐面 ……(300)
闲情偶寄 ……(664)
闷发菜 ……(407)
闷饭店 ……(10)
闷荔枝腰 ……(383)

〔丶丿〕

灴 ……(270)
灶上 ……(14)
灶头 ……(14)
灶坑 ……(613)
灶榡 ……(615)
灼 ……(271)
灼八块 ……(375)

〔丶丶〕

冻米 ……(168)
冻饮 ……(306)
冻鸡 ……(353)
冻鱼 ……(354)
……(369)
……(555)
……(557)
冻脂 ……(205)
冻蚬 ……(163)
冻粉 ……(205)
冻菌 ……(128)
冻蹄 ……(388)
冻糕 ……(607)
冻子活 ……(244)
冻羊肉 ……(384)
冻豆腐 ……(169)
……(367)
冻鱼片 ……(158)
冻鸭掌 ……(389)
冻黄蘑 ……(128)
冻猪肉 ……(353)
冻米肉丸 ……(421)
冻金锺鸡 ……(449)
冷麦 ……(90)
冷饮 ……(293)
冷冻 ……(559)
冷油 ……(245)
冷面 ……(300)
……(551)
冷堂 ……(12)
冷蒸 ……(402)
冷蔺 ……(359)
冷开水 ……(198)
冷水发 ……(227)
冷水肚 ……(157)
冷水面 ……(282)
冷水洗 ……(223)
冷水锅 ……(241)
冷包席 ……(11)
冷饮店 ……(11)
冷面馆 ……(11)
冷烧面 ……(398)
冷酒馆 ……(12)
冷盘间 ……(15)
冷淘面 ……(350)
冷鲟鱼 ……(368)
冷墩子 ……(15)
冷餐会 ……(22)
冷藏柜 ……(642)
冷糟肉 ……(380)
冷水梭鱼 ……(64)
冷冻灭菌 ……(655)
冷菜捆扎 ……(240)
冷菜厨师 ……(15)
冷盘厨师 ……(15)
冷碟厨师 ……(15)

冷餐酒会 ……（22）
冷蟾儿羹 ……(319)
冷菜装盘法 ……(279)
冷榨粗制生棉籽油中毒 ……(657)
冶蓉馅 ……(290)
汪油 ……(260)
沐猴 ……（34）
沛县狗肉 ……(588)
沥油 ……(259)
沥清去毛法 ……(222)
沙兰 ……(191)
沙地 ……（61）
沙团 ……(331)
沙虫 ……（79）
……（83）
沙吹 ……（37）
沙肝 ……(213)
沙角 ……(117)
沙尾 ……(156)
沙鸡 ……（36）
沙板 ……（61）
沙果 ……(138)
沙鱼 ……（56）
沙炒 ……(262)
沙炝 ……(274)
沙追 ……（37）
沙姜 ……(194)
沙翅 ……(155)
沙莜 ……(100)
沙蚕 ……（83）
沙浆 ……(277)
沙菌 ……(129)
沙蛆 ……（83）
沙盖 ……（62）
沙葛 ……(101)
沙蛤 ……（76）
沙蜊 ……（76）
沙蜊 ……（78）
沙锥 ……（37）
沙蜜 ……（86）
沙鲩 ……（58）
沙壅 ……(367)
沙鳐 ……（51）
沙蠋 ……（83）
沙獾 ……（30）
沙鳢 ……（51）
沙丁鱼 ……（64）
沙木耳 ……(124)
沙木沙 ……(585)
沙乌鳢 ……（51）
沙半鸡 ……（36）
沙光鱼 ……（51）
沙虫干 ……(164)
沙肠子 ……（79）
沙沟鱼 ……（51）
沙鱼翅 ……(154)
沙姑子 ……（48）
沙茶酱 ……(193)
沙带鱼 ……（62）
沙律汁 ……(252)
沙蜆子 ……（77）
沙钻鱼 ……（67）
沙萝卜 ……（97）
沙婆翅 ……(157)
沙塘鳢 ……（51）
沙古芦子 ……（47）
沙谷米粥 ……(366)
……(405)
沙茶烤肉 ……(594)
沙婆吉翅 ……(156)
沙婆尾翅 ……(156)
沙婆净勾 ……(156)
沙锅鱼翅 ……(461)
沙乞某儿汤 ……(334)
沙茶涮牛肉 ……(430)
沙湾牛奶霜 ……(604)
沙湾原奶挞 ……(604)
沙鳅鱼煮酸笋 ……(556)
沙门氏菌食物中毒 ……(658)
汽焗 ……(273)
汽锅 ……(633)
汽水粑 ……(600)
汽柱甑 ……(617)
汽锅鸡 ……(389)
……(452)
汽锅元鱼 ……(473)
汽锅大乌鸡 ……(440)
沃田鸡 ……(355)
汾酒 ……(195)
泛酸 ……(646)
沟帮子烧鸡 ……(577)
沟帮子水馅包子 ……(576)
没利 ……(192)
没多僧 ……(208)
没食子酸丙酯 ……(204)
沆瀣浆 ……(332)

状元菜 ……(21)
状元粿 ……(596)
羌桃 ……(144)
羌酌 ……(19)
羌盐 ……(179)
羌煮 ……(309)
羌活鱼 ……(41)
完全蛋白质 ……(644)
宋嫂鱼羹 ……(485)
宋五嫂鱼羹 ……(324)
宋氏养生部 ……(664)
牢九 ……(299)
牢丸 ……(299)

〔丶一〕

社饭 ……(326)
补丫 ……(190)
补气 ……(653)
补血 ……(653)
补阳 ……(652)
补阴 ……(652)
补法 ……(652)
补脾 ……(653)
补身汤 ……(550)
初篁 ……(98)
初加工 ……(222)
初步热处理 ……(240)
初步热加工 ……(241)
良枣 ……(143)
良姜 ……(190)
良姜粥 ……(342)

〔一一〕

张知县菜 ……(97)
张掖大菜 ……(413)
张一品酱羊肉 ……(437)
张三口羊肉面 ……(599)
改刀 ……(229)
改良鲍 ……(163)
改宾俏 ……(238)
即勾 ……(65)
即你疋牙 ……(348)
灵瓜 ……(108)
灵台 ……(212)
灵根 ……(116)
灵通 ……(186)
灵眼 ……(145)
灵沙臛 ……(321)
灵芝亦月蝉 ……(498)
忌口 ……(651)
忌讳 ……(183)
忌嘴 ……(650)
忌食疗病 ……(651)
忌食养生 ……(651)
层酥 ……(283)
层层镶 ……(584)
屁盘 ……(81)
屁蹩 ……(81)
尾开 ……(223)
尾鱼 ……(67)
尾根 ……(215)
尾翅 ……(155)
尾梨 ……(117)
尾巴根 ……(215)
尿泡 ……(213)
尿缸贼 ……(81)
君子菜 ……(109)
君王盐 ……(180)
君迁子 ……(142)
君山鸡片 ……(448)

〔一丨〕

陆谷 ……(89)
陆拔 ……(189)
陆记烫面炸糕 ……(566)
阿虞 ……(196)
阿魏 ……(196)
阿菜汤 ……(334)
阿萨蝉 ……(142)
阿蒂蝉 ……(142)
阿瓦芫荽 ……(102)
阿摩尼亚粉 ……(202)
陇川酸水 ……(183)
陇西腊羊肉 ……(435)
陈皮 ……(193)
陈米 ……(86)
陈卤 ……(252)
陈仓米 ……(86)
陈皮鸡 ……(451)
陈皮焗 ……(273)
陈汤酱 ……(271)
陈知白 ……(205)
陈香菌 ……(127)
陈腐味 ……(247)
陈廪米 ……(86)
陈皮牛肉 ……(431)

陈皮味型 ……(249)
陈皮熊肉 ……(502)
附蚓 ……(83)
坠汤 ……(250)

〔一丿〕

姊妹糊子 ……(601)
妒母草 ……(98)
邵阳鱼 ……(56)

〔一丶〕

鸡 ……(27)
鸡丁 ……(375)
鸡子 ……(83)
鸡爪 ……(218)
鸡公 ……(27)
鸡心 ……(143)
……(218)
鸡生 ……(353)
鸡瓜 ……(372)
鸡头 ……(217)
鸡皮 ……(218)
鸡尖 ……(218)
鸡舌 ……(217)
鸡血 ……(218)
鸡杂 ……(218)
鸡米 ……(236)
鸡红 ……(218)
鸡纤 ……(308)
鸡纵 ……(130)
鸡壳 ……(218)
鸡芽 ……(218)
鸡豆 ……(389)
鸡男 ……(27)
鸡针 ……(218)
鸡肝 ……(218)
鸡肠 ……(218)
鸡卵 ……(83)
鸡松 ……(375)
……(392)
……(395)
鸡肾 ……(218)
鸡肤 ……(218)
鸡肫 ……(218)
鸡肪 ……(200)
鸡鱼 ……(47)
鸡油 ……(200)
鸡泥 ……(236)
鸡宗 ……(130)
鸡姑 ……(27)
鸡项 ……(27)
鸡柳 ……(218)
鸡茸 ……(236)
鸡面 ……(362)
……(442)
鸡胃 ……(218)
鸡胗 ……(218)
鸡爰 ……(130)
鸡珠 ……(146)
鸡翅 ……(218)
鸡圆 ……(375)
鸡脊 ……(218)
鸡脑 ……(236)
鸡菌 ……(130)
鸡趾 ……(130)
鸡鸽 ……(28)
鸡脖 ……(217)
鸡脯 ……(218)
鸡婆 ……(27)
鸡蛋 ……(83)
鸡颈 ……(218)
鸡壅 ……(130)
鸡棕 ……(130)
鸡葵 ……(130)
鸡掌 ……(218)
鸡粥 ……(375)
……(570)
鸡缔 ……(236)
鸡锤 ……(218)
鸡签 ……(218)
鸡腿 ……(172)
……(218)
鸡鲈 ……(60)
鸡鲜 ……(367)
鸡膀 ……(218)
鸡糁 ……(236)
鸡糊 ……(236)
……(254)
鸡壅 ……(146)
鸡臊 ……(218)
鸡翼 ……(218)
鸡羹 ……(304)
……(309)
鸡八块 ……(236)
鸡儿肠 ……(132)
鸡上腿 ……(218)

鸡小腿 ……(218)
鸡子线 ……(360)
鸡子面 ……(362)
鸡犬蹄 ……(539)
鸡车子 ……(218)
鸡毛菜 ……(93)
鸡爪兰 ……(119)
鸡爪菜 ……(122)
鸡心菜 ……(105)
鸡仔饼 ……(602)
鸡白羹 ……(306)
鸡头米 ……(146)
鸡头粥 ……(342)
鸡头鹘 ……(35)
鸡丝卷 ……(591)
鸡丝菌 ……(129)
鸡丝菇 ……(130)
鸡皮肉 ……(415)
鸡皮肚 ……(541)
鸡血糊 ……(592)
鸡血羹 ……(376)
鸡米粥 ……(561)
鸡坝席 ……(21)
鸡豆花 ……(526)
鸡豆粥 ……(396)
鸡豆糕 ……(396)
鸡里脊 ……(218)
鸡里爆 ……(438)
……(443)
鸡肝板 ……(596)
鸡肚爆 ……(544)
鸡冻粉 ……(581)
鸡抱鱼 ……(55)
鸡肫球 ……(243)
鸡油菌 ……(125)
鸡春饼 ……(367)
鸡茸蛋 ……(413)
鸡骨头 ……(218)
鸡骨架 ……(218)
鸡骨酱 ……(438)
鸡冠壶 ……(625)
鸡屎果 ……(142)
鸡栖菇 ……(130)
鸡峰肉 ……(243)
鸡粉面 ……(398)
鸡料子 ……(236)
鸡距子 ……(143)
鸡圈肉 ……(426)
鸡笼鲳 ……(61)
鸡鸽鱼 ……(47)
鸡脚菇 ……(130)
鸡清汤 ……(251)
鸡蛋糕 ……(243)
……(394)
鸡酪羹 ……(306)
鸡腰子 ……(218)
鸡腰果 ……(145)
鸡腿坛 ……(625)
鸡嘴椒 ……(112)
鸡髓笋 ……(390)
鸡火蜇皮 ……(473)
鸡火蹄燕 ……(424)
鸡汁排翅 ……(461)
鸡汁锅贴 ……(609)
鸡汁燕菜 ……(508)
鸡头米汤 ……(588)
鸡头羹粉 ……(343)
鸡皮鱼肚 ……(528)
鸡丝抓饭 ……(584)
鸡丝拉皮 ……(444)
鸡丝春卷 ……(585)
鸡丝银针 ……(438)
鸡丝馄饨 ……(585)
……(589)
鸡丝酥饼 ……(598)
鸡丝辣汤 ……(592)
鸡丝熟馅 ……(289)
鸡肉丝菇 ……(130)
鸡肉线粉 ……(590)
鸡肉烂饭 ……(560)
鸡血蒸饺 ……(566)
鸡汤广肚 ……(464)
鸡米海参 ……(466)
鸡米鹿筋 ……(504)
鸡抓菜卷 ……(439)
鸡初加工 ……(225)
鸡炖甲鱼 ……(389)
鸡油刀豆 ……(515)
鸡油豆瓣 ……(515)
鸡油葵菜 ……(519)
鸡茸干贝 ……(469)
鸡茸鱼骨 ……(465)
鸡茸银杏 ……(543)
鸡茸银条 ……(543)
鸡茸燕汤 ……(553)
鸡茸蹄筋 ……(423)

鸡冠子油 ……(199)
鸡鸭子饼 ……(316)
鸡鸭血汤 ……(570)
鸡鸭饸饹 ……(585)
鸡捶海参 ……(466)
鸡蛋布袋 ……(597)
鸡蛋黄菌 ……(125)
鸡蛋黄蘑 ……(130)
鸡蛋排骨 ……(570)
鸡蛋锅贴 ……(591)
鸡蛋灌饼 ……(597)
鸡粥凤腰 ……(438)
鸡粥菜心 ……(445)
鸡鲍蒲菜 ……(468)
鸡丸烩鱼脍 ……(442)
鸡片凉卷粉 ……(610)
鸡头粉血粉 ……(339)
鸡头粉馄饨 ……(339)
鸡头粉搅面 ……(339)
鸡头粉搅粉 ……(339)
鸡皮烧鸭掌 ……(456)
鸡皮烧鹅嗉 ……(540)
鸡丝扒瓜脯 ……(542)
鸡丝伊府面 ……(585)
鸡丝拌猴腿 ……(441)
鸡丝虎掌菌 ……(522)
鸡丝炒草芽 ……(544)
鸡丝鸳鸯面 ……(574)
鸡丝烩熊掌 ……(503)
鸡肉烩鱼丝 ……(494)
鸡汤汆海蚌 ……(469)
鸡油马拉糕 ……(604)
鸡油马拉糕 ……(606)
鸡油炒松仁 ……(389)
鸡泥桃花鱼 ……(473)
鸡茸玉米汤 ……(540)
鸡茸刺嫩菜 ……(516)
鸡茸珍珠笋 ……(520)
鸡粒山药饼 ……(602)
鸡粒雪梨果 ……(606)
鸡蛋熨斗糕 ……(607)
鸡蛋糖麻花 ……(588)
鸡腿扒乌参 ……(467)
鸡丁菊花白果 ……(441)
鸡茸笔架鱼肚 ……(464)
鸡冠菜烧文蛤 ……(470)
鸡蛋饼包油条 ……(569)
鸡头粉雀舌饼子 ……(339)

〔一一〕

孜然 ……(91)
孜孜鱼 ……(68)
孜孜鱼干 ……(159)
驴 ……(26)
驴乳 ……(84)
驴油 ……(200)
驴脂 ……(200)
驴膏 ……(200)
驴三件 ……(219)
驴打滚 ……(563)
驴头羹 ……(343)
驴肉汤 ……(343)
驴板肠 ……(219)
驴耳杂蛤 ……(75)
驴肉熏肠 ……(567)
驮骡 ……(26)
纯碱 ……(203)
纯阳瓜 ……(107)
纯蛋面 ……(284)
纯酱油炖老母鸡 ……(387)
纱帽 ……(298)
纳豆 ……(180)
纵带石斑鱼 ……(59)
纶 ……(122)
纶布 ……(122)
纸菜 ……(122)
纸包鸡 ……(450)
纸包炸 ……(265)
纸花鸡 ……(440)
纸封鸡 ……(438)
纸裹羊 ……(432)
纸包三鲜 ……(526)
纸包飞龙 ……(508)
纹冰 ……(185)
纺线 ……(107)

八　画

〔一一〕

玛 ……(37)
环颈雉 ……(34)
环柄斗菇 ……(128)
环柄侧耳 ……(128)
现口 ……(291)
现卤 ……(252)
……(270)
玫瑰羊 ……(433)

玫瑰花 ……(192)
玫瑰球 ……(534)
玫瑰醋 ……(183)
玫瑰糕 ……(401)
玫瑰火饼 ……(391)
玫瑰卷酥 ……(401)
玫瑰香肠 ……(150)
玫瑰粉饺 ……(401)
玫瑰锅炸 ……(459)
……(536)
玫瑰酱斗 ……(252)
玫瑰九层糕 ……(605)
玫瑰荸荠饼 ……(530)
玫瑰焗双鸽 ……(511)
盂 ……(619)
青丁 ……(178)
青干 ……(66)
青子 ……(75)
青片 ……(48)
青方 ……(196)
青瓜 ……(108)
青丝 ……(178)
青衣 ……(69)
青芡 ……(256)
青豆 ……(110)
青苔 ……(123)
青果 ……(144)
青鱼 ……(44)
青虾 ……(71)
青翅 ……(156)
青盐 ……(179)
青笋 ……(104)
青粉 ……(174)
青梭 ……(65)
青菜 ……(93)
青脖 ……(43)
青斑 ……(59)
青棒 ……(44)
青棍 ……(48)
青蛙 ……(41)
青蛤 ……(77)
青蚌 ……(70)
青糊 ……(587)
青蒜 ……(114)
青稞 ……(88)
青猺 ……(30)
青鲳 ……(59)
青鲩 ……(44)
青鳖 ……(77)
青蘑 ……(128)
青蟹 ……(70)
青鳝 ……(53)
青小豆 ……(111)
青天蓝 ……(64)
青龙卷 ……(489)
青头鸡 ……(27)
青头菌 ……(127)
青头雀 ……(36)
青皮鱼 ……(63)
青灯瓜 ……(108)
青花鱼 ……(63)
青花菜 ……(96)
青针鱼 ……(66)
青条鱼 ……(63)
青苔松 ……(556)
青果豆 ……(518)
青鱼肠 ……(221)
青鱼膏 ……(386)
青鱼熘 ……(480)
青宗带 ……(62)
青树窝 ……(128)
青香苋 ……(103)
青根鱼 ……(44)
青莲鸭 ……(456)
青鸭羹 ……(343)
青梅馅 ……(288)
青菜饭 ……(399)
青菜姿 ……(133)
青黄芡 ……(256)
青斑豆 ……(111)
青椒盅 ……(237)
青蛙胃 ……(221)
青登瓜 ……(108)
青腿子 ……(129)
青腐乳 ……(196)
青精饭 ……(323)
青螺鸭 ……(384)
青鳞鱼 ……(63)
青石斑鱼 ……(59)
青龙瓤虾 ……(496)
青白菜庵 ……(329)
青衣仙子 ……(479)
青松虾球 ……(496)
青鱼白饼 ……(480)
青鱼甩水 ……(480)
青鱼秃肺 ……(479)

青鱼肚裆 ……(221)
青虾卷爆 ……(338)
青翅上青 ……(157)
青盐甲鱼 ……(377)
青凉臃碎 ……(319)
青椒皮蛋 ……(460)
青糕青团 ……(396)
青海湖裸鲤 ……(49)
青菜烧杂果 ……(386)
青畦抱玉柱 ……(558)
青蛙跳石板 ……(611)
青螺肉发制 ……(228)
青豆米烩乳饼 ……(611)
青蚕豆金钱饼 ……(611)
青精干石鲴饭 ……(323)
表观消化率 ……(649)
奉御 ……(8)
奉化摇蚶 ……(470)
武火 ……(245)
武昌鱼 ……(45)
武林旧事 ……(662)
武陟油茶 ……(598)
武汉热干面 ……(599)
武陵水鱼裙边 ……(475)

〔一丨〕

坩 ……(617)
坯子 ……(284)
垆邸 ……(11)
坭瓜 ……(107)
坡刀片 ……(231)
……(235)
杭子 ……(166)
……(314)
林鸡 ……(35)
林貂 ……(30)
林檎 ……(138)
林三鲜 ……(24)
林海孔雀 ……(516)
林区五美味 ……(24)
枝枝花 ……(599)
杯 ……(621)
……(627)
杯豆 ……(620)
杯素 ……(627)
杯圈 ……(627)
杯棬 ……(627)
杯筌 ……(628)
杯落 ……(628)
枇 ……(621)
枇杷 ……(139)
枇杷冻 ……(535)
枇杷糕 ……(400)
枇杷蟹 ……(71)
枧水 ……(203)
枧砂 ……(203)
杵臼 ……(618)
杧楠酱 ……(184)
枞木 ……(120)
析稔 ……(306)
板刀 ……(636)
板立 ……(59)
板油 ……(199)
板面 ……(597)
板活 ……(171)
板栗 ……(144)
板鸭 ……(153)
板筋 ……(212)
板糖 ……(185)
板栗泥 ……(535)
板栗菌 ……(127)
板黄鱼 ……(48)
板栗山鸡 ……(509)
板栗扣鸭 ……(457)
板栗红肘 ……(557)
板栗烧菜心 ……(518)
松 ……(236)
松肉 ……(546)
松花 ……(121)
……(363)
松鸡 ……(35)
松苓 ……(126)
松狗 ……(30)
松鱼 ……(45)
松炸 ……(266)
松饼 ……(549)
松腴 ……(126)
松鼠 ……(31)
松煽 ……(266)
松糊 ……(253)
松蘑 ……(129)
松糕 ……(361)
……(394)
松口蘑 ……(129)
松子仁 ……(145)
松木薯 ……(126)

松毛菌 ……(129)
松仁肚 ……(426)
松仁鸡 ……(381)
松仁粽 ……(400)
松叶粥 ……(401)
松皮树 ……(206)
松伞蘑 ……(129)
松花蛋 ……(166)
松枝肉 ……(415)
松果肉 ……(381)
松乳菇 ……(127)
松柏枝 ……(197)
松黄汤 ……(334)
松黄饼 ……(332)
松酥皮 ……(286)
松鼠鱼 ……(386)
松熏肉 ……(380)
松子全鸡 ……(437)
松子豆腐 ……(524)
松子烧饼 ……(549)
松子酥肉 ……(414)
松子熏肉 ……(413)
松仁小肚 ……(425)
松仁鸡丁 ……(440)
松仁鱼米 ……(484)
松江三花 ……(24)
松江鲈鱼 ……(51)
松花火腿 ……(150)
松花粉粥 ……(404)
松籽玉兔 ……(506)
松黄肉丝 ……(336)
松塔鲤鱼 ……(475)
松酥面团 ……(283)
松鼠桂鱼 ……(485)
松鼠湟鱼 ……(491)
松鼠鲤鱼 ……(476)
松鹤鲴鱼 ……(484)
松蛏蒸蟹 ……(370)
松子海啰嗮 ……(365)
松叶土当归 ……(99)
松江鲈干鲞 ……(319)
松香去毛法 ……(222)
松菌烩鸭块 ……(383)
松塔牛肝菌 ……(126)
松仁卤狍子肉 ……(506)
松茸蘑汆鹿筋 ……(505)
枪蟹 ……(70)
枫糖 ……(186)
枫泾丁蹄 ……(418)
构耳 ……(124)
构菌 ……(130)
杭州酱鸭 ……(455)
枓 ……(618)
枕瓜 ……(106)
枕头草 ……(105)
取麻菜 ……(131)
刺瓜 ……(108)
刺参 ……(160)
刺桐 ……(122)
刺梨 ……(139)
刺猪 ……(32)
刺鲃 ……(48)
刺猬 ……(28)
刺鲳 ……(60)
刺儿鱼 ……(64)
刺老芽 ……(122)
刺红花 ……(121)
刺鸡眼 ……(225)
刺玫花 ……(192)
刺虎鲨 ……(159)
刺参类 ……(160)
刺球子 ……(28)
刺尊鱼 ……(50)
刺鲅鱼 ……(63)
刺嫩芽 ……(122)
刺猬酸肉 ……(556)
直切 ……(230)
直炒 ……(261)
直酥 ……(285)
直刀切 ……(230)
直刀剖 ……(232)
直刀劈 ……(231)
直突灶 ……(614)
直立莴苣 ……(104)
茉莉花 ……(192)
茉莉叶烧豆腐 ……(360)
苦瓜 ……(109)
苦豆 ……(194)
苦卤 ……(204)
苦谷 ……(85)
苦味 ……(247)
苦狗 ……(305)
苦酒 ……(183)
苦消 ……(203)
苦梗 ……(134)
苦菜 ……(131)

苦萃 ……(137)
苦焦 ……(260)
苦马菜 ……(131)
苦列炸 ……(265)
苦豆汤 ……(334)
苦荞麦 ……(91)
苦桔梗 ……(134)
苦麻菜 ……(131)
苦腊子 ……(42)
苦鲢子 ……(44)
苦瓜瓤肉 ……(541)
苦杏仁中毒 ……(656)
苦笋紫菜菹 ……(318)
苯甲酸 ……(201)
苯甲酸钠 ……(201)
苯胺色素 ……(207)
苤菜 ……(115)
苤蓝 ……(95)
苤菜生 ……(557)
苤菜根炒肉丝 ……(558)
苹果 ……(138)
苹婆 ……(141)
苹叶角 ……(602)
苹果盅 ……(237)
苹果糕 ……(401)
苹果煨猪肉 ……(389)
苜蓿 ……(105)
苜蓿粥 ……(405)
苴莲 ……(95)
苻篱 ……(194)
苽 ……(91)
苽米粥 ……(405)
茆 ……(116)
茆菹 ……(304)
茆蒜 ……(114)
苞 ……(141)
苞肉 ……(316)
苞米 ……(89)
苞笋 ……(98)
苞膜 ……(312)
苞米糙子 ……(89)
范炙 ……(312)
苧叶馃 ……(591)
苾莽 ……(117)
苕子 ……(136)
苕瓜 ……(100)
苕菜狮子头 ……(421)
茄子 ……(112)
茄瓜 ……(109)
茄夹 ……(237)
茄连 ……(95)
茄参 ……(161)
茄胨 ……(390)
茄莲 ……(95)
茄船 ……(237)
茄粥 ……(404)
茄鲞 ……(390)
茄汁芡 ……(256)
茄子馒头 ……(341)
茄汁牛舌 ……(429)
茄汁鸡球 ……(452)
茄汁桂鱼 ……(486)
茄汁素金鲤 ……(530)
茎椰菜 ……(96)
茎用莴苣 ……(104)
苔芥 ……(93)
……(94)
苔条 ……(123)
苔菜干 ……(176)
苔菜盐 ……(179)
苔用芥菜 ……(94)
苔干羊肉丝 ……(437)
茅狂 ……(58)
茅梨 ……(140)
茅台鸡 ……(449)
茅台酒 ……(195)
茅萝卜 ……(135)
茅草大灰粽 ……(556)
昔兔 ……(308)
幸福双 ……(589)
枣 ……(142)
枣饼 ……(400)
枣桔 ……(141)
枣糕 ……(608)
枣餬 ……(326)
枣臇 ……(409)
枣花饼 ……(572)
枣泥馅 ……(288)
枣核肉 ……(420)
枣蓉馅 ……(290)
枣糖糕 ……(563)
枣儿甜馍 ……(581)
枣肉沫糊 ……(579)
枣阳扒鸡 ……(448)
枣泥丸子 ……(532)
枣泥凉果 ……(587)

雨水 ……(197)
雨草 ……(116)
雨粟 ……(89)
雨伞蛇 ……(40)
雨花菜 ……(103)
事林广记 ……(662)
事物纪原 ……(662)
事物绀珠 ……(663)
事物纪原集类 ……(662)

〔一丿〕

矾石 ……(202)
矾、碱、盐面团 ……(283)
矿灰 ……(208)
矿盐 ……(179)
矿物质 ……(647)
矿泉水 ……(197)
码 ……(279)
码芡 ……(253)
码味 ……(248)
码面 ……(280)
郁金蕈 ……(125)
奇菜 ……(105)
來 ……(87)

〔一ㄱ〕

顶汤 ……(250)
顶碗 ……(639)
顶头螺 ……(78)
顶沙翅 ……(154)
顶顶糕 ……(599)
顶酥饼 ……(391)
抹厉 ……(192)
抹布 ……(639)
抹裆 ……(212)
抹刀片 ……(231)
拢芡 ……(254)
拢上法 ……(290)
拔 ……(224)
拔毛 ……(222)
拔仔 ……(142)
拔丝 ……(277)
拔风灶 ……(629)
拔丝山药 ……(407)
……(533)
拔丝山楂 ……(532)
拔丝白梨 ……(532)
拔丝西瓜 ……(530)
拔丝羊尾 ……(434)
拔丝沙果 ……(531)
拔丝板油 ……(531)
拔丝鱼条 ……(480)
拔丝蛋块 ……(459)
拔丝蛋液 ……(535)
拔丝葡萄 ……(531)
拔丝蜜桔 ……(534)
拔丝白兰瓜 ……(524)
拔丝芝麻丸 ……(411)
拔丝羊肉片 ……(432)
拔丝冰淇淋 ……(537)
拔丝青红椒 ……(535)
拔丝荸荠鼓 ……(531)
拔丝珍珠苹果 ……(533)
拣花笼 ……(259)
担仔面 ……(596)
担担面 ……(608)
押桌 ……(639)
抻 ……(291)
抻面 ……(300)
抽子 ……(637)
抽条 ……(64)
抽油 ……(181)
抽糊 ……(254)
抽肋条 ……(223)
抽刀白肉 ……(411)
抽丝火烧 ……(597)
拙鱼 ……(48)
拙骨羊 ……(101)
拐子 ……(43)
拐枣 ……(143)
拐子姜 ……(101)
拖三 ……(60)
拖泥 ……(211)
拖入法 ……(279)
拖刀切 ……(230)
拖翻勺 ……(258)
拖蛋糊滚面包粉 ……(254)
拍 ……(232)
拍户 ……(11)
拍皮 ……(285)
拍姜 ……(239)
拍粉 ……(253)
拍刀切 ……(230)
拍刀劈 ……(231)
拍子帘儿 ……(634)
拍粉拖蛋糊 ……(254)

拆骨 ……(223)
拆烩 ……(268)
拆鸡脚 ……(225)
拆鸭掌 ……(225)
拆鹅掌 ……(225)
拆蟹肉 ……(226)
拆骨野鸭 ……(385)
拆烩桂鱼 ……(485)
拆烩红鸭丝 ……(457)
拆烩鲢鱼头 ……(483)
拆耳根炒肉丝 ……(417)
拥剑 ……(70)
抱手 ……(42)
抱汁 ……(255)
抱芡 ……(255)
抱汁芡 ……(255)
抱子甘蓝 ……(96)
拄杖瓜 ……(108)
拉切 ……(230)
拉皮 ……(174)
拉汤 ……(14)
拉条 ……(300)
拉剂 ……(284)
拉油 ……(242)
拉面 ……(300)
……(409)
拉刀片 ……(230)
拉刀剖 ……(232)
拉石子 ……(33)
拉皮卷 ……(605)
拉玛丝 ……(235)
拉条子 ……(581)
拉油炒 ……(262)
拉翻勺 ……(258)
拌 ……(275)
拌汁 ……(251)
拌汤 ……(301)
拌芡 ……(254)
拌面 ……(300)
拌馅 ……(16)
……(287)
拌水芹 ……(360)
拌水苔 ……(366)
拌石芥 ……(408)
拌汁熘 ……(264)
拌肉丝 ……(380)
拌肉脯 ……(380)
拌羊肝 ……(384)
拌鸡丝 ……(376)
拌金钩 ……(386)
拌狗肉 ……(550)
拌春柳 ……(536)
拌胡瓜 ……(408)
拌莼菜 ……(360)
拌鸭掌 ……(453)
拌海参 ……(551)
拌海蜇 ……(372)
拌捶肉 ……(380)
拌猪肝 ……(567)
拌腌蛋 ……(384)
拌鱿鱼 ……(551)
拌腐皮 ……(379)
拌马齿苋 ……(519)
拌牛盘肠 ……(592)
拌芹菜生 ……(559)
拌苍耳叶 ……(360)
拌迎春花 ……(369)
拌侧耳根 ……(519)
拌金雀花 ……(366)
拌狗肉脆 ……(550)
拌树花菜 ……(408)
拌挑手鱼 ……(560)
拌黄香萱 ……(360)
拌野鸡丝 ……(376)
拌麻桑扑 ……(560)
拌鲜皮丝 ……(423)
拌鲜猪肉 ……(560)
拌豌豆头 ……(387)
招待 ……(16)
招潮蟹 ……(70)
招远蒸丸 ……(420)
披菜 ……(94)
披刀切 ……(230)
披刀翅 ……(154)
披绵鲊 ……(328)
拨鱼 ……(301)
拨饼 ……(317)
拨散 ……(259)
拨入法 ……(279)
拨刀切 ……(230)
拨荞面 ……(574)
拨烂子 ……(574)
拨棹子 ……(70)
拨碟菜 ……(13)
拨霞供 ……(325)
择毛 ……(223)

抬盒 ……(12)
……(641)
拗锅 ……(633)
拗颈鱼 ……(46)
转菜 ……(258)
转锅 ……(258)
转刀切 ……(230)
转刀刻 ……(233)
斩 ……(231)
斩刀 ……(636)
斩草 ……(216)
斩鱼丸 ……(480)
软火 ……(244)
软水 ……(197)
软玉 ……(169)
软边 ……(210)
软边 ……(218)
软肋 ……(211)
软米 ……(86)
软枣 ……(142)
软炒 ……(261)
软炸 ……(265)
软根 ……(168)
软烧 ……(267)
软烹 ……(262)
软犇 ……(265)
软缔 ……(236)
软焗 ……(267)
软熘 ……(264)
软子面 ……(282)
软五花 ……(211)
软石膏 ……(204)
软香糕 ……(396)
软炸糊 ……(253)
软脂酸 ……(645)
软犇鱼 ……(495)
软筋菜 ……(106)
软丁雪龙 ……(488)
软炸玉麦 ……(520)
软炸石鸡 ……(514)
软炸冬笋 ……(519)
软炸野鸡 ……(510)
软炸腰花 ……(527)
软炸蟹球 ……(501)
软烧豆腐 ……(524)
软兜冰鱼 ……(490)
软硬飞禽 ……(512)
软煸里脊 ……(418)
软熘鱼扇 ……(492)
软炸牛骨髓 ……(431)
软酥河鲫鱼 ……(481)
软炒果味鲜奶 ……(532)
瓯 ……(619)
瓶 ……(624)
卧汁 ……(255)
卧刀片 ……(235)
卧雪江贝 ……(470)
到口酥 ……(365)

〔丨一〕

歧女 ……(118)
歧菜 ……(123)
歧菊 ……(72)
叔 ……(110)
叔嫂传珍 ……(480)
虎 ……(29)
虎王 ……(122)
虎丹 ……(220)
虎皮 ……(62)
……(278)
虎鱼 ……(46)
虎须 ……(137)
虎眼 ……(217)
虎鲒 ……(67)
虎头鱼 ……(480)
虎头菌 ……(127)
虎头鲨 ……(51)
虎皮肉 ……(410)
虎守蘑 ……(126)
虎眼肉 ……(550)
虎眼蛋 ……(243)
虎掌菌 ……(243)
虎嘉鱼 ……(125)
虎鲨皮 ……(54)
虎皮三鲜 ……(482)
虎皮肘子 ……(419)
虎皮香杏 ……(129)
虎皮梳子肉 ……(413)
虎皮鹌鹑蛋 ……(460)
虎掌夜来香 ……(523)

〔丨丨〕

肾只 ……(213)
贤圣茭白 ……(517)
非洲蜗牛 ……(79)
非洲鲫鱼 ……(54)

非必需氨基酸 ……(644)

〔丨丶〕

尚席 ……(9)
尚食 ……(8)
尚食 ……(9)
尚膳监 ……(8)

〔丨一〕

味 ……(246)
味汁 ……(187)
味灰 ……(208)
味型 ……(248)
味觉 ……(649)
味壶 ……(641)
味粉 ……(187)
味料 ……(238)
味域 ……(649)
味感 ……(649)
味碟 ……(638)
味精 ……(186)
味蕾 ……(649)
味之素 ……(187)
味精酱油 ……(182)
味精胡椒粉 ……(189)
呵浪鱼 ……(51)
咀味 ……(1)
咋口鱼 ……(477)
鸣堂 ……(13)
鸣螭 ……(82)
鸣蝉 ……(82)
咖喱粉 ……(192)
咖喱馅 ……(289)
咖喱羊肉角 ……(603)
岭表记 ……(660)
岭表录异 ……(660)
岭南录异 ……(660)
岭南酥皮 ……(286)
岭南水晶球 ……(606)
岭南香酥鸭 ……(560)
帕尔木丁 ……(585)
帕哈煮螺蛳 ……(560)
购 ……(133)
旺火 ……(245)
旺油 ……(245)
明石 ……(202)
明矾 ……(202)
明视 ……(26)
明虾 ……(71)
明骨 ……(158)
明珠 ……(210)
……(210)
明翅 ……(156)
明蚝 ……(74)
明烤 ……(274)
明脯 ……(162)
明粢 ……(90)
明煎 ……(267)
明鲞 ……(162)
明太鱼 ……(68)
明玉参 ……(161)
明目鱼 ……(74)
明鱼骨 ……(216)
明炉烤 ……(274)
明油芡 ……(256)
明玳瑁 ……(39)
明虾肉 ……(165)
明开夜合 ……(215)
明月生敲 ……(488)
明月跳鱼 ……(493)
明炉烧螺 ……(471)
明油一线 ……(259)
明珠甲鱼 ……(474)
明珠桂鱼 ……(485)
明酥酥皮 ……(285)
明珠烧牛舌 ……(429)
明溪肉脯干 ……(148)
凯旋宴 ……(18)
凯撒鹅膏 ……(130)
岩耳 ……(124)
岩羊 ……(32)
岩桂 ……(192)
岩盐 ……(179)
岩蜜 ……(186)
岩鲤 ……(43)
岩马桑 ……(120)
岩原鲤 ……(43)
忠果 ……(144)
昙花 ……(120)
昆布 ……(122)
昆味 ……(112)
昆仑瓜 ……(112)
昆仑紫瓜 ……(112)
昌娥 ……(77)
昌鼠 ……(60)
昇平炙 ……(319)

易牙遗意 ……(663)
易逝杯伞 ……(129)
罗卜 ……(97)
罗服 ……(96)
罗鱼 ……(57)
罗汉豆 ……(110)
罗汉果 ……(146)
罗汉菜 ……(106)
……(409)
罗非鱼 ……(54)
罗晃子 ……(141)
罗脊肉 ……(211)
罗蓑肉 ……(374)
罗汉大虾 ……(495)
罗汉豆腐 ……(407)
……(523)
罗汉果鸡 ……(450)
罗汉菜心 ……(515)
罗锅鱼片 ……(478)
罗岗煎软鸭 ……(456)
具膳 ……(2)
典御 ……(8)
典庖中士 ……(9)
国老 ……(186)
国豆 ……(111)
国虾 ……(70)
国宴 ……(19)
国厨 ……(6)
国公鱼 ……(67)
国公棍 ……(39)
国信脯 ……(328)
国色猴头 ……(521)
固体酱油 ……(182)
图案拼 ……(280)
果瓜 ……(147)
果汁 ……(252)
果冻 ……(177)
果油 ……(201)
果泥 ……(177)
果宗 ……(138)
果胶 ……(206)
……(644)
果料 ……(178)
果盘 ……(639)
果盒 ……(621)
……(639)
果脯 ……(177)
果酥 ……(399)
果酱 ……(177)
果膏 ……(177)
果糖 ……(645)
果糕 ……(177)
果羹 ……(409)
果子狸 ……(30)
果子馅 ……(290)
果仁羊 ……(433)
果汁焗 ……(273)
果多鱼 ……(65)
果馅饼 ……(391)
果子里卷 ……(507)
果汁肉脯 ……(415)
果汁鸡腿 ……(450)
果汁酱油 ……(182)
果希疙瘩 ……(585)
果类面团 ……(284)
果仁炒石蹦 ……(514)
果仁蜜饯馅 ……(287)
果味蜂糖糕 ……(599)
果味辣白菜 ……(516)
果品初加工 ……(226)
果子狸初加工 ……(225)
弗 ……(618)
圆文刀 ……(233)

〔丿一〕

牦牛 ……(25)
牧宿 ……(106)
物理膨松 ……(282)
物理膨松法 ……(283)
钑 ……(616)
钒 ……(648)
秆菇 ……(130)
和中 ……(653)
和面 ……(281)
和胃 ……(653)
和菜 ……(13)
和羹 ……(303)
和合盘 ……(639)
和事草 ……(114)
和尚头 ……(215)
……(280)
和面机 ……(641)
和顺鱼 ……(46)
和糁蒸 ……(272)
和记米粉 ……(601)
和糁蒸猪 ……(353)

和县炸麻雀 ……(512)
秈粟 ……(89)
矿麦 ……(88)
知了 ……(82)
知味 ……(2)
知单 ……(22)
知了猴 ……(82)
知味鸡 ……(445)
知御膳 ……(9)
知了白菜 ……(497)
知了狗子……(82)
刮 ……(232)
刮刀 ……(636)
刮皮 ……(223)
刮炖 ……(270)
刮鱼鳞 ……(225)
刮浮油 ……(223)
刮剥洗 ……(223)
刮馅板 ……(638)
制皮 ……(285)
制茸 ……(236)
制馅 ……(287)
制糁 ……(236)
制生菜 ……(237)
制肉圆 ……(242)
制品人 ……(15)
制洗沙 ……(237)
制缔子 ……(238)
季豆 ……(194)
季花鱼 ……(50)
迤北八珍 ……(23)
乖鱼 ……(55)
垂水 ……(135)

〔丿丨〕

佳味 ……(294)
佳季 ……(58)
佳肴 ……(295)
侉席 ……(635)
供馔 ……(2)
侉炖 ……(270)
侧开 ……(223)
侧耳根 ……(133)
侧翻勺 ……(258)
版鱼 ……(61)
兒 ……(242)

〔丿丿〕

彼子 ……(145)
爬山灶 ……(629)
爬山豆粥 ……(405)

〔丿丶〕

刹生鱼 ……(552)
乳牛 ……(25)
乳瓜 ……(113)
乳团 ……(167)
乳狗 ……(26)
乳油 ……(199)
乳线 ……(167)
……(361)
乳饼 ……(167)
……(362)
乳蚝 ……(163)
乳脂 ……(199)
乳扇 ……(167)
乳鸽 ……(28)
乳猪 ……(24)
乳蛋 ……(393)
乳酪 ……(166)
乳腐 ……(167)
……(195)
乳滴 ……(391)
乳汁糊 ……(253)
乳饼面 ……(343)
乳脂粉 ……(167)
乳粉饼 ……(364)
乳黄瓜 ……(108)
乳清粉 ……(167)
乳腩肉 ……(211)
乳酿鱼 ……(319)
乳腐肉 ……(414)
乳畲淘 ……(327)
乳扇包子 ……(611)
乳扇凉鸡 ……(557)
乳白香腐乳 ……(196)
乳扇包里脊 ……(557)
乳猪初加工 ……(224)
瓮 ……(634)
瓮菜 ……(104)
瓮鹅 ……(28)
命鱼 ……(56)
金丸 ……(139)
金丝 ……(384)

金团 ……(396)
金针 ……(118)
金饭 ……(333)
金龟 ……(38)
金鸡 ……(34)
金炉 ……(614)
金实 ……(141)
金柑 ……(141)
金钩 ……(165)
金饼 ……(308)
金冠 ……(216)
金桔 ……(141)
金翅 ……(37)
金钱 ……(278)
金笋 ……(97)
金翁 ……(126)
金菜 ……(118)
金菇 ……(130)
金蛇 ……(39)
金银 ……(278)
金蚌 ……(70)
金鲍 ……(130)
金酱 ……(207)
金罂 ……(140)
金精 ……(118)
金蕊 ……(118)
金薯 ……(100)
金糕 ……(177)
金乌贼 ……(73)
金玉羹 ……(325)
金平菇 ……(128)
金甲豆 ……(112)
金瓜米 ……(146)
金包铁 ……(39)
金丝面 ……(585)
金丝酒 ……(331)
金丝菜 ……(154)
金耳环 ……(64)
金肉条 ……(561)
金衣糊 ……(253)
金红芡 ……(256)
金芽菜 ……(96)
金花翅 ……(157)
金花菜 ……(106)
金针鸡 ……(447)
金针菇 ……(130)
金条肉 ……(387)
金陀僧 ……(208)
金环蛇 ……(39)
金枪鱼 ……(66)
金顶蘑 ……(128)
金炉库 ……(208)
金线鱼 ……(60)
金荔枝 ……(109)
金药树 ……(121)
金钩子 ……(143)
金剑蚶 ……(78)
金桔饼 ……(177)
……(401)
金根应 ……(39)
金钱肉 ……(380)
……(414)
金钱饼 ……(398)
金钱豹 ……(29)
金钱鞭 ……(387)
金铃炙 ……(321)
金桶羊 ……(433)
金黄芡 ……(256)
金雀舌 ……(529)
金雀花 ……(120)
金银肉 ……(427)
金银饭 ……(586)
金银肝 ……(149)
……(425)
金银鸡 ……(439)
金银鸭 ……(455)
金银蹄 ……(381)
金脚带 ……(39)
金酥炸 ……(265)
金酥糊 ……(253)
金粟兰 ……(119)
金锁夭 ……(132)
金道冠 ……(216)
金鹊花 ……(121)
金溪鲊 ……(328)
金膏蚌 ……(70)
金簪草 ……(134)
金丸使者 ……(188)
金牛鸭子 ……(455)
金玉满堂 ……(540)
金龙拼盘 ……(544)
金龙黄花 ……(57)
金丝火腿 ……(428)
金丝鱼片 ……(491)
金丝脚鱼 ……(474)
金边白菜 ……(390)

……(516)
金达菜饼 ……(552)
金华火腿 ……(149)
金华酥饼 ……(590)
金针炖鸭 ……(442)
金顶侧耳 ……(128)
金鱼大虾 ……(499)
金鱼发菜 ……(442)
金鱼犴鼻 ……(504)
金鱼戏水 ……(543)
金鱼戏珠 ……(434)
金鱼卧莲 ……(494)
金鱼荷花 ……(543)
金鱼鸭掌 ……(453)
金线油塔 ……(579)
金茸凤丝 ……(446)
金背斑鸠 ……(35)
金钩牛肉 ……(428)
金狮绣球 ……(470)
金桔鱼扇 ……(479)
金钱台蘑 ……(520)
金钱发菜 ……(441)
金钱肉饼 ……(148)
金钱羊肉 ……(432)
金钱鸭腰 ……(453)
金钱豹狸 ……(30)
金钱海参 ……(466)
金钱蛋饼 ……(460)
金钱酥柑 ……(535)
金钱鲍鱼 ……(468)
金钱藕夹 ……(541)
金陵圆子 ……(420)
金银元宵 ……(587)
金银脑花 ……(422)
金银蛋饺 ……(541)
金银蹄鸡 ……(539)
金粟平馅 ……(321)
……(442)
金蝉麒面 ……(504)
金裔玉脍 ……(479)
金裔玉鲙 ……(319)
金山寺豆豉 ……(344)
金毛狮子鱼 ……(494)
金丝吊葫芦 ……(531)
金线吊葫芦 ……(593)
金钩烩明骨 ……(465)
金钱豆腐饺 ……(523)
金陵桂花鸭 ……(454)
金银全乳猪 ……(410)
金银卷煎饼 ……(349)
金腿炖酥腰 ……(424)
金蟾戏牡丹 ……(536)
金丝琥珀蜜枣 ……(534)
金丝翡翠稍梅 ……(573)
金色小沙丁鱼 ……(64)
金城八宝瓜雕 ……(517)
金陵片皮大鸭 ……(456)
金银夹花平截 ……(321)
金糕糜员外糁 ……(324)
金蟾红油犴鼻 ……(504)
金针银耳神仙汤 ……(530)
金牛千张火腿 ……(530)
肴肉 ……(419)
肴核 ……(294)
肴烝 ……(294)
肴蔌 ……(294)
肴馔 ……(293)
斧头片 ……(234)
斧头块 ……(234)
斧头鲳 ……(66)
斧楞片 ……(234)
采灵芝 ……(216)

〔丿一〕

顷刻熟鸡鸭 ……(371)
狙 ……(34)
狐 ……(30)
狐肉汤 ……(342)
狐肉羹 ……(343)
狐狸猫 ……(30)
狗 ……(26)
狗舌 ……(62)
狗鱼 ……(54)
狗油 ……(200)
狗虱 ……(192)
狗棍 ……(67)
狗熊 ……(29)
狗獾 ……(30)
狗巾羹 ……(307)
狗头芥 ……(97)
狗头鳗 ……(65)
狗奶子 ……(113)
狗母鱼 ……(67)
狗吐鱼 ……(67)
狗网油 ……(200)
狗肉汤 ……(506)

……(550)
狗苦羹 ……(307)
狗驼子 ……(29)
狗贴耳 ……(133)
狗酵羹 ……(306)
狗腥草 ……(133)
狗肉火锅 ……(550)
狗初加工 ……(225)
狗瞌睡鱼 ……(60)
狗不理包子 ……(565)
狗 ……(33)
饸饹 ……(586)
饴 ……(184)
饴糖 ……(184)
胂黄 ……(207)
肺叶 ……(213)
肺鱼 ……(55)
肺膰 ……(308)
……(309)
肺羹 ……(370)
肺形草 ……(133)
肺吸虫病 ……(658)
肢原纤维 ……(649)
肽酶 ……(650)
肥肠 ……(213)
肥坨 ……(47)
肥沱 ……(51)
肥膘 ……(212)
肥蟹 ……(70)
肥王鱼 ……(51)
肥田草 ……(135)
肥头肉 ……(211)
肥头鱼 ……(51)
肥丝菰 ……(126)
肥鱼肚 ……(158)
肥膘油 ……(199)
肥腌牛肉 ……(548)
服务 ……(16)
服务到桌 ……(13)
剁 ……(231)
剁剂 ……(284)
剁墩 ……(636)
郇公厨 ……(295)
兔目 ……(121)
兔纤 ……(308)
兔奚 ……(137)
兔脯 ……(372)
兔醢 ……(303)
兔羹 ……(304)
兔臛 ……(309)
兔子鱼 ……(65)
兔初加工 ……(225)
鱼丸 ……(159)
鱼木 ……(122)
鱼仁 ……(243)
鱼片 ……(158)
鱼生 ……(160)
鱼瓜 ……(476)
鱼头 ……(220)
鱼皮 ……(158)
鱼华 ……(54)
鱼池 ……(639)
鱼汤 ……(251)
鱼米 ……(237)
鱼肚 ……(157)
鱼卵 ……(221)
鱼尾 ……(221)
鱼青 ……(237)
鱼松 ……(159)
……(377)
……(393)
……(406)
鱼肤 ……(307)
鱼炙 ……(305)
鱼油 ……(200)
鱼泥 ……(237)
鱼茸 ……(237)
鱼品 ……(662)
鱼骨 ……(158)
鱼信 ……(160)
鱼饼 ……(369)
鱼籽 ……(160)
鱼翅 ……(154)
鱼唇 ……(158)
鱼圆 ……(377)
鱼脍 ……(160)
……(335)
鱼脆 ……(158)
鱼胶 ……(157)
……(237)
鱼脑 ……(158)
鱼粉 ……(160)
鱼扇 ……(221)
鱼脬 ……(157)
鱼蛋 ……(221)
鱼铺 ……(377)

鱼腊 ……(315)
鱼鱿 ……(308)
鱼裙 ……(221)
鱼缔 ……(237)
鱼鼓 ……(160)
鱼鲊 ……(315)
鱼酱 ……(314)
……(329)
……(346)
鱼腐 ……(159)
鱼糁 ……(237)
鱼糕 ……(160)
鱼醢 ……(303)
鱼鲶 ……(107)
鱼瘪 ……(307)
鱼鳔 ……(221)
鱼鳞 ……(221)
鱼露 ……(187)
鱼子兰 ……(119)
鱼子酱 ……(385)
鱼中段 ……(220)
鱼片粥 ……(605)
鱼火锅 ……(559)
鱼包子 ……(349)
鱼头酱 ……(328)
鱼丝面 ……(604)
鱼肉膏 ……(369)
鱼肚肉 ……(380)
鱼角馅 ……(290)
鱼剁生 ……(556)
鱼兔酱 ……(328)
鱼卷菜 ……(221)
鱼咬羊 ……(486)
鱼虾糊 ……(254)
鱼香肠 ……(159)
鱼香炒 ……(262)
鱼籽酱 ……(160)
鱼翅席 ……(20)
鱼圆汤 ……(590)
鱼脊骨 ……(221)
鱼脆羹 ……(465)
鱼胶片 ……(206)
鱼胶馅 ……(290)
鱼粉角 ……(554)
鱼粉面 ……(398)
鱼料子 ……(237)
鱼眼水 ……(245)
鱼眼泡 ……(245)
鱼眼沸 ……(245)
鱼眼葱 ……(239)
鱼兜子 ……(326)
鱼弹儿 ……(335)
鱼蓉皮 ……(287)
鱼腥草 ……(133)
鱼酱油 ……(187)
鱼辣子 ……(188)
鱼膘蹄 ……(388)
鱼藏剑 ……(484)
鱼鳃片 ……(234)
鱼鳞羊 ……(432)
鱼包三丝 ……(493)
鱼汁酱油 ……(182)
鱼皮发制 ……(228)
鱼肉水饺 ……(585)
鱼肉馄饨 ……(382)
鱼戏芙蓉 ……(485)
鱼肚发制 ……(228)
鱼茸花菇 ……(521)
鱼骨发制 ……(228)
鱼香肉丝 ……(416)
鱼香肘子 ……(418)
鱼香茄子 ……(518)
鱼香茄饼 ……(519)
鱼香味型 ……(249)
鱼香兔花 ……(507)
鱼香兔糕 ……(507)
鱼香豌豆 ……(519)
鱼翅发制 ……(228)
鱼翅拌肚 ……(383)
鱼唇发制 ……(228)
鱼脑豆腐 ……(389)
鱼鳃花刀 ……(232)
鱼皮蟹黄饺 ……(592)
鱼茸牛蹄筋 ……(429)
鱼茸乳扇卷 ……(544)
……(557)
鱼虾茸面团 ……(284)
鱼香八块鸡 ……(451)
鱼香脆皮鸡 ……(451)
鱼肉皮子馄饨 ……(590)
鱼香酥皮兔糕 ……(507)
备急千金要方 ……(660)
炙 ……(260)
炙子 ……(633)
炙炖 ……(311)
炙肝 ……(357)

炙鸡 ……(307)
炙兔 ……(356)
炙鱼 ……(312)
……(329)
炙炉 ……(614)
炙鸭 ……(353)
炙蚶 ……(312)
炙蛎 ……(312)
炙鸹 ……(305)
炙脯 ……(350)
炙鹿 ……(358)
炙蕈 ……(350)
炙鲔 ……(355)
炙麅 ……(333)
炙车熬 ……(312)
炙血脾 ……(383)
炙羊心 ……(334)
炙羊腰 ……(334)
炙肝油 ……(383)
炙灵鸡 ……(353)
炙驴肠 ……(357)
炙黄羊 ……(358)
炙黄鸡 ……(343)
炙排骨 ……(374)
炙鹿肉 ……(384)
炙鹅鸭 ……(320)
炙羊肉片 ……(384)
周官 ……(659)
周公宴 ……(19)
周官经 ……(659)
周村酥烧饼 ……(585)
周礼·天官冢宰及其它 ……(658)

〔丶一〕

放血 ……(222)
放条 ……(291)
放气蒸 ……(273)
放丝蛇 ……(40)
放屁虫 ……(81)
放响皮 ……(229)
放蹄筋 ……(228)
於菟 ……(29)
剂子 ……(284)
刻刀 ……(636)
郊菜 ……(222)
郊外大鱼头 ……(483)
店小二 ……(16)
京肚 ……(388)
京毯 ……(388)
京酱 ……(181)
京熘 ……(264)
京糕 ……(177)
京冬菜 ……(174)
京彩蛋 ……(166)
京熘芡 ……(256)
京糕馅 ……(288)
京式火腿 ……(150)
京酱风肉 ……(149)
京葱煒牛方 ……(546)
京葱炒鸭肠 ……(529)
京糕拌梨丝 ……(533)
夜行 ……(81)
夜饭 ……(2)
夜消 ……(3)
夜宵 ……(3)
夜餐 ……(2)
夜开花 ……(107)
夜来香 ……(119)
夜鸣虫 ……(82)
夜香花 ……(119)
夜顿子 ……(2)
夜息花 ……(134)
夜来香汆鸡片 ……(444)
卒菹 ……(317)
卒成肉酱 ……(314)
育阴 ……(652)
变蛋 ……(166)
……(393)
变绿红菇 ……(127)
变形杆菌食物中毒 ……(658)
盲汤 ……(245)
底火 ……(244)
底板肉 ……(212)
底油发芡 ……(255)
庖 ……(7)
庖丁 ……(7)
庖人 ……(8)
庖子 ……(7)
庖正 ……(8)
庖者 ……(7)
庖舍 ……(6)
庖卒 ……(7)
庖宰 ……(7)
庖厨 ……(6)
庖童 ……(7)
废油 ……(257)

疙子花 ……(120)
疙豆 ……(301)
疙疸 ……(301)
疙瘩 ……(301)
疙疸粥 ……(552)
疙瘩白 ……(95)
疙瘩汤 ……(301)
疙瘩菜 ……(94)

〔丶丨〕

性味 ……(652)
怕哈煮螺蛳 ……(556)
怪味干 ……(173)
怪味花仁 ……(535)
怪味鸡丝 ……(451)
怪味味型 ……(249)
怪味鹿肉 ……(505)
闸 ……(628)

〔丶丿〕

炖 ……(269)
炖火 ……(244)
炖盅 ……(640)
炖钵 ……(632)
炖二筋 ……(547)
炖木瓜 ……(605)
炖牛乳 ……(372)
炖牛腱 ……(305)
炖火腿 ……(383)
炖生敲 ……(488)
炖禾虫 ……(542)
炖羊肉 ……(545)
炖芥菜 ……(518)
炖菜心 ……(517)
炖菜核 ……(517)
炖银肚 ……(463)
炖鸽蛋 ……(385)
炖脚鱼 ……(372)
炖猪脚 ……(554)
炖鹿鞭 ……(368)
炖鲂鲅 ……(369)
炖鲟鱼 ……(385)
炖熊掌 ……(370)
炖文武鸭 ……(454)
炖冬瓜盅 ……(542)
炖羊头蹄 ……(437)
炖金银蹄 ……(427)
炖金嘎嘎 ……(554)
炖假乳鲜 ……(384)
炖小鸡黄蘑 ……(440)
炖健身全鸭 ……(458)
炒 ……(261)
炒勺 ……(632)
炒团 ……(332)
炒米 ……(168)
炒红 ……(257)
炒芡 ……(254)
炒饭 ……(296)
炒肝 ……(563)
炒灶 ……(628)
炒货 ……(293)
炒炉 ……(629)
炒面 ……(300)
……(331)
炒虾 ……(378)
炒饼 ……(568)
炒栗 ……(392)
炒酒 ……(583)
炒菌 ……(126)
炒排 ……(210)
炒烹 ……(262)
炒锅 ……(632)
炒糊 ……(361)
炒粳 ……(604)
炒瓢 ……(632)
炒镘 ……(632)
炒鳝 ……(378)
炒二火 ……(14)
炒二冬 ……(518)
炒三丝 ……(389)
炒三泥 ……(533)
炒毛菜 ……(261)
炒毛蟹 ……(501)
炒牛肉 ……(559)
炒田螺 ……(604)
炒禾虫 ……(542)
炒头火 ……(14)
炒头灶 ……(14)
炒丝瓜 ……(408)
炒肉片 ……(374)
炒肉末 ……(419)
炒肉丝 ……(374)
炒肉皮 ……(403)
炒肉羹 ……(337)
炒血鸭 ……(455)
炒全鸭 ……(453)

炒合菜 ……(528)
炒饦饦 ……(536)
炒汤汁 ……(251)
炒羊羔 ……(434)
炒米花 ……(168)
……(407)
炒米粉 ……(169)
……(540)
炒米糕 ……(364)
炒如意 ……(548)
炒麦鸡 ……(513)
炒芽笋 ……(386)
炒芹菜 ……(379)
炒芹黄 ……(408)
炒时件 ……(438)
炒秃肺 ……(480)
炒肝肠 ……(357)
炒鸡子 ……(309)
炒鸡仁 ……(447)
炒鸡片 ……(375)
炒鸡爪 ……(385)
炒鸡肝 ……(376)
炒鸡腰 ……(438)
炒软兜 ……(489)
炒季鱼 ……(377)
炒鱼片 ……(377)
炒鱼卷 ……(554)
炒疙瘩 ……(565)
炒油汁 ……(251)
炒油茶 ……(409)
炒驼峰 ……(544)
炒南北 ……(528)
炒面片 ……(583)
炒面条 ……(410)
炒面线 ……(594)
炒面粥 ……(405)
炒韭白 ……(379)
炒虾丝 ……(498)
炒扁豆 ……(379)
炒莜面 ……(573)
炒莴苣 ……(387)
炒鸭肠 ……(453)
炒鸭肫 ……(384)
炒脊髓 ……(383)
炒狼汤 ……(334)
炒酒黄 ……(535)
炒粉干 ……(590)
炒粉虫 ……(607)
炒梅蛤 ……(470)
炒菜花 ……(408)
炒黄面 ……(343)
炒雀渣 ……(512)
炒野味 ……(371)
炒银鱼 ……(386)
炒鸽丝 ……(385)
炒鸽蛋 ……(385)
炒鹿肉 ……(388)
炒锅粑 ……(398)
炒鹌鹑 ……(335)
炒蜂子 ……(322)
炒煳饦 ……(583)
炒腰子 ……(360)
炒鲍鱼 ……(372)
炒撬菜 ……(261)
炒鲨翅 ……(372)
炒糖色 ……(257)
炒螺肉 ……(556)
炒蟹脘 ……(501)
炒蟹粉 ……(378)
炒鳝鱼 ……(372)
炒鳝面 ……(327)
炒丁丁面 ……(584)
炒八宝饭 ……(534)
炒八带鱼 ……(473)
炒大叶芹 ……(548)
炒龙头菜 ……(408)
炒西施舌 ……(469)
炒百合泥 ……(524)
炒羊肚儿 ……(360)
炒如意菜 ……(529)
炒豆腐松 ……(523)
……(525)
炒豆腐脑 ……(523)
……(524)
炒沙河粉 ……(605)
炒青鱼片 ……(386)
炒青虾仁 ……(495)
炒驼峰丝 ……(503)
炒胡桃仁 ……(398)
炒面筋丝 ……(536)
炒洋生姜 ……(408)
炒素肥肠 ……(529)
炒素虾仁 ……(527)
炒素蟹粉 ……(527)
……(528)
炒素鳝丝 ……(527)

炒晃虾仁 ……(495)
炒烩面片 ……(581)
炒海棠果 ……(531)
炒黄瓜酱 ……(515)
炒野鸭片 ……(510)
炒斑鸠片 ……(512)
炒斑鱼肝 ……(385)
炒鲜蚕豆 ……(408)
炒瓢菜心 ……(379)
炒糖油粑 ……(601)
炒鳇皇片 ……(373)
炒蟹黄油 ……(500)
炒干烂豆腐 ……(523)
炒麦穗花鱿 ……(472)
炒芙蓉鸡片 ……(438)
炒沙茶牛肉 ……(430)
炒鸡丝鱿鱼 ……(439)
炒鸡茸蟹黄 ……(439)
炒鸡腿蘑菇 ……(379)
炒威宁细鱼 ……(492)
炒虾仁带底 ……(499)
炒素山鸡片 ……(527)
炒铁雀头脯 ……(512)
炒菠萝鸭片 ……(456)
炒野腊鸭条 ……(510)
炒鳝乳裔淘 ……(350)
炒生鸡丝掐菜 ……(517)
炒山鸡片雪里蕻 ……(509)
炝 ……(275)
炝汁 ……(251)
炝铛 ……(633)
炝锅 ……(257)
炝糟 ……(276)
炝冬笋 ……(515)
炝白肉 ……(412)
炝芽笋 ……(386)
炝肚块 ……(426)
炝青蛤 ……(470)
炝虎尾 ……(489)
炝黄瓜香口蘑 ……(521)
炊 ……(209)
　……(272)
炊人 ……(7)
炊子 ……(7)
炊妇 ……(8)
炊帚 ……(638)
炊饼 ……(298)
　……(327)
炊栗 ……(327)
炊筒 ……(626)
炊篾 ……(618)
炊事员 ……(8)
炊事兵 ……(8)
炊家子 ……(8)
炊金馔玉 ……(295)
炊鸳鸯羔蟹 ……(502)
炀 ……(260)
荽 ……(274)
炆 ……(268)
炕 ……(275)
炕羊 ……(352)
炕炉 ……(630)
炕猪 ……(356)
炕腐 ……(170)
炕豆腐 ……(170)
炉 ……(614)
炉子 ……(14)
炉肉 ……(147)
炉灶 ……(613)
炉底 ……(208)
炉饼 ……(297)
炉烤 ……(274)
炉盘 ……(617)
炉焗 ……(274)
炉算 ……(615)
炉齿面 ……(580)
炉烤鸡 ……(439)
炉酥饼 ……(549)
炉焙鸡 ……(325)
炉粽子 ……(568)
炉干烧饼 ……(565)
炟子面 ……(282)

〔丶丶〕

净鸡 ……(217)
净拌 ……(275)
净炒 ……(261)
净油 ……(257)
净炸 ……(264)
净翅 ……(156)
净鸭 ……(219)
净肠草 ……(91)
　……(105)
净鱼肉 ……(221)
净虾肉 ……(221)
净菜远 ……(222)

净猪头 ……(422)
净三鲜馅 ……(288)
净底大锅 ……(633)
净根上翅 ……(157)
净素菜馒头 ……(589)
浅子 ……(635)
浅锅 ……(632)
浅红芡 ……(256)
浅红烩 ……(268)
法鱼 ……(346)
法蟹 ……(346)
法罗鱼 ……(45)
法国菠菜 ……(103)
法制牛肉 ……(384)
法制鲫鱼 ……(354)
法煮羊肉 ……(336)
法煮羊肺 ……(336)
泔水泡 ……(224)
泄盖 ……(259)
河虫 ……(69)
河歪 ……(77)
河虾 ……(71)
河蚌 ……(77)
河蚬 ……(78)
河豚 ……(55)
河麻 ……(135)
河鹿 ……(33)
河鲀 ……(55)
河麂 ……(33)
河鲈 ……(50)
河漏 ……(300)
河鳗 ……(53)
河蟹 ……(69)
河刀鱼 ……(50)
河东饭 ……(144)
河西肺 ……(348)
河鸟茨 ……(117)
河祇脯 ……(154)
河祇粥 ……(333)
河西米汤粥 ……(340)
河豚鱼中毒 ……(656)
河伯度事小史 ……(73)
沾块 ……(260)
泸州烘蛋 ……(460)
泪 ……(241)
泪水 ……(204)
油大 ……(260)
油小 ……(260)
油头 ……(8)
油皮 ……(170)
油发 ……(227)
油冲 ……(272)
油麦 ……(90)
油芡 ……(256)
油肠 ……(548)
油条 ……(169)
……(303)
……(569)
油鱼 ……(55)
油炝 ……(276)
油泡 ……(272)
油泼 ……(272)
油茶 ……(301)
……(554)
……(583)
油面 ……(281)
油香 ……(582)
……(599)
油重 ……(260)
油饼 ……(297)
油扁 ……(61)
油烙 ……(275)
油粑 ……(593)
油浸 ……(22)
……(271)
油堆 ……(592)
油豉 ……(313)
油菌 ……(130)
油猪 ……(594)
油麻 ……(192)
油焖 ……(268)
油淋 ……(272)
油绳 ……(303)
油锅 ……(241)
油鲟 ……(67)
油温 ……(245)
油滑 ……(241)

油糊 ……(594)
油馓 ……(586)
油煽 ……(266)
油糕 ……(302)
油激 ……(242)
油鲽 ……(61)
油蘑 ……(125)
油爆 ……(263)
油镶 ……(584)
油大行 ……(10)
油水面 ……(281)
油瓜油 ……(201)
油包虾 ……(498)
油丝蛋 ……(383)
油传导 ……(246)
油豆腐 ……(169)
油卤腐 ……(196)
油灼肉 ……(374)
油鸡纵 ……(175)
油纳肝 ……(425)
油松茸 ……(547)
油和面 ……(281)
油底子 ……(257)
油炒牛 ……(351)
油炒羊 ……(352)
油炒兔 ……(356)
油炒面 ……(562)
油炒虾 ……(355)
油炒粉 ……(582)
油炒鹅 ……(357)
油炒蟹 ……(356)
油面筋 ……(168)
油香鱼 ……(66)
油香椿 ……(176)
油炸肝 ……(383)
油炸鬼 ……(303)
油炸饺 ……(299)
油炸桧 ……(169)
油炸糕 ……(610)
油浇鸭 ……(456)
油烧味 ……(247)
油烧猪 ……(352)
油烙卷 ……(363)
油烙馍 ……(597)
油浸炸 ……(272)
油菜松 ……(237)
油虫茧 ……(364)
油焖丝 ……(172)
油淋鸡 ……(443)
油蛋面 ……(284)
油塔子 ……(585)
油棕油 ……(201)
油酥饼 ……(580)
油蛤蟆 ……(549)
油锅饼 ……(586)
油筒鱼 ……(63)
油温表 ……(638)
油煎包 ……(586)
油煎鸡 ……(357)
油煎鸭 ……(353)
油煎猪 ……(352)
油鉀儿 ……(331)
油墩饼 ……(400)
油端子 ……(588)
油盐子 ……(635)
油醪糟 ……(608)
油爆肚 ……(425)
油爆鸡 ……(357)
油爆虾 ……(495)
……(498)
油爆猪 ……(356)
油爆鹅 ……(357)
油肉豉茄 ……(337)
油肉酿茄 ……(337)
油汆鱿鱼 ……(570)
油汆馒头 ……(568)
油条蛎黄 ……(469)
油拨豆芽 ……(515)
油炒同蒿 ……(360)
油炒珠蚶 ……(470)
油泡土鱿 ……(472)
油泡肾球 ……(457)
油泡虾球 ……(500)
油泡爽肚 ……(426)
油泡螺球 ……(471)
油泼童鸡 ……(445)
油养虾饼 ……(498)
油炸虫草 ……(547)
油炸豆圆 ……(171)
油炸沙蛆 ……(554)
油炸金丝 ……(171)
油炸面筋 ……(168)
油炸蚂蚱 ……(557)
油炸素虾 ……(171)
油炸臭干 ……(171)

油炸猪排 ……(171)
油炸麻粹 ……(559)
油炸蜂子 ……(559)
油焖山蕗 ……(516)
油焖春笋 ……(517)
油焗红蚌 ……(501)
油淋庄鸡 ……(448)
油淋鱼卷 ……(476)
油酥干饼 ……(409)
油酥面团 ……(283)
油渣果油 ……(201)
油煎乌鱼 ……(354)
油煎奶渣 ……(548)
油煎吹沙 ……(354)
油煎黄鲫 ……(354)
油煎斑鱼 ……(354)
油煎鲈鱼 ……(358)
油煎鲶鱼 ……(354)
油煎鲨鱼 ……(354)
油煎鳊鱼 ……(358)
油煎鳜鱼 ……(354)
油辣腐乳 ……(196)
油糖切卷 ……(399)
油糖面酥 ……(399)
油糖烧卖 ……(398)
油糖粉饺 ……(400)
油爆双片 ……(470)
油爆双脆 ……(425)
油爆肚头 ……(426)
油爆鱼芹 ……(493)
油爆鸭丁 ……(453)
油爆海螺 ……(470)
油丝掐圪瘩 ……(573)
油泡鲜虾仁 ……(499)
油泼箸头面 ……(580)
油炸飞蚂蚁 ……(554)
油炸百页丝 ……(171)
油炸卷筒牛 ……(431)
油炸臭豆腐 ……(602)
油焖武昌鱼 ……(482)
油盖扒茄子 ……(515)
油酥夹夹虫 ……(611)
油酥肉火烧 ……(565)
油煎马交鱼 ……(358)
油煎石首鱼 ……(354)
油煎豆腐面 ……(359)
油酱炒天花 ……(359)
油辣冬笋尖 ……(518)
油爆飞龙丁 ……(508)
油爆鲜淡菜 ……(470)
油汆排骨年糕 ……(570)
油泡鸡片鲟鱼 ……(484)
油炸洋芋粑粑 ……(612)
油炸麂子干巴 ……(558)
油渣炒豆豉颗 ……(526)
油炸色子油豆腐 ……(171)
油豆腐百页线粉汤 ……(570)
沿篱豆 ……(111)
泡 ……(272)
泡发 ……(227)
泡饭 ……(296)
泡软 ……(224)
泡炒 ……(261)
泡油 ……(242)
泡透 ……(224)
泡粑 ……(609)
泡烫 ……(227)
泡菜 ……(176)
泡腩 ……(211)
泡打粉 ……(202)
泡油炒 ……(262)
泡油糕 ……(584)
泡盐菜 ……(390)
泡菜鱼 ……(482)
泡清汤 ……(301)
泡辣椒 ……(188)
泡泡肥肉 ……(211)
泡泡油糕 ……(581)
泖 ……(241)
注子 ……(625)
注碗 ……(626)
注油鳗鱼 ……(490)
泮塘五秀 ……(93)
泥 ……(236)
泥虮 ……(83)
泥味 ……(247)
泥鸭 ……(27)
泥烤 ……(274)
泥蚶 ……(76)
泥猴 ……(68)
泥蒜 ……(79)
泥螺 ……(78)
泥鳅 ……(53)
泥风鸡 ……(52)
泥豆粥 ……(405)
泥里钻 ……(53)

泥茸馅 ……(287)
泥滑滑 ……(35)
泥鳅豆 ……(112)
泥鳅串 ……(132)
泥西木碗 ……(640)
泥鳅辣椒 ……(519)
泥鳅钻豆腐 ……(555)
沸水 ……(198)
沸油 ……(245)
沸水面 ……(283)
沸汤清汤法 ……(250)
沼虾 ……(71)
沼气灶 ……(630)
波波 ……(298)
波罗鱼 ……(48)
波斯枣 ……(144)
波斯菜 ……(103)
波兰灌肠 ……(151)
泼 ……(272)
泼汁 ……(255)
泼芡 ……(255)
泼散 ……(18)
泼汁法 ……(279)
泼酥羊里脊 ……(433)
泽芬 ……(194)
泽盐 ……(178)
泽虞 ……(37)
泾县小烧 ……(425)
治净 ……(222)
单行 ……(653)
单拚 ……(280)
单饼 ……(577)
……(578)
单姥 ……(75)
单堆 ……(156)
单盘 ……(280)
单酥 ……(284)
单跑 ……(280)
单糖 ……(645)
单一味 ……(248)
单手杖 ……(637)
单手棍 ……(637)
单针鱼 ……(66)
单环饼 ……(600)
单配料 ……(238)
单幌馆 ……(11)
单园刺蛞 ……(79)
单纯蛋白质 ……(643)
单细胞蛋白 ……(643)
单笼金乳酥 ……(321)
单晶体冰糖 ……(185)
单一味调味品 ……(248)
宝尖 ……(211)
宝刀鱼 ……(66)
宝塔菜 ……(99)
宝石石斑鱼 ……(59)
定碗 ……(634)
定鼎宴 ……(18)
宜男 ……(118)
宜母子 ……(141)
官桂 ……(191)
官燕 ……(153)
官府菜 ……(5)
官燕孔雀 ……(543)
实用饮食学 ……(666)
空心 ……(114)
空翻 ……(258)
空心面 ……(168)
空心菜 ……(104)
空巴蹦 ……(596)
空筒菜 ……(104)
空慈子 ……(76)
空心肉圆 ……(374)
空心烧饼 ……(597)
空心鱼丸汤 ……(481)
帘门杆丝 ……(235)
学士羹 ……(323)
卷子 ……(298)
卷煎 ……(391)
卷上法 ……(291)
卷口鱼 ……(48)
卷心菜 ……(95)
卷鱼面 ……(327)
卷煎饼 ……(303)
……(347)
……(361)
卷心莴苣 ……(104)
卷筒石耳 ……(539)
卷筒黄鱼 ……(492)
卷筒鱿鱼 ……(472)

〔丶一〕

诗经 ……(659)
视黄醇 ……(646)
视黄醇当量 ……(646)
戾鱼 ……(52)

房图 ……(134)

〔一一〕

弧东鱼 ……(65)
弥猴鲋 ……(147)
刷盏 ……(291)
刷笼 ……(291)
刷把头 ……(609)
刷把鸭 ……(458)
刷锅把 ……(637)
帚獭 ……(32)
屉蒸 ……(241)
居常饮撰录 ……(663)
居家必用事类全集 ……(661)
建莲肺羹 ……(381)
建康七妙 ……(324)

〔一丨〕

陕西菜 ……(5)
降口 ……(248)
限制氨基酸 ……(644)

〔一丿〕

姑鸡 ……(38)
姑熟炒饭 ……(401)
虱目鱼 ……(66)
迦拘勒 ……(194)

〔一丶〕

参花 ……(162)
参粥 ……(404)
参薯 ……(101)
参汤鹑锅 ……(537)
参茸豆沙 ……(537)
参考蛋白质 ……(644)

〔一一〕

孤顶鸡 ……(37)
弧雁鸭啼鸣 ……(456)
孢子甘蓝 ……(96)
驻马宴 ……(18)
驼乳 ……(84)
驼峰 ……(216)
……(220)
驼脂 ……(220)
驼粉 ……(204)
驼鹿 ……(32)
驼蹄 ……(220)
驼蹄羹 ……(308)
……(504)
驼峰发制 ……(227)
驼峰角儿 ……(349)
驼峰驼蹄 ……(358)
驼蹄发制 ……(228)
线粉 ……(173)
线菜籽 ……(92)
细石 ……(204)
细丝 ……(235)
细点 ……(293)
细粮 ……(85)
细水滑 ……(340)
细甲鱼 ……(48)
细加工 ……(229)
细环饼 ……(316)
细刺鱼 ……(69)
细细菜 ……(105)
细理石 ……(204)
细鳞鱼 ……(65)
……(66)
细鳞鲑 ……(55)
细乞思哥 ……(335)
细沙炸肉 ……(421)
细沙锅饼 ……(569)
细物料碁子 ……(326)
细鳞斜颌鲴 ……(47)
绉纱肉 ……(419)
绉纱圆蹄 ……(419)
绍酒 ……(194)
绍菜 ……(93)
绍什锦 ……(539)
绍兴酒 ……(194)
绍式小扣 ……(414)
绍兴酱茄 ……(392)
经(京)瓶 ……(625)
经带面 ……(340)
……(348)
经筵宴 ……(19)
经济小吃 ……(293)
晉 ……(628)
承旋 ……(626)
承露 ……(106)

九　画

〔一一〕

珂 ……(76)
玳筵 ……(17)

玳瑁 ……(39)
珍味 ……(294)
珍物 ……(295)
珍珠 ……(278)
珍羞 ……(295)
珍烹 ……(295)
珍馐 ……(295)
珍馔 ……(295)
珍膳 ……(295)
珍珠兰 ……(119)
珍珠团 ……(375)
珍珠米 ……(89)
珍珠鸠 ……(36)
珍珠笋 ……(113)
……(520)
珍珠粉 ……(340)
珍珠盐 ……(180)
珍珠稻 ……(86)
珍珠口蘑 ……(522)
珍珠元鱼 ……(474)
珍珠圆子 ……(302)
珍珠石鸡 ……(514)
珍珠米圆 ……(421)
珍珠肘子 ……(418)
珍珠鱼翅 ……(462)
珍珠烧卖 ……(601)
珍珠糊子 ……(591)
珍珠裙翅 ……(155)
珍珠鲤鱼 ……(477)
珍珠燕菜 ……(508)
珍珠杏花肠 ……(427)
珍珠糯鹌鹑 ……(512)
珍珠梅花肘子 ……(418)
玲珑面 ……(362)
玲珑拨鱼 ……(348)
玲珑鱼脆 ……(465)
玲珑鹏飥 ……(348)
玲珑牡丹鲊 ……(320)
珊瑚 ……(278)
珊瑚芡 ……(256)
珊瑚白菜 ……(517)
珊瑚萝卜卷 ……(519)
珊瑚雪卷百花虾 ……(496)
玻璃 ……(278)
玻璃芡 ……(256)
玻璃炸 ……(265)
玻璃盐 ……(180)
玻璃锅 ……(632)
玻璃丸子 ……(412)
玻璃生菜 ……(104)
玻璃鸡片 ……(452)
毒芹中毒 ……(656)
毒蕈中毒 ……(656)
春只 ……(57)
春兰 ……(120)
春台 ……(622)
春芽 ……(121)
春鱼 ……(54)
春卷 ……(303)
春饼 ……(363)
……(598)
春笋 ……(98)
春菜 ……(94)
春菊 ……(104)
春蚕 ……(303)
……(326)
春不老 ……(94)
春水鱼 ……(57)
春台席 ……(21)
春籽鱼 ……(57)
春卷皮 ……(285)
春砂仁 ……(193)
春饼宴 ……(21)
春班汤 ……(386)
春班鱼 ……(51)
春莲花 ……(97)
春盛撺 ……(622)
春色满园 ……(543)
春色糖饼 ……(399)
春秋大宴 ……(18)
春盛食攡 ……(622)
春盛盒撺 ……(622)
春笋炒鲈鱼 ……(487)
春梅红烧参 ……(467)
帮案 ……(16)
……(635)
帮锅 ……(14)

〔一丨〕

项圈野鸡 ……(34)
城垛形 ……(280)
栈羊 ……(25)
标花嘴 ……(637)
标准米 ……(86)
标准粉 ……(88)
标花龙头 ……(638)

柑 ……(141)
枯炒牛肉豆丝 ……(600)
栝江珧 ……(75)
栝虾虎 ……(54)
柯 ……(619)
柯筋 ……(164)
柤 ……(618)
相反 ……(653)
相杀 ……(653)
相使 ……(653)
相畏 ……(653)
相须 ……(653)
相恶 ……(653)
相鼠 ……(31)
相公鱼 ……(345)
相手蟹 ……(70)
柚 ……(141)
枳椇粥 ……(143)
……(402)
栀 ……(621)
柞蚕蛹 ……(80)
栀子汁 ……(206)
栀子花 ……(119)
枸 ……(143)
枸杞 ……(113)
枸杞子 ……(113)
枸杞头 ……(106)
枸杞粥 ……(366)
枸茄茄 ……(114)
枸蹄子 ……(113)
枸地芽子 ……(114)
枸杞子粥 ……(367)
枸杞春笋 ……(515)
枸杞牛冲羹 ……(429)
枸杞羊肾粥 ……(342)
枸杞煨牛肉 ……(428)
枸杞头炒肉丝 ……(410)
柳叶 ……(121)
柳芽 ……(121)
柳罐 ……(618)
柳叶片 ……(235)
柳叶鱼 ……(63)
柳叶蓼 ……(190)
柳树钻 ……(131)
柳树蘑 ……(131)
柳蒸羊 ……(336)
柳叶牛肉 ……(546)
柳芽翠烙 ……(589)
柳蒸猪头 ……(557)
柳德芳汤圆 ……(601)
栎菌 ……(127)
……(128)
柱夫 ……(136)
柱侯鸡 ……(448)
柱候芡 ……(256)
柿 ……(142)
柿饼 ……(177)
柿糕 ……(348)
柿霜 ……(178)
柿石症 ……(657)
柿饼粥 ……(323)
柿霜粥 ……(402)
柿子初加工 ……(227)
柿霜清膈饼 ……(366)
栉 ……(620)
柠果 ……(141)
柠檬 ……(141)
柠檬叶 ……(197)
柠檬汁 ……(184)
……(252)
柠檬茅 ……(191)
柠檬素 ……(647)
柠檬黄 ……(207)
柠汁煎鸭脯 ……(457)
柠果白切鸭 ……(553)
柠檬香菠鸭 ……(457)
树 ……(628)
树花 ……(124)
树鸡 ……(35)
……(124)
树梅 ……(139)
树蕨 ……(92)
树薯 ……(101)
树头菜 ……(122)
树花菜 ……(124)
树胡子 ……(124)
树蛎菇 ……(128)
胡巴 ……(194)
胡卢 ……(107)
胡瓜 ……(108)
胡豆 ……(110)
胡饭 ……(317)
胡辛 ……(188)
胡柑 ……(141)
胡饼 ……(297)
胡桃 ……(144)

胡荽 ……(102)
胡盐 ……(179)
胡麻 ……(192)
胡椒 ……(189)
胡葱 ……(115)
胡蒌 ……(102)
胡鳙 ……(45)
胡羹 ……(309)
胡子鱼 ……(52)
胡子鲶 ……(52)
胡芝麻 ……(192)
胡豆黄 ……(657)
胡芦巴 ……(194)
胡芦菔 ……(97)
胡芦鲷 ……(59)
胡罗卜 ……(97)
胡饼炉 ……(614)
胡炮肉 ……(310)
胡桃粥 ……(323)
胡桃糕 ……(400)
胡麻饭 ……(192)
胡麻油 ……(201)
胡麻饼 ……(321)
胡麻粥 ……(366)
胡麻鲐 ……(63)
胡麻羹 ……(309)
胡椒油 ……(189)
胡椒盐 ……(179)
胡椒粉 ……(189)
胡椒筒 ……(641)
胡椒鲷 ……(59)
胡辣汤 ……(598)
胡罗卜鲊 ……(330)
胡萝卜泥 ……(238)
胡葱野鸭 ……(510)
胡辣全鸡 ……(439)
胡芹小蒜菹 ……(318)
胡罗卜色素 ……(206)
胡辣鱿鱼丝 ……(471)
封口 ……(291)
封火 ……(244)
封鸡 ……(152)
封胖 ……(418)
封鹅 ……(369)
封蒸 ……(272)
封膀 ……(418)
封闭熏 ……(275)
封闭式电炉 ……(631)
荆 ……(27)
荆芥 ……(134)
荆桃 ……(139)
荆芥粥 ……(343)
荆芥糖 ……(361)
荆条花 ……(120)
荆芥苗粥 ……(403)
荆沙鱼糕 ……(482)
荆沙焦包 ……(599)
荆楚岁时记 ……(660)
勃荠糕 ……(402)
南干 ……(172)
南瓜 ……(108)
南肉 ……(147)
南豆 ……(110)
南乳 ……(195)
南烧 ……(267)
南蛇 ……(40)
南椒 ……(189)
南腿 ……(149)
南煎 ……(266)
南煽 ……(266)
南熘 ……(264)
南鲳 ……(61)
南风鸡 ……(153)
南方菜 ……(3)
南瓜子 ……(146)
南瓜皮 ……(222)
南瓜花 ……(120)
南瓜糊 ……(588)
南瓜粥 ……(404)
南华菇 ……(130)
南豆腐 ……(169)
南苜蓿 ……(105)
南枣糕 ……(400)
南京果 ……(146)
南炒面 ……(573)
南食店 ……(10)
南洋薯 ……(101)
南扁豆 ……(111)
南酸枣 ……(184)
南天烛汁 ……(206)
南瓜三七 ……(137)
南瓜蒸饺 ……(608)
南瓜瓤肉 ……(381)
南肉春笋 ……(414)
南京香肚 ……(151)
南洋鲫鱼 ……(54)
南湖蟹粉 ……(501)
南翔小笼 ……(569)

南煎丸子 ……(526)
南方马口鱼 ……(48)
南方草木状 ……(659)
南宁绉皮鸭 ……(457)
茸 ……(236)
茸母 ……(134)
荚果蕨 ……(136)
荛 ……(97)
荜茇 ……(190)
荜茇梨 ……(190)
荜拨粥 ……(342)
荃蹄 ……(184)
茈 ……(101)
茈姜 ……(101)
茈萁 ……(135)
茈蓁 ……(135)
茈碧花 ……(119)
草兰 ……(120)
草头 ……(106)
草芽 ……(118)
草龟 ……(38)
草青 ……(44)
草果 ……(193)
草鱼 ……(44)
草虾 ……(71)
……(72)
草莓 ……(139)
草哨 ……(44)
草菇 ……(130)
草紫 ……(106)
草摄 ……(133)
草锦 ……(40)
草酸 ……(648)
草蔻 ……(194)
草鳊 ……(45)
草藤 ……(137)
草石蚕 ……(99)
草龙珠 ……(140)
草白蘑 ……(129)
草瓜菇 ……(101)
草包鱼 ……(44)
草红花 ……(121)
草豆蔻 ……(193)
草果子 ……(193)
草果仁 ……(193)
草珊瑚 ……(123)
草钟乳 ……(115)
草珠儿 ……(91)
草根鱼 ……(44)
草混子 ……(44)
草蔻仁 ……(194)
草鞋底 ……(177)
草鳖甲 ……(112)
草木灰水 ……(203)
草丛觅兔 ……(506)
草包包子 ……(586)
草堂八素 ……(528)
草帽油饼 ……(578)
茧圆 ……(302)
茧耳羊 ……(32)
茛 ……(101)
茼蒿 ……(103)
茼蒿粥 ……(405)
茵陈酒 ……(195)
茵陈粥 ……(403)
茵陈蒿 ……(133)
荁 ……(102)
荁蕨 ……(136)
茴鱼 ……(54)
茴香 ……(102)
茴子白 ……(95)
茴香八角珠 ……(190)
茱萸酱 ……(190)
荞子 ……(91)
荞头 ……(115)
荞麦 ……(91)
荞饼 ……(362)
荞粉 ……(174)
荞糕 ……(612)
荞麦芽 ……(169)
荞麦花 ……(365)
荞麦糁 ……(91)
荞面条 ……(574)
荞面个饦 ……(575)
荞面扒糕 ……(574)
荞面饸饹 ……(580)
荞面烙合 ……(576)
荞面盒子 ……(575)
荞面蒸饺 ……(575)
荞面灌肠 ……(574)
茯灵 ……(126)
茯苓 ……(126)
茯菟 ……(126)
茯零 ……(126)
茯苓糕 ……(366)
……(394)

茯背虫 ……(80)
莛葛草 ……(102)
荏菽 ……(110)
荇菹 ……(318)
荇菜粥 ……(405)
荃菜 ……(135)
荃麻 ……(135)
茶刀 ……(636)
茶干 ……(172)
茶巾 ……(640)
茶布 ……(640)
茶叶 ……(194)
茶耳 ……(125)
茶汤 ……(562)
茶米 ……(86)
茶坊 ……(12)
茶豆 ……(111)
茶园 ……(12)
茶肠 ……(151)
茶社 ……(12)
茶油 ……(201)
茶房 ……(16)
茶居 ……(12)
茶经 ……(660)
茶点 ……(22)
……(292)
茶食 ……(292)
茶室 ……(12)
茶宴 ……(19)
茶菜 ……(294)
茶匙 ……(640)
茶馆 ……(12)
茶楼 ……(12)
茶肆 ……(12)
茶腿 ……(149)
茶干圆 ……(397)
茶叶肉 ……(380)
茶叶蛋 ……(395)
茶汤壶 ……(634)
茶米粉 ……(87)
茶花鸡 ……(34)
茶花酥 ……(593)
茶花粥 ……(560)
茶饭店 ……(10)
茶饭馆 ……(10)
茶油鸭 ……(384)
茶籽油 ……(201)
茶壶肉 ……(584)
茶银耳 ……(125)
茶婆虫 ……(82)
茶博士 ……(16)
茶叶熏鸡 ……(445)
茶叶蒸鹿尾 ……(375)
茶饭量酒博士 ……(7)
茗粥 ……(323)
荠 ……(105)
荠苨 ……(134)
荠根 ……(96)
荠菜 ……(105)
荠菜饼 ……(361)
荠菜鱼卷 ……(494)
荠菜春卷 ……(588)
荠菜圆子 ……(518)
荠菜山鸡片 ……(509)
荠菜肉馄饨 ……(568)
荠菜野鸡片 ……(510)
茭白 ……(116)
茭瓜 ……(109)
茭米 ……(91)
茭郁 ……(116)
茭首 ……(116)
茭根 ……(116)
茭笋 ……(117)
茭耙 ……(116)
茭萌 ……(116)
茭儿菜 ……(117)
茭白子 ……(91)
茭白鲜 ……(330)
茭耳菜 ……(116)
茭白烧肉 ……(387)
茭瓜牛肉丝 ……(430)
茨菇 ……(117)
茨梨 ……(139)
荡皮参 ……(161)
荡荡鼓 ……(56)
荨麻 ……(135)
荞麦 ……(91)
荫米酥 ……(583)
茄 ……(1)
……(92)
荔枝 ……(139)
荔芋角 ……(607)
荔枝肉 ……(374)
荔枝鸡 ……(381)
荔枝病 ……(657)
荔枝粥 ……(404)

荔蓉馅 ……(290)
荔芋扣肉 ……(416)
荔枝凫仁 ……(510)
荔枝花刀 ……(233)
荔枝味型 ……(248)
荔枝鱿鱼 ……(471)
荔荷炖鸭 ……(456)
荔浦芋皮 ……(286)
荔枝鱿鱼卷 ……(472)
荔浦秋芋角 ……(603)
荬菜 ……(131)
药米 ……(86)
药芹 ……(102)
药果 ……(141)
药玉米 ……(91)
药用食品 ……(651)
药性萝卜 ……(97)
荤局 ……(6)
荤油 ……(199)
荤菜 ……(114)
荤馅 ……(287)
荤冬菜 ……(175)
荤炒素 ……(539)
荤茶肆 ……(12)
荤素馅 ……(287)
……(288)
荤羹羹 ……(339)
荤焦饼 ……(391)
荤灌藕 ……(401)
荤素鹿肉 ……(504)
荤馅烧卖 ……(398)
带子 ……(164)
带手 ……(639)
带壮 ……(13)
带豆 ……(111)
带肚 ……(157)
带快 ……(13)
带青 ……(13)
带鱼 ……(62)
带柳 ……(62)
带锅 ……(257)
带鲫 ……(68)
带石斑 ……(59)
带皮粮 ……(85)
带全盘 ……(12)
带壳笋 ……(369)
带菌者 ……(654)
带盘鼎 ……(616)
带汁咸豉 ……(350)
带花羊头 ……(335)
带把肘子 ……(419)
带骨甲鱼 ……(377)
带骨腊肉 ……(148)
带馅火烧 ……(596)
带馅麻花 ……(577)
带冻姜醋鱼 ……(351)
带泡生烧肉 ……(435)
带馅窝丝饼 ……(577)
柰 ……(138)
柰子 ……(138)
柰花 ……(192)
垩灰 ……(208)
赵县石塔油酥烧饼 ……(571)

〔一丿〕

砖灶 ……(613)
砖盐 ……(179)
砖糖 ……(185)
砗磲 ……(77)
砗蠃 ……(77)
研面槌 ……(637)
砌瓜 ……(107)
砂仁 ……(193)
砂发 ……(227)
砂轮 ……(62)
砂锅 ……(632)
砂糖 ……(184)
砂锅鱼 ……(557)
砂滤水 ……(198)
砂钵狗肉 ……(506)
砂锅下水 ……(422)
砂锅牛蹄 ……(558)
砂锅羊头 ……(546)
砂锅肚肺 ……(427)
砂锅鸡鸭 ……(537)
砂锅狗肉 ……(550)
砂锅散丹 ……(547)
砂锅雅鱼 ……(484)
钵钵鱿浪鸡 ……(446)
砂锅大鱼头 ……(483)
砂锅老豆腐 ……(524)
砂锅岩巴纠 ……(558)
砂锅猴头汤 ……(520)
砂钵原汁蹄膀 ……(419)
砂锅人参元鱼 ……(474)
砂锅什锦熊掌 ……(503)

砂锅鱼头豆腐 ……(483)
砍 ……(231)
奎金饼 ……(177)
牵花 ……(279)
蚧 ……(80)
趸尾虫 ……(80)
歪歪 ……(77)
盉 ……(627)
来 ……(87)
厘 ……(132)
厚刀 ……(636)
厚汤 ……(251)
厚芡 ……(255)
厚皮菜 ……(105)
厚皮馒头 ……(298)
厚膀蟓烙 ……(604)
厚唇裸黄瓜鱼 ……(49)
咸干 ……(172)
咸水 ……(197)
咸头 ……(292)
咸肉 ……(147)
咸卵 ……(166)
咸味 ……(246)
咸鱼 ……(158)
咸豉 ……(180)
……(350)
咸菜 ……(174)
咸馅 ……(287)
咸蛋 ……(165)
咸解 ……(165)
咸整 ……(246)
咸鲑 ……(178)
咸蟹 ……(165)
咸水角 ……(602)
咸豆浆 ……(570)
咸豆豉 ……(344)
咸杏仁 ……(391)
咸卤蛋 ……(166)
咸杭子 ……(166)
咸狗腿 ……(150)
咸肫肝 ……(153)
咸烧白 ……(416)
咸菜卤 ……(182)
咸猪头 ……(147)
咸猪脚 ……(147)
咸猪腿 ……(147)
咸蛋散 ……(605)
咸水角馅 ……(289)
咸菜什锦 ……(530)
咸甜味型 ……(248)
咸猪油糕 ……(587)
咸鲜味型 ……(248)
咸辣味型 ……(248)
咸瓤蒸饼 ……(561)
咸菜卤蒸蛏 ……(470)
威腿 ……(149)
威宁细鱼 ……(54)
威化叉烧包 ……(592)
面 ……(299)
面片 ……(300)
面包 ……(301)
面尖 ……(580)
面团 ……(281)
面肉 ……(209)
面花 ……(120)
面肠 ……(548)
面条 ……(168)
……(299)
面码 ……(238)
面拖 ……(265)
面罗 ……(638)
面肺 ……(582)
面肥 ……(203)
面鱼 ……(50)
……(55)
面茶 ……(396)
……(562)
面点 ……(292)
面食 ……(292)
面根 ……(167)
面烤 ……(274)
面粉 ……(87)
面菱 ……(410)
面蛮 ……(298)
面锅 ……(16)
面筋 ……(167)
面粥 ……(323)
面摊 ……(12)
面蜇 ……(164)
面筷 ……(635)
面酱 ……(181)
面篾 ……(635)
面藤 ……(184)
面丈鱼 ……(50)
面包托 ……(237)
面包鱼 ……(68)

面包渣 ……(168)
面老鼠 ……(396)
面条子 ……(299)
面条鱼 ……(50)
面其菜 ……(122)
面和油 ……(331)
面刮板 ……(638)
面肺子 ……(584)
面鱼托 ……(490)
面鱼脯 ……(159)
面点梳 ……(637)
面珠汤 ……(399)
面起饼 ……(297)
面捞芡 ……(256)
面筋泡 ……(168)
面辣椒 ……(519)
面包肉桶 ……(420)
面包全鸭 ……(456)
面包虾筒 ……(496)
面包渣炸 ……(265)
面包渣糊 ……(254)
面肥发酵 ……(281)
面筋丸子 ……(528)
面筋百页 ……(527)
面煨鳊鱼 ……(385)
面筋浆粉粥 ……(405)
面蒸羊羔肉 ……(582)

〔一一〕

挂汁 ……(255)
挂芡 ……(254)
挂炉 ……(631)
挂面 ……(168)
……(300)
……(340)
挂钩 ……(635)
挂浆 ……(277)
挂糊 ……(253)
挂霜 ……(277)
挂卤肉 ……(436)
挂卤鸭 ……(376)
挂炉肉 ……(381)
挂糊炸 ……(265)
挂糊烤 ……(274)
挂糖浆 ……(291)
挂炉烤鸭 ……(453)
挂粉汤圆 ……(400)
挂糊上浆 ……(252)
挂霜丸子 ……(413)
挂霜排骨 ……(421)
挂炉脆皮鸡 ……(450)
挂绿爽肉果 ……(416)
挂绿滑鱼鼓 ……(482)
拱鼠 ……(31)
拱鼻 ……(209)
拱嘴 ……(209)
挞沙鱼 ……(62)
挟剑豆 ……(112)
挡朝肉 ……(210)
指甲片 ……(235)
指头条 ……(234)
挑盒 ……(641)
挑手鱼 ……(52)
挣蹦鲤鱼 ……(476)
挤虾仁 ……(226)
拼 ……(279)
拼八宝 ……(538)
拼装法 ……(279)
挖剂 ……(284)
挖刀刻 ……(233)
按皮 ……(285)
挥发油 ……(648)
挪桌 ……(13)
挪座 ……(13)
挪菜 ……(379)
钻辘槌 ……(637)
轴槌 ……(637)
轻质碳酸钙 ……(202)
垫底法 ……(240)
匾 ……(620)

〔丨一〕

点心 ……(293)
点芡 ……(255)
点椒 ……(189)
点心局 ……(6)
点心店 ……(11)
点红松酥盏 ……(603)
点红梅花饼 ……(602)
背刀 ……(231)
背柳 ……(211)
背翅 ……(154)
背脊肉 ……(211)

〔丨丨〕

临灶 ……(257)

临高鱿 ……(162)
竖豆 ……(110)
韭白 ……(115)
韭合 ……(396)
韭芽 ……(115)
韭花 ……(120)
韭饼 ……(361)
韭菁 ……(120)
韭菜 ……(115)
韭菹 ……(303)
韭黄 ……(115)
韭葱 ……(115)
韭薹 ……(115)
韭子粥 ……(323)
韭叶粥 ……(323)
韭花酱 ……(193)
韭菜片 ……(235)
韭菜白 ……(115)
韭菜包 ……(577)
韭菜盒 ……(595)
韭菜酥 ……(594)
韭菜塌 ……(518)
韭湃鳖 ……(309)
韭酪肉丝 ……(336)
韭黄炒鸡丝 ……(452)
韭青炒海肠子 ……(473)
韭菜虾仁蒸饺 ……(576)

〔丨丶〕

削 ……(232)
削面 ……(409)
削根 ……(226)
省力鲊 ……(347)
尝 ……(1)
尝口 ……(248)
尝味 ……(248)
尝新 ……(1)

〔丨一〕

响皮 ……(151)
响堂 ……(13)
响螺 ……(78)
响皮肉 ……(381)
响面筋 ……(391)
响铃饺 ……(611)
响铃球 ……(533)
响铃猪 ……(32)
响铃白果 ……(534)
响铃鱼饼 ……(494)
响铃海参 ……(467)
响堂哑灶 ……(13)
哈 ……(242)
哈拉 ……(31)
哈透 ……(242)
哈蒌 ……(190)
哈熊 ……(29)
哈一下 ……(242)
哈力巴 ……(214)
哈了皮 ……(212)
哈士蟆 ……(41)
哈尔尾 ……(347)
哈达饼 ……(574)
哈里撒 ……(348)
哈昔泥 ……(196)
哈拉巴 ……(388)
哈哈干 ……(171)
哈喇味 ……(247)
哈蜜瓜 ……(146)
哈氏美人虾 ……(72)
哈尔滨烤火腿 ……(150)
咬尻草 ……(135)
咪粥 ……(296)
哪玛咪糕 ……(549)
昧履支 ……(189)
映山红 ……(119)
昭通面 ……(612)
贴 ……(266)
贴酥 ……(283)
贴蒸 ……(273)
贴墩 ……(635)
贴烤肉 ……(584)
贴饽饽熬小鱼 ……(568)
贻贝 ……(75)
贻贝干 ……(163)
贻贝油 ……(187)
毗狸 ……(31)
虹鳟 ……(54)
虹桥赠珠 ……(538)
虹彩明樱蛤 ……(77)
虾干 ……(165)
虾丸 ……(594)
虾仁 ……(165)
虾片 ……(165)
虾生 ……(320)
虾瓜 ……(108)
虾头 ……(221)

虾丝 ……(243)
虾皮 ……(165)
虾肉 ……(165)
虾米 ……(165)
虾尾 ……(165)
……(221)
虾松 ……(370)
虾油 ……(187)
虾泥 ……(237)
虾茸 ……(237)
虾饼 ……(243)
……(378)
……(386)
……(396)
虾籽 ……(187)
虾圆 ……(243)
……(368)
……(378)
虾胶 ……(237)
虾球 ……(243)
……(390)
虾蛄 ……(72)
虾缔 ……(237)
虾鲊 ……(499)
虾酱 ……(187)
……(314)
虾膏 ……(187)
虾腐 ……(355)
……(498)
虾糁 ……(237)
虾潺 ……(67)
虾蠢 ……(41)
虾羹 ……(372)
虾子腰 ……(233)
虾仁托 ……(495)
虾仁汤 ……(382)
虾米粉 ……(187)
虾爬子 ……(72)
虾饺皮 ……(287)
虾饺馅 ……(289)
虾籽烧 ……(267)
虾脑汤 ……(221)
虾脑袋 ……(221)
虾料子 ……(237)
虾堆皮 ……(287)
虾眼水 ……(245)
虾蛄籽 ……(187)
虾婆子 ……(72)
虾蓉皮 ……(287)
虾蟆子 ……(42)
虾蟆衣 ……(135)
虾子冬笋 ……(515)
虾子勒鲞 ……(377)
虾子酱油 ……(182)
虾子管廷 ……(423)
虾仁锅贴 ……(498)
虾仁蹄筋 ……(424)
虾皮烘肉 ……(372)
虾肉小笼 ……(589)
虾肉汤团 ……(587)
虾肉烧卖 ……(589)
虾米茭白 ……(518)
虾米套饼 ……(590)
虾油小菜 ……(175)
虾油豆腐 ……(378)
虾茸金鱼 ……(496)
虾圆豆腐 ……(382)
虾蛋紫鲍 ……(469)
虾籽大乌参 ……(465)
虾籽扒海参 ……(467)
虾籽豆腐脑 ……(567)
虾仁拉丝蛋 ……(498)
虾米香椿头 ……(517)
虾鱼笋蕨兜 ……(332)
虾茸扒海参 ……(467)
虾籽扒两样 ……(434)
虾胶瓤鱼肚 ……(464)
虾扇千里香 ……(500)
虾子烧玉兰片 ……(516)
虾仁笔架鱼肚 ……(464)
虼蚄 ……(81)
虼蜢 ……(81)
蚁从 ……(130)
蚁夺 ……(130)
蚁子酱 ……(322)
蚂蚁 ……(80)
蚂蚱 ……(81)
蚂蚁菜 ……(132)
蚂蚁蛋 ……(556)
蚂蚱菜 ……(132)
蚂蚱腿 ……(233)
蚂蚁上树 ……(431)
蚂蚁卵酱 ……(165)
蚂蚁堆蛇 ……(40)
剐 ……(232)
趴锅 ……(74)

品味 ……(1)
品尝 ……(1)
品羔 ……(639)
品豉 ……(406)
品锅 ……(633)
品碗 ……(639)
品字形 ……(280)
炭勺 ……(615)
炭炉 ……(614)
炭盆 ……(614)
……(631)
炭枓 ……(615)
炭铲 ……(615)
炭火盆 ……(614)
炭火烤鸭 ……(548)
星鲽 ……(61)
星鳗 ……(65)
冒 ……(241)
冒锅 ……(259)
盅 ……(628)
贵老 ……(193)
贵妃红 ……(321)
贵州菜 ……(5)
贵阳肉饼 ……(609)
贵妃鲤鱼 ……(477)
贵州小香肠 ……(150)
胃 ……(651)
胃反 ……(654)
胃脯 ……(306)
瓮 ……(619)
骨刀 ……(636)
……(640)
骨炙 ……(337)
骨油 ……(213)
骨碟 ……(640)
骨头生 ……(611)
骨头肉 ……(388)
骨头汤 ……(250)
骨顶鸡 ……(37)
骨插羹 ……(337)
骨牌片 ……(234)
骨牌块 ……(234)
骨渣碟 ……(640)
骨鲠鲫 ……(50)
骨髓饼 ……(365)
骨香鹅片 ……(458)
幽芥 ……(97)
幽菽 ……(180)

〔丿一〕

牦牛 ……(25)
秬 ……(89)
杭 ……(85)
秋鸡 ……(37)
秋油 ……(181)
秋蝉 ……(82)
秋鲑 ……(65)
秋蘑 ……(128)
秋水肚 ……(157)
秋打尾 ……(133)
秋生子 ……(66)
秋苔子 ……(104)
秋葵荚 ……(113)
科斗羹 ……(326)
秕稚 ……(85)
钘 ……(624)
钙 ……(647)
钙化醇 ……(646)
钟水饺 ……(609)
钟馗帽 ……(126)
钢白 ……(95)
钢青 ……(44)
钢精锅 ……(632)
钠 ……(647)
钡盐中毒 ……(657)
钩尖 ……(155)
钩尾 ……(155)
钩翅 ……(155)
钩吊烤 ……(274)
钫 ……(624)
钮菇 ……(130)
缸爿 ……(589)
缸豆 ……(111)
缸熏 ……(275)
缸炉烧饼 ……(571)
……(577)
复炸 ……(259)
复累 ……(75)
复合味 ……(248)
复汤肉 ……(381)
复炉烧饼 ……(365)
复制红酱油 ……(182)
复合味调味品 ……(248)
香丁 ……(190)
香干 ……(172)
香子 ……(191)

香叶 ……(191)
香瓜 ……(147)
香戎 ……(191)
香肉 ……(26)
香竹 ……(197)
香米 ……(85)
香豆 ……(194)
香花 ……(363)
香芹 ……(102)
香杏 ……(129)
香饭 ……(552)
香肚 ……(151)
香肠 ……(150)
……(406)
香茅 ……(191)
香味 ……(247)
香鱼 ……(65)
香油 ……(201)
香参 ……(161)
香茸 ……(191)
香莛 ……(115)
香茹 ……(191)
香哪 ……(579)
香信 ……(127)
香炸 ……(265)
香荽 ……(102)
香笋 ……(177)
香狸 ……(30)
香脑 ……(190)
香梭 ……(67)
香豉 ……(180)
香菜 ……(102)
香菇 ……(127)
香猪 ……(148)
香脯 ……(357)
香茉 ……(191)
香榧 ……(145)
香獐 ……(33)
香醋 ……(183)
香蕉 ……(143)
香墨 ……(207)
香蔺 ……(359)
香薷 ……(191)
香螺 ……(78)
香螺 ……(78)
香糟 ……(195)
香白芷 ……(194)
香包草 ……(105)
香兰素 ……(193)
香丝菜 ……(103)
香竹饭 ……(556)
香红莲 ……(86)
香豆豉 ……(362)
……(392)
香花鳃 ……(46)
香芹菜 ……(102)
香杏片 ……(129)
香苜蓿 ……(194)
香茅草 ……(191)
香草粉 ……(193)
香洋瓜 ……(109)
香积厨 ……(6)
香娘子 ……(82)
香菇托 ……(237)
香菇笋 ……(177)
香菇盒 ……(522)
香黄管 ……(210)
香袋肉 ……(382)
香液鸡 ……(449)
香棍丝 ……(235)
香椿头 ……(121)
香椿鱼 ……(516)
香椿馍 ……(591)
香蓼草 ……(190)
香辣片 ……(171)
香辣柳 ……(190)
香辣粉 ……(189)
香辣蓼 ……(190)
香蕈粉 ……(187)
香蕈粥 ……(404)
香稻叶 ……(197)
香稻米 ……(86)
香橙饼 ……(401)
香橡叶 ……(192)
香糟汤 ……(195)
香露饭 ……(401)
香露饼 ……(363)
香冬圆子 ……(530)
香汁炒蟹 ……(502)
香皮褶菌 ……(127)
香芋木鱼 ……(517)
香芋扣肉 ……(415)
香豆大饼 ……(583)
香杏口蘑 ……(129)
香松银鱼 ……(490)
香质扣肉 ……(414)

香咸味型 ……(248)
香面牛肉 ……(428)
香炸云雾 ……(538)
香炸铜锤 ……(514)
香菇明珠 ……(520)
香菇金鱼 ……(494)
香酥肥肠 ……(427)
香葱油焗 ……(273)
香辣竹鸡 ……(513)
香辣味型 ……(249)
香樟枝叶 ……(196)
香稻叶粥 ……(401)
香橡豆腐 ……(525)
香螺先生 ……(338)
香糟牛肉 ……(428)
香糟味型 ……(249)
香露河鳗 ……(490)
香肝扣果狸 ……(507)
香茅草烧鸡 ……(555)
香炸白蜜条 ……(516)
香炸琵琶虾 ……(498)
香麻煎软饼 ……(602)
香麻煎虾饼 ……(602)
香酥三鲜包 ……(578)
香酥水晶包 ……(578)
香酥沙半鸡 ……(513)
香酥麻果鸡 ……(448)
香酥鹌鹑脯 ……(511)
香酥嫩斑鸠 ……(512)
香葱油焗鸡 ……(448)
香辣豆腐泥 ……(523)
香辣酥牛尾 ……(429)
香菇烧海狗鱼 ……(513)
看食 ……(294)
看火候 ……(244)
看花豆 ……(111)
竿 ……(98)
竿鱼 ……(46)
竿蔗 ……(143)
竿条鱼 ……(46)
氟 ……(648)
氟化物中毒 ……(657)
选 ……(131)
重迈 ……(99)
重青 ……(13)
重油 ……(259)
重药 ……(133)
重浇 ……(13)
重温 ……(259)
重箱 ……(99)
重阳菌 ……(127)
重阳糕 ……(302)
重样饼 ……(578)
重瓣胃 ……(215)
重油炒面 ……(569)
重唇花鱼 ……(49)
重脂奶粉 ……(167)
重碳酸钠 ……(202)
重碳酸氨 ……(202)
重碳酸曹达 ……(202)
重编群书事林广记 ……(662)

〔丿丨〕

便饭 ……(22)
便食 ……(301)
便酌 ……(19)
便宴 ……(19)
便餐 ……(13)
便饭铺 ……(11)
便民图纂 ……(663)
修事 ……(653)
修治 ……(653)
修脍 ……(100)
修鱼尾 ……(225)
俏冤家 ……(210)
促 ……(242)
促织 ……(82)
信丰鸡 ……(446)
侵染 ……(654)
顺风 ……(216)
顺菜 ……(240)
顺风圆 ……(302)
顺翻勺 ……(258)
顺江薄饼 ……(609)
段 ……(236)
段鳝 ……(378)
皇蘑 ……(128)
皇鱼肚 ……(157)
皇帝豆 ……(112)
泉水 ……(197)
追 ……(224)
追汤 ……(250)
追骨风 ……(134)
鬼伞 ……(131)
鬼屋 ……(131)
鬼菌 ……(131)

鬼盖 ……(131)
鬼鲃 ……(67)
鬼子姜 ……(101)
鬼凉伞 ……(131)
鬼蓬头 ……(298)

〔丿丿〕

须 ……(97)
须勾 ……(635)
须苅 ……(97)
须翅 ……(156)
须子鲇 ……(52)

〔丿丶〕

俎 ……(617)
剑花 ……(120)
鸽 ……(34)
盆 ……(619)
盆糕 ……(562)
盆冰糖 ……(185)
盆里碰 ……(301)
盆皮大奶卷 ……(564)
食 ……(1)
食气 ……(652)
食火 ……(257)
食夹 ……(638)
食伤 ……(654)
食次 ……(660)
食医 ……(9)
……(651)
食疗 ……(651)
食补 ……(651)
食忌 ……(651)
食担 ……(12)
食味 ……(294)
……(652)
食典 ……(661)
食店 ……(10)
食性 ……(652)
食治 ……(651)
食官 ……(8)
食药 ……(651)
食物 ……(292)
食品 ……(292)
食复 ……(654)
食养 ……(651)
食盐 ……(178)
食积 ……(654)
食粉 ……(202)
食堂 ……(11)
食盘 ……(640)
食鸽 ……(28)
食盒 ……(641)
食滞 ……(654)
食碗 ……(640)
食摊 ……(12)
食肆 ……(10)
食罩 ……(639)
食牌 ……(14)
食碱 ……(203)
食蜜 ……(186)
食谱 ……(3)
食膳 ……(1)
食糕 ……(313)
食用蛙 ……(41)
食珍录 ……(661)
食茱萸 ……(190)
食品集 ……(663)
食总管 ……(183)
食日万钱 ……(295)
食用大黄 ……(136)
食用色素 ……(206)
食用明胶 ……(206)
食用鱼粉 ……(160)
食肉则复 ……(654)
食医心鉴 ……(660)
食疗本草 ……(660)
食味杂咏 ……(664)
食物中毒 ……(655)
食物中药 ……(651)
食物本草 ……(663)
……(664)
食物过敏 ……(656)
食性本草 ……(661)
食治通说 ……(661)
食品污染 ……(654)
食香瓜儿 ……(330)
……(344)
食香茄儿 ……(345)
食香萝卜 ……(345)
食前方丈 ……(295)
食宪鸿秘 ……(664)
食监本草 ……(664)
食品添加剂 ……(201)
食用合成色素 ……(207)
食物本草会纂 ……(665)

食物腐败变质 ……(654)
食品佳味备览 ……(666)
食物的特殊生热作用 ……(649)
食物特殊动力学作用 ……(649)

〔丿一〕

狪猪 ……(32)
狭鳕 ……(68)
狭头鲐 ……(63)
狮蛮 ……(327)
狮子头 ……(69)
狮子鱼 ……(69)
狮子糊 ……(253)
狮子龙鱼 ……(478)
狮蛮栗糕 ……(327)
狮头水晶盐菜包 ……(600)
独豹 ……(36)
独盘 ……(280)
独鼠 ……(32)
独碟 ……(280)
独山盐酸菜 ……(176)
独头蒜烧干贝 ……(469)
饵 ……(297)
……(306)
饵丝 ……(169)
饵块 ……(169)
饵块粑 ……(610)
饶阳豆腐脑 ……(567)
……(571)
饸饹 ……(300)
饸饹机 ……(642)
饸饹车 ……(618)
饸饹床 ……(618)
……(642)
饹饦 ……(174)
饺儿 ……(299)
饺子 ……(299)
饺子机 ……(641)
饺子宴 ……(21)
饺面店 ……(11)
饺匙子 ……(638)
饼 ……(297)
饼师 ……(7)
饼炙 ……(312)
饼店 ……(10)
饼饵 ……(292)
饼翅 ……(156)
饼铛 ……(633)
饼鲞 ……(617)
饼片汤 ……(552)
胚 ……(261)
胚鲊 ……(311)
胚鱼鲊 ……(310)
胆碱 ……(647)
胆固醇 ……(645)
胜瓜 ……(107)
胜肉鲩 ……(333)
胜饮篇 ……(665)
胜鲟鱼 ……(360)
胸 ……(305)
胸忍 ……(83)
胞人 ……(7)
胲 ……(215)
胖炸 ……(265)
胖鳜 ……(50)
胖头鱼 ……(45)
胖娃娃菜 ……(132)
胫勺 ……(308)
胎禽 ……(37)
鸨 ……(36)
急火 ……(245)
急浆 ……(254)
急气盖蒸 ……(273)
鸳 ……(619)
怠 ……(260)
怠鳖 ……(305)
……(355)
……(373)

〔丶一〕

鸹 ……(37)
亮坯 ……(243)
亮油 ……(259)
亮菌 ……(129)
亮堂 ……(12)
亮干肉 ……(415)
亮油包汁 ……(259)
帝王菌 ……(130)
弯子 ……(194)
度 ……(236)
度夏白脯 ……(315)
疣吻沙蚕 ……(82)
疤蛤 ……(76)

〔丶丨〕

闻喜宴 ……(17)

闽虾 ……(71)
闽笋 ……(176)
闽菜 ……(4)
闽小记 ……(664)
闽中海错疏 ……(663)
闽西八大干 ……(24)
阁 ……(618)
阁老饼 ……(392)

〔丶丿〕

炯 ……(267)
炼乳 ……(167)
炼油 ……(257)
炼珍堂 ……(6)
炟 ……(241)
炸 ……(264)
炸扒 ……(268)
炸收 ……(269)
炸肝 ……(425)
炸板 ……(265)
炸枣 ……(594)
炸油 ……(257)
炸卷 ……(242)
炸虾 ……(171)
炸烹 ……(262)
炸焖 ……(268)
炸酥 ……(284)
炸锅 ……(257)
炸熘 ……(264)
炸鳗 ……(377)
炸八块 ……(443)
炸三角 ……(562)
炸大扁 ……(420)
炸飞禽 ……(567)
炸五香 ……(594)
炸中段 ……(243)
炸牛排 ……(546)
炸石鸡 ……(514)
炸冬菇 ……(522)
炸白薯 ……(408)
炸瓜条 ……(538)
炸瓜枣 ……(492)
炸西瓜 ……(533)
炸回头 ……(562)
炸肉皮 ……(151)
炸全鱼 ……(243)
炸肋条 ……(411)
炸羊尾 ……(434)
炸豆饼 ……(600)
炸鸡签 ……(447)
炸鸡棒 ……(439)
炸鸡椒 ……(443)
炸松塔 ……(577)
炸虎尾 ……(426)
炸金针 ……(387)
炸鱼油 ……(257)
炸油果 ……(409)
炸油香 ……(611)
炸油糕 ……(409)
炸卷肝 ……(425)
炸卷果 ……(429)
……(546)
炸卷圈 ……(567)
炸春卷 ……(610)
炸面码 ……(411)
炸虾托 ……(568)
炸虾串 ……(497)
炸虾段 ……(386)
炸虾饼 ……(600)
炸蚂蚱 ……(567)
炸骨牌 ……(380)
炸桃仁 ……(244)
炸桃腰 ……(425)
炸荷包 ……(562)
炸荷花 ……(533)
炸黄袍 ……(524)
炸排肉 ……(420)
炸蛎黄 ……(469)
炸银鱼 ……(490)
……(567)
炸酥肉 ……(242)
炸鹅脖 ……(546)
炸筒头 ……(427)
炸粢巴 ……(570)
炸椿鱼 ……(493)
炸獐排 ……(505)
炸樱桃 ……(389)
炸蝎子 ……(538)
炸糍粑 ……(399)
炸薯丸 ……(596)
炸整鱼 ……(243)
炸藿香 ……(533)
炸蟹卷 ……(501)
炸蟹圆 ……(501)
炸灌藕 ……(398)
炸山芋片 ……(567)

炸小年糕 ……(566)
炸小汤元 ……(566)
炸飞龙条 ……(508)
炸牛酥络 ……(428)
炸乌贼鱼 ……(320)
炸凤凰腿 ……(421)
炸瓜枣鱼 ……(484)
炸年糕坨 ……(563)
炸芙蓉蚝 ……(469)
炸花生仁 ……(244)
炸芦花鸡 ……(447)
炸鸡虾卷 ……(497)
炸鸡酥络 ……(438)
炸松子仁 ……(244)
炸刺龙芽 ……(548)
炸刺果棒 ……(549)
炸苹果圈 ……(531)
炸金钱饼 ……(565)
炸鱼中段 ……(243)
炸油条机 ……(641)
炸卷筒鸡 ……(446)
炸栀子花 ……(365)
炸胡桃饼 ……(400)
炸香椿鱼 ……(516)
炸饼鸭卷 ……(455)
炸洋芋角 ……(582)
炸格渣盒 ……(562)
炸核桃腰 ……(424)
炸笔管葱 ……(420)
炸烹肉片 ……(411)
炸酥梨鸡 ……(446)
炸葱粘粑 ……(601)
炸腰果仁 ……(244)
炸熘飞禽 ……(512)
炸熘肝尖 ……(425)
炸薯丁饼 ……(600)
炸五香羊肉 ……(433)
炸五香馒头 ……(598)
炸玉兰花瓣 ……(369)
炸芝麻羊肉 ……(434)
炸面包鸡块 ……(443)
炸桂花羊肉 ……(433)
炸臭豆腐干 ……(567)
炸麻花野鸭 ……(510)
炸麻花腰子 ……(424)
炸椰丝芋枣 ……(605)
炸熘童子鸡 ……(446)
炸灌汤丸子 ……(420)
炸瓤果子狸 ……(507)
炸土豆牛肉卷 ……(429)
炸牛肉黄油球 ……(429)
炸吉力白蜜饼 ……(516)
炸乳扇洗沙饺 ……(611)
炸铁雀带铃铛 ……(512)
炸凤尾芝麻虾排 ……(497)
烀 ……(270)
烀羊蹄 ……(437)
烀羊肉 ……(436)
炮 ……(260)
……(263)
炮人 ……(7)
炮谷 ……(168)
炮制 ……(653)
炮炙 ……(653)
炮食 ……(293)
炮羔 ……(305)
炮宰 ……(7)
炮牲 ……(304)
炮豚 ……(304)
炮糊 ……(263)
炮煳 ……(544)
炮仗肉 ……(412)
……(436)
炮台灶 ……(629)
炮猪肚 ……(373)
炮凤烹龙 ……(295)
炮打铜锣 ……(482)
炮雪梨野鸭片 ……(376)
烂熟 ……(310)
烂头鱼 ……(58)
烂考香 ……(581)
烂锅面 ……(585)
烂蒜烩肚丝 ……(425)
烩 ……(262)

〔丶丶〕

洱海花 ……(49)
洱海水煮活鱼 ……(557)
洁净 ……(16)
洁妍未脆 ……(435)
洪都鸡 ……(446)
浇汁 ……(255)
浇芡 ……(255)
浇面 ……(301)
浇屑 ……(169)
……(301)

浇馓 ……(296)
浇汁鱼 ……(494)
浇汁法 ……(279)
浇汁熘 ……(264)
洞鱼 ……(47)
洞燕 ……(153)
洞庭鳆 ……(333)
洞庭肥鱼肚 ……(464)
洗涤 ……(223)
洗手蟹 ……(324)
洗生蚝 ……(226)
洗米机 ……(641)
洗盐粉 ……(179)
洗沙荞包 ……(612)
洗沙糍粑 ……(600)
洗刷消毒 ……(655)
洗锅罗瓜 ……(107)
活东 ……(42)
活汁 ……(255)
活头 ……(52)
活师 ……(42)
活肉 ……(213)
活血 ……(653)
活络 ……(301)
活麻 ……(135)
活醉 ……(276)
活豆腐 ……(525)
活鱼饺 ……(593)
洛鲤 ……(43)
济南米粉 ……(587)
济南南肠 ……(150)
洛阳水席 ……(21)
洋芋 ……(100)
洋鱼 ……(57)
洋姜 ……(101)
洋桃 ……(142)
洋莓 ……(139)
洋鸭 ……(27)
洋粉 ……(205)
洋菜 ……(205)
洋葱 ……(115)
洋熀 ……(270)
洋大头 ……(101)
洋山芋 ……(100)
洋白菜 ……(95)
洋芋头 ……(100)
洋芍药 ……(119)
洋芫荽 ……(102)
洋芥蓝 ……(96)
洋茄儿 ……(113)
洋炉鹅 ……(389)
洋柿子 ……(113)
洋胖子 ……(44)
洋扁豆 ……(112)
洋莓果 ……(139)
洋海椒 ……(113)
洋萝卜 ……(96)
洋菠菜 ……(103)
洋番薯 ……(99)
洋蔓菁 ……(96)
洋蘑菇 ……(131)
洋大头菜 ……(96)
洋芋粑粑 ……(612)
洋花萝卜 ……(97)
浑汆 ……(271)
浑油 ……(257)
浑羊殁忽 ……(319)
浑炙梨牛 ……(319)
浒苔 ……(123)
浓汤 ……(251)
……(251)
浓芡 ……(255)
浓油芡 ……(256)
浓缩乳 ……(167)
津菜 ……(93)
津液 ……(651)
津冬菜 ……(175)
浔阳鱼片 ……(480)
将军 ……(82)
将军肉 ……(210)
将军帽 ……(74)
将军过桥 ……(487)
籼粱 ……(294)
籼米 ……(85)
籼稻 ……(85)
籽乌 ……(162)
籽眼 ……(281)
前爪 ……(212)
前火 ……(629)
前手 ……(216)
前夹 ……(210)
前槽 ……(210)
前火眼 ……(629)
前肛鳗 ……(65)
前脚爪 ……(212)
前腱子 ……(214)

……(216)
前踣膀 ……(210)
前翻勺 ……(258)
前片后斩刀 ……(636)
首鼠 ……(31)
首乌粉 ……(205)
养 ……(7)
……(224)
养血 ……(653)
养阴 ……(652)
养小录 ……(664)
养生随笔 ……(665)
养民月宜 ……(662)
养老奉亲书 ……(661)
养心殿御善房 ……(6)
举肾蛋 ……(217)
宣化饼 ……(572)
宣威火腿 ……(149)
……(405)
宦牛 ……(25)
宫爆 ……(263)
宫廷菜 ……(5)
宫门献鱼 ……(485)
客家烟肠 ……(596)
穿衣 ……(252)
穿袍 ……(252)
穿糖 ……(291)
穿山甲 ……(28)
穿石贝 ……(77)
穿糖衣 ……(291)
穿笋牌楼 ……(421)
穿袍丸子 ……(436)
穿花南雁腿 ……(511)
穿山甲初加工 ……(225)
染灰 ……(208)
染炉 ……(614)
染指 ……(1)
染绛菜粥 ……(405)
美枣 ……(143)
美味 ……(294)
美供 ……(295)
美草 ……(186)
美人肝 ……(219)
美宫肉 ……(410)
美味平菇 ……(128)
美味侧耳 ……(128)
美国南瓜 ……(109)
美洲南瓜 ……(109)
美味牛肝菌 ……(126)
美味北风菌 ……(128)
美味包脚菇 ……(131)
美味松乳菇 ……(127)
姜片 ……(189)
……(239)
姜水 ……(252)
姜末 ……(239)
姜汁 ……(252)
姜丝 ……(239)
姜皮 ……(189)
姜件 ……(239)
姜米 ……(239)
姜块 ……(239)
姜豆 ……(111)
姜花 ……(239)
姜芥 ……(134)
姜茸 ……(239)
姜草 ……(191)
姜粉 ……(189)
姜黄 ……(206)
姜爆 ……(263)
姜不辣 ……(102)
姜巴茅 ……(191)
姜汁酒 ……(195)
姜黄鱼 ……(335)
姜葱油 ……(240)
姜醋水 ……(252)
姜片虫病 ……(658)
姜叶炖鱼 ……(560)
姜汁赤贝 ……(470)
姜汁味型 ……(249)
姜汁豇豆 ……(519)
姜汁撞奶 ……(604)
姜黄豆腐 ……(169)
姜黄腱子 ……(335)
姜烹鲍鱼 ……(354)
姜酥排岔 ……(562)
姜爆鸭丝 ……(457)
姜醋拌章举 ……(320)
姜醋拌鳊鱼 ……(385)
送春归 ……(139)

〔丶一〕

诱口 ……(248)
神守 ……(38)
神仙汤 ……(383)
神仙鸡 ……(444)

神仙果 ……(400)
神仙炉 ……(551)
神仙饼 ……(399)
神仙桃 ……(398)
神仙粥 ……(323)
神曲粥 ……(405)
神仙鸭子 ……(457)
神仙葫芦 ……(516)
神仙富贵饼 ……(332)
神农本草经 ……(659)
祝鸠 ……(35)
扁尖 ……(177)
扁米 ……(86)
扁豆 ……(111)
扁鱼 ……(44)
扁食 ……(299)
扁桃 ……(145)
扁蚬 ……(78)
扁菜 ……(115)
扁蛤 ……(77)
扁蒲 ……(107)
扁螺 ……(78)
扁鳎 ……(64)
扁叶葱 ……(116)
扁头风 ……(39)
扁米糊 ……(313)
扁豆泥 ……(536)
扁豆粥 ……(366)
……(405)
扁豆糕 ……(400)
扁担肉 ……(211)
扁萝卜 ……(97)
扁匙子 ……(638)
扁舵鲣 ……(66)
扁鸽蛋 ……(389)
扁颈蛇 ……(40)
扁馓子 ……(584)
扁米酥鸡 ……(449)
扁颌针鱼 ……(66)

〔一一〕

段食良方 ……(664)
屋炎 ……(91)
屏风 ……(116)
昼饭 ……(2)
昼铺 ……(2)
昼餐 ……(2)
退伙 ……(3)
退沙翅 ……(156)

〔一丨〕

除茎 ……(226)
除骨 ……(223)
除脏 ……(223)
院使 ……(16)
胥余 ……(144)
眉豆 ……(111)
眉毛形 ……(234)
眉毛条 ……(234)

〔一丿〕

娃娃鱼 ……(41)
娃娃菜 ……(106)
娃娃鱼初加工 ……(226)
娇豆腐 ……(170)
姚家烤小鸟 ……(596)
架央馅 ……(290)
架豆蛆 ……(81)
架英松酥筒 ……(603)

〔一丶〕

蚤笋 ……(98)
柔毛 ……(25)
柔鱼 ……(162)
柔鳘 ……(135)

〔一一〕

绒虾 ……(72)
绒蒿 ……(133)
绒柄金钱菌 ……(130)
绒柄松塔牛肝菌 ……(126)
结帐 ……(13)
结巴鱼 ……(68)
结球芥 ……(95)
结球甘蓝 ……(95)
结球白菜 ……(93)
结球莴苣 ……(104)
结缔组织 ……(649)
结合蛋白质 ……(643)
结晶亚硫酸钠 ……(204)
绛晨伏胎 ……(126)
络麻 ……(136)
络蹄 ……(73)
绞馅 ……(236)
绞肉机 ……(641)
绞肉拌馅机 ……(641)

统鸭 ……(153)
骆驼 ……(26)
脊 ……(618)

十　画

〔一一〕

珹 ……(76)
珠 ……(236)
珠兰 ……(119)
珠油 ……(207)
珠菜 ……(75)
珠珠米 ……(91)
珠联璧合 ……(536)
珠梨蜜汁火腿 ……(428)
班里希 ……(585)
鸆鹋 ……(27)
耕耤宴 ……(18)
耙卜炖鲜陈肾 ……(542)
敖克那 ……(150)
耋 ……(88)
素汤 ……(251)
素肝 ……(171)
素肚 ……(172)
素局 ……(6)
素鸡 ……(171)
素面 ……(396)
素食 ……(293)
……(293)
素席 ……(19)
素烩 ……(529)
素菜 ……(5)
素馅 ……(287)
素膳 ……(293)
素蟹 ……(369)
素鳖 ……(369)
素八宝 ……(238)
素上汤 ……(251)
素扎肉 ……(195)
素分茶 ……(10)
素月饼 ……(400)
素火腿 ……(173)
素水鸡 ……(398)
素冬菜 ……(175)
素包子 ……(561)
素汁汤 ……(251)
素肉丸 ……(174)
……(369)
素肉松 ……(527)
素杂菜 ……(556)
素油鸡 ……(529)
素卷圈 ……(562)
素茶肆 ……(12)
素香肠 ……(173)
素食谱 ……(666)
素桂鱼 ……(528)
素脆筋 ……(528)
素脆鳝 ……(528)
素烧鸡 ……(529)
素烧鱼 ……(386)
素烧鸭 ……(527)
素烧鹅 ……(379)
素黄雀 ……(387)
素鸽蛋 ……(528)
素锅贴 ……(591)
素焦饼 ……(391)
素燕窝 ……(205)
素灌肺 ……(350)
素凤眼饺 ……(596)
素食说略 ……(665)
素春青豆 ……(559)
素馅馄饨 ……(566)
素清汤鸭 ……(529)
素醋熘鱼 ……(529)
素八宝甲鱼 ……(530)
素兰花鸽卷 ……(528)
素西米燕菜 ……(530)
素拌蒜米辣 ……(548)
素虎皮鸡蛋 ……(529)
素食养生论 ……(666)
素蒸音声部 ……(321)
素蟹粉包子 ……(569)
素鸡烧海参 ……(528)
蚕豆 ……(110)
蚕蛹 ……(80)
蚕豆泥 ……(519)
蚕豆病 ……(657)
蚕豆粉 ……(204)
蚕豆黄 ……(657)
蚕豆粥 ……(331)
……(405)
蚕豆酱 ……(188)
蚕壳丸子 ……(421)
蚕豆炒麻雀 ……(385)
蚕豆炒湟鱼丁 ……(491)
秦龟 ……(38)
秦菘 ……(96)

秦菜 ……（5）
秦椒 ……(112)
秦王鱼 ……（42）
秦椒糊 ……(188)
泰 ……(623)
泰羹 ……(303)
泰安三美 ……（24）
泰山山豆苗 ……(137)
泰山豆腐面 ……(585)
泰牲炖豆腐 ……(525)
盏 ……(628)
盏蒸 ……(340)
盏酪焦肉 ……(349)

〔一丨〕

恶实菜 ……(343)
埋头蛇 ……（40）
梆梆鱼 ……（42）
栮 ……(124)
栭 ……(124)
桂叶 ……(191)
桂皮 ……(191)
桂花 ……(192)
桂鱼 ……（50）
桂圆 ……(140)
桂糕 ……(401)
桂菜 ……（5）
桂花耳 ……(125)
桂花肉 ……(410)
桂花肚 ……(426)
桂花粥 ……(404)
桂花酱 ……(192)
桂圆肉 ……(178)
桂圆糕 ……(400)
桂浆粥 ……(404)
桂皮鸽子 ……(511)
桂皮紫萁 ……(136)
桂皮熊肉 ……(503)
桂花大肠 ……(427)
桂花皮丝 ……(423)
桂花羊肉 ……(545)
桂花鱼皮 ……(464)
桂花鱼骨 ……(465)
桂花鱼翅 ……(461)
桂花油糕 ……(566)
桂花香扎 ……(542)
桂花蚬肉 ……(501)
桂花黄鱼 ……（57）
桂花蹄筋 ……(424)
桂圆山瑞 ……(513)
桂圆红鲟 ……(595)
桂皮叶蒸饭 ……(367)
桂花鸡头肉 ……(534)
桂花凉糍粑 ……(600)
桂花鲜栗羹 ……(534)
桂花糖芋艿 ……(570)
桂林茶香鸡 ……(450)
桂海虞衡志 ……(661)
桂花糖油山芋 ……(570)
桂发祥夹馅麻花 ……(566)
桔皮 ……(193)
桔油 ……(193)
桔饼 ……(177)
桔胶 ……(205)
桔梗 ……(134)
桔粥 ……(404)
桔皮糕 ……(401)
桔子大虾 ……(496)
桔羹湘莲 ……(530)
桔子寿八宝 ……(531)
桔汁加力鱼 ……(492)
栢头焦鼬 ……(326)
挟 ……(622)
挟提 ……(622)
桃榔炙 ……(313)
桃榔面 ……(308)
桃榔粉 ……（92）
档口 ……（16）
桐子蘑 ……(128)
桐花鱼 ……（55）
桐油中毒 ……(657)
桐桥倚棹录 ……(665)
栝 ……(615)
桥钉 ……（48）
梌 ……(190)
格食 ……(319)
格渣 ……(174)
格里洼 ……(184)
格氏鳙鲢 ……（47）
格致镜原 ……(664)
桃 ……(137)
桃包 ……(606)
桃花 ……(119)
桃油 ……(122)
桃实 ……(138)
桃胶 ……(122)

桃盒 ……(641)
桃酥 ……(399)
桃仁粥 ……(343)
桃花泛 ……(536)
桃花鱼 ……(49)
……(79)
桃花桂 ……(55)
……(486)
桃花菌 ……(127)
桃花蛸 ……(73)
桃花糯 ……(86)
桃脯粥 ……(404)
桃馒头 ……(578)
桃仁肉卷 ……(436)
桃仁鸡片 ……(440)
桃仁乳鸽 ……(511)
桃花水母 ……(79)
桃花香扇 ……(497)
桃油果羹 ……(535)
桃仁烧香菇 ……(520)
桃红牛肝菌 ……(126)
桃源铜锤鸡 ……(448)
桃仁夹沙乳扇 ……(557)
核桃 ……(144)
核子肉 ……(209)
核桃肉 ……(216)
核桃肠 ……(387)
核桃鸡 ……(451)
核桃泥 ……(535)
核桃饼 ……(392)
核桃菌 ……(128)
核桃酥 ……(531)
核黄素 ……(646)
核桃仁饼 ……(549)
核桃豆腐 ……(523)
核桃花刀 ……(232)
核桃烧饼 ……(580)
核桃仁煨鸭 ……(387)
根大菜 ……(105)
根长菜 ……(105)
根索菌 ……(128)
根用芥菜 ……(94)
耿饼 ……(177)
豇豆 ……(111)
豇豆粥 ……(405)
豉豆沙淡糗 ……(590)
配头 ……(238)
配料 ……(238)
配菜 ……(238)
配盐瓜菽 ……(329)
配盐幽菽 ……(180)
配菜加工法 ……(240)
酏食 ……(306)
都炸 ……(264)
都勾树 ……(92)
都城纪胜 ……(662)
都柿山鸡 ……(509)
都督烧卖 ……(612)
都炸荔枝胗 ……(447)
鬲 ……(616)
真味 ……(294)
真粉 ……(204)
真菊 ……(118)
真蛸 ……(73)
真鲷 ……(58)
真瓜宴 ……(18)
真君粥 ……(333)
真珠兰 ……(119)
真珠鸡 ……(28)
真筋菜 ……(118)
真消化率 ……(649)
真不同五香鱼 ……(577)
真不同肉焖子 ……(577)
真不同熏小肚 ……(578)
真不同南酱腱子 ……(577)
真不同素鸡豆腐 ……(528)
真不同葱熏黄花鱼 ……(577)
索面 ……(348)
索饼 ……(299)
……(308)
索粉 ……(173)
……(594)
索菜 ……(122)
壶 ……(624)
壶芦 ……(107)
壶蜂 ……(80)
壶碟会 ……(22)
荐藉 ……(114)
荸荠 ……(117)
荸荠卷 ……(401)
荸荠饼 ……(588)
荸荠粉 ……(205)
荸荠糕 ……(401)
……(530)
……(592)
荸荠丸子 ……(534)

荸荠寿桃 ……(398)
荸荠鸠丁 ……(513)
荸荠荤饼 ……(389)
荸荠素饼 ……(389)
荸荠初加工 ……(226)
莽草子中毒 ……(657)
莱 ……(132)
莱豆 ……(112)
莱菔 ……(96)
莱菔面 ……(362)
莱菔粥 ……(331)
莲子 ……(146)
莲叶 ……(196)
莲菜 ……(116)
莲藕 ……(116)
莲子泥 ……(535)
莲子粥 ……(342)
莲子缠 ……(365)
莲子粽 ……(400)
莲子糕 ……(400)
……(403)
……(562)
莲花白 ……(95)
莲花粥 ……(404)
莲茸卷 ……(568)
莲茹糕 ……(364)
莲蓬鸡 ……(441)
莲蓉馅 ……(290)
莲蓉酥 ……(603)
莲子发制 ……(229)
莲子蓉皮 ……(286)
莲花圆眼 ……(398)
莲花饼馅 ……(323)
莲房鱼包 ……(325)
莲荷童鸡 ……(444)
莲蓬大虾 ……(496)
莲蓬过鱼 ……(487)
莲蓬豆腐 ……(523)
莲蓬鹑蛋 ……(460)
莲蓉月饼 ……(602)
莲蓉软糍 ……(604)
莲蓉酥盒 ……(603)
莲蓉晶饼 ……(602)
莲子血糯饭 ……(587)
莲皮菊花心 ……(414)
莲合香酥鸭 ……(456)
莲花加力鱼 ……(492)
莲茸甘露酥 ……(603)
莲香脱骨鸡 ……(445)
莲菜炒肉片 ……(412)
莲藕粉蒸肉 ……(415)
莳萝 ……(191)
莴苣 ……(104)
莴笋 ……(104)
莴菜 ……(104)
莴苣豆 ……(387)
莴苣笋 ……(104)
莴菜糕 ……(394)
莴苣初加工 ……(226)
乱 ……(114)
荷叶 ……(196)
荷包 ……(278)
荷花 ……(118)
荷鱼 ……(56)
荷蒂 ……(196)
荷鼻 ……(196)
荷藕 ……(116)
荷叶甲 ……(402)
荷叶边 ……(285)
荷叶夹 ……(599)
荷叶肉 ……(526)
荷叶饭 ……(604)
荷叶饼 ……(586)
荷叶焗 ……(273)
荷叶粥 ……(586)
荷叶鲊 ……(607)
荷包豆 ……(112)
荷包饭 ……(367)
荷包鱼 ……(382)
……(476)
……(481)
荷包翅 ……(156)
……(157)
荷包栗 ……(398)
荷兰薯 ……(100)
荷香饭 ……(401)
荷鼻粥 ……(401)
荷叶包鸡 ……(382)
荷叶豆腐 ……(379)
荷叶饭馅 ……(289)
荷叶兔肉 ……(506)
荷叶烤鸭 ……(454)
荷包里脊 ……(417)
荷包鱼翅 ……(462)
荷包圆子 ……(421)
荷池映月 ……(543)

荷花金鱼 ……(578)
荷花鱼肚 ……(464)
荷花鱼翅 ……(462)
荷莲兜子 ……(349)
荷叶粉蒸鸡 ……(448)
荷叶糯米鸡 ……(607)
荷包红鲤鱼 ……(43)
荷花什锦炖 ……(539)
荷花田鸡油 ……(514)
荷花集锦炖 ……(539)
荷花松茸山鸡饼 ……(509)
莜面 ……(90)
莜麦甜醅子 ……(582)
莼 ……(146)
莼茨 ……(146)
逍菜 ……(102)
茶 ……(131)
茶蘼花 ……(119)
茶蘼粥 ……(333)
……(366)
荽 ……(102)
荻粱 ……(90)
茞香 ……(103)
莞荽 ……(102)
莺桃 ……(139)
莺粟 ……(92)
莺莺鱼 ……(68)
葙菼菜 ……(104)
莼菜 ……(116)
莼羹 ……(308)
莼菜粥 ……(405)
莼菜素鱼圆汤 ……(527)
盐 ……(178)
盐人 ……(9)
盐巴 ……(178)
盐水 ……(252)
……(271)
盐发 ……(227)
盐花 ……(180)
盐卤 ……(204)
盐肠 ……(335)
盐炒 ……(262)
盐荽 ……(102)
盐豉 ……(180)
盐焗 ……(273)
盐硝 ……(203)
盐八宝 ……(544)
盐凤肝 ……(554)
盐水洗 ……(223)
盐米粥 ……(405)
盐炒鹅 ……(357)
盐胆水 ……(204)
盐酒肉 ……(380)
盐豉汤 ……(326)
盐猪羓 ……(352)
盐焗鸡 ……(448)
盐焗虾 ……(499)
盐硝水 ……(252)
盐煎牛 ……(351)
盐煎肉 ……(416)
盐煎猪 ……(352)
盐擦鸡 ……(438)
盐、醋洗 ……(223)
盐水火腿 ……(150)
盐水猪舌 ……(383)
盐矾擦洗 ……(223)
盐酒烧猪 ……(352)
盐腌保藏 ……(655)
盐爆里脊 ……(545)
盐酸菜蒸肉 ……(416)
盐爆鳇鱼丁 ……(491)
盐铁论·散不足 ……(659)
普府千层油旋烙饼 ……(391)
栗 ……(144)
栗窝 ……(129)
栗粥 ……(401)
栗鼠 ……(30)
……(31)
栗糕 ……(396)
栗子肉 ……(218)
栗子糕 ……(562)
栗子饭桃 ……(605)
栗子炒鸡 ……(375)
栗子凉糕 ……(568)
栗茸酥盒 ……(607)
栗子炒子鸡 ……(445)
栗子荷包鸭 ……(457)
栗子烧白菜 ……(517)
逗面 ……(285)
逗鸡菇 ……(130)
翅豆 ……(112)
翅针 ……(154)
翅针 ……(156)
翅条 ……(156)
翅板 ……(154)
翅饼 ……(156)

翅绒 ……(156)
翅根 ……(154)
翅筋 ……(154)
翅子席 ……(20)
起伙 ……(3)
起席 ……(13)
起酥 ……(283)
起锅 ……(257)
起糊 ……(254)
起镬 ……(257)
起汤勺 ……(257)
起汤锅 ……(257)
起阳草 ……(115)
起炒锅 ……(257)
起油锅 ……(257)
起胶饼 ……(297)
起酥肉馅烧饼 ……(597)

〔一丿〕

砸 ……(231)
砧子 ……(636)
砧板 ……(15)
……(635)
砧墩 ……(635)
砷中毒 ……(657)
鸸鸟 ……(37)
破酥 ……(283)
破腹 ……(223)
破地锥 ……(96)
剖 ……(232)
套卤 ……(270)
套肠 ……(368)
……(427)
……(611)
套翅 ……(155)
套鸭 ……(382)
套四宝 ……(437)
套环鲤鱼 ……(477)
夏皮 ……(158)
盏 ……(619)
唇鱼 ……(48)
夏生 ……(96)
夏瓜 ……(108)
夏豆 ……(110)
夏蒜 ……(114)
夏鲑 ……(65)
夏冻鸡 ……(324)
夏月鱼鲜 ……(315)
夏河蹄筋 ……(435)
夏月冻蹄膏 ……(370)
鸽 ……(37)
厝燕 ……(153)
原汁 ……(251)
原鸡 ……(34)
原味 ……(246)
原粮 ……(85)
原气蒸 ……(273)
原汁汤 ……(251)
原汁焗 ……(273)
原汁焖 ……(270)
原汁酱 ……(271)
原壳扒 ……(268)
原油茴 ……(190)
原汁酱油 ……(181)
原味炸桔 ……(534)
原盅白菜 ……(518)
原笼牛肉 ……(431)
原笼玉簪 ……(422)
原笼面筋 ……(529)
原焖鱼翅 ……(462)
原笼粉蒸鸡 ……(451)

〔一ㄱ〕

掏炙 ……(312)
捞饭 ……(296)
捏皮 ……(285)
捏窝 ……(285)
捏褶 ……(291)
捉捉 ……(609)
捆鸡 ……(171)
捆绑 ……(554)
捆蹄 ……(594)
捆子肉 ……(413)
捆扎法 ……(240)
损瓜 ……(109)
损肾 ……(310)
接面 ……(282)
换水 ……(223)
换心蛋 ……(460)
换柱排骨 ……(422)
捣珍 ……(304)
捣面 ……(282)
捣子鱼 ……(44)
捅莲心 ……(227)
顿火 ……(244)
顿蛋 ……(353)

致病菌 ……(654)
致癌物 ……(658)
致病大肠杆菌食物中毒 ……(658)
剉烧肉 ……(336)
热拌 ……(275)
热炝 ……(276)
热油 ……(245)
热草 ……(133)
热鼎 ……(257)
热水发 ……(227)
热水肚 ……(157)
热水洗 ……(223)
热水锅 ……(241)
热传导 ……(246)
热传递 ……(245)
热坎羊 ……(432)
热洛河 ……(321)
热油发芡 ……(255)
热带大豆 ……(112)
热砂传导 ……(246)
热盐传导 ……(246)
热菜捆扎 ……(240)
热锅凉油 ……(257)
热空气传导 ……(246)
热菜装盘法 ……(279)
哲罗鱼 ……(53)
哲线鱼 ……(53)

〔丨一〕

柴花 ……(124)
柴把 ……(279)
柴鱼 ……(68)
柴爿鱼 ……(68)
柴草灶 ……(613)
……(629)
柴花拼盘 ……(558)
柴把乌鱼 ……(488)
柴把鱼翅 ……(461)
柴把鸭子 ……(453)
柴油汽化灶 ……(630)
桌布 ……(641)

〔丨丨〕

蚧蚕 ……(83)
紧 ……(241)
紧皮 ……(241)

〔丨一〕

哨子 ……(250)
哨汤 ……(250)
唢呐菇 ……(125)
唧唧 ……(82)
赃郎 ……(82)
晒油 ……(181)
晒干肉 ……(374)
晒藤花 ……(345)
晒制酱油 ……(181)
晒淡笋干 ……(330)
晓食 ……(2)
晌午饭 ……(2)
鸮 ……(38)
鸮鹞 ……(45)
鸭 ……(27)
鸭子 ……(83)
鸭爪 ……(219)
鸭心 ……(219)
鸭头 ……(219)
鸭尖 ……(219)
鸭舌 ……(219)
鸭血 ……(219)
鸭杂 ……(219)
……(389)
鸭池 ……(639)
鸭壳 ……(219)
鸭肝 ……(219)
鸭肠 ……(219)
鸭卵 ……(83)
鸭肫 ……(219)
鸭肪 ……(200)
鸭鱼 ……(54)
鸭油 ……(200)
鸭胗 ……(219)
鸭翅 ……(219)
鸭胰 ……(219)
鸭脂 ……(200)
鸭脑 ……(219)
鸭舡 ……(639)
鸭脖 ……(219)
鸭脯 ……(219)
……(376)
鸭蛋 ……(83)
鸭颈 ……(219)
鸭掌 ……(219)
鸭碗 ……(639)

鸭腰 ……(219)
鸭腿 ……(219)
鸭煎 ……(311)
鸭膀 ……(219)
鸭臊 ……(219)
鸭翼 ……(219)
鸭羹 ……(368)
鸭臛 ……(309)
鸭车子 ……(219)
鸭毛刀 ……(636)
鸭爪稗 ……(90)
鸭心卷 ……(453)
鸭双味 ……(455)
鸭舌羹 ……(384)
鸭卵花 ……(320)
鸭鸡羹 ……(343)
鸭柳肉 ……(219)
鸭骨架 ……(219)
鸭距粟 ……(90)
鸭脚子 ……(145)
鸭糊涂 ……(376)
鸭羹粥 ……(595)
鸭丁腐皮 ……(453)
鸭包鱼翅 ……(462)
鸭戏新波 ……(442)
鸭肝蛋卷 ……(455)
鸭条羊肉 ……(432)
鸭初加工 ……(225)
鸭嘴梭鱼 ……(67)
鸭舌煨白果 ……(382)
鸭蛋黄炒蚕豆 ……(460)
蚌孙 ……(82)
蚍蛲 ……(78)
蚍蜉 ……(80)
蚍蜉酒草 ……(133)
蚊卷 ……(595)
蚱蛤 ……(77)
蚱蠓饼 ……(402)
蚱蠓酱油 ……(182)
蚬 ……(77)
蚬干 ……(163)
蚬鸭 ……(37)
蚬鹅 ……(37)
蚬肉菜 ……(132)
蚝 ……(74)
蚝白 ……(74)
蚝边 ……(62)
蚝肉 ……(77)
蚝油 ……(187)
蚝豉 ……(163)
蚝菌 ……(128)
蚝筋 ……(164)
蚝粥 ……(594)
蚝煎 ……(595)
蚝仔羹 ……(595)
蚝肉炙 ……(322)
蚝油芡 ……(257)
蚝油烧 ……(267)
蚝油焗 ……(273)
蚝茶炸 ……(595)
蚝油牛肉 ……(430)
……(430)
蚝油茭笋 ……(518)
蚝油鸭脚 ……(457)
蚝油扒凤翼 ……(447)
蚝油柚皮鸭 ……(457)
蚝油香麻鸡 ……(450)
蚣蝑 ……(81)
剔 ……(232)
剔尖 ……(301)
剔肉 ……(223)
剔骨 ……(223)
剔筋膜 ……(223)
剔腐肉 ……(224)
晃虾 ……(72)
晃满勺油 ……(257)
晃衡鱿鱼 ……(471)
晏点 ……(12)
晏昼饭 ……(2)
盎 ……(619)
恩荣宴 ……(19)
圆子 ……(302)
圆气 ……(246)
圆根 ……(97)
圆眼 ……(140)
圆盘 ……(639)
圆酥 ……(285)
圆葱 ……(115)
圆蛤 ……(77)
圆腿 ……(150)
圆鲳 ……(63)
圆蹄 ……(211)
圆鲹 ……(63)
圆雕 ……(233)
圆口刀 ……(636)
圆子粉 ……(87)

圆牙刨 ……(637)
圆白菜 ……(95)
圆丝卷 ……(172)
圆吻鲴 ……(48)
圆柱刀 ……(637)
圆盅鸡 ……(438)
……(445)
圆焦油 ……(349)
圆蜾虫 ……(79)
圆口铜鱼 ……(47)
圆叶大黄 ……(137)
圆鸡蛋丝 ……(243)
圆真僧粥 ……(331)
圆锅子馍 ……(581)
圆顶羊肚菌 ……(124)

〔丿一〕

特制粉 ……(88)
特级厨师 ……(9)
特级酱油 ……(182)
特级面点师 ……(9)
特一级面点师 ……(9)
特二级面点师 ……(9)
特一级烹调厨师 ……(9)
特二级烹调厨师 ……(9)
特三级烹调厨师 ……(9)
特级宴会设计师 ……(10)
特一级宴会设计师 ……(10)
特二级宴会设计师 ……(10)
牺 ……(25)
牺牛 ……(25)
牺尊 ……(621)
钱猫 ……(30)
钱酥 ……(277)
钱葱 ……(117)
钱鳞甲 ……(29)
钳毛 ……(223)
钳花 ……(291)
钳蝎 ……(80)
钳子米 ……(165)
[illegible] ……(647)
[illegible] ……(619)
[illegible] ……(137)
[illegible] ……(130)
[illegible] ……(27)
[illegible] ……(647)
[illegible] ……(647)
[illegible] ……(202)
钾明矾 ……(202)
钾铅矾 ……(202)
钿 ……(625)
铁 ……(647)
铁叉 ……(635)
铁牛 ……(633)
铁扒 ……(268)
铁灶 ……(630)
铁雀 ……(36)
铁锅 ……(632)
铁蹲 ……(633)
铁板烧 ……(274)
铁钎子 ……(635)
铁锅烤 ……(274)
铁筷子 ……(635)
铁质酱油 ……(182)
铁锅里脊 ……(550)
铁筷子花 ……(120)
铃铛麦 ……(90)
铅中毒 ……(657)
铉 ……(618)
秣 ……(89)
秣米水饭 ……(549)
秤鲳粽 ……(403)
秧鸡 ……(37)
铕 ……(624)
缺碱 ……(282)
缺盆草 ……(116)
焦 ……(260)
焦菌 ……(313)
焦豚 ……(310)
焦猪 ……(311)
焦粥 ……(296)
……(331)
焦瓜瓠 ……(313)
焦汉瓜 ……(313)
焦茄子 ……(313)
焦猪肉 ……(310)
焦鲳鱼 ……(320)
盉 ……(626)
笔架 ……(72)
笔筒树 ……(92)
笔架鱼肚 ……(158)
笔筒鱿鱼 ……(471)
笑靥儿 ……(326)
笊 ……(241)
笊篱 ……(635)
笋 ……(97)

笋干 ……(176)
笋瓜 ……(109)
笋丝 ……(176)
笋尖 ……(177)
笋衣 ……(176)
笋豆 ……(398)
笋花 ……(235)
笋鸡 ……(27)
笋枯 ……(176)
笋饺 ……(559)
笋粉 ……(187)
笋菹 ……(303)
笋蛆 ……(81)
笋脯 ……(176)
笋粥 ……(404)
笋鲊 ……(330)
笋谱 ……(661)
笋脔 ……(359)
笋篱 ……(174)
笋螭 ……(81)
笋干菜 ……(175)
笋子鸡 ……(452)
笋泼面 ……(327)
笋咸豉 ……(328)
笋辣面 ……(327)
笋瓤肉 ……(381)
笋初加工 ……(226)
笋煨火肉 ……(374)
笋蕨馄饨 ……(333)
笋篱鱼羹 ……(309)
笋篱鸭羹 ……(309)
氧化钙 ……(204)
氨矾 ……(202)
氨味 ……(247)
氨明矾 ……(202)
氨基酸 ……(644)
氨基肽酶 ……(650)
氨基酸构成比值评分 ……(644)
造饭 ……(209)
造红花子 ……(345)
透碱 ……(227)
透糖 ……(363)
透窿花刀 ……(233)

〔丿丨〕

倒阳菜 ……(107)
倒炝锅 ……(257)
倒翻勺 ……(258)
倒蘸菜 ……(330)
脩 ……623)
候镬 ……(14)
俣麦 ……(88)
倭瓜 ……(109)
倭瓜圆 ……(408)
健胃 ……(653)
健脾 ……(653)
射尿龟 ……(81)
臭干 ……(171)
臭卤 ……(196)
臭味 ……(247)
臭草 ……(133)
臭粉 ……(202)
臭蒿 ……(133)
臭碱 ……(202)
臭米面 ……(91)
臭豆子 ……(180)
臭豆腐 ……(171)
臭阿魏 ……(196)
臭桂鱼 ……(486)
臭腊梅 ……(120)
臭腥草 ……(133)
臭腐乳 ……(196)
臭鳜鱼 ……(159)
臭豆腐干 ……(171)
……(570)
隼人瓜 ……(109)
隽永脔 ……(360)

〔丿丿〕

徐鸭 ……(376)
垒 ……(613)

〔丿丶〕

豺鱼 ……(52)
豺羹 ……(305)
豺鱼过桥 ……(488)
豹 ……(29)
豹胎 ……(29)
豹狸 ……(30)
豹猫 ……(29)
豹头鱼 ……(45)
釜 ……(615)
拿糕 ……(575)
拿火色 ……(244)
拿酥皮 ……(286)
拿酥面团 ……(283)

脊开 ……(223)
脊骨 ……(210)
脊翅 ……(154)
脊膘 ……(212)
脊披刀 ……(154)
脊侧肉 ……(210)
脊勾尾翅 ……(155)
脊披刀翅 ……(154)

〔丿一〕

狸儿 ……(39)
狸子 ……(30)
狸猫 ……(30)
狗狗鱼 ……(65)
狼 ……(30)
狼油 ……(200)
狼脂 ……(200)
狼膏 ……(200)
狼牙鳝 ……(65)
狼鰕虎鱼 ……(68)
猞 ……(33)
铺 ……(1)
铺啜 ……(1)
饾饤 ……(294)
饽饽 ……(298)
饯 ……(293)
腌 ……(260)
腌鳖 ……(305)
胰子 ……(213)
胭脂汁 ……(207)
胭脂红 ……(207)
胭脂鱼 ……(54)
胭脂菜 ……(106)
胭脂糖 ……(240)
脡 ……(305)
脍炙 ……(295)
脍鲤 ……(305)
脍肚丝 ……(388)
脍鱼翅 ……(382)
脍残鱼 ……(50)
脍银丝 ……(388)
脆片 ……(380)
脆肚 ……(158)
脆炸 ……(265)
脆姜 ……(345)
脆浆 ……(253)
脆熘 ……(264)
脆鳝 ……(159)
脆皮鸡 ……(449)
脆皮炸 ……(265)
脆皮糊 ……(253)
脆浆皮 ……(285)
脆浆炸 ……(265)
脆琅玕 ……(325)
脆麻花 ……(562)
脆皮丸子 ……(420)
脆皮冬瓜 ……(560)
脆红藕酴 ……(329)
脆炸肉丸 ……(421)
脆浆裹肉 ……(414)
脆熘蜂儿 ……(554)
脆皮明虾扇 ……(604)
脆皮炸大肠 ……(427)
脆皮炸蟹钳 ……(501)
脆皮假烧鹅 ……(553)
脆皮焗猪肝 ……(425)
脆皮蕨菜卷 ……(516)
脆皮瓤茄瓜 ……(553)
脂肪 ……(644)
脂油 ……(199)
脂麻 ……(192)
脂酥 ……(169)
脂膏 ……(198)
脂肪饼 ……(363)
脂肪酶 ……(650)
脂肪酸 ……(644)
脂油馅 ……(288)
脂油糕 ……(396)
脂麻油 ……(201)
脂肪酸败 ……(650)
胸口 ……(214)
……(216)
胸肉 ……(218)
胸翅 ……(155)
脏器疗法 ……(651)
胶 ……(236)
胶白 ……(93)
胶菜 ……(93)
胶牙饧 ……(184)
胶念珠 ……(91)
胶脑菌 ……(125)
胶原纤维 ……(649)
胶麒麟菜 ……(123)
胶质刺银耳 ……(125)
胶质假齿菌 ……(125)
脑花 ……(210)

脑瓦刺 ……(341)
胞脯 ……(315)
鸱 ……(625)
鸱夷 ……(625)
鸱鹅 ……(625)
皱紫苏 ……(191)
皱叶甘蓝 ……(96)
皱叶莴苣 ……(104)
皱叶锦葵 ……(105)
皱纱南瓜苞 ……(518)
鲃鱼 ……(49)
盔 ……(619)
鸳鸯 ……(278)
鸳鸯火 ……(244)
鸳鸯肉 ……(211)
鸳鸯炙 ……(325)
鸳鸯饺 ……(588)
鸳鸯蛋 ……(460)
鸳鸯戏水 ……(539)
鸳鸯鸡片 ……(448)
鸳鸯海参 ……(467)
鸳鸯蛋卷 ……(611)
鸳鸯酥合 ……(568)
鸳鸯对口蘑 ……(125)
鸳鸯酥蛋件 ……(603)
鸳鸯小笼肉糕 ……(612)
鸳鸯飞龙酒锅 ……(509)
鸳鸯芙蓉发菜 ……(442)
鸳鸯戏水游飞龙 ……(508)
留师 ……(80)
留师蜜 ……(186)
桀步 ……(71)

〔丶一〕

旃毛菜 ……(124)
旄牛 ……(25)
站羊 ……(25)
剖 ……(232)
郭索 ……(69)
郭八火烧 ……(572)
高汤 ……(250)
高鱼 ……(59)
高宴 ……(17)
高粱 ……(90)
高压锅 ……(634)
高丽肉 ……(382)
……(596)
高丽虾 ……(498)
高丽饼 ……(549)
高丽菜 ……(95)
高丽糊 ……(254)
高良姜 ……(190)
高和菜 ……(137)
高炉饼 ……(598)
高桩盘 ……(639)
高眼鱼 ……(61)
高眼鲽 ……(61)
高脚盆 ……(639)
高脚盘 ……(639)
高粱面 ……(90)
高山酱肉 ……(581)
高汤水饺 ……(577)
高汤米粉 ……(587)
高汤冻子 ……(243)
高级奶汤 ……(251)
高级清汤 ……(251)
高级酱油 ……(182)
高丽龙籽 ……(496)
高丽栗糕 ……(348)
高丽澄沙 ……(531)
……(551)
高邮腌蛋 ……(396)
高桩馍馍 ……(586)
高原裸鲤 ……(49)
高脚贯众 ……(136)
高温保藏 ……(655)
高汤明晴饺 ……(575)
高粱米水饭 ……(549)
高粱杆锅盖 ……(634)
高醋矮酱油 ……(13)
高锰酸钾消毒 ……(655)
高果糖玉米糖浆 ……(186)
高粱米面大饼子 ……(575)
离支 ……(140)
离火 ……(244)
离筵 ……(18)
离水烂 ……(64)
衷 ……(260)
旁开 ……(223)
斋 ……(293)
斋鱼 ……(65)
斋席 ……(19)
斋菜 ……(293)
斋厨 ……(6)
斋筵 ……(19)
斋打底 ……(3)

畜禽类初加工 ……(222)
席巾 ……(640)
席单 ……(22)
座头 ……(12)
座签 ……(22)
唐鸡 ……(376)
唐安餡 ……(319)
病原菌 ……(654)
病原微生物 ……(654)

〔丶丿〕

烤 ……(274)
烤方 ……(413)
烤肉 ……(428)
……(544)
烤池 ……(630)
烤鸡 ……(561)
烤炉 ……(630)
烤点 ……(291)
烤姜 ……(190)
烤姥 ……(573)
烤盏 ……(634)
烤麸 ……(168)
烤盘 ……(634)
烤蒸 ……(272)
烤大肠 ……(427)
烤山红 ……(591)
烤小猪 ……(410)
烤子鱼 ……(50)
烤牛肉 ……(548)
……(550)
……(560)
烤方酥 ……(609)
烤火腿 ……(150)
烤肉槽 ……(631)
烤全羊 ……(431)
烤羊肚 ……(560)
烤羊腿 ……(432)
烤串肉 ……(551)
烤香猪 ……(552)
烤饼炉 ……(630)
烤姜粉 ……(190)
烤野鸡 ……(376)
烤鱿鱼 ……(472)
烤箱烤 ……(274)
烤大田鸡 ……(548)
烤小雏鸡 ……(443)
烤网油签 ……(431)
烤肉炙子 ……(633)
烤竹鼠肉 ……(556)
烤全羊(羔) ……(435)
烤羊五叉 ……(433)
烤羊方子 ……(433)
烤羊肉串 ……(583)
烤米包子 ……(607)
烤黄羊腿 ……(507)
烤猪方子 ……(411)
烤八宝苹果 ……(534)
烤五香驴肉 ……(507)
烤奶汁鳜鱼 ……(485)
烤辣子水鸡 ……(553)
烃 ……(613)
烘 ……(275)
烘汁 ……(255)
烘鸡 ……(358)
烘炉 ……(630)
烘汁馏 ……(264)
烘田鸡 ……(355)
烧 ……(266)
烧白 ……(416)
烧麦 ……(298)
烧芡 ……(254)
烧肝 ……(547)
烧肠 ……(383)
烧鸡 ……(357)
……(389)
烧卖 ……(298)
烧饼 ……(297)
烧鸭 ……(353)
……(376)
……(390)
烧烩 ……(267)
烧雁 ……(335)
烧锅 ……(257)
烧鹅 ……(339)
……(357)
烧馏 ……(264)
烧蟹 ……(355)
烧大肠 ……(560)
烧小猪 ……(374)
烧云腿 ……(428)
烧天鹅 ……(353)
烧犬肉 ……(372)
烧牛尾 ……(547)
烧火棒 ……(615)
烧水札 ……(335)

烧龙头 ……(515)
烧白桃 ……(479)
烧竹鸡 ……(353)
烧羊肉 ……(372)
……(375)
烧豆腐 ……(170)
……(611)
烧卤杂 ……(15)
烧肝大 ……(422)
烧尾宴 ……(17)
烧林檎 ……(328)
烧卖皮 ……(286)
烧兔肉 ……(370)
烧鱼乳 ……(483)
烧鱼梅 ……(477)
烧春菇 ……(522)
烧面筋 ……(528)
烧虾脯 ……(499)
烧饵块 ……(611)
烧饼皮 ……(285)
烧饼炉 ……(630)
烧素烩 ……(528)
烧栗肉 ……(389)
烧烤炉 ……(630)
烧烤席 ……(20)
烧烧鱼 ……(68)
烧酒锅 ……(617)
烧菱肉 ……(389)
烧萝卜 ……(338)
烧黄鱼 ……(373)
烧圈子 ……(426)
烧梨子 ……(328)
烧猪心 ……(383)
烧猪头 ……(373)
烧猪肉 ……(339)
烧猪舌 ……(382)
烧猪尾 ……(382)
烧脚鱼 ……(475)
烧麻肚 ……(429)
烧鹿尾 ……(505)
烧淇鲫 ……(481)
烧腊师 ……(15)
烧鸿鹐 ……(513)
烧蒸鸡 ……(438)
烧鹌鹑 ……(353)
烧辣肉 ……(555)
烧臆子 ……(415)
烧藕片 ……(398)
烧鳗鱼 ……(386)
烧鳝鱼 ……(386)
烧鳝背 ……(488)
烧千里风 ……(434)
烧牛头方 ……(431)
烧牛蹄筋 ……(429)
……(547)
烧尾食单 ……(660)
烧青果鸡 ……(443)
烧饼面枣 ……(361)
烧胖鱼脑 ……(382)
烧穿凤翼 ……(450)
烧素鲃鱼 ……(528)
烧酒焖肉 ……(380)
烧海带卷 ……(518)
烧麻雀丁 ……(389)
烧紫生蘑 ……(520)
烧连鱼头 ……(386)
烧鲤鱼白 ……(385)
烧瓤虾圆 ……(386)
烧火腿蹄筋 ……(383)
烧网油肝花 ……(425)
烧金华火腿 ……(390)
烧蓑衣鲍鱼 ……(469)
烧麦爆乌鱼花 ……(472)
烧饵块夹油条 ……(610)
烛夜 ……(27)
烟火 ……(293)
烟香味型 ……(249)
烟熏羊肉 ……(545)
烩 ……(267)
烩芡 ……(254)
烩面 ……(300)
……(584)
烩饼 ……(568)
烩千张 ……(526)
烩小吃 ……(583)
烩圪抽 ……(432)
烩竹蛏 ……(470)
烩羊肉 ……(582)
烩羊脑 ……(546)
烩羊眼 ……(546)
烩豆腐 ……(382)
……(583)
烩鸡皮 ……(385)
烩鸡肾 ……(380)
烩松茸 ……(521)
烩明珠 ……(434)

烩果羹 ……(531)
烩鱼丝 ……(554)
烩驼峰 ……(504)
烩银丝 ……(434)
烩鸽蛋 ……(385)
烩猪管 ……(383)
烩滑鱼 ……(476)
烩乌鱼蛋 ……(473)
烩生鸡丝 ……(438)
烩白鱼片 ……(382)
烩羊杂碎 ……(583)
烩花鱼羹 ……(492)
烩两鸡丝 ……(439)
烩鸡鸭腰 ……(439)
烩乳豆腐 ……(598)
烩油炸鬼 ……(399)
烩单天棚 ……(432)
烩鸭四宝 ……(453)
烩野鸭羹 ……(385)
烩假莲子 ……(547)
烩肉圆木耳 ……(557)
烩牡丹花瓣 ……(369)
烩蛤什蚂油 ……(514)
烩里脊羊肚菌 ……(557)
烙 ……(275)
烙饼锅 ……(632)
烙锅鏊 ……(617)
烙面角儿 ……(349)
烊麻 ……(135)
剁 ……(232)

〔丶丶〕

凌 ……(197)
凌人 ……(9)
凌刀鱼 ……(62)
凉瓜 ……(109)
凉拌 ……(275)
凉炝 ……(276)
凉面 ……(300)
……(585)
凉粉 ……(174)
……(205)
……(588)
凉薯 ……(101)
凉糕 ……(302)
凉开水 ……(198)
凉水面 ……(282)
凉水追 ……(224)
凉拌面 ……(300)
凉茶店 ……(11)
凉衍豆 ……(111)
凉粉店 ……(11)
凉糍粑 ……(607)
凉拌龙爪 ……(519)
凉拌生蚵 ……(469)
凉拌里脊 ……(413)
凉拌泥蒿 ……(518)
凉拌鹿肉 ……(505)
凉拌螺肉 ……(557)
凉粉鲫鱼 ……(482)
凉冻绿豆肘 ……(418)
凉拌八带鱼 ……(551)
凉拌石花菜 ……(408)
凉拌摘耳根 ……(611)
凉拌燕窝丝 ……(560)
凉拌什锦粉丝 ……(538)
浦江蟹羹 ……(500)
浦江吴氏中馈录 ……(662)
酒史 ……(663)
酒台 ……(628)
酒会 ……(17)
酒米 ……(85)
酒店 ……(10)
酒泡 ……(195)
酒保 ……(16)
酒席 ……(17)
酒家 ……(11)
酒娘 ……(195)
酒蚶 ……(358)
酒铛 ……(626)
酒馆 ……(12)
酒焖 ……(269)
酒焗 ……(273)
酒筵 ……(17)
酒楼 ……(11)
酒概 ……(663)
酒蒸 ……(273)
酒肆 ……(11)
酒煎 ……(266)
酒酿 ……(195)
酒膏 ……(195)
酒谱 ……(663)
酒醋 ……(183)
酒樽 ……(623)
酒鎗 ……(626)
酒癖 ……(654)

酒蟹 ……(346)
……(356)
酒瘪 ……(654)
酒鳖 ……(625)
酒发鱼 ……(392)
酒曲鱼 ……(346)
酒名记 ……(662)
酒豆豉 ……(330)
酒卤鸭 ……(455)
酒鱼脯 ……(346)
酒炖肉 ……(371)
……(388)
酒炸蕈 ……(350)
酒骨糟 ……(323)
酒阁子 ……(10)
酒席处 ……(11)
酒烹鸡 ……(358)
酒烹猪 ……(352)
酒烹鹅 ……(357)
酒籽你 ……(331)
酒腌虾 ……(329)
酒酿饼 ……(297)
酒精炉 ……(631)
酒精锅 ……(633)
酒糟鲞 ……(159)
酒令丛钞 ……(665)
酒池肉林 ……(295)
酒部汇考 ……(665)
酒席担子 ……(12)
酒脚腐乳 ……(196)
酒烹田鸡 ……(355)
酒烹白虾 ……(355)
酒烹蚶子 ……(338)
酒烹鲥鱼 ……(354)
酒焖驼蹄 ……(503)
酒煮玉蕈 ……(325)
酒煮江蝘 ……(338)
酒煮羊肉 ……(384)
酒煮蛋黄 ……(384)
酒酿圆子 ……(571)
……(590)
酒精中毒 ……(657)
酒精消毒 ……(655)
酒醉狍肉 ……(506)
酒糟汤圆 ……(593)
酒烹针头鱼 ……(354)
酒锅全鳇鱼 ……(491)
酒醉十三香 ……(578)
酒醉核桃仁 ……(534)
酒醉野鸭蛋 ……(459)
浙醋 ……(183)
浙江菜 ……(4)
涝糟粥 ……(405)
消化 ……(649)
消石 ……(203)
消夜 ……(2)
消毒 ……(654)
消化率 ……(649)
消化液 ……(649)
消化道 ……(649)
消化腺 ……(649)
消化酶 ……(650)
消灾饼 ……(321)
消灵炙 ……(320)
消毒剂 ……(654)
消骨鱼 ……(370)
消化不良 ……(649)
消化系统 ……(649)
消闲食品 ……(292)
涅石 ……(202)
浥鱼 ……(316)
海刀 ……(66)
海月 ……(74)
海水 ……(197)
海耳 ……(74)
海虫 ……(70)
海羊 ……(79)
海米 ……(165)
海红 ……(75)
……(138)
海龟 ……(38)
海条 ……(123)
海沙 ……(178)
海枣 ……(144)
海味 ……(23)
海物 ……(23)
海货 ……(23)
海宝 ……(39)
海参 ……(160)
海草 ……(122)
海带 ……(122)
海虾 ……(71)
海食 ……(23)
海盐 ……(178)
海蚌 ……(76)
海蚆 ……(77)

海笋 ……(77)
海粉 ……(162)
海扇 ……(74)
……(77)
海菜 ……(118)
……(123)
海蚵 ……(74)
海椒 ……(112)
海葱 ……(115)
海棠 ……(138)
海蜒 ……(159)
海蛤 ……(77)
海蛇 ……(164)
海蚌 ……(70)
海鲂 ……(65)
海碗 ……(639)
海蜇 ……(164)
海蛏 ……(75)
海错 ……(23)
海鼠 ……(160)
海鲋 ……(59)
海螂 ……(75)
海鲜 ……(23)
海鲢 ……(66)
海鲨 ……(56)
海镜 ……(74)
海螺 ……(78)
海鳗 ……(65)
海蟹 ……(70)
海鳝 ……(65)
海刀鱼 ……(62)
海马蔺 ……(122)
海白菜 ……(123)
海瓜子 ……(77)
海地瓜 ……(162)
海老鼠 ……(162)
海米烧 ……(267)
海红干 ……(163)
海芥菜 ……(122)
海男子 ……(160)
海肠子 ……(79)
海良姜 ……(190)
海青菜 ……(123)
海茄子 ……(161)
……(162)
海苔菜 ……(123)
海竺鱼 ……(66)
海狗鱼 ……(41)
海参席 ……(20)
海参粥 ……(402)
海面线 ……(123)
海挂面 ……(163)
海指甲 ……(75)
海胆酱 ……(164)
海胆卵 ……(164)
海胎鱼 ……(66)
海莴苣 ……(123)
海蚌筋 ……(164)
海粉丝 ……(163)
海菜花 ……(118)
海菊蛤 ……(76)
海菠菜 ……(123)
海蛎子 ……(74)
海蛎炸 ……(595)
海蛎羹 ……(595)
海蚯蚓 ……(83)
海港鱼 ……(66)
海棒槌 ……(162)
海棠鲊 ……(328)
海棠糕 ……(570)
海蛑鸭 ……(368)
海窝窝 ……(78)
海蜇头 ……(164)
海蜇皮 ……(164)
海蜇肉 ……(380)
海蜇羹 ……(339)
海鼠肠 ……(161)
海鲜酱 ……(187)
海鹞鱼 ……(56)
海鲫鱼 ……(65)
海螺干 ……(164)
海螺厥 ……(347)
海簸蛤 ……(74)
海鳗鲞 ……(159)
海鳗鳊 ……(65)
海米发制 ……(228)
海红发制 ……(228)
海红鱼唇 ……(464)
海肠小饺 ……(576)
海茄发制 ……(228)
海味八样 ……(23)
海底捞月 ……(465)
海参发制 ……(228)
海参碗鱼 ……(467)
海城馅饼 ……(576)
海带发制 ……(229)

海虾子挺 ……(320)
海蜇发制 ……(228)
海蜒鱼干 ……(159)
海蝘蒸蛋 ……(373)
海鲙干鲶 ……(319)
海螺片干 ……(164)
海藻酸钠 ……(206)
海味全家福 ……(461)
海味拌四丝 ……(461)
海参扒肉条 ……(465)
海参扒肉饼 ……(465)
海参扒鱼肚 ……(463)
海参包袱底 ……(466)
海参武昌鱼 ……(482)
海参烀蹄子 ……(466)
海错百一录 ……(665)
海螺干发制 ……(229)
海蟹韭菜包 ……(565)
海参眉毛肉圆 ……(467)
浮皮 ……(151)
浮菜 ……(116)
浮椒 ……(189)
浮雕 ……(233)
浮麦粥 ……(405)
浮圆子 ……(302)
流芡 ……(255)
流鳗 ……(53)
流水台 ……(638)
流水芡 ……(255)
流水桌 ……(638)
流注草 ……(91)
流浪鸡 ……(446)
润勺 ……(257)
润锅 ……(257)
浪里白条 ……(429)
浸 ……(241)
……(271)
浸油 ……(259)
浸炸 ……(266)
浸菜 ……(407)
涨 ……(263)
涩味 ……(247)
涌堂 ……(12)
浚 ……(102)
羧 ……(25)
瓶菇 ……(128)
瓶儿鸡 ……(389)
瓶儿菜 ……(387)
粗粝 ……(316)
粆 ……(184)
粆汤 ……(334)
粉丝 ……(173)
粉皮 ……(173)
粉汤 ……(584)
粉肠 ……(151)
……(213)
……(596)
粉角 ……(299)
……(367)
粉条 ……(173)
粉鸡 ……(370)
粉枣 ……(391)
粉果 ……(367)
……(605)
粉帚 ……(638)
粉草 ……(186)
粉面 ……(204)
粉饼 ……(316)
粉筛 ……(638)
粉牌 ……(14)
粉蒸 ……(272)
粉餈 ……(306)
……(327)
粉子大 ……(254)
粉子小 ……(254)
粉子饼 ……(591)
粉元宝 ……(400)
粉豆腐 ……(525)
粉果皮 ……(287)
粉果馅 ……(288)
粉骨鱼 ……(337)
粉浆饭 ……(598)
粉蒸肉 ……(374)
粉蒸鸡 ……(447)
粉蒸鱼 ……(480)
……(557)
粉蒸腿 ……(383)
粉皮辣鱼 ……(475)
粉汤羊血 ……(578)
粉花香瓜 ……(400)
粉蒸羊肉 ……(557)
……(579)
粉煎骨头 ……(324)
料头 ……(238)
料酒 ……(194)
料理 ……(209)

料里脊 ……(412)
粑粑 ……(302)
粑菜 ……(134)
粑粑果 ……(610)
剜 ……(232)
益气 ……(653)
益米 ……(91)
益阴 ……(652)
益脾 ……(653)
兼味 ……(294)
兼善汤 ……(461)
羔 ……(26)
羔烧 ……(248)
羔蟹 ……(69)
宽汤 ……(13)
宽杉 ……(64)
宽条面 ……(399)
宽粉条 ……(173)
宽背淇鲫 ……(44)
家兔 ……(26)
家庖 ……(7)
家宴 ……(19)
家雀 ……(36)
家鸽 ……(28)
家鹿 ……(31)
家厨 ……(7)
家鼠 ……(31)
家乡肉 ……(414)
家乡圆 ……(593)
家常饭 ……(3)
家常炒 ……(262)
家常饼 ……(586)
家常炮 ……(263)
家常烧 ……(267)
家常焖 ……(269)
家乡豆腐 ……(525)
家乡南肉 ……(147)
家用电炉 ……(631)
家庭食谱 ……(666)
家理食豉 ……(314)
家常豆腐 ……(526)
家常味型 ……(249)
家常鱼唇 ……(465)
家常便饭 ……(3)
家常海参 ……(467)
家常腊肉 ……(148)
家常煨肉 ……(387)
家常煎鱼 ……(377)
家常鳝鱼 ……(489)
家用电烤炉 ……(632)
家常四季豆 ……(519)
家常羊肉丝 ……(437)
家庭食谱三编 ……(666)
家庭食谱四编 ……(666)
家庭食谱续编 ……(666)
家常熬黄花鱼 ……(493)
宵夜 ……(2)
宴 ……(16)
宴会 ……(17)
宴店 ……(11)
宴席 ……(19)
宴游 ……(17)
宴会毛汤 ……(250)
宾雀 ……(36)
宰夫 ……(7)
宰生 ……(222)
宰杀 ……(15)
……(222)
案 ……(622)
案子 ……(15)
案板 ……(635)
案子头 ……(15)
拳菜 ……(135)
拳头肉 ……(212)
拳头菜 ……(135)
浆 ……(244)
浆水 ……(183)
浆豆 ……(111)
浆酒 ……(195)
浆水面 ……(580)
浆米粉 ……(87)
浆面条 ……(597)
浆棒果 ……(395)
瓷锅 ……(639)
瓷品锅 ……(639)
烫 ……(241)
烫 ……(271)
烫毛 ……(222)
烫皮 ……(241)
烫饭 ……(296)
烫面 ……(283)
烫干丝 ……(588)
烫面皮 ……(285)
烫面饺 ……(597)
盆 ……(628)
羞膳 ……(295)

〔丶一〕

请帖 ……(22)
请柬 ……(22)
请春至 ……(21)
诸署 ……(100)
诸葛菜 ……(97)
诸老大粽子 ……(591)
调味 ……(246)
调和 ……(178)
……(246)
调料 ……(178)
调羹 ……(621)
……(640)
调味汁 ……(251)
调味盐 ……(179)
调搅法 ……(282)
调鼎集 ……(665)
调味汁子 ……(255)
调糕藕粉 ……(610)
调味大茴精 ……(192)
调疾饮食辨 ……(665)
祥记肉火烧 ……(571)
冥菁 ……(97)
扇贝 ……(74)
扇面 ……(279)
扇子酥 ……(577)
扇面肉 ……(210)
扇面形 ……(280)

〔一一〕

张脯 ……(307)
弱火 ……(245)
剥皮 ……(223)
剥帮 ……(226)
剥皮鱼 ……(68)
剥皮菌 ……(129)
剥虾仁 ……(226)
剥蟹肉 ……(226)
剥皮豆腐 ……(525)
剥壳蒸蟹 ……(378)
盅 ……(617)

〔一丨〕

陵鸟 ……(135)
陵螺 ……(79)
陶炉 ……(614)
陶舉 ……(616)
陶罐 ……(615)
陶母烹饪法 ……(666)
陶壳节煤炉 ……(631)
陶万伯十景点心 ……(397)
盔 ……(627)

〔一丿〕

姬甘蓝 ……(96)

〔一丶〕

预加工 ……(222)
桑芽 ……(121)
桑果 ……(140)
桑鹅 ……(125)
桑椹 ……(140)
桑门香 ……(518)
桑仁粥 ……(404)
桑芽粥 ……(331)
桑白皮粥 ……(331)
通气 ……(653)
通脊 ……(211)
通心粉 ……(168)
通州饼 ……(572)
通天鱼翅 ……(462)
通心木槌 ……(637)
通辽大饼 ……(574)
通辽肉肠 ……(426)
通花软牛肠 ……(319)
逡巡鲊 ……(328)
逡巡酱 ……(321)

〔一一〕

绡火 ……(14)
绣球 ……(238)
……(278)
绣球菌 ……(125)
绣球酥 ……(557)
绣球羊肉 ……(437)
绣球鱼翅 ……(463)
绣球雪莲 ……(459)
绣球燕菜 ……(508)
绣球黑木耳 ……(522)
邕州鱼角 ……(495)
邕城醉子鸡 ……(450)
烝 ……(261)
烝鸟 ……(305)

十 一 画

〔一一〕

球 ……(236)
球葱 ……(115)
球茎甘蓝 ……(95)
球鼎金龟 ……(475)
理石 ……(202)
理毛条 ……(101)
琉璃 ……(277)
琉璃肉 ……(413)
琉璃芡 ……(256)
琉璃桃仁 ……(533)
麸皮 ……(88)
麸豉 ……(344)
麸鲊 ……(361)
春鱼 ……(559)
春钵 ……(638)
春黍 ……(81)
春干豆 ……(559)
春米郎 ……(81)
春茄子 ……(560)
春鳝鱼 ……(559)
春鱼腥草 ……(560)
春南瓜尖 ……(559)
彗星肉 ……(553)

〔一丨〕

堆翅 ……(156)
堆盘法 ……(279)
培养正气鸡 ……(451)
彬豆粥 ……(405)
梗草 ……(134)
梧桐花 ……(73)
桓 ……(620)
桓 ……(620)
……(627)
梢瓜 ……(108)
梢梅 ……(298)
梫枣 ……(142)
梫林子油 ……(201)
梅 ……(183)
梅子 ……(138)
梅瓜 ……(318)
梅豆 ……(111)
梅花 ……(119)
梅鱼 ……(55)
梅瓶 ……(625)
梅蛤 ……(77)
梅粥 ……(333)
梅螺 ……(78)
梅干菜 ……(175)
梅子鱼 ……(58)
梅云汤 ……(550)
梅花参 ……(160)
梅花脯 ……(333)
梅花鹿 ……(33)
梅花糕 ……(589)
……(591)
……(593)
梅角豆 ……(111)
梅鱼羹 ……(354)
梅童鱼 ……(58)
梅鲚干 ……(159)
梅花发菜 ……(453)
梅花汤饼 ……(332)
梅花鸡肠 ……(452)
梅花鸽蛋 ……(459)
梅鹿初醒 ……(543)
梅藕四味 ……(553)
梅花鱼圆汤 ……(486)
梅藕拌火鸭 ……(457)
梳子片 ……(235)
梳背块 ……(234)
梳子花刀 ……(232)
梭椤 ……(92)
梡 ……(618)
梯子口 ……(248)
桶 ……(618)
桶子肉 ……(582)
桶子鸡 ……(152)
梭鱼 ……(64)
梭子蟹 ……(70)
教席 ……(19)
敕士宴 ……(17)
豉 ……(180)
豉汁 ……(181)
豉油 ……(256)
豉汁鹅 ……(351)
豉椒鳝片 ……(489)
豉汁蒸排骨 ……(422)
乾鱼鲊 ……(315)
乾州锅盔 ……(580)
勒左 ……(555)
勒鱼 ……(60)
勒浪 ……(560)

勒鸭消 ……(311)
副食 ……(2)
……(292)
副料 ……(238)
副案 ……(16)
副溶血性弧菌食物中毒 ……(658)
菁菹 ……(304)
慕恭 ……(105)
菱 ……(117)
菱圆 ……(389)
菱粉 ……(205)
菱形片 ……(235)
菱形块 ……(234)
菱角菜 ……(95)
菱粉糕 ……(401)
菱畔鸭泳 ……(529)
菘 ……(93)
菘咸菹 ……(317)
菘菜粥 ……(405)
菘根槜菹 ……(318)
菘根萝卜菹 ……(318)
菠蒿 ……(134)
菈邃 ……(96)
菽 ……(110)
菽水 ……(294)
菽乳 ……(169)
菲律宾蛤仔 ……(77)
萏 ……(184)
菖蒲饼 ……(365)
萝卜 ……(96)
萝卜 ……(96)
萝菔 ……(96)
萝卜干 ……(176)
萝卜丸 ……(238)
萝卜肉 ……(420)
萝卜鱼 ……(485)
萝卜卷 ……(359)
萝卜饺 ……(594)
萝卜珠 ……(238)
萝卜粥 ……(343)
萝卜酸 ……(184)
萝卜缨 ……(106)
萝卜糕 ……(394)
……(604)
萝卜羹 ……(337)
萝卜丝饼 ……(585)
……(593)
萝卜汤团 ……(396)
萝卜煮肉 ……(559)
萝卜鲞片 ……(395)
萝卜丝鲫鱼 ……(482)
萝卜丝汆鲫鱼 ……(481)
萝卜丝油墩子 ……(569)
萝卜丝煮鲫鱼 ……(481)
菌油 ……(187)
菌谱 ……(662)
莲 ……(90)
萎蕤粥 ……(404)
菜 ……(92)
菜刀 ……(636)
菜干 ……(170)
菜丸 ……(244)
菜牛 ……(25)
菜心 ……(93)
……(222)
菜叶 ……(222)
菜仔 ……(123)
菜瓜 ……(108)
菜头 ……(8)
……(97)
菜豆 ……(111)
菜花 ……(94)
菜伯 ……(114)
菜饭 ……(296)
……(570)
菜系 ……(3)
菜苔 ……(93)
菜码 ……(238)
菜肴 ……(293)
菜沫 ……(238)
菜油 ……(200)
菜泥 ……(238)
菜单 ……(22)
菜帮 ……(222)
菜胆 ……(222)
菜适 ……(222)
菜蚌 ……(77)
菜脑 ……(94)
菜梗 ……(222)
菜鸽 ……(28)
菜馅 ……(287)
菜馆 ……(10)
菜筛 ……(638)
菜牌 ……(14)
菜粥 ……(296)
菜粽 ……(596)

菜鲞 ……(344)
菜谱 ……(14)
菜墩 ……(636)
菜薄 ……(14)
菜螺 ……(79)
菜鹬 ……(407)
菜火锅 ……(530)
菜白头 ……(359)
菜包羊 ……(433)
菜团子 ……(302)
菜肉馅 ……(288)
菜豆酱 ……(359)
菜花鱼 ……(51)
菜面店 ……(10)
菜籽油 ……(200)
菜煎饼 ……(587)
菜中三怪 ……(93)
菜心肉圆 ……(420)
菜包豆腐 ……(196)
菜包猪肝 ……(425)
菜豆中毒 ……(656)
菜卤豆腐 ……(590)
菜片鹌鹑松 ……(512)
菜心菊花肉 ……(411)
菜心黄瓜香 ……(516)
菜花头煨肉 ……(374)
菜苔炒腊肉 ……(541)
菜远炒虾球 ……(499)
菜炒胗肝土鱿 ……(472)
菟蓼 ……(137)
菊芋 ……(101)
菊花 ……(118)
菊花 ……(279)
菊宴 ……(21)
菊藷 ……(101)
菊糖 ……(186)
菊糕 ……(302)
菊花头 ……(105)
菊花肉 ……(382)
菊花形 ……(280)
菊花郎 ……(105)
菊花饼 ……(398)
菊花鸭 ……(458)
菊花脑 ……(105)
菊花席 ……(21)
菊花菜 ……(105)
菊花蛋 ……(243)
菊花葱 ……(239)
菊花粥 ……(401)
菊苗粥 ……(323)
……(366)
菊叶粉片 ……(410)
菊花冬笋 ……(518)
菊花羊腿 ……(436)
菊花花刀 ……(232)
菊花青鱼 ……(480)
菊花兔球 ……(506)
菊花草鱼 ……(480)
菊花豺鱼 ……(488)
菊花脐儿 ……(589)
菊花脑瓤 ……(550)
菊花烧卖 ……(601)
菊花盘丝 ……(541)
菊花酥饼 ……(593)
菊花鱿鱼 ……(471)
菊花暖锅 ……(633)
菊花蟹斗 ……(500)
菊花汆圆子 ……(544)
菊花鱼茸蛋 ……(494)
菊花鱼球王 ……(604)
菊花银耳汽锅鸡 ……(452)
菩达 ……(109)
菩萨鱼 ……(57)
菩提子 ……(91)
菹 ……(174)
菹肖 ……(311)
菹消 ……(317)
菠萝 ……(143)
菠菜 ……(103)
菠棱 ……(103)
菠菠草 ……(134)
菠萝蜜 ……(142)
菠菜汁 ……(206)
菠菜松 ……(237)
菠菜泥 ……(238)
菠叶甜菜 ……(105)
菠饺鱼肚 ……(464)
菠萝叶饼 ……(549)
菠萝初加工 ……(226)
菠菜秧鸡汤 ……(513)
菠菜烧豆腐 ……(379)
萧析鱼 ……(74)
萨其玛 ……(403)
蒌葵 ……(106)
菰 ……(116)
菰白 ……(116)

菰米 ……(91)
菰首 ……(116)
菰粱 ……(91)
菰菌鱼羹 ……(309)
菡萏 ……(118)
营卫 ……(651)
营养 ……(643)
营馔 ……(209)
营膳 ……(209)
营养素 ……(625)
营盘蘑 ……(129)
营养不良 ……(643)
营养价值 ……(643)
营养素平衡 ……(643)
营养缺乏病 ……(643)
营养素不足症 ……(643)
营养素需要量 ……(643)
黄丁 ……(178)
黄卜 ……(178)
黄牛 ……(25)
黄片 ……(48)
……(157)
黄瓜 ……(108)
……(178)
黄皮 ……(141)
黄肉 ……(161)
黄汤 ……(334)
黄羊 ……(32)
黄米 ……(89)
……(89)
黄豆 ……(109)
黄花 ……(118)
黄芡 ……(256)
黄条 ……(48)
黄纹 ……(57)
黄虎 ……(57)
黄果 ……(141)
黄鱼 ……(57)
黄油 ……(199)
……(576)
黄面 ……(584)
黄饼 ……(367)
黄虮 ……(53)
黄翅 ……(157)
黄贼 ……(82)
黄蚬 ……(78)
黄钻 ……(46)
黄酒 ……(194)
黄菌 ……(125)
黄排 ……(54)
黄雀 ……(36)
黄梨 ……(143)
黄獐 ……(33)
黄麻 ……(136)
黄鹿 ……(33)
黄焖 ……(269)
黄弹 ……(142)
黄骓 ……(43)
黄粟 ……(89)
黄喉 ……(210)
黄蛤 ……(77)
黄犊 ……(79)
黄猴 ……(34)
黄蓝 ……(121)
黄鼠 ……(31)
黄鲒 ……(53)
黄鲇 ……(52)
黄麂 ……(33)
黄酱 ……(181)
黄碱 ……(282)
黄管 ……(210)
黄鲒 ……(50)
黄樱 ……(53)
黄鲢 ……(45)
黄鲫 ……(64)
黄鲭 ……(46)
黄鲜 ……(53)
黄糕 ……(562)
……(607)
黄螺 ……(78)
黄鲩 ……(57)
黄蟮 ……(53)
黄鳖 ……(64)
黄骥 ……(43)
黄糯 ……(89)
黄大豆 ……(110)
黄木耳 ……(125)
黄长条 ……(46)
黄节蛇 ……(39)
黄玉参 ……(161)
黄瓜毛 ……(108)
黄瓜皮 ……(222)
黄瓜肉 ……(211)
黄瓜鱼 ……(57)
黄瓜盅 ……(237)
黄瓜香 ……(136)

黄丝菌 ……(125)
黄皮酱 ……(184)
黄耳蕈 ……(130)
黄尖子 ……(64)
黄肉参 ……(161)
黄肉翅 ……(154)
黄豆芽 ……(174)
黄豆油 ……(200)
黄豆粥 ……(405)
黄豆酱 ……(181)
黄花耳 ……(125)
黄花鱼 ……(57)
黄花菌 ……(125)
黄肚鱼 ……(52)
黄条鳊 ……(63)
黄尾鲩 ……(47)
黄鸡婆 ……(52)
黄鸡粥 ……(331)
黄刺鱼 ……(53)
黄尚鱼 ……(46)
黄罗伞 ……(130)
黄金鸡 ……(320)
黄金粉 ……(168)
黄鱼肚 ……(157)
黄鱼鲞 ……(158)
黄鱼羹 ……(373)
黄河鲤 ……(43)
黄泥蛋 ……(166)
黄泥螺 ……(78)
黄姑子 ……(57)
黄姑鱼 ……(57)
……(377)
黄树窝 ……(128)
黄茧糖 ……(318)
黄荞巴 ……(126)
黄砂糖 ……(185)
黄点鲔 ……(56)
黄韭芽 ……(115)
黄骨鱼 ……(53)
黄食菌 ……(125)
黄唇肚 ……(157)
黄唇鱼 ……(58)
黄烧饼 ……(297)
黄润蛇 ……(40)
黄流鱼 ……(64)
黄娟鱼 ……(48)
黄梅花 ……(120)
黄雀花 ……(121)
黄雀炙 ……(353)
黄雀鲊 ……(329)
黄麻嫩 ……(52)
黄焖肉 ……(380)
黄焖鸡 ……(443)
黄盖鲽 ……(61)
黄绫酥 ……(603)
黄胸鹀 ……(36)
黄颊鱼 ……(46)
……(55)
黄掌皮 ……(46)
黄犍牛 ……(63)
黄貂鱼 ……(57)
黄腊丁 ……(53)
黄蜂肉 ……(540)
黄蜂糕 ……(403)
黄矮菜 ……(93)
黄颔腌 ……(309)
黄鲋鱼 ……(51)
黄粱饭 ……(323)
黄雌鸡 ……(343)
黄鲷鱼 ……(48)
黄精饼 ……(365)
黄橘皮 ……(193)
黄糕粑 ……(609)
黄颡鱼 ……(52)
黄檀子 ……(142)
黄鲶鱼 ……(52)
黄鳍鱼 ……(52)
黄蘑鸡 ……(522)
黄山炖鸽 ……(511)
黄瓜塞肉 ……(540)
黄奶浆菌 ……(127)
黄肉尾翅 ……(155)
黄州烧梅 ……(600)
黄羊腊肠 ……(507)
黄米粽子 ……(587)
黄豆肉馃 ……(592)
黄豆芽汤 ……(251)
黄芽白菜 ……(93)
黄芽菜煽 ……(517)
黄花三七 ……(135)
黄花乌根 ……(205)
黄花白艾 ……(134)
黄花地丁 ……(134)
黄花麦果 ……(134)
黄芪蒸鸡 ……(375)
黄芪熊掌 ……(503)

黄沙裙翅 ……(155)
黄陂三合 ……(541)
黄金肉片 ……(548)
黄鱼参羹 ……(492)
黄鱼熘翅 ……(462)
黄刷把菌 ……(126)
黄面瓜鱼 ……(55)
黄帝内经 ……(659)
黄埔炒蛋 ……(460)
黄桥烧饼 ……(589)
黄脊竹蝗 ……(82)
黄雀馒头 ……(350)
黄焖子鹅 ……(458)
黄焖手抓 ……(544)
黄焖甲鱼 ……(475)
黄焖羊肉 ……(545)
黄焖角鱼 ……(475)
黄焖鱼翅 ……(461)
黄焖驼掌 ……(504)
黄焖鸭肝 ……(454)
黄焖野兔 ……(507)
黄焖着甲 ……(484)
黄焖斑鸠 ……(513)
黄鹅蛋菌 ……(130)
黄曲霉毒素 ……(658)
黄米面炸糕 ……(563)
黄芽菜炒鸡 ……(375)
黄花羊肉丝 ……(433)
黄芪汽锅鸡 ……(440)
黄芪煨羊肉 ……(388)
黄鱼初加工 ……(226)
黄鱼烩鱼肚 ……(463)
黄油炒银丝 ……(516)
黄油孟冬茸 ……(518)
黄桂柿子饼 ……(580)
黄獐初加工 ……(225)
黄焖栗子鸡 ……(442)
黄焖蓑罗鸡 ……(442)
黄葱烧蹄筋 ……(423)
黄州豆腐圆子 ……(526)
黄芽菜煨火腿 ……(374)
黄鱼卤咸蛋羹 ……(540)
黄焖羊肉丸子 ……(546)
黄面瓜鱼煮甜菜 ……(558)
堇 ……(102)
堇堇菜 ……(102)
曹白鱼 ……(60)
曹白鱼鲞 ……(159)
曹家生红 ……(336)
基本味 ……(246)
基围虾 ……(72)
基本调味 ……(247)
基础代射 ……(649)
娶亲宴 ……(19)
梦粱录 ……(662)

〔一丿〕

硅 ……(648)
硒 ……(648)
硕果粉点 ……(569)
瓠 ……(107)
瓠子 ……(107)
瓠瓜 ……(107)
瓠芦 ……(107)
瓠条 ……(107)
瓠壶 ……(107)
瓠瓠 ……(107)
瓠粥 ……(404)
瓠馂 ……(107)
瓠羹 ……(313)
瓠子汤 ……(340)
瓠子饼 ……(592)
瓠叶羹 ……(309)
瓠子煨鲜鱼 ……(386)
豌 ……(24)
豵 ……(24)
豝 ……(24)
奢面 ……(299)
聋婆蛇 ……(40)
匾 ……(619)
盛筵 ……(17)
盛馔 ……(295)
盛入法 ……(279)
爽口 ……(248)
爽蚝 ……(163)
爽糖馅 ……(290)
爽口牛肉丸 ……(430)

〔一丶〕

雪水 ……(197)
雪耳 ……(125)
雪豆 ……(111)
雪鸡 ……(35)
雪柜 ……(642)
雪矾 ……(202)
雪鱼 ……(41)

……(45)
……(55)
雪莲 ……(121)
雪粉 ……(205)
雪菜 ……(94)
雪猪 ……(31)
雪蛤 ……(41)
雪鳗 ……(53)
雪山豆 ……(111)
雪水肉 ……(380)
雪衣糊 ……(254)
雪花片 ……(235)
雪花泥 ……(525)
雪花饼 ……((360)
雪花盐 ……(179)
……(180)
雪花菜 ……(173)
雪花酥 ……(331)
雪花糕 ……(396)
……(574)
雪里花 ……(120)
雪里青 ……(93)
雪里猫 ……(31)
雪里蕻 ……(94)
雪莲鸡 ……(443)
雪荷花 ……(121)
雪婴儿 ……(319)
雪猪油 ……(200)
雪腌肉 ……(397)
雪蒸糕 ……(397)
雪盒菜 ……(338)
雪磨芋 ……(176)
雪霞羹 ……(325)
雪山鱼片 ……(486)
雪山驼掌 ……(504)
雪冬山鸡 ……(510)
雪衣豆沙 ……(551)
雪丽大蟹 ……(500)
雪花干贝 ……(469)
雪花豆腐 ……(407)
雪花套蟹 ……(501)
雪花鸭肝 ……(454)
雪花甜肉 ……(415)
雪花鲤鱼 ……(476)
雪花蟹斗 ……(501)
雪里藏蛟 ……(488)
雪桃羊肉 ……(433)
雪莲驼掌 ……(504)
雪峰驼掌 ……(504)
雪梅飞龙 ……(508)
雪梅鹿肉 ……(505)
雪菜鹌鸡 ……(513)
雪山人参果 ……(520)
雪衣澄沙卷 ……(531)
雪花丁香鸡 ……(446)
雪花龙须面 ……(566)
雪花芝麻虾 ……(496)
雪花鲅鱼羹 ……(490)
雪花蘑菇糕 ……(574)
雪炒山鸡片 ……(509)
雪莲人参果 ……(520)
雪梅黄鸡丛 ……(547)
雪菜糖鳢鱼 ……(487)
雪魔芋鸡翅 ……(451)
雪里蕻炒百合 ……(408)
雪丽大蟹拼燴大虾 ……(500)

〔一一〕

捧盘 ……(641)
排 ……(231)
……(279)
排勺 ……(635)
排岔 ……(216)
排剁 ……(231)
排饼 ……(177)
排烧 ……(267)
排菜 ……(94)
排筋 ……(223)
排鱿 ……(162)
排骨鲜 ……(559)
排摆法 ……(240)
捶 ……(231)
捶鸡 ……(375)
……(445)
捶脯 ……(360)
捶料锅贴乳饼 ……(544)
……(556)
推切 ……(230)
推炒 ……(261)
推销 ……(16)
推刀片 ……(230)
推刀剞 ……(232)
推拉切 ……(230)
推窝窝 ……(575)
推沙望月 ……(460)
掐纤 ……(226)

掐剂 ……(284)
掐菜 ……(174)
掂锅 ……(258)
接面 ……(281)
接种 ……(285)
接手台 ……(638)
接油盘 ……(635)
接骨糯 ……(86)
接食盘 ……(640)
接桌子 ……(638)
接天圆子 ……(302)
掸 ……(241)
掸炝 ……(276)
掸炝腰片 ……(424)
控油 ……(259)
探官蛋 ……(326)
探春蛋 ……(326)
掺粉 ……(87)
辅料 ……(238)
辅助调味 ……(247)
鸅鸟 ……(36)
匾 ……(620)
匾 ……(625)
匾豆 ……(111)
匾食 ……(299)
匾壶 ……(625)
匾榼 ……(625)

〔丨丶〕

雀麦 ……(90)
雀蛤 ……(77)
雀渣 ……(512)
雀舌茶 ……(194)
雀巢三丝 ……(542)
雀尾麻花肚 ……(529)
堂头 ……(16)
堂官 ……(16)
堂倌 ……(16)
堂厨 ……(6)
堂灶柜案 ……(12)
堂皇海菊蛤 ……(76)
常年配料 ……(238)
常量元素 ……(647)
常熟馒头 ……(399)
常州大麻糕 ……(589)

〔丨一〕

啰嗦 ……(107)
啰煮肉 ……(559)
啤酒 ……(195)
啗炙 ……(312)
啖 ……(1)
啜 ……(1)
啜汁 ……(294)
啜炒 ……(261)
啜菽 ……(327)
啃食 ……(2)
晚饭 ……(2)
晚食 ……(2)
晚宴 ……(19)
晚菜 ……(93)
晚餐 ……(2)
晚膳 ……(2)
晚香玉 ……(119)
眼镜鱼 ……(66)
眼镜蛇 ……(39)
眼睛王蛇 ……(40)
畦碗 ……(100)
蚶子 ……(75)
蚶子干 ……(164)
蚶干发制 ……(229)
蛎房 ……(74)
……(362)
蛎饼 ……(594)
蛎黄 ……(74)
蛎蛤 ……(74)
蛎镜 ……(74)
蛎皮菜 ……(123)
蛎黄馓子 ……(469)
蚵 ……(74)
蚜蟹 ……(82)
蚺蛇 ……(40)
蚱鱼 ……(164)
蚱蝉 ……(82)
蚱蜢 ……(81)
蚱蠓 ……(82)
蚯蚓 ……(83)
蚹蠃 ……(79)
蚬 ……(165)
蚬醢 ……(165)
……(303)
蛑螺 ……(327)
蛇瓜 ……(107)
蛇皮 ……(221)
蛇芋 ……(100)
蛇肉 ……(221)

蛇汤 ……(553)
蛇豆 ……(108)
蛇鱼 ……(53)
蛇草 ……(132)
蛇鲔 ……(48)
蛇鳗 ……(65)
蛇羹 ……(325)
蛇头鱼 ……(52)
蛇头草 ……(137)
蛇形丝瓜 ……(108)
蛇初加工 ……(225)
蚌丸 ……(596)
蛏 ……(75)
蛏干 ……(163)
蛏肠 ……(75)
蛏油 ……(187)
蛏鲊 ……(329)
蛏羹 ……(358)
蛏汤豆腐 ……(378)
蛤 ……(164)
野马 ……(34)
野牛 ……(32)
野鸡 ……(34)
野驴 ……(33)
野味 ……(23)
野兔 ……(32)
野鸭 ……(36)
野菜 ……(92)
野鸽 ……(35)
野猪 ……(33)
野猫 ……(30)
野蕨 ……(92)
野餐 ……(3)
野木耳 ……(123)
野兰蒿 ……(133)
野芫荽 ……(102)
野里锅 ……(12)
野鸡爪 ……(389)
野鸡卷 ……(415)
野鸡饼 ……(322)
野鸡锅 ……(633)
野油菜 ……(133)
野南瓜 ……(137)
野茴香 ……(103)
……(191)
野韭菜 ……(115)
野蚕豆 ……(136)
野鸭团 ……(376)
野鸭卷 ……(385)
野鸭圆 ……(385)
野黄豆 ……(112)
野猪腌 ……(344)
野鲮鱼 ……(48)
野天门冬 ……(99)
野鸡火锅 ……(376)
野鸡撒孙 ……(339)
野味干巴 ……(555)
野味包子 ……(332)
野鸭菜饭 ……(510)
野菜博录 ……(663)
野雪里蕻 ……(133)
野鸡扣蘑菇 ……(547)
野禽初加工 ……(225)
鄂菜 ……(5)
崖羊 ……(32)
崖盐 ……(179)
崖蜜 ……(186)
崖燕 ……(153)
崔浩食经 ……(660)
崩 ……(263)
崩肝 ……(425)
晨岚 ……(37)
晨炊 ……(2)
曼头 ……(298)
曼陀样夹饼 ……(321)
悬针 ……(42)
悬翻 ……(258)
匙 ……(621)
圈 ……(627)
圈子烧豆腐 ……(540)

〔丿一〕

铲 ……(621)
铲羹 ……(303)
铛 ……(617)
铛头 ……(7)
铛炮 ……(263)
铛炮羊肉 ……(433)
铝锅 ……(632)
铝氨矾 ……(202)
铜 ……(648)
铜头 ……(46)
铜鸡 ……(34)
铜青 ……(44)
铜鱼 ……(47)
铜炉 ……(614)

铜料 ……(618)
铜锅 ……(632)
铜罗鱼 ……(57)
铜盆鱼 ……(58)
铜盆糕 ……(549)
铜锣锅 ……(633)
铜提链炉 ……(613)
铜温酒樽 ……(626)
铜青寒露蕈 ……(127)
铡切 ……(230)
铬 ……(647)
铫 ……(617)
铫锐 ……(619)
铲子 ……(635)
铲剂 ……(284)
银丝 ……(171)
银耳 ……(124)
银池 ……(208)
银汤 ……(251)
银米 ……(60)
银芽 ……(174)
银杏 ……(145)
银条 ……(99)
银鸡 ……(34)
银肺 ……(213)
银鱼 ……(50)
银盘 ……(129)
银锢 ……(47)
银鲳 ……(60)
银雉 ……(34)
银鲫 ……(44)
银鲴 ……(47)
银色铁 ……(40)
银汉鱼 ……(65)
银丝卷 ……(561)
……(586)
……(589)
……(601)
银丝羹 ……(325)
银红卤 ……(252)
银根应 ……(40)
银条菜 ……(99)
银环蛇 ……(40)
银苗菜 ……(116)
银鱼干 ……(159)
……(362)
银鱼丝 ……(159)
银脚带 ……(40)
银酥糊 ……(253)
银瑚芡 ……(256)
银飘鱼 ……(47)
银丝长鱼 ……(489)
银丝羊肉 ……(545)
银丝桂鱼 ……(486)
银耳发制 ……(229)
银耳香菇 ……(522)
银花海参 ……(466)
银苗鸡丝 ……(444)
银鱼煎蛋 ……(490)
银鱼藕丝 ……(491)
银羹荸荠球 ……(535)
银耳珍珠薇菜汤 ……(516)
鸹 ……(34)
钵 ……(619)
甜瓜 ……(147)
甜冰 ……(97)
甜汤 ……(251)
甜味 ……(246)
甜沫 ……(587)
甜柳 ……(186)
甜草 ……(186)
甜荞 ……(91)
甜虾 ……(392)
甜食 ……(292)
甜笋 ……(98)
甜梅 ……(138)
甜菜 ……(104)
甜瓠 ……(107)
甜雪 ……(321)
甜馅 ……(287)
甜酱 ……(181)
甜醅 ……(583)
甜橙 ……(141)
甜薯 ……(100)
甜羹 ……(332)
甜不辣 ……(596)
甜芦粟 ……(90)
甜芋饼 ……(596)
甜抓饭 ……(584)
甜炒羊 ……(531)
甜卷果 ……(564)
甜面酱 ……(181)
甜咸馅 ……(287)
甜品店 ……(11)
甜炼乳 ……(167)
甜食店 ……(11)

甜根子 ……(186)
甜胞脯 ……(315)
甜高粱 ……(90)
甜菜子 ……(113)
甜菜红 ……(207)
甜菜糖 ……(184)
甜菊花 ……(118)
甜菊糖 ……(186)
甜窝窝 ……(575)
甜酱肘 ……(382)
甜酱油 ……(182)
甜醪酒 ……(406)
甜绉纱肉 ……(415)
甜香味型 ……(249)
甜叶菊酱油 ……(182)
甜酒糟蒸腊鱼 ……(494)
甜酱炒鹿角菜 ……(407)
敏豆 ……(111)
筐箩 ……(638)
笼饼 ……(298)
……(327)
笼格 ……(634)
笼扇 ……(634)
笼屉 ……(634)
笼锅 ……(14)
笼糊 ……(591)
笪笊子 ……(635)
笛师 ……(80)
符蔥 ……(134)
符离集烧鸡 ……(445)
第一楼杂 ……(16)
第二楼杂 ……(16)
笤 ……(620)
梨 ……(138)
梨丸 ……(587)
梨叶 ……(94)
梨饼 ……(524)
梨菹 ……(318)
梨窝 ……(128)
梨粥 ……(404)
梨瓢 ……(237)
梨糕 ……(401)
梨罐 ……(237)
梨炒鸡 ……(375)
梨煨羊肉 ……(398)
犁祁 ……(169)
犁鱼 ……(66)
犁鼠 ……(31)
犁头匠 ……(40)
犁头蛇 ……(39)
犁头鲨 ……(56)
犁头鳐 ……(56)

〔丿丨〕

偶子 ……(194)
偶方彝 ……(623)
偷刀法 ……(233)
偷瓜獾 ……(28)
偷油婆 ……(82)
停伙 ……(3)
偏提 ……(625)
偏榼 ……(625)
偏口鱼 ……(61)
偏顶蛤 ……(75)
假苏 ……(134)
假韭 ……(360)
假蟹 ……(373)
假元鱼 ……(325)
假牛乳 ……(375)
假水菜 ……(105)
假鸡片 ……(436)
假鸡肾 ……(387)
假苦瓜 ……(146)
假肥坨 ……(47)
假鱼肚 ……(151)
假鱼脍 ……(350)
假炒鳝 ……(336)
假莴笋 ……(345)
假蚬子 ……(350)
假猪螺 ……(78)
假煎肉 ……(325)
假鲚鱼 ……(389)
假鳖羹 ……(337)
假灌肺 ……(350)
假大鸡卵 ……(328)
假水母线 ……(350)
假白腰子 ……(324)
假羊眼羹 ……(324)
假香螺羹 ……(337)
假野鸡卷 ……(375)
假蜜环菌 ……(129)
假鳆鱼羹 ……(337)
假文师豆腐 ……(383)
毁 ……(620)
袋菇 ……(131)

〔丿丿〕

徘徊花 ……(192)
衔炙 ……(312)
舶茴香 ……(190)
舶上茴香 ……(190)
船 ……(628)
船宴 ……(17)
船菜 ……(5)
船腿 ……(150)
船丁鱼 ……(67)
船矶鱼 ……(52)
船钉鱼 ……(48)
舵鲣 ……(66)
盘 ……(620)
盘工 ……(15)
盘羊 ……(32)
盘鸡 ……(237)
盘歧 ……(106)
盘兔 ……(335)
……(337)
盘蛇 ……(40)
盘飧 ……(293)
盘鲍 ……(163)
盘丝饼 ……(586)
盘春卷 ……(599)
盘香饼 ……(561)
盘香酥 ……(589)
盘游饭 ……(322)
盘瓤饼 ……(578)
盘龙馒头 ……(403)

〔丿丶〕

鸽卵 ……(84)
鸽脯 ……(220)
鸽蛋 ……(84)
鸽子鱼 ……(47)
鸽蛋汤 ……(389)
鸽初加工 ……(225)
鸽雀共合 ……(558)
鸽蛋鱼卷 ……(458)
鸽蛋圆子 ……(571)
鸽蛋排翅 ……(463)
斜拉 ……(560)
斜刀片 ……(230)
斜方块 ……(234)
斜批刀 ……(231)
斜角儿 ……(589)
斜颌鲴 ……(48)
斜十字花刀 ……(232)
瓶 ……(624)
彩珠 ……(238)
彩蛋 ……(166)
彩凤眼 ……(216)
彩色鱼夹 ……(485)
彩云里脊片 ……(417)
彩球芙蓉鸡片 ……(442)
……(452)
彩云猴头黄瓜香 ……(521)
盒 ……(621)
盒糕 ……(566)

〔丿乛〕

猪 ……(24)
猪仁 ……(213)
猪手 ……(212)
猪爪 ……(212)
猪心 ……(212)
猪头 ……(209)
猪皮 ……(212)
猪耳 ……(210)
猪舌 ……(210)
猪血 ……(213)
猪红 ……(213)
猪肝 ……(213)
猪肚 ……(212)
猪尾 ……(212)
猪肤 ……(212)
猪肺 ……(213)
猪鱼 ……(68)
猪油 ……(198)
猪茸 ……(364)
猪狸 ……(30)
猪胰 ……(213)
猪脂 ……(198)
猪脑 ……(210)
猪豉 ……(358)
猪脚 ……(212)
猪腑 ……(210)
猪脬 ……(213)
猪眼 ……(209)
猪踭 ……(212)
猪鼻 ……(209)
猪膏 ……(198)
猪膘 ……(148)
猪嘴 ……(209)

猪獾……(30)
猪大肠……(213)
猪小肠……(213)
猪小烧……(20)
猪手脚……(212)
猪外脊……(210)
猪头膏……(388)
猪奶脯……(211)
猪耳草……(135)
猪虫参……(161)
猪肉枣……(150)
猪肉饼……(352)
猪肉鲊……(312)
……(315)
猪血汤……(593)
猪血蕈……(127)
猪后爪……(212)
猪后肘……(211)
猪后臀……(211)
猪声牛……(25)
猪连贴……(213)
猪里脊……(211)
猪肝鲊……(558)
猪肚菜……(135)
猪肚粥……(323)
猪肾粥……(342)
猪肪膏……(199)
猪姆耳……(133)
猪骨髓……(213)
猪前肘……(210)
猪前蹄……(212)
猪脊髓……(213)
猪脂肪……(199)
猪脏面……(581)
猪脑糕……(383)
猪排骨……(211)
猪脸肉……(209)
猪婆龙……(39)
猪颈肉……(210)
猪棒骨……(213)
猪腰子……(213)
猪鼻孔……(133)
猪膀胱……(213)
猪瘦肉……(212)
猪嘴鱼……(43)
猪蹄红……(98)
猪蹄花……(121)
猪蹄筋……(212)
猪臀尖……(211)
猪髓粥……(402)
猪头姜豉……(335)
猪头焖子……(550)
猪油汤团……(571)
猪油果油……(201)
猪油盒子……(581)
猪肩颈肉……(210)
猪骨髓油……(199)
猪婆缠泥……(539)
猪蹄酸羹……(309)
猪心初加工……(224)
猪头初加工……(224)
猪肉初加工……(224)
猪肉灌肠包……(586)
猪舌初加工……(224)
猪血豆腐丸……(173)
猪肝初加工……(224)
猪肚初加工……(224)
猪肠初加工……(224)
猪肺初加工……(224)
猪油八宝饭……(590)
猪油豆沙包……(606)
猪油煮萝卜……(379)
猪脑初加工……(224)
猪脑鱼云羹……(483)
猪腰初加工……(224)
猪蹄初加工……(224)
猪蹄珍珠粥……(559)
猪网油初加工……(224)
猪肉蛎黄蒸饺……(576)
猪后腿初加工……(224)
猪肚头初加工……(224)
猪前腿初加工……(224)
猫……(26)
猫牛……(25)
猫头……(61)
……(98)
猫利……(62)
猫头鹰……(38)
猫耳朵……(301)
猫儿薄荷……(134)
猫耳蜇皮……(473)
猫初加工……(225)
猹菜……(133)
猕猴……(34)
猕猴桃……(140)
猕猴鲿……(147)

猛火 ……(245)
猛鲨翅 ……(154)
猛鲨尾翅 ……(155)
猛鲨青翅 ……(155)
馃子 ……(303)
馃箕 ……(566)
馄饨 ……(301)
馄饨鱼 ……(12)
……(494)
馅心 ……(287)
……(568)
馅饼 ……(297)
……(561)
馅料 ……(287)
馅儿饼 ……(572)
馅饼粥 ……(576)
馅儿饼皮 ……(285)
馆子 ……(10)
脚鱼 ……(38)
脚店 ……(11)
脖头 ……(214)
脖颈 ……(216)
脖子肉 ……(216)
脖扣子 ……(210)
脯 ……(147)
……(236)
脯肉 ……(218)
脯腹 ……(214)
脯鲞 ……(162)
脯羹 ……(304)
脯酥黄鱼 ……(492)
豚 ……(24)
豚耳 ……(132)
豚拍 ……(304)
豚蒸 ……(310)
豚蹄 ……(211)
豚皮饼 ……(316)
豚酪羹 ……(306)
胸条 ……(211)
胸子肉 ……(211)
脸臜 ……(309)
脬 ……(141)
脱参 ……(160)
脱骨 ……(223)
脱浆 ……(259)
脱袍 ……(259)
脱粟 ……(86)
脱锅 ……(258)
脱沙肉 ……(374)
脱水保藏 ……(655)
脱脂奶粉 ……(167)
鲅 ……(627)
鱼工 ……(57)
鲆 ……(44)
象 ……(29)
象谷 ……(92)
象拔 ……(220)
象鱼 ……(42)
象筵 ……(17)
象蜂 ……(80)
象鼻 ……(220)
象牙条 ……(234)
象皮鱼 ……(68)
象耳翅 ……(155)
象眼片 ……(235)
象眼块 ……(234)
象鼻鱼 ……(42)
象鼻炙 ……(322)
象山拼盘 ……(542)
象耳刀翅 ……(154)
象耳白翅 ……(155)
象耳尾翅 ……(155)
象耳粑粑 ……(556)
象眼鸽蛋 ……(540)
象鼻子蛤 ……(77)
象耳白刀翅 ……(154)
象耳白尾翅 ……(154)
蛩蟫 ……(83)

〔丶一〕

族庖 ……(7)
旋 ……(232)
旋子 ……(626)
旋粉 ……(564)
旋拉皮 ……(244)
旋毛虫病 ……(658)
旋切鱼脍 ……(326)
烹 ……(262)
烹犬 ……(356)
烹牛 ……(361)
烹火 ……(245)
烹汁 ……(255)
烹羊 ……(352)
烹饪 ……(1)
烹鸡 ……(357)
……(387)

烹狐 ……(358)
烹蚌 ……(359)
烹狼 ……(358)
烹宰 ……(294)
烹调 ……(209)
烹蚶 ……(356)
烹猪 ……(358)
烹蛋 ……(353)
……(372)
烹锅 ……(257)
烹鹅 ……(357)
烹獐 ……(358)
烹鳖 ……(355)
烹大夹 ……(500)
烹大肠 ……(358)
烹水鸡 ……(378)
烹水獭 ……(358)
烹肉皮 ……(383)
烹羊肝 ……(357)
烹羊肺 ……(357)
烹芡汁 ……(254)
烹青虾 ……(355)
烹虎肉 ……(356)
烹河豚 ……(355)
烹蚱蝉 ……(378)
烹海螵 ……(359)
烹调法 ……(209)
烹黄蚬 ……(359)
烹野猪 ……(358)
烹猪肚 ……(357)
烹猪肺 ……(357)
烹麻雀 ……(385)
烹蛤蜊 ……(358)
烹滋汁 ……(254)
烹鲟鱼 ……(354)
烹鲩鲤 ……(355)
烹螺蛳 ……(359)
烹八带鱼 ……(354)
烹大鲨鱼 ……(354)
烹龙炮凤 ……(295)
烹龙煮凤 ……(295)
烹地青鱼 ……(354)
烹江蚝柱 ……(359)
烹饪一斑 ……(666)
烹饪大师 ……(9)
烹饪名师 ……(9)
烹刺毛鹰 ……(353)
烹鲤鱼腴 ……(385)
烹野鸡、野鸭、野鹅 ……(358)
商芝 ……(135)
商山芝 ……(135)
商芝肉 ……(411)
章拒 ……(93)
章鱼 ……(73)
章举 ……(73)
章鱼干 ……(162)
章丘烤肉 ……(148)
鸯刀 ……(618)
鸯猪 ……(32)
望鱼 ……(50)
望潮 ……(70)
望峰坡 ……(216)
庵罗果 ……(140)
康伯 ……(180)
鹿 ……(626)
鹿血 ……(220)
鹿冲 ……(220)
鹿肚 ……(306)
鹿尾 ……(220)
鹿炙 ……(307)
……(356)
鹿油 ……(200)
鹿胎 ……(220)
鹿唇 ……(219)
鹿脂 ……(200)
鹿脯 ……(307)
……(356)
鹿掌 ……(220)
鹿筋 ……(219)
鹿膝 ……(219)
鹿蹄 ……(219)
鹿醢 ……(344)
鹿臊 ……(307)
鹿瘠 ……(307)
鹿鞭 ……(220)
鹿髓 ……(219)
鹿鬻 ……(304)
鹿头肉 ……(219)
鹿头汤 ……(334)
鹿肉粥 ……(402)
鹿角菜 ……(131)
鹿尾汤 ……(505)
鹿尾粥 ……(402)
鹿肾粥 ……(366)
鹿肾羹 ……(342)
鹿鸣宴 ……(17)

鹿茸菌 ……(126)
鹿筋冻 ……(219)
鹿蹄汤 ……(342)
鹿蹄草 ……(91)
鹿尾发制 ……(228)
鹿尾腰子 ……(436)
鹿筋发制 ……(228)
鹿鞭发制 ……(228)
鹿肉芋白羹 ……(306)
鹿妳肪馒头 ……(341)
鹿肉鲍鱼笋白羹 ……(306)
鹿角胶虎角胶片 ……(398)
麻 ……(248)
麻口 ……(64)
麻叶 ……(303)
麻汁 ……(193)
麻团 ……(396)
麻花 ……(303)
麻肠 ……(420)
麻补 ……(558)
麻味 ……(247)
麻鱼 ……(49)
麻油 ……(201)
麻食 ……(583)
麻饼 ……(297)
麻粉 ……(409)
麻菇 ……(131)
麻雀 ……(36)
麻蚶 ……(76)
麻累 ……(110)
麻蛤 ……(76)
麻糊 ……(302)
麻酱 ……(193)
麻鲚 ……(49)
麻腐 ……(391)
麻鲤 ……(47)
麻糊 ……(174)
麻糍 ……(593)
麻人椒 ……(112)
麻叉鱼 ……(47)
麻子粥 ……(343)
麻乌贼 ……(73)
麻汁面 ……(585)
麻竹笋 ……(98)
麻豆腐 ……(173)
……(409)
麻花头 ……(578)
麻花鱼 ……(47)
麻油酥 ……(399)
麻虱目 ……(66)
麻线丝 ……(235)
麻哈鱼 ……(65)
麻虾子 ……(187)
麻骨乌 ……(40)
麻雀粥 ……(323)
麻蓉包 ……(606)
麻蓉馅 ……(290)
麻腰条 ……(599)
麻辣羊 ……(432)
麻团凉果 ……(568)
麻干肉片 ……(411)
麻仁羊肉 ……(432)
麻汁米粉 ……(587)
麻汁酥饼 ……(586)
麻汁紫鲍 ……(468)
麻油肠卷 ……(420)
麻油甜饼 ……(399)
麻栗野鸭 ……(510)
麻婆豆腐 ……(526)
麻腻饼子 ……(361)
麻酱凤尾 ……(519)
麻酱味型 ……(249)
麻酱烧饼 ……(561)
麻酱腰花 ……(424)
麻辣羊肚 ……(435)
麻辣味型 ……(249)
麻辣兔丝 ……(384)
麻辣香肠 ……(150)
麻腐包子 ……(582)
麻腐海参 ……(466)
麻辣牛肉丝 ……(431)
麻辣鳝鱼丝 ……(488)
麻腐拌海参 ……(467)
痒马头 ……(164)
痕量元素 ……(647)

〔丶丨〕

阉牛 ……(25)
阉羊 ……(25)
阉鸡 ……(27)
阉猪 ……(24)
阉鸡豆腐 ……(452)

〔丶丿〕

焜 ……(241)
焙 ……(269)

烀人 ……（ 7 ）
焖肉 ……(357)
焖 ……(268)
焖发 ……(227)
焖芡 ……(254)
焖饭 ……(296)
焖炉 ……(631)
焖面 ……(300)
焖饼 ……(568)
焖烧 ……(267)
焖钵 ……(634)
焖牛脯 ……(546)
焖羊肉 ……(545)
焖鸡肉 ……(371)
焖炉烤 ……(274)
焖饺子 ……(586)
焖补养鸡 ……(550)
焖炉烤鸭 ……(453)
焖瓤鳝卷 ……(489)
焗 ……(273)
焗乳鸽 ……(511)
焗瓤禾花雀 ……(512)
焌锅 ……(257)
焌糟 ……（ 16 ）

〔丶丶〕

清场 ……（ 13 ）
清汆 ……(271)
清汤 ……(250)
……(301)
清芡 ……(256)
清卤 ……(271)
清拌 ……(275)
清炖 ……(270)
清炒 ……(261)
清油 ……(200)
……(257)
清炸 ……(264)
清热 ……(651)
清烩 ……(267)
清烹 ……(262)
清煨 ……(270)
清滚 ……(272)
清煎 ……(266)
清酱 ……(181)
……(271)
……(392)
清熘 ……(264)
清燉 ……(269)
清风饭 ……(323)
清水蟹 ……（ 69 ）
清平鸡 ……(449)
清明草 ……(105)
清明香 ……(134)
清明粑 ……(609)
清明菜 ……(133)
清明蒿 ……(134)
清底油 ……(257)
清炖肉 ……(552)
清素馅 ……(287)
清真菜 ……（ 6 ）
清烧猪 ……(352)
清黄膏 ……(226)
清稀糊 ……(253)
清蒸肉 ……(360)
清酱汁 ……(251)
清酱肉 ……(150)
清嘉录 ……(665)
清糖水 ……(250)
清糖饼 ……(577)
……(578)
清汆夹沙 ……(412)
清二流芡 ……(255)
清汤丸子 ……(563)
清汤扎素 ……(539)
清汤火方 ……(427)
清汤发菜 ……(517)
清汤夹沙 ……(436)
清汤羊肚 ……(547)
清汤里脊 ……(417)
清汤狗肉 ……(554)
清汤泡糕 ……(594)
清汤腌肚 ……(555)
清汤鹿茸 ……(505)
清汤墨鲍 ……(473)
清汤燕窝 ……(382)
清汤蟹丸 ……(502)
清明艾饺 ……(591)
清炖牛肉 ……(546)
清炖石鸡 ……(514)
清炖鸡孚 ……(444)
清炖鸡酥 ……(446)
清炖狗肉 ……(554)
清炖兔子 ……(506)
清炖鲤鱼 ……(491)
清炖鹌鸡 ……(513)

清炖鳝筒 ……(489)
清炒三虾 ……(498)
清炒鲍贝 ……(468)
清砂啰鸡 ……(445)
清炸大肠 ……(427)
清炸肫肝 ……(441)
清烧鲤鱼 ……(354)
清凉虾鲜 ……(328)
清萝卜丸 ……(518)
清烹车螯 ……(358)
清烹铁雀 ……(512)
清酥羊肉 ……(432)
清蒸飞龙 ……(508)
清蒸牛肉 ……(555)
清蒸甲鱼 ……(386)
清蒸白鱼 ……(483)
清蒸白鳝 ……(490)
清蒸竹鼠 ……(507)
清蒸全鸭 ……(454)
清蒸江团 ……(484)
清蒸羊肉 ……(434)
清蒸花菇 ……(522)
清蒸围子 ……(507)
清蒸鸡鱼 ……(493)
清蒸带鱼 ……(493)
清蒸桂鱼 ……(487)
清蒸鹿胎 ……(505)
清蒸鲜鱼 ……(493)
清蒸鲶鱼 ……(493)
清蒸鹰龟 ……(513)
清稗类钞 ……(666)
清水大闸蟹 ……(69)
清水煮小猪 ……(559)
清汆山鸡片 ……(509)
清汆赤鳞鱼 ……(492)
清汤牛肉面 ……(581)
清汤牛杂碎 ……(547)
清汤玉带鸡 ……(447)
清汤汆牛肉 ……(555)
清汤羊脑面 ……(574)
清汤玻璃虾 ……(498)
清汤拆烩鸡 ……(438)
清汤素鸽蛋 ……(530)
清汤麂四件 ……(556)
清汤橄榄鱼 ……(558)
清明挂纸饼 ……(593)
清炖义河蚶 ……(470)
清炖子母鸡 ……(444)
清炖牛肉汤 ……(431)
清炖牛尾汤 ……(431)
清炖加吉鱼 ……(492)
清炖鸡脚翼 ……(450)
清炖兔肉块 ……(506)
清炖细鳞鱼 ……(491)
清炖狼山鸡 ……(444)
清炒湟鱼片 ……(491)
清烩鲈鱼片 ……(487)
清烹羊肉片 ……(432)
清蒸人参鸡 ……(440)
……(440)
清蒸北风菌 ……(523)
清蒸加力鱼 ……(492)
清蒸网油鱼 ……(483)
清蒸羊羔肉 ……(582)
清蒸武昌鱼 ……(482)
清蒸金线鱼 ……(493)
清蒸法罗鱼 ……(491)
清蒸细鳞鱼 ……(548)
清蒸珍珠鸡 ……(441)
清炖鳙鱼头 ……(483)
清汆飞龙丸子 ……(508)
清汤五丝豆腐 ……(525)
清汤牡丹银耳 ……(521)
清炖人参甲鱼 ……(474)
清炖破脸狗肉 ……(553)
清蒸珍珠丸子 ……(419)
清燉出骨甲鱼 ……(473)
清异录·馔羞门 ……(661)
清汤荷花莲蓬鸡 ……(447)
清炖蟹粉狮子头 ……(420)
清蒸红鳞加吉鱼 ……(492)
清蒸松花江白鱼段 ……(483)
渍 ……(304)
渍香瓜 ……(520)
添底油 ……(276)
鸿 ……(37)
鸿藏 ……(192)
淇鲫 ……(44)
淋 ……(272)
淋芡 ……(255)
淋油 ……(181)
……(259)
淋饼 ……(409)
淋汁熘 ……(264)
淋饭酒 ……(195)
淋浆糕 ……(549)

混子 ……(44)
混套 ……(379)
混糖 ……(282)
混合拌 ……(275)
混合油 ……(198)
混合盐 ……(179)
混合调味 ……(248)
混合油发芡 ……(255)
淮山 ……(100)
淮豆 ……(111)
淮饺 ……(301)
……(402)
淮盐 ……(180)
淮山药 ……(100)
淮王鱼 ……(51)
淮河鲤 ……(43)
淮扬菜系 ……(3)
淮安茶馓 ……(588)
淮杞炖牛腰 ……(430)
淮杞炖猪脑 ……(422)
渊鉴类函 ……(664)
淘箩 ……(638)
凉 ……(306)
淳母 ……(305)
淳菜 ……(116)
淳酢 ……(183)
淳熬 ……(305)
液体豆腐 ……(170)
液体味精 ……(187)
液体酱油 ……(182)
液化石油气灶 ……(630)
淡水 ……(197)
淡味 ……(247)
淡鱼 ……(154)
淡豉 ……(180)
淡菜 ……(75)
……(163)
淡银 ……(208)
淡腿 ……(149)
淡鲞 ……(158)
淡水泉 ……(197)
淡水鳗 ……(53)
淡竹笋 ……(98)
淡豆豉 ……(180)
……(344)
淡炼乳 ……(167)
淡菜羹 ……(359)
淡黄芡 ……(256)
淡竹叶粥 ……(402)
淡菜酥腰 ……(424)
淡煎鲳鱼 ……(368)
淡糟响螺片 ……(471)
淀粉 ……(204)
淀粉酶 ……(650)
深井 ……(198)
深锅 ……(633)
深蒲 ……(117)
……(304)
深红烩 ……(268)
深黄芡 ……(256)
深渡包袱 ……(591)
涮 ……(271)
涮锅 ……(633)
涮羊肉 ……(431)
羚羊 ……(32)
羝 ……(25)
羟 ……(26)
眷盘面 ……(340)
粞 ……(86)
粞饭 ……(294)
粞食 ……(294)
粘底 ……(260)
粘粟 ……(89)
粘锅 ……(260)
粘膜 ……(649)
粘藤 ……(106)
粘小米 ……(89)
粘火烧 ……(549)
粘玉米 ……(89)
粘豆包 ……(549)
粘面墩 ……(598)
粘高粱 ……(90)
粘锅边 ……(260)
粘糕饼 ……(575)
粘团子蘑 ……(126)
粗剁 ……(231)
粗粮 ……(85)
粗木耳 ……(124)
粗加工 ……(222)
粗皮侧耳 ……(128)
粗茶淡饭 ……(294)
粗粒熟馅 ……(289)
粗蛋白质 ……(643)
粗肉片熟馅 ……(288)
糊 ……(302)
粒 ……(235)

粒蚶 ……（76）
粑 ……(298)
断生 ……(257)
断肌甲 ……（40）
断乳羹 ……(350)
断斑石鲈 ……（60）
剪刀 ……(636)
剪刀草 ……(117)
剪鱼鳍 ……(225)
剪翅边 ……(224)
剪搭草 ……(117)
剪花馒头 ……(341)
着甲 ……（42）
着衣 ……(252)
着芡 ……(254)
着案 ……（7）
着腻 ……(254)
着色剂 ……(206)
盖边 ……(280)
盖菜 ……（96）
盖鼎 ……(635)
盖蓝 ……（96）
盖刀面 ……(280)
盖帘儿 ……(635)
盖浇饭 ……(296)
盖碗装肉 ……(374)
寇雉 ……（36）
寄居虾 ……（71）
寄居蟹 ……（71）
宿食 ……(654)
宿菜 ……（96）
密鲴 ……（47）
密陀僧 ……(208)
盔盘 ……(619)
梁溪脆鳝 ……(488)
婆翅 ……(156)
婆那娑 ……(142)
婆婆丁 ……(134)
婆婆蒿 ……(133)
婆罗门轻高面 ……(321)

〔丶一〕

谏果 ……(144)
扈鲁 ……(107)

〔一一〕

弹子肉 ……(212)
弹子葱 ……(239)
弹涂鱼 ……（68）

〔一丨〕

随手 ……(639)
随炒 ……(262)
随园食单 ……(665)
随食居饮食谱 ……(665)
隐士鸟 ……（36）
蛋包 ……(459)
蛋皮 ……(243)
蛋肉 ……(381)
蛋块 ……(243)
蛋松 ……(243)
蛋卷 ……(372)
蛋线 ……(166)
蛋粉 ……(166)
蛋煎 ……(266)
蛋糕 ……(302)
蛋白芡 ……(256)
蛋白质 ……(643)
蛋白饼 ……(586)
蛋白粉 ……(166)
……(253)
蛋白酶 ……(650)
蛋白糊 ……(253)
蛋甩帚 ……(637)
蛋皮丝 ……(243)
蛋和面 ……(281)
蛋泡糊 ……(254)
蛋卷肉 ……(381)
蛋美鸡 ……(444)
蛋美鸭 ……(455)
蛋烘糕 ……(609)
蛋粉糊 ……(253)
蛋梅鸭 ……(455)
蛋黄末 ……(243)
蛋黄粉 ……(166)
蛋黄酥 ……(573)
蛋清面 ……(284)
蛋清糊 ……(253)
蛋蓉芡 ……(256)
蛋糕席 ……（21）
蛋白里脊 ……(417)
蛋白鸡片 ……(441)
蛋白浆炸 ……(265)
蛋包羊筋 ……(436)
蛋皮鸡丝 ……(439)
蛋皮披卷 ……(381)

蛋和面团 ……(284)
蛋泡豆粉 ……(254)
蛋泡鱼条 ……(494)
蛋泡面团 ……(283)
蛋面馒头 ……(598)
蛋饺海参 ……(467)
蛋清豆粉 ……(253)
蛋清粉浆 ……(253)
蛋酥炒面 ……(585)
蛋糊面团 ……(283)
蛋糕冻粉 ……(459)
蛋白虫草鸡 ……(442)
蛋白质腐败 ……(650)
蛋白鲤鱼条 ……(478)
蛋茸牛肉羹 ……(430)
蛋黄火腿夹 ……(599)
蛋白质互补作用 ……(644)
蛋白质的生物价 ……(644)
蛋白质净利用率 ……(644)
蛋白质的生理价值 ……(644)

〔一丿〕

婢屣鱼 ……(61)
颇梭 ……(103)
颇儿必汤 ……(341)
袈裟牛肉 ……(428)

〔一一〕

骑马肠 ……(368)
续北山酒经 ……(662)
绮筵 ……(17)
绳系 ……(114)
维生素 ……(645)
维生素A ……(646)
维生素C ……(646)
维生素D ……(646)
维生素E ……(646)
维生素H ……(646)
维生素K ……(646)
维生素P ……(647)
维生素B ……(647)
维生素B_1 ……(646)
维生素B_2 ……(646)
维生素B_6 ……(646)
维生素B_{12} ……(646)
维生素PP ……(646)
维生素过多症 ……(646)
维生素缺乏症 ……(645)
绵白 ……(185)
绵瓜 ……(107)
绵羊 ……(25)
绵糖 ……(185)
绵鳚 ……(69)
绵白糖 ……(185)
绵絮头草 ……(134)
绵毛酸模叶蓼 ……(190)
绷鱼 ……(56)
绿卜 ……(178)
绿节 ……(116)
绿瓜 ……(178)
绿丝 ……(178)
绿肉 ……(311)
绿姑 ……(68)
绿粉 ……(327)
绿菜 ……(123)
绿菇 ……(127)
绿头鸭 ……(37)
绿团鱼 ……(38)
绿竹笋 ……(98)
绿豆丁 ……(235)
绿豆生 ……(611)
绿豆皮 ……(600)
绿豆芽 ……(174)
绿豆面 ……(398)
绿豆饼 ……(552)
绿豆粥 ……(204)
绿豆腐 ……(174)
绿豆糕 ……(394)
……(587)
绿茎菜 ……(136)
绿翅鱼 ……(67)
绿笋干 ……(177)
绿笋片 ……(177)
绿海龟 ……(39)
绿鳍鱼 ……(67)
绿蠵龟 ……(39)
绿豆粉糕 ……(362)
绿豆糊涂 ……(598)
绿茵鱼球 ……(494)
绿豆豆沙包 ……(586)
绿豆糯米饭 ……(606)
绿岛百花脯 ……(417)
绿茵白兔饺 ……(602)
绿鳍马面鲀 ……(68)
巢菜 ……(135)
巢菜粥 ……(405)

十二画

〔一一〕

琥珀 ……(277)
琥珀肉 ……(368)
……(380)
琥珀芡 ……(256)
琥珀糕 ……(401)
琥珀瓜脔 ……(328)
琥珀莲心 ……(534)
琼枝 ……(123)
琼珠 ……(327)
琼脂 ……(205)
琼胶 ……(205)
琼筵 ……(17)
琼林宴 ……(18)
琼兽蟹 ……(71)
琼厨金穴 ……(295)
斑龙 ……(33)
斑鸠 ……(35)
斑鱼 ……(52)
……(56)
斑雀 ……(35)
斑鲆 ……(61)
斑鳠 ……(63)
斑子鱼 ……(55)
斑节虾 ……(71)
斑鳟鱼 ……(54)
斑马子鱼 ……(491)
斑肝烩蟹 ……(501)
斑鸠初加工 ……(225)
鼋 ……(38)
鼋羹 ……(305)
琵琶 ……(278)
琵琶鸡 ……(152)
琵琶虾 ……(72)
琵琶鸭 ……(153)
……(455)
琵琶蛇 ……(39)
琵琶猪 ……(148)
琵琶蟹 ……(71)
琵琶大虾 ……(495)
琵琶羊筋 ……(435)
琵琶鲃鱼 ……(484)
琵琶蹄燕卷 ……(423)
琴鱼 ……(55)
琴蛇 ……(40)

〔一丨〕

博头 ……(64)
博炉 ……(297)
博望锅盔 ……(597)
堪达罕 ……(33)
塔不剌鸭子 ……(339)
棒子 ……(89)
棒豆 ……(89)
棒炙 ……(311)
棒草 ……(186)
棒子鱼 ……(46)
棒子面 ……(89)
棒棒鸡 ……(451)
棒棒菜 ……(94)
棒槌鸟 ……(35)
棒豆屑子 ……(89)
棒槌馃子 ……(566)
椰子 ……(143)
椰枣 ……(144)
椰栗 ……(144)
椰菜 ……(95)
椰子油 ……(201)
椰子船 ……(606)
椰子蟹 ……(71)
椰丝馅 ……(290)
椰奶鸡 ……(449)
椰菜花 ……(95)
椰霜饭 ……(367)
椰奶炖鸡 ……(449)
椰蓉牡丹酥 ……(606)
椰蓉松酥格 ……(603)
椰酱焗蛋盏 ……(603)
椰酱鲜蛋挞 ……(604)
楮鸡 ……(130)
棱掌 ……(291)
棱油锅 ……(241)
棋炒 ……(367)
棋饼 ……(561)
棋盘 ……(278)
棋子块 ……(234)
棋盘肉 ……(380)
棋盘蛇 ……(40)
棋子山药 ……(532)
棋盘花刀 ……(233)
植物肉 ……(173)
植物碱 ……(648)
植物四宝 ……(522)

植物四珍 ……(23)
植物蛋白肉 ……(173)
植物蛋白质 ……(643)
植物麦角菌食物中毒 ……(657)
椒油 ……(189)
椒盐 ……(240)
椒钵 ……(638)
椒麻 ……(240)
椒面羹 ……(342)
椒盐饼 ……(360)
椒香肉饼 ……(436)
椒盐切卷 ……(399)
椒盐竹蛆 ……(544)
椒盐米鸡 ……(445)
椒盐味型 ……(249)
椒盐排骨 ……(421)
椒盐翘尾 ……(423)
椒盐蜂儿 ……(554)
椒麻豆鱼 ……(543)
椒麻鸡片 ……(451)
椒麻味型 ……(249)
椒麻鸭掌 ……(458)
椒油小白菜 ……(517)
椒盐八宝鸡 ……(438)
……(450)
椒盐五香粉 ……(240)
棍子 ……(44)
棍子鱼 ……(46)
……(63)
椰 ……(628)
棰子 ……(145)
椽 ……(615)
棉豆 ……(112)
棉花菜 ……(134)
棉花糕 ……(599)
……(604)
棉籽油 ……(201)
棉裙翅 ……(155)
棉桃羊腐 ……(433)
椑 ……(625)
椑榹 ……(625)
榜 ……(622)
棓酸丙脂 ……(204)
棬 ……(627)
棕鱼 ……(121)
棕笋 ……(121)
棕熊 ……(29)
棕榈花 ……(121)
棕背斑鸠 ……(35)
椀 ……(619)
棺材板 ……(596)
椭 ……(618)
聒子 ……(42)
棘蛙 ……(42)
棘胸蛙 ……(41)
酢菹 ……(317)
酥 ……(199)
酥瓜 ……(108)
酥皮 ……(283)
酥鸡 ……(383)
酥纹 ……(291)
酥油 ……(199)
酥鱼 ……(372)
酥面 ……(281)
酥点 ……(291)
酥虾 ……(496)
酥饼 ……(298)
……(331)
……(397)
酥炸 ……(265)
酥笋 ……(397)
酥烤 ……(274)
酥烧 ……(274)
酥菜 ……(538)
酥酪 ……(166)
酥鲫 ……(370)
酥糊 ……(253)
酥儿印 ……(331)
酥月饼 ……(406)
酥白肉 ……(411)
酥合子 ……(564)
酥杏仁 ……(344)
酥层饼 ……(598)
酥果膏 ……(362)
酥油肺 ……(336)
酥油饼 ……(363)
酥骨鱼 ……(337)
酥炸浆 ……(254)
酥炸糊 ……(253)
酥桔圆 ……(533)
酥家鸭 ……(383)
酥烧饼 ……(561)
酥黄独 ……(333)
……(365)
酥野鸡 ……(383)
酥野鸭 ……(383)

酥盒馅 ……(289)
酥琼叶 ……(332)
酥蜜食 ……(326)
酥蜜饼 ……(349)
酥鲫鱼 ……(481)
酥馓馓 ……(399)
酥小鲫鱼 ……(481)
酥皮角儿 ……(363)
酥皮奄子 ……(341)
酥炸牛肉 ……(428)
酥炸浆皮 ……(285)
酥炸蟹盒 ……(502)
酥麻蛋饺 ……(458)
酥煲鹿脯 ……(350)
酥糊里脊 ……(417)
酥皮莲蓉包 ……(606)
酥合大乌鸡 ……(440)
酥炸西湖鱼 ……(481)
酥炸澄沙黄油球 ……(531)
鹌鹑 ……(35)
鹌鹑英 ……(134)
鹌鹑羹 ……(343)
散 ……(626)
散丹 ……(217)
散火 ……(259)
散扒 ……(268)
散旦 ……(217)
散灰 ……(208)
散状 ……(552)
散饼 ……(178)
散籽 ……(259)
散盐 ……(178)
散翅 ……(156)
散座 ……(13)
散堆 ……(280)
散袋 ……(388)
散叶甘蓝 ……(95)
散叶莴苣 ……(104)
款东 ……(137)
款冬 ……(137)
韩羊 ……(308)
韩鸡 ……(308)
韩兔 ……(308)
韩包子 ……(608)
朝饭 ……(2)
朝食 ……(2)
朝蟹 ……(70)
朝天锅 ……(12)
……(587)
朝鲜蓟 ……(118)
彭蜎 ……(70)
彭城狗肉 ……(506)
葑 ……(97)
葑苅 ……(97)
葑菜 ……(97)
葚 ……(140)
葫 ……(114)
葫芦 ……(107)
葫蒜 ……(114)
葫芦瓜 ……(107)
葫芦头 ……(216)
……(579)
葫芦肉 ……(211)
葫芦鸡 ……(441)
葫芦猴头蘑 ……(521)
葜脐 ……(117)
蒜菇 ……(117)
葛瓜 ……(101)
葛豆 ……(112)
葛粉 ……(205)
葛薯 ……(101)
葛氏鲃 ……(47)
葛仙米 ……(123)
葛根粉 ……(205)
葛粉羹 ……(343)
葛仙米羹 ……(535)
蒉 ……(103)
蒴 ……(97)
蒿芘 ……(124)
葙子 ……(133)
葙菜 ……(133)
菱 ……(118)
蓖菜 ……(104)
葡萄 ……(140)
葡萄干 ……(177)
葡萄鱼 ……(480)
葡萄酒 ……(195)
葡萄宴 ……(22)
葡萄糖 ……(185)
……(644)
葡萄糕 ……(400)
葡萄球菌肠毒素食物中毒 ……(658)
葱 ……(114)
葱丁 ……(239)
葱末 ……(239)
葱节 ……(239)

葱白 ……(222)
葱头 ……(115)
葱丝 ……(239)
葱米 ……(239)
葱花 ……(239)
葱条 ……(239)
葱茎 ……(221)
葱油 ……(240)
葱泥 ……(239)
葱茸 ……(239)
葱段 ……(239)
葱度 ……(239)
葱炮 ……(263)
葱结 ……(239)
葱珠 ……(239)
葱烧 ……(267)
葱球 ……(239)
葱椒 ……(240)
葱榄 ……(239)
葱颗 ……(239)
葱管 ……(239)
葱爆 ……(263)
葱芽面 ……(240)
……(359)
葱油粑 ……(601)
葱韭羹 ……(313)
葱姜水 ……(252)
葱弹子 ……(239)
葱椒炝 ……(276)
葱椒泥 ……(240)
葱湟鱼 ……(491)
葱嵌肉 ……(381)
葱醋鸡 ……(319)
葱扒鱼唇 ……(464)
葱花排骨 ……(421)
葱炒地耳 ……(519)
葱柄肉圆 ……(421)
葱烧里脊 ……(417)
葱烧兔肉 ……(506)
葱烧鱼唇 ……(465)
葱烧海参 ……(466)
葱椒料酒 ……(252)
葱辣鱼脯 ……(480)
葱爆羊肉 ……(545)
葱爆鸭心 ……(453)
葱花脂油饼 ……(565)
葱盐荞麦粑 ……(602)
葱椒火炬鸡 ……(445)
葱椒炝鱼片 ……(494)
葱盐米浆肉饼 ……(600)
蒌 ……(133)
蒌蒿 ……(133)
蒌蒿粥 ……(405)
蒋 ……(116)
蒋角 ……(117)
蒋鸡 ……(376)
蒋实 ……(91)
蒋侍郎豆腐 ……(378)
蒁菜 ……(104)
落台 ……(638)
落苏 ……(112)
落作 ……(11)
落炊 ……(259)
落桌 ……(13)
落葵 ……(106)
落水泉 ……(216)
落地生 ……(146)
落花生 ……(146)
落花参 ……(146)
落花生油 ……(201)
落花生粥 ……(404)
落叶琵琶虾 ……(497)
萱草 ……(118)
萱萼 ……(118)
萱草花粥 ……(404)
莞 ……(118)
蒉 ……(96)
蒉子 ……(96)
葬 ……(92)
葬粞 ……(294)
葵 ……(105)
葵菹 ……(317)
葵花子 ……(146)
葵花白 ……(95)
葵菜羹 ……(340)
……(343)
葵花牛肉 ……(428)
葵花白菜 ……(95)
葵花肉丸 ……(390)
葵花莲子 ……(534)
葵花扣鲜鱿 ……(472)
葵菘芜菁蜀芥咸菹 ……(317)
蔷肆 ……(11)
蚡 ……(82)
蛩 ……(82)
蚩 ……(80)

喜头 ……（44）
喜筵 ……（19）
喜马拉雅旱獭 ……（31）
粟米 ……（88）
粟谷 ……（89）
粟粉 ……（89）
粟殆 ……(317)
粟腐 ……(391)
煮 ……(268)
煮发 ……(227)
煮汤 ……(250)
煮饺 ……(299)
煮蛋 ……(370)
煮糊 ……(610)
煮糕 ……(566)
煮蟹 ……(338)
煮切面 ……(398)
煮白果 ……(409)
煮冬瓜 ……(369)
煮包子 ……(299)
煮羊头 ……(384)
煮肺管 ……(368)
煮鱼翅 ……(368)
……(371)
煮面点 ……(291)
煮香菰 ……(372)
煮莲子 ……(409)
煮脊筋 ……(368)
煮麸干 ……(351)
煮馄饨 ……(350)
煮鹿筋 ……(368)
……(371)
煮腊豆 ……(407)
煮蒸饭 ……(296)
煮鲍鱼 ……(371)
煮鲤鱼 ……(338)
煮璚枝 ……(359)
煮燕窝 ……(371)
煮鲶鱼 ……(338)
煮沸消毒 ……(655)
煮南瓜崽 ……(519)
煮香珠豆 ……(379)
煮炸豆腐 ……(564)
煮蛇丸子 ……(558)
煮猪头肉 ……(338)
煮落花生 ……(409)
越瓜 ……(108)
越椒 ……(109)
越禽 ……（34）
越王头 ……(144)
越南鱼 ……（54）
趋织 ……（82）
超声波保藏 ……(655)

〔一丿〕

硬水 ……(197)
硬火 ……(245)
硬边 ……(210)
硬肋 ……(211)
硬米 ……（85）
硬酥 ……(284)
硬粟 ……（89）
硬缔 ……(236)
硬糊 ……(253)
硬子面 ……(282)
硬五花 ……(211)
硬骨鳝 ……（65）
硬脂酸 ……(645)
硬心皮蛋 ……(166)
硬面烧饼 ……(565)
硬颈鳌鱼 ……（47）
硬毛果野豌豆 ……(136)
确甫 ……(584)
硝 ……(203)
硝水 ……(203)
硝石 ……(203)
硝酸钠 ……(203)
硝酸钾 ……(203)
硫 ……(647)
硫黄 ……(204)
硫胺素 ……(646)
硫酸钙 ……(204)
硫酸铝氨 ……(202)
雄丬 ……(213)
雄丁香 ……(191)
厨 ……（6）
厨人 ……（7）
厨刀 ……(636)
厨子 ……（7）
厨什 ……（15）
厨司 ……（6）
厨师 ……（7）
厨行 ……（7）
……（11）
厨局 ……（6）
厨者 ……（7）

厨房 ……（6）
厨娘 ……（8）
厨剪 ……(636)
厨师长 ……（14）
厨房业 ……（11）
厨房烧 ……（16）
厨养臣 ……（7）
雁 ……（37）
雁头 ……(146)
雁膳 ……（91）
雁醢 ……(303)
雁爪稗 ……（90）
雁叫菇 ……(127)
雁鹅菌 ……(127)
赍字五色饼 ……(319)

〔一¬〕

搭火 ……(242)
……(244)
搭伙 ……（3）
搭明油 ……(259)
揩布 ……(639)
提 ……(227)
提子 ……(177)
提片 ……(157)
提娄 ……（99）
提黄 ……(300)
提盒 ……(641)
提炉顶 ……(217)
提篮鱼 ……(478)
提丝发糕 ……(608)
提褶包捏 ……(291)
提高氢离子浓度保藏 ……(655)
揣面 ……(282)
揣窝 ……(214)
揪剂 ……(284)
搓条 ……(284)
搓鱼 ……(574)
搓鱼子 ……(575)
搓条饽饽 ……(549)
搅勺 ……(258)
搅瓜 ……(109)
……(408)
搅面 ……(282)
搅糁 ……(236)
搅丝瓜 ……(109)
搅京糕 ……(531)
搅泥子 ……(236)
搅面馅饼 ……(578)
揉面 ……(282)
辋川小样 ……(320)
雅 ……(628)
雅罗 ……（48）
雅鱼 ……（48）
雅座 ……（12）
雅麻 ……(192)
雅扎贡布 ……(124)
絮淡 ……(310)
翘尾 ……(212)
翘饶 ……(136)
翘摇 ……(136)
翘鳞肉齿菌 ……(126)
颉 ……(620)

〔丨一〕

紫贝 ……（77）
紫米 ……（86）
紫苏 ……(191)
紫英 ……(122)
紫姜 ……(101)
紫砣 ……（72）
紫桂 ……(191)
紫茸 ……(136)
紫菘 ……（96）
紫菜 ……(122)
紫菊 ……(132)
紫萸 ……(122)
紫蛤 ……（76）
紫貂 ……（30）
紫鲍 ……(163)
紫藤 ……(119)
紫蘘 ……（72）
紫木耳 ……(125)
紫见手 ……(126)
紫红米 ……（86）
紫红芡 ……(256)
紫花菌 ……(127)
紫苏鱼 ……(326)
紫苏饼 ……(401)
紫苏粥 ……(366)
紫茎蕨 ……(136)
紫草子 ……(106)
紫砂糖 ……(185)
紫贻贝 ……（75）
紫菜头 ……（97）
紫菜饭 ……(552)

紫菜薄 ……(318)
紫菜粥 ……(405)
紫酥鸡 ……(439)
紫膨脖 ……(112)
紫糯米 ……(86)
紫石房蛤 ……(76)
紫花香菜 ……(191)
紫果羊肝 ……(546)
紫孢侧耳 ……(128)
紫毫粉壁 ……(442)
紫菀苗粥 ……(403)
紫米八宝饭 ……(610)
紫菜头色素 ……(207)
紫米网油泥烤鸡 ……(558)
乌觜 ……(29)

〔丨丨〕

凿石贝 ……(77)

〔丨丶〕

敞炉熏 ……(275)
凳 ……(26)
赏 ……(619)
掌勺 ……(14)
掌叶 ……(137)
掌灶 ……(14)
掌食 ……(9)
掌筵 ……(9)
掌醢 ……(9)
掌墨师 ……(14)
掌上明珠 ……(455)

〔丨一〕

喃咪 ……(181)
喇叭菌 ……(125)
喇虎酱 ……(395)
喇嘛肉 ……(382)
喇嘛鸡 ……(451)
喇嘛糊 ……(253)
喇嘛丸子 ……(436)
喊堂 ……(13)
喝 ……(1)
喝油 ……(259)
喂 ……(253)
……(241)
喂料 ……(248)
喂菜 ……(248)
喉口馒首 ……(589)
嗌汁 ……(193)
嗌汁芡 ……(256)
嗲饼 ……(322)
喧蛙 ……(41)
晾皮 ……(243)
晾肉 ……(410)
晾干肉 ……(414)
晾响皮 ……(224)
赐绯羊 ……(323)
赐绯含香粽子 ……(321)
蛙蟹 ……(71)
蛐蛐 ……(82)
蛔虫病 ……(658)
蛞斗 ……(42)
蛞蝓鱼 ……(69)
蜓蚰赢 ……(79)
蛑螺 ……(80)
蛤厉 ……(74)
蛤仔 ……(77)
蛤鱼 ……(41)
蛤柱 ……(163)
蛤梨 ……(76)
蛤蜊 ……(76)
蛤黎 ……(76)
蛤蟆 ……(41)
蛤子干 ……(164)
蛤蚂油 ……(153)
蛤蜊干 ……(164)
蛤蜊菌 ……(128)
蛤蜊酱 ……(187)
蛤黎酱 ……(187)
蛤蟆鸡 ……(444)
蛤蟆鱼 ……(68)
蛤士蟆干 ……(153)
蛤士蟆油 ……(153)
蛤蟆吐蜜 ……(578)
蛤蟆鲍鱼 ……(468)
蛤蜊鲫鱼汤 ……(390)
……(481)
蛟龙献珍 ……(543)
蛇头 ……(164)
蚌 ……(70)
蚌虎 ……(68)
蚌肉刺参 ……(467)
跑油 ……(241)
跑菜 ……(259)
跑碱 ……(282)
跑大棚 ……(11)

跑马芥 ……(255)
跑菜的 ……(16)
跑堂的 ……(16)
嵌蹄 ……(388)
崽崽鱼 ……(41)
最佳厨师 ……(9)
最佳点心师 ……(9)
量天尺花 ……(120)
量酒博士 ……(7)
晶糕 ……(177)
晶饼皮 ……(285)
景汤 ……(555)
景芝三盖饼 ……(586)
鼎 ……(616)
鼎占 ……(635)
鼎仔 ……(632)
鼎俎 ……(617)
鼎锅 ……(633)
鼎边糊 ……(595)
鼎俎家 ……(7)
鼎湖上素 ……(530)
舁 ……(626)
黑川 ……(189)
黑水 ……(181)
黑米 ……(86)
黑麦 ……(88)
黑芥 ……(256)
黑饭 ……(590)
黑闰 ……(365)
黑枣 ……(143)
黑抽 ……(182)
黑鱼 ……(52)
黑参 ……(160)
黑胡 ……(189)
黑梅 ……(184)
黑菜 ……(93)
黑菜 ……(122)
黑蚱 ……(82)
黑鹿 ……(33)
黑貂 ……(30)
黑寨 ……(67)
黑熊 ……(29)
黑醋 ……(183)
黑鲢 ……(45)
黑鲤 ……(43)
黑鲩 ……(44)
黑鲫 ……(44)
黑猴 ……(29)
黑鲭 ……(44)
黑鲳 ……(58)
黑鲷 ……(58)
黑鲻 ……(47)
黑糯 ……(86)
黑石鲈 ……(67)
黑瓜子 ……(146)
黑汁肉 ……(380)
黑加级 ……(59)
黑耳鲔 ……(64)
黑老婆 ……(67)
黑豆粥 ……(405)
黑砂糖 ……(185)
黑尾蟒 ……(40)
黑乳参 ……(161)
黑鱼肠 ……(390)
黑鱼籽 ……(160)
黑昆布 ……(122)
黑姑鱼 ……(58)
黑胡粉 ……(189)
黑胡椒 ……(189)
黑背鳐 ……(64)
黑耗子 ……(31)
黑瞎子 ……(29)
黑鳃嫂 ……(59)
黑鳟鱼 ……(67)
黑土布鱼 ……(57)
黑牛肝菌 ……(126)
黑牛髓煎 ……(342)
黑龙江菜 ……(4)
黑包头鱼 ……(45)
黑尾钩翅 ……(155)
黑鱼两吃 ……(488)
黑鱼棒子 ……(52)
黑胡椒粉 ……(189)
黑圆熊蜂 ……(80)
黑麻蛇菌 ……(126)
黑瞎子食 ……(137)
黑鳞鲫鱼 ……(44)
黑糯米面 ……(610)
黑子儿烧饼 ……(341)
黑龙江狗鱼 ……(54)
黑脊倒刺鲃 ……(48)
黑鳃梅童鱼 ……(58)
黑鳞加吉鱼 ……(59)
黑斑病红薯中毒 ……(656)
嬰 ……(633)

〔丿一〕

掰蓝 ……(95)
犊 ……(25)
犍 ……(25)
铺 ……(619)
链条箍 ……(303)
链球菌食物中毒 ……(658)
锔 ……(617)
锅 ……(632)
锅巴 ……(168)
锅边 ……(45)
锅边 ……(595)
锅面 ……(300)
锅贴 ……(299)
……(564)
锅饼 ……(586)
锅烧 ……(265)
锅烙 ……(275)
锅盔 ……(297)
锅铲 ……(635)
锅盘 ……(639)
锅盖 ……(634)
锅焗 ……(274)
锅焦 ……(168)
锅渣 ……(174)
锅焖 ……(270)
锅魁 ……(297)
锅熏 ……(275)
锅煽 ……(266)
锅巴盐 ……(179)
锅形碗 ……(640)
锅块饼 ……(399)
锅拍儿 ……(635)
锅蚂蚁 ……(260)
锅粑糕 ……(398)
锅烧肉 ……(336)
锅烧肚 ……(426)
锅盔牙 ……(597)
锅盖鱼 ……(56)
锅篇儿 ……(635)
锅蹴熘 ……(549)
锅巴肉片 ……(416)
锅巴油粉 ……(557)
锅炉子鸡 ……(446)
锅贴乌鱼 ……(473)
锅贴鸡坝 ……(523)
锅贴鸡签 ……(444)
锅贴鱼片 ……(495)
锅贴兔肝 ……(506)
锅贴蛋浆 ……(253)
锅烧羊肉 ……(436)
……(545)
锅烧羊腿 ……(433)
锅烧豆腐 ……(526)
锅烧肘子 ……(419)
锅烧河鳗 ……(490)
锅烧整鸭 ……(454)
锅烙豆腐 ……(243)
锅煽三样 ……(432)
锅煽肉片 ……(548)
锅煽羊肉 ……(545)
锅煽豆腐 ……(523)
锅煽沙参 ……(551)
锅煽鱼扇 ……(494)
锅煽鲈鱼 ……(487)
锅巴鹧鸪粥 ……(513)
锅贴煎牛脑 ……(431)
锅涝荠菜包 ……(589)
锅煽白蜜卷 ……(516)
锅煽鲍鱼盒 ……(468)
锅贴菊花珧柱 ……(470)
锅烙豆腐珧柱 ……(470)
铪 ……(615)
锋刀 ……(636)
锌 ……(648)
锌中毒 ……(657)
锑中毒 ……(657)
银嵌法 ……(240)
稍麦 ……(298)
梗 ……(85)
秫 ……(87)
程 ……(29)
程立万豆腐 ……(378)
程泽弓蛏干 ……(378)
秾 ……(85)
稀饭 ……(296)
稀奶油 ……(199)
稀油芡 ……(256)
稀黄酱 ……(181)
稀豆粉米线 ……(611)
稀豆粉油条 ……(611)
短脑 ……(214)
短蛸 ……(73)
短爪章 ……(73)
短尾鲔 ……(46)

短脚章 ……（73）
短腿蛸 ……（73）
短鳍鱼 ……（59）
鹅 ……（27）
鹅油 ……(200)
鹅蛋 ……（84）
鹅鲜 ……(347)
鹅膏 ……(200)
鹅醢 ……(357)
鹅毛脭 ……(154)
鹅毛鲽 ……(322)
鹅兜子 ……(349)
鹅掌菜 ……(122)
鹅皮面筋 ……(527)
鹅初加工 ……(225)
鹅黄豆生 ……(174)
……(333)
鹅脚木叶 ……(122)
鹆 ……（37）
鹆鼎 ……(295)
黍 ……（89）
黍子 ……（89）
黍米油糕 ……(574)
等氮平衡 ……(644)
笑 ……(622)
筒骨 ……(213)
筒盐 ……(179)
筒胶 ……(157)
筒粳 ……(302)
筒儿糕 ……(302)
筜 ……(622)
筵席 ……（17）
筋 ……(232)
筋力 ……(282)
答 ……(628)
氮平衡 ……(644)
氯 ……(647)

〔丿丨〕

傍林鲜 ……(332)
傍脚菇 ……(128)
焦色 ……(207)
焦饭 ……(313)
焦鸡 ……(375)
焦味 ……(247)
焦炒 ……(262)
焦炸 ……(265)
焦圈 ……(562)
焦鼬 ……(326)
焦碎 ……(260)
焦熘 ……(264)
焦糖 ……(207)
焦切虾 ……(529)
焦米粥 ……(405)
焦炒面 ……(568)
焦盐馅 ……(290)
焦盐子芋 ……(530)
焦盐肘子 ……(419)
焦麻螺蛳 ……(471)
焦熘肉片 ……(545)
焦熘肉段 ……(417)
焦熘里脊 ……(417)
焦熘肥肠 ……(526)
焦亚硫酸钠 ……(204)
焦熘如意卷 ……(458)
焦熘马哈鱼段 ……(491)
奥肉 ……(312)
粤菜 ……（5）
粤菜菜系 ……（4）
鼠蟓 ……（81）

〔丿丿〕

街鱼 ……（55）
御米 ……（92）
御麦 ……（89）
御庖 ……（7）
御览 ……(661)
御厨 ……（7）
御米粥 ……(331)
御府菜 ……（5）
御膳房 ……（6）
御茶膳房 ……（6）
御爱玉灌肺 ……(332)
御黄王母饭 ……(321)
循 ……（28）
循面 ……(282)
徧地锦装鳖 ……(319)
艇巴子 ……（55）
艇仔粥 ……(605)

〔丿丶〕

舒鸟 ……（27）
舒满 ……(220)
禽羞 ……(294)
舜英 ……(120)
舜芒谷 ……(132)

番瓜 ……(109)
……(113)
番苋 ……(103)
番杏 ……(103)
番麦 ……(89)
番柿 ……(112)
番茄 ……(113)
番菇 ……(100)
番姜 ……(112)
番桃 ……(142)
番鸭 ……(27)
番椒 ……(112)
番黍 ……(90)
番蒲 ……(109)
番薯 ……(100)
番木瓜 ……(113)
番石榴 ……(142)
番芥蓝 ……(95)
番苕藤 ……(106)
番南瓜 ……(109)
番鬼豆 ……(112)
番薯芫 ……(100)
番薯藤 ……(106)
番鬼茨菰 ……(100)
番桃 ……(142)
番豆 ……(146)
番果 ……(146)
番薯干 ……(176)
番茄酱 ……(184)
番茄沙司 ……(184)
番茄笋尖 ……(515)
番茄鹿筋 ……(505)
番茄窝奔 ……(548)
番茄腰柳 ……(417)
番茄煨鱼 ……(478)
番茄皮蛋汤 ……(460)
番茄马哈鱼片 ……(491)
飥 ……(297)
飥饭 ……(317)
飥魆面 ……(327)

〔丿一〕

猢狲 ……(34)
猩唇 ……(216)
……(220)
猩猩 ……(34)
猬菌 ……(125)
猸肉羹 ……(343)
猴头 ……(125)
猴血 ……(220)
猴枣 ……(142)
猴鱼 ……(46)
猴菜 ……(125)
猴菇 ……(125)
猴掌 ……(220)
猴腿 ……(136)
猴鲈 ……(60)
猴鞭 ……(220)
猴羹 ……(306)
猴子鱼 ……(44)
猴仔梨 ……(140)
猴耳枸 ……(398)
猴戴帽 ……(538)
猴头飞龙 ……(508)
猴初加工 ……(225)
猴蹄盖蕨 ……(136)
猴头扒熊掌 ……(502)
猴头蘑发制 ……(229)
猸子 ……(30)
猱 ……(34)
飧 ……(2)
馋饨 ……(299)
馋垒 ……(574)
馋饨儿 ……(327)
馄饨 ……(575)
馊味 ……(247)
馆饼 ……(586)
腊 ……(276)
腊人 ……(9)
腊子 ……(42)
腊木 ……(120)
腊水 ……(198)
腊头 ……(55)
腊肉 ……(148)
……(328)
腊肝 ……(595)
腊肠 ……(150)
腊鸡 ……(152)
腊茄 ……(112)
腊鱼 ……(158)
腊鸭 ……(153)
腊菜 ……(94)
腊梅 ……(120)
腊鹅 ……(153)
腊八豆 ……(180)
腊八粥 ……(297)

腊牛肉 ……(152)
腊汁肉 ……(579)
腊羊肉 ……(151)
……(546)
腊鸡片 ……(153)
腊驴肉 ……(574)
腊乳鸽 ……(153)
腊狗肉 ……(152)
腊野兔 ……(152)
腊野鸭 ……(153)
腊猪肝 ……(149)
腊猎肘 ……(149)
腊斑鸠 ……(153)
腊猴肉 ……(152)
腊鹌鹑 ……(153)
腊风眼润 ……(148)
腊味合蒸 ……(541)
腊味鱼包 ……(606)
腊味野鸡 ……(510)
腊金银润 ……(149)
腊子着甲鱼 ……(42)
腊味螺豆腐 ……(557)
腌 ……(276)
腌犬 ……(362)
腌鸡 ……(152)
……(438)
腌拌 ……(275)
腌兔 ……(362)
腌胗 ……(153)
腌烤 ……(274)
腌菜 ……(174)
腌渍 ……(248)
腌蟹 ……(165)
腌田鸡 ……(361)
腌生鱼 ……(552)
腌红姜 ……(395)
腌芥菜 ……(395)
腌韭花 ……(345)
腌香椿 ……(176)
腌盐韭 ……(330)
腌猪舌 ……(345)
腌猪肝 ……(149)
腌鹿尾 ……(346)
腌鹿脯 ……(346)
腌鹅雁 ……(346)
腌蒜头 ……(395)
腌豪猪 ……(362)
腌蛸蜞 ……(165)
腌大头菜 ……(175)
腌牛羊肉 ……(151)
腌胡莱菔 ……(407)
腌咸鸭卵 ……(346)
腌烤狍肉 ……(506)
腌雪里蕻 ……(175)
腌落花生 ……(395)
腌鲜桂鱼 ……(486)
腌大虾生肉 ……(237)
脾 ……(651)
脾析 ……(215)
……(304)
腋开 ……(223)
腋下开 ……(223)
腑肋 ……(214)
腔骨 ……(210)
腱子肉 ……(214)
腒 ……(152)
鼯鹿草 ……(116)
鳆蒸鹅 ……(351)
鳇 ……(627)
觞政 ……(663)
觚 ……(627)
觚卢 ……(127)
鲅鲆 ……(45)
鱿鱼 ……(162)
鱿鱼干 ……(162)
鱿鱼发制 ……(228)
鲃鱼 ……(41)
鲃 ……(51)
鲍鱼 ……(60)
鲂 ……(45)
鲂鱼 ……(45)
鲂鲋 ……(68)
鲃鱼 ……(56)
鲃肺汤 ……(487)
鲃鲴鱼 ……(63)
鲁菜 ……(4)
鲁肉饭 ……(596)
鲁菜菜系 ……(3)

〔丶一〕

敦 ……(621)
敦煌瓜 ……(147)
瓠 ……(624)
童牛 ……(25)
童狗 ……(26)
童子鸡 ……(27)

蛮瓜 ……(107)
蛮头 ……(298)
蛮姜 ……(190)
蛮南瓜 ……(109)
瘃鱼 ……(315)
瘃脯 ……(315)
瘃腊 ……(315)
鸦巾羹 ……(307)

〔丶丨〕

鹇鸡 ……(34)
阔口鱼 ……(51)

〔丶丿〕

焯 ……(241)
焜锅 ……(633)
焜锅馍 ……(583)
焰消 ……(203)
焙 ……(275)
焙粉 ……(202)
焙红菜 ……(369)
焙烧苏打 ……(202)
焗 ……(270)

〔丶丶〕

湛香鱼片 ……(476)
湖水 ……(198)
湖米 ……(165)
湖花 ……(192)
湖盐 ……(179)
湖雅 ……(665)
湖蟹 ……(64)
湖北菜 ……(4)
湖南菜 ……(5)
湖彩蛋 ……(166)
湖广鱼鲊 ……(365)
湖绉烧肉 ……(381)
湖南豆腐 ……(169)
湖州大馄饨 ……(590)
渣冰 ……(185)
湘菜 ……(5)
湘西血豆腐 ……(173)
湘江叉烧鱼 ……(487)
湘潭包子豆腐 ……(526)
鸿鹐 ……(37)
湿炒 ……(261)
湿粉 ……(253)
湿煎 ……(269)
湿煿 ……(222)
湿板芡 ……(255)
湿带子 ……(164)
湿淀粉 ……(255)
湿磨粉 ……(87)
湿糯米粉 ……(87)
温水 ……(198)
温拌 ……(275)
温炝 ……(276)
温油 ……(245)
温面 ……(396)
温泉 ……(197)
温菘 ……(96)
温碗 ……(620)
温水发 ……(227)
温水面 ……(282)
温吞水 ……(198)
温酒镳 ……(626)
温中祛寒 ……(653)
温州汤圆 ……(590)
温州松糕 ……(591)
温拌肘子 ……(412)
温拌蛰头 ……(473)
温拌腰丝 ……(424)
温油发芡 ……(255)
温汤清汤法 ……(250)
温拌鸡肝生 ……(557)
滑 ……(241)
滑勺 ……(257)
滑虫 ……(82)
滑苔 ……(123)
滑炒 ……(261)
滑炝 ……(276)
滑油 ……(241)
滑菜 ……(105)
滑烹 ……(262)
滑葵 ……(105)
滑熘 ……(264)
滑三丝 ……(541)
滑子鱼 ……(57)
滑石粥 ……(331)
滑油炒 ……(261)
滑滑菜 ……(105)
滑鼠蛇 ……(40)
滑汆鸡球 ……(452)
滑鸡包馅 ……(289)
滑蛋牛肉 ……(430)
滑熘里脊 ……(417)

滑熘鸡片 ……(441)
滑熘牛里脊 ……(429)
滑炒鸡片松茸 ……(551)
滑炒鸡丝冬笋 ……(441)
滑炒鸡丝薇菜 ……(516)
溲 ……(281)
溲箕 ……(618)
湟鱼 ……(49)
湾蜊 ……(53)
渡 ……(241)
渡父鱼 ……(51)
游冬 ……(131)
游波 ……(36)
游宴 ……(17)
游龙戏凤 ……(439)
滋阴 ……(652)
栖 ……(87)
糁子 ……(302)
割 ……(232)
割刀 ……(636)
割嗦 ……(218)
尊 ……(623)
尊斗 ……(627)
尊缶 ……(624)
普通粉 ……(88)
普通毛汤 ……(250)
普通奶汤 ……(251)
普通茗子 ……(136)
普通念珠藻 ……(123)
善狗 ……(26)
寒瓜 ……(108)
寒豆 ……(110)
寒具 ……(316)
寒庖 ……(6)
寒蚓 ……(83)
寒菌 ……(127)
寒雀 ……(36)
寒粟 ……(89)
寒粥 ……(308)
寒鲋 ……(44)
寒蜣 ……(83)
寒水石 ……(204)
寒食浆 ……(317)
寒露菌 ……(127)
寒谷暖气 ……(463)
寒梅鱼丸 ……(477)
富贵虾 ……(72)
富强粉 ……(88)
窝瓜 ……(109)
窝奔 ……(137)
窝坞 ……(274)
窝盘 ……(639)
窝麻鲍 ……(163)
窝窝面 ……(582)
窝窝馕 ……(584)
窖水 ……(198)
窗贝 ……(74)
粢 ……(90)
粢米 ……(89)
粢饭 ……(570)
粢毛糊 ……(587)
粢饭糕 ……(570)
装笼 ……(258)
装盘 ……(279)
道士帽 ……(240)
道场羹 ……(321)
道士蒜苗 ……(240)
道升海参 ……(466)

〔丶一〕

谢讽食经 ……(660)
裤带鱼 ……(69)
裙边 ……(221)
裙翅 ……(156)
裙带豆 ……(111)
裙带鱼 ……(62)
裙带面 ……(396)
裙带菜 ……(122)
裙边发制 ……(229)
屡屡豆 ……(111)
遍地锦装鳖 ……(474)

〔一一〕

强仇 ……(99)
强阴 ……(652)
强瞿 ……(99)
强化食品 ……(643)
粥 ……(296)
粥勺 ……(640)
粥方 ……(663)
粥底 ……(296)
粥油 ……(201)
粥谱 ……(665)
粥摊 ……(12)
犀牛眼 ……(217)
犀浦鲶鱼 ……(490)

〔一丨〕

隔蓝 ……(96)
隔碟 ……(640)
隔水炖 ……(270)
隔层肉 ……(381)
隔潮蟹 ……(69)
隔舱暖锅 ……(633)
疏 ……(92)
疏壳 ……(635)
疏表 ……(653)
疏食 ……(84)
……(293)
疏趾 ……(34)
疏松剂 ……(202)
疎 ……(92)

〔一丿〕

絮瓜 ……(107)

〔一丶〕

婺州腊猎 ……(345)
登 ……(620)
登仓 ……(29)
登发面 ……(283)

〔一一〕

骚味 ……(247)
缅桂 ……(119)
缅桃 ……(142)
缚粉 ……(204)
缆鱼 ……(73)
缕子脍 ……(320)
缕金龙凤蟹 ……(319)
……(500)
㕛 ……(24)

十三画

〔一一〕

瑞莲 ……(119)
瑞雪寻珍 ……(504)
瑰雷鱼 ……(56)
趄 ……(88)
登 ……(110)

〔一丨〕

填鸭 ……(27)
填瓤法 ……(240)
塌菜 ……(93)
塌馅 ……(290)
塌地菘 ……(93)
塌棵菜 ……(93)
塘水 ……(198)
塘鱼 ……(51)
塘虱 ……(52)
塘鲤 ……(51)
塘鳢 ……(51)
塘利鱼 ……(52)
塘角鱼 ……(52)
塘葛菜 ……(133)
塘蒿菜 ……(104)
塘鳢子 ……(221)
塘鳢鱼 ……(51)
楔 ……(139)
椿芽饼 ……(565)
椿芽粥 ……(404)
椿叶花椒 ……(190)
椿芽蚕豆 ……(519)
椿芽烘蛋 ……(460)
椿芽焖蛋 ……(459)
椿根馄饨 ……(322)
椿菜拌豆腐 ……(386)
椹圣 ……(190)
楔枣 ……(142)
楂油 ……(201)
椷 ……(628)
榄仁 ……(144)
榄红 ……(144)
榄豉菜 ……(105)
榄仁鸡丁 ……(449)
榄仁乳鸽片 ……(511)
榄仁香积卷 ……(530)
榄橄萝卜 ……(386)
楸子 ……(138)
椴梅 ……(139)
槐芽 ……(121)
槐花 ……(120)
槐蕊 ……(120)
槐叶冷淘 ……(322)
榆荚 ……(113)
榆钱 ……(113)
榆子酱 ……(314)
榆仁酱 ……(181)
榆皮面 ……(92)
榆皮粥 ……(323)
榆荚汤 ……(408)

榆黄蘑 ……(128)
楤木 ……(122)
楼牙草 ……(117)
楼杂 ……(16)
概 ……(623)
椴叶饽饽 ……(549)
赖汤圆 ……(607)
赖尿虾 ……(72)
赪鲤 ……(43)
酯化作用 ……(651)
酪 ……(166)
酪苏 ……(199)
酪面 ……(327)
酪酥 ……(112)
酪乳粉 ……(167)
酵母 ……(111)
鹊豆 ……(111)
鹊不踏 ……(122)
靴参 ……(161)
鼓眼 ……(62)
鼓风灶 ……(630)
鼓眼鱼 ……(64)
鼓儿签子 ……(335)
献头 ……(254)
勤瓜 ……(108)
勤行 ……(10)
……(11)
蒜 ……(114)
蒜子 ……(114)
蒜片 ……(196)
……(239)
蒜瓜 ……(325)
蒜头 ……(114)
蒜肉 ……(222)
蒜臼 ……(638)
蒜花 ……(240)
蒜苗 ……(114)
蒜泥 ……(239)
蒜茸 ……(240)
蒜烧 ……(267)
蒜粉 ……(196)
蒜球 ……(114)
蒜梅 ……(331)
蒜菜 ……(330)
蒜黄 ……(114)
蒜粒 ……(196)
蒜窝 ……(638)
蒜糊 ……(240)
蒜糕 ……(196)
蒜薹 ……(114)
蒜瓣 ……(222)
蒜冬瓜 ……(330)
蒜米鸡 ……(553)
蒜苗干 ……(329)
蒜茄儿 ……(345)
蒜泥芡 ……(255)
蒜脑薯 ……(99)
蒜烧鸡 ……(357)
蒜烧猪 ……(352)
蒜烧鲋 ……(355)
蒜泥凤爪 ……(445)
蒜泥白肉 ……(416)
蒜泥羊肝 ……(435)
蒜泥味型 ……(249)
蒜烧熊掌 ……(503)
蒜烹肘子 ……(412)
蒜糊肉盒 ……(420)
蒜子扣水鱼 ……(475)
蒜子焖鲇鱼 ……(484)
蒗荽 ……(102)
蓝菜 ……(95)
蓝占鲅 ……(63)
蓝光酸性红 ……(207)
蓖麻籽中毒 ……(656)
蓊菜 ……(104)
蓬灰 ……(203)
蓬饵 ……(308)
蓬蒿 ……(104)
蓬碱 ……(203)
蓬糕 ……(333)
蓬蒿汁 ……(206)
蓬蒿汤 ……(387)
蓬蒿饼 ……(365)
蓬蒿菜 ……(378)
蓬莱小面 ……(585)
蓼 ……(116)
衰衣饼 ……(396)
衰衣花刀 ……(232)
衰衣圆子 ……(592)
蒿菜 ……(104)
蒿雀 ……(36)
蒿猪 ……(32)
蒿子杆 ……(104)
蒿蒌脔 ……(305)
蘑菇 ……(189)
蒺藜粥 ……(404)

蓢 ……(106)
蒟酱 ……(308)
蒲白 ……(118)
蒲芽 ……(118)
蒲芹 ……(102)
蒲芦 ……(107)
蒲鱼 ……(56)
蒲桃 ……(140)
蒲笋 ……(118)
蒲菜 ……(117)
蒲菹 ……(317)
蒲蒻 ……(118)
蒲公英 ……(134)
蒲笋鲊 ……(345)
蒲萄粥 ……(404)
蒲棒鸡 ……(441)
蒲蒻粥 ……(404)
蒲公英粥 ……(405)
蒲芦芽鲊 ……(366)
蒲黄瓜齑 ……(335)
蒲棒白蜜 ……(516)
蒲棒猴头蘑 ……(521)
蒲棒里脊菊花肉 ……(417)
诸芎 ……(100)
诸药 ……(100)
蓉 ……(236)
蒻菹 ……(308)
陵 ……(117)
蒸 ……(272)
蒸片 ……(552)
蒸扒 ……(268)
蒸发 ……(227)
蒸羊 ……(310)
……(384)
蒸犏 ……(310)
蒸饭 ……(296)
蒸鸡 ……(310)
……(369)
蒸柜 ……(634)
蒸鱼 ……(559)
蒸炖 ……(270)
……(272)
蒸卷 ……(363)
蒸面 ……(300)
蒸点 ……(291)
蒸饺 ……(299)
蒸饼 ……(298)
……(327)
……(363)
……(572)
蒸鸭 ……(376)
蒸笼 ……(634)
蒸猪 ……(352)
蒸锅 ……(241)
蒸鹅 ……(358)
蒸糊 ……(610)
蒸蓴 ……(359)
蒸鲇 ……(308)
蒸鲨 ……(356)
蒸裹 ……(303)
蒸熊 ……(310)
蒸藕 ……(310)
蒸干菜 ……(330)
蒸山药 ……(408)
蒸小鸡 ……(375)
蒸白鱼 ……(377)
蒸白圆 ……(421)
蒸白蟹 ……(355)
蒸芋魁 ……(362)
蒸百合 ……(408)
蒸肉肠 ……(550)
蒸羊糕 ……(556)
蒸苋菜 ……(387)
蒸谷米 ……(86)
蒸汽灶 ……(629)
蒸青鱼 ……(354)
蒸鱼翅 ……(242)
蒸咸菜 ……(174)
蒸食炸 ……(564)
蒸炸盒 ……(567)
蒸黄甲 ……(355)
蒸黄鼠 ……(356)
……(371)
蒸馄饨 ……(398)
蒸猪头 ……(310)
蒸猪蹄 ……(373)
蒸鹿尾 ……(371)
蒸焖饭 ……(296)
蒸煮灶 ……(629)
蒸锅水 ……(198)
蒸腊肉 ……(380)
蒸蒸糕 ……(607)
蒸裹棕 ……(392)
蒸鲷鱼 ……(551)
蒸熊掌 ……(371)
蒸鲥鱼 ……(325)

……(354)
蒸鲫鱼 ……(376)
蒸鲹鱼 ……(386)
蒸鳊鱼 ……(376)
蒸糟鱼 ……(494)
蒸鳝鱼 ……(358)
蒸山药饼 ……(401)
蒸玉面貍 ……(356)
蒸白木耳 ……(408)
蒸羊眉突 ……(337)
蒸汽传导 ……(246)
蒸汽消毒 ……(655)
蒸拌冷面 ……(569)
蒸果子狸 ……(375)
蒸点方箱 ……(634)
蒸香干菜 ……(379)
蒸煨刀鱼 ……(373)
蒸糯米肠 ……(554)
蒸大红羔蟹 ……(502)
蒸风鱼腊肉 ……(541)
蒸风猪小肠 ……(371)
蒙华 ……(132)
蒙芡 ……(255)
蒙子虾 ……(72)
蒙古八珍 ……(23)
蒙古口蘑 ……(129)
蒙古包子 ……(575)
蒙古卷子 ……(575)
蒙古面条 ……(574)
蒙古馃子 ……(575)
蒙古馅子 ……(576)
蒙古瞪羚 ……(32)
蒙自烧鸭 ……(458)
蒺菁 ……(97)
禁 ……(628)
楚菘 ……(96)
楚葵 ……(102)
楚乡什锦 ……(482)
碁子粥 ……(316)

〔一丿〕

碘 ……(648)
碓窝 ……(638)
硼砂 ……(203)
硼砂发 ……(227)
碎米 ……(87)
碎烧 ……(267)
碎腩 ……(214)
碎骨肉 ……(416)
碎蜜供 ……(403)
碎炸子鸡 ……(449)
碗 ……(619)
碗芡 ……(255)
碗坨 ……(549)
碗砣 ……(579)
碗粿 ……(596)
碗糖 ……(185)
碗蒸羊 ……(336)
鹌鹑 ……(28)
鹌鹑茄 ……(325)
鹌鹑蛋 ……(84)
鹌鹑回巢 ……(553)
鹌雀儿鱼酱 ……(347)
鹌鹑初加工 ……(225)
感染 ……(654)

〔一丶〕

雷鸟 ……(35)
雷蘑 ……(129)
雷打菰 ……(127)
雷震蛾 ……(131)
雷蘑羊 ……(433)
零食 ……(293)
零餐 ……(13)
零余子 ……(101)
雹突 ……(96)
雹葵 ……(96)

〔一乛〕

摸刺刀鱼 ……(389)
搅勺 ……(258)
摆台 ……(22)
摆屜 ……(291)
摆入法 ……(279)
摆架鱼 ……(67)
摇车 ……(136)
摇刀片 ……(231)
搪瓷锅 ……(632)
搠罗脱因 ……(340)
摒布 ……(638)
摒条 ……(632)
摊 ……(242)
……(263)
摊皮 ……(285)
摊蛋 ……(353)
摊罗粉 ……(243)

摊粉皮 ……(244)
摊黄儿 ……(575)
辐射 ……(246)
辐射保藏 ……(655)
蜇头 ……(164)
蜇皮 ……(164)

〔丨一〕

频婆 ……(138)
粲 ……(86)
……(316)
虞刺 ……(107)

〔丨丨〕

鉴湖鱼 ……(486)

〔丨亠〕

嗔鱼 ……(55)
嗅觉 ……(649)
暖壶 ……(626)
暖盘 ……(620)
暖锅 ……(633)
暖气升蒸 ……(273)
暖寒花酿驴蒸 ……(319)
暗钉鱼 ……(52)
暗炉烤 ……(274)
暗土布鱼 ……(51)
暗酥酥皮 ……(285)
暗腹雪鸡 ……(35)
暄炸 ……(265)
暄糊 ……(254)
睡莲 ……(118)
睡莲菜 ……(119)
螃 ……(82)
蛹 ……(69)
蛏 ……(75)
蛸 ……(73)
蜈蚣花刀 ……(233)
蜗牛 ……(79)
蜗篱 ……(79)
蜗醢 ……(304)
蜗螺 ……(79)
蜗赢 ……(79)
蜗儿菜 ……(99)
蛾蚌 ……(80)
蛾眉豆 ……(111)
蜉 ……(74)
蜂儿 ……(80)
蜂子 ……(80)
蜂蜜 ……(186)
蜂糖 ……(186)
蜂糕 ……(301)
蜂斗菜 ……(137)
蜂窝眼 ……(259)
蜂糖糕 ……(301)
……(589)
蜂尔里脊 ……(418)
蜂窝豆腐 ……(555)
蜂窝煤炉 ……(630)
蜂巢蛋黄角 ……(602)
蜂蜜凉粽子 ……(581)
跐耳子 ……(582)
跨蹦鱼 ……(477)
路菜 ……(294)
路边菊 ……(132)
路路通 ……(102)
跟刀劈 ……(231)
跟头蒜苗 ……(240)
跳切 ……(230)
跳鲢 ……(322)
跳鲢 ……(44)
跳丸炙 ……(312)
跳神肉 ……(403)
跳跳鱼 ……(68)
骰子丁 ……(235)
骰子豆腐 ……(171)
鼻头 ……(298)
署预 ……(100)
署豫 ……(100)
蜀 ……(27)
蜀秫 ……(90)
蜀黍 ……(90)
蜀椒 ……(188)
照鲙 ……(336)
照射保藏 ……(655)
题 ……(619)

〔丿一〕

猲 ……(32)
猲犯 ……(32)
矮瓜 ……(112)
雉 ……(34)
雉鸠 ……(35)
雉羹 ……(303)
雉酪羹 ……(306)
稞子 ……(89)

稗子 ……(90)
稔转 ……(367)
穇子 ……(90)
锚沙皮 ……(286)
锚沙面团 ……(283)
锜 ……(615)
锡 ……(648)
锇 ……(615)
锤鸡馄饨 ……(566)
锄 ……(628)
锦鸡 ……(34)
锦囊 ……(28)
锦荔枝 ……(109)
锦袄子 ……(42)
锦绣鱼丝 ……(488)
锦州小火腿 ……(150)
锭 ……(617)
锯切 ……(230)
锯齿花蛋 ……(243)
锯缘青蟹 ……(70)
锰 ……(648)
歃汤 ……(588)
箕 ……(620)
箕 ……(622)
箕箕 ……(638)
箭 ……(622)
筱筱火烧 ……(577)
简单蛋白质 ……(643)
筷子 ……(640)
筷架 ……(641)
筷笼 ……(641)
筷盒 ……(641)
筷筒 ……(641)
筷子头 ……(234)
筷子花 ……(22)
筷子条 ……(234)

〔丿丨〕

鲶鱼 ……(73)
傻狍子 ……(33)
鼠耳 ……(121)
……(133)
鼠尾 ……(190)
鼠实 ……(134)
鼠脯 ……(152)
鼠黄 ……(134)
鼠头鱼 ……(48)
鼠耳草 ……(133)
鼠曲草 ……(133)
鼠根菜 ……(103)
鼠密艾 ……(134)
鼠曲菜粥 ……(405)
煲 ……(270)
煲饭 ……(296)
魁 ……(621)
魁陆 ……(75)
魁蚶 ……(76)
魁蛤 ……(75)

〔丿丿〕

微开 ……(245)
微火 ……(245)
微沸 ……(245)
微生物 ……(654)
微波炉 ……(631)
微孔豆腐 ……(525)
微量元素 ……(647)
蜃 ……(77)
……(304)

〔丿丶〕

貊 ……(32)
貊炙 ……(308)
鲋鱼 ……(300)

〔丿乛〕

馍 ……(298)
馏 ……(242)
馏笼 ……(242)
馏荸荠 ……(408)
馓 ……(295)
腻子 ……(236)
腻口 ……(248)
腩 ……(214)
……(261)
腩炙 ……(311)
……(312)
腰豆 ……(111)
腰果 ……(145)
腰柳 ……(211)
腰脊 ……(211)
腰盘 ……(638)
腰牌 ……(211)
腰窝 ……(216)
腰子饼 ……(561)
腰窝头 ……(214)

腰窝排 ……(214)
腥味 ……(247)
腹开 ……(223)
腶脩 ……(147)
……(305)
腊 ……(261)
腊鸡 ……(311)
腊鱼 ……(311)
腊白肉 ……(311)
腿骨 ……(213)
雏鸡 ……(27)
雏凤清声 ……(451)
雏鸡甲鱼 ……(474)
觥 ……(622)
解表 ……(652)
解蠡 ……(91)
鲊 ……(64)
鲊鱼 ……(48)
鲇 ……(61)
鲇鱼 ……(51)
鲃 ……(55)
鲂 ……(45)
……(51)
鲅鱼 ……(63)
鲆鱼 ……(61)
鲇鱼 ……(52)
鲇 ……(386)
鲈 ……(59)
鲈夹 ……(60)
鲈板 ……(60)
鲈麻 ……(53)
鲈鲤 ……(43)
鲈鳢 ……(51)
鲈子鱼 ……(60)
鲈鱼鲞 ……(308)
鲈莼羹 ……(487)
鲈鱼初加工 ……(226)
鲋 ……(53)
鲋鱼 ……(53)
鲩丝 ……(53)
鲩鱼 ……(52)
鲫鱼 ……(47)
鲊犯 ……(326)
鲊什锦 ……(556)
鲊辣椒 ……(188)
鲍腌 ……(309)
鲋 ……(44)
……(46)
鲌 ……(157)
鲚鱼脍 ……(320)
鲟 ……(68)
鲍鱼 ……(73)
鲍菇 ……(128)
鲍螺 ……(327)
鲍鱼干 ……(163)
鲍鱼面 ……(576)
鲍鱼菇 ……(128)
鲍鱼发制 ……(228)
鲶鱼 ……(58)
鲵 ……(51)
鲳鱼 ……(62)
鲳巴鱼 ……(63)
鲳鲅鱼 ……(63)
鲫 ……(51)
煞 ……(241)
煞口 ……(248)

〔丶一〕

靖江羊糕 ……(437)
靖江肉脯 ……(148)
鹑芽 ……(220)
鹑脯 ……(220)
鹑羹 ……(304)
新鸡 ……(27)
新麦汁 ……(592)
新法蟹 ……(339)
新韭饼 ……(363)
新竹贡凤 ……(596)
新陈代谢 ……(650)
新法浮圆 ……(328)
新法蛤蜊 ……(338)
新疆凉面 ……(585)
新西兰菠菜 ……(103)
新兴圆蒸饺 ……(577)
新法鹌子羹 ……(325)
新洁而灭消毒 ……(654)
新鲜盐白菜炒鸡 ……(371)
雍 ……(104)
意大利芥蓝 ……(96)
麂 ……(33)
麂子干巴 ……(152)
痴虎鱼 ……(51)

〔丶丿〕

煤 ……(613)
煤气灶 ……(630)

煤气炉 ……(631)
煤油炉 ……(631)
煤焦油色素 ……(207)
煠 ……(261)
煠肾 ……(357)
煠山药 ……(350)
煠骨头 ……(350)
煠脥儿 ……(335)
煳羊肉 ……(435)
煳辣椒 ……(188)
煳辣味型 ……(249)
煘白汤 ……(250)
煓 ……(242)
煨 ……(270)
煨犬 ……(356)
煨火 ……(245)
煨汁 ……(248)
煨芋 ……(327)
煨肝 ……(383)
煨栗 ……(398)
煨鸽 ……(385)
煨蛋 ……(353)
煨腰 ……(383)
煨三尖 ……(383)
煨三鸡 ……(385)
煨三鸭 ……(384)
煨三笋 ……(379)
煨三筋 ……(384)
煨口蘑 ……(382)
煨五鲜 ……(389)
煨牛舌 ……(375)
……(384)
煨石发 ……(379)
煨冬瓜 ……(369)
煨台蓥 ……(377)
煨肉面 ……(399)
煨竹荪 ……(407)
煨羊脑 ……(384)
煨鸡肾 ……(376)
煨板鸭 ……(389)
煨鱼翅 ……(242)
煨面筋 ……(379)
煨香菇 ……(407)
煨斑鱼 ……(373)
煨壶卢 ……(408)
煨鸭舌 ……(389)
煨鸭掌 ……(384)
煨笋衣 ……(407)
煨海参 ……(242)
煨黄雀 ……(376)
煨银鱼 ……(377)
煨梨片 ……(398)
煨鸽蛋 ……(376)
煨猪肚 ……(373)
煨猪肺 ……(373)
煨猪腰 ……(373)
煨猪蹄 ……(373)
煨麻雀 ……(376)
煨淡菜 ……(373)
煨鲜菱 ……(379)
煨蕨菜 ……(378)
煨鳇鱼 ……(385)
煨乌鱼蛋 ……(373)
煨火腿皮 ……(383)
煨羊肚菌 ……(407)
煨羊肚菜 ……(379)
煨虎蹄菌 ……(407)
煨笋蹄花 ……(388)
煨假元宵 ……(387)
煨猪里肉 ……(373)
煨商山芝 ……(407)
煨葛仙米 ……(379)
煨鱿鱼丝 ……(471)
煨榆木耳 ……(408)
煨鲜胡桃 ……(389)
煨木耳香蕈 ……(379)
煨鱼翅二法 ……(373)
煨桂花木耳 ……(408)
煾岸 ……(75)
煣 ……(269)
煖炉 ……(614)
煸 ……(262)
煸烧 ……(267)
煸馅 ……(287)
煸白肉 ……(411)
煸馅蒸饺 ……(576)
熀毛 ……(222)
熀沙 ……(224)
黏 ……(260)
黏鹑 ……(305)

〔丶丶〕

满山香 ……(325)
满天星 ……(102)
……(324)
满汉席 ……(20)

满台飞 ……(495)
满阳花 ……(97)
满坛香 ……(465)
满煎糕 ……(595)
满汉大席 ……(20)
满汉全席 ……(19)
满州饽饽 ……(394)
满池荷花开 ……(421)
满汉燕翅烧烤席 ……(20)
滇菜 ……(5)
滇味炒面 ……(612)
滠油 ……(259)
滠油缽 ……(635)
滠油锅 ……(635)
滫食 ……(295)
滫瀡 ……(209)
溪蟹 ……(69)
溜尖 ……(301)
溜条 ……(291)
溜鱼 ……(56)
溜面 ……(291)
滚 ……(272)
滚叉 ……(258)
滚开 ……(245)
滚切 ……(230)
滚水 ……(198)
滚头 ……(83)
滚蛋 ……(353)
滚筒 ……(637)
滚糊 ……(253)
滚刀块 ……(234)
滚沾法 ……(291)
滚料切 ……(230)
滚袍炸 ……(265)
滚袍糊 ……(254)
滚滩蛎子 ……(74)
滚水提桶鸭 ……(384)
溏浹 ……(308)
溏心皮蛋 ……(166)
滨莴苣 ……(103)
羧基肽酶 ……(650)
羧甲基纤维素 ……(206)
粳米 ……(85)
粳稻 ……(85)
粳米豆包 ……(549)
粳米枣糕 ……(317)
粹 ……(88)
煎 ……(266)
煎扒 ……(268)
煎封 ……(266)
煎面 ……(569)
煎转 ……(269)
煎点 ……(291)
煎炸 ……(16)
……(265)
煎钻 ……(270)
煎烧 ……(267)
煎调 ……(209)
煎麸 ……(361)
煎堆 ……(302)
……(606)
煎匙 ……(635)
煎烹 ……(262)
煎焖 ……(269)
煎焗 ……(273)
煎蛋 ……(353)
煎锅 ……(632)
煎焖 ……(270)
煎蒸 ……(272)
煎煨 ……(270)
煎滚 ……(272)
煎熘 ……(264)
煎爆 ……(269)
煎鲭 ……(305)
煎丸子 ……(420)
煎年糕 ……(400)
煎串肉 ……(550)
煎青椒 ……(551)
煎春卷 ……(530)
煎封汁 ……(252)
煎虾饼 ……(499)
煎饺皮 ……(286)
煎饼汤 ……(572)
煎炸焖 ……(270)
煎钻鱼 ……(492)
煎馄饨 ……(568)
煎焖子 ……(567)
煎蛋鱼 ……(553)
煎玉簪花 ……(365)
煎豆腐干 ……(568)
煎芙蓉蛋 ……(460)
煎茶水记 ……(661)
煎封鲳鱼 ……(493)
煎饼馃子 ……(568)
煎炸汤圆 ……(601)
煎炸虾饼 ……(496)

煎烤子鸡 ……(441)
煎瓤豆腐 ……(526)
煎瓤鸡饼 ……(439)
煎瓤明虾 ……(499)
煎瓤鸭掌 ……(457)
煎瓤凉瓜 ……(542)
煎三角油糍 ……(601)
煎白条鱼饼 ……(490)
煎转西红柿 ……(516)
煎炸牛干巴 ……(546)
煎焖瓤凉瓜 ……(553)
慈菇 ……(117)
慈竹笋 ……(98)
慈姑粥 ……(404)
慈谋勒 ……(191)
慈鳗鳊 ……(65)
鲞 ……(72)
鲞肉 ……(595)
粱肉 ……(295)
粱饭 ……(296)
粱饘 ……(297)
粱糗 ……(296)
粱米淡粥 ……(340)
酱 ……(180)
……(271)
酱干 ……(172)
酱汁 ……(181)
酱虫 ……(82)
酱肉 ……(148)
……(371)
……(380)
酱色 ……(207)
酱汤 ……(252)
酱豆 ……(180)
酱炒 ……(262)
酱油 ……(181)
酱虾 ……(495)
酱姜 ……(395)
酱栗 ……(398)
酱鸭 ……(389)
酱烧 ……(267)
酱菜 ……(175)
酱焖 ……(269)
酱清 ……(181)
酱鳆 ……(370)
酱蟹 ……(346)
……(356)
酱爆 ……(263)
酱爆 ……(269)
酱风肉 ……(380)
酱石花 ……(379)
酱生姜 ……(175)
酱瓜茄 ……(345)
酱包炒 ……(262)
酱汁肉 ……(414)
酱汁芡 ……(255)
酱肉鲊 ……(397)
酱豆腐 ……(195)
酱鸡蛋 ……(393)
酱板草 ……(132)
酱炙羊 ……(352)
酱油豆 ……(180)
酱油茄 ……(515)
酱封肉 ……(148)
酱胡桃 ……(398)
酱桔皮 ……(398)
酱鸭膀 ……(453)
酱烧鱼 ……(560)
酱烧猪 ……(352)
酱排骨 ……(421)
酱甜瓜 ……(175)
酱烹鸭 ……(353)
酱烹猪 ……(352)
酱麻姑 ……(392)
酱焗鸡 ……(448)
酱醋壶 ……(641)
酱醋蟹 ……(346)
酱汁鸭子 ……(454)
酱豆腐鸭 ……(456)
酱何首乌 ……(398)
酱沃鳗鳊 ……(355)
酱炒三果 ……(379)
酱炒甲鱼 ……(377)
酱香味型 ……(249)
酱炸杏仁 ……(389)
酱炸榛仁 ……(389)
酱姜芽末 ……(239)
酱烧鲤鱼 ……(360)
酱瓣豆草 ……(132)
酱爆肉丁 ……(545)
酱爆鸡丁 ……(443)
酱汁瓦块鱼 ……(476)
酱汁鸡翅腿 ……(452)
酱汁核桃仁 ……(520)
酱爆苦刺花 ……(520)
酱爆兔肉丁 ……(506)

酱瓤馅飞禽 ……(512)
酱豆腐五花肉 ……(414)
酱佛手、香木缘、梨子 ……(329)

〔丶一〕

禊饭 ……(17)
福桑 ……(120)
福建菜 ……(4)
福山拉面 ……(585)
福山烧小鸡 ……(443)
裸麦 ……(88)
裸大麦 ……(88)
裸燕麦 ……(90)
裸黄瓜鱼 ……(49)
瓯 ……(619)

〔一一〕

群翅 ……(154)
群尾翅 ……(155)
群龙戏珠 ……(495)
群虾望月 ……(496)

〔一丿〕

嫫对西子 ……(538)
媳妇鱼 ……(51)
嫁蛾 ……(77)

〔一丶〕

叠 ……(279)
叠菜钵 ……(635)
叠摞法 ……(240)

〔一乛〕

缠蹄 ……(419)
缠丝兔 ……(152)
缠丝鸡饼 ……(446)
缠花云梦肉 ……(419)
缠丝油酥烧饼 ……(596)
缣瓜 ……(107)
彙 ……(28)

十四画

〔一一〕

瑶豆腐 ……(555)
瑠璃肺 ……(336)
静宁锅盔 ……(581)
楚 ……(87)
碧桃海参 ……(466)
碧绿麒麟鱼 ……(487)
熬 ……(269)
……(304)
熬汁 ……(251)
熬汤 ……(250)
熬炒 ……(261)
熬饼 ……(297)
熬炒鸡 ……(447)
熬蹄儿 ……(335)
熬糖水 ……(250)
熬羊胸子 ……(335)
熬梭鱼段 ……(491)

〔一丨〕

榛子 ……(145)
榛鸡 ……(35)
榛蘑 ……(128)
榼 ……(625)
榧 ……(145)
榧实 ……(145)
榧子糕 ……(400)
槟果 ……(140)
模印 ……(291)
模具 ……(637)
模压剂 ……(284)
模具刀 ……(637)
模具雕刻 ……(233)
槅 ……(621)
榎菌 ……(130)
榶 ……(619)
槟子 ……(138)
槟榔 ……(277)
榨菜 ……(175)
榨菜肉丝 ……(416)
榨菜脑壳 ……(95)
榕峰火腿 ……(149)
桡子 ……(190)
酵米面 ……(91)
酵母发酵 ……(281)
酵母膨松 ……(281)
酵母膨松法 ……(283)
酶 ……(650)
酶香鱼 ……(158)
酶活力 ……(650)
酴醾花 ……(119)
酿瓜 ……(329)
酿皮 ……(582)

酿肉皮 ……(423)
酿豆芽 ……(390)
酿肚子 ……(351)
酿烧鱼 ……(336)
酿烧兔 ……(336)
酿黄干 ……(382)
酿黄雀 ……(338)
酿炙白鱼 ……(312)
酸奶 ……(167)
酸肉 ……(556)
酸汤 ……(347)
酸苋 ……(132)
酸肝 ……(149)
……(558)
酸条 ……(555)
酸饭 ……(575)
酸饨 ……(311)
酸味 ……(246)
酸鱼 ……(555)
酸浆 ……(183)
酸菜 ……(176)
……(379)
酸鸽 ……(305)
酸畜 ……(359)
酸嫌 ……(326)
酸酅 ……(326)
酸羹 ……(309)
酸木瓜 ……(184)
酸五棱 ……(142)
酸扒菜 ……(559)
酸奶子 ……(576)
酸奶酪 ……(166)
酸汤子 ……(549)
酸豆乳 ……(170)
酸枣粥 ……(342)
酸茄果 ……(113)
酸味菜 ……(132)
酸烩菜 ……(556)
酸浆水 ……(183)
酸浆味 ……(247)
酸甜芡 ……(257)
酸烹猪 ……(352)
酸蛙菜 ……(560)
酸楂馅 ……(288)
酸碓窝 ……(125)
酸鲐鱼 ……(63)
酸碱度 ……(649)
酸辣汤 ……(461)
酸辣馏 ……(264)
酸奶疙瘩 ……(167)
酸汤牛肉 ……(560)
酸沙紫蟹 ……(500)
酸性食物 ……(650)
酸性靛蓝 ……(207)
酸笋鱼汤 ……(559)
酸笋烧鱼 ……(559)
酸笋焖鸡 ……(555)
酸菜鱿鱼 ……(472)
酸梅凯鹅 ……(458)
酸甜味型 ……(248)
酸辣白菜 ……(551)
酸辣里脊 ……(418)
酸辣肚吊 ……(426)
酸辣味型 ……(249)
酸辣鱼块 ……(478)
酸辣肥肠 ……(426)
酸辣饺面 ……(612)
酸辣凉粉 ……(600)
酸辣海参 ……(467)
酸辣裹福 ……(551)
酸辣鲤鱼 ……(478)
酸辣螺黄 ……(471)
酸式碳酸钠 ……(202)
酸汤煮鲫鱼 ……(554)
酸笋炒牛肉 ……(555)
酸笋煮螺蛳 ……(556)
酸笋碎牛汤 ……(553)
……(558)
酸菜牛肉汤 ……(553)
酸菜豆瓣汤 ……(519)
酸菜鸡丝汤 ……(451)
酸菜烧野鸭 ……(510)
酸菜蒸鲫鱼 ……(555)
酸甜竹节肉 ……(414)
酸甜烧乳猪 ……(552)
酸辣肚丝汤 ……(547)
酸辣海三丁 ……(461)
酸辣墨鱼花 ……(473)
酸笋炒麂子肉 ……(558)
酸笋煮桃手鱼 ……(556)
酸辣红烧羊肉 ……(437)
酸辣海参锅巴 ……(468)
酸菜炒魔芋豆腐 ……(519)
瓢 ……(616)
嘉谷 ……(88)
嘉肴 ……(295)

嘉鱼 ……（48）
嘉宾 ……（36）
嘉殽 ……(295)
嘉蔬 ……（85）
嘉庆子 ……(138)
嘉应子 ……(138)
嘉鱼鲣 ……(322)
嘉香肉 ……(147)
嘉兴马疃泼黄雀 ……(370)
蔪 ……(114)
蔷薇糕 ……(394)
蔌 ……（92）
蔓华 ……(132)
蔓菁 ……（97）
蔓菁粥 ……(366)
蕉浆 ……(186)
蔏蒌 ……(133)
蔊菜 ……(133)
蔞荷 ……(134)
蔻米 ……(193)
蔕 ……(101)
蔌 ……(118)
蔆 ……(118)
蔔叶 ……(190)
蔔花 ……(326)
蔔茶子 ……（91）
聚餐 ……（22）
聚八仙 ……(336)
截饼 ……(316)

〔一丿〕

碟 ……(640)
碟子房 ……（15）
碱 ……(178)
……(203)
碱大 ……(282)
碱小 ……(282)
碱水 ……(203)
碱灰 ……(203)
碱面 ……(203)
碱盐 ……(180)
碱提 ……(227)
碱水发 ……(227)
碱性食物 ……(650)
碳氨 ……(202)
碳花盐 ……(179)
碳酸氢钠 ……(202)
碳酸氢氨 ……(202)
碳水化合物 ……(645)
磁石粥 ……(331)
磁坛装肉 ……(374)
豨 ……（24）
豨膏 ……(198)
厮刺蔡菜冷羹 ……(339)

〔一㇀〕

擀面 ……(362)
摘毛 ……(223)
摘尖 ……(226)
摘剂 ……(284)
摘菜 ……(226)
摘耳根 ……(133)
摘肠肚 ……(223)
摘肠油 ……(223)
摔面 ……(282)
撇拉 ……（95）
撇蓝 ……（95）
撇列角儿 ……(341)

〔丨一〕

雌牙 ……(213)
雌鸡 ……（27）

〔丨丨〕

蜇 ……（82）
蜇蠊 ……（82）
翡翠 ……(278)
翡翠蒙 ……(244)
翡翠羹 ……(438)
翡翠石蹦 ……(514)
翡翠豆腐 ……(564)
翡翠鸡片 ……(439)
翡翠虾斗 ……(498)
翡翠兜蟹 ……(501)
翡翠猴蘑 ……(521)
翡翠蹄筋 ……(423)
翡翠灵芝鸡 ……(440)
翡翠刺嫩菜 ……(516)
翡翠珍珠鲍 ……(468)
翡翠脊筋饺 ……(556)
翡翠鹿茸筋 ……(505)
翡翠蛤士蚂 ……(537)
翡翠人参茅台鸡 ……(440)

〔丨㇀〕

嘎鱼 ……（53）

嘎渣 ……(174)
嘎牙子 ……(53)
嘎巴菜 ……(568)
嘎巴锅 ……(260)
嘎嘎鸡 ……(35)
嘎饭 ……(292)
嘎饨 ……(292)
嘘 ……(241)
赚头 ……(210)
蜻蜓 ……(82)
蜻蜓鱼 ……(67)
蜡 ……(164)
蜡儿 ……(139)
蜡梅 ……(120)
蜡样芽孢杆菌食物中毒 ……(658)
蜂 ……(70)
蝈冻 ……(42)
蜘蟟 ……(82)
蜷蝻 ……(83)
蝉豆 ……(588)
蝉猴 ……(82)
蝉蛹 ……(82)
蝉脯菹 ……(311)
蝉鸣香荔红 ……(606)
蜿蟺 ……(83)
跋鸱 ……(101)
颗 ……(235)
颗冻 ……(137)
颗盐 ……(179)
颗子葱 ……(239)
鹘鸡 ……(34)
鹘突 ……(301)
罢 ……(29)
罢子 ……(145)
署兔 ……(337)
罂 ……(624)
罂子粟 ……(92)
罂粟米 ……(92)

〔丿一〕

犈 ……(25)
锭 ……(621)
锛 ……(232)
锶 ……(648)
锴 ……(627)
锺 ……(624)
馥 ……(615)
锻石 ……(208)
镁 ……(647)
镂 ……(615)
镂空 ……(233)
鎝 ……(624)
稞米 ……(85)
稳齿菜 ……(134)
箸 ……(622)
箸豆 ……(111)
箸筒 ……(622)
箸筒 ……(622)
箸头春 ……(319)
……(511)
箬叶 ……(196)
箬叶鱼 ……(61)
箬鳎鱼 ……(62)
算条巴子 ……(329)
算 ……(618)
算子 ……(634)
算烤 ……(274)
箩筛 ……(638)
菌 ……(98)
箪 ……(618)
箔菹 ……(303)
箪 ……(622)
管艇 ……(210)
管角螺 ……(78)
管碗匠 ……(15)
管廷烩脊髓 ……(423)
熏 ……(275)
熏干 ……(172)
熏火 ……(245)
熏丝 ……(172)
熏肉 ……(147)
……(368)
熏肝 ……(372)
熏肠 ……(151)
熏鸡 ……(358)
熏枣 ……(143)
熏炉 ……(631)
熏笋 ……(369)
熏烧 ……(271)
熏渠 ……(196)
熏蛋 ……(395)
熏腿 ……(150)
熏蕈 ……(369)
熏醋 ……(183)
熏蹄 ……(149)
熏牛肉 ……(351)

熏牛舌 ……(152)
熏火腿 ……(150)
熏田鸡 ……(355)
熏百页 ……(170)
熏竹笋 ……(359)
熏后腿 ……(148)
熏豆腐 ……(170)
……(359)
……(391)
熏花干 ……(172)
熏狗肉 ……(550)
熏鱼子 ……(395)
熏鱼片 ……(158)
熏面筋 ……(168)
……(369)
熏猪爪 ……(548)
熏猪肉 ……(147)
熏猪舌 ……(148)
熏腊蹄 ……(381)
熏腌干 ……(172)
熏煨肉 ……(374)
熏算子 ……(634)
熏五花肉 ……(148)
熏手撕鱼 ……(483)
熏豆腐丝 ……(172)
熏香辣干 ……(172)
熏五香驴肉 ……(507)
熏手把羊肉 ……(433)
熏鸡丝烩腐皮 ……(447)

〔丿丨〕

僕公英 ……(134)
僕公罌 ……(134)
僧娑 ……(37)
僧厨 ……(7)
僧来破禅 ……(412)
僦蜴蜂 ……(80)
鼻脐 ……(117)
鼻涕肉 ……(123)
舆 ……(100)

〔丿丿〕

槃 ……(620)
盔 ……(621)
端 ……(627)

〔丿丶〕

餗餅 ……(341)
鲋 ……(293)

〔丿乛〕

獐鸡 ……(38)
獐子菌 ……(126)
馒子 ……(549)
馒头 ……(298)
馒头机 ……(641)
馒头形 ……(280)
馒头印糕 ……(399)
膜儿 ……(170)
膍胵 ……(117)
膝 ……(293)
膀尖 ……(218)
……(219)
膀翅 ……(219)
膟肉 ……(316)
膗雀 ……(305)
觜 ……(627)
鲑鲒 ……(55)
鲑鱼籽 ……(159)
鲋 ……(49)
鲔 ……(66)
鲢鱼 ……(52)
鲴鱼 ……(51)
鲴老鼠 ……(51)
鲴鱼肚 ……(168)
鲛 ……(61)
鲛鱼 ……(46)
鲩鲅 ……(55)
鲶鱼 ……(60)
鲵鱼 ……(51)
鲹 ……(42)
鲲 ……(44)
鲯 ……(49)
鲯鱼圆 ……(385)
鲛鱼 ……(56)
鲛鲨 ……(56)
鲛鱼皮 ……(158)
鲛鲨翅 ……(154)
鲜汤 ……(251)
鲜味 ……(247)
鲜菇 ……(131)
鲜豉 ……(180)
鲜熘 ……(264)
鲜鳞 ……(305)
鲜干肠 ……(151)
鲜奶芡 ……(256)

鲜鱼肚 ……(221)
鲜酵母 ……(202)
鲜贝原鲍 ……(468)
鲜奶烤鱼 ……(476)
鲜肉汤团 ……(571)
鲜肉粽子 ……(590)
鲜荷叶粥 ……(404)
鲜蠔清粥 ……(596)
鲜烫章鱼 ……(595)
鲜奶冻雪蛋 ……(605)
鲜肉鸡冠饺 ……(599)
鲜肉猫耳朵 ……(569)
鲜虾龙珠饺 ……(603)
鲜虾馅儿饼 ……(602)
鲜香牛肉卷 ……(429)
鲜笋斑雀片 ……(512)
鲜黄花菜中毒 ……(656)
鲜鳜禺鲍白羹 ……(307)
鲛鳚 ……(68)
鲛鳙鱼 ……(54)
鲟 ……(42)
鲟鱼籽 ……(160)
鲟鱼鲊 ……(354)
鲟鳇胶 ……(158)
鲟鳣鱼 ……(42)
鲟龙鱼肠 ……(159)
鼯 ……(616)
鳖 ……(82)

〔丶一〕

竭朴 ……(71)
辣玉 ……(97)
辣块 ……(171)
辣角 ……(112)
辣茄 ……(112)
辣拌 ……(368)
辣虎 ……(112)
……(190)
辣味 ……(247)
辣油 ……(188)
辣面 ……(188)
辣桂 ……(191)
辣根 ……(189)
辣烧 ……(267)
辣菜 ……(94)
……(395)
辣椒 ……(112)
辣爆 ……(263)
辣子草 ……(133)
辣子酱 ……(543)
辣血旺 ……(553)
……(557)
辣米油 ……(190)
辣米菜 ……(133)
辣汤丝 ……(368)
辣豆丝 ……(172)
辣豆瓣 ……(406)
辣炒鸡 ……(358)
辣椒肉 ……(380)
……(387)
辣椒鸡 ……(445)
辣椒沫 ……(188)
辣椒油 ……(188)
辣椒面 ……(188)
辣椒骨 ……(188)
辣椒盐 ……(179)
辣椒砖 ……(188)
辣椒粉 ……(188)
辣椒酱 ……(188)
辣煮鸡 ……(389)
辣酱油 ……(182)
辣辣菜 ……(133)
辣子肉丁 ……(545)
辣子鸡丁 ……(451)
辣子鸡块 ……(452)
辣子焖鸡 ……(555)
辣汁锅盔 ……(599)
辣米菜粥 ……(405)
辣味乳菇 ……(127)
辣油瓜皮 ……(517)
辣烹望潮 ……(355)
辣烹银鱼 ……(354)
辣烹鲫鱼 ……(354)
辣烹鳝鱼 ……(353)
辣烹鳗鳊 ……(355)
辣椒红素 ……(207)
辣子蒜羊血 ……(578)
辣烹将军帽 ……(359)
敲 ……(231)
彰化肉丸 ……(596)
裹火 ……(245)
裹鲊 ……(315)
裹蒸 ……(272)
……(302)
……(327)
裹蒸生鱼 ……(310)

豪猪 ……(32)
豪彘 ……(32)
銮刀 ……(618)
膏芗 ……(199)
膏环 ……(316)
膏腥 ……(198)
膏粱 ……(295)
膏臊 ……(200)
膏膻 ……(199)
……(200)
膏蟹 ……(69)
膏馔 ……(308)
膏叶盘 ……(74)
膏里虾 ……(498)
膏凉姜 ……(190)
膏煎紫菜 ……(313)
腐干 ……(391)
腐皮 ……(170)
腐竹 ……(170)
腐乳 ……(195)
……(406)
腐干丝 ……(379)
腐败期 ……(650)
腐乳鸡 ……(446)
腐乳卷 ……(573)
腐乳蒸 ……(273)
腐浆粥 ……(402)
腐乳汁爆 ……(263)
腐乳汁煿 ……(269)
腐乳扣肉 ……(527)
腐乳爆肉 ……(414)
腐皮包腰丁 ……(424)
腐乳糟大肠 ……(529)
瘟鱼 ……(49)
瘦陡头 ……(129)
遮目鱼 ……(66)

〔丶丨〕

慢火 ……(245)

〔丶丿〕

熳 ……(260)
熳金煮玉 ……(332)
熇 ……(266)
熘 ……(263)
熘芡 ……(254)
熘烩 ……(268)
熘三样 ……(425)
熘石蚌 ……(514)
熘麦啄 ……(513)
熘肝尖 ……(425)
熘鸡脑 ……(460)
熘鱼枣 ……(476)
熘油盖 ……(500)
熘虾咕 ……(497)
熘香头 ……(257)
熘黄菜 ……(413)
熘雀脯 ……(512)
熘鸽雏 ……(444)
熘酥肠 ……(420)
熘腰花 ……(424)
……(424)
熘飞龙丝 ……(508)
熘鸡肝卷 ……(527)
熘金钱鸡 ……(440)
熘海蟹黄 ……(500)
熘素鹅皮 ……(528)
熘松子牛卷 ……(546)
臂 ……(199)

〔丶丶〕

潇湘五元龟 ……(475)
漆油 ……(201)
漆蜡 ……(201)
漆油焖鸡 ……(560)
漂 ……(271)
漂饼 ……(549)
漂碱 ……(227)
漂白剂 ……(204)
漂血水 ……(223)
漂抿蚰 ……(573)
漂摇草 ……(136)
漂白粉消毒 ……(655)
漫锅 ……(259)
漳平笋干 ……(177)
滴卤 ……(204)
滴露 ……(99)
滴达菜 ……(123)
滴粉团 ……(326)
漏勺 ……(635)
漏鱼 ……(564)
漏铲 ……(615)
……(618)
漏蒉 ……(194)
漏瓢 ……(635)
漏操 ……(635)

漏斗状侧耳 ……(128)
精 ……(86)
精白 ……(185)
精列 ……(37)
精肉 ……(212)
精油 ……(648)
精盐 ……(179)
精微 ……(652)
精白米 ……(86)
精白面 ……(88)
精加工 ……(229)
精炼油 ……(201)
精膳司 ……(9)
糁 ……(591)
粹 ……(86)
粽子 ……(302)
粽箬 ……(196)
粽子宴 ……(21)
糝 ……(236)
……(306)
……(585)
糁饼 ……(324)
粥 ……(232)
[illegible]桃 ……(535)
[illegible]羊肉 ……(548)
[illegible] ……(186)
[illegible] ……(76)
[illegible] ……(138)
[illegible] ……(186)
[illegible] ……(276)
[illegible] ……(141)
[illegible] ……(186)
[illegible] ……(306)
[illegible] ……(313)
[illegible] ……(388)
[illegible] ……(322)
[illegible] ……(277)
[illegible] ……(399)
[illegible] ……(403)
[illegible] ……(277)
[illegible] ……(395)
[illegible] ……(277)
[illegible] ……(186)
[illegible] ……(331)
[illegible] ……(129)
[illegible] ……(533)
[illegible] ……(375)
[illegible]菌 ……(128)
蜜果子 ……(581)
蜜果饯 ……(585)
蜜和饼 ……(363)
蜜炙栗 ……(409)
蜜麻花 ……(562)
蜜酥饼 ……(363)
蜜蜂子 ……(80)
蜜蜂草 ……(191)
蜜箕子 ……(565)
蜜汁土豆 ……(547)
蜜汁丸子 ……(436)
蜜汁叉烧 ……(415)
蜜汁火方 ……(428)
蜜汁百合 ……(524)
蜜汁羊尾 ……(547)
蜜汁红芋 ……(534)
蜜汁金枣 ……(533)
蜜汁素鸡 ……(172)
蜜汁甜糕 ……(411)
蜜汁樱花 ……(532)
蜜色环菌 ……(128)
蜜纯煎鱼 ……(311)
蜜枣羊肉 ……(437)
蜜饯果子 ……(584)
蜜饯捶藕 ……(533)
蜜炙莲子 ……(407)
蜜透角儿 ……(363)
蜜渍逐夷 ……(318)
蜜腊莲子 ……(533)
蜜煎雕花 ……(326)
蜜酿蝤蛑 ……(337)
蜜煒红薯 ……(587)
蜜汁山药饼 ……(533)
蜜汁芝麻藕 ……(535)
蜜汁百合丸 ……(524)
蜜汁羊尾糕 ……(434)
蜜汁猕猴桃 ……(534)
蜜汁樱桃肉 ……(527)
蜜拉肉轱辘 ……(412)
蜜饯黄芽菜 ……(387)
蜜炙水脆油 ……(412)
蜜酿红丝粉 ……(338)
蜜霜山楂糕 ……(532)
蜜汁玫瑰丸子 ……(532)
鳖 ……(158)
鳖冻 ……(377)
鳖鱼 ……(60)
……(158)

蚕粉 ……(187)

〔丶一〕

谭家菜 ……(5)
褡裢火烧 ……(561)
褐猿 ……(34)
褐梅鲷 ……(59)
褐云玛瑙螺 ……(79)
褊苣 ……(131)

〔一丿〕

嫣红芡 ……(256)
嫩汁 ……(207)
嫩缔 ……(236)
嫩酵 ……(281)
嫩玉米 ……(113)
嫩发面 ……(281)
嫩豆腐 ……(169)
嫩面肥 ……(281)
嫩瓤鸭 ……(388)
嫩姜鸭块 ……(456)
嫩姜炒鸡脯 ……(444)
嫩荚豆初加工 ……(226)

〔一丶〕

翠缕面 ……(348)
翠缕冷淘 ……(328)
鹜 ……(27)
鹜肪 ……(200)
熊 ……(29)
熊白 ……(220)
熊汤 ……(334)
熊鱼 ……(45)
熊油 ……(200)
……(220)
熊脂 ……(220)
熊掌 ……(220)
熊蒸 ……(310)
熊蜂 ……(80)
熊蹯 ……(200)
熊肉羹 ……(343)
熊掌席 ……(20)
熊猫戏竹 ……(543)
熊掌发制 ……(227)

〔一一〕

骡 ……(26)
骡鸭 ……(27)

缕胶 ……(157)
缩砂仁 ……(193)
缩砂蜜 ……(193)

十五画

〔一一〕

氅牛 ……(25)
聱 ……(25)

〔一丨〕

穀菜 ……(330)
墰笋 ……(98)
墩 ……(636)
墩子 ……(15)
墩饽饽 ……(561)
增智菇 ……(130)
增稠剂 ……(204)
横叉 ……(46)
横行介士 ……(69)
横如沙翅 ……(156)
槽头肉 ……(210)
槭糖 ……(186)
樗蒲鱼 ……(164)
樗叶花椒 ……(190)
樱桃 ……(139)
樱桃肉 ……(381)
……(414)
樱桃红 ……(208)
樱桃宴 ……(17)
樱桃粥 ……(404)
樱桃煎 ……(333)
樱笋厨 ……(6)
樱桃饵饼 ……(322)
樱菇火方 ……(428)
樱桃肉烧玉兰 ……(544)
橡子面 ……(92)
橡皮鱼干 ……(159)
樟茶仔鸭 ……(457)
樟茶鸭子 ……(457)
橄榄 ……(144)
橄榄生 ……(422)
橄榄油 ……(201)
橄榄杖 ……(637)
橄榄粥 ……(404)
橄榄糕 ……(401)
橄榄紫蛤 ……(76)
豍豆 ……(110)

豌豆 ……(110)
豌豆苗 ……(106)
豌豆泥 ……(237)
豌豆粉 ……(204)
豌豆黄 ……(564)
豌豆粥 ……(405)
……(564)
豌豆糕 ……(574)
豌豆苗汁 ……(206)
豌豆凉粉 ……(611)
豌豆挞挞面 ……(608)
豌豆苗里脊丝 ……(417)
醋 ……(182)
醋芹 ……(320)
……(516)
醋姜 ……(345)
醋笋 ……(338)
醋烹 ……(262)
醋熘 ……(264)
醋精 ……(183)
醋鳖 ……(78)
醋水碟 ……(640)
醋炸鸡 ……(389)
醋浸菜 ……(407)
醋烹肉 ……(387)
醋搂鱼 ……(377)
醋椒鱼 ……(478)
……(484)
醋喷肉 ……(436)
醋酸水 ……(183)
醋熘鸡 ……(451)
醋烹鸡块 ……(443)
醋烹虾段 ……(497)
醋烹脆骨 ……(380)
醋烹猪肉 ……(413)
醋椒鲤鱼 ……(476)
醋椒鲫鱼 ……(481)
醋搂鲜鱼 ……(386)
醋熘皮蛋 ……(460)
醋熘肉片 ……(545)
醋熘鸡块 ……(452)
醋熘变蛋 ……(385)
醋浸鲜竹笋 ……(359)
醋菹鹅鸭羹 ……(309)
醋烹黄花鱼 ……(493)
醋熘素黄鱼 ……(527)
醉 ……(276)
醉鸡 ……(560)
醉鱼 ……(372)
醉虾 ……(370)
醉蚶 ……(378)
醉蒸 ……(273)
醉螺 ……(163)
醉蟹 ……(165)
……(392)
……(406)
醉八仙 ……(535)
醉花生 ……(398)
醉豆腐 ……(379)
醉鸡翅 ……(385)
醉鸡腰 ……(445)
醉泥螺 ……(163)
……(395)
醉虾圆 ……(386)
醉香蕈 ……(392)
醉海蜇 ……(370)
醉萝卜 ……(392)
醉黄雀 ……(385)
醉蚶瓣 ……(596)
醉猪头 ……(381)
醉腰丝 ……(424)
醉蹄尖 ……(381)
醉螃蟹 ……(393)
醉蟹炖鸽蛋 ……(386)
鞋底鱼 ……(61)
鞑子饭 ……(549)
鞑子粥 ……(549)
鞑靼荞麦 ……(91)
鹘 ……(28)
飘鱼 ……(47)
蕙肴 ……(305)
蕈馒头 ……(589)
蕨粉 ……(205)
蕨茸 ……(135)
蕨菜 ……(135)
蕨麻 ……(146)
蕨攥 ……(117)
蕺菜 ……(132)
蕺菹 ……(318)
蕉子 ……(143)
蕉实 ……(143)
蕉芋粉 ……(205)
蕉叶糍粑 ……(554)
蕃体问缕宝相肝 ……(319)
蕲蛇 ……(40)
蕲 ……(196)

蔬 ……（92）
蔬食 ……(293)
蔬菽 ……(106)
蔬菜初加工 ……(226)

〔一丿〕

碾转 ……(367)
碾饦饦 ……(301)
碾疙瘩 ……(301)
磉墩葱 ……(239)

〔一丶〕

霉干菜 ……(175)
霉千张 ……(170)
霉豆渣 ……(173)
霉变味 ……(247)
霉酱豆 ……(180)
霉香腐乳 ……(196)
霉变甘蔗中毒 ……(656)

〔一㇀〕

撵汁 ……(255)
撵转 ……(367)
撕筋 ……(226)
撒速汤 ……(341)
撒拌和菜 ……(330)
撩油 ……(257)
撬 ……(232)
撬炒 ……(261)
撤台 ……（13）
撤席换酒 ……（22）
撑腰糕 ……(403)
鬲 ……(616)

〔丨一〕

噇 ……（1）
幡布 ……(638)
瞒肚油 ……(199)
瞎老鼠 ……（31）
蝶扇 ……(538)
蝴蝶干 ……(163)
蝴蝶片 ……(235)
蝴蝶尖 ……(177)
蝴蝶肉 ……(216)
……(561)
蝴蝶会 ……（22）
蝴蝶面 ……(591)
蝴蝶过河 ……(494)
蝴蝶竹荪 ……(522)
蝴蝶牡丹 ……(495)
蝴蝶肚尖 ……(426)
蝴蝶鱼饺 ……(481)
蝴蝶饺子 ……(601)
蝴蝶烩鳝 ……(489)
蝴蝶武昌鱼 ……(483)
蝴蝶萝卜片 ……(235)
蝴蝶腊猪头 ……(149)
蝻 ……（81）
蝠鲹 ……（56）
蝈 ……（82）
蝎子 ……（79）
……(316)
蝎饼 ……(308)
蝎子鱼 ……（67）
蝎子草 ……(137)
蝟鼠 ……（28）
蝟蠌 ……（71）
蝌蚪 ……（42）
蝏 ……（75）
蝏蛭 ……（75）
蝼蛄虾 ……（72）
蝤蛑 ……（70）
蝤蝥 ……（70）
蝙蝠蛇 ……（39）
蝦蟇 ……（38）
鼾 ……(616)
暴裔 ……(325)
暴雨一声雷 ……(468)
墨汁 ……(107)
墨米 ……（86）
墨鱼 ……（72）
墨鲤 ……（43）
墨糯 ……（86）
墨斗鱼 ……（73）
墨水菌 ……(131)
墨头鱼 ……（43）
墨鱼干 ……(162)
墨鱼卷 ……(472)
墨鱼蛋 ……(162)
墨鱼穗 ……(162)
墨线竿 ……（46）
墨汁鬼伞 ……(131)
墨头菜粥 ……(405)
墨娥小录 ……(663)
墨鲍菠菜 ……(473)
墨鱼柳叶大燁 ……(472)

遲罗燕 ……(154)

〔丿一〕

镞 ……(617)
镊子 ……(636)
镉 ……(616)
镍 ……(647)
镏 ……(615)
稷 ……(89)
穉稚 ……(85)
稻 ……(85)
稻鸡 ……(28)
稻秣 ……(90)
稻蝗 ……(81)
稻蟹 ……(69)
稻草菇 ……(130)
箱子豆腐 ……(524)
箴鱼 ……(66)
箭猪 ……(32)
箭竹笋 ……(98)
箭洋鱼 ……(57)
箭尾花刀 ……(233)
箭穿五禽 ……(437)
篾帚 ……(618)
箬 ……(628)
篙 ……(98)
黎祁 ……(169)
黎檬子 ……(141)

〔丿丨〕

僵直期 ……(650)

〔丿丿〕

德州扒鸡 ……(443)
德园包子 ……(601)
膊 ……(627)
鲞 ……(624)

〔丿丶〕

隸 ……(30)

〔丿乛〕

馑 ……(293)
馑人 ……(8)
馓子 ……(169)
……(303)
馓花 ……(399)
馓子麻花 ……(562)

馓子炒蟹肉 ……(386)
馔史 ……(662)
馔珍 ……(295)
膝盖骨 ……(214)
膘腱肉 ……(388)
膮 ……(305)
膛开 ……(223)
鲥 ……(627)
鲌鱼 ……(57)
鲌鲇 ……(56)
鲢鱼 ……(44)
鲢鱼羹 ……(360)
鲈 ……(51)
鲈鱼烧豆腐 ……(487)
鲤 ……(66)
鲤鱼 ……(42)
鲤鱼汤 ……(323)
……(334)
……(343)
鲤鱼臞 ……(309)
鲤離鸞 ……(307)
鲤鱼跃龙门 ……(477)
鲩鲷酱 ……(306)
鲥鱼 ……(49)
鲥鱼卷 ……(402)
鲋 ……(47)
鲍肚 ……(157)
鲍鱼 ……(58)
鲍鱼含肚 ……(320)
鲦 ……(47)
鲚鱼 ……(44)
鲫鱼 ……(43)
鲫瓜子 ……(44)
鲫鱼羹 ……(343)
……(344)
……(370)
鲫鱼怀胎 ……(481)
鲫鱼唇舌 ……(386)
鲫鱼肚儿羹 ……(338)
鲔 ……(67)
鲛鱼 ……(64)

〔丶一〕

辖 ……(190)
廥 ……(174)
廥水 ……(183)
廥菜 ……(176)
熟水 ……(198)

熟米 ……(87)
熟拌 ……(275)
熟炖 ……(269)
熟炒 ……(261)
熟炝 ……(276)
熟油 ……(198)
……(257)
熟食 ……(293)
熟配 ……(238)
熟烧 ……(266)
熟烩 ……(267)
熟笼 ……(16)
熟馅 ……(287)
熟渍 ……(276)
熟焖 ……(268)
熟熏 ……(275)
熟醉 ……(276)
熟煨 ……(269)
熟八带 ……(162)
熟牛羓 ……(352)
熟肉胚 ……(242)
熟冷油 ……(245)
熟鸡皮 ……(243)
熟鸡鲊 ……(358)
熟面筋 ……(168)
熟蚝豉 ……(163)
熟料炸 ……(265)
熟黄豆 ……(244)
熟梨糕 ……(566)
熟猪肤 ……(356)
熟猪脍 ……(356)
熟蛋瓣 ……(243)
熟鹅鲊 ……(357)
熟墩子 ……(15)
熟蟹籽 ……(187)
熟灌藕 ……(351)
熟爨牛 ……(351)
熟爨羊 ……(352)
熟馅着芡 ……(287)
熟糯米粉 ……(87)
摩罗 ……(99)
摩姑煨腐皮 ……(409)
瘪嘴团 ……(571)
瘤头鸭 ……(27)

〔丶丿〕

熯饼 ……(363)
熯菹 ……(318)
熛方 ……(258)

〔丶丶〕

潜水泉 ……(197)
潮鲳 ……(65)
潮州粉 ……(87)
……(284)
潮州烧雁鹅 ……(458)
潭虱 ……(52)
潲汤 ……(250)
潘鱼 ……(475)
澳州菠萝菜 ……(103)
澄粉 ……(205)
澄滤器 ……(618)
澄藕粉 ……(205)
澄沙烧饼 ……(561)
澄砂团子 ……(326)
澄粉面团 ……(284)
潺菜 ……(106)
羯羊 ……(25)
糊 ……(236)
糊芡 ……(255)
糊肘 ……(418)
糊面 ……(591)
糊精 ……(645)
糊鲋 ……(355)
糊羊肉 ……(545)
糊泥烤 ……(274)
糊辣兔块 ……(507)
糙肉 ……(592)
糙辣椒 ……(188)
糍 ……(302)
糍巴 ……(367)
糍粑 ……(302)
糍糊 ……(588)
糍粑辣椒 ……(188)
糈 ……(86)
额白鱼 ……(52)
餐筒 ……(302)
鲨鱼干 ……(159)
鲨鱼鲞 ……(159)
鳔肋 ……(307)
鳔鸡 ……(307)
鳔兔 ……(307)
鳔豚 ……(307)
鳔鲒 ……(307)
鳔瘸 ……(307)
鳔雉 ……(307)

糍鳙 ……(307)
糍爵 ……(307)
糍炙姑 ……(307)
遵生八笺 ……(663)

〔丶一〕

鹤 ……(37)
鹤顶草 ……(132)

〔一一〕

憨豰 ……(29)
劈 ……(231)
劈刀 ……(154)
劈柴块 ……(234)
履园丛话 ……(665)

〔一丿〕

嬉戏蝉鱼 ……(514)

〔一丶〕

豫菜 ……(4)

〔一一〕

鹬鹬 ……(37)

十六画

〔一一〕

耩耨草 ……(134)
靛蓝 ……(207)

〔一丨〕

麸 ……(296)
檓 ……(188)
橇子 ……(140)
樽 ……(623)
橙耳 ……(125)
橙饼 ……(392)
橙糕 ……(392)
橙子酪 ……(531)
橙玉生 ……(333)
橙香菌 ……(127)
橙盖伞 ……(130)
橙盖鹅膏 ……(130)
橙香牛肝菌 ……(127)
橘 ……(141)
橛子 ……(144)
醍醐 ……(199)
醒面 ……(282)
醒园录 ……(664)
醒酒鲭鲊 ……(313)
醢醢 ……(180)
……(303)
翰音 ……(277)
翰林面 ……(324)
颠勺 ……(258)
颠不棱 ……(396)
瓢 ……(628)
瓢粉 ……(173)
瓢儿菜 ……(93)
瓢儿香菇 ……(520)
瓢儿鸭舌 ……(455)
豰 ……(24)
薤子 ……(115)
薤白 ……(115)
薤白蒸 ……(313)
薨芜 ……(97)
蘗菜 ……(104)
蕗草 ……(186)
蘼 ……(131)
蘼菹 ……(318)
薯仔 ……(100)
薯芑 ……(100)
薯药 ……(100)
薯蓣 ……(100)
薯粮 ……(92)
薯类面团 ……(284)
薇 ……(135)
薇菜 ……(136)
薝蔔花 ……(119)
薤苔 ……(117)
薏仁 ……(90)
薏米 ……(91)
薏米包 ……(89)
薏米鸡 ……(441)
薏珠子 ……(91)
薏苡粥 ……(366)
薤 ……(104)
薤菜 ……(104)
薄刀 ……(636)
薄只 ……(64)
薄芡 ……(255)
薄饼 ……(319)
……(363)
……(396)
薄荷 ……(134)
薄脆 ……(562)

……(605)
薄鳘 ……(47)
薄油芡 ……(256)
薄饼皮 ……(286)
薄荷切 ……(365)
薄荷饼 ……(361)
薄荷糕 ……(401)
薄锅饼 ……(400)
薄焦饼 ……(363)
薄皮包子 ……(585)
薄荷香粽 ……(400)
燕 ……(16)
……(36)
燕丝 ……(154)
燕皮 ……(152)
燕麦 ……(90)
燕条 ……(154)
燕鱼 ……(63)
燕食 ……(1)
燕饼 ……(154)
燕盏 ……(154)
燕根 ……(153)
燕菜 ……(153)
燕缸 ……(57)
燕窝 ……(153)
燕碎 ……(154)
燕蔬 ……(153)
燕回巢 ……(512)
燕尾草 ……(117)
燕珠汤 ……(508)
燕翅席 ……(20)
燕菜席 ……(20)
燕窝鱼 ……(50)
燕窝卷 ……(573)
燕窝席 ……(20)
燕窝菜 ……(153)
燕窝脚 ……(153)
燕窝粥 ……(402)
燕窝蟹 ……(369)
燕鲅鱼 ……(63)
燕蔬菜 ……(153)
燕子归巢 ……(499)
燕窝发制 ……(228)
燕翅金毛鱼 ……(484)
橐 ……(26)
整扒 ……(268)
整羊 ……(432)
整葱 ……(239)
整雕 ……(233)
整羊席 ……(20)
整鸭脍 ……(403)
整烧梨 ……(398)
整米切糕 ……(562)
整鸡出骨 ……(225)
整鱼出骨 ……(226)
整鱼两吃 ……(487)
整鸭出骨 ……(225)
整烧苹果 ……(389)
整猪肚初加工 ……(224)
鼕 ……(634)
盬 ……(620)
盬子 ……(634)
盬盒 ……(639)

〔一丿〕

磺化靛蓝 ……(207)
獚 ……(24)
豭 ……(24)
豭豚 ……(24)
豭熊 ……(29)
麽 ……(616)

〔一一〕

擀皮 ……(285)
擀面杖 ……(637)
擂钵 ……(640)
擂沙团 ……(571)
撸芡 ……(254)

〔丨一〕

龌 ……(178)
龊 ……(178)
餐 ……(1)
餐刀 ……(640)
餐巾 ……(640)
餐勺 ……(640)
餐叉 ……(640)
餐厅 ……(11)
餐鸽 ……(28)
餐馆 ……(11)
餐巾花 ……(22)
髭鲷 ……(59)

〔丨一〕

鼾 ……(616)
蟒蛇 ……(40)

螭鳞鱼 ……(54)
螃蜞 ……(70)
螃蟹 ……(69)
螃蟹匙 ……(638)
螃蟹羹 ……(347)
螃蟹炖蛋清 ……(558)
螟蛉鲞 ……(162)
蹄卷 ……(368)
蹄筋 ……(151)
蹄筋发制 ……(228)
鹦哥嘴 ……(70)
鹦鹉笋 ……(98)
鹦鹉菜 ……(103)
黔菜 ……(5)
壁 ……(615)

〔丿一〕

镅 ……(616)
镟 ……(614)
镟子 ……(626)
镜鱼 ……(60)
镜蜇 ……(164)
镜箱 ……(243)
镜面鱼 ……(74)
镜箱豆腐 ……(525)
镦 ……(617)
瓶 ……(624)
篝火烤 ……(275)
篮子 ……(638)
篾 ……(620)
篙子 ……(640)
篱鼠 ……(32)
篱障花 ……(120)

〔丿丨〕

毅 ……(86)

〔丿丶〕

餗 ……(293)
馂馅 ……(326)

〔丿乛〕

獭猫 ……(30)
獭肝羹 ……(344)
馓粉 ……(204)
膨皮豆 ……(111)
膨松剂 ……(202)
膨顶鸡 ……(38)
膨颈蛇 ……(39)
膨松面团 ……(283)
膫 ……(199)
膦皂 ……(305)
膳 ……(1)
膳夫 ……(8)
膳生 ……(350)
膳食 ……(1)
膳羞 ……(295)
膳夫录 ……(661)
膳夫经手录 ……(660)
臑 ……(305)
雕卵 ……(306)
雕菰 ……(91)
雕刻 ……(233)
雕菇 ……(91)
雕花刀 ……(636)
雕胡米 ……(91)
雕胡饭 ……(321)
雕塑刀 ……(637)
鲭 ……(44)
鲭鱼 ……(63)
鲼鱼 ……(55)
鲶 ……(69)
鲮鱼 ……(45)
鲮鲤 ……(29)
鲮鲫 ……(63)
鲯鳅 ……(69)
鲳鱼 ……(56)
鲹 ……(58)
鲹油 ……(187)
鲳 ……(60)
鲳鱼羹 ……(354)
鲳扁鱼 ……(60)
鲳鲹鱼 ……(60)
鲽鱼 ……(51)
鲈鱼 ……(50)
鲈鱼汤 ……(386)
鲵 ……(41)
鲶鱼 ……(52)
鲶巴郎 ……(52)
鲶鱼汤 ……(490)
鲔鱼 ……(46)
鲸油 ……(200)
鲸油 ……(46)
鲣 ……(53)
鳊 ……(154)

鲹条 ……(47)
鳙鱼 ……(64)

〔丶一〕

鹧鸪 ……(35)
鹧鸪初加工 ……(225)
鹌鸡 ……(38)
鹌渠 ……(37)
赢 ……(26)
磨刀石 ……(638)
磨刀砖 ……(638)
麽 ……(628)
麋鹿 ……(304)
麈 ……(33)
麈 ……(32)

〔丶丨〕

懒蛇 ……(40)
懒人菜 ……(115)
懒糍粑 ……(609)

〔丶丿〕

燎 ……(263)
燎毛 ……(222)
燎火 ……(245)
燎勺边 ……(260)
燎锅边 ……(260)
燋料酱 ……(193)
燔 ……(260)
燃面 ……(608)

〔丶丶〕

凝固剂 ……(204)
凝固作用 ……(650)
凝血维生素 ……(646)
激 ……(276)
激面 ……(281)
澥汁 ……(255)
澥汤 ……(259)
糇 ……(296)
糙米 ……(86)
……(575)
糙皮侧耳 ……(128)
糗 ……(292)
糖 ……(184)
糖水 ……(276)
糖肉 ……(242)
糖色 ……(207)
糖花 ……(364)
糖炒 ……(262)
糖饼 ……(396)
糖类 ……(645)
糖原 ……(645)
糖粉 ……(185)
糖梗 ……(143)
糖馅 ……(287)
糖粘 ……(277)
糖稀 ……(184)
糖腿 ……(149)
糖椭 ……(331)
糖精 ……(186)
糖熘 ……(264)
糖醋 ……(183)
糖糕 ……(400)
糖霜 ……(184)
糖藕 ……(570)
糖熚 ……(269)
糖化酶 ……(650)
糖火烧 ……(561)
糖耳朵 ……(562)
糖冰肉 ……(242)
糖拆肉 ……(380)
糖炙肉 ……(242)
糖面饼 ……(364)
糖面筋 ……(382)
糖茶面 ……(575)
糖茶莱 ……(564)
糖桂花 ……(192)
糖浆子 ……(585)
糖粉饼 ……(400)
糖烧肉 ……(380)
糖烧饼 ……(600)
糖球糕 ……(401)
糖猪羓 ……(356)
糖麻圆 ……(609)
糖酥饼 ……(583)
糖酥饼 ……(363)
糖鼓子 ……(586)
糖鼓盖 ……(564)
糖蒸茄 ……(329)
糖馒头 ……(351)
糖醋汁 ……(251)
糖醋茄 ……(330)
糖醋熘 ……(264)
糖薄脆 ……(331)
糖霜谱 ……(661)

糖用高粱 ……(90)
糖油水面 ……(284)
糖油烧卖 ……(591)
糖油锅盔 ……(581)
糖胡桃饼 ……(400)
糖桔鳝丝 ……(489)
糖脆荸荠 ……(568)
糖渍保藏 ……(655)
糖酥丸子 ……(413)
糖酥火烧 ……(586)
糖酥杠头 ……(578)
糖酥煎饼 ……(587)
糖熘桂鱼 ……(485)
糖醋瓜皮 ……(561)
糖醋两样 ……(417)
糖醋里脊 ……(412)
糖醋沅白 ……(491)
糖醋味型 ……(248)
糖醋明珠 ……(546)
糖醋鱼块 ……(477)
糖醋菜苔 ……(359)
糖醋雪鱼 ……(547)
糖醋排骨 ……(527)
糖醋鲤鱼 ……(476)
糖醋鳊花 ……(482)
糖醋藜蒿 ……(520)
糖化淀粉酶 ……(650)
糖发面烧饼 ……(578)
糖醋小黄瓜 ……(518)
糖醋白萝卜 ……(359)
糖醋羊胸脊 ……(433)
糖醋佛手卷 ……(420)
糖醋咕噜肉 ……(415)
糖醋菊花鱼 ……(476)
糖醋黄花鱼 ……(493)
糖醋鱿鱼卷 ……(471)
糖醋熘疙渣 ……(529)
糖醋熘食盒 ……(411)
糖醋鲤鱼块 ……(478)
糖醋黄河鲤鱼 ……(478)
糖炙肉并烘肉巴 ……(360)
糖醋软熘黄河鲤鱼和焙面 ……(478)
糕 ……(301)
糕点 ……(292)
糕粉 ……(87)
糕元宝 ……(403)
糕糊店 ……(11)
糕干甑子 ……(634)
糕粉面团 ……(284)
糕粑稀饭 ……(609)
糕烧青豆泥 ……(611)
糗 ……(87)
甑 ……(616)
甑糕 ……(580)
甑儿糕 ……(549)
甑脚水 ……(198)
簪 ……(260)
鹭雉 ……(34)

〔丶一〕

褶牡蛎 ……(74)

〔一一〕

避株 ……(28)

〔一丶〕

酱酶 ……(181)

〔一一〕

骤 ……(26)
盥缶 ……(624)

十七画

〔一一〕

鳖 ……(619)

〔一丨〕

檬果 ……(140)
粭 ……(297)
醢 ……(180)
醢人 ……(9)
醢豚 ……(305)
醪菌 ……(127)
醞 ……(167)
瞿豆 ……(110)
鬴 ……(615)
藉姑 ……(117)
藏粲 ……(361)
藏蟹 ……(314)
藏木碗 ……(640)
藏旱獭 ……(31)
藏雪鸡 ……(35)
藏蒸猪 ……(353)
藏煎猪 ……(353)
藁豆 ……(111)
薰虫 ……(367)

薰烧 ……(402)
薰鲳 ……(370)
薰马鲛 ……(369)
藿粱 ……(90)
藤菜 ……(104)

〔一丿〕

磷 ……(647)
磷虾 ……(72)
磷脂 ……(645)
磷酸二钙 ……(202)
磷酸氢钙 ……(202)
鳀鱼 ……(49)

〔一丶〕

霜降花 ……(120)

〔一乛〕

擦子 ……(638)
擦尖 ……(574)
擦床 ……(638)
擦泥 ……(236)
擦面 ……(282)
擦桌布 ……(638)
擦蝌蚪 ……(574)

〔丨一〕

鲨鱼 ……(49)

〔丨乛〕

蟥螾 ……(83)
蝗螂虾 ……(72)
螺黄 ……(79)
螺酥 ……(595)
螺蛳 ……(78)
螺丝菜 ……(99)
螺豆腐 ……(163)
螺蛳肉 ……(417)
螺蛳汤 ……(559)
螺蛳青 ……(44)
螺蛳鱼 ……(486)
螺蛳转 ……(561)
螺丝疙瘩 ……(99)
螺蛳转儿 ……(549)
螺蛳饽饽 ……(549)
螺丝五花肉 ……(415)
螺蛳头拌马兰 ……(471)
蟋蟀 ……(82)
蟑螂 ……(82)
蝻蚶 ……(74)
蹼蝓 ……(79)
鬻鱼 ……(50)

〔丿一〕

镌 ……(626)
镌斗 ……(617)
镌壶 ……(625)
镌盉 ……(625)
镦鸡 ……(27)
镫 ……(620)
檫 ……(90)
黏糕 ……(394)
篾品 ……(634)
篾筛 ……(638)
簇花宴 ……(18)
簋 ……(620)
繁露 ……(106)

〔丿丨〕

鲦 ……(47)
鼢鼠 ……(31)

〔丿丿〕

徽州饼 ……(591)
徽州元子 ……(421)
徽州芝麻圆 ……(381)
鲞蝠 ……(81)

〔丿丶〕

貔狸 ……(31)
貘 ……(24)
爵 ……(625)
爵麦 ……(90)
爵酱 ……(308)
鹇 ……(297)
鹇鹇 ……(297)
鹇鹆 ……(297)
……(316)
鹇 ……(297)

〔丿乛〕

臌炙犏 ……(312)
臊味 ……(247)
臊子面 ……(580)
膻味 ……(247)
鳝 ……(63)

鲭鲹 ……（63）
鲩鱼 ……（56）
鳊夷鱼 ……（55）
鳊鲼 ……（55）
鲽 ……（61）
鲼 ……（63）
鳇 ……（52）
鲠 ……（52）
鳆 ……（64）
鳆鱼 ……（52）
鳃 ……（64）
鳃 ……（39）
鲋 ……（47）
鳆鱼 ……（74）
鳇 ……（42）
鳇鱼籽 ……（160）
鳁鲃 ……（55）
鳁鲃鱼 ……（55）
鳙鱼 ……（64）
鳗鱼 ……（44）
鳟 ……（57）
鳟鱼 ……（41）
鳉鱼 ……（306）
鳎 ……（53）
鳂青 ……（44）
鳊花 ……（45）
鳜 ……（45）
馋人 ……（8）
馔饭 ……（296）

〔丶一〕

辫子鱼 ……（67）
辫子饼 ……（573）
襄阳夹沙肉 ……（415）
糜 ……（296）
糜子 ……（90）
糜子糕片 ……（580）
糜子糕饺 ……（581）
糜粉甜团 ……（332）
麋腥 ……（305）
麋膚 ……（305）
麋鬻 ……（304）
麋角粥 ……（366）

〔丶丿〕

燥脡 ……（314）
燥子肉面 ……（361）
燥子蛤蜊 ……（351）

燔犬 ……（356）
燔鸡 ……（324）
燔鸭 ……（324）

〔丶丶〕

濡鸡 ……（304）
濡鱼 ……（304）
濡豚 ……（304）
濡鳖 ……（304）
濮瓜 ……（106）
濯鸡 ……（307）
濯豚 ……（307）
糟 ……（276）
糟肉 ……（147）
……（316）
……（357）
糟卤 ……（195）
糟缸 ……（270）
糟鸡 ……（438）
……（445）
糟油 ……（195）
糟鱼 ……（159）
……（346）
……（392）
……（393）
……（406）
糟炸 ……（265）
糟姜 ……（330）
……（351）
糟栗 ……（391）
糟笋 ……（392）
糟烧 ……（267）
糟淹 ……（276）
糟蛋 ……（166）
……（353）
……（406）
糟腌 ……（276）
糟蒸 ……（272）
糟煨 ……（270）
糟煎 ……（266）
糟煸 ……（266）
糟熘 ……（264）
糟鲞 ……（377）
糟蟹 ……（346）
糟爆 ……（263）
糟火腿 ……（368）
糟瓜茄 ……（330）
糟扣肉 ……（414）

糟米面 ……(91)
糟茄子 ……(329)
糟乳腐 ……(367)
糟泥螺 ……(359)
……(386)
糟鸭片 ……(453)
糟钵头 ……(422)
糟萝卜 ……(330)
糟猪耳 ……(383)
糟淡菜 ……(370)
糟蒸肉 ……(413)
糟鹌鹑 ……(390)
糟腐乳 ……(196)
糟鲶鱼 ……(159)
糟鲜鱼 ……(382)
糟熊掌 ……(358)
糟鲥鱼 ……(368)
……(385)
糟鳜鱼 ……(354)
糟扒鸭条 ……(454)
糟扒熊舌 ……(503)
糟豆腐乳 ……(393)
糟油口条 ……(422)
糟烩鞭笋 ……(517)
糟猪脚爪 ……(423)
糟煎白鱼 ……(483)
糟煎茭白 ……(517)
糟熘鱼片 ……(480)
糟凤仙花梗 ……(366)
糟汁汆海蚌 ……(469)
糟汁泡肫肺 ……(431)
糟猪头蹄爪 ……(329)
糟煨玉米笋 ……(520)
糟熘牡丹鱼 ……(480)
糟熘松仁鱼片 ……(494)
糠虾 ……(72)
糠糖 ……(294)
糠麸 ……(294)
糠皮 ……(294)
糠壳灶 ……(629)

〔一一〕

擘酥 ……(283)
擘蓝 ……(95)
擘辣 ……(95)
擘酥皮 ……(286)
擘酥馅 ……(289)
擘酥鸡粒角 ……(602)

〔一丶〕

鹐 ……(37)
鹐 ……(37)
鹐 ……(88)
鹐 ……(615)
翼豆 ……(112)
翼翅 ……(155)

十八画

〔一一〕

趪 ……(88)
豐 ……(628)
鏊 ……(617)
鏊子 ……(617)
……(633)
鏊盘 ……(617)
鏊锅 ……(633)
鏊花 ……(50)
鬻 ……(616)

〔一丨〕

櫧 ……(622)
櫂 ……(619)
醪糟 ……(195)
鞭鱼 ……(62)
鞭笋 ……(98)
鞭炮鸡丛 ……(522)
鞙 ……(34)
鬠爆粥 ……(316)
藕 ……(116)
藕丸 ……(244)
藕夹 ……(237)
藕饼 ……(244)
藕圆 ……(408)
藕粉 ……(205)
藕粥 ……(401)
藕汤 ……(116)
藕丝菜 ……(116)
藕梢鲜 ……(330)
藜 ……(132)
藤弘 ……(192)
藤豆 ……(111)
藤壶 ……(72)
藤萝 ……(119)
藤梨 ……(140)
藤葵 ……(106)
藤萝包 ……(565)

藤萝花粥 ……(404)
藪 ……(190)
覆盖法 ……(279)
蟹 ……(81)
蟹 ……(628)
蟹 ……(621)
蠢 ……(80)

〔一一〕

鬻 ……(615)
鹽盐 ……(179)
鬆 ……(90)

〔丨一〕

鰲子 ……(47)
鰲条 ……(46)
鬃头 ……(210)

〔丨丶〕

瞻星鱼 ……(68)
蟛蚏 ……(70)
蟛蜞 ……(70)
蟛蜞 ……(70)
蟛蜞菊 ……(132)
蟛蜞酱 ……(187)
蟛蜞鬻 ……(165)
蟠龙菜 ……(421)
蟠桃饭 ……(332)
蟙 ……(70)
瞿楼糟鸭 ……(455)

〔丿一〕

镂 ……(617)
鐏 ……(623)
簋 ……(620)
簪 ……(622)

〔丿丨〕

鼬獾 ……(30)
鼯鼠 ……(31)

〔丿丿〕

鑿 ……(620)

〔丿丶〕

鎗 ……(617)
翻勺 ……(258)
翻台 ……(13)
翻沙 ……(237)
翻油 ……(259)
翻砂 ……(277)
翻胃 ……(654)
翻洗 ……(223)
翻剥 ……(223)
翻锅 ……(258)
翻身花 ……(40)
翻四面勺 ……(258)
翻半面勺 ……(258)
翻花乌鱼 ……(473)
翻膛黄鱼 ……(492)
馄饨 ……(301)
馎子 ……(322)

〔丿一〕

腫 ……(305)
臊味 ……(247)
臟 ……(68)
鯆 ……(296)
鯷鳀角儿 ……(349)
鯸粮 ……(292)
鯸鲹 ……(314)
鯣 ……(41)
鯣目 ……(62)
鯣米 ……(62)
鯣鱼 ……(62)
鯣板鱼 ……(62)
鰩 ……(56)
鰌 ……(44)
鰝 ……(71)
鰱 ……(61)
鰣鱼 ……(45)
鰫 ……(45)
鱔鱼 ……(45)
鱗 ……(64)

〔丶一〕

鶉鴽 ……(36)
鷹嘴 ……(210)
鷹嘴龟 ……(38)
鷹嘴蛇尾平胸龟 ……(38)
癩瓜 ……(109)
……(109)
……(109)
癩头鼋 ……(38)
癩葡萄 ……(109)

〔丶丿〕

爓蠡 ……(167)
鎥 ……(616)
……(626)

〔丶丶〕

羼羊 ……(32)
糟 ……(302)
……(317)
糕 ……(86)

〔乛丿〕

璧水貙 ……(32)

〔乛丶〕

戳剂 ……(284)

十九画

〔一丨〕

欄 ……(624)
櫜 ……(619)
豁麩 ……(297)
……(322)
豁麸 ……(297)
醢 ……(183)
醢人 ……(9)
霰 ……(615)
藝草 ……(135)
藿香 ……(134)
蘧蔬 ……(116)
蘑菇 ……(131)
蘑菇粥 ……(404)
蘑菇煨鸡 ……(375)
……(376)
蘑菇酱油 ……(182)
蘑菇炖羊肉 ……(435)
藻朊酸钠 ……(206)
蘨 ……(101)
霼屑 ……(169)
蟹螽 ……(81)

〔一乛〕

攒素 ……(531)
攒盘 ……(387)
攒盒 ……(639)
攒雁 ……(335)
攒牛蹄 ……(335)
攒羊头 ……(335)
攒鸡儿 ……(334)
攒心盒子 ……(621)
攒丝杂烩 ……(543)

〔丨一〕

齱 ……(178)
鬍绿 ……(98)

〔丨乛〕

蟾宫折桂 ……(485)
蹯龙海参 ……(468)
蹲汤 ……(251)
蹲鸱 ……(101)
蹭勺 ……(259)
蹭锅 ……(259)
蹬皮 ……(223)

〔丿一〕

镞 ……(615)
鳇 ……(624)
簸锅 ……(258)
簸箕甲 ……(40)
簷溜水 ……(197)
籔 ……(618)
鳘肚 ……(157)
鳘鱼 ……(58)
鳘子鱼 ……(58)

〔丿丨〕

鼷鼠 ……(31)

〔丿丶〕

鏄飥 ……(300)
鰲糜 ……(347)

〔丿乛〕

鰳 ……(60)
鰳鲞 ……(159)
鰳鱼肉圆汤 ……(493)
鱔鱼鲊 ……(354)
鱉 ……(157)
鱄鱼 ……(49)
鱈鱼 ……(68)
鱋鈉 ……(61)
鳗鱼 ……(53)
鳗面 ……(396)
鳗鲡 ……(53)

鳗鱼肚 ……(157)
鳗鱼鲞 ……(159)
鳗尾泥鳅 ……(53)
鳢 ……(73)
鳙鱼 ……(44)
鳙头鲢 ……(45)
鳙鲢鱼 ……(47)
鳚 ……(53)
鬻 ……(231)
蟹丸 ……(369)
蟹生 ……(329)
蟹米 ……(164)
蟹松 ……(165)
……(501)
蟹油 ……(164)
蟹籽 ……(187)
蟹胥 ……(187)
……(306)
蟹粉 ……(164)
蟹黄 ……(164)
蟹略 ……(661)
蟹盖 ……(221)
蟹酱 ……(187)
蟹谱 ……(661)
蟹醢 ……(187)
蟹鳖 ……(338)
蟹羹 ……(378)
蟹八件 ……(640)
蟹汁芡 ……(256)
蟹壳黄 ……(590)
蟹炖蛋 ……(369)
蟹胱油 ……(164)
蟹黄烧 ……(267)
蟹眼水 ……(245)
蟹眼泡 ……(245)
蟹眼沸 ……(245)
蟹煨肉 ……(380)
蟹酿橙 ……(325)
蟹糊皮 ……(500)
蟹瓤橙 ……(498)
蟹子豆腐 ……(501)
蟹子酱油 ……(182)
蟹肉包子 ……(589)
蟹连鱼肚 ……(463)
蟹黄芙蓉 ……(500)
蟹黄鱼肚 ……(464)
蟹黄鱼翅 ……(461)
蟹黄鱼唇 ……(464)
蟹黄虾盅 ……(501)
蟹黄饽饽 ……(322)
蟹黄兜子 ……(349)
蟹肉扒鲜菇 ……(502)
蟹肉桂花翅 ……(463)
蟹黄扒豆苗 ……(502)
蟹黄鸡翼球 ……(450)
蟹黄狮子头 ……(419)
蟹黄灌汤饺 ……(603)
蟹糜千层糕 ……(589)
蟹粉菊花烧卖 ……(569)
彝味兔 ……(557)

〔丶一〕

瓣胃 ……(215)
麒面 ……(220)
麒麟 ……(278)
麒麟顶 ……(215)
麒面莲蓬 ……(504)
麒麟桂鱼 ……(485)
麒麟石斑鱼 ……(487)
麒麟鱼藏珠 ……(477)
[illegible] ……(303)
麋面 ……(399)
麋 ……(33)

〔丶丿〕

爆 ……(262)
爆汁 ……(254)
爆芡 ……(254)
爆肚 ……(388)
……(563)
爆焖 ……(268)
爆锅 ……(257)
爆三样 ……(422)
……(546)
爆竹鸡 ……(451)
爆羊肚 ……(384)
爆米花 ……(168)
爆谷馅 ……(290)
爆鸡片 ……(447)
爆软硬 ……(411)
爆兔肉 ……(506)
爆炒地猴 ……(507)
爆炒肚仁 ……(426)
爆炸牛肉 ……(546)
爆满山红 ……(426)
爆墨鱼花 ……(472)

爆炒墨鱼花 ……(472)
爆炒蝴蝶面 ……(584)
燠 ……(269)
燠勺 ……(257)
燠汁 ……(251)
燠汤 ……(250)
燠油 ……(257)
燠烧 ……(267)
燠锅 ……(257)
燠鳝 ……(489)
燠三鲜 ……(539)
燠红果 ……(533)
燠鸡块 ……(441)
燠虾段 ……(497)
燠啰嗦 ……(556)
燠鹌鹑 ……(511)
燠鲍鱼 ……(228)
燠镜鱼 ……(493)
燠炖目鱼 ……(472)
燻 ……(260)
燻羊 ……(352)
燻鸭羹 ……(351)
燻鹅鸭 ……(337)

〔丶丶〕

糁米 ……(91)
羹豆 ……(111)
羹匙 ……(640)
羹献 ……(26)
羹魁 ……(622)
羹匙鸽蛋 ……(243)
羹匙琼脂 ……(244)
鳖 ……(38)
鳖裙 ……(221)
鳖臛 ……(309)

〔一丶〕

鹳雉 ……(34)
歠 ……(1)

二十画

〔一〕

瓒 ……(627)
醷 ……(183)
蠢麻 ……(135)
龠 ……(90)
藨 ……(194)
馨饪之邪 ……(654)

〔丨〕

蠔 ……(74)
蠔莆 ……(74)
鹵瓦 ……(616)
巍山焦肝 ……(556)
巍山炝肉饵丝 ……(611)
蠱 ……(624)
鼍 ……(39)
鼛 ……(624)

〔丿〕

獾 ……(30)
镶 ……(584)
犭蒦牛 ……(25)
臞蠵 ……(305)
饘餾 ……(295)
鱚 ……(67)
鱖鱼 ……(50)
鱖豚 ……(50)
鱣 ……(42)
鳄鳇鱼 ……(42)
鳙鲿 ……(56)
鳝王 ……(53)
鳝肚 ……(158)
鳝鱼 ……(53)
鳝面 ……(396)
鳝丝羹 ……(378)
鳝鱼皮 ……(221)
鳝鱼血 ……(221)
鳝鱼头肉 ……(221)
鳝鱼肝肠 ……(221)
鳝鱼背肉 ……(221)
鳝鱼煮馍 ……(580)
鳝鱼意面 ……(596)
鳝鱼腹肉 ……(221)
鳝鱼辣汤 ……(592)
鳝段焖肉 ……(488)
鳝筒穿笋 ……(489)
鳝鱼初加工 ……(226)
鳝鱼尾脊肉 ……(221)
鳝鱼凉米线 ……(611)
鳞刀鱼 ……(62)
鳞甲酥皮虾 ……(563)
鳟鱼 ……(54)
鳙 ……(54)

〔丶〕

灌肚 ……(370)
灌肠 ……(151)
……(312)
……(563)
灌肺 ……(336)
灌油肚 ……(383)
灌水冲洗 ……(223)
灌汤肉包 ……(402)
灌汤蒸饺 ……(589)
灌汁水晶球 ……(603)
潘 ……(260)
潘鸡子 ……(313)
潘银条菜 ……(408)
焖 ……(261)
糯米 ……(85)
糯秫 ……(89)
糯粟 ……(89)
糯稻 ……(85)
糯米丸 ……(594)
糯米鸡 ……(446)
……(600)
……(604)
糯米肺 ……(383)
糯米胖 ……(168)
糯米绞 ……(600)
糯米粉 ……(87)
糯米酱 ……(391)
糯米藕 ……(523)
糯高粱 ……(90)
糯稻叶 ……(197)
糯米肉圆 ……(381)
糯米羊肉 ……(435)
糯米寿桃 ……(573)
糯米饭青 ……(134)
糯米鸡馅 ……(288)
糯米粉皮 ……(286)
糯米烧卖 ……(595)
糯米粽子 ……(601)
糯果鸭条 ……(455)
糯米素烧鹅 ……(590)
糯米粉搋粉 ……(339)
糯米甜酒酿 ……(593)
魔芋鸭块 ……(458)
魔芋野鸭 ……(510)

〔一〕

鬻 ……(17)

二十一画

〔一〕

櫺 ……(141)
欀木 ……(92)
酾酪 ……(167)
鼜 ……(26)
霸王花 ……(120)
霸王鞭 ……(120)
霸王别姬 ……(474)
露鸡 ……(305)
露笋 ……(99)
露葵 ……(105)

〔丨〕

鼏 ……(99)
髓饼 ……(316)
曩伽结 ……(142)
罍 ……(623)
鬘华 ……(192)

〔丿〕

鲝鎒 ……(313)
鳟白羹 ……(307)
鳟離鸞 ……(307)
鳟禺肉巾 ……(307)
鳆 ……(51)
鳜鱼 ……(51)
鳃条 ……(46)
鳃鱼 ……(45)
鳃条鱼 ……(55)
鳢鱼脯 ……(315)
鳢鱼臛 ……(309)
鳢鱼汤魡 ……(309)
鳣 ……(42)
鼹鼠 ……(31)

〔丶〕

赣菜 ……(4)
龕 ……(613)
麝 ……(33)
麝香草 ……(114)
麝香鸭 ……(27)

〔一〕

蠡 ……(628)
蠡鱼 ……(52)

二十二画

〔一〕

蘸 ……(241)
蘸碟鱼 ……(560)

〔丿〕

臞仙神隐书·修馔 ……(662)
镶座 ……(13)
镶嵌 ……(291)
镶枣肉 ……(412)
鳣 ……(296)
鳣 ……(46)
鳝牛 ……(79)
鳝羹 ……(79)
鱴刀 ……(49)

〔丶〕

爆田螺 ……(338)
爆肉羹 ……(338)
瓤皮 ……(583)
瓤肚 ……(357)
瓤骨 ……(382)
瓤大肠 ……(357)
瓤小瓜 ……(544)
瓤牛尾 ……(547)
瓤长鱼 ……(489)
瓤竹荪 ……(522)
瓤红桔 ……(389)
瓤豆腐 ……(523)
瓤芸豆 ……(517)
瓤青蛤 ……(470)
瓤松茸 ……(558)
瓤炙鱼 ……(485)
瓤油果 ……(553)
瓤荸荠 ……(398)
瓤莲藕 ……(520)
瓤莴苣 ……(387)
瓤鸭舌 ……(455)
瓤鸭脯 ……(457)
瓤笋伞 ……(519)
瓤雪梨 ……(557)
瓤银瓜 ……(533)
瓤甜椒 ……(519)
瓤猪肺 ……(558)
瓤天目笋 ……(386)
瓤扒海参 ……(466)
瓤白兰瓜 ……(517)
瓤白菜卷 ……(432)
瓤西葫芦 ……(515)
瓤羊肚菌 ……(520)
瓤金桔虾 ……(496)
瓤炸甜羊 ……(432)
瓤荸荠饼 ……(397)
瓤馅大肠 ……(426)
瓤柿肉小圆 ……(382)
瓤炸麻仁蜂 ……(554)
瓤荷包鸡蛋 ……(459)
瓤荷包鲫鱼 ……(481)
瓤煎一品羊 ……(433)
瓤扒牡丹牛尾 ……(429)
齉 ……(293)
齉人 ……(8)
齉子 ……(7)
齌 ……(616)
靡 ……(33)
靡牙稻 ……(85)

〔一〕

鬻 ……(296)

二十三画

〔一〕

釅 ……(16)
蠭 ……(118)
鬻 ……(628)

〔丨〕

蠪溪 ……(81)
黷 ……(616)

〔丿〕

罐鹅 ……(385)
罐子汤 ……(592)
罐儿鸡 ……(450)
罐儿蹄 ……(419)
罐罐红烧肉 ……(417)
鑐 ……(624)
臢托饭 ……(317)
鱴鱼 ……(66)
鼷鼠 ……(31)

〔丶〕

燕 ……(16)
糜 ……(90)
麤 ……(75)
麤醢 ……(303)
爝锅油鸡 ……(444)
爛……

二十四画以上

〔一〕

鱉 ……(135)
釀菹 ……(317)
鬻 ……(89)

〔丨〕

黎 ……(86)
蠵 ……(39)
蠵龟 ……(39)

齾 ……(624)

〔丿〕

饟餉 ……(301)
饦饦 ……(298)
饡蛋 ……(353)
饢坑 ……(631)
饢坑烤 ……(275)
爨 ……(209)
爨妇 ……(8)
爨鱼 ……(370)
爨炊 ……(209)
爨室 ……(6)
爨婢 ……(8)

〔丶〕

飜饼 ……(367)
麠羊 ……(32)

后　记

1982年，本辞典尚在准备阶段时，承蒙陕西、广东、四川饮食服务公司惠写烹饪原料、烹调技法等有关资料。嗣后，又陆续收到各省、市、自治区饮食服务公司写来的菜肴、点心等资料。参加编写这些资料的同志不下二、三百位，谨表谢忱！

1984年初，开始编纂工作，负责综合词语部分为熊四智；烹饪原料部分为聂凤乔；烹调技术部分为吴正格；古菜点部分为邱庞同、陶文台、王子辉；现代菜点部分为王子辉、张廉明、李秀松；营养卫生部分为刘永安；烹饪器皿中古代部分为李作智，现代部分为张家骝；烹饪古籍为陶文台、邱庞同，而后，又作多次补充审校，参与者有：路新国（原料中的药材部分），彭景（营养卫生部分），朱秉中、马安洲（古器皿部分），刚文彬（烹调法部分）等。

付梓前最后审定者，现代的各个部分，均由聂凤乔负责，并作了较多的补充与修改；古菜点经王利器先生审阅后，由原编写者作了修改。陈耀昆、徐祖文、姚万臻同志参予审定了部分稿件。参加过本书审阅修改工作者，还有不少同志，恕难详述，谨此致谢！同时，各省市饮食服务公司及江苏商业专科学校曾给予了大力支持，在此，一并致谢！

此外，李一氓先生为本书题写了书名，周启源先生抱病期间，曾主动要求帮助审阅营养卫生部分，现两位先生已经作古，谨致深切的悼念！