



中國小吃



封面画 王之海
书名题字 陈莱官
摄影 王力 刘文政
插图 张造 刘黛琳

科技新书目137—19

书号: 15166 · 157

定价: 1.65 元

TS213
03

中國小吃

(天津風味)

天津市飲食公司 編

航分
053801
館藏



194079



北京联大

00114860

中 国 小 吃

(天津风味)

天津市饮食公司 编

*

中国财政经济出版社出版

(北京东城大佛寺东街8号)

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

通县西定安印刷厂印刷

*

787×1092毫米 24开 6印张 6插页 103,000字

1987年1月第1版 1987年1月北京第1次印刷

印数: 1—12,000

统一书号: 15166·157 定价: 1.65元

出版说明

我国各地的小吃历史悠久，品种繁多，用料讲究，制作精细，具有民族特色，地方风味较为浓厚。这些传统风味小吃的制作技艺是我国丰富的文化遗产之一，为使其得到继承和发扬，以适应饮食行业广大职工学习专业知识，交流操作技术，进一步提高制作技艺水平的需要，我们出版了《中国小吃》这套书。饮食行业职工通过学习和提高，可以更好地为人民生活服务，为社会主义建设事业服务。这套书是在商业部饮食服务局的支持下，由各有关省、市饮食服务部门按地方风味分辑编写的。

《中国小吃（天津风味）》一书，是天津市饮食公司组织编写的，由刘建章、陈鹰两位同志执笔，还有一些同志为本书提供了素材，特此致谢。



“狗不理”包子



“桂发祥”什锦麻花



“耳朵眼”炸糕



“明顺斋”什锦烧饼

火锅白肉水饺





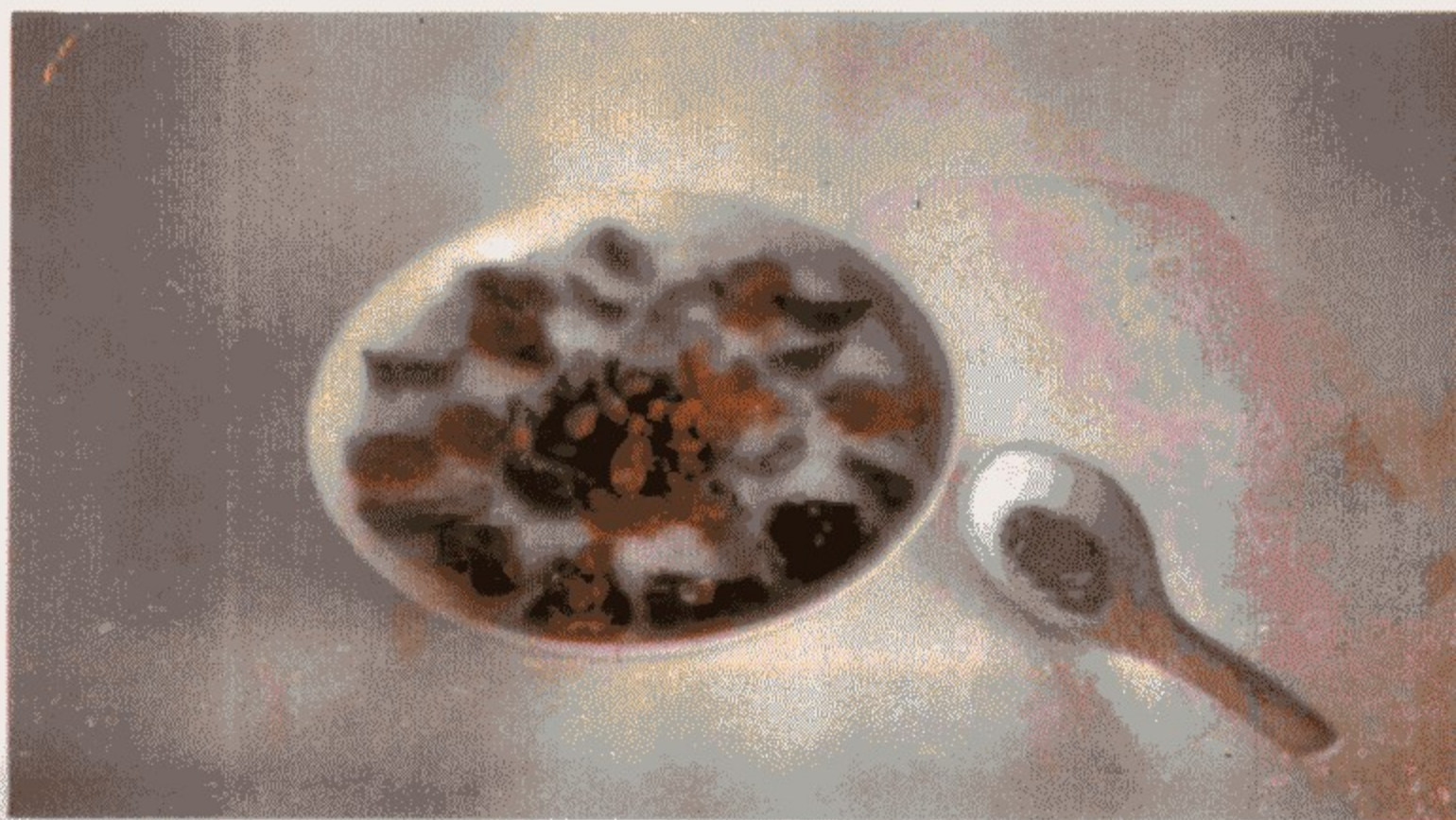
旋 酥

贴饽饽熬小鱼





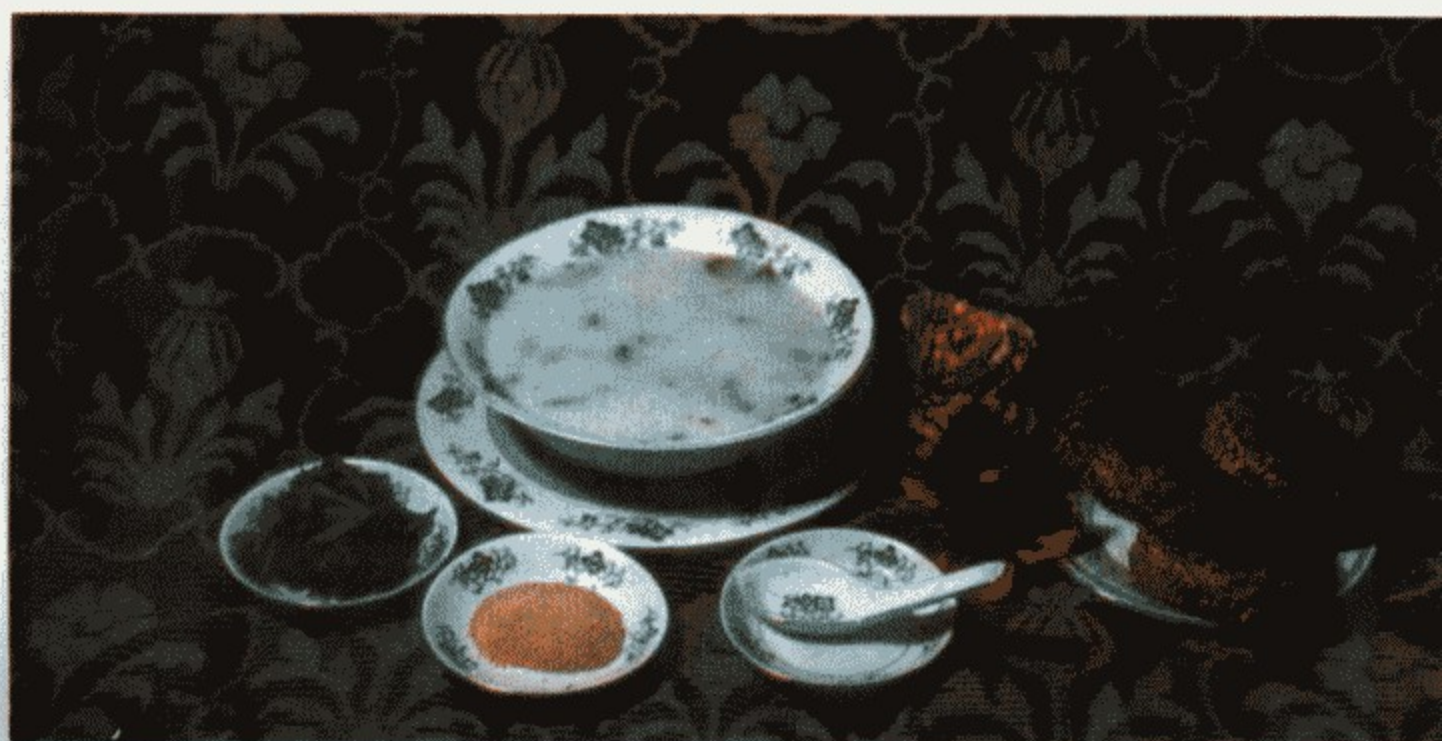
煎餅 餛子



腊
八
粥



如 意 年 糕



全
羊
汤



『芝兰斋』糕干

大饼、棒槌饅子、豆浆



目 录

概述.....(1)	一九、混糖蜂糕.....(29)
一、“狗不理”包子.....(4)	二〇、“芝兰斋”糕干.....(30)
二、“石头门坎”素包.....(8)	二一、夹馅绿豆糕.....(32)
三、北塘包.....(10)	二二、龙须糕.....(33)
四、海蟹青韭包.....(11)	二三、“白记”牛肉 水饺.....(34)
五、藤萝包.....(12)	二四、丁香素馅水饺.....(35)
六、知了卷.....(13)	二五、鸭肉水饺.....(36)
七、馅龙.....(15)	二六、紫蟹韭黄水饺.....(38)
八、三色蒸龙.....(16)	二七、蛤肉水饺.....(39)
九、枣塔.....(17)	二八、火锅白肉水饺.....(40)
一〇、五色盘香卷.....(18)	二九、母子鸳鸯合.....(41)
一一、鸡丝卷.....(20)	三〇、冬菇冷拌面.....(42)
一二、千层鱼茸饼.....(21)	三一、大饼.....(43)
一三、四黄蒸饺.....(22)	三二、“明顺斋”什 锦烧饼.....(44)
一四、鸭油蒸饺.....(23)	三三、杜称奇火烧.....(46)
一五、鸡血蒸饺.....(24)	三四、十大酥.....(47)
一六、鸳鸯合子.....(25)	三五、炉粽子.....(49)
一七、翡翠烧卖.....(27)	
一八、百果碗糕.....(28)	

- 三六、白糖饽饽……………(51)
- 三七、炉干烧饼……………(52)
- 三八、缸炉烧饼……………(53)
- 三九、吊炉一品烧饼……………(54)
- 四〇、油酥肉火烧……………(55)
- 四一、清油饼……………(56)
- 四二、葱花脂油饼……………(57)
- 四三、两面焦……………(58)
- 四四、发面饼……………(59)
- 四五、三鲜合子……………(60)
- 四六、“桂发祥”什
 锦麻花……………(61)
- 四七、“王记”剪子股
 麻花……………(64)
- 四八、鸡蛋小麻花……………(65)
- 四九、“陆记”烫面炸糕……………(66)
- 五〇、棒槌饽子……………(68)
- 五一、雪花龙须面……………(69)
- 五二、海鲜空心面……………(70)
- 五三、元宝酥……………(72)
- 五四、旋酥……………(74)
- 五五、蒸炸合……………(75)
- 五六、白糖锅炸……………(77)
- 五七、糖脆荸荠……………(78)
- 五八、冰雪麻仁果……………(79)
- 五九、油炸山芋片……………(80)
- 六〇、炸蚂蚱……………(81)
- 六一、炸虾托……………(82)
- 六二、炸银鱼……………(83)
- 六三、炸铁雀……………(84)
- 六四、炸臭豆腐干……………(85)
- 六五、煎饼馃子……………(86)
- 六六、水煎包……………(87)
- 六七、煎“烟子”……………(88)
- 六八、煎豆腐……………(89)
- 六九、肉丝炒饼……………(90)
- 七〇、焦炒面……………(91)
- 七一、什锦炒饭……………(92)
- 七二、素烩面……………(93)
- 七三、素烩饼……………(94)
- 七四、“耳朵眼”炸糕……………(95)
- 七五、麻团、凉果……………(96)
- 七六、三色凉糕……………(98)
- 七七、糯米面馅切糕……………(99)
- 七八、如意年糕……………(100)
- 七九、炸小年糕……………(101)
- 八〇、“大福来”嘎巴菜……………(102)
- 八一、捶鸡汤面……………(104)

- 八二、素馅馄饨……………(105)
八三、羊肉粥……………(108)
八四、腊八粥……………(109)
八五、秫米粥……………(110)
八六、豆浆……………(111)
八七、口蘑羊肉末豆
腐脑……………(112)
八八、虾籽豆腐脑……………(113)
八九、饶阳豆腐脑……………(115)
九〇、银丝奶汤……………(117)
九一、对虾蛋黄疙瘩汤……………(118)
九二、片儿汤……………(119)
九三、金银烩……………(120)
九四、“上岗子”面茶……………(121)
九五、栗子凉糕……………(122)
九六、彩云凉糕……………(123)
九七、西瓜酪……………(124)
九八、冰糖八鲜……………(125)
九九、莲子绿豆汤……………(126)
一〇〇、贴饽饽熬小鱼……………(127)
一〇一、围锅转……………(128)
一〇二、拌“猪肝”……………(130)
一〇三、“曹记”五
香驴肉……………(131)
一〇四、“曹记”驴
肉熏肠……………(133)
一〇五、芽乌豆……………(134)
一〇六、全羊汤……………(135)

概 述

天津小吃历史悠久，以面食品种居多，选料广而精，制作严且细，花色繁多，档次分明，制法全面，各味兼备，富有北方特色，具有浓郁的地方风味。

天津城早期的居民聚居点，形成于宋辽时期，到元代特别是明、清两代得以发展，日渐繁华。明、清以来，天津城北门外沿河一带逐渐成为手工业、商业、饮食业的集中地。据清《津门纪略》记载，当时天津的著名小吃已有侯家后“狗不理”大包、鼓楼东小包、查家胡同小蒸食、小伙巷牛肉、鼓楼北炸蚂蚱、甘露寺前烧卖、大胡同鸡油火烧、袜子胡同肉火烧、西头穆家饭铺熬鱼等多种。曾在一九一四年巴拿马国际赛会上获铜质“佳禾”奖章的杨村糕干，即是早自明朝初年便开始制售的。清末民初，天津的小吃聚集处有南市“三不管”、乌市、河西谦德庄、河东地道外、南开新“三不管”等，号称“小吃五群”。各种小吃应有尽有，种类繁多，大摆大卖，盛极一时。

天津地处平原，濒临渤海，气候适宜，物产十分丰富。清张焘在《津门杂记》一书中曾写道：“津沽出产，海物俱全，味美而价廉。春月最著者，有蜆蛸、河豚、海蟹等类。秋令螃蟹肥美甲天下，冬令则铁雀银鱼，驰名远近。黄芽白菜，嫩于春笋；雉鸡鹿脯，野味可餐。而青鲫白虾，四季不绝，鲜腴无比。至于梨、枣、桃、杏、苹果、葡萄各品，亦以北产者为佳。”其他如小站稻米、紫蟹、黄韭、红小豆、蓟县红果、沙窝青萝卜、对虾等，均在国内外享有很高的声誉。如此丰饶的物产，为天津小吃形成、发展为一方

风味创造了良好的条件。

天津“地当九河津要，路通各省”，特别自金朝天德元年（公元一一四九年）建都北京（大兴）后，这里逐渐成为漕运的枢纽，“舟车商贾之所萃集，五方人民之所杂处”。因此，天津小吃得以汲取南北各地技艺，汇集众多的行家高手，形成自己的特色。如著名小吃嘎巴菜，最初是由迁移到津城的山东贫民在山东煎饼的基础上加工制作的。以后，这一小吃几经演变，适应天津大众的口味，最终形成天津独有的、别具风味的名食。《聊斋志异》的作者蒲松龄，曾在《煎饼赋》中提到了煎饼的一种吃法：“更有层层卷摺，断以厨刀，纵横历乱，绝似冷淘。汤合盐豉，末锉兰椒，鼎中水沸，零落金条。”这里描写的，即是嘎巴菜的制作过程。蒲松龄还赞道，在当时，这虽是一种穷苦百姓的食物，但好吃而实惠，“时霜寒而水冻，佐小啜于凌朝，额涔涔而欲汗，胜金帐之饮羊羔。”

天津小吃带有明显的季节性，往往随着时令的变化而变化，与岁时风俗有着紧密的联系。《津门杂记》中对天津民间食俗作了大量记载。如“正月元旦味爽，长幼皆起，盛衣冠，设香烛，拜天地先祖，父母以次，而同食角子（即饺子），取更新交子之义。……”“二月初二日，以百虫皆蛰，谓之龙抬头，以穀糠引钱龙至家。是日食饼，煎糕粉（即煎‘闷子’），并祀土地神”等。另外，如初伏吃面，端午节吃角黍（粽子），中秋节吃月饼，重阳节食糕，冬至日食馄饨，腊八日煮腊八粥、泡腊八蒜等，一直沿袭至今。

天津小吃尤其是一些著名小吃的风味，是与其独特的制作方法、严细的选料分不开的。以曾作为献给慈禧太后贡品的“狗不理”包子为例，即与其他包子的制法迥然有别。其面皮的制作，采用“一拱肥”的揉肥方法，即将酵面与面粉、清水和匀，发酵一段时间，待有肥花拱起来时，便对碱、下剂、擀皮。用这种方法制出的面皮，柔软而有咬劲，加上蒸制火候的严格掌握，

可使成品不塌陷、不走形。其馅心的调制，采用制水馅法，即将一定数量的骨头汤和上等酱油按一个方向、分次徐徐搅入精选过的猪肉末中，再放入味精、小磨香油和葱、姜末等，制成稀软适度的肉馅。要把比重很大的骨头汤和酱油搅入肉末内，使骨头汤和酱油完全与肉末融合在一起而不出汤，并非易事。但“狗不理”包子的创始人就是凭这样不同寻常的作法，创出了名扬中外的津门美食。再如“桂发祥”夹馅什锦麻花（俗称“十八街”麻花）、“耳朵眼”炸糕等名品，都因操作方法各有“绝”处，才使其与众不同、遐迩闻名。

历史上天津小吃的经营方式十分灵活，有的摆摊设点、前堂后灶，有的走街串巷、现做现卖。以后，随着城市的发展，各类小吃摊贩成群，网点成片，风味突出，品种丰富，呈现一派繁荣景象。一九八四年，天津市首先建成了目前全国规模最大的、集各地及海外风味菜品、小吃于一处的“南市食品街”，为继承和发扬祖国烹饪技艺、丰富人民生活迈出了可喜的步伐。当前，天津市广大饮食业职工正积极挖掘和恢复天津地方风味小吃，不断提高产品质量，注意保持传统经营特色，以便更好地发展第三产业，为丰富人民生活 and 社会主义现代化建设服务。

一、“狗不理”包子

“狗不理”包子是名扬四海的天津风味小吃之一，迄今已有近百年历史。

“狗不理”包子的创始人叫高贵友，因其上无兄姐，下无弟妹，按照北方民俗，为图吉利，长命百岁，父母便给他起了“狗不理”的乳名。

清朝末年，高贵友只身进津，在侯家后刘库蒸食铺学徒。三年后，他手艺学成，与人在南运河三岔口处合摆了一个包子摊。由于他苦心琢磨，不断实践，逐步摸索出和水馅、用半发面制面皮等独特方法，使所制包子汤满油足，外形漂亮，有咬劲，吸引了众多顾客，买卖日益兴隆，“狗不理”的乳名也与包子的美名一起不胫而走。后来，包子摊扩大成一间门面的包子铺，起名“德聚号”。但是，人们叫顺了嘴，仍称“狗不理”，新字号反倒渐被忘却，不为人知。据说，戊戌变法前后，当时的直隶总督袁世凯进京面见慈禧时，曾将“狗不理”包子带去奉献。慈禧吃后，大加赞赏。此后，“狗不理”包子声名愈噪，成为津门上乘美食。

“狗不理”包子有三种馅心，下面分别介绍。

(一) 猪 肉 馅

原 料 (制六百八十个)

上白面粉·····	十二斤	姜末·····	八钱三分
酵面·····	七斤五两	酱油·····	一斤七两
碱面·····	一两	味精·····	一两
猪肉·····	八斤五两	芝麻油·····	一斤二两
葱末·····	一斤零六钱		

制 法

1. 将猪肉中的软、硬骨剔净，再将肥瘦肉按比例搭配，绞成肉茸，加姜末搅匀。搅好后，将酱油、味精、芝麻油搅入。待其与肉茸完全融合在一起后，再加入适量清水或骨头汤，拌匀成馅。

2. 将上白面粉（十一斤）与酵面一起放入盆中，倒入清水五斤五两和成面团，盖上湿布，使其发酵。当有肥花在盆里拱起来时，将碱面用清水六钱溶化，揉入面团内，揉匀揉透，略饧。

3. 将饧好的面团放在铺有饧面（一斤）的案板上揉匀，揉出光面，搓成直径约七分的长条，揪六百八十个面剂。把面剂沾饧面后滚匀、滚圆，用手掌摁扁，擀成直径二寸四分的薄圆皮（擀时，双手按擀面杖，平推，平拉，推到头，拉到尾，劲要使匀、面皮要厚薄一致）。

4. 将薄圆皮放在左手掌中，右手用馅板将馅（约三钱重）抹在圆皮中间，收口包严。要达到褶花均匀，整齐美观，每个包子的褶不少于十五个。

5. 将制好的包子生坯摆上笼屉，用旺火蒸五分钟左右即熟。

特 点

用料严细，操作讲究，薄皮大馅，小巧玲珑。形似待放白菊，面皮有咬

劲，馅心松软，肥而不腻。

(二) 肉 皮 馅

原 料 (制六百八十个)

上白面粉·····	十二斤	菠菜·····	二斤五两
酵面·····	七斤五两	精盐·····	一两
碱面·····	一两	味精·····	一两
猪肉皮·····	十六斤	酱油·····	一斤五两
鲜蟹黄·····	三斤	净葱·····	一斤五两
水发海米·····	一斤	鲜姜·····	一两
水发木耳·····	八两	八角·····	二十瓣
虾籽·····	三两	芝麻油·····	一斤二两

制 法

1. 留出面粉（一斤二两）作饹面，将其余面粉同酵面、清水五斤四两和成面团。和面、发酵、对碱等过程与猪肉馅包子制法相同。

2. 刮去肉皮上的油污和猪毛，用清水洗净，下入沸水中煮一下（约十几分钟）。然后，将其捞出，放入清水锅内，再投入八角和切成寸段的净葱（一斤）、切成块的鲜姜，上旺火煮沸，用手勺撇去浮沫。当肉皮煮至软烂时，捞出，入凉水过凉，绞碎。制馅时，先将酱油分数次搅入碎肉皮内，再将芝麻油、葱花（五两）、味精、虾籽和切碎的水发海米、水发木耳、鲜蟹黄、菠菜搅入肉皮内，最后，用精盐调好口味，拌匀，即成肉皮馅。

3. 揪剂、擀皮、制坯、成熟等过程，与猪肉馅包子制法相同。

特 点

肉皮软糯，配料多种，鲜香不腻，汤汁盈口，为“狗不理”包子传统品

种。

(三) 三 鲜 馅

原 料 (制六百八十个)

上白面粉·····	十二斤	姜末·····	一两
酵面·····	七斤五两	精盐·····	一两二钱
碱面·····	一两	味精·····	一两二钱
猪肉(三成肥七成瘦)·····	十斤	酱油·····	二斤
鲜虾仁·····	五斤	湿淀粉·····	二两五钱
水发海参·····	四斤	花生油·····	六斤(实耗七两)
鸡蛋·····	三十个	芝麻油·····	一斤二两
葱末·····	一斤二两		

制 法

1. 和面、发酵、对碱等方法与猪肉馅包子制法相同。

2. 剔去猪肉中的软、硬骨，绞成肉茸，加姜末拌匀。然后，再将酱油搅入。当其与肉完全融合在一起后，再加入适量清水或骨头汤，并放入葱末、味精、芝麻油，拌匀后待用。另将鸡蛋(六个)磕入碗内，用筷子打匀，与湿淀粉、精盐(五钱)调成鸡蛋糊，下入洗净的鲜虾仁抓匀，入烧至七成热的温油(约五斤五两)中滑好。再将剩下的鸡蛋磕入盆内打散，调入精盐(七钱)，用烧至八、九成热的花生油(五两)炒熟。然后，将虾仁、水发海参和炒好的鸡蛋切碎，一起搅入猪肉馅内，三鲜馅心即成。

3. 揪剂、擀皮、制坯、成熟等过程与猪肉馅包子制法相同。

特 点

馅料考究，营养丰富，鲜味突出，香醇可口。

二、“石头门坎”素包

该品始创于清朝，是位于娘娘宫（即天后宫）附近的真素园食品店的著名品种。由于该处临近海河，为防洪水泛滥，曾以石头横筑一道小堤坝，形似门坎，又因该店素包用料讲究，味道香醇，远近驰名，故市人便将该食称为“石头门坎”素包。凡各地来娘娘宫进香者，都以一尝素包为快事。

原 料（制二百个）

上白面粉·····	八斤	绿豆粉皮·····	三斤
酵面·····	三斤	净香菜·····	一斤
碱面·····	三钱三分	鲜姜末·····	五两
绿豆芽·····	六斤	北京腐乳·····	五大块
香油面筋·····	一斤	精盐·····	三两
水发口蘑·····	三两	味精·····	一两
水发木耳·····	九两	淀粉·····	四两
水发黄花菜·····	三两	芝麻酱·····	一斤
素白香干·····	二十块	芝麻油·····	八两

制 法

1. 将酵面放入盆内，用手撕碎，与上白面粉（七斤）、清水三斤五两和匀，搅透，揉成略硬的面团，盖上湿布，任其发酵。约一小时后，对入用清水一两溶化的碱液，与面团揉匀，饧二十分钟。

2. 将绿豆菜洗净，入沸水一烫，放凉水中过凉，捞出，切成六分长的段，用双手略挤去水分。另将油面筋切成五分见方的块，水发口蘑切成绿豆大小的丁，水发木耳剁碎，水发黄花菜切五分长的段。再将素白香干片为两半，切成黄豆大小的丁，绿豆粉皮改成四分见方的片，净香菜切为五分长的段。把北京腐乳、芝麻酱同放一个盆内，用芝麻油（四两）稀释。

3. 将炒勺置于旺火上，倒入芝麻油（四两）烧热，下鲜姜末略炸。然后将口蘑丁与口蘑汤（五两）倒入勺内，放入精盐。待汤煮沸约七、八分钟时，将用清水一斤五两调好的淀粉淋入勺内，倒入盆中，拌上香菜段，调好味精，即成卤子。待其晾凉后，加入绿豆芽、油面筋、水发木耳、水发黄花菜、素白香干、绿豆粉皮和腐乳、芝麻酱，搅拌均匀。

4. 将饧好的面团放在铺有饧面（一斤）的案板上揉匀，分成五个均匀的等份，各搓成直径六分的长条，再分别揪四十个剂子。揪好后，以手掌将剂子逐一揳扁，用擀面杖擀成直径约二寸的圆面皮。

5. 取面皮一张，置于左手掌中，右手用馅板将馅（约七钱六分）抹在面皮中间，捏褶收口。操作时，右手拇指与食指紧靠面皮内外上端，边以食指向里怀捏褶边将面皮略向上提，同时，左手手指配合转动，使包子上半部成为均匀的立褶花。最后，将封口处捏严。待包子生坯全部制好后，将其摆上笼屉，用旺火蒸七、八分钟即成。

特 点

面皮雪白，有弹性，有光泽，暄软适度，馅心黑、白、黄、绿、棕五色，入口脆嫩，清香爽口。

三、北 塘 包

原 料 (制三百个)

上白面粉·····	六斤	葱花·····	七两五钱
酵面·····	六斤	酱油·····	一斤三两
碱面·····	一两	味精·····	三钱
猪肉末(肥瘦各半)·····	五斤	芝麻油·····	一斤
净青虾仁·····	一斤五两		

制 法

1. 将猪肉末放入盆内, 分数次将酱油搅入。搅匀后, 放置几个小时(如天气炎热, 应置于低温或放入冰箱)。待肉末完全“吃”进酱油后, 将清水三斤五两分数次搅入。搅至肉馅不再出汤、呈浓稠状时即可。

2. 将上白面粉(五斤三两)与酵面、碱面和清水二斤七两放入盆内, 和成软硬适中的面团, 揉透揉匀, 盖湿布略饧。五、六分钟后, 将面团放在铺有饧面(七两)的案板上揉匀, 分成相等的三块, 分别搓成直径一寸的长条, 每条揪一百个剂子, 并将剂子用手滚圆、摁扁, 擀成直径二寸五分的薄圆面皮。

3. 将净青虾仁剥成小丁, 与葱花、味精一起撒在搅好的猪肉馅上, 浇上芝麻油搅拌均匀, 即成馅心。

4. 将一张薄圆面皮放在左手掌中, 右手用馅板(竹制或木制)挑起约四钱三分重的馅抹在圆皮中间。然后, 右手拇指紧贴圆皮边缘的内部, 食指

贴在外部，按逆时针方向将皮的边缘逐次向拇指处捏合，捏成间隔均匀的皱褶。同时，左手配合右手，将面皮沿顺时针方向慢慢转动，最后将口捏严。每个包子的皱褶十六至十八个。待包子生坯全部制好后，上屉用旺火蒸六、七分钟即成。

特 点

外型小巧，面皮柔韧，馅心鲜嫩成团，味美汪油。

四、海 蟹 青 韭 包

原 料（制二十个）

上白面粉·····	九两	精盐·····	三钱
酵面·····	一两五钱	味精·····	二钱
碱面·····	一钱	葱末·····	一钱
海全蟹肉·····	四两	姜末·····	一钱
熟白肉·····	二两	湿淀粉·····	一钱五分
净白菜馅·····	六两	熟猪油·····	六钱
青韭梗·····	四两	芝麻油·····	三钱
酱油·····	三钱		

制 法

1. 勺置旺火上，用熟猪油（二钱）煸炒葱、姜末，然后，将切成细丁的熟白肉下勺略炒，加入酱油，用湿淀粉勾芡，放入盆中。再将海全蟹肉切碎，与熟白肉一起拌匀，下味精、熟猪油（四钱）、芝麻油调匀，放入净白

菜馅，加精盐拌和。青韭梗切成一寸长的段，备用。

2. 将酵面撕碎，放入盆中，用清水四两五钱调稀，加入面粉（八两）和成面团，放置盆内，使其发酵。待发好后，对入用清水一钱溶化的碱液，揉匀揉透。然后，将其放在铺有酵面（一两）的案板上揉匀，搓成直径六分的长条，揪二十个剂子，逐个揳成周边一分、中间二分薄厚、直径一寸五分的圆面皮。

3. 取面皮一张置于左掌中，右手持馅板挑馅（八钱）抹在面皮中间，用馅板压紧馅，左手随转动随收口。收口时，将青韭梗一小撮插入收口处（外露一半），用左手拇指和食指、右手拇指把两个边对齐一挤，口即收好（插韭菜处不要捏得过紧）。

4. 将包子生坯全部制好，上屉用旺火蒸七、八分钟至熟。出屉后，将青韭梗揅出，即可食用。

特 点

形似道士帽，蟹鲜肉香。吃起来有韭菜香味，却见不到韭菜，是包子中的上乘佳品。

五、藤 萝 包

原 料（制二十个）

上白面粉·····	九两	鲜藤萝花·····	六两
酵面·····	一两五钱	绵白糖·····	一斤
碱面·····	一钱	猪脂油·····	三两五钱

制 法

1. 将藤萝花择洗干净，猪脂油撕去外皮，切成绿豆大小的丁，与绵白糖（二两）搓在一起，放入坛内，盖严坛口。一星期后，将藤萝花挤去水分，上案板剁碎，与绵白糖（七两）拌匀成馅。

2. 将上白面粉（八两）与用清水四两调稀的酵面揉成面团，盖湿布发酵。待其发好后，将用清水二钱溶化的碱液对入、揉匀，加入绵白糖（一两），再揉匀。另将酵面（一两）铺撒在案板上，放上面团，搓成直径六分的长条，揪二十个剂子。然后，将剂子逐个摺扁，擀成直径一寸四分的薄圆皮。

3. 将薄圆皮一张放在左手掌中，右手用馅板将藤萝馅（二钱）抹在圆皮中间，收口捏紧。捏好后，将其封口处朝下放在案板上。待馒头形状的藤萝包全部包好后，上屉用旺火蒸十五分钟即熟。

特 点

面暄而白，馅心甜美适口，含有浓厚的葡萄酒香气。

六、知 了 卷

原 料（制二十个）

上白面粉·····	一斤九两	碱面·····	二钱
酵面·····	一两五钱	芝麻油·····	二钱五分

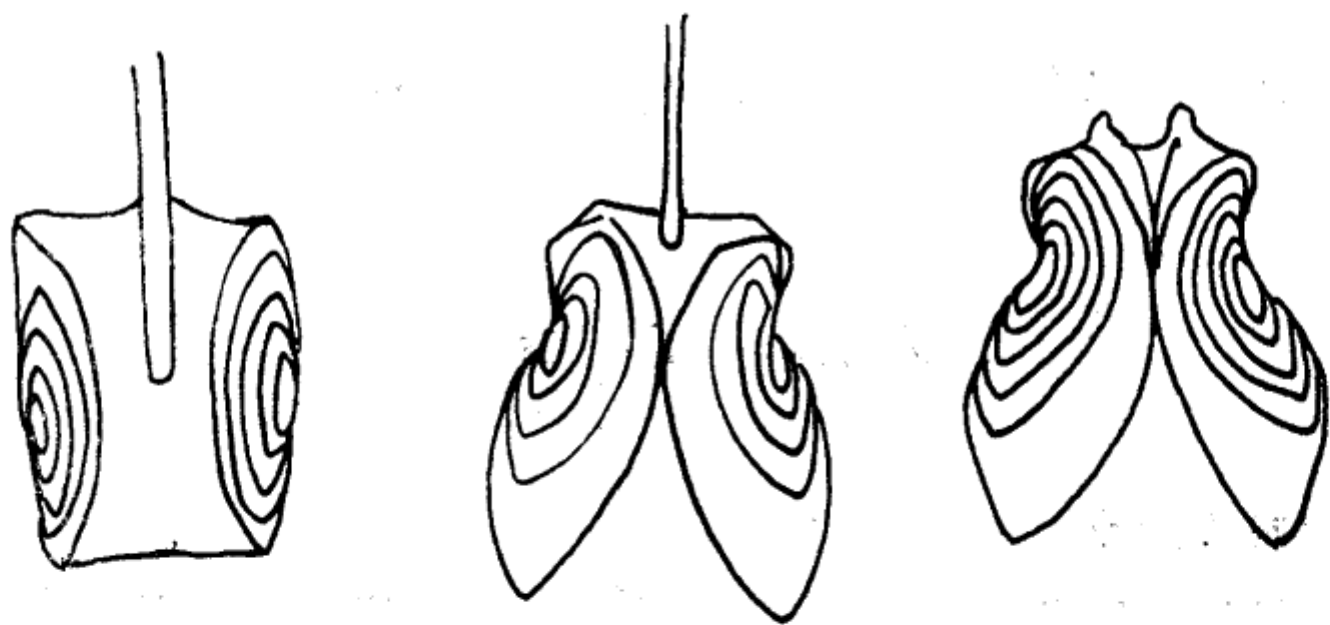
制 法

1. 将酵面撕碎后放盆，用温水九两五钱调稀，加入面粉（一斤五两）和成面团，盖上湿布，使其发酵。待面团发起后，取酵面（四两）铺撒在案

板上，再将发面放置其上，把碱（用水四钱溶化）揉进面中，并将剩余的面粉全部揉入，揉至松软。

2. 将三分之二的面团搓成约一尺长的圆条，摺扁，用擀面杖擀成一尺五寸长、一尺宽的面块，刷上芝麻油，卷成卷。另将剩下的面团搓成长条，擀成稍大于长卷的长方形面片，将长卷包严。包好后，略捋长，切成二十个剂子。

3. 取剂子一个，用一根筷子顺纹在中间一按，两端层次即翻起来。用刀在五分之二处从中间切开，用两手拇指、食指分别轻捏住切开处和另一端，向里一折，使外侧层次朝上，“蝉翼”即成。然后，用一根筷子从面剂另一端的中间由下向上挑起约二分宽，向“蝉翼”方向按紧，即成“蝉”的“尖口”。接着，将“尖口”两边分别捏出一个小圆球，用筷子将“蝉”颈处夹细，生坯即成（如图）。



4. 待知了卷生坯全部制好后，将其摆上笼屉，用旺火蒸十五分钟左右即成。

特 点

形似知了，松软暄腾，是天津民间传统面食。

七、馅 龙

原 料（制十段）

面粉·····	六两五钱	澄沙馅 ^① ·····	一斤零五钱
酵面·····	一两	青丝·····	四钱
碱面·····	五分	红丝·····	四钱

制 法

1. 将酵面撕碎，放入盆中，用清水三两二钱调稀，加入面粉（五两五钱）和成面团，盖上湿布，使其发酵。待发好后，将余下的面粉铺撒在案板上，放上面团，把用清水二钱溶化的碱液与其揉匀。

2. 将揉好的面团搓成长条，用手摁扁，擀成三分厚、二寸五分宽的细长片，用馅板把澄沙馅抹在长片中间成一长条，然后，从长片的一侧向另一侧卷。卷好后，将边压好，抹一点水，撒上青、红丝，生坯即成。

3. 将制好的馅龙生坯放上笼屉，用旺火蒸二十分钟。取出后，切成十段食用。

特 点

外暄软，内沙甜，为天津民间小吃。

八、三 色 蒸 龙

原 料 (制五段)

面粉·····	一斤五两	葱头·····	二两
水发海参·····	四两	精盐·····	三钱
水发海米·····	二两	味精·····	二钱
水发木耳·····	二两	熟猪油·····	八钱
鸡蛋·····	六个	芝麻油·····	六钱
青韭·····	四两		

制 法

1. 将水发海参、水发木耳切成碎丁，放入盆内，用熟猪油（二钱）、芝麻油（二钱）、精盐（一钱）、味精（七分）调好口味。另将鸡蛋磕入碗内，打散，用熟猪油（二钱）炒熟，剁碎，与切成末的葱头放入另一盆内，下熟猪油（二钱）、芝麻油（二钱）、精盐（一钱）、味精（六分）搅匀。然后，将青韭择好、洗净，切成碎末，水发海米切碎，加熟猪油（二钱）、芝麻油（二钱）、精盐（一钱）、味精（七分）拌好，单置一盆。

2. 将面粉（三两）放入盆内，用沸水（一两五钱）冲烫搅拌，揉匀晾凉。再将面粉（一斤一两）用清水六两和成软面团，与烫面团揉匀。

3. 把面团分成三个等份，放在铺有饅面（一两）的案板上，分别搓成直径一寸的长圆条，用手摁扁，擀成一分二厚、四寸宽、五寸五分长的面片。

4. 取面片一张，在中间平摊上海参、木耳馅，从里向外卷起。卷好后，捏紧两端，接口处朝下，放在一边。另将其余两张面片分别卷进鸡蛋、葱头馅和海米、青韭馅，摆在第一条“面龙”上，摆齐、摺扁，两端用手一按，用面边封好口，即成三色蒸龙生坯。

5. 将生坯摆在刷了油的笼屉上（接口处朝下），上旺火蒸十三分钟。吃时，改成五段，拼好上桌。

特 点

面皮柔软有韧劲，馅心由黑、黄、绿三色不同原料组成，美观悦目，入口鲜美，是天津著名风味小吃。

九、枣 塔

原 料（制一个）

上白面粉·····	九两五钱	碱面·····	八分
酵面·····	一两	小枣·····	三十六个

制 法

1. 将酵面撕碎，放入盆中，用清水四两五钱调稀，加入面粉（八两五钱）和成面团，盖上湿布，使其发酵。待面发好后，对入碱水（用温水二钱溶化）揉匀。

2. 将酵面（一两）铺撒在案板上，放上发好的面团，搓成直径二寸的长条，切成三两重的剂子一个，二两二钱五分重的剂子两个，一两五钱重的剂子四个，七钱五分重的剂子两个。然后，将剂子揉好，找出光面，擀成约

二分厚的大小不同的圆片。

3. 把三两重的大圆片摆在案板上，在四边均匀地摆上四个枣，再把二两二钱五分重的圆片摆在枣上，上面也摆上四个枣（与下边的枣错开位置）。然后，将另一张同样重量的圆片摆上去，再摆四个枣（与第一层的枣对齐）。最后，把一张一两五钱重的圆片摆上，摆四个枣（与第二层枣对齐），并在中间用筷子插一个眼，“塔”的下半截即成。

把一张一两五钱重的圆片摆在案板上，四边均匀地摆四个枣，枣上面再摆两张同样大小的圆片，每张圆片上都摆上四个枣（摆法同制法3）。摆好后，将一张七钱五分重的圆片摆上，均匀地摆上三个枣，然后，再摆上一张同样的圆片，用筷子在中间插一个眼，当中摆一个枣，四边匀摆四个枣，“塔”的上半截即成。

4. 将两截“塔身”上屉，用旺火蒸二十分钟至熟。取出后，将上半截摆在下半截上，用筷子在中间直插起来（筷子不露头）即成。

特 点

形如宝塔，松软香甜，枣味浓郁，是价廉物美的大众食品。

一〇、五色盘香卷

原 料（制二十五块）

上白面粉……………四斤七两
酵面……………一两五钱
碱面……………四钱

绵白糖……………五两
芝麻白糖馅②……………七两五钱
枣泥馅③……………七两五钱

红果馅④ 七两五钱
澄沙馅 七两五钱
水晶馅⑤ 七两五钱

京糕条 二两
熟猪油 一两七钱
芝麻油 一两一钱

制 法

1. 将酵面撕碎，放入盆中，用清水二斤三两调稀，加入面粉（四斤三两）和成面团。待面团发好后，加碱（用水八钱溶化）和绵白糖揉匀，略饧。然后，再揉至面带韧性。在案板上撒上饧面（四两），放上面团，搓成三尺左右的长条。

2. 用双手抓住长条的两头，均匀用力，上下抖动几次，使其拉伸渐长。然后，趁长条中段刚从空中落下来时，两手立即交叉、扣在一起，使长条两端借劲拧成麻花形。随后，把手倒过来（恢复原位），再把面抖长、两手交叉、扣在一起（两手交叉时，必须替换位置。一次是右拳放在左拳前面，向里打扣，一次是右拳放在左拳后面，向外打扣）。这样，交叉进行，直至把面溜“熟”、溜顺。紧接着，将长条放在案板上，用两手按住长条两端，左手向里、右手向外搓上劲。然后，提起两头，一抖一抻，再放上案板，对折成两根，并撒上饧面，使条与条之间互不粘连。折好后，用左手握着两根面条的一端，右手手指套在两根面条的另一端，拿起来两手往外一抻，向上一送，将面条抻长，放上案板，对折成四根。接着，撒上饧面，再行抻抖。抻抖、对折九次后，长条即成为挂面粗细的五百一十二根细丝（抻抖过程中，应将手头对折后的粗面头去掉）。最后，将抻好的面丝铺在案板上，拨开，拨平，再把芝麻油和熟猪油掺在一起，用小刷子刷在面丝上，刷匀、刷透，并把面丝合拢、理好，切为二十五段。

3. 将每段坯子盘成圆形，用手指轻按，向外摊开。再用京糕条把每个盘香卷从中间分隔成五个三角形，每个三角形内分别抹上芝麻白糖馅、枣泥

馅、红果馅、澄沙馅、水晶馅。待全部生坯制好后，上屉用旺火蒸十五分钟即熟。

特 点

造型美观，层次分明，一点多色多味，是天津小吃中的上乘佳品。

一一、鸡 丝 卷

原 料（制二十五个）

上白面粉·····	四斤八两	绵白糖·····	一斤
酵面·····	三两	熟猪油·····	一两八钱
碱面·····	四钱	芝麻油·····	一两一钱
熟鸡脯·····	五两		

制 法

1. 和面、擀面、搓条方法同五色盘香卷制法1。
2. 溜条、抻条、出条、刷油方法同五色盘香卷制法2。
3. 将熟鸡脯撕成细丝，均匀地顺摆在面丝上。然后，将面丝从里怀向外卷。卷好后，切为二十五段。
4. 将制好的鸡丝卷生坯上屉，用旺火蒸二十分钟。蒸时，每段生坯的上下面各铺放一张面皮。蒸熟后，揭去面皮，将鸡丝卷摆碟上桌。

特 点

面暄肉嫩，别有滋味。如不放鸡丝，而放火腿丝，即为“火腿卷”，色泽更为漂亮。

一二、千层鱼茸饼

原 料 (制一个)

上白面粉·····	九两	高汤·····	二两
酵面·····	一两五钱	绍酒·····	三钱
碱面·····	七分	精盐·····	一钱
净黄鱼肉·····	五两	味精·····	五分
肥猪肉末·····	一两	熟猪油·····	五钱
葱末·····	一钱	芝麻油·····	一钱
姜末·····	一钱		

制 法

1. 将净黄鱼肉用刀砸、剁成茸，与肥猪肉末一起放入盆内搅拌，分几次搅入高汤、绍酒。待搅成粘稠状后，再加入葱末、姜末。最后，加入熟猪油、芝麻油、精盐、味精，和匀成馅。

2. 将酵面撕碎，放入盆中，用清水四两五钱调稀，加入面粉（八两）和成面团。待面团发好后，对碱（用清水一钱五分溶化）揉匀。

3. 将酵面（一两）铺撒在案板上，留出四两五钱重的面团，其余的揉出光面，擀成五寸宽、一分多厚的长片，用馅板将鱼茸馅均匀地横抹在面片上。然后，从长片的一头叠起，按一寸四分宽叠成四折即为馅坯。接着，将留出的面团擀成稍大于馅坯的长方形面皮，包入馅坯，接口处朝下，按扁、按平。

4. 将制好的生坯上屉，用旺火蒸十分钟。取出后，均匀地切四刀，拼好上盘。

特 点

此饼制法颇为独特，先制馅坯，再用面皮包裹，层次分明，馅心是用黄花鱼肉和猪肉制成，并配以多种调料，辅之高汤，故鲜美无比。

一三、四 黄 蒸 饺

原 料（制五十个）

上白面粉·····	一斤	精盐·····	二钱
黄花鱼肉·····	六两	味精·····	六分
蟹黄·····	一两	葱末·····	一钱五分
韭黄·····	一两	姜末·····	一钱
鸡蛋·····	三个	熟猪油·····	五钱
酱油·····	一两	芝麻油·····	四钱

制 法

1. 将鸡蛋打散，用熟猪油（二钱）炒熟，切碎。韭黄洗净，切成末，蟹黄切碎。再将黄花鱼肉用刀背砸成泥，放入盆内，分次搅入清水二两。然后，下酱油、精盐、味精、葱末、姜末调匀，放入熟猪油（三钱）、芝麻油、熟鸡蛋、蟹黄、韭黄拌好，四黄馅即成。

2. 将上白面粉（二两五钱）放入盆内，用开水一两二钱烫好，和成烫面。再将面粉（六两五钱）用清水三两二钱和匀，与烫面团揉在一起，揉匀

揉透。揉好后，把饧面（一两）铺撒在案板上，放上揉好的面团，搓成直径四分的长圆条，揪五十个剂子，擀成直径一寸五分、约半分厚的圆皮。

3. 将一张圆皮放在左手掌中，右手用馅板将馅（三钱）抹在圆皮中间，用两手拇指、食指将皮的前后边缘合拢捏牢，即成月牙形的饺子。

4. 待蒸饺生坯全部制好后，放在刷了油的屉上，用旺火蒸七、八分钟至熟。

特 点

此点制法独特，面皮是用烫面和冷水面混和而成；馅心用料考究，鲜香味美。

一四、鸭 油 蒸 饺

原 料（制六十个）

上白面粉·····	一斤	姜末·····	一钱
猪肉（四成肥六成瘦）·····	六两	酱油·····	一两五钱
净菜馅⑥·····	四两	精盐·····	一钱五分
鲜韭菜·····	三两	味精·····	一钱
葱末·····	一钱五分	鸭油*·····	一两六钱

制 法

1. 将猪肉剁成肉馅，放入盆中，把清水二两分两次搅入。搅至有粘性

* 鸭油：制烤鸭时，从鸭子身上流下来的油。

时,把酱油分两次加入,再搅至肉馅稠粘时,放入葱末、姜末、味精、鸭油调匀。最后,将净菜馅和切碎的韭菜搅入,拌匀备用。

2. 将上白面粉(二两五钱)放入盆内,用沸水一两二钱浇烫,和成烫面,再将面粉(六两五钱)用清水三两二钱和匀,与烫面团揉在一起,揉匀揉透。然后,把饧面(一两)铺撒在案板上,放上揉好的面团,搓成直径四分的长圆条,揪六十个小剂子,逐个擀成直径一寸二分的薄圆皮。

3. 取圆皮一张置于左手掌中,右手用馅板挑馅(二钱八分),放在圆皮中间,用两手拇指、食指包捏成月牙形的饺子生坯。

4. 生坯制好后,放入刷了油的小圆笼中,置旺火蒸七、八分钟至熟,原屉上桌。

特 点

鸭油和馅,香美适口,别有风味。以同样的馅,还可制作鸭油煮饺、鸭油煎包等。

一五、鸡 血 蒸 饺

原 料 (制五十个)

上白面粉·····	一斤	净菜馅·····	二两
熟鸡血·····	四两	香菜·····	五钱
水发粉条·····	二两	姜末·····	三钱
水发木耳·····	一两	精盐·····	一钱
香干·····	两块	味精·····	一钱

绍酒……………五钱 芝麻油……………二两
胡椒面……………二钱

制 法

1. 将面粉（二两五钱）用沸水一两五钱冲烫，搅拌成烫面团，略凉后，揉匀。再将面粉（六两五钱）加清水三两和成水面团，揉匀备用。

2. 将熟鸡血、水发粉条、水发木耳与片成片的香干分别切碎。再将香菜洗净，切成细末。然后，将芝麻油（一两）烧热，下入熟鸡血煸炒，随后，放入姜末，烹入绍酒，倒入盆内晾凉。最后，把切好的水发粉条、木耳、香干、香菜和净菜馅均放入鸡血盆中，加精盐、味精、胡椒面、芝麻油（一两）搅拌均匀。

3. 将烫面团、水面团放在铺有饅面（一两）的案子上揉匀。揉好后，搓成直径七分的长条，揪五十个小剂子。然后，用手将小剂子逐个转圆、摺扁，擀成直径一寸六分的圆皮。

4. 取圆皮一张，置于左手掌中，右手用馅板将馅（二钱七分）抹在圆皮中间。抹好后，双手将圆皮挤捏成月牙形，生坯即成。

5. 将生坯摆在刷了油的小笼屉上，用旺火蒸十分钟即熟。

特 点

馅料别样，清素不腻，富有营养。

一六、鸳 鸯 合 子

原 料（制二十五个）

上白面粉……………一斤
猪肉末……………三两
虾肉……………一两
水发海参……………六钱
蟹肉……………六钱
紫菜头……………二两
菠菜……………六两
水发玉兰片……………五钱
水发蘑菇……………五钱
水发木耳……………五钱
水发粉条……………一两

鸡蛋……………两个
净菜馅……………五两
葱末……………二钱
姜末……………一钱
酱油……………一两
精盐……………二钱
味精……………二钱
胡椒面……………五分
熟猪油……………三钱
芝麻油……………一两三钱

制 法

1. 把猪肉末放入盆内，将清水一两五钱分几次搅入。搅至有粘性时，再将酱油分两次搅入、搅粘。然后，把虾肉、水发海参、蟹肉切碎，放入猪肉盆内，下味精（一钱）、葱末、姜末、熟猪肉、芝麻油（三钱）及净菜馅（一两五钱）搅匀，即成荤馅。将鸡蛋搥碎、打散，用芝麻油（二钱）炒熟、切碎，与切碎的玉兰片、水发蘑菇、水发粉条、水发木耳同放另一盆内，加精盐、味精（一钱）、胡椒面、芝麻油（八钱）、净菜馅（三两五钱）搅匀，即成素馅。

2. 将紫菜头洗净，切丝，上锅煮烂，捞出菜丝，趁热用部分红汤将面粉（一两五钱）搅成烫面。再将剩余红汤晾凉，与面粉（三两五钱）和成水面团。接着，将菠菜洗净，剁成泥，用纱布包住，挤出绿汁。然后，将部分绿汁熬开，与面粉（一两五钱）和成烫面，其余的汁与面粉（三两五钱）和成水面。和好后，把两块红面、两块绿面分别揉在一起，搓成直径四分的圆条，

各揪二十五个挤子，逐个擀成直径一寸五分的圆皮。

3. 将荤馅（三钱三分）抹在一张红面皮上，包成月牙形。再将素馅（三钱八分）抹在一张绿面皮上，也包成月牙形。包好后，把红饺与绿饺肚与肚成对摆齐，成合子形。再把合子周边捏成单褶或双褶花边（两个饺子边相接处，必须紧紧捏拢）。

4. 待全部鸳鸯合子捏好后，将其摆在刷了油的屉上，用旺火蒸八分钟即熟。

特 点

面皮红绿两色，馅心荤素双味，两饺拼合，造型独特。

一七、翡 翠 烧 卖

原 料（制四十个）

上白面粉·····	一斤	酱油·····	一两
猪肉末（肥瘦各半）·····	四两	精盐·····	二钱
油菜·····	一斤五两	味精·····	六分
葱末·····	一钱	熟猪油·····	四钱
姜末·····	六分	芝麻油·····	四钱

制 法

1. 将油菜洗净，用开水煮烂，捞出剁碎，挤出水分。用热油菜水五两浇烫上白面粉（九两），搅拌均匀，揉成绿色面团，待用。

2. 将清水一两五钱分两次搅入猪肉末中。搅出粘性后，加入酱油（分

两次搅入)。然后,放精盐、味精、葱末、姜末再搅。最后,放熟猪油、芝麻油和匀,加入油菜屑,搅拌均匀。

5. 将酵粉(一两)铺撒在案板上,放上揉好的面团,搓成直径四分的圆条,再揪成四十个小面剂。用手逐个摁扁,用擀面槌(俗称“走槌”)擀成直径一寸八分、四周皱起形如荷叶的圆形烧卖皮(或称圆形小飞边、荷叶边)。然后,将烧卖皮置于左手,用右手持馅板抹馅(约三钱),轻轻捏拢皮的四边,使之既不封口,又不张开,呈大白菜形状。待全部包好后,将生坯摆上刷了油的小圆笼,用旺火蒸七分钟。

特 点

皮、馅皆呈翡翠色,鲜香不腻。

一八、百 果 碗 糕

原 料 (制十个)

面粉……………一斤九两
酵面……………一两五钱
碱面……………一钱三分
绵白糖……………二两
花生仁……………一两
去芯白莲……………一两

白果仁……………一两
瓜子仁……………一两
核桃仁……………一两
青梅……………一两
红枣……………五十个
熟猪油……………五钱

制 法

1. 将花生仁、去芯白莲、白果仁、瓜子仁、核桃仁各掰成两瓣,把青

梅切成条，红枣洗净去核，切成四瓣，待用。

2. 将酵面撕碎，放入盆中，用清水九两五钱调稀，加入面粉（一斤七两五钱）和成面团，盖上湿布，使其发酵。待面团发酵后，对碱（用清水二钱五分溶化）揉匀，再将绵白糖加入揉匀。揉好后，将酵面（一两五钱）铺撒在案板上，放上面团揉匀，搓成直径一寸的长条，切成十个剂子。

3. 备饭碗十只，碗内先抹上熟猪油，再在碗底和碗帮摆上六样辅料（可以摆成各种花样图案）。然后，将下好的面剂逐一放入碗内，压在辅料上，略饧，上屉用旺火蒸二十分钟即成。出屉后，晾凉，扣入盘内。

特 点

此点内有七种果料，暄软甜润，形色美观。

一九、混 糖 蜂 糕

原 料（制五块）

玉米面·····	九两	绵白糖·····	三两
酵面·····	一两五钱	青丝·····	一钱
碱面·····	一钱	红丝·····	一钱

制 法

1. 将酵面撕碎，放入盆中，用温水四两五钱调稀，加入玉米面，和成稠糊状，静置发酵。待发好后，对碱（用清水一钱溶化）和匀，再将绵白糖搅入。

2. 将搅好的面糊倒入铺有屉布的笼屉内，铺平抹匀（约五分厚），撒

上青、红丝，上旺火蒸二十五分钟。出屉后，晾凉，切象眼块。

特 点

暄甜适口，松软多孔，形似蜂窝，为粗粮细作品种。

二〇、“芝兰斋”糕干

糕干是天津的独特风味食品，农历正月间食者最多。由费效曾制售的“芝兰斋”糕干，迄今已有五十余载历史。一般的糕干都不带馅，且入口发干，而“芝兰斋”糕干却因选料精、馅心多样、制作严格、外形漂亮、入口柔软、不噎口、不粘牙等特点而著称。

下面介绍的是豆沙馅糕干。

原 料（制四十块）

小站稻米·····	八斤	瓜条·····	二两
糯米·····	二斤	核桃仁·····	一两
红小豆·····	一斤	桔皮·····	一两
红砂糖·····	五斤	青丝·····	一两
松子仁·····	一两	红丝·····	一两
瓜子仁·····	一两	熟芝麻·····	一两五钱
青梅·····	二两	玫瑰酱·····	五两

制 法

1. 将小站稻米和糯米挑去杂质，洗净，放入盆内，用清水泡一至一个

半小时。米泡胀后，控去水份，上石磨磨成米粉。

2. 将松子仁、瓜子仁、青梅、瓜条、核桃仁、桔皮切成黄豆大小的丁，青、红丝改成三、四分长的丝。另将洗净、晾干的红小豆磨成干面，与红砂糖、玫瑰酱、熟芝麻和切好的青、红丝（各五钱）搓匀成豆沙馅。

3. 将一个箬子放在案板上，铺上屉布，摆上高约一寸一分的方形木模子。然后，将米粉均匀地撒在模子内。撒至近木模高度的三分之一时，撒入豆沙馅。其上继续撒入湿米粉。撒好后，用木刮板把米粉刮平（与木模同高），再用小铁抹子抹出光面。抹好后，用刻有细直纹的木板摁压出直纹，撒上切好的多种果料和剩余的青、红丝，再用刀按照木模框边刻好的尺寸，将糕干生坯划成四十块（每块长约三寸二、三分，宽约一寸三分）。

4. 拿去木模，端起箬子，将糕干生坯放上蒸锅，用旺火蒸约十分钟。见糕干没有生面、豆沙馅裂开时即熟。出屉后，将箬子放在案板上，在糕干表面铺一块湿布，上面再放一个箬子，用双手捏住两个箬子，将夹在中间的糕干翻扣在后一个箬子上。然后，拿去上面的箬子和屉布，再铺上一块湿布和一个箬子，将糕干翻扣回来。最后，拿掉箬子、湿布，装入盘中或包装出售。

特 点

米面松软洁白，上覆果料颜色多样，各具滋味，凉、热食均可。入口柔软有韧性，越嚼越香。

二一、夹 馅 绿 豆 糕

原 料 (制二十块)

绿豆·····	二斤	桂花·····	七钱
面粉·····	一两	青梅·····	七钱
绵白糖·····	六两	核桃仁·····	七钱
净红果肉·····	一两	芝麻油·····	一钱

制 法

1. 把面粉上锅蒸熟，备用。将净红果肉洗净，用沸水烫过，放入盆内，用擀面杖捣碎。再将炒勺置旺火上，倒入绵白糖（二两）和清水七钱。待糖溶化后，改用微火，用小手勺不断搅炒。炒至水分耗干、糖浆呈金黄色、冒大泡时，倒入红果泥搅匀。待其晾凉后，掺入熟面粉，将剥碎的青梅、核桃仁拌入，再将桂花、芝麻油放入拌匀，制成馅心。

2. 将绿豆洗净，用旺火煮两个开（不要煮开花）。出锅后，放在竹篾子内风干，磨成细粉，用细罗过筛，掺入绵白糖（四两）和清水少许，拌成半潮半干状。然后，取湿绿豆面（九钱）放入木制的小圆模子内铺匀，上面平摊馅心（三钱），其上再铺湿面（九钱），用手压实、扣出，生坯即成。

3. 将逐一制成的夹馅绿豆糕生坯排放在笼屉上，用旺火蒸五分钟。取出晾凉后，即可食用。

特 点

颜色悦目，口感松软，酸甜宜人，消暑解热，为端阳应节食品。

二二、龙 须 糕

原 料 (制二十块)

上白面粉·····	五两	核桃仁·····	八钱
糯米面·····	五两	葡萄干·····	八钱
净燕苗根* ·····	五两	青梅·····	七钱
绵白糖·····	五两	瓜条·····	七钱

制 法

1. 将核桃仁用热水略烫，去外皮。把葡萄干去把，用温水洗净，与青梅、瓜条、核桃仁一起切成绿豆大小的丁，掺在一起。

2. 将燕苗根洗净，切成约一寸长的段，控干水分，与上白面粉、糯米粉、绵白糖一起拌匀，掸上清水少许，搅成半湿状。

3. 将拌有燕苗根的粉面撒在铺有屉布的笼屉上，再撒上切好的果料，上旺火蒸十分钟至熟。出屉后，将其凉透，用刀切成二十块，如感觉不甜，可蘸白糖食用。

特 点

糕体松软而雪白，果料色调美观，入口清香甜美。

* 燕苗根：即野生植物燕苗花的根部，春季采用最佳。

二三、“白记”牛肉水饺

“白记”水饺是富有特色的天津民间小吃之一，因其创始人白文华（回族）而得名。此饺于一九三〇年即在鸟市游艺场制售，有牛肉、羊肉两种馅心。该水饺选肉部位讲究，四季肥、瘦肉配比不同，手工操作，严格细致，成品皮薄馅大，滋味鲜美，赢得了广大回、汉消费者的赞誉。

下面介绍的是牛肉馅水饺。

原 料（制八百个）

上白面粉·····	十斤	精盐·····	一两二钱
鲜牛肉·····	六斤	味精·····	四钱
净白菜馅·····	六斤	酱油·····	一斤二两
葱末·····	五两	花椒·····	二钱
姜末·····	五钱	芝麻油·····	七两

制 法

1. 将花椒放在容器内，加入沸水九两，加盖焖一天。然后，捞出花椒，将精盐倒入溶化。
2. 将上白面粉（九斤二两）放入盆中，用清水三斤七两和成软硬适度的面团，盖上湿布，略饧。
3. 将鲜牛肉中的腱筋、软骨、碎骨剔除干净，选其肥、瘦肉互相搭配好，绞成肉茸（如用绞刀，最好用小眼刀笄子，以保证肥、瘦肉混为一体，

肉茸细腻)。然后,将花椒水一点一点地分次搅入肉茸中。肉茸“吃”进水、呈粘稠状时,将酱油也分成数次搅进去,再下入味精,搅入葱、姜末和芝麻油。最后,将净白菜馅拌入,搅匀成馅。

4. 将饧好的面团放在铺有饧面(八两)的案板上揉匀,分成五等份。然后,将每份搓成直径六、七分的长条,各揪一百六十个小剂子,并用手掌将剂子摺扁,逐一擀成直径一寸四分、薄厚均匀的薄圆面皮。

5. 左手取面皮一张置于掌中,右手用馅板将馅(约一钱八分)抹在面皮中间。然后,用两手的拇指与食指将面皮周边捏在一起,捏成月牙形。捏饺子时,要注意使其肚大、边小、不开口,整齐美观。

6. 将大锅置于旺火上倒,入清水烧开。然后,下入包好的饺子,用手勺轻轻推动,防止饺子粘连。锅开后,淋入冷水少许,并随时向外撇出浮沫,使煮饺子水保持清亮(这样,可使煮出的饺子光滑美观)。待水再次烧开后,再淋入冷水少许。第三次开锅时,用笊篱将浮起的饺子捞出,即可食用。

特 点

外形美观,薄皮大馅,滋味鲜美,回、汉共赏。

二四、丁香素馅水饺

原 料 (制八十个)

面粉·····	一斤	水发粉条·····	三两
绿豆芽·····	五两	水发玉兰片·····	二两
黄豆芽·····	五两	精盐·····	四钱

味精……………二钱 芝麻油……………一两五钱
胡椒面……………一分

制 法

1. 将面粉（九两）用清水四两和成面团，盖上湿布，略饧后再揉成松软面团，放在铺有饧面（一两）的案板上，搓成直径三分的长条，揪八十个小面剂，逐一擀成直径七分、中间略厚的薄圆面皮。

2. 将绿豆芽、黄豆芽去毛根，洗净，下开水略焯（最多几秒钟），再用冷水过凉，切碎略挤水分。另将水发粉条、水发玉兰片切碎，与绿豆芽、黄豆芽同放盆内，加精盐、味精、胡椒面、芝麻油拌匀。

3. 将饺子皮放在左掌，右手用馅板挑馅（一钱六分）抹在皮中间，再用左手把面皮两边托起，右手将两边面皮捏在一起。然后，用双手把两边捏紧，使饺子生坯薄边大肚，呈木鱼形。

4. 待水饺全部包好后，下入开水锅中，用手勺轻轻推动（防止粘连）。煮至水饺漂浮上来，点两次凉水。水再开时，即可将水饺捞出。

特 点

面皮柔软，馅心脆爽，食之清淡，素香不腻，最适夏季。因用绿豆芽、黄豆芽制馅，颜色很象丁香花，故名。

二五、鸭 肉 水 饺

原 料（制八十个）

面粉……………一斤 净填鸭肉……………五两

净对虾肉……………三两
鲜韭菜梗……………二两
酱油……………八钱
姜末……………八分
葱末……………一钱二分

精盐……………二钱
味精……………二钱
高汤……………一两
熟猪油……………五钱
芝麻油……………五钱

制 法

1. 将净对虾肉切成小碎丁，鲜韭菜梗洗净、切成末。把净填鸭肉剁成肉末，放入盆中，分两次加入高汤，搅至有粘性。搅好后，分两次倒入酱油，搅匀，再加入熟猪油、芝麻油、精盐、味精、葱末、姜末调匀，拌入对虾丁、韭菜末，搅匀即成馅心。

2. 将面粉(九两)用清水四两和成面团，盖上湿布，略饧。饧好后，再揉成松软面团，放在铺有饧面(一两)的案板上，搓成直径三分的长条，揪八十个小面剂，逐个擀成直径七分、中间略厚的薄圆面皮。

3. 将饺子皮放在左手掌中，右手用馅板挑馅(约一钱七分)抹在面皮中间，再用双手(主要靠左手食指)把两边捏紧，使饺子薄边大肚，呈木鱼形。

4. 待水饺全部包好后，将锅置于旺火上，注入清水煮开，下入水饺，用手勺轻轻推动。煮至水饺浮上来，点两次冷水。水再开时，即可将水饺捞出。

特 点

鸭肉肥嫩，虾肉鲜香，汁多味美。如将对虾、韭菜梗换成蟹黄、蛋黄、韭黄，则为鸭肉三黄馅水饺。

二六、紫蟹韭黄水饺

原 料（制六十个）

上白面粉·····	一斤	精盐·····	一钱
净紫蟹肉·····	四两	味精·····	一钱
熟猪肉末·····	二两	酱油·····	五钱
韭黄·····	二两	高汤·····	五钱
姜末·····	三钱	芝麻油·····	一两

制 法

1. 将面粉（九两）加清水三两五钱和成略硬的面团，擀透揉匀，盖上湿布，略饧。

2. 将熟猪肉末与剁碎的紫蟹肉一起装盆，搅入高汤，再放入姜末、精盐、味精、酱油、芝麻油搅匀。最后，将切成细末的韭黄撒在上面（包饺子时，随用随搅匀）。

3. 将案板撒上饹面（一两），放上饧好的面团揉匀，搓成直径六分的长条，揪六十个剂子。将每个剂子摁扁，擀成直径一寸六分的薄圆面皮。

4. 以左手持面皮，右手拿馅板打馅，将馅（约一钱六分）抹在圆皮中间。抹好后，用双手挤捏成小饺子形，生坯即成。按此方法，将面皮和馅逐一包完。

5. 煮水饺方法与丁香素馅水饺相同。

特 点

紫蟹、韭黄均为天津“四珍”之一，将其一起入馅，于鲜美之外又清香

四溢，是深受人们喜食的津门小吃。

二七、蛤 肉 水 饺

原 料（制六十个）

上白面粉·····	一斤	精盐·····	一钱
净麻蛤肉* ·····	八两	味精·····	一钱
青韭·····	二两五钱	芝麻油·····	一两五钱
姜末·····	三钱		

制 法

1. 和面方法与紫蟹韭黄水饺相同。
2. 将净麻蛤肉剁碎，与姜末、精盐、味精、芝麻油拌匀。然后，再将切成细末的青韭撒在上面（包制时，随用随与馅和匀）。
3. 搓条、揪剂、擀皮方法与紫蟹韭黄水饺相同。
4. 将饺子皮放在左手掌中，右手用馅板挑馅（约二钱）抹在圆皮中间，然后，用双手挤捏成小饺子生坯。
5. 煮法与丁香素馅水饺相同。

特 点

蛤肉质地鲜嫩，青韭味浓扑鼻。

* 麻蛤：渤海近海泥沙中生长的一种贝类软体动物，外壳布满浅浅的褐色横沟，肉很鲜美。制作蛤肉馅时，将麻蛤洗去泥沙，放沸水中烫至外壳张开、露出蛤肉时，捞出过凉，剥肉作馅。也可撬开蛤壳，生剥蛤肉，剁碎作馅。

二八、火锅白肉水饺

原 料（制一百个）

上白面粉·····	五两	味精·····	一钱
熟白肉·····	二两	葱末·····	一钱
净蟹肉·····	二两	姜末·····	一钱
熟虾仁·····	一两	湿淀粉·····	二钱
韭黄·····	五钱	高汤·····	一斤五两
酱油·····	五钱	熟猪油·····	四钱
精盐·····	一钱	芝麻油·····	三钱

制 法

1. 把熟白肉、蟹肉切成小细丁。熟虾仁切碎，韭黄洗净、切末。勺置旺火上，倒入熟猪油（三钱）烧热，投入葱末、姜末，下入白肉丁、蟹肉丁煸炒，烹入酱油，淋湿淀粉勾芡，盛入盆内。晾凉后，加精盐（九分）、味精、熟猪油（一钱）、芝麻油拌匀，再拌入虾仁。最后，将韭黄掺入。

2. 将上白面粉（四两五钱）、精盐（一分）放入盆内，加清水二两和成面团，揉匀，放在撒有饹面（五钱）的案板上，搓成直径二分五的长条，揪一百个面剂，逐个擀成直径七分、中间略厚的薄圆面皮。

3. 将水饺皮置于左掌上，右手持馅板挑馅（约七分）抹在面皮中间，再用双手（主要靠左手食指）把两边面皮捏在一起，捏成薄边大肚的木鱼形生坯，平摆在盘内。待全部包制好后，生饺上桌，随吃随下入盛有高汤的

火锅中煮熟。

特 点

此饺小巧玲珑，用高汤于火锅中煮熟，馅鲜汤美，自吃自煮，为富有天津特色的冬令美食。

二九、母 子 鸳 鸯 合

原 料（制三十个）

上白面粉·····	一斤	姜末·····	一钱
雏母鸡肉·····	六两	精盐·····	七分
鸡蛋·····	八个	味精·····	一钱
水发海参·····	一两	酱油·····	一两
净对虾肉·····	一两	高汤·····	一两五钱
净菜馅·····	一两	熟猪油·····	六钱
葱末·····	二钱	芝麻油·····	四钱

制 法

1. 将上白面粉(九两)平分两份，放入两个盆内。把鸡蛋(五个)磕开，用蛋清、蛋黄各和一盆面，揉成面团。另将剩下的蛋清、蛋黄分别炒熟、切碎。

2. 将水发海参、净对虾肉切成绿豆大小的丁，再将雏母鸡肉去皮去筋，剁成肉泥，分两次搅入高汤。待搅稠粘后，再将酱油分两次搅入。搅好后，拌进调料，加入海参、虾仁丁和蛋清、蛋黄末、净菜馅拌匀。

3. 将蛋清、蛋黄面团放在铺有饹面（一两）的案子上，分别搓成直径五分的长条，各揪三十个剂子。然后，将剂子逐个转圆，摺扁，擀成直径一寸五分的黄、白圆皮。

4. 取圆皮一张，抹上馅心（约五钱），覆上一张不同颜色的圆皮，再将两张圆皮的周边捏紧，捏出单花边或双花边，生坯即成。

5. 待全部生坯制成后，下入开水锅中，煮至合子浮起、鼓肚时，即可捞出食用。

特 点

面皮分别用蛋黄、蛋清和成，呈黄、白两色，馅心是由海参、虾肉、鸡肉组成，鲜美滑嫩，极富营养。

三〇、冬 菇 冷 拌 面

原 料（制两碗）

上白面粉·····	五两	味精·····	五分
鸡蛋·····	两个	酱油·····	五分
水发冬菇·····	三钱	绍酒·····	一钱
水发玉兰片·····	二钱	淀粉·····	七钱
鲜豌豆·····	三钱	鸡汤·····	一两五钱
葱花·····	二钱	花生油·····	三钱
精盐·····	一分	芝麻油·····	五分

制 法

1. 将冬菇、玉兰片洗净，改成小片。再将豌豆用开水焯熟。
2. 将鸡蛋搥入碗内搅匀，与面粉、清水一两和成硬面团，略饧。然后，放在撒有淀粉的案子上摺扁，擀成极薄的长方片（随擀随撒干淀粉）。擀好后，再将面片错落叠起，切成一分宽的细条。切好后，放入开水中煮熟，捞出，用凉开水过凉。
3. 勺置旺火上，放入花生油。待油烧热后，投入葱花，下入冬菇、玉兰片煸炒片刻，烹入绍酒、酱油（三分）、精盐（七厘），点入鸡汤。锅开后，盖上勺盖，改用小火，将冬菇、玉兰片煨熟。最后，撒入味精（三分）。
4. 取中碗两只，每碗放入酱油（二分）、精盐（三厘）、味精（二分）、芝麻油，放入过凉的面条，上浇煨好的冬菇、玉兰片，再撒上豌豆。

特 点

浇卤清香味鲜，面条凉爽适口，最宜夏季食用。

三一、大 饼

原 料（制一个）

面粉·····	二斤	花生油·····	五钱
精盐·····	二钱		

制 法

1. 将面粉（一斤九两）放入盆中，用清水一斤一两和匀，略饧。
2. 在案板上铺上饧面（一两），放上饧好的面团揉匀，用手搓成一端直

径一寸五分、另端直径一寸的一尺长条，然后，将长条摺扁，擀成一端宽五寸、另端宽四寸的二尺长扇面形面片。随后，在面片上均匀地刷上花生油，撒上精盐，从右向左叠为五层，再把上、下两个活头捏紧，稍稍翻上来，压紧。将面坯翻过来放在案子上，用手找圆，轻轻将周边摺扁，用擀面杖上下轻轻推拉，将面坯擀成直径一尺一寸、厚一分五的圆形生坯。

3. 铛置小火上，烧热后，放入生坯。烙时，要先烙正面，后烙反面，翻过来再烙正面。至两面都呈金黄色小芝麻花、无青边（即大饼周边没有生面）时，即可出铛。食时切块。

特 点

层次均匀，柔软适口，夹食热饅子或做焖、烩、炒饼等均可。为经济实惠的天津传统大众食品，深受群众喜爱。

三二、“明顺斋”什锦烧饼

“明顺斋”什锦烧饼，是天津饮食业的名特小吃，其创始人叫吕凤祥，六十多年前便在今日纬路浦善里“唯一斋”经营烧饼。一九二五年，山东人王树伦到“唯一斋”学徒，拜吕凤祥为师，学习制作技术。一九二七年，王在该店原有的猪肉、白糖、芝麻等品种的基础上，又创制了豆沙、豌豆黄、枣泥、红果、咖喱牛肉、梅干菜、萝卜丝、冬菜、香肠等十来个品种。多年来，极为广大消费者赞赏，已经成为名扬市内外的美食。

下面介绍的是咖喱牛肉馅烧饼。

原 料 (制二百个)

上白面粉·····	八斤五两	精盐·····	一两
酵面·····	二斤	味精·····	三钱五分
碱面·····	二钱	酱油·····	三两五钱
牛肉末·····	三斤五两	咖喱粉·····	七钱
葱末·····	七两	芝麻油·····	三两五钱
姜末·····	一两	花生油·····	二斤

制 法

1. 将上白面粉(二斤)放入盆内,再将花生油(一斤二两)烧熟倒入,边倒边搅,使油、面拌匀,成为软硬适中的油酥面。

2. 将牛肉末放入盆内,分数次搅入清水和酱油,搅成粘稠状。然后,将葱末、姜末、精盐、味精、咖喱粉、芝麻油一并调入,拌匀成馅。

3. 将酵面放入盆内,用清水三斤二两五钱调稀,再将上白面粉(六斤)及碱面加入,和匀,揉透。然后,将面团放在刷有花生油的案板上,分成四个相同的等份,分别揉匀,擀成一尺八寸见方的面片。擀好后,在每张面片上抹上花生油(一两),再将油酥面(八两)摊在其上,用双手将面片从外向里卷(卷时,要边卷边抻,不要抻得太薄)。卷好后,将每根长条揪五十个剂子。

4. 将揪好的小剂子逐个揳成直径一寸一分的圆薄片,用馅板抹牛肉馅(约三钱三分),收口包严。封口朝上放在案板上,用手轻轻揳成直径一寸三分、厚约四分的扁圆形生坯。

5. 铛置小火上,刷上花生油,将烧饼生坯封口朝下放在铛上,并用刷子往正面刷一层油。待烧饼两面发黄时,放进烤盘,进烤炉烤约三分钟,即可出炉。

特 点

金黄色，外酥脆里绵软，鲜咸不腻，咖喱味浓。

三三、杜 称 奇 火 烧

杜称奇火烧，因其创始人的姓名而得名，迄今已有六十余年历史。其层次多而薄，外型厚，外焦里嫩，内含油份，香、甜、酥、脆。品种分为什锦、豆馅、甜咸、红果、玫瑰五种馅心，颇受群众欢迎，堪称津城烤烙佳品。

下面介绍的是什锦馅火烧。

原 料（制十个）

上白面粉·····	一斤	桔丁·····	一钱五分
绵白糖·····	二两五钱	瓜条·····	一钱五分
核桃仁·····	一钱五分	青梅·····	一钱五分
瓜子仁·····	一钱五分	桂花·····	一钱五分
熟芝麻·····	一钱五分	芝麻油·····	二两

制 法

1. 将上白面粉（三两）与芝麻油（一两五钱）拌成油酥面。再将上白面粉（五两）放入盆内，加清水二两五钱和成不软不硬的水面团，蒙上湿布，饧十分钟。

2. 将核桃仁、瓜子仁、熟芝麻、桔丁、瓜条、青梅用刀剥碎，置于盆内，拌入绵白糖、桂花，再将芝麻油（一钱）淋入，拌匀成馅。

3. 将饧好的水面团放在刷有芝麻油的案板上揉匀，揳扁，擀成长一尺二寸、一端宽五寸一端宽三寸五分的扇形面片（面片的右半边厚一分，左半边厚三分）。擀好后，先在右半边面皮上抹上油酥面（一两），从右向左顺长卷至一半（随卷随抻），再将左半边面皮擀至一分薄厚，抹上油酥面（二两），继续卷好（随卷随抻）。卷好后，将卷横过来，抻成直径一寸的长卷，揪十个面剂。

4. 将面剂逐一揳扁，包上什锦馅（三钱六分），收好口。然后，接口处朝上放进圆形木模内，略揳一下，搯出，在正面刷上芝麻油。

5. 将铛置于温火上，抹上芝麻油，把生坯正面朝下放在铛上，背面刷上芝麻油。待正面烙呈金黄色时，翻个，在正面刷芝麻油。视背面也烙呈金黄色时，再翻个，在背面再刷一次油。见火烧鼓起时，将其进炉烤两分钟。最后，见火烧周围发白、更加鼓起时，出炉即成。

特 点

厚约七、八分，外层焦酥，里层软嫩，馅心香甜，含有多种果料，老幼皆宜。

三四、十 大 酥

十大酥是天津风味筵席甜点。此点是由川鲁饭庄一级面点师李成延根据山东面点制作的基本经验，借鉴京式糕点操作之长而创制的。品种有什锦、红果、枣泥、豆沙、芝麻、五仁、莲茸、玫瑰、圆肉、甜咸十种，故名。该品在一九五八年天津

市群英大会上，受到各界人士和有关行家的赞誉。近年来，饮食行业打破了十大酥非正餐不售的习惯，受到天津人民的欢迎。

下面介绍的是十大酥之一的什锦馅制法。

原 料（制五十个）

上白面粉·····	五斤	蜜枣·····	八钱
青梅·····	八钱	青丝·····	五钱
果脯·····	八钱	红丝·····	五钱
瓜条·····	八钱	桂花·····	五钱
葡萄干·····	八钱	绵白糖·····	二斤
桃脯·····	八钱	熟猪油·····	二斤四两

制 法

1. 将上白面粉（二斤一两五钱）上屉蒸熟，擀碎疙瘩，过细罗，与熟猪油（一斤一两）搅匀成油酥面。另将上白面粉（二斤一两）、熟猪油（七两）与清水五两和成面团，擀、揉至表面光洁、不粘手后，用湿布盖好，略饧。

2. 将葡萄干洗净，与青梅、果脯、瓜条、桃脯、蜜枣、青丝、红丝一起切成黄豆大小的丁，放入盆内，与熟猪油（六两）、油酥面（五两三钱）、绵白糖、桂花拌匀成馅。

3. 将饧好的面团放在铺有饧面（二两）的案子上揉匀，分成五等份，每份揪成十个剂子。将油酥面团也分为五等份，每份揪十个剂子。然后，将面剂逐一揳扁，包入油酥面剂子，收严口，揳扁，擀成长六寸、宽二寸五分的鸭蛋圆形面皮。擀好后，将面皮两边向中间叠齐（不压边），叠成长二寸五分、宽二寸的长方形，再用擀面杖擀成长六寸、宽二寸的鸭蛋圆形面皮，

从外向里卷好，并将每张卷好的面皮切为两段，用双手食指向每段中间略挤，再用手掌找成三寸长、二寸五分宽的鸭蛋圆形面皮。

4. 将制好的面皮逐一包馅（约三钱八分），收好口，揳成直径一寸七分、厚四分的扁圆形生坯。然后，将其放上烤盘，进烤炉用微火烤十五至二十分钟。待成品手感发硬、酥皮一摸即掉时，出炉即成。

特 点

色白如雪，皮酥松，馅心甜香，果味浓郁。

三五、炉 粽 子

原 料（制五十四个）

上白面粉·····	三斤	去核蜜枣·····	一两
绵白糖·····	八两	桂花·····	一两
核桃仁·····	一两	饴糖·····	二两
瓜条·····	一两	芝麻油·····	五两

制 法

1. 将面粉（一斤五两）倒在铺好干屉布的笼屉上，用筷子摊匀，扎上一些眼，用旺火蒸十五分钟。取出风干，用擀面杖擀成细粉，过罗。然后，将面摊在案板上，用芝麻油（四两）拌搓均匀，即成酥面。再将面粉（一斤）加入芝麻油（六钱），与清水五两和成面团，揉至柔软、不粘手，即成子面。

2. 将面粉（三两）蒸熟，风干，过罗，掺入绵白糖、饴糖、桂花和切

成绿豆大小的核桃仁、瓜条、蜜枣，加入芝麻油（四钱），用手搓匀，备用。

3. 将酥面揉匀，放在铺有饴面（二两）的案板上，搓成直径四分的长条，揪五十四个剂子（每个重三钱五分），逐个抻圆。另将子面揉匀，放在案板上，搓成直径四分的长条，揪五十四个剂子（每个重二钱八分），也逐个抻圆、摁扁。然后，用子面皮包上酥面团，擀成直径八分的薄圆面皮，并将面皮两边各叠一下，叠为三层，再擀成长二寸、宽八分的椭圆形面皮。擀好后，再把面皮两边各叠一下，叠成三层（从窄边叠），用擀面杖擀成直径二寸、厚不足一分的圆面皮。

4. 用左手托起一张面皮，将糖馅（三钱二分）放在中间，右手的大拇指和食指先将面皮捏出一个角。然后，右手捏住此角不动，左手大拇指向上挑起，向右手拇指、食指处推挤，即出现另外两个角。接着，用右手的大拇指和食指将两个角向中心逐一捏严（三个角的顶端要保持高约一分的双边）。

5. 铛置微火上，内铺一张圆纸（检查铛的温度是否均匀），放上制好的炉粽子生坯，再把四壁有眼、类似拔火罐的铁制圆罩扣在铛上。要随时注意火的温度，防止烤焦，并注意用铲子将铛中间的生坯与铛四周的生坯互相调位，使之受热均匀。烤至生坯四边干白、外皮见酥时，即可取出，晾凉食用。

特 点

形似粽子，实为面食，口味酥甜，颜色雪白，为应节佳食。

三六、白 糖 饽 饽

原 料（制七十个）

上白面粉·····	四斤二两	核桃仁·····	二两
酵面·····	四两五钱	瓜条·····	二两
小苏打粉·····	八分	青梅·····	二两
绵白糖·····	一斤五两	芝麻油·····	二两
桂花·····	二两		

制 法

1. 将核桃仁、瓜条、青梅切成绿豆大小的块，与绵白糖（一斤）、芝麻油拌在一起。再把蒸熟、晾凉的面粉（一斤）用擀面杖擀开、过罗，与以上果料和在一起，搓匀备用。

2. 将酵面撕碎，与小苏打粉同放盆中，用清水一斤二两调稀，加入上白面粉（二斤二两）和成面团，盖上湿布，静置发酵。见面团发起时，掺入面粉（七两）揉匀，加入绵白糖（五两）揉透。将面团放在铺有酵面（二两）的案板上，复揉一次，搓成直径六分的长条，揪成七十个剂子，并将剂子逐个揳扁，擀成直径八分、二分厚的圆片。

3. 用手捏起白糖馅（四钱二分）放在面片中间，将馅揳紧，用双手手指封口（封口要紧，以免漏糖）。封好后，封口朝下放在案板上，用手掌轻轻揳扁，再用木制印花模子压出花纹。

4. 将制好的生坯上铛，用微火将两面烙至微黄，铲入铁盘，入炉烤熟。

特 点

口感酥松，馅料清甜，有桂花香味。

三七、炉 干 烧 饼

原 料（制五十个）

面粉·····	九斤五两	饴糖·····	二两五钱
酵面·····	一斤	绵白糖·····	一钱五分
碱面·····	六钱	花生油·····	三两
芝麻·····	一两		

制 法

1. 将酵面放入盆内，用清水四斤四两调稀，倒入碱面和面粉（八斤五两），和成硬面团，盖上湿布，饧十分钟。然后，将面团放在铺有酵面（一斤）的案板上揉匀，搓成直径一寸七、八分的长条，揪五十个剂子。

2. 从每个剂子上揪下约六分之一的小面剂，蘸上花生油，放在用手掌摅扁的大面剂当中，收口包严。然后，将剂子逐一擀成直径二寸五分、厚三分的扁圆形，并用双手拇指和食指将其周边掐起约三分高，使面坯周边高、中间凹。掐好后，翻过面坯，将另一面同样掐好。

3. 在掐好的生坯上面抹一点水，在另一面沾上芝麻。然后，上铛置小火上，先烙抹水的一面。待呈微黄色时，用清水六钱澥开饴糖，刷在芝麻上，稍干后，将饼翻个，用小明火烤有麻仁的一面。当烧饼两面呈焦黄色时，即可出铛。

特 点

外黄脆，内柔软，微甜，有芝麻香味，为具有百年以上历史的传统品种。如用炭火吊炉烤制，则风味更佳。

三八、缸 炉 烧 饼

原 料（制二十个）

面粉·····	一斤八两	芝麻·····	八钱
酵面·····	三两	糖色* ·····	五钱
碱面·····	一钱五分	芝麻油·····	七钱

制 法

1. 将面粉放入盆内，与酵面、清水九两和成面团，盖上湿布，使其发酵。待发好后，将用清水一钱五分溶化的碱液对入、揉匀，略饧。

2. 将饧好的面团放在抹有芝麻油（约三钱）的案板上揉至松软，用手将成直径一寸五分、长一尺二寸的长条，揪二十个剂子。

3. 在每个剂子上揪下三分重的小面头，蘸上芝麻油。然后，将剂子逐一摺扁，包入蘸油的面头，收口捏严。捏好后，将剂子摺扁，刷上用温开水一两调好的糖色，撒上芝麻，翻过来，用食指、中指、无名指蘸水，将剂子摊成直径一寸六分、厚二分的扁圆形生坯。

* 糖色：将勺置旺火上，倒入绵白糖、清水（比例为一斤绵白糖，对入五两清水）。烧开后，用小手勺不断搅炒。待糖与水全部溶化在一起时，将勺移置微火，继续炒至糖呈深黄色时，倒入抹上油的容器内。使用时，用凉开水调稀（用水多少，根据所制品种需要的粘稠程度而定）。

4. 将缸炉置于微火上烧热，内壁用水刷一下（刷去灰尘并防止温度过热），随即贴上烧饼生坯。烤约三分钟，见其略鼓起、呈金黄色时，用火钳取出，即可进食。

特 点

外皮黄脆，内瓤柔软油润，适合热吃，可配烤鸭或夹食各种熟肉。

三九、吊炉一品烧饼

原 料（制五十个）

面粉.....	五斤	青丝.....	一两
绵白糖.....	八两	红丝.....	一两
核桃仁.....	八钱	饴糖.....	二两
葡萄干.....	八钱	蜂蜜.....	二两
瓜条.....	五钱	熟猪油.....	九两
瓜子仁.....	五钱	芝麻油.....	八钱
苹果脯.....	五钱		

制 法

1. 把面粉（三斤五两）放入盆中，用清水一斤七两和成面团，倒入熟猪油（三两），揉至不粘手，分成相等的两块，盖湿布备用。另将面粉（一斤五两）放入瓷盆内，用筷子摊平，上屉蒸二十分钟，倒在案板上晾凉，碾碎，过罗。然后，留出一两面，其余的加熟猪油（五两五钱）搓成油酥面，也分成相等的两块。

2. 将核桃仁、葡萄干、瓜条、苹果脯、青丝、红丝剁碎，盛入盆中，加入瓜子仁、蜂蜜、绵白糖、饴糖、芝麻油、熟面粉（一两）搓匀成馅。

3. 先将一块水面团放在抹了熟猪油的案板上，揉出光面，用手摺扁，擀成厚三分、直径四寸五分的圆形。再将一块酥面团用手抻圆，放入擀好的面皮内，收口包匀。包好后，轻轻摺扁，轻擀成长一尺、宽五寸的长圆形，再顺长把两边各叠三层，横过来再擀，擀成长一尺五寸、宽五寸的长片。然后将长片卷起来，稍向两边捋细，揪二十五个剂子，并逐个摺扁，其余制法相同。

4. 包入馅心（三钱八分），收口捏紧，包圆，在刻有图案的圆形小木模内轻按一下，随即扣出来，上吊炉烙烤。当烧饼烤至干白、起酥后，取出切为四块，码盘上桌。

特 点

外焦脆，内酥甜，层次薄而分明。可包入各式馅心，做成多种形状。

四〇、油 酥 肉 火 烧

原 料（制二十个）

面粉……………一斤
猪肉末（四成肥六成瘦）……五两
葱末……………五两
姜末……………二钱
精盐……………二钱五分

味精……………一钱
花椒面……………一钱
熟猪油……………三两五钱
芝麻油……………八钱

制 法

1. 将猪肉末放入盆内，分次搅入清水三两五钱，搅至肉有粘性时，加葱末、姜末、精盐、味精、花椒面、芝麻油调匀，备用。

2. 将面粉（五两）用清水二两五钱和成面团，再将熟猪油（五钱）搋入揉匀；另将面粉（五两）加熟猪油（二两七钱）搓匀，和成油酥面（两块面的软硬度要相同）。和好后，将水面团放在抹了熟猪油（三钱）的案板上，用手摅扁，擀成直径三寸五分的圆形面皮，包入油酥面，收口，摅扁，擀成长八寸、宽三寸五分的长方形面皮，从宽处卷起来，搓、擀成直径一寸二分的长条，揪成二十个剂子。

3. 将每个剂子摅成直径七分的圆面皮，中间抹馅（七钱五分），收口包紧。包好后，将剂口朝下，擀成直径一寸七分的小圆饼。

4. 将铛置小火上，放上肉火烧生坯。待两面烙出金黄色小花时取下，摆在铁叉子上放入烤炉中间烤。当一面烤成金黄色时，翻个再烤，直至两面均成金黄色时，即可出炉。

特 点

外酥内软，肉馅香而不腻，为天津传统小吃品种。

四一、清 油 饼

原 料（制二十五个）

面粉·····	五斤	精盐·····	五钱
花生油·····	五两		

制 法

1. 将面粉（四斤五两）倒在盆内，加入精盐，用清水二斤五两和成稍软的水面团。和好后，反复揉搓，直至面团光滑、柔韧。然后，将面团放在铺有饹面（五两）的案板上，搓成三尺左右的长条。

2. 溜条、抻条、出条方法与五色盘香卷相同。

3. 将抻好的细面丝放在案板上，刷上花生油，切二十五个剂子，把每个剂子向两边略捋。然后，从一头向另一头盘，并将剂头压在圆形饼坯的边上。最后，用双手手指轻轻将饼坯摺成直径三寸、中间略薄的圆坯。

4. 铛置微火上，抹上花生油，放上饼坯。待底面烙出小花时，翻个，刷油。待另一面也烙出小花时，翻个继续烙，并在上面刷上油。一分钟后，将饼坯翻过去再烙，每面复刷一次油。最后，将饼坯移至铛边，将两面再烙一次，即可出铛。待饼装入盘后，用湿布盖上，双手沿每个饼的周边向里“促”（捏）几下，使饼丝松散。

特 点

面丝极细，酥松脆爽，香美油润，为天津传统品种。配菜吃尤佳。

四二、葱 花 脂 油 饼

原 料（制五个）

面粉……………一斤
猪脂油……………五两
净葱……………三两

精盐……………二钱
芝麻油……………五钱

制 法

1. 将猪脂油与净葱切成黄豆大小的碎块，加入芝麻油、精盐调拌均匀。

2. 将面粉用清水六两和成软面团，揉匀揉透，放在抹了油的案板上，搓成直径一寸二分的长条；揪五个剂子。然后，将剂子逐个摁扁，用擀面杖擀成二分多厚、直径三寸的圆薄片，在每张面皮中间放上馅心（一两六钱），卷成卷，再将其盘圆，一头压住另一头。最后，用手指向外轻压成直径三寸、中间厚二分、周边厚三分的饼坯。

3. 铛置微火上，放上饼坯，翻三次，烙四遍（每面两遍）。当饼的两面均成黄色时，即可出铛。食用时，切成四块，对好上桌。

特 点

薄而油润，葱香浓郁，为天津民间小吃之一。亦可将脂油改为鸭油或鸡油，制成“葱花鸭油饼”或“葱花鸡油饼”。

四三、两 面 焦

原 料（制五个）

玉米面……………一斤

花椒面……………五分

葱花……………二两

花生油……………一钱

精盐……………一钱

制 法

1. 将玉米面用八十摄氏度的热水五两烫至四、五成熟，再将葱花、精

盐、花椒面加入，搅拌均匀。然后，将面分成五份，每份用双手拍成长约三寸、宽约二寸五分、厚四分的椭圆形生坯。

2. 将平底锅置于小火上，刷上花生油。油热后，将生坯放在锅中，烙至两面均出现硬皮时，再放入烤箱，烤十分钟即熟。

特 点

两面金黄，外脆里暄，食之咸香，葱味浓厚。

四四、发 面 饼

原 料（制十个）

面粉.....一斤八两

精盐.....二钱

酵面.....三两

花生油.....六钱

碱面.....六分

制 法

1. 用清水九两将酵面调稀，加入面粉（一斤七两）和成面团，盖上湿布。待面团发酵后，对入碱液，揉匀揉透。

2. 将揉好的面团放在铺有酵面（一两）的案板上揉匀，搓成直径二寸的长条，再用手摺扁，擀成长一尺二寸、宽一尺的长方片，抹上花生油，均匀地撒上精盐。然后，将面片从外向里卷好，略向两边抻一下，揪成十个剂子。

3. 用双手捏住每个面剂两边的剂口，稍向里抻一下，再放在案板上，摺成圆形。摺好后，将其翻过来，轻擀成直径四寸五分的扁圆形，即成生

坯。

4. 铛置小火上，略刷花生油，放上逐一制好的生坯，先烙底面，再烙正面（烙时，应在铛上加木铛盖，防止饼坯水分大量蒸发）。待饼坯两面烙出小花、呈金黄色时，出铛即可。

特 点

暄软略脆，入口微甜，带面粉清香气味。

四五、三 鲜 合 子

原 料（制五个）

面粉·····	一斤	姜末·····	一钱
猪肉末(四成肥六成瘦)·····	四两	精盐·····	三钱
水发海参·····	一两	味精·····	八分
熟虾仁·····	一两	酱油·····	一两
鸡蛋·····	两个	熟猪油·····	六钱
净菜馅·····	四两	芝麻油·····	四钱
葱末·····	二钱		

制 法

1. 将鸡蛋磕入碗内，打散，用熟猪油（三钱）炒熟，剁碎。把水发海参、熟虾仁切黄豆大的丁。另将清水一两五钱分两次搅入猪肉末内，然后将酱油也分两次搅入。搅好后，放葱末、姜末、精盐、味精、熟猪油（三钱）、芝麻油搅拌，再将海参丁、鸡蛋丁、虾仁丁下入和匀。最后，将净菜馅搅入

拌匀。

2. 将面粉（九两）与清水六两拌匀，和成软面团，放在铺有饹面（一两）的案板上，搓成直径一寸三分的长条，揪十个面剂，并将面剂逐一摺扁，擀成直径四寸的圆皮。

3. 取圆皮一张，中间抹馅（三两二钱）四周留出三分宽的边，再将另一张圆皮覆在摊好馅的面皮上，周边对齐，用双手食指将面皮边缘捏紧。然后，用饭碗或圆碟的沿口在合子生坯上滚压，压去约二分宽窄的面边（这样，可使合子形状整齐，边窄易熟）。

4. 铛置微火上，双手拿起合子，轻轻放在铛上。烙至两面呈金黄色小花时，推至铛边，用微火再烙一下，即可出铛。吃时，将合子切成四块，摆盘上桌。

特 点

皮薄馅大，香鲜适口，现烙现吃最好。

四六、“桂发祥”什锦麻花

“桂发祥”什锦麻花是天津小吃“三绝”之一，因其店铺原设在东楼十八街，故人们习惯称“十八街”麻花。它不仅制法独特，香、甜、酥、脆，而且规格多样，久存不绵。如保存方法得当，可半年不变质。一九七一年的“广交会”上，曾展出每根重达三斤的“十八街”大麻花，使“桂发祥”及其产品愈加扬名海内外。

六、七十年前，“桂发祥”麻花店的前身默默无闻，所制麻花与别家并无两样，因而销路不大。以后，在这里学徒的范贵才、范贵林两兄弟立意革新，屡经探索，终于创制出夹馅、半发面麻花，使所制产品倍受欢迎。一九二八年，范氏兄弟各自开设麻花铺，一名“贵发成”，一名“贵发祥”。由于他们的竞争，使麻花的质量不断提高，形成独特风味。一九五六年，后，两家麻花铺合并，改“贵”为“桂”，定名“桂发祥”，从而使这一特色食品走上了更加广阔的发展道路。

原 料（制二百五十个）

面粉·····	四十九斤	闽姜·····	一斤
酵面·····	一斤五两	桂花·····	一斤
碱面·····	三两九钱	核桃仁·····	一斤
白砂糖·····	二十斤	青丝·····	五两
芝麻·····	三斤	红丝·····	五两
青梅（或瓜条）·····	一斤	花生油·····	一百斤（实耗三十五斤）

制 法

1. 将酵面用清水漉开，放入面粉（八斤）搅拌均匀，制成发面。再将碱面（三两二钱）、白砂糖（十斤）和清水四斤同放锅内，上火熬成碱糖水，晾凉备用。另将面粉（二斤）放入盆内，倒入花生油（一斤），搅拌成酥面。

2. 将发面与酥面、碱糖水、面粉（二十九斤）一起放入和面机内，搅拌均匀。然后，取出面团，放在案板上，分成四个大剂子，反复用力搓揉至手感细腻滑润，揉成枕头形，略饧。

3. 将青梅、闽姜、核桃仁、青丝、红丝切成碎丁。另将面粉(八斤)、花生油(四斤五两)、白砂糖(十斤)、桂花和用碱面调成的碱液及上述五种果料丁加清水和匀, 馅面即成。

4. 将饧好的四块枕头形面剂各切成六、七根长条, 再揳成宽二寸四分、厚六分的扁长条, 依次放入轧条机内, 轧成直径二、三分的条坯。然后, 将四分之三的条坯断成一尺一寸长, 成为白条坯。将四分之一的条坯断成八寸长, 先沾满芝麻, 再搓成与白条坯长度相同的条(轧条、断条时, 须撒以面粉, 防止粘连, 约用二斤)。

5. 将七根白条坯与两根麻条坯排列整齐。再将馅面一小块搓成与白条、麻条长度相等、直径约四分的条, 放在白条、麻条一侧。成形时, 两手轻按条的两头, 右手向里搓拉, 使右半边白条、麻条包住馅心。然后, 左手向外搓推, 使条拧上劲, 并用双手拿住条的两头, 轻轻一抻, 再折过来, 使两个头靠拢, 拧成长扁圆形的麻花生坯。

6. 将油烧热, 双手拿住麻花两头, 平放下锅。待麻花浮起后, 用铁筷子将其调顺、调直, 翻个, 使之受热均匀。炸至麻花呈棕红色时, 即可捞放在沥油架上, 将麻花整理、调直, 晾凉进食。

特 点

色泽棕红, 口感油润, 酥脆香甜, 造型美观, 内有酥面和多种果料, 久放不绵。

四七、“王记”剪子股麻花

“王记”剪子股麻花（亦称“王记”馓子麻花）与“桂发祥”大麻花同为天津小吃名品。其创始人王云清自幼学习炸果子，五十年代中期，利用切面机研制了这种新型的麻花，并不断改进、提高，使之颇具特色，两次被评为天津市饮食业优质食品。

原 料（制六十个）

面粉·····	二十五斤	桂花油·····	三钱
酵面·····	八斤	青丝·····	五两
碱面·····	一两五钱	红丝·····	五两
绵白糖·····	九斤	冰糖屑·····	一斤
糖精·····	三钱	花生油·····	七十斤（实耗
芝麻·····	三斤		二十斤）

制 法

1. 将绵白糖、糖精、桂花油对入四斤清水调匀，再将酵面、碱面、花生油（二斤）放盆内搅匀。然后，倒入面粉和匀，揉成硬面团。揉好后，将面团用轧面机轧几遍，轧至没有蜂眼、表面光滑。轧好后，将面片放在案板上，用刀截成长二尺的面片十二片，长一尺七寸的面片三片（面片厚度为一分五厘至二分）。

2. 将长二尺的面片刷上花生油，竖着放入出条机中，每片截为五十三

条细白条（每条长二尺二寸、厚一分三厘、重六钱）。另将长一尺七寸的面片也按此法各轧五十三条（不刷花生油）。轧好后，在凉水中涮一下，放入盛有芝麻的盆中，粘匀芝麻，即为麻条。

3. 将白条十二条顺放在案板上，再将麻条三条顺放在白条靠外的一侧。放好后，用手捏紧条的两头一抻，捋直，左手推右手拉，使条拧两扣。然后，再把条对折过来，两头稍微交叉地按在一起（即“菊花顶”）。按好后，将条提起，拧两个花，“8”字形的剪子股麻花生坯即成。

4. 将锅置于旺火上，倒入花生油，烧至一百六十至一百八十摄氏度时，用手捏住麻花生坯的两头，平放下锅。炸至麻花浮起来后，用筷子整形，使之互不粘连、舒展定型。约五分钟后，将麻花翻个。当整个生坯炸成均匀的深红色时，即可用笊篱捞出，沥油、晾凉，撒上冰糖屑和青、红丝。

特 点

质地酥脆，入口甜香，条散而不乱。由于麻花股不紧拧在一起，故而炸得更透，老年人亦可进食。

四八、鸡蛋小麻花

原 料（制二百个）

上白面粉……………十斤
鸡蛋……………二十五个
绵白糖……………二斤五两
桃仁……………五两

闽姜……………二两
桂花酱……………二两
花生油……………五十斤（实耗
六斤）

制 法

1. 将鸡蛋打散成液，搅入白糖。待白糖溶化后，将其倒入盛有面粉的盆中，加入桂花酱、剥碎的桃仁、闽姜和清水三斤，搅拌均匀，和成软硬适中的面团，放在案板上。盖湿布略饧。

2. 将饧好的面团切成均匀的十块，分别擀揉出光面，搓成长条，摺成一尺长、一寸五分宽的长片，用刀各切四十个剂子。切好后，将剂子逐个横过来，搓成约一尺长的细条，从中间分为两段。

3. 将四根剥好的细条横放摆齐，左手向里、右手向外轻搓上劲，搓成细绳状。然后，用两手手指将两端捏严，即成生坯。

4. 将锅置于中火上，倒入花生油，烧至六成熟时，将逐一制好的生坯下入锅内。待其浮起、呈金黄色时，用笊篱捞出，沥干油即成。

特 点

造型小巧，入口酥香，具有闽姜和桂花味，富于营养，可存放较长时间。

四九、“陆记”烫面炸糕

专营烫面炸糕的“陆记”食品部，于一九一八年开业于天津东北角鸟市游艺市场。因其制作方法与众不同，成品具有独特的风味，故而驰名远近，与“耳朵眼”炸糕，如春兰秋菊，各含韵致。

本品有红果、桂花白糖、豆沙、什锦等多种馅心。

下面介绍的是红果馅炸糕。

原 料（制二百个）

上白面粉·····十一斤二两	桂花酱·····二钱
鲜红果·····五两	花生油·····十五斤（实耗
白砂糖·····五斤	二斤四两）

制 法

1. 将上白面粉（九斤三两五钱）放入盆内，用同样重的沸水猛冲，迅速用搅面棍搅拌。搅到面粘稠、不漾水时，把盆内的生面和面疙瘩打开。打好后，双手略蘸花生油，将烫面团放在刷了油的案板上，趁热用双手反复推揉成长方形。稍凉，将烫面团在铺有饹面的案板上再推揉一遍，使面团揉匀揉透，面劲柔和绵软、表面似出汗状，盖上湿布，饧一个多小时。

2. 将白砂糖与面粉（一斤二两）搓匀。再将鲜红果剔核、去把，剁压成泥状，与拌好的糖面、桂花酱搓匀，红果馅即成。

3. 将饧好的烫面团放在铺有一层饹面的案板上揉匀，搓成直径一寸二分的长条，揪二百个剂子。然后，用两手将剂子逐个转圆、摺扁，以右手食指、中指蘸上油，在托于左手掌中的扁剂中间摺几下，同时，左手五指拢起，配合右手，将扁剂打成厚薄均匀的“碗”状，抹入红果馅（三钱二分），用双手一拢，收好口。最后，蘸油将其转圆，压成直径一寸四分、厚度均匀的扁饼状。

4. 锅置旺火上，倒入花生油，烧至八成熟时，下入生坯，并马上将油温提高到九成熟。待炸糕浮上来后，用筷子翻转几次，炸成金黄色，即可出锅。

特 点

外焦里嫩，酸甜适口，最宜老人和儿童食用。

五〇、棒槌饅子

原 料（制二百根）

面粉·····	十斤	精盐·····	一两五钱
碱面·····	一两	花生油·····	二十斤（实耗
白矾·····	二两		三斤五两）

制 法

1. 将白矾碾成粉末，与碱面、精盐一起用温水六斤化开，倒入面粉，和成穗子状，揉成面团。然后，用双手掐下一块面团，放在大面团上面，再掐，再放，直至掐完，用双手将面团兜底翻个，再揉成一个大面团。这样，每隔半小时掐、揉一次，连续翻、揉各三遍后，将面团饧三十分钟左右，再揉。揉面时，先将面团翻个，使其正面朝下，再用拳头揉面团的背面（揉的时候，要从四面向中间叠着揉）。最后，面团揉出光面、有柔软性时，再将其光面朝上，盖上湿布，备用（也可用机器和面）。

2. 将揉好的面团放在油案上，用蘸了油的双手拍平、抻长，使面成为长一尺五寸、宽一尺、厚一寸五分的长方形面皮。然后，在面片上抹油或盖上油布，以防皴皮。

3. 用刀从面的一边顺序切出宽二寸五至三寸的长条二十条（要横劲竖开，竖劲横开），左手捏住长条的一头，右手将其抻长。抻好后，放在油案上，用擀面杖擀成三分至三分五厚的长条，然后，用刀顺长切宽约四分至四分五厘、长二寸的二十个小长条。

4. 将剥下的小长条用手心拍一拍，一正一反的擦起来，再用双手捏住两头，抻成长一尺至一尺零五分的长条，拇指与食指轻捏剂头，平放入油锅。待饅子浮上来后，立即用木筷子翻个。当饅子整个炸成深红色时，用筷子夹出，放在铁罩上。沥净油后，便可食用。

特 点

酥脆，清香，适宜热食，是群众喜食的传统品种。

五一、雪花龙须面

原 料（制一盘）

上白面粉·····	一斤	红丝·····	一钱五分
绵白糖·····	三两	芝麻油·····	二两五钱
精盐·····	七钱	花生油·····	十五斤（实
青丝·····	一钱五分		耗二两五钱）

制 法

1. 将上白面粉（九两）放入盆内，倒入清水六两，加入精盐，和成软面团，盖上湿布，饧两小时。饧好后，将面团放在铺有饧面（一两）的案板上，擀揉至光滑、柔韧，搓成一尺四、五寸长的条。

2. 溜条、抻条、出条方法与五色盘香卷制法基本相同，只是应将长条抻、折十二次，使之成为细线似的面丝。

3. 将炸锅置于中火上，倒入花生油和芝麻油，烧至七成热，将抻、折好的面丝轻轻拿起下入锅中，并用筷子轻轻将面丝拨开，使其炸至硬挺、呈

浅黄色。然后，用笊篱将其轻轻捞出，沥干油，放入长圆形鱼盘内，撒上绵白糖和青、红丝即成。

特 点

香甜脆爽，面丝均匀，不并条，不断条，一斤面粉可制条八千多根，工艺性很强。因其细如“龙须”，故名。

五二、海 鲜 空 心 面

原 料（制五盘）

上白面粉·····	二斤	精盐·····	八钱
海蟹肉·····	一两	味精·····	五钱
海蟹黄·····	五钱	胡椒面·····	五分
净鲍鱼·····	五钱	酱油·····	一两
净虾仁·····	一两	湿淀粉·····	一两五钱
水发海参·····	二两	高汤·····	一斤五两
水发干贝·····	五钱	绍酒·····	五钱
水发玉兰片·····	二两	花生油·····	二十斤（实耗 一斤八两）
油菜心·····	一两	芝麻油·····	二钱
葱末·····	一钱五分		
姜末·····	一钱		

制 法

1. 将上白面粉（一斤七两）放入盆内，加入精盐（一钱），将清水一

斤二两分数次搅入，先和成麦穗形面絮，再揉成软硬适中的面团，盖上湿布，饧二十分钟左右。饧好后，将面团揉出韧性，放在铺有饧面（五两）的案板上，搓成长约一尺五寸的长条。

2. 用双手抓住长条的两端，均匀用力，上下抖动几次，使其逐渐伸长。然后，趁长条中部刚从空中落下来时，两手立刻交叉、扣在一起（两手交叉时，必须替换位置，先是右手放在左手前面，向里打扣，后是右手放在左手后面，向外打扣），使长条两端借劲拧成麻花形。接着，把两手恢复原位，再将长条抖长，再将两手交叉、扣在一起。这样，循序进行二、三十下，直至将面溜顺、溜“熟”（即极有韧性）。

将溜好的面顺放在案板上，用手掌摁成二寸宽、三分厚的扁长片，顺长撒饧面（一两），再用两手手指从左至右将扁长片两端向中间捏紧，轻轻滚圆。

用两手按住长条两头，左手向里、右手向外搓上劲。然后，提起两头，一抖一抻，再放上案板，对折成两根，并撒上饧面（少许），使之互不粘连。撒好后，以左手握住两根面条的并合处，右手手指套在两根面条的另一端，往外一抻，向上一送，将其抻长，并放上案板，对折成四根。接着，撒上面粉，继续抻抖。待抻抖、对折六次后，即成六十四根直径一分五厘、与筷子头同样粗细的空心面条。

3. 锅置中火上，倒入花生油，烧至七成热时，将揪去面头的空心面条下入，用铁筷子拨开，使其均匀受热。视面条炸呈浅黄色时，用笊篱轻轻捞出，沥油，装入长圆盘内。

4. 将海蟹肉撕成丝，鲍鱼、水发海参、水发干贝、水发玉兰片、油菜心用刀切成丝，与海蟹黄、净虾仁分别用沸水焯一下，沥去水分。另将炒锅置于旺火，倒入花生油（三两）烧热，投入葱末、姜末、胡椒面，迅即下入海

蟹肉、海蟹黄、鲍鱼、虾仁、海参、干贝、玉兰片煸炒，约三、四分钟后，烹绍酒、酱油、高汤，下入精盐。待其烧沸后，加入油菜心、味精，淋湿淀粉勾芡，点上芝麻油，浇在空心面上，即可进食。

特 点

此面系民间传统小吃品种，制作技艺较高，油炸、蒸煮均可，撒糖、配卤皆宜。面呈空心，色泽浅黄，入口脆香，其卤选料上乘，咸鲜味美，海味浓厚，堪为高档美食。

五三、元 宝 酥

此点是天津名品，早在一百年前便在八个“成”字号饭庄及各大羊肉馆制作售卖，盛极一时。因其形状类似元宝，故名。

原 料（制四十个）

上白面粉·····	二斤四两	饴糖·····	二两
玫瑰酱·····	六钱	花生油·····	三斤（实耗
桃仁·····	八钱		六两）
青梅·····	八钱	芝麻油·····	四两五钱
绵白糖·····	六两		

制 法

1. 将面粉（一斤）放在案板上，与芝麻油（四两）搓成酥面团。再将面粉（一斤）放入盆内，加入芝麻油（五钱）和清水三两，搓成子面，揉至

不粘手、不粘盆。

2. 将面粉（四两）上屉蒸熟，取出风干，擀成细粉，过细罗。然后，掺入白糖、饴糖，攪透揉匀。再将桃仁、青梅切成绿豆大小的丁，同玫瑰酱一起掺入糖面内搓匀。

3. 将子面放在抹了油的案子上揉匀，用手摊成直径五寸、周边厚三分、中间厚四分的圆皮。再将酥面放在圆皮中间，用两手将口捏紧收严。包好后，将整个剂子抻成圆形，收口朝下，放在案子上摺扁，用擀面杖擀成长八寸、宽五寸的长方片，顺长把两头各对折一下，叠为三层，擀成长二尺、宽七寸的长薄片，沿宽边卷起来。卷好后，用双手向两边略捋，切四十个剂子。

4. 将剂子逐个摺成直径一寸二分的薄圆皮，包入糖馅（三钱五分），收口捏紧。将生坯抻圆，收口朝下放在案子上，用手轻轻搓成两头尖、中间宽的形状。搓好后，将两头摺扁，略提起，做成两头上翘、形似元宝的生坯。

5. 将生坯排放在铁箴篱上，放入坐于中火上的空勺内，用烧热的花生油浇烫六、七分钟。见元宝酥炸透后，便可控油、装盘（这样炸，可使食品外型完整，不易破碎）。

特 点

此点采用浇炸法成熟，食品外型完整，香甜酥脆。一般在喜寿宴会上，把元宝酥摆成“寿”或“喜”字上桌。

五四、旋 酥

原 料（制四十个）

上白面粉·····	一斤一两	味精·····	五分
瘦猪肉·····	三两	酱油·····	一钱
水发冬菇·····	一两	绍酒·····	五分
水发干贝·····	五钱	湿淀粉·····	五钱
水发海参·····	一两	高汤·····	一两
净油菜（或青韭、黄韭）·····	三两	花生油·····	二斤五两五钱
葱末·····	五分	芝麻油·····	二斤五两一钱
姜末·····	五分	熟猪油·····	五两
精盐·····	一钱		

制 法

1. 将猪瘦肉、水发冬菇、水发海参切成大米粒大小的细丁。水发干贝用手搓碎。另将净油菜洗净，入沸水略烫一下，沥干水分，上案板切碎，用净布包起来，挤去菜汁，备用。炒勺置于旺火上，倒入花生油（五钱），烧至八、九成热时，下葱末、姜末略炒几下，投入猪瘦肉丁煸炒。当肉丁呈灰白色时，烹绍酒，点高汤，下精盐、味精、酱油。汤开后，淋湿淀粉勾芡，点芝麻油（一钱），离火盛入盆内。最后，将水发冬菇、水发干贝放入拌匀，再将水发海参下入搅匀，馅心即成。

2. 将面粉（五两）放入盆内，与熟猪油（三两五钱）拌好，揉匀成油

酥面团，盖湿布略饧。另将面粉（五两）用清水二两和剩下的熟猪油和成水油面团，盖湿布略饧。

3. 将饧好的两种面团分别放在铺有饧面（一两）的案板上揉匀，搓成直径八分的长条，各揪二十个小剂子。将水油面剂逐一用手掌摁成直径一寸二分的薄圆片，放上油酥面剂，收口捏好，接口处朝上摁扁，用擀面杖擀成长四寸、宽一寸五分的长圆形面片。擀好后，将面片顺长对折两下，边角对齐。接着，再将面片顺长擀成长四寸、宽一寸三分的长方形面片，顺长紧卷成条，用刀从中间切为两段，将其酥层朝上，用手摁成直径八分的扁圆形，抹馅心（二钱二分），收口包严。包好后，将其收口处朝下放好，用手轻轻摁成直径八分、厚约五分的扁圆形生坯，其余制法相同。

4. 锅置中火上烧热，倒入芝麻油（二斤五两）、花生油（二斤五两），烧至七成热时，下入旋酥生坯，炸至生坯浮起、表面呈浅金黄色时，用笊篱捞出，沥油，即可食用。

特 点

层次多，薄而分明，内外酥松，馅心用料考究，咸鲜香美。

五五、蒸 炸 合

原 料（制二百五十个）

面粉……………五斤
猪肉末（四成肥六成瘦）
……………一斤二两

净虾仁……………五两
鸡蛋……………六个
水发海参……………五两

净菜馅……………二斤
葱末……………二两
姜末……………七钱
酱油……………三两
精盐……………四钱五分
味精……………一钱

八角面……………二钱
面酱……………六钱
花生油……………二斤（实耗
四两）
芝麻油……………一两五钱

制 法

1. 将净虾仁、水发海参切成黄豆粒大小。鸡蛋打散，倒入略抹花生油的勺内，摊成鸡蛋皮，切成小碎末。另将清水六两分两次搅入猪肉末内，当搅至肉末呈浓稠状时，加入酱油、面酱，用力搅（随搅随加，不可一次放完）。搅上劲后，再放入净菜馅、芝麻油，并加入葱末、姜末、八角面搅匀。最后，将虾仁丁、海参丁、鸡蛋末倒入拌匀。

2. 将面粉（四斤七两）用清水二斤五两和成面团。揉匀后，放在铺有饅面（三两）的案板上，搓成直径七分的长条，揪成二百五十个剂子。然后，用手将剂子逐一摀扁，擀成直径一寸二分的圆皮。

3. 取圆皮一张，置于左手掌中，右手持馅板将馅（二钱五分）抹在圆皮中间，将另一张圆皮盖在馅上，用手指将两张面皮的圆边捏拢出花纹。按此法全部制完。

4. 将生坯摆上笼屉，用旺火蒸五、六分钟，取出晾凉。再将花生油倒入勺内，上旺火烧八成热，逐个下入蒸好的合子，炸成两面金黄，摆盘上桌。

特 点

选料精细，先蒸后炸，清香不腻，外脆里嫩，为天津饭馆传统品种。如用于祝寿，将外形制成桃状，老年人更喜食用，俗称“寿合”。

五六、白 糖 锅 炸

原 料 (制一大盘)

面粉·····	五两	湿淀粉·····	三两
鸡蛋·····	五个	花生油·····	一斤五两 (实耗三两)
绵白糖·····	一两五钱		
熟芝麻·····	二钱		

制 法

1. 将鸡蛋磕入盆内，打散，与面粉（四两）、湿淀粉调成鸡蛋糊。
2. 勺置中火上，倒入清水二两。不等水开，便将鸡蛋糊徐徐倒入，边倒边搅。见鸡蛋糊呈熟浆糊状时，将勺离火。
3. 在大盘内抹上烧熟的花生油，倒上鸡蛋糊，摊成三分厚的蛋饼，切成长一寸二分、宽三分的条，逐条滚上面粉，生坯即成。
4. 勺置中火上烧热，放入花生油，烧至七、八成熟时，下入生坯。见其炸呈金黄色时，捞出沥油，装盘，撒上熟芝麻和白糖即成。

特 点

香甜、酥脆，营养丰富，最宜老人、儿童食用。

五七、糖 脆 荸 荠

原 料（制六十个）

面粉·····	一斤	绵白糖·····	三两
碱面·····	一分	花生油·····	一斤五两（实耗三两）
荸荠·····	七两		
鸡蛋·····	两个		

制 法

1. 将清水二两烧开，下入碱面、绵白糖（二两）溶化。化开后，离火晾凉。再将荸荠洗净、去皮，上火煮至八成熟，用凉水泡凉，切成绿豆大的丁，放入盆内，用白糖（一两）腌制。最后，将鸡蛋磕入碗内，打成泡沫状，即成荸荠馅。

2. 将面粉（九两）倒入盆内，用糖碱水和鸡蛋液和成面团。揉匀后，将其放在铺有饅面（一两）的案板上，搓成直径七分的长条，揪六十个剂子，再逐个揳成直径一寸二分的圆皮。

3. 左手持一张圆皮，右手挑馅（一钱）放在圆皮中间，收口捏紧，揳扁，顶端捏尖，成荸荠状。

4. 待生坯全部包制好后，下入烧至六、七成热的油锅中慢炸，并勤加翻动。最后，见生坯炸呈金黄色时，即可捞出。

特 点

外皮香酥，馅心甜脆，为民间小吃品种。

五八、冰雪麻仁果

原 料（制六十四个）

面粉·····	四两	绵白糖·····	五两
山药·····	七两	冰糖末·····	二两
鸡蛋·····	两个	湿淀粉·····	五钱
花生仁·····	一两	花生油·····	三斤（实耗
熟芝麻·····	一两五钱		三两）

制 法

1. 将山药洗净，蒸熟，去皮，擦成泥，与面粉（一两五钱）拌匀备用。另将花生仁炒熟，去皮，擀成小碎末，与熟芝麻、绵白糖（一两五钱）和凉开水二分拌匀，即成芝麻糖馅。

2. 将鸡蛋磕入碗内，打散，加湿淀粉、面粉（一两五钱）和匀，和成糊状。再将绵白糖（一两）与冰糖末和匀，盛入盘中。

3. 将饅面（一两）撒在案子上，放上山药泥和匀，搓成直径六分的长条，揪六十四个剂子，转圆、摁扁，包入芝麻糖馅（六分），收口捏严，剂口朝下放在案子上，揉成红枣状的长圆形，生坯即成。

4. 勺置旺火上，倒入花生油，烧至六、七成熟时，将揉好的生坯逐个蘸匀鸡蛋糊，下锅慢炸，当麻仁果呈金黄色时，即可捞出。

5. 另取一勺置旺火上，将清水一两五钱烧开，下入绵白糖（二两五钱）搅匀，移小火上，熬至糖汁发亮、能起丝时，下入炸好的麻仁果，使其均匀

地挂满糖汁。然后，放入盛有冰糖末的盘中，沾上冰糖末，即可盛碟上桌。

特 点

甜、香、脆。

五九、油 炸 山 芋 片

原 料（制一盘）

山芋（红薯）·····	一斤	红丝·····	二钱
桂花酱·····	六钱	花生油·····	一斤五两（实耗二两）
绵白糖·····	六钱		
青丝·····	二钱		

制 法

1. 将山芋洗净，切成半分厚的薄片，摆在筐箩上阴干（约五、六成干）。
2. 勺置中火上，倒入花生油，烧至九成热，下入山芋片，炸至两面金黄色时，捞出装盘。
3. 用凉开水四钱将桂花酱调稀，均匀地浇在山芋片上，撒上白糖、青丝和红丝，便可食用。

特 点

脆、甜，清香。

六〇、炸 蚂 蚱

蚂蚱，即人们常说的蝗虫。炸蚂蚱是天津历史上多年流传的民间小吃，曾为一些名人津津乐道。若以大饼卷而食之，味道尤佳。至今，天津还有一句歇后语：“大饼卷蚂蚱——夹(家)吃去。”

原 料 (制五盘)

秋蚂蚱·····	一斤一两	花生油·····	一斤五两 (实
葱花·····	二两		(耗一两)
精盐·····	五分		

制 法

1. 将秋后满籽的蚂蚱去翅、去头、去内脏，用清水洗净，控尽水，备用。
2. 将油锅烧热，倒入花生油，烧至六、七成热，下入蚂蚱。炸至蚂蚱硬挺、胀大略呈金黄色时，捞出，沥油，装入五个盘内。
3. 将葱花和精盐分成五份，撒在装好蚂蚱的盘内，即可食用。

特 点

颜色金黄，酥脆爽口，佐酒佳肴，为天津著名小吃。若以大饼夹食，其味更佳。蚂蚱除炸制外，还可葱、姜、绍酒、酱油、醋等佐料烹制。

六一、炸 虾 托

原 料（制二十五个）

海红虾（河虾亦可）·····	一斤	精盐·····	三钱
黄米面·····	一斤	花生油·····	三十斤（实
碱面·····	五分		耗七两五钱）
明矾·····	二钱		

制 法

1. 将黄米面放入盆内，倒入清水八、九两，和成粘糊状，均匀地搅入碱面、明矾、精盐。用清水将海红虾洗净，沥干水分。

2. 锅置中火上，倒入花生油，烧至约一百八十摄氏度时，将搅好的黄米面糊（约八钱）舀入周边微翘、直径三寸的圆形白铁片中摊平，摆上四、五个海红虾，慢慢下入热油锅中，炸成金黄色、虾托周围油不冒泡时，即可出锅。

特 点

外形呈蜂窝状，虾、糊食之酥脆，咸香鲜美，常与火烧配食。

六二、炸 银 鱼

银鱼、紫蟹、铁雀、黄韭，历来被称为天津“四珍”。而银鱼以其晶亮透明的鱼体、鲜嫩之极的味道名列“四珍”之首，为食客津津乐道。

原 料（制一盘）

银鱼·····	十条	花椒盐·····	一钱
鸡蛋清·····	八个	湿淀粉·····	一两五钱
面粉·····	二钱	熟猪油·····	二斤（实耗
酱油·····	五钱		一两）

制 法

1. 将银鱼挤去眼睛，洗净。将鸡蛋清在碗内打成泡沫状，加入湿淀粉搅匀。
2. 勺置火上，烧热后，下入熟猪油。同时，将银鱼逐条裹上面粉，用手捏住鱼嘴，浸入蛋白糊碗中挂匀糊，下入烧至六、七成热的温油中炸。炸时，鱼要一条一条下勺，不要粘连。炸透，捞出，放入盘内码顺，蘸酱油或花椒盐吃。

特 点

鱼色银白，外脆里嫩，有清香的黄瓜味，为不可多得的风味美食。

六三、炸 铁 雀

原 料 (制一盘)

铁雀·····	十二只	湿淀粉·····	一两二钱
精盐·····	六分	花椒盐·····	二分
味精·····	二分	花生油·····	二斤 (实耗 一两五钱)
绍酒·····	二钱		

制 法

1. 将铁雀拔去毛，去掉嘴、眼和腿爪，在腹部开一刀，挤出内脏，洗净。然后，顺脊背割成两半（脯肉相连），用刀尖顺序颠碎膀、脊、腿骨（头部、颈骨不动），再将雀脯顺长切两刀，成为三块（即左边一块雀脯连接左膀和左腿，右边一块雀脯连接右膀和右腿，中间一块雀脯连接脖颈和雀头）。
2. 将切好的铁雀放入碗内，加上精盐、湿淀粉、绍酒，抓拌均匀。
3. 勺置火上，下入花生油，烧至五、六成热，把铁雀下勺，炸呈金黄色时，捞出，上盘。另将花椒盐内掺入味精，装碟供蘸食。

特 点

鲜酥脆香，外焦里嫩，最宜佐酒，为天津传统小吃。

六四、炸臭豆腐干

此小吃经济实惠，风味突出，佐食、充饥皆可，在天津有着悠久的历史，为广大人民群众所喜爱。

原 料（制二百五十六块）

块豆腐·····二百五十六块	臭卤汁* ······一桶
精盐·····一斤	花生油·····五斤（实耗
辣椒糊·····一两五钱	一斤五两）

制 法

1. 将块豆腐先除去水分，放在盛有卤汁的桶里，撒上精盐，泡二个多小时。然后，将吃进味道的豆腐捞出，控去水分。

2. 将锅烧热，下入花生油，烧至八成热，将腌好的豆腐下入锅内。见豆腐炸成浅红色时，捞出沥油，放在碟里，蘸辣椒糊食用。

特 点

外焦脆，里软嫩，虽曰“臭豆腐干”，实则咸辣并重，后口清香，与大饼、火烧同食最好。

* 臭卤汁：将鲜雪里蕻（二十斤）、鲜茴香（三斤）、老竹笋根（四斤）择洗干净，与洗净的老姜（四斤）一起切碎装坛。再将山奈（一两五钱）、干桔子皮（三两）、丁香（二两）、甘草（一两五钱）、桂皮（三两）、八角（一两）、小茴香籽（三两）、花椒（一两）装入纱布袋中，扎紧口，下入坛中。然后，将冰糖渣（五两）同清水五十斤加入铁锅煮化，趁热倒入坛中，封严坛口，进行发酵（须经整个夏天）。至秋凉，散出“臭”味时，即可使用。

六五、煎 饼 馓 子

原 料（制二十套）

绿豆·····	七两	葱末·····	二两
小米·····	三两	五香面·····	一钱
棒槌馓子·····	二十根	芝麻油·····	五钱
甜面酱·····	五钱		

制 法

1. 将绿豆、小米挑去杂质，用清水洗净，分别放入盆内，加水泡胀。泡好后，用笊篱捞出脱落的绿豆皮，上小石磨将绿豆磨成豆蜡，并用清水漂去豆蜡中剩余的豆皮，再泡一个小时。然后，带水将豆蜡、小米磨成稀粥状的水浆（如过于粘稠，可加些清水调稀），并将五香面倒入、搅匀。

2. 把烙子（或小饼铛）放在小火上，用油擦子（以白净布圈圆，用铁丝或线绳捆紧，直径约一寸五分、高约三、四寸）在烙子上稍擦一层芝麻油。然后，用手勺舀起磨好的水浆（约一两）倒在烙子上，用刮子迅速将水浆摊成极薄的圆形煎饼。摊好后，右手持薄铁小铲铲起煎饼的一边，左手将煎饼揭起。待右手用油擦子迅速在烙子上刷了一层油后，将煎饼翻个，放上一根棒槌馓子卷起来。卷好后，用油擦子再在烙子上刷一点油，将煎饼馓子移至刷油处，煎成两面皆成黄色硬皮。最后，在卷好的煎饼馓子上抹上甜面酱，撒上葱末，对折起来即成。

特 点

煎饼柔软而清香，馃子油润而略咸，葱末稍辣，面酱甜香，食之味美适口，很有滋味，是天津最受群众欢迎的小吃品种之一，街头巷尾全天可见。若在制煎饼时，再刷上鸡蛋液，色、香、味更好。

六六、水 煎 包

原 料（制八十个）

面粉·····	一斤九两	葱末·····	四钱
酵面·····	二两	姜末·····	三钱
碱面·····	二钱	精盐·····	四钱
猪肉末(四成肥六成瘦)·····	六两	味精·····	五分
净菜馅·····	一斤	芝麻油·····	一两五钱
酱油·····	一两八钱	熟猪油·····	七钱

制 法

1. 将酵面撕碎，放在盆中，加入面粉（一斤七两），用清水一斤和成面团，攪透揉匀。然后，盖上盖，任其发酵。待发好后，对入用清水二钱化开的碱液，揉匀。再将面粉（一两）加清水三两五钱调成稀糊状，备用。

2. 将清水二两分两次搅入猪肉末内，直至肉呈浓稠状时，再把酱油分两次搅入。然后，下入葱末、姜末、精盐、味精，拌匀，加入熟猪油、芝麻油（八钱），最后，再将净菜馅加入搅匀。

3. 将揉好的面团放在铺有酵面（一两）的案板上，搓成直径七分的长条，揪八十个面剂，逐个用手摅扁，擀成直径一寸六分的薄圆皮。然后，将

圓皮置于左手掌中，右手用馅板挑馅（二钱九分）放在圓皮中间，用两手将面皮挤捏成月牙形，放在包子板上。

4. 将大铛置中火上，滴少许芝麻油擦匀，摆上生坯，不要粘连。待包子底面出现硬皮时，将面糊水撩在水煎包上（略浸过包子底），见水起泡时，迅即盖上铛盖（特制的双层锅盖）。待水煎干、包子底部煎成金黄色时，用小油壶（内装芝麻油七钱）在水煎包空隙处浇上油，用长铲将水煎包顺行铲入盘内，即可上桌。

特 点

底脆香，馅心鲜美油润，趁热食用最佳。

六七、煎 “ 焖 子 ”

该品种为天津季节民间小吃。每逢农历二月初二（俗称“龙抬头”），几乎家家都煎制进食。

原 料（制八盘）

潮湿绿豆粉·····	一斤	芝麻酱·····	四两
明矾末·····	一钱	蒜泥·····	四两
酱油·····	八钱	花生油·····	四两
醋·····	二两四钱		

制 法

1. 锅置旺火上，倒入清水二斤。烧开后，将用清水一斤调成粥状的绿豆粉放入，加明矾末搅匀。然后，将锅移至中火，熬至豆糊粘稠，倒入盆内，

冷却后即成“焖子”。

2. 将“焖子”取出，泡入凉开水中凉透，用刀先切成均匀的八块，再改成大小相等的菱角形块。

3. 将铛置小火上，淋花生油少许，把“焖子”块放在铛上，煎至两面发黄时，铲入盘内，浇上酱油、醋和用凉开水调稀的芝麻酱和蒜泥，即可食用。

特 点

外层热脆，内里软嫩凉爽，蘸以佐料，入口酸、香、辣，配食芝麻烧饼最佳。

六八、煎 豆 腐

原 料（制二百五十六块）

块豆腐（一寸七分见方）

……………二百五十六块

芝麻酱……………八钱

蒜泥……………八钱

辣椒糊……………三钱

精盐……………一钱五分

花生油……………一两

制 法

1. 将芝麻酱用凉开水调稀，下入精盐调匀。

2. 铛置微火上，下花生油烧热，将块豆腐逐块煎成两面金黄，装入小碟内（也可将块豆腐改刀切小装碟）。

3. 将芝麻酱、蒜泥、辣椒糊浇在煎好的块豆腐上，即可食用。

特 点

外焦里嫩，入口香辣。

六九、肉 丝 炒 饼

原 料 (制一盘)

大饼·····	四两	味精·····	一分
猪肉 (肥瘦各半) ·····	五钱	绍酒·····	一钱
净白菜·····	二两	酱油·····	二钱
葱花·····	三钱	高汤·····	一两
姜末·····	一钱	花生油·····	五钱
精盐·····	一分		

制 法

1. 将烙好的大饼切成一寸二分长、半分宽的细丝，再将猪肉、白菜洗净，分别切成细丝。

2. 勺置旺火上，倒入花生油（三钱），烧热后，将细饼丝放入勺内，不停地翻动。视饼丝部分出现黄色时，将其倒入漏勺内。

3. 勺置旺火上，倒入花生油（二钱），烧热后，下葱花、姜末炝勺，加入肉丝、白菜丝煸炒。炒至肉丝呈灰白色时，烹入绍酒、酱油、精盐、高汤。汤开后，用漏勺将炒好的肉丝、白菜丝捞出，再将煸好的饼丝放入勺内，颠抖几次，使原汤全部浸入饼内。最后，将饼丝盛入盘中，倒上肉丝、白菜丝即成。

特 点

荤素配合，软中有韧，为天津人民喜爱的面食品种。

七〇、焦 炒 面

原 料 (制一盘)

细面条·····	四两	味精·····	一分
鸡蛋·····	一个	酱油·····	三钱
净白菜·····	二两	清汤·····	五钱
葱末·····	一钱	花生油·····	一斤 (实耗一两五钱)
精盐·····	一分		

制 法

1. 将花生油倒入置于中火的勺中，烧至七、八成热，下入面条，炸至面条呈金黄色时，捞出，沥油，装盘。

2. 将鸡蛋打入碗中，打散，下勺炒熟，铲碎，装入碗中。再将净白菜切成一寸长的细丝。

3. 勺置旺火上，下入花生油（五钱），烧热用葱末炝勺，再下入白菜丝煸炒。然后，加入精盐、酱油、鸡蛋末、味精、清汤，下入面条，用手勺拨匀，出勺盛盘。

特 点

面条脆香，清素无汁。

七一、什 锦 炒 饭

原 料 (制一盘)

蒸熟米饭·····	三两	火腿·····	一钱
熟虾仁·····	一钱	鲜豌豆·····	一钱
水发海参·····	一钱	葱花·····	三钱
水发玉兰片·····	一钱	精盐·····	二分
熟白肉·····	一钱	味精·····	一分
熟鸡肉·····	一钱	熟猪油·····	三钱

制 法

1. 将熟虾仁、水发海参、水发玉兰片、熟白肉、熟鸡肉、火腿均切成绿豆大小的丁。另将鲜豌豆洗净，备用。

2. 勺置旺火上，倒入熟猪油，烧热用葱花炝勺，再将虾仁丁、海参丁、玉兰片丁、白肉丁、鸡肉丁、火腿丁、鲜豌豆下入，煸炒片刻后，倒入米饭，加入精盐、味精，翻炒均匀，盛盘即可。

特 点

米饭散落、柔软，辅料鲜香，色泽美观。

七二、素 烩 面

原 料 (制一盘)

细面条·····	四两	酱油·····	四钱
净白菜·····	二两	清汤·····	一两
葱末·····	二钱	芝麻油·····	五钱
精盐·····	一分	花生油·····	五钱
味精·····	一分		

制 法

1. 将细面条上屉，用旺火蒸十分钟，取出晾凉。另将净白菜切成一寸长的细丝。

2. 勺置旺火上，倒入花生油，烧至八、九成熟时，用葱末炝勺，下入白菜丝煸炒。随后，加入精盐、酱油。炒匀后，倒入清汤。汤开后，下入蒸好的面条，盖上勺盖，改用小火焖煮约二、三分钟。见面条焖透后，加入味精，点上芝麻油，拨匀出勺。

特 点

素淡，柔软而有韧性，为大众化食物。

七三、素 烩 饼

原 料（制一碗）

大饼·····	四两	酱油·····	四钱
净白菜·····	二两	清汤·····	二两五钱
葱末·····	三钱	花生油·····	五钱
精盐·····	一分	芝麻油·····	三分
味精·····	一分		

制 法

1. 将大饼切成一寸长、一分宽的条。再将白菜洗净，切成一寸长的细丝。

2. 勺置旺火上，倒入花生油，烧热后，用葱末炝勺，下入白菜丝煸炒。稍后，加酱油、精盐、清汤。见汤烧开后，下入饼条，盖上勺盖，改用小火。见饼条焖透，汤又未干时，下入味精，点入芝麻油，用手勺和匀，带汤装碗。

特 点

有干有稀，热而软和，经济实惠，是冬令佳品。

七四、“耳朵眼”炸糕

“耳朵眼”炸糕是津门小吃“三绝”之一，迄今已有八十多年历史。早在晚清庚子年间，其创始人刘万春即在北门外估衣街西口摆摊卖炸糕。以后，他又与外甥张魁元合作，在原址开设了“刘记炸糕铺”（后取名“增盛成”）。刘家制售的炸糕选料严格，操作精细，温油下锅，精心炸制。尤其是制馅方法，一反旧法，投好料，投“狠”料。所以，其成品外皮金黄、爆“刺儿”，内里嫩而不生，馅干细沙甜，飘溢着玫瑰清香。据说，当年的“耳朵眼”炸糕掉在地上能跌成碎瓣。由此，足见其酥脆程度了。

由于刘家的炸糕越做越好，逐渐名扬津沽，时常供不应求。因炸糕铺紧靠一条仅一米宽的“耳朵眼”胡同，于是，久而久之，人们就把“增盛成”炸糕铺叫作“耳朵眼”炸糕铺，把这里的炸糕称为“耳朵眼”炸糕了。

原 料（制五百个）

北河黄米·····	四十斤	红砂糖·····	十五斤
天津红小豆·····	十斤	芝麻油·····	五十斤（实
碱面·····	四两		耗十三斤七两）

制 法

1. 把红小豆挑、洗干净，放入大锅内，倒入清水十一斤，上大火煮。

煮至八成熟时，放入碱面搅匀，改用小火爆。爆至红小豆用手一捻即烂时，将其离火晾凉，捣碎。

2. 炒锅置中火上，下入红砂糖和清水一斤，用手勺不断轻推。熬至糖汁先起大泡、后起小泡时，下入豆馅翻炒。炒至豆馅不粘手时，出锅，放到净木板上晾凉。

3. 将黄米洗净，用清水泡五小时左右，上石磨淋清水磨成米浆，并将米浆灌入净布袋内，扎紧袋口，用石头压出水分，成潮湿状的黄米面。

4. 将压好的黄米面放入盆内，盖上湿布，任其发酵。待面发好后，对入用清水溶化的碱面揉匀，下五百个剂子。将剂子抻圆，揳扁，用馅板抹上豆馅（约一两），收口包严，轻揳成扁圆形，放在湿布上。

5. 锅置中火上，加入芝麻油，烧至一百至一百一十摄氏度时，下入生坯。待其浮起、外皮稍硬时，用笊篱翻个。最后，炸糕两面均呈金黄色时，捞出即成。

特 点

皮酥脆，色泽金黄，馅鲜嫩，细甜爽口，香味芬芳。放置多日，仍不变质。凉后，用微火一烘，仍能保持其质量、风味。因用芝麻油炸熟，亦可凉食。

七五、麻 团、凉 果

原 料（制五十套）

糯米·····	十斤	明矾·····	五钱
熟面粉·····	二斤	豆沙馅·····	一斤五两

桃仁……………一两五钱
瓜条……………七钱五分
瓜子仁……………七钱五分
青丝……………七钱五分
红丝……………七钱五分

熟芝麻……………一斤一两
绵白糖……………二斤二两
桂花……………七钱五分
芝麻油……………四钱

制 法

1. 把糯米洗净，加清水泡两小时，上屉蒸约三十分钟。蒸好后，将其倒在盆内，倒入沸水八斤，盖好盖，焖十五分钟。然后，再将糯米捞出，上锅蒸二十分钟。当糯米用手能捻成泥时，将其倒在洁布上包好，放在案板上揉烂。揉时，边揉边蘸用清水五两化开的明矾水。

2. 将桃仁、瓜条、瓜子仁、青丝、红丝、熟芝麻、桂花剁碎，与绵白糖掺在一起，倒入芝麻油拌匀成馅心。

3. 将揉烂的糯米饭团揪成二百个小剂子，蘸匀熟面粉，抻成圆形，轻轻摁扁。再将制好的糖馅分别抹在一百五十个剂子上（每个剂子约抹馅二钱五分），收口包圆，每碟三个，呈三角形摆好，即为麻团。另将豆沙馅抹在剩下的五十个剂子上，不收口，即为凉果。然后，将五十个凉果分别摆在五十个碟内的麻团中间即成。

特 点

麻团以糖为馅，圆形闭口；凉果以豆沙为馅，半圆敞口，配套食用。食之粘甜凉爽，夏季最宜。

七六、三 色 凉 糕

原 料 (制两盘)

糯米·····	一斤	桂花酱·····	五钱
豆沙馅·····	一两五钱	绵白糖·····	五两
红果馅·····	一两五钱	蒸熟面粉·····	二两
豌豆馅 ^⑦ ·····	一两五钱	熟芝麻·····	六钱
京糕·····	一两		

制 法

1. 将糯米洗净，蒸成稍软的米饭，晾凉后与绵白糖（四两）拌匀。另将熟芝麻擀碎，取出三钱，与桂花酱和绵白糖（一两）和匀，即成芝麻桂花糖。再将京糕切成五分长、三分宽的小薄片。

2. 将蒸熟的面粉与剩下的熟芝麻拌匀，撒在案板上。再将糯米饭放上，慢揉成团。揉好后，分成四等份，分别抻圆、摁扁，擀成长七寸、宽二寸的长方形面皮。然后，将三种馅分别抹在三张面皮上，有馅的一面朝上，按豆沙馅、红果馅、豌豆馅的顺序依次擀好，将第四张面皮盖在豌豆馅上。接着，用两块小木板将码好的凉糕夹起来，顺长轻挤，挤平挤直。

3. 将挤好的三色凉糕先切成寸段，再将每块横切一刀，改为一寸见方的小块，码放在两只盘子里，摆上京糕片，进冰箱镇凉。食用时，撒上芝麻桂花糖即可。

特 点

馅心三色三味，入口软糯、凉爽、清甜，为夏令凉点。

七七、糯米面馅切糕

原 料（制一百块）

糯米·····	八斤	青梅·····	二两
豆沙馅·····	六斤	桃仁·····	二两
绵白糖·····	一斤	京糕·····	五两

制 法

1. 将青梅、桃仁切成小丁，京糕切成三分长的条，备用。将糯米洗净，浸泡二至三小时后，带水上石磨磨成糊状（越细越好）。然后，将米糊倒入干净的布袋里，用重物压上。待水榨去后，即成粉团。将粉团倒在屉布上，用大火蒸十五分钟。

2. 将蒸熟的糯米面放在瓷板上，分成五份，分别用手蘸凉开水来回叠揉成团，揉软揉匀。然后，将每块糯米面搓成直径一寸五、六分的长条，摺成宽四寸、厚二分的长片。摺好后，在每条长片上抹上豆沙馅（一斤二两），从两边向中间叠齐。

3. 将叠好的糯米面剂子翻过来，盖上净湿布，用双手来回捋成长一尺五寸、宽三寸、中间高一寸五分、两边呈坡形的长条。然后，揭去湿布，嵌上京糕条和青梅、桃仁丁，撒上白糖，每条切二十块即成。

特 点

色彩悦目，粘软香甜，最宜夏季食用。

七八、如意年糕

原 料（制一大块）

糯米·····	六斤	瓜条·····	二两
绵白糖·····	二斤	青丝·····	一两
桃仁·····	二两	红丝·····	一两
青梅·····	二两	桂花酱·····	三两
桃脯·····	二两		

制 法

1. 将糯米用清水洗净，控去水分，晾干，上石磨磨成极细的糯米面。
2. 将桃仁、青梅、桃脯、瓜条逐一切成绿豆大小的丁。
3. 将糯米面放入盆内，倒入清水三斤，搅至糊状。然后，将面糊倒在铺有屉布的笼屉上，抹匀铺平，上旺火蒸四十分钟。下火后，将年糕坯连同屉布一起放在案板上晾凉。待晾至不烫手时，一边分次将清水一斤淋在年糕坯上，一边将绵白糖撮入、揉匀，并反复搓揉，直至年糕坯柔韧而色泽光亮。
4. 将揉好的年糕坯分为相等的五块，其中两块与分成两份的桃仁丁、青梅丁、桃脯丁和桂花酱分别揉匀。然后，取搪瓷板一块，将一块白年糕坯放在上面，双手蘸凉开水将其拍成三、四分厚的长方形或正方形。拍好后，将一块揉有果料的年糕坯放上，拍成厚薄一样、大小相同的形状。接着，按白糕坯—果料糕坯—白糕坯的次序放上，以同样的手法将其拍合在一起，即可切块食用。

特 点

白年糕晶莹光滑似白玉，果脯年糕果料多样，颜色美观，成品造型层次分明，食之粘软适口，具有糯米、果料、桂花酱的甜美清香气味。

七九、炸 小 年 糕

原 料（制五十盘）

糯米面	八斤	桂花酱	二两四钱
粳米面	二斤	花生油	二十斤（实耗二斤）
绵白糖	五斤		

制 法

1. 把糯米面、粳米面掺在一起，倒在案板上，当中扒一个小窝，倒入用清水一斤、绵白糖（二斤）化好的糖水搅拌。拌好后，用粗眼筛子过罗，并将筛出的面疙瘩捏碎，与筛好的米粉拌匀。将桂花酱与剩余的绵白糖拌在一起，备用。

2. 将底为算子形、上铺屉布的木制矮桶坐在蒸锅底圈上，均匀地撒入拌匀的米粉。撒至桶高的一半时，用筷子扎透眼，盖上盖，蒸十分钟。然后，再将剩余的米粉撒上去，扎眼，继续蒸。见桶的四周均冒热气，米粉表面发白时，再用筷子扎通。待米粉完全变成淡青色后，再蒸十分钟至熟。

3. 将蒸熟的米粉均匀地分成四份，分别倒在洁净的湿布上晾温，并提起布的两头来回折倒，使面散热、柔软发粘并带光泽。然后，将面分别倒在

刷了油的案板上，揉出光面，搓成直径约一寸的长条，各揪五十个剂子，并用蘸有花生油的手掌将其逐一摺成直径二寸、厚三分的圆片，并油面相对摺在一起。

4. 将锅置于中火上，倒入花生油，烧至六、七成熟时，将摺在一起的圆片揭开，下入锅内。见其炸至两面呈黄色时，用笊篱捞出，沥油，切为三块，拼圆形装盘，每盘四个，撒上拌有桂花酱的绵白糖即可。

特 点

金黄色，外焦里嫩，粘而香甜。

八〇、“大福来”嘎巴菜

嘎巴菜（俗称“锅巴菜”）是天津独有的小吃品种，创制迄今，已有三百年历史。

早年，一些穷苦的山东人来津谋生无着，就把绿豆煎饼（天津人又称“嘎巴”）切成柳叶形状，挑着制好的卤子到大街叫卖。出售时，把“嘎巴”搅入卤内，放上小料，即可当稀食，也可做主食，很受大众欢迎。到三十年代时，制售嘎巴菜的摊、挑遍布全市，有字号的坐商已有十几户，质量也不断改进、提高，广大市民均喜食用。

开业于清光绪年间的“大福来”嘎巴菜铺，是全市制售该品店家中的佼佼者。其创始人张起发以优质原料、多味混合制作而在竞争中独占鳌头。近年来，该店在选料、制作等方面更加精

益求精，使嘎巴菜这一小吃品种，为越来越多的食客所喜爱。

原 料（制一百碗）

上等绿豆·····	八斤	面酱·····	二两
大米·····	二十斤	酱豆腐·····	两块
香干·····	八两	芝麻酱·····	七两
香菜末·····	六两	八角面·····	一钱六分
香菜根·····	二两	五香面·····	一钱五分
葱花·····	三两	辣椒面·····	二钱
姜末·····	八钱	碱面·····	五钱
粗盐·····	七两	湿淀粉·····	六斤
味精·····	二钱	芝麻油·····	十斤（实耗六两五钱）
酱油·····	一斤三两	花生油·····	二两

制 法

1. 将绿豆用石磨磨成碎瓣，过细筛，去掉其芽胚，再用清水泡三小时左右。然后，捞入大盆内，用手揉擦，再放入水中，捞去豆皮、杂质，控去水分。同时，将用清水泡约三十分钟的大米与绿豆瓣搓匀，上石磨淋清水磨成粥状面糊。

2. 将铁烙子（圆形无沿，中间略鼓）置小火上，舀上面糊，用刮子摊成薄似纸张、直径约二尺四寸的圆形煎饼，熟后，改刀切成柳叶形状。

3. 将芝麻油（三两五钱）倒入锅内烧热，投入葱花、姜末（二钱）、香菜根，炸呈金黄色时，再放入八角面（一钱）、面酱，炒熟倒入酱油（四两），开锅即成酱卤。将酱卤装入盒内。

4. 将清水五十四斤烧沸，放入粗盐（五两）和制好的酱卤。锅开后，倒入酱油（八两），再将拌匀的八角面（五分）、五香面、姜末（六钱）、

碱面一起下锅。见卤汤煮开后，用湿淀粉勾芡，倒入容器内。

5. 用沸水二斤将粗盐（二两）溶化，滤去杂质。先用部分盐水（四两）将酱豆腐碾成汁，再将汁与其他盐水搅在一起，放入味精（一钱八分）调匀。另将花生油上火烧开，端离火口。待油温降至一百五十摄氏度左右，放入辣椒面，炸成杏黄色的辣椒油。油凉后，将辣椒油滤出（锅底辣糊可另装盆内，供自行选用）。再将香干片成小菱形片，放入烧热的芝麻油中，炸至香干片外皮发脆时，捞出，倒入沸水中煮开，并倒入酱油（一两），下入味精（二分）。锅再开时，将香干片捞出，备用。

9. 将切好的“嘎巴”投入盛有卤子的容器内，搅拌均匀，盛入碗中，并根据个人口味，加入腐乳汁、辣椒油（糊）、香干片和用芝麻油（二两）调稀的芝麻酱，撒上香菜末，即可食用。

特 点

制作方法独具一格，色、形美观，多味混合，清香扑鼻，素淡润滑。“嘎巴”香嫩有咬劲，卤子透亮而不懈，深受群众欢迎。

八一、锤 鸡 汤 面

此汤面的制作方法系解放前由富户人家传出，由天津过去的“八大成”（八个带“成”字号的天津风味饭庄）首先制售。因其选料精细，作工讲究，独具一格，颇受食客欢迎。

原 料（制十碗）

上白面粉……………二斤 鸡脯肉……………七两

猪肥膘肉……………三两
鸡蛋清……………十个
精盐……………一钱

味精……………三钱
淀粉……………四两
三合汤*……………二斤

制 法

1. 将鸡脯肉去掉筋和皮，连同猪肥膘肉一起，用刀背砸成泥，剁成肉茸，再用温水三两将肉茸搅成粥状，倒入鸡蛋清，搅拌均匀。

2. 将上白面粉放在案板上，中间扒一个小窝，倒入搅拌好的粥状肉茸，和成略硬的面团，再揉至柔软光滑，盖上湿布，略饧。饧好后，再将面团揉匀，用擀面杖擀成极薄的长方片（随擀随撒上淀粉，防止粘连）。擀好后，将面片一进一退地逐层叠起来，叠成宽二寸的细长形状，用刀竖切成挂面粗细的面丝。

3. 将面丝下入开水锅中煮熟，捞出，均匀地盛入十只碗中，加入精盐、味精，浇上热三合汤即成。

特 点

面丝雪白、柔韧、光滑，汤色清亮、鲜美、滚热，食之极富营养，为天津传统特色品种。若参照此法，将面片制成馄饨皮，包入肉馅，即为“捶鸡馄饨”。

八二、素 馅 馄 饨

原 料（制十碗）

上白面粉……………一斤

粉皮……………二两

* 三合汤：以鸡、鸭和牛肉加清水煮成的鲜汤。

香干……………一两
油面筋……………一两五钱
水发香菇……………一两五钱
水发笋片……………一两
绿豆芽……………二两
香菜……………六钱
葱末……………三钱

精盐……………一钱五分
味精……………二钱
胡椒面……………一分
湿淀粉……………五钱
淀粉……………一两
清汤……………二斤
芝麻油……………一两

制 法

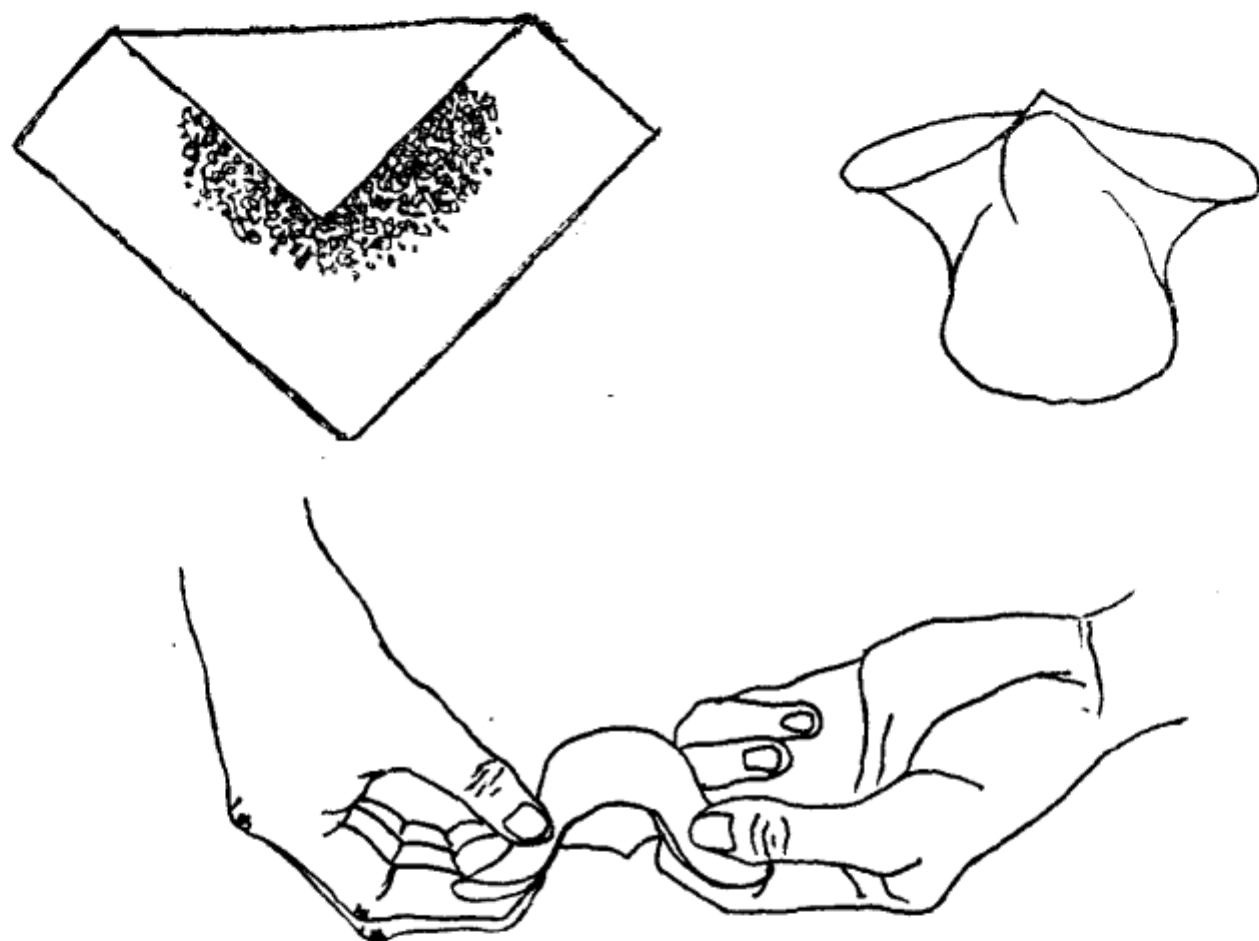
1. 将上白面粉加清水三两五钱和成硬面团，揉至光滑、柔软时，盖上湿布，略饧。

2. 将香菜洗净，切末。另将绿豆芽洗净，用开水焯一下，挤去水分，切成碎末。再将水发香菇、笋片洗净，与粉皮、香干、油面筋一起切成碎末。勺置旺火上，下入芝麻油（八钱），烧至八成热，下葱末炝勺，将切碎的绿豆芽、香菇、笋片、粉皮、香干、油面筋加入煸炒，并撒入精盐（一钱）。炒好后，用湿淀粉勾芡，出勺后拌入味精（一钱）和胡椒面，晾凉备用。

3. 将饧好的面团放在案板上揉匀，摺扁，擀成极薄的长方形面片（随擀随撒干淀粉，避免粘连）。擀好后，将卷在擀面杖上的面片顺长划一刀，取出擀面杖，再在面片中间顺长划开一刀，使卷起的整张面片变为切成两截的长方形面片。然后，将面片分别截成二寸见方的小片，馄饨皮即成。

4. 将一张馄饨皮斜放在左掌中，右手用馅板挑馅（七分）放在皮的一角（即整张馄饨皮的三分之一处）。然后，将放有素馅的一角向中间折一下（尖角稍超过整张皮的正中，再沿原方向折一下，使整张馄饨皮只剩下一个角（约占整张馄饨皮的四分之一）。折好后，两手拇指在上、食指在下捏住折好的馄饨皮的两端，捏好捏严，再将两手向中间弯过来，使折好的馄饨皮

的两端提起来，折向中间，相互捏紧在一起（两皮相压一分宽即可），捏成猫耳朵形，生坯即成（如图）。



5. 待生坯制好后，下入开水锅中；煮至馄饨浮上一分钟后，用笊篱捞出，盛入十个碗内。最后，再将剩下的精盐、味精放入烧热的清汤内，分别浇入碗中，撒上香菜末、芝麻油（二钱）即可。

特 点

清素鲜美，香而不腻，别有风味。

八三、羊 肉 粥

羊肉粥是深受回族人民欢迎的小吃品种之一。自其在津门出现迄今，已有二百多年历史。

原 料（制一百碗）

小麦仁·····	九斤	八角·····	七瓣
面粉·····	一斤	桂皮·····	七钱
羊肉（肥瘦各半）·····	三斤	精盐·····	八两
羊翅骨·····	三斤	味精·····	二钱五分
羊腿骨·····	二斤	酱油·····	一斤
净葱·····	一两七钱	甜面酱·····	五两
鲜姜·····	八钱	芝麻油·····	一斤
大蒜·····	六瓣	花生油·····	五两

制 法

1. 将小麦仁洗净，晾干，上石磨磨成麦渣。另将羊翅骨、腿骨洗净，砸成小块，羊肉切成块。再将净葱切成寸段（一两三钱）和葱花（四钱），鲜姜切成小块（六钱）和碎末（二钱）。

2. 将羊肉块、葱段（八钱）、姜块（三钱）和剥去外皮的大蒜（三瓣）、八角（三瓣）、桂皮（二钱）放入锅内，加清水六斤五两，上旺火煮开。然后，改用微火炖约一小时，见肉块九分熟时，将其捞出，晾凉，切成

黄豆大小的丁。将勺置旺火上，倒入花生油，烧热后，用葱花、姜末炝勺，倒入甜面酱，炒去甜面酱的生味后，下羊肉丁，倒入酱油。视其烧开后，将羊肉丁捞出，装盆，调入芝麻油。

3. 大锅置旺火上，倒入炖羊肉的汤和清水八十五斤，再下入羊翅骨、腿骨和剩下的葱段、姜块及大蒜（三瓣）、八角（四瓣）、桂皮（五钱）。待煮至汤白味浓时，用笊篱捞去骨头和骨头渣及八角、桂皮，下入小麦渣。视汤煮开后，用锅铲不断搅动。待小麦渣煮至开花时，下入精盐和骨头块，将用清水一斤二两调稀的面粉倒入并搅动，勾芡成粥状，加入味精，分盛一百只碗内，每碗上面撒上熟羊肉丁（二钱），即可食用。

特 点

粥汁浓稠，是用骨汤熬制而成，麦香、肉香混合，咸鲜味美，具有浓郁的民族风味。

八四、腊 八 粥

原 料（制二十碗）

秣米……………五两
糯米……………五两
红小豆……………二两
白芸豆……………二两
黄豆……………一两

花生米……………二两
红枣……………四两
核桃仁……………一两
绵白糖……………五两
桂花酱……………五钱

制 法

1. 将八种主料淘洗干净,放入大铝锅中,加入清水六斤,上大火煮开。开后约五、六分钟,改用小火慢煮,直至主料软烂、粥汁浓稠时,即可离火。

2. 将煮好的粥分别盛入二十只碗内,撒上绵白糖和用凉开水调开的桂花酱,即可食用。

特 点

主料多样,粥汁粘稠,香甜适口,每逢农历腊月初八,民间大都食用,为传统季节小吃。如将各类果脯及糖百合、糖莲子、瓜条、青丝、红丝等改刀切碎,与绵白糖、桂花拌匀,撒在粥上,则更为讲究。

八五、秣 米 粥

原 料 (制三十碗)

白粘秣米……………五斤

绵白糖……………三斤

糯米……………一斤

桂花酱……………三钱

制 法

1. 将清水十三斤烧至温热,下入淘洗干净的粘秣米和糯米。用大火烧开十五至二十分钟,待米粒胀开时,将锅移至中火上熬煮,直至米粒软烂、粥汁粘稠即可。

2. 将粥盛入三十只小碗内,每碗上面撒入绵白糖(一两)和用凉开水调稀的桂花酱,即可食用。

特 点

粥色白,粘滑软烂,甜美适口,有桂花酱的清香味。

八六、豆 浆

原 料（制一百二十碗）

黄豆……………十斤

制 法

1. 将黄豆挑去杂质，漂洗干净，用水浸泡（春、秋季泡七小时左右，夏季泡五小时左右，冬季泡十小时左右），直至豆粒伸腰涨大时，即为泡好。

2. 把泡好的黄豆上水磨，用清水二十斤磨浆（大约可磨黄豆三斤左右）。磨时，要见水开磨，注意控制流量，使其不大不小，做到磨不停，水长流。待清水用完后，将流下的水浆倒入四角吊起的纱布内，晃动、挤压，滤下原浆（行业称为“吊包”）。然后，再将盛有豆渣的纱布包移到另一口缸上，加入清水二十斤，用手与豆渣搅拌、晃动、挤压，滤下二浆。接着，再将二浆倒入纱布包，冲洗、搅拌包里的豆渣。冲完后，再将清水十斤舀入包内，与豆渣搅拌，并晃动、挤压，滤下三浆。最后，将三浆倒入二浆内，做磨浆水，继续磨剩下的黄豆（操作方法同上），直至将黄豆磨完。

3. 将清水五斤倒入大锅内烧开，再倒入原浆熬煮。开锅后，改用微火保温（如制作量大，可边烧边续浆，少添勤续）。食用时，将豆浆盛入一百二十个碗内，根据个人口味，加盐或白糖皆可。

有些人习惯将豆浆舀入盛有白豆腐脑的碗中同食，称为“两样”。

特 点

此浆采用传统的操作方法,保持了固有的风味特点,色白浆浓,营养丰富。

八七、口蘑羊肉末豆腐脑

原 料 (制一百二十碗)

黄豆·····	十斤	味精·····	四钱
石膏·····	二两七钱	八角·····	五钱
羊肉末·····	一斤	酱油·····	一两五钱
口蘑·····	二两	甜面酱·····	二两
水面筋·····	一斤五两	辣椒油·····	八钱
鸡蛋·····	五个	芝麻酱·····	一两
葱丝·····	七钱	湿淀粉·····	五两
姜丝·····	四钱	芝麻油·····	二两
蒜泥·····	二两	花生油·····	一两五钱
精盐·····	六钱		

制 法

1. 用清水一斤溶开石膏,待用。将黄豆泡好,磨成豆浆(其制浆方法与豆浆制法同)。将豆浆倒入锅内烧开,立即将三分之二的豆浆舀入缸内,将剩下的豆浆迅速舀入桶内,与石膏水一起对入缸内(桶装豆浆应先于石膏水冲入缸内,后于石膏水冲完。冲时,要使缸内豆浆翻起来)。冲好后,盖上缸盖,“墩”三十分钟左右,豆腐脑即成。

2. 将口蘑洗净，用热水一斤泡发二十分钟，切成细末。将泡口蘑的水用纱布滤去泥沙，备用。另将鸡蛋打散，在热勺内摊成蛋皮，切成一寸长短的细丝。再将水面筋上屉蒸二十分钟，取出晾凉，切一寸长短的细丝。

3. 锅置旺火上，烧热下入花生油。待油烧至八成热时，将八角下入，炸出香味，迅即加入葱丝、姜丝、羊肉末、精盐、酱油煸炒。然后，加入甜面酱。见面酱鼓起小泡时，即可将清水十五斤、口蘑、口蘑水及面筋丝、蛋皮丝倒入。待卤汤烧开后，加入味精，淋湿淀粉搅匀。

4. 将芝麻油分三次搅入芝麻酱内，将芝麻酱懈开。再将蒜泥用凉开水二两调稀，与辣椒油和懈好的芝麻酱分别盛入小瓷缸内。

5. 将豆腐脑用片勺分别盛入碗内，浇上卤汁（豆腐脑约占三分之二）。然后，淋上芝麻酱、辣椒油和蒜泥，即可食用。

特 点

口蘑清香，羊肉鲜美，汁浓味厚，为天津回民小吃。

八八、虾 籽 豆 腐 脑

原 料（制一百二十碗）

黄豆·····	十斤	粉丝·····	三两
石膏·····	二两七钱	香干·····	一斤
虾籽·····	五两	棒槌棵子·····	二斤
海蟹肉·····	一斤	葱花·····	一两
水发木耳·····	四两	蒜·····	二两

精盐……………八两五钱
味精……………一两
酱油……………一斤五两
卤虾油……………一斤五两
辣椒油……………七两

面粉……………一斤五两
淀粉……………一斤
芝麻酱……………四两
花生油……………四两

制 法

1. 制作豆腐脑方法与口蘑羊肉末豆腐脑制法同。
2. 将海蟹肉用温水泡好，用手撕开。粉丝用温水泡胀，切成一寸长的小段。另将水发木耳、棒槌棵子切成碎块，香干切成一寸长的细丝。将面粉、淀粉加入清水五斤，搅匀成稀糊状。
3. 锅置旺火上，倒入花生油，烧热下入葱花。待其炸出葱香味时，倒入酱油。锅开后，下入虾籽、蟹肉丝，倒入清水五十五斤。见汤烧至起浮沫时，下入面粉、淀粉糊，搅匀勾芡。待卤汤再开时，加入粉丝、香干丝、棒槌棵子块、木耳块、精盐（八两）、味精，搅匀离火。
4. 将芝麻酱分几次用凉开水八两调稀。蒜剥去外皮，捣碎，加精盐（五钱）和凉开水一斤，调成蒜汤。
5. 用片勺将豆腐脑分别盛入一百二十只碗内，舀上卤汤（卤汤约占三分之一）。然后，根据个人口味，淋入卤虾油、芝麻酱、辣椒油、蒜汤，即可进食。

特 点

豆腐脑色白而软嫩，卤汤虾味浓郁，鲜美清口，为紧靠渤海的天津北塘镇北塘饭店独家经营的传统小吃，是豆腐脑中的上品。亦可将海蟹肉、海蟹籽等作为主料，制作卤汤。

八九、饶阳豆腐脑

饶阳豆腐脑来津已近五十年，是河北省饶阳县阎姓父子传入天津的。其店铺最初设在西关街，原名“庆义成”，后改为“聚丰成”，一九四八年定名“普通居”至今。因其所制售的豆腐脑用料多样，讲究卤汤，滋味香美，且在天津只此一家，别无分店，故终日顾客盈门，买卖兴隆。

原 料（制一百碗）

黄豆·····	一斤三两	豆蔻·····	三钱
石膏·····	三钱五分	丁香·····	三钱
净鸡（或鸭）·····	一只	肉桂·····	三钱
猪肉（肥瘦各半）·····	三斤五两	白果·····	三钱
口蘑·····	二两	桂皮·····	三钱
净葱段·····	二两	酱油·····	五斤
净姜块·····	二两	味精·····	七钱
香菜（或韭菜）·····	一斤	甜面酱·····	五两
油面筋·····	一斤五两	洗面筋淀粉·····	一斤
八角·····	六瓣	熟猪油·····	八两
花椒·····	五钱	花生油·····	五两
小茴香·····	一两	芝麻油·····	二两五钱
砂仁·····	三钱		

制 法

1. 制作豆腐脑方法与口蘑羊肉末豆腐脑制法同。
2. 将口蘑择洗干净，放入盆内，用沸水五斤五两加盖焖透，去除盆底泥砂。另将八角、花椒、小茴香、砂仁、豆蔻、丁香、肉桂、白果、桂皮包入净纱布袋内，下入有热水六斤的锅中，先用大火煮开，再用小火煮二十分钟，取出香料袋，离火。
3. 将油面筋用手撕成小块。香菜（或韭菜）择洗干净，切成七、八分长的小段。另将猪肉（二斤五两）切成小块，剩下的切成拇指大小的薄片。切好后，将炒勺置于中火上，倒入花生油烧热，下甜面酱搅炒，直至面酱生味消失后，下入猪肉片。待其炒熟后，将勺离火，即成炸面酱。
4. 将大铁锅置于旺火上，倒入清水约六十斤，放入净鸡（或鸭）和切成小块的猪肉及葱段、姜块。待水烧开后，将口蘑连汤和香料水倒入锅内。待汤再开后，改用小火，保持微开。煮至锅中鸡（或鸭）已熟时，用大火再将汤水烧沸，下入炸面酱、肉片，倒入酱油、熟猪油、味精，用洗面筋淀粉勾薄芡。
5. 将锅内的鸡（或鸭）撕成细丝，煮好的小块熟猪肉切成拇指大小的片。食用时，将豆腐脑分盛于一百只碗内，放入鸡（或鸭）丝、熟肉片、油面筋，舀上卤汤，淋芝麻油，撒上香菜（或韭菜），即成。

特 点

卤汤用鸡或鸭吊制，并用九种香料调味，油润鲜美，肉片肥而不腻，酱味清香，热而适口，冬季进食最宜。

九〇、银 丝 奶 汤

原 料 (制一碗)

上白面粉·····	二两	牛奶·····	一两
熟鸭脯·····	三钱	精盐·····	一分
熟鸡脯·····	三钱	味精·····	二分
熟白肉·····	二钱	高汤·····	三两
水发笋片·····	四钱	淀粉·····	七钱
鸡蛋清·····	两个	芝麻油·····	二分
鲜豌豆苗·····	一钱		

制 法

1. 将鸡蛋清打匀，与面粉和成硬面团，揉匀盘光，盖上湿布，稍饧。
2. 将鸭脯、鸡脯、熟白肉、水发笋片切成细丝。再将鲜豌豆苗洗净，切成寸段。
3. 将饧好的面团放在案板上揉匀，揳扁，擀成极薄的长方片（随擀随撒上淀粉，以防粘连）。擀好后，将其叠为若干层，切成挂面粗细的丝，下入开水锅中煮熟，捞出盛碗。
4. 勺置旺火上，倒入高汤，烧开后，下入鸡丝、鸭丝、肉丝、笋丝一余，用笊篱捞出，放在盛入碗中的面条上。再将牛奶倒入高汤中，上火烧开，加入精盐、味精，浇入面条碗中。最后，撒上豌豆苗，点香油，即可食用。

特 点

面条采用蛋清和面，细而柔软，汤色浓白，飘逸牛奶香味，滋味鲜美。

九一、对虾蛋黄疙瘩汤

原 料（制一碗）

上白面粉·····	二两	净香菜叶·····	一分
对虾·····	一个	精盐·····	一分
小青虾仁·····	五钱	味精·····	三分
鸡蛋清·····	两个	高汤·····	六两
鸭蛋黄·····	一个	淀粉·····	五钱
紫菜·····	一分		

制 法

1. 勺置旺火上，加入清水烧开，再将一只高脚酒杯倒入大半杯开水，放入开水勺内（杯沿高出勺内的水位即可）。然后，将鸭蛋黄轻轻溜入杯内。待鸭蛋黄定形后，再倒入开水勺中煮熟。

2. 将鸡蛋清打匀，与面粉和成稍硬的面团，揉匀揉透，略饧。在案子上铺上淀粉，把饧好的面团揉匀，再擀成一分薄的长方片，切成黄豆大小的丁。然后，将每个小丁搓成圆球形小疙瘩（可用双手捧起十几个小丁一起搓）。

3. 将对虾和小青虾仁洗净，上锅蒸熟。对虾取出后，劈为两爿，剔去肠线。将紫菜撕碎，香菜叶洗净。

4. 勺置旺火上，倒入高汤，烧开后，下入小面疙瘩。煮至小疙瘩漂起二、三分钟后，下入精盐、味精搅匀，倒入碗内。然后，将煮熟的鸭蛋黄放在碗中间，将劈开的两片对虾虾头相对围住蛋黄，再用小青虾仁围上对虾。最后，撒上香菜、紫菜即成。

特 点

形状美观，色彩悦目，汤鲜味美，亦名“二龙戏珠”。

九二、片 儿 汤

原 料（制一碗）

上白面粉·····	二两	精盐·····	二分
虾籽·····	二分	味精·····	一分
净白菜叶·····	一两	清汤·····	二两五钱
葱末·····	一钱	淀粉·····	五钱
姜末·····	一钱	花生油·····	三钱

制 法

1. 将上白面粉加清水一两和成硬面团，略饧。然后，放在铺有淀粉的案板上揉匀，擀成薄纸似的面片（随擀随撒淀粉，以防粘连）。擀好后，用刀将卷在擀面杖上的薄面片顺长划开，拿去擀面杖，再在面片中间顺长划一刀，划为两片。随后，用刀将面片斜截成长约一寸、宽约五分的菱形。

2. 将虾籽用温水淘洗干净。白菜叶切成细丝。

3. 将炒勺置于中火上，倒入花生油烧热，用葱末、姜末炝勺，再下入

虾籽煸炒。然后，下白菜丝、精盐、清汤。汤开后，下入面片煮熟，加入味精，连汤带面片一起倒入海碗内，即可食用。

特 点

鲜素清淡，干稀混合，面片软而稍韧，汤水清而滚烫，是天津冬季家常稀食。制作时，也可加入虾仁、海参、鸡丝、肉丝等高、中档配料，其味更好。

九三、金 银 烩

原 料（制十碗）

面粉·····	五两	姜末·····	二钱
黄玉米面·····	五两	精盐·····	一分
猪肉末·····	二两	味精·····	一钱
菠菜·····	一两	酱油·····	五钱
葱末·····	三钱	花生油·····	五钱

制 法

1. 先将玉米面用沸水一两冲烫，和成面团，揉匀，摺成扁饼状，上屉用旺火蒸十分钟。蒸好后，晾凉，切成黄豆大小的丁，装入小盆内，掸入少许清水，再匀撒上面粉，晃动小盆，使玉米面丁滚上一层面粉。接着，反复掸水、撒面，晃动小盆，使面粉全部均匀地粘在玉米面小丁上。

2. 将菠菜洗净，切碎。

3. 勺置旺火上，烧热后，下入花生油，烧至八、九成熟时，放入葱

末、姜末炆匀，再下猪肉末煸炒。然后，加入精盐、酱油和清水一斤。见汤烧开后，下入滚好面粉的玉米面小丁，煮至浮起后，投入菠菜，撒进味精，出勺盛碗。

特 点

外白内黄，细中有粗，滋味醇厚，为大众小吃之一。

九四、“上岗子”面茶

“上岗子”面茶是天津传统小吃，距今已有一百余年历史。其前身系位于水梯子大街白衣庵胡同内的“王记面茶铺”。因其制作精细，火候恰当，别有风味，所座落处又俗称“上岗子”，故得此名。

原 料（制一百碗）

糜子米·····	十斤	精盐·····	一斤
碱面·····	三钱	芝麻酱·····	二斤五两
八角·····	五两	芝麻油·····	五两
芝麻·····	三斤		

制 法

1. 将糜子米挑去杂质，用水洗净，放在大桶内，用清水将米泡胀（夏天用凉水泡约三小时，冬天用二十五摄氏度温水泡同样时间）。然后，将水控出，将八角、精盐与糜子米混合在一起，加清水十一斤，上石磨磨成米浆（颗粒越细、越匀越好）。

2. 将大铁锅置于旺火上，倒入清水八十六斤，下入碱面。待水烧开后，将磨好的米浆慢慢倒入锅中翻滚水花处，并用大铁勺搅动，防止糊底。待米浆开后，将铁锅移至小火上，熬二、三分钟，舀入保温容器内待用。

3. 炒锅置中火上，倒入挑去杂质的芝麻，炒至呈金黄色、喷出香味。然后，将其用擀面杖在案板上擀碎。另用芝麻油徐徐搅入芝麻酱内，将芝麻酱调稀。

4. 将熬好的面茶分别盛入碗内，撒上碎芝麻，淋上芝麻酱，即可进食。

特 点

颜色淡黄，质地浓稠，嗅之香气四溢，入口咸淡适宜，含八角的香味。吃后面茶不粘碗，可久放而不馊。

九五、栗 子 凉 糕

原 料（制五碗）

栗子·····	一斤五两	琼脂·····	五钱
绵白糖·····	五两		

制 法

1. 用刀将栗子壳切成十字口，下入开水中煮熟。捞出后，剥去外皮，放入盆中，用木槌捣成栗子面。

2. 将琼脂洗净，放入铝锅中，加入清水五两，上大火熬化，再将绵白

糖加入溶化。然后，下栗子面搅匀，倒入搪瓷盘内晾凉，进冰箱冷镇。食用时，切一寸见方的小块，码碟上桌。

特 点

栗味浓厚，香甜可口。

九六、彩 云 凉 糕

原 料（制十碟）

烟台梨·····	五两	红樱桃·····	一斤
香蕉苹果·····	五两	白沙果·····	五两
鲜菠萝·····	五两	川红桔·····	五两
香蕉·····	五两	琼脂·····	一两
玫瑰紫葡萄·····	一斤		

制 法

1. 将梨、苹果、菠萝、香蕉、沙果、川红桔洗净，去掉皮、核，再将梨、苹果、菠萝、香蕉、沙果切成小薄片。另将葡萄用开水烫一下，剥去外皮。

2. 将梨片、苹果片放入铝锅中，加入清水一斤烧开，改用小火，慢煮至七、八成熟，离火晾凉。然后，将梨和苹果捞出，用手勺压成泥。再将菠萝片和香蕉片，白沙果和川红桔分别用上述方法处理。另将葡萄和红樱桃各加清水五两，用慢火煮至七、八成熟，离火晾凉，擦成泥。

3. 将清水一斤烧开，放入洗净的琼脂，熬化，晾温。

4. 取小盆一只，将梨泥、苹果泥和煮梨、苹果的水倒入搅匀。再将一手

勺琼脂水（约一两五钱）舀入搅匀。然后，将搅好的鲜果浆倒入长一尺、宽八寸的长方形汤盘内，将长盘放进冰箱。待鲜果浆凝成软颤透明的晶体时，即可将长盘取出，进行第二步加工（如晶体凝固不够，可酌情再搅入琼脂水，放进冰箱；如晶体凝固过硬，则可酌情搅入煮梨和苹果的水，使其稀释，再下入冰箱）。

5. 将樱桃泥和煮樱桃的水搅匀，再搅入琼脂水（约七钱），均匀地浇在长盘上，下冰箱冷却。待其凝固后，将按上述方法处理好的菠萝、香蕉浆、葡萄浆、沙果、红桔浆顺序分次倒上，分次凝固（必须倒一次，进一次冰箱。见果浆凝固后，才可倒下一次）。

6. 食用时，将冻好的彩云凉糕切一寸见方的小块，码碟上桌。

特 点

选料精细，凉甜爽口，多层次，多色彩，多口味，为高档夏令佳食。

九七、西 瓜 酪

原 料（制十碗）

红瓢西瓜·····	五斤	绵白糖·····	五两
京糕·····	一两	湿淀粉·····	一两五钱
桂花酱·····	三钱		

制 法

1. 将西瓜去皮、去籽，用净布包住，挤出西瓜汁。将京糕切成小薄片备用。

2. 将清水一斤五两烧开，加入绵白糖熬化，再将西瓜汁倒入。熬开后，淋入湿淀粉，搅匀勾芡。然后，用手勺盛在十只小碗内，晾凉，进冰箱冷却。食用时，将京糕片分别撒在小碗内。

特 点

凉甜，微酸，为解暑佳品。

九八、冰 糖 八 鲜

原 料（制一海碗）

苹果·····	二两	香蕉·····	五两
桃·····	二两	葡萄·····	五两
桔子·····	五两	京糕·····	五钱
鲜荔枝·····	五两	桂花酱·····	五钱
鲜杨梅·····	二两	冰糖·····	一斤
甜梨·····	五两		

制 法

1. 将苹果、桃、梨去皮、核，洗净，切月牙块；桔子去皮，剥成瓣；荔枝去皮、核，洗净；香蕉去皮，切月牙块。再将葡萄用开水一烫，剥去外皮；杨梅洗净，切成两半，去掉硬核。

2. 将八种主料放盆，上屉蒸五分钟，取出晾凉，进冰箱凉透。

3. 将清水二斤烧开，加入冰糖熬化，晾凉，放进冰箱。另将京糕切成小薄片。

4. 食用时，将冰镇好的主料盛入大海碗中，浇上冰糖水，撒上京糕片和桂花酱即成。

特 点

凉爽，清甜，味美，具有多种水果香味。

九九、莲 子 绿 豆 汤

原 料（制十碗）

鲜莲子……………二两

薏仁米……………二两

绿豆……………五两

绵白糖……………六两

蜜饯樱桃……………二十个

制 法

1. 将绿豆挑选、淘净，放入沸水中。见水再沸时，改用小 火，熬至五、六成熟时，将其捞出，用清水浸泡，再用净布包住，搓去外皮（尽量不要将绿豆搓碎）。搓好后，用凉水过两遍，再倒回已经过滤的绿豆汤中，上火煮至熟烂。然后，将煮好的绿豆和绿豆汤晾凉，放进冰箱。

2. 将清水五两烧开，下入洗净的薏仁米，煮熟后捞出，用凉开水浸泡，凉后捞出，放进冰箱。

3. 将清水一斤烧开，下入绵白糖。见糖溶化后，晾凉，进冰箱。再将鲜莲子去掉外皮，破为两瓣，剖去莲心备用。

4. 取小碗十只，在每只碗内舀入两羹匙绿豆、一羹匙莲子、一羹匙薏仁米，倒入绿豆汤和糖水，每碗上面再放两个红樱桃，即可食用。

特 点

凉甜清香，沁人心脾，为暑期佳饮。

一〇〇、贴饽饽熬小鱼

原 料（制二十五份）

新玉米面·····	四斤	八角·····	五瓣
玉米面酵面·····	一斤五两	精盐·····	二钱五分
碱面·····	一钱	酱油·····	五两
小杂鱼·····	五斤	醋·····	一两五钱
净葱·····	二两	面粉·····	三两
姜·····	五钱	湿淀粉·····	二两
蒜·····	五钱	花生油·····	三斤(实耗七两)

制 法

1. 将玉米面放入盆内，加入酵面、碱面和清水三斤二两，和成不软不硬的面团，盖上湿布，饧十分钟。饧好后，揪二十五个剂子，并将每个剂子用双手来回抻紧，摔打至表面光滑，制成长二寸、宽一寸、厚四分的饽饽生坯。

2. 将小杂鱼（各种小海鱼、小河鱼均可）打去鳞、鳍，挤出内脏，洗净，沥干水分，滚匀面粉。另将炒锅置旺火上，倒入花生油，烧至八、九成热，下入小杂鱼，炸至硬挺、呈金黄色时，捞出，沥油。另将葱、姜、蒜洗净，切成小块。

3. 将尖底大铁锅置于旺火上，倒入花生油（一两五钱），烧热后，先下八角，将其炸出香味，再将葱、姜、蒜下入。见葱花炸呈金黄色时，下入小鱼，烹酱油、醋，下入精盐，倒入清水约七斤，盖上锅盖。当汤烧开后，将制好的饽饽生坯逐一贴在锅沿四周，盖上用高粱杆皮编成的盖帘，上面蒙严湿布，并将锅移置中火。十分钟后，将锅移至微火上，烧五分钟左右，再将锅放回中火，在鱼汤中淋入湿淀粉，勾上薄芡，将小鱼连汤盛入二十五只碟内，即可与饽饽同食。

特 点

饽饽底面成黄嘎，嚼之脆香，上面入口暄软；小鱼酥烂，滋味鲜美。因鱼、馍同蒸，热气混合，故饽饽渗有鱼之鲜味，小鱼透出玉米清香，为具有浓郁乡土气息的大众小吃。

一〇一、围 锅 转

原 料（制十碗）

面粉·····	一斤九两	羊肝·····	一斤
酵面·····	二两	羊血·····	三斤
碱面·····	一钱	净葱·····	四两
羊肠子·····	一斤五两	鲜姜·····	一两
羊肚·····	一斤五两	香菜·····	二两
羊心·····	一斤	八角·····	四钱
羊肺·····	一斤五两	花椒·····	三钱

小茴香……………五钱
桂皮……………三钱
精盐……………三两

醋……………二两
辣椒糊……………八钱

制 法

1. 将面粉（一斤八两）放入盆内，加入酵面、碱面，用清水八两和成硬面团，揉透，略饧。将剩下的面粉（一两）撒在案子上，放上饧好的面团，揉匀，搓成直径一寸五分的长条，揪十个剂子。将每个剂子揉匀，揳成直径二寸五分的扁圆形，用木模子压上图案，生坯即成。

2. 铛置小火上烧热，将生坯有图案的一面朝下放入锅内，烙至微黄时，翻个烙另一面。当两面都烙出黄色硬皮时，夹入烤盘中，放进烤炉，烤至两面呈金黄色时，出炉备用。

3. 将羊肠子和羊肚洗净，翻过来，冲洗几遍。洗好后，再翻过来，用盐和醋搓洗几遍，洗去粘液，放入清水中漂净。另将清水灌入羊肺头的气管内，使肺膨胀，洗出肺部的血污，直至羊肺白净为止。再将羊心、羊肝用清水洗净，备用。

4. 将精盐（五钱）加入羊血中搅匀，灌入羊肠内，每根肠子的两头用线绳扎紧。再将羊肺切核桃大小的块，羊心、羊肚、羊肝均切成比羊肺小一些的块。切好后，连同羊血肠一起下入开水中氽透，捞出，洗净。另将净葱切成寸段，鲜姜拍碎。把八角、花椒、小茴香、桂皮装入纱布袋中，即成香料袋。

5. 将清水十五斤放入煮锅烧开，下入羊血肠、羊内脏、葱段、姜块和香料袋。待水烧开后约十分钟，改用小火慢煮，并撇去浮沫。煮至血肠、内脏熟烂时，加入精盐（一两五钱），用小火保温。

6. 将香菜洗净，切成末。

7. 将羊血肠捞出，沿煮锅的边沿围半圈，再将火烧围在锅的另半圈（火烧下部浸入卤汁）。

8. 食用时，将煮锅中间的羊内脏捞出，盛入碗中，再切下几片羊血肠放在碗内。然后，将火烧切成小块，放在上面，撒上香菜末，放上辣椒糊即可。

特 点

火烧硬中带软，入口有咬劲，羊肠肥香，汤汁热辣，适合冬季进食，为天津群众极喜爱的传统小吃。如再加上羊肾、羊鞭、羊胎盘、小羊羔等，则为滋补食品。

一〇二、拌 “猪 肝”

原 料（制五碗）

高粱面·····	二斤	香菜·····	·五钱
蒜·····	一头	精盐·····	一钱五分
酱油·····	三钱	芝麻油·····	一钱
醋·····	五钱		

制 法

1. 将高粱面（一斤三两）用沸水七两冲烫，用筷子搅拌。搅好后，放在铺有饅面（一两）的案板上晾温，加入剩余的高粱面粉，和成较软的面团，搓成直径二寸的条，切成七个剂子。

2. 将每个剂子用手抻成长圆形，揸扁（约一寸厚），上屉用旺火蒸二十

分钟至熟，取出晾凉，即成“猪肝”。

3. 将蒜去皮，捣成蒜泥。把香菜洗净，切成碎末。将蒜泥、香菜末与酱油、醋、精盐、芝麻油和在一起，备用。

4. 将晾凉的高粱面猪肝斜切成一分厚的薄片，放在碗内，倒上和好的各种调料，拌匀后食用。

特 点

形、色酷似猪肝，口味酸辣别致，可当主食，亦可佐酒。宜凉食。

一〇三、“曹记”五香驴肉

驴肉营养成分很高，含有蛋白质、钙、磷、铁等，是烹制菜肴的上好原料。享有盛名的“曹记”五香驴肉问世于冀州（今河北省冀县），至今已有二百余年历史，于一九三八年迁来天津经营，现已传至第五代人。因其风味独特，香飘津门，被评为一九八四年全市饮食业最佳食品。

原 料（制五十斤）

驴肉（前后腿，肋条）……一百斤	硝酸钠……………一钱五分
猪骨头……………二十斤	粗盐……………三斤
净母鸡……………五只	八角……………一两五钱
葱段……………一斤	花椒……………一两
姜块……………四两	桂皮……………三两
蒜瓣……………一斤	小茴香……………适量

丁香·····适量
肉蔻·····适量
肉桂·····适量
砂仁·····适量
白芷·····适量

山艾·····适量
草果·····适量
金桔·····适量
青皮·····适量
蔻米·····适量

制 法

1. 将驴肉洗净，切成约二斤重的块，放入清水中浸泡约两小时。待血水泡出后，换用清水洗净，沥干水分。另将清水一百二十斤倒入大锅，上旺火烧开，下入硝酸钠，倒入驴肉块。待锅重新开后，先用旺火继续煮一小时，再用小火煮一小时，捞出。

2. 将猪骨头洗净，砸裂，与洗净的净母鸡一起放入大锅内，放清水一百斤，上旺火煮开。四小时后，见汤水呈乳白色时，将猪骨头、净母鸡捞出，并除去骨渣等杂质，将白汤倒入净锅。

3. 将葱段、姜块、蒜瓣和八角、花椒、桂皮、小茴香、丁香、肉蔻、肉桂、砂仁、白芷、山艾、草果、金桔、青皮、蔻米分别装入两个净纱布袋内，制成香料袋。将白汤锅置旺火上，待其烧开后，将香料袋和“紧”好的驴肉、粗盐一起放入。待锅复开后，撇去浮沫，再煮三十分钟。然后，改用小火煮约四小时，直至驴肉酥烂，将其捞出，晾凉，便可改刀进食。

特 点

肉呈深红色，酥烂香醇，肥而不腻，瘦而不柴，有浓郁的多种香料味。

一〇四、“曹记”驴肉熏肠

原 料（制二十斤）

驴后腿肉·····	十斤	味精·····	一两
猪肥膘肉·····	二斤	驴汤油* ·····	一斤
净葱·····	八两	鸡汤·····	一斤六两
净姜·····	三两	湿淀粉·····	四斤
砂仁、肉蔻、草果、丁香、 山艾、白芷、小茴香、肉桂、 金桔、青皮、蔻米·····	共一钱	硝酸钠·····	一分五厘
精盐·····	三两	腌驴肠皮·····	一斤
		芝麻油·····	一斤

制 法

1. 将驴肉洗净，绞碎。猪肥膘肉切成长一寸三分、直径约二分的细长条。另将葱、姜切成碎末，砂仁、肉蔻等十一种香料碾成细面。另将腌驴肠皮用温水泡二十分钟，再用清水将盐份漂洗干净。

2. 将绞好的驴肉、切好的猪肥膘肉放入盆内，加入葱末、姜末、精盐、味精、芝麻油、驴汤油、鸡汤，用筷子搅上劲，静置三十分钟。然后，再将湿淀粉一点一点搅进去，直至搅拌均匀，即为熏肠馅心。

3. 将搅好的馅心用漏斗灌入驴肠皮内，用细绳扎好口。另将煮锅置于

*驴汤油：煮驴肉的汤上漂浮的油。

大火上，倒入清水，烧至九十二摄氏度至九十五摄氏度时，将生熏肠下入锅内，用中火煮一小时（水温保持在九十八摄氏度左右）。煮好后，将肠子捞出，略晾凉。

4. 将燃烧过的锯末灰垫入铁锅底层，上面铺上约一斤重的锯末，用秫秸或苇子将锯末引燃，再撒上一斤锯末。然后，在锅中间摆上圆铁箅子（离锯末半尺距离为宜），放上肠子，盖上中间立有小烟囱的铁盖。待七、八分钟后，将肠子翻身再熏。熏至七、八分钟后，肠子即熟。

特 点

酱红色，外皮薄而略脆，馅料瘦而不柴，口味咸香，驴肉味很浓。

一〇五、芽 乌 豆

原 料（制十二斤）

干蚕豆·····	五斤	花椒·····	八分
精盐·····	四两	桂皮·····	三钱
八角·····	一钱五分	小茴香·····	八分

制 法

1. 将干蚕豆挑去杂质、洗净，用温水泡一昼夜。捞出后，根据天气冷热，在缸里放三至五天。其间，不要接触咸与油质东西，每天要用水冲洗一遍（冬、春季用温水，夏、秋季用冷水）。冲好后，盖上湿布。几天后，蚕豆便可出芽。

2. 把八角、花椒、桂皮、小茴香装入纱布袋内，即成香料袋。将蚕豆、

精盐和香料袋下入冷水锅内，煮开后，转用小火，煮约两小时，乌豆熟烂即成。

特 点

蚕豆带有小芽，浅褐色，入口软、绵，清香略咸，配早餐，佐酒均宜。

一〇六、全 羊 汤

原 料（制一海碗）

熟羊肚·····	一两	葱丝·····	三钱
熟羊脊髓·····	五钱	姜丝·····	三钱
熟羊眼·····	五钱	净香菜·····	五钱
熟羊脑·····	五钱	精盐·····	三钱
熟羊葫芦* ·····	五钱	味精·····	五分
熟羊百叶·····	五钱	胡椒面·····	一钱
熟羊肝·····	五钱	高汤（以牛肉或鸡煮成）	
熟羊心·····	五钱	·····	一斤五两
熟羊肺·····	五钱	绍酒·····	二钱
熟羊肥肠·····	五钱	花生油·····	七钱
熟羊蹄筋·····	五钱		

制 法

1. 将熟羊肚、熟羊葫芦、熟羊百叶、熟羊肝、熟羊心、熟羊肺、熟羊

*羊葫芦：即羊肚上的一个部位，靠近百叶。

肥肠用刀切成一寸长、一分宽的细条。将熟羊眼、熟羊脑、熟羊蹄筋切成一分薄的片，熟羊脊髓切成一寸长的段。

2. 将切好的主料放入沸水中焯一下，捞出，沥去水分。勺置旺火上，倒入花生油，烧至八成熟时，下入葱丝、姜丝，炸出香味，再将主料（除羊脊髓、羊眼、羊脑外）下入勺内，煸炒几下。然后，烹入绍酒，倒入高汤。待汤煮开后，改用中火。三分钟后，将羊脊髓、羊眼、羊脑下入。见汤再开时，用手勺撇去浮沫，放入精盐、味精，倒入海碗内。食用时，撒上胡椒面和切成寸段的香菜。

特 点

嫩而软烂，汤色乳白，味道浓鲜，略辣，为回民传统小吃，最宜配食芝麻烧饼。

附 注

①**澄沙馅**：亦称豆沙馅。将红小豆（十斤）洗净，加入清水，上旺火煮至软烂。然后，将其捞出，晾凉，用细罗擦去豆皮，留下豆沙。另将炒锅置微火上，倒入花生油（一斤）烧热，下豆沙、绵白糖（十五斤）搅炒。炒至大部分水分蒸发后，再倒入花生油（一斤），继续搅炒均匀，即可出锅。使用时，与桂花酱一起拌匀即成。

②**芝麻白糖馅**：将芝麻（一斤）洗净，沥干，放入锅内，用微火炒至发出香味、劈啪作响时，倒在案板上，用擀面杖擀压成芝麻末。将撕去外皮的猪板油（一斤）切碎，与绵白糖（二斤）、芝麻末搓匀，即成。

③**枣泥馅**：将红枣（五斤）去核，洗净，放入盆内，加入清水，上屉用旺火蒸熟。然后，取出过细罗，去皮，与绵白糖（二斤）拌匀即成。

④**红果馅**：将红果（一斤）洗净，放入锅内，加入清水，煮约半小时至熟。然后，用笊篱捞出，入凉水过凉，用细罗搓掉皮、核。另将锅置火上，下入绵白糖（一斤五两），倒入红果泥搅匀，用微火慢炒约一小时。视红果泥发稠时，将蒸熟的面粉（三两）倒入，搅匀即成。

⑤**水晶馅**：将猪板油（五两）撕去外皮，与青梅（五两）同切成绿豆大小的丁，与蒸熟面粉（五两）、绵白糖（一斤）、桂花酱（二两五钱）搓拌在一起，放入坛内，用毛头纸将坛口封紧。约一星期后，即可使用。因糖腌渍，油丁透亮如水晶，故名。

⑥**净菜馅**：即用刀剁碎、挤去水分的蔬菜。菜馅随季节不同而变化。夏、秋季用西葫芦、南瓜，冬、春季用大白菜等。

⑦**豌豆馅**：将鲜豌豆（一斤）洗净，加入清水，上旺火煮开，改用微火慢煮。煮烂后，捞出，晾凉，用细罗去皮，掺入绵白糖（八两）即成。

[G e n e r a l I n f o r m a t i o n]

书名=中国小吃 (天津风味)

作者=天津市饮食公司编

页数= 1 3 7

出版社=北京市：中国财政经济出版社

出版日期= 1 9 8 7

S S 号= 1 1 0 0 1 2 4 9

D X 号= 0 0 0 0 0 1 0 4 5 5 7 4

U R L = h t t p : / / b o o k . s z d n e t . o r g . c n / b o o k D e t a i l . j s
p ? d x N u m b e r = 0 0 0 0 0 1 0 4 5 5 7 4 & d = E 8 E B 2 C E 7 8 7 3 2 3 0 5 7 C
2 0 3 D 2 D F 9 8 6 1 4 1 A 1