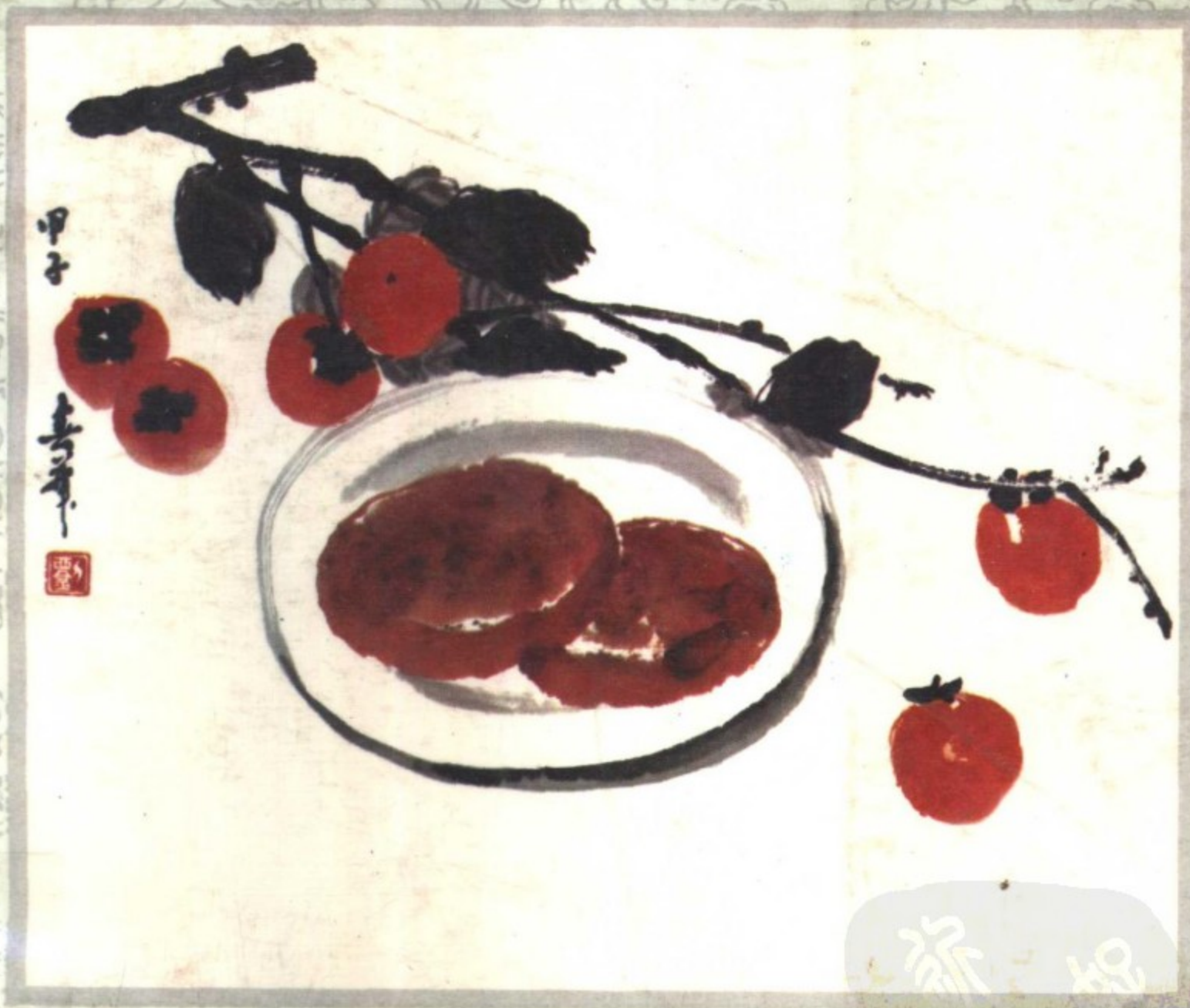




中國小吃



封面画 刘春华
书名题字 陈莱官
摄影(彩色) 张重一 李茂青 谢钟英
(黑白) 王长安 田 虎
插图 苏 文 刘黛琳

213
12

科技新书目75—19
书号: 15166 · 136
定 价: 1.15元

中國小吃

(陝西風味)

陝西省飲食服務公司 編



中 国 小 吃

(陕西风味)

陕西省饮食服务公司 编

*

中国财政经济出版社出版

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装

*

187×1092毫米 24开本 8印张 8插页 109,000字

1985年4月第1版 1985年2月北京第1次印刷

印数：1—31,500

统一书号：15166·136 定价：1.15元

新华书店
PDG

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，它是祖国丰富的文化遗产之一。为使我国传统风味小吃的烹制技术得到继承和发扬，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。这套书是在商业部主管单位的支持下，由各有关省、市饮食服务部门按地方风味分辑编写的。

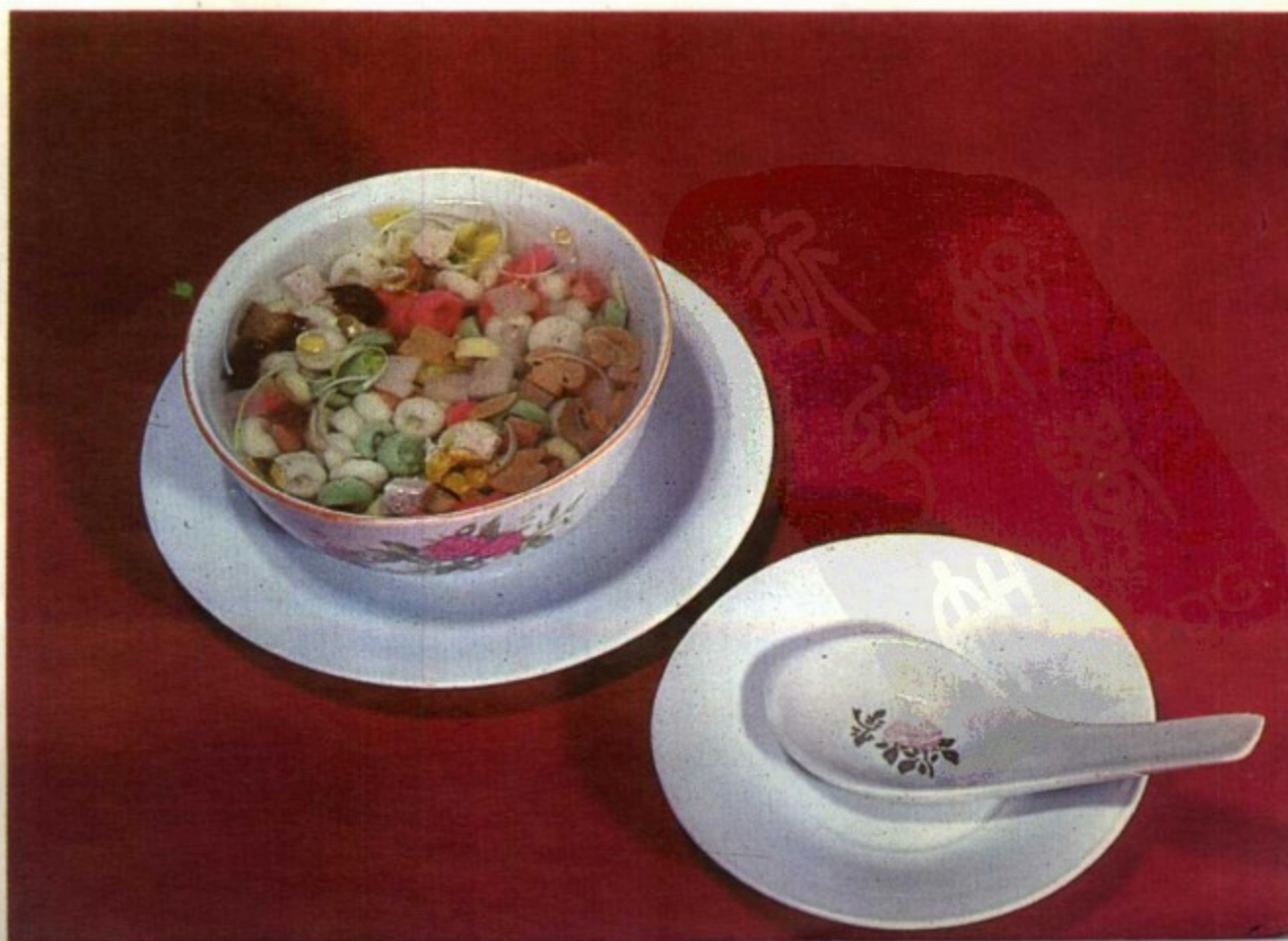
《中国小吃（陕西风味）》一书，是陕西省饮食服务公司组织编写的，主要执笔人为吴国栋、姜培之两位同志，还有一些同志为本书提供了素材。

新华书店
PDG



乾州 锅盔

安康 窝窝面





西 安 油 酥 饼



乾 州 鸡 面



渭北石子馍



西安水晶菊花酥



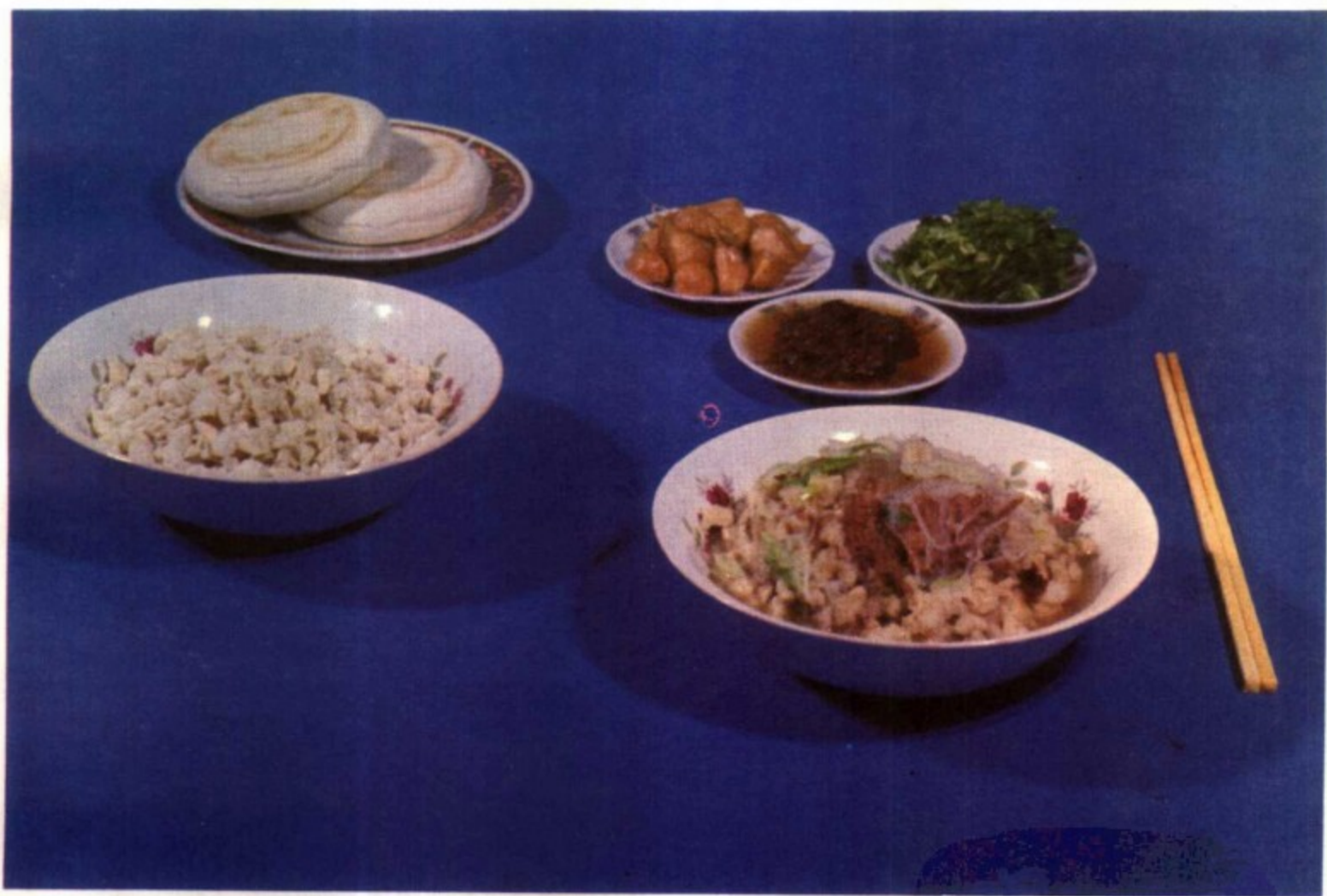
大荔水磨丝



西安绿豆粉皮

鄧平齋

PDC

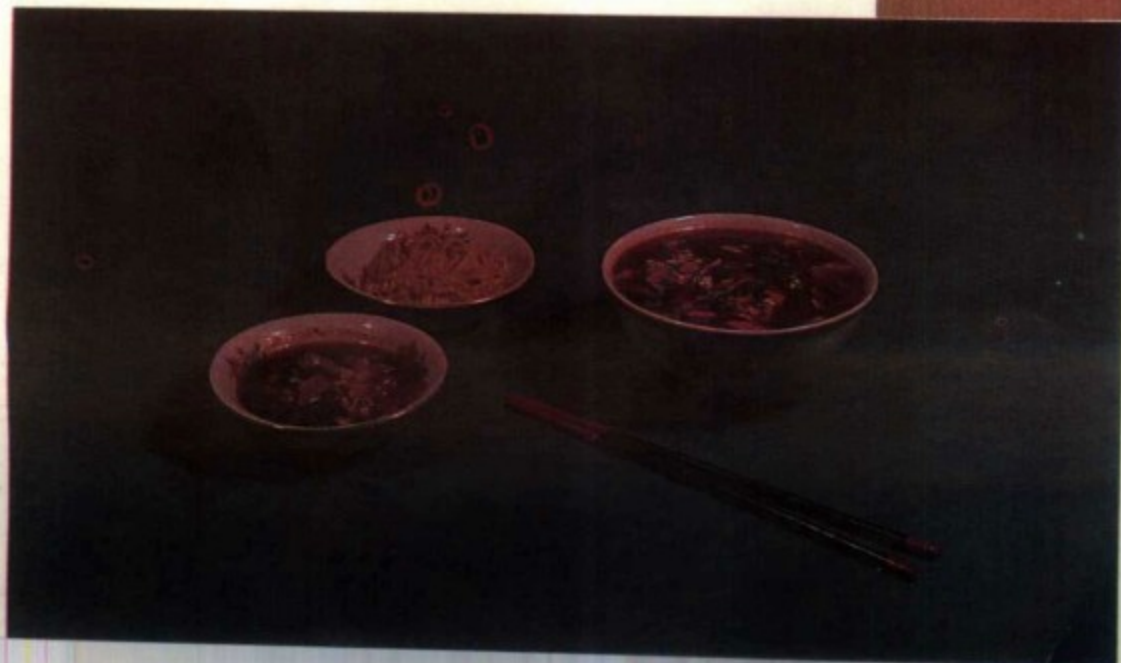


西安羊肉泡馍

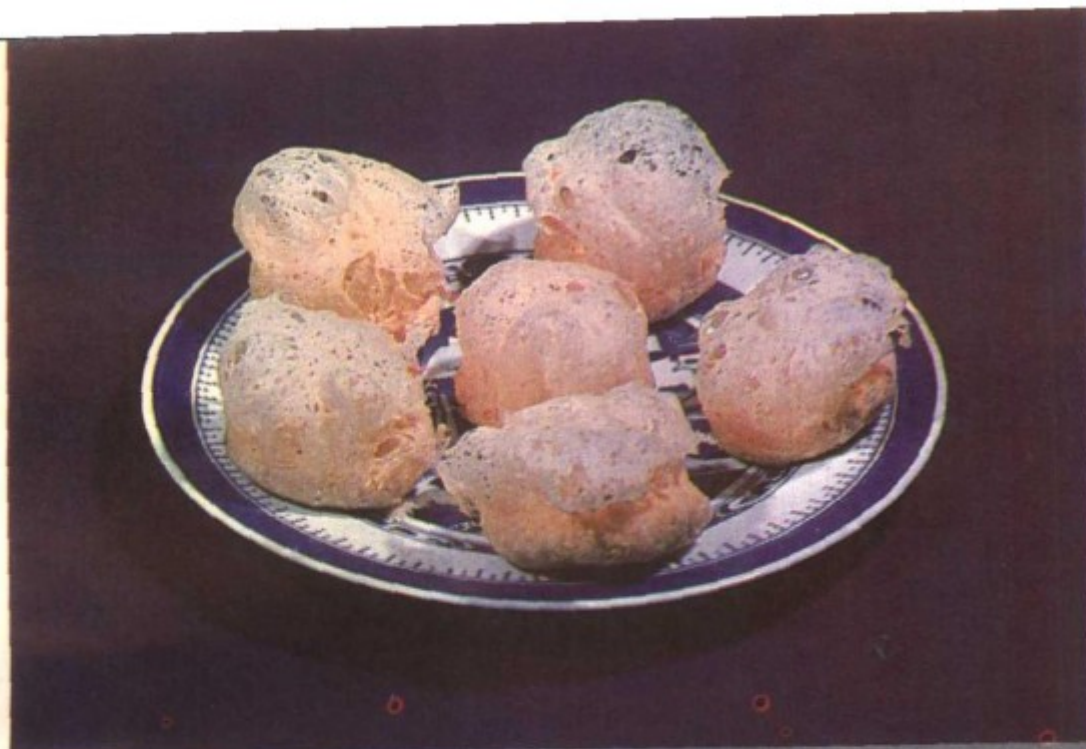


榆林马蹄酥

乾州豆腐脑



岐山臊子面



三原泡泡油糕



西安王记粉汤羊血



三原白封肉



西安姜丝拌汤

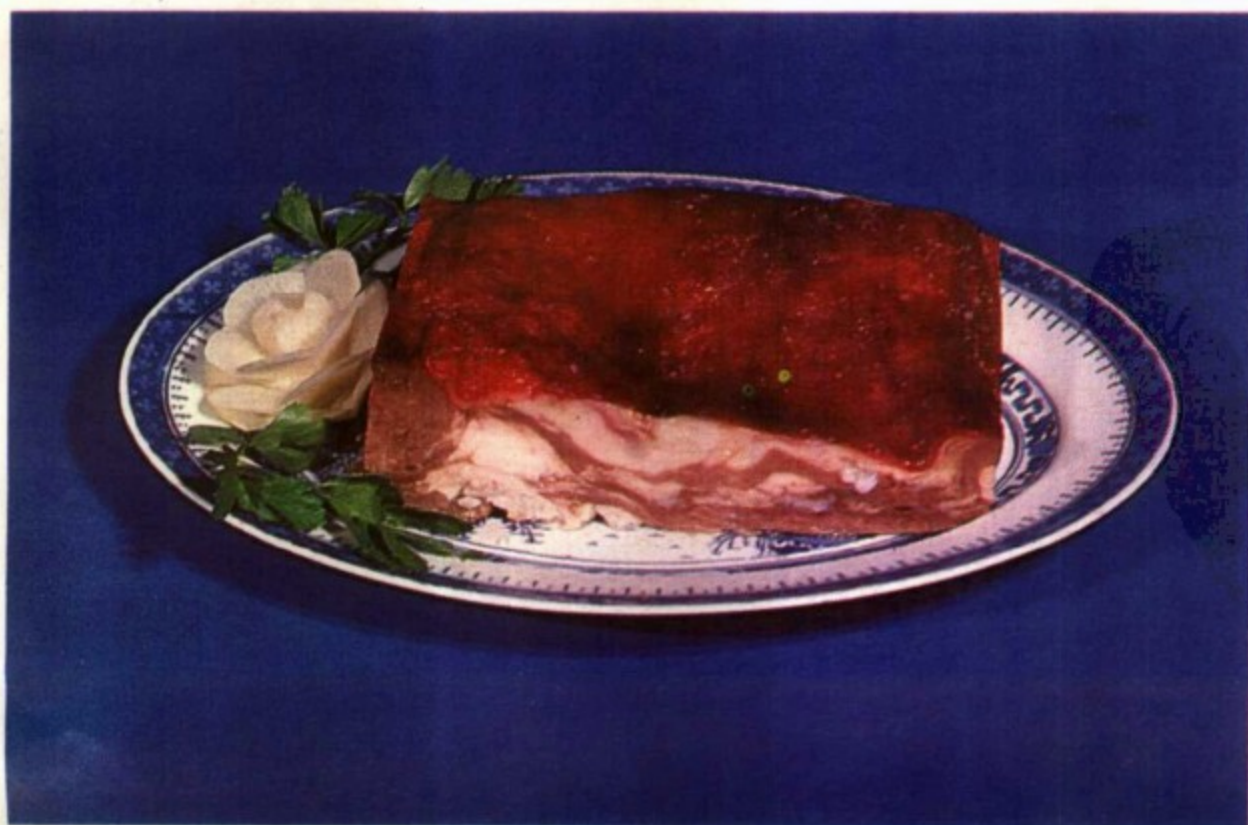


西安蜜饯张口酥饺

蘇子知
和聲
PDG



岐山面筋皮子



西安腊羊肉

中华美食网
PDG

目 录

- 概 述.....(1)
- 一、西安羊肉泡馍.....(5)
- 二、西安春发生葫芦头.....(7)
- 三、西安樊记腊汁肉.....(10)
- 四、西安辇止坡老童家
腊羊肉.....(11)
- 五、三原白封肉.....(13)
- 六、水盆羊肉.....(14)
- 七、西安水盆大肉.....(15)
- 八、三原鳊鱼煮馍.....(17)
- 九、红肉煮馍.....(18)
- 一〇、炒肉煮馍.....(19)
- 一一、韩城羊肉臊子饅
饅.....(20)
- 一二、西安羊肉小炒煮馍.....(21)
- 一三、西安梆梆肉.....(23)
- 一四、西安粉蒸羊肉.....(24)
- 一五、三原粉蒸肉.....(25)
- 一六、三原笼笼肉.....(26)
- 一七、三原羊肝夹馍.....(27)
- 一八、大荔水磨丝.....(28)
- 一九、西安羊肉丸子胡
辣汤.....(29)
- 二〇、西安羊肉疙瘩.....(30)
- 二一、西安大肉饼.....(31)
- 二二、西安小笼蒸饺.....(33)
- 二三、乾州鸡面.....(34)
- 二四、西安馄饨.....(35)
- 二五、户县辣子疙瘩.....(37)
- 二六、渭南时辰包子.....(38)
- 二七、西安朱家包子.....(40)
- 二八、渭北石子馍.....(43)
- 二九、富平太后饼.....(45)
- 三〇、西安油酥饼.....(46)
- 三一、三原泡泡油糕.....(49)
- 三二、定边糖馓子.....(50)
- 三三、岐山臊子面.....(52)
- 三四、岐山面筋皮子.....(54)

三五、三原金线油塔……………(56)
三六、三原疙瘩面……………(58)
三七、大荔炉齿面……………(59)
三八、三原马鞍桥油糕………(62)
三九、榆林马蹄酥……………(64)
四〇、榆林香哪……………(65)
四一、西安水晶菊花酥………(66)
四二、西安蜜饯张口酥
 饺……………(67)
四三、西安红油饼……………(68)
四四、西安糖酥烧饼……………(69)
四五、合阳三翻饼……………(70)
四六、合阳油酥角……………(71)
四七、西安糖烤桄……………(72)
四八、宝鸡空膛酥……………(73)
四九、乾州锅盔……………(74)
五〇、镇川干烙馍……………(76)
五一、兴平干馍……………(77)
五二、兴平云云馍……………(78)
五三、西安白剂馍……………(79)
五四、渭南牛舌头烧饼………(80)
五五、西安大油旋……………(81)
五六、蒲城椽头蒸馍……………(82)
五七、油泼箸头面……………(84)

五八、西安猴头面及猴
 耳朵面……………(85)
五九、韩城大刀面……………(87)
六〇、蓝田荞面饸饹……………(88)
六一、安康窝窝面……………(89)
六二、合阳页面……………(91)
六三、浆水面……………(92)
六四、蒲城春撒子……………(93)
六五、宝鸡茶酥……………(95)
六六、定边三六股麻花………(96)
六七、西安疙瘩油茶……………(97)
六八、西安姜丝拌汤……………(98)
六九、汉中梆梆面……………(99)
七〇、汉中糖薄脆……………(100)
七一、汉中盐薄脆……………(101)
七二、西安黄桂稠酒……………(102)
七三、西安甃糕……………(103)
七四、西安蜂蜜凉粽子………(105)
七五、西安甃糕……………(106)
七六、西安老关家元宵………(108)
七七、临潼醪糟……………(110)
七八、西安江米油糕……………(111)
七九、西安挂粉汤圆……………(112)
八〇、汉中米面皮子……………(113)

八一、大米甜浆……………(114)
八二、汉中菜豆腐……………(114)
八三、榆林炸豆奶……………(115)
八四、西安豆黄糕……………(116)
八五、乾州豆腐脑……………(117)
八六、炒粉鱼……………(119)
八七、西安绿豆粉皮……………(120)
八八、西安黄桂柿子饼……………(121)
八九、宁强王家核桃烧
 饼……………(122)
九〇、大荔枣肉沫糊……………(124)
九一、西安柿子面糊拓……………(125)

九二、西安柿子面锅盔……………(125)
九三、西安萝卜饼……………(126)
九四、西安萝卜糊拓……………(127)
九五、西安王记粉汤羊
 血……………(128)
九六、洋县猪白血……………(130)
九七、榆林炸奶链……………(131)
九八、西安蛋皮春段……………(132)
九九、西安素糊饽……………(133)
一〇〇、薄荷饺子……………(134)
一〇一、鸳鸯蛋……………(135)
附 注……………(137)

概 述

陕西位于黄河中游，是我国灿烂文化的发祥地之一。作为文化反映的饮食小吃，也以历史悠久，源远流长而载入史册。遍及关中各地的石子馍是我们的祖先由生食转入熟食后，用石子导热，上烫下烙焙制而成的一种食品，其渊源可追溯到新石器时代的“石烹”。“燔黍，以黍米加于烧石之上，燔之使熟也”（《礼记·礼运》）。到了唐代，同州人（今陕西大荔县）把石子馍作为对封建王朝的贡品而载入《元和郡县志》，称为石鏊饼。清代袁子才在《随园食单》里称之为“天然饼”。由于石子馍具有酥脆茎香，营养丰富，经久耐贮，易于消化等特点，因而成为招待贵宾，馈赠亲友的佳品。同时，也是产妇、病人的必备食品。

秦中自古帝王州。陕西是周、秦、汉、隋、唐等十一个王朝建都的地方，历时一千余年。由于政治、经济、文化上的有利条件，使陕西小吃能够博采各地小吃之精华，兼收各民族小吃之风味，挖掘、继承历代宫廷小吃之技艺，因而其品种繁多，风味各异。现在的西安糍糕，就是由三千多年前西周时期王子专用的食品“糗餌粉飧”传入民间的。到了宋代，史籍中已有糍糕的文字记载。《事物纪原》称：“秦汉逮今世所食初有饼、胡饼、蒸饼、汤饼之四品。”当时“饼”字的含义很广，泛指用面粉制作的食品。“入笼蒸者曰蒸饼，入锅煮者曰汤饼，入炉熬者曰烧饼”。蒸饼即现在的馒头，汤饼即现在的面条。汉、唐以来，又有发展。富平太后饼，就是制饼技术上的一个大发展。它以黄焦酥脆、油香不腻而著称。

盛唐时期，烹饪技术有所提高，小吃品种增多，并形成了市场。据〔唐〕《西京城坊考》记载，在当时长安的东、西市及朱雀大街上，茶坊酒肆林立。“颁政坊有馄饨曲，曲是坊里中的小巷，长兴坊有毕罗店（毕罗可能是带馅面点），胜业坊有推小车卖饼的。长乐坊出美酒。”〔唐〕段成式是从小在长安长大的，在他著的《酉阳杂俎》中，对长安有名的小吃有这样的描述：“萧家馄饨，漉去汤肥可以淪茗；庾家粽子，白莹如玉；韩约能作樱桃毕罗，其色不变”。当时有个仆射（射读作夷，仆射即宰相）刘晏，凌晨上朝很冷，半路看见卖饼小店热气蒸腾，着人买来，用袍袖包着大嚼，还对同僚们说：美不可言，美不可言。在唐、宋说部里，对小吃多有记载。其制作之精细，名目之繁多，可称绚丽多彩。公元十九世纪，在西安市的南院门、麻家什字、东关八仙庵、柏树林等地已相继形成了规模不同的小吃市场。到了二十世纪三十年代，又增加了游艺、国民、平安等市场，小吃摊、店鳞次栉比。而经济、文化比较发达的三原县的小吃，就更显活跃。城隍庙、老市场、龙桥、南关等处小吃市场上的小吃摊担约有五百多个，一户只卖一个品种，定时、定点供应，各有风味特色，因此久负盛名。

收入本书的品种，是从全省各地五百多个品种中精选出来的。其中不少是历代特别是汉、唐以来相沿下来的，而且保持了传统风味特色。

小吃，较之菜肴更富有地方性，和物产、气候、地理、历史、风俗习惯等因素密切相关。陕西属大陆性气候，物产以小麦为主，杂粮、大米次之。小吃中以面粉为原料的居多，同时遍及米、豆、荞麦、肉、禽、蛋、奶、果、蔬各类。所用配料、调料则超过百种。在烹调方法上主要有：烙、烤、蒸、烩、煮、炸、煎、炖、熬、炙、旋、浸、滷等；而其技术手法则有叠、卷、盘、揉、扯、擀、包、捏等。其特点可概括为料重味浓，火候足到，注重口味，讲求实惠。辅料则多用调料，调味则喜重偏浓；成品则干、脆、酥、软、

烂、筋；口味则多、广、厚，酸、辣、麻、甜、咸、荃、香各味俱全。这一切形成了陕西小吃的风味特色。

陕北黄土高原，以产杂粮为主。其小吃以吴旗、志丹等县的荞面饸饹、镇川干烙馍、定边糖饊子而著称。榆林一带用鲜羊奶作原料的“炸奶链”，用热油浸制的马蹄酥，用白酒和面制成的“香哪”，都以其独特的色、香、味形成了自己的风格。陕南汉中盆地出产大米，以米面皮子、菜豆腐等久为群众所喜爱。商洛、安康山区盛产核桃，烙烤饼类多用核桃作辅料。著名的宁强王家核桃烧饼，距今已有二百多年的历史，相传在清代曾多次用它作为贡品供奉皇室。号称“八百里秦川”的关中平原，主产小麦，面制品的小吃则属上乘。西府的面筋皮子，岐山臊子面，兴平干馍等都以其精湛的制作工艺和浓厚的地方风味而誉满全省。东府的三原、大荔县（古称同州府）物产丰富，小吃素以历史悠久和精、细、多著称。以三原为例，脍炙人口的泡泡油糕，始于唐代，色呈乳白，糕面隆起有松泡，一触即散；味道香甜，入口即消。白封肉颜色洁白，汤冻明亮宛似水晶，肥肉不腻，瘦肉不柴，味道芳香。桥上（即三原龙桥）油糕，又称马鞍桥油糕，酥、脆、香、甜。在省会西安，富有西北风味的牛、羊肉泡（煮）馍，历史悠久，苏轼曾有“秦烹惟羊羹”的赞美诗句。到明朝末年已有专营羊肉泡馍的小吃店，随后相继增加，并遍及关中多数县（市）。羊肉泡馍的特点是，肉烂汤浓，不腥不膻，肥而不腻，香醇浓郁，馍筋光润，绵韧耐嚼，老幼均宜。饼类中的油酥饼，是由唐代的胡麻饼演变而来。白居易在《寄胡饼与杨万州》诗中赞道：“胡麻饼样学京都，面脆油香新出炉，寄与饥馋杨大使，尝看得似辅兴无。”可见在当时这油香酥脆的胡麻饼，已是风靡一时的了。已有六十多年历史的樊记腊汁肉，选料讲究，配料适宜。因而具有“肥肉吃了不腻口，瘦肉无渣满含油”的特点。誉满全国的黄桂稠酒。古称“醪醴”。贾思勰的《齐民要术》里称

为“白醪酒”。此酒汁浓似乳，香甜醇郁，有健胃、活血、止渴、润肺之功能。到了唐代，酿造技艺有了进一步的提高，朝野上下，莫不嗜饮。《饮中八仙歌》里有“李白斗酒诗百篇，长安市上酒家眠，天子呼来不上船，自称臣是酒中仙”的诗句。据说，诗中的酒指的就是黄桂稠酒。以糯米、大枣作原料，用古代炊具“甑”经过十几个小时蒸煮而成的甑糕，粘甜味美，枣香浓郁，营养丰富。是城乡人民喜食的传统早餐食品。如此等等，不胜枚举。

陕西小吃季节性强，不同季节有不同的应时品种。每当烈日炎炎、酷暑逼人的夏季，清爽利口的水盆大肉、水盆羊肉和浆水面、姜丝拌汤等及时应市，供人们选用。蜂蜜凉粽子则是〔唐〕仆射韦巨源“烧尾宴”食单中的“赐绯含香粽子（蜜淋）”相沿而来的。此粽米香蜜甜，沁人肺腑，可以消暑去热。黄桂柿子饼是金风送爽，黄桂飘香季节的佳品。隆冬严寒季节，麻、辣、咸、香的西安王记粉汤羊血、春发生葫芦头、户县辣子疙瘩、韩城羊肉臊子饸饹等，吃后能使人增加热量，驱寒送暖。

全国解放后，随着社会主义事业的发展，陕西小吃更加绚丽多彩。除继承古代传统外，还学习引进了一些外地品种，如四川的担担面；淮阳的小笼包饺；山西的削面、太谷饼、神池麻花等。陕西饮食行业职工为了继承和发扬祖国的烹饪技术，发挥历史遗产较多的优势，正在进一步挖掘和恢复传统风味小吃，保持经营特色，不断提高食品质量，以便更好地为人民生活服务，为国际友好往来和社会主义四个现代化服务。

一、西安羊肉泡馍

羊肉泡馍是西安特有的清真食品，此小吃历史悠久，颇具西北风味，深受中外食客喜爱。古城长安，北接陕北高原，西邻陇东。这里牧草丰美，所产羊只，肉质鲜嫩。加之隋、唐以来，伊斯兰教传入长安，对提高羊肉的烹制技术创造了条件。早在明代崇祯年间（公元1644），西安就有了专营羊肉泡馍的天锡楼，近百年来，又涌现了一大批以同盛祥为代表的羊肉泡馍店。店铺的不断增多，使各泡馍店竞相钻研技艺，于是煮馍技术，愈臻完美，羊肉泡馍也发展为牛、羊肉泡馍。

原 料（制三百份）

羊肉(或牛肉)·····	一百斤	小茴香·····	一斤八两
全羊骨架(或全牛骨架)		干姜·····	一两
·····	六副(一副半)	良姜·····	五两
水发粉丝·····	二十五斤	八角·····	四两
蒜苗·····	二十斤	精盐·····	四斤
桂皮·····	一两	明矾·····	一钱五分
草果·····	二两	熟羊油·····	六斤
大红袍花椒①·····	八两		

制 法

1. 将羊肉剔净骨头，切成约五斤重的块，投入清水池中，先洗去血

污，换水再浸漂二小时。然后将肉上污垢刮净，用清水冲洗，再放入水中浸漂一小时，待肉色发亮即可。将骨头放另一水池中浸泡一小时，换水再泡一小时，捞出，冲洗干净，砸成约六、七寸长的段。

2. 大铁锅内加入清水约二百五十斤，旺火烧开，放入骨头，再烧开，加入明矾。旺火熬半小时后，撇去浮沫。把桂皮、草果、花椒、小茴香、干姜、良姜、八角装入布袋内，扎紧袋口，放入锅内。旺火烧两小时后，将肉块皮面向下摆放在骨头上，煮三至四小时后放入精盐(二斤五两)，用肉板^②压上，加盖，改用小火。保持肉锅微开。约炖十二个小时，即可肉烂汤浓。

3. 揭开锅盖，取出肉板，撇出浮油，把铁肉叉从锅边插入锅内，将肉略加松动。左手拿直径一尺二寸长的平面竹箴篱，右手拿肉叉，将肉块皮面向下捞放在箴篱上，然后翻扣在肉板上，用肉汤在板上冲浇几次，使肉面干净。以此方法将肉全部捞出，晾凉。

4. 根据顾客的需要，取饽饽^③若干个(每个约重二两)，由顾客用手细心掰成蜜蜂^{*}大小的碎块，放入碗内由服务员将碗送入厨房。肉的部位分：肥肋、腱子(又叫腱胡)、头皮、羊眼、口条、蹄筋、肚头(又叫肚梁)等。既可单选一种，也可兼要多种。经肉案师傅根据顾客选定的肉逐碗配好，每份二两分别装入碟内。配好后再由服务员连同馍碗端回桌上，逐人逐碗核对，叫做“看菜”。有个别食者想多吃些肉，也可再要一份肉同煮，叫做“双合”。

5. 三种煮馍方法(所用调料、辅料相同)。(1)“干泡”。要求煮成的馍，碗内无汤汁。其煮法是：炒勺内放入原汁汤及开水各一斤，烧开后，放入精盐(五分)，倒入肉块，煮约一分钟。再倒入馍块及水发粉丝(五钱)及蒜苗

* 蜜蜂^{*}即蜜蜂头，意思是说把馍掰成蜜蜂头大小的块。饽(shā, 音沙)：陕西地方方言。

丝少许，用手勺略加搅动，将汤陆续撇出约五两。然后，放入绍酒、味精各少许，用旺火煮一分钟，淋入熟羊油一钱，颠翻几下，再淋入熟羊油约一钱，再颠翻几下，如此二、三次，盛入碗内即成。盛好后，要求肉块在上，馍块在下。（2）“口汤”。要求煮成的馍吃完后，仅留浓汤一大口。其煮法与“干泡”相同。只要求汤汁比“干泡”多一些，盛在碗里时，馍块周围的汤汁，似有似无。（3）“水围城”。这种煮法适用于馍块较大的。其方法是先放入汤汁和开水各一斤半，汤开后，下入肉、馍。盛入碗里时，馍块在中间，汤汁在周围，故名。另外，还有碗里不泡馍光要肉和汤的吃法，叫做“单做”。

进餐前，由服务员将糖蒜、香菜、辣子酱及芝麻油分别置入小碟，摆放在餐桌上。顾客按自己的爱好，自行选择，放入碗内。吃时不能来回翻搅，只能在碗边搅一点吃一点，同时佐以糖蒜。餐后还要饮用以原汁汤加粉丝烹制而成的高汤一小碗，再喝两杯湖南安化浓茶，顿觉心旷神怡，余香满口，回味无穷。

特 点

味浓汤鲜，馍筋光绵，不膻不腻，食之耐饥，老幼皆宜。

二、西安春发生葫芦头

葫芦头，源于宋代市食中的“煎白肠”。一九二九年以前，西安市有两家“杂羔摊”（杂羔即猪内脏），其中以何乐义经营的以猪大肠为主的杂羔最驰名。因猪大肠油脂较厚，形状象

葫芦，故得名。到了三十年代，葫芦头已由肉类发展到包括海味类的众多品种，猪肉类葫芦头在用料上也发生了一些变化。如汤中增加了骨头和鸡，使汤味更加浓醇，质量提高，成为秋冬令的风味小吃。

原 料（制二百碗）

猪大肠·····	五十斤	醋(洗肠子用)·····	二斤
猪肚·····	二十斤	味精·····	六两
去皮肥瘦猪肉·····	十八斤	辣椒面·····	一斤五两
净肥母鸡·····	一只	花椒·····	二两
猪棒骨·····	三十斤	八角·····	一两
水发粉丝·····	三十斤	丁香·····	二钱
蒜苗丝·····	二斤	桂皮·····	一两
香菜·····	二斤	姜片·····	五钱
精盐·····	三斤三两	草果·····	五钱
绍酒·····	二斤	熟猪油·····	八斤

制 法

1. 肠、肚的处理方法。

(1) 每五十斤猪大肠，二十斤猪肚各用精盐(四两)、醋(半斤)分别用手搓揉二十分钟，除去油腻和腥味。

(2) 将用盐、醋揉搓过的肠子放入清水中，左手捏住肠头，右手握紧肠子，先将净肠子外壁上附着的粘液、脏物，再将肚子展平，用刀刮去外皮薄膜，然后把肠肚放入清水中洗净(肚子还要翻过来冲洗)。

(3) 将肠子放入清水中，先用两手食指由大肠头开始翻过，待全部翻转后，将肠壁上的油腻、脏物撕摘干净，用清水漂洗，将干水分。

(4) 将肠、肚回翻过来,再各用精盐(四两)、醋(半斤)揉搓十分钟。然后先用清水漂洗,再用清水反复冲灌,直至肠、肚色白,发亮,无臭臊味为止。

(5) 将空铁锅用中火烧热,把洗好的大肠放入锅内,改用小火边焙烤边搅动,约十分钟后,大肠受热收缩,可排出带有腥气的水分。取出,再用清水冲洗两次。在距大肠头约一尺处切断,取下葫芦头。

(6) 在铁锅中加水约一百斤,旺火烧开后,放入肠、肚,稍煮几滚,撇去浮沫,改用中火煮约三十分钟,在此期间要搅动七、八次,然后压上铁箅子,加上锅盖,用小火煮约四个小时,再向锅内加精盐(一斤)。十分钟后,用漏勺先捞出大肠头(即葫芦头),再捞细肠,最后捞肚子。

(7) 用细竹竿一根,将大肠搭上挂起,沥干水分后,再将大肠头及碎节肠子放入竹筛内,晾干。

2. 将猪骨头洗净、砸断。猪肉切成四斤重的块。在大铁锅内添入清水约一百二十斤,旺火烧开后,投入骨头、猪肉,煮约十分钟,撇去浮沫,见汤色发白时,下入母鸡和精盐(一斤五两),再煮三十分钟,将花椒、八角、桂皮、草果装入净布口袋内,扎紧袋口,下入锅中,改用小火煮三个小时,待汤汁已浓,盛入大瓷盆中。

3. 滷馍④: 在大铁锅内倒入原汁汤约三十斤,对水十五斤,旺火烧开。顾客将饅头③掰成如白果大小的馍块,放入大碗中(每碗一般为四两),经服务员交给厨师。厨师将熟大肠、熟肚子各切成三片八分长的坡刀片;熟猪肉切成两片一寸半长、二分厚的肉片;鸡肉切成两片一寸半长、四分宽的片。然后,把它们整齐的排放在掰好的馍上,用锅内滚开的汤汁反复浇滷三、四次,使碗内的馍块浸透汤汁。然后放入料酒、调料水*、味精、香菜末、

* 系将花椒、八角、桂皮按2:1:0.5的比例配成,置于开水锅中,水的多少根据调料量来决定,用中火熬十分钟即为调料水。

蒜苗丝，淋上熟猪油(三钱)，再浇入适量的滚汤汁即可食用。

特 点

汤浓味醇，油香适口。

三、西安樊记腊汁肉

樊记腊汁肉已有六十余年的历史，创始人是樊凤祥父子。樊记腊汁肉以选料精、用料全、火功到，所制出的肉色艳味美，浓郁芬芳，久贮不变而著称。

樊记腊汁肉的质量好，还在于它的“腊汁汤”是多年陈汤。据说此汤已有六十多年的历史，汤味醇厚，这也是腊汁肉色亮味香的原因之一。用老汤、新料，经过长时间的煨制，使肉糜而不烂，浓郁喷香。因而有“肥肉吃了不腻口，瘦肉无渣满含油”的赞语。

原 料（制三斤）

猪硬肋肉·····	五斤	姜·····	一两
绍酒·····	二两	冰糖·····	五钱
酱油·····	一斤	大葱·····	五钱
精盐·····	二两	调料袋* ·····	一只

* 系将八角、花椒、桂皮、丁香、草果、小茴香、玉果、砂仁、良姜、草拨等各一钱装入纱布袋，扎紧袋口。

制 法

1. 将猪肉带骨带皮按猪身横着切成二寸宽的条，用清水漂洗干净，沥干水分。

2. 把原腊汁汤倒入卤锅内，旺火烧开，撇去浮沫，将肉皮朝上，一条条整齐的排放在卤锅里。加入绍酒、酱油、精盐、大葱、姜块（拍松）及调料袋，上面压铁箅子，使肉全部浸于腊汁汤里。用旺火烧开后，转用小火焖煮。在煮的过程中，要不断撇去浮沫。煮约两小时后，放入冰糖，把肉翻过，继续用小火焖约两小时，捞出，拆去骨头，皮向上放在大瓷盘中。吃时切成约三分厚的片即成。

特 点

颜色红润，软烂醇香，入口即化。

四、西安辇止坡老童家腊羊肉

老童家制作的腊羊肉，色泽红润，气味香荃，肉质酥松，咸烂可口，早已遐迩闻名。

相传一九〇〇年庚子之役，慈禧太后携光绪皇帝仓皇出走，逃到西安。有一次她乘坐御辇（皇帝坐的车）途经西大街老童家门首，闻到一阵阵扑鼻的肉香，禁不住喝令停车。童家闻讯太后驾到，急忙献上腊羊肉。慈禧品后，大加称赞。王公大臣们为了博取慈禧的欢心，送去由兵部尚书赵福桥的老师邢庭维手书“辇止坡”金字匾一块，悬挂门口。至此“辇止坡老

童家腊羊肉”就更加名扬古都了。

原 料 (制六十斤左右)

带骨鲜羊·····三只(约一百斤)	桂皮·····二两
砒硝·····五两	八角·····三两
青盐* ·····十二斤	草果·····一两
花椒·····四两	小茴香·····八两

制 法

1. 将羊的两只前腿里侧割开,使腿骨露出,将筋割断,把大小腿骨从中间砸断,接着将脊椎骨顺长劈开,将三叉骨拧断,然后由摩裆**处分别将两只后腿侧割开,砸断后腿骨,再将两扇排骨从中间砍断。

2. 在大瓷缸内倒入井水一百斤,将羊肉皮面相对,折叠起来排放在缸内,再将青盐(四斤)和砒硝撒在肉上。腌肉的时间按季节而定,春秋季腌三至四天,夏季腌一至两天,冬季腌四至五天。在腌的过程中,每天要将缸内的肉翻倒一、二次,并用木棍搅拌盐水,当腌至肉颜色里外变红时,将肉从缸里捞出,控去水分。

3. 先将老卤汤***五十斤倒入锅内,再加清水五十斤(以没过肉为度),将花椒、桂皮、八角、草果、小茴香装入净纱布袋,扎紧袋口,下入锅里,旺火烧开,撇去浮沫。将羊肉皮面向上,分别老嫩下锅(腌好的肉,骨头色发白的是老羊,发青的是嫩羊),老羊肉放在锅底,嫩羊肉放在上面。锅开后,下入青盐(八斤),加上木板;上压干净石块,盖上锅盖。旺火煮半小时后,改用小火煮至烂透(约四个小时)。

* 系青海省盐湖生产的结晶体食盐,质硬,比重大。

** 系指羊的后腿内侧处。

*** 系指多次煮制过腊羊肉的卤汤。因存放时间较长,故称老卤汤。

4. 停火后，撇净浮油，焖半小时，待汤的温度下降后，用长竹棍及铁箴篱将肉挑、托起（仍皮面相对），去骨后，扣放在大瓷盘里。然后，将肉皮面向上平放在盘里，用煮肉原汁汤冲浇肉面，滗去汤汁，用净布搥干即成。

特点

色泽红艳，肉质酥烂，不腻不柴，香茎不膻。

五、三原白封肉

原料（约制四斤）

猪肋条肉·····	五斤	姜·····	二两
猪蹄·····	三斤	豆蔻·····	一个
精盐·····	三两	桂皮·····	一两
绍酒·····	三两	小茴香·····	二两
大葱·····	五两		

制法

1. 将猪肋条肉洗净，切成三寸宽、五寸长的块。大铁锅内加入清水，旺火烧开，放入肉块，煮至三成熟捞出，用清水洗净。把猪蹄刮洗干净，放入锅内，煮到肉皮变色后捞出，再次进行拔毛除垢处理，直至肉皮白净。然后，将猪蹄纵向劈开。把小茴香放在碗中，冲入滚开水一斤，盖好待用。

2. 铁锅内倒入清水十斤。先将猪蹄剖面向下排放在锅底，再把肉块皮向上放在猪蹄上，旺火烧开。一小时后，撇去浮油，倒入绍酒，将大葱择洗

干净，并整棵用线绳捆扎好，与姜（拍松）、豆蔻、桂皮一齐放入锅里，改用小火约煮两小时后，将肉翻动使皮朝下，加入精盐，继续用小火煮至肉和猪蹄用筷子可以扎透时，用漏勺轻轻将肉块完整的捞出，皮朝下放在长方形搪瓷盘里，整齐地平摆一层后，用刀在每块肉上划几条刀纹（为便于肉汤灌入）。然后，将猪蹄捞出，拆去骨头，重入汤锅，小火约炖三十分钟，至汤汁浓白发粘时，倒入已泡好的小茴香水，略加搅动，稍停，撇净浮油，用笊篱捞净骨头，将肉汤灌入肉盘内，以没过肉三、四分为宜。然后用三张白麻纸，铺在肉汤上，吸去上面的油脂。肉晾凉后，便凝结成冻状。吃时切成二寸长，三分厚的片，或拌以葱丝用饼夹着吃。

特 点

肉色洁白，汤冻明亮似水晶，肥肉不腻，瘦肉不柴，其味芳香，为三原县传统风味食品。

六、水 盆 羊 肉

原 料（制二百五十份）

剔骨鲜羊肉……………一百斤
羊骨头……………三十斤
花椒……………八两
桂皮……………四两

小茴香……………一斤五两
草果……………三两
精盐……………三斤
味精……………一斤

制 法

1. 把羊肉放入清水中，洗去血污，刮净污垢，再用清水漂洗，干净即

可。将羊骨头洗净、砸断。

2. 在大铁锅内倒入清水约二百斤，旺火烧开，投入羊骨，烧半小时。将花椒、桂皮、小茴香、草果装入布袋，扎紧袋口放进锅内。然后把羊肉切成四斤重的块，排放在锅中，旺火烧开后，改用中火约煮三小时，放入精盐（二斤），加锅盖，用小火再煮约十个小时后（保持肉汤微滚），启盖，撇出浮油，捞放在肉板^②上（捞法同羊肉泡馍）。

3. 将水盆锅^⑤置中火上，锅内放入肉汤约二十斤，加同量开水及适量精盐，烧开。吃时将熟羊肉切成鱼形块（每份二两）放入碗内，浇上滚开的肉汤，加入味精少许即可食用。

特 点

肉烂汤清，肥而不腻，与烧饼或白剂馍同食，佐以糖蒜、辣子酱、鲜蒜瓣，则别具风味。农历六月上市，号称“六月鲜”，多在店前设灶，明堂售卖。

七、西安水盆大肉

原 料（制九十碗）

去皮肥瘦猪肉……………二十斤
净肥母鸡……………三只
水发海参……………一斤
水发鱿鱼……………二斤
八角……………八钱

小茴香……………一两五钱
花椒……………一两
草果……………四钱
良姜……………一两
姜……………一两

精盐……………八两

猪棒骨……………八斤

味精……………三两

制 法

1. 把猪肉、猪棒骨、母鸡分别洗净。将猪肉切成三斤重的大方块，砸断猪棒骨。于大铁锅内加水约五十斤，用旺火烧开，先下入骨头，水开后，再下猪肉、母鸡。待锅重新烧开后半小时后，改用中火约煮三个小时，将肉捞出，平放在瓷盘中。将母鸡继续煮一小时后，捞出。

2. 将发好的海参、鱿鱼用热水浸泡一小时后，捞出，均切成约五分宽、一寸长的薄片，置碗中。鸡肉拆去骨头，切成小片。把花椒、八角、小茴香、草果、良姜、生姜同时放入锅中，加五斤水，熬约半小时，制成调料水，滤去渣，倒入盆内备用。

3. 在水盆锅⑤内加入煮肉原汁汤，对一半开水，用旺火烧开。切三片二分厚、一寸半长的猪肉片，加海参、鱿鱼、鸡肉各二片，放入大碗中。用滚肉汤浇滤四、五次，使肉片、海参片、鱿鱼片、鸡肉片受热均匀，再放少许调料水和适量的精盐、味精即成。食时以泡菜、糖蒜、香菜、甜面酱及葱白段佐餐。

特 点

肉嫩汤清，滋味鲜醇，配食热氽饅③或白剂饅鲜香爽口，是西安市夏季时令小吃。

八、三原鳝鱼煮馍

原 料（制两碗）

活鳝鱼·····	一斤	酱油·····	五钱
水发木耳·····	三钱	味精·····	二分
玉兰片丝·····	三钱	醋·····	二钱
葱丝·····	二钱	绍酒·····	五钱
姜片·····	一钱	干淀粉·····	二钱
蒜片·····	二钱	湿淀粉·····	一钱
干辣椒丝·····	五分	熟猪油·····	一斤(约耗二两六钱)
精盐·····	一钱五分		

制 法

1. 将活鳝鱼放入开水锅中，煮约两分钟，见鱼张嘴时捞出。用竹签子顺鱼脊背划开，除去头、尾、脊骨和内脏，洗净，切成三分厚、二寸长的段。

2. 炒锅内加入肉汤二斤，用旺火烧开。下精盐（一钱），再倒入顾客掰好的饅头馍③块约四两，煮约两分钟，待汤浸入馍内时，加入绍酒（一钱），盛入两个碗中。

3. 炒锅内加入熟猪油，用旺火烧至八成熟。在鳝鱼段上均匀地抖上一层干淀粉，投入油锅中一爆，立即倒入漏勺中沥油。将炒锅放回旺火上，另加熟猪油（一两）烧热，投入干辣椒丝炸至金黄色时，再依次下入葱丝、姜

片、蒜片、玉兰片丝、水发木耳和鳝鱼段，随即烹入醋及绍酒(四钱)，略加煸炒。用酱油、味精、精盐(五分)、湿淀粉和清水四两，对成调味汁倒入搅炒，汁起，淋入熟猪油(六钱)，起锅，分成两份盖在煮好的馍上，即成鳝鱼煮馍。

特 点

鳝鱼鲜香，煮馍绵软，汤味浓郁。

九、红 肉 煮 馍

原 料 (制十五碗)

猪肋条肉(去骨).....	五斤	花椒.....	一钱
水发粉丝.....	一斤五两	酱油.....	一斤五两
水发木耳.....	五钱	精盐.....	一两二钱
蒜苗.....	四两	绍酒.....	四两
葱段.....	一两五钱	味精.....	五钱
姜块.....	一两五钱	冰糖.....	五钱
八角.....	二钱	熟猪油.....	五两
桂皮.....	一钱		

制 法

1. 将猪肋条肉洗净，切成五分见方的块，放入开水锅内氽过后，捞出。炒锅内加入熟猪油(二两)，旺火烧热，倒入肉块煸炒，见出油后，加入酱油(一斤)、绍酒(三两)，煸约十分钟至肉块上色后，添加清水以没过为度。再放

入葱段、姜块、花椒（装入布袋，扎紧）、八角、桂皮、冰糖及精盐（八钱），用旺火烧开后，倒入砂锅，改用小火约炖二小时，即成“红肉”。分成十五份，每碗一份。

2. 炒锅内放入适量肉汤（肉汤量根据馍的多少而定），旺火烧开，加入水发粉丝（一两）及蒜苗段，再下入顾客掰好的饅头馍③块，锅开后约煮一分钟，加酱油、精盐、绍酒、味精、水发木耳各少许，舀入红肉（约二两），再煮约一分钟，淋入熟猪油少许，起锅，先将馍块舀入碗中，红肉、木耳浇在上面即成。

特 点

汤鲜味浓，肉醇香，馍筋绵。

一〇、炒 肉 煮 馍

原 料（制一碗）

猪净臀尖肉·····	三两	绍酒·····	一钱
藕·····	二两	湿淀粉·····	一钱
葱片·····	五钱	菜籽油·····	一两
水发木耳·····	四钱	熟菜籽油·····	三钱
酱油·····	五钱	熟猪油·····	五钱
精盐·····	一分		

制 法

1. 炒锅内加入适量肉汤（以馍的多少而定），用旺火烧开，放入顾客掰好

的饅饅③块。待锅开后再煮一分钟,淋入熟猪油五钱,将饅倒入一大碗中。

2. 将猪臀尖肉横丝切成一寸二分长的薄片,放入碗中,加绍酒(五分)、酱油(三钱)及湿淀粉,把肉片浆好。将藕去皮,切成一寸长、三分宽、半分厚的薄片,漂入冷水中。炒锅内放入菜籽油,旺火烧至七成热,下入肉片,用手勺迅速搅散,加绍酒(五分)炝锅,将肉片移至锅边,然后下葱片、藕片,烹入醋少许,煸炒几下,放入精盐及酱油(二钱),炒至藕片已熟时,加少许肉汤和木耳,将肉片、藕片搅匀,淋入熟菜籽油,出勺浇盖在饅上即成。

特 点

选料严格,制作精细,肉嫩藕脆,鲜香味醇。

一一、韩城羊肉臊子饅

原 料 (制二十五碗)

细荞麦面粉.....五斤
沙蒿面* 二两
鲜羊肉.....二斤
熟羊油.....五两
油泼辣子⑥.....四两
咸面酱.....五钱

精盐.....一两
醋.....五两
五香粉.....二钱
葱花.....五两
咸韭菜段.....二两

* 系用沙蒿籽磨成的细面。沙蒿是生长在沙滩中的一种野生草本植物,通称蒿子。沙蒿籽状如小米,黑色,有很大的粘性。

制 法

1. 将鲜羊肉洗净，切成二分厚、四分宽、六分长的小块（每斤约五十余块），把熟羊油放入锅内，旺火烧至八成熟时加入咸面酱，炸熟后放入羊肉，边煸边搅。约十分钟后，再加适量的水（立冬后不需加水），用小火焖煮，直至肉酥烂后，加入五香粉和精盐（八钱）搅匀，盛入盆中，即成干豇臊子。

2. 把荞麦面粉和沙蒿面倒入盆中混匀，用水三斤（夏季用凉水，春秋用温水，冬季用热水）将面和硬揉软，然后把面块分别揉成直径三寸、长约四寸的面团，逐块放进架在开水锅上的饸饹床^⑦的圆孔里，压杆下压，饸饹即由床下铁算子的细孔中被挤出，落入锅中。待锅烧开后，饸饹飘起即熟。然后用笊篱顺锅边将其捞出，挑入冷水中泡凉，再按每份五两水面捞入碗中，滗干水分备用。

3. 炒锅内加入煮饸饹的汤，用旺火烧开，放入羊肉臊子约一两，锅开后，放入精盐、油泼辣子、葱花少许（这是一碗饸饹的臊子）。另置一开水锅，将饸饹逐碗放入笊篱中，在开水锅中涮热，倒回碗中，浇上烩好的臊子，加适量的醋和少量咸韭菜段即成。

特 点

饸饹细长绵软，臊子酥烂，汤味辣香，为陕西韩城市传统风味小吃。

一二、西安羊肉小炒煮馍

原 料（制九十碗）

净羊肉·····三十斤	五香粉·····五两
全羊骨架·····二副	红醋·····五两
水发粉丝·····六斤	味精·····六两
蒜苗丝·····十斤	绍酒·····二两
香菜末·····二斤五两	菜籽油·····一斤五两
酱油·····三斤	熟羊油·····六斤
精盐·····二斤	

制 法

1. 把羊肉漂洗干净，沥干水分，切成六分见方、二分厚的片。炒锅内加入菜籽油，旺火烧热，下入肉片。用手勺不断搅动，待水分挥发后，把酱油（二斤五两）顺锅沿周围浇入锅内，继续搅动，约两分钟后下入五香粉，翻炒至酱油汁干时，加入开水六十斤。转用小火，煨至肉有五成熟时，下入精盐（一斤五两），仍用小火煮三至四小时。当肉酥烂后，撇出浮油，用铁漏勺将肉片捞出，放在筛子里。再将锅里的原汁汤舀入盆中。

2. 将羊骨用清水浸泡一小时，捞出，洗净、砸断，放入锅中，加水二百斤，旺火熬三小时，撇去浮油。将汤盛入一盆中。

3. 炒锅置旺火上，加熟羊油少许，下入蒜苗及肉片（二两）煸炒几下，加适量的绍酒、酱油和醋，再放入骨头汤和原汁汤（根据馍的多少确定汤的多少）。待汤滚沸，加入粉丝和顾客掰好的饅头③块，煮约两分钟后，加入少许精盐、味精、香菜末，淋入熟羊油（三钱），舀入碗中即成。

特 点

肉酥烂，味浓香，为西安市回民小吃之一。

一三、西 安 梆 梆 肉

梆梆肉，是由猪内脏熏制而成的一种传统风味小吃，距今已有近百年的历史。它最早出现在西安东关和南城柏树林一带，经营者出售时身背椭圆形木箱，手执“木鱼”状的木梆梆边敲边喊，沿街售卖，故而得名。西安东关合作食堂杨四彦师傅制作此肉已有近四十年的历史，在群众中享有盛誉。

原 料（制七斤）

猪大肠·····	二斤	猪肺·····	二斤
猪肚·····	二斤	精盐·····	一斤二两
猪心·····	二斤	芝麻油·····	三两
猪肝·····	二斤	调料包* ·····	一只

制 法

1. 将猪内脏涮洗干净，肠子、肚子要翻洗两次，撕去肠壁上的油。然后把猪内脏逐一在开水锅中微煮，即捞，其顺序是先煮肠、肚，后煮心、肝，最后煮肺。捞出后，用凉水再漂洗一次，将肠壁、肚子上的污秽，择洗干净，将肺切开。在大铁锅内加入清水约五十斤，下入猪内脏，锅开后撇去浮沫，再放入精盐、调料包，煮约两小时至八成熟时，捞出，分别摊放在筛子里。晾凉后，擦去粘附在上面的浮沫，平放在专用的铁丝编制的笊子上。

* 系用净纱布缝制一个小袋，内装花椒、桂皮、小茴香、丁香、良姜、草果各一钱，封口即成。

2. 用砖在地面砌成直径二尺、高二尺的圆形炉灶，周围封严，即成熏炉。熏制方法是：先在炉底垫一层炉灰，然后将柏木锯末二斤平摊在炉灰上，用木炭火将锯末引着。待燃烧一半时用铁勺搅拌（使逐渐燃烧），这时再将柏木锯末二斤平撒在上面，待烟起（注意不能使其燃起火苗），将猪内脏连同铁丝笊子放在熏炉上，加上木笼盖。十分钟后，待炉内发出“嘎吧”声时，将铁丝笊子端离熏炉，取下笼盖，用净布将内脏上的灰擦净。如外表颜色已呈褐红色时，将肉翻个过，再将柏木锯末一斤撒在熏炉内，再次将铁丝笊子移放在熏炉上，盖上木笼盖。继续熏约十分钟，至猪内脏全部成褐红色时，取离熏炉，用刷子在肉面上刷一层芝麻油即成。

特 点

色泽红润，肉嫩味醇，熏香浓厚。

一四、西 安 粉 蒸 羊 肉

原 料（制十份）

净肥绵羊肉·····	一斤	五香粉·····	二钱
面粉·····	七两	精盐·····	五钱

制 法

1. 将绵羊肉洗净，切成一寸二分长、五分宽、二分厚的片，放入大瓷盆内，加入五香粉、精盐，用双手搅拌均匀，渍五分钟。然后加入清水约三两继续搅拌，随之先倒入一半面粉，拌匀后，再将所余面粉全部倒入，并迅速用双手搅拌至面粉粘附在肉上时为止。

2. 在蒸笼里铺上湿屉布，将拌好的肉平摊在屉布上，约铺二寸厚，要摊的松、有空隙。锅内加水，放上笼屉，用旺火烧开，约蒸二个半小时即成。此小吃可以单食，也可以用馍夹着吃。

特 点

油润酥绵，味鲜喷香。

一五、三 原 粉 蒸 肉

原 料（制十份）

去骨猪肋条肉·····	一斤五两	精盐·····	四钱
面粉·····	一两五钱	姜末·····	二钱
花椒粉·····	一钱五分	绍酒·····	二钱

制 法

1. 将猪肋条肉涮洗干净，沥干水分，切成一寸八分长、八分宽、一分厚的片，放入盆内。加入精盐、花椒粉、姜末、绍酒，用手搅拌均匀。渍半小时后，在盆内再加水三两，和肉片搅匀，再倒入面粉搅拌至面粉粘满在肉片上即可。

2. 在笼屉里铺上湿布，将肉片平摊在上面，加盖，置铁锅上，用旺火约蒸二小时。待肉熟后，用筷子将蒸肉略加搅动、拨散。出售时，装入盘中。

特 点

肉绵软，味醇香。各店多在傍晚设摊供应，为陕西关中群众所喜爱的大众化小吃。

一六、三原笼笼肉

原 料（制十碗）

猪硬肋肉(带皮带骨)·····三斤	五香粉·····三钱
大米·····六两	精盐·····六钱
甜面酱·····一两	绍酒·····六钱
辣子酱·····三两	姜末·····六钱

制 法

1. 把猪肉漂洗干净，剔除排骨，将肉切成二寸长、二分厚的片，排骨剁成五分长的块，一起放入盆中。大米用水浸泡四小时，碾成米糝。在辣子酱里掺入清水五两，和匀，用细竹筛过滤后，与精盐、五香粉、绍酒、姜末、甜面酱、大米糝搅拌均匀，随后和肉片、排骨拌合在一起，备用。

2. 取直径约三寸的小碗十个，将拌好的肉片、排骨分匀装入碗内，排放整齐（每碗先放肉片四至五片，再放排骨约二至三块）。然后，将肉碗摆放在蒸笼上，用旺火约蒸五十分钟即成。吃时扣入小碟内。既可单吃，也可用薄饼夹食。

特 点

肉味香辣，肥而不腻。

一七、三原羊肝夹馍

原 料（制五份）

鲜羊肝·····	一斤	绍酒·····	五钱
香菜·····	一斤	葱末·····	二钱
粉丝·····	三两	姜末·····	二钱
五香粉·····	一两	味精·····	三分
精盐·····	二钱	菜籽油·····	三两
酱油·····	二两		

制 法

1. 将羊肝洗净，撕去皮膜，用手勺或汤匙将羊肝刮成碎屑，放入碗内。把香菜切成二分长的段。粉丝用开水泡软后，切成一寸长的段。

2. 炒锅内放入菜籽油，旺火烧至七成熟，下入羊肝，加五香粉、葱末、姜末、绍酒、精盐、酱油，炒至羊肝成米粒状时，改用小火，放入香菜、粉丝，炒三、四分钟后加入味精，即可盛入盘中。

3. 将新烙制的直径约二寸的圆饼，由横面从中间剖开至四分之三，然后夹入炒好的羊肝约一两半，即可食用。如系凉饼，夹入羊肝后可上笼约蒸五分钟，饼热透后即可食用。

特 点

肝屑如粉，味道浓厚，鲜香异常，系三原县驰名小吃。

一八、大荔水磨丝

原 料（制一盘）

猪耳朵·····三只(净重约七两)	芝麻油·····五钱
鸡蛋·····半个	芝麻酱·····五钱
蒜苗·····二分	芥末·····三分
精盐·····五分	姜丝·····一分
醋·····一两	

制 法

1. 将猪耳朵刮洗干净，放入肉汤锅中，中火煮至八成熟，捞出，搋干水分，用重物压平，晾凉。把鸡蛋摊成蛋皮。

2. 将猪耳朵耳根向外扣放在砧板上，根据耳朵的形状，先由耳根开始，由外向里用平刀法片成纸一样的薄片，每只耳朵可片十八至二十片，然后切成细如线的丝。将鸡蛋皮、蒜苗也切成极细的丝。

3. 将猪耳朵丝同姜丝搅拌均匀，整齐地装入盘中，摆成塔形，接着撒上蒜苗丝，再撒上鸡蛋皮丝。

4. 将精盐、醋、芝麻油、芝麻酱、芥末放在同一小碗中，制成调料汁。吃时从盘的一边徐徐倒入搅匀即成。

特 点

加工精细，脆韧兼有，清爽利口，是佐酒的良菜。

一九、西安羊肉丸子胡辣汤

原 料 (制十碗)

净羊肉·····	五两	精盐·····	一钱五分
干淀粉·····	四两	酱油·····	一两五钱
土豆·····	八两	五香粉·····	三钱
腐竹·····	二两	胡椒粉·····	五分
粉条·····	一两	熟羊油·····	六钱
青菜·····	一斤八两	辣椒油⑧·····	五钱
蒜苗·····	二两		

制 法

1. 将羊肉洗净控干水分，剁成肉茸，然后加入干淀粉（五钱）、五香粉（五分）、精盐（五分）、清水一两，用力搅打均匀，捏成如白果大的丸子。把粉条用开水泡发。腐竹用温水浸泡发软，切成半寸长的段。将土豆洗净，切成四分大的滚刀块。蒜苗、青菜洗干净，切成半寸长的段。

2. 铁锅中加水六斤，用旺火烧开，将丸子逐个下入，待全部下完，锅开后约煮五分钟，捞出，放入盆中待用。原汤中下入土豆块、腐竹段，烧开，下精盐（一钱）、酱油、五香粉（二钱五分），加入卤汤（煮腊羊肉的汤），待土豆煮熟后，放进丸子、粉条、蒜苗、青菜稍煮，将干淀粉（三两五钱）加清水六两和成糊，调入锅内，搅动呈糊状时，倒入熟羊油、胡椒粉，搅匀即成。

3. 辣椒油^⑧的用量可根据食者的爱好，随意调用。

特 点

取料多样，制法精细，味道鲜香浓醇。

二〇、西安羊肉疙瘩

原 料（可制疙瘩五百六十个）

鲜羊肉·····	三斤五两	酱油·····	七两
面粉·····	七斤	精盐·····	一两五钱
白菜·····	十斤	芝麻油·····	四两
葱·····	二斤	五香粉·····	二两
生姜·····	二两		

制 法

1. 将羊肉剔骨，洗净，切成小块，绞碎，放入盆中。把生姜切成末，大葱切碎与精盐、酱油、五香粉一起拌入羊肉中。把白菜剁碎，挤去水分，与羊肉搅拌成馅。

2. 把面粉放入盆里，将清水三斤分次倒入，先拌成面絮，再搓成面团，调软揉光，然后将每两水面分成八个面剂。擀制成饺子皮，放上馅子，用两手拇指与食指将边掬起，捏成如核桃大小的圆形羊肉疙瘩。

3. 大铁锅内加入适量的水，用旺火烧开。下入疙瘩，用手勺顺锅底推动，待疙瘩漂起，注入凉水并搅动，锅开后捞出。放案上用芝麻油少许拌匀，晾凉，放在大瓷盘中。

4. 吃时可用调料汤把疙瘩焯热，加入醋、葱花、辣椒等调料，即可食用。

特 点

皮韧馅嫩，汤酸辣。其形近似疙瘩，故名。

二一、西 安 大 肉 饼

西安大肉饼是一种历史久远的传统小吃，距今已有一千多年的历史。它是在油酥饼*中加入猪肉烙制而成的。据说这种饼的制法是在〔唐〕段公路《北户录》里记载的“白肉胡饼”的基础上演变而来，现在仍保持着原有的风味特色。

原 料（制三十个）

上白面粉·····	三斤	葱花·····	九两
面粉·····	四两	大红袍花椒粉①·····	二钱
碱面·····	五分	精盐·····	三钱
肥瘦猪肉·····	一斤八两	菜籽油·····	一斤

制 法

1. 先将上白面粉放入盆内，倒入溶化好的碱水和适量温水（冬季摄氏四十度、夏季摄氏二十度），搅成面絮，再加水和成软面团（每斤面约用水六两），揉搓均匀。

* 参见本书“西安油酥饼”。

2. 炒锅置旺火上，倒入菜籽油（一两五钱），烧至七成热。将炒锅离火，陆续倒入面粉，边倒边搅至面粉与油调和均匀，制成酥面，倒入瓷盆中。

3. 将面团搓成条，揪成重一两六钱的面剂，再搓成长约五寸的条。全部搓完后，在上面抹一层油，叠放起来，使面回饧。

4. 把肉绞碎后加花椒粉（一钱五分）、精盐（二钱）搅拌均匀，制成饼馅。将剩余的花椒粉、精盐混合成椒盐面。

5. 将面剂一个放案板上，先用手指压平，再用小擀面杖擀成长七寸、宽



三扇鏊

三寸的片，然后取饼馅（六钱）放在皮面的一端摊平，再取葱花（三钱）放在馅上，撒椒盐粉少许，随即将馅包住。在皮面一端抹一层酥面。这时用右手拿起包馅的一端，趁着手劲边抻边卷（抻的越薄越好），卷好后用左手握住，用右手捏住下端，稍扭后向上一顶，放在案板上，用手压平（要求中间薄、四周厚，直径约三寸左右），即成饼坯。依次制完。

6. 在三扇鏊^⑨（如图）里放些菜籽油，烧热，再将肉饼坯放入。烙烤至上色发脆时，翻个过，当两面焦黄时即成。

特点

色泽金黄，外皮酥脆，层多馅香，是当地群众非常喜爱的小吃。

二二、西安小笼蒸饺

原 料（制三笼）

上白面粉·····	九两	甜面酱·····	五钱
生猪肉·····	二两	精盐·····	六分
熟猪肉·····	四两	绍酒·····	二分
鲜韭菜·····	一斤	五香粉·····	二分
芝麻油·····	三两	生姜·····	二分
酱油·····	五钱	味精·····	五分

制 法

1. 先用滚开的肉汤将面粉（六两）烫成面絮，其余面粉用温水搅成面絮。然后把两种面揉合成面团，揉搓均匀，用湿布盖好。

2. 把熟猪肉切成绿豆大的丁，放入锅内，加芝麻油（一两）、精盐（二分）、味精（二分）、绍酒，小火煸炒约一分钟，舀入碗中。另将生猪肉剁碎，韭菜切成一分长的段，生姜切成末。然后将生、熟猪肉末倒入盆中，加入芝麻油（二两）、味精（三分）、五香粉、精盐（四分）及姜末、酱油、韭菜、甜面酱，搅拌成馅。

3. 将和好的面团再加揉搓使其回饧后，搓成细条，揪成六十个面剂，擀成面皮，加馅包成饺子，每二十个装入一个特制的方形小笼*内，用旺火蒸约十分钟即可。

* 系用柶木或桦木制八寸见方、一寸半高的小方笼。

特 点

此蒸饺皮面用荤汤烫制，馅用生、熟猪肉和多种配料拌成，因此，皮光柔，馅松软，味足厚，鲜香隽永。

二三、乾 州 鸡 面

原 料（制二碗）

当年活公鸡	姜末·····一钱
·····一只(重约三斤以上)	蒜苗丝·····二钱
熟猪肉丝·····一两	葱丝·····二钱
虾米·····二钱	熟猪油·····二钱
干淀粉·····二两	味精·····一分
水发木耳·····一钱	精盐·····一钱

制 法

1. 将干淀粉研为极细的粉面，把过罗筛出的细粉放入碗内。

2. 将鸡宰杀后，不开膛、不褪毛，趁体温未下降前，立即割下鸡胸脯肉，把肉放在砧板上，迅速用刀背边砸边抽肉筋，直至砸成肉茸，分成四份，撒上干淀粉。

3. 在案板上铺一张宽二尺、长三尺的较厚的净纸，在纸上撒一层干淀粉。放上鸡肉茸一份，用棒槌*边擀边撒干淀粉，把肉茸擀成直径约一尺五

* 系用来捶打物品的圆木棒，多用来洗衣服。一般用枣木制成，长约一尺五寸，直径约一寸半。

寸的极薄的片（擀时要快，要在一、二分钟内擀成），切成形如韭菜叶的条，下入滚水锅里焯后捞出，放入清水里浸凉，再捞入碗内。另三份鸡肉茸，也用同样方法制成。这样便制成四碗鸡肉面，分别浇入白肉汤少许，上笼蒸约二十分钟取出。分别扣入两个大碗内。

4. 炒锅内放入白肉汤三斤，用旺火烧开，下入精盐、虾米、熟猪肉丝、水发木耳、姜末、味精、蒜苗丝、葱丝，按季节放入适当青菜。汤开后，浇入鸡面碗内即成。

特 点

色白肉嫩，形似面条，汤清味鲜，营养丰富，为陕西乾县传统风味食品。

二四、西 安 馄 饨

馄饨在我国已有一千多年的历史。南北朝有偃月形馄饨。

唐代有“生进二十四气馄饨”，花形用料各不相同。据〔唐〕

《酉阳杂俎》中记载：长安肖家馄饨，漉去汤可以煮茶。意思是说，把馄饨汤倒出来可以泡茶。时至今日，西安馄饨仍然保持着唐代肖家馄饨的特点，以制作精细、汤清味鲜而著称。

原 料（制五十碗）

上白面粉·····	五斤	净肥母鸡·····	二只
净猪肉（肥二瘦八）·····	三斤	猪骨头·····	五斤
虾米·····	三两	鸡蛋·····	三个

韭黄·····	一斤	姜末·····	一钱
紫菜·····	二钱	味精·····	六钱
白酱油·····	一斤	鸡蛋清·····	三个
绍酒·····	三钱	胡椒粉·····	五钱
精盐·····	二两	芝麻油·····	三两

制 法

1. 备温水二斤，用其六成和鸡蛋清将面粉拌成面絮，再加二成水搓成硬面团。饧五分钟后，用所余二成水调软、揉光。擀成长方形面片，然后用两根擀杖从面片两端卷起，反复擀至其薄如纸时（擀时用干淀粉作饹面）折叠起来，切成二寸见方的面片（每两水面约切八至十个），即成馄饨皮。

2. 将猪肉剁成茸，加入姜末、绍酒、精盐（一两），拌匀后再分次加入清水五两，搅至肉、水溶和，然后加芝麻油（五钱）、味精（三钱）搅匀，制成馅子。把虾米（湖米）用水漂洗干净，韭黄切成三分长的节，鸡蛋摊成蛋皮，将其与紫菜都切成二分宽、一寸长的丝。

3. 铁锅中添入清水约八十斤，把净母鸡、猪骨头洗净，放入锅中，旺火烧开后，改用小火熬约五个小时，撇去浮油，舀入另一锅中，对入适量的开水，坐小火上备用。注意，一定要保持汤色清亮。

4. 取馄饨皮一摞，逐个包入馅子（约七分重），裹成馄饨，下入开水锅中（每碗约十二个）。在碗中先舀入鸡汤，加酱油、精盐、味精少许。锅开后，将馄饨捞入碗中，上撒虾米、鸡蛋皮丝、紫菜、韭黄节、胡椒粉各少许，淋上芝麻油即成。

特 点

汤清鲜，皮薄韧，馅香嫩，老幼咸宜。

二五、户县辣子疙瘩

原 料（制十碗）

上白面粉·····	一斤	小白菜·····	四两
净猪臀尖肉·····	一斤五两	蒜苗·····	二两
油泼辣子 ^⑥ ·····	四两	精盐·····	一两四钱
水发香菇·····	五钱	甜面酱·····	二两
虾米·····	五钱	碱面·····	一钱
五香粉·····	一两	醋·····	三两
韭菜·····	二两	菜籽油·····	五两

制 法

1. 将虾米切成丁；香菇、猪肉分别切成米粒大的和四分大的丁；蒜苗切成五分长的丝。炒锅内放入菜籽油，用旺火烧至八成热，倒入猪肉丁，煸炒五分钟，烹醋（一两），翻炒几下，下入甜面酱（二两）、精盐（五钱）、虾米丁（二钱）、五香粉（五钱），加肉汤一斤，改用小火煨炖至熟烂后出锅备用。

2. 将碱面、精盐（三钱）用温水四两化开，倒入面粉中和成面团，揉到搓光，回饧十分钟后，擀成约一分半厚的薄片，切成二寸大的三角形面片，共六十片。把韭菜、小白菜择洗干净，剁碎，加入五香粉（五钱）、虾米丁（三钱）、精盐（二钱）搅拌成馅。包疙瘩时，把馅放在面皮上，将面皮的一角回折在面皮的三分之二处，然后将另两个角都向里回折。压牢，即成“疙瘩”。

3. 在锅内放入肉汤七斤，用旺火烧开，下入疙瘩。汤开后，放入精盐

(四钱)、醋(一两)、油泼辣子^⑥和肉臊子,煮二分钟后,放上香菇丁、蒜苗丝,分别盛入十个小碗中即成。

特 点

疙瘩馅心清素,臊子肉丁酥烂,酸辣香味扑鼻,油大而不腻,宜于泡馍,冬季食之最佳。此小吃距今已有一百多年的历史。

二六、渭南时辰包子

久负盛名的渭南时辰包子,始于清乾隆年间。到一九〇三年(清光绪二十九年),渭南县城南村张坤制作的包子特别鲜美味长,食客络绎不绝。每日时辰(上午九时止)一过,便买不到包子,因而有人称它“时辰包子”。而后约定俗成,远近传颂。

原 料 (制一百个)

上白面粉·····	五斤	自制调料面* ·····	六钱
面粉·····	三两	碱面·····	三钱
新鲜猪板油·····	三斤	菜籽油(贮存三年的陈菜籽油)	
大葱·····	三斤	·····	八两
精盐·····	六钱		

* 系采用花椒三钱三分、桂皮七分、八角七分、小茴香三分、萝卜二分、草果二分、砂仁二分、豆蔻二分、丁香二分混合研制成面即成。

制 法

1. 将猪板油撕去皮膜，切成二分见方的小丁。放入精盐、自制调料面拌匀，再加面粉、菜籽油各三两，继续搓拌至面粉裹匀油丁，即成油馅。

2. 先将大葱剥净，去其叶留其白，再用利刀切成薄片，放在油馅上。然后加入菜籽油（三两五钱），将馅拌匀待用。

3. 不同季节的和面方法：

春、秋季。用酵面三斤五两，水面一斤五两；气温高时用碱面三钱（一般气温用碱面二钱五分）化成碱水对入面团中；用二成热水和面。

夏季。用酵面、水面各二斤五两五钱；碱面三钱，化成碱水后使用；用凉水和面。

冬季。用酵面四斤五两，水面五两；碱面三钱，化成碱水，用七成热水和面。

4. 切面团一块，搓成直径一寸的条，揪成每个重八钱的面剂，拍成圆片，包入油馅（六钱），用两手将皮边向上一掬，将馅包严捏紧，成“僧帽”形。

5. 取笼屉两个，用菜籽油（一两五钱）将笼屉箅子擦匀。然后每屉均匀地排放包子五十个。待水开上笼，自蒸气上足后，再蒸二十五分钟即成。

特 点

面细皮白，包子成“僧冠”状，油渗包底色金黄，香飘招徕行人步，油而不腻味道长。

二七、西安朱家包子

朱家包子，创始于清代光绪年间，其品种多样，风味各异。百余年来，经过不断的改进提高，已成为驰名的小吃品种。

朱家包子包括猪油包子、大肉包子、白糖包子、地软包子四种，下面分别加以介绍。

(一) 猪 油 包 子

原 料 (制二十二个)

上白面粉·····	二斤	猪板油·····	八两
熟面粉·····	三两	大葱·····	二两
酵面·····	二两	五香粉·····	二钱
碱面·····	二钱	精盐·····	五钱

制 法

1. 和面用水要分季节，冬季用热水、春秋季节温水、夏季凉水，每斤面约用水五两。前一天晚上将面粉(一斤)加入酵面用水半斤和匀，放温暖处使之发酵。第二天早晨，将剩余面粉加水半斤和匀，与已发酵的面团揉和在一起，再将碱面溶化成水倒入面中，揉匀，收成块，用湿布盖严，饧二十分钟。

2. 将猪板油撕去皮膜，切成二分见方的丁，与熟面粉拌匀。把大葱切

成一分大小，和精盐、五香粉拌匀后与板油丁放在一起，搅拌均匀，即成猪油馅。

3. 把面团分成二十二个剂，擀成皮，取馅(约六钱)放于包子皮上，左手托皮，右手拇指与食指、中指捏皮边，边转动边收口，口收严后将封口向下，在上面正中捏一条棱即成“僧帽”形的油包子。

特 点

油香绵润。

(二) 大 肉 包 子

原 料 (制二十二个)

上白面粉·····	二斤	大葱·····	五两
酵面·····	二两	五香粉·····	一钱
碱面·····	二钱	酱油·····	一两
肥瘦净猪肋条肉·····	七两	甜面酱·····	五钱
水发竹笋·····	五两	精盐·····	一钱
熟猪油·····	五钱	芝麻油·····	一两
姜末·····	二钱		

制 法

1. 和面方法同“猪油包子”。

2. 将猪肉洗净，切成一分半大的丁，放入盆里，加入酱油、精盐及芝麻油(五钱)，腌十分钟。把大葱切成薄片，用剩余芝麻油搅拌，再把竹笋切成一分半大的丁，用熟猪油拌过，放入肉盆内，加入五香粉、姜末、甜面酱搅拌均匀，即成肉馅。

3. 将面团分成二十二个剂子，擀成皮，取肉馅约七钱包入。如前法边

捏边收口，共收折纹约十六个，皱折花纹应向上。

特 点

肉鲜味醇。

(三) 白 糖 包 子

原 料 (制二十二个)

上白面粉·····	二斤	绵白糖·····	八两
熟面粉·····	二两	玫瑰·····	三钱
酵面·····	二两	青红丝·····	二钱
碱面·····	二钱	核桃仁·····	三钱

制 法

1. 和面方法同“猪油包子”。

2. 先将玫瑰、青红丝、核桃仁剁碎，加入白糖、熟面粉拌匀，即成糖馅。

3. 将面团分成二十二个剂子，擀成皮，将糖馅约五钱放包子皮上，收口捏紧、封严，将包子封口处向下，在上面捏成对等的三道梁，使包子如猫头状。

特 点

清香酥甜。

(四) 地 软 包 子

原 料 (制二十二个)

上白面粉·····	二斤	碱面·····	二钱
酵面·····	二两	水发地软* ·····	七两

豆腐……………一斤
葱花……………三两
菜籽油……………一两
五香粉……………三钱

姜末……………三钱
精盐……………一钱五分
味精……………五分

制 法

1. 和面方法同“猪油包子”。

2. 拣去水发地软中的杂质，再用清水淘洗干净，用刀剁碎。将豆腐用开水约煮半小时，捞出，用凉水冰凉，沥去水分，切成一分大的丁。炒锅内加入菜籽油，用旺火烧七成热，放进葱花煸炒一下，倒入豆腐丁，加入五香粉、精盐，翻炒几下。将炒锅离火，倒入地软、味精、姜末及芝麻油，搅拌均匀即成。

3. 包法同“大肉包子”。

特 点

馅心松软，清淡可口。

二八、渭北石子馍

石子馍，起源于石器时代的“石烹”。《礼记·礼运》：郑玄注“燔黍，以黍米加于烧石之上，燔之使熟也。”这是关于石子馍最早的文字记载。唐代叫石鏊饼。〔唐〕元和年间（公元806—

* 地软，又名地耳。《食物本草会纂》载：食耳之属，生于地者也，状如木耳，春夏生，雨后即早采之。味甘寒无毒，能明目益气。

820), 同州府(今陕西省大荔县)曾以石鏊饼向皇室进贡。清代袁枚的《随园食单》里称其为“天然饼”。对于用料及作法均有记载:“泾阳(今陕西省泾阳县)张荷塘,明府家制‘天然饼’。用上白飞面,加微糖及脂油为酥,随意搦(音懦)成饼样,如碗大,不拘方圆,厚二分许,用洁净小鹅卵石,衬而煨(音汉,烧的意思)之,随其自为凹凸,色半黄便起,松美异常。或用盐亦可。”这段记述和今天陕西省渭北石子馍的用料、做法基本相同。

石子馍是关中农村孕妇生产前后常吃的食品,也是亲友间相互馈赠的礼品。因携带方便,经久不变质,深受群众欢迎。

原 料 (制二十五个)

面粉·····	五斤	熟猪油·····	二两五钱
碱面·····	五钱	鲜花椒叶·····	五钱
精盐·····	二钱		

制 法

1. 水面和酵面两掺,随季节调整比例。夏季水面与酵面的比例是三比一;春秋是二比一;冬季是三比二。和面时掺入精盐、碱面、熟猪油、鲜花椒叶,揉匀后,少饧一会,即可使用。

2. 选用如同鹅卵大小、光滑的青石子,先用水洗净,晾干,再用菜籽油涂过(可长期使用)。先将石子放入深边平底锅内,用中火烧至烫手,再用手勺不断翻搅,使受热均匀,然后将烧热的石子,舀出一半,放另一热鏊上保持温度,再将余下的一半平摊锅内。揪二两重的面剂一块,擀成直径约三寸、厚约二分的圆饼,放入锅内石子上,一次可平放饼坯四个。再将舀出的热石子盖在上面,将馍夹在中间,加盖,上焙下烙,约五分钟,用手勺将

上面的石子扒去，这时饼面已呈现有凸凹不平的窝窝形，翻过来再烙十分钟左右即成。烙时动作要快，放馍或翻转时均用手勺舀出石子，这种作法虽然费事，但烙馍的时间较短，熟的快，火色匀。

特 点

酥松茎香，易于消化；携带方便，利于储存。

二九、富 平 太 后 饼

“太后饼”是富平县的风味食品，以其外皮黄焦酥脆，内质层次分明，营养丰富而闻名全省。

“太后饼”这个名称，由来已久。相传西汉文帝刘恒建都长安（今西安）期间，他的外祖母灵文侯夫人，曾建园于怀德县（今陕西富平县华朱公社怀阳城），在那里定居。文帝的母亲薄太后经常由长安去怀德县省亲。随行御厨把烤饼技术传授给当地的村民。从此汉宫烤饼，落户民间，故名“太后饼”。

原 料（制二十五个）

上白面粉·····	四斤五两	八角·····	五分
酵面·····	七两五钱	花椒·····	五分
猪板油·····	二斤	桂皮·····	五分
精盐·····	一两五钱	蜂蜜·····	二钱五分
碱面·····	二钱	菜籽油·····	五钱

制 法

1. 将猪板油撕去皮膜，切成丁。把八角、花椒、桂皮熬成二两调料水。板油丁用刀背排砸成泥，排砸时将调料水及精盐分次加入，然后，再排砸两次，放入盆中。将蜂蜜用水少许调开。

2. 将面粉倒入盆中，加入酵面，用三斤四十度温水将碱面化开，陆续倒入，边倒边搅，然后揉成面团，盖上湿布，约饧三十分钟，取出。

3. 将面团分成五个面剂，用手将面拍平，在案上甩扯成二分厚的长形面片，在上面抹一层板油泥，然后从右向左卷起成圆柱形，搓成长约二尺的条，用手压扁，回叠成三折。再搓压成一尺五寸长的条，揪成五个饼剂，每个剂子竖起，在手中旋转五、六转后，用拇指压住顶端，边旋转边向下按，如此转五、六次，用手拍成直径约二寸的圆饼，即成饼坯。

4. 用木炭火把三扇鏊^⑨加热后，放入菜籽油，在饼坯上面抹上蜂蜜，放入底鏊中，烘烤约十五分钟，呈金黄色时即成。

特 点

金黄酥脆，层次分明，油香可口。

三〇、西 安 油 酥 饼

在唐代，人们把面食统称为“饼”，“入炉熬者名熬饼亦曰烧饼，入笼蒸者名蒸饼，入汤烹之名汤饼，入胡麻者曰胡饼。”

（《事类统编》）。从事这种职业的人叫“饼师”。据《唐书·陈敬瑄传》记载：“（敬瑄）少贱为饼师”。当时长安城里辅兴坊出售的胡麻（芝麻）饼很有名气。白居易在《寄胡饼与杨万

州》一诗中写道：“胡麻饼样学京都，面脆油香新出炉，寄与饥馋杨大使，尝看得似辅兴无？”诗中的“胡麻饼”指的就是芝麻油酥饼。

现在的油酥饼，就是由当时带芝麻的油酥饼演变而来的。

因其层多，又名“千层饼”，是陕西的著名小吃，也常用于馈赠亲友和招待国际友人。

原 料（制五十个）

上白面粉……………五斤
面粉……………八两
碱面……………八分

花椒盐……………五钱
菜籽油……………一斤五两

制 法

1. 在炒勺内放入菜籽油（五两），用旺火烧七成热后，炒勺离火，陆续倒入面粉，边倒边用擀面杖搅拌，直至面粉与油拌匀，倒入瓷盆内。

2. 用温水一斤半将碱面化开。瓷盆内倒入上白面粉，注入碱水，先搓成面絮，再用三十度的温水五两，陆续倒入面内。先揉成硬面块，再反复揉搓至皮面发光，然后将温水三两用拳头边蘸边在面块上用力榨压，使水分全部渗入面内。再反复揉搓至盆壁与面团都已光滑时，将面取出放案上，先用两手折叠、揉搓成椭圆形后，再进行盘揉。即左手侧立，虚拢面团，右手掌向下，用力由里向外再由外向里反复揉搓（如图1）约四、五次，再分揪成五十



图1 西安油酥饼盘揉

个面剂。然后，将面剂逐个搓成三寸五分长的条，抹上油，用布盖好。

3. 取面剂一个，放案上压扁，用小擀面杖擀成宽三寸、长八寸，鱼脊般的片，抹上约二钱油酥面，撒花椒盐(一分)，然后右手将右边的面头拾起，向外扯一下，扯至约二尺五寸长，再将扯开的三分之二回折三、四折(如图2)，每折长约六寸。再由右向左卷拢，卷时右手将面剂微向右上方拉长，左手拇指与食指将面剂边向宽处拉扯，此时右手则陆续向左卷拢，边卷边在面片上抹油。最后收卷成蜗牛状，即成饼坯。

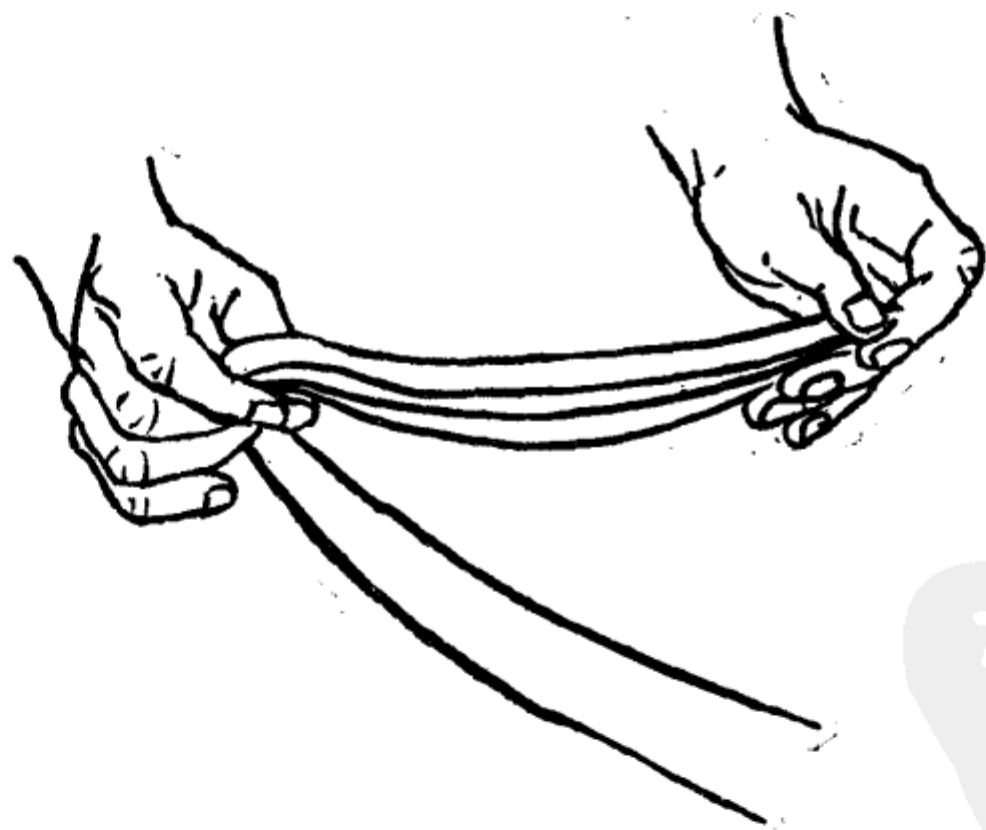


图2 西安油酥饼回折

4. 在三扇鏊^⑨底鏊内倒入菜籽油(一两),用木炭火加热,待油烧到七成热时,用手指将饼坯压成直径约二寸的小圆饼。逐个面向下排放在底鏊内,每次可放十至十五个。底鏊火力要均匀,上鏊火力要集中。鏊中温度要达到摄氏一百五十度,饼坯才能烘起。三分钟后,提开上鏊,淋入菜籽油(一两),逐个按火色调换位置,翻转后继续烘烤(烘烤时要勤翻动,以保证火色均匀)。约烤十二、三分钟即成。

特 点

酥脆黄亮,油润喷香。

三一、三原泡泡油糕

三原泡泡油糕是陕西著名的风味小吃,据说唐朝仆射(即宰相)韦巨源曾用此糕宴请皇帝。此糕制作独特,其色乳白,糕面有隆起的松泡,故名;其味香甜,入口即消;其形玲珑剔透,酷似巧制绫花。

原 料 (制二十个)

上白面粉……………二斤
熟猪油……………五两
白糖……………七两
黄桂酱^⑩……………二钱

玫瑰酱^⑪……………六钱
核桃仁……………八钱
熟面粉……………二钱
花生油……………四斤(实耗五两五钱)

制 法

1. 将清水一斤六两,在锅内烧开,加入熟猪油,用勺子搅动后,将上

白面粉倒入锅内，立即改用小火。随后用勺子将油、面搓拌均匀。当面烫熟后从锅中取出，摊放在案上，晾凉。再用凉开水五两，分数次加入面中，反复揉搓成软面团时为止，即成烫面。

2. 把白糖、黄桂酱^⑩、玫瑰酱^⑪、核桃仁、熟面粉掺在一起，搅拌均匀，制成黄桂白糖馅。

3. 将烫面揪成重二两的面团，用手拍成约五分厚的片，放入黄桂白糖馅约一汤匙，收口捏严，按成扁圆形，成为糕坯。

4. 在平底锅内，倒入花生油，用旺火烧至六成熟时，下入包好的糕坯，用筷子拨动，待糕坯上面慢慢冒出气泡时，将油糕推至锅边，再炸三、五分钟，捞出即成。

特 点

色泽乳白，味香形美，绵软酩甜，入口即化。

三二、定 边 糖 馓 子

馓子，历代叫法不一。《晋书》中有“寒具”之称，《齐民要术》和《食经》又称“环饼”，《楚辞》里叫“飧飧”。

《山家清供》和《本草纲目》又有这样的记述：以糯米和面，加入少量的盐或糖，牵索纽捻成环钏之形，麻油煎成，可留月余，宜禁烟火。刘禹锡佳话有寒具诗云：纤手搓来玉数寻，碧油轻醺嫩黄深，夜来春睡浓于酒，压匾佳人缠臂金。此小吃原是古代“寒食节”的专用食品，现已发展成为四季佳点。

原 料（制五十个）

上白面粉·····五斤	鸡蛋·····五个
红糖·····二两五钱	花椒·····一两五钱
菜籽油·····五斤(实耗一斤一两)	糖精·····三分

制 法

1. 将花椒放入二斤开水中，约熬两分钟，离火，捞去花椒，将水晾凉，即为花椒水。

2. 面粉放入盆中，加进菜籽油(三两五钱)，将鸡蛋打散，把糖精、红糖在花椒水中化匀后，与鸡蛋先后倒入面盆中搓拌成面团（鸡蛋可使食物松软起泡，红糖、花椒水可使面团上色，起酥）。将面团取出放案板上，用木杠压或用手揉至面团起许多小泡时，分块搓成大圆条，再揪成每个重约二两的面剂，逐个揉成中心凹陷的圆饼，抹上油，挨个摞放起来，再擀一张薄面片盖在上面（使面剂不易干缩），饧半小时。

3. 取面剂一个放案板上，在中心压一小孔，拿在手中捻成环形圆条，再用手掌继续搓成如筷子头粗的大环形圆条，在手上约绕八个圈，然后用两根筷子竿（每根约一尺五寸长）穿起来，向左右两端伸展，使之长度相等后，再折成扇面形，放入六、七成热的菜籽油锅中炸制（炸时油温不宜过热，否则馓子起泡后易爆烈）。当馓子色变红，起满小泡时，捞出即成。

特 点

色泽金红，小泡遍起，酥脆香甜，造型美观。

三三、岐山臊子面

岐山臊子面，是西北地区面条中具有代表性的品种，以其条细长、料重味浓而享有盛誉。关中西府人每遇婚、丧喜事或逢年过节，都以臊子面款待来宾。唐代刘禹锡诗云：“举筯食汤饼，祝辞添麒麟。”宋代苏东坡也有“剩欲去为汤饼客，却愁错写弄麋书。”的诗句。这里所指的“汤饼”就是今天的面条。关于“岐山臊子面”这个名称的由来还有一段故事：相传在很早以前，一家娶了一个聪明伶俐，做事勤快的媳妇。一天，她为公婆做了一次面条，全家食后无不齐声称赞。她的小叔，尤其喜欢。后来，她的小叔在当地做了官。这年春节，宴请了他的同年弟兄，以他嫂子做的面条相款待。吃后，大家一致赞不绝口，从此“嫂子面”便出了名。因“嫂”与“臊”是谐音，以后，人们便叫成了“臊子面”，一直延续至今。

原 料（制二十五碗）

上白面粉·····	五斤	豆腐·····	五两
带皮猪硬肋肉·····	五斤	双倍红醋·····	二斤七两
鸡蛋·····	三个	酱油·····	一斤五两
韭菜·····	二两五钱	精盐·····	五两
水发黄花·····	三两	姜末·····	二两
水发木耳·····	一两	碱面·····	五钱

辣椒油⑧……………一两五钱
细辣椒面……………一两五钱
五香粉……………五钱

味精……………五分
菜籽油……………六两

制 法

1. 将带皮生猪肉切成一分厚、六分见方的片。炒锅内放入菜籽油(二两五钱),用旺火烧七成熟,投入肉片煸炒至七成熟时,依次倒入酱油、五香粉(四钱)、姜末(一两)、精盐(一两五钱)、红醋(一斤)、细辣椒面。每加一种调料,搅动一次,使之入味。加放完毕,煨约十分钟即成。

2. 将豆腐切成三分大的丁,黄花菜切成二分长的段,木耳撕小。锅内放菜籽油(二钱),油热,下入豆腐、黄花、木耳煸炒一下,作为底菜。鸡蛋磕入碗中,打散,摊成鸡蛋皮,切成三分大的象眼块。韭菜切成二分长的段,作为“漂菜”。

3. 用开水二两五钱把碱面溶化后,对入温水一斤五两。面粉堆放案上,先倒入三分之二的碱水,将面粉揉搓成面絮,再徐徐加入剩下的水,调成面团,盖上湿布,回饧半小时。然后经多次反复盘揉,最后揉成长方形的块,擀成半分厚的薄片,切成一分宽的细条。

4. 铁锅内加入清水约二十五斤,用旺火烧开,放入精盐(三两五钱)、红醋(一斤七两)、味精(五分)。汤开后,先倒入辣椒油⑧(五钱),其余(一两)在用汤调面过程中分次加入,即成酸汤。汤始终保持小滚。

5. 锅内加水五十斤,用旺火烧开,下入面条,两滚后,点入凉水少许。捞入冷水盆中,划散。吃时用笊篱捞水面三两在面锅中焯热,盛入碗中,先放上底菜,再放肉臊子约一两五钱,浇上酸汤,然后放上“漂菜”即成。

特 点

此面薄、筋、光、汪(油大)、酸、辣、香。

三四、岐山面筋皮子

原 料（制二十五碗）

上白面粉……………五斤
菜籽油……………四两五钱
辣椒面……………五钱
八角……………五分
草果……………一分

桂皮……………一分
干姜……………一分
小茴香……………一分
精盐……………一两
醋……………五两

制 法



图 1

1. 将面粉用清水（约二斤二两）和成面团，盘软揉光，放入大瓷盆内，倒入清水四斤，用两手将面团托起，用手指与手掌揉洗五分钟，再加清水二斤揉洗（如图1）。如此反复，加水揉洗十数次，直洗到没有淀粉成为面筋块时为止。然后将面筋块用清水冲净，放案板上回汤半小时。

2. 在一个大瓷盆上放上木架，将一百一十号的铜丝罗放木

架上。把淀粉水用水瓢舀入铜丝罗，过滤到盆内，滤出的碎面筋，放在面筋块上，如此过滤五次。大盆内的淀粉水沉淀约三至四小时后，撇去清水及杂质，只留淀粉浆。

3. 将面筋分别揪成约一两重的剂，扯长挽成疙瘩，放入大锅内煮熟，捞出，晾凉后，撕成长约一寸五分、宽约三分的长条，即成面筋条，放入一大筛内。

4. 用口径约一尺八寸的铁锅，放小火上烧热，先在锅底刷一层菜籽油，再用大瓢舀淀粉浆约一斤八两，倒入锅内，立即用一块长方形小木板不断搅动，使淀粉浆凝结成面块。然后用特制的“木泥子”不断推动盘压，使粉浆受火均匀，直至面块约八成熟、有韧性时即可。依此方法，分次将淀粉浆做完。

5. 大案板上放置一块厚约二寸五分、宽约一尺五寸、长约三尺的木板，要平正光滑。给板上抹菜籽油（五钱），放上炒好的面块，趁热稍揉搓，盘光，摆放在木板的一端，用湿布盖上，保持温度。从发热的面块中，揪取约二两五钱的剂，用力揉搓成长约一尺的条，用手拍压成厚四分的面

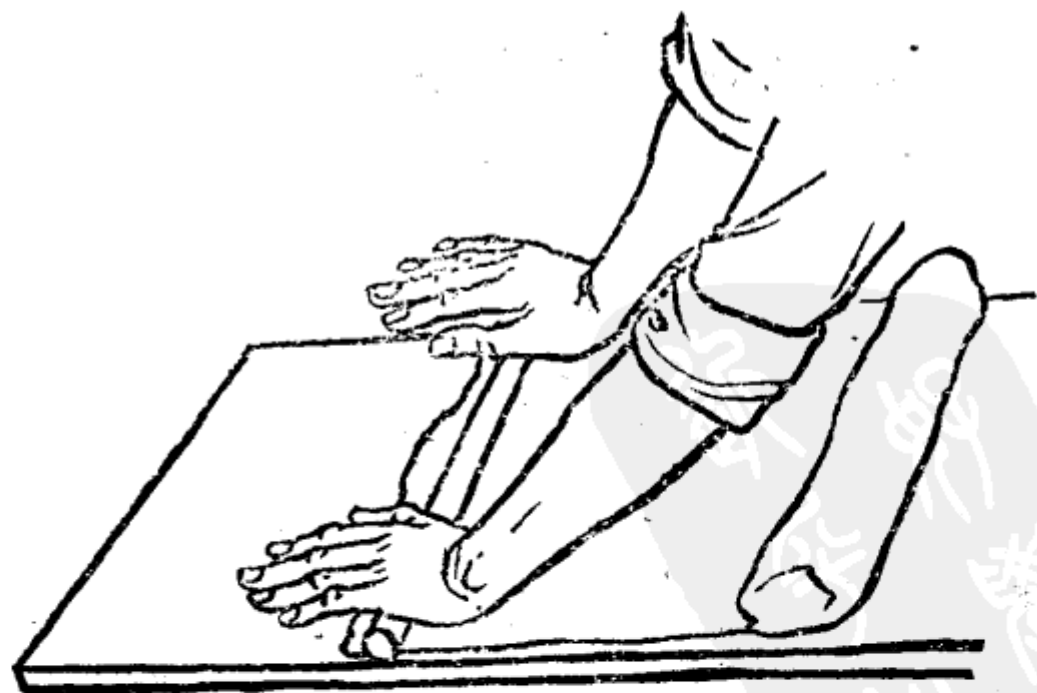


图 2

片，抹上一层菜籽油，然后用直径五分，长一尺的擀面杖，在面片中间一压，就势两臂用力均匀的向前推擀至边缘（如图2），再向后回擀，一次擀成厚约一分的薄面皮，再抹上一层菜籽油，用刀将四周边沿切去，成为一尺见方的面皮片，如此反复制作，一张张摞起备用。

每七张一摞，每摞蒸一屉，上笼用旺火蒸约四十分钟，取出，待凉后，一张一张分开，用成韭菜叶形的条，即成面皮。

6. 将八角、草果、桂皮、干姜、小茴香，研成极细的粉末，配成调料面。炒勺内放入菜籽油（三两五钱），用旺火烧十成热，离火，待油温降至五成热时，加入辣椒面、调料面，将炒勺放回火上，加热至近一百度，即成调料辣椒油。把精盐化成盐水。

7. 取面皮（三两）、面筋条（一两），放入一小锅内，根据食者的口味轻重及爱好，分别调入精盐、醋及调料辣椒油，搅拌均匀，盛入碗内即成。

特 点

面皮菲薄而韧，面筋松软而绵，香辣适口、开胃，为岐山县传统风味小吃。

三五、三原金线油塔

原 料（制二十个）

上白面粉……………一斤
面粉……………四两
猪板油……………八两

五香粉……………一钱
精盐……………二钱

制 法

1. 将上白面粉先用少量温水搅成面絮，揉成硬面团，再蘸水五两调软，盖上湿布，饧五分钟。

2. 把猪板油撕去皮膜，剥成油泥，与五香粉、精盐搅拌均匀。将面团擀成三分厚的方形面片，涂上板油泥（一两六钱），抹平。然后将面片卷起，再擀成约三分厚的片，顺长切成约一分宽的细丝。用手拉长（如图1），在食指与中指上盘绕成圆塔形（每个重约九钱），即成油塔坯（如图2）。一斤面粉可制二十个。

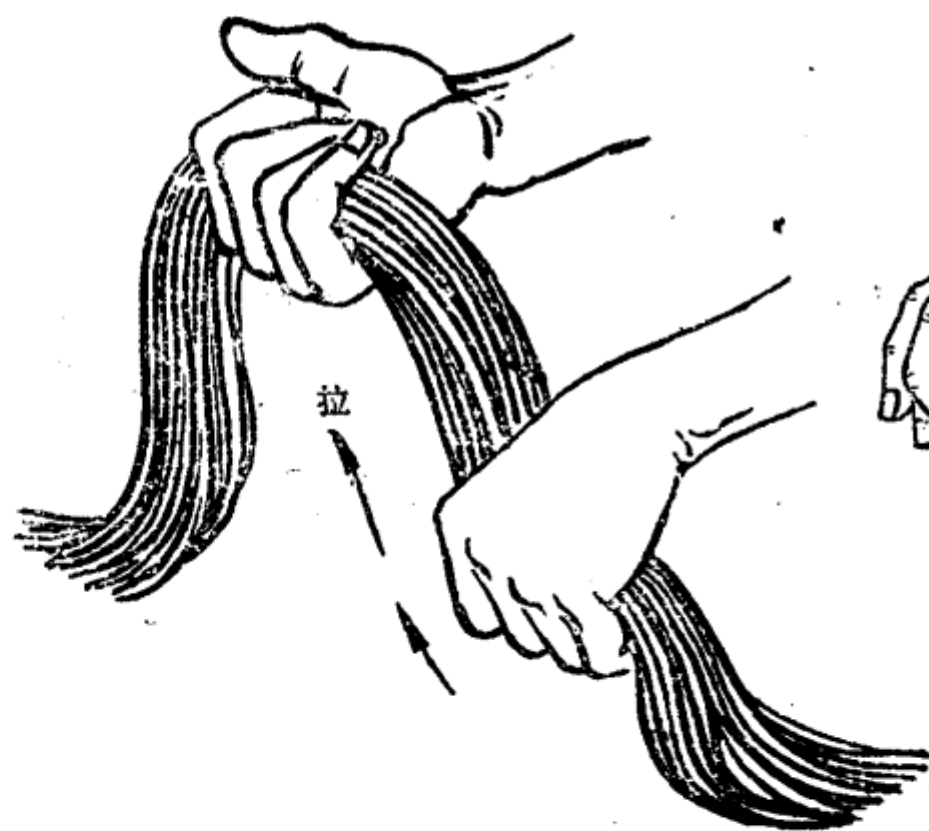


图 1

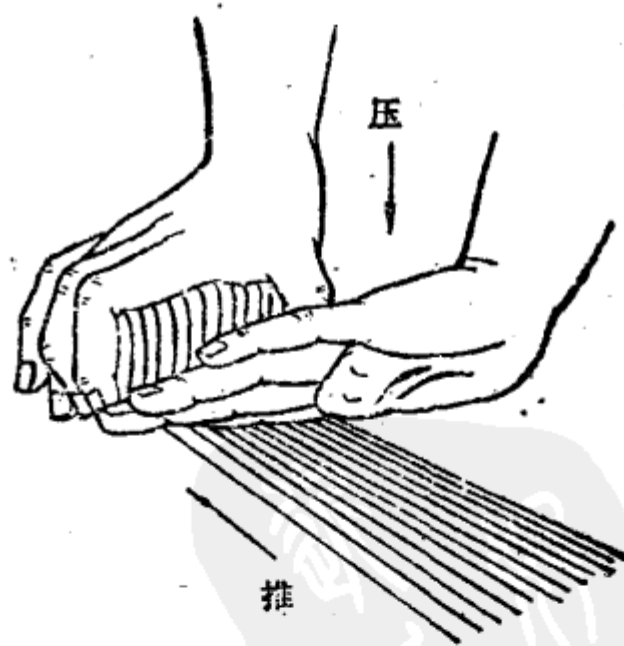


图 2

3. 将面粉和成面团，擀成薄面片两片，一片铺在笼屉上，将油塔坯整齐的摆放在上面，另一片盖在油塔坯上，旺火上笼，蒸约三十分钟即熟。下笼后取掉上面盖的面片，每两个油塔放在一起作为一合，用手略加拍打抖动，使其蓬松，放在盘里。食时如佐以葱节、甜面酱，其味更佳。

特 点

此小吃用猪板油与面粉配制，油脂渗入面内，松软绵润，油而不腻，层多丝细，状如金线，故名。此点为三原县驰名小吃，亦叫千层油饼。

三六、三 原 疙 瘩 面

原 料（制五十碗）

上白面粉·····	五斤	酱油·····	一斤
猪颈项肉·····	四斤	精盐·····	三两
猪腿骨·····	二根	八角·····	二钱
大葱·····	一斤	桂皮·····	二钱
姜末·····	一两	绍酒·····	二两
碱面·····	一两五钱	胡椒·····	一两
醋·····	二斤		

制 法

1. 面粉内倒入清水二斤，搓成絮，把碱面用温水化开，倒入面絮内，揉成面团，反复揉搓，使其光润。盖上湿布，待回汤后，擀成约一分厚的薄面片，再切成一分宽的细面条，备用。

2. 将猪颈项肉去皮后，切成米粒大的丁。炒锅置中火上，倒入肉丁，干煸到水分出净，烹醋少许，加入绍酒、八角（一钱）、桂皮（一钱）、姜末、精盐（二两）、大葱（半斤）及适量的肉汤，改用小火煨约二小时。

3. 在铁锅内放入醋，加五斤水，用旺火烧开，下入猪腿骨，煮半小时，加入酱油、精盐（一两）、大葱（半斤）、八角（一钱）、桂皮（一钱）及胡椒，用旺火烧开后，改用小火烧约半小时，即成酸汤。

4. 铁锅内倒进开水，下入面条，煮一滚，捞入冷水盆中。然后每二两水面用筷子在盆内卷成圆团形，即成疙瘩面。用笊篱在开水锅中一涮，放入碗中。另用小碗盛半碗臊子，再盛一碗酸汤，连同辣椒油小碟同时上桌，由食者自行调制食用。

特 点

此面形如疙瘩，富有韧性，条细匀，其味酸辣可口，并以肉臊子佐食，颇具西北风味。

三七、大荔炉齿面

原 料（制二十五碗）

面粉·····	五斤	笋瓜·····	一斤
猪五花肉·····	一斤	水发黄花·····	四两
鸡蛋·····	二个	水发木耳·····	五钱
油炸豆腐·····	五两	水发粉丝·····	一斤
豆腐·····	五两	咸面酱·····	一两

醋.....一斤
 酱油.....二两
 精盐.....三两
 碱面.....三钱
 五香粉.....三钱
 香菜.....二两

蒜苗.....五两
 大葱.....五两
 辣椒油^⑧.....一两
 葱花油*.....一两
 菜籽油.....五两

制 法

1. 将面粉倒入盆内，取精盐、碱面各三钱放入碗中，用清水三两化开，倒入面粉盆中，随即倒入清水一斤七两，先搅成面絮，再揉搓成面团，直至皮面光亮，盖上湿布，饧约十分钟。

2. 将面团分成十块，每块揉光、揉圆，用手掌旋转按压（如图1），擀成椭圆形薄片（如图2）。先由下向上对折成半圆形再由右向左横着折一下，揭开，在折叠的痕迹处用刀划成两片（如图3），按照原来折叠的形状分别置放，再用刀从离边沿约五分处切一刀，然后约每隔四分宽切成连刀条，上边沿不要切透（如图4），将原折起的双页揭开成单页，即成炉齿面（如图5）。



图 1

3. 卤分“汤臊子”与“花臊子”两种。

汤臊子。锅内添清水五斤，放

* 葱花油制法：锅内放入菜籽油二两，用旺火烧至七成热，下入葱花二两，锅离火，用手勺搅动，喷出葱香味时，即成。

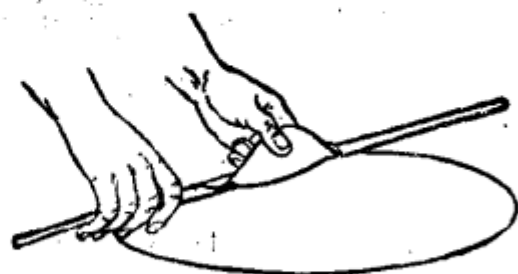


图 2

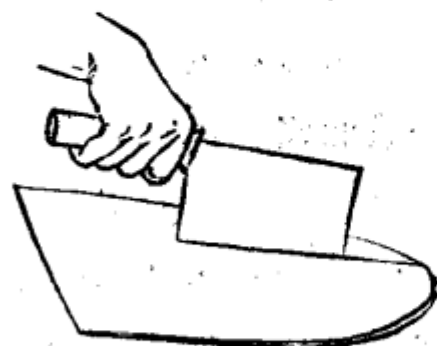


图 3

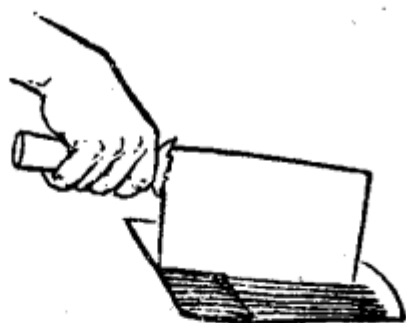


图 4



图 5

入洗净的猪肉，用旺火煮五成熟，捞出，切成三分大的丁。把大葱切成二分长的段，油炸豆腐、豆腐、笋瓜都切成三分大的丁，水发黄花切成三分长的段，水发木耳撕小，水发粉丝截短。

炒锅内放入菜籽油，旺火烧七成热，先下入葱段，煸炒至发黄喷香时，下入肉丁急速搅炒至出油，即下豆腐丁、油炸豆腐丁、笋瓜丁，加精盐（一两五钱）和咸面酱、酱油、五香粉，继续搅炒至菜已入味，倒入煮肉汤，放入黄花、木耳、粉丝，烧开，出锅即成。

花臊子。把鸡蛋磕入碗中，打散。炒锅置中火上，用油滑过，先将鸡蛋放入摊成蛋皮，再切成三分大的象眼片，香菜切成三分长的段，蒜苗切成三分长的坡刀片。

4. 取炉齿面一把（重约五两），下入开水锅中，锅开后，点入凉水少许，再开后，分别捞入两个碗中，调入精盐、醋、酱油少许，浇上“汤臊子”，撒上“花臊子”，最后淋入辣椒油^⑧、葱花油即成。

特 点

面条柔韧光润，臊子香辣味浓，系大荔县传统风味小吃。

三八、三原马鞍桥油糕

三原马鞍桥油糕，距今已有一百多年的历史。此糕最初由合阳人田某在三原县龙桥北端（北城）设店专营，由技师王振海（外号锅锅王）精心制作，每天早晨定时出售，人们称其为“桥上的油糕”。后因其油糕系长方形，状如马鞍，群众遂称

其为马鞍桥油糕，一直沿用至今。

原 料（制一百个）

面粉·····	五斤	核桃仁·····	四两
白糖·····	二斤五两	熟面粉·····	一两
黄桂酱 ^⑩ ·····	一两五钱	菜籽油·····	三斤二两
青梅·····	一两		（实耗一斤五两）
青红丝·····	二钱		

制 法

1. 将核桃仁、青梅切碎，与白糖、青红丝、黄桂酱^⑧、熟面粉拌匀，再加入菜籽油（二两），用力揉搓均匀后，放入盆里待用。

2. 锅内放入约清水四斤，用旺火烧开。将面粉（四斤五两）分次倒入，用擀面杖边搅边加热，待面泛起泡泡，锅离火，再用力搅拌几下，将面取出放在案上，摊成薄面块，晾凉。然后将干面粉（半斤）掺入同量清水调匀，作为水芡，洒在烫面内，揉搓均匀。把面团揪成一斤左右的块排放在案上，用湿布盖好，约饧一小时后，揉搓成长条，每块揪成二十个小块，拍成薄片，每个放入馅子约五钱，用包包子的方法收口捏严，擀成一头厚一头薄的长方形，制成油糕坯。

3. 在平底锅内放入菜籽油三斤，旺火烧六成热，将油糕坯逐个下入，不断用长竹筷翻转，待油糕表面呈褐红色时，捞出即成（在炸制过程中，油温应始终保持七成热左右）。

特 点

色泽黄亮，皮酥内软，芬芳香甜。

三九、榆林马蹄酥

原 料 (制十个)

上白面粉·····	一斤	熟猪油·····	三斤三两
绵白糖·····	三两		(实耗七两)

制 法

1. 用上白面粉(六两), 加入熟猪油(三两)制成酥面。再从酥面中取出三分之一, 与所余上白面粉(四两), 加温水二两揉和均匀, 作为皮面。

2. 将皮面与酥面各分成十份, 每份皮面包入一份酥面, 擀成一尺三寸宽的椭圆形面片, 先从一端折起, 折叠成半圆形, 再折一次, 成为四层。擀成约一尺长、四寸宽的椭圆形面片。然后由一端折卷成一寸宽的卷, 再顺长从中间切开, 刀口向外, 捏着两端, 向中间挽回, 折成马蹄形, 一头蘸些水粘在另一头上, 制成马蹄酥坯。

3. 在炒勺内放入熟猪油(三斤), 用小火烧至三成热, 逐个下入马蹄酥坯, 炸约二、三分钟, 炒勺离火, 停一、二分钟, 待油温略下降后, 再放回旺火上, 待油温升至五成热时, 用筷子拨动翻转马蹄酥坯, 炸至纹层清晰、色白时捞出, 撒上少许白糖即成。

特 点

纹层清晰, 形似马蹄, 香酥绵甜, 色白如玉, 系陕北榆林地区风味食品。

四〇、榆 林 香 哪

原 料（制二十个）

上白面粉·····	一斤	白糖·····	四两
白酒·····	一两五钱	熟猪油·····	三斤二两
			（实耗五两）

制 法

1. 把白酒倒入上白面粉中，搅拌均匀，加入熟猪油（二两），揉搓成絮状，再加入温水二两搓匀，和成面团。将其分成二十个小面团，用湿布盖好，饧五分钟后待用。

2. 取小面团一个，擀成七寸长、二寸五分宽的椭圆形面片，然后顺面片长度，由边向里轻轻卷至中间，再卷另一边，剖面成双环形。然后，将面片叠起，用手轻轻拍平（不能压实），再将卷口向外，用手捏住两端，由外向里的三分之一处朝中间折转，在两端相接处套一个环，成套环状，即成香哪坯。

3. 在炒勺内放入熟猪油（三斤），用小火烧至三成热，下入香哪坯，炸一分钟后，坯在油面上浮起，将炒勺离火约两分钟，使油温下降，再将炒勺放旺火上，用筷子翻转，炸至色白、皮酥、发硬时捞出，趁热撒上少许白糖即成。

特 点

色白油润，绵甜酥脆，芳香宜人。因用酒和面，含有酒香味，故名“香哪”，系陕北榆林一带传统风味食品。

四一、西安水晶菊花酥

水晶菊花酥，源于盛唐时期的“玉露园雕酥”。现在西安雕酥食品有十几种之多，如凤尾酥，绣球酥等。因以白糖、脂油作馅，而有“玉露”之名，以后传入民间，精雕细琢，因形定名。如今的西安水晶菊花酥，继承并发展了当年“玉露园”的特点，以馅似水晶，状如绽开的菊花而成为筵席上的美点，为群众所称赞。

原 料（制二十个）

上白面粉·····	一斤	黄桂酱 ^⑩ ·····	二钱
白糖·····	四两	香精·····	一分
猪板油·····	四两	核桃仁·····	五钱
青红丝·····	一钱	熟猪油·····	二斤三两
冰糖屑·····	三钱		（实耗六两）

制 法

1. 在面粉（六两）中浇入热熟猪油（一两），搅匀，再用凉水三两和成面絮，搓硬，调软，揉光作为皮面。所余面粉（四两），用热熟猪油（二两）搓成酥面。

2. 将猪板油撕去皮膜，切成黄豆大的丁。把青红丝、核桃仁切碎加入黄桂酱^⑩，滴入香精，与白糖、冰糖屑、板油丁搅拌，揉搓成水晶馅。

3. 将皮面、酥面各揪成二十个小剂，每块皮面上放酥面一块，压扁、

摁匀、卷起，擀成薄片，再卷起，擀成长八寸、宽一寸半的椭圆形薄片，将馅包裹在皮面内，卷成上小下大的圆柱形毛坯。然后，用三角刀从上向下划成约二分宽的菊花瓣状，刀纹深及三分之二，不能露出馅，即成菊花酥坯。

4. 在平底锅内放熟猪油(二斤)，用中火烧四成热，下入酥坯，炸至油发响时，改用小火，再炸三分钟后，用漏勺轻轻捞出。再将油锅放旺火上，使油温升至七成热时，把酥坯放漏勺中，架在锅上，用手勺将热油舀起，浇在酥坯上，约浇七、八次，使花瓣慢慢绽开，待已熟时，放在盘内即成。

特 点

酥润绵软，气味芬芳，酹甜沁人。

四二、西安蜜饯张口酥饺

原 料 (制一百个)

面粉.....	五斤	核桃仁.....	三两
白糖.....	二斤	冰糖屑.....	一两
黄桂酱 ^⑩	一两	白蜂蜜.....	二斤二两
青红丝.....	五钱	菜籽油.....	五斤(实耗三斤)

制 法

1. 在面粉(二斤)中加入五成热的菜籽油(七两)搓拌均匀，和成面团，制成酥面。再将清水五两与菜籽油(六两)掺在一起，使成水、油液。把面粉三斤置案上，将水、油液陆续倒入。先揉搓成硬面，再调软，然后反复揉搓约五分钟，置案上，即成皮面。

2. 将核桃仁切成米粒状，与冰糖屑、黄桂酱^⑩、青红丝同放一容器中，然后再放入白糖和蜂蜜（二两）搅拌成馅。

3. 将皮面、酥面各分成一百块。每块皮面上放一块酥面。逐个用手拍平，卷成圆柱形，再擀成椭圆形面片，折成三折，拍成圆片，放入约三钱馅，用两手的拇指与食指将皮面的边，徐徐掬起，合成饺子形，制成酥饺坯。

4. 在平底铁锅内放入菜籽油（三斤七两），用中火烧至五成热，下入酥饺，炸约五、六分钟，待皮呈金黄色，饺子封口处已起酥、张口时，捞出沥油，逐个淋上（二钱）蜂蜜即成。

特 点

酥香沁甜，造型美观，因酥饺张口而得名。制成的张口酥饺，可以放入瓷坛内，存放一至两月，使蜜糖逐渐渗入后再食用，则别具风味。

四三、西 安 红 油 饼

原 料（制十个）

面粉·····	六两	碱面·····	一钱
酵面·····	四两	菜籽油·····	三斤（实耗三两）

制 法

1. 将面粉用摄氏八十度热水二两四钱搅拌成面絮，掺入酵面，再加入碱面揉均匀，放入盆中，盖上湿布约饧十分钟（如气温在摄氏二十度以上时，约饧五分钟即可使用）。然后把面团分成十个面剂，撒上一层干面粉，逐个

用手拍平，擀成直径约三寸的圆饼，中间戳一个小圆孔，制成饼坯。

2. 锅中倒入菜籽油，用旺火烧至八成熟时，放入饼坯，翻转三、四次，炸至呈金黄色，皮面鼓起时，捞出即成。

特 点

此饼用烫面与酵面合制，外皮酥脆，内瓤松软，是陕西关中特有的早点食品。

四四、西安糖酥烧饼

原 料（制五十个）

面粉·····	五斤	青红丝·····	一两
白糖·····	一斤	小苏打·····	二钱
黄桂酱 ^⑩ ·····	二钱	菜籽油·····	八两

制 法

1. 在面粉（三斤五两）里加入小苏打和温水一斤七两拌匀，揉成面团，盖上湿布。另将面粉（一斤五两）加菜籽油（五两）和成油酥面。

2. 把白糖、黄桂酱^⑩、青红丝（切碎）搅拌成馅。

3. 将水面团擀成椭圆形的片，把酥面均匀的摊放在上面。然后顺长向卷成圆形，再分别揪成每个重一两五钱的面剂五十个。逐个抻圆、摺平，包入糖馅（二钱），捏严封口，擀成圆饼坯。

4. 平鏊上刷一层菜籽油，放入饼坯，烤至发黄，翻烤另一面，待皮硬变色时，移在鏊下火槽内，再两面翻烤，约五分钟即熟。

特 点

黄亮酥脆，香甜可口。

四五、合 阳 三 翻 饼

原 料（制一百个）

上白面粉·····	五斤	玫瑰酱 ^⑪ ·····	五钱
熟面粉·····	二两五钱	核桃仁·····	一两
熟猪油·····	一斤五两五钱	冰糖屑·····	一两
白糖·····	三斤	菜籽油·····	十斤
青红丝·····	五钱		（实耗二斤五两）

制 法

1. 将面粉（二斤五两）置于案板上，加入熟猪油（四两）拌匀，再加温水一斤一两五钱，搓揉成团，制成水油皮面。将剩余面粉置案板上，加入熟猪油（九两），慢慢搓匀，制成油酥面。

2. 将白糖、青红丝、玫瑰酱^⑪、核桃仁、冰糖屑、熟面粉混合一起，加入熟猪油（二两五钱），搅拌成馅。

3. 将皮面分块揉搓成条，揪成一百个剂子。再将油酥面也分成一百份。然后将油酥面逐块包入皮面剂子中，转圆，擀成圆形薄片，卷成圆条筒，再擀成长条片卷起来，用刀切成相等的两段，压成饼状。刀切的一面朝外，包入馅子收好口，收口的一面朝下，放在案板上，即成饼坯。

4. 锅内放入菜籽油，用中火烧至五成热，下入饼坯，待酥层显出，体

积胀大时，逐步将油温提高到八成热，炸至呈淡黄色，外皮起硬壳时，起锅捞出即成。

特 点

层次分明，外形美观，质地酥松，味道香甜。虽存放月余，随时取食，而色香味不变。此饼制作时需三翻三卷，故名“三翻饼”，系陕西省关中东部各县的精致小吃，也常作为筵席点心。

四六、合 阳 油 酥 角

原 料（制五个）

面粉·····	一斤七两	碱面·····	五钱
酵面·····	三两	精盐·····	三钱
菜籽油·····	五两	五香粉·····	三钱
芝麻·····	五钱		

制 法

1. 先将面粉用七两温水搓成面絮，再掺入酵面揉搓均匀，然后加入菜籽油、碱面、精盐、五香粉、芝麻，盘到，揉光。

2. 将面团分成五个面剂，再分别揉搓一次，用湿布盖好，稍饧。取面剂一个，擀成直径六寸的圆饼坯。

3. 用木炭火烧热三扇鏊^④，先将饼坯放在上鏊，约烤半分钟，待饼皮发白，将饼周围边缘掬起成凹形。然后两手捧住饼边，饼心仍贴在鏊面上，左手向里，右手向外转动，使饼中心受热干燥呈米粒花纹后，仍将饼平放鏊

上，烙烤至六成熟取下。用刀在饼中心按十字切成四块，放入底鏊，烘烤十分钟即熟。

特 点

此饼系合阳县传统小吃，用水、油和面，掺入五香粉，酥脆油香，诱人食欲。

四七、西 安 糖 栲 栳

西安传统回民小吃“糖栲栳”是烧饼的一种，用“木模”制成。此小吃历史悠久，〔唐〕韦巨源《食谱》中有“八方寒食饼”用“木范”制作之说，木范即今天的木模。其状如“栲栳”，故名。

原 料（制一百个）

面粉·····	五斤	核桃仁·····	二两五钱
红糖·····	二斤	菜籽油·····	二斤

制 法

1. 将面粉（四斤五两）放案上，在中间挖一小坑。把菜籽油（一斤五两）用铁锅烧至六成熟后，倒入小坑内，随即浇入开水一斤五两，揉成面团。
2. 在面粉（五两）里加入红糖、核桃仁（切碎）及菜籽油（一两五钱），拌成馅。
3. 将面团揉匀，搓成条，揪成每个重七钱五分的面剂（约一百个），拍

扁，包入糖馅（约三钱），封口后装入木模中压平，搯出即成栲栳坯。

4. 用菜籽油（五钱）涂抹烘盘后，将栲栳坯有花纹的一面朝上置盘内（每盘约摆三十个），然后放入烘炉中，五分钟后待上色时翻个过，再淋入菜籽油（五钱），烘五分钟，待两面火色均匀时即成。

特 点

造型美观，皮酥馅香，甘甜味美。

四八、宝 鸡 空 膛 酥

原 料（制十个）

上白面粉·····	二斤	精盐·····	二钱
酵面·····	三两	五香粉·····	五分
碱面·····	三钱五分	菜籽油·····	一两五钱

制 法

1. 将上白面粉倒入盆内，用摄氏六十度热水八两拌成面絮，掺入酵面，再徐徐倒入热水三两，揉成面团，盖上湿布发酵四小时。待发酵后，先将碱面（一钱五分）用开水溶化，掺入面团内揉搓均匀，饧十几分钟后，再将碱面（二钱）化水后分两次倒入。将面团揉搓至柔韧光滑。

2. 在案上抹一层油，将面团揪成十个面剂，搓成七寸长的条，用手掌拍扁，擀成三寸宽、五分厚的面片，抹上菜籽油少许，撒上精盐和五香粉，右手从右端卷起成圆柱形，用刀顺切两半，刀口向外，搓圆，再拧成螺旋状，将两端压平，擀成直径三寸的圆饼，然后用圆木槌从中间向下轻轻旋压，使

边缘略升高，中间较薄呈凹形，即成空膛酥坯。

3. 三扇鏊^⑨用木炭火加热，将空膛酥坯放入底鏊烘烤。火的温度要始终在摄氏一百二十度左右，约十分钟后，烤至两面呈金黄色即成。

特 点

色泽金黄，酥脆喷香，热吃酥软，冷吃酥散。因形如燕窝，又名燕窝火烧。

四九、乾 州 锅 盔

相传，唐高宗李治在修筑他与武则天的合葬墓时，用“八卦图”测定方位，将墓址选择在陕西省奉天县县城西北七华里的梁山上，这个方位为“八卦”中的“乾”，就将所筑之陵定名为乾陵，奉天县也随之改为乾县。明太祖朱元璋时又将其改称乾州，统辖三县（永寿、礼泉、武功）。一九四一年更名为乾县至今。

当时，修筑庞大的乾陵，工程十分艰巨，动用了成千上万的民工。为了解决吃饭问题，民工们自己盘锅筑灶，没有锅的就用头盔烙制食物。一天，一个士卒吃了一位民工用头盔烙制的“圆圈馍”，感到特别好吃，逢人便讲。于是，短短几天内，“圆圈馍”就成了人们争相仿制的食品。随着时间的推移，“圆圈馍”的制作技术也不断提高。因其形似圆盔，就定名为“乾州锅盔”，相传至今，经久不衰。一九八二年，乾县人民政府

授予乾州锅盔名牌食品称号。

乾州锅盔的显著特点是：边薄中厚，表面鼓起，馍瓢干酥，层次分明，形状好似一朵大菊花。看起来好看，吃起来酥脆，闻起来茎香。因而遐迩闻名，成为人们馈赠亲友的上乘食品。六十年代，谢觉哉、郭沫若同志巡视乾陵时，品赏了乾州锅盔后连声称赞：“乾州锅盔，名不虚传”。

原 料（制十个）

上白面粉……………	九斤五两	碱面……………	一两（春、秋季七
酵面……………	一斤（春、秋季七		钱，夏季五钱）
	两，夏季五两）		

制 法

1. 将面粉（七斤五两）、酵面及溶化后的碱水放入盆内，加温水四斤和成面团（春、秋季用温水，夏季用凉水），放在案板上用木杠边压边折，并加入面粉（二斤），反复排压，直至面光、色润，酵面均匀时即止。

2. 将面团平分成十块，逐块用木杠转压，制成直径约八寸，厚约六分的菊花形圆饼坯。

3. 把三扇鏊^⑤用木炭火烧热，置饼坯于上鏊。此时火候要小而稳，使面团进一步发酵和最后定型，更主要的是使饼坯的波浪花纹部分上色。然后进入中鏊（中鏊是一面火，火力较旺，鏊内放一个铁圈，把饼放在圈上）烘烤。五、六分钟后，取出放在另一平鏊上，用小火烙烤。要勤看、勤翻、勤转，做到“三翻六转”。烙至火色均匀，皮面微鼓时即熟。

特 点

茎香可口，回味无穷，携带方便，又耐久贮。

五〇、镇川干烙馍

原 料（制十个）

上白面粉……………二斤 精盐……………五分
芝麻油……………五钱

制 法

1. 将芝麻油与清水五两（按照季节用水，冬、春季用较热水，夏、秋季用温水）搅匀，倒入面粉（一斤五两）内搓成面团，揉光盘到，然后用湿布盖严，待面块回饧发软后，再陆续掺入所余面粉和精盐，用力搓揉，成硬面团。

2. 将和好的面团，分成十块。每块揉圆拍平，右手侧放在案上，饼的边沿紧贴右手掌，左手拇指与食指压饼边，稍用力压转成中心薄、边缘厚、直径约三寸的圆饼，上面用专制的印模，印上花纹。即成“干烙馍”坯。

3. 三扇鏊^⑨用木炭火烧热，先将馍坯底面放在上鏊，约烤一分钟，再烤正面。待外皮变白、发硬后，将馍离鏊，稍凉，用筷子头在底面边沿压有一分深的小窝，使边沿出现棱边，移入底鏊烘烤，先烤底后烤面，翻倒两次，待火色上匀、皮黄有裂纹时即成。

特 点

干香酥脆。

五一、兴平玉馍

原 料（制三十个）

上白面粉·····	一斤	碱面·····	三分
精盐·····	一钱	菜籽油·····	二两
五香粉·····	二分		

制 法

1. 先将面粉（半斤）用清水一两五钱和成硬面块，再将所余面粉，加入菜籽油、精盐、五香粉、碱面搅拌均匀后，加入清水一两五钱和成面块。然后将两块面混合在一起，放案上，用木杠反复叠压，直至两种面块充分混匀表面光滑为止。用湿布盖好，饧约十分钟。

2. 将面块揪成五个剂子，略加揉搓后，每个再分成六个小面剂，都揉成扁圆形，即成干馍坯。

3. 将馍坯整齐的放入烤盘内，入烘炉（温度要保持摄氏一百五十至二百度）烤六、七分钟后，取出，将馍翻转一次，再烤六、七分钟至皮硬、色黄即成。

特 点

此饼系用水、油加调料和成硬面烤制而成，故酥香异常，久贮不变。

五二、兴平云云馍

原 料（制三十个）

上白面粉……………一斤 白糖……………二两
菜籽油……………二两

制 法

1. 将面粉倒入瓷盆内。取碗一个，倒入菜籽油，用开水约二两将油冲开，加入白糖，略搅动后，倒入面盆内，拌成面絮。再陆续倒入约一两五钱的清水，边倒边揉搓成面团。然后放在案上，用木杠反复叠压至面团光滑有韧性为止。用湿布覆盖，饧十分钟后将面团揪成三十个面剂，每个面剂都搓成约三寸半长的条状，再拍成约六分宽的扁条，边缘稍薄，回卷成圆形。然后，用手将两头接口处捏紧、捏圆，即成直径约一寸、高约六分、中间空的圆圈形“云云馍”坯。

2. 将“云云馍”坯整齐的排放在烤盘内，入烘炉（炉温保持在摄氏一百五十至二百度）烘烤五分钟后，取出，翻转后再烘烤五分钟即成。

特 点

酥脆、香甜，为陕西省兴平县传统风味小吃，多用于馈赠亲友。

五三、西 安 白 剂 馍

原 料（制二十个）

上白面粉……………二斤 碱面……………二钱
酵面……………二钱

制 法

1. 先将酵面掰碎，放入面粉（一斤八两）内，倒入摄氏二十度温水八两（夏季可用凉水），揉成面块。再陆续倒入清水一两，边倒边折叠，揉搓，直到面块光滑、润泽。盖上湿布，饧十分钟后，取出摊开。用温水少许将碱面化开，倒入面块中。再掺入所余面粉，搓到揉匀，饧十分钟，待用。

2. 将面块共分成等量的面剂二十个，搓成二寸半长、中间粗的条，先擀成椭圆形的厚片，翻过来再擀一次，拿起卷成枣核形，用手盘成蜗牛状，再由上向下压平，然后擀成直径二寸的圆饼坯。

3. 三扇鏊^⑨用木炭火烧热。两手将饼坯边缘轻轻拢起，使边微卷成窝窝形，然后用手指在饼坯中心轻轻按一下，托起，放在上鏊上，等底面带有淡黄色烙印时，再将窝形的一面翻过，放在上鏊烙烤（这时其窝形受热后，已渐渐展开）。当饼坯边缘已有黄色烙印时取出，放入底鏊烘烤约三分钟，直至两面鼓起时即成。

特 点

皮薄略脆，内心松软。因在烘烤时上下受热，中心空虚，故又名“两张皮”。

五四、渭南牛舌头烧饼

原 料（制二十五个）

上白面粉·····	三斤	精盐·····	一两
酵面·····	二斤	小茴香·····	一两
碱面·····	三钱	菜籽油·····	二两五钱

制 法

1. 用温水化开碱面，倒入面粉中，和成面团。将酵面与面团混合一起，揉搓均匀，然后揪成每个重约三两二钱的面剂二十五个。

2. 先将小茴香放平整上焙焦，研成细末，放入精盐拌匀，制成茴香盐。取一个面剂，反复揉搓，搓成长约五寸的条，用手压扁，擀成宽二寸、长一尺的长方条，刷上菜籽油，均匀地撒上一层茴香盐。然后用右手提起一端，向左边拉边卷，卷至约剩二寸时，擀薄，抹上一层菜籽油，用双手横向、纵向各撕扯一下，扯成约一尺见方的片，继续卷完。再将两头一包，这时成为长约二寸五分的圆柱形，放在案上稍微一压，再将两头向中间一折，拍平。擀成长约七寸，宽约二寸，状如牛舌头的饼坯。

3. 烙饼使用的平炉，炉膛是用耐火土泥盘成深约四寸、直径约一尺二寸的圆炉膛，上放平整。先将炉子用无烟块煤烧至十成热，取饼坯四个（每炉四个）放平整上，约烙两分钟，将饼坯互换位置，使饼底受热均匀。在饼面上刷一层菜籽油，待饼底火色均匀后，将饼翻转，烙刷过油的一面，过二分钟，再互换位置。待饼坯火色均匀后用鏊钩将平整取离炉口，将鏊上的四个

饼坯平放入炉膛，仍用整钩将整放回炉口上，盖严，约烤三分钟，将炉膛内饼坯互换位置，再烤两分钟即成。

特 点

色泽金黄，油香扑鼻，酥绵可口。形如“牛舌”，故名。

五五、西 安 大 油 旋

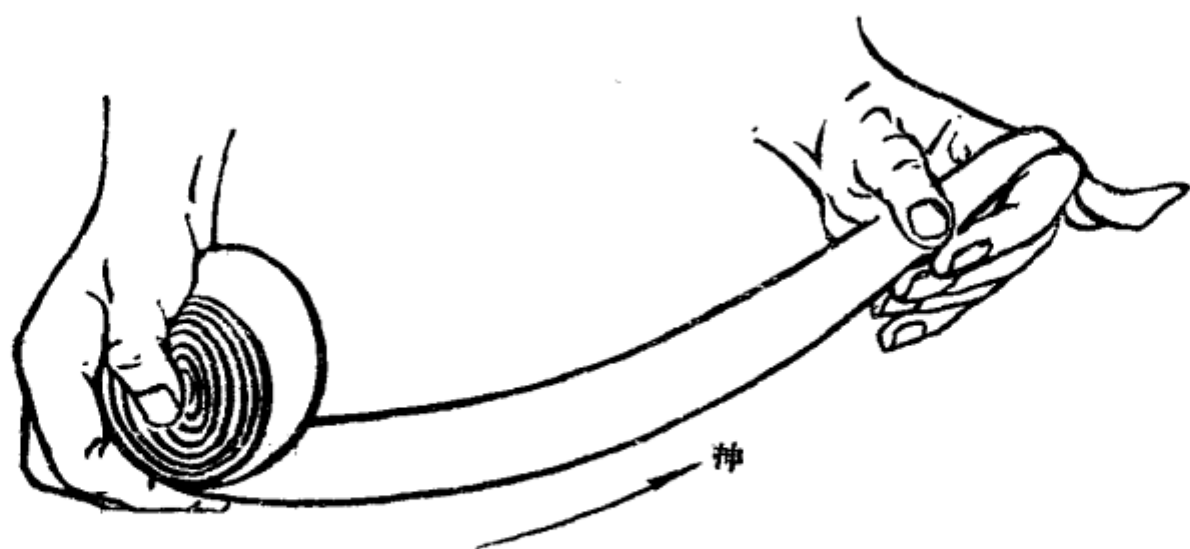
原 料（制一个）

面粉·····	二斤一两	精盐·····	一钱
酵面·····	一两	五香粉·····	三分
碱面·····	一钱	菜籽油·····	二两

制 法

1. 用温水五两将碱面化开。瓷盆内倒入面粉（二斤），先将酵面掰碎与面粉拌合，倒入碱水搓成面絮，再陆续加入温水五两揉成面团，反复揉搓至面已光滑有韧性时用湿布盖上，回饧。另取面粉（一两）加菜籽油（五钱）和成酥面。

2. 将面团略加揉搓，擀成一尺五寸长、八寸宽的面片，抹上菜籽油（一两），再抹上酥面，撒上精盐、五香粉。用手从右边将面片托起，两手托拢向左卷，边卷边向左拉扯，卷至面片的三分之二处，右手扶托已卷好的部分，左手拉起所余的三分之一，扯长约一尺五寸，卷起（如图），成塔形。然后，倒过尖头向下，用两手掌向下压成直径约六寸的圆形，再擀成直径一尺二寸的圆饼，即成油旋坯。



西安大油旋

3. 三扇鏊^⑩用木炭火烧热，将饼的正面朝下放在上鏊上，半分钟后旋转一下饼坯；两分钟后将油旋翻过，再烙烤两分钟，正面向下，移入底鏊，淋入菜籽油（五钱），两分钟后翻过，再烙三分钟即成。

特 点

色泽黄亮，外皮酥脆，内瓤绵软。

五六、蒲城椽头蒸馍

蒸馍，又叫馒头。这个名字始于三国时代。《诚斋杂记》载：“孔明征孟获。人曰：蛮地多邪、用人首祭神，则出兵利。孔明杂以羊豕之肉，以麴包之，以像人头。此为馒头之始”。唐代把面食统称为饼。《事类统编》载：“入笼蒸者曰蒸饼，亦

曰馒头”。《嘉话录》中曾有这样一段记述：“刘仆射（射读“夷”。在当时仆射即宰相，作者注。下同。）晏，五鼓入朝，时寒。中路见卖蒸饼（即馒头）处热气腾辉，使人买之，以袍袖包裙帽底啗之。且谓同列曰：美不可言！美不可言！”从这个小故事中，可见当时馒头制作技艺的精湛。

蒲城椽头蒸馍，在陕西关中一带已载誉百余年，因其状如椽头而得名。在制作方法上别具一格，蒸馍不使碱，发酵程度要求严格，面团要反复盘揉。所以椽头蒸馍内酥外光，不佐菜蔬吃，则甘香满口，可以久贮不变，是关中道上蒸馍中之佼佼者。

原 料（制二十五个）

上白面粉……………五斤 酵母……………二钱

制 法

1. 酵面量、水量和发酵时间为：春秋季酵面八两，摄氏三十度热水一斤七两五钱，发酵五至六小时；夏季酵面六两，摄氏二十度热水一斤七两五钱，发酵四至五小时；冬季酵面一斤一两，摄氏五十度热水二斤，发酵五至六小时。

2. 将面粉（一斤）放瓷盆内，加入酵母和成面团，使其发酵。另将面粉（三斤五两）置案板上，按季节用水量和成面团。压成面片，包入发好的面团，再把面粉（五两）放在面块上，用木杠反复排压，直至与面块充分混合，成为硬面团。反复揉搓后，盖上湿布，饧约半个小时，用手压一下，感觉微发软时即成。

3. 取出面块，放在青石墩上，用压面杠反复折压，压至柔软光滑，移案板上用手搓成条（要求不见缝隙），切成二十五个馍剂。再把馍剂的刀口朝下放案板上，用双手掬住，右手向前，左手向后，左手拇指压住馍顶，搓

成下大上小的馍坯，状如椽头。将馍坯整齐地排放在案板上，盖上湿布（室内温度冬季摄氏四十度、春秋季节摄氏三十度），饧至馍坯微微发虚即饧透。

4. 将笼屉轻轻抹上一层菜籽油，摆上馍坯。铁锅置旺火上，水开后上笼，气圆后，再蒸约四十分钟即成。

特 点

形似椽头，酥香适口，便于携带，可以久贮。

五七、油 泼 箸 头 面

面条，过去叫“汤饼”，在我国已有近两千年的历史。西安油泼箸头面，原名香棍面，相传已有二百多年的历史。清朝时，在桥梓口有一家面店，专营这一品种，满族人很喜欢吃。因面条细圆均匀如箸，以后就改叫箸头面，一直沿用至今。竹笆市福顺隆的箸头面最有名气。制做出的箸头面，面韧而软，光而筋，下到锅里不烂不粘，吃到嘴里既光又滑，油香扑鼻。

原 料（二十五碗）

上白面粉……………五斤
精盐……………四两
熬制酱油^⑫……………八两
熬制醋^⑬……………八两

辣椒面……………五钱
青菜……………一斤
菜籽油……………八两

制 法

1. 将精盐（一两）用温水二斤化为盐水。把面粉倒入盆里，陆续加入

盐水，先搓成面絮，再揉成面团，然后蘸水调软。反复揉搓约十分钟后，揪成三两重的面剂，搓成条，抹上油，摆放整齐，盖上湿布，待回饧后备用。

2. 取面剂八个，先搓成长约八寸的条，再拉至约一尺五寸左右长，排放整齐。左、右手各执面条的一端，轻轻提起，两臂略伸用力一扯，随即在案上一弹，两臂张开一扯，然后用右手将面的两头捏住提起，左手食指、中指伸入中间弯折处，略加弹动，两手分开徐徐向外抻扯，再用左手无名指、小指把面条中间挂住，将左手食指与中指原挂的面交到右手，再左右向外抻扯，如此两三次，即成细如麦秆的“箸头面”。

3. 将抻成的“箸头面”，随手投入开水锅中，用旺火煮熟。先在碗内放入适量的精盐、熬制酱油^⑫、熬制醋^⑬，再捞入面条，用筷子调匀。将青菜少许放在面上，加上辣椒面，用九成热的菜籽油（五钱）泼在辣椒面上，即成油泼箸头面。

特 点

状如箸头，光滑筋韧，香味隽永。

五八、西安猴头面及猴耳朵面

猴头面、猴耳朵面，创制于一九二三年，距今已有六十年的历史。最初，店主赵光奎在西安市端履门开设小吃馆，出售肉类煮馍和面食小吃，就餐者多是公职人员和市肆商人，赵光奎为适应这些人的需要，在揪片面的基础上，采用不同的操作方法，创制了猴头面和猴耳朵面，这两种面入锅后久煮不烂，光

滑筋韧，佐以鲜肉臊子，其味更是鲜香隽永，很受群众欢迎，以后成为西安市的著名小吃。

原 料（制二十五碗）

上白面粉·····	五斤	菜籽油·····	二两五钱
净肥瘦猪肉·····	一斤五两	精盐·····	二两五钱
鸡蛋·····	三个	醋·····	五两
韭黄·····	二两	酱油·····	五两
菠菜·····	二两	味精·····	三钱
水发木耳·····	一两	绍酒·····	三钱
姜末·····	二钱		

制 法

1. 先将肉切成黄豆大的丁。炒锅内放入菜籽油（一两），旺火烧至七成热，加入肉丁，煸炒约一分钟，放入姜末、绍酒、酱油、精盐，再煸炒几下，倒入肉汤（以将肉没住为度），放入水发木耳，改用中火烧至肉烂时为止。

2. 铁锅用热油擦过，将鸡蛋摊成鸡蛋皮，切成一寸长、半寸宽的棱形片，把韭菜洗净，切成三分长的段；菠菜择洗干净，入开水中焯过，切成半寸长的条。同放一碗中备用。

3. 将面粉放入盆内，精盐（五钱）用清水一斤化开，倒入盆内，先和成面絮，加水一斤和成硬面块，再加水调软，揪成二十五个面剂，搓成长约三寸的条，抹上油，在案上排放好，盖上湿布。

4. 制猴头面：铁锅内加水五斤，用旺火烧开，取面剂一个，用手扯成如毛笔杆粗的长条，松缠在左手腕上，右手的食指、拇指、中指捏住面头，稍用力揪成三角形的面片，其状如猴头，甩入开水锅里，照此法揪完。煮熟

后，用笊篱捞入碗内，在面上放点菜码，再浇上臊子，加入味精即成。

制猴耳朵面：取面剂一个，用手拍扁，再扯成四分宽的扁条，缠在左手腕上，右手的三个手指捏住左手腕上的面头，边捏边揪，甩入开水锅里，即成带有窝形的小面片，形状如猴耳朵。煮熟后，吃法同猴头面。

特 点

造型生动，绵筋滑韧，汤鲜味浓。

五九、韩 城 大 刀 面

原 料（制一百二十五碗）

面粉·····	二十五斤	绍酒·····	五两
碱面·····	四两	香菜·····	一斤
猪五花肉·····	八斤	精盐·····	三两
葱花·····	二斤	味精·····	二两
姜末·····	五两	菜籽油·····	三两
酱油·····	二斤		

制 法

1. 将猪肉洗净、去皮，切成三分大的丁。炒锅内加入菜籽油，旺火烧至七成热，倒入肉丁，煸炒至水分出净时，加入绍酒、酱油、精盐、姜末翻炒一下，改用小火煨炖约一小时至肉烂时，再加入葱花、味精，盛入盆中。把香菜切碎，备用。

2. 把碱面用水二斤化开，倒入面粉中搓匀，再加温水六斤搓成面絮。

用木杠压成硬面团后，盖上湿布，饧约半小时。将面团分成两块，取一块放案板上（案板的置放是里边低，外边高，其坡度为十五度），用长擀面杖压平，擀成约半分厚的薄面片，撒上一层干面粉，提起擀杖，边抖展边反复折叠成宽约八寸的面片层，然后用特制的大刀*置放在面的右端，右手执刀柄，左手按住叠好的面。右手提刀一起一落，刀身自然慢慢向左移动，即切成宽约一分的细面条。

3. 水开后下入面条，锅开，点入凉水，再开，分别捞入碗内，浇上“肉臊子”撒上适量香菜即成（如吃汤面，则加入面汤）。

特 点

此面是将硬面团反复用木杠压制、揉光，用大刀馡切而成。面条细匀，一次可擀制十至二十斤面粉，故称“大刀面”，是渭河北部各县的特有小吃。

六〇、蓝田荞面饸饹

原 料（制二十五碗）

苦荞麦面粉……………五斤
熬制醋⑬……………五两
精盐……………二钱五分
芥末糊……………二两

蒜汁……………一两五钱
油泼辣子⑥……………二钱
菜籽油……………五两

* 刀身長二尺三寸，刀把長一尺；刀寬約一尺，刀背寬二寸。刀的頂端有一根突出的五寸長、三寸寬的圓柱形鐵棍。

制 法

1. 将荞麦面倒瓷盆内，徐徐洒入青石水*一小碗，搅匀，再倒入清水二斤搓成面絮，揉成硬块。然后顺盆边洒入凉水约一斤，将面调软、揉光。用湿布盖严，停十五分钟回饧备用。

2. 将饧饧床⑦放在开水锅上，荞面团分块抻成圆柱形，塞入饧饧床的圆口内，慢慢用力下压，饧饧则由细孔中漏出，掉入开水锅内。锅内水保持小开，煮至饧饧漂起时即熟。用笊篱顺锅边捞出，挑入冷水盆中冰凉后，捞出沥干水分，置案上。用菜籽油拌匀，提起抖动松散，堆放在筛子中。

3. 碗中放入饧饧(约三两五钱)，调入精盐、醋、蒜汁、芥末糊及油泼辣子⑧少许即可。

特 点

色泽金黄，软绵筋韧，清香利口，是蓝田县特有小吃。

六一、安 康 窝 窝 面

安康窝窝面历史悠久，其面形浑圆，漂浮碗内，如点点浮萍。由于选料精，制作细，取料多样，形态美观，很受欢迎。

原 料 (制十碗)

上白面粉·····	五两	水发鱿鱼·····	一两
水发海参·····	一两	水发玉兰片·····	一两

* 系将一块青石用火烧红，放入凉水中一激，激过的水，即青石水。青石水可使饧饧增加韧性。如无青石，可用石灰四两放凉水中，浸约二、三个小时，澄出的石灰水也可使用。

水发香菇……………八钱
熟猪肚……………一两
鲜猪肉……………一两
鸡蛋清……………三个
湿淀粉……………一两
熟猪油……………二两
精盐……………五钱
姜末……………二钱

绍酒……………三钱
韭黄……………一两
葱花……………一两
味精……………一钱
胡椒粉……………一钱
鸡肉……………一两
芝麻油……………三钱

制 法

1. 将面粉置盆内，放入鸡蛋清(两个)，加清水一两，先和成面絮，再陆续倒入清水一两五钱搓成面团，揉光，盖湿布稍饧。

2. 将面团搓成比筷子粗的长条，然后切成二分大的丁，用手掌搓圆，用筷子头轻轻在中间压成凹形，投入开水锅中用旺火煮熟，放入凉水中涮过，捞出，用芝麻油搅拌后待用。

3. 将水发海参、鱿鱼、玉兰片、香菇、熟猪肚都切成二分大的丁。再将鲜猪肉剁成泥茸，放入碗中，加入湿淀粉、鸡蛋清(一个)、精盐(三钱)、绍酒(二钱)，搅拌均匀，上笼用中火蒸约十分钟，制成肉蛋糕，切成三分大的丁。炒锅内放入熟猪油(一两五钱)，用旺火烧七成熟，下入姜末、葱花煸炒，再下入海参丁、鱿鱼丁、玉兰片丁、香菇丁和猪肚丁，搅炒一下，加绍酒(一钱)、精盐(二钱)和鸡汤一斤，烧开，放入肉蛋糕丁，盛入砂锅中。韭黄切成二分长的节，备用。

4. 炒锅内放入鸡汤四斤，用旺火烧开，舀入臊子，待锅开，放入窝窝面，再开，撒入胡椒粉、韭黄、味精，淋入熟猪油，分别盛入十个小碗内即成。

若和面时取出面粉少许，分别加入蕃茄汁、菠菜汁，制成红、绿颜色的“窝窝面”，则更加鲜艳美观。

特 点

汤清味鲜，红绿相映，别具特色。

六二、合 阳 页 面

原 料（制十五碗）

荞麦面·····	三斤	辣椒油 ^⑧ ·····	二两
熟猪油·····	三两	韭菜、蒜苗、葱·····	各二钱
菜籽油·····	二两	五香粉·····	五钱
熬制醋 ^⑬ ·····	六两	湿淀粉·····	一两

制 法

1. 把荞麦面放入瓷盆内，先加入凉水二斤，用长木棒搅匀后，继续向一个方向搅转，搅至用木棒能将面全部挑起为止。停半小时后，再加入凉水八两搅五分钟；再停半小时，第三次加水六两搅拌；再停二十分钟，第四次加水六两，共用水四斤。搅拌均匀，即成面浆。

2. 将平底鏊锅（直径二尺四寸）置中火上，烧至六成熟，上面抹一层菜籽油，用大木勺盛面浆约一斤，倒入鏊内中间，迅速用页盘*由中间向外边摊刮，再由外向中间刮，摊成厚薄均匀的面饼（约二分厚）。待面饼水分

* 即刮板。长六寸，中间宽三寸，两端宽二寸呈月牙形，中间镶一木把。

已干，即速翻过烙另一面，约三、五分钟即熟。烙时要注意不要使饼发焦。烙完后摺好，盖上湿布，放二十分钟，待面饼发软，揭开晾凉，折起，切成宽二分的长条，即成“页面”。

3. 将韭菜、蒜苗、大葱择洗干净，切成三分长的节；湿淀粉放入开水锅中，烫成粉糊。取瓷盆一个，倒入凉水多半盆，盆口上放大孔竹筛一个，倒入粉糊，漏成粉鱼。

4. 铁锅内加半锅水，旺火烧开，点入凉水少许，取页面(四两)下入锅中，两分钟后捞入碗内。加粉鱼六至八个，并调入精盐、五香粉、醋、辣椒油各少许，淋入熟猪油(二钱)即成。

特 点

绵韧可口，油润之中有浓郁的酸辣香味，系合阳县地方风味小吃。

六三、浆 水 面

原 料 (制二十碗)

面粉……………四斤五两
芹菜……………二斤一两
醋曲……………二两

精盐……………五钱
花椒油……………一两
辣椒油® ……五钱

制 法

1. 大铁锅内添入清水约十五斤，置旺火上，一手持面杖，一手撒入面粉(二两)，边撒边搅，搅匀烧开。把醋曲和洗净的芹菜(三两)放入瓷缸里，将烧开的面汤浇入缸内，放在阳光下晒四至五天(气温在摄氏三十度以上的

天气)，使其发酵（为避免蒸气水流入，不用缸盖，缸口上可蒙上纱布，防止灰尘）。见汤呈乳白色，味已发酸时，即成“浆水引子”。将“引子”倒入大瓷缸中，每隔一天倒入面汤十五斤和洗净的芹菜（三两），反复六次（共制浆水约九十斤）。然后再发酵两天，即成浆水。

2. 把浆水舀入一瓷盆中，放入鲜花椒叶二、三枝。将面粉（二斤五两）压制成细面条。铁锅中加水，用旺火烧开，下入面条，煮熟后，每三两一份捞入碗内，浇上浆水，加入适量精盐，淋上花椒油，辣椒油即可（如吃热浆水，可用锅将浆水烧热后浇在面上）。

特 点

汤清利口，酸香醒神，食后顿觉爽适，系陕西地区饮食业及民间大众化夏令风味食品。

六四、蒲 城 春 撒 子

原 料（制二十五碗）

上白面粉……………五斤
肥瘦猪肉……………五斤
菜籽油……………二两五钱
酱油……………二两五钱
精盐……………二两五钱
绍酒……………五钱
五香粉……………二钱五分

姜末……………一钱五分
碱面……………七钱
白胡椒粉……………二钱五分
红醋……………七两五钱
大葱……………五两
味精……………三分
香菜……………一两

芝麻油……………三钱

制 法

1. 将肉洗净，切成三分大的丁。大葱择洗净，切成二分长的段。炒锅内加入菜籽油（一两五钱），旺火烧至七成热，倒入肉丁，煸炒四至五分钟后放入葱段，再煸炒几下，倒入酱油（一两）、精盐（一两）及姜末、五香粉、绍酒。搅炒两分钟，添清水约二斤，用中火煮一小时半，制成臊子。

2. 铁锅置旺火上，加肉汤八斤，放入白胡椒粉、红醋及精盐、酱油各一两五钱。用旺火烧开，即成调味汤。

3. 将面粉（四斤五两）倒入盆中（余面五两作面饅），分次倒入清水一斤七两，边倒边用手揉搓，先和成面絮，再和成面团，揉搓两分钟后，用湿布盖好回饧。碱面放入碗中，用水二两五钱化开，陆续倒在面团上，揉搓均匀，再回饧二分钟，搓成二尺长的面条，抹上一层菜籽油，用手提起面条，放面饅上一滚，两手趁劲扯约四尺长，然后将面折成环形，右手拿的面头交给左手，右手伸到环内提起在面饅上一滚，再趁劲扯长，如此方法扯六、七次，直到将面条扯至如挂面一样粗细时，右手将面送入开水锅内，左手将握住的面头揪断。锅开后，点入凉水少许，将面条用笊篱捞入凉开水盆里。然后每碗内盛入面条（一两五钱），浇上调味汤和臊子，放入香菜、味精及芝麻油少许即成。

特 点

面细而绵韧，汤清而味鲜，油香扑鼻，酸辣利口。

六五、宝 鸡 茶 酥

原 料（制十个）

面粉·····	一斤	菜籽油·····	二两
猪板油·····	四两	精盐·····	二钱八分

制 法

1. 先将面粉（八两）加清水四两和成水面团，其余面粉用开水和成烫面（冬季用烫面三两），然后将两种面掺在一起，搓揉均匀，待用。

2. 把猪板油撕去皮膜，加入精盐剥成板油泥。将面团分成十块放在案上，抹一层菜籽油，取面块一个用小擀面杖擀成椭圆形面片，抹板油泥（二钱），用右手卷起，拍成长片，再抹板油泥（二钱），再卷起，用手捏揉，转圆，拍成椭圆形，即成饼坯。

3. 三扇鏊^⑨用木炭火加热后，将菜籽油（一两）倒入底鏊，放入饼坯，盖上上鏊，烘烤四、五分钟，待饼底发黄后移开上鏊，加入菜籽油（一两），逐个翻过，盖好上鏊，再烘烤约七、八分钟即成。

特 点

外皮酥黄，内层松软，口味香茎。

六六、定边三六股麻花

原 料（制五十个）

面粉·····	五斤	碱面·····	一钱五分
酵面·····	二两	菜籽油·····	三斤（实耗一斤）
白糖·····	一斤五两		

制 法

1. 用清水半斤先将白糖、碱面在盆内溶化，再放入酵面，顺一个方向搅成糊状。然后，倒入面粉，先搓成面絮，再陆续倒入清水二斤半和成硬面块，用水搓软、揉光，分成五十个面剂，再将每个面剂搓成拇指粗的条，抹上一层菜籽油，放入盆内，饧半小时。

2. 取面剂一个，在案上搓成三分粗的长条，折成两股继续搓捻成约二尺五寸长时，再折成三折六股，然后用左手提起一端，右手向外略加搓动，即成约八寸长的三六股麻花坯。

3. 铁锅内放入菜籽油，中火烧至六成热，下入麻花坯，用长竹筷打转，炸约六、七分钟即成。

特 点

酥脆香甜。系陕北定边县的风味小吃。因制作时先作两股，再折成三股，遂成六股，故称“三六股麻花”。

六七、西安疙瘩油茶

原 料（制三十碗）

面粉·····	三斤	五香粉·····	三钱
熟羊油·····	五两	精盐·····	八钱

制 法

1. 将面粉（二斤五两）与精盐、五香粉拌匀。炒锅内放入羊油，用中火化开，当油温升至二成热左右时，先将拌过调料的面粉（五两）放入油内，迅速搅炒，当锅内出现油面块时，随时用手掰小，边搅边掰，待油面块变小并较均匀时，再将其余拌过调料的面粉陆续放入，继续搅炒至面熟出现樱桃般的疙瘩时，改用小火焙二、三分钟，出锅备用。

2. 锅内添水十斤，用旺火烧开，徐徐下入油面疙瘩，慢慢搅动。另将面粉（五两）用摄氏三十度温水和成稠面糊，陆续倒入锅内，边倒边搅，用中火烧开，待油茶泛泡时即成“疙瘩油茶”。

特 点

喷香扑鼻，疙瘩酥松，是西安回民风味小吃。



六八、西安姜丝拌汤

原 料（制三十碗）

面粉·····	三斤	酱红萝卜丁·····	一斤
姜丝·····	二两	小白菜·····	二斤
水发海带丝·····	五两	辣椒油 ^⑧ ·····	三两
水发粉丝·····	一斤	芝麻油·····	二两
豆腐干丝·····	一斤	精盐·····	四两
水发黄花·····	五两	双倍醋·····	五两
熟黄豆·····	一斤		

制 法

1. 将面粉置盆内，先倒入清水三斤，边倒边搅，成稠糊状后，用力搅拌，使之有韧性。再陆续加入清水二斤，继续搅拌成稀面糊时为止。

2. 在锅内加水十四斤，下入熟黄豆（半斤），用旺火烧开三分钟后，添入凉水一斤，徐徐倒入面糊，边倒边搅。锅开后，仍继续轻轻搅动五分钟。将小白菜去根、洗净，切成一寸长的段。把精盐、豆腐干丝、海带丝、粉丝、黄花菜和小白菜一并下入锅内，搅拌均匀即成。

3. 拌汤盛碗中，撒上姜丝、黄豆、酱红萝卜丁各少许，再倒些醋，中间淋上芝麻油，周围浇上辣椒油^⑧即成。

特 点

酸辣辛香，色彩悦目，是西安市夏季应时小吃。

六九、汉 中 梆 梆 面

原 料（制十碗）

上白面粉·····	二斤	精盐·····	四钱
生姜·····	二两	酱油·····	四两
辣椒面·····	八钱	醋·····	四两
胡椒粉·····	二钱	熟猪油·····	八钱
大葱·····	四两	菜籽油·····	二两

制 法

1. 将面粉用水八两和成硬面团，饧约五分钟后，再盘揉一次，然后用擀面杖擀成极薄的面片，切成四分宽的面条。

2. 把菜籽油放入炒勺，用旺火烧至七成热，离火，晾至五成热时，放入辣椒面，略加搅动，制成辣椒油。生姜用水洗净，捣成姜汁水。大葱择洗干净，切成细葱花。酱油、醋分别用锅烧开。

3. 在碗内调入适量酱油、醋、精盐、辣椒油、姜汁水及胡椒粉、葱花，将面条约二两下入开水锅中，锅开后，先将面汤盛入碗内，再将面条捞入，浇上熟猪油少许即成。

特 点

酸辣带香，有利湿暖胃之效。因是在晚上挑担，敲梆梆沿街叫卖，故名“梆梆面”。

七〇、汉中糖薄脆

原 料（制二十个）

面粉·····	二斤	碱面·····	二钱
菜籽油·····	四两	芝麻·····	四钱
红糖·····	六两		

制 法

1. 将面粉（一斤六两）用摄氏四十度热水六两（夏季二十度，春、秋季三十度）和成面团，饧约三十分钟后，加入碱面反复揉搓至面团光滑。另将红糖、菜籽油和面粉（四两）搓成面团，然后与先和好的面团揉在一起。

2. 将揉好的面团，揪成二十个面剂，每个沾上芝麻少许，擀成直径约三寸的圆饼，然后用刀尖在饼面轻轻刻划刀纹，计纵横各七道，即成糖薄脆坯。

3. 三扇鏊^⑨用木炭火烧热（温度掌握在摄氏一百度左右）后，将薄脆坯放入底鏊，烘烤约三分钟后，翻过再烘烤约五分钟，待水分烘干即成。

特 点

色黄酥脆，香甜可口，系汉中地区传统小吃。

七一、汉中盐薄脆

原 料（制二十个）

上白面粉·····	二斤	碱面·····	四分
菜籽油·····	四两	芝麻·····	四钱
精盐·····	一钱二分	酵面·····	一两
花椒粉·····	二分		

制 法

1. 面粉（一斤）内加入酵面少许，用水三两和成面团，发酵后，把碱面用温水化开倒入面团内。再将面粉（六两）和成硬面团，与发酵后的面团揉匀。另将面粉（四两）加入菜籽油、花椒粉、精盐制成酥糊。

2. 将面团揪成二十个面剂，擀成长约六寸的长条，抹上酥糊，从右边卷起成圆柱形，用刀从横断面切开。然后把两个剖面向外，左手向里，右手向外，将面卷成罗旋形，再沾上芝麻少许，拍平，擀成直径约四寸的圆饼。用刀尖在饼面轻轻纵横各划七道花纹，即成薄脆坯。

3. 三扇鏊^①用木炭火加热至摄氏一百五十度，然后将饼坯放入底鏊烘烤约五分钟，检查一次火色，再烘烤约五分钟即成。

特 点

黄焦酥脆，香茎扑鼻，与“糖薄脆”同为汉中的传统小吃。

七二、西安黄桂稠酒

黄桂稠酒，古称“醪醴”。原汁不加浆者叫“撇醅”，北魏贾思勰《齐民要术》中称为“白醪酒”。盛唐时期，酿造技艺有进一步提高，朝野上下，莫不嗜饮。饮酒作诗，则是当时的一种风气。关于酒的描写也很多。如韩愈的“一尊春酒甘如饴”，杜甫的“不放春醪如蜜甜”和他的《饮中八仙歌》里的“李白斗酒诗百篇，长安市上酒家眠，天子呼来不上船，自称臣是酒中仙”的“酒”就是“撇醅”稠酒。

黄桂稠酒是在稠酒中加上芳香的黄桂而得名。相传杨贵妃曾饮此酒后大醉，于是，此后便有了“贵妃醉酒”之说。郭沫若曾赞誉黄桂稠酒“不似酒，胜似酒”。

原 料（制七十斤）

糯米·····	三十斤	小曲 ^⑭ ·····	一两五钱
黄桂酱 ^⑩ ·····	二两四钱	糖精·····	一钱

制 法

1. 将糯米倒入高六十六厘米、直径四十厘米的缸内（缸内必须洁净无油污），倒入清水，以没过糯米为度。接着，用木瓢搅拌，使米中的脏物上浮，砂粒下沉，撇去杂质。浸泡四小时后，用笊篱将米捞至另一个缸内，接连淘洗两遍，捞在筛子里，控干水分。

2. 将糯米倒入蒸笼内，旺火蒸约十五分钟，达八成熟，即米粒松软时

离火，放在空锅上，用凉水冲浇（用水量：春秋季四十斤，冬季三十斤，夏季六十斤）。先冲米的中间，再顺蒸笼周围冲透，把水分淋干待用。

3. 先备凉开水约三十斤，把蒸笼移置案边，将凉开水洒在笼的四周和案上少许。然后把蒸笼中的米倒在案上摊开，将小曲^⑭压成面，撒在米上，用两手拌和均匀。

4. 在净缸的中心先直立一只二尺长、直径三寸的圆木柱，将米从周围装入，拍平，将木柱慢慢取出，用手将上口拍压成喇叭口形。用白布盖严缸口，压上草垫，放在周围有麦草的专用酿酒房（池）内，温度保持在三十度左右，使其发酵，三天后酒醅即成熟。

5. 成熟的酒醅约重四十五斤（可出酒七十一斤，酒糟十六斤），用铜丝罗将其分两次过滤。罗置大缸上，缸口两边放木棍各一根，撑住罗圈。第一次给罗中倒入酒醅二十二斤。取生水二十一斤，先用一瓢水将酒醅冲开，同时右手伸入酒醅中，转、搅、搓、压，继续给醅中倒水两瓢，再转、搅、搓、压，然后倒入剩下的生水，双手用力在罗中搓压，直至酒液流净，酒醅变干，将酒糟倒出。再用前法将所余的二十三斤酒醅过滤。然后给酒中放入糖精一钱。饮用时加热烧开，放入黄桂酱^⑮即成。

特 点

汁稠似乳，浓郁醇香，绵甜适口。有健胃、活血、润肺之功能。

七三、西 安 糍 糕

西安糍糕，源于三千多年前的西周时期的“糗饵粉飧”。

糍同糍，古代指用米或米粉做成的食品。“模餌粉糍”，是在糯米粉内夹入豆沙馅（古时叫豆屑末）蒸成的糕饼，吃起来有枣豆味。在西周时期，这种食品是专供王子食用及祭祀用的。到了宋代，史籍中已有“糍糕”的文字记载。而且已由宫廷传入民间。近百年来，西安糍糕一向是肩挑叫卖，以后由回民专营。近年来，在制作方法和使用原料上，都有很大发展和提高，已成为消费者所喜爱的风味小吃。

原 料（制七十个）

糯米·····	五斤	玫瑰酱 ^⑩ ·····	二两
小豆·····	二斤	核桃仁·····	二两
红糖·····	二斤	芝麻·····	五两
黄桂酱 ^⑩ ·····	四两	菜籽油·····	三两

制 法

1. 将糯米淘洗干净。铁锅内加入清水六斤，用旺火烧开，倒入糯米，改用小火焖煮，边煮边将米搅动，约经一小时，米成糊状，再改用微火。用锅铲将米糊抹平，加盖，焖半小时，把锅底的米翻上来，抹平，再焖半小时。将米糊铲出放在案上，用木槌来回碾压，使米粒完全碾细成米团后，摊开在案上。

2. 把小豆淘洗干净，放入开水锅里，加碱面少许，煮两小时。豆煮烂后，捞入竹筛中晾凉，放在瓷盆上，先用手掌将豆子搓开，再用凉水过滤，沉淀约一小时，滗去水分，装入布袋中，将水沥干，制成豆沙。把核桃仁切碎，连同红糖和豆沙一并倒入锅中，用小火翻炒至红糖溶化，放入黄桂酱^⑩、玫瑰酱^⑩搅拌均匀，即成豆沙馅。

3. 案上抹一层油，取糯米团一块，先搓成条，再揪成每个约一两重的剂，揉圆拍平，包入豆沙馅约四钱，收口压成直径约二寸、厚约六分的圆形饼。撒上芝麻少许，即成糍糕。

糍糕吃法有两种：一种是包制好后，撒上白糖少许，凉吃。一种是将平底鏊锅置小火上，加入少许菜籽油，将糍糕放鏊锅上，待烙热后即可食用。

特 点

绵软粘甜，豆沙清香。

七四、西安蜂蜜凉粽子

蜂蜜凉粽子是将糯米粽子浇上蜂蜜、黄桂酱而食的一种粽子。此粽凉甜芳香，沁人肺腑。史籍中多有记述，〔唐〕段成式《酉阳杂俎》记载：长安城里“庚家粽子，白莹如玉”。〔唐〕元稹诗云：“彩缕碧筠粽，香梗白玉团”。这里写的都是这种粽子。据传，〔唐〕韦巨源官拜仆射以后，用蜂蜜凉粽子来宴请皇帝。当时叫做“赐绯含香粽子（蜜淋）”（见韦巨源《食谱》）。又据《岁时杂记》称：“端午粽子名品甚多，形制不一，有角粽、锥粽、菱粽、筒粽、秤槌粽（又名九子粽）”。其中锥粽就是蜂蜜凉粽子。由此可见，远在盛唐时期，蜂蜜凉粽子已成为上自宫廷下至民间的著名食品。现在，西安市的蜂蜜凉粽子是深受群众喜爱的夏令风味食品。

原 料 (制十个)

糯米·····	五斤	黄桂酱 ^⑩ ·····	二两
蜂蜜·····	一斤三两	虎皮叶 [*] ·····	五两

制 法

1. 把糯米用水洗净，在水中泡约三小时。将虎皮叶洗净，用温水泡软，整理好。每个粽子用三至四张虎皮叶，将叶子排成宽约四寸、长约一尺的包皮，中间窝成底尖上圆的锥形兜，然后装入糯米五两，再将叶尾折回，包严，用麻绳扎牢。共包十个。

2. 在大铁锅内倒入清水约三十斤，锅底放小铁箅一个，将粽子排放在上面，用木板压实，加盖。旺火烧开后煮一小时，改用小火焖煮约三小时（在煮的过程中，应根据锅内水的消耗情况，需加水二至三次）。煮熟后在锅内泡约六小时，捞出晾凉。

3. 把蜂蜜与黄桂酱^⑩调和均匀。将粽子剥去包皮，用丝线勒成三分厚的薄片，放在碟内，浇上蜂蜜与黄桂酱^⑩即成。

特 点

晶莹洁白，芳香绵软，凉甜适口。

七五、西 安 甑 糕

甑（音赠），古代蒸食用的炊具。底部有小孔，置于鬲或

* 系竹笋的外皮叶，叶上有黄色斑纹，如虎皮，故名。

甗（音复，大口锅）上，可以蒸物。新石器时代晚期，已有陶甗；商、周时代又有青铜铸成的甗。据《方言》（传系汉杨雄撰）记载：“关东西谓甗为甗（音演），或曰鬻（音寻）。”现在关中一带把“甗糕”叫“粘糕”，实即“甗糕”，“粘、演”陕西方言同音。当前的铁制甗糕锅，在造型上与古代的陶甗相同。用糯米、大枣作原料，以铁甗蒸制成的糕，叫甗糕。大枣有益气、补血、养肾、安神之功，所以甗糕不但粘甜味美，营养丰富，而且滋补养身，是关中一带群众喜爱的传统早点食品。

原 料（制二百五十碗）

糯米……………五十斤 红枣……………二十五斤

制 法

1. 糯米用水浸泡三至四小时，待米心泡松，捞出，再用水淘洗两三次，放竹筛中，沥去水分。

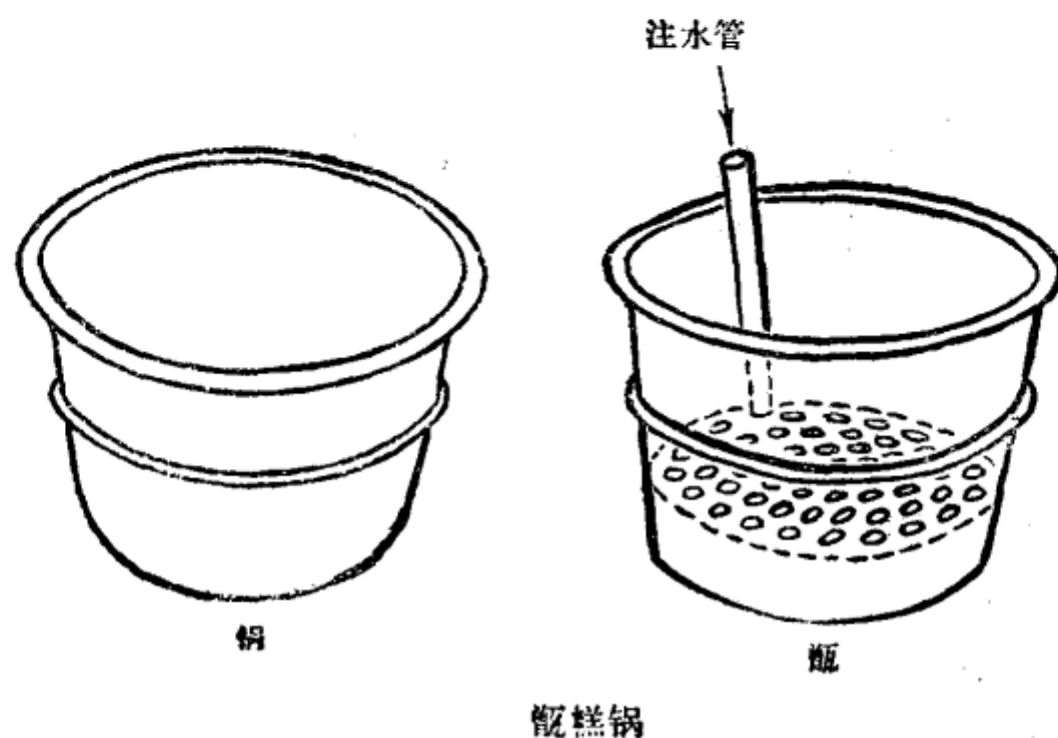
2. 把红枣淘洗干净，再用清水冲洗两次，将枣皮夹缝中的泥沙冲净，用清水泡一小时。

3. 在桶子锅^⑮内加半锅水，放地炉上。再将专用甗糕锅（如图）（或用铁板做的圆桶）置桶子锅上，锅中间放上铁箅，先将红枣（五斤）平铺在铁箅上，将铁箅的空隙盖严，上面铺上糯米（约十六斤），米上再铺一层红枣（约七斤），枣上再铺糯米（十六斤）。米上铺枣，枣上铺米，反复铺七层，计枣四层、米三层。这时将桶子锅与甗糕锅的接连处用布封严。再将干净湿布盖在枣上，然后加盖。用旺火烧开，上气后约三十五分钟，取下锅盖，揭去盖在上面的湿布，给蒸锅内浇洒清水约三十斤，再将湿布盖上。加好锅盖，旺火蒸煮上气，三十分钟后，仍用前法再浇入清水二十斤。用此法共浇水三次后，改用小火蒸几分钟，将桶子锅与甗糕锅的接连处的封口布揭开，

向锅内注水约三十斤后，仍将接连处用布封好，用小火将锅烧开，然后改用微火蒸六个小时即成。

特 点

枣香扑鼻，绵软粘甜。



七六、西安老关家元宵

元宵，相传始于东晋，盛于唐宋。到了宋代，吃元宵的风习已由古都长安流传于全国。

元宵的由来为，历史上人们把每年的正月十五叫“上元节”。“宵”为夜晚之意。正月十五的晚上，为一年中第一个月

圆之夜。这晚吃元宵，象征着吉祥如意和团圆幸福。元宵就是取其吉祥的意思，人们因以为名，把这一天叫做“元宵节”，一直沿袭到现在。陕西和古都长安——西安的城乡人民，每到正月十五家家户户也都要吃元宵。以后元宵又发展成为冬春季节的夜宵食品。

西安元宵历史悠久，尤以老关家著称。老关家的元宵，馅心多样，皮薄柔软，香甜可口。其对馅料的配制更为讲究。操作上一丝不苟，搅拌时则用力揉搓至各种配料完全混合均匀，有时一盆馅料拌揉竟达两小时之久。因此，元宵入口之后，绵如甘饴，酃甜芳香。在群众中享有盛誉，每值元宵节，虽昼夜供应仍有应接不暇之势。

原 料（制四十个）

湿江米粉·····	一斤三两	面粉·····	二两五钱
黄桂酱⑩·····	二钱	核桃仁·····	二两
白糖·····	一斤	蜂蜜·····	三钱

制 法

1. 将核桃仁剥碎，加入黄桂酱*、白糖、面粉，在案上用手搅拌均匀。再将蜂蜜（用二两水调稀）倒在馅上，两手用力搓揉，直至馅子发粘。将馅装入铁模里，用专用木棒将馅砸实砸平后，切成约四十个四分见方的块。

2. 摇元宵的案上放一根直径约一寸半的圆木棍，筐箩内倒入湿江米粉。筐箩放在圆木棍上，将馅块倒在铁策篱内，蘸清水后倒在筐箩里，两手抓住

* 若把黄桂酱分别换成下列各种原料，即可制成几种新的元宵馅：

馅内加玫瑰二钱（剥碎）即成玫瑰馅；馅内加炒好的豆沙即成豆沙馅；馅内加炒好的枣泥即成枣泥馅；馅内加山楂一两半即成山楂馅；馅内加香蕉精五钱、青红丝五钱即成香蕉馅。

筐箩的一头来回摇动，约半分钟，再用笊篱将粘上湿米粉的馅子捞起，筛掉浮面，再蘸清水，稍控水分，倒入筐箩里再摇动，如此反复三至四次，即成如核桃大的元宵。

3. 锅内加入清水，用旺火烧开，下入元宵，用汤勺的勺背顺锅底轻轻推转几下。锅开后，倒入凉水少许，改用中火煮开，再点入凉水，用小火煮，锅里的水要保持小开，煮至元宵漂浮水面，用手指按元宵，馅已软化时即熟。

特 点

皮软馅香，绵粘甘甜。

七七、临 潼 醪 糟

原 料（制三十五碗）

糯米·····	三斤五两	糖精·····	一钱
小曲④·····	二钱五分		

制 法

1. 将糯米用水淘洗干净，放入瓷盆内，倒入温泉水*，浸泡四至五个小时，泡至用手可捏碎为度。用笊篱将米捞入竹筛内，控干水分。放入蒸笼，用旺火蒸至气圆后，再用中火蒸约二十五至三十分钟，将笼屉放木架上，仍用温泉水由上向下浇一遍（夏季约用水十二斤，冬季约用水八斤），待水控干

* 系指临潼华清池的矿泉水。

后，在案板上洒上一层温开水，把熟米倒在案上，拨开晾凉。将小曲⑩擀成细末（春秋季用曲一钱五分，夏季用曲一钱二分，冬季用曲二钱五分），撒入米内搅拌均匀，装入瓷缸里，压实拍平，放在保温的房子里，用两条干净棉被盖在缸口上，并将缸的周围裹严。冬季将其放在火炕上，保持三十度恒温，使其发酵。约需四十八小时，即成醪糟醅。

2. 将铜锅置旺火上，放入温泉水一斤，糖精少许，舀入醪糟醅二两四钱，用手勺搅匀，烧至约九十度满锅漂米，发出酒香味时，盛入碗内即成。

特 点

本品用临潼矿泉水酿制，汁浓醇郁，酸甜芳香，可活血健胃。

七八、西安江米油糕

原 料（制五十个）

糯米粉……………五斤
白糖……………二斤
黄桂酱⑩……………一两
红丝……………一两

核桃仁……………二两
面粉（蒸熟）……………四两
菜籽油……………三斤（实耗一斤三两）

制 法

1. 将糯米粉（四斤）倒入瓷盆里，注入滚开水二斤二两，随即用擀面杖搅匀。案上先撒上一层糯米粉，将面取出放案上，揉成面团，再撒上一层糯米粉，制成烫面。

2. 将核桃仁、红丝切碎，和白糖、黄桂酱⑩、熟面粉搅拌成馅。

3. 取糯米面团一块（约一两四钱），放左手上，拍成窝窝形，包入馅子（约六钱），封严收口。放入左手掌心，再用右手食指、中指、无名指轻轻压平，中间显有三个指印，即成油糕坯。

4. 平底铁锅内倒入菜籽油，用旺火烧至八成热，下入油糕坯，炸约五分钟，外皮呈淡黄色即成。

特 点

外皮酥松，内瓤软粘。

七九、西安挂粉汤圆

原 料（制九十个）

糯米·····	三斤	核桃仁·····	一斤
白糖·····	三斤	干淀粉·····	三两
黄桂酱 ^⑩ ·····	二两		

制 法

1. 把糯米用清水洗净，泡四十八小时后捞出，放入石磨中磨成米浆，再将米浆倒入布纹较稀的白布制成的口袋内，扎住口。压上干净石块，沥去水分，即成米粉。取米粉（五两）用开水烫熟，晾凉，作为面芡。再将干淀粉与米粉（二斤五两）掺合均匀，加入面芡，揉搓至面光为止。用湿布盖好待用。

2. 将核桃仁切碎，加入黄桂酱^⑩及白糖，用力搓拌至完全混匀，放入盆中备用。

3. 案上铺一块湿布，取糯米面团一块，先搓成条，再揪成每个八钱重

的剂子，在手掌中抻成圆形，用食指与拇指捏成窝窝形，然后将面皮托在左手上，右手放入馅子(约四钱)。接着，左手徐徐转动，右手食指与拇指将口收平。

4. 将锅内水烧开，下入汤圆，改用微火，用手勺轻轻推动，待汤圆浮起后约五、六分钟即可食用。

特 点

外皮光润、细绵，内馅香甜可口。

八〇、汉中米面皮子

原 料 (制二十五碗)

大米……………五斤
精盐……………八钱
绿豆芽……………一斤
酱油……………五钱

醋……………一两
芝麻酱……………三两
菜籽油……………一两

制 法

1. 把大米用清水淘洗干净，放瓷缸中，用凉水泡两天后，捞入石磨中，徐徐加水磨成米浆，加入精盐(约二钱)搅匀，然后用沸水约五斤烫开，再加凉水约三斤制成浓米浆。

2. 把干净湿布铺在笼上，摊上浓米浆约二分厚，抹匀，上笼旺火约蒸十分钟即熟。取出晾凉，每张抹上菜籽油少许，切成细条。吃时按需要量分碗调拌，加绿豆芽、酱油、醋及芝麻酱各少许即成。

特 点

色白光润，条细柔韧，系汉中地区特有小吃。

八一、大 米 甜 浆

原 料（制六十碗）

大米……………一斤 黄豆……………五斤

制 法

1. 把黄豆淘洗干净，用摄氏三十度温水泡约六小时后，用石磨磨成豆浆糊约三十斤，然后倒入过浆布内，用水过滤成豆浆约五十斤。

2. 把大米洗净，锅内加水五斤，旺火烧开后，下入大米煮约五十分钟，米开花时，对入豆浆，用旺火烧开即成。

特 点

味略甜、有豆香味，清爽利口，富有营养，为陕西关中地区特有小吃。此浆多与油条、油塔等含油量较大的食品配食。

八二、汉 中 菜 豆 腐

原 料（制一百碗）

黄豆……………五斤 大米……………十斤

辣椒油⑧ 三两

咸菜.....五两

浆水* 二两

制 法

1. 将黄豆精选后，在凉水中泡约十二小时，淘洗干净，用石磨磨成豆汁，用密度较稀的白布过滤成浆。留渣待用。将豆浆盛入锅内，用中火加热至浆开，改用小火，徐徐倒入浆水，慢慢搅动。停几分钟待凝结后，将膏水**滗在盆内，用白布将凝结的豆花包住，压上木板，约一小时后取出即成嫩豆腐块。

2. 把大米淘净，将滤过浆的豆渣用水约二十五斤过滤成稀豆浆，加入大米，添上膏水，放入锅中，用旺火煮熟成粥。然后，将豆腐削成较薄的小块，放入稀饭内，即成为“菜豆腐”。把咸菜切成末，吃时将菜豆腐舀入碗中，撒上咸菜末，淋上辣椒油⑧即可。

特 点

其味酸香爽口，豆腐细嫩。虽是热食，却有降热之功能，系汉中地方民间小吃，每值夏令大量上市。

八三、榆 林 炸 豆 奶

原 料（制一盘）

* 系用叶茎较硬的芹菜，入沸水中烫萎捞出，盛在盆内，另加温开水放在较温暖的地方，经过两三天发酵有酸味后，即成浆水。

• • 即豆腐凝结后，澄清在上面的水。

浓豆浆·····	一斤	绿豆淀粉·····	一两
鸡蛋·····	一个	上白面粉·····	二两
绵白糖·····	三两五钱	熟猪油·····	二斤(实耗二两五钱)

制 法

1. 取浓豆浆三两，搥入鸡蛋，再加进调湿的绿豆淀粉糊，搅打均匀。
2. 炒锅内放入浓豆浆(七两)，加入白糖(一两五钱)，用旺火烧开，徐徐倒入打好的鸡蛋豆浆，边倒边用手勺在锅底轻轻搅动，防止着底，见豆浆已呈糊状时起锅，倒入方瓷盘内(瓷盘边深为三分、大小以装满豆浆为宜)，使其冷凝成冻状，即成豆奶。
3. 案板上撒一层上白面粉，将冷凝的豆奶翻扣在面粉上，再撒上一层面粉，切成一寸二分长、二分宽的条，放面粉中裹匀。
4. 炒勺内放入熟猪油，用旺火烧至八成熟，逐个下入豆奶条，不要使其粘连。炸至豆奶条飘浮油面，呈金黄色时，捞出装盘，撒上白糖即成。

特 点

外脆里嫩，味道甘美，多用于酒席上招待客人。

八四、西 安 豆 黄 糕

原 料

豌豆·····	五斤	白矾·····	七钱五分
柿饼·····	五斤	碱面·····	五钱

制 法

1. 将豌豆磨成豆瓣，去皮。柿饼去蒂切成五分宽、三分厚的条。
2. 用直径一尺八寸的铁锅一个，加入清水六斤，用旺火烧开后，倒入豆瓣，加入碱、矾，用木勺搅动，待豆瓣下沉，撇净浮沫，盖严锅盖，改用小火，焖煮约半小时。当豆瓣一搓即烂时，用木勺边搅边搓，使成糊状。再根据豆糊的稀稠，加入适量开水，继续搅动成较稀的糊状时，将火加大，用手勺顺锅底勤加搅动，待满锅起泡时，移离火炉。
3. 取口径八寸、深六寸的大碗十个。碗底先铺一层柿饼条，再浇上一层约一寸厚的豌豆糊（豆糊温度要保持在摄氏六十度），如此铺浇三层，加上防尘罩放置在阴凉处，待凉透后，翻扣在净木板上，用刀顺直切成小块，装碟即成。

特 点

凉爽甘甜，春季食之，沁入肺腑。

八五、乾 州 豆 腐 脑

原 料（制五十碗）

黄豆……………五斤
熟石膏……………一两五钱
胡萝卜……………二两五钱
水发黄花……………八钱
水发粉丝……………二两

湿淀粉……………八两
精盐……………二两
酱油……………三两
醋……………一斤
蒜……………八钱

辣椒油^⑧ 五两

芝麻油 五钱

制 法

1. 先将黄豆拣净，磨成豆瓣，去皮，放入清水中泡约四小时（夏季二至三小时，冬季五至八小时）。待豆瓣发白时，捞出，倒入钢磨，随磨随加水，磨成细豆浆约十五斤左右。用三尺五寸见方的过浆布，绑在木制的平十字过浆架上，吊在铁锅上。倒入豆浆，陆续注入少量的水，用手不断摇动，将豆浆滤入大锅内，用旺火烧开。在烧的过程中，用木勺把豆浆舀起，倒入，重复几次，装入桶内。将熟石膏用清水二两五钱化开，放入瓦缸内，将桶内的豆浆趁热倒入，停约五分钟，即成豆腐脑。

2. 把胡萝卜切成细丝，水发黄花切成五分长的段，水发粉丝截成一寸长的段。锅内加入清水七斤，用旺火烧开，倒入湿淀粉略加搅动，放入胡萝卜丝、水发黄花、水发粉丝，水开即成卤汁。

3. 分为春、夏、秋季及冬季两种调法。

（1）春、夏、秋季的调法：将豆腐脑用特制的平勺舀入碗内（约四两），调入蒜汁、精盐、酱油、醋、辣椒油，再淋入芝麻油即成。

（2）冬季的调法：将豆腐脑（四两）舀入碗内，浇入卤汁三至四调羹，再放入精盐、酱油、醋、辣椒油，淋上芝麻油少许即成。

特 点

色白软滑，营养丰富，味美可口。此小吃系地方传统风味食品，被誉为乾州“三大宝”之一。

八六、炒粉鱼

原 料（制一百碗）

豌豆粉块·····	二十斤	葱花·····	二斤
腊炙油 ^⑩ ·····	三斤	干辣椒丝·····	二两
精盐·····	一斤	糖色·····	八两
五香粉·····	二两		

制 法

1. 将豌豆粉块置盆内，添入清水约二斤，用手掰碎，搅拌成稠糊浆。
2. 在铁锅内放入清水六斤左右，用旺火烧开，倒入稠糊浆，改用中火，用木勺在锅里搅转至浆与水完全混匀时，再改用小火，每隔一至二分钟用木勺搅一次，防止糊底。约十分钟后，粉浆成半凝固体状即熟。
3. 在大瓷盆内加入半盆凉水，盆上置放漏粉鱼的专用漏罗，用铁瓢舀入粉浆，粉鱼便从漏罗漏入盆内，状如蝌蚪。
4. 在平釜锅内放入腊炙油^⑩（一两五钱），用中火烧至七成热，加入粉鱼（二斤），再加糖色（约八分），搅炒均匀，然后下入葱花、精盐、干辣椒丝、五香粉各少许，炒好后堆在锅边。当有顾客购买时，将粉鱼（二两）移到锅当中，淋入腊炙油^⑩（一钱五分），搅炒几下，扣上小碗，一分钟后揭开，再炒几下，盛入碗内即成。其余粉鱼依此操作。

特 点

滑润绵软，葱花喷香，系晚市小吃品种。也有将粉鱼、米饭混合在一起

炒的，吃起来别有风味。

八七、西 安 绿 豆 粉 皮

原 料（制十碗）

绿豆淀粉·····	三斤	醋·····	一斤
碱面·····	一钱	精盐·····	二钱
芝麻酱·····	四两	蒜泥·····	三两
芥末面·····	五钱	辣椒油 ^⑧ ·····	五钱
酱油·····	五两		

制 法

1. 将绿豆淀粉用温水调稀后，先加入碱面，再调入水，共约用水八斤，搅拌成为粉浆。芥末面加水一两，调和成糊。

2. 把直径一尺的铜罗，用油擦过，舀入粉浆一手勺，将铜罗在开水锅内水面上用力旋转，使粉浆均匀的摊布在罗底上。当粉浆遇热凝结后，将铜罗微斜灌入锅内热水，略停约一分钟，使粉皮受热，熟透，再将铜罗提入冷水中一浸，用大拇指顺罗壁将粉皮揭下来，即成。依此方法，直至将粉浆全部做完。再给每张粉皮上擦点油，攥起，切成三分宽的条，根据顾客需要，每碗分别装入二至四两，加入酱油、醋、芝麻酱、芥末糊、辣椒油^⑧各少许即成。

特 点

筋韧光滑，酸辣可口。

八八、西安黄桂柿子饼

黄桂柿子饼，也叫水晶柿子饼，是一种以柿子和面制成的风味食品。据说，在元、明时期，西安已有用柿子为主料，辅以其他佐料制作糕饼者。现在的西安黄桂柿子饼，是以临潼县生产的一种“火晶柿子”为原料加工制作而成的。这种柿子的特点是：果皮、果肉是橙红色或鲜红色，果实小，果粉多，无核，肉质致密，多汁，品质极好。因此，用火晶柿子为主料，加入面粉，包入黄桂糖馅，制成柿子饼，具有柿面粘甜，黄桂芳香等特点，很受群众欢迎。现已成为誉满全国的秋冬令小吃。

原 料（制八十个）

临潼火晶柿子·····	四斤	核桃仁·····	五钱
面粉·····	四斤	青红丝·····	三钱
绵白糖·····	一斤	猪板油·····	三两
黄桂酱 ^⑩ ·····	六钱	菜籽油·····	三两
玫瑰酱 ^⑪ ·····	五钱		

制 法

1. 将猪板油撕去皮膜，切成二分大的方丁。把青红丝、核桃仁切碎，取面粉（五两）与黄桂酱^⑩、玫瑰酱^⑪搅拌均匀，再加入板油丁、白糖，用力

搓揉，当各种物料掺和产生粘性时，即成糖馅。

2. 将面粉（二斤）堆放在案板上，中间挖个坑。柿子去蒂去皮后，放在面粉坑里，先用刀剥成糊，再用手将面粉与柿子搅和均匀，搓成软面团，然后陆续加入面粉（一斤），揉搓成较硬的面团。其余面粉撒在面团周围，即成柿子面。

3. 取柿子面剂一块（约一两），拍平，托在左手掌上，包入糖馅（三钱），双手旋转封口，抻成圆球形，即成柿子饼坯（四斤面粉可做饼八十个）。

4. 三扇鏊^⑨用木炭火烧热，在底鏊中倒入菜籽油（一两），将饼坯平放鏊里。稍停，用铁锅铲翻转面，轻轻压一下，盖上上鏊，烙烤五、六分钟，底面已发黄时，移开上鏊，再翻转面，加菜籽油（五钱），烙五分钟，检查火色，调换位置后，约三分钟，待两面火色均匀，即成。

将柿子饼盛小盘中，吃时先用筷子将饼的焦黄表皮揭起，用筷子取饼馅吃，然后吃饼皮。

特 点

色泽金黄，柿面粘甜，黄桂芳香。

八九、宁强王家核桃烧饼

宁强县地处川、陕、甘三角地带的秦巴山区，盛产核桃。城内王记福兴老号的核桃烧饼，远近驰名，已有二百多年的历史。相传在清代曾多次作为贡品，供奉皇室。福兴老号开业于〔清〕乾隆年间（公元1736—1820），创始人姓王，无子嗣，临终将字号招牌

及印制包装标签的木刻板，传授其得意学徒王文选继承。文选传其子培录，培录传其妻何氏。何氏传其媳斯秀英，直至一九五六年参加合作食堂。由于代代相传，核桃烧饼的传统技艺得以延续，传统风味得以保留。

原 料（制五十个）

面粉·····	五斤	菜籽油·····	八两
酵面·····	一斤	精盐·····	一两
核桃仁·····	四斤	碱面·····	七钱

制 法

1. 将面粉（一斤）蒸熟，加菜籽油（五两）拌匀，制成油面。
2. 将剩余面粉加入油面、碱面及酵面，用将开未开，刚刚泛起小泡的水和匀，稍饧，将面团分为五份。
3. 将核桃仁用火焙熟，去皮，加入精盐捣碎成泥状，制成核桃泥（细至出油）。
4. 取面团一份，加核桃泥（约四两）和匀，分为十个剂子，逐个用走槌*擀成长条，抹上核桃泥，卷成圆柱形，用刀顺长切成两块，里层（纵剖面）向外卷圆，上下再抹上核桃泥和菜籽油少许，用直径一寸的圆木槌从中间向下压成凹形，放入三扇鏊^①底鏊烘烤，约三分钟，翻转面后再烤五分钟，呈金黄色时即成。

特 点

色泽金黄，油酥可口，经久耐贮，不易霉变。

*系擀制小块面团的一种工具。其外面是一个直径约二寸、长约三寸的空心木块，空心中插入长约六寸、直径约五分的木棒一根，使用时以中心的木棒推动走槌制。

九〇、大荔枣肉沫糊

原 料（制一百碗）

面粉·····	三斤五两	碱面·····	一钱
红枣·····	五斤	糖精·····	一钱
豇豆·····	一斤五两		

制 法

1. 把红枣洗净，用温水浸泡半小时，倒入开水锅中，中火煮约五小时，捞出，放竹筛中先用手搓烂，再用煮枣水约一斤冲取枣肉汁液，滤去枣皮、枣核。

2. 铁锅内加入清水约十斤，下入洗净的豇豆，用旺火烧开，放入碱面，用木勺将豆汤扬数遍，加清水约二斤五两，烧开，再用木勺扬数遍，再加清水约三斤。如此扬汤、加水约七、八次，直至豆烂汤呈绛红色为止。

3. 将枣肉汁倒入豇豆汤中，加入糖精。把面粉放一盆中，用清水和成稀面糊，锅开后，陆续倒入，边倒边搅。用旺火烧开，两分钟后，即成枣肉沫糊，移盛在砂锅中（为防止沫糊氧化变黑，砂锅温度要保持在摄氏五十度左右），即可食用。

特 点

健脾开胃，沙甜可口，系大荔县传统风味小吃。

九一、西安柿子面糊拓

原 料（制一百个）

面粉·····五斤 菜籽油·····四斤（实耗一斤五两）
软柿子·····五斤

制 法

1. 将软柿子去蒂，剥皮，放入大瓷盆中，用擀面杖搅成糊，再倒入面粉，用力搅拌成柿子面糊。

2. 在平底锅内加入菜籽油，用旺火烧至七成热时，左手先将糊拓提^①放入油锅中，“提”内蘸上油后取出，右手用铁锅铲铲入柿面糊，刮平，放入油锅中炸约三分钟，再将“提”略加晃动，使糊拓脱离浮起，然后翻过来再炸约三分钟，两面火色均匀即成。

特 点

外皮酥脆，内瓤绵软，香甜适口。

九二、西安柿子面锅盔

原 料（制五个）

面粉·····五斤 软柿子·····二斤五两

菜籽油……………一两

制 法

1. 把柿子去蒂，揭皮后，与面粉混合，和成软面团。

2. 将三扇鏊^⑨用木炭火烧热，上鏊抹上菜籽油少许。在案板上撒一层干面粉，取面团一块（约二斤五两），略加揉搓，擀成直径约一尺、厚三分的圆饼。双手托放在上鏊上，烙烤约三分钟，待外皮稍焦硬，翻一面再烤约两分钟，在底鏊加菜籽油（约二钱），将饼移入底鏊，烘烤约五分钟即成。其余制法同。

特 点

酥软绵甜，有浓郁的柿子香味。

九三、西 安 萝 卜 饼

原 料（制二十八个）

上白面粉……………一斤四两
白萝卜……………三两
火腿……………一两
五香粉……………五钱

精盐……………三钱
猪板油……………二两
熟猪油……………五两

制 法

1. 把白萝卜洗净，削去外皮，切成一寸长的细丝，火腿去皮后，同样处理。把猪板油撕去皮膜，切成黄豆大的丁，加入火腿丝、萝卜丝、五香粉、精盐搅拌均匀，制成饼馅。

2. 将面粉（七两）与加热后的熟猪油（三两五钱）以及水一两和成酥

面，放在盆里。另将熟猪油（一两五钱）加热化开，加水二两与面粉（七两）和成软面团，揉搓五分钟，作为皮面，放在盆里，盖上湿布。

3. 将皮面和酥面分别揪成二十八个面剂，把皮面擀开，放上酥面，用手拍平。将皮面对折，如此折叠三次，再擀成椭圆形，在皮面的一端包入馅子约二钱，然后由右向左卷起，盘成直径约一寸半的螺旋形饼坯。放入三扇鏊^⑨中，加熟猪油烙烤十分钟（火的温度要保持在摄氏一百二十度左右）即成。

特 点

此饼以萝卜丝、火腿丝制馅，酥面作皮，香酥软绵，造型美观。

九四、西 安 萝 卜 糊 拓

原 料（制五十个）

白萝卜·····	五斤	精盐·····	八钱
面粉·····	二斤五两	菜籽油·····	四斤
五香粉·····	八钱		（实耗一斤五两）

制 法

1. 把萝卜洗净，用礞床擦成细丝，放入盆里，加入精盐、五香粉搅匀后，再倒入面粉，加水二两五钱，用力搅拌成稠糊状。

2. 在平底锅内倒入菜籽油，用旺火烧至七成热时，左手将糊拓提^⑩放入油锅中，“提”内挂上一层油后取出，右手用铁锅铲摊入萝卜糊，刮平。放入油锅炸约三分钟，将“提”略加晃动，使糊拓脱离“提”，浮起，翻转面再炸约五分钟，呈褐黄色时即成。

特 点

黄焦酥香。

九五、西安王记粉汤羊血

相传很早以前，西安南院门小吃摊就有卖羊血汤的，到了本世纪初，在牛市巷口摆羊血摊的王金堂，根据群众的爱好，开始在用料上研究改进，给羊血中增添了粉丝、豆腐，调入了腊炙油^⑩，以后又选用多种调料，制成调味汤，形成独特的风味。它以麻、辣、咸、香、嫩、光著称。羊血鲜嫩，入口光润，花椒小茴，调料多样。人们赞誉地称它为“王记粉汤羊血”，成为群众喜食的风味小吃。

原 料（制六十份）

羊血·····	十斤	香菜末·····	六两
水发粉丝·····	六斤	腊炙油 ^⑩ ·····	一斤二两
豆腐·····	六斤	辣椒油 ^⑧ ·····	一斤二两
蒜苗末·····	一斤二两	精盐·····	二斤二两

制 法

1. 宰羊时，将新鲜羊血接入盆中，用马尾罗滤去杂质，每十斤羊血加入精盐五两至一斤，用竹篾子轻轻打动，使其相互溶解。然后加入与羊血数量相同的净凉水，搅匀。待羊血凝结后，用刀划成六寸长、四寸宽、一寸厚的块，用摄氏九十度热水煮约四十分钟，羊血便凝固成块，嫩如豆腐，呈褐红色，

有咸味。

2. 把羊血块洗净，平放案上，除去血块上的血沫和底面沉淀的杂质。左手伸直，五指并拢，轻轻压在羊血上，右手持四平刀*在凉水里蘸过，用平刀法将羊血片成二分厚的片，再将片叠成坡形，然后用直刀法切成“火柴棒”粗细的长条，整齐的排放在盆内。

3. 把豆腐切成六分厚、一寸长、六分宽的片，放入开水锅中，用中火煮约二十分钟，待有蜂窝状的小孔时，捞出，浸泡在净水中，备用。

4. 在大铁锅内加入清水一百斤，用旺火烧开后，先下入精盐一斤半，再下自制调料面**八两，改用中火，保持汤锅小开。由顾客将饅头③掰成小块放入碗内，由厨师取羊血丝下入锅内，焯约一分钟，捞入碗中，再取水发粉丝放在碗内，先浇上热汤，稍停，用手勺将碗内羊血扣住滗去汤，再浇汤，滗汤，如此反复三至五次。待汤已渗入馍块，取豆腐块放在漏勺中，在汤锅里焯热后放入碗里。调入腊炙油⑯、辣椒油⑧和辣子，加进蒜苗末、香菜末，最后浇入适量的热汤即成。

* 系切羊血使用的刀。刀长六寸，宽二寸五分，刀身薄，刀刃平。

** 配制自制调料面共需调料十五种，各种调料所占的比例如下：

大红袍花椒①	35%	上元桂	15%
草 果	3%	胡椒	0.4%
草 拨	1%	砂仁	0.2%
桂 子	2%	油桂	2%
小茴香	15%	八角(广西产)	15%
玉 果	2%	干姜	5.7%
良 姜	3%	蔻仁	0.3%
丁 香	0.4%		

上列调料的制作方法是：先将花椒、小茴香放入空铁锅内，用中火加热，用铁铲翻动，去湿焙干，不要炒焦。炒好后，取出晾凉，研成细末另行置放。再将其他十三种调料混合在一起，研成细末，与花椒、小茴香面搅拌在一起，存放于瓷罐中随时取用。

在熟羊血块内调入适量的蒜泥、辣椒油^⑧即是“西安辣子蒜羊血”。

特 点

绵软光滑，麻辣香浓，色彩鲜明。

九六、洋 县 猪 白 血

原 料（制八碗）

鲜猪血·····	十斤	葱末·····	一两
鸡蛋清·····	六个	白胡椒粉·····	三钱
鸡蛋·····	一个	味精·····	二分
菠菜叶·····	四两	姜末·····	一钱六分
水发木耳·····	一两六钱	熟猪油·····	四钱
精盐·····	五钱		

制 法

1. 宰猪时，将鲜猪血接入盆中（约十斤），停约十分钟，血半凝固时，用刀在血面上轻轻划几道纹（不能搅动），沉淀约两小时。另取一瓷盆，上放竹筛，滗入血清，再沉淀两小时（夏季沉淀一小时），依此法反复做四次，共八小时。可提取血清三斤，放于盆中。把鸡蛋摊成蛋皮。

2. 将鸡蛋清放入碗中，打散，倒入血清盆中，用筷子搅匀，撇净浮沫，加精盐（三钱）、葱末（二钱）、白胡椒粉（一钱）、味精（一分）、肉汤一斤，搅匀，分别盛于八个碗中，厚度不要超过一寸半（以免蒸不透），上笼中火约蒸十分钟（中间放气两次），即成猪白血。

3. 在锅内放入肉汤四斤，加菠菜叶、木耳、姜末、鸡蛋皮（切成象眼块）和葱末（八钱）、白胡椒粉（二钱）、味精（一分）、精盐（二钱），用旺火烧开，分别倒入八个碗中，淋入熟猪油即可食用。

特 点

色泽乳白，鲜嫩适口，营养丰富，是陕南洋县风味食品。

九七、榆 林 炸 奶 链

原 料（制一盘）

鲜羊奶·····	一斤	绵白糖·····	三两
鸡蛋清·····	两个	熟猪油·····	二斤
绿豆淀粉·····	一两二钱		（实耗二两）

制 法

1. 在鲜羊奶（四两）中加入鸡蛋清、绿豆淀粉（六钱）和水一两，搅打均匀，制成奶浆。

2. 将炒锅刷净擦干，放入鲜羊奶（六两），加进绵白糖（一两），旺火烧开后，徐徐倒入奶浆，用手勺轻轻着底搅动。当奶浆呈糊状时，倒入瓷盘中（奶糊厚一分）。奶糊冷凝后，在案板上撒一层干淀粉，将冷凝的奶糊块翻扣在淀粉上，上面再撒一层干淀粉。将其切成八分大的斜形块，然后放淀粉中裹匀，即成奶链坯。

3. 在炒锅内放入熟猪油，用旺火烧至八成熟，将奶链坯用锅铲托起，逐块下入锅中，轻轻推动。当奶链坯浮起并呈金黄色时，捞出，盛放盘中，

撒上绵白糖即成。

特 点

色泽金黄，外脆里嫩，乳香醇甜，是陕北榆林地区传统风味食品。

九八、西安蛋皮春段

原 料（制三十个）

鸡蛋·····	十个	五香粉·····	一钱
猪肥瘦肉·····	一斤	精盐·····	三钱
小白菜·····	二斤	绍酒·····	二钱
韭菜尖·····	五两	味精·····	五分
姜末·····	一钱	菜籽油·····	三斤（实耗五两）

制 法

1. 把鸡蛋磕入碗内，打成蛋汁。炒锅置中火上烧热，用油擦过，将蛋汁摊成直径七寸的薄蛋皮共十张。

2. 将猪肉剥成肉末，加精盐、绍酒、姜末调匀。把韭菜尖洗净，切成一分长的小段。把小白菜去根，洗净，剁碎，挤干水分，加进韭菜段、五香粉、味精与肉末，搅拌成馅。

3. 把薄蛋皮十张分别铺在案板上，将馅子分成十份，摊放在每张蛋皮的一边，然后从有馅子的一边卷起，随将左右两端向上一折，继续推卷，用稀面糊将边粘好，成为蛋皮卷。

4. 炒锅内加入菜籽油，用旺火烧至七成热，下入蛋皮卷，炸至呈金黄

色时捞出，每个切成三段，即成蛋皮春段。

特 点

皮酥脆，馅香嫩，色金黄。

九九、西 安 素 糊 饽

原 料（制两份）

面粉·····	五两	水发木耳·····	三钱
菠菜·····	一两	葱花·····	二钱
大豆芽·····	一两	五香粉·····	一钱
豆腐·····	三两	精盐·····	三钱
炸豆腐皮·····	五钱	酱油·····	二钱
炸面筋泡·····	五钱	味精·····	三分
水发粉丝·····	三两	菜籽油·····	三两
水发黄花·····	一钱	芝麻油·····	二钱

制 法

1. 将豆腐分为三等份。将其中一份用开水煮过，取出晾凉，切成三分大、一寸长的条；另一份切成八分长、四分宽、二分厚的块，用油炸成油豆腐；剩下的一份加葱花、精盐、五香粉少许，搅成豆腐泥，抻成如枣大的丸子，用油炸成豆腐丸子。把菠菜、大豆芽择洗干净，菠菜切成六分长的段。炒锅内放入菜籽油（一两），旺火烧至七成热，下入大豆芽、菠菜煸炒一下，加入酱油，颠翻，出锅盛入碗中。

2. 将面粉用温水约三两和成面团，擀成薄饼两张，上釜烙熟，切成三分宽的长条。

3. 炒锅内放入素高汤*约二斤，下入炒好的蔬菜及豆腐条、油豆腐、豆腐丸子、黄花、木耳、粉丝、面筋泡及精盐（二钱），汤开后，下入切好的饼，略加搅动，锅开后，加入炸豆腐皮、味精，淋上芝麻油即成。

特 点

汤鲜饼韧，清素可口。

一〇〇、薄 荷 饺 子

原 料（制二十个）

上白面粉·····	一斤二两	核桃仁·····	二两
白糖·····	六两	薄荷粉·····	五钱
青红丝·····	五钱	猪油·····	六两
玫瑰·····	一两		

制 法

1. 将上白面粉（二两）在锅内炒干，然后加入猪油（一两五钱）及白糖、青红丝、玫瑰、核桃仁、薄荷粉，搅拌均匀成馅。

* 素高汤制法：将大豆芽三斤漂洗干净，装入布袋内。把花椒二两，八角一两也装入另一布袋内，均扎紧袋口，投入盛有四十斤水的铁锅里，用旺火烧开，转用小火煮约两个小时，即成素高汤。

2. 将上白面粉（三两），加入猪油（二两五钱）制成油酥面。剩余面粉用水和成面团，揪成二十个小剂，掺入油酥面，揉好擀成饺子皮，包入馅心，捏成饺子形状。

3. 将饺子用鏊子烤至金黄色时即成。

特 点

清凉消暑，香甜酥脆，系陕西汉中市夏令风味小吃。

一〇一、鸳 鸯 蛋

原 料（制五碗）

小鸡蛋·····	六个	竹笋尖·····	三钱
猪肉·····	二两	精盐·····	五分
鸡蛋清·····	两个	胡椒·····	二分
干淀粉·····	五钱	味精·····	一钱
湿淀粉·····	五钱	葱花·····	一钱
面粉·····	二钱	姜末·····	一钱
绍酒·····	二钱	菜籽油·····	一斤
菠菜叶·····	二钱		（实耗二两）
水发木耳·····	三钱		

制 法

1. 将鸡蛋（五个）放入水中煮熟，去壳，对半切开待用。
2. 将猪肉剥成肉茸，加入鸡蛋清、精盐（三分），湿淀粉（三钱）、

胡椒（一分）、葱花（五分）、味精（六分）、姜末（五分），搅拌成肉馅。将切开的熟鸡蛋（半个）裹上干淀粉，另半边贴上肉馅，做成和鸡蛋大小一样的鸳鸯蛋。依此做完，共做十个。

3. 将鸡蛋（一个）打散，加入面粉和湿淀粉（一钱），搅拌成糊，然后放入鸳鸯蛋挂糊。铁锅置旺火上，倒入菜籽油，烧至六成热时，下入鸳鸯蛋，炸至金黄色时捞出，分别装入五个小碗中（每碗两个），加入清汤，上笼约蒸十分钟，取出翻入盘中。

4. 铁锅置旺火上，倒入菜籽油（五钱），烧七成热，下入葱花（五分）、姜末炒一下，再放入水发木耳、竹笋尖、菠菜叶煸炒几下，加入鸡汤一勺，下入精盐（二分）、胡椒（一分）、味精（四分），用湿淀粉（一钱）勾芡，加入热菜籽油（三钱）冲汁，烹入绍酒，然后浇在鸳鸯蛋上即可。

特 点

金黄油亮，肉酥蛋香，味美可口，系汉中市传统风味名点。

附 注

①**大红袍花椒**：原产陕西汉阴县，又名汉阴椒。凤县亦产，现以韩城县为生产基地。此椒具有色深红、内黄白、睁眼、颗大均匀，身干麻味足、香味大等特点。

②**肉板**：是制作牛、羊肉泡馍，水盆羊肉等食品时，为摆放肉块使用的木板。此板宽约八寸，长约一尺五寸，稍呈弧形。系用桦木或榆木制成。

③**饅饅馍制法**（制十个）：用温水八两将碱面五分溶化，倒入二斤上白面粉中，和成硬面团。用湿布盖严，饧约十分钟后，将面团分成十个面剂，揉匀收圆，擀成直径约二寸五分的圆饼坯。再用擀杖将饼坯周围打起棱边。先放在三扇鏊的上鏊约烤三分钟，待棱边烤黄翻过来再烤二分钟，待表面已略黄，然后放入底鏊烘烤五分钟，约有九成熟时即成。

④**潯馍**：潯，读作泡，系陕西省饮食业的一种泡馍方法。碗内放入掰好的馍块，将滚开的调料汤或肉汤浇在馍块上，再用手勺扣住馍块，将汤从碗内滗入汤锅，如此反复三、五次，以把馍浸透为度。陕西方言称这种方法为“潯”。

⑤**水盆锅**：是一种通常用铅锡板制成的盆状锅（以紫铜者为佳）。上大下小，上口直径约二尺八寸，高约二尺，锅底直径约一尺五寸。陕西关中地区的饭馆，每值夏季常在门前设“水盆锅”出售食品。

⑥**油泼辣子**：用刚离火的热油浇泼辣椒面制成。一般用量是辣椒面五钱，菜籽油二两。将辣椒面放入小碗中，加入精盐少许，将油烧七成热倒入即成。端上桌时，下衬托一小碟，旁附一汤匙醋，将醋倒入即冒“鱼眼泡”，吱吱作响，喷出辣香。亦称“睁眼辣子”。

⑦**恰恪床**：是一种木制的专用于压恰恪的炊具，形状如长凳。长约四尺，宽约六寸，高约五寸。下面有四个腿柱，前腿高约六寸，后腿高约三寸，中间有一直径约三寸、深约

三寸的圆洞，下面镶嵌着铁片或铜片，片上钻有针眼大的圆孔。饴饴床上半部分有一压杆，一端固定在床头，压杆中间有一直径稍小于三寸的木柱（表面光洁），它与饴饴床眼相吻合，用作压饴饴之用。

⑧**辣椒油**：又称红油。先将菜籽油三斤五两放入锅内，旺火烧至七成热，把锅离火，待油温降到六成热时，放入葱花（不要烧焦），随将六两干辣椒片放入，辣椒沉入锅底，油色慢慢变红，即成辣椒油。

⑨**三扇鏊**：是陕西省饮食业用来烙烤面点及烧饼的一种铁制烘炉鏊，以木炭为燃料。它的直径约一尺二寸，分上鏊、中鏊、底鏊，故称“三扇鏊”。上鏊面向上，中鏊面向下，底鏊周围用耐火泥砌五寸高的边，成凹形烘炉，下设木炭炉。

⑩**黄桂酱**：即用鲜桂花和白糖腌制而成的桂花糖酱。

⑪**玫瑰酱**：用鲜玫瑰花和白糖腌制而成的玫瑰糖酱。

⑫**熬制酱油**：将酱油二斤倒入锅内，放进八角二、三，花椒五、六粒，用旺火烧开约三分钟后，捞出八角、花椒即成。熬制酱油既可增加香味，又可久贮，不生白醭，不变质。

⑬**熬制醋**：将醋二斤倒入锅内，放进八角三个，花椒五粒，用旺火烧开熬约三分钟后，捞出八角、花椒即成。其特点是，醋味芳香，久贮不变。

⑭**小曲**：系用糯米或大米加入曲母，经过培养发酵后制成的曲，用来作为酿制醪糟的曲母。

⑮**桶子锅**：是用铁铸成的，直径二尺四寸，深约二尺，上下一样粗，形状如桶的锅。用作煮肉、蒸甑糕、炖汤之用。

⑯**腊炙油**：把花椒、小茴香、八角、桂皮、丁香按3.5:3.5:2:0.9:0.1的比例配制，装入干净的双层纱布口袋里，置清水锅中，用旺火熬煮几开后，取出调料包，添入熟猪油，改用中火熬煮。待将水熬干，调料味就浸进猪油里，即成腊炙油。

⑰**糊拓提**：是用铁片或铁勺改制的外凹、中间凸，直径约三寸，边高约六分的提子，提子旁有一根长约一尺五寸直立的铁的提手柄。

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

书名=中国小吃 (陕西风味)

作者=

页数= 1 3 8

出版社=

出版日期=

S S 号= 1 1 0 0 1 2 4 8

D X 号=

URL = 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 = & d = 2 0 4 0 1 8 3 5 0 E 1 5 3 A B B 9 B 7 3 F E B C 8 2 B 5 6
7 1 5