

<<家庭四川菜680例>>

图书基本信息

书名：<<家庭四川菜680例>>

13位ISBN编号：9787504461148

10位ISBN编号：7504461148

出版时间：2008-5

出版时间：汤继兵 中国商业出版社 (2008-05出版)

作者：汤继兵 编

页数：298

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;家庭四川菜680例&gt;&gt;

## 内容概要

“你能吃辣吗？”

当你面对这个问题的时候，千万不要掉以轻心。

吃不吃辣已经不是一种饮食习惯的问题，而是一道得分直接关系到你的人缘指数、Up-date程度的能力题。

本来，吃辣是一种专属于川黔湘楚赣等少数几省人民的能力，但现在，吃辣忽然成为若干股抵挡不住的强大势力，一天三顿地将你包围。

正如人们所说的，如今辣椒成为了新世纪口味的象征，八大菜系多多少少都沾了辣味，辣椒重写了中国菜谱。

近几年来，辣椒更是在不断地扩张着自己的版图，大有“红”遍全球的架式，居然太空人的“个人装备箱”里都会有一瓶辣椒油。

其实，吃辣也算是冒险的一种类型吧！

辣，是从舌尖弥漫至口腔的刺激；而麻，则冲击到人的神经系统。

当麻与辣同时袭来时，舌上，便如同有上百只蚂蚁同时起舞。

当水煮鱼、香辣蟹、福寿螺、剁椒鱼……此起彼伏引导着人们的胃口的时候，不禁发问：“辣，不怕吗？”

是什么令爱吃辣椒的人，乐于让辣椒辣得嘴发烧、泪直流、气喘如牛的呢？

一位朋友讲述了自己爱上吃辣的经历。

“你能吃辣吗？”

他和四川籍的女朋友第一次见面时，女孩子首先向他提出这样的问题。

面对这个问题，朋友可没敢掉以轻心。

他想：吃不吃辣已经不是一种饮食习惯的问题，而是一道直接关系到自己的恋爱指数的能力题。

虽然没有正面回答，但从此朋友就开始了挑战自己吃辣能力的冒险之旅。

香辣蟹、水煮鱼、剁椒鱼头、小炒肉一个都不放过，天天与辣紧紧拥抱。

刚开始的时候，只是小心翼翼地尝一尝，发觉并没有传说中那么可怕；接着就大举进军，居然喜欢上那种从舌尖到舌根再到内脏都熊熊燃烧的感觉；然后一发而不可收拾，一想到辣，就开始坐立不安心痒难忍，到如今就变得嗜辣成瘾、如痴如醉，不能自感到轻松兴奋，产生吃辣椒后的快感。

就像朋友说的：“吃辣的乐趣却在于挑战。

吃辣的潜能一旦变为现实，就再也没有变回去的可能了。

”就这样，辣征服了我们。

我们反过来，拿出百倍的热情，以征服辣为乐，乐此不疲。

的确，说起中华菜系，我想大部分人的第一反应应该是川菜，开遍大街小巷、角角落落的川菜馆就是最好的注解。

川菜深受欢迎的原因。

除了其口味比较丰富，以辣为主的特点很容易让人吃上瘾外，最重要的是，川菜的用料及烹制方法都比较适合家庭制作。

比如麻婆豆腐、水煮肉片、干煸牛肉丝、重庆火锅等等，都是很容易烹制的家庭美食。

下班以后买回几样新鲜材料，扎起围裙，快速烧煮一下。

轻松简单中，美味就摆上了桌。

其实川菜所用材料覆盖面是极广的。

从肉类、禽类、水产类，一直到蔬菜、蛋类、豆制品类等等，大都选用普通的食材，全都可以按照川菜菜谱来制作。

即使菜谱上没有的，也可以自己发挥。

按照川菜的基本特征和思路，加些辣椒、豆瓣酱等，炒出那种干香微辣的独特风味来。

毫不夸张地说，饭桌上，川菜一到，众口不再难调。

也许正是这辣、这香，唤起了我们对生活的美好感觉。



## &lt;&lt;家庭四川菜680例&gt;&gt;

## 书籍目录

四川菜的调味知识1. 调味的的方法2. 调味时的关键技术3. 调味时如何突出原料的本味4. 各种烹调过程中“盐”的使用原则5. 调味料的种类6. 常用复合调味品的配制7. 四川菜中典型的复合味型的调制第一章 畜肉类1. 凉拌菜四川腊味香肠四川腊肉山楂肉干盐水猪肝架子白肉泡猪耳猪尾杏干肉椒麻肉片怪味白肉叉烧排骨水晶肘四川熏肉姜汁腰片芥末肚仁麻辣耳丝千层脆耳片冻黄豆麻酱肝片豉油肝片麻辣腰花葱油肚条红油肚丝姜汁肚片红汤肝片椒麻舌片灯影牛肉夫妻肺片子姜拌牛柳陈皮牛肉麻辣牛肉条五香牛肉米椒姜汁牛肉干拌牛筋蒜泥牛百叶干拌牛肚麻辣牛筋四味黄喉卷蒜茸黄喉丝红油毛肚麻辣羊头肉芝麻羊肉丝风味拌羊肉酸辣羊肚冻羊糕蒜泥羊肝熏兔酱兔香炸狗肉五香驴肉酱鹿肉丝怪味鹿肉麻辣跳水兔鲜椒拌兔丁凉粉兔片2. 热菜辣子红烧肉干豇豆烧肉木瓜煨肉丸酱爆肉家常肉丝京酱肉丝鱼香肉丝姜丝炒肉榨菜炒肉丝炸芝麻里脊咖喱肉片回锅肉川味肉丁宫保肉丁粉蒸肉板栗烧肉东坡肉梅菜扣肉水煮肉片泡椒肘子糍粑排骨怪味猪排果汁排骨粉蒸排骨糖醋排骨蒜香排骨椒盐排骨丁香酒焖排骨焦熘排骨沙茶排骨鱼香猪排香辣猪手孜然猪心宫保腰块家常蹄筋麻辣腰花鱼香熘肥肠海参一品肉泡椒回锅肉脆皮蒸肉兰花醪糟肉方腊肉藕卷太和腊肉蜜汁火腿银杏猪肘泡菜风味肘香辣霸王骨辣鼓排骨面筋蒜香骨金沙排骨泡椒奇香排骨菠萝排骨小米蒸排骨鲜藕骨髓盅辣香猪蹄馓子猪手老干妈猪手银耳猪手羹大蒜烧蹄筋花生美容蹄乳香肚条泡椒脆肚白灼腰花水煮凤尾腰蕨粉双脆酥皮炸斑指双椒环喉海带肘子汤天麻炖猪脑南瓜蹄花汤酸菜蹄筋汤腊肉绿豆汤孜然牛肉串啤酒焖牛肉豆花牛柳蕨粉牛柳家常牛肉丝竹香牛排水煮牛肉芝麻牛肉片白萝卜烧牛肉酱汁牛肉铁板香樟牛肉怪味焖牛肉竹笋烧牛肉仔姜牛肉片小笼牛肉珍菌肥牛卷椒爆肥牛双瓜牛肉丸枸杞炖牛冲渝味牛筋清炖牛尾汤红汤牛肉辣味牛头酸菜蘸水牛肉金巢牛肉粒翠椒牛柳红油牛柳粉香酥牛肉卷泡椒牛蹄花奇香牛尾节家常鞭花瓦罐煨牛肉双椒肥牛串笋子烧牛腩鲜椒牙签肥牛糯米牛肉红汤沙锅肥牛黄焖牛鞭火爆毛肚红酒煨牛掌圆笼羊肉风味白煮羊家常羊肉丝红烧羊肉糊辣羊肉丝萝卜烧羊肉咖喱羊肉葱爆羊肉沙嗲羊肉煲红煨羊肚片宫保散丹羊杂汤锅花椒兔肉青椒炆兔片风味兔丁陈皮兔丁回锅兔肉香辣孜然兔肉干煸兔丝小米椒爆仔兔水煮兔泡椒仔兔干烧兔块藿香泡姜兔乱棒香辣兔桂花玉兔丝红油乳香兔腿小炒仔兔鲜花椒五味兔贵妃驼掌泡椒驼峰第二章 禽肉类1. 凉拌菜啤酒仔鸡葱油鸡卤汁红油鸡泡仔鸡泡椒盐水鸭口水鸡翅侧耳根拌鸡块泡凤爪什锦泡菜麻辣鸡块怪味鸡块棒棒鸡丝红油鸡块陈皮仔鸡卤鸭肫肝香糟鸡椒麻鸡丝口水鸡蕨粉拌土鸡时蔬拌鸡片蚝油鸡五香蒸鸡香桃焗鸡桃仁鸡翅红油鸡翅芥末鸭掌盐水鸭五香酱鸭菊红鸭肫酒醉鸭肝鲜拌鹅肠2. 热菜宫保鸡丁酱爆鸡丁泡椒凤冠天麻罐罐鸡沙茶焖鸡块莲藕鸡丁油泼辣椒鸡大漠蒜香鸡麻花鸡旱蒸贝母鸡山药烧鸡泡椒烧鸡白果鸡糍粑辣子鸡泡椒凤爪野山菌烩鸡肾银耳烧乌鸡牛肝菌熘鸡片贵妃鸡片荷香糯米鸡锅仔火锅鸡泡辣芋儿鸡石锅茶菇鸡红袍乌骨鸡泡椒小炒鸡青花椒泡菜鸡筒笋烧乌鸡双色烩鸡肾白果炖鸡腐乳鸡翅泡椒凤衣魔芋烧鸭姜爆鸭丝酸萝卜马蹄炖鸭老干妈鸭掌荷香粉蒸鸭土豆香酥鸭虫草鸭子香酥鸭子太白鸭子竹筒鸭锅烧鸭子酸萝卜炖老鸭土豆樟茶鸭脆姜爆鸭脯小煎仔鸭酱爆鸭舌糯米香鸭川式大盘鸭鱼香煎鸭脯富贵鸭卷麻辣鸡脆骨酥盒鸭丁云海富贵鸽香酥鹌鹑水仙鸵鸟肉鱼香血旺紫云豆花汤竹花冬瓜老鸡汤酸菜鸡豆花枸杞红枣老汤鸡竹荪滋补老鸡汤归芪炖老母鸡白豆乌鸡汤薏米莲子乌鸡汤酸辣鸭架汤冬瓜鸭脯肠第三章 水产类1. 凉拌菜干烹五香鱼葱酥鲫鱼麻辣酥鱼腐乳鱼丝辣子鱼块香酥带鱼香糟鱼条姜汁鱼丝五香熏鱼腊鱼爆腌马哈鱼蒜瓣带鱼炆鱿鱼卷萝卜干拌鳝丝葱姜汁炆虾仁拌三色虾仁酒醉河蟹酸辣鱿鱼丝椒麻鱿鱼花鱿鱼拌豆腐拌海蜇黄瓜麻酱拌蜇皮丝拌海螺麻酱拌海参渍黄豆酥泥鳅2. 热菜铁板鱼片桑拿鱼片菊花鱼四味鱼片清蒸鲜鱼干烧鲜鱼豆豉鳊鱼醋椒鱼干烧加吉鱼白切鲷鱼香辣鲫鱼麻辣鱼清蒸江团太白鱼红油鱼丁老干妈豆豉蒸鱼糖醋脆皮鳊鱼干烧岩鲤魔芋鲜鱼泡菜鱼泡椒石板鱼麻辣石锅鱼剁椒蒸划水回锅鱼片炆锅鱼条酸菜鱼蘸水鱼麻辣豆花鱼泡豇豆鱼丁宫保鱼丁麻辣带鱼家常草鱼片永川豆豉鱼炸鱼排生汆草鱼椒盐黄花鱼……第四章 蔬菜类第五章 火锅类第六章 面点小吃

## &lt;&lt;家庭四川菜680例&gt;&gt;

## 章节摘录

四川菜的调味知识调味的作用是除去异味，增进美味，确定风味。

使用某些调味品，如干辣椒、酱油、豆瓣等，还能丰富菜肴的色彩，使之赏心悦目。

川菜历来重视调味。

常用的20多种味型的出现，便是川菜调味变化多端的客观反映。

1.调味的的方法调味的的方法按加工过程中入味的方式不同，可分为以下几种：（1）腌渍调味。

一般是在原料热加工之前，将调料与菜肴的主、配料调和均匀，或将菜肴的主配料浸泡在溶有调料的溶液中，经过腌渍使主配料入味。

（2）分散调味。

将调料溶解并分解于汤汁中的调味方法。

如制作丸子类菜肴时，调制肉馅时就采用这种方法，通过搅拌使调料均匀地分散在原料中达到调味的目的。

（3）热渗调味。

是指在加热过程中，使调味物质渗入到菜肴的主、配料中。

一般在烧、烩、蒸等烹调方法中应用。

（4）裹浇、粘撒调味。

就是将液体（或固体）状态的调料粘附于烹饪原料表面，使之带有滋味的调味方法。

裹浇调味法在调味的不同阶段都会用到。

而粘撒调味法则是在原料加热前或原料加热后进行调味的。

像“糖拌西红柿”等。

（5）味碟跟用调味。

菜肴上桌时，将调料装在小碟或小碗内，供用餐者蘸食。

2.调味时的关键技术“美味须经妙手调”。

调味时，看似简单，但一般要做到“四个准”：口味拿得准，比例投得准，时间定得准，次序放得准。

只有很好地把握这4个关键技术，才能烹制出美味佳肴。

（1）口味拿得准。

四川菜肴口味丰富多彩，变化很大，但具体到某一味菜时，都有它的特定标准口味。

这种口味可能是单一味，也可能是复合味，或者是变化味，如“上口甜，收口咸”或“上口咸，收口甜”等，都要在调制前搞清楚，特别是复合、变化口味，更要搞明白什么是主、什么是辅，根据口味准确下料，保证每道菜的特有风味。

不仅如此，同一道菜，不论做多少次，都要求一致，不能变味、走味。

（2）比例投得准。

投放调料的用量和比例，对口味影响极大。

用量、比例适当，可以产生绝妙的美味；用量、比例不当，不但不能产生美味，甚至难以入口。

例如，酸甜味，糖多太甜，醋多偏酸，吃起来就会感觉不好。

而投放比例恰当后，就会使菜肴酸甜合口，令人回味。

所以，比例投得准，也是调味的重要技术。

（3）下料的时间和次序准。

特别是加热中的菜，调料变化极大，时间不准，次序乱了，就不能烹制出地道的口味。

例如，做酸辣味的酸椒鱼时，这道菜的关键在于下胡椒粉的时间和次序，时间掌握对了，酸辣味浓郁，滋味会特别鲜美；下的时间不对，整个菜肴就会失掉其特有的风味。

做酸椒鱼的正确做法是：鱼经煎炸后，锅内留底油，端离火口，此时立即放入胡椒面略煸并烹酒，随即冲入鲜汤，辣味就会出来，而且很浓，再放入鱼烧，就会制出一道酸、辣、鲜味浓厚的美味。

总之，要想调出美味，要练出手头和眼睛的深厚功力，才能调得准，配得巧。

3.调味时如何突出原料的本味（1）对新鲜的原料，要保持原料本身的美味，不宜为调味品的味所掩盖



## &lt;&lt;家庭四川菜680例&gt;&gt;

例如，新鲜的鸡、鸭、鱼、虾、蔬菜等，调味均不宜太重。

因为这些菜肴，主要是品尝其本身的滋味，如果调味太重，就会喧宾夺主，反而不美。

(2) 对于带有腥膻气味的原料，要求加入去腥膻的调味品。

例如，鱼、虾、牛肉、羊肉、动物内脏等，都带有一些腥膻气味，在调味时要根据菜肴的具体情况，加酒、葱、姜或糖等调味品，以除去腥膻味。

(3) 对本身无明显滋味的原料，调味品就起到重要的作用。

例如，鱼翅、海参、燕窝等，本身没什么滋味，调味时必须加入鲜汤烹制，以弥补其鲜味不足的缺憾。

4. 各种烹调过程中“盐”的使用原则俗话说：“好厨一把盐”。

其具体体现在以下几个方面：(1) 腌渍主料时，加入适量的盐，使淡薄有味，但不定味，否则成品咸味过重。

(2) 原料上浆时，咸淡适中，物料与浆紧密相吸，否则主料易出血水或脱浆。

(3) 搅制鱼茸时，先放水后放盐，分次投放，咸淡准确，鱼茸方能吸水足，黏性强，否则成品粗糙或松散。

(4) 搅制肉茸时，水加足，略现咸，上劲足，否则搅拌时很难起稠上劲。

(5) 吊汤时，切莫过早放盐，否则清汤味淡薄而不醇，盐提不起鲜。

(6) 烹制酥烂菜肴时，烂后投盐，否则煮不透烂。

(7) 对汁时，咸淡要准确，否则难以弥补。

(8) 制作汤菜时，宜淡不宜咸，淡中有味，适中则可。

(9) 麻辣味的菜肴，要调足咸味，否则空麻加空辣，味感让人难接受。

(10) 酸甜味的菜肴，要加少量盐，否则，酸得发冽，甜得发腻。

(11) 怪味的菜肴，底味要足，否则怪味的味道无法让人接受。

(12) 腌肉、腌蛋、泡菜、酸菜，宜咸不宜淡，宜多不宜少，否则原料易腐烂。

5. 调味料的种类一般来说，味分为基本味和复合味两大类。

基本味就是单一的味，如咸、甜、酸、辣、苦、香、鲜等。

复合味就是两种或两种以上的基本味混合而成的味，如酸甜、咸辣、甜辣、鲜咸、麻辣、咸香、鱼香等。

那么与味相对应，就需要有丰富的调味料作为基础，以调制出丰富的美味。

调味料一般分为单一味调料和复合味调料，单一味调料又分为酸、甜、苦、辣、咸等不同味的品种，复合味调料则是用几种以上调味品加以复制而成的。

(1) 单一味调料咸味调料：盐、酱、酱油、腐乳、卤虾油等。

甜味调料：白糖、冰糖、果酱、蜂蜜等。

酸味调料：米醋、熏醋、白醋、番茄汁等。

辣味调料：辣椒、胡椒、葱、姜、蒜、芥末、咖喱等。

苦味调料：杏仁、陈皮等。

麻味调料：花椒等。

鲜味调料：虾子、蟹子、蚝油、鲜汤等。

香味调料：酒、醪糟、芝麻、麻酱、香油、桂花、桂皮、小茴香、八角、玫瑰、椰汁、香菜等。

其他调料：某些药材。

(2) 复合味调料。

包括酸甜味、甜咸味、麻辣味、酸辣味、香辣味、糟香味、鱼香味、怪味等。

6. 常用复合调味品的配制 (1) 红油。

红油又称辣椒油。

方法一：将干红辣椒（50克）去蒂，切成小段。

净锅置于火上，放入色拉油（500克）烧至六成热，放入葱段、姜块（各25克）炸出香味后离火；待油温降至四成热时，放入切好的辣椒，用小火慢慢炸至油呈红色时关火，捞出葱段、姜块不用。

## <<家庭四川菜680例>>

方法二：净炒锅置于火上，放入色拉油（150克）烧至九成熟（刚烧开的油温度太高，放入辣椒末易糊，因此不宜制作红油），离火晾至六成熟时，再倒入辣椒末（50克）不断搅拌，至散发出香味后即成。

### （2）姜汁。

取30克姜去皮捣碎，加入60克水调匀，用时去渣取汁即可。

### （3）花椒油。

净炒锅置于火上，倒入色拉油（60克）用旺火上烧热，放入15克花椒粒、15克葱花、15克姜丁（0.3厘米见方的丁）。

炸至葱花呈金黄色时，捞出花椒粒、葱花、姜丁不用，余油即为花椒油。

### （4）咖喱汁：咖喱汁又称咖喱油。

净炒锅置于火上，放入色拉油（600克）烧热，加入洋葱末、姜末（各100克），炸至深黄色时，加入蒜泥（120克）、咖喱粉（750克）煸炒后，加入2片香叶即可。

其特点是芳香味浓。

### （5）香糟卤。

香糟卤，又称香糟。

是制绍兴酒的原料，有浓郁的酒香味，但干香糟必须经加工后才能使用。

将250克香糟用2千克料酒泡开，加入125克糖、75克盐及适量的桂花酱调和均匀，装入洁净的纱布袋内过滤后其糟汁即为香糟卤。

### （6）芥末糊。

将250克芥末面中加入温开水和醋（各175克）搅匀，再加入50克色拉油和少量白糖继续搅拌，搅得越均匀越好。

然后放在阴凉处加盖盖严，放置4~6个小时即可使用。

### （7）花椒盐。

花椒盐又称麻辣盐。

将100克花椒粒炒成焦黄色，压碎，再磨成细末，用细筛子筛去大皮，然后把筛过的花椒面和50克盐同时放入锅内炒成老黄色，取出摊开晾凉即可使用。

花椒盐是软炸菜和干炸菜蘸食用的调味料。

### （8）番茄汁。

锅内放入油烧热，下入番茄酱煸炒，再加适量鲜汤、白糖、精盐烧开，用湿淀粉勾芡即可。

特点是色红亮，甜酸爽口。

### （9）花椒水。

将适量花椒、大葱、姜（拍碎）装在纱袋中，加入适量沸水浸泡3~5小时，或上火煮5~10分钟即可使用。

### （10）甜面酱。

将面酱放入盆内，按每千克加入75克糖和25克香油的比例对好，搅拌均匀，上屉蒸25分钟左右取出，晾凉即可。

具有甜鲜酱香而带咸的味道。

### （11）葱油。

葱50克切末；净炒锅置于火上，放入色拉油（150克）烧至五成熟，下入葱末炸至出香，捞去葱末即可。

### （13）五香粉。

将125克大茴香、125克小茴香、75克丁香、100克桂皮、75克花椒分别炒出香味，碾成粉末混合均匀即可。

常用于烧、焖等菜肴，也可用于基本调味，有抑臭、增香的作用。

### （14）蒜泥。

大蒜去皮，加色拉油、少量盐，舂成茸，加水调散即成。

如不急用可加油保护。

## &lt;&lt;家庭四川菜680例&gt;&gt;

7.四川菜中典型的复合味型的调制中国菜肴的丰富与其有丰富的味型有密切的关系，在四大菜系中，四川菜的味型最为丰富，有20多种，可以说这20多种味型基本上就是中国菜的味型。

以下以500克原料为例，对主要味型的调制进行详细介绍。

(1) 家常味型家常味是川菜中运用比较广泛的一种味型，以“家常”命味，取“居家常有”之意。其特点是咸鲜微辣，略带回味。

因菜式所需，或回味略甜，或回味略有醋香。

代表菜式有回锅肉、家常海参、家常豆腐、太白鸡、小煎鸡等。

味型一（用豆瓣）原料：香辣豆瓣酱60克，精盐3克，蒜片25克，酱油20克，豆豉20克。

特点：咸辣兼备，醇厚鲜美。

四季均宜，广泛用于肉类、禽类菜肴的烹制。

味型二（不用豆瓣）原料：精盐8克，泡红辣椒15克，马耳朵葱30克，料酒10克，酱油30克，姜片、蒜片各5克，醋15克，白糖8克。

特点：鲜嫩可口，辣而不燥，四季均宜，主要用于水产类菜肴等的烹制。

(2) 鱼香味型鱼香味在川菜中的运用很广泛，具有酸甜咸辣兼备、姜葱蒜香味浓郁的特点。

因用以佐“豆瓣鱼”的调料烹制，故用这些调味料制作其他菜肴时也就被称为鱼香味。

用于冷菜时，调料不下锅、不勾芡，醋应略少于热菜的用量，而盐的用量要多点。

无论是热菜还是冷菜，糖和醋既不能多，也不能缺。

鱼香味浓郁厚重，在炒、炸、熘、烧、拌等烹调方法中均可以使用，几乎适合所有的烹饪原料。

味型一（可用豆瓣）原料：精盐3克，泡红辣椒25克，葱10克，姜10克，蒜10克，酱油30克，白糖30克，醋35克。

特点：咸甜酸辣兼备，姜葱蒜香浓郁。

四季均宜，尤以夏秋季为宜。

一般用于质地爽脆的植物性原料和口感细嫩的动物性原料。

代表菜式有鱼香土豆丝、鱼香烘蛋等。

味型二（不用泡辣椒），原料：香辣豆瓣酱40克，酱油15克，白糖30克，醋35克，姜10克，葱10克，蒜10克。

特点：鱼香味醇厚而浓郁，香鲜可口宜人。

一般适于用滑炒、炒、熘等烹调方法制作的菜肴。

代表菜有鱼香肉丝、鱼香八块鸡、鱼香茄饼等。

(3) 麻辣味型此味型被广泛用于冷、热菜式中。

具有麻辣味厚，咸鲜而香的特点。

其花椒和辣椒的运用则因菜而异，有的用郫县豆瓣，有的用干辣椒，有的用红油辣椒，有的用辣椒面，有的用花椒粒，有的用花椒面。

因菜式风格的不同需要，可酌加白糖或醪糟汁、豆豉、五香粉、香油等。

调制时要掌握好酱油、红油辣椒、花椒的用量，做到辣而不死，辣而不燥，并感到有鲜味。

代表菜式有麻婆豆腐、水煮肉片、麻辣牛肉丝、麻辣鸡片、牛舌莴笋、毛肚火锅等。

原料：精盐2克，花椒末5克，辣椒末12克，酱油15克，豆豉20克。

特点：麻辣味厚，咸鲜醇厚。

适用于牛羊猪肉、豆腐、禽类、水产类等各种原料的烹制，四季皆宜。

(4) 怪味味型这是四川首创的常用味型之一。

集咸、甜、麻、辣、酸、鲜、香众味于一体，各味平衡而又十分和谐，互不压抑，相得益彰。

代表菜有怪味鸡丝、怪味鱼排、怪味花仁、怪味兔丁等。

味型一（清淡）原料：葱、姜各5克，精盐4克，料酒15克，胡椒粉1克，八角2克，花椒面3克，白糖5克，白醋少许。

特点：怪味浓郁，咸香可口。

四季均宜，适于各类原料。

味型二（新型）原料：姜片、葱段各15克，料酒30克，精盐6克，芝麻酱10克，香油15克，鲜味酱油20



## &lt;&lt;家庭四川菜680例&gt;&gt;

克，醋15克，白糖15克，花椒面1克，红油40克，花椒油10克，葱花、姜末、蒜末各10克，熟芝麻3克。

特点：各味俱全，风味独特，广泛用于鱼、兔肉类菜肴的制作。

(5) 糊辣味型此味型的特点是香辣咸鲜，回味略甜（热菜回味则略带甜酸）。

其辣香，是用干辣椒节在油锅中经炸制，使之成为糊辣壳而产生的味道。

代表菜式有宫保鸡丁、糊辣肉丁、烧拌冬笋等。

原料：干红辣椒（切节）4根，精盐2克，酱油15克，花椒1克，蒜泥、葱花、姜末各5克，白糖35克，米醋30克，料酒5克。

特点：辣而不燥，兼有荔枝味，咸鲜醇厚，四季皆宜。

(6) 糖醋味型此味型甜酸味浓，回味咸鲜。

调制时，以咸味为基础，重用糖、醋，以突出甜酸味。

代表菜式有糖醋排骨、糖醋藕片、糖醋蜇丝、糖醋胡豆等。

原料：精盐2克，酱油10克，白糖75克，米醋70克，葱10克，姜10克，蒜15克。

特点：色泽淡红，甜酸带咸，滋味浓郁，酸香扑鼻。

适用于炸熘或炸烧类菜肴。

四季均宜，以春、夏季为佳。

(7) 荔枝味型此味型因味似荔枝味而得名，酸甜适口，多用于热菜的制作。

要达到“进口酸、回口甜”的效果，就需有足够的咸味，在此基础上方能显示酸味和甜味。

糖略少于醋，才能体现酸甜味。

根据菜肴风味的需要，可酌加泡辣椒、豆瓣等调味。

代表菜式有炸熘肉丸、锅巴肉片、荔枝肝块等。

味型一（不用胡椒粉、料酒）原料：精盐3克，白糖6克，酱油10克，醋6克，泡红辣椒5克，葱、姜、蒜各10克。

特点：甜酸鲜香，回味微咸。

味型二（用胡椒粉、料酒）原料：精盐3克，白酱油15克，姜片、蒜片、葱节各10克，料酒10克，香油10克，白糖15克，胡椒粉1克，醋10克。

特点：甜酸而香，略带微辣。

(8) 酸辣味型此味型醇酸微辣，咸鲜味浓。

调制时以咸味为基础，酸味为主体，辣味助风味为原则。

代表菜式有酸辣蹄筋、酸辣海参、酸辣虾羹汤、酸辣鱼块、酸辣莴笋等。

味型一（余烩菜肴）原料：精盐2克，胡椒粉2克，醋20克，酱油8克，色拉油10克，料酒15克，姜5克，葱10克，香油5克。

特点：酸辣清爽，鲜美可口。

味型二（烧、炒菜肴）原料：香辣豆瓣35克，酱油8克，白糖25克，米醋30克，红油10克，葱花8克，姜末5克，蒜泥10克。

特点：酸辣咸鲜，微带甜味，醇厚味浓。

(9) 椒麻味型此味型具有椒麻辛香、味咸而鲜的特点。

适于夏天制作冷菜的调味。

调制时选用优质花椒，与葱叶一同用刀铡成茸，令其椒麻辛香之味与咸鲜味结合在一起。

适用于鸡肉、兔肉、猪肉等原料。

代表菜式有椒麻鸡片、椒麻肚丝、椒麻兔丝、椒麻桃仁等。

原料：生花椒30克，葱叶60克，精盐2克，香油20克，清汤50克。

特点：咸鲜带麻，清香可口。

(10) 姜汁味型此味型鲜香清淡，开胃爽口，具有突出的生姜味。

调制冷菜时，须在咸鲜味适口的基础上，重用姜、醋；调制热菜时，要根据不同菜肴的风味需要，酌加郫县豆瓣或辣椒油，当然要以不影响姜、醋味为前提。

此味型适于调制海鲜、松花蛋及新鲜蔬菜等。

## <<家庭四川菜680例>>

代表菜式有姜汁热窝鸡、姜汁肘子、姜汁菠菜、姜汁豇豆等。

味型一（用于肉类）原料：姜末25克，精盐4克，酱油15克，醋25克，葱花15克。

特点：姜醋味浓郁，热吃鲜美。

味型二（用于水产类）原料：姜末25克，精盐3克，白酱油15克，醋30克，花椒面0.5克，白糖1克，香油10克，料酒10克。

特点：姜汁味浓，质地鲜美。

（11）酱香味此味型以甜酱为主要调味料，所以要认真选购（质地、色泽、味道等），并根据各类菜肴的制作要求，合理使用其他调料。

如甜酱酸度过酸，则应适量加糖；若甜酱色泽过深，则可用香油或汤汁加以稀释，令其色变淡。

代表菜式有酱烧鸭子、太白酱肉、酱烧豆腐、酱烧冬笋、酱酥桃仁等。

原料：甜酱20克，白糖10克，香料10克，精盐4克。

特点：酱香浓郁、咸鲜带甜。

（12）香糟味型此味型具有醇香咸鲜而回甜的特点。

在调制时，要突出香糟汁或醪糟汁的醇香。

具体制作时，要先用精盐定咸味，用白酱油辅助定味，用醪糟汁除异味（增加香气，用量要大些），冰糖（用量不大）起到增色、增香、提鲜，辅助醪糟汁的甜味的作用。

代表菜式有香糟鸡、香糟肉、糟醉冬笋、糟醉银杏等。

味型一（用于素菜类菜肴）原料：精盐3克，醪糟汁100克，胡椒粉1克，色拉油20克。

特点：质地脆嫩，香糟味浓。

味型二（用于禽畜类菜肴）原料：醪糟汁100克，葱结2根，姜块20克，精盐4克，酱油45克，糖色45克，花椒10粒，胡椒10粒。

特点：色泽美观，香糟味浓，咸甜可口，别具风味。

（13）茄汁味型此味型味浓鲜香，酸甜适口。

调制时，主要利用番茄酱的自然果酸味，起到提色、增香的作用。

具体制作时，以精盐（用量不宜过大）为基本咸味，重用番茄酱，以突出茄汁味；白糖用量也不宜太多，要达到入口酸甜的效果。

代表菜式有茄汁鱼卷、茄汁鳝丝、茄汁鸽蛋等。

## <<家庭四川菜680例>>

### 编辑推荐

《家庭四川菜680例》集合了680款川菜，有了它的帮助，轻松简单中，美味就摆上了桌。

“你能吃辣吗？”

川菜深受欢迎的原因，除了其口味比较丰富，以辣为主的特点很容易让人吃上瘾外，最重要的是，川菜的用料及烹制方法都比较适合家庭制作。

比如麻婆豆腐、水煮肉片、干煸牛肉丝、重庆火锅等等，都是很容易烹制的家庭美食。

毫不夸张地说，饭桌上，川菜一到，众口不再难调。

也许正是这辣、这香，唤起了我们对生活的美好感觉。

<<家庭四川菜680例>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>