



### 炸吉利排骨

**基本材料** 豬排骨，麵包粉，雞蛋  
**特點：**廣東風味菜，此菜清末有法國傳入  
**用料：**豬排骨500克，麵包粉50克，雞蛋1個。  
**烹飪方法**  
 將大排拍松，用醬油，糖，酒，胡椒粉，味精，雞蛋，蔥段，薑片拌醃15分鐘。取出後沾上麵包粉，投入油鍋炸至金黃色即可。

**基本特點** 此菜色澤較深，肉質滑嫩，香郁可口。  
**基本材料** 牛裡脊  
**特點：**此菜色澤較深，肉質滑嫩，香郁可口。  
**原料：**牛裡脊。  
**調料：**(1)酒、醬油多許，糖、澱粉少許。(2)黑胡椒、麻油、醬油、蒜末、洋蔥、蘑菇片。  
**製法：**  
 1.牛肉切粗條，加(1)料醃20分鐘。  
 2.用多許油爆香蒜末，加入牛肉翻炒，撈出。  
 3.留底油炒洋蔥絲和蘑菇，倒入牛肉及(2)料快速翻炒即可。



### 黑胡椒牛柳



### 糖醋蜜肉

**基本材料** 雞肉 6兩，檸檬1祇。  
**材料：**雞肉6兩，檸檬1祇。  
**醃料：**鹽1/2茶匙，胡椒粉少許，雞蛋1祇。  
**調味：**糖1湯匙，鹽1/8茶匙，水1湯匙。  
**做法：**  
 1.將檸檬榨汁約1/4杯、皮磨茸約1茶匙備用，雞肉洗淨片薄成大塊，放入醃料拌勻。  
 2.雞件加入粟粉，最後放下檸檬皮茸，拌勻。  
 3.將雞肉放入熱油中，炸熟至表面呈金黃色撈起。  
 4.檸檬汁混合調味料用慢火煮沸，再用吉士粉水打芡淋上面即成。



### 檸檬汁炸軟雞

**基本特點** 美味誘人  
**基本材料** 紫菜2片，鮫魚肉4兩，鹹蛋黃2祇，西芹1條。  
**材料：**紫菜2片，鮫魚肉4兩，鹹蛋黃2祇，西芹1條。  
**調味：**鹽1/4茶匙，胡椒粉少許，清水2湯匙，生粉1/2茶匙。  
**做法：**  
 1.在鮫魚肉內放下調味料拌勻，鹹蛋黃切幼絲，西芹去邊節切成長條狀。  
 2.將鮫魚肉釀在紫菜上，放上西芹、鹹蛋黃。  
 3.將紫菜捲起成條狀，利用小竹簾卷實。  
 4.放在碟上隔水蒸熟，斜切片，即成美味誘人的蛋黃卷。注意：「蛋黃卷」是用魚膠、紫菜、鹹蛋黃、芹菜做成的少油菜式，如果你明白做法之後，可以將餡料改變成其他款式，老少咸宜。

### 蛋黃卷



**基本材料** 田雞12兩，西芹、甘筍各少許，洋蔥1個，蒜肉、干蔥各少許，咖喱粉約1 1/2茶匙。  
**調味：**鹽3/4茶匙，生抽1茶匙，淡奶約1/2杯。  
**做法：**  
 1.將西芹、干蔥、紅甘筍去皮切薄片，洋蔥1/4個去皮切條，其餘留下另用。  
 2.田雞洗淨瀝干水，斬件放入生抽、胡椒粉適量、生粉約1湯匙，拌勻。  
 3.田雞泡油，備用。  
 4.西芹段、紅甘筍一齊泡油，撈起備用。  
 5.鑊少許油，放入干蔥頭，加11/2茶匙咖喱粉炒勻，下3/4杯水略煮。  
 6.放入田雞、洋蔥同炒，再倒入1/2杯淡奶同炒勻。  
 7.將西芹、紅甘筍放下，下3/4茶匙鹽，1茶匙生抽，待汁料略收干即成。

### 咖喱櫻桃



**基本特點** 湯香滑，色澤靚。  
**基本材料** 豆腐2塊，急凍蟹肉160克，甘筍，洋蔥，西芹各80克，清雞湯4杯，鮮忌廉4湯匙，香葉1片、牛油2茶匙，蔥粒、胡椒粉、鹽各少許。  
**做法**  
 1、豆腐用沸水燙過，再用冷水沖淨，切小塊；蟹肉解凍，甘筍、洋蔥、西芹、蔥切碎粒。  
 2、牛油燒化，爆香洋蔥、西芹，加入蟹肉、甘筍炒勻，加適量清水，上蓋用文火燜10分鐘。  
 3、將清雞湯和香葉加入蟹肉內攪勻，用慢火煮5分鐘，加入豆腐塊再煮5分鐘，取走香葉，加鹽、胡椒粉調味，熄火，拌入鮮忌廉，撒上蔥粒即成。

### 豆腐蟹肉忌廉湯



**基本特點** 蟹有蟹味而不苦，涼瓜恰好吸收了蟹的鮮味，成為一菜兩味，不可不試。  
**材料：**涼瓜1/2斤，肉蟹2祇約12兩重，蒜茸2粒，豆豉1湯匙，薑片、蔥段各少許。  
**調味：**鹽1/2茶匙，生粉1/2湯匙，胡椒粉、麻油各少許。  
**芡汁：**鹽1/2茶匙，糖1茶匙，生粉1/2湯匙，胡椒粉少許，老抽1/2茶匙，上湯1/2杯。  
**做法：**  
 1.涼瓜去瓢切片，蔥切段，姜切片。  
 2.蟹件加調味料後，走油撈出，備用。  
 3.涼瓜與蒜頭豆豉同炒，放下蟹件，加芡汁料，加蓋略炒片刻。  
 4.最後加入蔥段，香噴噴的豉汁涼瓜炆蟹即可上桌供食用。

### 豉汁涼瓜炆蟹



**基本特點** 香辣爽口，回味略甜。  
**基本材料** 草魚1尾(約800克)、鮮紅辣椒3個、黃瓜一根、干辣椒節20克、薑片5克、蒜片5克、紅棗25克、枸杞5克、大料2枚、小茴5克、白蘗3克、精鹽6克、冰糖3克、白酒5克、味精少許。  
**製法**  
 草魚治淨，取淨魚肉切成片，入沸水鍋中汆至八成熟時撈出；取一盛器裝入適量冷開水，調入精鹽、冰糖、白酒、味精，將干辣椒節、薑片、蒜片、紅棗枸杞泡入冷開水中，另將大料、小茴、白蘗用紗布包好，也泡入冷開水中，約5小時後即成滷汁。將魚片、鮮紅辣椒、黃瓜入滷汁中浸泡約30分鐘，即可撈出食用。

### 辣椒泡魚

