

◎正宗川菜

麻辣系列

# 川味火锅

85

款



# 重庆小面

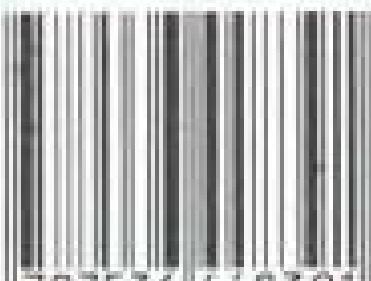
正宗川味  
重庆小面



重庆小面—地道川味

重庆小面是重庆最具代表性的传统风味小吃。

ISBN 7-5364-4839-2



9 787536 448391 >

◎ 中国名厨名师书画作品集

王振三说说读书与烹调

国画书画作品集

川味火锅  
85



## 图书在版编目(CIP)数据

川味火锅 85 款 / 吕樊国, 陈祖明著. - 成都: 四川科学技术出版社, 2001·11  
(正宗川菜系列丛书)

ISBN 7-5364-4839-2

I. 川… II. ①吕… III. 菜谱, 火锅 - 四川省  
IV. TS972.129.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 085353 号

## 正宗川菜系列丛书 川味火锅 85 款

---

编著者 吕樊国 陈祖明  
责任编辑 丁大辅 程实伟  
封面设计 李庆  
版面设计 翁宜民  
责任出版 周红君  
出版发行 四川科学技术出版社  
成都盐道街 3 号 邮政编码 610012  
开本 787mm × 1092mm 1/32  
印张 6.625 字数 110 千 插页 4  
印 刷 郫县科技书刊印刷厂  
版 次 2002 年 1 月成都第一版  
印 次 2002 年 1 月成都第一次印刷  
印 数 1-5000 册  
定 价 12.00 元  
ISBN 7-5364-4839-2 / TS·290

---

■ 版权所有·翻印必究 ■

---

■ 本书如有缺页、破损、装订错误, 请寄回印刷厂调换。  
■ 如需购本书, 请与本社邮购组联系  
地址/成都市盐道街 3 号  
邮政编码/610012

# 目 录

绪论	1
一、火锅的本质	7
.....	1
二、火锅的形成、发展与繁荣	11
.....	2
三、火锅的分类	13
.....	7
火锅菜品	18
火锅肥肠	36
.....	18
豆沙（酥）清汤火锅	38
.....	21
奶汤杂烩火锅	40
.....	23
毛血旺火锅	43
.....	25
雪藕鸡蹄火锅	45
.....	28
羊肉火锅	48
.....	31
羊杂火锅	51
.....	33
归芪羊肉火锅	53
.....	36
鲫鱼羊肉汤锅	55
.....	38
涮羊肉火锅	58
.....	40
火锅兔	61
.....	43
风味兔火锅	64
.....	45
狗肉火锅	67
.....	48
地黄狗肉火锅	70
.....	51
鹿肉火锅	73
.....	53

三鞭火锅	56	牛鞭火锅	107
驴肉火锅	58	辣子鸡火锅	109
归杞蛇肉火锅	61	泡菜鸡火锅	111
雪猪火锅	63	酸菜肚条鸡火锅	114
菌竹火锅	66	霸王鸡火锅	116
豆花火锅	68	白果乌鸡火锅	118
素火锅	70	六菌乌鸡火锅	120
麻辣汤	73	山鸡野菌火锅	122
兰花火锅	76	烧鸡公	124
多味火锅	78	归芪鹧鸪火锅	126
清汤火锅	80	啤酒鸭火锅	128
奶汤火锅	82	雪魔芋火锅	130
鲜汤火锅	84	泡菜鸭火锅	133
生片火锅	86	虫草鸭火锅	135
菊花火锅	88	红汤野鸭火锅	137
什锦火锅	90	家雁火锅	140
家常火锅	92	天麻乳鸽火锅	142
鸳鸯火锅	95	竹蒸菌鸽火锅	144
毛肚火锅	98	酸菜鱼火锅	146
全牛火锅	100	鱼头火锅	148
肥牛火锅	103	砂锅鱼头火锅	150
牛尾火锅	105	酸菜豆花鱼火锅	152

鲫鱼火锅	155	邮亭鲫鱼火锅	184
鲶鱼火锅	157	参麦甲鱼火锅	187
鳝鱼火锅	159	水龟羊肉火锅	189
鳝丝原汁火锅	161	海参羊肉火锅	191
鳗鱼火锅	164	火锅牛蛙	193
鳅鱼火锅	166	海味什锦火锅	195
椒麻鱼火锅	169	海鲜火锅	197
泡菜火锅鱼	171	白肉（连锅）火锅	
豆花鱼火锅	174		200
双味金鱼火锅	176	酸菜白肉火锅	203
鱼丸火锅	179	火锅排骨	205
乌红鱼火锅	182		

## 绪 论

### 一. 火锅的本质

任何事物的独立存在，都必有它的独特本质，火锅也不例外。火锅原指随锅带火上桌，由食者自烫自食的一种炊、餐结合的器皿。又叫“暖锅”。一般由紫铜、白铜、银、不锈钢、瓷器等制成。由于火锅有炊、餐具合一的特殊性能，发展到后来，在烹调上又派生成为指某种特定的烹调方法。如火锅狗肉、火锅鸡，如同红烧狗肉、红烧鸡一样。同时火锅又可作为食品的代名词。我们常说的吃火锅，并非是指去吃火锅器具，而是指食入用火锅涮制的食物。再者，火锅还可作为菜名出现，即人们常说的做火锅，是指烹制火锅。

火锅，已由指集加热、烹制、装盛为一体的传统烹调器具的专用名词，发展成包括烹调方法、食品菜名在内的泛指词汇，具有多层涵义，形成了一个具有多种意义的烹调用语。是中国烹饪中颇具特色的一种

饮食方法。

## 二·火锅的形成、发展与繁荣

在我国烹饪史上，火锅是一种传统饮食方式，它源于烹饪的发展阶段。最早人类过着“茹毛饮血”的生活，火的发现与运用使生食变为熟食成为可能，人类烹饪的发端自此开始，而真正意义上的烹饪是在“鼎”出现后才开始的。鼎是灶和锅的结合，是我国古代最早烹制菜肴的器具。鼎广泛使用的时期也就是烹饪成熟的时期。早在商代，庖人伊尹为了向汤帝陈说自己的治国之策，就背着玉制的鼎，抱着切菜的砧板，烧制了大雁羹献给汤帝，借此与汤帝交谈，并以烹饪之术喻治国之道，有“治大国若烹小鲜”之意，当上了宰相。在《周易·鼎》中也有“以木巽火，烹饪也”的记载。可见，在商周时期鼎已经广泛使用，故我国的烹饪在商周时日渐成熟。而火锅这种特殊的烹饪形式在这个时期也始显雏形。到了汉、三国时期，由于“五熟釜”等器具的出现，火锅开始成熟，到唐宋时期，由于经济发展，人类饮食活动增加，烹饪也随之有了快步发展，“火锅”亦不断得到丰富和

改良。明清时火锅开始盛行，不但重视内容，也注意形式。发展到当代，火锅更加枝繁叶茂无处不在。

### 1. 萌芽于商周

火锅是用火加热，以水为传热介质，主要以对流的方式，使原料受热成熟。这种烹调形式早在商周时期就已经出现了。据《韩诗外传》记载，古时祭祀或庆典时，要击钟列鼎而食，即是说大家围坐在鼎的四周，将鼎中所煮熟的食物分而食之，这可以说是最早的以火锅形式烹制食物的方法，是火锅的萌芽。因为鼎是我国古代早期烹制菜肴的工具，它是灶和锅的结合，类似现代的简易火锅。这可以从河南新郑裴李岗遗址出土的陶鼎造形中看出来。在《说文》中“鼎”是“调和五味之宝器也”，《鼎·大象》：“木上有火，有烹饪之象所以为鼎也”，也是有力的证据。

### 2. 成熟于汉、三国

我国考古学家在东汉的墓葬中发现了一种类似现在的汤锅陶器，据《中国陶瓷史》介绍，它叫“罐斗”，是放在火盆之中，以炭火温食的器皿。三国时也出现了一种类似火锅的“五熟釜”，是一种烹饪器，分为五格，可调出五种味来，极像现在的“多味火

锅”。有了这些炊、餐合一的器具出现，火锅这种烹饪方式开始趋于成熟。

### 3. 发展于唐宋

唐宋时期，由于经济的发展与繁荣，以及人类文明程度的不断提高，烹饪也从单一到多样，由低级到高级发展，相应的火锅也有所变化发展，形成了在汤锅中涮熟食物后，各自随意蘸味食用。宋代对这种吃法已有文字记载，宋人林洪著的《山家清供》中就提到了吃火锅的事例。不过当时不叫火锅，称之为“拔霞供”。书云：林洪“向游武夷六曲，访正上师，遇雪天，得一兔，无庖人可制。师云：山间只有薄枇，酒、酱、椒料沃（浸渍）之。以风炉安桌上，用水半铫（半吊子），候汤响一杯后（等汤沸后），各分以箸，令自夹入汤摆（涮）熟，啖之，乃随意各以汁供（各人随意蘸味汁吃）。”这种食法与我们今天的兔火锅大同小异。由此可见当时吃火锅法较以往已有较大的发展。

### 4. 兴盛于明清

明清时火锅逐渐兴盛起来，特别是清朝，满人为巩固其统治，大搞满汉全席，笼络人心，饮食逐渐由

单纯的享受转向社交为目的，为政治服务的一种手段。火锅就此也蓬勃发展起来。据《随园食单》记载，当时民间食用火锅比较普遍，以清帝王的宫廷火锅较考究也最有气势，不但场面壮观，花色品种也不少，如野味火锅、羊肉火锅、菊花火锅等，锅具制作也较为精妙，外面雕饰有龙凤、牡丹等各种图案，并多由银和铜制作而成。清乾隆皇帝由于喜欢火锅，在宫中摆了 530 桌火锅宴会，其盛况空前。清嘉庆皇帝登基时，在“千叟宴”用了 1550 个火锅，其规模可谓登峰造极，无人能比。

### 5. 繁荣于当代

发展到当代，火锅更加枝繁叶茂，一片繁荣。火锅的形式、种类、质量也都在不断发生变化，其趋势也向多样化发展，不但注重口味、气氛，而且也讲究营养卫生，形成了独特的火锅饮食文化。

火锅在我国各地都有，尤以四川、重庆最多，其最具川味特色的首推毛肚火锅，那浓厚的麻辣鲜烫叫多少人流连忘返。清淡芬芳的菊花火锅，味鲜质美的涮羊肉，荤素具备的生片火锅，都各自代表了不同的风格。同时火锅也正在向全世界各地蔓延，许多国家都开设有我国的火锅餐馆，并且生意也日渐红火。

当代火锅的上桌形式也是多种多样的；火锅的形状结构也不尽相同，有专为筵席设计的专用火锅炉，一般由锅体、烟囱、火膛、底座、盖等构成，以木炭、煤球作燃料，也有用酒精作燃料的，但火锅必须要有用于燃烧的酒钵，这类火锅多用于筵席，作为最后一道菜座汤使用，讲究营养卫生，火锅技艺、级别较高。另外一类是由炉具和锅两部分构成，炉具有用液化气筒的卡式炉，有用燃烧煤油的煤油炉，有用天然气作热源的燃气炉灶，以及电炉等。锅多由不锈钢、铜、铁、陶瓷等制成；形状有盆形、炒锅形、汤锅形……这类火锅一般都是在专营火锅店使用，简便实用，比较普及，讲究口味变化，注重经济实惠。

火锅由于具有很好的保温特性，一般都是在冬季食用。但四川的毛肚火锅，在炎热的夏天烫吃，麻辣鲜烫，让食者大汗淋漓，而别有一番情趣。四川人喜欢以此为乐。如今全国各地也纷纷仿效，风靡全国。当今，在四川民间还组织举办了“火锅节”，各地名店的特色火锅纷纷参展，不但达到了交流的目的，也推动了当今餐食文化的发展。

### 三. 火锅的分类

近代火锅发展相当迅速，各式各样的火锅相继出现，由于种类繁多，火锅的分类又没有一个固定的模式，所以分类比较困难。最早餐饮业将其分为红汤和白汤两类，现今有以下几种分类法：按涮火锅所用的原料来分，又有白肉火锅、牛肉火锅、毛肚火锅、鱼类火锅、海鲜火锅、野味火锅、什锦火锅、菊花火锅、药膳火锅、野菌火锅、游龙戏凤等花色火锅，不胜枚举。按火锅的形状来分，有龙凤、飞龙、牡丹、花卉等图案，是火锅外部雕饰而成的，这种分类只限于烧木炭、酒精的锅具。按其味型来分，有咸鲜味、家常味、麻辣味、酸辣味、咸酸味、怪味等不同味型的火锅。

### 四. 火锅的特点

火锅最重要的特征是炊具、餐具的合二为一。它既是煮制食物的炊事用具，同时也是盛装食物的餐



具，还能进行加热、调味，能独立成菜，正是由于它的这种特殊性能，火锅具有以下一些主要特点。

### 1. 聚餐性

火锅能够独立成菜（席）供进餐者食用。像筵席一样，由多人共坐一桌，围在餐桌四周涮食同一个火锅，并且涮制的原料多种多样，口感丰富，具有一定的聚餐性能。

### 2. 保温性

吃火锅从进餐开始到结束，火锅的卤汁始终处于沸腾状态，能充分保证食物的热度。不论是在炎热的夏天，还是在寒冷的冬天，它都具有很好的保温特性，能使食物保持烫的风味。俗话说，“一热当三鲜”。温度得到保证后，原料的味也就较醇正、鲜美。并且火锅这种保温效果比传统的砂锅贮热、保温要持久，最适宜在冬季运用。所以每到深秋和冬季，火锅的生意普遍较好。这与火锅具有很好的保温性能有一定的关系。

### 3. 参与性

火锅是集加热、烹制和食用方法为一体的进餐方

式。厨房加工人员，将火锅卤汁和原料加工好后置于餐桌上，由食者自己烹制涮熟原料，蘸味食用。这种方式要求食者亲自动手。涮制后菜肴的老嫩、脆绵、耙软都操纵在自己手上，无论涮的好坏都乐趣无穷。加上涮制食物没有规定限制，方法也极为单一，一涮就会。由于是自己食用，效果怎样不太重要，关键是能自娱自乐、重在参与，体现了现代人的时尚精神。

#### 4. 随意性

享用火锅不但饱了口福，而且在精神上也得到放松。吃火锅不像筵席、宴会那样注重礼仪性、规范性。筵席是接待宾客的一种礼节，有互相尊敬的意思，这标明一个国民的文化教养和物质水平，应该予以提倡。但礼节、仪式过多，人就会变得过度拘束而紧张，从而影响食欲。火锅则不同，不论进餐方式还是时间都有很大的随意性。味道可以自己调配，原料自己选择，丰俭由人，不受任何外来约束；进餐时间可长可短；进餐姿势、形象也无具体标准，无拘无束、悠然自得。如果是开架式自助火锅，就更加自由自在、随心所欲了，没有更多的外来礼节束缚，想吃多少，品尝什么完全随自己的喜好。

## 5. 适口性

首先，火锅在原料的选择上相当广泛，天上飞的、地上跑的、水中游的无所不包，而不同的原料，它们的滋味、质感各不相同，可满足人的不同爱好，同时也丰富了人们的味觉。其次，是火锅的味型众多，有咸鲜醇厚的咸鲜味，如清汤、奶汤火锅；有咸鲜微辣、色红、味浓辣度适中的家常味，如家常火锅；有刺激性大、味浓厚鲜香的麻辣味，如毛肚火锅等；另外还有清爽性的菊花火锅、兰花火锅；咸鲜微辣型的酸菜火锅等等。由于火锅味型种类繁多，给食者也有一个挑选的余地。再者，就是吃火锅时使用的味碟也是变化多端的，其常用的调味品有盐、味精、芝麻油、芝麻酱、蒜泥、青椒碎米、香菜、酱油、醋、蠔油、鸡蛋清、花生仁、熟芝麻、辣椒面、花椒面等。食者可根据自己的口味爱好自行调制。这样火锅在选料上、味型和味碟上变化都很灵活，可以适应不同人们需要，具有较好的适口性。

## 6. 经济性

火锅取材较广，原料也有贵、贱之分，档次也是高低不一。现今市场上较为普遍、经济实惠的还是大

众化的火锅，它所选用的原料以家禽、家畜、淡水鱼虾、豆制品、菌类蔬菜为主，偶尔也涉及到海鲜、山珍，但次数用量都不多，所以在原料成本上也不会花费太大；又因加工火锅时不像烹制筵席那么多礼节，服务相对减少，这样就减少了服务人员费用的开销，相应火锅也较为便宜、大众化等。这对食客来说比较经济实惠；对经营者而言，也不因为价格便宜而没有经济效益。这也是许多人成为火锅族的一个重要原因之一。

## 五．火锅的原料组成

用于火锅的原料相当广泛，上至山珍海味、禽畜鱼虾，下至蔬菜、果品无所不包，并且用料范围越来越广。为叙述方便，这里按蔬菜类、家畜类、家禽类、淡水鱼虾类、海鲜类、干货类和野味类分述如下。

蔬菜类原料有：菠菜、白菜、莲花白、豌豆苗、瓢儿白、空心菜、冬苋菜、西兰花、荷兰豆、西生菜、芥兰、芹菜、花菜、蒜苗、葱、青笋、土豆、鲜藕、茭白、冬笋、萝卜、胡萝卜、黄瓜、冬瓜、丝

瓜、四季豆、黄花、平菇、鸡腿菇、香菇、金针菇、龙须菜、豆腐、豆腐干、豆腐皮、荸荠等等。

家畜类原料有：猪肉、牛肉、羊肉、狗肉、火腿、午餐肉、红肠、腊肉、香肠；猪牛羊的腰、肝、心、舌、肚、脑花；猪牛的环喉、蹄筋、毛肚；牛头皮、牛鞭、狗鞭、猪大肠、猪牛的脊髓等料。

家禽类原料有：鸽子、鸡、鸭、鹅肉，以及它们的翅、足爪、肠、肝、肫、肾、心、血，鸡冠等。

淡水鱼虾类原料有：草鱼、鲤鱼、鲢鱼、鲫鱼、鲶鱼、乌鱼，江团、黄辣丁、青鱼、河鳗、鳝鱼、鳅鱼、甲鱼、乌龟、雅鱼、河虾、河蟹、鳜鱼等。

海鲜类原料有：海蟹、海虾、海鱿、鲜海参、鲜墨鱼、鲜贝、带鱼、三文鱼、石斑鱼、鲈鱼、油鮰、海鳗、鲨鱼、加吉鱼、海螺、文蛤、蛏子、海带、海白菜、海蜇等。

干货类原料有：干黄花、玉兰片、干笋、粉条、雪魔芋、木耳、发菜、银耳、香菌、干鱿鱼、干墨鱼、干蹄筋、干牛筋、干海参、干贝、干鱿肚等，这些原料要事先经过水发、油发或碱发，将干原料涨发好后漂洗干净，才能入锅涮食。

野味类原料：以人工饲养的为主，如山鸡、野鸭、鹧鸪、麻雀、鹌鹑、蛇、鸵鸟等。

另外还有野菌类：如牛肝菌、松茸菌、老人头、鸡枞菌、竹荪、竹荪蛋等。

除上述以外，还有一些用面粉或其他原料加工成的半成品料。如油条、馓子、麻花、锅魁、馒头、面筋团、鸡丸、鱼丸、虾丸、猪肉丸、牛肉丸子等。

虽说火锅取材广泛，但不是说什么原料都可以采用，一类是原料特殊气味过重，或本身有苦涩味的，或是易浑汤，影响色泽的一般不能用或少用，如藠头、韭菜、芥菜、苋菜、苦瓜、茄子、洋葱、青菜头等这些料就很少用；另外一类是含淀粉重的原料，如土豆，在用量上应相对减少，或在后期涮制，防止汤稠，原料粘锅烧焦。

## 六. 火锅的操作及食用注意事项

### 1. 火锅的操作要求

火锅的食用就是先将火锅卤汁和所需原料准备好后，就餐者自烹自吃。就餐者还可以根据自己的需求，任意挑选原料，在锅中涮熟，然后蘸味碟汁，也可不蘸味碟汁食用。味碟汁调配也不是固定不变的，



就餐者可以根据自己的口味喜好，增减调味品。由此可见，火锅在食用时不像烹调筵席菜肴那样具有相对的稳定性。

火锅菜肴具有随意多变性，烹制得好与坏，除了与卤汁和原料有关外，在很大程度上还决定于就餐者在涮制原料时把握的火候程度。因此，火候与火力的大小和受热时间的长短有关。这就是为什么在涮制同一原料时，有的人涮出来的食物脆嫩爽口、烂软适度，而有的人涮制出来的则是绵韧或咀嚼不动的原因。这就要求食者要懂得一些烹饪原料的知识，熟悉原料的特性，对于质老、韧的原料，如泥鳅、大鱼块、鳝鱼、肥肠、鸡爪、鸡翅要求涮的时间稍微久一点，或者直接将其下锅煮熟再食用；对于质地细嫩带脆性的动物性原料，如猪肚头、猪腰、猪肝、鸡片、鸭片、鹅片、肫片、毛肚、鸭肠、鹅肠等原料，涮制时要求时间要短一点，把时间掌握在 10 秒左右，涮出的原料质地才细嫩脆爽；对于蔬菜、蘑菇、海鲜类原料一般要求以刚熟、断生为好，既能保证原料的口感，还能保证原料的滋味；对于豆制品、血旺、魔芋类原料要求以入味为好，过久原料易碎或起蜂窝眼，过短则淡而无味。

吃火锅除了要区分原料的性质，把握好涮制的时

间外，还要掌握好不同原料下锅的先后顺序。这样火锅吃到后面，汤卤味会越来越鲜，兴趣倍增；否则吃到后来，汤卤味将越来越寡淡，使人兴味索然。这其中的奥妙就在于不同滋味的原料投放的先后秩序。人涮的原料也十分广泛，有本味好的，有本味差的，最好先加入一些有鲜香味的动物性原料，如鸡肉、鱼肉、猪肉、虾仁、丸子等，这些原料在煮涮过程中，不易吸收卤汁中的味，还将体内的一些鲜味物质溶于汤中，使卤汁更加醇厚鲜美；然后涮制一些本味不太好的动物性原料和少许吸油能力差的，有一定质感的腰片、肫片、毛肚、鸭肠、鳝鱼、海参、鱿鱼、青笋、海带、藕片等；最后才是以豆制品、水发干货原料和叶类蔬菜，这些原料本味不太好，并易吸味、败味，所以要最后下锅涮制。再则，涮制火锅时，一般是先荤后素，再荤素并用，最后是油酥素菜。

## 2. 食用火锅的注意事项

(1) 要注意安全。由于火锅加热是在火锅内部进行，而为之提供热能的来源，一般常用的是由木炭、天然气、酒精、固体钠等作为热源。烧木炭要求通风，防止一氧化碳中毒。烧酒精、固体钠应注意在添加燃料时，要先将余火熄灭，防止添加途中发生燃

烧，引发火灾和烧伤。以天然气为热源的，要定时检查管道是否漏气。在食用火锅时一定要注意安全。

(2) 要清洁卫生。饮食业必须注重卫生，因火锅烹制时，在卤汁中涮的时间都相对较短，不卫生清洁的原料所含的细菌较多，不易全部杀死，食后容易得病，所以要求入涮的原料，都要新鲜干净，决不准使用腐败变质的原料。因后者不仅对人体有害，还容易破坏卤汁的鲜美滋味。

(3) 调制火锅卤汁时，忌用酱油、醋等调味品。因酱油在高温下容易使卤汁变黑，醋会使卤汁变酸变黑。

(4) 一般不用或少用某些色素过重，有较浓的特殊气味，或淀粉含量过高的原料。一些色素含量重的蔬菜，如苋菜、瓢儿白、红油菜苔、茄子等。另外一些有特殊气味的原料，如藠头、韭黄、韭菜、鱼腥草等，这两类原料易使卤汁串味变味一般不用。还有一些含淀粉过重的，如土豆、藕、饺子、抄手、锅魁等原料，容易使卤汁变稠，不利于烫熟其它原料，还易糊锅。如爱好所趋，也最好在尾期取用。

(5) 碱发的原料要先去尽碱液。因碱未尽，其原料烫熟后易变黄，同时也使卤汁变得燥辣，食用时既败卤汁美味，又有损身体健康。

(6) 一次性入锅涮制原料不宜过多。因原料质地不同，所需的火候也不一样，有的时间长，有的时间短，所以应区分对待，分别涮制才能达到应有的效果。另外由于火锅加热的火力，一般都有限，如原料一次性加多了，卤汁就不易烧沸，对于讲究火候的原料，涮出来就会质地变老而韧，甚至于咀嚼不动，不能食用。

(7) 卤汁不能太满。因在添加原料或卤汁沸腾时，浮油容易外溢，从而引起烧伤、烫伤等事故。

(8) 随时增添卤汤汁，防止烧干、烧焦。



**白茸：**将鸡脯肉用刀背捶成茸状后，  
加入三倍的水调匀而成，称白茸。



## 火锅菜品

### 火锅肥肠

味型：麻辣味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：猪大肠 2000 克 儿肠 500 克 猪黄喉 150 克 猪腰 250 克 油炸肉丸 200 克 酥肉 200 克 鳝鱼片 200 克 鳜鱼 200 克 芹菜 150 克 鲜香菇 平菇 香菜 大葱 青蒜苗 菠菜各 100 克 青笋尖 200 克 红苕粉条 150 克 土豆 150 克 鲜藕 150 克

调助料：郫县豆瓣 200 克 干辣椒 100 克 花椒 40 克 豆豉 10 克 精盐 10 克 味精 15 克 料酒 50 克 白酒 30 克 酸糟汁 50 克 冰糖 20 克 大蒜瓣 75 克 姜 50 克 葱段 30 克 牛油 100 克 五香料 50 克 混合油 500 克 鲜汤 2000 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥各一碟

制作程序：

1. 烹前准备。猪大肠用盐和醋反复洗净后，刮

去肠壁上的残渣及肠油筋，用清水洗净，入沸水锅中焯一水捞出，再用刀切成长2厘米的节，放入锅中加清水、姜、葱段、料酒、白酒、少许香料，煮至粑软，捞出待用。儿肠洗净后剖开，切成约6厘米长的节。猪黄喉片去筋络，切成长8厘米的条。猪腰去膜对剖后片去腰臊，然后割刀成“凤尾形”。酥肉片成厚3厘米的片。鳝鱼、鳅鱼用盐搓揉后，用清水洗净，鳝鱼切成长约8厘米的段。芹菜、大葱、青蒜苗洗净后切成长约8厘米的段。鲜香菇洗净去蒂切成四瓣。平菇撕成条，青笋尖切成4瓣，与香菜、菠菜分别整理洗净。红苕粉条用热水泡软。土豆、鲜藕去皮后切成约厚3毫米的片，用清水浸泡。以上各料，除肥肠、鳅鱼外，均分成二份用盘装好备用。郫县豆瓣剁细。干辣椒切成长2厘米的段。豆豉背茸，姜拍破。

2. 味汁调配。  
①卤汁调配：炒锅置中火上，放入混合油烧至四成熟时，加入郫县豆瓣、豆豉茸、姜、葱段炒香上色后，下大蒜瓣、五香料炒几下，掺入鲜汤，用小火熬制。另用炒锅下牛油烧至三成熟时，放入辣椒节，炒呈棕红色时，加入花椒炒香，然后将干辣椒、花椒及牛油一起倒入汤汁中，再加入料酒、冰糖、醪糟汁、精盐、味精调味，待熬制到汤汁香味浓、溢出时即成。  
②味碟调配：精盐、味精、芝

麻油、蒜泥调匀成味碟，另配一碟醋上桌。

3. 正式烹调。将卤汁倒入火锅中，放入肥肠和鳅鱼，点燃火烧沸上桌。其余配料分别放在火锅四周，即可烫涮食用。

#### 操作要领：

1. 猪大肠较脏且异味很重，初加工时应加盐、醋等料反复揉搓，再用清水洗净，并去掉过多的油筋，熟处理时要加入去异的调料，如料酒、白酒、姜、葱、花椒、香料等。

2. 肥肠不易软熟，要先进行初步熟处理至熟透。入火锅稍烫即能达到耙糯，口感方能最佳。

3. 要求卤汁的味要浓厚麻辣，制作时部分干辣椒、花椒可以先炒酥香，铡成细末后放入卤汁中，以增加香辣麻味。

4. 儿肠质嫩脆爽口，宜急火短炒，故在烫涮时要火旺汤沸，断生就行，不宜久烫。

#### 注——

此火锅是用猪大肠作为底锅料，猪大肠烹制后，耙糯肥美，口感极佳，再配以浓厚的麻辣味，风味别具一格。火锅肥肠一推出，很快流行于市，深受大众的青睐。在火锅的基础上，底锅内还可加入血旺，成肠旺火锅；加入鲜鱼成火锅肥肠鱼。

## 豆沙（酥）肥肠火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：猪大肠 2000 克 炖豌豆 400 克 水发粉丝 200 克 鲜藕 200 克 豌豆苗 150 克 金针菇 150 克 青笋 200 克 白萝卜 200 克

调助料：鲜汤 2000 克 精盐 15 克 味精 12 克 胡椒粉 2 克 料酒 50 克 姜片 50 克 葱段 60 克 白酒 30 克 香料（八角 桂皮 草果 三奈等） 20 克 猪化油 100 克 花椒 3 克

味碟料：香菜末 芹菜末 精盐 味精 芝麻油 油酥青椒碎末 野山椒各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。猪大肠去掉残渣污物后，加入精盐、醋反复搓揉，再用清水洗净，入水中加热，焯尽血水，捞出放入炖锅中，加清水、姜、葱（30 克）、料酒（20 克）、白酒、香料、花椒用旺火烧沸。撇去浮沫后，用小火煮至肥肠七成烂时捞出，冷后切成约 2 厘米长的节。炖豌豆掰散。水发粉丝沥干水分。

鲜藕刮去外皮切成2毫米厚的圆片，入清水浸泡。豌豆苗、金针菇分别整理洗净。青笋切成长方片。白萝卜去皮后切成长约10厘米、宽2.5厘米、厚1.5毫米的薄片。以上素菜分别装入两个盘内。余下的葱切成葱花。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置于中火上，加入猪化油烧至四成熟时，下肥肠、豌豆炒香，掺入鲜汤，下料酒、胡椒粉、精盐、肥肠一起煮至肥肠粑软入味，放入味精即成。②味碟调配：香菜末、芹菜末、精盐、味精、芝麻油、油酥青椒碎末、野山椒碎末调匀，每人1份。

3. 正式烹调。将调好味的卤汁和肥肠一起倒入火锅中，撒上葱花，上桌点燃火烧沸，上配菜即可涮食。  
操作要领：

肥肠加工要干净卫生，上桌前要将肥肠烹制粑软。粑豌豆的量要控制好，不能太多，以防汤稠粘锅，但也不能太少，否则无风味。



鼎：古代炊具。也用作食器和礼器。

鼎为三足容器，有陶制或青铜制等。

## 奶汤杂烩火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：猪肚 猪心 猪舌各1个 尖刀肉丸  
酥肉各200克 水发响皮250克 熟鸡肉150克 熟  
带皮五花肉150克 鹌鹑蛋200克 口蘑 冬笋 水  
发香菌 午餐肉各100克 青笋 胡萝卜各150克  
豌豆苗 白菜心 水发木耳 水发粉丝各150克

调助料：奶汤2000克 精盐15克 胡椒粉3克  
味精12克 料酒50克 姜40克 葱段50克 猪  
化油100克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 葱花各1碟

制作程序：

1. 烹前准备。猪肚、猪心、猪舌用清水洗干净后，入沸水中余一水，然后用刀将猪肚和猪舌的白膜刮洗干净，猪心剖开，以上三种原料放入锅中煮至八成熟，再改成长5厘米、宽1厘米的条。制酥肉时选半肥半瘦的五花肉，切成1.5厘米见方的丁，裹上全蛋淀粉入锅炸酥。尖刀肉丸用油炸至硬膜色金黄即

成。水发响皮、熟鸡肉、午餐肉改成长5厘米、宽1厘米的条。熟五花肉连皮改成1厘米粗的条。鹌鹑蛋入冷水锅中煮熟，去掉外壳粘上干细淀粉，再入六成热油中炸呈金黄色捞出。口蘑一改为二。冬笋、青笋、胡萝卜均改成长5厘米、宽1厘米见方的条。水发香菌片成片。豌豆苗、白菜心、水发木耳、水发粉丝整理、洗涤干净，分别装盘备用。

2. 味汁调配。  
①卤汁调配：炒锅置中火上，加入猪化油烧至四成油温时，放入姜、葱炒出香味，掺入奶汤，放入猪肚、猪心、猪舌、尖刀肉丸、酥肉、熟五花、水发响皮、鹌鹑蛋、冬笋、料酒等料烧沸，撇去浮沫，烧约10分钟后，放入熟鸡肉、午餐肉、口蘑、水发香菌、青笋、胡萝卜烧至各料断生，各料的味相互融合后，加入精盐、胡椒粉、味精即成。  
②味碟调配：精盐、味精、芝麻油少许，葱花和锅中卤汁少许调匀，每人一份。

3. 正式烹调。将锅中各料及汤汁倒入火锅中，上桌点燃火即可食用。各料食完后，上四素配涮食。锅中的汤汁可加入少许葱花饮用。

操作要领：

1. 猪肚、心、舌必须焯水，刮洗干净。
2. 由于原料的品种较多，要注意各料的用量。

注——

此火锅是在奶汤杂烩的基础上演变而来。用料多样、色调和谐、汤鲜味美、浓醇不腻，具有浓厚的乡土风味。

## 毛血旺火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：猪血旺 2000 克 带皮猪坐臀肉 200 克  
猪肚 300 克 猪心 猪舌各 200 克 鸡脯肉 100 克  
油炸肉丸 150 克 鳝鱼片 200 克 鸡翅尖 200 克  
红苕粉丝 100 克 水发魔芋 300 克 香菜 芹菜 金  
针菇 平菇 豌豆苗 青蒜苗各 150 克

调助料：郫县豆瓣 150 克 辣椒粉 50 克 花椒  
粉 20 克 花椒油 10 克 精盐 12 克 酥糟汁 50 克  
味精 15 克 料酒 50 克 白糖 10 克 姜片 30 克 葱  
段 50 克 大蒜瓣 75 克 鲜汤 2000 克 混合油 400  
克 香料 30 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 香菜末  
芹菜末 葱花各 1 碟

### 制作程序：

1. 烹前准备。猪血旺改成3厘米见方的块，入沸水中余一水后捞出备用。带皮猪坐臀肉、猪肚、猪心、猪舌刮洗干净，先将猪肚、猪舌焯一水，再刮尽白膜洗尽。然后将4种原料入锅煮熟时捞出，冷却后切成薄片。鸡脯肉片成薄片，入盘摆成风车形。鳝鱼片、鸡翅尖洗净，分别装盘。火锅红苕粉丝用热水泡软，沥干水分，斩成长12厘米的节装盘。水发蘑菇改成大一字条，入沸水中余一水，捞出用清水浸泡后装盘。香菜、芹菜（切成节）、金针菇、平菇、豌豆苗、青蒜苗（拍破切节）均整理洗净，分别装盘备用。郫县豆瓣剁细。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置于中火上，放入混合油烧至四成熟时，放入郫县豆瓣、辣椒粉炒香至油呈红色时，下姜、葱、大蒜瓣、香料稍炒，掺入鲜汤烧沸，加入精盐、料酒、醪糟汁、白糖调味，待汁烧出香味时，放入味精、血旺、猪肚、心、舌和白肉片，再烧沸一小会儿即成。②味碟调配：用精盐、味精、芝麻油、蒜泥、香菜末、芹菜末、葱花调匀成味碟，每入1份。

3. 正式烹调。将调好味的卤汁及血旺、猪肚、心、舌、白肉片一起移至火锅内，再加入花椒粉、淋

上花椒油、撒上香菜段上桌，点燃火即可食用。待各料吃得差不多时，再上配料，任意涮食。

#### 操作要领：

1. 血旺要细嫩、新鲜，汆水时锅中加入少许精盐，入锅烧制时间不能过长，以烧烫入味为宜。
2. 各种辅料的片要薄，白肉要带皮。
3. 食前可先加入部分青蒜苗、芹菜段入锅煮出香味。

#### 注——

此火锅是在四川民间菜肴“毛血旺”的基础上演变而来，毛血旺具有麻辣烫、味浓厚、质细嫩鲜香的特点，以火锅形式上桌，更能保持烫的风味，冬季食用能暖胃驱寒。



柳叶片：长约6厘米，厚约0.1~0.3  
厘米，形如柳叶的薄片。

## 雪藕鸡蹄火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：猪蹄 1500 克 雪豆 300 克 土鸡肉 500 克 鲜藕 500 克 肥瘦肉 250 克 鲜蘑菇 150 克 豌豆苗 100 克 西兰花 150 克 金针菇 100 克 青笋尖 150 克

调助料：精盐 15 克 味精 10 克 胡椒粉 3 克 姜 50 克 葱 40 克 清水 2500 克 料酒 50 克 白酒 20 克 鸡蛋 1 个

味碟料：香辣酱 酱油 味精 芝麻油 葱花 精盐 青尖椒 野山椒 生菜油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。猪蹄去尽残毛，刮洗干净，从中对剖为两半，再斩成 5 厘米大的块，入锅中焯尽血水捞出备用。雪豆用温水洗净，再用沸水浸泡。土鸡洗净后斩成 4 厘米大的块，入沸水中余一水。鲜藕去皮后切成 4 厘米大的块，浸泡于清水中。猪肥、瘦肉剁细，加上精盐、清水、料酒、味精、水淀粉适量和鸡

蛋液搅匀成肉馅待用。鲜蘑菇洗净切成片；西兰花掰成小朵；青笋尖洗净切成四瓣；豌豆苗、金针菇分别整理、洗净。以上各素配分别装入盘中。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炖锅置于旺火上，掺入清水，加入猪蹄、料酒、白酒、姜（拍破）、葱（切段）、胡椒粉烧沸，下雪豆用微火保持汤沸，约1小时后下鸡块，炖至蹄花、鸡块八成熟软时，下鲜藕一起炖至各种原料熟软或熟透时，加入精盐、味精调味成底锅。②味碟调配：香辣酱、酱油、味精、芝麻油、葱花调匀成味碟，每人1份。青尖椒和野山椒洗净后去蒂，分别剁成细末，再将生菜油烧至六成热，倒入盛有青尖椒、野山椒细末的碗中，炸香青椒尖和野山椒，然后加入精盐、味精调匀，装入两个小碗上桌，供食者添加或蘸食。

3. 正式烹调。选一分体火锅炉，将卤汁和底料一起倒入火锅盆或砂锅中，上桌点燃火加热便可直接食用。在食用过程中，上辅料围在火锅四周，猪肉馅用小调羹舀成丸子形入卤汁中，煮熟后食用，其它配料随意涮食。

操作要领：

1. 由于猪蹄、雪豆、鸡肉、鲜藕的成熟程度不一致，所以要掌握好各原料下锅的先后顺序。

2. 烹制蹄花时要用小火或微火，保持汤面微沸就行。

3. 制肉馅时要掌握好清水和水淀粉的用量，肉馅要吃足水分质才嫩，但也不能加水过量，使肉馅太稀，否则成形不好，下锅时间最好是现做现食，方能体现它的风味。

注——

此火锅是在雪豆炖蹄花的基础上发展而成的，猪蹄富含胶元蛋白，炖制出的汤浓香醇厚，鲜美可口。再加上雪豆、土鸡肉和鲜藕，味道更加鲜香融合。一般多用于席桌尾汤，既可喝汤又可涮菜。



火候：在烹调中对所用的火力大小、  
时间长短与原料受热至成熟度的关系，称火候。

## 羊肉火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：精净羊肉 1000 克 羊肝 150 克 羊腰 200 克 油炸丸子 150 克 鹅肠 200 克 血旺 200 克 脆皮豆腐 300 克 千张皮 100 克 豌豆苗 100 克 青笋 200 克 土豆 150 克 红苕粉丝 100 克 香菜 100 克 青蒜苗 100 克 黄豆芽 100 克

调助料：干辣椒 100 克 花椒 40 克 豆瓣 150 克 豆豉 20 克 老姜 50 克 大蒜瓣 30 克 冰糖 20 克 料酒 50 克 酥糟汁 50 克 羊骨汤 2000 克 五香料包 1 个（约 50 克） 羊油 200 克 熟菜油 300 克 精盐 15 克 味精 15 克 嫩肉粉 1 克

味碟料：精盐 味精 蒜泥 芝麻油 醋 蚝油 各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。将精净羊肉片成极薄的大张片，加入少许料酒、精盐、嫩肉粉拌匀，分成二份装入盘。羊肝、羊腰片成薄片。鹅肠洗净切成长段。血旺

改成大块。脆皮豆腐切成宽2厘米的长条。千张皮改成宽2厘米的长片。豌豆苗、香菜、黄豆芽整理、洗涤干净。青笋、土豆切成厚片，用清水浸泡。红苕粉丝用热水泡软。青蒜苗洗净切成节，以上各料分别装盘。干辣椒用水煮软，再剁成细末。花椒炕香后加工成细末，豆瓣剁细，豆豉背茸，老姜拍破，冰糖捣碎。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置中火上，放入熟菜油烧至三至四成热时，放入剁细的干辣椒末、豆瓣炒香后，加入姜块、豆豉、大蒜瓣一起炒香，掺入羊骨汤，加入料酒、醪糟汁、冰糖、五香料包、花椒末熬至汤汁浓香时，滤去锅中所有料渣，放入精盐、味精即成。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蒜泥、醋或蚝油调匀成味碟，每人1份。

3. 正式烹调。将过滤后的卤汁及油倒入火锅中，上桌点燃火，将羊肉和各配料上桌便可涮食。涮制时先放入一些青蒜苗、黄豆芽出味，羊肉、羊肝、羊腰、鹅肠等要用筷子挟住或放入漏勺烫至刚熟即起锅食用。其余原料可放在锅中煮入味再食用。

#### 操作要领：

1. 羊肉最好选阉过的公羊（膻味少），羊肉片力求张大片薄。
2. 制卤汁时香料不宜加得过重，卤汁中的料渣

要去尽，成无渣卤汁，汤汁清爽，烫涮羊肉时才能保证质量。

注——

此火锅麻、辣、烫、咸鲜、香兼备，汤汁浓香鲜美，羊肉细嫩可口，在四川十分流行。特别是在冬季食用，能生热祛寒，羊肉还能补血益气，温中暖肾，对肾虚阳衰，气血不足，体质虚弱者有食补、食疗的功效。另外，羊肉火锅还可以制作成咸鲜味，汤白味鲜，深受大众喜爱。

## 羊杂火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：羊肉 500 克 羊肾 200 克 羊肝 150 克  
羊心 100 克 羊肚 300 克 羊肠 500 克 羊石子（羊睾丸） 100 克 油炸丸子 150 克 白萝卜 500 克 豌豆苗 100 克 蘑菇 100 克 青蒜苗 100 克 黄豆芽 100 克 水发木耳 100 克 水发粉丝 150 克 香菜芹菜各 100 克

调助料：羊骨汤 2000 克 精盐 16 克 味精 12 克 胡椒粉 3 克 料酒 50 克 姜 30 克 葱段 50 克 花椒 10 克

味碟料：精盐 味精 香菜末 青椒碎米 生菜油 香醋各1碟

制作程序：

1. 烹前准备。羊肉先入水中加热焯尽血水，然后另用清水、料酒、姜、葱、花椒煮至羊肉软熟，捞出冷却后切成片。羊肾、羊肝、羊心洗净切成薄片。羊肚、羊肠刮洗干净后，再用精盐、醋反复揉搓洗净，入沸水锅中余一水后，再煮至熟透，待冷却后将羊肚片成片，羊肠切成长2厘米的节。羊石子刮洗干净后，入锅中煮至熟软后切成条。白萝卜去皮后切成片。蘑菇洗净切成片。青蒜苗拍破切成节。水发木耳撕成片。芹菜整理洗净切成节。豌豆苗、香菜、黄豆芽整理洗净。水发粉丝沥干水分。以上各料分别装盘备用。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置于旺火上，加入羊骨汤、姜块、葱段、胡椒粉、料酒、精盐、味精烧沸即成。②味碟调配：先将生菜油烧至六成熟，淋在盛有青椒碎米的碗中，再加入精盐、味精、香菜末调匀，每入1份。另备香醋1碟，供食者添加。

3. 正式烹调。将调好味的羊骨汤倒入火锅中，上桌点燃火烧沸。各原料分别放在火锅的四周，先涮羊肉及羊内脏，再下萝卜和其他素菜。

### 操作要领：

1. 羊肉和各种羊杂热处理时，要达到熟软程度，刀工后入锅涮烫即可食用。
2. 要求羊骨汤色呈乳白，味浓香醇厚，熬制时以羊头骨和脊椎骨为主要原料。
3. 在涮制时，可先加入部分青蒜苗和黄豆芽入锅煮制，用于增香出味。

### 注——

羊杂火锅是在羊肉汤的基础上发展变化而来的，原料以熟制的羊内脏及羊肉为主，味浓厚鲜美，清鲜不腻，又能生热进补（心、肝、肾、羊石子等羊内脏分别具有补虚、益血、补肾、壮阳、益精的作用），对体质虚弱、肾虚劳损者有一定的食疗作用。因羊肉、羊杂等易上火，所以夏季宜少用，一般多在冬季、秋季食用。



卤汁：食火锅时烫原料的味汁，也是

传热介质，由汤、油脂和调味料组成，用于确定火锅类型及口味。从色泽上可分为红卤汁和白卤汁两大类，又称为红汤和白汤。红卤汁以家常、麻辣、酸辣、五香、香辣味型为主；白卤汁以味醇的咸鲜味居多。



## 归芪羊肉火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：羊肉 2000 克 当归 75 克 黄芪 75 克  
党参 50 克 沙参 50 克 枸杞 20 克 白萝卜 500 克  
油炸丸子 200 克 豌豆苗 100 克 冬笋 100 克 水发  
粉丝 200 克

调助料：羊骨 1500 克 清水 2500 克 老姜 75  
克 葱段 75 克 花椒 5 克 料酒 75 克 味精 15 克  
精盐 16 克 胡椒粉 3 克

味碟料：青尖椒 野山椒 精盐 味精 熟菜油  
芝麻油 香辣酱 葱花 香菜末各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。羊肉洗净入沸水中焯尽血水，然后切成 3 厘米见方的块备用。当归、黄芪用温水泡软后切成片，再放在泡当归、黄芪的水中浸泡。党参、沙参用沸水泡软后改成长 5 厘米的节。白萝卜去皮切成长约 8 厘米、宽 3 厘米、厚 2 厘米的长条片。豌豆苗摘去老叶洗净。冬笋切成薄片。水发粉丝沥干水

分。以上4种素菜和油炸丸子一起分别装盘备用。羊骨砍成大块入沸水锅中焯一水，去尽血污、浮沫。老姜洗净拍破。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炖锅置于中火上，放入羊骨、羊肉、姜块、葱段、料酒、花椒、胡椒粉烧沸，撇去浮沫，用小火炖制半小时后，加入当归、黄芪（连泡的水一起加入）、党参、沙参、枸杞等料加盖，再炖约2小时，至羊肉熟软时捞出羊骨，加入精盐、味精即成。②味碟调配：青尖椒去蒂洗净切成碎末，野山椒去蒂切成碎末与青尖椒装在一起入碗，将熟菜油烧至六成熟淋在青尖椒、野山椒碎末上，加入精盐、味精和少许芝麻油调匀，分成5小碟，每人1碟，供食者蘸食。另用小碗加入香辣酱、芝麻油、味精、葱花、香菜末调匀，每人1份，作味碟料。

3. 正式烹调。将炖熟软的羊肉及药料一起倒入火锅中，上桌点火即可食用。其间，上配料供食者涮食。

#### 操作要领：

1. 羊肉和羊骨在炖制前必须出尽血水、污物，以保证汤的质量。
2. 各种补品的用量适当即可，不能太多，否则药味过重。

3. 烫食原料前，可每人先舀 1 碗汤饮用，因这时的汤味浓香鲜美。

注——

此火锅来源于《金匱要略》“当归生姜羊肉汤”，有较长历史，取羊肉温中补虚，当归补血、缓急止痛、生姜温中健胃。用于脾胃虚寒、气血不足、中阳不振者。再加入黄芪、沙参补益之力更强。

## 鲫鱼羊肉汤锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：鲫鱼 5 尾（约 750 克） 羊肉 1000 克  
油炸丸子 150 克 酥肉 150 克 乌鱼肉 150 克 猪腰  
150 克 鸭肠 150 克 羊肝 150 克 白萝卜 200 克  
青笋 200 克 鲜蘑菇 100 克 金针菇 100 克 豌豆苗  
100 克 水发粉丝 200 克 香菜 100 克

调助料：鲜汤 2000 克 精盐 15 克 胡椒粉 3 克  
味精 10 克 姜 50 克 葱段 50 克 猪化油 150 克  
料酒 75 克 花椒 5 克 熟菜油 1000 克（实耗 50 克）

味碟料：精盐 味精 芝麻油 香菜末各 1 碟

### 制作程序：

1. 烹前准备。鲫鱼经初加工后洗净，入七成热油中炸至紧皮时捞出备用。羊肉洗净入水锅中加热焯尽血水，然后再放在锅中加入鲜汤、姜（拍破）、葱段、料酒，用小火煮至羊肉软熟后捞出，冷却后切成片。酥肉切成约3毫米厚的片。乌鱼肉去皮片成约1毫米厚的片。猪腰去尽腰臊后片成薄片。鸭肠洗去粘液后切成长节。羊肝切成薄片。白萝卜去皮后切成薄片。青笋切成厚约2毫米的片。鲜蘑菇洗净后切成片。金针菇、豌豆苗、香菜整理、洗涤干净。水发粉丝沥干水分。以上各料除鲫鱼外分为两份装盘备用。

2. 味汁调配。①卤汁调配。锅置中火上，放入猪化油烧至四成热时，加入姜片、葱段炒出香味，掺入煮羊肉的汤，放入油炸过的鲫鱼、羊肉片、胡椒粉、精盐、味精烧沸，撇去浮沫，再烧一小会儿即成。②味碟调配。精盐、味精、芝麻油、香菜末调匀，每入1份。

3. 正式烹调。将羊肉片、鲫鱼及卤汁移至火锅中，上桌点火烧沸，再上配料放火锅四周即可涮制。

### 操作要领：

1. 羊肉一定要炖至熟软才能上桌。
2. 鲫鱼下锅前要过油，能增香去腥，还能使汤

鲜色白，但下锅后不宜久煮，以防鱼肉破碎。

注——

“鱼”加“羊”组成鲜，此火锅就是重在突出一个“鲜”字。鲫鱼、羊肉都含有丰富的蛋白质，鲜味极好。两种混合烹制，形成一种复合形的鲜味，其味感更加丰富。制作时注意选择原料要新鲜，初加工正确彻底。可作席桌的座汤用。

## 涮羊肉火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供十人食用）

主辅料：羊肉 2000 克 香菜 150 克 水发冬菇 200 克 水发粉丝 250 克 冻豆腐 200 克 雪里蕻 150 克 大白菜心 200 克 黄豆芽 150 克 金针菇 100 克 泡酸菜 100 克 麻酱烧饼 20 个（约 1000 克） 面条 500 克或水饺 500 克

调助料：鲜汤 2000 克 味精 15 克 胡椒粉 2 克 料酒 30 克 姜 30 克 葱段 50 克 金钩 30 克 口蘑 50 克

味碟料：酱油 精盐 芝麻酱 酱豆腐乳 花生酱 卤虾油 腌韭菜花 辣椒油 料酒 醋 葱花

香菜 芝麻油 味精各1碟

制作程序：

1. 烹前准备。羊肉用内蒙古产的羯羊肉，去尽筋、膜、脆骨后，再将羊肉排压整齐成方形，然后放入冰柜内，以-5℃的温度冷冻至刚硬取出，修理成形后，用专用切片机切成每500克约80~100片的均匀薄片，再整齐装盘（分4盘装）。水发冬菇、冻豆腐切成片。泡酸菜切成丝。香菜、雪里蕻、大白菜心、黄豆芽、金针菇，洗涤干净后整理好。水发粉丝沥干水分。以上各辅料和面条或水饺分别装盘备用。

2. 味汁调配。①卤汁调配：锅置中火上，加入鲜汤，姜块、葱段、料酒、金钩、口蘑、胡椒粉，烧沸出味后捞出姜、葱，加入味精调匀即成。②味碟调配：将酱油、精盐、芝麻酱、花生酱、卤虾油、酱豆腐乳、腌韭菜花、辣椒油、醋、葱花、香菜末、芝麻油、味精等调料上桌，由食者根据个人喜爱适量调配（一般加入精盐、酱油、酱豆腐乳、芝麻酱、腌韭菜花、醋、葱花、香菜、芝麻油、味精调匀）。食辣者可酌加辣椒油；食海鲜味者，酌加卤虾油。

3. 正式烹调。选一中间有烟囱的铜制火锅，放入卤汁，上桌点燃火烧沸，上羊肉片和素配，先烫涮羊肉，在沸汤中烫2~3秒钟，待羊肉片变成灰白色

时，即可挟出蘸上调味碟汁食用，也可与芝麻烧饼同食。涮制时以荤素相间涮食最佳。

#### 操作要领：

1. 羊肉选料要正确。以内蒙古产的羯羊（阉割过的公羊）为好，没有膻味，部位又以上脑、摩裆、黄瓜条、肉腱、里脊等为佳。

2. 羊肉压制成形后，要经冻硬才能刀工，刀工多采用切片机器切割，可保证其厚薄均匀，大小一致。

3. 调制味碟时，因芝麻酱、花生酱不易调散，可先将其调散后上桌，然后才由食者自行调配。

4. 涮制时，先涮羊肉片，涮制后期最宜荤素并用，涮制尾声时，可放入酸菜、少许粉丝、白菜叶作汤菜食用，或加入面条、水饺等食用。

#### 注——

此火锅多流行于北京、内蒙古等西北、东北部地区。有料精肉薄，调料多样，鲜嫩醇香的特点，烹制时由食者自己调味，灵活多变，有很强的适应性。



座汤：指筵席热菜的最后一道汤菜，  
又叫尾汤。

## 火 锅 兔

味型：麻辣味

原料组配：（供六个食用）

主辅料：活兔 1 只（约 2000 克） 兔腰 200 克  
鳝片 200 克 黄喉 200 克 黄豆芽 150 克 大葱 100  
克 脆皮豆腐 300 克 香菜 100 克 空心菜 150 克  
冬瓜 300 克 血旺 250 克 红苕粉丝 150 克 青笋  
300 克

调助料：郫县豆瓣 150 克 干辣椒 75 克 辣椒  
粉 25 克 红油 50 克 泡红辣椒 75 克 上等花椒 30  
克 精盐 10 克 味精 8 克 胡椒粉 3 克 大蒜瓣 50  
克 姜片 40 克 冰糖 15 克 酱糟汁 50 克 料酒 50  
克 鲜汤 2000 克 五香料 30 克 熟菜油 400 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 蚝油 醋  
各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。活兔宰杀后剥皮，剁去头、脚等部，剖腹取出内脏洗净，然后将兔肉斩成 3.5 厘米见方的块。兔腰力求新鲜无异味，去掉外膜洗净，用牙

签穿上（一根牙签穿二个兔腰），鳝片洗净涎液，斩成长段。黄喉洗净后片去筋络，改成宽2厘米的长条。黄豆芽去两头洗净。大葱选中段切成长8厘米的段。脆皮豆腐改成宽2厘米的条。空心菜、香菜摘除老叶洗净。冬瓜刮去外皮切成片。血旺切成3厘米见方的块。红苕粉丝用热水泡软。青笋去皮切成片。以上各料除兔肉外均装入盘中备用。郫县豆瓣剁细。干辣椒去蒂切成长2厘米的节。泡红辣椒切成长段。花椒炒香磨成细末。冰糖捣碎。五香料磨成粉。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置中火上，放入熟菜油烧至四成熟时，放入豆瓣炒至油红色时，加入干辣椒节、泡辣椒段、姜片、辣椒粉、大蒜瓣炒至香味浓时，掺入鲜汤，放入兔块、精盐、料酒、醪糟汁、葱段、花椒细末、五香料细末、胡椒粉、冰糖等料，烧沸撇去浮沫，改用小火烧至兔块熟透时，加入味精即成。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蒜泥调均成味碟，每人1份。蚝油、醋放入小碗与味碟一起上桌，由食者自行添加。

3. 正式烹调。将调好味的卤汁和兔肉舀入砂锅中，上桌点火烧沸便可食用，并将各配料一同上桌，即烫即食。

操作要领：

1. 兔子不能太老，最好是成年肥兔。肉质才细嫩鲜香。兔肉入锅煮至熟透即可。
2. 制作兔火锅时，既要突出火锅麻、辣、烫的风格，还要刻意突出兔肉细嫩味鲜的特性。

注——

兔一般选饲养的家兔，其肉含有丰富的蛋白质，较多的糖类和少量的脂肪。兔肉纤维较短，质地细嫩，味道鲜美，加之有一定的进补作用，深受大众喜爱。此火锅选择点杀的活兔现场烹制，主要是突出兔肉的鲜嫩特色。

## 风味兔火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：净兔肉（兔背脊肉和后腿肉）1000克  
干香菇 50 克 冬笋 100 克 蘑菇罐头 1 听 冬瓜 150 克 生菜 150 克 兔腰 150 克 红肠 150 克 净瘦牛肉 150 克 鸭舌 200 克 盐渍乳牛肝菌 300 克 金针菇 100 克 鸡腿菇 150 克 青笋 200 克 鲜藕 200 克 龙须生菜 100 克 青蒜苗 150 克 香菜 100 克 青芹菜 150 克

调助料：嫩肉粉 0.5 克 精盐 16 克 葱段 75 克 姜 50 克 鸡蛋 2 个 干细淀粉 20 克 干辣椒 100 克 郫县豆瓣 100 克 泡红辣椒 50 克 花椒 30 克 野山椒 30 克 五香料 1 包（约 40 克） 料酒 75 克 醬糟汁 50 克 味精 12 克 鲜汤 2000 克 熟菜油 500 克 冰糖 20 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥各 1 碟  
制作程序：

1. 烹前准备。净兔肉切成 3 厘米见方的块，加入嫩肉粉、少许精盐、料酒拌匀，再加入鸡蛋清、干细淀粉搅匀，最后加入适量油脂调匀备用。干香菇用热水泡软后，入笼蒸至熟透无白心，取出冷却后片成片。蘑菇一改为二。兔腰去外膜洗净。红肠切成长 6 厘米、宽 3 厘米、厚 0.3 厘米的片。鸭舌去掉脆骨，取净舌尖洗净。净瘦牛肉剁成细末，加入少量清水、精盐、鸡蛋清、味精、淀粉、油脂搅匀成丸子馅。盐渍乳牛肝菌用清水冲 5 小时去尽咸味。香菜、金针菇、鸡腿菇、龙须生菜、青蒜苗、青芹菜整理洗净，青蒜苗拍破切成段，青芹菜去叶后切成段。青笋、鲜藕去皮切成厚片。以上各料除兔肉、干香菇、冬笋、蘑菇外，分别装盘。干辣椒用水煮软，捞出剁成细末。泡红辣椒去蒂、去籽同郫县豆瓣一同剁细。花椒

炕香捣成碎末。野山椒去蒂。五香调料加工成细末。冰糖捣碎。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置中火上，放入熟菜油烧至四成热时，加入剁细的干辣椒末，炒干水分，放入郫县豆瓣、泡辣椒细末炒出香味至油转红色时，下姜（拍破）、葱段、野山椒、花椒末、五香料碎末炒匀，掺入鲜汤，加精盐、料酒、醪糟汁、冰糖调味。烧约半小时，待各调味料的味都渗透入汤汁中时，用漏勺滤去料渣，剩无渣卤汁。再放入兔块、香菇、冬笋、蘑菇烧沸，撇去浮沫，放入味精即成。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蒜泥调匀成蒜泥味碟，每人1份。

3. 正式烹调。将卤汁和兔肉等料移入火锅中，放上香菜入桌点火烧沸即可食用。再上各配料，由食者自行涮制。涮时先加入部分青蒜苗和青芹菜。

#### 操作要领：

1. 为保证肉质细嫩易熟，放以仔兔肉为佳。入锅前要先将兔肉码味。码味时加入嫩肉粉能使兔肉滑嫩，但量不能多，否则有碱味。鸡蛋清、淀粉的量也不宜多，防止入锅后煮脱芡，使卤汁变稠。

2. 牛肉馅在兔肉吃得快完时，用小调羹舀入卤汁中成丸子状，煮熟后食用。

3. 卤汁中各调料的残渣要打捞尽，保持卤汁清爽，不生锅。

注——

此火锅是在火锅兔的基础上精制而成，味麻辣不燥，咸鲜醇厚，质地更加滑嫩爽口，多用于筵席。

## 狗肉火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：烫皮狗后腿肉 2000 克 冬笋 100 克  
干香菇 75 克 狗鞭 150 克 牛肾 200 克 牛脆肠  
200 克 熟猪肚 100 克 竹笋 150 克 水发木耳 150  
克 黄豆芽 100 克 青蒜苗 100 克 水发千张皮 150  
克 土豆 200 克 红苕粉丝 150 克

调助料：狗骨汤 2000 克 郫县豆瓣 100 克 干  
辣椒 50 克 花椒 30 克 精盐 12 克 味精 15 克 辣  
椒粉 20 克 料酒 75 克 大蒜瓣 50 克 老姜 50 克  
葱段 50 克 白糖 10 克 胡椒粉 5 克 五香料 40 克  
香菜 100 克 熟菜油 500 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 姜米 醋

## 各1碟

制作程序：

1. 烹前准备。烫皮狗肉去尽残毛洗净，斩成5厘米大的块，放入清水中浸漂几小时，除去血水、异味，然后取出放入锅中焯一水，捞出备用。干香菇加入沸水入笼蒸熟透后，片成厚片。冬笋切成片。狗鞭入热水洗净，余一水去掉表皮和脂肪，顺着尿道对剖成两块，再入锅煮至熟透后，取出剖成菊花形。牛肾对剖去掉肾臊洗净，再直刀割成菊花形，入沸水中烫至断生备用。牛脆肠刮洗干净，对剖后割成十字花刀，再改成条。熟猪肚切成条。竹笋切成片。水发木耳洗净撕成小块。黄豆芽去两头。青蒜苗洗净拍破切成长段。水发千张切成宽2厘米的长条。土豆去皮切成厚片用清水浸泡。红苕粉条加入热水涨发软后切成长条。以上原料除狗肉、干香菇、冬笋外分别装入盘中。郫县豆瓣剁细。干辣椒入沸水煮软后剁细。香菜整理洗净。

2. 味汁调配。①卤汁调配：先取200克熟菜油放入锅中加热至三成油温时放入剁细的千辣椒末，慢慢煸炒至油变成红色，有香味溢出时，滤去辣椒渣取出油备用。另用炒锅置中火上，加入余下的熟菜油烧至四成熟时，放入郫县豆瓣、辣椒粉炒香，加入花

椒、老姜（拍破）、葱段、大蒜瓣、香料稍炒，掺入狗骨汤，放入精盐、料酒、胡椒粉烧沸至香味浓郁时，放入狗肉烧至熟透，再加入干香菇、冬笋、味精即成。②味碟调配：用精盐、味精、蒜泥、芝麻油调匀成味碟，每人1份。也可在此基础上加入少许醋和姜米。

3. 正式烹调。将狗肉、香菇、冬笋和卤汁移到火锅盆内，放入香菜上桌点火，将各配菜上桌围在盆锅四周即可涮食。

#### 操作要领：

1. 狗肉应选约10公斤左右的仔公狗，颜色以黄色的最好，其肉质细嫩。加工时注意去掉异味。
2. 狗鞭在加工时要去尽腰臊并煮至软熟。
3. 要求卤汁的味浓厚麻辣，才能压去狗肉的臊味。

#### 注——

狗的品种繁多，毛色各异，以黄狗为上，黑狗、白狗次之。其肉性温、味甘，能滋补脾胃，补肾助阳，对肾气不足、脾胃虚寒者有一定的补益效果。但由于狗能生热、燥火，不宜春、夏食用，最好是冬季食用。阴虚内热者也要忌食。

## 地黄狗肉火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：黄狗肉 1500 克 熟地 15 克 宁夏枸杞 20 克 水发香菇 150 克 金针菇 100 克 豌豆苗 100 克 西兰花 150 克 白萝卜 200 克 油炸肉丸 100 克 香菜 100 克 青蒜苗 100 克 黄豆芽 100 克

调助料：干红辣椒 15 克 生姜 30 克 橘皮 10 克 花椒 5 克 精盐 15 克 料酒 75 克 葱 30 克 胡椒粉 3 克 味精 10 克 鲜汤 2000 克

味碟料：精盐 味精 酱油 香辣酱 葱花 香菜末 芝麻油各 1 碟 喜欢麻辣者 可酌加红油

制作程序：

1. 烹前准备。将狗肉放入清水中浸泡几小时后，捞出沥干水分放在菜墩上用木棒在肉上轻轻反复捶打，边捶边用清水洗涤，直至肉中血水看不见为止。然后切成长约 7 厘米、宽约 3 厘米的条，用清水浸泡一段时间后，放入沸水锅中，加入少许姜片、葱段、料酒煮至狗肉熟时捞出。熟地黄用清水冲洗一下，用

纱布包好。枸杞用温水洗净。水发香菇片成片。金针菇、豌豆苗、香菜洗净。西兰花掰成小朵洗净。白萝卜去皮切成长8厘米、宽3厘米、厚1毫米的片。黄豆芽去掉两头洗净。青蒜苗洗净拍破切成节。以上各素菜分别用盘装好。油炸丸子也装盘待用。干红辣椒去籽切成段。生姜拍破。橘皮用温水洗净后掰成2厘米见方的小块，用热水泡软。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炖锅置于旺火上，加入狗肉、鲜汤、药包、料酒、花椒、胡椒粉、精盐、姜块、葱段、干辣椒节、橘皮、枸杞用小火烧约3小时，至狗肉耙软，放入味精，捞出药包、姜葱、干辣椒节、花椒即成。②味碟调配。精盐、味精、香辣酱、酱油、芝麻油、葱花、香菜末调匀成味碟，每人1份。

3. 正式烹调。将调好味的卤汁及炖熟透的狗肉倒入火锅盛器内（最好是瓷器火锅），上桌烧沸便可食用。然后将各配料上桌，供食者选择涮食。

#### 操作要领：

1. 狗肉加工程序正确，加工时要用清水漂尽狗肉中的血水，用木棒捶打狗肉可使肉质松弛，同时便于出尽血水。

2. 制作时，干辣椒、花椒、橘皮、生姜等调料

的用量不宜大，主要起增香压异的作用，成菜不能有很明显的麻辣味。

注——

本火锅属药膳火锅范畴，取狗肉温里助阳的作用。配以少量辣椒、生姜、橘皮、花椒除有调味作用外，还能温里助阳。再加上一定量能抗老长寿的熟地黄（熟地黄有长寿、滋阴、补血的功效）同用，适用于脾肾虚弱、腰膝酸软，性功能差的人食用。中老年人如果经常食用，对保健益寿有良好的效用。此品适合冬季进补，夏秋季一般少用，阴虚内热者也应少食。

## 鹿肉火锅

味型：家常味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：梅花鹿肉 2000 克 鳝鱼 200 克 鳟鱼 200 克 兔腰 200 克 肉丸 150 克 熟肥肠 200 克 鹿血 200 克 脆皮豆腐 250 克 青笋 250 克 冬笋 150 克 水发冬菇 150 克 红苕粉丝 100 克 金针菇 100 克 蘑菇 100 克 青蒜苗 100 克 香菜 100 克

调助料：干辣椒 75 克 郫县豆瓣 100 克 泡红

辣椒 50 克 花椒 10 克 豆豉 10 克 料酒 75 克 醬糟汁 75 克 豆腐乳汁 75 克 冰糖 15 克 胡椒粉 3 克 姜片 50 克 葱段 50 克 鲜汤 2000 克 熟菜油 400 克 味精 15 克 精盐 12 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蚝油 醋 蒜泥各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。鹿肉切成大块用清水浸泡一段时间，然后入锅加清水和少许料酒、姜、葱、煮至鹿肉熟透，捞出冷却后切成片。鳝鱼、鲅鱼加盐洗净。兔腰去外膜洗净。熟肥肠切成长 3 厘米的节。鹿血切大丁。脆皮豆腐改成菱形块。青笋切成厚片。冬笋、水发冬菇、蘑菇切成片。红苕粉丝用热水泡软后切成长段。金针菇、香菜洗净。青蒜苗拍破切成长段。以上各料分别装入盘中。干辣椒去籽切成长 2 厘米的节。郫县豆瓣剁细。泡红辣椒切成长 6 厘米的段。豆豉加工成茸。

2. 味汁调配。① 卤汁调配：炒锅置中火上，加熟菜油烧至四成热时，下豆瓣、泡红辣椒、豆豉、姜片、葱段炒香上色后，掺入鲜汤，加入料酒、酱糟汁、豆腐乳汁、冰糖、胡椒粉烧沸，撇去浮沫。另用锅加入少许熟菜油烧至三成热时，放入干辣椒节炒至

棕红色时，下花椒炒香，倒入卤汁中同熬，熬至卤汁出浓香味时，加入精盐、味精即成。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蚝油、蒜泥调匀成味碟，每人1碟。另配醋1碟同时上桌，供客人调味食用。

3. 正式烹调。将卤汁舀入火锅中，上桌点火烧沸，再将各原料上桌，围在火锅四周，供食者涮食。

操作要领：

鹿肉异味较大，初加工时要尽可能地除去异味。熟处理时要将鹿肉煮至熟透。

注——

鹿肉味道鲜美，肉质细嫩，营养丰富。能益气血，补肾益精，对气血不足，体倦乏力，肾虚阳衰，肾精不足，畏寒肢冷，阳萎精少有疗效。在炎热的夏季不宜食用。另外阴虚阳亢、清热者不宜食用。



鸡丸：取净鸡脯肉加工成茸后，依次

加入清水或姜葱水、精盐、味精、鸡蛋清、猪化油、水淀粉搅打成色白质疏松细腻的鸡糁，再用手挤成直径约2厘米的丸子，入沸汤中汆熟即成。如主料改用鱼肉、虾肉则就做成鱼丸、虾丸。

## 三鞭火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：黄狗鞭 鹿鞭 牛鞭各 500 克 枸杞 50 克 土鸡肉 500 克 羊肉 500 克 鹿肉 500 克 水发冬笋 100 克 水发香菇 150 克 猪腰 200 克 蘑菇 150 克 金针菇 100 克 西生菜 100 克 豌豆苗 100 克 水发粉丝 150 克

调助料：牛肉汤 2000 克 猪化油 100 克 姜 30 克 葱段 40 克 花椒 10 克 精盐 16 克 味精 12 克 胡椒粉 5 克 嫩肉粉 0.1 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蚝油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。狗鞭、鹿鞭、牛鞭去尽筋缠、肥膘后，入沸水焯一水，顺着尿道对剖成两块洗净。枸杞温水洗净。土鸡肉入锅煮熟，冷后片成薄片。羊肉、鹿肉片成薄片，分别加入嫩肉粉、精盐、料酒、蛋清淀粉拌匀。猪腰去尽腰臊片成薄片。水发冬笋、水发香菇、蘑菇均加工成片。金针菇、西生菜、豌豆

苗整理洗净。水发粉丝沥干水分。以上各料除狗鞭、牛鞭、鹿鞭、枸杞外，都分别分成二份装入盘中待用。

2. 味汁调配。①卤汁调配：锅置旺火上，加入牛肉汤，放入猪化油、牛鞭、狗鞭、鹿鞭、料酒烧沸，撇去浮沫，加入花椒、姜、葱段、胡椒粉，改用小火煮至三鞭软热（也可以入笼蒸），捞出冷后割成十字花刀，再改成长4厘米的段，分别装入盘中。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蚝油调匀成味碟，每人1份。

3. 正式烹调。将煮三鞭的牛肉汤加入火锅中，放入精盐、味精调味，同各种原料一同上桌，点燃火即可涮食。涮制时先涮三鞭、羊肉、鹿肉，再涮其他原料。

#### 操作要领：

1. 三鞭火锅要煮至软熟才能食用。煮三鞭的原汤汁可用。

2. 羊肉、鹿肉片张要薄而大，为使羊肉、鹿肉质嫩，应加入适量的松肉粉或嫩肉粉拌匀，上浆时蛋清淀粉不宜多。

3. 在涮食时注意补充汤量和精盐，在涮菜之前可备一小碗汤供饮用，这时汤味鲜美。

注

三鞭火锅属大补类，一般用于冬季，重在壮阳补肾。对精血不足、遗精早泄、阳萎等人有较好的补益作用。此火锅也可以用于筵席，不过要注意减少配菜品种及数量。

## 驴肉火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供八人食用）

主辅料：驴肉 2000 克 竹笋 500 克 黄喉 200 克 鳜鱼 200 克 鸡翅尖 200 克 鸡爪 200 克 熟肥肠 250 克 午餐肉 150 克 兔腰 200 克 腐竹 200 克 豆腐干 100 克 血旺 200 克 青笋尖 150 克 土豆 200 克 鲜香菇 200 克 海白菜 150 克 大白菜 250 克 青蒜苗 100 克 香菜 100 克

调助料：豆瓣 100 克 泡辣椒 50 克 辣椒粉 30 克 干辣椒 75 克 花椒 30 克 姜 50 克 葱段 50 克 豆腐乳汁 75 克 醬糟汁 50 克 胡椒粉 3 克 料酒 50 克 冰糖 15 克 豆豉 20 克 精盐 15 克 味精 12 克 鲜汤 2000 克 熟菜油 400 克 五香料 50 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 醋 香菜

末 花生仁各1碟

制作程序：

1. 烹前准备。将驴肉切成大块放入清水中浸泡几小时后，入冷水锅中，加入少许料酒、姜、葱加热至血水出尽后捞出。然后再放入锅中，加鲜汤、姜、葱、料酒煮至驴肉熟软捞出，冷却后切成片。竹笋用水泡软后去掉质老硬的部分，再切成长条。黄喉去尽白筋切成长条。鳅鱼用盐洗净。熟肥肠切成长3厘米的节。午餐肉切成厚片。兔腰去外膜洗净。腐竹切成马耳朵形。豆腐干切成长3厘米的条。血旺切成3厘米见方的块。青笋尖洗净切成4瓣。土豆去皮切成片，用清水浸泡。鲜香菇洗净切成4瓣。海白菜用清水泡尽咸味后改成长段。大白菜去筋后，掰成大块洗净。青蒜苗洗净后拍破切成段。香菜整理洗净。以上各料分别装入盘中。豆瓣剁细。干辣椒去蒂切成长2厘米的节。姜拍破。泡辣椒切成段。

2. 味汁调配。①卤汁调配：锅置中火上，放入熟菜油烧至三成热时，下豆瓣、泡辣椒段、辣椒粉炒至油呈红色时，下干辣椒、花椒、五香料、姜片、葱段、豆豉炒至各料水分将干，出香味时掺入鲜汤和煮驴肉的原汁汤，再加入冰糖、豆腐乳汁、醪糟汁、料酒、精盐、胡椒粉调味，然后用小火熬制出香味浓郁

时，放入味精即成。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蒜泥、醋、香菜末、花生仁调匀，每人1份。

3. 正式烹调。将调好味的卤汁（滤去所有料渣）舀入火锅盛器内，上桌点火烧沸，再将驴肉片（分两盘装）和各料上桌，先放入鸡翅尖、鸡爪、鳅鱼烧沸，再涮制驴肉片等荤菜，最后涮素菜。

操作要领：

1. 驴肉异味较重，煮前要先焯尽血水，焯水时可以加入少许料酒、姜、葱、花椒增香压异。煮时也要加入增香、压异的调味品以去掉腥味。如需生片烫涮，驴肉片中要加入少许苏打粉拌匀，烹制后不仅无腥味，且肉质嫩滑。

2. 此火锅也可制成家常味，调卤汁时在此基础上减少花椒和辣椒粉的用量，调成浓厚鲜香带辣的家常味型。

注——

驴肉蛋白质含量丰富，味道鲜美，口感较好。能补气血、益脏腑，对于积年劳损，气血亏虚，短气乏力，食欲不振，心悸失眠者有一定的补益食疗作用。秋冬季节食用效果更佳。制作时要注意除尽腥味。同时要注意调节好驴肉的滋味与卤汁的佐味，卤汁的味过于麻辣浓厚，会掩盖驴肉的本味，卤汁味不浓厚，就不能压去驴肉的腥味。

## 归杞蛇肉火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供五个食用）

主辅料：活蛇 1 条（约 750 克） 当归 40 克  
黄芪 40 克 宁夏枸杞 30 克 土鸡肉 500 克 鱼丸  
200 克 鸡肾 150 克 鸡枞菌 100 克 鸡腿菇 100 克  
金针菇 100 克 豌豆苗 100 克 香菜 100 克 菠菜  
100 克

调助料：鲜汤 2000 克 精盐 16 克 味精 8 克  
鸡精 5 克 姜片 30 克 葱段 40 克 料酒 50 克 胡  
椒粉 3 克 鸡油 50 克

味碟料：精盐 味精 姜米 醋 芝麻油各 1 碟  
制作程序：

1. 烹前准备。将活蛇斩去蛇头，划破蛇颈皮一  
圈，用刀从腹部剖开，将蛇皮从划破颈皮处往下撕，  
去掉内脏，摘下蛇胆（供客人用），将蛇肉斩成长 4  
厘米的段，再入水锅中氽一水，捞出备用。蛇皮入沸  
水中烫约 1 分钟，捞出刮去外皮洗净，斩成长 3 厘米  
的段。当归、黄芪洗净，用热水泡软后切成片。宁夏

枸杞用热水浸泡。土母鸡肉洗净后斩成3.5厘米见方的块，入沸水中余尽血水。鱼丸、鸡肾（洗净）装盘。鸡枞菌、鸡腿菇去泥土杂物洗净，切成片分别装盘。金针菇、豌豆苗、香菜、菠菜分别整理、洗涤干净，分别装盘。

2. 味汁调配。  
①卤汁调配：锅置旺火上，加入鲜汤、蛇肉、蛇皮、当归、黄芪、枸杞、土母鸡肉块、姜片、葱段、胡椒粉、料酒烧沸，撇去浮沫，加盖用小火炖至蛇肉软熟（约1个半小时）时，加入精盐、味精调味即成。  
②味碟调配：用精盐、味精、姜米、醋、芝麻油调匀成味碟，每人1份。

3. 正式烹调。选一铜制的连体火锅，将卤汁蛇肉及药料一起倒入火锅内，上桌点火烧沸即可食用，这时每人可用小碗舀一小碗汤饮用。然后再将各辅料上桌围在火锅四周，由食者挑选涮制而食。

#### 操作要领

1. 蛇胆不能丢，一般调成蛇胆酒，每人1杯。有清热明目的作用。
2. 蛇皮先在沸水中烫一下后，将外皮刮洗干净。
3. 当归、黄芪的用量不能过多或过少，多了药味太重，少了味不浓。

注——

各种蛇均可制作。常用的以饲养的乌梢蛇为主。蛇肉的肉质鲜美、细嫩，口味极佳。蛇肉还含有人体必需的8种氨基酸等其他营养成分。有祛风除湿、通络解毒的作用。对风湿顽痹，肌肤不仁，麻风病，皮肤生癩有疗效。

## 雪 猪 火 锅

63

复合味型：咸鲜味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：雪猪1只 鸡肉500克 水发香菇150克 水发冬笋150克 肉丸子 鱼肉各200克 红肠150克 金针菇 平菇 龙须生菜 豌豆苗 香菜 青蒜苗 大葱白 白菜心 黄豆芽各100克 水发粉丝200克

调助料：鲜汤2000克 精盐18克 胡椒粉4克 味精12克 料酒75克 姜片50克 大葱白30克 花椒10克

味碟料：精盐 味精 香菜末 花生仁 熟芝麻花生酱 芝麻油 青椒末 野山椒末各1碟

制作程序：

1. 烹前准备。雪猪经宰杀后，剥去皮毛，除去内脏及腋下腺体洗净，斩成4厘米见方的块，入沸水中加料酒，余尽血水捞出备用。鸡肉斩成4厘米见方的块，入沸水中余尽血水。水发香菇、水发冬笋片成片。肉丸子用五成油温炸熟。鱼肉片成薄片。红肠切成厚3毫米的片。金针菇、平菇、龙须生菜、豌豆苗、香菜、黄豆芽、青蒜苗、大葱白、白菜心分别洗涤干净。平菇撕成条。黄豆芽去两头。青蒜苗、大葱白切成长段。白菜心掰成小块。以上原料除雪猪肉、鸡肉、水发香菇、水发冬笋外分别装盘。水发粉丝沥干水分装盘。

2. 味汁调配。①卤汁调配：锅置火上，加入鲜汤、雪猪肉、鸡肉、大葱白段、姜片、胡椒粉、料酒、花椒烧沸，撇去浮沫，改用小火炖至肉熟透后，加入水发香菇、水发冬笋烧沸，再加入精盐、味精调味即成。②味碟调配：用精盐、味精、香菜末、花生仁、熟芝麻、花生酱、芝麻油、青椒末、野山椒末调匀成味碟料，每人1份。

3. 正式烹调。将炖熟的雪猪肉、鸡肉、冬笋、香菇和卤汁倒入火锅盛器内，上桌点火烧沸，上味碟即可食用。待锅内各料吃得差不多时，将各辅料上桌围在火锅四周，供食者挑选涮制食用。在涮制中可取

锅中汤汁饮用。

**操作要领：**

1. 雪猪宰杀后，因雪猪腋下的腺体有不良气味，故要去掉腋下腺体。

2. 也可采用烫皮去毛的方法初加工雪猪，带皮的雪猪肉质粑糯、口感好。

**注——**

雪猪学名为“旱獭”，分布于我国四川、青海、西藏、新疆、内蒙古、甘肃等地。一般生于高山草原雪地得名。雪猪肉肥厚多脂颇益人，能补脾胃、益气血、除风湿，因冬眠前雪猪最为肥美，一般多在冬眠前食用最佳。



**火锅味碟：**又称碟子，由多种调味品

调制而成，每人一碟，供食者蘸味食用，起增味降温等作用。常见的味碟种类有：蛋清油碟、香油油碟、蒜泥油碟、蠔油碟、豆瓣油碟、干辣椒粉味碟、酸辣油碟、泡椒油碟、剁椒油碟、麻酱油碟、怪味油碟、姜汁味碟等多种。使用中应与火锅的种类相匹配。

## 菌竹火锅

复合味型：咸鲜味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：牛肝菌 鸡枞菌 松茸菌 老人头 乳牛肝各 150 克 竹荪 50 克 竹荪蛋 200 克 猴头菇 200 克 草菇 150 克 磨菇 金针菇 平菇 鲜香菇 各 100 克 竹笋 冬笋各 200 克

调助料：鲜汤 2000 克 猪化油 200 克 精盐 16 克 味精 12 克 姜片 50 克 葱白段 50 克 胡椒粉 3 克 料酒 75 克 鲫鱼三尾（约 500 克）

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蚝油 生抽 葱花各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。牛肝菌、鸡枞菌、松茸菌、老人头、乳牛肝洗净后切片。竹荪、竹荪蛋洗净后，竹荪切成长 4 厘米的节，竹荪蛋切成片。猴头菇切成小朵。草菇、金针菇、平菇分别洗净。磨菇、鲜香菇洗净后切成片。竹笋、冬笋去掉老硬部分也切成片。以上各蘑菇、竹荪分别装盘待用。鲫鱼经初加工后洗净

备用。

2. 味汁调配。①卤汁调配：锅置火上，加入猪化油烧至三成热时，放入姜片、葱段炒香，再加入鲫鱼稍炸一下，掺入鲜汤，加入料酒、胡椒粉烧沸，撇去浮沫，加入精盐、味精即成。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蚝油、生抽、葱花调匀成味碟，每入1份。也可只用精盐、味精、芝麻油和卤汁汤调匀成味碟。还可不用味碟，烫熟原料后直接食用。

3. 正式烹调。将调好味的卤汁倒入火锅容器中，点火烧沸，各配料上桌便可涮食。烫制时先烫各种野生菌，后是菇类、竹类原料。烫制各菌可分几次加入锅中煮熟。

操作要领：

1. 各菌、竹、菇要求新鲜，无腐烂变质，并清洗尽泥土杂物。

2. 卤汁底料中可加入鸡肉，以增加鲜香味，在烫食过程中随时添加精盐和鲜汤。

3. 鲫鱼在此菜中，只作为吊汤取味的调助料，一般不食用，在卤汁舀入火锅时将鲫鱼捞出。

注——

菌类原料的滋味极鲜美，制作时适合用咸鲜味调味，以突出其本鲜味。故此火锅清淡咸鲜爽口。对不嗜麻辣者提供

了一款很好的美味。

## 豆花火锅

复合味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：黄豆 500 克 石膏 10 克 鸡脯肉 鱼肉 鸭肫各 200 克 猪里脊 150 克 豌豆苗 白菜心 菠菜 金针菇各 100 克

调助料：鲜汤 1000 克 精盐 10 克 味精 10 克 胡椒粉 2 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 红油 葱花 干辣椒粉 花椒粉 豆瓣 豆豉茸 芝麻酱 黄豆末 大头菜碎粒 酱油 醋 干辣椒分别各装 1 碟  
制作程序：

1. 烹前准备。黄豆去尽杂质，用清水浸泡，待浸泡胀后沥干水分，用石磨加水（或用磨浆机）磨细成浆，然后用细纱布滤出豆浆（豆渣不用），再把豆浆放入锅中烧沸，撇去浮沫，关掉火源，待温度降到约 80 ℃时，将石膏卤汁（石膏磨细加水调匀）慢慢加入，边加边搅动锅中的豆浆。待豆浆逐步凝结成团

时停止搅动，加盖约10分钟后即成“豆花”备用。鸡脯肉、鱼肉、鸭肫、猪里脊片成薄片，分装入盘成风车形，成“四生片”。豌豆苗、白菜心、菠菜、金针菇分别整理、洗涤干净后装盘，摆成“四生菜”。

2. 味汁调配。①卤汁调配：鲜汤入锅加热烧沸后，加入胡椒粉、精盐、味精即成。②味碟调配：红油味碟：精盐、味精、芝麻油、红油、蒜泥调匀即成。麻辣味碟：将精盐炒香，加入干辣椒粉、花椒粉、味精调匀即成。豆瓣味碟：豆瓣剁细入锅炒香后，加入豆豉稍炒，盛入碗中加芝麻油、红油、味精、葱花调匀即成。此味碟的油酥豆瓣也可用香辣酱代替。酸辣味碟：干辣椒入锅煮软，再捣成泥，加入醋、精盐、黄豆末、大头菜碎粒、葱花、酱油、味精调匀即成。麻酱味碟：芝麻酱用酱油澥散，再加入精盐、味精、芝麻油、葱花调匀即成。以上各味碟匀分成二份装入小碗上桌，由食者挑选蘸食。

3. 正式烹调：先将卤汁舀入火锅中，加入豆花，上桌点火烧沸后，用微火保持小沸。先食豆花，将豆花用漏勺舀入碗中，加上自己喜欢的味碟蘸食。“四生片”和“四生菜”上桌涮食。

#### 操作要领：

1. 掌握制作豆花的技术，制作豆花时一定要将

豆渣滤去，制豆花除了用石膏水外，还可用胆巴水或葡萄糖内醇等料。

2. 豆花入火锅后要用微火加热、保温。不能用大火，防止汤汁沸腾冲烂豆花。
3. 食用时先食毕豆花，再开大火力烫涮配料。

#### 注——

此火锅质细嫩爽口，汤鲜醇不腻，为火锅中的新品，是在“河水豆花”的基础上发展而来，在民间广为流传。

## 素 火 锅

复合味型：麻辣味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：金针菇 200 克 蘑菇 200 克 平菇 水发香菇 水发冬笋各 150 克 豆腐干 200 克 豌豆苗 菠菜 白菜心 生菜 西红柿 青蒜苗 黄豆芽 香菜 西兰花 西芹各 100 克 土豆 250 克 鲜藕 250 克 青笋 250 克 水发木耳 150 克 红苕粉丝 100 克

调助料：清水 2000 克 黄豆芽 500 克 精盐 15 克 味精 15 克 姜片 30 克 葱段 50 克 料酒 50 克

醪糟汁 50 克 熟菜油 400 克 豆瓣 100 克 豆豉茸 20 克 干辣椒 100 克 花椒 30 克 冰糖 20 克 五香料 20 克

味碟料：精盐 味精 蒜泥 芝麻油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。豆腐干切成宽 2 厘米的条。蘑菇、平菇洗净后切成片。水发香菇、水发冬笋洗净也切成片。金针菇、黄豆芽、豌豆苗、菠菜、白菜心、生菜、香菜、水发木耳均整理洗净。西红柿入沸水稍烫，撕去外皮切成片。青蒜苗拍破切成节。西兰花切成小朵。西芹撕去筋再切成条。鲜藕、土豆去皮切成片，用清水浸泡。青笋切成片。红苕粉条用热水泡软后切成长节，以上各料分别装盘。豆瓣剁细。

2. 味汁调配。① 卤汁调配：先将黄豆芽洗净入锅加清水用旺火烧沸，改用小火保持汤面沸而不腾约 1 小时，制成豆芽素汤备用。再将干辣椒去蒂入水锅中煮软后，加入花椒、五香料稍煮，捞出混合捣碎（也可用搅拌机搅碎）备用。炒锅置中火上，加入熟菜油烧至四成热时，加入搅碎的干辣椒、花椒、五香料碎末，炒至味香、油呈红色时，放入剁细的豆瓣、姜片、葱段、豆豉茸炒香，掺入豆芽素汤、醪糟汁、料酒、冰糖、精盐烧沸至香味浓郁时，捞出所有料

渣，加入味精即成卤汁。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油调匀成味碟，每人1份。

3. 正式烹调。将无渣火锅卤汁倒入火锅内，同素配一起上桌，点火烧沸，即可随喜好烫食。

#### 操作要领：

1. 各种素菜要新鲜无杂物，并且洗涤干净。
2. 炒卤汁料时，不能加动物油脂，只能用植物油。
3. 素汤还可选口蘑熬制而成。

#### 注——

此火锅专为吃素者而设制，全由素菜制作而成，在味型上，还可变化制成咸鲜味型（如清汤或奶汤素火锅）。食用时要注意补足精盐和熟菜油。



**扫汤：**这里是指一种技法，又称清汤。

就是将一般清汤放入锅中烧沸调味后，再倒入红茸（或白茸）搅匀，改用小火加热至凝固成团后，用漏勺捞出肉渣，这一操作过程称之为扫汤。此法制出的汤称“特制清汤”或“高汤”。

## 麻 辣 烫

复合味型：麻辣味

原料组配：（人数不限）

主辅料：鸡 鸭肫 仔鲶 小昌鱼 带鱼 鳝鱼  
鳅鱼 午餐肉 红肠 香肠 毛肚 黄喉 鹅肠 兔  
腰 兔肚 鸡脯 净牛肉 猪瘦肉 蘑芋 鲜香菇  
平菇 水发木耳 花菜 青笋 青笋尖 土豆 鲜藕  
水发海带 海白菜 大白菜 菠菜 豆腐干 豆腐皮  
腐竹 竹笋 鹌鹑蛋 金针菇等

调助料：鲜汤 2000 克 豆瓣 150 克 干辣椒 50  
克 辣椒粉 30 克 花椒 30 克 冰糖 10 克 豆豉 15  
克 料酒 75 克 酥糟汁 50 克 姜 50 克 葱段 50 克  
大蒜 50 克 精盐 15 克 味精 12 克 熟菜油 300 克  
猪化油或牛油 150 克 芽菜 15 克 五香料 40 克 竹  
签若干

味碟料：精盐 味精 干辣椒粉 花椒粉各 1 碟  
制作程序：

1. 烹前准备。鸡、鸭肫洗净切成薄片。仔鲶、  
小昌鱼宰杀后洗净。带鱼解冻去掉内脏后切成段。鳝

鱼、鳅鱼用盐洗尽粘液。午餐肉切成厚片。红肠、香肠切成节。毛肚切成块。黄喉去掉筋络后切成条。鹅肠切成长段。兔腰撕去外膜。兔肚片成片，入沸水中余熟。净牛肉、鸡脯、猪瘦肉切成片。蘑菇改成条。鲜香菇切成四瓣。水发木耳去蒂切成大块。花菜切成小朵。青笋切成长条。青笋尖切成两瓣。土豆、鲜藕去皮后切成片。水发海带、海白菜切成块。大白菜、菠菜洗净。豆腐干切成块。豆腐皮切成长约3.5厘米的条。腐竹用热水泡胀后切成段。竹笋去掉老筋。鹌鹑蛋煮熟后去掉外壳。以上原料（片、块、条、段或整只）用竹签穿成一串，用方盘装上，分别放在菜架上。干辣椒去蒂切成长2厘米的节。姜拍破。豆豉加工成茸。

2. 味汁调配。  
①卤汁调配：锅置中火上，加猪化油或牛油烧至三成熟时，放入干辣椒节炒至棕红色时，下花椒炒香，连油带料倒入大碗中装好备用。锅中再加入熟菜油，烧至四成熟时，放入豆瓣、辣椒粉、豆豉茸、姜片、葱段、大蒜瓣、五香料煽炒至香味溢出，油呈红色时，加入鲜汤、冰糖、料酒、精盐、醪糟汁、芽菜和炒香的干辣椒、花椒及油脂。用中小火熬至香味浓郁时，加入味精即成。  
②味碟调配：精盐炒香，加入味精、干辣椒粉、花椒粉拌匀，

用小平盘或味碟装上，每人1份。味碟料还可用芝麻油味碟代替。

3. 正式烹调。选用一盆形火锅，将卤汁倒入火锅盆中，放在火上加热烧沸，食者自己到菜架上挑选原料，再放在火锅中烫制，烫熟后用手拿着竹签上端，取出原料，再蘸上麻辣味碟食用。如不喜好太麻辣的，可将竹签上的原料，放入芝麻油碟中食用。

#### 操作要领：

1. 用竹签穿原料时要以原料的形状、大小来决定串的多少。片状原料以10片为1串。香肠、红肠、仔鲶、昌鱼、鳅鱼等原料以1节或1条为1串。

2. 麻辣烫的卤汁要麻辣味浓厚，底味适当偏咸。

#### 注——

麻辣烫是由麻辣味的火锅演变而来，又称之为“小火锅”、“简易火锅”。最早流行于四川街边，大餐厅、酒楼很少见到，大都在傍晚、黄昏、深夜时，在街头巷尾摆摊经营，一炉一锅，两三人，三五人一锅，自烫自食，既经济实惠又悠然自得。不过现在麻辣烫在四川城市中又从街边搬到了屋内，有专门经营的店，卫生、服务又上了一个档次。

## 兰花火锅

复合味型：咸鲜味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：兰花 30 朵 鸡脯 猪里脊 鸭肫 猪腰 150 克 鱼丸 100 克 猪黄喉 200 克 水发鱿鱼 200 克 冬笋 海带 粉丝 豌豆苗 菠菜 白菜心 金针菇 100 克

调助料：清汤 1500 克 精盐 12 克 姜 40 克 味精 10 克 料酒 50 克 葱白 30 克 胡椒粉 3 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蚝油 生抽各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。兰花去掉花梗，用清水漂洗干净，捞出沥干水分。鸡脯、猪里脊、鸭肫、猪腰（去腰臊）分别片成薄片。猪黄喉去尽筋络后，用反刀斜割成十字相交的花刀，再切成长 5 厘米的段。水发鱿鱼漂尽咸味后片成片。冬笋切成片。海带切成长条。粉丝用热水泡软。豌豆苗、菠菜、白菜心、金针菇整理、洗涤干净。以上各料分别装盘。

2. 味汁调配。①卤汁调配：锅置旺火上，加入清汤、精盐、味精、料酒、姜（拍破）、葱白段、胡椒粉烧沸约10分钟即成。②味碟调配：用精盐、味精、芝麻油、蚝油、生抽调匀，每人1份。

3. 正式烹调。选一连体火锅，放入调好味的清汤卤汁，加入10朵兰花上桌点火烧沸，再将各配料上桌围在火锅四周，供食者挑选烫食。

操作要领：

1. 要求清汤清澈味醇厚，烫制过程中随时补足清汤和精盐、味精。

2. 兰花必须选择新鲜、刚摘的，以保持清香味，隔夜枯萎了的兰花不能用。加入火锅时要分次下。

注——

此火锅属时令风味火锅，一般用于春季。这时兰花刚开，味清香宜人，最宜与咸鲜味的清汤配合使用，不适用于麻辣味的火锅中。制作时还可加入少许猪化油、鸡化油，以增加卤汁的油脂，使烫后的素菜滋润、滑嫩。



风车形：指原料装盘的一种造型，形似风车状。

## 多味火锅

复合味型：由两种以上不同的味型组成，以四味为例。如咸鲜味、家常味、麻辣味、酸辣味等。

原料组配：（供四人食用）

主辅料：水发海参 水发鱿鱼 鲜虾仁各 100 克  
鸡脯 猪里脊 鱼脯 猪腰 鹅肫各 150 克 毛肚  
鸭肠 黄喉 鸡翅尖 鳝鱼各 150 克 白菜心 青笋  
土豆 青蒜苗 芹菜 香菜 红苕粉 银丝粉 豆腐  
干各 100 克 豆腐 血旺各 250 克

调助料：清汤火锅卤汁 家常火锅卤汁 酸菜鱼  
火锅卤汁各 750 克 四种卤汁的调制方法分别参见清  
汤火锅 家常火锅 毛肚火锅和酸菜鱼火锅

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜茸 蚝油 醋  
各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。水发海参、水发鱿鱼分别片成薄片。鲜虾仁从背部剖开成片，挑去沙线。鸡脯、猪里脊、鱼脯、猪腰（去腰臊）、鹅肫均片成薄片。毛肚切成大块。鸭肠切成长节。黄喉去尽筋络改成长条。

鸡翅尖洗涤干净。鳝鱼洗净后切成段。白菜心、香菜整理、洗净。青笋、土豆去皮切成厚片，用清水浸泡。青蒜苗、芹菜洗净切成长节。豆腐干切成块。粉条、粉丝用热水泡软。豆腐、血旺切成3厘米见方的块。以上各料平分成4份分装入盘。

2. 味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蒜茸、调匀成味碟。蚝油、醋根据自己的口味随意添加。

3. 正式烹调。选一“田”字形火锅，将4种卤汁分别装入4格中，上桌点火烧沸，再将各配料分别放在火锅四周，每格摆1份，即可涮食。

**操作要领：**

1. 4种卤汁要分别烹制，并且捞尽料渣，舀入火锅不能装得太满，防止因加热沸腾发生卤汁串味。

2. 味碟料还根据食用火锅品种不同，另外调配。

**注**—————

此火锅是由多种不同味型的火锅组配而成，选料上也更加丰富，适应范围广，能够满足众多不同口味者的需要。

滚料块：长约4厘米的多面体，背比梳子背厚。



## 清汤火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供八人食用）

主辅料：鱼肉 300 克 鸡脯肉 250 克 鸭肫 150 克 猪腰 300 克 大虾仁 150 克 熟火腿 200 克 猪里脊 300 克 毛肚 300 克 黄喉 300 克 鸭肠 200 克 水发鱿鱼 200 克 黄豆芽 150 克 蘑菇 150 克 水发粉丝 150 克 菠菜 150 克 平菇 150 克 白菜心 150 克 香菜 100 克

调助料：老母鸡 1 只 老母鸭 1 只 猪排骨 1000 克 猪瘦肉 1000 克 鸡脯肉 100 克 料酒 20 克 味精 5 克 胡椒粉 5 克 姜 30 克 葱 30 克

制作程序：

1 烹前准备。①制作特制清汤。先将调助料中的老母鸡、老母鸭、猪排骨及大部分猪瘦肉洗净，放入水锅中余尽血水，捞出放入铝锅中加足水，用中火烧沸，撇去浮沫，加入料酒、姜、葱，改用小火或微火保持微沸。熬约两小时后，取出汤汁为一般清汤。剩下的猪肉和鸡脯肉分别捶茸放入碗中，各加上于原料

3倍的水，调匀成红茸和白茸。另用锅将一般清汤烧沸，加精盐、味精、料酒、胡椒粉调味。然后搅动汤汁，加入红茸，用小火慢慢加热，待肉茸凝固成团后，用漏勺捞出肉渣，此过程称之为“扫汤”；再用白茸扫汤一次。最后用汤筛过滤，制成特制清汤。②主辅料加工。鱼肉去皮片成厚3毫米的片。鸡脯肉、猪里脊、猪腰都切成薄片。鸭肫去白筋切成薄片。虾仁片成片。熟火腿切成厚2毫米的片。毛肚去筋膜洗净，切成约5厘米大的片。黄喉去外层筋络然后切成长约10厘米的条。鸭肠用盐洗去粘液，切成长约15厘米的节。以上各种原料加工好后分别装盘。黄豆芽去两头洗净。鲜蘑菇洗净切成厚片。白菜撕成小块。其余蔬菜也洗净分别装盘。

2 味汁调配。清汤加入锅中烧沸，加入精盐、味精、料酒、胡椒粉调味，制成清汤火锅卤汁。

3 正式烹调。餐桌上放一托盘，再放上火锅，加入特制的卤汁，然后将主辅料摆在火锅四周。食用时由食者自取原料，先荤后素，随意烫食。

#### 操作要领：

1. 各种原料要新鲜，食用时可根据情况适当增减。刀工处理时生料宜薄，熟料稍厚。
2. 制作特制清汤时，火力要小，不能将汤汁煮

白发浑。汤要清澈，味要醇厚。

注——

此火锅为传统品种之一，以特制清汤为卤汁，制作时要求较严，一般为筵席的座汤，也可独立成菜。烫食时，还可备上味碟。碟中加芝麻油、精盐、味精、蒜泥等调味品。

## 奶 汤 火 锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：鸡脯肉 250 克 鲜鱼肉 300 克 鹅肫 3 个 虾仁 250 克 猪腰 300 克 水发鱿鱼 250 克 油发鱼肚 100 克 猪脑花 200 克 金针菇 150 克 平菇 150 克 莴笋 250 克 白菜心 150 克 豌豆苗 100 克 香菇 150 克

调助料：老母鸡 1 只 老母鸭 1 只 排骨 1500 克 猪棒子骨 2000 克 猪蹄膀 1500 克 葱 50 克 姜 50 克 精盐 15 克 料酒 30 克 味精 5 克

制作程序：

1. 烹前准备。①制奶汤。老母鸡、老母鸭、排骨、猪棒子骨、猪蹄膀用水洗净，放入水锅中余尽血

水，捞出再将各料清洗干净。另用铝锅加水15千克，然后依次加入猪骨、蹄膀、老母鸭、老母鸡、姜（拍破）、葱（打结）、料酒加盖，旺火烧开，改用中火保持汤沸腾约2小时，待汤呈乳白色时端离火源，捞出各料不用，再将汤过滤后备用。②原料加工：鲜鱼肉去皮片成厚3毫米的片。猪腰去腰臊与鸡脯肉分别片成薄片。鹅肫去白筋切成薄片。水发鱿鱼片成长6厘米的薄片。油发鱼肚用温水或碱水泡软后切成大片。猪脑花洗净撕去血筋外皮，入沸水煮至半熟，再将其切成3厘米大的块。以上各料分别理好装摆在盘中。平菇、白菜心撕成小块，香菇去蒂切成小块，莴笋切成厚片，分别装入盘中。

2 味汁调配。将制好的奶汤加入锅中烧沸，加入精盐、料酒、味精调成咸鲜醇厚的卤汁，舀入火锅中。

3 正式烹调。餐桌中间放一托盘，托盘上放上火锅。主辅料入桌摆在周围，点火使卤汁沸腾，食者自己随意取料涮食。

#### 操作要领：

- 1 要求主辅料新鲜，滋味鲜美并易熟。
- 2 奶汤要现制现用，不能过夜。
- 3 食用时也可用芝麻油、精盐、味精、蒜泥、蚝

油等调味品调制的味碟。

注——

涮食中途味淡后可酌加入精盐，食至后期奶汤可作汤菜供客人饮用。此火锅也可用于筵席，当座汤菜用。

## 鲜 汤 火 锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：鲫鱼 600 克 鸡脯肉 200 克 午餐肉 200 克 水发鱿鱼 250 克 水发蹄筋 250 克 猪里脊 200 克 鳝鱼片 200 克 鳓鱼 200 克 猪腰 150 克 猪肝 150 克 白菜 200 克 菠菜 150 克 豌豆苗 100 克 土豆 100 克 萝卜 100 克 平菇 100 克 花菜 150 克 豆腐 150 克

调助料：金钩 10 克 枸杞 3 克 大葱段 20 克 老姜 20 克 蕃茄片 40 克 精盐 15 克 味精 10 克 胡椒粉 5 克 鲜汤 2000 克 猪化油 200 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 辣椒粉 花椒粉各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。鲫鱼初加工后洗净。鸡脯肉片成薄片。午餐肉切成约4毫米厚的片。水发鱿鱼片成薄片。鳝鱼片洗尽血液切成长8厘米的段。鲅鱼洗净。猪腰去臊片成大张的薄片、猪肝切成较薄的柳叶片。白菜、菠菜、豌豆苗、平菇洗净，土豆去皮切成片，用清水泡上。花菜改成小朵洗净。豆腐切成长5厘米，宽3厘米，厚5毫米的片。以上各料分别装盘。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置中火上，加猪化油烧至三成熟时加入姜（拍破）、葱段稍炒出香味，掺入鲜汤，加盐、料酒、胡椒粉、金钩、枸杞、味精、蕃茄片烧沸即成卤汁。②味碟调配：将精盐、味精、芝麻油、蒜泥调匀，每人1碟。辣椒粉、花椒粉、精盐、味精调匀成干辣椒粉碟，分为二碟上桌放在火锅两侧。

3. 正式烹调。将卤汁舀入火锅中，原料围在火锅四周，点火加热至沸。先下鲫鱼、鲅鱼煮熟，其余原料由食者自己涮食。食用时可蘸味碟，也可蘸干辣椒面碟。

#### 操作要领：

猪里脊和猪肝在涮前可加点淀粉码芡，但量要少。金钩有增浓复合味的作用，但量不宜大。枸杞用于点缀。蕃茄吊汤出味，量不宜多，多了汤汁有酸

味。

注——

此火锅制法简单，原材料较常见，一般用于家庭。

## 生片火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：鲜鱼肉 300 克 猪腰 300 克 鸡肫 250 克 鸡脯肉 200 克 豌豆苗 150 克 大白菜心 150 克 菠菜 150 克 香菜 100 克 油条 80 克 油炸馓子 50 克 油炸粉丝 30 克 油酥花仁 100 克 精盐 10 克 味精 10 克 胡椒粉 10 克 姜米 15 克 葱花 15 克

调助料：精盐 15 克 胡椒粉 5 克 味精 10 克 料酒 30 克 清汤 2000 克 姜 10 克 葱段 10 克

制作程序：

1. 烹前准备。鱼肉去皮片成长约 6.6 厘米、厚 3 毫米的片。鸡肫去两面的白筋片成薄片。猪腰对剖去腰臊后与鸡脯肉分别片成长约 6.6 厘米，宽 2.5 厘米的薄片。然后将这 4 种原料分别摆在圆盘内成“风车形”为“四生片”。可在这四生片上洒上少许精盐、

料酒、姜末码味。大白菜心去筋撕成小块与豌豆苗、菠菜、香菜分别洗净装入盘内，称为“四蔬鲜”。油条一分为二切成长3厘米的段，油炸馓子掰断成长4厘米左右的段，油炸粉丝切成长约10厘米的段，油炸花生去皮铡成豌豆粒，4种分别装入盘中为“四油酥”，将精盐10克、胡椒粉10克、味精10克、姜末15克、葱花15克分别装入5个味碟中称“五味碟”。

2. 味汁调配。炒锅置旺火上，加入用姜、葱取过味的清汤，加精盐、胡椒粉、味精、料酒调好味。将汤舀入火锅内。

3. 正式烹调。餐桌上放一托盘（或放入吸水纸）加入少量清水，放上火锅炉。再将“四生片”、“生蔬鲜”、“四油酥”、“五味碟”分别摆在火锅炉四周，食用时点火将锅内汤烧沸，由食者取料，自调味，自烫自食。食用时一般都是按先荤后素，再荤素并用，然后蔬鲜油酥的次序。

#### 操作要领：

1. “四生片”刀工厚薄要均匀，鱼片稍厚，腰片、鸡片次之，肫片最薄。
2. “四蔬鲜”选料要鲜嫩，油酥要求脆而不焦。
3. 烫食原料要保持汤一直沸腾，并不断补足汤量。

注

此火锅是一款传统菜肴，多用于筵席的尾汤，生片是指原料而言，故在原料选择上还可变化。

## 菊 花 火 锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：鸡脯肉 250 克 猪瘦肉 250 克 鲜鱼肉 300 克 猪腰 300 克 猪肝 200 克 虾仁 200 克 水发海参 300 克 水发鱿鱼 300 克 水发香菇 200 克 水发兰片 200 克 豌豆苗 150 克 菠菜 150 克 白鲜菊花 4 朵 香菜 100 克

调助料：精盐 15 克 味精 10 克 料酒 30 克 胡椒粉 3 克 鲜汤 2000 克

味碟料：葱丝 酱油 醋 芝麻油 芝麻酱 蒜泥各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。鱼肉去皮、猪腰去腰臊油筋与鸡肉、猪瘦肉、猪肝、水发海参、水发鱿鱼、水发兰片、水发香菇分别片或切成薄片摆入盘中。白鲜菊花

取其花瓣，用清水漂洗净，将花瓣按菊花形状入盘摆好。蔬菜整理洗净分放在盘中。

2. 味汁调配。炒锅置中火上，加入用姜葱取过味的鲜汤，再加入鱼骨（鱼头、鱼尾、鱼胸刺、鱼脊柱）、料酒、胡椒粉烧沸约5分钟，用漏勺将鱼骨捞尽，然后加入精盐、味精调成咸鲜醇厚的“鱼羹汤”。

3. 正式烹调。选用紫铜制成的火锅具，放入托盘内，再将托盘放在桌中央，舀鱼羹汤入火锅中，四周分别放上原料。食用时点燃火锅内盘的燃料，使汤烧沸腾。食者按其所需，选择自己喜爱的原料，随意涮食。

#### 操作要领：

1. 菊花火锅也可用特别清汤代替鲜汤，其味更佳。

2. 可根据情况酌加原料品种，如油条、馓子等原料。食时桌上还可用小碟分别装上酱油、醋、姜丝、葱丝、芝麻油、芝麻酱、蒜泥等调味料供就餐者调味。就餐者可根据自己的口味嗜好任加调味料调成味汁，烫熟的食物蘸上调味汁食用别具风味。

#### 注——

菊花火锅主品其味，取其芳香宜人之感，可在开始进食时烫用，使汤增加菊花的清香味；也可在饮用汤时下菊花，

这时味浓味正。

## 什锦火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：熟猪坐臀肉 100 克 熟猪肚 100 克 熟鸡脯 100 克 熟火腿 100 克 肉丸子 100 克 水发海参 150 克 水发鱿鱼 150 克 大虾仁 100 克 水发香菇 50 克 冬笋 50 克 萝卜 250 克 水发粉丝 150 克 白菜心 500 克 油菜心 150 克 金钩 25 克 干贝 25 克

调助料：精盐 15 克 味精 10 克 料酒 30 克 胡椒粉 5 克 清汤 1500 克

制作程序：

1. 烹前准备。将熟猪坐臀肉、熟猪肚、熟鸡脯、熟火腿切（或片）成长约 5 厘米、宽 2.5 厘米、厚 2 毫米的片。水发海参、水发鱿鱼洗净片成片，用清水漂上。虾仁片成片。水发香菇去蒂与冬笋、萝卜分别切成相宜的片（二流骨牌片大小）。白菜心、油菜洗净可先焯水，然后漂冷。

2. 味汁调配。先将白菜粉丝拌匀，放入火锅垫底，依次序加入猪肉、猪肚、丸子、火腿、鸡脯、海参、鱿鱼、虾仁、油菜、冬笋、香菇、金钩、干贝、莴笋等。也可荤素相间有间隔地放入。各料以装入火锅容器的一半为宜，余料可备好入盘，食用时上桌随时添加。装料好后加入清汤、精盐、味精、胡椒粉、料酒调成咸鲜味。

3. 正式烹调。桌上放一托盘，将火锅放置在托盘上，点火烧沸入味，由食者选用。食用时无固定要求，随意挑选。食毕可将余下的原料上桌由食者自行烫食。

#### 操作要领：

1. 原料选择合理。动物性原料要有鲜香味，熟处理要掌握好成熟程度；干料涨发也要注意涨发的程度；植物性原料要质嫩易熟。

2. 什锦火锅的原料都是由半成品和易熟的原料构成，故不宜过分加热。调味也不宜咸，要求原汁原味，突出原料的本鲜味。

#### 注——

食用时要备足清汤，随时添加，防止烧干。在原料选择上，还可用鸡丸、鱼丸、虾丸、鲜贝等鲜味好而易熟的原料，不宜用羊肉等异味重的原料。

## 家常火锅

味型：家常味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：猪瘦肉 200 克 猪腰 200 克 猪肝 200 克 草鱼肉 250 克 鲜鸭肠 200 克 鳝鱼片 200 克 带鱼 150 克 熟猪肚 150 克 猪心 1 个 豌豆苗 150 克 菠菜 200 克 白菜 200 克 豆腐皮 150 克 香菜 100 克 葱 100 克 蒜苗 100 克

调助料：郫县豆瓣 150 克 葱段 50 克 豆豉 30 克 芽菜 30 克 酥糟汁 50 克 料酒 50 克 精盐 10 克 辣椒粉 30 克 花椒 15 克 老姜 20 克 味精 15 克 鲜汤 2000 克 猪化油 300 克 水淀粉 25 克

味碟料：精盐 味精 酱油 醋 蚝油 蒜泥各备 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。猪瘦肉片成厚约 2 毫米的大片，猪腰去腰臊、筋膜片成约 5 厘米大的薄片，猪肝切成大而薄的柳叶片，草鱼肉片成厚 3 毫米的片，以上各料分别装摆盘，然后洒上少许水淀粉。鲜鸭肠洗净切

成长 10 厘米的段。鳝鱼片用盐洗净后切成长 6 厘米的段。带鱼斩成长 4 厘米的段。熟猪肚切成长 4 厘米、宽 2.5 厘米、厚 2 毫米的片。猪心切成片。蔬菜分别整理洗净。腐皮切成长 10 厘米、宽 2 厘米的片。各料分别装盘备用。葱、蒜苗拍破切成长段装盘。豆瓣剁细，姜切成厚片，豆鼓加工成茸、芽菜洗净切成长节。

2 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置中火上，加猪化油烧至三四成熟时，加入豆瓣炒香，再加入豆豉、花椒、辣椒粉、姜片炒至各料香味溢出油呈红色时，加入鲜汤、葱段、料酒、醪糟汁、芽菜、精盐烧沸，撇去浮沫，改用小火烧至味浓出香后加入味精即成家常味的卤汁。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蒜泥调匀，每人 1 碟，还可根据食者的口味酌加酱油、蚝油、醋等调料。

3 正式烹调。将家常味的火锅卤汁舀入火锅中，然后将火锅置于桌的中央，四周放上原料。食用时点烧沸卤汁，由食者根据喜好涮熟，蘸上味碟汁食用。食用时一般是先烫新鲜无异味的荤料，再是带鱼等冻制品，最后是素原料。

#### 操作要领：

1. 炒豆瓣等调料时一定要将其炒香出色，这样

火锅卤汁色泽才红亮，味才醇香浓厚。

2. 各种肉类原料在加水淀粉时量不宜多，还可酌加精盐进行码味，使原料有点基础味，烫食才不泛味。

注——

此种火锅多用于家庭中，重在随意。原料的选择也是根据自己的喜好而备，丰俭随意。熬制卤汁时还可加入少量香料、泡辣椒以增加风味。



**火力：**燃料燃烧时所产生的热能的强度。

火力的大小，习惯上以火焰高低、火光明暗和辐射热强弱等现象，可以把火力分为旺火、中火、小火、微火四种。

三四成油温：60~110℃。油面上有少量泡沫，无青烟，无响声，平静。

五六成油温：120~170℃。油面上有少量的青烟，油是四周向中间翻动，用勺舀有响声。

七八成油温：180~220℃。油面上有大量青烟冒出，用勺舀油有炸响声。

## 鸳鸯火锅

味型：咸鲜味和麻辣味

原料组配：（供八人食用）

咸鲜味料：鸡脯肉 200 克 猪里脊 200 克 鸭肫  
200 克 鳝鱼肉 250 克 水汆鱼丸 150 克 猪腰 300  
克 水发海参 250 克 水发鱿鱼 250 克 特制清汤  
1500 克

麻辣味料：净牛里脊 200 克 牛肝 200 克 牛腰  
300 克 鲜毛肚 200 克 水发牛筋 250 克 鲫鱼 8 尾  
鳝鱼 200 克 鸭血 400 克 牛肉汤 1500 克

共用原料：大葱 300 克 蒜苗 300 克 白菜心  
500 克 菠菜 500 克 豌豆苗 400 克 龙须菜 400 克  
水发粉丝 300 克 冬笋 200 克 鲜香菇 250 克 平菇  
250 克 香菜 150 克

调助料：精盐 15 克 郫县豆瓣 30 克 豆豉茸  
10 克 辣椒粉 10 克 干辣椒 50 克 花椒和花椒粉  
各 10 克 姜片 20 克 葱段 20 克 味精 15 克 芽菜  
20 克 香料包 1 个（五香调料） 牛油 100 克 熟  
菜油 200 克 料酒 40 克 冰糖 20 克 醂糟汁 30 克

味碟料：芝麻油 精盐 味精 蒜泥 蚝油 鸡蛋清 醋各1满碟

制作程序：

1. 烹前准备。鸡脯、猪里脊、鸭肫、去皮鲶鱼肉、猪腰、水发海参、鱿鱼均片成薄片，水发牛筋改成一字条，然后和鱼丸分摆整齐装入盘中。牛里脊、牛肝、牛腰片成薄片，毛肚改成大片，鲫鱼初加工后洗净，鳝片洗尽涎液切成长6厘米的段。鸭血切成厚片或大丁，各料分别装入盘中。大葱、蒜苗拍破切成长节。白菜、菠菜、豌豆苗、龙须菜、香菜、平菇洗净。冬笋、香菇片成片。粉丝用热水发软后捞出，再按类整理分装入盘。

2. 味汁调配。①制咸鲜味卤汁：选用特制清汤，汤中已有基础味，但用于火锅还不够浓厚，可酌加精盐、料酒、味精和胡椒粉调味。②制麻辣味卤汁：炒锅置中火上，加入食用油和牛油烧至三四成熟时加入豆瓣、干辣椒段、花椒、辣椒粉、豆豉茸、姜片、葱段炒香至油呈红色时加入花椒粉稍炒，然后掺入牛肉汤，下香料包、冰糖、料酒、醪糟汁、芽菜烧沸去浮沫，再用小火保持微沸1小时左右，将香味熬出，然后用汤筛过滤，去掉所有的渣料，取净卤汁加入味精即成。③味碟调配：用精盐、味精、蒜茸、芝麻油拌

匀，分别装入小碗成味碟。

3. 正式烹调。选一鸳鸯火锅，将咸鲜味卤汁和麻辣味卤汁分别装在锅的两头，然后上桌点火加热至沸，另将各自的原料摆在靠近自己的卤汁一端，共用原料放在中间，食时客人自选自涮食。

操作要领：

1. 重在制卤汁，要求麻辣味的卤汁味醇厚麻辣不燥，香味自然；咸鲜味卤汁清鲜醇浓，味感丰富。

2. 制麻辣卤汁时，油脂要足，面上应有一层油。

注——

鸳鸯火锅在原料选择上，还可以加上海鲜料，如：基围虾、海蟹、海鱼、贝类、鲜鱿鱼等原料。咸鲜味卤汁在大众化火锅中，可用鲜汤代替，鲜汤中可加葱段、鲫鱼、金钩、枸杞和少量的蕃茄吊汤出味，使汤味更加醇香。食用时蘸以麻油蒜泥味碟汁，还可以根据食者需要加入醋、蛋清、蚝油等调料。嗜麻辣者还可加入辣椒面、花椒面。



十字花刀：用直刀法将原料剞成宽

0.3~0.5厘米，深度为原料厚度 $\frac{2}{3}$ 宽的垂直交叉十字花纹，这种刀法称为十字花刀。

## 毛肚火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供十人食用）

主辅料：水牛毛肚 500 克 牛脊髓 300 克 牛腰 300 克 牛肝 300 克 牛背柳肉 500 克 牛黄喉 500 克 鳝鱼片 300 克 牛脑花 300 克 鲜鸭肠 300 克 鸭血 300 克 大白菜心 500 克 青蒜苗 200 克 芹菜 200 克 香菜 100 克 黄豆芽 200 克 豌豆苗 100 克

调助料：牛油 150 克 食用油 150 克 郫县豆瓣 200 克 辣椒粉 20 克 干辣椒段 50 克 花椒 15 克 豆豉 100 克 冰糖 20 克 酥糟汁 100 克 姜 50 克 料酒 50 克 精盐 15 克 味精 10 克 芽菜 20 克 葱 50 克 牛肉汤 2000 克 香料包（八角 小茴香 桂皮 三奈 草果 香草 脑蔻 白蔻 丁香 洋姜 樟叶等各少许） 蒜香味碟

制作程序：

1. 烹前准备。毛肚用清水反复洗净，以大小叶一张为连，切成 5 厘米大的片。牛脊髓洗净去血筋切成长 5 厘米的段。牛肉、牛腰、牛肝均切成薄而大的

片。牛黄喉去筋切成长8厘米的条。脑花去筋膜切成厚片或大丁。鲜鸭肠洗净切成长10厘米的节。鸭血切成2厘米见方的丁。青蒜苗、芹菜洗净切成长8厘米的节。大白菜心、香菜、黄豆芽、豌豆苗均洗净整理好。以上各料分别装盘备用。

2. 味汁调配。①卤汁调配。炒锅置中火上，加入食用油和牛油烧至三成热时，放入豆瓣、豆豉、辣椒粉炒香，然后加入花椒、生姜、葱段炒出香味，掺入牛肉汤烧沸，去掉浮沫，加入芽菜、料酒、冰糖、醪糟汁、香料包，改用小火烧制；另用锅加少许油炒干辣椒段成棕红色时，将干辣椒段和炒油一起加入卤汁中。待卤汁烧出味，放入味精调成麻辣咸鲜，香味浓郁的卤汁，用时只取汤汁和油。②味碟调制。每人用一小碗，加入精盐、味精、蒜泥、芝麻油调匀即成。

3. 正式烹调。将卤汁和油舀入火锅放于桌上，四周有间隔地放上原料，由食者自选烫食。

#### 操作要领：

1. 制作卤汁时香料包的量和各香料的比例要恰当，用量不能多，多了有药味，以能嗅到较浓的香味为度。

2. 卤汁中不能加深色的酱油调味，防止卤汁受

熟后变黑。花椒不能有黑籽，否则汤有微苦味。

3. 烫毛肚时要注意控制时间在十秒钟左右为佳，不能过长，否则质地老韧难以食用。

注——

毛肚火锅源于重庆，因毛肚为此菜的重要原料而得名，现今毛肚火锅在原料上变化较大，还可选用水发鱿鱼、海参、虾、蟹、菇菌类原料。在味碟调制上除了用蒜香味碟外，还可酌加醋、蚝油、蛋清、辣椒粉、花椒粉、芝麻酱、海鲜酱等调味品。

## 全牛火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供十人食用）

主辅料：牛睾丸1副 牛胎盘1个 牛头皮400克 牛蹄掌1对 牛筋2根 牛大肚500克 千层毛肚400克 牛肝400克 牛心1个 牛舌1根 牛脊髓400克 牛鞭1根 净牛肉1000克 牛脑花1副 平菇150克 黄豆芽150克 青蒜苗150克 大葱150克 金针菇150克 白菜心150克 萝卜250克 鲜藕250克 豆腐干250克

调助料：干辣椒300克 花椒50克 郫县豆瓣

60 克 老姜 30 克 酥糟汁 50 克 冰糖 20 克 精盐  
10 克 胡椒粉 5 克 味精 10 克 料酒 30 克 牛油  
300 克 辣椒粉 30 克 牛骨汤 2000 克 松肉粉 1 克  
五香料 1 包 熟菜油 300 克

#### 制作程序：

1. 烹前准备。将牛睾丸去外皮切成片。牛胎盘剥掉外皮，用水反复洗净，切成小一字条。牛头皮和蹄掌用火将外皮和掌烧焦成壳，再用热水刨洗干净，入锅加水、料酒、姜葱煮至粑软，片成约 2 毫米厚的大片。牛肚洗净入锅煮软熟后切成片。牛筋入锅煮至软熟，捞出冷后改成小一字条。牛鞭洗净煮耙凉冷后，用直刀剖成菊花形，切成段。牛心对剖洗净血污，切成薄片。牛舌入沸水锅稍煮。捞出去粗皮（白胎），再煮至断生，再切成薄片。牛肉横着纤维切成薄片。牛肝切成薄片。牛肉和牛肝分别加入少量的松肉粉和干细淀粉拌匀。牛脊髓去掉血筋切成 4 厘米长的节。牛脑花漂水去掉血筋，切成长约 3 厘米的块。再将以上各料分别装盘备用。蒜苗、葱拍破，切成长 8 厘米的段。青笋切成长方片。鲜藕刮去外皮，横切成厚 0.2 厘米的片，用清水漂起。其余的蔬菜洗净改成小块。上述素菜一起另装入盘。

2 味汁调配。①先将干辣椒入锅煮软，捞出剁成

细末，然后放入3成热的熟菜油中慢慢地炒，再加入少量的花椒碎粒和香料，炒至味香油呈红色时，只取出红油待用（称为“自制红油”）；锅中加汤，将辣椒、花椒的麻辣味熬出，滤去渣子取辣椒水待用。②卤汁调配。锅置中火上加牛油烧化后加入细郫县豆瓣、老姜、花椒，炒香呈红色后，掺入牛骨汤和辣椒水，烧沸撇去浮沫，加入精盐、胡椒粉、醪糟汁、冰糖、料酒、香料、自制红油，用小火熬煮，待汤汁浓郁入味时，加入味精即成红卤汁。③味碟调配。使用蒜泥味碟。

3 正式烹调。食时将红卤汁舀入火锅，摆上原料，由食者自己涮食。

#### 操作要领：

1. 各原料初步熟处理时，要控制好成熟度，不能煮得过烂。

2. 干辣椒应选用色红质好的朝天椒，或是小尖椒，煮后剁细的辣椒末在炒时火宜小，时间稍长，以确保制出的红油色红香辣。

#### 注——

食用时将全牛的系列原料从头到尾依次排列，放在火锅四周；素菜碟可以在食用过半后再上桌，同时还可配小吃，如金银馒头等助餐。



## 肥牛火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：肥牛肉 500 克 水牛毛肚 150 克 牛肝 150 克 牛肾 150 克 水发牛筋 200 克 牛肉丸子 300 克 海带 100 克 白萝卜 150 克 冬瓜 150 克 土豆 150 克 青笋 150 克

调助料：精盐 15 克 味精 10 克 胡椒粉 5 克 花椒 3 克 料酒 20 克 大葱 25 克 老姜 15 克 猪油 150 克 白醋 10 克

味碟料：酱油 精盐 蒜泥 香醋 芝麻油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。将肥牛肉横筋切成厚约 1 毫米的大张薄片。毛肚以 1 张相连切成 5 厘米见方的片，洗净用清水漂起。牛肝切成大张的薄片。牛肾去掉外膜、腰臊，片成薄片。水发牛筋改成小一字条。海带洗净，切成长条。萝卜去皮切成厚片。冬瓜去皮洗净切成片。土豆去皮切成片，用清水泡上。青笋去皮切

成厚片。以上各种原料分别装盘备用。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置中火上，加入化猪油烧至三成热时，下花椒微炸，迅速加入葱段、老姜（拍破）、料酒、白醋炒匀，掺入奶汤烧沸，撇去浮沫，加入胡椒粉、精盐烧约10分钟，待香味溢出时加入味精即成卤汁。②味碟调配：用精盐、芝麻油、蒜泥、酱油、香醋调匀成味汁，每人1碟。

3. 正式烹调。将火锅置桌的中央，加入调好味的奶汤卤汁，再将原料上桌围在火锅四周。点火汤烧沸，由食者自己选用原料涮熟，再蘸上味汁食用。食时，易熟的可用筷子夹着涮制，不易熟的可倒入锅中煮熟后捞出蘸味食用。

#### 操作要领：

肥牛肉质较嫩，也容易成熟，为防止涮老，可以先“浆”（用盐、松肉粉、料酒、蛋清、干淀粉、食油拌匀）一下，以保其嫩度。但浆时各料不应加多，特别是干淀粉，以防止涮时脱浆，使卤汁变稠。

#### 注——

此火锅在秋冬寒冷天食用最佳，具有抗寒冷的作用。原料变化上，除肥牛肉而外，其余的可酌情增减。

## 牛尾火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供4人食用）

主辅料：烫皮牛尾1500克 水发蹄筋200克  
水牛毛肚100克 牛黄喉100克 熟牛肉150克 牛  
肉丸子100克 芹菜100克 蒜苗100克 葱100克  
黄豆芽100克 鲜藕100克 豌豆苗100克 萝卜  
150克

调助料：牛骨1000克 姜50克 料酒50克  
醪糟汁50克 牛油100克 花椒20克 精盐15克  
味精10克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 香辣酱或油酥豆  
瓣 香菜节 芹菜（带叶）碎末各1碟

制作程序：

1. 烹前准备。牛尾刮洗净去残毛，用力在每一  
节骨缝处切进约2/3深。牛骨洗净斩成大块，与牛尾  
一起入水锅中焯一水捞出备用。水发蹄筋改成小一字  
条。毛肚洗净切成5厘米见方的片。牛黄喉洗净去筋  
切成条。熟牛肉切成厚约2毫米的片。以上原料与牛

肉丸子一起分别装入盘中。蒜苗、葱、芹菜拍破切成长节，鲜藕刮去外皮，洗净横切成厚约2毫米的片，放入清水中浸泡保色。萝卜去皮切成厚约3毫米的片。黄豆芽洗净。以上素菜分别装盘备用。

2. 味汁调配。①卤汁调配：用铝锅加清水约3000克，置旺火上，加入牛骨、牛尾、姜、料酒、花椒烧沸，撇去浮沫，加入牛油、醪糟汁，改用小火煮约2~3小时，至牛尾八成熟时，加入精盐、味精和少量芝麻油稍煮入味，捞出牛骨、姜、花椒。②味碟调配：用精盐、香辣酱或油酥豆瓣、味精、芹菜碎末、香菜节及少量牛尾汤调匀，每人1碟。

3. 正式烹调。将牛尾和汤汁一起加入火锅中，点火，加入牛筋和少量的牛肉、芹菜、蒜苗、葱出香味。余下原料由食者自行涮制。

#### 操作要领：

牛尾也可选用无皮的黄牛尾，烹制时去掉大骨，斩成小节。炖牛尾时要用小火慢慢加热，使牛尾熟透，便于食用。

#### 注—————

此菜是由砂锅牛尾汤发展而来的新肴，牛尾制汤，味浓郁鲜香，卤汁可以饮用。用它涮煮原料风味独特，还有去寒暖身的功效。牛尾火锅还可调制成红汤卤汁。但汤汁一般就

不能饮用了。

## 牛鞭火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供4人食用）

主辅料：鲜黄牛鞭1000克 老母鸡750克 宁夏枸杞15克 去皮青笋250克 冬笋200克 豌豆苗100克 大白菜心150克 冬瓜200克 金针菇100克

调助料：鸡化油50克 猪化油50克 精盐8克 味精6克 胡椒粉2克 老姜30克 料酒150克 整花椒5克 葱段20克

味碟料：芝麻油 精盐 味精 红油各1碟

制作程序：

1. 烹前准备。牛鞭洗净去掉表皮，顺尿道对剖开，再刮洗干净，入沸水中余1次，片去油筋浮皮。老母鸡洗净。青笋、冬笋均切成厚4毫米的大片。冬瓜去皮切成厚5毫米的片。豌豆苗、大白菜心、金针菇分别洗净。以上各素菜分别装入盘中待用。

2. 味汁调配。①卤汁调配。锅置旺火上加水约

2500 克，放入牛鞭，加姜、大葱、花椒、料酒、母鸡肉烧开，撇去浮沫，再改用小火或微火煮至牛鞭八成熟时，捞出切成长约 4 厘米，宽 7 毫米的条。另用炒锅加猪化油烧至三成热时，下姜、葱炒出香味，加入煮牛鞭的汤汁（只取汁其他料不用）烧沸取味后，弃去姜葱，加入牛鞭、枸杞、精盐、胡椒粉、鸡化油、味精调制成卤汁。②味碟调配：芝麻油、味精、精盐调匀，每人 1 碟。红油置桌上，由食者根据自己的口味自行取用。

3. 正式烹调。将火锅放在托盘中置于桌上，加入牛鞭和卤汁，点火烧沸。再将各种素菜摆在火锅的四周，吃时先吃牛鞭，再放入素菜涮食。

#### 操作要领：

加工牛鞭要干净卫生，煮制时要将其煮熟软，也可采取蒸的方式将牛鞭蒸至熟软。

#### 注——

此火锅一般是以明炉形式上桌，作为席桌上的一道菜，具有一定的滋补作用。



大丁：约 1.5 厘米见方的丁。

## 辣子鸡火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供八人食用）

主辅料：土仔公鸡 2000 克 鸡翅尖 150 克 鸡肠 150 克 鸡肫 150 克 鸡肾 150 克 熟猪大肠 300 克 午餐肉 150 克 净青笋 1000 克 芹菜 100 克 蒜苗 100 克 香菜 100 克 豌豆苗 150 克 水发大木耳 150 克 水发海白菜 150 克 白菜心 150 克

调助料：豆瓣 30 克 辣椒面 20 克 干辣椒 50 克 豆豉 10 克 花椒 20 克 姜 40 克 独蒜 30 克 泡红辣椒 50 克 精盐 10 克 料酒 30 克 酥糟汁 30 克 味精 5 克 胡椒粉 3 克 冰糖 15 克 猪化油 100 克 熟菜油 150 克 鲜汤 1500 克

制作程序：

1. 烹前准备。土仔公鸡洗净斩成 4 厘米见方的块，入油锅加少许料酒煸干表面水分，待出香味时捞出备用。鸡肠洗净斩成长 10 厘米的段。鸡肫去白筋剞成十字花刀。熟猪大肠切成长 2 厘米的节。午餐肉切成厚 3 毫米的片，与鸡翅尖、鸡肾一起分别装盘。

净青笋洗净用滚刀切成长4厘米的“滚料块”。芹菜、蒜苗切成长8厘米的段。香菜洗净切成长5厘米的节。水发大木耳洗净切成4厘米大的片。水发海白菜切成长10厘米的条。白菜心洗净撕成小块。豌豆苗洗净。以上各料分别装盘。干辣椒切成长2厘米的节，豆豉加工成茸，姜拍破，泡红辣椒去蒂去籽切成长6厘米的段。

2. 味汁调配。炒锅置中火上，放入100克熟菜油，烧至三四成热时，加入干辣椒节，炒至油呈棕红色时加入花椒微炒，捞出装盘。锅中再放入余下熟菜油和猪化油烧至四成熟时，加入豆瓣、辣椒粉炒香，油呈红色时，放姜、独蒜、豆豉茸炒香，掺入鲜汤烧沸，去掉浮沫，加入精盐、料酒、醪糟汁、冰糖、油炸干辣椒节、花椒、胡椒粉，用小火熬煮至汤浓醇香味四溢时，加入味精，弃掉锅中的料渣（独蒜、姜除外），制成火锅鸡卤汁。

3. 正式烹调。先将鸡块放入火锅中，加入卤汁六成满，再在鸡块上依次放上青笋块、蒜苗段、芹菜段、泡辣椒段、香菜节。然后将火锅上桌，点火烧沸，再将剩余原料分别摆在火锅四周。食用时，先吃鸡，再放鸡翅、猪大肠入锅煮熟入味；剩下的由食者自己挑选烫食。

### 操作要领：

1. 鸡要选土仔公鸡，以求质嫩，易熟，不能用肉鸡代替。
2. 食用时一般不用味碟，可将火锅中的卤汁和面上的油舀少量入碗内，将煮、烫熟后的原料蘸上卤汁食用其味更美。使用麻油味碟亦可。

注——

此火锅源自四川，极富地方特色，味麻辣醇厚，鲜香宜人，深受大众喜爱；原料以鸡为主，配上少量易熟、质嫩的蔬菜，特别爽口。

## 泡菜鸡火锅

味型：家常味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：仔公鸡 1500 克 泡青菜 500 克 鸡肫 150 克 鸡肝 150 克 鸡心 100 克 鸡肠 100 克 鲜蘑菇 100 克 冬瓜 200 克 白菜心 100 克 水发粉丝 200 克

调助料：泡红辣椒 150 克 泡仔姜 30 克 野山椒 20 克 葱 50 克 蒜 10 克 精盐 15 克 料酒 50

克 胡椒粉 5 克 味精 10 克 鲜汤 2000 克 猪化油 300 克

味碟料：精盐 味精 蒜泥 芝麻油 红油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。仔公鸡洗净斩成 3 厘米见方的块。泡青菜片成片。鸡肫去筋剞成十字花刀。鸡肝去苦胆洗净片成厚 3 毫米的片。鸡心片成薄片。鸡肠洗净切成长 10 厘米的段。鲜蘑菇去蒂、冬瓜去皮，分别切成较厚的片。白菜心撕成小块，各料同水发粉丝分别装盘。泡红辣椒去蒂、去籽剁成细末，泡仔姜、蒜剁细，野山椒去蒂剁细，葱切成长段。

2. 味汁调配。炒锅置旺火上，放入猪化油烧至三成熟时，下泡辣椒末，炒香出色时加入泡青菜片、姜米、蒜米、野山椒末、葱段一起炒香，再下鸡块一同翻炒，至鸡炒尽血水时，掺入鲜汤，放入料酒烧沸，撇去浮沫，加入精盐、胡椒粉煮至鸡熟入味，再加入味精调匀即成卤汁。用味碟中的精盐、味精、蒜泥、芝麻油调匀成味碟，每人 1 份。

3. 正式烹调。将熬好的卤汁和鸡肉等原料一齐倒入火锅中上桌，点火烧沸。火锅四周摆上原料。食者先吃鸡，待过半时，再下其余原料，由食者自行烫

食。

操作要领：

1. 鸡要选易熟的仔公鸡。
2. 泡红辣椒、泡青菜等料一定要炒香，味才醇厚鲜香。
3. 泡青菜要煮一段时间才能食用。一是防止泡青菜过咸；二是要将泡青菜的味道熬煮入汤汁中，使汤汁有泡菜的特殊风味。

注——

此火锅选用的是似辣非辣、似酸非酸的泡红辣椒和泡青菜作为主要的调辅料。成菜咸鲜香醇，略带酸辣，具有醒酒开胃的功效。一般多用于春末、秋初和夏季。



眉毛形：在厚度为1厘米的原料上，

先顺着用反刀斜剞，其刀距约为宽0.4厘米，深度为原料的1/2；再横着用直刀切三刀一断，深度为原料的2/3，宽约1厘米，长约8厘米的条，经烹制卷缩后，似如眉毛状。

## 酸菜肚条鸡火锅

味型：咸酸味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：土公鸡 1 只（约 3000 克） 猪肚 1 个（约 750 克） 鹅肠 250 克 毛肚 250 克 黄喉 250 克 猪腰 250 克 鸡肫 250 克 菠菜 100 克 白菜心 100 克 青笋 200 克 冬瓜 200 克 水发木耳 150 克 水发粉丝 200 克

调助料：泡青菜 40 克 泡红辣椒 20 克 野山椒 10 克 泡生姜 30 克 葱 50 克 独蒜 10 克 精盐 10 克 胡椒粉 3 克 料酒 75 克 味精 10 克 鲜汤 2000 克 猪化油 300 克

味碟料：葱花 香菜 花椒粉 辣椒粉 精盐 味精各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。土公鸡经宰杀、整理洗净后，取肉斩成 3~4 厘米见方的块，入沸水锅中焯尽血水捞出备用。猪肚先用醋去净残液，后用清水洗净，入沸水锅中余约 2 分钟捞出，刮去肚头边的白膜后洗净，

再入水锅中煮尽血水，捞出改成长6厘米、宽1厘米的条。鹅肠洗净斩成长10厘米的段。毛肚洗净改成5厘米大的片。黄喉改成条。猪腰去腰臊片成薄片。鸡肫去筋直刀剞成十字花形。以上各料除鸡和肚外分别装盘备用。素菜经去皮、整理、刀工后也分装入盘。泡青菜片成片。泡红辣椒去蒂籽和葱切成段。野山椒选用整形去蒂。泡仔姜切成细丝。独蒜切成指甲薄片。

2. 味汁调配。  
①卤汁调配：先将鸡块、肚条放入高压锅，加入适当的鲜汤烧沸，用中火压约10分钟，使鸡和肚条软熟。另用炒锅置中火上，加入猪化油烧至四成熟时，放泡青菜、泡红辣椒、泡仔姜、野山椒、蒜片、葱段一起炒香，掺入鸡和肚的原汁及余下鲜汤，放入料酒、胡椒粉、精盐、鸡块和肚条烧至出味，加入味精即成。  
②味碟调配：味碟的调配较为灵活，食者用精盐、味精、辣椒粉、花椒粉、葱花、香菜等调味品随意调制，也可不用。

3. 正式烹调。将熬好的卤汁连同鸡、肚和调料一起倒入火锅中上桌，点火烧沸，先选用鸡和肚条食用，然后将备好的原料上桌，由食者随意烫食。

#### 操作要领：

1. 鸡要现杀的公鸡，与猪肚加熟时要掌握好成

熟程度，以软糯不烂为好。

2. 酸菜要求新鲜，色黄酸度适中，回味绵长。

注——

此火锅属清爽可口型，在咸鲜味的基础上微带酸味，是最适宜春夏季节的美味。在食用时，还可另备一小碗用来盛汤，汤最好是在加入辅料前饮用，其味才鲜美。

## 霸王鸡火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：仔鸡 1 只（约 1000 克） 甲鱼 1 只（约 600 克） 冬笋 100 克 水发冬菇 150 克 熟火腿 100 克 鸡茸 100 克 水汆鸡丸 200 克 水汆鱼丸 200 克 红肠 100 克 豌豆苗 100 克 白菜心 100 克 精磨芋粉条 100 克 蘑菇 100 克

调助料：精盐 12 克 味精 8 克 胡椒粉 3 克 料酒 30 克 老姜 30 克 葱段 40 克 干淀粉 3 克 清鸡汤 2000 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 葱花 姜丝 红油各 1 碟

### 制作程序：

1. 烹前准备。仔鸡洗净后将两翅从宰杀口插入，翅尖从嘴露出，鸡脚塞入鸡腹内，入水锅焯尽血水。甲鱼宰杀后入沸水烫约2分钟，刮洗去表面膜，再去掉外壳、内脏及黑衣后洗净，和甲鱼蛋一起焯断生捞出，甲鱼肉用纱布搌干水分，撒上少许干淀粉，放鸡茸和甲鱼蛋入甲鱼腹，盖上壳恢复甲鱼形。冬笋、冬菇、熟火腿分别切成二流排骨片装入盘中。红肠切成厚片。白菜心洗净撕成小块，蘑菇洗净切成片，与其余原料分别装盘待用。

2. 味汁调配。①卤汁调配：将鸡和甲鱼放入铝锅，加入清鸡汤，放入姜、葱段、料酒、胡椒粉烧沸，用小火煮约1小时，至鸡、甲鱼软糯时，捞出姜、葱，加入精盐、味精即成。②味碟调配：较随意，由食者任意添加调味品，也可不用。

3. 正式烹调。将铝锅中的鸡和甲鱼放入火锅盛器内，鸡和甲鱼背朝上，头朝相反的方向，灌入原卤汁。放入冬笋、冬菇、熟火腿片置于桌上，点火烧沸。先吃鸡和甲鱼，然后再上其余原料，随意烫制。

### 操作要领：

1. 甲鱼初加工时，要洗净内脏和黑衣，并焯水以防腥味。

2. 鸡不宜过大，与甲鱼一样都是整只上桌，不能刀工。

注——

此火锅由“霸王别姬”菜肴发展而来，借用西楚霸王别虞姬之典故，故鸡与甲鱼在放置时要首尾相接，有离别之意。此菜鲜香腴美，营养丰富，具有滋补和食疗作用，对不好麻辣者和老年人特别适宜。

## 白果乌鸡火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：白果 60 克 乌鸡 1 只（约 1000 克）  
莲米 50 克 青笋 400 克 胡萝卜 400 克 萝卜 400  
克 西生菜 100 克 豌豆苗 100 克 粉丝 100 克 鲜  
蘑菇 100 克 冬笋 100 克

调助料：精盐 15 克 味精 10 克 料酒 30 克  
胡椒粉 3 克 姜片 20 克 葱段 20 克 清汤 1500 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 葱花各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。白果去外壳，用沸水泡一会儿撕去皮。乌鸡初加工后，去掉翅尖、脚尖，洗净入沸水

锅中焯一水。莲米抽去莲心入沸水中浸泡。青笋去皮切成2厘米的正方形后，用小刀削成球珠状。胡萝卜、萝卜都做成与青笋球大小一致的球珠，然后分别入沸水中焯断生捞出，用冷水漂透。西生菜掰成小块与豌豆苗入水洗净，分别装入盘中。粉丝经热水泡透后装盘。蘑菇、冬笋洗净后切成片，也分别装入盘中。

2. 味汁调配。①卤汁调配：将白果和泡涨了的莲米装入乌鸡腹内，再将鸡放入铝锅，加入清汤、姜片、葱段、料酒、胡椒粉，旺火烧沸后，用小火炖至软熟，加入精盐、味精调味即成。②味碟调配：用精盐、味精、芝麻油、葱花调成清爽的麻油味碟，辅之。

3. 正式烹调。将乌鸡及原汁一起盛入火锅中，加入青笋、萝卜、胡萝卜球珠，上桌点火烧沸。先食乌鸡肉，然后素配上桌，由食者挑选烫食。卤汁可饮用。

#### 操作要领：

1. 莲米不易成熟，可先煮或蒸至半熟后再用。
2. 白果有微毒，食用过量易中毒，一般情况下，儿童不超过10粒，成人不超过20粒。

注——

此火锅清香宜人，由“白果炖鸡”发展而来，具有一定

的温肺益气食疗作用，对身体虚弱，气血不足，少食体倦者有益。

## 六菌乌鸡火锅

复合味型：咸鲜味

原料组配：（供4人食用）

主辅料：乌鸡1只（约1000克） 干竹荪20克  
干牛肝菌30克 干鸡枞菌30克 干香菇30克 口  
蘑50克 猴头菌50克 金针菇150克 平菇150克  
豌豆苗150克 鸡腿菇150克

调助料：精盐12克 味精8克 胡椒粉3克  
料酒20克 姜片20克 葱段20克 猪化油200克  
清汤1500克

制作程序：

1. 烹前准备。乌鸡去翅尖、脚爪洗净，入锅焯一水。干竹荪、干牛肝菌、干鸡枞菌、干香菇分别用热水发透，然后洗净，竹荪切成长4厘米的段，牛肝菌、鸡枞菌、香菇片成片，入沸水中余一水捞出。口蘑、猴头菌选用罐头装，切成小芽瓣。金针菇、平菇、鸡腿菇、豌豆苗分别洗净，整理装盘。

2. 味汁调配。将乌鸡放入锅中，掺清汤，加料酒、胡椒粉、姜、葱，放入旺火中加热至沸腾，改用小火将乌鸡煮熟透，捞出姜、葱，加入竹荪、牛肝菌、鸡枞菌、香菇、口蘑、猴头菌烧沸，放入精盐、味盐、猪化油即成。

3. 正式烹调。将乌鸡、菌类和汤汁一起倒入火锅内，上桌点火烧沸。先食用锅中的乌鸡和菌类原料，再将素配上桌，由食者自行烫食。

操作要领：

干菌类原料在涨发时，要根据原料的性质，控制好软硬程度，既不能有硬心，也不能涨发过度变碎，然后洗净泥砂。

注——

六菌可以是 6 种不同的菌类原料，也可不以 6 种为限，有言其多之意。在操作时，还可以不将菌类原料下锅，改用盘装直接上桌，食者自己选料涮食。



马耳朵形：选用较长的圆柱体料，两端切成斜面或用反刀斜片成约 3 厘米的斜面状的节。

## 山鸡野菌火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供4人食用）

主辅料：七彩山鸡1000克 鲜牛肝菌 鲜松茸  
鲜老人头 鲜鸡枞菌各150克 鲜猴头菌150克 野  
竹荪30克 竹荪蛋150克

调助料：精盐12克 味精8克 胡椒粉3克  
料酒40克 姜30克 葱段30克 猪化油200克  
清汤2000克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 葱花各1  
碟

制作程序：

1. 烹前准备。山鸡洗净斩成3厘米见方的块，  
入水锅中焯尽血水。鲜牛肝菌、鲜松茸、鲜老人头、  
鲜鸡枞洗尽泥土污物，然后切成厚2毫米的片。鲜猴  
头菌洗净切成小块。竹荪用温热水泡软洗净，切成长  
4厘米的节。竹荪蛋洗净切成厚片或芽瓣。以上各料  
分别装盘。

2. 味汁调配。①卤汁调配，将山鸡块放入锅中，



加入清汤、料酒、胡椒粉、姜片、葱段烧沸，改用小火煮约1个半小时，将山鸡煮至烂软，捞出姜、葱，加入精盐、味精、猪化油即成。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蒜泥调匀，每人1碟。葱花放入每个人的汤碗内，喝汤时用。

3. 正式烹调。将山鸡肉及卤汁装入火锅内，置于桌中央，点火烧沸。其余原料围绕四周，吃时可先吃部分山鸡肉，再烫涮野菌。

#### 操作要领：

山鸡异味较家鸡重，加工后可略多加入料酒、姜、葱压异。各野菌要新鲜并洗尽泥沙、污物，在涮制过程中，要不时补足盐和鲜汤，以防卤汁变淡变干。

#### 注——

山鸡纤维短，蛋白质含量高，味道鲜美，不仅是一种优质的野味珍品，具有可观的食用价值，还有一定的食疗作用，能滋阴补肾、养肝明目，长期食用对美容、减肥、防衰老有奇效。用山鸡做火锅，味香醇厚，再配上野菌鲜上加鲜，是不可多得的美食。

## 烧 鸡 公

味型：麻辣味

原料组配：（供八人食用）

主辅料：点杀土公鸡 1 只（毛重约 3500 克）  
水笋 500 克 熟猪大肠 500 克 毛肚 200 克 鸭肠  
200 克 鳝鱼 300 克 鳕鱼 300 克 红肠 200 克 鸡  
血 300 克 鲜香菇 200 克 平菇 150 克 金针菇 150  
克 青笋 150 克 土豆 150 克 豆腐皮 150 克 水发  
火锅粉条 200 克 豌豆苗 100 克

调助料：豆瓣 80 克 泡辣椒 50 克 野山椒 30  
克 泡青菜帮 30 克 精盐 12 克 料酒 40 克 酥糟  
汁 40 克 味精 10 克 五香料 1 包（约 50 克） 姜  
片 30 克 葱段 30 克 花椒 50 克 干辣椒 100 克  
熟菜油 1000 克（实耗 250 克）

制作程序：

1. 烹前准备。点杀土公鸡，经初加工后洗净，  
斩成 4 厘米大的块，入五六成热的油中炸尽血水捞出  
备用。水笋切成滚刀块，入沸水中余一水。熟猪大肠  
切成长 2 厘米的节。毛肚洗净切成 5 厘米大的片。鸭

肠洗净切成长段。鳝鱼、鳅鱼用盐洗净，切成长8厘米的段。红肠切成厚片。鸡血切成大丁。各种素菜洗净后刀工，再分装入盘。豆瓣剁细。泡辣椒切成长6厘米的段。野山椒去蒂和泡青菜帮均切成小颗粒。

2. 味汁调配。先将干辣椒、花椒入沸水中煮软，捞出和五香料一起绞成细末待用。炒锅置中火上，加入熟菜油烧至四成熟时，加入绞细的干辣椒、花椒末、豆瓣一起炒香至油呈红色时，加入野山椒粒、泡青菜颗粒、泡辣椒段、姜片、葱段炒香，下鸡块同炒入味后，掺入鲜汤烧沸，加入精盐、料酒、醪糟汁，放入高压锅压10分钟左右，加入味精即成。

3. 正式烹调。将高压锅中的鸡块和卤汁一起装入火锅中，放上水笋，上桌点火，使卤汁沸腾，先食一部分鸡后，再上配菜自由涮制。

#### 操作要领：

1. 鸡是现点现杀，质鲜味美。加工时要快且细致。

2. 使用高压锅时要操作正确，以确保安全。

3. 鸡不能在高压锅中压制得太烂，成菜要有一定的质感。

注——

由川东烧鸡公菜肴发展而来，现点现杀现烹制，质鲜味



美，故烧鸡公火锅一经推出便迅速流行。

## 归芪鹧鸪火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：鹧鸪两只（约1000克） 当归30克  
黄芪30克 沙参30克 枸杞30克 豌豆苗100克  
鲜蘑菇100克 西兰花100克 鲜香菇100克 金针  
菇100克 鸡丸100克

调助料：精盐10克 味精10克 胡椒粉1克  
姜30克 葱30克 清汤2000克 料酒50克

制作程序：

1. 烹前准备。鹧鸪经宰杀后洗涤干净，切成3厘米见方的块，入沸水中焯尽血水待用。当归、黄芪用热水浸泡后洗净切成片。沙参洗净切成4厘米长的段。鲜蘑菇、鲜香菇洗净去蒂切成片，分别装盘。西兰花切成小块与豌豆苗、金针菇洗净后分别装入盘中。鸡丸装盘。

2. 味汁调配。将鹧鸪块放入铝锅，加入清汤、姜、葱、料酒、胡椒粉烧沸，去掉浮沫，放入当归、

黄芪、沙参、枸杞，加盖用小火煮1个半小时左右，将鹧鸪肉煮至软熟，再加精盐、味精调味。

3. 正式烹调。将鹧鸪连汤带菜一起舀入火锅中置于桌上，点火烧沸，先食鹧鸪肉，后上素配料和鸡丸。

#### 操作要领：

1. 鹧鸪属野味，焯水时可加入料酒、姜、葱除异味。

2. 当归、黄芪的量要控制好，不能太多，多了有较浓的当归药味。

#### 注——

鹧鸪肉质细嫩，味道鲜美，蛋白质含量高、脂肪少、肉纤维短，炖后肉质化渣，汤味鲜香，再配上补血补气的当归、黄芪合炖，具有生津补气血之功效，多吃益心力。此菜以明炉火锅形式上桌，能保温同时还能烫吃素菜，深受老年人的喜爱。在烫涮原料前每人可备小汤碗1个，先盛一碗汤饮用。



熟菜油：指生菜籽油经加热至250℃

油中泡沫散失，色由深黄转为浅黄、无生臭味即为熟菜油。

## 啤酒鸭火锅

味型：家常味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：水盆鸭 1 只（约 1000 克） 蘑芋豆腐 600 克 熟牛肚梁 100 克 熟猪大肠 200 克 熟猪肚心、舌各 100 克 午餐肉 100 克 鲜藕 200 克 青笋 200 克 豆腐皮 200 克 猪血旺 300 克 菜心 100 克 豆腐 300 克

调助料：青蒜苗 60 克 郫县豆瓣 50 克 精盐 10 克 辣豆瓣 50 克 啤酒 1 瓶 花椒 20 克 干辣椒 150 克 蒜 30 克 姜 30 克 胡椒粉 3 克 味精 10 克 熟菜油 1000 克（实耗 250 克） 白糖 15 克 五香料 30 克 鲜汤 1500 克 芝麻酱 30 克 酸糟汁 50 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 蚝油 醋 各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。水盆鸭洗净，放入冷水锅中烧沸，煮尽血水捞出，斩成长 5 厘米、宽 2 厘米的条，再放

入六成热的油中炸干水分至有香味时捞出备用。磨芋豆腐改成长5厘米、宽1.5厘米见方的条，入沸水中余尽石膏味，捞出放入清水中浸泡。熟牛肚梁、熟猪肚、心舌都斜片切成片。熟猪大肠切成3厘米长的节。午餐肉切成厚片。鲜藕、青笋去皮洗净切成厚2毫米的片，放入水中浸泡。猪血旺、豆腐改成大丁。豆腐皮切成2厘米宽的长片。菜心掰成小块。以上各料分别装盘。青蒜苗切成长段。郫县豆瓣剁细。姜切片。

2. 味汁调配。  
①卤汁调配：先将干辣椒、花椒放入沸水锅中煮软，然后剁成细末。五香料磨成粉末状。另用炒锅置于中火上，下剁细的干辣椒末、郫县豆瓣、辣豆瓣、五香料末、姜片炒香至油呈红色时，放入鸭条煸炒香，加入啤酒、醪糟汁、鲜汤烧沸，待啤酒浮沫消失后，加入精盐、胡椒粉、芝麻酱，用小火烧至鸭软熟入味，加入磨芋条、蒜苗节、味糟烧沸即成。  
②味碟调配：以芝麻油蒜泥为基础，根据食者的爱好，酌加蚝油、醋，每入1碟。

3. 正式烹调。将调好味的鸭条、磨芋和卤汁一起倒入火锅盛器中，其余原料放在四周，点火烧沸，先食用部分鸭条、磨芋，再烫食其他原料。

操作要领：

1. 炒料时豆瓣和剁细了的干辣椒末可以分开炒，干辣椒渣捞出不用，使卤汁更清爽。
2. 鸭条过油能压异味增香，还能缩短烧制时间。也可用煸炒来代替过油，但不如过油的效果好。
3. 芝麻酱有增香和使复合味浓厚的作用，但用量不能太多，否则卤汁易变稠，粘锅、焦锅。

注——

此火锅来源于贵州风味菜肴“啤酒鸭”，后经改良成现在的啤酒鸭火锅，啤酒烧鸭有一种特殊的芳香味。不但肉鲜质嫩，还有较浓郁的啤酒香味，诱人食欲。故很快流行于市，深受大众喜爱。

## 雪魔芋鸭火锅

味型：家常味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：肥鸭 1000 克 雪魔芋 150 克 鸭肠 200 克 毛肚 150 克 鳕鱼 200 克 翅尖 200 克 鸭舌 200 克 鸭血 250 克 黄豆芽 100 克 平菇 100 克 菜心 100 克 红苕粉丝 100 克 豆腐干 100 克

调助料：豆瓣 60 克 精盐 15 克 泡姜 20 克

泡辣椒 30 克 独蒜 30 克 老姜 20 克 醴糟汁 30 克  
料酒 50 克 花椒 10 克 胡椒粉 2 克 味精 10 克  
白糖 10 克 鲜汤 2000 克 热菜油 300 克 蒜苗 100  
克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 蚝油各 1  
碟

#### 制作程序：

1. 烹前准备。肥鸭洗净斩成长 8 厘米、宽 2 厘米的条，入炒锅加 100 克油炒出香味后捞出备用。雪魔芋用温热水浸泡后，改成长 6 厘米、宽 2 厘米见方的条，再焯水捞出备用。鸭肠洗净斩成长节。毛肚洗净切成 5 厘米大的片。鳝鱼用盐洗去涎液，斩成长 8 厘米的段。鸭舌去掉软骨，只取舌尖洗净。以上各料分别装盘。红苕粉丝用沸水泡软，与其余素菜洗净后分别装盘。泡辣椒切成段。泡姜、老姜切成厚片。蒜苗洗净切节。

2. 味汁调配。①卤汁调配：锅置中火上，放入热菜油烧至三四成热时，加入剁细的豆瓣炒香，再加入大蒜、泡姜片、老姜片、花椒、泡辣椒段炒香，然后掺入鲜汤，加入炒香的鸭条、料酒、醴糟汁、白糖、胡椒粉烧沸，撇去浮沫，用小火烧约 40 分钟，将鸭条烧至八成软熟，加入精盐、味精矫味。②味碟

调配：用精盐、味精、芝麻油、蒜泥、蚝油拌匀，每人1碟。

3. 正式烹调。将鸭条和汁一起倒入火锅盛器中，再放入雪魔芋条、蒜苗段。火锅置于桌中央，点火烧沸，先食部分锅中的原料，再上其余配料，由食者挑选涮食。不易成熟和不易入味的原料，如翅尖、鸭舌、肥肠可倒入火锅中煮制，熟后入味再食。易熟讲究火候的原料，如毛肚、鸭肠等，则由食者用筷挟住烫涮。

#### 操作要领：

1. 鸭子的臊味重，在制作前应先进行1次初步熟处理，可以煸炒，也可以入水锅焯一水（又以煸炒为好，能突出鸭香味）。旨在去掉部分异味和血水。

2. 雪魔芋选质好无腐烂变质的上品，水泡后形整不烂，使用前汆一水去掉异味。

#### 注——

雪魔芋系四川峨眉山僧人所创，它是将魔芋豆腐加以雪压、风吹、日晒数月而成。涨发后呈海绵状，易吸汁入味，用于鸭火锅中，入口鲜汁四溢、满口留香，用量不能太多。

## 泡菜鸭火锅

味型：咸酸味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：土鸭 1 只（约 1000 克） 泡萝卜 250 克 泡青菜帮 200 克 猪腰 200 克 鸭肫 200 克 鳝鱼肉 200 克 鸭肠 200 克 冬瓜 200 克 白菜心 150 克 金针菇 香菇 海白菜 青笋尖各 100 克 水发粉丝 150 克

调助料：野山椒 20 克 泡菜水 50 克 精盐 15 克 味精 12 克 料酒 30 克 胡椒粉 3 克 泡姜 30 克 蒜 30 克 葱 30 克 猪化油 200 克 鲜汤 2000 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 葱花各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。土鸭去尽残毛洗净，斩成 4 厘米大的块，入沸水中焯去血水。泡萝卜、泡青菜帮均片成片，猪腰去腰臊片成大张的薄片。鸭肫去白筋片成薄片。鳝鱼肉洗净切成长 8 厘米的段。鸭肠洗净切成段。冬瓜去皮切成厚 3 毫米的片。海白菜用清水反复

漂去咸味后切成长节。青笋尖洗净切成4瓣，其余素菜洗净同以上原料（鸭、泡萝卜、泡青菜除外），分别装盘待用。野山椒去蒂一改二。泡姜切片。葱切段。

2. 味汁调配。①卤汁调配：锅置中火上，加入猪化油烧至四成热时，下泡萝卜、泡青菜、野山椒、泡姜片、葱段、蒜瓣一起炒香，再下鸭条炒匀，掺入鲜汤，加泡菜水、料酒、胡椒粉烧沸，用小火将鸭条煮至软熟，最后加入精盐、味精调味即成。②味碟调配：每人备一小碗加入葱花，舀上少许锅中的原汁，再酌加精盐、味精、芝麻油即可。

3. 正式烹调。将煮熟调好味的鸭及卤汁一起倒入火锅盛器内，点火烧沸。然后将涮制的配料围在火锅四周，先食部分鸭肉和泡菜，后烫制其他配料。

#### 操作要领：

1. 要求泡酸菜的质量要好。底锅汤料味道的好坏，直接由泡酸菜的味道所决定。要求泡酸菜不能泡得太久，以防太酸太咸。

2. 此火锅清鲜爽口，咸中带酸，不能太辣。故野山椒和胡椒粉的用量要掌握好，野山椒有出味使汤卤微辣的作用，胡椒粉有提鲜压异的功效，但多用会使汤卤变辣。

注

此火锅是在“酸菜鱼”和“泡萝卜炖鸭”的基础上演变而来，属清鲜香型，味道咸中带酸略辣，鲜香爽口，有清热醒酒之功效，是春末、夏季、秋初理想的风味火锅之一。

## 虫草鸭火锅

135

味型：咸鲜味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：鸭 1 只（约 1500 克） 冬虫夏草 18 根  
枸杞 5 克 鸭舌 150 克 鸭肝 150 克 鸭肫 150 克  
鸭腰 150 克 鸭血 200 克 午餐肉 100 克 鸡脯肉  
150 克 猪腰 200 克 冬瓜 200 克 白菜心 100 克  
豌豆苗 100 克 金针菇 100 克 蘑菇 100 克

调助料：精盐 15 克 味精 12 克 料酒 40 克  
胡椒粉 3 克 姜片 30 克 葱段 30 克 鲜汤 2500 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。鸭整理洗净后，去掉翅尖、脚爪，入沸水中焯尽血污，捞出用凉水洗净。冬虫夏草用温水洗净备用。鸭舌去骨。鸭肝片成厚 3 毫米的片。鸭

肫片成薄片。鸭腰去筋洗净。鸭血切成厚片。午餐肉切成厚3厘米的片。鸡脯肉、猪腰片成薄片。以上各料分别装盘备用。冬瓜去皮切成稍厚的片。白菜心撕成小块。蘑菇切成片，与豌豆苗、金针菇一起分别装盘。

2. 味汁调配。①卤汁调配：将焯过水的鸭子腹部用竹签钻上18个小洞，把虫草一根一根地插在小洞中，排列整齐。生姜片和葱段装入鸭腹内，然后肚腹朝上放入大汤碗内，加入清汤、精盐、料酒、胡椒粉、枸杞，上笼蒸2小时，待鸭烂软出笼。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油调匀，每人1碟。也可不用，只备小汤碗盛原汁饮用。

3. 正式烹调。取一铜制连体火锅，将鸭盛在火锅内（鸭腹朝上），舀入原汁，加入味精，点火加热。其余原料分别放在火锅四周，食时可先喝汤吃鸭肉，再烫制荤素配料。

#### 操作要领：

1. 鸭子要选用质老的，并整理干净，除尽血污，蒸出的汤汁才清亮、无异味。

2. 加工时要保持鸭形完整，插入虫草排列要整齐。

注——

此火锅来源于“虫草鸭子”。虫草是名贵中药，高级滋补品，与鸭同烹，具有补肾、益精髓、止咳的功效。再加上鸭肉软烂，汤鲜味美、清爽不腻，四季皆宜，中老年人特别钟爱。

## 红汤野鸭火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供七人食用）

主辅料：野鸭 1 只（约 1500 克） 蕃芋豆腐 500 克 芋子 300 克 鸭肠 300 克 鸭肫 200 克 鸭腰 200 克 鸭血 300 克 毛肚 200 克 鳜鱼片 200 克 鳝鱼片 200 克 蒜苗 100 克 芹菜 100 克 白菜心 100 克 鲜藕 150 克 青笋 150 克 平菇 100 克 金针菇 100 克 鲜香菇 150 克 豆腐皮 100 克

调助料：干辣椒 100 克 花椒 50 克 豆瓣 80 克 豆豉茸 10 克 精盐 10 克 味精 15 克 料酒 50 克 酴糟汁 50 克 豆腐乳汁 50 克 泡仔姜 50 克 泡青菜 30 克 泡辣椒 50 克 芽菜 10 克 鲜汤 2000 克 熟菜油 250 克 香料包 1 个（约 150 克）

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 醋各1碟  
制作程序：

1. 烹前准备。野鸭整理洗涤干净后，斩成长8厘米、宽2厘米的条，入沸水中焯尽血水。磨芋豆腐改成长5厘米、粗1.5厘米的条，入沸水中余透捞出泡在清水中。芋子去皮改成长一字条或滚料块；放入六成热的油中炸至外皮起硬膜时捞出。鸭肠洗净斩成长节。鸭肫片成薄片。鸭血切成厚片。毛肚洗净改成长片。鳅鱼片、鳝鱼片用盐反复洗净后，改成长8厘米的段，各料均用盘装上。素菜洗净经刀工处理后也分装入盘。干辣椒切成长2厘米的节，去掉部分籽。泡仔姜切成厚片。泡青菜片成片。泡辣椒切成长6厘米的段。芽菜洗净。

2. 味汁调配。①卤汁调配：锅置中火上，加少许熟菜油烧至三成热时，放干辣椒炒至棕红色时放花椒炒香，捞出装碗。再将剩余的油加入，放入豆瓣、豆豉茸、泡仔姜、泡青菜、泡辣椒炒香，加入野鸭条煸炒匀，加入鲜汤烧沸，撇去浮沫，加入料酒、精盐、醪糟汁、豆腐乳汁、香料包，用小火烧至野鸭八成熟软时，下芋子同烧一会儿再加入磨芋豆腐烧至入味，加入味精即成。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蒜泥调匀，每人1碟。醋可以根据自己爱好加油。

人。

3. 正式烹调。将野鸭、芋子、磨芋豆腐和卤汁装入火锅，点火加热，食者先食野鸭条、芋儿、磨芋豆腐，然后再将各种配菜上桌，放在火锅的四周，由食者随意烫食。

操作要领：

1. 野鸭要烧至熟软才酥糯化渣。
2. 要掌握好芋子和磨芋豆腐的投料时间，不能受热过度。

注——

野鸭肉蛋白质含量高、品质好，肉质细嫩，有特殊的浓香野味，而且还具有很高的药用价值，对美容、抗衰老、清热具有良好的功效。



油炸丸子：猪的肥瘦肉剁细后，加入  
清水、精盐、味精、鸡蛋液、水淀粉搅匀，  
再用手挤成直径约2厘米的丸子，放入五  
成的油温中炸成金黄色即成。

## 家雁火锅

味型：家常味

原料组配：（供八人食用）

主辅料：鹅 1 只（约 3500 克） 鹅掌 250 克  
鹅肫 200 克 鹅肠 200 克 鹅肝 200 克 鹅血 300 克  
鳝鱼肉 250 克 熟肥肠 250 克 鲜藕 200 克 莲白  
250 克 青笋 200 克 红苕粉丝 100 克 豆腐皮 100  
克 青蒜苗 100 克

调助料：熟菜油 400 克 水辣椒 150 克 干辣椒  
30 克 花椒 10 克 泡辣椒 40 克 老姜 40 克 整蒜  
瓣 50 克 白酒 30 克 酿糟汁 50 克 豆腐乳汁 50 克  
精盐 15 克 味精 15 克 白糖 10 克 葱段 50 克 鲜  
汤 2500 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 芹菜末  
葱花 香菜各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。鹅经初加工后洗净，斩成 4 厘米见方的块，入沸水余尽血水捞出。鹅掌洗净装盘。鹅肫、鹅肝片成片后摆装入盘。鹅肠洗净切成长段。鹅

血改成大丁。鳝鱼肉洗净切成长节。熟肥肠切成长2厘米的段。各料分别装入盘中。鲜藕、青笋去皮后切成片，莲白洗净切成大片，红苕粉丝用热水泡软，豆腐皮切成宽2厘米的长段，青蒜苗洗净拍破后切成长段，各素菜分装入盘。干辣椒切成长2厘米的节后去籽，姜拍破。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置旺火上，加熟菜油烧至六成熟时，下余过水的鹅肉块，将其煸炒至出香吐水出油时，加入干辣椒段、花椒粒炒出糊辣香味，下水辣椒、老姜、整蒜瓣炒香，掺入鲜汤。加入白糖、醪糟汁、豆腐乳汁、精盐、白酒、葱段加盖烧沸，再改用小火烧至鹅肉熟软，加味精即成。②味碟调配：用精盐、味精、芝麻油、蒜泥、芹菜末、葱花、香菜调匀，每人1碟。

3. 正式烹调。将烧熟的鹅肉及卤汁加入火锅中，点火烧沸，其余原料上桌分放在火锅四周，先食鹅肉后再择料烫食。

#### 操作要领：

由于鹅的腥臊味较重，故在初步熟处理时要先余一水，然后入锅煸炒香。烧制时要达到熟软入味后，才上桌食用。

注——

鹅又称“家鹅”、“家雁”。体大肉多、营养丰富，有补虚益气，暖胃生津的作用，为平补之品，各种年龄的人都可食用。

## 天麻乳鸽火锅

复合味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：乳鸽两只（约1500克） 宁夏枸杞40克 天麻60克 沙参50克 金针菇100克 鸡腿菇100克 豌豆苗100克 蘑菇100克 乳牛肝菌100克 肉丸子200克 粉丝100克

调助料：精盐15克 味精12克 胡椒粉3克 料酒30克 姜30克 葱段30克 鲜汤2000克

味碟料：精盐 味精 葱花 香辣酱各1碟  
制作程序：

1. 烹前准备。乳鸽经初加工后，去掉脚爪入水锅余去血水。天麻用沸水泡软后切成片。枸杞用温水洗净。沙参洗净泡软后切成长5厘米的节。蘑菇切成片，金针菇、鸡腿菇、豌豆苗、乳牛肝菌洗净，分别

装入盘中。粉丝用水泡软后装盘。肉丸装盘备用。

2. 味汁调配。①卤汁调配：将鸽子、姜、葱段、天麻片、沙参、枸杞放入铝锅中加入鲜汤，放在中火上烧沸，加料酒、胡椒粉用小火煮至鸽肉烂软，放入精盐、味精即成。②味碟调配：精盐、味精、葱花、香辣酱调匀，每人1碟供食者蘸食。

3. 正式烹调。将铝锅中的乳鸽和辅料都倒入火锅内，上桌点火，各配菜围在火锅四周，由食者自行烫涮。

#### 操作要领：

1. 乳鸽初加工时，毛要煺尽。炖前要用水氽尽血水，这样炖出的汤汁可保证色白不浑。

2. 肉丸最好现制现烫，保其鲜味和细嫩的质感。

3. 在烫原料前，可以先给每人舀备一小碗汤，这时的汤醇香鲜美。

#### 注

此火锅由“天麻鸽汤”发展而来。有补肾、补气血、增强记忆的功效，为家禽中的上等菜品，具有一定的食疗作用，也可以作为筵席的座汤。

## 竹荪菌鸽火锅

味型：咸鲜味

原料组成：（供四人食用）

主辅料：乳鸽两只（约1200克） 竹荪40克  
竹荪蛋50克 鲜牛肝菌80克 鲜鸡枞菌80克 香  
菇80克 冬笋60克 蘑菇60克 西兰花150克  
豌豆苗100克 生菜100克 金针菇100克 粉丝  
100克

调助料：精盐15克 味精12克 胡椒粉3克  
料酒40克 姜30克 葱段30克 鲜汤2000克 猪  
化油100克

制作程序：

1. 烹前准备。乳鸽经初加工后，去脚爪洗净，  
入沸水锅中氽尽血水。竹荪用温水泡后洗净，切成长  
4厘米的段。竹荪蛋去外皮切成厚片。鲜牛肝菌、鲜  
鸡枞菌、鲜香菇洗尽泥沙切成片。冬笋、蘑菇均切成  
片。西兰花用刀切成小瓣，与豌豆苗、生菜（掰成小  
块）、金针菇分别洗净后装盘。粉丝用热水泡软装盘  
备用。

2. 味汁调配。将砂锅置中火上，下猪化油至三成热时、下姜、葱段稍炒出香，掺入鲜汤，下乳鸽、料酒、胡椒粉，用小火烧至鸽肉软熟，下竹荪、竹荪蛋、牛肝菌、鸡枞菌、香菇、冬笋、蘑菇等原料，待汤沸腾后加入精盐、味精即成。

3. 正式烹调。将锅中姜、葱捞出，其余各料和汤卤汁一起倒入火锅中，四种素配和粉丝上桌，分放在火锅周围。食时先吃鸽肉和各种菌类原料，最后再烫涮素配。

操作要领：

1. 炖鸽子时，要在最后阶段加精盐调味，汤汁才鲜香醇厚。

2. 各种鲜菌要新鲜，无变质、无污染，突出其鲜味。

注—————

此火锅清淡咸鲜，多用于筵席的座汤，对不嗜麻辣者尤宜。



五熟釜：釜是一种古代的锅，能中分五格，可同时调出五种不同的味汁。

## 酸菜鱼火锅

味型：家常味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：活草鱼 1 尾（约 2000 克） 泡青菜 600 克 猪腰片 鳝鱼肉 鸭肫片各 150 克 金针菇 平菇 嫩冬瓜 白菜心 海白菜 豌豆苗 粉丝各 100 克

调助料：野山椒 250 克 精盐 15 克 泡仔姜 40 克 老姜片 20 克 葱段 20 克 料酒 50 克 味精 15 克 胡椒粉 5 克 花椒 5 克 整蒜瓣 50 克 猪化油 250 克 鸡蛋清 1 个 鲜汤 2000 克

味碟料：味精 精盐 芝麻油 蒜泥各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。草鱼去鳞、腮，剖腹取内脏后洗净，去掉鱼头、鱼尾、脊椎骨、胸刺，取净鱼肉片成厚 2 毫米的片，加少许精盐、料酒、姜片、葱段拌匀着味，再加入少许鸡蛋清拌匀，鱼骨、鱼头等斩成小块备用。泡青菜片成薄片。猪腰片、鳝鱼片、鸭肫片分别装入小盘。金针菇、平菇、白菜心、豌豆苗分别

洗净装盘。冬瓜去皮切成片。粉丝用温水泡软。海白菜用清水漂尽咸味。也分别装盘。野山椒去蒂剁成细末。泡仔姜切成片。蒜瓣去外壳。

2. 味汁调配。①炒锅置中火上，放入猪化油烧至四成熟时，加泡青菜片、野山椒末、泡仔姜片、蒜瓣炒香，掺入鲜汤。放入鱼头、鱼骨块、料酒，烧沸约10分钟后，加入精盐、味精、胡椒粉调味，最后下鱼片烧沸即成。②味碟调配。精盐、味精、芝麻油、蒜泥调匀，每入1份，也可不用味碟，食前先将大锅中的汤卤舀在小碗内，加少许精盐、味精即可。

3. 正式烹调。将制好的卤汁及鱼片、辅料一起舀入火锅内，先品尝鱼片，再点火加热，随后上所配原料，由食者择料烫制。

#### 操作要领：

1. 在宰杀鱼时，不能弄破苦胆，否则鱼肉有苦味。如果不小心将苦胆弄破后，可先涂抹小苏打再用水冲洗干净。

2. 鱼片上浆时，鸡蛋清不能多，否则易脱浆，使汤卤变稠。

3. 鱼片下锅后，不宜久煮，将鱼片焖至刚熟即可。这时候的鱼片最细嫩，并且形状完整，否则鱼片会变老易碎。



注

酸菜鱼火锅是一种清爽型火锅，味咸鲜带辣，略有酸味，能醒酒开胃，深受大众欢迎。在原料的选择上，还可用其他肉厚、刺少的鱼来制作。

## 鱼头火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：花鲢鱼头 2000 克 冻豆腐 500 克 黄豆芽 150 克 青笋 200 克 萝卜 300 克 千张 100 克 腐竹 100 克 葱 200 克 白菜心 150 克

调助料：干辣椒 50 克 泡红辣椒 80 克 郫县豆瓣 50 克 花椒 20 克 精盐 15 克 老姜 60 克 豆豉茸 15 克 料酒 100 克 酿糟汁 50 克 熟菜油 300 克 味精 15 克 冰糖 10 克 鲜汤 2000 克 牛油 100 克

味碟料：精盐 味精 蒜泥 芝麻油 葱花 芹菜颗粒 香菜节 酥黄豆碎米 酥花生仁碎米 熟芝麻 青椒碎末 蚝油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。鱼头去鳞、去鳃洗净后，斩成 5

厘米大的块。冻豆腐切成2.5厘米见方的块。黄豆芽去两头洗净。青笋、萝卜去皮后，切成厚5~6厘米大的片。千张、腐竹用水泡软后，分别切成长方片和马耳朵形。葱切成段。白菜心掰成小块。以上各料分别装入小盘。干辣椒用水煮软，花椒用水泡软，一起放在菜墩上剁成细末；泡红辣椒去蒂、籽，同郫县豆瓣一起剁细；老姜洗净剁成姜米。冰糖捣细。

2. 味汁调配。  
①底料调配：锅置中火上，加牛油和部分熟菜油，烧至三四成熟时，下剁细的干辣椒、花椒细末、泡红辣椒、郫县豆瓣，炒香至油呈红色时，下姜米、豆豉茸炒匀，然后放入冰糖细末、精盐及少许料酒炒香，即成鱼头火锅底料。  
②味碟调配：用精盐、味精、芝麻油、蒜泥、葱花、芹菜颗粒、香菜节、酥黄豆碎米、酥花生仁碎米、熟芝麻、青椒碎米、蚝油调匀，每人1碟。也可根据食者的要求增减部分调味品。

3. 正式烹调。炒锅置明火上，加入熟菜油烧至六成熟时，将鱼头放入锅内，迅速翻炒均匀，炒至鱼头表皮色白时，烹入料酒，加入鲜汤，下制好的鱼头火锅底料、醪糟汁烧沸，撇去浮沫，放入味精，倒入火锅内，点火烧沸，上素配料便可烫食。

操作要领：

1. 鱼头要求新鲜，不能用冻制品，以确保鱼头的鲜香味。

2. 炒鱼头火锅底料时，一定要先将各料炒香，炒时火力稍小，炒制时间稍长。底料还可批量制作，分次使用。

3. 味碟中调味品种较多，应掌握好各料的比例。

注——

鱼头火锅是近几年开发出来的新品种，鱼头不但营养丰富，而且口感较好，配上用多种调味品调制而成的特殊风味碟，很快流行于市。另外，也可将鱼头火锅制作成白汤。

## 砂锅鱼头火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：鲜花鲢鱼头两个（约 1000 克） 豆腐 500 克 熟火腿 40 克 冬笋 40 克 水发鱿鱼 50 克 水发海参 50 克 干贝 10 克 金钩 5 克 熟鸡肉 50 克 熟猪肚 心 舌各 50 克 水发香菇 50 克 肉丸 150 克 豌豆苗 100 克 青笋 150 克 白菜心 100 克 金针菇 100 克

调助料：精盐 15 克 味精 10 克 料酒 50 克  
姜片 30 克 葱段 30 克 胡椒粉 3 克 奶汤 2000 克  
猪化油 200 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 芹菜颗粒  
香菜段各 1 碟

#### 制作程序：

1. 烹前准备。花鲢鱼头经初加工后洗净，然后从鱼头中间一剖为二。豆腐改成长 5 厘米、宽 2 厘米的条，入沸水中余一水，用清水泡上。熟火腿、冬笋切成二流牌骨片。水发鱿鱼、水发海参、水发香菇分别片成片。熟鸡肉、熟猪肚、心、舌片成片。以上各料分别装盘。肉丸装盘。青笋去皮切成片，其余蔬菜洗净分装入盘。干贝、金钩用热水泡透。

2. 味汁调配。①卤汁调配：砂锅置中火上，加入一半奶汤，下冬笋、火腿、香菇、猪的肚、心、舌、鸡片、干贝、金钩、鱼头烧沸，撇去浮沫，放入精盐、胡椒粉、料酒用小火煨上。另用炒锅置中火上，加入猪化油烧至三成熟时，下姜片、葱段炒香，掺入另一半奶汤。浇沸出味后，将汤倒入砂锅中，煨入味后，加入鱿鱼、海参、豆腐烧沸，再放入味精即成。②味碟调配：用精盐、味精、芝麻油、蒜泥、芹菜颗、香菜调匀，每入 1 碟供蘸食。

3. 正式烹调。将砂锅放在火源上或将砂锅中的原料及卤汁倒入火锅中，上素配料，食时点火烫制。  
操作要领：

1. 豆腐余水时要加盐，余水后用清水浸漂。
2. 各种辅料要讲究规格，大小适宜。

注——

砂锅鱼头火锅，是在传统川菜“砂锅豆腐”的基础上发展而来。还可选用雅鱼、江团、黄辣丁等。

## 酸菜豆花鱼火锅

味型：家常味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：鲜草鱼或鲤鱼 1500 克 泡青菜 100 克  
内酯豆腐 2 盒 熟肥肠 300 克 熟白肉 200 克 鳝鱼  
肉 200 克 泥鳅片 200 克 午餐肉 100 克 金针菇  
100 克 青笋尖 100 克 鲜香菇 100 克 豌豆苗 100  
克 木耳 100 克 蒜苗 100 克

调助料：郫县豆瓣 150 克 辣椒粉 30 克 豆豉  
茸 10 克 姜 40 克 蒜瓣 40 克 葱段 30 克 泡辣椒  
段 20 克 花椒 10 克 花椒油 5 克 精盐 10 克 味

精 15 克 料酒 50 克 白糖 15 克 牛油 50 克 混合油 200 克 八角 2 个 鲜汤 2000 克 香菜 50 克 芹菜节 50 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 熟芝麻  
蚝油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。鲜鱼经初加工后，从尾到头一剖为二。然后用斜刀改成瓦块形，加少许精盐、料酒拌匀。泡青菜选茎部切成片。内酯豆腐用勺舀成小块或豆花状。熟肥肠切成小节。熟白肉切成薄片。鳝鱼片、泥鳅片用盐水洗净后，改成长 8 厘米的段。午餐肉切成厚 3 毫米的片。鲜香菇洗净去蒂切成 4 瓣。青笋尖洗净切片。蒜苗拍破切成长段。金针菇、豌豆苗、木耳洗净与上面的原料（鲜鱼、泡青菜、内酯豆腐除外）分别装入小盘内备用。郫县豆瓣剁细。姜拍破。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置中火上，加入混合油和牛油，烧至四成熟时，下豆瓣和辣椒粉炒香出色后，放入姜、蒜瓣、葱段、泡辣椒段、花椒、八角、豆豉茸炒香，加入鲜汤、料酒、白糖、精盐烧沸，待香味溢出时，放入鲜鱼块、味精、花椒油烧沸即成。②味碟调配：用精盐、味精、芝麻油、蒜泥、

熟芝麻、蚝油调匀，每人1份。

3. 正式烹调。将砂锅中的卤汁和鱼块一起倒入火锅中，加入豆花、芹菜和香菜。食时点火烧沸，先食鱼和豆花，再上配料围摆在火锅四周，由食者自选烫制。

**操作要领：**

1. 鲜鱼选500~750克一尾的较好，肉质细嫩，肉体不厚易熟。

2. 鱼下锅后用小火焖熟，不宜用旺火煮，这样才能保证鱼肉细嫩，成形不碎。

**注——**

此火锅所选豆花为内酯豆腐，它具有豆花的细嫩，比豆花易成形，煮后不像豆花一样易碎烂锅中。但在食用时也不宜常搅拌，豆花用漏勺舀入碗中食用。



**炒香至油呈红色：**指将泡辣椒、豆瓣

等红色类调料放入三成油温中，用中小火炒至香味溢出，使油变成红色的操作过程。

## 鲫鱼火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：活鲫鱼 12 尾（约 1000 克） 鸡丸 150 克 酥肉 100 克 冬笋 水发香菇 水发粉丝 水发海带 豌豆苗各 100 克 白萝卜 200 克 西兰花 150 克 番茄 150 克 金针菇 150 克

调助料：精盐 20 克 味精 10 克 胡椒粉 3 克 料酒 30 克 金钩 10 克 枸杞 5 克 姜片 20 克 葱段 30 克 猪化油 200 克 醬糟汁 50 克 奶汤 2000 克

味碟料：精盐 味精 醋 姜末 芝麻油 冷鸡汁各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。活鲫鱼去鳞、腮，剖腹去内脏后洗净，分装成两盘。酥肉切成长 5 厘米、宽 3 厘米、厚 3 厘米的片。冬笋、水发香菇切成二流牌骨片。水发海带切成长约 6 厘米、宽 2 厘米的条。白萝卜去皮切成厚 3 厘米的片。西兰花切成小瓣。番茄用沸水稍

烫后，撕去外皮，再切成厚片。各原料加工后分别装入盘中。鸡丸、金针菇也分装入盘中。金钩加沸水浸泡。枸杞用温水浸泡。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置中火上，放入猪化油烧至四成热时，放姜片、葱段炒出香味，加入奶汤、精盐、胡椒粉、味精、料酒、醪糟汁、金钩、枸杞烧沸出味。②味碟调配：用精盐、味精、醋、姜末、冷鸡汁、芝麻油调均成姜汁味碟，每人1份。

3. 正式烹调。将调好味的奶汤卤汁倒入火锅盛器中，置于桌上点火。烧沸，先放入一半鲫鱼，其他原料分放在火锅四周。鲫鱼熟后先食用，然后再烫制其他原料。

#### 操作要领：

1. 鲫鱼在加工时，不能弄破苦胆。
2. 调制卤汁时，不能加有色调味品。
3. 鲫鱼熟后就要食用，不能在火锅中长时间煮制，以防鲫鱼肉碎烂汤中。

#### 注

鲫鱼性微温，能补脾开胃，用奶汤烹煮，味香浓醇，细嫩鲜美。不失为一款清鲜味美的火锅佳品。奶汤制作参照“奶汤火锅”。

## 鲶鱼火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：大口鲶鱼肉 1500 克 猪腰 200 克 鸡脯肉 150 克 油炸肉丸 150 克 芹菜 蒜苗 平菇 金针菇 白菜心 鲜香菇 高笋各 100 克 血旺 豆腐各 250 克

调助料：干辣椒 50 克 泡辣椒 10 克 郫县豆瓣 100 克 花椒 30 克 花椒油 15 克 精盐 10 克 料酒 50 克 酥糟汁 100 克 姜片 30 克 白糖 10 克 味精 15 克 鲜汤 2000 克 热菜油 400 克 蛋清淀粉 15 克 大蒜瓣 30 克

味碟料：精盐 味精 蒜泥 芝麻油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。大口鲶鱼肉片成长约 5 厘米、厚 3 毫米的片，加上少许精盐、料酒拌匀，再加上蛋清淀粉拌匀后，分摆入两个盘内。猪腰去腰臊和鸡脯肉均片成薄片。芹菜、蒜苗洗净后拍破，切成长约 8 厘米的段。白菜、平菇撕成小块。高笋去皮切成片。血

旺、豆腐切成3厘米见方的块。鲜香菇切成四瓣。金针菇洗净。各料均分装入盘。油炸肉丸也装盘备用。

2. 味汁调配。①卤汁调配，先将干辣椒去蒂、籽切成小节后，放入沸水锅中煮软捞出，和泡辣椒（去蒂、籽）、郫县豆瓣一起剁细。然后将炒锅置中火上，加熟菜油烧至四成熟时，加入剁细的干辣椒、泡辣椒、郫县豆瓣炒至油呈红色时，加入花椒、姜片、蒜瓣炒香，再加入鲜汤烧沸，撇去浮沫，加料酒、醪糟汁、精盐、白糖、味精、花椒油熬至香味溢出时即成。②味碟调配：精盐、味精、蒜泥、芝麻油调成蒜泥味碟，每入1份。

3. 正式烹调。将调好的卤汁倒入火锅，点火烧沸。火锅周围摆上鲶鱼片和其他配料，由食者自行挑选烫食。

#### 操作要领：

1. 鲶鱼选泥土腥味较小的河鲶为好。在码味上浆时，只能使鲶鱼片有基础味，不能咸。加蛋清淀粉适量（少一点为宜），防止烫时脱浆浑汤。

2. 炒料时火力要小，油温要低，炒制的时间可以稍长，以保证色泽红亮。

3. 卤汁熬出香味后，可将汁中的豆瓣、辣椒渣

滤出。

注——

鲶鱼火锅是在“球溪河鲶鱼”的基础上发展而来。味麻辣浓厚，肉嫩刺少，味鲜美。在烫时可以先加入部分芹菜、蒜苗烫出味后，再烫鲶鱼片，然后再烫其他原料。豆腐、血旺一般最后加入。

159

## 鳝鱼火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：鳝鱼肉 1000 克 鸭肠 150 克 鱼肉 200 克 毛肚 150 克 猪里脊肉 猪肝 猪腰 鸭肫 各 100 克 蒜苗 芹菜 香菜 藕 金针菇 平菇 菠菜 豌豆苗 豆腐皮各 100 克 血旺 豆腐 200 克 红苕粉丝 150 克 土豆 200 克 青笋尖 200 克

调助料：干辣椒 100 克 豆瓣 100 克 花椒 50 克 精盐 15 克 味精 15 克 料酒 30 克 酥糟汁 50 克 熟菜油 300 克 牛油 100 克 鱼羹汤 2000 克 蛋清淀粉 20 克 姜片 30 克 葱段 30 克 干淀粉 50 克 豆豉茸 30 克

味碟料：精盐 味精 蒜泥 芝麻油 蚝油 醋各1碟

制作程序：

1. 烹前准备。鳝鱼肉加食盐拌匀后，再用清水冲洗干净，斩成长约8厘米的段，分别摆在两个盘内。鸭肠洗净斩成长段。毛肚切成5厘米大的块。鱼肉片成厚3毫米的片。猪里脊肉去筋缠切成薄片。猪肝切成较薄的柳叶片。猪腰、鸭肫去腰臊和白筋后分别片成薄片。鱼片和里脊片分别加入少许盐、料酒和蛋清淀粉拌匀。猪肝加少量干淀粉拌匀。然后将各种原料装入小盘摆放好。蒜苗、芹菜洗净后切成长段。藕去皮切成2毫米厚的片。豆腐皮切成2厘米宽的长段。血旺、豆腐改成大一字条。红苕粉丝用热水泡软。土豆去皮切成片，用清水浸泡。青笋尖洗净切成片。金针菇、平菇、香菜、菠菜、豌豆苗洗净。各种素菜均分装入盘待用。干辣椒去蒂籽切成段，放入锅中炒呈棕红色，再加入花椒炒香，捞出冷后加工成细末。豆瓣剁细。

2. 味汁调配。①卤汁调配。炒锅置中火上放入熟菜油烧至四成热时，放入豆瓣炒出香味，再放入干辣椒、花椒细末、姜片、葱段炒香、加入鱼羹汤、精盐、料酒、牛油、醪糟汁、味精烧沸。待卤汁香味四

溢时即成。②味碟调配：用精盐、味精、蒜泥、芝麻油、蚝油、醋调成味碟，每人1份。

3. 正式烹调。将卤汁舀入火锅中点火烧沸，配料放在火锅四周，由食者随意烫食。

操作要领：

1. 因死鳝鱼有毒，不能食用，故鳝鱼必须新鲜。
2. 干辣椒、花椒在锅中要炒香，但不能炒焦。
3. 烫制时可先加入芹菜、蒜苗、香菜，使汤卤增香，然后再放入鳝鱼。

注——

此火锅是从“水煮鳝鱼”变化而来。味浓香、麻、辣、烫，最适宜冬季食用，有增热驱寒的作用。

## 鳝丝原汁火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：活鳝鱼1500克 鸡脯 猪腰 鸭肫  
水发鱿鱼 水发海参各150克 油炸肉丸 油炸馓子  
豌豆苗 菠菜 葱 香菜 海白菜 水发粉丝各100  
克

调助料：精盐 18 克 胡椒粉 5 克 料酒 80 克  
老姜 50 克 葱段 30 克 味精 15 克 鲜汤 2000 克  
猪化油 100 克

味碟料：精盐 味精 蚝油 酱油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。先将活鳝鱼放在清水中饲养一天，然后放入铝锅中，加水、少许盐和料酒加盖，放在中火上煮至水沸，待鳝鱼口张开时，端离火源，将鳝鱼捞出放在冷水中，洗尽涎液。用竹刀（最好是牛骨刀）从鳝鱼颈部刺入，紧贴鳝鱼脊骨从头到尾划一刀，将鳝鱼肚兜划出放在一边，再用竹刀从颈部入刀，划二刀将鳝鱼脊骨去掉，留下二条背部鳝肉，最后去掉鳝肚兜的肠与背部鳝肉整理整齐即成鳝丝摆放在条盘中。鳝鱼骨洗净备用。鸡脯、猪腰、鸭肫片成薄片。油炸馓子掰成长 4 厘米的段。海白菜用清水漂尽咸味后，切成长段。其他素菜洗净。以上各料（鳝丝、鳝鱼骨除外）分别装入盘中。

2. 味汁调配。①卤汁调配：锅置中火上，加入猪化油烧至三成熟时，放入姜（拍破）、葱段炒出香味，放入鲜汤、鳝鱼骨、料酒、胡椒粉熬制约 30 分钟，捞出鳝鱼骨、姜、葱段，加精盐、味精即成。②味碟调配：用精盐、味精、蚝油、酱油再加上少许卤

汁汤调匀，每人1份。

3. 正式烹调。将制好的汤卤汁倒入火锅中，点火烧沸，四周摆上鳝丝及各种配料。食时先将部分葱段、香菜放入，再涮烫鳝丝，然后再取配料。

**操作要领：**

1. 选用约1.5厘米粗的活鳝鱼，并要掌握好加工鳝鱼的方法。煮鳝鱼时可采用冷水锅，煮至水沸就行，不宜过久，以防鳝鱼过熟出骨时易烂。煮后要用冷水冲洗净白涎。

2. 鳝鱼脊骨用来熬汤是极好的吊汤原料，不能弃之不用，但熬制时间不宜过长。

**注——**

鳝鱼性温味甘，能补气益血，强筋骨，除风湿、止血。鳝鱼蛋白质含量较高，味道鲜美，特别是活鳝鱼直接煮熟后加工的鳝肉，鲜味保持特好，肉质细嫩，用鳝鱼骨熬的原汁汤，更能体现鳝鱼的滋味。不失为一款风味独特的火锅菜肴。



**红茸：**将猪瘦肉用刀背捶成茸状后，  
加入三倍的水调匀而成，称红茸。

## 鳗鱼火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：活鳗鱼 1 尾（约 750 克） 鲫鱼 4 尾（约 300 克） 鸡丸 鱼丸 水发鱿鱼各 150 克 大虾 200 克 热火腿 热猪肚 午餐肉各 100 克 冬笋 蘑菇 平菇 金针菇 黄豆芽 香菜 白菜心 水发粉丝 大葱 蕃茄 水发木耳各 100 克

调助料：鱼羹汤 2000 克 精盐 16 克 味精 12 克 胡椒粉 4 克 料酒 50 克 醇糟汁 50 克 姜片 40 克 大葱段 40 克 金钩 20 克 猪化油 100 克 松肉粉 1 克 蛋清 3 克 干淀粉 5 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 醋各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。鳗鱼先放入盆内，倒入约 80℃ 的热水，加盖（烫掉鳗鱼的粘液），然后捞出，从颈部横划一刀，用 1 根筷子从其肛门处插入，将内脏从横划刀口处捅出，然后放在 60℃ 的温水中，洗净粘液，平放于菜墩上，用菜刀从背部进刀，见背脊骨时，将

鳗鱼片开，再去掉脊椎骨、头、尾，将肉片成长约6厘米、宽4厘米、厚2毫米的片，加少许精盐、料酒、松肉粉拌匀，再加入蛋清、干淀粉和少量油脂拌匀，静置半小时，装入两个盘内。鲫鱼经初加工后洗净。鸡丸、鱼丸用沸水余制而成。水发鱿鱼去须和外膜片成片。大虾去外壳、头尾，对剖成片，去肠线。熟火腿、熟猪肚、午餐肉均切成骨牌片。冬笋、蘑菇、香菇切成片。平菇用手撕成条。黄豆芽去两头。白菜心去筋，掰成小块。大葱切成长段。水发木耳去蒂洗净。香菜、金针菇去掉根部洗净。以上各料分装入盘，备用。

2. 味汁调配。  
①卤汁调配：炒锅置中火上，加猪化油，烧至三四成熟时，放入姜片、葱段炒出香味，放入洗净的鳗鱼头、尾、脊骨微炒，掺入鱼羹汤，加料酒、醪糟汁、胡椒粉烧沸，撇去浮沫，改用小火熬至出味时，弃去鳗鱼头、尾、脊骨、姜、葱，加入精盐、味精、金钩即成鳗鱼火锅卤汁。  
②味碟调配：用精盐、味精、醋、芝麻油调匀，每人1份。

3. 正式烹调。将卤汁倒入火锅盛器中，鳗鱼片分放在火锅的两边，其余原料分放在火锅四周，食时点火烧沸，先放入鲫鱼、部分大葱和几片蕃茄调味，再烫食鳗鱼片和其余荤菜，最后烫食素配料。

### 操作要领：

1. 鳗鱼为无鳞鱼，初加工时要将粘液去净，宰杀前用烫水烫制，以便去掉鳗鱼粘液，同时也便于宰杀。
2. 加松肉粉是使鳗鱼片肉质滑嫩，用量不宜多，也可不用。
3. 料碟调制时，可不用醋而用海鲜酱，其风味别具一格。

### 注

鳗鱼又叫“青鳝”，性平。能补虚益血，祛风湿。其肉富含蛋白质、脂肪，营养补益之功效不可忽视。用它制作火锅，汤鲜味浓，肥美爽滑，适合各类人食用。属风味火锅，用于席桌更美。

## 鳅鱼火锅

味型：家常味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：泥鳅 1000 克 鳝鱼 150 克 猪腰 猪里脊 鸭肫各 100 克 鲜鱼 300 克 鸡翅尖 200 克 鸡爪 200 克 带鱼 200 克 青笋 土豆 萝卜各 150 克

金针菇 鸡腿菇 水发海带 水发木耳 菠菜各 100 克 豆腐 300 克

调助料：郫县豆瓣 100 克 辣椒粉 50 克 干辣椒 50 克 花椒 20 克 泡辣椒 30 克 姜 30 克 葱段 30 克 豆豉 15 克 芽菜 15 克 精盐 10 克 味精 12 克 料酒 50 克 香醋 10 克 鲜汤 2500 克 酸糟汁 50 克 熟菜油 400 克 牛油 100 克 香料包 50 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 辣椒粉 花椒粉 蚝油 蒜泥各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。泥鳅经初加工后去头、尾、脊椎骨，加工成泥鳅片，然后洗净涎液，分别装入两个盘内。鳝鱼洗净切成长段。猪腰、猪里脊、鸭肫分别片成薄片。鲜鱼选质嫩体小的鲤鱼或草鱼，初加工后，对剖成二片，然后改成瓦块形。鸡翅尖、鸡爪洗净。带鱼洗净斩成长 5 厘米的段。青笋、土豆、藕去皮后切成厚片。金针菇、鸡腿菇、菠菜、水发木耳洗净。水发海带洗净后切成长条块。豆腐改成 3 厘米见方的块。以上各料分别装入盘内。郫县豆瓣剁细。干辣椒切成长 2 厘米的段。泡辣椒切成长 5 厘米的段。姜拍破。豆豉背茸。葱切成段。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置中火上，加

牛油烧至四成热时，放入干辣椒炒至油呈棕红色，加入花椒炒香，起锅倒入碗内。锅中加熟菜油，烧至三四成热时，放入郫县豆瓣、辣椒粉炒至油呈红色时，加入姜片、葱段、豆豉茸炒香，然后掺入鲜汤烧沸，撇去浮沫，加入芽菜、精盐、料酒、香醋、醪糟汁、香料包、干辣椒节、花椒和牛油，改用小火烧至卤汁香味溢出时即成。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蚝油、蒜泥调匀，每入1份。喜好麻辣者在味碟中还可加入辣椒粉、花椒粉。

3. 正式烹调。将卤汁舀入火锅中，置于桌中央，配料分别摆在火锅四周，点火烧沸，即可选料烫制食用。食时先下部分泥鳅片、鸡翅尖、鸡爪煮熟，后再烫制其他原料。

#### 操作要领：

1. 泥鳅要选体大肉厚的，便于去骨，同时还要去尽脊骨和涎液。

2. 香料的用量不能过大，而且各种香料搭配要合理，以能嗅到芳香气味为宜。

#### 注—————

鳅鱼肉质细嫩，营养价值高，还能补脾益气，除湿、补肾、兴阳。用它制作火锅，不但肉鲜质嫩，而且浓厚入味，开胃增食。泥鳅火锅还可以制作成咸鲜味型的。配以黄芪、

党参、大枣、山药一起炖制，有益气、养血的作用。对气血不足，营养不良，消瘦、倦怠乏力者有很好的疗效。

## 椒麻鱼火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：鲤鱼 5 尾（每尾约 400 至 500 克） 鸡翅尖 鸡爪各 200 克 豌豆苗 150 克 藕 100 克 土豆 100 克 白菜心 150 克 海白菜 100 克 香菜 100 克 青笋尖 100 克 瓢儿白 150 克 菠菜 150 克

调助料：干辣椒 750 克 郫县豆瓣 100 克 泡辣椒 50 克 花椒 50 克 豆腐乳汁 50 克 酿糟汁 50 克 料酒 50 克 胡椒粉 3 克 精盐 15 克 味精 12 克 姜片 40 克 葱段 40 克 干淀粉 10 克 熟菜油 500 克 鲜汤 2000 克

味碟料：青椒碎末 香菜末 精盐 味精 花椒粉 芝麻油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。鲤鱼去鳞、鳃，剖腹取内脏洗净，平片成二片，在每片鱼皮面划破三处，放入精盐、料

酒、胡椒粉静置 15 分钟，再加入少许干淀粉拌匀，装入两个大条盘内备用。鸡翅尖、鸡爪洗净斩去趾甲。藕、土豆去皮洗净，切成厚约 2 毫米的片，泡在清水中。白菜撕去老筋，掰成小块洗净。海白菜用清水漂尽咸味，改成长条。青笋尖洗净切成 4 瓣。瓢儿白、菠菜、豌豆苗、香菜摘除老叶、黄叶、整洗干净。以上各料分装入盘。干辣椒去蒂、籽切成段，入沸水锅中煮软，再和郫县豆瓣、泡辣椒、花椒一起加工成细末。

2. 味汁调配。  
① 卤汁调配：炒锅置中火上，加入熟菜油烧至四成热时，放入用干辣椒、郫县豆瓣、泡辣椒、花椒制成的细末，煸炒至干而酥香油呈红色时，加入姜片、葱段同炒，再掺入鲜汤烧沸，撇去浮沫，加入料酒、醪糟汁、豆腐乳汁、精盐、味精熬出香味即成。  
② 味碟调配：用糟盐、味精、青椒碎末、香菜末、花椒粉、芝麻油和少许卤汁调成味碟，每入 1 份。

3. 正式烹调。将调好的卤汁倒入火锅内，端上桌点火烧沸，鱼分别放在火锅的两端，其余配菜围在火锅四周。食时先放入码味、上浆的鲤鱼，煮至刚熟即可食用，然后再烫制其他配料。

**操作要领：**

1. 选质嫩、体小的鲤鱼，太大质老、肉厚不易烫熟；太小则刺多，影响口感。
2. 鲤鱼码味时宜淡，上浆时淀粉用量不宜多，以防脱浆浑汤。
3. 干辣椒末、泡辣椒末和豆瓣还可以分别加工炒至出香，然后混合在一起使用，这样便于掌握炒制的火候。

注——

此火锅曾流行于四川各地，味辣醇厚，主要以吃鱼为主，在烫涮中可以随时添加鱼。味碟主要以青尖椒为主，同时还可适量加入酱油、醋调味。

## 泡菜火锅鱼

味型：家常味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：鲫鱼 5 尾（约 500 克） 净乌鱼肉 300 克 净草鱼肉 300 克 鲜虾仁 150 克 鲜鱿鱼 200 克 鸡脯肉 150 克 豌豆苗 150 克 小白菜 200 克 水发粉丝 200 克 蕃茄 250 克 嫩冬瓜 200 克 平菇 100 克 泡青菜 500 克

**调助料：**泡青菜 200 克 泡红辣椒 250 克 老姜片 30 克 泡仔姜 50 克 葱 750 克 猪化油 200 克 料酒 50 克 精盐 15 克 胡椒粉 10 克 味精 15 克 鲜汤 2000 克

**味碟料：**精盐 味精 蒜泥 芝麻油各 1 碟

#### 制作程序：

1. 烹前准备。鲫鱼经初加工后洗净，放入锅中，加鲜汤、姜（拍破）、葱段（约 25 克）、料酒（约 30 克）、草鱼、乌鱼骨，置旺火上烧沸，去掉浮沫，改用中火熬至汤汁具浓郁的鱼香味呈乳白色时，滤去鱼和渣，取鱼汤备用。乌鱼肉、草鱼肉、鸡脯肉分别片成薄片。鲜虾仁从背部片开，挑去沙线（肠子）。鲜鱿鱼撕去筋膜，洗净片成大张的薄片。豌豆苗、小白菜、平菇摘去老叶、杂物洗净。蕃茄入沸水中微烫，去皮，加工成片。嫩冬瓜去皮后片成片。泡青菜（500 克）片成长约 5 厘米、宽 3 厘米的薄片。以上各料分别装盘。余下的泡青菜切成细末。泡红辣椒去蒂、去籽后剁细。泡仔姜切成片。葱切成段。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置中火上，放入猪化油烧至四成热时，加入泡红辣椒末、仔姜片炒出香味，放入葱段、泡青菜细末，炒出香味，掺入鲫鱼汤烧沸，加入精盐、胡椒粉、料酒、味精，待汤汁

香味溢出时即成。②味碟调配：用精盐、味精、蒜泥、芝麻油调匀成味碟，每人1份。

3. 正式烹调。将调好味的鲫鱼汤连同调料一起倒入火锅内，上桌点火烧沸，再将鱼片和其他原料分摆在火锅四周，先烫鱼片和荤料，再烫素菜。

#### 操作要领：

1. 鲫鱼在加工时不能弄破苦胆，否则熬出的鱼汤有苦味，影响风味。

2. 熬制鲫鱼汤可用清水熬制，以突出鲫鱼的鲜香味。

3. 泡辣椒的用量较大，并要剁成细末炒香，才能体现泡辣椒的风味。

注——

此火锅是在“酸菜鱼”的基础上变化而来的新品种。选用主要的调料是具有四川特色的泡青菜和泡红辣椒，配以浓味的鲫鱼汤，使其具有汤鲜味厚、酸辣适中的特点。在烫食过程中，要不断添加泡青菜，保持汤卤的咸酸风味。

梳子块：长约3.5厘米的斜面体，背厚0.8厘米。



## 豆花鱼火锅

味型：麻辣味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：黄辣丁 1000 克 河水豆花 750 克 鳕鱼片 150 克 泥鳅片 200 克 猪腰 250 克 水发竹笋 150 克 鱿鱼 200 克 青笋 200 克 鲜藕 200 克 白菜心 青蒜苗各 100 克

调辅料：郫县豆瓣 100 克 辣豆瓣酱 100 克 辣椒粉 50 克 花椒 10 克 姜 30 克 葱 50 克 料酒 50 克 香菜 30 克 鲜汤 1500 克 味精 15 克 胡椒粉 3 克 精盐 10 克 味精 10 克 醇精汁 50 克 熟菜油 500 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 辣椒末 花椒末各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。黄辣丁经初加工后洗净。鳕鱼片、泥鳅片用盐水洗净，改成长段。猪腰去臊，片成薄片。鱿鱼片成薄片。水发竹笋切成长条。青笋、鲜藕去皮后切成厚 2 毫米的片，用清水浸泡。白菜心洗净

掰成小块。青蒜苗洗净拍破后切成长段。以上各料除黄辣丁外都分装入盘。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置中火上，放入熟菜油烧至四成热时，放入剁细的郫县豆瓣、辣豆瓣酱、辣椒粉、姜片、花椒、葱段炒至香味浓郁油呈红色时，掺入鲜汤、精盐、料酒、醪糟汁、胡椒粉调味，然后放入黄辣丁，用小火烧至八成熟即可。②味碟调配：用精盐、味精、芝麻油、辣椒末、花椒末调匀即成。

3. 正式烹调。将烧至八成熟的黄辣丁和卤汁舀入火锅中，点火烧沸，再加入豆花烧至黄辣丁离骨熟透、豆花烫透后上桌。其余辅料分放在火锅四周。食时先食黄腊丁，豆花，再烫食其余原料。

操作要领：

1. 黄辣丁鲜活的最好，其味才鲜。
2. 卤汁要求辣味较浓厚，若辣味不够还可加入辣椒油。
3. 豆花烫后用勺舀入碗中，蘸辣味碟食用，很有风味。

注——

黄辣丁是一种体小、色黄的无鳞鱼。在我国各大江河都有。其肉质细嫩，味道鲜美。如用来制汤，其汤汁乳白，鲜

香味美。用豆花制成的麻辣火锅，与水煮黄辣丁相似。黄辣丁还可以制成白汤火锅，用于筵席，另有一番风味。

## 双味全鱼火锅

味型：咸鲜味 家常味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：花鲢鱼 1 尾（约 1500 克） 鱼丸 200 克 鲢鱼头 500 克 鲢鱼划水 500 克 净瘦牛肉 200 克 油炸肉丸 200 克 鸡脯肉 200 克 猪腰 400 克 鹅鹑蛋 500 克 鲜藕 200 克 冬瓜 200 克 青笋 200 克 海白菜 香菜 白菜心 粉丝各 100 克 血旺 300 克

调助料：

咸鲜味调助料：鲫鱼 300 克 葱段 50 克 姜片 50 克 蕃茄 50 克 金钩 10 克 猪化油 100 克 奶汤 1000 克 精盐 10 克 味精 6 克 料酒 30 克 胡椒粉 3 克

家常味调助料：郫县豆瓣 75 克 泡红辣椒 100 克 泡青菜 100 克 泡仔姜 50 克 熟菜油 300 克 精盐 4 克 味精 6 克 料酒 50 克 葱段 30 克 醇精

汁 50 克 胡椒粉 2 克 鲜汤 1000 克

味碟料：精盐 味精 蒜泥 芝麻油 蚝油各 1 碟

### 制作程序：

1. 烹前准备。花鲢鱼宰杀后洗净，切下鱼头对剖为二，平放在条盘的一端，再将鱼身从中平剖为两片，软半边（不带脊椎）用刀斜片成厚 3 毫米的片，整齐置条盘的另一端，硬半边用刀切成瓦块形，放在鱼片的一端，鲢鱼划水去尽鱼鳞后洗净摆好，使之成全鱼形。猪腰去臊片成薄片。鹌鹑蛋入冷水锅中煮熟，捞出放在冷水中漂冷，剥去外壳。鲜藕、冬瓜、青笋去皮后切成片。海白菜用清水漂尽咸味后切成段。香菜、白菜心整理洗涤干净。粉丝用热水泡软，血旺切成块。以上各料分别分成二份装入盘中。净瘦牛肉横筋切成薄片。鸡脯片成片。各取用  $\frac{1}{2}$  分别加入少许精盐、料酒和干细淀粉拌匀装盘，再将另  $\frac{1}{2}$  分别加入少许松肉粉（鸡片可不加）、精盐、料酒、辣椒粉、花椒粉、少许干细淀粉和油拌匀，静置半小时后，分别装盘。蕃茄切成片。鲫鱼宰杀后洗净。金钩用温水洗净后用热水泡软。泡红辣椒（50 克）去蒂、去籽后和豆瓣一起剁细，剩下的泡辣椒切成段。泡青菜、泡仔姜都切成颗粒。

2. 味汁调配。①咸鲜味卤汁调配：炒锅置中火上，放入猪化油烧至三成热时，放入姜片、葱段炒出香味，放入鲜汤、鲫鱼烧沸，撇去浮沫，加入精盐、胡椒粉、料酒、味精、金钩、蕃茄烧沸即成。②家常味卤汁调配：炒锅置中火上，放入熟菜油烧至四成热时，放入豆瓣、泡辣椒末、泡辣椒段、泡仔姜、泡青菜、葱段炒香至油呈红色时，依次加入鲜汤、精盐、料酒、醪糟汁、胡椒粉、味精烧沸出香味即成。③味碟调配：用精盐、味精、芝麻油、蒜泥、蚝油调匀，每人1份。

3. 正式烹调。选一鸳鸯火锅，分别将咸鲜味卤汁和家常味卤汁盛入火锅中，上桌点火烧沸。花鲢鱼放在中间，其余原料分为二份，分别放入火锅的两边。有辣椒的一份放在家常味卤汁一边。食用时先下鱼，再烫食其他原料。

#### 操作要领：

1. 花鲢鱼加工后，要拼摆成鱼形，呈“全鱼”状。
2. 家常味卤汁中，泡青菜、泡仔姜的量不能多，以能体现泡菜的风味为度；如果卤汁中“渣”太多，可以将泡青菜、泡仔姜切成片。
3. 咸鲜味卤汁中，蕃茄用来制汤味，其用量不

宜过多，金钩是增加汤汁的风味。

注——

此火锅是在传统鸳鸯火锅的基础上，结合现代烹鱼方法发展变化而来。其口感丰富，原料多样。鱼肉细嫩鲜美，是一种富有风味特色的火锅。

花鲢又名“鳙鱼”、“大头鱼”。

## 鱼丸火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：鲶鱼肉 250 克 鲜虾仁 150 克 鲜鱿鱼 200 克 猪腰 200 克 水发刺参 200 克 鸡脯肉 150 克 豌豆苗 金针菇 蘑菇 乳牛肝菌 小白菜 生菜各 100 克

调助料：微冻猪化油 100 克 鸡蛋清 150 克 水淀粉 50 克 特制清汤 2000 克 精盐 12 克 味精 10 克 料酒 30 克 胡椒粉 3 克 葱段 50 克 姜片 30 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蚝油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。鲶鱼肉去鱼刺、鱼皮，放在干净的菜墩上，用刀先将其拍松，再由轻到重捶成泥茸状，放入碗中，分两次加入清水（约150克）用手搅散，再加入少许精盐、味精、鸡蛋清，用力向一个方向搅匀，再加入微冻的猪化油和水淀粉搅匀，制成质松泡细嫩的鱼糁。鲜虾仁从背部片一刀，再挑去沙线。鲜鱿鱼洗净，片成薄片。猪腰去腰臊，再剖成腰花。水发刺参片成片。鸡脯肉片成薄片。以上各料除鱼糁外，分为二份摆入盘中。豌豆苗、金针菇、小白菜、生菜整洗干净。蘑菇洗净切成片。乳牛肝菌漂洗干净。各料均分装入盘。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置旺火上，放入特制清汤、姜片、葱段烧沸取味后捞出姜、葱，再加精盐、味精、胡椒粉、料酒调味即成。②味碟调配：用精盐、味精、芝麻油、蚝油调匀成蚝油碟，每人1份。

3. 正式烹调。将鱼糁用手挤成直径约2厘米的丸子，放入清汤中用小火煮熟，然后倒入火锅中，上桌点火，配料围在火锅四周，先食部分鱼丸，再烫制其他配料。

操作要领：

1. 重在制鱼糁。鱼糁在捶之前要拍松，捶时由

轻到重，才不现颗粒，筋要排尽，质地才细嫩，各种调料比例要恰当，搅拌时要顺一方向用力搅拌，使鱼糁松泡质嫩，能浮于水面。

2. 煮鱼丸时，鱼丸成形大小要均匀，火力要小，使汤微沸就行，不宜用大火，否则鱼丸冲泡，形状不圆，质地不细腻。

注——

鱼丸火锅在制作上有一定难度，一般用于高档筵席的座汤，汤清澈见底，鱼丸洁白质嫩，营养丰富，易于消化吸收，老幼皆宜。另外鱼丸料不可用草鱼、鲤鱼肉等制成。如果要制成多色鱼丸。例五色鱼丸，可以在调糁时，将五分之一的鱼茸中分别加入蛋黄（黄色）、菠菜汁（绿色）、发菜末（黑色）、胡萝卜末（红色）来调节色彩。制作时注意各种色彩的原料不宜过多。



喂味：指本味不好的干货原料经涨发

后，放入热鲜汤中浸泡，这一操作过程称为“喂味”。其目的是使原料吸收一些鲜汤中的鲜香味，同时也能去除原料中的异味。

## 乌江鱼火锅

味型：怪味（咸、辣、甜、酸、鲜兼之）

原料组配：（供六人食用）

主辅料：净乌江鱼肉 江团鱼肉 鳕鱼肉 草鱼肉各200克 生菜 西兰花 豌豆苗 葱 韭黄各200克 水发粉丝250克 豆腐500克

调助料：泡青菜头250克 干辣椒75克 大甜椒500克 郫县豆瓣100克 鲜汤2000克 姜片50克 料酒75克 白糖200克 醋100克 精盐15克 味精15克 混合油400克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥各1碟

制作程序：

1. 烹前准备。将乌江鱼肉、江团鱼肉、鳕鱼肉、草鱼肉分别片成薄片，摆成风车形，成“四生鱼片”。剩下的鱼头、鱼尾、鱼骨斩成约5厘米见方的块，加入少许精盐、料酒、姜片、葱段码味备用。西兰花洗净，掰成小瓣。韭黄、葱段洗净后切成长段。豌豆苗、生菜整理洗涤干净。豆腐改成大一字条。水发粉丝沥干水分。以上各素菜（豆腐除外）分别装盘成二

份。泡青菜头片成较小的薄片。干辣椒去蒂、去籽入沸水煮软后，捣茸成糍粑辣椒。大红甜椒洗净剁成细末，入坛加盐经发酵，制成有酸味的鲊辣椒。郫县豆瓣剁细。姜拍破。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置中火上，加混合油烧至四成熟时，放入郫县豆瓣、鲊辣椒、糍粑辣椒、姜片一同炒至油红辣椒香时，加入鲜汤、葱段、料酒、精盐、白糖、 $1/2$ 醋烧沸出味后，放入鱼头、鱼骨、豆腐等原料烧沸撇去浮沫，加味精和剩下的醋即成。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蒜泥调匀成味碟，每人1份。

3. 正式烹调。将调好的卤汁及料移至火锅盆内上桌。将四生鱼片及素辅料上桌，由食者自行烫制。

#### 操作要领：

1. 四种鱼肉要新鲜，刀工一致，摆盘美观。
2. 制作鲊辣椒一般是大批制作，成品酸味要足。
3. 制糍粑辣椒时，要将辣椒中的籽去掉，否则火锅中辣椒渣过多，烫制时易粘锅。

#### 注——

此火锅源于贵州民间，从乌江水中取鲜活鱼烹制而成，故名“乌江鱼”。传入四川后，结合火锅的特点，经厨师改进变化而成“乌江鱼火锅”。味道咸、鲜、酸、甜、辣，风味别

具一格。食用时注意添加醋。

## 邮亭鲫鱼火锅

味型：家常味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：鲜活鲫鱼 15 尾（约 1000 克） 鸭肠 200 克 猪腰 100 克 鸡脯肉 100 克 红肠 100 克 冬瓜 150 克 鲜藕 200 克 金针菇 100 克 鲜香菇 150 克 白菜心 100 克 水发粉丝 150 克

调助料：泡仔姜 50 克 泡萝卜 50 克 泡红辣椒 75 克 野山椒 50 克 泡青菜 50 克 葱段 30 克 青椒酱 10 克 花椒 10 克 精盐 12 克 味精 15 克 胡椒粉 3 克 料酒 50 克 猪化油 100 克 熟菜油 2000 克（实耗 500 克） 鲜汤 2500 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 酥花仁碎米 熟芝麻 榨菜 香葱 香菜 熟黄豆粉各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。鲜活鲫鱼去鳞、鳃、肚腹后洗净，用精盐、胡椒粉、姜片、葱段、料酒适量码味。鸭肠洗净斩成长段。猪腰、鸡脯肉片成薄片。红肠切成滚

刀块。冬瓜、鲜藕去皮切成厚约2毫米的薄片。鲜香菇切成四瓣。白菜心撕去筋后掰成小块。金针菇整理洗净。水发粉丝沥干水分。以上各料分别装盘。泡仔姜切成细丝。泡萝卜、泡青菜均切成细丝。泡红辣椒去蒂、去籽切成长5厘米的段。野山椒剁碎。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置旺火上，放入较多的熟菜油烧至七成热时，将鲫鱼搌干水分入锅炸至紧皮时捞出。另用锅置中火上放入400克熟菜油和100克猪化油烧至四成热时，放入泡姜、泡萝卜、泡红辣椒、野山椒、泡青菜、葱段、青椒酱、花椒等料，炒出香味时，加入鲜汤、鲫鱼烧沸，撇去浮沫，再加入胡椒粉、料酒、精盐、味精等调料，待鱼煮至刚熟时即成。②叶碟调配：用精盐、味精、芝麻油、酥花仁碎米、熟芝麻、榨菜粒、香葱花、香菜末、熟黄豆粉调匀，用鱼形碟盘装上，每人1份。

3. 正式烹调。将制好的卤汁倒入盆锅（火锅）中上桌，荤素原料放在火锅四周。待鱼吃完后点火将卤汁烧沸，下各种荤素原料烫熟食用。

#### 操作要领：

1. 鲫鱼要选鲜活的。经加工后码味，码味时咸度不能太重。

2. 鲫鱼下锅前要油炸一下，主要是去异增香，

但油炸不能过度，以紧皮为宜。

3. 各种泡菜质量要好，不能太咸太酸，以当年泡菜为佳。

4. 鲫鱼煮熟要及时上桌，不能煮得太久，否则鲫鱼易碎烂。

注—————

邮亭鲫鱼是近年来发展的新型火锅。来源于重庆大足县邮亭，传闻宋朝工部尚书陈彦钊回乡省亲，路过邮亭，正遇一陈姓酒家卖鲫鱼汤，食后觉得其味鲜香无比，精神倍增，遂挥毫写就“陈鲫鱼”三字，从此“邮亭鲫鱼”名声不胫而走，流传至今。后经改进后以火锅形式上桌，就成了现在的邮亭鲫鱼火锅。



焯水：也称出一水、氽、炟。就是

把经过加工后的原料，放入冷水或热水锅中加热至半熟或刚熟的过程。需要焯水的原料一般是部分蔬菜和一些有血污或有腥、膻、臊异味的肉类原料。

## 参麦甲鱼火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供三人食用）

主辅料：甲鱼 1 只（约 750 克） 人参 1 根 麦冬 20 克 枸杞 10 克 豌豆苗 100 克 鸡枞菌 100 克 蘑菇 150 克 白菜心 100 克 鸡丸 200 克 腰片 200 克

调助料：鸡汤 1500 克 鸡油 30 克 精盐 10 克 味精 8 克 料酒 30 克 姜片 30 克 葱段 30 克 胡椒粉 2 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蚝油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。甲鱼经宰杀后放在沸水中余约 2 分钟捞出，刮洗裙边黑膜和腿上的粗皮，用刀片开壳去内脏、黑膜，用清水洗净，放入沸水锅中焯水，除去血污、异味。人参用温水洗净。麦冬洗净后用沸水浸泡。鸡枞菌、蘑菇洗净后切成片，分别装盘。鸡丸、腰片也装入盘。

2. 味汁调配。①卤汁调配：锅置火上，放入鸡

汤、人参、姜片、葱段、甲鱼、麦冬、枸杞、料酒、胡椒粉烧沸，改用小火炖至甲鱼熟软时加精盐、味精即成。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蚝油调制成为味碟。

3. 正式烹调。将调制好的卤汁和甲鱼料移至连体锅中，上桌点火，四素辅料和鸡丸、腰片分别放在火锅四周，先食甲鱼，再烫食其他辅料。

操作要领：

1. 掌握好甲鱼的初加工方法。初加工时要去净外膜和内脏。甲鱼制熟也可用蒸的方法，成形比炖要好。

注—————

甲鱼能滋补肝肾、凉血，人参补气，麦冬消食，三者结合，对肝肾阴虚、体质虚弱、虚劳咳嗽、气血不足有疗效，是滋补类的珍品。甲鱼也常用于烹制高级筵席的座汤。



码味：又叫“着味”，就是按成菜的

要求，在菜肴烹制前，在原料中加入一定数量的调味品进行基础调味的操作技术。码味的调味品主要是精盐、料酒、葱、姜或香料粉。

## 水龟羊肉火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：乌龟 1 只（约 750 克） 羊肉 750 克  
鲫鱼 5 尾（约 500 克） 肉丸 100 克 猪腰 200 克  
鲜虾仁 100 克 香菜 100 克 鸡腿菇 豌豆苗 白菜  
心各 100 克 白萝卜 200 克

调助料：鲜汤 2000 克 精盐 15 克 味精 10 克  
胡椒粉 3 克 料酒 40 克 葱段 40 克 姜 30 克 猪  
化油 200 克 花椒 3 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 香辣酱各 1 碟

制作程序：

1. 乌龟经宰杀后，入沸水中烫约 2 分钟，去掉脚上的爪和黑皮，除去外壳，取出内脏洗净，再入沸水中余尽血水。羊肉切成约 4 厘米见方的块，入水锅中余尽血污。鲫鱼经初加工后洗净。猪腰片去腰臊后剞成眉毛形（先反刀斜剞，再直刀切成三刀一断的条）。鲜虾仁从背部片开，挑去沙线。鸡腿菇、香菜、豌豆苗、白菜心整理洗涤干净。白萝卜去皮后切成厚

3毫米的片。以上各种原料分别装盘。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炖锅置旺火上，放入鲜汤、龟、羊肉、姜片、葱段、料酒烧沸，撇去浮沫，再放入胡椒粉、花椒、猪化油，改用微火炖至龟肉软熟，羊肉酥烂时即可。②味碟调配：精盐、味精、芝麻油、香辣酱调匀成味碟。

3. 正式烹调。将炖好的龟肉、羊肉连汤一起移至火锅中，加入精盐、味精调味，然后再将各配料上桌，分别放在火锅四周，食时先下鲫鱼，再烫制其他原料。

操作要领：

1. 龟、羊肉异味较重，初步熟处理时，可加入少量料酒、姜、葱压异增香。

2. 火锅上桌前要将龟和羊肉炖至熟透。炖时用微火，保持汤面沸而不腾。

3. 在烫制过程中，要注意添加精盐、味精补充咸鲜味。

注——

乌龟分铜龟和铁龟两种色，前者异味轻，后者异味重，其肉偏补肾阴，羊肉偏补肾阳，配伍应用，有阴阳双补之妙。对于精血不足，肾阳虚衰等人有食疗作用。此火锅用海龟也可，但在加工时，由于海龟较大，要将龟肉切成小块，海龟

质地较老，炖制时间较长，制作时可将海龟血留用，营养也十分丰富。

## 海参羊肉火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：干刺参 500 克 羊肉 750 克 水发鱿鱼  
猪黄喉 猪腰 鳝片各 200 克 猪里脊 150 克 平菇  
金针菇 香菜各 100 克 水发粉丝 150 克 白萝卜  
200 克

调助料：鲜汤 2000 克 精盐 15 克 味精 8 克  
鸡精 8 克 料酒 50 克 胡椒粉 3 克 花椒 3 克 猪  
化油 100 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 香菜 青椒末  
辣椒粉 花椒粉各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。选质硬、肉厚、色正的干刺参入水锅加热，焖约半小时，海参变软时，从海参的腹部进刀将其剖开，去内脏、泥沙洗净，放入清水中加热焖至海参体软时，捞出片成斧楞片；海参片用少量热

鲜汤中浸泡（喂味）备用。羊肉切成约4厘米见方的块，放入沸水锅中焯水，捞出待用。水发鱿鱼、猪里脊片成薄片。猪黄喉切成宽2厘米的长条。猪腰去尽腰臊后片成大而薄的片。鳝鱼洗净改成长段。平菇、金针菇、菠菜、香菜整理洗涤干净。水发粉丝沥干水分。白萝卜去皮切成片。以上各料分装入盘。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炖锅置火源上，放入羊肉、鲜汤、姜片、葱段、花椒、胡椒粉、料酒烧沸，改用微火炖制汤白羊肉熟软时（约3小时），放入沥干水分的海参、精盐、味精、鸡精、猪化油烧沸即成卤汁。②味碟调配：一般用精盐、味精、芝麻油、香菜末、青椒末调匀成味碟。另用小盘加入精盐、味精、辣椒粉、花椒粉调匀成干辣椒粉碟子，放在桌上供食者蘸食。

3. 正式烹调。卤汁调好味后，再稍加热使各料味融合，然后移至火锅中，上桌点火，再上其他配料，先食海参、羊肉，再烫制其他配料。

#### 操作要领：

1. 掌握好涨发海参的软硬程度，不能涨发过度。
2. 海参片入汤锅要在羊肉熟软后放入，同煮一段时间，使相互的味渗透。
3. 精盐、味精要在烹制后期加入，过早加入会



使汤味寡淡、不浓厚。

注——

此火锅属中餐厅新创的汤锅菜肴，一般用于筵席，也可用明炉火锅的形式零售。海参能益精血、补肾气、定阴阳双补之品，配上羊肉同烹，能壮阳疗痿，对于肾虚阳痿者有食疗作用。也可以用鲜海参，但味不如干海参浓厚。

火

锅

193

正宗川菜系列丛书

## 火 锅 牛 蛙

味型：咸鲜味

原料组配：（供五人食用）

主辅料：牛蛙 1500 克 独蒜 200 克 鸡脯肉 150 克 鱼肉 200 克 猪里脊 150 克 鲜鱿鱼 200 克 鲜虾仁 100 克 鲜香菇 冬笋 金针菇 豌豆苗 波菜 龙须生菜 西生菜各 100 克 青笋 鲜藕各 200 克 水发粉丝 150 克

调助料：精盐 10 克 味精 12 克 鸡汤 2000 克 料酒 40 克 姜片 30 克 葱段 50 克 胡椒粉 3 克 猪化油 150 克

味碟料：海鲜酱 精盐 味精 芝麻油 蚝油各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。牛蛙经宰杀后撕去外皮，去内脏、头、腿、爪洗净后，斩成约3厘米见方的块。独蒜去皮洗净，大的切成两瓣，用热油炸至皱皮捞出备用。鸡脯肉、鱼肉、猪里脊、鲜鱿鱼分别片成片。鲜虾仁挑去沙线。鲜香菇去蒂洗净切成四瓣。冬笋片成片。金针菇、豌豆苗、菠菜、龙须生菜摘除黄、老叶，整理洗涤干净。西生菜掰成小块洗净。青笋、鲜藕去皮切成片。水发粉丝沥干水分。以上原料，除牛蛙、独蒜外，其余各料分别装盘摆好。

2. 味汁调配。①卤汁调配：砂锅置中火上，放入猪化油烧至四成热时，加入姜片、葱段炒出香味放入鸡汤、胡椒粉、料酒、大蒜烧沸出味，再放入牛蛙烧沸约5分钟即成。②味碟调配：将精盐、味精、芝麻油、海鲜酱拌匀成味碟，每人1份。蚝油根据自己喜好随意添加。

3. 正式烹调。将牛蛙、大蒜及卤汁移至锅内，加入精盐、味精上桌点火，上配料置火锅周围，任意烫制食用。

#### 操作要领：

1. 大蒜要煮耙后才能上桌。牛蛙不耐热，不能煮得过久，否则易碎。
2. 食用时注意添加精盐和鸡汤。

注

蛙肉蛋白质含量较高，肉纤维短，制成火锅汤鲜味美，质细嫩爽口。蛙肉还能补虚益胃，对营养不良、身体虚弱、食欲不振者有益。

## 海味什锦火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：水发鱼翅 50 克 水发鱼肚 150 克 水发鲍鱼 100 克 水发海参 水发鱿鱼 水发蹄筋各 150 克 金钩 200 克 干贝 200 克 鲜虾仁 150 克 水发香菌 水发冬笋 熟鸡肉各 100 克 豌豆苗 生菜 金针菇 平菇 龙须生菜各 100 克 水发粉丝 300 克

调助料：鸡汤 2000 克 精盐 10 克 胡椒粉 4 克 味精 10 克 鸡精 8 克 料酒 50 克 姜片 50 克 葱段 50 克 猪化油 200 克 芝麻油 10 克

味碟料：精盐 味精 海鲜酱 蚝油 芝麻酱各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。水发鱼翅用鲜汤浸泡。水发鱼肚改成6厘米见方的片。水发鲍鱼片成薄片。水发海参片成斧楞片。水发鱿鱼片成片。水发蹄筋切成条。金钩、干贝用温水洗净。水发香菌、水发冬笋、熟鸡肉片成片。以上各料用盛器装好备用。豌豆苗、金针菇、平菇（撕成条）、龙须生菜、生菜整理洗涤干净，分别装入盘中。水发粉丝沥干水分装盘。

2. 味汁调配。①卤汁调配：砂锅置中火上，放入猪化油烧至四成熟时，放入姜片、葱段炒香，再加入鸡汤、精盐、料酒、胡椒粉、味精、鸡精、鱼翅、鲍鱼、海参、鱿鱼、蹄筋、金钩、干贝、香菌、冬笋、熟鸡片、鱼肚烧沸一会儿，使各种原料的滋味相互融合即成。②味碟调配：用精盐、味精、芝麻油、海鲜酱、蚝油调匀即成。另外还可以在桌上放上两个干辣椒粉、花椒粉碟子，供好麻辣者蘸食。

3. 正式烹调。将锅中各种原料及卤汁移至火锅（选一酒精火锅为宜）中，加入芝麻油置于桌中央，点火即可食用，待食用到后期可将素配原料上桌放在火锅周围，供食者烫食。

#### 操作要领：

1. 各种海味原料在涨发时要控制好程度，既要涨发透，又不能涨发过度。有异味的和无本鲜味的海



味原料在下锅前还需用鲜汤浸泡，使之吸收部分鲜汤中的鲜香味。

2. 装锅时要将香菌、冬笋、熟鸡片、鱼装在下层，最上面放上鱼肚、鱼翅、鲍鱼等料，其余的放在中间。

注—————

海味什锦火锅选择的都是干货原料，它们经涨发后具有一种特殊风味，将其聚集一起烹制而成菜，其味更浓醇厚。

## 海鲜火锅

味型：咸鲜味 麻辣味

原料组配：（供八人食用）

主辅料：活基围虾 500 克 活肉蟹 1000 克 活花螺 500 克 鲜贝 200 克 鲜鱿 300 克 鲜海参 300 克 三纹鱼肉 200 克 鲈鱼 1 尾（约 750 克） 鳗鱼 500 克 青口 文蛤各 400 克 鲜带子 螺子 扇贝 各 300 克 海蜇 生菜 冬笋 香菇 蒜苗 豌豆苗 水发粉丝各 200 克

调助料：

清汤卤汁料：清汤 1500 克 精盐 12 克 味精 8

克 胡椒粉 3 克 料酒 30 克 姜片 30 克 葱段 50 克 猪化油 150 克

红汤卤汁料：鲜汤 1500 克 郫县豆瓣 100 克 干辣椒 75 克 花椒 30 克 姜 30 克 豆豉茸 20 克 料酒 30 克 酸糟汁 50 克 五香料 50 克 葱段 30 克 熟菜油 300 克 牛油 100 克 精盐 10 克 味精 12 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥 海鲜酱  
蚝油 生抽 醋 生菜油 青尖椒 野山椒各 1 碟  
制作程序：

1. 烹前准备。活基围虾洗净装入大凹盘，用温毛巾盖住。肉蟹撬开外壳后摘去内脏，洗净泥沙，斩去蟹爪尖，每只用刀改成 6 至 8 块，放在盘中摆成四蟹形。花螺洗净取出肉，切成片摆盘成风车形。鲜贝装盘。鲜鱿剞成麦穗卷装盘。鲜海参、三纹鱼洗净片成片。分别装入三个盘内。鲈鱼经初加工后，去头、尾、脊骨取净鱼肉片成薄片装盘。鳗鱼经初加工后，去头、尾和脊椎骨片成厚约 0.2 厘米的片，摆在盘内。青口、文蛤、鲜带子、蛏子、扇贝在清水中饲养 1 天后装盘。海蜇洗净切成条。生菜、冬笋和香菇切成片。蒜苗切成段。豌豆苗洗涤干净装盘。粉丝装盘。

2. 味汁调配。①清汤卤汁调配：炒锅置旺火上，

放入清汤、料酒、姜片、葱段、胡椒粉和鲈鱼骨烧沸出味（捞出鲈鱼骨），再加精盐、味精、猪化油即调成清汤卤汁。②红汤卤汁调配：先将干辣椒去蒂、去籽入沸水中煮软，捞出和花椒（热水泡软）一起剁细成末。五香料绞成细末。姜剁细。炒锅置中火上，放入熟菜油、牛油烧至四成熟时，放入郫县豆瓣、剁细的辣椒、花椒细末、姜米、葱段一起入锅炒至香味浓时，放入鲜汤、料酒、醪糟汁、精盐、五香料末烧沸出味，待锅内香味四溢时，加味精，用漏勺将锅中的豆瓣、辣椒等渣子捞出，即成无渣卤汁。③味碟调配：精盐、味精、芝麻油、蒜泥调匀每人1份，海鲜酱、蚝油、酱油、醋分别装入味碟上桌，由食者决定添加或蘸食。青尖椒、野山椒去蒂剁细，加入精盐、味精、生菜油拌匀，装入4个小碗，置于桌的四方，方便食者添加蘸食。

3. 正式烹调。选一鸳鸯锅，分别装入清汤卤汁和红汤卤汁，点火烧沸。各种原料上桌摆在火锅周围。由食者挟原料入卤汁中烫制食用。

操作要领：

1. 吃海鲜就是要突出鲜味，各种海鲜原料要求新鲜无异，最好都是鲜活的，保证原料质量。
2. 要区分对待各种海鲜的初加工，熟悉各原料

初加工的方法。

3. 为了烫制方便，红汤卤汁中的渣要去尽，成为无渣汤卤。在滤渣前，各调料的味要熬至在汤卤汁中，这样汤卤汁的味才鲜香浓厚。

注——

此火锅原料选择的全是鲜活海味原料，原料的本味较好，制作时一般都选以清淡的咸鲜味型来突出原料的本鲜味。为了丰富食者的口感，在此基础上再配以较浓厚的麻辣味卤汁同烫食用，不但丰富了味感，还有别具一格的风味。

## 白肉（连锅）火锅

味型：咸鲜味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：带皮猪坐臀肉 1000 克 油炸肉丸子 200 克 猪腰 250 克 熟猪肚 100 克 熟猪舌 100 克 熟猪心 100 克 水发鱿鱼 200 克 白萝卜 1000 克 金针菇 100 克 豌豆苗 100 克 平菇 鸡毛菜 粉丝 各 100 克

调助料：精盐 15 克 味精 10 克 胡椒粉 2 克 料酒 40 克 姜片 40 克 葱段 40 克 花椒 2 克 猪

骨汤 2000 克 猪化油 150 克

味碟料：干辣椒 30 克 花椒 10 克 郫县豆瓣 50 克 精盐 3 克 味精 6 克 芝麻油 20 克 熟菜油 50 克

制作程序：

1. 烹前准备。带皮猪坐臀肉刮洗干净，入锅加猪骨汤烧沸，撇去浮沫放入姜片、葱段、整花椒（2 克）、料酒煮至刚熟时捞出，冷却后切成约长 10 厘米的薄片。猪腰去腰臊后切成薄片。水发鱿鱼洗净后片成片。金针菇、豌豆苗、平菇、瓢儿白摘洗干净。粉丝用热水泡软。以上各料，除白肉和萝卜外，分成两份分别装入盘内。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置旺火上，放入煮肉的汤和萝卜片煮至熟软，放入白肉片、精盐、味精、胡椒粉、猪化油即成。②味碟调配：先将干辣椒去蒂、去籽切成段，放入三成热油锅中炒至棕红色，再放花椒同炒至香，捞出冷却后铡成细末。另用炒锅置中火上，放熟菜油烧至四成热时，再放入郫县豆瓣（剁细）炒至油呈红色时，放入铡细的辣椒、花椒末炒匀，出锅加入精盐、味精、芝麻油拌匀，每人 1 碟。

3. 正式烹调。将装有萝卜和白肉的锅置于桌中

央，或将萝卜和白肉移至火锅内。点火烧沸，其余配料分放在两端，由食者挑选烫食。

### 操作要领：

1. 选料要精。猪肉要用带皮的坐臀肉，此部位的肉肥瘦相连，质地细嫩。萝卜选质嫩不空心的白萝卜。

2. 肉煮至刚熟为好，片成极薄的片，要求白肉片形整不烂。

### 注——

白肉火锅是在连锅汤的基础上发展而来的，可以用萝卜和白肉作锅底料，也可用菜头和白肉作锅底料，连菜带锅一起上桌。味碟以炒香的豆瓣油碟为主，也可用香辣酱。好麻辣者可以在味碟中加入铡细的干辣椒、花椒末。



一字条：一般分大一字条和小一字条

两种。大一字条是长约 6 厘米，粗为 1.2 厘米见方的条。小一字条是长约 5 厘米，粗约 1 厘米见方的条。

## 酸菜白肉火锅

味型：咸酸味

原料组配：（供四人食用）

主辅料：带皮猪坐臀肉 750 克 净瘦牛肉 羊肉各 200 克 泡青菜 350 克 鸡脯肉 150 克 蘑菇 木耳 豌豆苗 冬瓜各 100 克 水发粉丝 200 克

调助料：鲜汤 2000 克 精盐 10 克 味精 12 克 料酒 50 克 花椒 5 克 芽菜末 30 克 胡椒粉 4 克 姜片 20 克 蒜片 30 克 猪化油 200 克

味碟料：红油 酱油 醋 精盐 味精 芝麻油 香菜末各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。带皮猪肉刮洗干净，放入锅中加水用旺火烧沸，去掉浮沫后，改用小火将其煮至断生捞出晾冷后，切成长约 10 厘米的薄片。净瘦牛肉、羊肉去尽筋络，片成薄片。泡青菜片成长 5 厘米的薄片。鸡脯肉片成薄片。蘑菇、木耳、冬瓜整理、洗涤干净后切成片。豌豆苗摘除老叶洗净。水发粉丝沥干水分。以上各料分别装盘。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置火上，放入猪化油烧至五成热时，放入部分泡青菜、姜片、蒜片、芽菜末、花椒炒香，加入鲜汤、料酒、精盐、味精、胡椒粉烧沸出味即成。②味碟调配：用红油、酱油、醋、味精、精盐、芝麻油、香菜末调匀，每人1碟。

3. 正式烹调。将调好味的泡菜卤汁舀入火锅中，上桌点火，配料分别放在火锅四周，随意涮食。

#### 操作要领：

1. 猪肉要选肥瘦相连紧密的带皮坐臀肉，切片要求大而薄。

2. 在烫制过程中，卤汁酸味不足时，可随时加入泡青菜片，以突出其泡菜风味，泡青菜在选择上不能用陈年老泡菜，因其味太酸。

注——

此火锅在酸菜汤的基础上结合白肉火锅发展而来，其味有泡菜的微酸味，能醒酒开胃，佐酒助餐，四季皆宜。在制作时还可加入泡姜、泡红辣椒，增加其泡酸菜的风味。



黄喉：猪、牛的主动脉血管。

## 火 锅 排 骨

味型：家常味

原料组配：（供六人食用）

主辅料：猪肋排骨 1500 克 猪腰 250 克 猪脑花 3 副 猪里脊 200 克 猪肝 200 克 猪肚头 150 克 猪心 1 个 水发猪蹄筋 250 克 鸡翅尖 200 克 冬瓜 250 克 鲜藕 200 克 花菜 200 克 白菜心 100 克 豌豆苗 100 克 猪血旺 300 克 红苕粉丝 150 克

调助料：肉汤 2000 克 郫县豆瓣 150 克 干辣椒粉 30 克 花椒 20 克 姜片 40 克 葱段 30 克 料酒 50 克 冰糖 20 克 精盐 10 克 味精 12 克 八角 2 个 熟菜油 200 克 牛油 100 克

味碟料：精盐 味精 芝麻油 蒜泥各 1 碟

制作程序：

1. 烹前准备。猪肋排骨洗净，放在墩子上斩成长 6 厘米的段，放入沸水锅中焯水，捞出备用。猪腰去膜洗净，对剖后片去腰臊，再片成厚约 1 毫米的薄片。猪脑花用清水浸泡后，撕去外部的膜层，再用刀切成四瓣。猪里脊、猪肝、猪心切成薄而大的片。猪

肚头去尽筋络后，直刀剞成十字花刀，再改成菱形块。鸡翅尖去净残毛洗净。水发蹄筋改成一字条。冬瓜鲜藕去皮后切成片。花菜用刀切成小朵洗净，白菜心、豌豆苗洗净。猪血旺切成2.5厘米见方的块。红苕粉用热水泡软。以上各料，除排骨外均分成两份装入盘中。

2. 味汁调配。①卤汁调配：炒锅置于中火上，放入熟菜油、牛油烧至四成熟时，加入剁细的郫县豆瓣、辣椒粉、花椒、姜片、葱段、八角炒匀至香时，加肉汤、料酒、冰糖、精盐、排骨烧沸，改用小火烧至排骨八成熟软即成。②味碟调配：精盐、味糖、芝麻油、蒜泥调匀成味碟，每入1份，还可以加入鸡蛋清。

3. 正式烹调。将烧至八成熟软的排骨及卤汁倒入火锅中，点火加热，烧沸后便可捞出排骨食用。其余配料围摆在火锅四周，任食者挑选烫食。

五熟釜：釜是一种古代的锅，能中分五格，可同时调出五种不同的味汁。



### 操作要领：

1. 排骨在选择时要选肉多的肋骨，斩成大小均匀的节，焯水以除去血水为度。入锅烧制时不能太烂，否则骨肉易分离。
2. 烫制鸡翅尖、蹄筋、脑花可以先下锅煮至熟透再食用。
3. 其余的荤素则可用筷子挟住烫食。特别是肚头花烫制时以刚熟为好，过老则不脆嫩。

注——

此火锅属家常品种，辣味适中，味厚鲜香，较为普遍，在全国各地均较流行，原料以猪身上的为主，经济实惠。好麻辣者，在制作时可适当加入干辣椒、花椒和豆豉，使味更加浓厚麻辣。



二流骨牌片：是长约5厘米，宽约2厘米，厚约0.3厘米的长方片。