

目 录

序言

食在潮汕

- 中国茶道 秦 牧(1)
- 潮汕鱼丸 陈焕展(7)
- 潮汕美食谈 雷 铎(11)
- 番薯赋 欧阳芸(15)
- 草粿之歌 蔡金才(18)
- 豆香醉人话花生 陈致和(20)
- 饮茶潮州未能忘 丘陶亮(23)
- 少吃多知味 李前忠(26)
- 夜逛小食摊 林奕昆(29)
- 海味三题 陈焕溪(31)
- 海味佳肴——日月蚝 林典威(34)
- 芋泥碎语 陈 放(36)
- “南国”风味浅酌记 杨群勇(49)
- 凤眼鲑 萧业亮(41)
- 护国菜 陈弼荣(44)
- 古楼山名芋 郑肫仁(46)
- 渔邨火锅美 欧阳芸(49)
- 此处潮菜数正宗 欧阳芸(51)
- “功德林”素菜别具风味 陈焕展、江 晓(53)
- 果蔬小食皆精品 陈耿之(55)

茶趣	魏清朝(57)
故乡的鼠壳草	王史风(60)
家制陈皮分外香	蔡景亮(63)
中秋芋“翻砂”	杨树填(65)
河婆的碗板	张大飞(67)
香甜的姜薯汤	蔡金才(69)
潮汕朥糕	刘小佩(71)
漫话“食桌”	罗英超(73)
菜谱	

潮菜:

1. 韩江海鲜拼盘	(75)	17. 龙腾碧海	(84)
2. 龙凤呈祥	(75)	18. 红焖海参	(84)
3. 鸳鸯焗龙虾	(76)	19. 鸡茸海参	(85)
4. 生煎龙虾	(76)	20. 翠绿石斑卷	(86)
5. 清官炖水鱼	(77)	21. 白灼响螺	(86)
6. 红焖水鱼	(78)	22. 芙蓉元贝	(87)
7. 红炖龟裙	(78)	23. 清干贝丸	(87)
8. 金华烧蚶	(79)	24. 百花酿鱼鳔	(88)
9. 明炉烧蟹	(79)	25. 青龙过海	(88)
10. 清汤蟹丸	(80)	26. 炸荷包鱿	(89)
11. 凉冻蟹钳	(81)	27. 酸菜白鳧	(89)
12. 芙蓉蒸骨蟹	(81)	28. 酿金钱鳧	(90)
13. 芙蓉菊蟹	(81)	29. 冰晶碧玉	(91)
14. 清蒸大蟹钳	(82)	30. 百花琵琶虾	(91)
15. 干烧蟹塔	(82)	31. 干炸虾筒	(92)
16. 红炖鱼翅	(83)	32. 花香鸟语	(93)

33. 喜鹊戏梅	(94)	46. 油泡酥肚把	(101)
34. 炒腰果虾球	(94)	47. 饮水晶田鸡	(102)
35. 炸金钱虾盒	(95)	48. 焖三仙菜胆	(103)
36. 西湖菊花鱼	(95)	49. 百花白玉卷	(103)
37. 炸网油鱼	(96)	50. 碧绿豆腐盖	(104)
38. 蟹黄石榴鸡	(97)	51. 绣球白菜	(104)
39. 豆酱焗鸡	(97)	52. 天河素菜(护国菜)	
40. 拔螺鸡	(98)	(105)
41. 美味薰香鸡	(99)	53. 厚菇芥菜	(106)
42. 金凤下凰	(99)	54. 绉纱芋泥	(106)
43. 焖三仙鹤掌	(100)	55. 金瓜银杏	(107)
44. 出水芙蓉鸭	(100)	56. 炸翻沙芋	(108)
45. 普宁豆酱烧骨	(101)		

点心:

1. 潮州蒸粉粿	(108)	6. 翠绿鲜虾筒	(110)
2. 五果姜薯桃	(109)	7. 蚝油焖凤爪	(111)
3. 千层鸡蛋挞	(109)	8. 绿茵玉鹅饺	(111)
4. 富鲜玉兔饺	(110)	9. 像生海棠果	(112)
5. 碧绿水晶包	(110)		

小食:

1. 韭菜粿	(112)	4. 厚酥蚝烙	(114)
2. 新兴牛肉丸	(113)	5. 炒糕粿	(114)
3. 潮汕鱼丸	(113)		

广州菜：

1. 百花雀巢..... (115) 3. 牛油焗香螺..... (116)
2. 乐环碎甫..... (115) 4. 彩凤新巢..... (116)

- 名录..... (118)
后记..... (130)

杨启霖潮州文化研究中心

Yeo Khee Lim Teochew Culture Research Centre