

ICS 67.020

CCS X 10

DB3212

泰州市地方标准

DB3212/T 1129—2023

溱湖蟹食单制作规范

Qinhu crab menu production specifications

2023-09-11 发布

2023-09-11 实施

泰州市市场监督管理局 发布

前 言

本文件按照 GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

本文件由泰州市烹饪餐饮行业协会提出。

本文件由泰州市商务局归口并组织实施与监督。

本文件起草单位：泰州市烹饪餐饮行业协会、泰州市溱湖绿洲旅游投资有限公司。

本文件主要起草人：方培力，阎继山，曾正林，陈奇。

溱湖蟹食单制作规范

1 范围

本文件规定了溱湖蟹食单制作技艺的原料及浸泡容器要求、构成、制作过程和工艺、成品要求。本文件适用于溱湖蟹宴的制作、加工过程。

2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

GB/T 1355 小麦粉
GB 2707 食品安全国家标准 鲜（冻）畜、禽产品
GB 2716 食品安全国家标准 植物油
GB 2717 食品安全国家标准 酱油
GB 2719 食品安全国家标准 食醋
GB 2720 食品安全国家标准 味精
GB 2721 食品安全国家标准 食用盐
GB 4806.4 食品安全国家标准 陶瓷制品
GB 5749 生活饮用水卫生标准
GB 10146 食品安全国家标准 食用动物油脂
GB 13104 食品安全国家标准 食糖
GB 17323 瓶装饮用纯净水
GB/T 17946 地理标志产品 绍兴酒（绍兴黄酒）
GB/T 30383 生姜
GB 31602 食品安全国家标准 干海参
GB 31637 食品安全国家标准 食用淀粉
GB 31654 食品安全国家标准 餐饮服务通用卫生规范
DB32/T 2739 溱湖河蟹生产技术规程
SB/T 10371 鸡精调味料
SB/T 10416 调味料酒

3 术语和定义

本文件没有需要界定的术语和定义。

4 原料及浸泡容器要求

DB3212/T 1129—2023

- 4.1 小麦粉应符合 GB/T 1355 的规定。
- 4.2 猪肉及禽类产品应符合 GB 2707 的规定。
- 4.3 色拉油、调和油及各类食用植物油应符合 GB 2716 的规定。
- 4.4 酱油应符合 GB 2717 的规定。
- 4.5 食醋应符合 GB 2719 的规定。
- 4.6 味精应符合 GB 2720 的规定。
- 4.7 食用盐应符合 GB 2721 的规定。
- 4.8 圆陶罐应符合 GB 4806.4 的规定。
- 4.9 烹调及原料初加工用水应符合 GB 5749 的规定。
- 4.10 生、熟猪油应符合 GB 10146 的规定。
- 4.11 白糖应符合 GB 13104 的规定。
- 4.12 纯净水应符合 GB 17323 的规定。
- 4.13 黄酒应符合 GB/T 17946 的规定。
- 4.14 生姜应符合 GB/T 30383 的规定。
- 4.15 干海参及其涨发品应符合 GB 31602 的规定。
- 4.16 烹任用各类干、湿淀粉应符合 GB 31637 的规定。
- 4.17 螃蟹产品应符合 DB32/T 2739 的规定。
- 4.18 鸡精调味料应符合 SB/T 10371 的规定。
- 4.19 料酒应符合 SB/T 10416 的规定。

5 溱湖蟹食单构成

- 5.1 主要菜品 12 道：十八灶冰蟹(生醉)、四阿姐醉蟹(熟醉)、生焗蟹、香辣蟹、面拖蟹、蟹粉全家福、双壳童子蟹、蟹黄狮子头、蟹酿橙、盐焗蟹、芦花蟹斗、蟹黄粉丝煲。
- 5.2 汤羹 1 道：蟹黄豆腐羹。
- 5.3 点心 2 道：蟹黄银丝烧卖、蟹黄肉包。
- 5.4 主食 3 道：蟹黄面疙瘩、蟹黄油拌面、蟹饼。
- 5.5 每道菜宜以 10 人量备料。
- 5.6 溱湖蟹食单菜品图片见附录 A，蟹食单菜品寓意及简介见附录 B。

6 溱湖蟹食单制作过程和工艺

6.1 主要菜品

6.1.1 十八灶冰蟹(生醉)

6.1.1.1 原料

- a) 主料：溱湖簕蟹 1250 克（10 只，2.5 两/只）。
- b) 辅料：葱 10 克、生姜片 10 克、纯净水 1500 克。
- c) 调料：桂皮 5 克、小茴香 5 克、香叶 5 克、绍兴黄酒 500 克、白糖 40 克、食用盐 50 克、老抽 50 克、生抽 10 克。

6.1.1.2 制作方法

- a) 清洗河蟹。用刷子将河蟹肚脐里面的污物洗刷干净，清洗备用。
- b) 泡制料汁。锅内倒入 1500 克纯净水，加入生姜片 10 克、葱 10 克、桂皮 5 克、小茴香 5 克、香叶 5 克；待锅中水烧开，放入白糖 40 克、食用盐 50 克、老抽 50 克、生抽 10 克；倒入绍兴黄酒 500 克，搅拌均匀，形成泡制的料汁，放凉备用。
- c) 入罐浸泡。准备一个高 30 厘米、直径 20 厘米的圆陶罐，将泡制的料汁倒入罐中，放入洗净的河蟹，盖好，用保鲜膜密封罐口，冷藏温度 0℃~8℃，浸泡 36 小时后即可食用，并宜于开食后 48 小时内食用完毕。

6.1.1.3 成品要求

酒香浓郁，冰鲜味美。

6.1.2 四阿姐醉蟹（熟醉）

6.1.2.1 原料

- a) 主料：溱湖簕蟹 100 只（125 克至 150 克/只）。
- b) 辅料：优等黄酒 4000 克，生抽 5000 克，白酱油 10000 克，小粒冰糖 7500 克，纯净水 5000 克，香水柠檬 5 只，八角 30 克，桂皮 20 克，花椒 20 克，香叶 30 克，话梅 50 克，陈皮 50 克，生姜 1000 克，葱 1000 克。

6.1.2.2 熬制卤汁

将柠檬与生抽、白酱油、冰糖、纯净水、八角、桂皮、花椒、香叶、话梅、陈皮、葱、生姜 500 克等调料一并放入大桶中，一起煮 90 分钟，然后倒入花雕酒改用小火再煮 30 分钟，煮开后关火放凉。

6.1.2.3 制作方法

- a) 蒸蟹。将蟹放姜片 500 克，放入蒸箱或蒸屉上，蒸汽蒸或水开后中小火蒸 15 分钟至 18 分钟，直至成熟。
- b) 入箱冷藏。将蒸熟的蟹浸泡在放凉的卤汁内，用食品箱分装，卤汁淹没螃蟹 1 厘米，放入冰箱。冷藏温度为 0℃~8℃，24 小时后即可食用。
- c) 冷藏后的熟醉蟹宜在开食后 48 小时内食用。

6.1.2.4 成品要求

明亮剔透，色如琥珀朝霞。蟹肉细腻鲜美，酒味浓郁芬芳，呈咸甜鲜香复合味。

6.1.3 生焗蟹

6.1.3.1 原料

- a) 主料：溱湖簕蟹公蟹 875 克至 1000 克（5 只，3.5 两/只至 4 两/只）。
- b) 辅料：生姜 30 克、小葱 30 克。
- c) 调料：优等黄酒 200 克、纯净水 350 克、食用盐 10 克。

6.1.3.2 制作方法

- a) 备齐锅具。准备直径 40 厘米大砂锅 1 个，卡式气炉 1 个，将砂锅清洗干净。

- b) 清洗河蟹。将备好的公蟹洗刷干净备用。
- c) 刀工处理。将公蟹从蟹壳中间一分为二竖切，分为两半。生姜切成6厘米长、2毫米宽的片状，小葱切成6厘米长的段状。
- d) 放入砂锅。将葱平铺在砂锅底部，上面再铺入切好的的姜片，放入簕蟹，切面朝下、蟹腿朝上，依次排好；撒上食用盐，倒入纯净水，淋入黄酒，盖上砂锅盖。
- e) 中火烧焗。砂锅置于卡式炉上烧制，先大火烧开，改为中火烧焗10分钟后即可食用。

6.1.3.3 成品要求

蟹壳金黄，蟹肉鲜嫩，原汁原味，香气扑鼻。

6.1.4 香辣蟹

6.1.4.1 原料

- a) 主料：溱湖簕蟹750克（5只，3两/只）。
- b) 辅料：蒜米10克、生姜10克、小葱10克、香菜段5克、白芝麻2克。
- c) 调料：盐2克、味精3克、白糖4克、生抽10克、香辣酱50克、香叶1克、桂皮2克、八角2克、花椒粒5克、啤酒250克、色拉油1000克、菜籽油50克、干辣椒段5克。

6.1.4.2 制作方法

- a) 清洗加工。将准备好的蟹洗刷干净，从蟹壳中间一分为二竖切，香菜切成3厘米的段状。
- b) 入锅油炸。取锅倒入1000克色拉油，当油温升至6成热，倒入切好的簕蟹，油炸30秒后沥油捞出。
- c) 煸炒小料。另取锅烧热，倒入菜油50克，将生姜片、小葱、蒜米、香辣酱倒入锅中煸出香味。再将干辣椒、香叶、桂皮、八角、花椒粒倒入锅内，大火煸炒。
- d) 烧制成熟。锅内加入适量清水，放入炸好的蟹段，水漫过蟹身，放入生抽，中火烧5分钟。加入盐、味精、白糖调味，再用大火烧3分钟至成熟入味。
- e) 出锅装盘。将烧好的香辣蟹装入盘中，撒入白芝麻，放上香菜即可。

6.1.4.3 成品要求

麻辣鲜香，色泽诱人。

6.1.5 面拖蟹

6.1.5.1 原料

- a) 主料：溱湖簕蟹500克（5只，2两/只）。
- b) 辅料：面粉250克、毛豆米20克、生姜6克、葱6克、清水150克。
- c) 调料：食用盐5克、生抽10克、料酒50克、菜籽油200克。

6.1.5.2 制作方法

- a) 清洗加工。将准备好的蟹洗刷干净，从蟹壳中间一分为二竖切。
- b) 调制面糊。碗内加清水150克、食用盐2克、面粉250克搅拌，调成稍厚的糊状。
- c) 蘸糊油炸。取锅烧热，放入150克菜油，油温烧至180度。将簕蟹切面部分沾上面糊，依次下锅，煎炸1分钟至底部金黄。

- d) 烧熟入味。另取锅烧热，倒入 50 克菜油，放入生姜、葱煸炒出香味。将煎好的蟹放入锅中，依次排好。倒入清水，漫过蟹身，放入毛豆米、食用盐、生抽，大火烧 6 分钟收汤，汤汁浓稠即可。

6.1.5.3 成品要求

汤汁浓稠，面香蟹鲜。

6.1.6 蟹粉全家福

6.1.6.1 原料

- a) 主料：蟹黄蟹肉 150 克、鱼圆 150 克、肉圆 250 克、泡发鱼肚 200 克、蛋饺 250 克、泡发蹄筋 250 克、水发海参 100 克、河虾 20 克、鸽蛋 6 只。
- b) 辅料：姜米 5 克、小青菜心 50 克、水发木耳 30 克、净竹笋 30 克。
- c) 调料：食用盐 6 克、味精 3 克、鸡精 2 克、白砂糖 1 克、菜油 30 克、猪油 20 克、高汤 1000 克。

6.1.6.2 制作方法

- a) 配料焯水。取锅倒入清水烧开，将鱼圆、肉圆、蹄筋、海参、木耳、竹笋放入开水中焯水 1 分钟捞出沥水。
- b) 煸炒蟹黄。取锅烧热，放入菜油、猪油，加入姜米炒香，将蟹黄蟹肉加入锅内煸炒。
- c) 加汤烧制。倒入高汤，将焯好水的鱼圆、肉圆、蹄筋、海参、木耳、竹笋一并入锅烧开。
- d) 调味成熟。放入蛋饺、鸽蛋，改用大火再烧 3 分钟，加入盐、味精、鸡精、白糖调味即可。

6.1.6.3 成品要求

蟹香料足，汤鲜味美，入口滑爽。

6.1.7 双壳童子蟹

6.1.7.1 原料

- a) 主料：双壳童子蟹 10 只（每只重 90-100 克）。
- b) 辅料：葱 10 克、生姜 20 克。
- c) 调料：料酒 10 克、香醋 100 克、生姜米 20 克。

6.1.7.2 制作方法

- a) 捆扎装盘。将准备好的双壳童子蟹洗刷干净，用香茅草扎好，放入腰盘或圆盘中依次排列。
- b) 切配辅料。生姜 10 克切成 6 厘米长、2 毫米宽的片状，10 克切成姜米，小葱切成 6 厘米长的段状，平铺至双壳童子蟹上面。
- c) 放入蒸箱。盘中淋入料酒，放入蒸箱蒸 15 分钟。
- d) 配置蘸料。另取小碗，倒入香醋、生姜米作为蘸料。
- e) 取蟹食用。将蒸好的童子蟹取出，与蘸料一同上桌食用。

6.1.7.3 成品要求

蟹肉饱满，鲜嫩独特。

6.1.8 蟹黄狮子头

6.1.8.1 原料

- a) 主料：五花猪肉 750 克，蟹黄蟹肉 300 克。
- b) 辅料：生姜 100 克、葱 100 克、青菜 200 克、鸡蛋 2 个。
- c) 调料：食用盐 10 克，味精 10 克、白糖 2 克。

6.1.8.2 制作方法

- a) 粗切肉末。将五花肉改刀切丁，捣碎成肉末。
- b) 加工辅料。青菜去掉外衣，留菜心备用。生姜切片拍松，与葱一同放入碗内，加清水浸泡成姜葱汁。
- c) 搅拌肉馅。将肉末倒入盆中，加盐、糖、味精、鸡蛋、姜葱汁、蟹黄搅拌均匀。
- d) 成型入锅。取砂锅 1 只，注入清水 1000 克，将和好的蟹黄肉末用手挤捏成一个个直径 5 厘米圆形狮子头，依次余入砂锅内。
- e) 小火慢炖。先大火烧开，然后改为小火慢炖 3 小时，最后加入菜心炖 3 分钟即可。

6.1.8.3 成品要求

外形浑圆，口感软糯，入口即化。

6.1.9 蟹酿橙

6.1.9.1 原料

- a) 主料：鲜橙 10 只，蟹黄蟹肉 200 克。
- b) 辅料：生姜末 5 克。
- c) 调料：盐 4 克，糖 5 克，黄酒 20 克，菜油 5 克，猪油 3 克。

6.1.9.2 制作方法

- a) 去盖掏空。将橙子一头横切去盖，中间掏空成碗状，排列盘中。
- b) 橙肉切丁。将橙肉 300 克切成橙丁放入碗内备用。
- c) 煸炒调味。炒锅上火入油，加入生姜末炸香，倒入挑好的蟹黄，加盐、糖、黄酒翻炒一分钟，加入切好的橙丁翻锅颠匀。
- d) 分装入橙。将炒好的蟹黄橙肉用手勺分别盛入 10 只橙子壳中即可。

6.1.9.3 成品要求

酒香浓郁，酸甜爽口。

6.1.10 盐焗蟹

6.1.10.1 原料

- a) 主料：溱湖簕蟹母蟹 1500 克（10 只，3 两/只，捆扎）。
- b) 辅料：生姜 20 克，葱 20 克。
- c) 调料：食用粗盐 3000 克，花椒 5 克，八角 5 克，香叶 3 克，52 度白酒 100 克。

6.1.10.2 制作方法

- a) 翻炒粗盐。铁锅烧热，加入食用粗盐 3000 克，翻炒 3 分钟。加入花椒、八角、香叶翻炒 1 分钟。
- b) 放入砂锅。将 2000 克粗盐倒入大砂锅内垫底。
- c) 铺垫姜葱。生姜切成 3 毫米厚度的薄片，葱切成 5 厘米长的葱段，平铺于砂锅内。
- d) 排入簕蟹。将 10 只母蟹在砂锅内排列好，倒入剩余的 1000 克粗盐，完全覆盖在簕蟹之上。
- e) 小火慢焗。盖上砂锅盖，小火焗 18 分钟。
- f) 淋酒增香。改换大火，沿着砂锅盖周边，淋入高度白酒 100 克。
- g) 关火上桌。关闭火源，砂锅带底盘上桌，揭盖取出盐焗蟹，抖落食盐后即可食用。

6.1.10.3 成品要求

蟹肉鲜美，干香四溢。

6.1.11 芦花蟹斗

6.1.11.1 原料

- a) 主料：蟹黄蟹肉 500 克、蟹壳 10 只（3 两 5 螃蟹的空壳，干净、完整）。
- b) 辅料：姜米 5 克，酥皮 10 张。
- c) 调料：食用盐 2 克，味精 3 克，黄酒 3 克。

6.1.11.2 制作方法

- a) 煸炒调味。起锅烧热入油，放入生姜米炸香，加入蟹黄、蟹肉、盐、味精、黄酒，调味煸炒成熟。
- b) 酿入蟹斗。将炒好的蟹黄、蟹肉趁热用手勺按 10 等份均匀酿入蟹壳内，每只内含蟹黄蟹肉 50 克。
- c) 覆盖酥皮。用酥皮包上蟹壳，放烤箱烤制 5 分钟。

6.1.11.3 成品要求

造型别致，蟹香扑鼻。

6.1.12 蟹黄粉丝煲

6.1.12.1 原料

- a) 主料：蟹黄蟹肉 150 克，龙口粉丝 250 克。
- b) 辅料：姜米 10 克，葱花 10 克，本地青蒜 25 克，红椒 20 克。
- c) 调料：食用盐 3 克，白糖 3 克，生抽 20 克，鸡精 3 克，黄酒 3 克，白胡椒 5 克，菜籽油 30 克，熟猪油 15 克，鸡汤 750 克。

6.1.12.2 制作方法

- a) 浸泡粉丝。将绿豆粉丝放入温水盆内浸泡，涨发至软滑，剪断，长约 20 公分。
- b) 切配辅料。辅料改刀，葱段长 2 公分，青蒜长 2 公分，红椒切成长 2.5 公分、宽 1.2 公分的菱形片。

- c) 煸炒调味。起锅烧油，放入生姜米炸香，加入蟹肉 100 克、蟹黄 75 克，调味煸炒成熟，盛入碗内。
- d) 入锅烧煮。砂锅上火，锅内加入鸡汤、盐、生抽、鸡精，烧开后放入粉丝，煮 3 分钟；加入炒好的蟹黄蟹肉、青蒜、红椒、熟猪油，再煮 1 分钟，起锅时撒上白胡椒，直接上桌食用。

6.1.12.3 成品要求

粉丝软糯，蟹黄鲜香，咸甜微辣。

6.2 汤羹

6.2.1 蟹黄豆腐羹

6.2.1.1 原料

- a) 主料：内酯豆腐 350 克、蟹黄蟹肉 75 克。
- b) 辅料：葱花 3 克、姜米 5 克、纯净水 500 克、生粉 4 克。
- c) 调料：食用盐 3 克、味精 3 克、黄酒 10 克、菜油 10 克、猪油 5 克。

6.2.1.2 制作方法

- a) 豆腐切丁。将豆腐切成 5 毫米见方的细丁。
- b) 煸炒蟹黄。炒锅烧热，加入菜油、猪油、生姜米爆香，放入蟹黄蟹肉，淋入黄酒，煸炒 30 秒。
- c) 烧煮调味。锅内加入凉开水 500 克，烧开后放入豆腐丁，中火烧 2 分钟，加入盐、味精，淋入水淀粉，烧开后盛入碗内，撒上葱花即可。

6.2.1.3 成品要求

豆腐白嫩，葱花翠绿，蟹黄鲜美，软滑清爽。

6.3 点心

6.3.1 蟹黄银丝烧卖

6.3.1.1 原料（包制 10 只）

- a) 主料：鲜蟹黄 100 克、白萝卜 750 克、水调面团 200 克。
- b) 辅料：小葱 10 克、生姜 10 克、水淀粉 5 克、粉冻 50 克、小麦粉 150 克（擀皮用）。
- c) 调料：盐 5 克、绵白糖 5 克、生抽 15 克、黄酒 10 克、菜籽油 15 克、熟猪油 15 克、芝麻油 10 克。

6.3.1.2 制作方法

- a) 姜葱切末。葱、生姜洗干净，切成末状。
- b) 萝卜刨丝。白萝卜洗净去头尾，用细眼刨子刨成萝卜丝。
- c) 入锅焯水。将萝卜丝入开水锅焯水后放入冷水盆中；捞出挤干水份。
- d) 煸炒蟹黄。炒锅上火，加入菜油、猪油烧热，投入姜、葱末炸香，将鲜蟹黄入锅，加盐 2 克、黄酒 10 克，煸炒 2 分钟，淋入水淀粉，起锅装盘。

- e) 拌制馅心。将萝卜丝放入盆中，加入粉冻（搅碎）50克、盐5克、绵白糖5克、生抽20克、芝麻油10克搅拌均匀，再放入炒好的蟹黄进行拌和，即成蟹黄萝卜丝馅。
- f) 摘剂擀皮。将水调面团揉搓成长条，摘成均匀的10只面剂，每只生重20克；用手揪扁成圆形，再用橄榄形小杆子擀成中间稍厚、周边稍薄的圆形烧卖皮，边皮呈荷叶状，直径约9公分。
- g) 包捏成型。面皮中挑入蟹黄萝卜丝馅40克，包捏成型，放入笼内。
- h) 上笼蒸熟。大火蒸约3分钟，即可取出装盘。

6.3.1.3 成品要求

面皮薄透，形似石榴，馅心油润，咸鲜微甜。

6.3.2 蟹黄肉包

6.3.2.1 原料（包制10只）

- a) 主料：鲜蟹黄150克、五花猪肉200克、猪皮冻60克、发酵面团350克。
- b) 辅料：小葱10克、生姜15克、小麦粉100克（擀皮用）。
- c) 调料：盐5克、白砂糖5克、生抽15克、黄酒10克、菜籽油10克、熟猪油10克。

6.3.2.2 制作方法

- a) 姜葱切末。葱、生姜洗干净，切成末状。
- b) 猪肉斩茸。将猪肉与猪皮冻分别斩茸或绞碎成末。
- c) 面团上劲。发酵面团置于案板上揉搓上劲，静置15分钟。
- d) 煸炒蟹黄。炒锅上火，放入菜油和熟猪油烧热，投入姜、葱末各10克炸香，将鲜蟹黄入锅，加盐2克、黄酒10克，煸炒2分钟起锅装盘。
- e) 拌制馅心。将蟹黄、猪肉末、皮冻末、姜葱末放入容器中，加盐3克、砂糖5克、生抽20克，搅拌均匀。
- f) 摘剂擀皮。将发酵面团搓成长条，摘成均匀的10只面剂，每只生重35克；用手揪或用小擀面杖擀成中间稍厚、周边稍薄的圆形面皮，直径约9公分。
- g) 包捏成型。面皮中挑入蟹黄猪肉馅40克，包捏成型，放入笼内。
- h) 上笼蒸熟。包子在笼内静置2分钟，再以大火蒸8分钟，即可取出。

6.3.2.3 成品要求

面皮蓬松，花纹精细，白里透黄，汁多味美。

6.4 主食

6.4.1 蟹黄米面疙瘩

6.4.1.1 原料

- a) 主料：鲜蟹黄100克、米粉500克。
- b) 辅料：青菜50克、生粉30克、鸡蛋2只、生姜米3克、纯净水1300克。
- c) 调料：食用盐5克、味精3克、菜油10克、猪油5克、黄酒10克。

6.4.1.2 制作方法

- a) 青菜切末。青菜洗干净，切成细末。
- b) 煸炒蟹黄。起锅烧热，加入菜油、猪油、姜米爆香，放入挑好的蟹黄 100 克、盐 1 克，淋入黄酒 10 克，煸炒 1 分钟。
- c) 调制面糊。米粉放入盆内，加入生粉 20 克、鸡蛋 2 只、盐 2 克、纯净水 300 克，搅拌成面糊，做成米面疙瘩。
- d) 烧煮疙瘩。锅内加入 1000 克纯净水烧开，放入米面疙瘩烧制 2 分钟。下入青菜末，加盐 2 克、味精 3 克调味，兑入湿生粉烧开，至汤汁稍浓稠即可。

6.4.1.3 成品要求

汤稠面香，蟹黄鲜美，色彩艳丽。

6.4.2 蟹黄油拌面

6.4.2.1 原料

- a) 主料：鲜蟹黄 100 克，手工面条 200 克。
- b) 辅料：生姜片 5 克、葱花 3 克、清水 1000 克。
- c) 调料：盐 3 克、味精 1 克、菜油 10 克、熟猪油 5 克、黄酒 3 克、生抽 3g。

6.4.2.2 制作方法

- a) 煸炒蟹黄。起锅烧热，放入菜油、熟猪油，将生姜片、葱段爆香，捞出姜片。放入挑好的蟹黄，加盐、味精、黄酒炒香，装入备好的小碗中。
- b) 烧水煮面。另起锅加入清水 1000 克烧开，放入手工面条，煮 3 分钟，捞出装盘。
- c) 搅拌食用。将熬好的蟹黄油连同面条一起上桌，搅拌均匀即可食用。

6.4.2.3 成品要求

油面融合，蟹鲜齿香。

6.4.3 蟹饼

6.4.3.1 原料（按 10 只用量计）

- a) 主料：蟹黄蟹肉 150 克、面粉 250 克、鸡蛋 2 个、紫苏叶 20 克。
- b) 辅料：生粉 20 克、吉士粉 10 克、泡打粉 5 克。
- c) 调料：食用盐 3 克、清水 500g、色拉油 750 克。

6.4.3.2 制作方法

- a) 叶子切丝。紫苏叶切丝备用。
- b) 调制面糊。将面粉、泡打粉、吉士粉一并倒入容器内，放入清水、鸡蛋搅拌均匀。加入紫苏、蟹黄蟹肉和清水搅拌粘稠，再加入食用盐搅拌均匀形成面糊。
- c) 入锅炸熟。起锅烧油，用不锈钢勺舀入调制好的面糊放入油锅中炸至成熟即可。

6.4.3.3 成品要求

金黄酥脆、大小厚薄均匀。

附录 A
(资料性)
溱湖蟹食单菜品图片

A.1 十八灶冰蟹（生醉）

十八灶冰蟹（生醉）如图 A.1 所示。



图 A.1 十八灶冰蟹（生醉）

A.2 四阿姐醉蟹（熟醉）

四阿姐醉蟹（熟醉）如图 A.2 所示。



图 A.2 四阿姐醉蟹（熟醉）

A.3 生焗蟹

生焗蟹如图 A.3 所示。



图 A.3 生焗蟹

A.4 香辣蟹

香辣蟹如图 A.4 所示。



图 A.4 香辣蟹

A.5 面拖蟹

面拖蟹如图 A.5 所示。



图 A.5 面拖蟹

A.6 蟹粉全家福

蟹粉全家福如图 A.6 所示。



图 A. 6 蟹粉全家福

A. 7 双壳童子蟹

双壳童子蟹如图 A. 7 所示。



图 A. 7 双壳童子蟹

A. 8 蟹黄狮子头

蟹黄狮子头如图 A.8 所示。



图 A.8 蟹黄狮子头

A.9 蟹酿橙

蟹酿橙如图 A.9 所示。



图 A.9 蟹酿橙

A. 10 盐焗蟹

盐焗蟹如图 A. 10 所示。



图 A. 10 盐焗蟹

A. 11 芦花蟹斗

芦花蟹斗如图 A. 11 所示。



图 A. 11 芦花蟹斗

A. 12 蟹黄粉丝煲

蟹黄粉丝煲如图 A. 12 所示。



图 A. 12 蟹黄粉丝煲

A. 13 蟹黄豆腐羹

蟹黄豆腐羹如图 A. 13 所示。



图 A. 13 蟹黄豆腐羹

A. 14 蟹黄银丝烧卖

蟹黄银丝烧卖如图 A. 14 所示。



图 A. 14 蟹黄银丝烧卖

A. 15 蟹黄肉包

蟹黄肉包如图 A. 15 所示。



图 A. 15 蟹黄肉包

A. 16 蟹黄米面疙瘩

蟹黄米面疙瘩如图 A. 16 所示。



图 A. 16 蟹黄米面疙瘩

A. 17 蟹黄油拌面

蟹黄油拌面如图 A. 17 所示。



图 A. 17 蟹黄油拌面

A. 18 蟹饼

蟹饼如图 A. 18 所示。



图 A. 18 蟹饼

附录 B

(资料性)

蟹食单菜品寓意及简介

溱湖簖蟹是江苏省泰州市姜堰区的特产，中国国家地理标志产品。所谓“簖”，是一种将竹枝或苇秆编成栅栏直直地置入水中以截断鱼、蟹去路进而加以捕获的渔具。成年蟹能爬越过“簖”，才算得上是蟹中上品，这样的簖蟹“青背、白肚、金爪、黄毛”，还具有“体健、色亮、腿长、爪尖”的独特特征。

小杨村罗家舍（蟹村）相继挖掘出的两只石雕螃蟹和一只榫卯结构砖构造的水井，经博物馆相关专家鉴定为宋代特有，可见溱湖蟹村和簖蟹的悠久历史。

螃蟹自古就是宴席上的珍品佳肴，与海参、鲍鱼共称“水产三珍”。清代文学家李渔深谙蟹中滋味：“蟹之鲜而肥，甘而膩，白似玉而黄似金，已造色香味三者之极，更无一物可以上之。”中国烹饪史上以螃蟹为原料的名菜很多，这里只介绍了一部分溱湖地区特有的乡情乡味。

B. 1 十八灶冰蟹（生醉）

南宋年间，名将岳飞及义民张荣、贾虎等多次在溱湖地区抗击金兵。某次战役时值夏季，水情暴涨，风高浪急，粮草迟迟不能送达，渔民李氏涉险出湖捕鱼，并与当地百姓将家中食物倾囊而出，

以供岳家军。岳将军见此义举，感动万分。战役胜利后，岳将军令兵士支起十八口大锅，将当地食物一同烹制，邀当地百姓与士兵共享，以庆胜利。有幕僚问岳将军何以支起十八口大锅？岳将军笑答，一来锅少不够用，二来李者，十八子也……不忘民众大德。

溱湖十八灶渊源于此，今又以当地特色簍蟹并特制配方精心制作的冰醉蟹享誉一方。

B.2 四阿姐醉蟹（熟醉）

四阿姐，溱湖地区一农姑，排行第四。自幼聪明伶俐，勤俭善良，捕鱼、摸蟹、农活、家务本领在当地姑娘群里堪称第一。一日突然来客，家中无以款待，四阿姐急中生智，到湖边摸了十几只大螃蟹，和田园时蔬招待客人，老父捧出年前存的花雕酒，宾主畅饮甚欢。客去，四阿姐，见还余有几只熟螃蟹，浪费太可惜，忙用喝剩下的一些花雕和部分香料浸泡余蟹，留待次日老父佐酒。隔日取出，香味扑鼻，别有一番滋味，由此流传乡间，渐为席上佳品。人们见此，纷纷引以为豪地介绍，此为“四阿姐醉蟹”。

B.3 生焗蟹

王栋，字隆吉，号一庵，姜堰人，师从王艮，以岁贡授江西南城县训导。曾受聘主持白鹿洞书院，历官南丰教谕，深州学政。致仕归，清贫如洗，乐学不倦，开门授徒，风动远近。平时布衣素食，传说每逢蟹市，有客来访，家人常购一串螃蟹置于砂锅内，辅以葱姜，撒上食盐，淋入黄酒，在火上烧熟以待客。既不简慢，又不奢华，此乃沿用其师王艮盐焗蟹做法也。

B.4 香辣蟹

桥头状元刘荣庆于道光四年任贵州提督，道光七年调任广东陆路提督，赴任途中特向朝廷请假，顺道回乡归省。随员中有若干云贵人，不习惯提督家乡口味，有善庖者将干辣椒、花椒等与螃蟹一起煮，制成风味独特的麻辣蟹，乡人尝之，鲜香美味。自此，一道异地风情的特色菜流传在苏中一带。

B.5 面拖蟹

溱湖地区阡陌纵横，水网密布，土地肥沃，水草丰茂，素有“水乡明珠”之称，并盛产稻麦、棉花、鱼虾、簍蟹，是名副其实的鱼米之乡。其面拖蟹是当地的一道特色美食，用二两左右的螃蟹和新麦打成的面粉烹制而成，蟹肉鲜嫩，面酱味美，回味隽永。

B.6 蟹粉全家福

全家福是一道历史悠久的名菜。相传当年秦始皇焚书坑儒，有位叫方财的儒生侥幸未死，夜间从坑里偷偷爬出，不敢回家，流落他乡。秦二世登基，该儒生返回家园，谁知家乡两年前发洪水，妻子儿女不知流落何方，感到绝望，于是跳河自尽。恰巧为一位渔人相救，并告知他前年洪水时救起一位少年，也姓方，已招为婿。渔人将方财领到自己家，方财见了渔夫的女婿，正是自己失散的亲生儿子。在渔夫的帮助下，方财又找到了沦落街头的妻女，为了庆贺他们一家死里逃生，幸福团圆，渔父特地请来一位远近闻名的厨师为方家制作丰盛家宴，厨师煞费苦心地为他们做了一道菜，名为“全家福”，乡亲们吃后赞不绝口，流传于世。全家福寓意全家团聚，美满幸福，吉祥如意。

而蟹粉全家福的传说则是状元刘荣庆于道光十四年从新疆伊犁谕旨平反释放回故里，途经河南沈丘大病一场，得魏洪申救治，病愈后返家。为庆贺劫后余生，家人在全家福菜里又加上由当地簍蟹挑制的蟹粉，以增其鲜美，寓意全家团聚，富贵绵长。刘荣庆直至 81 岁方寿终正寝。

B.7 双壳童子蟹

童子蟹，是四月份脱壳后又经过第三次脱壳的雄性童子蟹，体重一般在二两左右。这一次脱壳相当于进行了一次成人礼，为日后攀越“簏”而为壮年蟹打下基础。童子蟹主要是吃公蟹，具有“外壳脆、内壳软、肉质丰满”的特点，以壳薄肉多而著称，每年到阴历六月才上市，品溱湖六月黄已成为夏季的一道风景。俗话说，忙归忙，勿忘六月黄，就是说明溱湖六月黄值得一尝。

B.8 蟹黄狮子头

据传，此菜始于隋朝。当年隋炀帝杨广来扬州，饱揽了扬州的万松山、金钱墩、葵花岗等名景之后，余兴未消，吩咐御厨以扬州民景为题做出几道菜来。御厨们费尽心思，终于做出了松鼠桂鱼、金钱虾饼、葵花献肉这三道菜，一时间，淮扬佳肴倾倒朝野。到了唐代，一天，郇国公韦陟宴客，府中的名厨也做了扬州的这几道名菜。当葵花献肉端上来时，只见那巨大的肉圆子的葵花心精美绝伦，有如雄狮之头。宾客们趁机劝酒道，郇国公半生戎马，战功彪炳，应配狮子帅印。韦陟高兴地举杯一饮而尽，说：“为纪念今日盛会，葵花斩肉，不如改为狮子头。”从此即成为淮扬名菜。溱湖十八灶的蟹黄狮子头用的是现剥的蟹黄蟹肉，成菜嫩而肥鲜，入口即化，深受人们欢迎。

B.9 蟹酿橙

此菜在当地还有个名称，叫“状元击鼓”。道光六年武状元刘国庆进疆平定喀什格尔叛乱，并于道光八年大败叛军，进剿奏捷。相传，在大战关键时刻，刘状元亲自擂鼓助威，声震百里，鼓舞将士士气，得而取得大捷。家书传来，正是秋高气爽季节，乡人无不欣喜，一位享誉乡里的厨师特意取“状元击鼓”之意，用家乡特产簏蟹与新橙制作了一道菜，以贺刘状元取得平叛大捷。

B.10 盐焗蟹

王艮，字汝止，号心斋，明代哲学家，泰州学派创始人，泰州安丰场人(今东台安丰人)。幼时家贫辍学，随父兄烧盐为生。后随父经商至山东，至曲阜拜谒孔庙时，认为“夫子亦人也，我亦人也，圣人者可学而至也”。自此日诵经典，置书袖中，不耻下问，不泥专注，终成大家。传说因善经营，“自是家道日裕”，成为富户，仍不忘当年盐丁生涯，食蟹仍习惯将食盐炒热，覆盖于蟹上，再用小火慢焗，不失盐户风味。

B.11 芦花蟹斗

雪花蟹斗，是当年柬埔寨诺罗敦西哈努克亲王在周总理的陪同下，访问江苏。厨师们考虑上清蒸蟹，即使用上工具，外宾也会吃得不雅观，于是创新发明了该菜。近年来，溱湖十八灶在雪花蟹斗的基础上作了精心改良，结合当地水网密布、芦苇成片的地貌，制成这道创新菜，此菜还是以蟹壳为容器，内装炒蟹粉，上覆酥皮，烤制而成，成型大方、简朴，暗合白居易诗中“水绕芦花月满船”的意境。

B.12 蟹黄豆腐羹

每年九、十月间，正是螃蟹上市旺季，又恰逢农历九月重阳节前后，故有“重阳菊花酒，螃蟹桌上走”之说。此时，螃蟹膘肥体壮，壳硬黄圆，蟹肉丰满。在溱湖地区，蟹黄豆腐就是取蟹黄蟹肉与豆腐同锅做出一道菜来。在贫穷人家，豆腐是餐桌上的常客，在正规菜肴里它只能是个配料；但在当时，只要花点功夫在河边就能摸到螃蟹、青虾、螺贝等物，来客往间，豆腐里加入当地的蟹黄蟹肉慢慢就成为一道待客的上品。

B.13 蟹黄银丝烧麦

凌文渊，姜堰人。中国花鸟画大家、书法家、经济学家。当年曾在北京与齐白石、陈师曾、陈半丁并称京城四大家，1938年奉母避居港口。这年八月白石先生拒绝伪职，只身南下访友。凌文渊在港口酒楼宴请老友，港口酒楼老板姓宋，酒楼相传已有五代，可算是个儒厨，宋老板设计了“八碟、六炒、六碗、外加一道银丝蟹黄烧麦、一个阿根汤”，都是当地食材，现采现做，尤其考虑白石寓居北京多年，对北方面食亦已习惯。点心即以新鲜萝卜丝和新剥好的蟹黄蟹肉制成烧麦。果然，该点心让白石等人赞口不绝。

B.14 蟹黄肉包

众所周知，诸葛亮南征，渡泸水时，不杀生灵，而用面团包肉代替人头作为祭品。而溱湖地区，当年正是岳家军当年抗击金兵的鏖战之地。为祭奠牺牲的岳家军和义军将士，当地人用上好的面粉、簕蟹的蟹黄蟹肉和以斩碎的猪肉做成馒头抛入溱湖之中，以表示溱湖地区人民的恭敬和虔诚之意。

B.15 蟹黄米面疙瘩

这个普通的小吃背后却有一段故事。史料记载，王栋晚年，立宗祠、置祭田、定祀典，并著《易说》、《祠堂纪事》等书，聘主安定书院，朝夕与士民讲学，构吴陵精舍，以祀心斋。传说，一日先生偶染风寒、头疼发热、身倦昏睡、不思饮食，夫人甚为着急，榻前侍奉汤药。两日后晚，先生醒来，感觉饥饿，家人奉上米粥，先生喝了几口，感觉没胃口便放下碗筷。夫人忙到厨房，欲擀制面条，但家里只有米粉，忙用新炒的蟹黄蟹肉做成米面疙瘩奉上。先生感到鲜美异常，胃口大开，吃了一大碗，发了一身大汗，不由神清气爽，顿觉痊愈，因而该小吃流传至今。

B.16 蟹黄油拌面、蟹黄粉丝煲

这三款均为家常系列小吃，溱湖人以新鲜的簕蟹蒸熟后现剥现做，制作而成，尤为独特。

要求用料讲究、操作精细。活蟹蒸熟后，待冷却，掰下蟹腿、钳、脐，挖去小黄，剥开蟹斗，去掉腮、心，刮下蟹黄，用竹筷剔下蟹肉。用剪刀剪去蟹腿两节，用圆棍滚压，挤出肉，再掰下钳肉，值得注意的是，要轻巧软取，使肉不碎、黄不破。在炒蟹粉时还须掌握火候，保持蟹粉鲜嫩。

B.17 蟹饼

刘国庆，清姜堰人，乾隆五十四年（1789年）武科会试中得第一，武科殿试中一甲一名状元及第。相传刘国庆赴会试辞家时，其母为国庆的饮食而忧，所以想法为其制作可口食物。一日，受街坊叫卖油端的启发，取蟹黄、蟹肉等和入面糊，在油锅中炸制而成。国庆吃后顿觉鲜美酥脆，胃口大增，不由又增添了几分膂力，因此当地百姓亦称“状元蟹饼”。
