

四川传统名菜东坡墨鱼的传说 PDF转换可能丢失图片或格式  
，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/234/2021\\_2022\\_\\_E5\\_9B\\_9B\\_E5\\_B7\\_9D\\_E4\\_BC\\_A0\\_E7\\_c34\\_234490.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/234/2021_2022__E5_9B_9B_E5_B7_9D_E4_BC_A0_E7_c34_234490.htm) 典故与传说："东坡墨鱼"是名扬中外的四川传统名菜。四川乐山的东坡墨鱼，相传始于宋代，与苏东坡相关。东坡墨鱼，原名墨头鱼，产于四川省乐山市凌云山和乌龙山脚下的岷江之中。是一种嘴小、身长、肉多的墨头鱼。当地用它制做菜肴，但并无名气。后来宋代诗人苏东坡去凌云寺读书时，常去凌云岩下洗砚，江中之鱼食其墨汁，皮色浓黑如墨。因而人们便称它为"东坡墨鱼"，从此闻名全省，与江团，肥沱并称为川江三大名鱼，成为乐山著名的特色名菜，并闻名国内外。现在到四川乐山的中外游客，都以品尝此鱼为快事。古版菜谱：原料：鲜墨头鱼1条(约750克左右)。 调料：麻油50克，豆瓣50克，葱花15克，葱白1根，姜末和蒜末各10克，醋40克，绍酒15克，淀粉50克，精盐1.5克，酱油25克，熟猪油50克，熟菜油1500克，高汤100克，白糖25克。 制法：1、墨头鱼经初步加工后，剖开为两片，头相连，两边各留尾巴一半，剔去脊骨，在鱼身的两面用直刀下，平刀进的刀法(为肉的三分之二的深度)。剖6至7刀，然后用精盐，绍酒抹遍墨头鱼的全身。将葱白切成7厘米的长丝；豆瓣剁细。 2、炒锅烧热，下油烧至8成热时，将鱼全身沾满干淀粉，提起鱼尾，用炒勺舀油淋于刀口处，待刀口翻起定形后，将鱼腹贴锅放入油里，炸至呈金黄色时，捞出装盘。炒锅留油，加猪油、下葱、姜、蒜末、豆瓣煸锅后，下高汤、白糖、酱油，用湿淀粉勾成薄芡，撒上葱花，然后烹入醋，快速起锅，淋在鱼上，撒上葱白丝即成

。特点：色泽红亮，皮酥肉嫩，甜酸中略带香辣。创新设计：为了使菜如其名，更加体现出"东坡墨鱼"这道菜的文化内涵，故在盘边摆上一个用面塑捏成的"东坡观砚"的造型，另把此菜摆成一个梅花盛开的立式画轴图案，并且用蕃茄沙司汁写上"东坡墨鱼"几个字，人物形象优美，惟妙惟肖，整体造型具有视觉冲击力有很高的艺术欣赏价值。今版菜谱：原料：鲜墨头鱼1条(约750克)，茄子100克。调料：葱、姜、蒜米，麻油10克，精盐2克，味精3克，白糖10克，醋15克，花生油1000克，料酒10克，蕃茄沙司50克，巧克力酱20克，高汤50克，淀粉100克。制法：1、将墨头鱼宰杀洗净，取墨鱼肉打上菊花花刀，加精盐、味精、葱、姜米、料酒腌渍片刻，然后均匀的拍上一层干淀粉。2、锅内加油烧至6成热时，将鱼肉均匀的下入锅中，待定形后捞出，至油温上升至7成热时，放入鱼肉复炸至浅黄色，随即倒出。3、用茄子皮卷出两个画轴摆在盘内，再摆上墨鱼花，在盘边摆上一个用面塑捏好的"东坡观砚"造型。4、勺内加油50克，下葱、姜、蒜米，煸炒后，加高汤、白糖、醋调味，用湿淀粉勾芡，快速起锅，淋在鱼上，用巧克力酱、番茄沙司在上面画出梅花的图案，并且用蕃茄沙司汁写上"东坡墨鱼"几个字即可。特点：造型美观，色泽鲜艳，口感外酥里嫩，回味无穷! 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

[www.100test.com](http://www.100test.com)