ICS 67.020
CCS H 62

T/GZYZC

团 体 标 准

T/GZYZC 001—2023
T/QLY 006—2023

生态黔菜 菜品术语

Ecological Guizhou Cuisine Dish Terminology

全国团体标准信息平台

2023－12－26 发布　　2023－12－28 实施

贵州省预制菜产业协会
发 布
贵 州 旅 游 协 会

全国团体标准信息平台

目　　次

前言 II
1　范围 1
2　规范性引用文件 1
3　术语和定义 1
参考文献 18

全国团体标准信息平台

全国团体标准信息平台

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。

本文件某些内容可能涉及专利。本文件发布机构不承担识别这些专利的责任。

本文件由贵州省商务厅、贵州省文化和旅游厅提出。

本文件由贵州省预制菜产业协会、贵州旅游协会归口。

本文件起草单位：贵州轻工职业技术学院、贵州省标准化院、贵州民族大学 外国语学院、贵州大学后勤管理处饮食服务中心、贵州预制菜产业协会、贵州旅游协会、贵州饭店、贵州龙餐饮食品有限公司、 贵州亮欢寨餐饮娱乐有限公司、贵阳四合院饮食文化有限公司、贵州鼎品餐饮智库管理有限公司、贵州音恋餐饮有限公司、贵州黔味味食品有限公司。

本文件主要起草人：吴茂钊、王涛、常明、周水源、滕永军、吴玫、陈卓、刘志忠、杨义、李翌婼、彭婧、夏雪、伍心悦、杨欢欢、陶婷婷、沈翥燕、刘海风、杨波、张智勇、张建强、秦立学、胡文柱、何花、盛真强、潘正芝、肖喜生、肖德均、龙腾山、雁飞、吴笃琴、王德璨、徐启运、陈超航、王利君、李支群、宋艳艳、周英波、陈红、黄星潞、范洁。

全国团体标准信息平台

全国团体标准信息平台

生态黔菜 菜品术语

1 范围

本文件规定了生态黔菜 菜品的通用术语。
本标准适用于生态黔菜 菜品的认知及相关活动

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。

DB52/T 1751 黔菜 术语
T/QLY 003 黔菜 英译规范

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1

菜品 Variety of dishes

菜肴成品、又称菜肴，古称肴馔、肴馐、肴核，是以煮、炒、煎、炸、蒸、烤等方法烹制成的各类品种的菜肴。

3.2

生态黔菜 Ecological Guizhou Cuisine

以生态食用农产品及加工品为原料，按照黔菜烹饪工艺进行烹饪或生产，不使用防腐剂、着色剂、护色剂等的制品。

3.3 南黔风味生态黔菜 Southern Guizhou Flavored Ecological Guizhou Cuisine

3.3.1 定义

由黔东南苗族侗族自治州、黔南布依族苗族自治州、黔西南布依族苗族自治州连成的贵州南部区域多民族饮食构成，具有清淡、酸爽、异香风格特征。分为南黔风味特色菜和南黔风味特色小吃。

3.3.2 南黔风味特色菜 Southern Guizhou Flavored Special Dishes

3.3.2.1

西红柿酱卷皮 Steamed Rice Roll with Tomato Sauce

卷皮又称剪粉、卷粉、米皮，是遍及贵州各地的地方风味特色食品。将大米加工成粉皮，卷成长条，切成5厘米左右的卷子，把卷子撕开成长片，拌调料或烹制食用。在制作过程中，将辅料加工成调料。西柿酱卷皮以主料和辅料同时体现在冷菜名称里来命名，采用凉拌烹调方法制作， 复合酸辣味型，色佳味美，入味清凉，滑爽可口。

3.3.2.2

酸汤米豆腐　Rice Tofu Made from Sour Soup

米豆腐，既可当作小吃，也可作为佐酒菜，最常见的制作方法是凉拌。凯里地区常常将米豆腐用白酸汤调制成冷凉酸汤菜。这是米豆腐的另类食法，既是餐前开胃菜，又是酒后解酒佳肴。酸汤米豆腐以地方制作的酸汤与主料同时体现在冷菜里来命名，采用浸泡的烹调方法制作，酸辣味型，价廉物美，开胃解渴，清热消暑，爽口清凉，是夏秋季节一道解暑佳肴。

3.3.2.3

雪菜拌毛豆　Green Soyboeans with Pickled Cabbage

雪菜可做热炒小菜或加工成拌面汤面。雪菜拌毛豆这道经典的素菜极为可口。雪菜　拌毛豆以主料和辅料同时体现在冷菜名称里来命名，采用凉拌的烹调方法制作，咸鲜带辣味型，香辣可口、鲜嫩。

3.3.2.4

烧椒拌海带　Kelp Sauced with Sliced Burned Green Pepper

海带，可以用拌、烧、炖、焖等烹饪方法。烧椒拌海带以主料和辅料同时体现在冷菜名称里命名，采用烧和拌的烹调方法制作，清辣味型，质地脆嫩，鲜辣爽口。

3.3.2.5

侗家烧鱼　Traditional Braised Fish in Brown Sauce,Dong Minority Style

侗家人最喜欢的一道菜。 烧是侗家人日常生活中常见的烹调方法，原汁原味，可刺激食欲，增加饭量。在侗家人眼里，“食必有鱼、鱼必烧”“家　有粮食千万担，不搞烧鱼不下饭”，可见烧鱼在侗家菜肴中的地位。相传，烧鱼这　道菜最先是在田边吃。首先找一方平地烧一堆火，再用小木棒或竹条把刚从田里抓来的鲜活鲤鱼从鱼嘴直穿至鱼肚，放在火边慢慢烧，慢慢烤，并不断翻转，烧至鱼外部酥黄、内部熟透后，拌着蔬菜、辣椒，放上盐等佐料而食。侗家古烧鱼以主料和民族传统风味菜同时体现在冷菜名称里命名，采用烧和拌的烹调方法制作，清辣味型，鱼肉香嫩，鲜蔬脆爽，辛辣拌香，十分开胃。

3.3.2.6

酸笋拌牛肉　Sliced Beef auced with Pickled Bamboo Shoots

侗家人将酸汤、鲜竹笋制成酸笋，成菜酸笋拌牛肉即为公认的营养健康菜肴。酸笋拌牛肉以主料和辅料同时体现在民族风味冷菜名称里命名，采用烧和拌的烹调方法制作，家常味型，椒香味浓，酸鲜回味，牛肉化渣。

3.3.2.7

民族风擂椒　Ground Burned Green Pepper with Minority Style

既可独立成菜，也可作为调料。民族风擂椒以民族风味和主料同时体现在冷菜名称里命名，采用烧和拌的烹调方法制作，清辣味型，鲜辣浓郁，复合香醇，开胃爽口。

3.3.2.8

苗家田鱼冻　Paddy Field Fish Jelly,Miao Minority Style

稻田养鱼是鱼和稻的生态共生，相互影响，相互促进，无农药，无化肥。苗家田鱼冻以主料和民族风味同时体现在冷菜名称里命名，采用熬冻、烧和拌的烹调方法制作，清辣味型，口感独特，酸辣爽口。

3.3.2.9

擂椒风味鸡　Tasty Chicken Sauced with Ground Burned Green Peeper

将鸡肉煮熟，切成长条，用擂椒调拌成菜。擂椒风味鸡是一款清香、略辣、适口的美味菜 肴。擂椒风味鸡以主料和辅料同时体现在冷 菜名称里命名，采用烧、煮和浇淋的烹调方 法制作，家常清辣味型，味浓味厚，辅以调 料，汤汁红亮，质地鲜嫩，香浓味厚。

3.3.2.10

擂椒拌凤爪　Chicken Claws Sauced with Ground Burned Green Peeper

由苗族擂椒鱼的制作方法演变而来，擂椒的清香微辣与嫩脆的凤爪融合，口味清新。擂椒拌凤爪以主料和辅料同时体现在冷菜名称里命名，采用煮和拌的烹调方法制作，清辣味型，质地鲜嫩，鲜辣浓郁，出骨脆嫩，口味新颖，回味悠长。

3.3.2.11

苗家鼓藏肉　Pork for Guzang Festival of the Miao Minority

在黔东南各大苗寨，每13年举行一次鼓藏节中少不了的一道特色美食，就是苗家鼓藏肉。苗家人将“圣猪”视为装满了财富的仓库，中心部位的胸脯是仓库门，猪胸肉称为“仓门肉”。“仓门肉”最为神圣，主人用白水将肥硕的“仓门肉”煮过后，切成大块，分发给就餐的每一个人，称为吃“鼓藏肉”。苗家鼓藏肉以主料和民族风味同时体现在冷菜名称里命名，采用烧、煮和浇淋的烹调方法制作，烟辣味型，肉质熟软，回味无穷。

3.3.2.12

蘸水蕨菜结　Edible Fern Knots with Chillies Sauce

鲜蕨菜清甜爽脆、口感鲜美，是苗侗人民喜食的菜品之一。将鲜蕨菜下入沸水焯水，用山泉水浸凉，用烟辣椒蘸水蘸食。蘸水蕨菜结是招待外来宾客的地方特色菜，以主料和辅料同时体现在冷菜名称里来命名，采用煮和蘸的烹调方法制作，烟辣味型，色泽碧绿，质地脆嫩，蘸水爽口。

3.3.2.13

蘸水鲜毛肚　Fresh Beef Tripe Rinsed in Sauce

毛肚多用于火锅涮食。鲜毛肚烫熟，冰镇，用蘸水蘸食的冷菜，摆盘美观，口感脆爽，味道香辣，风味独特，在各类酒宴餐桌上备受欢迎。蘸水鲜毛肚以主料和辅料同时 体现在冷菜名称里来命名，采用汆和蘸的烹调方法制作，红油味型，造型美观，质地脆爽，蘸汁香辣，风味独特。

3.3.2.14

米香醋血鸡　Rice-fragrant Chicken Sauced with Boiled Blood

制作重点在于看似果酱的侗族血酱。侗族血酱由杀鸡时接下来的鸡血加醋，让鸡血不凝固，制成果冻状醋血，拌入油辣椒酱和香料之中，搅成酱状即成，蘸食鸡块。鸡血酱的芳香和鸡肉的肉香融合在一起，能散发出扑鼻的奇香，同时，也使鸡的质感更加爽滑。米香醋血鸡以主料和辅料同时体现在民族风味浓郁的冷菜名称里来命名，采用煮和蘸的烹调方法制作，烟辣味型，色泽洁白，质感滑嫩，肉香可口，蘸酱味美。

3.3.2.15

蘸水墨鱼仔　Small Cuttlefish Rinsed in Sauce

厨师大胆创新，采用加西红柿制作辣椒酱，配海产品，别具一番风味。蘸水墨鱼仔以主料和辅料同时体现在冷菜名称里来命名，采用煎和蘸的烹调方法制作，酸辣味型，质地软嫩，蘸食可口。

3.3.2.16

爽口韭菜根 Spicy Roots of Garlic Chives

韭菜，又名丰草、草钟乳、起阳草、长生韭、扁菜、壮阳草等，属百合科多年生草本植物。韭菜可炒吃，亦可作馅，在黔东南，部分少数民族同胞爱将韭菜根制作成腌菜，可直接食用或者凉拌，可烧，可炒，也可以煮汤。爽口韭菜根以主料体现在冷菜名称里来命名，采用腌和拌的烹调方法制作，清辣腌香味型，色泽金黄，质地脆嫩，咸鲜味美，具有药用功效。

3.3.2.17

脆哨炒豆渣 Stir-frying Soybeans Residue with Crispy Pork Cubes

在过去，根本就没有人食用豆渣。制作豆腐得来的豆渣，要么用来喂猪，要么丢掉。后来，研究证明，豆渣营养丰富，含有人体需要的膳食纤维，所以，豆渣成为现代社会公认的健康食材。豆渣是一种变废为宝的食材，用鸡蛋、脆哨等配炒成菜，佐酒又下饭，是一款备受欢迎的健康菜肴。 脆哨炒豆渣以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用炒的烹调方法制作，煳辣味型，色泽亮丽，质地细腻，咸鲜适口，脆哨酥香。

3.3.2.18

锅巴小糯肉 Crispy Fried Rice Crust with Glutinous Pork

锅巴本是主食衍生品。在过去，人们都用煤火煮饭，很容易产生锅巴。现在，锅巴慢慢和人们绝缘了，但人们还是很怀念童年 经常吃的锅巴。饭店经营者为迎合人们喜好，专门制作锅巴用于招徕食客，并在制作锅巴时添加多种食材。锅巴小糯肉以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用炒的烹调方法制作，香辣味型，色泽棕红，质地软糯，微甜香辣。

3.3.2.19

风味小炒肉 Stir-frying Sliced Pork with Special Flavor

市面上同一名称，版本最多的菜肴。主体酱味浓郁，可用生肉炒，也可用熟肉炒，可辣可不辣，辣的程度也由所在区域、店家确定。小炒肉成菜亮红，咸鲜略带酸辣。风味小炒肉以地方风味和主料同时体现在热菜名称里来命名，采用炒的烹调方法制作，鲜辣味型，色彩鲜艳，质地脆嫩，酸辣适中，是佐饭佳肴。

3.3.2.20

青椒小河虾 Stir-frying River Shrimp with Green Pepper

贵州盛产的小河虾肉质细嫩，蛋白质含量极高。用青椒炒小河虾，口感、味道、菜肴色泽都不错，色红鲜嫩，辣香味浓，味美爽口。青椒小河虾以主料和辅料同 时体现在热菜名称里来命名，采用炒的烹调 方法制作，鲜辣味型，色泽艳丽，质地酥 嫩，咸鲜微辣，是佐酒佳肴。

3.3.2.21

锅巴酸三鲜 Pickled Three Delicacies with Crispy Fried Rice Crust

酸汤制作锅巴三鲜，味浓醇厚，老菜新做，口味独特。锅巴酸三鲜以主料、辅料和口味特色同时体现在热菜名称里来命名，采用烧和浇汁的烹调方法制作，酸辣味型，色泽红亮，质地熟嫩，酸爽开胃，锅巴响亮。

3.3.2.22

薏香山羊排　Braised Lamb Chop with Barley

用薏仁炖山羊排，汤稠色白，添加一些薏仁粒， 晶莹剔透，羊排糯软清香，佐以蘸水，美味可口。薏香山羊排以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用煮和烧的烹调方法制作，咸鲜味型，色泽美观，质地熟软，薏仁味浓，营养丰富。

3.3.2.23

古法盗汗鸡　Steamed Chicken in Zhenfeng Steaming Boiler with Ancient Cooking Technique

贵州老字号企业盗汗鸡实业有限公司持有注册商标盗汗鸡，非物质遗产张智勇先生传承祖上中医世家的汗蒸汗凝的技法制作而成，获诸多殊荣。古法盗汗鸡可治疗阴虚之症“盗汗”，营养丰富，富含高蛋白且脂肪量低，易消化，有益五脏，可益气养血、补精填髓，可健脾胃、补虚亏，可强筋、健骨、美容，还可提高免疫能力。古法盗汗鸡以器皿和主料同时体现在热菜名称里来命名，采用蒸的烹调方法制作，咸鲜味型，汤色油黄， 肉质细嫩，鲜香味美，营养滋补， 老少皆宜。

3.3.2.24

腊味小合蒸　Steamed Assortment of Preserved Meat

又名腊味拼盘，是贵州民间最常见的传统食品，大都由腊肉、香肠、血豆腐等食材组合上笼蒸熟切片装盘而成。上桌香气四溢，味美解馋，是逢年过节，酒楼饭店，百姓家庭餐桌不可或缺的美味佳肴。腊味小合蒸以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用烟熏、煮和蒸的烹调方法制作，腌腊味型，清香扑鼻，咸鲜味美，肥而不腻，是下酒佐餐佳肴。

3.3.2.25

盐菜扣肉　Braised Pork with Pickled Vegetables

最常见的传统菜肴。选用自养猪的优质五花肉，土家人精制的水盐菜，在制作中特别添加了甜酒汁和较多的白糖，口感香甜，肉味鲜香无比，盐菜鲜香味美，佐酒下饭皆佳。盐菜蒸扣肉以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用煮、扣和蒸的烹调方法制作，咸酸味型，色泽棕红，质地软烂，咸鲜醇香，油而不腻。

3.3.2.26

草根排骨汤　Simmered Ribs Soup with Edible Grass Root

韭菜全身都是宝。百合科多年生宿根蔬菜，根、茎、叶、花均可食用。韭菜根味辛、性温，入肝、胃、肾经，有温中开胃、行气活血、补肾助阳、散瘀的功效。黔东南深山的腌制韭菜根与排骨同炖，香味四溢，排骨细嫩。草根排骨汤以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用煮和炖的烹调方法制作，咸鲜味型，色泽清爽，质地细嫩，香味四溢， 强身健体。

3.3.2.27

苗家酸汤菜　Vegetables in Sour Soup,Miao Minority Style

不吃酸汤鱼等于没到贵州。酸汤，不得不提凯里酸汤。到凯里必吃酸汤鱼和酸汤。“一天不吃酸，哈欠连连口又干；两天不吃酸，饭菜不想沾， 三天不吃酸，走路打趔趄（形容走路无力）； 一天一碗酸，体壮爬高山；一天两碗酸，长寿比南山。”苗家酸汤菜以民族风味和口味同时体现在热菜名称里来命名，采用煮的烹调方法制作，酸鲜味型，健胃消食，清热消暑，清凉爽口。

3.3.3 **南黔风味特色小吃** Southern Guizhou Flavored Specialty Snacks

3.3.3.1

五色糯米饭 Five-colored Sticky Rice

糯米用山间植物作染料，黑米，用嫩枫叶煮汁染成；黄米，用密蒙花染成，紫色草可把米染成紫色；红米则用苏木液浸泡染成，加上白米成五色。蒸成黑、黄、红、紫、白五色，五彩艳丽，米香夹着植物的清香，香味扑鼻。五色糯米饭以主料和成品颜色命名，采用浸泡和蒸的烹调方法制作，原汁原味，软糯清香，米香味浓，色泽亮丽。

3.3.3.2

鸭肉糯米饭 Sticky Rice with Duck

贵州的早餐结构中，糯米饭、粉、面被列为“三大样”。糯米饭相当于北方的包子、馒头。色品种繁多，以黔西南布依族苗族自治州贞丰县的鸭肉糯米饭和排骨糯米饭最具特色，营养丰富，滋味香美，风味独特。糯米饭洁白软糯，软绵香。鸭肉皮黄酥脆，肉质细嫩，入嘴满口生香。锅底烤黄但未焦化的黄色锅巴，硬脆干香，铲上一块夹鸭肉片吃，别具一番风味。鸭肉糯米饭以主料和辅料同时体现在小吃名称里来命名，采用炒、焖的烹调方法制作，咸鲜味型，鸭肉飘香四溢，米香浓郁，油而不腻。

3.3.3.3

苗家鸡稀饭 Chicken Porridge,Miao Minority Style

黔东南、黔南苗族地区人们最爱的小吃。撒米时从鸡头撒至鸡尾，以表示友好；酸汤和水要一次性加足，中途不能再加水。在煮制过程中，米糊吸收了油脂，虽然看不见油，但营养丰富，粥味鲜美，鸡肉香嫩。鸡可单独吃，也可混合吃。席间融入民族食俗，主勤客尊，更加别具风味。苗家鸡稀饭以地方民族、主料和辅料同时体现在小吃名称里来命 名，采用煮的烹调方法制作，清香味型，汁稠色亮，鲜香软糯，营养丰富。

3.3.3.4

兴义杠子面 Hand-made Noodles by Rolling Pin,Xingyi Style

中国名小吃。成品面筋道，汤鲜，清香味醇，入口滑脆，是面中一绝。兴义杠子面以产地和主料同时体现在小吃名称里来命名，采用手工压面和煮的烹调方法制作，咸鲜味型，香辣味型，劲脆鲜香，入口顺滑，原料简单。

3.3.3.5

酸汤龙骨面 Pig Bone Noodles in Sour Soup

贵州宴席必备小吃，多配搭干炸菜一同上席。一是缓解干炸菜的干，用汤融合；二是干炸菜多辣，用酸汤和味； 三是可提前填填肚子。面条的选择多样，以汤酸鲜醇厚，面条筋道，口味清淡为佳。酸汤龙骨面以主料和辅料同时体现在小吃名称里来命名，采用制汤和煮的烹调方法制作，酸鲜味型，开胃爽口。

3.3.3.6

鸡 薏仁面 Noodles with Collybia Albuminosa and Barley

薏仁面条、油炸鸡都是兴仁特产。混合古法制作的鸡 薏仁面，咸鲜辣香，口感筋道，风味突出。鸡枞薏仁面以主料和辅料同时体现在小吃名称里来命名，采用煮和干熘（即热拌）的烹调方法制作，香辣味型，颜色鲜艳，口感筋道，有美容养颜、清热解热、健脾利湿等功效。

3.3.3.7

石板芙蓉包　Crispy Steamed Stuffed Buns of Shiban Town

中国名点，宴席菜的典范，其色香味形器俱佳，适宜家庭效仿。入口软和，口味清新。石板芙蓉包以制作工具和主料同时体现在小吃名称里来命名，采用包和生煎、蛋煎的烹调方法制作，咸鲜味型，蛋香扑鼻，颜色鲜艳，酥脆柔韧交替。

3.3.3.8

百年丝娃娃　Vegetarian Spring Rolls of Time-honored Brand

百年丝娃娃因包装形状酷似襁褓中的婴儿命名。其吃法新颖，多味合一。加鸡蛋摊 制的面皮为富贵丝娃娃；加热鸡汤为热汤丝 娃娃；加酸汤为酸汤丝娃娃。百年丝娃娃以 成名时间、成品外形和主料同时体现在小吃名称里来命名，采用烙和卷的烹调方法制作，体验性强，有酸辣味型、香辣味型等多 种味型，外软里脆，清爽可口。

3.3.3.9

兴义刷把头　Steamed Pork Dumplings with Shape of Brush, Xingyi Style

中国名小吃，源于清末的百年老字号，贵州烧卖头牌。兴义刷把头以金竹笋炒肉末做馅，灌辣椒蘸水而食，咸鲜辣香。兴义刷把头以地名和成品外形同时体现在小吃名称里来命名，采用包和蒸的烹调方法制作，蘸水、灌汤、蘸食。有咸鲜味型和香辣味型，口感劲道。竹笋干香味浓郁，肉香醇厚。

3.3.3.10

鸡肉小汤圆　Dumplings with Fillings of Chickens

百年历史老字号贵州小吃。用鸡肉、猪肉作馅的咸鲜味汤圆，煮熟后再点上特制浓酱，咸鲜香醇，软糯细滑， 回味悠长。鸡肉小汤圆以主料和辅料命名，采用包和煮的烹 调方法制作，咸鲜味型，口感细腻，汤汁浓郁，风味独特。

3.3.3.11

布依枕头粽　Pillow-shape Zongzi,Buyi Minority Style

布依族传统风味粽子。选用本地上等的糯米、五花肉、板栗、猪油、稻草灰、盐、草果粉制成，软糯、肉香味浓、油而不腻。布依枕头粽以地方民族和形态命名，采用包和煮的烹调方法制作，咸鲜型味，清香味浓郁，口感软糯，肉香味十足，油而不腻。

3.4　中黔风味生态黔菜　Ecological Guizhou Cuisine with Central Guizhou Flavor

3.5　定义

由贵阳市、贵安新区、安顺市、六盘水市连成的贵州中西部区域，历代屯军和移民饮食融合构成，具有和合、酸爽、辣香风格特征。分为中黔风味特色菜和中黔风味特色小吃。

3.5.1　中黔风味特色菜 Central Guizhou Flavored Special Dishes

3.5.1.1

酸菜折耳根　Chinese Suancai (Pickled Vegetables) with Houttuynia cordata

折耳根，学名蕺菜，又名鱼腥草、野花麦、臭菜、热草。折耳根具有很高的营养价值和浓郁的地方特色。贵州善用其根部，四川、重庆善用其叶。酸菜折耳根以主料和辅料同时体现在冷菜名称里来命名，采用凉拌的烹调方法制作，香 辣味，煳辣味型，色泽鲜艳，酸香煳辣，口味独特。

3.5.1.2

蘸水折耳根 Hottuynia Cordata with Chillies Sauce

蘸水折耳根是安顺旧州、屯堡一带的传统特色菜，也是历来家宴中不可或缺的佳肴。蘸水折耳根以主料和辅料同时体现在冷菜中来命名，采用蒸、蘸的烹调方法制作，家常味型，色彩艳丽，香味扑鼻，家常味浓，爽口清香。

3.5.1.3

菜汁米豆腐 Rice Tofu Made from Sour Soup

米豆腐，又名米凉粉，是用大米磨浆烧沸、加生石灰水点制而成的呈豆腐状的食品。菜汁米豆腐是贵阳南郊青岩的一款风味小吃。制作米豆腐时，用绿色蔬菜汁代替水磨浆制作。菜汁米豆腐以主料和辅料同时体现在冷菜名称里来命名，采用凉拌的烹调方法制作，红油味型，色佳味美，酸辣爽口。

3.5.1.4

烧椒茄子 Sliced ggplant auced with liced Burned Green Pepper

在贵州，烧椒拌茄子家家会做，人人爱 吃。烧椒是将新鲜辣椒用明火烧煳，撕去外 皮，与用同样方法烧制的茄子同拌。烧椒拌 茄子以主料和辅料同时体现在冷菜名称里来 命名，采用烧和拌的烹调方法制作，清辣味 型，酸辣浓郁，蒜味香醇。

3.5.1.5

青岩状元蹄 Zhuangyuan Ti of Qingyan Ancient Town（Braised Pig Pettitoes for Champions in Ancient Imperial Examinations）

清朝青岩举人赵以炯为上京赴考，常温习功课至深夜。一日忽觉肚中饥饿，便信步走到夜市食摊，点卤猪脚消夜，食后赞不绝口。摊主道：“贺喜少爷。”赵问：“何来之喜？ ”摊主不失时机道：“少爷，您吃了这猪脚，蹄题同音，好兆头，好兆头啊，定能金榜题名。”赵听后大笑，后上京赴考果真金榜题名，高中状元。回家祭祖时，重礼相谢摊主。青岩状元蹄以出产地和主料同时体现在冷菜名称里来命名，采用红卤的烹调方法制作，五香味型，色红褐，皮充盈泽润，质酥软，味醇厚，肥而不腻，酸辣中显鲜，肉香、调料香十足，食肉啃骨，回味无穷。

3.5.1.6

白菜烩小豆 Braised Red Bean with hinese Cabbage

小豆又名米豆，产量不大，富含对人体有益的膳食纤维，健胃清食。用小豆和蔬菜同煮成的一种汤菜，是一道饭前开胃、饭后消食的保健菜。白菜烩小豆以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用煮和烩的烹调方法制作，咸鲜味型，色泽鲜艳，咸鲜味美，清淡爽口，泡饭佐菜。

3.5.1.7

野菜炒豆腐 Fried Tofu with Wild Vegetables

贵州不同季节出产许多野菜。春有香椿、蕨菜，夏有灰灰菜、剪刀菜，秋有阳藿等。 用野菜炒豆腐，加上鲜红的干辣椒、西红柿搭配，百姓餐桌上最受欢迎的家常菜肴之一。野菜炒豆腐以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用炒的烹调方法制作， 糟辣味型，色泽鲜艳，质地脆嫩，咸鲜味美，营养丰富。

3.5.1.8

野葱炒豆腐　Fried Tofu with Chrysanthum

青岩豆腐与干辣椒、猪肉末巧妙地搭配组合，深受众多食客欢迎、风味奇特的美味佳肴，佐酒下饭。野葱炒豆腐以主料和辅料同时体现在热菜名　称里来命名，采用炒的烹调方法制作，煳辣　味型，色泽淡红，质地熟软，香浓味厚，下饭佐酒。

3.5.1.9

腌肉莴笋皮　Stir-frying Slices Lettuce with Salt-Pickled pork

莴笋的吃法很多，但用莴笋皮做菜，吃过的人可能就不多了，那味道苦脆苦脆的，香凉香凉的，还有一些绵长，煞是爽口。如果二便不通、积热、长眼屎，不用什么药，吃上一两顿凉拌莴笋皮，全身清爽。腌肉莴笋皮以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用炒的烹调方法制作，咸鲜味型，色泽清爽，质地脆嫩，腊味醇厚，咸鲜微　辣，具有药用价值。

3.5.1.10

酸菜炒汤圆　Stir-frying Dumplings with Chinese Suancai (Pickled Vegetables)

汤圆多煮食，选用超市有售的冰冻小汤圆，二次炸透，配酸菜麽，加干辣椒炝制成煳辣香味，成创新黔菜。酸菜炒汤圆以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用炒的烹调方法制作，咸甜味型，色泽金黄，质地脆糯，甜香不腻，煳辣酸鲜。

3.5.1.11

贵州宫保鸡　Kung Pao Chicken, Guizhou Style

清朝名臣、贵州人丁宝桢，曾担任山东巡抚、四川总督，并被授予太子少保。丁宝桢爱吃家乡的辣椒炒鸡，称宫保鸡，经过菜系融合，川菜叫宫保鸡丁，扬名天下，山东也有宫保鸡丁。宫保鸡的做法与辣子鸡相近，是去骨辣子鸡的翻版。黔菜宫保，有鸡丁、肉花、鸡杂、板筋、魔芋豆腐、土豆等，且不限于丁，有条、丝、片、块等形状，配料多为蒜苗段，与川菜里的大葱和花生米、煳辣小荔枝味不同，采用糍粑辣椒和甜面酱调制的酱辣味。贵州宫保鸡以官名和主料同时体现在热菜名称里来命名，采用爆炒的烹调方法制作，酱辣味型，色泽悦目，肉质细嫩，酱味浓郁，辣香味浓，回味悠长。

3.5.1.12

泡椒猪板筋　Stir-frying Pork Back-strap with Pickled Chillies

板筋是连接里脊肉与排骨、猪皮间的主要组织，韧劲极强，经快速加工，脆嫩爽口， 长时间焖烧，软糯适口。猪、牛的板筋是贵州人喜爱的烹饪原料。板筋的制作，也是考验厨师功底的主要方法之一。其实，基本上只有贵州厨师会用到板筋，大多数菜系将其作为下脚料放吊汤锅中融入了奶汤，甚是可惜。板筋的烹饪，以色泽红亮、辣而不燥、 鲜香泡椒味浓的泡椒板筋为佳。泡椒猪板　筋以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用炒的烹调方法制作，酸辣味型，色泽红亮，质地鲜嫩，辣而不燥，泡椒浓郁。

3.5.1.13

蕨粑炒腊肉　Stir-frying Preserved Pork with Fern-made Cake

大山里深处寒冬腊月在深山里挖掘蕨菜根，清洗后放木墩上，用木槌捶茸，自上而下连接多个木桶，逐步冲洗、沉淀。水清后取其底部白色的蕨根淀粉，晒干，用沸水调匀，添加米饭混合成大块存放，此后形成纯正的蕨粑。食用时切片，与腊肉等混合炒制，口感软糯肥厚，咸鲜味美。 蕨粑炒腊肉以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用炒的烹调方法制作，鲜辣味型，色泽亮丽，质地软糯，咸鲜味美，农家风味。

3.5.1.14

怪噜红烧肉　Braised Pork with Various Spices

怪噜是贵阳美食的一种表现形式。在最初被认为是剩菜炒饭的怪噜饭的基础上，将其配料规范后，重新制作，后扩展到各种菜肴。怪噜红烧肉有两个版本：一种是分别用蹄髈和五花肉烧制不同口味的红烧肉；另一种采用多辣椒、多香料和多调料慢慢烹饪。怪噜红烧肉以地方口味和主料同时体现在热菜名称里来命名，采用煮和烧的烹调方法制作，香辣味型，色泽红亮，质地熟软，香味浓郁，味厚诱人。

3.5.1.15

鸡腿烧山药　Braised Chicken Drumsticks with Chinese Yam

高山放养鸡的鸡腿搭配山药入菜是屯堡、旧州一道营养滋补的菜肴。经典搭配，口感特别，地域风味。鸡腿烧山药以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用煮和烧的烹调方法制作，咸鲜味型，色泽微黄，鸡肉细嫩，山药软糯，汤鲜味美，营养滋补。

3.5.1.16

夜郎枸酱鸭　Duck with Yelang Wolf Berry Jam

选用与北京鸭、绍兴鸭、高邮麻鸭同被誉为中国四大名鸭的地方优良畜禽品种，以个小、肉质细嫩、味美鲜香、胆固醇低而闻名的三穗麻鸭， 在贵州名菜啤酒鸭、血酱鸭、红烧鸭、香酥鸭、 黄焖鸭、烤鸭、腌板鸭的基础上，添加了贵州独有的夜郎枸酱一同烧制，增加了鸭肉的脂香感，是推出后较受欢迎的一道美味佳肴。夜郎枸酱鸭以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用烧和油浸的烹调方法制作，酱香味型，色泽亮红，质地干香，酱香独特，佐酒下饭。

3.5.1.17

西米小仔排　Steamed Spareribs with Sago

融粉蒸排骨、糯米排骨和酱香排骨于一体，味道鲜美。西米小仔排以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用腌和蒸的烹调方法制作，咸鲜味型， 晶莹透亮，沥骨化渣，酱香味浓，美观大方。

3.5.1.18

素瓜豆　Boiled Maigre Green Pumpkin and Soybeans Rinsed in Sauce

蘸水素瓜豆是看似简单无比， 实则非常讲究制作工艺的家喻户晓的汤菜。一是用手拍破鲜嫩的南瓜；二是用煮瓜豆的原汤去调兑连酱油都未曾添加的素辣椒蘸水，原汁原味，烟香浓郁。蘸水素瓜豆　以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用拍和煮的方法制作，香辣味型， 菜肴鲜嫩清爽，瓜甜豆嫩，蘸水清香辅味，消热解暑。

3.5.2　**中黔风味特色小吃**　Central Guizhou Flavored Speciality Snacks

3.5.2.1

花溪牛肉粉　Beef Rice Noodles,Huaxi Style

贵阳市南部著名的花溪风景旅游区， 赶集之日，吃一碗牛肉粉作中餐， 已成习惯。鲜香醇厚、分量充足、价廉的牛肉粉，吸引了来自四面八方的食客，并誉传各　地，发展成为一大品牌。花溪牛肉粉以名小吃产地、主料和辅料同时体现在小吃名称里来命名，采用烧、炖、煮的烹调方法制作，咸鲜　味型、香辣味型、麻辣味型，汤质浓厚鲜香，米粉软糯绵长，牛肉软硬适度，味美可口。

3.5.2.2

灌汤八宝饭　Eight-spices Rice with Soup

婚嫁喜宴的必备甜品。其主要原料为糯米、红枣、薏米、莲子、豆 沙、冬瓜糖、咸鸭蛋、白糖 8 种，故名“八 宝饭”。灌汤红糖八宝饭的制作很特别，选用上等糯米清水淘净，浸透后用猪油（或花 生油）加水、白糖炒熟成干饭状，再加上预 先蒸好的红枣、莲子、豆沙、鸭蛋等，放在 蒸笼清蒸片刻。翻扣碗底后，还要用红糖熬 糖汁浇灌在八宝饭上。灌汤八宝饭具有香甜可口、健脾益胃的特点，补肾化湿，老少咸 宜。灌汤八宝饭以主料和辅料同时体现在小 吃名称里来命名，采用蒸、煮、灌汤和浇汁的烹调方法制作，甜香味型，颜色鲜艳，营养丰富，健脾除湿，甜而不腻。

3.5.2.3

贵阳肠旺面　Guiyang Noodles Seasoned with Diced Pork Intestine and Boiled Blood Curd

久负盛名的百年风味小吃，用猪大肠、新鲜的猪血旺和鸡蛋面制作而成。配料调料有20多种，制作非常讲究。具有血嫩、面脆、辣香汤鲜的风味和口感，且“肠旺”（“常旺”）寓意吉祥。贵阳肠旺面以产地、主料和辅料同时体现在小吃名称里来命名，采用煮的烹调方法制作，香辣味型，肉哨香脆，肠旺鲜嫩，辣而不猛，油而不腻， 汤鲜味美，回味悠长。

3.5.2.4

山野五色饺　Five-colored Dumplings with Wild Edible Vegetables

源于五色糯米饭的工艺，颜色鲜艳，清香味浓郁，具有保健作用。以往饺子颜色单调，过于平常，后来用果蔬进行染色，颜色非常漂亮。但在加热过程中发现，果蔬染色易褪色。多次研究后发现，只要时间操控好，颜色一样鲜艳漂亮。黄色以南瓜为主，红色以火龙果为主，蓝色为蝶豆花，浅棕色为全黑小麦粉。山野五色饺以色彩和主料同时体现在小吃名称里来命名，采用包和煮的烹调方法制作，蘸水蘸食。山野五色饺有咸鲜味型、香辣味型等。面皮有淡淡的清香，肉馅醇厚，颜色鲜艳，清爽而不油腻。

3.5.2.5

大山洋芋粑　Rural Fried Potato Paste

街头小吃摊常见的传统小吃，吃起来外焦里嫩，香脆可口。蘸上五香 麻辣面，或甜酱煳辣椒蘸水，别有一番风 味。中医认为，洋芋有健脾、养胃、益气的 功效。大山洋芋粑以主料和成型方法来命 名，采用蒸煮和烙的烹调方法制作，蘸水或 蘸碟蘸食，有咸鲜味型、香辣味型。成品两 面金黄，外脆里嫩，鲜香麻辣。

3.5.2.6

百年小米鲊　Steamed Sticky Rice with Brown Sugar of Time-honored Brand

深受人们喜爱的贵州小吃，老人、小孩尤其喜爱。百年小米鲊清热解渴，健脾和胃，香甜软糯，滋润而不油腻，营养价值很高，富含蛋白质、脂肪和多种维生素。甜味小米鲊多由五花肉、甜肠、鲜水果和果脯制作；咸味小米鲊由腊肉、香肠和果仁制作。百年小米鲊以小吃成名时间和主料命名，采用蒸的烹调方法制作，咸甜味型，米糯肉嫩，香甜爽口，油而不腻。

3.5.2.7

恋爱豆腐果　Tofu Ball　with Fillings of Spices

贵阳地方小吃中的一朵奇葩。恋爱豆腐果，又名烤豆腐果，以其独特的风味和极富传奇色彩的历史，每天吸引了成千上万的食客。民间有“没吃恋爱豆腐果，等于未到贵阳街”的说法。抗战期间，贵阳是后方重镇之一 ，西南交通枢纽。1939年2月4日，贵阳被轰炸后，全城警报频传，跑警报的一些青年男女，常相聚在当时经营烤豆腐果的张华丰夫妇的店里以避空袭。时　间长了，还真有不少因此成眷属的，成为当时街谈巷议的佳话。于是，烤豆腐果便有了 “恋爱豆腐果”的美称。恋爱豆腐果以来源、主料

和成型方式同时体现在小吃名称里来命名，采用烙或煎的烹调方法制作，蘸水灌汤蘸食，香辣味型，表皮微黄，体内洁白，薄皮松泡鼓起，口感细嫩，具有浓郁的辣香。食时辣、香、嫩、烫兼具，让人食欲大振。

3.5.2.8

百年豆腐丸 Fried Tofu Balls of Centenary Time-honored Brand

最初由谁创制已难考证，经雷家四代相传，工艺屡经改进，成为深受 广大群众喜爱的贵州地方风味小吃，曾被评为首届中华名小吃。百年豆腐丸以成名时间、主料和成型形状命名，采用腌制和油炸的烹调方法制作，蘸水灌汤蘸食，香辣味型，形状扁圆如鸡蛋或圆球，外壳褐黄。质酥脆细嫩，入口沙沙脆响。内瓤洁白，五香料之鲜香四溢，蘸汁吃更显味美。

3.5.2.9

玫瑰糖冰粉 Icy Powder with Rose Sugar

制作冰粉时，将名为酸浆果植物的种子（俗称冰粉籽）用纱布包起来，放在干净的水中揉搓，再放入石灰水搅拌均匀静置即成。吃的时候加入红糖水、糖玫瑰和冰块，以及干果、果脯等即可。冰粉是夏天必不可少的一道美食。玫瑰糖冰粉以主料和辅料命名，采用搓的点制烹调方法制作，甜香味型，冰凉香甜，嫩滑爽口，生津解暑，清凉降火。

3.5.2.10

糕粑稀饭 Cake Porridge

除用米、米浆和细米粉子蒸制出各种粑粑外，在贵州，有一款糕粑稀饭。糕粑是可以独立食用的，与荸荠粉或藕粉调兑，晶莹透亮的粉糊混合，辅以玫瑰糖汁、芝麻花生碎和果脯等物，称为糕粑稀饭。因从现场冲制“稀饭”和现场蒸制糕粑，到自己动手将两者混匀的体验式小吃，一直被大家津津乐道，美味至极。细腻的粉糊，爽口的糕粑，香喷喷的调辅料，香甜可口，清新开胃。糕粑佐稀饭以主料和辅料命名，采用蒸和冲的烹调方法制作，甜香味型，米香味浓，甜而不腻。

3.5.2.11

清明粑 Rural Hand-made Cake for Qingming Festival

贵州一种祭食，用清明菜与糯米加工而成。其中，清明菜是当地人在仲春至清明前后到野外采集的一种名为“鼠曲草”的野菜，特有的草香是组成清明粑清香的主要成分。早期的清明粑类似月饼的形状，馅心有火腿、洗沙、玫瑰、白糖等。食时，用平锅放少许猪油，微火煎成两面微黄，香脆清甜可口，口感脆甜而有嚼劲。深山清明粑以出产地、出产时间和主料命名， 采用蒸、舂和煎的烹调方法制作，甜香味型，米香味十足，口感细腻，颜色翠绿，还有淡淡的清香。

3.5.2.12

山药大寿桃 Peach-shaped Chinese Yam Ball

创新小吃，祝寿象形小吃，也是山药创新美食。山药大寿桃一改寿 桃用面粉制作的习惯，改用特产山药和糯米面制作。安顺种植山药 300余年，品质极佳，具有滋养、助消化、敛虚汗、止泻之功效。山药大寿桃以主料和成品形态命名，采用蒸的烹调方法制作，甜香味型，造型美观，色泽艳丽，香甜可口。

3.5.2.13

银耳石榴米 Porridge with Tremella and Pomegranate

创新小吃。银耳补脾开胃、益气清肠、滋阴润肺，可增强人体免疫力。银耳石榴米是一道特别新潮的酒宴甜品。银耳石榴米以主料和辅料来命名，采用煮的烹调方法制作， 甜香味型，汤色红亮，银耳细嫩，香甜可口。

3.6 北黔风味生态黔菜 Northern Guizhou Flavored Ecological Guizhou Cuisine

3.6.1 定义

由铜仁市、遵义市、毕节市连成的贵州北部区域汉民族饮食构成，具有和合、辣香、醇厚风格特征。分为北黔风味特色菜和北黔风味特色小吃。

3.6.2 北黔风味特色菜 Northern Guizhou Flavored Special Dishes

3.6.2.1

爽口小秋笋 Tasty Autumn Bamboo Shoots

秋笋被称为菜中珍品、人类肠道清洁工、铁箬帚、肠道卫士。秋笋既可生炒，又可炖汤，鲜美爽脆。食用时，最好先用清水煮滚，再放到冷水中浸泡半天以上，去掉苦涩味，凉拌成菜。爽口小秋笋以主料体现在冷菜名称里来命名，采用浸泡和凉拌的烹调方法制作，糟辣味型，色泽亮黄，鲜嫩脆爽， 冰凉酸甜，味美可口。

3.6.2.2

黔珍黑木耳 Guizhou Rare Black Fungus

黔珍黑木耳是一道以木耳为主要食材，以黄瓜、洋葱、山椒作为辅料凉拌而成的家常菜，成菜多彩，清脆可口，具有养颜、纤体、抗癌的功效。黔珍黑木耳在各种餐饮场合都非常受欢迎，是一款美味的原生态特色 菜肴。黔珍黑木耳以主料体现在冷菜名里来命名，采用泡和拌的烹调方法制作，酸辣味型，酸辣脆嫩，清香爽口。

3.6.2.3

辣酱蘸魔芋 Konjak Sauced with Chillies Sauce

辣酱是用小米辣，加蒜瓣、子姜、鲜茴香用石磨磨制、调入白酒和盐，放入土坛腌制而成的一种调味料。辣酱可以拌菜、炒菜、做汤以及做菜肴的蘸水。辣酱蘸魔芋以主料和辅料同时体现在冷菜名称里来命名， 采用汆和蘸的烹调方法制作，酸辣味型，脆嫩爽口，香辣味浓，佐酒佐饭。

3.6.2.4

蘸水猪耳卷 Pig Ear Rolls Rinsed in Sauce

选用大片猪耳制作，入菜多为卤制、腌制或制成风干腊制品。蘸水猪耳卷经五香卤水卤制，再裹卷而成，是一道独具特色的风味菜肴。蘸水猪耳卷以主料和辅料同时体现在冷菜名称里来命名，采用卤、蒸和蘸的烹调方法制作，香辣味型，质地脆爽，蘸汁味辣，开胃下酒。

3.6.2.5

蘸水鸡腿卷 Chicken Drumsticks Rolls Rinsed in Sauce

菜肴的出新，总是在厨师根据食客的要求进行的。这款搭配特色蘸水的肥美香糯鸡肉卷，就是厨师为满足食客所创新的菜肴，别有一番风味。蘸水鸡腿卷以主料和辅料同时体现在冷菜名称里来命名，采用蒸和蘸的烹调方法制作，清辣味型，质地鲜嫩，味辣 爽口，江湖味道。

3.6.2.6

三色猪皮冻 Three-colored Pig Skin Jelly

选用土猪肉皮制作，用绥阳辣椒酱调味。三色猪皮冻以主料体现在冷菜名称里来命名，采用熬冻烹调方法制作，和蘸水蘸食，酸辣味型，皮冻爽滑细腻，多无味，多色艳丽，带皮有肉，口味清新，入口即化，入喉凉爽，易消化，是美容佳品。

3.6.2.7

酱卤核桃　Sauce-marinated Walnut Kernels

酱卤食材多种多样。酱卤核桃果将淡雅的茶香、清新的陈皮融入卤汁中。核桃在卤汁的浸润下，美味可口，放入口中食欲随即 被唤醒。酱卤核桃果以主料和辅料同时体现 在冷菜名称里来命名，采用酱卤烹调方法制作，酱香味型，卤香可口，壳轻易碎，新颖 有亮点。

3.6.2.8

薄荷土豆片　Sliced Potato with Mint Leaves

民间家庭在煮食土豆时，将一时吃不完的熟土豆去皮，切片晒干，食用时，再用油炸成土豆片。如今选用特殊原料、吃狗肉和豆花面必用的薄荷叶炒制，别有一番风味。薄荷土豆片以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用炸和炒的烹调方法制作，香辣薄荷味，色泽金黄，质地酥脆，微辣适中，味道独特。

3.6.2.9

火腿炒莲藕　Fried Lotus Root with Hams

贵州威宁、盘州盛产火腿。火腿肥瘦相连，红白相间，色彩美观，与莲藕合烹，脆嫩爽口。火腿炒莲藕以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用炒的烹调方法制作，咸鲜味型，色泽鲜艳，质地脆嫩，咸鲜 可口，营养丰富。

3.6.2.10

耳根油底肉　Stir-frying Preserved Sliced Pork from Oil with Houttuynia Cordata

油底肉是产于大娄山边的一款特色 半成品原料。将猪腿肉去皮去骨后切成 250 ～ 1 000 克的块，加入盐、花椒面、煳辣椒面、米酒，在木桶内低温腌 3 ～ 5天， 取出用清水洗净放入筲箕内晾干。将猪油烧热，慢慢投入腌好、晾干的肉块，在锅中炸至水分干时连油一起装入土坛中浸泡， 待油凝固后加盖密封， 1个月后即可开盖取出，拌、炸、炒、炖、煮均可。耳根油底肉以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用炒的烹调方法制作，咸甜味型，色泽自然，肉软鲜嫩，折耳根脆香，回味爽口。

3.6.2.11

青椒炒酥肉　Stir-frying Crispy Sliced Pork with Green Pepper

酥肉是运用极广的烹饪半成品，可以直接食用。酥肉通常也是火锅店必备的食物之一。这款色泽金黄，外酥里嫩，清香可口的小炒酥肉，是非常推崇的一款好菜。青椒炒酥肉以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用炸和炒的烹调方法制作，鲜辣味型，色泽多彩，质地酥脆，椒味突出。

3.6.2.12

黔北坨坨肉　Shreded Pork of Norther Guizhou

黔北人儿时记忆中最棒的菜肴，中国名菜。黔北坨坨肉以主料和成品形状同时体现在热菜名称里来命名，采用煮和烧的烹调方法制作，香辣味型，色泽棕红，质地熟糯，肥而不腻，入口香辣，美观大方。

3.6.2.13

野笋烧牛肉　Braised Beef with Wild Bamboo Shoots

贵州盛产竹和笋，笋多为山笋、黑笋，干制品极多，水发后烧制牛肉是一大特色。 野笋烧牛肉以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用泡、汆和烧的烹调方法制作，家常味型，色泽红亮，质地软糯，味厚不燥，是下饭佳肴。

3.6.2.14

荞面鸡三件　Buckwheat Noodles with Three Chicken Giblets

鸡杂是贵州民间特色食材。将鸡杂和阴 蛋用贵州特色调味品糍粑辣椒、泡椒等炒制 成面条的配哨，是一款黔西北地区特别出名 的、风味独特的美味小吃。荞面鸡三件以主 料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采 用煮和烧的烹调方法制作，香辣味型，色泽 红亮，质地脆嫩，辣香浓郁，滋味浓厚。

3.6.2.15

糟椒鱼头　Steamed Fish Head with Salt-pickled with Fresh Chillies

鱼头用糟辣椒蒸或煮，味道非常鲜美，鱼头更佳。糟椒蒸鱼头以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用蒸的烹调方法制作，糟辣味型，色泽红亮，质地细嫩，糟辣　浓郁。

3.6.2.16

油渣炒莲白　Stir-frying Cabbage with Fried Pork Fat Residue

在仡佬族地区，人们常常将熬了猪油后 剩余的油渣用来炒菜，既节约又美味。酒楼纷纷推出，有专业经营油渣菜肴和火锅餐馆。油渣炒莲白以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用炒的烹调方法制作，香辣味型，色泽清爽，质地脆嫩，油渣软和，　咸鲜柔和。

3.6.2.17

阴苞谷猪脚　Braised Pig Pettitoes with Preserved Sun-dried Corn

遵义特产。将家庭自制的鲜糯苞谷蒸熟，自然阴干，与胶质浓厚的猪脚，用金城老窖盗汗锅，采用蒸的方式成菜。阴苞谷猪脚以主料和辅料同时体现在热菜名称里来命名，采用蒸的烹调方法制作，咸鲜味型，色泽鲜明，质地糯香，皮软爽滑，汤味醇厚，营养丰富。

3.6.3　**北黔风味特色小吃　Northern Guizhou Flavored Specialty Snacks**

3.6.3.1

遵义羊肉粉　Mutton Rice Noodles ,Zunyi Style

酒文化名城遵义，盛产山羊，早在明代时，遵义城就有羊肉粉面市。经不断改进和提高，遵义羊肉粉成为著名的地方传统风味小吃,目前已遍及贵州各地,在全国不少大中城市也有经营遵义羊肉粉的店。遵义羊肉粉以名小吃产地、主料和辅料同时体现在小吃名称里来命名，采用炖和煮的烹调方法制　作，咸鲜味型，麻辣味型，片软而不烂，色泽红润，鲜香不膻。米粉雪白如玉，爽滑微韧。汤汁清澈，不浑不腻。原汤、原汁、原味特点突出。各种调料提鲜增香，辣香味浓。

3.6.3.2

遵义米皮　Steamed Rice Roll,Zunyi Style

米皮由籼米制作而成。米皮色白光润、皮薄、细软、柔韧，吃起来劲道十足，加上糍粑辣椒炒的辣子鸡丁，鸡肉味浓厚，辣椒　香辣，汤红油亮，油而不腻，辣、筋、爽、 凉，别有一番风味。辣鸡丁米皮以主料和辅料同时体现在小吃名称里来命名，采用烧、煮和拌的烹调方法制作，香辣味型，鸡肉香辣可口，米皮嫩滑爽口。

3.6.3.3

农家锅巴饭　Rural Meal of Crispy Fried Rice Crust

制作锅巴饭时，首选农村传统的土灶铁锅，这样才能做出最原始的味道。锅巴饭用文火烤制而成，加上个人喜欢的各式时蔬和肉类，不单单是主食荤素搭配合理，营养丰富，更是口味独特，经济实惠，

方便好吃。农家锅巴饭以成品特色和主料同时体现在小吃名称里来命名，采用炒、煮、焖的烹调方法制作，咸鲜味型，香味扑鼻，菜饭合一， 美味可口。

3.6.3.4

铜仁社饭 Special Food for She Day,Tongren Style

每年二月“社日”必食的“佳节饭”，于节日前上山摘来苦蒜、社菜，洗净剁碎，放于锅中焙干。先将肥腊肉炒香，铲出待用。煮饭时， 以三份糯米和一份粳米混煮，粳米半熟后方下糯米，然后将米汤滗净，放菜、胡葱和腊肉，搅拌均匀， 阴火焖熟。青蒿、苦蒜有特殊的清香，且黏附于饭表，气味渗透其中。腊肉香味浓郁，两种米饭综合，色泽晶莹透亮，油而不腻，揭开锅盖，香气盈室，其味妙不可言。铜仁社饭以地方、节日和主料同时体现在小吃名称里来命名，采用煮和蒸的烹调方法制作，咸鲜味型，香味扑鼻，黏糯适中，酥而爽口，可除瘴去毒，强益胆气。

3.6.3.5

遵义豆花面 Tofu Noodles,Zunyi Style

起源于遵义，是遍布贵州和各地黔菜馆的一道色香味俱全的地方风味小吃。它选用薄而透明的宽刀鸡蛋面，以豆浆为汤，熟后放上豆花，豆花口感细嫩软绵并有清火的作用。辣椒蘸水有荤素两种，在遵义市以老城一带最有名。遵义豆花面以产地、主料和辅料同时体现在小吃 名称里来命名，采用煮的烹调方法制作， 香辣味型，清爽不油腻，清香、美味、可口，香辣不燥。

3.6.3.6

遵义鸡蛋糕 Baked Egg Cake,Zunyi Style

黔北名产， 已有百余年历史。传统手工操作烘烤是用拗锅和铜制蛋糕盒子制作，先用小磨香油抹盒子，舀入搅打均匀的浆料，加热烤熟，出炉后挑去糕耳，上香油增香即成。遵义鸡蛋糕以产地、成品外形和主料同时体现在小吃名称里来命名，采用烤的烹调方法制作，有甜香味型、椒盐味型、葱香味型。遵义鸡蛋糕外表油润，质地松泡，细腻柔软，口味香甜清爽，色泽深黄，小巧玲珑。每500克约40只，富有弹性，断面金黄，蛋香浓郁，容易消化。

3.6.3.7

威宁荞酥 Baked Buckwheat Cake in Weining County

相传水西女土司奢香于洪武十七年（公元1384年）赴京入朝。奢香为把乌撒（彝语，威宁）特产苦荞麦粉做成寿糕，上贡给朱元璋祝寿，连续做了七七四十九天都没成功。厨师丁成文从实践中找到制作关键，制成九斤九两重的荞酥，中间有个“寿”字，周围有“九条龙”，喻义“九龙捧寿”。朱元璋尝后称赞为“南方贵物”，历经数代人继承和发展，不断改进和提高。品种分别为威宁火腿、玫瑰、洗沙、水晶、桃仁、瓜条、苏麻、冰橘、椒盐、姜油等多种。威宁贡荞酥以产地、主料和成品口感命名，采用包和烤的烹调方法制作， 甜香味型，酱红光亮，饼酥松香，皮面呈细蜂窝状。

3.6.3.8

炒人工荞饭 Stir-frying Hand-made Buckwheat Rice

源于威宁、水城，流行于贵州省餐饮业。选用威宁荞麦粉加工成颗粒，辅以大米、威宁火腿、猪油，炒制而成。炒人工荞饭以制作方法和主料命名，采用人工合成和蒸、炒的烹调方法制作，咸鲜味型，风味独特。

3.6.3.9

农家烙荞饼 Rural Oil-free Fried Buckwheat Paste

荞麦具有降低胆固醇、助消化、降低血 脂的作用，还可以减肥美容，是不可多得的 健康食材。烙荞饼不油腻， 口感酥脆。农家 烙荞饼以出产地、烹调方法和主料命名，采用烙或蒸的烹调方法制作，有甜香味型和咸 鲜味型，双面金黄，皮脆内嫩，入口生香。

3.6.3.10

遵义黄糕粑 Steamed Rice Cake with Brown Sugar,Zunyi Style

又名黄粑，家家会做，人人爱吃，距今已有百余年历史。在制作过程中，豆浆、米粉、糯米饭的一部分淀粉转化成麦芽糖的无糖自甜，既可冷吃，也可炸、蒸、烤、煎后热食。遵义黄糕粑以出产地和主料命名，采用长时间蒸的烹调方法制作， 甜香味型， 色泽深黄，剖面晶莹闪亮，滋润香甜，软糯爽口，竹香清新。如用炸、煎、烤、烙、炒等食法， 还具有外酥内糯的特点。

3.6.3.11

糯米包子 Steamed Stuff Buns with Fillings of Sticky Rice

出产于贵州铜仁市沿河土家族自治县的糯米包子，是贵州乃至全国独有的采用 糯米作为皮制作的包子。其成品香软可口，油而不腻，味道鲜美。糯米小包子以主料和成品形状命名，采用包和蒸的烹调方法，咸鲜味型，米香十足，软糯鲜香，肉香四溢。

参 考 文 献

[1] 黔味菜谱［M］.贵阳：贵州人民出版社，1981。
[2] 中国烹饪百科全书［M］.北京：中国大百科全书出版社，1992。
[3] 中国烹饪辞典［M］.北京：中国商业出版社，1992。
[4] 黔味荟萃［M］.贵阳：贵州人民出版社，1985。
[5] 黔味菜谱（续集）［M］.贵阳：贵州人民出版社，1993。
[6] 美食贵州［M］.贵阳：贵州人民出版社，2006.
[7] 贵州烹饪百科全书［M］.贵阳：贵州人民出版社，2006。
[8] 中华食文化大辞典•黔菜卷［M］.北京：中国大百科全书出版社，2007。
[9] 贵州农家乐菜谱［M］.贵阳：贵州人民出版社，2008。
[10] 贵州风味家常菜［M］.青岛：青岛出版社，2016。
[11] 贵州江湖菜（全新升级版）［M］.重庆：重庆出版社，2017。
[12] 黔西南风味菜［M］.青岛：青岛出版社，2018。
[13] 黔菜传说［M］.青岛：青岛出版社，2018。
[14] 黔菜味道［M］.青岛：青岛出版社，2019。
[15] 贵州名菜［M］.重庆：重庆大学出版社，2020。
[16] 贵州名厨•经典黔菜［M］.青岛：青岛出版社，2020。
[17] 教学菜——黔菜［M］.北京：中国劳动社会保障出版社，2021。
[18] 贵州名菜（汉英双语版）［M］.重庆：重庆大学出版社，2023。
[19] 贵州食谱［M］.贵阳：贵州大学出版社，2023。
[20] 黔菜标准［M］.重庆：重庆大学出版社，2023。
[21] 黔菜烹饪技术［M].北京：中国纺织出版社，2023。

全国团体标准信息平台

全国团体标准信息平台

全国团体标准信息平台

T/GZYZC 001—2023
T/QLY 006—2023