

<<图说生活>>

图书基本信息

书名：<<图说生活>>

13位ISBN编号：9787542749048

10位ISBN编号：7542749048

出版时间：2011-5

出版时间：上海科普

作者：范姝岑 编

页数：191

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 内容概要

随着国际间文化交流的日益密切，人们连饮食习惯也跟着发生了变化。

在每天的餐桌上，除了我们所熟悉的中式口味之外，偶尔来点异国风味也是不错的选择。

日本人眼中，一位杰出的厨师必须追随着四季的节奏，以最妥帖的烹调方式牵引出当令食材的鲜美原味，满足用餐者的味蕾，就像是用餐者与自然界之间的桥梁，这种“呈现原味”的精神，便是日本料理的精华所在。

因此，日本料理的风味多半清淡而不浓腻，主要是透过各式高汤、腌料与酱汁的烘托，突显食材的原味，并将每种食材的营养价值发挥到淋漓尽致的境界。

不论是清淡口味的和风料理，或是酸辣口感的韩式料理，都会让食客们一饱口福，大呼过瘾。在家也能享受到不同的异国风味，天天感受到不同的浪漫气氛。

#### 作者简介

范姝岑,公共营养师、美食达人,新浪美食博客人气博主,80后,四川人,资深食客,喜欢宅餐,喜欢保养,喜欢慢生活。

曾任知名美食杂志主编,厌倦朝九晚五的枯燥生活,改做快乐SOHO族。

专心研究美食,享受文化生活,辛勤耕耘博客——“小灶·梦露”,分享美食心得,交流最新厨艺。美食美色的内容,吸引了众多“吃主儿”捧场。

## &lt;&lt;图说生活&gt;&gt;

## 书籍目录

日韩妈妈厨房中的秘密日本料理——口感清新，自然原味人气主食本土料理轻松做芥末炸鱼片饭 / 14  
海鲜烩饭 / 15照烧鸡腿饭 / 16牛肉寿喜盖饭 / 17窝蛋牛肉饭 / 18三文鱼茶泡饭 / 19什锦蛋炒饭 / 19番  
茄汁蛋包饭 / 21日式猪排盖饭 / 22日式鲑鱼炒饭 / 24日式咖喱盖浇饭 / 24日本红豆饭 / 25咖喱猪排饭  
/ 26鲑鱼茶渍泡饭 / 27芥末鸡肉粒饭团 / 27和风鳗鱼炒饭 / 28黄金散寿司 / 29日式凉面 / 29锅烧鱼丸  
面 / 30日式牛肉乌龙面 / 31和风豚骨拉面 / 31清爽蔬菜味噌拉面 / 32锅烧乌龙面 / 32酸辣笋尖拉面  
/ 33和风炒面 / 34豆浆拉面 / 35酱油叉烧拉面 / 35味噌蔬菜拉面 / 36牛蒡肉丝培根卷饼 / 37鲜蚶煎饼  
/ 38什锦蔬菜煎饼 / 39大阪饺子烧 / 40和风煎饺 / 41气质主菜品不够的美味手扒烤全鸡 / 42唐扬炸鸡  
/ 43照烧翅根 / 43紫苏梅肉串 / 44日式炸猪排 / 45蒸煮猪排骨 / 46味噌白灼圆白菜 / 47海苔芦笋里脊  
卷 / 47土豆魔芋炖五花肉 / 48京都排骨 / 49日式味噌肉 / 49姜汁烧肉片 / 50酸菜香肠 / 51洋葱寿喜牛  
/ 52日式牛肉煎锅 / 53牛蒡石狩锅 / 54牛肉寿喜烧 / 55日式葱爆羊肉 / 56风味烤鳗鱼 / 57鲜蟹海味火  
锅 / 58鳗鱼炒蛋 / 59煎姜汁鳕鱼 / 60日式红烧鱼头 / 61烤芥末鲫鱼 / 62三文鱼刺身 / 62蒜泥蒸草虾  
/ 63圆白菜虾卷 / 65日式炸大虾 / 66西芹炒鱿鱼卷 / 67日式烤鱿鱼 / 67铁板豆腐 / 68和风炒苦瓜 / 68  
红烧日本豆腐 / 69时蔬天妇罗 / 70鲜虾可乐球 / 71温情汤粥和风精髓 / 72蛤蜊味噌汤 / 72日式豆腐蘑  
菇酱汤 / 73日式海带汤 / 74生菜鱼生汤 / 76豆腐味噌汤 / 77海鲜番茄汤 / 77鲜虾魔芋生菜汤 / 78清炖  
牛肉汤 / 78豆芽菜蛤蜊汤 / 79香菇莲藕炖鸡汤 / 80鸡肉寿喜锅 / 81五行蔬菜汤 / 82日式年糕汤 / 82饺  
子年糕汤 / 83日式味噌豆腐汤 / 84风味三鲜汤 / 85什锦海鲜味噌汤 / 85日式涮涮锅 / 86红糖小米粥  
/ 86香菇鲜虾粥 / 88鱼片粥 / 89菠菜鸡丝粥 / 89极品白蛤粥 / 90鲜菇海鲜粥 / 90海味鳗鱼粥 / 91日式  
小食食色生香和风味噌烤饭团 / 92缤纷饭团 / 93鳄梨蟹味寿司 / 94火腿起司寿司卷 / 95蛋皮寿司 / 96  
炸大虾手卷 / 97大虾茶碗蒸 / 98培根鸡丝茶碗蒸 / 99蔬菜蛋卷 / 99虾仁滑蛋 / 100.....韩国料理——入  
口醇香，热辣浓郁

章节摘录

版权页：插图：



#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>