第一图书网, tushu007.com

<<幸福就是回家吃饭>>

图书基本信息

书名：<<幸福就是回家吃饭>>

13位ISBN编号：9787214066701

10位ISBN编号：721406670X

出版时间：2011-1

出版时间：江苏人民

作者：刘伟

页数：231

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

美食是一种享受生活的方式，忙碌的现代人没有太多时间来享受生活，但吃饭是每天必做的事情。本书将情感渗透到美食里，让读者在欣赏美食、学做美食、享受美食的同时，体会到美食中蕴藏的点点滴滴情感，重新拾起生活中那些被我们忽视了的温馨与感动，找回幸失落的福感。

<<幸福就是回家吃饭>>

作者简介

刘伟　一位“有上进心的厨娘”，“饮食改变人生”“幸福贵在家常”观念的倡导者，独创众多美味养生的家常菜式，备受家人、亲朋和网友的青睐。

<<幸福就是回家吃饭>>

书籍目录

序 家常便饭的智慧 第1章 家常美味才养生　有多少日子没有享受家常便饭了　把整个春天都端上桌：凉拌蕨菜　夏季少不了这四种瓜：锅塌三瓜&西瓜　贴秋膘不只是一碗肉那么简单：砂仁蒸鸡　敲响“冬季饮食钟”：栗子炖羊肉&乡村炖老鸭 第2章 回家吃饭去　团团圆圆的食谱　留不住女儿的人，可以留住女儿的心：家传黄焖鸡　有娘的年，才是过年：三鲜馅饺子　你知道自己的母亲爱吃什么菜吗：五花肉烧茄干　孝在于质实，不在于饰貌：五福饺子　外婆说，生活是在活中：凉拌马齿苋　情是一切食物最鲜美的调味素：小葱蛋饺　起身的饺子，落身的面：翡翠面　给老人做最爱吃的菜：花生炖鱼　有时候，亲情只有“一碗汤”的距离：猴头菇煲乌鸡　妈妈或老婆做的家常菜最美味：豆角土豆炖宽粉　新采嫩藕胜太医：桂花藕片　把日子过得青翠欲滴：西芹百合虾仁　回家就是回到小时候：炸藕合　小时候的每一样东西都是香的：桂花糕　青梅竹马枣泥糕　婆婆教我的发面技巧：茄干包子　家常生活日日新：香椿叶烙饼　外面的菜都没有母亲的那种味：老油条拌黄瓜　丝瓜沿上瓦墙生：丝瓜炒油条　儿女坐团圆，杯盘散狼藉：酥皮月饼　不让母亲担心才是最大的孝：水煎饺　你会做家宴吗 第3章 你会给家里人做好吃的吗　“不问厨娘问老僧”：自制干贝味精　家有老汤：老汤酱牛肉　谁许谁地老天荒：鲫鱼蒸蛋　外公送给尼姑吃的家常素菜：卤素鸡　想起来都直流口水：酸菜鱼　我的家传绝技：栗子焖鸭不放油　人生真的需要酒肉朋友：酱焖黄花鱼　奖励孩子的美味：茄香炝锅鱼　今生只开夫妻店：崂山松蘑炖山鸡　一起吃一碗面、喝一碗汤：蟹籽炸酱面　至亲至疏夫妻：桂花排骨　死生契阔，不过一粥一饭一菜一汤：香辣什锦藕丁　小心方能熬白粥：印度酥饼蛋卷&小米燕麦粥　洗一个澡，看一朵花，吃一顿饭：西芹藕片花生米　幸福闻起来有烟火味：芫荽炒肚丝　洗手做羹汤，从此长相守：莲藕炖猪手　生了一个儿，做了一回娘：红酒汁藕饼　心疼与不舍的味道：姜味番茄虾　做破酥包子给你吃　为你做做饭，看你都吃完：排骨煲仔饭　把你侍候得柔肠寸断：笋片鲫鱼汤　不知道西瓜皮有这么好吃：红油翠衣　我要每天为你做饭：鸡丝拌木耳　有一种温馨，名叫菠菜饼　醉里吴音相媚好，白发谁家翁媪：南瓜糕　把“你”炖成“我”：当归生姜炖羊肉 第4章 一个人，也可以品尝家的滋味　不如回家养颜：四红紫米粥　要使皮肤好，粥里加红枣：蜜汁花生枣&干果山药泥　爱自己，才能爱别人：乌鸡枸杞参汤　不做“黄脸婆”的秘诀：阿胶枣枸杞酒酿蛋　人老色不衰：枸杞玉米五彩羹　饮那汪回不了葡萄的红酒：红酒蜜梨　雅致，落在了一个“趣”上：青衣素心　将美丽进行到底：水果什锦饭&水果沙拉　一身清淡百味香：砂锅泡菜豆腐　请岁月把你窑变成青花瓷：玛德琳蛋糕　一生中能记住多少甜：提拉米苏　点过普洱不看茶　“拈花惹草”才美丽：八宝花茶　繁花似锦后，平淡方是真：千日红茶　每朵花都是佛的灯盏：金盏花茶　桂花冲水后冰镇，最可口　洛神有多香：洛神花果冻饮　什么样的日子需要几冲几泡：麦香柠檬红茶　拼了一生的花香，为你：玫瑰花茶　最难将就是桃花：桃花果茶　玉壶买春，落花无言：菊花茶　比一朵花露还欢喜：菩提茶第5章 炊烟袅袅，结伴回家　为了吃它，辞官不做：清蒸鲈鱼　非常馋，非常美：东坡肉　陡然客至，快手菜救场：彩椒爆鸡胗　秋末晚菘滋味长：如意白菜卷　一片胭红雪凝脂：番茄豆腐羹　要想不俗也不瘦，天天笋烧肉　慢生活，蒸出来：香菇木耳蒸滑鸡　留得枯荷听雨声，过雨荷花满院香：荷叶腐卤肉　好吃的蛋炒饭，就是自己坚持的那一种　池中鲤鱼跳，红酱拿来烧：糖醋鲤鱼　“齿鸣未已，众热俱平”：糖醋萝卜丝　“好喝的汤是很可怕的”：一品竹荪汤　鸿门宴上吃了些什么菜：霸王肘子　为何食比色强：馄饨鸡　小土豆焖牛腩，一定要加洋葱　吃的是想入非非：阳关三叠　爱，是一门厨艺：麻辣香锅　选“鲍鱼”还是“白菜”：春虾烧白菜　要娶就娶吃醋女：老醋果仁菠菜　沙子再小，也揉不进眼里：豉椒炒蛏子　幸福需要换口味：菠萝咕噜肉　娶妻要有湘西味：农家小炒肉　老玉米的新吃法：锅仔玉米牛腩　轻食，让你的日子更靠近阳光：加州卷　花雕应共饮，冷暖两相宜：花雕醉鸡 后 记 要吃还是家常饭，要穿还是粗布衣

第一图书网, tushu007.com

<<幸福就是回家吃饭>>

章节摘录

版权页：树围着村，石垒的坝，不大的村庄，院落整齐，这是黄河岸边的人家。
我的婆家就在这里。
每年的大年三十，婆婆都要包饺子，先包素馅的，寓意深远，能让这一年素素静静。
这顿饺子要夜里十二点吃。
每到此刻，婆婆都会自己动手煮饺子，不让我们动手，为的是煮饺子时把盖帘中间的那几个饺子留下，这叫做“留心”。
“为什么要留心啊？
”我问。
“是给出嫁的闺女留的。
”婆婆说。
留的这些饺子，就是要等到初二这天闺女来家时，给闺女吃的。
我想到母亲此时大概也在家里给我留了饺子。
这里一直有个年俗，叫“嫁出去的女儿不许见娘家的灯”。
婆婆惦记着出嫁的闺女，而我的母亲应该也在家里惦记着我。
只有大年初二，才是出嫁的姑娘——老济南称“姑太太”，大包小行李地带着相公回娘家省亲的日子，又叫“姑爷节”。
虽然现在交通便利，通讯发达，想回家了，想娘家人了，打个电话，随时都可以回家，可这样的习俗还一直保留着。
大年初二，不管是新姑爷还是老姑爷，都打扮得溜光水滑，陪着妻子回娘家。
姑太太刚进二门，就有人喊：“姑爷来拜年啦！
”正屋里的岳父、岳母赶快笑逐颜开地掀开棉门帘迎出来。
兄弟、嫂子等也都出来了，院子里顿时一片欢声笑语的寒暄。
姑爷被尊为“贵客”，入席时姑爷要坐在上首位子，由内兄内弟等人陪同，岳父只过来敬酒而不陪席。
开席了，婆婆便会端出她的拿手好菜——家传黄焖鸡，来招待贵客。
这道菜是用新鲜的子鸡，下油炸过之后加上作料，起锅前再浇上香油。
我吃过不少黄焖鸡，但从未见过这种做法，这是婆婆家传的一种做法。
裹上鸡蛋液炸过的鸡块有一种特别的味道，滋味厚重而有层次，被称为“丈母娘征服上门新姑爷”的一道菜。
出嫁的女儿成了客，都说女大不中留，留不住女儿的人，大概母亲总希望留住女儿的心，念着家里的好。

媒体关注与评论

我学着做过一次（泡椒鸭掌），味道顶好的，就是不白，再照着梅教的试试看。
——月光雨 豆腐饺子，很有创意，冬天吃饺子再好不过了。
——德国米技 我特别喜欢吃酸菜鱼，可是一直都不知道怎么做，现在好了，有时间一定要做一下，好解解馋…… ——wangcuixia2 只吃过栗子炖鸡，没想到栗子还可以炒着吃，学习了。
看到崂山蘑了，亲切。
每道特色菜都赞！
——Tiger 素什锦偶尔我也会做啊，嘿嘿，很下饭。
而且对材料没有很大的限制，面筋，茭白，油豆腐，黑木耳，香菇……随意搭配，美味又健康啊。
——gyoukin

<<幸福就是回家吃饭>>

编辑推荐

《幸福就是回家吃饭:居家饮食的和美之道》：精彩看点：◆把整个春天都端上桌◆你知道自己的母亲爱吃什么菜吗◆有时候，亲情只有“一碗汤”的距离◆妈妈或老婆做的家常菜最美味◆外婆说，生活是在活中◆回家就是回到小时候◆洗手做羹汤，从此长相守◆一起吃一碗面、喝一碗汤◆把你侍候得柔肠寸断……◆父亲常说：“要吃还是家常饭，要穿还是粗布衣，知冷知热结发妻。
”◆是什么原因扼杀了人们回家吃饭的机会?忙?忙不是理由。
只要愿意，每天都能让自己吃上一顿健康餐。
如果午餐不得不在外面吃，那么早餐和晚餐应尽量在家做些营养丰富、少油腻的清淡饭菜，哪怕是一碗米粥，两碟凉拌菜。
◆饭菜无论粗细，总是一种温暖。
如仓央嘉措的诗中所写：不为朝佛，只为贴着你的温暖。
而这些温暖，在人的这一世，一定有许多拂之不去的好时光，让人醉，让人疼。
让人一生不能忘记。
◆外婆常说，生活是在活中。
就如这盘马齿苋，做菜亦是做人，只有用心去做，酸甜苦辣咸才会运用自如，菜肴才会美味，平凡的生活才会有别致的乐趣和快乐，那才是活着的境界。
◆人们常说，妈妈或老婆做的家常菜最美味不过，离乡在外的人尤其怀念家乡的家常菜味道，以至于一碗粥、几根咸菜也会和幸福划上等号。
我深深体会到了这一点。

第一图书网, tushu007.com

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