第一图书网, tushu007.com

<<瓜果蔬菜的N种烹·食法>>

图书基本信息

书名：<<瓜果蔬菜的N种烹·食法>>

13位ISBN编号：9787218065793

10位ISBN编号：7218065791

出版时间：1970-1

出版时间：广东人民出版社

作者：庄臣

页数：127

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

前言

三年已经不知不觉过去了。
回想《庄臣食单》诞生伊始，栏目编辑建议我一天一稿，但笔者以为，这种类型的文章，表达的是一种饮食心得，需要耗费大量的时间，才可能将饮食人文、菜式的烹饪技法以及色相勾画出来。
而且，每一目的《食单》都要经过一番细品慢尝的过程，急不得。
况且，笔者还要兼顾其它多个美食栏目，并四处奔波拍摄电视节目。
所以，周六、周日休笔，实属无奈。
宁缺勿乱。
写食讲食不像新闻或者娱乐节目那么“热闹”，读图时代的到来和网络的蔓延，令许多厚重的东西变得轻飘而浮躁。
文化越来越“快餐”，车模、靓模（香港称年纪小、资历少的模特）越来越年少，品味在不知不觉间被颠覆，甚至连美食栏目也需要美女来“烘托”，以招徕更多的关注。
其实，真正好吃的东西是无需借力的，但人的感觉就是这样，染色体的基因决定了“秀色可餐”更丰富的内涵。
当然，如果既有好吃的，又有美女相伴，那岂不是美上加美？
但领悟美食，归根结底还是需要用心。
俗语有云：衣不称身，身之灾也。
我也常说：味不适口，心之灾也。
味道是主观的，有干种？
不是；有万种？
也不是，是数不清的。
我喜欢独自去“偷欢”，当然说的是“猎食”。
有时，一个人可以更容易集中精神去享受、品味；此外，不告诉餐厅的负责人也更容易试出真味。
什么是真正的味道，有传统无正宗！
上个世纪的九十年代，是广府菜发展的高峰时期，以燕、鲍、参、翅，港式粤菜名贵小炒为代表，它在原材料及调味料的选用上，体现了精与新的特点，技法更加多样化，也兼容了港式粤菜从海外引进的调味料，比如南洋咖喱、西式日式酱汁等，它们一直到现在都还很流行。

内容概要

吃东西并非吃得多就代表对美食有认识，这只能说是“老饕”。
吃得精细，囊括平、贵，吃出滋味，养生适口，是笔者一向主张的美食精神。
改革开放前，物资匮乏，说不上有什么美食。
那时美味留给人们的回忆，是面酱、猪油渣。
猪油渣便宜，甚至成为云吞馅料的主角，代替了生猛的鲜虾。
而这种味道也成为了时代性的民间美食的一种代表。
“新生代”没有这种经历，就不会对这种味道有太多感受。
从某一角度而言，这种味道是不值得回味的。
改革开放后，物资逐渐丰富，美食“百花齐放”，国人的“民以食为天”，又再一次得到“刷新”。
现代人受益于经济的发展，吃到的东西除了来自本地的食材之外，舶来品也蜂拥而至，于是，成就了“美食无国界”。
当经历了吃得饱、吃得好、吃得精和吃得健康之后，人类的天性会促使我们返璞归真，潜意识地寻找“以前”的味道。
于是，开始了由到酒楼吃饭，再到回家自己动手的“行动”。
因为家里的油米质量都相对放心，最好家中的老妈还在，能带着一份感恩之心来品味她的手艺。
年轻人也像在外国电影里看到的，在家里做早餐给爱人吃，到超市买东西回家，享受烹饪的乐趣。
吃能给我们回味，回味每一种味道和每一段人生经历的细节。
如果在最后的晚餐，还有能力的话，我们每个人都会希望穿上自己最好看的衣服，吃着自己最钟爱的美食，一跃成仙。

作者简介

庄臣，美食美酒、时尚生活写作人、著名美食家。
曾在英国学习酒店管理，是改革开放后第一批打造国际五星级酒店的先行者，曾担任餐饮总监一职多年，目睹过众多政要富豪的饮食爱好，见证了葡萄酒、雪茄在中国的发展。
是一个懂享受、爱旅游的人。
1991年开始参与电视饮食节目的拍摄，1996年起在各类平面媒体开设饮食专栏。
2004年始，应《广州日报》邀请，与香港著名美食家蔡澜同期开设饮食杂谈栏目，随后在该报实用新闻版增设《庄臣食单》至今。
目前，正主持着香港亚洲电视本港台逢周日晚八点播出的《广饮广食》节目。
品牌栏目：《广州日报》的《庄臣食单》、中国饭店杂志的《葡萄酒专栏》、美食导报的《与庄臣同醉》、亚洲电视本港台的《广饮广食》、广州电视台的《冠军美食》、广东电视珠江台的《庄臣品酒论味》等。
国家一级评委，广州大学旅游学院客座教授，2004年获法国国际美食会授勋国际美食博士，2005年荣获广州市政府授予的“年度餐饮风云人物”和“饮食文化推广家”殊荣。

<<瓜果蔬菜的N种烹·食法>>

书籍目录

萝卜牛腩煲萝卜焖羊肉上汤白菜十八罗汉菜栗子烧二冬冬笋烧肉凉拌苦瓜蒸酿苦瓜咕噜素辽参浓鸡汁冬瓜莲子冬瓜煲老鸭清炒莲藕酱烧茄子家常味萝卜丝鲫鱼汤干贝鸡脚小白菜汤五彩炒藕片麻酱拌青豆角脆皮香芒南瓜凉拌黄瓜青瓜炒黄牛肉海味泡椒焖冬瓜白切莲藕咸鱼炒芥蓝清炒苦菜鱼香茄子清蒸南瓜大葱烧海参寻味萝卜干炒腊肉家乡酱萝卜凉瓜焖剥皮牛护国素翅虎皮尖椒爆炒腊肉皱皮椒炒牛肝菌蚝皇大花菇拍蒜豆酱炒通菜桂花板栗清炒云南小瓜蚝油娃娃菜虎皮尖椒炒肥肠银鱼干蒸芋丝云腿蒸冬瓜江珧柱扣冬瓜脯梅子酱番石榴椰汁炒杂菜金蒜蒸娃娃菜玉米粉肉汁蒸茼蒿椒油炒云耳异国味青木瓜沙拉泰式炒杂菜韩式泡菜牛肉炒饭麻酱菠菜紫苏泰茄炒粉丝番茄大虾浓汤意大利什菜汤凯撒沙拉伴烟鸭胸肉杂菜沙拉美味沙拉

章节摘录

插图：十八罗汉菜有荤做和素做两种。
但通常会以素做的居多，这种做法是以冬笋、冬菇、木耳、胡萝卜等为原料。
据说，它还曾经是慈禧太后的御膳之一。
这道菜吃起来鲜嫩爽口，有种回归山野的感觉，简单、朴素、和谐，吃此菜的过程简直就是一次心灵逐渐清静、逐渐洗礼的过程。
“心安茅屋稳，性定菜根香。
”提起罗汉菜，还要说到佛教寺院，因为正宗的罗汉菜最早起源于寺院，是佛门的斋饭，菜名出自释迦牟尼佛的弟子十八罗汉。
虽然有的饭馆或素斋馆也做此菜，但终究比不上寺院的味道，估计是少了几分香火气的熏陶吧。
传统的罗汉菜要有三菇（菇菌）、六耳（像木耳、银耳等）和九笋，共十八样食材，而竹荪代表观音。
当然，我们在做的时候不一定非要凑齐18种原料，拣自己喜欢吃的来做就行了。
相传，释迦牟尼佛在圆寂时曾嘱托十八罗汉不入涅柴，永驻世间，弘传佛法。
十八罗汉在世间做了数不清的善行，所以不少名山古刹都供奉有十八罗汉的塑像。
而罗汉菜始于唐代，众佛寺精选各种素菜为原料，一般要选用十八种，与“十八罗汉”同数，是对罗汉广为行善、弘传佛法的敬仰。
元代I法家、诗人鲜于枢云：“童炒罗汉菜，其名盖已古矣。
，’到了清代，罗汉菜成为了宫廷名菜，御膳房常做，慈禧太后对“罗汉菜”青睐有加，其菜式也多变，出现了“罗汉全斋”、“罗汉菜心”、“罗汉豆腐”、“罗汉面筋”等。
对此，清人薛宝辰在《素食略说》中有总结：“罗汉菜，菜蔬瓜之类，与豆腐、豆腐皮、面筋、粉条等，俱以香油炸过，加汤一锅同焖。
甚有山家风味。
太乙渚寺，恒用此法。
”

编辑推荐

《瓜果蔬菜的N种烹·食法》：《广州日报》美食专栏《庄臣食单》多年精华集萃,香港亚洲电视台热播节目《广饮广食》经典之选.美食与文化相结合。
带来味羞与心灵的双重享受！
作者历时三年多。
将自己游历世界各地的美食心得一一纪录下来，并与许多行业内的名厨探讨考证，将饮食文化与厨艺相结合，编著了本丛书。

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