

<<粤美味>>

图书基本信息

书名：<<粤美味>>

13位ISBN编号：9787500076889

10位ISBN编号：7500076886

出版时间：2007-6

出版时间：中国大百科全书出版社

作者：[贝太厨房]工作室

页数：144

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>

<<粤美味>>

前言

苏轼的一句“我生涉世本为口”不知道出了多少人的心声。

饮食之精华何在？

饱腹解馋还是索其真味？

也许粤菜能为你找到答案，能让你食得真味，感得真情。

粤菜源于古代百越风味，从秦代开始，和中原的传统饮食风俗相融合，经过三国、两晋、南北朝，直到后来的宋朝，已经形成了广博纷繁的饮食一大流派。

今天，粤菜的一大特点便是取材广泛，素菜不必多说，说起荤菜，天上飞的、地上跑的、水里游的，全都可以作为粤菜的食材来源。

其实这是自宋代就已经形成的风俗。

南宋的周去非之《岭外代答》中就曾提到“不问鸟兽虫蛇，无不食之”。

粤菜的食材品种不下千百，令人眼花缭乱，其中不乏奇异之辈。

往往在外人看来，许多东西都是闻所未闻、见所未见的，要是一桌席上的十道菜中，有六七道你都不认识，也不是什么新鲜事儿。

粤菜代表着岭南的文化，而岭南原本是荒蛮之地，也是古时罪臣乱党的流放地之一，这里的文化以前一直是一种“边缘文化”，和中原的文化有着一定的差别，而且鲜为人知。

然而正是这种在边缘游荡的文化却成就出了一缕异香。

在外来文化的渲染和冲击下，兼容、创新也成了粤菜的一大特色。

在保持了传统精髓的基础上，粤菜取材更加广博，制法也是不断推陈出新。

不仅如此，粤菜在味道上注重清淡，却并不是索然无味，粤菜清中有鲜，淡中有咸，奇中不乏美，平中不乏味，这也是粤菜崇尚自然本色的体现。

粤菜的“精”，不仅体现在选料、配料、刀功、火候、器皿、上桌等方面，及至就餐礼仪，都是精益求精。

粤菜之美，以广州为最。

在这里还有许多特色风俗，比如饮茶、喝汤、食粥。

“饮茶”二字，含义颇丰，其真正的精髓在于五花八门的茶点，人们也多是“醉翁之意不在酒”，在于那些美味的茶点。

在这里，“饮茶”已经成为了人们寻常生活中的一部分，休闲、交际的一种最重要的方式。

而说到汤，人们更是将汤看得和家一样重要，汤就是浓缩的家，就是家的味道，最平淡的也是最浓郁的滋味，全都凝聚在这一碗老火靓汤之中了。

粤菜的粥食种类也是名目繁多，甚是精美。

其实各地都有不同的粥品，而唯独这里的粥，精细中还有着与众不同的美味……说了这么多，也只是对粤菜的泛泛之言，若想深谙其种种妙处，还要像一开始说的，自己亲自去品味和感悟。

食此人间烟火，品味的是精髓，感悟的是文化……

<<粤美味>>

内容概要

很多人一提到粤菜，就会联想到昂贵的海鲜，其实在粤菜中，菜品、老火靓汤、茶点、粥品、甜品样样独树一帜，堪称经典。

吃过正宗粤菜的人，都恨不得把舌头留在广州这个美食之都。

粤菜在味道上注重清淡，却并不是那种索然无味的清淡，粤菜清中有鲜，淡中有咸，奇中不乏美，平中不乏味，这也是粤菜崇尚自然本色的体现。

在食材的选择和烹饪方式上，都讲究精益求精。

在更加注重健康饮食和养生的今天，粤菜无疑越来越受到大众的青睞。

本书分为四部分：醉翁之意不在茶之粤式茶点，简单简约不简陋之美味午餐，乱花渐欲迷人眼之五花八门粤菜，星宵入夜仍未眠之广东夜宵。

涵盖了菜品、汤、茶点、粥品、甜品、糖水等经典广式美食的做法，试一试就知道，原来看似复杂的粤菜，也可以轻松学会哦！

<<粤美味>>

书籍目录

- 醉翁之意不在茶之粤式茶点
 最鲜不过云吞面
 惬意香点——煎萝卜糕
 踏上舌尖的甜美琥珀——马蹄糕
 威风不减的榴莲酥
 吃多少也不会腻的南瓜饼
 烫嘴也不怕——炸春卷
 不能小看的猪肠粉
 阵阵荷香——荷叶饭
 她的红脸蛋——广东虾饺
 “奶里奶气”的奶皇包
 吃米又吃鸡——糯米鸡
 这一顿只要它——干炒牛河
- 简单简约不简陋之美味午餐
 最豪华的煎蛋——芙蓉煎滑蛋
 溜入口中的鲜滑——滑蛋虾仁
 走进千家万户——蚝油生菜
 招架不住的诱惑——咕嚕肉饭
 海洋的美意——白汁海鲜饭
 简单不过腊肠饭
 肉汤才是精华——叉烧饭
 嫩滑妙味合——芥兰炒牛柳
 香得流油的烧鹅饭
 滋补美味好汤到——冬虫草竹丝鸡汤
 有容乃“鲜”——薏米莲子煲鸭
 悠悠白嫩美汤——椰子鸡汤
 香甜的感动——雪梨南北杏煲瘦肉汤
- 乱花渐欲迷人眼之五花八门粤菜
 莴笋的礼遇——清炒莴笋丝
 真鲜流露——油爆虾仁
 片刻之间便被“扫荡”一空的鱼肠蒸蛋
 越吃越有味——西芹腰果炒虾仁
 下饭一绝——橄榄菜肉末四季豆
 爱你不是两三天——酸甜排骨
 暖身也暖心的萝卜炖牛腩
 简单成就——豆鼓鲮鱼油麦菜
 懒人也能做的茄子咸鱼煲
 荤素一品鲜——菠菜鸡煲
 快捷美味又营养——五柳炸蛋
 甜美到心中——果汁煎肉脯
 鲜鲜妙味——盐爆鱿鱼卷
 酸甜新味道——糖醋蜜肉
 翡翠白玉——西兰花枝球
 甜美的金色时光——菠萝炒鸡片
- 星宵入夜仍未眠之广东夜宵

<<粤美味>>

大味必淡——鱼脯粥

至鲜流传——瑶柱白果粥

状元不忘报先恩——有故事的及第粥

大名鼎鼎的皮蛋瘦肉粥

想起来就流口水——炭烧生蚝

实实在在的粉蒸排骨

吃光一盘才过瘾的三丝炒粉

凝聚生活中的甜蜜——冰糖银耳炖木瓜

美妙点缀——双色焦糖布丁

完美的“对撞”——姜汁撞奶

一勺接一勺——芝麻糊

香浓四合一——花生糊

细腻感人的红豆沙

清凉美意——龟苓膏冰糖雪耳

食在广东

“饮咗茶未？”（“你喝茶了吗？”）

吃粥品广东

凉茶亦是风景一道

老火靓汤还需慢熬细品

沁入心间的广东糖水

《贝太厨房》已出版图书介绍

我们的团队

<<粤美味>>

媒体关注与评论

卷首语 品味粤菜，感悟粤菜 苏轼的一句“我生涉世本为口”不知道出了多少美食爱好者的的心声。

饮食之精华何在？

饱腹解馋还是索其真味？

也许答案不是只靠想一想就能得出的，必须亲口品味，亲身感悟。

在中国博大精深的饮食文化中，也许粤菜可以为你找到答案，能让你食得真味，感得真情。

粤菜源于古代百越风味，从秦代开始，和中原的传统饮食风俗相融合，经过三国、两晋、南北朝，直到后来的宋朝，已经形成了广博纷繁的饮食一大流派。

今天，粤菜的一大特点便是取材广泛，素菜不必多说，说起荤菜，天上飞的、地上跑的、水里游的，只要不是飞机大炮潜水艇什么的，全都可以作为粤菜的食材来源。

其实这是自宋代就已经形成的风俗。

南宋的周去非之《岭外代答》中就曾提到“不问鸟兽虫蛇，无不食之”。

粤菜的食材品种不下千百，令人眼花缭乱，其中不乏奇异之辈。

往往在外人看来，许多东西都是闻所未闻、见所未见的，要是一桌席上的十道菜中，有六七道你都不认识，也不是什么新鲜事儿。

粤菜代表着岭南的文化，而岭南原本是荒蛮之地，也是古时罪臣乱党的流放地之一，这里的文化以前一直是一种“边缘文化”，和中原的文化有着一定的差别，而且鲜为人知。

然而正是这种在边缘游荡的文化却成就出了一缕异香。

在外来文化的渲染和冲击下，兼容、创新也成了粤菜的一大特色。

在保持了传统精髓的基础上，粤菜取材更加广博，制法也是不断推陈出新。

粤菜在味道上注重清淡，却并不是那种索然无味的清淡，粤菜清中有鲜，淡中有咸，奇中不乏美，平中不乏味，这也是粤菜崇尚自然本色的体现。

粤菜的“精”，不仅体现在选料、配料、刀功、火候、器皿、上桌等方面，及至就餐礼仪，都是精益求精。

粤菜对待美食如同对待艺术品一般，以最见功夫的鸡馐为例，便有数百种之多，遍尝数十种，竟无重复之味，令人称奇。

上述种种，不仅对得起品尝的人，也对得起诸多食材。

粤菜之美，以广州为最。

在这里还有许多特色风俗，比如饮茶、喝汤、食粥。

饮茶二字，含义颇丰，其真正的精髓在于五花八门的茶点，人们也多是“醉翁之意不在酒”，在于那些美味的茶点。

在这里，“饮茶”已经成为了寻常生活中的一部分，休闲、交际的一种最重要的方式。

而说到汤，人们更是将汤看得和家一样重要，汤就是浓缩的家，就是家的味道，最平淡的也是最浓郁的滋味，全都凝聚在这一碗老火靓汤之中了。

粤菜的粥食种类也是名目繁多，甚是精美。

其实各地都有不同的粥品，而唯独这里的粥精细中还有着与众不同的美味……说了这么多，也只是对粤菜的泛泛之言，若想深谙其种种妙处，还要像一开始说的，自己亲自去品味和感悟。

食此人间烟火，品味的是精髓，感悟的是文化…… 萨巴蒂娜 贝太厨房工作室

<<粤美味>>

编辑推荐

一直以来对粤菜没有太深的印象，因为自己的口味较重，很自然的认为粤菜的清淡不适合我，后来才发现自己错了，原来自己爱的很多味道都来源于粤菜。

透着鲜虾的广东虾饺，浓浓奶香味的奶皇包，香糯鲜美的糯米鸡，还有那鲜得不能再鲜的白汁海鲜饭，更记得喝过的香醇无比的椰子鸡汤，原来粤菜并非只有清淡，它更多的是鲜香。

人们都说食在广州，一点不假，看看各种各样的粤式茶点和让你馋得不行的多种夜宵，就知道广州是个多么讲究吃的王国，而这种吃还蕴含了多少追求健康的哲学和享受生活的态度，广州人说了：“我们吃，是吃的健康，吃的食材本真的味道。

” 是的，清淡却不淡泊，雅致却不造作，这就是粤菜，无论你偏重哪种口味，吃过粤菜的你也许也如我的这般感受一样：粤菜，太美味！

现在《粤美味》正是想把这些经典的美味搜罗起来，教会给你。

55道经典粤式，让你足不出户，就能感受来自粤菜的那一种鲜香。

食材并不难找，烹制手法也并不复杂，可是出来的美味却足以让你惊喜万分，不信就翻开书本，随便挑一款试一试吧。

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>