

<<家政女王的厨事心经>>

图书基本信息

书名：<<家政女王的厨事心经>>

13位ISBN编号：9787508613284

10位ISBN编号：7508613287

出版时间：2008-12

出版时间：中信出版社

作者：胖星儿

页数：166

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>

## <<家政女王的厨事心经>>

### 内容概要

如何以美食与婆婆过招？

怎样过上天天都有新鲜蔬菜的“奢侈”生活？

什么样的早餐让男人更爱你？

如何只用30分钟就让美味晚餐闪亮登场？

《家政女王的厨事心经》 帮助刚刚步入家庭生活的新新主妇，爱上厨房，懂得让厨房成为经营幸福生活的美妙地点

## <<家政女王的厨事心经>>

### 作者简介

胖星儿，生于70年代，生活在北京，婚前热爱工作，婚后热爱家政，曾任《北京晨报》首席记者，奥运新闻部主任，两年前，胖星儿与被她昵称为“小钻”的先生结婚后，在新浪写起博客“相对美女私房菜<http://blog.sina.com.cn/wangxiaoxing>”，当年即获得新浪首届博大赛第一名，在

## &lt;&lt;家政女王的厨事心经&gt;&gt;

## 书籍目录

卷首 满意自己的生活才会幸福厨房社交 请婆婆来吃饭 “抓住婆婆胃”并没有那么难，即使是“新新小厨娘”，也一样可以做出让婆婆吃得意犹未尽的饭菜，让而我每次屡试不爽的制胜招数其实不过一招，讨好婆婆的小手腕 请婆婆吃饭如何设计菜单 胖星儿招待婆婆的完美菜单 宴请婆婆的完美菜单之凉菜：麻酱鸡丝，赛香瓜 宴请婆婆的完美菜单之热菜：蔬菜炖排骨，萝卜鲫鱼汤 宴请婆婆的完美菜单之主食：雪菜肉丝面 宴请婆婆的完美菜单之甜点：南瓜圆子 宴请婆婆的特别提醒主题厨房 去一次超市，买一周蔬菜 花一点心思算计到了，一周只去一次超市，便可以买回足够一周吃的蔬菜，所以天天吃到新鲜蔬菜的日子不过是一个懂得生活的女人的精打细算，天天吃到新鲜蔬菜的奢侈生活 制定一周蔬菜采买计划 合理安排一周的蔬菜搭配 胖星儿的一周蔬菜采买清单和蔬菜食谱 周日：鸡丝蒿子杆，冬瓜薏米排骨汤，葡萄干糙米饭 周一：火腿冬瓜夹，麻酱鸡丝，芹菜叶蛋饼 周二：芦笋双蛋汤，芹菜虾仁，西兰花意面 周三：莴笋叶丸子两吃，葱油莴笋，米饭 周四：西兰花梗炒牛河，玉米肉羹 周五：泡菜西葫芦牛肉锅，紫甘蓝玉米沙拉，米饭 周六：糖醋紫甘蓝，西葫芦肉糜炸酱面，面汤为他做饭 陪你吃早餐的男人才是真的爱你 于男人而言，和女人共进早餐总是需要一些勇气的：已婚男人至少要为一餐早饭费尽心机编圆一个谎言，撒谎也是不轻的气力活儿啊，单身的男人要在面对一个女人口气不清新，面目惶惶的时候，却还要说爱她，甚至亲吻她，这样的勇气足以能够令他下定决心来过一段朝夕相处的生活，把早餐端到床上：煎蛋汉堡+番茄奶酪沙拉+橙汁+咖啡

男人养生：海参虾藕丁 男人美容：排骨海带大酱汤 下酒小食：糟四喜 爱心盒饭：三丝乌龙面+鱼香四季豆餐桌台历 婚姻里最缺少的..... 我的某男性朋友出轨，整个朋友圈子哗然：他太太漂亮啊，能干啊，贤惠啊，是我们女人效仿的榜样，是他们男人心中觅偶的标杆，但是我们那个男性朋友，却出轨了，而轨道之外，却是个二十岁出头的小姑娘，我相信我那男性朋友绝没有好嫩的偏好，一定是那二十多岁的小丫头真是拿到了他的软肋，后来，还真让我找到了那根软肋.....

2月餐桌之立春——春饼套餐 3月餐桌之“妇女节”——茄汁黄豆焖猪手 4月餐桌之谷雨——冬瓜薏米排骨汤 5月餐桌之立夏——烩三鲜 6月餐桌之端午——香菇卤肉花生粽 7月餐桌之大暑——苦瓜仔鸭 9月餐桌之中秋——鲜肉月饼 9月餐桌之秋分——麻辣螃蟹 10月餐桌之重阳节——百合菊花粥 10月餐桌之霜降——栗子烧肉 11月餐桌之立冬——素蒸饺 11月餐桌之小雪——咕老三文鱼 12月餐桌之冬至——葱爆羊肉 12月餐桌之平安夜——培根烤鸡30分钟快晚餐 肉末最经典的出场 肉末出场的最佳时机莫过于晚餐了——让一个6点钟下班，7点钟下班的职业主妇可以得心应手地烹制出几道味美，又很很压场的晚餐主菜，让晚餐快一点，再快一点。

基础肉酱：万能肉酱汁 肉酱与蔬菜的完美搭配 肉酱蘑菇 肉酱西兰花 肉酱豆芽 肉末做肉饼 肉末蔬菜饼 豆腐肉饼 肉末泡菜饼 肉末做主食 肉末西葫芦炸酱面 肉末白菜饭 简易肉末比萨 肉末做汤羹 肉末玉米羹 咖喱肉末粉丝汤 肉末蛋羹甜品时间 欢乐时光甜蜜蜜 女人对男人，更像是饭后甜点，那是标志完美的句号——一切的丰盛大餐似乎都是为着最后妖娆出场的甜品的期待，一份绝伦的甜点会让男人骄傲：锦上添花的生活才真的可以让人有心满意足的成就感，山楂果酱 山楂酱的一日完美用法 早餐：酸奶脆杯 午餐：红果藕片 下午茶点：果酱奶酪三明治 晚餐甜品：果酱浇冰激凌 甜点：冬日午后的番薯糖水和红豆沙 番薯糖水 奶香红豆沙 烘焙——万无一失的花样炼乳奶酪蛋糕 原味炼乳酪蛋糕 蓝莓奶酪蛋糕 大理石奶酪蛋糕 饼干夹心奶酪蛋糕 苹果奶酪蛋糕西餐中国味 学做西餐主食 学做一些西餐主食吧，让他饱餐一顿西餐，让浪漫也可以成为一份实实在在幸福。

蘑菇鸡柳焗饭 西兰花意面 鸡汁土豆泥闺蜜下午茶 每个女人都爱下午茶 英国式下午茶流传到现在，其实也有了不同的形式，可以奢华，亦可以简约，游客也许更爱大酒店里极具贵族气派的传统英国下午茶，而对于大部份英国本土人来说，他们的下午茶习惯已越来越简约，其中“REMTE”就是很典型的一种英国下午茶形式。

闺蜜下午茶之茶：菊普山楂茶 闺蜜下午茶之茶点：三明拼盘 闺蜜下午茶之小食：

## <<家政女王的厨事心经>>

双味大杏仁私人家宴 见证幸福的晚餐 一场家宴对于女主人来说，最想表达的就是自己幸福的状态，而那让人惊艳的盘子和掌握着幸福的男主人，才正是每一个女主人最想炫耀的拥有，超过她的厨艺。

一次“偷懒”的家宴 宴请菜单和胖星儿一起最生活 晨饮：胖星儿柠檬蜜 蜂蜜柠檬水是好得不得了早晨空腹饮料，可以排毒，润肠，美白，每天坚持饮用，粉嫩的皮肤一定常会被人夸奖。

园艺：好一朵美丽的茉莉花 茉莉像是小家碧玉的女孩一般了，虽然不难对付，但是又着实有点难缠，要和她们斗智斗勇地花点心思，不过这点小麻烦倒也让日子格外地生动，越过越让人寻味，

修剪：舍得折枝待花开 光照：需要多晒太阳 浇水：温度决定湿度 土壤：“清兰花，浊茉莉” 情调：用鸡蛋壳装饰角落 不要每次都那么没心没肺地把蛋壳当作垃圾扔掉，我常常会把蛋壳留下，冲洗干净后随意地做成一些小玩意来装点家里的某个角落。

蛋壳花瓶 蛋壳花盆 蛋壳蜡烛 蛋壳骨碟居家：创意无处不在 婚姻里不仅有爱情，还有更多的家务，一个完美主妇的生活，不止要享受爱情，也要把家务当作是生活的内容，并尽职尽责 妙招：自制简单三层点心架 安排：每天做5件事，让房间永保整洁 收纳：如何挂毛衣 储藏间：将“记忆”井井有条地存放 购物私藏：万能锯齿刀 节日：送一份别致的新年礼物 送礼方式也是一种生活气势 定制礼物最有纪念意义 轻松制作“独家印制”的包装纸 出行：速游新加坡 新加坡真的是非常适合走马观花地消磨一个短假的地方，溜溜地两天，真的足够玩一个新加坡了， 两整天玩遍新加坡 在大排档品尝当地美味 浪漫的克拉克码头 买小牌比买大牌子更合意 适合自助旅游的国家主妇话题 什么样的男人值得死缠到底 什么样的男人值得我们不到最后关头决不放弃呢？

这是一个算术题，是投资回报概略的计算！

明白了这个问题的本质，你就会很轻松找到答案了——那么我们也计算下，我们会以 用默多克的模式去做主妇 全职主妇也可以不会做饭，不会把把油烟机洗干净，但是你要知道多少天清洗一次就可以让油烟机干净，家里有哪些家务是需要做的，你要会设计出适合家人口味又有营养的菜单，这就够了，谢谢你们

## <<家政女王的厨事心经>>

### 章节摘录

插图：厨房社交 请婆婆来吃饭做自己喜欢的事情，并和公公、婆婆一起分享。这样自己做得有乐有趣，婆婆分享得也快快乐乐。

这就是婆媳关系的轻松相处之道。

比如我，是如此喜欢做饭，所以和公公婆婆在一起的时候，就会花很多心思在做饭上。乐在烹饪中，也会让公公婆婆吃得满意——满意饭菜，满意儿媳妇的心意。

<<家政女王的厨事心经>>

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>