

<<貓兒的玩樂廚房：新手也會做的80>>

图书基本信息

书名：<<貓兒的玩樂廚房：新手也會做的80道省時料理>>

13位ISBN编号：9789866086106

10位ISBN编号：9866086100

出版时间：2011-6-17

出版时间：麥浩斯

作者：貓兒

页数：176

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>

## <<貓兒的玩樂廚房：新手也會做的8>>

### 前言

作者序 貓兒 「會不會餓？」

放學回家時，母親總是問這句話，接著，笑瞇瞇的從冰箱拿出她親手做的綠豆湯、樣貌簡單卻好吃地不得了的蒸蛋糕，然後興味盎然地看著我把她做的食物一掃而空。

父親在餐廳工作，母親也能燒出一桌好菜，印象中，我們家很少外食。

我的遊樂場不是家裡的廚房就是父親工作的餐廳。

身為家中么女，假日無非就是跟母親上市場採買，父親休假時，則跟著到大市場去見世面。

不管是小市場或大批發早市，看著父母總是細心挑揀食材並與小販話家常，市場就是個萬花筒，一年四季、春夏秋冬，總有更迭不停的蔬菜、水果令人目眩神迷。

在鮮蝦活跳跳的海鮮攤，我總又愛又怕地偷看著還在奮力張口呼吸的吳郭魚；賣黑豬肉的肉攤，除了豬頭、豬舌外，還掛著一串串香氣誘人的香腸在攤上；雞在籠子裡咯咯啄著米，黑金的羽毛在陽光下發亮；市場總漫著一股奇妙的氣味，怎麼樣也逛不膩。

回家後，那些從市場買來的菜，在彈指間，化成桌上一道道家常美味，在廚房裡寫功課的我對這樣的魔法著迷不已，常受不了誘惑偷拈一塊肉來吃才甘心。

我們一家子不僅愛吃，愛做菜，更熱愛一起吃飯時的感覺，連嚴肅的父親，表情也柔和不少，一杯小酒，幾道家常小炒，天南地北聊天，時光倏地飛逝。

曾與家人在餐桌上度過的時光，即使父母都已不在身邊，那些冒著鍋氣和菜香的畫面，卻一直縈繞在腦海，成為最令我珍視的回憶。

不管早餐、午餐、晚餐或宵夜，廚房與餐桌，是聯繫一家人感情最重要的地方。

一張餐桌，幾盤冒著熱氣的菜，在快速轉型、忙碌的工商業社會裡，有時候卻成為電視廣告裡令人羨慕的畫面。

寫部落格以來，總有朋友問：工作那麼忙碌的妳，還要出差，怎麼能還是興致高昂地下廚做菜？

當然，「愛吃」是因素之一，最重要的是自己下廚，可以買相對而言比較安心的食材，不必擔心來路不明的調味料或過於濃重、死鹹的醬料，還可嘗試各式各樣的菜色，不必為了「要買甚麼、要吃甚麼」而發愁。

更棒的收穫是，藉著「在家吃飯」或「來我家吃飯」，家人或朋友之間，情感上有了更多交流，不論是家事、小事、工作上的問題、乃至於天下事，都可以在餐桌上滔滔而不絕。

朋友們也喜歡到家裡來吃飯，因為輕鬆、不拘束，不用擔心餐廳打烊了話題還正聊得火熱。

在這本書裡，有不少菜餚都是在下班回家後，不用花太多時間就可以烹調出來的料理，也為了常在家裡宴客的朋友提供一些能達到賓主盡歡效果的好菜；偶爾想來點異國情調時，還可以試試看西式或亞洲風味菜色。

在食材的選購及保存方式上，也有一些說明與介紹。

做菜真的一點也不難，您需要的只是一點來自家人的讚美，給自己一些信心，加上愛心、耐心和恆心而已。

十分幸運，也非常感謝城邦集團的麥浩斯出版社為我將過去部落格中的文章翻修集結出書。

謝謝貝羚、正毅、盈力以及熬夜排版爆肝的美術設計。

謝謝一直以來陪伴我的諸多好友與姊妹淘，謝謝你們，沒有你們，就沒有一直寫下去的貓兒，更謝謝當稱職試吃員的排骨桑與不時給我中肯意見的姊姊，還有我最心愛的兩隻拉不拉多兒女。

最後，謹以此書獻給我的父母與許多愛家、熱愛做菜並努力過生活的朋友們！

作者序 貓兒 「會不會餓？」

放學回家時，母親總是問這句話，接著，笑瞇瞇的從冰箱拿出她親手做的綠豆湯、樣貌簡單卻好吃地不得了的蒸蛋糕，然後興味盎然地看著我把她做的食物一掃而空。

父親在餐廳工作，母親也能燒出一桌好菜，印象中，我們家很少外食。

我的遊樂場不是家裡的廚房就是父親工作的餐廳。

身為家中么女，假日無非就是跟母親上市場採買，父親休假時，則跟著到大市場去見世面。

不管是小市場或大批發早市，看著父母總是細心挑揀食材並與小販話家常，市場就是個萬花筒，

## <<貓兒的玩樂廚房：新手也會做的8>>

一年四季、春夏秋冬，總有更迭不停的蔬菜、水果令人目眩神迷。

在鮮蝦活跳跳的海鮮攤，我總又愛又怕地偷看著還在奮力張口呼吸的吳郭魚；賣黑豬肉的肉攤，除了豬頭、豬舌外，還掛著一串串香氣誘人的香腸在攤上；雞在籠子裡咯咯啄著米，黑金的羽毛在陽光下發亮．．．．．市場總漫著一股奇妙的氣味，怎麼樣也逛不膩。

回家後，那些從市場買來的菜，在彈指間，化成桌上一道道家常美味，在廚房裡寫功課的我對這樣的魔法著迷不已，常受不了誘惑偷拈一塊肉來吃才甘心。

我們一家子不僅愛吃，愛做菜，更熱愛一起吃飯時的感覺，連嚴肅的父親，表情也柔和不少，一杯小酒，幾道家常小炒，天南地北聊天，時光倏地飛逝。

曾與家人在餐桌上度過的時光，即使父母都已不在身邊，那些冒著鍋氣和菜香的畫面，卻一直縈繞在腦海，成為最令我珍視的回憶。

不管早餐、午餐、晚餐或宵夜，廚房與餐桌，是聯繫一家人感情最重要的地方。

一張餐桌，幾盤冒著熱氣的菜，在快速轉型、忙碌的工商業社會裡，有時候卻成為電視廣告裡令人羨慕的畫面。

寫部落格以來，總有朋友問：工作那麼忙碌的妳，還要出差，怎麼能還是興致高昂地下廚做菜？

當然，「愛吃」是因素之一，最重要的是自己下廚，可以買相對而言比較安心的食材，不必擔心來路不明的調味料或過於濃重、死鹹的醬料，還可嘗試各式各樣的菜色，不必為了「要買甚麼、要吃甚麼」而發愁。

更棒的收穫是，藉著「在家吃飯」或「來我家吃飯」，家人或朋友之間，情感上有了更多交流，不論是家事、小事、工作上的問題、乃至於天下事，都可以在餐桌上滔滔而不絕。

朋友們也喜歡到家裡來吃飯，因為輕鬆、不拘束，不用擔心餐廳打烊了話題還正聊得火熱。

在這本書裡，有不少菜餚都是在下班回家後，不用花太多時間就可以烹調出來的料理，也為了常在家裡宴客的朋友提供一些能達到賓主盡歡效果的好菜；偶爾想來點異國情調時，還可以試試看西式或亞洲風味菜色。

在食材的選購及保存方式上，也有一些說明與介紹。

做菜真的一點也不難，您需要的只是一點來自家人的讚美，給自己一些信心，加上愛心、耐心和恆心而已。

十分幸運，也非常感謝城邦集團的麥浩斯出版社為我將過去部落格中的文章翻修集結出書。

謝謝貝羚、正毅、盈力以及熬夜排版爆肝的美術設計。

謝謝一直以來陪伴我的諸多好友與姊妹淘，謝謝你們，沒有你們，就沒有一直寫下去的貓兒，更謝謝當稱職試吃員的排骨桑與不時給我中肯意見的姊姊，還有我最心愛的兩隻拉不拉多兒女。

最後，謹以此書獻給我的父母與許多愛家、熱愛做菜並努力過生活的朋友們！

## <<貓兒的玩樂廚房：新手也會做的8>>

### 內容概要

這是一本容易閱讀、簡單上手的新手食譜書；也是一本充滿料理熱情、講究廚房生活的飲食故事書；更是一本能按譜操作、給你好多烹調秘訣的貼心工具書。

簡單做菜！

也可以好吃的不得了只要看過貓兒的部落格，你一定會被那洋溢幸福的生活情調所感染，她樂於下廚、樂於享用食物、樂於體驗廚房中各種美好的事物。

站在喜愛的廚房裡，變魔術一般將新鮮食材變成各式料理，就是每日生活中最確實的幸福時刻。

原來做菜可以如此容易、充滿樂趣！

對於想要開始做菜的人來說，這絕對是一本容易上手的食譜書，因為做菜本來就應該保有一種輕鬆的心情，不用擔心技巧不足、刀工不好、道具不夠，重要的是如何很快速方便地就將手邊的食材變成好吃的料理，訣竅就讓貓兒來告訴你。

書中要教你如何在此時簡單備料、用最簡單的烹調方法，就能做出賣相口感皆優的菜色，精挑細選的80道食譜，專為忙碌的現代人設計，從早餐到晚餐，輕食到宴客菜，都是每天想吃的菜色，只需花5分鐘到半小時，不必動用太多器具，一支鍋子、一個烤箱，在短短時間內即可完成。

快跟著貓兒走進廚房，創造你自己的樂食生活吧！

## <<貓兒的玩樂廚房：新手也會做的8>>

### 作者簡介

貓兒 人氣料理研究家 百萬人次部落格【慵懶生活 好好生活】格主 父親為江浙菜大廚，從小便常跟著父母親上市場、挑食材，廚房裡的香氣聲響與喧鬧，都是貓兒難以忘懷的兒時記憶，在耳濡目染下，對食物擁有絕對的熱情與徹底研究的精神，熟悉的中菜手法，加上偏愛的日式、西式、泰式風味，貓兒的料理沒有框架，對於食物有著高度的敏銳與想像力，能每天在鍾愛的廚房裡，盡情將食材烹煮成一道道美味料理，對貓兒來說，就是最幸福的生活場景。

在網路上分享著美好生活的景，不定時在自家舉行各種主題性的料理課程，並受邀為食品廠商作料理餐會示範，今年並開始自行引進小量日本餐具做網路販售。

## &lt;&lt;貓兒的玩樂廚房：新手也會做的8&gt;&gt;

## 書籍目錄

【PART1 早餐Breakfast】早晨的PizzaToast >>> 適合非常忙碌卻又需要快速補充營養的早晨秋日早晨的茶粥 >>> 茶香四溢的幸福早晨琥珀色的鬆餅早餐 >>> 新鮮水果 + 鬆餅 = 無敵美味誘人早餐1+1的甜蜜總匯 >>> 前一天晚上就將麵糊預先調好的方便早餐元氣滿滿的春日調色盤 >>> 真的只要切一切，拌一拌就完成的早餐週一的懶人早餐 >>> 適合BlueMonday吃的豐盛早餐【Column小專題：蔬菜採買建議】【PART2 開胃菜與沙拉Appetizer】芒果與帕瑪火腿的夏日協奏曲 >>> 夏日餐桌上最搶眼又不麻煩的西式開胃小點夏天來做歐式泡菜 >>> 漂亮不油膩的西式什錦泡菜泰式涼拌鮮蝦 >>> 經典泰式調味的超美味開胃菜涼拌大頭菜 >>> 撒些鹽抓出水是爽脆關鍵涼拌杏鮑菇 >>> 搖一搖、一會兒就可以吃的簡單涼菜醋味甜薑 >>> 單吃、變化皆宜的開胃菜番茄肉豆腐沙拉 >>> 有飽足感又元氣滿滿的沙拉和風干貝大根沙拉 >>> 10分鐘內就能完成的清爽系沙拉【Column小專題：在家烹調出美味肉品】【PART3 湯品Soup】泰式酸辣蝦湯 >>> 酸香鮮辣的經典南洋味野菇卡布奇諾濃湯 >>> 視覺、味覺都驚喜的濃郁杯湯心靈雞湯 >>> 零剩疏菜做出的不凡美味大白菜鮮肉鍋 >>> 一道以菜嵌肉的簡便日式鍋物中式牛肉羅宋湯 >>> 不須費心備料且百喝不厭的清爽牛肉湯白菜燉雞湯 >>> 湯鮮味濃、家常宴客皆宜戀上南瓜湯 >>> 保留南瓜原味的金黃濃湯【Column小專題：肉類的採買與分裝】【PART4 午餐Lunch】我愛蒜味檸檬蝦 >>> 與啤酒超配的豪邁烤蝦泰式炒海瓜子 >>> 短短五分鐘即可上菜的鮮美海味沖繩風蔬菜佐霜降豬肉 >>> 快速上桌的夏日沙拉烤鴨變身大作戰 >>> 花點心思，外食也能健康吃！七味唐辛子烤雞 >>> 充滿日式風味的煎烤料理懶人晚餐—白酒胡椒雞 >>> 柚子胡椒醬的驚喜配方泰式涼拌鮮蝦小寬粉 >>> 夏日兼顧主餐和配菜的好選擇！無錫排骨 >>> 有客人來或過年時絕對賓主盡歡的好菜椰汁炒牛肉 >>> 集椰奶甜香與九層塔清香於一盤的風味菜普羅旺斯燉菜 >>> 誰都可以是料理鼠王，輕鬆做普羅旺斯燉菜秋日味覺 野菇炊飯 >>> 沒有配菜也能直接享用的美味主食泰式炒飯 >>> 餓的發慌的時候，飽足感滿分的豪快主食滷肉飯 >>> 無人不愛的「澆飯」聖品週末簡餐風午膳 >>> 簡單調味、樂活煮食，在家裡也能有吃「簡餐」的Feel！美妙的雙人午餐 >>> 不管午餐、晚餐都適合的小倆口料理．迷迭香烤雞腿佐馬鈴薯．新鮮生菜沙拉與橄欖油．麵包佐雞汁橄欖油醋醬【Column小專題：簡易家庭高湯的作法】【PART5 晚餐Dinner】下酒菜—炒香味蝦 >>> 方便備料、吮指回味的辛香下酒菜下班後的餐桌 >>> 難得早些下班時可以迅速上桌的美味晚餐一盤牛肉兩種吃法 >>> 就算是新手也能輕鬆做的好吃牛肉料理日式蘿蔔燒雞翅 >>> 大師級的菜餚，在家也能輕鬆做出來！竹筍燒肉 >>> 大人、小孩都很難停下筷子的「澆飯」菜來一客自家製叉燒吧！>>> 無防腐劑、色素，吃起來安心又不油膩的自製叉燒肉戀上西班牙海鮮飯 >>> 引人入勝的宴客菜，喜歡海鮮的朋友一定要試試看！改良式紅咖哩雞肉 >>> 辛辣、香氣濃郁，令人一碗接一碗的下飯菜煎牛排佐紅酒無花果醬 >>> 愛吃牛肉的朋友一定要試試的一道排餐豆豉燒肋排 >>> 無敵下飯菜，記得飯要多煮一點喔！豆豉釀三絲 >>> 豆豉系列之二，這次是使用現成醬料但同樣美味好吃！油封鴨腿 >>> 值得花時間等待的Q軟美味柳橙檸檬蔬菜烤雞 >>> 簡易清冰箱晚餐紅燒小黃魚 >>> 愛吃魚的朋友一定要試試看的一道菜日式香醋滷雞翅 >>> 酸味和鹹味均衡，下班後可以快速上桌的下飯菜迷迭香羊排和燉蔬菜 >>> 適合宴客和犒賞自己的奢華晚餐野菇燉飯白松露風味 >>> 宴客時如果主菜份量較少，就來個雙主菜吧！．燉飯會是很好的選擇喔！塔香三杯雞 >>> 老少咸宜的家常菜楓糖野鴨胸佐柚子胡椒醬 >>> 宴客或兩個人在家裡小酌時都很適合的簡便菜餚！醋燒梅花肉 >>> 步驟簡單、快速完成的中西合璧好料理三步驟之薑味烤雞腿 >>> 用烤箱或平底鍋都能輕鬆做出的雞腿料理老薑燒牛肉 >>> 貓家招牌紅燒牛肉，配飯下麵兩相宜椒香麻辣雞翅 >>> 下班務必提醒另一半帶冰涼啤酒回家一起享用的菜色番茄九層塔燉牛肉 >>> 茄紅素 + 鐵質 = 營養滿點的燉牛肉檸檬香茅蛤蜊 >>> 超簡單又美味，料理新手也一定能成功的菜色【Column小專題：愛不

<<貓兒的玩樂廚房：新手也會做的8>>

釋手的廚房好物】【PART6 甜點Dessert】香氣誘人的烤甜桃 >>> 沒有繁複作法就能輕鬆完成的水果甜點柳丁杯子蛋糕 >>> 春日的果香糕點愛心芝士布丁 >>> 不需要經過蒸、烤手續的布丁夏日清涼水果凍 >>> 適合客人來時，一起享用的繽紛水果凍焦糖椰奶布丁+ 焦糖香草布丁 >>> 兩種布丁，多重美妙滋味薄荷水果什錦與杯子戚風 >>> 吃起來絕對幸福百分百的水果和蛋糕組合臘八粥 >>> 溫心暖脾又能搏得來年好兆頭的營養粥品

## <<貓兒的玩樂廚房：新手也會做的8>>

### 编辑推荐

下班/回家後，30分鐘上菜，輕鬆簡單。

80道新手也能快速上手的料理，菜色大方，獨食宴客皆相宜。

依照需求分類，索引快速，用最簡單的方法享受每日的幸福飲食。

作者簡介 貓兒 生活料理家 百萬人氣部落格【慵懶生活好好生活】格主 父親為江浙菜大廚，從小便常跟著父母親上市場、挑食材，廚房裡的香氣聲響與喧鬧，都是貓兒難以忘懷的兒時記憶，耳濡目染下，對食物擁有絕對的熱情與徹底研究的精神，熟悉的中菜手法，加上偏愛的日式、西式、泰式風味，貓兒的料理沒有框架，對於食物有著高度的敏銳與想像力，能每天在鍾愛的廚房裡，盡情將食材烹煮成一道道美味料理，對貓兒來說，就是最幸福的生活場景。

除了在網路上分享所熱愛的飲食生活，也不定時在自家舉行各種主題性的料理課程，並受邀為食品廠商作料理餐會示範，今年開始引進小量日本餐具，與更多人分享美好的廚房道具。

慵懶生活好好生活blog.yam.com/lazycat



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>