

<<半饱>>

图书基本信息

书名：<<半饱>>

13位ISBN编号：9787108021830

10位ISBN编号：7108021838

出版时间：2004-12

出版时间：生活·读书·新知三联书店

作者：欧阳应霁

页数：221

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>

<<半饱>>

内容概要

一个擅长设计、见闻广博，对生活永远有热力永远有好奇的创作人，如果他恰巧又精于厨艺，你可以想像，他的美食世界必定也精彩万分。

他对待厨房不会规规矩矩，每道料理每样食材都有乐趣。

他又坚持半饱，让自己有余裕去容纳其他美好；享受恬适的同时，还有动力追求刺激。

半饱，其实更贪心。

为什么半饱？

身边大吃大喝至死方休的多的是，半饱，是不是故作另类？

半饱，开始最初其实是被迫的——因为平日工作实在太忙，吃到一半就要赶着翻江倒海地做别的事情，所以常常不知不觉半饱着肚。

也因为如此这般活着太累，吃到一半就想睡觉了，饭桌旁沙发上一躺下，马上沉沉睡去，剩下半桌饭菜明天收拾。

生活迫人累人之外，也因为头发都白了，不再像少年时代饥不择食，多了点选择，真的好吃的才动心动情。

偶然有放肆乱吃的，都挤得饱得苦不堪言，而且一团腹肌马上跑出来，后悔也来不及。

所以不是念营养学出身不是专业厨师的我，也大胆走出来身体力行振臂一呼：半饱就好！

<<半饱>>

作者简介

作者欧阳应霁是一个不甘心因此也不容易被标签定位的创作人。

时而涂鸦漫画荒谬奇情一心造反，时而登堂入室访亲会在通常情况下大做文章，或者驻守厨中舞刀弄叉饮饱食醉，或者离家出走天南地北浪荡终日。

自香港理工大学设计系获取荣誉学士及哲学硕士以来，长期对现

<<半饱>>

书籍目录

不设终点——一切从甜点开始 初恋滋味 懒得甜美 冷热天地 包与半饱——啃面包吃饼的早午晚 天
国籍早餐 早晨纽约 近厨得食 吃出生机 不只滋润——回家喝汤真好 偷来美味 泰兴奋 半醉不醉
吃喝忘忧粒粒不辛苦——五谷不分也都快乐 慢慢滋味 咸香甜美 大漠翻腾 少吃多滋味 拌你一世—
—此时此刻四季凉拌 吃掉意大利 意日泰精彩 青葱岁月 八彩传奇 小心太饱——有鱼有肉的好日子
终身嘴馋 肉的迷惑 自由选择 羊小则美 一面之缘——难忘的美味诱惑 半饱前戏 忽然上海 双重惊
喜 有素相随何妨再醉——永远不会迟的下酒菜 欢乐时光 高贵的存在 中东颜色 半醉心思

<<半饱>>

章节摘录

请读片断 请读片断： 陈醋草莓伴鲜乳酪 不要以为我天到晚跑来跑去很忙很努力，其实我很懒。

可以用心地做开胃前菜、第一道菜，主菜也勉强撑出一个格局。但到了甜点部分，就搬出一堆现成的冰激凌呀蛋糕呀水果呀什么的，叫我那群天生sweet tooth嗜甜的挚友经常投诉我没有额外爱心。

也许我在自家厨房太坚持绝对掌权，亲力亲为一晚下来已经无力作战到甜点时段。看来是要下点苦功钻研一下古今中西各种甜而不腻的技巧，一味强调半饱的一大原因，其实也是为了要有一点空间让自己甜美一下。

万事起头难，一下子弄出一个花巧蛋糕又或者焦糖蛋布丁未必容易，但先打打草莓的主意吧。这种原产南美现已植遍各温带地区的鲜红饱满的浆果，成竹在胸鲜有出错。

还记得当年暑假路过加拿大时探访一位儿时伙伴，超级用功的他连暑假也留守校园抢修学分，我无所事事在他宿舍等他下课，走进厨房打开冰箱看看有什么可以刺激创作，结果只给我发现了半篮田里采来的又大又红的新鲜草莓，半瓶琴酒以及一罐喷气装鲜奶油——因此那个傍晚我们都醉了都饱了，肆无忌惮以甜点当主食，最能吃喝的青春高潮，如在昨天。

跟草莓秘密有约，她知道我又馋又懒，我知道她又甜又美——不要只挑那些硕大无朋艳光四射的，小巧一点往往才浓缩集中，真正草莓滋味。

<<半饱>>

媒体关注与评论

四海浪游回归厨房，色相诱人美味DIY，节欲因为贪心，半饱又何尝不是一种人生态度？

<<半饱>>

编辑推荐

四海流浪回归厨房，色相诱人美味DIY，节欲因为贪心，半饱又何尝不是一种人生态度？

《半饱 - - 生活高潮之所在（欧阳应霁）》欧阳应霁是个设计师，是个好吃好动也静的家伙，他在饮食中提倡“半饱”。

意欲何指？

——因为半饱，当你在下一个街口发现了新的美食的时候，你才不至于胃口没有了容量。

他说：“半饱是一种新时代的良好品德，半饱是一种自我完成，半饱是生活高潮之所在，半饱是一种感觉，真好。

”他在书里大秀厨艺，精致的美食，概不在饕餮的朵颐，只为那一刻的心致。

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>