

<<美女厨房>>

图书基本信息

书名：<<美女厨房>>

13位ISBN编号：9787500836858

10位ISBN编号：7500836856

出版时间：2006-1

出版时间：中国工人出版社

作者：笨笨虫

页数：153

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>

## <<美女厨房>>

### 内容概要

如果你热爱生活，那么，你就旋转起来吧，跳起我们春天的美食圆舞曲。

这些天然的食物，再经过我们的双手，就是最好的美食，就有最好的夏季美食的味道了。秋天的美食足可以让人顿生暖意，那份特别的情愫也会随着食物的香气在心中升腾起来。

如果您讲究美食，如果您坚信美食的本质是艺术，您一定要在冬天选择有温度的食物。

5岁的一个小女孩，还是个胖娃娃，总爱跟在母亲的腿后面，从厨房里出出进进。

10岁的小女生，一回家就扔下书包，跑到厨房烧火做饭，虽然根本就生不着火，虽然根本不会做饭。

15岁的大姑娘被繁重的课业压得喘不过气，母亲不再让她做任何与学习无关的事儿，从此，小姑娘便不再进厨房了，虽然她的个子已经能够得着锅台了。

20岁的大学生、把闲暇的时间全都用梳妆打扮，因为苗条的身材、滑嫩的皮肤是女人的本钱。

她们彼此学着彼此，“这年头儿，女人该再下厨房了，我学会了这么多知识不能回家做个黄脸婆。

”25岁的女人，成熟了，不同的人有不同的人生感悟，一些人依然在延续着娇滴滴的生活，而另一些人却悟出了女人之为女人的道理。

知道了厨房对于女人的意义。

## &lt;&lt;美女厨房&gt;&gt;

## 书籍目录

前言春天篇咬春春饼之于女人——合家迎春“夜雨剪春韭，新炊间黄粱”韭菜之于女人——祛斑减肥凉拌爱情玫瑰之于女人——无所不能煮谷为粥粥之于女人——生津养胃，滋补养身，祛寒防病学舅妈做咖喱牛肉饭咖喱牛肉之于女人——做饭，从点滴生活中捡拾钻进厨房煲老汤此汤之于女人——养颜、解围芥末味儿的菠菜菠菜之于女人——润燥、排毒、养颜瘦身火锅减肥之于女人——全年无休鲜花入菜鲜花之于女人——享受春天的寥落心境蜂蜜萝卜润喉汤此汤之于女人——学会照顾自己春分·国香兰花之于女人——沁透体香又是一年荠菜香荠菜之于女人——童年飘香擎核桃羹此羹之于女人——完全滋补炮制“神仙汤”芦荟之于女人——倾国倾城榆荚新开巧似钱榆钱之于女人——失眠的天然保健品春天的“菜王”——雨后春笋春笋之于女人——尝鲜的同时减掉脂肪国色天香牡丹之于女人——花中极品，人中尤物人面桃花相映红桃花之于女人——美颜润肤悦色枝头飘香嫩香椿香椿之于女人——忆起家乡百合银耳羹此羹之于女人——安神养颜鲤鱼跳龙门鲤鱼之于女人——不解的情缘夏天篇江南人参荸荠之于女人——清和j湿热半江瑟瑟半江红西瓜皮之于女人——凉爽夏海洋的玛娜牡蛎之于女人——远离香烟的危害独一无二的“果皇”桑椹之于女人——祛皱、安神、补水歌唇一点红樱桃之于女人——养血红颜、祛皱消斑艾叶老鸡汤艾叶之于女人——滋补虚损、补气养血清清爽爽桑叶粥桑叶之于女人——健康减吧日月相依扇贝之于女人——父亲节献礼西伯侯的50根面条面条之于女人——简单之处见功底红烧甲鱼甲鱼之于女人——滋阴清热美白瘦身素汤此汤之于女人——挑战夏日两大天敌映日荷花别样红莲之于女人——消暑减肥补水甜吃苦瓜苦瓜之于女人——脂肪杀手出水芙蓉芙蓉之于女人——消暑的同时润泽肌肤不起眼的豆腐渣豆腐渣之于女人——减肥吃醋“老醋蜇头”之于女人——清热解毒、降血脂猪尾巴莲子红枣汤莲子之于女人——傲人胸襟水做的女人果茶之于女人——调制情调冬虫夏草煲水鸭此汤之于女人——滋补消暑上汤龙须菜豌豆苗之于女人——润滑肌肤，祛除皮肤过多油唔鲜虾冬瓜汤冬瓜之于女人——减肥素体留住夏天的最后一丝凉——自制海鲜豆腐冷拼秋天篇心急吃不了热豆腐山药之于女人——健脾胃、润秋燥、减脂肪药味清香蒸荆芥荆芥之于女人——爱屋及乌好一朵美丽的茉莉花茉莉之于女人——美香美容花解馋螃蟹之于女人——养精益气、红润面色百桂炖乳鸽乳鸽之于女人——唤醒皮肤的弹性和光泽柠檬飘香柠檬之于女人——美容、安胎、止吐红薯飘香小米粥红薯小米之于女人——减吧、健美、拒绝亚健康索核桃鸭核桃之于女人——美容佳品尝遍百果能成仙野果之于女人——进补佳品月亮婆婆玉米羹玉米之于女人——延缓衰老、降胆固醇来自天堂的花茶桂花之于女人——健胃平肝、美白皮肤万年八卦汤乌龟之于女人——延年益寿重阳节饮菊花酒菊花之于女人——舒肝明目抗衰老减压元素：钙和维生素c忌廉蘑菇煲之于女人——减压、关爱自己和家人首乌的神话首乌之于女人——延缓衰老、降脂减肥、养血调经一亿五千年的神仙果实银杏果之于女人——改善脑功能缓解疲劳冬天篇冬天里的当家菜白菜之于女人——白菜是个宝，赛过灵芝草金殿玉菜红菜苔红菜苔之于女人——无意中发现的宝贝杏仁牛奶芝麻糊芝麻之于女人——润肤养颜、延缓衰老传说中的万寿果木瓜之于女人——藏肥、丰胸、润肤、抗癌冬天里的一丝凉黑木耳之于女人——清涤肠胃、养颜润肤厨房里的药物芹菜之于女人——缓解失眠、月经不调温暖女人的手脚花旗参之于女人——补气养阴、增强免疫力爱上豆腐豆腐之于女人——益气补虚健脑龙凤呈祥·“龙凤配”鳝鱼之于女人——补虚强筋健脑酸溜溜的乌鱼蛋汤乌鱼蛋之于女人——冬食驱寒、夏食解热后记

## &lt;&lt;美女厨房&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘 “萝卜赛梨——”听老北京人说，每年立春这天的一大清早，就能听到有人挑着担子在胡同里这样吆喝，再穷的人家也要买个萝卜给孩子咬咬春，那时候，北京卖的是那种心里美萝卜，熬了一冬后经常就糠了心儿，可即便那样也是要咬一咬的。

后来，翻阅了很多历史资料，这才知道，早在春秋时期立春就作为一个节气出现了，东汉时期正式产生了迎春的礼俗和民间的饮食习俗，而到了明清两代时，立春文化达到了鼎盛时期，清朝的满汉全席一百二十八道菜点中，春卷便是九道点心之一，清人还专有《咬春诗》曰：“暖律潜催腊底春，登筵生菜记芳辰；灵根属土含冰脆，细缕堆盘切玉匀。

佐酒暗香生匕椀，加餐清响动牙唇；帝城节物乡园味，取次关心白发新。

”可以想象，那时“咬春”就是时尚的代名词。

可现如今，“咬春”再也没有那么浓郁的味道和大场面了，不过，人们还是记得要在立春这天吃些春饼来“咬咬春”的。

北京人吃春饼是将面粉用开水略烫，糅合均匀，制成薄饼(老人曾传授说：用右手抓住面团，左手抓住烧热的热勺，手抓面团在勺底转一圈，顺势揭下，即是一张春卷的薄皮)，烙制而成，然后用春饼将不同的熟菜卷起来食用。

熟菜可分为荤素两种，荤菜包括肉丝炒韭菜、肉丝炒菠菜，或将熏大肚、松仁小肚、驴肉、清酱肉、熏肘子、酱肘子、酱口条、熏鸡、酱鸭等切成细丝，再加上细葱丝和淋上香油的黄酱或甜面酱；素菜包括炒豆芽、炒韭黄、炒粉丝或将三种菜一起素炒。

吃春饼时，全家人围坐一起，把烙好的春饼放在蒸锅里，随吃随拿，为的是吃个热乎劲儿，而且讲究从头吃到尾，这叫“有头有尾”，大吉大利。

看着简单，可是真会做春饼的年轻人又有几何?也许有人会为此辩解说，民俗就是蔓延在历空的变迁之中，成为人们的一种想象。

可是，为什么不去试着把想象变成现实?虽然没有时间去学着做那片薄如蝉翼的春饼，不过买些现成的春饼、炒些荤素和菜，应该是不难的吧，有了春饼和馅儿，在家做个春饼就更不是难事儿了——其实，吃春饼的乐趣就在于自己动手揭饼、抹酱、备菜、卷饼，然后放进嘴里大口地嚼，很有点返璞归真的味道。

意思到了，饼薄不薄、熟菜齐不齐倒都在其次了。

而且，只要是自己做的，即便再难吃，也总比饭店里的有嚼头。

P10-11

## <<美女厨房>>

### 编辑推荐

如果你热爱生活，那么，你就旋转起来吧，跳起我们春天的美食圆舞曲。

这些天然的食物，再经过我们的双手，就是最好的美食，就有最好的夏季美食的味道了。秋天的美食足可以让人顿生暖意，那份特别的情愫也会随着食物的香气在心中升腾起来。

如果您讲究美食，如果您坚信美食的本质是艺术，您一定要在冬天选择有温度的食物。

5岁的一个小女孩，还是个胖娃娃，总爱跟在母亲的腿后面，从厨房里出出进进。

10岁的小女生，一回家就扔下书包，跑到厨房烧火做饭，虽然根本就生不着火，虽然根本不会做饭。

15岁的大姑娘被繁重的课业压得喘不过气，母亲不再让她做任何与学习无关的事儿，从此，小姑娘便不再进厨房了，虽然她的个子已经能够得着锅台了。

20岁的大学生、把闲暇的时间全都用梳妆打扮，因为苗条的身材、滑嫩的皮肤是女人的本钱。

她们彼此学着彼此，“这年头儿，女人该再下厨房了，我学会了这么多知识不能回家做个黄脸婆。

”25岁的女人，成熟了，不同的人有不同的人生感悟，一些人依然在延续着娇滴滴的生活，而另一些人却悟出了女人之为女人的道理。

知道了厨房对于女人的意义……

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>