第一图书网, tushu007.com

# <<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

第一图书网, 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。

第一图书网, tushu007.com

# <<美女厨房>>

## 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——无所不能烹谷为粥粥之于女人——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——美颜润趺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一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“老醋蛰头”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，祛除皮肤过多油晤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2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——延车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、润趺、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瘸之于女人——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

第一图书网, tushu007.com

# <<美女厨房>>

## 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》日：“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。
佐酒暗香生匕楪，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

第一图书网, tushu007.com

# <<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……

第一图书网, tushu007.com



## 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