

<<海洋滋味>>

图书基本信息

书名：<<海洋滋味>>

13位ISBN编号：9787503239236

10位ISBN编号：7503239239

出版时间：2010-4

出版时间：薇薇小厨工作室、高瑞珊 中国旅游出版社 (2010-04出版)

作者：薇薇小厨工作室 编

页数：88

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>

<<海洋滋味>>

前言

甘为海鲜做饕餮在 20 世纪八九十年代，我们对于海鲜的概念还仅限于油焖大虾和蒸螃蟹上，仅此两样，一年也登不得饭席几次。

那时的海鲜还是稀罕物，让我们无限期待，还记得当时如果听说家里晚上吃大虾，一天都是欢蹦乱跳的，还会忍不住到厨房里去偷尝几口。

现在，海鲜的品种多了，也能随时随地买到了，想吃一顿不必像过去一样巴望好长时间，但对于海鲜美味的热情和憧憬，却是丝毫没有减弱的。

钟爱海鲜的人数可能比喜欢其他任何一种食材的都多，鲜美二字的含义在海鲜身上能够体现得淋漓尽致。

当我们面对日式烤鳗鱼、奶酪焗龙虾、芥末酱三文鱼、香辣蟹、椒盐虾、红烧海参、蒸扇贝等风情万种的美味时，除了贪婪，还有别的选择么？

海鲜的滋味虽能以鲜字概括，但种类繁多的海鲜也都各自具备着独一无二的个性。

鱼虾属于鲜嫩多汁的，螃蟹则是需要考验动手能力的，海参、鱿鱼一类最善于吸收调味汁的味道，那些海螺、贝壳则有着保藏多年的鲜嫩和筋道。

自己烹饪这些海鲜是一件很有意思的事情，因为海鲜身上有着天生优越的美味基因，所以你能够不费吹灰之力，就成就一次销魂盛宴，而且会惊喜地体验到亲自把一直以来期待的味道变成现实的喜悦。

我们提倡吃海鲜，因为它很健康，富含优质且易吸收的蛋白质，低胆固醇、低脂肪，而且许多微量元素是在其他种类的食材中根本找不到的，只有海鲜“独家”提供。

海鲜的种类多，做法也很多，而且大都很简单，几圈油火加上几撮调料足矣。

每个人的追求不一样，做法也就不一样。

想来简单的则可煎可炒，想来魅惑的则可焗可烤，想来味道更足的则可炸可烧……中餐、日餐、西餐等都能看到海鲜的身影，我们这本书把它们当中最好吃的挑选出来，让你就在自家厨房的方尺之地中，将这些如诗如画的世界各地美味逐一演绎呈现，从而尝到整个世界都疯狂钟爱的海鲜盛宴。

高瑞珊2010年4月

<<海洋滋味>>

内容概要

钟爱海鲜的人比比皆是，是因为海鲜身上拥有着其他任何食材都不具备的鲜美味道，或许是迷人的浩瀚海洋为它们赋予了这样诱惑的天赋，它们的美味已经被人们赞美了成百上千年。如今，在世界各地的餐桌上，海鲜的出现都是一场盛宴的焦点所在，而人们也对这些五花八门的海鲜之味爱到无以复加的地步，因为它们从视觉上、味觉上都能给人超凡的享受，而且低脂肪高蛋白，是相当不错的健康食品，做法简单，即便是新手也能让一桌人对他的手艺赞叹不已。本书中就收录了许多海鲜的最典型的做法，通过摸索和实践，相信每个人都能做出属于自己的海鲜盛宴。

<<海洋滋味>>

书籍目录

<<海洋滋味>>

章节摘录

插图：海洋的美意，海鲜的秘密如果美食有颜色，海鲜的主题色彩便应该是海洋的蓝色。冰凉、清澈、湛蓝的海水，孕育出的多样海洋美味就是今天我们餐桌上不可替代的主角。

倘若你有幸尽享海洋的美味恩赐，从此你便会对海洋心怀感激。

鲜美的鱼、虾、蟹、贝在你手中都能展示出完美的精彩演出，幻化出不尽的美妙滋味……海鲜在早期的人类文化中并非珍馐美味，而是主要的食物来源之一。

当然，那个时候也没有任何的烹调技术可言。

捕来的鱼类和贝类，几乎相当于我们今天的主食一样，成了当时的人每日必不可少的食物。

甚至有考古学家通过这些食用后丢弃的贝类来统计当地的人口数量。

至少在距今4000~6000年前的新石器时代，人类开始采拾并食用贝类的同时，甚至出现了熟食。

后来在贾思勰所著的《齐民要术》中，记有“炙车熬”之法，记载了烤文蛤的烹制、调味方法及火候的要求：“炙如蛎，汁出，去半壳，去屎，三肉一壳。

与姜、橘、屑，重炙令暖。

仰奠四；酢随之。

”按照这个方法。

当时的人们便做出了烤文蛤。

而到了明清时期，人们对于海鲜食材的认识和应用更加深入了，品种多样，用料和调味都很讲究，精工细作，有一些菜式更是流传到了今天，仍散发着无穷的魅力，这些菜式在袁枚的《随园食单》和无名氏的《调鼎集》当中都有记载。

我们餐桌上的每一样海鲜。

都有它们的独特之处，想要尽心地品尝一款海鲜料理，不是在豪华的餐厅，不是在街边的小摊，更不是快餐店，追寻好的海鲜料理，还是家里的最对胃，最对心，最省银子。

你所需要掌握的，就是一些能够轻松搞定它们的小技巧而已，为烹饪一桌美味创造一个美好的开端。

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>