

<<法国女人不会老>>

图书基本信息

书名：<<法国女人不会老>>

13位ISBN编号：9787508636511

10位ISBN编号：7508636511

出版时间：2013-1

出版时间：中信出版社

作者：米雷耶·吉利亚诺

页数：290

字数：214000

译者：梁卿

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>

<<法国女人不会老>>

内容概要

为什么法国女人，即使貌不惊人也会让人忽略，而只记住她风情万种的独特气质？

《法国女人不会老》接续《法国女人不会胖》，讲述了在前书中没来得及说明的更多秘诀。

如何最大程度地享受四季变换带来的乐趣，如何浪漫而智慧地度过优雅人生。

书中还透露了法国女人关于风格、装扮和休闲的艺术。
根本来说，法国女人的优雅，是由内而外的。

<<法国女人不会老>>

作者简介

米雷耶·吉利亚诺 (Mireille Guiliano)

在法国出生、长大，现任LVMH集团旗下著名品牌凯歌香槟 (Clicquot) 的首席执行官。丈夫是美国人，夫妇二人大多数时候住在纽约和巴黎。米雷耶的处女作、《纽约时报》排名第二的畅销书《法国女人不会胖》 (French Women Don ' t Get Fat) 已被译成37种语言，畅销全球。

<<法国女人不会老>>

书籍目录

序言/ IX

第1章 J' ai oublié de vous dire : 我忘了告诉你

电梯演说的陷阱

法国女人寿命长

50%方案

美国人生活中免不了的“甜”

丰裕的打击

运动

认识你自己—树立自己的品牌

法国女人的四季—追忆似水年华

第2章 Au Printemps : 春天, 生命萌发

半熟青豆

芦笋

请再给我盛点儿面条

“啊, 韭葱很好。

”

主菜

各种沙拉

春季羔羊肉

忆草莓

从衣橱里一跃而出

变幻无常

配餐的法则

第3章 En été : 夏日的微笑

围巾

汤

番茄

主菜

配菜

烤盘万岁

蜜饯

把夏日带入室内

第4章 En automne : 秋日的憧憬

秋天的花

养蜂人的女儿

向地道的土豆示爱

蔬菜

秋日时令汤

主菜

假如我能把梨装在瓶子里

关于巧克力

秋季的围巾风情

第5章 En hiver : 冬趣

轻便小火炉

品尝美味小吃

<<法国女人不会老>>

栗子
我的牡蛎世界
汤
鱼、肉和几种蔬菜
冬令水果情结
甜点
冬天的花
第6章 小插曲：法国人吃什么？

鸽子
兔肉
小牛肝
酸模
第7章 酒是美食
酒与健康
酒的喝法
起步
品酒全步骤
入乡随俗
如果拿不准，就点香槟酒
酒与菜肴的搭配
调理顺序
第8章 Revenir：法国人怎么在家里招待客人
流动的盛宴
精选菜单
更多流动的盛宴
品尝奶酪聚会
甜点聚会
早午餐正流行
鸡尾酒晚餐
最后一点
第9章 ? bien?t (回头见)：一堂小小的法语课
地道的法国食谱

<<法国女人不会老>>

章节摘录

版权页： 第2章 Au Printemps：春天，生命萌发 从衣橱里一跃而出 除了烹饪，法国女人在季节变换时的另一半乐趣来自为春天的户外活动准备装束。

由准备春装开始了衣橱的换季整理，衣服从厚重到轻薄，从毛料到棉质，从色彩幽暗到更为明快。一些人的观点也许是某种颜色今年或明年“时髦”或“过时”，但是对于我，大自然在特定季节所呈现的色彩比任何一位设计师的全部色系加起来还要具有感染力。

天气转暖，人们脱下厚重的冬装，感到一身轻松，只要你对自己整体的外观奉行简单原则，春天是进行各种尝试的好时候。

我喜欢先挑一件干净的亚麻裤子，再搭配一件持重的、往往中性的上衣，高领衫或毛料衬衫是经典的上装，衣服质地柔软，色彩淡雅。

选择合身的衣服，不要过于紧绷，也不要松松垮垮，你就可以呈现出一副惹人喜爱、精干俏丽的样子

。要穿合体而不是紧巴巴的裤子，裤腰的高度要由你的体形而不是流行时尚来决定。

在准备好基本装束之后，我开始就一个主题不断地变换花样，也就是巧妙地搭配已经成为我的标志的各种配饰：项链、太阳镜，最主要的是围巾。

法国女人佩戴围巾的形象已经深入人心。

一般来说，法国女人的自我形象千变万化，秘密就在于巧妙地选择饰品，而她们最著名的配饰就是围巾。

我在春天采用两种最稳妥的围巾系法，用的是极其简单的经典方巾和较为大胆的上衣围巾。

经典方巾 这种围巾系法需要一块方巾，把它折叠，呈V字形披在背上，在前方下颌处打结。

如果是大块方巾，它会在你的肩膀上飘飞；如果是小块方巾，把它披在色彩明亮、款式简洁的水手领毛衫外面，会制造完美的春意。

你还可以把方巾搭在毛衫里面，产生类似于领巾的效果。

为了显得更加靓丽，比方说在晚上，你可以把围巾系得很松，使它垂下来包在肩膀上当披肩。

用这种系法把围巾搭在领口开得很低的裙子上，效果尤其突出。

下面说明方法：1.取一块方巾，沿对角线折叠，使之呈三角形。

抓住三角形较长的两端，继续向里对折，叠成一条宽两英寸左右的长条。

2.抓住较长的两端，把围巾围在脖子上，在前面打一个平结，对结下几英寸长的部分进行整理，使之成花—也就是，用围巾的一端绕过另一端，成一个圆圈，把另一端插入圈中。

然后根据你的需要把它收紧。

<<法国女人不会老>>

媒体关注与评论

“就像喝一杯好香槟……清新爽口。

”——《纽约时报》“米雷耶分享了她更私人的趣事、食谱，以及关于法国的所有事情。

”——《今日美国》“这本书充满了浪漫色彩，勾起了人们的无限回忆……米雷耶宣扬的是一种生活方式，而不仅仅是关于如何吃不会发胖的秘密……非常有趣而且健康。

”——《旧金山新闻报》“米雷耶对食物发自内心的喜悦，激励了渴望得到健康的人们，让他们可以完全抛弃计算卡路里这个枯燥而乏味的事情。

”——《奥普拉杂志》

<<法国女人不会老>>

编辑推荐

<<法国女人不会老>>

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>