

<<Julia's香草满屋>>

图书基本信息

书名：<<Julia's香草满屋>>

13位ISBN编号：9787534951602

10位ISBN编号：7534951607

出版时间：2011-11

出版时间：河南科学技术出版社

作者：夏荷

页数：156

字数：250000

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>

## &lt;&lt;Julia's香草满屋&gt;&gt;

## 前言

喜欢烹饪的我，在初识香草时即被那些散发着诱人香气的“herbs”（香草）给吸引住了。

从此，将香草入菜成为我最爱玩的厨房游戏。

然而更进一步认识香草，却是在多年前那一段生命中最困顿的时期。

在身心饱受煎熬的那段日子里，是香草植物及蕴含植物能量的自然疗法，带我走出了幽暗的谷底。

同时也在那段日子对香草非常广泛的应用有了更多的了解，除泡茶、料理之外，还可以运用在生活布置、个人香氛用品中。

在几年之后，香草更为我开启了生命中的第二春，我成立了“Julia's garden香草满屋”品牌网站。

自此，我开始更渴望拥有一个庭院，一个可以种植更多香草的房子。

三年前我搬离了人车喧嚣的台北市，来到台湾北部的某个小城。

虽然住的并非我想象中的大宅，也并无太大的庭院，但我用了近半年的时间，自己亲手去捡拾路边废弃的栈板，拆解然后钉成围篱，并利用回收品与香草、花朵，打造出一座约25m<sup>2</sup>大小的香草花园。

每天早晨送孩子们上学之后，悠闲地走进后花园，浇洒修剪并与香草对话，而后信手拈来香草的叶片，冲泡成香草茶，或者为自己做个香草早餐。

午后，当工作告一段落，坐在亲手彩绘薰衣草图案的桌边，泡壶舒压的薰衣草花茶，在轻拂的微风及弥漫的香草气息中，闭眼假寐片刻。

接近晚餐的时刻，有时我会依据后院的香草而出门采买搭配的食材；或者我会翻出冰箱的零星食材与窗台的香草就这么做随性的结合。

这就是我最爱也渴望已久的“Kitchen Garden Lifestyle”（家庭菜园生活方式）：打开窗户或走进花园，采摘院子里的香草或蔬菜，就能料理出属于全家人的幸福滋味。

一直认为能让人感受到幸福的美味，并非都来自顶级食材所打造出的星级餐点。

它可以来自自己的亲手栽种、烹调，或者来自全家人在假日里一起洗手做羹汤的欢乐气氛，这些总能为再平凡不过的食材与料理增添幸福的真滋味。

然而若想让幸福的感受再升级，用餐的氛围营造就显得更为重要了。

利用香草或花朵作为餐桌布置的基本素材，再结合个人的创意及巧思，不论是一个人用餐、两个人的烛光晚餐、三五好友的餐叙，或是小家庭乃至大家族的团聚，餐桌的幸福时光总能悄悄地点燃。

闲暇时，我也喜欢一个人慢慢地用双手将香草与其他素材结合。

不论是客人来访还是餐叙后，都能用亲手酿造的香草油、香草醋或是手作香草杂货等，加上自己用心的巧思包装，作为一份独特的礼物送给朋友，让收到礼物的人也能感受到暖暖的心意。

因为喜欢香草，也喜欢烹饪、园艺、手作、布置。

于是在此书中，我将香草在料理、手作、餐桌布置等领域展开了美丽的延伸。

希望你也会喜欢这样美好的香草生活，也期待此书像一颗香草种子，能在你的心田开出满园的香草，让你嗅闻到属于你的幸福气息，体会到属于你的香草满屋。

## <<Julia's香草满屋>>

### 内容概要

本书作者本是一个平凡的家庭主妇，几年的时间里她从香草世界中渐渐找到属于自己的精彩天地，充分运用香草为孩子、家人及朋友带来浓厚的幸福感受，而且她相信只要运用一点点巧思、一些些自然素材，即能点燃生活中的幸福之光。

作者用漂亮的图片和亲切的文字介绍香草植物融于丝丝生活细节的各种应用方式，实用而有情趣，简单而易操作。

书中作者悉心介绍常见香草的栽培、习性等基础知识，香草的采收及保存；简简单单制作香草调味品：香草酒、香草盐、香草糖、香草醋、香草油、香草糖、香草酱和香草面包粉等各种用品；用香草玩手作、做杂货；用香草做料理、做面包、做饮料；利用香草布置餐桌等。

## <<Julia's香草满屋>>

### 作者简介

夏荷

原名蔡怡贞，常用名Julia，台湾“Julia's garde香草满屋”品牌的创始人，地道的香草生活玩乐家。

热爱香草植物，拥有一个兼具地中海风与乡村风的香草庭园，及一小亩香草田。每天过着吃香草、种香草、玩香草、写香草的生活；以专栏写作及教学的方式，积极推广美好的香草生活，相信香草植物能以不同面貌走进每个人的日常生活中，带给每个人属于自己的幸福感受。除了香草，她还喜欢设计花园、手作杂货、居家布置、烘培烹饪，认为这些都是生活中的幸福元素。

## &lt;&lt;Julia's香草满屋&gt;&gt;

## 书籍目录

- 01 香草油 020
  - 风味香草油 1 百里香油 1 南法香草油
- 02 香草醋 023
  - 1 紫苏米醋 1 清新薄荷果醋 1 风味香草醋
- 03 香草酒 027
  - 薰衣草烈酒 1 香蜂草水果酒
- 04 香草糖 030
  - 迷迭香糖 1 薰衣草糖 1 香草豆荚糖
- 01 采收及保存方式 013
  - 1 瓶插法 1 冷藏法 1 风干保存法 4 微波干燥法 5
- 冷冻保存法
  - 02 空瓶罐变身香草保存罐 016
    - 铁制空罐 1 纸盒空罐 1 玻璃空罐
- 香草手作&杂货
  - 01 随手玩玩香草花环 042
    - 1 尤加利花环 1 迷迭香花环 1 薰衣草花环
  - 02 随手做做香草杂货 043
    - 1 香草蜡烛布置 1 新鲜香草挂饰 1 香草香包
    - 1 香草小花瓶 1 香草盆栽 1 香草屋挂饰
    - 1 托盘布置层架 相框风格挂饰 香草吸铁 晒香草架
  - 03 随手缝缝香草厨房布品 048
    - 围裙            隔热手套
    - 隔热餐垫       杯垫与茶壶套
- 05 香草盐 034
  - 1 百里香盐 1 综合香草盐
- 06 香草束 036
  - 1 新鲜香草束 1 干燥香草包
- 07 香草面包粉 037
- 08 香草抹酱、蘸酱、佐酱 038
  - 1 香草奶油抹酱 1 香草油醋酱 1 薄荷酱
  - 罗勒芝士酱 1 美乃滋细香葱酱 1 荷兰芹酸奶酱
- 香草蔬食料理
  - 01 薄荷系列 052
    - 薄荷可乐饼 1 薄荷巧克力火锅
    - 1 薄荷芒果雪泥 1 薄荷芒果冰棒
    - 1 柠檬薄荷冰块 1 薄荷气泡苹果汁
  - 02 紫苏系列 061
    - 红紫苏梅饭&绿紫苏寿司
    - 1 紫苏蛋包饭
  - 03 奥勒冈系列 067
    - 奥勒冈彩椒意大利面
    - 1 奥勒冈泡面堡 1 奥勒冈比萨
  - 04 百里香系列 074
    - 墨西哥香草炸菇卷&墨西哥香草鲜菇卷
    - 1 百里香焗烤蘑菇

<<Julia's香草满屋>>

- 05 鼠尾草系列 079
  - 1 学做面疙瘩
  - 奶油鼠尾草面疙瘩
  - 1 鼠尾草豌豆面疙瘩
- 06 迷迭香系列 087
  - 迷迭香烤土豆 1 迷迭香烤香菇
- 07 荷兰芹系列 092
  - 荷兰芹蔬菜炖饭 1 荷兰芹烘蛋
- 08 罗勒系列 096
  - 番茄罗勒佐芝士沙拉
  - 1 罗勒松露意大利面
- 09 月桂系列 100
  - 月桂南瓜浓汤 1 暖心蔬菜汤
- 10 细香葱系列 105
  - 1 凉拌细香葱螺旋面
- 11 刺芫荽系列 108
  - 1 刺芫荽凉春卷
- 12 小地榆系列 110
  - 1 香草古斯米沙拉
  - 香草餐桌布置
- 01 一个人的主题餐 137
- 02 两个人的烛光晚餐 140
- 03 三五好友餐会 143
- 04 家庭户外小野餐 147
- 05 西式家庭Party 149
- 13 柠檬香茅系列 114
  - 1 香茅蔬果绿咖喱酱
  - 1 柠檬香茅缤纷冻饮
- 14 柠檬马鞭草系列 118
  - 1 柠檬马鞭草果冻
  - 1 马鞭草葡萄气泡饮品
- 15 香蜂草系列 121
  - 1 香蜂草奶酪
- 16 玫瑰花系列 123
  - 1 玫瑰花果酱
- 17 干燥香料 125
  - 1 焗烤香料千层面 1 焗烤香草面包
  - 1 香草芙蓉豆腐
- 18 香草束系列 132
  - 1 香草束丸子汤

## <<Julia's香草满屋>>

### 章节摘录

版权页：插图：香草酒市售的红、白酒可以单独饮用，但也不妨加入适量的香草浸泡，感受香草的独特气息所赋予酒的全新风味，在入口的片刻让味蕾惊醒。

白酒含有较浓的酒精成分，不适合狂饮，然而添加适量香草就可以有效地平衡白酒的酒精浓度。

在夜深人静的时刻独自啜饮，舒缓白日的纷扰心绪；在好友餐叙相聚时刻举杯齐贺，营造欢乐的氛围。

除了单独饮用亦可调成鸡尾酒，也适宜添加在料理中。

可将第一道制作的酒先用棉布过滤，不仅保存的时间较长久，在视觉上亦有较好的效果，酒不易混浊，较为清澈。

自制香草酒时所需的玻璃瓶必须具备密封效果，市售有多种款式，但软木塞款较易受侵蚀，无法长时间保存。

可选择塑胶塞款，也可运用家中使用过的螺旋瓶盖空玻璃瓶，将之洗净，高温烘干消毒后即可使用。

自制香草酒step by step1.将香草植物洗净并擦拭水分，轻轻搓揉使其释放出香气后再依序装入瓶中。

2.将酒精浓度为70°-80°的白酒（伏特加为佳）徐徐倒入瓶中，淹没过所浸泡的材料；每3-4d换入适量的新鲜香草，需重复3次以上，或可浅尝其味道，视个人口味决定是否继续更换新鲜香草。

3.置于阴凉处每天将瓶身摇晃一下，使香草与酒精充分融合，展现独特风味。

4.确定香草酒的浓淡已合宜，再将之前浸泡的香草取出，放入新鲜的香草以利识别，也可为香草酒增添风情。

## <<Julia's香草满屋>>

### 媒体关注与评论

Julia给我的感觉是满屋的薰衣草与紫色弥漫的氛围。

Julia给我的印象是对香草的喜好与执著的热情。

Julia给我的联想是永远怀抱梦想的生活家与拥有一双巧手的魔法妈妈！

Julia的料理，取材于香草，她像一位天才魔术大师，瞬间完成作品，让人惊讶不已。

作品中充满着无数的创意与无比的信念，这种由对家人的爱心所幻化而成的料理，绝对是世上最美好的佳肴。

Julia的手作，可以将身边最平凡的物品，凭借创意的想法与实际的操作，变成充满生活艺术的作品。

这些手作除了增添家里的装饰，更为日常生活带来无比的乐趣。

与其说是化平庸为神奇，倒不如说是创造力的极致呈现。

Julia的餐桌布置，结合她对美感的天生直觉，运用在家庭最温馨的区域。

对情侣、夫妇、家人或亲朋好友而言，是一种惊喜，更是一种享受。

在充满芬芳香草的环境中，搭配美丽的装饰与可口的佳肴，可说是最幸福不过的一件事了！

对从事香草教学与推广十来年的我来说，香草已不只是事业或工作，更是我日常生活的重心。

这些年来也辅导过不少的业者，让台湾的香草产业能不断地创新与发展。

这过程中虽遭受到不少的挫折与失败，但香草始终没有遗弃我，再加上我所创办的台湾香草家族学会的成员好友及听课的学员爱好者们，用最实际的行动鼓励着我，让我深深地觉得自己的香草人生并没有白走！

Julia就是其中最支持我的好朋友！

Julia说来是我的学生，反倒是我在她的身上学到更多的东西，她对香草的热情比起我来有过之而无不及，在经历过人生许许多多不顺遂后，选择勇敢地面对挑战，并发展得极其成功，这样的精神与毅力真叫人敬佩。

Julia的人生，不断地蜕变，但香草绝对是她最爱的。

这让我想起日本推广香草植物的第一人：广田靖子，她从专业家庭主妇的角色出发，在接触到香草植物之后，整个人生也开始转变，并在香草的世界中找到幸福。

这是Julia的第一本书，最令人期待。

浏览她的香草满屋网站，欣赏博客中充满知性与感性的文章，已成了我周末最快乐的事。

她主动地邀请我为其著作写序，实不敢当；但作为她的博客的一个忠实读者，对我而言这又是份莫大的荣幸。

相信各位读者在品味她书中美好世界的同时，是不是也想像她一样，从一株薰衣草开始种起，然后尽情地享受香草所带来的幸福生活呢？

我想这应该就是她这本书最大的意义了。

Julia的幸福香草人生让我们觉得这个世界真美丽！

&mdash;&mdash;台湾香草家族荣誉理事长 尤次雄敬笔

<<Julia's香草满屋>>

编辑推荐

- 《Julia's香草满屋》编辑推荐：1.一株香草&rarr;盐+糖+油+酒+醋+酱+饮品+料理+手作+餐席覆盖香草应用的方方面面。
- 2.最细致最详尽的香草玩乐全书，新手也能轻松拥有的美妙香草生活！

## &lt;&lt;Julia's香草满屋&gt;&gt;

## 名人推荐

Julia给我的感觉是满屋的薰衣草与紫色弥漫的氛围。

Julia给我的印象是对香草的喜好与执著的热情。

Julia给我的联想是永远怀抱梦想的生活家与拥有一双巧手的魔法妈妈！

Julia的料理，取材于香草，她像一位天才魔术大师，瞬间完成作品，让人惊讶不已。

作品中充满着无数的创意与无比的信念，这种由对家人的爱心所幻化而成的料理，绝对是世上最美好的佳肴。

Julia的手作，可以将身边最平凡的物品，凭借创意的想法与实际的操作，变成充满生活艺术的作品。

这些手作除了增添家里的装饰，更为日常生活带来无比的乐趣。

与其说是化平庸为神奇，倒不如说是创造力的极致呈现。

Julia的餐桌布置，结合她对美感的天生直觉，运用在家庭最温馨的区间。

对情侣、夫妇、家人或亲朋好友而言，是一种惊喜，更是一种享受。

在充满芬芳香草的环境中，搭配美丽的装饰与可口的佳肴，可说是最幸福不过的一件事了！

对从事香草教学与推广十来年的我来说，香草已不只是事业或工作，更是我日常生活的重心。

这些年来也辅导过不少的业者，让台湾的香草产业能不断地创新与发展。

这过程中虽遭受到不少的挫折与失败，但香草始终没有遗弃我，再加上我所创办的台湾香草家族学会的成员好友及听课的学员爱好者们，用最实际的行动鼓励着我，让我深深地觉得自己的香草人生并没有白走！

Julia就是其中最支持我的好朋友！

Julia说来是我的学生，反倒是我在她的身上学到更多的东西，她对香草的热情比起我来有过之而无不及，在经历过人生许许多多不顺遂后，选择勇敢地面对挑战，并发展得极其成功，这样的精神与毅力真叫人敬佩。

Julia的人生，不断地蜕变，但香草绝对是她最爱的。

这让我想起日本推广香草植物的第一人：广田靖子，她从专业家庭主妇的角色出发，在接触到香草植物之后，整个人生也开始转变，并在香草的世界中找到幸福。

这是Julia的第一本书，最令人期待。

浏览她的香草满屋网站，欣赏博客中充满知性与感性的文章，已成了我周末最快乐的事。

她主动地邀请我为其著作写序，实不敢当；但作为她的博客的一个忠实读者，对我而言这又是份莫大的荣幸。

相信各位读者在品味她书中美好世界的同时，是不是也想像她一样，从一株薰衣草开始种起，然后尽情地享受香草所带来的幸福生活呢？

我想这应该就是她这本书最大的意义了。

Julia的幸福香草人生让我们觉得这个世界真美丽！

台湾香草家族荣誉理事长 尤次雄敬笔

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>