

<<油与醋鉴赏手册>>

图书基本信息

书名：<<油与醋鉴赏手册>>

13位ISBN编号：9787547803134

10位ISBN编号：754780313X

出版时间：2011-1

出版时间：上海科学技术出版社

作者：Kathryn Hawkins

页数：192

译者：高洁健,凌璧君

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>

## <<油与醋鉴赏手册>>

### 前言

在众多食物的完美组合中，油与醋的配合是最自然、最和谐的。

犹如一对绝佳的伴侣，油与醋有着众多相似之处：它们历史悠久，用途广泛，种类繁多；数世纪以来，它们被广泛用于烹饪、医学和美容等领域。

随着油与醋的日益发展，它们不断满足顾客善变的口味，如今人们对油和醋的热情丝毫不亚于数千年前。

在过去的十年中，油和醋仍是最受欢迎的调味品。

若干世纪以来，食用油一直被用作菜肴的调味料。

我们的祖先曾经广泛使用植物油，今日随着生产和萃取方法的不断改进，我们重新发现了植物油的价值。

它们不但富含微量营养元素，而且为我们的菜肴增添了不同的风味和口感。

如今，几乎每个食品店和杂货铺都有品种繁多的食用油，从大家熟悉并喜爱的橄榄油（见66页）、芝麻油（见49页）到少有人知的鳄梨油（见62页）和澳洲坚果油（见47页）。

## <<油与醋鉴赏手册>>

### 内容概要

《油与醋鉴赏手册》分两部分：第一部分介绍食用油的加工过程、储存、利用和营养，以及世界上各种主要食用油，如橄榄油、可可油、核桃油、花生油、葵花子油及其他坚果油；第二部分介绍醋的妙用、加工过程和储存，以及世界各地各种类型的醋，如葡萄酒醋、水果醋、蔬菜醋、香草醋等。

<<油与醋鉴赏手册>>

作者简介

作者：（英国）霍金斯（Kathryn Hawkins）译者：高洁健 凌璧君凯瑟琳·霍金斯（Kathryn Hawkins），一名颇有声望的美食和烹饪作家。

她是一名家庭经济师，《妇女》杂志前烹饪栏目编辑。

凯瑟琳已出版了多部作品，包括《香草香料鉴赏手册》、《鉴赏家指南》和《清淡中国菜和砂锅信煲烹调》。

<<油与醋鉴赏手册>>

书籍目录

序6油类简介9食用油简史10油的萃取与加工16油的储存与使用19油的基础化学成分与营养价值22油类指南28醋类简介118食用醋简史119醋的多种用途121醋的化学成分简介123醋的生产124醋的储藏125醋类指南126油醋食谱180油与醋供应商网址192

## &lt;&lt;油与醋鉴赏手册&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：一个脂肪酸分子由碳原子、氢原子和氧原子链接而成。

在原子链中，每一个碳原子与两个氢原子相连，氢原子处于原子链的末端，它们不与其他原子相连——这种链接稳固、不易变化。

如果两个碳原子相互并列且未与氢原子相连，那么它们将相互连接构成“双键”（ $-C=C-$ ），这就形成了原子链中的薄弱环节，这也意味着如此构成的油脂不稳定、易变质。

世界上有各种不同的脂肪酸，每一种脂肪和植物油都有其特定的化学结构。

有的脂肪酸仅由4个碳原子的短链构成，而其他脂肪酸的原子链长而稳固，最长的可以有35个碳原子构成。

由中短型原子链构成的油脂在室温下是液态的，而由较长的原子链构成的油脂是固态的。

由油脂（脂肪和植物油）形成的化合物叫做甘油三酸酯。

顾名思义，甘油三酸酯由三个脂肪酸分子和一个甘油分子构成。

甘油分子的原子链较短，由3个碳原子构成，脂肪酸分子附着其上。

脂肪或植物油的性质由其所包含的甘油三酸酯决定。

饱和脂肪酸、不饱和脂肪酸、单不饱和脂肪酸和多不饱和脂肪酸这些关于油脂的种种术语，我们可能并不明白每个术语的意思，以及它们如何影响人体健康。

下面简单地解释一下：  
· 饱和脂肪酸：由不含有碳—碳双键、而含有满额氢原子的碳链构成。

这种脂肪酸具有线性、稳定的构成，因此可以形成最长的碳链。

稳固的链接形成稳固的结构，这意味着油脂在室温下处于固态。

自然界中不存在完全的饱和脂肪酸，如果存在，这种油脂将非常坚硬而易碎。

固态的动物脂肪，如黄油，包含60%的饱和脂肪酸。

· 不饱和脂肪酸：至少含有一对碳—碳双键的脂肪酸。

如果只含有一对双键则称为“单不饱和脂肪酸”，如果含有两对以上双键则称为“多不饱和脂肪酸”。

碳链中含有的双键越多，其不稳定性越强，这使得化合物不稳定，从而影响油脂的稳定性。

比如说，这种链接更易受到氧化而使油脂变质。

植物油通常是单不饱和脂肪酸或多不饱和脂肪酸。

但椰油和棕榈油却是饱和脂肪酸；而鱼油则是不饱和脂肪酸。

<<油与醋鉴赏手册>>

编辑推荐

《油与醋鉴赏手册》：鉴赏与品味系列

<<油与醋鉴赏手册>>

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>