

<<云南省饮食文化系列丛书>>

图书基本信息

书名：<<云南省饮食文化系列丛书>>

13位ISBN编号：9787548904724

10位ISBN编号：754890472X

出版时间：2011-9

出版时间：云南美术出版社

作者：芒市餐饮协会 编

页数：139

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>

## <<云南省饮食文化系列丛书>>

### 内容概要

芒市的饮食文化，是云南少数民族饮食文化的一个缩影，是芒市民族民俗文化的重要组成部分。芒市饮食文化的形成与发展，与芒市的地理环境和长期文化积淀密不可分。芒市绚丽的自然风光，浓郁的民族风情，丰饶的物产资源，夏无酷热，冬无严寒，五大世居少数民族相融共生，蕴育、发展和传承了自己独特的、别具风情的美食文化资源。

芒市美食的基本特征是色、香、味、形俱佳，自然生态，原汁原味。芒市餐饮协会编写的《芒市味道》，囊括了当地五大世居少数民族各具特色的菜肴，详细介绍了各种菜品的口味特点和制作工艺，使读者在领略芒市本土美食文化的同时，掌握各种菜品的基本制作方法，可谓一举两得。同时，本书还穿插了对芒市风土人情的介绍，引领读者直达芒市美食文化的内核。书中丰富精美的插图将带给读者视觉上的享受，使读者能够更加深入地了解芒市、体验芒市、爱上芒市。

<<云南省饮食文化系列丛书>>

书籍目录

芒市美食概述  
主食、小吃、酒水篇  
傣族传统饮食简介  
傣味蕉叶年糕  
傣家黄花饭  
傣家泼水粑粑  
傣家稀豆粉  
马打滚  
紫米菠萝饭  
稀豆粉米线  
小锅米酒  
柠檬汁  
红日游海  
景颇族传统饮食简介  
竹筒饭  
景颇鸡肉稀饭  
鹿血饭  
景颇水酒  
竹筒米酒  
阿昌族传统饮食简介  
过手米线  
甜白酒  
德昂族传统饮食简介  
德昂浇花粑粑  
德昂酸茶  
土罐茶  
傈僳族传统饮食简介  
苞谷稀饭  
苦荞粑粑  
傈僳侠腊  
傈僳油茶  
特色宴  
土司宴  
长街宴  
山官宴  
绿叶宴  
阿昌八大碗  
菜肴篇  
傣族菜肴  
苦甜醉仙（撒撒）  
撒达噜  
巴撒  
番茄喃咪  
酸笋煮沙鳅  
帕哈煎蛋

<<云南省饮食文化系列丛书>>

酸粬菜  
傣家豆干片  
傣家火烤猪  
景颇族菜肴  
舂岩姜  
补撒（景颇撒撒）  
揉菜  
景颇火烧鱼  
景颇烤肉  
景颇鬼鸡  
煮杂菜  
阿昌族菜肴  
老虎生  
阿昌鸡  
野芹菜生  
芩菜根煮活鱼  
黄枫根炖肉  
筒子骨煮萝卜干  
串菜  
阿昌香豆豉  
阿露窝罗鸡  
德昂族菜肴  
压板菜煮鸡  
德昂干板菜  
橄榄撒  
橄榄圆子  
香姜舂干巴  
臭笋煮瓜尖  
笋子拌干巴  
干竹笋炖土鸡  
凉拌茶树尖  
酸笋煎鸡蛋  
野芩菜炒鸡纵  
傈傈族菜肴  
花椒叶拌豆豉  
漆油鸡  
空竹米炖鸡  
核桃仁舂山胡椒  
傈傈签子肉  
苦养粬粬芩菜汤  
乌喔底  
名店篇  
鸿杰美食酒城  
润美酒家  
沈鸭子  
新正酒店  
德宏 向声

<<云南省饮食文化系列丛书>>

小瓦碴厨房

“勐梭旦”阿昌家

旺滴滴

商姑尼阿昌苑

芒市庞记大滚锅

孔雀之乡美食都

飞马乡村

冰冰凉

德安酒店

金客徕美食新村

景颇园

芒市保山大烧

芒市人家

友谊庄园

附录

美食地图

特色企业

章节摘录

版权页：插图：大白炖：（阿昌语：撒普玛）原料：猪前肘1000克。

调料：植物油、红糖、酱油、草果粉、花椒粉、姜片、盐、葱段、味精各适量。

做法：猪肘洗净放入沸水中氽烫，沥干水分；将盐、红糖、酱油、草果粉、花椒粉调匀，姜片、葱段涂抹在猪肘，将猪肘入蒸碗中上锅蒸熟，再取蒸猪肘原汁加小粉、味精、红糖调匀成味汁，淋在猪肘上即可。

盐炖鸡：（阿昌语：甲撒曲）原料：仔鸡一只，重1500克左右。

调料：草果粉、沙仁粉、姜片、盐、葱花各适量。

做法：仔鸡洗净，将草果粉、沙仁粉、盐调匀涂抹在鸡身上，姜片、葱花、鸡杂放入鸡腹腔，仔鸡放入蒸碗；用盐1500克入铁锅，把放好仔鸡的蒸碗放在盐巴上盖好锅盖，文火炖熟。

特点：沙仁味浓、鸡汁鲜甜，不用味精，且有滋补功效。

串菜：（阿昌语：昂扎拌）原料：干甜笋（水泡发）、油炸猪皮（水泡发）、绿豆芽、苕菜根、红萝卜、莴笋、蛋卷、姜片、葱花、草果粉。

做法：猪腿骨汤适量煮沸；先下苕菜根、干甜笋、油炸猪皮在汤中煮15分钟后下红萝卜、莴笋、蛋卷、姜片、葱花、草果面、绿豆芽煮至汤沸腾出锅装碗即可。

火炖鱼：（阿昌语：哈撒炖）原料：鲜活鱼一条。

调料：姜丝、蒜末、小米辣、胡椒叶、葱花、野香草、味精、盐、植物油、小粉。

做法：鱼洗净，将盐、味精调匀涂抹在鱼身上；锅置火上，倒入适量植物油，待油温烧至七八成熟，放入鱼炸至金黄色，捞出沥油；鱼入锅，再放入各种原料，文火炖熟即可。

白片肉：（阿昌语：撒铺板）原料：猪脖项肉800克。

调料：姜片、草果面、盐、胡椒面。

做法：猪脖项肉洗净；锅置火上放入适量水，猪脖项肉切成几段，姜片、草果面、胡椒面一同下锅上盖煮至肉熟。

将熟肉捞出，待凉后切成薄片；将切好的薄片肉装碗；用木瓜水、芫荽、油辣子、盐做蘸水。

<<云南省饮食文化系列丛书>>

编辑推荐

《云南省饮食文化系列丛书:芒市味道》丰富精美的插图将带给读者视觉上的享受,使读者能够更加深入地了解芒市、体验芒市、爱上芒市。

<<云南省饮食文化系列丛书>>

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>