

<<川菜一料多菜>>

图书基本信息

书名：<<川菜一料多菜>>

13位ISBN编号：9787807058236

10位ISBN编号：7807058234

出版时间：2008-9

出版时间：张大模,张翼楠 成都时代出版社 (2008-09出版)

作者：张大模,张翼楠

页数：206

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>

## <<川菜一料多菜>>

### 内容概要

白菜要现炒现吃，不要食用隔夜的熟白菜，因新鲜白菜中无菌的硝酸盐，若在煮熟后的放置过程中被细菌污染，会使其还原成亚硝酸盐，危害人体健康。

过敏或虚寒体质的人，也不要大量单吃生冷的白菜，熟吃时加点姜丝或茴香、肉桂一块煮，可中和白菜的寒性，但吃火锅时，则要多加点白菜，以消解火锅的燥热之气。

大白菜是中国北方老百姓的冬季当家菜，每到冬季，家家户户都要储存一大堆白菜来越冬。从前说北方丰盛的午餐是炒白菜、拌白菜、熘白菜、炖白菜和白菜汤为“四菜一汤”。

虽说这是一个过去的笑话，但足见白菜在北方人生活中的重要。

翻开古诗词和散文集，会发现有不少文人墨客在颂赞白菜。宋代范成大诗曰：“拔雪挑来塌地菘，味如蜜藕更肥浓。

”苏东坡诗云：“白菘似羔豚，冒土出熊蟠。

”而中国民间谚语更是对白菜赞美有加，如“百菜不如白菜”“肉中就数猪肉美，菜里唯有白菜鲜”

“吃菜要吃大白菜，好菜不过白菜心”“鱼生火，肉生痰，白菜豆腐保平安”等。

<<川菜一料多菜>>

书籍目录

品味——川菜系列书代序“中国第一菜”的神奇——豆腐一料多菜“菜中珍品”的意境——韭黄一料多菜“菜中之王”的由来——白菜一料多菜“夫妻菜”的误识——芹菜一料多菜“君子菜”的真本色——苦瓜一料多菜“食养”最佳的瓜品——南瓜一料多菜“蔬菜皇后”到民间——洋葱一料多菜姓“冬”却是夏日美食——冬瓜一料多菜“小人参”的真本事——胡萝卜一料多菜蔬菜中最有利益者——白萝卜一料多菜“棕衣”褪去成美味——芋儿一料多菜爱神、蔬菜和性福之果——西红柿一料多菜餐桌上的“活化石”——藕一料多菜厨房里的“药性美食”——莴笋一料多菜春说胡豆意味深长——胡豆一料多菜柔弱宛宛青香来——豌豆一料多菜神奇的“昆仑紫瓜”——茄子一料多菜亦饭亦菜的“洋芋”——土豆一料多菜亦蔬亦果两相宜——黄瓜一料多菜辣与食辣的述说——辣椒一料多菜

## &lt;&lt;川菜一料多菜&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：“夫妻菜”的误识——芹菜一料多菜青翠爽口的芹菜，是人们餐桌上常见常吃的一种蔬菜。当录入“芹菜”二字，电脑显示屏前好似一片畦菜地，青枝绿叶，不免顿生一纸青碧的意趣。翻开《诗经》，《小雅·采芣》上的“采芣采芣，言采其芣”，说的是春天到了，花红叶绿，青春年少，男男女女结伴到郊外去采野芹菜，并以芹为媒，嘻嘻哈哈地谈情说爱，采着采着就采到心上人儿了。

“采芹”也“采情”，可一举两得！

从《列子·杨朱》中看到一则故事：说“昔人有美戎菽……芹萍子者，对乡豪称之。

乡豪取而尝之，蜇于口，惨于腹。

众晒而怨之，其人大断”。

这就是后来的“献芹”典故，比喻谦称赠人的礼物菲薄或所提的建议浅薄。

“献芹”也“献勤”，何又在轻重！

再看《春秋》，说“菜之美者，云梦之芹”。

云梦是上古时的大泽，水色连天碧，芹菜鲜嫩，自然有趣：白生生的茎，绿油油的叶，娇滴滴的嫩，美不胜收！

而《龙城录》中述：唐朝丞相魏征非常好食醋芹。

说唐太宗为“动其情”，曾“召赐食，有醋芹三杯。

公见之，欣喜翼然，食未竟而芹已尽”。

今日西安平民百姓常以芹菜做“浆水菜”，食之酸香无比，还有魏征所食醋芹的余香！

细细品味苏东坡当年取斑鸠胸脯肉配以芹菜所创的《蕲芹春鸠脍》菜肴，也颇为有趣。

我国栽培食用芹菜的历史非常久远，早在春秋时代的《诗经》中就有“思乐泮水，薄采其芹”之句，《尔雅》中也有“芹，楚葵也”之说，《齐民要术》中还有关于芹菜栽培技术的详细记载。

当然，这些所指多属水芹。

传说芹菜是从地中海沼泽地区的野生种驯化而来，在古希腊、古罗马时代已作为药材和香料利用。

公元7世纪，尼泊尔人将芹菜这种植物作为礼品传入中国（另有说是由俄罗斯高加索地区传入我国）后，直至中世纪，才逐步成为一种蔬菜被广泛食用。

大约18世纪在欧洲开始被用做生蔬菜食用，后逐渐东移。

19世纪初才被引到美国的芹菜，经驯化成叶柄肥大的变种“西芹”后，却很快风靡一时，但传入我国还不过百年。

<<川菜一料多菜>>

编辑推荐

《川菜一料多菜》教你：把白菜做大餐，把豆腐做出色彩，把蘑菇做成童话。

<<川菜一料多菜>>

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>