

图书基本信息

书名：<<美食黃金比例: 開啟烹飪想像的33組密碼>>

13位ISBN编号：9789866595479

10位ISBN编号：9866595471

出版时间：2010/04/20

出版公司：積木文化股份有限公司

作者：邁可．魯爾曼 Ruhlman, Michael

页数：272

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>

## <<美食黃金比例: 開啟烹飪想像的33組密>>

### 前言

烹飪的真相 我對烏韋·海斯納 (Uwe Hestnar) 的第一印象是神祕不可測。來自德國漢堡的海斯納是美國廚藝學院 (Culinary Institute of America, CIA) 的大廚, 目前已經進入管理體系, 不再參與教學。

身為院長的他, 偶爾會默默現身於我學校的基礎烹飪課上。我盯著他看; 他就像個間諜, 我覺得很危險 - - 眼神銳利、身形高大魁梧、口音濃重。上一分鐘他還在場, 下一分鐘就消失無蹤。

就在我剝洋蔥、把番茄去籽切丁的時候, 我看到他待在巨大的蒸汽鍋旁, 凝視著鍋裡。他將一個湯碗浸入小牛肉高湯裡、拿出來, 然後一邊讓高湯從碗裡流出來, 眼睛一邊緊盯著。海斯納大廚與我的老師講話時, 我拿著我的豌豆和珍珠洋蔥 (蔬菜烹飪作品) 走向他們, 希望請他們評分。

他們很快停止交談, 我的老師嘗了味道並提出評語, 海斯納要求也嘗一嘗。

「太脆了嗎?」我問他。

「他已經是大廚了。」海斯納說, 眼神卻沒往我這邊看。

我約了時間與他見面, 想為我正在寫的書訪問他, 因為他實在非常神祕。這場會面變化多端, 是本書誕生的根源。

坐在他窄小的辦公室裡, 我告訴他來這所學校是為了撰寫與烹飪基礎有關的書籍。他說: 「烹飪的基礎不會改變。」

他說話的方式帶著強大的重力, 這句話彷彿一路延伸, 回到了烹飪的起源, 回到了人類第一次將食物加熱的那個時刻, 因為那樣食物吃起來比較美味。

我們談到一個人如何學烹飪, 以及烹飪藝術的真諦。他瞧不起材料一大堆的食譜, 而讓他印象深刻的是真正優質的乳酪醬汁。

他說: 「人們不想花五美元只吃到兩樣材料。」

「但一道用了二十種材料的料理可不是好廚師的代表, 因為錯誤太容易掩飾了。乳酪醬花椰菜才能考驗一名廚師的真功夫。」

「書架上滿滿都是食譜。」

他語帶嘲諷地說。

「你不喜歡嗎?」我問。

他說, 廚師需要知道的一切 (提醒你, 是一切) 都囊括在五本書: 《艾斯科菲耶: 現代烹飪藝術完全指南》 (Escoffier: The Complete Guide to the Art of Modern Cookery)、《法國美食大百科》 (Larousse Gastronomique)、《赫氏專業餐飲辭典》 (Hering's Dictionary of Classical and Modern Cookery)、《美食全書》 (Le Repertoire De La Cuisine)。

我跟他說這只有四本。

「還有卡漢姆 (Marie-Antonin Carême) 那本。」

停頓了一下, 他說: 「那本沒有人想看啦。」

接著他問了我後來寫在《大廚的誕生》 (The Making of a Chef) 的話: 「烹飪藝術的原理是什麼?」

我不清楚他是在為我指引話題, 或提出一種修辭上的說法。他抬起食指, 然後坐在椅子上旋轉, 轉向身後的一個檔案, 彷彿很快地抓了一支球棒, 把這個問題打到露天的觀眾席上。

他迅速翻翻馬尼拉紙製成的檔案夾, 拿出兩張紙轉向我。上面有一個長度達一頁半的表格, 他說, 這就是一個人真正需要的東西。

烹飪藝術的基礎 - - 所有的艾斯科菲耶、《法國美食大百科》、卡漢姆, 還有茱麗亞·柴爾德 (Julia

## <<美食黃金比例: 開啟烹飪想像的33組密>>

Child)、詹姆斯·貝爾德 (James Beard)、《烹飪之樂》(The Joy of Cooking), 完整地濃縮在這一頁半裡。

「我願意以五十美元把這賣出去,」他說,「但不會有人買。」

說完,他咯咯地笑了起來,在椅子上搖來搖去。

我仔細瀏覽紙上的內容,是一份列出二十六項食品 and 比例的清單。

最上面有1、2、4、6、8、16之類的數字,側邊則依肉凍、泡芙麵糰、沙巴雍醬 (sabayon)、普通海鮮料湯 (court bouillon ordinaire) 等羅列。

這是一份基礎烹飪試算表。

這份文件令人產生一種莫名的興奮感。

以荷蘭醬為例,在數字1那欄列出「磅·奶油」,6的那一欄則是「蛋黃」。

1磅奶油、6個蛋黃,除此之外沒有別的。

我們在烹飪技能課學過製作荷蘭醬,方法是將蘋果醋、研磨胡椒同煮,過濾後,與檸檬汁一起加入事先煮至起泡的蛋黃,接著打入澄清奶油 (clarified butter)。

而海斯納大廚的比例卻將這種經典奶油醬汁簡化到只剩本質。

拿掉了醋、胡椒和檸檬之後,還是能夠做出荷蘭醬。

但是如果拿掉蛋黃或奶油,它就不再是荷蘭醬了。

我覺得這份比例清單真是漂亮。

就好像一個詩人慢慢刻鑿他的文字,精簡、淬鍊,直至自己的想法成為一顆鑽石,海斯納同樣移除每個無關緊要的烹飪元素。

我問能否留下這份比例清單,並對他表示感謝之意。

我將它們保留在一個檔案夾裡,三不五時翻閱。

我的書於1997年出版後,讀者來信詢問能否將副本寄給他們。

我請擁有靈巧雙手的朋友卡琳 (Caryn) 把比例影印並裱框。

卡琳認為標題應該不只是「廚房比例」這麼簡單,我想了想之後說:「烹飪史。」

那是它們對我的意義,而且不止於此,也是烹飪的真相 - - 不變、固定、根本。

這本書就是探索這個想法,是所有廚師都可能共享的基礎廚房比例。

著手評估海斯納的比例後,我發現自己不認同的還不少。

以高湯為例,他放了相等份量的骨頭和水,如此一來,鍋內的水會嚴重不足;我認為,他的卡士達可能包含太多的蛋;他的荷蘭醬比例幾乎是所有食譜的統一標準,但真的需要在1磅奶油裡加6個蛋黃嗎?

尤其,在美乃滋的比例中,同樣份量的油脂只需要2個蛋黃。

只有傻瓜才會在面對變化無窮的烹飪時,固執己見。

但是,為什麼不能有一個標準,讓所有的廚師遵循呢?

準備撰寫此書時,我與海斯納電話聯絡。

當時他已經退休,住在維吉尼亞州海岸外的一艘小船上。

聽起來,他對再度談論比例很開心,我問他,比例從何而來?

誰將它們匯整在一起,原因又是什麼?

他解釋,就是他。

他說教授烹飪技能課時,有件事讓他非常抓狂:學生做菜時老是打開書,埋首在食譜裡,他們並不了解,烹飪的重點不在於食譜,而是食物結合時的基礎技巧和比例。

於是他直接找出主要的課文,比較各種食譜,進而提出他的比例。

我想到自己離開美國廚藝學院之後,試圖將專業廚房的特質與課程帶到家庭廚房,讓素人廚師也能熟悉專業廚師所具備的知識。

比例是目前最棒的烹飪課程。

再次強調,技巧是方程式的基礎,但比例卻能打開許多世界。

它們將過去相當繁複的程序,如製作蛋糕或烘烤麵包,變成簡單的樂趣。

它們讓你能夠闔上書本,隨心所欲烹飪,獲得自由。

## <<美食黃金比例: 開啟烹飪想像的33組密>>

我很喜愛3-2-1派皮麵糰的比例。

儘管我不是點心師傅，但有了這個程序，就不必打開任何的書，因為我知道食譜是3-2-1，3份麵粉、2份油脂、1份水；而且我知道方法是將3和2混合，然後加入1（12盎司麵粉，8盎司起酥油或奶油，4盎司冷水，非常適合製作一個派皮或兩個餡餅皮）。

我的朋友、曾任教於美國廚藝學院的巴柏·戴爾葛洛索（Bob del Grosso）非常喜歡1-2-3餅乾麵糰

。他說，因為不需要調味，用1份糖、2份油脂、3份麵粉就能製作出鬆脆餅乾。

「那不是什麼藝術極品，」他說，「卻很好吃。」

加入香草或巧克力、檸檬和罌粟籽，挑選一種風味獨具的奶油——這可是藝術。

荷蘭醬是乳化到蛋黃裡的奶油，而胡椒、檸檬汁、濃縮蘋果汁，則是藝術的部分。

不過，即使是在研究這些經實驗證實的比例時，我發現還是有很多東西要學。

荷蘭醬真的不需要那麼多蛋黃才能維持乳化作用，而是需要水，所以我有必要在比例中加入水（請見P185）。

我真的需要高湯的比例嗎？

不見得，當你做過幾次之後更是絕對不需要，只要靠眼睛和經驗來衡量就好。

在這裡，比例是一個開始學習的基準。

此外，將這些高湯變濃稠來煮湯或醬汁也很實用，對烹飪新手來說，更是如此。

所以，高湯那一章涵蓋了許許多多的基本名詞和技巧。

以油脂為基底的醬汁，包括美乃滋、荷蘭醬及其延伸、油醋醬（目前最多樣的醬汁）、卡士達，油脂在所有材料中都占了一定比例，而碎肉、香腸和肉餡也是一樣。

卡士達也是因比例而受惠的一種油底醬汁。

然而，此書最先登場的是麵糰與麵糊。

因為比例最能透過它們發光發亮，幫助從新手到專家的各種廚師了解烹飪的構成基礎，麵粉、水和蛋，在不同比例下所發生的變化。

當我透過比例的透鏡，自麵糰到麵糊的連續狀態便清晰可見——從厚而富延展性、到薄而脆弱、到柔軟、到可傾倒的液體。

擁有藝術之前必須先擁有手藝，而手藝是建立在基礎原理上。

長久以來，我一直想要探索這些基本原理，並予以量化，於是著手寫出這本書。

## <<美食黃金比例: 開啟烹飪想像的33組密>>

### 內容概要

為什麼麵包變成義大利麵？

蛋糕變成瑪芬、鬆餅、可麗餅？

美食黃金比例33組，揭開烹飪的真相，讓烹飪更簡單、更令人心滿意足……魯爾曼（Michael Ruhlman）突破令人焦慮的過多資訊，撰寫出這本創新、簡單、直搗烹飪核心的《美食黃金比例》。

當你知道了「一項美食黃金比例」，那可不是學會一道料理，而是知道了上千道食譜。

何必耗費時間去整理書籍、雜誌和網路上刊載的幾百萬道餅乾食譜呢？

只要記住1-2-3，不是比較簡單嗎？

這就是隨時都能製作、基本而美味的餅乾麵糰的材料黃金比例：1份糖、2份油脂、3份麵粉。

從這麵糰開始，你可以加入——巧克力、檸檬和柳橙皮、堅果、罌粟籽、肉桂，增添幾樣你喜歡的材料。

以紅糖取代白糖，做出顏色較深、較耐嚼的餅乾。

如果加入泡打粉或蛋，則可以創造較輕盈膨鬆的口感。

所以，黃金比例是一千種變化開始的起點。

依照黃金比例來料理美食，將讓你掙脫食譜的束縛，獲得自由。

《美食黃金比例》提供了能夠發展出不同變化的33種黃金比例與建議方案，更揭露了烹飪的真相：這些基本準備工作讓我們了解到，廚房裡的根本材料——水、麵粉、奶油和油、牛奶和鮮奶油、蛋，是如何發揮作用的。

改變材料的黃金比例，麵包麵糰就會變成義大利麵麵糰，蛋糕就會變成瑪芬鬆糕、變成空心鬆餅、變成可麗餅。

從而建構出一個簡單卻豐富的烹飪國度。

## 作者簡介

邁可·魯爾曼 撰寫的烹飪書獲獎頻頻，非文學類書籍也備受好評，曾為名廚湯瑪斯·凱勒（Thomas Keller）的研討會撰寫《法國洗衣店餐廳食譜》（The French Laundry Cookbook），另有《大廚的誕生》（The Making of a Chef）、《大廚的靈魂》（The Soul of a Chef）、《大廚的影響力》（The Reach of a Chef）等，著作達十三本，與太太唐娜以及一雙兒女定居在家鄉克里夫蘭，本書中的圖片均由身為攝影師的唐娜負責拍攝。

譯者簡介 韋曉強 世新大學傳播研究所碩士。  
不擅烹飪卻熱愛美食，也樂於欣賞躍然紙上的美食影像與文字。  
目前從事文字相關工作，亦是個悠遊於翻譯領域、孜孜不倦的資深譯者。  
譯有《設計解剖全書》（積木文化），其他譯作散見於雜誌、電影、電視。

書籍目錄

黃金比例何謂「比例」及它為什麼重要？

無比重要的磅秤使用本書前言：烹飪的真相Part 1 麵糰與麵糊麵糰DOUGHS麵包麵糰Bread Dough義大利麵麵糰Pasta Dough派皮麵糰Pie Dough比司吉麵糰Biscuit Dough餅乾麵糰Cookie Dough泡芙麵糰Pate à Choux麵糊BATTERS磅蛋糕Pound Cake海綿蛋糕Sponge Cake天使蛋糕Angel Food Cake簡易糕點Quick Cakes可麗餅CrepePart 2 高湯與美妙的應用高湯Stocks清湯與法式清湯Clear Soups and the Consommé油糊Roux馬尼奶油與芡水Beurre Manié and SlurryPart 3 鑲肉製品：香腸、慕斯林與其他肉製品的比例鑲肉製品FARFAR高貴的香腸The Noble Sausage慕斯林Mousseline鹽水BrinePart 4 油底醬汁油底醬汁FAT-BASED SAUCE美乃滋Mayonnaise油醋醬Vinaigrette荷蘭醬HollandaisePart 5 卡士達家族卡士達CUSTARD半固態卡士達Custard, Free-Standing卡士達醬Crème Anglaise巧克力醬與焦糖醬Chocolte Sauce and Caramel Sauce後記：比例的終極意義與用途

## <<美食黃金比例: 開啟烹飪想像的33組密>>

### 章节摘录

何謂「比例」及它為什麼重要？

美食黃金比例是一種材料或不同材料之間的固定比，這些比例構成了烹飪藝術的骨幹。當你知道一項比例，那可不是學到一道料理的食譜，而是立刻知道了數以千計的食譜。麵包的比例是5份麵粉與3份水。

這意味著，如果你混合5盎司麵粉和3盎司水，或是20盎司麵粉和12盎司水，或是500公克麵粉和300公克水，只要適度攪拌，都可以做出不錯的麵包麵糰。

你需要少量的酵母，但精確用量卻可能有所變化，所以在比例上不具意義。

你需要鹽來增添風味，而這主要是調味的問題。

你還需要搓揉麵糰，直至它有足夠的伸縮性來容納酵母釋放的氣體。

因此，儘管有需要遵循的規則與技巧，卻不屬於比例所關注的焦點。

當你知道了麵包的比例，你能怎麼做？

無需翻書或瀏覽網站搜尋食譜，你就能製作出新鮮的麵包，而且量多量少任君選擇。

500公克或20盎司麵粉加水，一撮乾酵母和兩撮鹽，就能做出一條好吃的麵包。

若想增添變化，試著加入1大匙新鮮迷迭香屑、1個烤大蒜，製作蒜香義大利拖鞋麵包（ciabatta）。

其他新鮮香料，例如百里香、鼠尾草、奧勒岡，都能發揮畫龍點睛的作用。

再或者，運用其他味道強烈的材料：波布拉諾（poblano）與奇帕勒（chipotle）辣椒，卡拉馬塔橄欖（kalamata olive）與胡桃，巧克力與櫻桃，開心果與蔓越莓。

甚至是焦糖洋蔥！

香腸！

乳酪！

變化無窮盡，因為你知道比例是5份麵粉與3份水。

到了最後，即使裡面使用一些全麥麵粉或馬鈴薯，你也會覺得怡然自得。

當然，許多、許多的變數都會影響最終結果，如最後發酵的時間長短、烤箱的溫度、揉麵糰的勁道等，應付這些變數就足以讓烘焙過程變得累人而複雜。

沒錯，烤出完美的麵包的確每次都需要練習與細心，而這方面的書籍早已汗牛充棟。

但就最基本層次而言，烘烤麵包其實並不複雜。

想要做個新鮮的披薩嗎？

10盎司麵粉、6盎司水、少許酵母和鹽，就能讓你做出一個中型披薩餅皮的麵糰。

許多披薩麵糰的食譜都含糖，如果這符合你的口味，就加入1大匙糖或蜂蜜（這將能提高酵母活性）。

許多食譜會用橄欖油調味，就大膽加下去吧！只要遵循5：3的比例，萬無一失。

想幫孩子準備簡單又可口的三明治嗎？

採用同樣的比例（或者加些小麥胚芽以增添纖維、蜂蜜以調整甜味），同樣是5：3，只是烘烤過程稍微溫和一些，以350 烤1小時，直至內部熱騰騰。

本書就是由這類的比例所構成。

烹飪過程有許多微妙的差異，在任何一道食譜中，都有太多的變數（如環境濕度、麵粉在砧板靜置多久），因此，請牢記我的第一條烹飪守則：「比例的運用成效直接與它們所適用的常識成正比。」好的技巧必須與比例一起實行，這是為什麼你現在看到的是一本書，而非一張紙。

你需要比例，以及使用者手冊。

而技巧必須練習，你絕對不能停止進步。

有一點很重要：我的目標不是製作完美的麵包、義大利麵、美乃滋或比司吉——「做出我吃過最好吃的」。

而是設定工作的基線，建立必須遵守的基本原則。

當我撰寫《水上行走》（Walk on Water）時，不只一位醫生提到這句諺語：「偉大是優秀的敵人。」



## <<美食黃金比例: 開放烹飪想像的33組密>>

」意思是當外科醫生努力追求偉大的同時，有可能造成傷害，然而如果他們只是追求優秀，這樣的傷害或許不會發生。

我與烹飪世界最偉大的完美主義者共事過，我熱愛追尋完美的醬汁、完美的卡士達，而我此刻追求的是優秀。

只有知道怎樣是優秀後，我們才能開始一步步從優秀邁向偉大。

認識比例還有另一項功能：幫助你更全面地了解烹飪。

麵包與新鮮義大利麵有什麼差異？

差異其實不大，就是義大利麵裡的蛋取代了水，成為3份麵粉：2份蛋。

麵包麵糰與派皮麵糰之間有什麼不同？

麵粉和水的比例稍有差異（3：1），然而造就出派皮麵糰的卻是第三種重要材料：油脂。

油脂使得派皮麵糰與麵包麵糰不一樣，比較柔軟，韌性沒有那麼高。

派皮麵糰的比例相當標準 - - 3：2：1（3份麵粉，2份油脂，1份水），簡稱為3-2-1派皮麵糰。

這是一項很棒的比例，因為它的變化實在很多。

若你不明白派皮麵糰的特性，對它越溫柔它越柔軟，那麼採用這項比例也可能做出相當糟糕的派皮麵糰。

總而言之，這項比例本身是基礎所在。

事實上，市面上有幾十萬道食譜，能幫你精進廚藝的卻寥寥可數，甚至可能讓你受到食譜的禁錮，傷害你的廚藝。

掌握一項比例猶如拿到解開枷鎖的鑰匙；比例能讓你自由。

比例是烹飪的基礎原理。

它們教導我們廚房的基本材料 - - 麵粉、水、奶油和油、牛奶和鮮奶油、蛋 - - 如何發揮作用，比例又如何讓我們的料理千變萬化，成為麵包，而非義大利麵；成為可麗餅，而非蛋糕。

麵糰與麵糊是比例真正發光發熱之處，因為基本材料的比例界定了最終結果。

當你徹底了解它之後，就知道甜味可麗餅麵糊和海綿蛋糕主要差別在於，可麗餅麵糊有高達一半的麵粉。

其他種類的基礎料理比例，以相似的方式擴展你的能力範圍。

最常見的是標準油醋醬的比例，3份油：1份醋，再簡單不過了。

就這樣，效果卻非常棒。

攪拌後淋在蔬菜上即可。

完成後，它只會順著你想加強的調味，些許鹽、胡椒，或加糖來平衡一下。

或是加點芳香植物、新鮮香料、烤紅蔥頭、紅糖（而非白糖）、蜂蜜。

如果你想讓它濃稠滑順，就將它乳化。

你也可能想改變油脂（以培根取代芥花油、以橄欖油取代培根）或是酸（以雪莉酒醋取代紅酒醋、以檸檬汁取代雪莉酒醋）。

當你知道美乃滋的比例，就不僅僅是美乃滋（自己動手做是非常精彩的工作，請參見P175以手持攪拌器製作的速成美乃滋），同時學會了一種適合製作烤豬排三明治、柔潤滑順的菜姆小茴香沙拉醬，以及一種搭配蒸朝鮮薊的檸檬紅蔥頭沾醬。

優雅的荷蘭醬（一種濃稠的奶油醬）加入新鮮龍蒿（tarragon），就成了高貴的法式伯那西醬（béarnaise sauce）。

你要知道荷蘭醬的比例與技巧，而不是只知道一種特定的荷蘭醬食譜，而且你還能加上紅番椒（chillis），或是紅酒與迷迭香，烹調烤羔羊腿。

當你知道了一項比例，廚房裡能做出的變化是無止無盡的。

當然，卡士達也是以比例為基礎，2份液體（通常是牛奶或鮮奶油，偶有例外）與1份蛋，簡單得不得了。

每個大型蛋的重量近於2盎司，所以2個蛋搭配8盎司液體。

晚餐的份量不只這樣？

那就不用16盎司液體和4個蛋吧。

## <<美食黃金比例: 開啟烹飪想像的33組密>>

這樣做出來的成果就是絕佳的焦糖布丁，只要你喜歡，還能做成鹹口味 - - 利用骨髓和香菜，以鹹的薄荷卡士達替代奶油醬來搭配羔羊腿。

你怎麼知道該加多少薄荷？

採用比例後，讓你開始以大廚的方式思考；他們都是靠常識，而且一邊做菜一邊嘗試味道。

比例甚至對以視覺來估量的基礎料理有所幫助，例如製作高湯，或是為了煮湯或做醬汁而把高湯變濃稠。

高湯有基本比例嗎？

嚴格說來並沒有，但是它對抓到適當比例的感覺卻很有用，尤其當你是烹飪新手的話。

因為麵糰和麵糊的比例深具啟發性，本書就從它們開始。

湯和醬汁緊接其後，而比例在這兩個範疇中的價值並不一樣。

在以油脂為基底的醬汁裡，比例會決定與其他食料相關的油脂使用量。

至於高湯，還有以高湯為基底的醬汁和湯，比例比較像是指導方針，而非決定性的關鍵，同時也能幫助我們調製特定濃度。

湯與醬汁之後則是香腸與肉餡，即以肉為基底的比率，它們與那些當作食物底部的麵糰及麵糊分屬不同領域，因為其主要考量在於鹽和油脂的比例。

最後，我以自己鍾愛的卡士達作結。

卡士達可甜可鹹，有的硬到不需要模型就能自行站立、有的卻誘人滑順，此外還有基本甜點醬汁 - - 最引人注目、最不同凡響的卡士達醬。

隨著網際網路出現，我們有了多如繁星的食譜，但關於食物和烹飪的資訊卻相對較少。

就素人廚師而言，了解比例和技巧是邁向廚房自主的一步。

然而，對於大廚和其他美食專家來說，比例同樣重要，因為它們為新菜肴的開發提供了一個起始點。

技巧決定最終結果的品質，而比例則是無盡變化的開端。

媒体关注与评论

烹飪，就像許多創意性的活動一樣，是依靠關係來界定的。例如，知道在一條麵包裡到底要放多少麵粉，遠不及瞭解麵粉與水、油脂，或鹽之間的關係來得有用。這種關係是靠一項「黃金比例」來界定的，而手中握有一項黃金比例，就像擁有一只解祕戒指，能讓你擺脫食譜的專制束縛。

專業廚師與烘焙師熱情地守護各種黃金比例，因此，如果邁可·魯爾曼被迫像個現代的普羅米修斯一樣躲藏起來，我一點也不意外。

他將一種與諸神比較相配的力量交給我們這些凡人，永遠改變了廚房的權力平衡狀態。

我就是滿懷感激的其中一個人。

我猜想你也會。

」 - - 《我只是來享用美食的》(I'm Just Here for the Food) 作者 / 阿爾頓·布朗 (Alton Brown)

## <<美食黃金比例: 開啟烹飪想像的33組密>>

### 编辑推荐

本書特色 美國銷售超過十萬本 備受《紐約時報》推崇的廚藝作家最新力作 《美食黃金比例》要傳達給你的不是做出一道料理的SOP，而是懂得如何利用「美食黃金比例」舉一反三，甚至舉一反十、反百的概念與能力，做出你想心目中的美味料理！

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>