

## <<100道好食客家菜>>

### 图书基本信息

书名：<<100道好食客家菜>>

13位ISBN编号：9789866868672

10位ISBN编号：9866868672

出版时间：膳書房文化事業有限公司

作者：王宇仙 著

页数：109

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>

## <<100道好食客家菜>>

### 前言

作者序 我從小是在客家庄長大的細鬼仔，還記得以前每當放學回家，就會看見許多阿姨、阿婆，忙著在太陽底下曬田裡多餘的蔬菜，久而久之產生了好奇心，才知道原來她們是要做客家人最有名的醃漬菜。

當時心裡很佩服勤儉的客家人這麼會利用食材，做出各種不同風味的醬菜，這應該是我和客家菜結緣的開始。

後來我從學校畢業，便踏入廚房由學徒做起，將近20年的時光中，有一半以上時間都在客家餐廳工作；加上內人是道地的客家人，更增加了我對客家菜的認識與喜愛。

客家菜的特色是沒有太多工序與調味的天然風味，樸素、簡單、傳統的風格表現著客家人純樸的特質；因此沒有材料繁雜的菜色，也不需要太高深的烹調技巧，只要多一點用心、細心與耐心，每個人都能燒出一手好吃的客家菜。

近年客家文化愈來愈受到社會大眾的重視，也吸引其他族群對它的好奇，藉由本書的出版，我衷心期望能將傳統客家美食的魅力傳達給讀者，讓更多的人在了解客家文化的同時，對客家美食有更深入的認識，進而喜歡客家飲食。

非常感謝本書主編給予我的諸多協助、我內人的鼓勵，還有好友許文賢師傅、廖書逸師傅的幫忙與支持，才能讓我完成這本書。

## <<100道好食客家菜>>

### 内容概要

客家菜的經典風味是「鹹、香、肥」。

例如嚼起來香氣四溢的客家小炒、齒頰留酸的薑絲大腸、肥香油嫩的白斬雞，都成為每個吃過的食客印象深刻回味無窮的味道，此外醃漬菜和米食點心，更是最具客家特色的代表作。

醃漬菜是客家人敬天惜物、因應長期遷徙研發出來保存食物的生活智慧，米食點心則是善用米類變化的另一巧思，既可飽足又能當點心，發揮飲食的實際效益，比起其他族群的米食製作，客家人獨特的手法讓各種粿粸湯圓的口感得到更多的讚賞，也是客家人最引以為傲的傑作。

《100道好食客家菜》完整收錄了北中南三地各類傳統客家菜的製作祕訣，從四炆四炒、各種菜乾到客家米食，作者都以傳承的心態毫不保留的示範出最道地的客家風味，邀請您一起來品嚐，這些按仔細（感謝）的懷念滋味！

## <<100道好食客家菜>>

### 作者简介

王宇仙 一個成長於芋仔蕃薯家庭的新世代名廚，入行時學的是川菜、擅長的是快炒，卻無法忘情客家媽媽的美食印記，娶的又是克勤克儉的客家太太，此生註定與客家菜難分難捨。

因此立志要傳承客家菜並推廣給天下食客，用心收錄了北、中、南客家庄的經典風味，要讓大家認識客家文化、體驗客家風情、品嚐客家菜的好滋味。

曾任：佳園客家料理餐館主廚、傳家生活小館主廚、傳說藝術餐廳主廚 現任：嚕嚕久久中壢店副主廚

## &lt;&lt;100道好食客家菜&gt;&gt;

## 书籍目录

認識客家客家特色醬料、調味料客家特色醃漬品酸高麗菜乾鳳梨醬醃蘿蔔醃芋頭莖醃醬筍醬冬瓜醃嫩薑客家酸菜客家香蔥油客家鹹豬肉青蒜炒鹹豬肉肉類腐乳蒸肉鹹菜炆豬肚肥腸炆筍乾排骨炆菜頭薑絲炒大腸客家小炒鴨紅炒韭菜煨炒豬肺油蔥香肉燥蘿蔔苗燒肉末白斬肉客家炸豬腳筍乾蹄膀福菜蒸肉丸苦瓜蒸子排芋頭肉燉梅乾扣肉薑絲牛肉苦瓜牛肉麻油雞酒油雞筍乾燜雞水蓮炒雞絲薑片爆竹雞田雞煎肉餅麻油腰花芹菜炒鴨腸魚蝦貝類客家燜鯽魚客家紅燒魚鹹冬瓜蒸鮮魚破布子蒸鮮魚鳳梨醬蒸鮮魚竹筒鮮蝦酥炸石濱魚鹹酥蒜香泥鯽薑燒鯽魚片鹹魚蒸肉餅客家炒小卷韭菜花魷魚塔香炒田螺塔香炒蜆蔬菜.蛋.豆製品塔香茄子醬燒冬瓜開陽炒瓠瓜苦瓜封高麗菜冬瓜封酥炸茴香拼盤燜燒芋梗客家燜筍腐乳高麗菜辣炒高麗菜乾清炒福菜麻油野蓮豆醬龍鬚菜日陽過貓麻油川七鳳梨炒木耳家鄉四季豆蘿蔔苗煎蛋客家紅燒豆腐豆豉燜豆腐豆醬燒豆腐破布子煎豆腐米食屏東炒粿條炒米苔目美濃湯板條客家鹹湯圓美濃木瓜粿客家粿艾草粿客家菜包芋頭粿花生豆腐客家糯米捲紅糖米糕湯品樹豆豬腳湯豆仔乾排骨湯桔葉排骨湯高麗菜乾肉片湯蘿蔔錢肉片湯瓠瓜乾肉片湯老菜脯雞湯懷桑鮮雞湯曇花鮮雞湯何首烏雞湯柿餅鮮雞湯田雞清湯仙草燉雞湯酸菜鴨肉湯醬冬瓜鴨湯

## <<100道好食客家菜>>

### 编辑推荐

**本書特色**      **品項最齊全**      一百道經典客家食譜，網羅由南到北的各種宴客與家常菜餚；  
例如節慶不可少的四炆四炒，還是家常便飯的速簡小品，一書在手通通搞定。

**醃菜很經典**      醃漬菜是客家料理中最精湛的絕活，也是便於保存廚房法寶。

本書告訴您做客家醃菜的種種祕訣，並附上保存方法、烹調用途、製作時的步驟圖片，按圖習作就能輕鬆學會。

**圖解最詳細**      除了每道食譜的製作小叮嚀、製作流程、使用的醬料、食材、地方特產，都配上圖片加以說明；減少讀者習作時的失誤，只要動手都能成功做出每道想做的菜餚或點心。

<<100道好食客家菜>>

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>