

《下厨记-III》

图书基本信息

书名：《下厨记-III》

13位ISBN编号：9787807408550

10位ISBN编号：7807408553

出版时间：2012-5

出版社：上海文化出版社

作者：邵宛澍

页数：247

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《下厨记-III》

内容概要

《下厨记3》不是一本菜谱，除了原料，做法等技术性的内容外，更多的是和做菜、吃菜有关的趣闻轶事，心情文字。《下厨记3》写的是一些家常“小菜”，却融入了作者家传厨艺的精髓。读者诸君可以阅读，可以神往，更可以下厨一试身手，在平常的日子里品尝不一样的滋味。

《下厨记-III》

作者简介

邵宛澍，1971年生于上海，美国圣母大学MBA，现任美国商务部驻东南亚及太平洋地区系统主管，同时也是中国LINUX协会的副理事长。喜欢写作，建了一个网站（www.yuleshow.com），以梅玺阁主的网名，放了些自己的涂鸦。

书籍目录

荤素冷盆
冷拌黑木耳
冷拌金针菇
腌萝卜
咸鸭肫
糟凤爪
白切肉
香炸小小鱼
爽口小菜
橄榄菜炒空心菜
葱油金瓜
葱油芋艿
油焖茭白
手撕包菜
自制面筋煲
仿开水白菜
杏鲍菇拌青椒
香菇冬笋
干煸茶树菇
黄豆芽炒油豆腐
雪菜发芽豆
糖醋仔姜
糖醋松柳菜
糖醋红烧海带
鲜香椿炒蛋
香椿头炒蛋
夜开花塞肉
肉末四季豆
蘸酱洋蓟
大荤主菜
炒荤之蹄筋海参
清蒸白水鱼
干烘马鲛鱼
葱姜炒蟹
蟹腿蟹钳炒蛋
墨鱼蛋炖蛋
虾仁滑蛋
咸菜烧鱿鱼
老娘秘制大排骨
陆稿荐酱肉炖豆腐
田螺塞肉
咖喱椰浆炖锁骨
葱爆羊肚
营养汤菜
黑鱼汤
大汤鲩鱼
快手牛肉甜甜锅

《下厨记-III》

咖喱牛肉粉丝汤
清炖鸽子汤
主食茶点
并百汁
吉野家的牛肉饭
佛家素面
猪油块
上海法式吐司
五香茶叶蛋
奶茶

章节摘录

版权页：咸鸭肫 我们知道，上海菜除了本地的烧法之外，还受了浙江和江苏很大的影响，其中又以宁波、绍兴、镇江、扬州、苏州、无锡、常州等地的借鉴为多，打造了上海菜式丰富多彩的变化。许多国外机构的行政规划中，都把安徽一起划归上海的公务辖区，上海的办公室，往往分管江浙沪皖四个地方，这是有道理的。安徽与苏浙毗邻，现在徽杭高速、徽宁高速都修建完善，从上海到安徽其实很快。上海菜受徽菜的影响很小，那是因为过去的交通不便，所以许许多多好吃的，都没有传到上海来。“臭名昭著”的臭鳊鱼，我一直要等到徽杭高速造好，才有机会驱车屯溪，得尝名物，更有毛豆腐，就是长满了毛的臭豆腐，也是要等我到了安徽才有机会吃到。倒是有一样东西，很早就传到了上海，那可是地地道道的安徽特产。与我年龄相仿的朋友一定还记得，小时候有一种纸包的鸭肫肝，一个白色的纸包，软软的手感，摸上去有点潮湿，打开之后，有一种诱人的香气冒出来，里面有着七八片暗红色的鸭肫。这种鸭肫的味道特别香，不是杀完鸭煮一下就可以出来的；不但是香味，口感也是家里做不到的，吃上去有点硬，肉质相当紧实，有嚼劲，在咬嚼的同时，让人产生一种欲罢不能的感觉，一小包东西，眨眼之间就吃完了，心中暗骂一句“这么少”。这种纸包的鸭肫，最有名的是稻香村的，其他还有全国土产商店和真老大房有售。后来不知怎么的，稻香村关掉了，全国土产商店也不卖了，唯独剩下南京路上的真老大房，还有一个小柜台在卖，只是今人都不识货，生意也就一般。鸭肫，上海话一直叫做“鸭肫肝”，只指鸭肫不指肝，使之一如“妻子”一般变成了一个偏义复合词，甚至在大多数的小包装熟鸭肫的袋子上，也赫然印着“鸭肫肝”，你要买回家发现只有肫没有肝再回去“倒扳账”的话，一定会被人笑“洋盘”的。虽然现在立丰、来伊份、阿明等等熟果熟食大品牌，都有小包装的鸭肫出售，但是口感偏酥，味咸而不香，远远不能和我们小时候的那种纸包鸭肫来比。纸包鸭肫其实不是上海货，而是安徽来的，这种鸭肫事先经过腌制脱水，因此可以久贮以及运输。时至今日，南货店里依然买得到腌好挂着的原材料，一般是十只一串，用麻绳在每只鸭肫的当中串起，一卖就是十只，要吃的时候，吃几只就剪几只下来。安徽的这种鸭肫是干的，不知是不是“鸭肫干”变成了后来的“鸭肫肝”，反正买这种鸭肫的时候，要挑干的买，越干越硬则佳。鸭肫的表面会有一层白色的粉状物，要仔细地看一下，如果有霉花，就不能要了。鸭肫也是有脂肪的，有脂肪就会衰败，所以买的时候要闻一闻，如果有“油耗气”，也不能买，有久煮不散的恶心气味。

《下厨记-III》

编辑推荐

《下厨记3》用随笔形式写的家常“小菜”，可以阅读，可以神往，更可以下厨一试身手，在平常的日子里品尝不一样的滋味。说的都是普通人家日常餐桌上见得到的“小菜”，偶尔有些似乎“想象中”只能在饭店吃到，但也可在家中用最一般的煤气灶、最一般的锅碗瓢盆做出来。那些或细腻，或大气，或调侃，或朴实的文字，将一道道家常小菜娓娓道来，读来让人垂涎欲滴，但又仿佛已经享受到了美食一样爽心爽口。

精彩短评

- 1、不错，许多菜都是我平常熟悉和喜欢的。
- 2、因为第一本才买的。值得收藏的套书。个人更喜欢第一本，故事感更强。
- 3、文笔细腻，好书
- 4、一个上海老克勒,年纪不老,会买汰烧,会吃能写,有上海味味道
- 5、娓娓道来的下厨记
- 6、我是作者粉丝，同龄人，上海生活的家长里短，感同身受
- 7、印刷纸张均一般，写的不错
- 8、这个作者移民美国之后 各种微博舔美国屎 一口一个你国辣鸡 你国不行用中文
- 9、很有意思的书，开卷有益嘛
- 10、都是小锅小灶的家常菜，菜场里的精挑细选，厨房里的随性适意，卖相差些，味道却是落心落胃，受吃的还就是家常菜。
- 11、作者所著的下厨记大不如前。
- 12、贫而不俗，很有意思，可操作性也强
- 13、但比别人的还是靠谱的多
- 14、早就聽說寫的不錯,就三本一起買來慢慢看.
- 15、值得一看并收藏的好书！
- 16、邵宛澍这套书我已买齐，很好，作者真正属于会吃会做那类人，送给一位上海同事，赞不绝口。
- 17、买了之前的两本，想着3也买了吧，但是感觉没有之前的好额
- 18、2014152`
- 19、下厨记之三
- 20、书很好，很有味道，适合慢慢地读
- 21、早早就将此书列入了我的收藏夹中，因为总嫌价格有点贵，所以一直没有下手，这次等等终于降了一点点，但是害怕书会很快没有货了，所以与之一和之二一起买了下来，还没有通读，但小读了一篇，觉得是一篇不一般的食经。
- 22、挺喜欢,不错.
- 23、蛮搞笑的。。。。
- 24、学了不少的高招，而且好玩。
- 25、2013.4.14.都说这本不如前两本，我倒觉得这本尽管菜色简单，但写得比较有趣。搜了一下才发现原来高压锅爆炸小组这么红，哈哈~给了俩三星了，这本给四星吧。
- 26、虽然有点唠叨，但不招烦，仍然是本好书。有很多挑选食材的办法，非常实用。
- 27、在**网上买的“下厨记”第一册，阅后余味无穷。此次见异思迁在当当网上购第二、三册，且待我慢慢品味
- 28、还不错，挺有特色，价钱也便宜。
- 29、比前两部要差一点，虽然每篇后面都有一篇菜谱，但是这样一来反而更像一本菜谱，少了些许味道。不过这是一般书的固定套路，但是还是很感谢作者能够写出这本书。
- 30、跟着学点新菜式。招待家人和朋友挺好的。
- 31、《下厨记》共出了三本，前两本买了没来得及评价，当当就修改规则，超过时限不能评。。。晕！书又不是其他商品，买回来不一定会马上看啊，看了不一定想起来马上评啊，这规则真的有点NC啊。。。题外话，打住！不过《下厨记》系列真滴不错，食材大多家常，只是做菜时更多了份用心，书中从如何买菜挑选，到进了厨房如何加工搭配，再到如何下锅烹制，均娓娓道来，可以当一本实用的菜谱，也可以细品美食文化，反正俺看了书之后已经做成功好几个菜啦。
- 32、说实话比第一本差太多了，作者在第一本书里展现了很强的料理实力，结果到了第三本，吃吉野家竟然没反应过来使用肥牛片做的，还颇费了一番功夫去研究。
- 33、对于本帮家常菜有了进一步的了解。
- 34、作者和我同龄，对上海普通人家的日子再熟悉不过了
- 35、还没有看，先买了再说。
- 36、下厨记的1、2、3集搜集齐了，平实、生动、充满情趣的笔触，很容易使你爱上厨房、喜欢上烹饪

《下厨记-III》

！

- 37、可以随着书里的内容，对记忆中的回忆做一番回味和咀嚼
- 38、平实的美食书
- 39、一个上海的老男人，能把下厨写的这么妙趣横生，真令人佩服。
- 40、下厨3，美食与文学美妙结合
- 41、拿到书后还是比较失望的。这本书完全不适合新手和基础学习者，既没有步骤图也没有成品图，只有用文字描述的制作过程。所以新手和基础学习者慎买。但对于烹饪熟练者来说，应该是锦上添花的好书。
- 42、下厨
- 43、下厨记的三本
- 44、各种上海小菜的来历和做法 从材料精挑细选 到家常做法的细心考究 尤其是作者的心得和研究 说是厨房笔记更加贴切
- 45、又教做菜又有趣闻
- 46、这套书三本偶都买了，最喜欢还是第一本，作者在家长里短间叙述着那些菜式的料理，自然亲切，后面的2.3则侧重于日常生活琐事，对于菜品则轻描淡写，让人读着有些遗憾。
- 47、吃货表示看看挺开心的，还能学习一下。
- 48、我买了全套，可想而知是多好的书吧，值得看的，质量也不错。
- 49、内容不如第一部，但写作方式还是我喜欢的那种，很好的文化菜谱，实用有趣。
- 50、虽然看阁主的微博觉得他说话时有偏激，但不妨碍把<下厨记>一本接一本的买来看。再会吃再爱吃的人，自己不会做来吃，总教人疑心不能真正理解食物的妙处。每次看到阁主写逛菜市场的情节，便觉得真心开心，顺带着对上海男人的好感度也又提升了。不过话又说回来，「三」比起「二」来说，总觉得写得有点啰嗦
- 51、这莫名奇妙的画面感 我发现了 相对于吃 其实我更喜欢看做吃的东西的过程
- 52、不错，学到不少东西，全套购齐
- 53、评价的时候才发现我还买了这样的书，那段时间倾心于做饭，而且是刚开始学，买了一堆，结果都没看，现在来评价才想起来还有这样的书
- 54、内容很有趣，学习做菜很到位
- 55、满意，还不错！！！！
- 56、跟第二本一个问题 文字一般 没什么感觉
- 57、去年已经买了下厨记1，喜欢这种形式的写作内容，趁着活动，又买了2和3。
- 58、很亲切的感觉
- 59、下厨精品
- 60、为了补全3本而买，读多了，就那么一回事。不过，当今饮食文化书籍的泛滥也是一大文化景观：从原来的三联书店、广西师范大学出版社，到近年的上海文化出版社，纷纷推出，老饕们有谈资的参考了：有的人愣是光知道吃，不知道怎么说！
- 61、日常闲话与美食并重
- 62、首图，阁主还是文笔了然。
- 63、可以当菜谱用。
- 64、买了第三部了，一直在追看，又是菜谱又是散文，又读书又能照着做菜，喜欢这个上海男人

精彩书评

1、说实话，本书内容不如前两本。不论是菜色的经典程度，还是每篇的其他内容。看来阁主的小仓库也快挖得空了。不过阁主近年来连续不断出了5本书（其实是6本，不过下厨记1与梅笙阁菜话内容是重复的），也实在是太快了。

2、煮，可以从冷水煮，也可以从热水煮；可以加料来煮，也可以不加任何东西白煮。比如烧白切肉，就不应该放料酒煮，这样才能真正煮的嫩。在煮了30分钟以后，需要用筷子去戳，把里面的血水放出来。而且烧到八分熟的时候，就关火，然后让剩下的热量焖熟，而且这样做的好处是，如果一下子从热水里面撤出来，就容易发干，而如果浸一下，就能够让汤汁收到里面去。有些菜不光光要炒，可能还要烧，要分几步来做。比如葱油芋艿，就不是炒出来的，先要煮芋艿，然后炒，最后是要煮，而且要焖熟，这样才能好吃。再比如面筋青菜煲，青菜和面筋先要过油炒一炒，然后放在煲里面弄个5-6分钟就好了。吊鲜的方法也很有讲究，例如烧蹄筋海参的时候，可以放入盐、鸡汤和火腿来调味，三者都没有鲜味，而且应该是久煮不烂的，因此可以多煮一些时间，让味道进去，而烧完了之后建议不要加葱花，以免原汁原味被葱的味道盖过；又比如做肉末炒青豆的时候，青豆可以先用盐腌一下，让味道进去，让水分出来，然后放一点点水，焖熟，这样干干松松的才是这道菜好吃的地方。油也有讲究，可以先热锅热油，也可以冷油直到加热，还有一种做法，是做开水白菜的时候，最后蒸完了娃娃菜，可以熬一点油，滴在菜上面吊味道。另有烧冬笋香菇的时候，香菇是吸油的，而且很容易遇到热油就炒破了，所以可以把油滴入水中，而后焖烧，直到收干，然后冬笋水煮之后，一起翻炒就能完成。

章节试读

1、《下厨记-III》的笔记-第130页

所以我极其讨厌那些和我同龄的女人说：“哎呀，一天勿调衣裳哪能来三啦（怎么行呢）？臭煞脱了。”我们都是同样大小的人，就算你们家小时候住在花园洋房里，不也得拿个浴罩拎两桶开水才能洗个澡吗？还天天洗，大冬天能一周洗一次已经不容易了。那个年代，连内衣都不可能天天换，怎么可能天天洗澡？

《下厨记-III》

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:www.tushu111.com