

# 《奶奶的菜——想念老家的味道》

## 图书基本信息

书名：《奶奶的菜——想念老家的味道》

13位ISBN编号：9787544748219

出版时间：2014-7

作者：梁阳

页数：208

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](http://www.tushu111.com)

# 《奶奶的菜——想念老家的味道》

## 内容概要

《奶奶的菜-想念的老家味道》是新浪美食博主梁阳（yukifood）推出的第一本美食书。本书主打令人想念的“老家味道”，以一种亲切、真挚、怀念的口吻，将自己对奶奶菜的喜爱娓娓道来。书中由家常菜、宴客菜、私房菜、家常养生菜、特色菜和自制酱料...六部分组成，每道菜都附有详尽的步骤图和独门制作诀窍，做法简单、贴近生活的菜肴，使本书的实用性极高，书中辅以为本书量身绘制的精美插画和文字，更使整本书充满了家乡的怀旧风。

# 《奶奶的菜——想念老家的味道》

## 作者简介

梁阳 (yukifood)，朝气蓬勃的80后，国际地域技术开发科学领域，海归博士。曾在国际贸易领域打拼，现为自由美食撰稿人，《美食堂》杂志合作作者。喜欢用相机诠释食物秀色可餐的状态，热衷于游走在拥有异域美食的世界各地，享受用美的心灵寻味食物的乐趣。

# 《奶奶的菜——想念老家的味道》

## 书籍目录

### 家常菜——记忆里那些熟悉的味道

- 发豆芽/豆芽尖/12
- 切西红柿不流汁/13
- 西红柿炒鸡蛋/14
- 西红柿拌白糖/16
- 鱼香茄子/18
- 炸茄盒 /20
- 松仁玉米/22
- 鱼香煎荷包蛋/24
- 蒸鸡蛋羹 / 26
- 年糕红烧排骨/28
- 栗子烧鸡翅/30
- 京酱肉丝/32
- 冬瓜丸子汤/34
- 腊味娃娃菜 /36
- 虎皮尖椒/38
- 煎焖子/40
- 炸酱面/ 42
- 西葫芦虾馅饺子/44
- 鸡汤鲜肉小馄饨/46
- 宴客菜——把饭店带回家
- 剜土豆/50
- 锤南瓜/ 51
- 秘制酱牛肉/52
- 木须肉/54
- 四喜丸子/56
- 圆葱爆炒腰花/ 58
- 鱼香肉丝/60
- 酸菜氽白肉/62
- 熘肥肠/64
- 宫保鸡丁/66
- 腰果虾仁/68
- 韩式凉拌菜/ 70
- 麻婆豆腐/72
- 干煸豆角 / 74
- 地三鲜/76
- 酸辣土豆丝/78
- 水晶皮冻/80
- 蓝莓山药糕/82
- 私房菜——奶奶私房菜
- 拍黄瓜/86
- 炸菠菜/87
- 猪肉炖粉条/88
- 五花肉炖黄花鱼/90
- 肉末豆角/92
- 铁板孜然羊肉/94
- 米香熏鸡腿/96

## 《奶奶的菜——想念老家的味道》

小鸡炖蘑菇/98  
老干妈酥辣鱼段/100  
风干虾/102  
豆渣炸素丸子/104  
豆芽炒韭菜/106  
尖椒干豆腐/108  
熏豆皮拌黄瓜/110  
蜜汁红薯/112  
酱肉大包子/114  
茄丁手擀面 /116  
辣椒蛋炒饭 /118  
养生菜——跟奶奶学养生  
面粉洗碗/122  
清洗蔬菜/123  
木耳清炒莲藕/124  
炒三丁 /126  
猪皮咸菜炒黄豆芽/128  
白萝卜炖牛肉/130  
炖肉贴棒子面饼 /132  
虎皮豆腐/134  
鲜肉月饼/136  
粗粮花朵馒头/138  
奶黄包/140  
紫菜蛋花汤/142  
老锅崩栗子/ 144  
五彩凉拌大拉皮/146  
凉拌苦菊 /148  
老醋花生/149  
西芹凉拌腐竹/150  
果仁菠菜/151  
地方特色菜——海的味道  
酥焖带鱼/154  
清蒸鳕鱼/156  
三文鱼红薯焖饭/158  
辣白菜牡蛎火锅 /160  
姜丝炒蟹 /162  
小螃蟹熬倭瓜/164  
油焖虾/166  
香酥虾/168  
茄汁大虾/170  
白灼虾/172  
皮皮虾酱/174  
扇贝西芹炒百合/176  
虾仁鸡蛋炒青椒/178  
虾仁冬瓜球/180  
海米烧油菜 /182  
虾皮香菜拌香葱/183  
冰虾萝卜丝汤/184  
小酱料——忘不掉的小酱料

## 《奶奶的菜——想念老家的味道》

饺子蘸料/186  
麻酱小料/186  
香油蒜蓉料/188  
熏料/188  
三合油 /190  
干碟和油碟/190  
辣椒油/192  
花椒油/192  
老虎酱/194  
花生虾酱/194  
蜜汁/196  
炸酱/196  
鱼香汁/198  
宫保汁/198  
糖醋汁/ 200  
茄汁/200  
腐乳汁/202  
卤水汁/202

## 《奶奶的菜——想念老家的味道》

### 精彩短评

- 1、以一种亲切、真挚、怀念的口吻，将自己对奶奶菜的喜爱娓娓道来。书中由家常菜、宴客菜、私房菜、家常养生菜、特色菜和自制酱料...
- 2、题材很好
- 3、食物照片漂亮，做法清晰，基本是北方大菜，速度看完了
- 4、这本书质量非常好，图片也很精美，有点复古的纸张，整本书是温情+美味结合，特别是里面的菜都是我的最爱啊~~看着就好开胃。。
- 5、虽然是北方口味，但还是结合了多年经验的家常妙招。喜欢这种有个人印记的书，会有很多有趣的技巧。
- 6、跟着做了好几个菜，对自己很无语，可能不对胃口吧。
- 7、丰富的美食就从家中诞生。

## 《奶奶的菜——想念老家的味道》

### 精彩书评

- 1、读了这本书，觉得发掘了很多需要去吃的东西，并回味了，过去吃的普通菜点的大文章。值得阅读的一本美食好书，现在市场上的图书众多，能和这本媲美的经典图书并不常见，做为爱读书的我，碰到了这本书，我爱不释手。值得收藏。
- 2、文：萨巴蒂娜我是一个对美食有着特殊感觉的人，阴差阳错，十年前从IT行业的开发部项目经理脱身，进入这个行业，不知不觉，竟然也做到了杂志主编。我喜欢现在这个职业，因为可以和我深爱的美食终日打交道。美食传媒这个行业是我永远不会厌倦的，直到我只剩下最后一颗牙齿。更何况《美食堂》坚持只做家常菜，从不涉足餐饮行业等大菜，所以是一本有烟火气的杂志。我也一直在寻觅和我志趣相投的人。所以，在一个机缘巧合的下午，误打误撞，我发现了Yuki的博客，并且给她留了言，忘记了是我先加她的微博，还是她加的我了，反正都是喜欢美食的，可以说是“香”味相投吧。我们很快就摸爬滚打在一起了，我是个网上比较凉薄的人，我很少发微博，更很少回别人，但是Yuki的我总是忍不住，她的文字和图片，于我有一种巨大的吸引。记得第一次合作，是让Yuki写一篇日本的美食游记，只因为她当时在日本，比较得天独厚。没想到她除了提供图文，还细细手绘了彩色的旅游地图，传了过来。总之，这个女孩子做的远比你想要的要多，不但多，还好。现在很多的刚入职场的职场新人，能做完你要求的就不错了，基本不会多做。你要知道作为一本杂志的主编，已经多少年没有享受到这样超出的待遇了？得才若此，夫复何求？因此我跟她约定，以后有机会一起做美食。去年我们因为春节临时赶稿，不到20天就要做出一期杂志，为了保证杂志的品质，不赶工，我跟Yuki约稿，让她独自一个人帮我们做一期《烘焙时间》，图文均由她来提供。她爽快的答应了，图文提供了之后，就把编辑给惊艳了。须知道，我的编辑也个个都是人才，能把他们都惊艳到的人，那一定是格外出色的。世界上怎么有这么贤惠、手巧、温柔又有灵性的人，我当时就说：如果我是男的，我一定娶你。想想也是，如果我有一个媳妇能每天执着于做花样美食给我，那么我岂不是一个世界上最幸福的男子。可惜Yuki结婚了，更可惜的是：我不是男的。下辈子吧，Yuki，如果你跟你的夫婿，没有缘定三生，那么下辈子，就和我在一起抢着吃咸蛋黄吧。
- 3、看完这本书，想起了自己写过的一篇小文字《腊八粥》，就是奶奶做的好味道。腊八节又到了。我还记得，奶奶小时候给我们熬腊八粥。提前一天，下午把各种豆洗好，泡上水。晚上上过熬。晚上睡在炕上，满窑洞的粥香味。早上醒来，奶奶早就起来了。小脚忙不迭的，人在锅台前，搅拌着，一边说：火刚好。我们舍不得暖被窝，赖着，赖着，直到9点才起。窑洞里氤氲的气息，让那一刻的充满了家的味道。腊八粥熬好，拌上咸菜或者雪里蕻，香。邻居们，一大早就来了，给奶奶端来自己家里熬好的腊八粥。那是一份情分。忽然想起腊八，就想起了奶奶，那个拉着我成长的小脚老人。过年，我是最开心的。有新衣服，有压岁钱，有好多亲戚要来。过年，奶奶是最操劳的。长大后懂了，老人为什么怕过年。奶奶会很忙……拌凉菜，蒸蒸碗，甜米，还要蒸馒头。年前年后忙不停，我只沉浸在寒假的快乐中。想起最后一次见奶奶，是清明节给父亲烧纸。熬了几个月，终于鼓起勇气要去见见老人。父亲去世的消息，我们一直瞒着老人家。大姑说，奶一早就在门口等。一直在等，等着我和姐。赶到的时候，已经是下午了。奶果真在门口，瘦小。一双手紧紧的抓住我。坐在屋子里聊了一会，奶躺在炕上，说有些累。我们没敢多停留。走的时候，奶奶拉着不让走，说让再待一会。狠心的我们不敢多待。害怕那场戏演不好，演砸了。现在想起来，奶奶总是会小心翼翼的问起父亲的消息。现在明白了，母子连心，没有什么可以被隐瞒。不想，那一面，是永别……现在喝不到那时腊八粥的味道了。
- 4、奶奶的菜-想念的老家味道》是一本美食书。本书以一种亲切、真挚、怀念的口吻，将自己对奶奶菜的喜爱娓娓道来。书中由家常菜、宴客菜、私房菜、家常养生菜、特色菜和自制酱料…六部分组成，每道菜都附有详尽的步骤图和独门制作诀窍，做法简单、贴近生活的菜肴，使本书的实用性极高，书中辅以为本书量身绘制的精美插画和文字，更使整本书充满了家乡的怀旧风。
- 5、每年冬天，特别是临近年根儿底下，不知道是天冷了就爱忆苦思甜，还是漫天飘雪的日子里街头巷尾的小吃太过暖心，总是叫人不经意间回想起小时候吃过的那些东西。在这些记忆的画面中，有手摇拨浪鼓沿街叫卖的鲜切豆腐，有拿着自家罐头瓶子到酱菜园打来的陈年老醋，有密密麻麻插在泡沫上照个玻璃罩的糖葫芦，有在托儿所门口老师傅背着锅炉崩的爆花，有用废报纸折成的三角袋装着的炒瓜子，有外形像鸡腿里面深藏一根火腿肠的老热狗……没有华丽的包装，没有精彩的广而告之，却由里到外地透着亲切，带着浓浓的回忆贴上了岁月的标签。这些美味在时光的荏苒中沉淀了怎样的味



## 《奶奶的菜——想念老家的味道》

道呢？除了经典的味道，更多的是直抵内心的感动、温暖和关怀，美味早已不是味道本身，而是随着记忆漫天飞扬的对那些人的想念。一起捧着烤红薯在街头巷尾追逐嬉戏的鼻涕妞妞，寒风中冻得瑟瑟发抖就为了让孩子们吃上热乎崩爆花的老师傅，面带微笑为我打醋的酱菜园的阿姨，手摇拨浪鼓推着豆腐车的叔叔，许许多多。感谢他们出现在我的记忆里，让美味与时光沉淀出温暖的模样。给我印象最深的、最感谢的人是我的奶奶，从小我就喜欢跟在奶奶身后到外面的馆子里吃吃喝喝，回来的路上再听她把刚刚吃过的菜一一排行，哪个味道浓郁、哪个码盘讲究、哪个没端上桌却远远地飘来香味，都是奶奶最乐于分享的体会。第二天天未亮，她总会在厨房里忙活，为的是凭着最新鲜的记忆把昨天吃到的美味山寨出来。奶奶今年已经94岁高龄了，现在她每天最开心的事仍然是和亲朋分享她的美食，这里面有炖了几十年还是那个味道的猪肉粉条，有前些年从饭店里学来的四喜丸子，有加了神奇调味料的小鸡炖蘑菇，有放了粗粮长得还贼好看像朵花朵的馒头，还有飘着海水味的茄汁大虾。奶奶特别地乐观开朗，喜欢笑，笑的时候一双眼睛能乐成两个旋转90度的括号，遇到事时她常挂在嘴边的话：“那都不算事！”奶奶也从来不舍做出美食带给她的骄傲和自信，好吃就是好吃，你们快来夸我吧，我才不会谦虚！也经常有朋友问她高寿的原因、饮食方面有什么诀窍么，这个真没有！奶奶没读过多少书，书本上倡导的健康养生在她这里鲜有琢磨，她更享受每一天欢乐开怀的生活态度！不过在这本书里我还是收录了奶奶在饮食生活方面的点点滴滴，或许其中还真有什么高寿的秘诀呢，只是奶奶自己不知道，习惯了而已。翻翻这本书，记忆里那些熟悉的味道是不是一下子映入眼帘了呢？那些菜，教你做菜的人，一起吃那盘菜的人，是不是像播放的电影一样带来一段又一段温暖的画面呢？味道的传承之美，比味道本身更甜蜜和温馨。

6、看名字有读得冲动。奶奶菜的味道...回想才发现，很久之前就已经模糊了。。。最狠不过突然发现。。。

# 《奶奶的菜——想念老家的味道》

## 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](http://www.tushu111.com)