

# 《永續的一餐》

## 图书基本信息

书名：《永續的一餐》

13位ISBN编号：9789866179907

出版时间：2015-3-4

作者：塔瑪．艾德勒

页数：304

译者：徐嘉妍

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)

# 《永續的一餐》

## 內容概要

# 《永續的一餐》

## 作者簡介

# 《永續的一餐》

## 書籍目錄

- 推薦序 愛莉絲·華特斯作
- 自序 如何開始
- 第一章 如何燒水
- 第二章 如何教雞蛋飛翔
- 第三章 如何闊步向前
- 第四章 如何抓住你的尾巴
- 第五章 如何無筆而揮灑
- 第六章 如何點亮一間房
- 第七章 如何取得平衡
- 第八章 如何替沙拉調味
- 第九章 如何過好生活
- 第十章 如何心神安寧
- 第十一章 如何充滿力量
- 第十二章 如何造船
- 第十三章 如何尋覓財寶
- 第十四章 如何保有溫柔
- 第十五章 如何煎最小的魚
- 第十六章 如何反敗為勝
- 第十七章 如何捱過惡劣天候
- 第十八章 如何留住美好
- 第十九章 如何向聖徒舉杯
- 第二十章 如何收尾
- 附錄 挽救失敗料理的其他妙招
- 謝辭

# 《永續的一餐》

## 精彩短评

1、与食物建立可持续的关系也许才是本书的中心，不过这个话题太大了还是先放置。对食物的节约以及充分利用食材倒确实值得好好学习（然而总怀疑这种作法在美帝那中卡路里过剩的国度是否能有市场？）可惜还是略不合国情，然而毕竟有些手法可能尝试一下。重要的，果然还是life style.

# 《永續的一餐》

## 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)