

《從餐桌到產地》

图书基本信息

书名：《從餐桌到產地》

13位ISBN编号：9789865802236

出版时间：2013-10

作者：好吃編輯部

页数：288

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.tushu000.com

《從餐桌到產地》

內容概要

23個土地故事、66種在地食材、70間道地好店、80道農家料理。

走逛台灣一圈，我們不只發現在地好食材，更細緻的認識了這塊土地。

全台灣第一棵紅棗樹1875年在公館石墻村種下，因著歷史與環境因素，苗栗公館成為全台唯一專業紅棗區。而且，紅棗不總是乾的呢，每年夏天到公館，即可吃到有蘋果脆感的新鮮紅棗。

談到台灣的菇類，台中霧峰一定得記上一筆。從1953年農試所在霧峰成功培育第一顆洋菇後，霧峰便成為台灣菇類的重要產地。當我們從魯味攤夾起一把金針菇時，都正不知不覺的和霧峰產生關聯，全台有一半以上的金針菇產自台中霧峰。

而充滿客家風情的白玉蘿蔔只有美濃有、台灣每七顆雞蛋就有一顆來自彰化王功，說到米粉的起源呢，要從芬園的小村莊楓坑開始說起……

上山下海，走訪全台，好吃編輯部打破砂鍋問到底，把食材、產地、餐桌與我們之間的親密關係，一一揭露。

說到底，還是從對土地的關懷出發。我們發現，跟著食材走，認識的不只食材，更是腳踏的這片土地。

本書特色

· 從「餐桌」到「產地」，關心好料理與好食材

我們將從每日的餐桌、便當、飯糰裡出走，去找我們嘴裡的那塊食物，最適合他生長的地方、觀察他在土裡的樣子、和當地人學習他們最愛的家常與創意吃法。

· 幫辛勤的農人與店家鼓鼓掌

在苗栗推行有機紅棗的「棗道24K」、在阿里山以轎篙筍發展社區的「里佳部落」、在美濃推行客家老蘿蔔的「美濃古老客家菜」……貪吃無罪，品味要緊，我們關心種植的農人與發揚食材特色的在地好店家。

· 除了主食材，配角也很重要

除了主角，其他林林總總的綠葉也同樣美味，既然都踏進產地裡了，當然要一起認識他們。

· 認識台灣土地的樣貌

走出高樓，才看得到許多質樸親切的農業鄉鎮。台灣368，我們記錄汗滴底下的果實、土地的樣貌與食物真實原始的滋味。

《從餐桌到產地》

作者簡介

好吃編輯部

從對食材的關心出發，上山下海，致力於尋找台灣好食材與精彩的飲食故事。從產地裡，我們挖掘達人農夫的堅毅精神；從阿嬤口中，我們記錄即將遺落的傳統作法；從菜市場裡，我們看到隱身在常民裡的料理智慧……相信食物可以予人幸福與療癒，推廣在地、當季食材。作品有《好吃》雜誌、《跟阿嬤學做菜》、《餐桌上的蔬菜百科》等書。

書籍目錄

- 01 新北市三芝 好山好水孕育美人腿
- * 茭白筍-種植水位低，甜度卻超高的赤殼美人
 - * 地瓜-百年地瓜史，台農57號好綿密
 - ．楊梅-果大酸甜，品嚐初戀的滋味
 - ．南瓜-粉質口感，有栗子的香氣
 - ．西瓜-皮薄果鮮甜度高
 - ．櫻花-季節限定的幸福料理
 - ．農家菜 香酥脆薯、烤地瓜、地瓜土雞湯、地瓜滷肉
- 02 新北市瑞芳 超完美山藥就在這兒
- * 基隆山藥-我在瑞芳不在基隆
 - ．挖山藥步驟全揭密
 - ．農家菜 山藥炒三鮮、山藥人蔘雞湯、山藥沙西米
- 03 桃園新屋 混血，讓鵝肉更美味
- * 新屋肉鵝-中國土鵝混血丹麥羅曼鵝
 - ．農家菜 三杯鵝舌、白斬鵝、蔥油鵝腸、鵝血炒韭菜
- 04 新竹關西 台灣8成仙草都從這裡來
- * 關西仙草-以九降風為天然風乾器
 - * 大芥菜-酸菜、福菜、梅干菜，全是大芥菜來的
 - ．農家菜 仙草雞湯、仙風道骨、五行仙草
- 05 苗栗公館 全台唯一專業紅棗生產區
- * 公館紅棗-全台第一棵紅棗樹在公館石墻村
 - * 公館芋頭-大甲盤商芋頭很多都是從我們這邊過去的
 - ．農家菜 紅棗炒飯、蜜棗醋魚、紅棗和風沙拉、香煎芋糕、芋絲櫻花蝦
- 06 台中霧峰 媽媽樂的益全香米
- * 益全香米-台灣第一個以人名命名的稻米品種
 - * 金針菇-全世界最大規模的產區
 - ．龍眼-提前半個月上市的透亮果實
 - ．鳳梨-台農2號，保留傳統鳳梨的酸甜滋味
 - ．農家菜 洋菇清酒麻油雞、香米魯肉飯、蕃茄炒金針菇、汆燙金針菇
- 07 彰化王功 潮起潮落，口感堅挺珍珠蚵
- * 珍珠蚵-一天吃兩餐，香Q有咬勁
 - ．蚵螺-蚵仔的天敵，蚵農的美味
 - ．文蛤-用牛奶養出來的鮮甜好蛤
 - ．雞蛋-每7顆雞蛋，就有1顆來自王功
 - ．蘆筍-每天吹海風，清脆有口感
 - ．落花生-砂質土壤產出的尚好
 - ．農家菜 豆酥蚵、蚵嗲、醬炒蚵螺、清炒蘆筍花
- 08 彰化芬園 米粉的歷史，從這裡開始
- * 楓坑米粉-台灣米粉的發源地
 - * 芬園荔枝-不搶鮮上市，而是把荔枝乾烘的好吃
 - ．芬園鳳梨-從土鳳梨到金鑽，各路品種大會師
 - ．農家菜 荔枝米粉、荔枝雞湯、荔枝米糕
- 09 南投埔里 美人腿，我們這裡最多
- * 茭白筍-全年都吃得到的青殼美人
 - * 香菇-日本人帶來的重要南北貨
 - ．百香果-每5顆百香果，就有4顆從埔里來
 - ．農家菜 茭白筍泡菜、百香美人、香煎柳松精靈菇、養生百菇鍋

《從餐桌到產地》

- 10 雲林莿桐 全台灣最好吃的蒜頭在這裡
- * 蒜頭-大片黑品種，大蒜素含量是別人的3倍
 - * 空心菜-溫室栽培，泰式料理瓦城每天都來買
 - * 五百甲圳濁水米-日治時代進貢天皇的獻納米
 - * 楊桃-不喜歡吃楊桃的都過來
 - * 豆皮-台灣豆皮製造大本營
 - ．農家菜 蒜香豬肉丸、大蒜醬法國麵包、空心菜捲、空心菜小魚乾湯
- 11 雲林口湖 我們有像手掌一樣大的蛤蜊
- * 馬蹄蛤：越養越大的文蛤舅
 - * 烏魚子：秋風起，烏魚就準備懷孕了
 - ．農家菜 香煎烏魚子、香烤馬蹄蛤、馬蹄蛤薑絲湯
- 12 嘉義阿里山 沒吃過轆篙筍別說來過阿里山
- * 轆篙筍-安全無農藥的山中野味
 - * 高山茶-台灣高山茶的起源
 - * 愛玉子-果膠特豐，香Q有咬勁
 - * 茗荷-口感絲狀，阿里山特有食材
 - ．農家菜 玉脂涼筍、筍香扣肉、茶香茗排、烏龍茶雞湯
- 13 台南東山 連吳寶春都稱讚的百年龍眼味
- * 東山龍眼-窯窯相望，堅持傳統烘焙法
 - * 東山咖啡-小鳥和松鼠協助播種的台灣味
 - ．龍眼烘乾步驟大公開
 - ．農家菜 龍吐珠、桂圓乾煎蛋
- 14 台南柳營 牛比人多，全台最大牛乳生產地
- * 乳牛-在柳營是乳牛，跑到善化便成了溫體牛
 - ．鮮乳小知識：鮮乳一定要濃醇香？
 - ．農家菜 鮮奶饅頭、鮮奶筍肉包、鮮奶小火鍋
- 15 台南安平 什麼魚？虱目魚啦！
- * 虱目魚-和台灣人生活四百年，從魚頭吃到魚尾
 - ．虱目魚小學堂：一尾虱目魚到底有多少刺？
 - ．農家菜 虱目魚鮮粥、汆燙虱目魚皮、虱目魚比薩
- 16 高雄美濃 白玉蘿蔔只有這裡有！
- * 白玉蘿蔔-小蘿蔔，客家飲食精神的展現
 - * 野蓮-昔日沒蔬菜可吃的救荒菜
 - * 鴨舌草-具在地風土特徵的野菜
 - * 美濃敏豆-年產值逼近一億，台北果菜市場鮮寵兒
 - * 美農米-高雄147，粒粒分明香米新品種
 - ．農家菜 黑金雞湯、梅干扣肉、蘿蔔版
- 17 屏東東港 世界主要櫻花蝦產區
- * 櫻花蝦-總量管制維持生態與價格
 - ．黑鮪魚-每年4-6月洄游產卵
 - ．油魚子-海洋裡的可可豆
 - ．處女蟳-授精前的蟹膏最美味
 - ．農家菜 櫻花蝦炒飯、鹽煮處女蟳
- 18 宜蘭礁溪 以溫泉水種植空心菜
- * 溫泉空心菜-白梗大葉種，炒後不變色
 - * 溫泉絲瓜-綁石塊還註冊商標的小綠瓜
 - ．茭白筍-用溫泉灌溉不黑心
 - ．番茄-尾巴尖尖的桃太郎品種
 - ．農家菜 空心菜炒鴨鬆、宮保空心菜鑲軟絲、絲瓜蝦婦羅、珍菇燴絲瓜

19宜蘭三星 讓蔥不只是配菜

- * 三星蔥-適地適種的優良品種
- * 上將梨-開花前，要撐小雨傘的珍貴之寶
- ．白蒜-纖維細、蒜白長的軟骨花蒜改良種
- ．農家菜 茄咬蔥、青蔥炒肉片、泰式酸辣涼拌梨、上將梨雞湯

20花蓮壽豐 地下湧泉養出壽豐三寶

- * 黃金蜆-階梯式的活水養殖
- * 貴妃魚-無毒友善環境，近似三層肉口感
- * 台灣鯛-鮮甜肉厚沒土味
- ．農家菜 九層塔炒黃金蜆、蒜頭蜆仔湯、清蒸貴妃魚、香煎貴妃魚、活力鯛唐揚、鹽烤活力鯛

21花蓮富里 全台特有！用泥火山鹵水做豆腐

- * 火山豆腐-一次只能做四板的手工豆腐
- ．絕不馬虎的豆腐製程
- ．農家菜 椒鹽豆腐、辣香豆腐

22台東太麻里 讓人忘憂的美味金針花

- * 金針花-趕在開花前採收的高營養食材
- ．金針的多種樣貌
- ．農家菜 涼拌金針、酥炸金針

23台東金鋒 原住民珍貴的小米與洛神

- * 小米-豐收的時候，就來辦豐年祭吧
- * 洛神-我們吃的是花萼而非花瓣
- ．紅藜-台灣原生種，纖維質是地瓜的5倍
- ．農家菜 糖醋洛神子排、涼拌洛神、月桃小米粽、小米地瓜甜湯

索引

精彩短評

1、背後是對土地的用心與用情。

《從餐桌到產地》

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.tushu000.com