

图书基本信息

书名：《粥》

13位ISBN编号：9789865882099

10位ISBN编号：9865882094

出版时间：2013-1-19

出版社：凱特文化

作者：韓福善

译者：張鈺琦

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](http://www.tushu000.com)

## 內容概要

還記得上次喝粥是何時呢？是臥病在床？是挑燈夜戰？還是忙到不可開交、廢寢忘食的時候？那碗粥又是誰替你熬煮的呢？雖然味道不比滿漢全席與山珍海味，但捧在手心那一刻，溫熱傳達雙手。用湯匙舀起，送入口中，軟潤順滑的口感，不必費心咀嚼，沿著喉頭滑入體內，幸福與滿足便開始向外擴散，將原先佔據身心的疲憊與不適一掃而空。

煮粥看似簡單，卻藏有大學問呢！別以為抓準了米量與水量，倒進電鍋按下按鈕OK了。

要想煮碗好粥，從鍋具挑選到火候控制都不能輕忽喔！跟著韓善福老師的教學，你也能成為煮粥達人。本書記載健康、養身、聰明、美容等四大類別共99道美味粥膳食譜與功效，以及適合搭配粥一同品嚐的配菜與湯品。

現在就為想要感謝的人、想要加油打氣的人，

用心熬煮一碗好粥，讓他暖胃又暖心吧！

99道滋補養身的美味粥品，

傳達出99段溫暖時光。

今日就讓我熬碗好粥，

用捧在手中的溫熱幸福，

代替說不出口的千言萬語。

韓國知名宮廷料理達人閻料理研究專家，常現於各大媒體傳授料理訣竅。

99道美味粥選透過藥食同源概念補足身心所需。

獨家傳授搭配粥膳的美味小菜與湯品，讓你營養均衡、元氣滿滿。

· 健康好粥助消化：南瓜穀物粥、韭菜牛肉粥、地瓜糙米粥...等24道

· 養生好粥補神氣：黑芝麻粥、蔘雞粥、蓮子山藥粥...等25道

· 聰明好粥顧腦筋：鮭魚粥、豆腐魚卵粥、決明子蟹肉粥...等25道

· 美容好粥愛美麗：冬瓜糯米粥、沙蔘海鮮粥、何首烏牛肉粥...等25道

粥，溫潤而易入口的料理，

總是出現在你我最需要溫暖的時刻 -

當父母不捨學子的熬夜苦讀；

當妻子疼惜丈夫的事業繁忙；

當子女奉孝雙親的體貼照護.....

每當有人為你熬煮一碗熱粥，

碗裡蘊含的不只是營養與美味，

更盛滿了關心與愛意。

用心熬煮出一碗好粥，

也用心感謝身邊那些重要的人。

## 作者簡介

韓國知名料理研究家 韓福善

透過電視、廣播、新聞、雜誌、書等多樣媒體，分享韓國飲食的料理老師。宮廷料理的專家故 黃慧性教授的第二個女兒。畢業於漢陽大學食品營養系，並於京畿大學研究所主修外食經營，同時也研究藥膳料理。作者不但是重要無形財產第38號 朝鮮王朝宮廷料理名家的傳人，同時也是韓福善食文化研究院院長及(株)大福之經營者，更教授卓越傳統飲食製作。著作有《媽媽的飯桌》、《我們的飲食》、《節慶飲食》、《精美小菜》、《用韓福善的泡菜做出101道美味料理》、《胎教飲食》、以及《調味料理》等書。



## 精彩短评

1、感觉是很多不太常见的煲粥的食材或药膳随机组合...阅毕@方所

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](http://www.tushu000.com)