

《超簡單客家快炒》

图书基本信息

书名：《超簡單客家快炒》

13位ISBN编号：9789867245144

10位ISBN编号：9867245148

出版时间：2005年06月24日

出版社：楊桃文化

作者：李湘庭

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

《超簡單客家快炒》

內容概要

客家族群向來給人勤儉刻苦的印象，這與客家先民早年的生活環境有著極密切的關係，反映在飲食上，更形成客家菜餚的一大特色。

早年客家先民初抵台灣墾荒，需要較多的油脂補充體力，因此在食物的料理上偏油，口味也較重；且因為勞動開墾大量流汗，所以在菜餚中加入很多鹽，因此形成客家菜餚「油、鹹、香、濃」的特色。

客家人樸實的性格，也影響他們在飲食上講求單純、實在的烹調方式，換句話說，客家料理不花俏，重著原味。由於客家族群多居山區地帶，在飲食選擇上以山珍野味為主，較少海鮮魚類，像是自家栽種的瓜果菜蔬，或從溪流裡捕來的魚蝦，就成了客家人日常生活的主要食材，也發展出許多經典的客家小炒。

在過去物資缺乏的年代，客家人只有在祭祖掃墓時才有機會吃到雞鴨豬等肉類，當下吃不完的，勤儉成性的客家婦女便運用智慧和巧思，發展出封肉、爌肉、紅麴排骨、紅糟雞、鹹豬肉等佳餚。而即使是家禽家畜的內臟，像豬血、豬肚、豬肺、豬腸、鵝腸等，也都充份利用，料理成一道道盤中佳餚，像薑絲大腸、鹹菜焢豬肚、鳳梨炒豬肺等，都是著名的客家美食。

《超簡單客家快炒》

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