

# 《好好吃義式料理！一次學會金牌主廚》

## 图书基本信息

书名：《好好吃義式料理！一次學會金牌主廚私藏的110道四季食譜》

13位ISBN编号：9789862016824

10位ISBN编号：9862016825

出版时间：2013-1-25

出版社：博碩文化

作者：朴仁圭

译者：牟仁慧

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)

# 《好好吃義式料理！一次學會金牌主廚》

## 內容概要

美味韓劇幕後主廚傾授～

你可曾著迷於韓劇《料理絕配PASTA》中的美味佳餚？

你是否對該劇中男女主角調製料理的精采片段垂涎三尺？

本書作者朴仁圭便是《料理絕配PASTA》的幕後主廚，指導該劇中所有義式料理的烹調。在此書中，朴主廚大方公開私藏秘訣，以自己留義七年的經驗編制出110道食譜，並教導大家活用四季食材，煮出健康又可口的義大利料理。

義大利料理健康美味的最高秘技！

義大利俗語中，有一句話是這麼說的：「食物不僅單純填飽我們的肚子，更能豐富我們的靈魂」。義大利是慢活料理的起源地，每一道料理都蘊藏著義大利的飲食哲學。學習義大利料理不僅能品嚐到食物原有的風味，更能學習將真心放進盤中，成為最重要的精神食糧！

5個你一定要擁有此書的理由：

- ．讓每日餐點跟隨季節變換，達到春天醒神、炎夏安神、秋日浪漫、嚴冬滋養的110道四季食譜～
- ．貼心的卡路里指數&身體機能食材指引，均衡美味與健康。
- ．起司、雞蛋、馬鈴薯、章魚、番茄...，別以為義式料理食材不易取得，這些冰箱裡通通都有！
- ．3大基礎高湯食譜 x 7種義式醬料、佐醬互相搭配延伸，每篇還附上料理時間，讓深奧的義式料理瞬間變得簡單好上手。
- ．李善均、孔曉振、李荷妮、李亨哲、Sam Kim！韓劇《料理絕配PASTA》演員們都大受感動的料理食譜書！

# 《好好吃義式料理！一次學會金牌主廚》

## 作者簡介

朴仁圭

2005年，完成在義大利米蘭料理學校CAPAC（Centro Add-estramento Perfezionamento Addetti Al Commercio）的課程和義大利料理協會F.I.C的碩士課程，並在義大利紅酒協會AIS修習品酒師課程。朴主廚在義大利和法國學習了各式各樣的料理文化，更在羅馬大大小小的餐廳和飯店中，累積了豐富的經驗。他參加過各種料理大賽，並在2008年代表義大利奪得了義大利國際料理大賽的金牌。透過這些比賽，他證明了自己的料理實力。目前他在傳統義大利餐廳「Buonasera」擔任首席主廚，曾協助2010年電視劇《料理絕配PASTA》的拍攝，展現出他高深的料理實力。

# 《好好吃義式料理！一次學會金牌主廚》

## 書籍目錄

前言

主廚的秘訣筆記

PART 1 Spring Grazie~ 趕走春暈症的義式春日飯桌

干貝佐莫札列拉白醬義大利麵

干貝鮮橙沙拉

章魚馬鈴薯燉飯

章魚南瓜可樂餅

韭菜海鮮焗烤

PART 2 Summer Buon appetito 慰勞身心的夏日飯桌

番茄鮮蝦蛋捲

番茄莫札列特起司三明治

烤茄子佐莫札列特起司

雞肉花椰菜佐奶油白醬義大利麵

雞胸肉可頌堡

PART 3 Summer & Fall Ciao 鞏固健康的換季飯桌

炸花枝圈

烤鮑魚佐巴沙米可醋醬

鮑魚白醬義大利麵

義式烤麵包佐牛肉甘藷泥

紅蘿蔔蛋糕

烤野菜馬鈴薯佐莫札列特起司

PART 4 Fall Autunno 健康又刺激食慾的浪漫飯桌

夏南瓜紅蛤蔬菜湯

燻鮭魚乳酪捲

白鯧佐墨西哥莎莎醬

米蘭風白魚

紙包悶烤鱸魚

牛腰肉排佐蘋果

PART 5 Winter Buon natale! 營養滿分的冬日飯桌

花椰菜海鮮羅勒奶油義大利麵

泡菜明太子奶油義大利麵

烤南瓜大蒜

鯖魚飛魚卵義大利麵

鯖魚普切塔

PART 6 Four Season La vita! 四季皆可享用的經典料理

年糕肉排佐古岡左拉起司義大利麵

莫札列拉筆管麵焗烤

奶油乳酪法式小點

紫蘇葉鮮蝦羅勒奶油斜管麵

蔬菜棒佐茄子醬

當季野菜歐姆雷

PART 7 Dessert Ti amo 甜蜜且道地的健康點心

草莓鬆餅

提拉米蘇

岩漿巧克力蛋糕

奧里歐白巧克力慕斯

香草Gelato冰淇淋佐新鮮草莓

## 《好好吃義式料理！一次學會金牌主廚》

PART 8 Special Menu Salute~ 專屬於你們的愛情飯桌

炙燒鮪魚佐生薑鳳梨印度酸辣醬

香菇鑲花蟹肉

栗子紅棗牛肉捲

義式拖鞋帕尼尼

夏南瓜鑲黑米南瓜

堅果烤蝦佐蘋果醬

# 《好好吃義式料理！一次學會金牌主廚》

## 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)