

# 《中华佛斋》

## 图书基本信息

书名：《中华佛斋》

13位ISBN编号：9787555200686

出版时间：2014-5-1

作者：张云甫

页数：368

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)

# 《中华佛斋》

## 内容概要

心中有佛祖，口中食佛斋，养生又长寿。《中华佛斋》详细介绍了五台山、九华山、峨眉山、普陀山等中华四大佛教名山千年佛斋的制作秘籍，更有少林寺、灵隐寺等名刹古寺的传家素斋。全书提供近400款养生素食，只要虔诚谨食，功德自然会增。

除此之外，书中处处渗透出浓厚的佛教文化，有斋菜的知识介绍，有佛教食素历史的追溯，还有斋菜味碟的制作方法以及关于佛教知识的百问百答，让您更容易理解，更容易有所收获。

# 《中华佛斋》

## 作者简介

张云甫（龙书、觉忍），中国佛斋研究师、中国烹饪文化名师、营养师、培训师。曾任中国烹饪协会培训基地培训师，宁夏西北北京外事服务学院分院烹饪部主任，东方美食学院客座讲师，温州金鼎美食学院讲师。从事酒店行业40多年，游历大江南北，走过佛山名寺，在四大佛山、十大古刹探索了中国佛斋文化，发表了很多关于佛教饮食文化的文章。现任云甫素斋营养研究工作室主任。

## 书籍目录

佛斋养生，因缘和合  
养生佛斋谈  
养生斋菜烹饪小常识  
佛斋种类与食用宜忌  
禅茶一味  
斋菜调料和味碟  
佛斋部分原料简介与预处理  
五台山斋菜  
五台在心中的烙印  
冷菜  
甘蓝奇味心中生  
碧绿台豆味更香  
九品莲苔长福长  
芝麻香桃仁  
五台素鸡  
罗汉小豆腐  
雪菜罗汉笋  
热菜  
蜜汁小枣台怀制  
荷合吉祥豆腐  
五香烤麸在台中  
豆豉吉祥如意  
罗喉花开献佛  
金刚杵叉保佛法  
德福资粮靠文殊  
台栗风雨吉祥  
铁板山珍烩  
番茄豆腐加菇丁  
锅仔香芋满台香  
佛光普照素鱼翅  
鲍汁扣极品台蘑  
佛海蒲团  
梅干豆腐方知福  
台中时两抱玉帛  
五台三绝  
清炒黄花  
功德圆满拜文殊  
三鲜烤麸犹冬炉  
咖喱什锦全素煲  
白果南瓜煲带饼  
五台真清凉  
八珍豆腐煲  
酿香菇炒金粒  
碧绿财富路  
巧炒豆香酿西红  
酱排来自五台中  
和味豆酥

## 《中华佛斋》

自在菩萨乐上听  
五台佛光照  
展翅飞翔在智者  
佛跳墙来品素盅  
五台渡慈航  
智者清净我心  
五台第一鲜汤  
锅仔全家福  
青教蔬菜羹  
大彻大司自悟佛  
面点  
清清凉燕麦粥  
白果香溢面  
清汤显通罗汉素面  
怀台荞面饼  
北台野菜饼  
烧卖  
芳香饼中融觉悟  
五台骄子是文殊  
玉米发糕  
文殊大饼  
香煎玉米饼  
脆皮炸鲜奶  
福如东海饭  
白果共融和谐饭  
南瓜炒饭  
五台斋筱面  
普陀山斋菜  
普陀山印象  
冷菜  
水晶三仙  
六味和春  
莲中圣果  
清雅白果  
金匙银珠  
糯荷争春  
桃源洞府  
翠玉金丝  
叠翠莲云  
热菜  
珠圆玉润  
菌菇献瑞  
榨菜豆腐  
双菇和合  
禅味献宝  
双娇弄玉  
八宝斋饭  
百合素裹  
菜松扣奉芋

晨光佛珠  
粉蒸荷香四季豆  
双色佛珠  
荷塘月色  
吉利三丝卷  
椒香平菇  
金丝芋球  
金汤白玉  
金箱豆腐  
菊花豆腐  
梅菜汤圆  
美味冬瓜脯  
米汤豆腐球  
其乐融融  
荠菜玉珠  
情思故乡  
雀巢小炒  
群菇荟萃  
色拉黄豆烙  
石磨布袋豆腐  
水果玉米烙  
四喜魔芋  
五福临门  
香酥瓜排  
杏仁菠萝卷  
雪菜炖蚕豆  
油淋双脆  
银丝白玉羹  
油焖冬瓜  
掌上明珠  
木瓜雪莲  
菌菇煲  
葵花朝阳  
蔬苑藏珍  
绿叶水晶  
丰收百合果  
竹节留香  
轮回因果  
面点  
糯米煎饼  
椰蓉糯米糍  
油炸一口包  
芋香瓜子球  
香煎菜汁包  
三色花卷  
菌菇面片  
奶油南瓜仔  
峨眉山斋菜  
峨眉山印象寺中的斋菜

四川泡菜  
普贤转法轮  
佛光高照  
普度众生  
随喜功德  
峨眉山峦美  
一指禅  
干烧素鱼  
普贤万福饼  
青山白水豆腐  
彩虹雪魔芋  
普贤面  
普贤豆花  
三丝白菜卷  
功德斋  
辣烧蕨根皮  
辣腌空心菜  
普贤花生粥  
瓜香竹荪羹  
佛法圆满  
白水宝塔豆腐  
峨眉云海藏珍  
皈依佛  
千丝万缕  
僧人鲍鱼  
普贤烧三圆  
芦荟靛汤  
辣烧雪魔芋  
素甜烧白  
灵芝天麻饮  
碧绿牛肝菌  
炒素虾仁  
碧绿板栗蒸白菜  
豆豉苦瓜  
贝母蒸梨  
普贤烧卖  
白云菊花羊肚菌  
普贤芳香粽  
普贤大抄手  
普贤千层饼  
至尊海参  
炒双笋  
糖醋里脊  
双椒牛肝菌  
川味东坡肉  
一心向佛  
财源滚滚  
普贤全家福  
随写功德

节日斋菜  
日月同辉  
五彩蒸羊肚菌  
善有善报  
色即是空  
普贤颂生  
杞香山药粥  
一炷香  
红油苦笋  
白菜卷扒板栗  
九华山斋菜  
九华山印象  
千僧斋  
素烧鹅  
烤手剥笋  
九华黄瓜  
剁椒蒸素肉  
雪菜香肠煲  
上堂斋  
水果葛粉羹  
西蓝花鲍品  
雀巢素虾仁  
五彩素鸡丁  
锡纸孜香芋  
素扣瓜脯肉  
北瓜粬香盅  
吉祥斋  
九华圣果  
竹金百岁片  
熘九华鱼  
香菇米烧素海参  
石笋脆鳝  
佛国二冬  
蕨菜魔芋丝  
酸菜笋片  
莲花豆腐羹  
如意斋  
菩提方园  
双椒黄精  
百岁宫前悟道场  
蓝花鲍脯扒海参  
九华双鱼会  
青椒石耳黄精  
水煮素鳊鱼  
禅竹红焖  
菇丁蒸小白菜  
酿双椒  
地藏饺  
十全十美赞斋菜



感悟灵九华  
地藏菩萨展佛法  
神灵在九华  
慈悲善香来  
菩萨神力大  
春笋献菩萨  
赛螃蟹  
佛国一缸香  
山蕨小清烹  
素肉焖茄子  
地藏红豆卷  
粽香鸡  
九华佛光  
橙汁菊花茄子  
地藏卤干豆  
香辣九华豆干  
地藏烤板栗  
少林寺斋菜  
少林在心中的烙印  
养生药膳  
脆皮姜香豆腐  
养生茄肠  
杜仲素腰汤  
冬瓜藏珍  
香芋素排骨煲  
富贵圆满  
苦尽甘来  
铁板烧豆腐  
砂锅牛蒡卷  
红烧素牛肉  
粉蒸素肉片  
紫菜烩素丸  
少林十三棍  
红油双鱿  
素烧鹅  
少林滋补素羊肉  
桃园三结义  
猴头菇烧山药  
青椒塔  
嵩山素鸡  
菠菜素肉末  
枸杞丝瓜  
武僧山药素汤  
易筋卷书  
素四大金刚  
金刚壮骨  
紫菜豆腐  
栗子烧面筋  
壮骨白菜卷

香菇烩芥菜  
僧家茄子  
碧波竹荪  
菜心梅花  
芹香素肚  
武僧长生汤  
家常素菜  
少林百才  
合蒸豆腐  
竹荪素鱼翅  
烧素鲍鱼  
煎豆腐  
咕素肉  
少林鱼排  
南洋烤麸  
干烧春笋  
番茄炖豆腐  
少林面食  
芋头饼  
少林寺素饼  
烩面  
大刀面  
灌汤包  
灵隐寺斋菜  
灵隐寺印象  
冷菜  
腐皮三丝卷  
素火腿  
桂花白玉  
黑椒素牛排  
热菜  
年年素有鱼  
炸双菇小卷  
双色葡萄球  
白菜三丝卷  
佛跳墙  
灵隐肉松  
八宝金箱  
财源滚滚  
彩色黄螺  
鱼翅盅  
断桥残雪  
佛珠草菇  
佛珠海参  
东坡肉  
果老金钱  
燕窝腰片  
荷花响铃  
红烧金钱鸡

杭州卷鸡  
煎牛排  
糖醋素排骨  
玛瑙薯枣  
酿苦瓜  
酿青椒  
茄汁咕咾肉  
菊花鲈鱼  
雀巢菩提素肉丁  
雀儿归巢  
松子大黄鱼  
素扣肉  
灵隐手剥笋  
五丁蛋饺  
虾仁锅巴  
燕窝腰花  
一桶江水  
砂钵煲鞭笋  
油焖小鲫鱼  
紫气东来  
击罄鱼  
面点  
罗汉大包  
灵隐饼  
罗汉脆  
灵隐佛手酥

## 精彩短评

1、佛斋菜谱，图片精美，附制作方法。

## 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)