

《食經1》

图书基本信息

书名：《食經1》

13位ISBN编号：9789620755453

10位ISBN编号：9620755456

出版时间：2007

出版社：商務印書館(香港)有限公司

作者：陳夢因

页数：168

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

《食經1》

内容概要

作者简介

“特级校对”陈梦因撰写饮食专栏“食经”，为香港报业写饮食专栏第一人。在五十年代曾担当《星岛日报》总编辑的职务，每天须看“大样”，因常自嘲为“特级”校对，故以“特级校对”作笔名。“食经”推出后广受欢迎，成为长寿专栏，同年七月结集成书，出版单行本共十集。他六十年代退休后，移民到美国加州旧金山湾区长居，到一九九七年逝世。商务印书馆按内容主题重新编排，以彰显特级校对的饮食理念，同时使读者更能体味这位前辈食家的行文用心所在。

精彩短評

- 1、港版書质量好，價格高
- 2、貴！！！！
- 3、平淡見真意
- 4、當當開賣港版書啦~不容易啊~

近來隨着吃貨隊伍猛漲，對“吃”也越來越追求了，是以竟然絕版數十年的“吃籍”又再度被請上了舞台。這本《食經》是作者作為“特級校對”、資深老饕，集多年經驗而就，不但讓人“吃好”，更讓人吃出“門道”來，佳肴烹飪、飲食文化、掌故逸事，會做菜的看門道，不會做的看熱鬧，是本人人可讀的“吃籍”。比起市場上充斥的各種“吃出健康”來，這套書可算是“殿堂級”了。聽說陳老先生不但筆杆子握的正，鏟子拿的也順手，“八十五歲時仍平均每星期請客一次，宴客必親自下廚。”

崔浩的《食經》已佚，後世的《食經》為匯編本，再到“校對先生”的《食經》，桓橫千多年的是華人对食之道的追求，雖眾家眾說，皆不離中華之“飲食哲學”——如何看待食物、如何看待食物與身體的關係，也就是如何看待人之於世立足的基本觀點，所謂“大道相通”嘛。

中華文明上下五千年，歷史寶庫里啥好東西沒有，什麼問題都已經經千百年嘗試總結出了一套套“體系”，只要人類還沒有進化到“變種”的程度，就還適用的很。在這個吃貨遍天下的時代，當“食經”再度被搬上殿堂，當“吃”再度被升華，足可見，我們的的生活質量終於“趕上”前輩們了、趕上老祖宗們了。

- 5、特級校對為陳夢因筆名之一，另一筆名大天二則記載了其一段勸降土匪的傳奇...食經本不成經，只為其開創的飲食專欄的一些文章而已，唯其徒江獻珠重新收集網羅編撰所成，其所言大多食之道理，烹之原則而非菜譜，當中混雜文化，還原我們一個五味雜陳，酸甜苦辣皆為文章的國菜概述...
- 6、家常食制亦有大道理和巧心思
- 7、閑了間歇里就拿出來翻翻，從文字到字體，實在是本很舒服的書。為啥卓越買到得會是港版豎排的繁體書呢，也挺奇怪。
- 8、尋常百姓，家常菜譜，有理有據，有滋有味。
- 9、amazon上偶然買了一本，非常推薦。讲的是做菜的道理，市面上的菜譜一下子弱爆了。居然是港版，裝幀很漂亮，打算收集齊全套~
- 10、書不錯，但是香港的書有點偏貴
- 11、這真是絕好的書！把飲食的道理說得那麼清楚。為什麼要炒？怎樣才能炒的標準.....作者還把蒸水蛋、蛋花湯、蒸肉餅、炒牛肉等家常菜的要領一一道來，最基本的菜肴最顯水平！這套書尤其要讀港版，其中有當年的廣告等等，無限溫情。
- 12、能勾起清新味覺的書
- 13、裝幀漂亮，拿着舒服，文字內容俱好，就是貴。
- 14、熟知粵菜家常譜~八卦做法都齊全~
- 15、本系列文章來源於五十年代的報紙專欄。本冊主要講平常人家的飲食，故而常常提到當時騰飛的食材價格，並且指導工薪白領如何在物價動蕩起伏的年代中吃得體面。談，搵食艱難。
- 16、給裝幀打星
- 17、很雅致的一本飲食書，作者很儒雅
雖然是香港書，但是希望能再便宜點！
- 18、在里面學到很多菜式啦，做菜的真諦，很好。
- 19、斷斷續續看完，平平淡淡的煎炒烹炸的小方法小故事，生活的幸福就在於味蕾被觸碰的那一剎那，過十年我在看着書，我估計會有其他的感悟。平淡平常就是生活。這書除了貴，我真不知道說什麼了...
- 20、在一個很偶然的時候聽到了這個書名，可能是被“經”所吸引，畢竟自己的做菜的能力很弱，整天都喜欢巴拉一堆菜譜，去比照着來做。雖然第一冊小貴，但是還是下了血本買回來了。收到書後發現好薄啊，打開書發現全是豎版，還是繁體。但是這些都沒有阻止我繼續看下去的腳步。開頭對於作

《食經1》

者的介绍，对于陈梦因的理论、间接，我知道了这个书不是菜谱，不仅仅教给你一个菜放多少油多少盐，而是要告诉你背后的道理。道理远远比表象要深远的多，人们总是觉得自己掌握表象就可以了，却不知道在深知食物内涵的道理后，才会举一反三的做出自己的食物，才会知道如何做才能取悦于我们的身体。

感慨自己的决定，买对了这本书。准备继续把剩下的四册收囊进来！很少去写评论，因为对于看了的书的感受没有这么深刻，不知如何去写，这次只看了开头就已经忍不住小评一下了，看到的友们别怪我啊！

精彩书评

1、1.明火白粥。要用暹罗米，泡半小时，加少许油拌匀。米与水的比例1:10，放未晒过的腐竹（与米比例1-1.5:10），白果若干，滚水落米，煮四到五个钟。2.粤菜里面有两个很厉害的调味料。一个是姜汁酒（广东米酒浸姜而得），用来对付山珍海味的腥。另一个是玫瑰露酒，用来对付小炒，腌肉时去肉腥，或者做卤水。可以混着用。3.做半肥半瘦的肉，包括排骨，要用滚水拖至半熟，这样会溶掉大块脂肪，不易腻，也比较好入味。4.炖猪蹄不要用前蹄，太肥。5.炒牛肉要用腩肉，腰腩又好过柳腩。横纹切，不宜太薄，蛋清腌两小时，炒到七分熟再加有盐味的调料才不会老。6.“泡嫩油”是指拿菜过五成熟的油（用凉木筷子放入锅中，约有10余个泡围着筷子即为“嫩油”），炒牛肉、鸡肉、鱼肉时过嫩油，可留住肉汁鲜味。过嫩油之前最好用蛋白捞一下。7.鸡鱼猪肉采用蒸或生滚的做法，想要肉嫩滑，要先捞过生油，再用姜汁、酒与生抽腌过。蒸腊味前用绍酒捞则腊香更浓。8.青蒜白、豆豉剁成末，加极少白糖制成酱汁过油，烧豆腐、猪腩肉味浓可口。炒素菜则可以用古劳面豉。9.绿色的瓜类烧或煲汤，用油炸过就不会被炖化，做瓜类宜伴耗油、干贝，炸过的蒜头。10.涩口的青菜（比如芥兰），要过碱水。11.最好吃的虾酱是江门台山虾酱。12.煲猪肉汤，肉一斤，要用“不见天”肉（猪最美好的一块肉，前腿肉腋下，运动充足，肥瘦适宜，胶质丰富）。猪肉配粉肠六两（吸油沉底）、淮山、芡实、莲子、百合加起来五毛、红枣五个、陈皮一片。两个半小时。13.煲猪肉和煲牛肉最大的区别是，猪肉汤要一口气煲两个半小时。牛肉汤中间要停两次火“打、谈、打、谈”。牛腩分坑腩和白腩，坑腩熬汤（煲），白腩吃肉（炆）。熬汤时要加四个蝉蜕。14.两种简单高汤：a.瑶柱四两，拿水浸透后撕成细丝，瘦猪肉半斤（不切）同熬，一般拿来作羹的汤底，如瑶柱鸡蛋羹；b.大豆芽一斤，草菇一两，鲜风栗（即栗子）六七颗，生红枣四五个熬制的素高汤。粤菜里有名的“鼎湖上素”，即是用这种高汤焗透黄耳（有桂花味）、雪耳、竹荪、冬笋尖、菜心，再勾芡而成。其他菜也适用。菜谱：1.云吞面，面要用全蛋银丝细面（全蛋就是鸡蛋加碱水，不加生水），云吞全蛋皮，馅要瑶柱瘦肉切成细末，鲜虾肥肉切成小块，炸香的比目鱼沫加蛋黄搅拌成。汤头是虾头、虾壳、烘过的比目鱼，猪骨，大豆芽同熬2.客家炖豆腐，用十二两土鲮鱼肉，半斤半肥瘦猪肉，一两葱白，四两九棍咸鱼肉同剁成茸，酿在用山水做的嫩豆腐角里，以鸡汤慢火煲成。3.南乳鸡翼，蒜茸起锅，爆过鸡翼，加入南乳汁、糖、豆豉蓉、水焖熟即可。4.正宗的一鱼三味是指“鱼骨菠菜豆腐汤”、“菊花芫荽鱼片羹”、“蒜头豆豉蒸鱼腩”。5.客家炒鱿鱼，以咸酸菜梗、蒜白、萝卜、凉薯合炒，炒至“至爽”则起锅。味道兼有酸甜辣咸。（湖南人也做这道菜，也用打花刀的鱿鱼筒，加的是酸萝卜丁、蒜薹梗、野山椒和小米椒。）6.韭菜豆腐纹烧腩7.腊鸭腿炖西洋菜8.肉片芥蓝汤9.茨菇腊肉10.炆牛胸/牛展11.虾酱豆腐芋头羹12.咸菜响螺汤

《食經1》

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