

# 《美味只需酱油、糖和盐》

## 图书基本信息

书名：《美味只需酱油、糖和盐》

13位ISBN编号：9787544284638

出版时间：2016-9

作者：[日]山田富起子

页数：90

译者：张昕

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)

# 《美味只需酱油、糖和盐》

## 内容概要

据说，日本的家庭里拥有世界上品种最多的调味料。有酱油、砂糖、盐、味增、料酒、味醂、醋、柑橘醋。蛋黄酱、番茄酱、沙拉酱、猪排酱汁、辣酱油、清汤粉……

厨房里到处都是调料，就连冰箱里也塞满了调味料。如此多的调料真的都能用到吗？答案是否定的。其实只用盐、糖、酱油，就能做出美味的料理！

本书作者山田富起子是一位美食作家，常年执笔杂志、报纸中关于料理的文章。另一位作者樋口秀子是料理研究家。注重保持食材本身味道、重视家庭料理的基本操作方法，受到评论界一致好评。这本书融合了这两位作者的特点，内容朴实丰富，文字优美，介绍的上百种食谱都非常有实用价值。

在本书中，作者不仅介绍了各种日式菜肴的简单烹饪法和调理法，还向读者们分享了一些生活中的小技巧，讲述了自己对厨艺和调理的看法。对于想要在家中尝试日式料理，又不想浪费太多时间和精力朋友，读过这本书，就可以用最简单的调味料，制作出地道又美味的菜肴！

# 《美味只需酱油、糖和盐》

## 作者简介

（日）山田富起子 美食作家，常年执笔杂志、报纸中关于料理的文章。专注研究日本各地和海外的地方料理、调味料、受传统影响的食物，以及现代食物的背景。参与《日本料理的真髓》《“桃木”中国菜》（讲谈社）、《巴黎人的厨房》（扶桑社）等书的企划和取材工作。

（日）樋口秀子 料理研究家。注重保持食材本身的味道，重视家庭料理的基本操作方法，受到一致好评。常年参与电视料理节目录制，并执笔杂志、报纸的专题文章，多次参与料理讲演会。著有《决定版季节蔬菜的简单料理》（主妇之友社），共著《妈妈的味道入门》（橙页书），监修《食谱上没有的料理的智慧》（小学馆）等。

# 《美味只需酱油、糖和盐》

## 书籍目录

序 6

Part1

利用等量的酱油和砂糖，做出甜咸味十足

关西风味牛肉盖饭 11

土豆炖肉 12

筑前煮 13

琥珀煮（猪肉烧萝卜） 14

鸡肉炖红薯 15

照烧鸡 17

肉饼、香菇塞肉和辣椒塞肉 18

莲藕夹肉 20

海苔鸡肉饼 21

照烧寒 22

照烧扇贝、鱼竹轮、芦笋 23

照烧厚油豆腐 24

猪肉炒杏鲍菇 25

煮鲷鱼 27

梅干煮沙丁鱼 28

煮鱿鱼 29

肉豆腐 30

亲子盖饭 31

浇汁芋头 32

竹笋煮香菇 33

牛蒡炒煮牛肉 35

炒豆腐 36

煮鸡内脏 37

酱油杂谈 40

Part2

稍稍控制甜味的甜咸菜品，酱油和砂糖的比例是3 2 41

柳川式牛肉烧茄子 43

茄子柿子椒煮鱼干 44

羊栖菜煮大豆 45

蛤蜊煮海带 46

魔芋炒煮肉末 47

生姜烧猪肉 49

葱烧旗鱼 50

烧猪肉卷 51

酱汁腌半熟鸡蛋 53

鱿鱼腌胡萝卜 章鱼腌芹菜 54

煮猪肉 55

芝麻拌菠菜猪肉 57

砂糖杂谈 60

Part3

没有淡口酱油和味醂，也能做出关西料理的味道 61

水菜煮银鱼 63

茺菁煮虾仁 64

蜂斗菜煮鸡肉 65

## 《美味只需酱油、糖和盐》

蟹棒煮豆腐风味浇汁 66

白菜和鳕鱼的海带培根煮 67

蛋液浇汁山药、青豆、鱼糕 68

Part4

只用砂糖和盐，做出颜色漂亮、味道淳朴的料理 69

翡翠蚕豆 71

盐煮南瓜 盐煮红薯 72

卷心菜煮香肠 73

金平萝卜金枪鱼 74

金平莲藕培根 75

食盐杂谈 76

Part5

番茄炖菜，用1罐罐装番茄和1小勺盐确定味

蔬菜番茄肉末卤 79

猎人烩鸡和茄子 80

海鲜土豆渔夫扁面 81

根菜类炖番茄排骨 82

Part6

制作简单的奶油白酱，1/2小勺盐是关键

奶油白酱 85

奶油炖牡蛎和花椰菜 86

奶油炖春季蔬菜 87

奶汁烤竹笋、裙带菜 88

意式奶汁烤鸡肉、菠菜通心粉 89

## 《美味只需酱油、糖和盐》

### 精彩短评

- 1、我久违地来到书店，读完了一本菜谱。以酱油和糖盐的用量串起的菜单简明易懂，但我是看到关西风味才坐下好好念的，毕竟有绿子与菜谱的情节。拍下了好几道菜，印象最深的是鸡肉炒地瓜和南瓜猪肉。
- 2、我觉得这本书最值得称赞的地方在于它指出了仅用简单的调味就可以做出美味的食物。降低了新手们的入门压力。书本身的质感排版样式都挺简洁美观的，阅读起来挺舒服。可以挑着喜欢的菜式去尝试。不过就算是世界级的大厨也需要边做边试味道。所以多尝试，才能找到自己喜欢的味道哦。
- 3、有很多我想学的菜呢~~而且大都是材料很好入手和做法容易学习的，挺值得看的。
- 4、实用

# 《美味只需酱油、糖和盐》

## 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)