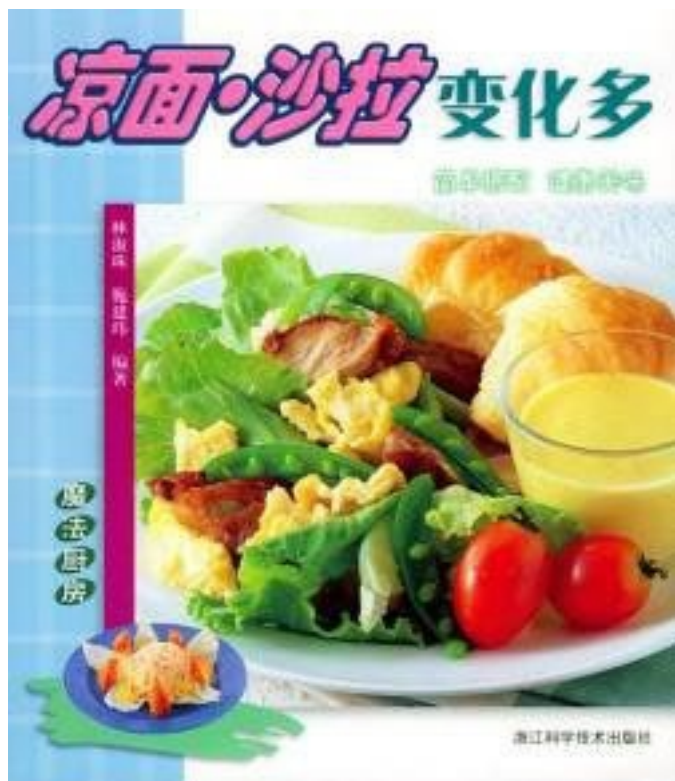


# 凉面·沙拉变化多



[凉面·沙拉变化多\\_下载链接1](#)

著者:林淑珠

出版者:浙江科学技术出版社

出版时间:2004-6

装帧:

isbn:9787534123177

古时候，凉面可以说是平民才有机会享受的街坊美食，难登大雅之堂，更不要说有只言片语留下来。探究凉面在中国的历史，实已斑斑难考，只能从酱汁的流传与地方风味的演变，猜测它应在宋朝时，即已是民间常见的饮食。在家常凉面口味越加丰富的今日，搭配出健康、低热量、清爽不腻的口感，已然成为一种新趋势。至于辣得十分彻底的韩式凉面和奶香四溢的意大利凉面，在坊间仍不多见。韩式凉面在酱汁方面首重辣味，不论什么口味，都叫人辣得大呼过瘾，边吃边擦汗。而意式凉面则是以搭配沙拉、小菜为前提，因此酱汁偏向酸酸甜甜的味道，十分开胃爽口。

大众口味的凉面，在赤日炎炎的夏季，让人觉得凉透心扉，不论是达官显贵，还是市井小民，都对它的独特美味情有独钟。有人喜欢传统麻酱口味，有人则爱新奇尝鲜，有人钟情于味道清凉爽口，有人却爱味道浓烈无比，无论你喜欢哪一种口味，在本书都可以获得完全不同的满足，不一样的凉面，不一样的酱料，不但吃得饱也能吃得巧。

作者介绍:

目录: 作者序  
家常凉面  
凉面沙拉花样多  
凉面酱汁介绍  
鸡丝凉面  
素火腿凉面  
韩式泡菜凉面  
台式凉面  
沙茶火腿凉面  
五味凉面  
面酱肉丝凉面  
小鱼鼓汁凉面  
辣味凉面  
葡汁凉面  
顶级XO酱凉面  
水果凉面  
千岛凉面  
薄烧鳗凉面  
哇沙米凉面  
· · · · · (收起)

[凉面 · 沙拉变化多 下载链接1](#)

标签

评论

-----  
[凉面 · 沙拉变化多 下载链接1](#)

-----  
[凉面·沙拉变化多\\_下载链接1](#)