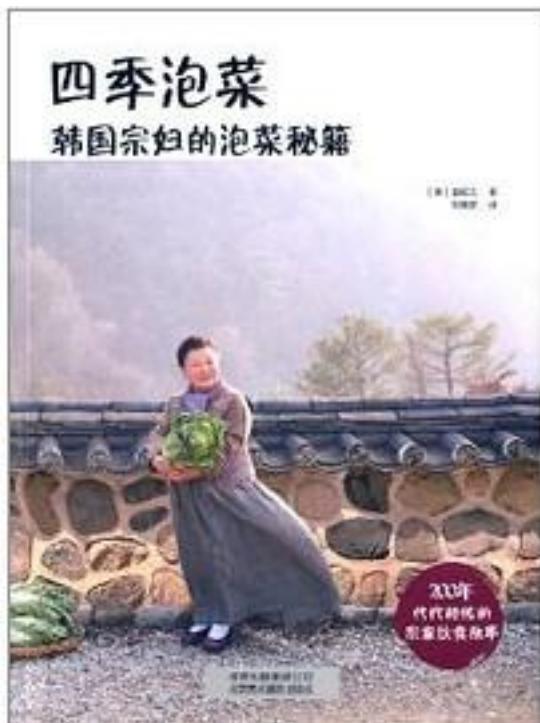


# 四季泡菜:韩国宗妇的泡菜秘籍



[四季泡菜:韩国宗妇的泡菜秘籍 下载链接1](#)

著者:姜顺义

出版者:北京美术摄影出版社

出版时间:2014-4-1

装帧:平装

isbn:9787805015750

朝鲜皇家御厨后裔、韩国国宝级泡菜专家倾囊奉献

首度完整传授泡菜名家200年来的祖传泡菜制作秘诀

200余种韩国泡菜腌制方法图文超详细介绍

突破传统, 按照一年四季的分类方法讲述适合的泡菜

韩国泡菜历史悠久, 其味独特清爽, 口感脆嫩, 色香味形俱全, 美味可口, 倍受韩国人

民的喜爱。热爱泡菜的韩国人长期以来，将泡菜成为韩民族饮食生活中独特而必不可少的一项主要内容，围绕着泡菜的制作、保管、加工等生产活动，韩民族逐渐形成了富有浓郁的民族特色的泡菜文化。

《四季泡菜》作者姜顺义老师有着40年的泡菜经验，她是罗州罗氏的第二十五代媳妇，全罗南道的泡菜名家，是韩国非常有名的泡菜专家。

《四季泡菜》分为两个部分介绍韩国泡菜的腌制方法。

第一部分，姜顺义老师通过图文介绍，讲述了适合春夏秋冬各个季节食用的泡菜做法和背后的故事，像适合春天食用的凉拌春白菜、凉拌春白菜萝卜泡菜、萝卜方块水泡菜、石上菜泡菜，适合夏天食用的黄瓜夹馅水泡菜、洋葱泡菜、圆白菜白泡菜等等，适合冬秋天的沙参泡菜、莲藕泡菜等等，适合冬天食用的辣椒籽白菜泡菜、正萝卜泡菜等等。

在这一部分姜顺义老师从如何选材到如何腌制再到腌制秘诀逐一图文介绍，让您轻松掌握各类泡菜的腌制方法。

第二部分，姜顺义老师讲述了数十种韩国传统世家享用的宗家酱菜的腌制方法和各个季节都可实用的泡菜。例如：酱玉簪花、酱黄花菜、酱泡椒等等。

作者写这《四季泡菜》的初衷，是希望可以帮助那些想向她学习却因时间关系不能来的朋友、路途遥远交通不便的朋友、上过她的课仍有一些不明白的朋友。姜顺义老师将最近多年的授课内容用笔记录下来，希望用40多年的经验教训以及罗氏宗家200年来祖传的手艺，让更多家庭的餐桌上美味不断，家庭和谐幸福。希望大家都能用美味的泡菜给家人提供健康美味的饮食。

作者介绍：

姜顺义女士的家位于韩国京畿道广州市。姜顺义女士是罗州罗氏的第二十五代媳妇，全罗南道的泡菜名家，是韩国当地出名的泡菜专家。

姜顺义女士坚用石臼碾磨干辣椒，一年要做200多种泡菜，家中前院地下埋了大大小小200多个泡菜坛子。姜顺义女士是罗州罗氏的第二十五代媳妇，全罗南道的泡菜名家。1969年，在24岁如花的年龄嫁入宗家。罗氏宗家是拥有16平方公里广阔土地的宗家豪门大宅，家中有30口人。做每顿饭都像准备节日大餐一样，要用两口大锅才能煮下30多人吃的米饭。就这样姜顺义女士度过了她的青春。姜顺义女士总是说自己“是托辛苦的婆家生活的福，才使得自己成为了泡菜名家”。在制作过泡菜的时候，姜顺义女士每次要腌制1000多棵泡菜，每年要做200多种泡菜及130多种酱菜，传承和发展罗氏宗家200年来的传统手艺。

姜顺义女士卓越的泡菜手艺得到了首尔农业技术中心认证，姜顺义被指定为“泡菜技术有者”，又被韩国MBC评选为“泡菜名家”，荣获“全国料理大赛优秀奖”“泡菜女王选拔大会优秀奖”“文化教育部长官最优秀奖”“发扬传统饮食文化奖”等多项奖项，曾担任淑明女子大学食品营养学科的教授。2009年6月韩国KBS人间剧场播出的《姜顺义女士的泡菜全盛时代》纪录片，掀起了一阵姜顺义风潮。韩国第一部泡菜百科全书《泡菜百科辞典》中记录了姜顺义女士的泡菜手法。

现在姜顺义女士的家被指定为传统饮食技术教育中心，每周向全国各地前来学习的学生传授44年来总结出的泡菜秘诀，并且去全国各地讲学，向想学习泡菜制作工艺的人们传师授道。

目录：

[四季泡菜:韩国宗妇的泡菜秘籍](#) [下载链接1](#)

## 标签

泡菜

韩国

美食

饮食

碗的故事很打动人

百科

向往的生活-旅行，家居，园艺，美食

## 评论

太惨了可他娘的累死了！！！泡菜宗族的第25代媳妇，12点前没睡过觉。4点钟在太婆婆烟袋杆敲火盆声中擦泡菜坛子，每年除了要做130种酱菜、200多种泡菜外，还要安排祭祀，按季节给长辈呈上不重样的小吃。丈夫一事无成，还妈宝。

---

内容和图片尚可，文字超级啰嗦和排版复杂，何必做成260页的铜版纸大开本呢？！

---

更像是故事书，不过泡菜方子很多，也算满足了原本购买的欲望

全书用铜版纸，捧在手里超重的，而且还反光。文字内容挺啰嗦的，还重复来重复去。但是，读过之后对韩国泡菜有多点了解，至少不再仅限于辣白菜和萝卜，虽然还是只能吃到这两种。

这本书是我们一起看的，里面絮絮叨叨把每种泡菜都写一大篇，萝卜切丝切段切片切条辣或不辣分别写成一大张纸，看的我们笑的说不出话。而今在书店再见这本书，却是难过的无法言喻。

这本书笑死我了 冲这一点给两份吧

[四季泡菜:韩国宗妇的泡菜秘籍 下载链接1](#)

## 书评

买这本书是因为去韩国玩了两次之后产生的念头，当时选这本纯粹是因为觉得是个韩国人写的，应该比较正宗，结果却没有让人失望，不光内容丰富，涵盖了多种泡菜的制法，而且不像传统的菜谱都是制作步骤，而是融合了作者自身的经历和故事，感觉就像隔壁的邻居在认真像你传授做泡菜...

随着韩剧的热播，韩国人喜欢的泡菜也受到了中国人追捧啊，对于吃货的我们怎么能错过这么一本可以亲手做泡菜的书呢~来自都教授的故乡的泡菜啊~~~太吸引了，好么！里面有做法有泡菜背后的故事，真真是一本好书~值得推荐。

[四季泡菜:韩国宗妇的泡菜秘籍 下载链接1](#)