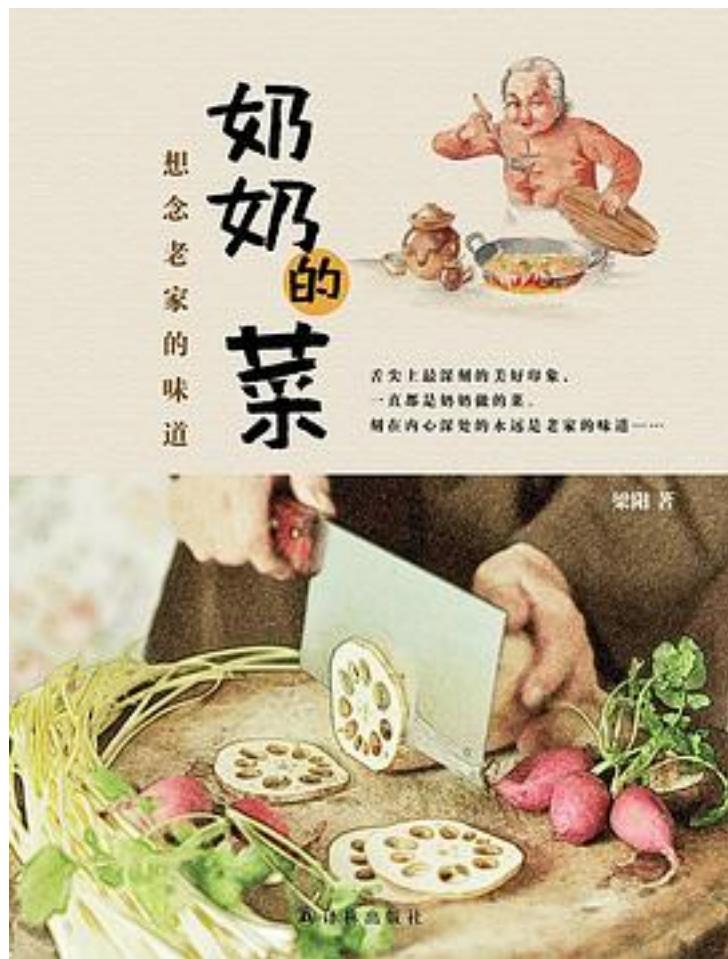


奶奶的菜——想念老家的味道



[奶奶的菜——想念老家的味道_下载链接1](#)

著者:梁阳

出版者:译林出版社

出版时间:2014-7

装帧:Paperback

isbn:9787544748216

《奶奶的菜-想念的老家味道》是新浪美食博主梁阳 (yukifood) 推出的第一本美食书。本书主打令人想念的“老家味道”，以一种亲切、真挚、怀念的口吻，将自己对奶奶菜的喜爱娓娓道来。书中由家常菜、宴客菜、私房菜、家常养生菜、特色菜和自制酱料

…六部分组成，每道菜都附有详尽的步骤图和独门制作诀窍，做法简单、贴近生活的菜肴，使本书的实用性极高，书中辅以为本书量身绘制的精美插画和文字，更使整本书充满了家乡的怀旧风。

作者介绍：

梁阳（yukifood），朝气活力的80后，国际地域技术开发科学领域，海归博士。曾在国际贸易领域打拼，现为自由美食撰稿人，《美食堂》杂志合作作者。喜欢用相机诠释食物秀色可餐的状态，热衷于游走在拥有异域美食的世界各地，享受用美的心灵寻味食物的乐趣。

目录: 家常菜——记忆里那些熟悉的味道

发豆芽/豆芽尖/12

切西红柿不流汁/13

西红柿炒鸡蛋/14

西红柿拌白糖/16

鱼香茄子/18

炸茄盒/20

松仁玉米/22

鱼香煎荷包蛋/24

蒸鸡蛋羹/26

年糕红烧排骨/28

栗子烧鸡翅/30

京酱肉丝/32

冬瓜丸子汤/34

腊味娃娃菜/36

虎皮尖椒/38

煎焖子/40

炸酱面/42

西葫芦虾馅饺子/44

鸡汤鲜肉小馄饨/46

宴客菜——把饭店带回家

剜土豆/50

锤南瓜/51

秘制酱牛肉/52

木须肉/54

四喜丸子/56

圆葱爆炒腰花/58

鱼香肉丝/60

酸菜汆白肉/62

熘肥肠/64

宫保鸡丁/66

腰果虾仁/68

韩式凉拌菜/70

麻婆豆腐/72

干煸豆角/74

地三鲜/76

酸辣土豆丝/78

水晶皮冻/80

蓝莓山药糕/82

私房菜——奶奶私房菜

拍黄瓜/86

炸菠菜/87
猪肉炖粉条/88
五花肉炖黄花鱼/90
肉末豆角/92
铁板孜然羊肉/94
米香熏鸡腿/96
小鸡炖蘑菇/98
老干妈酥辣鱼段/100
风干虾/102
豆渣炸素丸子/104
豆芽炒韭菜/106
尖椒干豆腐/108
熏豆皮拌黄瓜/110
蜜汁红薯/112
酱肉大包子/114
茄丁手擀面/116
辣椒蛋炒饭/118
养生菜——跟奶奶学养生
面粉洗碗/122
清洗蔬菜/123
木耳清炒莲藕/124
炒三丁/126
猪皮咸菜炒黄豆芽/128
白萝卜炖牛肉/130
炖肉贴棒子面饼/132
虎皮豆腐/134
鲜肉月饼/136
粗粮花朵馒头/138
奶黄包/140
紫菜蛋花汤/142
老锅崩栗子/144
五彩凉拌大拉皮/146
凉拌苦菊/148
老醋花生/149
西芹凉拌腐竹/150
果仁菠菜/151
地方特色菜——海的味道
酥焖带鱼/154
清蒸鳕鱼/156
三文鱼红薯焖饭/158
辣白菜牡蛎火锅/160
姜丝炒蟹/162
小螃蟹熬倭瓜/164
油焖虾/166
香酥虾/168
茄汁大虾/170
白灼虾/172
皮皮虾酱/174
扇贝西芹炒百合/176
虾仁鸡蛋炒青椒/178
虾仁冬瓜球/180
海米烧油菜/182
虾皮香菜拌香葱/183
冰虾萝卜丝汤/184

小酱料——忘不掉的小酱料

饺子蘸料/186

麻酱小料/186

香油蒜蓉料/188

熏料/188

三合油/190

干碟和油碟/190

辣椒油/192

花椒油/192

老虎酱/194

花生虾酱/194

蜜汁/196

炸酱/196

鱼香汁/198

宫保汁/198

糖醋汁/200

茄汁/200

腐乳汁/202

卤水汁/202

· · · · · (收起)

[奶奶的菜——想念老家的味道](#) [\[下载链接1\]](#)

标签

想家的书

美食

好书

乡思

老家

想读

饮食

好吃的书

评论

东北口味，算是东北人里比较会吃的，一些小技巧可以学习：切番茄按凹痕切不会淌汁；土豆不是用切还是用剜（借由其生长方向）；南瓜用锤的；鳕鱼解冻要在架子上沥水以防冰水影响口感；虾仁炒前先上浆；蜜汁红薯可以试试；豆渣炸素丸子其实很适合天天做豆浆的我，就是丸子太复杂了；煎焖子能不能好好说说焖子是啥，是不是吉林的那个煎粉那（辽宁叫焖子，吉林叫煎粉，哈尔滨没这东西）；面粉洗碗点子很好，正好把我过期的面粉用了。P186起的酱料不错，不仅仅是东北的一点点酱，这还是蛮全的。

食物照片漂亮，做法清晰，基本是北方大菜，速度看完了

虽然是北方口味，但还是结合了多年经验的家常妙招。喜欢这种有个人印记的书，会有很多有趣的技巧。

跟着做了好几个菜，对自己很无语，可能不对胃口吧。

以一种亲切、真挚、怀念的口吻，将自己对奶奶菜的喜爱娓娓道来。书中由家常菜、宴客菜、私房菜、家常养生菜、特色菜和自制酱料…

题材很好

这本书质量非常好，图片也很精美，有点复古的纸张，整本书是温情+美味结合，特别是里面的菜都是我的最爱啊~~看着就好开胃。。

丰富的美食就从家中诞生。

以一种亲切、真挚、怀念的口吻，将自己对奶奶菜的喜爱娓娓道来。书中由家常菜、宴客菜、私房菜、家常养生菜、特色菜和自制酱料…

[奶奶的菜——想念老家的味道](#) [下载链接1](#)

书评

文：萨巴蒂娜

我是一个对美食有着特殊感觉的人，阴差阳错，十年前从IT行业的开发部项目经理脱身，进入这个行业，不知不觉，竟然也做到了杂志主编。我喜欢现在这个职业，因为可以和我深爱的美食终日打交道。美食传媒这个行业是我永远不会厌倦的，直到我只剩下最后一颗牙齿。更…

每年冬天，特别是临近年根儿底下，不知道是天冷了就爱忆苦思甜，还是漫天飘雪的日子里街头巷尾的小吃太过暖心，总是叫人不经意间回想起小时候吃过的那些东西。在这些记忆的画面中，有手摇拨浪鼓沿街叫卖的鲜切豆腐，有拿着自家罐头瓶子到酱菜园打来的陈年老醋，有密密麻麻插在…

看完这本书，想起了自己写过的一篇小文字《腊八粥》，就是奶奶做的好味道。

腊八节又到了。我还记得，奶奶小时候给我们熬腊八粥。提前一天，下午把各种豆洗好，泡上水。晚上上过熬。

晚上睡在炕上，满窑洞的粥香味。早上醒来，奶奶早就起来了。小…

品味奶奶菜中的亲情 ——读《奶奶的菜：想念的老家味道》 彭忠富

婴幼儿时期，我们通常是在祖父母身边生活的，直到上小学了，我们才会离开他们，回到父母身边。那时候，祖父母能起的作用小了，他们只能照料我们的生活起居，却无法辅导我们的学习。其实，老人很想…

奶奶的味道是我和堂哥、堂姐、堂弟、堂妹们共同记忆的味道，也是我与表哥、表姐、表弟、表妹们共同记忆的味道，只是在他们的眼里，奶奶的味道成了外婆的味道。经历时间的迁徙和洗涤，我们共同的记忆不会磨灭，只有越来越醇香美味，我们也越来越记忆犹新，不时的想念、回味，奶…

这不仅仅是一本菜谱书了，有家的缩影，乡情的味道！值得一读，值得一做！奶奶的菜——想念老家的味道
可以照着菜谱，走向童年。找回那一份属于自己的田间炕头灶台饭桌记忆。
这不仅仅是一本菜谱书了，有家的缩影，乡情的味道！值得一读，值得一做！奶奶的菜——想念老家的味道 ...

无论是农村还是城市或小镇，大家都有一个家，只是有的是小家，有的是大家，有的大家被分割成小家，有全部在农村，有全部在城市，有部分在城市部分在农村，而奶奶的存在，就是团结这些小家的粘合剂，把很多小家团结在一起，最有效的行为就是奶奶的饭菜。享受这些饭菜的时候， ...

舌尖上的美食传承——读梁阳《奶奶的菜：想念的老家味道》
对于奶奶的印象，每个人都有不同的注解。奶奶是搂着儿时自己说故事的人，是低着头给你梳小辫的慈祥老人，更是，在我们贪婪的目光中给我们做好吃的可爱“厨娘”。对于她的怀念，有时就能从一盘菜开始。《奶奶的菜： ...

奶奶的菜-想念的老家味道》是一本美食书。本书以一种亲切、真挚、怀念的口吻，将自己对奶奶菜的喜爱娓娓道来。书中由家常菜、宴客菜、私房菜、家常养生菜、特色菜和自制酱料...六部分组成，每道菜都附有详尽的步骤图和独门制作诀窍，做法简单、贴近生活的菜肴，使本书的实用性极...

读了这本书，觉得发掘了很多需要去吃的东西，并回味了，过去吃的普通菜点的大文章。值得阅读的一本美食好书，现在市场上的图书众多，能和这本媲美的经典图书并不常见，做为爱读书的我，碰到了这本书，我爱不释手。值得收藏。

看名字有读得冲动。奶奶菜的味道...回想才突然发现，很久之前就已经模糊了。。。最狠不过突然发现。。。

[奶奶的菜——想念老家的味道](#) [下载链接1](#)