

# 菜市场蔬菜图鉴



[菜市场蔬菜图鉴\\_下载链接1\\_](#)

著者:张蕙芬

出版者:远见天下文化出版股份有限公司

出版时间:2013-8-6

装帧:精装

isbn:9789863202400

繼『菜市场魚圖鑑』、『菜市场水果圖鑑』之後

『菜市场蔬菜圖鑑』是菜市场三部曲的完結篇

生活在台灣，最美好的事之一就是琳琅滿目的食材，

不僅便宜美味，選擇性又高，

一年四季都有充滿季節味的蔬果上市，  
加上農民勤勞的天性，讓我們的餐桌上充滿變化。  
透過林麗琪細緻動人的植物插畫，  
本書讓我們重新看待生活裡再熟悉不過的綠色夥伴，  
瞭解每一種蔬菜的身世由來、植物特性、  
生長特性與營養價值等，  
才能真正落實「吃在地、吃當地」的飲食生活態度，  
並支持友善土地的永續農業。  
本書的附錄，還包括：台灣蔬菜的身世與源起、  
蔬菜營養一覽表、蔬菜的保存與處理方法、  
蔬菜學名索引、蔬菜英名索引、蔬菜中名索引等實用資料。

作者介绍:

張蕙芬

1961年生於台北，台灣大學園藝系畢業，現為大樹書系總策劃。投身出版編輯工作近30年，一直以搭起大自然與人的溝通橋樑為自我期許，熱愛自然叢書的編輯出版工作。與三隻狗和十八隻貓咪一起生活於新店山上的社區。著有『台灣野花365天秋冬篇』、『自然老師沒教的事』、『爸媽必修的100堂自然課』、『菜市場水果圖鑑』、『菜市場蔬菜圖鑑』（以上均由天下文化出版）。

林麗琪

每天持之以恆的山林散步，以繪畫仔細描繪自然，將巧遇的花草、昆蟲以及生活裡的蔬菜水果一一入畫。曾為郵政總局繪製香花郵票、玫瑰花明信片，曾獲小太陽最佳插畫獎。著有『林麗琪的秘密花園』、『我的自然調色盤』、『媽媽的廚房菜』（以上由天下文化出版）、『花送幸福』（上旗文化出版），插畫作品有『植物Q&A』、『菜市場蔬菜圖鑑』（以上由天下文化出版）、『賞葉』（商周文化）、『我的春夏秋冬』（和英文化）。

目录: 本書目錄

作者序 遇見蔬菜的美味

前言 多樣的蔬菜天堂

Chapter 1 全年蔬菜圖鑑

菠菜

小白菜

空心菜

高麗菜

芥藍菜

落葵

葉萵苣

韭菜  
甜椒  
辣椒  
玉米  
小黃瓜  
冬瓜  
茄子  
苣荬菜  
四季豆  
豆芽  
蔥  
薑

九層塔  
大蒜  
菇類

## Chapter 2 春季蔬菜圖鑑

紅鳳菜  
韭菜花  
昭和草  
菜豆  
桂竹筍  
箭竹筍  
山蘇  
紫蘇  
山芹菜  
毛豆

## Chapter 3 夏季蔬菜圖鑑

蓮子  
蘆筍  
綠竹筍  
麻竹筍  
茭白筍  
苕苔  
莧菜  
龍鬚菜  
地瓜葉  
川七  
角菜  
黃秋葵  
大黃瓜  
扁蒲  
絲瓜  
苦瓜  
破布子

## Chapter 4 秋季蔬菜圖鑑

蓮藕  
地瓜  
南瓜  
夏南瓜  
金針  
菱角  
芋頭

## Chapter 5 冬季蔬菜圖鑑

蘿蔔

櫻桃蘿蔔  
胡蘿蔔  
洋蔥  
珠蔥  
球莖甘藍  
嫩莖萵苣  
結球萵苣  
大陸妹  
馬鈴薯  
山藥  
冬筍  
蚵白菜  
油菜  
青江菜  
芥菜  
大白菜  
芹菜  
茼蒿  
裂葉萵蒿  
青花菜  
花椰菜  
娃娃菜  
豌豆  
牛蒡  
慈姑  
芋薺  
山葵  
附錄一：台灣蔬菜的身世與源起  
附錄二：蔬菜營養一覽表  
附錄三：蔬菜的保存與處理  
附錄四：自家栽培蔬菜樂無窮  
附錄五：吃當季，吃在地  
蔬菜學名索引  
蔬菜英名索引  
蔬菜中名索引  
參考書目  
• • • • • (收起)

[菜市场蔬菜图鉴\\_ 下载链接1](#)

标签

烹饪

素食

无

评论

蔡市场三部曲里最弱的一本,林丽琪的蔬菜画不够准确写实,鲜艳有余.

-----  
不够学术 也不够生动

-----  
[菜市场蔬菜图鉴\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[菜市场蔬菜图鉴\\_下载链接1](#)