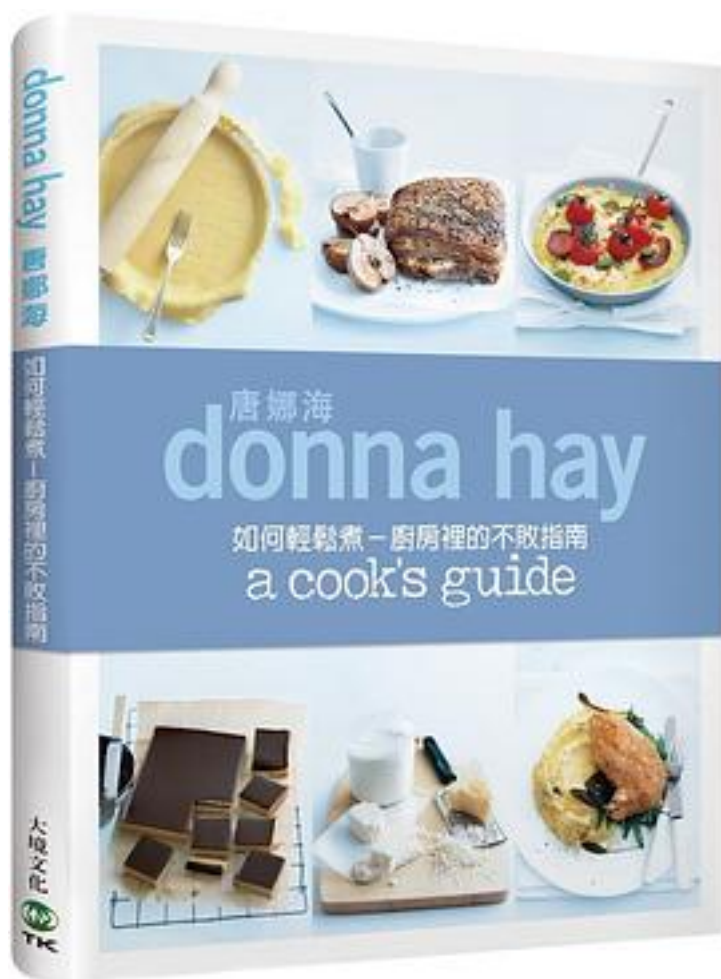


# 食譜女王唐娜海: 如何輕鬆煮: 廚房裡的不敗指南



[食譜女王唐娜海: 如何輕鬆煮: 廚房裡的不敗指南\\_下载链接1](#)

著者:唐娜海 Donna Hay

出版者:大境文化事業有限公司

出版时间:2014-8-15

装帧:平装

isbn:9789869094702

全球熱賣82個國家、400萬本

榮獲國際美食獎評選為頂尖7大食譜作者之一

食譜女王—唐娜海 Donna Hay第一本中文著作

以「Fast ,Fresh and Simple快速、新鮮又簡單」的料理方式，

讓你每天都能輕鬆煮！

Fast ,Fresh and Simple快速、新鮮又簡單

● 唐娜海的料理法：Fast ,Fresh and Simple快速、新鮮又簡單！任何煮婦煮夫都能輕鬆上手！

● 唐娜海的輕鬆煮：煮1種，就能輕鬆應用變身4道嶄新菜餚上桌。還有各種替換口味的妙招好點子！

● 唐娜海的cook' s tips小秘訣：如何縮短時間、食材的應用與替換、不失敗的精確建議，以及聰明快速的料理絕招！

● 唐娜海的tips+tricks：如何判斷熟度、完美搭配、怎麼添加風味、剩菜應用保存…教你簡單悠閒的端上美味佳餚。

如何輕鬆煮，全都在這一本！

本書收集了唐娜海donna hay十多年來，“如何輕鬆煮how to cook”專欄裡的資訊精華。這些基本食譜包括了步驟詳解，搭配圖片，是我們認為每個煮婦煮夫們都應具備的基本技能。其中包含了經典爐烤晚餐菜色、搭配烘烤點心的各式醬汁，以及歷久彌新的誘人甜點。

不論你是剛開始學習下廚，或是想要一本彙集基本菜色的工具書，本書都是你完美的廚房良伴。祝你下廚愉快！

作者介绍:

■作者簡介

唐娜海 Donna Hay

食譜女王—唐娜海 Donna Hay

● 全球熱賣400萬本、82個國家

● 2007年榮獲國際美食獎頂尖7大食譜作者“Magnificent Seven” cookbook authors by the international Gourmand Awards in January 2007

● 料理快易通Fast ,Fresh and Simple節目於17個國家播出（TLC頻道）

● 唐娜海donna hay 雜誌每期讀者超過73萬人

八歲時，唐娜海Donna Hay

跳進廚房，拿起了攪拌盆，便一無反顧。之後她進入了銷售全球的廚房實作雜誌和出版業。在那裡，她建立了獨特的風格：簡單、聰明快速，以及當季的美味食譜，搭配上漂亮的編排與精美的攝影圖片。

她對料理的信念一直是：Fast, Fresh and Simple快速、新鮮又簡單。為每個下廚者、熱愛食物的人所設計，每天、每個季節都能使用的食譜。她獨樹一幟的風格，使她成為國際知名的暢銷作家，出版了19本食譜書、發行雙月刊唐娜海donna hay雜誌、兼任週刊專欄作家、並創立一整套的餐飲用品與食品品牌，更開設位於澳洲雪梨的唐娜海donna hay專賣店。www.donnahay.com

## ■譯者簡介

胡淑華

目录: 目錄

主菜輕鬆煮 mains

roast lamb 爐烤羊肉

roast lamb with rosemary and garlic

蒜味迷迭香烤羊腿

quince-glazed lamb 榲桲蜜汁羊腿

herb-marinated lamb 香草羊腿

thyme and lemon stuffed lamb 百里香和檸檬填餡羊腿

sage and parmesan stuffed lamb 鼠尾草和帕瑪善起司填餡羊腿

roast pork 爐烤豬肉

pork crackling 脆皮烤豬肉

chilli and fennel roasted pork belly 香辣茴香籽烤五花肉

perfect steak 完美牛排

steak with chilli, lime and garlic butter 大蒜辣椒萊姆牛排

roast beef 爐烤牛肉

prosciutto-wrapped roast beef 生火腿裹烤牛肉

corned beef 鹽漬牛肉

紐約速食 三明治 new york deli sandwich

莎莎青醬佐清湯牛肉 corned beef in broth with salsa verde

corned beef pies 鹽漬牛肉酥派

corned beef hash 鹽漬牛肉洋芋餅

roast chicken 爐烤雞肉

butterfly chicken 蝴蝶剪烤雞

spice-roasted chicken 香料烤雞

chicken soup 基本雞湯

lemony chicken and rice soup 檸檬雞湯粥

creamy mushroom and chicken soup 鮮奶油蘑菇雞湯

tomato, chicken and bean soup 番茄青豆雞湯

ginger chicken soup with asian greens 薑雞湯搭配亞洲蔬菜

poaching chicken 水煮雞肉

chicken salad 雞肉沙拉

chicken, egg and lettuce salad 雞肉水煮蛋沙拉

polenta 玉米糕

basic soft polenta 基本柔軟玉米糕

herbed polenta chips 香草玉米條

grilled polenta with mushrooms and ricotta 炙烤蘑菇起司玉米糕

creamed corn polenta with crispy skin chicken 奶油玉米粥佐脆皮雞

one-pan chorizo, olive and feta polenta

一鍋搞定西班牙臘腸，橄欖與菲塔起司玉米糕  
gratin焗烤  
potato gratin焗烤馬鈴薯  
filleting fish片魚  
caper and lemon butter snapper酸豆和檸檬奶油魚  
baked risotto烘烤燉飯  
basic baked risotto基本烘烤義大利燉飯  
pancetta, sweet potato and sage baked risotto義大利培根，地瓜和鼠尾草烘烤燉飯  
spinach, feta and pine nut baked risotto菠菜，菲塔起司和松子烘烤燉飯  
mixed mushroom baked risotto綜合蘑菇烘烤燉飯  
prawn, artichoke and lemon baked risotto明蝦，朝鮮薊和檸檬烘烤燉飯  
gnocchi麵疙瘩  
basic ricotta gnocchi基本瑞可塔麵疙瘩  
creamy mushroom gnocchi奶油蘑菇麵疙瘩  
baked gnocchi烘烤麵疙瘩  
prosciutto and spinach gnocchi生火腿和菠菜麵疙瘩  
herb gnocchi with basil oil香草麵疙瘩佐羅勒油  
必學基本料理essentials  
tomato sauce番茄醬汁  
fresh tomato sauce新鮮番茄醬汁  
cooked rice米飯  
couscous北非小麥粒  
roasted garlic爐烤大蒜  
onion relish洋蔥甜酸醬  
curry paste咖哩醬  
green curry paste綠咖哩醬  
gravy肉汁  
basic gravy基本肉汁  
aioli大蒜蛋黃醬  
salsa verde莎莎青醬  
terrine法式凍派  
basic country-style terrine基本鄉村風格凍派  
leek and pink peppercorn terrine蔥韭凍派  
caramelised apple and pork terrines焦糖蘋果和豬肉凍派  
chicken and pistachio terrine雞肉和開心果凍派  
veal and duck terrine小牛肉和鴨肉凍派  
chicken liver pâté雞肝抹醬  
blini小煎餅  
basic blini基本小煎餅  
carpaccio涼拌生薄片  
beef carpaccio涼拌生牛肉片  
seared beef fillet with horseradish cream 炙燒牛肉片，佐辣根奶油醬  
kingfish, chilli and fennel carpaccio紅魷生薄片，辣椒和茴香  
salmon with miso dressing 鮭魚生薄片佐味噌調味醬  
tuna with sesame and teriyaki dressing 鮪魚佐芝麻和照燒調味醬  
rice paper rolls越南春捲  
basic vegetable rolls基本蔬菜春捲  
ginger pork parcels薑汁豬肉春捲  
coconut and chilli chicken rolls 椰奶和辣椒雞肉捲  
five-spice duck rolls 五香鴨肉捲  
basil and lime beef rolls九層塔和萊姆牛肉捲  
frittata烘蛋  
three cheese frittata三種起司烘蛋  
roasted pumpkin and feta frittata爐烤南瓜和菲塔起司烘蛋

asparagus, potato and goat's cheese frittata 蘆筍、馬鈴薯和山羊奶起司烘蛋  
pea, pancetta, leek and onion frittata 豌豆、義大利培根、蔥韭和洋蔥烘蛋  
grated zucchini frittata 焗烤櫛瓜烘蛋  
flatbread 扁平麵包  
basic flatbread dough 基本扁平麵包麵團  
chilli and anchovy flatbread 辣椒和鯷魚扁平麵包  
fennel and coriander rolls 茴香芫荽小圓麵包  
garlic and rosemary flatbread 大蒜和迷迭香扁平麵包  
caramelised eschalot and goat's cheese flatbread 焦糖紅蔥和羊起司扁平麵包  
烘焙簡單學baking  
sponge cake 海綿蛋糕  
basic sponge cake 基本海綿蛋糕  
caramel and brown sugar sponge cake 焦糖黑糖海綿蛋糕  
coffee sponge cakes with mascarpone 咖啡海綿蛋糕與馬斯卡邦糖霜  
chocolate sponge kisses with strawberries 巧克力海綿蛋糕與草莓之吻  
upside-down rhubarb sponge 反轉大黃海綿蛋糕  
pound cake 磅蛋糕  
chocolate cake 巧克力蛋糕  
shortcrust pastry 甜酥塔  
basic sweet shortcrust pastry 基本甜酥皮  
frangipane and lemon tart 杏仁檸檬塔  
coconut and lemon curd tart 椰子檸檬凝乳塔  
chocolate ganache tart 巧克力甘那許塔  
mascarpone and rhubarb cinnamon tart 馬斯卡邦與大黃肉桂塔  
caramel slice 焦糖巧克力蛋糕  
vanilla cupcakes 香草杯子蛋糕  
scones 司康  
basic scones 基本司康  
chocolate swirl scone loaf 巧克力捲心司康  
raspberry and almond scone 覆盆子杏仁司康  
date and orange scones 椰棗柳橙司康  
coconut jam scones 椰子果醬司康  
choux pastry 泡芙  
basic choux pastries 基本泡芙  
raspberry ice-cream choux sandwiches 覆盆子冰淇淋夾心泡芙  
chocolate eclairs 巧克力閃電泡芙  
cinnamon-sugar puffs 肉桂糖小泡芙  
lemon cream profiteroles 檸檬鮮奶油泡芙  
blueberry muffins 藍莓馬芬  
shortbread 奶油酥餅  
brioche 布里歐許麵包  
basic brioche 基本布里歐許  
cinnamon brioche scrolls 肉桂布里歐許捲  
orange brioche muffins with lemon icing 柳橙布里歐許馬芬佐檸檬糖霜  
chocolate-swirl brioche 巧克力螺旋布里歐許  
raspberry and almond brioche tarts 覆盆子杏仁布里歐許塔  
甜點誘人享desserts  
pavlova 帕芙洛娃  
basic pavlova 基本帕芙洛娃  
almond pavlova stack 雙層杏仁帕芙洛娃  
rosewater pavlovas with blueberries 玫瑰水帕芙洛娃佐藍莓  
chocolate and raspberry pavlovas 巧克力和覆盆子帕芙洛娃  
brown sugar cupcake pavlovas 黑糖杯子帕芙洛娃  
panna cotta 義式奶酪

basic vanilla bean panna cotta基本香草義式奶酪  
passionfruit jelly panna cotta百香果凍義式奶酪  
chocolate panna cotta巧克力義式奶酪  
brown sugar panna cotta with espresso syrup黑糖義式奶酪佐濃縮咖啡糖漿  
cinnamon panna cotta with poached rhubarb肉桂義式奶酪佐糖煮大黃  
baked custard烤布丁  
classic baked vanilla custard經典香草烤布丁  
sugar and spice baked custard黑糖與香料烤布丁  
marmalade brioche baked custard柳橙果醬布里歐許烤布丁  
baked lemon rice custard烘烤檸檬米布丁  
baked chocolate custard cups巧克力布丁小盅  
lemon curd檸檬凝乳  
apple + blueberry crumble蘋果與藍莓烤麵屑  
soufflé 舒芙蕾  
basic lemon soufflé基本檸檬舒芙蕾  
chocolate soufflé巧克力舒芙蕾  
raspberry soufflé覆盆子舒芙蕾  
passionfruit soufflé百香果舒芙蕾  
orange soufflé柳橙舒芙蕾  
crème brûlée法式烤布蕾  
baked cheesecake烘烤起司蛋糕  
classic baked cheesecake經典烤起司蛋糕  
crème caramel焦糖布丁  
caramelised orange crème caramels焦糖柳橙布丁  
coffee crème caramel咖啡焦糖布丁  
whisky crème caramel威士忌焦糖布丁  
chocolate crème caramel巧克力焦糖布丁  
字詞解釋和索引glossary & index  
• • • • • [\(收起\)](#)

[食譜女王唐娜海: 如何輕鬆煮: 廚房裡的不敗指南\\_ 下载链接1](#)

## 标签

cooking

饮食

繁体

recipe

## 评论

-----  
[食譜女王唐娜海: 如何輕鬆煮: 廚房裡的不敗指南\\_下载链接1](#)

## 书评

-----  
[食譜女王唐娜海: 如何輕鬆煮: 廚房裡的不敗指南\\_下载链接1](#)