

我的时尚厨房



[我的时尚厨房_下载链接1](#)

著者:[澳]加布里埃拉·斯科利克

出版者:中信出版社

出版时间:2016-3

装帧:软精装

isbn:9787508658575

中国国家地理·图书出品，史上最洋气的下厨房指南，
可以不下厨房，但不能不懂生活。 送给爱生活的你！

这是一本有品位、有设计的下厨房指南，适合送给每一个热爱生活的人的礼物。

也是一本图形化西式菜谱，简单、有趣、实用，适合每一个处女座症候群。

不会做饭？不要紧！这里有你踏进厨房前需要知道的一切。

想要厨艺更加精进？没问题！这里绝对有你还未知的厨艺知识。

《我的时尚厨房》

全球畅销的Show Me How系列新书

引领时尚高bigger的生活方式，无论您是否真正有时间、精力、财力享受高端品质的国际化美食生活，本书都为您展示了做一个优雅西式吃货的养成路径。

※ 四千余幅简约、详尽的步骤示意图

※ 最全厨房用具选购指南

※ 饮食营养学简明指导书

※ 全面易学的国际时尚食谱书

《我的时尚厨房》是一本国际化厨房烹饪的大全，书中全面提及了有关厨房和厨艺的知识，既有五花八门的厨房技巧，也有近500种食物烹饪方法，读者只要查看描述精准的图解，依据简单可行的说明，便可以完成一道菜，烹制出色香味俱全的美味佳肴。

《我的时尚厨房》全书分为“需要”、“了解”、“准备”、“不开火的烹饪”、“煮”、“烤”、“炖”、“炒和煎炸”、“烧烤”、“烘焙”、“预制保存”、“酒水”等12个章节展开，包括468个常用的厨房技巧与烹饪食谱，通过大量设计风格的插图，表达出简明的制作步骤与厨房小常识。

作者介绍:

加布里埃拉·斯科利克

加布里埃拉·斯科利克生活工作在维也纳，是一位经验丰富的厨师、面包师,自20年前发表了第一本维也纳传统菜谱以来，已经出版了维也纳餐厅、维也纳酒吧指南、奥地利/巴伐利亚食品图书等多本美食烹饪类畅销书。

吕文静

资深美食评论人，新浪美食app资深评论人。翻译作品有《生命关怀：佛陀的厨房》、《一个人的生活禅》、《冥想，活在当下的练习》等。

目录: 需要
选择基本的烹饪设备
选择基本的烘焙设备
选择基本的电动工具和设备

厨房里的节能操作
选择厨房小帮手
选择厨具
选择刀具
餐具套装
为婴幼儿选择餐具
使用正确的玻璃杯
布置一张完美的餐桌
为餐桌选择标配的瓷器
了解
挑选应季食材
食材保鲜
了解卡路里的摄入量
选择一项活动燃烧掉卡路里
全世界都在吃什么
了解你所需要的维生素
食物的颜色
食材搭配
香辛料的运用
香草入馐
读懂椒类辣度的史高维尔指数（辣度指数）
不同的牛肉切割方法
不同的猪肉切割方法
哪些鱼类可以吃
挑选意面
咖啡速成
饮料中的咖啡因含量
使用筷子的方法
铁锅除锈
制作一支不粘手的擀面杖
如何让孩子吃蔬菜
隔水炖锅的使用
蒸锅的使用
如何用不同的语言敬酒
向全世界说“吃好喝好！”
准备
切洋葱
用热油去蒜皮
把酸黄瓜切成扇形片
切丝和切丁
剁碎香草
蔬菜切片
辣椒切末
柿子椒去皮
切香葱
制作一束混合香料
剁姜末
番茄去皮
雕一朵萝卜花
做一朵番茄花
修整洋蓟
拆石榴
牛油果取肉
杧果切丁

拆椰子
切凤梨
擦柠檬皮屑
柠檬草的料理方法
剥虾去沙线
撬牡蛎
制作鲜花冰块
冻存香草
制作意面面团
切制意大利宽面
包意式饺子
分离蛋液
制作面包面团
准备比萨面团
制作酵母面团
辫子面包的造型
制作泡芙酥皮
制作甜味起酥面团
制作咸味起酥面团
准备蛋糕面糊
制作海绵蛋糕面糊
编乡村格子派
不开火的烹饪
制作调味黄油
制作蛋黄酱
制作蛋黄酱鸡蛋
制作格莫拉塔
制作蒜香蛋黄酱
制作塔塔酱
准备牛油果酱
制作青瓜酸乳酪酱
制作意大利青酱
准备烧烤酱
制作奶酪火腿吐司
制作萨拉米三明治
制作奶酪三明治
制作寿司卷
制作寿司手卷
制作刺身玫瑰花
用青柠制作秘鲁酸橘汁腌鱼
用酱油和焦化奶油烹制三文鱼
制作甜菜黄瓜冷汤
制作西班牙番茄冷汤
制作牡丹虾黄瓜汤
制作意大利牛肉薄片配凤尾鱼汁
制作意大利番茄罗勒水牛奶酪冷盘
制作经典油醋汁
准备酪乳酱（牛奶酱）
制作柠檬油醋汁
制作酸奶调味酱
准备黑醋调味汁
制作香草调味汁
准备恺撒沙拉调味酱
制作培根、面包丁、苦苣沙拉

制作番茄沙拉
制作青菜沙拉
制作蘑菇沙拉
制作松子菠菜沙拉
制作番茄夏南瓜沙拉
制作面包沙拉
用石榴配比利时菊苣沙拉
制作蔬菜沙拉
制作火腿卷
制作意面沙拉
制作黎巴嫩塔布勒沙拉
制作鸡蛋沙拉
制作蔬菜鸡蛋沙拉
制作菜丝沙拉
制作恺撒沙拉
制作华尔道夫沙拉
准备黄油酱
准备巧克力黄油酱
准备巧克力慕斯
制作提拉米苏
准备糖霜
准备巧克力糖霜
完美平滑地给蛋糕抹上糖霜
制作巧克力薄荷叶
制作巧克力蕾丝花边
用模具做糖印花
准备水果沙拉
果昔冰棒
煮
煮鸡蛋
水波蛋
制作本尼迪克蛋
烹制夏南瓜“意面”
烹制胡萝卜“意面”
烹制玉米糊
准备玉米糊切条
煮意面
制作番茄酱汁
准备波伦亚酱汁
烹制辣番茄酱汁
制作柠檬酱汁
准备奶酪酱汁
准备白汁意面
意面搭配酱汁
熬牛肉高汤
熬小牛肉高汤
制作牛肉意面汤
制作高汤水波蛋
熬蔬菜高汤
做鱼汤
炖鸡肉高汤
制作菠菜鸡肉意面汤
烹制帕玛森奶酪汤
准备奶油南瓜汤

制作韭葱土豆汤
制作奶油西兰花汤
制作姜味胡萝卜汤
烹制辣椒红色小扁豆汤
烹制熏鱼番茄汤
制作青酱蔬菜汤
制作法式洋葱汤
料理托斯卡纳面包蔬菜汤
制作味增汤
制作豆腐味增汤
制作比目鱼味增汤
制作米粉味增汤
烹制法式杂烩
烹制意式杂烩
煮米饭
烹制藏红花肉饭
米饭配鸡肉豌豆汤
制作寿司米饭
制作意式烩饭
制作米兰烩饭
制作香槟意式烩饭
制作红酒意式烩饭
制作芦笋意式烩饭
煮土豆
煮咸味黄油土豆
煮咸味土豆
制作土豆沙拉
制作蛋黄酱土豆沙拉
制作土豆泥
制作韭葱土豆泥
用块根芹烹制土豆泥
加橄榄的土豆泥
准备荷兰酱
烹制贝尔内酱
制作贝夏梅尔白汁
制作奶酪贝夏梅尔白汁
煮中东小米饭
中东小米饭配蔬菜
中东小米饭配羊肉
中东小米饭配鸡肉串
炖咖喱小扁豆
制作泰式绿咖喱鸡肉
制作泰式红咖喱虾
烹制印度鹰嘴豆咖喱
煮芦笋
制作奶油菠菜
嫩炒四季豆
制作鼠尾草白芸豆
制作蒜香西兰花
焗菜花配奶酪贝夏梅尔酱
水煮三文鱼
煮芝麻甜豆
做热狗
准备水果酱

制作巧克力酱
准备云呢拿酱
制作焦糖酱
制作巧克力布丁
制作云呢拿布丁
制作意式奶冻
米布丁
红色水果冻
烤
烤鸡
烤填馅鸡胸
烤鸡翅
烤火鸡
烤牛肉
烤招排牛腰肉
烤羊排
锡纸包小牛肉
烤猪排
韭葱番茄烤鳕鱼
烤蔬菜盅
肉馅蔬菜盅
米饭蔬菜盅
意式烤面包配番茄
制作甜薯条
在厨房烹制抱子甘蓝
意式烘蛋
烤番茄
烤蔬菜
烤箱烤南瓜
烤箱烤菜花
制作酸甜洋葱
炖
塔吉锅炖鸡
塔吉锅炖羊肉
塔吉锅炖小牛肉
红烧牛肉
勃艮第炖牛肉
芜菁炖牛肉
制作墨西哥辣肉酱
红烧羊肩
红烧羊肩配地中海蔬菜
红烧羊排配柑橘
红烧小牛肉
法式卡酥莱什锦砂锅
意大利炖牛膝
啤酒炖羊肉
法式红酒炖鸡
烹制猪肉卷心菜卷
牛肝菌烧鸡腿肉
橄榄油烹雏鸡
日式照烧三文鱼
普罗旺斯杂烩
什锦蔬菜杂烩
炒和煎炸

煎蛋
摊蛋饼
摊火腿蛋饼
摊奶酪蛋饼
摊香草蛋饼
炒蛋
煎火腿蛋
煎法式吐司
煎甜味法式吐司
泰式炒河粉
素食炒河粉
制作西班牙海鲜饭
印尼炒饭
蔬菜炒饭
鸡肉蔬菜炒饭
煎土豆片
制作三文鱼土豆饼
炸薯条
法式薯丝
炸甜薯条
炸土豆片
炸蔬菜脆片
炸玉米片
煎牛臀肉
煎索尔斯伯里肉饼
做肉丸
做美式肉丸
做德式肉丸
做瑞典肉丸
做印度肉丸
做意大利肉丸
做墨西哥肉丸
煎饺
维也纳煎肉排
经典炸鸡
意式煎小牛肉卷
卷法式荞麦饼、松饼和可丽饼的技巧
摊荞麦饼
摊咸味松饼
摊香草荞麦饼
制作菠菜馅料
做肉馅
炸蔬菜天妇罗
炸大虾天妇罗
春菜炒豆腐
炒什蔬
炸洋蓐
姜味煎豆腐
蒜香大虾
小蟹肉蛋糕
炒鱿鱼
煎比目鱼柳配柠檬水瓜柳酱
意式炸什锦海鲜
炸苹果圈

甜甜圈
甜甜圈配酪乳
摊可丽饼
摊巧克力可丽饼
烧烤
啤酒罐烤鸡
烤羊肉串
烤多汁肋排
烤香肠
烤铁板牛扒
烤金枪鱼排
迷迭香烤猪排
烤腌渍羊排
美味扒肉饼
各种汉堡组合
雪松木板烤三文鱼
锡纸烤奶酪
锡纸烤鳟鱼
烤大虾串
意式烧烤头盘
香葱欧芹烤韭葱
烤玉米
烤土豆
锡纸烤蔬菜
烤水果串
烘焙
烤土豆
烤土豆配蘸酱
烤土豆配炒蛋
烤土豆配大虾
烤土豆配芝士酱
奶酪焗土豆
奶酪焗土豆配韭葱
千层面
穆萨卡
烤茄子配帕玛森奶酪
烤比萨
烤拿波里比萨
烤番茄水牛奶酪比萨
烤红衣主教比萨
烤洋葱橄榄比萨
烤白汁比萨
烤四种乳酪比萨
烤佛卡夏
烤面包
烤玉米面包
烤甜玉米面包
烤洛林乳蛋饼
烤菠菜乳蛋饼
烤韭葱乳蛋饼
烤蔬菜挞
焗蔬菜意面
烤奶酪松饼卷
烤牧羊人派

烤胡萝卜蛋糕
制作海绵蛋糕卷
烤大理石蛋糕
烤杏子蛋糕
烤李子蛋糕
烤樱桃蛋糕
烤奶酪蛋糕
烤柠檬挞
烤无淀粉的巧克力蛋糕
烤布朗尼
烤麦芬
烤蓝莓麦芬
烤巧克力麦芬
烤巧克力豆麦芬
烤夏南瓜麦芬
烤纸杯蛋糕
烤巧克力纸杯蛋糕
烤司康
制作巧克力泡芙
烤姜饼
烤姜饼曲奇
烤蛋白
覆盆子烤蛋白
烤肉桂卷
烤苹果奶酥派
烤梨子奶酥派
烤混合水果派
预制保存
冰镇腌黄瓜
腌制香菇
腌制番茄
制作烧烤酱
制作番茄沙司
制作英格兰泡菜
制作印度口味水果酸辣酱
制作印度杏子酸辣酱
制作印度桃子酸辣酱
制作印度李子酸辣酱
制作印度芒果酸辣酱
制作盐渍柠檬
制作柠檬冻
制作草莓果酱
制作杏酱
制作覆盆子酱
制作混合浆果酱
制作黑莓啫喱
制作红醋栗啫喱
制作葡萄啫喱
制作柠檬啫喱
烹制橙子酱
保存苹果泥
制作糖渍苹果
制作糖渍梨
制作糖渍樱桃

制作糖渍李子
酒水
香槟和配菜
灰皮诺和配菜
夏敦埃和配菜
黑皮诺和配菜
梅乐和配菜
赤霞珠和配菜
开红酒
去除酒瓶中的橡木塞残渣
如何品酒
啤酒大世界
给酒杯上糖花或盐花
制作一杯经典马提尼
制作一些花式马提尼
享用一杯自由古巴
呈现一杯完美的椰林飘香
调制草莓玛格丽塔
制作曼哈顿
制作莫吉多
享用一杯卡普丽娜
调制白俄罗斯
调制经典龙舌兰日出
调制汤姆·柯林斯
调制一杯科德角
享用一杯跨斗儿
调制尼克罗尼
享用一杯长岛冰茶
调制蓝色火焰
找一款宿醉配方
煮一壶养生茶
煮一壶女王级的好茶
用沙莫瓦煮一壶俄罗斯茶
调制泰式冰茶
摇一杯希腊沙冰
制作一杯新奥尔良冰咖啡
打一杯土耳其咖啡
制作一杯完美的意式浓咖啡
制作拉花拿铁
享用一杯爱尔兰咖啡
混合一杯水果果昔
混合一杯蔬菜果昔
果味冰激凌漂浮苏打
• • • • • ([收起](#))

[我的时尚厨房_下载链接1](#)

标签

美食

生活

饮食文化

饮食

《中国国家地理》图书系列

我想读这本书

艺术

澳大利亚

评论

(``) 有些书只要外表好看就行了，就像有些人一样。

觉得很萌

名字真的好土。资料性质，收得很全，适合有基础和已经掌握的西餐烹饪读者，在想不起来时候，可以翻阅备用。

难得一本不卖故事、不卖情怀的食谱书，但可能，它还是要面对市场的失败。平面、简洁、干净的插图风格和厨房、特别是中式厨房经验不太融洽呢。

越来越喜欢纯文字或者没有精美实物图的食谱，这本书的内容非常简单好懂，但是译者

的不用心（或者说是校对的锅）让精彩大打折扣，看了看译者的介绍再结合翻译内容，有点怀疑现在是不是随便是个人都能自称资深美食评论人了。

全部彩页，图解简洁~很美好的一本书~不过对只吃中餐的人来说实用性不大~==!

很有新意的菜谱 干货满满顺便还能扩大英语词汇量 问题是 做菜指南太过简洁 赶脚按着这个菜谱做会失败呢

我可是要成为你舌尖上恋人的厨子哇。

三星半，对于厨房小白有指南作用。然而没有实物的话，还是很难想象的。

全书信息非常详实，从食材准备到制作过程，做一餐饭需要准备的这本书都会讲解到。可爱的插画风让人轻松卸下对料理繁琐过程的抵触情绪。很棒~

性冷淡风！！！！可以像做实验一样下厨房了！

在怀柔收获的赠书，喜欢~

好看不实用(。

哈哈具有品味，插画好看，简洁明了，最后的索引很实用。是本精致又舒服的工具书。

厨房科普，很好

外国风格的，不喜欢

小花书，可是太复杂，也太西式

★★★★☆ 基本上只有簡圖的菜譜和烹飪技巧。

超级超级喜欢的，全彩页，喜欢精美的漫画风格。
包含了几百个菜谱，单词+步骤图，简洁明了，是我喜欢的实验protocol风格哈哈！
自己买了一本，又买了一本送闺蜜！厨房工具书必备！

实用度接近0

[我的时尚厨房_下载链接1](#)

书评

不会下厨的男人不是好小伙儿，不会下厨的女人不是好姑娘。
原谅我的瞠目结舌目瞪口呆，我真真真真没有见过这样的厨房书。
《我的时尚厨房》整本书二百五十页的厚度，几乎都是图、都是图、都是图。重要的是，全部是色彩、风格高度一致的小小的...

美食的魅力，也许在于选取定量食材，通过固定程序的操作，便可制造出统一的美味。
这种美食的法则经久不变，只要白垩纪没有卷土重来，只要鲫鱼拥有自己的相貌也拥有原本的味道，这种美味就会在固定的加工程序之后呈现在你的面前，它构成了日常生活的全部秩序。你不必焦...

没有一件事情比吃食再重要了，“民以食为天”。谈起吃的可以想起各种俗谚，“药补不如食补”、“每逢佳节胖三斤”……在越来越重视饮食营养与健康的今天，吃的问题越来越受到重视，恨不得一口吃尽维生素A-Z。食材的营养成分那是一个重要。而对于家庭主妇（煮夫）而言，或许更重...

西餐，其实点的不是什么菜。有时都不明白菜名，只知道“打开”了一个50元，一个是75元。感觉吃的不是菜，而是吃钱。而现在西餐店与料理店的味道，大概是海外版学生食堂的等级。所以，我对西餐并没有什么热情，但我还是想要“了解”西式的菜肴。或许我的某个归宿，就是在一个有...

人懒就要多读书，尤其是读How to do的书。以前是教人How to success，现在是教人How to relax。成功学的书主要看推荐，打够了鸡血就可以撤了，放松学的书主要看图片，攒够了YY的素材也可以退下了。我合上了书，放回了图书馆的书架，准备退下。可那些看着就美味的食谱和图片，...

毫不讳言，我是极不爱进厨房的人。不是因为不爱美食，只是太不爱繁琐、细碎、一团乱麻的感觉。所以对于各式美食菜谱，不是冷眼旁观，就是觉得不过是纸上谈兵。几张修饰过的照片，一段“若干……若干……若干……”的分量列表，真正做起来，实操性实在是很低。基于这些“偏见”...

每次翻开食谱类书籍，就会油然而生的诸如“首先你要有一个厨房/一套厨具/一堆食材……”的吐槽就不在这里重复了。本书没有“唯有爱与美食不可辜负”、“会做饭的人到哪里都活得下去”、“你饿不饿啊我做XXX给你吃”等红的不要不要的心灵鸡汤类故事作为食谱的主料抑或...

对烹饪书，我总是欲罢不能。尽管经常下厨房炒菜做饭，但是每次做完一道菜，都觉得完全可以在味道、颜色、香味等方面再有所提高。每次到饭店就餐，看到厨师做的菜端上来之后，又能够看出明显的差距所在，虽说专业和业余存在差距也正常，但对自己的厨艺要求却越来越高，这也导致...

我一直认为“烹饪”是一件可以很享受的事——前提是当你的生活情绪好的时候，你开心地去菜市场选菜，心里想着要切成什么样做成什么样；回到厨房，慢慢一步步来准备，甚至想好了用哪样餐具来盛放会体现菜品的气质、要配什么样的配菜和色彩才能更好地体现它的美，待到一味色香味...

作为下厨房的忠实拥趸，和它的缘起比较偶然。自己对厨房的爱好和下厨也与下厨房有着莫大的联系。

厨房，以前总被我视为不入之地，后来因妈妈不在家，自己不得不上网查菜谱、鼓捣东西来填报肚子。早在几年前浏览网页的过程中，很多菜谱出自“下厨房”这个APP，接..

此书由食材的性质与搭配开始讲解，如各种常见香料与何种肉类或蔬菜搭配。这样的讲解便于初入者明白食材间搭配原理，为未来举一反三的创新奠定基础。与此同时，此书也介绍了食材储存方式、营养价值等实用小知识。从食材搭配原理以及储存方式这些细节与超前期的准备工作讲起，...

非常全面的一本厨房书，光看目录就知道内容有多全面了，很实用，偶尔喜欢自己做饭，还是很有帮助的。涉及烹饪的各方面，初学者可以很快学到基础的烹饪技能，简直是技术大全。图片很多，还有非常详细的步骤展示，真是拯救烹饪小白的~

《我的时尚厨房》是由加布里埃拉·斯科利克写的一本烹饪类书籍，加布里埃拉·斯科利克生活和工作在维也纳，是一位经验丰富的厨师、面包师。在网络上并没有搜索到很多关于作者的信息，这本书是作者和插画师合作，以信息图的方式，呈现了有关厨房和厨艺的知识。其中既有五花八...

婚期将至，生子的事情也被排上了日程，比起婚前恐惧症，我似乎更担心另一样东西：太太怀孕之后我能不能照顾好。毕竟，我这几十年的人生都是个吃货，而不是个厨师。也许，是时候做出改变了吧，从这本书开始0基础起步。这是一本专治厨房小白的厨房书，光是看目录便可知道。从...

《我的时尚厨房》是一本简单实用的烹饪入门指南，内容丰富较为全面，配图也简单、精美又很有趣。无论是毫无经验的厨房新手，还是会做饭的烹饪老手，这本书都会让你很有收获。本书依照烹饪方法将内容划分为不开火的烹饪、煮、烤、炖、炒和煎炸、烧烤等等部分，在前面的几章中...

我的时尚厨房 下载链接1