

# 我是你的菜



[我是你的菜\\_下载链接1](#)

著者:赵歆宇

出版者:电子工业出版社

出版时间:2016-3-1

装帧:平装

isbn:9787121280542

赵歆宇（鬼蜀美食），本土最好用的美食APP网站浏览量第一的美食怪咖，首次将自己最受欢迎的19道菜集结成册，再加入20道重新创作的美食，以美食+水彩的形式呈现，1/2体现了鬼蜀双重的个性，在当下美食圈中享受暖男与骚男二合一的称号，深得《味

道台北》欧阳应霁老师力捧，在光怪陆离的浮躁社会，难得的好学与低调，反而深得美食爱好者们的追捧。

作者介绍:

2005年~2012年从小服装设计师做到服装设计总监的位置。2012年到北京寻求发展，开始专研美食，从家常小菜到对于吃过的美食去研究复制再到独创创新菜，发现到原来食物也可以像做设计一样，去创新去搭配各种不同的烹饪手法，而且绝对更具有艺术美感。从此开始了对于美食产生浓厚兴趣的狂热份子。北京电视台《幸福厨房》《食全食美》《快乐生活一点通》节目录制美食嘉宾  
湖北卫视《饮食养生汇》节目录制美食嘉宾  
中央人民广播电台都市之声《乐活四九城》栏目直播美食大来宾

目录: 序

自序

香草都拿来干嘛/018

非常蛋事{鸡蛋的N种可能}

蘑菇煎蛋/025

芦笋荷包蛋/028

茶叶蛋/031

蛤蜊蒸蛋/035

虎皮鸡蛋/036

只想安静地做个美男子{一人食}

日式豚骨拉面/044

咖喱猪排乌冬面/047

石锅拌饭/051

辣白菜肥牛饭/052

照烧脆皮鸡排饭/057

土豆焖饭/060

紫菜包饭/063

带你任性, 带你飞{两个人的高大上美食}

烤鸡/073

火腿芝麻菜薄饼披萨/077

香煎三文鱼/080

海鲜意大利面/085

香煎带子/089

不作, 不成{烘焙小白的下午茶小吃}

闪电泡芙/095

椰子冰淇淋/099

蓝莓小蛋糕/103

菠萝芒果沙冰/104

樱桃果酱/107

自制酸奶/110

草莓酸奶昔/112

芝士酸奶冻/119

松饼/122

挖掘机技术哪家强{简单的料理小菜}

香烤肉串/130

桂香圣女果/134

辣焖明太鱼/139

年糕火锅/143

麻辣小龙虾/147

会做菜，你家人知道吗{ 朋友聚会宴客菜}

鲍鱼红烧肉/154

蔬菜沙拉/158

辣白菜焗扇贝/161

咖喱烤鱼/163

薄荷牛排沙拉/168

西班牙海鲜饭/172

椰汁鸡片汤/176

粉炸肉/179

三杯鸡/182

不一样的风景{ 地方风味菜}

菠萝糯米饭/189

咖喱香料炒饭/190

薄荷牛肉卷/193

木瓜沙拉/194

酸辣猪肉末/199

叉烧肉/200

干炸小黄鱼/203

香茅草炸鸡翅/204

妈妈喊你回家吃饭{ 妈妈的味道}

黄金蛋炒饭/210

糖醋排骨/212

韭菜盒子/217

葱油饼/218

辣白菜/223

赵妈辣椒酱/224

后记

• • • • • ([收起](#))

[我是你的菜\\_下载链接1](#)

标签

美食

饮食

社会人文

生活品质

厨房

中国

文史政艺

微信畅读

## 评论

菜谱没那么好写的啊，大哥！装帧再好看也抵不了空洞的内容

-----  
首图。不就是个菜谱嘛

-----  
他的菜我吃过，他的生活我看过，一个美好的小孩

-----  
可能是东北人的关系，书里面的小故事还蛮能引起共鸣的，照片拍的有艺术感，同时已经被爱用不用，爱做不做，啰哩啰嗦三个词洗脑

-----  
半小时匆匆翻完，作者在豆瓣上叫鬼叔，我是找画水彩的素材找到的他的，美食照片拍的不错，菜谱写的也算用心，故事和文字平凡了些。最喜欢黄金蛋炒饭的那个故事。

-----  
书的设计很好呀(●°u°●)」

-----  
4星都是给图片的！

-----  
简单的饮食外加和自己有关的温暖的小故事。喜欢吃的人，大多简单，但也都不简单。

-----  
文字很可爱

-----  
这，，，，

-----  
大部分是中餐，虽然过程没有图，但是讲解比较简单易懂，很多都值得一试～

-----  
有点太啰嗦浪费篇幅了。照片还是拍得很精美。

-----  
看图？看字？看菜谱？还是看人？总有一样会是你的菜！

-----  
一本文艺的菜谱

-----  
看都不想看

-----  
愿意下厨的男人值得托付

-----  
[我是你的菜\\_下载链接1](#)

书评

-----

[我是你的菜 下载链接1](#)