

好好地吃一朵西蓝花



[好好地吃一朵西蓝花_下载链接1](#)

著者:乔迦

出版者:湖南文艺出版社

出版时间:2016-5-1

装帧:平装

isbn:9787540475611

好好地吃一棵春笋。

好好地吃一只螃蟹。

好好地吃一枚山核桃。

好好地吃一朵西蓝花。

每一种食物都是一种情绪。我操控不了我的胃，它代表着一种情感渴望。

曾见店里有位老人自己要了条松鼠鳜鱼要了碗白米饭，仔仔细细，吃个干干净净。这场景细想之下，真是动人。一家老店，老味儿，老手艺，陪了一个人半生。

能吃敢吃和能爱敢爱一样，都是年轻人擅长的事。等到有一天你想吃却耽于消化不了，想爱却碍于本钱太少，青春便也过去了。

一切皆是偶然，得之珍重，安享观望于当下。碰到好茶，碰到好人，碰到好事，皆是此理。

作者介绍:

乔迦：

策划人。写作者。

小说入行，尤擅随笔杂文，却最爱诗。

保持怀疑和辩证。

自主，果决，老派，对生活充满自信。

目录: 目录:

爷爷会做鱼_001

那个当初做好味道的人，却老了。

有一种热情叫作包饺子_008

每次都是爷爷奶奶说，我给你包饺子，我说不要。

甜嘴儿的灶王爷_015

有一天，人们把他送走了，却再没迎回来。

年味儿_022

我只知道，我在想过去。

吃颗汤圆年将了_032

隔着花灯，站了两个人，一阵风过，花灯晃了晃。

立春梦_040

有的人梦醒了，有的人梦成了，也有人，还在做梦。

裹在江南旧梦里的甜软_050

江南易老，爱江南的人也易老。

思酒_060

爱它过滤时的那层细纱布，爱它封坛发酵埋于光阴里。

端午_067

或许，这是对童年的一个念想。

专心吃蟹_074

低到柴米油盐酒茶花里，未尝不是美事。

外婆的清明_084

人的记忆是不可靠的。就像此刻我来回忆外婆。

全世界最幸福的去处_096
生活始终不是在别处，而是在眼下。
教我吃鹅肠的光头男生冯叉叉_107
适应饮食和适应生活是一个道理。
妈妈的冷面没有汤_116
我长到快三十岁，我仍然不知道我妈爱吃什么。
一把空心菜的好时光_121
晴姑娘爱上空心菜，是从那时候开始的。
冰激凌小姐和冰激凌先生_129
可冰激凌是有季节的。就像青春。也像爱情。
陌巷深处的一碗绿豆沙_138
已然八年，我却仍记得那个下午的欢喜。
樱桃小姐和烧仙草_145
成长是一下子爆发起来的东西。
每种食物都是一种情绪_151
我操控不了我的胃，它代表着一种情感渴望。
一撸青春岁月长_159
青春，说到底，是场不认账。
糖_164
棉花糖放到现在，依然天真。
秋日吃茶_171
好茶的另外一层意思，是应时。
恰食_178
吃食里，有人情，有味道，有感动，有热泪盈眶。
铜锅煮三江_185
吃火锅，是可以检验友谊的！
下厨房_192
爱是极其简单的一种表达，就是愿意为你花心思。
北京城最好吃的糖炒栗子_200
他们是面目模糊的陌生人。可是，你会记得。
老板，来碗热汤面_205
我想，小孩子的病与食总是联系在一起的。
煲一方岁月绵长_212
厨房也是避风港，是可安身的地方。
花吃了那女孩儿_218
玫瑰较之其他的花，贵在回香。
我们约在咖啡馆_224
咖啡馆是个可攻可守，可进可退的地方。
冬至之后，百味煮_233
这便是食物之间，相生相杀的江湖。
小陆姑娘的圣诞点心_241
它们都是再自然不过地发生过，然后路过。
冬天，你要来一杯热巧克力_247
整个店里，除了你，再没有其他客人。
腊八蒜的传说_251
林荫深处有退休的老太太在舞彩绸，我在旁边看了半天。
后记_264
年年岁岁花相似，岁岁年年人相惜。
．．．．．(收起)

[好好地吃一朵西蓝花_下载链接1](#)

标签

美食

我想读这本书

生活

随笔

想读，一定很精彩！

散文

好书，值得一读

乔迦

评论

实在不知道这么高的评价咋来的 看了开头几篇 味如嚼蜡 满篇的“我说 爷爷说 我说…” 用词重复且不精准。内容也没什么心意 讲童年话爱情 实在老套。总之就是一本不精致的书。不值一读

热爱食物的人一定热爱生活

说是美食随笔，其实主角全是人，食物只是引子。作为一个想看美食随笔的人表示这书不合格啊。而且写的也很一般，很口水，不知道为啥这么高的分。

咩，5月上市，各位可以准备读起了~~关于新书的寄语就是——一切靠口碑~~~~#就是这

么自信

#写吃是需要岁月的积淀，融合一地的风俗人文，别样的观物之眼。这本书优缺点明显，少了点准确的硬度，偏文艺用情感和故事的敷衍，喧宾夺主。吃，就尽量不讲故事。

不是很懂每篇像重点一样放大的字体那几句话是做啥用的

几度读不下去 不知为什么写吃最后都要故作姿态上升某些高度

写得特别好看，特别好吃！

关于吃饺子的那段 真的有同感 文字质朴 写的都是那些家长里短
像冬天的暖阳，温暖的，慢慢的 同时也短暂

透露出一种当代女性知识分子的沾沾自喜

每夜两篇，昨日读完，行文疏落有致，写的虽是吃食儿，人情世态才是主角儿，一些场景画面感十足，神气活泼，好看。

一个自称女权+女文青借着食物写下的年少回忆录，既没有美食也没有生活，跟标题一样的空洞乏味。看大众点评都比这本书有趣的多！

年轻人的一本美食随笔，更像是亲情的抒发，有点点无病呻吟的感觉。

东北妞写的和美食有关但不局限于美食的书，立足东北，却写出了东南西北的风味儿。

小姐姐送的，没看完。说实话，文章真不咋地，写的很空洞乏味。

这是一本我想带在身边，随时翻阅那么一两章的书。中国人爱吃，爱热闹，讲人情，人情往往通过一堆人聚在一起热热闹闹吃一顿来体现。我很得意自己也是个有乡下老家的人，能感受到作者笔下那种家的温馨。家的温情，透过胃，写进身体里，隔着千山万水，也不会忘记。

买了好几年了一直存着没读，因为标题对内容太期待了。开封之后读了几篇味同嚼蜡，太鸡肋。浪费钱，浪费纸，浪费资源。

现在写书真是太容易了

很多时候觉得作者心很硬

不像写美食的书 借美食之名抒情 吃货被骗

[好好地吃一朵西蓝花_下载链接1_](#)

书评

01. 这是一个故事。更是一篇书评。 02.
杨小桃不喜欢别人叫她杨桃，因为她特别讨厌那个叫杨桃的水果。可是她爸爸喜欢。杨爸爸有一个叫“吃个杨桃吧”的万能后缀语，堪比一枝红杏出墙来。
感冒咳嗽了，吃个杨桃吧，可以消炎； 夏天傍晚回到家，吃个杨桃吧，可以...

我与乔迦相识多年。

最初我在西安，她在长沙。那会儿我在一家杂志社做编辑，她也一样。西安有粉巷的冒菜，回民街的小炒，玫瑰镜糕，永远吃不完的冒菜和满大街肉夹馍。可我最爱的是一碟热米皮，如果配上一碗小馄饨才最妙。而长沙除了臭豆腐、糖油粑粑、没玩没了的粉面和小龙虾， ...

（注：谢谢叶老师的书评，以及当时原定书名是《好吃是种人情味儿》，愿你在这些味道里也找到熟悉的自己）

忘了是几时，乔迦告诉我：她将写一本关于吃的书。我没太当回事儿。现代人浮躁，什么东西都急急忙忙，快餐遍布在一切角落与关系中，而安安静静，吃一碗最朴素的饭，写一...

（千呼万唤，发个原书内容后记，或许对于我为什么近年来甘之如饴地长胖是个很好的解释） ps:新书初定5月初上市，感兴趣滴童鞋请多支持！！！！ 除夕。天蓝。风大。杯子里泡着百合花、红枣干、桂圆干，最出味道的是十一节后从家带回的姑姑自己晒的苹果干，也算是此刻对家中...

如果让我用一句话评价这本《好好地吃一朵西蓝花》，我更想说，这是一封给生活的真心实意的情书，包含着作者对这生活最真实的感受。很多时候我们都喜欢将生活与美食联系到一起，因为这两件事物有着最深刻的联系，生活的酸甜苦辣与食物的五味杂陈一样，都充满了无限的滋味，让...

外婆做了一辈子的饭，每当有外人来我家做客的时候我外婆都会多做几个菜，然后给客人添满满的一碗饭，让客人吃得几乎是扶墙走出我们家。想起外婆每次吃饭吃的东西，基本上都很杂，但是有一点，她总吃别人不吃的东西。当家里只有我和外公外婆三个人的时候，外婆通常都会把昨天...

我是第一次看人家写吃的，把自己看哭了。并不是馋哭了。老早以前看乔迦写文，是关于栗子的。如果你在北方待过，如果你领略过北方冬季肃杀的北风和萧瑟的街景，如果你曾经在冬季北方的街头经过糖炒栗子摊，就一定忘不了那

种带侵略性的甜味儿带给你的无限安慰，那是一种让你彻...

时间已是晚上7点半，坐在下班回家的的士上塞着耳机放空的时候，莫名的觉得此刻应该和家人一起围绕一桌吃晚饭，有时说说白天发生的事，有时又只是安静的默默吃饭，夏天的餐桌上也许会有辣椒炒肉，丝瓜汤，空心菜，清蒸鱼，饭后会一起坐在沙发上吃着冰镇西瓜，开着电视聊着天。 ...

这世间不乏漂亮女人，但不见得漂亮女人都是有情趣的。私以为，漂亮女人不见得美好，美好的是有情趣的女人。或是还算幼稚，某些时候总认为依据节气吃食且生活的女人极具情趣，乔伽或就是这样的了。人们总在念叨情趣，而情趣是什么呢？不过是凡事有分寸罢了。你想啊，一个女人懂...

日本有一家有名的拉面店，叫一兰拉面。它的特殊性在于，每人一个隔间，你可以享受一个人安静的吃一碗面，不影响别人也不受人影响。贴心之处在于，哪怕你是一个人，也不会感到尴尬。但后来回头想想，这不过是一种噱头而已，一人食既可以做成与众不同特色，也是营销的手段之一。 ...

连续加班了一个月，没日没夜地忙了一个月，终于等来了五一的小假期。窝在家里，煲剧看书是我喜欢的度假方式，毕竟去哪都是人，唯有家里不拥挤。在豆瓣比较关注的乔迦出新书了，迫不及待开始拜读，《好好吃一朵西蓝花》书名有趣极了。作为一个很小的时候就离开家求学，大...

前脚刚读完丰子恺的《缘缘堂随笔》，后脚紧跟着拆了这本书。对于丰子恺的《缘》，我是特别喜欢的，可惜那几天忙着工作，没来得及写读后感。总体评价，则是记闲事，显文人雅趣，有行云流水之画风，读来十分畅快。作为晚清民国时代的作家，丰子恺的文字功底自然是了得，且带着...

拿到书的那几天，恰逢天气闹别扭的时刻。昼夜温差大，忽冷忽热，导致整个人在吃食上都没有胃口。闲来无事翻着乔迦姐的新书，姑娘写的关于吃食的故事，让人忽略了天气的难以捉摸，也忽略了身体内燥热与冷感的交替。我属于乔迦姐书中提及到的潮汕姑娘。 大部分人对潮汕的印象大...

中国人有句古话：“民以食为天”。现在的人们总觉得，年味越来越淡了，想想，以前

的人生活水平没现在那么高，也没现在那么忙碌，逢年过节，提前购置准备食材，精心烹制一餐，大家围坐在一起，现在生活水平高了，随时可以下馆子吃顿好的，天南海北的食材，各大电商都可以...

我妈年轻的时候完全不会做饭，我爸到现在也没学会做饭。
据说，两个人刚刚结婚的时候，一起在家包了顿饺子，庆祝自己走向“独立”。结果，不知道是因为皮儿和得太软还是馅儿和得水大，起锅的时候只剩下一锅片儿汤。我妈气得坐在饭桌边儿上抹眼泪，俩人还不得不就着眼泪把片儿...

从前的我怎么也不会想到，看书这事，有一天会成为一件奢侈的事情。
所以，读完这本书，究竟利用了多少碎片时光，我也回想不起来了。
白天里琐碎的忙碌令我很浮躁，我只能在夜里两个孩子都睡着以后才能做点自己喜欢的事。喜欢吃的我，其实很少看美食书籍。但这本书里关于食...

我喜欢看人写吃，谈吃。唐鲁孙的京味，汪曾祺的知味集，张宗子的“越中清饌，无过余者”，袁枚的随园食单，宋惠莲只用一根柴火便烧的“骨脱肉化”的红烧猪头和红楼里那几段经典的菜谱，甚至近年来网上一度流行的美食文，层出不穷的烘培教程、美食博客，都欢喜找来看，尤...

[好好地吃一朵西蓝花_下载链接1](#)