

疯狂的冰箱



[疯狂的冰箱_下载链接1](#)

著者:鲍晓群

出版者:上海书店出版社

出版时间:2017-4

装帧:平装

isbn:9787545814231

《疯狂的冰箱》在星尚频道每周六晚7点开播。作为一档美食综艺脱口秀节目，邀请多位中西餐以及甜品界的著名大厨作为嘉宾，每次节目会邀请一位明星嘉宾，并将其家中冰箱原封不动地搬到节目现场，由各位大厨用冰箱中食物进行创作，料理出各种主题的美味！本书中将节目第一季、第二季、第三季中出现的创意料理进行整理设计，将私房菜谱展现给读者。同时还将有生活贴士、明星故事、节目花絮等精彩内容融入其中。

让此书集生活、娱乐于一体。

作者介绍:

鲍晓群，东方卫视常务副总监，上海星尚频道《疯狂的冰箱》总导演。《疯狂的冰箱》，作为一档美食综艺脱口秀节目，邀请多位中西餐以及甜品界的著名大厨作为嘉宾，每次节目会邀请一位明星嘉宾，并将其家中冰箱原封不动地搬到节目现场，由各位大厨用冰箱中食物进行创作，料理出各种主题的美味！

目录: 序 黄飞珏

第一季

美味催泪弹 许榕真 024
美味婚姻料理 佟晨洁母女 030
单身汪的爱心料理 臧熹 036
家庭料理大挑战 余娅母女 042
妻管严的甜蜜婚姻 潘前卫 048
精致女人的优质生活 张颖 054
极致奢华的料理 诸韵颖 060
单身男女的日常 朴宰用 孙哈娜 066
老上海的宝库 毛猛达夫妇 072
强迫症患者的福音 百克力 张杨果而 078
冰箱踢馆战 高蓓蓓 084
公主病女主播的育儿日常 司雯嘉 090
海派留学生的料理情缘 野营 096

第二季

养鸟成痴的超级奶爸 龚仁龙 104
深井冰闺蜜背后的辛酸史 杨吕 王冰皓 110
异国夫妻的麻辣秀 倪迎春夫妻 116
舞林教母的别样生活 小辰 124
跌宕起伏的滑稽人生 陈国庆 130
荧屏反派的真实柔情 张国庆 136
两个话唠的大爆料 李强 徐丹丹 142
女神对垒争霸赛 赵若虹 张芳 148
申花名宿的绿茵恩仇路 吴金贵 154
五星名嘴大话淘汰赛 译男 162
滑稽笑星的转型梦 骆文莲 陈靓 168
新闻主播的生活大公开 于飞 174
金秋食材争夺战 180

第三季

荧屏花旦的花样人生 袁鸣 188
年代戏女王的别样生活 戴娇倩 194
法制主播的吃货人生 陶淳 200
吃货老娘舅的双重人格 黄飞珏 海燕 206
相声新势力之笑傲人生 卢鑫 玉浩 212
天天兄弟吃货经 钱枫 218
荧屏主播的柔情似水 刘彦池 赵琦鑫 224
最火女团的怪萌生活 SNH48 (孙芮 钱蓓婷 莫寒) 230
贤夫奶爸的甜蜜史 陈立青 236
足球名将的人生下半场 孙吉 242
金马奖得主的闪耀人生 唐群 248
忧郁女王一辈子的心声 胡晴云 254
跨界学徒跨年狂欢夜 260

• • • • • ([收起](#))

[疯狂的冰箱_下载链接1](#)

标签

美食

电视节目

生活

料理

评论

菜式日常生活中不会做，纯粹是因为节目看这本书的，看了和看节目差不多，只是把所有的菜肴以文字形式写出来，配图也不是很详细。

厨房的神气之处是做菜的人倾注心血，吃菜的人感受心意，交织出不可磨灭的回忆。作为一档美食综艺脱口秀节目，《疯狂的冰箱》邀请多位中西餐以及甜品界的著名大厨作为常驻嘉宾，每期节目还会邀请一位明星做特殊来宾，并将其家中的冰箱原封不动地搬到节目现场，由各位大厨用冰箱中食物进行创作，料理出各种主题的美味！

适合创意型料理家，拯救黑暗料理界小当家的第一步～ahah

[疯狂的冰箱_下载链接1](#)

书评

[疯狂的冰箱_下载链接1](#)