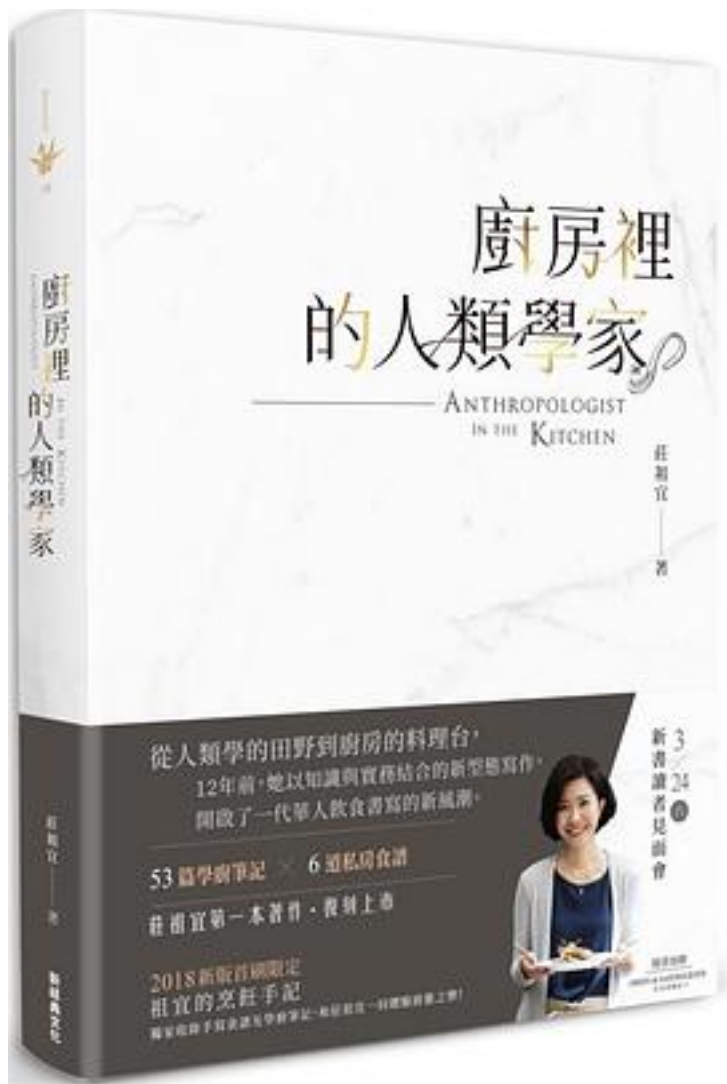


廚房裡的人類學家 (2018新版)



[廚房裡的人類學家 \(2018新版\) 下载链接1](#)

著者:莊祖宜

出版者:新經典文化

出版时间:2018-3-7

装帧:平装

isbn:9789865824969

12年前，她在廚房料理台找到人類學的廣袤田野，
從此甘心樂意「土著化」，做廚房裡快樂踏實的人類學家。

這本書，不只記錄了她的學廚初心和餐飲見聞，
更以知識與實務結合的新型態寫作，
開啟一代華人飲食書寫的新風潮。

53篇學廚筆記×6道私房食譜——莊祖宜第一本著作 復刻上市！

◎廚房，就是她的人類學田野

「想想是怎麼開始學做菜的，還真得感謝人類學。」

二十年前莊祖宜赴美攻讀人類學，求學期間發展出「做菜」這個第二專長。「做菜的樂趣就在於它看得到摸得到，聞得到吃得到，而且有付出必有回饋。」剝豆燉肉紓解了課業緊張，帶來真切的滿足感，更在博士論文苦無進展時，領她找到人生新志業，決絕放下苦讀八年的學位，縱身投入專業廚藝。

人類學者總想走進人群、深入草莽，但在學術高塔裡，田野往往成為不可及的想望。進入廚藝學校後，莊祖宜發覺：原來廚房就是她在人類學中不斷找尋的那片田野，生猛的草莽江湖！於是部落格「廚房裡的人類學家」作為田野筆記，點滴記下「小學徒」最新鮮、真實的廚房見聞。

穿上格子布廚師褲、戴上小扁帽，從第一堂的基礎蛋料理，到刀工屠宰、點心派皮，她以初生之犢的熱情，記錄廚藝學校的學廚歷程、與師長同學的互動百態，之後又以小學徒視角，記述在米其林二星餐廳Amber摘葉切菜的苦力勞動中，味覺擴張、眼界全開的新鮮經歷，並親身見證地中海式餐廳Bio的開幕到歇業，間或穿插與名廚派翠夏、麥克·瑞德的幫廚經驗，還有與湯瑪斯·凱勒、Nobu等偶像面對面的精彩時刻，筆鋒幽默真誠，又有深刻見地，讓廚藝外行人讀來趣味橫生，又得以一窺專業廚房祕辛趣聞，門道中人也能從中領略訣竅心法，藉她的經驗得到鼓舞。

◎這本書，影響了好多人！

這些部落格文章集結成書後，意外影響了無數人。「多年來我收到過無數讀者的留言，沒想到無心插柳，我的經歷成就了一本另類勵志小品，喚起了很多人那顆蠢蠢欲動，想擺脫制式人生的初心。」有些人在書中窺見不一樣的生活經歷，有些人在書中照見當年的自己，更有些人受鼓舞決心走入廚藝專業。有些人因為她變得更敢放膽作夢，還有一些人正逢人生抉擇的隘口，也從她對烹飪志業的熱情裡找到堅定的力量，和自在做自己的勇氣。

如今多年過去，從學院到專業廚房再到家庭，莊祖宜的身分幾經變換，不變的是對廚藝的熱忱，透過烹飪教學視頻、撰文分享，甚至是食譜《簡單·豐盛·美好》的出版，她一次次以行動證明做菜的快樂，以熱情領人走入廚房。與書裡那初入廚門的身影兩相對照，更應證了當初無悔的選擇，她早已甘心樂意「土著化」，成為廚房裡最快樂踏實的人類學家！

◎這本書，開啟了一代飲食書寫風潮

「我以料理新鮮人眼光記錄在劍橋廚藝學校以及後來在香港做學徒的經歷，內行人難免覺得幼稚可笑，連我自己現在看了都有點難為情。但它們畢竟反應了最真實的學習歷程，也算是見證了一代飲食書寫的草創時期。」

十年回首，《廚房裡的人類學家》記錄的不只是她學廚的原點，書中知識與實務結合的新型態寫作，也象徵一個時代飲食書寫的開端。從劍橋廚藝學校到香港米其林餐廳，她以學術的敏銳道出常人難以窺見的專業廚房大小事，筆調詼諧自在、清透明快，既把小學徒的甘苦見聞寫得有料有味，精采冒險又砥礪人心，也開啟了新一代飲食書寫的可能性，華人飲食寫作至此一脫只求美味的餐飲品評，或以食物作為記憶象徵的美文形式，從烹飪技法到風土民情皆能入題，成為與人人生活切身相關的一門顯學。

名人推薦

毛奇 | 「百工裡的人類學家」共同創辦人、「深夜女子公寓的料理習作」版主、作家

宇文正 | 作家

李取中 | 《The Affairs 週刊編集》總編輯

索艾克Soac | 電視主廚

陳志煌James | Fika Fika Café創辦人

高栞雯Liz | 「美食家的自學之路」版主

陳靜宜 | 作家

張大春 | 作家

張鐵志 | 作家

番紅花 | 作家

詹宏志 | PChome網路家庭董事長、作家

葉怡蘭 | 作家、「Yilan美食生活玩家」網站創辦人

楊馥如 | 作家

劉冠吟 | 《小日子》雜誌發行人

蔡珠兒 | 作家

盧怡安 | 作家

「她推開一扇大窗，把光線和視野引入廚房。」——作家 蔡珠兒

「慧詰、真摯、敏銳，莊祖宜揮灑自如的才華，以此為起點。」——「美食家的自學之路」版主 高栞雯Liz

作者介紹:

作者簡介

莊祖宜

師大英語系畢業，哥倫比亞大學人類學碩士。留學期間發展出做菜的第二專長，三十出

頭放棄博士學位轉行入廚，先後進入麻州劍橋廚藝學校，歷經香港星級餐廳實習，並以部落格「廚房裡的人類學家」記錄學廚生活，移居上海期間更錄製一系列烹飪教學視頻，示範做菜技巧。煙薰火燎之餘勤寫作分享餐飲見聞，著有《廚房裡的人類學家》、《其實大家都想做菜》、《簡單．豐盛．美好》。婚後隨外交官夫婿四海為家，先後旅居台北、紐約、西雅圖、波士頓、香港、上海、華府、雅加達，再到目前的成都。育有兩子述海、述亞。隨遇而安的性格孕育獨特飲食見解，以飽覽群書，吃遍四方，並認真思考一切與飲食有關的課題為人生志業。

「廚房裡的人類學家」系列烹飪教學視頻請見個人網站：www.chuangtzui.com

目录: 新版序

Intro. 從學院到廚房

Part I. 投筆從刀，廚藝學校新生活

- 第一堂課
- 派皮大有學問
- 乾洗店裡學烹飪
- 刀工訓練
- 食雞的文明
- 烈酒一定要喝完
- 屠宰課
- 餅乾的意義
- 麵包瘋子
- * 吉姆．拉赫的免揉麵包
- 三星初體驗
- 廚房裡的派對
- 道地義大利
- 高貴的橢圓形
- 一碗清湯
- 廚房裡流行什麼？
- 名廚的教誨
- 中菜速成班
- 鴨子與小老鼠
- 畢業考
- * 漸層菠菜糕

· 小廚師戴高帽

Part II. 從零開始，餐廳實習大不易

- 新手找工作
- 從基層做起
- 遇見Nobu
- 開工了！
- 完美的代價
- 我的五星級零嘴
- 白松露饗宴
- 前進馬來西亞
- 豪氣女大廚
- 進入熱廚
- 粗話訓練班
- 神鬼交鋒
- 大廚的養成
- 心血換來的晚餐
- Beo有機廚房
- 哈台幫廚師
- 開餐廳不容易！

- . 員工餐
- . 點心師傅
- . 好景不長
- Part III. 這樣吃那樣想，飲食雜聞趣談
- . 海上廚房遊
- . 婆婆的營養主義
- . 愛莉絲的美味革命
- . 廚房裡的貝多芬
- . Fusion何去何從？
- . 米其林標準
- . 憑感覺做菜
- . 細火慢燉
- * Braising的基本步驟
- . 醬料見真章
- . 鑄鐵鍋
- * 鑄鐵鍋保養
- . Zest
- * 橙皮辣椒粉
- . Confit
- * 油封鴨腿
- . 川味
- * 家常紅油
- * 我家的擔擔麵
- (收起)

[廚房裡的人類學家 \(2018新版\) 下载链接1](#)

标签

食

食譜

食物

生活

廚藝

廚房

廚師

台湾

评论

终于读完了庄相宜的《厨房里的人类学家》，「重点是不管做什么跟吃有关的事情，都有一种活着真好的感觉。」准备去读《food and cooking》了，2年前看的时候不懂，觉得无趣，现在想起来，是因为我那时候不觉得食物美好吧。

对厨师、美食、餐厅又多了一点了解！

有点害怕，我已经开始看厨艺学校了

inspiring

食谱看不下去，就喜欢看这种。生活、做菜、工作、电影…

果然这种休闲小品我就可以读得很快

[厨房裡的人類學家 \(2018新版\) 下载链接1](#)

书评

[廚房裡的人類學家 \(2018新版\) 下载链接1](#)