

# 百吃不厭家常菜



[百吃不厭家常菜 下载链接1](#)

著者:濱內千波

出版者:楓書坊文化出版社

出版时间:2008-6

装帧:平裝

isbn:9789866681486

如何讓烹飪更有趣，食材口感迷人作法更簡單呢？讓您輕鬆學會美味食材的必殺技。  
任何人在初學烹飪時，都會一再地經歷失敗。但是，請不要害怕失敗，繼續保持對烹飪

的興趣，不斷地動手嘗試，鑽研過程中的每一步驟，慢慢地，當你在看有關料理的書籍或電視節目時，就會不經意地脫口說出「沒什麼嘛！」這句話。

只要你時常在腦海中思考著「為什麼？」那麼你就一定能夠做出令人垂涎的美味料理。

料理有著「前後因果」的法則，每個人後來都一定能夠迅速地懂得「原來如此」。如果各位在做料理時遇到了瓶頸，或著想不出來「該用什麼？」時，這本書可以協助你解決疑問。同時也教給您一些讓菜餚更美味的撇步如蔬菜的挑選方法、食材的保存方法、調出美味的調味醬，以及善用食材的訣竅。

大家都知道烹飪是很耗時費力的。

在書中詳細介紹各種肉類、海鮮、蔬菜、加工品等食材的烹飪方法如煎、烤、熱炒、油炸、燉煮、蒸悶、涼拌等，只要有一道菜是稍微下了點工夫的，那就會是讓掌廚者和享用者都覺得非常完美的「佳餚」。

就像我家一樣，餐桌雖然小，但只要能吃到用心製作的料理，家人自然而然就會覺得好幸福。請大家也一定要透過這本書一起享受幸福的滋味！

作者介绍:

濱內千波 Hamauchi Chinami

1955年出生於德島。有過OL經歷，隨後進入岡松料理研究所。以『料理可以讓人不斷築夢』為座右銘，在中東野主持名為「Family Cooking Studio」的料理教室。目前在電視頻道、料理演講會，以及雜誌、書籍的執筆活動中都很活躍。其極具獨特性與創造性的料理方法長期以來一直備受矚目。本身還有減重約40kg的成功經驗，強調使用最少的油製作以蔬菜為主的料理，成為許多女性的仰慕者。

目录:

[百吃不厭家常菜\\_下载链接1](#)

标签

食物

日本

饮食

Cooking

美食

生活

吃

恶补做饭

评论

[百吃不厭家常菜 下载链接1](#)

书评

[百吃不厭家常菜 下载链接1](#)