

食物與廚藝



[食物與廚藝_下载链接1](#)

著者:哈洛德·馬基 Harold McGee

出版者:大家出版社

出版时间:2010-3-15

装帧:平装

isbn:9789868597921

你知道嗎……

泡芙的法文為何是「甘藍菜」？又為何被稱為「修女的屁」？

美乃滋和油醋醬，都是由1:3的水液與油液所組成，但成品的表現為何差異那麼大？

高海拔地區的蛋糕烘焙，和在平地的烘焙法有何不同？

為什麼嬌生慣養的葡萄藤蔓，反而產不出最好的葡萄酒？

高濃度葡萄酒和烈酒為何會有「淚珠」或「美腿」這種奇特現象？

不同於滋養人類成長的奶蛋肉魚，也不同於人類最早的蔬果穀物，麵食、醬料、甜點、飲料等等的食材與變化，展現出一項驚人事實：它們以變化萬千的姿態，呈現了人類在歷史演變中，大幅躍進的想像力和創意，不僅僅表現出大自然令人歎為觀止的轉化潛力，也意味著人類能夠根據自己的需要去塑造自然物質，這些美食已超越人類生存的必備，而是更進一步跨到為五感帶來愉悅和驚喜的另一個向度。

這些豐富而多彩的變化，是至今仍讓所有大廚與廚藝愛好者探詢不倦、津津樂道的無窮秘境，就如同人類文明的縮影，從基礎變身進階，從簡單走向繁複華麗，透過文化、歷史、地區特色的調味，變身為人類除了滿足基本生理需求之外，更具魅力的享樂泉源。

厚達千餘頁的廚房必備聖經

累積銷售量超過5,000,000本

全球大廚 沒人手上敢不拿著本書！

25年前（1984），本書於美國出版，在廚藝界投下一枚震撼彈

5年前（2004），增修了將近600頁內容，獲得世界級大廚一致推薦

去年（2008），作者榮登《時代》雜誌百大影響人物

改寫了全球廚房，催生開創性的「分子料理」與「化學廚房」

獲得讚譽：「凡張口吃東西的人，都用得上本書！」

歷經1／4世紀，無書能出其右 連《時代》雜誌亦譽為「小鉅著」

改變全球廚房的傳奇之書

25年前，哈洛德．馬基首創以科學探討烹飪，將廚藝由藝術和文化提昇至科學領域，讓《食物與廚藝》甫推出即掀起風潮，席捲並影響美、加、英、法各地，建立民眾對烹飪的新觀念，連電視節目也開始製作廚房科學的節目，不僅帶動「廚房科學」風潮，也催生現今當紅的「分子美食」！

四分之一世紀 歷久不衰

如今歷經四分之一世紀，《食物與廚藝》仍是國際三星級大廚奉為圭臬的重要寶典。再沒有哪一本書，將食材描述得如此詳盡精確、將變化講解得這麼深入淺出，並將專業的飲食科學成功轉化為大眾普遍接受和理解的廚房科學知識。人類食物的起源、構成，以及各種食材如何透過廚藝變身為誘人美食的過程，盡收於此。

導覽飲食的文明與奧秘

《食物與廚藝》是全世界美食愛好者和職業廚師的「聖經」，連結了烹飪與科學，從各色食材的化學組成，一路探究到滋味、香氣、質地、顏色和營養。從我們未曾想像過的科學之窗窺探廚房實驗室的神奇變化，透視人類歷來飲食的文明，宛如廚房中的羅賽塔石碑，完美呈現了生命延續的無窮奧秘與無邊魅力。

原書厚達近900頁，從滋養人類生存演化的奶蛋肉魚等葷食、平衡人類營養素的植物性

食物，到文明發展後的甜點醬料等美食，各種食材皆有鉅細靡遺的介紹。《食物與廚藝：麵食、醬料、甜點、飲料》是穀物、糖與酵母的三重奏：它們以變化萬千的手法，合奏出麵食、醬料、甜點和飲料等豐富的感官風貌，不僅僅表現出大自然令人歎為觀止的轉化潛力，也表現出人類在歷史中大幅躍進的想像力和創意。它們滿足了人類生存的基本需求，更跨入藝術的層次，為五感帶來高度的愉悅和驚喜。

穀物——

穀物磨成粉之後，可以變化出各種料理：麵包和麵食是最常見的主食，並且象徵著人類想像力和靈感的大幅躍進，讓穀物變化成外酥內軟的彈性團塊，或是柔順軟韌的滑溜麵條；穀物還可化為醬料，用來強化風味、凸顯主食，增加食材的深度和廣度；穀物甚至能藉著化學變化，轉變成醉人的飲品，釋放凡人喜怒哀樂的能量。

糖——

平凡的糖是一種不平凡的食物。糖帶給人純粹的感受，是一種結晶的喜悅。糖代表的甜味，本身就深受人類喜愛，而甜味搭配其他食材中的酸、鹹、苦等滋味，還可發展出更豐富多層次的味覺享受。糖的質地在加熱之後，更可延展出各色風貌，於是甜點更成了結合味覺和視覺享受之大成。

酵母——

凡是需要氣體來變化食物的，都用得上酵母：麵團經過酵母的發酵，穀物便失去原有樣貌，鼓脹成蓬鬆團塊；啤酒或香檳中的沁涼宜人的氣體，也都是酵母的功勞。酵母還會把食物中的糖分轉化成迷人的酒精，讓水果和穀物變身為清澈又有稠度的酒品。

本書目錄第十章 穀類麵糰和麵糊：麵包、蛋糕、酥皮和麵食

麵包演變沿革

麵糰、麵糊的基本構造和製品

麵包

稀麵糊食品

稠麵糊食品：麵糊麵包和蛋糕

酥皮

小甜餅

第十一章 調味醬料

歐洲的醬料發展史

醬料的科學：風味和稠度

用明膠和別種蛋白質增稠的醬料

固態醬料：明膠式凝凍和碳水化合物凝凍

用麵粉和澱粉提高稠度的醬料

用植物粒子增稠的醬料：食物漿泥

用油、水微滴增稠的醬料：乳化液

用氣泡增稠的醬料：泡沫

鹽

第十二章 糖、巧克力和甜點

糖和甜點的歷史沿革

糖的固有性質

糖和糖漿

純糖硬糖果和甜點

巧克力

第十三章 葡萄酒、啤酒和蒸餾酒

酒精的固有性質

葡萄酒

啤酒

亞洲的米釀酒精飲料：中國酒和日本清酒

蒸餾酒

醋

作者介绍:

哈洛德·馬基（Harold McGee）

2005年美國美食雜誌Bon Appétit年度美食作家

因《食物與廚藝》一書，與西藏精神領袖達賴喇嘛、美國總統歐巴馬、Apple創辦人賈伯斯、知名主持人歐普拉、音樂天團Radiohead等人共同榮登時代雜誌2008年百大影響人物

哈洛德·馬基是世界知名的食物化學和烹飪權威，先後在加州理工學院和耶魯大學攻讀物理學和英國文學。本書在美國於2004年完成二版修訂後，榮獲該年國際專業廚師學會（IACP）以及餐飲界權威James Beard Foundation評選為最佳食物類參考用書。

2005年，美國美食雜誌Bon Appétit推舉哈洛德·馬基為年度美食作家。2008年，哈洛德·馬基名列《時代雜誌》的世界百大影響人物之一。

他另外著有The World Book Encyclopedia, Nature, Food & Wine以及Fine

Cooking。目前為《紐約時報》專欄作家。
哈洛德·馬基也為《科學》期刊、《世界百科全書》、《紐約時報》撰文，在美國餐飲學院、加拿大廚師聯合會等職業專業學校授課，到美國科學促進會、丹佛自然史博物館、費米研究室等學術專業研討會演講，並常受邀至各大新聞媒體廣播節目。

目录:

[食物與廚藝 下载链接1](#)

标签

美食

饮食

料理

烹饪

食物与烹饪

工具书

工具書

食物與廚藝

评论

一个好的厨师需要涵盖食品化学、生物化学、植物学、畜养学、微生物学等知识储备，就问你还能不想当厨师了。

非常推荐的一本书，比较适合钻研食物的，放开后都不舍得合上，看不够的感觉！

仔细看完一遍累个半死啊

凡事都有因果，食物也是。就是要探其究竟。

看了会饿死~

挺有意思的。专业而有趣味。

太久没有专业领域内看到这种让我心情激动不能自已的书了 好想大哭一场
为了那么多的愤怒委屈不甘和妥协 好像回到一开始喜欢上这行的时候 梦想满血复活
感恩曾经所有的一切！

学到很多

五星都不够。真想给壹佰颗星星

好好看啊！

有一些没看懂。。。见识还是少

最佳教科书之一。

挺不错的书

学院派 还行

如何做出完美甜点的简易指南。

加入了食材和烹饪工具、烹饪方法等相关的原理讲解，更有利于在实操中发挥主观能动性，这点已超越了绝大部分的料理书，美中不足的是理论部分似乎可以讲解的更有系统性

比较受用

非常好的一本书，从现代物理化学和生物学的角度，重新注释了传统的饮食文化，奠定了分子料理的基础，对家庭日常饮食餐饮会有很大的帮助

真是一本有趣的书。让我们知道为什么酒会好喝、为什么我会喝醉，甚至为什么我要喝醉！你知道吗。。。可可、咖啡、乳酪竟然可以防止蛀牙？

历史 工艺 技术 文艺结合的佳作，适合沉稳慢热的人来看！

[食物與廚藝_下载链接1](#)

书评

一个男人要吸引一个女人至少有两种办法，第一是为她烧一桌好菜，二是在她为你烧一桌好菜时努力赞美她的厨艺并且告诉她这个配料和那个配料为什么能搭配得那么好。同样，这本书不会告诉你如何烧一道豆角烧茄子，而是告诉你为什么豆角配茄子吃起来那么美。我拿到这套书后首先看的...

这是一本可以抓住男人胃的好书，里面的介绍生动有看下去的欲望，是一本不错的食物类的书，吃货们的大爱啊~~~

西方人的酱料无非就是脂肪奶油拌出的非健康膏酱，本书中还真拿这些软烂的汁液当宝了，所谓的法式大餐大都是靠这种高脂酱料来涂抹，软绵绵的口感真它娘的恶心。而对于中式传统酱油只有不够50字带过，也太偏颇了。倒是开篇时的面食科普挺不错。

【春上春树随喜文化】 分子料理的开山之作 人类从食不果腹 到食品的工业化进程 利用大自然的恩赐 提取分子结构深加工的科学品控 并在满足人的口腹之欲上 无所不用其极 变化万千的食谱和添加剂 在极大丰富物质生活的同时 也是人类历史上 首次因营养过剩 而导致的健康问题 大于饥...

[食物與廚藝_下载链接1](#)