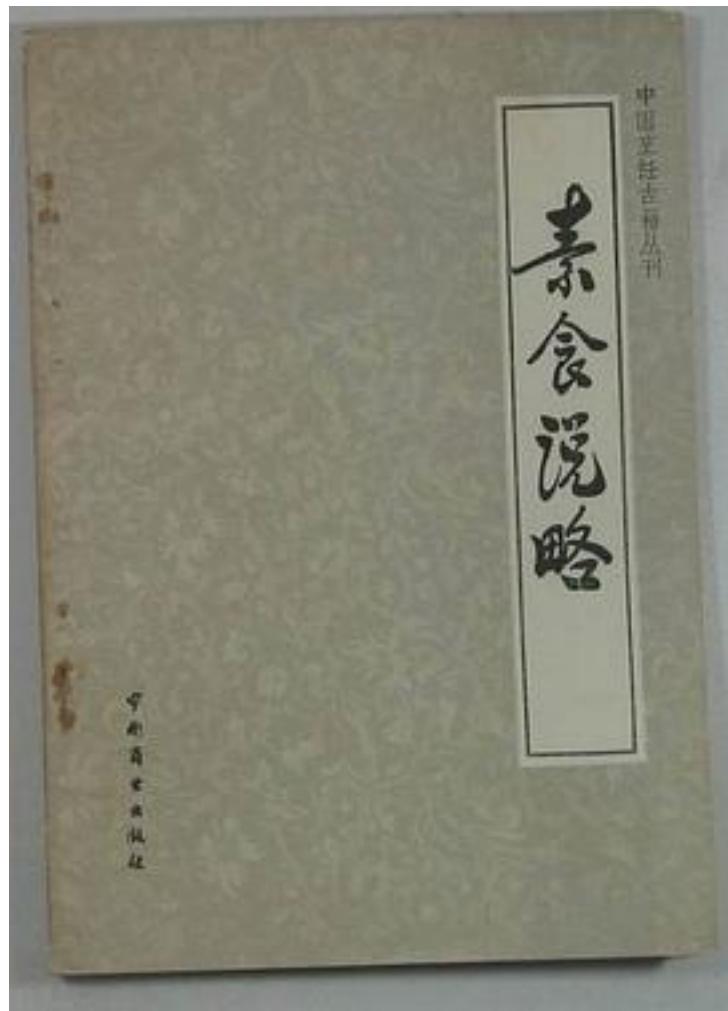


# 素食说略



[素食说略 下载链接1](#)

著者:薛宝辰 撰

出版者:中国商业出版社

出版时间:1984年10月

装帧:

isbn:

作者介绍:

目录:

[素食说略](#) [下载链接1](#)

标签

素食

饮食

生活

素材谱

美食

健康养生

中国

食谱

评论

作者为佛教徒，大谈肉食之鄙。而讲素食确为本色当行。

---

还行吧，他说只是陕西京师两地，还不算直接可以吃的果子，食材还是很丰富的。有的菜读着都流口水，有的我觉太腻了，香油用的过了。最后还植入了江苏吴蕴初天厨味精厂的广告，不知道这厂子还在否？

啧啧，肉食者鄙。

“清永” “清芬” “清腴” ，除了酱油和醋用太多，花椒和茴香用太多，煨和炸用太多，还是好看

好吧，說是“京師、陝西做法”，我就有點泄氣了。。。有不少值得借鑑之處，只是每道菜都放醬油什麼的就免了吧。。。

一看就是北方人写的，合着凡是蔬菜就“用香油炸”，要么加酱油一通焖煮，连豆芽都说要煮得越烂越好，个个菜煮得稀巴烂然后夸赞“甚腴美”，它们是造了什么孽啊……

把政治理想寄寓于菜谱！嗯，里面有个素菜高汤的做法可以借鉴下，其他的很多只说原料不提配量，让我等厨房小白情何以堪。。。

生机贵养，杀戒宜除

觉得比随园食单还能好点~

甚好。

特别赞的一本素食书，可惜和大多数烹饪古籍一样，不够细节呢，于是让我再次燃起了整理编辑古籍素食方子的兴致。古人真的比现代人懂吃喝懂时宜懂搭配懂生活，生不逢时啊。

喜素食者可读

-----  
“蔬笋自饶风味，佐颐养以清供。”说得真好 然而洗脑失败 我还是做不到素食

-----  
素食养生

-----  
素食说略 下载链接1

-----  
书评

-----  
素食说略 下载链接1