

S E A S O N S

四季的盛宴

南半球的小猫·著

92

{ 中餐 西餐 烘焙 饮品 }

用四季调味美食，用美食感触四季

S E A S O N S

四季的盛宴

南半球的小猫·著

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书的部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

四季的盛宴 / 南半球的小猫著. —北京: 电子工业出版社, 2015.10

ISBN 978-7-121-27084-0

I. ①四… II. ①南… III. ①菜谱 IV. ①TS972.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第207840号

策划编辑: 于兰 (yul@phei.com.cn)

责任编辑: 于兰

印刷: 北京盛通印刷股份有限公司

装订: 北京盛通印刷股份有限公司

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编 100036

开本: 787×1092 1/16 印张: 15.5 字数: 366千字

版次: 2015年10月第1版

印次: 2015年10月第1次印刷

定价: 59.80元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zlts@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。

目 录

春

- 花开，踏青 14
春之蔬 26
Hello，香草 46

夏

- 露营，海边 BBQ 60
轻，凉的夏 76
夏之蔬，果 92
生如夏花 130

秋

- 初秋的聚会 142
秋之蔬，果 154
坚果的故事 180

冬

- 暖食，围炉 194
冬之蔬 216
冬藏的味道 228

S E A S O N S

四季的盛宴

南半球的小猫·著

电子工业出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京·BEIJING

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com







致我亲爱的读者 | Preface

这是我的第二本书，也是和编辑老于合作的第二本书。

其实早在《水果的盛宴》之前，我心里最想做的一本书，主题就是四季。选择这个主题似乎也是一件自然而然的事情：我们的小日子，就是伴随着四季的更替……

春，夏，秋，冬，不同的季节带给我们不同的食材：春季的韭菜，夏季的莓果，秋季的板栗，冬季的萝卜，每一种食材在属于它们的季节里才是最迷人的。

不同的季节带给我们不同的感受：花红，草绿，秋叶，冬雪。春天里享受花香，夏季里贪吃冰凉，秋天里满是相聚，冬夜里暖酒言欢。

不同的季节带给我们不同的节日：新年，端午，中秋……我们可以有各种理由去庆祝，去享受。

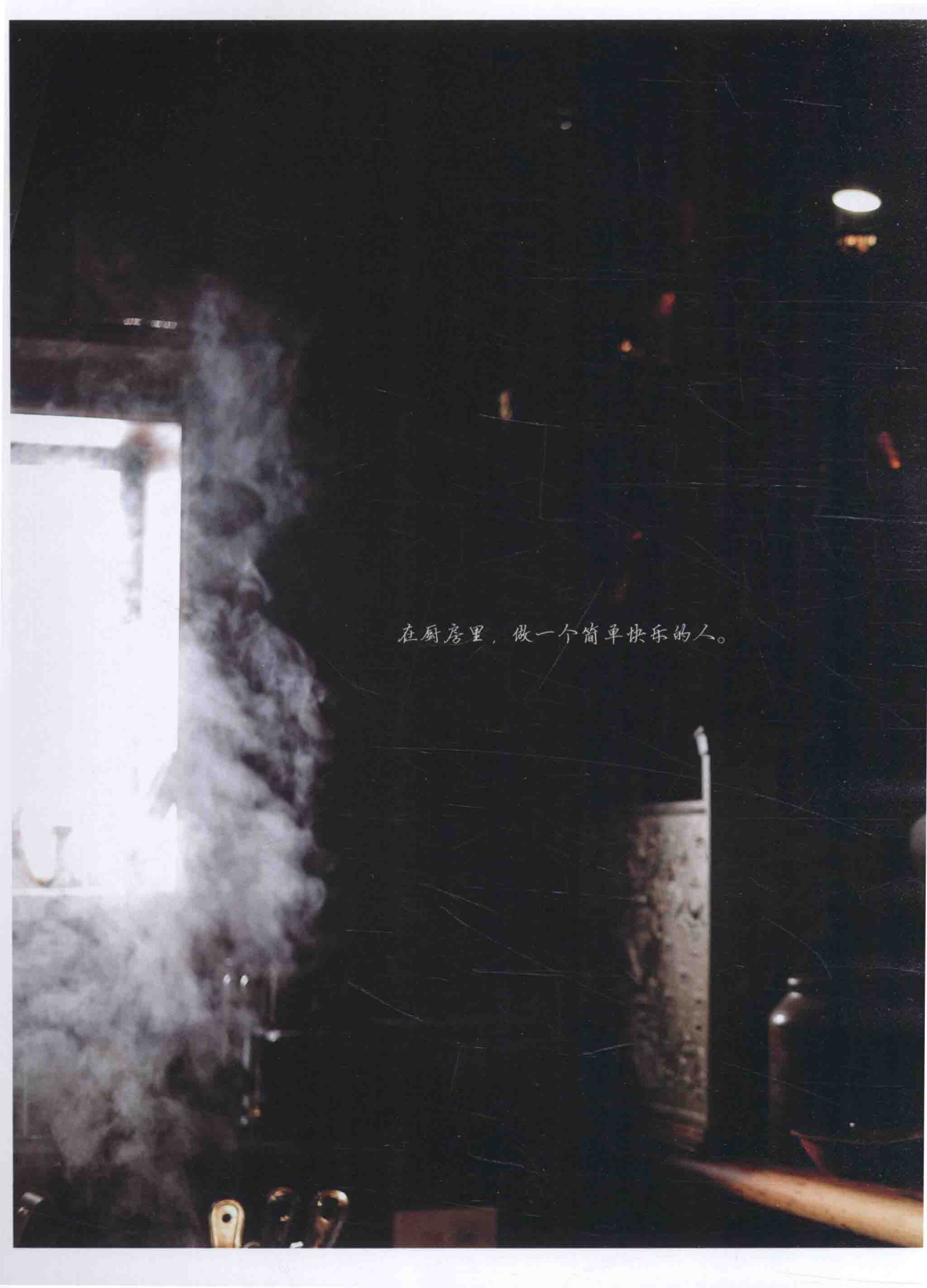
对于我来说，不同的季节还带给我不同的收获：冬天萎靡的香草，到了春天开始复苏；春天种下的豆角，到了夏天便挂满藤架；夏天播种的南瓜，到了秋天长得老大；秋天种下的萝卜，到了冬天就慢慢去挖。日复一日，年复一年，我享受这样的平静，也享受这样的满足。

但愿读到这本书的你，也能感受到这份平静与满足。但愿它，是一本就算不为做饭，随便翻翻也能让你感到舒服和放松的书；但愿它，是一本在你舒服和放松的时候，随手翻翻就能下厨为自己或者身边的人做出美味的书；但愿它，是一本被你喜欢和记住的美食生活书。

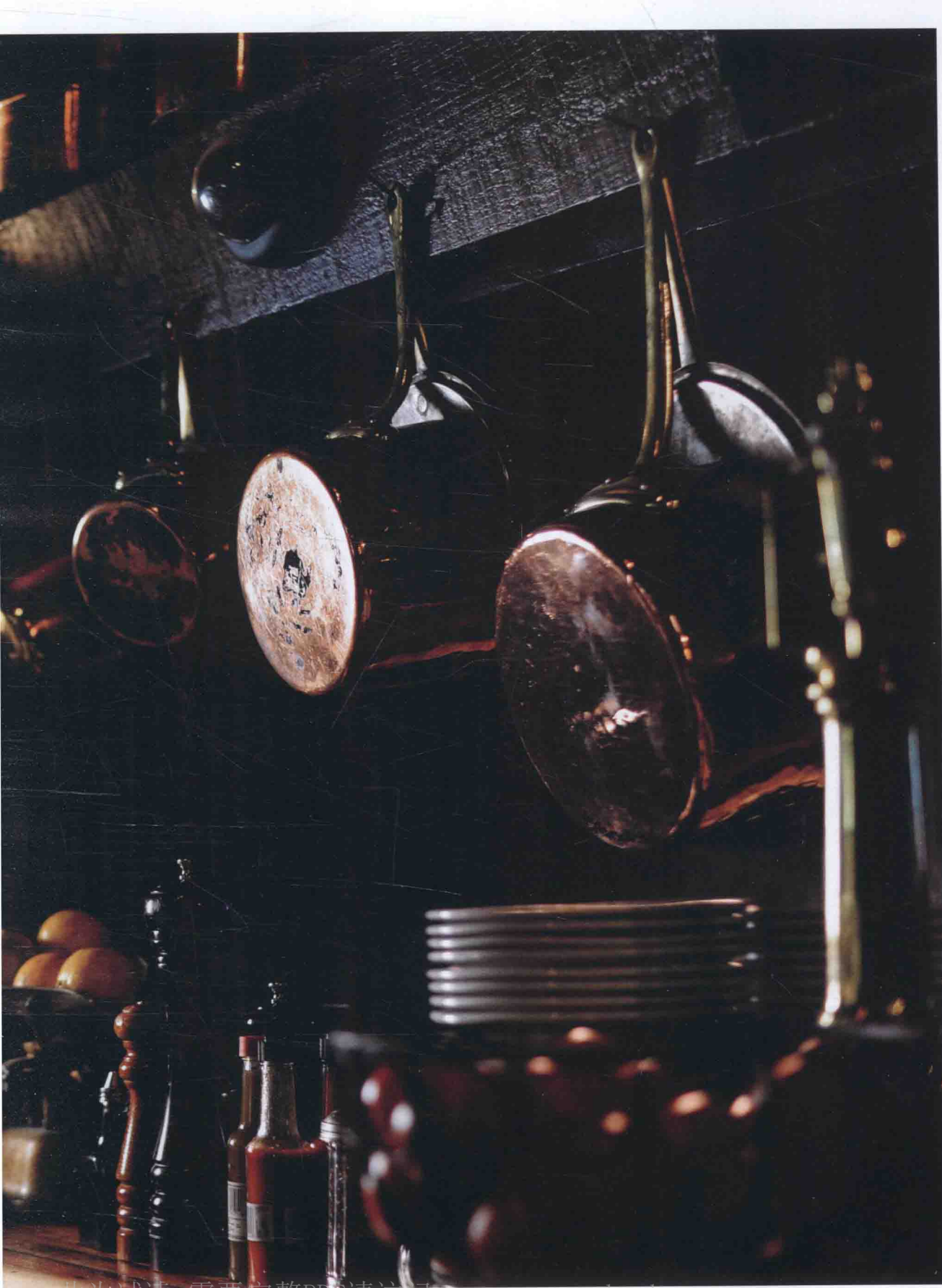


—— 四季轮转，我只要一席美味盛宴 ——

Handwritten signature or stylized text.



在厨房里，做一个简单快乐的人。





目 录

春

- 花开，踏青 14
春之蔬 26
Hello，香草 46

夏

- 露营，海边 BBQ 60
轻，凉的夏 76
夏之蔬，果 92
生如夏花 130

秋

- 初秋的聚会 142
秋之蔬，果 154
坚果的故事 180

冬

- 暖食，围炉 194
冬之蔬 216
冬藏的味道 228

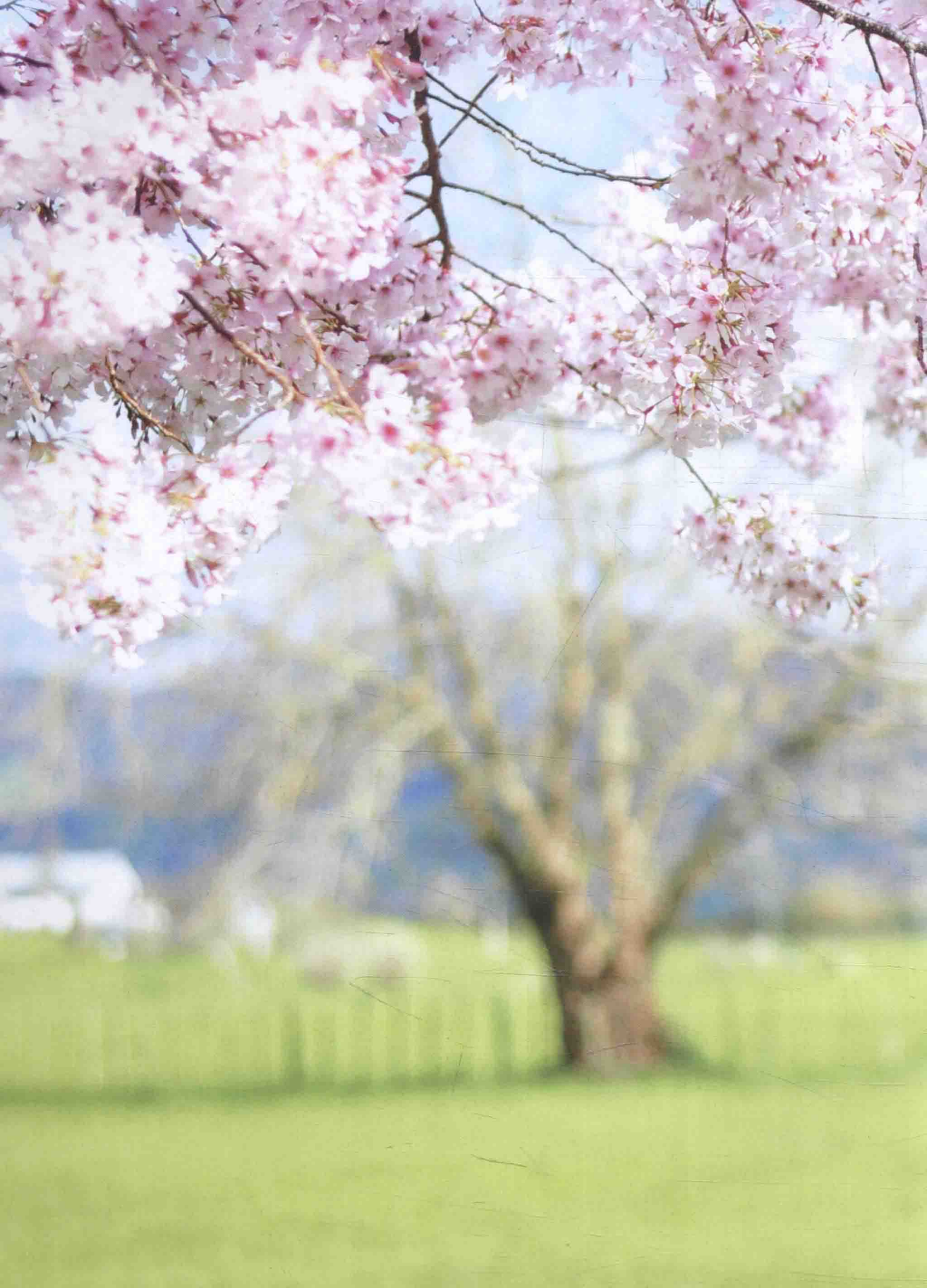


PARADISE RD ➤

KINLOCH 26km

ROUTE BURN
WALKING TRACK ➤







P A R T 1

春

— 春 风 花 草 香 —