

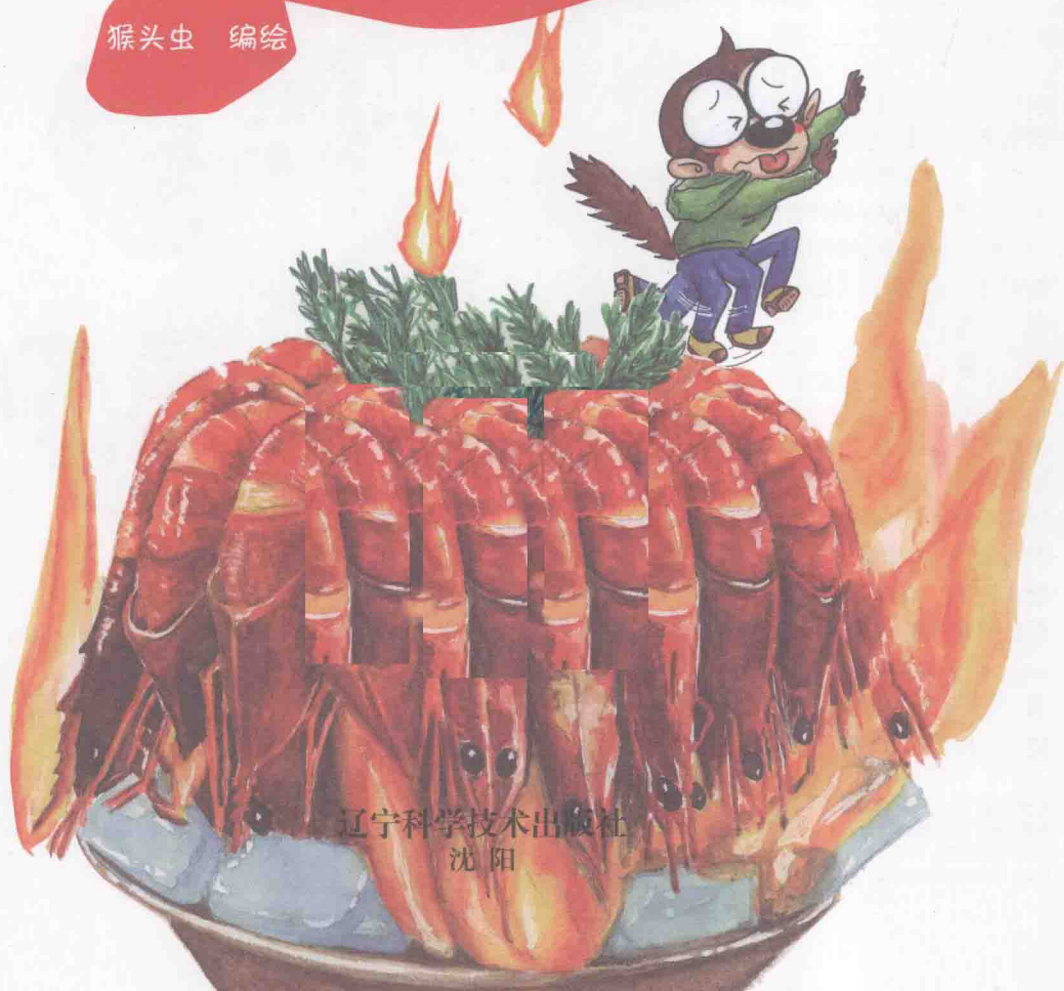
吃货 绘旅行

美食·旅行 手绘旅行日记



吃货 绘旅行

猴头虫 编绘



辽宁科学技术出版社
沈阳

图书在版编目 (CIP) 数据

吃货绘旅行 / 猴头虫编绘. — 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2015.1

ISBN 978-7-5381-8920-9

I. ①吃… II. ①猴… III. ①饮食—文化—世界—通俗读物 IV. ① TS971-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 271153 号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁一诺广告印务有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 190mm × 210mm

印 张: 7

字 数: 100 千字

印 数: 1 ~ 4000

出版时间: 2015 年 1 月第 1 版

印刷时间: 2015 年 1 月第 1 次印刷

责任编辑: 张歌燕

封面设计: 林家驹

版式设计: 林家驹

责任校对: 刘 庶

书 号: ISBN 978-7-5381-8920-9

定 价: 36.00 元

投稿热线: 024-23284354

邮购热线: 024-23284502

QQ: 59678009

http: //www.lnkj.com.cn

目录

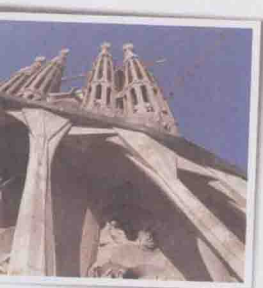
1. 工具篇

绘日记常用工具 10

绘日记就是用画画的形式记录日记。可以用各种各样的画材，把你的生活记录下来。

简单的上色技巧 16

每种画材都有独特的上色技巧，绘日记的绘制中，最重要的是画得开开心心，自由自在！可以只用一种画材，也不妨可以试试几种一起混合使用。



2. 西班牙篇

背包西班牙的N顿饭 22

在西班牙暴走的两个星期里，看了很多很多！圣家族大教堂、马德里小熊、高迪的建筑、堂吉珂德、大师的名画……可是回家后发现我的旅行日记中大多记录的都是吃……

出发前准备好利器 ——手绘单词卡！ 44

进餐厅看异国语言的菜单其实是个挺大的挑战。毕竟并不是每家餐厅都有会说英文的服务生。所以出发前最好记住一些基本单词，其中多记住些菜名，会特别有用！



3. 日本篇

闲逛日本 68

大都会东京！到处闲逛闲吃，这繁华的大都会和我想象的不太一样！吃到的“日本料理”和在国内知道的也甚是不一样！

看着照片画美味 88

从拍照开始，回家看着照片，把吃过的美味回忆并画一遍。

4.越南篇

豪吃越南

62

越南嘛，出门前一点功课都没做，啥名胜也不知道，结果……两个星期变成了豪吃越南菜自助游……

画一张手绘美食地图吧！

77

用自己吃过的东西标记一下越南！



5.国内篇

边吃边画边享受

82

猴头虫来自首都北京，KK来自东方之珠香港，两个人一起生活在国际大都会上海……结果，利用这段旅居的时间，尝遍三地的美味。

猴头虫的私家料理菜谱

大公开

115

猴头虫私密绘日记菜谱与广大读者分享，并告诉你怎样一步一步地画起来。



6.实战篇

自己动手做一篇美食绘日记吧！

122

很多时候，我们会带着很多疑问，其实，日记这样的东西，只要画得开心就好了，没有什么规矩，可以现场写生，画不完的，就拿回家继续，无所谓啦！

7.娱乐篇

吃货的娱乐项目

136

我们一起来找茬，从游戏中挖掘绘画小知识。

动手时间：剪贴画组成的立体书！

152



8.结束篇

作者问答录

164

BB猫的访问让我们对猴头虫有更多的了解。

后记

166

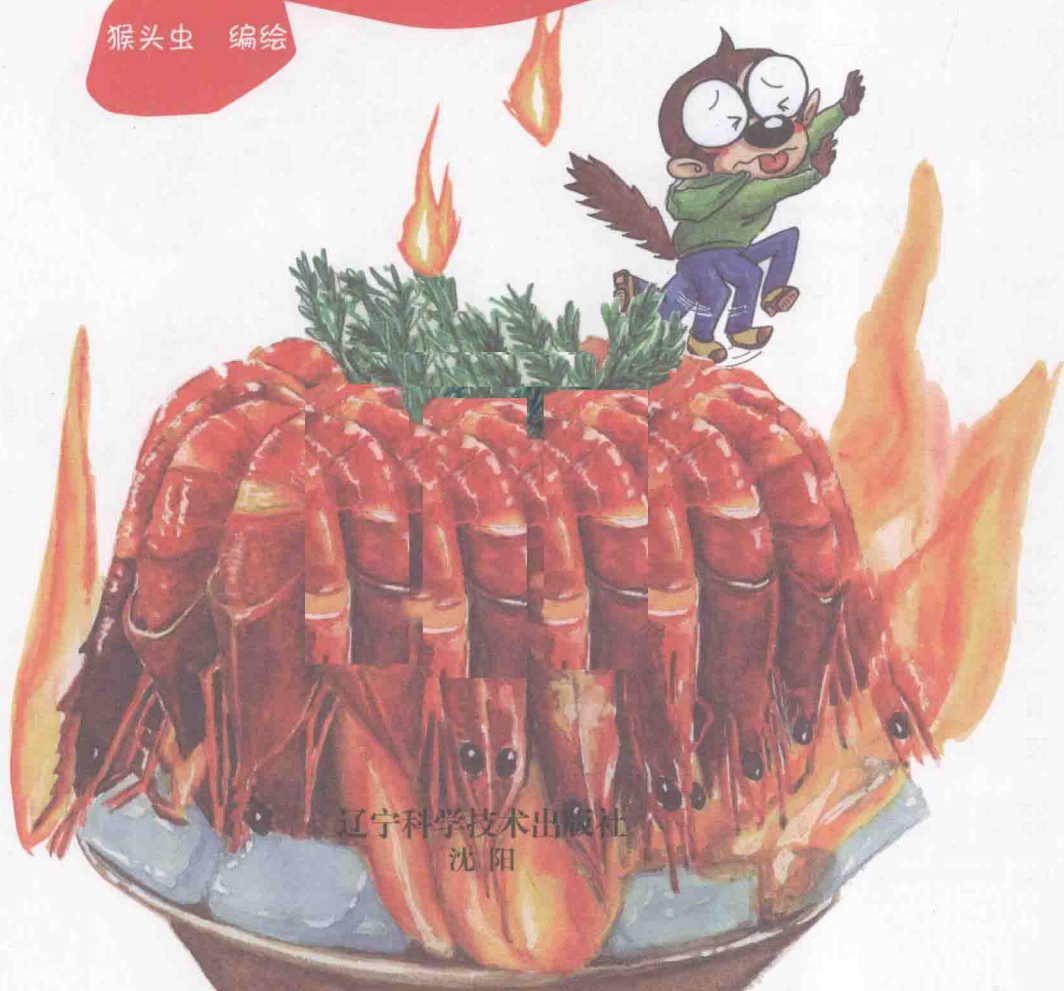
致谢

167



吃货 绘旅行

猴头虫 编绘



辽宁科学技术出版社
沈阳

图书在版编目 (CIP) 数据

吃货绘旅行 / 猴头虫编绘. — 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2015.1

ISBN 978-7-5381-8920-9

I. ①吃… II. ①猴… III. ①饮食—文化—世界—通俗读物 IV. ① TS971-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 271153 号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁一诺广告印务有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 190mm × 210mm

印 张: 7

字 数: 100 千字

印 数: 1 ~ 4000

出版时间: 2015 年 1 月第 1 版

印刷时间: 2015 年 1 月第 1 次印刷

责任编辑: 张歌燕

封面设计: 林家驹

版式设计: 林家驹

责任校对: 刘 庶

书 号: ISBN 978-7-5381-8920-9

定 价: 36.00 元

投稿热线: 024-23284354

邮购热线: 024-23284502

QQ: 59678009

http: //www.lnkj.com.cn

吃货 绘旅行

猴头虫 编绘

如何使用本书?

先了解一下本书的内容结构，
会看得更有趣，特别是旅游的
内容，会更好玩的！！

阅读顺序:

2.再读边上的
文字和图片。

1.先看绘日记

马德里的火腿博物馆

其实马德里除了小酒馆外，还有另外一番风景，那就是街头的“火腿博物馆”！

生火腿可是西班牙的国菜！不但卖相诱人，味道无敌，制作工艺也是极其耗时耗力的！



据说生猪肉要先在海盐里腌渍10天，放血洗净后放在低湿离湿的室内慢慢腌制90天，再放在室外风干晾晒1年左右才能成为一条美味的猪火腿！也就是说，每一片美味的火腿都是经过465天的孕育才成就的美味！（根据火腿种类不同，时间有差异。）



火腿博物馆的外墙，漂亮的“猪”形牌子。



24 25

9月24日 晚餐
马德里这家——**MUSEO de JAMON**
(中文的意思是：火腿博物馆!!!)



火腿博物馆常识：卖火腿芝士面包的地方只限外卖打包，不允许吃完了坐在酒吧吃。酒吧有单独提供的菜单食品——只是我们两个二货当时不知道！

藏在书角的动画——让BB猫动起来！

上学时我常常背着老师在教科书的书角上画简笔画，爱画画的你是不是也有类似的经历？
让我们重温下那课堂时的回忆吧！！

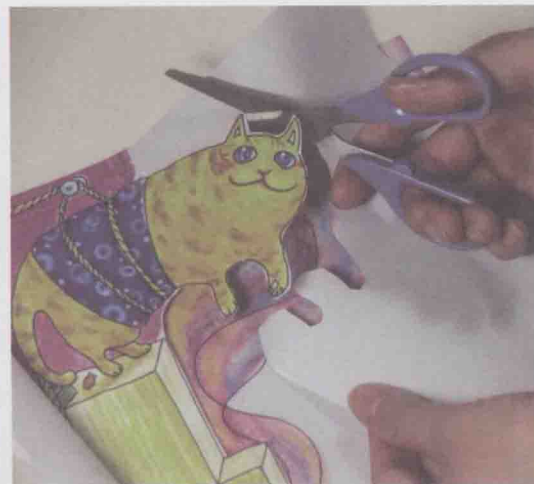


翻翻看，书角里藏着一只会动的猫！



拿起剪刀做手工

赶快翻到P152，沿着灰色边缘把书页减下来。你会发现一个意想不到的故事。





篇首语：

一张嘴，一双眼睛，一个本子，一小盒颜料，几支笔……我的旅行就这么开始了。美妙而美味的美食之旅，一个吃货视觉与味觉的盛宴。

作者的话：

就我个人而言，我不想把这本书定义为绘画技法教程，或者旅行手札、吃货日记等任何一个单纯的分类。

我只想说：拿起笔，动动手，观察你的生活、你身边的世界，享受你旅行的灿烂心情，用你的心去发现日常平凡生活中的小小美好，把它们都画下来、记录下来的同时，你会发现更深层的美好。原本美丽的会更加绚烂，原本美味的会更妙不可言！来吧，和我一起拿出笔，拿出本子，把你每时每刻的美妙心情都记录下来吧！

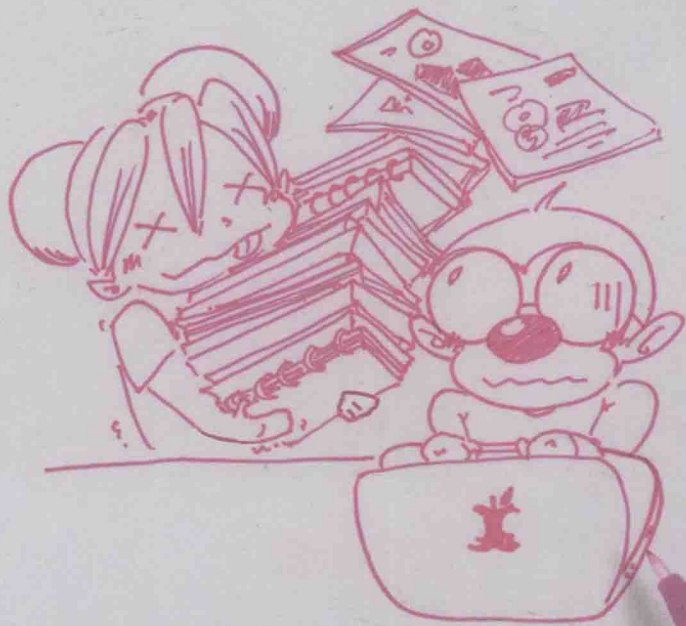


特别鸣谢：

请允许我用这一页谢谢这个人，

他就是陪我一起旅行、一起分享饕餮大餐、欣赏我每一张画的KK。

同时他也是本书的美编，帮我把各种图、照片、支离破碎的文字排版成一本可供人阅读的书的亲密战友。



目录

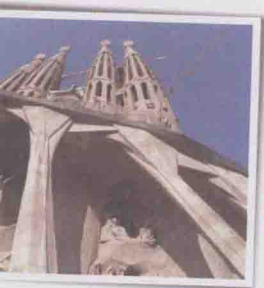
1. 工具篇

绘日记常用工具 10

绘日记就是用画画的形式记录日记。可以用各种各样的画材，把你的生活记录下来。

简单的上色技巧 16

每种画材都有独特的上色技巧，绘日记的绘制中，最重要的是画得开开心心，自由自在！可以只用一种画材，也不妨可以试试几种一起混合使用。



2. 西班牙篇

背包西班牙的N顿饭 22

在西班牙暴走的两个星期里，看了很多很多！圣家族大教堂、马德里小熊、高迪的建筑、堂吉珂德、大师的名画……可是回家后发现我的旅行日记中大多记录的都是吃……

出发前准备好利器 ——手绘单词卡！ 44

进餐厅看异国语言的菜单其实是个挺大的挑战。毕竟并不是每家餐厅都有会说英文的服务生。所以出发前最好记住一些基本单词，其中多记住些菜名，会特别有用！



3. 日本篇

闲逛日本 48

大都会东京！到处闲逛闲吃，这繁华的大都会和我想象的不太一样！吃到的“日本料理”和在国内知道的也甚是不一样！

看着照片画美味 58

从拍照开始，回家看着照片，把吃过的美味回忆并画一遍。

4.越南篇

豪吃越南

62

越南嘛，出门前一点功课都没做，啥名胜也不知道，结果……两个星期变成了豪吃越南菜自助游……

画一张手绘美食地图吧！

77

用自己吃过的东西标记一下越南！



5.国内篇

边吃边画边享受

82

猴头虫来自首都北京，KK来自东方之珠香港，两个人一起生活在国际大都会上海……结果，利用这段旅居的时间，尝遍三地的美味。

猴头虫的私家料理菜谱

大公开

115

猴头虫私密绘日记菜谱与广大读者分享，并告诉你怎样一步一步地画起来。



6.实战篇

自己动手做一篇美食绘日记吧！

122

很多时候，我们会带着很多疑问，其实，日记这样的东西，只要画得开心就好了，没有什么规矩，可以现场写生，画不完的，就带回家继续，无所谓啦！

7.娱乐篇

吃货的娱乐项目

136

我们一起来找茬，从游戏中挖掘绘画小知识。

动手时间：剪贴画组成的

立体书！

152



8.结束篇

作者问答录

164

BB猫的访问让我们对猴头虫有更多的了解。

后记

166

致谢

167





关于 绘日记:

绘日记就是用画画的形式记录日记。内容可以记录日常生活，也可以记录旅行见闻，日记其实是给自己看的，不用介意画得好不好，像不像，只要画得自己开心就可以了。

铅笔

用来打草稿和简笔画的绝佳工具。可以变换出不同的线条。



油性勾线笔

线条粗细可以根据笔上的标号选择。用于简笔画勾线，配合彩铅、纤维笔、水彩都很好用。



普通水性笔



油性勾线笔



油性墨水线条不会因为水彩上色而染花，可以轻松先画线条再涂颜色。

普通硬橡皮。



橡皮

可塑橡皮。



可塑橡皮可以随便变换形状，但擦不干净。是淡化铅笔线草稿的利器。

水彩颜料

可分为固体颜料和管装液体颜料两种。绘日记对颜料没有太高要求，根据自己的需求选择喜欢的颜色。



液体颜料调色方便。

固体颜料便于携带。

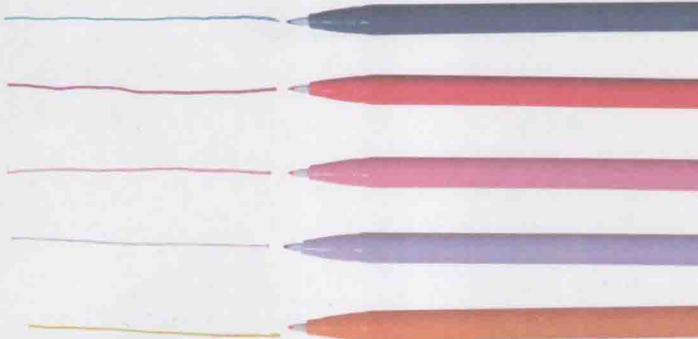
自来水笔

配合水彩颜料一起使用的水彩笔。可用于绘制水彩上色的绘日记，呢绒头耐磨损，外出写生时，可以在笔管里加水，方便携带。



纤维笔

属于马克笔的一种，纤维笔芯里是彩色水溶性墨水。线条纤细，没有粗细变化。



彩色铅笔

可分为水溶性和非水溶性两种。我自己习惯用非水溶的彩色铅笔。因为这种笔芯比较硬，易上色，线条稳定。



MOLESKIN 水彩本
价格有点小贵，但纸张不错。加很多水画画也没关系。



本子

和单张的水彩纸比起来，本子更实用。可以根据自己的绘日记内容选择不同的本子哦！



无印良品 再生纸本

这种本子其实不适合画水彩。因为再生纸太薄又不够白。但因为本子小巧轻便，作为平时放在身边的速写练习记录非常方便。

普通几块钱的速写本

虽然纸张不是专用水彩纸，但只要纸张有一定厚度，不容易掉毛，就可以做绘日记的本子。



康松的

4面封胶水彩纸

这个本子只有明信片大小，携带方便，4面封胶在加较多水的情况下仍可以让纸张保持平整。很适合画水彩，但是需要每画完一张把作品撕下来才可以画下一张。

