

李俊东/著

周敦懿·陈立真·连爱卿/食谱制作

星座派对

11

水瓶座

《1月20日~2月18日》

喜欢尝鲜百无禁忌的美食探索者

江西科学技术出版社

水瓶座

喜欢尝鲜百无禁忌的美食探索者

江西科学技术出版社

李俊东 / 著 周敦懿 · 陈立真 · 连爱卿 / 食谱设计

星座派对11

水瓶座

喜欢尝鲜百无禁忌的美食探索者

图书在版编目(CIP)数据

水瓶座/李俊东著. —南昌:江西科学技术出版社,2002.1
(星座派对)

ISBN 7 - 5390 - 2048 - 2

I.水… II.李… III.菜谱 IV.TS972.12

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第091994号

版权合同登记号 14-2002-372

国际互联网(Internet)地址:

[HTTP://WWW.NCU.EDU.CN:800/](http://www.ncu.edu.cn:800/)

水瓶座

李俊东著

出版 江西科学技术出版社
发行 南昌市新魏路17号
社址 邮编:330002 电话:(0791)8513294 8513098
印刷 深圳现代彩印有限公司
经销 各地新华书店
开本 787mm×1092mm 1/24
字数 70千字
印张 3
印数 12000册
版次 2002年1月第1版 2002年1月第1次印刷
书号 ISBN 7 - 5390 - 2048 - 2/TS8
定价 15.00元

(赣科版图书凡属印装错误,可向出版社发行部或承印厂调换)



水瓶座

喜欢尝鲜百无禁忌的美食探索者

江西科学技术出版社

李俊东 / 著 周敦懿 · 陈立真 · 连爱卿 / 食谱设计

目录

Contents

4 书名页

5 目录页

12 附录 星座500题挑战你的超级IQ

86 版权页



4 Part1 十二星座与「吃」的美味关系

关于饮食习惯与星座的两三事

6 Part2 星座饮食物语

检视水瓶座的个性、体质与饮食习惯

8 Part3 水瓶座食谱

星座专家与烹调高手的另类邂逅

正餐类 西式一：烤羊小排&薄荷酱汁／12

西式二：蟹汁螺旋面／14

中式一：百合虾仁／16

中式二：翡翠鱿鱼／17

日式一：柴鱼嫩笋／18

日式二：味噌鸡肉煮／20

南洋式一：糖醋鸡丁／21

南洋式二：泰式炒米粉／22

点心类 西式一：酸樱桃乳酪蛋糕／24

中式一：蜜渍杨桃／26

中式二：吐司花生麻糬／27

饮料类 茶饮：水果茶／28

果汁：葡萄汁／29

咖啡：漂浮摩卡／30

调酒：马颈／31

32 Part4 星座爱情飨宴

当水瓶座遇见其他星座时

- 水瓶座&白羊座：洋葱圈&番茄辣酱、东江酿豆腐／34
- 水瓶座&金牛座：盐烧赤鯮、蛤蜊丝瓜／36
- 水瓶座&双子座：奶油花椰菜汤、奶油烤田螺、麦年煎鱼／38
- 水瓶座&巨蟹座：酱爆青蟹、腐乳卷心菜苗／40
- 水瓶座&狮子座：肉卷、胡椒虾／42
- 水瓶座&处女座：豆苗虾仁、鱼香豆腐／44
- 水瓶座&天秤座：干贝鲜虾串、奶油豌豆汤／46
- 水瓶座&天蝎座：田园沙拉、海鲜锅面／48
- 水瓶座&射手座：菠菜培根塔、蜜汁烤鸡腿／50
- 水瓶座&山羊座：什锦炒饭、麻辣牛腱／52
- 水瓶座&水瓶座：大饼卷牛肉、豆酥鳕鱼／54
- 水瓶座&双鱼座：铁板海鲜、蓝带猪排／56

58 Part5 星座、饮食与人生的三角关系

不只丰富，而且是生活的乐趣

- 从正餐的吃法检视健康／60
- 点心的选择探测爱情的秘密／62
- 喝茶和事业奇妙的关系／64
- 助兴或消愁，酒中见性情／66
- 浓郁的咖啡香隐藏人生梦想／68

关于饮食习惯与星座的两三事

了解星座是一种对能量的开发，「吃」是摄取与反映本身能量的生理与心理活动。从饮食当中能进一步反映出星座的喜好。星座有「三合星座」、「四合星座」和「阳性星座与阴性星座」的分类法。就饮食方面来说，三合星座是一种吃的「能量」表现，根据黄道十二星座的排列顺序，运用火、土、风、水四种元素来区分，这种划分法称为「三合星座」，能够展现出星座的个性。

火象星座的人像火一样率性，烧到哪里野到哪里，你可以说他们急躁，但这也是热情的表现。土象星座的人就像土地一样坚硬，虽然看起来有点儿古板，但另一方面也可以说是踏实稳重。风象星座的人就像风一样来去匆匆，所以这类型的人总有善变和捉摸不定的特性。而水象星座的人如同水一样包容性强，所以情绪起伏大，也比较感性。

把「三合星座」的特点转化到吃这件事上，可以传达出星座对待饮食的态度——属于火象星座的人对食物有一吃为快的欲望，强调的是饮食过程的快感与口腹之欲的饱足。土象星座的饮食习惯则讲求功能性，注重维持生命与养生疗效，态度较为固本务实。风象星座较为理性且注重资讯，认为吃可以有更多种的尝试与可能，讲究食材的新奇与特殊。水象星座以食物和人群沟通，食物所代表的是种感情的媒介，表达环境与情绪的互动。「三合星座」中以水象星座最为讲究饮食的美味。

三合星座与「吃」的美味关系

类别	涵盖星座	美味关系
火象星座	白羊座、狮子座、射手座	对食物有一吃为快的欲望
土象星座	金牛座、处女座、山羊座	注重维持生命与养生疗效
风象星座	双子座、天秤座、水瓶座	讲究食材的新奇与特殊
水象星座	巨蟹座、天蝎座、双鱼座	表达环境与情绪的互动，最讲究饮食的美味

如果是从「四合星座」角度来作分析，则传递出对吃法与对饮食的应变能力。「四合星座」的一般区分法是——本位星座、固定星座和变动星座。

本位星座根据星盘上所出现的宫位，影响一个人对于吃的想法。一般而言，本位星座的人对吃往往极有自己的见解，自身也颇具一套个人的饮食习惯。但对吃啥也较随兴，并不会有过太深入的思考或研究。固定星座则对饮食习惯较为坚持与关心，往往有挑食倾向，对喜爱的食物爱不释口，对厌恶的饮食则敬谢不敏。变动星座对吃的想法常随著环境的移转而改变，较本位与固定星座更容易显得焦虑与紧张。然而变动星座对吃的口味较有弹性，而且适应能力较强，对食物并不会自我设限，味觉感官也较为丰富。其中以变动星座最为懂得食物美味的搭配。

四合星座与「吃」的美味关系

类别	涵盖星座	美味关系
本位星座	牧羊座、巨蟹座、天秤座、山羊座	对吃较随兴，没有太深入的思考或研究
固定星座	金牛座、狮子座、天蝎座、水瓶座	有挑食倾向，好恶分明
变动星座	双子座、处女座、射手座、双鱼座	吃的口味较有弹性，味觉感官也较为丰富

而「阳性星座与阴性星座」的区分法是：阳性星座——黄道十二星座里第一宫、第三宫、第五宫、第七宫、第九宫和第十一宫，也就是「三合星座」中的火象和风象星座。阴性星座——黄道十二星座里第二宫、第四宫、第六宫、第八宫、第十宫和第十二宫，也就是「三合星座」中的土象和水象星座。

由阳性与阴性星座可看出星座对于饮食的动力——阳性星座积极，对于吃显得较为主动且具侵略性，在宴席当中常会热切地舀汤夹菜，甚至会表现出大口饮酒、大块吃肉的潇洒豪放。阴性星座不会吃得杯盘狼藉，较含蓄保守，在宴会场合中，大多是他人已将菜肴夹至碗内，才不得不将食物吃掉，饮食较为被动。阳性星座与阴性星座中，阴性星座要靠美味才能进一步让味蕾盛开。

阳性星座、阴性星座与「吃」的美味关系

类别	涵盖星座	美味关系
阳性星座	牧羊座、双子座、狮子座、天秤座、射手座、水瓶座	对吃显得较为主动且具侵略性
阴性星座	金牛座、巨蟹座、处女座、天蝎座、山羊座、双鱼座	较含蓄保守，饮食较为被动

Part 2

星座饮食物语

检视水瓶座的个性、体质与饮食习惯

星座可略知一个人的本性，而从饮食习惯也可以反推出一个人的个性。人类从原始进化到21世纪，无论你是乡巴佬、老古板还是新世代，想要知己知彼而让爱情生活更美好，星座和饮食的结合是很值得运用的方法。透过星座与饮食，了解各种食材特性、烹调方式等，可以为我们平凡无奇的生活，创造出更多的惊喜和乐趣。

绝不模仿，我就是典范

位于黄道十二宫排名倒数第二位的水瓶座，可说是十二星座中最特别的星座了。个性古怪、我行我素，从不按牌理出牌的水瓶座最喜欢搞「创意」这种东西，「绝不模仿，我就是典范」几乎就是水瓶座的代名词。水瓶座主宰的行星为天王星，这使得水瓶座的人在团体中常能发挥一定影响力，对每个人表达出善意，但又能畅游许多领域，树立自我的个人风格。

水瓶座的正面性格是：在群体中很有求知欲，对于一些既定的观念，有勇于尝试翻新的实验精神，可说是个有头脑、不拘泥既定程序的改革派。但他们「只要我喜欢，有什么不可以」的独断做法，常会让大多数人难以接受。有时过于讲究理性而缺乏热情，也给人一种难以捉摸、自以为是负面形象。

「语不惊人死不休」的水瓶座，生气时最喜欢对别人冷嘲热讽，但又讨厌别人对他说三讲四，虽然行为举止有些疯癫，让人匪夷所思，但却能提出具有创意且影响力深远的伟大想法。如果有一天，这个世界少了这些好管闲事、重视人道精神的水瓶座，那生活与生命将是多么的无趣与乏善可陈呢！

动脑不动脚，影响血液循环

属于固定星座和风象星座的水瓶座，如果担任厨师的工作，常会想对传统菜色的既定做法来点改变。个性强而且很有自我主张的水瓶座，很能够接受新的观念和建议，因此在饮食上也显得较无禁忌，常能解放自己的味觉。但也由于对各种饮食的接受度高，这也想试试、那也想尝尝，多方尝试的结果，让水瓶座有时疲于奔命，而导致循环上的困扰。

怪点子特别多、喜欢「动脑」大过于「动身体」的水瓶座，常会因运动不足而引起一些疾病。不爱运动的水瓶座，多半都有心脏不够强健的困扰，而心脏无力连带就会影响到血液循环，最常见的就是小腿静脉曲张的问题。小腿是水瓶座支配的身体部位，循环系统是水瓶座在健康上最应注意的重点。

计划不如变化，汰旧不如换新

水瓶座的性格中带有叛逆的基因，生活中很愿意尝试各种新想法，饮食也是如此。水瓶座的脑袋里常会出现一些古灵精怪的念头，对于既定的食物，常常东想西想，看看能不能有其他变化。第十一宫影响一个人的自由度，是否能够尝试新观念，并且接受新想法。

吃对水瓶座而言，就如同一场嘴巴里的世界高峰会，永远在创新与学习中度过三餐。水瓶座的饮食态度带有「革命情结」，如果想要享受美食，水瓶座会期待是一种从未有过的味觉体验。上升星座在水瓶座的人，友善且具有人道主义，如果是和情人相约吃饭，通常都会尊重对方的意见。

水瓶座要注意循环系统问题，避免血液循环和淋巴腺等腺体不顺畅，因为这些问题很可能导致肥胖。大多数的水瓶座都有令人「刮目相看」的腿，就算水瓶座的身高够高，但在身体比例上，水瓶座仍明显「短腿」，而且腿部线条肥大。气血循环容易发生问题的水瓶座，杨桃可说是幸运的食物，《本草纲目》记载「杨桃果实能去风热，生津止渴」富含维生素A、维生素B₁、维生素B₂、维生素C和草酸氢钾的杨桃，还能治喉咙痛和声音沙哑，并具有顺气润肺和利尿的功能。

经常用脑过度的水瓶座，要避免神经系统活动频繁所产生的压力，饮食可以缓解紧张情绪，但建议水瓶座在睡前四小时就不要再进食，生活更要避免受到情绪影响。

Part 3

水瓶座食谱

星座专家与烹调高手的另类邂逅

借助星座，我们可以对「吃」展开饮食的研究与探索，也透过饮食来激发与生俱来的能量，并提升对自我的了解。饮食就像是一种「外在的我」和「内在生命」对话的形式，用吃可以来了解自己并认识对方，协助人与人之间感情的互动。我们可以看到许多会议都喜欢选择在餐桌上进行，因为通过吃吃喝喝，可以有效地稳定人们的情绪，让情感透过饮食分享而更加融洽。情人也往往藉由烛光晚餐让彼此感情更美好。

透过星座和饮食的结合，可促成彼此间情感的交流。想让生活更有看头，就从星座食谱开始学做菜，「相约」吃出感情吧！

百无禁忌的美食探险家——水瓶座

在水瓶座的心中，其实是「没有食谱」的！就算菜肴已有既定的作法，水瓶座仍希望在设计上推陈出新，所以非常适合担任餐厅的研发人员。就视觉、嗅觉和味觉上而言，水瓶座会根据记忆中的味道，重新勾勒出自己想要品尝的菜式，并且大胆接受许多原创性的菜色。在饮食上几乎百无禁忌的水瓶座，并不是很讲究菜式，如果是和情人共享美食，只要彼此对味就好。前菜是水瓶座在吃爱情大餐中最需用心的地方。对于特立独行的水瓶座来说，不想让水瓶座对这一顿饭感到无趣，就得先端出勾引水瓶座欲望的前菜，打开水瓶座的胃。

检视水瓶座的命源：水瓶座是在春季受孕，以农历的节气来说，大约是在大寒到雨水之间诞生。依据四时万物消长，水瓶座正好是处在大地将要勃发的时刻，万事万物即将有所变革的阶段，这个时刻诞生的水瓶座，为了适应环境，得要学会冷静观察四周动静，运用理性的头脑来探究事物的变迁，并且透过不断尝试来迎合变化。

正餐类

水瓶座的正餐，要能够有别于一般普通的菜色，可以是中菜西吃，或是融入一些新派的菜色，这些都会让水瓶座吃得更开心。一般来说，水瓶座吃饭并没有所谓「固定的三餐」，更别想去区分什么是「正餐」、什么又是「点心」了。水瓶座的饮食习惯是：只要想吃就吃，因此水瓶座往往对点心和零食都吃得颇为起劲。

〉西式简餐最适合水瓶座的用餐习惯

西式的菜肴有许多不常见的食材，可以让水瓶座用餐时感到新鲜有趣。平常他们不大会花一长段时间坐下来享用西式餐饮，所以如果将用餐过程简化，可以让他们吃得更尽兴。猪肉和鱼肉是水瓶座在西式料理上常选用的食材，可搭配西兰花、胡萝卜、洋葱、番茄、蘑菇、菠菜、豌豆苗、巴西里、薄荷和肉桂等蔬菜或香料，增添食物的气味。事实上水瓶座的个性不一定非吃什么不可，所以西餐的自主性很适合水瓶座。由于受到天王星的主宰，水瓶座喜欢的西式餐饮并不太需要大费周张。

〉运用各种食材变化口味才有吸引力

坚持个人主义的水瓶座，吃顿饭一定要「感觉对了」，吃起来才会有劲，否则可能会把吃饭当成是件苦差事，不是干脆不吃，就是速速解决。水瓶座以情绪好坏来决定胃口，因此维持好心情反而比菜色来得重要。如果中式菜肴过咸或口味过重，对原本循环系统就需要多多关照的水瓶座而言，并非理想的饮食。建议水瓶座的中式餐饮要多运用各种食材，变化出不同口味。人体血液酸碱值的最佳状态约在PH7.3，尿酸偏高的水瓶座需通过饮食来获取平衡，海鲜里的虾和鱿鱼等食材，利用海鲜的嚼劲搭配百合或青菜的爽脆，可以增添享用时口感的乐趣。

〉入口即化的「煮物」最令水瓶座倾心

水瓶座很喜欢炖煮、红烧之类的烹调方式，日本料理中的「煮物」(Nimono)，很能满足水瓶座的嘴。别以为「煮物」就很平凡，事实上作法可是很多样哩，像是加入盐、砂糖的「白煮」。加入酱油、砂糖和料酒，有如红烧作法的「樱煮」。用盐、酱油和砂糖来大火快煮蔬菜的「青煮」。用味淋、酱油和砂糖熬煮的「照煮」。以及光用大量砂糖长时间炖煮的方式，或是只用盐、酱油来熬煮的烹调法，也有用番茄或咖喱来当主味的。「煮物」可将肉类焖煮得质感软烂，产生入口即化的柔滑感。而像萝卜这类容易吸取汤汁的食材，也会因为这种煮法而变得风味十足。当水瓶座愉悦地享用「煮物」之余，别忘了再来盘清淡爽口的日式小菜，调和一下！

「鱼露」与「虾酱」新鲜又有趣

水瓶座的人对「吃」这件事算不上特别讲究，不过如果是同样的食材，水瓶座会选择较有特色的烹调方式。南洋美食中的两个调味精灵——「鱼露」和「虾酱」，就很能让水瓶座感到新鲜而有趣。鱼露那股甘甜的特殊鱼鲜味，还有以新鲜虾泥撒盐晒干，经过繁复手续制成的虾酱，加入菜中烹调，滋味难以言喻。可选择海鲜为食材，运用各种海鲜的不同口感组合，同时享受鱼的鲜嫩、贝类的嚼劲、虾的脆度。亦可挑选质感佳、富弹性的肉类，如鸡肉、牛肉、猪肉等。当然也可以以虾酱来炒空心菜或其他当令蔬菜，来增进菜肴的美味。简单地说，水瓶座的菜肴以尝鲜味为主。

点心类

点心对水瓶座来说，是生活中的调剂，可以让整个用餐过程变得更加有趣。传统点心或许在口感上可以满足水瓶座，如果可以在既定或惯用的模式之下，来点革新或是颠覆的滋味，这将让水瓶座感到惊奇。不按照既定规则的特制点心，符合水瓶座带有叛逆的本质，生活中水瓶座很愿意迎向各种挑战，因此，水瓶座吃点心的口味上，也是抱持著同样的冒险精神。

「最爱造型特别味道古怪的西点

酸樱桃和柠檬的果酸、巧克力苦中带甜的滋味，以及酒、蛋黄、面粉和蜂蜜等，是水瓶座钟爱的西式点心原料。酸樱桃和柠檬的维生素C含量丰富，可防止感冒。柠檬酸可以消除疲劳。水瓶座的脑中常会有些古灵精怪的念头，所以甜点愈怪，对水瓶座来说愈有吸引力！支配水瓶座的身体部位是小腿、脚踝与脊椎，因此，水瓶座要特别注意循环系统问题，避免血液循环和淋巴腺等腺体不顺畅，甜点中添加少量的酒，有助体内循环功能。水瓶座享用的西式点心，口感要多样，可制作慕思或是派饼，造型可以新颖不落俗套。

「香气与口感兼具的中点受水瓶青睐

一般水瓶座或许会认为中式点心不是酥饼就是糕点，事实上，中式点心丰富的多变性，有时可是会跌破水瓶座的眼镜！由水果煮蜜汁糖水所精制的蜜饯，保有食材的香气却增添享用的风味，是中式点心的特色。花生可以补充体内的维生素B₂，而维生素E和亚麻仁油酸可减少血液中胆固醇含量，能降低罹患动脉硬化机率。以花生所制作的中式点心，香气和口感兼具，一样可以挑起水瓶座享用的欲望。

饮料类

对水瓶座来说，饮料并不只是单纯的解渴而已！水瓶座的饮料并不特别针对功效来选用，融合许多素材所调制成分单一性的饮料，不但可丰富口感，还能带给水瓶座特殊的饮用享受，无论是「酸与甜」或「冷与热」的组合，既冲突又协调的多层次味觉，可提升水瓶座对饮料的口味追求。只要有所谓的「革命性」的新口味，水瓶座绝对会率先尝试看看喔！

〉多层次茶饮提升水瓶座喝茶的兴致

柳橙、苹果、柠檬和凤梨等水果，虽然在口感上同样都具有「酸」的滋味，「酸」的层次却富含各种不同的变化。在茶里放入各式水果丁，既可以享受蕴含茶香与果香的美丽液体，又能够将切成小丁、浸泡在茶里的各种水果拿来品尝，边喝边让水瓶座体会动手兼动口的乐趣，也提升了水瓶座喝茶的兴致。

〉微酸口味的果汁符合水瓶座的饮食习惯

由于水瓶座并不特别喜欢太甜的饮料，所以带有微酸口味的果汁才能吸引水瓶座，如葡萄、小蓝莓等。属多汁浆果的葡萄主要成分为葡萄糖和果糖，很容易被人体吸收，具有消除疲劳的功效。加上葡萄为碱性食物，含有丰富的镁，能促进肠道蠕动，并强化肝脏功能。所以与其吃葡萄把手沾染得污红，不如将葡萄打成汁，更符合水瓶座的饮食习惯。

〉甜蜜与苦涩的矛盾风格最有创意

叛逆性强、又不按牌理出牌的水瓶座，即使只是喝咖啡，也绝对讲究「与众不同」。对水瓶座来说，如果只是喝一般的咖啡，那未免太没创意又太无趣了，这绝对不是水瓶座的风格。如果能让水瓶座开心畅饮咖啡，加入香草冰淇淋的咖啡可是不错的选择。不但可以感受到冰淇淋的甜蜜与咖啡的苦涩，其冰淇淋的绵密口感与咖啡的浓郁香气也极吸引水瓶座。

〉标新立异的调酒就像水瓶座的个性

水瓶座很重视一起喝酒的朋友是否「志同道合」，否则宁愿自个儿喝自个儿的。水瓶座连喝调酒都喜欢标新立异，即使是寻常的特调，也希望能够「同中求异」。在尽兴的场合中，水瓶座就算不胜酒力，也会尽量保持头脑冷静，这是属于水瓶座的特性。水瓶座的调酒饮料，可以添加杏仁酒、伏特加、Blue Curacao或通宁水，透明的蓝色调最适合水瓶座入世却又超然的调调，也可以用红石榴汁等红色液体来表达水瓶座的博爱特性。冒著泡泡的调酒，很能挑逗水瓶座的感官。



烤羊小排 & 薄荷酱汁

正餐类：西式一

材料>

带骨羊肋排3支 盐、黑胡椒各适量 橄榄油1大匙 面包粉1/4杯
油少许

酱汁>

白酒醋1大匙 细砂糖1大匙 水1大匙 薄荷酱2大匙

作法>

- 1.烤箱预热至180℃，约10分钟。
- 2.羊肋排撒上适量盐、黑胡椒，再涂上橄榄油，腌约15分钟后，再均匀蘸上一层面包粉。
- 3.平底锅中放入少许油加热，将羊排煎至表面呈金黄色，再放入烤箱中烤5分钟。
- 4.制作酱汁：将水、醋及细砂糖放入锅中，煮至糖溶解并呈沸腾状，熄火，加入薄荷酱，用打蛋器调匀。
- 5.食用时，以羊排蘸薄荷酱汁即可。

肥美的羊小排蘸佐清爽薄荷酱的滋味，让水瓶座的味蕾顿时清新起来。

蟹汁 螺旋面

正餐类：西式二

材料>

A.螺旋面1杯 盐1小匙 橄榄油2大匙 蟹管1杯 盐、黑胡椒各适量

B.橄榄油1大匙 蟹壳（或虾壳）1杯 白酒1/6杯 番茄糊1大匙

月桂叶1片 百里香1/2小匙 面粉1大匙 水1杯 鲜奶油1/2杯

C.胡萝卜1个（切薄片） 西洋芹1小根（切小丁） 青蒜1小根（切段）

番茄1/2个（切丁）

作法>

1.煮滚半锅水，加入1小匙盐，放入螺旋面煮至八分熟，捞起沥干，拌入橄榄油备用。

2.蟹管汆烫至熟，捞起备用。

3.制作蟹汁：平底锅中烧热橄榄油，加入蟹壳炒至变红，再倒入白酒快炒至白酒收干。依序加入材料C的蔬菜丁炒软后，加入番茄糊炒匀，再加入月桂叶、百里香、面粉炒匀，接著加入1杯水边煮边搅，沸腾后转小火再煮40～45分钟，加入鲜奶油拌匀并煮滚。

4.将蟹管倒入作法3的蟹汁中，再拌入煮好的螺旋面充分拌炒，以适量盐、黑胡椒调味即可。

蟹汁螺旋面的色香味，吸引水瓶座的味觉想要一探究竟。