



# 跟老妈学做 好吃料理



(日) 小栗左多里 著  
墨丁 译

# 跟老妈学做 好吃料理



(日)小栗左多里 著  
墨丁 译

中国华侨出版社

---

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

跟老妈学做好吃料理 / (日) 小栗左多里著; 墨丁  
译. —北京: 中国华侨出版社, 2012. 7  
ISBN 978-7-5113-2697-3

I. ①跟… II. ①小… ②墨… III. ①食谱 IV.  
①TS972. 12

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第166974号

---

版权合同登记号 图字01-2012-3722号

HAHA NI NARAEBAMA UMAUMA GOHAN ©2005 Saori Oguri ©2006 villagebooks inc.  
Cooked by Kazue Oguri  
Japanese edition originally published in 2005 by Sony Magazines inc.  
Simplified Chinese Character rights arranged with villagebooks inc.,  
through Owls Agency Inc. and Beijing SMSQ Culture Communications Co., Ltd.  
Simplified Chinese edition copyright  
©2009 by Beijing X-Iron Publishing CO., Ltd. All rights reserved

## 跟老妈学做好吃料理

---

著 者: (日) 小栗左多里  
译 者: 墨 丁  
出 版 人: 方 鸣  
责任编辑: 小 乙  
装帧设计: 熊猫布克·石博文  
经 销: 新华书店  
开 本: 880mm×1230mm 1/32 印张: 3.5 字数: 50千字  
印 刷: 北京卡乐富印刷有限公司  
版 次: 2012年8月第1版 2012年8月第1次印刷  
书 号: ISBN 978-7-5113-2697-3  
定 价: 26.80元

---

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成大厦 3 层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 82068999 传真: (010) 82069000

网 址: [www.oveaschin.com](http://www.oveaschin.com)

E-mail: [oveaschin@sina.com](mailto:oveaschin@sina.com)

---

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

## 前言

“出本料理书吧！”当我收到这份出版社发来的企划邀约的时候，我一边惊讶为什么会找到我，一边灵机一动，如果和老妈一起来做的话也蛮不错的。这是因为，我老妈以前是料理教室的老师。现在回想起来，我确实沾了老妈的光，吃到了不少她亲自烹饪的美食。好奇心旺盛的老妈，为了寻求新的美味，至今还在不懈努力地创造着新的料理。本书的宗旨是：用随手可得的食材，搭配最简单的做法，做出令人耳目一新的料理。即使是初次下厨的人，也能够轻松地把这些料理做出来哦！只要你肯尝试，很快就会有成果。我们认为只有这样一步步地去尝试，才能体会到做料理的乐趣。而且，书中提供的食谱非常“与众不同”。这些看起来很新颖的菜单，会使做菜和吃菜都变得其乐无穷。

实际上我还从未正儿八经地向老妈学过做料理。  
正是由于这本书的关系，最近时常和老妈一起享受做料理的快乐。我把从老妈那里学到的小窍门以及和老妈做菜时的感想全都以漫画的形式表现了出来。希望大家能够身临其境，一起感受快乐，如果你们愿意试着做做看的话，我将深感荣幸。





## 话说老妈

以自己独特的  
思维方式  
生活着。

她的名字叫做一江，

是这样吗？



似乎从很早  
开始，她就  
对自己的名  
字不满意。

“一江”这个  
名字……总  
觉得很凄凉  
啊！

与其“一”不  
如“百”啊！

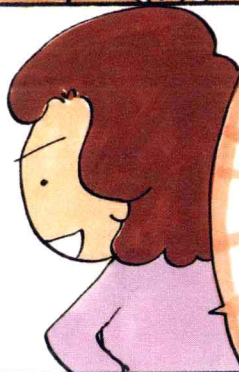
年轻时的  
一江



从今  
天开  
始，就  
叫我“百  
江”吧！！

啊！

当时留着  
蘑菇头的我



老妈讲得头头是道。



这样啊，其实，你的名字表示满载着收获和幸福……

老师让我们问问自己名字的由来。

有一次学校布置了家庭作业。

暂且依她的要求叫她百江，不过后来还是不了了之了。

妈妈……  
呃，百江小姐。

干~吗?



太敷衍了事了吧!

他们女儿的名字里就有一个“栗”字，小名好像叫“小里”……我就觉得好听，

心想：“啊，我也想取这个呢！”

老妈大模大样地讲道。



长大之后，突然有一天。

其实，在生小栗之前啊，有一对演员，他们也生了一个女儿……

「小栗是我的小名。」





我的老妈哟……

嘿嘿，时间差不多啦！

马上拿去的话，一定会被发现的。



啊，已经六点半了！

第二天早上

快起床啦！

妈妈，明天早上六点钟叫我起床啊，闹钟坏掉了。

虽然老妈几乎没有对我发过脾气，可是……

高中时的我

行了，知道了。

这就是对他宽容，对自己也宽容的老妈。

拜托人家的时候，对人发牢骚可是不好的哦！

禁止人家了，就是合约成立了，要守信用的啊！

人家都迟到了！

真是的，

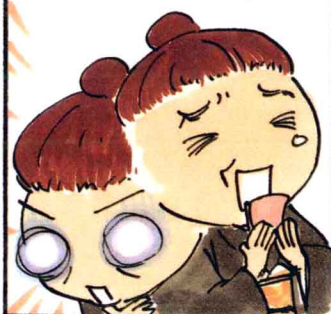
为什么不准时叫我呢！



在观看典礼上的  
余兴节目中，老  
妈因为笑过了  
头，呛得喘不过  
气来。

老妈的“板  
栗团子”发  
型给亲戚  
们留下了  
“深刻”的  
印象。

再话说  
在哥哥  
的婚礼  
上，



现在还被当做茶  
余饭后的话题。



那次，多亏了事先  
有心理准备，才没  
有出丑呢。

她冲到会  
场隔壁的  
烹饪间。



我觉得不  
是这样呢！

上气不接  
下气地要  
了杯水。

给！





有一次，我在靠近门口的房间里画画。

老妈总是我行我素。

老妈拿着洗好的结婚仪式当天的照片看了半天，十分懊恼。

为什么只有我的脸显得那么大的呢……



外  
绘画的染料不小心洒到地上，我急忙用水清洗，结果水流到外面去了。

虽说地板是水泥地，但还是有泡过水的痕迹。

因为不小心将绘画的染料洒在地板上了，用水冲洗过……

老妈回来后……

地板上浸过水，怎么回事啊？





听到这里，我  
因为愧疚，虽  
然什么也没  
说，可心里面  
美滋滋的。



我就是说嘛，小栗做  
事一定有道理的。



这样啊，

前几天去吃  
饭的时候，



重重地磕  
到了额头，

老妈因  
为没有  
扶好，

至于老妈，现在依旧  
神采奕奕。

一个人闲来无事  
到处去玩。



手里的记事本写满了  
从电视、杂志上收集  
的中意场所的情报。

好  
痛  
痛  
痛

没事吧？







## 前言

## 话说老妈

## 老妈的创意料理

- 优格味噌开胃腌菜
- 姜丝猪肉拌萝卜泥
- 新式炒乌冬面
- 冰镇蔬菜汤和日式腌茄子
- 洋葱炒牛肉和紫苏调味汁拌时蔬

## 异国风味创意料理

- 韩国泡菜风味煮鱼
- 可乐鸡腿和胡萝卜沙拉
- 柠檬鲜虾墨鱼冷盘
- 韩式韭菜温泉蛋
- 麻婆萝卜丝

038 034 030 026 022 021 018 014 010 006 002 001 VI II

给各位读者的P.S.

- 这本书中所提到的原料的分量，是以两人份为基准的，根据菜谱的特点，为了便于制作，也有四人份的或者按照个数表示的。
- 原料的计算单位：大勺=15ml，小勺=5ml，一杯=200ml。
- 微波炉的加热时间是以500W为标准的，600W的微波炉则少加热二成，而400W的要多加热二成，根据微波炉的不同，请略微调整加热的时间。

## 适合在家做的料理

老妈、料理和我

● 豆皮比萨饼

● 茄香千层豆腐

● 鸡腿菇盖饭和番茄蛋花汤

● 焗烤双瓜和焗烤花椰菜

● 千层包菜

041

## 大家来聚餐

● 蛋糕风寿司

● 乌龙茶风什锦蘸酱肉片

● 西葫芦什锦叠菜和西芹

● 可尔必思酸乳和棉花糖面包片

● 嫩煎扇贝肉加番茄酱

065

## 速成小点心

● 酸奶和甜米酒制作的奶昔和冻奶昔

● 姜红茶

● 美味烤苹果

● 蜂蜜小番茄和胡萝卜

085

后记

097





# 老妈的 创意料理



我的老妈，总是好奇心旺盛。  
只要她稍微下点儿工夫，  
就能创作出全新的菜单。