

Dating in the Morning...



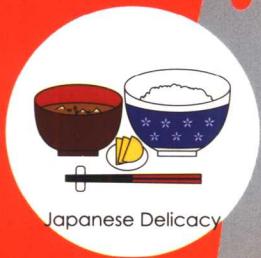
Tea Time Snacks



T.G.I.F. A Relaxing Dinner



Design a Birthday Party for Myself



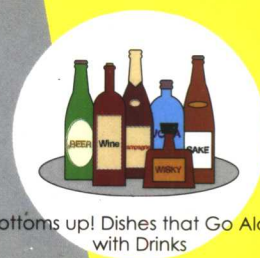
Japanese Delicacy



Coffee Spree



Pumpkin Delights



Bottoms up! Dishes that Go Along with Drinks

16 套私房 Menu 幸福上桌

今天，來我家聚餐吧！

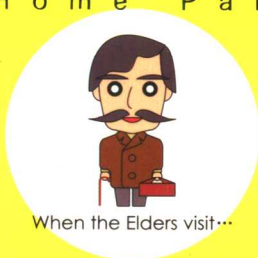
Come to My Home Party



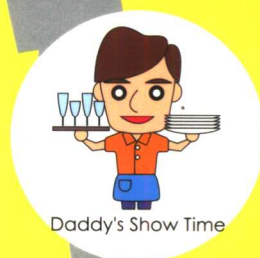
No Boys! Only for my female Friends...



Children's Happy Party



When the Elders visit...



Daddy's Show Time



Hot Food for a Cold Winter



Collage Memories



Santa's Satisfaction



A Gift for You~

曹嘉琳 著



包子
定价: 15.00 元



馄饨·烧卖·春卷
定价: 15.00 元



炒饭
定价: 16.00 元



水饺
定价: 15.00 元



小笼包
定价: 15.00 元



糕
定价: 16.80 元



饼
定价: 15.00 元



正宗川菜
定价: 16.80 元



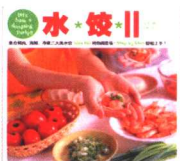
上海家庭汤品
定价: 16.80



西餐礼仪
定价: 20.00 元



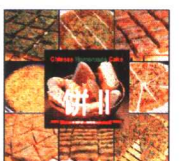
今天,来我家聚餐吧!
定价: 16.80 元



水饺 II
定价: 16.00 元



大闸蟹
定价: 15.00 元



饼 II
定价: 15.00 元



红烧肉
定价: 15.00 元

图字: 23-2004-075 号

图书在版编目 (CIP) 数据

今天,来我家聚餐吧! /曹嘉琳著, -昆明: 云南人民出版社, 2005.1

ISBN 7-222-04315-2

I. 今… II 曹… III. 菜谱 IV. TS972.12

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 141046 号

本书由台湾笛藤出版图书有限公司独家授权

作者: 曹嘉琳
策划: 九天翰墨
责任编辑: 黄源 沈可甚
出版发行: 云南人民出版社
地址: 云南省昆明市环城西路 609 号
邮编: 650034
经销: 新华书店
印刷: 山东新华印刷厂德州厂
开印: 张: 3.5
本: 889 × 1194 1/24
次: 2005 年 2 月第 1 版 2005 年 2 月第 1 次印刷
号: ISBN 7-222-04315-2
价: 16.80 元

Introduction

家，是最最令人放松的地方，家里的餐桌更是全家人聊天谈心最好的地点。不管是和家人还是好友，一群人围绕着餐桌，细细品尝餐桌上的每一道菜，同时天南地北地聊起过去、现在，该是最幸福的时刻吧！

从今天起，将聚餐的地点拉回到家里吧！不需要拥有大厨般的手艺，试着凭自己的心情和感觉下厨做菜，藉着本书所提供的主题菜单，加入“爱”来当调味料。同时，也别吝于将这种愉悦与感动和家人朋友分享，让所有的人都能感受到做菜者的心情与热情。接下来，你一定会发现：家，就是最好的餐厅。

作者简介

曹嘉琳，典型的金牛妈妈，虽然有一点点的忘性，但从不曾忘记给予家人爱与关心。婚前是厨房生手的她，婚后第一次下厨的成果，是一盘盘看似“萝卜糕”的菜，让所有人看得瞠目结舌。但是，在曹妈妈面授机宜，再加上自己勤读食谱下，她的做菜史也展开了新页。

现在，她的一双宝贝儿女总是赶回家吃饭，舍不得遗漏掉妈妈所做的每道料理。而朋友们也总会藉着各种理由来家里，就是为了来尝尝她的手艺。乐于和大家分享的她，看着大家满足的眼神，除了继续研发新菜肴之外，也要将自己多年积累的美味食谱，和更多的新朋友一起分享。

Preface

烹饪是一种艺术

烹饪是一种感觉

跟着感觉走，用自己的感觉创造出自己的烹饪艺术，

记得加上“爱”与“热情”！

随着季节变换菜单

随着心情改变菜色

做菜没有公式，也没有规则，随着自己的想法，

想怎么做就怎么做。

你从未为自己或家人、朋友做过一餐？

那么从今天起，从最简单的……

拌一盘清爽的沙拉，烤一片面包，煮一壶咖啡开始，

这也是美好的一餐，好好享受……

接下来的会更丰富。

Contents



一天中最美丽的开始，开启幸福之门！

早餐的约会（4~5人份）.....4

- 德国脆香肠佐蛋沙拉...5
- 枫糖法国吐司...6
- 阳光活力沙拉...7
- 咖啡奶泡...7



静心聆听，一起分享彼此的心情。

午茶时光（6人份）.....8

- 苹果起司可颂 & 水果沙拉...9
- 全麦起司煎饼...10
- 甜蜜柠檬派 & 鸳鸯奶茶...11



让疲惫的心情沉淀，用爱来拥抱家人。

周末的晚餐（4人份）.....12

- 青酱螺旋面...13
- 迷迭香鸡排...14
- 香芹柑橘沙拉 & 玉米浓汤...15
- 厚片起司蛋糕 & 柠檬红茶...16



在跳动的烛光间，许下自己的心愿.....

为自己设计生日宴（5人份）.....17

- 烤乡村面包佐马铃薯泥...18
- 海鲜意大利面 & 四季沙拉...19
- 香烤柠檬鸡腿...20
- 大蒜柠檬虾...21
- 草莓派...22



小朋友们也可以自己动手做喔！

小朋友聚餐（6人份）.....23

- 三文鱼炒饭...24
- 马铃薯沙拉三明治...25
- 鲔鱼洋葱三明治...25
- 火腿洋葱三明治...26
- 巧克力奶昔 & 草莓奶昔...27



在阵阵香气中，我看见了家人满足的笑容。

长辈来了（4~5人份）.....28

- 肚丝三鲜...29
- 香煎加州鲈...30
- 麻辣豆腐...31
- 虾仁豆苗...32
- 酸菜肚片汤...33



今天的晚餐，就全看他的啰！

老爸下厨（4~5人份）.....34

- 蕃茄牛肉面配炒酸菜...35
- 麻辣小黄瓜 & 糖醋角椒...36
- 凉拌大头菜 & 四川花椒辣油...37



打通电话呼朋引伴，大家一起来“干杯”！

来喝酒（6人份）.....38

- 炒海瓜子...39
- 辣炒剑笋...39
- 葱爆羊肋条...40
- 清炒卷心菜...41
- 凉拌花枝...42
- 蟹肉粉丝羹...43



女生的悄悄话时间，男生止步！

鸡婆大会（4 ~ 5 人份）……………44

- 凉拌魔芋鸡丝…45
- 炒时蔬…46
- 五谷杂粮饭…46
- 奶油柠檬鱼…47
- 香橙蛋糕…48



不管心情好不好，先来杯Lavazza再说吧！

咖啡的满足（6 人份）……………49

- 苹果玛芬…50
- 起司司康…51
- 柠檬爱心饼…52
- 焦糖果仁派 & 巧克力摩卡…53
- 美酒加咖啡…54



你是不是也有这样一段值得回忆的日子？

拼布的回忆（4 ~ 5 人份）……………55

- 火腿洋葱面包…56
- 香烤苹果派…57
- 咖啡小甜饼 & 苹果茶…58



蕴含在和风酱汁里的爱与幸福。

日式美食（4 人份）……………59

- 鸡肉盖饭…60
- 炸蔬菜佐萝卜泥…61
- 盐味毛豆 & 鲜虾味噌汤…62



驱走冬日寒气，在屋里留下爱与温暖。

寒冬暖暖餐（4 ~ 5 人份）……………63

- 韩式泡菜锅…64
- 柠檬苏打…65
- 韩风豆芽饭…66
- 凉拌白萝卜丝…66



甜甜的橘子色，是来自大地的恩赐。

南瓜季节（4 人份）……………67

- 焗烤笔管面…68
- 香浓南瓜汤…69
- 金黄芦笋沙拉…70
- 南瓜起司派…71



沉浸在忙碌和喜悦中，也别忘了为自己举杯庆贺！

拥抱圣诞节（4~5 人份）……………72

- 圣诞烤鸡…73
- 熏三文鱼佐苏打饼…74
- 培根蘑菇派…75
- 罗宋汤…76
- 姜饼人…77



满满的爱心小点，就是我满满的祝福！

爱心小礼……………78

- 香蕉蛋糕…79
- 巧克力方块…79
- 花生酱小饼…80
- 玉米燕麦小饼…80
- 爱心小礼包装法…81
- Afterword…84

早餐的约会

早餐，是一把钥匙，启开今天的幸福之门。

以满满的活力、暖暖的爱，面对一天吧！

天气如何？不重要！

晴朗的心——最·是·珍·贵。



(Recipe. 1)

德国脆香肠佐蛋沙拉

脆脆的香肠配上滑细顺口的蛋沙拉，绝对是营养满点！！



材料

〔德国脆香肠〕

● 德国香肠……………4根

〔蛋沙拉〕

● 蛋……………8颗

● 沙拉酱……………适量

● 黑胡椒……………适量

作法〔德国脆香肠〕

1. 在德国香肠表面斜划数刀（图A）。
2. 准备一张锡箔纸，铺在小烤箱上，再将香肠放入烤约4~5分钟即可。

〔蛋沙拉〕

1. 小锅中放入鸡蛋，注入冷水，高度盖过蛋，以中火煮沸，加少许盐。
2. 用筷子在锅内慢慢搅动2~3分钟，让蛋黄集中在蛋中央。
3. 依个人喜好，可控制水煮蛋的生熟程度。（图B）中由右至左分别为：
水沸腾后续煮3分钟→蛋黄柔软，较生。
水沸腾后续煮5分钟→半熟状。
水沸腾后续煮8分钟→全熟。
4. 煮好后将蛋放入冷水中冷却以剥除蛋壳，再以叉子捣碎。最后，加入沙拉酱、黑胡椒拌匀即可。



A



B



枫糖法国吐司

(Recipe.2)

闪耀着金黄色泽，
还飘散着淡淡的枫糖香，
就是要让你一口难忘。

材料

- 法国面包……………4片(切厚片)
- 鲜奶……………1/2杯
- 蛋……………2个
- 肉桂粉……………少许
- 奶油……………2大匙(约30公克)
- 枫糖……………少许(可用蜂蜜取代)

作法

1. 准备一个容器，将蛋打散，加入鲜奶拌匀。
2. 将法国面包放入1中，浸透蛋奶汁(图A)。
3. 以小火热锅后放入奶油，在锅面抹均匀，再将法国面包放入锅中，煎至两面呈金黄色(图B)。
4. 盛入盘中，淋上枫糖(或蜂蜜)、洒上少许肉桂粉即可。



- 牛奶：特别推荐林凤营全脂鲜乳，它的牛奶味很香，喝起来口感也特别浓。用来打奶泡的时候也比较容易起泡。

(Recipe.3)

缤纷多彩的生菜沙拉在餐桌上舞动着，
为你带来一整天的活力喔！

阳光活力沙拉



作法

1. 圆莴苣洗净沥干水分，用手剥成大片。小黄瓜切成圆薄片。
2. 洋葱切成圈状，浸在冰水中（图A）。
3. 小蕃茄洗净沥干对切，水煮蛋各切成4片。
4. 将所有材料取出沥干盛在沙拉盘上，最上面放切片水煮蛋。沙拉酱材料混合拌匀后淋上即可。



A

● 芥末酱：使用这种带颗粒的芥末酱口感较特别，同时它的芥末香气、口味也都比较重。做三明治的时候抹上这种芥末酱，味道也很好呢！



材料

- 圆莴苣……………1个
- 小黄瓜……………1条
- 洋葱……………1/2个
- 小蕃茄……………12个
- 水煮蛋……………2个
- 黑橄榄……………10颗
- ※ 沙拉酱
- 沙拉酱……………200公克
- 大蒜……………1瓣（磨成泥）
- 红酒醋……………1大匙
- 柠檬汁……………1小匙
- 芥末酱……………1小匙

作法

※ 滤杯式冲泡法

1. 先用热水温杯，水煮沸后静置20秒。
2. 将咖啡粉倒入滤纸中，先以少部分热水渗透咖啡粉约20秒（图B）。
3. 再慢慢加入剩余的热水到8分满，让咖啡慢慢过滤到杯中。
4. 将热牛奶打泡，倒在热咖啡上。饮用时可依个人喜好加入糖、巧克力粉或肉桂粉。

★ 刚煮沸的水温度过高，会破坏咖啡的口感，所以将煮沸的水静置20秒再冲泡，让咖啡呈现最完美的状态。



B

材料

- 咖啡粉……………1又1/2大匙
- 热水……………75cc
- 热牛奶……………75cc



(Recipe.4)

咖啡奶泡

香醇的咖啡和细致的奶泡在口中流窜，全身的细胞也因此而苏醒了。



下午茶时光

窗外，晴空万里，阳光普照。
忽然想营造一个谈心空间，
一场奢华的午茶之约——咖啡一杯、茶一壶、
加上爱的甜点……
倾听孩子的心声，分享他们的心情。
翌日，“昨天的柠檬派还有吗？”回荡在耳际……

(Recipe.1)

作法

〔苹果起司可颂〕

1. 牛角面包对切 (图A)。
2. 青苹果、蕃茄切薄片。起司片对角斜切成半。
3. 将皱叶莴苣、起司片、苹果与蕃茄切片夹入牛角面包中即可。

〔水果沙拉〕

1. 苹果切成三角形，香橙去皮切片，葡萄对切去籽，猕猴桃去皮切块，香蕉切成圆片 (图B)。通心粉煮熟备用，榛果切粗粒。
2. 将沙拉酱的材料拌匀。
3. 除了榛果粒、葡萄干外，所有材料放入大碗中，倒入沙拉酱拌匀。最后洒上榛果、葡萄干即可。



A



B

苹果起司可颂 材料

- 牛角面包……………6个
- 起司片 (乳酪) ……6片
- 青苹果……………1个
- 蕃茄……………1个
- 皱叶莴苣……………6片

悠闲的午后，最适合来点清爽的水果可颂和沙拉了。



水果沙拉 材料

- 苹果……………1个
- 香橙……………1个
- 香蕉……………2根
- 葡萄……………6颗
- 通心粉……………2/3杯
- 猕猴桃……………2个
- 葡萄干、榛果……………适量

※ 沙拉酱

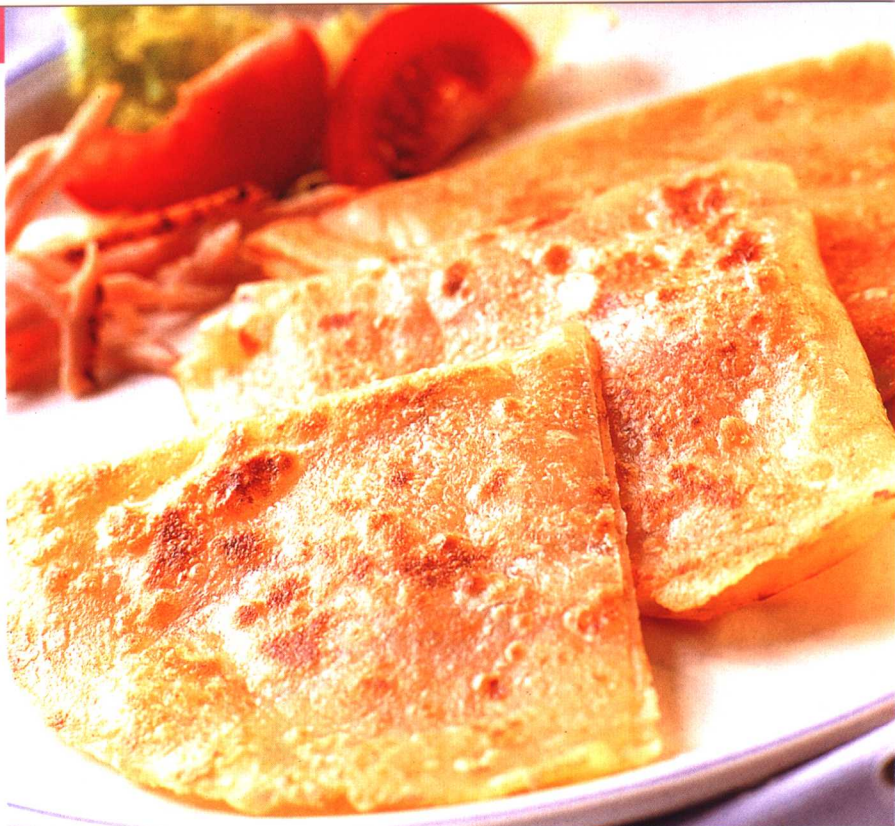
- 沙拉酱……………100公克
- 优格 (酸奶) ……100公克
- 柠檬……………1/2个

& 苹果
水果起司
沙拉可颂

(Recipe.2)

全麦起司煎饼

薄薄的饼皮内，熏鸡丝和起司的香味相互缠绕着，令人爱不释口。



材料

- 全麦蛋饼皮……4片(市售品)
- 起司丝(乳酪)……2杯
- 熏鸡丝……80公克
- 葱花……适量
- 洋葱丝……适量

作法

1. 平底锅放少许油烧热，放入蛋饼皮。
2. 接着将起司丝集中在蛋饼皮的半边略煎。
3. 再放上熏鸡丝、洋葱丝和葱花(图A)，对折成半圆形，煎至两面金黄，再切成喜欢的大小食用。



● 起司丝：一般超市就可以买得到，应用在料理上十分方便，特别是在做焗烤类料理时。



甜蜜柠檬派 & 鸳鸯奶茶

(Recipe.3)

当酸酸甜甜的柠檬派，
遇上咖啡与奶茶的mix，
将会激荡出怎样的火花？



甜蜜柠檬派 材料 (8寸)

※ 派皮

- 中筋面粉..... 1又1/4杯
- 糖..... 1大匙
- 无盐奶油..... 1/2杯 (约113公克)
- 冰水..... 1~2大匙

※ 内馅

- 无盐奶油..... 3大匙 (约45公克)
- 糖..... 1/2杯
- 蛋..... 2个
- 柠檬皮..... 1个份
- 柠檬汁..... 50cc
- 鲜奶油..... 2大匙

鸳鸯奶茶 材料 (1杯份)

- 红茶包..... 1袋
- 黑咖啡..... 75cc
- 炼乳..... 适量

作法

[甜蜜柠檬派]

※ 派皮

1. 从冰箱取出无盐奶油加入面粉、糖，用双手搓成松粒状 (图A)。
2. 慢慢加入冰水，1次1大匙，用手边揉成面团 (依天气温度、湿度而定，冰水所需量都不同，天热用量少一点，直到可塑成完整面团即可)。桌面洒些高筋面粉，再用擀面棍擀平成派皮。天气热的话，做好的面团可以冰20分钟再取出擀皮。
3. 烤箱预热至200℃。
4. 将派皮铺在8寸派盘上，用叉子叉满小洞，上面再铺一张烤盘纸 (或锡箔纸)，里面放满豆子，送进烤箱约烤10分钟 (图B)。接着除去烤盘纸和豆子再烤10分钟，取出放凉备用。

★烤派皮时放入豆子是为了避免烘烤后的派底膨胀起来。豆子放凉后，可装入罐子里，下次再使用。

※ 内馅

1. 无盐奶油溶化后，加入糖用汤匙拌匀 (图C)。
2. 加入蛋拌匀 (注意要一次一个)，接着依序加入柠檬皮、柠檬汁、鲜奶油。
3. 全部搅拌均匀后倒入派皮中，送进已预热至180℃的烤箱，烘烤约35分钟。



A



B



C

[鸳鸯奶茶]

1. 泡好半杯红茶。
2. 将黑咖啡倒入红茶中 (黑咖啡和红茶的比例为1:1)。
3. 加入适量炼乳调匀即可。

A detailed still life photograph of a weekend dinner. In the foreground, a woven basket is filled with round, golden-brown bread slices, lined with bright yellow napkins. To the left, a white bowl with the words 'PASTA' and 'FUSILLI' printed on its rim is filled with a dark, saucy pasta dish, garnished with a fresh green herb. Next to it is another white bowl with 'PASTA' and 'SALSA' printed on it, containing a lighter-colored sauce with small red garnishes. In the background, a large glass bowl is filled with a salad of shredded yellow cheese and other ingredients. To the right, a white plate with 'ANTIPASTO' printed on it holds a piece of roasted, seasoned fish. A small white cup with a red liquid sits to the left. In the top left corner, a round cake with orange slices on top sits on a green plate. The entire scene is set on a striped tablecloth, with soft, warm lighting creating a cozy atmosphere.

周末的晚餐

周末晚餐最精彩，也最令人期待。
累积一周的压力全抛脑后！
温柔妆点满桌佳肴，抚慰疲惫心灵，
享用一室温馨满怀……

(Recipe.1)

青酱螺旋面

柔中带劲的面条，拌着青酱的浓厚香气，任谁也抵挡不住她的魅力。

作法

1. 将3公升的水注入大锅中煮沸，加一撮盐，放入螺旋面，用长筷子稍搅拌，煮至面熟但中心有点硬度（约10分钟），不要过软，较有口感。
2. 九层塔洗净擦干。
3. 把松子、九层塔放入果汁机中（图A），边打边加入橄榄油。
4. 接着加入蒜泥和盐，继续打至浓稠状（图B），即成青酱。如果太浓可再加入少许橄榄油。
5. 螺旋面装盘，淋上青酱即可。

★青酱的份量可一次多做些，倒入玻璃瓶中保存于冰箱内，需要时马上可使用。



A



B

材料

- 螺旋面……………240 公克
- 九层塔……………100 公克
- 松子……………1 杯
- 橄榄油……………1 又 1/4 杯
- 蒜泥……………1 小匙
- 盐……………2 小匙





迷迭香鸡排

(Recipe.2)

看见那鲜嫩多汁的鸡排了吗？
小心！别烫着嘴。

材料

- 去骨鸡腿排…………… 4 片
- 盐…………… 1 大匙
- 黑胡椒…………… 1 小匙
- 迷迭香…………… 1/2 小匙

作法

1. 将盐、黑胡椒、迷迭香均匀洒在鸡腿排正反两面，腌渍 2 小时以上 (图 A)。
2. 烤箱预热至 200℃。将鸡腿排送入，烤约 40~45 分钟。

