

舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略（5）



[舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略（5）_下载链接1_](#)

著者:本书编写组 编

[舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略（5）_下载链接1_](#)

标签

评论

虽然不是很详细，但是还是很棒，喜欢美食和旅游的朋友可以看一下。

印刷精美，内容丰富，半价的时候买的，很划算

慢慢地学习书里面的菜 打算自己一个个烧来吃 真的很不错的书
我觉得适合所有的阶层的人去读

很好的书，对孩子的成长能起到正能量的引导；

不错，像菜谱一样，凑了一套，学习学习。

送货很快，书的内容太少。比较简单

印刷精美，还可以，适合吃货们学习研究

看着质量不错。书还可以。快递也不错。

不错的菜谱，为纪录片提供做法，传道授业解惑

凑齐一套，边看边学着

正版好书，除了图片，美食，还有介绍，超值

东西还不错，包装很结实~

非常好的书 同事也要买

京东不错很适用的书，在家可以好好操练咯

舌尖上的中国系列书，太好了！

菜单很家常，可以学着做做，特别适合平时不知道做什么的家庭用来参考。

一直在京东买东西使用中

吃货的福利，还不错。

女儿买的，里面好吃的挺多。

非常火爆的一本书 值得阅读

活动买的很便宜，喜欢

舌尖上的美味，值得购买

此系列菜谱出一本买一本，感觉很好玩儿，没事翻着看看，心情会很好。

不错的书籍不错的书籍

正版，实用，内容丰富

书上介绍的菜系都还是比较实用的

喜欢美食的可以收！！

很不错的书，值得推荐

书很好！喜欢！京东给力！

原来的胶皮包装下面有点破，但是还是很不错的。很喜欢哦！

发货快，是正版的，喜欢。 发货快，书不错是正版的。非常好。

一直就想买的一套书，赶活动时入手

人活两件事，吃一定要吃好，睡也睡好

舌尖火了！！！！咱也看看！！

内容很好，很实惠，，，

很美的一本书，和里面的美食一样可以勾起我们的欲望

还好，帮人买的，发货速度挺慢的

书是正版，就是到货速度有点慢。

书的质量不错，是正版。正在研究中。

很好的书，菜谱的样式很多，而且简单易懂

买来放着，偶尔看看买来放着，偶尔看看

舌尖上的中国延伸菜谱，图片精美。

老婆满意，是饭店的好教材

非常棒的书要好好学习写好pop了

和电视节目制作的一样精美

舌尖上的中国-经典的作品-很不错。

不错挺好的。。。。。。

嗯，很喜欢的一套书~喜欢里面的美食~~~

终于把这套菜谱收集全了，很好

物流快速，客服服务很好

很好很好很好很好很好

已经有了1到3，这次买了4和5，全套

买来学习用的，图片，文字都很棒。

很好的一本书，值得购买

看着不错 图片 文字都清晰

舌尖上的中国专题书籍，值得推荐~

非常好的一本书内容丰富多彩

内容简短，需要细心钻研一下

很喜欢舌尖上的中国。好吃看得见！

内容丰富，讲解也很精辟

吃货，还以为不出了，1-5全卖了

正品，很喜欢。继续关注。

发货太快了，而且还很便宜

质量很好，孩子很喜欢

帮别人买的 很满意啊

看到就流口水，好多好吃的啊！

持续购买，很喜欢这套书，呵呵！

非常好的生活类系列丛书。

价格便宜，买书首选京东！！

一本好书值得慢慢品味。

满百减20，挺划算的

超级划算!书也不错的!

很好的书，值得购买。

品相完好 值得购买：)

整套书都卖了，不错，不错

一套5本，终于买齐了。

系列图书，值得收藏。

很好的书，正版支持。

根据电视买的 赞

不错值得推荐

很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢

蛮便宜的，，， 而且还是正版，，， 货到的也挺快，，

好好好好好好好好好好好好好好，好书

非常满意，五星

还行，挺不错的。。。。。。。。

简单易懂

挺好的 点赞

不错，有些爱不释手，图文并茂，简单的制作方法，如果能增加一些香料秘制配方就更好，更完美了，总的来说非常好。

很喜欢很实用

当时以为是电视里的内容，原来不是，也介绍不同的一些有特色的煮菜方法技巧。

还可以吧，就是快递太慢了

比电视节目稍逊，印刷质量尚可

很好，想要的都齐了，这个系列非常喜欢，书包装很好

令人垂涎欲滴的美食烹饪书，居家必备啊。

跟电视里一样，但是硬伤没有目录

书很好，物流也超快，很赞

食材选用简单，可操作性强

不错的厨艺书 对学习厨艺很有帮助值的买

耳机还不错，感觉还可以性价比

价格合理,家人喜欢,质量不错

不错挺实用

学到好多菜

好书你值得拥有.....

不错的系列书籍

不错，，，，，，，，，，，，，，，

其实看了第一本觉得很失望，过程跟用料都很含糊。虽然从第二本开始有提出关键事项要好一点点。。但是总觉得欠缺点什么。也罢就完全当了解各地菜式来看吧。。另外一点这套书印刷味道非常严重。翻几页都让我觉得难受。不懂放通风处吹一段时间会不会好一点。有点小后悔买这套书啊。。

打开书味道太大，根本没法往下看，呛人！ 不实用

这部纪录片时的目标观众不单止是为喜欢美食的‘吃货’而创作的，观众群体锁定为普通的正常人，并表示该片的目标是以美食作为窗口，让海内外观众领略中华饮食之美，

进而感知中国的文化传统和社会变迁。陈晓卿说“我们要拍摄的不是名厨名菜，而是普通人的家常菜”，而且表示该片在呈现各色美食之外，《舌尖上的中国》还会展示的是普通中国人生的人生百味，展示人和食物之间的故事，透过美食来看社会。该片的重要主题是中国之“变”：向观众展示传统农耕的中国，同时也告诉观众很多中国传统正在改变，而有些片中出现的人很有可能是最后一代传承手艺的人；所以该片的创作团队在为本片确立了一项选择食材的拍摄标准：“拍摄承载中国人精神的食物”。

舌尖上的中国，这本书很无意义，就拿毛氏红烧肉来说，工艺完全有问题，真正的红烧肉不用酱油而是用白糖翻炒，等等。

这系列1到5这五本书太坑爹了，主料和配料都没给具体的量，让我们看图确定用量？一下子还五本全买，坑死我啦！

舌尖上的中国·传世美味炮制完全攻略4：延伸菜谱》承依《舌尖上的中国——传世美味炮制完全攻略》系列菜谱的章节设置思路，分为温煦的谷香、诗意的栖居、行走的餐桌、肥美的汤汁和团圆的气氛五章：菜式选择上，本着“传世经典、操作简便”的遴选理念，精选了90道美味佳馐，每一道菜都有惊艳之处：食材选择上，则秉承“自然经手”的理念，精选原生态的食材，突出食材产地，以“生态、绿色、安全”为要：炮制工艺上，摒弃了花哨的制作技巧，回归传统，注重激发食材的天然馨香，呈现美食的原汁原味；视觉传达上，摄影团队不做溢美的呈现，而只是通过光影和角度的微调，在真实中见细节，在细节中见细腻，忠实地呈现食物的质地和口感。愿您在这品尝美食的时光里。一切思家怀乡的情怀得到最熨帖的拂煦。

长度在5-200个字之间
填写您对此商品的使用心得，例如该商品或某功能为您带来的帮助，或使用过程中遇到的问题等。最多可输入200字

《舌尖上的中国5:传世美味炮制完全攻略》从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。

“水土的孕育”选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力；“时令的节拍”追溯中国人“天人合一、顺时而食”的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食：“食物的美寓”考究了“色、香、味、形”之外的“寓”，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来：“街边的诱惑”则选取“路边摊”“肩挑客”的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑：“味蕾的旧忆”则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。印刷精美，步骤详尽。

《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略（5）》沿袭《舌尖上的中国：传世美味炮制完全攻略》系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。“水土的孕育”选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力；“时令的节拍”追溯中国人“天人合一、顺时而食”的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食：“食物的美寓”考究了“色、香、味、形”之外的“寓”，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来：“街边的诱惑”则选取“路边摊”“肩挑客”的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑：“味蕾的旧忆”则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。买了一套回家慢慢看

《舌尖上的中国》不仅讲食物，更多的是在讲食物背后的情感。一部以美食为主题的7集纪录片《舌尖上的中国》5月22日晚结束在央视一套的播出，一道道美食让人回味无穷。在食品工业化时代，人们仿佛又从该片中找到了对传统美食的热情和敬意。该片也让央视一套每晚10点半的收视率超过同时段的电视剧。有关专家认为，其成功之处在于突出的人文情怀。北京师范大学艺术与传媒学院教授、著名纪录片学者张同道接受中新社记者采访时说，这部片子之所以火爆，首先在于其选材具有高度的大众性，所谓“食色性也”，不分阶层、不分民族、不分年龄的人们都离不开食物，所以它能获得最广泛的认同，也就有了最广泛的观众基础。其次，也是最重要的，就是贯穿全篇的人文情怀。和该片总导演陈晓卿是朋友的张同道说，陈晓卿本人就是很有品位的美食家，他把这种概念带到作品里，从普通食物中提炼人生情怀，他很早就想拍这样一部纪录片，终于在去年3月付诸实施，成片过程也异常艰辛。据了解，该片的创作团队在一年多时间里，选取了中国最具美食风味的60多个点，从城市到乡村，拍下一道道美味佳肴的同时记录了一段段历史。陈晓卿表示，这个片子是带着对食物的敬意来做的，希望观众能从中国人对美食的热爱中品读到中国人对生活的热爱，看到中国社会经济的飞速发展。

《舌尖上的中国》为中国中央电视台播出的美食类纪录片，主要内容为中国各地美食生态。通过中华美食的多个侧面，来展现食物给中国人生活带来的仪式、伦理等方面的文化；见识中国食材以及食物相关、构成中国美食特有气质的一系列元素；了解中华饮食文化的精致和源远流长。本片制作精良，7集内容制作耗时13个月，2012年5月在央视首播后，在网络引起了广泛的关注。该片于2012年7月在台湾公视播出，2012年9月在新加坡星和都会台播出，2012年10月起在香港tvb翡翠台播出。第二季已确定于2

014年春节前后播出（详情请参加词条《舌尖上的中国2》）。

《舌尖上的中国》从2011年3月开始大规模拍摄，历时13个月拍摄完成，这也是国内第一次使用高清设备拍摄的大型美食类纪录片。摄制组行走了包括港澳台在内的全国70个拍摄地，动用前期调研员3人，导演8人，15位摄影师拍摄，并由3位剪辑师剪辑完成。

《舌尖上的中国》之所以获得成功是因为每一集的主线采取了碎片似的剪辑方式，进行了不同地域之间的组合和嫁接，讲述了同一种食材在天南地北之间的变化，这部纪录片用味道营造出了一个个真实的故事。从文化角度所探讨的问题并不只是“吃”这么简单，从传统劳作到食物创新，生活的艰辛和几代人的智慧结晶，中国人“吃”的传承和变化已经逐渐凸显出它特有的国人气质。

《舌尖上的中国》是美食献给普通劳动者的颂歌，不见“烹饪大师”，不见“美食专家”，更没有“厨艺大赛”，有的是手工挖莲藕、两小时采竹笋、全中国只剩5人继承的高跷式捕鱼，70多岁吉林“鱼把头”、卖黄馍馍的陕北老汉、陪外婆制作年糕的浙江慈城小姑娘。《舌尖上的中国》悄然传达出几千年来中国人在劳动中所产生的智慧思考以及味觉审美，每一道食物都能勾起观者的浓浓思乡之情。正是因为这些，才使这部纪录片呈现出与众不同的魅力感召。

读者按照食谱成功地制作出完美的菜品。书中介绍了多道传统和现代的美食食谱，贡献出了他们最擅长、最拿手的食谱，在每章的最后，附有众多精美的装饰技巧介绍。

不仅如此，你还可以看到贯穿全书每个章节的关于分量、切割、烹调时间等相关信息，以及可以替代的食材介绍。在详尽的术语解释中，包括了全书中常用的和晦涩难解的词语。在厨房器具章节列表中，介绍了各种工具，都是一个设备齐全的厨房所需要的。一些特殊的工具在各章中也有所涉及。香草、香料和调味料，不管是东方还是西方的，也都有陈述。在每个章节中，都有对行业诀窍、菜品种类等的详尽介绍，以及各种各样的食物及菜肴、食材的历史典故等。总之，读者在烹调方面出现的任何问题，都可以从书中找到令人满意的答案。新的厨房圣经

综上所述，对于满怀热情的厨师来说，本书是厨房里的必备之书。不管是刚刚踏上烹饪之路的厨师，还是已经具备一定技艺的大厨，本书将帮助他们制作出梦寐以求的菜式，并成功地运用到日常的菜单中。以流行趋势的变迁、来源于大厨的灵感、使用时髦的食材、紧跟时代潮流等思路编写的烹饪书，会随着时代的改变而改变。但是，它的文本简洁易懂，书中大量的图片和各种材料的视觉冲击，将会带给所有的读者以全方位的指导并开阔思路。

京东店庆月，书价满200减100，要屯书就在6月。舌尖上的中国电视节目的配套书，一套五本。这是个第五本。编辑推荐 在这里，味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。

90道珍馐美馐，网溯缱绻于美食里的温润时光；800张香醇华美高清图片，重温流转于光影中的惊艳瞬息。来吧，让我们开启饕餮盛宴！

最周到细致的下厨房一站式炮制指南《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略5》，成就轻松惬意的美食之旅；最简捷流畅、最体贴入微的流程配图导视，让居家做菜有章可循、循序渐进；最权威的美食地道品尝地找寻攻略，让美食体验吃在舌尖、行在路上；最引人入胜、最耐人寻味的文化剖析，让美食和情怀一路同行。查看全部
内容简介

《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略（5）》沿袭《舌尖上的中国：传世美味炮制完全攻略》系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。“水土的孕育”选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力；“时令的节拍”追溯中国人“天人合一、顺时而食”的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食；“食物的美寓”考究了“色、香、味、形”之外的“寓”，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来：“街边的诱惑”则选取“路边摊”“肩挑

客”的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑：“味蕾的旧忆”则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。

在这里，味蕾的猛虎正细嗅着佳饌的玫瑰。

90道珍馐美饌，网溯缱绻于美食里的温润时光；800张香醇华美高清图片，重温流转于光影中的惊艳瞬息。来吧，让我们开启饕餮盛宴！

最周到细致的下厨房一站式炮制指南《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略5》，成就轻松惬意的美食之旅；最简捷流畅、最体贴入微的流程配图导视，让居家做菜有章可循、循序渐进；最权威的美食地道品尝地找寻攻略，让美食体验吃在舌尖、行在路上；最引人入胜、最耐人寻味的文化剖析，让美食和情怀一路同行。今天上线看到那么多吧友指责或者疑问第二季不如第一季好，我在这里为舌尖二说几句话

作为一部有着非常高知名度的纪录片，舌尖二也许根本无法超越第一季。昨晚的第一集有一些瑕疵，开头部分屏幕在抖【我家是这样，不知道其他人】。前半部分美食部分过少，有吧友提前发帖说是舌尖上的工作，其实这种评论也不能说全错。舌尖吧的简介是从传统美食看中国。这部纪录片，从一开始讲述的就是人与美食的故事。一个五千年悠久历史的古国，在现代的激变之中，不变的只有飘荡在每个城市上空的气味。第二季也许无法超越第一季，因为舌尖一太好，但是，我想所有的分集导演以及总导演都已经尽力了。起码，他们在四月的中旬，为我们带来了第二季，这就够了

因为这段时间评论贴太多影响原有秩序，经过吧务组商讨决定，所有评论请发到此贴。除此贴外所有评论将删除处理。文明发言，舌尖二可以没有舌尖一优秀，但是请不要侮辱它。因为每一部纪录片都包含着导演的心血。舌尖上的中国吧吧务组4.19

《舌尖上的中国》为中国中央电视台播出的美食类纪录片，主要内容为中国各地美食生态。通过中华美食的多个侧面，来展现食物给中国人生活带来的仪式、伦理等方面的文化；见识中国特色食材以及与食物相关、构成中国美食特有气质的一系列元素；了解中华饮食文化的精致和源远流长。本片制作精良，7集内容制作耗时13个月，2012年5月在央视首播后，在网络引起了广泛的关注。该片于2012年7月在台湾公视播出，2012年9月在新加坡星和都会台播出，2012年10月起在香港TVB翡翠台播出。第二季已确定于2014年4月18日播出（详情请参看词条《舌尖上的中国2》）。

《舌尖上的中国》从2011年3月开始大规模拍摄，历时13个月拍摄完成，这也是国内第一次使用高清设备拍摄的大型美食类纪录片。摄制组行走了包括港澳台在内的全国70个拍摄地，动用前期调研员3人，导演8人，15位摄影师拍摄，并由3位剪辑师剪辑完成。

"[ZZ]写的的书都写得很好，还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。[SM]，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。[NRJJ]书的内容直得一读[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。

快递送货也很快。还送货上楼。非常好。

[SM]，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。读书很有意义，

之所以谈读书的意义，是因为自己也曾遗忘过他的重要。前不久自己在网上无意间搜索到关于自己的一条信息，那是文理学院电台的一次采访记录，本人作为毕业生学长对学弟学妹们的寄语：一本正经强调希望他们一定要多读书，记得当时看到那条信息的时候我感觉很惭愧，因为我似乎很久没有静下心来看书了，毕业到现在不知不觉也快一年了，回首一看，确实成长了不少，与工作不相符的学生气少了许多，但遗憾的是，学生那种好学、爱读书的习惯也渐渐地在消失。“工作了，社交应酬是难免的，要多交朋友！工作很累，娱乐放松也是应该的，要融入社会就应该这个样子，不要搞得跟个学生一样

”，这时常是自己给自己找的借口，其实是一种狡辩和不成熟的表现。记得有个周末晚上跟朋友们喝酒、打麻将。凌晨一两点才回去，一个人躺在床上盯着天花板，感受到的是阵阵空虚，我问自己这样的生活有意义吗？回头看看书架上的那几十本书，沾满了灰尘，恰似自己读书的激情被一种消极的生活态度所掩盖，一种悲凉的情绪笼罩在心头，不知道是为书还是为自己！喧闹繁华的生活时常让我感到浮躁，无法沉下来学习，反过来又让自己更加的觉得生活乏味。每当我远离书本，而把时间浪费在无谓的消遣上时，脑海里面时不时会出现一个声音：“你在挥霍青春！”。[NRJJ]"

"[SM]，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。[BJTJ]，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。读书的过程是艰难的，也是快乐的。渐渐的，在读书中我有了“熟读唐诗三百首，不会吟诗也会吟”的才气，感受到了“风萧萧兮易水寒，壮士一去兮不复还”的豪气，体会到了“天生我材必有用，千金散尽还复来”的傲气……

在读书的过程中，我的作文水平也得到了提高，以前，我写作文时，总是不知道该用哪些词。所以老去问妈妈，妈妈就说：“孩子，你应该多看些书，哪一个作家像冰心，老舍都不是破了万卷书，才下笔如有神的呢？”从此，我就天天看书，记录书中的好词，好句，体会作者的思想感情。果然，一段时间过后，我的作文水平就有一点点提高。

[QY]，一本书多读几次，[SZ]。

多读书，可以让你全身都有礼节。俗话说：“第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象里，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让人感觉你知书答礼，颇有风度。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。[NJRJJ]"

书籍的排版印刷和保存都很好，物流很快。满意。一直很喜欢:..吴树1.吴树老师，这里其他上他的每一本书都有。谁在拍卖中国这本书我是早就想买了，谁在拍卖中国是长篇纪实力作谁在收藏中国的姊妹篇。作者耗时五年完成国内文物市场的秘密调查后，又以圆明园文物拍卖事件和中国文物走私现象为切入口，与外籍合作者分别对英、法、德、美、比利时等欧美国家艺术市场进行了全方位的调查研究，同时对国内文物三盗、古董走私、官员收藏、拍卖黑幕等最新动态也做了更加深入的明察暗访。受访对象涉及大量国内外拍行的高层人士、国际文物走私大佬、国内富豪收藏家、官员收藏者和新兴高学历盗墓者等。谁在拍卖中国秉承作者记录现场、深究幕后。仗义执言的一贯写作风格，揭示中外古董交易陷阱、直击文物收藏黑幕、谏言文物法规法令，爆料鲜见、视点独特、资料丰富、耐读耐藏。侯爵，您的中国花瓶在看了半天酒，还没见到一件古董，我不得不提醒老头。噢，请随我来继续向下，侯爵把我们带进了地窖的底层。我不得不说，侯爵真是一个善于让人心惊肉跳的老头。如果说，一个破破烂烂的旧城堡底下藏着一个光是每年的保费就值十几万欧元的酒窖，会让人为法国贵族的奢靡生活方式咋舌，那么，当我走进地窖底层时，心里的感受就更加五味杂陈了。下到底层后便是一条地下长廊，长廊两边摆放着长长短短、各种各样的两排中国兵马俑，俨然是秦始皇地下兵团的一个方阵，只不过这些兵马俑不全是秦朝遗男，其中还有许多汉唐游勇。这两尊是中国秦朝陶俑，虽然手臂已经残断，还是可以看得出他们的原状是长矛在手、铠甲披身。你们看这尊保存较好的陶俑，尽管面容清秀，却显得十分刚毅骁勇。由此可以想象，秦朝的兵勇当中不乏识文断字之人。同是亚洲，日本的武士形象却与此大相径庭，一个个圆膀粗臂、怒目横睨、凶神恶煞。这就是文化差异，中国人自古尚文，日本人自古尚武。

秦代兵马俑写实性很强，人物形象的塑造简洁明快，特别是对细节的刻画，显得细致入微、周密不苟，这些发丝、带扣侯爵真不愧是这座古城堡的讲解员，流利地向我们讲解他的藏品。这一排是汉代兵马俑，与秦代兵马俑的特点相比，秦兵马俑更加注重写实，大小如真人实马，而汉代兵马俑则更侧重于写意，大小按比例缩小若干倍不等。汉代工匠们用精湛的技艺与丰富的想象力将一件件兵俑刻画得惟妙惟肖、活灵活现。你看这一排兵俑，个个造型生动、表情不尽相同。他们的坐骑也不似秦马那般严阵以待、静中寓动，而是昂首嘶鸣、飞蹄欲奔，充分塑造出处在备战状态下人马胶着、渴望上阵杀敌的武士气概。往下这几个是中国唐代人俑，左边是马上文官，右边是武官，最后几个是马上乐俑，从长相看应当是古代波斯人和阿拉伯人，中国人称之为“胡人”。

自他在阳沟安下户口后，由于四处奔波着干活，很少能抽出时间回那里去。虽说他成了阳沟人，但实际上只是个名义；除过户口，他在那里一无所有。当然，他仍然很感激曹书记两口子给他办了这么一件大事。几个月来，他已经拿着礼物去看望过他们好几次……孙少平一直不知道曹书记两口早把他当未来的女婿看待了。曹书记两口早就商量好：如果他们的女儿再一次考不上高中，他们就要和少平摊开说这件事。说实话，如果不是要招女婿，他们也不会帮助他把户口落在阳沟大队。

不久前，曹书记的女儿考高中又没考上。看来这孩子的书不能再念下去了。于是，书记老婆才把少平的事提到了女儿的面前。不料，菊英学习不中用，找对象的眼头倒蛮高。她说她看不上孙少平！话说回来，这也难怪。菊英虽然是农村户口，但一直在黄原城里长大，怎么可能看上一个乡下来的揽工汉呢？她对父母亲表示，她决不可能和这个叫孙少平的乡巴佬结婚；她要在黄原城找个有工作的对象哩！

曹书记两口子四只眼大瞪。他们决没想到，他们各方面都平庸的女儿，竟然看不上他们精心挑选的孙少平！

这可怎么办？这不仅使他们的愿望落了空，也把人家娃娃闪在了半路上！如果少平成了他们的上门女婿，那阳沟队其他人有什么，少平就得有什么；如果没这个关系，少平怕连空头户口也落不长久！正在曹书记发愁的时候，事情突然有了一个转机。

根据市上下达的文件，今年铜城矿务局要在黄原市招收二十来名农村户口的煤矿工人。他们公社的领导人是他的酒肉朋友，跑来问他有没有什么亲戚要去。

曹书记大喜！马上要回一个指标来。

尽管这是入公家门，但城边上的农民没人愿去干这种辛苦工作。曹书记早料到了这一点。他于是立刻四处打问着寻找孙少平，看他愿不愿意去……当少平在地委大门口听曹书记说了这件事后，高兴得几乎要跳起来了！

啊啊，这就是说，他将有正式工作了，只要有个正式工作，哪怕让他下地狱他都去！

不过，曹书记对他说，因为他落的是空头户口，怕市上和地区的劳动部门要麻烦。

“不怕！”少平胸有成竹地说。他马上想到了晓霞——他要让她出面给他帮忙！

送走曹书记后，少平几乎是小跑着找到了田晓霞。晓霞听说有这事，说她明天就开始活动！她对他说：“我知道你不怕这工作苦。”

"[SM]在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。

打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候

似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。

作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，

其实值得回味

无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。

用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.

最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。

最后在好评一下京东客服服务态度好,送货相当快,包装仔细!这个也值得赞美下

希望京东这样保持下去,越做越好 [QY]"

我看了这本书籍很好，有不错的感想。认真学习了这本书，给我几个感受

①多向互动，形式多样.互动的课堂，一定的活动的课堂，生活的课堂。互动的条件：平等、自由、宽松、和谐。互动的类型师生互动、生生互动、小组互动、文本互动、习题互动、评价互动。互动的形式：问题质疑、成果展示、心得交流、小组讨论、合作学习、疑难解析、观点验证、问题综述。

②民主平等是指在学术面前人人平等，在知识面前人人平等。不因家庭背景、地区差异而歧视，不因成绩落后、学习困难遭冷落。民主的核心是遵照大多数人的意志而行事，教学民主的核心就是发展、提高多数人。可是总有人把眼睛盯在几个尖子学生身上，有意无意地忽视多数学生的存在。“抓两头带中间”就是典型的做法。但结果往往是抓“两头”变成抓“一头”，“带中间”变成“丢中间”。教学民主最好的体现是以能者为师，教学相长。信息时代的特征，能者未必一定是教师，未必一定是“好”学生。在特定领域，特定环节上，有兴趣占有知识高地的学生可以为同学“师”，甚至为教师“师”。在教学中发现不足，补充知识、改善教法、提高效益，亦可谓“教学相长”。

③我们的教师为了控制课堂，总担心秩序失控而严格纪律，导致紧张有余而轻松不足。轻松的氛围，使学生没有思想顾忌，没有思想负担，提问可以自由发言，讨论可以畅所欲言，回答不用担心受怕，辩论不用针锋相对。同学们的任何猜想、幻想、设想都受到尊重、都尽可能让他们自己做解释，在聆听中交流想法、沟通中达成共识。

④关系和谐，才能有轻松愉快；关系融洽，才能够民主平等。生生和谐、师生和谐、环境和谐、氛围和谐，都需要教师的大度、风度与气度。与同行斤斤计较，对学生寸步不让，艰难有和谐的课堂。和谐的关键在于善待“差生”，宽容“差生”。

⑤教学生抓重点.教学难免有意外，课堂难免有突变，应对教学意外、课堂突变的本领，就是我们通常说的驾驭课堂、驾驭学生的能力。对教师来说，让意外干扰教学、影响教学是无能，把意外变成生成，促进教学、改进教学是艺术。生成相对于教学预设而言，分有意生成、无意生成两种类型；问题生成、疑问生成、答案生成、灵感生成、思维生成、模式生成六种形式。生成的重点在问题生成、灵感生成。教学机智显亮点.随机应变的才智与机敏，最能赢得学生钦佩和行赞叹的亮点。教学机智的类型分为教师教的机智、学生学的机智，师生互动的机智，学生探究的机智。机智常常表现在应对质疑的

解答，面对难题的措施，发现问题的敏锐，解决问题的灵活。
教育智慧求妙点.从知识到能力，从情感到智慧，教育逐步进入它的最佳境界。教育智慧表现为对教育本质的要求，对教育规律的把握，对教学艺术的领悟，对教学特色的追求。

简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢
简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢
简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢
简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢
简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢
简单喜欢 简单喜欢 简单喜欢

这本书中舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5）在这里，味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。90道珍馐美馐，网溯缱绻于美食里的温润时光800张香醇华美高清图片，重温流转于光影中的惊艳瞬息。来吧，让我们开启饕餮盛宴！最周到细致的下厨房一站式炮制指南，成就轻松惬意的美食之旅最简捷流畅、最体贴入微的流程配图导视，让居家做菜有章可循、循序渐进最权威的美食地道品尝地找寻攻略，让美食体验吃在舌尖、行在路上最引人入胜、最耐人寻味的文化剖析，让美食和情怀一路同行。舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5）沿袭舌尖上的中国传世美味炮制完全攻略系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。水土的孕育选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力时令的节拍追溯中国人天人合一、顺时而食的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食食物的美寓考究了色、香、味、形之外的寓，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来街边的诱惑则选取路边摊肩挑客的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑味蕾的旧忆则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。曾经，我觉得恋爱是很复杂的事情，处理两个人关系比上大学还要难。我某个朋友还说爱情就像是放风筝，松一点不行，太紧也不行。我一直以来都觉得挺对的。我几段恋爱都失败告终，再一次印证，两性关系好难懂！我跟黄猫的感情完全没有章法可言。虽说我们相识十几年，可是真正恋爱关系却是电光火石。我还常常笑他没花心思就把我娶到了。那么什么先是朦胧，再试探，确立关系，互相了解，磨合，谈婚论嫁，全部省略了。我说你来吧。他说好。然后我们就结婚了。当然结婚后，我还是拿之前的爱情价值观来处理我们的关系，例如我说你都不买礼物给我你都不哄一下我，你都不猜猜我的心思。诸如此类。可是我发现，这样貌似将简单问题复杂化，好像在勉强别人，平白无故弄出些问题。毕竟每个人表达爱的方式都不同，我拿我想的去要求他，他也不会开心。我跟自己说，放下我执吧。也就是放下自己的要求、期望和任性，尝试去给空间对方，真的做到两个自由的人，结合出更广阔的自由。对他的工作，我不指手画脚，他自己规划，可是需要我帮助的，我全力帮助。对于家务分配，他说做的，我就不插手干，他干得怎样也不去指指点点。对方能去做已经不错，何必太要求完美对他的闲暇时间分配，跟朋友聊天什么的，不去八卦，也

作者:.360.?&本书编写组本书编写组写的的书都写得很好，最先是朋友推荐我看的

，后来就非常喜欢，他的书了。他的书我都买了，看了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲、冰心、叶圣陶、金庸，他们的书我觉得都写得很好。舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5），很值得看，看了收益很大，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省运费。书的内容直得一读在这里，味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。90道珍馐美馐，网溯缱绻于美食里的温润时光800张香醇华美高清图片，重温流转于光影中的惊艳瞬息。来吧，让我们开启饕餮盛宴！最周到细致的下厨房一站式炮制指南，成就轻松惬意的美食之旅最简捷流畅、最体贴入微的流程配图导视，让居家做菜有章可循、循序渐进最权威的美食地道品尝地找寻攻略，让美食体验吃在舌尖、行在路上最引人入胜、最耐人寻味的文化剖析，让美食和情怀一路同行。，阅读了一下，写得很好，舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5）沿袭舌尖上的中国传世美味炮制完全攻略系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。水土的孕育选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力时令的节拍追溯中国人天人合一、顺时而食的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食食物的美寓考究了色、香、味、形之外的寓，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来街边的诱惑则选取路边摊肩挑客的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑味蕾的旧忆则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。，内容也很丰富。，一本书多读几次，。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5），超值。买书就要来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费，真的不错，速度还真是快，特别是京东快递，快得不得，有一次我晚上很晚才下单，第二天一大早就送到了，把我从睡梦中吵醒了，哈哈！真是神速，而且都是正版书。在这里，味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。90道珍馐美馐，网溯缱绻于美食里的温润时光800张香醇华美高清图片，重温流转于光影中的惊艳瞬息。来吧，让我们开启饕餮盛宴！最周到细致的下厨房一站式炮制指南，成就轻松惬意的美食之旅最简捷流畅、最体贴入微的流程配图导视，让居家做菜有章可循、循序渐进最权威的美食地道品尝地找寻攻略，让美食体验吃在舌尖、行在路上最引人入胜、最耐人寻味的

舌尖上的中国，每一本书都是“食物简单认真，温暖寻常家人”，团圆家宴，从我们心底最柔软最细腻的部分出发，回到味蕾最初最深刻的记忆：滋味。以舌尖最敏感的五味为线索，循着难忘的咸、悠然的鲜、诱惑的辣、温暖的甜和回味的香，还原出一个团圆的家，将人生况味寓于舌尖五味，以舌尖五味品咂生活滋味。同时为了突出团圆节庆的气氛，我们就《舌尖上的中国：团圆家宴用心做》的90道经典至臻美味，借花献佛，精心遴选、搭配成了“春节团圆家宴”“端午祥和家宴”和“中秋赏月家宴”三大节庆菜单，用美食铺就了一条温暖静谧的回家路。食物所开启的，绝不是味蕾的满足，而是内心的平静，以及对于生活的关注，对于家人的关爱。愿您静下心来去感受，收获一份久违而原始的平静与美好。这是读书心得师者，传道授业解惑者也。古老的思想已经把教师的职责诠释得清清楚楚了。反过来，把我们自己放在这个定义上来看，有多少人合格呢如果没有严格的制度和考评机制，连课都不好好教的教师，肯定不在少数。是何原因应该源于现今的教育制度，也源于教师自身。舌尖上的中国团圆家宴用心做荟萃90道家宴经典至臻美味，为您精心打造3大传统节日饕餮菜单，南菜北做，东菜西吃，大中华美食融会贯通，食有尽爱无穷，家和万事兴。这本书，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。“水土的孕育”选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力；“时令的节拍”追溯中国人“天人合一、顺时而食”的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食：“食物的美寓”考究了“色、香、味、形”之外的“寓”，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来：“街边的诱惑”则选取“路边摊”“肩挑客”的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑：“味蕾的旧忆”则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华，在这里，

味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。90道珍馐美馐，网溯缱绻于美食里的温润时光；800张香醇华美高清图片，重温流转于光影中的惊艳瞬息。来吧，让我们开启饕餮盛宴！最周到细致的下厨房一站式炮制指南，成就轻松惬意的美食之旅；最简捷流畅、最体贴入微的流程配图导视，让居家做菜有章可循、循序渐进；最权威的美食地道品尝地找寻攻略，让美食体验吃在舌尖、行在路上；最引人入胜、最耐人寻味的文化剖析，让美食和情怀一路同行。看的人胃口大开呀

回头查了一下，我是从2010年3月开始网络购书的，算起来快5年了。师傅是我的女友好梦，她是个样样时尚都能搞懂的70后女子，若干年前我看她拿了一摞书在付款，才知道还有这等方便之事网上选书，书到付款。于是赶紧回家登录京东商城，挑选，下单。果然，很快书就送到了。从那时起到现在，我不知在京东下了多少订单，四五十次应该有了吧，因为我早已是钻石用户啦。好了，废话不多说。一直想买这书，又觉得对它了解太少，买了这本书，非常好，喜欢作者的感慨，不光是看历史或者史诗书，这样的感觉是好，就是书中的字太小了点，不利于保护视力！期待好久了废话不多说同时买了三本推拿的书和这本，比认为这本是最好的！而且是最先收到的！好评必须的，书是替别人买的，货刚收到，和网上描述的一样，适合众多人群，快递也较满意。书的质量很好，内容更好！收到后看了约十几页没发现错别字，纸质也不错。应该是正版书籍，谢谢一般情况下，女人的社会交际交需要比男性更加强烈。在传统上一般都是主张男外女内，而购物则使家庭主妇堂堂正正走出了家门，这样就暂时逃离了家人的束缚，使她们有机会同别的人、店员、商店老板以及其他购物者交往。因此，女人喜欢和朋友手挽着手去购物，在买东西的时候互相怂恿或者制止。相反，我们很少看到有两个大男人会约好一起购物的。我是一名传统女性，购物欲比别的女人更加需要的，当然，尤其是网上。通读这本书，是需要细火慢烤地慢慢品味和幽寂沉思的。亲切、随意、简略，给人洁净而又深沉的感触，这样的书我久矣读不到了，今天读来实在是一件叫人高兴之事。作者审视历史，拷问灵魂，洋溢着哲思的火花。人生是一段段的旅程，也是需要承载物的。因为火车，发生过多少相聚和分离。当一声低鸣响起，多少记忆将载入历史的尘梦中啊。其实这本书一开始我也没看上，是朋友极力推荐加上书封那个有点像史努比的小人无辜又无奈的小眼神吸引了我，决定只是翻一下就好，不过那开篇的序言之幽默一下子便抓住了我的眼睛，一个词来形容——太逗了。京东商城图书频道提供丰富的图书产品,种类包括小说、文学、传记、艺术、少儿、经济、管理、生活等图书的网上销售,为您提供最佳的购书体验。网购上京东,省钱又放心!在网上购物,动辄就要十多元的运费,往往是令许多网购消费者和商家踌躇于网购及销售的成本。在商店里我们可以看看新出现的商品,就上京东买。在这里,味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。90道珍馐美馐，网溯缱绻于美食里的温润时光800张香醇华美高清图片，重温流转于光影中的惊艳瞬息。来吧，让我们开启饕餮盛宴！最周到细致的下厨房一站式炮制指南，成就轻松惬意的美食之旅最简捷流畅、最体贴入微的流程配图导视，让居家

书本质量不错，菜谱写得比较简洁，文字不多，如果根据它来做菜的话，还是需要一些基本的经验。玉兰片是福建的山珍佳品，是用鲜嫩的冬笋或春笋经加工而成的干制品，由于形状和色泽很像玉兰花的花瓣，故称之为“玉兰片”。一种普通的菇类食材，却被冠以如此清新淡雅的名字，足见当地人对于玉兰片的珍视。玉兰花形似莲花、清新可人，开得绚丽却不招摇，像一个美而不媚的女子。玉兰花的花语是“报恩”。用此命名的玉兰片与肉片同炒，玉兰片吸收着肉片的营养、肉片因菇类的清新而不油腻，这也是一种互相借势和报答吧。主料 五花肉，切片、焯水 花菇，去蒂、切片 玉兰片，泡发、去头、切薄片 辅料 高汤 熟鸡油 生抽 料酒 盐 淀粉，兑水调成芡汁 做法

1.焯过水的肉片加少量高汤、熟鸡油，拌匀； 2.上蒸锅大火蒸30分钟；
3.花菇片与少量高汤、熟鸡油拌匀，大火蒸10分钟； 4.生抽和料酒调汁；
5.将玉兰片，蒸好的肉片和花菇片，调好的汁一起加入锅中，翻炒；开锅后加入高汤、盐调味；加芡汁勾芡起锅。 关键

1.玉兰片泡发前要仔细处理，去掉杂质和粗糙的部分；

2.高汤没有特别要求，可根据口味自行调配。

沈从文先生笔下的湘西人物，总让人觉得更近于人的本真：

他们或好勇斗狠，或大爱大恨，总是任活泼泼的生命喷薄、恣肆。不知是不是因为受了同一片水土的影响，湘西的鸭子竟以“土匪”为名——“土匪”者，跳出规制，不受管束是也。它们吸风饮露、吃鱼捉虾，依照本性自然生长。以这些鸭子为主料制成的湘西土匪鸭，肉质酥软嫩滑、细腻鲜香，遐迩闻名。其中添加了一味名叫“自然”的名贵作料。主料 鸭肉，切块 辅料 大葱，切段 白糖 姜，切片 盐 干辣椒，切段 啤酒 花椒粒 老抽 八角 生抽 桂皮 胡萝卜，切块 小茴香 红椒，切片 豆瓣酱 香菜，切段 做法

1.将鸭块和冷水一起放入锅中加热，煮沸后盛出备用；

2.用葱段、姜片炆锅，加干辣椒段、花椒、八角、桂皮和小茴香，炒出香味；

3.将煮好的鸭块放入锅中，加豆瓣酱翻炒均匀；

4.放入白糖、盐、啤酒、老抽、生抽，改用小火焖煮30

分钟左右；再加胡萝卜块，继续焖制大约20分钟；

5.放入红椒片，翻炒均匀，撒上香菜出锅。 关键

1.本菜属于湘菜，辣味较重；对于干辣椒、红椒、花椒

粒等食材，可根据个人口味酌情增减；

2.豆瓣酱已有一定咸味，因此加盐时需注意减量。

快递送货很快。还送货上楼。非常好。舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5），在这里，味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。90道珍馐美馐，网溯缱绻于美食里的温润时光800张香醇华美高清图片，重温流转于光影中的惊艳瞬息。来吧，让我们开启饕餮盛宴！最周到细致的下厨房一站式炮制指南，成就轻松惬意的美食之旅最简捷流畅、最体贴入微的流程配图导视，让居家做菜有章可循、循序渐进最权威的美食地道品尝地找寻攻略，让美食体验吃在舌尖、行在路上最引人入胜、最耐人寻味的文化剖析，让美食和情怀一路同行。，舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5）沿袭舌尖上的中国传世美味炮制完全攻略系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。水土的孕育选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力时令的节拍追溯中国人天人合一、顺时而食的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食食物的美寓考究了色、香、味、形之外的寓，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来街边的诱惑则选取路边摊肩挑客的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑味蕾的旧忆则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。。只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。在这里，味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。90道珍馐美馐，网溯缱绻于美食里的温润时光800张香醇华美高清图片，重温流转于光影中的惊艳瞬息。来吧，让我们开启饕餮盛宴！最周到细致的下厨房一站式炮制指南，成就轻松惬意的美食之旅最简捷流畅、最体贴入微的流程配图导视，让居家做菜有章可循、循序渐进最权威的美食地道品尝地找寻攻略，让美食体验吃在舌尖、行在路上最引人入胜、最耐人寻味的文化剖析，让美食和情怀一路同行。，舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5）沿袭舌尖上的中国传世美味炮制完全攻略系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。水土的孕育选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力时令的节拍追溯中国人天人合一、顺时而食的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食食物的美寓考究了色、香、味、形之外的寓，将中国人通过美食

所寄托的美好希冀表达出来街边的诱惑则选取路边摊肩挑客的小吃零食，

舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5）沿袭舌尖上的中国传世美味炮制完全攻略系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。水土的孕育选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力时令的节拍追溯中国人天人合一、顺时而食的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食食物的美寓考究了色、香、味、形之外的寓，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来街边的诱惑则选取路边摊肩挑客的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑味蕾的旧忆则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。还是同学推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看杨成志、黄晓阳、老米、王永杰、王彦彦、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。在这里，味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。90道珍馐美馐，网溯缱绻于美食里的温润时光800张香醇华美高清图片，重温流转于光影中的惊艳瞬息。来吧，让我们开启饕餮盛宴！最周到细致的下厨房一站式炮制指南，成就轻松惬意的美食之旅最简捷流畅、最体贴入微的流程配图导视，让居家做菜有章可循、循序渐进最权威的美食地道品尝地找寻攻略，让美食体验吃在舌尖、行在路上最引人入胜、最耐人寻味的文化剖析，让美食和情怀一路同行。，阅读了一下，写得很好，舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5）沿袭舌尖上的中国传世美味炮制完全攻略系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。水土的孕育选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力时令的节拍追溯中国人天人合一、顺时而食的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食食物的美寓考究了色、香、味、形之外的寓，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来街边的诱惑则选取路边摊肩挑客的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑味蕾的旧忆则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。，内容也很丰富。，一本书多读几次，。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5），超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。在这里，味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。90道

[ZZ]在京东买书有一年了，买了许多书。京东的书是正版的好书。而且实惠。我这一年来学到了许的东西。[SM]思想有提升了。这是读书心得：师者，传道授业解惑者也。古老的思想已经把教师的职责诠释得清清楚楚了。反过来，把我们自己放在这个定义上来看，有多少人合格呢？如果没有严格的制度和考评机制，连课都不好好教的教师，肯定不在少数。是何原因？应该源于现今的教育制度，也源于教师自身。[BJTJ]古人说“天地君亲师”，特别突出了“师”的地位和作用。自古教师与“天”“地”“君”“亲”是同一地位的，可享受任何特权的。对学生，教师可以有等同于父母的权利。[NRJJ]而如今的未成年人保护法出台后，结果怎样呢？学生是越来越自由了，对教师也越来越不尊敬了！以前，我们在老师面前唯恐做错事的心态，恐怕现在的学生心中再也没有了。[QY]有时候连我们自己都瞧不起自己了，老师，还算什么“灵魂的工程师”？自己都不爱自己的职业了，还能用心教学吗？不用心教学，这不是教师本质的腐败吗？年轻教师有晋升职称的压力，有了很多除了教学以外的硬性指标，缺一不可；职称晋升后的教师又想名利双收，又想占据优越的学校。[SZ]于是，不知不觉离开了“传道授业解惑”的教学原点，“心较比干多一窍”，千方百计地“补”习，“考”好成绩，“写”论文，“上”公开课，“指导”学生……

[SM]如果为了职称、为了名利真正来比教学水平，比综合素质，应该不算是什么腐败的事情。腐败的是，在学校里混的一小撮人，教学思想落后，教学方法陈旧，对孩子的思想动态、道德品质、安全意识漠不关心，对教学、科研更是不屑一顾，职称、名利却样样想通过各种手段与别人“平起平坐”，甚至要“高人一筹”。更有甚者，自誉“与世无争”，视一切为粪土，除了生儿育女、相夫教子，只求度日、退休、安度晚年，同样置学生的学业、人格发展于不顾……回首一生竟想不出到底做了哪些真正有益、有意义的事！

[BJTJ]还有，学校领导作为教师的一份子，同样存在着腐败，甚至在不知不觉中引领着教师们腐败。学校领导不能带领学校整体发展，而只照顾几个重点学科，就是一种腐败；一天忙不完的会议，不能引领师生身心健康发展，同样也是腐败；除了帮助教师造假应付检查就是被动地承接上级部署，不能创性地开展教育活动，更是一种腐败……

于是，一向被称为“清水衙门”的教育圣地——校园变得越来越污浊了，连小学生在学校就要经受“廉政文化进校园”之类的社会考验，心得体会《廉文读书心得体会——让我们都昂首地活着吧》(<http://www.unjs.com>)。这是社会的进步，还是社会的退步？

[NRJJ]人们给予教师太多的甚至是最崇高的美称：“教师是人类灵魂的工程师”、“教师是太阳底下最光辉的职业”……是啊，学高为师，德高为范，教师确实是一项崇高的职业。过去，传道、授业、解惑的精神为社会所尊崇，教师的“两袖清风”亦为民众所称道。

所以，是教师就要做一个甘于清贫、道德高尚的人，不想道德高尚、不甘于清贫就不要做教师。臧克家在《有的人》中说“有的人活着，他已经死了。有的人死了，他还活着。”既然为人，就要做一个活得有意义——有道德底线——活着的人。作为教师，我们更要随时问自己：“你还活着吗？”

意大利诗人但丁曾说过这样一句话：“一个知识不健全的人可以用道德去弥补，而一个道德不健全的人却难于用知识去弥补。”

读了这本书之后，舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5），超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。在这里，味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。90道珍馐美馐，网溯缱绻于美食里的温润时光800张香醇华美高清图片，重温流转于光影中的惊艳瞬息。来吧，让我们开启饕餮盛宴！最周到细致的下厨房一站式炮制指南，成就轻松惬意的美食之旅最简捷流畅、最体贴入微的流程配图导视，让居家做菜有章可循、循序渐进最权威的美食地道品尝地找寻攻略，让美食体验吃在舌尖、行在路上最引人入胜、最耐人寻味的文化剖析，让美食和情怀一路同行。，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。中国人讲虚实相生，天人合一的思想，于空寂处见流行，于流行处见空寂，从而获得对于道的体悟，唯道集虚。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡留白、布白，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5）沿袭舌尖上的中国传世美味炮制完全攻略系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。水土的孕育选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力

时令的节拍追溯中国人天人合一、顺时而食的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食食物的美寓考究了色、香、味、形之外的寓，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来街边的诱惑则选取路边摊肩挑客的小吃零食，重温那些曾经带给我们

纸质一般，内容还可以，再有就是评价烦人。

《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略（5）》沿袭《舌尖上的中国：传世美味炮制完全攻略》系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。“水土的孕育”选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力；“时令的节拍”追溯中国人“天人合一、顺时而食”的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食：“食物的美寓”考究了“色、香、味、形”之外的“寓”，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来：“街边的诱惑”则选取“路边摊”“肩挑客”的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑：“味蕾的旧忆”则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。

《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略（5）》沿袭《舌尖上的中国：传世美味炮制完全攻略》系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。“水土的孕育”选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力；“时令的节拍”追溯中国人“天人合一、顺时而食”的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食：“食物的美寓”考究了“色、香、味、形”之外的“寓”，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来：“街边的诱惑”则选取“路边摊”“肩挑客”的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑：“味蕾的旧忆”则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。

《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略（5）》沿袭《舌尖上的中国：传世美味炮制完全攻略》系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。“水土的孕育”选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力；“时令的节拍”追溯中国人“天人合一、顺时而食”的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食：“食物的美寓”考究了“色、香、味、形”之外的“寓”，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来：“街边的诱惑”则选取“路边摊”“肩挑客”的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑：“味蕾的旧忆”则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。

悠闲的时候，泡上一杯茶，懒散地坐在窗前，捧着一本书阅读。茶气袅袅，书香漫漫。不时地呷上一口茶，随意地翻上几页书，心神都会清爽如风。所有的声音都哑默沉寂，听到的只是自己的声息，还有那书页的翻动声，整个人仿佛都溶入书中。这时难道不是一种享受吗？反正我一直固执地认为，如果人生有种种快乐，读书恐怕是最大的快乐。这正是图书这条长河，在进入高科技时代，依然翻波起澜的所在。每次一本新书出版，看到读者排队购买，就会自然想起年轻时，自己购书找书的情景。那时北京的书店，没有现在这么多，书店最集中的地方，当属王府井大街了，只要听说有新书出版，下班后连饭都不吃，赶紧乘车往书店跑。倘若顺利地买到了，立马就会在店内翻阅，然后再去找地方吃饭，“先睹为快”此时深有体会。要是书籍已经售完，得先登记预购手续，心里踏实了才会离开，可是情绪上会有些沮丧。记得有次发行新版《鲁迅全集》，因为发行数量有限，我在书店办了预购手续，心里总还是有些不放心，乘车走到半路又折回去，找一位通过购书认识的营业员，请她一定为我盯着这件事。直到有一天这套书拿到

手，就像小时候过年拿到新衣，别提心里有多么高兴啦。当然，比这更高兴的还是阅读，拿着一本新书或喜欢的书，慢慢地品咂书中的内容，细细地咀嚼精彩的语句，感觉真的像吃一顿美餐，许久想起都是余味无穷。把书籍称为“精神食粮”，我想就是来自这种感觉。记得小时候读《水浒传》，读到那些除害兴义的章节，不仅会为梁山好汉们喝彩，而且自己仿佛就在其中，一股侠气飘飘然加身，哪里还记得此时正是何时，直到母亲走过来叫吃饭，猛然从书中的情境走出，这才知道原来是种神往。大概就是从这时候起，渐渐培养了读书的兴趣，除去不能读书的岁月，这一生总是以书为伴。读书成了我的爱好，图书成了我的朋友，所以，友人让我为书房写句话，我总是毫不犹豫地写下：“书是宝”或“读书求趣”。

在今天，拥有一部电脑如同拥有整个世界，有的人对于纸质图书，开始有些厌倦了、嫌弃了，更愿意从网上快速阅读，这样做也不是不可以，只是从感官的享受上，绝对没有读书的快乐。因为只要你想借阅读享受快乐，这种方式就永远不会消亡。而且，随着更多人浮躁情感的减退，传统阅读方式仍然会受钟爱，有关媒体报道一些古典著作图书，高印数问世后招来读者抢购，就是对此最好的印证和说明。作为今天的读者，真的很幸福很幸运，每年都有新的图书出版，任你自由自在地选购，然后回家悠闲地阅读品咂，图书如同活水浩荡的海洋。

舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5）和描述的一样，好评！上周周六，闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷，还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕！为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了，废话不说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具不这么说，不这么写，就会别扭工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是器，有时候又是事，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对腔调本身的赞美。|发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！了解京东2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360更换为，并同步推出名为的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入域名后，网页也自动跳转至。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360，新切换的域名更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为京东二字的拼音首字母拼写，也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。|||好了，现在给大家介绍两本本好书谢谢你离开我是张小嫻在想念后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小嫻最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。|两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。洗脑术怎样有逻辑地说服他人全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、

网购已成习惯!正版，便宜，快捷，非常满意

闲暇之余，有人乐于下棋、玩麻将；有人喜欢打牌、酗酒、游山逛水；余独爱书。一本书有一个故事，一个故事叙述一段人生，一段人生折射一个世界。“读万卷书，行万里路”说的正是这个道理。读诗使人高雅，读史使人明智。读每一本书都会有不同的收获。“悬梁刺股”、“萤窗映雪”，自古以来，勤奋读书，提升自我是每一个人的毕生追求。读书是一种最优雅的素质，能塑造人的精神，升华人的思想。

读书是一种充实人生的艺术。没有书的人生就像空心的竹子一样，空洞无物。书本是人生最大的财富。犹太人让孩子们亲吻涂有蜂蜜的书本，是为了让他们记住：书本是甜的，要让甜蜜充满人生就要读书。读书是一本人生最难得的存折，一点一滴地积累，你会发现自己是世界上最富有的人。

读书是一种感悟人生的艺术。读杜甫的诗使人感悟人生的辛酸，读李白的诗使人领悟官场的腐败，读鲁迅的文章使人认清社会的黑暗，读巴金的文章使人感到未来的希望。每一本书都是一个朋友，教会我们如何去看待人生。读书是人生的一门最不缺少的功课，阅读书籍，感悟人生，助我们走好人生的每一步。

书是灯，读书照亮了前面的路；书是桥，读书接通了彼此的岸；书是帆，读书推动了人生的船。读书是一门人生的艺术，因为读书，人生才更精彩！

读书，是好事；读大量的书，更值得称赞。

读书是一种享受生活的艺术。五柳先生“好读书，不求甚解，每有会意，便欣然忘食”

。当你枯燥烦闷，读书能使你心情愉悦；当你迷茫惆怅时，读书能平静你的心，让你看清前路；当你心情愉快时，读书能让你发现身边更多美好的事物，让你更加享受生活。读书是一种最美丽的享受。“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。”

一位叫亚克敦的英国人，他的书斋里杂乱的堆满了各科各类的图书，而且每本书上都有着手迹。读到这里是不是有一种敬佩之意油然而升。因为“有了书，就象鸟儿有了翅膀”吗！

然而，我们很容易忽略的是：有好书并不一定能读好书。正如这位亚克敦，虽然他零碎地记住了不少知识，可当人家问他时，他总是七拉八扯说不清楚。这里的原因只有一个，那就是他不善于读书，而只会“依葫芦画瓢”。

朱熹说过：“读书之法，在循序渐近，熟读而精思。”

所谓“循序渐近”，就是学习、工作等按照一定的步骤逐渐深入或提高。也就是说我们并不要求书有几千甚至几万，根本的目的在于对自己的书要层层深入，点点掌握，关键还在于把握自己的读书速度。至于“熟读”，顾名思义，就是要把自己看过的书在看，在看，看的滚瓜烂熟，能活学活用。而“精思”则是“循序渐近”，“熟读”的必然结果，也必然是读书的要诀。有了细致、精练的思索才能更高一层的理解书所要讲的道理！说了那么多，想说下京东商城给我的印象，价格还是可以的，而且都是正版的书，确实是我们这样爱书的人的天堂啊，呵呵！

写的的书都写得很好，还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，舌尖上的中国延伸菜谱传世美味炮制完全攻略（5）沿袭舌尖上的中国传世美味炮制完全攻略系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。水土的孕育选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力时令的节拍追溯中国人天人合一、顺时而食的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食食物的美寓考究了色、香、味、形之外的寓，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来街边的诱惑则选取路边摊肩挑客的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑味蕾的旧忆则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。非常好的一本书，京东配送也不错！读书是一种提升自我的艺术。玉不琢不成器，人不学不知道。读书是一种学习的过程。一本书有一个故事，一个故事叙述一段人生，一段人生折射一个世界。读万卷书，行万里路说的正是这个道理。读诗使人高雅，读史使人明智。读每一本书都会有不同的收获。悬梁刺股、萤窗映雪，自古以来，勤奋读书，提升自我是每一个人的毕生追求。读书是一种最优雅的素质，能塑造人的精神，升华人的思想。读书是一种充实人生的艺术。没有书的人生就像空心的竹子一样，空洞无物

。书本是人生最大的财富。犹太人让孩子们亲吻涂有蜂蜜的书本，是为了让他们记住书本是甜的，要让甜蜜充满人生就要读书。读书是一本人生最难得的存折，一点一滴地积累，你会发现自己是世界上最富有的人。读书是一种感悟人生的艺术。读杜甫的诗使人感悟人生的辛酸，读李白的诗使人领悟官场的腐败，读鲁迅的文章使人认清社会的黑暗，读巴金的文章使人感到未来的希望。每一本书都是一个朋友，教会我们如何去看待人生。读书是人生的一门最不缺少的功课，阅读书籍，感悟人生，助我们走好人生的每一步。书是灯，读书照亮了前面的路书是桥，读书接通了彼此的岸书是帆，读书推动了人生的船。读书是一门人生的艺术，因为读书，人生才更精彩！读书，是好事读大量的书，更值得称赞。读书是一种享受生活的艺术。五柳先生好读书，不求甚解，每有会意，便欣然忘食。当你枯燥烦闷，读书能使你心情愉悦当你迷茫惆怅时，读书能平静你的心，让你看清前路当你心情愉快时，读书能让你发现身边更多美好的事物，让你更加享受生活。读书是一种最美丽的享受。书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。一位叫亚克敦的英国人，他的书斋里杂乱的堆满了各科各类的图书，而且每本书上都有着手迹。读

[ZZ]写的的书都写得很好，[sm]还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。[SM]，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。

书的内容直得一读[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。

[SM]，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。[BJTJ]，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。

中国人讲“虚实相生，天人合一”的思想，“于空寂处见流行，于流行处见空寂”，从而获得对于“道”的体悟，“唯道集虚”。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡“留白”、“布白”，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个“皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨”的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，[NRJJ]希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。

很好的书籍很好的学习必备佳品，，，，希望宣传能给力的，能越做也好，下次还会在来的额，京东给了我不一样的生活，这本书籍给了我不一样的享受，体会到了购物的乐趣，让我深受体会啊。希望你能越做越好，成长有你有我大家一起来，很好的宝贝。

本系列书跟以往一样的90道菜 01 水土的孕育 02 时令的节拍 03 食物的美寓 04 街边的诱惑 05 味蕾的旧忆 羊蝎子火锅1 小窝头27 四喜丸子45 冰糖葫芦58 芥末墩儿门76 葱扒牛舌2 子推蒸饼28 元宝肉46 艾窝窝门59 和子饭77 手扒羊肉3 酱爆螺蛳29 鲈鱼莼菜羹47 糖耳朵60 老虎菜78 大骨棒4 香椿锅塌豆腐30 炒和菜48

面茶61 酒酿水子79 杀猪菜5 莲藕煲鸭汤31 大麻元49 豆腐圆子门62 浆水面80 黄焖羊肉6
单县羊肉汤32 青海三烧50 茴香豆63 生煎81 栗子黄焖鸡7 鸡丝凉面33 老友粉51
芝麻盐门64 油鸡枞82 丁香肘子8 羊肉粉汤饺子34 炒血糯八宝饭52 新疆曲曲65
猪脚姜83 洒卤鸭9 红烧羊肉35 扳指干贝53 炒糊饽66 子姜炒鸭84 香炸琵琶虾10 糍粑36
烧三合54 发菜蒸蛋67 回族八宝茶85 盱眙龙虾11 返沙芋头37 修水哨子55 手把馓子68
鸡蛋灌饼86 干锅鱼12 地菜煮鸡蛋38 土家炕洋芋56 广式萝卜糕69 红油烧面筋87
啤酒烧鸭13 面扇子39 蒸苦累57 花生粘70 猫耳朵88 花菇玉兰片14 小麻花40
鸡丝香菇洋芋粑71 驴肉火烧89 水煮肉片15 芥菜饭41 康家脆哨面72 狗浇尿90
湘西土匪鸭16 鲅鱼水饺42 菜脯蛋73 开水白菜17 红糖年糕43 破酥包子74 烧鸡公18
重阳糕44 南昌凉拌藕75 滑蛋牛肉19 客家酿豆腐20 干锅鸡21 梧州纸包鸡22 鹅肝酱片23
荔枝肉24 台湾麻油鸡25 菠萝鸡26

书很不错，是正版，比书城便宜很多能派到用处

记得有一次，我独自一人出来逛街。逛了大半天，什么也没有买到，不是东西不合适，就是价格太高，就在我准备两手空空打道回府的时候，无意中发现前方不远处有一个卖小百货的商店，走上前去一看，商店里面正挂着一些极其精致漂亮的背包，那时为了不至于两手空空回去，我总想凑合着买点东西，经过一番讨价还价，便商定了价格，付了钱之后，我正准备拿起我相中的背包离开的时候，无意中发现背包上有一根拉链坏了，于是我又重新挑选了一个，正要转身离开，那店主居然耍赖说我还没有付钱，硬拉着要我付钱，还说什么谁能证明你付了钱呢？没办法，我是自己一个人去的，旁边又没有其它顾客，谁能证明呢？天晓得。我辩不过她，只好愤愤不平地两手空空回去了。从那以后，我吃一堑，长一智，我就常常到网上购物了。本来我这个地区就没货

所以发货就晚了。但是书真的不错 只要发货就很快就到，应该是正品 至少录音啊

词语没有错，快递很快哦

继续努力，书已经送给门卫签收，不过快递员还打电话通知我，这样的服务态度真的值得其他的快递员学习，东京快递真的不错。好了，我现在来说说这本书的观感吧，坐得冷板凳，耐得清寂夜，是为学之根本；独处不寂寞，游走自在乐，是为人之良质。潜心学问，风姿初显。喜爱独处，以窥视内心，反观自我；砥砺思想，磨砺意志。学与诗，文与思；青春之神思飞扬与学问之静寂孤独本是一种应该的、美好的平衡。在中国传统文人那里，诗人性情，学者本分，一脉相承久矣。现在讲究“术业有专攻”，分界逐渐明确，诗与学渐离渐远。此脉悬若一线，惜乎。我青年游历治学，晚年回首成书，记忆清新如初，景物历历如昨。挥发诗人情怀，摹写学者本分，意足矣，足已矣。京东商城图书频道提供丰富的图书产品,种类包括小说、文学、传记、艺术、少儿、经济、管理、生活等图书的网上销售,为您提供最佳的购书体验。网购上京东,省钱又放心!在网上购物,动辄就要十多元的运费,往往是令许多网购消费者和商家踌躇于网购及销售的成本。就在买方卖方都在考虑成本的同时,京东做了一个表率性的举动。只要达到某个会员级别,不分品类实行全场免运费。这是一个太摔的举动了,支持京东。给大家介绍本好书《小时代3.0：刺金时代》内容简介《小时代3.0：刺金时代》是郭敬明的第五部长篇小说，于2007年11月开始在《最小说》上独家连载，获得读者们空前热烈的追捧，各大媒体的相关讨论和争议也层出不穷，一场火爆的《小时代3.0：刺金时代》风潮由此掀起。郭敬明在《小时代3.0：刺金时代》的创作中，又一次展现了对多种文字风格的完美驾驭能力。他以全新的叙事风格和敏感而细微的笔触，将当代青少年、大学生、都市白领的生活和情感故事集中、加工、娓娓道来，从小角度展现了作者对整个社会的观察和思考。这部长篇系列正式开始前，郭敬明曾许诺将要连续创作五年，而在五年终结之际，《小时代3.0：刺金时代》系列将如约迎来它辉煌的谢幕。林萧、简溪、顾源、顾里、南湘、唐宛如……五年间，他们已然成为陪伴读者们度过青春时期的伙伴，他们仿佛活生生地站在读者身边，呼吸着，微笑着，与每一个人共同欢乐，共同哭泣。故事有终结的一天，然而人物却能跃出故事，在读者心中长长久久地鲜活下去，从这个意义上讲，《小时代3.0：刺金时代》是每一个读者的小时代，它永远也不会完结。

货好送货又快 书不错 还送光碟 就是快递不给力 太慢了 但还行 好期待的书
可来了女性是天生的购物狂，对于购物总是有一些潜藏在体内的欲望，其实女性购物是心理的一定反映，尽管并非所有女性都承认，促使购物欲出现的原因也并非每个女性都一样。西方有句古话：把东西卖给有钱、有势、有需求的人。有趣的是，这里的“人”更适合于指代女人。现代女性普遍经济独立，在家庭购物中大权在握，堪称“有钱有势”。而说到有需求，最近英国一本时尚杂志的调查结果作了最好的注脚——女人每5秒就要想到一次购物，这种痴迷甚至超过了与自己的伴侣相处。当然拉，我这种女性，自然喜欢到网上京东来挑选东西拉。嘻嘻！好了废话不说。我喜欢看这类书，只要你成为公司的资产，而不是公司的负累，就是声音最大的职员。每个职员在公司内都有属于他本人的一部账簿，一旦有赤字出现，就要注意自己的地位，自己是否会有动摇的可能。多拿雇主的薪金不要紧。所谓食君之禄，担君之忧。问题只在于你能担的忧是否可以平衡你食的俸禄。除了在业务上产生真金白银的进账，是对你本身物有所值的铁证之外，还有别的贡献是可以消弭雇主对你过分高薪的疑虑的。那就是要勤力，把工作的时间延长，这很重要。一个职员可以容纳大量的工作，应付长时间的服务，相比之下，就等于价廉物美。我差不多可以肯定的告诉你，没有老板不是斤斤计较的人，你必须让他在你的个人数簿上，有可见的盈利，才最安全。[就在我胡思乱想时，一页纸从书中掉落出来，竟然是中国青年出版社的公用信笺，上面居然有我用钢笔胡乱翻译的德莱顿的诗歌《爱之永诀》，改得稀里哗啦，还沾了一块墨水，还有几道看来是给钢笔试水的蓝印子，看来是用我那个旧办公桌上的蘸水笔写的。这令我立即感伤难耐起来。那张桌子，是文学室一个受排挤的主任怅然离开后传给我的，特别宽大的旧木头桌，上面遍布划痕，我曾经希望那是文学室当年著名的大作家萧也牧用过的桌子，从五十年代一直传到我这里。好了，现在给大家介绍两本好书：《婚姻是女人一辈子的事》简介：最实用剩女出嫁实战手册、婚女幸福宝典；婚姻不是最终归宿，幸福的婚姻才是真正的目的；内地首席励志作家陆琪
首部情感励志力作；研究男女情感问题数年，陆琪首本情感婚姻励志作品。作者作为怀揣女权主义的男人，毫无保留地剖析男人的弱点，告诉女人应该如何分辨男人的爱情，如何掌控男人，如何获得婚姻的幸福。事实上，男人和女人是两种完全不同的动物，用女人的思考方式，永远也了解不透男人。所以陆琪以男性背叛者的角度，深刻地挖掘男人最深层的情感态度和婚姻方式，让女人能够有的放矢、知己知彼，不再成为情感掌控的弱者。二、《正能量（实践版）》——将“正能量”真正实践应用的第一本书！心理自助全球第一品牌书！销量突破600万册！“世界级的演讲家和激励大师”韦恩·戴尔，为我们带来了这本世界级的心理学巨作！他在韦恩州立大学获得过教育咨询博士学位，曾任纽约圣约翰大学教授，是自我实现领域的国际知名作家和演讲家。他出版过28本畅销书，制作了许多广播节目和电视录像，而且在数千个电视和广播节目中做过嘉宾访谈。本书跻身《纽约时报》畅销书榜数十周之久，在全球取得了极高的赞誉，曾激励数百万人走上追逐幸福之途。《正能量（实践版）》——内容最实用、案例最详实，10周改善你的人生！这本书是作者联合数十位科学家、心理学家，耗费十余年心力的研究结晶。通过一系列行之有效的方法，以帮助所有身处人生低谷、长期焦虑、沮丧、消沉、自我怀疑的人，过上幸福喜乐的生活。每一章都像一次心理咨询，详细论述了各种自我挫败行为，分析我们之所以不愉快、消极应对生活的原因，把人们日常生活中所暴露的性格缺陷（如自暴自弃、崇拜、依赖）和不良情绪（如悔恨、忧虑、抱怨、愤怒）逐条分析，揭开你最想知道的心理学真相，每章结尾都提供了简易的方法，使得你即刻改变恶行，拥抱新生。

舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略3》延续本套书系的章节设置思路，分为江海之余味、五味之灵动、味蕾之甘甜、异域之情致、岁月之沉淀五章。选菜以简约二字作为“地道”的首要标准，恪守但凡居家做菜多以简约为要的原则，确保正宗的同时简化步骤；同时，基于对烹饪“感觉”的重视，增多了“关键”板块的内容，将妈妈级、祖母级的烹饪心得完整呈现；摄影团队也从“感觉”入手，餐具大巧若拙，用光突

出自然感觉，菜式成品图的设计强调您初见它时的感觉--映满眼帘，如同就端在桌前。愿每一道菜都能让您有如若初见的感觉，由之带来的幸福滋味久久溢满心田。《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略3》延续本套书系的章节设置思路，分为江海之余味、五味之灵动、味蕾之甘甜、异域之情致、岁月之沉淀五章。选菜以简约二字作为“地道”的首要标准，恪守但凡居家做菜多以简约为要的原则，确保正宗的同时简化步骤；同时，基于对烹饪“感觉”的重视，增多了“关键”板块的内容，将妈妈级、祖母级的烹饪心得完整呈现；摄影团队也从“感觉”入手，餐具大巧若拙，用光突出自然感觉，菜式成品图的设计强调您初见它时的感觉--映满眼帘，如同就端在桌前。愿每一道菜都能让您有如若初见的感觉，由之带来的幸福滋味久久溢满心田。《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略3》延续本套书系的章节设置思路，分为江海之余味、五味之灵动、味蕾之甘甜、异域之情致、岁月之沉淀五章。选菜以简约二字作为“地道”的首要标准，恪守但凡居家做菜多以简约为要的原则，确保正宗的同时简化步骤；同时，基于对烹饪“感觉”的重视，增多了“关键”板块的内容，将妈妈级、祖母级的烹饪心得完整呈现；摄影团队也从“感觉”入手，餐具大巧若拙，用光突出自然感觉，菜式成品图的设计强调您初见它时的感觉--映满眼帘，如同就端在桌前。愿每一道菜都能让您有如若初见的感觉，由之带来的幸福滋味久久溢满心田。《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略3》延续本套书系的章节设置思路，分为江海之余味、五味之灵动、味蕾之甘甜、异域之情致、岁月之沉淀五章。选菜以简约二字作为“地道”的首要标准，恪守但凡居家做菜多以简约为要的原则，确保正宗的同时简化步骤；同时，基于对烹饪“感觉”的重视，增多了“关键”板块的内容，将妈妈级、祖母级的烹饪心得完整呈现；摄影团队也从“感觉”入手，餐具大巧若拙，用光突出自然感觉，菜式成品图的设计强调您初见它时的感觉--映满眼帘，如同就端在桌前。愿每一道菜都能让您有如若初见的感觉，由之带来的幸福滋味久久溢满心田。《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略3》延续本套书系的章节设置思路，分为江海之余味、五味之灵动、味蕾之甘甜、异域之情致、岁月之沉淀五章。选菜以简约二字作为“地道”的首要标准，恪守但凡居家做菜多以简约为要的原则，确保正宗的同时简化步骤；同时，基于对烹饪“感觉”的重视，增多了“关键”板块的内容，将妈妈级、祖母级的烹饪心得完整呈现；摄影团队也从“感觉”入手，餐具大巧若拙，用光突出自然感觉，菜式成品图的设计强调您初见它时的感觉--映满眼帘，如同就端在桌前。愿每一道菜都能让您有如若初见的感觉，由之带来的幸福滋味久久溢满心田。

先，包装挺严实，收到后比较满意，跟实体店或者超市买的完全一样，配送员的服务态度也是很好，很客气的，比不少快递要服务周到得多，对于这次购物，整体来说是比较满意的

期待的东东今天终于到了，今天下午快递刚刚打电话过来，我就就迫不及待了出去迎接了，呵呵！快递的配送员态度是很不错的，非常有礼貌，也是很客气的，比其他好多快递的配送员态度要好十万八千里，记得上次在其他地方买的东西，快递送过来的时候通也不通知一声，直接仍物管那个架子上，本来几天前就到了，害得我以为还没有到，终于等不急了问了掌柜的，查询跟踪信息后才发现几天前就已经到了，还是打电话过去问负责配送的人才知道被他给仍物管了。但是放物管那起码得通知一声是吧，打个电话也就十几秒的事，不是好话费很多钱和时间吧，问他为什么不通知，他直接回复，我们送东西都是直接放物管的，你自己看跟踪信息就知道了啊，真是气得够呛。唉！发了这么多牢骚，就是为了说明京东的快递配送员是很不错的，及时通知，而且包装很结实，也很漂亮，应该没有被暴力运输的，收到东西整个人心情都是完全不一样的，非常舒畅

和满意的。配送员还特意提醒，“如果有需要的话，要不要开包验货？”，服务确实是比较到位的，不错不错。谁不希望别人对你态度好点，有礼貌点，当然都是相互的，你对我态度好，我当然也同样的会对你好！

为了不耽误快递员的时间，自己没有当面打开验货，当时当打开包装的时候，跟自己期望的东西是完全一样的，自己以前也在实体店和超市买过，同样的东西，没有任何问题，下次买东西还是首选京东，方便又快捷，更主要的是心情好！

再者，跟自己到实体店购买，在京东购买有八大便利，首先省事省时；其次，在网上购买有价格优势；然后不用操心，快递直接送货上门；最重要的是质量有保证。如果自己亲自到实体店购买的话，来回起码在路上得花一定的时间，而且就算你去了，也不一定保证在所到的书店有需要的东西，如果要同时买几样东西的话，在同一个书店如果没有那就更加悲剧了，耽误的时间就更多，也让自己心烦意乱，费时费事。但是在京东上购买的话，同样的东西，不仅价格相对更便宜，而且搜索起来方便，能够轻松的找到自己所需要的东西，快捷方便，最主要的是你不用自己花时间找商品，自有京东库房的工作人员帮忙拿货再发货，大大节约了时间，少了麻烦。京东所选择的快递相对来说也是不错的，态度也是比较客气的，速度也是跟其他快递比起来，绝对的够快，而且满39包邮，省钱省心省事，这是一个很好的购物平台，推荐大家一起享用，就唠叨到这，总之比较满意的！

作为一个美食家，食物的美妙味感固然值得玩味，但是食物是从哪里来的？毫无疑问，我们从大自然中获得所有的食物，在我们走进厨房，走向餐桌之前，先让我们回归自然，看看她给我们的最初的馈赠。

选取生活在境内截然不同的地理环境(如海洋、草原，山林，盆地，湖泊)中的具有代表性的个人、家庭和群落为故事主角，以及由于自然环境的巨大差异(如干旱，潮湿，酷热，严寒)所带来的截然不同的饮食习惯和生活方式为故事背景，展现大自然是以怎样不同的方式赋予人食物，我们又是如何与自然和谐相处，从而了解在世代相传的传统生活方式中，通过各种不同的途径获取食物的故事。主食是餐桌上的主要食物，是人们所需能量的主要来源。从远古时代赖以充饥的自然谷物到如今人们餐桌上丰盛的、让人垂涎欲滴的美食，一个异彩纷呈、变化多端的主食世界呈现在你面前。重描绘不同地域、不同民族、不同风貌的有关主食的故事，展现人们对主食的样貌、口感的追求，处理和加工主食的智慧，以及人对主食的深厚情感。

腐乳、豆豉、黄酒、泡菜，都有一个共同点，它们都具有一种芳香浓郁的特殊风味。这种味道是人与微生物携手贡献的成果。而这种手法被称作“发酵”。人的老祖宗，用一些坛坛罐罐，加上敏锐的直觉，打造了一个食物的新境界。要达到让食物转化成美食的境界，这其中要逾越障碍，要营造条件，要把握机缘，要经历挫败，从而由“吃”激发出最大的智慧。要有腊肉，火腿，烧腊，咸鱼(腌鱼)，腌菜，泡菜，渍菜，以及盐渍，糖渍，油浸，晾晒，风干，冷冻等不同食物保存方法，展现以此为基础和原材料的各种美食。

贮藏食物从早先的保存食物方便携带发展到人们对食物滋味的不断追求，保鲜的技术中蕴涵了人的智慧，呈现着人的生活，同时“腌制发酵保鲜”也蕴含有人的情感与文化意象，如对故乡的思念，内心长时间蕴含的某种情感等等。

与西方“菜生而鲜，食分而餐”的饮食传统文化相比，的菜肴更讲究色、香、味、形、器。而在这一系列意境的追逐中，的厨师个个都像魔术大师，都能把“水火交攻”的把戏玩到如火纯青的地步，这是8000年来的修炼。我们也在这一漫长的过程中经历了煮、蒸、炒三次重要的飞跃，他们共同的本质无非是水火关系的调控，而至今世界上懂得蒸菜和炒菜的民族也仅此一家。将主要透过与具有精湛美食技艺的人有关的故事，一展人在厨房中的绝技。饮食素有“味”是灵魂之说。不同的原材料，不同的调味品，不同的调制手法，不同的调味大师，引领食物到达更加美味的境界。咸鲜，甜咸，酸甜，酸辣，麻辣，香辣，苦香，鲜香……每一种美食，经过人的精心烹饪制作，呈现了不同的味型与气质。要探究人烹制各种口味所需不同调味料，展示丰富的调味料的制作工艺，解密人高超的调味技术。以餐桌上的美食为出发点，继而将视线投向生产出各种美食原材料的广袤田野，探究美食的来源，它们是如何被人类以各种方式培育出来，并突出体现生

态环保的农业生产方式，正是这样的方式才能为美食提供至关重要的品质保证——优良和清洁。

自然的馈赠

中国拥有众多的人口，也拥有世界上最丰富多元的自然景观：高原、山林、湖泊、海岸线……这种地理和气候的跨度，有助于物种的形成和保存，使得中国比其他任何一个国家都拥有更多潜在的食物原材料。人们在这片广饶的土地上采集、捡拾、挖掘、捕捞……以各种方式领受这份自然的馈赠。

穿越四季，我们即将看到美味背后人和自然的故事。

在我们走进厨房、走向餐桌之前，先让我们回归自然，跟随生活在海洋、草原、山林、盆地和湖泊中的个人、家庭和族群，感受他们截然不同的饮食习惯和生活方式，寻找大自然带给我们的最初馈赠。

1 松茸，野生菌中的贵族

云南香格里拉，被雪山环抱的原始森林，雨季里空气阴凉。在这片松树和栎树自然混交林中，单珍卓玛和妈妈正在寻找一种精灵般的食物。想跟上单珍卓玛的脚步，不是一件容易的事情。

单珍卓玛在松针下找到的是松茸——一种珍贵的食用菌。这种菌只能在没有污染的高海拔山地中存活，一般走一公里的路才能找到一朵。即便如此艰难，为保证品质，单珍卓玛和妈妈也绝不会采摘伞盖已经打开的松茸。

吉迪村是香格里拉松茸产地的中心。凌晨

3点，这里已经变成一个空村，所有有能力上山的人都已经出门去寻找神奇的松茸。单珍卓玛和妈妈也不例外。穿过村庄，母女俩要步行进入 20 公里之外的原始森林。

即使对于熟悉森林的村民而言，捡拾松茸也是一项凭运气的劳动。品质高的松茸都隐藏在土层之下，单珍卓玛的妈妈找寻到两天前亲手掩藏过的菌坑，发现沙壤土层中果然又长出了新的松茸，可惜今年雨水不足，松茸太小。

以前藏族人都不爱吃松茸，嫌它的味儿怪，那时松茸也就几毛钱一斤。可是这几年，松茸身价飞涨。一个夏天上万元的收入，使牧民在雨季里变得异常辛苦。松茸收购恪守严格的等级制度，48 个不同的级别，从第一手的产地就要严格区分。一级菌，个大，品质好，收购价格最高。此外，松茸价格还会随着产量多少发生变化，今年产量少，价格高。

松茸保鲜的期限是 3 天。商人们以最快的速度，对松茸进行精致的加工，价格也随之飞升。例如一只松茸在产地的收购价是 80 元，6 个小时之后，它就会以 700 元的价格出现在东京的超级市场中。

刚刚过去的一天，单珍卓玛和妈妈走了 11 个小时的山路，但是捡来的松茸品质一般，换回的钱很少。卓玛心里很着急，因为错过雨季的这一个月，松茸就会消失得无影无踪。

全家人期待隔天的好运气。

云南只有两个季节：旱季和雨季。从每年的 11 月开始，干燥而温暖的风浩浩荡荡地吹上半年，等到次年 5 月底，雨水才抵达迪庆州的香格里拉。大雨让原始森林里的各种野生菌都迅速疯长出来，但是杂菌引不起单珍卓玛和妈妈的兴趣。大雨是自然给的礼物，在付出相同的时候，好的运气带给单珍卓玛更多的收获。松茸出土后，单珍卓玛立刻用地上的松针把菌坑掩盖好，只有这样，菌丝才不会被破坏。为了延续自然的馈赠，藏民们遵守着山林的规矩。

2 厨师爱笋，曰其单纯

松茸的味道虽然独特，但是流行在餐桌上不过 30 年。在中国的传统食谱中，还有另外一种来自山林的极品美味——竹笋。取最新鲜的冬笋切寸段，下重油，加各种调味料，即成为江浙一带最常见的家常菜——油焖冬笋。

在中国，有很多人依靠竹林生活，他们是了解竹笋的高手。在他们看来，毛竹最好单独种植，不要等桑木松木都种起来了再栽种，否则就影响了毛竹的生长，笋就挖不到了。

老包是浙江人，他的毛竹林里长出过遂昌最大的一个冬笋。冬笋藏在土层的下面，从表面上看，什么也没有。但老包只需要看一下竹梢的颜色，就能知道笋的准确位置，清楚在这一片了无生机的土层之下，哪里正有冬笋萌发。

冬笋时令性极强又难以保存，而且去掉笋衣之后，可食用的部分所剩无几。但这些缺点都不妨碍中国厨师爱笋，因为它的质地单纯，极易吸收所搭配食物的滋味，尤其是与肥

腻的肉类脂肪可以形成美妙的平衡。

人生在世，吃穿二事，很早我们就知道了这句话。人虽然作为高级动物，但仍需要与普通动物一样：“吃”。所以，零零总总令人眼花缭乱的各类美食也孕育而生，从古至今，长盛不衰。饮食行业也成为三百六十行常展长新的行当，而饮食业也形成了自己独特的文化，说的更直接些就是一种“吃”的文化。

中国有着5000年的悠久历史，中国有着灿烂丰富、博大精深的饮食文化；中国人注重“天人合一”，中餐以食表意、以物传情的特点。所以也就使得中国传统的饮食美食都“食出有门”如中华饮食文化理论奠基人??孔子的《论语》中就有关于饮食“二不厌、三适度、十不食”的论述。直至两千年后的今日，仍具有极高的理论指导性。中华茶道始主??陆羽认为茶道在中华饮食文化中的地位几乎与酒等量齐观，他曾遍访名茶产区荐评品第，又精研泉水，次第品级。中华食文化之圣??袁枚其《随园食单》经历五十年才写成，成为中华饮食史上光前裕后之作，也有中华饮食文化“食经”的美誉。还有以味道治国的大臣??伊尹将饮食的“色、香、味、形”与治国相融合，所以就有了“治国若烹小鲜”之说。由此，这就形成了我们传统的饮食有“四重”的特点：

- 1、重食：古人就有：“民以食为天”之说，见面常问“吃过没有？”足见饮食文化的地位。
- 2、重养：以“五谷”养“六脏”，饮食中重视人体养生保健。
- 3、重味：中华饮食最注意食物的味，讲究“色、香、味、型”。各种味道差异构成各种菜系的基础。
- 4、重理：注意各种食物的搭配，以相生相克、相辅相成等阴阳调和之理性认识指导烹饪。

正是由于中华饮食讲究料、作、食等等的精细，内容丰富且博大精深，民族特色鲜明，既兼容又特别，从古到今，历代相传又推陈出新。

不同的饮食习惯造就了不同的饮食文化。中国人大而全的一贯作风，吃饭时自然是七大盘、八大碗，一是显示了富足，二是摆足了排场；近而各地比吃、全国争雄，最终形成了八大菜系，也就是吃方面八个不同的“高手”；说得虽有些低俗，但还是很能传情达意的。

因此，中华饮食文化就其深层内涵，可以简单概括成八个字：精致、悦目、坠情、礼数。这八个字，反映了饮食活动过程中饮食品质、审美体验、情感活动、社会功能等所包含的独特文化意蕴，也反映了饮食文化与中华优秀传统文化的密切联系。

精致；我们在得意时都喜欢在酒馆、餐厅里点几个精致小菜，或自己做几个精致小菜来犒赏自己与亲戚友人，而这时就需要吃出一种气氛、品位甚至是文化来。饮食既然作为一种文化，一种“吃”的文化，精品意识作为一种文化精神，却越来越广泛、越来越深入地渗透、贯彻到整个饮食活动过程中。选料、烹调、配伍乃至饮食环境，都体现着“精致”。尤其是现在非常注重个人身体保健的现代社会，更是要求我们的饮食向精致化发展，使饮食中融入文化，透出文化，从而“吃”出文化来，避免和摒弃那种“过之屠门而大嚼”不雅行为和有损健康的不良习惯。

悦目；这是将“吃”的文化与内涵进行升华的高级阶段，体现了饮食文化的审美特征。中华饮食之所以能够征服世界，重要原因之一，就在于它美，它令食者有“三月不知肉味”的同时，更令人拍案叫绝和赏心悦目。这种悦目，是指中国饮食活动形式与内容的完美统一，是指它给人们所带来的审美愉悦和精神享受，首先是味道美。孙中山先生讲“辨味不精，则烹调之术不妙”，将对“味”的审美视作烹调的第一要义。

令人悦目的美味佳肴作为饮食文化的一个基本内涵，它是中华饮食的魅力之所在，悦目贯穿在饮食活动过程的每一个环节中。

坠情；这是对中华饮食文化社会心理功能的概括。因为菜系和饮食中蕴藏着各种感情在其中。做的人付出心血和真情用心去做，而吃者更是品味到自己喜欢的饮食则抱着的是一种感激与赞赏。吃吃喝喝，不能简单视之，它实际上是人与人之间情感交流的媒介，是一种别开生面的社交活动。一边吃饭，一边聊天，可以做生意、交流信息、采访。朋友离合，送往迎来，人们都习惯于在饭桌上表达惜别或欢迎的心情，感情上的风波，人们也往往借酒菜平息。这是饮食活动对于社会心理的调节功能。过去的茶馆，大家坐下来喝茶、听书、摆龙门阵或者发泄对朝廷的不满，实在是一种极好的心理按摩。

中华饮食之所以具有“抒情”功能，是因为“饮德食和、万邦同乐”的哲学思想和由此而出现的具有民族特点的饮食方式。对于饮食活动中的情感文化，有个引导和提升品位的问题。我们要提倡健康优美、奋发向上的文化情调，追求一种高尚的情操。

礼数；是指饮食活动的礼仪性。中国是礼仪之邦，而这种礼仪与礼数也渗透到了饮食当中。而饮食讲究“礼数”，这与我们的传统文化有很大关系。生老病死、送往迎来、祭神敬祖都是礼。《礼记·礼运》中说：“夫礼之初，始诸饮食。”“礼数”中也讲究着一种秩序和规范，比如在重要场合坐席的方向、箸匙的排列、上菜的次序、有些菜的象征、来历等等都体现着“礼数”。人

生煎 (100%好评) 舌尖上的中国：民间经典山西菜 (98%好评) 干锅鱼 荔枝肉
子推蒸饼 小麻花 食物的美寓 青海三烧 土家炕洋芋 糖耳朵 炒糊饽 康家脆哨面
芥末墩儿 猫耳朵 ¥24.20(7折) 5条 ¥23.40(6.5折) g ¥20f.00(h6.8折) 474条 5条 15条
¥32.70(g7.3折) ¥22.90(7.9折) 10条 ¥27.40(6折) 栗子黄焖鸡 啤酒烧鸭 滑蛋牛肉
麻油鸡 酱爆螺蛳 红烧羊肉 四喜丸子 老友粉 蒸苦累 面茶 发菜蒸蛋 菜脯蛋 猪脚姜
驴肉火烧 妈咪宝贝四季美食DIY：新手妈妈生活必备 白领快手菜 (m97%好评)
(90%好评) 在家做西点 (附DVD视频光盘1张) 地方特色菜1688例 (100%好评)
(94%好评) 舌尖上的中国：民间经典江苏菜

《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略 (5) 》沿袭《舌尖上的中国：传世美味炮制完全攻略》系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。“水土的孕育”选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力；“时令的节拍”追溯中国人“天人合一、顺时而食”的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食：“食物的美寓”考究了“色、香、味、形”之外的“寓”，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来：“街边的诱惑”则选取“路边摊”“肩挑客”的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑：“味蕾的旧忆”则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。

F 糍粑 元宝肉 04 豆腐圆子 门破酥包子 老虎菜 狗浇尿 H 256条 4条
J ¥22.90(6.6折) ¥13.70(6.9折) ¥13.50(6折) 10条 172条 ¥20.50(6.9折) ¥15.90(6.K7折)
K 序 洒卤鸭 M 水煮肉片 02 莲藕煲鸭汤 鲅鱼水饺 元宝肉 0L4 豆腐圆子 门破酥包子
老虎菜 狗浇尿 256条 4条 ¥22.90(6.6折) 10条 ¥20.50(6.9折) 洒卤鸭 莲藕煲鸭汤
南昌凉拌藕 (96%好评) 舌尖上的中国：团圆家宴用心做

舌尖上的中国：民间经典江西、徽州菜 (97Q%好评) R 舌尖上的中国美食大全集
湘西土匪鸭 时令的节拍 重阳糕 S 冰糖葫芦 S 鸡蛋灌饼 ¥23.40(6.5折) 2条 7条 01
盱眙龙虾 鹅肝酱片 面扇子 艾窝窝 门生煎 U (100%好评)
最实用的家庭美食菜谱：一V学就会做家常V菜168V8例
舌尖上的中国：传世美味炮制完全攻略2 水土的孕育 荔枝肉 X 食物的美？

《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略 (5) 》沿袭《舌尖上的中国：传世美味炮制完全攻略》系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。“水土的孕育”选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力；“时令的节拍”追溯中国人“天人合一、顺时而食”的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食：“食物的美寓”考究了“色、香、味、形”之外的“寓”，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来：“街边的诱惑”则选取“路边摊”“肩挑客”的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑：“味蕾的旧忆”则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。《舌尖上的中国延

伸菜谱：传世美味炮制完全攻略（5）》沿袭《舌尖上的中国：传世美味炮制完全攻略》系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。“水土的孕育”选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力；“时令的节拍”追溯中国人“天人合一、顺时而食”的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食：“食物的美寓”考究了“色、香、味、形”之外的“寓”，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来：“街边的诱惑”则选取“路边摊”“肩挑客”的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑：“味蕾的旧忆”则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略（5）》沿袭《舌尖上的中国：传世美味炮制完全攻略》系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。“水土的孕育”选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力；“时令的节拍”追溯中国人“天人合一、顺时而食”的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食：“食物的美寓”考究了“色、香、味、形”之外的“寓”，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来：“街边的诱惑”则选取“路边摊”“肩挑客”的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑：“味蕾的旧忆”则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。《舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略（5）》沿袭《舌尖上的中国：传世美味炮制完全攻略》系列菜谱的章节设置思路，从小处着眼，突出乡愁、怀旧和中国人的原始智慧，分为水土的孕育、时令的节拍、食物的美寓、街边的诱惑和味蕾的旧忆五章。“水土的孕育”选取各地最具代表性的传世美味，展示地域文化赋予不同食物的独有魅力；“时令的节拍”追溯中国人“天人合一、顺时而食”的古老智慧，以节气更替为线索，选取时令饮食：“食物的美寓”考究了“色、香、味、形”之外的“寓”，将中国人通过美食所寄托的美好希冀表达出来：“街边的诱惑”则选取“路边摊”“肩挑客”的小吃零食，重温那些曾经带给我们无尽快乐的美食诱惑：“味蕾的旧忆”则带您赴一场怀旧的盛宴，展现那些您或许已经忘记但一定能瞬间忆起的旧时味道。挖掘最能寄托乡愁和回忆的美食，让美食回归最初的自然、感动和朴实无华。

摘自豆瓣 来自: 萧秋水

《舌尖上的中国》，我没看片子，时间宝贵，不敢浪费，看书比较快，对我比较适合，所以，当凤凰联动这本书出来，立刻就在当当上订了一本，今天送到，立刻开始看，大概一个多小时看完——我的确不需要逐字逐句看，我关注我所不知道的、没吃过的东西，而对于一个资深吃货来说，这部分内容并不是太多，而对于整本书，我的好奇在于：舌尖中国为什么火遍中国？我带着这种探究而阅读，在读完之后，掩卷长叹。我相信每一个看过片子、看过书的人，虽然是同样的内容，但在内心中所掀起的情感，有类似也有不同。在民以食为天的中国，与其说，是关于美食的探索激发了每个人的馋涎，不如说，是掀起了潜藏于内心的、久远的记忆。对于我来说，在《神思陌路》之后读到《舌尖上的中国》，这个顺序也正好，正有一种情感因为前一本书而激越同时又安放，又有关于吃的记忆被后一本书激发，同时也能够

得到安放，假设是在在职期间读到这两本书，可能惆怅会更多些，因为不够自由，因为向往自由。吃，也是一种自由，是人最深的乡愁之一。

一个人，只要长大，总有些滋味，再也品尝不到，在岁月里渐渐失去，就象朱元璋对珍珠翡翠白玉汤，就象这个民族丰沛的食事历史，一路行来，一路回忆，但是回忆，却往往再也回不去了，只能是隔河相望，带着无限眷恋，带着酸楚。

我说自己是资深吃货，是完全不需要自谦的。做为一个吃货，需要门槛，需要专业水准，我当然是不想和@沈宏非 @蔡澜比，在普通人堆里，应该算可以了吧。首先是口味的确够广，吃不惯的东西真正不多，除了带有明显虐待性质的食物如醉虾、猴脑等，还有看上去挺吓人的如某些虫子外，基本上都可以吃，而且喜欢吃，前者容易，后者难，如果吃不能让人热爱，只是裹腹，那么这个事情的乐趣，必然大幅减少。

我走过很多地方，每到一处，最喜欢到街头巷尾去吃最地道的当地小吃，我得到北京吃川菜是相当煞风景的行为，简直可以说是不够尊重。一个连豆汁儿都喜欢的人，一个吃过十几种豆腐乳包括海会寺白菜腐乳的人，一个连蓝纹乳酪都爱吃的人，一个对淘宝搜索乳扇来测吃货指数不屑一顾的人，而且这个人还会自己做菜……坚决不能做出那样的事情。

我对于吃，并不讲究，不会象我们家孔夫子那样“食不厌精，脍不厌细”，虽然我在十几岁时就研究孔府菜谱，但我觉得吃绝对是个有文化的事，如果不了解食文化，一个人说热爱美食，但通常只停留在吃的表面，形容食物反反复复就是“好吃”、“香”，这是难以让人信服的事情。我对古文有兴趣，其中一个原因就是用最少的语言，最精确地形容出美味尤其是美酒的特色，至于《随园食单》，那是专门买过一本研究了很久的，吃是一个既随意又慎重的事，是一个可以浅也可以深的事，浅，也就是好吃，而深，它其实不见底。

可以用文字记载的，都在纸上了，可以用图象显示的，也都有无数的视频了，但是，会不会还是缺点什么？比如对土地的敬畏和感恩？比如人与自然之间的和谐美好关系？比如每种食物的悠长发展历史？《舌尖上的中国》里有，但是不够透。那些在偶然里或必然里蒸腾而出的美味，其实背后都有着故事，而每一个故事后面，通常都是那样动人，在《舌尖上的中国》，竟然没有提及梨花树下女儿红，也没有提及过桥米线的夫妻情深，我觉得，还是有些缺失的。

当初看《孔府家常菜谱》，很多菜里都是有故事的，比如“竹影海参”，比如“诗礼银杏”，虽然，不可否认的是，中国人的聪明才智，有很多是用在了吃上，但是毕竟，这也是创新的一种吧，“好好味”的诱惑，让人不断花样翻新，我特别喜欢的《影梅庵忆语》，里面述及董小宛的厨艺，让人浮想联翩不胜向往，而梁实秋、汪曾祺、林清玄，既是散文大家，也是著名吃客，他们的文字，既直击味蕾，也直透心田，那些文字背后的家国之思、对生活生命的热爱，我认为才是真正值得关注的东西。如果一个人喜欢《舌尖上的中国》，不管是视频还是书，我都希望，它们其实是一扇门，走进来，是中华民族悠久的食文化，我们生在这片土地上，应该去了解它，深入了解。那也是这部片和书的更深层意义，它等同于一柄钥匙，开启了通向历史和自然的门，它也应该使我们产生对土地的敬畏，对民族智慧的敬畏。

(100%好评) 序 栗子黄焖鸡a 烧鸡公a 鹅肝酱片b 时令的节拍 返沙芋头 鲑鱼水饺 四喜丸子 青海三烧 土家炕洋芋 e艾窝窝门c 芝麻盐门 广式萝卜糕 破酥包子 老虎菜 猪脚姜 猫耳朵 d 来吧，让我们开启饕餮盛宴！ ¥ 20.60(7折) 85条

有趣的DKJlf 童百科：f 恐龙在行h动 ¥ 63.70(5.9折) 图说中国77万年饮食文化史

i(100%好评) 常见病食疗菜谱丛书：防癌食疗菜谱 回归 丁香肘子 啤酒烧鸭 滑蛋牛肉 荔枝肉 小窝头 小窝头 返沙芋头 红糖年糕 元宝肉 元宝肉 老k友粉 土家炕洋芋 新k疆曲曲 新疆曲曲 花生粘 南昌凉拌藕 老虎菜 子姜炒鸭m 驴肉火烧

最周到m细致的下厨房一站式炮制指南，成就轻松惬意的美食之旅；最简捷流畅、最体贴入微的流程配图导视，让居家做菜有章可循、循序渐进；最权威的美食地道品尝地p 找寻攻略，p让美食体验吃在舌尖、行在路上；最引人入胜、最耐人寻味的r文化剖析，让美食和情怀r一路同行。 ¥ 18.60(6.3折) 妈私房湘菜 14条 (94%好评) 0条 (100%好评)

¥21.70(7.6折) 常见病食疗菜谱丛书：u防癌食疗菜u谱 大骨棒 洒卤鸭 花菇玉兰片 滑蛋牛肉 荔枝肉 v子推蒸饼 地菜w煮鸡蛋 w红糖年糕 鲈鱼莼菜羹 炒血糯八宝饭 蒸苦累 糖耳朵 新x疆曲曲 鸡丝x香菇洋芋粑 酒酿水子 子姜炒鸭 驴肉火烧 舌尖上的中国：团圆家z宴用心做 1条 ¥18z.60(6.3折) 妈私房湘菜 (100%好评) 0条 ¥8.20(B6.9折) 1条 大骨棒 香炸琵琶虾 水煮肉片 子推蒸饼 羊肉C粉汤饺子 重C阳糕 鲈C鱼莼菜羹 面茶 炒糊饽 05 浆水面 狗浇尿 舌尖上的中E国：团圆家E宴用心做 6条 (100%好评) 7条 (100%好评) (100%好评) 杀猪菜 水煮肉片 菠萝鸡 小麻花 03 扳指干贝 04 H康家脆哨H面 味蕾的H旧忆 H在这里，味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。 26条 (83%好评) 蔡澜美食系列J作品集（套装共3册） 厚黑学中的做人哲学 5条K 黄焖羊肉 盱眙龙虾K 02 红烧羊肉 03 大麻元 豆腐圆子 门 发菜蒸蛋 生煎 在这里，味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。 舌尖上的中国延伸菜谱：传世N美味炮制完N全攻略3 ¥13.70(6.9折) 3条 ¥19.60(6.6折)P 黄焖羊肉 干锅鱼 P梧州纸包鸡 香椿锅塌豆腐 食物的美寓 修水哨子 手把馐Q子 菜脯蛋 红油烧面R筋 90道珍馐美馐，网溯缱绻于美食里的温润时光；800张香醇华S美高清图，重温流转于光影中的惊艳瞬息。(93%好评) 舌尖上的中国：传世U美味炮制完U全攻略 (100%好评) 序 干锅鱼 鹅肝酱片 莲藕煲鸭V汤 鲑鱼水饺 冰糖葫W芦 芝麻盐门 和子饭 油鸡枞 来吧，让我们

红糖年糕f ¥20.60(7折) f¥14.40(6折) 香炸琵琶虾 鲈鱼莼菜羹g 在这里，味蕾的猛虎正h细嗅着佳馐的玫瑰。h (100%好评)j 大骨棒 时令的节拍 烧三合 05 i¥23.40(6.5折) 舌尖上的中国：传世美味炮制完全攻略2 小窝头 新疆曲曲 名菜家做鸭鹅 44条 ¥14.60(6.1折) 烧鸡公 食物的美寓 芥末墩儿l 门 (m100%好评) m舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻n略3 羊蝎子火锅 酱爆螺蛳 土家炕洋芋 油鸡枞 ¥o18.30(7.4折)o 464条 10条 酱爆螺蛳 面茶 爱上烘焙系列：超好味小烤箱美食（全彩超值版） (90%好评) ¥27r.40(6折) 糍粑 04 子r姜炒鸭 ¥17s.10(7.5折) 5条 手扒羊肉 返沙芋头 t茴香豆 回族八宝茶 ¥22.90(6.6折) ¥1u9.10(6.5折) 梧州纸包u鸡 炒和菜 花生粘v 精选详解菜谱系列：精选详解滋补汤煲（附光盘1张） (100%好评) 杀w猪菜 面扇子 05 ¥1x5.00(7.5折)x 44条 124条 鸡丝凉面 新疆曲曲 来吧，让我y们开启饕餮盛宴！ 最实用的家庭美食菜谱：一B学就会做家常菜1688例 A124条 羊肉粉汤饺子 土家炕洋芋 油鸡枞 ¥18.30(7.4折) 464条 (98%好评) C酱爆螺蛳 发菜蒸蛋C 庄臣食单私方菜 ¥9.90(5折) 10条 客家酿豆腐 鲑鱼水饺 手把馐子 (96%好评) 家E庭营养主食16F88例（高清版） 手扒羊肉 返F沙芋头 破酥包子 3条 ¥22.90(6.6折) 9条 02 扳指干贝 南昌凉拌藕 私房下饭菜 (100%好评) 大骨棒 l时令的节拍 烧三合 浆水面 1条 (100%好评) 开水白菜 修水哨K子 红油烧面筋 12K9条 K¥19.00(7.4折L) 烧L鸡公 青海三L烧 红油烧面筋 名菜家做鸭鹅 舌尖上的中国：民间经典江西、徽州菜 (98%好评) 麻油鸡 土家炕洋芋 最周到细致的下厨房O一站式炮制指南，成就轻松惬意的美食之旅；最简捷流畅、最P体贴入微的流程配图导视，让居家做菜有章可循、循序渐进；最权威的美食地道Q品尝地找寻攻略，让美食体验吃在舌尖、行在路上；最引R人人胜S、最耐人寻味的文化剖析，让美食和情怀一S路同行。 ¥9.9T0(5折) 丁香肘子 芥菜饭 和子饭 白领快手菜 (100%好评) ¥27.40(6折) 糍粑 手把馐子 ¥1V7.10(7X.5折) (100W%好评) 洒卤鸭 返沙芋头 茴香豆 X 在这里，味蕾的猛虎正细嗅着佳馐的玫瑰。 0条 ¥15.10(6.3折) 单县羊肉Y汤 花生粘 (94%好评) (100%好评)Z 杀b猪菜 鸡丝凉面 冰糖a葫芦 ¥24.20(7折)a 44条 水土的孕育 面扇子 艾窝窝 门 b 来吧，让我们开启饕餮盛宴！ (100%好评) 187条 黄焖羊肉 小麻花 康家脆哨面 5条 (90%好评) 啤酒烧鸭 芥菜e饭 发菜蒸蛋 254条

[illegible]

舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略（5）_下载链接1

[舌尖上的中国延伸菜谱：传世美味炮制完全攻略（5）_下载链接1_](#)