

图书基本信息

书名：<<一口一口，跟孩子手作的幸福滋味>>

13位ISBN编号：9789867468437

10位ISBN编号：9867468430

出版时间：2010-7-7

出版时间：凱信企管

作者：美味實踐者 mimi/食尚主廚 Deven

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<一口一口，跟孩子手作的幸福滋味>>

### 內容概要

愛的食事 從書桌到餐桌生活中無所不在的家教課 讓孩子走進廚房的好理由，就是大小手同樂，烹調出美味的親子關係！

！  
和孩子一起設計菜單， 讓孩子從食物中發揮想像力， 從想吃的菜單中找出自己的味覺， 不再有挑食！

<日本、歐美延燒的新廚藝教養風潮> 現在的孩子不再只是學鋼琴、語言， 更多的孩子從廚藝中培養優異性格。

這是一本 爸爸媽媽能夠帶著孩子們 一邊做一邊玩，一同體驗人生的書！

！  
本書特色 . 日本、歐美早已風行的新教養風潮，食育要從小開始，在廚房裡培養面對生活的能力 現在有越來越多的父母會開始帶著孩子，走進原本被列為孩童禁區的”廚房”，成為一種新的”食育教養”風，教養專家相信，具備生活能力的孩子在工作上會比其他人更能夠表現自我，他們不僅能夠在廚藝中學會分配及安排的能力，經由烹飪的過程，瞭解大人們的辛勞後，也會比同齡的孩子懂得珍惜，較不會挑食。

3歲以上的小朋友身體協調性及活動能力都逐漸穩定了，孩子們渴望擴大自我活動的區域範圍，嘗試能夠自己獨力完成一件事，這時你會發現孩子們已經開始建立起”自我意識”。

. 廚藝教養，讓孩子從食材與食物的體驗中，成為全方位的優秀人才 廚房能帶給孩子的東西太多太有趣了！

！  
從認識食材，讓孩子們學會清洗及保存食物，簡單地學會好烹煮或烘焙前的準備工作，煮湯、拌沙拉、炒菜、烤焙點心...，孩子可藉由打蛋、攪拌麵糰這些步驟，來訓練手部的小肌肉，接著在揉麵、將麵糰放入模型中的過程，學會把手邊事物統整的能力，而瞭解分配食材的份量調配中，學會測量、數學的運用。

在這樣的生活訓練中，孩子能從中練習手腳靈活度，促進智能發育，並可從廚房技能的學習中，認識到自己的自理能力、創意組合、培養獨立性及愛物、惜物、感恩的好習慣。

透過觀察烹飪或烘焙食物產生的各階段變化，更能增加孩子的耐心與專注力能培養孩子們觀察事物的能力。

讓孩子能懂得更多生活的知識，參與的過程中去體驗生活。

. 料理出人際關係，孩子從過程中學會分享與合作，幸福的味覺從「心」感受 養成孩子對烹調的興趣其實很重要喔！

從簡單的品項一個一個開始，即使孩子初期的作品不理想，爸媽也要給孩子們鼓勵，讓孩子能從過程中培養信心，才能一次又一次嘗試跨越不同的難度，挑戰自我，學習成長。

這是很重要的分享過程，許多讓孩子們接觸廚藝的父母們會發現，孩子會比同齡成熟，並且在未來較能夠面對挫敗與低潮。

爸媽讓孩子們接觸廚藝的原意，並非只是單純地希望孩子會做菜，而是從分工的過程中，能自在地交朋友，並建立團對合作的概念。

. 盡情發揮想像，食物配色與擺盤的生活美學 當然，父母還需引領孩子完成最後的收拾與清潔，讓孩子了解做任何事都需有始有終，更重要的，還要與孩子一起分享努力後的最終成果，這已不在於食物究竟美不美味，不可可口，令人感到開心的是，即使在現今繁忙的生活中，我們依然能夠因此擁有一份親子間可貴的共享時光，就在，這充滿愛的氣味的廚房裡.....。

當香噴噴的糕點出爐時，孩子馬上可以親自體會，什麼叫做「成就感」。

## 作者簡介

美味食踐者 咪咪 會進巧思跟這些想學廚藝的小朋友在一起，是因為我親愛的姐姐Allison。二年前，為了能夠全心照顧生病的Allison，我辭去了原本優渥卻繁忙的工作，來到巧思，一切重頭開始。

在巧思廚藝遇到了曾美子老師和許多廚藝精湛的老師們，讓我重新定義原本對於美食的看法。

能夠為另一個人付出是幸福的。

在孩子們心裡，我們種下愛的種子，希望讓孩子從簡單的廚藝學會開始照顧自己，並在未來的某一天能夠照顧自己所愛的人。

經歷 巧思廚藝烘焙教育中心 忠孝店店長暨行銷企劃 日暉集團 行銷企劃部經理 東立出版社 媒體公關 丹堤咖啡 行銷企劃食尚主廚 Deven 讓夢想實現的捷徑，讓孩子把烘焙廚藝當成樂趣，打從心底喜歡這件事，讓孩子能透過做料理的過程，養成耐心等待、同理分享、獨立自主、不驕不餒的性格。

我們也在每次的課程中看見孩子們躍躍欲試的眼神，鼓舞著我們要帶更多的孩子體驗烘焙及廚藝的樂趣。

95年北京奧林匹克餐飲烘焙點心類金牌。

95年迎接奧運西廚邀請賽團體賽特金牌。

98年第一屆國際廚師泰國曼谷亞洲盃烹飪賽西點組榮獲銅牌。

99年FHA新加坡國際美食展烘焙類 " showpiece " 產品金牌。

99年FHA新加坡國際美食展烘焙類 " derring cake " 產品銅牌。

99年台灣地區的獨家代理君岱SPRING專櫃創意年菜忠孝SOGO館現場互動講師。

99年花旗銀行企業月份包班課程現場互動講師。

99年海洋拉那企業包班課程現場互動講師。

## <<一口一口，跟孩子手作的幸福滋味>>

### 書籍目錄

編輯的話 - 讓食物成為孩子最好的朋友推薦序 - 手作餐桌上的幸福滋味 中華烘焙協會會長曾美子推薦序 - 你可以教養出不一樣的天才 型男主廚黃寶元推薦序 - 立賢基金會執行長 王馨敏自序 - 想像，烘焙出人生的童趣 食尚主廚Deven自序 - 要用美味一直想念妳~~獻給親愛的Allison前言 - 藏在廚房裡的人生美味Chapter 1 愛的食事 - 從書桌到餐桌，生活中無所不在的家教課食育教養就是 - 和孩子做好在廚房的小約定美味的啟蒙 - 讓食物變好吃的小道具一定不能少的魔法食材Chapter 2 有趣最重要 - 讓孩子從食物中發揮想像力食物是孩子想像力最好的啟發善用食材裝飾讓孩子胃口大開1.2.3木頭人~大理石木柴麵包我愛趴趴熊~香草巧克麵包一起轉圈圈~培根咖哩捲月亮，晚安！~月牙兒餅乾我的秘密花園~棋格圍牆蛋糕尋找夢奇地~花生巧克力球噹噹噹，微笑蜜蜂來做工~蜂蜜蛋糕來玩跳繩子~辮子花生麵包美味小學堂神奇麥爺幫幫忙，香噴噴的麵包怎麼做？

！  
Chapter3想吃最重要 - 培養孩子從想吃的菜單中，找出自己的味覺跟孩子一起設設計菜單吧！吃對食物讓孩子贏在起跑點孩子成長不可或缺的營養與食材對照表幫助孩子克服對食物的恐懼，矯正錯誤的飲食觀念早餐元氣向日葵 - 巧克葵瓜子餅乾跟著鳳梨鮮蝦起司米堡起床囉！午餐漢堡大嘴俠 - 鮮蔬豬肉餅漢堡陽光.海洋.大冒險 - 海鮮莎莎義大利麵下午茶點心卡滋卡滋超好吃 - 一口蜜汁香腸捲咕嚕溜滑梯 - 香草珍珠奶凍晚餐小米立大功~蕃茄燻雞蛋包飯美味小學堂神奇麥爺幫幫忙，教孩子一起上市場挑選食材吧！

Chapter4變化最重要 - 大手拉小手5個步驟，四季菜單上桌囉！大手拉小手，從簡單的廚藝培養孩子生活的能力一口一口接著吃，食慾大開的好煮意春的食事蒲公英的旅行~棉花糖蛋糕美麗的蝴蝶公主~亮晶晶寶石餅乾夏的食事夏天的海邊假期~海苔方塊餅唱著快樂頌的蟬~香酥芝麻喀哩脆餅秋の食事小松鼠歷險記~栗子蒙布朗蛋糕神奇的地底寶藏~地瓜燒冬的食事小雪人的許願樹 - 堅果巧克力脆片耶誕鈴聲響叮噹~蔓越莓優格杯子蛋糕美味小學堂神奇麥爺幫幫忙，怎麼做出色香味俱全的可口蛋糕？

！  
Chapter5歡樂最重要 - 孩子的Party Teste，從廚房中變出人生值得回味的紀念品跟孩子一起玩派對，歡樂Home Party自己來For Bithday 好吃的生日蛋糕 甜美溫馨的祝福 - 楓糖布丁蛋糕香濃不膩的生日主角 - 妙妙黑森林蛋糕For Party~讓派對更有趣的小點心超幸福感點心 - 牛奶多多泡芙塔小刺蝟軍團進攻 - 花生巧克核桃餅乾金黃閃亮的個性叉燒酥甜蜜多汁的雞肉蘋果沙拉For Special Day - 特殊節日就要有新鮮事陪嫦娥姐姐過中秋 - 奶香味滿溢的蛋黃酥驚奇萬聖夜 - 南瓜麵包美味小學堂神奇麥爺幫幫忙，一起來學用糖糰玩裝飾無限祝福的天使糖偶小瓢蟲的異想食界Chapter6特色最重要 - 餐桌上的異想食界，動手做出世界各地的特色點心讓孩子學會從吃東西開始分享好吃的食慾版圖泰美味異國風 - 酸甜月亮蝦米餅口味大冒險 - 印度咖哩雞汁麵包滿滿鮮味的日本 - 和風鮮雞茶碗蒸迷人的法國 - 歐培拉蛋糕抗拒不了的法式香醇~檸檬布丁塔意猶未盡的甜蜜 - 美式藍莓起司蛋糕在西班牙烤蔥餅上跳舞隨意狂想的義式海鮮起司燉飯美味小學堂 - 神奇麥爺幫幫忙，怎麼利用烤箱立即變出各式各樣的美味？

！  
Chapter7創意最重要 - 零食大變身食物也能72變，市售零食變身成好吃料理教孩子利用食物的特性，改造百吃不厭的料理甜點零食的卡路里對照表零食變身冷薯條、王子麵—薯條奶油可樂餅果菜汁、柳橙軟糖—香橙軟糖蜜汁肉包冷雞塊—洋芋鮭魚鹹麵包白巧克力塊、牛奶巧克力塊—杏仁手工巧克力太妃糖、棉花糖—太妃糖布丁巧克力豆(m&m)、Orel餅乾—香蕉巧克力派洋芋片—玉米濃湯起司麵包虫香草冰淇淋—草莓香草蛋糕美味小學堂 - 神奇麥爺幫幫忙，該怎麼幫孩子導正愛吃甜食的習慣！Chapter8有心最重要 - 我也是大廚師，為爸爸/媽媽創作的專屬料理與點心幸福餐桌的對話讓孩子在廚藝的學習中找到自我 - 傅怡瑄/李麗慧跟著女兒的夢想前進，小小藍帶主廚 - 蔡欣怡/陳怡穎烘焙出三倍的幸福 - 廖羿婷、廖羿雯/周慈怡FOR親愛的爹地—百分的男人味~香蒜烏龍麵微焦的幸福美味~泡菜豬肉酥皮捲老爸的義式浪漫~海苔味增奶油焗烤義大利麵FOR 最愛的媽咪媽媽咪呀~糖醋鮮蝦起司雞蛋豆腐公主的午茶時光~草莓果醬戚風蛋糕捲粉紅俏佳人~蔓越莓奶凍小廚師大手藝~鮮菇蕃茄起司比斯吉MIMI姐姐說食話親子同樂食尚地圖大手拉小手的心廚藝體驗課



编辑推荐

重量級推薦 中華烘焙協會會長 曾美子/型男主廚 黃寶元/暢銷書作家 里維

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>