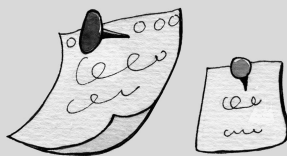




## 主题 1 I Love My Family 我爱我家

想要提高自己的词汇量，你不必抱着厚厚的字典从 A 背到 Z，先问问自己，身边那些最熟悉的事物，你是否知道怎样表达。比如，family 中的成员你知道怎样说，可是 relatives 呢？你知道洗脸刷牙、洗衣做饭如何表达，可是具体到洗漱用品、烹饪方式之后呢？它们是最基础也最好记的单词，因为你每天都可以看到、想到。那么，就让我们从日常生活中最常用的这些单词开始吧。





## 情景 01 洗漱用品



### 核心单词要记牢

★ **toothbrush** ['tu:θbrʌʃ] n. 牙刷

【拓展】复数 toothbrushes

【词组】toothbrush holder 牙刷架；牙刷盒；electrical toothbrush 电动牙刷

【例句】More people use blue toothbrush, than red ones.

用蓝色牙刷的人比用红色的人多。

★ **toothpaste** ['tu:θpeist] n. 牙膏

【词组】anticalculus toothpaste 防牙菌斑牙膏；cleaning toothpaste 洁齿型牙膏

【例句】He squeezed the last bit toothpaste out. 他挤出最后一点牙膏。

★ **soap** [səʊp] n. 肥皂、香皂；vt. 将肥皂涂在……上；vi. 用肥皂擦洗

【词组】soap opera 肥皂剧（以家庭问题为题材的广播或电视连续剧）

fancy soap 香皂；transparent soap 透明皂

【例句】This soap lathers so nicely. 这种肥皂泡沫很多。

★ **shampoo** [ʃæm'pu:] n. 洗发；洗发精；vt. 洗发

【拓展】复数 shampoos；过去式、过去分词 shampooed；现在分词 shampooing

【词组】cream shampoo 膏状香波；洗发膏；shampoo detergent 洗发剂

【例句】I want a shampoo. 我要洗头。

★ **shave** [ʃeiv] vt. 剃；修面；掠过；vi. 剃；刮脸；n. 刮胡子；修面；幸免

【拓展】过去式、过去分词 shaved 或 shaven；现在分词 shaving

【词组】shave off 剃掉，刮掉；shave lotion 须后水

【例句】I shave every morning. 我每天早上刮脸。

★ **towel** ['tauəl] n. 毛巾，纸巾；vt. 用毛巾擦；vi. 用毛巾擦干身体

【拓展】过去式、过去分词 towed 或 towelled，现在分词 toweling 或 towelling

【词组】bath towel 浴巾；sanitary towel 卫生巾（等于 sanitary napkin）

【例句】She mops her tears with a towel. 她用毛巾擦眼泪。

★ **comb** [kəʊm] n. 梳子；蜂巢；鸡冠；vt. 梳头发；vi. （浪）涌起

【词组】beard comb 须梳；wooden comb 木梳

【例句】She bought a beautiful comb. 她买了一把漂亮的梳子。

★ **gargle** ['gɑ:gl] n. 漱口; 含漱剂, 漱口剂; vt. 漱; vi. 漱口

【拓展】过去式、过去分词 gargled; 现在分词 gargling

【例句】Gargle your mouth again. 再漱漱口。



### 举一反三记单词

<b>crush</b> [krʌʃ]挤、压	<b>dentifrice</b> ['dentifris]洁牙剂	<b>brush</b> [brʌʃ]刷牙
<b>suds</b> [sʌdz]肥皂水	<b>sterilize</b> ['sterəlaiz]杀菌	<b>disinfect</b> [,disin'fekt]消毒
<b>razor</b> ['reɪzə]剃刀	<b>electric</b> [i'lektrik]电动的	<b>aftershave</b> [ɑ:ftə'seɪv]须后水
<b>tissue</b> ['tiʃju:]纸巾	<b>facecloth</b> ['feɪskləθ]面巾	<b>washcloth</b> ['wɔ:ʃkləθ]毛巾
<b>rinse</b> [rɪnz]冲洗	<b>collutory</b> [kə'lətəri]漱口剂	<b>mouthwash</b> ['mauθwɔ:ʃ]漱口水
<b>carding</b> ['kɑ:diŋ]梳理	<b>boxwood</b> ['bɒkswud]黄杨木	<b>plastic</b> ['plæstɪk]塑料的
<b>floss</b> ['flɒs]牙线	<b>soft</b> [sɒft]软毛的	<b>caries</b> ['keəri:z]龋齿
<b>fringe</b> [frɪndʒ]刘海	<b>ringlet</b> ['rɪŋlɪt]长卷发	<b>bristle</b> ['brɪstl̩z]猪鬃
<b>drier</b> ['draɪə]吹风机	<b>curler</b> ['kɜ:lə]卷发夹	<b>scurf</b> [skɜ:f]头皮屑
<b>spray</b> [spreɪ]喷雾	<b>grime</b> [graɪm]尘垢	<b>haircare</b> ['heəkɛə]护发

### NOTES

### 知识链接

### 英文中洗漱怎么表达

在英文中,“洗漱”一词是 wash up, 它的意思是 to wash one's face and hands. 比如:

I am going to wash up. 我去洗漱了。

Aren't you going to wash up? 你不去洗漱吗?

那么,早晨起床时,洗漱最重要的三个步骤又该怎样表达呢?

I have to go wash my face. 我得洗脸了。(go wash 是 go 和 wash 两个动词连用,口语中常用,可以把它看作是 go and wash 的缩略形式。)

Did you brush your teeth? / Have you brushed your teeth? 刷牙了吗?

I have to comb my hair. 我得梳梳头了。



## 情景 02 客厅家具



### 核心单词要记牢

- ★ **parlour** ['pɑ:lə] n. 客厅；会客室；雅座  
【词组】beauty parlour 美容院；funeral parlour 殡仪馆  
【例句】The house has an ample parlour. 这座房子有宽敞的客厅。
- 
- ★ **furniture** ['fɜ:nitʃə] n. 家具；设备  
【词组】antique furniture 古式家具；used furniture 二手家具；旧家具  
【例句】Furniture for young children needs to be indestructible.  
幼儿用的家具要不易损坏。
- 
- ★ **hallway** ['hɔ:lwei] n. 门厅；玄关  
【词组】hallway stairs 走廊台阶  
【例句】Please don't leave your garbage in the hallway. 别把垃圾放门厅里。
- 
- ★ **balcony** ['bælkəni] n. 阳台；包厢  
【拓展】复数 balconies  
【词组】balcony window 阳台窗；balcony door 阳台门  
【例句】The prospect from the balcony was breathtaking.  
从阳台上看去景色美极了。
- 
- ★ **aisle** [aɪl] n. 通道；侧廊  
【词组】aisle seat 靠过道的座位  
【例句】I like the aisle seat better. 我喜欢坐在靠过道的地方。
- 
- ★ **door** [dɔ:] n. 门；通道  
【词组】door to door 挨家挨户；back door 后门、非法途径  
【例句】She sells cosmetics from door to door. 她挨家挨户地推销化妆品。
- 
- ★ **window** ['windəu] n. 窗；窗户  
【词组】out of the window 不再受重视；in the window 贴在窗口上；摆在橱窗里  
【例句】We seal up the windows when winter comes.  
冬天来临时，我们密封窗户。
- 
- ★ **floor** [flo:] n. 地板；楼层  
【词组】wooden floor 木质地板；sweep the floor 扫地；拖地板

【例句】 A chair was scraped on the floor. 椅子在地板上拖得吱吱响。



### 举一反三记单词

<b>veranda</b> [və'reɪndə] 阳台	<b>rail</b> [reɪl] 栏杆	<b>housing</b> ['haʊsɪŋ] 住房
<b>tensile</b> ['tensəl] 空的	<b>quarters</b> ['kwɔ:təz] 住宅	<b>corridor</b> ['kɔ:rɪdɔ:] 走廊
<b>porch</b> [pɔ:tʃ] 门廊	<b>screen</b> [skri:n] 屏风	<b>sofa</b> ['səʊfə] 沙发
<b>windowsill</b> ['wɪndəʊsɪl] 窗台	<b>lamp</b> [læmp] 灯具	<b>armchair</b> [ɑ:m'tʃeə] 扶手椅
<b>tile</b> [taɪl] 瓷砖	<b>terrazzo</b> [tə'reɪzəʊ] 水磨石地	<b>carpet</b> ['kɑ:pɪt] 地毯
<b>footcloth</b> ['fʊt.klɒθ] 地毯	<b>curtain</b> ['kɜ:tən] 窗帘	<b>radiator</b> ['reɪdɪeɪtə] 暖气片
<b>bulb</b> [bʌlb] 灯泡	<b>table</b> ['teɪbl] 桌子	<b>forerom</b> ['fɔ:rum] 客厅
<b>ornament</b> ['ɔ:nəmənt] 装饰	<b>bench</b> [bentʃ] 板凳	<b>stool</b> [stu:l] 凳子
<b>bookcase</b> ['bʊkkeɪs] 书柜	<b>rug</b> [rʌg] 小地毯	<b>terrace</b> ['terəs] 大阳台
<b>ashtray</b> [æʃ'treɪ] 烟灰缸	<b>shutters</b> [ʃʌtəz] 百叶窗	<b>hallstand</b> ['hɔ:lstænd] 衣帽架

### NOTES

#### 知识链接

#### drawing-room 与客厅

通常我们都把“客厅”翻译为“living room”或“sitting room”，但你知道吗？“drawing room”也是客厅哦。虽然 draw 有“绘画”的意思，但“drawing room”却与艺术一点也不相干，它指“接待客人的房间”，其英文解释是“a room, especially a large room in a large house, where people sit and relax, or entertain guests”，是“客厅”或“起居室”比较正式的说法。

关于“drawing room”的来源有个小故事。“Drawing room”这个词源自于“withdrawing room”。过去在英国有个习惯，为了让女士们不受男士“吞云吐雾”的吸烟之害，就要求她们在用餐后待在饭厅旁的另一个房间，也就是要求女士们从饭厅中“退出来”（withdraw），然后男士们就可以尽情地抽烟喝酒、高谈阔论，而不受干扰了。至于女士们所停留的那个房间，本来叫做“withdrawing room”，后来就约定俗成地写成“drawing room”了。



## 情景 03 厨房厨具



### 核心单词要记牢

- ★ **kitchen** ['kɪtʃɪn] n. 厨房; 炊事人员  
【词组】kitchen ware 厨房用具; kitchen garden 果菜园; 马齿苋  
【例句】My mother is cooking in the kitchen. 我妈妈正在厨房里做饭。
- 
- ★ **cupboard** ['kʌbəd] n. 碗柜; 食橱  
【词组】cupboard love (尤指小孩的) 有所企图而假装的热情  
【例句】He foraged about in the cupboard. 他在碗橱里到处寻找食物。
- 
- ★ **knife** [naɪf] n. 刀; vt. 用刀切; (口) 伤害; vi. 劈开; 划过  
【拓展】复数 knives  
【词组】kitchen knife 菜刀, 厨刀; fruit knife 水果刀; steak knife 切肉排的刀  
【例句】Even the sharpest kitchen knife can't cut its own handle.  
菜刀虽锋利, 却无法削自己的柄。
- 
- ★ **pot** [pɒt] n. 壶、盆、罐、深锅; vt. 把……装罐、射击; vi. 随手射击  
【拓展】过去式 potted 过去分词 potted 现在分词 potting  
【词组】hot pot 火锅; pots and pans 瓶瓶罐罐; pot luck 现成饭菜; 家常便饭  
【例句】The pot calls the kettle black. 锅笑壶黑 (五十步笑百步)。
- 
- ★ **wok** [wɒk] n. 锅 (源自广东话); 炒菜锅  
【例句】Fry the lobster meat until half done in hot wok with oil. Dish.  
于热油锅中, 爆龙虾肉至五成熟, 盛起。
- 
- ★ **oven** ['ʌvən] n. 炉, 灶; 烤箱  
【词组】gas oven 煤气炉; electromagnetic oven 电磁炉  
【例句】We need an oven to roast meat and potatoes.  
我们需要一个炉子来烤肉和马铃薯。
- 
- ★ **steamer** ['sti:mə] n. 蒸笼、蒸锅  
【例句】The city was like a huge steamer box in the summer.  
夏天城市像个巨大的蒸笼。
- 
- ★ **kettle** ['kɛtl] n. 水壶、罐  
【词组】electric kettle 电热水壶; kettle of fish 混乱、困境

【例句】 Don't let the kettle boil dry. 不要让茶壶里面的水烧干。



### 举一反三记单词

<b>kiln</b> [kiln]窑, 炉	<b>roaster</b> [ˈrəʊstə]烤箱	<b>pan</b> [pænz]平底锅
<b>lid</b> [lid]锅盖	<b>handle</b> [ˈhændl]锅柄	<b>cleaver</b> [ˈkli:və]切肉刀
<b>sink</b> [sɪŋk]水槽	<b>basin</b> [ˈbeɪsən]水槽	<b>cookroom</b> [ˈkʊkrʊm]厨房
<b>jar</b> [dʒɑ:]罐, 坛	<b>grill</b> [grɪl]烧烤架	<b>blender</b> [ˈblendə]搅拌机
<b>tap</b> [tæp]水龙头	<b>faucet</b> [ˈfə:sɪt]水龙头	<b>whistle</b> [ˈhwɪsl]鸣笛
<b>strainer</b> [ˈstreɪnə]过滤器	<b>colander</b> [ˈkɒləndə]滤网	<b>teapot</b> [ˈti:pɒt]茶壶
<b>toaster</b> [ˈtəʊstə]烤箱	<b>canister</b> [ˈkænɪstə]茶叶罐	<b>hollowware</b> [ˈhɒləuweə]锅, 盘子
<b>potholder</b> [ˈpɒt.həʊldə]防烫垫	<b>dresser</b> [ˈdresə]碗柜	<b>cauldron</b> [ˈkɔ:ldrən]大汽锅
<b>drainpipe</b> [ˈdreɪnpaɪp]排水管	<b>boiler</b> [ˈbɔɪlə]烧水壶	<b>dishwasher</b> [ˈdɪʃ.wɔʃə]洗碗机
<b>apron</b> [ˈeɪprən]围裙	<b>larder</b> [ˈlɑ:də]食品柜	<b>whisk</b> [ˈhwɪsk]搅拌器
<b>rolling pin</b> 擀面杖	<b>pressure valve</b> 压力阀	<b>stew pot</b> 炖锅
<b>draining board</b> 沥水板	<b>egg beater</b> 打蛋器	<b>frying pan</b> 煎锅
<b>bottle cap opener</b> 开瓶器	<b>pickle jar</b> 泡菜坛子	<b>whistling kettle</b> 鸣笛水壶
<b>pressure cooker</b> 高压锅	<b>chopping board</b> 砧板	<b>measuring cup</b> 量杯

NOTES

#### 知识链接

#### 不同的“锅”

在 kitchen 中, 有各种各样的锅。它们统称为 pot, 如“炖锅”称为 stew pot。但“平底锅”是个例外, 称为 pan, 如 frying pan (煎锅), 煎鸡蛋少不了它。被中国人简化过的“锅”, 也就是“炒勺”, 称为 wok (其实就是广东话“镬”的音译), 现在又有了“电炒勺”, 叫做 electric wok。要想加速烹调时间, 最好用上 pressure cooker (压力锅), 但要正确使用上面的 pressure valve (压力阀)。



## 情景 04 各种调料



### 核心单词要记牢

- ★ **seasoning** ['sizəniŋ] n. 调味品、佐料  
【例句】This sauce uses mushroom as its seasoning. 这种酱油用蘑菇作调料。
- ★ **oil** [ɔil] n. 油、石油; vt. 加油; vi. 融化、加燃油  
【词组】olive oil 橄榄油; vegetable oil 植物油  
【例句】We need eggs, flour, oil, a little salt and some sugar.  
我们需要鸡蛋、面粉、油、少许的盐和一些糖。
- ★ **salt** [so:lt] n. 盐; adj. 含盐的、咸味的; vt. 用盐腌、给……加盐  
【词组】sodium salt 钠盐、氯化钠; covenant of salt 不可背弃的盟约  
【例句】Business is the salt of life. 事业是人生的第一需求。
- ★ **sauce** [so:s] n. 酱油、沙司; vt. 使增加趣味、给……调味  
【拓展】过去式 sauced 过去分词 sauced 现在分词 saucing  
【词组】soy sauce 酱油; tomato sauce 番茄酱; fish sauce 鱼露  
【例句】Would you please pass me the sauce? 请把酱油递给我一下好吗?
- ★ **vinegar** ['vinigə] n. 醋  
【词组】apple vinegar 苹果醋; white vinegar 白醋; rice vinegar 米醋  
【例句】Vinegar tastes sour. 醋尝起来是酸的。
- ★ **sugar** ['ʃugə] n. 糖、甜言蜜语; vt. 加糖于; vi. 形成糖  
【词组】sugar content 糖含量; sugar cane 甘蔗; cane sugar 蔗糖  
【例句】Sugar increases the energy of foods. 糖分会增加食物的热量。
- ★ **monosodium** ['mɒnəʊsəʊdiəm] n. 味精; 谷氨酸钠  
【词组】monosodium glutamate 味精 (主要成分是谷氨酸钠)  
【例句】The proportion of salt and monosodium glutamate in Chinese cooking is generally about 4:1.  
在中国的菜肴烹饪中, 盐和味精的比例一般是 4:1 左右。
- ★ **spice** [spais] n. 香料、情趣、调味品; vt. 加香料于……; 使……增添趣味  
【拓展】过去式 spiced 过去分词 spiced 现在分词 spicing  
【词组】spice of life 生活调味品、使人高兴的事; Spice Girls 英国辣妹组合



【例句】Ginger is a spice. 姜是一种香料。



### 举一反三记单词

<b>acetum</b> [ə'si:təm]醋	<b>sweet</b> [swi:t]甜的	<b>bitter</b> ['bitə]苦的
<b>ginger</b> ['dʒɪndʒə]姜(葱)	<b>garlic</b> ['gɑ:lɪk]蒜	<b>hot</b> [hɒt]辣的
<b>leek</b> [li:k]韭	<b>mustard</b> ['mʌstəd]芥末	<b>laurel</b> ['lɔ:əl]月桂
<b>cilantro</b> [si'lɑ:ntrəu]芫荽叶	<b>cinnamon</b> ['sɪnəmən]肉桂	<b>fennel</b> ['fenl]茴香
<b>thyme</b> [taɪm,θaɪm]百里香	<b>vanilla</b> [və'nɪlə]香草	<b>rosemary</b> ['rəʊzməri]迷迭香
<b>clove</b> [kləʊv]丁香	<b>perilla</b> [pə'rɪlə]紫苏	<b>basil</b> ['bæzɪl]罗勒
<b>lard</b> [lɑ:d]猪油	<b>maltose</b> ['mɔ:ltəʊs]麦芽糖	<b>curry</b> ['kʌ:ri]咖喱
<b>pepper</b> ['pepə]胡椒	<b>coriander</b> [kə:'rɪ:ændə]香菜	<b>sour</b> ['sauə]酸的
<b>scallion</b> ['skæljən]葱	<b>dill</b> [dɪl]莳萝	<b>caviar</b> ['kæviɑ:]鱼子酱
<b>paprika</b> [pə'pri:kə]红椒	<b>mint</b> [mɪnt]薄荷	<b>cornstarch</b> ['kɔ:n.stɑ:tʃ]淀粉
<b>sesame oil</b> 麻油	<b>oyster sauce</b> 蚝油	<b>red chilly powder</b> 辣椒粉
<b>chicken bouillon</b> 鸡精	<b>cumin powder</b> 孜然	<b>salt black bean</b> 豆豉
<b>rock sugar</b> 冰糖	<b>brown sugar</b> 红糖	<b>star anise</b> 八角
<b>peanut oil</b> 花生油	<b>Chinese red pepper</b> 花椒	<b>sesame paste</b> 芝麻酱

### NOTES

#### 知识链接

#### 与调料有关的习语

不管是中国还是西方国家，调料与我们的日常生活都关系密切，因此也出现了很多用调料表示的习语。比如“take pepper in the nose”，表示“大发雷霆”，把胡椒粉放在鼻子里，的确不好受！至于“take...with a grain of salt”，则表示“对……半信半疑（采取保留态度）”。“(as) keen as the mustard”表示“热心的”。

但是，由于中西文化的差异，有些习语不可对其望文生义，否则就会闹笑话了。比如：full of vinegar 不是“充满了醋意”，而是表示“精力充沛”。



## 情景 05 烹调方式



### 核心单词要记牢

- ★ **cook** [kuk] vt. 烹调, 烧煮; vi. 烹调; n. 厨师  
【词组】cook food 做饭; cook up 虚构, 伪造  
【例句】We can cook for you with less capsicum.  
我们可以给您少放点儿辣椒。
- 
- ★ **fry** [fraɪ] n. 油炸食物; vt. 油煎、油炸; vi. 油煎  
【拓展】复数 fries 过去式 fried 过去分词 fried 现在分词 frying  
【词组】stir fry 用大火炒; deep fry 油炸; small fry 无足轻重的人  
【例句】It is easy to fry eggs in a frying pan. 在平底煎锅里煎鸡蛋很方便。
- 
- ★ **simmer** ['sɪmə] vi. 炖; vt. 炖; n. 炖、即将沸腾的状态、即将发作  
【词组】simmer down 被煮浓; 冷静下来; 被总括起来  
【例句】Simmer for a few minutes. 再煨几分钟。
- 
- ★ **boil** [boɪl] vi. 煮沸; vt. 煮沸、烧开; n. 沸腾、煮沸  
【词组】boil up 烧开; bring to the boil 使沸腾, 使难于处理, 使处于危急关头  
【例句】Bring a large pot of salty water to a boil. 在锅里放水、加盐煮沸。
- 
- ★ **steam** [sti:m] vt. 蒸; n. 蒸汽、精力; vi. 蒸、冒水气; adj. 蒸汽的  
【词组】steam pressure 蒸汽压力; steam distillation 蒸汽蒸馏  
【例句】Please give us two steam meat and Borsch.  
请给我们来两份蒸肉和罗宋汤。
- 
- ★ **stew** [stju:] vt. 炖、焖; n. 炖、炖汤; vi. 炖、焖;  
【词组】in a stew 烦恼、着急; to stew beef 焖牛肉  
【例句】The squid stew tasted good. 乌贼炖汤味道很好。
- 
- ★ **smoke** [sməʊk] vt. 熏制(鱼、肉等)  
【拓展】过去式 smoked 过去分词 smoked 现在分词 smoking  
【词组】smoked salmon 熏制鲑鱼; smoked fish 熏鱼  
【例句】Do you like smoked goose? 你喜欢吃熏鹅吗?
- 
- ★ **roast** [rəʊst] vt. 烤、焙、烘烤; vi. 烤、烘; adj. 烘烤的; n. 烤肉、烘烤  
【词组】roast beijing duck 北京烤鸭; roast suckling pig 烤乳猪

【例句】 We had roast mutton for dinner. 我们晚餐吃烤羊肉。



### 举一反三记单词

<b>raw</b> [rɔ:]吃	<b>panbroil</b> [ˈpænbroil]油煎	<b>braise</b> [breiz]烩、炖
<b>grill</b> [gril]烧烤	<b>broil</b> [broil]烤, 焙	<b>gratin</b> [graːˈtæŋ]焗
<b>shell</b> [ʃel]剥皮	<b>peel</b> [pi:l]削皮	<b>shred</b> [ʃred]切丝
<b>chop</b> [tʃɒp]切碎	<b>grind</b> [graɪnd]研磨	<b>mash</b> [mæʃ]捣泥
<b>stir</b> [stɜ:]搅拌	<b>knead</b> [ni:d]和面	<b>mince</b> [mins]切碎
<b>drain</b> [dreɪn]捞	<b>crisp</b> [krisp]香酥	<b>spicy</b> [ˈspaisi]麻辣
<b>deep-fry</b> [ˈdi:pˈfraɪ]油炸	<b>dice</b> [daɪs]切丁	<b>toss</b> [tɒs]拌
<b>marinate</b> [ˈmærɪneɪt]腌、卤	<b>bake</b> [beɪk]烘、烤	<b>sift</b> [sɪft]筛
<b>slice</b> [slaɪs]切片	<b>barbecue</b> [ˈbɑ:bɪkjʊ:]户外烧烤	<b>gentle heat</b> 文火
<b>heat control</b> 火候	<b>strong heat</b> 大火	<b>in soup</b> 余
<b>with sweet and sour flavor</b> 糖醋	<b>in soy sauce</b> 红烧	<b>in rice wine</b> 糟溜
<b>in black bean sauce</b> 豆瓣	<b>medium heat</b> 中火	<b>in tomato sauce</b> 茄汁
<b>in soy sauce</b> 酱汁	<b>with fish flavor</b> 鱼香	

### NOTES

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 知识链接

### 西式烹饪中的“焗”

“焗”是欧洲典型的烹饪方式，它源于法国，是将黄油或者调味沙司盖在易熟或半熟的原料上，放入特制的焗炉（salamander）短时间内高温加热，待黄油或调味沙司融化沸腾后取出上盘。焗在保证菜肴新鲜度的同时，还赋予菜肴浓郁的香味和表面亮丽的色泽，是高级厨房不可或缺的烹饪方式。其实，“salamander”的意思是娃娃鱼，但根据古希腊的传说，大鲛能在严重的烫伤后自我恢复，焗炉因此得名。在焗类菜肴中，大家耳熟能详的就是法国名菜勃艮第焗蜗牛（escargots a la Bourguignonne）啦。