**新 书 推 荐**

**中文书名：《大味素食：掌握素食烹饪技巧以及150种食谱》**

**英文书名：BIG VEGAN FLAVOR: Techniques and 150 Recipes to Master Vegan Cooking**

**作 者：Nisha Vora**

**出 版 社：Penguin/Avery**

**代理公司：ANA/Jessica**

**页 数：608页**

**出版时间：2024年9月**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：电子稿**

**类 型：餐饮图书**

**版权已授：越南**

**亚马逊畅销书排名：**

**#1 in Vegan Cooking (Books)**

**#1 in Green Housecleaning**

**#1 in Vegetable Cooking (Books)**

**内容简介：**

**一本开创性的、全方位的“素食风味圣经”——包含150道必做菜谱——来自广受欢迎的家庭厨师、Rainbow Plant Life的创始人尼莎·沃拉（Nisha Vora）。**

尼莎·沃拉在网上拥有两百多万忠实粉丝，已成为家庭厨师心目中卓越素食食谱的可靠来源。这要归功于她“味道至上”的理念。这是她近十年来磨练出的方法，致力于创造出不带任何标签，纯粹令人惊艳的植物基美食。如今，她创作了一本必备的综合指南，首次将植物基烹饪的原则系统化，从如何最大限度地利用食材、如何理解基本的风味搭配，到如何实现让人欲罢不能、欲求更多的口感，以及拥抱蔬菜的各种享用方式：烤、焦糖化、炖煮、浸润在浓郁的酱汁和富含鲜味的调味汁中，还有更多惊喜等待发现。

正如尼莎在这本开创性的著作中所展示的，由于植物王国的丰富多样性以及无限且令人兴奋的风味创造方式，创意的可能性是无穷无尽的。

这本书不仅阐明了“如何”烹饪，更阐述了“为何”这样烹饪的原理，让任何人都能增强信心，在厨房中充分发挥自己的植物智慧潜能——无论是希望每周加入几顿蔬菜大餐的人，还是经验丰富、寻求进阶的家庭厨师，都能在本书中找到更高级、更令人赞叹的菜肴。本书收录了150多道来自全球各地的食谱，简单的“风味提升剂”可以为各种菜肴增添深度或亮点，还可以根据自己的喜好或手头的食材进行简单替换，以及提前准备烹饪的小窍门等等，《大味素食》中充满了各种创意和灵感。每道菜都有快速教程：例如，味噌黄油烤牡蛎扇贝等菜肴将教你如何卤制植物，直到其完全变软。香料奶茶风味的芒果奶酪挞将向你展示香料调配的妙用，以及一款酸甜交融、口感丰富的甜点。或者，使用尼莎最喜欢的蛋白质、谷物和酱汁食谱，创造出百变的组合，让每一餐都充满惊喜。

《大味素食》是一本应时而生、富有远见的烹饪书，注定会成为经典之作。

**作者简介：**

**尼莎·沃拉（Nisha Vora）**是《电压力锅素食食谱》（*The Vegan Instant Pot Cookbook*）的作者。从哈佛大学法学院毕业后，她做了四年律师，后来把案例集换成了烹饪书，并创建了素食烹饪博客、Instagram账户和YouTube频道Rainbow Plant Life，开始了她梦想中的美食生涯。尼莎在纽约生活了八年，现在定居在家乡加利福尼亚。

**媒体评价：**

“《大味素食》是尼莎迄今为止最杰出的作品！她分享了大量美味可口的素食食谱以及烹饪技巧和建议，让你成为一名自信、有创造力的植物基厨师。对于所有想要制作充满活力、营养丰富的美味佳肴的人来说，这本书都是不可多得的资源。”

——珍妮·多诺弗里奥（Jeanine Donofrio），《纽约时报》畅销书《爱与柠檬简单美食》（*Love & Lemons Simple Feel Good Food*）的作者

“《大味素食》将令人惊叹的摄影作品与植物基烹饪大师课完美结合。尼莎以她标志性的精准和对食物的热爱，不仅带来了浓郁的风味，更带来了满载的深情。”

——乔安妮·李·莫里纳罗（Joanne Lee Molinaro），詹姆斯·比尔德奖得主、《韩国素食食谱》（*The Korean Vegan Cookbook*）的作者

“这是对素食烹饪多样化世界的光荣赞颂，也是一份绝佳的资源。”

——尼克·夏尔马（Nik Sharma），詹姆斯·比尔德奖决赛入围者、IACP获奖者、《素食》（*Veg-table*）的作者

“尼莎有着创造令人极其满足且易于上手菜肴的天赋。在这本书中，她提供了大量有用的信息和见解，帮助所有家庭厨师最大限度地提升菜肴的风味和口感。这本菜谱集非常出色，让人忍不住想要立刻冲进厨房尝试。”

——蒂莫西·帕克隆（Timothy Pakron），《密西西比素食主义者》（*Mississippi Vegan*）的作者

“尼莎的食谱经过深思熟虑和精心测试，值得你信赖。在《大味素食》一书中，尼莎全面展示了素食料理的活力和多样性。这是一本不可多得的资料，其中充满了令人惊叹的照片和实用的技巧，任何素食家庭厨师，从初学者到经验丰富的专业人士，都可以从中获得启发。”

——谢尔·舒克拉（Sheil Shukla），《印度植物基》（*Plant-Based India*）的作者

**营销信息：**

**Print/Online**

9/3 – Bon Appetit/Epicurious (Social media collaboration)

9/2 – San Diego Union-Tribune (Event listing)

8/30 – Laist (Feature)

8/27 – Plant Based news (Excerpt)

8/26 – People Magazine (Excerpt)

8/3 – FOX San Diego (Author feature)

7/11 – Vegan Food & Living (Excerpt)

7/10 – Eat This, Not That (Mention)

7/10 – AOL (Picked up Eat This, Not That article)

TK – Better Homes & Gardens (Excerpt)

TK – PETA Magazine (Excerpt)

TK – Green Matters (Interview and excerpt)

TK – Washington Post (Interview with Joe Yonan)

TK – VegNews (Interview)

TK – Harvard Magazine (Interview and excerpt)

**Radio/Podcast**

TK – Once Upon a Food Story (Interview)

TK – The Splendid Table (Interview)

TK – It’s All About Food (Interview)  
TK – The Happy Pear (Interview)

**TV/Video**

8/3 – FOX San Diego (Segment)

7/11 – KTLA (Segment)

**Events**

9/28 – Book Passage (Meet & greet)

9/5 – Now Serving Book Event (Cooking demonstration and in conversation)

8/13 – TalkShopLive (Virtual event)

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：[**Rights@nurnberg.com.cn**](mailto:Rights@nurnberg.com.cn)

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/)

书目下载：<http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx>

书讯浏览：<http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx>

视频推荐：<http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx>

豆瓣小站：<http://site.douban.com/110577/>

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6)

微信订阅号：ANABJ2002

