人生在世三万天，有酒有肉赛神仙。

各位观众们大家好，我是霸王别姬项目组，这是我的作品

在互联网学习美食制作时我突然想到一个问题，中国文化上下5千年，美食文化更是源远流长，那我们中国人是如何记录与分类美食的呢？

所以我今天想跟大家分享的就是中华美食与八大菜系。

开始--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

好的，首先让我们登录进去。大家请看这是我们精心制作的首页。它记录美食文化和饮食...等等的概念。首页下面是我们的logo。

让我们进行下一个页面。

首先，让我们来了解一下八大菜系的历史渊源。八大菜系的起源可以追溯到唐朝，当时的宫廷厨师们为了满足皇帝们的口味需求，研究出了八大菜系。随着时代的演变和地域的差异，这些菜系逐渐形成了自己独特的风味和特色。其中就有川菜，川菜以喜好辛辣为主代表菜有麻婆豆腐和水煮肉片，还有闽菜以烹制山珍海味而著称闽菜注重刀功，其中最知名的菜就是佛跳墙。

回到现在，大家请看这里，请看我们当代卓尔不群的厨师们吧，背面是他们的不凡成就。

下面是其中两位厨师的曾经制作过的美食，有宫保虾球、糖醋里脊、等等。

民以食为天。中国美食，举世公认，烹调技艺历史悠久，源远流长，其成果是中华民族的骄傲，是勤劳智慧使者的结晶，亦是祖国文化遗产的重要组成部分。

那么请问大家了解中国第一位职业厨师么？大家知道中国第一位女厨师是谁么？中国第一位庖厨又是谁？

答案就在大家眼前，彭铿原就是中华第一位职业厨师，中华第一位女厨师叫做刘娘子，中国第一位庖厨是易牙。

我想给大家分享一则小故事

大家知道易牙烹子的典故么？

春秋五霸之一的齐恒公吃遍了山珍海味，居然想尝尝人肉的味道，但易牙不忍心去使用别人的肉来烹饪给齐恒公吃，最后忍痛割爱把自己儿子杀了煮给齐恒公吃，桓公在一次午膳上，喝到一小金鼎鲜嫩无比，从未尝过的肉汤，便询问易牙：“此系何肉？”易牙哭着说是自己儿子的肉，为祈国君身体安泰无虞，杀子以献主公。当桓公得知这是易牙儿子的肉时，内心很是不舒服，却被易牙杀子为自己食的行为所感动

好的让我们接着往下看，曾经有一位厨师说过：“保留了大肠一部分原本的味道，才知道你吃的是大肠”那我们当代有那些家喻户晓的美食呢？有重庆的火锅、东北锅包肉以及扬州的西红柿炒鸡蛋还有一些其它地区的美食。

接下来就是我们的美食推荐与分类了，随着人类的发展和生活水平的不断提高，美食的种类样式也越来越多，我们考虑了很多种方法分类，最后都不如用时间分类实用，所以下面就是我们在每天每个时间段推荐大家的美食。

早上吃的食物尽量有营养。

最好可以补充[维生素](https://www.zhihu.com/search?q=%E7%BB%B4%E7%94%9F%E7%B4%A0&search_source=Entity&hybrid_search_source=Entity&hybrid_search_extra=%7b)，吃早餐不仅对我们的健康有好处，而且可以在我们上学或工作的时候提供能量，工作效率和学习效率也会提高。

午餐要吃饱。

午餐是一天中最重要的一餐，因为我们在经过一个上午的体力消耗，中午就会感到非常的饥饿了，但是，下午我们可是要继续工作或者学习的，如果中午吃不饱的话，那就会很影响工作学习的。所以，中午的午饭就是要吃得很饱才可以的。

晚餐是三餐中的最后一餐，这一餐不同于其他两餐，必须少吃，不能吃得太多，因为如果你吃得太多，就不容易消化。

然后就是我们大家很喜欢吃的下午茶与夜宵了

但是大家一定一定要注意了，最好少吃高热量的食物，要选择高营养密度、含有一定水分、易消化的食材，这些食材热量不高，但能提供一定量的水分和营养素，在睡前1-2小时吃，不会对胃肠造成太大的负担

我们还做了大家对于我们的网页留言以及反馈的页面，仅仅只需点击一下，不需要注册登录，我们就可以看到留言啦。

还有美食制作的页面，里面有几道美食的制作方法。

--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------结束

蓼茸蒿笋试春盘，人间有味是清欢。

希望大家按时吃饭，祝大家天天开心！