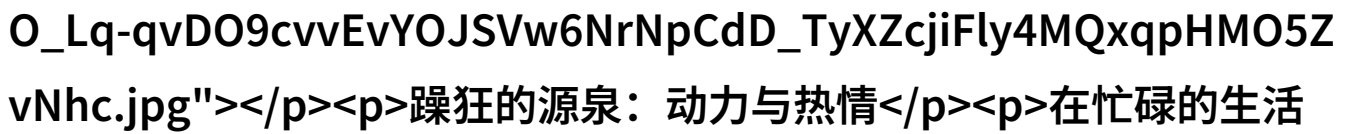
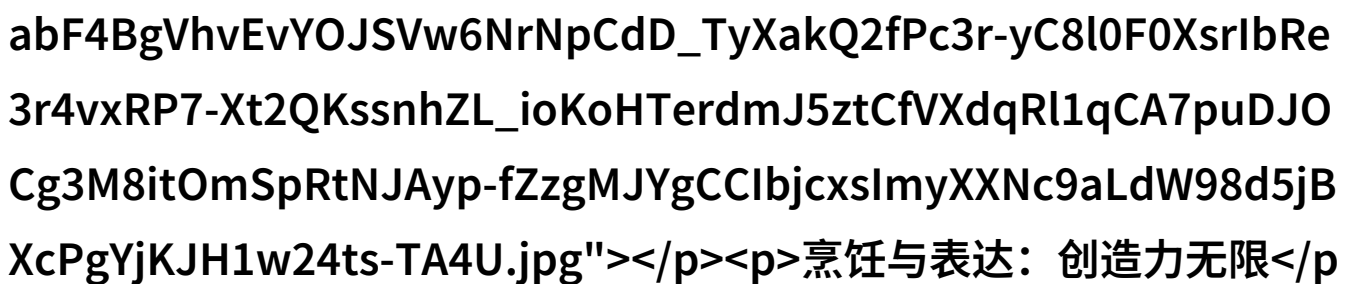


# 边做饭边躁狂的日常

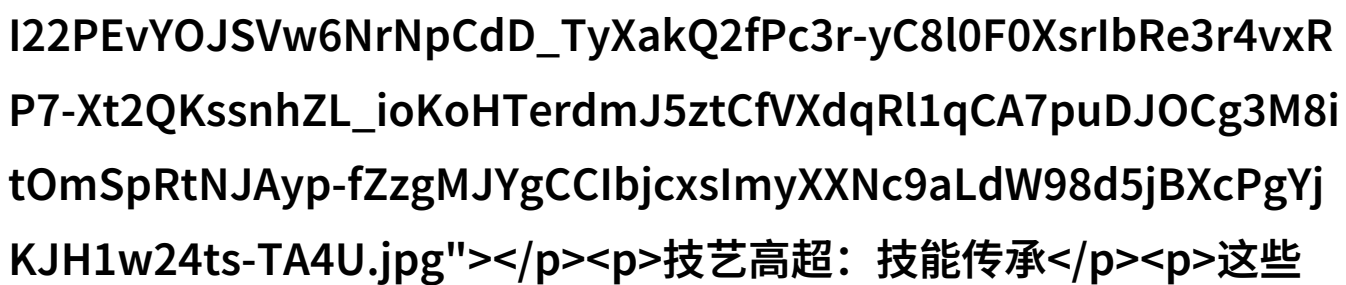
边做饭边躁狂的日常

躁狂的源泉：动力与热情

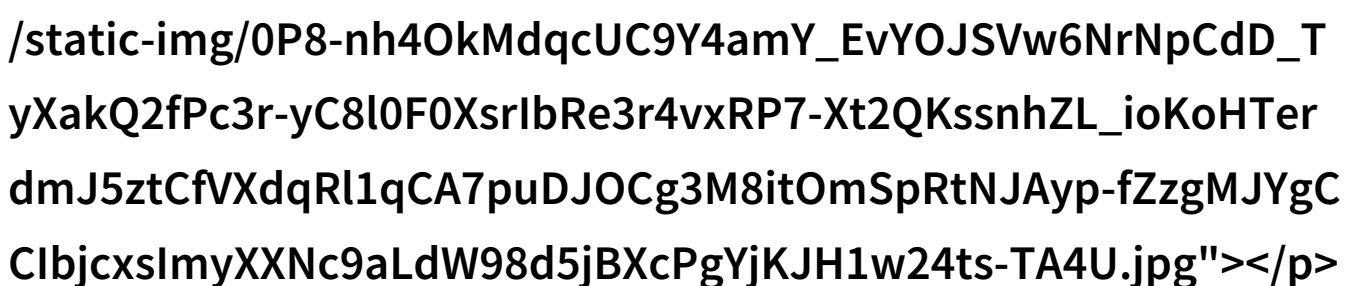
在忙碌的生活中，人们往往会寻找一些能够让自己放松、释放压力的方式。边做饭一边躁狂视频素材正是这样的选择，它不仅能够帮助人们减轻心情，还能增强工作效率。

烹饪与表达：创造力无限

通过观看这些视频，我们可以发现很多人在烹饪过程中展现出自己的个性和风格。这不仅是一种烹饪技巧的展示，也是对生活态度的一种表达。这种将日常活动与艺术结合的方式，让我们的生活变得更加有趣和丰富。

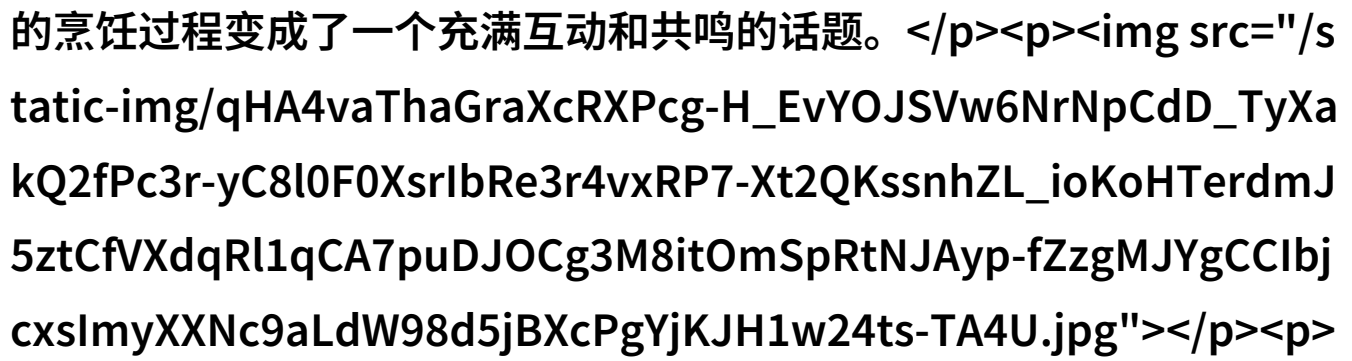
技艺高超：技能传承

这些视频中的厨师们通常都非常擅长他们的手艺，无论是在刀工还是在菜品搭配上，都能体现出他们多年的实践经验。观众不仅能够学到新知识，还能从中感受到一种传统手艺被发扬光大的氛围。

日常乐趣：分享与互动

边做饭一边躁狂并不意味着要孤独地享受这份快乐。在网络上的平台上，这样的内容经常会吸引大量用户

参与讨论，分享自己的制作经验或是尝试不同的食谱。这使得原本单调的烹饪过程变成了一个充满互动和共鸣的话题。



**生活节奏：时间管理之道**

对于那些忙碌的人来说，合理利用时间是一个大问题。而观看这些视频恰好可以作为短暂休息时使用，它们既不会分散注意力，又能带给我们一定程度的心理缓解，这样就更容易回到工作状态，并且提高了整体效率。

**文化交流：全球美食盛宴**

最后，不同文化背景下的厨师们通过这些视频展示了各自国家或地区特色美食。不管你身处何方，只要打开手机，就能瞬间走遍世界，每一次点开新的视频，就像是参加了一场真正意义上的国际美食节一样。

[下载本文pdf文件](/pdf/622127-边做饭边躁狂的日常.pdf)