

蔡澜
旅行食记。

蔡澜
著

青岛出版社

蔡澜旅行食记

蔡澜一著

 青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

蔡澜旅行食记 / 蔡澜著. — 青岛: 青岛出版社, 2015.12

ISBN 978-7-5552-3239-1

I. ①蔡… II. ①蔡… III. ①随笔—作品集—中国—当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第279673号

书 名 蔡澜旅行食记

编 著 蔡 澜

出版发行 青岛出版社

社 址 青岛市海尔路182号(266061)

本社网址 <http://www.qdpub.com>

邮购电话 13335059110 0532-85814750(传真) 0532-68068026

责任编辑 贺 林

设计制作 张 骏

制 版 青岛艺鑫制版印刷有限公司

印 刷 北京盛通印刷股份有限公司

出版日期 2016年4月第1版 2016年4月第1次印刷

开 本 32开(889毫米×1194毫米)

印 张 9.5

书 号 ISBN 978-7-5552-3239-1

定 价 49.80元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068638

印刷厂服务电话 010-52249888

建议陈列类别: 生活类 饮食文化类

| 目 录 |

第一章 / 在路上

想 吃	008
湖南湖北之旅	012
十号胡同	022
杭州之旅	026
大连之旅	030
汪姐的狂欢宴	034
情忆草原的羊宴	038
爆肚冯金生	046
赣州之旅	050
厦门之旅	054
我的上环散步	062
重访澳洲(上)	066
重访澳洲(下)	070

三个福岛	074
不丹之旅	078
曼谷 R&R	084
台北四十八小时	088
九州岛之旅	092
龟之井别庄	096
迪拜之旅	100
希腊之旅	104
土耳其之旅	112
华沙之旅	116
四季和安缦	120
芽庄安缦	124
重访北海道	128
莫斯科掠影	132
普希金咖啡室	136
北极光!	140
柏林之旅	144
韩 江	148
部队火锅	152
秘鲁之旅	156
阿根廷之旅	168

第二章

饮食话题

关于健康	182
饮食闲聊	186
饮食节目问答	190
浅尝	194
我的吃牛经验	198
油炸的爱与憎	202
杯面颂	206
冷食颂	210
闲谈酱料	214
我喜欢的酱菜	218
水	222
鱼卵与鱼精	226
咸酸甜	230
谈粽子	234
谈荔枝	238
鳗与鱻	242
鱼中贵族	246
点菜术	250

香云纱与伦教糕	254
御田 (Oden)	258
阿红靛米	262
印度没有咖喱	266
可否食素?	270

第三章 / 电影与女人

论李安	276
认 真	280
意 见	284
七老八老	288
台湾女人	292
受伤的女人	296
十二岁半的女人	300

蔡澜旅行食记

蔡澜 / 著

 青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

蔡澜旅行食记 / 蔡澜著. — 青岛 : 青岛出版社, 2015.12

ISBN 978-7-5552-3239-1

I. ①蔡… II. ①蔡… III. ①随笔—作品集—中国—当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第279673号

- 书 名 蔡澜旅行食记
编 著 蔡 澜
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市海尔路182号(266061)
本社网址 <http://www.qdpub.com>
邮购电话 13335059110 0532-85814750(传真) 0532-68068026
责任编辑 贺 林
设计制作 张 骏
制 版 青岛艺鑫制版印刷有限公司
印 刷 北京盛通印刷股份有限公司
出版日期 2016年4月第1版 2016年4月第1次印刷
开 本 32开(889毫米×1194毫米)
印 张 9.5
书 号 ISBN 978-7-5552-3239-1
定 价 49.80元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068638

印刷厂服务电话 010-52249888

建议陈列类别: 生活类 饮食文化类

| 目 录 |

第一章 / 在路上

想 吃	008
湖南湖北之旅	012
十号胡同	022
杭州之旅	026
大连之旅	030
汪姐的狂欢宴	034
情忆草原的羊宴	038
爆肚冯金生	046
赣州之旅	050
厦门之旅	054
我的上环散步	062
重访澳洲(上)	066
重访澳洲(下)	070

三个福岛	074
不丹之旅	078
曼谷 R&R	084
台北四十八小时	088
九州岛之旅	092
龟之井别庄	096
迪拜之旅	100
希腊之旅	104
土耳其之旅	112
华沙之旅	116
四季和安缦	120
芽庄安缦	124
重访北海道	128
莫斯科掠影	132
普希金咖啡室	136
北极光!	140
柏林之旅	144
韩 江	148
部队火锅	152
秘鲁之旅	156
阿根廷之旅	168

第二章 / 饮食话题

关于健康	182
饮食闲聊	186
饮食节目问答	190
浅尝	194
我的吃牛经验	198
油炸的爱与憎	202
杯面颂	206
冷食颂	210
闲谈酱料	214
我喜欢的酱菜	218
水	222
鱼卵与鱼精	226
咸酸甜	230
谈粽子	234
谈荔枝	238
鳗与鳝	242
鱼中贵族	246
点菜术	250

香云纱与伦教糕	254
御田 (Oden)	258
阿红靓米	262
印度没有咖喱	266
可否食素?	270

第三章 / 电影与女人

论李安	276
认真	280
意见	284
七老八老	288
台湾女人	292
受伤的女人	296
十二岁半的女人	300

第一章

在路上



想 吃

在国内众多杂志中，《三联生活周刊》是一本可读性颇高的读物，每周有二十至三十万的发行量。这个数目在内地来说，算是很高的了。

杂志的资料收集相当齐全，尤其是他们的特辑。像第七二一期的“寻寻觅觅的家宴味道——最想念的年货”，更是精彩。以春卷开启正月初一，初二对应年糕，初三桂花小圆子，初四枣泥糕，初五八宝饭，初六火腿粽子，初七双浇面，初八豌豆黄，初九素馅饺子，初十腊味萝卜糕，十一干菜包，十二菜肉馄饨，十三芸豆卷，十四包子，而十五则以汤圆来结束。这些食物满足了东南西北的读者，尤其是背井离乡的，一定会有一种慰藉你味觉上的乡愁。

接下来，杂志详细地报道了香港的腊味、增城的年糕、顺德的鲮鱼、湖北莲藕与洪山菜薹、秃黄油、盐水鸭、天目笋干、灯影牛肉、汕尾蚝、白肉血肠、湖南腊肉、宁波鱼鲞、苏北醉蟹、

叙府糟蛋、霉干菜、锡盟羊肉、香港海味、大白猪头、酱板鸭、金华火腿、天府花生、浙江泥螺、广西粽子、四川香肠、大连海参、西藏松茸、漾濞核桃、福州鱼丸、石屏豆腐、东北榛蘑、藏香猪、红龟粿、清远鸡、宣威火腿、闽南血蚶、油鸡枞、米花糖等等。

从中，一定可以找到一些你从小吃的。即便你是中国人，也会有很多你听都没听过的。让人感到中国之大，自己的渺小；做三世人，也未必一一尝遍，况且还有更多的做法。列举的这些，只是原食材而已。

杂志有个特约撰稿人叫妥俏，她老远地从北京来到香港深入采访，更去了潮汕和很多其他地方，数据是从她多年来为这本杂志写专题的过程中选出来的。

《生活周刊》的记者更遍布中国各地，由他们写自己最熟悉的食材，而不去介绍什么名餐厅、大食肆，是很聪明的做法。因为不是大家都去过，也不是众人吃得起的，而食材的介绍和推荐，就没话可说了。

不能说没有《舌尖上的中国》的影响，文字的记载跟纪录片的影像不同，给读者留下很大的思想空间。有时，是比真正吃到的更美味。

最有趣的是读到《秃黄油》这一篇。从名字说起，这道菜来自苏州，而苏州有些菜，极其雅致，名字却古怪。其实“秃”字就是苏州话的“忒”，“特别纯粹”的意思。纯粹以蟹膏和蟹黄，用纯粹的猪网油来炮制。蟹膏要黏，也要腻，其他菜都怕这两样东西，但“秃黄油”非又油又腻又黏不可，用来送饭，天下美味，亏得中国人才想得出来。

油腻吃过，来点蔬菜。我这一生，最爱吃的是豆芽和菜心，而梗是紫红颜色的菜心最甜了。菜心内地人又叫菜薹，杂志中介绍了洪山菜薹，令人向往。

菜薹是湖北人的骄傲，同纬度产地之中，也唯有湖北洪山的最清甜可口，很早就被当成贡品。流传至今的故事中，有三国时期孙权的母亲病中思念洪山菜薹，孙权命人种植洪山菜薹为母解馋，故亦叫“孝子菜”。苏东坡三次来武昌，也是为了找菜薹。我这次刚好要去武汉做推销新书的活动，已托友人找洪山菜薹。可惜对方说已有点过时节，那边土话叫“下桥”，但答应我找找有没有“漏网之菜”。

很多读者都知道我是一个“羊痴”。看杂志中的介绍，什么地方的羊肉菜肴最美味？单单是羊汤一例，就有苏州藏书羊、山东单县羊、四川简阳羊和内蒙古海拉尔羊的“四大羊汤”，究竟哪里的羊肉敢称“天下独绝”？

在内蒙，有一个叫“锡林郭勒盟”的地方，简称为“锡盟”。住在当地多年的记者王珑锟给我推荐了多种吃法，从烤全羊开始介绍，最后反而没有提到羊汤。但不要紧，最吸引我的，是他说的奶茶和羊把肉。

锡盟人的早茶可以从八点喝到十点，除了奶茶和羊把肉之外，还有炸果子、肉包子、酸奶饼，再加上佐吃蒜蓉辣酱的血肠、油肠和羊肚。

手把肉的做法是：白水大锅，旺火热沸，不加调料，原汁原味。煮好的手把肉乳白泛黄，骨骼挺立，鲜嫩肉条在利刃下撕扯而出，吃时尽显男儿豪迈。