

柯平与李渔对话 柯平著 李渔原文 古吴轩出版社

素菜朝天

吾观人之一身，眼耳鼻舌，手足躯骸，件件都不可少。其尽可不设而必欲赋之，遂为万古生人之累者，独是口腹二物。口腹具，而生计繁矣；生计繁，而诈伪奸险之事出矣；诈伪奸险之事出，而五刑不得不设。君不能施其爱育，亲不能遂其恩私，造物好生，而亦不能不逆行其志者，皆当日赋形不善，多此二物之累也。草木无口腹，未尝不生；山石土壤无饮食，未闻不长养。何事独异其行，而赋以口腹？即生口腹，亦当使如鱼虾之饮水，

素菜朝天

柯平 著

李渔 原文

古吴轩出版社

柯平与李渔对话



李渔(1611-1680),原名仙侣,字谑凡,号天竺,中年改名李渔,字笠鸿,号笠翁。李渔出生时,由于其祖辈在如皋创业已久,此则“家素饶,其园亭罗绮甲邑内”,故李渔一出生就享受了富足生活。其后由于在科举中的失利,使肩负以仕途腾达为家族光耀门户重任的李渔放弃了这一追求,毅然改定“人间大隐”之道。康熙五年(1666)和康熙六年(1667)先后获得乔、王二姬,李渔在对其进行细心调教之后组建了以二姬为台柱的家庭戏班,常年巡回于各地为达官贵人消遣之乐,收入颇丰,这也是李渔一生中生活得最得一个阶段,同时也是李渔文学创作中最丰产的一个时期。《闲情偶寄》一书就是在这一时段内完成并付梓的。1672、1673年,随着乔、王二姬的先后离世,支撑李渔富足生活的家庭戏班也土崩瓦解了,李渔的生活从此转入了捉襟见肘的困顿之中,经常靠举债度日。1680年,古稀之年的李渔于就病交加中溘然于世。

图书在版编目(CIP)数据

柯平与李渔对话 / 柯平著. - 苏州: 古吴轩出版社,
2005.5

ISBN 7-80574-937-X

I. 柯… II. 柯… III. 饮食-文化-中国

IV. TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第035436号

特约编辑: (收获者仓库编辑组) 余良峰 徐晓玲 李小倩

责任编辑: 陈雪春

见习编辑: 汤宁 吴斐

装帧设计: (收获者仓库设计组) 张铨 顾迎庆

责任印刷: 何洁

书 名: 柯平与李渔对话

著 者: 柯平

出 版: 古吴轩出版社

地址: 苏州市十梓街458号

邮编: 215006

Http://www.szrbs.net/gwx

E-mail: gwxcs@126.com

电话: 0512-65232286

传真: 0512-65220750

代理发行: 广东联合图书有限公司

电 话: 010-66512133 010-65513628

地 址: 北京市朝阳区朝外北街吉祥里101楼B座802

印 刷: 杭州富春印务有限公司

开 本: 630 × 960 1/16

印 张: 18

字 数: 150千

印 数: 0001-6000册

版 次: 2005年9月第1版 第1次印刷

书 号: ISBN 7-80574-937-X/G · 273

定 价: 59.60元(全二册)

如有印装质量问题, 请与出版社联系。

目录

序 汤喜燕

素食者说 他老人家属于有钱吃肉偏偏不愿吃，喜欢以宏扬素食主义自我标榜，一有机会就想作把秀的那种人。 008



我行我蔬 你想想，鲁智深尿壶里的狗肉虽然好吃，怎比得他原先工作单位东京大相国寺那一锅加了红豆米仁莲心白果的香喷喷的腊八粥？ 016

想念春天想念笋 这玩意儿在蔬菜中也真称得上是个另类，头尖身圆，污泥斑斑，可就是这么个东西，一旦到了李老师的生花妙笔之下，地位名望却至高无上，身价百倍。 024

最爱野生菌 自从我国最早的美食家庄子先生科学地总结出“朝菌不知晦朔”的食菌经验后，全国人民都知道吃香菇一定要趁着新鲜吃，搁上一阵子就不好吃了。 035

蔬菜大比拼 蔬菜当然不会召开天下掌门人大会，不过蔬菜中百怪千奇，让人眼花缭乱的功夫也真不少。 046



所谓的异菜 谁说正宗绿豆粉丝的滋味，就比鱼翅差了？关键还在于烹饪上的手段高下。 058

因为香，所以想 好在现在国家终于开始讲文化讲品位了，报上说去年北京烤鸭的配套佐料葱丝都已立竿见影改成香椿丝了，就是一个很好的例子。 068



人是铁，饭是钢

咱们的老祖宗吃饭估计是以素食为主，像上面所说的这样水呀米呀地煮着吃，恐怕要到唐宋时期才开始流行。

080

粥你健康

在中国人民的餐桌上，几千年来爱吃稀的和爱吃干的一向你不饶我不让，打了个平手。就像单位里的总经理和党委书记，一会儿你比我大，一会儿我比你大。

091

妙手调羹

当然，李老师说汤，不大可能是深圳豪华饭店里的婴儿汤，也不会是意大利人弘扬爱国主义，每餐必上，用奶酪西红柿菠菜做成象征国旗三色的国家汤。

100



面面俱到

包括《红楼梦》里写宝玉出家时很有名的那句“赤条条来去无牵挂”，也总觉得像是在为面条做推介似的。

110



吃吃粉，尝尝鲜

出门远行身上带点炒粉，其重要意义不仅限于耐饥，也是证明自己读过《闲情偶寄》，是很有修养很有文化的表现。

118

附录

云林堂饮食制度集

128

后记 菜也生猛

素菜朝天

柯平 著 李渔 原文 古吴轩出版社

柯平与李渔对话



李渔（1611-1680），原名仙侣，字谪凡，号天徒。中年改名李渔，字笠鸿，号笠翁。李渔出生时，由于其祖辈在如皋创业已久，当时“家家饶，其园亭罗绮甲邑内”，故李渔一出生就享受了富足生活。其后由于在科举中的失利，使肩负以仕途腾达为家族光耀门户重任的李渔放弃了这一追求，毅然改走“人间大隐”之路。康熙五年（1666）和康熙六年（1667）先后获得乔、王二姬，李渔在对其进行细心调教之后组建了极为台柱的家庭戏班，常年巡回于各地为达官贵人消遣之乐，收入颇丰，这也是李渔一生中生活得最得一个阶段，同时也是李渔文学创作中最丰产的一个时期。《闲情偶寄》一书就是在这一时段内完成并付梓的。1672、1673年，随着乔、王二姬的先后离世，支撑李渔富足生活的家庭戏班也土崩瓦解了，李渔的生活从此转入了捉襟见肘的困顿之中，经常靠举债度日。1680年，古稀之年的李渔于贫病交加中泯然于世。

序

◎汤喜燕

诗人的**鱼肉青菜**

◎ 对于柯平，我是不熟的，那种永远也熟不起来的生冷状。相遇几次，也略略只知道其乃诗人。对于诗人，尤其是来自上个时代的诗人，我一直是敬着远着的。在印象中，那些在七十年代曾经怒发冲冠的诗人，一个个都是冰冷而深刻的（对于诗人的传说不是热得会自燃，就是冰得能自冻，而我不知为何，总觉得诗人是冷的），好像是罗丹家里的“思想者”。在我的感觉中，诗人与思人有时是等同的。哪怕是盛夏，一想到诗人，立马半个身子寒了下去。似乎那冰冷而深刻的诗人总在寒冷的冬夜无尽地忧郁着。过不完的寒冬，忧不完的愁。这种状态与食物似乎应该是绝

缘的，应该有点不食人间烟火的意味。而我，则是从头到脚的一个俗人，喜好一切新鲜而美妙的事物，追随一切方便而舒适的生活。因而，对于柯诗人也就知趣地远离了，总怕一身俗气扰了诗人的思虑。

◎ 因此，当我听说柯平也要对食物发表一番意见，也要就食物这个主题与上个时代在俗世混得浑身舒畅的李渔切磋一番时，心底忽然间如同走路时绊到了一块石头，总也觉得不够顺畅。心底暗想，那些食物会是热的吗？能端到饭桌上来吃吗？

◎ 诗人的角色暗示了太多的冰凉。但当柯平全书完成之时，忽然发觉原来柯平不仅是个诗人，更是个人，对生活有许多体悟的人。此时恰逢大运河方面让我作为一个现代最普通的读者，为这套书写序。这时，才回过头来研究柯平究竟是何许人也。这不研究还

不打紧，一研究，忽然发觉，这些年来，柯平早就有了自己的气象。以诗人出道，却对明清文学颇有研究。有诗人思想的飞腾，同时还有学者治学的严谨。这一回，再来一个美食家的精致与意趣。

◎ 这样的融合，真的让人惊讶，惊讶于角色的多重性。难怪，在网上发现柯平的追随者们早就尊称他为柯老师了，并且以一种不容争论的姿态捍卫着“柯老师”以及柯老师这个概念的所有外延。猛然，发觉自己的不敬与不谨。

◎ 也是这个时代的不谨。这个时代，太多的传奇与横空出世。在这种全天下都横空出世的状态下，积累渐渐地被消蚀了。厚积薄发，成为一种传奇。这个时代，需要的是一滴水造成一片海洋的绝对现实。如这个时代的科技变化一样，这个时代往往是以一种化学反应的姿态来说事来发话的。人人都这么想。时

代也这么想。但并不是所有的物质所有的领域都可以化学反应的。对于生活，那就无化学反应可用。生活的体会没有催化剂，只有积累。因而柯平说食，自然也不可能依赖某种催化剂。事实上，也没有。

◎ 这一点上，柯平与李渔一样，依赖的是自己的一种积累，一种以诗人的触觉对于生活的点滴欣赏。诗人不光是深刻的，同时还是敏锐的，因而柯平的食经还是精致的。诗人去做小说，做导演，哪怕做歌星都不在少数。但诗人做美食，似乎并不多。这一回柯平给了我们一个惊奇。他与李渔的一番美食论，不仅纸面阅读十分爽快，而且心灵与味蕾感觉都挺新鲜。

◎ 这是我等后辈对于上个世纪的诗人一次认识的机会。在柯平与李渔的美食对弈中，认识一位永远不熟的诗人。

目录

序 汤喜燕

素食者说 他老人家属于有钱吃肉偏偏不愿吃，喜欢以宏扬素食主义自我标榜，一有机会就想作把秀的那种人。 008



我行我蔬 你想想，鲁智深尿壶里的狗肉虽然好吃，怎比得他原先工作单位东京大相国寺那一锅加了红豆米仁莲心白果的香喷喷的腊八粥？ 016

想念春天想念笋 这玩意儿在蔬菜中也真称得上是个另类，头尖身圆，污泥斑斑，可就是这么个东西，一旦到了李老师的生花妙笔之下，地位名望却至高无上，身价百倍。 024

最爱野生菌 自从我国最早的美食家庄子先生科学地总结出“朝菌不知晦朔”的食菌经验后，全国人民都知道吃香菇一定要趁着新鲜吃，搁上一阵子就不好吃了。 035

蔬菜大比拼 蔬菜当然不会召开天下掌门人大会，不过蔬菜中百怪千奇，让人眼花缭乱的功夫也真不少。 046 

所谓的异菜 谁说正宗绿豆粉丝的滋味，就比鱼翅差了？关键还在于烹饪上的手段高下。 058

因为香，所以想 好在现在国家终于开始讲文化讲品位了，报上说去年北京烤鸭的配套佐料葱丝都已立竿见影改成香椿丝了，就是一个很好的例子。 068



人是铁，饭是钢

咱们的老祖宗吃饭估计是以素食为主，像上面所说的这样水呀米呀地煮着吃，恐怕要到唐宋时期才开始流行。

080

粥你健康

在中国人民的餐桌上，几千年来爱吃稀的和爱吃干的一向你不饶我不让，打了个平手。就像单位里的总经理和党委书记，一会儿你比我大，一会儿我比你大。

091

妙手调羹

当然，李老师说汤，不大可能是深圳豪华饭店里的婴儿汤，也不会是意大利人弘扬爱国主义，每餐必上，用奶酪西红柿菠菜做成象征国旗三色的国家汤。

100



面面俱到

包括《红楼梦》里写宝玉出家时很有名的那句“赤条条来去无牵挂”，也总觉得像是在为面条做推介似的。

110



吃吃粉，尝尝鲜

出门远行身上带点炒粉，其重要意义不仅限于耐饥，也是证明自己读过《闲情偶寄》，是很有修养很有文化的表现。

118

附录

云林堂饮食制度集

128

后记 菜也生猛

蔬食第一

吾观人之一身，眼耳鼻舌，手足躯骸，件件都不可少。其尽可不设而必欲赋之，遂为万古生人之累者，独是口腹二物。口腹具，而生计繁矣；生计繁，而诈伪奸险之事出矣；诈伪奸险之事出，而五刑不得不设。君不能施其爱育，亲不能遂其恩私，造物好生，而亦不能逆行其志者，皆当日赋形不善，多此二物之累也。草木无口腹，未尝不生；山石土壤无饮食，未闻不长养。何事独异其行，而赋以口腹？即生口腹，亦当使如鱼虾之饮水，蝴蝶之吸露，尽可滋生气力，而为潜跃飞鸣。若是则可与世无求，而生人之患熄矣。乃既生以口腹，又复多其嗜欲，使如溪壑之不可厌。多其嗜欲，又复洞其底里，使如江海之不可填。以致人之一生，竭五官百骸之力，供一物之所耗而不足哉！吾反复推详，不能不干造物是咎。亦知造物于此，未尝不自悔其非，但以制定难移，只得终遂其过。甚矣！作法慎初，不可草草定制。

姜汁半大匙酒
面香油葱段
半大匙
治利先爭及生开水中
葱熟捞出剥出肉
在舖
脆片魚方主料
骨切粗条姜红柿子椒切丝
苗切成长段起锅放

素食者说

他老人家属于有钱吃肉偏偏不愿吃，喜欢以宏扬素食主义自我标榜，一有机会就想作把秀的那种人。

四年一届的奥林匹克运动会，是全世界人民日常生活中的一件大事。中国人思想觉悟高，既爱国又爱面子，因此恐怕还得把它看成是政治生活中的一件大事才行。第二十八届奥运会在希腊雅典举行，从大洋彼岸不时传来的国歌声，简直

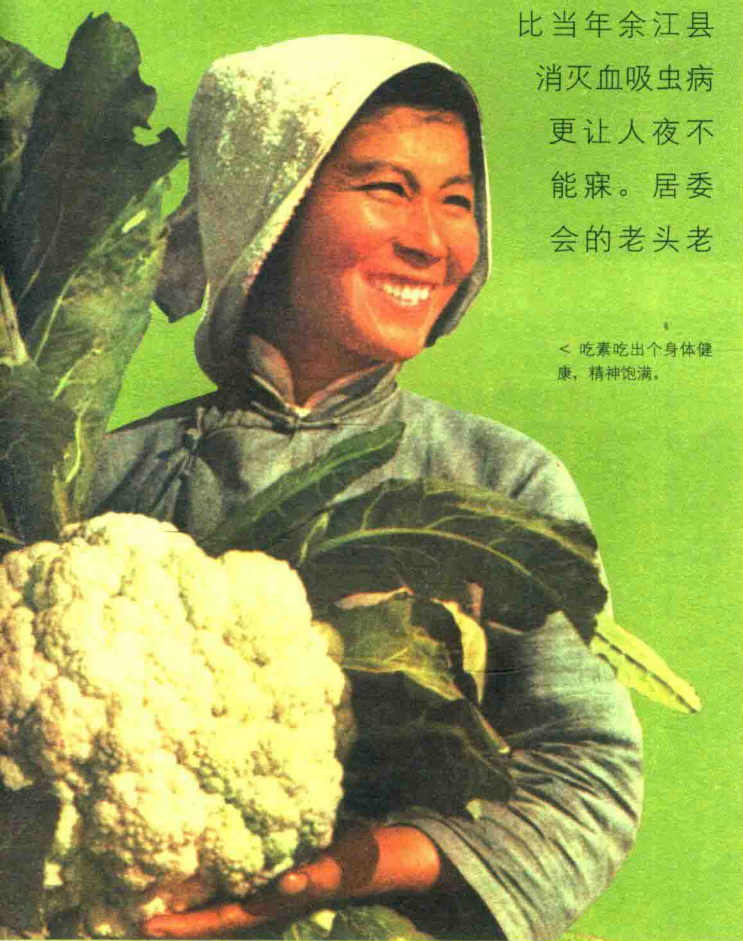
比当年余江县
消灭血吸虫病
更让人夜不
能寐。居委
会的老头老

＜吃素吃出个身体健康，精神饱满。＞

吃饭第一

我们有自古流传的两句话：一是“衣食足则知荣辱”，见于《管子·牧民篇》；一是“民以食为天”，是汉朝郇食其说的。这些都是从实际政治上认出了民食的基本性，也就是说从人民方面看，吃饭第一。另一方面，老子说“食、色、性也”，是从人生哲学又肯定了食是生活的两大基本要求之一。《礼记·礼运篇》也说到“饮食男女，人之大欲存焉”，这更明白。照后面这两句话，吃饭和性欲是同等重要的，可是照这两句话里的次序，“食”或“饮食”都在前头，所以还是吃饭第一。

朱自清《论吃饭》





太太们半夜三更挤在电视机前眼泪汪汪，网上的资深人士更是连夜组建了“金庸武侠梦之队”准备起程赶赴雅典投入赛事。一时间天上飘的，地上插的，手中舞的，屏幕上晃动的，全是迎风飞舞、庄严夺目的五星红旗，即使你是病床上的冠心病患者，此情此景，也不由你不血脉贲张，热泪满襟。

看着看着，问题就出来了。先是有人在报上写文章，说弄不明白那些传统体育项目如田径游泳、跳远跳高、铁饼铅球什么的几百年来怎么总由老外垄断着，接着有专家出来发表高见，从科学角度循循善诱，将之解释成是由于不同的饮食结构的缘故。这话说来应该也有些道理，

中国西餐

“西点”和面包也是西餐里的东西。西点的主要成分是奶油。在战前，已经有许多西点店为了减轻成本，不肯用奶油。譬如在北平，讲究吃西点的，只能向法国面包房去买。在抗战八年的今日，所谓西点，干瘪瘪的，连中国点心的油量都赶不上，还能希望有奶油吗？至于面包，本来做法就赶不上人家，还在西点店里摆了三五天，像粉了，才吃！洋派头是有了，洋味儿还在那里呢！ 王了一《西餐》

> 对美食的向往，是无师自通的本能。





和尚的素菜

“和尚”当了五年和尚，经书读了多少并不知道，一手素菜却是出神入化。每到过年，他便做好了素菜，以感谢施主的名义给各个大户人家送去。年节下，大户人家都吃得油腻，“和尚”的素菜吃来别有风味，以后不用他送，人家就到庙里来买了。那时没有素菜馆，和尚的素菜出了名，他又勤勉而善于周旋，把有权有势的人维持得很好，不知不觉竟成了当地的一个人物。“和尚”挣了钱索性还俗，娶的媳妇据说相当漂亮，给他生了六个孩子。

萨苏《漫忆我的祖父与和尚的往事》

< 莲塘纳凉图 / 清 金廷标

人家早上起来吃的可是牛奶面包鸡蛋，咱们有大饼油条、咸菜泡饭伺候已算是过上了贫嘴张大民的幸福生活。君不见奥运会第二天，电视上央视主持人问陈艳青的母亲咱们的女英雄小时候吃什么？陈妈妈答：吃蔬菜。问：为什么不吃肉？答：家里穷，没钱吃肉。

不过话还是要说回来，写《闲情偶寄》的李笠翁可不是奥运女子举重冠军陈艳青那个阶层的人，他老人家属于有钱吃肉偏偏不愿吃，喜欢以宏扬素食主义自我标榜，一有机会就想作把秀的那种人。这位四百年前的文化名人兼老愤青，平生既不愿当官，又过不了山间林下饿着肚皮风雅的苦日子，凭着一支好笔，一张利嘴，一个好使的脑袋瓜子，在政界、商界、文学界、娱乐界乃至餐饮界，上下其手，左右逢源，吃香喝辣，偎红依翠，一生中没少挣





A 随心所欲享用自己喜欢的美食。/当代 李津

了钱，日子过得可谓优哉游哉。这在非仕即隐的明末清初知识界算得上是个异数。

我们不妨先来听听他对饮食一道的奇谈怪论吧！就像三国时的名将周瑜批评老天工作有严重失误，“既生瑜，何生亮”一样，李渔老师也认为上帝当初造人的时候，口和胃这两件器官是完全多余的，应该属于技术设计上的明显缺陷。

你想想，人活着本来该是多么潇洒、美好的一件事情，正因为多出了这两样东西，嘴巴渴了要喝，肚子饿了要吃，让人朝九晚五，披星戴月，为衣食奔波，弄出无穷无尽的烦恼来。再进一步细而论之，两害相较取其轻，口虽然累人，毕竟还能吹牛说话，要

美味的豆腐

晚饭时节，吃了小葱蘸大酱就已经很可口了，若加上一块豆腐，那真是锦上添花，一定要多浪费两碗包米来尝豆腐的。一吃就吃多了，那是很自然的，豆腐加上点辣椒油，再拌上点大酱，那是多么可口的东西：用筷子触了一点点豆腐，就能够吃下半碗饭，再到豆腐上去触了一下，一碗饭就完了。因为豆腐而多吃两碗饭，并不算吃得多吃，没有吃过的人，不能够晓得其中的滋味的。 萧红《呼兰河传》