



休闲珍品屋

名人谈

MINRENTANCHI

◎ 崔普权 / 著

吃

北京燕山出版社

名人谈吃

崔普权 著

北京燕山出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

名人谈吃/崔普权著. -北京:北京燕山出版社, 1999.7

ISBN7-5402-1209-8

I. 名…… I. 崔… III. 小品文-作品集-中国-当代
IV. I 267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 27061 号

责任编辑: 里 功

封面设计: 王 立

版式设计: 里 功

责任监印: 马洪波

北京燕山出版社出版发行

北京市东城区府学胡同 36 号 100007

新华书店经销

河北省三河市文化局灵山红旗印刷厂

850×1168 毫米 32 开本 16.5 印张 420 千字

1999 年 9 月北京第 1 版 1999 年 9 月第 1 次印刷

印数: 1 - 8000 册

定价: 22.00 元

序

——中国烹饪协会副秘书长 聂凤乔

名人谈吃，是一个饶有兴味的课题，因为，吃是人生永恒主题之一；名人则是在某一事业方面著有成就者。二者“碰撞”，必然冒出“火花”。当然，来自名人，当是睿智的思考，兴趣就来了：“看看名人是咋说的？”特别是人们的吃由“温饱型”进入到“营养型”的今天，以名人为鉴，这是谁都会动心的。

所以，当1992年最初在报端读到崔普权先生的这个专栏时，窃以为他抓住了个好题目。不过，同时也为他担心，怕难以为继，因为名人各有脾气，又分散在各行各业，不大好侍弄。想不到几年过去，还一篇一篇在出，不免为之高兴而又打心底里佩服，想到将来可以出集子。果不其然，居然要出了，真难为他了：不知付出了多少艰苦的努力。我头一个反应是祝贺，紧接着谢谢！

谢谢的原因在于：他一下子集中了许多位名人关于吃的吃法与观点，难能可贵。

名人是不讳言吃的，历来如此。历史上的名人谈吃，收集起来一样盈篇累牍。姑以先秦举数例，如《老子》的“圣人腹不为目”；《庄子》的“疏食以遨游”；《论语》的“君子食无求饱，居无求安”；《孟子》的“口之于味也，有同嗜焉”；《管子》的“味

者，所以守民口也”；等等。这还是各举一例，其实还多。比方孔子，就有若干个“不食”，还有“食不厌精，脍不厌细”呢。秦汉以后，那就更多。

外国也一样。革命导师马克思、恩格斯则将吃放在相当高的位置看待的，而且不是一两次。这是我通读《马克思恩格斯全集》后得到的认识。举几段话：

“人们为了能够‘创造历史’，必须能够生活。但是为了生活，首先就需要衣、食、住以及其他东西。”

“一切劳动，首先原来也是把食物的占有和生产作为目的。”

“吃喝是消费形式之一，人吃喝就是生产自己的身体，这是明显的事。”

“正像达尔文发现有机界的发展规律一样，马克思发现了人类历史的发展规律，即历来为繁茂芜杂的意识形态所掩盖着的一个简单事实：人们首先必须吃、喝、住、穿，然后才能从事政治、科学、艺术、宗教等等……”

这仅是极少几例，还有很多。正因为有了这些理论依据，我才敢下决心研究中国烹饪的（从烹调生产到饮食消费的全过程的全部内容，不仅仅是饮食文化、烹饪文化）。

名人也是人，也食人间烟火。既如此，也就有所食、有所想，也就产生闪光的思想，给我们以启迪。而名人与名人又是有不同的，这些思想也便不同，会从不同的立脚点、不同的角度，给我们以有比较的启迪，从差异中获得吃的智慧。譬如丁聪先生，大漫画家，80多岁高寿了，嗜肉如命，视蔬菜如饲草，竟然发不白，思不乱，佳作源源不断。这岂不大反现代营养学之道了么？倒使我想到钱学森同志谈过的一件事。他曾问过名医黄宛大夫：“你现在同你年轻时看病有何不同之处？”黄的回答很明确：“知道要注意病人也是人与人不同的，还有时间和环境。所以不能简单化。”钱学森同志听后表示“黄宛大夫的话对我启发极深。”（详见1989年4月7日《人民日报·海外版》所载中国科协主席钱学森《为

开创 21 世纪新医学而努力》) 大科学家是这样认识问题的。于此, 我增强了否定若干形而上学的营养观点的信心。比如有些所谓平衡膳食的菜单, 根本不考虑人与人的自然体质与社会体质之差异, 却不停地吹嘘让所有的人照着吃, 否则就是不科学, 真够霸道的。甚至有些从没学过现代营养学的人, 居然也大发平衡膳食之高论, 毫不费劲。营养科学云乎哉?

名人谈吃, 可以帮助我们了解名人; “对症” 的吃法与观点, 也未尝不可学而习之, 只是千万别照搬; 更重要的是他们对待吃的认识与态度, 特别是其中的哲理。这恐怕是这本书的意义之所在。

我与普权先生素未谋面, 承他看得起, 一个电话约我为这本叫《名人谈吃》的书写点什么, 或者是序, 乐于效力, 序则不敢, 追附骥尾算个小跋吧。

1998 年 11 月 24 日 扬州 蔬食斋

自序

饮食与人类的艺术生活有着密切的关系。中国几千年的文明史是由文人的文字记述而传衍的，饮食文化自然也在此例。历代的文人墨客和学者及官府人家，他们不但善于选择食品、品味食品，而且也擅长烹饪之道、善调五味，什么“东坡肉”、“潘鱼”、“谭家菜”、“马先生汤”等真可谓不胜枚举。本书中收入的王世襄先生、汪曾祺先生、凌子风先生等也是此中高手，且厨艺超群。

美食与养生学是密切相关的。本书中收入的社会知名度很高的108人（著名画家钟灵先生建议的）中，80岁以上者55人，90岁以上者达22人之多，可见他（她）们的美食与保健、美食与养生是高人一筹的，且大多并非是什么科学的饮食结构所致。

在这108人中，有作家、画家、书法家、歌唱家、医学专家，有老红军、世界冠军，有“末代皇弟”，有孔子后裔，其中还有外国友人和华侨，民族也有汉、满、回、蒙古及维吾尔等。这些各行各业的名人站在自己的角度，以自己的视角、自己的职业、自己的家乡、自己的民族……向我们讲述了各自的饮食观点、饮食轶事、饮饌食源、民风典故、家乡风味、下厨趣闻及品茶、饮酒、请客、作客、养生、减肥、保健等许许多多鲜为人知的事，读来

若能使您兴味盎然，时而勾起美好的回忆，时而又引发您的情趣或遐思，那则正是笔者所追求的。

历时近十年之久的采访和写作，使我获得了丰富的有关知识，虽然累，但却从中增加和体会了生活的情趣。美食饮食不仅是日常所需，也是人际交往（乃至国际交往）中不可缺少的手段。少年儿童的健康成长，老年人的健康长寿都是今人所追求的，这一切都离不开健康的饮食。中国作为“烹饪王国”是各国所公认的。外国友人说：“中国悠久的吃的文化正在征服世界。”我国的饮食文化已成为各国人民共同享用的宝贵的精神财富、文化财富和物质财富。作为一个中国人，我为此而高兴，而骄傲。

最后要向读者说明的一点是，本书的众多名人的刊名顺序问题。这个问题着实使编者一时难以定夺。有人提议按姓氏笔画排列，笔画少者在前，同姓者再按第二字排列。编者觉得这倒是一个不是办法的办法。于是本书就按照这个原则编排成册了。在此，编者向108位专访者和读者谨致谢意。

仅将此书送给您——我的朋友。

作 者

1999年暮春 于北京

目 录

二画—五画

- 宁可居无竹，不可食无肉——丁 聪…………… (1)
- 小杯、小菜喝小酒——于是之…………… (6)
- 鱼汤炖豆腐也解馋——马 季…………… (10)
- 谁言君子远庖厨——王世襄…………… (15)
- 好书是精神的食粮——王 蒙…………… (20)
- 酒能触动音乐的灵感——王 酩…………… (25)
- 再来杯葡萄酒——王景愚…………… (31)
- 少吃一口肉，活到九十九——牛星丽…………… (35)
- 说做饭咱也有一手——方 成…………… (39)
- 热热闹闹地吃饭才香——邓玉华…………… (45)
- 孔府的饮食轶闻——孔德懋…………… (49)
- 金华火腿香极了——艾 青…………… (57)
- 依恋家乡鲟鱼美——叶浅予…………… (61)
- 异国食风各不同——叶君健…………… (68)
- 觚觶尊爵话食源——史树青…………… (74)
- “白天鹅”的减肥观——白淑湘…………… (78)

六画——八画

- 顺其自然，适口者珍——关幼波…………… (83)
- 有好酒谁不垂涎——乔羽…………… (89)
- 食誉好坏任人评说——朱家潘…………… (95)
- 年龄酒龄几相同——朱旭…………… (101)
- 宽宏达观，食无禁忌——刘海粟…………… (104)
- 食品雕塑中的“美”——刘开渠…………… (107)
- “吃”应为歌唱服务——刘淑芳…………… (111)
- 饱吹饿唱因人而异——刘雪涛…………… (114)
- 走罢长征倍惜粮——孙毅…………… (117)
- 好吃还是家中菜——许麟庐…………… (122)
- “笨手笨脚”的智慧老人——阎肃…………… (126)
- 不信补品，惟信大葱——杨莹庭…………… (131)
- 锅碗瓢盆交响曲——李德伦…………… (136)
- 不喝点酒，心里闹得慌——李文华…………… (141)
- 养生者须先养德——李默然…………… (147)
- 燕京食风有说道——李滨声…………… (151)
- 身体健康，吃嘛嘛香——李嘉存…………… (156)
- 须眉入厨又何妨——严文井…………… (161)
- 我不懂科学的养身之道——严寄洲…………… (164)
- “世纪老人”的饮食生活——冰心…………… (167)
- “大食国王”与“无知者”——吴祖光…………… (172)
- 为吃饭而争吵的夫妻——吴冠中…………… (178)
- 文坛上的美食家——汪曾祺…………… (183)
- 笑谈中美饮馔——沙博理…………… (189)
- 管住吃喝原为说——宋世雄…………… (194)
- 饮食，一任自然而无拘——启功…………… (199)
- 喝人头马，岂不让人泪如雨下——张中行…………… (206)

会吃能做的“馋”老头——张雁	(210)
艺术为命酒为仙——张守义	(215)
“资本家”与“雇工”——周有光、张允和夫妇	(220)
饮食中也有美与丑——阿老	(226)
入乡不随俗的“天山雪莲”——阿依吐拉	(232)
补品那东西，吹得太玄——陈强	(236)
话说“涮庐”——陈建功	(240)
食能果腹则别无它求——季美林	(245)
生活在恬静与淡泊中——郑榕	(249)
耄耋老人的食养之道——单士元	(252)

九画——十一画

烽烟过后“战食”香——彦涵	(258)
老舍家中的京味菜——胡絮青	(262)
民族美肴任我尝——胡松华	(267)
枣儿越多，那枝头低得越深——赵子岳	(272)
苦辣酸甜皆为“药”——赵绍琴	(277)
勤俭为本，平淡是真——赵丽蓉	(282)
人为生存，应嘴下留情——赵忠祥	(286)
民俗泰斗话食道——钟敬文	(291)
一分酒一分精神——钟灵	(296)
趸不来京味馋不了人——侯宝林	(301)
我知道自己吃几碗面——侯耀华	(305)
不讲养生学的长寿老人——俞平伯	(311)
把鱼子鱼孙留给后人——姜嘉锵	(314)
好戏还须腹中饱——袁世海	(319)
“把身体当地种的人”——袁阔成	(325)
平生最爱喝奶茶——莫德格玛	(329)
“我行我素”的九旬老翁——贾兰坡	(333)

是草原的乳汁哺育了我——贾作光·····	(338)
饮食中的“黑白之道”——聂卫平·····	(343)
肉和蔬菜，当然挑肉吃——夏青·····	(348)
依恋家乡味，尤喜少而精——徐邦达·····	(351)
谈谈“票友菜”——徐城北·····	(356)
梨园食闻旧话谈——翁偶虹·····	(360)
饮食观念要变化——郭献瑞·····	(366)
铁雀儿逗得酒虫来——高英培·····	(372)
下厨掌勺趣无穷——凌子凤·····	(376)
梦中最想家乡鱼——凌元·····	(382)
如今蔬菜本味淡——梅阡·····	(385)
饮食当合艺术追求——梅葆玖·····	(389)
诗书双峰百岁翁——萧劳·····	(393)
由吃引起的联想——萧乾·····	(398)
画室茶香缕缕来——黄均·····	(403)
喜吃·乐尝·胆包天——黄宗江·····	(408)
忆旧味情意珍深——曹禺·····	(412)
情趣原本在食外——盛中国·····	(416)
吃凉饭的九旬老翁——常任侠·····	(421)
做人与长寿——常书鸿·····	(425)
没有泡菜不成餐——崔美善·····	(428)
废寝忘食著宏篇——康殷·····	(432)
壮年不惜后悔迟——梁斌·····	(436)
舌头是最好的广告——梁文茜·····	(441)

十二画

拍黄瓜好吃，只是造型差点——韩美林·····	(446)
台上京腔，台下京味——韩善续·····	(452)
味美不过家乡羹——董寿平·····	(457)

我家是“四世同馋”——谢 添	(461)
喝酒可以锻炼心脏——谢 晋	(466)
京味小吃馋煞人——谢铁骊	(470)
碟红碗绿宫廷菜——溥 杰	(474)
中西合璧最宜人——溥 任	(479)
我拜师的礼物是糖葫芦——新凤霞	(483)
音乐佐餐好心情——楼乾贵	(488)
自家饭菜最养人——臧克家	(493)
科学饮馐促华章——端木蕻良	(499)
餐桌上的无限思念——廖静文	(503)
清真肴馐味最美——谭元寿	(508)
后 记	(513)

宁可居无竹，不可食无肉

丁 聪



丁聪自画像

今年 80 有 2 的丁聪，皮肤黑黑的，身体胖胖的，为人坦率而风趣。

谁是丁聪？就是著名的漫画家“小丁”啊！我曾就此问过先生，先生回答：“小丁之意有四：一是相对父亲——老画家丁悚而言，老子是老丁，儿子自然当是小丁啦；其二是从绘画角度上考虑，漫画的署名写小丁更适宜，‘聪’字的笔画太多，写小了印刷出来看不清楚，写大了会影响画面的效果；其三‘丁’字在汉语中有‘人物’的含意，‘小丁’就是‘小人物’，其实我也真是一位小人物；其四是绘画落款有对此画负责的意思，自然其中也有权利。几十年都这样签，也习惯啦！”

熟悉他的人，爱他的画，更爱他的人。他那与生俱来的乐观、纯朴、真诚和超然物化，将他生活中的重重磨难都化为乌有。他的一生历尽艰辛和坎坷：被打成右派，流放北大荒，养过猪，挨过斗……但他竟然在逆境中还能忙里偷闲地偷着画画儿，在困苦中，他的心胸依然宽广。

他有着青年人那样的热情高涨的创作激情，从 17 岁就开始发表漫画，创作的热情始终未减。他为报刊画了大量的漫画和人物

像，为友人的十几本书插图。自1980年以来，他连续出版了17本漫画集，几乎每年一册，真可谓是高龄高产啦！我喜欢他的画，笔锋大胆，尖锐而又活泼、幽默，在黑与白的线条中展现了一代大师的艺术功力和人格魅力。

“您似乎比办画展前又胖了，在您的身上体现了党的政策：全面横向发展。”笔者向丁老不知深浅地开着玩笑。丁老笑了笑：“腰围三尺四寸多了，至于肥肉还是照吃不误，饿习不改。这个饿，是饥饿的饿。有人患了胃溃疡，而我的胃是‘胃亏肉’的毛病，吃肉是偏方。”

大凡忙事业的人，在生活上都有点马虎，或者是糊涂，丁聪先生也在此列，且较他人更甚。先生的老友吴祖光先生说他是事业上的高智商，生活中的低能儿。于是，在家中，丁老尊称夫人沈峻老师为“太君”，开玩笑地称夫人为“家长”，而夫人则自称是丁聪的终身制高级“保姆”。看来，丁老自甘屈居“低能儿”的位置。就此事他说：“其实这样并不吃亏，满实惠的。”

爱吃肉的丁先生，头发乌黑，精神矍铄。他说：“光吃肉，不吃蔬菜……即在肉食范围内我不挑，什么红烧、白炖、凉拌、油炸，鸡鸭猪牛（除鱼以外）无所不好，咸点淡点也不计较，是肉就好。蔬菜对我实在难以下咽……人们说，饮食要均衡，这样对身体有好处。我的理论是：顺其自然。想吃，说明身体需要；不想吃，说明不需要，何必勉强呢！所以，我是想吃什么吃什么。总结我的养生之道，结论是‘无道’。”

丁聪爱吃肉在友人中是有名的。夏日大暑之际，电话铃响，朋友来电邀丁老赴宴。胖胖的丁聪因怕热而婉言回谢。朋友说：有境外人带来的鲜牛肉，并有技艺高超的厨师来亲自烹饪……话未说完，丁聪赴宴的决心已定：去！事后夫人问怎样？丁老蠕腮而答：“真美味也，余香似留在齿间。”

丁聪不爱吃蔬菜，对水果也不太喜欢。有时装模作样地去厨房看一看，貌似虚心学习，实则窥探饭食。若见有青菜在案，则

暗暗叫苦：“谁要总吃那些青饲料？倘若顿顿如此人类岂不成了食草动物啦？”“我申请调剂伙食，我要的是‘宁可居无竹，不可食无肉’。”话虽任他这样说，但在家中，夫人自有她的安排，每当这时就会听到丁老抱怨的声音：“倘欲吃肉解馋非要以若干的蔬菜垫底不可，专制、强迫，根本不尊重人的意愿。”

“既然不满意，为什么不亲自动手？莫不是孔老夫子的‘君子远庖厨’的影响太深？”我有些挑剔地问道。丁老率诚而言：“不会，但也不是一点不会，做菜只会炒鸡蛋，不过不要小看这个炒鸡蛋，这是烹饪中有化学反应的一道菜，是由液体转化为固体的一道菜，做好了也不容易。你会做吗？告诉你，炒鸡蛋油要适中，不过千万别像做其它菜那样放酱油，放过酱油的炒鸡蛋会感到发苦、发涩，而且也不好看。”听着他的述说，我想象着他那曾经亲自尝试过的“酱油炒鸡蛋”是什么颜色，是何等口味……

每当丁聪外出的时候，就会非常想夫人烧的饭菜，说那是任何山珍海味都比不上的。倒不是有多好吃，只是吃着习惯，吃着对口味，故而十分地想。丁夫人说：“要想让他老实听话，首先要抓住他的胃，这是个根本。”每当丁聪外出，夫人又不能同行时，老伴总是认真细心地为他整理行装中的一切，40年来，始终如一。

洗碗是丁聪在家中惟一所做的家务，且常常牢骚满腹地抱怨：“就两个人吃饭，也没有好吃的，还得洗这么多碗。”心里有情绪，工作自然是敷衍了事，洗得不干净。但若被“家长”发现，一通批评是免不了的。“好在不用我返工，不信任的结果也不全是坏事嘛！”他辩证而又侥幸地说着。

丁聪爱买大画册，古今中外的他都喜欢。“这样的画册通常是很贵的，可又极具诱惑力，买的时候全然不顾，回到家中才知道这个月的工资又花光了”。此时，夫人会提醒他：“请你注意，现在是我养活你！”丁聪不爱听，但又无奈，满肚子委屈向朋友诉说：“你瞧，她说现在是她在养活我，真……”

丁老说：“民以食为天，且一日三餐，吃饭是生活中的重要组

成部分。吃饭本来就是一种享受，应该在愉快、欢乐的气氛中进餐。除了人的情绪外，进餐的气氛也很重要，过于拥挤、过于喧杂和脏乱，这都不好。我以为它会影响人的食欲，心里总惦记着别的事情，对餐桌上的美味佳肴熟视而无睹，这样吃下的食物大概是难于消化和吸收的。我最反对的是在餐桌上管孩子，人被训斥岂能有好心情，这自然对孩子的身心健康是有害无益的。不信的话，做上一桌好菜，再找上几个能数落你的长辈人，这时你不能反驳又不能顶嘴，看着桌子上的，想着众人说的，我就不信你会有好心情，会吃得下，会消化，会吸收，会身心健康?!”此时的他态度认真而严肃。

“酒是好东西，好酒是聚山川之灵气，蕴日月之精华的，岂能不饮。”生活中的丁聪好酒，且能饮一些，用他的话说：“什么样的酒，我都能对付。尤其不怕好酒、外国酒和价钱高的酒。”丁聪是不凭品种、不凭酒类、不凭酒度、不凭酒具、不凭酒菜、不划酒令、有好酒从不独闷儿自赏的饮酒人。他饮酒的范围极广，天南海北的酒，有名气的酒，‘小字辈’的酒，农场作坊自己生产的无品牌的酒，包装精美豪华的酒，一毛钱一两的酒，名声赫赫牛得不得了的酒……都喝，且都喝过。不光是中国的白酒、黄酒、果酒和葡萄酒，还有不花钱（是因为买不起而不买）的酒和朋友送来的外国名酒，一句话，只要不是毒酒，他全喝。“我最反感的是假酒，这种酒，利欲薰心，图财害命，败坏别人的声誉，又使购买者防不胜防。”说到酒量，丁老说：“我酒量不大有出息，充其量是白酒三两左右最适中，海量是不够格、不够标准的，上不得那个档次。只是杯量，还是小杯子。”

丁聪先生饮酒虽广博，但他有他的规矩：“每餐只饮一个品种，或白、或红、或啤、或洋，取其一即可满足，绝不乱来，不能在肚子里开品酒会搞勾兑，没有调酒师做鸡尾酒那样翻天覆地的摇酒本领，喝得多了就只会摇晃不定，或多言，或失态，失酒之益而得酒之害是不可取的。花美于微放，酒饮于微醺才能有心旷神怡