

# 美味方丈记

〔日〕陈舜臣 蔡锦墩 / 著 余晓潮 / 译

风靡日本四十年，作品销量两千万

日籍华裔作家、文坛三冠王得主

陈舜臣夫妇谐趣美食对谈集 陈氏私房菜谱一一曝光

食前方丈，滋味求心



# 美味方丈记

〔日〕陈舜臣 蔡锦墩 / 著 余晓潮 / 译

广西师范大学出版社·桂林

美味方丈記

陳舜臣

© Chin Shun Shin 1992

Simplified Chinese Edition © Guangxi Normal University Press 2009

简体中文翻译版权由创译通达(北京)咨询服务有限公司独家授权代理。

著作权合同登记图字:20-2009-214号

### 图书在版编目(CIP)数据

美味方丈记/(日)陈舜臣,(日)蔡锦墩著;余晓潮译. —桂林:

广西师范大学出版社,2010.3

ISBN 978-7-5633-9653-5

I. 美… II. ①陈…②蔡…③余… III. 饮食—文化—

对比研究—中国、日本 IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 019577 号

广西师范大学出版社出版发行

(桂林市中华路 22 号 邮政编码:541001  
网址:www.bbtpress.com)

出版人:何林夏

全国新华书店经销

发行热线:010-64284815

山东人民印刷厂印刷

(山东省莱芜市嬴牟西大街 28 号 邮政编码:271100)

开本:880mm×1 230mm 1/32

印张:8.25 字数:90 千字

2010 年 3 月第 1 版 2010 年 3 月第 1 次印刷

印数:0 001~8 000 定价:26.00 元

---

如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。



陈舜臣、蔡锦墩夫妇合影

## 陈舜臣所获主要奖项

- 1961年8月 《枯草之根》获第7届江户川乱步奖
- 1968年 获《半日会》神戸市民奖
- 1969年1月 《青玉狮子香炉》获第60届直木文学奖
- 1970年3月 《重见玉岭》和《孔雀之路》获昭和四十五年度日本推理作家协会奖
- 1971年10月 《实录·鸦片战争》获第25届每日出版文化奖
- 1975年10月 获神戸市民文化奖
- 1976年9月 《敦煌之旅》获第3届大佛次郎奖
- 1983年10月 《叛旗——小说李自成》(与陈谦臣共译)获第20届翻译文化奖
- 1985年2月 获第36届广播文化奖
- 1989年2月 《茶事遍路》获第40届读卖文学奖(随笔·游记奖)
- 1992年3月 《诸葛孔明》获第26届吉川英治文学奖
- 1993年1月 获第63届朝日奖(创作以中国和日本历史为背景的文学作品,对日本文化做出重要贡献)
- 1993年3月 获第51届日本艺术院奖
- 1995年11月 获第3届井上靖文化奖
- 1996年10月 获大阪艺术奖
- 1998年11月 获三等瑞宝勋章

# 目 录

- 005 | 新年到，请吃甜
- 010 | 女强人西太后与宫廷宴
- 015 | 君子远庖厨
- 023 | 关于“点心”的定义
- 028 | 虚构的“百花双瞳”
- 034 | 凉菜头牌数海蜇
- 041 | 背黑锅的生鱼片
- 047 | 鱼翅，吃的是鲨鱼的勇猛精力
- 053 | 无“参鲍翅”不成宴
- 061 | 赏味何需“知识”
- 067 | 鸡恩人与鲍恩人
- 072 | “广大教主”——猪肉
- 076 | 摄取猪身上的精华
- 082 | 哀猪全无立足之地
- 087 | 制作干猪肝的秘法
- 092 | 被禁的美味——三钱乌冬面
- 098 | “拉面”的语源
- 103 | 来一碗挂卤中华面如何？
- 108 | 抚慰人心的食物
- 113 | 古代牛肉也是大餐
- 119 | 厨房乃人生修行的最高场所
- 124 | 夏日风物诗的回味
- 129 | 消暑的凉粉
- 134 | 中国人是做豆制品的天才

调味双雄——酱油和辣椒		139
长生不老菜单一览		144
历史悠久、味道出众的中国酒		149
食罢，吩咐上酒		154
带着“春饼”去扫墓		159
“灵龟”的堕落		164
五月五日为何要吃粽子		171
粽子的种种做法		176
丝瓜宜于夏日食用		181
让人满口留芳的植物		185
美人乳与河豚肚皮		190
凉荞麦面与南瓜		195
吃西瓜留“西瓜皮”		199
豆豉色的中国胃		206
各式各样的节日食品		211
以卓袱料理做风流宴会		216
跨越口舌“鸿沟”的味觉之桥		221
贫穷小岛饮食生活的智慧结晶		227
意外！意外！冲绳料理也不赖		233
低调的琉球料理		240
情调衬托出的旅行滋味		245
后记		251
附录：陈舜臣大事年表		253





# 新年到，请吃甜

## 吉利的“长生果”

日本人关于新年有很多第一次，例如新年第一场梦、新年第一次笑、新年第一天一早去寺庙祈福……那么，新年第一顿饭要吃什么呢？对于中国人来说，过年是一定要吃甜食的。中国人过新年的时候，无论去谁的家里，主人都会端出盛满蜜饯糕点、糖果、巧克力的盘子，说道：

“请吃甜！”

这时，您可不要客气，拿一个尝尝吧！

“甜言蜜语”这个词，总给人一种贬义的感觉。对于想向上爬、想挣大钱的人来说，这种巧妙说服他人的技巧很重要。于是流传这样一种说法，吃甜的东西就能够获得这种才能，因为那样就能说出“甜言蜜语”。

不过，这种说法不免有点牵强。日语里也有这样的现象。

“痛苦”的“苦”和味觉上的“苦”用的是同一个汉字。如果吃与苦的味道相反的“甜”的东西，这一年就能摆脱“苦”的纠缠。我们可以理解为这是老百姓的一种美好愿望。

新年讲究各种好兆头。为了图吉利，一般是用落花生煮甜羹。

落花生又名“长生果”，即延年益寿的果实，因此甜甜的花生羹，也应该是很吉利的食品。

材料选用生花生，先焯水去皮。这一道工序也许有点儿费劲，不过为了做出亲自动手的味道，这点小麻烦还是应该忍一忍的。然后，跟熬“善哉”<sup>1</sup>的要领一样，用微火将花生煮到酥烂的程度，其间加入白砂糖。我们家一般都是熬好满满一大锅，想吃的时候就盛出来，让人看了满心欢喜。

被称作中国药用博物之集大成者的《本草纲目》（[明]李时珍著，1578年刊行）并没有关于落花生的记载，因为在十六世纪的时候，中国还没有这种植物。

乾隆、嘉庆年间刊行的《本草纲目拾遗》则出现了落花生的记载：

落花生，一名长生果……出外国，昔年无之……康熙初年，僧应元往扶桑觅种寄回。

1 善哉，即日本料理中加年糕片的小豆粥。——译者注



“扶桑”指的就是日本。

然而，日本人却将落花生称作“南京豆”，仿佛是从中国传来的一样。要让中国人说的话，落花生应该是“日本豆”才对。这到底是怎么一回事儿呢？

据称落花生原产于南美，因此对于中日两国来说，都是从外国传入的舶来品。

到底还是为了图吉利，于是在中国，人们把“落”字去掉，一般把它叫做“花生”，大概是谁也不想“落第”、“落马”或“名落孙山”吧！

## 海参烹饪是厨艺的试金石

在中国，落花生还可以叫做“花生肉”。明明是植物，为什么说是“肉”呢？也许是因为营养价值高，含有大量脂肪和蛋白质吧。

僧侣、素食主义者吃花生，就不会营养失调。看到脸色红润的和尚，可别以为人家是吃荤腥的主，也许是经常吃花生肉呢。

前面提到的《本草纲目拾遗》记载了一段趣事，说有一位一直以落花生为食的尼姑，“容颜不老”。

干花生泡水，就可以“泡发”到接近于生花生的形态，而这道甜羹则直接选用生花生烹饪。这两种方式都是人们在饮食生活

中发现的智慧。

说到“泡发”，干海参也必须经过这道工序才能做成菜肴。

寒冷季节暖身的最佳食物，首推海参。中国各地都有用海参做成的美食，而据我所见，越到北方，海参就做得越好吃。这大概也是因为在气候寒冷的地区，人们会想尽各种办法烹制出暖身御寒的食品吧。身体暖和了，才能保证充沛的精力。

对中国人来说，最昂贵的药用食物是人参。人参是山珍，而海味中能与之相媲美的东西，当然就应该称为“海参”了。

人们说海参具有降血压的功效。能够降血压的海产品有三种，除了干贝、海苔，再有就是海参了。

海参本身没什么味道，怎么做都可以，这反倒成了烹饪手艺的试金石。内行的吃家为了品鉴餐馆的水平，经常会点海参料理，大厨的烹饪特性一吃便知。

海参烹饪法很多，在此向大家介绍其中一两种。

泡发干海参时，手一定要洗干净，如果海参稍微沾染油脂，就很容易腐烂变质。每天换水，直到泡软，然后从中间剖开，去除肠腹内脏。在此期间，加火煮三次。然后，将泡发好的海参连同萝卜、猪肉炖煮，直到海参软烂，一道美味可口的海参汤即告完成（一定要使用鸡汤作底）。

炒海参则比较简单。和猪肉、香菇、竹笋、胡萝卜一起炒，用山慈姑粉调糊挂浆。

这是我们家传的海参烹饪法。



有人说：“最先吃海参的人，肯定要有很大的勇气。”

确实，海参奇怪的外表，让不少讲究情趣的日本人避之不及，更别说吃了。不过，一旦亲口尝过这种美味的东西，恐怕就会一发不可收拾。毕竟海参可称得上佳肴之王！

## 以目代口的情趣派

最初，海参在日本写作“海鼠”，这种写法不好，海里的老鼠跟海里的人参，两者感觉相差太远了。

像生锈了一样红红的、长着肉刺的小型海参，是其丑怪同类中的丑怪，而且非常腥臭。不过，这种海参却是营养价值最高的。然而，据说就连中国人也不怎么吃。换句话说，中国人在饮食生活中，并不是毫不在意外观和情趣的。

清代大饮食家的代表人物文人袁枚（1716—1797）在文中写道，用颜色相近的香菇、木耳等与海参搭配，风味甚佳。到底还是需要食物配色上讲究一下的。

说日本人讲究情趣而中国人注重实质，这种分类方法虽然很简易，却只不过是耽于皮毛罢了。其实人性本是相同的，最多也就是大同小异——这样的看法反而更为妥当。

各位看官，请大胆地多吃海参吧！

# 女强人西太后与宫廷宴

## 美滋滋地吃鸭舌

三十多年前，出生于海产品贸易商家庭的我们，并没有把大量存放在仓库里的青鱼籽等东西当做贵重物品。即使这些东西从仓库掉出来，我们也懒得捡起，而是随使用脚踢着玩儿。那个时候的青鱼籽，跟现在有“金黄色钻石”美誉的青鱼籽，本身都是一样的，只是由于产量减少，才变得“物以稀为贵”了。

海参相当于海里的人参，之所以在中国很贵重，恐怕跟中国近海出产不多有关。人们认为海参对改善小孩的虚弱体质很有效，因此自古以来，海参在中国的售价都很高。

据好事者的记载，有人用驴鞭制成假冒海参，据称味道也相近。无论怎么说，出现假货说明本身有多么的了不得。

德川时代，长崎便将海参装在草袋里远销海外。除了海参，还有干鲍和鱼翅，这三种是对华出口的最高级海产品。反倒是在



产地日本，好像几乎无人食用。

虽然海参连假冒产品都出现了，但每个人的嗜好还是各不相同的。也有一些中国人跟日本人一样，不喜欢海参的丑怪外形，所以对海参料理也敬而远之。

其中的代表人物，便是西太后（1835—1908）。这位老太婆喜欢肉类，特别是鸭子，而对海产品没什么兴趣。

认为海参丑怪的西太后的嗜好是炖鸭舌和盐水鸭。

西太后脸上妆容浓厚，眼窝满是皱纹，美滋滋地咂嘴吃着一碗漂浮着二三十只鸭舌的炖汤。在我看来，这个样子岂不比海参更加丑怪？

西太后是清朝末年一手掌握中国实权的女强人，或者应该说是女怪人。根据定下的规矩，她每次用膳要摆上整整一百道菜。当然菜式肯定是五花八门的。

不管有多丑怪，整整一百个盘子里的菜肴也不可能全部吃到。这个排场无非是为了炫耀帝王的权威而已，真是无聊透顶。

根据清朝末代皇帝溥仪的回忆，在摆出的这么多盘子中，动筷子夹菜的只不过其中几盘，而且还不能按照自己的意愿选择，太监会在旁边一一指示说：“这个请陛下慢用。那个就不必了。”

后面的盘子全是“摆设”，没什么特别的东西。不知道是几天前用什么样的材料做成的，因此如果不留神吃错了，很可能会

发生食物中毒。如此看来，还不如餐馆的展示橱窗里摆着的蜡制样品呢。

## 御膳之“满汉全席”

饮食之外，如果连国家的政治和社会的治理也都需要“摆设”般的粉饰，那就离末世不远——清朝此后很快就灭亡了。

清朝的这种整套宫廷宴，叫“满汉全席”。

有一年在文士剧<sup>2</sup>的化妆间里，梶山季之一边大口大口地吃着便当，一边对我说：“听说香港可以吃到真正的满汉全席。虽然很贵，我们哪天约上几个人一起去吃一次吧。”

我劝他说：“还是算了吧，不过是骗人的花招。”

从本质上说，御膳是专供坐在宝座上的那个人享用的。能够允许对御膳进行评点的，也只有那一个人而已。即便重臣被赐予陪食，也不可能说出“这菜怎么这么难吃”的话来。没有批评，就没有进步。

据载，西太后御驾前往奉天（今沈阳）时，为了沿途给她提供膳食，随行的厨师有百人之多，这还不包括洗碗等杂役，用于

---

2 日本的作家、剧评家、新闻记者、画家等专业演员以外的文人出于个人兴趣而聚在一起上演戏剧，被称为“文士剧”，是业余戏剧的一种。——译者注





烹饪的车子是四轮的大车。厨师的人数纵使再多，他们的厨艺也仅服务于西太后一人，实在是浪费人才。他们的烹饪手法肯定是有缺陷的。

相反，位于闹市中的餐馆由于经常受到各个阶层人们的评价，能够敏感地作出反应，厨艺反倒更让人放心。

说宫廷宴不好，也许是出于穷人的妒忌。

“你们又没吃过，有什么资格说三道四的？”

被人这么反将一军，哪里还有什么话说！因为确实是从来没吃过。

也罢，我们就权且认为，“满汉全席”美味无比，盐水鸭让人垂涎欲滴，炖鸭舌好吃到让人恨不得把自己舌头也吞下去。

但是，一百道菜你真的都能吃得下吗？

也许有人会得意地回答：

“嘿嘿，我的胃跟钢铁一样。”

不过，就算有这样的人想特意跑到香港吃满汉全席，我也有办法阻止他。只需要跟他做一道简单的算术题就行了。

中国最后的王朝清朝灭亡于1911年，相当于日本明治四十四年，距今已有六十年了。

厨师的修炼历程，需要经过三年清扫、两年切菜、两年切肉、三年火候控制。因此，大概二十五岁以下的人连小跟班都排不上。这么算来，有过御膳烹饪经历的厨师，年龄现在应该在八十五岁以上了。