



食色

蔡澜◎著



美人如饕，美食如嫣

美食入口，美人入心，人间乐事，不过如此。
当秀色可餐之美人与令人垂涎之美食相遇，
双重诱惑谁能挡？



中国华侨出版社



食色

蔡澜◎著

美人如饕，美食如嫣

中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

食色 / 蔡澜著. —北京: 中国华侨出版社, 2013.2
ISBN 978-7-5113-3269-1

I. ①食… II. ①蔡… III. ①饮食-文化 IV.
①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第028979号

● 食 色

著 者/蔡 澜

出 版 人/方 鸣

图书监制/祁定江

责任编辑/白 豫

特约编辑/武新华

装帧设计/尚世视觉

版式设计/新兴工作室

经 销/新华书店

开 本/870mm×1280mm 1/32 印张/8.25 字数/130千字

印 刷/北京中科印刷有限公司

版 次/2013年5月第1版 2013年5月第1次印刷

书 号/ISBN 978-7-5113-3269-1

定 价/36.00元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成大厦三层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 82605959 传真: (010) 82605930

网 址: www.oveaschin.com

E - mail: oveaschin@sina.com

如果发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

序 / 吃些什么

“吃些什么？”外地朋友一来到香港，这总是我的第一个问题。

“随便。”这总是他们的答案。

“没有一种菜叫随便的。”我说。

“你决定。”

“如果你住多几天，那就由我决定。”我说，“但是你在香港的时间不多，每一餐都不能浪费。”

“什么都想吃，教我如何选择？”

“那么先分东方和西方好了。”

“怎么分法？”

“东方的包括中国、日本、韩国、泰国、越南、新马、印度尼西亚还有印度。”我解释，“西方的有法国、意大利、西班牙。”

“为什么东方选择那么多，西方的只有三个国家，连德国菜也不入围呢？”

“德国系统的菜，包括奥地利、瑞士和北欧诸国的人，头

脑比较四方，学理科多过文科，对于吃的幻想力不够，烧不出好菜来。”我说。

“我们在外国，纽约的 Nobu，澳大利亚的 Tetsuya 都是全球最好，香港有没有好的日本菜。”

“我认为 Nobu 和 Tetsuya 都不行。”我说，“只有在香港还吃得过。”

“为什么？”

“道理很简单，日本菜最基本的还是靠食材。只有香港的地理环境和财力，才有资格天天空运来。那两家用的都是当地食材，就算大师手艺有多好，还是次等。”

“好吧。”友人决定了，“吃中国菜。”

“中国菜也分广东、上海、北京、四川、潮州、湖南、湖北……”

“好好，好了，别再数下去。”友人说，“在香港，应该吃广东菜吧？”

“也不一定。”我说，“香港的杭州菜，做得比杭州更好，天香楼是首选。”

“有什么那么特别？”

“单单说绍兴酒，就很特别。”我说。

“绍兴酒还不是内地来的吗？去内地喝不是更好？”

“陈年的绍兴，大半已经蒸发掉，要对新酒才好喝。调酒的经验很重要，内地当然有陈绍和新酒，但就没有天香楼调得好。”

友人的酒虫差点从口中跑出来：“还有呢？”

“还有东坡肉。”

“浙江各地都有呀！”

“藏书画家刘作筹先生，在香港艺术馆中有一个厅，陈列他捐出来的书画，很有名。生前，和内地的画家都有来往，他问对东坡肉最有研究的程十发，全国哪里的最好吃？程十发回答，在香港的天香楼。”

“那么厉害？到底好吃在哪里？”

“味觉这东西，不能靠文字可以形容，只能比较，你去吃吃看，就知道了。”

“如果我想吃西餐呢？选法国或意大利的好？”

“西餐厅有 Hugo's、Amigo和 Gaddi's，但都已经不是纯法国菜，只可以说是欧洲菜，我建议你还是到 Da Dominico 去吃意大利菜。”

“那么好吗？”友人问。

“不是比在意大利吃得更好。”我说，“但最少是和在罗马吃到的一样。他们所有的材料都是由意大利运来，就算一尾虾，外表不扬，头还是黑色的，但是不同就不同，吃起来的确有地中海的海鲜味，不过东西很贵，你老远来，价钱不是一个问题。”

“泰国菜呢？”友人问，“今天天气很热，没什么胃口，想吃刺激一点的。做得和泰国一样吗？”

“做得比泰国好。”

“这话怎说？”友人问。

“举一个例子。”我说，“像冬荫功，在泰国吃到只是一般海虾做材料，香港人懂得什么叫豪华奢侈，用龙虾做材料。”

“那么吃海鲜吧！”友人决定，“香港的海鲜，一定天下最好。”

我说：“这句话二十年前不错，但是现在的海鲜都不是本地鱼，本地鱼已经吃光了，由世界各地运来。老鼠斑已不是真正的老鼠斑，没那股幽香味。连一尾鳘鱼都是养的。从前的鳘鱼，还没拿到桌上已先闻到鱼香，现在的只有一股石油味和泥味。不过话说回来，蒸鱼的功夫，还是其他地方不能比的。”

“非洲菜呢？”友人问，“香港什么菜都做得好，连非洲菜也不错吧？”

“非洲人是为了生存而吃，不是为了美食而吃。”我说，“食物是一种培养出来的文化，要有长远的历史，也要靠土地的肥沃，不是魔术可以变得出来的。”

蔡澜

目 录

序 / 吃些什么

女人·珍馐



大食姑婆 - 002

爱吃的女人 - 007

打秋千的女人 - 012

消失的背影 - 017

妮嘉拉的噬嚼 - 021

文化·美食



你是你吃的东西造出来的 - 026

吃的讲义 - 031

- 036 - 求精
- 041 - 当食家的条件
- 045 - 死前必食
- 050 - 开间什么餐厅

特色·美味



- 056 - 鲷鱼
- 061 - 鱼春
- 067 - 蘑菇菇菰
- 073 - 冬虫夏草
- 078 - 番茄汁
- 082 - 神秘的豆蔻
- 086 - 我为榴莲狂
- 091 - 猪油万岁论
- 096 - 辣
- 101 - 非炸也
- 106 - 有趣
- 111 - 雪糕吾爱
- 116 - 海中宝藏

异域·秀色



养殖金枪鱼 - 124

寿司礼仪 - 129

清酒的二三事 - 134

韩国欢宴 - 139

伎生宴食谱 - 143

经营越南餐厅 - 148

Hugo's - 153

伊比利亚火腿 - 158

庞马火腿的诱惑 - 162

爱上果乐葩 - 167

传统·佳肴



潮菜天下 - 174

沪菜吾爱 - 178

杭州菜 - 184

- 190 - 办桌菜
- 195 - 赞烧猪
- 200 - 十大省宴
- 205 - 开一家福建餐厅
- 210 - 陆羽茶室的晚宴

旧时·盛宴



- 216 - 我们吃鱼的日子
- 221 - 小时候多吃鱼
- 225 - 永远的太平馆
- 230 - 喝白兰地的日子
- 235 - 忆故友
- 240 - 烧鹅先生

后记 / 无法取代的荣誉



女人·珍馐

女人之中，
最欣赏的是大食姑婆。
见到身旁的女伴一口一口地把食物吞下，
觉得着实好看。



大食姑婆

女人之中，最欣赏的是大食姑婆。原因可能是我上餐馆的时候，一喝酒，便不太吃东西，所以见到身旁的女伴一口一口地把食物吞下，觉得着实好看。

我认识的大食姑婆中印象最深的是名取裕子，这位女演员曾在风月片《吉原炎上》中大脱特脱，但在文艺片《序之舞》里，她演个女画家，入木三分，得了许多奖，是日本第一流的女演员。

名取裕子来香港的时候由我招呼她吃饭，她坐在我身边，我说过我喝了酒不爱吃东西的，看她吃得津津有味，一下子吃完面前的菜，我就把我那份给她，她笑了笑，照收不误。

主菜过后，侍者问说：“要面或饭？”她回答：“面和饭。”连我的，四碗吞下，还把其他人已经吃不下的十个荷叶饭打包回酒店，临走前把全部甜品扫了。第二天一早送她飞机，问：“你那些荷叶饭呢？”“回到酒店已吃光。”她说得轻松。

这次的东京影展中又与她重逢，她拉着我的手，到处向人介绍我是

她的男朋友，幽默地说：“蔡先生喜欢我的，不是我的身体，是我的胃。”

松板庆子是位被公认的大美人。她有个毛病，就是大近视，又不肯戴隐形眼镜，看东西完全看不清楚，但是逢人便眯着眼笑，那些笨男人给她迷死了。

其他东西朦胧，但是对食物她绝对认得出，我们吃中餐时她也像名取裕子一样连我的吃双份，桌上其余男人看到了也不执输，拼命向她献殷勤，忍着饿肚皮把菜递上给她。她说：“ala!”（日本人喜欢说“阿拉”，没有甚么意思，是个感叹词罢了，和“阿拉”的我无关。）“ala! 你们香港男人，胃口怎么都那么小!”媚笑之后，她毫不客气地把几份同样的菜餸吃得光光。

其实不止日本女人是大食姑婆，香港美女大食的也不少，常与四五位身材苗条的美女去吃上海菜，她们第一道点的就是红烧猪膀，有一次一只吃不够，再来一客呢。

吃相难看的人，本身也是难看的。美女们开怀大嚼，满嘴是油，来得个性感。其中一名一大早饮茶，独吞八碟点心，再来一盅排骨饭，完了叫一碟蛋挞，犹未尽兴，最后加个莲蓉粽子才满足。

几小时后，午餐到韩国餐厅，我常去的那家服侍我的是正统的韩国



· 意大利面 ·



· 黑森林蛋糕 ·

· 韩国小菜 ·



小菜，一共有十余碟，加上七八碟烤肉，加一个牛肠锅，干干净净吃完。

四点钟她已喊饿，到大酒店吃下午茶，先来个黑森林，接着是芝士蛋糕，我开玩笑说不如来两客下午茶套餐，她点头称好。又是三文治又是面包，她一人包办。

晚餐带她去意大利餐厅最适合了，这么一个会吃东西的女子，先用一碟意大利粉填满她的肚子。诧异的是那一大碟面条她只是当吃两片火腿罢了，接着叫头盘、汤、沙拉、牛排、甜品。我只是点了一客羊扒吃不完，分一半给她。她说，味道不俗，可以不可以自己来一份？

半夜宵夜，在潮州摊子打冷，一碟鹅肠、一条大眼鸡、半只卤鸭，另叫花生豆腐。以为她会叫粥，但她点的是白饭，连吞三碗半，嗝也不打一个。第二天，她一大早摇我起身，问道：“今天吃什么？”

年轻时有个女友住吉隆坡，姓台，台静农的台，酷爱穿旗袍。她带我去湖滨公园去吃烤鸡，可以连吃五六只鸡翼、八只鸡腿、四碗白饭，后来看到卖榴莲的小贩挑着担子走过，再开了三个。

吃完她刷的一声把旗袍的拉链打开，完全不管四围的人是不是看