

但願我能每天學習，
學習如何去還食物一個公道。

于逸堯

食以載道

食以載道

于逸堯 攝影、文字

責任編輯 陳靜雯

書籍設計 黃沛盈

出版 三聯書店（香港）有限公司
香港鰂魚涌英皇道一〇六五號一三〇四室
Joint Publishing (Hong Kong) Co., Ltd.
Rm. 1304, 1065 King's Road, Quarry Bay,
Hong Kong

香港發行 香港聯合書刊物流有限公司
香港新界大埔汀麗路三十六號三字樓

印刷 中華商務彩色印刷有限公司
香港新界大埔汀麗路三十六號十四字樓

版次 二〇一一年十一月香港第一版第一次印刷

規格 特十六開（150mm × 228mm）二四八面

國際書號 ISBN 978-962-04-3163-0

© 2011 Joint Publishing (Hong Kong) Co., Ltd.
Published in Hong Kong

但願我能每天學習，
學習如何去還食物一個公道。

于逸堯

食以載道



三聯書店(香港)有限公司
Joint Publishing (H.K.) Co., Ltd.



聯合出版集團

HK \$ 98.00

ISBN 978-962-04-3163-0



9 789620 431630

上回《文以載食》獻上一頓從前菜到甜點的精巧盛宴，餘味無窮，教人驚嘆這位音樂人原來也愛吃、懂吃。

《食以載道》再從食物的名字談到各種各樣的飲食體驗，去米芝蓮星級餐廳，也來一串街邊牛雜？發現油條與牛角包的血緣關係？講究陳年罐頭沙丁魚的年份？作者在細膩筆觸間，洋溢著對味道的情懷、對飲食文化的真知灼見，炮製出自成一家的飲食美學。高呼「沒有不好吃的食物」的他，再次證明寫食不單靠敏銳的味蕾，還要抱著一顆對食物的崇敬之心，細嚼每一口飯菜時，不如也想想背後的心思和智慧。



01471274

Eat, Taste, Think



于逸堯

食以載道



P 4.00

何秀萍
@人山人海

序

原來

你和朋友一起吃飯的時候，會聊些甚麼？

上館子的時候，你們會不會留意桌布的花色和質料？

碟子的一道裂痕，可曾令你想起小巷子裏面的秋意和嘴裏的鮮甜？

一隻湯匙的重量，會不會讓你更加肯定選對了餐館？

一杯咖啡的濃稠度，會不會助你記得那天，飯桌上置了甚麼花？

我和阿于去吃飯，常常會因為點了的一道菜而聊開，菜上了又靜下來，默默地享受眼前的食物。吃著吃著就說起對這個菜的一些記憶或感覺，甚至是我們對它的疑問。做法會不會是這樣那樣？加些甚麼減些甚麼會有甚麼不同？

除了食物，它周邊的一切都是我們閒聊話題，例如怎樣收拾一隻中西合璧的野餐籃子，薰衣草香鹽的各種用法等等。

顧盼之間，又說到餐館的光線如何影響食慾，鄰桌的食客竟不把剩菜打包？！

我又留意到他有一個習慣，如果那館子有鋪桌布，他會不時好像撫摸一隻貓一樣摸他面前還沒有上菜或沒被餐具佔據的一方桌布，那張桌子那天一定會很窩心。

我們都喜歡原汁原味，作料不用名貴只要新鮮。吃到了就會

心滿意足，相視一笑。我們都愛看烹飪書和電視節目，看了猶如食了那麼歡喜。因為我們都不是吹毛求疵的人，所以能坐在人頭湧湧桌椅永遠有油漬的小店內喝豆汁吃焦圈就笑了。

我有時會想，如果父親還健在，他跟于爸爸應該會像他們的兒女般投契的吧？！因為我們對食物的興趣、知識和好奇心，餐桌禮儀都是從父親那兒來的。

今天的父母，有親手做飯給孩子吃嗎？會跟孩子們同檯食飯告訴他們這個季節有甚麼好吃嗎？會帶他們去吃其他國家的食物而不是自助餐嗎？會做最簡單的牛油拌飯你一口我一口幹掉一碗當宵夜嗎？我當然希望這些家長，到處都有。

有心沒時間？不要緊，相聚時間不在長短，善用便夠。旨趣生自專心、用心，跟做飯，吃飯一樣。力不從心？那麼，孩子睡覺前，給他讀一章《食以載道》，一起「聽咗當食咗」吧。

二〇一一年秋

P 6.00

自序

沒有不好吃的 食物

沒有不好吃的食物，只有未開竅的味蕾；

沒有不文明的食桌，只有未破解的迷思；

沒有不溫良的安樂飯，只有未琢磨的平常心；

沒有不世故的地方菜，只有未嚙懂的人情味；

文以載食，食以載道，

但願我能每天學習，

學習如何去還食物一個公道。

二〇一一年十月四日於香港

目錄

序：原來 *P 4.00*

自序：沒有不好吃的食物 *P 6.00*

Chapter 1：因食之名

一片假名 *P 13.00*

咬名食字 *P 23.00*

平安京 *P 31.00*

Chapter 2：賞心食事

A Many-Splendoured Thing *P 43.00*

M for Memorable *P 51.00*

積福防饑 *P 59.00*

樓上雅座 *P 67.00*

We ♥ China *P 75.00*

Chapter 3：雜食主義

Breakfast of Champions	P 87.00
平素有酒	P 97.00
紅雙喜	P 105.00
樂天派	P 115.00
Tin Tin 向上	P 123.00
雲上的波兒	P 131.00
開冷氣打邊爐	P 139.00

Chapter 4：怪食亂神

內在美	P 151.00
可愛教主	P 159.00
九千歲	P 169.00
食蛇添足	P 177.00
馬鹿野郎	P 185.00
塊肉茹生記	P 193.00

Chapter 5：城中食相

愛在身內暖	P 205.00
受難穀	P 213.00
愛與誠	P 223.00
做飯有理	P 231.00

Chapter 1

因食之名

P 13.00

chapter 1

一片假名



吃飯可以令人很懊惱。

不是說吃飯本身會令人感到懊惱，而是有些時候，餐桌上的一些繁文縟節，著實可以令人莫名其妙地含冤受屈一番。就如吃西餐的慣常程序及正統禮儀，對於自幼浸淫其中的洋人們，是理所當然的事；但對於從來沒有需要吃西餐的人來說，卻儼如外星文化。譬如餐桌上放的一大堆刀槍劍戟，不明就裏的，是沒有可能憑空想像到它們各自的用處；換轉是從沒接觸過東方文化的外地人，給他一雙筷子，恐怕他做夢也不會想到，這兩根幼小棒兒的廣大神通罷。

說起筷子，當我還在加拿大打滾的時候，有一次遇上一位年輕洋人，他是我舊同學的室友的朋友，是個碩士生，話語滔滔，不乏趣味。之後大伙兒一起午飯，選了當地馳名的私房越南金邊粉，老闆娘照例只派筷子。他拿著雙筷滿臉不悅之情，原來他不會筷子功，立刻要換過叉子之餘，還發表了一則「既然有刀叉這些方便的食具，不明白為何東方人不棄用麻煩的筷子」的神奇論點。英語會話能力欠佳的我，當時只有無奈捱聽的份兒，一碗美味的金邊粉都要從脊骨吞下去。

有一次跟一位廚師做訪問，他說上館子最令人覺得受冤屈的事情，就是看不明白菜單。不光是語文上的障礙令人看不明白，而是菜單上的一字一句你都讀得懂，但加起來卻完全不知道是甚麼一回事。這聽起來好像很荒謬，但卻是真實的，大多在一些沽名釣譽的餐廳的餐牌上發生。通常菜名越是冗長深奧、裝腔作勢，煮出來的就越容易教人失望。

有些傳統的菜式，也有其取名令人摸不著頭腦的例子。然而，這些指鹿為馬的菜名，不但不會令人有被戲弄的感覺，反而為餸菜平添不少趣味性，甚或近乎詩意的文學色彩。遠的先不說，就說說大家賓至如歸的港式茶餐廳；一味「凍鴛鴦」就足以令不熟悉港式飲品的外來客為之汗顏。縱使中國語文有一定水平，也極其量只能猜度得到，是由兩種既不同又類似的東西調配而成，斷未能即時聯想到「咖啡溝奶茶」這樣刁鑽的組合。再來一隻外地輸入的「黑牛」（Black Cow），就肯定教不知情者啞然失笑；誰又會想到「巧克力冰淇淋加可樂」，原來就是一頭「黑牛」這樣淘氣調皮？不過，一旦洞悉名字背後的語妙絕倫，就會對這些菜式飲料留下深刻印象。這也許是命名者一時興起所造就的意外美事。

中國人的傳統文化，許多時候比較崇尚含蓄的表現方法，喜歡借意來暗指想要講的事。這在許多不同的藝文領域中，都是十分常見的。而飲食作為其中一種歷史最悠久、流傳最廣泛的民間藝術，出現借意生名的例子十分理所當然。只是今天的我們，無論在情操上和修養上，都無法與前人相比，常常習慣了不加思考，只懂望文生義、對號入座，一點兒閒趣都沒有。「驢打滾」當然沒有驢肉可吃；「佛跳牆」既不是齋菜，也沒有武僧表演輕功；「螞蟻上樹」不是叫你扮食蟻獸爬樹吃蟲；「紅燒獅子頭」亦非森林大火，或者萬獸之王要去燙頭髮；「金錢雞」不會下金蛋；「肉燕」亦絕非流鶯；「夫妻肺片」沒有倫常慘劇；「醬爆櫻桃」更不是要去奪人貞操。其實，看不懂一點也不打緊，問一問樓面侍應，有質素的必定樂意給你娓娓道來。最壞的莫如被自己的一時無知嚇倒，不敢問也不敢吃，白白失去了一個學習普通

P 15.00