



寻味

蔡澜◎著



行路天下，吃情不减

印足世界，只为吃、喝、泡的蔡氏旅游三昧，
只为咂摸寻觅精巧鲜美、味无二致的各地美食。



中国华侨出版社



寻味

蔡澜◎著

行路天下，吃情不减

中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

寻味 : 行路天下, 吃情不减 / 蔡澜著. —北京:
中国华侨出版社, 2013.3
ISBN 978-7-5113-3326-1

I. ①寻… II. ①蔡… III. ①散文集—中国—当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第044012号

● 寻味 : 行路天下, 吃情不减

著 者/蔡 澜

出 版 人/方 鸣

图书监制/祁定江

责任编辑/文 艾

特约编辑/谭楚楚

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 978-7-5113-3326-1

定 价/36.00元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦三层 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 / 天下美食

“世界上最好吃的东西是什么？”经常有人这么问我。天下食物之多，写成数百本百科全书也回答不了你们的问题。轮到要一一尝试，谈起来更没完没了。通常我总是敷衍回答：“和你爱的人一齐吃的，就是世界上最好吃的。”

每一个国家都有它的美食。昨夜睡不着，与其数绵羊，不如把有印象的各国美食从头到尾算一遍，将想到的依字母记下：

- A. 美国。几乎没有一样好吃的东西，除了他们的辣椒大豆。用肥猪肉把大豆炖得软熟，加大量的灯笼椒（haba herdo），有致命的辣度。盛在木碗中用木汤匙一大口一大口送进嘴里，愈辣吃得愈过瘾。可惜此道菜是由墨西哥传来。
- B. 比利时。青口贻贝（mussel）。一个人吃一大锅，用白酒和蒜茸蒸，比用西红柿酱煮的好吃。
- C. 加拿大。除了移民怀念的香港菜之外，一无是处。
- D. 丹麦。想不出。光鸡？一点儿也不好吃。
- E. 埃及。蜜糖浸的水烟抽完之后喝的那杯茶。
- F. 法国。美食数之不尽。筛选之下，还是那条鹅颈。把

骨头用巧妙的手艺抽了出来，再填入鹅肝酱，煎得有点微焦上桌，绝对不能用植物油，鹅鸭油最佳。

G. 希腊。天下最美味的乌鱼子，来自希腊，当然要配以一大瓶的Ouso酒。

H. 荷兰。街边档的生腌鲱鱼，愈肥大愈好。不能切断，仰起头来整条从头咬到尾。

I. 意大利。生火腿夹蜜瓜。没有一个国家的火腿做得比她更好，甚至西班牙黑猪或中国的金华。

印度。在果亚吃的新鲜的螃蟹咖喱，拆了肉和蟹膏加咖喱粉煮得稀烂，望着一片白色的海滩进食。

J. 日本。少不了的各种鱼生。但要在日本海捕捉的。当今的鲑鱼，多数来自西班牙和印度，完全不同。河豚也是独特的，不能忘记他们的天妇罗。有一对老饕的医生夫妇不了解我说天妇罗是日本料理的精华，至到他们吃过我推荐的“佐川（Sagawa）”天妇罗，才折服。

K. 韩国。蒸牛脇骨，神仙炉（一种什么都有的一人份迷你火锅），伎生在灌你酒之前让你暖胃的一碗松子粥，鲜肠汁（早上让你解宿醉的牛内脏汤），当成甜品的那杯桂皮冷饮，以及任何一种泡菜。

L. 寮国（即老挝）。用沙丁鱼和香料熬汤，加入米粉的早餐。

M. 马来西亚。吉隆坡的福建炒面、槟城的喇沙，还有

Klang的肉骨茶。

墨西哥。用一个陶钵，烧红，下橄榄油，放进大蒜去爆香的蚂蚁蛋。朱古力煮的鸡。猪肉蒸熟后，淋上蛋白和忌廉汁，上面再撒数颗石榴子，色香味俱全。

N. 挪威。想不出。除非你连诺基亚手提电话也当成食物。

新西兰。拍尽所有美景的《魔戒》一、二、三部之中，从来没有食物出现过。说笑归说笑，他们的生蚝少污染，还是吃得过的。

O. 阿曼。虽然到过，拣不出有什么好的。

P. 菲律宾。鱼肚塞肉、酸虾汤。

Q. 卡塔尔（Qatar）。没去过。听也没听过这个国家。

R. 俄国。在伏特加河畔吃刚从鲟鱼肚中剥出来的鱼子酱。

S. 新加坡。马来啰惹（一种用黑色的虾头膏拌生菜的沙律）、印度啰惹（一种把食物铺粉炸出来的小吃，淋上独特的酱，但已失传）。

西班牙。海鲜饭。

T. 土耳其。河边小艇卖的烧鱼。

U. 乌干达。各类禽兽的烧烤，已分不出什么是羚羊、什么是长颈鹿了。

V. 越南。PHO牛肉河粉。

W. 很奇怪，没有国家用这字头。

X. 也没有。

Y. 南斯拉夫（1992-2003，之后解体）。在乡下的草原上，用铁架烤的全羊，但架两端接有风车，下面用稻草生火，随风而转。日出而烤，日落而食。一手挖羊肾边的肥膏，一手抓个洋葱，这吃一口那吃一口。

Z. 津巴威，和乌干达吃的一样。

回来谈中国，地方之大，三世人也走不完，别说吃的了。

只能从直感抽出几样：

广东：单单是手剥猪肉的烧卖，已能称冠。

福建：土笋冻（一种用沙虫弄出的浆，冰结成冻）、薄饼。

四川：毛肚开膛。

山东：炸酱面、山东大包。

河南：水席（各种汤熬的菜肴），其中有一道假燕窝，把萝卜切成细得不能再细的丝，上汤熬之，味道的确可以媲美燕窝。

湖南：辣椒大鱼头，西瓜般大的鱼头，用数种辣椒蒸之，可用一条吸管抽取鱼脑。

北京：涮羊肉。用新鲜羊腿片出，才算好材料。

目 录

序

吃遍内地



北京热冬 - 002

京都老蔡记 - 007

上海菜市场 - 011

甜菜苦菜 - 015

食在重庆 - 019

广州羊痴大聚会 - 024

中山蛇宴 - 029

顺德餐会 - 033

顺德大食行 - 038

台澳美食行



- 044 - 台北鼎泰丰
- 049 - 赤崁楼
- 053 - 台湾内脏饮食文化
- 058 - 虱目鱼
- 063 - 南投美食游
- 068 - 极品轩和炼珍堂
- 073 - 台湾老饕
- 078 - 台南担仔面
- 082 - 澳门餐
- 087 - 澳门佑汉市场

觅香东南亚



- 092 - 新加坡海南鸡饭
- 097 - 新加坡熏衣草熟食中心

新加坡发记	- 102
为了一碗越南牛肉河	- 107
吉隆坡金莲记	- 111
吉隆坡猫山王	- 116
马来西亚河鱼王	- 125
曼谷R&R	- 130

日韩食尚



黑泽明的餐桌	- 136
乌鱼子	- 141
天妇罗	- 146
正统的寿司	- 150
神户飞苑	- 155
河豚旅程	- 160
鳗鱼屋野田岩	- 165
冈山平翠轩	- 170
“一风堂”拉面店	- 175
日本炒面	- 180

185 - 东京鬼婆牛杂

190 - 仙馐鲍鱼

195 - 济州岛大盈

越洋寻味



202 - 墨尔本维多利亚市场

207 - 墨尔本万寿宫

215 - 匈牙利厨房

220 - 巴黎的陆羽茶室

224 - 巴古斯的神殿

229 - 勃艮第之旅

234 - 法国大餐

238 - 慕札医生

243 - 墨西哥烛光晚餐

248 - 说不完的美食

上海：炒粗面。

杭州：砂锅鸭云吞，东坡肉等等。

宁波：烤麸。

至于香港，不必一样一样数，单单一味云吞面，已够你瞧。

最后，天下最最最好吃的，还是你妈妈煮的菜。

蔡澜



吃遍内地

中国地方之大，
三世人也走不完，
别说吃的了。



北京热冬

这次去北京，主要为中央电视第一台录一个农历新年节目，从初一到初七，每天播一集。内容谈的又是饮食，其实讲来讲去，都是一些我发表过的意见，但电视台就是要求重复这个话题，并叫我烧六个菜助兴。

事前沟通过，我认为既然要示范，一定得做些又简单又不会失败的家常菜，太复杂的还是留给真正的餐厅大师傅去表演。

导演詹末小姐上次在青岛做满汉全席比赛的评判时合作过，大家决定第一天烧“大红袍”这道菜，其实和衣服或茶叶无关，只是盐焗蟹，取其型色及吉利。把螃蟹洗净放入铁锅，撒大把粗盐，上锅盖，焗至全红，香味四喷，即成。

第二道是妈妈教的菜，蔡家炒饭。第三为龙井鸡，用一个深底锅，下面铺甘蔗，鸡全只，抹油盐放入，上面撒龙井，上盖，四十分钟后，鸡碧绿。第四道煲江瑶柱和萝卜，加一小块瘦肉，煲个四十分钟，江瑶柱甜，萝卜也甜，没有失败的道理。第五道为姜丝煎蛋，让坐月的太太吃，充满爱心。

第六道编导要求与文学作品有关，红楼宴和水浒餐已先后出笼，故选了金庸先生《射雕英雄传》的“二十四桥明月夜”，是黄蓉骗洪七公武功时做的菜，要把豆腐酿在火腿里面。这道菜镛记的甘老板和我一起研究后做过，其实也不难，把火腿锯开，挖两个洞，填入豆腐后蒸个四五小时罢了。

一切准备好，开拍的那天还到北京的水产批发市场去买肥大的膏蟹及其他材料，然后进摄影厂。化妆间内遇两位主持，一男一女。女的叫孙小梅，多才多艺，拉的一手好小提琴。前一些时候还看到她用英语唱京剧，人长得很漂亮。

男的叫大山，是个洋人，原来这位老兄还是个大腕，常在电视中表演相声，遇到的人都要求和他合照和索取签名。加拿大人的他，说得一口京片子，比我的国语还要标准。大山在节目中说他一年拜一个师傅，去年拜的还是作对联的，今年要拜我做烧菜的师傅。我说OK，不过有个条件，那就是让我拜他作国语老师。

大家都很专业，录像进行得快，本来预算三天的工作，两天就赶完。电视台安排我们住最近的旅馆，有香格里拉和世纪金源大饭店的选择。他们说前者已旧了，不如改为后者吧，是新建的，我没住过，试试也好。

世纪金源大饭店位于海淀区板井路上，是个地产商发展的，附近都



· 涮羊肉 ·



· 羊蝎子 ·

是他们盖的公寓。酒店本身也像一座座的住宅，又是和我上次住的王府井君悦一样，为弯弯的半月建筑。房间和服务尽量想做到五星级的，但是脱不了一阵老土味，不像香格里拉的国际性。

补其不足的是地库有个所谓的不夜城，里面有很大的超市、夜总会、桑拿、足底按摩、的士哥和各类商店，最主要的是有很多很多的特色餐厅，二十四小时营业。

我们抵达那天就第一时间去一家北京小店吃东西，看见一锅锅的骨头，肉不多，用香料煮得热辣辣上桌。菜名叫羊蝎子，与蝎子无关，骨头翘起，像只蝎子的尾巴，故名之。这锅羊肉实在吃得痛快，不够喉，还要了白煮羊头、羊杂汤和炒羊肉等等。来到北京不吃羊，怎说得过去。

当天晚上又去吃羊，在同一个海淀区中有家出名的涮羊肉店叫“鼎鼎香”的，那里有像“满福楼”一样的生切羊腿，不经过雪藏，由内蒙古直接运到，肉质柔软无比，羊膻味恰好，连吃好几碟。又来甲羊圈，全肥的。最后试小羊肉，味道不够，但肉质更软细，吃得大乐。

第三天再跑去不夜城市，选家湖北菜馆，本来想叫些别的，但菜单上的羊肉有种种不同的做法，忍不住又再叫了一桌子羊。