



看人下菜碟儿

名菜典故十二讲

阿布老师 & 林老师 / 著
黄铂聆 / 绘 张琦 / 摄

上海译文出版社

看人下菜碟儿

名菜典故十二讲

阿布老师 & 林老师 / 著

黄铂聆 / 绘
张琦 / 摄

上海译文出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

看人下菜碟儿：名菜典故十二讲 / 阿布老师，林老师著；黄铂聆绘；张琦摄，

—上海：上海译文出版社，2017.8

ISBN 978-7-5327-7610-8

I. ①看… II. ①阿… ②林… ③黄… ④张… III. ①历史故事—作品集—
中国—当代 IV. ① I247.81

中国版本图书馆 CIP 数据核实 (2017) 第 169561 号

看人下菜碟儿：名菜典故十二讲

阿布老师 林老师 / 著 黄铂聆 / 绘 张琦 / 摄

责任编辑 / 刘宇婷 特约编辑 / 尹冬

内文排版 / 柴昊洲 封扉设计 / 魔都鼠兔工作室

上海世纪出版股份有限公司

译文出版社出版

网址：www.yiwen.com.cn

上海世纪出版股份有限公司发行中心发行

200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.co

上海书刊印刷有限公司印刷

开本 787×1092 1/32 印张 7 字数 60,000

2017 年 8 月第 1 版 2017 年 8 月第 1 次印刷

印数：0,001—6,000 册

ISBN 978-7-5327-7610-8/K · 257

定价：45.00 元

本书中文简体字专有版权归本社独家所有，非经本社同意不得转载、摘编或复制。
如有质量问题，请与承印厂质量科联系。T：021-36161455

历史如此美味

阿布斯

历史是什么？是一堆堆的故纸，还是深埋于地下的陶罐？国学是什么？是一段段深奥的文字，还是玄之又玄的道理？

其实历史也好，国学也罢，对中国人来说，它应该是鲜活的，是融入生活的，是刻在骨子里的。在流水般的日子里传递传统，在平平淡淡里品味学问。历史和国学对中国人来说，理应更像一种面对生活的态度。我们在生活中感受历史和国学的宽度与深邃，在历史和国学中悟到生活的美好与意义。

《看人下菜碟儿》谈了十二道菜以及与之相关的十二个名人的故事。灵感的来源是我打算在“生活课堂”中教“东坡肉”这道年菜。如果单讲这道菜，我总是“意犹未尽”，我想使学员们了解这道菜背后的故事，了解苏东坡这个人。于是，我就请阿布老师来给学员讲“东坡肉”背后的故事。以此为开端，一口气让学员们“品味”了本书中的十二道菜及其背后的故事。

这十二堂美食实践课，使我深深地感到，历史和国学

是可以“美味”的，而不应是“不食人间烟火”的书斋之学。它们能真实地融入到我们的日常生活里，甚至体现在我们的餐桌上。中国人素来爱吃，讲究吃文化，借由这本书，我希望我们能“吃”出文化，在“吃”的过程中完成对历史和国学的传承，而不是“吃”没文化、“吃”坏优秀的传统。

现代人的生活，总是工作匆忙，生活匆忙。因为匆忙，随便打发吃饭这件事是司空见惯的。而我一向以为，匆忙吃饭的人，不会是热爱生活的人。也许很多人会在朋友圈里晒各种美食，可是又有多少人能自己下厨房烹饪出一道美食？要知道，生活不过是一种态度罢了。并非你不会烹饪，而是你没想过去好好烹饪，享受一道自家厨房的美食。反过来，如果你认真准备、好好享用一道菜，你会爱上你的生活，你会享受这段辛苦又美味的时光，因为你为生活花过时间，花过心血，你为它准备过，为它付出过。

在我们苦于想不出这本书书名的某个晚上，在半梦半醒之间，朦胧中我仿佛在教丫头炒鸡丝蒿子秆，姜丝切得细细的，蒜片切得薄薄的，鸡丝腌得滑滑的，蒿子秆择得清清爽爽的。起锅到旺火上放油，烧热后煸透姜丝，加入蒜片，用嗅觉去感受到它们已经尽责了……这是我很喜欢做的一道菜，梦中的丫头很专注地认识了很多食材：葱、姜、蒜、鸡肉、蒿子秆。每一种食材的味道都不一样，都很有

自己的个性，在某个最佳时机混合到一起却构成了独特的味道，就如一个性格多样的你，会在某一刻完成一种升华。

梦醒的那个早上，我把这个神奇的梦告诉给丫头。丫头又想念起那个独特的味道。理所当然地，我们又重温了这道我喜欢做的菜。这道菜又一次透过我们的舌头、口腔，在唇齿间留下许多美好的记忆，又一次让丫头感受到“生活的美好”。我将这道菜的出处告诉了丫头，它出自《红楼梦》的第六十一回。丫头急着去翻书，查证。丫头在翻看《红楼梦》第六十一回时，也翻看了第六十回，她对书中“看人下菜碟儿”这句话很感兴趣，觉得很有意思。她说：“你们的书就可以用这个名字呀！”真是妙绝，这么多天来我们绞尽脑汁的一个问题让丫头轻易给解决了。接下来我又交给了丫头一个任务，让她来完成书中的插画，这是她的强项，她欣然接受任务。

其实生活就应该是这样，它不是一台按部就班的机器，而是如同一个美丽的梦，在梦中随时会有灵感与惊喜。但它又不是杂乱无章的，只要有一个憧憬美好的态度和为之切实努力的前提就好了。一如本书中的那些伟大的人物，他们的生命轨迹大相径庭，结局各不相同，但他们对生活、对生命的态度是认真的、是令人尊重的。



目录



- | | |
|-------------|-----|
| 01 比干与空心菜 | 1 |
| 02 专诸与松鼠鳜鱼 | 19 |
| 03 西施与西施舌 | 39 |
| 04 屈原与粽子 | 57 |
| 05 项羽与炒杂烩 | 73 |
| 06 李白与太白鸭 | 91 |
| 07 杨玉环与贵妃鸡 | 107 |
| 08 寇准与水晶饼 | 125 |
| 09 苏轼与东坡肉 | 141 |
| 10 沈万三与万三蹄 | 157 |
| 11 郑板桥与菜豆腐鸡 | 177 |
| 12 胡雪岩与明目鱼米 | 195 |

比干与空心菜

01



商纣与妲己是一对非常有意思的夫妻，他们是一对很好同时又很糟糕的夫妻，是一对天生秀丽又多才多艺的夫妻。他们始终很恩爱，但千百年来又是政治家和百姓眼中的反面教材。

商朝的末代之君纣王似乎也不是人们印象中的那么不堪，他天资聪明，有着极强的反应能力，力大无比，能赤手空拳与猛兽格斗。他是个语言大师，能和劝说他的大臣们进行滔滔不绝的辩论，臣下们谁也说不过他。他还非常爱自己的妻子妲己，妲己说什么，他就听什么，是个极其有能力的男人，是个模范老公的典型。

但这样一个能文能武又听妻子话的模范丈夫并不是一个好君主。他搜刮民脂民膏来享乐；他的鹿台钱库里堆满

了钱，巨桥粮仓里装满了粮食，宫中养着各种珍禽；他用酒灌成池沼，把肉悬挂成林，让男男女女整天光着身子在酒池肉林里淫乐，彻夜不息。

“朱门酒肉臭，路有冻死骨。”路有饿殍，野有白骨，百姓怨恨，民心思变。一些有实力的地方诸侯看到纣王失去人心，遂产生了取而代之的心思，君位轮流坐，明年到我家，有德者居之，无德者滚蛋。

朝政日下，纲纪败坏，而纣王依然淫乱不止，商朝的一些有识之士非常痛心。其中的代表就是孔子所说的三位仁人：微子、箕子与比干。

微子是纣王的哥哥，他看到西伯侯姬昌的势力渐渐坐大，姬昌灭商之举亦是箭在弦上，多次进谏纣王改弦更张。纣王却天真地说：“我生不有命在天乎？是何能为！”（我降生在世，不是有天命吗？西伯昌能把我怎么样呢？）微子很矛盾，他不知是应该以死殉国还是逃亡。这时有人劝他说：即使死了对国家也没有意义，还不如逃亡。微子就逃亡了。后来西伯侯姬昌的儿子武王姬发灭商后，把微子也分封为诸侯，建立了宋国，这是后话。



空心菜

又名藤藤菜、蕹菜、通心菜、无心菜、空筒菜、竹叶菜、节节菜，开白色喇叭状花。因其茎中心是空的，故称为“空心菜”。采收季节是8月。适合清炒、做汤。





箕子可能是纣王父辈的人，这个人很有眼光。当纣王刚即位还没有完全展现其荒唐的一面时，箕子就通过纣王使用象牙筷子这件很小的事判断出纣王不可救药了。箕子的逻辑是：如果使用了象牙筷子，即会想着使用玉制的杯子，接着必思远方珍怪之物而使用，再接着就会想使用好车好马和大兴土木建造宫室。箕子这个观察准确道出了人类的一个消费规律：人一旦使用了某个好物品后，他很可能走向持续超越消费的不归路。大约三千五百年后的法国哲学家狄德罗专门写文章来谈这种“愈得愈不足现象”，后来被概括为“狄德罗效应”。箕子也是不断地劝执迷不悟的纣王，而当他灰心失望时，他并没有如微子那样离开，他甚至对微子的离开颇有微词：为人臣谏不被君王听从而离开，这是在彰显君王的过错而取悦于民，我是不会这样做的。他就披头散发、装疯卖傻与奴隶混在一起。周武王灭商后，把箕子封到了朝鲜当诸侯。现在朝鲜半岛的人大多是箕子的后裔，朝鲜族是中华民族的一个重要组成部分。

王子比干也是纣的亲戚，但是辈分史书中没有说清。他看到微子去，箕子佯狂，就说：君王有过错，我们不拼

死进谏，那天下万民怎么办？于是去进谏。纣王生气地说：我听说圣人的心是有七窍的，真是这样的吗？他残忍地杀了比干，拿出比干的心验看。

以上部分是《史记》的记载。到了小说家许仲琳的《封神演义》那里，比干的故事就更加生动了。

在小说《封神演义》中，鹿台完工后，纣王想起妲己曾说过鹿台建好会有神仙、仙子、仙姬俱来行乐，遂向妲己问起此事。妲己与众妖精商定，让他们在九月十五日月圆之夜变成神仙的模样来鹿台赴宴。妲己怕纣王看出破绽，对纣王说：“群仙至此，陛下不可出见。如泄天机，恐后诸仙不肯再降。”让纣王到时只能隔绣帘观看群仙，纣王只好安排了千杯不醉的丞相王子比干陪酒。

狐狸精所变之神仙因不胜酒力，多喝了几杯后露出了狐狸尾巴。比干虽然发现了，也无可奈何。这时妲己也看到了她的这些子孙因酒醉而现了原形，即刻传旨让比干不必再陪饮，群仙各归洞府。

比干出来后，恰巧遇到了巡城的武成王黄飞虎，他把方才陪妖精饮酒之事说了一遍。黄飞虎命人守在四门观察





妖精是从哪个城门出来，准备随后跟踪找到其巢穴。

群妖因酒在腹内，驾不得妖风，起不得滕雾，出了南方午门就从空中跌落下来，拖拖拽拽回到了离城三十五里轩辕坟旁的石洞内。

黄飞虎得到消息后，命周纪带三百多人携柴草，塞住石洞，放火焚烧，差不多把这些狐狸精全部烧死了。

来观看的比干对黄飞虎说：“这许多狐狸，还有未焦者，拣选好的，将皮剥下，造一袍袄献与当今，以惑妲己之心。使妖魅不安于君前，必至内乱，使天子醒悟，或知贬谪妲己。”

二人把妲己想得太简单了。

妲己于绣帘内看到比干向纣王献上此狐狸袍时，不觉泪如雨下，一时间觉得刀剜肺腑、火燎肝肠，下决心说：“我不把你这老贼剜出心来，也不算中宫之后。”妲己对纣王说：“陛下乃龙体，怎披此狐狸皮毛？不甚稳便，甚为亵尊。”纣王便不再穿此衣，比干想以此来迷惑妲己心神的小儿科计划落空了。

妲己并未善罢甘休，她找来在火烧轩辕洞中侥幸逃脱

的雉鸡精，让雉鸡精变化成个美女，化名胡喜媚进宫与自己一起迷惑纣王。纣王自得胡喜媚之后，更是不理朝政，每天与妲己、胡喜媚荒淫内宫，夜夜酣歌。

一天，二妖正在鹿台上用早膳，忽见妲己大叫一声，跌倒在地，口喷血水，闭目不言，面皮俱紫。纣王吓得面如土色，手足无措。胡喜媚故意叹气说：“昔在冀州时，彼此俱是闺女，姐姐常有心痛之疾，一发即死。冀州有一医士，姓张名元。他用药最妙，有玲珑心一片煎汤吃下，此疾即愈。”纣王马上下令让人去冀州请张元。胡喜媚拦阻道：“朝歌到冀州有多少路！一去一来，至少月余。耽误日期，焉能救得？除非朝歌之地，若人有玲珑心，取他一片，登时可救。如无，须臾即死。”纣王问：玲珑心谁能判断出来呢？胡喜媚胡说道：“妾身曾拜师，善能推算。”这个妖精假装掐指一算：朝中只有一个官居显宦、位极人臣之人有玲珑心。只怕大王舍不得此人献心，妲己娘娘要与大王阴阳两隔了。纣王着急问道：“是谁，快说！”胡喜媚说：“惟亚相比干乃是玲珑七窍之心。”纣王糊涂又无情地说：比干是我的皇叔，一宗嫡派，难道不肯借一片玲