



有风 吹过厨房

The Aromatic
Kitchen

食家饭
著



有风 吹过厨房

食家饭 著



图书在版编目(CIP)数据

有风吹过厨房 / 食家饭著. — 北京 : 北京联合出版公司, 2017.3 (2017.5 重印)
ISBN 978-7-5502-9450-9

I. ①有… II. ①食… III. ①散文集—中国—当代 IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第003427号

有风吹过厨房

作 者: 食家饭
责任编辑: 崔保华
产品经理: 张小芋
特约编辑: 陶禹函 丛龙艳

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京联合天畅发行公司发行

北京世嘉印刷有限公司印刷 新华书店经销

字数: 82千字 787mm×1092mm 1/32 印张: 8.25

2017年3月第1版 2017年5月第2次印刷

ISBN 978-7-5502-9450-9

定价: 38.00元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

如发现图书质量问题, 可联系调换。质量投诉电话 010-57933435/64243832

是食物在料理着我们的人生，
人只有吃好了，才能更好地思考，
更好地去爱，更好地休息。

自

序

我的第一本书叫《半间灶披间》，有人还会问，什么叫灶披间啊？为什么是半间啊？简单地说就是合用的公共厨房，好一点的两家合用，七八家合用也是有的。从前，有独用厨房是一件奢侈的事情。

小时候，我家的公共厨房一开始是两家合用的。另一家是男主人烧饭，那位伯伯是广东人，除了上海家常菜，还会做一种鱼生粥——鱼片切得薄薄的，贴在碗底，滚粥烫下去灼熟鱼片，粥里再放一点油条和胡椒粉，好好吃。最厉害的是，伯伯还会做一

种糯米灌肠，将糯米、肉丁、香菇、干贝、腊肉、润肠什么的都灌入猪大肠里，煮熟了的灌肠肥肥胖胖的，切成一片片厚片吃，那种好味道，后来我没有在别的地方吃到过。

公用厨房其实挺大的，还连着一个天井阳台，后来另一家邻居的煤气就安装在了这个阳台上。他们在这个阳台搭建的厨房里做辣子鸡丁、粉蒸肉。背阴的灶台一角，还一直有一只黑色的泡菜坛子。泡菜坛子打开的时候，邻居们都能分到一小碟泡菜，我最喜欢的是卷心菜做的泡菜，然后是香莴笋。这对我来说是新奇美好的味道。这家的外婆是四川人，他们家的女主人是山东人，蒸的包子馒头暄腾可爱。

还有一户邻居的煤气灶就只好装在走廊的一角了，幸好老公寓的走廊还很宽阔，阿姨在一边烧饭，小孩子还可以在一边跑来跑去。这家是不太会做菜的人家，不过很好学，烧什么菜都经常来请教我妈妈，也跟着我奶奶学做葱油饼。我奶奶做葱油饼，

除了油酥，是不放生猪油的，放的是猪油渣。阿姨还和奶奶学做一种萝卜丝虾米馅子的烫面蒸饺，我奶奶祖籍天津。

所以你们看，虽然公用厨房有着诸多的不便，但对我来说却是不错的一件事，可以有机会吃到除江浙以外更多的风味，给我留下很好的回忆，也是我最早的味觉启蒙。

现在的家庭都会有一个独立的厨房，我也有一个自己的厨房，厨房的水斗上方是一扇高高的窗户，一年里有将近九个月，窗外是满满的梧桐叶子，在不同的季节里，变换不同的绿色。冬季，梧桐的叶子落了，阳光透过梧桐斑驳的枝丫不声不响地照进厨房。

不再有邻居你来我往，也没有小孩子们的喧闹。不过厨房是不会寂寞的地方。夏天熬一锅酸梅汤，做做糟毛豆、盐水花生，过年的时候一口气做两百

只蛋饺、两百只宁波汤团，炸炸春卷，或者做一罐子鱼松储存起来，纵有多少疲累、多少心事，也都慢慢平复了。

厨房另一边有一只老古董折叠桌，摊开来可以让两个人舒舒服服地吃饭，也足够铺开摊子写字，这本书里的很多文章，就是在这张桌子上写就的。这是我称心如意的厨房。

有做家居杂志的编辑喜欢我厨房的风格，想来拍一点照片。我说，那么就按照它本来的样子拍，不要摆设，也不要花，我的厨房没有花，它有一扇窗，窗子里有风景，有风吹过。

这也是我第二本书名字的来由。

目 录



I — 自序

第一章 最是寻常味

2
—
盐水花生

5
—
水蜜桃

10
—
糖

14
—
冷汤热汤

18
—
蘸点什么

24
—
糟香

29
—
元宝

33
—
蟹粉蛋

37
—
油氽果肉

41
—
鱼松

46
—
蛋炒饭

51
—
小馄饨

56
—
番茄炒蛋和番茄蛋汤

60
—
勺子

65
—
筷子

74
—
老铁锅

116	112	107	103	99	94	90	81
藕	采芹	面怡饼	洋山芋	百叶千张	榄菜刀豆老油条	汪姐私房菜	菜谱

162	158	154	149	145	141	137	133	129	125	120
中秋的吃食	黄浆	酒酿明虾	酒心巧克力	荷包蛋	甜羹汤	金瓜	慈姑	酱腌萝卜	红菱艳	玫瑰大头菜

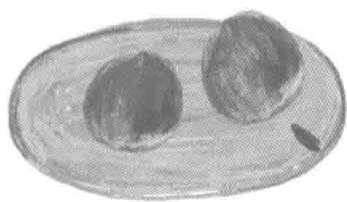
第二章 肺腑之爱

197	193	190	185	181	177	172	168
／	／	／	／	／	／	／	／
肺腑之爱	油墩子	炸八块	烂糊肉丝	可爱的青鱼	苏式爆鱼和本帮熏鱼	肉皮冻	梅香羊肉

242	237	232	228	224	220	215	211	207	202
／	／	／	／	／	／	／	／	／	／
生煎虾饼	猪油菜饭	走油肉	淡菜嵌肉	炒鳗鲞丝	菜蔬鲞鱼	虾酱五花腩	酱爆猪肝	腌笃鲜、鸡笃鲜、河笃鲜	葱炆河鲫鱼

第一章

最是寻常味



盐
水
花
生

有

有

风

吹

过

厨

房

喝茶不知配什么茶食的时候，来一碟微咸回甘的盐水花生吧；酒酣耳热，等着下一道菜的时候，来一碟有细细茴香味的盐水花生吧；深夜静寂，第一百遍看福尔摩斯和老好的阿加莎，那凶手若隐若现呼之欲出的时候，来一碟风干了的盐水花生吧……总之，来一碟好吃的盐水花生吧。

用肥大的东北新花生做盐水花生最好，因其还未脱泥土稚嫩的清气。将花生洗净，不用去衣，加水、盐和几粒茴香，小火焖煮至入味。没有任何厨艺的要求，调味简单，星级大厨和十指不沾阳春水的娇娘煮出来的盐水花生并无二致。

和炒花生不一样，盐水花生那种干脆、果断的香，爆裂的、油润润的快感，是古今中外嗜酒者的爱物。品尝盐水花生，需要灵敏的、没有被霸道的味道过度侵蚀的味觉。细细咀嚼，盐水花生微弱的咸味、不易察觉的涩、缓缓出现的回甘，才会一层层在舌尖上铺陈开来。

有

风

吹

过

厨

房

金圣叹大概也是喜欢吃花生的吧，生命最后一程，还留下个千古谜案般的嘱咐：花生米与五香豆腐干同嚼有火腿味道。我猜这花生一定得是风干了的盐水花生，否则不会有类似肉类的韧劲口感。不过，盐水花生已自足其美，何必一定要配着豆腐干嚼出火腿味来。文人，吃得太刁钻，这次未免又多此一举了。

水蜜桃

1

有 风

吹 过

厨 房

盛夏的水果摊，娇俏的蟠桃、灿灿的黄桃、美艳的油桃都一堆堆地卖，被夏日骄阳烘得微微有些烫手。摊子深处阴凉的货架上，整齐地码放着考究的礼盒，厚厚的衬垫上，一只只水蜜桃从裹着的雪白薄纸里露出半张娇慵的脸。

水蜜桃从来就是这个待遇。以前卖桃子的乡下小贩，最多挎一只腰篮，唯独水蜜桃，会被放在簇新的蒸馒头的竹笼屉里卖，叠上三四层那样挑着。水蜜桃是非常女性化的水果，像那些待字闺中好人家的女子，已经不再是小女孩了，但丝毫没有恨嫁的幽怨，只暗暗地酝酿着可期待的甜蜜。她们疏疏落落地坐在笼屉里，端然而从容地展示着每一个曲线、色泽完美的侧面，弄得再挑剔的主妇，也矜持了起来，不好意思随意下手挑拣。

我吃过最好的水蜜桃叫无锡玉露水蜜桃，据说它是奉化水蜜桃一脉经改良的品种，无锡阳山所出为最佳，荣耀归于无锡，也很应当。

我们在国画中看到的桃子，嫩黄的，顶