

随园食单

第一节

须知单

学问之道，先知而后行，饮食亦然。作《须知单人》

先天须知

凡物各有先天，如人各有资禀。人性下愚，虽孔、孟教之，无益也；物性不良，虽易牙烹之，亦无味也。指其大略：猪宜皮薄，不可腥臊；鸡宜骗嫩，不可老稚；鲫鱼以扁身白肚为佳，乌背者，必倔强于盘中；鳊鱼以湖溪游泳为贵，江生者，必搓丫其骨节；谷喂之鸭，其膘肥而白色；变土之笋，其节少而甘鲜；同一火腿也，而好丑判若天渊；同一台舘也，而美恶分为冰炭；其他杂物，可以类推。大抵一席佳肴，司厨之功居其六，买办之功居其四。

作料须知

厨者之作料，如妇人之衣服首饰也。虽有天姿，虽善涂抹，而敝衣蓝缕，西子亦难以为容。善烹调者，酱用优酱，先尝甘否；油用香油，须审生熟；酒用酒酿，应去糟粕；醋用米醋，须求清冽。且酱有清浓之分，油有荤素之别，酒有酸甜之异，醋有陈新之殊，不可丝毫错误。其他葱、椒、姜、桂、糖、盐，虽用之木多，而俱宜选择上品。苏州店卖秋油，有上、中、下三等。镇江醋颜色虽佳，味不甚酸，失醋之本旨矣。以板浦醋为第一，浦口醋次之。

洗刷须知

洗刷之法，燕窝去毛，海参去泥，鱼翅去沙，鹿筋去臊。肉有筋瓣，剔之则酥；鸭有肾臊，削之则净；鱼胆破，而全盘皆苦；鳗诞存，而满碗多腥；韭删叶而白存，菜弃边而心出。《内则》曰：“鱼去乙，鳖去丑。”此之谓也。谚云：“若要鱼好吃，洗得白筋出。”亦此之谓也。

调剂须知

调剂之法，相物而施。有酒、水兼用者，有专用酒不用水者，有专用水不用酒者；有盐、酱并用者，有专用清酱不用盐者，有用盐不用酱者；有物太腻，要用油先炙者；有气太腥，

要用醋先喷者；有取鲜必用冰糖者；有以干燥为贵者，使其味入于内，煎炒之物是也；有以场多为贵者，使其味溢于外，清浮之物是也。

配搭须知

谚曰：“相女配夫。叩记》曰：“低人必于其伦。”烹调之法，何以异焉？凡一物烹成，必需辅佐。要使清者配清，浓者配浓，柔者配柔，刚者配刚，方有和合之妙。其中可荤可素者，蘑菇、鲜笋、冬瓜是也。可荤不可素者，葱韭、菌香、新蒜是也。可素不可荤者，芹菜、百合、刀豆是也。常见人置蟹粉于燕窝之中，放百合于鸡、猪之肉，毋乃唐尧与苏峻对坐，不太悖乎？亦有交互见功者，炒荤菜，用素油，炒素菜，用荤油是也。

独用须知

味太浓重者，只宜独用，不可搭配。如李赞皇、张江陵一流，须专用之，方尽其才。食物中，鳗也，鳖也，蟹也，鲍鱼也，牛羊也，皆宜独食，不可加搭配。何也？此数物者味甚厚，力量甚大，而流弊亦甚多，用五味调和，全力治之，方能取其长而去其弊。何暇舍其本题，

别生枝节哉？金陵人好以海参配甲鱼，鱼翅配蟹粉，我

见辄攒眉。觉甲鱼、蟹粉之味，海参、鱼翅分之而不足；海参、鱼翅之弊，甲鱼、蟹粉染之而有余。

火候须知

熟物之法，最重火候。有须武火者，煎炒是也；火弱则物疲矣。有须文火者，煨煮是也；火猛则物枯矣。有先用武火而后用文火者，收场之物是也；性急则皮焦而里不熟矣。有愈煮愈嫩者，腰子、鸡蛋之类是也。有略煮即不嫩者，鲜鱼、蛇蛤之类是也。肉起迟则红色变黑，鱼起迟则活肉变死。屡开锅盖，则多沫而少香。火熄再烧，则走油而味失。道人以丹成九转为仙，儒家以无过、不及为中。司厨者，能知火候而谨伺之，则几于道矣。鱼临食时，色白如玉，凝而不散者，活肉也；色白如粉，不相胶粘者，死肉也。明明鲜鱼，而使之不鲜，可恨已极。

色臭须知

目与鼻，口之邻也，亦口之媒介也。嘉肴到目、到鼻，色臭便有木同。或净若秋云，或艳如晓拍，其芬芳之气，亦扑鼻而来，不必齿决之，舌尝之，而后知其妙也。然求色不可用糖炒，求香不可用香料。一涉粉饰，便伤至味。

迟速须知

凡人请客，相约于三日之前，自有工夫平章百味。若斗然客至，急需便餐；作客在外，行船落店：此何能取东海之水，救南油之焚乎？必须预备一种急就章之菜，如炒鸡片，炒肉丝，炒虾米豆腐，及糟鱼、条腿之类，反能因速而见巧者，不可不知。

变换须知

一物有一物之味，不可混而同之。犹如圣人设教，因材施教，不拘一律。所谓君子成人之美也。今见俗厨，动以鸡、鸭、猪、鹅，一汤同滚，逐令千手雷同，味同嚼蜡。吾恐鸡、猪、鹅、鸭有灵，必到枉死城中告状矣。善治菜者，须多设锅、灶、盂、钵之类，使一物各献一性，一碗各成一味。嗜者舌本应接不暇，自觉心花顿开。

器具须知

古语云：美食不如美器。斯语是也。然宣、成、嘉、万，窑器太贵，颇愁损伤，不如竟用御窑，已觉雅丽。谁是宜碗者碗，宜盘者盘，宜大者大，宜小者小，参错其间，方觉生色。若板板子十碗八盘之说，便嫌笨俗。大抵物资者器宜大，物贿者器宜小。煎炒宜盘，汤羹宜碗，煎炒宜铁锅，煨煮宜砂罐。

上菜须知

上菜之法：盐者宜先，淡者直后；浓者宜先，薄者宜后；无场者宜先，有场者宜后。且天下原有五味，不可以咸之一味慨之。度客食饱，则脾困矣，须用辛辣以振动之；虚客酒多，则胃疲矣，须用酸甘以提醒之。

时节须知

夏日长而热，宰杀太早，则肉败矣。冬日短而寒，烹饪稍迟，则物生矣。冬宜食牛羊，移之于夏，非其时也。夏宜食干腊，移之于冬，非其时也。辅佐之物，夏宜用芥末，冬宜用胡椒。当三伏天而得冬液菜，贱物也，而竟成至宝矣。当秋凉时而得行鞭笋，亦贱物也，而视若珍懂矣。有先时而见好者，三月食鲫鱼是也。有后时而见好者，四月食芋方（按：原误为“奶”。）是也。其他亦可类推。有过时而不可吃老，萝卜过时则心空，山笋过时则味苦，刀鰾过时则骨硬。所谓四时之序，成功者退，精华已竭，赛裳去之也。

多寡须知

用贵物宜多，用贱物宜少。煎炒之物多，则火力不透，肉亦不松。故用肉不得过半斤，用鸡、鱼不得过六两。或问：食之不足如何？曰：俟食毕后另炒可也。以多为贵者，白煮肉，非二十斤以外，则淡而无味。粥亦然，非斗米则汁浆不厚，且须扣水，水多物少，则味亦薄矣。

洁净须知

切葱之刀，不可以切笋；捣椒之臼，不可以捣粉。闻菜有抹布气者，由其布之不洁也；闻菜有砧板气者，由其板之不净也。“工欲善其事，必先利其器。”良厨先多磨刀，多换市，多刮板，多洗手，然后治菜。至于口吸之烟灰，头上之汗汁，灶上之蝇蚁，锅上之烟煤，一站入菜中，虽绝好烹店，如西子蒙不洁，人皆掩鼻而过之矣。

用纤须知

俗名豆粉为纤者，即拉部用纤也，须顾名思义。因治肉者要作团而不能合，要作羹而不能腻，故用粉以牵合之。煎炒之

时，虑肉贴锅，必至焦老，放用粉以护持之。此纤义也。能解此义用纤，纤必恰当，否则乱用可笑，但觉一片糊涂。汉制考齐呼曲较为媒，媒即纤矣。

选用须知

选用之法，小炒肉用后臀，做肉圆用前夹心，煨肉用硬短勒。炒鱼片用青鱼、季鱼，做鱼松用鲜鱼、鲤鱼。蒸鸡用雏鸡，爆鸡用骗鸡，取鸡汁用老鸡；鸡用雌才嫩，鸭用雄才肥；药菜用头，芹韭用根：皆一定之理。徐可类推。

疑似须知

味要浓厚，不可油腻；味要清鲜，不可淡薄。此疑似之间，差之毫厘，失以千里。浓厚者，取精多而糟粕去之谓也；若徒贪肥腻，不如专食猪油矣。清鲜者，真味出而俗尘无之谓也；若徒贪淡薄，则不如饮水矣。

补救须知

名手调羹，咸淡合宜，老嫩如式，原无需补救。不得已为

中人说法，则调味者，宁淡毋咸；淡可加盐以救之，咸则不能使之再淡矣。烹鱼者，宁嫩毋老，嫩可加火候以补之，老则不能强之再嫩矣。此中消息，于一切下作料时，静观火色便可参详。

本分须知

满洲菜多烧煮，汉人菜多羹汤，童而习之，故擅长也。汉请满人，满清汉人，各用所长之菜，转觉人口新鲜，不失邯郸故步。今人忘其本分，而要格外讨好。汉清满人用满菜，满清汉人用汉菜，反致依样葫芦，有名无实，画虎不成反类犬矣。秀才下场，专作自己文字，务极其工，自有遇合。若逢一宗师而摹仿之，逢一生考而摹仿之，则撮皮无异，终身不中矣。

戒单

为政者兴一利，不如除一弊，能除饮食之弊，则思过半矣。
作《戒单八》

戒外加油

俗厨制菜，动熬猪油一锅，临上菜时，勺取而分浇之，以为肥膩。甚至燕窝至清之物，亦复受此法污。而俗人不知，长吞大嚼，以为得油水入腹。故知前生是饿鬼投来。

戒同锅熟

同锅熟之弊，已载前“变换须知”一条中。

戒耳餐

何谓耳餐？耳餐者，务名之谓也。贪贵物之名，夸敬客之意，是以耳餐，非日餐也。不知豆腐得味，远胜燕窝。海某不佳，不如蔬笋。余尝谓鸡、猪、鱼、鸭，豪杰之士也，各有本味，自成一家。海参、燕窝，庸陋之人也，全无性情，寄人篱下。尝见某太守宴客，大碗如缸，白煮燕窝四两，丝毫无味，人争夸之。余笑回：“我辈来吃燕窝，非来贩燕窝也。”可贩不可吃，虽多奚为？若徒夸体面，不如碗中竟放明珠百料，则价值万金矣。其如吃不得何？

戒目食

何谓自食？目食者，贪多之谓也。今人慕“食前方丈”之名，多盘叠碗，是以目食，非口食也。不知名手写字，多则必有败笔；名人作诗，顿则必有累句。极名厨之心力，一日之中，所作好菜不过四五味耳，尚难拿准，况拉杂横陈乎？就使帮助多人，亦各有意见，全无纪律，愈多愈坏。余尝过一商家，上菜三撤席，点心十六道，共算食品将至四十余种。主人自觉欣欣得意，而我散席还家，仍煮粥充饥。可想见其席之丰而不洁矣。南朝孔琳之曰：“今人好用多品，适口之外，皆为悦目之资。”余以为肴撰横陈，熏蒸腥秽，目亦无可悦也。

戒穿凿

物有本性，不可穿省为之。自成小巧，即如燕窝佳矣，何必捶以为团？海参可矣，何必熬之为酱？西瓜被切，略迟不鲜，竟有制以为糕者。苹果太熟，上口不脆，竟有蒸之以为脯者。他如《尊生八笺》之秋藤饼，李笠翁之玉兰糕，都是矫揉造作，以花柳为杯俄，全失大方。譬如庸德庸行，做到家便是圣人，何必索隐行怪乎？

戒停顿

物味取鲜，全在起锅时极锋而试；略为停顿，便如霉过衣裳，虽锦绣统罗，亦晦闷而！日气可增矣。尝见性急主人，每

摆菜必一齐搬出。于是厨人将一席之菜，都放蒸笼中，候主人催取，通行齐上。此中尚得有佳味哉？在善烹饪者，一盘一碗，费尽心思；在吃者，卤莽暴戾，囫囵吞下，真所谓得哀家梨，仍复蒸食者矣。余到粤东，食杨兰坡明府鱠羹而美，访其故，曰：“不过现杀现烹、现熟视吃，不停顿而已。”他物皆可类推。

戒暴步

暴者不恤人功，珍者不借物力。鸡、鱼、鹅、鸭，自首至尾，仅有味存，不必少取多弃也。尝见烹甲鱼者，专取其裙而不知味在肉中；蒸鳊鱼者，专取其肚而不知鲜在背上。至贱莫如胶蛋，其佳处虽在黄不在白，然全去其白而专取其黄，则食者亦觉索然矣。且予为此言，并非俗人借福之谓，假使暴殄而有益于饮食，犹之可也。暴殄而反累于饮食，又何苦为之？至于烈炭以炙活鹅之掌，刺刀以取生鸡之肝，皆君子所不为也。何也？物为人用，使之死可也，使之求死木得不可也。

戒纵酒

事之是非，推醒人能知之；味之美恶，亦惟醒人能知之。伊尹曰：“味之精微，口不能言也。”口且不能言，岂有呼啾酗酒之人，能知味者乎？往往见拇战之徒，谈佳菜如埃木屑，

心不存焉。所谓惟酒是务，焉知其余，而治味之道扫地矣。万不得已，先于正席尝菜之味，后于撤席逞酒之能，庶乎其两可也。

戒火锅

冬日宴客，惯用火锅，对客喧腾，已属可厌；且各菜之味，有一定火候，宜文宜武，宜撤宜添，瞬息难差。今一例以火通之，其味尚可问哉？近人用烧酒代炭，以为得计，而不知物经多滚，总能变味。或问：菜冷奈何？曰：以起锅滚热之菜，不使客登时食尽，而尚能留之以至于冷，则其味之恶劣可知矣。

戒强让

治具宴客，礼也。然一肴既上，理直凭客举着，精肥整碎，各有所好，听从客便，方是道理，何必强让之？常见主人以箸夹取，堆置客前，污盘没碗，令人生厌。须知客非无手无目之人，又非儿童、新妇，恼羞忍俄，何必以村姐小家子之见解待之？其慢客也至矣！近日俱家，尤多此种恶习，以箸取菜，硬入人口，有类强奸，殊为可恶。长安有甚好请客，而菜不佳者，一客问曰：“我与君算相好乎？”主人曰：“相好！”客踢而清曰：“果然相好，我有所求，必允许而后起。”主人惊问：“何求？”曰：“此后君家宴客，求免见招。”合坐为之大笑。

戒走油

凡鱼、肉、鸡、鸭，虽极肥之物，总要使其油在肉中，不落汤中，其味方存而不散。若肉中之油，半落汤中，则汤中之味，反在肉外矣。推原其病有三：一误于火太猛，滚急水干，重番加水；一误于火势急停，既断复续；一病在于太要相度，屡起锅盖，则油必走。

戒落套

唐诗最佳，而五言八韵之试帖，名家不选，何也？以其落套故也。诗尚如此，食亦宜然。今官场之菜，名号有“十六碟”“人意”“四点心”之称，有“满汉席”之称，有“八小吃”之称，有“十大菜”之称，种种俗名，皆恶厨陋习。只可用之于新亲上门，上司入境，以此敷衍；配上椅披桌裙，插屏香案，三揖百拜方称。若家居欢宴，文酒开筵，安可用此恶套哉？必须盘碗参差，整散杂进，方有名贵之气象。余家寿筵婚席，动至五六桌者，传唤外厨，亦不免落套。然训练之卒，范我驰驱者，其味亦终竟不同。

戒混浊

混浊者，并非浓厚之谓。同一场也，望去非黑非白，如缸中搅浑之水。同一卤也，食之不清不膩，如染缸倒出之浆。此种色味令人难耐。救之之法，总在洗净本身，善加作料，伺察水火，体验酸威，不使食者舌上有隔皮隔膜之嫌。质子山论文云：“索索无真气，昏昏有俗心。”是即混浊之谓也。

戒苟且

凡事不宜苟且，而于饮食尤甚。厨者，皆小人下材，一日不加赏罚，则一日必生怠玩。火齐米到而姑且下咽，则明日之菜必更加生。真味已失而含忍不言，则下次之羹必加草率。且又不止空赏空罚而已也。其佳者，必指示其所以能佳之由；其劣者，必寻求其所以致劣之故。咸谈必适其中，不可丝毫加減；久暂必得其当，不可任意登盘。厨者偷安。吃者随便，皆饮食之大弊。审问慎思明辨，为学之方也；随时指点，教学相长，作师之道也。于是味何独不然？

海鲜单

古八珍并无海鲜之说。今世俗尚之，不得不吾从众。作《海鲜单》。

燕窝

燕窝贵物，原不轻用。如用之，每碗必须二两，先用天泉滚水泡之，将银针挑去黑丝。用嫩鸡汤、好火腿场、新蘑菇三样汤滚之，看燕窝变成玉色为度。此物至清，不可以油腻杂之；此物至文，不可以武物串之。今人用肉丝、鸡丝杂之，是吃鸡丝、肉丝，非吃燕窝也。且徒务其名，往往以三钱生燕窝盖碗面，如白发数茎，使客一擦不见，空剩粗物满碗。真乞儿卖富，反露贫相。不得已则蘑菇丝、笋尖丝、鲫鱼肚、野鸡嫩片尚可用也。余到粤东，杨明府冬瓜燕窝甚佳，以柔配柔，以清入清，重用鸡汁、蘑菇汁而已。燕窝皆作玉色，不纯白也。或打作团，或敲成面，俱属穿凿。

海参三法

海参，无味之物，沙多气腥，最难讨好。然天性浓重，断不可以清汤煨也。须检小刺参，先泡去沙泥，用肉场滚泡三次，然后以鸡、肉两汁红煨极烂。辅佐则用香草、木耳，以其色黑相似也。大抵明日访客，则先一日要煨，海参才烂。尝见钱观察家，夏日用芥末、鸡汁拌冷海参丝，甚佳。或切小碎丁，用笋丁、香章丁火鸡汤煨作羹。蒋侍郎家用豆腐皮、鸡腿、蘑菇很海参，亦佳。