

食典

芫芫 编著



 中国纺织出版社

食典

芫芫
编著

 中国纺织出版社

内 容 提 要

饮食与人类的生活、艺术有着密切的关系。本书是一本把美食与文化相结合,把俗物与高雅相结合的休闲美食类读物。本书不仅讲述了各种美食的制作方法,还将众多美食背后的故事一一向您道来,使您能在吃的过程中获得智慧。

图书在版编目(CIP)数据

食典/芫芫编著. —北京:中国纺织出版社,2007. 1

ISBN 978-7-5064-4164-3

I. 食... II. 芫... III. ①食谱②饮食-文化

IV. ①TS972 ②TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 145764 号

责任编辑:曲小月 特约编辑:杨婕

责任印制:刘 强

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街 6 号 邮政编码:100027

邮购电话:010-64168110 传真:010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail:faxing@c-textilep.com

北京市通州兴龙印刷厂 各地新华书店经销

2007 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

开本:787×1092 1/16 印张:18.75

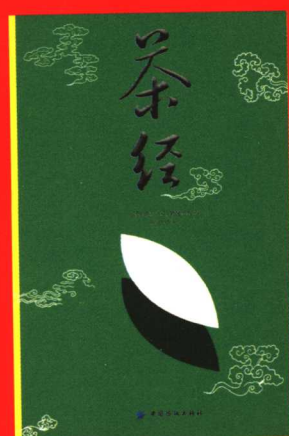
字数:250 千字 定价:29.80 元

ISBN 978-7-5064-4164-3/TS·2303

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社市场营销部调换

美食中的万物由来

您知道包子、饺子的由来吗？您知道油条、春卷是什么时候诞生的吗？您知道每一种美食中的趣话和典故吗？如果您对此都一无所知，那么我可以告诉您，您的所谓吃还停留在温饱阶段，您还不能从饮食中享受“吃”的乐趣。在中国，吃绝对是一种文化，初一的饺子，初二的面，初三的烙饼摊鸡蛋，正月十五要吃元宵，八月十五吃月饼等等，在中国到了什么时候吃什么东西，很有讲究，这是文化，是中华民族的饮食文化。把美食与文化结合，把俗物与高雅结合，正是本书的一大特色。本书希望能让读者从中得到启迪，从相互比较中寻得顿悟，最终获得吃的智慧。



责任编辑：曲小月
装帧设计：大兴■基业
(010)86301164

序言

您知道包子、饺子的由来吗？您知道油条、春卷是什么时候诞生的吗？您知道每一种美食中的趣话和典故吗？

如果您对此都一无所知，那么可以告诉您，您的所谓吃还只停留在温饱的最初阶段，您还没有从饮食中享受到“吃”的乐趣。

吃有五层境界：第一层是吃饱——完全为了果腹，管它嘴里何味，肚中何物；第二层是吃味道——一切为了哄嘴巴，麻要麻闭气，辣要辣得跳；第三层是吃好——色、香、味、形、器，五个要素一个也不能马虎；第四层是吃享受——不仅要好看、好吃，还要有良好的氛围，美景、佳音、一流服务，缺一不可；第五层是好听——菜有雅名、有典故，身后的故事说也说不完。

在中国，吃绝对是一种文化，我们一定要吃出“文化”来。初一的饺子，初二的面，初三的烙饼摊鸡蛋，正月十五吃元宵，八月十五吃月饼等等，什么时候吃什么东西很有讲究——这就是文化，中华民族的食文化。



饮食与人类的生活、艺术有着密切的关系。中国几千年的文明史是由文人的文字记述而传衍的,饮食文化自然也在此例。历代的文人墨客、学者、官府人家,他们不但善于品味,而且也擅长烹饪之道、善调五味,什么“甬里鸭羹”、“东坡肉”等,真可谓不胜枚举。

美食饮宴不仅是日常所需,也是人际交往(乃至国际交往)中不可缺少的手段,更是一种健康的需要。少年儿童的健康成长,老年人的健康长寿都是今人所追求的,这一切都离不开健康的饮食。

把美食与文化结合,把俗物与高雅结合,正是本书的一大特色。本书将美食背后的故事、趣事一一向您道来,相信您一定能从中得到启迪,从相互比较中寻得顿悟,最终获得吃的智慧。

第一章 饼

水晶饼	3
枣泥麻饼	4
老婆饼	6
金华酥饼	7
光饼	9
茯苓饼	11
佛公饼	12
西亭脆饼	13
黄桥烧饼	15
吴山酥油饼	17
姑嫂饼	18
车轮饼	20
状元饼	22
东坡饼	23

第二章 酥

千层油酥饼	27
惠山油酥	29
徽墨酥	30
大救驾	31
金酥	32

第三章 糕

金糕	35
驴打滚	37
伦教糕	38
泡泡糕	39
白云糕	41
云片糕	42
龙须糕	44
重阳糕	45
绍兴香糕	47
耳朵眼炸糕	49

第四章 鸡

桶子鸡	53
文昌鸡	56
叫化鸡	58
锅油鸡	60
麻辣子鸡	62
葫芦鸡	63
梧州纸包鸡	64
翰林鸡	66
道口烧鸡	67
三杯鸡	69



太爷鸡	71
棒棒鸡	72
汽锅鸡	73
东安鸡	75
流浪鸡	77
曹操鸡	79
醉鸡	81
宝珠梨炒鸡	83
太和蘸鸡	84
一卵孵双凤	85
三珍斋酱鸡	86
油淋庄鸡	88
半炉鸡	89
红焖鸡	90
鸾凤下蛋	92
盐焗鸡	94
宫保鸡丁	96
聊城熏鸡	98

第五章 鸭、鹅

太白鸭	103
甬里鸭羹	104
严州干菜鸭	105
美人肝	106
八宝鸭	108
神仙鸭子	110
马连良鸭子	111
诸侯鹅	112
云林鹅	113

第六章 蛋类

三不粘	117
平湖糟蛋	119
神仙蛋	121
皮蛋	122

第七章 鱼、虾

鱼藏剑	125
西湖醋鱼	127
风味鳊鱼	129
松鼠鳊鱼	131
糟熘鱼片	133
培红鱼片	134
抓炒鱼片	135
抓炒鱼条	136
东坡鱼	137
菊花财鱼	139
粉蒸鱼	140
蝴蝶鱼	142
龙凤配	143
羊方藏鱼	145
游龙戏凤	146
慈禧蒸鲥鱼	147
老烧齐头	149
草船借箭	151
宫门献鱼	152
龙舟活鱼	153



三丝敲鱼	154	太守豆腐	194
白煨鱿鱼丝	155	锅塌豆腐	195
拆烧鲢鱼头	156	虎皮毛豆腐	196
得莫利炖活鱼	158	恋爱豆腐果	197
鲤鱼焙面	159	红嘴绿鹦哥	198
清蒸白鱼	161	貂蝉豆腐	200
脯雪黄鱼	162	平桥豆腐	201
红娘自配	164	寒门造福	203
老蚌怀珠	166	臭豆腐	205
将军过桥	168	鱼头豆腐	207
八仙过海闹罗汉	169		
酱汁四鼻鲤	170		
大理砂锅鱼	171		
石锅鱼	172		
游龙绣金钱	173		
皮条鳝鱼	175		
子龙脱袍	177		
黄焖甲鱼	178		
明珠鲍鱼	179		
官烧目鱼	181		
吉利虾	182		
龙井虾仁	183		
红棉虾团	185		
虾仁锅巴	186		

第八章 豆腐

麻婆豆腐	189
博山豆腐箱	191
沙锅老豆腐	193

第九章 面条

白汤面	211
锅盖面	214
担担面	216
热干面	217
龙凤面	218
刀削面	219
龙虎面	221
跳面	222
伊府面	223
奥灶面	225
臊子面	227

第十章 饺子、馄饨

饺子	231
太后火锅饺子	234
老边饺子	235



三河米饺	236	都一处烧卖	279
牛肉掐饺	237	石头饅	281
灌汤饺	239	烙馍	282
鲜虾饺	240	锅榻	284
馄饨	242	褡裢火烧	286
长人馄饨	244	博望锅饼	287

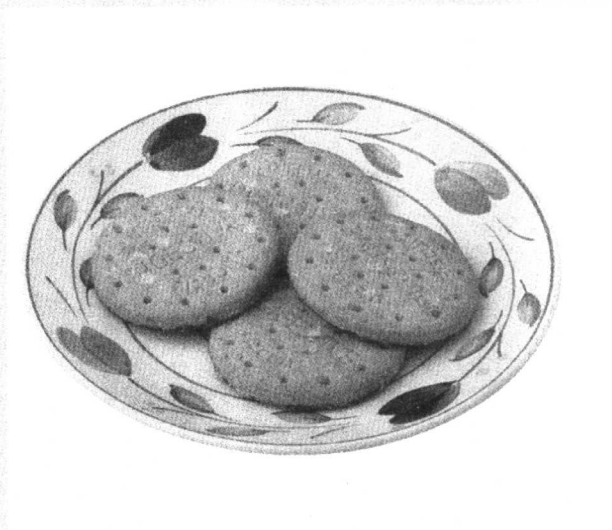
第十一章 馒头、包子

馒头	247	乾州锅盔	288
五丁包子	249	艾窝窝	289
羊眼儿包子	251	娥姐粉果	290
一品包子	252		
水煎包	254		
草包包子	255		
狗不理包子	256		
蟹黄汤包	258		

第十二章 其他

佛跳墙	263
全家福	265
鱼丸	267
朶面片	269
炒疙瘩	270
油面筋	271
油条	273
烧卖	275
都督烧卖	277

第一章 餅



水晶饼

水晶饼是陕西渭南名点。此饼不仅凉舌渗齿、甜润适口、酥软香绵，且饼面金黄，周帮白亮，饼馅透亮，好似水晶一般，既美味可口又美观精致。

据说水晶饼的扬名得益于宋代名相寇准。

寇准 19 岁中进士，北宋梁德元年出任宰相，为官清正廉明，深得民心。百姓尊称其为“寇青天”。

有一年，寇准从京都汴梁回到老家渭南探亲时，正逢五十大寿。乡亲们知道后，纷纷送来寿桃、寿面、寿匾等表示祝贺。寇准于是摆下寿宴邀请众乡亲共饮。

酒过三巡，忽然手下人捧来一个精致的礼盒，请寇准过目。寇准打开一看，盒中摆着 50 个晶莹透亮如同水晶一般的点心。在点心的上面还有一张红纸，写着：“公有水晶目，又有水晶心，能辨忠与奸，清白不染尘”，下面的落款是渭北老叟。这是对寇准最好的赞誉。

寇准心生感激，收下这份礼物，告诉自己要永保清正廉洁。他还根据这种点心的特点，给它取名为水晶饼，并吩咐家厨照此仿制，使他时时记住“廉洁”二字。水晶饼因而流传下来，久盛不衰。

制作方法：

将猪板油丁加入绵白糖拌匀后，加入青红丝粒、桔饼粒、核桃仁粒、冰糖屑搅拌均匀，最后加入由熟面粉、糖玫瑰、糖桂花拌成的料拌匀制成馅。取面粉加油和成油面团。另取面粉加水、油和成水面团。

将水面团擀成片，包入油面团，制成大包酥面团，然后擀开成片，要擀成菱形片，上下对折后再擀成长方形薄片，从中竖切一刀分为两片，再分别卷成圆条，搓匀后分剂；也可将大包酥面团擀成大圆片，从圆心向边缘切开，逐渐向外折卷，卷成条后分剂。将面剂逐个按扁，包入馅料，捏严封口按扁，中心处用食用红色素盖上海水晶饼印记，即为饼坯。将饼坯入烤炉烤至呈金黄色即成。

枣泥麻饼

枣泥麻饼是苏州的名点，产于苏州西南的木渎镇。其形如满月，两面密布金黄色的芝麻，入口松、脆、香、甜，不负盛名。

麻饼虽小，经历却有诸多波折。

相传清朝末年，苏州木渎镇上有家糕饼店，专门经营串芯饼和老爷饼。这两种糕饼原先也颇受人们喜欢，可是由于这家店主生性吝啬，做的糕饼不是份量不足，就是甜头太差，因此眼看着顾客越来越少，生意越来越清淡。

店主有个师兄，手艺精湛，为人忠厚，还是个热心肠，眼看师弟的生意快做不下去了，决定帮他一把。于是跑来对他说：“串芯饼和老爷饼已经被你做绝了，不如换个新花色做做吧，兴许能让生意重新火起来。”

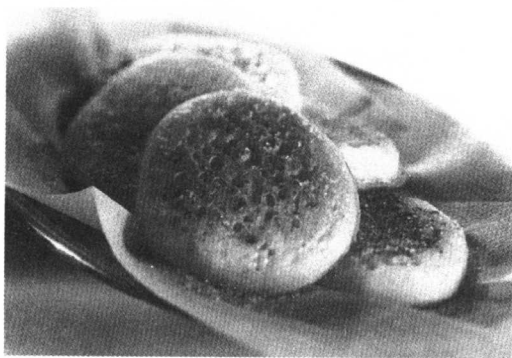
店主知道这位师兄的功底，便向师兄请教换个什么样的新花色。师兄建议道：“如今木渎镇上的芝麻油酥大饼生意特别好。我看不如用黑枣捣烂做馅，加上猪油、胡桃、松子、瓜子等原料，仿照麻油酥大饼的样子，做成双面芝麻猪油枣泥麻饼。只要精工细作，讲究色、香、味，这种生意一定不会差。”

店主听后，拍手叫好，立即听从师兄的建议，改做枣泥麻饼。果然，这种麻饼还在烘制时，芝麻、枣泥的香味已经飘散开来。顾客闻香而动，冷清已久的糕饼店立刻又热闹起来，生意好的不得了。

生意好了，店主一个人忙不过来，就把师兄请来在自己店里帮忙。有了师兄

的帮助，这枣泥麻饼也越做越好。可是没过多久，店主吝啬的老毛病又犯了。他怕师兄用料大手大脚，不划算，于是便每天自己把料配好，再交给师兄去做。

店主各种料都给得很紧，尤其是白糖。师兄也知道师弟吝啬，碍于情分，不便多



说,只好精打细算,将糖袋上粘着的剩糖一点点都刷下来。在师弟给的料实在太少时,就悄悄加入点自己攒下的糖,为的是能保住枣泥麻饼的声誉。

几年后,小店生意越做越大,店主于是改换门面,并取名“乾生元麻饼店”。在这期间,店主的儿子一直跟着师兄学习,对这位师伯十分尊敬。师兄对这个忠厚勤恳、聪明好学的徒弟也十分喜欢,便把自己的手艺统统传给了他。

有一天,乾生元麻饼店忽然起火。一场大火把店面烧个精光,多年的经营全都化为灰烬,店主也葬身火海。外地的一些糕饼店,都知道这位师兄手艺高超,在得知乾生元被火烧了后,都纷纷来聘请他。

师兄见徒弟的手艺已经学成,便决定离开“乾生元”另谋生路。临走时,他将徒弟叫到身边,语重心长地说:“火可以烧掉万丈高楼,却毁不了人的志气。‘乾生元’这块金字招牌不能倒。现在你可以独挡一面了,你要把这麻饼做下去。”

说完,他又把徒弟带到作坊里原来放台板的地方,用铁耙扒开瓦砾堆,从地里挖出十几个坛子,打开坛口的封泥,里面都是装得满满的白糖。原来这些糖都是师兄这几年一点点攒下来的。他是怕师弟什么时候又减少糖的份量,砸了“乾生元”的牌子,所以自己多留了一个心眼,攒下这些糖,将它埋在地下,现在派上了用场。

师兄离开木渎后,店主的儿子牢记师伯的四句话:“粗粉细拌,用料准足,多做少赚,知足常乐。”并一门心思照着做,终于重振“乾生元”的家业,使枣泥麻饼的香气溢满苏杭。

制作方法:

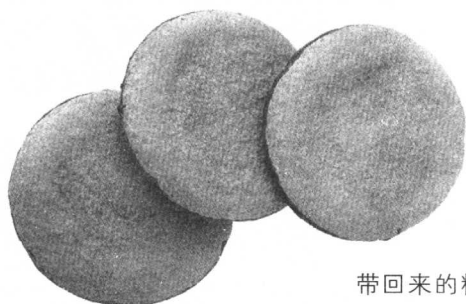
选用精白面粉做饼,饼的两面布满芝麻,把黑枣捣烂做馅,加上猪油、核桃、松子、瓜子、白糖等配料,入炉烘制而成。

老婆饼

老婆饼是广东潮汕一带的知名点心。其表皮金黄诱人,里面的油酥层层叠叠、薄如棉纸,包入冬瓜蓉做成的馅料,清甜酥松,口感绝妙。

老婆饼的名字、味道这么吸引人,那它的来历又是怎样的呢?

相传老婆饼是由广州的莲香茶楼出名的。莲香茶楼是创办于清朝末年的一家老字号茶楼,以各式点心驰名。清朝末年时,莲香茶楼有一位来自潮州的糕点



师傅。有一次,这位师傅回家探亲时,想给老婆捎点礼物,想来想去也不知道带些什么好,于是便将店里的招牌点心带回家,心想老婆一定爱吃。

糕点师傅回到家中,老婆尝了他

带回来的糕点后,非但一句称赞的话都没有,还说

比不上她娘家的点心冬瓜角!这位师傅听了之后心里自然不服气。老婆看着丈夫一脸不信的表情,就用冬瓜蓉、糖、面粉做出了焦黄别致的冬瓜角。这位潮州师傅一尝,果真皮酥馅滑,清甜可口,大大出乎他的意料。

这位师傅回广州时,老婆又做了一些冬瓜角,让他带去给茶楼的其他师傅们尝尝。莲香茶楼的师傅们都没尝过冬瓜角这种独特的风味,纷纷赞不绝口。因为这是潮州师傅的老婆所做,大家便把它叫做老婆饼。茶楼老板知道后,尝了尝,也不禁连声称赞,便让师傅们将之改良后推出,结果大受人们欢迎。老婆饼由此出名,流传至今。

制作方法:

取面粉加水、油和成水面团。另取面粉加油和成油酥面团。将两面团分别做成面剂,将水油面剂包入油酥面剂,擀开再折起,如此重复两次,再擀成面皮,包上白糖冬瓜蓉制成的馅,按扁。在外皮上抹些蛋清,入烤炉烤至表皮金黄即可。