



中国人民大学出版社
薛兴国 著

吃一碗文化

《三联生活周刊》主编、《考吃》作者朱伟：

饮食，是非常具体的生活方式。

一挥笔尽显中国风雅，纵使你不爱吃，单读其书已感到趣味无穷。

林语堂：我们的生命是在厨子而非上帝的掌握中。

陆文夫：饮食是关乎地理、历史、社会科学和自然科学各方面的“大文化”。

梁实秋：馋非罪，反而是胃口好、健康的现象，比食而不知其味要好得多。

欧阳应霁：做饭如同艺术创作。



吃 一碗文化

 中国人民大学出版社
薛兴国 著

图书在版编目(CIP)数据

吃一碗文化/薛兴国著.

北京:中国人民大学出版社,2007

ISBN 978-7-300-07869-4

I. 吃…

II. 薛…

III. 饮食—文化—中国

IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 017618 号

本著作《吃一碗文化》是由香港明报出版社有限公司独家授权
中国人民大学出版社发行中国大陆地区中文简体字版。



吃一碗文化

薛兴国 著

出版发行 中国人民大学出版社

社 址 北京中关村大街 31 号

邮政编码 100080

电 话 发行热线:010-88879833

编辑热线:010-88879860

网 址 <http://www.longlongbook.com>(朗朗书房网)

<http://www.crup.com.cn>(人大出版社网)

<http://www.ttrnet.com>(人大教研网)

经 销 新华书店

印 刷 山东新华印刷厂德州厂

规 格 160 mm×230 mm 16 开本

版 次 2007 年 3 月第 1 版

印 张 15

印 次 2007 年 3 月第 1 次印刷

字 数 85 000

定 价 29.80 元

版权所有 侵权必究

印装差错 负责调换

关于本书

近年来，散见于各大报刊的饮食文字不胜枚举，把见解整理成书的为数亦不少，有的强调追溯掌故，有的着重食物味道。这些书本，犹如城市人的饮食圣经，食肆一旦被点评过，随即生意兴旺，大排长龙。而饮食书籍的作者，多半是跨媒体人士，吃尽大江南北佳肴，既写作，又在幕前大谈饮食之道，做其多栖食家。

本书作者便是其中的一位。香港是公认的美食天堂，薛兴国先生引经据典，对各种名菜的制作和特色作了有趣的探讨，介绍了港台著名食肆是如何继承传统饮食文化，进而推陈出新的。在品读美文的同时，大家仿佛也能闻到阵阵美食之香。他展现了极浓的文化味道，不仅论吃，还掌握了饮食及菜系的历史与根源，一挥笔即尽显中国风雅，纵使你不爱吃，单读其书已感到趣味无穷。作者与食为伍，视享受为人生一大快事，但字里行间流露的，却是对吃的一份专业与讲究。

本书既是食经，也是小品。作者与读者既分享了他近年走遍大江南北品尝美食的心得，也记录了他在偏僻巷弄寻找地方小吃的经验，更有席间与金庸、古龙、高阳、倪匡、夏志清、唐鲁孙、逯耀东等名流雅士的谈笑风生。

关于作者

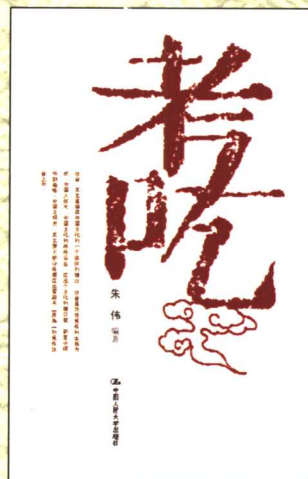
薛兴国先生是一位资深的报人、作家、美食家。1949年出生于香港，毕业于台湾大学化工系。曾任联经出版公司副总编辑、《民生报》总编辑、香港《联合报》副社长，当年曾为古龙代笔写武侠小说。在港台文化圈里，大家公认薛先生是一位才子。他饱读诗书，才华横溢，一踏入社会就做传媒，让他可以到处去，广泛的阅历，厚积薄发，使他成为一个才情并茂的美食家。著有《通宵达旦读金庸》、《静物随想》、《酸雨集》、《卧虎藏龙重出江湖版》，译作有《女性主义颠覆书写——丑女与野兽》、《少年阿默的秘密日记》、《人生智慧小语》、《达尔惊奇小说系列》等。



相关阅读推荐>>

《考吃》

朱伟 著 定价: 19.80 元



本书以笔记的形式，对中国饮食文化的基本要素以及各地的风味饮食做考证和诠释，从中国民间供奉的“厨神”谈起，接着谈水、火、油、盐等基本饮食要素，再谈到饼、馒头、面条等风味主食，然后谈各地美食，最后以“满汉全席”收尾，由此构成自成一家的“中国食史”的一个版本。

 朗朗书房

long-long Book House

网址: www.longlongbook.com

发行热线: 010-88879833

策 划 / 郝明慧

责任编辑 / 曾默之

版式设计 / 杜 敏

封面设计 /  大象设计工作室 · 杨震
Daxiang Design Office 010-84800028

序

□ 薛兴国

最怕写序，生平的第一篇序是替漫画家蔡志忠的漫画《老子》写的，写了不知多少天，才写了几百个字，痛苦得不得了。从此，心中起誓，再也不写序言了。可是，这次《吃一碗文化》的简体字本在内地出版，中国人民大学出版社的郝小姐不辞劳苦，负责从著作权谈判到编排的所有工作，又从北京打电话到香港，说书快付印了，要我写篇序。

我又陷入当年为蔡志忠写序的噩梦里。几经思考，忽然想到最近重看的一本书。以前看那本书时，看的是英译本。最近逛书店，看到了艾俏和马淑艳把那本书译成了中文，所以买了一本回家重看。那是意大利符号学家、哲学家兼小说家安伯托·艾柯原著的《带着鲑鱼去旅行》。艾柯是意大利学界的全才，可是我只看得懂小说和杂文，所以他的著作，就只看过最出名的小说《玫瑰的名字》和《傅科摆》，杂文就只看过这本幽默风趣的《带着鲑鱼去旅行》。第一次看这本书时，就是开始写《吃一碗文化》的时候，看到鲑鱼两个字，自然想到生吃鲑鱼的甜美，就买回家去看。当发觉其原来与吃无关时，已被书中深深的幽默感吸引住了，想丢也丢不掉。不过，有几篇文字，由于个人英文能力有限，所以没有看懂。中译本出版了，自然就买一本重读。

重读时当然先看序，艾柯在最后一段中说：“这篇序言中没有出现例

行公事的致谢词，关于这一点，请读者参照本书《完美序言》一文。”我苦思几天之后想起这篇文章，于是拿出来翻开，看艾柯如何讥讽那些学术著作的“完美序言”。这一看，才发觉写一篇被艾柯讽刺的序言是非常容易的，只要列举那些在出版过程里帮助过写书的人的名字，感谢一番，便达到“完美”的境地了。

所以我也要冒被艾柯讥讽的危险（如果有幸被他讥讽，那真是天大的喜事了），感谢直到写序前一刻才知道她全名的郝明慧小姐，以及那些在《吃一碗文化》中没有被我注明便就加以引述的饮食文化典故的上百本书籍的作者，没有他们默默（起码在这本书里是默默的）为中国饮食文化长久的贡献，《吃一碗文化》是不可能写成的，也就没有简体字本可以和读者见面，更没有“有可能被艾柯讥讽”一下的机会了。

2007年1月于香港

目 录

序	001
1 吃饭时你该坐在哪里?	001
2 食家最宠爱的鱼	005
3 粽子包出心情的形状	010
4 一颗肉丸见真功夫	014
5 过桥米线与云南美食	019
6 谭家菜调和南北美味	023
7 面, 让武则天烫伤舌头	028
8 到虎门拼死吃河豚	032
9 什么米饭最好吃?	037
10 蟹秋话蟹	042
11 东坡肉千年余香犹存	048

12 王羲之的书法与水饺	052
13 百味川菜不是唯辣而已	057
14 扬州·蛋·炒饭	062
15 你吃的是哪一种素食?	067
16 吃一个团圆的月饼	072
17 蔡家食谱吃出两岸交流味道	078
18 粥是一种药膳	082
19 乡野的美食传奇	085
20 不变的路边摊美食	089
21 从神仙粥到一塌糊涂	093
22 乳鸽的历史诱惑	098
23 火烧赤壁与猴王闹龙宫	103
24 猪肘子令杞人不忧天	107
25 悼香港食神，追溯潮州菜	111
26 令人午夜梦回的竹笋	116
27 袁枚美食秘方与“镬记”	122
28 霜降重阳禾花雀诱惑	127

29 屏山鸡饭，死也要吃	132
30 不鲜不膻不是好羊肉	136
31 海鳗与龙虾的记忆	141
32 吃出了世界纪录的盆菜	145
33 这包子，包青天一定吃过	150
34 韩国队吃狗肉才会赢球	155
35 鲍鱼，王莽、曹操都爱吃	160
36 荔枝到了，杨贵妃笑了	164
37 潘金莲炊饼变了馒头？	169
38 海胆，食经遗漏的美食	174
39 国宴吃些什么菜？	179
40 为鲤鱼盖被子的豫菜	183
41 鹿肉让皇帝不忧郁	187
42 喜气洋洋的鱼——鳊鱼	191
43 以食雕冷盘恢复寒食节	196
44 炸“弹”·笨蛋·相亲蛋	201
45 从牛皮鸭子到咸太平	204

46 杀鸡声中来说鸡	207
47 咿咿哦哦话鸭鹅	210
48 鱼翅粉丝一样好	213
49 忆陈东浓茶宴	216
50 酸酸甜甜话菠萝	220
51 鲜香带辣牛肝菌	223
52 芋头好吃又有益	225
最是那一碗的风情（代编后记）	227

1 吃饭时你该坐在哪里？

中国大陆在1949年后，宴客时主人坐首席以示尊贵，客人在主人右边；台湾则恪守中国传统，主人坐在靠门末席，以示有礼；香港人大多不懂礼仪；东南亚及韩国人大多沿用中国古礼坐法。

历史上最为人所熟悉的一次宴会，相信是“鸿门宴”。据《史记·项羽本纪》的记载，当时，项羽准备进攻刘邦，但等他的叔父项伯出来调解后，刘邦便亲自前往鸿门去见项羽。项羽留客，在宴会上，范增叫项庄舞剑，找机会杀掉刘邦。项伯见势头不对，也拔剑起舞，并且不时用身体挡在刘邦身前。这时，刘邦的大将樊哙执剑闯入，刘邦即借机脱困。

鸿门宴上，项羽和项伯朝东坐，以显尊贵，刘邦被赐的座位是北向，表示地位低。这种坐法，和古代宴客常规不同，用的是“尊东”的观念。古代的礼仪常规是“尚左”，因为《老子》说：“吉事尚左，凶事尚右。”《礼记》说：“左为阳；阳，吉也”。项羽的待客之道，是用左为东、右为西的“尊东”方式，自己坐向东方。刘邦坐的是朝北，显然是要刘邦称臣之意。

帝皇时代已经过去，现代建筑也不一定是南北向的格局了，所以，古代这一套宴会的席次常规，也早就不用了。但是，中国是礼仪之邦，还是要有一套规范的。那就是以大门来决定尊卑的方位。背向大门的是最次要的，面向大门的是最显赫的。以圆桌为例，面朝大门的是第一位，他



■ 圆桌宴客。现代礼仪是以朝门坐者左为尊，但主人座位却有不同规矩。

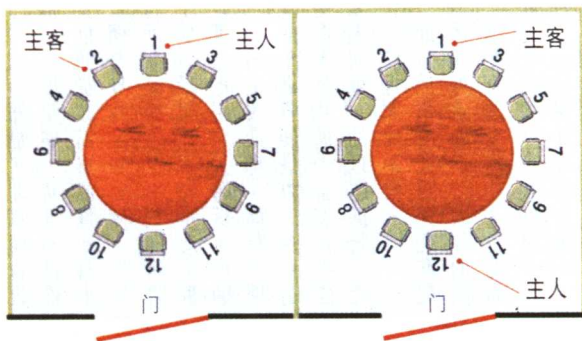
的右方是第二位，他的左方是第三位，以此类推便是再来的右方是第四位，左方是第五位，背向门口的便是排行最后。

尽管如此，目前中国大陆和台湾的坐法还是有所不同。在中国大陆，在一九四九年以后请客的人是坐在一号座位，显示尊贵身份。在台湾，则恪守中国传统，请客主人是坐在最次要的位置，主客则坐在首席位置，表示谦恭有礼。

我在中国大陆参加过几次正式的宴会，首席确实是主人坐的，不过末座坐的却是主人的下属。

在东南亚及韩国的华人，宴客礼仪和台湾的一样，使用古礼，主人坐最末席，主宾坐首席。其他客人则客气地互相礼让，务求使自己坐在较低的位置。反而在香港，触目所见，仿佛无礼可循。我就多次亲眼看到，白发白须有名望的老人，坐的是末席，而年轻的小伙子却坐在主位上谈笑风生。这表明香港人大多不懂宴客礼仪，主人不懂，客人也不懂，所以大家爱坐那里便坐那里，无大小尊卑之分。

不过，香港人似乎也逐渐明白了座位是有学问的，所以现时宴客，已



■ 中国大陆一九四九年后宴客席次 台湾（中国传统式）宴客席次

经有主人家预先写好名牌，依重要性摆放在餐桌上，让人按图索骥，去找到自己应分的位置了。

俗语说，礼多人不怪。所以，参加宴会，懂得礼让，知道自己应该坐在什么位置最好，不知道的话，尽量最后入座，坐的是最末最靠门的位置，也不会失礼。假如你是重要人士，坐在末座，懂得礼仪的人只会说你是谦让，绝不会因为坐在末位而看轻你。假如你坐了末席，那些不坐上席的人反而坐了上去，失礼的是那些人，甚至是主人自己。

中国是礼仪之邦，古人不但讲究坐的位置，连食物的摆放也有规矩。且来看看湖南岳麓书社出版的《礼记》中的一段译文：

凡宴客的礼仪，带骨的熟肉放在左面，切好的块肉放在右面；饮食置于客人左边，汤置于客人的右面，肉丝、烤肉靠外放，醋酱等调味料靠里放……菜汤不可大口大口饮。吃饭时嘴巴不要发出咤咤声响；不要咬骨头……不要专吃一样菜，或与人争挟菜肴；不要扬去饭的热气……不要往汤里放调味品；不要当众剔牙齿，不要大口地啖肉酱，客人往羹里放调味品，主

人就抱歉地说自己不会烹饪……卤的肉可以用牙齿咬断，干肉不用牙齿咬断，用手将它撕开。

很繁复吧？现代人怎么可以做得到？光是“不要当众剔牙”一项，就做不到了，更别说往汤里加胡椒和盐，以及抢着去把调味酱拿到自己的面前摆放了。礼失而求诸野？现代人的野，是野蛮的野。礼，只能一一失去了。

2 食家最宠爱的鱼

嘴馋的高阳、古龙和倪匡都爱吃鲥鱼，侠义小说家朱羽更爱说鲥鱼的故事。

广东人吃鱼讲究做法，更讲究时令，所以有春鳊秋鲤夏三黎的说法。《养鱼经》说：“鲥鱼，广州谓之三鰲鱼。”三鰲、三黎、三来，即富春江最有名的鲥鱼。《食鉴本草》说：“鲥鱼，年年初夏时则出，余月不复有也，故名。”依时而来，叫鲥鱼。广州人叫三黎或三来，不知是不是因为鱼是农历三月依时而来？郑板桥写过一首诗说：“江南鲜笋趁鲥鱼，烂煮春风三月初。”他喜爱的，是三月而来的“头膘”鲥鱼。但“头膘”很少，随之而来的，称为“樱桃”。曹寅有诗说：

三月韭盐无次第，

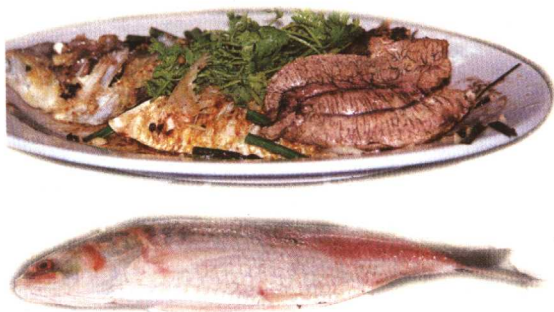
五湖虾菜例雷同。

寻常家食附时节，

多半含桃注颊红。

这“含桃注颊红”便是“夏三黎”的樱桃鲥鱼了。

鲥鱼，是文人雅士的喜爱，我认识的作家之中，嘴馋的高阳、古龙、倪匡，都爱好“网油蒸鲥鱼”，因鲥鱼肥美鲜嫩，吃其肚腹，油而不腻，有如吃日本鱼生的“鲔鱼腩”那般甘美鲜甜嫩滑。东汉初，浙江余姚的



■ 鲈鱼：最得作家和皇帝宠爱的鱼，鱼鳞是精华，也是食家的至爱。

严子陵，是光武皇帝刘秀的同窗，曾助刘秀打江山，之后便隐居富春江畔，刘秀多次请他出山，他都一口回绝，理由就是舍不得在富春江自钓鲈鱼自清蒸的乐趣。宰相都可不做，这鲈鱼的诱惑力够大了吧？

在江南的扬州流传着一个故事。说一对公婆用烹饪鲈鱼来考核新媳妇的才能，不料新媳妇蒸鱼时，照一般方法刮去鱼鳞，从此便不获公婆喜爱了。原来鲈鱼是从大海洄游入江的鱼，它积一年觅食所得，把脂肪全部储存在鳞上，便开始溯江而上产卵。鲈鱼的鳞如被网削去一片，便即死亡。鲈鱼的鳞不但是鲈鱼的精华，更是美食家的最爱。

在台湾以写民初侠义小说著名的作家朱羽，也说过一则公婆考媳妇烹鲈鱼的故事。故事中的媳妇端出的清蒸鲈鱼也是去了鳞的，当公公婆婆怒瞪着她时，她慢条斯理地请公婆别急，然后返回厨房把饭端出，一掀锅盖，呀！清香满室。原来，她把鲈鱼鳞拿去蒸饭了，饭吸收了鳞脂，不但油润光亮，而且奇香无比。从此，这媳妇就得宠了。

说真的，鲈鱼真是最得宠爱的鱼，在康熙二十二年前的两百多年间，都是皇帝要吃的贡品。但康熙二十二年之后，进贡便奉旨废除了。原因