

戀食人生

那些來自文學、
電影的真情滋味

沈倩如・楊蕙瑜

著

讀一本書。
看一部電影。
做一道菜。

作家

侯文詠、

飲食旅遊作家
葉怡蘭

飲食文化工作者

影評人、書評人

徐仲、佛洛阿德

真情推薦

相隔12,700公里之遙，因為文學和電影
串聯了美國新英格蘭與台灣高雄的飲食雙城記。
隨著四時的更迭，在料理的溫度中，將閱讀心得以食物書寫，
並凝聚感動，彷彿也跟著故事主角品嚐了人生的悲歡離合。

人 戀 生 食

那些來自文學、電影
的真摯滋味

沈倩如 · 楊蕙瑜

戀食人生

— 那些來自文學、電影的真情滋味

ISBN | 國家圖書館出版品預行編目 (CIP) 資料

戀食人生：那些來自文學、電影的真情滋味 / 沈倩如，楊蕙瑜作。-- 初版。-- 臺北市：精誠資訊，2013.06

面；公分

ISBN 978-986-5912-54-3(平裝)

1. 飲食 2. 文集

427.07

102011021

作者 沈倩如・楊蕙瑜
發行人 林隆奮 Frank Lin
社長 蘇國林 Green Su
總編輯 葉怡慧 Carol Yeh

出版團隊
企劃選書 石詠妮 Sheryl Shih
封面設計 湯承勳 Albert Cheng-Syun Tang
版面構成 湯承勳 Albert Cheng-Syun Tang、樺霧 Hua Wu Studio

行銷統籌
業務經理 吳宗庭 Tim Wu
業務專員 蘇倍生 Benson Su、陳佑宗 Anthony Chen
業務秘書 陳曉琪 Angle Chen、葉秀玲 Charlene Yeh
行銷企劃 朱韻淑 Vina Ju、張雅怡 Maggie Chang

發行公司 精誠資訊股份有限公司 105 台北市松山區復興北路 99 號 12 樓
訂購專線 (02) 2719-8811
訂購傳真 (02) 2719-7980
專屬網址 <http://www.delightpress.com.tw>
悅知客服 cs@delightpress.com.tw

ISBN 978-986-5912-54-3
初版一刷 2013 年 6 月
建議售價 新台幣 380 元

著作權聲明— 本書之封面、內文、編排等著作權或其他智慧財產權均歸精誠資訊股份有限公司所有或授權精誠資訊股份有限公司為合法之權利使用人，未經書面授權同意，不得以任何形式轉載、複製、引用於任何平面或電子網路。
商標聲明— 書中所引用之商標及產品名稱分屬於其原合法註冊公司所有，使用者未取得書面許可，不得以任何形式予以變更、重製、出版、轉載、散佈或傳播，違者依法追究責任。

版權所有 翻印必究

本書若有缺頁、破損或裝訂錯誤，請寄回更換

Printed in Taiwan

作者序

此書獻給我的父母親和家人

撰書時，正臨搬家。當時，在往返波士頓和華盛頓的夜車上，本打算任由車廂搖晃，一路睡到底；然而，周遭靜寂，心緒易被攪動起來，平時用力想的、從不去想的。遂而，這本書宛如「深夜食書」，我在黑夜與白天交替間下筆。它，記錄了我對一些書和電影的感受，即使僅是一段落、一幕戲。它，記述了我在文字與影像嗅得的食味，有作者的蓄意布置，以及我的隨性烹調。

一本書、一場電影、一份味道、一趟旅程，映照了往事與當下，原來就是生活。我閱書，亦聞書。拿起書，總先刻意地連續翻頁，然後俯首深聞，彷彿吸血鬼般，呼吸不為生存，單要氣味。展開書，讀到時而出現的料理文字，則忍不住推敲，作者何以藉由食物，來鋪陳人物與背景，繼而從其間尋得烹飪靈感，揣摩走入書裡。翻頁的沙沙聲中，多了遐想的食味，一種唯有慢，才能享受的感官體會，很吸引。若說，愛書人不寂寞，實因閱讀浩瀚想像力。

夜間看戲，向來是想放鬆居多，只是，遇到讓人思及、視及美食的電影，就沒輒了。與小說一樣，它們有食物來穿針引線，念著、看著，都惹人餓得慌。那嗅覺的幻想似有一線情緒的牽連，先是將身子纏繞，待我出神，便恣意穿透皮膚、進入身體，施起魔力，盤佔整個思緒。就這麼地，

食與戲聯袂出演，相應相成，念念不忘。

好書、好影、好食，因分享而更美好。成長過程中，我和一起寫書的表妹並不熟絡。直至數年前，她與先生和兒子來美國找我。看她家人的互動相處，方驚覺，當初的小女孩早已長大。那時，我們開始有了共通話題。後來的日子，透過電子郵件，我們聊日常生活、電影、小說，亦循著料理味道敘昔。隔著12小時時差，她看南台灣豔陽蠻橫，我看美東柔月婉順。不同時空，我們在廚房與書房替換進出，品書嘗影。片段時刻的長短漫筆，集結為我們透過網路分享的「廚房筆記」，就說是另類的「電影讀書會食譜書」亦恰當。

撰完書，重讀文字，總想寫作是很私密的事，像是自言自語，出版則似公開隱私，無所遁形。因此，我盡可能避免在書裡提到身邊人。但是，他是無所不在的。在此，我得特別感謝他。同時，也謝謝編輯 Sheryl 和出版社的青睞、朋友的烹飪討論、Linda(Miss LK)的人像白描、Albert 的書設計演繹，以及 Spot，有她，才有在食物攝影裡認真的我。

作者序

深夜二點，趕完最後一篇文章。前往廚房，煮了碗泡麵，打顆蛋，放些蔥花韭菜。熱呼呼地，我咕嚕咕嚕大口吃下，讓心情徹底沉澱。這一年來，經歷生命高低波折變動，與表姊的書信／文章往來，恰好教會我更成熟地面對各種衝擊挑戰。

回想這一切，都虧表姊的想法，我們才有此開始。能夠由純粹的親人往來，共同寫部落格，受到讀者與出版社青睞，至目前撰書完稿。這走來之路，我的心境也從興奮激情，到沉著穩定。

提到表姊與我之關係，說來也許各位感興趣。孩提時和她互動有限，距離因素使得會面次數寥寥無幾。父親與大姑感情向來濃厚。因其朋友介紹，年少時父親得以遠離家鄉，隻身至高雄發展。故此，若有休假，父親便常攜幼（就是我們）至她們家拜訪。只是，那些日子表姊長年在唸書。

真正產生交集，是表姊定居美國之時。那年我大學畢業，走訪美國。當時還不甚清楚，自己有顆追隨自由漂流的心。不過那卻是與她初次長時間交會。我住進她寬敞明亮的白色洋房，吃到她的絕活料理，跟她一起逛街採購，過著道地美國生活。爾後幾年，日子在匆忙中度過。與先生曾短暫抵美時住上幾日，或是表姊回台，順道來高雄落腳。直到二年前，兒子加入，一場帶孩子跨越歐洲，到美國的計畫醞釀展開。是年二月，

春

只吃一樣東西

蘆筍洋蔥披薩

4

無名

巧達蝦夷蔥比司吉

14

愛，從心開始

涼拌黃瓜風乾臘肉

26

第二人稱單數

熱炒鷹嘴豆

36

妻別五日

巧克力香橙椰絲球

48

莎拉的鑰匙

親子共作・手工奶油餅乾

60

全面啟動

安提瓜黑咖啡

70

夏

橫山家之味

純淨的生魚片

86

鹽田女兒

香煎虱目魚頭佐酸菜鮮蚶

96

心靈暗湧

果香薩芋梗

106

深夜食堂

地瓜葉奶油拌飯

118

後山日先照

冬瓜排骨酥湯球

128

雜貨店老闆的兒子

破布子炒野蓮

138

純真年代

檸檬冰砂

150

月光花藤

茉莉香片水蜜桃果醬

162

秋

房事告急

鄉村味苦瓜封

174

秋天的童話

百里香蒜辣檸檬烤雞

186

法國盛宴

雞湯海鮮麵

198

愛的APP

新英格蘭玉米巧達湯

208

馴龍高手

島國的紅燒鯛魚

220

叢林人

蘋果汁燉牛肉

228

昨日的美食

蜜糖李子

242

冬

雙重時間

甜椒佐香蒜鯉魚熟蘸醬

252

安東尼·波登之名廚吃四方

醬烤豬肉

266

大長今

辣味鮮蔬什錦

276

明日的記憶

紅茄洋蔥炒蛋

286

一八九五乙未

客家菜包

298

廚房屋

黑糖蜜優格蛋糕

308

歐亨利

炸鳳梨佐山葵優格醬

320

廚房的女兒

辛辣熱巧克力

330

我們一家浩浩蕩蕩踏上新英格蘭土地，一切起了不同變化。兒子因未滿二歲，經過亞洲、歐洲直到美洲，時差的轉換，旅途的勞累，在氣候寒冷，北風如戟的白雪王國，小小的他有些疲憊。於是我們多半待在表姊家中休養，停息之餘，擺弄鍋碗瓢盆，竟演變出我們之間奇妙又美味的廚房經驗。

徐志摩曾寫，「你記得也好，最好你忘掉，那交會時互放的光亮。」用以形容我們之間相當貼切。成長過程雖無交流，然而在前後成為犀利人妻後卻發現二人眾多相似之處。同為秋末冬初出生的我們，愛文學與創作。在烹飪中尋找僻靜的空間，瘋狂地熱愛旅遊，並在旅程中享受種種意外的驚喜。如今想來，應是諸些相同嗜好的呼喚，成就此書之誕生。非常歡迎你們，進入我們的世界，參與當中之喜怒哀樂，我們在此將為你們奏上一段人生書味影食協奏曲。也冀望，這次演出，能贏得你們的心，並圓滿成功落幕。

願將此書獻給為我的父親、母親。還有我最摯愛的家人，明憲、書亞。因為你們，才有今日的我。

表姐，

在春天花園裡驗收這批臘肉，
連續幾個月的冷鋒與暖陽，
造就作品之極致，

自認足以匹敵《愛，從心開始》中，

那波蘭鄰居在木屋裡的風味豬腳。

收拾完畢，悠閒地喝杯黑咖啡，

摘幾顆陽台種的草莓，靈光一閃！

今晚就以黃瓜蔬果，

為所愛的家人做道台式臘肉涼拌吧。

待會兒做好，我會拍下幾張照片，

希望能與地球彼端——

12,700公里外的妳分享。

天

蕙瑜，

妳這麼一提，

我倒是念起披薩常用的義式臘腸，
紅紅的煙燻。

週末，櫻海中，我們到農場參加蘆筍收成慶，

那綠紫筍的甜潤，

絕對可與毛姆所寫《午餐》裡的蘆筍相抗衡。

作者以奶油拌巨大的蘆筍，

諷故事裡號稱「只吃一樣東西」的女書迷垂涎不已
我則趁收成的鮮脆，

烤了素淡口味的蘆筍披薩，

不放臘腸，少起司，

誘惑度毫不遜色。

「只吃一樣東西」

蘆筍洋蔥披薩

沈倩如

週末，我們到Concord參加Verrill Farm的蘆筍收成慶。一群人在農場主人Steve帶領下，來到蘆筍園，觀看栽種和品種選擇。砂質土地上，蘆筍一排接一排在向陽中開闊成長，有的才剛羞怯地竄個尖，有的則已傲然挺立。

蘆筍含水量高而易折，Steve讓我們現折幾根嘗嘗。大夥邊走邊挑，越走越遠，煞有其事地好似選美，找尋心中的頂級。紫蘆筍渾圓肥嫩，綠蘆筍亮挺結實，筍尖花苞緊密，美味與否，一目瞭然。彎腰折了根筍身粗厚約4吋的紫蘆筍，想想毛姆在短篇故事《午餐》裡對蘆筍的形容——巨大、漂亮、鮮嫩，令人驚嘆，該是如此了。

毛姆並未在文中點明吃的是什麼顏色的蘆筍，然我在Verrill Farm現



農場綠蘆筍束



渾厚生長的紫蘆筍

折現吃的感想，也真能以「驚豔」來形容，特別是適合生吃的紫蘆筍，甜度高且纖維細少。

《午餐》收錄在《毛姆小說選集》，講述的是一位生活捉襟見肘的作家，與女書迷共進午餐，卻被步步敲竹槓的故事。毛姆以第一人稱來敘述，讓讀者直接觀看故事中作家的舉動和思維。一再強調「午餐，我從不吃（喝）任何東西」和「我只吃一樣東西」的女書迷，在點了鮭魚、魚子醬和香檳之後，明明都說吃不下了，還大言不慚地感嘆「吃不到巨大肥碩

的蘆筍，將是巴黎行一大憾事。」而那位作家，自付只要未來兩週不喝咖啡，當月生活費應該足夠，就放心地到高級餐廳請客去。只不過，眼睜睜地看著女書迷點的昂貴佳餚道道上桌，他的心也隨之越來越沉，忍不住擔心是否有能力支付餐費，若不夠的話，是否還得向她借錢？餐末，他乾脆豁出去了，為自己和對方點了一道冰淇淋和兩杯咖啡，暗自以為這場餐聚終可劃下句點了。當然，對堅信「膳畢，仍應有可再吃點東西的感覺」的書迷而言，饗宴還沒完呢！

短短不到2,000字，整篇文章灑落滿滿的幽默與諷刺，是點到為止的流暢。

女書迷前前後後大啖的六道美味當中，以蘆筍最為誘人。毛姆是這麼描述的：「這蘆筍巨大、多汁、令人垂涎，融化的奶油香直騷我鼻，像耶和華的鼻孔被善良猶太人燃燒的獻物騷動般。」才這麼幾句，奶油的香濃與蘆筍的清甜，在文字間似有若無飄蕩著。這位堅持「午餐，只吃一樣東西」的書迷，為了美食，20年後體重高達130多公斤，是合理，亦或活該？眼見當年那位騙吃騙喝的書迷如今身形大走樣，作家又竊笑，又感謝老天為他報了一箭之仇。

週末那場蘆筍收成慶的戶外餐會，我們也只吃一樣東西——蘆筍。即便無毛姆文中的奶油拌蘆筍，第一手新鮮的魅力同樣令人心折。白色帳篷裡，我們邊吃蘆筍起司馬芬和蘆筍鹹派，邊看農場大廚Kevin Carey現場示

範烹飪。爾後，香草蘆筍湯、酸甜時蔬沙拉、檸檬龍利佐蘆筍、蘆筍義大利麵及各式甜點，隨意吃吃逛逛，自在又舒坦。

與鄰座太太話家常，聊到小時候她家後院有片蘆筍園，家裡老老少少全被那園子給寵壞了。原來，他們一家早已養出「蘆筍，我們從不吃外地來的」和「我們只吃現摘」的堅持。既如此，初春外州運來的蘆筍與他們無緣，冬天備受舟車之苦的秘魯或智利蘆筍就更甬提了，時令期間，到超市買外地蘆



烘烤前的蘆筍洋蔥披薩



蘆筍洋蔥披薩食材



蘆筍洋蔥披薩

筍簡直是罪過。吃過現收的新鮮，果真再也回不去了！想來有幾分道理，農場主人曾言，19世紀下半葉，Concord家家戶戶只要有地就種蘆筍，該鎮因之贏得「蘆筍之都」的封號。隨手摘採的在地美食，誰不受？

在農場上過烹飪課的那位太太，話匣子一開便止不住，興高采烈地說起最近從「在地有機飲食文化」倡導人及「加州料理」先驅愛莉絲·華特斯（Alice Waters）所著《Chez Panisse Vegetables》學來的「奶油薑絲蘆筍」。其實，這道菜就是薑絲炒蘆筍，華特斯以奶油取代食用油，添了細緻與濃香。我則想起，小時候常喝的自製蘆筍汁，爽涼降火又解渴，幾年前母親來訪時，煮過一次。

收成慶隔天，像未饜足似地，拿出農場贈送的兩束蘆筍，料理了「生鮮蘆筍佐紅蔥油醋汁」、「奶油薑絲紫蘆筍」和「蘆筍洋蔥披薩」。蘆筍沙拉最簡單不過的了，當令時節，生吃或水煮，單吃或以醬汁相佐，盡現真味。身材細長的只消洗洗，脆脆的讓人一口接一口咬，怎麼也停不下口；粗寬形的削成長薄片，泡在冰水裡幾分鐘，筍尾捲翹起來，相互纏繞，綠光細白宛如緞帶；或整支在加鹽的滾水中快燙，撈起後，冰鎮冷卻、瀝乾，同樣爽甜。醬汁點到為止即可，我先將一顆紅蔥頭切成細末，放入一大匙半巴薩米可醋及少許鹽中浸漬幾分鐘，再入兩大匙橄欖油、現磨幾圈黑胡椒，攪拌一下，成了紅蔥油醋汁。新鮮蘆筍與醋汁穿插搭配出另一味道層次，清新地，不輸奢華料理。