



台北老店的 22段幸福食光

万水千山走遍，推开老店这扇门，就知道这里便是家。

陈鸿 作品

江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE & ART PUBLISHING HOUSE



亚洲美食天王
陈鸿 带你寻找台北真正
的「正宗」。

在「正宗」遍地的时代，

最好的
时代
美食
鸿食代



陈鸿 作品

江苏文艺出版社
Jiangsu Literature and Art Publishing House

台北老店 的22段幸福食光

万水千山走遍，推开老店这扇门，就知道这里便是家。



图书在版编目 (CIP) 数据

台北老店的22段幸福食光 / 陈鸿著. — 南京: 江苏文艺出版社, 2014

ISBN 978-7-5399-7324-1

I. ①台… II. ①陈… III. ①饮食 - 文化 - 台北市
IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第064367号

书 名 台北老店的22段幸福食光

著 者 陈 鸿

责任编辑 王雁雁 王宏波

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏文艺出版社

出版社地址 南京市中央路165号, 邮编: 210009

出版社网址 <http://www.jswenyi.com>

经 销 凤凰出版传媒股份有限公司

印 刷 南京精艺印刷有限公司

开 本 880 × 1230毫米 1/32

印 张 7.25

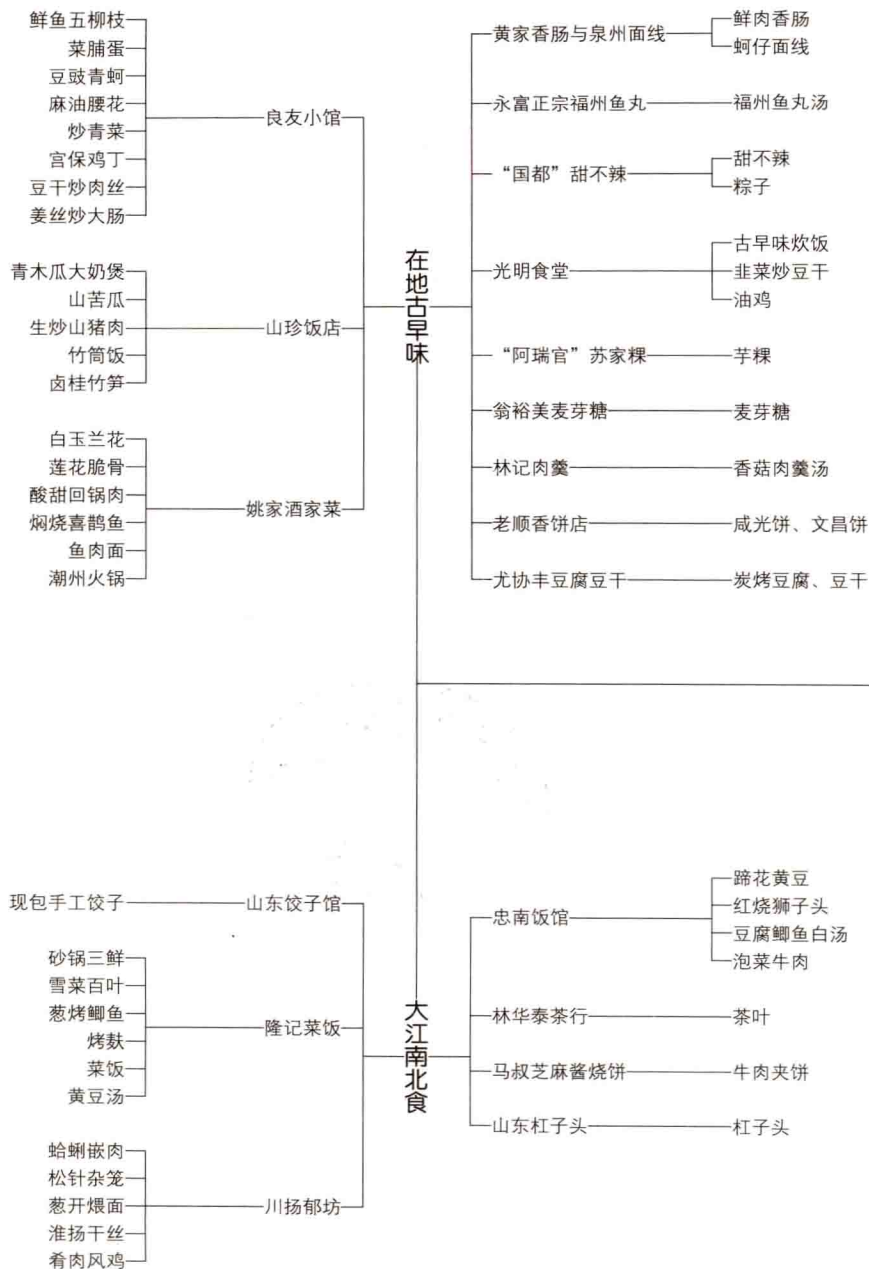
字 数 142千字

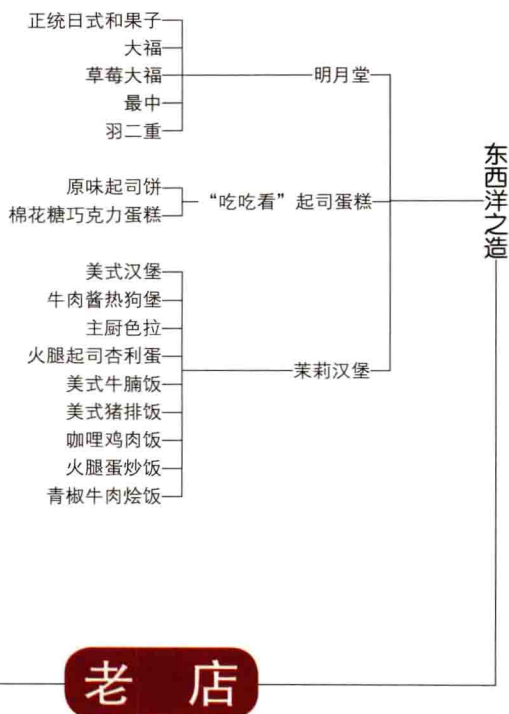
版 次 2014年8月第1版 2014年8月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5399-7324-1

定 价 36.00元

(江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)





自序

将老店的温度留住

由于长年“以食为生”，几年下来不论是大江南北八大菜系，还是口耳相传的在地巷弄小吃，我都有幸一一品尝过。在吃遍无数美食之后，我渐渐体悟到一件事：味蕾上的记忆，原来是一种与生俱来的缘分。当我们先吃进什么，再尝过什么，各种滋味先来后到的次序，不知不觉影响了下一种滋味在舌间匍匐的路线。但你永远不知道下一个尝到的是什么，不知道自己的味蕾将如何迎接这一触即发的乡愁。

而这种与生俱来的缘分，让每一种色香味的震撼，都在感官的世界里留下不可磨灭的印记，亦可以说是个人味蕾的旅行历史，在口腹之间打造出一个味觉的故乡。

从孩童时期动不动就吵着要吃的麦芽糖，到学生时代大嚼青春滋味的台式热炒，或是上班通勤途中必经的一家饺子馆，即便生活中有许多无可避免的人事迁移，为了求学或工作而身在异乡，我们仍旧依赖着记忆里的滋味，在异乡里神往着那个味觉的故乡。无论往后的人生飘落何处，心中总是有着一股隐然相伴的渴望，希望能回头去，再尝一次故乡的滋味。

这异乡里故乡的味觉，便是今日的“老店”。

数十年过去依然伫立在原地的老店，兀自展露着旧时风情，飘散着记忆中的香气。它似乎永远敞开双臂，带着人们回到过往，让嘴里嚼的不只是熟悉的滋味，还有当下活着的感动。对走过各式人生风景的人们来说，

老店的存在，仿佛填补了心中失落的片段。举个自身的例子，过去在上班的途中，只要吃上一盘圆山山东饺子的现包韭黄水饺，便会将老板娘黄大姐对饺子的执着与认真一同吃进心里，因而能昂首迈开步伐，继续打拼。往后即使工作换了，依然会想起那充满生命力的味道，想着要拨空去吃那一颗颗包含着初心的饺子。这些元素，将成为饱受压力的现代人在缝隙中的意外惊喜！

然而老店的力量不仅是契合个人的历史，它也能在新时代里屹立不摇！不因它是稀世珍馐，而是它淡中有味的奥妙与代代相承的手感。

所谓的“淡中有味”，是比各种刺激强烈的调味更难达到的境界，老店的师傅必须熟稔食材的天性，巧妙引味，取长补短，才能让味道从乍见平凡的表象中，由深层透出来，并且缓慢而隽永地缭绕在齿颊之间！而所谓的“手感”，更是现代高度机械化的食品工业无法比拟的。老店的师傅运用五官观察气候气象的变化，用双手感受材料的温度与质地，再与斗室里的锅勺刀砧细细对话，一日复一日，千锤百炼累积着无可取代的料理手法，培养着难以参透的煮食灵魂！这也是为什么在老店里无论是一碗阳春面或者一块烤饼，都充满了厚实的手感与历史的香气。就像金山南路上的山东杠子头，不加任何调味揉制面团，烤出来的杠子头却硬是比别人家的都要百吃不厌、越嚼越有味。

在这个万事求速度效率的时代，“淡中有味”与“手感”成为珍贵的资产，因其独一无二、无可取代。然而老店坚守这般的煮食态度，不为功利，不为其他，只因“民以食为天”。天赐万物皆有其本性，食材有其本性，师傅自己也有其本性，顺应着内外的理络，配合天地条件，找出人与食物的对话方式，不被眼前短利所迷惑，对吃食怀着谦卑感激的胸怀。因此高超的厨艺不仅是一种料理技术，更是一种管理学。认识内在、知情知性、唯才是用、适得其所，才能将食材搭配得天衣无缝，创造精彩的舞台，这其实也是生命的价值和意义。老店的师傅明白这个道理，才能让手中勺铲舞弄百年。

然而，随着环境的更新，街道在变，人们对待食物的态度也在变。在这块番薯地上，人们的吃食随着经济的起飞而越来越多元、越来越混杂、越来越要求速度。不知不觉之间，我们让调味料、快餐包给麻木了味觉、磨损了耐性，在外头举目可见装潢气派、排场盛大的餐厅，但一盘盘端出来的料理，滋味却宛如罐头工厂那样冰冷又肤浅。更不用说跑堂的小伙子永远记不得生熟客人，也说不出菜色的巧味神韵，仿佛前来用餐的人们也是工厂运输线的一环，一顿饭的意义变得既扁平又孤独。

每每此时，总让我特别疼惜那些老店的温度。在那里头有着店家与客人之间各式各样的默契与文化，就像良友小馆的老板还会看客人状况而调整炒菜的火候与滋味，虽不言这般贴心的付出，客人一样能吃在嘴里，暖在心里。

让老店照顾我口腹也有大半生，老店背后的生命故事也常于我有启发与顿悟，更深知它们背负着文化历史意义。我总想将这些老店永远留住，不只是留在我的生活里，更重要的是留给这片土地，留在人文历史里。然而其中虽有代代相传之家，有的却已能预见后无传人。正当我苦思要用何种方式留下老店时，缘分将我与出版界的才子郝广才先生搭起手来，推动了本书的出版计划。

我以一介美食说书人的身份，走访各家于我意义非凡的老店，聆听他们的故事，感受他们的精神，再细琢文字，将这一时一刻的风景，凝聚于纸上，盼能化为永恒。即使未来老店有所凋零或遗失，依然能玩味这些台湾饮食文化的在地故事，咀嚼美食的内涵与历史。

这本书从零到整，历时三年之久，中间有各方店家的热情相助。在此我要特别感谢年轻画家林岳宣，他细腻而充满古味的画作，让这本书能以美食纪实绘本的形式出现，并体现老店“淡中有味”与“手感”的精神，让文字与图画相互辉映、贯彻本质。

我非常有幸能参与这本书的制作。老店深植于这片土地上，温暖许多人的记忆，打造着味觉的故乡。现今的美食报道俯拾即是，除了歌颂嘴里的滋味或厨子的技艺，我更期盼这本书能引领人们疼惜老店的精神，一同咀嚼每一道菜背后的一段生命滋味。

推荐序

台湾客家团仔的古早味

初识阿鸿，是在鼎盛期的慧公馆的晚宴上。彼时，他是形象代言人，而我呢，则是在一隅静静地欣赏他，包括他作品的饕客。陈鸿的确很帅，陈鸿的作品真的很美。这位靓仔一直走到我面前，唤了一声“江叔”后搀起了我，并将我带到正面舞台，和我一起合影。

之后，他又托他义弟给我送来他的《陈鸿的酱心独具》，还有他手制的桃味凤梨酥。对了，他不但是主持人、作家，还是一位优秀的厨师呀！

再后来，我俩有很多次互相邀约，力图创造共进美食的机会。但终因他的日理万机，而我又日薄西山，生活节奏大不相同，又经常处于海峡两岸，两条直线一直没有找到交点。

二十天前，阿鸿发短信给我，说他的三本美食著作《新竹老味道》、《台北老店的22段幸福食光》、《恋恋古早味，台北菜市场》将在大陆出版，嘱我为之作序。在我欣表同意后，他又发来长长的电子文档。当晚，读了《新竹老味道》的自序《一场生命中的喜福会》的第一句后，我就欲罢不能。“吃过的米越多，走过的路越长，我越明了，人们所从事的行业，往往关乎天命。”但读了几页，我就因目力不济，无法再读下去。执着的阿鸿并不罢休，他又通过他的朋友周祥俊先生，将打印出来的书稿整整齐齐装订好，快递到我家。以后的三天中，我就以每天细读一本的速度，将书通读一遍，夜以继日。然我不以为苦，反以为乐，因为这是一次“悦读”，因为我从中看出这位从新竹南寮一路走来的客家团仔的活动轨



图为陈鸿与江礼肠先生合影

迹，以及至今未泯的童心。

翩翩少年，原来吃过那么多新竹美味，以及那么多台北小吃。好的是阿鸿不是普通饕人，好东西拿来饕饕一番就可，而是和那些大哥、大姐、阿叔、阿伯、阿嬷、阿公——那么多的美味创造者亲密无间，水乳交融，以致每样美食都有一段故事。阿鸿走着，吃着，用心感受着，所以他的美食文章能打动人，能感染人。阿鸿不是富二代、官二代，不是单纯的作秀者、搞笑者，美食的灵魂，早已溶化在阿鸿的血液中。他的美食节目，在台湾，在新加坡，在大陆那么受欢迎，有那么多粉丝，并非偶然。

阿鸿所孜孜不倦追随的，都是“古早味”。以我这位天天在上海食界“行走”的“70后猿叟”的感受，这才是经久不衰的至味。百年老店就是一百年只卖这些东西，熟能生巧，精益求精，使你进店如同回到自家，放心地吃，还可同上辈、同辈、晚辈谈谈家长里短，享受亲情，享受爱心，幸福无比。

对于大陆的读者、游客，尤其是“自由行”的朋友来说，这一本由台湾人推荐的台湾美味书，很靠谱，很直观，值得参考。老汉来日如精力尚存的话，一定以此为导吃指南，来一次甚至多次“美食游”，以食为主，且游且食，慢慢地一一品尝，细细体味阿鸿这位台湾客家团仔的拳拳爱心。

甲午仲夏吉日于上海野鹤斋中 江礼肠

CONTENTS

目录 | CONTENTS

自序 将老店的温度留住

推荐序 台湾客家团仔的古早味

Chapter 1 在地古早味

良友小馆——小吃价格的“海霸王”	003
山珍饭店——超级阿嬷的山中野味	013
姚家酒家菜——大稻埕硕果仅存的精致台湾味	023
黄家香肠与泉州面线——让运将闻香下车的最爱	033
永富正宗福州鱼丸——胶原蛋白美容圣品	045
“国都”甜不辣——孕妇和病人都能放心吃的美味	053
光明食堂——穿过时光隧道的传统古早味	061
阿瑞官苏家粿——天下糕粿都难不倒的“米食达人”	069
翁裕美麦芽糖——回到儿时天堂的健康零嘴	077
林记肉羹——把关帝爷当靠山的专业肉羹店	085
老顺香饼店——神明也爱吃的百年糕饼	091
尤协丰豆腐、豆干——一家炭烤万家香	101

Chapter 2 大江南北食

山东饺子馆——以生命换来一只饺子的惊喜	111
隆记菜饭——老上海聚集的怀旧餐厅	123
川扬郁坊——小巷弄里的平民银翼饭馆	133
忠南饭馆——黄金地段的家常美味	145
林华泰茶行——大稻埕里百年茶香的风华传奇	155
马叔芝麻酱烧饼——北平家乡绝活化身台北排队老店	167
山东杠子头——吃硬不吃软的铁汉味道	175

Chapter 3 东西洋之造

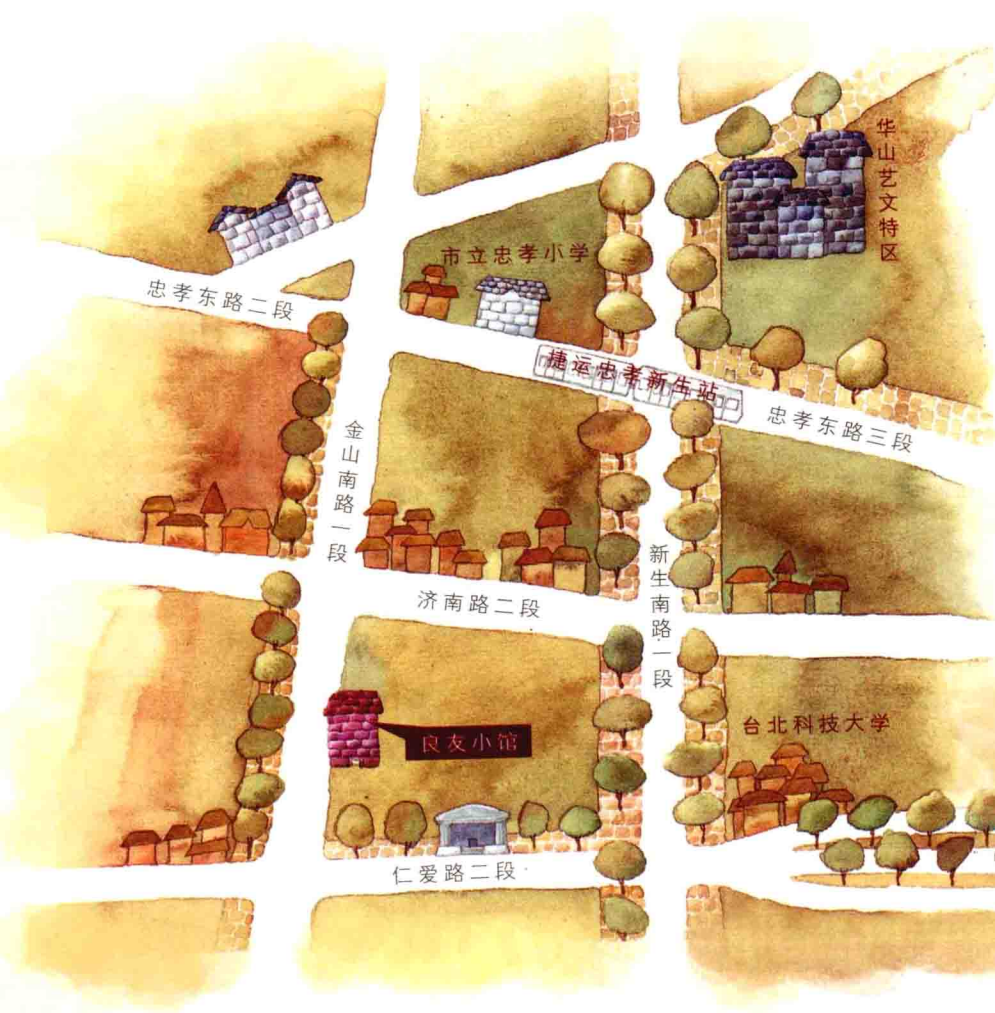
明月堂——和果子精致老铺	187
“吃吃看”起司蛋糕——中山北路上不老的传说	197
茉莉汉堡——走在连锁快餐以前的老式汉堡店	207

1

Chapter

在地古早味





良友小馆

——小吃价格的「海霸王」

台北市金山南路一段37号

02-2396-7277

上午11点至下午2点

下午5点至晚上9点

无公休日

(农历过年休息一周)

来到良友小馆，你所需付出的，只是大众等级的价钱，但食物的等级可是远高于大众水平。在北台湾，没有几间地方小馆能够盛出“良友”般具有饭店水平的台菜。

“良友”不卖气氛、不做装潢、没有服务，不打广告也不做宣传，有的只是由真材实料和扎实厨艺功夫烹调出的传统台式料理。

招牌菜

鲜鱼五柳枝

良友小馆出名的特色小吃——鲜鱼五柳枝，是将洋葱、鲜笋、红萝卜、香菇、青椒先切成细丝，接着翻炒、调味、勾芡，淋在炸得酥脆的鱼上，酸酸甜甜的滋味让人一试难忘。

