

饕 非 罪

在北平，秋高气爽，七尖八团，满街上都有吃喝卖螃蟹的声音。一个人到正阳楼，要一尖一团，持蟹把酒，烤一碟羊肉，配以特制的两层薄皮的烧饼，然后叫一碗余大甲，简直是一篇起承转合首尾照应的好文章！

Liang Shiqiu
梁实秋
作品



北方文艺出版社

饒非罪

梁实秋

——
作品



北方文藝出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

梁实秋作品·馋非罪 / 梁实秋著. -- 哈尔滨: 北方文艺出版社, 2014.6
ISBN 978-7-5317-3297-6
I. ①梁… II. ①梁… III. ①中国文学-现代文学-作品综合集 IV. ①I216.2
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 119138 号

梁实秋作品 馋非罪

作者 / 梁实秋

责任编辑 / 王金秋 牟国煜

装帧设计 / 锦色书装

出版发行 / 北方文艺出版社

网 址 / www.bfwy.com

邮 编 / 150080

经 销 / 新华书店

地 址 / 黑龙江现代文化艺术产业园 D 栋 526 室

印 刷 / 北京楠萍印刷有限公司

开 本 / 880 × 1230 1/32

字 数 / 145 千

印 张 / 9.25

版 次 / 2014 年 9 月第 1 版

印 次 / 2014 年 9 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5317-3297-6

定 价 / 35.00 元



目 录

第一辑 民以食为天

馋	3
吃 相	7
吃 相	11
吃	13
喜 筵	15
请 客	19
读《媛珊食谱》	23
饮膳正要	27
读《中国吃》	31
再谈《中国吃》	42
读《烹调原理》	48
厨 房	54
圆桌与筷子	58
味 精	62
牙 签	64

第二辑 食素使人瘦

熘黄菜	69
韭菜篓	71
菠 菜	73
龙须菜	75
笋	76
酱 菜	79
豆 腐	81
茄 子	84
萝卜汤的启示	86
“千里莼羹，未下盐豉”	88
铁锅蛋	90

第三辑 无肉令人愁

狗 肉	95
腌猪肉	99

烤羊肉	102
烧羊肉	104
腊 肉	106
火 腿	108
白 肉	111
狮子头	113
炸丸子	115
爆双脆	118
核桃腰	120
烧 鸭	122
拌鸭掌	125
糟蒸鸭肝	126
锅烧鸡	128
芙蓉鸡片	131
咖喱鸡	134
鸽	136
由熊掌说起	138

第四辑 海上生至味

炸活鱼	143
醋熘鱼	146
两做鱼	148
瓦块鱼	150
黄 鱼	153

鱼 丸	155
鱼 翅	157
水晶虾饼	160
鲍 鱼	162
生炒鳝鱼丝	164
海 参	167
佛跳墙	169
蟹	172
炆青蛤	175
干 贝	179
西施舌	181
乌鱼钱	183
蛤 王	184
西雅图的海鲜	188

第五辑 田间稻麦香

八宝饭	193
粥	195
面 条	198
窝 头	201
酪	204
烙 饼	207
烧饼油条	209
薄 饼	212

汤 包	215
菜 包	217
饺 子	219
煎馄饨	221
锅 巴	223
粽子节	225
“麦当劳”	226
吃在美国	228
记日本之饮食店	232

第六辑 零食可解忧

豆汁儿	237
豆腐干风波	239
康乃馨牛奶	243

关于苹果	246
酸梅汤与糖葫芦	249
核桃酪	252
栗 子	254
莲 子	256
满汉细点	258
北平的零食小贩	262

第七辑 茶酒自风流

饮 酒	271
“啤酒”啤酒	275
圣米舍尔酒厂	279
说 酒	283
喝 茶	286

第一辑

民以食为天



饕，则着重在食物的质，最需要满足的是品味。上天生人，在他嘴里安放一条舌，舌上还有无数的味蕾，教人焉得不饕？饕，基于生理的要求；也可以发展成为近于艺术的趣味。饕非罪，反而是胃口好、健康的现象，比食而不知其味要好得多。

饕

饕，在英文里找不到一个十分适当的字。罗马暴君尼禄，以至于英国的亨利八世，在大宴群臣的时候，常见其撕下一根根又粗又壮的鸡腿，举起来大嚼，旁若无人，好一副饕餮相！但那不是饕。埃及废王法鲁克，据说每天早餐一口气吃二十个荷包蛋，也不是饕，只是放肆，只是没有吃相。对某一种食物有所偏好，于是大量地吃，这是贪多无厌。

饕，则着重在食物的质，最需要满足的是品味。上天生人，在他嘴里安放一条舌，舌上还有无数的味蕾，教人焉得不饕？饕，基于生理的要求，也可以发展成为近于艺术的趣味。

也许我们中国人特别饕一些。饕字从食，冬声。冬音饕，本义是狡兔，善于奔走，人为了口腹之欲，不惜多方奔走以膏饕吻，所谓“为了一张嘴，跑断两条腿”。

真正的饕人，为了吃，决不懒。我有一位亲戚，属汉军旗，又穷又饕。一日傍晚，大风雪，老头子缩头缩脑偎着小煤炉子取暖。他的儿子下班回家，顺路市得四只鸭梨，以一只奉其父，父得梨，大喜，

当即啃了半只，随后就披衣戴帽，拿着一只小碗，冲出门外，在风雪交加中不见了人影。他的儿子只听得大门哐啷一声响，追已无及。

越一小时，老头子托着小碗回来了，原来他是要吃榲桲拌梨丝！从前酒席，一上来就是四干、四鲜、四蜜饯，榲桲、鸭梨是现成的，饭后一盘榲桲拌梨丝别有风味（没有鸭梨的时候白菜心也能代替）。这老头子吃剩半个梨，突然想起此味，乃不惜于风雪之中奔走一小时。这就是馋。

人之最馋的时候是在想吃一样东西而又不可得的那一段期间。希腊神话中之谭塔勒斯，水深及颚而不得饮，果实当前而不得食，饿火中烧，痛苦万状，他的感觉不是馋，是求生不成求死不得。馋没有这样的严重。人之犯馋，是在饱暖之余，眼看着、回想起或是谈论到某一美味，喉头像是有馋虫搔抓作痒，只好干咽唾沫。一旦得遂所愿，恣情享受，浑身通泰。

抗战七八年，我在后方，真想吃故都的食物，人就是这个样子，对于家乡风味总是念念不忘，其实“千里莼羹，未下盐豉”也不见得像传说的那样迷人。

我曾痴想北平羊头肉的风味，想了七八年；胜利还乡之后，一个冬夜，听得深巷卖羊头肉小贩的吆喝声，立即从被窝里爬出来，把小贩唤进门洞，我坐在懒椅上看着他于暗淡的油灯照明之下，抽出一把雪亮的薄刀，横着刀刀片羊脸子，片得飞薄，然后取出一只蒙着纱布的羊角，洒上一些椒盐。我托着一盘羊头肉，重复钻进被窝，在枕上一片一片的羊头肉放进嘴里，不知不觉地进入了睡乡，十分满足地解了馋瘾。但是，老实讲，滋味虽好，总不及在痴想时所想象的香。

我小时候，早晨跟我哥哥步行到大鹑鸽市陶氏学堂上学，校门口有个小吃摊贩，切下一片片的東西放在碟子上，洒上红糖汁、玫瑰木樨，淡紫色，样子实在令人馋涎欲滴。走近看，知道是糯米藕。一问价钱，要四个铜板，而我们早点费每天只有两个铜板。我们当下决定，饿一天，明天就可以一尝异味。所付代价太大，所以也不能常吃。糯米藕一直在我心中留下了不可磨灭的印象。后来成家立业，想吃糯米藕不费吹灰之力，餐馆里有时也有供应，不过浅尝辄止，不复有当年之馋。

馋与阶级无关。豪富人家，日食万钱，犹云无下箸处，是因为他这种所谓饮食之人放纵过度，连馋的本能和机会都被剥夺了，他不是不馋，也不是太馋，他麻木了，所以他就要千方百计地在食物方面寻求新的材料、新的刺激。

我有一位朋友，湖南桂东县人，他那偏僻小县却因乳猪而著名，他告我说每年某巨公派人前去采购乳猪，搭飞机运走，充实他的郇厨。烤乳猪，何地无之？何必远求？我还记得有人治寿筵，客有专诚献“烤方”者，选尺余见方的细皮嫩肉的猪臀一整块，用铁钩挂在架上，以炭火燂炙，时而武火，时而文火，烤数小时而皮焦肉熟。上桌时，先是一盘脆皮，随后是大薄片的白肉，其味绝美，与广东的烤猪或北平的炉肉风味不同，使得一桌的珍馐相形见绌。可见天下之口有同嗜，普通的一块上好的猪肉，苟处理得法，即快朵颐。像《世说》所谓王武子家的烝豕，乃是以人乳喂养的，实在觉得多此一举，怪不得魏武未终席而去。人是肉食动物，不必等到“七十者可以食肉矣”，平夙有一些肉类佐餐，也就可以满足了。

北平人馋，可是也没听说有谁真个馋死，或是为了馋而倾家荡产。大抵好吃的东西都有个季节，逢时按节地享受一番，会因自然调节而不逾矩。

开春吃春饼，随后黄花鱼上市，紧接着大头鱼也来了。恰巧这时候后院花椒树发芽，正好掐下来烹鱼。鱼季过后，青蛤当令。紫藤花开，吃藤萝饼；玫瑰花开，吃玫瑰饼；还有枣泥大花糕。

到了夏季，“老鸡头才上河哟”，紧接着是菱角、莲蓬、藕、豌豆糕、驴打滚、爱窝窝，一起出现。席上常见水晶肘，坊间唱卖烧羊肉，这时候嫩黄瓜、新蒜头应时而至。

秋风一起，先闻到糖炒栗子的气味，然后就是炆烤涮羊肉，还有七尖八团的大螃蟹。“老婆老婆你别馋，过了腊八就是年。”过年前后，食物的丰盛就更不必细说了。一年四季的馋，周而复始的吃。

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。

吃 相

一位外国朋友告诉我，他旅游西南某地的时候，偶于餐馆进食，忽闻壁板砰砰作响，其声清脆，密集如连珠炮，向人打听才知道是邻座食客正在大啖其糖醋排骨。这一道菜是这餐馆的拿手菜，顾客欣赏这个美味之余，顺嘴把骨头往旁边喷吐，你也吐，我也吐，所以把壁板打得叮叮当当响。不但顾客为之快意，店主人听了也觉得脸上光彩，认为这是大家为他捧场。

这位外国朋友问我这是不是国内各地普遍的风俗，我告诉他我走过十几省还不曾遇见过这样的场面，而且当场若无壁板设备，或是顾客嘴部筋肉不够发达，此种盛况即不易发生。可是我心中暗想，天下之大，无奇不有，这样的事恐怕亦不无发生的可能。

《礼记》有“毋啮骨”之诫，大概包括啃骨头的举动在内。糖醋排骨的肉与骨是比较容易脱离的，大块的骨头上所连带着的肉若是用牙齿咬断下来，那龇牙咧嘴的样子便觉不大雅观。所以“割不正不食”“席不正不食”都是对于在桌面上进膳的人而言，啮骨应该是桌底下另外一种动物所做的事。

不要以为我们一部分人把排骨吐得噼啪响便断定我们的吃相不佳。各地有各地的风俗习惯。世界上至今还有不少地方是用手抓食的。听说他们是用右手取食，左手则专供做另一种肮脏的事，不可混用，可见也还注重清洁。我不知道像咖喱鸡饭一类黏糊糊儿的东西如何用手指往嘴里送。

用手取食，原是古已有之的老法。罗马皇帝尼禄大宴群臣，他从一只硕大无比的烤鹅身上扯下一条大腿，手举着鼓槌，歪着脖子啃而食之，那副贪婪无厌的饕餮相我们可于想象中得之。罗马的光荣不过尔尔，等而下之不必论了。

欧洲中古时代，餐桌上的刀叉是奢侈品，从十一世纪到十五世纪不曾被普遍使用，有些人自备刀叉随身携带，这种作风一直延至十八世纪还偶尔可见，据说在酷嗜通心粉的国度里，市尘道旁随处都有贩卖通心粉（与不通心粉）的摊子，食客都是伸出右手像是五股钢叉一般把粉条一卷就送到口里，干净利落。

不要耻笑西方风俗鄙陋，我们泱泱大国自古以来也是双手万能。《礼记》：“共饭不泽手。”吕氏注曰：“不泽手者，古之饭者以手，与人共饭，摩手而有汗泽，人将恶之而难言。”饭前把手洗洗揩揩也就是了。樊哙把一块生猪肘子放在铁楯上拔剑而啖之，那是鸿门宴上的精彩节目，可是那个吃相也就很可观了。

我们不愿意在餐桌上挥刀舞叉，我们的吃饭工具主要的是筷子，筷子即箸，古称饭箸。细细的两根竹筷，搦在手上，运动自如，能戳、能夹、能撮、能扒，神乎其技。不过我们至今也还有用手进食的地方，像从兰州到新疆，“抓饭”“抓肉”都是很驰名的。我们即使运用筷

子，也不能不有相当的约束，若是频频夹取如金鸡乱点头，或挑肥拣瘦地在盘碗里翻翻弄弄如拨草寻蛇，就不雅观。

餐桌礼仪，中西都有一套。外国的餐前祈祷，兰姆的描写可谓淋漓尽致。家长在那里低头闭眼口中念念有词，孩子们很少不在那里做鬼脸的。我们幸而极少宗教观念，小时候不敢在碗里留下饭粒，是怕长大了娶麻子媳妇，不敢把饭粒落在地上，是怕天打雷劈。

喝汤而不准吮吸出声是外国规矩，我想这规矩不算太苛，因为外国的汤盆很浅，好像都是狐狸请鹭鸶吃饭时所使用的器皿，一盆汤端到桌上不可能是烫嘴热的，慢一点灌进嘴里去就可以不至于出声。若是喝一口我们的所谓“天下第一菜”口蘑锅巴汤而不出一点声音，岂不强人所难？

从前我在北方家居，邻户是一个治安机关，隔着一堵墙，墙那边经常有几十口子在院子里进膳，我可以清晰地听到“呼噜，呼噜，呼——噜”的声响，然后“咔嚓！”一声。他们是在吃炸酱面，于猛吸面条之后咬一口生蒜瓣。

餐桌的礼仪要重视，不要太重视。外国人吃饭不但要席正，而且挺直腰板，把食物送到嘴边。我们“食不厌精，脍不厌细”，要维持那种姿势便不容易。我见过一位女士，她的嘴并不比一般人小多少，但是她喝汤的时候真能把上下唇撮成一颗樱桃那样大，然后以匙尖触到口边徐徐吮饮之。这和把整个调羹送到嘴里面去的人比较起来，又近于矫枉过正了。

人生贵适意，在环境许可的时候是不妨稍为放肆一点。吃饭而能充分享受，没有什么太多礼法的约束，细嚼烂咽，或风卷残云，均无

不可，吃的时候怡然自得，吃完之后抹抹嘴鼓腹而游，像这样的乐事并不常见。我看见过两次真正痛快淋漓的吃，印象至今犹新。

一次在北京的“灶温”，那是一片道地的北京小吃馆。棉帘启处，进来了一位赶车的，即是赶轿车的车夫，辫子盘在额上，衣襟掀起塞在裕布底下，大摇大摆，手里托着菜叶裹着的生猪肉一块，提着一根马兰系着的一撮韭黄，把食物往柜台上一拍：“掌柜的，烙一斤饼！再来一碗炖肉！”等一下，肉丝炒韭黄端上来了，两张家常饼一碗炖肉也端上来了。他把菜肴分为两份，一份倒在一张饼上，把饼一卷，比拳头要粗，两手扶着矗立在盘子上，张开血盆巨口，左一口，右一口，中间一口！不大的工夫，一张饼下肚，又一张也不见了，直吃得他青筋暴露满脸大汗，挺起腰身连打两个大饱嗝。

又一次，我在青岛寓所的后山坡上看见一群石匠在凿山造房，晌午歇工，有人送饭，打开笼屉热气腾腾，里面是半尺来长的酸面蒸饺，工人蜂拥而上，每人拍拍手掌便抓起饺子来咬，饺子里面露出绿韭菜馅。又有人挑来一桶开水，上面漂着一个瓢，一个个红光满面围着桶舀水吃。这时候又有挑着大葱的小贩赶来兜售那像甘蔗一般粗细的大葱，登时又人手一截，像是饭后进水果一般。

上面这两个景象，我久久不能忘，他们都是自食其力的人，心里坦荡荡的，饿来吃饭，取其充腹，管什么吃相！

吃 相

我是学生出身，十几年间同桌吃饭的不知凡几，现在谈谈吃相中最杰出的人才之最拿手的好戏。

（一）中学时代

这时候大家的身体都在发育的时候，所以在吃的时候，不注重“相”，而注重“吃得多”，并且“吃得好”。学校的饭食，只有一样好处——管饱。讲到菜的味道，大约比喂猪的东西胜过一点。但学生们还没下课，早已饿得眼睛发绿，谁还在乎？所以一下课，食堂门口挤得水泄不通，一股菜香从窗口荡漾出来，人人涎流万丈，空气十分的紧张。钟点一到，食堂门开，大队人马，浩浩荡荡，长驱直入，唯恐落后。吃饭时，两筷直用，后来碗底渐渐发白，便两筷横扫。稍微带几根肉毛的菜，无一幸免。再后来，天下事大定的时候，大家改换工具，弃筷而用匙。最后大家已有九分饱，碗里留些剩水残食，这时便有年长一点、德高一点的人，从容不迫地从头上拔下一根轻易不肯拔的毛来，放到碗里。照例碗里有毛，厨房要受罚，所以厨房情愿私了，另赔一满盘菜，结果是大家一人添一碗饭。有时厨役也晓得个