

W a i P o M a i T i a o Y u L a i S h a o

杨忠明 / 著
沈嘉禄 / 绘

外婆买条 鱼

来烧

摇啊摇，摇到外婆桥，

外婆叫我好宝宝。

糖一包，果一包，

外婆买条鱼来烧。

外婆菜魚來燒

楊忠明 著
沈嘉祿 繪



上海文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

外婆买条鱼来烧/杨忠明著. - 上海:上海文化出版社,2014.5

ISBN 978-7-5535-0034-8

I. ①外… II. ①杨… III. ①散文集-中国-当代 IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第003447号

出 版 人 王 刚

策划编辑 王 刚

责任编辑 莫 琪

装帧设计 汤 靖

责任监制 陈 平

书 名 外婆买条鱼来烧

作 者 杨忠明

出 版 上海世纪出版集团

上海文化出版社

地 址 上海市绍兴路7号

邮政编码 200020

网 址 www.cshwh.com

发 行 上海世纪出版股份有限公司发行中心

印 刷 上海港东印刷厂

开 本 890×1240 1/32

印 张 5

字 数 85千

版 次 2014年5月第一版 2014年5月第一次印刷

国际书号 ISBN 978-7-5535-0034-8/G.006

定 价 20.00元

敬告读者 本书如有质量问题请联系印刷厂质量科

电话:021-59670424

序

忠明的美食情怀

我一直恭敬杨忠明为兄长，不光是他长我几岁，也在于他比我知道更多人事，懂得更多世故。海派文化的特质在他身上体现得相当明显，比如说海纳百川，兼容并包，他就是这样的。

忠明兄博闻强记，许多事情亲历亲闻，别人一提及，他就能说个来龙去脉，就像一本活辞典。早在上世纪七十年代初，世道还不太平，受过种种屈辱与磨难的文化老人如入冬后的蟋蟀，蛰伏不出也不敢振翅作鸣，忠明却不避嫌疑，频频叩访陆澹安、郑逸梅、钱君匋、陈左高、朱大可、叶潞渊、魏绍昌、苏局仙等老前辈，嘘寒问暖，解忧消闷，也经常在各位老前辈之间跑跑腿，递个消息。这对“遗老遗少”们而言是何等的抚慰啊！同时也听他们畅谈旧上海的奇闻轶事，感受他们的儒雅与睿智。历史大变革中文化老人的心理变化，他能体察入微。文化老人的回首一瞥，他也深深镌刻于心。

忠明兄博采众长，我指的是在艺术方面，他善治印，印钮尤其精妙，刘旦宅还为他题了“二杨并举”的匾额，等于把他与康熙年间的寿山石雕艺人杨玉璇并列。他善写文饭小品一路的文章，删繁就简，以一当十，生动有趣，别有深意，被誉为“郑逸梅第二”，文章一经刊布，就赢得一片叫好，上海的前尘往事与风云际会，前辈文人的风范与市民阶层的智慧，如涓涓细流

滋润着读者心田。他从陈老莲一路的白描及民间年画中汲取营养,创作了一系列老上海风情画,如弄堂游戏、风味美食、市井风情、老街剪影、老茶馆、老饭店等世相百态,或刻在印石上,或刻在紫砂壶上,可玩又可传。

我被大家视作美食家,这是一种鼓励,其实忠明兄吃过的盐比我吃过的米还多,那么忠明兄写的美食文章也是大有可观之处的。他写美食,不是得意于吃到了鱼翅海参,而是感恩大自然的慷慨馈赠,铭记父母的哺育之恩,感喟许多存在于老风俗之中的民间小吃在今天的喧嚣中渐行渐远。我以为,这样的美食文章就超越了味觉体验的层面,而上升至文化思考的境界。

忠明写到上海人吃食堂,上海中年以上的人都有这方面的经验。居民食堂一般开办在弄堂里,由家庭妇女操办,是特定时期旨在解放生产力,以社会力量解决居民吃饭问题的思路体现。但吃过食堂的人,受制于自己的经济能力,均能品味出心知肚明的甜酸苦辣。尤其在粮食供应紧张的日子里,“有一天中午我从食堂买了两只光馒头拿在手里,走到重庆北路上,突然,从对面四楼屋顶上飞下一只麻雀,对着我手里的白馒头直冲下来就毫不客气地用嘴啄来吃。我一看,哈哈,从来也没有过的奇怪事,野生麻雀竟然不怕人。我让它吃个饱,它站在我手上不想离开,同学看见说,这个麻雀是你养熟的吧?那麻雀好像听得懂人话,又吃了几口馒头,翅膀一振,连叫几声,仿佛是感谢的鸣声,呼的一下飞走啦。后来我明白,这只饥饿到极点的麻雀,不顾一切地抢人的食品吃,即所谓‘鸟为食亡’,今天我看到了这一幕!”这能简单地视作美食文章吗?这是读之令人哭笑不得的“苦食文章”!

上海人嗜吃大闸蟹，每年金风送爽菊黄时节，谈吃蟹的文章连篇累牍，热灶头炒冷饭，但忠明兄却写出另一番滋味：上世纪七十年代末，我去沪上刻印大家陈巨来先生家，只见他老人家正在方桌上拆蟹粉，巨老说：“杨忠明，图章刻到一半，有人送来两串太湖大闸蟹，你知道吗，苏州太湖蟹要比昆山阳澄湖里的蟹味道更鲜，阳澄湖里的蟹都是从太湖里爬过去的！我拆蟹粉的水平一等一流，我把刻元朱文的工夫用在拆蟹粉上，今朝蟹粉拆得我手要断脱，人要昏过去了！小蟹脚里一点点蟹肉我都把它剔出来，有人拆蟹粉，小脚都丢掉，其实，小脚里的蟹肉最鲜，这是秘密，别人是不知道的！还有，拆蟹粉绝不能用死蟹拆，否则叫‘叫花子吃死蟹，只只活’，吃了死蟹，人就死蟹一只，图章就刻不动了。我告诉依识别死蟹的窍门，就是把蟹往地上一摔，不动了，就是死蟹，脚颤抖，叫撑脚蟹，也是死蟹，不能吃的！”

苦中作乐而不乏自嘲精神，就是陈巨来等文化老人彼时的集体心态。

忠明兄在《牛肉嫩来牛油香》一文中写了一则故事：“我父亲是旧上海过来的知识分子，‘文革’时，当然也受到冲击，平时喜欢浓油赤酱美食的他被关进‘牛棚’，萝卜干饭吃了心发慌。偶尔放回家一天，知识分子耍点小聪明，到菜场买来生的牛骨髓，放在锅里熬成牛骨髓油，把饼干放进锅里开小火煎，等饼干吸足了牛骨髓油捞起晾干，饼干下面再偷偷地藏一些牛肉干。进‘牛棚’要‘安检’，戴红袖章的人一看是充饥的饼干，把手一挥，放行。那年头身为‘牛鬼蛇神’的我父亲在‘牛棚’里偷偷地享用牛骨髓、牛肉干美食，别有情趣。”知识分子的小聪明和环境的危恶形成了强烈

反差，读之令人发笑，笑后又有苦涩的回味，这里的所谓“别有情趣”，也千万不能误读噢！

同时，忠明兄这路文章，还常常对上海风俗及方言进行了不可或缺的补益。比如在《陆稿荐五香酱肉》中借朋友李唯兄的嘴巴，索引了一个不见经传的词条：“南市城隍庙一带也有和记陆稿荐、陆稿荐肉庄、陆稿荐等多家同名肉店，可见当年老上海人喜欢品尝苏州陆稿荐酱肉、熟食，其热情程度远远超过现在的肯德基！我听沪上名印家李唯兄说‘陆稿荐’三字，旧时在上海城内也是一句市井骂人的话，骂人‘陆稿荐’乃是‘猪猡’也，这是不雅之语。”

忠明兄写到一些离我们远去的风味，心怀惆怅，恋恋不舍，在本书中，他钩沉了“花露”等物：“‘花露’可以解暑渴，增酒味，制糕点，入药方。上海人对此恐怕很陌生，我听郑逸梅先生说：‘苏州有花露茶，味香极，为文人雅士所好。’所谓花露茶，就是把鲜花放在茶叶中，让茶叶汲取花中的精气，或用花提取的液汁来点茶。老上海人喜欢在夏日饮用‘金银花露’，清热祛暑无上妙品。沈复《浮生六记》记：‘夏月荷花初开时，晚含而晓放。芸用小纱囊撮茶叶少许，置花心。明早取出，烹天泉水泡之，香韵尤绝。’这是多么雅逸的文人闲趣啊！花露食之可以养颜延年。冒辟疆《影梅庵忆语》记董小宛擅制花露时称：‘酿饴为露，和以盐梅，凡有色香花蕊，皆于初放时采渍之，经年香味颜色不变，红鲜如摘，而花汁融液露中，入口喷鼻，奇香异艳。’”

又说起连我都不知道的顶山栗：“曾听祖父说，常熟顶山栗，产于顶山

寺附近，栗比一般小，香味胜绝，又名麝香囊。原来在虞山北麓一带栗树混栽于桂花树之间，每年中秋，桂花盛开，香催栗熟，栗染桂馨，故有桂花板栗之名。生吃脆嫩，熟吃糯软，香溢满口，听说产量极少，旧时乡人仅得数十百枚，则以彩囊贮之，以相馈赠。常熟顶山栗是栗中罕见珍品。”从内容到述事风格，都不输于郑逸梅啊。

一路读来不仅增长了知识，也颇觉有情有趣，但花露与顶山栗在繁荣繁华的商业街市已经销声匿迹许久，于是读者与作者一起怀想彼时的岁月，一起惆怅一番。至于本书中提到的咸橄榄、金丝蜜枣、枣泥糕、鱼皮花生、盐渍梅子等，我或者见过或者吃过，读到此时不由得舌底生津、心驰神往了。尤其是伊拉克蜜枣，在困难时期绝对是疗饥解馋的恩物，可谁知道它们带进了多少肝炎病毒啊！

忠明兄写美食文章，也是有实践经验作支撑的，他也常常将有些不易采购的食材相赠，比如做红菜汤的红菜头，又比如在上海菜场里不易见的胡葱。他在《难觅胡葱浓香》里写道：“胡葱最宜冬天吃，可以加白虾烧豆腐，要用猪油烧，要趁烫吃，极香、鲜、甜。胡葱炒豆腐干加肉丝也是一款佳肴。我听常州朋友说，从前江苏常州、武进一带在冬至夜的家宴菜肴中多备‘胡葱煮豆腐’，谚云：‘若要富，冬至隔夜吃胡葱笃豆腐。’上世纪六十年代我外婆用胡葱烧河鲫鱼塞肉最好吃，常常是鱼还没有动，面上那些胡葱早就被吃光了。”忠明兄送我一大捆胡葱，烧了几道菜还是没吃完，只好扔掉，可惜。

最后再引用一篇忠明兄写的《老上海葱油饼啧啧香》：“昨日，上海小

达人张冯喜小姑娘在微博上晒出几个葱油饼，冯喜说：‘学校中式点心班我学到了好本事！回家拔了几根我自己种的有机葱，做了三个香喷喷的老上海葱油饼，群众都说是这辈子吃到的最好吃的葱油饼！’我‘艾特’张冯喜说：‘你做的是老上海葱油饼吗？我看样子蛮像的，葱要多放点哦，饼出炉会更香，呵呵！’群众说，你用的是无污染的有机葱。’张冯喜回复：‘下次做给你吃。’”

张冯喜是第一届《中国达人秀》节目中人气很旺的小选手，她以“冷面滑稽”赢得了观众的追捧。忠明兄也是她的粉丝，去年上海书展期间，忠明兄为新著《逸闻》签售，读者排起了长队，突然后方一阵骚动，原来是张冯喜闻讯前来捧场，帮他一起签售，结果场面异常火爆，差点失控噢。那么在这篇文章中，我们可以发现小小年纪的张冯喜也爱上了烹饪，真是上得舞台，下得厨房，而忠明兄希望通过美食结识更多的朋友，其中包括像张冯喜那样的小朋友，为的是让海派文化后继有人、兴旺发达啊！

忠明这本书中的美食文章如盛宴中的冷盘热炒，如酒窖中的陈醪佳酿，活色生香，五味杂陈，不能在此毫无节制地剧透，否则这篇序就要“违章超载”了，就此打住。要领略忠明兄的风采，还得请诸位看官挑半日之闲，泡一壶好茶，再备一碟花生米，将书中文章细细读来，慢慢体会。

沈嘉禄

前言

渐行渐远的人·情·味

现在的人谈吃色变，怕吃多了血压高、血脂高、血糖高！君不见，宴席上正襟危坐的朋友占了席位却不进食，或者是只吃素来不尝荤，只喝茶来不拼酒，茅台、拉菲上来，早已酒菜壁垒，我自筷然不动！这是酒席上的相公！

上世纪七十年代，上海人最开心的一件事就是有海外来客在宾馆摆宴会，又有吃，又有喝，一家子带好衣服排队来洗浴，朋友请客，倒不难为情，

多年前，有个朋友在城内一家著名中医医院对面开了家规模蛮大的饭店，请来一帮香港大厨掌勺，鱼翅、海参、鲍鱼样样有，此君为了迎合暴发户的心思，特地从电子广告公司买来一组广告用语大红标贴：“港台风味、午茶晚宴，滋味浓郁，一吃就发！”奇怪的是“门前冷落鞍马稀”，这里的大堂静悄悄，大菜师傅们坐着冷板凳。老板急啊！为什么？

从前穷苦人吃黄鱼子，现在有钱人也吃鱼子，但那是进口的马哈鱼子，从前猫咪吃小鱼，现在人吃猫鱼，鲟鳇鱼成为美味佳肴。时代变迁，纯正的老味道已经成为一种情绪：

【春啖香】

上海刻印大名家叶潞渊告诉我一件开心事，某年春日，他去兰花展览会

看花，呵呵！真是美女如云兰丛中，一片春色与花同，眼睛好像吃了块冰淇淋，享受啊！其实，看花的人都不懂的，有一样东西是可以吃的呀！好吃得很，尝之令人身轻神爽，难得也，那就是兰花花舌上那一粒淡黄色若粟米大小的东西，是兰花的精华所在，从前山里隐居的人常常采来吃，据说可以长生不老的呀！我偷偷地摘一粒含在口里——啊呀！不得了，顿觉神朗气清，人有飘飘然的感觉，做人真是快活啊！还有兰花花梗背面那粒亮晶晶的水珠，别人都不知道那其实真是花中仙露，微甜清口，食之延年！

“花露”可以解暑渴，增酒味，制糕点，入药方。上海人对此恐怕很陌生，我听郑逸梅先生说：“苏州有花露茶，味香极，为文人雅士所好。”所谓花露茶，就是把鲜花放在茶叶中，让茶叶汲取花中的精气，或用花提取的液汁来点茶。老上海人喜欢在夏日饮用“金银花露”，清热祛暑无上妙品。沈复《浮生六记》记：“夏月荷花初开时，晚含而晓放。芸用小纱囊撮茶叶少许，置花心。明早取出，烹天泉水泡之，香韵尤绝。”这是多么雅逸的文人闲趣啊！花露食之可以养颜延年。冒辟疆《影梅庵忆语》记董小宛擅制花露时称：“酿饴为露，和以盐梅，凡有色香花蕊，皆于初放时采渍之，经年香味颜色不变，红鲜如摘，而花汁融液露中，入口喷鼻，奇香异艳。”

油菜花开，正是塘鳢鱼肥美时，旧时，有位亲戚在昆山一家百年老饭店掌厨，我曾吃到他用塘鳢鱼做的“咸菜豆瓣汤”，这荤豆瓣是用许许多多塘鳢鱼鳃盖骨上两粒半月形的面盹肉加暴腌雪里蕻做成。端上桌一看，呵呵！肉雪白，菜碧绿，汤清鲜。食时要慢慢欣赏，细细咀嚼，好好品味，

徐徐下咽，方有滋有味，吃出鱼肉鲜嫩滑润的感觉，切不可三大五粗狼吞虎咽之吃相！此款菜大费工夫，现在恐怕是享受不到了。

【夏尝鲜】

清人章腾龙《贞丰拟乘》记：“白蚬江（周庄古镇之侧）向出白蚬，味极鲜，今不能多得矣。”不只是白蚬子，就是我老家昆山城河里网船上捞到的蚬子也好鲜，每届“稻熟螺蛳麦熟蚬”的五月，外婆买回来剔出蚬肉炒头刀韭菜，蚬肉嫩韭色泽湛然，赏心悦目，下饭鲜得不得了！现在河水污染，还能有好吃的蚬子吗？

旧时黄梅五月天，庭院花开，雨丝不歇，湖虾孕子，正是家家户户做虾子酱油的好时光。买来的大只水晶活雌虾将肚下的子洗出，挑去杂物加酱油、姜葱、酒、糖等作料小火熬煮，是我父亲最拿手的本事，留下的虾体可晒虾干。苏州虾子酱油很有名气，瓶子上部看得出一大段绛红色虾子，拌面煮豆腐最鲜，酿造酱油淡而不咸，是道地的吴地风味特色调味佳品。最近有人送我一瓶虾子酱油，那瓶子是深色的，你无法看到里面有多少虾子，拿回家拌黄瓜，倒出来是黏糊糊的黑酱油，面上一点点虾子，一尝，咸涩带腥无鲜味，无论如何也品味不到曩时美好的滋味，真令人失望……

我尝过外婆做的苏州时令风味菜“三虾豆腐”。外婆说：“做此菜一定要用端午节前后的太湖带子活大虾，生剥虾仁，洗出虾子，获取虾脑。最难弄的是取出虾头里那点诱人红膏脂，要细心和耐心，还要剔除虾头里的

污物。最好能弄到木渎灵岩山寺和尚制作的豆腐,当然农家做的嫩豆腐也可以用,切点胡葱添香,烧时讲究厨艺火候。”那个鲜活之味呀,是真正的打耳光也不肯放的!这款美食,一直留在我童年美好的记忆中。

【秋品醇】

曾听祖父说,常熟顶山栗,产于顶山寺附近,栗比一般小,香味胜绝,又名麝香囊。原来在虞山北麓一带栗树混栽于桂花树之间,每年中秋,桂花盛开,香催栗熟,栗染桂馨,故有桂花板栗之名。生吃脆嫩,熟吃糯软,香溢满口。听说产量极少,旧时乡人仅得数十百枚,则以彩囊贮之,以相馈遗。常熟顶山栗是栗中罕见珍品。

自从于右任把“斑肝汤”误读为“鲃肺汤”后,苏州石家饭店“鲃肺汤”名扬天下。上海老食客黄建华说,苏州老话“秋时享福吃斑肝”,点出秋季野生斑鱼最鲜肥。这个鲃鱼即“斑鱼”,体若河豚,长约四寸,背青灰伴黑斑。旧时将斑鱼之肝配火腿丝、香菇、笋片、鸡汤做成斑肝汤,斑肝肥嫩,入口即化,老饕最爱;现在很多酒家四季都在烧“鲃肺汤”,味道差矣!不知道是鲃鱼本身鲜味退减,还是烹制的手艺与旧时不同?大概反季节养殖的一些食品原料是造成风味蜕变渐行渐远的原因之一。

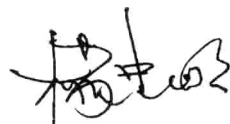
【冬知味】

过完年,时光匆匆又快到农历二月间,遥忆家乡老屋花厅前玉兰花就

要开了。白玉兰花在叶先，开有九瓣，一阵和风吹过梢头，几丝微微清香扑鼻而来，远远望去一树繁花洁白如玉，心神为之一振。旧时乡人撷取花瓣和以加糖面浆，入锅用麻油煎食，此故乡玉兰饼，儿时曾食过，风味极佳，蜜浸亦可食。

冬夜吃暖锅是我老家昆山人的习俗，暖锅由紫铜制成，中空，燃木炭，边锅中可放荤素菜肴，一家人围着暖锅加炭加汤加菜，忙忙碌碌。我呆呆地看着熊熊摇曳的炉火和袅袅升腾的青烟中飘出的二三星火，听着滚滚汤汁溢出被火烧得吱吱的响声，心里很欢畅——哎！现在的火锅失去了往日故乡冬天里暖融融的风味和乐趣，不胜惆怅！

记得我们小时候吃的小小红圆萝卜颜色很可爱，最近我太太买了一斤用糖醋浸渍，一尝，脆香清口——奇怪？那浸过萝卜的汁变得血红。次日，我也买点萝卜来，发觉那些小萝卜表皮的红色不太自然，我拿餐巾纸一擦，纸上染红，取出一只小红萝卜浸入清水中，嗨，原形毕露，只见从萝卜周围溶解出一丝丝红色液体，水逐渐变成粉红色，那些艳丽的萝卜结果被我统统请进垃圾桶。一声叹息，我们所喜欢的传统风味美食有的的确已经渐行渐远了……



目 录



吮指肉滋味

- 3 肥肥糯糯猪头肉
- 8 古法秘制熏鸭
- 12 浓油赤酱红烧肉
- 16 真如羊肉味最鲜
- 19 牛肉嫩来牛油香
- 22 陆稿荐五香酱肉

蔬果清甜心

- 29 春食野菜净肠胃
- 32 悠悠岁月腌菜香
- 35 夏日祛暑凉拌菜
- 38 桃子、桃胶都是宝
- 41 啖瓜消暑说故事
- 47 《红楼梦》与香芋
- 49 稀罕冬笋鲜过鱼肉
- 52 难觅胡葱浓香

江河湖海鱼虾鲜

- 59 初春三月品刀鱼
- 62 补血养气大黄鳢

- 66 春日江河鱼鲜美
71 东海寻味说海鲜
76 鲜甜爽脆是熏鱼
79 别说你会吃蟹
84 记忆中的野滋味儿

甜甜咸咸米面香

- 91 鲜掉眉毛的昆山奥灶面
93 老上海葱油饼喷喷香
96 闹元宵吃汤圆
101 老上海的几碗面

传统上海老味道

- 109 被忘却的童年吃食
112 雅集说趣事
116 七宝古镇尝美食
119 历史悠久的吴地小吃
123 朱家角农家美味
126 老上海才懂的茶馆名堂
132 过新年说旧事
137 沪上“仙泉”

吮指肉滋味

外婆买条
来烧

