

寿司

鱼片与醋饭背后四百年的秘密

The Zen of Fish **the story of sushi, from samurai to supermarket**

郭伟强◎主编

[美]柯森◎著

林婉华◎译

中国人民大学出版社

• 北京 •

The Zen of Fish by Trevor Corson
Copyright © 2007 by Trevor Corson

图书在版编目 (CIP) 数据

寿司：鱼片与醋饭背后四百年的秘密 / (美) 柯森著；林婉华译.
—北京：中国人民大学出版社，2011.7
ISBN 978-7-300-14035-3

I. ①寿 II. ①柯 ②林 III. ①饮食—文化—日本 IV. ①TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 135083 号

寿司：鱼片与醋饭背后四百年的秘密

郭伟强 主编
[美] 柯森 著
林婉华 译

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	010-62511242 (总编室)	010-62511398 (质管部)	
	010-82501766 (邮购部)	010-62514148 (门市部)	
	010-62515195 (发行公司)	010-62515275 (盗版举报)	
网 址	http://www.crup.com.cn http://www.ttrnet.com.cn (人大教研网)		
经 销	新华书店		
印 刷	北京宏伟双华印刷有限公司		
规 格	170mm×230mm 16 开本	版 次	2011 年 7 月第 1 版
印 张	20	印 次	2011 年 7 月第 1 次印刷
字 数	238 000	定 价	45.00 元

版权所有 侵权必究 印装差错 负责调换

目录

作者序 從日本傳統到全球化的壽司 1

第一周 开始学习制作寿司 13

第一章 寿司学校 7

第二章 爱上吃寿司 13

第三章 没有霉菌就没有寿司 16

第二周 腐烂的鱼和性别歧视 21

第四章 海洋的味道 23

第五章 像酒鬼的呕吐物 27

第六章 每粒米中的七位神 34

第七章 进军洛杉矶 44

第八章 没有女人的寿司世界 51

第九章 在好莱坞卖寿司 58

第三、四、五周 捏寿司和杀鱼的门道 69

第十章 为你量身打造的寿司 71

第十一章 卷寿司的秘密 76

第十二章 小小寿司的大学问 84

第十三章 一口接一口 88

第十四章 教会美国人品鲜鱼 92

第十五章 寿司吧台秀 96

- 第十六章 采买海鲜 101
- 第十七章 料理青花鱼 106
- 第十八章 美女做的寿司 112
- 第十九章 重要的测验 115

第六周 比创意的卷寿司 121

- 第二十章 西方的寿司王国 123
- 第二十一章 虾的男子气概 127
- 第二十二章 料理鱼的技术 132
- 第二十三章 沙西米 138
- 第二十四章 皮发亮的鱼 142
- 第二十五章 卷出创意 146
- 第二十六章 班上的一分子 151
- 第二十七章 奇思妙想 153
- 第二十八章 生吃章鱼 156

第七周 准备上场 159

- 第二十九章 和老师道别 161
- 第三十章 淡水鲑鱼 163
- 第三十一章 鲷：鱼之王样 171
- 第三十二章 料理鲷鱼 182
- 第三十三章 扁平的比目鱼 191
- 第三十四章 往日荣耀 198
- 第三十五章 上场服务客人 200

第八周 寿司技艺再精进 207

第三十六章 日式威尔刚：鳗鱼 209

第三十七章 料理章鱼 216

第三十八章 巨蚌 223

第三十九章 下等鱼：黑鲷 227

第四十章 料理鲑鱼 234

第四十一章 寿司功夫 240

第四十二章 忙碌时刻 246

第四十三章 醉酒的大师 252

第九、十周 寿司店的新气象 257

第四十四章 料理海胆 259

第十一、十二周 毕业了 265

第四十五章 最后一支舞 267

第四十六章 让人又爱又恨的老师 272

第四十七章 寿司师傅大赛 274

第四十八章 毕业派对 281

尾声 287

第四十九章 返乡 289

一年后 295

附录一 如何正确吃寿司 297

附录二 用日语点寿司 303

■作者序

从日本传统到全球化的寿司

我和很多美国人一样，从小就在住家附近的中国餐厅吃左宗鸡，在日本餐厅吃铁板烧。但除此之外，我对东亚一无所知。寿司，我甚至都没听说过。

15岁后，我就读于华盛顿一所提供中文课程的学校。这所学校也提供奖学金供学生到中国和日本求学。那是80年代中期的事情，这些课程和奖学金都很稀有，因此我觉得自己应该善用它们。当时我对于东亚还没有什么兴趣，但我仍然申请要学中文。

我学了几个月中文后，申请了学校的奖学金，到日本待一个夏天，修日文课程。在我前往日本前，负责学校东亚研究课程的女士召唤我到她的办公室。她表情严肃地看着我：“好吧，你现在是学了一些汉字，但你吃过寿司吗？”

她担心日本接待家庭会给我们吃生鱼配饭，美国人不吃生鱼。假如我没有准备好要吃寿司，我可能会冒犯对方，甚至会造成国际事件。几天后，我坐在她在华盛顿办公室的日式地板上，盯着需要首度尝试的寿司。在那之前我只吃过煮熟的罐头鲔鱼，我甚至不知道生鲔

交朋友，还能阅读报纸（身边要带着字典）。我爱上了中国和日本的菜肴，并到处品尝美食。

与此同时，美国的情况是，美国人也爱上了寿司。回首过往，我了解到，我在日本探索寿司的个人经验和美国发现寿司是一致的。这股潮流从洛杉矶和纽约开始，迅速扎根并蔓延到其他城市。冒险进取的美国人和我一样，对于自己能吞下与众不同的食物，似乎感到相当自豪。我旅居东亚多年返回美国时，寿司甚至已经开始出现在美国超市的外带盒里了。寿司也流传到欧洲部分地区。

我已经逐渐习惯寿司的味道，但我却在多年后才学到更多有关寿司的知识。我成为作家，这份工作让我进入不同领域。我撰述包罗万象的主题。例如，我童年时夏天都在美国东北海岸外一个小岛上度过，那里离加拿大很近，当地主要活动是捕捉龙虾，所以我撰述的其中一个主题就是捕捉龙虾。那些文章集结成我的第一本书《龙虾的秘密生活》，成为全球自然类书籍的畅销书。

我认为那本书之所以成功，部分原因可由近来的趋势所解释——人类愈来愈有兴趣学习食物来源。当我开始构思第二本书的主题时，我很想知道，是否有方法可以结合我对食物的新专业知识（尤其是海鲜）和我长久以来对东亚文化的兴趣？答案显而易见：我应该写本关于寿司的书。

当我开始进行写作时，寿司已经在全球许多地方扎根。在美国，寿司已经成为一种普遍的烹饪现象，遍布全国各地。

我在日本期间，日本朋友常带我到他们最喜欢的寿司吧用餐，所以我有幸能体验地道的寿司。但是当我开始研究寿司这个主题时，我发现我对寿司一无所知。事实上，我很快就发现，不管在哪里，都罕有人了解寿司的起源、文化传统及烹饪秘方，就连很多日本民众也不知道。幸好有一些学者（多半是日本人）进行了研究，能传授给我

们关于寿司的诸多知识。

我身为作家，当时所面临的挑战是：如何让这难以理解的寿司知识，令一般读者感到有趣。我的解决方法是采用意想不到的方式：不写造诣精湛的日本师傅的技巧，而把焦点放在一种全新的现象上：年轻的美国人努力掌握（但不一定都会成功）寿司艺术，其中很多人根本没有亚洲背景。

现今，寿司已经成为十足的全球化现象了，其在华文世界的许多地区流传甚速，与深入美欧的速度不相上下。我希望本书中文读者能和我一样，发现寿司的精彩迷人，希望寿司食材迷人的秘密，以及寿司起源令人惊讶的历史，能让读者寓教于乐。因为事实上，寿司起源于东南亚，其演进发展是全东亚国家共同遗产的一部分，现在则是全世界共同的遗产。

柯森

2008年1月，纽约

第一周

开始学习制作寿司

第一章

寿司学校

凯特的闹钟在清晨五点半响起，她强迫自己睁开眼睛，她的大学课程没有排在中午前开始的。前一天，也就是2005年7月4日，凯特用福特野马汽车载满行李，沿着海岸从圣迭戈一路开到洛杉矶。此时，未开封的箱子散落在小屋四处，她还没摆家具，也很想念爱犬。凯特迫使自己跳下床，从浴室的镜中看起来，她骨瘦如柴——准备来念寿司学校的那几周压力很大，她食不下咽。

在驱车前往学院的途中，凯特碰上洛杉矶的塞车阵，当她终于抵达荷摩沙海滩时，她已经快迟到了。一些身材标准的人穿着名牌直排轮鞋，沿着沙滩细长的走道滑下，还有几位冲浪者已经出海挑战浪潮了。在离海滩一条街远之处，凯特找到哈玛荷摩沙寿司餐厅，冲了进去。

餐厅看来冷冷清清，进入玄关，她看到左边是用餐区，有几张桌子、雅座，还有一个亮红色的寿司吧台，壁龛里有座金色佛像。

凯特从走道墙上的排气阀孔瞄到人影。她沿着走道进入一个屋顶挑高、有天窗的宽广空间。第二个红色寿司吧台横在后墙，有一张纤尘不染的钢桌延伸至屋内正中央，桌面没有水槽，像在实验室一样。

大家都转头看凯特。所有桌旁的位子都被人占满了，只剩下桌子前头最靠近日本师傅的位子。凯特心想，真是狗屎运。她只得走向剩下的那个空位。室内没有椅子，每个人都站着。这位师傅个子矮小，留着小平头，他介绍自己叫杉浦俊，是加州寿司学院的院长，也是哈玛荷摩沙餐厅的行政主厨。餐厅和学院共用这栋大楼。

俊是美国寿司的先驱，多数美国人还没听过寿司时，他却早在1978年前就在洛杉矶供应寿司了。俊的寿司吧餐厅叫哈玛威尼斯，位于圣塔莫尼卡南边的威尼斯海滩，在20世纪80年代和90年代初期，是整个洛杉矶最热门的寿司餐厅之一。两年前俊将他的心血转移到目前这家餐厅，没过多久，洛杉矶湖人队教练杰克逊就到此用餐，在墙上签名题字。

俊于1998年创立加州寿司学院。为寿司师傅开设学校是个创举，将近两百年来，要成为寿司师傅必须经过长期训练，往往费时五年以上，俊却想在几个月内训练出师傅。

俊聘请人员管理学校及教学。学院开课时，其中前四分之三的申请者甚至根本不是亚洲人，俊都一律予以接受。虽然他推测，许多日籍寿司师傅同行认为他是欢迎外行人进入寿司世界的叛徒。俊认为，美国人既然已接受了寿司，那么不训练美国寿司师傅就显得很愚蠢。自那时起，洛杉矶陆续有几家寿司学校开张，包括寿司师傅学院，是由之前任职加州寿司学院的讲师所经营。到目前为止，这些是美国唯一提供寿司师傅正式训练课程的学校。

任何人都能申请就读加州寿司学院，并不要求学生要有餐厅或厨房工作经验。有兴趣的人和家庭主妇入学了，有经验的厨师也来了，连美国几家最佳餐馆经验丰富的老手都能入学，但并非所有毕业后都成为专业寿司师傅。这几年来，非亚裔学生的比例仍然很高。

“早安！”俊大声招呼学生。在餐厅里，即使是下午或晚上，师傅来上班时都是这么说。俊还教学生当客人走进来时，寿司师傅就要大喊“欢迎”。多数美国人都认为日本人应该表现得安静而庄重，但在古东京，寿司师傅是声音响亮且喧闹的。

凯特立刻喜欢上了俊，他像武僧般，既激励人心，同时又很严峻。俊请这几位学生作自我介绍。凯特看了一下这些往后十二周将成

为她同学的七男二女。她没料到大多数同学会是男性，她也不曾想过，女性（尤其是她这样的人）想成为寿司师傅，有何不寻常。她不知道一个穿肚脐环、打鼻钉，有爱尔兰与意大利血统的 20 岁女孩，为何不能做寿司。

其他学生也很年轻，多数是白人。他们来上课有各种原因。他们多半有餐厅厨房的工作经验，几位已经做过寿司了，而凯特则没有任何相关经验。

有位年轻男子是在北加州的天然健康食品杂货店制作量产寿司，他想到餐厅工作；另一位则看到寿司盛行的风潮，希望能在南加州买下自己的寿司餐厅；有位男士是得州厄尔巴索一家房地产和餐厅发展公司送来受训的，因为寿司现在是墨西哥边境的热门新菜色。

好几位学生想要开创餐饮事业，包括一位来自巴塞隆拿的女士。有个金发碧眼的 17 岁男孩来自科罗拉多州，他认为在寿司吧工作是邂逅女生的好方法；有个年轻女孩还在读高中，看起来是日本人，来自洛杉矶，她爸爸要她来学习日本食物；还有两个人看起来像菲律宾人或印尼的美国人；桌子最尾端是个日本人，他用很蹩脚的英文轻声自我介绍，他是大老远从日本来加州学寿司的，这似乎很奇怪。学院的教务主任是日裔美籍的杰，俊把全班交给他管理。整个学期他会照顾所有学生，帮他们解决问题。杰发给大家制服：黑长裤，绣着“加州寿司学院”的白色厨师服，还有白色平顶筒状的厨师帽。

凯特穿着街头流行服饰，身材纤细匀称，但对她而言，厨师服太大了。最后俊介绍学院的首席讲师，他将主讲大部分课程。凯特觉得很惊讶，讲师竟然不是日本人。

“我叫卓南。”他说话带有澳洲腔，全名是卓南·雷科克，在澳洲长大，取这个异国情调的名字是因为他有南斯拉夫血统。南斯拉夫、澳洲血统的寿司师傅还不是最稀奇的，此外，卓南还曾服役于优

秀的澳洲皇家空军，当选过健美冠军，还是澳洲一家最富裕的企业不可或缺的左右手。为了寻求刺激，他参加加州寿司学院的课程，变成寿司天才。2003 年他 31 岁毕业时，俊立即雇用了他。

现在卓南白天在学院授课，晚上在餐厅寿司吧工作。卓南的体态匀称，身材精实，但已看不出健美先生的体格了。他脸形消瘦，言行举止迅速、精确。

卓南说：学生必须实习一百个小时才能毕业。以下工作都是取得实习时数的方式：在餐厅协助师傅；帮忙上菜工作；另外，学院通常在周末为市民举办三小时的寿司制作基础课程，当卓南或杰授课时，学生也可在旁协助。

卓南做说明时，俊则沿桌发放一个黑色盒子给学生。学生一一开锁，打开盖子，里面是价值 600 美元的刀，刀身刻着日文，这些刀子是日本一个以武士刀闻名的村子的工匠手工锻造的。

凯特目瞪口呆，她拿过最大的刀子是牛排刀，她唯一有自信烹调的食物是炒蛋。她申请寿司学校时，想象的是用竹帘卷把饭卷起来。

日本刀是举世最锋利的刀之一，1600 年一位势力强大的军阀统一日本后，带来一段和平盛世，到了 19 世纪末，武士不再获准佩带刀剑。这些制剑职人改行用薄片高碳钢锻造厨房用刀，刀锋比西方刀剑还要锋利，刀片只有一侧是斜的，不像西洋刀剑是两面斜口，这使得刀锋延展，更锐利。在中世纪日本宴请武士与贵族的宴会上，厨师展现令人叹为观止的刀工，在众多宾客前将鱼肉、牲肉切成薄片。现今，隶属于天皇的神官在神道教神社类似的祭典中，仍会挥舞刀剑。

卓南从他的箱子中取出最长的刀，刀身细长，刀刃长约 25 厘米，刀尖像个钻孔锥。

“这是你的‘亚纳基’（*yanagi*，柳叶刀）。 ”卓南说。

亚纳基是柳树的意思。尖细的刀身是柳叶的形状，这是寿司师

傅在寿司吧工作用的主要刀刃。卓南举起另外两把厨房用刀：一把是矩形刀身，用来切菜，叫做薄刃刀；一把是三角形刀身，用来切鱼片，叫做日式菜刀。

卓南告诉全班同学，他们必须用手磨刀，而且要每天磨。高碳刀身能做出很锋利的刀刃，但刀刃也更显脆弱，而且金属容易生锈，所以日本刀需要每天保养。卓南解释，寿司师傅藉由磨刀，把刀子锻练成适合自己特定需求的工具。他还补充说，寿司师傅绝不和人共用刀子，只有师傅和徒弟间才可能共用。

卓南突然发小黄瓜给大家。

“好，拿出薄刃刀！”他喊道。凯特已经被这些日文搞得不知所措了，她四处张望。其他人拿出三角形的刀子。

卓南将一块长形小黄瓜垂直拿在面前，左手旋转，右手则削出一条很长的皮。他的手指头在刀片旁飞快移动，刀片直接对着脸。

“圆柱状削皮！”卓南大喊。当小黄瓜皮悬荡到砧板时，卓南停止了。

“好了，换你们！”他喊道。其他学生都拿起小黄瓜块，模仿卓南的动作。凯特拿起三角形的刀，这刀在她的小手上，感觉很突兀、很危险。这是把有着刀柄的巨大剃刀。凯特的妈妈和祖母以前总是说，**绝对不要对着自己切。**

我的天哪！凯特心想，**我没有医疗保险。**她对面的男子正削下一条长长的皮。

卓南将好几条小黄瓜皮层层堆叠，快速地剥，咚咚咚咚，声音就像机关枪一样。他又喊出另一句日文。

“细条！”这是包在寿司卷里的小黄瓜条的切法。

凯特试着像别人这样切，但结果只是毁了小黄瓜。卓南怒视她残缺不堪的切片，拿了一些自己的小黄瓜皮给她。

“你得用这些了。”他说。其他学生都不需要额外协助。

大家都切好小黄瓜后，卓南要求他们重来一次。

课程最后在十二点半结束，其他学生练习磨刀子，他们以指尖压着高碳钢，小心地在火山石上磨刀片。凯特觉得这样看起来很危险。稍微一滑，她立刻会划破指尖。她把刀盒盖上，一把刀都没磨，就悄悄溜出去了。她回到福特野马汽车上时，看到挡风玻璃上有张违规停车罚单。

开车回她那间空屋的路上，她不断在想，**我做了什么呢？**

隔天早上上课时，凯特打开刀盒。过了一夜，刀片已经生锈了。卓南在桌前瞪着她！

“凯特，”他当着全班的面怒吼，“你的刀子真糟！”

大家都在看。卓南拿了一把自己的刀给她。

“你得用这把了。”

这周接下来的日子都很凄惨，凯特一件事都没做好。