

中国卷

蔡澜
著

蔡澜食单

2

山东画报出版社

中国卷



山东画报出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

蔡澜食单. 中国卷. 2 / 蔡澜著. —济南: 山东画报出版社, 2011.8

ISBN 978-7-5474-0450-8

I. ①蔡… II. ①蔡… III. 饮食—文化—中国 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第153037号

责任编辑 徐峙立

装帧设计 李海峰

项目完成 徐峙立工作室

主管部门 山东出版集团有限公司

出版发行 山东画报出版社

社 址 济南市经九路胜利大街39号 邮编 250001

电 话 总编室 (0531) 82098470

市场部 (0531) 82098479 82098476(传真)

网 址 <http://www.hbcbs.com.cn>

电子信箱 hbcbs@sdpress.com.cn

印 刷 山东临沂新华印刷物流集团有限责任公司

规 格 130毫米×184毫米

7.75印张 160幅图 90千字

版 次 2011年8月第1版

印 次 2011年8月第1次印刷

印 数 1-15000

定 价 38.00元

如有印装质量问题, 请与出版社资料室联系调换。

为《蔡澜食单》作序

很多人问我：“你什么时候开始对饮食发生兴趣？何时成为食家？”

基本上，我是一个好奇心极重的人，不但对饮食，对任何知识我都想追求。小时就爱到厨房看母亲和奶妈烧菜，把生的东西变成熟的，是多么美好的一件事！

老实说，我并不会吃。我只懂得比较。觉得在住宅附近吃一碗平凡的云吞面，不如加点努力，走到远方，吃一碗更好的。

成为所谓的食家，纯粹出于偶然。有一年父母由新加坡来香港，我带老人家去饮茶，但座位要等个半天，侍者的服务态度也差到极点，这促使我在报纸上的专栏多写一些关于食物的文字，写得多，写到编辑们以为我真的会吃，就叫我在杂志上写餐厅的评论。

这一来，有了一点恶势力，不必等位，招呼变好。可惜父母逝去，没有多少机会享受“贵宾”的待遇，一切枉然。小时听老人家说要对父母好，就要趁早。这句话，当今，由我说了。

言归正传，对于食物，我只分好吃和不好吃，不会用很多花



巧的词句去形容。友人批评我的文字不能嚼噬，我一笑置之，嚼噬的应该是食物呀。

这一辑书，只是我个人的记录，希望能反映我这个年代的人，吃过的是什么东西，就此而已。没有什么文化价值，看与不看，无所损失。特此奉告。

书名怎么起？有些人建议《饌不绝口》，我不置可否。今晚和查先生、倪匡兄，及陶杰吃饭时，提出这个问题。

我们都知道查先生一向不喜欢以谐音为题的，轮到陶杰，他说：“干脆叫《饮食天书》！”

“好！好！就那么叫吧！”倪匡兄即刻附和。

我的脸更红得厉害，倪匡兄又说：“叫为《天书》并不必惭愧，你不用，别人也会用。”

后来，苏美璐从英国发电邮来，说不喜欢这个书名。我再三考虑，最后还是决定用《蔡澜食单》，是抄袭袁枚的《随园食单》。古人能用，今人也不必怕被人骂了。

目 录



广东篇

- 食在香港? / 2
- 智慧 / 4
- 茅山食府 / 6
- 客家王 / 12
- 大同酒家 / 14
- 沙河大饭店 / 16
- 广州酒家 / 18
- 广州大食会 / 20
- 广州月饼 / 22
- 侨美 / 24
- 广州新印象 / 26
- 番薯煲 / 28
- 雅苑餐厅 / 30
- 满足 / 32
- 养生馆 / 34
- 美食城 / 36



阿公 / 38

个性 / 40

过分 / 42

白天鹅宾馆 / 44

失传 / 46

吃在哪里 / 48

东北人 / 50

关子 / 52

广州深圳大食会 / 54

老房间 / 56

洞庭鱼头王 / 58

餐车菜谱 / 60

新兴饭店 / 62

羊痴大聚会 / 64

翠竹园烧鸡 / 70

增城荔枝 / 72

屋子和酒店 / 74

蒸大猪 / 76

松皮鸡 / 78

顺德菜 / 80

顺德大食行 / 86

广东狗市场 / 92

东莞之旅 / 96

仙骨鱼 / 100

谈吃 / 102

中山蛇宴 / 104

蛇边炉 / 108

满分 / 110

水乡居 / 112

抽象画 / 114

老火汤 / 116

十五道菜 / 118

大吃中山 / 120

心灵茶园 / 130

猪杂餐厅 / 132

珠海菜市场 / 134

鸡邨大饭店 / 136

深圳泮溪 / 138

巴蜀风 / 140

青青世界 / 142

福田区 / 144

云南风味餐厅 / 146

老四川 / 148

招牌 / 150

鲍鱼王子 / 152

民间瓦缸煨汤馆 / 154

原味 / 156

锦官城 / 158

红树湾 / 160

羊痴之旅 / 162

新美食天堂 / 164

同益市场 / 170

建业酒家 / 172

潮州粿汁 / 174

面子 / 178

觅食 / 180

卤肉食谱 / 182

为食团流水账 / 184

卤水 / 186

扶舌 / 188

墨 / 190

白玉兰 / 192

黄皮 / 194

华宋饮食 / 196

东莞荔枝 / 198

荔枝团 / 200

三把火 / 202

海南篇

海南岛 / 206

海南人 / 208

出发 / 210

海南菜 / 212

谭牛鸡饭店 / 214

兴隆 / 218

三亚 / 220

印象 / 222

武汉篇

艳阳天 / 226

楚老宋 / 228

烤柴鱼 / 230

早餐 / 232

三五醇和老福盛 / 234

广东

篇



食在香港？

2

香港旅游局出版的《香港之最》这本小册中举出：香港平均每七百人便有一家饮食场所，可说是食肆对人口比率全球最高的地方。

我们以此为荣。香港一向有美食天堂的美誉。从前说的食在广东，其实是食在香港。事实是

否如此呢？尽管是食肆多，你有没有发现吃来吃去，都是相同的那几样东西？你会不会感觉到，水准是愈来愈低落？

曾经一度，东西实在好吃，但是现在已是非常疲惫，引不起食欲。

茶餐厅的生意一好，一条街上开了三四家。目前经济低迷，



谁都不肯承认，照狂热炒股票呀！马场挤满了客人呀！

不对，不对。市民用钱，能省则省，所以才出现茶餐厅这种廉价食肆。

店铺开得多，如何生存？抢生意呀！你便宜一块，我减价两块，斗的是价钱。

中型馆子给茶餐厅打击之后，也引起了一场割喉战，中餐套餐，价贱得不能置信。

但还是一家挨不住地倒闭。剩下的只有出尽法宝，什么一块钱一只鸡的。

天下哪有那么便宜的东西？餐厅非在别的东西赚回你不可。



明明知道是受骗的，还是照样排队去吃。

高级食肆更叫苦连天。生意滔滔，客满呀，哭些什么？他们怨的是客人再也不叫高价的鱼虾蟹，生意额减低了不少。

所以又拼命搞廉价套餐，水准何在？

你没发现被请客时，总是先来个什么糊涂拼盘，蒸一条人工养的鱼吗？就算有什么鲍鱼，也都是非洲运来的。索然无味。

反而，到了珠江三角洲，才有惊喜。港式的食肆一间间消失，本地海鲜河鲜，做得出色，价钱公道，服务又好。

食在香港，又要变回食在广东了。



智慧

又去珠江三角洲吃河鲜，餐厅老板告诉我：“资本主义带来的功利社会，已经直接影响到人民的生活。”

“这话怎么说？”我问。

他解释：“像你在街市中看到的水鱼，都是灌了水，从屁股插进水管，拼命灌进去，本来一只瘦水鱼，忽然就变了肥仔水鱼。”

“为什么这么骗人？”

“受资本主义害的呀！酒楼老板吩咐伙计运作时买最便宜的，小贩们不灌水就要卖高价，争不过隔壁那一档，最后大家一起灌水。”

“我在香港也听过灌水牛肉。”我说。

“哈，牛肉当然灌，用一管高压水泵，从脊髓一次过灌进去，水分布到每一根血管，所有的肉，无处不是水。厨房大师傅

被搞得糊涂，打山竹牛肉时，怎么打也稀稀烂烂的。”

他笑着说：“后来惯了，不加水才打成。”

看见铁笼里的蛇，都不动。

老板说：“不是冬眠，也都是灌了水，你没看到都像棍子那么胖吗？灌得连眼睛都凸了出来，瞪着看你。这种货，买回来当天即刻要割，卖不出去，隔日就死。”

“死蛇也卖？”我不相信。

“路边那些小店，生意难做，当然卖死东西，熟客来了，还说看老友记份上，选条特别新鲜的呢。”

我叹了口气，转个话题：“珠江三角洲的河鲜，怎么运到香港还活生生的呢？”

“我跟过船，才知道。”老板说：“船舱中养鱼那部分有几个洞，河水流进来又流出去，是个天然的池子。”

“船不会因为有个洞而沉？”我问。

“只是小部分的水箱，不会沉。到了出海的地方，才把洞封掉，就那么运到香港。”

感叹中国人的智慧，要是用在好的一方面上。





茅山食府

这种地方不可能开着餐厅吧？

6 “茅山食府”躲在幽深的小巷里，不是本地人带我，根本无法找到。

最初听到有这么一家食肆，第一个反应就是：“茅山？是不是茅山道人的茅山？”

经理伍先生，三十多岁，笑嘻嘻站在门口欢迎我，即刻提出这个问题。

“不不不。”他说：“广州也有一个叫茅山的地方，是全广东最大的屠场，一天要宰两千头猪。”

“私营的，还是国营的？”

“当然是国营的了。”伍先生说：“不过投资太大，最尖端的屠宰机器总共花了一亿人民币，现在开这家餐厅帮补帮补，也可以说是企业化中的多元化。”



走进去，门口装了许多玻璃水箱，里面有各种海鲜，我看了暗暗叫苦：“又是香港式的蒸鱼灼虾吧？已经吃厌了。”

大厅意想不到的巨大，可以摆二十几桌，楼上还有贵宾房十数间，租金便宜才付得起，有这种气派，这是香港餐厅难于想象的。

中午时刻坐满了客人，我习惯性地看他们桌上叫的是什么菜？最多人吃的一定是餐厅做得最好的。

一个直径尺半的大铁盘，烧得通红，里面是各种猪杂，香喷喷吱吱作响，每桌都看到。

“这叫什么菜？”我问。

“啫啫。”伍先生说。

“不是用煲上的吗？”



“所以没有加一个煲字。”伍先生解释：“只是一种粤菜的传统做法。”

坐了下来即刻嚷着要吃啫啫，不消五分钟就上桌，用筷子挟了其中一片东西送入口。啐！又香又脆，一点也不硬，真是好吃。细看内容，有小肠、肚尖和猪脬，另外有又细又长的东西，也很爽口。

“什么东西？”我从来没看过。

“猪的啫啫。”伍先生说。

啫啫，广东话中男婴的生殖器。

伍先生又笑着：“如果不加其他内脏，单单是一味啫啫的话，这道菜就叫啫啫啫啫。”

8

听了差点笑得从椅子掉地。

看这条啫啫，只有蚯蚓般粗，有些部位还弯弯曲曲，不禁问道：“猪啫啫怎么会比牛鞭幼细得这么多？”

“猪都是阉过的，没有用，就细了。”伍先生说：“普通的猪鞭也不粗，而且是螺旋形钻进母猪体内的。”

真厉害！怪不得一生就是那么多头小猪。

“第一次吃。”我说。

“我们经营屠场，才拿到货，外边餐厅绝对吃不到，不过也不是只只都是公猪，有时宰两个钟，也只是那么几条。”

再下来是盐焗猪腰，整个很薄地切成一片片，中间白色部分也没清除。吃了一口，一点也没有异味，是什么道理？

伍先生请大师傅出来说明：“哦！事前先灌水，不过主要还



是够新鲜，今早从屠场直接送来现做的，菜市场卖的就不能叫得上是新鲜。要是给冻过的话，根本不能这么吃。”

“怕不怕有病？”这是最重要的问题。

“屠宰之前检查一次，开膛后又检查一次，出货前再检查一次，都由专家负责。屠宰机比香港的还先进，我们的猪是吊着处理，从不碰到地面。万一发现可疑，即刻停止屠宰，把整批猪完全消灭。”伍先生保证：“所以茅山的猪，也叫放心猪。”

这下子可放了一百个心：“再下去吃什么？这一餐有多少个菜？”

不先问清楚的话，不知怎么留肚。