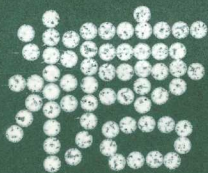
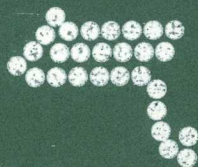


爻
俏



SHUQIAO



YZLI0890125548



YZLI0890125548

元

气

糖

图书在版编目 (CIP) 数据

元气糖 / 殳俏著. — 南京: 江苏文艺出版社, 2010.10
ISBN 978-7-5399-3216-3

I. ①元… II. ①殳… III. ①随笔-作品集-中国-当代
IV. ①I267.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 064998 号

书 名 元气糖

著 者 殳 俏

责任编辑 雷淑容

责任校对 文 美

责任监制 卞宁坚 江伟明

装帧设计 朱赢椿

出版发行 凤凰出版传媒集团

江苏文艺出版社 <http://www.jswenyi.com>

集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>

印 刷 上海美雅延中印刷有限公司

开 本 880 × 1230 毫米 1/32

字 数 100 千字

印 张 8.5

版 次 2011 年 1 月第 1 版 2011 年 10 月第 4 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5399-3216-3

定 价 35.00 元

(江苏文艺版图书凡印刷装订错误可随时向承印厂调换)

- 001 爱并吃掉 父系味蕾 059 ○
- 004 爱海胆俱乐部 甘味处记事 062 ○
- 007 北京的上海菜 尴尬的婚宴 065 ○
- 009 必须是最好的饭堂 港岛很香 068 ○
- 011 餐桌上的蛙跳 工蔬笔画 070 ○
- 013 茶楼点心八卦图 燕窝里的贵妇梦 073 ○
- 015 彻夜不眠料理店 锅子煮着夏天的火 075 ○
- 017 吃的环保指标 好喝的汤是很可怕的 078 ○
- 019 吃海鲜都可以呀 ○ 很酒很酒以前 080 ○
- 021 春江水暖笋先知 ○ 红酒煮梨和焦糖苹果 085 ○
- 025 春天的欲望守恒定理 目 候补年夜饭 087 ○
- 028 从草草了事说开去 ○ 火锅是八十年代的好 089 ○
- 031 从肠到胃到心都健康 ○ 记得要去裸体巧克力星球旅行 092 ○
- 033 脆弱的烤肉 菜 记几顿华丽的 Brunch 095 ○
- 035 大鸟派对 ○ 寂的美味 097 ○
- 037 到站了，先吃点什么吧 ○ 加饭举左手，加菜举右手 099 ○
- 039 第十五天，你想吃什么？ 街食记 102 ○
- 042 冬日大好物 绝世好鱼 105 ○
- 044 冬天里的韩国菜 菌临天下 108 ○
- 046 都爱吃月亮 看，窗外有人在看 111 ○
- 048 红豆还是绿豆？ 腊味博物馆 114 ○
- 050 豆之辩 冷面做的梦 116 ○
- 053 丰鹅肥肝 冷若冰霜 121 ○
- 055 浮出一朵地中海 零食禁止单调 123 ○

- 126 乱谈松露
- 130 落雨天饮食志
- 133 没精打采烂糊面
- 135 牛奶凶猛
- 137 偶尔吃素
- 140 排排坐，吃果果
- 145 派对厌食症及其他
- 147 陪四个老婆吃饭
- 149 烹翅的乐趣大于吃
- 152 请给我原味的海
- 155 肉弹年夜饭
- 158 如果往来无布丁
- 161 森永黑糖牛奶糖贰拾捌圆捌角
- 164 山珍海味及其他
- 167 赏鸭大宴
- 169 烧味爱你
- 171 神的孩子都爱吃大餐
- 174 生食记
- 176 十二星座挚爱甜品大解析
- 185 食神版民间传说
- 187 市场是梦幻天堂
- 190 水果的水果味
- 193 素食者说
- 194 酸汤的七年之痒
- 汰侈青芥之旅 199 ○
- 讨得我喜爱 202 ○
- 世界杯里的酒和肉 207 ○
- 外卖风云 210 ○
- 我的东京厨房 212 ○
- 我们今天怎样吃蟹 215 ○
- Tapas 不思议 218 ○
- 呷一夏 220 ○
- 夏日里最后一枚咸鸭蛋 223 ○
- 小一点，再小一点 227 ○
- 夜宴 230 ○
- 一边凉快吃饭去 233 ○
- 一点一点，水果少年 235 ○
- 一个人吃饭 238 ○
- 一枚鸡蛋的傲慢与偏见 241 ○
- 拥吻和巧克力 244 ○
- 有骨气的茶餐厅 246 ○
- 越南菜不在越南 248 ○
- 在厨房里工作的每一个人的星座 250 ○
- 早餐必须执行 253 ○
- 治愈系洋食 256 ○
- 中国甜 258 ○
- 御田煮成碗中赏 260 ○
- 滋身的秋 262 ○
- 走神的餐厅 264 ○

目

录

我一向不主张恋爱中的男女去太顶极的餐馆用餐，原因之一便是，他们四目相望的时间恐怕太多了，以至于冷落了桌子上的美食。而读了阿言德的《春膳》^①这才知道，由于热情而不顾美食恐怕还是情欲的至低境界，因为热情而共享美食也还只到情欲的中间层次，以热情制造美食，再用美食来打造两人的热情，才是人生享受的天堂。

字字都是魔幻，恐怕是南美人的风格，阿言德是智利人，其用肉桂牛奶饭、见习修女的乳房、维纳斯的泡沫、酒醉梨打造出来的食色空间一点不逊于另一位墨西哥女作家劳拉的《巧克力加水》，后来拍成了电影，便是赫赫有名的《巧克力情人》，那简直是一部用玫瑰鹌鹑、牛尾汤和辣酱火鸡加

^① 编者注：《春膳》为台湾繁体字译本，大陆译本为《阿佛洛狄特：感官回忆录》。

杏仁核桃堆积而成的百年孤独。而阿言德的文笔，显然更富幽默感，也更加尖锐。因为她一开始就直截了当地告诉大家，她是个不善下厨的女人，而这不要紧，只要有可以做成一锅菜的材料和爱欲就可以了！因为所谓的真正好味道和调情作用，本来就是想像加幻觉。这种论调打破了劳拉那苦命的“女人的归宿就是厨房”的条条框框，让女人的双手和舌头得以更加活跃地舞动起来。

阿言德的第一道菜不是菜，而是准备酱汁，她说这恰似灵活多姿的前戏，用银色的杯碗匙盆，准备着颜色深深浅浅的半凝固状的液体，发出阵阵细微的碰撞，撩拨着饥饿的耳朵。以日本的茶道为例，清新的居室，木桌和木炭发出淡淡的幽香，雅致的茶具，缓缓的动作，一切准备就绪而又迟迟不开始，那是女人发出轻轻笑声，让男人欲罢不能的等待阶段。

第二道是开胃菜，轻轻爬梳抚摸，细细咬舐。这时候要一些奇异味道的香草刺激脾胃，好把食欲和爱欲都挑到最高。花椒和胡椒是最熟悉亲切的了，有点麻，有点辣，却又是憨憨实实的模样，让人忍俊不禁；百里香，鼠尾草，则是优雅中带一点矜贵，但又躲不过那天生的温柔；肉桂算是俗香了，有时候却也大雅，因为它是所有香料中最带有肉欲的，但却同时含着药味，色色空空，肉桂的疯狂和婉约尽在其中。

第三道是汤。到了加强和暖身的阶段，一锅好汤，可以让你忘记一切凡尘的烦恼和绝望，如同村上龙说的，那是多

么可怕，我喝着汤，忘记了一切。汤是一种温暖的液体，亦是一种温暖的混合，奇怪的是，当一件食材在自然状态时，它的肉体 and 灵魂总是分离的，飘忽的，而一旦被煮成了汤，一切却会沉淀下来，随着上升的热气渐渐旋转着，身心都混为一谈了。所以，喝一口鲜美的好汤，总会让人有负罪感。因为你会责备自己为何就为了那舌尖的一点陶醉，就忘记了那么多世间的苦，并且你还犯有偷窃罪，因为从那一锅汤里，你不费吹灰之力就掳走了那最珍贵的。

大菜是进入欲念顶端的至高境界，要如同膜拜神灵，才会身至天堂，福至心灵。那一定是巨大而优雅的肉食吧。周身散发海洋芳香的鱼，或者热气腾腾柔软如云的驼峰，没错，我们都是些粗鄙的食肉者，贪恋胃袋充实的感觉，但与其欺骗自己的身体，倒不如虔诚地感谢自然造物赐给我们欲念。



爱海胆俱乐部

爱吃海胆和不吃海胆的人犹如爱吃榴莲和不吃榴莲的人一般，通常分为势不两立的两个阵营。爱者，一见到海胆便潸然泪下，仿佛见到了十年未遇的知己一般；不爱者，以冷淡的目光和敷衍的语气检视着那些嗜海胆如命的对立方，搞不清楚他们为什么要为这刺毛壳中的软塌塌的一坨如此大呼小叫。

我等至爱海胆的人，大概可以共组一俱乐部，并且在心里默默地觉得，那些没有爱上吃海胆的人，无非有两种原因：一是看着觉得恶心，连动筷子的欲望都没有；二是没有吃到过好的海胆，无缘识得海胆的真滋味。总结下就是，不爱海胆者，不是缺乏勇气，就是缺乏运气，相比起来，爱海胆俱乐部的成员，自然是一个个既朝气又元气，还有谁比得上他们这么幸福呢。

爱海胆俱乐部成员的福地是北海道，不论春夏秋冬，不论当令或不当，爱海胆者们都会蜂拥而去，只为了那梦中的一碗海胆鱼子饭，或者更劲爆一点的全海胆饭。这一点，已经通过《非诚勿扰》里葛优举起那碗盛得满满的海胆鱼子饭，吃了一口，说了一声“刺激”，传达给了所有的人。但可惜的是，冯导也好葛优也好，都一定不是爱海胆俱乐部的成员。如果是爱海胆俱乐部的成员，捧着那一碗金光灿灿兼红霞四射的海胆鱼子饭，吃上那么一口，定不会说什么“刺激”，可能性比较大的台词也许是“甜美”，也许是“温柔”，也许是“宁静致远”，因为上好生海胆的滋味，永远是芳香醇厚的令人身心都平静下来的甜。

爱海胆俱乐部成员自然会钟爱任何一种吃海胆的方式，无论是平民感十足的海胆蛋羹，还是贵族气十足的海胆蛋羹，无论是豪迈的酱汁烤海胆，还是精致的海胆寿司。但永恒的吃海胆的最高境界仍是一碗生鲜的海胆饭——想要豪快的，全海胆饭也许会让你觉得十足过瘾，铺满白饭的散发着太阳和海洋光辉的金色海胆，在口中变幻出的却是完美熟成水果的香甜味道，有人说这种香味更接近蜜瓜，有人说这种香味更接近柑橘，还有人说，这种香味是由不同季节的海胆发出的，但总的一个字便是甜。若想要更加贴切地体验这来自深海的甜味，海胆老饕们会在全海胆饭的基础上加上饱满的鲑鱼子。鲜美饱满的鲑鱼子带着来自海洋的微微咸腥，更加衬托出海胆的香甜，而鲑鱼子的爆破口感也恰到好处地进

一步诠释了海胆的柔软。当然，优质的海苔和地道的寿司米饭也是海胆必不可少的伴侣，缺少了这两样的助力，虽有空口吃海胆的过瘾，却感受不到丰盈的味觉变化。离开了海苔和米饭的海胆，也许可以用离开了葡萄酒的芝士，离开了面包的果酱来做比吧。

爱海胆者自然会爱关于海胆的一切，包括某些令人感到惊讶甚至迷惑的海胆衍生物。北海道有家“海猫屋”，其人气第一的冰激凌就是海胆口味的。尝过的海胆迷皆评论说：“很像，但终究是个海胆做的甜点呀。”留给没吃过的人无限遐想。

北京的上海菜

要说在北京的上海菜，那真是一件很耐人寻味的事情。就好像是要说在上海的北京烤鸭涮羊肉之类的一样，每次我回到上海，总有本地的朋友拉着我说，来来来，我发现一个很正宗的老北京涮羊肉火锅店，真的特别好吃，但是每次去一试，味道却不知差了千里万里。北京的上海菜也有点这样的感觉，每次都是兴冲冲满怀希望跑去试的，吃完之后却有种说不出的憋屈，形象化地说来就是好像上海小姑娘到了北京，为了凸现自身优势，有点凹造型凹过头的感觉，本来三分嗲，一下子变成了八分做作，本来六分娇，一下子变成了十分寒碜。

但无论如何，北京的上海餐馆就是越开越多了，小南国、美林阁、苏浙汇、鹭鹭、新吉士、致真，但凡是在上海有名有姓的，现在好像都在北京有了一块分属领地，并且大多数

餐馆都还认真地派遣了上海籍经理在餐馆里随时督察，他们带动了整个店堂的服务热情，普及了上海式的殷勤服务。但同步地，一些对上海菜的改良也在悄悄进行着——炒菜里的大葱和蒜默默地增加，干煎带鱼被滚上了面粉，腌笃鲜里莫名地出现了蘑菇和莴笋，霉干菜烧肉变成了类似蒜泥白肉一样的薄片肉卷，颜色惨白地被摆在酱汁里，裹着一卷出处可疑的霉干菜……不仅是菜式的口味有所调整，并且菜量也有所减少，可能为了突出上海菜的精致吧，那一小碟的菜一小碟的肉都日渐消瘦，小到不能再小。说实在的，在上海的上海菜馆子里，虽然说不上巨盆巨碗，但菜量还都是可以让人吃饱了撑着的，到了北京的上海菜却一个一个都摆起谱来，一道菜挟两三筷子就没有了，装精致装过了头，是不是等同于唬人呢。相比之下，大型餐馆虽然有大型餐馆的优势，有时却反而不如那些执拗地开在胡同一角的小馆子供应的菜品来得实在。也许那些小馆子没有每日从江浙空运蔬菜鱼肉的条件，却有着十年如一日坚持做正宗南翔小笼包和鲜肉锅贴的执著。相形之下，是一样的可贵。

只要有上海菜，就让那些生活在北京的上海人有了精神寄托。初春去吃蚕豆和腌笃鲜，之后则有鲥鱼和六月黄，秋风一起就一定要捏到大闸蟹蟹脚的蟹腥味，冬天则要个蛋饺肉皮粉丝煲。可更多的时候，那些已经说惯了京片子的上海人需要的只是一盘红烧肉烧蛋加白饭，或者是丝瓜番茄面筋配咸肉冬瓜汤，就能打住他们对家乡的馋也似的想念。

A series of seven small, hollow circles are arranged in a vertical line on the right side of the page, with some circles slightly offset to the left or right, creating a decorative border for the title.

必须是最好的饭堂

中央商务区必须集中最昂贵最好吃的东西，何以见得？

我在北京的家就在传说中的“China Beijing Dabeiyao”，先生做金融，走十分钟去国贸上班，有时候他跟我诉说常规一天的工作安排——“一早上约了重要客户 X 先生在中国大吃早饭，中午和同事 Y 在地下一层的日本简易料理店边吃午餐边讨论下一步工作计划，下午老板说，出来一下聊点小事，一起去下面的星巴克买杯咖啡吧，晚饭当然要应酬，但是已经完全没有想法，夏宫？滩万？阿丽雅？结果这次的那位关键人物是川籍，那当然顺水推舟选在俏江南。”

听上去简直眼花缭乱，全是工作，可都脱离不开吃，并且吃完这顿又有那顿，很有食欲已经是奢望，但是至少要离办公室越近越好，东西越多变化越好，让客户觉得越有体面越好，服务生开发票越快越好。所以 CBD 在这方面必须是最好的饭堂——这个“好”字，有多好吃并不重要，但至少

要“看上去很好”。

有时候也怀念我的上班时光，上海也好北京也好，彼时也是活跃的CBD一员。每天中午，就像所有OL一样拿着钱包、手机和门卡，跟同事们一起结伴找食。我的工作并没有我先生那样时时需要充大佬请客，但自己的肚子也不能委屈。所以那段时间，将CBD以内所有名叫“商业午餐”的东西都吃了个遍，并且迅速总结出哪家最干净，哪家上菜最快，哪家放味精太多，以及哪家小妹最风骚。大众化的商业餐也是CBD重要一环——除了年末奖金，这是中央商务区小职员们每一天最心心念念挂住的事情，吃好了，一整天都神采飞扬，吃恶心了，一整天都有恶言八卦好讲，下次就联合所有同事撤离那家得罪了自己的店，好好报复一下它上次那碗上错了桌子还不肯退的扬州炒饭。

世界上别的CBD的伙食如何，我不清楚，但是我觉得中国大大小小的城市的CBD中，要数香港中央商务区这个饭堂最fancy。因为我在香港的好友大多是在中环的上班族，所以每次去那里游玩，顺便跟他们约饭，结果总约在最繁忙的CBD，最繁忙的午餐时间。每次临时这样一约，都要沮丧地放弃好几家很想吃的餐馆，但是奇妙的是，在失败了一两次后，每次也都可以找到有空位的餐馆，并且味道都令人觉得不坏。朋友颇有点炫耀意味地说：“就算每家都满也不要紧啦，至少我们还都可以吃镛记的便当。”我却忽然想到了麦兜里的桥段——如果只是为了每天中午都有腊味煲仔饭吃而到中环上班，那倒真不失为一个很好的上班的理由呢。

如今爱吃牛蛙的人一定已经忘记了自己小时候对吃田鸡这件事情的深恶痛绝。长辈买来洗剥干净的田鸡，炒一盆子放在桌上全家一起吃，小孩子总要到这顿饭的末梢才了解到：这就是青蛙。于是神经猛然警醒，耳畔浮现自然常识推广员的话：青蛙是益虫，大家要保护它。幼小的心灵顿觉自己受到了市侩的成年人的挑唆，谁又能想到在十几年，二十几年之后，自己也会成为一个蛙肉爱好者呢。

同样对蛙肉心存恐惧的是相当一部分的老外。尽管已经有了牛蛙这种肉鼓鼓且缺乏捕捉害虫能力的食用蛙作为替代品，西方人仍然觉得中国人在吃上真是无孔不入哪。不仅鸡鸭鱼肉一样不少，还要吃狗吃猫，之前流传的一直是吃蛇吃龟的奇闻，现在竟然连这小小的蛙都不放过。我的一个丹麦朋友到中国来的第一天，人家就请他吃清炒牛蛙，白生生的一盆子放在那里，他看得眼泪都要流下来了，说：“你们中

国人好歹有很多信佛的，喜欢说做人至高境界是善，怎么连这小小的蛙都要放在火里炒一炒拿来吃，这个蛙身上能有几两肉，能让你们觉得这么好吃！”旁人看他说得声泪俱下，只得吩咐服务生赶快拿将下去。而过了一年，再重新遇到这丹麦人，他已经学会自己跑去夜市吃麻辣牛蛙火锅，并且很熟知哪一家更鲜美，哪一家则习惯滥蛙充数，他对自己的骤然转变解释为是学到了中国人的“不固执”，那种善于与自己周旋的本事，在西方算是美德，但在中国，他说：“第一是美味，美味当前，怎能不心动。第二是不想让人笑我迂腐。”

蛙肉颠覆了许多人在餐桌上的贞操观，那是个事实。作为中国式垃圾食品来讲，水煮鱼、小龙虾、梭边鱼、鸭脖子，都是非常稀松平常的食材，唯有蛙肉却擦着了关于吃的道德边线，当男女老少举国上下一同将自己的馋嘴放在蛙身上的时候，大家都想要忘却美食主义者和环保主义者这两大阵营之间曾发生过的种种可怕的往事。比起之前斯文扫地的清炒牛蛙和辣得有些许蓬松的干锅牛蛙，荡漾兼潜伏在一片油腻腻红艳艳如火山岩浆般的馋嘴蛙一不做二不休地剥夺了很多人“不吃异物”的食物观。它的味道无疑比水煮鱼更浓郁，它的口感无疑比鸭脖子更细嫩，它的易吃指数也会比小龙虾梭边鱼更高，曾经只是点缀餐桌边缘的配角，现在则成为了人们食欲的直接指向。“今天想吃盆馋嘴蛙。”一时间餐桌上蛙跳片片，当然啦，我们是以会吃和敢吃闻名的中国人，而且我们一点都不喜欢迂腐。