

忙也好闲也好有茶就好，喜也罢忧也罢上饭就罢

茶饭书

李丹崖 著

北京工业大学出版社

CHA FAN SHU
茶 饭 书

李丹崖 著



北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

茶饭书 / 李丹崖著. — 北京: 北京工业大学出版社, 2015. 6

ISBN 978 - 7 - 5639 - 4304 - 3

I. ①茶… II. ①李… 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(2015)第 087593 号

茶饭书

著 者: 李丹崖

责任编辑: 曹 媛

封面设计: 刘 源

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编: 100124)

010-67391722(传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 大厂回族自治县正兴印务有限公司

开 本: 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张: 8.5

字 数: 160 千字

版 次: 2015 年 7 月第 1 版

印 次: 2015 年 7 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978 - 7 - 5639 - 4304 - 3

定 价: 32.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄回本社发行部调换 010-67391106)

序 言

吃吃喝喝，人生几何！

我常常喜欢拿这句话来劝慰朋友：该吃吃，该喝喝，有事别往心里搁；该饕餮时就放口，该品味时就享受。这世界，你不消磨生活，到头来，生活还是要消磨你的。

我说这话，有些人开始还不信，等到额头上逐渐爬满了皱纹时，他们就开始信了。生活的刻刀毫不留情地为我们刻画了年华的印记，人比草木，逃不开的是年轮，躲不掉的是叶落，我们能做的就是叶绿时茂盛一些，在花开时肆意一些。

清晨醒来的第一件事，我想的是：今天又是一场盛宴。我要整齐衣装，精神百倍地去赴约。要展现给众人的是我过得很好，我是一个幸福的人，把你们羡慕的眼光都投向我吧，我承载得起，我供养得了，我消化得掉。

午后，我会端起一杯茶，拿上一本书，听一盘 CD，不需

要听歌词，茶也不必太好，在阅读中老去，在书写中成熟，是我这辈子最大的梦想。

每一个晚间，我把我所吃到的每一个菜肴悉数讲给我的家人听。能做的我演示给他们看，不能做的，叫一单外卖也是个不错的选择，若是地域较远，索性携家带口去那份菜肴所在的城市，找一家小馆儿，坐下来慢慢享用。

一天，一月，一年，一生，都被快乐的时光铺满。

生活好比四季，每一个季节都有它的精彩；

生活好比剧集，每一集都有它的悬念。

在生活的春宴里，每个人都是饕客，享用当下，用昨天的勺子、今天的火焰，烹制明天的菜肴。

吃吃喝喝，人生几何？这不是消极的遁守，而是积极的进攻。饮食男女，人之大欲。你对生活没感觉，生活给你的，也只能是麻木不仁。

另外，为了让这本小书更加好看，本书中的图片，多数得到巴陵先生（美食部分）、马国福先生（茶部分）支持，再次，致以诚挚谢意。

是为序。



目录

第一章 绽放味蕾 / 1

排山倒海盘龙鳙 / 2

遭遇羊奶渣 / 4

澈汤 / 6

葫芦 / 8

徐州把子肉 / 10

黄毛丫头黄花菜 / 12

裹脚与方形西瓜 / 14

南瓜头 / 16

县衙与咸鸭 / 18

美食救我 / 20

豌豆馅儿 / 22

没有庞大的胃,也没有庞大的未来 / 24

臭名昭著惹人爱 / 27
米线为啥看不见米 / 29
很黄很黄的炒饭 / 30
从来故乡连着胃 / 33
羊蹄记 / 36
风烟俱净一碗粥 / 38
吃在皖地 / 40
烧锅 / 42
观音柳和淮扬菜 / 44

第二章 美味关系 / 49

稻田里养出来的美食 / 50
酱豆记 / 52
看见麻花想起了年 / 54
来世愿为种藕人 / 57
榴梿凶猛 / 59
麦冬 / 62
茅根 / 64
美味关系 / 66
那些在故乡吃过的虫子 / 68
南瓜这东西 / 70
难忘马齿苋 / 72

嫩姜 / 75

秋天,替一只梨子平反 / 77

石榴记 / 79

柿子记 / 82

外婆的杂面馍馍 / 84

莴笋记 / 87

小清新萝卜干 / 89

柚子记 / 91

芝麻很忙 / 94

第三章 美食当道 / 99

白吉馍人生 / 100

馓子:油锅里盛开的花朵 / 101

曹操与白菜饼 / 103

潮州砂锅粥 / 105

炒面椒 / 107

炒年糕里的人生哲学 / 110

吃剩馍与吃落昏 / 112

红薯凉了 / 114

荆芥外腰汤 / 116

辣你现原形 / 119

兰州拉面 / 121

没醉过,不足以谈人生 / 123

美食当道 / 125

人生当如雪里蕻 / 127

闪念创造美味 / 129

太和羊肉板面 / 131

头尾汤 / 133

做一碗汤也好 / 135

第四章 餐见生活 / 137

1982 年的那碗腊八粥 / 138

1989 年除夕的红薯稀饭 / 140

白饭 / 142

薄荷秋凉 / 145

北风紧,煨瓜笋 / 147

亳州炒凉粉 / 149

擦身而过一盘菜 / 151

“餐”见城市 / 154

锅盔里的快意人生 / 156

过屠门而大嚼 / 159

会说话的烙馍 / 160

绝处逢生见美食 / 163

榆钱可买千金笑 / 164

面条的心里住着惦念 / 167

荠菜香,荠菜甜 / 169

岁月是碗清汤面 / 172

陶炉近,风声暖 / 174

煨汤养年 / 177

香椿 / 180

一碗马糊天地宽 / 183

第五章 饭后茶事 / 187

别让水绑架了茶 / 188

茶间语 / 189

茶如舟 / 191

茶事 / 193

馋茶 / 195

吃茶去 / 197

粗茶一盏亦桃源 / 200

冷面草不冷 / 202

烹雪煮茶 / 204

唐煮宋点明沏泡 / 206

一盏茶的工夫 / 208

有茶的人生不孤寂 / 211

最美的自己在远方 / 214

第六章 浮生若茶 / 217

人生不过一杯茶 / 218

请我吃杯茶,我们磨磨牙 / 220

茶的身,云的心 / 222

听一盏茶香 / 224

闲适是一缕清丽的茶香 / 228

走,吃茶去 / 231

做壶与做人 / 234

茶汤纷纷 / 236

古拙的茶 / 238

苦丁:越苦越要盯着 / 241

盲茶 / 244

少妇出浴铁观音 / 246

瓜片瓜子瓜子脸 / 248

十二月风雪客 / 250

瘾 / 252

竹叶为什么这么青 / 255

旧事太冷,吃杯茶 / 256

弘一法师的拒绝 / 259

第一章 绽放味蕾

导语：

我逢着你时

生活就有了佐料

我牵你的手

院子里刚好有一朵花在开

我咧开嘴笑

心灵里绽放着一首名叫味蕾的诗

排山倒海盘龙鳝

五月里的一个周末，驱车 30 千米，跟随一帮“吃货”去沙土镇饕餮。也许你要问，一个乡镇上有什么好吃的？偏偏被你说着了，酒香不怕巷子深，美味多在民间，沙土镇最出名的不是别的，正是盘龙鳝。

正值百草丰茂的季节，这时候，从微暖的河水里捞出数十条鳝鱼来，在水里泡上几个小时，除却淤泥等污秽，再把鳝鱼浸润在酒水里，酒要高度，最好是刚酿出来的原酒，一能除腥味，二能消菌杀毒。半个时辰后，把鳝鱼再次捞出来，清洗一遍，拌上作料，整条地送进滚油里，稍事烹炸，就拿出来，置于孔小的漏勺上。在炸了一遍的鳝鱼上撒上一些诸如花椒、辛夷花、草果、孜然之类的香料，用滚油淋三遍，盘龙鳝就做好了。

这样做成的盘龙鳝，味道极香，口感极麻，一条条撕下来，肉质鲜美，如排山倒海一般的味道让你欲罢不能。据说，最有“肚量”的饕餮者能吃上七八条。

吃盘龙鳝，一定要胆大。鳝鱼多少和蛇有些相似，盘龙鳝多是整条地放在盘子里，横七竖八，看起来像是鳝阵，我有一

位同行的“吃货”，在吃完数条盘龙鳝之后，有一个形象的说法，先开始拿起盘龙鳝，战战兢兢，吃上一口，口水汪洋恣肆，一整条吃下来，有一种说不出的畅快感。

鳝鱼是补血益气的上品美味，可以清热解毒，还可除腹中寒气和胀气，鳝血还有止血的功效，另可以消滞，对消化不良也有疗效。吃鳝鱼多在夏季，十一二月鳝鱼就钻到河底的淤泥里，春天的鳝鱼尚在洞中，直至初夏才蠢蠢欲动，这时候，草木生发，鳝鱼鲜美、味甘、肉肥，是极致的美味。



可见，吃东西也要在对的时候，遇见对的事物，否则，徒劳而返，或是美味“名不副实”，吃不到畅快淋漓的感觉。

有人说，环境成就人，其实，生长环境也成就鳝鱼。最好的鳝鱼多饲养在池塘和稻田里，这样养成的鳝鱼，腥气极小，草香味重，肉质细腻，吃起来也与野生的鳝鱼大为不同。

鳝鱼是最善于变通的动物，它幼时为雌性，到了成年产卵以后，就成了雄性，如此性别变通，堪称动物界的奇迹。

那么，鳝鱼在哪个阶段最好吃呢？当然是幼年时，一是因为它好入味，腥味小；二是因为鳝鱼成年以后再吃恐怕对人的健康不利，过大的成年鳝鱼或携带毒素，吃了伤身。

情话说，让我遇见你，在我最美丽的时候。吃鳝者可以这样套用，让我遇见你，在你最年轻的时候。

食鳝者多是很会吃的“吃货”，初夏一条鳝鱼，疟疾与你不见，长留美味在舌尖……

遭遇羊奶渣

在亳州老城区西关吃羊肉汤，朋友执意要在汤里加一样菜，乳白色，稍稍泛黄，比豆腐要硬许多。我问朋友，这是什么菜。朋友说，羊奶渣。

羊奶渣是母羊被宰杀后，残存在母羊下腹的羊奶，已然结块。估摸着天下所有的母羊都有危机意识，知道给自己的后代备存食物，于是，才有了羊奶渣。

我不喜欢吃羊奶渣，总觉得有种怪怪的味道，似农家所制作的酱饼子，泛着淡淡的臭。朋友说，世间的诸多美食都是这

样：闻着臭，吃起来香。譬如臭豆腐，譬如臭鸭蛋，给肉也不换，也譬如羊奶渣。

吃羊奶渣，总让我想起一头羊的命运，想起自己的羊口夺食，想起那些或许还未被奶大的小羊们，此刻，不知在何处嗷嗷待哺。

朋友听了我的担忧，笑了，说我一块羊奶渣还吃出了悲悯。

我说，人是要有些悲悯心的，不然，何以谈善，何以谈同情心。



朋友不再言语，兀自吃着羊奶渣。我无心下咽，一碗羊肉汤也因为放了羊奶渣而剩下了。

餐馆老板看我吃不下，前来为我支招说，你就只当是蒙古人吃的奶渣饼就好了。

我吃过奶渣饼，是甜品，再说了，他的来源是牛奶，而非

真正的奶渣，异味就少了许多，我还是过不了这一关，就像我吃不了毛鸡蛋之类血肉模糊的食物。

餐馆老板再支招，你只需放下辣子，就可以了。

我放了辣子，还是对羊奶渣有所避讳，尽管一大桌子人都吃得挺欢。我挑出了羊奶渣，不管传说中它是如何香，然后，大口喝下剩余的羊汤，只觉得出了一身透汗。

遭遇羊奶渣，好半天放不下。

澈 汤

相比较河南的胡辣汤，我觉得安徽的澈汤更可谓汤中君子。不辣，却很发汗，不稀汤寡水，汤头很好，香味如排阵。多在早餐时吃，鸡丝如银条、麦仁似金豆、蛋花比彤云、胡椒堪比满天星，一碗澈汤，天地混沌都在其中。

皖北人不比南方，喜食面，汤极少喝，澈汤却例外。尤其是当你早晨漫步在皖北街市，一笼笼包子刚出屉，你进店坐下来，叫上一笼包子，老板会不声响地为你端来一碗澈汤，包子下肚，汤头一灌，已有微汗，饱满的精神和饱满的胃口支撑你开始一天的工作。

旧时的皖北人家养鸡，却舍不得自己杀食。每杀一只，