

吮指谈吃

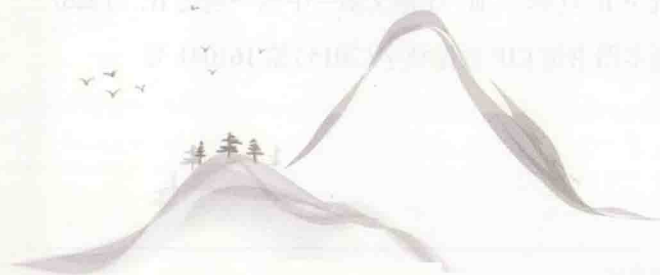
彭忠富◎著



北京工业大学出版社

吮指谈吃

彭忠富◎著



北京工业大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

吮指谈吃/彭忠富著. — 北京:北京工业大学出版社, 2015.8
ISBN 978-7-5639-4391-3

I. ①吮… II. ①彭… III. ①散文集—中国—当代 IV. ①I267
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 161041 号

吮指谈吃

著 者: 彭忠富

责任编辑: 杜曼丽

封面设计: 许彦新

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: 8.875

字 数: 167 千字

版 次: 2015 年 9 月第 1 版

印 次: 2015 年 9 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-4391-3

定 价: 35.00 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

时代的呼唤

——彭忠富美食散文集《吮指谈吃》

味觉是每个人的本体性特征，有着个体和敏锐度的差异，影响着自己对食物的鉴别和选择。人类对食物的感觉是种品味与咀嚼的过程，停留在脑海中的感知部分是记忆的苏醒和饮食习惯的保存，在再次遇到同类食物时能够唤起记忆的对比。

在世界各地，人们都在寻找最美味的食物。特别是东亚和东南亚地区，人们对美味食物的追寻达到了极致，得出的结论是世界上最美味的食物是妈妈的味道，也就是妈妈做的饭菜是最美味的，这里存留着美味的记忆和饮食的习惯。

在世界各地，因为物产种属、自然环境、气候条件、地域因素、土壤特色、饮食习惯、风俗民情、水质软硬等多种原因，形成当地各式各样的食物和各式各样的饮食传统习俗，其他的地域和人无法改变其传统或者渗透进新内容。

遍观中国菜肴，已划分有鲁、川、粤、闽、苏、浙、湘、

徽八大菜系，还有一些菜系因为区别不太明显，有融合和渗透，没有单独分列。随着饮食业共同发展壮大，华夏大地的菜肴划分片区的范围越来越精细，形成更多更细致的味道和菜系分支，逐渐演变为中国庞大的菜系支脉。

人们的物质条件逐步提高，生活水平不断上升，吃饱、果腹的时代已经过去，更多的是吃到美味可口的程度，达到精神的享受。国民谈吃、谈味已经成为一个全新的话题，并且公开化，不再隐避。

近年来，随着旅游业的发展、开发和推广，物产、饮食、特产等资源逐步被开发、重视，食材、调料、烹饪技法、器皿等资源被逐渐挖掘和深加工，并被系统推出，成为食客关注的焦点及美食爱好者追捧的对象。

韩国的《面条之路》，中国的《舌尖上的中国》、《中国美食探秘》等饮食纪录片的播出，对人们的影响非常巨大，形成一种来势凶猛的美食浪潮，其实，它已经在作家中诞生、蔓延，形成了旅游美食专栏作家和美食作家等诸多派系，他们人人谈吃、人人谈味，开阔了人们的眼界。

中国的美食爱好者越来越多，大体可以分为五种：一是食客，只求果腹，不求味道；二是吃货，纯正的吃客，遍地寻觅美食的人；三是食家，熟悉当地民俗文化，可以鉴别食物味道，知晓食材，会自我烹饪；四是文化食家，知晓中华食文化，游食九州，通晓民俗，徘徊于味道与文化之间；五是美食

家，通晓和传承中华食文化、食民俗，有敏锐的味觉功能，专业鉴赏各地美食，并诉于笔端，著书立说，以此为业。在我所熟悉的美食家中，也可以分为五种：一是食其地，其食域限于一块狭小的区域，熟悉某菜系的分支和当地文化；二是食其气，常在乎吃的排场和环境，纠结在餐桌与爱食人群之间；三是食其动，长期漫游世界各地，流动式地鉴赏各地的食物，得出一些结论；四是食其静，遍吃各大菜系，通晓各个菜系文化，吃出各个菜系的共同点和区别，可以细细辨别、品味；五是食其味，吃遍全国，能够用自己敏锐的味觉去品味各菜系名肴的具体味道，根据自己的味觉感知，给各道菜肴的味道下个定论。

近年来，我一直从事美食散文的创作和鉴赏，走遍全国各地，品味各类佳肴，学习、了解当地民俗、文化。我在从事美食文学创作的同时，还时刻学习、吸取全国各地美食名家的优点，关注全国各地的美食作家及其作品。四川的彭忠富是我比较关注的一位美食作家，他是绵竹人，我多次到成都、德阳等地考察饮食资源，都是沿着他的美食路线采集食物，吃到了无数的美食，也品味到天府文化和民俗。彭忠富在成都平原腹地生活了三十多年，其视野以川西平原为中心，辐射到整个西南地区。他对川西平原的食物进行了深入的挖掘和梳理，并制作了自己的食谱，有绵竹米粉、川北凉粉、军屯锅盔、罗江豆鸡、什邡板鸭、李庄白肉、孝泉牛肉、广汉缠丝兔、宜宾燃

面、彝家火塘坨坨鸡、中江挂面、洛带凉粉、眉山东坡肉、西昌醉虾、剑门豆腐、街子麻饼、回锅肉、魔芋烧鸭、棒棒鸡、宫保鸡丁、老鸭汤、灶糖、爆米花、三大炮、张飞牛肉、豆花、担担面、龙抄手等，可以堪称川菜食谱，受许多美食爱好者的追捧。

彭忠富最近整理了他的美食散文，并结集成《吮指谈吃》一书。全书从饮食的角度叙说着对亲情的眷恋、旅途的记录、童年的记忆、文献的考证、品味的过程、食物的制作和蜀文化的解读等，打开了沉闷的美食散文创作世界，开创了他自己的创作新路，为读者撑起一片天空。

彭忠富作为一位行者，一直在路上，与美食、美景相伴，一路走一路吃一路写。他努力发掘民间风味中蕴含的风土人情和饮食文化，注重色香味形、食材来源、保健功效和人文典故等资料的收集，给读者呈现出传统乡村的世俗生活，表达对父母养育之恩的感谢，抒发对滋养自己这一方水土的热爱。

在阅读彭忠富的美食散文集《吮指谈吃》时，你能暂时抛弃俗世的繁杂，进入陶渊明似的桃源，给自己的精神生活多些慰藉。

巴陵

（巴陵，原名方八另，湖南新化人，湖南省作家协会会员，知名美食旅游专栏作家。）

94 上海菜 / 上海菜

111 上海菜 / 上海菜

127 上海菜 / 上海菜

143 上海菜 / 上海菜

159 上海菜 / 上海菜

175 上海菜 / 上海菜

191 上海菜 / 上海菜

207 上海菜 / 上海菜

223 上海菜 / 上海菜

239 上海菜 / 上海菜

255 上海菜 / 上海菜

271 上海菜 / 上海菜

287 上海菜 / 上海菜

303 上海菜 / 上海菜

319 上海菜 / 上海菜

335 上海菜 / 上海菜

351 上海菜 / 上海菜

367 上海菜 / 上海菜

383 上海菜 / 上海菜

399 上海菜 / 上海菜

415 上海菜 / 上海菜

431 上海菜 / 上海菜

447 上海菜 / 上海菜

目录

绵竹米粉 / 1

甜水面 / 6

狗地芽 / 11

龙溪羌寨糍粑香 / 14

酱香 / 20

香椿 / 23

油菜薹 / 27

梨花情思 / 29

巢菜 / 33

青菜萝卜糙米饭 / 36

车甘蔗 / 40

青蒿黄韭试春盘 / 43

谁及我家冬笋香 / 46

端午是一曲哀伤的挽歌 / 49

凉芡粉儿 / 53

滋味米汤 / 56

相知有素 / 59

香芹 / 62

姨娘素食 / 65

荷叶粥 / 69

车前草 / 72

橘子红了 / 74

樱桃 / 77

藿香鱼 / 80

麻辣烫 / 82

折耳根 / 87

蒲公英 / 90

烤红薯 / 92

兰州拉面 / 97

缠丝兔 / 100

新疆烤馕香 / 104

彝家火塘坨坨鸡 / 107

东坡肉 / 111

泸沽湖畔草海醉 / 113

丽江的柔软时光 / 119

西昌醉虾 / 122
竹海山珍 / 126
遵义豆花面 / 130
魔芋烧鸭 / 134
兔脑壳 / 137
乡村年味 / 140
冬至饺子夏至面 / 143
泡椒鸡杂 / 146
石椅羌寨咿酒香 / 149
青稞酒 / 153
金银花开 / 156
盖碗茶韵 / 159
酥油茶 / 162
爆米花 / 165
缤纷糖果 / 168
陶醉锦里 / 171
炒蚂蚁 / 175
快意野炊 / 180
穿过肠胃的记忆 / 183
岳父的菜园 / 186
除夕偷青记 / 189
腊八粥 / 192

老婆烧菜 / 195
爱情如筷 / 198
相濡以沫 / 200
饥来吃饭倦来眠 / 203
楼顶菜园 / 205
遍地炊烟 / 208
中秋月 / 211
五凤花生 / 214
康定溜溜的城 / 219
红酥 / 224
阆中河粉 / 227
米椒兔 / 234
茄饼 / 236
百味消融火锅中 / 240
豆腐乳 / 247
桃坪羌寨 / 252
南怀瑾的川味情节 / 258
柴火鸡 / 262
锅盔 / 264

绵竹米粉

南方人吃米，北方人吃面，自古亦然。然在中国，因为地域千差万别，米和面也衍生出许多经典吃法来。面有面条，米有米线。米线，顾名思义，像棉线一样细长，柔软，只不过是用大米为原料制作出来的。米线最出名的，就是云南的过桥米线，据说是秀才娘子首创的，我在成都尝过一回，跟想象中的还是有较大落差的。

走遍天南海北，我最喜欢吃的还是家乡绵竹的米线。家乡绵竹，以竹为名，与攀枝花类似，绵竹也是一种植物，禾本科，和水稻差不多，开花后也会结出竹米，只不过这时候竹子就死掉了。楠竹、斑竹和慈竹在家乡农家的房前屋后可谓遍地皆是，反而是绵竹非常罕见。过去在市委大院大门两边各有一笼绵竹，后来却不见踪影了，据说移栽到公园去了。只是我在公园里也无缘得见绵竹踪影，反倒是杜甫咏绵竹的诗碑，倒是日日所见。诗云：“华轩蔼蔼他年到，绵竹亭亭出县高。江上舍前无此物，幸分苍翠拂波涛。”杜甫客居成都时，曾到绵竹拜访好友县令韦续，求得几笼绵竹，估计移栽到浣花溪畔的杜甫草堂去了。可惜这首诗知名度不高，不然倒是绵竹很好的广

告词了。

绵竹之所以出名，一是因为绵竹年画，二是因为剑南春，三是因为汶川地震。地震期间，小小的绵竹县城，一下子涌来近十万外地务工人员 and 援建者。两三年后，他们离开了，让他们深深怀念的，一定有绵竹米粉。因为他们的肠胃，已经适应了绵竹饮食，而米粉就是绵竹饮食中的重头戏。除了米粉，还有苕粉，二者的区别就在于一个原料是大米，一个原料是红苕。如果叫绵竹米线，反倒有些不伦不类的。

因为尽享都江堰水利枢纽的灌溉之利，旱没有旱过，涝没有涝过，绵竹早已成了“稻米之乡”。糯米可以用来酿醪糟，过过酒瘾。而大米除了做饭，要改善胃口的话就数米粉为最佳衍生品。绵竹人好吃，在川内颇负盛名。以早饭为例，因为夜生活丰富等原因，上班族爱睡点懒觉，早晨洗刷一番就直奔米粉店就餐。

米粉店遍街都是，以我居住的这条街道为例，仅仅五百多米长，就有九家米粉店。米粉为主占据半壁江山，兼卖稀饭、馒头、小笼包子、油茶和面条等。每天早晨天刚麻麻亮，米粉店就开门了，烧开水、收拾桌椅、熬制老汤、浸泡米粉和准备其他的食物，老板忙得团团转。米粉都是当天早晨从作坊里送到店铺来的，装在大筲箕里，至少七八十斤（1斤=0.5千克），加工后可以卖掉成百上千份，因此利润极高。绵竹米粉用大米做原料，将米磨成粉，煮成半生熟，压榨成圆条粉丝，

经过漂水，然后搓揉成团，进行二次蒸粉、烘干制成。它较各地的米粉更细圆，更易入味，细嫩爽滑，入口即化。按制作方法还可分为生浆粉与熟浆粉。熟浆粉经过发酵工序，易于消化，有特殊的风味，但不易保存，通常是当天生产、当天消费，绝不留到第二天。因此正宗的绵竹米粉难以长途贩运，只能在绵竹及周边地区有，这应该是绵竹米粉的遗憾了。



早晨七点半左右，米粉店就开始上生意了。家家米粉店都门庭若市，没有三四个人根本应付不了，这个也在喊，那个也在喊，老板忙得晕头转向，钱都收不过来。食客大多数就住在

附近，竞争激烈，老板一个也不敢得罪，因而尽管一碗米粉不到十块钱，小生意，老板也得陪着笑脸。米粉店小小一间门面，七八米长的进深，简单一隔，就形成了操作间和就餐区。就餐区通常会摆上五六张长条桌，每桌可坐四五人，桌上的瓶瓶罐罐内，装着盐巴、米醋、酱油、辣椒油、葱花和茼蒿，食客根据自己口味大小，任意添加。讲究点的店铺，会添置台消毒柜，碗筷都在柜子里放着，以示消毒。操作间里，一口开水锅永远都是热气腾腾的，系着围裙的师傅手持竹编锥形捞箕，根据食客所说的一两或者二两，在一个大木桶里，将冷水浸泡的适量米粉捞起来，放在捞箕里，不断地在开水锅里按下去又提起来，如此反复几遍，米粉就冒热了，可以吃了，然后倒在大小不一的汤料碗中。

汤料是绵竹米粉的灵魂，一家米粉店能否经营下去，全靠汤料味道的好坏。汤有清汤和红汤之分，清汤是不加辣椒油的，红汤要加辣椒油。作为不怕辣的绵竹人，一般都是选择红汤的，但是有些小孩、女士和老人，因为身体原因，会选择清汤或者清红汤（少放辣椒，加菜油）。因此在绵竹米粉店里，你经常会听到食客这样点餐：“三个二，一清一红一红重，牛肉。”初来乍到的外地人是听不懂的，这就像江湖黑话，习惯了就明白了。所谓“三个二”就是三个人都是二两大碗，“红重”就是辣椒油多放点，而“牛肉”就是米粉的臊子了。因为臊子，米粉名称变得多姿多彩，例如肥肠粉、牛肉粉、笋子

粉、羊肉粉、蹄花粉、鸡汤粉，等等。这些臊子都是提前炒制好的，放在冰箱里备用。而米粉好吃关键与否，还跟老汤有关。在米粉汤料中，都会添加一小勺老汤，老汤是用鸡骨架、猪腿骨、老姜等熬制而成的，可以让一碗普通的米粉变得格外爽口，美味可口。

食客随吃随走，节奏快，米粉店里永远都是人头攒动。从走进店铺点餐，到一碗米粉端在你面前，通常不会超过五分钟。米粉在汤碗里任意地缠绕着，淹没在泛着油光的椒红色汤汁中，臊子、葱花和芹菜粒就那样散淡地盖在上面，红绿相间，赏心悦目。用筷子将米粉轻轻搅动，拌匀佐料，那种扑鼻的香味立刻就在你的舌尖缠绕，恨不得舌头打个结。食客吃完后，有些连汤料也会喝得干干净净，暖胃暖心，真有酣畅淋漓之感。喜欢喝早酒的，还会要上二两泡酒就着米粉喝下去，于是一天的生活都变得丰满起来。

绵竹城乡，到处都是米粉店，最为著名的有史羊子米粉店，专卖羊肉粉，一年四季都得排队；还有麦香园，几十年的老字号了，先在收银台交钱买牌子，不同的食物有不同的金属铭牌。牌子交到师傅手边，就在操作台上一字排开，然后按先后顺序端出来，别有一番情趣。

甜 水 面

多年以前就听过甜水面的名号了，老婆和女儿特别爱吃。每天下午四点过后，巷子里就会传来一个女人的吆喝声：“凉面，甜水面，酸辣粉哦……”四点左右，离中午已经有些时辰，肚子属于半饿状态，可以吃也可以不吃。女人推着一辆三轮车慢慢地从巷头走到巷尾。她的吆喝声跟唱歌似的，很有韵味，不想吃的邻居也会围上来，跟她打声招呼，拉拉家常。这是一个缘很好的人。

永远吃不饱的就是那些小孩子们，女儿就属于这样的人之一。放寒暑假时，女儿待在家里写作业，一听见女人的吆喝声，她就坐不住了，磨磨蹭蹭地跑到我面前来：“爸爸，我想吃甜水面！”或者说：“爸爸，我想吃酸辣粉！”如果我不答应，她就拉着我的手臂使劲摇晃，让我做不成事，不胜其烦，当然只能满足她的要求了。“好吧，给你五块钱，自己去买吧！”女儿拿着钱，飞也似的开门跑出去：“阿姨，等一等。我要吃甜水面！”坐在书房的窗前，我都能看见女儿兴高采烈的样子。

有了主顾，那女人就停好三轮车，开始在车上忙活起来。