

饕餮兽的
进化之书



Die Nudel: Eine Kulturgeschichte mit Biss

面食之书

来自厨馆与作坊的全球面文化现场报道

[瑞士] 克里斯多夫·纳哈特◎著 李中文◎译

探寻藏匿世界各地独一无二的面食和这些美味背后的故事

美食评论家胡天兰、洪震宇、陈淑华联袂推荐



四川文艺出版社

面食之书

来自厨馆与作坊的全球面文化现场报道

[瑞士]克里斯多夫·纳哈特◎著 李中文◎译



四川文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

面食之书 / (瑞士) 纳哈特著 ; 李中文译. — 成都:
四川文艺出版社, 2016. 5
ISBN 978-7-5411-4288-8

I. ①面… II. ①纳… ②李… III. ①面食-文化-
世界 IV. ①TS971
中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第071233号

Die Nudel: Eine Kulturgeschichte mit Biss

by Christoph Neidhart (Autor), Günter Mattei (Illustrator)

Copyright ©Deuticke im Paul Zsolnay Verlag, Wien 2007.

Simplified Chinese language edition arranged with Deuticke im Paul Zsolnay Verlag,
Through jia-xi books co., ltd, Taiwan.

Simplified Chinese edition copyright:

2016© Shang Shu Culture Media Co.,Ltd

All rights reserved.

著作权合同登记号 图进字: 21-2016-141

MIAN SHI ZHI SHU

面食之书

[瑞士] 克里斯多夫·纳哈特 著 李中文 译

特约策划	贾渝倩
责任编辑	奉学勤
封面设计	谭 丽
内文设计	黄 茜
插画作者	君特·马太

出版发行	四川文艺出版社 (成都市槐树街2号)
网 址	www.scwys.com
电 话	028-86259285 (发行部) 028-86259303 (编辑部)
传 真	028-86259306

邮购地址	成都市槐树街2号四川文艺出版社邮购部	610031
印 刷	重庆市白合印刷厂印刷	
成品尺寸	147mm × 210mm	1/32
印 张	10	字 数 200千
版 次	2016年9月第一版	印 次 2016年9月第一次印刷
书 号	ISBN 978-7-5411-4288-8	
定 价	48.00元	

版权所有·侵权必究。如有质量问题, 请联系更换: 023-65832812

目 录

导 论

四千年的全球化——面食的旅行 / 3

第一章 面食文化的九个现场

餐盘上的自我认同——“意大利人离谱的宗教” / 21

现在来品尝一下——西安的拉面 / 33

中亚的多元文化——杜尚别的拉格曼 / 49

菜单就叫思乡病——首尔的冷面 / 59

俄式面食——莫斯科桑拿浴里的培米尼 / 69

对女公爵的中伤——乌拉赫的毛尔塔申 / 79

早餐的成见——越南的河粉 / 91

儿童餐点、安慰食品——罐装意大利面 / 103

面食使人快乐？——日本的年越面 / 115

第二章 没有小麦就没有面食

文明的发芽——一种青草的学问和历史 / 127

小米和小麦——中国的农业 / 141

肉类及小麦——自然与文化 / 147

第三章 欧洲

那不勒斯的面干——巴洛克时期的快餐 / 159

揉面棒和制面机——波斯基亚沃的精益求精 / 177

面条、教皇与贵族——热那亚的面食 / 187

鸡蛋面与面肠子——阿尔萨斯和德国人的贡献 / 203

帕尔玛的百味来——面干的全球优势 / 217

第四章 亚洲

江户时期的荞麦面——日本都市兴起时的面条 / 231

丝绸之路和小麦路——面条路和筷子路 / 243

猫耳朵与剔尖——山西上千种面 / 257

面点的记忆——北京狗不理包子 / 269

拉面热——新日本之新面类 / 281

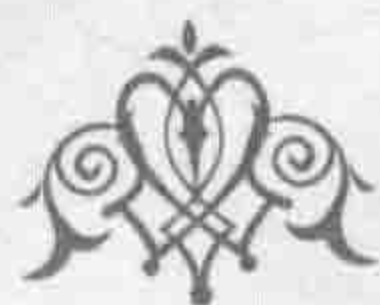
第五章 更上一层楼的面食工艺

我们全是都市来的——广州的点心 / 297

致 谢 / 307



导 论







四千年的全球化 ——面食的旅行



面食带来惊喜。从欧洲搭飞机到东亚，在经过西伯利亚或中亚的某处时，我们就会有一杯方便面。在经过太平洋飞往美洲的途中，一过国际日期变更线，马上就会有这道餐点。

它从四面八方、千里迢迢来到中国和日本。

我们在窄小的机位上挪动，想方设法小睡一下。好不容易才打起瞌睡，邻座的人又要借过。我们坐得不太安稳，但是情形一成不变：我们试着读点东西，却只能随便翻阅而已，直到面汤的香气开始刺激我们的鼻子。肉、洋葱和酱油的气味，盖过了许多疲倦的人所形成的混浊空气，至少是暂时的。空乘人员分送一杯杯冒着肉汤蒸气的面点，以及筷子或塑料叉子。杯子里的黄面条浸满汤汁，闻起来好像置身在品位不高的大厨房里。我们随遇而安，用筷子夹起面条和半硬不软的菜料，再啜一点面汤。接着躺回靠背，那肚子里舒适的暖意，增添了我们几分睡意，直到又有人要借过为止。

当筷子伸进面杯的时候，所碰到的不仅仅是世上最畅销的餐点——根据 2005 年的统计，人类一年消耗 850 亿份的泡面，



平均每个人（包括婴儿和爱斯基摩人）用掉 12 杯，据说 2010 年还会达到 1000 亿——而且，这是四千多年食品历史中环环相扣的一步。

我们在丝绸之路上面的高空中，循着这段历史的踪迹移动。早在几千年前，面食大概就已经从近东传到中亚，再从中亚进入中国。相较于在意大利，面食在东亚可说是更早、更深入百姓文化。

日本人甚至把丝绸之路叫作面路。

而马可·波罗则从反方向，把这个讯息经过丝绸之路首度带回欧洲——中国人也在吃面条和面点。

早在不可考的年代，面食就可能在当今的伊拉克、叙利亚或阿富汗，作为出门在外的人填饱肚子的食品，同时也跟着流传。根据一项受到争议的说法，近东的游牧民族在横越荒漠时，随身携带面团作为口粮。根据比较明确的证据，当阿拉伯人从东方侵入地中海时，也把自己的面点带入西班牙。

信奉伊斯兰教的西西里岛——巴勒摩有 300 座清真寺——可能是欧洲头一个生产并出口意大利面干的地方。位于利古里亚海岸的港都热那亚，早在中古盛期就有意大利面出口。这种长条的细面叫作垂亚（tria），是这个贸易城市的特产。在罗马、比萨和波隆纳的制面师傅之多，甚至可以组成自己的行会。而生产意大利面的重镇当然是那不勒斯——它那干燥后的通心面成了意大利面干的模型，这就是今日世界各地所谓的意大利面。

面干比较耐保存，算是史上头一种经过加工而可以大量外

销的食品。意大利面在意大利原本是高级料理，后来也传入社会各阶层，尤其是都市里的阶层——但面条并不是源自都市，而是从贵族和主教的厨房来到街上的。从巴洛克时期（Barock）¹开始，在那不勒斯街上常常可以看到流动的通心面摊位。而那不勒斯人徒手吃面的模样，也让来自北方的外地人感到惊讶。

大约在三十年战争²期间，面条越过了阿尔卑斯山，进入阿尔萨斯³，而面条也因为干燥技术的缘故，变得更加耐放。据说，意大利士兵携带面干作为口粮，后来还在阿尔萨斯进行制作。阿尔萨斯的面包师偷学了这项技艺，并在不久之后，把鸡蛋拌入面团。

另一个面食大国——中国，拥有至少四千年的面食历史。在有“中国的庞贝”⁴之称的青海省喇家村——这个村子在四千年前被地震摧毁，大水淹没后逐渐结冻——2005年10月，考古学者发现了50厘米长、3毫米宽的面条。这些面条就在裸露的岩层里面，从照片上看来，就像前一天才吃剩的呢。

中国最早提到面食的文献，是在汉代（公元前206年—公元220年）。根据头一位来到中国的外国人，日本僧侣圆仁的报道，面条和含馅的面点已经是日常食品。日本人袭用了中国的文字、思想、佛教和儒学——以及不少百姓文化——包括面食，这在一开始是僧人和贵族的餐点。

1. 译者注：17世纪至18世纪前半叶。

2. 译者注：1618年至1648年。

3. 译者注：在法、德、瑞士交界地带。

4. 译者注：亦即被湮没的古城。

面食在日本就和在意大利一样，在不同的社会阶层之间流传。在江户（Edo，1603 年 - 1867 年）时代，面食成了城市大众的餐点，尤其是在快速成长的江户，也就是当今的东京。城里到处都是流动的面摊，沿街叫卖他们的东西。这种景象和差不多同时期的那不勒斯相仿。这种流动摊贩也卖荞麦面。由于荞麦面比小麦面或米饭便宜，于是成为“平民百姓简单的一餐”，尤其是从乡下拥入这个急剧成长的大都市之劳工。

这种发展在 20 世纪的蓬勃年代不断重现，尤其是在二次大战之后，上百万人因为战后重建而拥入大都市时。他们在面店里站着吃面：越来越常见的是拉面。这是日本比较新式的面食，如今成了忙碌的单身者典型的餐食。1958 年，日本人安藤百福开发了生产快餐拉面的技术，如今则成为飞越西伯利亚的空中巴士当中，我们狭窄座位上的餐点。方便面，乃是面食制造商对于微波炉和速溶咖啡的响应，是口感对便利性的投降。不过，这种普通的口感已经足以缩短旅客在长途飞行时的感觉。

乘客在隔天晚上会很难入睡：在长途飞行之后，许多投宿在东京、大阪、首尔、香港、上海、北京或台北旅馆的人，尽管非常疲累，神智却都相当清醒，生理时钟还没调整过来。他们翻来覆去，时而打开、时而关上电视。要么打开小吧台，要么去到 Convini，也就是 24 小时便利店。在中国——包括台湾地区——和韩国，也是很早就有了这种 24 小时便利店。

面食也从中国传到韩国、缅甸，后来更传到泰国、越南和印度尼西亚。蒙古人把它从中亚带到俄国，尤其是西伯利亚。

同时，各国发展出自己的特色面点，比如韩国有荞麦制成的可以冷食的冷面，越南有早餐面点汤粉。有的还成为自己国家的象征呢，此外，面食也已经成为都市一般居民的日常食品。

欧洲移民首先把面食带到北美洲。从 19 世纪开始，则有中国、接着有日本的移民，在最后十年则有韩国和越南的移民。于是，在美国的大都会形成了中国城和小意大利的种族聚居区。他们的餐馆会为乡亲烧家乡菜，同时还具有情报交换中心、邮局、银行和旅行社的功能。不同国籍的人很少来到这样的地方——他们并不受欢迎。只有少数菜式脱离了新世界的这个种族环境，其中有一些，比如比萨以及意大利面，竟通行全球。

美国有一位制作面食的特殊人物——也许是美国头一位——并不是来自意大利的移民，而是美国第三任总统托马斯·杰斐逊。他在巴黎当大使时，爱上了意大利的通心面，这在 18 世纪时相当流行。由于在美国并不普及，他就从意大利订了一部制面机，自行加以改造，为自己的宾客提供自制面条。

就传统来讲，一般人，尤其是农人和平民，对美食并没有太大的好奇心。直到大众旅游流行起来，德国人和北欧人到亚得里亚海度假时，异国的，尤其是意大利人的菜式，才开始流行。这些人在返乡之后会闯入“意大利人的店”，这是在某些城市很早就有的、给外籍劳工的酒馆。如果有的话，菜单是意式的。这种酒馆对劳工乡亲乃是聚会的中心，也是回味家乡菜的所在。

为了这些返乡的旅客，开设糕点店以及越来越多的意大利餐馆，他们的客层主要是德国或瑞士中产阶级的客人。于是形

成了一种虚拟的观光旅游——大家上意大利餐馆，仿佛是到外地度一个晚上的假。

长久以来，也有两种来自亚洲并非纯正中式的料理，春卷和酸甜酱，成为世界各地最多元厨房的菜式之一。如今，亚洲的面食也是大行其道。欧美的亚洲餐馆里，许多客人可能并不打算到亚洲旅游，盘子或面碗里的寻奇对他们已经足够。这些吃遍世界各地美食的人，并不想为了飞越丝绸之路，在 1000 米高的飞机座椅上，忍耐 12 个钟头；而是只想在中午时分到越南远足，回程时桌上有一杯意大利浓缩咖啡，晚上再到印度餐馆小聚。他们环游世界——但完全不必忍受飞行的时差。

反过来说，在许多国家，尤其是在乡下，都可以碰到这种人，他们认为他们的饮食只适合像他们这样的人，而且直到今天还保有这样的看法。在亚洲，饮食方面也有天真的种族主义。不少日本人没办法设想，欧洲人会吃生鱼片。而会用筷子的西方人也常令亚洲人感到惊讶。

除了语言之外，饮食也算是民族身份的最初象征，如今其效力还强过宗教、风俗，或是平日不再有人穿着的服装。民族性算是一般人所加强的建构，也就是照着所属民族的方式去说话、行为、穿着，乃至饮食——在意大利是意大利面，在日本是米饭。此外，不少民族也都乐于相信，他们民族的料理可以追溯到有史可考的发端。所以烩饭几乎就和意大利面一样是“意式的”。而日本既是米食也是面食的国家，虽然烩饭对意大利人的民族性，与面食对日本人的民族性之间并不相干。

当外地来的人品尝时，主食也就成了名菜，例如通心面即是如此。面食对那不勒斯人来讲，素来就好比马铃薯对德国人一样的平常。不过，这种家常食物对外地人来讲倒成了特色。因此，北意大利人很早就把那不勒斯人谑称为“吃通心粉的”，后来操瑞士德语的人也把来自意大利的流动工人叫作“嗑意大利面的”。在意大利居留的西方人被称为“意大利面西方人”，和意大利帮派有关的话，叫作有“意大利面关联”。如今，各民族还用饮食来分别彼此。荷兰人被叫作“吃奶酪的”，匈牙利人被叫作“嗑辣味红烧牛肉的”。英国人反过来把德国人叫作“酸白菜”，我们西方人则被中国人叫作“嗑面包的”。没有哪个欧洲人会想到，面包竟是我们（德国人）的名菜。

真是奇怪，一方面，我们不断超越自己的文化疆界，在饮食上环游世界，另一方面却取笑别国人的饮食习惯。身为观光客的我们探求异国的东西，却在它突然跨入我们的领域，或是尝起来并不格外美味时加以排斥。此外，我们也把异国的菜式弄淡，直到它们普及为止：比如春卷、比萨和意大利面，甚至方便面。

国民菜要么是宴席菜、珍馐佳肴，要么就是相反的东西——通常是从莫须有的民族原味底部挖掘出来的农民菜。它们在烹调上蛮费工夫的，表示这一顿的意义重大，以及厨师对来宾和自己民族的尊重。话说回来，国民菜一般都很油腻、难准备，食材通常少有、不易取得。所以说，很少有民族把面食当作自己的国民菜。

面食太平价，太容易取得，世界各地都有；如果是面干就容易保存，也容易烹调，通常只要加上一种简单的酱汁，不需精心料理。所以面食绝不会是高档的菜式。它们在菜单上顶多算是轻歌剧，太过直接、平淡，大家都喜欢面食。享用时并不需要什么唯美的想象。就算威尔第和罗西尼¹表明自己是意大利面迷，也是没什么帮助的。反倒是具有唯美倾向的歌剧迷——比如莫扎特、理查德·斯特劳斯和阿尔班·贝尔格²的戏迷，有时还会嫌罗西尼和威尔第不够味儿。

事实上，那不勒斯通心面及其在亚洲的大部分亲戚正逐渐壮大：成为类似小吃或快餐——但并不像当今快餐那样油腻、太咸和太甜——快速简便的餐食。

至于自19世纪开始影响欧洲美食的美食精英，对面食并没有太大好感。

法国一位对经济学和心理学颇有研究的主厨克里斯蒂安·波丹，在他的《品味地理政治学》一书中，把这种精英形容成是“利用写作来反叛当时贵族的菜式”。法国大革命之后，这些“美食家兼作家”失去了职位，所以不得不在当时巴黎出现的餐馆掌厨。他们在新时代第一批美食评论家的支持之下，以具有教育意义的方式，把他们的客人，得势的中产阶级——今日所谓的新富阶层——带入繁复的贵族料理。作者们在大众期刊上（这

1. 译者注：威尔第、罗西尼，意大利歌剧家。

2. 译者注：莫扎特、理查德·斯特劳斯、阿尔班·贝尔格，奥地利作曲家。

也是前所未有的)教导与自己地位相称的适当饮食,而主厨们也会照着期刊上所写的去烹调。

百年之后,美国也重复了这个过程。当时在俄国和中国也有“合乎自己地位的正确饮食”出版品风潮。这在德国至今不曾退潮。美食评论家以品味大师的姿态进行评价、赞扬、指责,尤其是解说。

他们会谈论特定的流行食材,比如覆盆子醋,并贬抑其他东西,如动物内脏、马铃薯、碳水化合物等等。不过,与其说这关乎品位,不如说是对某精英阶层的归属。他们的料理美学是为美食主义者服务的,以区别一般人。他们总比大家先知道,吃螃蟹要怎样才优雅,对于虾子、小牛头和覆盆子香醋要用什么油来调理——用榛子油。还有就是搭配什么酒喝。

在原产地那不勒斯,只用油和干酪来调味,并直接用手抓着吃,那会是什么滋味呢?再者,就是加上一瓶佐餐酒。这些美食天王特别推崇松露、鱼翅、鳕鱼乃至一些珍贵而有时不易料理的佳肴,仿佛胃口太好的饕客会囫囵吞下这种稀有品似的。以前有过遥远外地的珍品——所谓的殖民地农产品——甜橙、石榴,以及上流阶层才得以享用的异国香料。在圣彼得堡伊丽莎白女皇的餐桌上常常会有菠萝,这在18世纪乃是奢华、时髦和阅历丰富的象征。在俄国,凡是能吃到菠萝的人,法语也都很流利。

自19世纪末法式料理来到北美以后,就成了这里大都会上中层阶级独享的料理,而外交人员的标准菜式则传遍世界,甚