



DON'T LET

DELICACY AND LOVE PASS BY



林
依
轮

别让
美食与爱
擦肩而过

别让美食与爱
擦肩而过

林依轮 著

DON'T LET

DELICACY AND LOVE

PASS BY

图书在版编目 (C I P) 数据

别让美食与爱擦肩而过 / 林依轮著 .-- 武汉: 长江文艺出版社, 2016.12
ISBN 978-7-5354-9245-6

I. ①别… II. ①林… 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 (2016) 第 266425 号

别让美食与爱擦肩而过

林依轮著

选题产品策划生产机构 | 北京长江新世纪文化传媒有限公司

选题策划 | 金丽红 黎 波 安波舜

特约策划 | 张钰良 许 菲

责任编辑 | 张 维 装帧设计 | YUNYARD 熊 琼 媒体运营 | 刘 峥

助理编辑 | 赵晨阳 责任印制 | 张志杰 法律顾问 | 张艳萍

总 发 行 | 北京长江新世纪文化传媒有限公司

电话 | 010-58678881 传真 | 010-58677346

地址 | 北京市朝阳区曙光西里甲 6 号时间国际大厦 A 座 1905 室 邮编 | 100028

出版 |  长江出版传媒  长江文艺出版社

地址 | 湖北省武汉市雄楚大街 268 号湖北出版文化城 B 座 9-11 楼

印刷 | 北京盛通印刷股份有限公司

开本 | 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印张 | 13

版次 | 2016 年 12 月第 1 版

印次 | 2016 年 12 月第 1 次印刷

字数 | 40 千字

定价 | 48.00 元

盗版必究 (举报电话: 010-58678881)

(图书如出现印装质量问题, 请与产品策划生产机构联系调换)

目录

THE
CONTENTS

Part 1。 梦开始的地方 01-21

1.	22	3.	27	5.	33
夏威夷生鱼拌饭		生牛肉塔塔		法式烤鸡	
2.	24	4.	30	6.	36
三色藜麦沙拉		法式青口		盐焗海鲈鱼	

7. 帕马森意大利面 38

8. 战斧牛排 42

9. 番茄冷汤 44

10. 泰式椰浆咖喱鸡 48

Part 2。 餐桌上的仪式感 51-67

1. 广式炒饭 68

4. 手撕鸡油葱花饼 78

7. 广式白切鸡 86

2. 牛肉焖馓子 71

5. 打卤面 80

8. 炆拌三丝 88

3. 新疆大盘鸡 74

6. 蜇皮海米白菜心 83

9. 肉皮冻 92

10. 五香熏鱼 94

Part 3。 传承与家宴 97-117

1. 传统素八珍 118

4. 糟熘鱼片 126

7. 顺德双皮奶 134

2. 面筋塞肉煲 120

5. 酱方肉 129

8. 香菇滑鸡煲 136

3. 蛋饺 124

6. 贵州酸汤鱼 132

9. 宫保虾球 138

10. 香煎牛仔骨 142

Part 4。 不忘初心 145-163

1. 辣酱茄子 164

3. 辣酱烧小龙虾 169

5. 海鲜伊面 175

2. 辣酱凉面 166

4. 辣酱干煸四季豆 172

6. 水果烤排骨 178

7. 扒鸡蜜柚沙拉 180

8. 罗勒翡翠虾 183

9. 三杯蟹 186

10. 黄瓜皮炒松板肉 189

Part 1。

梦 开 始 的 地 方

DON'T LET

DELICACY AND LOVE

PASS BY





1989年，是我来到广东的第二年，在过去的两年中，虽然怀揣音乐梦想，但也只不过是跟着唱片公司的演出团到全国各地去演出，并没有出过唱片，没有人会认识我这个毛头小子。那时的我完全不懂得思考真正的人生规划，对于未来，我的头脑一片空白。

这时候有朋友找到我，打算拉着我一起去国外赚钱。那时的自己年轻不懂事，更没有眼界可言，面对出国这样的机会来临，我几乎没怎么纠结便同意下来。在那样一个资讯匮乏的年代里，大部分人对外面的世界并没有太多了解，更不清楚哪些国家有钱，哪些国家没钱，只觉得出国是一件很高级的事情，只要你肯努力，一定能在国外赚到钱。但我与大多数出国的人所不同的是，他们恨不得往北美、欧洲跑，而我却去了遥远的玻利维亚，因为我那个朋友只能办成去那里的出国手续。

如今看来，这样的出国简直就是当代的卖猪仔，自己花钱把自己卖出去。几千块美金的手续费，往返机票又花了两万四千港币，光为这事就找家里借了四万多块钱。在万元户的时代里，这真是个可怕的数字。

去往玻利维亚的旅途是漫长的，从中国去往这个遥远的南美洲

国家，乘飞机需要四十八个小时才能到达，旅途极其疲劳与乏味。我们要先飞到香港，再从香港飞到日本，从日本飞到美国，从美国飞到巴西，从巴西飞到秘鲁，最终从秘鲁飞到玻利维亚。到了那里之后，我才发现原来国外也并非想象中那样美好，以前常听人说国外遍地是黄金，可玻利维亚这地方，除了遍地的平房以外什么都没有，甚至连一座高楼都见不到。如果生活在玻利维亚的首都拉巴斯，则更是一件具有挑战性的事情，那里海拔四千米，这可不是一般人能够适应的。我所在的圣克鲁斯还算一个比较好的地方，它是玻利维亚的第二大城市，欧洲移民比较多。二战的时候，有很多欧洲人逃难去往那里，二战结束以后，德军的一些纳粹将领也逃了过去。当地的华人中只有一些台湾人，后来1997年之前还有一批香港人也移民到了那边。但在我去的时候，那里基本上没有几个大陆人。

那时候的我没有什么常识，天真地以为只要出了国，便可以随意去往任何一个自己想去的国家，玻利维亚只不过是一个中转站。可后来我才发现无论再想去哪里，都要重新申请签证，而且这种签证也不是随便就可以申请的，一定要有个正当的理由。既然哪里都不能去，那就只好安心地留在这里吧。

新鲜的环境总是能够让人兴奋起来，初到圣克鲁斯，日子过得

还比较放松，可过了半个月以后便觉得无聊起来，根本不知道自己在那里应该怎样生活下去。我没办法像在国内一样靠唱歌谋生，却又想不到自己还能做什么其他的事情。我一度想到回国，但觉得花了这么多钱出来又这么快就回去，实在没法向别人交代。在这个时候，赚钱都已不是最重要的事情了，我必须先找到个能让自己在这个国家活下去的营生。

在我们租住的房子旁边住着两位当地中餐厅的华人厨师，在他们不忙的时候，我常会与他们聊天。远在他乡，这种与自己同胞交流的渴望大概是身处国内的人所无法体会的。有一天，一位厨师看我整天无所事事便向我抛来了橄榄枝，说我不能老这么在家待着不找工作，他说他所在的餐厅正在招工，问我要不要去。我当然同意，就这样，我随着他去了那家餐厅应聘。

受家庭影响，出国前我就喜欢做菜，本身也懂一些烹饪的知识，在来玻利维亚之前我又临阵抱佛脚地考了一个厨师证，因此对于这餐厅的工作我还是有信心胜任的。但到了餐厅以后，餐厅老板问我有没有厨师证，都会做些什么，我都不敢说自己会炒菜。当时在我看来，那里的厨师可都是大师傅，我这厨艺完全没法和人家比，所以我只告诉他们我会切菜。餐厅老板看我刀工还不错，便说让我做砧板。我问他砧板是什么，得到的回答是：“别

问了，让你干什么就干什么就是了。”就这样，身在玻利维亚的我意外地进入了餐饮行业，这是我在国内完全想不到的事情，然而更让我意想不到的是，我竟然会在演艺事业以外，将这份事业延续到了今天。

从那以后，我的生活轨迹发生了变化，每天早上七点半从住的地方出发，走路半个小时到达我工作的餐厅。在八点半的时候要开始为厨师备料，切两盆牛肉、两盆鸡肉、一盆猪肉，并且要把放在冰箱里的两大盆用来在中午做炒饭的隔夜饭抓散。外国人不吃刚蒸出来的米饭，他们更爱吃炒饭，而炒饭须用隔夜饭才好炒。隔夜的米饭一定要提前抓散，这工作听起来不难，可稍不留神就会被厨房的大师傅痛骂，因为炒出来的米饭里如果有没抓散的饭疙瘩，老板是要骂他的，他自然会迁怒于我。背负着这样的担惊受怕，每天在抓散从冰箱里拿出来的米饭时，那种凉意伴随着压抑直接凉到我的心里。

每天上午十一点左右，餐厅正式开始营业，那个时间是最忙的时候，要在厨房里做所有能做的事情。我们餐厅厨房里的几位师傅都很厉害，他们分别从顺德、潮州、广州、香港等地方来到这里，日常都用粤语交流，虽然出国前我已经在广州生活了两年，但还是听不懂他们说的话。我总觉得他们是在议论我，

或是议论着什么不可告人的事情。为了能够与他们交流，为了可以在这里生存下去，我只好拼命地练习着粤语的听说。没想到只用了半年时间，我居然在玻利维亚这个陌生的地方学会了粤语的听说，变得能与餐厅的同事交流了。生活将我逼到了这样的环境，我就必须要努力融入其中，不然人家永远都不会带我玩。

慢慢地，这些厨房的师傅终于接受了我，并教了我一些粤菜，如顺德菜、潮汕菜的做法。每天下班以后，后厨的同事们要轮流做饭给大家吃，作为厨房小工的我当然也要参与其中，给他们做自己先前就会做的北方菜与川菜。时间久了，师傅们觉得我手艺不错，这下班之后做饭的事情便由我承包了下来。其实我也乐得去做这些事，这样也就不需要再去忙厨房以外的其他事情了。有时我还会唱歌给他们听，每到这时候，大家凑在一起热热闹闹都很高兴。

后来餐厅渐渐出现了人员流动，人手不够了，没办法，我也得上。那时我在灶上干了一个多月，天天炒米饭。在玻利维亚吃中餐很有意思，因为人们不吃白米饭，所以点过菜之后主食都要点炒饭，经常要上好几份。我在炒饭的时候，不可能同时把好几份米饭放在同一口锅里炒，最多的时候也就是把两锅饭分

成三份，绝对不能更多了。我曾试过在一口锅里炒上三四份米饭，结果炒出来的米饭质量下降了很多。炒饭必须边炒边下料，整个翻炒、下料都要保持在韵律当中。我们的餐厅是当地第二大的华人餐厅，要求也特别严格，有时候刚炒完饭，老板就会突然过来上菜，说是上菜，倒不如说是检查。如果他看到炒饭里有几粒米黏在一起，二话不说就会把饭扣在我脸上，那才是最难堪的事情。

练了一个多月的炒饭之后，我开始上灶去做自己会做的那些菜了。我在出国之前学会了麻婆豆腐、鱼香肉丝等川菜，也学会了锅包肉等北方菜肴以及一些家常的面点。那时候还没有家常菜的概念，但是客人们觉得我做的菜很好吃，就像在家里吃到的感觉。那时候很多台湾人喜欢到我们餐厅吃饭，进门就会问：“那个胖子在吗？我们爱吃他烧的菜。”如今很难想象，他们口中的那个胖子就是当年的我。自从到了玻利维亚以后，半年的时间里，我从不到一百四十斤长到了一百九十斤。在当地的华人餐厅里，蔬菜的价格远比肉类贵，餐厅常用的芥蓝、生菜、菜心这些南方蔬菜在当地并没有农民种植，都是我们这边过去的华人在种。他们不是工业化生产，种得不多，但蔬菜质量非常好，按照现在的话来说，那可都是有机食品。他们种好了菜就卖给餐厅，价钱高得很，所以在餐厅的时候，肉是可以多吃的，

