

# 雅舍谈吃



梁实秋

著



# 雅舍谈吃

梁实秋 著

## 目录

### 雅舍谈吃

序言 / 003

西施舌 / 005

火腿 / 007

醋溜鱼 / 010

烤羊肉 / 012

烧鸭 / 014

狮子头 / 017

两做鱼 / 019

炆青蛤 / 021

生炒鳝鱼丝 / 025

酱菜 / 028

水晶虾饼 / 030

汤包 / 032

核桃酪 / 034

铁锅蛋 / 036

瓦块鱼 / 038

溜黄菜 / 040

酸梅汤与糖葫芦 / 042

锅烧鸡 / 045

煎馄饨 / 047

核桃腰 / 049

豆汁儿 / 051

芙蓉鸡片 / 053

乌鱼钱 / 055

韭菜筍 / 056

蟹 / 058

炸丸子 / 061

佛跳墙 / 063

栗子 / 066

海参 / 068

满汉细点 / 070

菜包 / 074

糟蒸鸭肝 / 076

鱼翅 / 078  
茄子 / 081  
莲子 / 083  
白肉 / 085  
干贝 / 087  
鲍鱼 / 089  
咖喱鸡 / 091  
烙饼 / 093  
笋 / 095  
黄鱼 / 098  
八宝饭 / 100  
薄饼 / 102  
爆双脆 / 105  
拌鸭掌 / 107  
鱼丸 / 108  
腊肉 / 110  
粥 / 112

饺子 / 115  
锅巴 / 117  
豆腐 / 119  
烧羊肉 / 122  
菠菜 / 124  
龙须菜 / 126  
鸽 / 127  
味精 / 129

#### 谈吃拾遗

酪 / 133  
面条 / 136  
烧饼油条 / 139  
窝头 / 142  
狗肉 / 145  
炸活鱼 / 148  
“麦当劳” / 151

- “啤酒”啤酒 / 153
- 粽子节 / 157
- 大菜 / 158
- 由熊掌说起 / 159
- 关于苹果 / 162
- 千里莼羹，未下盐豉 / 165
- 萝卜汤的启示 / 166
- 豆腐干风波 / 168
- 康乃馨牛奶 / 172
- 圣米舍尔酒厂 / 175
- 喝茶 / 179
- 说酒 / 183
- 饮酒 / 186
- 请客 / 190
- 厨房 / 194
- 喜筵 / 198
- 饭前祈祷 / 202
- 由一位厨师自杀谈起 / 205
- 圆桌与筷子 / 209
- 北平的零食小贩 / 213
- 吃在美国 / 220
- 记日本之饮食店 / 224
- 吃 / 227
- 馋 / 228
- 吃相（其一） / 232
- 吃相（其二） / 234
- 《饮膳正要》 / 238
- 读《媛珊食谱》 / 242
- 读《烹调原理》 / 246
- 读《中国吃》 / 251
- 再谈“中国吃” / 261
- “疲马恋旧秣，羸禽思故栖” / 267

雅舍谈吃





## 序言

这些谈吃的文字，前二十一段刊于《联合报》副刊，以后各段刊于《中华日报》副刊。随便谈谈，既无章法，亦无次序，想到什么就写什么，我不是烹调专家，我只是“天桥的把式——净说不练”。游徙不广，所知有限，所以文字内容自觉十分寒伧。大概天下嘴馋的人不少，文字刊布，随时有人赐教，有一位先生问我：“您为什么对于饮食特有研究？”这一问问得我好生惶恐。我几曾有过研究？我据实回答说：“只因我连续吃了八十多年，没间断。”

人吃，是为了活着；人活着，不是为了吃。所以孟子说：“饮食之人，则人贱之矣，为其养小以失大也。”专恣口腹之欲，因小而失大，所以被人轻视。但是贤者识其大，不贤者识其小，这个“小”不是绝对不可以谈的。只是不要仅仅成为“饮食之人”就好。

《朱子语录》：“问：‘饮食之间，孰为天理，孰为人欲？’曰：‘饮食者，天理也；要求美味，人欲也。学者须是革尽人欲，复尽天理，方始是学。’”我的想法异于是。我以为要求美味固是人欲，然而何曾有背于天理？如果天理不包括美味的要求在内，上天生人，在舌头上为什么要生那么多的味蕾？



偶因怀乡，谈美味以寄兴；聊为快意，过屠门而大嚼。

一九八四年九月十一日甲子中秋，在台北

## 西施舌

郁达夫一九三六年有《饮食男女在福州》一文，记西施舌云：

《闽小记》里所说西施舌，不知道是否指蚌肉而言，色白而腴，味脆且鲜，以鸡汤煮得适宜，长圆的蚌肉，实在是色香味形俱佳的神品。

案《闽小记》是清初周亮工宦游闽垣时所做的笔记。西施舌属于贝类，似蛭而小，似蛤而长，并不是蚌。产浅海泥沙中，故一名沙蛤。其壳约长十五公分，作长椭圆形，水管特长而色白，常伸出壳外，其状如舌，故名西施舌。

初到闽省的人，尝到西施舌，莫不惊为美味。其实西施舌并不限于闽省一地。以我所知，自津沽青岛以至闽台，凡浅海中皆产之。

清张焘《津门杂记》录诗一首咏西施舌：

灯火楼台一望开，  
放杯那惜倒金罍，  
朝来饱啖西施舌，

不负津门鼓棹来。

诗不见佳，但亦可见他的兴致不浅。

我第一次吃西施舌是在青岛顺兴楼席上，一大碗清汤，浮着一层尖尖的白白的东西，初不知为何物，主人曰是乃西施舌，含在口中有滑嫩柔软的感觉，尝试之下果然名不虚传，但觉未免唐突西施。高汤氽西施舌，盖仅取其舌状之水管部分。若郁达夫所谓“长圆的蚌肉”，显系整个的西施舌之软体全入釜中。现下台湾海鲜店所烹制之西施舌即是整个一块块软件上桌，较之专取舌部，其精粗之差不可以道里计。郁氏盛誉西施舌之“色香味形”，整个的西施舌则形实不雅，岂不有负其名？

## 火腿

从前北方人不懂吃火腿，嫌火腿有一股陈腐的油膩涩味，也许是不善处理，把“滴油”一部分未加削裁就吃下去了，当然会吃得舌娇不能下，好像舌头要粘住上膛一样。有些北方人见了火腿就发怵，总觉得没有清酱肉爽口。后来许多北方人也能欣赏火腿，不过火腿究竟是南货，在北方不是顶流行的食物。道地的北方餐馆做菜配料，绝无使用火腿，永远是清酱肉。事实上，清酱肉也的确很好，我每次作江南游总是携带几方清酱肉，分馈亲友，无不赞美。只是清酱肉要输火腿特有的一段香。

火腿的历史且不去谈它，也许是宋朝大破金兵的宗泽于无意中发明。宗泽是义乌人，在金华之东。所以直到如今，凡火腿必曰金华火腿。东阳县亦在金华附近，《东阳县志》云：“熏蹄，俗谓火腿，其实烟熏，非火也。腌晒熏将如法者，果胜常品，以所腌之盐必台盐，所熏之烟必松烟，气香烈而善入，制之及时如法，故久而弥旨。”火腿制作方法亦不必细究。总之手续及材料必定很有考究。东阳上蒋村蒋氏一族大部分以制火腿为业，故“蒋腿”特为著名。金华本地常不能吃到好的火腿，上品均已行销各地。

我在上海时，每经大马路，辄至天福市得熟火腿四角钱，店

员以利刃切成薄片，瘦肉鲜明似火，肥肉依稀透明，佐酒下饭为无上妙品。至今思之犹有余香。

一九二六年冬，某日吴梅先生宴东南大学同仁于南京北万全，予亦叨陪。席间上清蒸火腿一色，盛以高边大瓷盘，取火腿最精部分，切成半寸见方高寸许之小块，二三十块矗立于盘中，纯由醇酿花雕蒸制熟透，味之鲜美无与伦比。先生微酡，击案高歌，盛会难忘，于今已有个世纪有余。

抗战时，某日张道藩先生召饮于重庆之留春坞。留春坞是云南馆子。云南的食物产品，无论是萝卜或是白菜都异常硕大，猪腿亦不例外。故云腿通常均较金华火腿为壮观，脂多肉厚，虽香味稍逊，但是做叉烧火腿则特别出色。留春坞的叉烧火腿，大厚片烤熟夹面包，丰腴适口，较湖南馆子的蜜汁火腿似乎犹胜一筹。

台湾气候太热，不适于制作火腿，但有不少人仿制，结果不是粗制滥制，便是腌晒不足急于发售，带有死尸味；幸而无尸臭，亦是一味死咸，与“家乡肉”无殊。逢年过节，常收到礼物，火腿是其中一色。即使可以食用，其中那根大骨头很难剔除，运斤猛斫，可能砍得稀巴烂而骨尚未断，我一见火腿便觉束手无策，廉价出售不失为一办法，否则只好央由菁清持往熟识商店请求代为肢解。

有人告诉我，整只火腿煮熟是有诀窍的。法以整只火腿浸泡水中三数日，每日换水一二次，然后刮磨表面油渍，然后用凿子挖出其中的骨头（这层手续不易），然后用麻绳紧紧捆绑，下锅煮沸二十分钟，然后以微火煮两小时，然后再用大火煮沸，取出冷却，即可食用。像这样繁复的手续，我们哪得工夫？不如买现

成的火腿吃（台北有两家上海店可以买到），如果买不到，干脆不吃。

有一次得到一只真的金华火腿，瘦小坚硬，大概是收藏有年。菁清持往熟识商肆，老板奏刀，砉的一声，劈成两截。他怔住了。鼻孔翕张，好像是嗅到了异味，惊叫：“这是道地的金华火腿，数十年不闻此味矣！”他嗅了又嗅不忍释手，他要求把爪尖送给他，结果连蹄带爪都送给他了。他说回家去要好好炖一锅汤吃。

美国的火腿，所谓ham，不是不好吃，是另一种东西。如果是现烤出来的大块火腿，表皮上烤出凤梨似的斜方格，趁热切大薄片而食之，亦颇可口，唯不可与金华火腿同日而语。“佛琴尼亚火腿”则又是一种货色，色香味均略近似金华火腿，去骨者尤佳，常居海外的游子，得此聊胜于无。

## 醋溜鱼

清梁晋竹《两般秋雨盒随笔》：

西湖醋溜鱼，相传是宋五嫂遗制，近则工简濇，直不见其佳处。然名留刀匕，四远皆知。番禺方橡枰孝廉恒泰《西湖词》云：

小泊湖边五柳居，  
当筵举网得鲜鱼，  
味酸最爱银鲙刀，  
河鲤河鲂总不如。

梁晋竹是清道光时人，距今不到二百年，他已感叹当时的西湖醋溜鱼之徒有虚名。宋五嫂的手艺，吾固不得而知，但是七十年前侍先君游杭，在楼外楼尝到的醋溜鱼，仍惊叹其鲜美，嗣后每过西湖辄登楼一膏馋吻。楼在湖边，凭窗可见巨篓系小舟，篓中畜鱼待烹，固不必举网得鱼。普通选用青鱼，即草鱼，鱼长不过尺，重不逾半斤，宰割收拾过后沃以沸汤，熟即起锅，勾芡调汁，浇在鱼上，即可上桌。

醋溜鱼当然是汁里加醋，但不宜加多，可以加少许酱油，亦

不能多加。汁不要多，也不要浓，更不要油，要清清淡淡，微微透明。上面可以略撒姜末，不可加葱丝，更绝对不可加糖。如此方能保持现杀活鱼之原味。

现时一般餐厅，多标榜西湖醋溜鱼，与原来风味相去甚远。往往是浓汁满溢，大量加糖，无复清淡之致。



## 烤羊肉

北平中秋以后，螃蟹正肥，烤羊肉亦一同上市。口外的羊肥，而少膻味，是北平人主要的食用肉之一。不知何故很多人家根本不吃牛肉，我家里就牛肉不曾进过门。说起烤肉就是烤羊肉。南方人吃的红烧羊肉，是山羊肉，有膻气，肉瘦，连皮吃，北方人觉得是怪事，因为北方的羊皮留着做皮袄，舍不得吃。

北平烤羊肉以前门肉市正阳楼为最有名，主要的是工料细致，无论是上脑、黄瓜条、三叉、大肥片，都切得飞薄，切肉的师傅就在柜台近处表演他的刀法，一块肉用一块布蒙盖着，一手按着肉一手切，刀法利落。肉不是电冰柜里的冻肉（从前没有电冰柜），就是冬寒天冻，肉还是软软的，没有手艺是切不好的。

正阳楼的烤肉支子，比烤肉宛烤肉季的要小得多，直径不过二尺，放在四张八仙桌子上，都是摆在小院里，四围是四把条凳。三五个一伙围着一个桌子，抬起一条腿踩在条凳上，边烤边饮边吃边说笑，这是标准的吃烤肉的架势。不像烤肉宛那样的大支子，十几条大汉在熊熊烈火周围，一面烤肉一面烤人。女客喜欢到正阳楼吃烤肉，地方比较文静一些，不愿意露天自己烤，伙计们可以烤好送进房里来。烤肉用的不是炭，不是柴，是烧过除烟的松树枝子，所以带有特殊香气。烤肉不需多少佐料，有大葱