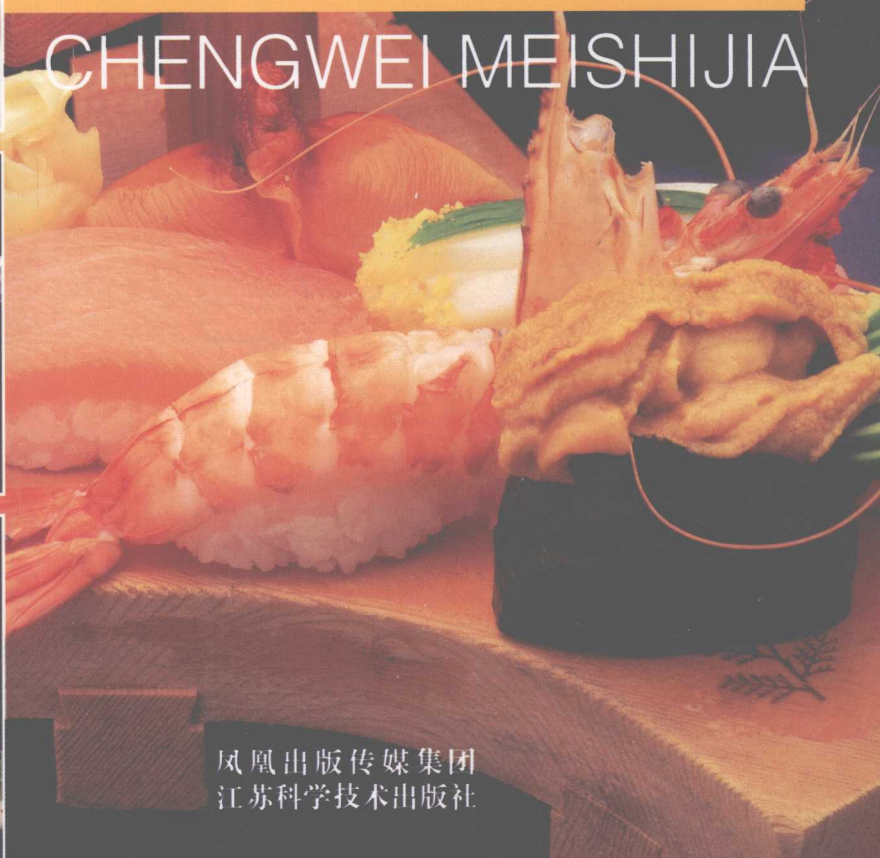
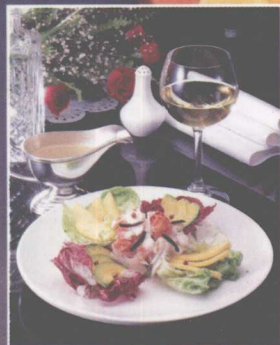


Tobe

李泽治 著

美食家

CHENGWEI MEISHIJIA



凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

◆
作
◆
者
◆
简
◆
介



李泽治 自号“听雨楼主人”，是中国台湾著名的美食作家及人相学研究家，所著《吃在台湾》等 10 余种著作，深受台湾地区及海外读者喜爱。李先生对餐饮业所经营管理也有独到的见解和专长，本社 2005 年初出版的《餐饮经营百战百胜》一书，正是其精心杰作。李先生与读者互动的网址为“www.seerlee.com”。



装帧设计 / 刘旭东

TS971
L339.1

李泽治 著

Tobe 美食家

CHENGWEI MEISHIJIA

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

To be 美食家/李泽治著. —南京:江苏科学技术出版社, 2005.11

ISBN 7-5345-4784-9

I. T... II. 李... III. 饮食-文化-中国-文集
IV. TS971-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 125835 号

To be 美食家

著 者 李泽治

摄 影 周慧芬

图片提供 朱振南

责任编辑 金宝佳

责任校对 苏 科

责任监制 曹叶平

出版发行 江苏科学技术出版社(南京市湖南路47号, 邮编:210009)

网 址 <http://www.jsjpub.com>

集团地址 凤凰出版传媒集团(南京市中央路165号, 邮编:210009)

集团网址 凤凰出版传媒网<http://www.ppm.cn>

经 销 江苏省新华发行集团有限公司

照 排 南京紫藤制版印务中心

印 刷 淮阴新华印刷厂

开 本 880 mm × 1 230 mm 1/24

印 张 7.3

字 数 121 000

版 次 2006年1月第1版

印 次 2006年1月第1次印刷

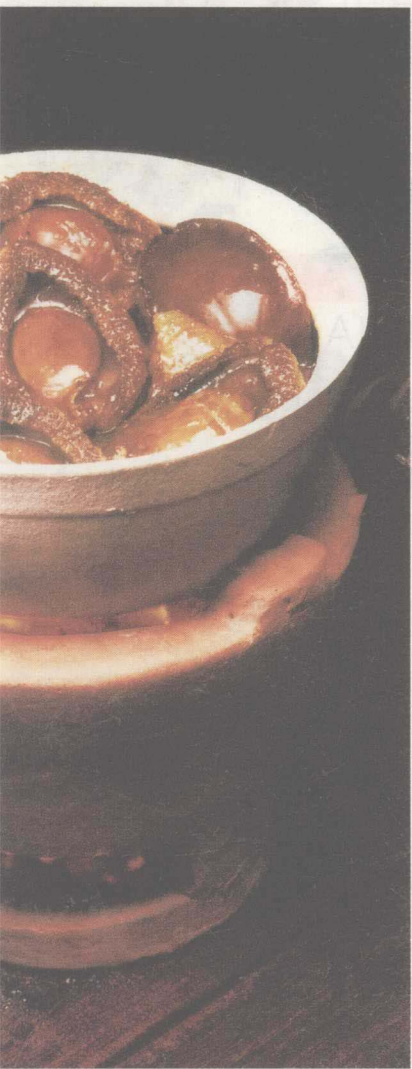
标准书号 ISBN 7-5345-4784-9/Z·609

定 价 22.00元

图书如有印装质量问题,可随时向我社出版科调换。

M 美食与美食家

EISHI YU MEISHIJIA



研究美食凡二十年，看过的书可以摆满整整一排书架了，但是从字里行间，始终找不到我非常想要的一样东西。这样东西，就是专家学者对“美食”这两个字的明确定义。

美食作为一种可以带来享受和快乐的事物，很多人认为它的实质才重要，有没有明确定义无所谓。可是对我来说，实质很重要，定义也一样重要。没有明确的定义，你可以这样解释，他可以那样胡说；真正美好的东西被叫做美食，粗制滥造放了一大把味精的食物也被叫做美食，那就完全乱了套。我们看看现在的情况：每个人对美食都可以有发言权，而每个人的发言其他人又未必同意；一百人有一百种主张，两百人有两百种偏好，令出多门，鱼目混珠，让人听得头昏脑涨，不知究竟要如何判断。这种现象，难道是合理的、正常的吗？

任何有价值区分的事物，它的区分标准，也就是所谓的定义，都必须非常明确。小学生上美术课画的画，你可以称赞它画得不错，但不能说它是名画。从平价市场买来的一件T恤衫，你可以认为它很漂亮，穿上很舒服，但不能说它是华服。脸蛋、身材、谈吐、仪态没达到公认标准的女性，你可以称赞她有个性、有特色，但不能乱封她为美女。同样的，对某种你很喜欢而别人未必接受的食物，你也只能称赞它很好吃，却不该随随便便把它叫做美食。名画、华服、美女、美食之所以令人向往，让人赞叹，是因为它的美、它的好可以通过高标准的检验，价值没有争议。因此给美食一个明确的定义，谁能说是不重要的事情？

我个人心目中的美食，一要有比较性，二要有普遍性，三要有恒久性，四要有纯粹性。任何食物称为美食是因为它的材料、制作够讲究，可以经得起与其他食物比较，这是所谓的比较性；任何食物称为美食是你说的我说的还是他说的统统不算数，必须社会大多数人都认同接受才能过关，这是所谓的普遍性；美食不只现在流行一时，受到欢迎，到几十几百年以后依然可以得到人们肯定才有真正的价值，这是它的恒久性；美食带给人的味觉快感出自食材本身，而非重油重咸重麻重辣的调味包装，这是它的纯粹性。比较、普遍、恒久、纯粹，听起来门槛好像太高了点，但是和我们给美女、好车、名画、豪宅定的标准比起来，它也不过是一种对“美”的基本要求而已。

鉴于先知前辈们未曾替美食下过明确定义，造成后学者茫然无所依从，我愿意根据我的认知帮他们完成这件事。我的定义是：“好的材料，由好手艺的人用好的方法烹调完成，能够带给多数人味觉、视觉、嗅觉、听觉高度享受的，就可以叫做美食。”这个定义不是真理，任何人任何时候都可以挑战它，只要有更合理、更中肯的解释出现，我一定心悦诚服的接受。

本书以引导读者变成美食家为主旨，当什么是美食有了明确定义，什么人可以成为美食家就有了规格。

大凡一个对美食有兴趣的人，能够根据美食的定义来分辨什么是真美食，什么是假美食，什么只是一般的食物，他便有机会成为美食家。

一个对美食有兴趣的人，不仅能够辨认美食，还能在日常生活中落实对美食的追求，那么他成为美食家的距离又更近了一些。

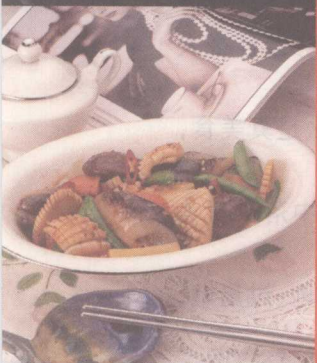
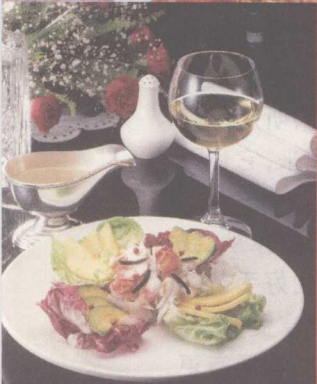
能辨认美食，会追求美食，同时又能掌握美食的真谛，不会频繁地、过量地、不健康地去消费它，这样的人，已经是道道地地的美食家了。

完成这本著作我只花了两个多月时间，其中很多内容都是信手拈来，没有经过用心布局，认真炼句，因此空疏之处，朴拙之处，在所难免。所幸成为美食家这件事本身就是很随兴，不刻意的，只要观念正确，方法用对，每个人都可轻松地自然地达到目的。因此本书倘有若干不尽理想之处，相信读者朋友不会过分介意才是。

李泽治

MU

目录





- 先学会看菜单 /8
- 必须是点菜高手 /19
- 外国餐饮ABC /24
- 多看书美食通 /31



- 色香味形器 /97
- 吃Buffet的时候 /101
- 熟知各种饮料的功用 /108
- 美食与次美食 /114

- 多尝新广见闻 /38
- 多游历不老土 /43
- 莫充专家 /49
- 别怕花钱 /55
- 美食不是吃饭 /62



- 吃材料与吃酱料 /118
- 向味精Say No /122
- 男儿当自强 /127
- 食在有情趣 /132
- 人地相宜乐事多 /137

- 独乐乐不如众乐乐 /67
- 心急吃不了热豆腐 /75
- 不做食奴大肚汉 /81
- 识货才是真本事 /86
- 从细节上讲究 /92

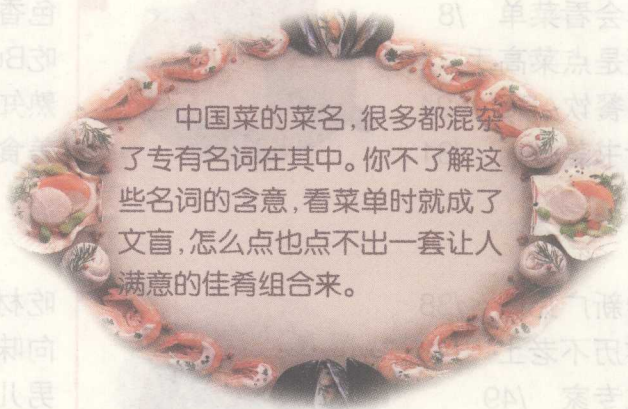


- 尊重服装礼仪 /143
- 餐桌是你的舞台 /153
- 大方从容的美食家风范 /161
- 健康地享受美食之趣 /167



X 先学会看菜单

IAN XUEHUI KAN CAIDAN



中国菜的菜名,很多都混杂了专有名词在其中。你不了解这些名词的含意,看菜单时就成了文盲,怎么点也点不出一套让人满意的佳肴组合来。

想

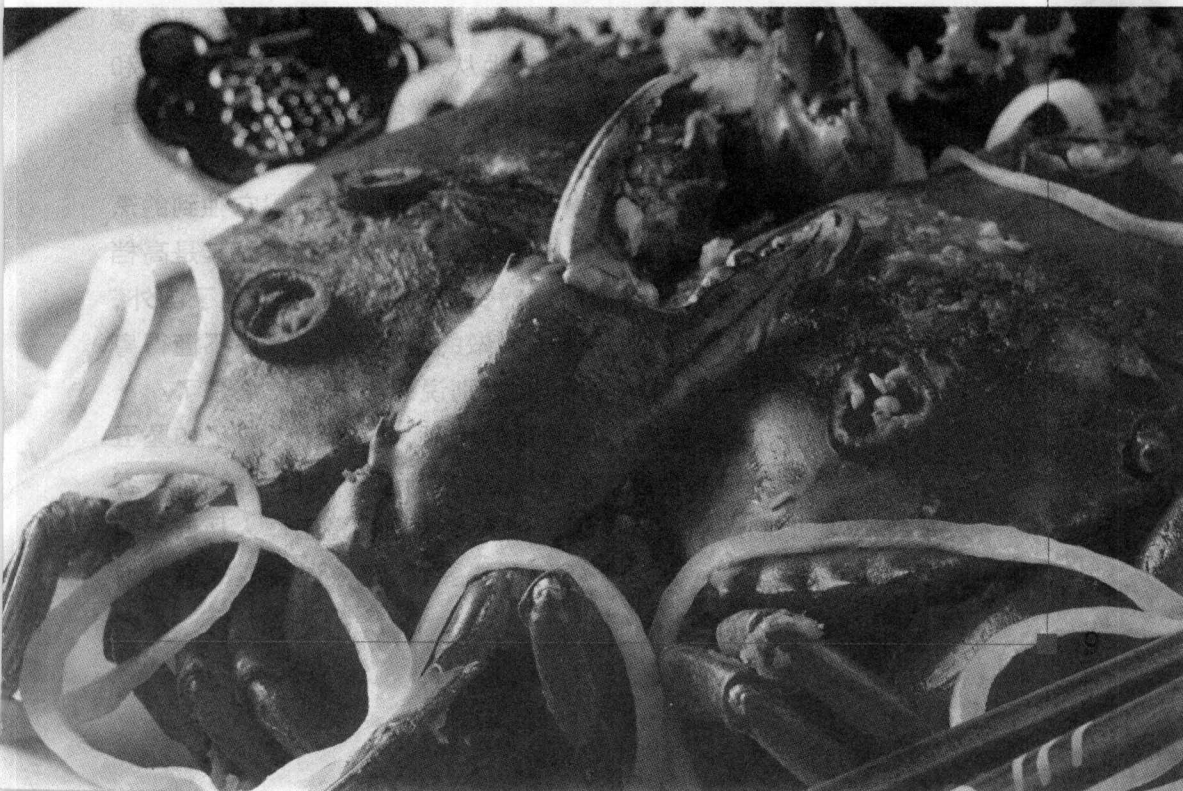
成为一名真正的美食家,必须具备丰富的餐饮知识,其中最重要的一条,就是先要学会看懂菜单。

能看懂菜单,乍听之下好像不算什么了不得的本事。很多人只要经常光顾某一家餐厅,基本都能做到完全不看菜单,就点出好几套招牌菜的组合餐来。但是,这只是一种熟能生巧,习惯成自然,不代表他对菜单真的有深刻的认识。换到一家他从来没有去过的餐厅,也许拿起菜单如对天书,半点技巧也施展不开,只能任由服务人员促销、摆布了。能看懂菜单、真正对菜单有知识则不然,它可以使你任何一个城市,上任何一家没有去过的餐厅,甚至出差旅游到国外想吃中餐

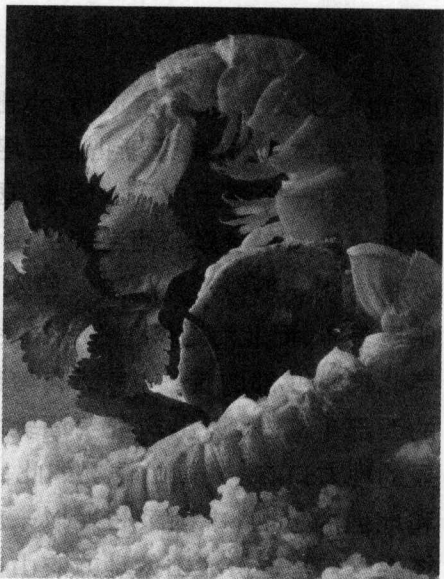


时,也能谈笑自若,胸有成竹,点出一桌你最想品尝的佳肴来。具备这样的本事,才能逐渐把自己培养成一个美食家。

任何一个疆土广阔的国家,国民饮食都会因地域区隔呈现多样化。美国东海岸和西海岸的餐饮有很大区别,而美国南部又是以路易斯安那料理为主流。日本关东菜和关西菜的口味、作法有明显差异,而北海道料理在关东、关西之外又自成为一种风格。法国菜北部有北部的传统,南部有南部的特色,濒临大西洋盛产海鲜的西部半岛,和以出产葡萄酒驰名的波尔多地区,菜肴又带有明显的地方口味。外国的情况如此,中国菜就更加复杂了。因为历史和地理的原因,中国菜长期以来就是一省有一省的风格,互相不搭界。有些省份靠山的地方吃山,靠海的居民吃海,甚至会出现一省有好几种菜系对立并存的现象。广东省潮州菜有潮州菜的天



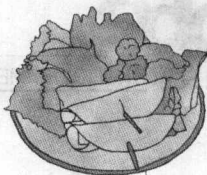
下,粤菜有粤菜的地盘,而客家地区却是东江菜独领风骚,就是一省多菜最好的例子。根据饮食专家研究,全中国别具特色足以自成一格的菜系至少有上百个。其中流传地区较广,可以称为大菜系的,大约也有十多个。身为中国人,一生当中别说尝遍所有的中国菜,就连认识每一道中国菜的菜名大概都很难办到。



但美食家毕竟不是饮食研究者,没有必要尝遍大江南北的风味佳肴,更不需对各个菜系稀奇古怪的菜名如数家珍。他只要能读懂几个主流菜系的菜单,可以轻易地从菜单中找出厨师的专长和自己的嗜好,然后点出荤素搭配、浓淡得宜的一桌菜,就足以走遍天下,到处都能吃香的、喝辣的了。

说起主流菜系,第一个要懂的当然是**粤菜**。粤菜以它独到的烹调手法和管理技术,长久以来一直是中国第一大菜系。尤其是高档消费市场,粤菜在各大城市都居绝对优势的地位。甚至到了国外,只要是高消费的中餐馆,几乎清一色做的是粤菜。可以说不懂得粤菜,人生起码丧失一半的美食乐趣,更别说想当一名美食家了。

粤菜酒楼的菜单充满粤语发音的词汇,常常让人看了如坠五里雾中,弄不清当中的含意。有些饭店、餐厅服务人员训练有素,客人开口询问,他们还能加以解说。但大多数酒楼是工作人员自己也弄不清楚菜单内容,客人问了不但不得要领,还被误会成故意找麻



烦。所以要想读懂粤菜的菜单,首先要把以下这些名词记清楚。

鲍鱼、鱼翅类菜肴

二十头、二十五头——二十头指 20 只 600 克,二十五头指 25 只 600 克,头数愈少表示鲍鱼的体积愈大。

吉品鲍——指干鲍而言。

原只鲍——整只的鲍鱼。

鲍片——切成薄片的鲍鱼。

鲍脯——切成厚片(约有 3 片鲍片厚度)的鲍鱼。

鲍翅——整片的鱼翅。

排翅——翅较粗大的整片鱼翅。

生翅——一根根散开来的翅条。

海虎、天九、金山勾——鱼翅的品名。

鱼虾蟹蚌类菜肴

花胶——干鱼肚。

海上鲜——指活鱼而言。

带子——新鲜的海鲜。

瑶柱——干货的干贝。

吊片——干货的鱿鱼。

海皇——石斑肉、干贝、虾肉、蟹肉等多种海鲜材料综合在一起。

百花——虾胶。



蔬菜类菜肴

碧玉——芥蓝菜。

三宝——青、红椒加茄子(或苦瓜)。

双宝——两种蔬菜合在一起。

北菇——冬菇。

翡翠——芦笋茎。

调味料

蚝皇——上好的蚝油。

XO 酱——XO 指名贵的意思,是用瑶柱、虾米、虾子、咸鱼、蒜茸、干葱头、朝天椒等材料做成的调味酱。

烹调方法

焗——烤。

白灼——水烫。

扣——蒸。

羹——有勾芡的浓汤。

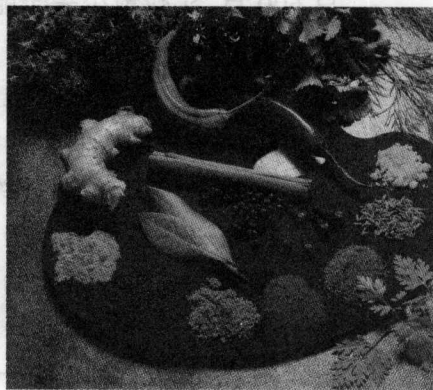
扒——如北菇扒豆苗,是先将冬菇煨好,等炒好豆苗再将冬菇放在上面,即称为扒。

酿——如百花酿豆腐,是先将百花胶嵌入豆腐内。这种嵌入其他菜的做法就叫作酿。

煲——使用沙锅具有保温作用的即称为煲。

上汤——又称高汤、头汤、第一汤,意指第一回熬出来的高汤。

二汤——第二回熬出来的高汤。





天府——川味的辣菜。

怡香——也是指辣味的菜。

开边——对半切开的意思,开边龙虾便是半只的龙虾。

橙花——用柳橙片做装饰。

沙律——沙拉。

其他名词

鸳鸯——指两种同质的材料放在一起,如鸳鸯双鱿就是鲜鱿、干鱿一起使用,鸳鸯双蔬则是两种蔬菜一起使用。

麒麟——三层形式的组合,如上层放一片干贝,中层放一片冬菇或云腿(云南火腿),下层放一片鲍片一起烹,这种组合就叫麒麟。

锦绣——颜色很多如花团锦簇般的菜就叫锦绣,如红萝卜片、葱段、姜片、青椒、红椒放在一起即是锦绣。

石榴——像包子一样包起来的菜叫做石榴,如石榴鸡、石榴斑等。

红梅——石榴上用做点缀的蟹黄称做红梅。

粤菜之外可以在全国范围内称为主流的,非**上海菜**莫属。上海菜以甘腴肥浓、火功到家著称,基本上适合各种阶层消费者的胃口,因此大家吃上海菜的机会并不比粤菜少。只不过现在的上海菜名为上海,实际上已经把长三角范围内的宁波菜、杭州菜、苏州菜、扬州菜统统吸纳进去了。菜肴的来源既广,花里胡哨的名词必然特别多,人们不认识这些特别的用语,就很难成为上海菜的点菜专家。

冷盘类菜肴

醉转弯——醉鸡翅,上海菜称鸡翅为转弯。

元宝——猪脚。

呛虾——呛是用高粱酒加盐水泡的意思，有呛虾、呛蟹等。

凤尾鱼——产在江浙地区的一种小鱼。

翡翠——指蔬菜而言。

鱼虾时鲜类菜肴

杏桃——田鸡腿，常见的有酱爆杏桃、椒盐杏桃等菜式。

鲞——鱼干。

元菜——指甲鱼。

鱼唇——干货的鲨鱼皮。

下巴——草鱼的鱼头。

肚当——鱼的中段部位。

划水——鱼尾。

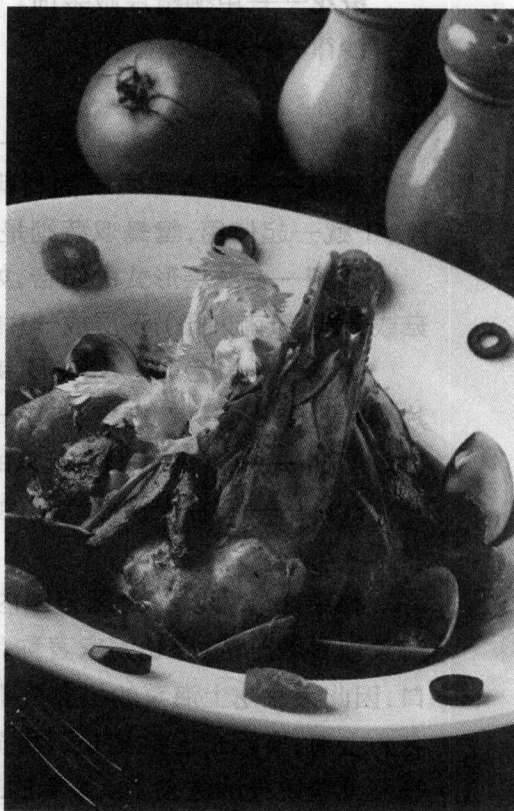
苔条——海带。

虾子——虾卵。

宁式鳊糊——用韭黄做底的鳊糊。

面托黄鱼——黄鱼块用面粉裹来炸。

梅子黄鱼——黄鱼片用豆腐皮裹炸。



鸡鸭猪牛肉菜肴

圈子——猪的大肠头。