

时尚100系列
你是完美女人⑤

女人吧

编著 □ 钱华琰

Women and Women's Favourite Dainty



咖啡的香醇
巧克力的浓情
香槟的优雅
葡萄酒的成熟浪漫……
若非有这些细致丰富的情感
在女人的世界里美妙着
女人又如何能爱得那样不可自拔



前言



不只是品味→女人的味觉情缘

你要如何去懂得一个女人？从她的一颦一笑之际？还是从她的举手投足之间？女人身上有太多令人疑惑的矛盾特质，她们可以多愁善感，同时却又率真烂漫。直率与婉约、柔和与坚强、天真单纯与精致敏感，这千变万化的面貌正是女人们充满诱惑的魅力之源。然而你能了解她们这复杂而感性的变化吗？

女人却很容易相互了解。有时候，这种了解并非基于相同的性情或是相似的际遇，而是通过一种非常自然的方式，那就是观察或交流相互之间对精美食品与饮料的好恶。看上去，这种方式很简单，然而女人却可以借这种方法同喜同悲，成为知己。你若认为这仅仅是一种非常浅薄的交流，那你对女人的味觉情感根本没有足够的了解，因为味道对

于女人而言不仅仅是舌头的感受，它同时还能调动女人其他的情感，不只是生理上的，还包括心理上的。

品尝美味时，具体而微妙的味道会被女人的味蕾扩散到情感的每一个角落，然后转变成各种各样的感受。女人会在味觉的酸、甜、苦、辣、咸、辛中寻求满足感、轻松感、解脱感。以味道为话题，女人可以了解品味美食以外的许多信息，比如情绪，比如性格，比如兴趣爱好。钟情于同一种口味、在美食的感观上有相似观念、对饮食的消费有着相同档次的女人往往相互了解得更深刻。

女人喜欢情调，连品尝美食时也不例外。就像咖啡，要与慵懒、迷离的爵士乐一起来享受；而蛋糕，则是和着午后悠闲惬意



的阳光一块品尝最为美妙，每一种美食都一定有一种最为适合的情调。这种味觉情调对每一个女人而言又都是独一无二的至高享受，它会滋润出女人的美丽，也会陶冶出女人的妩媚。当女人的味觉感受与周围的情调完美融合时，女人的肢体会散发出诱人的感性魅力，是优雅，是品位，也是无法抗拒的诱惑。所以，懂得

享受味觉情调的女人一定是充满女人味的女人，是女人的极致表达。

女人吧抒尽女人的味觉情调，是释放浓浓女人味的空间，是女人最细腻的情感表达。如果你想了解女人，如果你想交流女人的味觉情缘，如果你想遇见真正的女人，就相约女人吧！





情
致
五
味

一点点的酸，
就是一种挑逗；
一点点的甜，
就是一种诱惑；
一点点的苦，
就是一种深沉；
一点点的辣，
就是一种刺激；
一点点的咸，
就是一种满足。
只要恰到好处，
它们就是生活里的情致，
情调里的五味。



酸的挑逗

酸
的
挑
逗

在酸甜苦辣咸五种味道里，酸是最容易刺激人感觉的一种味道。你甚至不必用舌头去尝就能知道，因为通过你的嗅觉，酸的信息已经传达到你的脑海里。酸伸出一只无形的手，在你看不见的空气中抓住你的味觉感受，轻轻地挑逗着你。

酸的滋味令人联想到青色，因为许多青色的果实是酸的，青色的苹果是酸的，青色的橘子也是酸的。虽然吃它们的时候会让你双眉皱起，但它就像是青色的青春，让人难以抗拒。

酸是开解之味。当你觉得什么也不想吃的时候，不可思议的是，你仍然会被酸酸的食物打动而勾起食欲。当你觉得焦渴难耐的时候，酸酸的滋味能让你口舌生津，即使只是想到它，你的焦渴感也会稍解，就像是历史故事

里说的那样，可以“望梅止渴”。除了在生理上有时会想到它以外，在你觉得百无聊赖的时候，吃点酸酸的东西，郁闷的心情居然也会淡去。是酸的滋味产生这种神奇的力量，让我们的身心都得到开解。

在酸的世界里有着一分属于女人的天地。女人爱吃那红津津的山楂，爱咬那青莹莹的夏天的苹果，喜欢喝那含着水果酸味的果汁。在亮晶晶的玻璃杯中加上柠檬片，让普通的白开水也变成带着酸味的柠檬水；在酥香的烧黄鱼上淋上红灿灿的番茄汁，让它成为引人垂涎的带酸味的美味佳肴……各种各样的酸酸的调料都是女人的厨房必备的，各种各样酸酸的零食也是女人寸步不离的：女人似乎随时随地都在吃着梅子、李子、芒果之类酸酸的东

005



西。

人说“吃醋是女人的天性”，真是一句一语双关的俗语。它除了表示因生理上的需要而吃带着醋酸味的食物（也曾有研究表明女人生理上对酸性物质的需求比男人更大），“吃醋”也是历来形容女人闹小脾气的代名词。（其实现在也有形容在男人身上的时候，这表示男人女人在某些方面会有相同的脾性。）从另一个角度讲，女人爱“吃醋”也是一种幸福。女人其实也有着博大的胸怀，她们对人宽厚，对事宽容，体谅着别人也懂得善待自己。如果不是有爱情的魔力在左右着，女人绝对不会那样在意一个人的一言一行。只有在爱情里的女人才会那样“酸”，而女人也只会对自己所爱的人发出“酸”的挑逗。

女人是敏感而细腻的，男人喜欢女人的温柔多情，同时也喜



欢着女人那些小小的任性和微带酸味的脾气。柳眉微皱，杏眼微瞠，小嘴微撅，都是极其性格而可爱的表现。就是这些恰如其分的任性，让男人心里觉得怜惜，眼里看着可爱，嘴里哄着有趣，梦里想着开心。适时适量表现出



一点点酸，正是一种亲密的挑逗。不是刻意的性感，却在不经意间流露出性感；不是刻意的娇媚，却在自然而然间显现出娇媚。因为是他而可以任性，因为是他而可以娇嗔，这对他而言也是一种独一无二的幸福。



只是“酸”也不能多吃。酸的食物吃多了，会损坏你的牙齿，“酸”的感觉多了会伤你的心，也会让你失去风度、失去理智。所以不论是吃或者是感觉“酸”过了度，都会有损女人的美丽。真正有女人味的女人对酸的掌握绝对是熟练而技巧的，她们只在必要的时候才会将“酸”的精髓使出来，挑逗自己喜欢的男人，而大部分的时候，她们宁愿选择其他的味道。要知道，这个世界上的味道也是丰富多彩的，永远只尝试一种的话，再有吸引力的味道也会让人厌倦。所以，美丽的女人们，学会将酸的挑逗拿捏准确是必备的一种女人“味”哟！





甜的诱惑

在经过糕点店时，每当闻到那刚出炉的点心散发出来的味道，你都会立刻有一种被诱惑的感觉，因为那一阵香气里包含着浓浓的甜的信息。甜的味道让你感觉到美好，只要留意一下就会发现，人们是非常喜欢用带“甜”字的词语来形容好的感

觉、好的事物以及好的味道的，总而言之，甜是让人舒适的滋味。

几乎每个人都曾经有过一段不能抵御甜的诱惑的小时候，也很少有小孩子能拒绝糖果。糖果是孩子的宝物。有了好吃的糖果，女孩子是舍不得一下子就吃





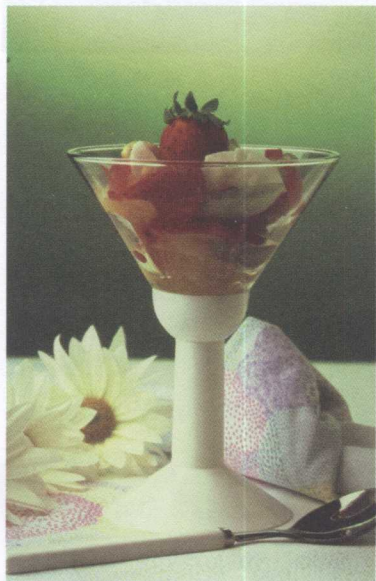
掉的，她们会将它好好收藏起来，或许还会向同伴们炫耀一番，然后分享它；男孩子一般则不会那般忍耐，喀嚓喀嚓几口就嚼掉，图个一时高兴痛快。

长大以后，不再像孩提时那样对糖果发馋，也努力遏制想吃甜食的欲望，只因为现代人都以身材苗条为美，惟恐吃多了甜食会发胖。然而，人想食甜的欲望却仍不会灭绝。从生理学的意义

上讲，甜味是四种基本味觉（酸、甜、苦、咸）之中最容易被人接受的味道，所以在舌头品尝口味的功能上，分辨甜味的那一部分味蕾几乎都集中在舌尖上。食物一入口，舌头马上就把甜的信息解读出来，我们也会立刻为传到大脑的甜的信息而感到兴奋。总而言之，甜是会让人感到愉悦的滋味。人们对甜的喜欢是天生的欲望，因为在很早以前



我们的祖先就把这种喜欢遗传给我们了。曾经，我们的祖先在寻找可以吃的食物的过程中确认了一件事，那就是带甜味的果实才是成熟的果实，才是好的食物。甜的果实不仅吃起来非常美妙，甜的果实里所含的养分和糖分也是最多的，在很少能从食物里获取卡路里的时候，吃含糖分多的果实才能更多的满足身体的需求。这种需求在漫长的过程中变



成了我们生命中的遗传密码，让甜的味道对我们有了无形的吸引力，所以，我们无法抗拒甜的诱惑。

在人们一步步满足了生活需求，开始追求享受的现代，对甜的食物开始有了不同的看法。传统上，甜食都是含有蔗糖之类多糖的食物，拥有极高的卡路里。在人们生活还朴素的从前，劳作得较多，吃了甜食以后，高卡路里也都转化为能量消耗掉了。而现在，人们用很多机械代替了人工，生活中也充满了便捷的发明，不再需要每个人都付出辛苦劳动，如此一来，身体所需的能量变少，卡路里高一点就明显地变成了囤积的脂肪，这就是现在的我们不得不对甜食提高了警惕的原因。

当人夹在天生欲望诱惑着你这样做，而理智却在告诫着你不能这样做的矛盾中时，就会感到



苦恼。女人遇到甜甜的美食时就有这样的苦恼。女人与甜食之间，大概就像是危险的情人关系，既忍不住想要偷尝禁果，又十分清楚如果那样做了，只有苦涩的结果。然而欲望冲动却又那样难以抑制，每每都是很容易就投降，完完全全地被甜的诱惑所征服。于是不得不在每次吃完后，习惯性地安慰自己：这是最后一次！尽管你也知道，那不过是一句永远也难以兑现的话罢了，却也只能坚持这样做着。

好在人从不会太久违逆着本能压抑自己，为了满足人类食甜的欲望，已经有人寻找到了吃再多也不会发胖的甜味剂，像是木糖醇、甜叶素等低卡路里的单糖，正在逐渐取代着蔗糖。吃由这些甜味剂制造的甜食，就不必担心美丽与健康的问题了。

人们不仅从味觉上能感受到“甜”，从听觉、嗅觉、视觉上也会有“甜”的感觉。甜美的笑



容、甜美的声音、甜蜜的香气都是人们所喜欢的，几乎没有人会拒绝这些“甜”。惹人喜欢的女人至少会具备一种让人感觉到“甜”的特质，甜美的声音也许需要天生的素质，但甜美的笑容却是可以训练出来的，甜蜜的香气也是可以通过喷香水等方式而获得的。想要有更足的女人味，至少去学习、训练其中的一项吧！如果你已成功地成为一个让人感到甜蜜的女人，那么，你就已具备了女人味中最重要的——“味”了。只是要记得，“甜”也是要适度的，太甜会让人发腻，而“甜”过多也会让人变得麻木哟！





苦的深沉

很少有人会喜欢苦。苦比其他的味道显得难以入口，如果是小孩子，甚至会以哭闹来拒绝吃苦的东西。当妈妈的人一定都曾体验过让小孩吃苦的药片的艰辛。小孩子的感觉是最直接的，只有他们会将这种感受完全表现出来，而成人若是不喜欢吃苦的东西，大概会找出比较冠冕堂皇的理由来推脱。不管怎么说，苦是一种比较让人难以接受的味道。

苦的味道，人们常常是掺杂着其他的味道一起来品尝的，那样会显得比较好入口。比如说花式咖啡，比如说奶茶。在咖啡中添加砂糖或者牛奶，还有加上更可口的奶油或水果的，用甜的、酸的其他味道来冲淡苦味的刺激，这样，就可以将苦的味道也咽下去。

可是也有人喜欢尝试苦苦的味道，比如苦的黑咖啡，苦的茶。常常看到在那幽静的咖啡馆里，美丽的单身女子在角落中品着咖啡，那个身影里透着成熟的风韵。她面前的如果是一杯单纯的黑咖啡，你会想知道她有着什么样的故事，你会想了解她内心深处的秘密。黑咖啡代表着苦涩，同时也在苦涩中流露出深沉的醇香。懂得品味黑咖啡的女子通常是有着敏感而丰富的内心的。相反，如果她面前的是一杯花式咖啡，或是柠檬红茶，带给你的又会是另一种感觉，会显得比较活泼开朗，却不会让你有类似于迷恋而想了解她的欲望。喜欢花式咖啡的人也许可以告诉你一个很简单的理由，让你知道她为什么会喜欢；但是喜欢苦咖啡的她却不一定会告诉你原因，因





为那是无法言喻的一种爱。

苦是沉默的，它只会直接与你的内心相沟通，不尝试，你就永远也不会知道它的魅力。其实咖啡和茶最基本的味道就是苦，加入再多其他的味道，也不能将苦的原味完全掩盖。如果一杯咖啡中已经没有了咖啡的苦，一杯茶不再具有茶的苦，那么咖啡已不再是咖啡，茶也不再是茶，它们都已经变成了其他的东西。而且，若没有咖啡和茶的苦，其他的味道就那么林林杂杂地混合在一起，那种味道一定会比苦更难下咽。只有在那种苦的基础上，

你才能体会到各种味道摆在一起比较的美妙。因为有了可以成为其他味道的衬托的苦，你的味觉感受才会那样的深刻。当你尝过了其他味道以后再回头来尝试苦的味道，你才能够发现苦的妙韵。

第一次尝试苦的味道是需要勇气的。然而用心品尝过后，你会发现苦的真谛。苦其实也是一种很好的味道，只是它需要成熟来成就对它的理解。没有哪一种味道有苦那样深沉的韵味，因为你只要真正理解它，就会爱上它，只要爱上它，就会一直钟情

于它。在林清玄的散文中有这样一篇《清雅食谱》，其中有一段文字描述了他通化街巷里喝“蜜茶”和“苦茶”的经历，文中卖茶的小贩挑着甜到了顶的“蜜茶”和苦到底的“苦茶”来卖，看惯了人们先喝“苦茶”再喝“蜜茶”，独林先生第一个尝试先喝“蜜茶”后喝“苦茶”。当小贩问到林先生的感受时，先生说了一句意味深长的话：“喝苦茶时，特别能回味蜜茶的滋味。”的确，世上的人多数喜欢甜，若要选择，也习惯于先苦后甜，而不愿意经历先甜后苦。但是从林先生的一席话中却可以看出人生的哲理，那就是只有尝试过苦才能更真切地体会其他的味道。

没尝过生活中的“苦”的人，常常不会太懂得珍惜，因为如果不曾将苦与其他的滋味相比较的话，是无法体会各种味道中

蕴涵的真理的，尤其是苦。太过幸福，容易让人迷失自己，太过甜蜜，也许有一天也会觉得平淡。经历过苦以后，才知道幸福的不容易；尝试过苦以后，才体会甜蜜需要更精心的呵护。

在生活中，痛和苦也常常是连在一起的，它们都同样深刻得令人比对别的感觉更难以忘怀。但是，也只有经历过这些滋味的人才更了解生活的真谛。往往是那些曾经遭遇过伤痛的女人更懂得对爱人的体贴，也更用心来维护得来不容易的幸福生活。她们会比没有过这些历练的女人更成熟、更温柔，对真正爱着她们的人会更了解。

如果你从没喝过一杯黑咖啡，试着去喝喝看吧，它能教会你很多东西。有一点点苦并不是坏事，因为你经历过了，就能更成熟。毕竟，苦是让人成长的味道。





辣的刺激

辣是可以燃烧感官的火。

辣并不属于四种基本味道，它是一种复合味道。辣的味道是十分特殊的，大自然中也只有一部分植物具有这种味道。自然界的植物产生出这种味道，只是为了抵御虫豸的侵害，但还是有适应能力强的动物练就出吃辣的本领，甚至专门以此为食，好减少争夺食物竞争的对手。对于这些动物和昆虫而言，吃辣味的食物，与生存息息相关。

人类对于辣味的需要不是必然的，但是人有着更高级的欲望，会对食物的味觉进行分析和评判。人辨别味道的差别，寻找调整味道的方法。动物为生存，人则为生活。某些人对辣的味道望而却步，那是因为他不喜欢吃辣；其他一些人却对辣的味道喜爱有加，并且欲罢不能。这些都

与人们的性格、生活环境、习惯、爱好有关。喜欢吃辣的人大多数都直率而大胆，颇有辣椒般的性格。也有些地区，可能有多数人爱吃辣，在一定程度上也是因为环境，吃辣椒类食物可以抵御潮湿对身体的侵害。虽然辣不是每个人都能接受的味道，但不可否认，辣味植物为人们创造出许多美味，在菜肴中大派用场，像辣椒、胡椒、姜之类，已经完全成为厨房里必不可少的调味品。

不同于其他味道，辣似乎是一种人的全身都能有所感觉的味道。人的皮肤可以感觉辣的烧灼，你若是和辣椒接触多了，皮肤就会有麻麻辣辣的感觉；人的鼻子可以感觉辣的气息，它会冲进你的鼻腔，进到肺部，让你咳嗽不止；你的眼睛对辣的刺激也