

A man in a dark suit and white shirt is holding a large bouquet of white and yellow flowers. He is standing in a room with a ceiling and walls covered in numerous small, glowing lights, creating a festive and celebratory atmosphere. The lighting is warm and golden, with some blue highlights. The overall scene suggests a wedding or a formal celebration.

# 饮食男女

赵洁 著

广东人民出版社

# 饮食男女

赵洁 著

广东人民出版社

书 名	饮食男女
作 者	赵 洁
责任编辑	钟 菱
封面设计	陈汉中
责任技编	孔洁贞
出版发行	广东人民出版社
经 销	广东省新华书店
印 刷	肇庆新华印刷有限公司
开 本	850×1168 毫米 32 开本
印 张	8.375 印张
版 次	1999 年9 月第1 版第1 次印刷
书 号	ISBN7-218-03161-7/G·763
定 价	18.80 元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与承印厂联系调换。



## 心灵鸡汤

有这么一道菜式，你尝过没有——

100分的爱心，100分的诚意，加10分的辛劳，10分的心思，再加5分的期待，5分的浪漫，煮一锅浓浓的汤，给今生最爱的人……

如果，你说你从没有试过，那么你不是没有遇到一个真心爱你的人，就一定是一个没有心肝的人。

有哪一个女人，没有试过为自己心爱的男人煮一个心爱的菜式，不论她是街头乞丐还是皇家公主，不管她是贫困的农妇还是亿万家财的继承人，只要，她的心中曾有过爱，那么她一定会心甘情愿洗手入厨，煮一个菜，煮一份情，煮一片浓浓的浪漫。

也许，你不过是一个家庭主妇，在平淡无奇的厨房里日复一日地劳作；也许，你是一个工作忙碌的职业妇女，每天单调地准备着一家人的饭菜。然而，便是这平凡而简单的劳作中，蕴含着人类最真挚的情感。

如果，一个母亲不爱自己的儿女；如果，一个妻子不爱自己的丈夫；如果，一个姑娘不爱自己的情侣，那她又怎么会一天天在单调重复的厨房中熬煮她的青春，消耗她的容颜。

每一个煮妇都有无数的情感经历，每一个厨房都盛装着爱恨情仇的故事。

和许许多多的女人一样，我只是一个平凡的煮妇，我也曾在厨房中看日出日落，我也曾在这日复一日单调重复的劳作中，享受着作为一个女人的甜苦哀乐。



当然，现代科技已经完全可以将女人从厨房中解放出来，然而女人却依然眷恋着厨房，眷恋着那个夏日的黄昏，在厨房中挥汗如雨，为心中所爱的人煮一餐美食的快乐。

这些快乐是如此平凡简单，但却是如此眷永而美丽。

我本是一个好吃懒做的女人，后来遇到一个和我一样好吃懒做的男人，总想不花太多的金钱不受太多的辛劳而吃到美味可口的菜肴，于是我们和我们志同道合的朋友们，演绎了许多饮食中的苦乐故事。

然而，我仍然会在某一个普通的日子，为我所爱的人洗手入厨，煮一锅汤，炒两个菜，冲一杯上好的香茶，在这些平凡的劳作中学习做一个女人的根本。

总觉得在厨房中最美丽的所得，并不是煮菜的手艺，而是那一份入厨的心境和风情。

我也曾烧坏过锅底，打碎过碗筷，也曾试过将糖当成盐、把手臂烫起一长串的水泡，试过太多的惊喜太多的赞叹和太多的倒尽胃口，日复一日年复一年地聚集了一本饮食男女的故事。

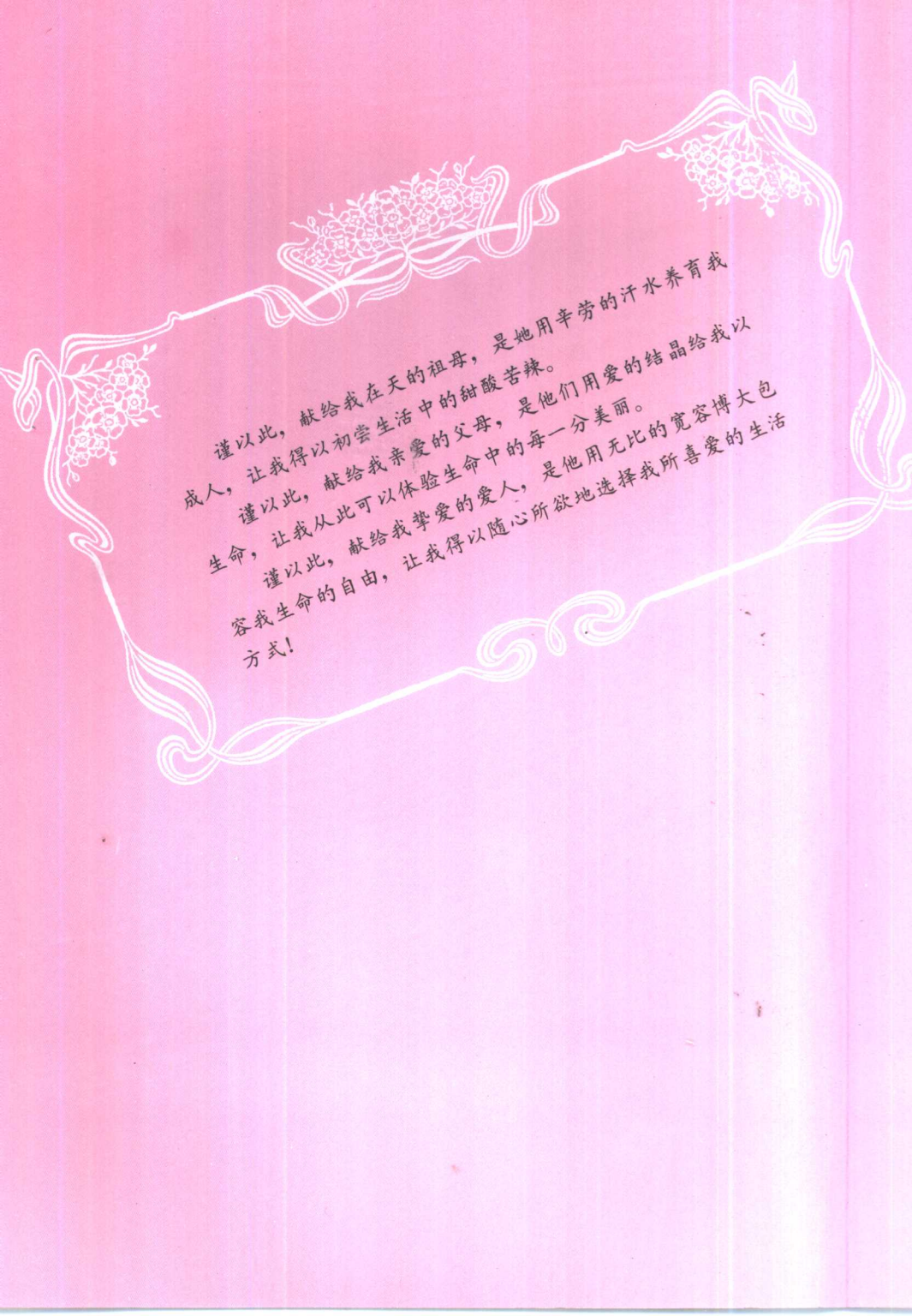
这不是一本食谱，这也不是一本教你如何入厨的工具书，这只是一本关于饮食的故事和心得，一本令你在枯燥的厨房中莞尔一笑的心灵鸡汤。

我们都是大千世界芸芸众生中的饮食男女，我们都演绎着平凡而普通的饮食故事。

夕阳古道黄昏里，三杯两盏淡酒后，愿此小书，博君一笑！

赵洁

1999年7月于广州五羊新城



谨以此，献给我在天祖母，是她用辛劳的汗水养育我  
成人，让我得以初尝生活中的甜酸苦辣。  
谨以此，献给我亲爱的父母，是他们用爱的结晶给我以  
生命，让我从此可以体验生命中的每一分美丽。  
谨以此，献给我挚爱的爱人，是他用无比的宽容博大包  
容我生命的自由，让我得以随心所欲地选择我所喜爱的生活  
方式！





# 目 录

## 第一辑 食亦有道

食亦有道	2
酒肉朋友	5
“轰炸东京”	7
卓玛，你是我心中永远的痛	9
暴饮暴食	11
生灵的尊严	13
家宴	16
一方水土	18
岁月	20
邻里饭香	22
心槐	24
朋友	27
鸽情	29
未来婆婆大人	30
全猪宴	33



## 第二辑 诗情画意

诗梦无华 .....	36
红楼夜宴 .....	37
红酒世家 .....	39
酒不醉人 .....	41
助情谁劝我千觞 .....	43
圣诞大餐 .....	46
浦江女海盗 .....	48
我爱“正黄旗” .....	50
高原之灵 .....	52
西关大屋 .....	54
流星雨粉 .....	56
白吃的午餐 .....	58
诗情画意 .....	60
吃竹 .....	62
日照香炉 .....	64
晶莹 .....	66

## 第三辑 Jess 食谱·梦之肴

梦之肴 .....	70
冰肌玉骨 .....	72





珍爱 .....	74
奇迹 .....	75
黄金海岸 .....	77
童年 .....	79
风月无边 .....	81
风光背后 .....	82
蟹斗 .....	85
翡翠 .....	87
苦海慈航 .....	89
君生日日说恩情 .....	91
窈窕淑女 .....	94
葫芦宝宝 .....	95
晨鸣 .....	97
大鹏展翅 .....	99
栈桥月色 .....	101
牵挂 .....	103
孝心 .....	105
明湖秋荷 .....	107
归路 .....	109
丽人行 .....	111
爱巢 .....	113
点点心思 .....	114



## 第四辑 饮食男女

半仙 .....	118
美国往事 .....	121
男人的理想 .....	123
饮食男女 .....	124
《散文大全》 .....	127
结婚就是请客吃饭 .....	129
甘苦自知 .....	132
麻将糖水 .....	134
曼城三烧饭 .....	136
木偶街 .....	139
鱼蛋王子 .....	140
生猛海鲜 .....	142
闯关 .....	144
臭香 .....	147

## 第五辑 恭喜发财

聚餐 .....	152
今夜浪漫无限 .....	154
洗手做羹汤 .....	156
乡愁 .....	159
粥日 .....	161



变废为宝 .....	163
阿一靛面 .....	165
西樵佛手 .....	167
恭喜发财 .....	170
年糕 .....	172
举家食粥 .....	174
青菜萝卜 .....	176
广东新三宝 .....	178
厨房 .....	180
新鲜 .....	182
情丝 .....	184

## 第六辑 万丈红尘

仙遇 .....	188
南台香茗 .....	191
禅斋 .....	194
酒肉穿肠过 .....	197
乡土 .....	199
深井无叶 .....	202
珍重今宵 .....	204
秦皇岛上打鱼船 .....	206
圣水 .....	208



万丈红尘	210
飘峰庄主	213
让我们看海去	215
茶仙	218
红莲素食	220
冷暖	222

## 第七辑 酒红落日

一起“舍宾”的日子	226
酒红落日	228
煮妇	230
花痴	233
日落巴黎	235
减肥	237
遥远的她	240
假如	242
街坊	244
菜干飘香	246
湘女	249
豆腐西施	250
<b>跋：生命的馋猫</b>	<b>253</b>

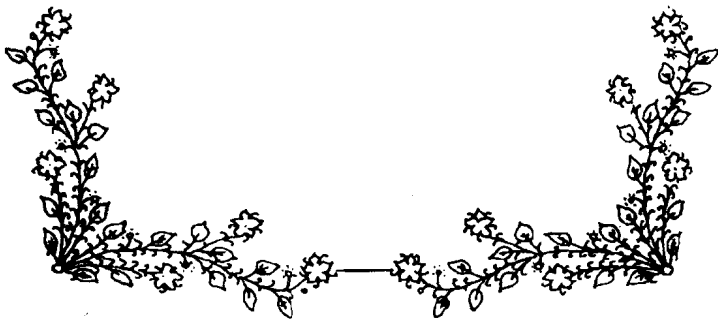
## 第一辑

# 食亦有道

如果有一天人类发现原来人类的皮肉是世界上最美味的食物，人类的骨头可以壮阳益寿，人类的血液可以滋阴养颜，那么我们会不会去花大价钱宰杀我们的同类？我们会不会把我们的妻儿父老生煮活剥？！

……

如果我们再这样不顾后果地吃下去，说不定哪一天，因果循环，世上会诞生一种比人类智慧更高的生灵，他们总有一天也会把人类吃绝了种。





## 食亦有道

朋友是个食家，据称蛇虫鼠蚁无所不吃，吃尽天下无敌手。每次打电话来，都会介绍一些独特新奇的地方吃饭。

一天，朋友打电话来说，快点快点，我们去抢救白鹇。

我一头雾水。

朋友说，听说一个酒家用白鹇招揽顾客，那是一种非常可爱的鸟，而且为数已经不多，我们赶快去把它买回来，酒家无非是想赚钱而已。

谁知等我们飞车赶去，那只据说非常可爱的鸟已经被食客们吃进了肚子。

从酒家出来的时候天色已晚，我们都还没有吃晚饭，但是我们不约而同地说，我们决不在这个酒家吃饭，永远不！

朋友开着车，一路闷闷不乐，他说：白鹇是受国家保护的鸟类，再这样吃下去，说不定哪一天便会绝种。

我从没有见过白鹇，也不知道它的味道是不是真的非常美味。不过这件事却让我对朋友有了一种重新的认识，我本以为他是好吃之人，到口的东西决不会放过，想不到他竟有如此的环保意识。

朋友叹了口气，告诉我，年轻的时候因为贪图新奇，也曾偷偷吃过一些诸如穿山甲、娃娃鱼之类不该吃的东西。等到年纪一天天大起来，经历一天天多起来，才知道环保对于一个人、一个国家和一个社会的重要，才会为昨天的所作所为感到羞愧。朋友



说那些珍稀动物的味道其实也不过如此，不但美味不是真的天下无敌，而且也不见得谁吃了濒临绝种的山珍海味之后真能延年益寿长命百岁。

其实，如今我们可吃的东西已经太多太多，而且只要烹调功夫好，即使最普通的白菜豆腐鸡鸭鱼肉也一样可以比珍奇怪兽更加美味可口。我们为什么非要把那些对人类生存有益的动物变成我们的食物？明天，当我们的孩子问我们孔雀和熊猫是什么时候，当世界上再也没有老虎和金丝猴的时候，我们将如何向他们解释，难道我们只是告诉他们清蒸和红烧的味道吗？

这时候我们会不会愧对这片养育了我们生命的土地？

有的时候，看到一班朋友坐下来，各自炫耀着自己曾经吃过多少重点保护动物并因此沾沾自喜的时候，我的心便有一种绝望的悲哀。我常常忍不住悲伤地想，如果有一天人类发现原来人类的皮肉是世界上最美味的食物，人类的骨头可以壮阳益寿，人类的血液可以滋阴养颜的时候，那么我们会不会去花大价钱宰杀我们的同类？我们会不会把我们的妻儿父老生煮活剥？！

人类是世上的万物之灵，我们的智慧让我们征服世界，然而我们却没有充分地运用我们的智慧去保护这个让我们赖以生存的世界。如果我们只是凭我们智慧的强大便把一切可以宰杀的动物吃进我们的肚子，那么 we 和弱肉强食的动物有什么区别？

弱肉强食无疑也是一种生存方式，如果是在战争或者饥荒年代，我想我不会去责备哪怕是残吃同类的人，因为我理解他们是为了生存。然而今天不是，今天我们不是为了生存，不是为了饥饿，不是为了延续我们万物之灵的生命；我们只是为了贪一时的口腹之乐，我们只是为了尝一尝新奇，也许我们什么都不为，不过是为了显示“我有钱，我吃得起”的游戏，这个时候我为我们





的万物之灵而悲哀，因为我们甚至比弱肉强食的动物还低劣。

我们的智慧呢？我们的教养呢？我们的善良、正义和气节呢？

我也是一个喜欢吃的人，我也喜欢尽情地享受美好的生活和美味的食物，但是我没有吃过穿山甲和娃娃鱼，我也没吃过白鹇，我一点也不觉得我比那些吃过的人更缺少生活的享受，因为我可以吃得理直气壮。世界上有许多生灵已经所剩无几，我们应该给他们一个生存下去的机会。佛家说，救人一命，胜造七级浮屠；而我们说，救那些濒临绝种的动物一命，造福子孙万代。

如果我们再这样不顾后果地吃下去，说不定哪一天，因果循环，世上会诞生一种比人类智慧更高的生灵，他们总有一天也会把人类吃绝了种。

不可能吗？谁知道恐龙是如何灭绝的。

我们有幸生长在一个富足而开放的时代，我们有幸不用忍饥挨饿，那么让我们珍惜我们的权力。应吃的，尽情去吃；不应吃的，放过它吧。

食亦有道！

（此文发表后不久，我收到了福建野生动物博物馆的馆长托人带给我的一只白鹇标本。那只美丽的鸟此刻正站在我的书房中，凝视着这个可怕的世界，好像无时无刻不在提醒着我们：我们共同拥有一个地球，我们只有互相爱护，才能共同生存。）



## 酒肉朋友

别以为这是一个贬义词，有一些做太太的总是愚蠢地想方设法让丈夫远离酒肉朋友，其实她不知道一个人的一生中，如果连几个要好的酒肉朋友都没有，那才真是莫大的悲哀。

我是一个幸运者，有一班志同道合的酒肉朋友。虽然我们偶尔也会相约去郊游去登山去听音乐会，有时也会玩玩拖拉机砌砌四方城赶赶时髦到球厅扔保龄，然而我们永远的保留节目永远乐此不疲的只有一样，那便是吃吃喝喝。

每一个明天不用早起的节假日，每一处新鲜的食肆开张抑或大减价，每一个迎来送往生日乔迁什么鸡零狗碎的可以作为吃吃喝喝借口的机会，我们都不会错过地约在一起饱餐一顿。

十几年中我们吃遍了广州每一个角落，每一个新奇的餐厅和特色大排档。然后我们开着车在四乡徘徊，搜寻每一个适合我们口味的地方。有时实在被杂务缠身哪里都去不了，我们便会在我们家附近的酒楼开一壶好酒要几碟点心，倾吐着彼此的际遇和心得，畅谈着各自的不满与牢骚。从索罗斯的金融风暴到克林顿的桃色新闻，从哲学大师的观点到市井流行的黄色笑话，家事国事天下事，尽情地吃吃喝喝尽情地胡言乱语一番，酒足饭饱之后各自掏钱包AA付账，各自摸着我们人到中年的肚脯慨叹着人生无常，然后心满意足地散去。

十几年间，我们这一群人离离合合聚聚散散，有一些人离开，有一些人加入，也有一些人去了香港、去了澳大利亚、去了