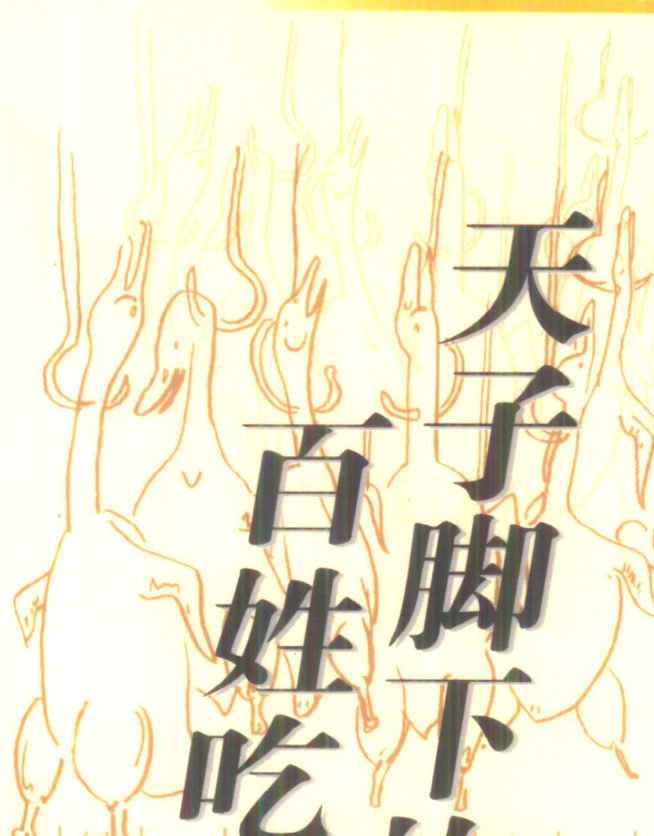


京城

乡
土
美
食
系
列



天子脚下的 百姓吃食

豆汁根本不是故意做的，

它是用绿豆做粉丝、

的下脚料！

邓友梅

看它的妙处在于它的

综合效应春饼表面上是混合物，

一样东西，

放在薄饼里，一裹，吃起来居然

味道全变，神了。

舒乙

学苑出版社

天子脚下的百姓 吃食

學苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

天子脚下的百姓吃食/陈新增主编.-北京:学苑出版社,
2001

(乡土美食系列丛书:京城卷)

ISBN 7-5077-1665-1

I.天… II.陈… III.散文-作品集-中国-当代
IV.I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 048859 号

学苑出版社出版发行

北京市万寿路西街 11 号 100036

新艺印刷厂印刷 新华书店经销

850×1168 32 开本 6 印张 90 千字

2001 年 10 月北京第 1 版 2001 年 10 月北京第 1 次印刷

印数:0001-8000 册 定价:12.80 元

掌 门 人

陈新增

撰 文 者

邓友梅
赵大年
孙晶岩
韩小蕙
马京生
孙 郁

姜德明
陈建功
李凤翔
吴志实
陆士华
徐城北

林斤澜
高洪波
肖复兴
李金龙
陈新增
阿 蕾

李国文
舒 乙
贾英华
晓 白
刘庭华

食 客

陈 辛

策 划 人

张 蕾

乡土美食系列

寻找乡土的
吃食

责任编辑：张蕾



封面设计：马汀

目 录

- 1 掌门人导语
- 4 品食的乐趣
 - 4 喝碗豆汁儿
 - 9 京津吃食杂忆
 - 13 霜肠
 - 17 芥末堆
- 24 涮羊肉
 - 31 二百年老卤的自信
 - 35 吃的记忆
 - 40 吃春饼
- 44 炸酱面的回忆
 - 50 苦 累
 - 54 茶汤·杏仁茶·雪花落
 - 58 北京炸丸子·御膳·末代太监
- 65 来今雨轩吃茄鲞
 - 71 好吃不过咸螺蛳
 - 77 芥末墩与麻豆腐





83 另类水晶冻

88 忘不了的菜团子

95 炸酱面

101 棒子面窝头的故事

106 五色土

110 野菜种种

115 涮羊肉的魅力

121 近水探幽品侉炖

128 豆汁记

133 寻访“爆肚冯”

141 奶 酪

145 油炒面

150 赛三丝

155 风味年糕

159 煎饼畅想曲

163 如今北京的主食

169 轧馅饅

174 酸梅汤

179 入酱缸的“资格”

184 食客点评

189 搜食扫描



掌门人

导语

陈新增

老北京见面常说：吃了吗您？

一天到晚瞎忙活，刚够“嚼裹儿”。

“嚼”指吃，“裹”指穿。也有人说“嚼谷儿”。可见吃喝二字乃百姓大事。民以食为天嘛。

提起北京的百姓饮食，相比别的省市，有其独特之处。

北京城历史悠久，源远流



长。自古以来，幽燕重镇，金开中都，元建大都，明迁北京，清定京师。改朝换代，沧桑兴衰。北京城演开了拉洋片。一朝天子一朝臣。皇亲国戚，王公贵胄，鼎食钟鸣，进贡采购，天下美味尽收眼底。铁打的江山流水的宴席。于是，北京城又像走马灯儿似的，一拨人演罢另一拨登台。民间美味几经精工细作，成了皇家御膳。宫廷食谱辗转相传，也会流落民间。有人考证，北京的肉饼、八宝莲子粥，即从元朝宫廷“肉饼儿”、“莲子粥”演化而来，在元代的《饮膳正要》中可见端倪。现在看来，天子脚下的北京人有口头福儿，好像沾了皇上的光。北京乡土美食的一大特点，就是宫廷御膳和平民饭食的融合。

北京曾为六朝古都，又是新中国的政治、经济、文化中心，历经新旧两个时代。改革开放以来，作为文明古城的大国之都，正在向国际化大都市演变。说北京是北方城廓，那是因其地理环境、气候条件而定。要说谁是北京人则一言难定。按国外以出生地为准，还是按户口所在地为准，老北京和在京人士各说各的理。看来只有周口店的北京猿人才是正宗。“桔生淮南则为橘，桔生淮北则为枳。”一方水土养一方人。人生漂泊，酸甜苦辣，落地生根，四海为家。只要在北京落户，习惯北京的风俗，喜欢北京的吃食，即使京腔京韵不足，您就算北京人，根就在北京。北京城不排外，八方宾客，相逢一处那是有缘，南北菜肴，汇成京味可算一景。北京的乡土美食，大度包容各地百味，兼收并蓄各族神韵，这有史可查。《明官史·饮食好尚》载，明人正月吃年糕、元宵、羊双肠、枣泥卷，二月吃黍





面枣

糕、煎

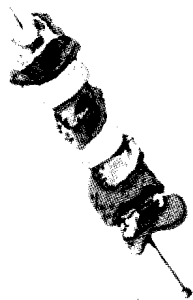
饼，三月吃

江米面凉饼，五

月吃粽子，十月吃奶皮、酥糕，十一月吃羊肉包、扁食、馄饨，腊月吃灌肠、油渣，已成习俗。清《都门竹枝词》云：“日斜戏散归何处？宴乐居同六合居。三大钱儿卖好花，切糕鬼腿（油条）闹喳喳。清晨一碗甜浆粥，才吃茶汤又面茶。凉果炸糕聒耳多，吊炉烧饼艾窝窝。叉子火烧刚买的，又听硬面叫饽饽。稍麦（烧麦）馄饨列满盘，新添挂粉好汤团（元宵）。爆肚油肝香灌肠，木樨黄菜片儿汤。”由此观之，山南海北的美味吃食，捎带着各地的风俗人情、乡土俚趣，都在京城一展千滋百味；世界各地的珍馐佳肴，披拂着各国的异域风光、文化信息也在北京安家落户、开花结果。天长日久，也都成了京城特色风味吃食。北京乡土美食的另一大特点，就是外地各族风味和京城本地特色的融合。



北京的乡土美食算是京城一景，可以纳入中国饮食文化之列。天子脚下的百姓吃食，土生土长，丰富多彩，兼收各族风味，博采各地精华。北京人有口头福儿，您就擎好吧！



品食的

乐趣

喝
碗
豆
汁
儿

喝碗豆汁儿

邓友梅

早年——也就是说五十多年前，被称“北京人”的人要具备四条标准：“一口京腔，两句二黄，三餐佳馐，四



喝
碗
豆
汁
儿

季衣裳”。这里说的“佳饌”，不看值多少钱，要个有滋有味，比如说伏天喝碗热豆汁就一口虾油辣咸菜，喝得汗流浹背，浑身痛快，总共花不了两角钱，却也算“佳饌”一餐。

为什么举例子单说豆汁？因为喝豆汁纯属北京人的专利。京外有地方管豆浆叫“豆汁”，有位山东人初到北京，看见招牌上写着“豆汁”，就进店要了一碗，喝了一口眉头紧皱，勉强咽下去后招手叫来店员很客气地小声说：“这豆汁别卖了，基本上酸了。”那伙计说：“好说您哪，不是基本上酸了，根本上就是酸的，这豆汁跟您山东的豆汁不是一码事您哪！”所以是不是北京人，测验方法就是叫他喝一口豆汁，若是眉开眼笑，打心里往外满意地吁口长气，就是地道北京人，若是眉头紧皱，嘴角直咧，甭问这是外来户。

那伙计说得不假，北京豆汁跟山东豆汁根本不是一回事。山东豆汁就是黄豆做豆腐的浆水，看起来白中透黄，喝起来香中带甜。北京豆汁看起来颜色灰里透绿，喝起来味道又臭又酸。可一旦喝上道，就有其味无穷之叹，就如同洋



人吃臭“吉斯”（也就是臭奶酪）一样，吃不惯者难以下咽，甚至作呕，吃上瘾的一天不吃就觉着欠点什么，因此当年东安市场的小店“豆汁何”名声一点不小于隔壁大饭庄东来顺。穿着华贵、坐着私家轿车专程来喝五分钱一碗豆汁的，大有人在。

北京豆汁是怎么做的？怎么单出这种味道来？

北京豆汁根本不是故意做的，它是用绿豆做粉丝、粉皮的下脚料！“粉房”（不是豆腐房）把绿豆用水泡透，放进水磨中磨成浆水，入进缸、盆沉淀，等淀粉沉在盆底，把浮在上层的非淀粉碎渣取出。纯净的淀粉拿去做粉丝、粉皮；剩下青中透绿的下脚料，放在一边令其发酵，待发出酸味来，就成豆汁了。店家以极便宜价钱买来，经过加工，再作为成品出售。

既然已经变酸发臭了，还有什么可加工的？

没这么简单。生豆汁不能喝，煮得滚开烂熟，可就又没酸臭味了，怎么办？更老辈的北京人发明了好办法：把生豆汁买回去也来一次沉淀，见细碎的



喝
碗
豆
汁
儿

固体颗粒物都沉底了，就把上边发过酵的绿色汤水，放进锅里煮。待汤水见开，立马舀一勺沉淀物投进去，一次只加一勺，再开再加，这就叫“勾兑”。要加多少勾兑出来才不浓不淡，臭中有香，酸得可口？这里就大有学问。要不然当年尽管有走街串巷推着车卖生豆汁的，人们还是宁可多花两大枚进豆汁店去喝呢！一来是店里有专门搭配豆汁吃的焦圈，二来是买回生豆汁很难勾兑得可口。

其实店里豆汁进价本儿低，卖的也不贵。五十年代，著名的店家如豆汁何、豆汁徐、豆汁张，一碗豆汁也只要几分钱，加上俩焦圈也不过两角大洋。便宜归便宜，可北京人并不是只为了省钱才喝豆汁，就为的找这一乐。北京人喝豆汁不分穷富，你到“豆汁何”、“豆汁李”门口看看，既有趿拉着鞋手里掂着铜板来喝的，可也有袍子马褂衣装坐包月车来的。既有膀大腰圆卖力气挣饭吃的体力劳动者，也有穿长衫别钢笔的文化人。十多年前，不忘城南旧事的林海音先生从台北来到北京，舒乙和我问她：“您几十年没回来了，有什么



要我们帮忙的事吗？别客气！”她说：“别的事没有，就想叫你们领我去喝碗豆汁。”我跟舒乙就领她去了“炎黄美食城”。吃其他小吃时挺谦逊、挺稳重，豆汁一上来她老人家显出真性情来了，一口气喝了六碗她还想要，吓得我和舒乙连忙挡驾说：“留点肚子明天再喝吧您哪，别吓着我们！”她说：“这才算回到北京了！”

我说：就凭这一点，林家六婶就既是台湾人，又算得地道老北京！

豆汁就有这么大的魅力，所以早年有《竹枝词》咏道：糟粕居然可做粥，老浆风味论稀稠。无分男女齐来坐，适口酸盐各一瓯。

