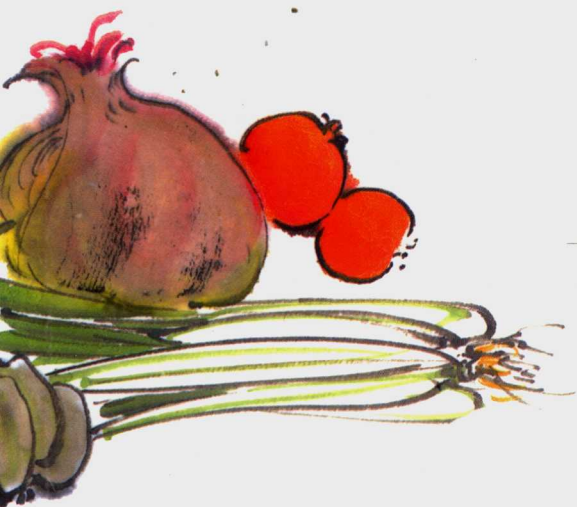


张振楣 著



张振楣

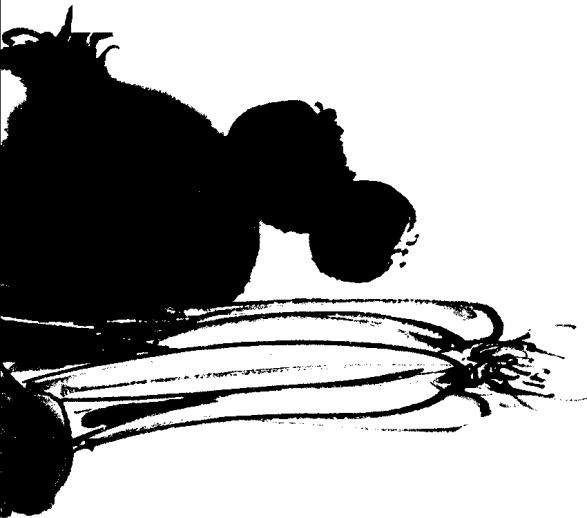
谈吃

狮子头臭豆腐 八大菜系四方小吃皆可一谈
酸甜苦辣咸鲜 家常小炒六种口味大饱口福

真正的美味与社会经济的发达程度无关，与地域的文明程度无关，与原料的昂贵更没有关系。真正的美味都在路边小店，都在乡野之间，同时都是有个性化的。那些未经修饰的原生态的美味，才是真正的人间至味。



北方文艺出版社



张振楣 著

狮子头臭豆腐 八大菜系四方小吃皆可一谈
酸甜苦辣咸鲜 家常小炒六种口味大饱口福
真正的美味与社会经济的发达程度无关，与地域的文明程度无关，与原料的昂贵更没有关系。真正的美味都在路边小店，都在乡野之间，同时都是有个性化的。那些未经修饰的原生态的美味，才是真正的人间至味。

张振楣
谈吃



北方文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

张振楣谈吃/张振楣著.—哈尔滨:北方文艺出版社,

2006.7

ISBN 7-5317-2020-5

I.张... II.张... III.饮食-文化-研究-中国

IV.TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 075476 号

张振楣谈吃

作 者 / 张振楣

责任编辑 / 王学刚 王金秋

装帧设计 / 大兴基业

出版发行 / 北方文艺出版社

地 址 / 哈尔滨市道里区经纬二道街 17 号

网 址 / <http://www.bfwy.com>

邮 编 / 150010

电子信箱 / bfwy@bfwy.com

经 销 / 新华书店

印 刷 / 北京高岭印刷有限公司

开 本 / 960×640 1/16

印 张 / 16.25

插 页 / 4

字 数 / 200 千字

版 次 / 2006 年 10 月第 1 版

印 次 / 2006 年 10 月第 1 次印刷

定 价 / 19.80 元

书 号 / ISBN 7-5317-2020-5/Z·4

我与美食

一

我这一生中，与美食的缘分，始终是“剪不断、理还乱”，与一般人不大一样。

食色性也。作为人性中最基本的成分，对美食的向往和追求，是人的一种天性，一种本能，人人都具备。凭什么说我与美食的缘分，同一般人不一样呢？

我常常这样自问。

设问和思考的结果是，美食与我的关系，既与好多人一样，又与好多人不一样。

一样的地方自不必说，不一样概言之有三：一是与美食的接触机会不一样，二是对美食的感受不一样，三是美食在人生中的地位不一样。

二

我与美食的缘分，自然不能同那些大富翁们相比。富翁们一掷千金，呼风唤雨，早已吃尽了人间的珍味、异味。在他们面前炫耀吃过的美食，似有班门弄斧之嫌；但是大富翁们饱食终日，舌蕾相对比较迟钝，思维也会有所退化；真要谈吃的话，多半是现象的罗列，菜单的拼凑，再要让他说出些关于吃的子丑寅卯来，可能就勉为其难了。就像有钱人有足够的财力购买古董字画，但他不一定就是古董字画的鉴赏行家。



因此我斗胆说一句,吃福也好,吃缘也好,与财富并不构成直接关系。

我想,一个人要与美食结缘,从生理条件上看,至少要具备三条:一是有一个善于接纳的胃,二是有一条敏感的审美的舌头,三是有一个能够作理性思考的大脑。有了这三个基本条件,如果没有兴趣,没有机遇,也是白搭。反之,如果有了钱,有了在美食上挥霍消费的能力,却缺乏上面三个条件,那么他与美食也很难真正有缘。

承老天垂青,我这一生中虽无财无势,但恰恰勉强凑合具备了上述三项基本条件,又辅以兴趣、机遇尚可,因此与美食的关系似可值得一说。

三

人生的境遇,常常可以从早年的经历中找到相应的因果关系。我与美食的缘分,可以追溯到家庭和环境。

父亲的嗜吃,在家族中和众多亲友邻坊中是出了名的。父亲的嗜吃与他的经济条件无关,且与他的环境、机遇无关。他的嗜吃,完全是一种生命的本能冲动。他对吃的迷恋和崇拜,是属于那种有条件要吃,没有条件也要创造条件吃,以吃为生以吃为荣以吃为乐以吃为命的人生哲学。他把挣来的不多的钱,都在满足口腹之欲中消耗殆尽。

在吃的入迷、执着、讲究上,我远不如我父亲。但在吃的机遇、命运和情结上,我超越了他。我与其相信这是命运默默的安排,不如认为这是遗传起的作用更为合理,即使命运,有时也可以与基因有关。

后天的环境影响也很大。作为江南鱼米之乡一个市民家庭,饮食习惯与贫困地区相比应该还是比较讲究的。例如吃虾,即使再小的虾,江南人家都要先把虾的须脚剪去后再进行烹调,剪的时候还要求不剪去虾的眼睛,不像如今,毛脚虾在酒席上大行其道,但只能



自序

说这是时尚,不能说这是讲究。又如,日常的吃粥菜与吃饭菜应有明显区别,互相不可混淆。吃粥时绝对不去挟吃饭菜,而且吃粥菜千万不能放在碗头上,以免粥菜与粥之间产生串味。总之,简单而不失精致,质朴而不失情韵,这是长期以来江南地区形成的饮食习惯。有时家里断了粮,只能临时凑合吃一顿青菜烂糊面,也要把面下得恰到好处。例如,锅要烧热,青菜要下热油锅略煸,再倒进开水而不是冷水,沸后投入面条,面汤一定要宽,等等。这样下出来的烂糊面,青菜仍是碧绿的,面条既烂又韧,不黏糊,汤鲜鲜的,吃起来并不觉得这是几乎断炊情况下的充饥之物。

于是,对吃的虔诚和讲究成了一生的习惯。再平常的食物,再简单的烹调,也要最大限度地美味挖掘出来,调动出来。不这样,似乎就是暴殄天物,就对不起吃进去的东西,也对不起吃的人。

四

与美食的真正结缘是在工作以后。那完全是意外的意外。

十七岁那年,我到饭店工作。极不情愿之中,误入了这个与我格格不入的行业,一干就是二十多年。

当时虽然已接近三年自然灾害的尾声,但粮食仍十分紧张,包括我自己家里也仍是吃不饱的。在绝大部分人吃不饱的时候,在饭店工作的我至少可以吃饱了,而且相对吃好,这不是人人艳羡的职业么!例如早上吃面可以在面碗里多放些猪油,不要小看多一匙猪油,它可是特别能熬饥的,吃过后可以好长时间不饿。在那时,能够不饿的人就是世界上最幸福的人。

饭店里的职工伙食,因店而异,时好时差。但最差的标准,也比普通家庭强得多。

饭店的作料多且全,饭店炉上的火大,家庭根本无法比;再加上厨师的好手艺,因此,饭店的菜,即使很普通的炒一盆蔬菜,也特别可口,特别香。要知道,当时的社会经济水平,好多人一辈子都没

有上过饭店，一年中能够上馆子吃上几次的人，只是极少数。

每到逢年过节，元宵、端阳、中秋、除夕，饭店职工都要按常规聚餐，这聚餐就非同一般了。厨师的十八般武艺，都在这时充分亮相。这种聚餐，不仅能吃到家里烧不出来的菜肴，而且能吃到客人花钱也吃不到的东西，能吃到最大限度地用行家眼光进行挑剔的美食。真正的美食，就常常出现在这样的餐桌上。印象深的是猪腿上的蝴蝶骨，平时出腿心时随手贴在墙上风干，凑多了过节时取下泡发后煨汤，浓郁、滋润、鲜香、醇美，天下至味。青草鱼的嘴巴，并非稀罕之物，但却是鱼身上最美最嫩的部位，客人花钱吃不到，我们却可以轻而易举地尝鲜。

五

一个新的机遇出现了。上世纪七十年代初，行业里要搞烹饪技术培训，让我参与。没有经验，没有先例，一切白手起家。好在我天性里本来就有挑战的基因。这新的工作，又一次改变了我，并把我与美食的缘分推进了一步。过了几年，烹饪培训逐渐发展成为正规的烹饪教学。

在我面前出现了新的世界，美食美味的世界。品尝美食，以前只是职业的副产品，近水楼台先得月而已。如今性质起了变化，品尝美味成为工作本身，不想品尝还不行。在那段时间里，因工作关系，我走遍了市内外数得上的饭店，吃遍了每家最拿手的好菜名菜。至于在技术培训和烹饪教学中，无论学习还是交流，都离不开吃。铺天盖地的美味佳肴持续地向我涌来。这样几个月、几年下来，一只菜肴，哪怕最细微的差别，最易疏忽了的欠缺也会被味蕾清晰地读出来。去外地取经，或参加有关吃的会议，上海、杭州、南京、镇江、扬州、常州、苏州……这些附近的城市几乎每年都要去几次，每次去，都要品尝名菜名点，都是赶赴吃的盛会。为了眼界扩大，北上山东、北京，南下广东，西去四川……自然又是大吃特吃、精吃细

吃；在见识长进的同时，我的味蕾获得了前所未有的锻炼，品味的功力日益提高。

在一个温饱尚未解决的年代，像我如此这般的吃福，确实不多。现在想来，真有点不好意思。

六

接下来，我的命运却出现了意想不到的突变。

我做梦也没有想到，我这一生，还会离开与我朝夕相处了那么多年的餐饮业。我苦恼、惆怅了好长一段时间。我失去的不仅是我熟悉和习惯了的环境，而且是我已经为之付出了那么多的事业。

那是一段充满新鲜充满矛盾又充满怀念的日子。我终于明白，我不该放弃，决不能放弃，我要找到一种新的方式来解决心中的苦恼。最后我终于找到了。

我白天到新的单位上班。我用夜晚同过去相聚，从书上和纸上寻觅美食的踪影，在思索和写作中梳理我与美食的关系。我终于有了一个在时间和空间上拉开距离的环境，以一个局外人的超脱眼光去观照我熟悉的烹饪和美食。我成了一个每天跳来跳去跨越不同领域的双栖人。正是在这样的双栖中，我获得了心理的平衡和灵魂的安宁。

感性的体验少了，但理性却由于摆脱了感性的羁绊，飞翔得更高更远了。加上有了时空的距离，我对美食的认识得到了不断的飞跃，我发现这是命运给离开了餐饮行业的我的最好补偿。一系列有关美食和烹饪的文字，从我的笔底涌出；一些全新的观点常常从灵感中闪现。它们就如春天里解冻的江河，冲撞着、奔涌着激越的浪花；又好像密林中泛映着的湖泊，在微风中荡漾着柔美的清波。我明白，那是因为它们有着永不枯竭的源头。

我此后有关美食和烹饪的所有思考，所有文字，其实，就是一个词：怀念，对我逝去的岁月和逝去的餐饮行业的追怀。

我与美食的缘分，没有完，永远不会完……

目 录

第一篇 品尝篇

苏北狮子头	3
臭豆腐	5
吃面	7
素面之约	10
吃粥	12
吃肉	14
老式菜	17
杨梅菜	19
盱眙菜	21
高淳的吃	23
大娘水饺	25
吃“素肉”	27
品扬菜	29
仿膳品宴	31
乾隆江南宴	34
西施宴	36
金秋品味在扬州	38
老街的小饭店	41
叫化鸡	44
姜母鸭	46
初尝牦牛肉	48
焦泡饭	50
话说“拔丝”菜	52

第二篇 忆旧篇

雪里蕻	57
怀念八宝饭	59
春天的塘里鱼	61
山芋藤	64
祖母的菜肴	66
炒豆沙	69
大饼油条	71
豆腐花	74
河豚之美	77
魂牵梦萦话扬点	80
想起了“炝虾”	83
冷拌面	85
大眼镜脆鳊	87

第三篇 随想篇

最具个性的甜味	93
难以言状的酸味	96
令人震撼的辣味	99
被人误读的鲜味	102
飘忽不定的香味	105
菜肴的“声”	109
吃与氛围	111
味的浓郁美	113
美食的雅境	115

餐桌上的春色	117
时令菜的淡化	119
花卉入饌	121
中秋话栗	123
云块鱼的来源	125

第四篇 思考篇

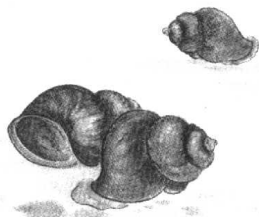
大味必淡	129
饥饿的馈赠	133
谈厨师	139
好厨师应该是美食家	142
美食家	147
菜肴的特色	150
筵席需要“减肥”	157
美食贵在常态	162
寻找美食	164
美食的贵族化倾向	168
烹饪的风格与流派	172
能否开设一门“厨师学”	176
食品雕刻之我见	180
红烧肉的创新	184
为“吃”立法	186
春节的吃	188
小吃万岁	190

第五篇 旅途篇

刀削面	193
正宗兰州拉面	195
“老孙家”泡馍	197
豆花之味	199
吃豆丹	201
在普陀山吃海鲜	203
在菊花岛尝海鲜	205
美味竹筒饭	207
在戈壁滩吃拉面	209
在新疆吃馕	212
青海湖畔尝美食	214
煎饼与锅饼	217
山东记食	219
杭州记吃	223
在黄山吃臭鳃鱼	227
在苗寨吃农家饭	230
凤凰的小吃	233
进藏饮食记	237

第一篇

品学篇



盧橘
 如金
 榴華
 似火
 景物
 燦然
 人間
 重午
 折枝
 吳昌碩寫



苏北狮子头

苏北的菜吃过多。总的感觉是清鲜、爽口，虽然看起来有些粗，有些土，但作为核心部分的菜味还是不错的。至于淮安的鳝肴，扬州的干丝，东台的鱼汤面，更是远近闻名的名馐佳点，别处是无法与之匹敌的。当年周恩来总理有一次在北京饭店招待外宾，席上有一道扬州狮子头，宴毕，周总理还特地兴致勃勃地对大师傅说，制作扬州狮子头的关键是在肉糜中要放荸荠末，这样吃起来就更松嫩爽口，更有特色。

这次到宿迁开会，有机会重逢苏北菜。几天下来，觉得苏北菜固有的家常风味依旧，同时又引进了一些宾馆菜，但宾馆菜到处都有，而且大体雷同，吃后不会留下什么印象，倒是原汁原味的本地菜，别处所无，容易留在心上。因此在几天的进餐中，感到宴会菜很注重档次，却反不如简简单单的便饭菜来得吸引人。

便饭菜中有一道狮子头，印象尤深。那天中午不喝酒，盛上白饭，就着几盆荤菜几个素菜，一大品锅的汤，大家吃得津津有味。记得那狮子头盛放在大腰盆里，一个个金黄、浑圆，很有气势，起先还以为是无锡油面筋，细看才看出是大肉圆，很是诱人食欲。

用汤匙舀到饭碗里，一口下去，竟产生出一种特别的震撼，难以想象的松和嫩，渗和着猪肉糜的鲜醇，在遇到牙齿的一刹那迅速地溶化和溢满了整个舌头，几乎连咀嚼这一环节也简化掉了。那种滋润柔滑感，很难形容，反正与江南的狮子头完全是两回事。

再细看狮子头里面，晶莹剔透，仿佛有着过量的肥肉，但口感

却肥而不腻,只觉得奇嫩无比。我毫不费劲地把偌大的一个狮子头吃了下去,满满的一碗饭,早已碗底朝天。在这样的狮子头伴奏下,连白饭也改变了原来的质地,变得极滑糯润口。正是妙不可言的味觉享受。

以后两天里,我一直盼着能再次品尝狮子头的美味,可是我失望了。狮子头再也没有出现在餐桌上。也可能以为这样的粗菜不够格,羞于见人,只能在便餐上偶一为之,却成了我最大的遗憾。在最后一天的晚宴中,我终于按捺不住,趁同桌都在敬酒干杯,偷偷溜进厨房,专门向厨师讨教狮子头的做法。

在我的夸奖下,厨师笑嘻嘻地向我传授了狮子头的制作过程。选猪的前腿肉肥瘦各半,斩成肉末后加清水和调料搅拌上劲,使肉末吃足水分,其中的胶原质相互粘连,这是使之质地嫩滑的关键环节,再做成一个个大肉圆投入油锅中炸至外皮金黄结壳。油炸好的狮子头放在盆中上笼蒸透,使狮子头中的肥油出尽,而形状不变,下笼后浇上明卤即成。做法不算复杂,但要恰到好处,实属不易。

回来以后,宿迁吃过的狮子头一直萦回在心。于是下决心自己动手试做一回,结果勉强形似,神韵全无。对于这可遇而不可求的苏北狮子头,不免就更加情有独钟,平添了一份神秘感。

臭豆腐

双休日到闹市区逛街，忽然一阵异香扑鼻而来，伸长鼻子一闻，哦，臭豆腐！

豆腐是中国传统食品中的宠儿，臭豆腐则是豆腐大家族中的尤物。臭豆腐虽然难登大雅之堂，但是它那特殊的风味，常令美食家们难以忘情。据说慈禧太后一生吃遍山珍海味，唯一不忘的就是臭豆腐，可见臭豆腐的魅力。曾几何时，有人把知识分子比喻为臭豆腐，闻起来臭，吃起来香。这比喻现在看来似乎太荒唐，但也对了一半，臭豆腐受人欢迎，而且一定会流芳百世。

记得儿时吃过的臭豆腐名叫“清油豆腐干”，是江南一带常见的街头小吃。卖“清油豆腐干”的小贩肩挑担子走街串巷，那担子一头置着热油锅和各种佐料，另一头的木桶盛放着臭豆腐。只要担子一停，那窜鼻的香气就会引人驻足。

只见摊主手举小铁钳，不停地翻动着沸油里的臭豆腐，待炸至外皮金黄就迅速捞起，放入碗中，用剪刀飞快地剪碎，加上甜面酱、酱油、葱米、辣花，还有醋，拌着佐料趁热吃。那滋味，又香又鲜，炸过的臭豆腐，外脆里嫩，吱吱地冒着热气。这臭豆腐，既可解馋，又可充饥，实在是价廉物美、惠而不费的民间小吃。

令人难以置信的是，这样平庸的俗物居然也会被打倒消失了若干年。因此当多年前，街头又飘来久违了的臭豆腐的异香时，不能不使人高兴。这说明，臭豆腐的独特魅力是难以抗拒的，一切扎根民间的美食，总是有着长久的生命力。

忘不掉有一次在南京，游莫愁湖。沿湖有好几个出售臭豆腐的摊子，那诱人的香气远远飘来，一直钻进你的灵魂深处。经不住诱惑，全家三人在摊旁停了下来。与儿时不同的是，这里的臭豆腐是小块串起来炸的，有些还残留着霉黑。

看到我们疑虑的神情，摊主解释说：“不碍事，就是要吃这个味！”只见他在炸好的臭豆腐上拨上佐料和辣水，递给我们。一尝，有一股特别的天然鲜香味，与家乡的臭豆腐比，只觉得风味更加强烈。眺望着面前秀美的湖景，咬嚼品味着南京风味的臭豆腐，刹那间竟有一种神仙般的飘然。

臭豆腐已经吃完，余香犹在。可是大家不约而同有一种不过瘾的感觉，简直是欲罢不能，于是像小孩一样嘻嘻哈哈往回走，找到原先的摊子，又各要了两大串。这次还特地挑了黑水重的，俨然是品尝臭豆腐的行家了。

吃了莫愁湖的臭豆腐，这一天，我们连中饭都只得放弃了。

吃 面

对面条从未有过偏爱。相反在青少年时期，当时所有的吃食中，最不喜欢的就是面条。有次到山东出差，连续吃了几天面食，我的肠胃无法忍受，提出“罢工”。闹了几天肚子疼，腹泻，吃什么药也不管用，直到在返程的火车上沾了米粒，肠胃才运行正常起来。从此，我坚信：面食与我无缘。

可是人的偏好，也会随年岁的增长发生改变。自己也说不清从什么时候开始，面条于我并不那么“面目”可憎了，而是可以接受了，再后来，几天不吃面条，居然心里痒痒的，牵挂起面条来。当然这种饮食趋向的改变还不至于到排斥大米饭的程度；同时，我对吃面条的要求比较挑剔。不像我有位朋友，一天都离不开面条不说，而且从不计较下面的调料、汤水。他吃面只有一个要求，有酱油就足矣。他说，他冲的就是那股子“面香”！

可是不行，没有好的味道，我宁可不吃。只要听说哪里的面好，即使路远我也会专程前往，不惜“修了牙齿坏了脚跟”。如果吃过觉得不够格，就不再去第二回。

最近几年，只要稍有名气，哪怕没有名气的面店，我都光顾过。对店的规模、环境、档次我从不介意，我只有一个标准，面好就行。

跃进桥堍下沿街的小面店，连招牌都没有，简陋得只能算是面摊，一年四季，有一半桌子放在露天。可这里的面却有传统的韵味，汤鲜，面爽，口味稳定，尤其是拌面。那烧制好的卤汁有一股香味，加放的量也恰到好处，正好将面条拌匀，味道全部裹到面上，入味。