

饮食文化

饮食是极原始酣畅的享乐，无时无刻都在语言和感官里昭示它们的美妙意义；芝麻、米粒、莱姆、奶酪、孜然……肠胃喜欢走私，美食于是任性疯狂、痴迷雅致，吃得情趣、吃得大胆淋漓。

芝麻米粒说

黄宝莲 著



芝麻粒说

黄宝莲 著

广西师范大学出版社
· 桂林 ·

本书经中国台湾二鱼文化事业有限公司授权，
出版中文简体字版本。非经书面同意，
不得以任何形式任意复制、转载。

著作权合同登记图字：20-2006-052号

图书在版编目(CIP)数据

芝麻米粒说/黄宝莲著 —桂林：广西师范大学出版社，2006.5

(饮食文化)

ISBN 7-5633-6026-3

I. 芝… II. 黄… III. 饮食-文化-世界-文集
IV. TS971-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 030248 号

广西师范大学出版社出版发行

(桂林市育才路 15 号 邮政编码：541004)
网址：www.bbtpress.com

出版人：肖启明

全国新华书店经销

发行热线：010-64284815

泰安市广益印务有限公司

(山东省泰安市泰良路泰山家俱园 邮政编码：271000)

开本：889mm×1270mm 1/32

印张：5 字数：100 千字

2006 年 5 月第 1 版 2006 年 5 月第 1 次印刷

印数：0 001~6 000 定价：15.00 元

如发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。
(电话：0538-8333288)



关于本书

“不知道是喜是悲？二十五年来一事无成，但起码没有辜负自己的肠胃，为了安慰自己，是以成书。”作者如是说。作为一个在书桌与餐桌之间消磨时日的写作人，作者笑称自己烧的菜比文字可口。本书集异国美食、人文轶事、生活随笔于一炉，以食物为主角，描绘的是生活，既飘着食物芳香，也有如微风吹拂的诗样情致。

关于作者

黄宝莲，出生于台湾桃园，文化大学毕业，自1983年起先后居住纽约、香港、伦敦，行游四方，著有散文集：《流氓治国》、《未竟之蓝》、《仰天四十五度角》、《无国境世代》等，以及短篇小说集：《七个不快乐的男人》、《七个不快乐的女人》、《Indigo 蓝》，长篇小说《暴戾的夏天》。作品多次入选尔雅、九歌年度文选。现居香港。

饮食文化



文学的餐桌——饮食美文精选

焦桐 主编

定价：28.00 元

出版时间：2004 年 5 月



吃的后现代

廖炳惠 著

定价：15.00 元

出版时间：2005 年 12 月

责任编辑 龚风光

装帧设计 伊大伟

制 作 杨无惧

<http://www.bbtbook.com>

为了人与书的相遇

前 言

有回遇见一个刚学会一点中文的瑞典人，交谈几句之后，他就得意地问：“你说我的汉语怎么样呢？”“几粒芝麻而已！”我说。“那你的英文又怎么样？”“一大碗米饭吧！”我说笑。那一次的谈话，显然是一碗米饭里点缀着粒粒芝麻，我们一路谈到饺子包子，终结于日本寿司。

食物从很早以前便在我的语言和感官里昭示它们的意义。五岁那年，我瞧见母亲从厨房端出一碗热腾腾的贡丸汤，便趴在餐桌边大口大口吞咽口水，眼睛骨碌碌瞪着碗里的贡丸，重复地说：“我的眼睛好大！我的眼睛好大！”心里想吃，但不敢直说。父亲还没上餐桌，晚饭还没开始，但我肚子眼睛脑袋肠胃都在呼唤贡丸！希望母亲能明白我的心眼！她当然知道我嘴馋，也知道我不敢动手。胆大的孩子，肯定一声不响拿了就吃，吃了还装没事。但我听话而且乖顺，只好用想像力去满足贪婪的肠胃。

脑袋经由食物的诱惑而开窍，长大之后，人生里诸多欢乐，果然也都得自食物之恩赐。普里斯特利(J. B. Priestley, 1894—1984, 英国作家、剧作家)说：“我们规划人生，吃喝拉撒，我们受苦受难，所为何来？受众人仰望崇拜？舞台上的赫赫声名？一个亚

洲帝国？一趟月球之旅？不！不！不！我所要的只是在早晨醒来，适时闻到咖啡、腌肉与鸡蛋香！”作为一个在书桌与餐桌之间消磨时日的写作人，有时我说，我的菜比文字好。意思是，菜可能不好，文字更不堪；或者厚颜鲜耻，就说文字可以，但菜比文字可口。这里的书写，本意是文学，以食物为主角，描绘的是生活。我这样过日子的人，东泊西荡，弄出一个无法归类的四不像肠胃，好听一点叫交杂(hybrid)、融合(fusion)，其实是混种杂烩。英国学者魏乃杰(Nigel Wiseman)1981年从伦敦来台湾学烹饪和中医，两样都成了专家。我们睽违二十多年后在伦敦重逢，几顿餐饭之后，他说一句：“你已经成为一个好厨子！”不知是喜是悲？二十五年来一事无成，但起码没有辜负自己的肠胃，为了安慰自己，是以成书。

目 录



前 言 / 1

第 1 章 食米族类 / 1

以核桃、蒜头、香菜、盐、胡椒伴优酸乳，配香米吃，很原始而且单纯，但又不那么单调，大概像洛丽塔吧——纯洁里含着无邪的挑逗！

第 2 章 肠胃走私 / 9

一个经年离家的人，在尝到纯正的家乡口味之后，味觉记忆的苏醒唤回过往的感情，在灵魂与肉体之间引发一场激荡，正是味觉上的还乡之旅。

第 3 章 混蛋杂种 / 15

盘里的食物如雕刻装置彩画的综合，侍者如表演，菜单需要仔细研读，饮食需要某一种姿态，一个人走进餐馆就像走进一个小型的艺术展示空间。

第4章 奶酪入侵 / 23

那种一个层次一个层次漫溢出来的香醇,把时间在奶酪与酒里的精华奇妙的结合在一起,造成的曼妙滋味,足够让人销魂欲醉,如恋爱痴迷。

第5章 色拉之必要 / 31

如古人所言:最好的春药以及人体最性感的部分,是来自于想像。追溯原始,食物原本是植物或动物的交配产物,正是食色不分家。

第6章 龙虾之痛 / 41

和大多数明知故犯的人一样,我只是虚伪地选择不去看它们如何死、如何受苦,避免去想像它们生为被宰食者的悲剧命运,只是安适地坐在点缀着烛光与音乐的餐桌前,举动刀叉文雅地进食。

第7章 牛排大餐 / 51

烤的菜保存食物本身最天然的本味,如女人含蓄矜持的内在美,只在吃的时候从舌尖漫染开来,让人惊喜它丝毫无损本色之外多一份沧桑与温柔,那正是菜的甜汁经过烘烤提炼后的浓缩精华。

第8章 豆腐情痴 / 57

有一种口味糅合着记忆与情感,味蕾神经之外还有影像与气味、温度与光影,比如青菜豆腐之根植于我的灵魂肉体。

第9章 高丽菜的形象 / 65

许多人热爱这道烤白菜,称它是一道蚀骨销魂的美味。如果有菜是性感的,肯定是烤白菜这道口感绵柔、乳香菜甜的菜式,它

能用整个冬日的气息，饱含甜汁的记忆拥抱灵魂的空寂。

第10章 亚罗美蒂克 / 73

吃花听起来浪漫，实际上舌头对花香毫无反应，就像女人身上的香水，都是为了挑逗欲望：一个食欲，一个性欲。

第11章 天下名厨 / 79

一般人对待餐馆的星级，以为不过几粒简单的星子。但是，汤里的一滴油渍就可以是三星餐馆的致命伤害，一粒未剥开的蚕豆就可能是世界末日。米其林之星对名厨而言有如巨鼎压肩，让人无法动弹、难以对抗。

第12章 舌尖上的一点绿芥末 / 89

世界五大名厨公认的首席厨师费南·阿德里亚说，宁可把钱花在巴黎的 Ritz 喝一瓶香槟，也不愿花在一双鞋上，因为人们总是会记得香槟，但不会记住鞋子。

第13章 一个完美的鸡蛋 / 97

生活里约略有两种男人：一种是认真吃蛋煮蛋的男人，一种是每天给他吃炒蛋、煎蛋、蛋花汤、番茄炒蛋他都无所谓的人。两种人都一样的好处和等同的坏处；好和坏都在那种细致与混沌。

第14章 厨房宝贝 / 111

厨房里总要有几样东西，生活里才有安全感，即使地震台风、恐怖分子、饥荒、战乱，只要知道还有这么几样东西，起码就能做

出温饱而不失美味的食物；当然，最好也有一个男人，在打不开瓶盖之类的不时之需，立刻可以派上用场。

第 15 章 以鱼之名 / 125

每次见面，不论食物或话题都有共吃鱼头的亲密经验，有如相互的感情基础是建立在彼此吃鱼的方式与态度之上。即使到现在依然无所不谈，好像这一辈子没有什么事情不能坐下来像吃一条鱼那样，彻彻底底细腻腻地吃个透底。

第 16 章 她曾经是个好厨娘 / 139

夜里就做了梦，应该去上班，却去了市场，在市场浪荡太久，忘了回家的路，在地图上寻找方位，看到的地名都是餐厅的食谱，我住拉面区，麻婆豆腐街，教人困惑至极，整个城市的街道都以食物命名。

最后，我搭蒜头公车回到家，看见自家门牌地址成了墓志铭：她曾经是个好厨娘。



第 1 章

食米族类



这香米袖珍，带劲，咀嚼后粒粒芳香，与咖喱、酸奶酪是绝配，味道与蓬莱米之 Q 黏糯软非常不同，口味也各异。如果用女人来比喻，蓬莱米就是白白嫩嫩娇生惯养，香米练达世故，耐人寻味。

以核桃、蒜头、香菜、盐、胡椒伴优酸乳，配香米吃，很原始而且单纯但又不那么单调，大概像洛丽塔吧——纯洁里含着无邪的挑逗！

你还没吃够米饭？

怎能？我怎能把米饭吃够？那是从生到死不离不弃的活命根本，这就像问一个人，你还没把空气吸够？还没把钱花够？

有些事天经地义，至少，二十年前白米饭对我的意义就是如此。我是亚洲热带南方出生的食稻米人种。

我在马可家发生了许多有趣的故事。马可是我当年男友，出生在教养良好的犹太家庭。那里是富有的高尚住宅区，居住的人家都以懂得吃中国菜为时尚，有些人家里还收藏着中国文物字画；或者，起码都在博物馆里看过一些相关的展览。他们跟中国人的交往，大半止于礼仪社交，而马可居然从台湾带回来一个非犹太族裔的黄种女子，那矜持、高尚的白人住宅区，因为我的到来起了小小的骚动。他们对中国菜十分好奇，也都想见识一下我这个能做“麻婆豆腐”、“宫保鸡丁”、“鱼香茄子”的东方女子，他们还想让我去鉴定家里收藏着的字画，要我解释丰子恺画里的诗句或花瓶上的汉字是什么意思，那些瓷器是什么年代，还有康熙、乾隆那些人像到底是什么人的祖宗等，好像我是一个活着的历史字典，活着的中国艺术，谁都想从我这里见证一下地道的“中国”。他们都觉得豆腐很神奇，而且似乎必须懂得豆腐，才真正能领会中国菜的奥秘与精髓。所谓 subtle，那是他们的说法：抽象的、纯粹的、淡远的、清醇的等如禅如公案。吃豆腐就像品尝俄国鱼子酱、法国鹅肝酱那样，它是中国食物里的精神代表和文化承传。

我于是成了克利夫兰小镇的上宾，每个周末都有人家开着车来接我，让我带他们去中国城采购，然后去他们的厨房示范中国菜的烹饪方法。所有人都认真学习观看，不敢随便插手，而且都小心随侍在一边，供我任意使唤。我也总把厨房搞得鸡飞狗跳，

让大家看得目瞪口呆，慌得手忙脚乱，然后吃得开心得意；饭后再观赏他们的宝贝，说些我自己都不确定的话语，好些草书篆书我读不懂，更多的图章签名宛若天书。

那些日子我过足了厨师瘾、文物瘾，并且天天吃中国米饭。

一个月后的某个晚餐上，马可的爸爸苦着脸闷声不响，两只手紧缩在腹前，一点没有要举筷进食的意愿。忍了好久，他终于长叹一声：“O——E——Vei”（古意第绪语：“我的天啊！”）他终于说：“我吃够中国米饭了！”

我这才恍然大悟，不是每个人都像有我这样有一副米饭肠胃。马可的爸爸抗议：他不要吃太多淀粉，因为那样会增加体重，只有惩罚犯人时，才给他大碗米饭。

这是饮食观念的启蒙。自此我意识到了大碗大碗吃饭的粗糙，即所谓饭桶。

这才逐渐学会了精致、世故：主食是鱼肉，米食土豆只是伴吃副品。台湾的劳动人民，每天一早就要吃饱肚子，出门去做活，菜不过是为了下饭。

马可妈妈私下问我：“你在台湾这么久都没吃够米饭吗？”

然后，她自己告白：米饭加中国菜是无与伦比的绝配，世界上没有任何食物可以如此怎么吃都不烦不腻，她完全无法抵挡它的诱惑。

原来，马可的妈妈是个地道中国菜迷，大学时代她还是校花，马可的爸爸为了追她，天天请她吃中国菜；追到手之后，美丽窈窕的校花开始发福，结婚之后，变圆又变胖。自此，她不断尝试瑜伽、针灸、节食、运动……各种减肥法，终归无法还原美好身材。

胖有什么灾难？一屋子都是美丽的窈窕的穿不下的漂亮衣

服，丝的、镂花的、手工刺绣的……总之，舍不得丢掉，但又没机会穿，也不肯死心，总以为自己很快会瘦回来。这样，一年、两年，很快就过了二十年，儿子都长大成人结婚生子了，才把衣服都给了儿媳妇，不要的才给了慈善会。我得到一些套装，也没机会穿，太富贵华丽。那些衣服，就如此叫人失魂落魄。衣服不死，留着女人一生的青春与华丽的梦想，它们都有魂魄，衣服跟女人是有这样的契约，不只是穿它，还爱它、恋它，难舍难弃；衣服是女人的美梦幻影的延伸，我们都将在衣服里吊祭青春容颜。

这么说，衣服也是女人的影子。

世事难料，二十多年后，我已经不再天天米饭中国菜。大米、小米、荞麦、燕麦、煎饼、烙饼、土豆、面条、玉米……无所不吃；小时家里米缸大得可以当浴缸，缸肚饱饱贴着一个写在红纸上的“满”字，空着的时候，可以躲进去玩捉迷藏。现在已经没有米缸，超市的米一小包一小包地卖，两公斤糙米两个人一个月未必吃得完。中国超市里大包大包二十磅装的白米，给人如此亲切温暖而富足的感觉。

反而是一包小小的米有了各式各样吃法，我也吃过各式各样的米。

美国北方人本来不吃米，北美干冷也不适合种稻子，一般人看到大包大包的米，既不敢信任它的品质，也不知道如何吃，所以人们都习惯包装整齐的各类食品，上面清楚地注明出处、产地、来源、成分、保存与烹煮方式。

但是，出现了一个聪明的 Uncle Ben(食品连锁企业)，把米小磅小磅地包装，算好卡路里，告诉你一包米四人份，用四杯清水大火煮滚后，细火慢煮十五分钟，盖住闷熟，就可以伴着各式菜肴一

起食用。

电视广告上大肆推销 Uncle Ben's rice, 广告词特别强调“班叔叔”的米饭粒粒分明、会弹能跳;所有吃惯蓬莱米饭或日本锦米的族类,一吃就明白那独立自主的米粒跟中国肠胃之格格不入,缺乏淀粉,没有嚼劲,自然也缺乏饭香,你绝对无法用那种米熬出粥来,因为那种米类久煮不烂。他们所认为的优点,正是我们所嫌弃的缺失;有如与西方人论辩《龙门客栈》与《卧虎藏龙》,他们热爱李安胜过胡金铨,因为从没机会认识真正的“武侠”,李安却合了他们胃口,抓住他们的心。

但 Uncle Ben 改变了北美人的饮食习惯,让人们接受了米类食品,而且进一步推出调好味道的各种盒装米,只要加点油和水,将米倒进锅里煮熟就是香喷喷的一道佳肴,比炒饭方便省事。味道也有多种选择,米类也逐渐增加,“班叔叔”米饭是以在市场上屹立不衰。

印度、巴基斯坦特产的香米巴斯马蒂(basmati),细致香馨,是米类的小家碧玉。习惯蓬莱米口感,初始会觉得巴斯马蒂米干硬内敛,像个倔强硬颈的小不点。在买不到蓬莱米的城市住过一些时日之后,不知不觉爱上了巴斯马蒂。它暗自攻陷我的肠胃,使我对蓬莱米的黏稠香糯,生出过度甜腻之感。

这香米袖珍,带劲,咀嚼后粒粒芳香,与咖喱、酸奶酪是绝配,味道与蓬莱米之Q黏糯软非常不同,口味也各异。如果用女人来比喻,蓬莱米就是白白嫩嫩、娇生惯养,香米练达世故、耐人寻味。

以核桃、蒜头、香菜、盐、胡椒伴优酸乳,配香米吃,很原始而且单纯但又不那么单调,大概像洛丽塔吧——纯洁里含着无邪的挑逗!