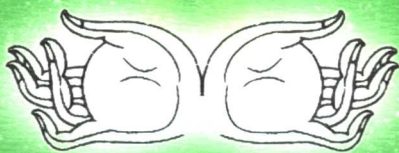


# 舌尖上的中国

梁实秋  
周作人  
冰 心  
丰子恺  
叶圣陶  
费孝通  
汪曾祺  
舒 乙  
林斤澜  
吴祖光  
王世襄  
冯骥才  
周 涛  
霍 达  
铁 凝  
洪丕谟  
张抗抗  
张贤亮



马明博 肖瑶 | 选编

文化名家说名吃

# 舌尖上的中国

马明博 肖瑶 / 选编 文化名家说名吃

图书在版编目(CIP)数据

舌尖上的中国:文化名家说名吃 / 马明博、肖琦选编.

—北京:中国青年出版社,2006

ISBN 7-5006-6942-9

I.舌... II.①马... ②肖... III.①散文—作品集—中国—现代  
②散文—作品集—中国—当代 IV.I266

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第054523号

(文化名家丛书)

选 编: 马明博 肖琦

责任编辑: 庄伟 庄庸

书籍设计: 小马哥 橙子

出版发行: 中国青年出版社

社 址: 北京东四十二条21号

邮 编: 100708

网 址: www.cyp.com.cn

营销中心: 010-64002011

编辑电话: 010-64009299

E-mail: shuixizhuzhuang@126.com

印 刷: 聚鑫印刷有限责任公司

经 销: 新华书店

规 格: 700×1000 1/16

印 张: 20

字 数: 260千字

印 数: 1-8000册

版 次: 2006年8月北京第1版

印 次: 2006年8月河北第1次印刷

书 号: ISBN 7-5006-6942-9/I·1371

定 价: 26.00元

## 声 明

《舌尖上的中国》是一本很有意义的书，也是编务繁重、工作难度很大的一本书。在编选时，为尊重文化名家的作品原貌，对于1949年以前作品中的部分字词，保留原样，未按当前的规范用法进行统一。特此说明。

经过选编者、本书责任编辑近一年来的努力，已经和入选本书的绝大部分作者和家属取得了联系。为免遗珠之憾，未能联系上作者或家属的几篇作品，不忍割爱，我们也选入书中。因此，敬请未联系上的作者或家属予以谅解，并及时与中国青年出版总社联系，以便支付稿酬、寄发样书。

- |         |          |
|---------|----------|
| 002 霍达  | 爆肚儿      |
| 007 李锐  | 谈白菜      |
| 010 古清生 | 开封灌汤包子   |
| 012 钟敬文 | 莼菜       |
| 016 舒乙  | 春饼       |
| 018 王稼句 | 船菜       |
| 021 周作人 | 天下第一的豆腐  |
| 022 梁实秋 | 豆腐       |
| 025 汪曾祺 | 豆腐       |
| 031 黄苗子 | 豆腐       |
| 035 王充闾 | 八公山豆腐    |
| 038 郭风  | 关于豆腐     |
| 044 林斤澜 | 豆腐       |
| 047 梁实秋 | 豆汁儿      |
| 049 汪曾祺 | 豆汁儿      |
| 051 秦牧  | 梧州豆浆     |
| 054 邓友梅 | 喝碗豆汁儿    |
| 057 韩少华 | 喝豆汁儿     |
| 063 汪曾祺 | 东坡肉      |
| 064 洪丕谟 | 夏令冬瓜第一蔬  |
| 067 梁实秋 | 佛跳墙      |
| 070 费孝通 | 榕城佛跳墙    |
| 075 逯耀东 | “佛跳墙”正本  |
| 078 周作人 | 瓜子       |
| 079 丰子恺 | 吃瓜子      |
| 085 汪曾祺 | 干丝       |
| 087 洪丕谟 | 难忘扬州煮干丝  |
| 089 老烈  | 苟不理      |
| 091 唐鲁孙 | 扬州名点蜂糖糕  |
| 094 梁实秋 | 煎馄饨      |
| 096 林斤澜 | 馄饨民俗     |
| 098 车前子 | 馄饨       |
| 100 蔡澜  | 花生颂      |
| 103 霍达  | 火锅儿      |
| 106 梁实秋 | 饺子       |
| 108 唐鲁孙 | 吃饺子杂谈    |
| 112 铁凝  | 在奥斯陆包饺子  |
| 115 周涛  | 大雪飘, 饺子包 |

- 118 汪曾祺 过桥米线·汽锅鸡  
121 费孝通 无棣金丝枣
- 125 李锐 苦瓜的味道  
130 洪丕谟 我爱清纯炒苦瓜
- 132 梁实秋 栗子  
134 舒婷 炒栗情缘  
137 汪曾祺 萝卜  
141 陈子展 萝卜  
144 梁实秋 莲子  
146 郑逸梅 螺蛳
- 148 梁实秋 面条  
151 刘齐 北京炸酱面  
154 唐鲁孙 请您试一试新法炸酱面  
157 唐鲁孙 打卤面  
160 古清生 兰州拉面(节选)  
162 董宏猷 我爱武汉的热干面  
164 王稼句 蜜饯
- 167 周作人 藕的吃法  
168 叶圣陶 藕与莼菜  
170 程巢父 藕
- 174 梁实秋 茄子  
176 韩小蕙 来今雨轩吃茄鲞  
179 速耀东 茄鲞
- 182 梁实秋 笋  
185 王任叔 说笋之类  
190 梁实秋 狮子头  
192 汪曾祺 狮子头  
193 叶灵凤 狮子头和镇江肴肉  
195 杨闻宇 薯忆
- 199 梁实秋 酸梅汤与糖葫芦  
202 林斤澜 汤圆涉外
- 204 周作人 窝窝头的历史  
206 梁实秋 窝头  
209 洪丕谟 周庄名吃万三蹄

- 212 吴祖光 腐乳·窝头议
- 216 周作人 吃蟹
- 217 周作人 吃蟹(二)
- 218 梁实秋 蟹
- 221 许淇 大闸蟹
- 223 周作人 谈油炸鬼
- 227 梁实秋 烧鸭
- 229 陈建功 你真的会吃烤鸭了吗
- 232 汪曾祺 端午节的鸭蛋
- 235 梁实秋 烤羊肉
- 237 汪曾祺 手把羊肉
- 239 张贤亮 谈羊杂碎
- 242 高洪波 吃的记忆——涮羊肉
- 245 阎纲 羊肉泡馍
- 248 赵珩 西安稠酒与泡馍
- 252 陈建功 闲话涮羊肉
- 256 赵大年 涮羊肉
- 258 梁实秋 鱼翅
- 261 姚雪垠 一鱼两吃黄河鲤
- 263 王世襄 从香糟说到“鲈鱼宴”
- 266 冯骥才 吃鲫鱼说
- 269 李耕 鲇鱼之酌
- 272 车前子 宋嫂鱼羹(节选)
- 274 古清生 龙门武昌鱼
- 276 唐鲁孙 元宵细语
- 280 洪丕谟 上元灯节尝元宵
- 283 洪丕谟 八月中秋品月饼
- 286 赵珩 中秋话月饼
- 291 梁实秋 粥
- 293 冰心 腊八粥
- 295 周绍良 记腊八粥
- 299 张抗抗 稀粥南北味
- 305 李汉荣 粽子与艾草
- 307 洪丕谟 端午难忘端午粽

# 舌尖上的中国

马明博 肖瑶 / 选编 文化名家说名吃



真正“老牌正宗”的北京人,尤其是穆斯林,对爆肚儿的偏爱亦不亚于涮羊肉,抑或更甚。

爆肚儿也者,其实就是“爆”牛、羊的胃脏。胃脏和心、肝、肾等等,通称为“下水”,或曰“杂碎”,外国有些民族根本就不吃的,而中国人却对其极有兴趣并且发明了种种的吃法儿。尤其是北京人,下自平民,上至宫廷,都喜食之。公元一八九六年,清朝政府的洋务大臣李鸿章出访英国和沙皇俄国,顺道儿访问了美国,在纽约受到十九响礼炮的隆重礼遇,由第二骑兵队护送,下榻于豪华的阿斯拉利大旅馆。他在美国总统克利夫兰陪同下游览了五天,大开眼界,受宠若惊,临行前自然要举行一个“答谢宴会”。但他此行有一大疏忽:没带厨子,因而也难以华夏风味儿款待盛情的主人。情急生智,想起了在美国也有华人餐馆,于是因地制宜,假此设宴。席间,他还亲自点了一道菜,请克利夫兰总统品尝。美国总统尝后赞不绝口,问他是什么菜。李鸿章洋洋得意,笑而作答:“炒杂碎也。”于是美利坚各报大加宣扬,“炒杂碎”自此身价百倍,名满美国,一些餐馆特意在门前用霓虹灯打出“Chop-Suey”字样,便是“炒杂碎”的英文译名。

其实,这也仅仅是中国“杂碎”之一斑,未窥全貌。比如爆肚儿,既不“杂”,又不“炒”,却别有风味儿,又远胜于李鸿章待客的佳肴。

传统的爆肚儿，系选用新鲜绵羊全肚儿（牛肚儿的散丹部分亦可），一份儿重三斤以上，各部位名称为食信、散丹、肚儿葫芦、肚儿库、肚儿领、肚儿板——薄者为阴极，厚者为阳极，用时一一分开：先切去食信、蘑菇尖、蘑菇粘，再切掉散丹、肚儿领，剩余的就是肚儿葫芦、肚儿板、肚儿库。肚儿板很大，内壁有瘤状构造；肚儿葫芦较小，内壁有蜂窝状构造；肚儿散丹又称百叶，因其内壁有许多皱褶，状如书页；肚儿库又叫真胃，相当于其他哺乳动物的胃，并能分泌胃液。肚子要整个儿地放在木桶中反复冲洗、漂搓，百叶还要逐片漂洗，几经换水直至一尘不染，才能捞出切开，裁下肚儿领，取下散丹、蘑菇、硬扇肚儿板、肚儿葫芦、食信，这些都是做“爆肚儿”的原料，余下的零零碎碎的才是“杂碎”，所以美国总统克利夫兰吃的其实只是爆肚儿的下脚料而已。

爆肚儿之“爆”，其实并不复杂，只是用开水烫一下罢了，北京人称之为“焯”。以专用小锅儿盛水约三斤，上旺火烧开，投入切好的肚儿料约四两，一眨眼的工夫用漏勺捞出，蘸着作料即可食用。但这一“焯”却又非同寻常，时间短了肚儿生，时间长了肚儿老，要的就是不早不晚不紧不慢不温不火不生不老的“恰到好处”，吃起来又脆又嫩又筋道又不硌牙，越嚼越有劲儿，越品越有味儿，越吃越上瘾，吃过之后还余味无穷，把世界上还有什么燕窝、鱼翅、猴头、驼峰全忘了！而由于所爆的原料又分肚儿领、肚儿仁、肚儿板……爆的时间长短又有所不同，十二秒、十三秒……十九秒，掌勺师傅的眼神儿心劲儿比秒表还准，没有家传的秘诀、十年八年的苦练，休想“问鼎”，功夫全在这一“焯”。当然还有极为讲究的作料，酱油、醋、香菜、葱末儿、水漉芝麻酱、卤虾油、辣椒油、老蒜泥……又有严格的配方，不能乱来。到时候以汤盘盛爆肚儿，小碗盛作料，食客以筷子夹爆肚儿，蘸作料，脆嫩清香，食欲大增，饭前食之开胃，饭后食之助消化，不仅饱了口福，同时还获得了健脾养胃的裨益，强似良药苦口了。

早年间北京爆肚儿最负盛名的几家有东安市场的“爆肚

王”、“爆肚冯”，东四牌楼的“爆肚满”，门框胡同的“爆肚杨”等等。如今单说一家远不如他们的“爆肚隆”，倒有一则掌故。

“爆肚隆”的历史已不可考。因其祖上不识字，没有传下家谱、店史；又因儿孙不肖，传了几代便倒闭改业，销声匿迹。乾隆年间，“爆肚隆”在前门外开一间门脸儿，前店后家，是为“连家铺”，从采购到拾掇肚子、掌勺、待客，都是掌柜的夫妻俩四只手紧忙乎，本小利薄，仅糊口而已。门口连块匾也没有。但用料极精，手艺极佳，有常年的“吃主儿”，不论道儿近道儿远都前来光顾，小店倒也座无虚席，且声誉日隆。

某年某月某日，黄昏时分来了一位生客，长袍马褂、眉清目秀、五绺长髯，背后垂着根油亮的大辫子，像是有身份的人，却又猜不透是位学者呢还是位有官阶的大人？后边还跟着个随从，青衣小帽、黄面无须。掌柜的自然不便盘问人家尊姓大名，也无须问，来的都是客，便笑脸相迎：“二爷，您来啦？这边儿请！”头一回见面儿就如同熟客似的。随着一声招呼，手里的一条用滚水浸过又拧得半干的手巾把儿就递了过去，请客人净面，未曾用餐，已感到宾至如归、浑身舒畅。当时，这位客人落座，微笑着说今儿的晚膳过于油腻，想吃一盘儿爆散丹爽爽口。掌柜的答应一声：“好嘞！”即取早已洗净的散丹四两，精心切成柳叶条状，当小锅中水将开未开之际投入，漏勺只翻动一下，散丹挺身，便飞速捞出，盛在盘中，端上案来。那散丹呈蓑衣状，白花花、脆生生，不待食用即令人垂涎。“二爷请！”掌柜的站立一旁，小心伺候，唯恐这生客稍不如意，砸了小店的牌子。那客人也不言语，极熟练地拈箸，自蘸自食，随从垂手肃立，不坐、不吃，只将两眼专注地看着主人的脸色。主人旁若无人，只顾吃，细嚼慢咽，有条不紊，一看便是个“吃主儿”。直到把那一盘儿爆散丹吃完，才一咂嘴，说了声：“美哉！”掌柜的放下心来，笑脸再问：“今儿个讨得二爷喜欢，再来一盘儿？”贵客却说：“足矣。店家可有笔墨吗？”掌柜的连声说：“有，有！”心说这位横是个有学问的，要留下一幅题咏，倒是为小

店长光的事儿，只要别像宋江浔阳楼题反诗就成。连忙到隔壁的布匹店借了纸、墨、笔、砚，铺在八仙桌上，请客人命笔。邻座的食客中有通文墨的也纷纷离座，围在一旁观看。只见那位客人抚纸濡墨，写下“爆肚”两个大字，又停下了，问掌柜的：“店家贵姓？”掌柜的连忙答道：“免贵，姓龙——呃，就是真龙天子那个‘龙’啊！”

客人似有踌躇之状，驻笔片刻，才又落了下来，接着写了一个“隆”字。旁观者愕然，分明是个别字，却也不好当面指出。掌柜的却不识字，笑问客人所书何字，那随从答道：“‘爆肚隆’！明儿照这样儿做一块匾挂在门脸儿上吧，您就有了字号啦！”掌柜的自然高兴，连爆肚儿的钱也没收，说是给“二爷”润笔，实则为了拉住这位不知深浅的主顾。客人走后，旁观者才说：“这字儿写得好是好，只是给您改了姓儿啦！”掌柜的又茫然，“爆肚龙”虽说是家小店，可是“行不更名、坐不改姓”，“龙”、“隆”虽是同音，却也不能随意更改，断了祖上香火。正是懊恼犹疑，忽有一看客恍然大悟：“我看这个‘隆’字，与当今天子乾隆皇帝的御笔极为相似，莫不是……”一句话揭开谜底，四座皆惊，掌柜的喜从天降，赶忙去追赶圣驾，大街上早已不见了乾隆皇帝的踪影！于是将这幅御笔题字供在香案前，顶礼膜拜，不亦乐乎。次日又请了木雕油漆匠中的高手，依样儿镌刻成黑底金字大匾，悬于门脸儿之上，“爆肚隆”自此名声大振，更加兴隆。至于改姓之说，不再提起。古往今来，皇帝赐姓的有的是，那是极大的荣耀，哪有拒之不受之理？何况掌柜的认定“一笔写不出两个lóng字”，根本不承认“隆”、“龙”之别，也就从此姓隆了。

年深日久，“爆肚隆”的大匾经风吹日晒，木质干裂变形，油漆剥落失色，于是隆家后代一次次地请人描摹重刻，便也一次次地走样儿，渐渐地与乾隆御笔相去甚远。于是有好事者故意刁难，说这招牌根本不是乾隆御笔，陈年古代的故事是隆家的人自个儿编的，假圣旨，往脸上贴金云云。因为御笔原件早已失传，匾上又

没有落款，更没有盖印，隆家的后代自然有口难辩，弄真成假，生意日渐萧条，终于开不下去，砸牌子关门。如今到前门外去寻，连影子也没有了。

细究起来，“爆肚隆”的传说倒未必是假的。其一，爆肚儿历史悠久，至少不会晚于乾隆年间。史载：乾隆十三年，皇帝东巡，容妃随行，途中御赐饮食之中便赫然列有“爆肚儿”。这不仅是爆肚儿的可寻踪迹，也是乾隆皇帝喜食爆肚儿之有力佐证。其二，举世皆知乾隆皇帝爱微服出访并爱题咏，兴之所至，到哪儿都要留下几笔“御书”，“爆肚隆”也说不定就是真迹。其三，为“爆肚隆”题匾的若是一般文人墨客，未见得对“龙”字那般敏感，更不至于素不相识就给人家改姓儿，这种事儿看来只有“朕即国家”的人物可为。由此联想到比乾隆晚二百五十年的某位以“则天女皇”自比的“首长”也喜欢动辄替人更名改姓，亦属此类遗风……

扯得远了。我无意为并无多大文物价值的“乾隆御笔”去考证，真欤？伪欤？都无关紧要，但那至今流传不衰的爆肚儿，尤其是爆散丹（尽管不是“爆肚隆”爆的）极为吸引我，倒是真的。

每到冬季,北京家家户户都要贮存大白菜。今年冬贮大白菜的工作,已经圆满结束,销售五亿多斤,比去年增加四千七百万斤。难怪外国记者称道:“这个城市堪称‘世界白菜之都’。”

曾见过齐白石一幅斗方:一棵肥硕的白菜配两枚鲜红辣椒;题曰:“牡丹为花之王,荔枝为果之先,独不识白菜为菜之王,何也?”白石大师勤奋一生,不失农家本色,深知白菜性格,才写得这样深切的颂词。

对于这个称赞,天下白菜确也当之无愧。白菜即菘。《本草》曰:“菘性冬晚凋,四时常见,有松之操,故曰菘。”除不择时地,易于生长之外,比一般蔬菜,白菜还易于高产,又便于保存,“盖易具而可常享”(苏轼《菜羹赋》)也。然而齐白石的称颂,当有另一层深意。

人们大体都有这样的经验,不论什么佳肴美味,不要说天天吃,就是连续多餐几次,也会腻的。如果吃得过分,不是“甘脆肥脓,命曰腐肠之药”(见枚乘《七发》,意思是美味酒肉乃烂肠毒药)吗?白菜却百吃不厌,多吃了绝不会倒胃口,更不要说“烂肠”了。这是什么缘故呢?

仔细想一想,其故大概就在一个“淡”字。同水一样,白菜的性格——味道是淡的。也即是“有自然之味”(《菜羹赋》)。清淡,自然之味,可说是蔬菜的通性,唯有白菜之淡,淡得更纯正,更

接近水性之淡。提到淡,总不免想起“淡而无味”的解释,至少是味道很薄。可是,这正是白菜最值得宝贵的性格。古人说,“大味必淡”。这是指“淡”本身没有什么至极或特殊之味,而是一切味的本原。“淡者水之本原也,故曰天一生水,五味之始,以淡为本。”(《管子》“水地篇”注)这种本味,可以同一切味相谋、相济,而不相侵、相扰;它平淡无奇,不自命不凡;它平易近人,不巧言令色;正像“水善利万物而不争”(《老子》),水善于辅助万物,而不跟万物相争。

至于五味,甜、酸、苦、辣、咸,究竟以何者为上?何者能算“大味”呢?恐怕访遍九州,也得不到一个完满的答案。江浙人做菜喜欢放糖;湖南、四川人要辣(川人是麻辣,尤重花椒);城里人口轻,乡下人口重;苦瓜则只有南方几省熟悉(我在大别山种过苦瓜,皖人不识为何物,北京人早已熟识,是南方人来多了之故);看来只有酸,如泡菜的市场比较广阔,天南地北,男女老少,都爱吃一点,然而绝不能多吃,否则就会倒牙。因此很显然,五味之病,就在厚重,即至极、过分;“五味令人口爽(伤)”(《老子》),它的优点也就是它的缺点,反而不如淡薄无味而能持久不厌了。

这就是白菜的辩证法:淡薄才会浓厚,无味才会甘美,清淡、自然、平常才会淡而不厌,久而不倦。

古人很懂得“淡”的道理:“道之出口,淡乎其无味。”(《老子》)人们都熟悉“君子之交淡如水”这句话。此话来自《礼记》:“故君子之接如水,小人之接如醴。君子淡以成,小人甘以坏。”唯其淡如水,水散于五味,无不相调。米酒虽甜,日子一久,就发酸,败坏了。孔子讲这段话的开首,还有这样三句话:“君子不以辞尽人。故天下有道则行有枝叶,天下无道则辞有枝叶。”这就是说,要“听其言,观其行”;不要上当受骗,光听说得好,就以为行为亦如是。天下有道,由于言行一致,德厚为先,自然潜移默化,遐迩复戴,社会风尚无不受其影响。否则,无非虚辞绞绕,好话说尽,坏事做尽,天下无道。历史总是无情的:花言巧语,哗众取宠,弄权玩

术，文过饰非，虽能高论惑人，愚弄一时，终不能长久的。

这是六十年代初闲居时写的一篇旧文，无意发表，当年也无处发表，一九八二年底，北京冬贮大白菜工作圆满结束时，从旧档找出，添了一个开头，以应《随笔》约稿。



七朝古都的开封府，最辉煌也北宋，最落魄也北宋，因为金人一击把它打成了南宋。宋朝的词人，抒愁情时必拍栏杆，拍却雕栏无数，词人还往南渡，金兵大举入关，此恨千古悠悠。我读宋词，多感内中有脂粉气弥漫，读宋代科技史，始知北宋重理工。唐是失之太迟，野史家如是说。科技兴盛，工业发达，商业繁荣，北宋何有灭之天理？盖一词以蔽之，兵临城下，王朝更迭，贯穿华夏五千年又明史。

我是从郑州出发去开封的，坐的火车。联系了开封宣传部、团委及旅游局，便已至午时，该操练美食课目的时候了。人不好吃，天诛地灭，我以为比其正宗说法来得正确。有关自私，确乎不能完全成立，至少人还能爱情牺牲自己吧。开封有两大名吃，鲤鱼焙面和灌汤包子，皆为皇家经典美食。或许是东道主未知身边坐有一民间美食家，居然没有上鲤鱼焙面，给我留有印象的是蟹黄鱼丸与灌汤包子。关于蟹黄鱼丸，我另篇讲述，此说灌汤包子。

灌汤包子就是包子里面有汤。应该说，我是先认识武汉的四季美汤包而后结识灌汤包子的。去开封以前，我尚不知有灌汤包子一说。席间摆谈，知为灌汤包子是皇家食品，估计灌汤包子还是在前，四季美汤包在后。皆因四季美汤包落脚大武汉，享誉武汉三镇，商业大埠，南北东西交通枢纽，占了一个好地盘。看起来包子也一样，置身于好的位置，就能声名远扬，成为掌门包子。