

美食家 菜单

朱振藩 著

漫游美食世界的领航书

吃味更要知味

美食名家朱振藩先生告诉您，
吃美食除了口腹满足外，
用心领会美食所传达的文化精髓，
才是道地的享受。



百花文艺出版社

BAIHUA LITERATURE AND
ART PUBLISHING HOUSE

美食家 菜单

朱振藩 著



百花文艺出版社
BAIHUA LITERATURE AND
ART PUBLISHING HOUSE



图书在版编目(CIP)数据

美食家菜单/朱振藩著. —天津:百花文艺出版社,
2004

ISBN 7-5306-3770-3

I. 美… II. 朱… III. 饮食—文化—中国
IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 109570 号

百花文艺出版社出版发行

地址:天津市和平区西康路 35 号

邮编:300051

e-mail: bhpubl@public.tpt.tj.cn

<http://www.bhpubl.com.cn>

发行部电话:(022)27312757 邮购部电话:(022)27116746

全国新华书店经销

廊坊市科通印业有限公司印刷

*

开本 850×1168 毫米 1/32 印张 8 插页 4 字数 179 千字

2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

印数: 1—7000 册 定价: 18.00 元

序 言

序
言

有味道的人

陈健民

味道是个有趣的词儿，它可能是一种气味，也可能什么气味都不是；它可以专指口味，也可以指超越口味的品味。比方说，这个菜很够味和这个人很有味道，就意义而言，铁定不一样。前者指菜肴本身有没有入味和饕客是否觉得对味；后者则指一个人本身有没有品位、内涵及所散发出的人格特质是否合宜。



一个善于品尝食物，体会得出滋味好坏，知其然并知其所以然的人，基本上，可算得上是一个很有味道的人了。和他在一起，不但可以把手“玩味”，也能识得人生中的个中三“味”。

振藩绝对称得上是一个有味道的人，他不仅爱吃、能吃、敢吃，而且吃喝有道。不但对于名酒名菜的由来典故，如数家珍，也懂得如何去鉴赏与欣赏。美食佳肴，或你侬我侬的搭配融会，或星星、月亮似的点缀，都使人津津入口、兴味盎然。

当然，每个人对味道的要求不一，嗜好有异，此种异同可能出自个人身体的欲求，也可能来自成长中的记忆，或受他人的蛊惑，甚或出于一时的兴致；欲求虽出于多元，但不变的是它总能满足口腹之欲，并将心神的愉快提升至另一个高远的境界。大儒荀子曾说：“言而当，知也；默而当，亦知也。”本书当而后言，言而有当，以之诠释味道，自是“极品”了。

有四个胃的美食家

李 岗

通常懂吃的不见得会转文；懂得转文的又不见得知道那么多典故和诗词歌赋；知道典故和诗词歌赋，又能当网球教练才更稀奇；当网球教练又还能批命理八字看风水的，恐怕就只有朱振藩了。

朋友里面，朱振藩算是个奇人，如果哪天听他说他能边拉小提琴边耍关刀，也不会觉得很意外。这人不但有广度还有深



度,就拿吃来说,他不但味觉很好,还很会吃,可能是属牛的有四个胃更“能”吃,常常别人在吃第二“tuā”(台湾方言,用于吃饭的量词),已经不支“挂”倒在地的时候,他还能品味出已经不知道被他分到第几个胃的第几道菜的哪种肉丝的做法是什么滋味,然后再引经据典地找出典故,舞文弄墨一番,把雄壮威武吃下去的复杂食物,清楚纤细地分析,再优雅古典地形容出来。这个人不奇才怪。

这么奇怪的人写的书,你会没有一点好奇心吗?

玩味,知味,更识味!

朱振藩

“物无定味,适口者珍”,这话虽然平易近情,免不了有个人的主观成分在内。不过,它比起孟子所说的“口之于味,有同嗜焉”来,还是随兴,自在一些。毕竟,每个人对“味”的体认,每每会因味蕾的敏锐度、生理上的需求、享用时的情境、年事的增长及经验的累积等而有所变化。通常只能意会,多半无法言传。



事实上，味有多种，酸甜苦辣，人各有爱，本来就很难强求。其难处在于必须浓淡适宜，增之一分则太浓，减之一分则太淡。所以，“羊羹虽美，难调众口”。厨师想要“调和鼎鼐”，须遇知音，然而这种伯乐，本来就不常有。是以众口交誉的“好”菜，还得看吃的人饮食水平如何，他们真能拈出它的精妙所在吗。

此外，不加调料的原汁原味，也是一味。像饱餐完一顿饺子后，再喝下那碗下饺子的滚汤，立刻痛快淋漓，滋味十足便是。

看来，要追求这一个味儿，绝对不是件简单的事。

目 录

目 录

序言

- 001 有味道的人 陈健民
003 有四个胃的美食家 李 岗
005 玩味,知味,更识味! 朱振藩

蔬果豆腐类

- 003 意外飞来的名菜——栗子烧大葱
005 连皇帝都挡不住的美味——油泼豆蔻
008 包青天的政治工具——琉璃藕
010 就是铁汉也没辙——醋芹

- 013 岳家军的精神食粮——菊花涝
- 016 “香”飘数万里——臭冬瓜
- 018 寒天里的桂花香——桂花鲜栗羹
- 020 豆芽豆腐齐翻身——金钩挂玉牌
- 022 金镶白玉板,红嘴绿鹦哥——菠菜豆腐
- 024 康熙皇帝的恩赐——八宝豆腐
- 027 陈麻婆的独门绝技——麻婆豆腐
- 029 香名远播海外——火宫殿臭豆腐
- 031 外老内嫩,不可貌相——沙锅老豆腐

鱼鲜虾贝类

- 035 叫我西秦第一名——奶汤锅子鱼
- 037 苏东坡的另一项绝技——东坡煮鱼
- 039 莲房化龙,非常另类——莲房包鱼
- 042 汤鲜味美赛蟹羹——宋嫂鱼羹
- 044 部长奇想,鲜味加倍——潘鱼
- 046 太湖船菜的经典——梁溪脆鳊
- 049 大的小的都好吃——西湖醋鱼
- 052 原来只是乾隆皇帝的充饥菜——沙锅鱼头
- 054 水里的羊——鳊鱼
- 057 麻雀变凤凰——鲢鱼
- 060 全身都是宝——青鱼大餐
- 063 有头有尾就可以了——煎扒鲳鱼头尾
- 065 只能慢慢吃——鲟鱼
- 068 当虾子碰到海参——虾子大乌参
- 071 自然就是美——江南煮蟹
- 073 从周四麻子到四五六上海菜馆——爆蟹

- 076 恶行恶状的美食——百蟹宴与全龙席
079 新一代的行军口粮——生菜虾松
081 东瀛的陕西味——晁衡鱿鱼
083 不一样的大胡须——红烧大群翅
086 身份地位的象征——鲍鱼

飞禽走兽类

- 091 令人不俗又不瘦——笋烧肉
093 张大帅的最爱——酥炸樱桃小丸子
095 蚌壳内的巨弹——蛤蜊刺肉
098 为失意翰林找回信心——早蒸回锅肉
101 天府名菜——蒜泥白肉
103 司机的私房菜——咸鲜大马站煲
106 金瓶梅里的名菜——猪头肉
109 大军出征的好彩头——烧南安子
112 南北内脏名菜——核桃腰与炒腰花
115 四季下酒好菜——桂花皮丝
117 用吃除害真爽——三皮丝
119 诗仙李白也疯狂——黄金鸡
121 醉在十里洋场的“杨贵妃”——贵妃鸡
124 急中生智的应急好菜——柱侯鸡
127 千里共婵娟——鸡包翅
130 佛山三品楼镇店佳肴——柱侯乳鸽
132 不人道的饮食——活炙鹅掌

粥面点心类

- 137 早晚都吃香——梁公鸡粥

- 139 是威而钢也是感冒药——神仙粥
- 142 纪念佛祖得道成佛——腊八粥
- 145 好粥看粥底——三楚湖兰馆的肉丸粥
- 148 好吃全凭手艺——无锡卤蟾面
- 151 暑气全消透心凉——槐叶冷淘
- 154 也能让你晶莹剔透——青精饭
- 157 徐州啥锅的亲兄弟——临沂鸡糝
- 159 中国铁板烧——铁锅蛋
- 162 蛋中隽品——古法茶叶蛋
- 164 恶作剧的帮凶——韭菜簍子
- 167 一样手法两种心情——葱味包与驴肉饺
- 170 愈滚愈可口——“驴打滚”与“马打滚”
- 173 满洲的金丝糕——萨其玛
- 176 明朝青天大老爷的酸辣汤——胡辣汤
- 178 美貌与手艺可以兼得——萧美人点心
- 181 馄饨的天蚕变——饺子
- 184 原来本是一家亲——元宵、汤圆
- 186 元宵(汤圆)好吃的所在

美食二三事

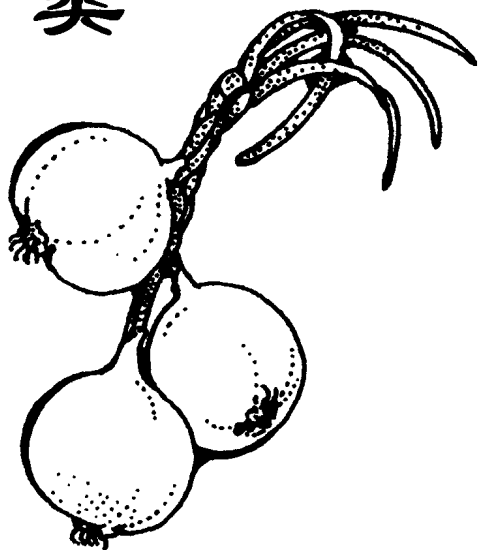
- 191 总理衙门真的是混蛋
- 194 爱吃“菜尾”不分贵贱
- 197 一肚子墨水,不是盖的
- 200 食中有画,画中有食的“辋川小样”
- 203 虎年美食“龙虎斗”
- 206 美女美食,有色有味
- 209 两种截然不同的吃鱼法

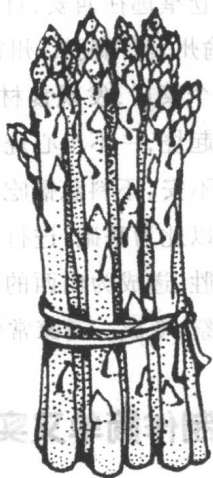
-
- 212 满桌美味九大“鬼”
215 打牙祭的故事
218 天下第一流的女厨师
221 餐桌上的暴发户
224 筵席菜在精不在多
227 无心栽花花更发,有意插柳柳成荫
230 吃出威而钢
234 年节食俗妙听闻
238 创意烹调大千菜
242 臭豆腐的前世今生

目

录

蔬
果
豆
腐
类





意外飞来的名菜

——栗子烧大葱

天灾人祸创佳肴

清朝末年，山西的晋城出了一道救急菜，虽然这道菜的起源众说纷纭，但因融入地方上的特产，以至成为晋省名菜。既经济又实惠，颇富地方色彩。

第一说为当地出现天灾，禾麦颗粒不收，百姓无以为生，乃取现成的野生大葱加上栗子煮一大锅果腹，聊以充饥度日；后经厨师添加肉丝等辅料，制成可口佳肴，于是流行全省；既可平日享用，且能当筵席菜。第二说则是八国联军攻入北京，

蔬
果
豆
腐
类

