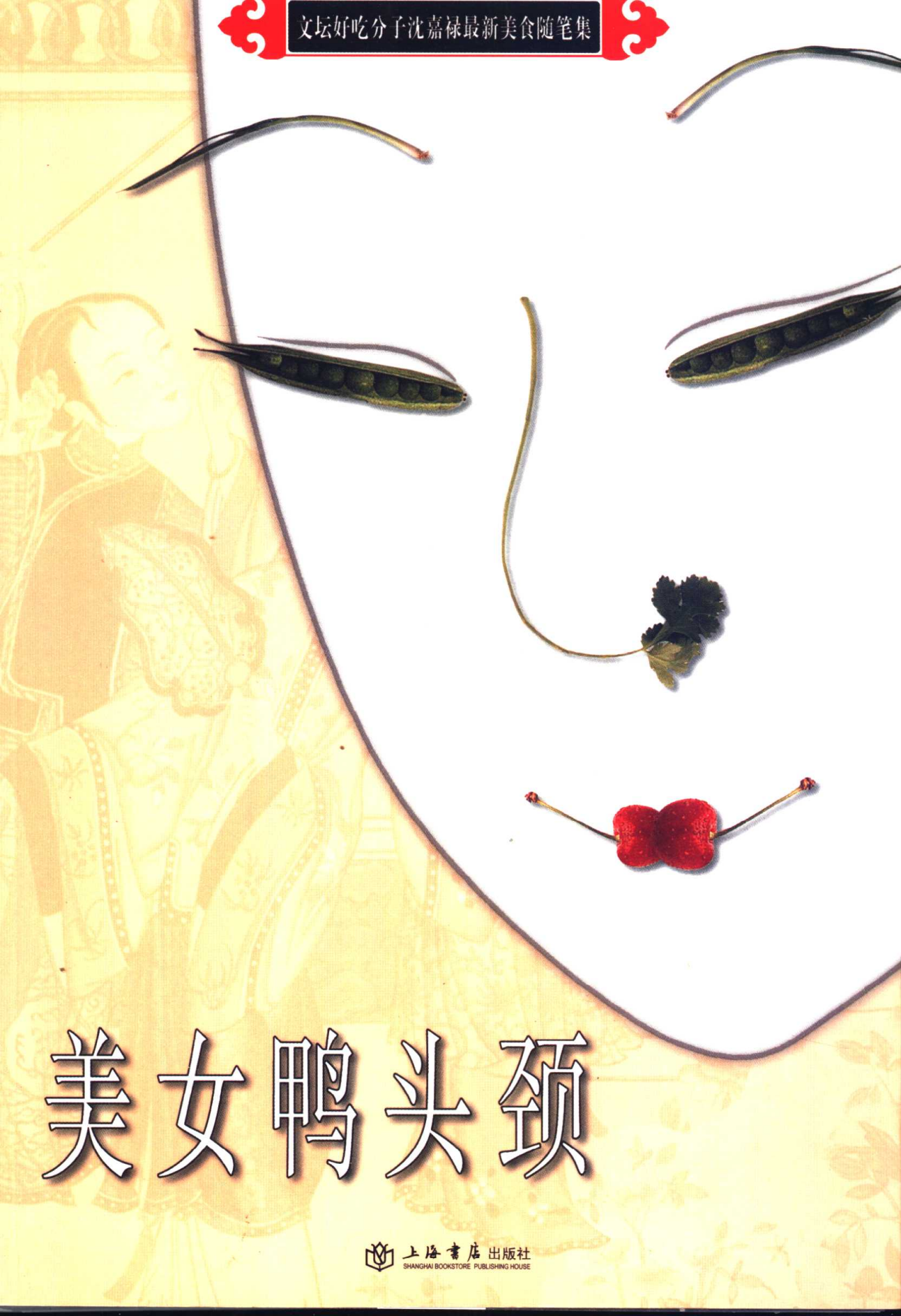


文坛好吃分子沈嘉禄最新美食随笔集



美女鸭头颈



上海書店出版社
SHANGHAI BOOKSTORE PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

美女鸭头颈/沈嘉禄著. —上海: 上海书店出版社,
2005.7

ISBN 7-80678-417-9

I. 美... II. 沈... III. ①散文-作品集-中国-当代
②随笔-作品集-中国-当代 IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 081645 号

责任编辑 俞子林
技术编辑 吴 放

美女鸭头颈

著 者	沈嘉禄
出 版	世纪出版集团上海书店出版社
发 行	上海世纪出版集团发行中心
地 址	200001 上海福建中路 193 号 易文网 www.ewen.cc www.shsd.com.cn
印 刷	上海市印刷十厂有限公司
开 本	889×1240 1/32
印 张	6
出版日期	2005 年 7 月第一版 2005 年 7 月第一次印刷
印 数	1-5200
书 号	ISBN 7-80678-417-9/I·38
定 价	25.00 元



美食随笔

美女鸭头颈

沈嘉禄 著

上海书店出版社



中国的美食文化，早在孔夫子那会就达到“食不厌精，脍不厌细”的境界，连老子也叹曰“五味令人口爽”，于是便有“鼓腹而歌，以乐其生”的人生态度。至于朱氏《治家格言》中“器具质而洁，瓦缶胜金玉；饮食约而精，园蔬愈珍羞”，以及李渔在《闲情偶寄》饮馔篇内将种种美食泡制法，如“煮冬瓜丝瓜忌太生，煮王瓜甜瓜忌太熟；煮茄瓠利用酱醋，而不宜于盐……”和盘托出，诚如他自己所言：“与崇尚古玩同一技也。”因此中国历来不乏有雅趣肚量的老饕。至于将美食文化赋诸笔墨，研究著述；或谈烹饪厨艺，或讲膳食品味，或叙掌故趣闻者，世人便冠誉为文坛美食家的雅尊了。

苏东坡就是一位文坛美食家，他的“东坡肉”“东坡羹”之传说，以及东坡自述“客皆云以羹超然，有高韵，非世俗庖人所能仿佛”的记载，留下了大量为美食美酒一挥而就的诗文，脍炙人口，古今传诵。



陆康
书法篆刻家
澳门印社社长

《随园食单》是清代袁子才专述美食文化的清丽佳作，因其文才双绝，读之如太羹玄酒、精微奥博，令人味之不厌。再如梁实秋的《雅舍谈吃》、周作人的《知堂谈吃》，皆为现代美食散文之精作。而如汪曾祺、唐鲁孙、陆文夫、黄宗江等都各以小说或散文形

式，记写美食之旅的私人感怀，影响和增广世人对美食之阅知、趣味，了解美食文化之涵量和品味，起到信今传后的作用。

老友嘉禄弟博综于学，多才艺，勤于著述，二十年前即以小说散文立身文坛。嘉禄又是一个人缘极好的好吃分子，虽无烟酒之癖，却有荤腥之欲，吃了还能讲出个道道。有一年《周末画报》评选中国十位美食家，他代表上海出境，盖因为他术有专攻吧。去岁，他有两本关于中西古典老家具鉴赏方面的另类读物出版，远识至论，读之惬意不已，令我莫名钦折。顷又将其对美食文化之体验，分别以时尚、家常、别样等三种滋味娓娓道出，凡五十篇结为一册。既是休闲读物，又是珠玉美文；既有怀旧情怀，也有时尚点评。一饮一啄，均能体味，一讽一喻，皆成文章。谈论美食，最终还是倡导文明的生活方式，追求雅致的文化品格。握卷有心驰神往之感，不亦足与随园成先后辉映欤？承不弃，嘱为一言，附墨弁端，乃浮文缘饰，序云何哉。

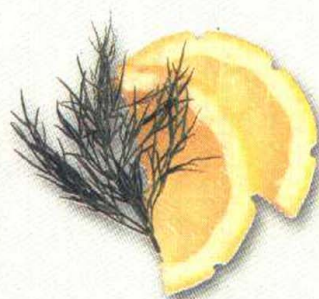
乙酉初夏陆康时客沪寓



第一辑 时尚滋味

- 8 谁让可爱的橄榄走油
- 11 美女鸭头颈
- 13 当虫子在餐盘中跳舞
- 16 一火烤天下
- 19 抒情的白煮蛋
- 22 像拉兹那样横竖横
- 26 马拉盏飞天而降
- 28 面条,像美女入浴
- 32 给三文鱼一点温度
- 36 夜宴土尔库城堡
- 40 撑死不如冻死
- 42 像足球那样美妙
- 46 一顿野心勃勃的午餐

- 48 酸男辣女
- 53 景观吃
- 56 以侦探的名义大吃大喝
- 59 在星光下幽会松露
- 64 吃在声色之间
- 70 贴心贴肺的私房菜
- 74 把性命押在灶台上
- 78 家厨的三重境界



第二辑 家常滋味

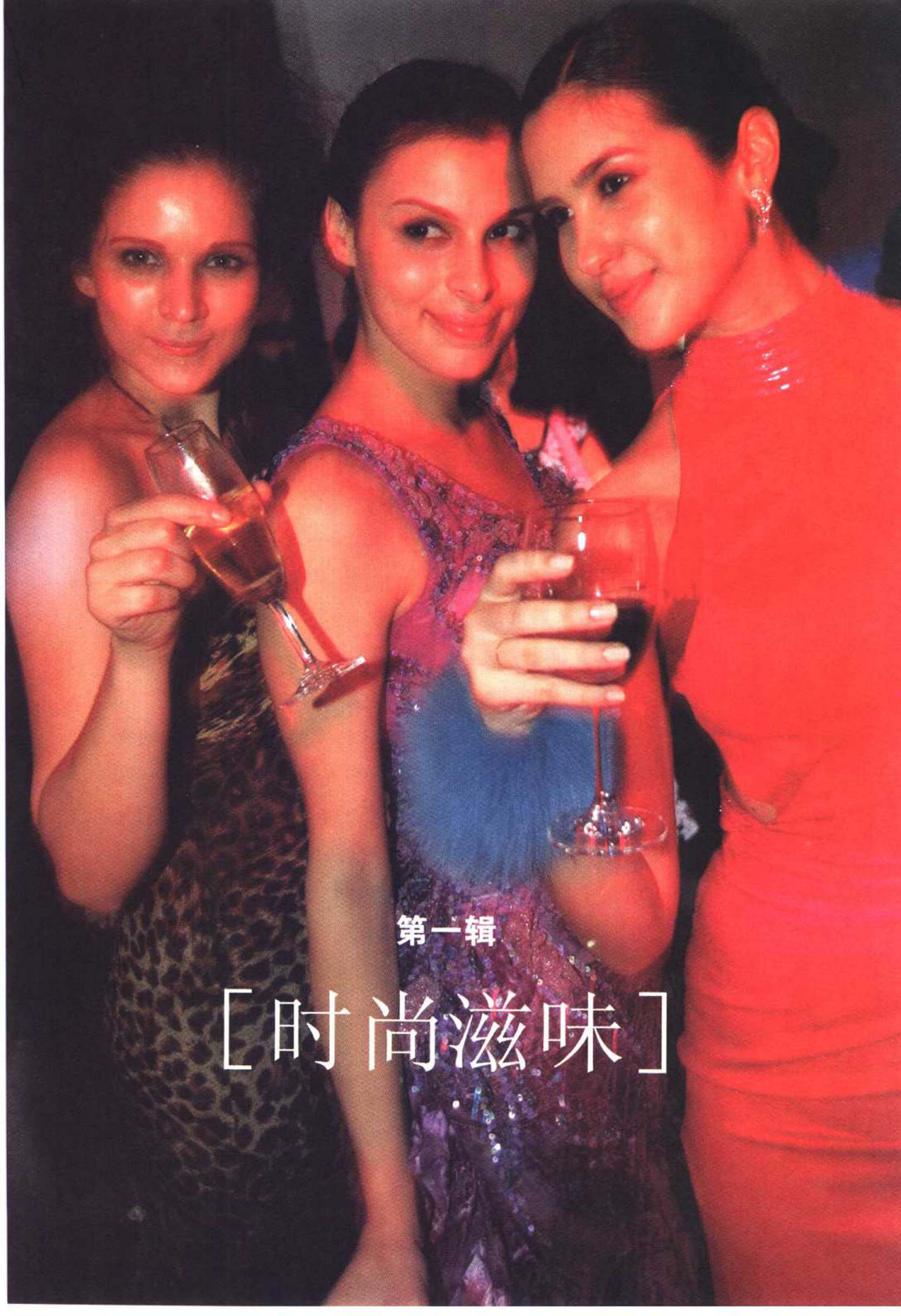
- 82 戏子的腔，厨子的汤
- 85 茁壮成长的豆芽
- 89 咸鱼在冰箱前死去
- 94 鱼从？吃起
- 98 作为修正主义的鱼
- 102 二道桥的阳光和饕
- 105 百脚旗下
- 109 在小麦拗造型的地方
- 112 到乡下住几日
- 114 清蒸，还是面拖
- 117 谦虚的包子
- 120 火的腿
- 122 再谈火的腿
- 124 穿旗袍的点心
- 130 蚕豆七兄弟
- 133 大雪与腊肉的约会
- 136 家菜不如野菜香
- 140 像哥窑一样美丽的蛋
- 142 有烟囱的锅子
- 144 八宝粥的前世今生



第三辑 别样滋味

- 148 情人节晚宴
- 151 讨伐小龙虾
- 154 千万不要和女人同桌
- 156 那只该死的瓶子
- 159 您吉祥
- 162 文质彬彬,然后自助
- 164 伯纳德在中国不会死
- 168 刀俎间的动物
- 173 我们能否不吃野味
- 176 吃的情与调
- 180 鸳鸯于飞在何方
- 183 一只崇明蟹的一生
- 186 跋



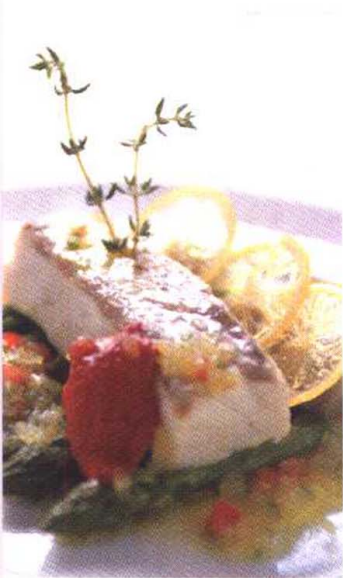
A photograph of three women in formal evening wear. The woman on the left wears a leopard-print dress and holds a flute glass of champagne. The woman in the center wears a purple sequined dress and holds a glass of red wine. The woman on the right wears a bright red dress and also holds a glass of red wine. They are all smiling and looking towards the camera. The background is dark with some ambient light.

第一辑

[时尚滋味]



谁让可爱的橄榄走油



先破题。“走油”一词，在烹饪学上特指一种前道加工工序，具体操作是这样的：用油炸的方式使肉类表皮起皱，去掉部分油脂，在使其外形更具可看性的同时也使其口感更具魔幻性。而在上海方言中，走油两字又有特定的含义，指用某种方法让某人忙得或乱得不可开交。当然，它的外延和适用范围会更广些。

那么，小小橄榄如何走油？——这当然也是一种俏皮的说法喽。我的意思是，橄榄在今天，也忙得或乱得不可开交了。

此话怎讲？咱们中国人，特别是阿拉上海人，对橄榄是颇有好感的。不食人间烟火的艺术家长着一张乌鸦嘴的评论家，在指点江山时，常说赏读某人的作品，有如嚼一枚檀香橄榄，初食时感觉不很强烈，但回味隽永绵长。这个比喻的妙处是含蓄藏拙——作为批评的对象，作品可能没有震撼人的力量，但不妨细细品鉴。如果自己对评论的客体似懂非懂，也可以用“橄榄说”将无知无识遮掩一下，大致不会错到爪哇国去。

形而下的橄榄颇受小姐、女士的青睐，是消闲的佳品，是蜜饯中的当家花旦，故而小姐、女士在食用时要摆出兰花指的功架劫持它。以个性论，有精盐、甜辣、甘草等，有一种良友橄榄，色如青田或寿山，甜得也比较文雅，我至今不知它“从哪里来”；还有一种价廉的

卫生橄榄，虽然外观如深山老妪的脸庞，苦大仇深，但在八十年代初期曾大发雌威，小姐们若没有吃过，就跟今天没备一只只能拍照能听音乐的彩屏手机一样老土。但此名称颇让我不快，天下橄榄唯你卫生，兄弟姐妹就天下乌鸦一般黑了？果然不得人心，不久便为直率的辣椒榄所取代。拷扁橄榄是广东人的专利，是橄榄序列中的排头兵，不败金刚，小时候爱它，是因为它的核最大，用来玩盯橄榄核的弄堂游戏，犹如今天美国人出动 B-52，灭了你丫的，分分钟。



当人们在歌厅里大吼《橄榄树》以寄托都市流浪者的缠绵情思时，橄榄进入了后零嘴时期。在食品店里，这枚腌制过的果实似乎成了天宝宫女，少人青睐。相比之下，今天的都市女性更爱用红唇亲吻美国开心果或号称来自拉斯维加斯的杏仁。橄榄再有长久的回味，也难以挽回爱也匆匆、恨也匆匆的人心。于是，橄榄油润物细无声地进入我们的美食生活。

在下无知，初识橄榄油，是通过书本，得知古罗马和古希腊的角斗士会在比赛前或练习前往身上涂抹橄榄油，以促使肌肉温热，防止受伤，同时也可保护皮肤不受强烈阳光的刺激与气温的变化影响。长大成人后观看健美比赛，看到聚光灯下，彪形男女选手走得台上，拗造型，迸肌肉，走台步，端的是凭借橄榄油给每一块栗子肉以精心油润。否则，你肌肉再发达，体形再三角，也无法散发出金属般的光泽。于是得知，橄榄油的功能是美化肌肤。

有一天在一家意大利餐馆开洋荤，吃面包的另类方法让我大开眼界：刚出炉的面包切厚片上桌，男侍

很久以前，为了争夺爱琴海岸一个美丽的小镇，女神雅典娜和海神波塞东发生了争斗。由于终日分不出胜负，宙斯决定，谁能把更好的礼物献给小镇的人们，就把城镇给谁。波塞东挥舞三叉戟敲打大地，造出了一匹骏马。而雅典娜手持长枪轻轻敲击大地，大地便长出了硕果累累的橄榄树。马是战争的道具，而橄榄却是点亮生活的智慧之树。宙斯认为，橄榄才是对人们有用的东西，于是判定雅典娜获胜，小镇从此也被命名为“雅典”。女神雅典娜赐予的橄榄油被称作“黄金液体”，带给希腊人民巨大的财富。

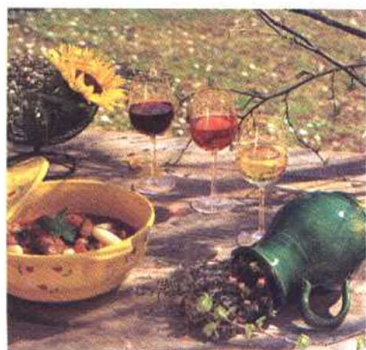
《美食笔记》



立即将一碟纯净得犹如月光的食油跟上。老外撕了面包蘸着油吃,从他的表情上分析,此味大致不差。我冒着增加肝脏负担的危险如法炮制,吁噫嘘!奇妙无比耶。那食油不腻不稠,被面包充分吸收后,有一股橄榄味的清香丝丝缕缕地析出。一问,果然是橄榄油!

老外开导我:橄榄油多含单不饱和脂肪酸,由于这种“酸”结构稳定,不易氧化,又能平衡血脂、保护肠胃,因此对健康十分有利。所以,西方人士食用橄榄油一时成风,特别在地中海沿岸国家,橄榄油的消耗量最大,心血管病症患者也极少。除了与面包配伍外,橄榄油还可做色拉、拌冷菜、煮麦片粥、蒸鱼、烤肉等,用途广泛,前景光明。

在那家装潢得非常有意境的餐厅里,我还看到橄榄油装在一个细长的方柱体玻璃瓶里,瓶中有色彩鲜艳的香草如索菲亚·罗兰似地站着。我请男侍倒一点尝尝,直沁脑门的香气中有丝丝缕缕的上等南美雪茄风味。后来碰到一个古铜肤色的正宗意大利人,他说用面包蘸橄榄油的吃法是美国人“发明”的,意大利人视作老土。而美国人又说,此吃法出自希腊人。到底谁是第一个“吃螃蟹”的勇士,我也搞不清,反正是老外让可爱的橄榄走油了。



最后,我要提醒你的是,安全套表面有一层起润滑作用的液体,就是橄榄油。如果你家厨房里还没有橄榄油,吃面包时千万不要蘸那玩意儿上的油啊。

美女鸭头颈

鸭头颈与美女，似乎井水不犯河水，但到了今天的美食年代，两者之间的关系发生了微妙变化。

在卡通形象中，鸭是媚态十足的，比如电影《米老鼠与唐老鸭》，只要有雌性的鸭子出镜，她的典型形象便是：大眼睛加长长的睫毛，戴有蕾丝的帽子，更酷的是细长的脖颈系一根飘飘然的小围巾。而在本土的卡通中，鸭子小姐则系蝴蝶结。异曲同工的是，那根勺柄似的脖颈得到了巧妙的点缀。

春暖花开的时候，靓妹昂首行进在街上，白皙而细长的脖子上也系一根真丝小围巾，不知是小姐学鸭子的样，还是卡通画家从小姐的包装上得到了灵感。

按照世界流行的观点，脖颈细，并且达到足够的长度，再后仰五至七度，由一对滑溜溜的丰肩相衬，正是美女的一大标志。

但是，亚洲人生来脖颈粗短，胖妞如果不解风情，偏要系一根丝巾招摇，那情景可够惨的了，远看就像一只煨灶猫。

于是，嫌自己脖颈不够纤细的小姐从中国一句老古话里得到了启发：吃什么补什么。这样一来，一种时尚的小食就应运而生，它就是鸭头颈。

从饮食市场获得的情报，鸭头颈是这样“炼”成的：鸭头颈剥皮洗净，加红米、桂皮、茴香、干辣椒等调





味品用大铁锅煮透后，掀盖子喷香，老远闻着，哈拉子就挂在胸前了。最先是谁发现的，我不知道，但写字楼里白领视鸭头颈为恩物，买起来像是不需要钱似的。一眨眼，锅底只见一点点老汤了，要吃，明儿赶早。这玩意儿，剁成一节节，寸把长，塞进嘴里盘得过来。要说那味儿，我尝过一个，办公室里的小姐赏我的。剥皮，煮透，那肉一丝丝的还真有韧劲嚼劲，咸甜适中，轻辣开胃，重辣通气。肉啃光了，还可以吮一吮骨节中间的骨髓，滋溜一声，很有满足感。照老一辈人说，鸭头颈是活肉，鸭子整天找食吃，头颈不停伸缩，那肌肉纤维怎么着也锻炼得有韧劲了，所以好吃。



据说在上海滩卖鸭头颈的，要数来自武汉的一家店最有名，店名像一家卖拳头的武馆，经过一番拳打脚踢，在上海已经开了好几家连锁店，一个电话，还能送货上门。在与南京西路咫尺之遥的吴江路休闲街上也有一家，在路边摆一个炉子，支一口锅，排队的人买了就走，没堂吃，生意照样好极。也有些卖鸭头颈的不知是嫌剁成小节麻烦还是为了吃起来有江湖气，干脆论根卖。写字楼里的小姐也就将计就计，一手拿着鸭头颈，管它五根玉指已经浓油赤酱，一手将电脑键盘敲得辟啪响，领导的发言稿居然也整得毫无差池，这当口，无意间成了上海写字楼里一景。还常常有几个小男生围着女老饕开玩笑：鸭头颈，长长的、弯弯的，像一样东西，猜！

像什么啊，像阳伞柄吧？

不是，再猜，再猜，像——

小姐本来就不笨，一下子猜到了什么，于是嗔怒着将手中的东西扔过去——不是鸭头颈，是鼠标。

吃过鸭头颈，小姐们在对着镜子淡扫娥眉时，就盼着春天快点来，找一根真丝围巾系上，好让那一段活肉修长而美丽起来。

只是我担心，脖颈没细下去，倒学会了鸭子的聒噪。

当虫子在餐盘中跳舞

前几天，报纸上的一则消息在我眼前像小虫似地飞过：北京流行吃虫子，理由只有一个：美容养颜。那么可以肯定，虫子的主要消费对象是女孩子，及在公开场合自称为女孩的半老徐娘。这条消息让我再次坚信，美丽二字，在女人面前是具有巫术或咒语作用的。你想啊，平时在厨房里看到一只蟑螂，她就会像阿莎加·克里斯蒂小说中的主人公那样大声尖叫起来，但如今，为了永远像动漫里的少女那样天真烂漫，为了吸引假想中的星探的注意力，或有朝一日跻身演艺界，她眉头不皱就可以把虫子一口吞下，这需要多大的勇气！

从怕到吃，女人对昆虫的态度完成了华丽的转身。

又看到一则消息：3月2日，英国王储查尔斯访问澳大利亚，受到当地土著居民的热情欢迎。土著的热情主要通过两个方式表达：一是让妇女裸露上身跳舞；二是举办一个盛大宴会，端上桌的菜肴非常丰盛，包括活龙虾、树胶种子、香蕉、蜂蚁和一种当地的特产——蠕动着、木蠹蛾幼虫。在现场采访的记者见王储战战兢兢，眉头颤动不止，还一个劲地挑逗他：“你想试一下吗？如果不试，是很无礼的表现。”但是即将与卡米拉结婚的王储还是在国家形象和个人口味之间选择了后者。



生物学家告诉我们，地球上共有生物一百万种，植物可吃的有八万多种，现在我们食用的仅三千余种；鱼类两万多种，食用的仅五百种，所以开发食源，丰富食谱，前景广阔，大有可为。昆虫作为食用，这是古今中外人所共识的事情，而且越到近代，越有发展之势。据国外来客谈，欧美有些国家，已经吃厌了鸡鸭鱼肉之类，现在把昆虫当作佳肴，常有“虫餐”之举，仅墨西哥一地，就有昆虫饌肴六七十种之多。至于昆虫之外，如法国蜗牛，更是举世闻名的美饌。

陈昭《美食寻趣》



其实，在我泱泱中国，不说中药里的蜈蚣、蝎子、蝉壳、蟋蟀、地龙（蚯蚓）等，单说口福之选，吃虫早已是小菜一碟。比如蝉，我们做学生时读过的课文《庄子·达生》里面就讲了一个善于粘蛎的驼背老人，这里的蛎，就是蝉。粘了蝉干什么？就为吃嘛。其实老祖宗吃那玩意儿由来已久啦，在《尔雅》的注里就有记载。小时候，我们弄堂里还有人捉了知了油炸吃，这叫传统。在山东，炸蝉蛹到今天还是一道名菜。有一回跟同事到徐州采访，午饭时同事就点了一道炸蝉蛹来吃，看他津津有味的样子，想必味道不恶。但我不敢下箸。不过我吃过山东的另一道名菜：炸全蝎。人们常把蝎子之毒比作女人，这是应该狠狠批判的。但蝎子之毒，也是千年不易的事实，即使是人工饲养的“家虫”，也东邪西毒。所以，炸了可以解气，吃了可以解毒，据说每年吃三只蝎子，可保夏天不生疔子。我就是在这个思想指导下，在燕云楼里眼睛一闭吃了三只。味道一般，油炸后的那酥脆脆的，钩子般的尾巴硬硬的，仅此而已。

前年吧，到云南考察，第一站到西双版纳，入住宾馆后已是满天星斗，带队的耀洲兄是“前度刘郎今又来”，领着我们一帮人摸黑来到澜沧江边吃夜宵。那里有一溜小吃摊，一直沿伸到铁壳驳船上，任江水静静洗刷着锈迹斑斑的船体。我奉命到岸上点菜，在一大堆荤素中冷不防地抓到了一个蜂窝状的东西，细一看吓了一跳：每个孔里蠕动着虫子，有的已经爬出来了，赶紧扔掉。一问才知是马蜂的蛹，老板娘说无论是烤还是炒，吃起来都很香。云南傣族的名菜还有清汤蚕蛹、油煎竹虫、油炸蚂蚱、凉拌土蜂子、酱拌蟋蟀等，但我们这拨吃奶油蛋糕的人没一个敢染指。

据说天津人爱吃油炸蝗虫，还专挑母的吃，因为夏末的母蝗虫抱了满满一肚子卵，特香。天津附近的易县还专做虫子的买卖，把抓来的蚂蚱冷冻了塑封，出口日本，赚大把外汇。沂蒙山区那边的人爱吃雌蝥蛄，逮住后用开水一烫，腌渍在瓦罐里，家有贵客登门，取一些出来油炸，下酒一级棒。

后来在广东，朋友请吃，席间隆重地上来一道菜：沙河虫。那软体动物两寸来长，完整地玉体横陈在精美的瓷盆上，灰黄色，点染着颓废情绪，虽



然有鸡蛋羹作掩护，我还是没胆子与它亲近。在海南这也是名菜，并有“三条沙虫一碗菜”的说法，煸炒之外还可入火锅涮。

朋友还说，广东人还有几道名菜也是以虫入肴的，比如“白焯地龙”、“油炸桂花蝉”、“香炸焦蛆”、“椒盐龙虱”等。“要不来点几样尝尝？”朋友故意寻我开心。我赶紧摇手，自闷一杯。

席间的生鱼片我倒是放开吃了。后来得知，广东人爱吃鱼生，不仅是生鱼片、龙虾刺生，还有一种传统小食，滚生粥，路边小摊都有卖，生鱼片垫在碗底，滚烫的粥兜头一浇，就可以吃了。但一烫而吃的鱼片，或者根本不烫而吃的鱼片，吃了易得肝吸虫病。简单地说，就是将鱼肉中的寄生虫一并吃下肚里，那小虫生命力顽强，会最终附吸在肝脏内，就像深入敌后打游击，最终聚集在肝脏内端掉你的炮楼。孙中山就是得这种病死的。历史学家请注意了，直接害死逸仙先生的不是袁世凯那老贼，而是寄生虫。

我相信寄生虫的厉害。在上海某医院的标本室里，亲眼看到一条长约三寸的细虫，以名模的姿态在福马尔林瓶子里 SPA。医生正色告诉我：这是从一个病人的脑子里取出来的。怎么会到脑子里的？还不是吃进去的！

从此，闻虫色变。并与生鱼片说声再见，与塞西米也说声塞哟喔那拉。

在此跟爱美的女孩子说一声，虫子不妨大吃紧吃，但一定要煮透炸透了吃，隔夜的虫子也要回锅后吃，当心食物中毒。

太太看到我写这篇短文，鼻子里喷出一股热气：“别老是拿女人开涮，你们男人为了多活几天，还喝尿呢！”

这倒不假，日本人就流行喝童子尿。前几天有报纸说，东南亚某国政要出访邻国，入住五星级宾馆总统套房，早餐时间却躲在卫生间里喝“还龙汤”。

