



细味

FOOD MEMORY

食物的往事追忆



李子玉 著



中国人民大学出版社

李子玉
著

FOOD MEMORY
食物的往事追忆

细味



中国人民大学出版社

· 北京 ·

《细味：食物的往事追忆》

作者：李子玉

Copyright 2008 by ENRICH CULTURE(CHINA) LIMITED

All rights reserved

中文简体字版由天窗文化（中国）有限公司授权

中国人民大学出版社在全球出版发行

未经许可 不得翻印

Original Chinese edition licensed by ENRICH CULTURE(CHINA) LIMITED

Simplified Chinese Copyright 2009 by CRUP

图书在版编目(CIP)数据

细味：食物的往事追忆 / 李子玉著
北京：中国人民大学出版社，2009
ISBN 978-7-300-11236-7

I. ①细…
II. ①李…
III. ①散文—作品集—中国—当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第233322号



细味：食物的往事追忆

李子玉 著

出版发行	中国人民大学出版社	邮政编码	100080
社 址	北京中关村大街31号		
电 话	010-62511242 (总编室)	010-62511398 (质管部)	
	010-82501766 (邮购部)	010-62514148 (门市部)	
	010-62515195 (发行公司)	010-62515275 (盗版举报)	
网 址	http://www.crup.com.cn		
	http://www.ttrnet.com (人大教研网)		
经 销	新华书店		
印 刷	北京市易丰印刷有限责任公司		
规 格	170mm×210mm 16开本	版 次	2010年1月第1版
印 张	12.5	印 次	2010年1月第1次印刷
字 数	150000	定 价	28.00

版权所有 侵权必究 印装差错 负责调换

目录

- 8 序一 过平常日子 李欧梵
14 序二 李欧梵是怎样炼成的 毛尖

第一章

儿时食物

- 19 小厨师牛刀小试
25 小学时代的早餐——猪油捞饭
29 婆婆魂兮归来，尝尝我的凉瓜牛肉
35 诗人的酸辣汤
38 一飞冲天——“一条龙”云吞面
40 赴汤蹈火也要吃的碗仔翅
44 情痴老师的糟溜鱼片
48 广东式的扬州炒饭



第二章

小巧妇伴读又掌厨

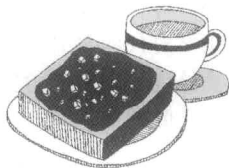
- 53 麦当劳店的甘苦回忆
56 招贼入屋的红烧元蹄
60 当垆卖饼苦经营——咖喱饺
66 可乐鸡——母女诉衷情
73 手足情深的星洲炒米粉
77 皮蛋瘦肉粥暖透游子心
82 五香猪脚补筋骨
86 广东烧鸭情系一线牵



第三章

忧郁记愁

- 91 吃素吃荤俱随缘
- 97 情绪指标的五味牛腱
- 101 生命存在的证据——清蒸鱼
- 104 孤独而实在的花生酱多士
- 108 过年萝卜糕
- 112 忧郁的菜式——毛豆干炒鸡胸肉
- 116 哈佛广场的好面包
- 120 一碗麦片粥吃出几种心情



第四章

平常日子的食谱

- 125 龙凤呈祥的三杯鸡
- 128 七色菜——为平淡生活添加色彩
- 131 在剑桥的健康早餐——煎蛋卷
- 135 栗子冬菇炆鸭 欢度感恩节
- 137 空前“绝味”的马六甲海南鸡饭
- 140 油条脆烧饼香 绝配咸豆浆
- 142 莲藕情意长 红豆最相思
- 145 左宗棠鸡——不是广东菜的广东菜
- 150 酸话梅排骨好滋味
- 152 素净心境吃素乐



第五章

名士佳肴聚温情

- 161 心灵鸡汤忆难忘——聂华苓女士
- 164 可敬可爱的黄苗子
- 169 大侠金庸
- 173 夏志清先生印象记
- 176 无惧胆固醇的余英时太太烤鸭
- 181 三文味馥郁 两女玉娉婷
- 184 从“酒蟹居”到“晚晴轩”
- 189 养女婿的麻婆豆腐
- 192 砂锅鱼头的缘分

- 194 后记



序一 过平常日子

我妻李玉莹（现改名为子玉）的《细味：食物的往事追忆》的新编简体字版，终于在内地出版了，感到最得意的不见得是她，而是我这个老公。

在我的心目中，这本书——也是子玉独自写作出版的第一本书——早已成了“经典”，因为在众多有关食物的书本中，它的确与众不同：它不是食谱（虽然也列了几个食谱），也不是小说（虽然“往事追忆”一词使我想起普鲁斯特），更不是自传（但有点自传的成分），而是一本颇为独特的个人散文集。重读这本书，也为我带来无限甜蜜的追忆。

此书的第一版出版于台湾，名叫《细味人生》。时当二〇〇三年，简体字版旋即在中国大陆问世（广西师范大学出版社），反应不俗。记得它出版不久之后，我们在台北街头闲逛，在永康街远远看见两个时髦少妇向我们迎面走来，面带笑容，两个人都眼睁睁地盯着玉莹不放，待走到我们面前，其中一个就冲口说道：“你不就是莹娘么？我们刚看完你写的《过平常日子》和《细味人生》，太精彩了，我们看了好感动！”

我听了当然得意万分。《过平常日子》是我们合写的第一本书，她写的部分，比我写的动人得多！我多年来做惯了学者，用中文写作时，语言枯燥无味，说理太多，感性便不足（连现在提笔写这篇新序时，也有点捉

襟见肘)。而玉莹的文笔却自成一派，笔峰常带情感，处处表露真情，所以在读者的心目中，我们合写的三本书都算是她的著作。即便如此，《细味人生》依然脱颖而出，因为玉莹追忆的“往事”，从她的儿时直到现在，娓娓道来，温馨的文笔中，令我感受到她童年时代的心酸，我每次重读那篇“婆婆魂兮归来，尝尝我的凉瓜牛肉”，都禁不住眼泪汪汪的。我猜在台北街头碰到的这两位女士和我必有同感。

以食物表现人生酸甜苦辣的文学作品，中外皆有；以食物追忆个人往事的，可能也不少，但就要看作者怎样来追忆了。普鲁斯特可以为那块法国小甜饼写下数页文字，但他写不出“凉瓜牛肉”！凉瓜就是苦瓜，初食的时候有点苦，但吃后的味道——而且还炒牛肉——就不同了。这道菜一向是我妻的拿手好戏，看来平常，但我吃来并不寻常，总让我想起她这篇回忆文章。

套用托尔斯泰的一句名言——“幸福的婚姻，家家都是一样”，但托翁并没有说：“端看你如何从食物中追寻幸福”，而这恰是我和玉莹结婚九年来的“家庭座右铭”。

这本新版在内容上有所更动和补充，书名也把“人生”删掉了，乃接受香港版编者的意见，也许谈人生的大问题在香港没有市场，但我妻和我

一向以平常心来过平常日子，并从中得到一些日常生活的乐趣，在本书新版中，这种乐趣式的文章似乎增多了一点，特别是我们在友朋家中吃到的佳肴（见本书第五章），这也是向关心我们的朋友们表达的一点心意。相形之下，我们两人平常日子的食谱，却越来越清淡。不少朋友以为玉莹的厨艺惊人，暗示我们在家请客吃饭，但我往往善意回绝了，一方面因为我不忍看她在厨房辛劳（我们都上了年纪），但更重要的是，我们吃得清淡惯了，突然大开筵席，反而搞乱了我们的日常生活；如果竟以粗食淡饭待客，又不够礼貌，因而多在外面餐馆宴客。

然而，“清淡”自有一番道理，至少，我们体会到一种日常生活中的“细致”感。每天吃我妻煮的早餐——每天都一样，小黄瓜加小蕃茄或小红萝卜拌意大利醋、一碗现煮麦片（内加黑芝麻和各种营养食品，连我也搞不清楚）、一杯淡咖啡，我都不断地边吃边说：“慢慢吃，享受，享受；品味，品味。”当然有时还不忘听一段巴赫或莫扎特。早餐完后，才会精神百倍地去写作、阅读或教学。

中餐和晚餐，我们在家都不上餐桌，只见老婆端上一碗“菜饭”——上面是数种五花八门、琳琅满目的蔬菜，外加几块肉或鱼，下面是热腾腾的五谷米饭，有时还有一碗广东清汤——吃得我连连大叫享受，甚至会站起来向老婆行

欧洲贵族式的鞠躬礼，故意扬手作揖表示感谢。

这种吃法，可能非香港人所习惯，更非内地的作风。现在，内地城市中的生活早已进入“小康”阶段，我们每次到内地游览和访友，都会被请到馆子里大吃；在上海，光是“前菜”就有十数碟之多，正菜更是多得令人眩目。我在大快朵颐之际，往往也忘了老婆要我节食的忠告，或在餐桌上大演“拉锯战”，和老婆闹来闹去，故作楚楚可怜状，博取朋友们的同情，往往令旁观者失笑，但老婆却苦在心里，因为我俩都知道这一顿大嚼大咽，暴饮暴食，又不知会使我的血糖高上多少度。

也许，每一个人、每一个家庭，甚至每一个社会，都有几个发展阶段：穷的时候朝不保夕（在此书和其他书中，玉莹也描写过），年轻或“发达”时期当然要大吃大喝，以为身体挺得住，到上了年纪，则百病丛生。社会也是如此，过度急速发展的后遗症，正在中国“上市”，令领导人焦头烂额。何时才能进入正常的小康社会？

人生也有几个阶段。过了中年以后，身体健康第一，而健康的必要条件就是饮食的调理和节制。我引以为荣的是：我的身体，完全是老婆多年来用精心烹制的食物调理出来的，甚至遗传的糖尿病也控制住了。年轻的读者会认为这是“老生”常谈，但我自有一番“普及”的道理。

其实，品味反而和“平淡”的生活有关，在我和玉莹的世界中，平淡成了我们日常生活中最大的乐趣，因为我们会不知不觉地“细味人生”，觉得生活上的每一个细节——或仪式——都不平凡，我在本书香港版的序言中有这样一段话：

只看老婆在我们的客厅窗下摆满一排她精心布置的花草，再把一篮她精心烹制的晚餐端出来，放在咖啡桌上（现在我们的生活更简单，连餐桌也很少上了），耳际早已传来我爱听的古典音乐，她甜甜地叫我一声：“老公，吃饭喽”，我只有痴笑的份儿，连话都说不出来了！如果说出口来，恐怕只有我们在庆祝结婚七周年的私人晚宴时老婆对我说的话：我问她结婚七年来有什么感觉，她不假思索，冒出一个英文字——“content”！满足，更知足；知足非但常乐，也为我们过“平常日子”增添了不少“内容”。

重看这本新版《细味》中的文章，发现内中所描写的食物，大多都是广东人所说的“小食”，而非“大餐”。如猪油捞饭、凉瓜牛肉、酸辣汤、云吞面、碗仔翅、扬州炒饭、清蒸鱼、花生酱多士、毛豆干炒鸡胸肉……每一样小食都带来不少回忆，酸甜苦辣皆有之，就是独缺满汉全席、山珍海味式的“大菜”，甚至内中的几样她以前煮的拿手菜——如红烧元蹄——现在也吃不下了，即使想吃，玉莹也不做。反而就觉得她做得最精彩的是像“七色菜”式的

素菜，这才需要精致的手艺。

过了将近十年的婚姻生活——今年（二〇〇九）九月就要庆祝我们结婚九周年了——我们更满足，也更知足，所以非但常乐，而且觉得我们在香港过的“平常日子”更多彩多姿。在这个市场挂帅、纸醉金迷的国际大都会过粗茶淡饭的平常日子，本身就代表一种“吊诡”或“悖论”（Paradox），但内地城市何尝不更是如此？在此不揣浅陋，再为老婆的这本书吹嘘一番。至少，看了这本书，你会像我一样，本能地走向健康、幸福的人生。

玉莹的丈夫 李欧梵

二〇〇九年四月十一日于香港

序二 李欧梵是怎么炼成的

“每天吃我妻煮的早餐——每天都一样，小黄瓜加小番茄加小萝卜拌意大利醋、一碗现煮麦片，一杯淡咖啡。”这是欧梵老师的幸福生活，至高无上的幸福生活。

可实事求是地说，我要是每天给我老公吃这些，或者他给我吃这些，我们会打起来。也即是，理论上，我觉得欧梵和玉莹吃得太“清苦”了，尤其中餐晚餐他们就是“菜饭”了事，虽然这个菜饭是独一无二的李记出品，但熬不过天天吃啊！

我和他们一起吃过不少饭，常常，请客的朋友无论是出于地主之谊或我见犹怜的心意，趁着玉莹不注意，往欧梵的酒杯加酒，给他的盘子夹肉。人生得意须尽欢，这是我们的意识形态，所以碰到玉莹毫不妥协地把欧梵的甜点取消掉，总是令人心有不甘。但是，这些年，比老师师母年轻一轮的我们呼啦呼啦皮带紧起来毛病多起来，他们却十年一日地苗条，矫健，而且，更气人的是，还面色红润，用句上海话，阿拉是么闲话杠了。

没话说了，那就来听听玉莹的美食主义。不过，作为一个完整地看过两遍《细味》的读者，我想负责任地劝告已婚男女，这本书，如果你看了，那么，别让你老公或老婆看；如果你未婚，那么，作为婚姻

最高纲领送给你的恋人吧。理由是，虽然书中指点了饮食妙方，但李氏菜系的最大难关在于，吃的人和做的人，相爱指数得超过白雪公主和王子，总之，要准备百分百的天真心情去闯荡百分百的世故人生。

也因此，《细味》绝不是一册有关美食的书，星洲米粉是手足之情，糟溜鱼片是痴情故事，而我唯一试过的玉莹手艺——毛豆炒鸡胸——更是让我深深体悟“患难与共”这个词。毛豆鸡胸我不敢恭维，但爱美食的欧梵老师却一吃四个月，陪着玉莹走出黑色忧郁。这事情，我讲给我老公听，结果我们吵了一架，彼此都嫌对方爱情没达标，所以，没爱到“美女和野兽”的地步，《细味》真是很可能引发家庭矛盾。

严格意义上，这就是一本《爱情传奇》，这个传奇包括玉莹和婆婆的感情，玉莹和她叫做“阿姨”的妈妈的感觉，而所有这些传奇，她入之饮食，出之饮食；既是日常，又是诗歌。我们跟着她坐在镛记和金庸聊杨过，跟着她到山王饭店听夏志清说黑人，嗯，幸福得不愿意离开。

而我相信，所有的这些伤心往事也好幸福时光也好，当玉莹把他们写下来的时候，欧梵老师才能更深刻地感受到。所以，堂堂大教

授，在老婆面前，变得很低很低，低到我们最后顿悟，欧，人类学意义上的李欧梵是这么炼成的！

毛尖

二〇〇九年十二月