



在茱莉亚的食谱里
用爱提味
充满勇气

〔美〕朱莉·鲍威尔(Julie Powell) 著 苏西 译

美味关系

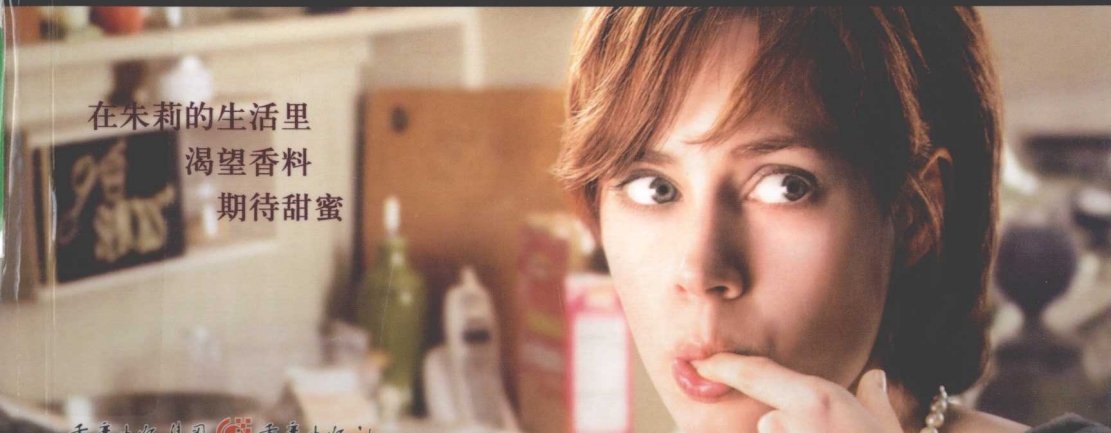
朱莉与茱莉亚

365天，524道菜，一间狭小的公寓厨房

纽约与巴黎——横跨两个大洲的美味关系
2003与1940——穿越一个世纪的味蕾漫游
朱莉与茱莉亚——美式人生与法式大餐的亲密接触

Julie & Julia

在朱莉的生活里
渴望香料
期待甜蜜



美味关系

朱莉与茱莉亚

365天，524道菜，一间狭小的公寓厨房

〔美〕朱莉·鲍威尔◎著 苏西◎译



重庆出版集团 重庆出版社

JULIE AND JULIA

Copyright © Julie Powell, 2005

All rights reserved.

Published by arrangement with Wylie Agency (UK) Ltd through Bardon-Chinese Media Agency.

Simplified Chinese edition copyright © 2010 by **Grand China Publishing House**

All rights reserved.

No part of this publication may be used or reproduced in any manner whatever without written permission except in the case of brief quotations embodied in critical articles or reviews.

版贸核渝字(2009)第113号

图书在版编目(CIP)数据

美味关系：朱莉与茱莉亚 / [美] 鲍威尔 (Powell, J.) 著；苏西译. —重庆：重庆出版社，2009.12

书名原文：JULIE AND JULIA

ISBN 978-7-229-01413-1

I. ①美… II. ①鲍… ②苏… III. ①长篇小说—美国—现代 IV. ①I712.45

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第215734号

美味关系：朱莉与茱莉亚

MEIWEI GUANXI: ZHULI YU ZHULIYA

[美] 朱莉·鲍威尔 著

苏西 译

出版人：罗小卫

策划：中资海派·重庆出版集团图书发行有限公司

执行策划：黄河 桂林

责任编辑：徐彦然 王 灿

版式设计：袁青青

封面设计：张 英 薛 松



重庆出版集团 出版
重庆出版社

(重庆长江二路205号)

深圳市美嘉美印刷有限公司制版 印刷

重庆出版集团图书发行有限公司 发行

邮购电话：023-68809452

E-MAIL: fxchu@cqph.com

全国新华书店经销

开本：880mm×1250mm 1/32 印张：8.5 字数：237 千

2010年2月第1版 2010年2月第1次印刷

定价：26.80元

如有印装质量问题，请致电023-68706683

本书中文简体字版通过**Grand China Publishing House**（中资出版社）授权重庆出版社在中國大陸地区出版并独家发行。未经出版者书面许可，本书的任何部分不得以任何方式抄袭、节录或翻印。

版权所有，侵权必究



献给茱莉亚和艾瑞克

没有你们，我根本不可能完成这项伟大又
疯狂的“朱莉与茱莉亚计划”。

推荐序



苏生

《时尚芭莎》执行出版人兼主编

煮出美味人生

妈妈常对我说“女孩子一定要会做菜，不然想给自己做点好吃的都无从下手。”据说这也是妈妈年轻时外婆给她的忠告。大概是因为有这样的说法，我从小就很固执地认为会做菜、懂得欣赏食物的女孩子一定有一颗温暖的心。尽管身边充斥着不少零号身材、严格控制淀粉摄入量的女孩子，但是假如在餐桌上遇到一个大大方方认真品尝每一口食物的女孩子，我的心情就会莫名愉悦起来。食物，果然有一种能让人的生活明亮鲜活起来的魔力。

这种魔力，甚至还改变了一个女人的人生。

《美味关系：朱莉与茱莉亚》中朱莉的生活大概是很多女孩子的现实写照：有一份不好不坏的工作和一个并不出众的老公，生活乏味无趣。每天上班下班站在十字路口的人群中，或者在地铁上被挤得人仰马翻时，或多或少都开始在心里怀疑起生活来。究竟不断重复这种一成不变的生活到底是为了什么？眼看年纪渐长，人生中值得一提的事却似乎没几件。对于这种令人泄气的局

面，书中的朱莉选择了用一本菜谱将之改变。她决定用 365 天完成《掌握法国菜的烹饪艺术》一书中的 524 道菜，并在博客上记录下整个过程。

这想法初听起来似乎并无特别之处，但当朱莉把老公和弟弟都使唤着穿越整座城市只为了买一根传说中的牛髓骨时，她身边的人开始意识到这是一项多么疯狂并且不可思议的计划。但神奇的是，从土豆浓汤到勃艮第炖牛肉，有些事情居然就在黄油下锅发出“滋滋”声的过程中产生变化。朱莉从一个普通的、沮丧的、做着无聊的机械式工作的政府小职员，变得逐渐开始受到人们的关注。有人在她的的美食博客上留言，为她加油打气，她做菜的过程甚至被拍成电视节目。更重要的是，这个一开始只会抱怨，终日被人们提醒着“该要个孩子”的三十岁小女人，开始找到了生活的目标。

黄油、红肉、土豆……这些应该都是很多现代女孩子最忌讳的东西。但恰恰是这些，把被冷雨浇透在地铁上被一个疯女人吓了一跳的朱莉从绝望的生活中拯救出来，让她的生活产生了微妙的变化，并最终改变了她的人生。

读这本书的时候，我时常感觉被一种温暖的感觉笼罩着。并且常常会有会心一笑的时候。不知道是因为书里提到的美妙而新奇的食材和菜式，还是因为被从沸水中“跳”出来的龙虾吓了一跳的朱莉。我想那大概是一种力量吧，一种由朱莉奇妙的美食之旅而带来的力量，一种足以改变人生的力量。



温情推荐

伊丽莎白·吉尔伯特，国际畅销书《一辈子做女孩》作者
一场盛宴，一次旅程，一本奇异之书。

梅子，“梅子的写食日记” <http://plum.blog.sohu.com/>

可能是因为我一直在写一个关于食物的博客，而我的博客也有幸集成几本书的缘故，《美味关系：朱莉与茉莉亚》让我有亲切感和认同感。民以食为天，只要用心，厨房真的是一个可以使生活变得美好的地方。

锦，“锦。食堂” <http://blog.sina.com.cn/pearl77>

保罗·科埃略说：“只有当我们意想不到的事情发生后，我们才能真正理解生命的奇迹。”当勃艮第红酒遇见牛肉，生活的天窗豁然开启。当朱莉遇见茉莉亚，命运的神奇指针定格奇迹。从一间狭小的公寓厨房端出法国大餐，从一个庸常博客走出家喻户晓的美食达人，当我们循着香气走进朱莉·鲍威尔的美食奇遇花园，才发现生活随时可以让人惊奇得张大嘴巴。无疑，朱莉·鲍威尔是我的偶像！

Candey，“CANDEY@ 娜种滋味” <http://blog.sina.com.cn/candey>

循着类同的足迹，步入朱莉的美食生活笔记，本只为了在她

的文中拾获些许美食创作的心得体会，以求借鉴和提高，却意外地进入她以美食为线索而讲述的更加真实坦诚的内心世界。

食色，性也。能够将两者以如此的方式融为一体，无拘无束，侃侃而谈，非朱莉莫属。记录最真实的情感体验，将美食贯穿其中，寓教于讲述中，轻松笑侃间，你会发现，她的智慧随处可拾，她要传授于你的，不知不觉间，已然全部收入囊中！

读一本纯菜谱书很枯燥，泛泛读过之后，却不知重点何在。这本书让人很轻松，受益之处却很深刻，再悟时，懂了，寓教于乐大体就是这个道理吧。

《美味关系：朱莉与茱莉亚》是一本让我们轻松学习美食的励志书！

亚马逊网站

《美味关系：朱莉与茱莉亚》是《BJ 单身日记》和《浓情朱古力》的混合体，也是充满智慧、温馨和启迪的个人救赎回忆录。

《出版商周刊》

在《美味关系：朱莉与茱莉亚》这本书中，鲍威尔运用想象重现了美国著名女厨师茱莉亚·查尔德及其在 20 世纪 40 年代的某些生活片断。其外，她还用感性的语调描绘了自己煮龙虾、购食材、午夜煮食等细节。不论是家庭主妇还是单身人士，都会不由自主地被鲍威尔风趣幽默、无拘无束的笔调吸引。

《书经》

在采购与煮食过程中付出得越多，整个过程就越性感，而鲍威尔在此过程中，发现了自己在煮食、写作和生活上的才华。《美味关系：朱莉与茱莉亚》是对一位女性努力寻找生活意义之旅的风趣活泼的描述。



《卫报》

《美味关系：朱莉与茱莉亚》这本书挖掘了美食的力量，把每日例行的“吃”，变成了精妙的、足以改变人生的经历

聪明的阿呆，MS 中文论坛版主

从只有吃美食的追求，到做美食的满足，朱莉 365 天尝试 524 道菜，《美味关系：朱莉与茱莉亚》就是个励志的小故事嘛：唠唠叨叨的抱怨只是生活的一番滋味，还有美食满足味蕾，亲友温情关怀，收获自我价值的小幸福。这个答案太简单，却值得不断被探索。

KYO，MS 中文论坛资深梅党

找到你的信仰，坚持下去。尽管过程中除了快乐还会有失败和沮丧……美食改变了两个女人的生活，并让她们找到了自己的信仰。

Bon Appétit，一个让你无法抗拒的句子；《美味关系：朱莉与茱莉亚》，一个值得你一看再看的真实故事。

猪领班，MS 中文论坛资深梅党

翻开《美味关系：朱莉与茱莉亚》，一股很浓的洋葱味扑鼻而来，我似乎听到了梅丽尔·斯特里普以她无与伦比的天份模仿出的茱莉亚·查尔德浓烈的鼻音和尖锐的嗓音，看到了无数次出现在电影里的活色鲜香的纽约。和梅丽尔一样，茱莉亚在她的世界里无所不能。

作者寄语

谨慎起见，书中某些标志性的细节、人物、事件都经过了处理。只有我自己、我先生，还有包括茱莉亚和保罗·查尔德在内的公众人物使用了真名。

此外，书中部分情节纯属创作。

例如：书中关于保罗·查尔德和茱莉亚·麦克威廉斯·查尔德的生活描写均出自想象。这些想象基于保罗·查尔德的日记和信件、茱莉亚·麦克威廉斯的信件，以及诺埃尔·莱利·菲奇为茱莉亚·查尔德撰写的传记《美食人生》。感谢莱利·菲奇女士的精彩著作。也感谢哈佛大学施莱辛格图书馆慷慨地将查尔德女士的档案公诸于世。

——朱莉·鲍威尔



目 录

推荐序 煮出美味人生	4
温情推荐	6
作者寄语	9
第1天,第1道菜 简单的至味:韭葱土豆浓汤	12
插 曲 小时候的厨事之乐	28
第23天,第34道菜 先打碎几个蛋……	38
第36天,第48道菜 人生的精髓	56
第40天,第49道菜 不适合结婚的朝鲜蓟	74
第42天,第53道菜 晚宴与灾难二重奏	86
第82天,第95道菜	
第108天,第154道菜 边际效用递减定律	107
第130天,第201道菜 拿什么整死你,我的龙虾	131
第198天,第268道菜 证据就在下水道里	150
第221天,第330道菜 苦涩与甜蜜:失败的滋味	168
第237天,第357道菜 烈焰可丽饼	178
第340天,第465道菜 纽约大停电	199
第352天,第499道菜 “唯有在美国”	212
第365天,第524道菜 Bingo! 计划完成	230
尾 声 未完待续……	261
致 谢	268
译后记 美食拯救人生	269



一九四九年十月六日，星期四 巴黎

左岸，一个无聊的晚上。晚上七点钟的时候，茱莉亚这辈子第二回动手烤鸽子。

第一回是在当天早上，她头一次上烹饪课的时候，地点是福宝大道一百二十九号，蓝带烹饪学校那间拥挤的地下室厨房。现在，她待在租来的公寓的厨房里。这儿是她跟丈夫保罗的家，厨房就在狭窄楼梯间的顶层，这幢旧屋被拆成公寓分租之前，那儿原本是佣人房。对她来说，和世界上其他东西一样，炉子和料理台都太低了。即便如此，比起烹饪学校的那间厨房，她还是更喜欢家里这个。她喜欢这儿的光线和气氛；喜欢那架小升降机，待会儿要靠它把烤好的鸽子送到餐厅去；喜欢做饭时丈夫坐在厨房桌子旁陪着她。她心想，用不了多久就会习惯这低矮的灶台了。要是你也是个身高六英尺二英寸的女人，对于“习惯”这事儿，你总会习惯的。

保罗坐在一旁，一边不时地给妻子拍张照片，一边给兄弟查理写信。“要是你看见茱莉亚是怎么往死鸽子屁股里塞胡椒和猪油的，”他写道，“你就会明白，她受了多大的影响。”（摘自保罗·查尔德一九四九年写给弟弟查尔斯的信件，查理是查尔斯的昵称。——译者注）

但他其实并不了解情况。他的妻子茱莉亚·查尔德下定决心要学习烹饪。那年，她三十七岁。





第1天，第1道菜

简单的至味：韭葱土豆浓汤

据我所知，茱莉亚·查尔德第一次做土豆浓汤，是因为百无聊赖。支持我这理论的唯一证据就是她自己写的食谱。她是这么描写这道 Potage Parmentier（不过是土豆汤的法国名儿罢了）的：“闻着香，喝着也香，真是简单的至味啊。”她头一次写书，就把这道汤作为开篇食谱。她说你也可以加点胡萝卜、西兰花，或是青豆。但这已偏离了这道汤的真义，如果你寻求的是简单的至味。

简单的至味。简直像句诗，不是吗？听上去像是医生的嘱咐，身心健康的良方。

可是，我的医生嘱咐我的不是喝土豆汤。我的医生（确切点说，是我的妇科医生）嘱咐我的是生孩子。

“你的荷尔蒙有问题，还有多囊卵巢综合征，这些你早知道了。毕竟你都快奔三了，这么想吧……永远不会有‘更好’的时候了。”

我不是头一回听这种话了。我得这毛病已经有好几年，从卖卵子的时候起就知道了。当时，为了还信用卡，我靠卖卵子弄到七千五百美元。实际上，那是我第二次“捐献”卵子。“捐献”这说法真搞笑，因为当你从麻醉中醒来，穿好衣服的时候，身体里少了几颗卵子，前

台那儿却多了张好几千块的支票等着你。我第一回干这事儿是在五年前，那会儿我二十四岁，身无分文，却无忧无虑。我本没打算干两次，可是三年后我接到了医生的电话，那人操着一口难懂的欧洲腔，问我愿不愿意飞到佛罗里达再做一回，因为“我们的客户对您的初次捐献深感满意”。卵子捐献仍是一项新技术，发展缓慢的法律和伦理体系还没追赶上来，没人知道卵子捐献者会不会被起诉，比如必须抚养孩子十年之类的。因此，人们说起这个话题的时候，总是使用不甚精确的词儿，或是委婉地绕着说。这通电话意味着，有个“小小的我”在佛罗里达州坦帕市或是其他什么地方活蹦乱跳，而且这个“小小的我”的父母对他或她十分满意，还想再要一个。我心底有个诚实的声音忍不住想高喊：“且慢！等这两孩子到了青春期你们就后悔了！”但是，七千五百美元可不是小钱呐。

不管怎样，直到第二次“收成”（他们真的是这么说的，妇儿医院里有很多这种模糊又微妙的用语）的时候，我才发现我得了多囊卵巢综合征。听上去吓死人，但实际上没那么严重，这毛病意味着我会变得毛发浓密，会长胖，要想怀孕的话得把各种药都吃个遍。我猜，这也意味着我还有很多神秘难懂的妇科行话要听。

所以，自从两年前我被诊断出得了这个病，医生们就没完没了地跟我谈怀孕的问题。甚至我那满头白发、叔叔级别的骨科医生都给我来了一番“奔三危险论”的演说。（你倒说说看，哪个二十九岁的人会得腰椎间盘突出？）

至少，妇科医生跟我还算有点关系。或许正因为这个，他一边擦拭窥镜一边跟我说话时，我强忍住了没冲他发火。可是，他刚一出门，我就一把从脚上摘下海军蓝缎面高跟鞋，朝刚才他脑瓜所在的位置扔了过去。鞋子“砰”的一声打到门上，刮出一道黑印，掉在摆放台上，撞翻了装着棉签的玻璃罐。我连忙从地上、桌子上捡起棉签塞回罐里，又忽然想起这东西肯定脏了不能再用，于是赶紧把棉签拢成一小堆，堆在一盒新针头旁边。我起身回去套上裙子。这是条四十年代风格的复古裙，今天早上，我的同事内特还说它衬得我腰身纤细，胸型也美，



这让我整整得意了一整天。可是，我从下曼哈顿到上东区来的时候，搭的是没有空调的六号线，漂亮裙子早已汗湿，还弄得皱巴巴的。我蹑手蹑脚地离开诊室，预先把十五美元诊疗费捏在手里。趁没人看见我惹的乱子，我还是快溜为妙。

一踏进地铁，我就觉得不对劲。还没走到回转门，我就听见一阵低沉的闷响在砖墙间回荡，各处徘徊的人也比平时多。闷臭的空气中掺杂着一丝不满的味道。地铁广播偶尔响起，可没有一回是列车进站的预报。过了好久好久，连地铁的影子都没瞧见。跟大家一样，我探头往隧道里头看，希望能瞧见车头上淡黄色的灯光，可里面黑乎乎的，完全没有来车的意思。我觉着自己身上散发出一股子异味，像头淋透了雨、一直打哆嗦的绵羊。挤在蓝色高跟鞋里的脚趾痛得要命，我的背也酸痛难受。站台上的人越聚越多，我开始担心有人会掉下去，没准就是我。再说了，万一我突然闷得发起疯来，把谁推下去也不一定。

就在此时，人群奇迹般地四散开去。那一刻，我以为是自己身上的臭味儿浓得无可救药了，可人们脸上警惕的目光并没落在我身上。我顺势看去，原来有个女人栽倒在我身后。她一头椒盐色的头发，看起来像是精神病人。我离她太近了，看得见她纠缠着的蓬乱额发。一阵寒意爬上我的脊梁骨。那女人狂乱地低声咕哝着什么。人们像看见狮子的羚羊一样，本能地四下闪避。女人四周形成了一小片空地，就剩下我一个人孤零零地傻站在那儿，像头注定无法逃脱的老跛羊。

那疯女人开始用巴掌拍自己的头。“他妈的！”她嚎叫着，“他妈的！他妈的！”

我手足无措，不知道是该避到人群里呢，还是该待在原地不动。我茫然地向四周看去，想装作没看见，可不由得呼吸急促起来。

疯女人把手伏在地上，“邦！”她把前额重重地往地上撞。

即便对见多识广的纽约人来说，这副情景也并不常见。虽然谁都知道，地铁里难免有不正常的人。“邦，邦”，脑袋撞在水泥地上的声响在潮闷的空气里回荡，就像她打算把自己特异的脑瓜当成信号器，把满城所有隐藏在地下的疯子都召唤出来似的。大家都给吓住了，紧

张地朝四周瞄来瞄去。我真希望自己能躲到人群里去啊。疯女人前额正中已经撞出了一道黑印，跟我的高跟鞋在医生房门上磕出来的那个差不多。可她还在继续高声咒骂着。地铁来了，我装作什么都没看见，挤进了车厢。疯女人没有跟上来。

车厢里，大家比肩接踵地挤着，伸手抓着头上的横杆，随着车厢一同摇晃着，犹如肉厂里吊着的宰好的牛。我突然有个念头，就像有群无所不知的魂灵在我耳边低语似的，我之所以没有跟那灰头发的疯女人一道卧倒，一边用脑袋撞地一边骂着“他妈的”，只有两个原因：第一，我不好意思；第二，我的漂亮裙子已经够脏的了，我不想弄得更邋遢。脸皮薄，再加上不想花钱干洗衣服，我就因为这个忍住了没崩溃！

想到这些，我竟然哭了起来。一滴眼泪落在我身前的《纽约邮报》上。坐在位子上看报的家伙只是哼了一声，把报纸翻到了运动版。

地铁好似坐了好几年。终于下了车，我到湾脊区和第四大道路口交叉处的电话亭给艾瑞克打电话。

“嗨。晚上吃的东西买了没？”

艾瑞克倒抽一口冷气。一见情况不妙他就会摆出这副样子。“应该我买吗？”

“我不是跟你说了吗，我去看医生，得晚点回来……”

“好好好，别生气别生气。我，我……那我叫点外卖，或者……”

“算了，我买点吃的带回来吧。”

“新闻一结束我就开始准备晚餐，我保证！”

快八点了。附近只剩下七十街和第三大道街口交叉处的一家韩国熟食店还开着门。我的样子肯定糟糕透顶。穿着皱巴巴的裙子，睫毛膏晕在脸上，站在蔬菜摊位旁边，直勾勾地盯着架子上的东西。我想不出来该吃什么。我抓了几个土豆，一捆韭葱，还买了几块 Hotel Bar 牌的黄油。我迷迷糊糊的，一点主见没有，像是在照着别人开的单子买似的。我付了钱出来，朝公车站走去。B69 路车刚刚开走，都这个时候了，再等一趟起码要半个小时。于是我拎起袋子，朝着十个



街区外的家走去，韭葱的长叶子支楞在袋子外头。

差不多过了一刻钟，我走过海岸路的天主教男校，离家还差一个街区了，我忽然发觉，自己下意识抓起的東西，正是茱莉亚·查尔德的土豆浓汤所需的食材。



我还是小丫头的时候，父亲总爱讲这个故事：五岁的我蜷缩在他古铜色的日产跑车后座，埋头读一份皱巴巴的过期《大西洋月刊》。他把这事儿告诉了所有同事、朋友，以及对这事儿将信将疑的人。（人家不相信的是《大西洋月刊》，不是跑车。）

宣传后果就是，我被划归到神童的行列。我笨手笨脚，芭蕾和踢踏舞没一样跳得好，体育课上总是最后一名。我架着一副红边眼镜，既没时髦的骨感身材，也不光彩照人，为了找到自尊，我就拼命看书。但背后的原因可没那么高雅——阅读只是我纵容自己的方式。

看在书虫名声的分上，我半懂不懂地读着托尔斯泰和斯坦贝克，可我有个不可告人的秘密——我更爱看通俗小说。《柏恩的龙骑士》、《阁楼里的花》、《洞熊家族》这些书对我来说，就好比男孩子塞在床底下的《花花公子》。我等着夏令营老师离开小屋，然后进去偷她藏在卫生棉盒后头的 V.C. 安德鲁斯写的书。我偷偷翻看老妈常看的琼·奥尔系列，她发现的时候我几乎读完了一半，她也只好皱皱眉了事，希望这书里多少能有点教育意义，但《野马河谷》你就别看了，小丫头！

然后，青春期如约而至，纯为消遣的读物挤进了车后座。那会儿真是什么都看，津津有味，肆意放任。好久以来，我都不曾带着那股劲头做事了。唉，真实中的性远没字里行间那么香艳。我估计，如今十四岁的得州少女对舌环在床上的用途一清二楚，可初听这事儿时她脸红心跳的程度，多半比不上我读到穴居人床第之欢场面时那么夸张。

你知道十四岁的得州少女对什么一无所知吗？法国美食。