

东南亚卷

蔡澜
著

蔡澜食单

山东画报出版社

东南亚卷



山东画报出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

蔡澜食单. 东南亚卷 / 蔡澜著. — 济南: 山东画报出版社, 2012.2

ISBN 978-7-5474-0491-1

I. ①蔡… II. ①蔡… III. 饮食-文化-东南亚 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第187302号

责任编辑 徐峙立

装帧设计 李海峰

项目完成 徐峙立工作室

主管部门 山东出版集团有限公司

出版发行 山东画报出版社

社 址 济南市经九路胜利大街39号 邮编 250001

电 话 总编室 (0531) 82098470

市场部 (0531) 82098479 82098476(传真)

网 址 <http://www.hbcbs.com.cn>

电子信箱 hcbcb@sdpress.com.cn

印 刷 北京图文天地制版印刷有限公司

规 格 130毫米×184毫米

9.25印张 145幅图 160千字

版 次 2012年2月第1版

印 次 2012年2月第1次印刷

印 数 1-10000

定 价 43.00元

如有印装质量问题,请与出版社资料室联系调换。

为《蔡澜食单》作序

很多人问我：“你什么时候开始对饮食发生兴趣？何时成为食家？”

基本上，我是一个好奇心极重的人，不但对饮食，对任何知识我都想追求。小时就爱到厨房看母亲和奶妈烧菜，把生的东西变成熟的，是多么美好的一件事！

老实说，我并不会吃。我只懂得比较。觉得在住宅附近吃一碗平凡的云吞面，不如加点努力，走到远方，吃一碗更好的。

成为所谓的食家，纯粹出于偶然。有一年父母由新加坡来香港，我带老人家去饮茶，但座位要等个半天，侍者的服务态度也差到极点，这促使我在报纸上的专栏多写一些关于食物的文字，写得多，写到编辑们以为我真的会吃，就叫我在杂志上写餐厅的评论。

这一来，有了一点恶势力，不必等位，招呼变好。可惜父母逝去，没有多少机会享受“贵宾”的待遇，一切枉然。小时听老人家说要对父母好，就要趁早。这句话，当今，由我说了。

言归正传，对于食物，我只分好吃和不好吃，不会用很多花



巧的词句去形容。友人批评我的文字不能嚼噬，我一笑置之，嚼噬的应该是食物呀。

这一辑书，只是我个人的记录，希望能反映我这个年代的人，吃过的是什么东西，就此而已。没有什么文化价值，看与不看，无所损失。特此奉告。

书名怎么起？有些人建议《饕不绝口》，我不置可否。今晚和查先生、倪匡兄，及陶杰吃饭时，提出这个问题。

我们都知道查先生一向不喜欢以谐音为题的，轮到陶杰，他说：“干脆叫《饮食天书》！”

“好！好！就那么叫吧！”倪匡兄即刻附和。

我的脸更红得厉害，倪匡兄又说：“叫为《天书》并不必惭愧，你不用，别人也会用。”

后来，苏美璐从英国发电邮来，说不喜欢这个书名。我再三考虑，最后还是决定用《蔡澜食单》，是抄袭袁枚的《随园食单》。古人能用，今人也不必怕被人骂了。



目录



新加坡篇

- 炒粿条 / 2
- 坚持 / 4
- 换命 / 6
- 笃笃 / 8
- 阿笑卤鸭 / 10
- 发记 / 12
- 乳猪 / 14
- 到会记 / 16
- 星洲馆子 / 22
- Glory / 24
- 沉默的面 / 26
- 新加坡小食——
- 有其形无其味 / 28
- 福建炒面 / 34
- 肥仔荣 / 36
- 逸群鸡饭 / 38



虾米和江鱼仔 / 40

鸡饭酱油 / 42

牛车水熟食档 / 44

潮州糜 / 46

机场职员餐厅 / 48

肉骨茶对话 / 50

黄亚细 / 56

Saint Julien / 60

老巴刹 / 62

让我携着你的手 / 64

厦门街 / 68

豪华啰噠 / 70

啰乜嘢 / 72

印度啰噠 / 74

福建虾面 / 76

潮州鱼生 / 78

老福建 / 80

福建面 / 82

好清香 / 84

大胖子 / 86

ROXY 叻沙 / 88

红屋 / 90

福乐居 / 92

明发 / 94

自然 / 96

马来西亚篇

四季榴莲 / 100

丐帮名菜 / 102

东莞仔面 / 104

肉骨茶 / 106

肉骨茶资料 / 110

听了流口水的小吃 / 112

金莲记 / 114

椰花村 / 120

八戒复仇记 / 122

立百病毒 / 124

檳城 / 126

大箩柚 / 128

白咖啡 / 130

吉隆坡面档 / 132

湖滨公园 / 134

四眼仔烧鸭 / 136

泰国篇

唤回 / 140
艇仔粿条 / 142
腌 / 144
宋冬 / 146
面食档 / 148
种子 / 150
咖啡档 / 152
泰化中餐 / 154
享受 / 156
幸福 / 158
小贩 / 160
小贩档 / 162
泰国团 / 164
源利 / 166
Ban Chiang / 168
Café de Laos / 170
Ban Suan Thip / 172
泰国捞面 / 174
炒面 / 176

太平 / 178
泰皇宫餐厅 / 180
泰国水果 / 182
炸蝗虫 / 184
烹调书 / 186
The Thai House / 188
吃鸡 / 190
笑笑 / 192
疲倦 / 194
受不了 / 196
物有所值 / 198

韩国篇

地道早餐 / 202
冷面 / 204
皇帝餐 / 206
清溪川 / 208
改观 / 210
推广 / 212
新安村 / 214
鲇鱼 / 216



会心微笑 / 218

江南 / 220

鱼市场 / 222

信心 / 224

八爪鱼刺身 / 226

海女餐 / 228

韩国印象 / 230

伎生宴会谱 / 232

炕上回忆 / 238

用匙 / 240

垫上运动 / 242

大盈 / 244

越南·缅甸篇

越南粉 / 250

槟城菜市 / 252

雪糕大餐 / 254

雪糕 / 256

水果 / 258

小吃 / 260

大吃 / 262

鱼露 / 264

柬埔寨篇

住宿 / 268

美食 / 270

食宿 / 272

和平饭店 / 274

暹粒 / 276

洞里萨湖 / 278

金边 / 280

红宝石 / 282

新加坡

篇



炒 粿 条

比起其他菜市场，丹絨禺算是小得不能再小，但也有熟食档，做街坊生意。

我们把这地方叫为十楼，因为数十年前，这里新建的组屋是十层楼。哇，不得了！那么高！一说十楼，大家都知道是丹絨禺。

那次返港一天，去澳洲之前，在新加坡停一停，为家母庆祝八十岁生日。

国泰机在下午一时抵达，肚子有点空，就去丹絨禺吃东西。这个菜市有四种我喜欢的：一、云吞干面。二、福建面线。三、肠粉和笋粿，这是家父在世时每天的早餐。四、炒粿条。

粿条档在菜市的后面，不容易一下子找到。转个弯，有家卖咖啡的，隔壁就是这间炒粿条的“天香园”了。

粿条，广东人的河粉，有人又叫为贵刁，是南方人共有的食

物，名字不同罢了。主人姓陈，在这里炒，已炒了几十年。

陈先生五十左右，个子壮，留着髭，皮肤很黑，永远穿着一条短裤，不停地炒。

先下带有猪油渣的猪油，爆香大蒜，接着便下粿条，一面炒一面下生抽，以及很浓的黑酱油。黑酱油带甜，便不必加味精或鸡粉等古怪调味品了。

粿条已熟打个蛋，同时下鱼饼丝、香肠片、猪肉片、豆芽韭菜等配料，再炒几下，鸡蛋和配料的香味已经扑鼻时，最后再加秘密武器——蚶肉。

又炒两下，即刻上桌。陈先生解释，蚶一太熟又硬又无味，在半生状态又脆又香，咬进嘴里，甜汁流出，是天下美味。

新加坡的炒粿条档极多，好吃的少。陈先生这家人每天十二点左右做到下午三四点便收档，生意虽兴隆，但卖得便宜，陈先生说只能糊口而已。在日本，陈先生已是国宝级人物。





坚 持

4

记得当年，拜祭先父，并非什么欢乐事。为补偿，在家陪陪老母，晨早一齐去散步之外，就是和老友及弟弟在家大打台湾麻将，一打三天三夜。

输赢数目不大，而且讲好，胜者出钱，请人到羽球馆隔壁的肥仔荣买炒面回来消夜，大享口福。

肥仔荣做的是广东伊面，面条炸过，先下猪油，爆香大蒜，面条入镬，喂上汤煮炒，配料只是肉片、虾和鲜鱿少许，打包回到家里，汤汁直透面中，味道更佳，吃时佐着酸甜的青辣椒和猪油渣，一流。

上几年还大吃四方，到各个熟食中心去试小贩食物，后来愈吃愈失望，已失去兴趣。新加坡当今的街边食，已有其形而无其味了。一切传统小食依存，但是好吃的剩不到几家。我这么一说，友人甚不为然：“你说说看，和从前的又有什么不同？”

别的不提，单单讲印度啰嗦，就面目全非，当今的，把食物翻炸一下，就那么上桌，吃时点的酱，一味是甜，全无别的味道。

“从前的是怎么的一种味道？”友人问。

我说：“从前在LEX戏院后面，或旧图书馆前卖的，至少先把花生炒好，磨碎后放进酱里，那不是更香吗？现在的如果肯用一点罐头花生酱，已算是对得起人了。”

友人也觉有点道理：“你那么爱吃的肥仔菜炒面，味道有没有变呢？”

“看他们的打包，已经知道没有变，别人的用塑胶纸，肥仔菜用的一块树叶，与其说树叶，其实是棕榈树的枯皮，这是南洋独有的一种包裹材料，树皮含清香，汤汁虽不流出，但是树皮本身是透气的，不会把食物闷得走味，这种包装材料比塑胶纸贵得多，但是肥仔菜照用，可见他们对食物水准的坚持。”





换 命

6

临上飞机，还是要吃，机内食，怎么都吞不下的。

到我家附近的“十楼Jalan Batu”熟食档，找我最喜欢的01-04档口吃炒粿条。

那天是礼拜日，我问档主：“一年三百六十五天，都不休息吗？”

他回答得妙：“休息。累了就休息。”

档前的玻璃柜中，摆着两小碟东西，切片的鱼饼和腊肠。铁镬的旁边，有一缸现炸的猪油。

生起火，用猪油爆香了蒜蓉，把南洋人叫为粿条的河粉放进去，炒几下，滴带甜的黑酱油，再炒，打个蛋进去，加些豆芽、韭菜，最后放腊肠片和鱼片，又加大量的猪油渣，上桌之前，才放已经剥了壳的鲜蚶。

“别家人一下子就放蚶，怪不得都炒得干干瘪瘪。”我说。

“我已经炒了四十年了，还炒不出窍门，就是笨蛋一个。”他笑了。

“现在的客人，敢吃猪油吗？”

“敢吃就来；不敢吃，就不做他的生意，也没多大损失。”



炒粿条上桌，吃进口，油油滑滑，蚶子的味道鲜得不得了。一口咬破了猪油渣，那阵香味溢出，加上腊肠的带甜，食过不羡仙。

“租金贵吗？”

“这一带的学校搬走，客人渐少，也加不起来了。租金加电费，一个月四百块左右吧，不必向老板打工，已经是幸运的了。”

算一算，也要合港币两千。

“一天要卖几碟才打和？”我又问。

“人工只有我一个，卖上十碟就行。”

我问他今年多少岁，居然和我一样大，也在同一个地区出生，那么自由自在悠闲过活，不像我那么操劳。他看着我，没有一点羡慕的眼光；我望着他，有点想把这条命和他换换。



笃 笃

在新加坡吃东西，游客以为只有海南鸡饭，真是可笑。

深入一点研究，你就会发现有炒萝卜糕、炒粿条、福建炒面等等。鱼丸汤也不错，有些人还认为比香港做的弹牙，但也有些人认为不够鱼味，鱼头米粉则人人爱吃。

如果你能接受马来人的叻沙，那么又有个新区域，他们的辣米粉“米暹”做得很出色，炸豆腐更是一绝。

进入吃印度菜的天地，从咖喱鱼头开始，这种食物像海南鸡饭一样，在印度也不一定吃得到，是新加坡人发扬光大的。

印度的炒面，加豆干丝、番茄、豆芽，炒得颜色鲜红，也能吃上瘾。他们的“啰噠”是将种种鱼虾肉蛋炸后摆在架上任选，客人自取后放在碟中，小贩再翻炸，切片，淋上独特的酱汁，非常好吃，可惜近来水准已低落，酱汁再也不如昔时香浓。永远保持水准的是他们的羊肉汤，用羊腿熬成，加大量香料和芫荽，喝