



玩味潮汕

林贞标 著



中山大學出版社
SUN YAT-SEN UNIVERSITY PRESS



玩味潮汕

林贞标 著



中山大学出版社
SUN YAT-SEN UNIVERSITY PRESS

· 广州 ·

版权所有 翻印必究

图书在版编目(CIP)数据

玩味潮汕 / 林贞标著. —广州: 中山大学出版社, 2016.6

ISBN 978-7-306-05658-0

I. ①玩… II. ①林… III. ①饮食—文化—潮州市②饮食—文化—汕头市 IV. ①TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 067710 号

WANWEI CHAOSHAN

出 版 人: 徐 劲

策划编辑: 曹丽云

责任编辑: 曹丽云

封面设计: 蔡奇真

装帧设计: 今朝风日好设计工作室

责任校对: 廖泽恩

责任技编: 黄少伟

出版发行: 中山大学出版社

电 话: 编辑部 020-84111996, 84113349, 84111997, 84110779

发行部 020-84111998, 84111981, 84111160

地 址: 广州市新港西路 135 号

邮 编: 510275 传真: 020-84036565

网 址: <http://www.zsup.com.cn> E-mail: zdcbs@mail.sysu.edu.cn

印 刷 者: 广州家联印刷有限公司

规 格: 787mm × 960mm 1/32 12 印张 220 千字

版次印次: 2016 年 6 月第 1 版 2016 年 6 月第 1 次印刷

定 价: 50.00 元

如发现本书因印装质量影响阅读, 请与出版社发行部联系调换

算作序吧

出一本书，一直是本人的一个梦，只敢梦不敢想，因出书，对于只有三年小学文化水平的我简直是个笑话。特别是近年来，纸质书销量更是一落千丈，基本已被电子书替代了。但我不甘心。于我而言，书只是记载着某个人的生活历练，与某方面的成就信息。就像我一直混迹于吃货“江湖”，而对食物的感觉有特别的天赋，对些许心得也偶有记录，因我无门无派，所以很多观点也只是有感而发罢了。

但是有感而发又如何呢？这书会有人买吗？如果我是读者，我会想这书对我有何益处。因这书主要介绍的是潮汕的吃喝玩乐和本人的“胡言乱语”，还有许多是本人或朋友写的食趣与食俗，不管书是怎么写出的，总有只言或片语能对作为吃货的你有所用，或当攻略书，那是没问题的。然而我是个生意人，如果仅仅是攻略，那是不够的，满世界都是攻略书。站在读者的角度，总想着他们买我的书，我能给他们什么好处。经过一年酝酿与苦思，终于找到办法，就是让这本书帮着读者记录在潮汕追寻美食的足迹；就让这本书作为媒介，让读者与商家之间达成一种共赢，又能满足我的出书梦。

你只要付出50元买了这本书，就相当于赚了200元以上，持有这本书，你可免费体验几家最具有潮汕特色的餐饮名店。实实在在免费品尝，还能让老板在书上签名或合影，这是我用三寸不烂之舌与众多商家为读者谈来的福利，在此也向各商家表谢意，这书有可能开创纸质书价值的另一“历史里程碑”。当然需要说明的是，书卖的就是书，这些额外的福利只是作为一个尝试性的附带而已，并不是卖这些福利，所以有可能在写书到出书或到读者拿着这书时，有些商家另有发展不再经营，或有些名店更换东家，或其他种种不确定性导致福利无法兑现时，也请谅解，骂我可，不要骂娘。

本来这书也想请文人名士朋友写点序，又怕这书太没文化，坏了人家名声，只好作罢，留下自言自语……

聊作序吧！

林贞标

前言·庖厨也是艺术

君子不下庖厨，这话不知从何年代说起，但吾深不以为然。何谓艺术？画家称为艺术家其只是用线条与色彩影响着人们的视觉这就是叫艺术。

其实一道好的菜是在视觉味觉触觉全面的呈现，这难道不是艺术？当年钱学森先生视厨艺为烹饪的艺术，其认为色、香、味这三者，为视、嗅、触为一体的艺术体现在人类的艺术领域是最高的，特别在人类特有的味觉上更是一种艺术。

烹饪对于味者至关重要，所谓味者真味也，物之有形皆有其味，烹之艺者去其杂而保其真。现今国人多数对烹饪止于技，如江浙沪其甜盖物，真味难寻；川菜多为麻辣，其鲜尽失。

所以要提升到烹饪的艺术者，吾认为要做到调五味而不盖其真，善用火而不损其性，方能百菜百味，再加多读诗书，小鲜也能诗情画意，这何尝不是庖厨的艺术？

林贞标

目 录

I 算作序吧

III 前言·庖厨也是艺术

玩味·上篇

- 002 论厨之技，火也
- 006 潮人爱鹅 以卤为美
- 022 潮菜厨师的“入门证书”——炒芥蓝
- 032 汕头牛肉“艳照”
- 046 好吃的牛肉丸不是吹出来的，是打出来的
- 056 关于潮汕笋食
- 064 鱼丸可以捻着吃
- 070 澄海东里猪脚饭
- 078 与“猪血兄”之不解缘
- 084 独味，猪肉往事
- 092 潮菜的提香圣物——勝
- 098 当今做鸡不易
- 104 漫谈妈屿岛逸事之一·海鲜
- 112 谈糜说粥论潮粥
- 120 过山鲫这尤物
- 126 葱花之殇
- 130 正月与神共食游潮汕

玩味·下篇

- 142 草粿——汕头人的情感食品
- 148 吃你豆腐
- 154 鸭母被捻鸭母知道吗？
- 158 潮汕咸甜粽（双烹）
- 164 柿饼，是压出来的
- 172 莲螺（内螺）逸事
- 178 无米粿吃了莫骗人
- 184 一根甘蔗“啃”出潮汕“甜”史
- 194 生吃螳螂虾（虾蛄）
- 200 牛田洋螃蟹那点事
- 206 牛田洋螃蟹那点事之“老处女”——膏蟹
- 212 吃螃蟹之浓淡二法
- 216 潮州官塘啖鱼生
- 224 粿汁不是喝的
- 234 花生酱与肠粉的浓烈“爱情”
- 236 吃货的驿站——潮商游艇码头
- 240 潮汕“圣果”——三棱橄榄
- 248 让你永远品不够的“神物”——潮汕工夫茶
- 264 口渴了，我就想喝杯茶而已

人篇

- 268 漫谈妈屿岛逸事之二·梦游公平国
- 274 美食家的“朝圣地”——潮菜研究会
- 280 蔡昊，味道融合的奇才
- 288 “建业”，潮菜酒楼的坚守者
- 294 夜，那巷，一碗白粥的盛宴
- 300 记十里洋场·潮菜新锐刘松彬
- 312 潮菜厨师可以有“黄埔军校”
- 318 我的“简烹”工作室
- 328 “胡说”潮菜史
- 332 汕头美食的旧时光——李阿伯回忆录

336 需要感谢的人

342 后记

345 附录

玩味・上篇

论厨之技，火也

人类对于吃，穷数千年之力，不断改变，与时俱进。但有一物一法亘古不变，便是火。人类自从发现了火之功用，便使其与食物息息相关。所有食物都离不开火的洗礼。因此，人的味觉追求与“火候”二字便难舍难分。许多人问我如何才能做得好一道菜，有何秘方，很难笼统回答。因一道好菜，有时其实很简单，就是火候，咸甜调和而已。但说来简单，做起来却难。缘于要懂火候者，须晓食材之性。

如许多海鲜或肉类，不少厨师喜用蒜头同煮或同焗。但多数海鲜上盘鲜甜尽失，腐烂之气冲天，原因便是蒜头作怪。因厨师多习惯把蒜头先行炸油备用，殊不知蒜头有三味也。生蒜辛辣，九成熟蒜香甜，烂熟时腐臭。蒜的最佳火候为溥心。所以煮物加蒜头，蒜头过熟不能去其腥，反增其臭，此为火与物之和合也。然，凡事由简入繁易，由繁入简则难。要明火之行径，须知物之性也。

再如潮汕常见海特产鱿鱼干，近年很多人不太喜欢。因其很难做出好口感，多数烹饪之后，味同嚼蜡，口感干涩。殊不知，凡干货入菜者，须用低温之水反复浸泡，使其纤维吸水恢复活性，如此反复数次，其鲜自回，





纤维也恢复饱满状态，此为火候之神妙也。所以凡果蔬入菜更注重于火。如开水白菜、菜心，入汤须先入梗，后压叶于汤；叶入汤，30秒火必关也，如此则鲜嫩甜香。若大火，则叶烂筋现，汤色浑浊。所以论厨之神妙皆之于火也。

潮人爱鹅 以卤为美

王羲之爱鹅为古今佳谈，有文曰：“又山阴有一道士养好鹅。羲之往观焉，意甚悦，固求市之。道士云：‘为写《道德经》，当举群相赠耳。’羲之欣然写毕，笼鹅而归，甚以为乐。”（《晋书·王羲之传》）书圣爱鹅，系玩赏雅兴，待之为宝贝宠物。潮汕人也视鹅为宝，只是不当玩物，而是食物。

鹅在潮汕饮食文化中占有至关重要的一席。所育鹅种，以原产潮州饶平浮滨乡的巨型鹅“狮头鹅”为贵，素有“世界鹅王”之称，十几公斤者，并非罕见。而烹制狮头鹅的技法，潮汕人独爱卤制，且颇有心得。

且先说说这重要性。在以前物质匮乏年代，鹅肉并非日常三餐就能随便享用，一般只有春节和中秋这两大节日才会宰鹅祭祖拜神，然后全家食用。祭祀的节日，也是饮食的节日。卤鹅，成了人们盼念的极品佳肴。若你喜欢潮菜，也爱上潮菜馆子，你是否留意到，传统潮菜中甚少有凉菜，尤其是凉素菜，凉食除了鱼饭一类，独占鳌头的就是卤味了。招待贵宾，先来个“卤味拼盘”作为头盘，快速、体面又美味。



当在外的游子看到这画面，在吞咽了两口口水后，脑海中浮现的是那一缕淡淡的乡愁

