

洪烛作品



ZHONGGUO MEISHI

中·国·美·食

# 舌尖上的记忆

洪烛◎著

SHEJIAN  
SHANGDEJIVI



新华出版社

洪烛作品

# 舌尖上的记忆

洪烛◎著

SHEJIAN  
SHANGDEJIN

中·国·美·食

ZHONGGUO MEISHI

新华出版社

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

舌尖上的记忆：中国美食 / 洪烛著. —北京：新华出版社，2012.8

ISBN 978-7-5166-0047-4

I. ①舌… II. ①洪… III. ①饮食—文化—中国—通俗读物 IV. ①TS971-49  
中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第181541号

## 舌尖上的记忆：中国美食

作 者：洪 烛

---

出 版 人：张百新

责任编辑：张琳琅

封面设计：李尘工作室

责任印制：廖成华

---

出版发行：新华出版社

地 址：北京石景山区京原路8号

邮 编：100040

网 址：<http://www.xinhupub.com>

<http://press.xinhuanet.com>

经 销：新华书店

购书热线：010-63077122

中国新闻书店购书热线：010-63072012

---

照 排：李尘工作室

印 刷：河北高碑店市鑫宏源印刷包装有限责任公司

---

成品尺寸：170mm×240mm

印 张：16

字 数：180千字

版 次：2012年8月第一版

印 次：2012年8月第一次印刷

---

书 号：ISBN 978-7-5166-0047-4

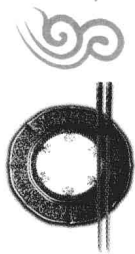
定 价：36.00元

图书如有印装问题，请与出版社联系调换：010-63077101

## 业余美食家（自序）

经常在大小媒体发表一些谈论饮食文化的文字，便有人将我称做美食家了。我一方面很荣幸（当美食家可比当政治家、科学家、艺术家愉快多了），另一方面又很惶恐：不敢当，不敢当，在下纯粹是业余的……这倒不是说，我对美食的鉴赏能力，尚且处于业余水平；而是觉得什么事情，一旦变成专业的，就没劲了。想想自己以前的道路吧：作为文学青年（业余作者），胸怀梦想、豪情万丈，每一根神经都是敏锐而兴奋的，跟全天候搜索的雷达似的，即使跟路人借个火儿，也会触发灵感，赶紧找个本子记下；后来如愿以偿地成为专业作家，今天这位书商请客吃饭，明天参加那家杂志的笔会，反而变得麻木了，强打起精神应付四处的约稿，可气弱时写文章，也跟炒菜似的，动作稍慢点就炒糊了。可见，即使是文学，一旦变成职业，也会使人产生“审美疲劳”（正如邂逅的美女一旦娶进家里，就离黄脸婆不远了）。

所以我只承认是饮食文化的票友，而不去做那所谓的专家。是啊，做个置身于边缘的爱好者就足够刺激。我相信，真正的酒鬼做不成浅尝辄止的品酒师，他会忘乎所以地一饮而尽；同样，充满理性的品酒师绝不是真正的酒鬼，其舌头再灵验，也不过是一小件精密的仪器。况且，若强调谁谁是专业的美食家（美食家有专业的吗？），那等于说他饱食终日、无所事事嘛！在



目前这个快节奏的社会里，以遍尝天下美味为能事、为乐事，很奢侈的。早先，八旗子弟之流这么干过。

几乎大多数美食家都是业余的。至少，在心理上是业余的。创业守业之余，把品尝美食作为一大嗜好，作为享受生活的辅助手段。并不见得真把它当成一门学问来钻研、当成一项生意来经营。美食家虽带着一个“家”字，却算不上一种头衔或职称。顶多代表一种闲适、放松的人生态度。

当然，我也不是没有见过职业化的美食家。譬如某些不太正规的烹饪协会、餐饮协会的头头脑脑，四处筹办什么评奖呀、大赛呀，倒也搞得色、香、味俱全，弄得星级饭店老板们待之如贵宾、如“首长”。但我总怀疑：这一类美食家，醉翁之意不在酒也。把餐饮业搞得跟官场似的，打着美食家的幌子，谋求名利。其实，真正的美食乃至美食家，还是在民间啊！

我还是做我的散兵游勇，隐于市井，在偏僻的地域和不知名的餐馆间搜寻，那些让人终生难忘的滋味。既不骗吃又不骗喝，顶多是真正被打动了，写点文字，“骗”点儿稿费。足以用来润笔兼润筷子了。

我住美术馆一带时，常去对面胡同里的悦宾菜馆小酌，模仿鲁迅住绍兴会馆时夜饮于广和居的风度。“悦宾”是北京改革开放后的第一家个体餐馆，做的菜有地道的老北京的味道。我是熟客，可老板并不知道我是个作家。我们纯粹是君子之交，或布衣之交。我写《北京的梦影星尘》一书，其中有一篇《寻找北京菜》，专门提到“悦宾”，此文又被《北京青年报》等不少报刊转载。确实给“悦宾”锦上添花了。譬如，出版人杨葵告诉我，他请刚从上海来的美女作家赵波吃饭，赵波恰巧刚买了我的书，点名要杨葵领她去“洪烛写到的悦宾菜馆”。还有一次，我在家中接到中央电视台主持人李潘的电话，她当时主持《读书时间》节目，读书时读到我写“悦宾”的文章，一时兴起，就开车赶过来“一识庐山真面目”。她说已在“悦宾”点



好菜了，问我是否有空陪她聊聊。瞧，我快成“三陪”了。朋友们一去“悦宾”，就会想到马路对面住着洪烛，就会约我过去一起坐坐。直到我搬家好几年后，偶尔还能接到类似的电话。受我影响而知道“悦宾”的这班京城男女文人，有的又为“悦宾”写过新的文章，譬如古清生的《北京：深藏不露的美食中心》：“去那里是诗人洪烛领引的，酒家看上去是一户人家，掀开门帘才发现别有洞天。我在‘悦宾’吃过地道的北京菜。据洪烛说，许多当红歌星都开着车来此处品饮……”

再去“悦宾”，老板从柜台里取出本书，说是一位慕名赶来的食客留给他的。他说最近老有新客人拿着本《北京的梦影星尘》来吃饭，他翻看到作者照片，才知道是我写的。老板很感谢，那顿饭一定要买单。其实，我都已经拿到书的版税了，还在乎这顿饭钱嘛。但老板的心意我还是领了。我也挺感谢“悦宾”的，不仅帮助我领略到老北京的滋味，还提供了一个好素材。

李潘跟我一样，忘不掉北京的悦宾菜馆了。如果她同样忘不掉在“悦宾”的第一顿饭，是跟谁一起吃的，就更好了。（开个玩笑！）她后来做一期美食节目，又想到“悦宾”了，又想到我了。特意让摄制组请我去现场解说。我说过大意如下的话：正宗的北京菜或老北京菜，不会出现在五星级的王府饭店里，而是隐藏在这不起眼儿的胡同深处，只要胡同还在、四合院还在，老北京的滋味就不会失传……

这些年，我边走边唱、边吃边写，倒是积累下一大堆美食散文。先后在《北京青年报》开了《不散的筵席》专栏，在《深圳特区报》开了《闲话美食》专栏，在《南京日报》开了《洪烛谈吃》专栏，还在香港《大公报》、《齐鲁晚报》、《大河报》、《扬子晚报》等诸多报刊成系列地发表。部分旧作早先曾结集为《中国人的吃》，由中国文联出版社推出，又被日本青土社购买去海外版权，翻译成日文全球发行。《朝日新闻》刊登日本

汉学家铃木博的评论：“洪烛从诗人的角度介绍中国饮食，用优美的描述、充沛的情感使中国料理成为‘无国籍料理’。他对传统食物正如对传统文化一样，有超越时空的激情与想象力……”正如日文版易名为《中国美味礼赞》，我是以赞美的态度来对待美食的。赞美故乡的美食，赞美异乡的美食，赞美祖国的美食，赞美属于全人类的美食。

这么看来，我对弘扬中华民族的饮食文化，还是做了点小事情的。至少，我还是对得起那些感动过我的食物的，包括制造这些食物的人。

我要为美食写一首零碎而又完整的赞美诗。这是否属于一种理想？

可以说，只要生命不息，对美食的激情就不会削减，这首漫长的赞美诗就会伴随一日三餐而延续下去。

我不是第一个这么做的，也绝不会是最后一个。

我写的是美食的故事，我与美食的故事，以及我与一些同样热爱美食的人的故事。姑且作为精神会餐的菜谱吧。我仍然觉得自己只算一个美食爱好者。顶多占了点会舞文弄墨的便宜。但不管是鉴赏食物，还是舞文弄墨，跟李渔、袁枚、周作人、梁实秋等一系列前辈相比，我都差得远呢！他们才是我心目中的美食家。

在这两方面，我都曾经拜汪曾祺先生为师。虽然并未举办什么正式的拜师仪式。1992年，湖北的《芳草》杂志约我给汪老写一篇印象记，我就前往北京城南的汪宅，和他海阔天空聊了一个下午。一开始是谈文学，后来话题就转移了；因为彼此是江苏老乡，就议论起南方的饮食及其与北京风味的比较。汪曾祺让我领略到他的大雅，乃至大俗；而在他身上，大雅就是大俗，大俗就是大雅。他喜欢在家中烹饪，觉得跟做文章一样刺激，讲究起承转合，讲究绘声绘色，讲究画龙点睛。这就是所谓的性格：一个人的烹调手段，跟他的写作方法息息相通。汪曾祺说自己的性格，受了老师沈从文不少

的影响。而我，则受了汪曾祺的影响。我原本写诗的，自从和汪老成为忘年交之后，改写散文了。一下子就从诗化的人生转入散文化的人生。从海市蜃楼里走出来，亲近人间烟火。那段时间，经常去汪宅求教，有幸品尝到主人按江南风格烹制的菜肴，总唤起心头丝丝缕缕的乡愁，恰似烟波江上的点点帆影。

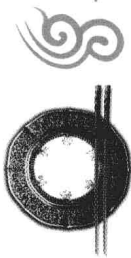
汪曾祺先生已不在了。可他送我的几册书中的美食散文，却经常翻读。脑海里总出现这样的画面：老人慢腾腾地把一碟碟小炒，从厨房里端到客厅的圆桌上，笑眯眯地招手——“请坐吧！”真正是曲终人不散。嘿，一想起汪曾祺，我哪敢自称为美食家啊，我哪敢自称为美食散文家啊？给这位文学“大厨子”打下手的资格，都不知道够不够。

我只能勉强算作业余美食家，还有一个羞于启齿的原因：自己尚且停留在纸上谈兵的阶段。虽然跑遍全中国、品尝过无数的美味，但吃完后用心去学进而会做的，没有几道。我真有古君子之风：动口而不动手。当然，我也动手的，只不过动的是手中的笔，再无余力去掌勺了。

偶尔炒几道家常菜，仅供自己玩儿。不敢请客。怕露怯、献丑。但对业余时间写的美食散文，倒不藏着掖着，并不畏惧再挑剔的读者。

我有一条歪理：美食家，并不见得热爱下厨房，只要喜欢下馆子就可以。厨师手再勤，不过是食物的奴隶，而美食家动动嘴皮子（会吃且会说），依然是食物的主人。指点江山的人，不需要上火线拼刺刀。

2005年，中央电视台的《中华医药》节目，连续做几期春节食谱，邀我去主讲。我有言在先：我可不擅长从营养学的角度去剖析，要谈也谈的是这些食物跟传统文化的关系，甚至用文化来“解构”这些食物，说到底就是侃，侃晕了算！不管是把观念侃晕了，还是把自己侃晕了。主持人洪涛很惊喜，说正需要这种新风格。我就逐一评点、演绎了豆腐、竹笋、年糕、饺







子、火锅等传统食品，越侃越带劲。洪涛那天没来得及吃早点，听了我的描述，既饿且馋，表情无比生动且灿烂，夸我提供了一顿精神大餐。我差点儿跟她开玩笑：你才是秀色可餐呢！

拍摄的时间太长，过了午饭的时间。收机器的间歇，摄像师议论：听洪老师谈最后一道菜——螃蟹炒年糕，正是肚子饿的时候，我的口水都快流出来，馋得差点儿晕过去。我觉得这是“很高的评价”。

写这本书，我也抱着如此的态度：侃，侃晕了算！

馋嘴的读者，意志力稍微薄弱点儿的读者，最好备上两片“晕车灵”哟！

马上，咱们就要出发了。一趟美食之旅，一趟文化之旅，一趟望梅止渴、画饼充饥之旅。



# 目录

业余美食家（自序） ..... 1



## 一、祖先餐桌上的记忆



中国人的吃 ..... 2

酒池肉林 ..... 7

儒家的吃 ..... 10

隐士的吃 ..... 14

不散的筵席 ..... 19

清宫的吃 ..... 27

食无鱼 ..... 34

鱼图腾 ..... 37

文化味精 ..... 41

素 斋 ..... 45



## 二、“食”间的过往



豆 腐 ..... 48

# 目录



药膳：“中国范儿”的经典.....	52
夜雨剪春韭.....	56
竹 笋.....	59
饮食与时间.....	63
南有年糕，北有饺子.....	66
火锅的褒贬.....	70
茶干引起的想象.....	73
甜蜜蜜的莲子汤.....	77
“海底东坡肉”：海参.....	80
“春不老”：长年菜.....	83
吃豆芽像吃利息.....	85
火腿与状元.....	87
童年的饥饿.....	90
坚硬的稀粥.....	95
螃蟹与田螺的故事.....	98
烹饪中的“混血儿”：乱炖.....	100



# 目录

以想象力为调料：凤爪 .....	103
从青蚕豆到茴香豆 .....	105
北京大白菜 .....	108
青苔可食 .....	113
中国的粽子 .....	115
咸肉：味觉的纪念 .....	119



## 三、地图上的饮食



北京的吃（一） .....	122
北京的吃（二） .....	126
北京的吃（三） .....	130
老字号不老 .....	136
文人与北京小吃 .....	141
草原上的酒歌 .....	145
西安的吃 .....	150
浑厚朴实的山西吃食 .....	154

# 目录



武昌鱼.....	156
南京人的味蕾.....	160
秦淮小吃.....	169
去周庄吃鱼.....	173
醋酸绽放的镇江.....	179
杭州的美味传说.....	183
勾魂的苏州小吃.....	192
扬州的吃.....	195
云南的食智慧.....	202
楚雄的味道.....	209
游吃长治.....	216
平遥牛肉及其他.....	221
海宁的吃.....	225
在南通吃河豚.....	230
长江下游的鱼.....	236

## 一、祖先餐桌上的记忆





## 中国人的吃

中国人的勇敢尤其体现在饮食方面。这是一个几乎什么都敢吃的民族。灾荒时期吃树皮、野菜乃至观音土自然还可以算作迫不得已（包括长征路上的红军解下牛皮带炖汤喝），和平的年代，他们也照样热衷于吃各种稀奇古怪的食物。吃蛇（在西方的《圣经》里那是魔鬼的化身）也罢了，在古时岭南一带，还曾将其易名为“茅鳝”，有点附庸风雅或掩耳盗铃的架式。还吃蝎子。我在北京安定门外某餐馆出席酒宴，高潮处便是圆桌中央摆上了满满一大盘炸得黄灿灿的蝎子。那一瞬间我不禁联想：中国人的嘴巴真够“毒”的——才敢于如此“以毒攻毒”？当然，被传为佳话的是吃剧毒的河豚，“拼死吃河豚”这句江南古谚颇像烈士的绝命诗。所以我自小即有这样的印象：能够将生死置之度外的，首先是革命者，其次则当数美食家了。

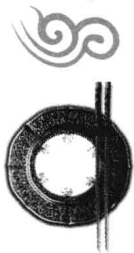
不知西方社会，在政治家、思想家、艺术家、军事家等之外，是否还产生过美食家的头衔？在中国，美食家几乎是一种传统。虽然它一直近似于“闲职”，却也是颇让人羡慕的。欧洲文明里，美食家一度缺席，正如它所推崇的探险家，对于中国而言，则是近代以后舶来的词汇。但我私下里以为：美食家也算是一种足不出户的探险家——“父母在，不远游”，中国人只好陶醉于另一种意义的探险，那就是对山珍海味的猎奇。美食家用菜谱来代替地图，用杯盏来代替罗盘，用筷子来代替桨橹，航行在自己的味觉里，同样也领略了无限风光。这种冒险心理在河豚的问题上发挥到极致。河豚相当于中国饮食文化里的“禁果”——一种致命的诱惑，它的鲜美因为神秘与危险而被夸张了。美食家们不仅没有望而却步，反而趋之若鹜。这份勇气，

恐怕连渎职的亚当、夏娃都会自叹弗如。

神农氏（即炎帝）堪称史前的美食家。“神农尝百草”，不仅仅为了果腹，也为了辨识植物的种类、滋味、营养价值（包括药用价值）。他大大地丰富了后人的“菜篮子工程”。在我想象中，中国人的祖宗是个挖野菜的，其装束、表情有点类似于后来编撰《本草纲目》的老中医李时珍：穿着草鞋，挎着竹篓，扛着一把小锄头。湖北有座神农架，据说就是他的露天“食堂”。没有敢为天下先的神农，我们的口福将大打折扣。

甚至春秋时期的老学究孔子，也提倡“食不厌精，脍不厌细”。他本人在办私塾时，不爱收现金，更乐意接受弟子们孝敬的一束束干肉，以充抵学费。可见食物是最古老的“硬通货”。孔子，在方方面面都称得上是我们民族的教师爷呀！他同样也影响了一代又一代精益求精的美食家，使饮食发展为文化，登上大雅之堂。中国的菜谱（从线装的手抄本到铅字印刷品）若堆砌起来，绝对比四书五经要厚重许多。在美食家眼中，是可以当诗来读的。譬如苏轼讲解烧猪肉（后被命名为“东坡肉”）的秘诀：“多着火，少着水。”多么精练呀。至于袁枚，既写了《随园诗话》，又写《随园食单》——左右开弓，拿筷子时像耍笔杆一样虔诚，耍笔杆时又像拿筷子一样奔放……当然，诗人的吃相毕竟比较文雅，《随园食单》仅可用来管窥中国人的食物。

中国人是最讲究吃的，所以古代的谚语即有“民以食为天”——甚至帝王将相也不敢违抗这条真理。譬如领兵出征，同样要牢记“粮草先行”。数千年以来，中国的饮食不仅已形成一种文化，而且堪称所有文化的潜在基础（或称物质基础）。不管对于其创造者或鉴赏者，都无法回避吃饭的问题。开个玩笑：李白若没有酒喝，是否能给唐朝锦上添花，留下那么多首好诗？至少，会失去一个飘飘欲仙的传奇。或者说，唐朝若没有佳酿，诗人们的数





量与质量是否会大打折扣？《唐诗三百首》很明显不是靠白开水兑成的，至今捧读仍像刚刚启封的陈年老窖……我的意思是，不要以为饮食是一种不登大雅之堂的文化，更不要以为饮食与文化无关。早在春秋战国时代，陶醉于百家争鸣的哲学巨人们，在这个问题上倒出人意料地发表了比较一致的观点。老子说：“五味令人口爽。”孔子说：“食不厌精，脍不厌细。”孟子除了说“口之于味有同嗜也”，还在自己的著述中引用过告子的话：“饮食男女，人之大欲存焉”。还有一句较著名的“食、色性也”，是他们中的谁说的，我一下子记不清了。总之，中国古代的哲学家们绝非苦行僧、清教徒或素食主义者，这是毫无疑问的。否则，深受其影响的传统文化，也不会成长得如此健康、茁壮和丰满，获得自成体系的满足。

再开个玩笑：唐朝的伙食若不好，不仅养不起那些耍嘴皮子的诗人（相当于时代的门客），更出不了以杨贵妃为首的一系列美女——或者说，更不会“以胖为美”。一个时代的审美观将改写了。捉襟见肘的朝代，其文化肯定也是憔悴的。

中国人的吃正如其凡事皆是完美主义者，透射出东方式的严谨、滋润与考究——还不足浪漫精神。中国是出美食家的国度，历朝历代美食家的人数，估计比政治家、思想家、文学家、军事家等的总和还要多。美食家之令人羡慕的程度，比起艺术家来也毫不逊色——甚至他更像是某种“行为艺术家”，或者说享受型的艺术家，具备着潇洒、超脱、乐观的人生态度。在我想象中，美食家肯定是享乐主义者，否则他如何把注意力全部集中在室内、案头、盘中乃至舌尖呢？窗外的风声、雨声是凡俗之辈难以忽略的。大多数中国人，皆有做美食家的愿望（哪怕是潜意识里），只可惜并非人人都能具备其能力与境界。做个纯粹的美食家是很难的。挑剔生活，也是需要本事的。

但这不妨碍中国人以美食家的态度来尽可能地提炼、完善自己的日常