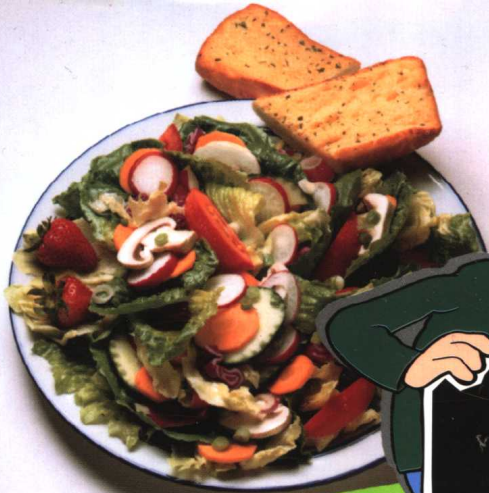
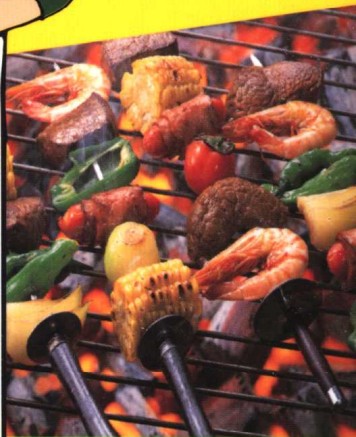




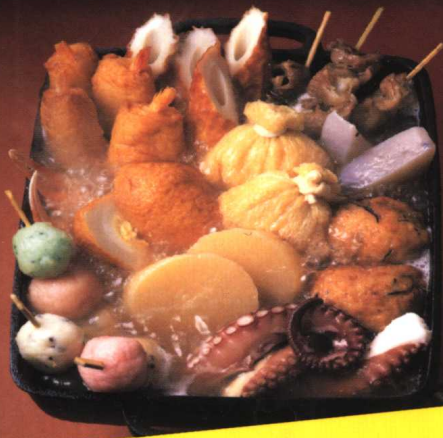
LAOCHAN
SHIJI

老饕食记

白忠懋



LAOCHAN
SHIJI



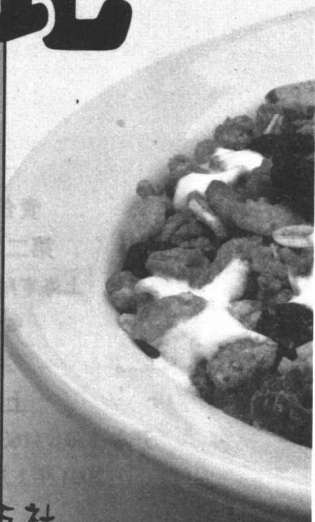
第二军医大学出版社

老饕

食记

白忠懋

第二军医大学出版社



图书在版编目(CIP)数据

老饕食记/白忠懋编著. —上海:第二军医大学出版社,2004.1
ISBN7-81060-342-6

I. 老... II. 白... III. 饮食-文化-通俗读物 IV. TS971-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 085575 号

老饕食记

白忠懋

责任编辑 高敬泉 胡青

第二军医大学出版社出版发行

上海市翔殷路 818 号 邮政编码:200433

电话/传真:021-65493093

全国各地新华书店经销

上海崇明裕安印刷厂印刷

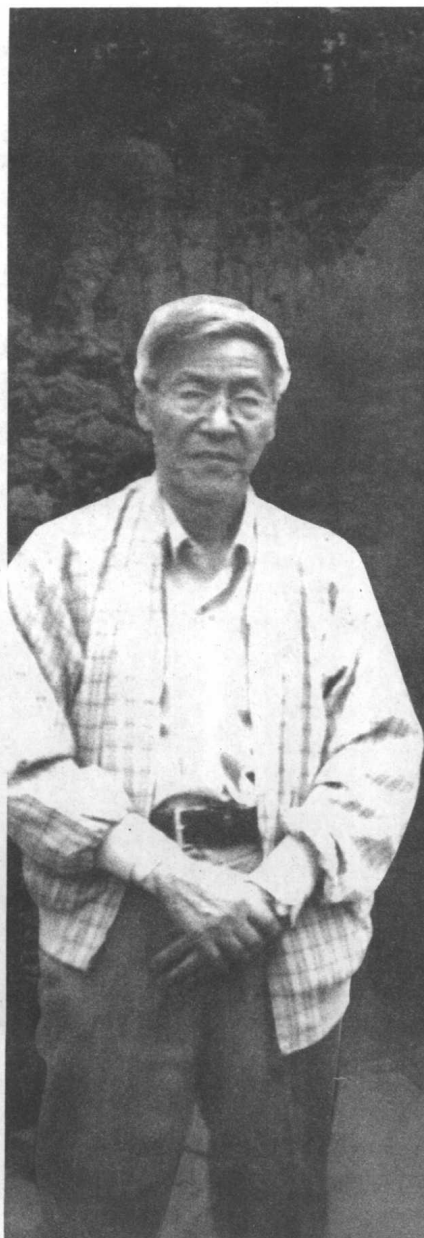
开本:850×1168 1/32 印张:9.625 字数:255 千字

2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

印数:1~3 000

ISBN 7-81060-342-6/T·012

定价:19.70 元



白志禧

1930年出生,浙江省镇海人。1956年毕业于山东大学外文系。曾译有《捕大蟒》和《在阿尔及利亚沙漠中》。先后从事过儿童文学创作及动物科普创作,著有《寓言马戏班》《“迷你鸡”风波》《大猩猩在行动》《动物奇闻录》《动物世界奇谈》及《宠物杂谈》等,系中国科普作家协会会员。1985年后写美食方面的文章,已结集出版《美食杂谈》、《走进美食林》与《老饕侃吃》,并为《中国烹饪》、《餐饮世界》、《四川烹饪》、《美食》等刊物撰稿。

知识与美食品尝

(代序)

我到过北京，看到心仪已久的“心里美”，知道它是萝卜中的美人坯子，是一种可生食的大水萝卜。往日，北京秋后常常可以听到这样的吆喝：“萝卜赛过梨，不糠不辣……”汪曾祺曾在张家口沙岭子劳动，和农业工人一同收过“心里美”。他们拣个好的，往地上摔成几瓣，吃上一块，甜脆多汁，难可名状。我到北京是秋天，买一个尝尝，汁既不多，味也不甜，不解。近来，也是秋天，在上海忽然见到有卖“心里美”的，买两个，切块，尝一下，同样汁少不甜。老伴只尝了一块便说，这不是萝卜，是大头菜，只能红烧。这种误解是由于缺乏知识引起的，就像她对我种在院中的鱼腥草（川人最爱吃的野菜，他们叫“折耳根”）一样，同样不闻不问。

去年秋天，我由浙南入闽，一路游至厦门、福州。在南平，我所以要踏进一家小吃店，是因为它在玻璃窗上写着“捞化”。我知道一些福建小吃，如土笋冻、鱼丸、扁肉、米豆腐、米线糊、兴化粉、锅边糊、花生汤和韭菜盒等，却未听说过“捞化”。我不能错过，进去要了一碗，才知道那是有浇头的米线。浇头需自选生料，不外乎海鲜与猪下水。我仍然不明白何谓“捞化”，一位服务员闲着，向她询问，她回过头来，一脸迷惘。看来没戏了，大概她从未遇到像我这种“多管闲事”的人，而我也这么不明不白的吃下了肚，犹如看完一部电影，片名难懂，总不太舒服。

福建最诱人的小吃之一是土笋冻。如果只会赞赏而不知道土笋为何物，同样是一种遗憾。几年前，我由浙东南入闽，来到福鼎。在一家快餐店发现了它，虽然从未见过，但也并不陌



生，这是多读了一点书的结果。长方形，与上海粢饭糕一般。但略小略薄一点，琥珀色，内有奶黄色小蠕虫数条，我一向追求奇食，越奇越能吸引我。吃土笋冻有吃羊糕的感觉，有弹性，比羊糕的弹性更足——胶汁丰富，在秋天，它的卤也能凝结。鲜味来自小虫，越吃越有味道。我查过，知道小虫叫星虫（俗称土笋），生活于滩涂中，跟禾虫一样同属环节动物。但禾虫比它长一点，也胖一点，有疣足，上有刚毛，那是广东人的所爱。

中国现代小说家、散文家郁达夫是个不耻下问的人，他到福州，看到了好些店家都有一个大砧头摆在店中，一两位强壮的男子拿了木锥对着砧上一大块猪肉一下一下死劲儿地敲。这是怎么回事？他向朋友打听，才知道这是在制肉燕——将肉打烂和入面粉，制成皮子。肉燕即燕皮，这种特产上海有的食品店有售。我的福州朋友极力推崇他家乡建瓯的扁肉，那肉糜的制作不用刀剁，而用木棒敲击，把筋全都去掉，肉糜更黏、更烂。我在建瓯吃过扁肉，肉馅吃上去很筋道，这就是打出来的结果。我在南平逛过菜场，一进去就听到噗噗声，不必多问，这是肉摊上的人在使劲地敲。这种情景怕是只有福建才有。

在建瓯我还见到别处见不到的另一情景——鱼儿绑着卖，这就是绑鱼，也叫弓鱼。用一根绳子，一端穿过鱼唇，一端绑住鱼尾，像张弓，放树阴下，可活很久。这次，我在菜场见到一只小水池，池内的花鲢全被绑着。我问过菜场附近一个报刊亭的营业员，为何要绑它？她说，这样腹内会积大量的水，有水就有氧气。我并不认可这一说法，我认为还是为了不让鱼活动，离水后只要它不挣扎，就能活得久。此外，买者拎住绳子就像拎住弓的弦，带走方便。鱼要吃活，这是常识。让离水之鱼活得久，福建人的办法真绝！

“榜舍龟”是啥？这得噜苏几句。我很欣赏厦门小吃，当然，最好能去“好清香”，那儿的小吃品种最齐全。我去的是“黄则和”，最出名的是花生汤，其他小吃也不少，都是很陌生而诱人



的，如凉瓜饺、鲜竹卷、韭菜盒、沙茶面、炸蒜、麻糍、花生炸枣等。还有一种名称怪怪的，叫曲曲龟。因为我已吃了花生汤与笋果，没要它。回沪后，一天，我翻到一本在泉州买回的《泉州随笔》，有一篇《永春“榜舍龟”》。我只知永春产芦柑，不知有这一名称奇特的小吃。原来“龟”是以糯米为外皮以绿豆为馅的小吃，用陶瓷印模铸上龟甲图案印成，外观如龟。我特别爱吃福建以绿豆为馅的小吃，遗憾的是当时没买一个带走。那么“榜舍”是何意？这要说到孙榜，他是清代乾隆年间一制“龟”的名人，曾有恩于一浪荡子，该人后来改邪归正，做了大官。他时常说起恩人孙榜，别人以为孙是显贵子弟，这样的人当时称为“舍人”，孙榜被尊称为“榜舍”，他所做的“龟”自然是“榜舍龟”了。多买书、多读书、多旅游，还得有较强的好奇心和求知欲，才会积累起一些学问。

由曲曲龟的“曲曲”使我想到曲曲菜，那是西北地区野芥的俗名。我也想到晋中的一种面食叫“抿曲”——它外形如蚰，蚰应为蚰蟥，即蚯蚓。抿曲用白面、豆面制成，像制饅饅似的有个床子，架在开水锅上，面块放在抿床上，把“锄”压下，使面漏入锅中。我在上海东大名路一家山西面食酒家吃过“豆面抿尖”，估计是用豆面与白面作原料，所以面条黏性稍嫌不足，筋道却不成问题，还有一点豆香。面条如蚯蚓，略弯曲。抿曲食时浇荤、素卤，如再浇点陈醋、油泼辣子则更有地方风味。我所吃的豆面抿尖很可能就是抿曲，食时要自己浇上卤汁。我第一次吃，当服务小姐端来一碗豆面抿尖时还要附带送上一盆二碗二碟，看得我眼花缭乱！盆内为浇头，是炒胡萝卜丝与黄豆；一只小碗内是酱色卤汁，有肉糜；另一小碗是橙色卤汁，有番茄蛋皮；一小碟为炸酱面所用的酱，有肉丁；另一小碟为辣椒（绿）片。花3元钱竟有这等排场，说与人听，能信吗？

一本谈美食的书，对历史上和现实中的各种菜肴、小吃进行了生动的描述，既有知识性，又有趣味性。这不，美食本身充满



着各种知识。我所以爱读美食家聂风乔的文章，不光他文笔生动，还因他有丰富的原料知识，如《鱼与烹饪解剖学》中写到“鲃肺汤”，“是用一种无毒小河鲃的肝制成的”，一句话就科学地把此汤所用原料交待清楚。它为何那么鲜，也就不必啰嗦了。



目 录

闲话——说三道四有看法

精致小巧与粗犷硕大 / 2

趣谈“物无不堪食” / 4

美食家嘴巴厉害 / 8

话说“众口难调” / 10

饮食趣闻两则 / 12

谐谈“东坡腿” / 14

餐桌上的“陌生客” / 15

这样好听 / 17

吃辣在上海 / 18

看我们男人烧菜 / 20

由嗑瓜子说起 / 22

山村食事 / 24

官中平常菜 / 27

化俗为雅东坡菜 / 29

尝新 / 31

美食与常食 / 33

从“酱”到“酱油” / 35

喝茶与吃菜 / 37

就爱这种味儿 / 39

名人饮食爱好迥异 / 41

红楼菜与淮扬菜 / 43

孔府菜是一朵奇葩 / 45

风头十足话川菜 / 47

美食翘楚——湘菜 / 49

风靡海内外的粤菜 / 52



有“三重”特色的徽菜 / 54

小吃——令人垂涎尝不够

美食还需神笔撰 / 58

小吃名称 一头雾水 / 61

天造地设好食伴 / 63

朱家角觅吃 / 65

维扬细点说富春 / 67

饼这个话题 / 68

闵行·焗饼 / 71

藤萝饼(外二则) / 73

金丝环套油馓子 / 76

齿颊留香话“辗转” / 77

包子应学馄饨样 / 79

冷面竟有碧绿色 / 82

朶面片 / 83

陕西的“麻食” / 85

在汤上下功夫 / 87

美哉，翡翠烧卖 / 89

饺子的印象 / 91

青团与鼠曲草 / 93

吃的时尚三则 / 95

酒香馥郁甜酒酿 / 97

贴在锅边 / 99

小吃怪圈 / 101

卖不掉以后(外一则) / 103

山西的两种奇特面食 / 105

尝尝北京小吃 / 108

小吃偶拾三题 / 111



素肴——清新淡雅有魅力

- 享受山村野意儿 / 116
- 上海难见的蔬菜 / 118
- 京郊野菜香 / 121
- 丛绿之中红苋菜 / 123
- 咸菜鲜如咸鸡 / 125
- 酱菜的生命力 / 126
- 冬寒菜“味胜于菀” / 129
- 至鲜至美一名人说菌 / 131
- 扁蒲似润玉 / 133
- 芥末墩儿 / 134
- 错把蔓菁当萝卜 / 135
- 云南苦菜 / 138
- 松茸不凡 / 140
- 盐渍香椿 / 143
- 毡可以吃吗? / 144
- 秋来食藕 / 146
- 又见野芥 / 148
- 我买“金圣女果” / 150
- 山药泥 / 151
- 从冬瓜蓉汤说起 / 153
- 可圈可点话紫苏 / 155
- 酸如一柄利剑 / 157
- 几种特殊的风味调料 / 159
- 猫乳 / 162
- 乳腐我也爱 / 165

荤味——烧烤炖焖香又鲜

- 奇妙的蛋菜 / 168



卤蛋 / 170
“混蛋”种种 / 171
牛肉味美 / 172
北京烤肉扑鼻香 / 174
整猪入馐 / 176
坛子烧肉酥烂香 / 177
叫化鸡的籍贯 / 179
郁达夫说到的肉燕 / 181
且说尾菜 / 182
乐于吃鱼 / 184
河鲜出色 / 186
“水底羊”——鲇鱼 / 187
三吃白水鱼 / 188
备受冷落黄颡鱼 / 190
嘴阔齿细龙头鱼 / 191
美哉黄鱼 / 192
龙虾大红大紫石头城 / 194
“桑拿虾”与石烹 / 195
脍炙人口生鱼片 / 196
“琥珀里的蛭蚓” / 198
章鱼的滋味 / 199
象鼻与“象拔蚌” / 200
天下第一鲜 / 202
鲞的品味 / 203
敢吃 / 206

茗饮——清心涤烦品一壶

登高有茶 / 208
上海的早茶 / 210
早茶的氛围 / 212



品茗朱家角 / 214
黑糊糊的小茶馆 / 215
上海人喝什么茶 / 216
寻觅新茶 / 217
不用玻璃杯 / 219
且说饮茶习惯 / 220
客来快敬茶 / 222
何必吝茶 / 224
意在茶外 / 225
品味细语 / 226
好喝的茶 / 227
喝茶有讲究 / 229
周瘦鹃与茶 / 230
难品最是茶滋味 / 231
茶的烹而玩之 / 232
“无味”乃至味 / 233
不懂茶 / 234
钟情于茶 / 236
买茶与卖茶 / 238
茶贵细嫩说茶 / 239
难得露面煎青茶 / 240
王肃贬茶媚上 / 241
袁枚与茶 / 242

养生——饮食保健求延年

节制饮食求延寿 / 246
吃到腹大如鼓 / 248
新鲜是宝 / 250
吃鱼与鱼刺 / 252
吃早餐别亏自己 / 254



什么都吃	/ 256
由痔疮患者喝白干说起	/ 258
家有豆豉	/ 260
姜的乱弹	/ 262
增香生色话小葱	/ 264
药材作调料 味养两相宜	/ 266
清隽有味枸杞头	/ 268
狗宝咸菜	/ 270
仙人掌功能多多	/ 272
平凹最爱是杂面	/ 274
宜药宜膳话虫草	/ 276
最毒河鲀鱼	/ 278
美容润发吃猪皮	/ 279
鱼目鱼鳞 身价百倍	/ 281
保健养生吃药膳	/ 283
苏东坡与食疗	/ 284
袍袖裹饼及其他	/ 285
茶由药用至饮用	/ 286
浅谈茶的浓淡	/ 288
茶馆里养生	/ 290
我与非茶之茶	/ 292



闲话 —

说三道四有看法





精致小巧与粗犷硕大

我不习惯于江南的大碗面，那碗虽比不上陕西盛羊肉泡馍的巨碗，但那直径 22 厘米的碗口看着就骇人——这是我近日在常熟的“豪客来”茶楼量了别人吃面的那只碗后想要说的，它在家中可用来盛“大汤黄鱼”或“豆腐鱼头汤”。

这碗端着沉沉的，要是放在江南小女子面前肯定不般配，会给人以滑稽的感觉。当天我有心观察过，茶楼里入座的四位老太太各吃一大碗面，只有一位是吃光了的，这是不是有些浪费？

为何如今在江南面馆风行大碗面？也许是迎合食客贪多合算的心理？也许是面馆追求气派，抑或一反常情可以惹人注目？就像杭州的大包那样，做得比普通包子大一倍。我在杭州买过一只这种包子带上火车，估计吃上两只便可抵一顿饭。大包风后来刮到了上海，于是有了“新亚大包”连锁店，生意不错。杭州大包的产生，按我的猜想，或许有它的合理性——宋王室南下，为杭州带来北方的豪气，包括饮饌上的风格特色。“以大为美”的时尚，在江南的拓展毕竟“杯水车薪”，所以偶尔出现了，便会令人刮目相看。

2

常熟的点心独得江南水乡灵气，以精致小巧、味美形绝而驰名江南。原先新雅酒楼推出的各式点心是盛在小盏碟盆中，那些有干有湿、有面有粉、有发面有呆面、有油酥有热蒸、有甜有咸的小巧点心，一个个妙不可言。刺猬包、寿桃包、梅花饺、鸳鸯饺、菊花酥、荷花酥、盘香饼……光听名称就让你感觉美不胜收。如今新雅酒楼已改为快餐店了，上述美点自然已消失殆尽！我在“豪客来”吃早点，要 2 只中包（一为霉干菜馅，一为肉馅），相比之下，南通的中包反而略小一点。南通在江北，可它的江南气息倒很浓，它的语言、食俗与苏北似乎有点距离。此外，我还要了个糯米烧卖，它竟大如粽子，这又出乎我的意料，我只吃了一小半便再也无法下咽了。



精致小巧不仅在江南点心中得到显示,它也表现在菜肴上,例如“豆芽塞肉”,那如酱的肉末,须用针尖一点一点嵌进豆芽的细茎之内,何等的精微,简直是把它当作刺绣了!与此相对照的是新疆的“大盘鸡”,一只盘子的直径为40厘米,鸡块堆起来有如小山,这竟然成了新疆餐饮的一大景观!

江南人文静、纤弱,所以说话软糯;北方人豪放、强健,说话宏亮。有一年我在山东兖州一家宾馆住宿,服务员是位大姐,说话大嗓门,这跟江南宾馆中的小姐恰巧相反,后者的嘤嘤莺声非常悦耳。我还记得在兖州宾馆的餐厅吃过一顿饭,那汤菜盛在大海碗中,让我看着都傻眼。大碗喝汤、大块吃肉不是江南人的作派,他们还是适应精致小巧一路。天津十八街大麻花名闻全国,此食到了上海,毕竟看的多买的少,买它的人也多半是出于好奇。他们宁愿去淮海路一家大食品店排队买小麻花。说句调侃的话,苔菜小麻花小到什么程度?打个喷嚏也能把它给打飞了!江南人喝黄酒,东北人喝白干——黄酒温和似羔羊,白干凶猛似虎豹。江南人讲究小乐惠,在小酒馆里坐上2小时,剥剥长生果,吮吮炒螺蛳。北方人如果也来喝几盅,最好送上糟田螺,那才般配。一位天津的出租车司机,到上海美食街上的“小绍兴”吃三黄鸡,小碟子里才几块鸡,只要一碟肯定不够吃,就这么一连吃了6碟。在他看来,这才真正是“小菜一碟”!

饮食这东西的大型化与微型化不但与地域有关,还与生活质量有关。城乡的差别,城里的富庶会导致体力劳动的减少,要求菜点的多样化、精致化、微型化;但收入微薄者,尤其是乡村的重体力劳动者,首先图的还是吃饱喝足,对味的要求其实并不高。浙江新昌乡间有一种“特大春卷”叫“镬拉头”(新昌城里的“春饼”),把它竖于桌上,必须双手捧着,然后左一口右一口,头部作“拉”(即“扭”)的动作,“镬拉头”之名由此而来(“镬”指用镬子摊成薄饼)。

粗食不可口吗?看乡民吃“镬拉头”吃得那么香,你还能说这东西不好吃?