

美食 新鲜人



婉容 著

爰俏

作序

白百合、大董

滕华涛、王中磊

温情推荐

美食新鮮人

婉容 著

图书在版编目(CIP)数据

美食新鲜人 / 婉容著. -- 北京 : 中国对外翻译出版有限公司, 2014.3

ISBN 978-7-5001-2917-2

I. ①美… II. ①婉… III. ①散文集—中国—当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第031172号

出版发行 / 中国对外翻译出版有限公司

地 址 / 北京市西城区车公庄大街甲4号物华大厦六层

电 话 / (010) 68359303 (发行部) 68359725 (编辑部)

邮 编 / 100044

传 真 / (010) 68358718

电子邮箱 / book@ctpc.com.cn

网 址 / <http://www.ctpc.com.cn>

总 策 划 / 张高里

策划编辑 / 范 伟

责任编辑 / 范 伟

部分摄影 / 宫元书

书籍设计 / 孙艳武

印 刷 / 北京画中画印刷有限公司

经 销 / 新华书店

规 格 / 880 × 1280 毫米 1/32

印 张 / 8

版 次 / 2014年5月第一版

印 次 / 2014年5月第一次

ISBN 978-7-5001-2917-2

定 价 : 32.00元



版权所有 侵权必究
中国对外翻译出版有限公司

目录

contents

CHAPTER 1

开胃菜

>> 010-069

010 / 开胃菜

014 / 初来乍到

018 / 如中世纪般黑暗而漫长

023 / 听巧克力如何断裂，和伯爵夫人饮茶

027 / 拜托！鹅肝！

030 / 填饱你的胃

033 / 小肚腩

037 / 回上海怀怀旧

039 / 矿泉水公主 Still or Sparkling?

042 / 小胃口的沮丧

044 / 食米其林三星的女魔头

047 / 没有Halloween

049 / 即将进入无休世纪

051 / 遭遇鱼刺

052 / 没有TIFFANY就不能吃早餐

055 / 微醺人生

057 / 寻找女人味

059 / CJW的蜜蜂小姐

060 / 多事之冬

062 / 哈哈镜铸就的辣妹

064 / 喝东西

067 / 关于猪排的回忆

069 / 谁吃了圣诞夜？

CHAPTER 2

要经历多少食物才能成为美食家

>> 072-136

072 / 要经历多少食物才能成为美食家

076 / 温泉鸡蛋

079 / 形而上的味道

083 / 饭点高峰

085 / 看弗里达听昆曲

087 / 暗恋玫瑰酒

090 / 美味轰炸

093 / 最终成为据点

096 / 北京烤鸭店

100 / 白切鸡

102 / 美味对决：春野三鲜 VS 长江三鲜

107 / 不只是海鲜饭那么简单

110 / 天家的晚餐

113 / 香草的Fancy生活

116 / 吃过多的巧克力

119 / 串烧的暖意

122 / 飞来的食物

124 / 翻糖攻心计

127 / 海鲜饭之夜

130 / 重庆大厦冒险记

133 / 六福的渔获

136 / 在巴黎寻欢作乐

CHAPTER 3

You Are What You Eat!

>> 142-254

142 / You Are What You Eat!

146 / 吃饭法则

148 / 锯扒作战计划

152 / 很直接的肉食者

155 / 握寿司的鱼米之恋

159 / 失恋食谱

162 / 欲望辣椒

165 / 25岁之后，拒绝沙拉式人生

168 / 日本新天地

173 / 香料小宇宙

179 / 香港式火锅报告

182 / 台菜不简单

185 / 美食侦探香港记

190 / Boutique 餐厅正当红

193 / 食物中的混血儿

196 / 还要说分子吗?

203 / 狭长国度的晚餐

206 / 一切取决于早餐

209 / 糖果必须华丽

212 / 豆腐生存法则

215 / 温润如栗

218 / 印度料理在闪烁

221 / Tiramisu 小文艺

224 / 生煎包：一腔汤水向东流

226 / 冰凉戏法

228 / 玫瑰心机

231 / 花堂香事

234 / 为汉堡正名

237 / 墨鱼汁——因暗黑之名

240 / 炸猪排不油腻

243 / 清凉处世之薄荷

246 / 牛肉生猛

249 / 西班牙火腿

252 / 意大利火腿

254 / 鸡饭传奇

美食新鮮人

婉容
著

图书在版编目(CIP)数据

美食新鲜人 / 婉容著. -- 北京 : 中国对外翻译出版有限公司, 2014.3

ISBN 978-7-5001-2917-2

I. ①美… II. ①婉… III. ①散文集 - 中国 - 当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第031172号

出版发行 / 中国对外翻译出版有限公司

地 址 / 北京市西城区车公庄大街甲4号物华大厦六层

电 话 / (010) 68359303 (发行部) 68359725 (编辑部)

邮 编 / 100044

传 真 / (010) 68358718

电子邮箱 / book@ctpc.com.cn

网 址 / <http://www.ctpc.com.cn>

总 策 划 / 张高里

策划编辑 / 范 伟

责任编辑 / 范 伟

部分摄影 / 宫元书

书籍设计 / 孙艳武

印 刷 / 北京画中画印刷有限公司

经 销 / 新华书店

规 格 / 880 × 1280 毫米 1/32

印 张 / 8

版 次 / 2014年5月第一版

印 次 / 2014年5月第一次

ISBN 978-7-5001-2917-2

定 价 : 32.00元



版权所有 侵权必究
中国对外翻译出版有限公司

序

contents

致青春和饭

文 / 殳俏

真正准备开始着手写这篇小文章的时候，才意识到给人写序是多难的一件事。以及那些记叙自己男闺蜜或女闺蜜、偶像或老友的文章，因为怀着极其私人的感情，却被交待对那一位做一个客观的评价，到最后就都写成了“我认为”“我觉得”那样的文体。搞不好，我也会在这篇序里犯这样的错，所以先请婉容，也请大家见谅。

记得有人说过，一个人的一辈子并不需要太多的朋友，只要有几个可以吃到一起、聊到一起，并且经常互相陪伴的人就可以了。看到这段话的时候，我忽然就想起了，好像有次跟婉容聊天，谈到什么样的朋友才是你最重要的朋友，我们的一致见解就是：当你累了一天，想放松一下的时候，第一个想跟他／她去吃点什么，没有任何负担地聊点什么的人，就是那个最重要的朋友。当然，这个见解一得出，彼此就知道是变相互赞。从2004年直到2012年她结婚搬回上海，我们的友谊从吃在一起开始，后来因为工作关系，就有了硬性的吃在一起的需要和指标，

但结束工作之后，好像还是喜欢吃在一起。我们对在一起经历的种种事情都会用“你忘了吗，那次吃特别难吃的蘑菇意大利面的时候”“这条裤子是我们吃完那顿火锅之后你买的吧”“就是那天早餐的时候你哭了啊”“后来一起去喝了啤酒，那事儿就办妥了”之类的标签来记忆。以至于我们对彼此口味习惯的了解比各自老公对我们的了解还要准确。盛汤的时候，我不会给她盛豆腐，拿火锅料的时候，她也不会在我碗里放香菜。如果一起出去吃饭，我总想着要给她点各种鸡肉料理，她总想着要跟我一起去各种内脏馆子。

我有个朋友说过：“青春呀，就是可以任性地在想喝啤酒的时候，马上就要找人一起喝啤酒，而那个人也确实可以任性地放下手头的一切过来陪你喝。”认识婉容的时候，我24岁，她21岁，我们确实过了很长一段时间这样任性的日子。作为朋友，彼此也没有共同经历些什么了不起的事情，但就是这样一起吃，一起喝，一起赞某件事，一起吐槽某个人，吵了好，好了吵。这也许就是最普遍的友情吧，所有的好心情都会让你找到一些新鲜的起点，所有的坏情绪也都能找到彼此抵消的终点。你总觉得这样的力量是微小的，这样的陪伴不是大喜大悲的，但除了婚姻，人生确实还得找到其他的支点，朋友是其一，工作是其二。这两样东西所能带给你的对于生活的勇气和灵感，不可低估。

谁都会想要有个这样的女朋友，长得美、说话犀利、带点儿小任

性，懒惰的时候会对你撒娇，脾气上来的时候又恨不得冲出去替你吵架。婉容的好处是，永远看上去很“新鲜”，这其中包括了她自己看上去的样子和对生活的态度。大多数时候，她都会像个小孩子一样，对什么都想尝试一下，没有去过的地方总要去一下，没有吃过的东西总要吃一下。我比她大三岁，很多时候就没有她那样的精神头儿和好奇心，很多关乎冒险的事情，都是她拉着我一起去的。反过来，她会开玩笑说，我像她的小姑姑，只知道教训她，显得我们俩年龄差好多。婉容在自己这第一本书里，仍然叫自己“新鲜人”，反而又是种成熟的心态。对工作和生活总是保持一种新鲜感，喜欢不断地学习，但同时，她也已经在美食行业里工作了七八年，其实能算得上资深，但仍不以这家那家的自居，在我看来，这才是真正的底气十足。

这一篇小小的序，要献给婉容的书，也献给我们微不足道的共同度过的青春和那些共同吃过的饭。去年婉容大婚，高高兴兴地嫁回了上海，这意味着我们不能再任性约喝酒约吃饭了。但相隔两地却让我们发现，能一起做的事情更多了，工作上的合作，关于婚姻和家庭的沟通，每年定下的两个家庭一起外出旅行。以前是小女生的亲密无间，现在更多讨论的是长大成人的理想和责任。这本书的出版仿佛是个天然的分隔点，在它之前，是我们任性的日子；在它之后，则是更长的彼此陪伴的未来。

目录

contents

CHAPTER 1

开胃菜

>> 010-069

010 / 开胃菜

014 / 初来乍到

018 / 如中世纪般黑暗而漫长

023 / 听巧克力如何断裂，和伯爵夫人饮茶

027 / 拜托！鹅肝！

030 / 填饱你的胃

033 / 小肚腩

037 / 回上海怀怀旧

039 / 矿泉水公主 Still or Sparkling?

042 / 小胃口的沮丧

044 / 食米其林三星的女魔头

047 / 没有Halloween

049 / 即将进入无休世纪

051 / 遭遇鱼刺

052 / 没有TIFFANY就不能吃早餐

055 / 微醺人生

057 / 寻找女人味

059 / CJW的蜜蜂小姐

060 / 多事之冬

062 / 哈哈镜铸就的辣妹

064 / 喝东西

067 / 关于猪排的回忆

069 / 谁吃了圣诞夜？

CHAPTER 2

美味与美食的距离，成为美食家

>> 072-136

072 / 要经历多少食物才能成为美食家

076 / 温泉鸡蛋

079 / 形而上的味道

083 / 饭点高峰

085 / 看弗里达听昆曲

087 / 暗恋玫瑰酒

090 / 美味轰炸

093 / 最终成为据点

096 / 北京烤鸭店

100 / 白切鸡

102 / 美味对决：春野三鲜 VS 长江三鲜

107 / 不只是海鲜饭那么简单

110 / 天家的晚餐

113 / 香草的Fancy生活

116 / 吃过多的巧克力

119 / 串烧的暖意

122 / 飞来的食物
124 / 翻糖攻心计
127 / 海鲜饭之夜
130 / 重庆大厦冒险记
133 / 六福的渔获
136 / 在巴黎寻欢作乐

CHAPTER 3

You Are What You Eat!

>> 142~254

142 / You Are What You Eat!
146 / 吃饭法则
148 / 锯扒作战计划
152 / 很直接的肉食者
155 / 握寿司的鱼米之恋
159 / 失恋食谱
162 / 欲望辣椒
165 / 25岁之后，拒绝沙拉式人生
168 / 日本新天地
173 / 香料小宇宙
179 / 香港式火锅报告
182 / 台菜不简单
185 / 美食侦探香港记

190 / Boutique 餐厅正当红
193 / 食物中的混血儿
196 / 还要说分子吗?
203 / 狭长国度的晚餐
206 / 一切取决于早餐
209 / 糖果必须华丽
212 / 豆腐生存法则
215 / 温润如栗
218 / 印度料理在闪烁
221 / Tiramisu 小文艺
224 / 生煎包：一腔汤水向东流
226 / 冰凉戏法
228 / 玫瑰心机
231 / 花堂香事
234 / 为汉堡正名
237 / 墨鱼汁 —— 因暗黑之名
240 / 炸猪排不油腻
243 / 清凉处世之薄荷
246 / 牛肉生猛
249 / 西班牙火腿
252 / 意大利火腿
254 / 鸡饭传奇

美食新鲜人

CHAPTER 1

开胃菜



开胃菜

早几年还在玩开心网的时候，看到一个投票。大意是如果不计报酬，你最想从事哪份职业？我是想选诸如考古学家或是图书管理员之类看来很酷的职业，又能满足一下我这个摩羯座想要从事理性思维工作的愿望。结果看了下投票数目，美食评论家这个职业的票数却是最高，远远地将其他各种又可以耍酷又惊险刺激的职业甩在身后，心里不禁默默感慨了一下。自从进入美食行业以来，我最大的困扰就是每次遇到新的朋友，开口问你的第一句话总是：“啊！做你们这行的是不是出去吃饭都不花钱呀？”此类问题常常让我目瞪口呆，且无言以对。可事实上说句公道话，自从我进入美食圈后，在吃饭上花的钱可是与日俱增啊。尽管工作的时候也免不了遇到各大餐馆老板请客吃饭，他们也总是毫不吝啬地将本店招牌菜一一呈献上来。但是这个时候的愉悦感却远远不及与好友吃路边小馆来得畅快。试想，某个初次见面的陌生人坐在你对面，眼睁睁看着你吞下一块蟹粉豆腐，或是大嚼一片烤牛肉，并不时没话找话地问你，还合您的口味吗？对我们菜有什么建议？这个时候吃饭成了一种应酬，可全然不是一种享受。若不是为了工作，这样的局面我是尽量避免的。

毕竟美食评论大部分时候需要的是公正而客



观的评价。我最初工作的地方是一份周刊，作为报纸的编辑，每周4到6个页面的工作量需要提供更多的信息给予读者。尤其在北京，每星期要挖掘出若干家格调高雅并且美味的餐厅几乎是不可能的任务，好的餐馆有限，但我深信即便普通的餐厅中也蕴含着闪光点。一个好的美食编辑不仅仅需要告诉读者哪些是百分百的好餐厅，更重要的是提供尽可能详细的餐厅介绍。我们所要做的就是客观地告诉你在这家餐厅吃饭该点什么不该点什么，他们的服务和环境是否是你想要的，你愿意委屈自己在一个店主态度跋扈的餐厅中就餐，只是为了一块美味无比的葱烤大排；又或者你可以在食物上略微妥协，因为你必须找到一家环境充满中国情调的餐馆来招呼你的外国客人。我们常常因为不同的情境而选择不同的餐厅。当然，如果食物和环境能够完美结合那就最好不过了，而读者自会从中作出选择。

大抵因为我的餐厅评论常常需要配以精美而诱人食欲的图片，牛排要在炭火上炙烤出漂亮的痕迹，而生蚝则是刚刚撬开的，汁水充盈。即便是最简单的炒青菜，我们也要在上面刷上一层橄榄油，只是为了让它看上去更加油润可口，用来诱惑读者。如果你看到图片感觉胃液开始分泌，那么我们的目的就达到了。不过可惜的是，如果你在纽约评论家露丝·雷克尔的书中，或是电影《美食家》中看到，那些叱咤风云的美食评论家，他们的一句话就能让餐厅生或者死，以至于他们上馆子吃饭需要乔装打扮，唯恐被餐馆老板认出来，这般戏剧化的场景是绝不会发生在中国广大美食编辑身上的。其一是因为我之前服务的刊物需要精