

食趣儿

董克平饮饌笔记

董克平
著



徐小平 沈宏非 陈晓卿 联袂推荐

品尝大江南北美饌真滋味，闲谈美食佳酿古今奇趣闻。
食里有乾坤，自乐在其中！

 青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

食趣儿

董克平饮饌笔记

董克平 著

图书在版编目 (CIP) 数据

食趣儿 董克平饮饌笔记 / 董克平著. -- 青岛 : 青岛出版社, 2016.4

ISBN 978-7-5552-3856-0

I. ①食… II. ①董… III. ①饮食—文化—中国 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第082738号

书 名 食趣儿 董克平饮饌笔记

著 者 董克平

出版发行 青岛出版社 (青岛市海尔路182号, 266061)

本社网址 [http: //www.qdpub.com](http://www.qdpub.com)

邮购电话 13335059110 0532-68068026

责任编辑 刘海波 周鸿媛

特邀编辑 宋总业

装帧设计 毕晓郁 宋修仪

插 图 宋晓岩

印 刷 北京盛通印刷股份有限公司

出版日期 2016年6月第1版 2016年6月第1次印刷

开 本 32开 (890mm × 1240mm)

印 张 7.25

字 数 150千

书 号 ISBN 978-7-5552-3856-0

定 价 39.00元

编校印装质量、盗版监督服务电话: 4006532017 0532-68068638

印刷厂服务电话: 010-52249888

我真的不是美食家

我这个人喜欢吃的，老话说就是嘴馋。嘴馋是因为小时候可吃的、能吃到的东西太少，肚子里缺肉少油，见着什么都觉得好吃。味道习惯也是有记忆的，小时候熟悉的味道，就是记忆中的美食。年纪大了，吃的、见的多了不少，但是在饿了的时候，首先想到的还是小时候留在记忆中的食物，而不是经常可以遇到的什么大菜。

喜欢吃，吃的机会就多一些。在北京，或者出差到外地，我都想法变着花样找点新奇的东西尝尝。吃喝这东西向来是不入主流的闲事，也总被那些所谓玩命于事业的人所不屑。我没有那么崇高，也没有什么远大的志向，能够搞好自己的吃喝，对我来讲就很不容易了；再者说，喜欢吃喝也是一种情趣，至少是对生活质量还有所追求。小民无大事，过好自己的日子就是天大的事情了。过日子的一个重要内容就是吃吃喝喝，因此也就不去追求什么远大理想了。

读过几天书，对世俗生活的东西感兴趣，也就愿意写一点自己的吃喝心得。“食色，性也”，古人的话也就是我对生活最高的理解和认识，大概此生的追求也就在这里了。吃喝心得

写得多了，有朋友看到后就说你快成美食家了；这样的话听得多了，有时也觉得自己是个懂吃的人了。至于“美食家”这个称号，我无论如何是不敢应口的。

“美食家”应该是有钱有闲、有知识有文化，还要对吃很痴迷的人才配得上的称呼，从这几方面看，我是哪点也不够格。钱、闲不能说没有，但肯定是不够；知识和文化多少有点，但是距离“家”的程度可谓远矣。这不是谦虚，而是实事求是。虽然走过的地方挺多，见过的美食也算不少，但是只能是喜欢吃和爱吃，这样怎么能成为“家”？

我于“美食家”的称呼一是不愿，二是于实难副。不愿是因为成为“美食家”后，对食物多少就有了一些挑剔，而我则是个饿了吃什么好吃的家伙；二是讲饮、讲食不仅仅是能吃，还要会吃，还要有些闲钱，还要有些文化，有些修养，有些耐心，有些细心才行，否则只能是比猪八戒吃人参果进步一些，也不过是五十步和一百步的差别。

就我们生活无法离开的盐来说，讲究就多得要命，要想整明白了，时间、金钱、学识等都不能少，否则还真难搞明白。

盐是有味道差别的。川厨爱用川盐，也就是自贡的井盐，因为井盐和我们常吃的精制海盐在做菜时产生的味道不一样。川盐能把川菜的味道调出来，而海盐则不行，用川盐做泡菜味

道就正，海盐味道则苦。盐与盐的区别还是很大的。在大董先生那里吃过一道“青柠海盐牛眼肉”的菜品，海盐是颗粒比较大的那种，但是这种海盐却可以把牛肉的鲜味和汁液完整地激发出来，而普通的那种食用盐则做不到这一点；日本盐的品牌很多，有一种伊豆产的“海之精”盐，号称是未经加工的天然海盐，保存了阳光、海水的精华和营养，而熊本县的“伯方之盐”用的是古法制造，内含矿物质多达八十种；法国的“盐之花”按照美食家的说法是清脆甘香，我是无论如何也难以从盐中体会到这样的味道的；南非有一种粗盐，乍尝咸味厚重，余味却是微微带甘；美国犹他州有一种盐，在食家的口中是“鲜甜得很”，用于煮食蔬菜最见其鲜甜本色。

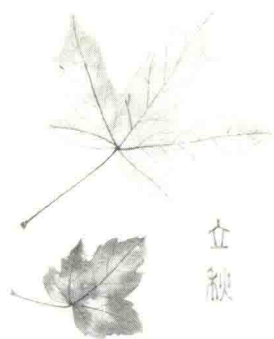
上述这些还仅仅是盐之味道的一小部分，在我来讲已经是匪夷所思了。要想成为一个美食家，连盐都整不清楚，怎敢称“家”呢？

这本书里的文章，是我平日里吃喝的一些心得，承蒙青岛出版社不弃，愿意把我这些零碎的浅知陋见汇编成书，在此谢过了！

董克平

2016年4月于北京

目录



1 食材 妖 娆

好食材才有好味道 10

有关鲥鱼 17

大白菜 21

款款茶香入菜来 27

花入口，齿留香 33

三文鱼 39

黄鱼 42

好吃的小龙虾 45

时不同，蟹不同 48

2

四方美馔

- 大足的邮亭鲫鱼 54
- 嘉陵江边的渔船鱼 57
- 顺德食鱼记 60
- 鹅油捞饭好吃过猪油捞饭 63
- 各有特色的重庆火锅 66
- 简单、质朴、美味的重庆小面 70
- 烤鸭 75
- 烤羊腿 79
- 泉州寻味 84
- 老北京小吃——豆汁儿 86
- 驴肉火烧 93
- 烧饼 96
- 文昌鸡 102
- 人生苦短，肥肝相伴 105
- 鱼饭 111
- 美味的骨付鳥 114



3

寻根溯源

- 广西美食拾趣 118
- 鸭血粉丝汤不是南京传统小吃 121
- 饕餮在今天 124
- 元宵与汤圆 129
- 青精饭 135
- 素食与素菜 137

白粥与香粥	142
茶成为饮料	147
腌渍也美味	154
药膳浅谈	165
二十九, 蒸馒头	170



4 谈 荤 论 素

由豆包想起的	174	味精有害么	209
年夜饭	176	初识闽菜	212
关于打赌吃蟹辨蟹的一点议论	179	北京的徽菜馆	215
顶级名厨的心路历程	183	说说谭家菜	224
大排档与酱油水	197	边地无大菜, 风味却独特	227
5000 元一壶茶	200	意大利菜在北京	230
酷吃与报应	203		
学艺, 偷师, 斗心眼	206		

食趣儿

董克平饮食笔记

董克平 著

图书在版编目 (CIP) 数据

食趣儿 董克平饮饌笔记 / 董克平著. — 青岛 : 青岛出版社, 2016.4

ISBN 978-7-5552-3856-0

I. ①食… II. ①董… III. ①饮食—文化—中国 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第082738号

书 名 食趣儿 董克平饮饌笔记

著 者 董克平

出版发行 青岛出版社 (青岛市海尔路182号, 266061)

本社网址 <http://www.qdpub.com>

邮购电话 13335059110 0532-68068026

责任编辑 刘海波 周鸿媛

特邀编辑 宋总业

装帧设计 毕晓郁 宋修仪

插 图 宋晓岩

印 刷 北京盛通印刷股份有限公司

出版日期 2016年6月第1版 2016年6月第1次印刷

开 本 32开 (890mm × 1240mm)

印 张 7.25

字 数 150千

书 号 ISBN 978-7-5552-3856-0

定 价 39.00元

编校印装质量、盗版监督服务电话: 4006532017 0532-68068638

印刷厂服务电话: 010-52249888

我真的不是美食家

我这个人喜欢吃的，老话说就是嘴馋。嘴馋是因为小时候可吃的、能吃到的东西太少，肚子里缺肉少油，见着什么都觉得好吃。味道习惯也是有记忆的，小时候熟悉了的味道，就是记忆中的美食。年纪大了，吃的、见的多了不少，但是在饿了的时候，首先想到的还是小时候留在记忆中的食物，而不是经常可以遇到的什么大菜。

喜欢吃，吃的机会就多一些。在北京，或者出差到外地，我都想法变着花样找点新奇的东西尝尝。吃喝这东西向来是不入主流的闲事，也总被那些所谓玩命于事业的人所不屑。我没有那么崇高，也没有什么远大的志向，能够搞好自己的吃喝，对我来讲就很不容易了；再者说，喜欢吃喝也是一种情趣，至少是对生活质量还有所追求。小民无大事，过好自己的日子就是天大的事情了。过日子的一个重要内容就是吃吃喝喝，因此也就不去追求什么远大理想了。

读过几天书，对世俗生活的东西感兴趣，也就愿意写一点自己的吃喝心得。“食色，性也”，古人的话也就是我对生活最高的理解和认识，大概此生的追求也就在这里了。吃喝心得

写得多了，有朋友看到后就说你快成美食家了；这样的话听得多了，有时也觉得自己是懂吃的人了。至于“美食家”这个称号，我无论如何是不敢应口的。

“美食家”应该是有钱有闲、有知识有文化，还要对吃很痴迷的人才配得上的称呼，从这几方面看，我是哪点也不够格。钱、闲不能说没有，但肯定是不够；知识和文化多少有点，但是距离“家”的程度可谓远矣。这不是谦虚，而是实事求是。虽然走过的地方挺多，见过的美食也算不少，但是只能是喜欢吃和爱吃，这样怎么能成为“家”？

我于“美食家”的称呼一是不愿，二是于实难副。不愿是因为成为“美食家”后，对食物多少就有了一些挑剔，而我则是个饿了吃什么好吃的家伙；二是讲饮、讲食不仅仅是能吃，还要会吃，还要有些闲钱，还要有些文化，有些修养，有些耐心，有些细心才行，否则只能是比猪八戒吃人参果进步一些，也不过是五十步和一百步的差别。

就我们生活无法离开的盐来说，讲究就多得要命，要想整明白了，时间、金钱、学识等都不能少，否则还真难搞明白。

盐是有味道差别的。川厨爱用川盐，也就是自贡的井盐，因为井盐和我们常吃的精制海盐在做菜时产生的味道不一样。川盐能把川菜的味道调出来，而海盐则不行，用川盐做泡菜味

道就正，海盐味道则苦。盐与盐的区别还是很大的。在大董先生那里吃过一道“青柠海盐牛眼肉”的菜品，海盐是颗粒比较大的那种，但是这种海盐却可以把牛肉的鲜味和汁液完整地激发出来，而普通的那种食用盐则做不到这一点；日本盐的品牌很多，有一种伊豆产的“海之精”盐，号称是未经加工的天然海盐，保存了阳光、海水的精华和营养，而熊本县的“伯方之盐”用的是古法制造，内含矿物质多达八十种；法国的“盐之花”按照美食家的说法是清脆甘香，我是无论如何也难以从盐中体会到这样的味道的；南非有一种粗盐，乍尝咸味厚重，余味却是微微带甘；美国犹他州有一种盐，在食家的口中是“鲜甜得很”，用于煮食蔬菜最见其鲜甜本色。

上述这些还仅仅是盐之味道的一小部分，在我来讲已经是匪夷所思了。要想成为一个美食家，连盐都整不清楚，怎敢称“家”呢？

这本书里的文章，是我平日里吃喝的一些心得，承蒙青岛出版社不弃，愿意把我这些零碎的浅知陋见汇编成书，在此谢过了！

董克平

2016年4月于北京

二 目 录



1 食 材 妖 娆

好食材才有好味道 10

有关鲥鱼 17

大白菜 21

款款茶香入菜来 27

花入口，齿留香 33

三文鱼 39

黄鱼 42

好吃的小龙虾 45

时不同，蟹不同 48

2

四方
美
饌

- 大足的邮亭鲫鱼 54
- 嘉陵江边的渔船鱼 57
- 顺德食鱼记 60
- 鹅油捞饭好吃过猪油捞饭 63
- 各有特色的重庆火锅 66
- 简单、质朴、美味的重庆小面 70
- 烤鸭 75
- 烤羊腿 79
- 泉州寻味 84
- 老北京小吃——豆汁儿 86
- 驴肉火烧 93
- 烧饼 96
- 文昌鸡 102
- 人生苦短，肥肝相伴 105
- 鱼饭 111
- 美味的骨付鳥 114



3

寻
根
溯
源

- 广西美食拾趣 118
- 鸭血粉丝汤不是南京传统小吃 121
- 饕餮在今天 124
- 元宵与汤圆 129
- 青精饭 135
- 素食与素菜 137

白粥与香粥	142
茶成为饮料	147
腌渍也美味	154
药膳浅谈	165
二十九, 蒸馒头	170



4 谈 荤 论 素

由豆包想起的	174	味精有害么	209
年夜饭	176	初识闽菜	212
关于打赌吃蟹辨蟹的一点议论	179	北京的徽菜馆	215
顶级名厨的心路历程	183	说说谭家菜	224
大排档与酱油水	197	边地无大菜, 风味却独特	227
5000 元一壶茶	200	意大利菜在北京	230
酷吃与报应	203		
学艺, 偷师, 斗心眼	206		