

雅舍谈吃

一本“开卷即食”的饕餮食谱
带你品尝舌尖上的味道、历史里的味道、故乡中的味道

梁实秋 著



雅舍谈吃

梁实秋 / 著



 北方文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

雅舍谈吃 / 梁实秋著. -- 哈尔滨: 北方文艺出版社, 2018.1

ISBN 978-7-5317-3917-3

I. ①雅… II. ①梁… III. ①散文集-中国-现代

IV. ①I266

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 150514 号

雅舍谈吃

Yashe Tanchi

作者 / 梁实秋

责任编辑 / 富翔强 张贺然

装帧设计 / 博鑫设计

出版发行 / 北方文艺出版社

网址 / www.bfwy.com

邮编 / 150080

经销 / 新华书店

地址 / 黑龙江现代文化艺术产业园 D 栋 526 室

印刷 / 北京凯达印务有限公司

开本 / 787×1092 1/32

字数 / 70 千

印张 / 9.5

版次 / 2018 年 1 月第 1 版

印次 / 2018 年 1 月第 1 次印刷

书号 / ISBN 978-7-5317-3917-3

定价 / 39.80 元

目 录

熘黄菜 / 001

菠 菜 / 008

酱 菜 / 020

龙须菜 / 012

韭菜簍 / 004

笋 / 015

茄 子 / 024

萝卜汤的启示 / 027

核桃腰 / 043

千里莼羹，未下盐豉 / 030

核桃酪 / 046

关于苹果 / 033

栗 子 / 050

酸梅汤与糖葫芦 / 038

莲 子 / 054

炸活鱼 / 058

醋熘鱼 / 062

两做鱼 / 066

瓦块鱼 / 070

黄 鱼 / 075

鱼 翅 / 080

鲍 鱼 / 085

生炒鳝鱼丝 / 090

海 参 / 095

佛跳墙 / 099

蟹 / 104

炆青蛤 / 110

干 贝 / 117

西施舌 / 122

狗 肉 / 126

烤羊肉 / 132

烧羊肉 / 136

腊 肉 / 139

火 腿 / 142	鱼 丸 / 158	锅烧鸡 / 173
白 肉 / 147	烧 鸭 / 162	芙蓉鸡片 / 178
狮子头 / 151	拌鸭掌 / 168	咖喱鸡 / 182
炸丸子 / 154	糟蒸鸭肝 / 170	鸽 / 186

铁锅蛋 / 189

八宝饭 / 202

乌鱼钱 / 193

粥 / 206

由熊掌说起 / 195

面 条 / 210

窝 头 / 215	烙 饼 / 229	汤 包 / 243
酪 / 220	烧饼油条 / 233	菜 包 / 247
水晶虾饼 / 225	薄 饼 / 239	饺 子 / 250

煎馄饨 / 254	粽子节 / 273
爆双脆 / 258	豆 腐 / 275
锅 巴 / 262	豆汁儿 / 280
满汉细点 / 266	北平的零食小贩 / 284



熘黄菜

黄菜指鸡蛋。北平人常避免说蛋字，因为它不雅，我也不知为什么不雅。“木樨”“芙蓉”“鸡子儿”都是代用词。更进一步“鸡”字也忌讳，往往称为“牲口”。

熘黄菜不是炒鸡蛋。北方馆子常用为一道外敬的菜。就如同“三不粘”“炸元宵”之类，作为是奉赠性质。天津馆子最爱外敬，往往客人点四五道菜，馆子就外敬三四道，这样离谱的外敬，虽说不是什么贵重的菜色，也使顾客觉得不安。

熘黄菜是用猪油做的，要把鸡蛋黄制成糊状，故曰熘。蛋黄糊里加荸荠丁，表面撒一些清酱肉或火腿屑，



用调羹舀来吃，色香味俱佳。家里有时宴客，如果做什么芙蓉干贝之类，专用蛋白，蛋黄留着无用，这时候就可以考虑做一盆熘黄菜了。馆子里之所以常外敬熘黄菜，可能也是剩余的蛋黄无处打发，落得外敬做人情了。

我家里试做好几次熘黄菜都失败了，炒出来是一块块的，不成糊状。后来请教一位亲戚，承她指点，方得诀窍。原来蛋黄打过加水，还要再加芡粉（多加则稠，少加则稀），入旺油锅中翻搅之即成。凡事皆有一定的程序材料，不是暗中摸索所能轻易成功的。

自从试做成功，便常利用剩余的蛋黄炮制。直到有一天我胆结石症发，入院照 X 光，医嘱先吞鸡蛋黄一枚，我才知道鸡蛋黄有什么作用。原来蛋黄几乎全是脂肪，生吞下去之后胆囊受到刺激，立刻大量放出胆汁，这时候给胆囊照相便照得最清楚。此后我是无胆之人，见了熘黄菜便敬而远之，由有胆的人去享受了。



韭菜簍

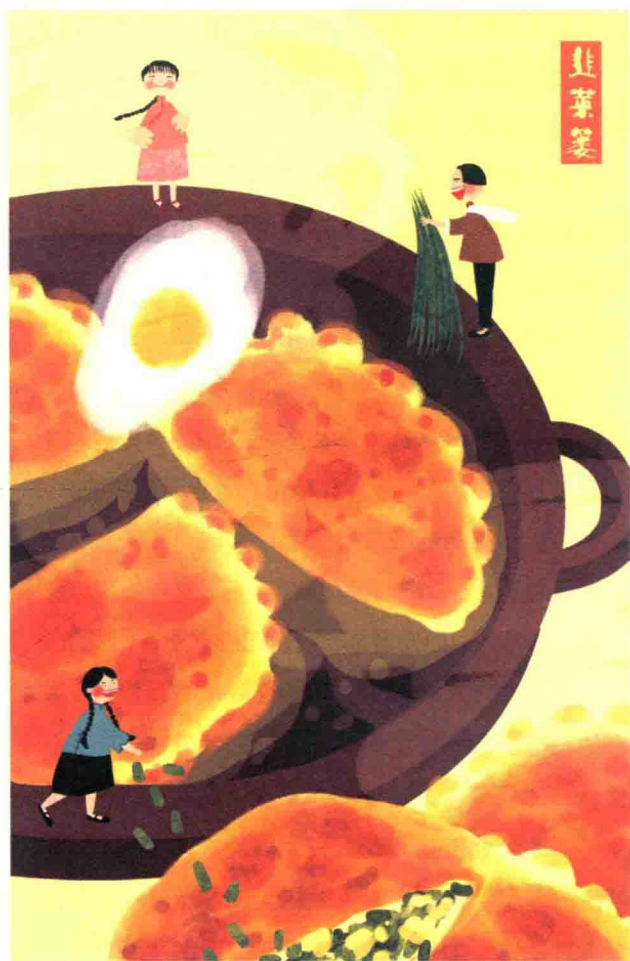
韭菜是蔬菜中最贱者之一，一年四季到处有之，有一股强烈浓浊的味道，所以恶之者谓之臭，喜之者谓之香。道家列入五荤一类，与葱蒜同科。但是事实上喜欢吃韭菜的人多，而且雅俗共赏。

有一年我在青岛寓所后山坡闲步，看见一伙石匠在凿石头打地基。将近歇晌的时候，有人担了两大笼屉的韭菜馅发面饺子来，揭开笼屉盖热气腾腾，每人伸手拿起一只就咬。一阵风吹来一股韭菜味，香极了。我不由得停步，看他们狼吞虎咽，大约每个人吃两只就够了，因为每只长约半尺。随后又担来两桶开水，大家就用瓢舀着吃。像是《水浒传》中人一般的豪爽。

我从未见过像这一群山东大汉之吃得那样的淋漓尽致。

我们这里街头巷尾也常有人制卖韭菜盒子，大概都是山东老乡。所谓韭菜盒子是油煎的，其实标准的韭菜盒子是干烙的，不是油煎的。不过油煎得黄澄澄的也很好，可是通常馅子不大考究，粗老的韭菜叶子没有细切，而且驢进粉丝或是豆腐渣什么的，味精不少。中山北路有一家北方馆（天兴楼？）卖过一阵子比较像样的韭菜盒子，干烙无油，可是不久就关张了。天厨点心部的韭菜盒子是出名的，小小圆圆，而不是一般半月形，做法精细，材料考究，也是油煎的。

以上所说都是以韭菜馅为标榜的点心。现在要说东兴楼的韭菜簍。事实上是韭菜包子，而名曰“簍”，当然有其特点。面发得好，洁白无疵，没有斑点油皮。而且捏法特佳，细褶匀称，捏合处没有面疙瘩。最特别的是蒸出来盛在盘里一个个地高壮耸立，不像一般软趴趴的扁包子，底直径一寸许，高几达二寸，像是竹簍似的骨立挺拔，看上去就很美观。我疑心是利用筒状的模型。馅子也讲究，粗大的韭菜叶一概舍去，专选细嫩部分细切，然后拌上切碎了的生板油丁。蒸



好之后，脂油半融半呈晶莹的碎渣，使得韭菜变得软润合度。像这样的韭菜篓端上一盘，你纵然已有饱意，也不能不取食一两个。

普通人家都会做韭菜篓，只是韭菜馅包子而已。真正够标准的韭菜篓，要让东兴楼独步。



菠 菜

我们常吃的菠菜，非我土产，唐太宗时来自西域。《唐会要》：“太宗时尼波罗国献波棱菜，类红蓝，火熟之，能益食味。”菠菜不但可口，而且富铁质。

前几年电视曾上映的卡通片《大力水手》，随身法宝便是一罐菠菜。吞下菠菜之后，他的细瘦的两臂立即肌肉突起，力大无穷，所向披靡。为什么形容菠菜有此奇效？原因是，美国的孩子们吃惯牛奶、牛肉、糖果，怕吃蔬菜。美国人又不善于烹制蔬菜，他们常吃的菠菜是冰冻的菠菜泥。即使是新鲜菠菜，也要煮得稀巴烂。孩子们视菠菜如畏途。所以才有“大力水手”的出现，意在诱使孩子吃菠菜。我们吃菠菜，无论是

煮是炒，都要半生半熟不失其脆。放在火锅里，一余即可。凡是蔬菜都不宜烧得太熟。

在北方，到了菠菜旺季，家家都大量购买菠菜，往往是一买就是半小车子。吃法很多，凉拌菠菜就很爽口，菠菜微煮，立即取出细切，俟凉浇上三合油，再加芝麻酱（稀释过的）及芥末。再则烩酸菠菜也是家常菜之一，菠菜下锅煮，半熟，投入一些猪肉丝，肉丝一变色就注入芡粉汁使之稠和，再加适量的醋，最后撒上胡椒粉；菠菜的颜色略变，不能保持原有的绿色，但是酸溜溜、辣兮兮，不失为一碗别具风味的汤菜。

顿顿吃菠菜，吃久了也腻。北平俗语，吃菠菜太多会把脑门儿吃绿！吃豆腐太多会把两腿吃软！这当然是笑话。菠菜可以晒干，储留过冬。做干菠菜都是拣大棵的去晒。做馅吃是很有味的，如同干扁豆荚一样。

菠菜

