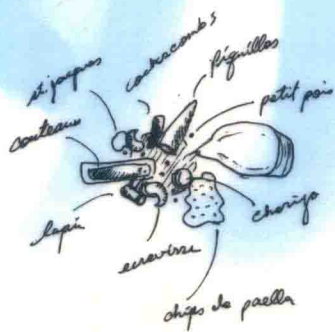


Original intention

江振诚

著



2
generosity, colorful, creative is the word
for south, and that's also what this
dish stands for.

当我觉得一道菜完美的时候，
就是我放手的时候。
当我觉得到达巅峰的时候，
就是回盼初心，从零开始的时候……

初
心

André Chénig

江振诚
—
著

图书在版编目（CIP）数据

初心 / 江振诚著. -- 北京 : 九州出版社, 2015.10

ISBN 978-7-5108-4018-0

I . ①初… II . ①江… III . ①散文集 - 中国 - 当代
IV . ① I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2015）第 258862 号

著作权合同登记号 图字：01-2014-2188

本书由皇冠文化集团授权

本书限于中国大陆地区发行，不得销售至包括港、澳等任何海外地区

初心

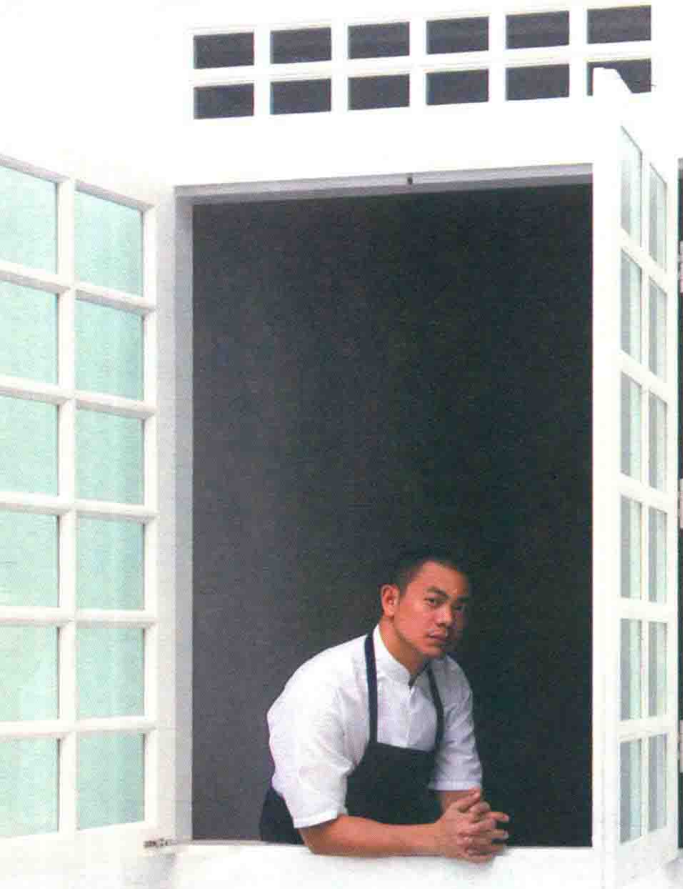
作 者 江振诚 著
出版发行 九州出版社
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号（100037）
发行电话（010）68992190/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 北京盛通印刷股份有限公司
开 本 680 毫米 × 880 毫米 16 开
印 张 16.75
字 数 150 千字
版 次 2018 年 4 月第 1 版
印 次 2018 年 4 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5108-4018-0
定 价 52.00 元

Le
Déjeuner
Sur
L'herbe

Edouard Manet
1865







AN
DR

2017年10月10日那天我走上楼，看着餐厅里楼梯间的所有照片，我突然发现，眼前所看到的是我们过去多年的点点滴滴……

看着团队的每一个人，回想他们刚来的时候那么青涩，看看现在，那么强壮、自信、无惧与专注。

这一刻，我觉得我们是最棒的团队，我很感谢这个团队。

我想跟大家分享我心里的感受，从经营 Restaurant ANDRE 的第一天开始，就像得了强迫症，餐厅的每个小细节一眼看去就知道，这温度不对、湿度不对、卡片放得不对、角度不对，你会想尽办法把每一件事情都做到你想象的——“完美”。

我们总是忙着追求，很少会回过头想，我们为何而忙？



过去三十年，我一直在思考：什么才是人生的“完美时刻”？

是登上世界顶端、进入全球最佳餐厅，还是得到米其林三星？

你一旦得到更多，就会想要得更多。

你总觉得，我还要更完美，现在还不够完美，

那是一种动力，促使我们更进步，

但那就是一个厨师的终极目标吗？

我想成为一位料理人，是因为我很喜欢做菜，我很享受与大自然食材的对话，

我喜欢看到大家享受我的料理时脸上开心的样子。

我都做到了吗？

或许才更重要。

我还需要更多吗？

或许不需要。

有一天我走进餐厅，看见每一个人都认真工作，

他们每个人都知道自己该做什么，

打磨杯具、摆设餐具、调整细节、处理问题，

每一个人都知道今天的客人是谁、知道每个客人坐在哪里、吃什么，

知道如何料理、怎么调味、如何为客人创造难忘的回忆，

你必须确保在客人到达前，每一个小细节都很完美，

这就是我们所说的完美时刻。

我们从一张空白的画布开始，一点一点地画，直到有一天，画布画满了，



你也很满意自己的杰作，然后在画布的一角签上名，就再也不想修改了。
画，完成了，这就是最美的一幅画。

我希望记录下这幅画，
我想让这幅画永远停留在那里。

我们说的开始，往往是结束；
宣布结束，也是宣布了另一个开始；
终点，是我们出发的起点。

—— T. S. 艾略特

我从小就想当厨师，我想成为一个很厉害的厨师。
所以，过去花了三十年的时间，跑遍全世界，努力成为世界上顶尖的厨师。
但是每当有人问我，你从哪里来？那里是什么样的地方？
我总很难回答得很清楚，
我必须回到我的根，
我必须要了解我生长的地方。

台湾是我出生的地方，但我却对这块土地很陌生，
我所有的印象都是小时候的记忆，
我出生在一个平凡的家庭，我家旁边就是夜市，
每天都看到人来人往，在卖吃的东西，
每个早晨，人们开始贩卖生鲜食材，

大家把买来的菜，变成一道道的料理。

到了晚上，你就看到那些食材被做成小吃，

夜市开始了。

我非常喜欢这种感觉。

因为你每天都看到同样的食材，却能启发不同的灵感创意，

我想花更多的时间了解台湾，它像是一个我已经认识很久的亲生兄弟，

却从来没有时间好好相处。

在很多方面，我都想回到我开始的地方，

我想回到我作为一位料理人的根本。

我想研究台湾的食材，台湾的四季，

我需要了解台湾的土地，台湾之美。

我觉得自己有责任贡献更多，还有很多事应该要为下一代做，

希望为这片土地上正在学习的年轻厨师们指引方向。

让我们能进步的唯一方式，就是真切地了解自己是谁？

我们来自哪里？

回到最真实的那个——初心。





真正的台湾之光

著名作家 李昂

为了对江振诚的厨艺有所了解，我不仅在台湾吃过他客席做的餐宴，还特别远赴新加坡，一尝“Restaurant ANDRE”，并和他有过小小的接触。

他留着厨师常见的三分头，干净利落，仍有过去在伸展台做模特儿的美好身形和样貌，不止言谈之间应对得体，举手投足间也焕发着人文色彩。

这是个不只厨艺精湛，而且颇具思想的大厨，难怪能够如此年轻即站上世界性的舞台。读了《初心》一书后，更印证了他这一切成就，皆是多年以来万般努力方有的成果。

他谈自创的“八角哲学”。八角最接近圆形，各有棱角但近乎完美：独特 Unique、质 Texture、忆 Memory、纯粹 Pure、风土 Terrior、



盐 Salt、南法 South、工艺 Artisan。以此“八角哲学”，每天看食材进货并根据当下的感觉做菜，没有固定菜单，也没有菜名，分成八列。

比如作为“质 Texture”的这道菜，主要部分上来时让人眼前一亮，一尾不大却很完整的虾，有炸得熟透的虾头、全生的蓝色虾身。用了来自津巴布韦的虾，粗壮、质感、强有咬劲，生、熟之间，一起入口或者分开而食，的确，充分地激荡出了食材的 Texture。


我笑着问他：为什么是炸虾头，而不是保留生的虾头炸熟虾尾？

他用直觉回答：虾头本来就是要用炸的。

对这样一位自我控制极好的大厨，我不免有“Got You”的快感。因为我理解江振诚，他和我一样，了解日本料理的文化里爱将虾头拿去炸好下酒。有一些熟悉的处理食材的习惯，不知不觉中会表现出来。

或者，作为“工艺 Artisan”的这道菜，底层是茄子，中间是鸡冠，上层是三条去骨的鸭舌。大概只有中、法料理吃鸡冠，切小丁的鸡冠与柔软的茄子，是法式。但画龙点睛的鸭舌，巧妙地有了华人特色。高深的技艺让创新的组合惊艳，而且最重要的是相搭、好吃。真是“舌尖上精致美绝的东、西”。

最容易让人辨认出江振诚文化上的融合与混搭的，就数餐厅前面的那棵橄榄树。作为一种图腾，他将温带南法的橄榄树移到热带，专



人照顾，在月历上的冬季，还要在橄榄树的根部埋冰，好让它有过冬的感觉。

而他的“混搭”，并不是在赶潮流与时尚，而是出自创造性的自发；是一种来自内在的必需，而非外在的形式，因而能成为厨艺的精髓而不是表相。

《初心》这本书，值得我们仔细地阅读、认真地思考。而有志在厨艺方面发展的人，除了学习江振诚自身孜孜不倦的努力外，更可以从“初心”中得到在世界性的舞台上崭露头角的重要法门。台湾，一起来努力吧！




推荐序 2

他的故事，将鼓舞所有有梦的人！

公益平台基金会董事长 严长寿

江振诚，就是我口中的“小江”，在台湾可能不是那么尽人皆知，然而在国际料理界，这却是一个让人无法忽视的名字。他做的料理，让米其林星级主厨惊艳不已；他开的餐厅，几乎囊括了世界重要的知名奖项；而他历经磨炼一路走来所淬炼而成的人生哲学，更让所有人刮目相看。

说起我与小江的认识，其实有三个因缘。二十几年前，我惊觉台湾空有丰沛的美食养分，但厨艺教育却出现严重的断层，师徒制的没落，让很多厨师找不到徒弟，我们的美食文化面临着凋零的危机。我因此建议当时的教育厅筹办淡水商工餐饮科，而我当时带领的亚都丽致饭店，便负责幕后规划的工作，由亚都的主管参与安排课程设计，并由我们的伙伴协助设计厨房，甚至推荐专业师资。江振诚，就是当时淡水商工餐饮科的学生。



十几年前，因为我的结盟饭店盛情邀约，我来到曼谷的五星级饭店 Dusit Thani Hotel 刚引进的高档餐厅 “D' sens” 用餐。那是一次美好的用餐经历，只是当时我丝毫未觉，小江正是这间餐厅的厨师，他刚从法国回到亚洲，正要跨出他料理地图很重要的一步。

2000 年，亚都饭店一手提拔的王晓东总经理参与经营的外滩 18 号风光落成，我在这里的 “Sens & Bund” 才算是正式见到了每个亚都厨房同人都认识的小江。经历了法国学艺的磨炼，并且能说多国语言，那时的振诚已与过去的实习生小江不可同日而语。当后来的作业稳定以后，法国师傅要放手提升有能力的接班人时，能做能说又有想法的他当然是负责这间餐厅的不二人选。

江振诚跟我有两个共通点，我们都不太爱读书，而且都有语言天分。江振诚有他自己与生俱来的创意天赋，虽然有点误打误撞进入餐饮科学料理，没想到这却成为他释放无穷灵感与敏锐感官的出口。最重要的是，他有立定目标之后专注、认真的态度，他勇于面对所有的磨炼。

我印象十分深刻的一次是他在 TED.COM 的演讲，我应邀参加他的演讲会，我向其他人介绍这个我欣赏的年轻人。我跟大家说：“小江曾经在我的亚都丽致饭店待过一年。”小江后来却告诉我：“总裁有所不知，我在亚都恐怕待了两年。因为我下午到晚上在亚都巴黎厅工作，隔天早上我又请求无酬到点心房见习。”原来他为了让自己在短时间之内累积更多经验，分别在我们的巴黎餐厅和点心餐厅打工，

把一天当两天用，所以他曾经在亚都工作了两年。

把一天当作两天用，这种一般人所认定的“苦”，江振诚却乐此不疲地投入其中。如此看来，江振诚的成功绝非偶然，他发掘自己的天赋，而后全心投入，勤奋学习，并且勇于把自己放到更艰难的环境中，走出台湾，开阔眼界，增进自己的实力。

我心目中的厨师有几个层次，第一种是“厨匠”，也就是不会创意，只是跟着既定的食谱烧菜。如果可以了解客人的需求，悉心体察客人的好恶与品位，而且能够因人而异，搭配出客人喜好的食品，才能抵达“厨师”的第二个层次。而最高层次则是“厨艺家”，运用自己的创意和美学，把料理提升至一门艺术，让料理传递心中的意念。江振诚正是这种不可多得优秀厨艺家。

《初心》这本书讲的是江振诚的故事，这十年来，他的故事常常是我每次到各大餐旅相关学校演讲必定会和台下学生分享的范例。他凭借自身独一无二的厨艺天赋，再加上难能可贵的认真和执着，一步一步地踏实筑梦。他是台湾青年厨艺界的典范，但更重要的是，在“餐饮厨艺”已渐渐成为青年学子追寻发展梦想的显学的当下，像江振诚这样隐藏在背后有勇气与毅力全心投入、不屈不挠地走向国际，才是台湾年轻人真正应当努力的方向！

