



*Taste of life Series*  
品味生活系列 ⑪



# 寿司

## 品鉴大全

(11) 小野二郎 著 赵怡凡 译



辽宁科学技术出版社

LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

# 寿司 品鉴大全

(日)小野二郎 著  
赵怡凡 译



辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

TITLE: [美·職·技 鮭]

BY: [小野二郎]

Copyright © 2009 Jiro Ono

Supervised by Masuhiro Yamamoto

Photo by Hiroshi Suga 2009

Copyright © 2009 Graphic-sha Publishing Co.,Ltd

Original Japanese language edition published by Graphic-sha Publishing Co.,Ltd.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with Graphic-sha Publishing Co.,Ltd.

Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

© 2011, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由日本GRAPHIC-SHA出版社授权辽宁科学技术出版社在中国范围内独家出版简体中文版本。著作权合同登记号: 06-2010第160号。

版权所有·翻印必究

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

寿司品鉴大全 / (日) 小野二郎著; 赵怡凡译. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2011.3

(品味生活系列; 11)

ISBN 978-7-5381-6831-0

I. ①寿… II. ①小…②赵… III. ①寿司—食谱—日本 IV. ①TS972.131

中国版本图书馆CIP数据核字 ( 2011 ) 第005097号

策划制作: 北京书锦缘咨询有限公司 ( www.booklink.com.cn )

总策划: 陈庆

策划: 张羿

版式设计: 刘敬利

---

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 北京天成印务有限责任公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 172mm × 245mm

印张: 10

字数: 60千字

出版时间: 2011年3月第1版

印刷时间: 2011年3月第1次印刷

责任编辑: 卢山秀 谨 严

责任校对: 合力

---

书号: ISBN 978-7-5381-6831-0

定价: 49.80元

联系电话: 024-23284376

邮购热线: 024-23284502

E-mail: lnkjc@126.com

http://www.lnkj.com.cn

本书网址: www.lnkj.cn/uri.sh/6831

生涯任事

小姓之介





# 前言

寿司（SUSHI）这一美食，在当今世界上被大家所认可，并受到如此热爱，是我做梦都没有想到的。因为我一直觉得外国朋友不太了解寿司的世界。以前，有很多外国顾客会把寿司饭（即用醋等调味过的米饭——译者注）和配菜分开食用，也有的顾客会蘸好多酱油使寿司饭的颜色都变了，还有做好的寿司放在眼前不在第一时间分享却不停地聊天的顾客也很多。但现在在这种状况得到了很大的改观。顾客会在寿司做好之后就迅速地吃掉，安安静静地品尝，而且也能够很好地使用筷子了。与此相比，反倒有很多日本人不懂得寿司的食用规矩。被《米其林美食指南》（Le Guide Michelin）评为了三星级餐厅（三星为米其林最高评分，指可以令人为品尝其美味而特意制定旅行计划的顶级餐厅——译者注），这是一件值得高兴的事情，但另一方面也为我带来了很大的压力。而且，在此之后，我更是希望顾客能够像法国人对待主厨那样，对我们这些职业寿司工匠表达敬意与感激。

寿司是一种构成极其简单的食物，在世界上恐怕再找不到与它相似的菜肴。如果说得极端一些，寿司只不过是寿司饭与鱼贝类的组合而已。然而正因为如此，才不会受到其他味道的影响，可以完完整整地展现出寿司工匠的真正技术。在这真正的技术中，蕴含了寿司工匠的良苦用心。我从事寿司制作已经有五十年了，一直力求在继承和弘扬传统工艺的同时，还要打造出有自己特色的寿司。“我一定可以做得更好，一定可以做到！”时至今日，我依然怀揣这样的想法而努力着，即使早已过了耄耋之年，却还是不敢说已经达到了目标。如今，我最大的心愿就是希望次郎寿司能够走向世界，让全球更多的人了解寿司。

小野二郎



# 目录

## Contents



前言	4	水松贝	40
<b>第一章 寿司的世界</b>	<b>9</b>	海胆	41
寿司的历史	10	贝柱	42
寿司一览/寿司解说	14	鲑鱼子	43
黄盖鲽	18	康吉鳗	44
牙鲆	19	寿司配料的产地	46
金乌贼	20	<b>第二章 寿司的制作</b>	<b>49</b>
拟鲔鱼	21	秘笈	
竹荚鱼	22	鉴别	50
幼鲷鱼	23	刀切	54
日本对虾	24	开壳	58
沙丁鱼	25	腌制	62
鳊鱼	26	熏烤	66
幼鲷	27	炊煮	68
鲈鱼	28	捏握	72
鲷鱼	29	鲜活	74
金枪鱼	30	浸渍	76
虾蛄	34	炖煮	78
鲍鱼	35	揉搓	80
章鱼	36	翻炒	82
文蛤	37	烘焙	86
乌蛤	38	卷制	88
魁蚶	39	烤制	92

### 第三章 重要的配角··· 99

芥末·····	101
生姜·····	103
调料盒·····	106
手醋·····	106
配菜箱·····	107
网纹箱·····	107
酱汁·····	109
汤汁·····	109
擦菜板·····	110
团扇·····	110
剔骨器·····	111
煎蛋器·····	111
刀具·····	113
羽釜、米饭钵、竹篓·····	115
湿毛巾·····	116
香茗·····	117



### 第四章 狭小紧凑的空间····· 119

寿司台·····	123
餐筷、樟树牙签、擦手巾·····	124
名画·····	126
茶具·····	129
布帘·····	131

### 第五章 寿司工匠的心得····· 133

想要做到更好，这种想法非常重要·····	135
握寿司食用过程中经历的两大巅峰·····	137
使空气融入寿司饭中·····	139
以世界级厨艺大师的视点感受三星·····	141
不要被时鲜期迷惑，只选择最棒的鱼·····	143
挑剔的顾客？当然遇到过·····	147
作为餐厅，整洁是理所当然的·····	149
抱着自己去适应工作的心理准备·····	151
如今才是考验寿司工匠能力的时代·····	153

寿司用语集·····	155
------------	-----



## 凡例

---

- 根据小野二郎口述编撰而成，同时尽量避免使用寿司行业内的专业用语，如寿司工匠对配菜、米饭等词汇的特殊叫法。
- 各种寿司配料介绍中标记的最佳食用时期，是指能够在“数寄屋桥次郎”品味到的时期。
- 如若没有特殊标记最佳食用时期，则表示在一年四季都能够品尝到。
- 真正的店铺名称应为“数寄屋桥次郎”，但本书直接采用小野二郎的称呼，称之为“次郎”。



魚屋

## 第一章

# 寿司的世界

“握寿司”发源于江户时代（1603—1867年）。

随着时代的发展，

寿司也在不断地进步。

配料中囊括了白肉鱼、红肉鱼，以及带有鱼皮的鱼片、贝类等，又加入了经过炖煮、余烫等制作而成的配料。

季节在不断变化，不同种类的鱼、贝也相应上市，

我们旨在将鱼贝类的美味最大限度地激发出来。

能够完美地衬托出这种新鲜滋味，

莫过于加入醋及食盐制作而成的寿司饭。

将寿司饭和寿司配菜置于手掌，

双手握紧，

捏出流线型优美的寿司。

将美味集于一口，这就是深邃而广阔的寿司手工制作世界。

# 寿司的历史

## 于江户时代兴盛起来的百姓饮食文化 隐藏于握寿司世界中的悠长历史

由“寿”和“司”两个字组成的“寿司”，是日语中最常用来表示 SUSHI 的词汇。这是江户时代造出的借用字（即只借用汉字标识读音，与汉字的字义无关——译者注）。而且至今依然沿用汉字“鲭”或者“鲒”。在江户时代，寿司世界发生了巨大的变革，握寿司也就是在这个时候登上历史舞台的。那么，在江户时代之前，寿司是以怎样的状态存在的呢？为揭开这一谜团，让我们翻阅一下古籍，看看“鲭”和“鲒”两个汉字的意思吧。

### 平安时代的“鱼饭寿司”

在汉字的起源地——中国的古典文学中，也出现过“鲭”和“鲒”这两个字。在公元前3~4世纪，《尔雅》中就出现了“鲭”字，表示为“将鱼切碎、撒满食盐腌渍发酵之后的食物”。在公元2世纪，《说文解字》中，将“鲒”解释为“将鱼用食盐和米饭一起腌制之后用重物压实发酵而成的食物”。也就是说，“鲭”和“鲒”原本是两种不同的食物，但随着时间的推移，逐渐相互渗透成为了一种食物，并以这种演变之后的形态传入了日本。

在日本，于公元718年制定的法规《养老令》中出现了“鲒”这一字，但并没有明确表示这究竟是怎样的一种食物。如果从起源于中国的汉字“鲒”来考虑，就是指“鱼肉发酵而成的食物”。经发酵过后的食物，多带有酸酸的口感，因此被命名为“SUSHI”（日语中的古语，与寿司读音相同，释义为“酸的”——译者注）。这就是寿司这一词在日语中的起源。

公元930年左右，平安时代的律令施行细

则《延喜式》中，“鲭”与“鲒”两字同时出现，并产生了鲫鱼寿司。鲫鱼寿司是指将鲫鱼的内脏清理干净，用盐腌制2~3个月之后，一层鱼肉一层米饭地重叠起来，再用重石压在上面，使之发酵之后食用的寿司。当然米饭也会变成黏黏的状态。不仅局限于鲫鱼，只要是和米饭一起发酵而成的寿司都统称为“鱼饭寿司”。当时九州各地经常将这种鱼饭寿司进贡到京都，这在《延喜式》中也有记载。

由于进京的路途遥远，需要耗费许多时间，作为不易变质、易于保存的食物，鱼饭寿司被人们视为珍宝。此外，也有记载显示，京都附近地区也会进贡这种鱼饭寿司。之所以会选择进贡鱼饭寿司，当然不仅仅是因为它易于保存，更重要的是因为当时的人们十分钟爱这种发酵之后的美味。

在日本，发酵类的鱼饭寿司统领了相当长的一段时间。虽说鱼饭寿司作为一种贵重贡品出现，但却向百姓传达了一种“米也可以食用”的意识，于是，大家开始食用在此之前一直被丢弃了的鱼饭寿司中的米。发酵时间缩短，米饭就不会变得黏稠。同时，醋的酿造也在不断进步，江户时代，在米饭中加醋制成醋饭的方法也广为流传。把醋饭放在盒子里压实，在上面撒上鱼类或者贝类，再用盖子压紧，这就是当时出现在关西地区的“箱寿司”。

之后箱寿司传入江户，人们把米饭放在盒子里压实，覆盖上切好的鱼片，压紧之后撤掉盒子，并切成易于食用的大小。这就是在江户时代中期逐渐演变而成的“柿寿司”。





上图：26日夜晚，众人夜游高轮海岸。在众多小吃摊中，可以看到寿司。

歌川广重笔《东都名所高轮·二十六夜待游行图》  
(收藏于太田纪念美术馆)



左图：图中描绘了一对男女在樱花树下食用寿司的场景。寿司上插有竹签。

三代 歌川丰国《见立源氏盛宴》  
(收藏于静嘉堂文库)

## 江户人改变了寿司的形状

关于“握寿司”的起源，有诸多传说。江户时代的文政年间（1818—1831年），一个名为“华屋与兵卫”的人，就是我们现在江户前寿司的创始人。他在文政七至八年左右，研制出的“与兵卫寿司”，正是现代寿司的前身。

此外，在文政十年（1827年）的时候，《俳风柳多留》中写有“会妖术的人做出的寿司”这样一句话。意思是指捏寿司的工匠们，就好比戏剧中会忍术的忍者，捏寿司的动作十分娴熟麻利。可见，握寿司当时在江户城是一种十分受欢迎的美食。

文政年间，可谓是大众文化的鼎盛时期。小剧场、商业街、闹市区逐渐兴盛，赏花、赏月、烟花大会，成为了百姓们的日常娱乐项目。因此，餐饮行业也自然而然地兴盛起来了。人声鼎沸的娱乐场所，总少不了那些可以移动的小吃摊，其中寿司是最抢手的。将生鱼片和寿司饭捏到一起之后便可以食用的握寿司，是当时江户人十分追捧的快餐。眨眼间，胡同口、澡堂旁，贩卖寿司的街边小摊在各地遍布开来。

当时的握寿司并不像现在这样，可以一口吃掉，而是相当于一个饭团的大小。一次至多也就吃上一两个，是一种用来果腹的零食。

天保末期，介绍江户时代风俗习惯的辞典《守贞漫稿》当中，对当时寿司的配菜有所记载。包括烤蛋卷，对虾、白鱼、金枪鱼、斑鲆、康吉鳗等甘煮物（甘煮是指用白糖、料酒、糖稀等调料煮制的食物，以甜味为主，略带咸味——译者注）。另外，此书中还写有“不知何时，江户城抛弃了箱寿司，只有握寿司”的语句。的确，握寿司的兴盛将箱寿司驱逐出了江户城。而且



寿司店为了怀念小吃摊的形式，在寿司台上挂有布帘。《建筑写真文库94 寿司店》（彰国社）

流传着“关西箱寿司，关东握寿司”这种说法。

## 从街边小吃到如今的寿司

随着小吃摊这种形式的普及，贩卖寿司的店铺也开始增多。这种能够吃到寿司的店铺，被称作内店。在内店一般采取顾客站着食用、工匠坐着捏制的形式。另外，从明治时代末期到大正时代，内店经营的礼品寿司以及外卖寿司，生意十分兴隆。这样一来，寿司就不一定是在捏好之后立即食用了。所以寿司工匠们将生鱼肉加工处理，制成了便于携带的寿司。

在小吃摊之后，顾客开始喜欢上了店铺中更加接近原生态的寿司，于是内店也开始增设椅子，供顾客使用。

昭和初期，内店和小吃摊共同存在，但在战后，道路交通法和公共卫生法中指出街边摊贩存在各种问题，因此，寿司小吃摊的身影在城市中消失了。另外，于昭和二十二年颁布的《委托加工制度》中规定，如若持一合（合为日



本容积单位，约为0.18L——译者注）米到寿司店，并支付加工费用，可以加工握寿司10个。也就是在这个时候，对10个寿司为一人份这个数量进行了规定。

随着经济的发展，寿司店开始为顾客提供酒水、小菜，逐渐成为了社交场所。如果只为了果腹而食用寿司的话，通常半个小时就足够了，但工作聚餐的话至少需要1~2个小时，因此又增添了下酒菜。而且随着冰箱的普及，冷冻技术的进步，物流的发展，都为寿司的成长提供了便利条件。当然配菜的种类也在不断地增加。最原始的“江户前”是指使用从江户城前的东京湾打捞上来的鱼贝类制成的寿司，现今的寿司配菜则来自全日本乃至世界各地。“江户前”如同手前（茶道用语——译者注）、男前（男子汉姿态——译者注）这类词汇一样，当中包含了流派、风格、形式等各种丰富的含义，所以现如今的产地早已不仅仅拘泥于东京湾。只食用生鱼片也会使人感到厌倦，因此许多寿司店会提供普通的下酒菜，而且寿司也开始变小。

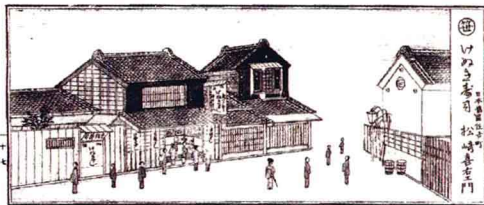
至此，寿司经历了饭食、下酒菜等形态，从最初作为易于保存的食物到菜肴，完成了一系列的蜕变。此外，由于寿司作为一种健康饮食以及回转寿司的独特形式，逐渐被海内外接受，SUSHI这一名词，享誉全球。2007年《米其林东京版》中，寿司店作为餐饮店，得到了很高的评价，受到了来自世界各地的关注。鲑，鲷，寿司，以及SUSHI，这些都是寿司的名字。可以一口吃掉的“寿司”，其历史意味深远。



华屋与兵卫请画家川端玉章描绘的寿司。正中央看上去像红色金枪鱼的是大马哈鱼。

《两国兴兵卫》秘藏寿司图一角

（转载自旭屋出版的《寿司技术教科书·江户前寿司篇》一书）



上图：位于箱崎町的“东寿司”。在坐席尽头，可以看到工匠控制寿司的姿态。

下图：初代松崎喜右卫门于1702年在住吉町（现为人形町）开创的“毛拔寿司”（即竹荚鱼或幼鲷三枚付寿司——译者注）。贩卖使用竹叶包裹的寿司。

《东京名家繁昌图录》（现藏于中央区立京桥图书馆）

# 寿司一览 / 寿司解说

寿司饭与鱼切片，再加上寿司工匠的精湛技艺，美味就在这一瞬间诞生了。



黄盖鲽 ( Marbled Sole )



竹荚鱼 ( Japanese Jack Mackerel )



牙鲆 ( Bastard Halibut )



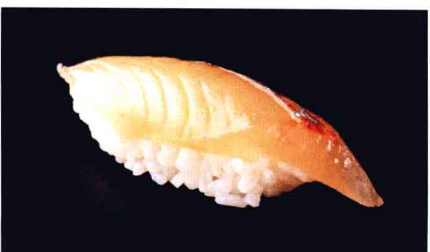
幼鲷鱼 ( Yellowtail )



金乌贼 ( Golden Cuttlefish )



日本对虾 ( Japanese Tiger Prawn )



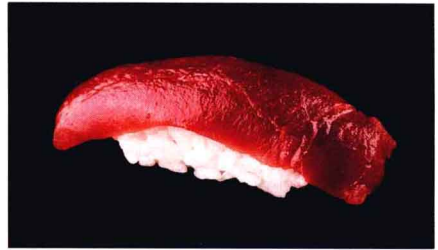
拟鲭鱼 ( Striped Jack )



沙丁鱼 ( Japanese Sardine )



鱈鱼 ( Japanese Needle-fish )



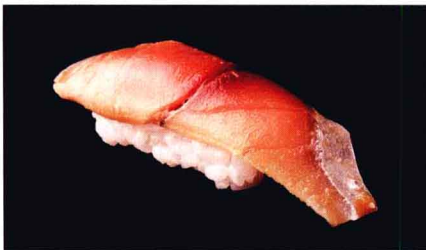
赤身 ( Tuna )



幼鯨 ( Japanese Gizzard Shad )



中肥 ( Semi Fatty Tuna )



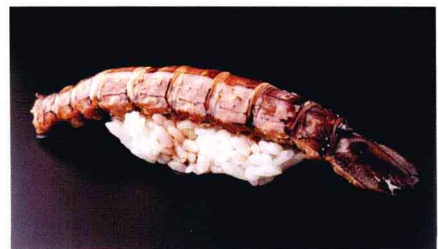
鲈鱼 ( Chub Mackerel )



大肥 ( Fatty Tuna )



鰹鱼 ( Bonito )



虾蛄 ( Mantis Shrimp )



鲍鱼 ( Abalone )



魁蚶 ( Red Ark Shell Clam )



章鱼 ( Octopus )



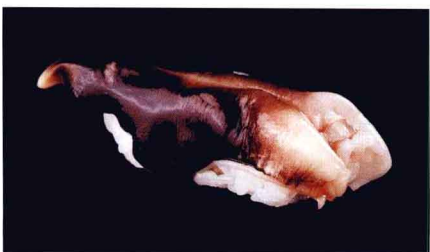
水松贝 ( Geoduck Clam )



文蛤 ( Hard (Shell) Clam )



海胆 ( Sea Urchin )



鸟蛤 ( Japanese Cockle )



贝柱 ( Round Clams )