

何金铭 著

长安话

陕西人民出版社



《长安食话》序

杨春霖

华夏文化的滋长、繁荣，在远古时谅非一处；在陕西的一处，很可能是发展得较快的一支。人文始祖轩辕黄帝就是一位首出庶物的开创带头人。还有炎帝神农，既发明了稼穡，又开创了医药，成为我国第一名农学家和医学家。于是“民以食为天”这句永恒不变的话的精神，才能一直贯彻、兑现至今。

不过，聪明的人类，绝不会中途裹足，对“食”不仅要求果腹，而且还一步步地再要求完善、精美，以至登峰造极。于是就产生了烹饪学，专门讲究如何才能把饭菜、饮料搞得非常出色。名垂千古、誉满海内外的孔老夫子即是这样的圣人，他主张“食不厌精，脍不厌细。”而且还要实行一连串的“不食”：鱼馁肉败，不食；色恶，不食；嗅恶，不食；失饪，不食；不时，不食；割不正，不食；不得其酱，不食；沽酒、市脯，不食等。诗坛巨擘，万载知名的天才、忠臣屈原，在他的杰作《招魂》中歌咏了“肥牛之臠，膾若芳些。和酸若苦，陈吴羹些。腍鳖炮羔，有柘浆些。鹄酸臠臠，煎鸿鹄些。露鸡臠蠃，厉而不爽些。柘枚蜜饵，有饴饴些。瑶浆蜜勺，实羽觞些。挫糟冻饮，耐清凉些”等。尽管现在从字面上看，有不少词句弄不大

懂，但五光十色，还是叫人体味到了若干烹饪饮食的情趣。赶到四五世纪北魏时，贾思勰撰写《齐民要术》，其中记载当时黄河中下游地区的人民，已将煎、烧、炒、烤、煮、蒸、腌、腊、炖等烹饪技术，广泛用之于各种食品的制作中。再往后至唐代，那就更加进步、提高，达到了一个灿烂辉煌的高峰。著名美食专家王子辉先生撰述的《隋唐五代烹饪史纲》弥补了这一段盛世的成就和特色；名曰“史纲”，却已十分丰富、精审，成为空前的佳作。

于是，古人研究、编写饮食、肴馔的著述不断问世。如：隋代谢讽的《淮南王食经》、唐代杨晔的《膳夫经手录》、宋代陈达叟的《本心斋蔬食谱》、元代贾铭的《饮食须知》、明代韩奕的《易牙遗意》、清代李伦楠手抄的《醒园录》等。还有出现于杂记、类书的如：《酉阳杂俎》、《朝野金载》、《北堂书钞》、《艺文类聚》等中间的大量记载；都为发扬祖国的烹饪文化建树了丰功伟绩。

投身革命、半生从政的何金铭同志，于案牍劳形之余，致力陕西省饮食文化的研讨。博古通今，议论纵横；以尽心搜集之资料，作深邃精彩之论述；完成了这本后来居上的烹饪学著作；可令读者开卷有益，增添知识，提高文化水平。我用了好几天时间读完书稿。掩卷寻思，感到此著作有新观点，见解高超，乃新时代中的新成果；已非古人所能及，确乎是大手笔。

限于篇幅，下面我只来简括介绍此著作中如何振兴陕西烹饪文化的重要内容，俾读者得以先睹为快：

一、须有知名饭店——要想把饮食烹饪搞上去，以至取得很高的声誉，首先要有不平凡饭店饭庄。西安市的知名饭店饭庄已有：西安饭庄、同盛祥、曲江春、桃李春、清雅斋、西

安东亚饭店、五一饭店等。均驰名全国，出类拔萃、菜肴优异，极受欢迎。如：西安饭庄由著名戏曲家封至模先生倡首举办。张学良、杨虎城、周恩来、叶剑英、郭沫若、老舍、柳青、石鲁、戈壁舟等国家将领、政府领导、学术大师、文艺名家等都光临品尝过。

二、须有知名厨师——学校想好，一定要有好教师；戏曲想好，一定要有好演员；商店想好，一定要有好经理；饭店想好，那一定要有好厨师。上述的几家饭店饭庄都聘请有技艺非凡的烹调高手。如：西安饭庄就拥有：桂花稠酒传人徐光恒，油酥饼和锅贴能手薛志刚、杨登岸，长于花式拼盘的于映文，以“飞火”炒菜出名的靳宣敏等特级厨师。1991年，西安饭庄拥有特级及一、二、三级厨师近百名。西安共有国家评定的泡馍技师七人，同盛祥即拥有五人。西安东亚饭庄拥有特级厨师及一、二、三级厨师四五十人。特级厨师孙国庆还是中国烹饪协会理事。

三、促进食品工业——前面已经提及我国的饮食文化发达得很早而且还驰誉全球，但现今已将进入二十一世纪，千百年前的成就、基业，已不断老化而迫切要求推进、发展。否则虽具有种种了不起的贡献，也将黯淡无光，少人问津。如：外国的“三明治”食品和我们陕西的“肉夹馍”食品，可说是各有所长，异曲同工；但前者已成为世界性食品，而肉夹馍迄今还打不出潼关。就国内说，广东人用科技手段将珠江水制作成了饮料，已经几乎占遍了全国市场，但陕西的黄河水、渭河水、汉江水却仍旧自在而默默地流淌着，连步人后尘的事情都很难做得有点起色。陕西省既有饮食文化，又有食品工业；可惜不那么对称。陕西的食品工业应该有一个大的发展和推进。那陕西

的许多美味食品和饮料就完全能够实行工业化生产，甚至可以占领世界市场。如：富平的琼（本地话读上声）锅子糖、三原的蓼花糖、汉中的黑米粥等以至陕西名菜：爆鱿鱼丝、干煸鳝鱼、奶汤锅子鱼等，都可以加上精致秀美的包装或加工成引人注目的罐头投入现代市场。日本人连我国的乌龙茶都放进了易拉罐，我们为什么还不动一动呢？不实现食品工业化，再好的东西仍然会腿短；连家门都走不出去，更不要说飘洋过海了。

四、急起振兴陕菜——自改革开放以来，处处均需振兴，陕西菜岂能例外。然而如何振兴？殊非易事。不过陕西菜的振兴，虽则未必指日可待，但一定能够成功。主要途径有二：一是认真。毛主席说过：“世界上怕就怕认真二字。”不认真便拿不出来真正的陕西菜，更谈不上什么精品，从而砸了自己的牌子。不少地方，不少宾馆，不少厨师有时候都没有能够认真地去。做出来的成品名曰陕西菜，实非真货。还有同样一个菜；往往这家做得好，那家不行；或这位师傅做得好，那位师傅不行；或同一位师傅，有时做出精品，有时做出次品；关键都是在于认真和不认真。我们都应该知道：认真了不得，不认真不得了。二是创新。五一饭店的厨师们说得好：任何流派的饭菜都不会一成不变。任何好东西都可以有所改进，以期好上加好，随时提高。如：淮扬菜是很不错的，但既要在陕西地区安家落户，就得因地制宜，争取适应，进行改革。还指出：厨师要有举一反三的能力。要常学常新。“改革开放”同样适用于烹饪饮食。“好”绝不意味着一成不变，永远不变怕就不怎么“好”了。继承中须有创新，使现代人乐于接受；但创新又不能白手起家；本来就有的好东西竟全然不屑一顾，那创新又根据什么实现？

五、改进饮食方式——对这一问题提出了三点建议，都是

对接待饮食方式的大改进。合乎情理，应该提倡。扼要介绍其内容如下：（一）不要糟蹋浪费——有些地方请客吃饭，散席时吃掉的不过仅仅是十分之几，大半都被工作人员倒进垃圾桶了事。这是一个极大的糟蹋浪费，暴殄天物，应该制止而做到“吃饱吃好不浪费”。这种摆阔气、夸富贵的行为，即便主人不在乎，客人也会于心不安。总之，浪费不是待客之道。冷落慢待客人固然是不对的；但把花费了千金的一席肴馔剩余坦然抛弃，当作接待隆重的标志，那是非常不足取的。（二）用地方菜待客——有朋自远方来，用什么饭菜招待好？吃地方菜再好不过。因为外来的客人往往会没有吃过某个地方的饭菜，用地方饭菜接待必然取得客人的满意和欣赏。所以请外来宾客，万万不能有这样的念头：家常便饭，土里土气的，能上宴会吗？岂不知你自己认为是土里土气的，人家却觉得颇具特色，妙不可言。异国异地的风光总是十分吸引人的。即就是老百姓的家常饭，有些也值得捧到国宴上去，没有什么可自卑的。任何地方都有它自己的独特的美味佳肴，不要自家先瞧不起自家。扶风法门寺的税务宾馆，为游览者设计了充分具有西府特色的宴席；这在西府人眼里，一点也不稀奇，但在外地人或外国人看来却尽是稀奇珍贵的美味。（三）最好实行分餐——分餐至少有两点好处：一是卫生，一是节约。讲卫生，少生病；不浪费，是美德。分餐会带来一些麻烦，毋庸讳言，这是事实；但文明、礼貌、节约、卫生、安全等都得用一定的麻烦来换取；尽管如此，也没有谁在反对文明、礼貌、节约等。现代化就包含着许多麻烦。所以，麻烦不能成为不推行分餐的口实。再说，分餐并非舶来品而是我国古已有之。如：《儒林外史》中就提到：主宾六人，每人一席，共是六席。《红楼梦》里也写有：请客吃饭，一

人一把椅，一张桌，饭菜各有一份，连酒壶都人各一把。可见提倡分餐并非中餐西吃而是今餐古吃。一点也没有冲淡爱国的意识。

全国解放前后的数十年中，我曾到过国内的很多地方；虽则谈不上是足迹遍天下，但或久居或短时间停留的所在，恐怕也不少。于是对各地的饮食烹饪情况或多或少大体上了解一些。可惜我当时尚未对烹饪之道产生很大兴趣，许多景象已如过眼云烟，记得的不及十分之二三。即使如此，我还是对烹饪这门学问有点感情。好几年前，在偶然机会中，又幸运地交往了美食专家吴国栋、王子辉等同志，这才影响我对烹饪学有了较多的爱好。曾写过两篇不登大雅之堂的文章：一是《秦中饮膳偶谈》，一是《西安方言饮食词选释》。均系一时兴至，不成体统。或许金铭同志因此而嘱我为其精湛、深刻的大作制序；我不能也不想推脱，乃搜索枯肠，伏案勉强为之。深望何金铭、吴国栋、王子辉三位专家的种种夙愿能够逐步得偿！

1994. 2. 20. 写讫

陝西飯菜，很多都保有秦漢隋唐的遺風。有的還可
以追溯到更遠的上古時代。關中石子饅就保有我們民族的
石烹遺風。

將

石烹，就是●石頭燒得滾燙，利用它的熱氣，使食
物由生變熟的一種烹飪方法。這●（是）我們祖先民衆發現
火以後的又一重大發明。後漢學者鄭玄在注《禮記·中
說》：「燂黍，以黍米加于燒石之上，燂之使熟也。」燂是
燒烤，黍去皮是黃米，這里來說將黃米磨粉做成
餅狀，也許可以看作最早的一種爆米花。到了唐元和

年间，即公元八〇六到八二〇年，同州府曾以石鑿餅向宮廷進貢，事見《元和郡縣志》。這大概可以看作有記載的最早的一種石子饅。三原縣還傳說，石子饅是秦時在該縣弓王村製造弓箭的工匠所發明的。明萬历年間吏部尚書王忬揚，富平人，曾把石子饅帶到了北京小城，這也是傳說，但可能確是有的。清乾隆時學者袁枚在他的名著《隨園食單》中称之为《天然餅》。想來这时的石子饅已有相当改进并大体定型，它的足迹也从秦人故乡走到了江南佳丽地。

《长安食话》序·····	杨春霖 (1)
--------------	-----------

西 安 卷

西安饭庄·····	(3)
羊肉泡·····	(6)
同盛祥·····	(10)
老孙家·····	(16)
西安饺子宴·····	(19)
解放路饺子馆·····	(23)
德发长·····	(29)
曲江春与仿唐菜·····	(33)
桃李春与官府宴·····	(36)
西安烤鸭店·····	(40)
清雅斋·····	(43)
白云章·····	(45)
西安东亚饭店·····	(48)
五一饭店和他的淮扬菜·····	(51)

奶汤锅子鱼·····	(54)
葫芦鸡与韦陟其人·····	(58)
金边白菜与“飞火”炒菜·····	(61)
驼蹄羹·····	(64)
炆菜与温拌腰丝·····	(66)
猴戴帽与三皮丝·····	(68)
后悔·萝卜糊拓·炸香椿鱼 ·····	(70)
箱子豆腐·····	(72)
糟 肉·····	(75)
酸辣肚丝汤·····	(77)
狮子头·····	(79)
八宝甜饭·····	(81)
竹香系列菜·····	(83)
蝎子和蝎子宴·····	(85)
肉夹馍·····	(88)
米粉肉·····	(90)
西安一怪——葫芦头·····	(92)
黄桂柿子饼·····	(95)
油 茶·····	(98)
贾家灌汤包子·····	(101)
菠菜面·····	(104)
臊子面·····	(106)
棍棍面·····	(109)
窝窝面·····	(111)
酿皮子·····	(114)

大肉辣子疙瘩·····	(117)
长安火锅·····	(119)
西安夜市·····	(122)
王子辉·····	(124)
蓝田为何多厨师·····	(129)

关 中 卷

三原菜·····	(137)
泡油糕·····	(142)
乾州鸡面·····	(145)
乾州豆腐脑与西府蒸碗豆花 ·····	(148)
苹果·烙面及其他·····	(150)
酿 货·····	(155)
带把肘子·····	(157)
水磨丝·····	(160)
枣肉沫糊·····	(161)
渭南时辰包子·····	(163)
蒲城椽头蒸馍·····	(166)
韩城馄饨·····	(170)
合阳趂面·····	(174)
十三花·····	(176)
澄城麦子饭·····	(178)
陕西杜康酒·····	(180)
岐山臊子面·····	(183)
岐山淋注面·····	(187)

岐山大刀铡面·····	(189)
腊驴腿和钱钱肉·····	(191)
豆花泡馍·····	(194)
失传种种·····	(197)
核桃花·····	(201)
北五味子·····	(204)
薏米·····	(207)
莲菜炒肉片·····	(209)
地软包子·····	(211)
豌豆糊糊·····	(213)
蜜汁葫芦·····	(215)
豆腐·····	(217)
荞面饸饹·····	(221)
九眼莲·····	(224)
关中石子馍·····	(227)
麦饭·····	(230)
大红袍花椒·····	(232)
秦椒·····	(234)
秦椒盒子·····	(238)
秦椒行·····	(240)
鲁迅与潼关酱菜·····	(242)

陕南陕北卷

油炸豆浆·····	(247)
拼三鲜·····	(250)

罗汉菜·····	(252)
扇面豆腐·····	(254)
沙 芥·····	(255)
羊杂碎·····	(257)
蜜汁八宝南瓜·····	(259)
瓜 饭·····	(262)
黄 米·····	(264)
洋 芋·····	(267)
杂米·杂面·杂豆·····	(270)
山珍野味在陕南·····	(273)
汉中菜·····	(277)
鲶鱼烧豆腐·····	(279)
菜豆腐·····	(281)
商芝肉·····	(284)
龙驹寨香苜蓿与香苜蓿粉蒸肉 ·····	(287)
神仙凉粉与神仙茶·····	(289)
魔 芋·····	(291)
黑 米·····	(294)
腊 肉·····	(297)
蒸盆子·····	(299)
安康人喜吃酸菜·····	(301)

综 合 卷

接待饮食论·····	(305)
------------	-------

接待饮食再论·····	(309)
接待饮食三论·····	(312)
什么都能吃·····	(317)
说菜道饭·····	(319)
生猛活鲜·····	(323)
羊肉膻不膻·····	(327)
“下水”其实是上品·····	(330)
陕西菜的味型·····	(333)
陕西菜又一特色·····	(336)
从何入手·····	(343)
饮食文化与食品工业·····	(349)
我为什么写《长安食话》·····	(353)
主要参考书目·····	(359)

西安卷



