



CHI DE YI SHU

# 吃的艺术



人民艺术出版社

# 吃的艺术

---

[台湾] 刘枋 著

文化艺术出版社

· 吃的艺术  
〔台湾〕刘枋 著

文化艺术出版社出版  
(北京前海西街17号)  
新华书店北京发行所经销  
保定市光达印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/32 印张 10.5 字数 213,000  
1991年7月北京第1版 1991年7月北京第1次印刷

印数 00,001—10,000册

ISBN 7-5039-0883-1/J·121

定价：4.20元



### 作者介绍

刘枋女士生于1919年，祖籍山东，长于北京。大学毕业。现任台湾中国妇女写作协会常务理事兼总干事。著有散文集《千佛山之恋》《我及其他》《故都故事》《非花之花》，小说《逝小》，《凶手》，《小蝴蝶和半紫面》，《坦途》，《刘枋自选集》，广播剧《洒巷天使》，传记《大鼓生涯的回忆》，《顾正秋的舞台回顾》等等，素有文坛“五球全能”之美誉。

《吃的艺术》文笔流畅隽永，以慧心及千变万化的创意道出了吃得好是学问也是艺术，本书不仅教读者怎样“吃”，也能丰富读者的生活情趣。

## 欣见《吃的艺术》二合一

《吃的艺术》原为正续二集。这两本书的出版时间，相距有七八年之久。里面的文字，从第一篇到最后，断断续续地写来，拉拉扯扯总在二十年以上。因此，不论是内容取材或遣词用句，都难免冗赘重复。现在，经文化艺术出版社精选整编，合二为一，重行排印，是很合理的事。

我自“年方而立”迁居台湾，四十年来，散文、小说、剧本、传记等乱七八糟的出版了二十五六本，写食谱原不是我分内之事。只因我生平好吃，吃来吃去的就吃出了些儿门道来。“心得”不愿自秘，乃用不是写食谱的方法，写下了一些或长或短的小文，爱我的朋友曾赞美我的这些作品“既好看又好吃”，她的这不通之论，却是深得我心的说法。这里愿用这句话向读者们做自我推介。

正续二集书中各有一序，而且在正集中我曾“刘枋要求，请先看序”，如今为此“新”书我仍提此要求。以上是闲话，下面录我另一篇《能好吃与会吃》，作为本书的正式序言。

首先释题：能吃者，根据大陆北方人语言习惯解释，是说人食量很大，吃起东西来以多当先，如《红楼梦》里刘姥姥口中所言：“老刘，老刘，食量大如牛”者便是。

好吃是说人把吃当作嗜好，无时无刻不在想着吃，无处无地不在找东西吃。

而会吃则是指一个人懂得品味，分得出食物的好坏，懂得如何才能吃到好吃的。仔细分析，前者大半得有天生的一条敏锐的舌头，食物入口便分得出滋味如何，而后者是说有丰富的常识和生活体验，所谓吃过得多，见识得广是也。

能吃的未必好吃，譬如某君，能每餐吃四大碗饭，只要有条咸鱼或几片腊肉就够了，三餐之外，另无所求。如此，他是能吃而不好吃，因不好吃，便无法学到会吃。

某些人可能谓之好吃，终日瓜子糖豆乱嚼，但食量如麻雀，吃上三个饺子就要喊“撑死了”，如此便也很难成为会吃的人。因此一个会吃的人必定兼好吃与能吃。

大家所知道的几位美食专家，如梁实秋先生，老盖仙夏元瑜先生，以及巴西往瑶池去吃蟠桃的唐鲁孙先生，还有略较后进的王大空先生，他们大概都有宰相之腹（宰相肚里可撑船），吃得下，品味的机会多，所以对于食物的精美粗糙，才分辨得精确严格。因他们要求美食，进一步的也就研究出一套在何处可吃到美食，很自然的就达到“会吃到家了”的境界。

笔者能吃的程度，大概略逊于前面所提的诸君子，但好吃则绝对过之。从幼到老，不管做什么，都是以吃当先。在私塾读书时，曾为了偷吃同窗的青涩的酸杏挨过打；抗战在军中服务时，能为了吃一个肉包子来回走二十四里地。前些年遇到了一位初中时的同学，她一下子就记起：“你是那个每下一堂课都吃东西的小胖！”最近两年上山学佛诵经茹素了，

可是办公桌抽屉里仍有消化饼种种的进口饼干，有澎湖的花生、韩国的松子……

既如此好吃，自然也就吃出了些道理来。一位和我有志同的朋友，有钱的时候，我们会跑到一家有名的潮州馆子，一人来罐原盅燕窝，外加一条蒸石斑（蓝萝），半斤焗活虾；假如没有钱，只要有油、盐和面粉，至少我们也能变着方法吃出五六种花样来。这也就是说，除了会吃，我们还会做。

笔者不是什么烹饪专家，也没上过电视，可是所有食谱上的菜式点心，大概难不倒我。而且，无论吃什么馆子，只要端上菜来，不必入口，就可以知道用什么料以及如何做成的。

如果读者认为我吹牛，有书为证，所撰《吃的艺术》及《吃的艺术续集》都是大地出版社的易售之品，更何况如今更二合一的在大陆重印出版呢！

作者

一九八九年七月既望

## 自序

(刘枋要求您：请先看序。)

**我**做人的原则：不说谎，不吹牛。因此，当这本“印刷精美”的书呈献于读者之前时，我必须坦白的说明，这不是我的新作。由于书中每篇文字的长短相若，明眼人一定会看得出这是报章副页上的所谓“专栏”也者。我不是个烹饪名家，很多人都认为我安排我们的方块字儿，或可成篇成章，而操持鼎鼐尚有一手，则实未足置信。可是，说老实话，我自以为对于“吃”，比对于“写”，确实更有心得，原因是我好吃，而并不热爱写作。这也就是为什么我敢大言不惭的侈谈“吃的艺术”了。

至于我怎样一篇一篇的写出这些短篇，张明大姐曾经代我写过说明，她的文章比我好，我抄她的文章如下：

“从卅八年开始，一直到今天，将近二十年的日子里，我这个不太‘主妇型’的人，竟与《家庭》刊物结了不解缘，所以经常对妇女或家庭一类的杂志，都比较注意。七八年前，一个偶然的的机会里，我和刘枋闲谈，说到《中华妇女》月刊上有一个署名赵侠碧的所写的《灶前闲话》，那些有关于烹调的文章，不仅是毫无一般所谓的‘谱’气，而且文字美，传味（我说传味，是因为她写的



是如何做菜，如何调味，写得传神，真有传味的效果），极获我心。我并且说，可惜我的《家庭》版面太小，否则我一定要找她来个专栏，刘枋没有表示什么，只对我一笑。

“其后，就在五十五年夏季，我主编的《新生报·家庭生活》版，突然增版，这时，我不免又想到那位赵女士，于是我商于刘枋，想请她为我拉一次稿，替我写个食谱的专栏，她笑笑说可以。到这时，我才知道赵侠碧者，就是刘枋。

“谈吃的稿到了我的手上，想不到署名的不是赵侠碧，而是柳绿荫（这是刘枋另一笔名）。刘枋一向有多面的写作才能，可是写食谱一类的文章，而且写得如此好，真是在我意料之外。

“《谈吃》每周一篇，陆续在《家庭》生活版刊出，有一天，名作家又是《新生报》副社长的姚朋先生问我，《谈吃》是谁写的？值得一看。我告诉他是刘枋的手笔，他

不免大加赞赏。

“许多写文章的人，对于写家庭版的文字，都不太起劲，似乎觉得那不是真正写文章，所以要写做菜烧饭，就觉得更不足以称为文章了，其实，写大文章或是小文章所表达的内容有不同，但文章的基础则是一样的。刘枋的文笔向以流畅生动见长，而且用辞用句，又有一种熟极而流的功力。谈吃，似乎可以用不着太费周章找辞汇钻典故，反正绿的青菜红的萝卜配上麻油酱油醋就是了，可是不然，刘枋写得别有一番情致，说得通俗一点，

她写得很有‘学问’，所以既有欣赏文章的价值，更有美味的传神，真可谓一篇文章真成了一盘色香味俱佳的菜，大有令人垂涎欲滴之概。”

张明大姐说我写得很有“学问”，此学问者亦即“艺术”。本书中前面的六十余篇是柳绿荫的《新生报·家庭》版中的《谈吃》，后面附录九题，就是赵侠碧的《灶前闲话》，为了敝帚之惜，我未肯去芜存精，一古脑儿都收在这本集子里。

大地出版社的出品一直都是封面精美，印刷考究，我的拙作经姚宜瑛的一番化妆打扮，然后推出于读者之前，想必不太寒伧，于是我也自以为这是本可“赏”（不敢说读）之书了。

作者

一九七五·八·一

## 续集序

吃的艺术续集要出版了，是我做梦也想不到的事。想当年写《吃的艺术》书中一些短文，是被张明大姐硬逼出来的，后来蒙姚宜瑛女士赏识，将它汇印成集，已颇出我意外；原以为对此等文章，绝对无以为继，不料偶然的因缘，又被《消费时代》的主编看中，而施“压榨”。（请原谅，用这两字绝对不是有抱怨之心，而是说我写此等文章的心情。）每期一篇“家乡味”，经过四五年时间，积累起来就有不少字了。姚女士对此似有偏爱，又愿意出版这不见得畅销的东西。按照规矩，出书该先有序，正巧《美食家》杂志创刊，每期为我立了“吃的艺术”专栏，写了《能吃与会吃》，这里借来作此书之序，倒省了我很多事；因为一个人如不能吃又不会吃时，也就不能和他谈吃的艺术了，不是吗？接下来是我那篇原文：

能吃是天生，会吃须有生活体验。

能吃和会吃这两能说词，在大陆上北方人的语言习惯上是截然不同的两回事，而且不能随便混用的。

：能吃是说一个人食量很大，吃起东西来以多当先；如《红楼梦》这本名著中的刘姥姥口中所言：“老刘，老刘，食量大如牛”者便是。

会吃是说一个人懂得品味，分得出什么东西好吃，什么东西不好吃，同时懂得如何才吃到好吃的。进一步的说，前者指的是有一条敏锐的舌头，食物入口便分好歹；后者是说有丰富的常识和生活体验。

能吃是天生成的，会吃则多半由于吃的方面宽广，渐学渐会。能吃的人未必会吃，而会吃的人则最好也有相当程度的能吃。原因是一个人如果胃纳太差，腹小如麻雀，对任何美味都是浅尝即止，这样子就很难达到会吃的最高境界了。

目前大家所知道的几位美食专家，如唐鲁孙先生、梁实秋先生，以及老盖仙夏元瑜先生，他们当年都曾有过宰相之腹（宰相肚里可行船），吃得多、见得广，对于食品好吃歹吃，分辨得精确严格，可以尊之曰：“会吃到家了。”

一般人在年轻力壮之时，多半很能吃，而会吃总要有了相当的人生经验，享受过不少美食美味才能有成。

### 台北餐馆多怪现象

撇开能吃，且说会吃。我深深地感觉到，如今一般人中，能称得起会吃的着实不多，否则也不会大小饭店餐厅，不论掌勺的师傅手艺多么不高明，做出来的菜肴多么不好吃，仍然都是高朋满座的了。

不知是食客们故意装外行，把餐馆麻烦得没办法了，还是餐馆根本把食客当洋盘，才有今日的种种怪现象。我就曾碰到过不少次，有人在广东馆中点鱼香肉丝，在四川馆中点

清炒虾仁，所以弄得平津馆子也不得不备官保鸡丁，湘菜馆子酒席上的原该是“四冷荤”的菜式里，竟有糯米糖藕。

先仅就北方的代表吃食饺子和家常饼来说吧，数一数台北市上以卖饺子出名的饭馆，做得真正能算的是饺子的有几家？一般价钱的猪肉水饺，馅子无一不是由绞肉机将肉绞成肉糜，再打入不少水，成了一摊烂泥，不论是加入白菜、韭菜或韭黄，吃到嘴里都是腻而不香，能使最爱吃饺子的人，也吃不下一二十个。不过，总算皮子还是手工压的；若是去馅留皮，沾好酱油和香麻油吃，倒也可口。

可是，竟也有以纯天津味标榜的地方，饺子价钱贵得吓人，饺子里还可以看得见点碎瘦肉粒儿，而皮却用的是机器用品，只是煮成糟糟烂烂，让吃者误以为真是“薄皮大馅”。还有以价钱高出名的，弄些稀奇古怪的馅子，黄鱼花枝俱全，可是其中配料之粗糙，葱花有拇指大，韭菜有半寸长，也都不合好饺子馅儿的格。一个人一餐纯吃二十个水饺，起码得用两百多元台币；肯去吃的主儿，能说是会吃之人吗？

### 会吃的人懂得选馆子

家常饼顾名思义，是家常吃饭时的主食。有几家做得倒是真够又酥又软又松的水准，能像河南说的：“烙馍，热烙馍，抓起来像铺衬片儿一样。”铺衬者，碎布也。也就是说，饼被抓起，油层薄而松如破布一般。但是，油总用多了点儿。

真正好的家常饼，饼层酥松，饼面上却不见油，是烙熟不是煎熟。以之配菜固然好，没菜空口吃，也得有油香，有

盐味才对。可是这些有名的饼，却纯纯的淡；而他们本店之中又没配饼的好菜。有一次我以乡谊之情，要求那老板：“给我烙的饼，请多少放点细盐。”他板起脸来回答：“我们的饼剂子是早就做好的，没法子加盐啦。您啦！不咸，您沾酱油吃嘛！您啦！”天！烙饼可以沾酱油？“嘛对嘛！”（天津土话，意指“根本不对头嘛！”）说了半天，全是挑饭馆的毛病，好像不如此不能表示自己会吃；其实，笔者完全不是这个意思，只是觉得这种饮食业者有些欺人，信笔而下，不禁牢骚满纸。不过也是借此说明，只有会吃的人，才不至于去上这种洋当。

会吃的人能用合理的价格，吃到够水准的餐饮。这种“会”，一方面是花钱买来的经验；另一方面多注意他人的口碑，不妄信广告宣传。有一次，我和一位河南老乡，两位北平通到一家标榜皇帝厨房的馆子去吃，所吃到的山东牛渣、天津熬鱼，令我这曾久住天津的老山东，瞪眼瞧着不像，吃着怪怪，河南皮渣河南人也说不是，北平炸卷煎北平人认为：“全不是那码子事儿嘛！”只有蛤蜊汤还有味，倒还货真价实，没什么可说的。我算会吃吗？

### 行家指点，平淡也变美味

唐鲁孙先生在一家本不令人满意的北方馆请客，调配的几样菜十分实惠不说，令人惊异的是最后主食韭菜合子，竟然是干烙而成，表面上不见一丝油，馅子韭菜极嫩，虾皮、蛋花，清清爽爽，没有乱七八糟的粉丝啦、豆干啦种种等

等。吃者异口同声：“不知道这儿竟有这么道地的合子！”“是我和老板尚熟，特烦的。”唐先生悠悠然地说。

原来他亲自加以指导过，而且并非一次。他老先生才真的是会吃！

最近川扬、江浙馆流行一个菜，就是蒸臭豆干。我这个容纳百味的人，倒也不否认这是盘极好吃的下饭菜，只是对于把它第一个就端上桌子来，深觉得安排欠妥。拼盘、凉拌、鸡鸭鱼虾都还没到嘴，先空口填上两块臭豆干，既非下酒，又未配饭，舌头上余臭未除，再吃其他美味，总有些“怪怪的”之感；倒不知这又是哪位“会吃”的人兴起头儿的了？

作者

## 目 录

---

- 1 欣见《吃的艺术》二合一
- 4 自序
- 7 续集序

### 正 集

- 1 关于吃蛋
- 6 豆腐的故事
- 10 元宵里的丸子
- 14 猪八戒
- 16 脍不厌细
- 18 烟熏
- 20 烤——火燎
- 22 关于“鸭”
- 24 珍重一只鸡
- 26 锅烧与锅塌
- 28 高丽·拔丝
- 30 菊花锅与涮羊肉
- 32 沙茶·毛肚·鸡素烧



- 34 虾的吃法
- 38 好吃莫如饺子
- 40 再谈饺子馅
- 42 卤菜的秘诀
- 44 酥锅子
- 46 酥肉和酥鸡
- 48 天下第一菜和砂锅
- 50 活鱼三吃
- 52 所欲者鱼
- 54 八宝饭
- 56 年年菜
- 58 大吉大利
- 60 打扫残肴剩菜
- 62 春饼及其他
- 64 馅儿饼和一窝丝
- 66 燕窝种种
- 68 且说鱼翅
- 70 小老鼠——海参
- 72 海参与海茄子
- 74 干贝——江瑶柱
- 76 鲍鱼之肆
- 78 有馅的菜