

梅子 / 著

温情煮意

梅子的写食日记

贰

温情煮意

梅子的写食日记

贰

朝華出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

温情煮意: 梅子的写食日记 II / 梅子著. —北京: 朝华出版社, 2005.5
ISBN 7-5054-1240-X

I. 温... II. 梅... III. 日记—作品集—中国—当代
IV. I267.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 042297 号

温情煮意: 梅子的写食日记 II

著 者 梅 子

策 划 朝华出版社
双城印象

责任编辑 张宏宇
特约编辑 双 城
责任印制 赵 岭
装帧设计 亿点印象·海凝
分色制版 北京新生代彩印制版有限公司

出版发行 朝华出版社

地 址 北京市车公庄西路 35 号 邮政编码 100044

电 话 (010) 68433188 (总编室)
(010) 68413840 68433213 (发行部)

传 真 (010) 88415258 (发行部)

印 刷 北京佳信达艺术印刷有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 700 × 1000 毫米 1/16 字 数 100 千字

印 张 11

版 次 2005 年 5 月第 1 版 第 1 次印刷

版 别 平

书 号 ISBN 7-5054-1240-X/G · 0622

定 价 29.80 元

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换



目

录

0810 找到声音的来源啦。腐乳虾仁炒蛋…001 / 0812 挨踢人士。肉炖小鱿鱼…003 /
 0816 Left behind。酿蘑菇…004 / 0817 不堪被打扰。北极贝…006 / 0818 会哭就会赢。
 咸鱼烧茄子…008 / 0820 惭愧。肉皮冻…009 / 0826 关于阴间的梦。辣鸡爪…010 / 0831
 娃的将来。肉+皮冻=肉皮冻…012 / 0901 你是谁。鱿鱼炒饭…013 / 0902 打击。墨西
 哥的Beef Burrito…016 / 0903 猪头的快乐生日。墨西哥风味的夹馅儿面饼…018 / 0905 有
 时候不经夸。蜜汁梨…020 / 0907 报应。椰丝虾仁…022 / 0911 忐忑。凉调牛油果…023
 / 0912 好斗之人。冰糖莲子雪梨银耳羹…025 / 0913 笨猪头。香蒜鲜蘑菇…026 / 0914
 粗心。土豆焖蛋…028 / 0915 容易入戏的傻子。虾饺和水晶豆沙饺…029 / 0919 切了手



002 >>

指。滑嫩的鸡蛋羹…032 / 0920 做了一顿感动饭。酸菜粉蒸饺…034 / 0921 我才吃了4个菜怎么涮了8个碟? 剁椒蒸鱼…037 / 0922 蒙古的国食。红三剁…038 / 0923 有爱心的人。很好吃的蒸鱼块…040 / 0926 前世今生的纠缠。水煮鱼…042 / 0927 中秋快乐。花生猪脚香菇鱿鱼干汤…044 / 1002 停电啦。鱼香干豆腐丝…046 / 1003 昨天晚上我把自己喝晕了。尖椒炒鱼条…047 / 1004 吧哒吧哒流口水啊。墨西哥式酥皮饺子…049 / 1005 立场。凉调茄子西红柿…050 / 1006 辛苦。香煎鱼…051 / 1007 培养。芋头酥…053 / 1010 你把自己的手当成我的手了? 酸菜鱼…055 / 1011 恶毒。凉粉的分解做法…056 / 1018 昨天这个忙啊! 花菜酿丸子…058 / 1022 威胁。辣味芹菜炒肉沫…059 / 1023 牵一眉而动全猪脸。香煎南瓜豆



目

录

沙饼…061 / 1025 睡了一个大懒觉。南瓜炒牛肉片…062 / 1031 心愿。炆红薯丝…063 / 1101 芝麻谷子的小事。粉蒸牛肉…065 / 1104 暴雨。生菜托 之“含苞待放”…066 / 104 冷。蒸虾酱肉饼（微波炉版）…068 / 1107 日出西山。猪头下厨之“蛋塌豆腐”…069 / 1112 周五早晨。心情大好。嘿嘿。烤土豆条…072 / 1116 透彻地自夸。香辣肉沫拌面…073 / 1117 群众的眼睛是雪亮地。鱼片豆花…074 / 1119 匪夷所思的一个偏方。凉调香干豆苗…075 / 1121 一早发飙。肉沫焖萝卜丁…077 / 1122 节日的季节。酱汁煎鱼…079 / 1129 老了呀。最基本的烘蛋…081 / 1201 笑靥如花。椰奶烤鳕鱼…083 / 1202 驴脾气发作一次。牛肉西红柿汤…084 / 1206 不听话。小红莓果酱…088 / 1207 饭粒儿掉桌子下了。泰国风味



004 >>

的菠萝炒饭…091 / 1208 晨昏颠倒。黄豆猪蹄汤…093 / 1209 七宗礼。葡萄酒煮蘑菇…
094 / 1210 笨人家家有？仿制辣三丁…096 / 1215 不好的梦。马来风味的凉调黄瓜菠萝
片…098 / 1219 追逐太阳。香菇虾米芋头饭…100 / 1220 忍无可忍。抛砖引玉之酱鸡脚
猪脚…101 / 1222 新玩具。烫拌干丝…103 / 1224 圣诞快乐 🍷 黑米香菇与烤鳕鱼…104
/ 1228 回家了。豆豉肉沫香辣酱…106 / 1230 新年快乐。烤面饼…108 / 1231 2004年
的最后一天。三叶草面包…110 / 0105 阴雨。心太软…112 / 0106 我迷上了一只鸟。葱
油虾皮炒饭…113 / 0108 游戏害人呐。葱油芋泥…115 / 0112 ZUMA 终于通关啦。小汤



目 录

包…117 / 0113 悲情人物。糖醋大虾…118 / 0116 又一大早爬起来了。凉调白菜芯儿…
120 / 0117 老恐龙的 2004 大事记。泰式蛋卷…122 / 0118 幼稚。清蒸鳕鱼片…124 / 0121
俺家的丑鱼儿好像长大 LIAO。香辣蟹…125 / 0122 什么声音都是“呼哧呼哧”。金银豆腐鱼头
汤…126 / 0123 怒。绿茶圆子红豆沙…128 / 0125 郁闷和不郁闷。快手菜之炒三丁（藕丁甜椒
丁腊肠丁）…130 / 0127 积极的生活明天开始，咋咋！快手菜之洋葱炒虾仁…132 / 0129 咳咳……
挫折。牛肉豆花…133 / 0130 家歌。手握寿司…134 / 0131 馋猪。给清水美女交作业之香橙
奇异果大虾沙律…136 / 0201 添鱼丁一条。西红柿炒甜玉米…138 / 0203 贱鱼增加。金枪



006 >>

鱼焖饭...140 / 0204 要运动啦。金袋子和金三角...141 / 0206 又添鱼丁。“小南瓜” ...
 144 / 0207 减肥2周了。脆炸馄饨虾...146 / 0209 过年了。三文鱼焖米饭...149 / 0211
 减肥路上的绊脚猪。好吃的培根面包卷来啦...151 / 0215 诬陷。椰奶尖椒焖鲮鱼...153 /
 0216 抢先。金银馒头卷...154 / 0217 后来鱼居上。简单的三明治午餐...156 / 0221 相
 求。甜汁三文鱼...158 / 0224 寂寥。西葫芦船...159 / 0226 独自在家。奶油柠檬蛋...160
 / 0227 小红嘴夭折。银耳枸杞橙糖水...162 / 分类索引...164

找到声音的来源了。

虾仁炒蛋

昨天晚上，吃完饭，我又在嘟哝关于声音的事情。

猪头说没有什么声音，还振振有词地说，若是我能听到声音，应该也能找出声音的来源。我找不到声音的来源，就打定主意不去想这件事情，虽然还是很奇怪怎么回事儿，也有点怀疑我的耳朵……

一个邻居来，说：“什么声音？”我才确信，不是我的耳朵有问题，猪头挠着脑袋很诧异的表情。邻居帮我找声音的来源，折腾半天也找不到。找了另外一个女孩来帮忙，她的耳朵显然是最厉害的，一会儿就找出罪魁祸首——是掉在沙发旁边的一个类似电子记事本的东西发出的！这才想起，前一天晚上，朋友来玩，从电话旁边抓起这个来看，还告诉我说“电池不足了”，然后，忘记关掉电源就合上盖子了，然后，这个

电池不足的东西就不停地发出微弱的声音！害我纳闷儿这么久啊……

我和后来的那个女孩，一直奇怪俺家猪头怎么听不见这个声音，先前来的那个邻居说，这不奇怪，说她刚刚做了听力测试，结果是她听不见低频的声音。或许，猪头是听不见高频的声音？

至此，我能力比他强的地方又增加了一个，总计大概是有2个啦……

- 1) 我的记忆力比他好。
- 2) 有的声音，我能听见他听不见，吼吼吼……



今天说个简单的腐乳虾仁炒蛋。

做法：



虾去皮去沙线，用一点生抽、淀粉、盐腌上一会儿。白色的腐乳1块在碗里碾碎，鸡蛋3个打进去，一起搅匀打散。备好葱花。



锅热油，先炒虾仁至变色，倒入鸡蛋液、葱花，一起炒熟即可。

记得有道菜叫做腐乳虾，这里我又用了自己很喜欢的鸡蛋和腐乳的搭配——很喜欢，觉得很好吃呐……

出去
在山里，
透透气，
应该挺好的

“挨踢人士”。

肉炖小鱿鱼

昨天晚上散步的时候，俺家的“IT人士”非要去马路对面的冰淇淋店买冰淇淋，结果“挨踢”了。

因为，等红绿灯的时候，被我顺便从后面给了一脚。“挨踢人士”吃惊地瞪大了眼睛，说“在外面你也敢！？”——嘿嘿，反正四下无人。

刚刚学做饭的时候，买过一次鱿鱼。费了“老鼻子劲儿”，在鱿鱼片上横着切竖着切，想要弄出个“花花”的卷筒出来。最后的结果是，味道不好吃，卷筒也没出来，灰心丧气，从那以后，再也没有打鱿鱼的主意。

周末的时候，他买螃蟹，我在边上等着。看见旁边就是鱿鱼，就买回一些小的鱿鱼，打算做肉炖鱿鱼这道菜。或许下一次，我可以试着买回大的鱿鱼，再试一次炒鱿鱼——毕竟，现在的我，跟当初比起来，也算是厨艺进步了吧。

肉炖小鱿鱼的做法：



五花肉切块（不过，我用的不是五花肉，是带点肥肉的猪肉，好像是Shoulder的部位。因为，猪头说小鱿鱼本身胆固醇就很高了，虽然，他后来又说他把他的话当回事儿，我还是决定不用五花肉了），用水煮过一遍，煮开以后，倒掉血水，洗去肉上的浮沫，姜切片，葱切段，备用。



锅热少许油，倒入一些白糖、酱油炒出沫沫以后，把肉倒进去，炒到上了颜色，加料酒、盐、葱、姜、八角，加水没过猪肉，大火烧开，中小火炖50分钟左右——确切说，我是炖了49分钟；然后，把洗好的小鱿鱼倒进去一起炖20分钟左右。如果汁还剩很多，就开大火，把汁收干就好了。

写了挺长的一段做法，其实很简单，就是——猪肉飞水，然后炖，然后和鱿鱼一起炖。

《Left behind》。

酿蘑菇

猪说：“跟我到楼下洗车吧。”我说：“你先去，我一会儿就下去。”

过了一会儿，我去找他，却不见人影。车也在原地。怪呀，这么一会儿功夫，他又穿着拖鞋，能跑去哪里呐？以为他故意藏在附近，把周围的角落看了个仔细，没人。又以为他偷偷回家藏着，返回家看看，还是没人。又打电话给他相熟的一个邻居，问他去没去，回答说是没去。这下怪了……想起我刚刚看完的一本书《Left Behind》，里面说到主耶稣在某一天把所有信他的人救到天国，那些人就突然从地球上同时消失了。正在胡思乱想的时候，猪提着一瓶啤酒回家了——原来是被一个邻居叫到家里帮忙搬东西去了。

昨天周日，照例又是在外面吃吃喝喝的一天，没有做饭……



说个前几天做过的酿蘑菇，很简单的做法：



肉馅儿用生抽酱油、剁碎的新鲜虾仁、姜沫、葱沫、料酒、蚝油、油拌好。新鲜的蘑菇洗干净，去掉把儿，倒放在盘子里——本着不浪费的原则，我是把蘑菇把儿又切碎了拌到肉馅儿里了。



把调好的肉馅儿放到蘑菇里，把盘子盖上盖

子或者保鲜膜，微波炉转5分钟。



把盘子里的汁水倒入锅里，烧开，用水淀粉勾芡，再浇在蘑菇上就好了。



1) 用微波炉蒸的时间，应该根据微波炉的功率、做的数量的多少适当调整，以做熟

为原则👉

- 2) 如果不怕麻烦，也可以用蒸锅蒸熟，不用微波炉。
- 3) 馅料的调制，可以根据自己喜欢的口味来弄。
- 4) 不用鲜蘑也可以，我也经常用泡发的香菇来做这个。

呵呵，这个菜，因为简单好做，是我刚刚学做饭的时候的当家菜之一。

不堪被打扰。

芥末北极贝

说起来，我不觉得自己是一个很“独”的人，一般来说，跟大家都能合得来，也喜欢朋友来家里玩。

2004.08.12

可是，最近，真是被一个蒙古小姑娘打扰得有些受不了了……

前些日子的一个聚会，认识了这个蒙古女孩。聊天的时候，的确对她说过，我一般都在家里，她可以找我玩。没有想到的是，她几乎天天下午来，一直坐到猪头下班回家的时候才走。我觉得这样子真的是打扰了我的生活，有时候告诉她说我很忙，可是，她好像不介意——我若上网，她就坐在我家客厅看电视，我若做别的什么事情，她就站在一边看……我也不好意思再说

什么，猪头也叮嘱我不要对她说什么过分的话。可是，家里每天多个外人在那儿看着我的一举一动，真是别扭啊。

刚刚从朋友处学到一个包饺子的窍门：就是擀皮的时候，用淀粉代替普通面粉来做饅面（不知道是不是这样写？），比较好擀皮（不容易粘到案板上），而且煮好的饺子也不会粘连。昨天试了试，觉得真的是挺好的一招。

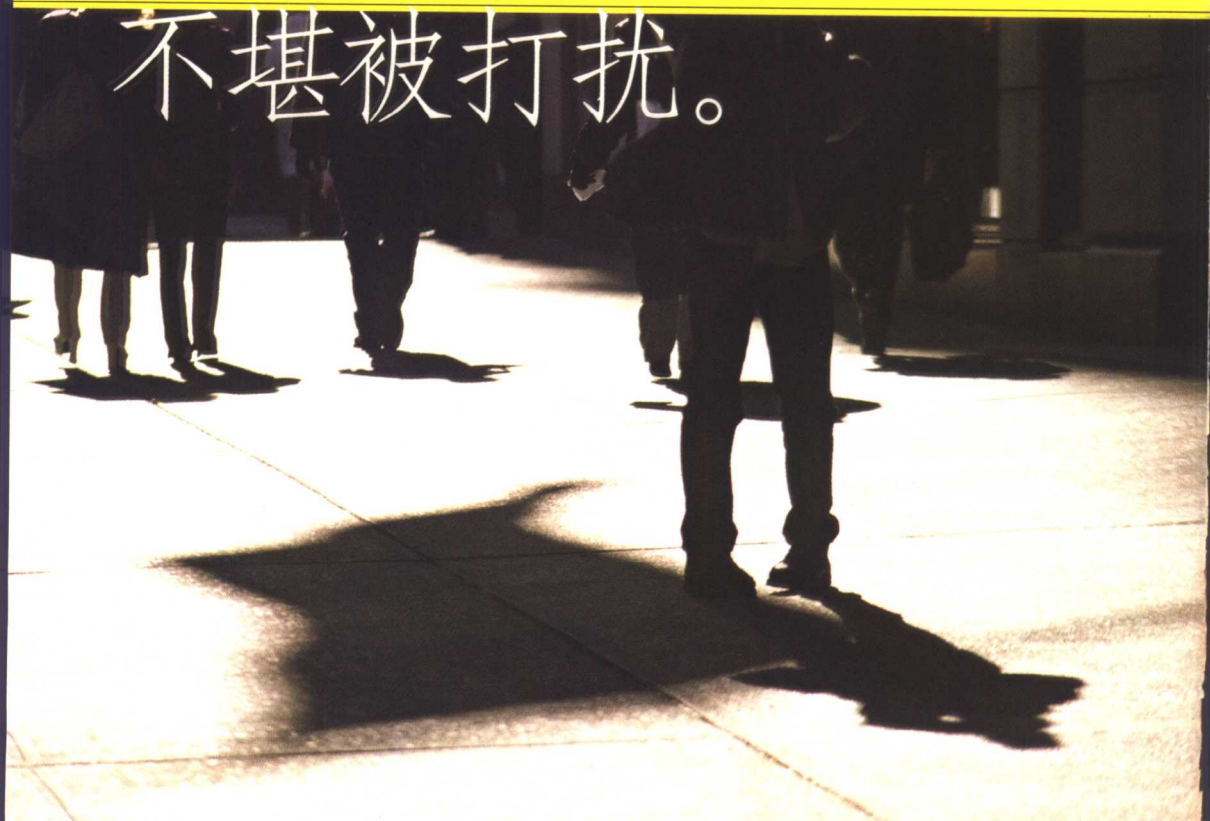
包了饺子，本来不想做菜。不过，想起前几天晚饭吃包子的时候，他还期待有炒菜的神情，就随便弄了两个

菜。其中一个，是这个北极贝。也说不
上什么做法了，买来的就是熟的，所以
就是放在冷水里化冻，然后片开，洗
净，芥末和淡酱油一点点糖调成汁，蘸
着吃。

盘子里的绿色装饰，是我错当成
茴香买回来的——以前不做饭，所以，
也不大认识生的茴香长什么样子。猛
然在超市发现一种绿色的菜，以为是
茴香，美滋滋地买回来做饺子，切菜的

时候，发觉味道不对劲儿。找出标签仔
细看一下，菜的名字是DILL。没敢多用，
就用一个大个的洋葱和少许的DILL和
肉馅儿搅在一起做了饺子馅儿，味道
也还不错。吃饭的时候，一个邻居来给
我送书，顺便请她尝了尝。她是美国
人，吃惯了DILL，直说好吃，还要求带
回去一些。不过，我不确定，是不是
人人都能接受DILL的味道。虽然我和他
都能接受，还是不敢胡乱推荐。

不堪被打扰。





0810 腐乳虾仁炒蛋



0812 肉炖小鱿鱼



0817 北极贝



0816 酿蘑菇

会“哭”就会赢。

咸鱼烧茄子

两个人一起看电视。猪说：“我嗓子有点痛，你去给我拿药来吃吧。”

我最爱看体操比赛了（另一个爱看的比赛是跳水），就说：“你自己去拿”。他就叹气，说我不管他不给他拿药——这是这小子惯用的手法，他支使我给他拿东拿西的时候，我若不去拿，他就会哀叹“老婆不给我……哇”；若是他要喝水，就是“老婆不给我喝水哇”；若是他要餐巾纸，就是“老婆不给我餐巾纸哇”……就这样，一个调子，长吁短叹到我给他拿了为止。我有时候很气，一边给他拿，一边骂他“又不是腿瘸了”，他就咧着大嘴笑。这样的懒猪，真是让人没办法……

前几天，腌了一条咸鱼。就是把鱼身上多多地抹盐，放在冰箱里腌上3天，再拿出来晾干——抹盐腌过几天的缘故，虽然是夏天，拿出来晾干的时候，

也没有臭。然后，做了个好吃不好看的咸鱼烧茄子。

做法很简单：



茄子洗净切块，咸鱼切成块，肉馅一小撮，葱沫、蒜沫、姜沫若干。



锅热油，先炒肉沫到颜色变白，倒入葱沫、蒜沫、姜沫，倒入茄子炒到变色，倒入咸鱼，加水1杯。



大火烧开，小火慢慢炖到汁水收尽就好了。



- 1) 猪头要求茄子一定要炖得烂糊糊，所以，这个菜，我做得很难看，只适合自家吃吃。
- 2) 因为咸鱼的缘故，不必放盐了。

他说鱼腌过以后，肉比较硬，好吃（这句话，听着牙口没问题吧）。又说，茄子若不炖得烂糊糊，咬不动（这句话，听