

T5921/77

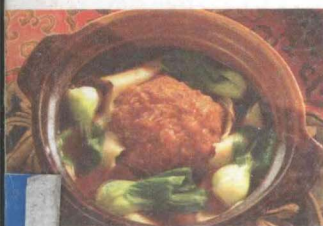
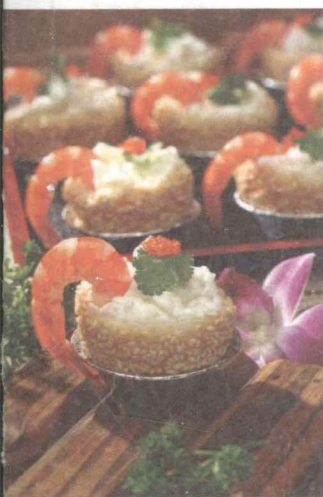
老饕游記

江礼昉 著

古代圣贤说：人之初，性本善。当代老饕江礼昉说：人之初，性本饕。老饕边游边吃，边吃边游，就游吃出来这本《老饕游记》。想看看吗？小心口水噢！



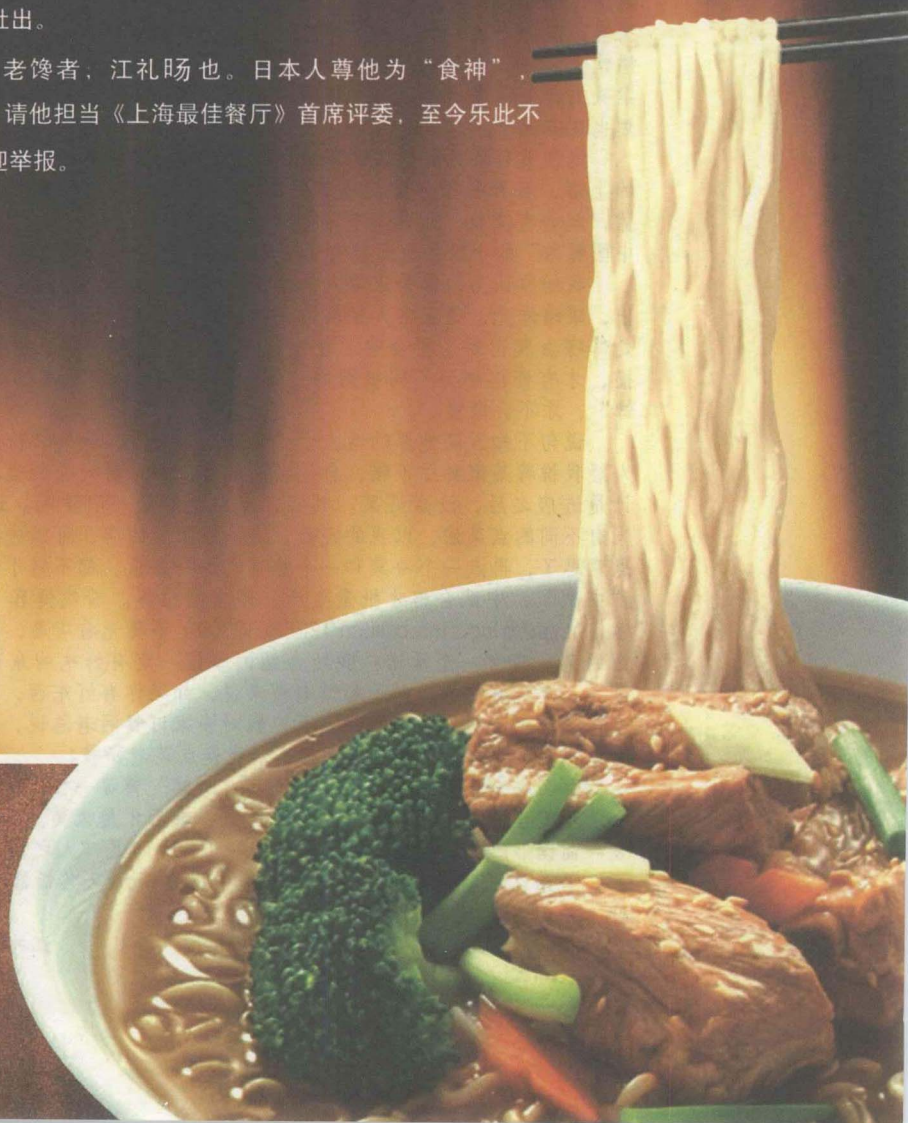
華藝出版社



开 场 白

老饕天天在食坛漫游，鼻子专闻香的、耳朵专听食材在锅里“九沸九变”的曼妙声音（声音里也有甜、酸、咸、辣、苦噢），眼球专门扫描红的、绿的、白的、黄的、黑的各式佳肴，汤菜还是烩菜，抑或是干的点心，湿的小吃……味觉和触觉器官自然是忙，而最忙的，是舌头，老饕的舌头据权威人士研究有特异功能，凡鲜皆逃不过舌头的检验，凡恶味一经接触立即吐出。

请大家记住，老饕者，江礼旻也。日本人尊他为“食神”，《Shanghai Tatler》请他担当《上海最佳餐厅》首席评委，至今乐此不疲。如假包退，欢迎举报。





人之初，性本馋——自序

这本书的书名其实来自一个电视节目的策划。去年，我在林栋甫的《三人麻辣烫》沪语节目里客串过几回。有一次几个人喝酒，谈及来年（即2008年）新打算，栋甫提出做一个“老馋游记”，由他（名馋）、我（老馋）和魏丽（洋馋，罗马尼亚姑娘，嫁给上海人，沪语极好，人称“丽丽”）三人担当，每周一次，找一家有特色的餐馆，饕餮一番，夹杂一些戏谑之言，传播饮食文化。于是才有每吃一家餐馆，留意一下，做一点笔记的准备工作。案头的作业做多了，也选一点拿去发表。但后来东视的文艺频道没有了，计划也宣告流产。

电视节目条件成熟了还可做，不过已经成文的何不出一本书！因为时下的上海，日开餐馆若干，也日关餐馆若干（有时比开的还多），不及时传播，就会有变化。于是就有了褚大为兄和美丽的万小姐在“翠蜓轩，非常·中国餐馆”的小酌，进而就有了定名为《老馋游记》的这本“食记”。

我始终认为，馋是正常人的本性，人之初，性本馋。见到美食，口水渗出，眼睛发光，是正常人才有的正常反应，既不丢脸，也不会招人厌。问题是馋虫爬出后，要会吃、能吃，还要辨别优劣，还要能鉴定，还要能传播，才有资格称为不同级别的“馋人”，到了一定程度，人家称你为“老馋”，才不会惭愧。

说句不知天高地厚的话，干了这项工作之后，我的“粉丝”甚多，但有人经我推荐某家餐厅不错，自己去品尝后，却觉得大失所望。思虑再三，估计是进店之后，没点好菜。其实，点菜绝对是一门学问。进不同的店，应当有不同的点菜法，以我的经验，进一家陌生的店，可以先点一个冷菜，有点意思了，再点一个冷菜和一个热菜，加一点饭。都不错了，下次三、五人“中试”。中试合格才批量生产，即上网推荐。看我博客（江礼赐食神博客，<http://blog.sina.com.cn/12252238300>）不要光看店名，要仔细看我所介绍的菜。我有一个承诺：我所介绍的餐馆一定有好吃的东西。我所介绍的菜，一定是好吃的。对于餐馆老板来说，如果你有好东西，请告诉我，经明察暗访，定不叫你明珠暗投。所以我对多家订餐网老总说，你们想通之后，可以找我。我当然不是订餐小秘书，我是点菜老秘书。

食品安全是最重要的，我在充当“老馋”饕餮一番时，多次提及食品安全。不安全的一定不吃。其次才是健康，最后才是味美。各位亲爱的读者朋友一面读书时，一面检查一下，鉴定一下，是不是“人之初，性本馋”呢？

吾弟江礼明在本书的写作、整理中出力颇大，又各饭馆提供精美照片，在此一并致谢！

江礼赐于2008年金秋

图书在版编目 (CIP)数据

老饕游记/江礼咏著.——北京:华艺出版社, 2008.12

ISBN 978-7-80252-105-6

I.老… II.江… III.饮食-文化-中国IV.TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第204279号

老饕游记

作 者: 江礼咏 著

责任编辑: 郑治清

装帧设计: 北京春晓伟业图书发行有限公司

出版发行: 华艺出版社

地 址: 北京北四环中路229号海泰大厦10层

邮 编: 100083 电话: 82885151

电子邮箱: huayip@vip.sina.com

开 本: 710×1000毫米 16开 印张: 15

字 数: 100千字 图片: 400幅

印 刷: 精美彩色印刷有限公司

版 次: 2009年1月第1版

书 号: ISBN 978-7-80252-105-6

定 价: 39.8元

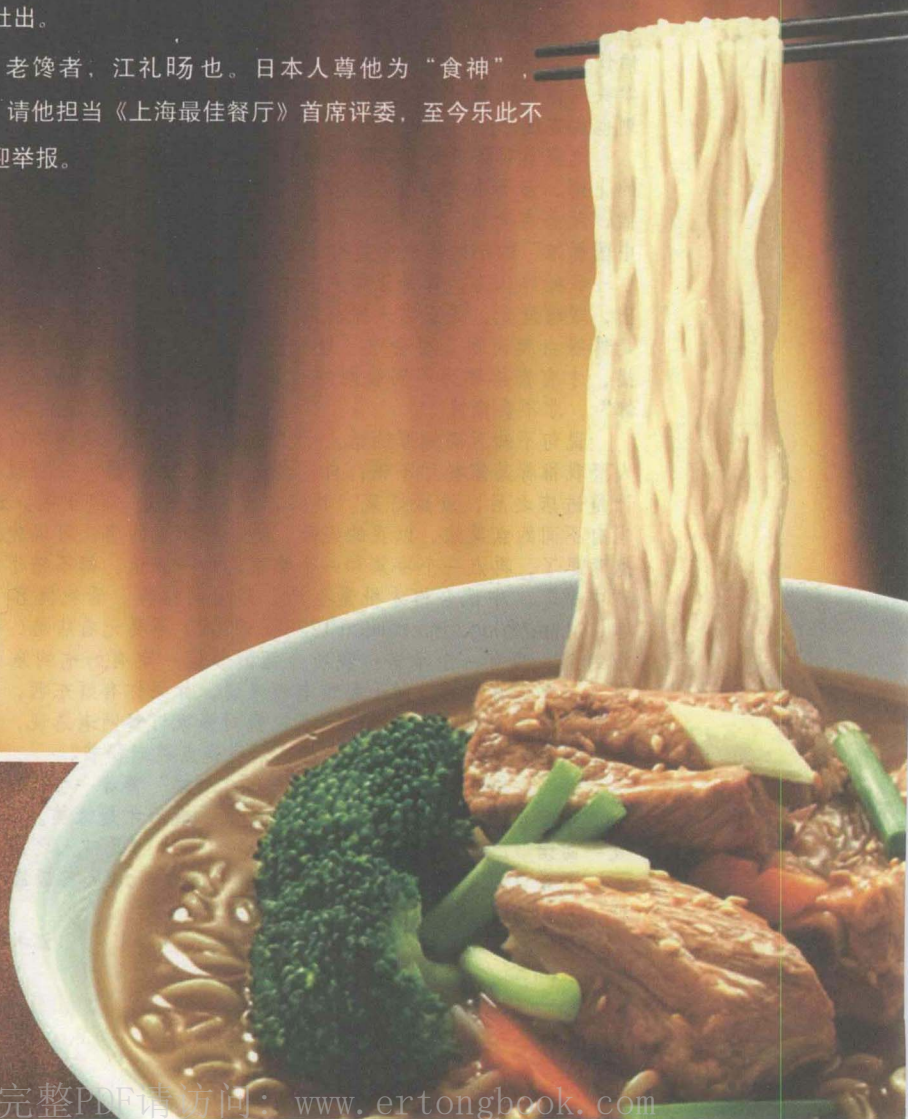
华艺版图书, 版权所有, 侵权必究。

华艺版图书, 印装错误可随时退换。

开 场 白

老饕天天在食坛漫游，鼻子专闻香的、耳朵专听食材在锅里“九沸九变”的曼妙声音（声音里也有甜、酸、咸、辣、苦噢），眼球专门扫描红的、绿的、白的、黄的、黑的各式佳肴，汤菜还是烩菜，抑或是干的点心，湿的小吃……味觉和触觉器官自然是忙，而最忙的，是舌头，老饕的舌头据权威人士研究有特异功能，凡鲜皆逃不过舌头的检验，凡恶味一经接触立即吐出。

请大家记住，老饕者，江礼旻也。日本人尊他为“食神”，《Shanghai Tatler》请他担当《上海最佳餐厅》首席评委，至今乐此不疲。如假包退，欢迎举报。



目录

CONTENTS



目录

CONTENTS



开场白

人之初，性本饕——自序

秀色可餐（评论）/ 1

钟鼓饕玉级的享受——饕玉房 / 3

老宅里品怀旧餐——福一〇三九 / 5

月是中国明——世茂佘山艾美酒店月湖轩 / 7

细节就是美——福禄居 / 9

画家遗情文人心——点石斋小宴 / 12

天鹅湖畔的浪漫——天鹅轩 / 14

世茂皇家 名不虚传 / 18

美食风情礼仪尽在花乐 / 20

水晶苑里龙宫般的享受 / 23

上海滩上厉家菜 / 26

赏心悦目京翅坊 / 28

在私人豪宅中吃饭——福一〇八八先品记 / 30

无限风情在华樽 / 32

新番菜惊现西郊五号 / 36

老板是这样炼成的——经历雍福会 / 39

青翠蜻蜓，秀色可餐——翠蜓轩 / 42

东西交融吃不厌——翡翠36 / 44

近距离接触——一八五一 / 46

中西融合金凤凰 / 48

不时不食（评论） / 50

拉祜酒家美女开 / 52

国庆采蝶轩宏伊广场记 / 54

“灶头屋里”农家菜 / 56

锦华宫里品佳肴 / 58



目录

CONTENTS



目录

CONTENTS



- 最强蟹行家——名轩 / 60
- 土鼠新春品藏菜——探访扎西达锅 / 62
- 老八样和道家馐 / 64
- 见证上海味道——品味老正兴菜馆 / 66
- 烹龙炮凤60年——喜尝李家伯伯菜 / 68
- 老广对上海菜的演绎——黄浦会 / 72
- 老饭店里大师宴 / 74
- 林家铺子私房菜——老灶店 / 76
- 小小馒头大市面——古漪园餐厅 / 78
- 心潮澎湃之美食——海上渔市酒家 / 80
- 张志强和他的“三名”——名家小厨 / 82
- 上海有一家人家——上海人家 / 85
- 致真一品，一品难忘 / 87
- 在白老板家吃饭——白家餐室 / 88
- 颐丰花园品蟹宴 / 90
- 翁家鱼翅——喔依西（好吃）！ / 92
- 巧吃上海菜——品尚 / 94
- 上海1号，要做成上海第一 / 97
- 一年四季有大闸蟹吃——凌珑阁 / 99
- 中华料理——东西南北菜（评论） / 102
- 品尝中国第一菜系——老山东 / 104
- 盛世天府有味道 / 106
- 茉莉香，香申江 / 108
- 上海最高的川菜厅——天府楼 / 110
- 渝信川菜，辣乎？麻乎？ / 112
- 雅新鱼翅 / 114
- 潇洒杭菜又重来——刘家厨房 / 116



吃的就是“鲜”——相遇明港海鲜大酒店 / 118

刘家香，有点香 / 121

一品难忘——涌金楼 / 123

姑苏面点，海派行菜——细品鸿瑞兴 / 125

姑苏名饌入面来——沧浪亭 / 128

海上黔菜香 景观餐厅美——黔香阁 / 130

欣然息影去 洗手作羹汤——遭遇“老巷”人生百味 / 132

朵颐大快君悦轩 / 134

汤正饭香——尝味藏乐汤坊 / 136

喜尝鹿港小镇 / 138

仕格维中菜也精彩——华府轩 / 140

天道酬勤 / 142

明月几时有——海上明月 / 144

美食无国界（评论） / 146

黄金城道大马菜——甘榜小厨 / 148

一番饕餮居食屋 / 150

好吃是硬道理——再谈融合菜 / 153

日菜乎？中菜乎？——过门香 / 156

去托斯那亚意大利餐厅 / 158

因为非“常越”，所以非常“越” / 160

难为无米之炊 / 162

巧遇“青蟹局长” / 164

天上人间一筷下——探秘萤七人间 / 166

菜点结合 / 168

从一碗汤开始的故事——丰收日 / 170

川菜大厨的新理念——走进“邓记·外滩” / 172



目录

CONTENTS



- 天长地久，善缘永续——冰火缘 / 174
- 吃出健康，煮出幸福——健康煮 / 176
- 火锅可以这样吃——富甲天下 / 178
- 精彩犹存 美食常在——作客“名家私宴精作坊” / 180
- 啤酒餐厅也很精彩 / 182
- 模糊品味小议 / 184
- 话说打包袋 / 186
- 听拳王论茶，品普洱真味——康雍乾普洱茶庄 / 188
- 也是一种“申遗” / 190
- 体验上海“姚餐厅” / 192
- 广东烧卤风味独特 / 194
- 家藏菜 / 196
- 居家食蟹爽事一桩 / 198
- 开窍 / 200
- 私房菜 / 203
- 阳澄湖雨中品蟹记 / 208
- 也许是最好的铁板烧——新滨铁板烧 / 210
- 中国菜 / 212
- 融合就是和谐 / 214
- 点击上海味道 / 216
- 无为而治 适口者珍 / 218
- 厨师的万年粮仓——万年粮仓 / 222
- 年夜饭的味道，想重尝可不易 / 224
- 桃花流水 / 228
- 我和粽子有个约会 / 229
- 附录 / 230





秀色可餐 (评论)



“秀色可餐”，如今成了对女色馋涎欲滴的形容词了。其实，引申发挥者是大大的错了，简直是低级错误，不可理喻。秀色可餐，当然是指“秀色”和“餐”的和谐，零距离接触。首先，从本义上说，起码是指好景色引起好食欲。我在金茂楼上进餐时，服务生送上一份银鳕鱼；在阳澄湖中大嚼螃蟹时；在东海渔场亲手抓住



秀色与美女

一条渔人刚捕上来的黄色，这小傢伙在我手心里乱动，我抓了一手腥时，都会有这种感觉。引申对女色的爱时，也是因为进餐时，有一位可人的美眉一旁坐着，优雅地举着刀、叉，一小口一小口嚼着牛排；她的体香、气息、面容、体态，使你感到食、色真是人的两种本性，因而有五官齐用，同时享受两种美的快感、惬意。

“食”和“色”的感受，怎么会这么快融为一体呢？不但因为两者都美，而且因为这在心理学和美学范畴，是一种通感。就好比听到一首好歌，心里赞叹：多甜美呀！噪音是用听觉来感受，味道是用味觉、嗅觉来感受，三者居然可以相通，这就是通感。



牛排

“秀色”是一种最高境界的美，秀色当然可餐（一要“秀”，二要“色”）。如果在秀色面前，毫无知觉的话，你就不是一个男人了，至少在精神上。因为你可能已经被阉了，当然主要也是在精神上，可能还要搭上肉体。也许是人阉，也许是天阉，谁知道呢？



银鳕鱼



钟鼓饌玉级的享受——饌玉房



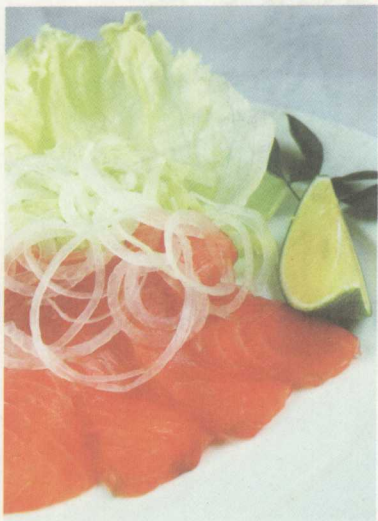
饌玉房

地址：巨鹿路876号(近常熟路)

巨鹿路如今成了美食街。不过，这里的餐馆并不张扬，至少给人一个不事张扬的印象。但是每次到巨鹿路（近常熟路）有一家门牌号876的经典场所给老饕特别深刻的记忆，还不曾进去走一走，瞧一瞧。这次，承《东方商旅》杂志总编林俊及他的朋友董莹小姐邀请，来到了饌玉房（铁板扒房）品尝，地址是巨鹿路876号，才恍然大悟：“不看不知道，世界真奇妙！”

饌玉房真值得好好看一看，踏着三转四弯的小桥入内，耳边是流水潺潺，客厅里壁炉中，熊熊的烈焰透露出融融暖意，墙上挂着的油画显示出主人的独特品味。也可以说是主人追求人生完美的最终体现。服务生引至扒房的料理台，和年轻的料理师交流——融合——渐臻和谐。我们将在这里享受日式料理（和风）同西餐（洋食）的零距离接触。





三文鱼刺身

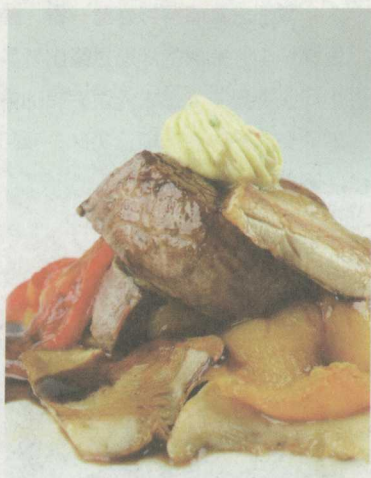
一盘刺身拼盘上桌，三文鱼、金枪鱼、绿海藻，就像刚从海里捕来、采来那么新鲜。还有从法属喀尼多尼亚岛来的天仙虾，也是新鲜得刚刚钓上来一般。那么好的食材配一点切得绝细的萝卜丝，抹一点绿芥末（辣根），再蘸一点点酱油，鲜、香、冲（一丝）一起袭来，顷刻到位。当然，还少不了调香的南天竺叶。接着是地中海蔬菜牛尾汤，清则近醇，淡（而不薄）则存真（李渔语），配的是培根芝士面包和蒜香面包。

到此时，胃也开了，口也润了，香煎鹅肝隆重登场，料理师裱在盘子上的是日本海苔酱。那是由烤鳗骨原汁配日本海苔菜搅拌而成。鹅肝外脆内嫩，油而不腻。然后来的是蔬菜色拉，口腔为之一爽。其中妙的是菌菇沙司，菌菇拉油后，加入醋、酱油再熬。仔细嚼嚼，还有整块海鲜修切下来的“边角”，总之很鲜。从大连

“乘机”而来的活鲍是口味转换的关键。

鲍鱼一边煎一边还在扭动，其肝比肉还要嫩，十分可口。菲利牛排上桌使味觉又一高潮速来。澳洲牛肉最佳部位，煎至三分熟，配以白灵菇和芦笋。牛舌（舌根部分）不可不吃，齿感和舌感都和牛肉不同，层次分明。

年轻朋友吃甜品（苹果、李子、猕猴桃、西柚组成的水果拼盘及芝士蛋糕）时，老饕想起李白的《将进酒》。酒仙说：“钟鼓饔玉不足贵，但愿长醉不愿醒。古来圣贤皆寂寞，惟有饮者留其名。”真是醉态毕现，憨态可掬。钟鸣鼎食不稀罕，只有长醉不醒，一销万古愁。今天我们对美食的感觉和千余年的诗仙完全不同，只感到肉体是匆匆过客，美食绝对是永恒的。怀着对饔玉房景观、美酒和佳肴的恋恋不舍，暂别了这美食的好去处，来不及欣赏的，下次再来。



特色菲利牛排



老宅里品怀旧餐——福一〇三九



福一〇三九

地址：愚园路1039号(近江苏路)





有一次，“老上海沙龙”到浏河去参观郑和航海始发地——刘家港，同行的程乃珊悄悄告诉老饕：“上海有一家老房子里的会所菜好吃得勿得了，恁想去不？”老饕一听，馋虫直往上爬，忙问她朝南朝北，店名是什么。乃珊说，店招等于号码，号码等于店名，因为这家店在愚园路1039号，名字就叫“福一〇三九”。

和上海名媛程乃珊夫妇、“老克勒”林栋甫夫妇在当年上海法国银行总裁冯·莫里家小洋房里吃经典上海菜是难得的美食体验。六、七十年前，从巴黎到上海赴任的冯·莫里为了安抚居无定所的太太和女儿，将这幢法式小洋房作为礼物送给太太，不想太平洋战事开始，一家三口被日寇送往集中营，女儿因营养不良死在集中营中。日本投降后，鹊占鸠巢的日本人被撵走，老夫妇收回房子，却已心灰意冷，将这幢房子捐给教会幼儿园，黯然回国。如今，这幢历史积淀颇深的老宅整修如旧，开出“福一〇三九”。在这里享受经典上海菜，这次第，怎一个“福”字了得？

进餐人数多寡丝毫不影响点菜程序，因为这是中菜西吃，每人一份。像正宗法国餐厅一样，男侍应生将佳肴静静地端上长长的大菜台子。不过，前菜却是最经典的熏鱼、熏蛋、糖藕，菜品精致、美观，味道绝



熏鱼



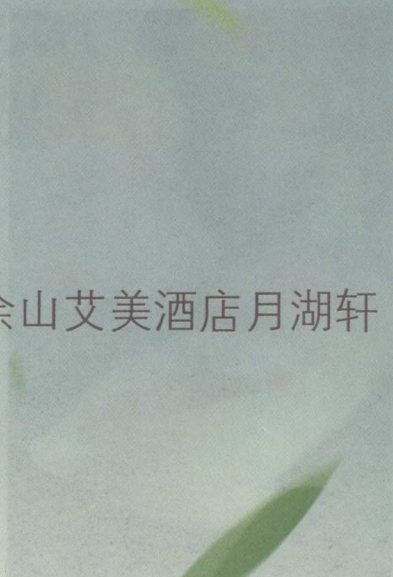
鸡火干丝

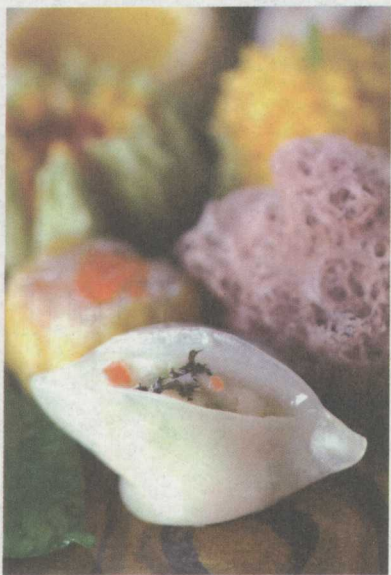
对到位。鱼香鲜、蛋嫩软（滂黄）、藕酥糯（不太甜），食毕齿颊生香。主菜清炒河虾仁个头不大，却新鲜、真实、弹牙。蟹味三拼，放在一个本色白瓷盘（这样收扮、上菜）中，却要经过三种烹饪过程。芝士焗蟹盖，将蟹黄、蟹肉（六月黄现拆）放在蟹盖内，加上芝士（奶酪）入烤箱焙烤。蟹柳芦笋是炒菜，荤素搭配，强强联合。鲍鱼的味道自不必说，而蟹味麻球，却是蟹粉包在麻球内炸成。上汤芦笋拼黑椒牛仔粒，也是一炖一炒两种技艺并“呈”在白瓷盘内。鸡火干丝是盛在白瓷碗中，鸡丝、火腿丝、干丝“躺”在高汤中，任怎么吃都是一个“鲜”字。点心是冰沙云吞拼萝卜丝酥。就是馄饨（虾胶为馅）冷吃，而萝卜丝酥形状像蟹壳黄。甜品是酸奶南瓜布丁，酸奶做成的布丁盛在日本迷你小南瓜中（南瓜蒸熟做盛器，上桌的都可吃），老饕是不能吃，但看看他们吃得挺开心，一小口一小口享受着，仿佛自己也享受了。

今天的辉煌是一种实力，而昨日的辉煌则是一种文化，传统和创新相结合，摩登和怀旧相交融——这就是上海。

A woman in a red dress stands in a room with a red wall and a window. The room has a rustic feel with stone walls and a small table with a vase.

101





点心

艾美酒店远离市区，在松江境内（和青浦交界的）佘山脚下。老饕家住虹口，先打的到漕宝路静安新城接了助手，而后直赴佘山。“差头”司机眼光颇为前瞻，在车上装了个卫星导航系统，随着导航系统的指令，以最为简捷的路径，顺利到达佘山。

由国际品牌酒店管理公司管理的月湖轩很豪华，配得上五星级的标准，在饭店就餐的老外居多，艾美酒店坐拥山水风景特色，并在佘山的月湖边上自挖人工湖，与月湖连成一体。其中餐厅却是以简约主义的理念来装潢，和自然环境融为一体，十分大气。为客人创造一个在湖光山色中享受超值美食的感觉。

菜肴以粤菜为主，兼顾本帮菜，食材选择比较严苛，烹饪技艺中规中矩，菜品可圈可点，品质好坏比较真实。冷菜

量不大，但味道很好。荷兰豆北极贝，都切成粗细适中的丝，调味也很鲜美。爽口笋尖，长长的鲜笋丝在咸鲜调味之外，又有一点辣油，微辣的口感更能“吊”鲜。奇异果乳猪件，完全符合“南烧北烤”要求。由于烧乳猪有点肥，以奇异果来除腻。外面还包以薄饼，比较好吃。

热菜非常丰盛。小笼蒜香虾球，用小明虾烹成虾球，再加蒜泥在小笼中蒸成，虾肉弹牙。风味牛仔粒，鲜嫩的牛仔粒以黑椒汁为调料，汁水很多。香芒鸡，鸡片软炸，辅以芒果片，口味清爽。清蒸笋壳鱼，鱼很新鲜，蒸鱼的时间很准确，因此鱼肉有点“飘”，大约师傅是潮州人。白灼芥兰，灼毕加葱丝和油（生葱熟蒜）豉油王口味也正。点心冰皮雪媚娘，皮子软、糯，馅心中芒果味浓，而甜味较少。看来，厨房里有香港厨师，做的是港式粤菜。

五星酒店的服务自然规范，热情但不过度，客人合理要求完全能够满足，迎宾小姐楚楚动人。回程中，见几辆加长的大卡车，满载着高尔夫的拾球车，疾驶向邻近的高尔夫球场。不过来这里就餐，一定得配私家车，否则连“差头”都没处叫（我们的那位“差头”司机一直等候在饭店门口，原路将我们送回）。



烤乳猪