

日本之味道

每一餐饭都是心灵的盛宴
细微的幸福在佳肴美饌，更在舌尖

生活方式的执念不容许对世俗有丝毫的妥协
料理的美学是日本的饮食理念

「日」北大路鲁山人

白雪

译 著



文化发展出版社
Cultural Development Press

日本之味道

[日] 北大路鲁山人
白雪 译 著



文化发展出版社
Cultural Development Press

图书在版编目 (CIP) 数据

日本之味道 / (日) 北大路鲁山人著 ; 白雪译. —
北京 : 文化发展出版社, 2018.8
ISBN 978-7-5142-2379-8

I. ①日… II. ①北… ②白… III. ①饮食—文化—
日本—文集 IV. ①TS971.203.13-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 156139 号

日本之味道

(日) 北大路鲁山人 著 白雪 译

出版人: 武 赫
责任编辑: 孙 焯
责任印制: 杨 骏

责任校对: 岳智勇
排版设计: 白红梅

出版发行: 文化发展出版社 (北京市翠微路 2 号 邮编: 100036)

网 址: www.wenhuafazhan.com

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京亚通印刷有限责任公司

开 本: 787mm×1092mm 1/32

字 数: 150 千字

印 张: 6.5

印 次: 2018 年 8 月第 1 版 2018 年 8 月第 1 次印刷

定 价: 48.00 元

I S B N : 978-7-5142-2379-8

◆ 如发现任何质量问题请与我社发行部联系。发行部电话: 010-88275710

目 录



第一卷 星冈茶寮

初到东京 /02

餐厅的经营之道 /04

料理之心 /07

对料理师的聘用 /10

食器乃料理之衣 /12

海之蓝与天之蓝 /18

美味畅谈 /23

宰杀鳗鱼之法 /23

食而不择 /24

朝鲜牛肉 /28

豆腐之味 /29

中国料理和京都料理 /30

第二卷 海鲜与河鲜

海 鲜 /34

鱼 肝 /34

绶糠鱼 /36

鳗 鱼 /39

金枪鱼 /45

初上市的鲷鱼 /52

海中河豚山中蕨 /55

烤马头鱼 /57

美味冷鱼片 /59

白味噌腌活乌贼 /61

东京引以为豪的鲍鱼 /62

拌鲍鱼片 /64

清蒸鲍鱼 /66

居家施食之随想 /67

河 鲜 /69

香鱼之香，在其内脏 /69

香鱼的食用方法 /71

香鱼的料理方法 /75

伪劣香鱼 /78

吃香鱼乃是种品位 /82

特殊的泥鳅 /85

第三卷 日常美食

小吃 /90

- 时鲜竹笋 /90
- 美味豆腐 /92
- 汤豆腐 /94
- 炸琥珀 /96
- 花椒 /98
- 黄瓜 /99
- 白菜汤 /100
- 三州风味之小芜菁汤 /102
- 烩年糕 /105
- 火锅 /108
- 熬制高汤 /113
- 海带糊 /117
- 海带糊汤 /120
- 洛北深泥地的莼菜 /121
- 茶碗蒸 /123
- 夏日小味 /125

茶泡饭 /129

- 关于茶泡饭 /129
- 金枪鱼茶泡饭 /132
- 纳豆茶泡饭 /137
- 海苔茶泡饭 /139
- 咸鲑鱼和咸鳟鱼茶泡饭 /142
- 咸海带茶泡饭 /143
- 对虾茶泡饭 /145
- 天妇罗茶泡饭 /146
- 杜父鱼茶泡饭 /147

第四卷 异国美食

田螺 /152

野猪 /155

蟾蜍 /162

海参花 /167

寿喜烧和鸭肉料理 /170

吃鲱鱼子的声音 /175

夏威夷的蛙 /178

美国的猪肉与牛肉 /181

第五卷 料理笔记

寿喜烧 /186

手握寿司 /187

家禽 /189

蔬菜 /191

天妇罗 /192

烤鳗鱼 /194

生鱼片 /196

河豚 /198

香鱼 /199

甲鱼 /201

第一卷 星冈茶寮



初到东京

我初次到东京之时，尚还年少，那时京桥那边一家啤酒酒店正在举办活动，所有啤酒都是五折。我很想喝，便去了那里。可到了那里又想先吃顿西餐。不过那时我对西餐一窍不通，也不知道beefsteak（牛排）是什么东西，我也不知要点些什么食物，便点了这菜。但我还是有点担心，害怕这菜是我之前点过的，于是就想出了一个法子——将旁人点的菜名记着，随后便耐着性子等那桌的菜上来，看看这菜是什么样子，若是菜品太过奇怪，那我就直接走了。不过好在送上来的菜和旁桌的一样，我终于安了心。而后我又跟着旁边的人点了fry（法式炸薯条），因此也就记得这两个西餐名……那个年代的西餐厅还保留着日本餐厅的习惯，还会叫新桥那边的艺伎过来陪席。那会儿，在味治还是三共的附近有家西餐厅，叫“伊太利”的，馆子里那个厨师说自己会做两

百多种不同味道的通心粉，其中最满意的就是亲手制作的意大利“乌冬面”。那段时间我便趁着这大好机会，日日都去餐厅里点不同的通心粉品尝。由此可见，我对吃食一向是愿意花心思的。

不过去的时间长了，人家厨师便受不了了，每日都要换着花样做吃的，实在是不太现实。即便我每日都会提前给他结账，再多加几十日元，他亦是黔驴技穷了。此事距今也有十七八年了。

还有一件事，也是发生在那段时间里的。有家餐厅，拿手菜是咖喱饭，餐厅老板娘不知是在去年年底还是今年年初的时候给我寄了一封信，信上写着：“我至今都还留着当年您送给我的一张画着我的画像。您若有时间，便来我的店里坐坐吧。”不过如今，我遍寻不见这封信。

餐厅的经营之道

在日本，无论是在鳗鱼店，还是寿司店，抑或是其他餐厅，人们所食之物自然都是日本料理。只是现在的人心思都不在料理上了，若是有十种料理，他们只需知晓其一，便再不会去了解其余的种类了，如此自然也不会有人能精通全部料理了。星冈之所以能算作一家日本料理店，是因为日本人吃的任何一种食物都可以在这里点到。诸位须知，无论是西餐还是中餐，其皆有一套自己的做法，为了能做好这些料理，我费了许多心思添置了能配得上它们的厨具。我经营星冈的初衷并非是求财，故而星冈所有的收入只是刚好能平衡其开销罢了。我知道市面上其他的料理店都是以赚钱为目的，厨师和老板也只是雇佣关系。对于那些开店者来说，经营料理店同赌马那些低俗的赚钱游戏并没有什么差别。我是做不到的。

所以，现在的日本几乎没有几家料理店会真正重视料理之道，将其视为一种享受。他们不懂何谓料理之道，也不明白为何东京的星冈屹立十年而不倒，怀疑大阪的星冈能经营多久。这也是我开设星冈的原因，我想经营的是一家真正的料理店，我想让日本的料理一行重新崛起。我相信只要是用心做料理，那么无论开的是牛肉店还是其他类型的餐厅，无论是开在东京还是别处，都是殊途同归的。星冈之所以独一无二，也是因为它所追寻的就是料理本身。如此说着，虽有自夸之嫌，但也确是事实——只为赚钱而经营是做不好事情的。放眼当今的餐饮行业，所见的皆是那些掉进钱眼里唯利是图的商人，他们一门心思便是如何将五日元的东西以十日元的价格卖出，要么就让自己的妻子抛头露面，服务客人；要么就是自己出面，点头哈腰地赔笑脸……可于料理一事上，他们一窍不通。进了厨房也只会低头做菜，这便导致很多料理店的问题根源——盛放食物的餐具不对。食器与食物是相辅相成，如同夫妻的，但他们不去关注每种食物应该配什么食器，只随使用些配菜或是其他东西随意一搭配就糊弄过去了。你若是再问他应该以什么样式的餐桌和食器搭配以及餐桌应如何摆放这一系列问题，只怕他也是回答不出什么的。这样胸无丘壑，毫无见识，

利欲熏心之人，又怎么可能成为顶尖的料理师呢？因此，在这样的社会背景下，星冈更像是一所料理学院，就如只招收少佐之上的人的陆军大学一样，星冈做的是真正意义上的料理。也正因如此，星冈才与众不同。否则又怎能吸引到世间的名流贵族来此呢？他们可是重视金钱，绝不将钱财花在无用之处的人啊。大阪的人也是明白的，东京星冈已经经营十年之久了，到底还是有些许想法的，不似一些无头无脑之人，总觉得星冈的繁荣就如赛马场上猜中哪匹马能获胜一样，全凭运气罢了，殊不知没有任何人或是事物可以凭借运气成功了十年的。不过，他们也只能用“运气说”来平复平复自己心中的不甘了。

虽然都说无奸不商，无商不奸，但星冈并非如此。星冈所奉行的一向都是武士那种“胜于素日”的认真姿态。它便如一位态度强硬的公子，行事专注，也只有如此做派才能吸引到社会名流。此话虽有王婆卖瓜的自夸之嫌，但既然无人提起，我也只好亲自点明了。星冈的成功便在于它坚持初衷从未改变。就如丰臣秀吉一般，作风强硬，态度明确，不为名利所动，故而成为一代英雄。

料理之心

我在经营星冈茶寮初期，曾放言要将日本料理进行一场改革，大刀阔斧地整治一番。后来有一位料理师对我有一句评价，但凡是下厨做料理后所留下的垃圾，都只是别人的三分之一。这确实是我引以为傲之处。只要是我动手，我必定会物尽其用，把浪费降到最低。记得有一次我到厨房去，正好看见有人在准备萝卜蘸酱这道菜。萝卜皮被全部削去，丢在一旁。我试探性地问他，准备如何处理这些萝卜皮，他就是一副满不在乎之样，说道：“丢了呀。”这不，其虽然不算什么珍稀物品，随意弃之也无不可，但若将它放到米糖酱中腌制一会儿，就能成为一道菜品的。或者是再另寻他法，亦能将其变为重要食材。

萝卜皮本是萝卜身上最有营养，且最有味道之处。但是不懂料理的人，却将它视为废物，然后说我的做法

是变废为宝之举，着实是一派胡言。我在镰仓的那段时间里，每逢吃萝卜之时，都是直接去地里现拔，那萝卜是极为新鲜的。面对如此鲜嫩的食物，我自然是连着皮一起吃的。若是要舍弃萝卜皮，那要么就是为了招待客人而求美观，要么便是萝卜放置的时间太久，使萝卜皮失了价值。然而那些在料理之道上一窍不通之人料理萝卜，便会将萝卜皮削去，实乃是对食物的浪费糟蹋，愚蠢至极。

对于他们来说，便是给他们最新鲜的镰仓萝卜，他们也照样削去萝卜皮。若他们是在给我做菜，我肯定会阻止他们。但要是遇上一些挑剔做作的宾客，为了配合其要求，我们也只能将萝卜皮削掉，这些事都是随机应变，不可太过死板的。我这所说的不懂料理之人是指那些从一开始就觉得萝卜皮无甚用处之人。其实不仅是萝卜皮，山葵亦是如此。它颜色嫩绿，口感清脆，有些辣味，若是用心料理，做纯清爽可口的小菜，送到宴席之上，也是一味极好的食材，而且很少能找到比它味道更好的食材。然而若是不愿意费心去学习研究料理之道的人，那他对这些食物也只能束手无策。

也许有一些年轻气盛的人会觉得我如是说太过尖酸刻薄了。但在我看来，非如此说不可，做食物的材料很多，

数以万计，每一种食材都是集自然之灵应运而生的，各有其独特之味，难以代替。但若只是由于自己不会料理，便随意将食物丢掉，那怎配称为料理师，又如何能体会到料理之趣？所谓料理，便是将食物可用之处发挥得淋漓尽致，物尽其用，能做到这些要求的方可称为料理师，而这些便是我所说的料理之心了。

对料理师的聘用

当今世道，不知是经济萧条，使得下岗失业之人与日俱增，还是做料理之人实在太多，之前星冈茶寮才会将“招聘料理师”的广告诉诸报端，这则广告不长，不过寥寥十行，却引得数百人前来星冈应聘。

不过我今日要在此旧事重提一番，首先声明这并不是因为星冈的料理师人手不够。

良宽^[1]说过“料理师所做的料理让人不舒服”，所以真正的料理师，必须要能创造出令他满意的料理作品。因为不论在任何时间，任何地点，他都能分辨出料理的好坏。

诸如此类的料理师，必须对料理的味道时刻保持高度的敏感，他不仅要会品尝食物中的味道，会识味，而且在膳食之外，还要懂得修行之道，提高自己的品位。

我想要的料理师，绝非一心只在乎每月工资多少的

[1] 良宽：1758—1831年，江户时代后期的诗人、书法家，后出家。