

把食物放进嘴里，  
会有各种气味、  
质感和层次；

放进社会和历史里，  
所透显的正负明暗和角度光影，  
就更加折射变换，  
摇曳迷离。

作者在书中信手拈来食物与人、  
与社会的文化观察，  
写起五湖四海的饮食文化、  
流传春秋的历史，  
皆丝丝入扣。



饕餮  
贪食者也

《饕餮书》，  
说的不是美食，  
也不是贪吃，  
而是食物与社会的关系。

饮食也许真是一头怪兽，  
移形换影光怪陆离，  
可怖可笑又可爱，  
而不管这怪兽变成老饕、  
馋猫还是美食家，  
始终不停地在咀嚼时间，  
生产意义。

饕餮书

# 饕餮书

梁文道《开卷八分钟》盛赞的美食作家

循着食物的色香，赴一场文化盛宴。  
美食在腹，诗书在心。

- —— A Memoir of Food and Culture
- —— 厨房即书房，锅铲为笔墨。

蔡珠儿  
著

The Foodie  
Book

山珍海错田蔬河鲜，煎炒煮炸蒸溜熬炆。细数食材的前世今生，品读饮食文化的幽微滋味。

饕餮书

蔡珠儿  
著



生活·读书·新知三联书店  
长江文艺出版社

The Foodie  
Book

新出图证(鄂)字03号  
图书在版编目(CIP)数据

饕餮书 / 蔡珠儿著. — 武汉: 长江文艺出版社,  
2019.10  
ISBN 978-7-5702-1130-2

I. ①饕… II. ①蔡… III. ①散文集—中国—当代  
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第109897号

著作权合同登记号: 17-2019-155

本著作物经厦门墨客知识产权代理有限公司代理, 由联合文学出版社股份有限公司独家授权北京时代华语国际传媒股份有限公司, 在中国大陆出版、发行中文简体字版本。

责任编辑: 张莹莹  
封面设计: 吉冈雄太郎

责任校对: 许 罡  
责任印制: 张 涛

---

出版:  长江文艺出版社

地址: 武汉市雄楚大街268号 邮编: 430070

发行: 长江文艺出版社

北京时代华语国际传媒股份有限公司 (电话: 010-83670231)

http: //www.cjlap.com

印刷: 唐山富达印务有限公司

---

开本: 880毫米 × 1230毫米 1/32

印张: 5.5

版次: 2019年10月第1版

2019年10月第1次印刷

字数: 113千字

---

定价: 45.00元

---

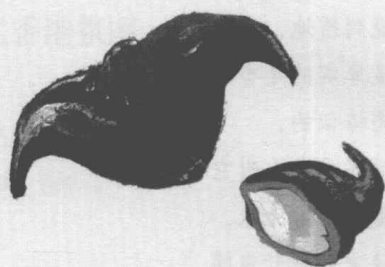
版权所有, 盗版必究

(图书如出现印装质量问题, 请联系010-83670231进行调换)

食物是一种情感的表达，  
一种可以吞咽的幸福。

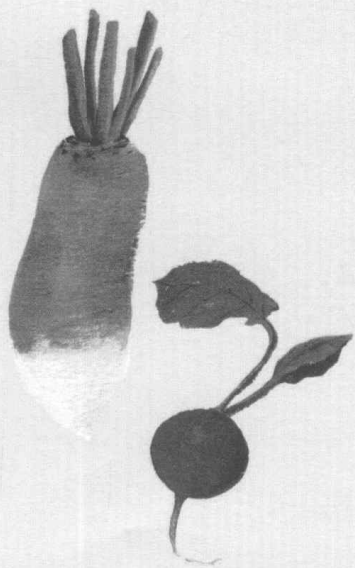
说到质地，  
最厚实的是杏鲍菇，  
肉棒似的，  
难怪香港人叫它“鸡腿菇”，  
夏天松垮无味，  
秋来却鲜甘爽脆，  
油炒汤涮皆美，  
它又不像其他菇类多水分，  
有次我拿来当麻油鸡煮，  
意外发现风味绝佳。

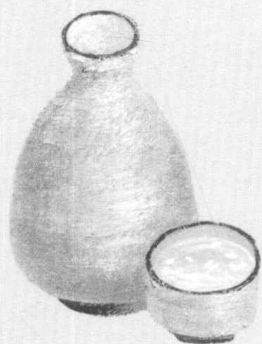




菱角也是抗郁良方，  
虽然剥壳费工夫，  
可是滑口粉嫩，  
除了当零嘴吃，  
拿来炖排骨或炒咸菜，  
荤素皆美。

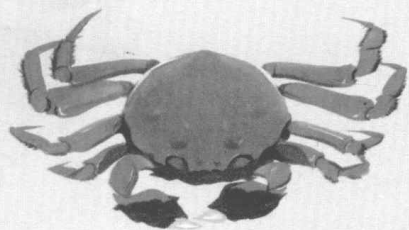
青萝卜台湾较少见，  
长圆而钝，皮肉皆绿，  
质地较白萝卜粗硬，  
但食疗功效更佳。  
待汤锅水沸后置入诸物，  
大火滚煮数分钟后转最小火，  
盖严慢煲一小时后，  
才放入红萝卜。





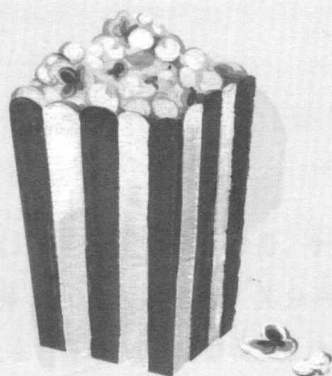
米酒其实不是酒，  
是台湾人开门的第八件事，  
和柴米油盐酱醋茶一样是民生必需品，  
重要性可能还更胜一筹。  
如果缺了米酒，  
就无法炮制出道地风味的台菜。

鱼鲜虾贝华人之所嗜，  
而大闸蟹又是公认的至味极品，  
不仅因其膏腴风味，  
更因为长期酝酿的情趣传统，  
文学与历史的再现建构，  
为大闸蟹渲染出雅逸的美学氛围，  
因而由鱼鲜升华为文化象征，  
跨越江南成为华人的美食神话。

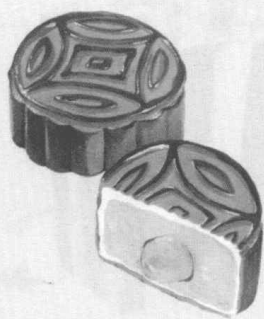




不管欢乐或痛苦，  
热闹或孤寂，  
我们都要零食，  
有人认为零食是最好的朋友，  
有人甚至觉得，  
冰淇淋和薯片带来的满足不下于性爱，  
而且无须承诺与责任。



即便现在糖果已价廉易得，  
爆米花的销量却也不见衰退，  
美国人一年要吃掉十亿磅的爆米花，  
出口海外的微波玉米更不计其数，  
已经成为世界性的仪式食物，  
就像球赛已经和啤酒、薯片及热狗分不开了。



很少有食物像月饼，  
既浪漫美丽又俗俚不堪，  
它不仅是应节食品，  
更是人际仪式的祭品，  
馅内包藏着复杂的社会权力关系。

蜘蛛纵横经纬，宛如织工；蜜蜂营造蜂房，令建筑师相形见绌。然则，最拙劣的建筑师与最优秀的蜜蜂，其分别在于，建筑师树立楼宇于现实之前，先在想象中高举其结构。劳动过程的终结成果，存在于劳动者着手进行之时想象。劳动者不仅改变了物质的形式，他也发现，目的使得工技产生法则，而他的意志必须服膺于此。——马克思《资本论》第一册

根据马克思的说法，在理想的共产社会中，机器应该代做人类不愿从事的劳动，使人类自由无拘，在工作过程中发现自身的创意。有自觉的工人，会糅合理论与实践，就像建筑师设计并建造楼宇。然而建筑师是否真的建造了楼宇？马克思的例子似乎不尽恰当。建筑师只管设计，不管建造，只有理论并无实践。

珠儿是个更好的例子，更像个有自觉的工人，她是高级料理的理论兼实践者，她思考厨中食材的来龙去脉，也熟谙烹理的工艺。

我有亲身经验可以证明，如果有人质疑生活的意义，珠儿精致的家宴可以提供最明确的答案，生活之道，无以尚之。

去云南的香格里拉旅游时，我开始阅读珠儿此书。香格里拉的确美丽，但却不是真的世外仙境，就像扬州炒饭一样，是由他处杜撰新创出来的。一九三三年，詹姆斯·希尔顿在小说《消失的地平线》中，描绘一个虚构的山间乐土，使得香格里拉名闻遐迩。扬州炒饭本属乌有，却以正统的标准配方大肆宣传；香格里拉虽出自虚构，导游却会领着观光客跑得老远，去看一个二战时的坠机地点，这正是《消失的地平线》开头所写的。（其实希尔顿从没去过中国，而且早在飞机失事的十年前，这本小说就已出版。）

珠儿写台湾米酒，说它很难以其他文化的同类物质来取代，这点和我对噶丹·松赞林寺的观感颇有呼应之处。十七世纪落成的松赞林寺，壮丽可观，然而我感到这并非原装的桃源仙境。

我也看到农人在田间工作，天清气朗，山景多娇，风光如画；在那一刻，我真想用我那颓废的城市生活，来交换这简朴的农村生活。然而珠儿的那篇《外卖年菜，解放内人》，提醒我不可一厢情愿妄加美化。珠儿的母亲虽然巧手烹煮出春节的年菜，但她并不喜欢被迫去做辛苦的家务。与此相反，珠儿的盛宴则是出自爱意的劳动。在一个理想的社会，人们应该是“想要”工作，而非“必须”工作。

吃晚饭的时候，我碰到更偏离“理想”的情况。我们选了一家本地菜的餐馆，亲切家常，几乎就像去别人家里做客吃饭，然而关键字在于“几乎”。就像香港的私房菜纯属商业投机，珠儿称之为“中产阶级的厨房”，香格里拉的家常餐馆也是为了牟利营生，并非为了要与亲朋好友享用美好生活。

珠儿的这本书，让人瞥见“理想”的本质——真正的香格里拉，是一个国家势力衰亡后，经济蓬勃发展的共产社会，或是凡人对于仙境的认定与想象。要充分了解这理想，读者也必须体验珠儿的家宴，或者，读者亦可深受启发，因而创造自己的家宴。这当然大不容易，诚如珠儿指出，当毛泽东把需要艰苦奋斗的革命，和看来轻松容易的请客吃饭做对比时，他显然没有请客吃饭的经验。制备家宴固然不易，却是值得的。就像非典时期的家常食疗，每个人皆可从自己的身世和想象中撷取灵感。

且让盛宴就此开场！

（本文作者为牛津大学哲学博士，原为清华大学哲学系教授，现任山东大学政治学与公共管理学院院长）

“饕餮”是一种古代怪兽，在生物图鉴和动物园里找不到，它和蛟龙、凤凰、麒麟一样，都是虚构的动物，只存在于文化里，但却活灵活现，不只有鲜明的图样形象，还繁殖出丰富的语意象征。

龙凤麒麟是祥瑞的吉兽，所以“人中之龙”“凤毛麟角”都是好的；而饕餮则是贪食的恶兽，望文生义，字形狰狞，“饕餮之徒”当然不是善类。至于“老饕”，看来虽比较亲切温和，但也不像是好东西。

然而喜欢吃喝、讲究饮食之人，通常被人叫作“老饕”或“美食家”，有时还被当成尊称。我因为写过几篇谈吃食的小文，被朋友误以为会吃懂行，不由分说就被扣下这两顶帽子，吃饭总要我选馆子和点菜，这个没问题，但是帽子就让我很不自在，立刻想摘下来。我那点粗浅皮毛，离“老饕”和“美食家”的境界固然还远得很；而基于疑心和偏见，我对这两个名词都没好感，总

觉得字里行间暗藏着讥刺贬抑，就像广东人说的“有骨”。

在我的想象中，“老饕”带有贪意，好像人生无所用心，整天都在找好吃的，一副需索不止、贪得无厌的模样；而“美食家”则带有刁意，让我联想到精乖刁钻、东挑西拣，充满嫌恶和势利的嘴脸。天啊，我虽没出息，但也不想落得那般下场。

但如果不用这两个字，又该怎么说呢？好吃、爱吃、饕人以及粤语的“为食”等字眼，非但粗疏浮泛，而且也有贬义（通常下面紧接着懒做、鬼、猫等字眼）。会吃、善吃、知味或者粤语的“食家”，情况稍好，但档次好像又太高了，不适用于像我这样只是对吃喝煮食有兴趣的普通人。

中国文化以饮食见长，山珍海错田蔬河鲜，煎炒煮炸蒸溜熬炆，食材与烹术洋洋大观，饮馔品目更是精细考究，因而发展出精密发达的专门语汇，唯独对饮食者和饮食态度绝少着笔，即便偶尔提及，总带有浓厚的训诫意味。

“老饕”这个称呼，据说源于苏轼的《老饕赋》，濡染了东坡先生的丰神隽采，老饕本来是美名，然而千载以来，此字仅限于文人的风雅闲事，内涵并未创新升级，经历岁月的风化磨损后，语义逐渐松动掏空，开始带有市井气和轻贬之意。都怪那个饕字太丑怪，然而汉字有数万个，一千多年来，为什么没有出现更理