

On Spice

*Advice, Wisdom, and History with a
Grain of Saltiness*

C A I T I N P E N Z E Y M O O G

味道的颗粒

一部香料的文化史

[爱尔兰] 凯特琳·彭齐穆格 译者 陈偃



文化发展出版社
Cultural Development Press

On Spice

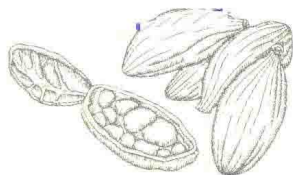
*Advice, Wisdom, and History with a
Grain of Saltiness*

味道的颗粒

：

一部香料的文化史

著者 [爱尔兰] 凯特琳·彭齐穆格 译者 陈偃



文化发展出版社
Cultural Development Press

图书在版编目 (CIP) 数据

味道的颗粒：一部香料的文化史 / (爱尔兰) 凯特琳·彭齐穆格著；
陈筱译。—北京：文化发展出版社, 2022.5
ISBN 978-7-5142-3662-0

I. ①味… II. ①凯… ②陈… III. ①香料—食品添
加剂—基本知识 IV. ①TS264.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2022)第027651号

著作权合同登记号 图字：01-2022-0182

On Spice, Advice, Wisdom, and History with a Grain of Saltiness by Caitlin PenzeyMoog.
Copyright ©2019 Skyhorse Publishing, Inc.
Simplified Chinese Copyright©2022 by Cultural Development Press Co. Ltd.
All Rights Reserved.

味道的颗粒：一部香料的文化史

著 者 | [爱尔兰]凯特琳·彭齐穆格
译 者 | 陈 筱

出 版 人 | 武 赫 统筹监制 | 范 炜
责任编辑 | 冯语嫣 责任校对 | 岳智勇
装帧设计 | 郭 阳 责任印制 | 杨 骏

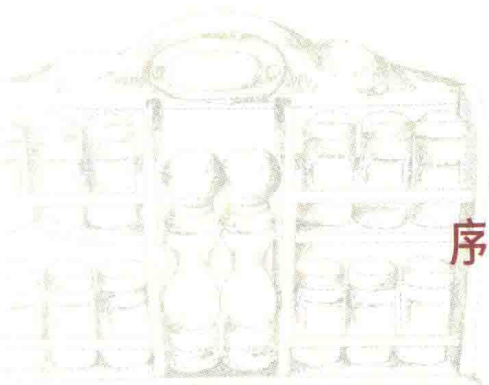
出版发行 | 文化发展出版社有限公司 (北京市翠微路2号 邮编: 100036)
网 址 | www.wenhufazhan.com
经 销 | 各地新华书店
印 制 | 天津嘉恒印务有限公司
(如发现印装质量问题, 请与印刷厂联系调换)
规 格 | 880mm×1230mm 1/32
字 数 | 140千字
印 张 | 11.125
印 次 | 2022年5月第1版 2022年5月第1次印刷
I S B N | 978-7-5142-3662-0
定 价 | 69.00元

◆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

献给祖父，我的盐
还有祖母，我的胡椒







序 言

我从小就在香料店中为家人工作，偶尔会在密尔沃基闹市区的商店给姑姑打些短工，读大学时则在彭齐香料店的工坊里度过了几个夏天。不过最多的，是在位于威斯康星州密尔沃基市郊区，我祖父的小店铺里工作和学习。从外面看来它毫不起眼：一个低矮的方块，上面有个三角形的红色砖砌屋顶（就像小孩子的画），人行道的裂纹大致划出了三个停车位。但是等你推开店门，非凡之处就会显现。香气从屋里向外扑面而来，势不可当的辛香，令人食欲大开的甜香，千种气味交织在一起，形成香料屋的味道。

我的祖父母在1957年，他们结婚的那年开了这家简陋的小铺子。他们培植了它几十年，直到事情被交到他们的孩子手里，最后，他们的孙辈在人生的旅途中推开了那扇门，在他们尚拿不稳铲子的岁数就开始筛选、搅拌、嗅闻香料。红砖顶一次次褪色又粉刷，香草的价格上涨又下落，我们三个在周末和暑假工作的孩子，在家庭和香料之间成长。货架上的东西大多还是老样子，香草荚在玻璃罐中俯视着一切，番红花安全地靠在角落，一百个罐子在货

架上排成整齐的行列。随着每次抽屉弹开，大块头的老式收银机发出尖脆的响声。柜台挡着后面的房间，里面的工作台被杂乱占领，架子上满放着巨大的粗麻袋和塑料桶，其中装着更多的香料。需要一个比手还大的铲子才能取出盐。小金属罐来自西班牙，在灯光下闪闪发光，仍然散发着里面曾运载的番红花的味道。嘈杂的肉桂研磨机随时准备就绪，笨重又盖满肉桂的粉末，已经是有几十年历史的东西了，不过看起来倒像是从工业革命那会儿过来的。

现在全都不见了：肉桂研磨机、粗麻袋、老式收银机，它们已经被从建筑物中请出。这座建筑也许会空无一人，但永远浸满千种香料的的味道。我上一次在那里工作是四年前，就在我从密尔沃基搬到芝加哥，从事新的令人振奋的工作之前。未来是如此的有力，让我都没能好好留意那个时刻，我在香料屋时光的结束。整整一个早上，我和祖母一边喝咖啡，一边在柜台装肉桂罐子，软柜台面让工作更加安全。砰砰砰，空气随着轻叩排出，肉桂在罐子里下降了一厘米，然后我们在新腾出的空间中放进更多肉桂。这方法是祖父教给我的。他说，如果你懂得聆听，香料中就有音乐。他在几年前过世，对于跟他的上一次交谈，我甚至没有比上一次商店下班，我锁上身后那扇考究的旧门时留意得更多。

在很多方面，写这本书是我回到那个地方的尝试。对于在它的商品之间成长的我和我的兄弟姐妹，那个地方强烈的香料味道是世界上最熟悉的事物。我们会挤在充满香草甜蜜温暖气息的房间里阅读神秘的书籍，然后去小厨房等着祖父用神秘的香料组合烹

饪猪排。祖母给自己煮咖啡，给祖父泡肉桂茶。之前，我一直都不喜欢肉桂茶，但现在我几乎每天都喝。

我不得不重新学习很多被我遗忘的东西：豆蔻的起源，胡椒的种类，土耳其百里香和墨西哥百里香的细微差别，如何再次加热干芥末。我在香料中成长，但它们对我来说就像空气：我被包围在其中，把香料看作理所当然。柜台边的课程被教给上千位不同的客人，他们想知道我们是否有香料可以让西兰花的味道更好，或者豆蔻粉对他们的节日饮料是否真的必要。有时我知道答案，有时我要跑回后面，找正在忙碌的年长的人，寻求我本该知道的答案。“帮我想想我马拉巴尔胡椒和楠榜胡椒的区别。”“我们有比哈乐佩纽辣椒（jalapeño）还辣的辣椒吗？”“香草荚能存放多久？”

正如您接下来将会看到的，写香料就是写我的家人。这本书解答了我在店里工作时，反复听到的那些问题。这里选择的不少内容来自我从小与香料共度的时光，我希望这些实用的信息和建议能够让那些对烹饪和香料感兴趣的人受益。这本书也解答了那些顾客没有提出的问题，比如昂贵的香料是否更优秀（仅在某些情况），奇迹香料的功效（高度怀疑），以及是否值得努力烘焙面包和手工研磨香料（只要你有时间）。

香料也是其他主题的窗口——历史、传说、烹饪、文化、科学、食品生产，当其中有趣味话题时，我会把它纳入讨论。有时我觉得自己知道答案，但在进行解释时却发现自己缺乏知识，我会查阅那些还在祖父母房里保存的关于香料的老书。研究让我走进了

一些自己没有想过的途径，但是祖父母在教育中尝试告诉我们的事情之一，就是始终追随你的好奇心。每当香料开始歌唱，我便驻足聆听。

这本书不是技术指南或科学读物，也不是一本关于香料的史书。从某个角度上说，这与在香料商人家庭中成长的感觉相当接近。在该做什么和不该做什么之间，是个人化的解释和建议，它们与祖父母经营店铺的方式相一致。他们的店铺和故事总是不止于香料。

没有正确的方法

不少顾客希望知道关于某种香料的正确使用方法，还有更多的顾客乐于得到带有明确指示的答复。这些明确指示所表明的，更多是人，而非香料。简单来说：任何人强调必须以某种方式使用某种香料（或者不能以某种方式使用某种香料），都是错误的。香料不能划分成整齐利落的类别。

和食谱一样，香料也应该经过细致的调整。你可以在咖喱酱汁中添加任何配料，甚至是传统咖喱中没有出现过的香料。如果愿意，你可以把黑胡椒用在所有食物上，甚至是淡色的酱汁，美食作家喜欢断言这是属于白胡椒的地盘。塔可（墨西哥夹饼）调味料能够征服的地方不只有夹饼。孜然不仅仅是一种墨西哥风味，可以应用的地方超出你的想象。

我希望每个人都将自己的香料架视作无限可能的烹饪前景，而

不是疲于搭配的俄罗斯方块。你有没有尝试过将肉桂粉倒入罐子？一不小心就会炸出一个蘑菇云。香料非常混杂，无论传统、惯例，还有名厨们教你如何使用香料，都不重要。自从人类开始收获香料以来，香料的应用就很灵活，为什么现在要忘记这点呢？

香料让食物可口，真没有什么更复杂的了。

什么是香料？

一个厨师、一个植物学家、一个经济学家和一个科学家围坐一桌，共进晚餐。他们都喜欢香料，而且都是喜欢争论的类型，他们开始打破沉寂。厨师称餐桌上的盐为香料。这说法冒犯了植物学家，他说盐不是一种植物，而是矿物，所以根本不能算是香料。科学家要求确切地定义植物的哪个部分为香料，是取决于挥发油，还是香料必须来自植物的某个特定部位，他挑战了植物学家的说法。经济学家插话说，贸易管理结构根本不会在意是矿物还是植物。

邻桌一直在偷听的地理学家坚持认为，当地种植的香草与来自地中海的香草，之间存在很大差异。厨师已经无法忍受这次谈话，为开了话头而感到闷闷不乐，香草不是香料，它们是不同的分类。尽管如此，他还是大声说了出来，如果芫荽叶算是香草，那芫荽籽又算是什么呢？

我不是厨师、植物学家、经济学家、科学家，或地理学家。我做饭，

在我眼里那些加到饭菜中使味道更好的粉末、种子、叶子、液体，当然还有矿物，都是香料。这是一个非常宽泛的定义，永远也不会通过并被收入杜威十进制图书分类法。幸运的是，香料属于厨房，食物不会对香草和香料的区分，或者盐应该被分到哪类发表意见。为这些问题劳神，是最近才有的事情。长期以来，香料只是意味着稀有以及通常昂贵的商品：香料（spice）和特产（special）有着共同的来源。百年战争期间，当黑死病肆虐欧洲的时候，欧洲人认为糖和橙子是香料。与胡椒和肉桂一样，它们是稀罕物件，味道绝伦，来自遥远的地方。

我所感兴趣的是，如何在厨房中使用这些粉末、树皮、叶子、种子、花朵、雄蕊、提取物、坚果、种荚、果实和矿物，除了制作美味的食物之外，别无其他。我认为所有这些商品都是香料，无须制作一个复杂而精致的侦探线索板，用红线把月桂叶和肉桂连接起来。我发现，按照死板的原则对香料进行分类，对理解如何使用香料改进烹饪水平几乎毫无帮助。

不再赘言，让我们开始探索这个狂野和芬芳的世界。



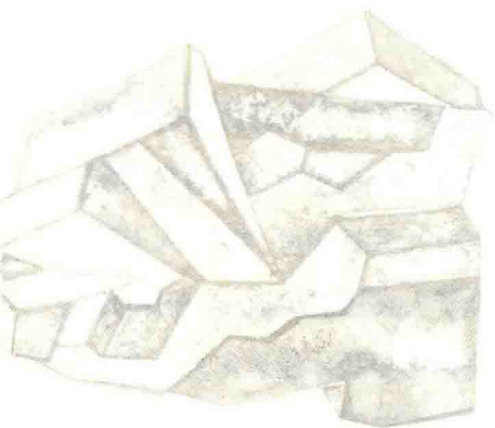
祖父教授我们三个香料知识



目 录

序言·····	1
盐·····	1
番红花·····	19
香草·····	35
肉桂和桂皮·····	57
豆蔻和豆蔻肉·····	73
丁香·····	89
杜松子·····	99
姜·····	109
小豆蔻·····	121
种子 I ·····	129
茴香 / 茴芹 / 八角 / 葛缕子 / 芫荽	
香草：一次离题·····	143
罗勒 / 月桂叶 / 细叶芹 / 芫荽叶 / 莳萝 / 胡芦巴 / 薰衣草	
墨角兰 / 薄荷 / 牛至 / 欧芹 / 迷迭香 / 鼠尾草 / 香薄荷 / 龙蒿 / 百里香	

种子 II	173
芥菜籽 / 孜然 / 罌粟籽 / 芝麻	
扎塔	193
蒜，洋葱，火葱和虾夷葱	199
姜黄	211
咖喱	217
红甜椒粉和卡宴辣椒	225
辣椒	233
胡椒	247
后记	265
附录 A：香料混合	269
附录 B：食谱	281
附录 C：饮料	313
参考书目	319
对照表	328
索引	330



盐

◆ ◆ ◆

胡椒是王者。它是艳俗的皇室成员，是香料中的卡利古拉皇帝、玛丽·安托瓦内特和猫王。胡椒依神圣的权利进行统治，但神圣的却是盐。也许是希腊的赫利俄斯（Helios），他的四轮马车将太阳带至地球各处。或者是阿兹特克的丰饶女神维斯托西瓦特尔（Huixtocihuatl），她看管着盐和咸水。如果条件有限，人们可以没有胡椒，但是没有盐就不能生活。

低钠血症是钠缺乏症的医学术语，马拉松运动员可能会更熟悉这一状况，他们了解，如果他们出太多汗之后仅仅喝水，他们的身体就有垮掉的危险。控制血压，帮助中枢神经系统，维持血细胞中的液体含量，钠在我们体内起着至关重要的作用。一些科学家认为，我们对盐的这种需求就是我们如此爱它的原因：我们需要它来生存，所以我们喜欢它的味道。

我们可以通过食用动物的肉或者直接摄入来获取盐。即使是在几千年前，看起来人们也知道，盐不是可有可无的东西。古罗马博