

陈晓卿

著

吃着吃着 就老了

人生百味

以余味定输赢

文匯出版社

陈晓卿

著

吃着吃着 就老了

you are

人 生 百 味

what

以 余 味 定 输 赢

you eat

文匯出版社

版权信息

COPYRIGHT

书名：吃着吃着就老了

作者：陈晓卿

出版社：文汇出版社·新经典文化

出版时间：2024年1月

ISBN：9787549641895

字数：147千字

本书由壹页网络科技有限公司授权得到APP电子版制作与发行

版权所有·侵权必究

“爱吃的人，永远是最好的人”

罗永浩

2006年，我离开工作了五年的培训学校，尝试自己创业做一个网站。这份创业工作需要我尽量多结识一些文化圈的朋友，对我这样的中度社交恐惧症患者来说，这是一个很大的挑战。非常幸运的是，我在启动这项工作的早期，就认识了有“文化圈交际花”之称的两位兄长，使得这件事进行得异常顺利和高效，陈晓卿老师就是其中的一朵。

按照著名的“六度分隔理论”，世界上任何两个互不相识的人，只要通过六步就可以联系起来。但绝大多数的联系，最终都是通过人际关系网络中极少见的“节点型人物”完成的。很多年后，我看到《引爆点》这本全球畅销书里提到这种人际关系网络中至关重要的节点型人物“connector”，以及他们对这个世界的价值和意义时，脑子里闪过的就是这两位老师。

如果你有幸认识陈晓卿老师这样的人，你就可以通过他直接认识全世界。六步？不需要，两步就可以了。比如你想跟联合国秘书长吃个饭，那大概的流程就是这样：第一步，认识陈晓卿；第二步，他带着你跟联合国秘书长一起吃饭。

在那个没有云备份，甚至没有通讯录本地设备同步的洪荒时代，陈晓卿老师兜里永远都揣着一本巨大的、用笔记本自行改造的通讯录，里面密密麻麻地手写了至少几千人的联系方式。那时候对普通人来说，丢了通讯录也就是一点点麻烦，辛苦个一天半天也就恢复了。但对陈晓卿老师来说，如果丢了通讯录，就会客观上造成人类社会大规模失联的阶段性灾难。

我第一次见陈老师，是在孔乙己餐馆的一个分店。那时候陈老师身材还没走样，从正后面也看不见腮帮子。他高大挺拔，穿一件配色难看的The North Face夹克（那时候TNF还是很丑很专业的，变潮是后来的事），面相忠厚朴实，肤色一言难尽，身上没有土，气色也很好，但你总觉得他风尘仆仆。跟这种户外男气质不太匹配的是，陈老师很健谈。话题显示出他涉猎极广，嗓音低沉性感，谈吐幽默有趣（不用“风趣”的原因是，当时还在体制内的他居然丝毫没有官气），而且笑起来可以让人完全信任。

服务员上菜的时候，陈老师会时不时地卖弄一下美食方面的知识。那时候我还不知道他是一位很专业的非典型美食家，只觉得这是我这辈子见过的唯一一个卖弄知识时非但不讨厌，甚至还挺招人喜欢的家伙。即便有时候卖弄的知识属于本该注定讨嫌的领域（比如红酒或松露之类的），也因为他身上的某种淳朴气质，以及像孩子一样强烈地要推荐一个好东西给朋友们的热情，而让人讨厌不起来。

塞缪尔·约翰逊说，朋友之间最快乐的谈话是，没有什么内容可以清楚地记得，但总体的效果是令人愉快的印象。这非常准确地描述了我对那一天的感受，以及后来的许多年里无数次聚会后的回忆。

从此我的很多社交饭局突然就有了所谓的“品质”，基本上，想见谁就能见到谁（没见安南和潘基文是因为确实不知道跟他们能聊什么），很多我从小仰慕崇拜的中国当代作家和文化名流，都是那个时候通过这些饭局认识的。

虽然人们总是说，吃什么不重要，跟谁吃才最重要。但如果吃饭的人对了，你又不喝酒，那饭菜就是第二重要的事了。一个人如果有幸认识了陈晓卿老师，那饭局上最重要的两件事就一揽子解决了。

再后来，我发现即使饭桌上刚好没有陈老师，饭菜品质也因为陈老师而有了保障。在那个没有智能手机和大众点评的蒙昧年代，在那个餐饮业整体水准远比今天落后的灰暗年代，在那个出差到陌生城市吃饭馆基本上一定会踩雷的险恶年代，陈老师以一己之力，成了很多朋友的大众点评、Yelp、开饭喇、Tabelog、爱食记、MangoPlate、Tripadvisor……他像一位先知，咽着口水，举着明灯，在美食APP还没有来到人世间的时候，就让一部分人的觅食之路先亮起来了。

每到一个陌生的地方，不知道该去哪里吃饭时，朋友们就会发一条短信给他。他会很快用那时候的非智能手机敲一大堆文本过来，典型的风格是这样的：“哦，新加坡是吧？那儿有一家特别好吃的当地菜叫××，就在××植物园的旁边，出租车司机都知道，电话号码是××××××，要提前一天订座才行，如果订不到了，你就跟我说，我跟他们老板还算熟。另外厦门街××号有一家福建菜馆××××，是老福建菜，嗯，非常非常好吃。还有一个潮汕菜×××，你等一下，我得找找那个潮汕菜的电话，唉，现在汕头都吃不到那么好吃的潮汕菜了，非常有烟火气的潮汕菜啊，你等我想想，我想好了再给你发几个。你要在那儿待几天？对了，去福建菜馆的话，不要点×××和××，那两个菜就是莫名其妙出了名，现在专门用来骗外地人的，一点也不好吃，本地人都不吃，你跟老板熟了，他也会告诉你不要点……”

智能手机出现后，各种美食APP在全球陆续兴起，彻底改变了人类找饭馆的方式。虽然我也是一个热爱推荐好东西给别人的人，但不知道为什么从来没在这些美食APP里贡献过内容。如果这个世界没有那些愿意在美食APP里拍照片、写评论，把自己喜爱的食物推荐给别人，把自己踩雷的餐馆标注出来提醒后来者的优秀人类，那么像大众点评这类造福世界的APP，从底层逻辑上就是不成立的。从这个意义上，让我们向身边的每一位陈晓卿，网络上千千万万个陈晓卿，致以崇高的敬意，是他们和科技公司一起改变了这个外出吃饭一度很凶险的世界。

作为一名杰出的纪录片导演，一个专业的吃货，一位有着强烈的乡土情结和人文情怀的文艺创作者，陈晓卿老师从本世纪初就酝酿拍摄一部关于中国美食的电影，一部关于“承载中国人精神的食物”的纪录片。终于在他提交选题后的第十个年头，完成了这个心愿，就是那个收视率破各种纪录，红遍整个华语世界的现象级纪录片《舌尖上的中国》。在央视拍摄完两季共十五集的《舌尖上的中国》后，陈老师不暇停留，又在自己创业的稻来传媒机构，用几年的时间完成了整整四季三十集的《风味人间》。

当年《舌尖上的中国》播出的时候，我们还经常在一起吃饭，有些单集是一群老朋友在饭桌上一起愉快观看的。后来因为创业，我几乎没时间出去参加饭局。所以《风味人间》的很多集，我都是加班后在公司睡觉，夜里失眠时一个人看的。

很多画家终其一生只纠结于某一个主题，很多作家终其一生只讲述某一种类型的故事。有些创作者的作品一重复你就看烦了，而另外的一些，你永远都看不腻。陈晓卿老师的作品就是后一种。他的影片在对各种美食进行活色生香、酣畅淋漓的诱惑性展示之余，见缝插针地反复赞美为了生存的辛勤劳作，歌唱平凡人的微小幸福，抒发对人间烟火气难以抑制的由衷热爱；在片尾处从舒缓转向荡气回肠的背景音乐声中，配着那些朴实无华的笑脸，

人们一次次地捧起倾注了情感和心血的食物时，我一次次地被感动得战栗不已，即便清楚地知道这种创作手法都是套路化的也无济于事，因为那里面的感情都是真实无比的。每到那种时刻，我会特别特别希望我是跟一大帮朋友一起看的，然后在大家都感动得不行时，骄傲地告诉他们这个中国最馋最温暖的纪录片导演是我的朋友。

陈晓卿老师在如此繁忙的制片工作之余，还抽空写完了这本杂文集《吃着吃着就老了》。收到编辑的邀请为这本书写序时，我备感荣幸之余，也想起陈老师对我的高中学历一贯丑恶的嘴脸，不免有些惶恐：“这事儿他老人家知道吗？他啥也没说吗？他真的同意啦？我靠，他居然说这话啦？我的天呐……但你确定没有弄错吗？”

再一次，《吃着吃着就老了》这本书，也是以一贯的高水准，同样地重复讲述陈晓卿老师最擅长，我们也永远看不够的主题：好饭好菜，吾土吾民。

但这本书和他的影片主要的区别是，那些影片的拍摄制作要考虑市场定位和投资收益，创作上难免有些策略性的平衡与妥协。而这本书是完全属于他个人的文集，所以除了有更多关于亲情和友情的内容，表达上也更忠于他的真实感受。另外，陈老师一流的幽默感，因为在美食纪录片中没有用武之地，拍片时憋了好几年，也都发泄到这本书里了，这是本书的另一个重要看点。

一般说来，不管一个人的鉴赏品味有多好，也都有可能被某些明显看起来糟糕的、恶趣味的图书、电影、音乐或是其他东西打动，并获得愉悦，但通常这些都是秘不示人的。这种情况的存在是如此地普遍，以至于英文里有一个专门的词来形容它，叫作guilty pleasure。比如我认识的某著名设计师偷偷喜欢提莫·沃伦索拉的电影，某著名作家偷偷喜欢叶子楣和邱淑贞，某著名大学教授偷偷喜欢豹纹内衣，等等。我的播放列表里也偷偷藏着一首小虎队的歌（我发誓只有一首，但死也不会说是哪一首）。叶三甚至说网络音乐的播放列表应该是绝对的个人隐私，可见她以音乐鉴赏力行走江湖的公开形象背后，私密的播放列表里有多少不堪的曲目。

作为当代中国影响力最大的资深美食家，陈晓卿老师在本书中甚至不惜影响自己日日隆又日隆的声誉，勇敢地提到他热爱的几家烂餐馆，讲述了他和那些糟糕食物之间隐秘的故事。这些他曾经“讳莫如深”的“个人的饮食偏好”，按他的原话，“像胎记一样私密”。作为陈老师多年的铁粉，这是我个人最喜欢的部分。如果你和我一样是陈晓卿老师的粉丝，一定不要错过这本掏心掏肺掏胎记的诚意之作。

这些天看着书稿里的一个个故事，回想起陈晓卿老师主持饭局工作时的种种画面，我慢慢意识到，其实他真正吃得畅快过瘾的，好像都是一个人或两三个人吃饭时的情况。在稍微大一点的饭局上，他主要是在张罗和照顾朋友们的吃喝。酒足饭饱之际，除了照例讲各种趣事和笑话，他还会时不时来一段年代感很强的古怪才艺表演，总是效果奇佳。

有时候他身体不舒服，完全吃不下东西，但还是会怕扫大家的兴，仍然出席一场早就约好的饭局。全程一边喝着热水，一边笑咪咪地看着大家吃，就像一个快乐的饲养员。偶尔有些情商低的朋友看不出来，这种情况下还在起哄，让他做传说中的才艺表演，他也不会拒绝，并且在其他朋友准备拦阻前就已经开始了。不让别人扫兴，是一种非常高贵的品质。我这辈子，只在非常有限的几个人身上反复看到过。

政治学家和经济学家都在说，人类社会下一个大的下行周期就要来了。如果他们错了（毕

竟他们确实常常出错），我们就看完这本书到处去找好吃的，继续火热地生活；如果他们是
对的，那就让这些暖乎乎、香喷喷的文字，抚慰着我们渡过这段艰难的岁月吧。

*“爱吃的人，永远是最好的人”，语出美国20世纪60年代“电视名厨”朱莉娅·蔡尔德。

自序

我姓陈，吃人陈

我父母是大学同窗时相识结婚的，毕业分配为避免两地分居，他们“响应号召”，选择共同奔赴一个比较艰苦的县份教书。两年后的1965年，他们的长子在那里出生，就是我。

我家乡灵璧县地处皖东北，属黄泛区，常年受到水灾和旱灾的影响，算不上富庶之地。读过社会学田野报告，说黄泛区农村很少置办家产的原因是“便于逃荒”，这和我当年在乡村所见一样。所以，无论时间还是地点，没有人能把我，与一种叫“美食”的东西关联上——尽管我从小就很馋。

每年暑假，母亲都要一路辗转，回大别山的老家看望父母，我自然跟着。记得六岁那年，我们先是坐长途汽车到了津浦铁路上的固镇，再转火车。母亲拎着行李箱，还背了一个硕大的包袱。火车需要在蚌埠转车。相比灵璧，蚌埠是大城市。下了火车，母亲把重重的行李放在站台上，嘱咐我照看好，她去候车室，打听下一趟去合肥的火车在哪个站台。

没走多远，她又转回来，显然对我有些不放心的。“不管是谁给你什么好吃的，都不要吃，更不要跟他走，”母亲说，“不然就见不到妈妈了。”她反复给我举例，县城里几个被拐卖的小朋友就因为贪嘴云云，然后才匆匆离去。

天气很热，不停有火车停下，又开走，大太阳下面，我孤零零站在那儿看行李，过了很长很长时间，母亲才回来。我哇哇大哭。她着急赶路，背起重重的包袱，一手拉着我，一手拎着行李箱，赶上了另一个站台上的一列火车。上了车，她才腾出空儿安慰我，觉得可能离开时间太长，让我幼小的心灵受到了伤害。

然而，我当时想的是，那个说好的拿着好吃的要带我走的人，为什么一直没来？

是的，我从小就这么馋，永远有一个空空的胃，像饥饿的灶坑盼望柴火一样，焦急等待填进去的食物。在那样的年月里，吃饱，只是勉强；解馋，往往只有年节的时候才能实现。我在很多文章里都回忆过，同时也觉得对食物的渴望是大多数人的天性。

很庆幸，老天爷没有让我成为饿死鬼。在我即将成年时，赶上了另一个时代。但我还是我，依然一副永远吃不饱的样子，饭量惊人。

记得刚走出大学校园，组织分配“下基层锻炼”一个月，之后在北京郊区的房山广电干校集中，会餐那一顿是我人生中的食量巅峰。由于米饭先上来，我先打了半斤米饭，然后又吃了四个二两的馒头，这时候一两一个的大肉包又蒸好了，依然被我面不改色地消灭了十个……

但说来也怪，我能吃，就是不长肉，甚至自嘲是个永远吃不胖的人。一直到我将近三十岁的时候，我的身材都只能用“精瘦”来形容。1994年底，身高一米七八的我，只有不到五十五公斤，一尺九的腰甚至很难买到裤子。我经常嘲笑别人胖，谁能想到，自己有一天也加入了“喝水都长肉”的行列。

都因为美食。

自从接触美食圈，准确地说开始写美食专栏之后，我的体重比文字增长的速度还要快。但我仍然没有停止吃喝，各种饭局招之即来。那时候，特别喜欢焦桐先生写的书，大块吃肉，大口喝酒，一醉方休，酣畅。

后来到台湾，去焦桐在台北的书房拜访，本以为结束时能与他尽兴地浮一大白。没承想，焦桐先生一脸无欲无求的恬淡，没有留客的意思。原来他已然是过午不食了。这，还是那个大嘴吃四方的美食作家吗？焦桐自己的解释是年轻时没有克制伤到了肠胃。他用很标准的北京话，平静地说了句很惊悚的话：“人啊，口舌之欲是有定数的。”

这两年才感受到焦桐先生所言不虚。人上了年纪，饭量越来越小，酒量越来越差，消化越来越弱，体形越来越胖。人生就这么宿命，胃口大开的时候没那么多美味，有了美味又无福消受。

衰老，是个让人惊惧却又无力阻止的自然现象。曾经真诚地问过一位年长的同事：“晚上就一个苹果，夜里饿了咋办？”现在我的年龄告诉我，其实一天一顿将将好，甚至可以假装天真地问年轻人：“晚上吃饱了，夜里胃酸怎么办？”

幸好，在这十多年里，留下了一些文字，从中完全可以读出我随年龄而改变的心态。重温它们，我能感受到那些穿透食物的时光流逝，以及时间河流里的气味和口感，这也是《吃着吃着就老了》书名的由来。

成立稻来工作室之后，拍片多，很少有安静下来写字的时间。一是因为忙，二也是懒。不过和美食打交道已经成了我的职业，作为“专业选手”，我可以持续保持对食物充沛的好奇心，永不停步，从不忌口，永远充满期待，才能把食物故事讲得生动。因为食物，是我了解世界最美味的通道。

最后要感谢这些年来我的“饭搭子们”，食物是人与人之间最好的黏合剂，能吃到一起的人值得珍惜。尽管随年龄增长，朋友圈越来越小，但与真朋友坐在餐桌前，酒饭才最有滋味。最好吃的永远是人。

对，我姓陈，吃人陈。

辑一

每个人都有两个故乡

故乡的味道不仅仅是空间意义上的，也是时间意义上的，和你的记忆、你的成长有关。每个人一直有两个故乡，一个是空间的故乡，一个是时间的故乡。

我们曾经的饮食习惯、偏好，甚至经历过的时代，无一例外地遗落在我们饮食的DNA里。它标识着你的归属。这种归属感牢不可破。

十七岁的远行

游走在故乡和世界之间，

寻找风味，寻找人和食物之间的关联，

这一切，都开始于十七岁那年的远行。

总会想起多年前的那个晚上，当时我十七岁。

站台上，全家人给我送行。我面前是一个大旅行包，还有一个硕大的包袱，用背包带捆得很紧，里面是我的衣物和一床新被子。我妈站在一旁，又递过来一个书包，里面鼓鼓囊囊。天气很热，我一面示意他们回去，一面把装满食物的书包递还给我妈。“北京什么吃的都有，用不着这些。”我显得很不耐烦。

事实上，我妈的担心，从我填报高考志愿时就开始了，我想读北京的学校，这让她隐隐感到不安。“为什么不报考南方的学校呢？”她总是轻声地嘟囔，“听说北京粮食供应里，还有四分之一的杂粮呢。”母亲是中学教师，对学生说的是艰苦奋斗建设四化的大道理，但归结到自己家里，她还是希望儿子有更好的生活条件。

我母亲出生在江淮之间的六安县（今六安市），大学毕业时，为了爱情，和父亲一起来到了皖东北的小县城教书。在我童年的记忆里，她从来没有停止过对皖北的吐槽，其中最多的是卫生习惯和饮食习惯。她总会用很长的篇幅，怀念大别山区我外公外婆家的小山村，风景有多秀丽，腊肉有多解馋，糍粑有多香甜，蔬菜的种类有多丰富。甚至连简单的用糯米面制作的饼子——糯米粑粑，都被她形容得神乎其神：要用什么样的米和糯米搭配，泡多久，怎么磨，怎么蒸，怎么放到石碓里面舂，最后要放到冬水里保存……说起来，她如数家珍。

妈妈关于故乡的表白，我们习以为常，其实我去过外婆家，小村子并没有像她描述得那样山清水秀，外公家的房子也非常低矮，家中饭食种类更是少得可怜。童年的我认为，淮北平原无论从地形上、气候上，还是物产上、食物上，都比大别山区好。我小学的乡土教材里，有这样一首诗：“北方说你是南方/南方说你是北方/北方和南方手牵手/坐在高高的淮河岸上。”看看，南北适中，不冷不热，多好的地方啊。几乎我身边的所有人都告诉我，走千走万，不如淮河两岸。

不过，外婆的山村也以另一种形式，存在于我们淮北平原的家里。每年冬、夏两季，父亲都会拿着包裹单去邮电局，在高高绿色柜台后面，有外婆定期寄来的包裹。夏天会是一种节梗很粗的茶叶，叫瓜片，味道奇苦，但非常耐泡。冬天寄得更多，咸肉、咸鱼、腊鸭、腊鹅，还有被我母亲称作传奇的糯米粑粑。外婆家的糯米粑粑不是我的最爱，一个个实心儿的、呆头呆脑的圆饼坨坨，比粮站供应的、用糯米做成条状的年糕，颗粒感要粗一些。但我大妹妹在外婆家长到了五岁，她比较爱吃，我妈则更是见之即食指大动。

粑粑简单蒸一蒸，立刻会变得软糯，蘸上白砂糖，可以直接吃。我妈还喜欢把粑粑切成块，放在菜汤或肉汤里煮，口感也不错。即便是用火钳夹着它，在灶膛里轻轻地烤一烤，也有奇异的谷物的香气。每次看到孩子们吃粑粑的时候流露出对食物的渴望，我妈都会特

别得意，并为她是一个“南方人”而深深自豪。

南方富庶，北方贫瘠，这是我妈的逻辑。不过，这种直觉判断大体符合事实。翻开中国农业发展历史，有文字记载的农作物栽培记录可以证实，大约在春秋时期，齐国出现了两年三熟制的小麦耕种技术，这使得山东很长时间是中国最富裕的地区。物产和人口是农业社会最显性的指标，尽管秦汉建都咸阳长安，但关中平原的人口密度一直都不及齐鲁大地。而自汉代以后，中国的农业GDP高点，慢慢开始向南移动，一千多年的时间里一直没有离开过长江三角洲。“上有天堂，下有苏杭”，“江南”一直是中国的经济中心，人的生活也就更富足一些。

当然，这并没有影响一个十七岁的高中毕业生的选择。这一年的9月，我到了北京，在崭新的环境里开始了大学生活。然而不到一个月的时间，我开始感到哪里不对，刨除想家的因素，最主要的就是食欲不振。按说，广播学院（今中国传媒大学）食堂在北京高校里算做得不错的，我和同学们也会偶尔凑份子“进城”去吃北京的馆子，但这些都没有办法平复我对家里食物的思念。

一个人，确切地说，只有当他离开自己熟悉的生活环境，离开自己的家庭，到了完全陌生的地方，才会理解所谓的故乡不仅仅意味着熟悉的人群，也不仅仅意味着熟悉的景物。熟悉的味觉习惯，显然也是故乡重要的组成部分。

我有一个科普作家朋友，叫“土摩托”，他对美食家笔下所谓的“故乡滋味”，或者“妈妈的味道”是这样解释的：“除了人在童年时代养成的味觉习惯，每个人的消化系统菌群都像自己的指纹一样，有着独特的组织方式。长时间吃惯了一种或几种食物，肠道的菌群就会相对固定下来，只要遇到类似的食物，就能熟练地进行各种分解。而遇到了陌生的食物，它们就会手足无措，甚至会闹情绪。”在北京读大学的第一个学期，我的肠胃一直在闹情绪，直到我寒假回到家里，报复性吃喝了一整天，世界才逐渐安静下来。等再次踏上去往北京的列车，我的包里放满了各种故乡的食物：烧鸡、酥糖、腊鹅，还有我妈妈特地留出来的糯米粑粑。

说到这次糯米粑粑，还有一个小故事。大学同宿舍有一位维吾尔族同学，看到我挂在床头网兜里的粑粑，几次欲言又止。终于他开口说：“这个东西，我听说是大油做的……”其实，外婆家的粑粑是纯素的，除了米没有添加任何东西，不过为了维护我们的友谊，我决定改变每天消灭一块粑粑的节奏。与别的同学分享吧，一来不舍得，二来别人也很难理解其中的美妙。那天晚上，我买了点儿大白菜，和着方便面调料，煮了一饭盆汤，把剩下的五块粑粑全部放了进去，而且全部吃完，撑得我直翻白眼。

至今想来，十七岁那年的离家，是我成长过程中非常重要的时间节点。它让我切实感受到了一个叫故乡的东西，不仅从心理层面，也从生理的层面。与此同时，我开始主动尝试和接纳更加丰富的食物，要知道读大学之前，我甚至不能吃辣椒的。假如没有十七岁的远行，我现在会不会也像我妈一样，成为一个口味界限非常清晰和狭窄的人呢？会不会是一个“故乡口味沙文主义者”？我真的说不好。

后来我成了一名纪录片导演，职业需要我不停与人打交道，而食物恰好是人与人之间交流最便捷的媒介，用中国话说，“没有什么不能用一顿饭解决”。为此，我不得不带着好奇心，品味各种匪夷所思的吃食。渐渐地，我变成了一个“世界胃”，可以出国十几天不吃一顿中餐，心安理得地享用几乎所有的在地食物。

更难得的是，我开始从餐桌上发现，食物不再是一个简单的、慰藉肠胃的东西，它身上富集的信息既有鲜明的个性，又有非常强烈的生活气息。即便是同一种食物，在这个地球不同的地方出现，它既会有同一性，又会有差异性，有时异曲同工，有时候又南辕北辙。所以我总结说：“吃百家饭，行千里路，等同于读万卷书。”食物与所在地区气质的某种勾连，以及食物自身流变的秘密，一直深深吸引着我。

就拿粑粑来说，稻米通过不同的加工手段，居然能演变出那么多美食，粉、圆、粽、糕、糍、丸、糟、糜、堆……和粑粑性质类似的年糕，也有不同的称呼。仅在广东一地，客家人称之为“粄”，潮汕人称之为“粿”，而粤西人则叫它“𥼵”。这一切，是多么有趣的现象。

游走在故乡和世界之间，寻找风味，寻找人和食物之间的关联，这一切，都开始于十七岁那年的远行。回顾这些年吃过的饭、走过的路，《风味人间》有句旁白很能代表我的感受：

“人的口味就是这样，有时像岩石般顽固，有时又像流水一样豁达。”

2019年5月30日

一坛酱，四十年

记忆在我胸腔里发酵，

情感的菌丝也攀缘在我的脑际。

关于食物的记忆总是绵长的。

我生在皖北，父母是教师，谈不上厨艺精通，只会把饭菜煮熟，一家人将将吃个温饱。所以，我的童年几乎没有什么食物特别难忘，除了一样东西，那就是酱。

每年暑假，院子里家家户户都要做酱，老家称“捂酱”。酱分两种：在坛子里装着带汁水的，我们叫“酱豆”，刚出锅的馒头，掰开，中间抹上勺酱豆，热腾腾的奇香；把酱豆捞出来，晒干直接保存，叫“盐豆”，淋上香油，适合拌稀饭。

一般来说，酱被认为是中国人的发明，成汤作醢到今天应该有几千年历史，国人对酱的依赖已经成为民族性格的一部分。作家柏杨用酱缸形容中国文化，而不用其他，尽管不是褒义，但足可窥见酱在我们生活中的地位。关于酱，东方和西方永远谈不拢。西方的酱，果酱也好，蛋黄酱也好，辣椒酱也好，都缺少深度发酵的环节。而中国的酱，如果不生出复杂同时复合的菌群，是得不到一种叫“鲜”的味道的——那是各种氨基酸给味蕾带来的幻觉。

母亲每年都做酱，黄豆煮熟，拌上很多炒面，平铺在大大的竹匾上，一寸来厚。折来马鞭一样长相的香蒿，那是一种有刺激气味的植物，洗干净后均匀码放在黄豆上。天很热，三四天，黄豆和蒿子之间便布满了白色的霉菌，像蜘蛛侠弹出来的丝，那是微生物在活动。这时候的黄豆表面已经开始发黏，像日本的纳豆，有些臭，并且有很浓烈的蒿子气息。想来，香蒿的作用是遮蔽臭味吧。

准备好盐，生姜切丁，用中药的铁碾子，把辣椒、花椒、八角、香叶碾成粉末，便可以“下酱”了。捂好的豆子被放进一个小水缸，撒一层豆子放一层佐料和盐，最后盖上蘸了水的纱布阻隔蚊蝇。很快，酱缸里便渗出水。遇到阳光好的日子，再把酱缸里的豆子们集合到竹匾上曝晒，这是为了杀菌，豆子们再回到缸里时，母亲会切一些萝卜片进去，这样，成酱出来时，萝卜甚至比酱还受欢迎，因为它的口感。

今天我们烹饪也常用酱，比如麻婆豆腐必须有郫县豆瓣，东北的蘸酱菜要用大酱。但现在的酱更多是菜肴的调味料，而我童年时代的酱豆，就是菜的本尊。主妇要想尽办法给全家人“下饭”，酱是最好的选择。我童年的餐桌上，常年都有酱豆的“合理存在”——菜少的时候，它是主食伴侣；菜稍微多几样，父母仍然会把筷箸首先指向它……久了，酱豆变成了大家习以为常的东西，直到一天，有人带着自己做的酱到我家串门。

张素云是父母的同事，也是我的英语老师，她是砀山人，那是皖北比较富庶的一个县份，因此，她做酱的方法也必须和我们当地不同——酱坯不用黄豆，而是用新收下的蚕豆。田里蚕豆花的甜香刚过去没多久，就能远远看到张老师坐在门口，慢慢地剥一些豆荚。张老师在课堂上非常严厉，我这个淘气的学生，平时都躲着她。但她那一次做的豆瓣酱真好吃啊！蚕豆肉厚，含到嘴里却很快就能融掉，更重要的，和我母亲掺萝卜片不同，张家的豆

瓣酱放的是西瓜。当时我觉得，真奢侈啊，居然舍得用西瓜，每一口都有丝丝的回甜。如果运气好，还能吃到小块的西瓜，纤维组织还在，却浸满了酱的鲜香，充盈在口腔和鼻腔。

因为搬家，此后我再没有吃过张老师的西瓜酱，这种用水果入酱的工艺，对我来说也成了永远的谜。这些年，我吃过也见识过很多种酱，并且眼看着这种含盐量过高的食物，因为健康的原因渐渐退出中国人的餐桌……尽管回老家时，我仍然会尝试着寻找一小碟酱豆，却总也找不到张家西瓜酱当年带给我的那种味觉震撼。

去年，导演邓洁结束在淮海地区的田野调查回京，放映调研小片的时候，屏幕上出现一位菏泽老太太，正在自己家里做“酱豆”，而且，就是西瓜酱！这段影像填补了我多年的知识空白，原来西瓜酱是这么做的。看到那位姥姥用泥巴糊上坛子口，期盼着自己的儿女们回家，我的听觉瞬间关闭了，一切仿佛回到了从前那个夏天，记忆在我胸腔里发酵，情感的菌丝也攀缘在我的脑际：飘满奇异味道的校园，清贫寂寞的暑假，父母的操劳，少年对食物的渴望。

关于食物的记忆总是绵长的。很多朋友在《舌尖上的中国》第二季里看到了西瓜酱的这个段落，整个段落不过几分钟时间；做好那坛酱，姥姥大约也就用了不到两个星期。而对我来说，酝酿和发酵这一切，用了将近四十年。

2015年2月9日

缸贴子

分烧饼的那一刹那，她觉得爷爷一定是个好人。

“找对象，其他都是次要的，一定要心好。”

家父是个烧饼爱好者。

有回吃比萨，全家都吃得很欢乐，只有他，手捧着一牙儿，眉头紧锁。“要是把上面的这些乱七八糟的东西去掉，”他嘟囔道，“兴许就好吃了。”我常出差拍片，每到一地，都会寻找当地的面食，尤其烧饼，这是受我父亲的影响。

烧饼吃久了，慢慢发现一些规律。在我们广袤的国土上，这种烘烤而成的面饼，尽管制作手法大同小异，但从天山脚下的脸盆大小，一路向东，逐渐缩小，到长江下游时，已经手可盈握。新疆的烧饼叫馕，制作方法相对简单粗放，而到了苏杭一带，小小的蟹壳黄已经有很多细密的分层，工艺以及辅料也复杂一些。如果从西向东，把各地的烧饼摆成一排，看上去更像由大到小的一串行星。它不仅能够看到面食流变的痕迹，也和地域物产的丰饶程度大体相关。当然，这个话题很容易招惹地图炮，我们不展开讨论。

我的老家，理论上属于大中原地区，因此在烧饼这件事情上，能够看到来自东和西两个方向的影响。是的，从烧饼制作的方式方法到它的外观，老家的烧饼分两大类：油多，起很多层酥的，我们叫油酥烧饼；以面为主，很少放油，有点甜咸各半的，则叫作缸贴子。

老家的油酥烧饼，需要一个水缸当内膛。这里有必要解释一下，水缸是过去人家用来盛放清水的容器，司马光砸缸的舞台道具，开口大，收口小，粗陶制成。把水缸倒扣，锯掉底部，下方生火，缸壁的弧度让炙烤非常均匀，尤其是上层封盖了以后。

做油酥烧饼的面要醒得足够，在案板上反复揉制，轻轻一抻，不致断裂，在擦了油的案板上，一扯，一摔……我小时候以为这就是打烧饼中“打”字的由来，摔打嘛。后来明白在中文语境里，这种说法比较普遍，新疆叫打馕，陕西做月饼也叫打月饼，有一部电影叫《啊，摇篮》，讲陕北的故事，主题歌就有这样的词：“八月十五月儿明，爷爷为我打月饼，月饼圆圆甜又香……”

每次摔打和抻开后，都要用小面杖擀成长条儿，然后涂上厚厚的调料，调料的主味是盐、猪油、葱花、胡椒粉。再搓成卷，如是者三，最后擀成饼状，沾上芝麻，一手相托，由下而上快速贴紧缸壁。贴好的烧饼起酥后出炉，还要在炉边继续用较低的温度烤制，直到它外表焦酥，一口咬下，碎末飞溅。宿州南乡祁县镇，烧饼用驴油打底，状如马蹄，谓“马蹄烧饼”，在我老家最为有名。其实，这种做法在苏鲁豫皖各省都能见到。

比油酥烧饼更极致的是一种叫油酥馍的，在我出生地灵璧县称之为“火食”，我猜测或许是中原官话“火烧”的变异吧。它是在一个平底的鏊子上不断刷油煎制，待蓬松起酥之后，再刷油，置于炉膛内和炉口边分两次烘烤，结果是由里及外地酥脆。这种油酥馍最好吃的办法，是起酥后，用铲刀从中间一分为二，灌上生鸡蛋继续烤，那种香是非常上脑的。

不过，比起油酥烧饼和火食，我父亲更偏爱“简版”的烧饼，也就是缸贴子。望文生义，面

饼在水缸内一贴就成。这实际上和西北地区的饅、长江流域的草鞋底大同小异。缸贴子很瓷实，一个大约二两左右，用发面制作，长方形，沉甸甸的，大小可以遮住孩子的脸。发好的面，醒透，摔打成细长的条，只抹一点点混合着油的葱花，卷起，用手按扁，再用小擀面杖往两头轻推，面饼贴进炉膛内，遇热迅速膨胀，有巴掌这么厚实，外表焦香，内瓤却不分层，但底部会被缸壁炙出诱人的焦壳。

尽管操作简单，缸贴子也有油酥烧饼没有的工艺环节，这就是烘烤之前，打烧饼的，会在生面上用刷子轻轻扫上一些糖浆水，再敷上几粒芝麻。糖水和面遇热，散发出炙烤的香气，这就是一百年前法国化学家发现的非酶褐变反应，也叫美拉德效应，它能刺激享用者大脑分泌多巴胺，产生快乐的感觉。在我后来制作的美食纪录片里，美拉德这个词被反复地提起，烤鸭、烧猪，凡是靠热辐射制作的食物，几乎都存在着美拉德效应。

但我坚信家父并不知道美拉德是何物，他偏爱缸贴子的理由，除了他自己解释的“火食油大，太腻”之外，我分析可能也有缸贴子价廉物美的因素。对于他这一代人来说，缸贴子显然更实在，耐饥，能迅速带来温饱的感受。童年时经常听大人说笑话，谈论伟大领袖平时吃什么，答案永远是：缸贴子夹油条，喝糖茶。所谓糖茶，就是开水冲白糖罢了；而缸贴子夹油条，面香裹着油脂香，还有丰富的口感层次，今天想来也是馋人的。

童年时代的记忆里，家父十分严厉，但在外面，他又从来谦卑随和、谨小慎微、与世无争。上世纪90年代初，我和妹妹们都大学毕业，分配在北京工作，父母身边一下清静很多。为了我们方便回家，父亲做出了一个决定：奔波长达一年，把工作调动至铁路沿线的宿州市。那时，他已经年过半百，突然改变工作和生活环境，现在想来是需要勇气的。

当时，新单位还没有解决住房，他和我母亲暂时租住在宿州市府巷一个逼仄的民房里。我们几个子女，不免开始后悔，或许当初不应该有回家路途漫长的抱怨，也担心他们人地两生的各种不便。一向乐观的父亲，在来信里，却把新家描述得非常舒适，同时，记得他还特地注明：一出家门的巷口，就有一个卖缸贴子的小摊，“每天都能吃到刚刚出炉的烧饼”。我今年还特地去看了那个地方，由于“创建文明城市”，烧饼摊儿已经改成了煤气烘烤，味道大不如前。但父亲还是很激动地买了一只，很烫，一边走，一边换手，边吃边吹。我站在一边看着，心里想，也许他确实太喜爱这种东西了。

从美食的角度看，油酥烧饼，或者火食，无论口感、香气、质地、外观都更应该属于高一个层级的食物，但这并不能改变父亲对缸贴子的热爱，曾经的一段经历，或许更能够解释其中原因。

我父辈家境清贫，兄弟姐妹甚多，父亲是七兄妹中唯一的幸运儿——十八岁那年，他考上了合肥师范学院（今安徽师范大学），这意味着生活由国家负担。那是1959年，即教科书上所说的“三年困难时期”。和全国一样，大学的饭菜非常寡淡，一些口述史中曾经这样描述学生食堂：“早上洪湖水（可以见底的粥），晚上浪打浪（菜汤），中午小二黑（两个红薯面窝头）。”当时他每月的菜金是九元钱，而合肥市区，计划外的猪肉价格，议价每市斤八元。大二那年，他去东郊安徽纺织学院看望同学，路上突然看到一个打烧饼的小摊儿，一个面饼，没有粮票要卖到六角，这相当于他整整两天的菜金。踌躇再三，父亲最终买了一只……“这是我一生中吃过的最香的烧饼，每一口都香。”父亲说。

关于他多次说起的这段人生中烧饼的故事，我是去年才听到完整版本。1960年，横穿合肥市区看望同学的路上，他还有一个同伴，一位来自大别山区的同班同学，恰好这位女生也

有一个高中同窗在纺织学院就读。两个学校之间有十几里路，食堂的伙食几乎支撑不了这段行程，在遇到那个烧饼摊的时候，父亲犹豫了半晌，买了一只烧饼，然后分成了一大一一小两块，把大的那块递给了女生，自己很快吃完了小的部分后，咬着嘴唇，静静地，看着女同学一点一点吃完。

如你所知，这个女生后来成了我的母亲。

半个多世纪后，我的儿子乐乐决定去海外念大学，临行之前，我母亲自然准备好了一些反复打过草稿的叮嘱。祖孙间谈到了学业，谈到了生活，也谈到了可能会发生的事情……比如恋爱。奶奶拉着孙子的手，乐乐温驯地坐在那儿，眼睛看着天，用非常大的耐心，听老人讲完了这个完整故事。奶奶最后总结说，分烧饼的那一刹那，她觉得爷爷一定是个好人，会一辈子对自己好。“将来，无论你找一个什么样的对象，其他都是次要的，”奶奶说，“一定要心好。”

2019年4月17日

每个人的珍珠翡翠白玉汤

青少年时代的顽固味觉记忆，

势必影响人一生的食物选择。

窗外的晨雾中，浅绿的麦田、淡青的屋舍以及裹挟着细雨的淮北平原飞驰而来……广播里的声音在说，列车前方停靠的是：宿州车站。

整一宿，上铺的老兄电话短信一直没有间断，听口气，电话那端显然是不同的女人，尽管他已经努力压低了声音，但关键的话永远要到走道里说，下铺上铺开门关门顺带给保温杯里续水，一刻都没消停，身体真好啊！等他终于清静下来安然入眠，我已经离目的地不到一小时了……下到站台，父母照例在那里等着，看到我一脸的疲倦，我爹忙叮嘱说：“赶紧回去，再睡一会儿吧。”想了想，我还是建议先吃早饭。

于是扛着行李打上车，穿过刚刚开始苏醒的街道和毛毛雨中的小巷，到了一家羊肉汤馆，五元钱一大碗的羊汤庄严地摆放在面前，把羊油辣子和香醋调匀，深深一口下去……哎呀！喉结蠕动的同时，阻滞的气血开始融化、流动。我不由将四肢伸展开来，以便让口腔的愉悦尽快蔓延到整个身体的每一个末梢——现在，才算是真的到家了。

皖北地区的羊汤大多冠以萧县羊肉汤的名号。萧县归宿州市管辖，该县丁里镇多回民聚居，因此羊汤做得格外出名。中医说羊肉性温，多食上火。但萧县的风俗是，越到夏天越要吃，尤其是三伏天的羊肉比其他季节的都要细腻味甘，故此亦称“伏羊”。据说江苏徐州正和萧县为了“伏羊”申报非物质文化遗产的事情，掰扯得不可开交。十年前最热的季节，长途车去萧县的路非常烂，但我仍然慕名去了丁里，找到那家“青春羊肉馆”，挥汗大嚼，如果说味道有多特别，我还真说不上来，但足以让我回到北京想得涎水连连。

据说北京这座城市有三种人：外国人、外地人和北京人，我显然属于第二类。尽管我已经居住了二十八年，但一直找不到味觉上的归属感。“你有没有这样的感觉，有一段时间不吃老家的东西会有些想。”坐在清华东路的一家韩餐馆子里，罗永浩老师幽幽地问我。“当然。”我的注意力都在那盘菜包肉（清水煮的猪肉，蘸豆酱，和着新鲜的不太咸的泡菜一起吃）上面，根本没工夫搭话。他接着问我去过韩国没有，我摇摇头。“那就好办了。”他拍了下大腿，开始介绍这里的正宗韩国农家菜，“朝鲜的农家菜铆足劲就做三样：脊骨土豆汤、菜包肉、煎饼。最有特点的是这家的泡菜，北京很少有人做得比这儿正宗，太朝鲜太韩国了……”

罗老师出生在东北，朝鲜族，年轻时曾经远赴海外勤工俭学，地点在首尔。在考察工人运动现状的过程中，他的肠胃也被韩国料理所征服。“同样是农家菜，韩国的还是比我老家的更精致一些。”据老罗说，这家韩国人开的“故乡福星”很像在韩国的口感，也正是老三样吸引了他，所以隔些日子就要来一次，每次吃完心情都会大好。说完，罗老师舀起一瓢脊骨汤，慢慢喝了下去，镜片后面的眼睛也随之眯了起来，特文学，不由得让人联想到那“一湾浅浅的海峡”般的乡愁。

青少年时代的顽固味觉记忆，势必影响人一生的食物选择。远的，像珍珠翡翠白玉汤，传说，不提也罢。1974年，国务院副总理邓小平代表中国政府首次出席联大第六次特别会

议，当时国家发给的出国补贴是二十美元，回国之前，大家都在计划买点什么纪念品，只有邓副总理按兵不动，直到去巴黎转机的时候，他才把钱掏出来，找了一家面包店，全部买了baguette（一说买的是croissant），当作礼物送给了半个多世纪前的学生会干部周恩来，在北京接机的周学长当场被感动了……

和老罗不同的是，猪脊骨土豆汤虽然也不错，但怎奈我的珍珠翡翠白玉汤是伏羊汤，敢情每一个在北京的外地人，都有专属于自己汤的味觉记忆。

十六岁之前，我从没有正式下过“馆子”。那年暑假，收到大学录取通知书，一下松弛得无所事事，于是跟我爹到宿州（当时还叫宿县）开会。可能因为伙食太差，有天中午，我爹带着我出来，径直到了南关电影院门口，进了一家现在记不得名字的饭馆。我爹让我找座位，自己则去开票。一会儿，一屉包子和两碗汤便上了桌。我爸从一只小碗里捻了一勺羊油辣子，放在我的碗里，橘红色的固体物在滚汤里慢慢融化扩散……肉是顺着动物肌理切的，一小片一小片薄如蝉翼，半透明地散落在汤的表层。我很小心地吃了一片，很有嚼劲，香，而且回甜。进而再喝汤，浓得像奶一样，非常鲜！苍天啊，世界上怎么会有这么好吃的东西呢？那碗汤和那个赤日炎炎的夏天以及我上颚烫出的水泡，就这样深深地刻在我的记忆深处。

和韩餐遍地开花不同，在北京要费很大的劲才能找到一家萧县羊肉汤。我常去的地方有两个：一个是闹市口宿州驻京办，不对外营业，要预订；另一个在中关村皇冠假日，五星级酒店，但我知道业主专门请了萧县的厨子。每次去，不看菜单，只点一碗羊肉汤，两个油酥馍。OK了。服务员僵在那里，拼命推荐其他菜——这样次数一多，脸皮薄，也不好意思再去。这不，只好坐火车回家。

2010年4月5日

最好的早餐

在这里，她“找到了人类最纯真的感情”。

读《暴食江湖》，一篇关于早餐的文章写得精彩，作者焦桐先生很文艺地把早上这顿，称作“一天中最初的期待”，听起来如情窦初开般美好。字里行间，他甚至不能苟同将早“餐”说成早“点”，生怕吃简单了。如果因为赶早而“吃得粗鄙”，则一天都会“觉得面目可憎”。如果想到翌日清晨即可吃到美味，则“心中就绽放着桔梗花”。真浪漫啊。焦先生生活在台湾，换到北京，想吃得精细而丰富，可不是件容易的事。

在北京吃早餐是一种无奈。上班路远，堵车，加上爱睡懒觉……像我这样，渐渐几乎与早餐绝缘。最多，勉强在离家前喝杯牛奶，出门上锁，最后一口随着电梯门关闭匆匆咽下，早餐即告结束。我的生活多么面目可憎，而且可憎了好几年。

年初蔡澜先生来京，约了在他住的酒店吃早饭。到时见他点了京味早餐套装：粥、豆腐脑、火烧和小菜。我犹豫半天，还是要了西式套餐，看上去更实惠一点。蔡先生不解，为什么在北京不吃当地的美食？这个问题还真不好回答。在我看来，酒店里是没有好早餐的，最好吃的早餐都在居民区的寻常巷陌中，冒着烟火气的地方。比如你可以站在锅灶前跟店老板说着咸淡，或者用筷子在卤蛋的锅里仔细寻找最入味的那一只……这种感受在酒店里永远无法实现。

这一点，我和焦桐先生的想法一样——只要好吃，可以为了一碗煎蛋面走半个小时。酒店的早餐，永远是程式化的食物，果腹可以，享受则远远谈不到。因此，哪怕麻烦一点儿，我都要去实地，找最本地化的小吃，像重庆的小面、西安的腊汁肉夹馍、桂林的马肉米粉、郑州的胡辣汤、安庆的猪肝圆子……这也是我喜欢出差的原因，工作时间有一定弹性，可以安稳享受美味。在外地，我每天吃早餐的习惯会自动恢复，而且居然也充满了“一天中最初的期待”。

今年清明节假期，带儿子回安徽宿州老家，老同学把我们安顿在宾馆住下，还交代好了早餐。“自助餐，干净卫生。”同学说。然而连续几天的免费早餐券，我一直没有用过。老家地处皖北，属欠发达地区，在菜系上也有四六不靠的尴尬，但毕竟是童年的味觉记忆，饭食，尤其是早餐的饭食，对我的吸引力依旧巨大。天麻麻亮，我迫不及待起身，并强行叫醒了熟睡中的儿子，他睡眼惺忪一路踉跄地跟着我，步行十五分钟就到了大河南街。

街道位于这个城市的老城区，早上的雾刚散，路旁的摊档仍笼罩着浓浓的水汽，窄窄的小街一眼望不到尽头。东段是菜市，弥漫着芝麻香味的榨油作坊，白铁皮的大盆里浸着新鲜的螺蛳，旁边是挂着晨露的水萝卜、笋瓜、荠菜、茶豆……翠绿一片。西段则布满早点店铺，我最喜欢的一家吃 𧄸（音sa）汤的店子就在这里。

汤是淮海地区特有的一种早餐。将鸡骨头长时间煨煮后，撒鸡丝、薏仁、姜米、花生继续熬，吃前在碗中鸡蛋打碎，滚汤倒进碗里，鸡蛋立刻温润地变成蛋花。和很多小吃一样，民间传说这种汤也是乾隆老师在微服私访途中不辞辛苦“偶尔”发现的，𧄸字是个自造字。也是“据说”了，此字正是出自乾隆的御笔。

比起所谓御笔，我更愿意相信可考的历史。这家早点铺我已经吃了二十年，坐在并不宽敞

的店中，对面一个中式院落，便是淮北地区最早的基督教教堂之一，有超过一百年的历史。当年运河横穿这座城市，早点铺的位置正是河床所在。1917年，赛珍珠和她的农业专家丈夫应该就是从这里上岸，用五年的时间感受这贫瘠而美丽的皖北小城，她的成名作《大地》写的也是这块土地的故事。赛珍珠在宿州真正的故居已荡然无存，只有这座福音堂里还象征性保留了一些与赛珍珠相关的物品。赛珍珠在自传中写到宿州，在这里，她“找到了人类最纯真的感情”。

不知道赛女士是否吃过 糍汤，我儿子从一岁那年回老家，就喜欢上了这东西，所以到了店里，他的眼睛立刻开始放光。安顿他坐下，要了汤，我便出去帮他一路打点其他的吃食。隔壁就有一种糖糕，类似北京的炸糕，不同的是，这儿用烫面炸，个头也小得多，馅也只有猪油和白糖，外酥里嫩，咬一口，里面的糖浆会顺着嘴边流下。再隔壁是打烧饼的焖炉，一口缸反扣着，下面是炭火，缸壁上贴芝麻烧饼，黄澄澄，暄腾无比。斜对面是卖饅子的，所谓的饅子是用水烙馍（春饼）撒上绿豆芽、香芹和玫瑰大头菜，然后放上一根刚刚炸好的、还烫嘴的油条，春饼柔软弹牙，油条格外松脆。饅子店旁边是卖菜盒子的，用肉馅、粉条、清油、五香粉和面，小火煎炸……

我一遍遍往回送吃的，儿子满头大汗心满意足地享用，这种温暖的成就感，仿佛让我回到了三十年前的某一个清晨。当时，父亲第一次带我来到这里。他彼时关切的眼神和微笑，此刻也准确地浮现在我的脸上——这便是我心目中最好的早餐。吃罢饭，在路口符离集烧鸡店买了几块鸡杂，咀嚼鸡胗清脆的声响，不紧不慢地伴随我们，行走在洒满阳光的老街上。

2011年5月6日

弯腰青

这里承载的是一种地域优越，

直到现在，我都为弯腰青自豪着。

尽管不属兔，但我是一个萝卜爱好者。我喜欢北京天源酱园的甜辣干、萧山钱江牌萝卜干、扬州四美酱菜的萝卜头，也喜欢东北的萝卜炖腔骨、江西的大锅萝卜片、广东的萝卜煲牛腩以及南点中的萝卜丝饼……我甚至因为萝卜而喜欢上了好莱坞的朱莉娅·萝卜丝（朱莉娅·罗伯茨）——那个美丽的长着一张气吞山河大嘴的美国女青年。

但如果说论及生吃，全世界的萝卜加一块儿，似乎也赶不上我老家的弯腰青。

老家是黄泛区，沙土地，适宜番薯、萝卜这样的根茎类植物生长，比这种自然条件更重要的是，小时候家里穷，不可能有这么多水果供我们选择，于是，这种从内到外呈统一翠绿色的萝卜，便成了饭后餐桌上的一道风景。吃罢饭，全家人围着桌子，几瓣切得齐整的青萝卜条，把满屋子吃得山响——这种记忆是无法复制的。

不记得谁曾经说过，中医是一门传统艺术，讲究的是“说学逗唱”，因此国人便有了“萝卜青菜保平安”“萝卜就凉茶，医生满街爬”“冬吃萝卜夏吃姜，不找医生开药方”“萝卜上市，医生无事”等等的说法。都知道萝卜通气利便，吃的人很享受，但不管你利了便还是通了气，享受的是自己，而你旁边的人往往会露出绝望的神色。

我见过吃萝卜最惨烈的情形是在故乡的老式浴池中。休息室里永远有一分钱一杯的六安瓜片和三分钱一只的萝卜待售，瓜片显然是低等级的，基本以茶梗为主，萝卜则是当地的，皮已经刮得很干净，售者用镰刀（就是割麦子用的那种镰刀的头）轻轻纵切，萝卜体内传出“嘎吱嘎吱”的夸张音响。一些在我们看来的有钱人往往会端上一杯茶，深呷一口，放下杯子，腾出手来，抚摸着自已刚刚修完的光滑的脚后跟，另一只手则掰下一片萝卜，送进口中咀嚼，干瘪的生殖器萎靡而瘫软地配合着口腔的运动。放在手边的萝卜肉质如翠玉，呈均匀的半透明状，晶莹饱满，鲜明地映衬着享用者疲沓的肉体。

除了我的老家，据我所知，很多地方都有生吃青萝卜的习惯。比如天津，原则上是凤阳人的后裔，加上淮军的因素，青萝卜自然成为那方人的宠物。江苏徐州更有“八大怪”的说法，其中一怪就是萝卜当作水果卖。我家乡皖北的青萝卜则要数宿州的高滩。现在这种萝卜已经有了新名字——水果萝卜，外观碧绿，圆筒形微弯，青皮青肉，个大匀称，口感甜脆微辣多汁，老家的买卖人还与时俱进地给它加上了无公害、纯天然的标签。

同事曾认为我言语夸张，把我老家送来的萝卜摔在地上，果然萝卜怔裂，一碎为四，可见其通体酥脆，不是北京的“心里美”能比的。1980年代曾经反复听到一首充满萝卜嚼味儿的歌曲，叫《心里美》，歌曲用比兴手法从心里美萝卜唱到了五讲四美三热爱，歌词的结尾部分好像是“亲爱的朋友，看看你心里美不美”。我听到这首男低音独唱的时候，还不到二十岁，在北京也吃过那种又艮又硬的心里美萝卜，听到它被那么讴歌，心里不禁想：“这事儿，真有点儿扯。”

前几天，老家的朋友又托人带来几箱弯腰青，同事和我一大早赶去长途汽车站取回来。路

上，同行的朋友很不理解：“不就是萝卜吗，值当这么大老远地运来？”他不懂，这里承载的是一种地域优越，直到现在，我都为弯腰青自豪着。

但这种自豪仅仅维持到今天晚上。同事请吃胶东菜，席间，上了一道潍坊萝卜，生吃的.....天，完全没有辣味的萝卜！甜甜的，脆脆的，这，这，这好像才有资格叫作水果萝卜吧。我吃了好几块，坐在那里，说实话，有些怅然。

2008年1月2日

荠菜花

那种馨香让我们仿佛在刹那间回到了童年，

回到了故乡。

过了元旦，北京一家超市里就有荠菜卖，大塑料袋装着，碧绿碧绿的。每次从旁边经过，都忍不住上前摆弄两下，明明知道不可能有工夫料理它，但还是愿意放纵自己假装购买的小冲动。

“三月三，荠菜赛灵丹。”其实再过几天的清明时分，才是吃荠菜最好的时节。一望无际的大平原上，满眼是正在开花的油菜和拔节的小麦，一片片绿的，一片片黄的，好像无数块巴西国旗。我和两个妹妹，每人拿着一把油漆工刮腻子的小铲子，行走在田埂上。这正是挖荠菜的时节：再早的荠菜味道不够明显，而且不多；晚半个月，它又老了，不能再吃。

小妹跟着纯粹是起哄，顺带做一些户外运动，大妹则是挖荠菜的主力。她跟外公外婆长大的，天生认得荠菜的长相，就是我这个当哥哥的也不得不服。一面挖，大妹一面讲解。但说实话，荠菜挺难辨别，认荠菜这件事，曾耗费了我好几年的时间。你说边缘是锯齿状吧，也不完全对，说像钥匙的齿牙，它的头又是圆的……当然，荠菜也有好辨认的时候——不过那时已经不能食用了——我指的是开了花的荠菜。

荠菜开的花小小的，白色。在一本植物图谱（印象中为汪曾祺先生所绘）中看到过，确实不打眼，花落结籽，荠菜短暂的一生也就结束了。图谱的文字描述很文学，说它“纯朴而不张扬”，好似“邻家姑娘”一般。

每次我们要挖满一篮子荠菜才会回家，我妈接过篮子开始择菜，择完只能剩下大半筐——主要因为我还是带回了诸如苦麻菜、灰灰菜等等一些近似的野菜。荠菜也分两种，田埂上的和麦田里的。田埂上的伏地生长，每日光合作用充分，颜色略深，味道浓郁；麦田里的，也就是北京超市里卖的那种，碧绿油嫩，体形也大一些。前者适合做馅儿，后者更宜羹汤。但，不管哪一种，我们采回来之后，便是对父母的要挟——饺子、馄饨还是肉圆汤？每一种都能满足我们旺盛的肠胃以及馋猫般的味蕾。

然而我们勤俭的妈，绝不会因为我们的劳动而牺牲口袋里的钱。她身边随处都能找到不买肉的理由：“这月家里财政紧张。”“今天太晚，卖肉的下班了。”“荠菜烩豆腐你没吃过吧。”……我爹则是个乐观主义者，他发明过摊荠菜饼、炆炒荠菜、荠菜蛋花汤……更令人发指的是，他给我们做过凉拌荠菜：把荠菜焯熟，盐去水分，佐以香醋、香油，一道凉拌便上了桌。一家人，居然也吃得山响。

我注意过父亲放香油的动作，香油瓶是医院的盐水瓶改装的，我爹每次会在凉菜里倒入两滴或三滴，收回的时候，他会在瓶口轻轻舔上一下，然后做一个很满足的表情。我记住了这个动作，也沿袭了下来。后来我读研的时候，有次同学聚餐，给大家凉拌豇豆，最后注入香油的时候，我像我爹一样把舌头束成三角状，在香油瓶沿上轻轻舔了一下，结果，同学们舆论大哗，齐声谴责我太恶心……这件事让我明白了一个道理——老子传下来的东西不一定是正确的。

不加配搭的凉拌显然不是烹饪荠菜最佳的方法。荠菜的香味很素、很窄，需要用动物油做牵引，它本身的香味才会彰显出来，进而无限放大。这也是大家做荠菜的时候喜欢用它来包饺子、氽肉圆汤的原因。可能我是这个世界上为数不多的吃过素炒荠菜、荠菜清汤以及凉拌荠菜的人。但这并不影响我们的食欲，依然让我们甘荠菜若饴，以至于年复一年，我和妹妹们一到清明仍然有到城外挖荠菜的冲动。

后来，我和妹妹离开家乡，最后寄居北京。大概是十年前，大妹家买了房，孤零零的塔楼前面便是大片的麦地。我对麦子有兴趣，一路摸索过去，竟然在冬小麦的丛中找到了大片大片的荠菜！我如获至宝。此时，超市里已经可以轻易买得到肉馅，那一天，我们以荠菜为主题，吃了饺子和冬瓜荠菜圆子汤，那种馨香让我们仿佛在刹那间回到了童年，回到了故乡。

“春在溪头荠菜花。”说得好，要体会春天，最好到乡野中去。稼轩词中的上句则是：“城中桃李愁风雨。”是啊，不能待在北京这地方，而要去乡下，有蓝天，有野花，没有沙尘，也没有堵车。

2008年4月1日

父母一辈的白芋粥

我无比怀念那些从白芋稀饭开始的一个个日子。

天气渐渐凉了下来。不知怎么就想起小时候的白芋粥。

番薯，在我们老家叫白芋或者红芋。表皮深红、里面金黄的叫红芋，比较甜。外表略浅、内瓤米色的叫白芋，比较面。小时候得到的说法是，红芋是山地生长，产量比白芋低，白芋更适合在平原种植，每亩地能收五千斤左右。不过直接反映到市场上，红芋不仅少，而且价格也比白芋略贵。当时我想，可能是因为自己生活在平原地带，物以稀为贵吧。所以，童年时代的我，见到红芋更多是在年节的时候。长辈们买回来，简单的，放进草木灰中烤熟，很香。复杂的，会把它切成薄片，在开水里氽烫一下，摆在竹匾上晾干，然后油炸，非常酥脆。更复杂的，比如我爸，会把刚煮熟、滚烫的红芋加面粉一起揉面，包上红糖芯子做成一种烫面油糕，软糯甜香，非常解馋。但这种东西父亲并不常做。“炸红芋，太费油了。”我爸说。

如果说红芋是童年的节日礼物，白芋更像我故乡主食记忆的日常。在我们家，白芋作为主食，会从秋天一直延续到第二年春末，一日三餐里总有一餐，是用它做成的稀饭。那时粮食定量供应，父母每天面对着正长身体的三个孩子以及他们惊人的食量，白芋可谓粮食最好的替补。

番薯四百多年前传入中国，据说有好几条路线，我看到的比较可信的记载是，万历年间福建人陈振龙从菲律宾夹带回国引种，其子上书地方官，请求广泛培植。番薯的推广，让福建平安度过了万历二十一年的大旱，但陈氏父子没有想到的是，这种速生丰产的作物，在此后的二百年，改变了东亚大陆的人口和自然资源配置。中国17世纪的人口数量不过一亿四千万，借助番薯、玉米和土豆的力量，到19世纪中叶这个数字迅速膨胀到四亿左右。对人口增长来说，番薯这种碳水化合物是必要条件，而对于我这代人来说，它又是难以割舍的记忆。

当年的淮北平原上，农民在麦收之后，大都会种上白芋这种高产的备荒粮食作物。盛夏，田野里经常可以见到它：绿色的叶子附着在紫色的藤（老家叫白芋秧子）上，匍匐于地面，可以吃的是它的块状根茎部分。秋收时节，人们会把它们从地下连拔带挖弄出来。白芋水分很多，为了保存，一般人家会就把新鲜的白芋切成片状，散在田间晾晒。待完全脱水之后，再正式收回家里。至今我都记得这样的场景，一望无际的田里，白茫茫一片，很壮观。

切片晾干的白芋片，老家叫白芋干子，可以磨成粉做成主食，也可以用来做酒。白芋干子的面粉可以做贴饼子，或者做窝头，黑乎乎，热的时候吃，黏黏的，有种甜味，但不容易消化，胀肚子。白芋干子酿的酒，我们当地就叫“老白干”，与高粱酿造的衡水白酒同名，很烈，有很浓重土腥的谷物回味，价格便宜，下苦人喜欢喝。

可能今天的孩子，很难理解白芋这种缠绕草质藤本植物对一个地域的影响。其实老家人从前的许多特质描述都与白芋相关。比如，形容一个人“二皮脸”不知道害臊，我们会说一句歇后语：“白芋秧子烤火——甜不嗖的味儿。”我学农的时候加工过猪饲料，用麦麸和斩碎的白芋秧子同煮，灶房内的空气，确实弥漫着一股甜不唧唧的味道。再比如，老家方言属

于淮海官话，有很浓重的开口音，说普通话时难以去除，老家人便称之为“白芋干子普通话”，相当于四川人嘲笑不够标准的普通话是“椒盐普通话”一样。可见，番薯这种作物在社会学意义上对我故乡影响之大。

该说说我们家的白芋粥了。

白芋粥，顾名思义，是用白芋煮的稀饭。对此，我的父母却各持不同的料理方法。我妈妈大别山长大，稻作区，所以做粥加米。妈妈的白芋粥做得斯文，她力气小，先要在案板上费力地把去皮的白芋切成小块，再放进米粥的锅里，白芋受热后即成淡黄色，黄色的小块白芋和白色的大米交融在一起，色彩很好看。然而，我和妹妹都更喜欢爸爸做的白芋粥。

父亲淮北人，麦作地区吃面，所以用面浆勾芡，粥的品相不及妈妈，但由于白芋块儿大，吃起来过瘾。当然，我们更喜欢的是爸爸做饭的干净利落劲儿：上锅烧水，同时把洗好的白芋飞快削去皮，水开时把白芋平放在手心上，手臂伸直，用菜刀很粗放地斫下去，刀刃切入白芋刚好两三厘米，然后轻扭刀背，伴随清脆的一声，一块滚刀状的白芋块儿便落入了滚水中……整个过程行云流水。妈妈一辈子要强，每次见到她看不惯的“兜了面的粥”却被孩子们这般狼吞虎咽，都不免要挑爸爸的刺：“看看，又把面粉弄到身上了，都跟你讲了多少次……”一边说，一边在爸爸的衣襟上拍拍打打。

但有件事情妈妈对爸爸是心悦诚服的，这就是挑选白芋。白芋讲究甜和干面，甜是味道，干面是口感，入口要特别“粉”，类似栗子的感觉才好。县城的市场上，每次都有很多卖白芋的，他们大都推着两个轮子的平板车，老家叫平车。平车上堆着白芋，上层有掰成两半的，剖面上挂着淀粉浆液，供顾客挑选。白芋一次不能买太多，否则没有菜窖，上冻之后白瓢会变黑，味道发苦，所以家里一般只买三四十斤，堆在厨房角落里，能吃半个月。

有次跟父亲去买白芋，看到一辆平车上的货色非常好，刚想问价，却被他拉了回来。“你看看白芋上的泥，沙土的，沙土地长萝卜，不长白芋，懂吗？”父亲说。那时，我爸常年在县郊的校办农场劳动，看上去像个农民，也学会了许多农业常识。他挑选白芋不仅看出产地，还要看外形，掂分量。上高中后，我接替爸爸给全家做白芋早餐，一套流程也做得像模像样，甚至能熟练地手臂平伸斫大块，但挑选白芋这件事却始终学不会，就像我到现在都不懂听声音挑西瓜一样。

按照美食家的说法，美食分三个层次：首先是温饱之需，其次是口舌之欲，最后是慰藉心灵。我这一代人贪吃的天性其实源自食物匮乏的童年，能求得温饱已经是那时许多家庭的梦想。然而，就是在这种刚刚能达到的温饱之需里，一些关于食物的记忆便深深埋下了种子，历经数十年都难以改变。

汪曾祺先生曾经写过一篇《咸菜茨菰汤》，感念他童年时代曾经“吃伤”，年逾花甲却又“因为久违，有了感情”的一种食物。其实几乎所有人都有着汪先生味觉记忆中的这种食物，我的“茨菰”则是白芋粥。汪先生在文章结尾动情地写道：“我很想喝一碗咸菜茨菰汤。我想念家乡的雪。”我同样很想喝一碗白芋粥，并且无比怀念那些从白芋稀饭开始的一个个日子。等天再冷一点儿，我打算去市场上买点白芋。

2016年9月5日

回故乡的三餐

老家好吃的饭馆大都有一个共同的特征：

招牌上基本包含了厨师或老板的名字。

这是自信的体现。

清明陪父母回乡祭扫，我照例扮演孝顺儿子兼专职司机的角色。奔波数天，日程很紧，但还是努力留出了一天时间，回到了出生地灵璧。一来与故旧相聚，互望两鬓添霜；二来居京多年，口味离索，每年此时，必有美味可以宽慰肚肠。

第一站冯庙镇。冯庙镇在灵璧北乡，离县城二十公里。不久前，在南京偶遇一位同乡小蒋。小蒋也是北乡人，不过他是八〇后，出生的时候，我已经离开灵璧去北京读书。小蒋现在在南京做电缆生意，也是个好吃的人，见面说起老家，话题一下就集中到了吃上，说得两人同时口水连连。于是，我们约定清明时共进一餐，目标便是冯庙镇的烧羊肉，这是县境里最有名的羊肉。

其实这次江淮之行，羊肉一直是我关注的重点。一路上专程品尝了萧县的羊汤、六安的风干羊肉、滁州的羊肉锅……它们有一个共同特点：都是汉族的羊肉料理。上古以来，羊肉一直是中国人食用肉类的高级选项，我感兴趣的是：我们的祖先在烹饪羊肉这个有世界属性的肉类食材时，有什么独特的方法。为什么在造“鲜”这个字的时候，“羊”占据半壁江山。当然，这是另一篇文章的主题，还是回到老家的羊肉吧。

徐淮地区做羊肉，最出名的是安徽萧县，用本地山区的放养山羊，烹饪的方式非常简单，吃的是食材的味道，鲜而不膻。与黄河以北吃羊肉的时令不同，在萧县，人们时兴夏天吃羊肉，并认为这里的羊肉在三伏天吃“不上火”，所以，也叫“伏羊”。在黄河故道附近的山东单县、河南商丘也有类似的说法。但由于淮海重镇徐州经济实力更强，所以“徐州伏羊节”的名声更大。正如安海土笋冻、漳州贡糖以及泉州蚵仔煎、面线糊……最终都被强霸成“厦门小吃”一样。每一个萧县人，都对徐州伏羊节相当敏感，甚至有四五百字预先准备好的说辞。

冯庙羊肉的制作方法与萧县并没有太大差别，只是羊不现杀，而是隔天处理后，切块烹制。历史上，灵璧不是富庶之地，但在烹饪上依然非常用心。羊骨一定是隔夜熬汤，在灵璧叫羊拐。客人上桌前，先上一大碗免费的羊拐，让客人“吃着玩”。雪白的羊汤也是免费的，这应该是招揽顾客的重要手段。清明节那天中午，我们赶到冯庙时，小蒋已经坐在街市里的老顾家饭店点完了菜，和他一起的还有在南京开居酒屋的达达一家。面前是香喷喷的一大碗白烧羊肉、一盆羊脸肉，还有一盘干煸羊肺。可以说，凉菜热菜都做得非常用心。不过我更喜欢的是传统的白烧羊肉，肉块汁水丰盈，既松软又弹牙，撒上刚磨好的胡椒，再配上当地另一个特产冯庙油酥烧饼，在座诸位不由满头是汗，大声呼喝：“加汤，加汤！”

老家好吃的饭馆大都有一个共同的特征：招牌上基本包含了厨师或老板的名字。冯庙镇上有三家做羊肉出名的馆子，分别是李虎羊肉馆、曹五羊肉馆和老顾家羊肉馆，这是自信的体现。三家距离很近，做羊肉的水平按说都差不多，只是老顾家热菜凉菜更加丰富一些。

当然，还有一个原因，用小蒋的话说，选择在老顾家吃，“很重要的一点，老板娘长得好看”。吃完饭时，我下楼看了一眼正在不停张罗的那位女士，确实相貌和气质都很出众。

这几年灵璧的变化很大，已经全然不是我印象里故乡的那个小县城。为了迎接晚餐，我不得不在新修的农业博览园里暴走了半小时，因为晚上要去县城我最喜欢的一家菜馆吃饭。

菜馆在灵璧的政府新区附近，周遭都是一些很洋气名字的“花园”或者“公寓”，显然，大块烧牛肉的土菜馆风格已经不太适应这里。所以，主打菜也变更成为大碗牛筋，不过依然让人垂涎。各种小菜也都干净清爽，而且保留着明显的时令色彩。

做东的老同学极力推荐一道新菜，暴腌大白鱼。因为前不久刚吃了侯新庆大师的淮扬菜，其中就有新鲜的太湖大白丝，所以对这个菜没抱什么期望，毕竟，灵璧离鱼的出产地太远。结果没想到，用饱和盐水浸制的白鱼不仅味型调和得非常独特，而且鱼肉密致紧实。可以说，既在味道和口感上继承了老家传统盐烧鱼块的DNA，同时在外观上又给予食材非常恰当的呈现。

在饮食习惯上，灵璧还保留着淮北平原过去的传统，无论多少酒、多少菜，最后都要用主食压轴，否则不算完美。尽管与同学合影时，我都已经要深吸一口长气，以掩饰凸起的肚腩，但最后的主食牛肉包子上桌，大家还是极力推荐。我拿起一只，蘸上作料，只咬了一个角，蹿到天花板上的香味让我立即用另一只手去摸刚刚放包子的盘子……然而低头一看，盘子里面已经空空如也。这也是饭店的饥饿疗法，所有客人最多供应一只包子！同学大黑看我意犹未尽，连忙安慰：“明早，明早我带你专门吃包子。”

第二天一早，大黑带着我和父母四个人去吃早餐。到了地方才发现，这是我去年来过的一家早点铺：顺风面馆。确实，这儿的包子非常有名。大黑去买餐票，我带老人去找座位。

可能是长时间的贫瘠，灵璧的早餐花样不多，最经典的就那几种：猪油渣做成的油馍、牛肉粉条包子、面筋汤。基本不用油炸油煎，有笼屉就可以解决。面筋汤是淮海地区把主食做成菜的代表，像西人做起司一样，洗出面筋，类似乳清的面汤部分并不丢弃，而是和青菜、花生一同加入清汤里。油渣馍是擀好面皮，撒上油渣和葱花，用铁锅的壁贴出来的，上层柔软腴香，底部焦酥烫口。

包子是这家的招牌，包子皮面醒得恰到好处，绵软暄腾，同时馅料又格外充足。灵璧人吃包子不像富裕地区吃纯肉馅的，和我一样，他们觉得加上粉丝口感更好。所以顺风面馆的包子的工艺，整体上接近扬州的三丁包子，只不过鸡丁、笋丁被萝卜丁、红薯粉丝替代了，而且在投放香味料的时候也更加手重，充满淮北平原的乡土气息。这，恰恰是我童年时代节日里的味道。

我妈妈现在一年就回来这么一次，显然她老人家对这家的包子也很满意，一碗汤、一个大包子落肚，走的时候，不停跟服务员夸赞：“你家包子做得真好，要是你们开到北京，不讲别的，就这个包子，一个我估计能卖到两块钱。”服务员礼节性对我妈妈微笑，表情复杂。

大黑这时趴在我耳边轻声说：“这个包子，现在灵璧，卖四块钱一个。”

2017年4月15日

食物的分贝

梁实秋是北京，郁达夫是杭州，张爱玲是上海，

汪曾祺是高邮，与其说他们在怀念故乡的食物，

不如说他们在回忆自己的成长。

不久前去安徽拍片的时候，在肥西、六安交界的地方吃到了一种鹅，这是江淮分水岭非常著名的土产。初冬时节，北风掠过已经收割的稻田，家家户户门前挂着表皮油润、肉色深红的腊鹅，让人垂涎欲滴。我赶紧拍了几张照片，发给我的朋友刘春，肥西是刘春老师的老家。

很快，刘春老师回了微信，他说：“比起这种不健康的食物，我更喜欢松露、鹅肝和鱼子酱。”看来，刘春老师在上流社会生活，他已然忘记了故乡的味道。这个故事也告诉我，人生赢家实际上是没有故乡的。

可能我们首先要回答一个问题：故乡是什么？

字面上的故乡是指自己的出生地，但事实上，每个人心里还装着另外一个故乡，那是自己非常依恋的地方；是自己可以看不惯，但是不允许别人骂的地方；是一个无论自己开心还是沮丧，都可以寄托情感的地方。

比起故乡的样貌，人们更容易记住的是故乡的口味，在科学的层面上说，人的口味习惯基本成形于童年时代，你童年吃到什么，以后的口味就是什么。顽固的故乡口味依赖，源自神秘的童年味觉编码。

故乡的味道首先是地理意义上的，它标识着你的归属，每个人都站在自己建立的食物鄙视链的顶端。这种归属感牢不可破，尤其以有风味的经济发达地区为代表。一位北京的兄弟总结他们家的婆媳关系，太太和老太太亲如一家的和谐中，一直存在着餐桌上的口味博弈，因为他娶了一个上海美女。

故乡味道还证明着你口味的正宗，如果你对自己故乡的食物有着清晰的记忆，那么在一个饭局上，尤其是和你的口味正好吻合的饭局上，你就有了绝对的话语权。故乡甚至关乎个人的尊严。在我看来，没有哪个地方的食物更好吃，我热爱所有的美食。但是一个故乡感非常强烈的人，他能把故乡的政治正确上升到几何级数的水准。比如：哪个地方的辣椒最辣，这绝不是史高维尔指数能够标定的。羊肉更是这样，甘肃、宁夏都声称自己拥有世界上最好的羊肉，新疆和内蒙更具体到南疆还是北疆、呼伦贝尔还是锡林郭勒，都说自己羊肉最好。一个海南人过来插话，加积鸭、文昌鸡、和乐蟹、东山……羊字还没说出来，整个北中国网友异口同声敲黑板：注意，我们在讨论羊肉的话题。

所以在饭局上，我经常会小心询问在座的籍贯，稍一大意，就会造成人际关系永久的伤害。因为中国太大，汤圆、粽子、豆浆都存在着甜党和咸党，鸿沟几乎与信不信中医、吃不吃转基因一样，一言不合，势同水火。南京人请客吃烧卖，一个呼和浩特人充满同情：什么，糯米馅儿的？江苏现在经济形势不行啊，还吃不起肉？旁边一个广东人打圆场：我

们广东更可怜啦，烧卖连面粉都用不起，用鸡蛋擀皮儿，而且，只能当早点。

事实上，故乡的味道不仅仅是空间意义上的，也是时间意义上的，和你的记忆、你的成长有关。

每个人一直有两个故乡，一个是空间的故乡，一个是时间的故乡。对于一个成年人，假如他的生长地在另外一个地方，那个地方十几年甚至几十年前的样子会永远刻在他的脑海里，而且被赋予了更多的情感色彩，同样的也包括当年的味道。就像梁实秋的北京，郁达夫的杭州，张爱玲的上海，汪曾祺的高邮。与其说他们在怀念故乡的食物，不如说他们在回忆自己的成长。

所以有人说得好，回得去的叫家乡，回不去的才叫故乡。

然而近四十年来，中国正经历巨变。一方面，无数人的故乡不复存在，或者变得面容整齐划一，从城市外貌你很难分清长沙、合肥、南昌。另一方面，在地食材、传统工艺、精致烹饪受到巨大冲击，早已今非昔比，你记忆里的故乡味道早已灰飞烟灭。这主要体现在几个方面。第一个是食材。食材的生长期随着商业需求而人为地缩短，风味物质积淀永远没有办法和从前相提并论，这让我们吃到的肉不再香，菜不再甜。第二，中国传统烹饪技术也受到了很大的冲击。由于要降低商业成本，很多的食物被集中起来，在一个叫中央厨房的地方进行预加工。当我们在一个商业中心里享用它的时候，只不过经历了一次加热，而手的温度消失了。第三，同时改变的还有与食物相伴的商业传统：曾经让人留恋的、烟火气很重的小店，都被日益刷高的租金赶到了城乡接合部；大都市里的排档也都因为“创卫”缩到了一个钢筋水泥的建筑中。

不过，味觉记忆挥之不去。我们曾经的饮食习惯、偏好，甚至经历过的时代，无一例外地遗落在我们饮食的DNA里。

我们有很多非常顽固的习惯，比如我们对“入口即化的肉食”的喜爱。我和很多热爱中餐的老外聊过，他们热爱中餐，但两种东西接受起来比较困难，一个是麻辣，一个是肥肉，而超过一半的中国人无法拒绝红烧肉的诱惑。这种情况不仅在中国，日本人热爱吃神户牛肉，那种肌间脂肪均匀丰厚的肥牛肉，这与欧美国家主流饮食习惯也有出入，他们喜欢吃新鲜的、有牛肉味的瘦肉。是的，这其实也是食物匮乏时期留下的偏好，当然还有toro，大脂金枪鱼。

再比如我们对甜的喜爱。糖，西敏司的人类学著作《甜与权力》里能看出，糖曾经的稀有与昂贵，让它成为决定阶层的一个象征。今天，一个文艺青年可以不吃肉，可以不吃主食，但是他太难拒绝甜品——对糖的热爱是强大基因是深入我们骨髓的。

当然对中国人来说，更重要的是主食。包括联合国食物农业组织在中国都被翻译成“联合国粮食及农业组织”。手中有粮心中不慌，对大多数中国人来说，再好的美食，再精致的菜肴，都必须用主食来做最后的确认，否则就不够安稳。刘春老师发达之前也专门说过“一切不下饭的菜都是耍流氓”这样的金句。

这些年来，我们研究美食，恰恰是为了找到现代饮食习惯背后那些遗落的传统，在让我们吃得越来越便捷、越来越健康、越来越安全的同时，唤起观众在过往时空里逐渐淡去、同时饱含乡愁的美味。我和团队曾经复盘之前做过的美食纪录片，在分分钟收视率图表

上，“观众最喜欢的食物”排行榜，排在第三位的是油脂类食物，第二位是主食，第一位是……主食包裹油脂类食物。这可能与流行的饮食风尚有差异，但我知道，某种意义上这正是我们寻找的答案。

天涯咫尺，故乡难寻。这几年，我和同事只做了一件事情：用食物给大家描绘一个美味的故乡。

2018年3月13日

辑二

像首都人民一样吃

有一年在大山里拍片，穷山沟，几乎每天大蒜就米饭，也其乐融融。晚上睡不着觉，大家就在蚊帐里吹牛，聊北京的饭馆。比如今晚的主题是西单，就捋着街道从南往北数，从烤肉宛开始，四川饭店、同春园、玉华台、天府豆花庄……数到砂锅居的时候，基本上就吹牛的那位没睡，其他人都在梦里纠结呢。

寒夜觅食

行驶在北京的冬夜里，

搜索路边哪怕是仅有的一盏小饭馆的灯光，

进去哪怕真的就喝一碗白粥，那种温暖都能渗透到骨髓里。

北京迟到的初雪。

已经凌晨四点，下楼，坐进驾驶室。方向盘冰得锥心，仪表盘显示车外温度零下六度。往手心儿里哈了口气，是不是应该安慰一下自己的胃呢？很犹豫。

北京的饮食发展布局非常不均衡，键入“消夜”两个字，得到的检索结果，东部饭馆的名单厚得像字典，而西部只有寥寥几家，仅仅相当于字典后面的附录。我的工作单位在城西，夜里十点之后貌似只有花圈店开门，面对这样的情状，我不死心，总觉得在夜幕的深处，在影影绰绰的高楼背后，应该还有一家不知疲倦的小饭馆在等待着我。这种侥幸心理，有时竟有些信念的意味。

连日加班，身心俱疲，按常理，最吸引人的地方应该是床。无数个凌晨，脑力已经完全不足以支撑工作，但一旦想到吃的，体内最后一丝力气却能被唤起。这几个月下来，居然找出些经验。如果把这些写下来，并称之为美食心得的话，显然夸张了，说破大天去，它不过是一些温饱体验吧。

在市区的西部，后半夜还在营业的饭馆，几乎都是清一色的快餐连锁店。我善意而且正面地把它理解成，只有连锁店这样，大家相互搀扶着，才能把北京西部的消夜生意支撑下去。在我的生活半径里，集天小吃、小豆面馆、时尚粥工场、大粥锅、食立方、田老师红烧肉……都是连锁店。它们有着一致的特点：主食尚可，点菜就不靠谱了，而且它们面目模糊，简直像同一家餐饮技校毕业的。正如我母校培养出来的播音员，可以起各种各样妖娆的艺名，但只要一坐在镜头前，除了长相有差别，声音简直完全一样。

办公室的楼下就是一家连锁快餐店，偶尔要一份肉饼配点儿咸菜还能果腹。有天看到菜单彩页，居然有老友粉，一时嘴欠点了一份来，刚吃一口就觉得他们胆子太大，这哪里是老友粉？明明是用醋和盐以及辣椒煮出来的不完全条状面食，相信南宁人民要是知道这件事，会发照会抗议的。

稍远的另一家，粥店，也是连锁。有天点了绿豆百合粥，服务员客气地说：“绿豆没了。”于是，改成红枣莲子粥，又被告知“莲子没了”。再改，八宝粥。“跟您说吧，”服务员泄了气，“您点的都是熬的粥，现在只有用白粥调制的，比如生滚牛肉粥、皮蛋瘦肉粥……”像一只麦兜一样，我坐在那里，一脸委屈：“那我想要一碗白粥，说定了，不会……米也没有了吧？”

扪心自问，这种消夜，为什么还要去自取其辱？原因很简单：我更厌倦日复一日机械枯燥的生活。悄无声息，行驶在北京的冬夜里，搜索路边哪怕是仅有的一盏小饭馆的灯光，进去哪怕真的就喝一碗白粥，那种温暖都能渗透到骨髓里。尽管无人陪伴，这，也算是对抗

无趣人生的一种积极态度吧。

时间允许，恰好我又不怕麻烦，一般我会选择更远的地方，魏公村或者石景山的眉州东坡，这里的四川小吃做得像模像样，尽管是消夜，有时候可能就一两位客人，也做得一丝不苟，尤其是石景山的那家。如果完全为了温饱，我一般会点一个大份干绍面，加一份酒酿圆子。要是解馋，则会挑上七八样荤素搭配的菜，叮嘱伙计少放麻酱。一会儿工夫，一大盘香喷喷的麻辣烫就会出现在面前。让人纠结的是，麻辣烫是需要啤酒做伴的，这和开车又有冲突，所以，除了这儿，我需要新的目标。

马华拉面正是在这个时候出场的。那完全是一次漫无目的的夜间搜索行动，从军博、三里河、甘家口、月坛、礼士路，走得几近绝望的时候，看到了长安街边这家灯火通明的饭馆。已经是凌晨两点，进门一张桌子上，七八个年轻人对着一桌残羹冷炙以及一堆烤羊肉的竹签，正兴致勃勃地玩杀人游戏。穿过他们，我到了档口，只要了一碗面，看师傅在大锅前表演，不一会儿，面煮出来，撒了香菜、青蒜，师傅又仔细地用筷子，在不同的抽屉里分别拣了牛肉片、牛肉粒和牛肉碎，笑容可掬地把面端过来，示意我可以享用了，还用很重的西北口音注释了一声：“美得横（很）！”

北京的拉面馆众多，如果单从制作质量上来说，这家牛肉面肯定不是最接近兰州土著的，但在二十四小时营业的店子里，马华肯定是最温暖、最可口的一家。后来，我又去过几次，都是后半夜，服务员永远都带着淳朴的微笑。有天，我想多要点白萝卜，厨师先给我碗里加了一勺，待我坐到桌边，一个红脸蛋儿的服务员又用小盘给我装了满满一盘。不像广州、成都这些有消夜传统的城市，在北京，满足温饱的同时，能顺带看到一张笑脸，就足以让人的幸福指数急剧上升。

回到本文开头的那个凌晨。我最终决定叫了一辆出租车，在小雪中赶到马华拉面。那儿居然还有好几桌客人，我选了一张靠窗的座位，要了烤羊腿和啤酒，望着飞雪，想着自己人到中年还在透支生命，失败感不由得泛起。两瓶酒喝完，已经有些醉意。店堂里服务生勤快地跑前跑后，客人们散落在各处，希望着自己的希望，怅惘着自己的怅惘……这情景很像金庸笔下一千年前匆匆赶路的旅人，在风雪中的风陵渡口，那家茅草小店，大家等着雪停，明天又要各自赶路了。

2011年2月12日

一个人的面馆

个人的饮食偏好，尽管像胎记一样私密，

但至亲永远知道它在哪里。

府右街，紧挨着伟大首都怦怦直跳的心脏。在这条街北口的把角，有家快餐厅，名字叫“延吉餐厅分号”，这是我最喜欢的饭馆，说起来你不信，粗略算一下，我去过这里不下千次！真的。

关于这家餐厅，我甚至清晰地记得和它的第一次相逢。那是1982年，我的一个同学，北京妞儿，要让我明白他们北京“兴”吃什么，于是带着我到了这家人山人海的饭馆。先买券，三两朝鲜冷面，定价两毛一分（同等级别的一碗现在已经是人民币十二元）。之后排了二十分钟队，一点儿不夸张，二十分钟，队两边都是站在那里端着六寸大碗，以很高的分贝吸溜面和咕嘟咕嘟喝汤的顾客。我当时心想，哇，这东西在北京还真是“兴”啊。

关于朝鲜冷面的知识都是后来知道的，延吉餐厅的这种面在东北叫黑冷面，用面粉、淀粉加荞麦面混合在一起压制，汤是用葱、姜加酱油外带苹果、梨的汁水一起调成。面出锅先过凉水，再倒入汤，加白醋食用。第一次吃冷面，我的北京同学急迫地挑动着眉毛等待我的评价。第一口，首先感到的是浓烈的生酱油味，紧接着是泡菜的臭味和白醋的酸味，这味道太古怪了，我甚至没有吃完一碗面。但我没好意思说难吃，只是扭捏地说：“哎呀，还真有点不习惯。”

离开饭馆的时候，下意识认为再不会光顾，但当时是穷学生，又是学摄影的，经常在故宫、北海、什刹海附近转悠拍作业，延吉冷面低廉的价格让我没多久便再次成为它的顾客。接着又有了第三次。而且，这种面放上特制的辣酱，非常刺激、开胃，以至于后来拿着学校发的公交月票，无论去哪儿拍照片，都把午饭定到了这里。要三两面，再要一扎生啤酒，先把啤酒倒进五百毫升的军用水壶里，当晚饭和水，喝掉剩下的半升啤酒，再把面吃完。荞麦面扛时候啊，一下午都不饿。赶上父母寄生活费，就中午和晚上都在这儿，还可以多要一瓶北冰洋汽水。

古时候，男女结婚，好多人之前根本没见过面，但也不乏和谐恩爱的例证。我和延吉冷面就像这样，从不接受到习惯，最后变成无法舍弃。最多的时候，我有连续五天冷面的纪录，一个星期没吃，想想就要流口水——冷面就这样成了我生活的一部分。和很多人感受不同，我认为吃冷面最好的季节并不是夏天，最过瘾的，是隆冬，最好是下雪的晚上。吃完冷面回学校，一阵小风吹过，自己不由打一个哆嗦：那种颤抖不仅来自寒冷，也来自口腔被辣椒灼痛催生的迷幻，那是一种一跳一跳的辣，带有一点轻微的自虐的快感。坐109路，我会high到东大桥，赶上112路，我能high到十里堡。

延吉餐厅最多的时候有三个分店，总店在西四北大街，据说那儿的面比较正宗，可是我总觉得西四没有府右街这家分号好吃，除非赶上这里装修，否则我绝不光顾总店——这说明味觉的先入为主有多严重。那时候，我已经在西三环附近上班，经常中午打一辆面的，来回二十元钱，到府右街吃三元钱的面。这是一种什么样的精神！

后来有次出差，从延边到浑江到丹东，一路上都是朝鲜族聚居的地方，吃得美，酒喝得也

浩荡。每顿饭，主人征求关于主食的意见，我都会毫不犹豫地说：“冷面！”可是吃到嘴里，无论如何都没有办法和府右街那家相比。有一次我甚至脱口而出：“你们冷面好像有点儿不正宗哦。”说完自知失言，但心里确实是这么想的。回北京，机场大巴一到西单，直接109路，背着一肩膀的行李，端一碗冷面，迎着风，站在马路边，不过三分钟，解馋。

这几年经常喝酒，每次酒醉，第二天最想的就是一种筋道的面条。尽管它不容易消化，但就是那么怪，一碗冷面下肚，本来翻江倒海的胃立刻就能平静下来。坐在餐厅里，想想这么多年了，看着这家小铺变成了两层小楼，看着饭馆的名字前面加上了餐饮集团的名字，甚至见证过这里的一位服务员从相亲到结婚的过程。

它承载着我到北京之后非常多的人生经历和记忆瞬间。我也动笔写过，一万字都没结束，因为那已经不完全是一篇关于吃的文章。这家饭馆对于我，也不是简单地用餐厅二字就能概括的。

非常不幸，不知道从什么时候开始，我开始混饮食圈，写专栏介绍饭馆，偶尔甚至被唤作美食家。但酷爱冷面这件事，我从来讳莫如深。这里有过一个教训。某年，和关系最好的一位同事把冷面吹得天花乱坠。终于有一天，约上她，我又帮着放辣椒又帮着倒白醋的，忙活了好一阵，挑动着眉毛就等她赞叹的尖叫……这位同事特有风度，不动声色地把面吃了一半，然后轻轻地将筷子摆在了碗上，微笑着对我说：“哎，我真想知道，人要犯多大的错误才给吃这么难吃的东西？！”

这就是所谓的“我之蜜糖你之砒霜”吧。在生活里，我经常推荐朋友们去各种各样的餐厅品尝美食，但只有延吉餐厅分号是属于我个人的，最多，也只能和最亲近的人分享。记得不止一次，看到我心情不好，儿子跑过来，主动说：“爸，要不咱们去吃冷面吧。”他乖巧的样子让我不觉心下一暖：其实，个人的饮食偏好，尽管像胎记一样私密，但至亲永远知道它在哪里。

2010年12月1日

不一样的怀旧

这是当时北京最讲究最体面的西餐馆子，

北京人称之为“老莫”，就像喊对门副食店的老李，

透着那么点亲切。

傍晚时分，414路公共汽车缓缓停靠在普惠南里站，车上蹒跚下来几位白发苍苍的老人，他们相互搀扶着，颤巍巍过了马路，消失在对面的楼群里……老人们穿过一个小木屋似的门脸，服务员过来领位时，大堂里音乐响起，还没坐下的那些老人，相互对视了一下，脸上陡然焕发出灵异的光彩……

餐厅是俄式的，菜单上铺陈着奶油烤杂拌、基辅鸡卷、罐焖牛肉、鱼子酱、大列巴……另一张菜单实际上是点歌单：《三套车》《喀秋莎》《伏尔加船夫曲》《小路》《山楂树》……这家叫基辅罗斯的乌克兰餐厅从开业到现在生意一直红火，不起眼的半地下室永远人满为患，永远要订位子。前来就餐的大多数是上了岁数的顾客，把它称作北京市平均就餐年龄最高的餐厅一点都不为过，这里的饭菜和演出能够把老人们带回五十年前的时光。

这是一个特别适合带老人来就餐的场所，我带着父母来过这里，看着乌克兰功勋演员的表演，几乎每个节目他们都会轻轻地跟着哼唱，更有些耄耋之年的顾客，会上场舞步轻盈地和演员们一同表演，可见苏联文化在当年的普及程度。就连我妈至今也还记得一些俄语单词的发音，比如星期天，说出来就是“袜子搁在鞋里”……父母读大学的时候正值大饥馑年代，对俄餐显然没有了解，相比较食物而言，他们更喜欢这里的气氛。而我，对震耳欲聋的音乐并不感冒，我在意的是俄式菜肴，那里有我第一次接触西餐的记忆。

刚来北京读书的第二年，老家的一位师兄，在某进出口公司上班的，说好带我去著名的莫斯科餐厅吃饭，这是当时北京最讲究最体面的西餐馆子，北京人称之为“老莫”，就像喊对门副食店的老李，透着那么点亲切（但真正去吃过的似乎并没有多少人）。

按照师兄的指示，我当天下午就到了他的办公室，聆听他关于西餐的礼仪入门讲座——显然他不放心我这个小老乡，怕我在那个正经地方丢人。当然，我发誓已经努力用心在记那些琐碎的规矩，无奈注意事项太多，以至于我饥肠辘辘坐到老莫的餐桌旁，看见红菜汤刚一上桌，就立即迫不及待地举起了刀叉。

“放下！”师兄低声但十分威严地制止了我，“应该是汤勺！”我拿起勺子，刚想喝汤。“又错了！汤勺应该由内往外舀。”师兄一副恨铁不成钢的表情，“刚刚不是教过你吗？”我低着头，手持汤勺胆战心惊地朝四周看了看，怎么感觉所有人的目光都集中在我这里了呢？汗如雨下啊……那是我有生以来吃得最漫长的一顿饭，我不断地被纠正着：“手拿酒杯的位置！”“刀叉怎么和餐具碰出声响了？”“咀嚼时绝不可以说话……”那次魔鬼饮食训练给我的阴影太大，它简直让我对人生产生了动摇，以至于在学校食堂，免费蛋花汤的大桶里，我都会不自觉地由内而外地溜边儿沉底。

更搞笑的是，这之后我连续四五年再没吃过西餐——如果KFC不算的话——直到研二那年，我有机会给《生活》杂志一位摄影师做助理。我当时想，养兵千日用兵一时，机会终

于到了吧。见这位老外之前，老师就提醒我，摄影师六十多岁，哈佛毕业，很大牌，得奖无数，世面见得多，要我注意礼节什么的。我心说，起码吃饭问题不大吧，好歹我这不在食堂练了几年汤勺了？令人沮丧的是，我陪的这位老摄影师酷爱中国，走到哪里都要吃中餐，筷子耍得上下翻飞的，直到他临回美国的那天，我表现西餐礼仪的机会才姗姗来迟。

建国饭店西餐厅，我貌似很不经意地点了羊排、牛肉清汤，老外也要了类似的。我又默念了一遍当初学兄的教导：左手叉、右手刀，阿弥陀佛……我刚搔首弄姿地拾掇起餐具，只见我景仰的大牌摄影师两手一拍，迅速从盘子里拣了两根薯条，“嗖”地就杵汤里了，稍事浸泡便照直放进口中，大手一抹嘴巴：“Delicious! Help yourself.”哦，我的人生！我精心准备的才艺表演，就这么被他生生噎在那里，定格了。

如今，陪父母坐在基辅餐厅的半地下室怀旧。他们在歌声和舞蹈里感念自己逝去的韶华，社会主义苏联对他们影响巨大，那时候有句预言式的口号，叫“苏联的今天就是我们的明天”。尽管苏联已经烟消云散，但曾经的理想还会让他们激动。我自己也到了怀旧的年纪，坐在他们对面，点了份红菜汤，用汤匙由内而外舀起，以怀念我青涩的西餐初夜。

2009年2月22日

周瑜小馆黄盖客

翠清的服务员是我见过的最有“气节”的服务员，

宁为玉碎不为瓦全的那种。

每次去翠清吃饭，看着正在等座的绝望食客们，我都会想到一位我曾经的同事。

三四年前的一个冬天，因为加班，办公室集体去吃拉面，我这位同事拒绝前往：“咱们去吃翠清吧，湖南菜，超级好吃。”我刚有些迟疑，她又加了一句：“不过，菜是好吃，但要排一小会会儿队哦。”我呸，哪有时间等座儿！全体上车，只剩下她瘦骨嶙峋的身影。

那顿饭是这样的，吃面归来，收到那位姑娘的短信：“还在排队，不要嘛，该死的。”半小时后：“前面还有两桌，不想活了，讨厌。”再二十分钟：“天杀的，终于坐下了。”又约四十分钟后，她又发来短信，只两字：“真好。”如果把几条短信编辑一下，是否能够得到如下的答案：“该死的，不要嘛，天杀的，我不想活了……你真好。”这简直就是一个闺妇突然见到丈夫归来的心路历程。也正是因为这位先驱者那次令人发指的等待，我对这家叫翠清的小店青眼有加，并迅速成为它的常客。

颐源居西门，扎堆儿着一大片小馆子，但要说最火爆的非翠清莫属。我的朋友老六就曾经站在翠微路的暮色里思考人生：“你看，这家叫翠清的一点都不冷清，而对面那家叫翠满楼的却总坐不满人，这是为什么呢？”确实，翠清的门脸儿不大，但每天饭点儿，沿街排队等座的人却相当扎眼。

其实，翠清的菜单不过一页纸，难得的是，几乎每个客人都能从里面找到自己的最爱。老六的饭局常设在这里后，最经常看到的景象是这样的：人刚刚到齐，服务员过来，我还没来得及拿起菜单，旁边就一人一嘴嚷嚷开了——酱椒鱼头、小炒肉、萝卜丝煮河虾、干锅鱼杂……七嘴八舌一通嘈杂过后，陈晓楠同学还用商量的口吻说：“哥，我能点两份小炒猪肝吗？我保证吃完。”话音未落，喜欢终极思考的老六立即说：“按此理论，我们为什么不可以要两份鱼头呢？”……等我颤巍巍把自己喜欢的砂锅粉丝添加上去之后——“你们已经点了十七个菜了！”服务员面无表情地说。

翠清的服务员是我见过的最有“气节”的服务员，宁为玉碎不为瓦全的那种。打电话订座，她们会理直气壮地告诉你“包间只留到六点半，人数不够按最低消费收费”，一点商量余地都没有；如果你想上个拍黄瓜或者花生米下酒，得到的回答永远是不卑不亢的“我们不做凉菜”；上菜时，她们也会大声命令你“把转盘转一下”，十分威严，不容置疑……

没办法，有什么样的饭馆就有什么样的客人，如果翠清是周瑜，我们就是黄盖——谁让我们爱吃这一口呢？尤其是喜欢思考人生的老六，只要到了翠清，人性里最温顺的一面总会被激发到极致。“姑娘，”老六撒娇道，“能帮我们催一催菜吗？我的唾液在玩着命地分泌呢。”服务员看了他一眼，甩下一句“现在人多”，旋即给了一个骄傲的背影……老六这边一点都没失落，抚着胸，对着空气嗔道：“我还就喜欢这个简单粗暴劲儿……”

经验告诉我，要求一个苍蝇小馆的服务态度，无疑会增加你享用菜品质量的风险。好在和服务员的强硬相匹配，翠清的饭菜一样霸道无比——几乎是我在北京吃到的最顶尖的口味

菜。更难得的是，这些年，他们家的品质一直没有任何改变。去年给“餐厅大赏”做评委，我极力推荐了本来不在候选名单上的翠清。究其原因，不仅因为这家湘菜小馆精心烹制的饭菜个性十足，口碑甚好，更因为它是我这几年剃头挑子一头热追求的民间美食典型。有这么可口的美食，嗨！态度粗暴就粗暴点儿嘛。

我把这个道理说给老六听，他立即展开终极思考：“按此理论，难不成最好吃的饭馆……得是城管开的吧。”

2009年3月18日

清真寺旁的早餐

那烧饼层次分明，外皮焦酥，

咬一口天崩地裂一样，回去一路都是香的。

青年纪录片导演王圣志最近炙手可热。前几年，他开始做一个叫《早餐中国》的系列片，到现在已经播了四季，一百集，很火。为此，他甚至跨界得到了餐饮行业的认可，被评为“年度人物”。

早餐，为什么能够获得这么多的共鸣？在我看来，首先它覆盖的人群广，正常人大都有吃早餐的习惯。其次，每个人口味里都有一种“地缘性坚持”，不管你是哪里人，大都会认为，最可口的早餐属于童年和故乡。第三，也是最重要的一点，在我们中国人越发趋同的日常饮食中，只有早餐最大程度保持了多样化和差异性。作为王导的观众和同行，我觉得他用纪录片，为中国饮食做了一件积德的事情。

平时，我是个不吃早餐的人，但只要出差，我肯定要早起，一来拍片睡不了懒觉，二来所谓风味，越早浓度越高，它是了解一个地方区域气质最好的路径。

中国的早餐种类也很多，有以主食为主的，像牛肉面、小面、热干面、大排面……以及南方各式各样的米粉；也有是以汤菜的形式出现的，像胡辣汤、扁粉菜、豆沫儿、烫干丝、肉圆；更多的形制来自不同的点心，广东早茶、扬州早茶就不说了，各地还有不同的生煎、馄饨、锅贴儿、肠粉、粿条、汤圆。我尤其喜欢台州的早点，类似不封口的肉汤圆，当地称作“炊圆”，顾名思义是蒸出来的。看着一坨鲜肉丸，半遮半掩躺在洁白黏糯的米粉里，很呆萌、很美味，我一次能吃好几个。

早餐还分大众和小众。比如豆浆、豆腐脑配油条、烧饼，在全国都很普遍；也有不常见的，比如我在川北、陕南、湘西甚至珠三角乡下，都吃过“早酒”，一大早喝烧酒。四川达州的早酒，配的是一屉屉的小蒸笼，当地人称作“格格”——写出来像清代宫里的女贵族，一杯白酒，配蒸腊肉、蒸香肠、蒸鸡翅、蒸排骨，春秋天的阳光里，老年人可以喝一上午。从不喝白酒的我，也忍不住呷上一口，上头。

不过在北京，我很少吃早餐，最主要是时间上来不及。既不愿吃洋快餐的肉夹馍，也不愿意排大队，吃半成品的“老北京小吃”。我工作室之前在海淀，楼下美食城有现做的早餐，重油重盐，吃完了容易心情不好。所以更多时间，是一杯牛奶了事。

但今年不同，工作室搬到了东五环。这一片儿其实我应该不陌生，当年读的大学就在东郊定福庄，中学时代的几位发小，同期在八里桥卫戍区三师当兵，我们之间经常串门，或者一起骑单车在周围转悠，以消耗用不完的体力。杨闸、双桥、管庄甚至常营，都是我们的势力范围。不过当年一望无际的农田，今天都被一个个商业楼盘取代了。

记得二十多年前，我已经在公主坟附近上班，想起管庄北边，常营清真寺有家姓李的回民开的烧饼店，馋得不行，天不亮打车，二十多公里前往。当地居民起得早，客人乌泱乌泱地沿着小河沟排着队，烧饼炉前有位老者穿戴整齐，围裙套袖紧扎，不停忙活着，从炉膛里不断夹烧饼出来。那烧饼咸香口的，层次分明，外皮焦酥，咬一口天崩地裂一样，吃完

了好似鼻子尖抹了芝麻酱，回去一路都是香的。

所以这次搬完家后，我直奔这个老店。吃一口却大失所望：烧饼和店员一样，困顿无比，整个是疲沓的。后来又去了这家品牌的所谓旗舰店，嚯，种类真叫多，但也全都乏善可陈。后来听街坊说，老人去世后，烧饼就不复以往了。现在更多的人选择一家姓杨的烧饼店。我不死心，第二天又去杨记，结果依然找不到当年的口感和味道。不知道是烧饼变了，还是我变了。

作为京郊的老居民区，管庄、常营一带的早餐大概分两种。一种是廉价的半成品加工的连锁店，一种是外地人来开的特色馆子，无非是煎包、胡辣汤或者牛肉面。楼下有家兰州牛肉面品质还不错，唯一的缺憾在辣椒油上，不够香。有一天甚至想过去和店员交流，结果被儿子拦住：“又忍不住，要开你的业余辅导班是吗？”算了，我赶紧坐下。

“辅导班”这个故事，是我说给儿子听的。

从前我有个叔叔辈的忘年交，学声乐的专业演员，关于他，有这么个段子。1990年代有很多商业演出，大都是“穴头”组织，巡演几个地方，结束大家分钱，行话叫“走穴”。走穴生活很单调，一般地陪负责接待，无非是餐厅加歌厅，故事就发生在歌厅里。

唱歌本来是大家放松一下，喝喝酒聊聊天。但这位叔是个严谨的人，每每听陪唱的小妹有不专业的地方，他就会叫停，然后站到身边，仔细纠正对方的发声方法。“你嗓音条件不错，但不会用气，”他把大手放在姑娘的细细的后脖梗子上，“来，找一下共鸣……”这种“现场辅导班”，简直就是降维打击嘛，每次都会让歌厅的气氛变得有那么点儿尴尬。

在美食圈混久了，这种降维的业务交流见得更多，尤其是路边摊酒过三巡的时候，总能看到专家现场辅导，小龙虾不该放哪一味调料，花毛一体火候怎么掌握……烤串儿的小哥频频点头：您老说的都对，但我就是记不住。

我也有没忍住开“辅导班”的时候。那是在管庄路上，有家卖内蒙古稍麦的，点评分很高，稍麦羊肉新鲜，肥瘦正好，但遗憾的是羊杂汤一般。吃了两次之后，有天我跟店主人说：“可能给你一个建议，羊杂汤能好吃不少。”因为这家店还卖内蒙古的手抓肉，每天炖着羊汤，于是我想起了此前在宁夏吃过的一家羊杂汤馆。

那是在银川新区的一个清真寺边上，也是我吃过国内所有地方最好吃的羊杂汤。汤是雪白的，羊杂顺帖地伏在碗底，无论是吃羊杂还是喝汤，都没有任何腥膻的味道。

问了宁夏电视台同行杨坤，回答是，这是回民的做法，分类煮完羊杂，捞出沥水，把汤倒掉。售卖时，再用熬了很久的、滚烫的羊骨汤焯一下羊杂……难怪，用美食家的话说，羊杂的短链脂肪酸是它腥膻的来源，而羊肉汤同类的物质要少得多。加上宁夏滩羊本身就没什么膻味，这汤，想不好喝也难。今年夏天，英国作家扶霞独自去宁夏旅游，我请小杨陪同，扶霞也去了这家小店，吃完便微信我说，这是她在这个地球上吃过的最美好的羊杂汤。

我把这个方法告诉了稍麦店的少东家，果然后面再去，无论羊杂汤还是羊杂饴饽面，都有特别明显的提升。我甚至都忍住了没发微博和朋友圈，就为了自己还能够继续吃到这个在北京很难寻到的美味。老板也说，自从改了制作方法之后，尽管麻烦、耗时，但客人明显

多了许多。

我听着，眉毛挑得像一个自豪的新东方老师。

然而自豪持续了不过两个月，前天中午带同事又去，却发现门头换成了卤煮连锁，稍麦挤成了一个亭子间，而羊杂汤没了。看来，所谓的风味，在利润或者效益面前，是多么不堪一击啊。

我猜，当年那位被纠正用“气”的年轻姑娘，应该后来也没再以唱歌为生。

2023年10月15日

干瘪味蕾记忆

拮据的年代，干瘪的味蕾，残酷的暴饮暴食渴望……

大学时代，我的梦境里永远充斥着各种各样的食物。

我读大学的时候，每个月初，班里的生活委员就会替我们领来饭菜票——几张很薄的纸，上面印着价钱、分量。我一个月有十二斤面票、十斤米票和七斤杂粮，大概是这样的吧。领回来，一般我们就把它裁成一张一张的，用一个夹子夹起来，一沓子，红红绿绿的。

一开始，对杂粮比较感兴趣，也就是买些玉米发糕，但时间长了不行，胃酸。每个月的米票都能用完，面票和杂粮就剩下来了，有用，可以到后面邮局门口换点儿鸡蛋什么的。为什么要换鸡蛋呢？因为每个宿舍都有一个电热器，晚上烧开水顺带煮点儿鸡蛋。

当时，据说广院食堂参加过评比，在首都高校不是第一就是第二。我印象深的是食堂的鱼香肉丝、辣子肉丁和滑溜肉片，馅饼和饺子也不错，还有一道菜叫“明月肉”，肉饼中间搁一个鸡蛋，相当解馋。但再好吃也架不住天天招呼，不到一学期，所有的同学就开始自己想招儿换口味了。

一是从家带，江苏的带肉松，辽宁的带泡菜，湖北的带糍粑，新疆的带油馕。我们班有三个贵州人，家里经常捎来肉丁辣椒酱，热馒头上抹一点儿，或者方便面里搁一勺就足以让食堂大师傅失业。同宿舍的北京人田小川每周带他姥姥炒的榨菜肉丝，一罐头瓶，极咸的，但到星期二永远是空瓶子。

另一种解馋的方法是大家凑钱打牙祭。每人两块钱吃一顿，可以吃西绒线胡同的四川饭店，东风市场的湘蜀餐厅，或者西单把口的玉华台。最常去的是四川饭店小吃部，当时的菜价今天无法想象：鱼香肉丝、宫保鸡丁九毛，全是肉的荔枝肉片也才一块二，剩下的钱还可以吃两到三碗担担面。现在，那儿的价格不知涨了多少倍，但味道永远没有二十五年前那么好，所谓珍珠翡翠白玉汤的单口相声，说的就是这个道理。

天知道为什么那时候我们会那么馋。记得全班义务献血，每人发了三十块钱。从北太平庄红十字血站出来，所有的同学坐着22路到了西单的烤肉宛，每人掏出了献血收入的六分之一。毕竟那时没钱的日子是多数，面对飞来的“横财”和天降的美味，同学们都脸红脖子粗地问班长：“下一次献血是什么时候啊？”

我刚入校时，父母每个月只给我十五块钱零花钱，到大学毕业，这个数字涨到了二十。除此之外，我每月有二十二块钱的助学金，当然，助学金主要体现在饭菜票上，流动资金便只有父母寄来的零花钱了。每次取完汇款，我都要琢磨犒劳一下自己，先在商店买四两江米条吧！为什么是四两呢？因为基本上走到宿舍刚好吃完。然后，再在剩下的钱里抽出两块钱准备参加同学们的AA制聚餐，家里条件好一些的同学每个月可以聚两到三次餐，而我最多只能一次。

刚到北京就听说，这里最好吃的是烤鸭子和涮羊肉。涮羊肉是第一个学期和同学吃的，每人两块钱，在北京齿轮厂食堂，每人一盘肉，放在自己面前，大概有四两吧，手工切的，很厚。涮羊肉这种东西很奇怪，比如，我把自己盘子里的肉放进去，开着锅，可能就被隔

壁的田小川夹去吃了。很快，大家都发现了这个情况，但没有人抗议，依旧谈笑风生地涮着，但姿势改变了，所有夹着肉的筷子都没有松开过……这样直接导致了筷子夹到的部分肯定是生肉，那顿饭下来，我脆弱的、很草根的胃接受不得如此多的生肉——水泻，边泻边打着韭菜花嗝儿。

好像当时的烤鸭很贵，一直没有吃过。直到1983年暑假前，父母带着妹妹到北京来看我，经不起我的央求，一家人理直气壮地到了王府井烤鸭店，四个人一共点了半只鸭子，没点其他的菜。父母发自内心地说：“这东西真难吃。”然后还拼命地打我妹妹的筷子，说“不好消化”。我和他们的感觉不一样，觉得这玩意儿还算顺口，便三下五除二把半只鸭子全部报销。吃完了，抹着油嘴，我还在跟父母说：“我觉得还行啊！你不信，再来半只我都能吃完……”很多年后，每次看我父母吃烤鸭狼吞虎咽的样子，我仍然有扇自己的冲动。那时我都快十八了，咋还那么缺心眼？

大三以后，开始知道勤工俭学。仗着学校发的相机和月票，去那些比较土鳖的什么北大清华师大门口给同学们照相。方法是在校门口贴一告示，然后把自己的学生证拿图钉钉在上面，以示信誉。照完相第二个星期，再给人家送去，保质保量。记得第一次去化工大学，一天下来就挣了七十块钱。后来我都不记得去了多少个地方，反正学生证上到处都是按钉的窟窿。

有了钱，自己空洞的胃就会得到一些安抚。回来，经常可以喝点酸奶，吃点方便面。那时候，有几个宿舍批发方便面，主要是播音班的，不会照相挣钱，也就做点小生意。当时他们生意还特别好，宿舍门上经常变换着“方便面售完”或者是“酸奶来了”的告示。其实这些东西小卖部也有，只是比较贵，而且同学卖东西，除了收钱，菜票和粮票也收。可能是后来觉得饭票太多，无法消化，宿舍摊点也只收钱了，这个做法引起了顾客们的愤怒，有一天，“酸奶来了”的牌子就被改成了“酸奶奶来了”。

煮方便面每个寝室都有自己的高招，有的用热得快，有的用酒精炉，也有用电炉的。于是，宿舍楼里便经常断电。保卫处定期来查，每次走的时候都拎着些“家用电器”。我们班对煮方便面最大的贡献，是发现新闻灯居然也可以煮面，开始我们是在上面烤馒头片，后来就煮上了面。你知道，卤钨素灯管很不经使的，经常坏……估计直到今天，系里的老师还在纳闷：为什么八二级婚纱摄影专业灯管用得这么费捏？

这时候，教工食堂开始卖消夜，消夜里有小炒，还有散装啤酒，这简直是我们政治生活中的一件大事。但遗憾的是，这里的小炒尽管比外面便宜，却也有限。于是，我们开始在校内挖潜。学校从1983年开始有了干专生（干部专修科学生），他们是带工资的，有钱得令人发指，经常去吃小炒。但架不住我们跟他们交朋友啊！于是，刘长乐、穆端正们便都有了很多“新结识的朋友”……

我和干专班的老哥们混得也很熟，馋了就去他们宿舍，说：“您看，这天儿，挺热的，要能，喝点什么就好了……”这时，总有一位老大哥站出来说：“走吧，去食堂。”八四级新闻干专有个叫朱金辉的，西藏台的记者，每次去食堂喝酒，就把他的脸盆拿出来（咳咳），抓一把洗衣粉，搓一圈，涮涮。到食堂就说：“打满。”冰冷的鲜啤酒啊，我只从中间舀一塑料杯，就能把自己喝得脑子发蒙，剩下的便都被他一个人喝光了。我喝酒喝不过他，但吃菜有优势，点的菜基本上都是我一个人吃。

拮据的年代，干瘪的味蕾，残酷的暴饮暴食渴望……大学时代，我的梦境里永远充斥着各

种各样的食物。那时，广院就两个食堂，而且到快毕业时，食堂我已经很少去了。校园里，除了大路两旁的那一排著名的白杨外，并没有一家餐厅，不像现在，广院水煮鱼都成了品牌了。

去年我们聚会，老同学相见，一半以上都胖得有些走形，比如我，长了五十斤，像田小川，体重甚至增加了一倍！这时，大家都难免开始怀念学校生活——起码，那时的伙食，多减肥啊！

2007年3月31日

三里河东三里河西

“知道吗，老北京讲究东富西贵，

我看最尊贵的就在三里河这一片。”

上世纪80年代，三里河附近应该是北京最像模像样的地方，临街整齐的住宅，精致绿化的道路，道路两旁经常挂着彩旗和不知什么国家的国旗，那是因为国宾车队到达钓鱼台之前，一定是要走月坛北街的。

当初师兄为了告诉我这件事，还专门带我走了一趟这条马路，果然彩旗飘飘的。师兄是我同乡，也是我偶像，他的女朋友是北京人，护士，因为住在三里河一区，外号也叫“三里河”。每次说到这儿，师兄的口气里总带着骄傲：“看，这是24号楼，住的都是高干。”““这里叫南沙沟，里面都是大艺术家。”“这是中科院。”“这是国家计委……”按照师兄的说法，三里河就是北京的神经中枢，国家发出生产指令，东郊的那些工厂就会开动机器生产。“咱们学校那朝阳区，切，那是劳动人民待的地方，这儿才是高——等——人生活的场所。”师兄说。为了证明这一点，他甚至带我考察了当地的人民生活状况——三里河菜市场有那么多品种的副食，对面的京沪食品店，二楼还可以买到上海生产的大白兔奶糖、上海麦乳精什么的。尽管没钱买，但真真感受到了那种“高档”。

不久之后，学校组织观摩音乐会，那会儿时兴听交响乐，中央乐团有固定的“星期音乐会”，负责演奏一些著名交响乐的折子戏，害得我们从东郊坐一个半小时的公交车跑到红塔礼堂。刚到地方，我就认路了，这不就是三里河吗？于是迅速把师兄所言复制了一遍给同学们听：“知道吗，老北京讲究东富西贵，我看最尊贵的就在三里河这一片。都是国家机关啊，离这不远的北展剧场还能看到芭蕾舞呢。”

真正感受到梁思成设计的“中央人民政府办公区”的便利，是在师兄工作之后。他成了一名文化记者，成天和文学艺术打交道，办公桌上随意扔着名家的书画：“看上哪个，拿走。”更重要的是，他经常和这些作者在三里河附近吃饭聚会。作为替师兄扛三脚架的小催巴儿，我偶尔还能吃蹭儿。果然，人生得一师兄足矣。

师兄热爱生活，每次都会换口味。比如这次去单位旁边的同和居，吃三不沾，下次就会换到三里河的河南饭庄，吃黄河大鲤鱼。不过，我最喜欢的是月坛北街上的峨嵋酒家，就在红塔礼堂边上，鱼香肉丝和宫保鸡丁做得比四川饭店更精致、更有个性——尽管我当时对川菜的理解仅限于这两种菜外加一个荔枝肉片。我当时就想，将来一定要像师兄们一样，在这附近工作，最好单位分房也在附近，这样，想不高贵都难啊。

然而，我毕业之后，尽管和师兄成了同事，经历的却是这个国家摸着鹅卵石，从计划经济向市场经济步履蹒跚的转身过程。也就十年，眼看着北京最好的剧场、最好的电影院、最好的食品超市都集中到了原先生产机床、布匹、摩托车和二锅头的劳动人民生活区。红塔礼堂关门了，三里河菜市场也不见了踪影，所谓的西贵只有钓鱼台还勉强贵着（那是真贵啊），月坛北街已经被成都小吃、家常菜和饺子馆覆盖了。河南饭庄（已恢复“厚德福”的名号）和峨嵋酒家迁到了礼士路南北两端，倒是同和居搬到了三里河，但和从前的繁盛也完全不能相比。

十年三里河东，十年三里河西，从前的高尚社区被无情地边缘化着，优越感却硬硬地还在。这里紧邻发改委、财政部、工商总局等衙门，附近约局吃饭的大部分都是“国家工作人员”，谈业务肯定比吃东西重要，比较讲究环境服务和就餐风度。万一走错包间，你往往能看到很多气质相同的人，他们统一戴着丝边眼镜，有领T恤束在西裤里，面带慈祥 and 坚毅，温文尔雅……我太相信他们会是将来的总理人选。这也是我去那里越来越少的原因——直到2008年年底，师兄重新出现的那天。

忘记交代，我的师兄或许因为不适应时代，在多年前迷上了传统宗教，继而从单位辞职，也不知靠什么为生。见他那天，他已是仙风道骨般清癯。在车上我们聊着天，突然想起他当年的恩德，于是抱着故地重游的想法，我掉头往三里河方向开。一路上，我不停地打店电话：七彩云南、湘鄂情、淮扬春、上海老饭店……稍微讲究一点儿的饭店全都爆满，怪事情！后来，我们只得在南一巷的红番茄，找了个大厅的位置。

一边帮师兄点菜，一面感叹今天撞见鬼了。领班在一旁听见我的抱怨，过来说：“最近我们生意太好了，每天翻无数台。”姑娘解释说，这不国家拿出来四万个亿救市，各地大员都来北京，周围的宾馆酒店全部客满啊……

那天晚上，越过面无表情的师兄，看着窗外满街乱跑的各地牌照，我悲欣交集：哇塞，不会是计划经济又要回来了吧？

2011年8月11日

面的街

第一口面汤下去，味蕾全部在跳舞！

这种感觉，相信只有地下党找到组织才会有的。

说起南方和北方的饮食差异，最大的地方莫过于主食：南人吃米，北人吃面，基本如此。我身边还有更极端的例子：曾经一女同事，湖北人，虽然头发梳得像方便面，但要吃面条的话，她情愿做伯夷；另有一兄弟叫平客，天津卫人，性情随和，但要是吃米饭，他只当自己是叔齐。不吃米饭！他甚至以此为名开了博客。说实话，我很佩服这二位不食周粟的精神。沈宏非老师在《写食主义》这本书里，把吃米和吃面的人用日本习惯分别归类为“粒食主义者”和“粉食主义者”，果真如此的话，我就是一资深“吸粉的”，因为我偏好面食，尤其是条状面食。

海淀的增光路对我来说，就是一条面食的街。在它的东端，坐落着海碗居，这里的炸酱面菜码齐全，炸酱地道，肉丁的口感肥瘦适中，面条分“过水”和“锅挑儿”两种，纯老北京范儿。尽管没法儿和自家做的相比，但对好炸酱面这口儿的人来说，这里已经是不错的选择了。甘家口商场背后的柴氏牛肉面，则是我看着从一家小摊儿发迹成现在的模样，面条是按照晋南做饸饹的方式挤压出来的，超级筋道，抻开来可供女生跳橡皮筋。不过，这家面馆最好吃的还是它的酱牛肉，两口大锅一天到晚咕嘟着热气，取肉的窗口，尽是回头客说着“肥瘦”“筋头巴脑”（牛肉的不同部位）等黑话各取所需。中午要一个小碗面，配四两滚烫的酱肉，再加一份焯菜和一小碟辣椒油，第二天早上都不饿。

甘家口，十年前是北京仅次于魏公村的维吾尔族聚居地，首体南路没有打通的时候，这一段满街摆的都是烤羊腿和各种类型的馕，直到现在，增光路中段还有一家新疆馆子，过油肉拌面做得那叫一个解馋。由此向西，增光路上还有两家苏氏牛肉面，所以，每当我有吃面的欲望，总是先把车开到增光路上，再行决定面条的粗细以及味道。

我出生在皖北，按说是米面兼收的那类人群，但骨子里我更偏面食，一旦长时间吃不到面食就会贱贱地想。十五年前我在广西的大山里拍片，吃了二十多天的米饭，憋不住了，只好托人从桂林带了一包五斤装的面粉，塑料袋包装的那种，洗干净一个盆，便动手和面。就在这时，几个瑶族的女娃子站在厨房窗外，笑着说瑶话，我站起身过去问究竟，一个会说普通话的小姑娘翻译说：“她们在笑你，陈叔叔为什么连洗衣粉都吃？”我这才恍然大悟，原来她们是从来没有见过面粉的“粒食族”。

很多南方人无法理解北方的面条到底好吃在哪里。比如我曾好心请两个同事吃面，他们一边吃，一边分别深情款款怀念自家的热干面和麻辣小面。其实，北方的面条也有各自的风味的，即便是同样的面不同的馆子也有不同的滋味。就拿增光路上的两家苏式牛肉面来说，商学院隔壁的那家是个连锁店，窗明几净，卫生条件格外好，但吃的人，奇怪，就是不如紫玉饭店对面的那家多。

有天，在紫玉对面的那家小铺子等座位，看见一个妈妈带着六岁的儿子，勉强挤在桌子的一角吃面，妈妈唠叨说：“去那家多好啊，都是牛肉拉面，这家又小又破……”小朋友斜了妈妈一眼，抢白道：“我就是觉得这儿汤的味儿好。”我当场引这位小友为同道。这家面馆我已经吃了十年，当初开在航天桥东北角，每次夜班，我会带着同事们呼啸而来，当时组

里西北人多，一进去，韭叶子、二细、毛细……一通乱叫，两三点钟还能吃到热腾腾的拉面。那时的我，身体好、热爱工作、能连续熬夜……后来小店消失，一年多后我才在增光路找到，第一口面汤下去，味蕾全部在跳舞！这种感觉，相信只有地下党找到组织才会有。

后来，单位里南方人越来越多，我更多是一个人，最多带上儿子再去增光路溜达——与其说是在这里吃味道，倒不如说是在这里吃回忆。你之蜜糖他之砒霜，这种感受是很难和别人分享的。食物不能强求，尤其是在选择米和面的大是大非上，南方人和北方人很难找到最大公约数，再优秀的民事调解员也无法解开这个疙瘩。

二十年前刚出校门，单位就把我们下放到房山“锻炼”。北外毕业的小付被分配到窦店养鸡场，每天烙饼面条管够。然而出生在浙江衢州的付同学，几天过后就熬不住了，尤其是看到大米被当成鸡饲料的时候，他委婉地向厂长提出了自己的想法。当晚，小付的伙食就得到了改善。当他捧着热气腾腾的米饭，坐在食堂的圆桌旁，一位工友端着炒饼坐过来：“小付啊，你怎么会吃米呢？米不是喂鸡的吗？”说得一脸真诚。

2009年4月29日

平民食物的背影

在隆冬的北京晨曦里，坐在皇城根儿的红墙底下，

喝上这么一碗，香气迷离地顺着喉管而下，舒坦极了。

准确地说，我是个外地来京人员。1982年刚到北京读书，因为口味的原始差异，完全吃不惯北京同学引以为豪的“北京小吃”。当时，经营小吃的餐饮商店多为国营，制作的餐点相当粗放。我经常和一些外地同学一起奚落北京的原住民食物，最著名的一个段子是说：“一个北京火烧掉马路上，被路过的汽车轧了一下，居然一点儿没变形，就镶进了柏油马路的路面！大家想了很多办法，居然抠它不出……故事的结局是，一个聪明人最后用工具把它撬了起来，那个工具是——北京油条。”

真正开始对北京的平民食物产生兴趣，是读了梁实秋的《雅舍谈吃》。在梁先生的笔下，北平的风物，因为时间和空间的距离而变得那样地迷人。东兴楼的芙蓉鸡片、砂锅居的白切肉……他因为喜欢烤肉季而抱怨“离开北平休想吃到像样的羊肉”。记忆最深刻的，是梁先生写到1926年他赴美留学四年归来，一出正阳门火车站，“乃把行李寄存车站，步行到煤市街致美斋独自小酌，一口气叫了三个爆肚儿，盐爆、油爆、汤爆，吃得我牙根清酸”。他评价：这顿饭，乃“生平快意之餐，隔五十余年犹不能忘”。

可以说，完全是因为梁实秋的文字，我对北京的本地饮食产生了兴趣。我甚至在微薄的生活费里省下些结余，按图索骥地找到了几处梁文中记述的小吃。这种寻找一直持续到了我工作以后。所以，一直到1990年代中期，我才勉强地觉得自己成了半个“加儿化音的北京人”，因为，除了豆汁儿，所有北京的知名小吃我都能坦然接受，并且开始喜欢了。

那时经常去的有西单的庆丰、磁器口的锦芳、护国寺和隆福寺小吃店，灌肠、爆肚、炒肝、卤煮……真说不好哪家儿更出色。既然是平民美食，味道重要，还得方便，因此店铺名头也就显得不是那么重要了，离得近，吃着顺口就好。就像在兰州，每个人都有自己心仪的拉面馆，您喜欢马子禄的汤，我可能更馋萨达姆的油辣子。重庆也是这样，您每次都去南山的猪圈火锅，我却以为解放碑的赵二火锅更巴适。或就像我当年最喜欢的一家北京小吃店，是在南池子的南口，名字叫“晨光”还是“晨曦”我都不记得了。他们家除了褡裢火烧皮儿薄底儿酥馅儿香，门钉肉饼也做得好。还有一个特别的東西：炸豆腐汤。开始吃不惯，后来上瘾。一排碗里放着慢炸过的豆腐，师傅用勺子把豆腐放进漂着虾米皮的清汤里轻烫几下，再倒回碗里，然后用一小铁片勺，依次加进酱豆腐汁儿、芝麻酱、韭菜花儿和葱花香菜，把小勺往碗边上一靠，得嘞！尤其在隆冬的北京晨曦里，坐在皇城根儿的红墙底下，喝上这么一碗，香气迷离地顺着喉管而下，舒坦极了。

不知道从什么时候开始，这家店消失了，而很多北京小吃也都被集中到更靠北一点的东华门夜市，那是我最不愿意去的地方。可以打一个比方，有过民族地区听山歌的经历，显然无法再听民俗园里的“陈设型”歌手的表演唱。那些拥挤在局促空间里的所谓北京小吃荟萃，既像是一次食品展览会，也像是对北京本地食物的冒犯，我陪不同的朋友去过两次，印象十分恶劣。如此多的摊档，面目不清，毫无个性，也很难想象能有回头客——因为它已经成了一个整体，您听谁说过“特别想吃东华门夜市的多少号摊儿的什么东西”吗？

自从重污染工业开始退出一线城市，旅游成了城市发展的新兴支柱产业。但由于对城市历

史尤其是市井风貌没有很好保护，除了风景名胜和文物古迹之外，城市旅游资源相对匮乏。管理者便采用简单的行政手段，用计划经济的招商方式，硬性把原本应该分布在不同地方的餐饮集中到了一起，东华门夜市就是典型的一例。简化的操作程序、味同嚼蜡的食物、泡沫塑料的饭盒以及拉客的小二平翘舌和前后鼻音不分地模仿的北京土话……相信梁实秋先生看到这一幕，他又会说：“离开老店休想吃到像样的北京小吃。”

小吃都集中起来去服务游客了，普通原住民的饮食质量也在下降。北京有它平民化的一面，但同时也是座权贵城市。有地位的人可以去和他们身份相符的高端餐饮场所，而小门店逐渐凋零，主要街道两边的地价和房租摆在那儿啊！经营小吃这种利润空间并不大的生意，显然不是最好的选择。游客的大量增加，使得原先口碑不错的店家的饭菜质量也在下降，北京话叫“萝卜快了不洗泥”，有些老字号也在偷工减料。就拿炸豆腐汤来说，原先的炸豆腐换成了豆泡，吃起来软塌塌的，芝麻酱也再没有从前浓香，现在讲究的是“经营”，谁有工夫给你慢慢调去？

但这并不是北京一个地方的悲剧。十几天前，连续出了两次差。先到了合肥，准备直接去宁国路消夜，早先这里的合肥小炒小吃非常地道，尤其小龙虾个个饱满，给人的印象太好。合肥的朋友听了以后觉得我脑子进水，说“宁国路现在全是外地人去，质量下降不是一星半点”，于是带我去另一个地方，好远啊，已经城乡接合部了，但就像从前的宁国路一样人山人海，且全是本地人。离开合肥，去了西安，想去回民街啊。结果西安的朋友实在，直接问：“原来您老打算去吃名声不想吃味道？那去老孙家吧。但说好了，我们自己平时是不吃的。”原来，曾经的陕西小吃汇聚地回民街，由于名头太大，现在被原住民抛弃了，他们更多选择后街的小吃店……类似我经历的现象在全国城市比比皆是，上海的吴江路、杭州的河坊街、南宁的中山路、成都人民公园南门、桂林阳朔西街……无一例外被当地挑剔的土著食客列进了黑名单。那些曾经享誉全国的地方小吃：生煎、片儿川、蹄花汤、螺蛳鸡、老友粉……也都在新的街区重新生根发芽。

事情往往就是这么纠结。当我终于喜欢上北京小吃的时候，这种食物的寻找成本却成倍地增长。尽管我是个吃货，喜欢流连于小胡同进行地毯式搜索，但时常不免感叹：北京之大，已经摆不下一张安静、可口的饭桌。

一个月前，很怀旧地去了趟南城，南横街著名的小肠陈老店，已经被城市改造步伐催促得十分尴尬，拆迁的漫天尘土裹挟着那座孤独的民国建筑。要了一碗卤煮，汤浓而不浑，火烧泡得正好，着辣油后香气直蹿。破例要了一两散装白酒，闷了一口，浑身上下通泰。放下碗，看着窗外已经改变了模样的街道，从那被记忆放大的北京瞳孔里，影影绰绰还能分辨出远去的平民饮食的背影。

2010年10月28日

卤煮的细节

和气待人，这种做餐饮必需的气质，

在小张和小郭这种“外地人”身上都很容易找到。

1990年临近春节，十六岁的郭兴兰决定返回安徽阜南县老家。此前，和许多闯北京的打工者一样，她在半年里换了四五份工作，但都因为各种原因无疾而终。失望的郭兴兰收拾起简单的行李，打算去和二叔告别。

二叔比小郭早几年来北京，在天桥附近做早点生意。郭兴兰赶到那里已是傍晚，老郭看到侄女一天没有吃饭，便带她到了附近的一家小饭馆，那是家卤煮火烧店。透过厚厚的水汽，玻璃窗里很多人在等座位，正值隆冬，寒风里跺着几乎麻木的脚，郭兴兰实在不理解，就锅里这一团黑乎乎的东西，为什么有这么多人喜欢吃？

“这就是北京的好啊，”二叔说，“无论做什么，只要坚持，只要认真，都能赚钱。”这无意间的一句话，改变了郭兴兰的人生。晚饭后她没有去车站，而是在第二天一早，回到了这家小店，应聘当了一名服务员。这家店就是大名鼎鼎的小肠陈，老字号，生意极火。此后整整十年的时间里，郭兴兰跟着师傅一笔一画地学，从跑堂一直干到了厨师。

“二叔说完那话，我就想，连这么简单的手艺都学不会？还真不信了！”郭兴兰聊到这段往事，已经是今年春天，她的“老北京风味卤煮小肠”店，开在天宁寺前街，一共四五张桌子。说来很巧，小郭刚到小肠陈打工的1990年，我也刚刚成为南横街小肠陈的常客。因为此前一年的事情，我们新分配的大学生，全部被安排在房山“基层锻炼”，每周都要从城里坐长途汽车前去远郊的岳各庄中学报到。当时莲花池和天桥都有长途站，而且前者离我的单位更近。但是，我总是会选择“天桥——张坊”那趟班车，在周日中午，先去附近的小肠陈或是虎坊桥另一家凯琳饭店吃碗卤煮，补一层油荤。

卤煮火烧是北京的一种传统小吃。空碗里，依次放进切井字刀的生面火烧、切三角的油豆腐，再把煮很长时间的小肠、肺头剁小块，最后切一小片后臀肉或猪头肉，锅里舀一勺滚烫的老汤一浇，辅以蒜泥、辣椒油、腐乳、韭花……热腾腾一碗端上来，很受北京平民百姓的喜爱。

有材料说卤煮火烧的起源和宫廷有关。我细细看过，其实上面只说了，小肠陈的创始人陈兆恩，曾经卖过为宫廷专供的“苏造肉”。从卤煮火烧原料结构上看，大量的脂肪、淀粉，如果皇上真来上俩底儿俩火烧，真不好消化。不过，查一查绝大多数北京小吃的“历史传说”，几乎都暧昧地指向了护城河里的紫禁城，谁让这地方是天子脚下呢？

“外地务工人员”郭兴兰，一直做着老北京的传统小吃，而且手艺已经很纯熟了。新千年到来那年，已届婚龄的小郭与同乡也是她“徒弟”的小邵成亲。他们打算要个孩子，在饭馆打工的收入，显然已经不能满足这对年轻人对未来的想象。小郭向师父辞行，开始自己经营，换了几家店面，直到几年前日子才安定下来。

第一次去天宁寺郭家小店，吃得有点惊喜，材料处理得干净，味道也很足。我当时在微博上发了照片，而且说明这是一对安徽人开的，夫妇俩舌头上下翻飞艰难说着“老北京话

——儿”……结果，回帖甚多。有两类评论很有意思，一是说“安徽人怎么了，凭什么歧视我们？”，另一种是认为“外地人做的北京小吃肯定不靠谱”。对前者，我笑笑而已，俺就是安徽人，歧视自己不行吗？对后一种观点，我想小郭的一句话说得在点子上：“我知道北京烤鸭最好的是全聚德，全聚德的创始人是河北人。”

在我看来，卤煮的技术含量没有那么高深，不至于没有北京户口或者五年完税证明就干不好这个营生。我常去的几家北京卤煮店，北新桥卤煮老店、小肠陈和卤煮火烧吕，北新桥的厨师没聊过，小肠陈做大了哪儿的厨子都有，卤煮火烧吕非常干净，口味地道，但也已经是云南人张金亚在打理了。

小张是大理人，1990年代来到北京，师从王小明学做北京菜，后来自己开了一家云南菜、北京菜合体的餐厅“八条一号”，在北京的饮食界已经有了很好的口碑。2003年，卤煮火烧吕的吕老爷子病了，他夫人把张金亚喊过去，把生意托付给了对面饭馆的这位主厨，老人希望这位年轻人把手艺传下去。张金亚接手后，吕家的生意更好了。其实，吕家的价格较普通的卤煮甚至还要贵一点儿，原因在原料上，他们一直坚持自选原料而不用供货商送上门的，比如，卤煮里的豆腐，这家一直用北京的品牌白玉豆腐……除了质量和手艺，还有一个重要的原因让这家饭馆食客盈门——小张很明白自己的职业定位，他是个随和谦逊的年轻人。

和气待人，这种做餐饮必需的气质，在小张和小郭这种“外地人”身上都很容易找到。去消费，谁希望服务员和厨师“爷头爷脑”的呢？尤其吃这种平民食物。所以，自从发现了郭兴兰的小店，我经常去那儿吃东西聊天，面对着天宁寺的山门，听她说自己这些年的起起落落，常常有很多共鸣。听着听着，有时候甚至有拍片的冲动……或许有一天，真的把这些在北京的外地厨师拍个系列，我打算把郭兴兰这集取名《卤煮的细节》，这样也算向我偶像刘瑜的政治随笔《民主的细节》致敬吧。

2011年6月19日

留住手艺

一个伺候车床的，

跟爆肚有什么关系？

北京有句老话儿：“东单西四鼓楼前，前门外头赛过年。”意思是说，大栅栏是北京最热闹的地方——正阳门以南不到三百米长的街道上，曾经有七十多种行业四千多家店铺，各种字号的幌子一眼望不到头。

李先生祖辈的钟表店，曾经就在大栅栏。“文革”结束后不久，作为爱国华侨，他从遥远的澳大利亚回到北京。三十多年后重返故乡，大栅栏早已面目全非。唏嘘一番后，李先生提出了一个要求，希望能吃到童年时代的爆肚。陪同人员为难了——当时的北京，正宗的小吃几乎绝迹，这上哪儿找去？找到的几家吃了之后，李先生都摇头：“不对，不是门框胡同那家的味道……”

当年的大栅栏不仅代表了京城高端餐饮的发展水平（“八大楼”有五家开在前门），而且汇聚了京城最著名的小吃（年糕王、豌豆黄宛、油酥火烧刘、馅饼陆、豆腐脑白、奶酪魏……）。这些特色饮食全都集中在北起廊房头条，南至大栅栏的门框胡同内。所以，老一辈人说到大栅栏的繁华，总会加上一句：“还有那小小门框胡同一线天。”

李先生提到的爆肚，门框胡同其实有好几家。以爆肚冯为例，这家小店光绪年间开始营业，选料精、刀口准、火候恰当、佐料齐全——这四项说起来简单，可真正做到则需要很长时间的训练。比如选料一定要用口外羊的羊胃，回来要用清水反复洗泡，其间不停添加碱面、醋、花椒大料。然后根据不同的部位，再裁切成散丹、葫芦、肚板儿、肚领儿……的确是功夫活儿。爆肚的火候更重要，尤其肚仁儿，生熟的界限就几秒时间，多一分则老，少一分则生，全凭经验。

我不是北京人，吃爆肚完全是《雅舍谈吃》勾起的馋虫，梁实秋对北京小吃怅惘的深情，曾经让我二十多年前很冲动地跑到爆肚冯吃过一次。我的评价是口感确实很好，爽脆弹牙，至于味道，显然没有梁先生文字更耐咀嚼。但没想到，前些日子居然有机会采访爆肚冯当家老爷子冯广聚，当面听他讲过去的事情，白莲花般的云朵就在窗外……

冯广聚不到十岁开始跟着父亲学手艺，那时爆肚冯生意正好，唱戏的角儿、做买卖的老板还有写字的文人都是他们家的回头客，尤其是街坊同仁堂乐家，见天儿就要过来吃俩烧饼，要碟儿爆肚仁（爆肚中最精华的一款）……冯广聚小心伺候着，靠着这一片小店，他家二十一口人衣食无忧。

1955年，冯广聚二十三岁，他在新闻电影里看到，同仁堂掌柜的乐松生，在天安门向毛主席报喜，宣布北京全行业实行公私合营，影片里说：“私营的工厂和商店，在这一年全部都换上了公私合营的招牌。许多资本家在这一年变成了自食其力的光荣的劳动者。”这么大的买卖都先行一步了，小买卖肯定没有别的选择，冯家于是看到了未来。不久，门框胡同一大批传承了数代的老字号被收归国有，一些门脸相继合并或者关闭。“拔锅灭灶了，”冯广聚说，“我们家被合并到北口的同益轩，可以有俩人去上班。”

爆肚冯作价三百块钱，月息一元。这利息冯家可不敢取，吃利息，那是不劳而获的剥削思想。原先店里的家伙事儿都被冯家热情地送到了国营店里，但老的“爆肚冯”牌匾人家不要，冯广聚把它取下来，放在了院子里的煤箱子下面。自己报名去了一机床（后来又调到仪表机床厂），厂里没有同事知道他有爆肚的手艺，他也再没去过合营之后的店里。

“为节约成本，他们店里只做百叶，一大卷，大刀切，吃起来连着刀，老长老长的，这是不尊重客人啊。”冯广聚说得痛心疾首。但在当年，他已经想好了，这辈子不会再和这门手艺有任何关联，尤其是看到同仁堂乐家后来那些年的遭遇，他不断告诫自己：“我是一名车工，领导阶级中的一员。”所以，1980年代初，上级布置他用祖传手艺接待外商的时候，他仍然心有疑虑。

冯广聚见到的“外商”，正是开头说的李先生。李先生特轴，几年过去了，多次回国，他还是没忘了自己喜欢的那口儿。侨办的工作人员这回下了功夫，几经辗转，带着李先生及其父母到了廊房二条冯广聚家里。但一个伺候车床的，跟爆肚有什么关系？

来人一脸的将信将疑，让已经年过半百的老冯不禁有些技痒：“爆肚北京没人会，我这个手艺还能拿出来，给你们尝尝。”他拿起羊肉店送来的五个羊肚，凭着多年前的经验，一眼看过去，扔掉了俩。“这俩不成，只能做杂碎汤。”老冯说。结果，三个羊肚领也就出了九小块肚仁儿，下水爆了，装盘放在了客人面前。

仨人全吃哭了。

前些天采访时，回忆起和李先生的初次见面，冯广聚的讲述还是那么生动：“走的时候，李先生哆里哆嗦掏钱，我一看，美元，一百的。这不行，不值。”“他说要给政府写信，恢复我们老店。我说可不行，我可没你这海外关系，你们不知道我是真害怕呀。”“临出门，李老爷子还问我到底是不是冯家传人。我从煤箱子底下把老匾拽出来了，多少年风吹雨淋，都糟朽透了……”经过“外商”李先生的不懈努力，两年后的1985年，冯广聚终于答应爆肚冯重张。彼时，距公私合营已近三十年。

曾经发誓与祖传手艺绝缘的冯老爷子，目前是官方指定的非遗传承人。回顾自己的一生，读过高中的他，用了“造化弄人”四个字来评价。

2010年6月17日

辑三

螺蛳道场，至味江湖

如果把烹饪比作江湖，我最喜欢的厨艺高人当如风清扬——背负绝学，遗世独立。他们有自己的价值观和三两个知己，绝不会参加武林大会之类的有套路规则的选拔。他们做的菜永远是小众的：有性格，意气风发，绝不会考虑劳什子评委渐渐迟钝的味蕾和已经退化的牙齿。山脚下，大河边，是他们揣摩和历练武功之所，偶尔遇到知音，他们会停下手里的活计，从后院搬出一坛陈年老烧，过来跟你连干几杯，仰天长笑……那才是完整的美食体验。

在菜场感受城市的呼吸

一座城市，最吸引我的，

从来不是历史名胜或者商业中心，而是菜市场。

厦门，车过白鹭洲。“这是人民会堂，从空中看，是一个‘王’字……这是政府大楼，空中看是个‘八’字……再往上看，那里有一个球……”酱油哥开着他的福特车，用闽南话不紧不慢地介绍着。

酱油哥是我朋友，热情的厦门土著，长得非常高大，用他的话说，“这是南人北相，有福气”。酱油哥每天只做三件事：卖酱油、诵心经、陪朋友吃饭。朋友圈里经常能看到有人晒厦门美食，不管是去东山岛海钓，还是到同安吃土笋冻，不管是中山公园32HOW这种小资范儿的咖啡馆，还是故宫路三真丸子这样土得掉渣的冰石花小店，甚至子夜时分的思明北路余阿姨花生汤摊档前，一不小心就能从照片里看见一个戴白边眼镜的魁伟男子背影，那正是酱油哥。

为什么别人来了都是美食，轮到我，却要在这瞎尿转呢？“酱油哥，我们今天中午吃什么呢？”我怯怯地问道。酱油哥照旧不紧不慢：“这要看运气喽，前面就是开禾路，有人在那里等你，我先去停车。”蒙头蒙脑下了车一看，我乐了。这不就是著名的八市吗？号称“最厦门”的地方。从前厦门老城区有九个市场，分别叫第一市场、第二市场……第八市场，简称“八市”，是其中最大的一个。就是说，我今天的午餐，食材将要从这里产生。菜市场是最能和城市亲近的地方，到了这里就相当于安装了陌陌，但约到谁要看自己的运气。

一座城市，最吸引我的，从来不是历史名胜或者商业中心，而是菜市场，一切不逛菜市场的城市旅游，都等同于不以结婚为目的的恋爱。中国太大，经济高速增长让许多城市的外观大同小异，甚至连旅游商品都面目可憎地趋于一致，只有在菜市场，还能从一些地域性的物产上，分辨出各自不同的风貌。我去汕头衡山市场，看着卖姜的四十多个摊位，把洋姜、子姜、生姜、老姜等一个个品味过去；在台湾苏澳的南方澳鱼市，凡是没见过的海产我都要尝试一下；千岛湖畔的淳安小菜场，我和商贩一起，抓着清水螺蛳在机器上一个一个地剪去尾巴……像这样的菜场，充满了生活气息的流动。在曼谷，在台南，在东京，在顺德，在成都，在长沙，这些城市的气味几乎都可以从菜市场里面找到。

我知道作家殳俏正在拍一个关于“地球上的菜市场”的纪录片，从菜市场开始品味那些风格化都市，了解城市人的区域性格，这是太让人期待的题材，角度选得真好。记得当年蔡澜先生给我讲过在那不勒斯的经历：早上五点就被房东叫醒，迷迷糊糊坐船去一个小岛上采购最新鲜的鱼，回来的途中，又去菜场采买和鱼搭配的各种辅菜，然后回到旅馆，安静地等厨师把午饭做好。这种似水流年的感受，我觉得可能是旅游中最高的境界吧。

说激动了，回到八市。

那天一共有三个人陪我去买菜，除了酱油哥，还有一位大厨，叫张淙明，他是蔡澜先生很喜欢的一位年轻厨师，有很好的海鲜料理手艺。另一位叫“海鲜大叔”，生物学家、科学松鼠会会员，据说是中国认识鱼的种类最多的人之一，他熟知各种海产成熟的季节、出没的区域以及口味。我们的奇幻旅行就要从这里开始。

八市藏身在纵横交错的老街老巷里，三四层高的骑楼绵延不断，外墙的色彩早已被风雨所摧老，露出古朴怀旧的质感。这几乎是我在国内见过的最大的海鲜市场了，几乎汇聚了中国沿海所有的海鲜种类。厦门的土笋冻有名，我指着水里蚯蚓一样的虫子，问是不是做土笋冻的原料。“你在大连海肠馅儿饺子吃多了吧？”海鲜大叔立刻纠正，“这是北方的海肠，厦门当地的沙虫叫可口革囊星虫，身上是有Burberry格子花纹的。”再往前走是一家卖贝类的店，有四十多种贝壳，大叔详细介绍着各种螺的界门纲目科属种以及口感，张厨听着不耐烦，说：“老陈爱喝啤酒，给他选个苦螺（疣荔枝螺，江浙地区也叫‘辣螺’）就可以了。”

海肠和苦螺隔壁一家还是水产，有一种相貌丑陋的鱼叫虎鲨，是台湾海峡出产的鱼类，从前厦门人不吃，叫它“狗鲨”，因为它皮上有很多沙子一样的东西会影响口感。后来，日本从厦门进口虎鲨，需求量很大，厦门人渐渐也开始吃这种东西。摊档里三个年轻人很麻利地把虎鲨进行了切割，交给张厨，两个小时之后，清水煮过的虎鲨鱼片和秋葵一拌，淋上酱油，爽口。

就这样一家一家逛下来，五条街，购物袋开始逐渐饱满。在日新月异的城市变化中，这片老的街区或许也要面临拆迁，就像每次我们听到东京筑地市场将要拆迁的消息，都会慌不择路地赶去做最后的仪式性品尝。每天，从八市走出去的食物会幻化成无数餐桌上的景观，也会化作袅袅的炊烟，成为这个城市特有的味道。

即将结束采购，张厨带着我转到一个很深的小巷子，河仔墘，巷子很窄，而且只有一个挖牡蛎的老太太。张厨对《舌尖》拍了汕头的蚝烙一直耿耿于怀，他坚持认为厦门的海蛎煎才更美味，因此要买一点新鲜的牡蛎。只见他蹲在老婆婆身前，笑容可掬地挑了七八两蚝，礼貌地放下钱，和婆婆说再见。老人却旁若无人，自始至终没有搭话。据张厨说，从前卖蚝的是一对老夫妇，这位婆婆特别健谈。每次去买蚝，她都要跟你讲，吃蚝要吃小蚝，个头大的都是外地运来的，本地的小蚝才最甜，适合做海蛎煎。但老太太有一个毛病，每天会长时间地和老伴儿争吵，几乎从开市到收市，在她家买过蚝肉的厦门人都记得他们尖锐的闽南话的交锋。几年前，张厨去进货，发现老爷爷不在，再过一阵，婆婆也不在铺子里了。又过了将近一年，老婆婆一个人，孤单地回到了这个挖蚝的小摊档上，自此再也听不见她说一句话，只有头顶的小风扇在不停地转。张厨的故事让大家唏嘘，离开八市的路上，很长时间都没人说话。

还是酱油哥善于调节气氛，不紧不慢的闽南话伴随着车辆发动同时响起：“现在是厦门最美的季节，也是最鲜艳的季节，等下拐过弯去，你就能看到大片鲜红的哄房发——哦，是凤，凰，花。”

2016年8月2日

咸淡水浸润的疍家美食

通过这些原料新鲜、做法简单的饭菜，

我隐约能看见一千多年来疍家人与狂风巨浪搏斗的身影。

番禺向南，过万顷沙，前面是一片开阔的新世界。这块贴近珠江口、被围垦出来的土地叫南沙岛，也是我们本次的美食目的地。

好友闫涛，尽管出生在千里之外的云南，但现在却是广东的“地头舌”。说到南沙，他抑制不住激动：“开阔的珠江口，海水和珠江水此消彼长，碰撞出无数珍贵的食材。”闫老师一脸狰狞，涎水连连：“你可能知道海虾，也知道基围虾，但只有咸淡水交汇的地方，才可能有一种更珍贵的虾。”

很快，我们见到了这种白色、体形不大、被当地人称作“曹虾”的美味。虾壳薄如蝉翼，白灼之后，可以不用去壳直接吃，肉质润滑鲜甜，口感富有弹性。负责烹饪此物的郭英杰，是南沙本地人，他甚至分得出虾的来源地：“怀抱红子的是本地曹虾，抱着黑子的是从香港那边游来的。”老郭祖上几辈都是渔民，现在开一家风味餐厅。晚饭前，他先领着我们到通往渔港的河涌里，在渔船上接了几十斤“货”，除了这些曹虾，还有正当季的风鳙。

“北风起，风鳙肥”，风鳙其实就是咸淡水潮间带的一种鳗鱼。随着深秋的到来，北方吹来干冷的空气，风鳙产卵洄游的季节到了，这是它们最肥美的时候。我们运气不错，几条野生风鳙，很快变成了佳肴——蒜子焖风鳙。风鳙脂肪丰富，肥嫩滑口，非常适合佐酒。几杯酒下肚，老郭的话也多了起来，其中一句话引起了我的兴趣。他说自己童年时代，桌上这些昂贵的美味都是吃不到的，因为自己是“疍民”。

疍民？“疍”这个字，在中国很长的历史里是对一个特定族群的蔑称：他们以打鱼为生，在陆地上没有住所，全家只能栖身于一叶小舟之上。前些年整理我家族的历史，“疍家”曾经被我的长辈们反复提起。我的家族上数三辈就是船民，据说也是从南方辗转回到淮河流域，常年住在船上。陈姓是福建、广东、海南的第一大姓，也是疍家的第一大姓。传说明初陈友谅战败后，中原许多陈氏家族遭株连，被迫迁往东南沿海……想起这些语焉不详的旧事，我不由得端起一杯酒，请求“重新吃一顿疍家饭”，要是在老郭家里就更好了。

郭英杰当场爽快答应，第二天中午，让他老母亲为我们亲手做一顿家常的疍家饭食。老郭的家在南沙的十四涌，紧靠河边。时代不同了，现在大部分沿海的疍家都由政府安置上岸落户，有了自己的房子，很多人不再依靠打鱼生存，开始耕田务农、进厂务工，然而唯一保持不变的是他们的生活习惯，尤其是饮食习惯。

首先吃到的是桌上的一盘零食——虾润。我认为这是广东人为讨口彩，给虾干起的别名。“猪肝广东叫猪润，但虾干和虾润不同。”闫涛老师一边拈起一颗虾润放进嘴里，一边纠正我，“疍家人无法在陆地生活，他们捕捞到成批量的海虾，只能就地去壳剖开，用淘米箩在船甲板晾晒，海风潮湿，海虾胴体的水分无法像在岸上一样完全蒸发，才形成了现在这样的半干状态。”虾润除了口感上更弹牙之外，也比普通的虾干味道更丰富。

郭家现在还有渔船，不过主要的用途是收货，全家人也大都在岸上谋生。所以，郭妈妈的

食谱里除了海鲜，也看得见陆地食材。比如我们的开口粥水就是蕉蕾粥，南沙岛盛产香蕉和芭蕉，芭蕉幼嫩的花蕾便宜易得，爽口开胃。南沙另一大特产是九孔藕，郭妈妈用它与瘦肉、禾虫干同煲，也是鲜美得很。

禾虫学名叫疣吻沙蚕，生活在河口，春秋两季大潮时出现。禾虫鲜食是每年广东老饕的极致体验，而腌晒禾虫干，则体现了渔民保存美味的智慧。除了此物，疍家的节俭本性，让他们也创造了像腌蟹黄膏这样的鲜物，只吃一勺，耳畔立刻充满蛋白质和胆固醇的呼啸，过瘾。

从前渔船船身狭小，炉灶自然不可能很大，所以，疍家的食单上少见炒、炸之类需要武火的菜肴，更多的是类似蒸、煮、炖的套路。疍家人以打鱼为生，除了海获之外没有任何其他收入，他们需要把成色较好的海鲜用于交换柴米油盐等其他生活必需品，只留下弹涂鱼、小虾、蚬子之类的小海鲜自己食用。但贵在新鲜，就像这盘海鲜杂蒸，即使是不起眼的小海鲜，放上葱姜，简单清蒸，也是鲜甜无比。

除了风鳝当季，这个时节咸淡水并没有太多出产。“当年像这样的季节，你们吃什么呢？”郭妈妈听到这个问题，笑了笑说：“大海就是我们的田，田里怎么会没有吃的呢？”正说着，老郭端来一大盆蟹子，介绍说，这就是咸淡水里最最常见的青蟹。“同一种蟹，每个季节味道完全不一样，名字也不一样。刚刚发育它叫奄仔蟹，之后又叫重壳蟹、软壳蟹，现在它叫水蟹，再过段时间就是你们常见的肉蟹、膏蟹了。”说着，老郭拿了一根吸管，揭开螃蟹的脐部，插进吸管，递到我面前。一口气下去，全是鲜美的汁液。果然，上帝饿不死勤快的人。

应该说，单纯从美食的角度，和上一餐相比，郭妈妈这顿午饭不算惊艳。但于我而言，美食从来不是唯一的目的，它还是我接触和了解这个世界的路径。疍家作为一个特殊族群，在中国社会和经济的剧烈变化中正渐行渐远。通过这些原料新鲜、做法简单的饭菜，我隐约能看见一千多年来疍家人被主流社会遗弃，与狂风巨浪搏斗的身影。

阳光很好，鼻息里有淡淡的海的味道。闫涛老师带来的烈酒很快起了作用，我晕晕乎乎坐在河边，听番禺一位民俗学者讲疍家的历史和风俗。他说到疍家至今保留着墓葬在水边的习惯，我脑海里不由想到我太爷爷太奶奶的坟茔，至今还在涡河的河岸上，面对着奔腾的河水。他说雍正登基后，官府曾经短暂允许疍民上岸，许多疍家从此驶入内河不归，我也仿佛看见自己某一辈祖上站在船头，从东南沿海溯河而上，意图回归中原故里。

2017年1月8日

一份鱼饭的接力

“潮汕是中国美食的孤岛，许多东西外地人都没有办法欣赏，而潮汕人却爱它到死。”

那天，我转发了一个关于潮汕鱼饭的帖子。一个东北小弟看后夜不能眠，遍寻某宝也找不到卖家，于是后半夜给我打电话，一通哀求。善良的我，为了满足他的心愿，决定第二天找阿部试试运气。

阿部是我的一个小兄弟，潮汕人，在南方都市报上班。阿部一米八七的个头，一点都不像个“南蛮”。在广州，除了做记者，他还是一个小有名气的民谣爱好者。广州群众经常会看到一个大大个子背着吉他，疾行在广州大道上，看到哪家写字楼亮着灯，便停下来，驻足调弦。不一会儿，左小祖咒式的歌声就会在街区上空飘荡。直到楼上一副老板长相的人下来，掏出几张纸币：“英雄，我让他们加班确实不得已，现在新常态，你懂的……”总之，阿部是一个远近闻名的灵魂歌手。

大概从去年起，阿部的生活有了变化。经常唱上半个小时也没人给钱，还遇到过讨薪的，让他掏光了身上所有零钱；还有一次，楼上的白领直接下来，说要跟他去诗和远方……于是，他在怀疑自己的纸媒职业之后，开始怀疑自己的爱好，并且毅然决然地开了一家卖潮汕牛肉丸的网店。毕竟要养家糊口。

接到我电话时，阿部正在汕头进货，显得十分不耐烦：“好了好了，我负责给他寄。但一定告诉他，货物到达四小时之内必须吃完，否则鱼饭就不叫鱼饭了。”

鱼饭这东西，是一种典型的地域美食，非常难以运输。它本来是潮汕海边穷苦人家的吃食——因为没有粮食，只能拿腌鱼做主食。所谓鱼饭，就是把不剖膛的海鱼用淡盐水腌起，然后放入浓盐水煮熟，自然冷却。最常用的鱼是巴浪鱼，便宜，一拃多长。腌鱼的人每四个小时给小鱼翻个面，这样鱼肉渗下的汁水会在鱼皮内部形成一层均匀的鱼冻。那种鲜，可能是北方人一辈子都无法体验的。盐水的浸渍，促进鱼肉中本来甜度的缓慢释放，形成独特的鲜甜，最著名的鱼饭产地是饶平的汫洲，那里也正是阿部的发货地。阿部反复交代，这是刚刚做好的真正柴火烧的鱼饭，他用了急冻，分了两份，一份给我，一份给我的东北朋友，应该第二天一早就能收到。

无限期待。其实，作为一个北佬，我是第二次吃鱼饭才真正爱上它。头一次吃，口腔传导到鼻腔的腥气差点把我掀了一个后空翻。“你们居然吃这么腥的东西！”我问旁边被称作潮汕民间饮食教父的张新民老师。张老师笑笑说：“潮汕是中国美食的孤岛，许多东西外地人都没有办法欣赏，而潮汕人却爱它到死。对我们来说，没有什么滋味比鱼饭更美。如果让我打一个比方，我认为它像一个成熟女人的味道。”所谓成熟女人的味道，非常容易让人联想，那种不易觉察的气息，让我想象了很久很久。然而，几乎我认识的所有汕头人，只要说到鱼饭，双眼都像接通了380伏的电压。

有一个汕头朋友是阿部的师傅，叫余少镭，是南都的编辑，也是高产作家。他最牛的时候，连续五年每天写一篇鬼故事。为了把鬼故事写得活灵活现，少镭居然把家搬到了一个公墓的对面。每天后半夜，他会关上阳台的灯，仔细向对面观望。然后第二天，南都又会有一篇新的文章出来。用少镭的说法是，汕头出怪才。但不管怎么怪，都可以用鱼饭驯服他们。说到鱼饭的“饭”字，余老师的上牙和下嘴唇间不由得溅出一串嬉笑的口水。

那位东北小弟很快收到了阿部快递的鱼饭，几乎同时我也收到了一份。和鱼饭一块儿到达的，还有一瓶普宁豆酱。

说到豆酱，不得不提一下另外一位潮汕人，出生在普宁的陈朝华。对潮汕人来说，普宁豆酱相当于北京的芝麻酱或甜面酱，可以蘸整个宇宙。“就像我们普宁人的性格，随和包容，跟谁都能搭。”老陈之前是南都的总编辑，去年辞职到了北京。近些日子，听他说得最多的是：“北京千般好，只是无鱼饭。”在陈朝华看来，没有普宁豆酱的鱼饭，像别人家的老婆，只是好看。只有蘸了普宁豆酱，鱼饭才会在那一瞬间被唤醒。“那种感觉，那种鲜极了的咸味，充满激情，只有经历过鱼水之欢的人才懂得。”这，难道潮汕的美食，必须用身体写作才能比喻吗？

我煮好了一锅白粥，把鱼饭包装打开，估摸着鱼饭化冻了，再轻轻倒了两勺豆酱，放在旁边，这是潮汕吃鱼饭的标配，现在应该轮到儿子惊喜了。但是，陈乐只吃了一口就“噁”的一声跳开了两米：“太腥了，爸爸赶快拿走！”我望着剩下的没有打开的十几条小鱼，一脸无辜无奈和无助。更重要的是，这鱼饭只有三个小时的生命了，我丝毫没有犹豫，把剩下的几条鱼放回冰袋，开上车，打算做一回闪送的快递小哥。从北京西三环出发，我要去东四环找一个人。导航时间显示，需要一个小时。

是的，我要去找余少镭。最好的美食，一定要找最合适它的主人。

去年底，少镭写了近百万字的鬼故事之后，愈发觉得自己有些创作枯竭的迹象，于是决意搬家到北京创业。到了首都，他在四惠地铁站旁边租了一间民房，重新开始写作，下笔如有神助。每天早高峰，他打开着窗，看着几十万上班族丧尸般地走动，他觉得，和眼前相比，广州的鬼真是弱爆了。

到达四惠地铁站的时候，远远地，看见一个光头男人落寞地站在那里，打望着来往的行人。没错，正是作家余少镭。看见我从车里拿出冰袋，老余一双利眼立刻变得柔情似水，两个嘴角向两边移动，喉结像溜溜球一样，迅速下坠、上扬。“我啊，”他得意地说，“为它准备了一点小酒。”

2016年3月29日

那些让人穿越到宋唐的味道

下次再来顺德吃饭，

我都不能用筷子和调羹了，应该用洛阳铲。

美国作家安德鲁·科伊，在他讲述中餐如何影响美国的著作《来份杂碎》里，记录了这样一个故事：1971年，中美关系解冻，基辛格带领的美国代表团从巴基斯坦直飞中国。当时，上海市革委会为客人安排了欢迎晚宴，其中一道菜让美国佬魂飞魄散，这就是粤菜的经典“龙虎凤”——当中蛇为龙，猫为虎，鸡为凤，三种食材同煮而成。招待美国人的菜单几乎都是周总理最后敲定，这道菜被认为代表了中国美食的传统。

如今，因为食材的“伦理”问题，这道功夫菜已经很难出现在餐桌上。从能够找到的对这道菜的描述看，它的发明者江孔殷先生不愧是“百粤美食第一人”。因为蛇炖猫有腥气，而香味不足，后来加入鸡肉，使口味达到有机的调和。

另一道在美食史上有里程碑意义的菜肴，也是“龙虎凤”的前身，叫“菊花水蛇羹”，也是一道功夫菜。从暮春选种栽培菊花，到夏季花期时每日早晚精心护理，直到初秋选择鲜嫩舒展的花瓣，配上此时肥美的水蛇，方可完成这道传统菜肴的制作。今天，一些传统粤菜餐厅还能找到菊花水蛇羹的存在，但工艺已经极端简化了，当然如果真用四五个月的时间成本制作一道菜，又有谁能享用得起呢？然而，在顺德的勒流镇，还真有一位这样的厨师，名叫强哥，每年他依然遵循着古制，没有丝毫偷工减料地用几个月的时间，只为在秋天给家人制作一碗菊花水蛇羹。用强哥自己的话说，这是在向传统致敬。

在中国，很多人都认为自己居住的地方是美食最集中的所在，但如果仔细推敲，多数地区的许多传统美食最终都归属到同一个源头，那就是语焉不详的民间传说。而江孔殷先生对粤菜的发扬光大，则有详尽的文字记载。菊花水蛇羹，最终在顺德被重新发现，也并非偶然。

顺德地处珠三角核心区，悠久的农耕传统一直保存得很好。这不仅体现在每个节令，城乡各处宗祠都有完整的仪式性活动，更体现在对食物的古老处理方式上，一些其他地方已经失传的菜肴和烹饪手法，在今天的顺德依然能找到踪迹。

这些年拍《舌尖上的中国》，几乎每一季都有顺德的戏份，从均安蒸猪到顺德鱼生，导演调研、拍摄，不知去过多少次顺德，可以说每次都有新的惊喜。去年开春起，《舌尖》团队的两位导演刘硕、费牖明，开始了纪录片《寻味顺德》的调研拍摄工作，他们把节目的主题确定为“在传统美食中寻找前行的力量”，不仅找到了民国时期遗留下来的菊花水蛇羹，还找到了许多历史更久远的味道。

我曾在一本书中读到中国宋代酿酒工艺中有以肉入酒的记载，当时觉得简直匪夷所思。结果，摄制组去年就在拍摄顺德“醉鹅”这道乡土菜时，邂逅了一种当地最负盛名的米酒，它至今仍沿用猪肉酿造的传统方式。酿酒最特殊的工序——最后一个环节，把蒸馏出的米酒导入大瓮中，然后浸入约一百公斤煮熟的肥猪肉。在镜头里，无数块熟肉被投入酒中，静静等待一个月后的华丽变身。经过大缸陈藏，猪肉不但可以吸附米酒的异味和杂质，肥膘中的风味物质也与白酒发生某种中和，进而形成一种特殊的、被称作“豉香”的醇和滋味。

我平时喝不了白酒，那天兴之所至，抿了一口这种酒体纯净的米酒，一线刺痛直蹿头顶，立刻双眼迷离，我感觉自己驾驶着时光穿梭机，直奔宋唐而去。

而以肉入酒，在顺德还算不上真正年代久远的“饮食活化石”。导演们发现，今天顺德人的日常饮食中甚至还保留着先秦时期诞生的菜肴的遗迹，比如顺德鱼生。大部分人了解的鱼生，更多是今天名声在外的“风生水起”或叫“捞起”的新派粤式菜肴——本地鱼片以外，还要加入三文鱼，甚至象拔蚌这样的昂贵食材，拌上子姜丝、头菜丝、胡萝卜丝、洋葱丝、炸花生米等配料和油，层次丰富，色彩纷呈。

但在顺德个别民间馆子，我们还能找到鱼生最古老的吃法。黄金鲩鱼切成不到0.5毫米的薄片，只用生油和盐拌匀，最能彰显鱼肉本身的味道和口感。这种生食的吃法，最早的记载可以追溯到先秦，叫“鱼脍”（或写作“鲙”）。所谓“脍不厌细”“脍炙人口”，都是对它的形容。导演解释说，鱼生加上五彩的配料丝的做法是唐朝之后才出现的，可见顺德美食对远古传统格致的遵循。我开玩笑说，下次再来顺德吃饭，我都不能用筷子和调羹了，应该用洛阳铲。从这个意义上说，顺德被联合国教科文组织授予“世界美食之都”的称号，自有他们的道理。

一种饮食习惯可以保留上千年甚至更久，这首先是一种对传统的尊敬。二十年前我在法国拍片，在一位美食史教授的陪同下，在一个只有十五万人口的小城——第戎，居然分别吃到了从共和国时期到波旁王朝，乃至高卢时期的食物。美食和艺术、文学一样，是法国人特别引以为傲的传统。这位教授不讲豪华，不讲排场，而更看重的是历史。那些带着历史年轮的餐厅，仍然把传统奉为圭臬，餐厅常年客满，掌握着传统烹饪技术的厨师对自己从事的职业也乐此不疲，说到底，对传统的尊重也正是对人的尊重。

说到对人的尊重，不得不提一下江孔殷先生的结局。这位清末的翰林，参加过公车上书，参与掩埋过黄花岗七十二烈士，引进培育过国外优良蜂种，在做政客、商人和买办的同时，他又是个热爱美食的人。1951年，南海县（今佛山市南海区）农民追索“逃亡地主”，病中的江孔殷被乡邻强行用箩筐从广州医院抬回原籍准备批斗，他闭目不语，一度绝食，四十一天后去世。一代美食家用这种方式走向生命终点，不得不让人感叹造化弄人。

2016年4月29日

面，不能承受之小

“小面的小，不仅仅意味着简单，

更代表着重庆人轻巧的生活态度。”

重庆和成都永远是娇嗔的一对冤家。作为人口大省的省会，成都在有生之年，眼睁睁看着自己的二弟变成了直辖市，心中难免五味杂陈。

然而在饮食方面，成都从来没有失去自己的优越感。在天府之国吃东西，你经常可以听到这样的话：“重庆菜基础不错，但味道重，那是劳动人民吃的嘛。”或者说：“川菜包括了渝菜，不到成都，渝菜难登大雅之堂。”类似的意见基本可以概括为，重庆菜下河帮偏民间，成都菜才是官府菜，要讲究细致得多。但只有一点，成都网友和重庆网友在互射地区级语言导弹的时候，前者大都会哑火，那就是面。

小面，重庆人对面条的统称。它是重庆的城市名片，重庆人甚至可以忍辱负重地接受发端于此的火锅“成渝各有特色”，但绝不能忍受别人对重庆地区风味面条品头论足。小面可以说是重庆美食汪洋中，最神圣不可分割的岛屿，任何质疑都只能招致一整屏合力的痛打。

《舌尖》有个美食向导叫杨畅娃，重庆生人，现在是四川台的主持人。畅娃喜欢吃苍蝇馆子，但她最经常说的一句话是：“成都什么都好吃，就是没有像样的面。”作为生活在成都的重庆人，有两大难题摆在她的面前，第一件是如何在生活里找到称心的男友，第二件是如何在成都找到可口的小面。对于前者，畅娃会说：“不急，人家还小嘛！”而对于后者，她恨不得天天回重庆。

有次和美食大咖石光华一起吃饭，石老师有些按捺不住，教育她说：“其实成都担担面、甜水面、渣渣面、煎蛋面……很丰富的哦！”畅娃不服：“繁文缛节太多，不像小面个性鲜明，最重要的是，小面本身的柔软度和韧度，那绝不是成都的面食可以相比的。”席间另外一位仁兄看不下去，说：“谁说成都面食不行？我认识一个成都老板，腿有点跛，就在重庆开面馆，很有名……”畅娃立即打断他：“你确认他的腿不是因为面做得不好被打跛的？重庆人脾气很暴的。”

重庆人对小面的感情丝毫不逊于他们对火锅的感情，以至于听不得关于小面的任何吐槽。重庆作家曾磊这样描写重庆的早晨：“随手一抓，一把水面，几根青菜，三两分钟煮毕，五六分钟下肚，小面之小，莫过于此。”就技术含量来说，小面几乎可以简化为调料+面条，面条是碱水面（水叶子），调料无外乎葱、姜、蒜、辣椒、芽菜、香菜、榨菜、花生、芝麻酱……都是大路货。然而，重庆人就在这最简单的面点烹饪上费尽了心思。

纸媒曾经评选出所谓“重庆小面五十强”，每家面馆几乎都有自己的绝招。或是在水面的硬度上，或是在辣椒的烘焙上，或是在荤素油的配比上……只有重庆人才能挑剔出其中的差别。和这些相比，我更佩服的是煮面过程中，老板游刃有余的语言中控系统，所有针对厨房的指令都短促和精准，听上去像土匪的暗语。“提黄”，口感要硬点儿；“多青”，多加青菜；“干溜”，少舀汤头；“免红”，不放辣子……喂，你外地人吧？

“小面的小，不仅仅意味着简单，更代表着重庆人轻巧的生活态度。”沈宏非的这句话说得

准确。那种举重若轻、看淡一切的豁达，才是重庆性格。每天早晨，不管白丁还是鸿儒，无论土豪还是屌丝，都齐刷刷地蹲在路边，或者倒背着领带，或者露半截嫩腰，面红耳赤地对着一碗面，吃得山响，深藏功名。

这种情景，唯重庆得见。所以，重庆小面异地生根很难，气场不对。北京已经开了不少家重庆小面馆了，我有个重庆籍同事，每次听到开业消息，都会第一个喊：“耶，我去！”但每次吃回来又都会说：“切，我去！”太难伺候了吧？重庆长大又流落到其他城市的人，总是这样。有人查阅过孟非在《非诚勿扰》中提到小面的次数，多到有些政治不正确了。

不过孟非任性，自己在南京开了一家小面馆。同为主播的杨畅娃就没那么强的气场，继续“在成都大街上寻找重庆小面”——哦，这句话听上去多么诗意，多么昆德拉啊。功夫不负扫街嘴，小面找到了，就在成都，不过是在一家重庆人开遍全国的足浴连锁店里。“确实正宗，”畅娃解释说，“清一色都是重庆师傅。”

这真是个圆满而又带些喜感的故事结尾，畅娃终于找到了味觉的归属，但同时，每次只要周遭有人提到“洗脚”两个汉字，伴随一声巴甫洛夫霹雳，畅娃都会诡异地吞咽一大包口水。

2015年2月9日

泡一个笑靥如花的馍

汤和饼相拥，鲜和香缠绵，

这是动物蛋白与碳水化合物最奇妙的天作之合。

说到泡馍，一般会习惯加上两个字的前缀：西安。但在很长的时间里，我一直更喜欢银川的泡馍。

第一次到银川是1994年，全国一百多位拍纪录片的，集中在这里开行业年会。会议承办方宁夏电视台负责地接，领头的是个三十多岁的汉子，大家都喊他小康。我和小康相识差不多三四年时间，他大名叫康健宁，是当时的部门主任，也是纪录片导演。

生活里，小康是一个严肃的人，一天到晚紧锁着眉头，像谁都欠他几个亿似的。银川话管这种不苟言笑、不怒自威的表情，叫“死面饼子脸”。到银川安顿下来已是晚上，当着康导，我故意说了一句：“苦寒之地啊，估计消夜是不要考虑了。”余光里看得到小康怒目圆睁，没说话。

过了一会儿，有人敲门，自称小武，是康导的跟班儿。小武说楼下有车，请大家去吃消夜。我数了数，面包车上一共七人。找了个店门口坐下，康导已经坐在那里。“我不喝酒，今晚陪你们吃羊脖子，”他板着脸，眼皮也不抬，“我们宁夏苦地方，羊脖子就是招待贵客的了。”

不到一分钟，酒和菜都上来了，全是大盘，尤其是羊脖子，一共八根，堆在茶盘儿里，像山一样。好家伙，我思忖着，这是无论如何也吃不完的吧。但结局是，所有东西一点儿也没剩下。羊脖子是我对宁夏食物的第一印象，我从来没吃过这么多肉。

但真正让我印象深刻的，是第二天中午。眼看到了吃午饭时间，我很无奈地摸了摸肚子，算是抱歉地通知肠胃，即将到来的是一顿会议餐。这时候康导出现了，身后带了一个小朋友，梳着娃娃头，十几岁的样子。“欢欢，这就是那个嘴特别馋的家伙，”康导指着我说，“你单独带他去吃个泡馍。”

欢欢大学毕业后，跟康健宁学习做纪录片，当时她刚去央视《东方时空》工作不久。这姑娘对我来说不陌生，她姐姐是低我两届的学妹，叫徐扬，性格外向，快人快语。不过欢欢性格正相反，睁着大眼睛，慢声细语，说话像零点五倍速的。

银川城市规模不大，欢欢带着我一边走一边慢慢说着话，中间还回了一趟自己家，取了两只搪瓷碗。再往前走，便是一个回民小店，三个茴香饼，两碗烩肉，一碟羊油辣子，非常简单的餐食，我吃得浑身是汗，相当上头。欢欢解释说：“这就是我们银川的泡馍，可能和西安的不太一样。”

这之前在北京和西安都吃过泡馍。西安的做法，是把半熟、不完全发酵的面饼，手掰成小小的碎块，厨师在锅里和羊肉或者牛肉一起烩，可以按照顾客对汤量的不同要求，做成“干泡”“口汤”或者“水围城”，汤滚饼熟，浑然一体。

欢欢带我吃的这种，也是羊肉加木耳、黄花、粉条一起烩汤，但汤和发面饼是分开的。相比西安泡馍，这里的“泡”不是状态，而更像是一个动作，把已经全熟了的饼子撕上两三块，捏一下，放到汤里，茴香饼在清汤中迅速恢复身形，并饱吸鲜汁，吃起来非常爽口。

和其他人不同，头回吃，我就喜欢上了银川泡馍。当然，结合欢欢的介绍以及前一天吃的羊脖子，我对银川泡馍的认知，最初是建立在“宁夏有全国最好的羊肉”这个认识上的。

有时候非常羡慕美食家这种职业，其中一点，就是他们经常搞一些名为“垂直品鉴”的活动，供吹牛用。比如聚合不同餐厅的烤鸭，不同水域的大闸蟹，或者全国各地的羊肉，一字排开吃过去……在羊肉的问题上，中国美食家的结论是，无论质地、味道以及口感，盐池滩羊都排在前列——这是让宁夏人引以为傲的事情。

我们研究食品科学的顾问，针对羊肉，也跟摄制组分析过，很多蛋白质、短链氨基酸等听上去很高大上的词语，翻译成大白话就是，宁夏滩羊几乎“吃不出腥膻的味道”，全国其他地方无法企及。这直接导致了拍《舌尖》的时候，导演毫不犹豫，把羊肉的故事主人公，确定在盐池县的马阿舍夫妇身上。当然这是后话。

接着说泡馍。

后来到银川次数多了，对这里有了更多的了解。银川是个移民城市，就像康导，在银川长大，祖籍却是石家庄。欢欢出生在银川，但父母都是四川人。正因为如此，银川的食物多多少少带着别处的饮食流变痕迹。

1996年，央视新来了一个小伙子，银川人，叫王路，跟着我学摄影。王路酒量好，西北拳划得特溜，但他父亲却一口京腔——是当年从北京援建宁夏的话剧演员。为表示亲近，我跟王路聊起他老家泡馍的话题，并对北京吃不到这口儿表示惋惜。

王路呵呵一乐，带着我打上车，到了琉璃厂附近的银川驻京办，楼下有个不起眼、没有标牌的店面，专为银川来京办事的人做银川泡馍。我照例要了一碗两张饼的泡馍，没想到上来的，却是切成条状的饼，热腾腾卧在羊肉清汤里。我表示疑问，并且把欢欢带我吃到的银川羊肉泡馍仔细形容了一番。

“哦，你那个也是泡馍，”王路恍然大悟，“但在我们那儿，更多的人叫它烩肉，配发面饼或者米饭，我点的就是这个。”话说完他的烩肉来了，可不就是几年前我吃的那样吗。

按照王路的解释，很多食物传到银川，都有细微的变化。像泡馍，源自西安，但银川人习惯吃切成细条的。另外我喜欢的羊肉汤，几乎就是西安水盆羊肉的变体，明显的标识是烹制工艺相同，只把粉丝换成了更筋道的水晶土豆粉。王路帮我又要了一碗他称为“烩肉”的汤，并建议我再要一碗米饭。“宁夏大米好吃。”他说。

这句话似乎让我明白，喜欢银川泡馍，可能另有原因。

我老家生活习惯接近中原，饮食上喜欢喝汤。无论是放了很多胡椒的鸡汤，点了红油的羊肉汤，还是偏素的沫糊汤，都喜欢用来佐面食。撕下一块馒头或发面饼，拇指和食指指肚一用力，捏成片状，放进汤里，用勺子舀起来吃——这和银川泡馍非常相像。而西安泡馍用的是死面饼子（大家证明，我没说像康导的脸哦），你没有办法眼睁睁看着它不断扩张

体积、绽放笑容、饱蘸汤汁的模样。

吃东西的习惯就是这么顽固，远隔千里，也会更加青睐接近童年记忆的风味。

而且人认识食物的过程，总是一点一点深入的。不久再去银川，发现康导和小武常去的一家餐厅，名字就叫“秦味斋”，这是标定出身的意思呗。而且泡馍店除了烩肉，也有北京办事处那种条状饼子的泡馍。

小武恰好和这家老板熟悉，专门介绍说，这是北京来的导演，你要给他好好做。那一顿，两个饼泡馍，我吃了两大碗，八寸的大海碗，而当时我的体重不到六十五公斤。老板一边看我吃，一边跟小武耳语：“这人怕是个骗子吧，怎么可能是北京的？我们这拉板车的都吃不了这么两碗。”

这个笑话被康导到处散播，结尾还要加上一句他自己的评价：“你看，不管到哪儿，一遇到吃就原形毕露——明显苦地方来的。”说完，还难得地笑出声。

不过宁夏的另一个故事，康导至今不知道。那时候他升了官，我是陪单位领导去银川，说是谈合作。到的时候下午五点，眼瞅着到饭点儿了。和领导一起的晚餐，显然是苍松翠柏、庄严肃穆的画风啊。于是请了半小时假，迅速下楼，到王路指定的泡馍馆，先“心疼”了一下自己。及至宾主相见，举杯言欢，只有我呆若木鸡。康导，不，康台，很疑惑，过来问我怎么不动筷子。直到今天他也不知道，我当时已然吃到下巴了，正享受着颅内高潮的缓缓平复……

算起来，去宁夏的次数，已经不少。对宁夏食物的了解，也比普通人更多。吴忠冷手抓，大武口的凉皮儿，黄渠桥羊羔肉，中卫蒿子面……但我仍然最喜欢银川的泡馍。今天的银川，城区面积已经扩大了五倍有余，之前记下的那些小馆子，也早已不见踪影。康导、王路、欢欢……他们在宁夏生长，如今也都离开了塞外江南。

几天前再访银川，第一顿照例泡馍。看着烩肉里，面饼的孔隙逐渐舒展出笑容，汤和饼相拥，鲜和香缠绵，在我看来，这是动物蛋白与碳水化合物最奇妙的天作之合。

发了朋友圈，已经是央视顶尖导演的徐欢留言说：“都七八年没回过银川了，真想念那里的味道。”

2020年10月26日

有“根”的食物才有生命

在原产地品尝食物，除了美味，

你眼睛看到的，耳朵听到的，

都是食物不可分割的部分。

《舌尖上的中国》播出后，经常有人找我，说希望和我一起做点儿“餐饮实体”。尽管我一个都没掺和过，但这并不影响很多与这部纪录片同名的综合餐厅、一条街甚至小镇，在各地如雨后春笋般出现。

好几年过去，当初的“实体”基本上更名或者关张大吉，貌似我也该说说当时自己不愿意参与的原因了。一般有人来找，我只说两点婉拒的理由：首先法律上，节目的版权方是中央电视台，非授权不能擅自使用商标；其次，我们拍的是纪录片，除了美食，更多关注的是传统和人，节目拍完了我们的工作也就结束了，对其他的事情我没有兴趣，也没能力。

但有时候，找来的恰好是熟人，非让我交出“密电码”或者“联络图”不可，我可能就要多花费一些口舌，跟人家讲道理。

比如说摄制组选择的食物绝大多数是鲜活的“在地饮食”，是有根的，搬不走，如果硬要把它们从四面八方聚合到一个灶台上，这不科学，我们最多只能聊胜于无地吃个表面文章。再比如说，那些草根食物真没什么秘密，选材、加工、烹饪，都谈不上复杂。但就像小面离不开重庆、肠旺离不开贵阳一样……当然，我最常举的例子是云南米线。

云南不同的地方都有属于自己的米线，像过桥米线、大锅米线、凉拌米线、小锅米线、豆花米线、稀豆粉米线……不一而足。大家比较熟悉的是过桥米线：汤温很高，把米线、生菜拨入汤碗，立刻就可以吃起来，鸡片腰片鱼片肉片都极嫩，汤极鲜。曾经在昆明生活过的汪曾祺先生说过，过桥米线是食品中的尤物，很名贵。不过汪老也说，在昆明，当地人最讲究吃的还是小锅米线。

我是看着汪先生的文章，第一次到昆明吃了小锅米线，当时觉得当昆明人真幸福。后来回北京，一些云南菜馆的过桥米线还行，但要吃小锅米线，就一定要提前打电话找熟人，否则做出来总觉得差了些东西，却又找不到原因。直到去年在昆明见了我们的顾问，美食家敢于胡乱老师，他的解释才让我们明白了为什么小锅米线一定要到云南去吃。

小锅米线是典型的功夫小吃，放在火上的锅比碗大不了多少，且必须是红铜做的，导热很快，这便是所谓的小锅。小锅舀上了高汤，煮沸以后加上剁肉帽子、豌豆尖儿、腌酸菜、油辣椒和酱油，最后放入米线，大火煮沸，一碗小锅米线才算做成。这个过程看似简单，其实每一步都有特殊的要求。

比如汤一定要用猪大骨、带皮腿肉，大火烧开，彻夜文火熬制，不乱配料，中间绝不添水。再说配料，剁肉帽子一定要选七瘦三肥的“清猪肉”，而且一定要是刀剁而成，不能用绞肉机。

配菜里须有豌豆尖儿和韭菜，尤其是韭菜，因为云南海拔高，所以韭菜香味很足。冬菜、甜酱、咸酱油也必须是昆明周边产的……这些在北京做得到吗？

好吧，就算这些材料都能运到北京，但是有一样东西太费时，这就是酸浆米线。

昆明人一定要吃酸浆米线，这是一种半发酵的米线，带有一种微微的、美好的酸味。制作酸浆米线共有十几道工序，天气好的时候需要一整天，天气差的时候需要三天才能做成，做好之后保质期却只有一天多的时间。如果在北京做这种东西，显然成本就太高了，这也是在北京无法像在昆明一样享受小锅米线的原因。

许多食物就像小锅米线一样，是当地人生活的一部分，只有在原产地享用，它才是有生命的美食。而搬到遥远的他乡，它们多少都会水土不服，会“闹情绪”，甚至会因为食客中没有什么懂得欣赏自己，而自暴自弃变成木乃伊的样子……

同样是煎饼果子，天津到北京才一百多公里，吃起来就是两种食物了，更别说北京和昆明，差着两千公里的飞行距离呢。再说，像小锅米线这种食物，因为配料和工艺，每一家都有差异，也都有自己的拥趸，很难标准化制作，这也是它故土难离的原因。

更重要的，在原产地品尝食物，除了美味，你眼睛看到的，耳朵听到的，都是食物不可分割的部分。我们做美食纪录片，也就是把这些场景截取和复原下来，传递给观众，也希望观众有朝一日置身于此，享受美味的同时也融入当地的生活。

如果说在北京吃小锅米线已经很难实施，那么我们《风味人间》拍摄的米线要在北京吃到就更是奢望了。

这次我们拍的是德宏的“过手米线”，阿昌族以手抓食的一种小吃。这种进食方式，即便在云南众多少数民族中也属鲜见。

先说制作，过手米线的制作相当耗时，米线要选用德宏特有的红米做成，又香又糯，又滑又软，不结团、不粘手。佐料的品种很多，且都需要事先加工，烤肉绝对少不得，带皮猪肉放到石板上火烤，不停地翻面至七成熟，剁碎后放入豆粉和酸水搅拌，制成肉馅。花生、辣椒、大蒜、芫荽等佐料舂碎和猪肝一起拌入肉馅，制成最终的拌料——“帽子”。

再说食用，吃过手米线常伴两道配菜，一个是煮干萝卜片，干萝卜片煮熟带汤上桌，柔软醇香。另一个是白豆腐，略微发酵，带着酸味。先抓一小团米线置于手心，然后将拌料放在米线上，直接入口，这就是过手米线了，在别的地方真的吃不到啊。

过手米线是阿昌族待客的第一道菜，婚丧嫁娶、逢年过节等都必不可少。这次我们拍摄的一家，女主人寸祖华负责制作米线和拌料，丈夫和侄子打下手。餐桌前，男主人老杨五指并拢，在手心放一团凉凉的米粉，然后熟练地盖上“帽子”，当他的手捂上嘴巴的刹那，我看到画面里的他幸福地闭上了眼睛……我想，这可能就是我认为的最好的食物了，它，是有根的。

2018年7月12日

特色菜口味菜

当地特色是一种约定俗成的判断，

它更多是作为一种概念存在。

到井冈山出差，当地朋友小刘请消夜。“咱们吃特色还是吃口味？”他征询我的意见。好在来过井冈山，这话我听得懂——所谓“特色”，是指给外地人吃的当地风味菜肴，而“口味”，则是指当地人自己打牙祭时候的选择。我自然喜欢后者。

于是小刘开车，掠过天街、红歌广场这样的光鲜热闹所在，拐进了一条僻静的小街，停在黑灯瞎火的一排平房前面。下了车，小刘使劲拍打着一扇门：“老五，老五，睡了没有？”一会儿，灯亮了，门楣上出现了“东兴酒楼”四个字。“老五睡了，你们先坐，我去叫他。”一位妇人边开门边把我们往里面让。小刘却对她说：“不了，把这位当成井冈山人处理。”老板娘睡眼惺忪点着头，突然像武林高手一样，回头单手拎了一张桌子，脸不变色地悠出门，熟练地放在了路灯下。

小刘去后厨点菜，我则坐在路边的桌前，一口冰啤酒咽下，打个冷战，只剩下幸福的等待。井冈山几乎人人都是历史学家，和他们聊天，没几句话就会进入历史教科书的B面，一个接一个的八卦掌故，听着很乐，而我更感兴趣的是与吃相关的，比如，这里几乎所有的特色菜馆都写着斗大的字——红米饭南瓜汤。小刘笑了：“那是‘文化’，给外地人吃的，红米价格比大米还贵，粗糙难咽，我们本地人不怎么吃……”哈，这就是特色和口味的区别了。

革命圣地和我十五年前来的时候相比，变化非常大，群山苍翠，城市整洁，俨然羽化成了旅游胜地，游客熙来攘往，服务成熟规范。各个景点，也叫教育基地，旁边都有大量的农家菜，无一不挂着招徕游客的“红军食谱”招牌，游客落座，服务员清脆的话语随之就到：“上了井冈山，财富翻一番”，或是“喝了红米酒，官运年年有”。放眼望去，这些饭菜几乎每桌都有，游客们庄严肃穆，忆往昔，南瓜稀饭稠。作为一个吃货，我还有一个发现，就是当这些吃团餐的外地人离开的时候，那些最特色的食物，基本都剩下不少。

所谓地方特色本来是指当地特点最鲜明的食物，在旅游开始大发展之后，各个景点除了风景人文名胜之外，又多了食品名胜，比如去苏州合该吃糕团，去杭州合该吃醋鱼，去重庆合该吃火锅，去昆明合该吃米线……但我真的见过不吃烤鸭的北京人，不吃辣椒的成都人，甚至还有不吃海鲜的青岛人，不吃羊肉的内蒙古人。这至少说明一点，当地特色是一种约定俗成的判断，它更多是作为一种概念存在。吃特色菜，也就相当于在埃菲尔铁塔下拍了张照片，意味着去过巴黎了。而口味菜则不同，它更像是所谓的深度游，当地人喜欢什么，什么就是“口味”。湘赣两省都有这样的称呼，长沙更是有很多直接称呼“口味”的饭馆，在里面可以吃到口味蛇、口味青蛙、口味小龙虾甚至口味丝瓜，做法完全来自民间，没有任何规矩。我们今天吃的这家也是这样。

老五的媳妇端来了第一道菜：干煸泥鳅。泥鳅大小不一，胡乱穿插在各类辣椒之中，从视觉上就知道它属于自家不讲究的烧法，但泥鳅个个处理得很干净，皮焦肉嫩，吃起来味道很厚。紧接着上来的烩豆皮，这道菜“上档次”的做法是，只留豆皮和高汤，氽汤的底料，包括咸肉、肥膘、河虾、皮肚、鹌鹑蛋什么的都要挑出去，最起码也得埋在下面，但老五

就让这些辅菜像真理一样裸露在豆皮之间！好在我不讲究，加上汤菜确实鲜美，品得出不是味精料理，享用就是。最有特点的是一道猪耳朵，猪耳是先酱制过，香味浓郁，用青椒和笋子炆炒，再加进熟透的番茄……酱香回甘，这道菜立刻成为我的主攻目标。

“您是真没忌口啊。”见我吃得香，小刘很同情地说，“很多外地的朋友吃这菜的时候，都觉得有点儿……咸。”我笑着说，这正是当地的“口味”啊，那些特色菜，主要针对外地客人，不得不做了很多妥协，本来异常锐利的口感也变得中庸和迟钝。井冈山的很多菜必须用重盐才能彰显其味，现在也不得不被“扯淡”。辣味更是这样。“就像我很喜欢的这碟剁辣椒，”我指着桌上的小碟，“在别的旅游饭馆吃，或者辣度急速下降，或者干脆不放蒜蓉，在我看来都无法得其魂魄。”站在一旁的老五媳妇听到这里，赶紧说辣椒就是自己家的，非常辣的本地椒，不是罐装来的。

赣南仲秋的夜晚，室外的温度二十三四度的样子，没什么风，倒是虫声蛙鸣一片。最有趣的一幕出现在我们结账的时候，老五媳妇一面收钱一面大口喝水，刚才她见我喜欢那辣椒，自己跑到后厨尝了一口，真真被自家的辣椒，辣着了。

2011年9月20日

螺蛳壳里的道场

吃瓜子的毕毕剥剥和吃螺蛳的啵啵动效，

何尝不是味觉器官与食物的友好交谈呢？

南京里下河土菜馆，盱眙小龙虾号称已经上市，将近二十人的大桌，东道主好客地摆满了碗碟。烧麻鸭、河虾煮千张、昂嗤鱼炖豆腐……吃得非常尽兴。然而，我还是忍不住弱弱地说出了“螺蛳”两个字。吃螺蛳最好的季节是清明节前的那几天，这是螺肉最肥美的时候。之前的偏瘦且没有膏黄，清明过后，螺蛳便到了甩子（就是产卵）的季节，尾部充斥着密密麻麻的小硬壳。因此，清明时节雨纷纷，想到螺蛳欲断魂……赶在清明前去江南出差，螺蛳自然是不能缺少的。

主人丝毫没有怠慢，立刻伸出了沾满小龙虾汤汁的手掌呼喊服务员：“加两盘螺蛳，不，四盘！”待螺蛳上桌，个个晶莹饱满，拈一只轻轻一吸，一团肉早就端放在舌尖之上，随肉奉送的还有一汪鲜美的汁水……感动！整个童年时代，我很少吃到螺蛳。就像炸酱面一样，螺蛳当然是家里做的最好吃——买回来的新鲜螺蛳放在水里，滴两滴香油，两天过后，去尽泥沙，加姜、葱、豆豉、辣椒旺火爆炒后，加骨头汤焖一下，如果有紫苏的话，放几片味道更美。可当年我的父母总是强调说，那东西吃了会得血吸虫病，今天想来，这不过是他们怕麻烦的借口罢了。

老家的螺蛳在下锅前，首先要用刷子刷过，再逐一将尾部剪掉。剪螺蛳是一道非常细致烦琐的工作，一般从尾数第二节下钳，为的是去除余下的一点点泥沙，同时也让螺蛳在烹炒时更加入味。螺蛳在我老家称作“屋牛”，有句歇后语就叫“鸭子吃屋牛——食而不知其味”。确实，如果不把螺蛳坚硬的壳事先剪出突破口，很难想象佐料的主力部队如何能攻破它固若金汤的城池。

北京夜市的排档也常有螺蛳售卖，或淘洗未净，糟污拖泥带水，硌牙；或火候太过，螺肉坚硬如铁，硌牙。最关键的，北人粗犷，炒制螺蛳时无一例外忽略了去尾的这道工序，因此炒出的螺蛳味道很难进入膏黄部分，而且为了让螺肉与螺壳分离，必须搭配使用牙签。所以在北京，除非自己家里，我极少点螺蛳上桌。偶尔摆上此物，吃两颗，除了有变成鸭子的幻觉，内心更加怀念南方。这种味觉上的冥顽不化，颇有些类似鲁迅在北京看到下雪时的心境，在他的笔下，“朔方的雪花在纷飞之后，却永远如粉，如沙，他们决不粘连……”，而“江南的雪可是滋润美艳之至了；那是还在隐约着的青春的消息，是极壮健的处子的皮肤……”我常常想，其实这里把雪代换成螺蛳，显然也是成立的。

螺蛳美味，但并不是每个人都能享受它的。正像我们这桌几位食指大动的客人，耐不住性子高喊：“服务员，拿牙签来！”举目望去，果然是几个北方汉子。于是，同桌一位当地的女性同行，在流露无限同情之后，便开始用纪录速度示范螺蛳品尝教程：伸出纤纤玉手，用前三个指头拈住一颗螺蛳，轻轻靠近唇边，两颊微微一颤，指尖便只剩下一只空壳……整个过程就像打了一个飞吻，轻佻又不失优雅，加上眼波流转，直看得糙汉们食欲难填，纷纷仿效，抓过几只，笨拙地吮吸着，弄得一屋子山响。

吸螺蛳确有技巧存在，“嘬”的那一刹那像极了婴儿吮奶，只需要口腔前部动作。如果用力过猛，往往会呛到气管。一位北京同事被呛得歪头猛咳，进而抱怨说：“这劳什子，干吗

不索性把壳儿去掉，只烧螺肉岂不痛快？”但吃螺蛳正如吃瓜子，许多乐趣正在一个“嗑”字上，这是直接食用瓜子仁所不能享受得到的曼妙过程，如果这个过程也省略了的话，以后人类进食不妨采用注射了事。吃瓜子的毕毕剥剥和吃螺蛳的啵啵动效，何尝不是味觉器官与食物的友好交谈呢？多么亲切友好的气氛！

又不禁想起播音学中的一个词语：播音者在播音时舌头突然转不过来，或者在嘴边打一个趔趄，行话就叫“吃螺蛳”。赵忠祥老师配音以认真著称，当年和他合作，他时常会在工作过程中突然停下，要求重录，甚至有我们几乎听不出来的地方，他也会要求重新来过：“不行，前面吃了一个小小的螺蛳！”说完，还吧唧吧唧嘴巴，仿佛回味什么。这之后，每次吃到螺蛳的时候，我眼前都会浮现赵大叔那张坚毅的大脸。

从南京离开，沿着皖南的高速公路又到安庆。一路上，油菜花盛开，徽式建筑婉约地置身在黄色的画卷中。路上再次遇到一群北京的文学中年，伊们是为了悼念安徽的一位诗人而来。晚上一起消夜，他们在不停地谈诗谈文学，我则端坐一边尽心尽力地吮着美味的螺蛳，各不相扰。有一刻，吃得眼睛濡湿，望着窗外阑珊的灯火，耳边忽听一位诗人缓缓吟道：

“从明天起，做一个幸福的人——

喂马，劈柴，吃螺蛳。”

2009年4月8日

至味在江湖

如果把烹饪比作江湖，

我最喜欢的厨艺高人当如风清扬——

背负绝学，遗世独立。

想起去年在四川拍片的事儿。

当时余震还在，我从彭州通济的山里出来，转场到鸡冠山。已经吃了几天方便面了，特别想找一个打牙祭的地方。恰巧路边竹林旁有间房子，门框上用油漆写着“三妹子酒家”，没犹豫，停车钻了进去——整个饭馆没有菜谱，所有的原料都摆在明面上，大厨是个粗壮的中年汉子，胡子拉碴，手里攥着菜刀拍拍打打给我们点菜。我们要了一个耙耙菜、一个老腊肉，便坐下等着。

不一会儿，菜端上来（叫扔上来更准确），第一口下去，不由转身对老板说：“伙计，你家腊肉太咸。”正在刷锅的老板头都不抬：“只有这个。”什么态度嘛，我心里想。第二口，却吃出了一股奇香，仔细再看筷子尖上的物事：大片的腊肉，由外至内，从深褐到鲜红——显然是暴腌暴晒的。旁边搭车的一个彭州哥们儿说：“这家的腊肉是方圆几十里最有名的。要不是地震，还可以吃到他家的风干鸡。他家的鸡更巴适，晾在大山里，路还没有通……”一边吃着菜，再看那位中年汉子，隐隐地在心里生出了“世外高人”几个字——这，就是所谓的江湖菜吧。

江湖菜称呼是相对于官府菜的，无论是原料还是做法，都不按常理出牌。当年，刚刚认识黄珂，吃了他做的黄氏牛肉，不由心生景仰，他听了哈哈大笑：“锤子，我算啥子高手撒。真正的高手都在乡下的院坝里头……”我知道，每年开春，黄珂都会去四川重庆一带的山里，走村串寨，看到哪家饭食好吃，就花钱住下，趁做饭时在一旁偷窥默记——他自己称之为“采菜”，听上去像采风，有点儿故意跟艺术家混淆的意思——其实就是偷菜嘛，玩过开心网的人都知道的。

每次黄珂回京，就会把我们召集起来，当成味觉小白鼠，验收他新“发明”的江湖菜。说来也怪，黄老学的很多菜，回到北京却没有办法正常实现原汁原味，起码没有他吹得那么好。黄珂只有在自己的“川菜实验室”继续埋头鼓捣，加点这个，换点那个……那个认真劲儿，只有中关村破解正版软件程序的人才能与之媲美。

其实黄珂说得没错，要吃到真正的江湖菜，肯定不在都市的钢筋水泥丛林里，而是在乡野小店，这个道理说起来就像马拉多纳不会竞选国际足联主席、格瓦拉不能出任联合国粮农组织总干事一样简单。我就遇到过这样的情形：一个小土菜馆菜做得好，顾客盈门，换到城里扩展店面，却没几天就倒闭了。店主人迷信风水，我的判断却是最好的菜肴一定在它的发源地。就像北京开了无数家四川、重庆火锅连锁店，尽管人也很多，但味道，永远没有办法和原产地的相提并论。

我仔细做过研究：原生态饮食一旦离开故土，原料、佐料的供应都不可能有以前充足地道；另一方面，在陌生的环境，面对全新的客人，下手时不免要多看看顾客的脸色，做很

多让步。众口难调，菜不免中庸起来，原先支撑做菜的某种理念也开始动摇，在城市餐饮激烈竞争的环境里，大厨的脸色，很难像彭州乡间的那位汉子一样自信。

社会信息化程度愈高，大众的趣味愈发趋同。在全国的民歌手统一用金铁霖式方法发声、播音员全部用播音系腔调说话的当下，原生态个性饮食本应显出它独特的价值。然而，菜肴个性化和餐饮业利益最大化的需求永远无法同步。厨师往往又都不是经营的决策人，真正要赚钱的老板，会根据顾客的普遍反应要求厨子做这样那样的变化。我们能够看到的一些以江湖菜扬名立万的馆子，慢慢地，江湖两个字只剩下商业意义上的招牌意味了。更可笑的是，有些乡间草根食物，却打肿脸冒充贵胄血统，编排出各种“中山靖王之后”的不靠谱名号立足，原先的乡野之豪气全都湮没在燕鲍翅之类面目可憎的菜单里面。

如果把烹饪比作江湖，我最喜欢的厨艺高人当如风清扬——背负绝学，遗世独立。他们有自己的价值观和三两个知己，绝不会参加武林大会之类的有套路规则的选拔。他们做的菜永远是小众的：有性格，意气风发，绝不会考虑劳什子评委渐渐迟钝的味蕾和已经退化的牙齿。山脚下，大河边，是他们揣摩和历练武功之所，偶尔遇到知音，他们会停下手里的活计，从后院搬出一坛陈年老烧，过来跟你连干几杯，仰天长笑……那才是完整的美食体验。

当然，这种念想实现起来越来越难——你看嘛，金庸都进作协了。

2009年11月13日

辑四

如何吃好一碗豌杂面

“一切大发明都源于小裂缝，伟大的食物也是一样。”很多食物看上去既简单又平静，但它的背后几乎都包含着人类发展波涛汹涌的图景。

食物是我认知世界最有效，也是最有趣的通道。中国太大，大到了在食物上千差万别，异彩纷呈。这是祖先留给我们的珍贵生活样本。

岁月行色高邮湖

“这东西只宜供佛，

人不能吃，因为太好吃了！”

朋友小宽组织美食旅游团去扬州，正巧我在那里有一个签售活动，于是一同前往。

这些年，常去扬州。单《舌尖》的两季拍摄，就有数次之缘，所以，很好奇在这个“世界上最擅长用筷子的地方”，还能寻找到什么新奇的风味。还好，小宽凭借广泛的人脉，吃住安排得很周到。美食方面，既有周晓燕大师和他得意门生主理的淮扬菜，武装到牙齿，足够精到，足够创新；也有寻常巷陌民间小厨的家常饭菜，镬气十足，灯火可亲。可以说，基本上更新了我在扬州已经固化了的美食地图。

不过，我更期待的，是最后一天的行程。一行人要去六十多公里之外的高邮，那是汪曾祺先生的故乡。

在众多的美食作家中，汪曾祺是我最喜爱的一位，直接原因可能源于口味上的接近。高邮离我的老家不算远，多数时候我们对某一种食材的称呼是相同的，烹饪方法也大同小异。我也爱看梁实秋、王世襄、唐鲁孙、蔡澜等前辈的文章，但毕竟还有自然地理方面的陌生，汪曾祺是故乡离我最近的美食家，在饮食文字上可谓有着“故乡口味的既视感”。

陪我们去高邮的是名厨陈万庆。万庆小我十岁，之前见他都是在电视的各种美食节目上，这次才真正品尝到这位淮扬菜大师精湛的手艺。一小时的车程，谈起当地的饮食风物，在高邮长大的万庆如数家珍。然而从他的言语里，还是能听出汪曾祺的味道。比如“腮边两块细嫩蒜瓣肉”的昂嗤鱼，“印着网格状蒲包痕迹”的茶干，“开着四瓣白花”的野菱角，“筷头轻轻一插油便流了出来”的双黄蛋……几乎所有描述都难以摆脱汪曾祺文字的痕迹，足见汪老对几代人的影响。

我一边听，一边心里暗想，这个时令，也就是菱角、昂嗤鱼当季，汪先生笔下的菱蒿、杨花萝卜早已不在，鸡头米（芡实）还要再有半个月上市，茨菰更是要到冬天才吃得到，这回陈大师应该难为无米之炊了吧？正想着，目的地到了。

今天的高邮，几乎泯然长三角其他现代化小城，拥有整齐的城市规划——宽阔的道路、高大的楼房以及电影片场一般的旅游古街。小宽原本应承的“依稀残存”的茶食店、油面店、杂货店、酱园店、布店、香店、秤店、油伞店、油坊、酒坊、皮匠铺、篾匠铺、铁匠铺……被他一改口，成了“大家伙儿自行脑补一下吧”。好在没人较真儿，毕竟时光已去多年，怎么可能还是“一头驴子在磨芝麻，满街都是小磨香油的香味”呢？

流连在古城、运河岸边，我当真沉浸在过往中无法自拔。想起开绒线店、炮仗店、画店的“岁寒三友”，王瘦吾、陶虎臣、靳彝甫，生逢乱世，却都有这么斯文周正的名号。还有在葶荠庵做和尚的明海，当年行船就是从这里走过吧，船头上一边笑一边剥莲蓬的小英子，现在会在哪里呢？

莲蓬没有吃到，午饭是在高邮湖边界首镇吃的，农家饭食。用万庆的话说，城里已经在走

都市餐饮路线，要吃原汁原味的高邮味，只有到乡间才能领略一二。这顿饭主人确是费了心思，汪老《故乡的食物》里提到的几乎所有食材，甚至完全不当季的蓑衣杨花萝卜、茨菰咸菜汤，都被一并找来充实意境，有点形式大于内容了。倒是几样家常土菜，更让人联想到汪老文字中的味道，清蒸鲫鱼（鳊鱼）、青蒜拌茶干丝、红烧斑鸠，大灶旺火烹制，或鲜甜爽口，或茭厚味浓，非常下饭，桌上的米饭甑子不停被清空。有一道青菜是第一次吃到，淡绿色的软藤，斜刀切段，剖面有孔，有藕带或者芋苗的纤维口感，味道则更接近青笋。问了万庆才知道，这是鸡头米的梗，湖边的人家，把鸡头米茎秆捞起，去除外表坚硬有刺的皮，芯子清炒来吃。好吃。

高邮之行前，机缘巧合，在一个饭局上头回见到汪曾祺先生的公子，退休后在央视“贡献余热”的汪朗老师。我刻意选择坐在他旁边，词不达意地表达我对汪老先生的敬仰。汪朗老师很客气，永远笑咪咪地顾左右而言他：“来，吃菜。”但知道我们一行要去高邮探访汪氏祖屋，他停下筷箸问：“你们多少人啊，家里，可有点小。”

人民路上的竺家巷，像被岁月剥蚀的残影。巷口醒目地贴着指示牌，那是北京某民办非学历职业教育机构招生办。巷子里非常安静，两个择菜的老妪无声地坐在道边。走至巷子深处，一块“汪曾祺故居”的牌匾告诉我们，这应该是汪老曾经生长过的地方。六十多平米的两间平房，汪曾祺的弟弟和妹妹比邻而居。据说这只是汪家从前宅院后门的两间偏屋，晚年的汪曾祺曾经致信当地领导，希望归还当年因为政治运动充公的祖宅，然至今未果。

主人见我们来，和善地邀我们进屋。因为房间逼仄，本来正准备吃饭的一家人只得站起来为客人腾出空间。我们哪里好意思多待，匆匆瞻仰了几件汪老的书画遗作，拍了几张照片，和主人寒暄几句便行告辞。

2017年高邮市已将汪曾祺文学馆扩建为汪曾祺纪念馆。——编者注

小宽出了门就长叹一声：“木心常有，而陈丹青不常有啊。”我知道，他实际上想表达的是，相较于木心弟子以及乡人对他的大力推崇，高邮无论是窘迫的汪氏故居还是简陋的汪曾祺文学馆^①都显得有些薄凉。我把小宽的话转给了汪朗老师，汪老师的回复很淡定：“无所谓了，读者心里有老人家就行。”

汪曾祺是有赤子之心的人，他一生都在怀念故乡。他身上有一种传统的士大夫精神，文字常常体现着平民化的悲悯。每次读他的文章，我都会在心底泛起乡愁，汪老在字里行间透出的是一种人生如寄的漂泊之感，这正是我理解的乡愁，它不是简单的想家，不是“谁不说俺家乡好”，不是homesick，而是nostalgia。故乡对他来说，不仅是空间意义上的，更是时间和情感意义上的。那是一种高贵的离群索居，一种与周遭生活的隔膜，这是文学和审美意义上的乡愁，这种感受我们在毛姆、马尔克斯或者略萨的作品里都体会到过。

回到扬州，旅行团员们各自散去，只留下我和小宽等为数不多的几位。万庆决定晚上不让我们吃大菜了，他要和师弟陶晓东做几款“童年时代的家常菜”给大家尝尝。瘦西湖边，老卤猪肝、螺蛳蟹酱、烫干丝、油炸臭豆腐、蒸咸货、毛豆烧江鳊依次上桌，庙堂级的大厨，居然把江湖小菜做得风生水起，让人刮目相看。

饭桌上的话题自然还是离不开汪曾祺，这次主要聊他平白练达的文字，小宽主讲。“汪先生是一位职业作家、诗人、编剧，美食只是他的爱好之一，并且留下的文字不多。但为什么我们百读不厌呢？”小宽说他自己的看法，大致的意思是，汪老出身书香世家，天资聪

慧。少时受过良好教育，多才多艺。青年时代因战乱辗转漂泊，负笈游学，同时见到了更开阔的世界。他的美食小品大都写于晚年，而在此之前的大量文学作品，包括小说、诗歌、戏剧（最著名的是那两出“样板戏”），充分显示了汪先生驾驭多种题材、多种体裁的能力（用现在夸相声界的话叫“文笔真好”）。但正是因为经历了太多的命运动荡，体味了人生百味之后，到了晚年，汪老回到日常的四季三餐，回归到质朴平淡的文字，然而，这恰恰是他最动人的地方。

小宽的“百家讲坛”正讲到兴头，插播广告来了——万庆给每位盛了一碗咸鹅老黄瓜汤，这应该是晚餐的压轴了。“我还是小萝卜头子（扬州话，指小孩儿）的时候就喝这个汤，到现在还是最喜欢的，百吃不厌。”万庆解释，“从前，到了黄瓜下来的季节，菜园子里总有老黄瓜。黄瓜老了味苦，又不舍得丢掉，母亲便想各种办法加工。和咸鹅一起煨，黄瓜本身的爽涩，能有效解除咸鹅的肥腻，同时咸鹅腴厚的香味一点一点浸入，瓜肉原先的苦味荡然无存，一口汤，一块瓜，竟有苦尽甘来的回味。”那天，我用汪先生描写拔丝羊尾的一句话来评价这道菜天才的民间创意：“这东西只宜供佛，人不能吃，因为太好吃了！”

2016年10月15日

于勒叔叔的生蚝

对美食的追求，对体面生活的向往，

都源自人的本能，这是常识。

并不是对所有食物的最初体验都源于口腔。

初中有篇课文《我的叔叔于勒》，莫泊桑的。主人公的大龄二姐，好不容易找到对象，于是一家人决定去哲尔赛岛旅行。游船上，父亲看见两位先生在请两位漂亮太太吃牡蛎——我对牡蛎这种食物的认知或者想象，就是从这里开始的：“两位太太的吃法很文雅，用一方小巧的手帕托着牡蛎，头稍向前伸，以免弄脏长袍；然后嘴很快地微微一动，就把牡蛎的汁水吸进去……”

这个片段给我留下深刻印象，尽管语文老师的肥东口音乡土气息浓厚，但身处内陆平原的我仍然觉得：第一，吃牡蛎这件事很高雅；第二，牡蛎这种海鲜应该很美味。

二十年前，去法国拍片，同行的导演老杨是重庆人，长着“不吃米饭要死”的中国胃，走到哪里都要找中餐。而翻译小宋在巴黎生活过，不时推荐我们尝尝法国饭。三人行，众口难调。直到有一天，小宋说：“我们今天去吃牡蛎吧。”我和老杨异口同声问：“是《我的叔叔于勒》里写的那种吗？”

马路边一家餐厅，墙上扯出来巨大的遮阳伞（同事告诉我这种餐厅叫brasserie，意思是小酒馆），我们正经八百坐等牡蛎上来。现实总是骨感，没有像于勒叔叔一样的“年老水手”拿小刀撬开牡蛎，它们赤裸着，集合在侍应生的托盘上出现了。这一刻，我有点疑惑，忙问：“我怎么觉得，这东西有点儿像我们说的生蚝或者海蛎子啊？”小宋的回答非常决绝：“它们压根就是一种东西！”

我说这个“相见不如怀念”的故事，是想表达，一个吃货的养成，其实要经历无数次类似乌龙的尴尬。

是的，牡蛎就是生蚝，在全世界温度合适的海边都有生长。全世界对牡蛎的认识也有共通之处。首先，在很长的时间里，人类都认为此物催情。中国人认为它“形以壮阳补肾”，希腊人的爱神索性就是从牡蛎壳里诞生的。其次，无论东方还是西方都认为享用牡蛎的最好时节是秋冬两季。西方人甚至规定，单词里没有R的月份不吃此物（南半球除外），因为5月到8月，正值繁殖期，生蚝身心俱疲，且体内分泌一种酸，不好吃——这与中国人对水产的时令选择也一致。

然而，在吃蚝的方法上，东西方却有着不同的价值观。中国以蚝入菜，可以煲汤，可以抱蛋，潮州蚝烙、闽南蚵仔煎、胶东炸蛎黄、大连炖豆腐，但一定是做熟了吃，这应该是传统。尤其南方的烹饪，和生蚝同时料理的几乎还少不了荤油，比如蚝烙，视觉上已经肥美多汁的蛎肉，裹着芋粉煎，再一勺烧滚的猪油淋下去，登时腴香氤氲，动物性毕现。

西餐中牡蛎也用黄油或奶酪焗烤，但最常见的是生吃，最多配上柠檬、甜辣酱或者红酒醋，还属于选项。生蚝极难保存，因此可贵之处就在新鲜，生吃应该是对它最好的尊重。

坚硬的外壳包裹着柔弱的蚝肉，挑落一颗，灵动跳脱，接近百分之九十的鲜美汁液滑落食道的刹那，眼睛都睁不开。然而，并不是所有人都接受这种顺滑中不失锋利的味觉体验，比如英、德就少有蚝客。电影里，憨豆把海鲜拼盘中的号称牡蛎中劳斯莱斯的特级吉拉多生蚝弃如敝屣，看得我真心疼。

我好吃不求甚解，偶尔会参加所谓的“土蚝”聚餐，桌上罗列着地球上各个角落的蚝种，淡的重口味一路吃过去，甚至有不用签证便环游世界的幻觉。在座都是美食行家兼地理老师，熟稔各种牡蛎的味型口感以及出产地。我真记不住这么多外国名字，如果说真爱，我比较中意原产日本、现在更多生长在美国西海岸的熊本蚝，猫爪子一样，小小的，呆萌呆萌，弹性好，回口有水果味。但我的朋友严肃地告诉我，熊本是入门级的，应该试试喜欢大牌的贝隆铜蚝，或者爱尔兰高威也比较有个性……对于一个三十岁才搞清楚生蚝就是牡蛎别名的人，这要求也太高了吧？

不过我还是决定继续在“蚝门”打打酱油，因为生蚝的美味和生活的美好。正如现在，我很难回忆起《我的叔叔于勒》是不是“揭露了资本主义社会的虚伪”，却清晰记住了吃牡蛎的场景一样。对美食的追求，对体面生活的向往，都源自人的本能，这是常识。

2015年3月17日

月饼琐记

很多东西都是这样，

只有当你远离它，才会发现它的美好，

就像月饼，就像故乡的月亮。

打开电脑，同时跳出两个弹窗。一条是资讯，阿波罗11号登月成功五十周年；另一条是广告，各种礼券在提示又到月饼季了。这好像一个隐喻，同样是月亮，不同的人能读出不同的意思。

“这是我个人的一小步，亦是人类的一大步。”宇航员阿姆斯特朗的这句话，我是成年以后才听到的。尽管他登月的瞬间，收看电视直播的人数创造了世界纪录，然而我的整个童年并不知道这件事情。

但童年里有月饼。

五十年前，尽管大家都不富裕，但月饼尚能吃到。老家的月饼，馅儿一般是红糖、猪油以及干果，瓜子、花生、核桃、芝麻什么的，还有冰糖，中间穿插着一种叫青红丝的果脯。苏东坡所谓“小饼如嚼月，中有酥和饴”，说的是不是这种传统的中原月饼，我不知道，倒是老家的月饼皮儿确是酥皮，有很多层，底下垫一层油纸，吃的时候，用纸托着，以免遗撒。

尽管每年只能吃到一次，我对月饼却没那么感兴趣。两个原因：一来，因为月饼过于油腻，同时吃的时候要特别小心，比如冰糖是硌牙的；二来，吃月饼，还意味着要写作业，对于懒惰的我来说，这是个负担。每年八月十五，吃月饼前后，总要写一篇关于月亮的作文，通常，结尾的句式是这样：“手捧香甜的月饼，仰望圆月，不禁想起海峡对岸……那里小朋友还过着水深火热的生活，有一天解放台湾，让他们也吃到月饼，该有多好啊！”

三十多年后，有一次见到台湾纪录片导演丁雯静，正好是八月十五，在地安门一栋建筑的天台吃饭，到了主食阶段自然会有月饼。我说起这段往事，本以为雯静会笑岔气，没想到她惊恐地睁大了双眼。岁数比我小的丁导沉吟了半晌，说：“我的小学时代，也要写作文，内容和你的一模一样，只是把解放台湾改成了光复大陆。”很显然，无论大陆还是台湾，月饼的美食属性总会远远小于文化属性。

对月饼无感，还与一次童年经历有关。有年中秋，我带着月饼上学，家住在食品厂的一位同学，见我吃月饼，过来悄悄告诉我说：“你知道月饼里的瓜子仁儿是怎么来的吗？”我忙问究竟，他说：“这是几个老太太做的，她们面前摆了很多瓜子，抓一把，放嘴里，一会儿的工夫，‘突突突突突’，吐出来的都是瓜子皮儿，最后一大口吐出来的全是瓜子仁儿……”说完他就跑没影儿了。尽管我隐约感到这是谣言，但当时那块月饼，我再也没有吃下去。

这件事情甚至给我留下了阴影，读大学离家，我母亲给我准备了很多吃的，其中就有月饼，我毫不犹豫地把它留在了家里。到了北京没多久，就是中秋，学校也发了月饼，五

仁儿的，当时北方的月饼工艺相当粗放，加上新环境里的种种不适应，我和所有初次离家的人一样，开始怀念老家月饼的味道了。

很多东西都是这样，只有当你远离它，才会发现它的美好，就像月饼，就像故乡的月亮。

有一天，同乡好友刘春发微信问我：“作为一个美食工作者，能不能为我解惑，为什么全世界的节日食品都这么难吃？比如感恩节的火鸡、中秋节的月饼……”我想了想，从两个方面回答了他：“首先，中西礼制不同，西方感恩节吃火鸡，是因为17世纪印第安人给刚到美洲大陆的英国佬送了火鸡，如果换成铁盖老酒，相信你不会那么排斥。第二，谁说月饼不好吃了？！”

我喜欢月饼也是有过程的，准确地说，是在我工作以后。我最早服务的机构中央电视台总编室，当时那里有个科组叫地方组，负责联系各地方台制作纪录片。每年中秋前后，到北京出差的不同省份的同行，偶尔会带来完全不同的月饼。

记得有一年，昆明电视台来了两位导演，一位叫李玉森，一位叫罗亚，其中罗亚是低我两届的师弟。来的时候，他们带了几块月饼，表皮油酥，馅儿是云腿的，那是我第一次吃到云腿月饼。哇，月饼还能吃咸的？火腿奇特的异香，统领着各种配料，简直惊为天人，完全刷新了我对月饼的认知。见我喜欢，从那之后，每年中秋前，罗亚都要寄来我喜欢的“农校月饼”。这么多年，我的收件地址数次变更，但每年罗亚的月饼总是准点到达，它成了我们维系情谊的一个见证。前些天，在另一位校友的朋友圈，偶尔看到罗亚参加同学聚会的照片，鬓角居然有了霜花，想来，我和这位师弟已经有十几年没有见面了。

后来我开始给一些报刊写美食专栏。有一年秋天，沈宏非老师来北京，他下了火车直接到餐厅接见我们这些粉丝。甫一坐下，沈爷从包里宝贝似地掏出一个纸包。“苏州早上做的鲜肉月饼。”他指着几块圆饼说。我两眼放光，刚要去拿，被他阻止：“不急。”沈爷让店小二领着，到后厨，拿了平底锅，把饼两面煎得焦酥，滚烫地拿回桌上。噫，月饼还能吃烫的？真是碳水化合物与动物油脂的完美结合。

有意思的是，关于月饼，每个人都有自己的口味和爱好。曾经我们一个办公室，五个人，关系挺好。每年中秋，大家都要因为月饼各抒己见。当时比较受欢迎的月饼品种就两个：一个是澳门钜记的广式，一个就是苏州鲜肉。但有人吃不惯，这位同事叫十四哥，包头人。因为酷爱羊杂，十四哥经常被大家奚落“食趣低下”，他并不以为意。但月饼这事儿，十四哥却非常较真，不服。他认为这个世界上最好吃的月饼，是内蒙古的丰镇月饼，并且有一回真的背了几个过来。嚯，个头老大，而且很暄腾，香。

现在，当年五个人都各自天涯了，我还能想起十四哥手捧月饼，逼问大家吃后感的情形。

人过半百，食欲早不及从前，加上各种对健康的担心，还偶尔戒一戒碳水。每年中秋，吃到月饼，量都很少，但多了岁月的感叹，还会想起一些人一些事。

拍摄美食时间久了，总以为像月饼这样的大众食物，观众已经很难产生兴趣了。但传统月饼的制作，真的有太多秘密是世人不曾知晓的。

一次去广州出差，见到朋友老赵，他在被我戏称为“银河系最大月饼企业”的广州酒家工作。有天空闲，由他带着，我看了老师傅们传统的月饼制作流程，十分赞叹。别的不说，

只说铲沙一道工序。湖湘所产圆润的莲子，煮至熟透，倒入锅中，人工反复铲炒，片刻不停。半个多小时，眼看着莲子的淀粉物质慢慢遇热糊化，雪白的蓉沙渐渐透明，那真是一种劳动产生的美。我当时就想，一定要用镜头把这种手工之美记录下来。

“月圆之夜，中国人的祖先把食物做得色形美好，装点每个生命的悲喜和祈愿。”这是《风味人间》里的一段旁白。六七年来，我的纪录片镜头里，一直有月饼的存在，香港的冰皮、佛山的双黄……月饼是中国人饮食生活里的大事，而且国土之大，总有超出我们认知范围的月饼，还在等着我们发现。

比如前年拍摄《风味原产地》，在汕头见识了既美味又匪夷所思的腐乳月饼，腐乳、花生、芝麻、水晶肉……竟有十几种馅料相佐，甜咸对峙，剑拔弩张，当地人超级热爱。

今年《风味原产地》第三季开拍，正在兰州的摄制组发来了剧照，这是用胡麻油蒸的月饼，切开它的剖面，能看到胡麻油、甜玫瑰、姜黄、胡麻子，一层一层叠加，既像雄浑的黄土高原上泛起的彩虹，又像古老丝路上反弹琵琶的舞姬飘散的衣袂。

中国太大，大到了在食物上千差万别，异彩纷呈。这是祖先留给我们的珍贵生活样本——就像月饼，馅料和工艺的细小差别，让月饼从口味到口感南辕北辙，但无论差异多大，人们都约定在中秋这一天享用。相比美味，这更是一种文化认同。

2019年8月22日

小海鲜有多小

这种因节俭而产生的美食，

在今天成了潮汕人的乡愁。

十几年前，因为拍片去了一次罗马尼亚。连续几天的hunting food，烟熏火燎，同事们替自己的消化系统着急，难免找罗马尼亚国家电视台的陪同打听有没有别的吃食，陪同是个纪录片导演，叫杜布雷斯库。老杜说，明天吧，明天就去玛玛亚（Mamaia）了，吃海鲜。

玛玛亚位于多瑙河黑海入口附近，不仅是度假胜地，也因为靠近康斯坦察港，鱼鲜汇聚。

第二天我们来到了黑海边，工作结束后，老杜带我们找到他的好友，罗马尼亚著名球星哈吉。晚饭就在哈吉的工作室吃的，吃的海鲜记不清了，只记得饭后，哈吉的女助理带我们在海滨浴场遛弯儿，海滩沙子不错，但非常扎脚——因为涨潮，潮间带布满了灰白色的蛤蜊，一小会儿就能捡一大兜子。

“这么多新鲜的贝壳怎么没人捡啊？”我问女助理，这样既可以清理海滩，又能满足口腹之欲，不是两全其美的事情吗？女助理一脸不解，从我手里拿过一个乒乓球大小的蛤蜊，随手扔进海里：“这么小的贝壳怎么吃？难道中国人会吃吗？”我被撑得立即打了一个酒隔。

有时候，真的感叹大自然不公平。我们从小受到的教育，就是自己国家幅员辽阔、地大物博，但工作之后，有机会到了其他国家，才知道咱们的自然条件并不是得天独厚的，无论是植被、水热条件还是物产，很多地方都比我们更适合生存。所以，每次看到密西西比河边囫圇收割的棉田，看到爱达荷州粗放收获的土豆，我们都会感叹：“太浪费了，这是粮食啊。”“要是我，咋也能再捡二十斤皮棉呐。”

水产就更是如此。我同事这次在莱茵河口拍摄渔业丰收，当地渔民一网下来，只挑因为中国食客而价格攀升的莱茵河大闸蟹，剩下的鱼，无论大小全部扫进湖里喂了海鸟，还不过日子了？要知道我的朋友土摩托老师，去年在中国海岸线采访了二十多天，他在渔船上见到的场景往往是，一个完整拖网作业，拉起来沉甸甸的，其中绝大部分是石头，就这样，渔民还会在堆积如山的石块里，仔细寻找每条鱼，并按大小收集起来，这是他们的生计。

“这就是你们热爱的海鲜。”土老师见到我愤愤不平地说，“海洋生态和物产已经如此脆弱和贫瘠了，你们就不能别吃了吗？”

土老师这种理科男，尽管他的前半句话很有科学依据——中国将近两万公里的海岸线，大多存在着过度捕捞的问题，近海的很多小鱼小虾本来可以长大，但许多骨头还没长全就被吃掉了，中国人口基数太大，海洋生态的恢复肯定不是一件乐观的事情。

不过，生态不是一天变坏的，也不能都归咎到“吃”上面。事实上，中国人对海洋物产的利用有自己的智慧，很多靠海吃海的人自己餐桌上也并不都是珍稀鱼类。一些“杂鱼”以及近海滩涂生物，像沙蒜、望潮、藤壶、弹涂鱼……在他们手里都可以变成美味的“小海鲜”。

甚至一些在我们看来乏善可吃的东西，也被他们加工成有着鲜明地域特色的美食。我们的系列纪录短片《风味原产地》，就记录了潮汕人在一种超级细小的贝类中细密的心思。

这种贝类叫薄壳，又名凤眼，产于我国闽南到潮汕地区的近海，有小拇指甲盖那么大，长圆形，浅褐色，壳薄如蝉翼，透过壳就能看到里面的肉，因此称为“薄壳”。有人认为薄壳就是浙江人所称为“海瓜子”之物，这种说法显然不对，海瓜子产于潮间带的沙滩，学名为虹彩樱蛤，而薄壳学名为寻氏肌蛤，分属两种贝类。

薄壳虽小，却对生长环境的要求十分严苛，稍有污染就会大面积死亡，潮汕的澄海、饶平、南澳地区都是薄壳的最佳出产地。潮汕人吃薄壳非常讲究。第一讲究季节，夏至以后就开始吃新鲜薄壳，这时候薄壳还不是非常饱满，但格外清甜。第二是讲究搭配，要用闽南、潮汕地区特有的一种香草来炒。这种香草叫九层塔，或叫金不换，也叫Holy Basil，即泰国圣罗勒。因为九层塔里有一种特殊的挥发性油脂物质，能够把薄壳的肉香衬托得完美无缺，吃起来唇齿留香。

每年鲜食薄壳米的时节到大暑即止，此时的薄壳肉质已经长得非常肥大了，公的肥白圆润，母的还有橙黄色的膏，潮汕人会不厌其烦，将这段时间的薄壳收集起来做两样东西。第一样叫凤眼蛙，也就是咸薄壳，放在陶罐里面腌一下，吃的时候用清水涮一涮，蘸上鱼露送白粥，非常美妙。第二样就是薄壳米了，每年的伏天是薄壳丰收的时节，为了保存它们，渔民发明了一种方法，用开水让薄壳的肉壳分离，然后把米粒一样的肉捞起来晾干，在晾干的过程中，薄壳肉在脱水之际，生成了大量的风味物质，这时的薄壳米在清甜之余又增甘香，用韭菜花或者香葱段来炒，非常过瘾。

在海边，薄壳米并不是什么了不起的食物，最早可能只是潮汕先人们舍不得丢掉的边角余料罢了，不过，嘉庆年间编纂的《澄海县志》，就已经对它的加工和食用有了清晰的记述。这种因节俭而产生的美食，在今天成了潮汕人的乡愁，也是“潮汕杂咸”中最重要的组成部分之一。

有次在潮汕喝粥，见到了薄壳米，我对主人说：“这可能是我见过的最小的海鲜。”主人听罢，给我上了另外一种颗粒更小的贝类的肉，叫作“红肉米”。红肉米有多小，您可以去查一查，如果薄壳米是稻米，红肉米就是谷子，这可能才真正是全世界最小的海鲜吧。如果当年那位女助理见到，真不知道会吃惊到什么程度。

2018年7月27日

如何吃好一碗豌杂面

吃豌杂面，要气定神闲，

先用温柔的眼神

向庄严覆盖着杂酱和耙豌豆的这碗面深情告别……

工作地点的变更，让我很确切地感受到了北京城市发展的不均衡，饮食方面尤其如此。

从前在CBD上班，隔三岔五总会和同事一起以光华路为X轴，大望路为Y轴，不出十分钟，总能找到可口的饭食。既有环境体面的正餐，也有美味便捷的快餐，而且基本上中餐、西餐、韩餐……各种风味齐全，非常方便。到中关村就不一样了，往往要把搜索半径扩大到一公里、两公里，甚至五公里，即便如此，有时候还是找不到“正确答案”。

难免怀念在东边的饮食生活。直到有天，看到一家重庆小面的店名似曾相识，进去一问，果然是从双井搬迁过来的，一试味道居然还是老样子，很快，这里就成了我与鹅厂同事的食堂。

记得刚刚入职腾讯时，内网的页面上，点赞最多的评论是：“莫非陈老师是行政部调来改善我司伙食的？”说老实话，我哪有这个水平。不过在吃东西方面，优越感不敢说，自信倒还是有一点儿的，毕竟鹅厂周遭可口的店子少而又少。一起吃饭的时候，也就难免吹几句牛，普及一些关于食物的知识，比方说：“如何吃好一碗豌杂面？”

同事们来自五湖四海，常见到的情形是：在一碗普通的、来自重庆的条状面食跟前，小伙伴们首先表现出各种各样的狐疑。点东西时，三分之一的人要求免辣，三分之一会要奇奇怪怪的浇头，剩下的几位即便要了重庆小面的豪华版——豌杂面，也是吃相十分窘迫，最关键的，要了干溜（无汤豌杂）的两位，面全部吃完了，臊子还几乎完整地留在碗底。吃吧，有点儿咸。不吃，又觉得可惜。总之，人和碗都很无辜的样子。相信重庆人民要看到这样的场景，会愤怒地发来照会的。

重庆人吃小面，不像我的同事这样猴急，尤其豌杂面，要气定神闲，先用温柔的眼神向庄严覆盖着杂酱和耙豌豆的这碗面深情告别——我说得夸张了，应该说是认真检查一下臊子的分量和面的成熟度。然后，慢慢拿起筷箸，轻轻从右前方插入碗的底部，拇指、食指和中指用力，以筷尖为轴轻轻上挑。

对一碗干溜而言，外层和内部的温度是不同的，如果自上而下直接吃，开始面的硬度是合适的，而埋在下面的面条，一直保持着较高的温度，会致使面体膨胀，甚至板结。如此轻挑数次，不仅让整碗面的温度趋于均匀，面条不至于粘连，也使“帽子”均匀地包裹在每一根面条的四周。

几经这样自下而上的翻动，直到豌豆、肉碎、榨菜末等等佐料也逐渐聚在最靠自己的位置，才可以正式吃面。一手托碗，一手举筷，咸淡一致地蘸匀调料，一口面，既有面香，也有肉质香，既有耙豌豆的绵沙，又有榨菜碎末细小跳动的爽脆，口味和牙感，如同一个弦乐四重奏现场，齐整、默契，层次分明又相互衬托。面之将尽，豌杂也刚好耗光。完

美。

豌杂面是重庆小面中，我最热爱的品种。在重庆，每一家小面馆，面的软硬、肉臊的多少，都有不同，但和全国其他地方相比，它的唯一性体现在这一坨金黄色的耙豌豆上。

耙字，也有人写作“耙”，四川方言中用来形容绵软的字。耙豌豆也就是煮烂的豌豆，是川渝百姓的日常食物。成都人性格温婉，喜欢把豌豆煮到近乎无形，即便自己懒得煮，菜市场也买得到成品。做蔬菜汤、酥肉汤、肥肠汤，丢一勺耙豌豆，风味立刻不同。重庆人耿直得多，好的耙豌豆讲究软烂沙瓢而外形完整，尤其豌杂面更是如此。

耙豌豆这种价格极其便宜的食材，最初的出现，只是为了给分量不够的肉臊鱼目混珠地“撑场面”，所谓肉不够，豌豆凑。现在生活好了，肉也足够，人们非但没有把它从杂酱中剔除，反倒钟情于豌豆熟烂后美妙的口感和豆类加油脂的清香，它甚至成为山城早餐味觉的标识之一。

英国作家扶霞曾经在成都留学，回到英伦也自然多了不少川渝之地的朋友。她讲过这样一个故事：在海外的中国学子们，对豌杂面可谓日思夜想。这些年在伦敦，川菜餐厅已经不少，有些做得已然十分正宗。但这些餐厅中，有豌杂面的却不多，原因是英国不容易买到白豌豆，这是耙豌豆的原料。被豌杂面培育过味蕾记忆的人百爪挠肠，买吧，没有白豌豆，带吧，这种廉价之物，白白占用了行李箱的重量，又有些不甘心。

但很快，这个世纪难题就被解决了。一位留学生在超市里买了一罐胡姆斯酱，用郫县豆瓣加葱花煸了肉臊和榨菜，淋在了加热的胡姆斯酱上，奇迹出现了：一碗英伦风豌杂面在八千公里之外就此诞生，而且味道与重庆的近似度大于百分之九十五。甚至所有品尝的人都以那那就是耙豌豆，还有人抱怨：“你哪个把豌豆煮得愣么稀烂！”

胡姆斯酱又称鹰嘴豆泥酱，是一种源自中东的蘸酱，主要由鹰嘴豆、柠檬汁、蒜泥、橄榄油和芝麻酱组成。自13世纪起，胡姆斯酱就出现在埃及的烹饪书中，在中东和近东地区，不同的民族都拥有自己独特的信仰和世界，但胡姆斯酱却成了他们共同接纳的食物语言。他们没有想到的是，这种平时涂抹在面饼或者吐司上的酱料，被中国人当成了面条伴侣。

上面这个故事还有一个姊妹篇。有个朋友在成都有两个圈子：一个是中国人的圈子，一个是外国朋友的圈子。在后一个圈子中，有一位原籍中东的朋友，经常在感叹四川美食的美味之后，非常无助地开始怀念家乡的胡姆斯酱。成都是一个拥有食物自信的城市，胡姆斯酱并不好买，怎么办呢？朋友把这位中东友人带到了菜市场，指着白豌豆说：“你不妨试一试这个，再加上一勺芝麻酱，你的故乡就回来了。什么？没有橄榄油哈，你可以试试用生的菜籽油替代啊。”

当然，这又是一个皆大欢喜的结局。

同科不同属的两种豆子的果实，跨越万里，在不同的地域，被不同文化背景的人们巧用，却这样水到渠成地达成了某种味觉上的默契。美食家们常说，“食物是最亲善的使者”，说的就是这个道理。

2019年4月3日

菜单背后的乾坤

中文菜单更喜欢使用“比喻”，

我们善于隐晦而得体地暗示食物的不平凡。

每个人都经历过无数的菜单。

这些菜单或者用粉笔很粗犷地写在食堂窗口的小黑板上，或者用蝇头小楷工整地誊写，纸用的是泾县手工熟宣。那些方块字所指代的食物，既有葱烧海参、糖醋里脊这样能让人从赤裸的字面上立刻联想到食物味道的，也有金鼎罗汉素、碧波蟹酿橙这样让您先愣会儿神的，更有直接截取唐诗宋词只言片语、需要杀死两试管脑细胞依然猜不出所以然的。总之，在今天商业社会的日常生活中，不管你喜不喜欢，菜单都是我们经常需要面对的路牌或者灯谜。

有时菜单如灯谜，你并不知道背后的真相。

然而在语言学家的眼中，菜单不仅是美味的先导，更包含着大量的机密信息。它是食物的语言，透过这些词语，我们能看见文明之间、时代之间的碰撞，看见人类认知和社会进化的一些隐秘线索。

美国学者任韶堂是斯坦福大学的教授，他和他的团队通过对来自美国七座城市6500份菜单（包括65万道菜）进行数据分析，抽丝剥茧地找出了菜单中埋藏的很多微妙线索，最终，他把这些分析写在了一本叫作《食物语言学》的书里。世界阅读日的热乎劲儿已经过去，现在我们应该可以腾出空儿，好好读一读这本书。

首先，作者发现了高端大气的菜单在外观上和普通菜单的差异。在美国大众点评网Yelp上，相比便宜的一星等级餐厅（\$）菜单，昂贵的四星等级餐厅（\$\$\$\$）会给顾客明确的“美食”暗示，顾客直接可以通过菜单读解出来，主要体现在以下三个方面。

第一是原产地提示。昂贵餐厅提到食物来源的次数比便宜餐厅多十五倍，菜单上会频繁出现农场、牧场、草场、林地、花园……这样的字眼。第二是工艺提示，这实际上是工业社会背景下，千篇一律的标准化食物衬托出的传统手工劳动个性化的珍贵。这类菜单常伴有“主厨精选”（Chef's selection）、“您的方式”（your way）之类的短语。第三则是外来词语提示，包括混杂大量法语带来的欧陆传统感，以及使用拉丁语、阿拉伯语、希腊语、日语等外来词，以期标明风味上的异域情调。

其实，在中文的菜单里，这种情况也普遍存在。原产地和品种越具体，就越容易被顾客读解为品质可靠。因此，我们会看到湘阴樟树港辣椒、洪雅瓦屋山冷笋、金华两头乌猪肝、念青唐古拉山安多牧场五年草饲牛肉……纯天然的种植和饲养方式，遥远而神秘的路途，在满足食客口腹之欲的同时，还可以让他们在心理上获得某种优越感。工艺环节在中文菜单的体现主要依靠动宾词组：小炒黄牛肉、嗜嗜竹生肠、干煸四季豆……都是此类。外来词在中文菜单中出现不多，但一些精明的商家还是喜欢把熟悉的食材用陌生的方言词标示出来。比如我喜欢的一家在北京的台州风味餐厅，很顽强地在自己的菜单中把空心菜和白菜薹称作“蕹菜”和“菜薹”，这实际上也是它们在古代的名字。

除了以上三个特征，任韶堂团队通过分析发现，菜单还有个秘密，是使用单词时的“经济学现象”。他认为，当餐厅使用更长的单词去描述一道菜的时候，往往收费也更高：菜品描述中，单词的平均长度每增加一个字母，这道菜的价格就会上升18美分。这是大数据统计结果。不过，这种现象在中国并不十分明显，这是因为中文是以单个汉字表义的语言系统。但作者总结的另一种规律，在中式菜单上就被发挥得淋漓尽致了，任韶堂称之为“语言学填空词”。一些正面积积极但意思含糊的词，如flavorful（滋味丰富）、delightful（令人愉悦的）、sublime（超群的），似乎在向你保证你吃的东西是特别的。而一些更加诱人、能让人产生味觉联想的形容词，如crunchy（酥脆的）、rich（浓郁的），也能达到类似的效果。

当然，中文菜单如果真的这么写，可能会有些笨拙或者过于直来直去，这显然不符合中国人的气质和习惯。我总结了一下，在咱们泱泱大国的菜单里，当成品菜肴前面出现词语，并组成偏正词组的情况下，中国餐厅更喜欢使用“比喻”，我们善于隐晦而得体地暗示食物的不平凡。

比较传统的手法是高攀，把食物神秘化。比如攀附权贵，常见的是把“皇家”“贡品”“特供”等，加在食物前面。我见过最匪夷所思的食物介绍，莫过于“联合国特供”，好像联合国是个威严的权力机构，而且还要搞朝贡贸易，世界各地美食都百鸟朝凤般涌向那里。再比如攀附名人，从“周星驰撒尿牛丸”“刘嘉玲同款小笼包”到“王熙凤茄鲞”“潘金莲咸菜”……不一而足，一直往高层次上带。

不过，一般人吃这一套，就像“栗子面味的窝窝头”，永远会比“窝窝头味的栗子面”好卖。而且中国美食有神话传统，几乎每一地的美食必须有一个牵强的“民间传说”，传说的主人公非富即贵，以至于后来出现这样的笑话：为了让中华美食文化底蕴深厚，祖先们也是拼了。他们开会商议，乾隆要管运河沿线美食：“当初朕下江南，突然看到……”慈禧说晋陕小吃归她，以“太后西狩，饥渴难耐”开头。诸葛亮统领西南三省，戚继光负责东南沿海，苏东坡一生足迹甚广，正踌躇立足哪里，屈原急忙过来扯衣襟：“湖北是我哒！”

当下的餐厅，菜单里这样的生硬攀附少了，但多了很文艺的“造境”手法，手工劳动或是心意，会用情境文字落实到纸面上。“小时候的浇头面”“妈妈家里的萝卜丝”“婆婆擂辣椒”“大嫂酸菜饺子”……中国是亲情社会，餐厅可以用这些文字把你带到一个特定的场景中。这几年，中国餐厅数量和餐饮总体规模增长数据都是惊人的，但美食的发展水平是一个复杂系统工程。除了在食材、工艺和服务方面用力，细致到菜单的设计与顾客心理建设，也是一件有意义同时有意思的工程。

好，回到那本有趣的书。事实上，以上所说菜单的秘密只是《食物语言学》的第一章《如何看菜单》的内容。全书一共有十三个章节，其他内容也大都好玩，比如：“为什么炸鱼薯条源自波斯？”“为什么墨西哥火鸡成了土耳其的国名？”“为什么中餐里没有甜点？”“为什么面粉和花曾经是一个词？”……这些脑洞大开的问题时常会给你惊喜。

我随便举一个例子吧，有一章谈的主题是：“为什么说番茄酱来自中国？”听上去很惊悚吧？但这确实是一个掌故。ketchup，英文里的番茄酱，也是美国的国家调味料，这个名字最早是闽南语“给汁儿”的音译，它实际上是一种鱼虾发酵之后的蘸料，类似鱼露的酱汁。1650年左右，经营丝绸和瓷器贸易的商船往来海上丝绸之路，德国和英国的水手在中国南部的港口发现了这种富含氨基酸的调味料，并把它带回了欧洲。之后，为了适应西方人的口味，它的材料组成也在不断发生变化，发酵鱼先后置换成蘑菇、核桃，最后变成了

番茄，成为风行全球的调料，而它的名字，依然延续着几百年前福建南部的发音，是不是有沧海桑田的感觉？

试想一下，闽南古厝密集的街区，一家牛肉丸店的隔壁是一家麦当劳，两边人吃着完全不同的东西，所蘸酱料虽不一样，但却有着同样的发音。任韶堂说：“一切大发明都源于小裂缝，伟大的食物也是一样。”很多食物看上去既简单又平静，但它的背后几乎都包含着人类发展波涛汹涌的图景。

2017年6月20日

萝卜白菜的最终胜利

当我们用近两千年的时间段审视中国蔬菜的变迁，

这个过程居然像延时摄影的镜头画面一样澎湃。

和科普作家史军老师吃饭，听他讲植物学段子，有句话我记忆很深。史老师认为：“从吃的角度说，十字花科的植物一般来说比较安全，比如我们常见的蔬菜，大都是十字花科的。”

是啊，老话儿说，萝卜白菜保平安，中国人这两样当家蔬菜就同属十字花科。不过，古人没有现代科学研究体系，他们只能用神农尝百草的办法，不断积累经验，在众多的植物里，小心翼翼找到自己的食物图谱，再经过不断驯化和培育，优中选优，最终推广种植。这个过程今天看来简直是个奇迹，即便同为十字花科，那样多的植物为什么只有萝卜和白菜修成正果了呢？它们究竟经历了什么样的曲折？如果把中国人对本土蔬菜的选择比喻成皇帝宠幸妃子，这其实是一出比《甄嬛传》还要离奇、还要狗血、还要起伏跌宕的宫斗戏。

先说萝卜。最初，古人对萝卜的认识是不清晰的，他们甚至觉得萝卜和另一种根茎植物茼蒿（也叫“圆菜头”“卜留克”）是同一个东西，因为萝卜和菜头长得很像。到汉晋时，大家好不容易分辨出它们是两种不同的蔬菜，但在食谱里，茼蒿的地位更高，因为它可以替代主食。有文献说：“嵩州界缘山野间，有菜，大叶而粗茎，其根若大萝卜，土人蒸煮其根叶而食之，可以疗饥，名之为诸葛菜。云武侯南征，用此菜蒔于山中，以济军食。”当初诸葛亮出兵时，令士兵种植茼蒿，以充作军需，所以人称“诸葛菜”（不过现在诸葛菜已经是二月兰的名称了）。茼蒿之所以地位高，是因为这种十字花科芸薹属植物在性格方面比较随和，对气候和土壤的适应性非常强，同时生长期很短，适合速生栽培。但是茼蒿的缺点也是明显的：一是它的质地，不像萝卜这么松脆，有点发艮；同时，还有或轻或重的芥辣的味道，要先用盐渍才能去除。而萝卜虽然也有辣味，但稍事烹煮就会消失。

更重要的是，萝卜天生丽质，肉质细嫩清甘。作为蔬菜中的佼佼者，脱颖而出只是时间问题。唐宋时代，萝卜的地位开始上升，原因是当时中国人已经培育出一年四季都可以种的萝卜品种，增强了它的竞争力。而且，有两次重要的名人营销，使萝卜的美誉度大涨。

先是在唐代，一种洛阳出产的萝卜被送到宫里，女皇帝武则天命令厨师烹饪，厨师手捧萝卜仰望星空，想了很多办法，使用很多食材，用很繁复的手段来煨制。武则天食后手工点赞，并赐名“假燕窝”，一下让萝卜变成了网红。直到今天，洛阳水席二十四道菜式，第一道仍然是这道萝卜为主的“牡丹燕菜”。每次这道菜上桌，服务员都会随菜免费赠送一千多年来的各色大V的好评，声情并茂。

萝卜另一次爆红在宋代。宋朝是中国烹饪水平飞升的时代，老百姓幸福指数高，他们不仅热爱美食，还讲养生希望长寿。那时候吃“汤饼”（就是今天的面条或者面片儿）非常时兴。萝卜在此时，恰当地祭出了它的传统中医理论。有本书叫《本草图经》，差不多相当于大宋臣民喜欢看的《养生堂》，说学逗唱很热闹的。里边有次请了一位营养学嘉宾，还是婆罗门僧人，外国的。这位嘉宾认为汤饼“大热”，全靠萝卜“解其性也”，所以他说中国人吃汤饼配萝卜的现象，实际上“很有科学依据”。这位砖家的片儿汤话一经传开，萝卜理

所当然地成为汤饼的标配。甚至在宋代最著名的菜谱《山家清供》中，还专门有萝卜“能去面毒”的治食理念，将萝卜捣成汁和面做成的汤饼，名曰“萝菔面”。萝菔，就是萝卜的曾用名。

此外，萝卜的培育技术也不断进化，一年四季大江南北，出现了非常多不同颜色、不同形状、不同口感的萝卜品种，有的适合生吃，有的适合烹饪，有的适合加工成咸菜。芜菁则逐渐被大众遗忘，类似打入了冷宫——还真是冷宫，现在国内仍然规模种植芜菁的地区，东北、内蒙古、新疆等，都是极寒地区。

与萝卜幸运而平坦的“菜生”道路相比，白菜成长到今天的历程，听上去更像一个励志故事。

白菜是十字花科芸薹属，原产中国，古代称作“菘”。尽管半坡遗址考古中就有类似白菜籽的发现，但真正的文字记述，却到了三国时期才有。为什么呢？因为之前中国人已经有了蔬菜“名门”的标准答案。根据成书于西汉晚期的史料，当时最常见的五种蔬菜是：葵、韭、薤、葱、藿。（《灵枢经·五味》中写：“五菜：葵甘，韭酸，藿咸，薤苦，葱辛。”）其中味道和口感与白菜最接近的，叫葵。

葵，植物学上属于锦葵科，也就是说，白菜的竞争上岗对手甚至不是和自己一个家族的。早期的葵系出名门，马王堆一号汉墓出土的随葬品中就有葵的种子。《齐民要术》中更是将葵列为蔬菜的第一篇。葵作为古代不折不扣的“百菜之王”，有大量的文字记述它，比如《诗经》中就有“七月烹葵及菽”的句子；再比如大家熟知的汉乐府《十五从军征》，一个老兵回到故里，看到家徒四壁，“中庭生旅谷，井上生旅葵”，然后面无表情地“舂谷持作饭，采葵持作羹”，葵在这个场景里，成了退伍军人悲怆晚景的映照。

白菜显然无法与葵相比了。不过尽管出身低微，它却一直很有上进心。在中国农人智慧的引领下，它不断与同属的芥菜、芜菁等蔬菜恋爱，反复提升自己的品质，终于出落成为一名草根明星，到魏晋时期逐渐开始在南方流行。《南齐书》里记载，文惠太子给大臣周颙出考题：“菜食何味最胜？”颙答：“春初早韭，秋末晚菘。”周颙的卷面，明确给了白菜很高的评价。

经过培育，最早体形不大的白菜，后来也开始“色泽如翠玉”，比如“牛肚菘”（这是大白菜的雏形，不过还是散叶状），有扇子一样大的厚叶子，而且“味甘”“啖之无滓”，没有渣儿，这在蔬菜里面太难得了。然而到唐朝，白菜与葵相比，仍然是区域性蔬菜，致命的问题在于“菘菜不生北土”，许多试图在北方栽种白菜的尝试均宣告失败。

科技发达的宋代，是白菜发展历史的决定性阶段。此时有三个标志性事件：首先，经过漫长的选育，菘在南方北方都开始种植；其次，散叶、结球和半结球大白菜同时出现；第三，菘正式更名白菜了。到了明清时期，白菜已经上升为“百菜之主”，而且北方的大白菜在种植数量和品质上都已超过了南方。清朝中期，结球白菜取代了散叶白菜成为长江以北各省的当家菜。

上世纪20年代，鲁迅先生在著名的《藤野先生》一文中，曾经揶揄自己的老家人少见多怪，说在浙江，人们把北方的大白菜用红绳系住根部，悬挂在水果店里卖，“并尊为胶菜”。我猜，这里的胶菜，说的是一种叫“胶州白”的大白菜。在白菜漫长的进化过程中，涌现过很多明星品种，比如太湖流域的扬州菘、河北安肃的黄芽菜、山东半岛的胶州白

等。尤其胶州白，它出现在18世纪中叶，并迅速享誉海内外，至今还是大白菜里的翘楚。

就在胶州白诞生之后大约一百年的清道光年间，一位名叫吴其濬的进士，依据耳闻目见，辑录古籍中有关植物的文献，潜心写作和绘制了《植物名实图考长编》和《植物名实图考》两部巨著。这是我国19世纪植物学极重要的专著。最有意思的是，吴其濬在《图考》中，仍然引经据典把葵列为蔬类的第一品，而且说得很激动，因为当时知道葵的人已经很少。看来读书人就是读书人，其实在他撰写和考证的时代，葵正渐渐知趣地退出中国人的餐桌。

那么现在还有人知道葵是什么吗？据汪曾祺先生考证，今天我们还能够见到的葵类蔬菜，常见的应该是木耳菜，本名落葵，但落葵还不是古代葵的本尊。汪先生考据说，现在在南方的川、湘、赣、鄂几省的市场上，能够找到的更接近古代葵的蔬菜，就是冬寒菜，或称冬苋菜了。这种植物可以吃的是它宽大的叶片，叶片上有一层细细的绒毛，只有遇到油脂的时候，才会变得熨帖，直接吃会有明显的纤维感，刺嗓子。我分析，正是这种食用时略有不适的口感，埋下了葵最终在人类面前失宠的种子。现在川渝一带的人依然“采葵持作羹”，用冬寒菜煮稀饭，据说这种菜有清热滑肠的药效。嗯，肠胃不舒服，喝点粥挺好。

历经漫长的“十字花科战争”，白菜和萝卜最终打败敌手，赢得江山，成为中国人的口舌新欢。年鉴学派的代表人物费尔南·布罗代尔认为，如果把人类活动放在一个长时段进行观察，往往我们看到的是“缓慢流逝的、有时几乎静止不动的历史”。然而，当我们用近两千年的时间段审视中国蔬菜的变迁，这个过程居然像延时摄影的镜头画面一样澎湃，岂止令人惊奇，那简直要用波澜壮阔来形容了。

2017年2月12日

失败的物种入侵

近百年来中国历史上的物种入侵，大多是反面角色。

只有小龙虾是例外，繁殖力再强，也没中国人的胃口大。

那次在《圆桌派》做嘉宾，我曾经说最好的社交食物有三种：春天的螺蛳、夏天的小龙虾和秋天的螃蟹——因为吃这三种东西的时候，我们的双手几乎都被占住了，根本没有时间玩手机。这本来是句玩笑话，但很快被新闻啪啪打脸：已经有南方城市的餐厅，增设为客人剥小龙虾的专项服务……好吧，贫穷限制了我的想象力。

前几天和纪录片导演赵亮聊天，不知怎么又说到小龙虾的话题。我说这是入侵物种，赵亮导演疑惑地看着我：“不是吧？”他说自己小时候的玩具就是小龙虾，而且是自己捉，用一个笼子，装上饵料丢到河里，第二天早上拎起来就能收起满满一笼子小龙虾。“为什么说小龙虾是入侵物种，这种东西从我直立行走开始就有，而且没人吃它，这东西咋就不是中国的？”

有了上次“社交食物”的教训，我这次有点谨慎。回去查了查资料，果然，在小龙虾进入中国之前，中国确实有四种类似我们今天吃到的“麻小”的东西，而且都是蝾蛄科，它们分别是南京黑螯虾、史氏拟螯虾、东北黑螯虾和朝鲜黑螯虾。赵亮捉到的小龙虾，或许是后两者中的一种吧。

我有一位叫非总的小同事，长春人，她提供的证言也佐证了赵亮的说法。非总小时候养过小龙虾，但和阿猫阿狗一样，是当宠物，而不是为了吃，非总甚至经常带着这种当地称作“蝾蛄”的玩伴遛弯儿！“小龙虾，我们走。”这画面想想都很霸气。土著小龙虾不仅照亮了赵亮的童年，也陪伴了东北儿童的人生起跑线。

不过中国原产的小龙虾个头很小，几乎没有食用的价值。今天被我们烹饪成“麻小”的小龙虾，学名叫克氏原螯虾，原产自美国东南部，确实是入侵物种。

今年，我们的《风味人间》摄制组为了寻根求源，远赴大洋彼岸，在路易斯安那州南部小城布罗布里奇（Breaux Bridge）拍摄，当地的人们，用一口直筒的大汤锅，里面放上水，再加一大包卡疆粉（cajun），主要包括塔巴斯科辣椒、柠檬、胡椒、芹菜粉、月桂叶、姜粉、芫荽籽、芥末籽、洋葱以及盐。然后倒入满满一锅小龙虾，混上土豆和玉米，一边熬煮一边缓缓搅动，出锅前放入一些大蒜提香。

巧合的是，摄制组的导演张一哲自己就是一个小龙虾料理高手，几年前，他甚至犹豫是不是要开一间小龙虾餐厅。在布罗布里奇，监视器里，美国人从头至尾津津有味地围在更像水桶的大锅前，食用这些面目不清、口味怪诞的食物，张导眼光里充满了同情，甚至有亲自下厨的冲动。

张导演出生在安徽蚌埠，在他小的时候，蚌埠还是附近最“洋气”的城市，李毅、麻虾、蒋雯丽，一直让他引以为豪。而这蚌埠三宝中的“麻虾”，指的就是克氏原螯虾。蚌埠最著名的商业中心叫二马路，蚌埠话发音为“啊马路”。张导回忆，1990年左右，蚌埠小龙虾的家庭烹饪已经十分普遍，而1990年代中期，上初中的他已经第一次坐在“啊马路”边，品尝五

元一斤的烧麻虾了。那天因为新配了眼镜，他眼前清晰地充满了各式烧小龙虾的大排档，这里已经被称作“麻虾一条街”。蚌埠电视台的记者朱杰还为此跟踪拍摄了十年，最终完成了一部叫《虾街十年》的纪录片。总之吧，小龙虾确实是蚌埠人民的骄傲。

我的出生地和蚌埠很近，大麻虾也是我童年时代对克氏原螯虾的称呼，不过我对这种食物的记忆又比一哲早一些年。那时候，老家的河汊里已经有小龙虾的存在，我和同伴们捕捉它们非常容易。用一只蛤蟆腿踩扁，在太阳下晒半小时左右，拴上线绳，扔进水里，每次收线都能钓起一只虾。

用不了很久就可以收满半个水桶，回家之后用刷子清洗一下，直接煮或者放在笼屉上蒸，麻虾本来暗红色的外壳，蒸熟之后变得鲜红，剥开紧绷的硬壳，里面就是雪白的虾肉，又紧又弹，蘸一下有姜粒的香醋碟，耶！有螃蟹般的鲜甜。

当然，我童年接触的都是白味小龙虾，至于像蚌埠麻虾街那样红烧的虾子，我真正吃到是在1990年代后期的北京。东直门簋街有一家叫“接头暗号”的小馆子，厨师是湖北人，有两道拿手的美味，一个是麻小，一个是烫饭，我和同事经常加班结束，子夜时分去吃。有一次几个人比赛，说好了吃得最少的人结账。我一口气吃了七十只，以为稳获冠军了，但不幸的是，另两个同事一个吃了八十五只，一个吃了一百二十只。那顿饭是我买的单，好在当时一两重的麻小，一只才一元五角，放今天，吃这么多，应该是一笔巨款。

对小龙虾来说，烹烧工艺才是让它从1.0版本进化至2.0版本的真正原因。尽管专家反复强调清蒸最健康安全，但烹烧依旧是目前难以撼动、最受欢迎的制作方法。全中国的小龙虾烹饪形式有很多，四川的麻辣小龙虾、烧虾尾，湖南的口味虾、油爆虾，湖北的油焖大虾，江苏的十三香小龙虾，各有千秋，但无论哪一种，都离不开烹烧——也就是先油炸（或爆），让虾壳出香，虾肉部分脱水、定型、出甜味儿……究竟是哪里的人把小龙虾从清蒸时代带进了烹烧时代？许多美食家和地方政府都进行过各种“考据”，但由于立场和利益出发点不同，答案千差万别，可信度不是很高。

不能比谁更早，只好比谁的产量大。但小龙虾的产量之最在哪里，居然也有很多答案。小龙虾产地基本集中在长江中下游地区，毕竟这里有与路易斯安那州相似的生境，而且湖北、安徽、江苏、湖南、江西五个主产省的小龙虾产量能够占到全国产量的百分之九十五。其中湖北的养殖号称规模最大。2016年，湖北的小龙虾产量达到了接近五十万吨，占到了全国的六成。不过如你所知，吾国的农产品统计，除粮食征购品种，大都含有一定的水分，所以数据也不一定说明问题。

唯一听起来可信的中国小龙虾历史考据，倒是来自科普作家瘦驼，他在一篇文章中借助日本的资料，得出结论：小龙虾是在1927年由日本养殖户自夏威夷引种二十只在境内繁育，用作牛蛙的饲料。之后又在1930年左右，被引种至中国南京附近繁殖。此时中国的水域，四种土著小龙虾已经平安地生活了很久，而克氏原螯虾以极强的生存和繁殖能力在全国蔓延，而且迅速取代了原先的物种。

现在翻开1930年的大事年表，可以看到许多影响中国历史的事件：蒋介石正忙于和冯、阎的中原大战，毛泽东则写下了《星星之火，可以燎原》，鲁迅在五十岁生日留下了那张著名的标准照，梁漱溟发起创建了中国乡村建设学会，竺可桢开始了中国人自主的天气预报，夏赤凤导演了中国第一部有声电影《雨过天青》……那时首都南京城市规划建设初具规模，南京的居民也决计没有想到，附近新来的小生物，会在半个多世纪后给中国人的餐

桌带来这么大的改变。

近百年来中国历史上的物种入侵，无论植物还是动物，大多曾经给中国人带来了麻烦，比如豚草、水葫芦、福寿螺、非洲蜗牛……都是反面角色。只有小龙虾是例外，繁殖力再强，也没中国人的胃口大——小龙虾价格节节攀升便是最好的印证。作为入侵物种，将近九十年之内，它曾经占领了中国的大片农田，而如今基本都在养殖户的控制范围内。这就像进入国境的正规部队，大部分整建制被关进了监狱，余下的也无法逃脱最终被端上吃货们餐桌的命运。

从这个角度来说，这是多么失败的一次物种入侵啊。

2018年8月15日

六月黄：蟹农、商家与老饕的合谋

六月黄最初亮相，

是为了满足食客“尝鲜”的愿望，

这是一个心理学范畴的话题。

与农历六月一起到来的，不仅仅是相连的小暑大暑，还有六月黄。

长江中下游地区，一只养殖的中华绒螯蟹，也就是大家说的大闸蟹，一生要脱五到七次壳，每一次脱壳它的体形都会大一圈。夏至前后，是它差不多第五次脱壳，这是它生命里的关键时刻。这次脱壳，在养殖意义上标志着它童年时代的结束——从幼蟹逐渐变成黄蟹。随着天气转热，大闸蟹体形发育开始加速。也正是在这个时候，它们中的少数，会被蟹农挑出来，提前销售到市场上去。这种黄蟹，便是六月黄了。

每年这时候，餐厅总会在显著的位置上注明，有新到的六月黄供应，这是最早上市的河蟹。新鲜的六月黄，没有成熟大闸蟹的“青背、白肚、金爪、黄毛”，个头不大，蟹壳较薄，脚上的毛色也是浅浅的。料理完毕的蟹，肉质谈不上饱满，而所谓的“黄”却还是流质的，棕黄色，鲜嫩、滑腻，味道有些鲜甜，但肯定不够浓郁。

事实上，螃蟹最好吃的季节一定是农历九月以后，为什么呢？因为除了蟹肉，最打动好蟹之徒的是螃蟹体内的蟹黄和蟹膏。水产专家所说的蟹黄，是指蟹的肝胰脏，而蟹膏实际上是大闸蟹所有性腺和副性腺及组织液的总和。与我们通常理解的不同，蟹膏并不都是乳白色的，雌蟹和雄蟹都有蟹膏，煮熟之后，雄蟹的膏是白色黏稠的胶质膏体，而雌蟹的膏则是橙黄色的硬块（当然，我们不是专家，平时因为颜色也把它称作蟹黄，与肝胰脏混为一谈，算约定俗成吧）。有蟹膏的大闸蟹，才是它性成熟的标志。

每年秋风起后，最后一次脱壳的螃蟹体重达到了极限，这时它的性发育才真正开始，大闸蟹从水产养殖学意义的“黄蟹”转变为“绿蟹”，体内肝胰脏中的营养物质转化为性腺，此时蟹黄逐步缩小，蟹膏逐步增大，真正变成了中国人最喜爱的食材。到年末时，蟹膏会充满河蟹的胸腔，甚至可以把蟹壳胀出一个麦当劳的标志。不过这时的蟹子，已经过于成熟而丧失了口感。

原则上说，类似螃蟹这种水生节肢甲壳类动物，风味最饱满的时候肯定是它刚刚性成熟的阶段。比如像南方海滩芦苇丛中的螯蛄，最美味的时候也是春暖花开，它吐净泥沙、怀上宝宝，每到这时渔民们夜晚会借助灯光诱捕这些有向光性的小动物。其实，螯蛄肉质甚少，最美味的是它未排出体外的卵。珠江口的厨师，会不厌其烦地把每只螯蛄体内的膏体取出，放在豆腐上蒸，并赋予它一个非常动听的名字，叫“礼云子”，是可遇不可求的美食。

不过海蟹与河蟹不一样。像生长在东南沿海的锯缘青蟹，生长期的不同阶段都可以食用，成年的肉蟹、膏蟹、重皮蟹、奄仔蟹……风味各自不同。尤其是和六月黄差不多前后出现的黄油蟹，价格非常昂贵。这种“病变”的螃蟹，实际上是青蟹发育过程中，受到升温的海水刺激，生理异常所致：性腺软化成橙红色的油脂一样美味的液体，充盈全身，尤其是在

蟹螯内，鲜美无比。

那么淡水里生长的大闸蟹什么时候食用最佳？通常中国人认为当是农历九月到十月，“雌九雄十”。这时候的大闸蟹肝胰脏和性腺比例大致相等，色、香、味、鲜、嫩，一应俱全。蟹黄和蟹膏含有丰富的蛋白质和磷脂，营养丰富，此时食用，鲜美之外，更多了一种甘香，这是六月黄无法企及的。

既然如此，为什么六月黄还会大行其道呢？

其实，尽管苏杭一带早有食用六月黄的区域习俗，但这东西成为全国餐桌上的新宠，不过二三十年的时间，而暴得大名甚至只有五六年。因为最早，蟹农都不愿意把幼蟹售出。六月黄一般只有一两半到二两，而这之后，只需要再一次脱壳，它的体重就可以翻倍，价格则有六七倍的差异。

六月黄最初亮相，是为了满足食客“尝鲜”的愿望，这是一个心理学范畴的话题。在市场上永远是物以稀为贵，能够在六七月份就吃到农历九月才能普遍上市的高档食材，确实可以满足某种炫耀式的提前占有心态。这有些像明前的龙井，几乎每一天都有很大的价格差异，越早越昂贵。但头刀韭菜、明前茶，毕竟都有了一个冬天的风味物质积淀，而黄蟹，也就是六月黄，甚至还没有来得及完全发育。我们吃到的“蟹黄”，恰好是专家所说的真正的蟹黄，也就是它的肝胰脏，鲜是鲜了，美则不足，更多是满足食客耐不住的口舌之欲而已。

老饕的心理只是体现了市场的需求，而在供给侧，蟹农们在六月份也有同样的需求。

养蟹是看天吃饭，为了确保成蟹的产量，蟹农在投放蟹苗时都会有一定数量机动的富余。所以，最早的六月黄本来是蟹农要淘汰的一些没有发展前途的蟹，尤其是性早熟蟹，在这个阶段开始性发育，势必影响体形生长。有经验的蟹农伯伯就像严格的校长，把“早恋”的未成年蟹踢出校园。因为这些蟹不仅没有钱途，还会占用水体空间和饵料，把它们吃掉并不可惜。从前，每到夏至前后，总会有一批半大的毛蟹出现在市场，长三角的主妇们用它们来炒年糕、做面拖蟹或者一锅鲜。价格不贵，因为出发点本来就是给蟹农排忧解难嘛。

但前些年，聪明的商家出现了，他们不仅看到了市场的需求、蟹农的烦恼，还看到了其中可观的利润空间。家常的做法显然要被抛弃，取而代之的是充满仪式感的烹饪，或清蒸或糟醉，价格不菲。所以我说，六月黄实际上是一场合谋，老饕和养殖户各得其所，商家也可以挣得盆满钵满。

不过我也见过比较离谱的商家，有个在网上卖六月黄的供应商，宣传借鉴了台湾处女蠕的销售文案，说六月黄是“大闸蟹里的小萝莉”……这显然是不了解河蟹的习性。因为六月黄绝大多数是雄蟹，雌蟹发育迟，六月还只有一两左右，不能上市。小萝莉的说法是不准确的，如果必须打这么变态的比喻，最多也只能是大闸蟹里的小鲜肉吧。

2017年7月14日

人民到底需不需要主食

“在能让人产生愉悦幻觉的东西里面，

美食可能是普通中国人最现实的选择。”

米其林餐厅指南登陆上海，这件事儿立刻成了美食界话题的焦点。一部分人认为，相比国内圈子里各种搞平衡送人情，这个评选比较公允可靠。米其林评审标准全球一致：食材质量、加工技艺水平和口味的融合、创新水平、价格因素、烹饪水准的稳定性。评委正是根据这冷冰冰五个标准进行测评，把上海等同于巴黎、纽约、东京等其他国际大都市。而另一部分人则认为，这个榜单是西方中心论的产物，是按照西方人的口味建立起的对东方菜肴的评价体系，是个笑话。不说别的，单是“口味融合”这一点，东西方就不可能达成共识。我的朋友刘春，在榜单发布的当天，悲愤地发了条微博：米其林虽然好，然并卵吃不饱。这个苦出身的成功人士真正想表达的意思是，上榜餐厅看上去都是很斯文吃菜的地方，然而，只有足够的主食，加上可以大快朵颐的肉，才让他产生饱暖思淫欲的满足感。

关于国人口味的取向，其实我有另一个证据。当初因为工作原因，统计《舌尖》的每分钟收视数据，央视负责市场调查的老师，面对心电图似的收视曲线，把其中的高点进行采样和分析，最后发现，排在第三位的是油脂类食物，第二位是主食，第一位是……主食包裹油脂类食物。刘春老师听说了这个分析结果后，非常满意。他认为，能让人产生愉悦幻觉的除了性和毒品，美食可能是普通中国人最现实的选择。“对主食以及大鱼大肉酣畅淋漓的享用，能促使大脑分泌多巴胺，这是上帝赐予人类的礼物。”他说。

如果把主食这件事情，放到历史的长河里观察，东方和西方从来没有尿到过一壶里。大约一万年以前，美索不达米亚平原上的人们驯服了小麦。大概过了一千年后，小麦的种子开始向东和向西同时流布。向西走，它遇到了火，于是人类有了面包、烤饼（到中国也叫胡饼）和比萨；向东，则遇到了水，于是人类有了馒头、面条和饺子。研究人类的饮食发展，有时候不由得会想，东方和西方从文化上视同水火的宿命，是不是从九千年前那一次分道扬镳就注定了？当然，还有一个更可爱的解释，说人类曾经幻想建立一个直达天庭的巴别塔，为了阻止这个计划，上帝让不同地方的人们在饮食习惯上无法达成起码的共识。这个《圣经》格式的段子的结局是，由于建筑工地食堂被投诉太多，最终导致通天塔的计划，成了一个烂尾楼工程。

以长江为界，中国人的饮食偏好被粗略地划分为“南米北面”。当然，对那次的收视分析结果，除了刘春之外，更能说服我的是一位历史学者。他认为中国人之所以这么热爱主食，其实和农业社会发展的历史有关。按照他的数据，近两千年以来，中国，尤其是汉族聚居的地方，平均每七十年就有一次大的地区性的饥荒。这让人们在脑海里深深埋下了饥荒恐惧的因子，见到粮食类食物和油脂类食物，发自内心的喜爱便会油然而生。这个推断并没有得到科学家从人类进化角度的认同，然而从社会心理学的角度，却可以自圆其说。在一些相对封闭、物产不很丰饶的地区，人们至今还会用各种方法，制作以碳水化合物为材料的菜肴。比如，西北的酿皮、面皮、米皮，西南的酸辣粉、凉粉、蕨根粉，甚至长江中下游地区，也能找到山粉圆子和烤麸这样的主食类菜肴，而且被很多人视为美味。这类现象，不自觉地给历史学家的推理提供着佐证。

有一次，去太行山区采访，中午打尖儿，主人端出了刚蒸好的花卷儿，小麦面和玉米面双

层的，暄腾极了。接着，饭桌上又来了俩菜。一个是碗托儿，是用荞麦面糊蒸出来黑乎乎一整坨，切块后，浇上辣椒、大蒜和醋。另一道是炒揪面片儿，里面有少许肉片和土豆片。同去的摄影师端详了一下，然后冲我张着嘴，脸上写满了一般疑问句：“这是让咱们挑一样儿吃吗？”

我只好给他讲了在赤道几内亚的另一次奇遇。非洲西部的这个岛国，物产“非常丰富”，招待客人的主食就是自家门前的香蕉，剥了皮蒸一碗当饭。菜呢，是房子后面的芭蕉，用黄油两面煎了。吃芭蕉下香蕉——在非洲那些天，摄制组打哈欠都是油漆稀料的味儿。所以，我指着面前的那两碗，对小伙伴说：“吃吧，已经不错了。用我不多的人生经验可以负责任地告诉你，这就是菜，如果你嫌不够的话，信不信后面上来的就是炒饼或者炒疙瘩？”

干炒牛河，主食与肉类的美味搭配得当。在以勤俭和手巧著称的南方，这种把主食做成美味的方式，有时候不像北方这么生硬。扬州的早餐有一道点心叫京果糊糊，气味混着桂花的清香与炸面点的焦香，口感类似藕粉，但比藕粉多了颗粒感，整体呈黏稠的半透明状，性暖味甜，细腻油润，很好吃。仔细问了才知道，这是扬州百年老店大麒麟阁特制的名品，叫京果粉，有一百多年历史。它的原料是糯米粉、面粉和糖桂花。具体做法非常复杂，先把成形的糯米粉制品——江米条，磨成粉状，然后再加精白粉和糖桂花，用热水冲泡调匀食用。面糊中那一层特殊的焦香，正是来自最初江米条的高温油炸。一个糊糊，都要费这么大劲儿。

中国人在主食的创造上从来都不缺乏智慧，不必说全国一地一味的条状面食，大小不一、制作方法千变万化的各类蒸、烤的饼食，就说饺子，无论是猪肉大葱馅儿、鲜肉荠菜馅儿、羊肉胡萝卜馅儿还是各种海鲜馅儿，都被赋予整齐划一、大一统的外表，这的确能让人从中感受到这个东方国度标志性美食的顽强生命力。

当然，时至今日，许多人因为身体或身材的原因，开始逐渐远离主食，就像著名的郑渊洁老师。郑老师从去年起，晚餐戒断了肉类和碳水化合物，半年的时间，他的体重下降了三十公斤，不仅体态轻盈，而且依旧声如洪钟，字字千钧：“吃主食这件事情，绝对是我们传统文化的糟粕。”

年糕，不仅是米制品中的牙感冠军，更是农业社会辞旧迎新的必备食物。据说，在断食之前，郑渊洁老师结识了国内首屈一指的养殖集团大佬的千金，他和这位生猪饲养科学家仔细探讨过，晚间进食和主食进食，正是促进动物增加体重的两大利器。所谓“马无夜草不肥”嘛。就这样，受到另一种哺乳动物生命经验的启发，郑渊洁老师大彻大悟，不仅自己戒断，还成了“不吃晚饭教”的传教士。我的朋友刘春，正是在他的鼓励下开始断绝主食。“我的幸福感并没有因此而下降，”刘春显然看出了我的担心，“我现在每天跑步。跑步，能够促进多巴胺的分泌，这是上帝给人类的礼物。”说实话，我几乎也被郑老师说得动了心。那天晚上，吃的是西餐，这已经是我第三次重复聆听他老人家的励志故事了。正准备痛下决心的时候，我注意到，郑老师一边慷慨陈词，一边毫无戒备地把面前一盘白松露意面，吃得连渣都不剩。而此前，他刚刚消灭了一块肉眼牛排，二百克，三成熟的。

2016年10月27日

辑五

最好吃的是人

去君琴花吃酸汤猪蹄花，老六就会贱贱浮现在眼前；来翠清，就能想起我妹陈晓楠，小炒猪肝是她的最爱；到西贝莜面村，则会想到从小在山西没吃过菜的柴老师，这上来的主食其实应该叫莜面栲柴栲栳才对.....

食物在我这里，永远能幻化成某一个人，愿君多吃点儿，此物最相思。

吃着喝着聊着，就老了

食物是有年龄分层的。

中年人可以有精致，但不能拥有全部。

有些食物，是独属于青年的。

老六坐在我对面。他长相属于端庄的，浓眉大眼，鼻直口方。一丝不苟的五官，一笔一画在国字脸上写着“严肃”二字。“最近，我酒量越来越差。”老六认真地说。

从前，老六确实好酒量。白酒我不清楚，啤酒是大绿棒子六瓶。每次吃饭，他都不许服务员把空酒瓶收走，为了计数。喝着喝着，他就去数脚下的瓶子，一、二、三。嗯，然后可以放心接着喝。一旦数到第六瓶，他就会说：“哦天呐，我应该醉了。”

有时候酒不够，大家就把自己的空酒瓶，悄悄放到老六脚边，哪怕他只喝了两瓶，俯身数着脚下：“一、二、三、四、五……”他皱了皱眉：“噢，天呐，我今天喝得太快，最多只能再喝最后一瓶了。”所以，对这种不识数的人，什么酒量下降？见鬼，我是不信的。

二十年前，老六热衷组织饭局，吆喝大家餐聚，年纪轻轻号称“老男人局”。虽然每天都是小脏馆儿，家常菜，加大绿棒子工业水啤，但大家喜欢参加，最主要的原因，是他经常在酒桌上能很具表演性地点燃一些灵感火花，说出一些“家常话”。这些话挺逗，但想想又有些道理。这说明两点：一来他是个善于思考的人，二是他的思想成本不算太高。

有一句他经常说的话，叫“人终于到齐了”。这句话听起来很平常，但在老六那里，会变得很有喜感。比如晚上组织了一个十来人的饭局，由于他不识数，有六个人落座，老六就会站起身来，端着酒杯，一脸庄严地说：“人，终于到齐了，来吧，咱们走一个。”酒杯还没放下，外头又来了一位！

咦？老六看着新坐下的那位，若有所思六秒。幸好他早年做过羞耻感切除手术，丝毫也不尴尬，继续站起来说“这次人终于到齐了”，当然之后还会有“这次人总算终于到齐了”“这次人真的绝对终于到齐了”……以至于，他只要说到“人”字，大家就会齐声说“终于到齐了”。

这几年不知道为什么，从前的“老男人们”开始忙了起来，聚会经常锣齐鼓不齐，四五个人的聚餐已经堪称“大局”。那天在福满园吃饭，凉菜都吃完了，依然只有我和老六俩人。老六是个仪式感超强的人，“来吧”，他把盘子里的带鱼块儿摆了一长溜儿——不会是鱼头鱼尾酒的意思吧？只见他端起酒杯对我说：“人，终于到齐了！”话里有点伤感。

现在的老男人局，确实有些日暮途穷的意思……我刚起了话头儿，就被老六打断：“瞧您，又把自己当人了。”这是老六喜欢说的另一句家常话，为的是提醒对方，这个世界自己不停运转，而生活在这里的我们，其实早已经卑微到了尘埃里。

我常被老六这句话撑得哑口无言，因为它戳中了我的痛点。谋生不易，如履薄冰，什么声名、才华，更多的时候，不妨把它理解成自己运气好一点罢了。因此应该时刻警醒，千万

别把自己当回事儿，这世界可以轻贱的，貌似只有自己。平时每有得意满的苗头，我都会想起老六这句话，它甚至有些禅意。所以也难怪有人愿意，把老六饭桌上碎嘴唠叨的“家常话”奉为所谓“金句”。

老六类似的“家常话”有很多，比如说，你表扬老六书做得不错，他会回答“不过是一片浮云”。你夸老六长得体面，他会说“这不重要”。你赞叹老六既睿智又英俊，他会说“此话倒也有理”。总之只要是褒奖他的，他都会扭捏地表示同意，还显得云淡风轻。但万一遇到反对意见，他的表达同样委婉，轻者会说“我不得不说两句”，表明自己不卑不亢的态度；严重时则是“让我们说点儿美好的事情吧”，既不驳对方的面子，同时又可以彰显自己宅心仁厚，不忍心去辩驳。

不过，老六话术的核心在于，他能把温婉娇羞、指向含混的文字，用坚定铿锵、毋庸置疑且十分悲壮的语气说出来。相信熟悉老六的人，都无数次听到过那些句子，也会赞同我的总结。但老六可不愿意别人看穿他，他会说“让我们说点儿美好的事儿吧”。

老六一脸美好：“最近，我开始对美食感兴趣了。”我立刻警觉起来，他不是要跨界做美食家吧？要知道，很多成功人士，各行各业都有……在事业无法精进或是开始下坡的时候，摇身一变，就成了美食家。吃，谁不会啊？

“你表担心，尽管美食没有什么门槛，但我并不打算抢你饭碗。”老六一脸不屑，“只是呢，我开始懂得欣赏精细的食物，甚至，大家都开始让我点菜了。”听了这话我有点吃惊。要知道，相识十几年，老六吃饭最大的特点是不挑嘴，翻开菜单，每页永远只点第六道菜，这是“闭着眼睛点”的广告原型啊。不过我清楚老六特地指出自己变化的原因，这说来话长。

几年前老六说，《读库》做了快十年，感觉需要补充一下自己，他准备去进修一个表演专业的学位。大家听了哈哈大笑：“哟！您又把自己当人了。”

老六要学的是当下比较流行的一个学位，据说是继斯坦尼和布莱希特之后的第三大表演体系，官称叫“EMBA表演体系”。什么长江、中欧、五道口，都有开设。据早就修完课程拿到学位的刘春老师说，接受培训后，人在精神面貌上，会有很大的变化。“主要体现在三点，”春春说话永远条理清晰，所以江湖人称刘三点，“首先有了掌握世界运转规律的自信，其次是具备上达天听的信息渠道，第三是气质上有突如其来的中产阶级品味。”

不知道是不是奔着这个目标，老六义无反顾地去了某商学院，并且如愿地毕了业。但悲催的是，学成归来的他，既没有满口“顶层设计”“赛道”“红利期”，也没有和金融大佬推杯换盏，脸上也没贴EMBA的水印，甚至六进制不识数的毛病都没有改观。大家都很体贴地问，你上的商学院，不会是假的吧？

为此，老六十分沮丧，他需要证明自己。刚刚说到“懂得欣赏精细食物”，潜台词实际是，我现在吃得很少、很精，而且不便宜。急于展现自己生活方式的变化，这是布努埃尔电影里的资产阶级的审慎魅力。

我当然相信老六说的的事儿都是真的，但同时认为这不是他进修表演的结果。作为老男人局局长，老六是其中最年轻的一位，但已然年过半百。也就是说，他现在是一个很标准的中年人了。中年人有属于自己的一套行事规则和饮食规范，和年轻时的粗放、狂野有明显的

不同。

人的一生非常有意思。从自然属性来说，人从三十多岁开始，味觉、嗅觉等感知器官，便开始进入不断退化的过程。同时退化的，还有我们的消化系统，这很无情。但从社会属性来看，年轻的我们又没有掌握足够的财富。

这就造成一个悖论，年轻时充满对食物的渴望，却没钱去享受；等有了钱，肠胃却又变得不争气了。就像歌词里的桂林，你想去但没钱，你有钱了，却又没了时间。

年轻多好！我们不断寻找那些口腔的刺激，热衷打卡，爆辣、尖酸等等来者不拒，这是一众网红食物横扫全国的原因。我们食欲旺盛，好奇心强，从来不会把油脂类、下水类美味从食单中删除，因为我们有足够的运动量和强健的消化能力。

而功成名就的中年人，终于实现了松露鱼子酱自由，却也永远失去了肥肠大腰子自由。他们正襟危坐，挑剔环境和服务，并且鄙视“不健康食物”的同时，又间或想起烟雾弥漫、火星乱窜的露天烤串，人手一把肉串，喝着工业啤酒，聊着维特根斯坦的岁月。

所以，食物是有年龄分层的。中年人可以拥有精致，但不能拥有全部。有些食物，是独属于青年的。金钱不能买到一切，而且钱赚得到，但是青春终将不再。这话，马云和刘春都说过。

当我跟老六掰扯清楚以上，证明商学院表演系并没给他带来气质上的变化时，老六说：“此话倒也有理，你把刚才说的内容，和我做一个对谈得了。”他计划和我一起聊聊老男人那些事。

但老六阐述自己录制音频的动机，还是让我有些吃惊。“当下的出版业，尤其纸质书已经是红海了，而且内卷化严重，所以《读库》，要新增加一个多媒体部门……”

哦，天呐！他上商学院这事儿，怎么有点儿像真的了？

2021年2月23日

跟沈公吃本帮菜

“只要是和人类本能相关的事情，

都不应该是羞耻的。”

很多年前，东单北大街曾经有个“雪苑酒楼”，两层，做上海风味，就在大华电影院旁边。不过已经这么多年，估计早不在了。

去过几次雪苑酒楼。头一回是二十多年前，带我去的人叫沈昌文。当时，他已经从三联书店的领导岗位上退休，在帮着一本叫《万象》的杂志书组稿。“我做《万象》是没有报酬的，”沈公开玩笑说，“但我唯一的要求是，吃饭的发票要给我报销。”或许就因为这个原因，我才有可能跟着他打秋风，才可能知道这家上海菜馆。

在餐厅坐下，沈公先考我一个问题，让我说说最能代表上海本帮菜特色的三道菜是什么。那时候，我不过是一个馋嘴的年轻人，别说这“三个代表”了，就是本帮菜这三个字，都是此前不久沈老师给我普及的。

20世纪末，因为制作历史题材纪录片，采访了一批文化老人，他们见证了中国几十年的变化，像黄苗子、郁风夫妇，杨宪益、戴乃迭伉俪，爱泼斯坦，丁聪，等等。这些人在抗战时期就过从甚密，新时期后也经常茶聚，相谈甚欢。席间，有两个人经常出现，一位是《北京晚报》记者、作家李辉——他是我们纪录片的策划人，另一位就是沈昌文先生。

记得有一次，摄制组请嘉宾吃饭表达感谢，地点选在什刹海文渊阁。那里好像是文联的属地，口味中规中矩，没有惊喜。不过老先生们倒是安之若素，毕竟他们更多是为了彼此相见。所有人中间，只有沈老师对饭菜颇有微词。每上一道，他都会从食材、味道等不同方面评点一番，而且说得都很有道理。这让恰好邻座的我，听得津津有味。

“这地方吃的是排场，”沈先生摇摇头，“真正好吃的餐厅要有自己的特点。”他边说边从书包里掏出一个浅灰色的电子产品，香烟盒大小。这个叫“商务通”的东西，今天已经难以见到，它实际就是一个电子通讯录或者记事本。

沈先生这个小本本很有“个性”，上面不是人名加电话，取而代之，记录的是北京的餐厅——不仅有地址、电话、联系人，还有哪些菜必点，哪些菜需要叮嘱厨师注意什么。在互联网没有普及的当年，沈公的商务通就是大家的餐厅指南。

看到这么有趣的玩意儿，我甚至忘记了当天吃饭的主题，赶紧和沈老师互留了联系方式，并且觑着脸央求，下次去那种“特色餐厅”，能否带上我？沈老师人非常奈斯，一点没犹豫就答应了，于是才会有后面的餐聚。

吃雪苑酒楼之前，已经跟沈公蹭吃过几次，大都在二环以内，如果不是他，我真不知道老城区居然有这么多有趣之处。沈公挑选餐厅，不要名气，不要场面，不要潮流，只注重味道。因为青少年时代生活在上海，所以东单这家上海菜馆是他经常光顾的，服务员、厨师和他都很熟络。

“三个代表都要的吧？”经理笑着亲自过来点菜。这时我才明白，能够代表本帮菜烹饪水准的三个菜分别是：油爆河虾、虾子大乌参和扣三丝。先上的是油爆河虾，沈公说这是一道火候菜，讲究旺火翻炒，在十几秒内完成烹饪，河虾外焦里嫩壳肉分离，卤汁明亮不溢。接着是虾子大乌参，沈公又解释说：“大乌参很难入味，这道菜最考较厨师合味的功底。”

最后上的是扣三丝，沈公照例现场解说。这道菜平时吃不到，需要提前订，因为它需要厨师工作四五个小时，完全是靠刀工和蒸汽。揭开扣在盘中的小碗，确实让人大吃一惊：鸡丝、笋丝和火腿丝相互拥抱着，贴伏在盘子内，汤色清澈，菜却非常鲜。

和沈公吃饭，每次都是这样，不仅能品尝到美味的菜肴，还能听到沈公深入浅出的讲解。刀工、火候、合味，这不就是中餐最基础的工艺单元吗？其实，还有比这些烹饪知识更重要的，这就是沈公对待食物的态度。如果说影响我走上美食道路的人，确实有很多，但沈昌文先生肯定是重要的一位。

余生也晚，听到美食这个词，应该是20世纪80年代后期了。即便是1990年代，在公共场合说一个人“好吃”，仍然不是褒义。追求美食，更是件难以启齿的事情。2001年底，我开始筹划美食节目，沈公得知，在饭桌上对我说：“喜欢吃，是一件美好的事情。只要是和人类本能相关的事情，都不应该是羞耻的。”

这句话，沈公在很多场合说过。又过了一些年，在另一个饭局上，他再次说了这段话，让我印象更加深刻。

那次接到沈公电话，问我能不能组一个饭局，他非常想结识当时一位广州来京的女作家。这位作家曾经在南方一家报纸开设专栏，用亲身经历写了很多文字，一时成为话题。喜欢的人认为她真诚，向往自由。当然也有反对意见，认为有些离经叛道。

我和这位作家不过几面之缘，并没有熟悉到随时约饭的程度，怕太突兀，于是委托朋友组了局。首座当然是沈公，陪同的有老六、和菜头，还有谁不记得了，十来个人吧。女作家早早到了，她并不像字里行间那么桀骜不驯，甚至有些羞赧，基本不怎么说话。

沈公很有长者风度，先明确表达了对年轻作家文字的喜爱。“有你专栏的报纸一到，我就会第一时间用复印机拷贝下来送给朋友，最多的时候复印二十几份。”沈公说。接着，他又重复了前面的那句话：“只要是和人类本能相关的事情，都不应该是羞耻的。”

女作家含笑算是作答，也不接话茬，只埋头吃。所以，这顿饭整体气氛，是稍微有些尴尬的。饭局结束的时候，大家起身准备各自回家。我也长舒一口气，觉得总算完成了任务。这时却听见沈公再次请大家坐下，他说还有一句话，如鲠在喉，不吐不快。

沈公年少时，做学徒的银楼，曾经是江北新四军的秘密交通站。在那里，他第一次接触到地下党和相关的理论书籍。“1947年底，有一位同志想介绍我加入组织，当时他跟我描绘说，将来解放了，我们都可以更加自由地选择爱情，”沈公喊着作家的笔名道，“我想，他说的应该就是，要过你这样的生活。”

平日里，沈公给大家留下的印象，是“老江湖”，幽默、洒脱、精明，对不想谈及的话题，他大多闪烁其词。像这次这么诚恳，甚至动情的形象，非常之少。这顿饭之后不久，我因为工作调动，饭局骤减，居然没能再和沈公共食对饮，是为遗憾。

不过，沈公的言行还在影响着我。做美食纪录片的期间，其中有个故事讲到传承。导演陈磊的父亲是上海厨师，他希望在本帮菜中寻找故事，我便复述了沈公当年的故事。结果，他通过调研寻找到了本帮菜大师李伯荣一家，并最终聚焦在扣三丝和油爆河虾两道菜上。创作团队用武侠风格的影像，再现了中华料理刀工、火候的绝妙。想必很多人至今记忆犹新，我看到素材时，第一反应就是沈公和雪苑酒楼。

这时候我的工作已经非常繁忙，虽然托老六（沈公晚年他们依然有交往）送给沈公一套《舌尖》第二季的影碟，但也忘记问询先生看了没有。

一个月前，沈公在睡梦中安然离世。看到了很多回忆文章，更多是怀念他创办《读书》时期和三联书店发展阶段，在出版业务方面的贡献。我认识沈公时他已退休，我不过是他无数饭友中很不重要的一个，见到的也都是他职业之外的另一面。但我依然被他个人魅力征服，潜意识里，一直在默默地向沈老师看齐，更希望有朝一日，能成为他那样谦和、达观的人。

比如我曾经在自己的非智能手机里，用屈指可数的数字键，顽强键入有关餐厅的备忘。最多的时候，存到了四五千条。（可惜后来有次为了吃黄河鲤鱼，手机掉进了黄河。）再比如开始写与美食相关的文字，自得其乐。再比如也和沈公一样，隔三岔五地组织朋友吃饭，并且乐此不疲……

当然，还有他在餐桌上说的那些话，听似随意，但却是一个世纪老人，阅尽沧桑之后的洞见。它让我在面对自己的纪录片时，收获自信，反复受益，也将继续烛照我们的前路。

写下这些文字，当作我的纪念。

2021年2月4日

寿司善之味

“受人之托，忠人之事，

做食物是这样，做人也是这样。”

我手里有一本书，《高倉健インタビューズ》（《高仓健最后的采访》）。一位朋友托我转给张艺谋老师，然而关于这本书的故事，需要从去年讲起。

熟悉我的朋友都知道，去年春上是我难熬的一段时光，几乎天天在家闲着。朋友闫涛找到我，说有个小视频的活儿，十几天就能拍完，希望我去做些“出镜嘉宾”之类的工作，顺便呢，可以在重庆、广州、澳门还有札幌吃点好吃的。闫涛老师是我之前制作纪录片的美食顾问，也是岭南著名的食评家。嘉宾什么的谈不上，我因为闲得太久，又嘴馋，便承诺随行。

不承想这个美食短片系列，拖后了半年多才开拍，其实那会儿我已经很忙了。去年底，第一次随闫涛的摄制组到达北海道，飞机在暴雪中降落，眼前的城市一片银装素裹。

第二天天不亮，我们便跟两位日本青年厨师藤川和冈崎，去北日本最大的海鲜集散地——札幌水产市场，采购海鲜。天冷，冻得我话都说不成句。

好在当晚有惊喜，闫老师带着我，冒雪一起去拜访北海道最著名的一位厨师，看他料理一种我从未见过的食物。之前老闫不知在哪里看了一个什么旅游纪录片，说北海道有吃“蟹生”的习俗，就是新鲜红毛蟹的腿肉刺身，据说这位厨师会做，我当然也很好奇。

这位厨师也是藤川和冈崎的师父，叫嶋（音“岛”）宫勤，在日本，是与小野二郎齐名的寿司大师，他经营的寿司善也是米其林餐厅。

嶋宫师傅是位长者，面相和善，当着摄影机和我，他一板一眼地给两位徒弟演示如何制作蟹生。

要用最新鲜的红毛蟹，快刀斫足，精准去壳，然后缓缓剔出蟹肉，再迅速放到冰水里激一下，蟹生就做成了。尽管我知道这是建立在对食材结构充分了解，以及无数次训练的基础之上，但整个过程相对简单，我还是有些小小失落。好在蟹肉口感像冰镇果冻，且鲜甜无比，配上北海道的清酒，很享受。

拍摄完蟹生教学，隔着柜台与嶋宫师傅寒暄。没聊两句，他突然问我是否认识张艺谋导演。当时我的蟹肉还没吃完，没过脑子就说，认识。嶋宫立刻放下手中的毛巾，做了一个长长的surprise的表情。

怎么了？认识张艺谋会有这么大反应？尽管我和张导不算很熟，但确实有过交往的。二十年前，他在拍《一个也不能少》的时候，曾经托文学家王斌约我去他工作室面谈过两次，原因是之前我拍过一部纪录片叫《龙脊》，讲的是广西龙胜大山里孩子上学的事情。当时张导希望能够从我这儿，多了解一些贫困地区儿童失学的情况。虽然这部电影之后，我们之间音信渐少，不过对一个千里之外的日本人，我说认识也不算夸张，对吧？

伴着“嗒嗒”的木屐声，嶋宫先生从柜台里面出来，手里拿着一本厚厚的相册。嶋宫说，他平生最好的一位朋友，叫高仓健。这本影集里的一百多张照片，都是他和高仓健的合影，时间跨度在十年以上。“去年，高仓健最后一次来店里，我们喝酒喝到很晚，他说，一个中国的好友叫张艺谋，是很有名的电影导演，很喜爱寿司，他答应张艺谋，要带他一起到札幌来吃一次寿司。”

说到这儿，我好像听出了什么意味。嶋宫继续解释，那是高仓健最后一次来寿司善，半年后便因病离世。不过嶋宫一直记着好友最后的嘱托，只要有中国客人来，都会不厌其烦问他们同样的问题：“您认识张艺谋吗？”

“今天太幸运了，我终于见到了您，见到了一个和张先生相熟的人。”嶋宫激动不已，“希望您转告艺谋导演，或者打一个电话，当年他和高仓的约定依然有效，因为我还活着，我希望能够替朋友完成他当初的承诺，希望张先生能够来这里品尝我的寿司。”

这一次轮到我尴尬了，其实我已经有十几年没有在任何场合见过张老师，也早丢了联系方式。窗外雪花在飘，室内有点冷场。情急之下打开通讯录，给我能想到的、曾经在张老师身边工作过的人都发了短信，但不知什么原因，没有一个人及时回。急死我了。老人那边已经在准备我们的正餐，看着他一脸真诚，还不时看我动静，我有些过意不去，只好在微信的一个电影评论群里，发出了求救信号。

还好，不到半小时，原来在《新京报》负责艺术评论的张文伯老师伸出援手，通过张团队的熟人，拿到了文字回复：“张导说，他每年都要去日本，北海道也常去，先生的邀请收到了，他一定抽空去做客。”收到回复，我心里的一块石头才算落下，在此之前，我一直没好意思放下过手机，心说，这要是没有回音，我可就糗大了。

作为寿司爱好者，那天晚上寿司善，是我味觉的一次奇妙经历。嶋宫勤先生不愧是日本顶尖的烹饪艺术家，而且正处在创作的巅峰时期，像一位海鲜与稻米的魔术师。经他手制作的寿司，不仅手法精准，疏密有致，而且整体菜式设计精巧，仪式感充分。

更让人慨叹的，是他的食物造型，在视觉上充满生命的欲望，甚至让你舍不得吃……

好了，不多描述，这篇文章的主题也不是美食本身。总之欣赏了美食奇观之后，我以为，自己当了一次雷锋，信使的任务完成得还不错，这件事情就过去了。

没想到，上个月去澳门的泓餐厅，见到嶋宫师傅的徒弟藤川英树。小伙子拿出了两本书给我，就是前面我说到的那本书。他说，张导演还没有去北海道呢。这书一本是送给我，另一本托我送给张艺谋老师。书的扉页上是嶋宫的寄语：

“谦逊，不骄傲，更加努力。一事成，万事成。”

我诚惶诚恐地接过了书，心想回去一定找时间转给张先生。

但回到北京事情这么多，又把这件事给忘了，书一直在我办公桌上。前些天，闫涛的美食短片《濠江味传》在腾讯上线，上周播到了第二集《传承》。天呐，又看到了老人和善的面容，我这几天心里老不踏实，真是羞愧万分。于是赶紧再找朋友打听张老师的联系方式，热心的张文伯和艺谋导演当年的助手亚特，很快都发来了快递地址，昨天我终于把这

本书寄了出去。

在给张导的信里，我特地写了一段嶋宫先生常说的话，他说：

“受人之托，忠人之事，

做食物是这样，做人也是这样。”

2018年6月14日

豆腐干文章

尽管彪悍的人生不需要解释，

但豆腐干的滋味还是要细细分辨的。

写文章，我喜欢拉个名人垫背。这种“我的朋友胡适之”体，往往能让我感觉到鞋底子上有伟大人物肩膀的印迹。今天，我就打算借用一下罗永浩老师那足够宽厚的双肩。

在吃这件事上，罗老师和我有一个相同的爱好——豆制品，更准确一点说，我们都喜欢豆腐干。那次是在白颐路的锦府盐帮吃饭，大家喝酒的时候，老罗指着台面上的牛栏湾豆干，小心翼翼地说：“这东西……呵呵，挺有趣的，就是，分量太少了一点。”我大概明白他说的意思，惴惴不安地让服务员又加了一份。老罗是一个说话非常得体的中年作家，后来我发现，只要有好吃的豆腐干，比如眉州东坡的小作坊豆腐干、天下盐的梁平豆腐干，老罗总会不厌其烦地得体一下：“服务员，麻烦你这个来两份。”

除了英语培训界一哥和牛博网CEO之外，罗老师曾经在电影学院进修过这件事，知道的人并不多。有一阶段，罗老师比较热衷素食，就是说，一点儿肉都不吃，演技近乎残酷，不知道这是不是在电影学院里熏陶的结果。既然素食了，他更可以理直气壮地宠爱各种豆制品。有次在翠清吃饭，他甚至跟服务员要求打包一块尚未烹制的“德字干”，那一块，差不多半斤吧，被他不动声色地放进了兜里。不过，在各类豆腐干中，老罗更偏好四川的产品，就是切开的断面上有无数花椒的那种。

去年，老罗和他的朋友们去汶川赈灾，回来时，给我带了礼物——一大包什邡产的但氏五香豆干。对此他的解释是，跑了一路，每见到一种豆干都买一点，反复比较，最终，发现这个厂家的味道和口感最好。当然，接到礼物那一刹那我很感动，但与此同时，我发现这个糙人其实内心很细密，尽管彪悍的人生不需要解释，但豆腐干的滋味还是要细细分辨的。但氏香干味道正宗，口感非常韧。品尝之后，我就下了决心，下次回安徽老家一定也给老罗带上一包我们那里的豆腐干——茶干。

茶干是五香豆干的另一个名字。汪曾祺曾经有个短篇就以此为题。“豆腐出净渣，装在一个一个小蒲包里，包口扎紧，入锅，码好，投料，加上好抽油，上面用石头压实，文火煨煮。要煮很长时间。煮得了，再一块一块从麻包里倒出来。这种茶干是圆形的，周围较厚，中间较薄，周身有蒲包压出来的细纹……”其实，茶干方形圆形都有，但不变的是那种细纹。安徽的采石矶茶干相当有名，起码对我来说，最早只知道采石矶和豆腐有关，至于此地也是李白同学落水殒命的地方——那都是长大以后才听说的。

老家的茶干和别处最大的不同有二：一是质地略粗，嚼时齿间有幸福的细细的磨砂感；二是回甜，尤其在喝绿茶的过程中，一块茶干嚼尽，笃定满口余香。茶干加工的佐料里并没有茶叶，得名只因为它是佐茶的“茶叶伴侣”。所以，茶馆里一般都有茶干供应，较劲儿的文人还给它取了一个名字叫“中式口香糖”。想想如果弗格森在老特拉福德场边，一手指挥着战斗，一手捏了块豆腐干子，这确实也是个有趣的场景。

茶是豆腐干的绝配。我年轻时嗜茶，去哪里出差都带着一茶杯浓茶，因此茶干也是随身之物。1992年在无为县拍片期间，喜欢上了巢湖产的一种茶干，几天不吃就想得慌。当地有

句著名的话叫“搞点干子干酒”，但我更喜欢用它来伴茶。前几年又一次去巢湖，再买来品尝，天，怎么会这么咸！后来才想明白因为已经很少喝茶了——真为自己当初没有变成蝙蝠而庆幸！（老家民间说法，蝙蝠是老鼠偷吃盐变成的。）不过好歹是豆腐的发源地，安徽的茶干依然有足够多的品种，而且味道足够地道。在北京，好几家徽菜馆子都有以茶干为主料的小菜，像茼蒿香干、茶干马兰头都很正宗，水煮茶干更是另外一种风味。

前些日子，一位文学编辑妹妹鼓励我写点东西，话说得相当悲壮：“我觉得您绝对有写像样文章的潜质，您不会永远甘于写目前这样的豆腐干文章吧？”我心里说，这话可别让罗永浩听到，他可是不折不扣的豆腐干爱好者哦。非常遗憾的是，至今，老罗依然没有尝到故乡豆腐干的味道。几次出差带回的茶干，在送给他之前，都进了自己和儿子的胃。看来，对于这位“干友”，我依旧任重道远。

2009年6月29日

几行千里

再好的生意，再多一些的钱，对他们来说，

都没有自己下一代的成长重要。

中年发福，体重像“咱们这儿”的油价一样，只见上涨不见回落。所以开始有意识不吃晚饭，尤其是消夜。但是因为经常加班，回家路上肠胃急剧蠕动，跟闹钟似的。一路犹豫着，直到看见松榆西里那家淮南牛肉汤的灯光。

这种牛肉汤是一种安徽地方小吃，牛骨架和黄牛肉加香料慢熬，牛肉绵烂，捞出晾起。吃的时候将牛肉切成纸一样的薄片，和粉丝、千张、绿豆饼放在箊篱里。蒙着厚厚牛油的汤锅温度极高，箊篱入锅，一焯即熟。牛肉汤有很强的地域性，在北京吃过几家，不是香料药材放多了夺味，就是牛肉煮得过柴。松榆西里这家，主人姓郝，头一次吃了他家的牛肉汤，我就在微博里给了“无限接近淮南”的评价，并很快成了他家的常客。

和手机号一样，很多吃食都有专属地，往往离开那里，味道会有橘枳之变。所以个人经验，在北京挑选各地特色小吃，我会找招牌上体现的地名尽量详细的。比如说百子湾的四川简阳羊肉汤、木樨地的松香园灵宝烧饼……有时，县市名字还不够，最好更具体到镇或是村，像朝外的乐山马村鱼头、白纸坊的绵阳高水杨米粉……当然并不是所有这样的店家都靠谱，但闭着眼都会强过开在一间屋里天南地北的“名优小吃荟萃”。而且，每每看到这样的招牌，我立刻能想起那些南腔北调、凭着自己手艺满怀希望打拼的人。

不过，老郝倒不是那种苦哈哈讨生活的样子。在安徽老家，他也是个基层干部，本来退休了可以在家颐养天年。但老郝的儿子十几年来北京，做过酒吧的歌手、婚庆公司的司仪，现在算是落地生根了。老两口千里之外不免牵挂，来了之后，儿子忙，老郝和太太又有些落寞，于是便捡起了家传的牛肉汤手艺。

最初，材料都是从淮南运来，时间久了，物流费用太贵，只能选用本地的食材。绿豆饼是老郝自制的，千张换成了本地豆腐丝，尤其是粉丝，淮南的粉丝柔软中带着韧劲儿，而现在用的是河北的粉丝，偏软腻。好在老郝是原汁原味做法，汤味特别正。后厨一口大锅，后半夜就开始熬汤，镗气充盈着小店。

老郝做这个不完全为了挣钱，牛肉早就涨到十八块钱一斤了，牛肉汤一碗还保持在十元人民币，所以，店里的人总是满满的，经常过了夜里十点，这家店还是灯火通明。除了安徽周边的外地人，也有不少本地的顾客。北方人没那么挑剔，经常有本地口音的邻桌，就着十块钱一碗的汤，喝着六块钱的二锅头，说着几十亿的生意，听上去超级过瘾。我这种经常加班的人，每次路过那里都不免要思想斗争一番，有时顾忌自己的体重，很羞愧地加快速度穿过。但那充满动物油脂的鲜美的汤，单是想想，就可以让我满口生津。

前两天，又路过老郝家的店，看到窗户贴着“门店转让”的告示，我不禁吃了一惊。停车进店，老郝问都没问，就从后厨变出一碗牛肉汤来。郝太太则坐在一旁专心答疑解惑。原来，老郝的儿子刚刚当了爸爸，孩子刚三个月。“现在的年轻人不会带孩子，我们看着特别不放心。月嫂也不靠谱，孩子还得自己带。所以，我们打算把店盘出去。”郝太太说。我指着一屋子客人问：“这么多回头客，这么好的生意，都不打算要了？你们舍得？”老郝

嘿嘿一笑，说是有点可惜。“但是，”他提高声调，“再好的生意，也不能有自己的孩子重要啊。”

寒风里，老郝的话我听得明白，来北京就是为了照顾儿子一家，中国人嘛，没有什么比家更重要。

想起在成都二道街一家冒菜店的经历。冒菜和牛肉汤也有点类似，材料也是焯熟。这家冒菜馆，几乎是成都最火爆的，客人往往要排一个半小时的队。去年夏天在成都出差，抽出了一个中午排队，排到将近一个钟头的时候，女主人出来指着我说：“从这位往后的同志就不用排了，我们要关门了。”奇怪的是，我身后的所有客人，没有任何怨言，选择了默默离开。我急了，反复跟主人解释，自己是从北京千里迢迢专程来的。百般哀求，主人方才允应。

冒菜店开在居民楼里，满坑满谷的人，生菜油加海椒的香味注射一般地刺激着所有的味觉系统。享受着难得的美味，心里更加纳闷：这么好的生意为什么不扩大？为什么只在中午营业？老板娘特别利索：“下午我们娃儿就放学了，要做作业，怕干扰……”她一脸自豪：“要知道，我们女儿一直是年级的前五名哦。”“那女儿将来去外地读大学，你咋办？”我问。老板娘想了想说：“那我就去陪读。”

盛夏里的成都冒菜也好，寒冬里的牛肉汤也好，都不是什么特别高级的饮食，只要用心都不难做好。难得的是，主人都是为人父母的劳碌命，这是中国人的传统。几乎每一对中国父母都有天然溺爱孩子的心，再好的生意，再多一些的钱，对他们来说，都没有自己下一代的成长重要——那是他们全部的希望。

2012年2月21日

那些笑脸

食客和小二短暂的路遇往往和有特色的饭菜一样，

能够让你的旅程充满回味。

小时候看《平原游击队》，别人记住的都是李向阳的战友们给翻译官上课：“国际形势是酱紫滴……伟大的苏联红军吧啦吧啦……”我嘴馋，更关心地下交通站的那张饭桌和旁边的小伙计——那是店小二的标准配置——笑容可掬的脸、清脆的嗓音、瓜皮帽以及肩膀上搭的一条雪白的毛巾。遗憾的是，这部电影我看了不下五遍，始终没有看到酱牛肉和花生米上桌后的特写镜头。

世界很小。工作后，居然和演小二的这位演员的女儿成了工作搭档，而且住在一个家属院儿里。每次见到老人家，耳边总会想起那段很长的贯口：“半斤烧酒一盘花生米四两酱牛肉外带胡椒面儿……”一口气不喘报下来还拖着长腔。那时，姓徐的这位伯伯已经从峨影厂厂长的位置退休，当年的利索劲儿已经没了，但和蔼的笑容还在脸上。

经历过无数的店小二和服务员，大部分人，早已经没有了瓜皮帽和白毛巾，我还是能记起他们的笑脸。

刘大勇，山东德州人，在北京三联书店附近一家贵州馆子里跑堂儿。大勇跟我们一帮人混得很熟，能叫出我们二十多人每一个人的姓名，有时候老男人之间要捎什么东西又恰巧没见上面，一般都会给对方留个短信，然后把东西交给大勇，比快递靠谱。有一段时间不去他那儿，大勇就会发短信，或者直接打电话，让我组个局，他来请大家吃酸汤猪蹄花。怎么好意思让他请啊，结果总是一群人呼啸而来，烂喝到后半夜才算完，大勇笑呵呵地坐在一边，偶尔过来接一句不咸不淡的下茬儿。直到结账，某一个人递过去自己的钱包，大勇从里面抽出几张报一个数，然后说：“不好意思，收钱了啊！”然后，再逐一把醉醺醺的人扶到马路边，等他们打车离开，他还站在那里憨厚地笑着招手……店里没人的时候，大勇会坐在店门口，面向着胡同，有一句没一句地跟后厨的贵州人打嘴仗，说的都是黔东南的方言，一股木姜子的味道……他已经两年没回老家了。

陆慧萍的家在广西荔浦乡下，高中毕业那年，她接到了洛阳外国语学院的录取通知，家里却凑不出她去上学的盘缠。于是，她来到了阳朔西街，在一家饭馆里做服务员。西街是桂林外国游客聚集的地方，小陆靠着她高中水平的英语和勇猛的开口能力，居然招来了很多的回头客。我是看了同事拍的纪录片，慕名去这家名字叫“没有”的饭馆，门匾上写着“没有变质的食物，没有热的啤酒，没有不好的服务”，等等。听到小陆和外国人聊天，我都快笑喷了，她的口语像是在短波电台学的，那叫一个含混不清……小陆的结局挺好，一个外国小伙儿后来向她求婚，两个人现在在荷兰定居。出国那天，小陆到北京转机，我开车送她，她还是自己招牌式的微笑：“我现在荷兰语说得不错，要不要听？”我说：“得啦，有你的英语水平垫底，估计你哪国话都敢说。”小陆在阳朔那家餐馆是做西餐的，不知道去了荷兰，她会不会开一家桂林餐馆？

并不是所有的女孩子都像小陆一样自信。有一年麦收季节，在陕西户县（今西安市鄠邑区）采访一位自学成才的乡村教师，碰巧她在广东做服务员的妹妹回来探亲。妹妹叫段金花，一看就知道是见过世面的，打扮得体谈吐不俗。姐姐羞惭地说：“我天天自学，都读

完大本了，还没有初中毕业的妹妹知道得多。”姐姐的话激发了我们一个新想法，想随着妹妹去她打工的饭店看看。不久，我们如约赶到了东莞长安镇的一家酒店，金花却没有出现。原来，这里的服务员除了上菜，还有义务陪侍。拍摄没有进行下去，但金花其他的姐妹们在客人面前的笑容，至今想起来仍然让我不寒而栗。

最早知道店小二这个词，是在《水浒传》之类的古典小说里，他们几乎都没有自己的名字，出场也基本上是给大英雄展示性格做铺垫用的。而在真实的生活里，经常结识各色的店小二，他们大都远离故乡和父母，只身在他乡打拼，都很有个性。记得当年选择做传媒，是受了一位东北作家的蛊惑。他在文章里说，每个人只能活一辈子，但做记者，你可以伴随很多陌生人的生命轨迹前行。其实，食客和小二也是陌生的，也是一种相逢，这种短暂的路遇往往和有特色的饭菜一样，能够让你的旅程充满回味。

不过，现在挑饭馆，除了味道，我一般只去有熟识小二的店家，并且适应了这样知根知底的信任感。管理严格的大酒家，把服务员训练得像一个模子出来的，反倒很少去了。比如我们单位门口的一家河南馆子，菜也就那样，所有服务员却统一穿着诱惑无比的山寨空姐制服，仪态举止整齐划一，说奥巴马式长排比句，热情而不容置疑。尽管很养眼，但说实话，就像机器人，我实在分不出谁是谁。

2009年8月12日

在食物里找到人生的注脚

“有时候你会发现，用文字回味美食，

大脑皮层的多巴胺分泌速度，

甚至超过享用时的状态。”

地球按下了暂停键，却总有人步履不停。

继《吃的江湖》《粤食方知味》之后，林卫辉老师的《寻味》又要问世了，这是他一年之内，出版的第三本美食随笔集，它能让人感受到一种勤奋，这么短时间，输出近五十万字的“干货”，我估计国内美食作家无人出其右。

和我一样，许多人对辉哥如此高产感到不解，怀疑是否有枪手存在，起码应该有AI写作软件吧？

“我的软件在这里。”辉哥指着自己的脑袋，旋即把食指尖转过来，“而这个就是我的枪手。”辉哥拿起手机演示，在不大的屏幕上手写输入（是的，手写输入，拼音对潮汕人一贯不友好），录入文字像速记一般行云流水，直逼好友闫涛的语速——闫涛老师也是美食家，话语密集症患者，日常说话每分钟平均234字以上。

“我不挑环境，更不需要红袖添香，等车的时候我都能写几百字。”辉哥继续展示他的宝贝，他不仅所有写作都在这台手机上完成，甚至可以同时推进几篇，而且不串台！好几个文件夹，分布着他正在构思、写作和修改的文章，这哪儿是手机啊？完全是美食专栏生产流水线。

位于天河东路一座现代化写字楼，辉哥的办公室在××层，巨大的茶海边，辉哥不紧不慢地泡着茶，屋子里飘着好闻的凤凰单丛的味道。

“我基本不怎么来，司机都比我来得多。”辉哥说。相比办公室，这间屋子更像储藏间，写字台、茶几以及地板上，几乎密不透风地摆放着各种茶和酒，其中一些价格不菲的“尖货”，显示着主人的品位。

林卫辉是位成功的商人，在多个领域打拼十几年，积累了还算殷实的身家，现在他的投资转向人工智能领域，公司有职业经理人管理，运转正常，自己成了甩手掌柜。“我主要的工作，就是和客户吃吃饭，沟通信息，联络感情。”辉哥说。

衣食无忧，已过知天命之年，这也让辉哥成了广州知名的“地主”。闫涛老师用“急公好义”概括他的日常，一方面是指他仗义，愿意帮朋友出头；另一方面是慷慨，全国各地的美食家落脚广州，或多或少都吃过辉哥请的客。

请客的副产品，是有更多的接触美食的机会。辉哥认为，自己之所以在美食方面有些建树，主要缘于“饭吃得多”。往往一顿饭刚吃完两小时，他文章就出来了，洋洋几千言。“有时候你会发现，用文字回味美食，大脑皮层的多巴胺分泌速度，甚至超过享用时的状态。”辉哥得意地说。

辉哥的另外一个身份，是我们团队纪录片《风味人间》的美食顾问，他对食物博闻强记的能力和强大的检索能力，曾经很多次给我们以帮助。

去年制作《风味人间》第三季，其中一个故事，是讲鲍鱼的水下养殖和烹饪。之前我们的美食纪录片，聚焦更多的是平民食物，对鲍鱼这种中国“传统高档食材”研究不多，因此在前期调研方面遇到了一些困惑。

导演团队找到辉哥，希望更详细地了解中国人对鲍鱼口味养成的历史。问题提了一长串，比如中国食用鲍鱼的时尚变化，中国的古人更多的是食用干鲍还是鲜鲍，东南亚、日本和我们在加工干鲍方法上的差异，等等，一股脑提给了辉哥。

本以为他第二天或者更晚的时候会给回复。没承想不到五分钟，他发来一篇文章，附注留言说，这是自己之前的一篇文章，基本上把我们的问题都回答了！之后，他微信又发来一些文字补充，应该也是从平时的食物笔记中复制粘贴而来。从这里可以看出，林卫辉是一个非常合格的学者型顾问，我们的小伙伴亲切地称他“行走的美食工具书”。

对食物的认识，辉哥和我们的价值观也有很多的相通之处。他流连于高档餐厅，也不排斥街头排档。更重要的是，他的所有的美食文字都是“双引擎”的：一方面他痴迷于食物考古，把许多语焉不详的食物记载进行系统性汇总；另一方面，对所有的记述，都转而用现代科学的目光重新审视，把食材的纲目科属种，食物的具体成分，以及加工和烹饪时的物理化学变化写得清清楚楚。这是一种现代科学认知对中国传统食文化的重构。这个工作，与我们团队完成美食纪录片的创作流程非常类似。

辉哥的工作方法，源自他青年时代的训练。

1987年，十九岁的林卫辉高考，从家乡饶平到广州，进入中山大学法律系学习。长夏无冬的城市，绿树成荫的校园，东21楼，十人一个宿舍，没有风扇。他最大的梦想，是能够通过抽签，住到通风的上铺的位置，但运气不好，四年抽了六次，居然一次都没有抽到。

为了减少在闷热的宿舍驻留，年轻的辉哥不断参加各种活动。当年流行辩论赛，他参加了学校的辩论队，并且很快成了主辩手，很多快速的“应激”反应能力和搜索证据的能力，正是那个时候培养出来的。

今天的餐桌上，辉哥还会经常表现出辩手的范儿，引经据典地捍卫自己的观点，尤其和老朋友一起更是这样。有时候，看到他坚定铿锵语不惊人死不休的认真劲儿，真的很担心朋友之间伤了和气。

当然，和不熟的人一起吃饭，辉哥更多地会被他的高情商左右。即便有不同意见，他也会十分谦逊和有分寸地笑笑，找准时机，再缓缓说：“不过呢，我听过有另外一种说法哦……”然后小心翼翼阐述自己的观点，并且随时可以打住。

作为美食作家，辉哥几乎是一夜之间出现在美食爱好者眼前的，很突兀，但也是情理之中，就如同他自己的答案：“从来没有所谓的横空出世，只有经年的积累。”他是一个善于收集和总结的人，对美食的阅读和感悟不过二十年的时间，但集腋成裘，才有了今天的收获。

过往的中国文人美食写作，更多是借由食物抒发自己的感怀，这大都因为对现实有某种失意或叛逆。清代的袁枚，年过而立仕途不顺，决意辞官归隐废园，以诗文和美食与世界打交道，最终在晚年写下了中国美食史上最重要的著作《随园食单》。

辉哥真正接触美食文字，也是和袁枚辞官时差不多的年纪，那是他人生经历的一次低谷。对此，辉哥自己从不避讳。

在那几年的时间里，他选择了读书，最初读苏东坡，寄望找到一些励志内容。“没想到读来读去，最让我心动的，倒是那些有关食物的文字。”辉哥回忆说，“就像在黄州，苏东坡能自己找乐，尽可能把日子过好，这是支持我在那个时候认真读书的原动力。”

这是他美食阅读的原始积累，他的“第一桶金”。其实苏轼写美食，加在一起不过千余字而已。但在辉哥心目中，它们至今依然排在《山家清供》和《随园食单》之前。更重要的是，苏轼见到食物就喜形于色。美食真有这么大的魅力？这让他想“探个究竟”，自此一头扎进古书堆里，并做了海量的读书笔记。

那些关于美味的记述，点燃了他对生活的希望，在那段幽暗的岁月，也激活了他对童年的记忆。

海山岛（海山镇），林卫辉的出生地，他的童年一直和南中国海北缘的这片潮汐相关。至今他都喜欢自夸，在中国认识海鱼最多的人里，可以排名前一百。

每天一放学，他和小伙伴就到海边去在滩涂上寻找，给家里的餐桌做补充和点缀。寒暑假也会去码头上帮忙，能“得到几分零钱”，或者吃到“一碗猪肉汤面”。但当年的他，觉得海岛上一怕干旱，二怕台风，渔民太辛苦，他决意靠读书改变命运。

父亲在相邻的钱东镇行医，辉哥跟到这里读中学。父亲相熟的一位厨师，南人北相，每次做席，这位高个子乡厨，都会先把蒜末炸酥，做出来的菜，味道便与海山镇完全不同。当年他只是好奇，也没有多想。这些往事，更多的是在那几年，他靠读书纾解困顿的时光里反复回忆和咀嚼的。

如今的辉哥，是炙手可热的美食作家，书商们眼中的现象级写手，他们纷至沓来要求合作。我个人倒是有一个不成熟的想法，希望辉哥写慢一点。

几年前，我给一家公司录制美食音频节目，在网络播放，两周一期。为此，我逼迫自己读书，那一年多时间，我的收获确实很大。然而“萝卜快了不洗泥”，现在重读当年的文字记录，有很多遗憾，也有一些错讹。每想到此，不免还会脸红。

后来，陈立老师给过我提醒，他说：“人的阅读过程，实际上是个摄取的过程；思考过程，才是一个消化过程。”用陈立老师的话说：“最好的状态是有限地阅读、有限地听闻和无限地思考。”毕竟，思考才是最有价值的，我虚长辉哥几岁，很想把陈教授这句话转赠给他。

今年3月，儿子从广州去美国，我带他去看黄埔军校旧址，顺便拜访辉哥的家。黄埔社区进门处便是菜场，种类繁多，对我这个北方人来说，眼睛完全不够用，各种艳羡。

辉哥像个导游，一刻不停讲解。比如见到被广州人称作“清明菜”的蔊菜，他便介绍，这就

是《礼记》所说的“薤”，“脂用葱，膏用薤”，曾经是用来给猪肉调味的.....说到吃的，辉哥眼睛里总闪着异样的光。

岭南，留存了那么多中国古老的生活方式，就像藟菜，穿越两千多年历史，还能静静躺在现代菜市场里。辉哥开车带我们去军校，一路不停看见珠江水系从车窗外掠过。海山岛出生，定居黄埔岛，这像一个闭环，也像一个隐喻。

进军校参观，辉哥没有陪。他坐在大榕树下，掏出了宝贝手机，直到我们父子出来，他的写作姿势都没变，估计又有一篇新文章要出来了。看着一个年过半百的汉子，在经历了少年得志、仕途意外和商海打拼之后，能够这么云淡风轻地做着自己热爱的事情，这也算是得偿所愿吧。

辉哥心大，估计他的美食写作一定是按下倍速键的，而且不管这个世界是在暂停还是后退。虽然又想起陈立教授的话，我最终还是没说出来。（更多资源分享v booker527）

2022年9月15日

罗朗的功课

所有的艺术家都是心理不健全的人，
他们在意自己的表达，但不一定在意你是否能懂，
因为，并不是所有的客人都是精神科大夫。

罗朗（Michael D. Rosenblum）拥有很多头衔：餐厅主厨、作家、人类学研究者等等，但更多的时候，他愿意别人叫自己学生，一个中国文化的学习者。

他的足迹遍布中国大江南北，在宁夏红寺堡跟代代相传做面条的家族学习拉面技艺，也在甘肃青海交界的安多草原，学做藏族传统的牦牛酥油、酸奶和奶酪，还在贵州的威宁，请彝族和白族师傅教授他做腊肉和火腿的工艺。

我收到过罗朗寄来的腌菜、豆酱和两种茶，用这些招待客人，每每收获称赞时，我都会说，这是一个外国人做的，随即就可以看到对方惊讶的表情。从这一点说，罗朗是个名副其实的“学霸”。

不过，罗朗的这种千里而往的学习，往往是细碎而非系统化的。我曾经问他，为什么不在中国境内拜一个有名望的师父，因为在中餐传统里，师承，有着格外重要的意义。它不仅能让你接受系统的训练，拜师这件事情本身，也是烹饪技术传续，厨师体系开枝散叶、发扬光大的关键。

罗朗说自己做过尝试，但无论在中国还是美国，他都没有“机缘”拜在某位中餐师父的门下。罗朗笑着摊开手：“可能是他们觉得，一个外国人，不可能用功，不会吃苦吧。”

后来，在与罗朗的通信中，他更详细地分析了关于师承的一些认识。由于历史原因，中餐不太相同。教学内容上，中餐更偏重实践，而西餐偏理论。教学方法上，西餐要求厨师是全面的，而中餐会在刀工火候、红案白案方面有更精细的划分。除此之外，“美国相对简单，学徒更像学生。在工作中表现出忠诚和努力，同时展示出某些方面的天赋，老师会给出一些建议。而在中国，师父更像一位掌握核心技艺的人，这些技能可能是他们谋生的唯一方式，所以在传授的时候，会非常谨慎”。对这一点，罗朗表示理解。

事实上，罗朗在少年时代，因为家庭经济原因辍学，不满十六岁便在亚特兰大唐人街一家叫“龙珠”的中国餐厅帮工，加之他此前习练咏春拳的经历，让他迷恋上中国文化，并且开始学习中文。

高中毕业那年，罗朗立志做一名专业厨师，他把想法告诉了表哥安德鲁，一位有新闻学硕士学历的米其林三星餐厅主厨。表哥赞同他的想法，同时希望他不要放弃教育和深造，于是罗朗在完成烹饪学校学习后，边工作边学习中文，并且在1998年，以交换生的身份进入上海师范大学学习。

如今距离罗朗第一次来中国，已经过去了二十五年，他已经习惯用中文自由表达。这位康奈尔大学学士、香港大学硕士，在担任我们纪录片顾问期间，曾给《风味人间》的导演们

做人类学培训，主题是“耕种对于谷物民族的意义”，一个半天，全程都是流利的普通话。

然而，罗朗的烹饪“童子功”，却是在美国烹饪学校打下的基础。和使用语言不同，中餐和西餐烹饪，无论世界观还是方法论都差异巨大，它们就像两套不完全兼容的操作系统。做中餐，罗朗经常像一个非母语写作者，想在异国他乡实现作品表达，显然不是件容易的事情。

我猜想，这或许是他投师无门的真正原因。

广州沙面，一座民国时期建筑的顶楼，“朗泮轩”就在这里。这是罗朗的工作室，天台上密植茼蒿、罗勒、迷迭香一类的香草，郁郁葱葱，他和团队的几个年轻人不停地忙碌着，两条狗穿梭其间。后厨很宽敞，整齐摆放着琳琅满目的餐具和厨具，我同事笑话他说：“哎呀用得了这么多刀具吗？中餐师傅一把刀搞定的事，真是差生文具多……”罗朗笑笑，并不作答。

2019年，罗朗从北京搬到广州定居，他喜欢这座四季可以闻到花香，同时有着深厚历史传统的城市。他与合伙人高克宁打算用这里做一个美食工作坊，把十年以来他做中餐的功课和心得做一个总结。经过漫长的装修和调整，一切就绪的时候，全国餐饮业遭受新冠疫情的重创。尽管罗朗的菜得到了很多明星和美食家的赞誉，但人气一直没能有根本的扭转。

作为主理的罗朗，脸上却也看不到任何焦急，他照样旅行、读书、参加电视节目拍摄，似乎“生意”与他无关。在餐饮同行看来，这是一个另类。

的确，在“什么是一顿好饭”这个话题上，罗朗的认知与我周围很多人都不相同。中国餐饮十多年来已经连跃了几个台阶，无论在出品、环境、服务、客单价上，都已经非常有清晰的目标以及分层的服务对象。在大多数人看来，一顿精致的餐饭，首先可能要顾及顾客的口舌的满足，在此基础上的多重感官享受，则是意外之喜。而罗朗并不这么看。在他心中，传统文化的意义可能大过时尚美味的追求。

其次，对很多人来说，高档的饭菜，起码涵盖了高级的食材。而罗朗的烹饪逻辑与之相反，他希望用平凡易得的食材，加上fine dining的理念俘获受众。所以他的出品里，很难见到鲍翅燕肚和松露、鱼子酱，却会花四十分钟，把黄瓜先切条、腌渍脱水，再编织成“绣球”的模样。在他看来，精心和巧手的价值甚至高过昂贵的食材。显然，这并不能得到很多客人的认同。

“食物是平等的”，虽然我们没有能力质疑这句话的政治正确，但在国内现有的商业情境里，它要得到更多消费者的认可，还有很长的道路要走。拍美食纪录片，我们做过观众调研，中国餐饮业的消费主力大致的分层是：温饱型、美味型和审美型。三者的人群规模，不仅仅像金字塔结构一样正向分布，而且前者更偏重生理，后者更偏重心理。我相信很多慕名前往朗泮轩的人，或许是带着“与美味邂逅”的期待的。

罗朗的另类还在于他不满足做一个传统美食的复制者，而一定要在传统的基础上加上自己的创作。前面说过我品尝过罗朗做的小点心和泡菜，其实已经非常美味，但在他艺术创作的宏大叙事过程中，这种美味被稀释得非常克制。于是包括我在内的客人，在品尝的时候会觉得有“异样”之感，我跟罗朗用“翻译腔”来形容。

这些道理，我想罗朗都是清楚的。然而他拒绝妥协，对他来说，坚持自己，坚持个人化烹饪理念表达才是最重要的。

有一次我给他举了一个例子，希望对他自己以及餐食的定位“有所帮助”。当年传统电视里有一档节目叫《外国人唱中国歌大赛》，很受欢迎，但大多数观众在意的，并不是那些真正属于音乐的艺术部分，而在于“像不像”三个字。但凡选手的中文发音很准确，大概率就及格了。加上声线再类似原唱，几乎肯定晋级。要是在互动环节，这人还能自嘲地讲一些俏皮话或中国方言，那么，笃定直接进决赛了。

然而，罗朗恰好是一个认真的人，不苟言笑的他，在陌生人面前很温和，但这不妨碍他在知心朋友面前，展露他性格里固执甚至乖戾的一面。我和罗朗也在别的餐厅吃过饭，每道菜上来，他的眼神都会发生变化。观察、品尝，甚至要在小本本上记点什么，显得了无生趣。是的，他是一个另类，一个孤独的另类艺术家。

心理学家陈立老师是我们节目的总顾问，我向他请教过罗朗带给我的兴奋和困惑。陈老师的答复有些意思。他说的大意是：其实所有的艺术家都是心理不健全的人，他们在意自己的表达，但不一定在意你是否能懂，因为，并不是所有的客人都是精神科大夫。

其实，单纯从烹饪的角度，我了解罗朗的水准，他绝不逊色于我们常见的米其林星厨。

第一次认识他，是几年前出席美国大使的官方宴会。罗朗做了六道菜，用以诠释美国人二百多年的生活方式的演变。在这些菜里，不仅能够看到时代的更迭，也能体察出北美大陆从北到南，口味的细微差异。那顿饭罗朗的总结发言说，美国不只有千篇一律的快餐，也有非常有趣的、因为风土和人群而风味各异的食物。后来，去美国出差，罗朗又给了我一个纽约曼哈顿的食物索引，有餐厅、有菜场，甚至还有路边的小食，我明白，他是用一个学者的视野来推荐美味。

在朗泮轩，罗朗的菜也能让我屡屡斩获新知。每一道菜品上桌，都会伴随一张文字说明卡片，包括这道菜的历史背景、灵感出处、自己的烹饪心得等。尽管这顿饭吃得有点像“看电视屏幕上弹幕横飞”，但我确实也明白了一些罗朗的用心：那盘叫“龙珠记”的春卷，实际上是在纪念他曾经帮厨的唐人街餐厅；这个叫“喀什之夜”的皮辣红、烤肉和馕的组合，讲述的是他斋月里在南疆饥饿难耐的难忘旅行……

更让我记住的是那些带有独特创意的作品。比方他别出心裁不为展示刀工的“菊花豆腐”，再比如他有悖常理地用四川料汁作底的“酸辣焗扇贝”，尤其是有一道主食——在碗中用糍粑绘制的“坛城”，要两个人、接近三个小时才能制作完成，品尝的时候，却要看到一幅艺术作品的消解和幻灭，这已经有某种哲理层面的意义了。

更有意思的是，我捧着那块糍粑咀嚼前，我们正在争论关于“美味”的话题。罗朗问我：“它不美味吗？”其实，这就是一个普通的青稞饼啊。我回答说：“有些香甜，但口感有些粗粝……”意思是说，可能离国人说的美味还有差距。但他说：“粗粝，这不恰好也是接近自然的一种味道吗？”

这句话让我想了很久，甚至影响到后面纪录片的创作——美味，并不只有一个标准，反倒是对所有曾经温暖过我们的食物，都应该心存敬畏和感激。

广州，这个以美食著称的城市，朗泮轩确是一个独特的存在。打开餐厅评价程序，它的评分不高，而且评论区充满了各种争执。与此同时，工作室的运营压力一直都没有消失，加之国际环境的复杂变化.....

“为什么一定选择在中国生活？回美国开餐厅不好吗？”我问。

罗朗并没有回避，他承认目前存在一些不确定性，但同时并不认为回到美国问题就能解决。他用婚姻来打比方：“有些人保持婚姻的关系，并不是婚姻里没有问题，而是自己投入太多，所以保持这种关系本身是一件有意义的事。”相比去留，罗朗更关心的是自己创作的被接受和被理解程度，但他自己并不打算有所改变，他还在等，等自己琴弦断去的那一刻。

2023年2月20日

所谓美食，不过是一次又一次的相逢

吃了团圆饭，我捧着酒杯，

心里想，世界上最好吃的果然是人。

农历腊月二十九的首都机场，一眼望去，满是期待回家团聚的脸庞，而我刚和家人告别准备出差。

已经不记得这是我第几个春节没在家过了。新年是食物汇聚的高峰，拍摄与美食有关的纪录片，这是最“出活儿”的关口。所以这些年，一俟佳节临近，我和工作同伴就会整理行装，踏上征程。

这么说，其实没有一丁点儿抱怨或者诉苦的意思。都市里的农历新年，味道越来越淡，春节这种农耕社会盘点收成、休养生息的遗存，现今只能到山海之间去感受。此刻的我充满期待，不知道等待我的是哪一种美味。

赶到皖南的小山村已是深夜。看了张平导演和摄制组几天来拍摄皖南火腿的影像素材，心里踏实了很多。汪姐叫汪兆慧，是这次拍摄的主人公，春节前，她和丈夫备好了年货，还精心腌制了两条火腿，这与几百年前生活在这里的人们庆祝新年的方式如出一辙。这是只有在现代文明影响力覆盖减弱的偏远地区，能够遇见的景象。

第二天一早，踩着深巷中鞭炮的碎屑，穿过阴冷的雾霭，眼前出现一座巨大的宗祠——叶家祠堂，这里曾经是电影《菊豆》的拍摄地，旁边一座两百多年的院子就是汪姐的家。年三十，我们的拍摄还会在这里继续，要记录汪姐一家的团圆饭。

汪姐十几岁嫁到叶家，如今已经是两个女儿的母亲，这些年她见的摄制组很多，当初张平导演为了皖南火腿过来村里踩点，很多人家都以过年太忙为托词拒绝了我们的拍摄。开民宿的汪姐看到了我们的万般无奈，心一软接纳了我们。她是村里公认的勤快人。“只要年夜饭能让我们团圆，其他的你们愿意拍就拍吧。”汪姐话里的意思是，除夕对农家来说是十分重要的时刻。

白天的拍摄准备十分顺利，我还是有点担心同事们的晚餐，尽管大家都说一碗泡面足矣，但大过年的……我决定努力一下。网上信息显示，这一天方圆几十里没有开张的餐厅。我只好打开通讯录，准备找朋友“下手”，并且聚焦到三个人身上：美食顾问周墙、名厨叶新伟和好友寒玉，从距离上看，寒玉在碧山村的民宿“猪栏酒吧”最近，先给她发微信，把前因后果简单说了。

寒玉还没有回微信，门外却响起一个女声：“请问陈晓卿可在？”我从楼上看下去，这不是叶静吗？叶老师是我在北京的好友，十多年前的一次徽州之行，让我感受到这里的安静和美好，安徽同乡叶静在北京听了我的描述十分心动，便决定和朋友一起去皖南买一个老宅。但我不知道，老宅居然就在汪姐家的旁边！接到寒玉电话，她立即过来找我。“不耽误你拍摄，晚上去我家过年三十哦，寒玉也来。”叶静做电影出身，特别利索，说完就回去准备了。

美食真是一个特殊行业，外表光鲜，实际上甘苦自知。就像我，朋友们在微信和微博上，感觉我每天就是吃吃吃。其实吃什么自然很重要，但更多的时候，我更喜欢和能说得来的的人一起吃：没有工作的压力，没有利益诉求，甚至没有主动拉关系、交朋友的欲望。

然而拍摄美食纪录片让我的饮食节律非常混乱，有时候会一日多餐，我曾经一天吃过六顿“正餐”，也曾经一顿吃过五十七道菜，发自内心说，这都是很累的事情。当然，在工作忙碌的时候，也有连续三四天盒饭的经历，饿肚子拍摄的情况也不在少数，所以能接到这样的邀请，我自然非常感动。

尤其是年三十，谁家不吃个团圆饭呢？谁家在这个时刻还会接待莫名其妙的一堆客人？只能是关系特别好的密友。那天晚上，摄制组七个人来到了叶静家，饭菜都已准备好，寒玉拿来了儿子做的精酿，叶静从北京背了一只内蒙古的羊，只加了盐，炖了一天，摄影师大飞是呼伦贝尔人，刚喝了一口羊汤就直呼“卧槽卧槽到家了”。

那一天，在震耳欲聋的鞭炮声中，全剧组的人都过了新年，摄制组和寒玉也都像叶静的临时家庭成员，特别开心。

吃了团圆饭，我捧着酒杯，心里想，世界上最好吃的果然是人。

潮州，大年初一一早，我们汽车、高铁、飞机，才到了潮州。到潮州的时候又是一个夜晚了，和之前一样，看片，讨论，第二天早上上山拍摄，因为是年初二，导演老费天不亮拎着一包饼干交给我，提醒说，今天我们可能没饭哦。

一直陪同摄制组做田野调查和拍摄的汕头美食家林珂却笃定地说，想想办法，饭还是有的。

要知道，我们拍摄所在的五址村离标准意义上有商业的集镇还有十多公里，村委会主任说尽可能地给我们安排一顿饭。导演和摄影师忙碌地拍摄。

由于今年气候太暖，五址村的茶山上，茶叶提前到了采摘的季节。茶农们无心过年，都在山上忙碌，梯田上经常能看到一家老小都在忙碌。大人们在采茶，老人带着孩子用土块砌好了一个小小的土窑，燃上火，把玉米、红薯，和腌好的整只鸡放进去。孩子们开心地把土窑压塌，让火的余烬把食物炊熟。

我在一边看着，心里想的是另一个摄制组在安第斯山拍摄的Pacha Manka，古印加人的大地之锅和我眼前看到的是那样地相同，只不过我们放的是鸡，而他们用的是豚鼠。

食物是我认知世界最有效，也是最有趣的通道。一个小小的烹饪行为却能让我看到远隔太平洋的人们共同的生活智慧，从食物的角度来说，世界上没有任何一个饮食孤岛，人类本身就生活在同一个家园。

我和助手决定在林珂的带领下先去吃饭的地方一探究竟。这家没有名字的餐厅只有一张桌子，就在村口，然而餐厅老板一家正在享用午餐，老板娘一摊手，说着我们听不懂的潮汕话，但我知道她的意思是说，看看，家里什么都没有了。

老板娘叫曾德艳，是四川宜宾人，不过连林珂这样的潮汕土著都听不出来她的口音，她已经是一个地道的潮汕媳妇了。于是我开始用我拿不出手的四川话和她套磁，说到了黄金芽

菜、大刀白肉、竹笋竹荪、姜鸭面，老板娘脸上才绽出笑容，害羞地说，你讲的这些要我妈妈才会做。显然，刚才的冷漠渐渐化解，老板娘决定给我们做一餐饭。在很多地方都是这样，说到故乡，说到故乡的食物，这是人和人之间非常好的沟通媒介。

我非常理解老板一家此刻的心情，原本年初二是潮汕人回娘家的日子，她的母亲在韶关，和弟弟一起生活，原计划她们是要开车五个小时去韶关，趁着高速路免费，由于我们的到来，这个计划只好搁置了。

老板娘在摄制组到来之前，从邻居家买了一只水鸭炖上，打了边炉，然后又把二姐家春节做的一只白切鸡拆了，摄制组风尘仆仆出现的时候，菜已经摆满了一桌，而我和林珂已经喝了好几泡岭头单丛。

拍摄纪录片的人就像行脚僧，镜头前的任何变化都有可能让一顿饭消失得无影无踪，然而再回来看，饭做得有好有坏，只有当你饥饿的时候，饭才变得更加香甜。

吉林敦化，牡丹江在这里拐了一个弯，新民村就在江边。初十那天从延吉机场出来，对面一个敦实的、穿着呢子大衣的男人跟我说，陈老师，我是择授，杨波让我送您去新民村。

择授陪着我在市里简单吃了口饭，外面突然开始下雪了。到新民村大概三个小时的路，开车的择授说，看起来今天我们到不了村里了。雪越下越大，好几次我都想着要不要返程，择授拍着方向盘说，你要相信我的驾驶技术。择授从前看过我的纪录片，也为敦化的杀猪菜能够被我们拍到而自豪。雪越下越大，摄制组为了安全回到靠近公路的一个小镇上等我，晚上我们就在镇上一个小旅店住了下来。

第二天天不亮，又经历了半个多小时的车程，艰难地到达了摄制组所在的小村子，眼前的一切让我非常吃惊。目所能及处荒无人烟，只有几家房顶的烟囱冒着炊烟，一切安静极了。我天生怕冷，前一天在供销社买了棉裤，但很快就吹透了。和内地不同，这里的团年是以村庄为单位，杀猪，办席，都需要很多家人过来帮忙。主人公老刘家杀了一头三百斤的大猪，我第一次明白了过去我们在城里吃到的杀猪菜实际上是不能称作杀猪菜的。用科学家的说法是，猪肉在最初的五个小时风味最为饱满，只需要白水煮一煮就有别样的甜香。

和全中国一样，全村只剩下老人和孩子，春节对他们来说，和传统意义上的欢聚已经有了很多微妙的变化。好在东北人骨子里喜欢热闹，从初期开始，村子的秧歌队每天排练，也每天聚餐，在摄制组导演的眼里，各家各户的菜，差异非常小，更多的是人和人之间的情感交流。

这种一个自然村落依赖美食聚集起来的力量，是我们现在能够看到的最后乡村中国的新年景象。

这里我只是把个人的春节行程做了一个梳理，其实从元旦开始，到6月30日，我几乎马不停蹄地在几个摄制组之间来回奔波。六个月，在北京安定地待着的时间不超过二十五天。

我说这些不是为了显示自己有多辛苦，就像春节，可以选择在家团圆，同样也可以看一看中国农业社会最后的样貌。我们过节的年味儿在一天一天变淡，而只有在平时我们无法看到的乡村里才能感受这种农耕文明遗留的强大传统，更何况在这一路上，有这么多有趣的

人，他们的巧手又创造出这么多美好的食物。

八个月后，《风味人间》开播的那天，汪兆慧、林珂和择授都给我发来了短信，我和他们相隔万里，半年前的相逢在这时候重新让我感觉到了温暖。

用我朋友老六的名言：你带来欢笑，我有幸得到。

我的感恩之情是延续在我的工作里的，所谓美食，不过是一次又一次的相逢。

2018年12月31日

辑六

我是怎样没有成为美食家的

我喜欢这样的场所，它抛除了一切和食物没有关联的环境、交谈、面子等等前戏，直奔食物的高潮而去。吃东西，对我而言，能大厅绝不包间，能路边绝不酒楼，能露天绝不室内，能站着绝不坐下。

本质上，我永远没有办法离开街边小店的气氛，我依然觉得美食的终极目的，是让人在进食过程中感受到生理和心理的幸福。

我是怎样没有成为美食家的

美食的终极意义在于获得幸福感。

这种幸福感是非常主观的，

吃家常菜得到的满足感，吃燕鲍翅并不一定能得到。

因为工作，这些年总混美食圈。然而，正因为喜欢路边店或者苍蝇馆子，总有朋友找我理论，一般会从环境文化、店面卫生一直说到烹饪技艺。如果做这样单项PK的话，和那些逐渐形成品牌的名门大店相比，路边店确实没有一项有获胜的把握。后来，为了避免口舌，我都会祭出一招撒手锏：小馆子，便宜，吃得起。

比如这些天我常去的一家路边店，叫“张妈妈”，三个人吃到肚歪也不过百十元。价格实惠，再加上位置又在单位附近，很快，这里成为我最近几周的食堂。这家张妈妈是分店。关于这个在北京顽强生存下来的薄利四川小馆有很多传说，据说也有不少投资人给他们设计了新的营利模式，但他们仍然还是成渝两地街边小馆的路数，材料新鲜，上菜快，下手重，镬气旺，走大众家常菜的套路。比如回锅肉。和传统回锅肉不同的是，张妈妈的回锅肉切得特别薄，旺火成形，夹一片，配上斜切成马耳状、刚刚断生的青蒜苗，满口都是略带辛辣的脂香。再比如口水腰花，用泡椒和鲜椒炒出香味，加入四川酸菜丝和生姜丝烹煮，开锅时下处理好的腰花，酸辣麻爽立刻附着在鲜嫩腰花的每一道切口上，吃起来让人欲罢不能。这里几乎所有的菜对主食都充满“仇恨”，每一道上来都能消下去一碗米饭。

下米饭，这是家常菜天经地义的任务。那天吃完，我很满足地发了一条微博拉仇恨，效果不错。不过也有人留言，说张妈妈不过是遍布北京的成都小吃的水平，还有人说不要误导读者对美食的判断，真正的美食是味觉艺术，而不是果腹。针对前一种意见，我很容易回答。因为绝大部分的成都小吃并不是专业厨师在操作，菜品质量和口味飘忽不定。而张妈妈的菜虽谈不上精致，但不仅对川渝家常菜的还原度很高，而且出品相当稳定。而对于第二种意见，我觉得可能是价值观上的不同，这个问题要回到“什么是美食”这样的基础讨论中展开。主流美食家认为，美食是现代商业发展的产物，而薄利小馆往往很难负担高昂的运营成本，很难形成品牌，理应被忽略。但我总觉得，如果小馆们都为了商业运营而大幅度增加成本，价格自然水涨船高，很多人也会因此无法光顾。

个人以为，美食的终极意义在于获得幸福感。这种幸福感有时候和食物本身相关，有时候和生活经历相关。在近三十年的纪录片从业经历中，我一直喜欢寻找接地气的题材。尽管为主流电视台服务，但我的本职工作也不用和商业名流当红明星打交道。每一天，我从镜头中看到的都是普通百姓的面孔，张妈妈这样满是人间烟火的小馆让我特别踏实。反而和成功人士在一起时，我会不自觉地拘谨起来。

我的很多美食家朋友都告诉我，希望我多了解一些高大上的食物，比如宫廷菜、官府菜、盐商菜。对这些菜的品种，我很尊重但一直没有心思去研究。说得极致一点，我不是对菜不感兴趣，而是对官府、商人不感兴趣。我尊敬的一位大哥一直对我很关心，他恨铁不成钢地教育我：“你不能永远满足于扫街嘴，吃大肠的和吃燕鲍翅的永远不是一个阶级。”我知道他说的是事实，我也不排斥一些像艺术一样精致的美食，而且，在我偶尔需要请客的时候，那些装潢别致、服务周到、菜品设计精心的高大上餐厅，确实满足了朋友们的口舌

之欲，以及我脆弱的虚荣心。但本质上，我永远没有办法离开街边小店的气氛，我依然觉得美食的终极目的，是让人在进食过程中感受到生理和心理的幸福。这种幸福感是非常主观的，吃家常菜得到的满足感，吃燕鲍翅并不一定能得到。就像莫言笔下的奶奶在高粱地里野合，秦可卿在天香楼中云雨，如果两者相较，我更喜欢高粱地里的自在和天性。

就这样，我总也走不上美食家的正途，自己也挺遗憾。就像年前，我又去了张妈妈的小馆子。那天有点早，店面刚开门，伙计还在干活儿，有个中年女人在择着辣椒，另外三个人在串着钵钵鸡里的串串。我坐下点了菜，继续听他们的聊天。临近春节，话题围绕着回乡。

小伙子说年后他还会回来，因为有个心愿还没完成。“我非常想知道茅台酒的味道。”小伙子说。

操着椒盐普通话的中年妇女甲：“没有喝过，但我知道，一瓶要一千多块钱。”

中年妇女乙：“我也没喝过，但我知道，我老公说，好酒喝了，第二天脑壳不疼。”

中年妇女甲：“不过，酒呢，最好还是不要多喝。喝多误事。比如，假如你犯了事儿，躲到我们店里打工，万一你喝醉了，你就会说出来，然后，你的脑壳就没了。”

这是位于北京金台路，一家面积不到两百平米的小川菜馆。上午十一点，一切在准备当中。我是一个普通顾客，在等着我即将到来的热气腾腾的午饭，我觉得我非常喜欢这儿。至于美食家什么的，我暂时忘记了。

2016年3月18日

一人分饰两角

晚上加班，在夜色里回家，

总在这里打一转，跟江Sir聊两句天，听他骂骂人。

小店非常简陋，但每到此刻，我觉得生活无比真实。

“独自说话 / 我是一个人 / 但是对白 / 照样分两份……”王菲在《一人分饰两角》中这样唱道。

关于吃饭这件事，大多数人也会扮演两个角色。一个本真的自己做A角，专找对自己胃口的东西，想吃什么吃什么，甚至在喜欢的东西里挑最喜欢的，比如吃饺子只吃馅儿，吃螃蟹只吃膏……谁也管不着。但在生活里，这种能率性而为的场合并不是天天都有，不说那些婚宴寿宴会议餐，即便是一般的朋友聚会，人的社会属性必然战胜自己的自然属性，谦逊、和蔼、容忍、礼让，五讲四美三热爱。这种压抑天性的做派，往高雅里说叫“克己复礼”——牺牲天性构建和谐社会；往低俗里，人民群众管它叫“装B”——非常准确，因为你正在扮演自己的B角。

住所附近有座广西大厦，因为是自治区政府驻京办，所以下设的“那兰酒楼”很有特点，比如八渡笋、黄焖鸡、苦瓜酿，可能对广西人来说不算最地道，但糊弄北方人已经是绰绰有余了。因此，我时不常会在这儿组个饭局，专请黄河以北的朋友，一旦他们看见阳朔啤酒鱼——鱼鳞都没有刮——第一反应先是恐惧，旋即又换成了老江湖的表情：“鲤鱼不去鳞，书上说过这是岭南的做法，果然正宗。”有一次，我顺水推舟，借机推荐了这家的螺蛳粉，那是柳州名吃，也是我个人的偏好。

北京能吃到螺蛳粉的地方并不多，而且，那兰酒楼的已经有了许多改良，比如，酸笋的味儿不是很重，最有趣的是，粉汤里还有颗粒状的螺蛳肉。其实，螺蛳粉只是用螺蛳熬汤，舀到碗里几乎是见不到螺蛳本尊的。我找领班问过，领班姑娘说：“那是首都客人的要求。”此谓“活要见螺，死要见蛳”。要求确实有点古怪，我百思不得其解，甚至觉得跟签名售书的感觉差不多——不见到作者是不会掏钱的。所以，有次吃完粉，正好见到满世界坐飞机签名的罗永浩老师，总觉得他和北京螺蛳粉中间的那几疙瘩肉，有点关联。

但，即便是这样妥协的螺蛳粉，朋友们还是受不了，主要原因是酸笋仍然有一股微微的酸臭味道。所以，再组局的时候，类似酸笋类的菜品都没敢再涉及。请客总是这样，要找到大家口味上的最大公约数。比如，我喜欢臭鳊鱼，但去了徽菜馆子，我总要挨着问一圈儿，万一有人娇嗔：“可真受不了那个味儿呀。”那么这道菜只能作罢。我喜欢螺蛳粉，但它同样也是因为“异味”而不能在饭局上出现。其实，异味和鲜香是那么地密不可分。当然这是另一个话题，不在这里多谈。

当然，这种曲意迎合没有影响我吃饭的热情，因为我是不会亏欠自己的。朋友吃饭不好意思点，但我可以单独来，只吃一碗螺蛳粉立刻走人，所谓堤外损失堤内补。然而悲剧是最近发生的：因为熬汤费时，利润空间小，那兰酒楼果断停止了螺蛳粉的供应。看到我不高兴的样子，领班姑娘过来打圆场：“陈老师，您也是写美食专栏的，但我们都不吃自己的米粉啊！”领班姑娘冒着损失自己客源的危险，向我推荐了一家她认为最正宗的螺蛳粉，

还叮嘱我说：“他家的细粉好，粗粉偏硬的。”我连忙道谢，头都不回，去找她说的这家叫“美味食源”（谐音每位十元）的粉店。

小粉店不过二十平米，老板姓江，黑脸膛，大背头，说着桂柳普通话，听我说要细粉，他的反应非常激烈：“是广西大厦那个桂林女介绍你来的吧？要细粉，还不要葱和香菜，你问问她，找到北京小伙子了没有？装什么北京人啊？我们柳州大城市，都是吃粗粉。只有桂林那种乡下地方，才要细粉的……”没想到我一句话招了他这么多抢白，于是赶紧噤声。

粉煮出来了，满满的一大碗，上面撒满了炸腐竹。拨开酥脆的腐竹片，下层码放着厚厚的一层切得很精细的木耳丝和酸笋丝，衬托它们的则是颗粒饱满的花生。红红的粉汤衬着雪白的米粉，还有玻璃生菜托底。先喝一口汤，尽管没有螺蛳肉，但那种鲜味肯定是螺蛳和猪骨在汤锅里反复亲密接触后的产物。

为了显示自己在柳州吃过地道的螺蛳粉，我小心翼翼向老板提出如果酸笋的颜色再鲜亮一点就更完美了。老江又急了：“这种酸笋，只有在米汤里泡久才会发暗，米汤是去土腥味提鲜的。是不是广西大厦的人说我的笋子不够白嫩？拜托，他们的笋都是不泡，炒一炒就给你吃。那儿的厨子给我提鞋都不配。自己做饭馆，还好意思天天到我这里来吃粉！”江老板的脾气实在太臭，属于一点就着的那种。但我也从此喜欢上了这家十元店。

晚上加班，在夜色里回家，总在这里打一转，跟江Sir聊两句天，听他骂骂人。小店非常简陋，电风扇挂满了灰尘，地上还胡乱扔着几只放原料的塑料袋，这些往往都被我忽略。每当饥饿感来临，总会不由自主地想到端一碗粉，在最靠门口的那张桌边坐下，涕泪纵横地看着华威南路上来来往往的车辆……每到此刻，我觉得生活无比真实。

当然，也还会去那兰酒楼吃饭，张罗朋友坐一桌，证明自己还是个体面人。点菜的时候，还会充分展现自己的温良恭俭让，照顾大家的口味需求。但此时，特别想学英达老师——据说，英老师永远不吃别人点的菜——对这种从来不装B角的同志，我确实心存敬仰。

2010年9月20日

冷面的辩词

食物，更多的时候承载着记忆，

见证着岁月，它是属于个人的。

上了年纪，每天不得不腾出些时间锻炼。去年秋天，北京还没摘口罩，我在北三环附近哼哧哼哧走路，过天桥时，一辆自行车过来，我下意识让了一下。骑车的小伙儿擦肩而过，然后我听到身后传来“咦”的一声。

紧接着，单车又到了我前面，那人刹车，看了看我。“真的是陈老师啊。我太喜欢看你的节目了，能和您拍一张照片吗？”我顺从地由他打开了手机自拍，一边拍他一边说：“我可喜欢你写的文章了，你的书我都有买，不吹牛，你推荐的餐厅我基本都去吃了一遍。”我礼貌地表示了感谢。

小伙子骑上车走了，不一会儿，他又转回我面前，再次刹车：“不过有句话我不知当说不当说。您推荐的府右街那家延吉冷面，实在是太……难吃了！”他告别前留给我的最后一句话是：“冷面你唬不住我，我黑龙江大庆人。”

因为同一件事情，反复遇到尴尬，我都不记得这是第多少次了。那是因为那篇叫《一个人的面馆》的文章。我不时会在自己的社交媒体上收到对于这篇文章的反馈，大多数人的意见和大庆小伙子类似，认为这个“餐厅推荐”不太靠谱。

每次看到，我都会苦笑：或许自己挺冤枉的。最初，我在博客时代写自己的生活流水账，再后来给报纸杂志写食物专栏，也延续了这个风格。我的概念里，所有的文字记述，完全是个人化的体验，极少有“推荐”两个字。因为我知道，每个人的口味就和他们的经历一样，是完全不同的。这个意思，我在那篇文章里也有表达。

然而很多读者不这么认为，读了文章之后，按图索骥费半天劲儿排队，最终却失望而归。所以说，“推荐”这件事很不靠谱。我记录的是平日里吃到的美味，见到的有趣的人，以及踩到的坑。这不过是自己的饮食日常。

有次在长沙，夜里喝大了，去吃米粉。朋友们把吃完的所有碗放在我面前，拍了照片，一共六只碗。我把图片发了微博自嘲，商家却截图用于宣传……好像我一个人吃了他家六碗粉，要严重推荐一样。类似这样的事情多了，我很无奈，也懒得一次又一次纠正。

不过，关于延吉餐厅一分号，我还是可以多说几句。

首先，这个小饭馆并不完全属于今天的“流行餐饮”，它只是三四十年前北京内城平民的“古董”。

今天打开大众点评APP，搜索“北京冷面排行榜”，你会看到，前一百名都没有我写到的这家。这个连锁餐厅的二分号倒是很荣幸地上榜（总店却没有），勉强排在了第八十七位。这个结果告诉我，这是家过气的、非常小众的平民饭馆，偶有同好者也大多是北京生长的土著，还得是上了点年纪的。

1992年，我和安徽台几个朋友一起拍纪录片《远在北京的家》，录音师张文华老师，北京姑娘，工作时特别有主意，谁都不敢惹。但吃饭这件事儿，我们俩都对冷面难以抗拒。有一次大冬天拍摄，这姑娘又闹小性儿，拉着脸一天不说话，倒是没耽误工作。晚上收工快七点了，我懂事地提出全组去府右街吃饭。经历了漫长的排队等座儿，冷面上来的时候，张老师小脸儿居然很快阴转晴，咯咯直乐，甚至头发都掉到面汤里。另一边剩下的几位安徽同行，在那里愁容满面地和面条对峙，他们背后还站着虎视眈眈等位的客人。

那时候，这儿真火啊。

现在到了饭点儿，这里虽然也会排起长队，但大多数客人还是因为冷面价格亲民前来果腹。严格意义上说，它更像快餐，称作美食有点牵强。尽管也有我这样的死忠顾客，但受到之前的屡次暴击的影响，我也变得很低调。偶尔谈及自己心心念念的那口冷面汤，总是欲说还休，像《虎口脱险》里地下组织吹着口哨寻找同党一样惴惴不安。当然万一遇到志同道合的，立即会引为知己。

前些天，在羊大爷吃涮肉，不知怎地，北京长大的大爷提起，“打小儿就好吃口延吉冷面”，我即刻起立，离席过去敬酒，这必须是莫逆之交啊！不过，我俩高山流水的友谊，只维持了不到一分钟便宣告破裂——因为他喜欢的是二分号……在这么垂直细分的赛道里，居然能发生内卷，这确实是我没有想到的。毕竟，我开始吃冷面的时候，二分号还没有诞生，我的味觉习惯只能参照一分号从一而终啊。

其次，这家的冷面到底“正宗不正宗”？看了我文章的人，意见表达最为强烈的群体，都来自东北。毕竟，冷面是他们饮食生活中神圣不可侵犯的一部分。而府右街的冷面，既不同于鸡西大冷面、沈阳西塔冷面，也不同于现今的延吉冷面。

我有一个叫梅梅的学生，挺瞧不上我爱吃的冷面。有一次吃完了，这个东北人直接告诉我：“知道什么是冷面吗？冷面首先要用牛肉汤，肉汤才是冷面入门级别的标准。”她直接说：“您吃的啊，是假冷面，不正宗。”这件事儿，天蝎座的我耿耿于怀了十好几年。直到《风味人间》拍摄《谷物星球》一集的时候，针对荞麦制品的朝鲜冷面，调研员小花同学写了十分细致的田野调查报告，我才对这东西的前世今生有了粗略的了解。

冷面诞生在朝鲜半岛北部，有文字记载的历史也就二百年的时间。从风格和历史上，大致可分为平壤冷面、咸兴拌面、延吉冷面和晋州冷面四大类，他们有的讲究荞面，有的讲究铜碗，有放姜碎，有加黄芥末……即便是汤，也有牛肉、牛肉加鸡肉、海鲜汤底之分，你很难说哪一种正宗。如果按照最早的文字记述（朝鲜士人洪锡谟用汉文撰写《东国岁时记》）来看，“用荞麦面沉菹菹（萝卜泡菜）、菹菹（辣白菜）和猪肉，名曰冷面”，这居然是猪肉汤底哦。

更重要的是，按照东方民族的传统习惯，能够被记载的所谓“正宗”，大都是一种食物“最体面”的做法，并不是大多数人有资格享用的。正如我们总习惯把古代宫廷的锦衣玉食，默认成“祖先的生活方式”，其实，我们有血缘关系的直系祖先，大概率都是过着拮据生活的平民。

冷面，老百姓和贵族吃的显然是有区别的。延吉餐厅的前身，是1941年日占时期，一位朝鲜侨民在北京开设的。东北亚连年兵燹，当时哪儿有什么肉啊？有钱人家做冷面用牛肉和鸡肉煮汤，而平民用的不过是加了水果和姜的汤底罢了。几经变迁，这种简化版的平民冷

面也就成了一代人的记忆。从食物考古的角度，这家冷面恰好是战争和流离的食物孤儿，是平民的朝鲜半岛孤悬海外的孑遗。

第三，这家冷面到底有多“难吃”？有八十多年历史的小饭铺，延吉餐厅的冷面工艺一直保留着最初的样子，没有什么太多的“与时俱进”。而朝鲜半岛北方和南方，先后影响了国内之后，冷面市场早已今非昔比。

其实，延吉餐厅现轧现煮的冷面，温度口感都属上佳，加上泡菜（生泡菜，发酵程度低）和辣酱（我喜欢酱中带葱段，可香可香了），都做得中规中矩，吃起来还是很过瘾的。不过由于顾客太多，有时面的需求量大，一锅煮出来难免就有先后——如果放置超过一刻钟，整个的面体就会出现膨胀和懈怠，影响口感。

最近我的经验是，不着急取面，边吃小菜，边看着后厨的监控录像，右上角的那个分屏画面里，清晰地显示什么时候开始煮面、什么时候捞面，分装开始的时候，我再过去排队等候，这样就能确保吃到的面是弹牙爽口的。但估计，大部分顾客并不知道这个诀窍。

最后，我还要声明一下，以免再被吐槽。这家面馆真可能不适合您的口味，我用文字记录它，只是因为它是吃过最多的一家餐厅。在这里，我从一个学生变成了记者，从青年到年过半百。在这里，我度过了人生中许多重要的时刻。超过一千次的就餐经历，也足可以覆盖我一年中的每一天。

比如，我写这些文字的时候是5月底，北京已经很热。我能回忆起某一年的此时，天也是这么热，我从北大医院出来，拖着虚弱的身体，来到此处。那时，延吉餐厅朝东临街的大窗户还在，街上很多人，不时有成群的年轻人涌进来吃午饭。而我，低头坐在窗边，像见到老友一样，仔细地吃完每一根面条……这情景历历在目。

食物，更多的时候承载着记忆，见证着岁月，它是属于个人的。

2023年5月26日

人间烟火

我更喜欢性格鲜明的小饭馆，

喜欢那种犀利、浑不吝的快意江湖味道。

最初，阿才告诉我，他的小店一天可以卖出三百碗米粉，我觉得是吹牛。后来再去蓟门里小区菜市场边这家“螺蛳粉先生”，人山人海，排半天队才能吃上一碗，我不得不信了。

湖南青年马中才，曾经是《萌芽》系“新概念作文大赛”的一等奖得主，出版过几本小说。然而如果没有螺蛳粉，我可能一辈子也不会认识这位青年作家。阿才很会经营，以我的判断，这家螺蛳粉并不是最地道的柳州味，阿才根据本地客人的需求，做了很多主动的妥协和细微的改良。不过在炖汤的环节上，阿才是一丝不苟的，汤鲜是他们家最大的特色，绝对不放味精，吃完了口不渴。所以，我一直是这家小店的常客，几乎每个月都要去两三次。要不是因为住在东三环，吃的频率可能会更高。

就像猜中了我的心思，几个月前，阿才兴奋地给我打电话，说他在劲松开了个分店，不仅有螺蛳粉，还有酸笋炒田螺。“真的啊？”我听着开心，“这种做法可是典型的桂柳风味哦。”因为就在我家门口，上个月的一个周末，我流着口水，按照他给的地址开车前往。结果找了半天没找到，打电话问，阿才磕磕巴巴地解释说：“新店要装修，暂时歇业了。”

后来，美食界的一位朋友告诉我，阿才新店关张的原因，并不完全是装修，而是朝阳区正在“创文”，创建文明城区，奔国际化大都市走。我说怎么回事儿，家门口我喜欢的几家小店，最近要么关门，要么换上了簇新的塑料牌匾，旁边还都有一个店家“自愿”购置的卡通形象，据说是这次群众运动的形象代言。城市如何发展，我不太懂，但地球上不缺的是钢筋水泥的都市，缺的是人间烟火。城市是人住的，总不能整洁得像医院吧？即便是新加坡那样的医院国家，不是还有牛车水、娘惹街这样充满市井气的地方吗？

前些天，美国副总统访华挺吸引眼球，这位叫“板凳”的替补总统，愣跑到东城鼓楼的一家小馆子——姚记炒肝，去吃炸酱面，太不给CBD朝阳区面子了。而且一千人只花了七十九块钱，简直可以和坐经济舱的大使共同申报央视年度经济人物。除了图便宜，好像美国佬专喜欢这种接地气的小馆子。当初俄国梅总统访美，奥巴马也是带他去了个汉堡店，还是全国连锁的，这要在咱们这儿，还不让人鄙视惨了？朋友来了有好酒，怎么也得是钓鱼台啊。

迎宾待客，咱们喜欢讲究个规格。钓鱼台，这么高档！其实，那里又贵又不好吃！这是一毛说的。

一毛是我的美食家朋友，人长得帅又特别特别有钱，混上流社会，平时全世界转着圈吃。一毛对美食的要求主要有两点：一是普通人进不去，或者特别贵；二是不能有滋有味，要不好吃。据他的评价，北京“又贵又不好吃爬行榜”排在前两位的，一是大会堂宴会厅，二是钓鱼台国宾馆。这俩地儿我都没去过，但有一点可以肯定，一般人确实不能像去老家肉饼排队那样随便出入。

或许您不太同意我的说法，高档就是高质量，小馆子路边摊确实有很多诸如卫生、添加

剂、地沟油等问题存在。好吧，我不得不出卖我的第二个朋友，凤凰卫视原高管刘春。春台人缘好，经常呼朋唤友，啸聚保利大厦楼下老李烤串；冒着油烟吃烧烤喝普京，跟下九流的社会贤达探讨文学、理想和人生，让春台一直面色红润器宇轩昂。但春台同时也混上流，凤凰卫视十五年台庆，席设大会堂，端的庄严肃穆。只是吃完了，春台身先士卒闹了肚子……这事儿确凿，网上可以查到，呵呵。

例证可能有些极端了，真正去大会堂和钓鱼台的人，心思显然也不在品味菜肴上，那儿有比吃饭更重要的国家大事。而且就我对美食的了解，高档酒店和大师级的厨师，都是熟练、谨慎而中庸的，要考虑的因素特别多，既要顾及荤素搭配南北咸宜，又要思忖小孩不吃辣老人没有牙……他们的菜要兼顾最广泛的人群。这就像班里的五道杠，听话、温和，但没什么个性。我更喜欢性格鲜明的小饭馆，喜欢那种犀利、浑不吝的快意江湖味道。难怪一毛总说我混不了上流社会，只能混二流馆子——还好，不是混二流子就行。

但我是真心喜欢小店，除了味道，我更喜欢那里的舒适随意的市井气。国庆长假前，和同事又去了蓟门里阿才那里打牙祭，要了炒螺和脆皮下酒，大碗螺蛳粉加豆泡、酸笋和豇豆。桌子支在院子里，旁边路灯杆上贴满了租房小广告，“创文”的横幅（海淀也“创文”哈）打着卷儿，知趣地缠在国槐的枝头，晾晒衣服的居民不时从身边穿过……我喜欢在这样的环境里吃东西，微风过处，偶尔飘落几片秋天的叶子，空气里弥漫着酸笋的味道，这是迷人的烟火气息。

2011年10月3日

从此站起来了

我喜欢这样的场所，

它抛除了一切和食物没有关联的环境、交谈、面子等等前戏，

直奔食物的高潮而去。

匆匆从日比谷线地铁站钻出地面，扑面而来的是东京闷热潮湿的空气。看看表，已经快到午饭时间。按照蔡澜先生的指引，穿过马路，前面这片建筑就应该是著名的筑地市场了，我们一家四口倒了两次电车，就为了来这里吃一顿正宗的日本拉面。

蔡先生推荐的拉面店名叫“井上”，就在路边，黑底金字招牌，比招牌更醒目的是人行道上排起的长队。日本人很安静，西装革履目不斜视，那场景虔诚得很像教徒排队等着活佛摸顶。拉面的师傅神情严峻，极少和客人搭话，只是默默地把笊篱里的拉面沥净水，放入盛满骨汤的碗中，再码上四大片肥厚的猪肉。先啜了一口汤，很醇厚，再拣起一块肉，入口即化，肉汁在牙缝间狼奔豕突，浑身都酥软了。好吃。

比起食物的美味，我更喜欢的是这家馆子的“架势”。井上不过是一家临街的露天面铺，两米之外就是车水马龙的行车道。面锅的左侧是两条窄如板凳的桌子，没有座位。像我这种胖子，需要侧着身才能进得去。看看缝隙，我放弃了，把面放在了外侧靠近马路的那条桌子上，三下五除二把面、肉和汤全部消灭，显得有点狼吞虎咽。直起身再看旁边的日本人，讲究！他们总是放下面碗，在拿起筷子之前，把领带松一下，再把下端塞到纽扣里去，站得笔直，动作幅度极小，对面所有的赞美只能从表情丰富的脸上阅读到。

我喜欢这样的场所，它抛除了一切和食物没有关联的环境、交谈、面子等等前戏，直奔食物的高潮而去。吃东西，对我而言，能大厅绝不包间，能路边绝不酒楼，能露天绝不室内，能站着绝不坐下。

几年前，朋友告诉我，建国门开了一家周婆婆跷脚牛肉。“真的？”听得我血脉偾张。跷脚牛肉是四川乐山特产，多年前我曾经去过乐山苏稽镇。那是一个不大的摊档，没有板凳，门口人山人海，所有人或站或蹲散落一地，人手一只残破的搪瓷碟子，一根牙签，每有牛肉或牛杂入口，神态庄严的食者，无一不展现出实力派演员的表情——一如井上拉面门口日本人的面部——相当难以模仿。嗯，主要是眉毛，那叫一个上下翻飞啊！

这种气场的蛊惑作用太大。那次同去乐山的朋友们经不住诱惑，纷纷加入，一时吃得涕泗横流，单我一个人就来来回回加了好几次牛肉。吃罢上车，有朋友说：“好吃是绝对好吃，要是环境再整洁一点就好了。”我没敢搭话，因为跷脚牛肉，我最喜欢的，恰恰正是那“跷脚”二字，那种闲适，那种恣睢，正是我内心向往的东西。店堂里吃东西好比在沙发上煲电话粥，而路边摊则像移动电话，边走边说，“大哥大”多帅啊——芜湖长江边臭干摊旁的靓女、贵阳小巷中吃豆腐果的恋人、成都羊市街捧着鸭脚板的粉子、伦敦地铁站旁pub里端着啤酒杯一站一宿的猛男……这些人，我一直都引为同道。

所以，跷脚牛肉落户北京，我当晚就赶到了那里。尽管还有乐山的些许味道，尽管它的牛肉饼还是一如既往地酥香……然而，一旦坐下来，餐巾布和象牙色碟子交错放好，看着筷

子架上摆放的木筷子而不是牙签，我的食欲就像上证指数一样一路下滑探底……这是为什么呢？我找到乐山作家宋石男，这个文化人的解释是：“好比你原来要去私奔哈，天高地阔，心向往之。现在却要你明媒正娶了，当然私奔更刺激哈……”太专业了。我又找到科普作家土摩托，这位理科生的解释很有科学依据，尽管核心内容就十四个字：“这个我们宋朝科学家研究过，叫‘始知锁向金笼听，不及林间自在啼’嘛。”

更让我绝望的是另一位乐山朋友，他讲究美食，吃饭一定要挑餐厅——固特异一星、米其林二星、倍耐力三星什么的，总之都和轮胎有关，气派。他幸灾乐祸地露出金牙告诉我，乐山整顿市容，我曾经去过的小店也拆迁改成了大酒店。就是说，即便我再去苏稽镇，也找不到蹺脚的所在了。“都在创建卫生城市，你还蹺的哪门子脚啊？”说得我不禁悲从中来：刚刚宣布“从此站起来”，看来又不得不坐下了。

几年前，特区政府取缔街头食档，蔡澜先生到处奔走，多次著文呼吁，街边小食是香港人的集体记忆，是香港文化的一部分，更是香港美食的极致所在，因为它“只靠食物本身为招牌”，能在饮食激烈竞争的港岛立足必定有其绝活，不好赶尽杀绝。后来，政府有条件地允许一些摊档在街市（香港的室内菜场）中开业，但味道远不如从前。这也成了蔡先生心中的一个遗憾。

记得有一年去深圳，游览中华民族园。在微缩的山寨风雨桥边，陪我的一位深圳哥们儿，指着一位瑶族歌手说：“你听听，她唱的山歌多么原汁原味啊。”我笑了没说话，因为我去过越城岭的大山深处，在万籁俱寂的木楼里听过山歌，那是真正的“百啭千声随意移，山花红紫树高低”，绝不似你们这般呕哑嘲哳。

2010年8月16日

一道菜主义

如果天下盐没有了二毛鸡杂，锦府盐帮没有了退秋鱼，

君琴花没有了酸汤蹄花，兄弟川菜没有了兄弟牛蛙……

对我来说，它们必然“店将不店”。

在北京西部找吃的，天宁寺是绕不过去的一个节点。从西客站往东，无论是潮皇食府、顺峰金阁、倪氏海鲜还是长江俱乐部，都自豪地自称“餐饮航母”，原料新鲜，厨艺规整……当然嘛，价格也足够吓人——无论兜里多少钱都花得出去——这显然不是我的风格。

这么说，并不代表我从不去那一片儿觅食，相反，白云路向南是我经常果腹的地方。无论是白云祥湘菜的小炒肉、三个亭的火锅、帕米尔食府的大盘鸡，还是天华毛家菜的红烧肉，都曾经安慰过我空空荡荡的胃。白云观前街上的金碧火锅和贾三包子，更是我经常的去处。在“航母”扎堆的地方，居然能找到这么多“舢板级”的小馆，并且能享受其中的美妙，有时不得不佩服一下自己。

其实，和那些动辄天价的旗舰店相比，我更喜欢这些平易近人的，尤其是某一道菜能够打动我的小饭馆。我有位高级餐厅的大厨老哥，交情是能一起推杯换盏的那种——当然，他们家的菜谱前几页也都是燕鲍翅之类的唬人玩意儿，不过他劝我别吃那些。“厨师一辈子，就像我，能接触到这些东西的次数，数都数得过来，没练过几次手，怎么可能做得好？”老哥喝了口酒说，“千万别相信那些高档菜，建议你多吃猪肉牛肉，我们没有一天不打交道的。”之前消费能力不够带给我的挫折感，经他这么一说，立刻烟消云散。

一个馆子好吃的菜肴就那几道，厨师用心之外，唯手熟尔。在外地经常有这样的饮食经历：千里迢迢跑去一家饭馆，只点一道主菜就OK了。像成都，老妈蹄花就吃猪蹄，宋鸡片就吃凉拌鸡，干净利落。近郊更是如此：双流游家院子吃水煮青蛙，温江公平镇吃红烧兔，新津的江边吃黄辣丁……装菜的器皿全是大铝盆，分量足够多，简直没有办法再点其他的菜，即便点了好像店家也不领情。我把这种简单过瘾的饮食习惯称作“一道菜主义”，凡是这样的饭馆，一定好吃！

当然，对开饭馆的人来说，做菜首先是生意，所以那些好吃的菜，一旦进了城，就像进了瘦身训练营一样，首先在分量上缩水。直接导致的结果是，一道菜显然不能解心头之恨。即便这样，名目繁多的菜单上，还是能够找到这家的厨子最拿手的“一道菜主义”痕迹。我们常见的菜牌，头版头条或内容提要的位置，总会很张扬地推荐那么几道“主打菜”，这里面既有店家设置的利润圈套，也会埋藏着厨师最熟练的绝活。试想一下，如果天下盐没有了二毛鸡杂，锦府盐帮没有了退秋鱼，君琴花没有了酸汤蹄花，兄弟川菜没有了兄弟牛蛙……对我来说，它们必然“店将不店”。

饮食江湖，刀光俎影，生存殊为不易。曾经认识一家饭馆老板，生意好了之后拼命扩张，找了一熟脸名人合伙，在黄金地段开了“上档次”的大门面，但一年后败下阵来，灰头土脸回到原先的小店。他问缘由，我没客气：“你就是个卖卤水的，新店连卤水都没心思做，怎么好得了？你推荐烧裙边，你老婆说连她做的都不如。”我给他打了个比方：“你就是个李逵，两把大斧舞得生风，现在你努力扮成袖箭高手……谁信呢？”

倒是前些日子，去了一家貌似豪华的餐馆，经理推荐我吃他们家的凤爪：“说实话，我们家就是做鸡爪子起家的，沙龙凤爪是我们的镇店之宝。”说这话的时候，经理腼腆得都有些不好意思了。但恰恰是这道主打菜，让我几天后思念不已，甘心又做了一回回头客。其实这样的看家本领，正如同指纹一样，是一个成熟店家的身份标识，这东西丢了，一个饭馆的个性也便随之作古。

说回天宁寺吧。白云桥往南，有家不错的徽菜馆——花亭湖，名字取自长江边的一个风景区。我喜欢这家的土鸡汤，也因为鸡汤这道菜来过多次。和别家不同的是，花亭湖的鸡汤是要泡炒米的，这是皖南的习惯。

从前，炒米是安庆人过年时待客的上品。上好的糯米用水浸一天，待松软后自然晾干，再用柴灶微火不停翻炒至金黄。炒毕，米粒松软酥脆，入口奇香无比。它也有很多种吃法，拌鸡汤就是其中之一。用鸡汤冲泡，观感像西式早餐的奶拌玉米片，口感除了米的润和酥脆之外，还多了汤鲜。几天前，几位同乡在这里聚会，点了这道当家菜。结果服务员居然说没备炒米——原因是很多北京人看不惯炒米的长相！真咄咄怪事也，没有炒米我来喝你家鸡汤做甚？服务员见状，无奈去后厨将炒米端了上来。

“嗯，这才是你们的特色所在啊。”一碗鸡汤炒米下肚，我满足地向这位四川籍服务员卖弄，“小姑娘，知道炒米的来历吗？”“当然知道，”女孩眼睛忽闪忽闪的，“是我从库房拿来的啊！”

2009年5月16日

荤腥的妄念

素食党一般都比较严肃，适合思考人生，

而吃肉党，注定一事无成，每天就像我一样，傻乐傻乐的。

小时候回外婆家过年，那是大别山深处的一个小村子，尽管山清水秀，但很穷。不过，春节前，村里家家都会做两样东西，一个是年糕，一个是腊肉。

年糕磨好摔打成条，码在缸里，灌满“冬水”（立春前的水，细菌少），随吃随取，一个冬天都不坏。腊肉是肥膘肉，几乎没一点儿瘦的，用大量粗盐腌制，挂在灶台上方。炊米饭，切几大片手指厚的腊肉，和米粒一起蒸煮。吃的时候，外公负责分配，一般每人只能分到一片，极咸，用锋利的门牙，咬下薄薄的一小条，就足够送一大口糙米饭。用外公的话说，腊肉不仅“下饭”，而且“杀馋”。

我这个年纪的中国人，大都经历过物质单调匮乏的年景，基因里有对脂肪类食物的天然好感。饮食习惯成形于童年时代，尽管年纪增长社会进步，今天的我，仍然难以摆脱动物脂肪的致命诱惑。如果很多天不沾荤腥，日子过得寡淡无比，我就会回忆起外婆家的腊肉，那种口腔里让人目眩的缠绵，以及细小颗粒状的油脂在牙齿间迸裂的快感。

荤和腥，都属于美食中的重口味，我见过最极致的“荤吃”，莫过于内蒙古人吃羊尾巴。整只羊在锅里煮，主人拎着刀过去，挑出羊尾，环视一圈，然后向最尊贵的客人走来，摊开他的掌心，那是颤巍巍白花花一坨油脂！客人受宠若惊地站起，把袖子卷到肘部，看着主人的蒙古刀转着圈，把羊油削成薄片。细长、几乎透明的油脂片粘贴在客人小臂的内侧，由着你从手掌心开始吸，一直吸到右臂高高举起。饱满的膏腴，稍加咀嚼便汁水奔涌，滑溜溜朝喉头而去。这时候最好来一口“草原白”，高度的，一大口，四周的喧嚣像被拉上绒布窗帘，瞬间万籁俱寂，你只须天人合一地向后方倒下……据说羊尾热量极高，能够负担全天的能量消耗。但对我来说，这种粗放的吃法太过肥腻，有点招架不住。

一个人能不能吃肥肉，在我看来是衡量年龄的重要标准。当温饱不再成问题的时候，油脂，尤其是动物油脂会带来额外的身体负担。年轻人不用怕，每天消耗多，消化系统开工时间足够。更重要的是，被身体吸收的油脂，科学证明，往往会转化成一种叫作多巴胺的东西，它有助于保持心情的愉悦。所以我一直隐隐地觉得，素食党一般都比较严肃，适合思考人生，探讨喇嘛活佛仁波切关心的人类终极问题。而吃肉党，注定一事无成，每天就像我一样，傻乐傻乐的。

我的美食家朋友小宽，和我一样心宽体胖，肥得一身好膘。小宽是典型的肉食动物，每次请客，饭馆名儿听上去不是卤煮就是炖吊子，不是甜烧白就是烤羊背。“宽总，能否清淡一点？”我经常恳求他，毕竟上了年纪，每年的体检报告都会加粗加精地提醒我，远离各种油腻，想吃点儿解馋的，左脑右脑都要多轮谈判。“真的，现在沾点儿荤腥就像出轨一样紧张。”我说。小宽善解人意，认真想了想：“那就不偷腥了吧，今儿，咱们吃烤鸭。”

北京鸭，拥有足够饱满的皮下脂肪，经过炙烤，油脂在高温中渗出，让鸭皮部分酥而不腻，入口即化。哎呀，想都不敢想！我必须劝阻一下小宽，于是跟他简述了一下人类食物史：我们从吃肉为主正逐渐转变为食用谷物为主，墨西哥特瓦坎河谷的考古发现告诉我

们，八千年前，农业刚发生时，人的肉食比例占百分之五十四；四千年前，这个比例降到了百分之三十四；而四百五十年前，它只剩下了百分之十七。照这个趋势，我们这样无肉不欢的家伙，迟早会成为一小撮不受欢迎的人。

小宽耐心地听着，点着头，顺手拿起一只鸭腿：“这是大董新推出的小乳鸭，只有二十二天生长期，肉质非常细嫩。”小宽用粗大的手指，轻轻戳着有些婴儿肥、梨花带雨的鸭子腿：“直接啃的这种形式，据鲁菜泰斗王义均先生回忆，是毛主席的习惯。不过，现在有更剽悍的吃法。”宽总把鸭腿叼在嘴上，伸手在盘子里取了一片焦酥的鸭脯，然后打开一盒北欧产的鲟鱼子，轻轻摆放了十几粒鱼子在鸭皮薄片上，我犹豫着接过来，一口下去，哇，耳朵都鸣笛了！

鸭皮大荤，鱼子大腥，所谓荤腥的极致，不过如此吧？连吃几组之后，突然理智回归，我开始愧疚和不安，甚至有跑一公里的冲动，于是，赶紧结账回家，躺在床上，半天儿，锻炼的冲动才平息下来。

2015年4月16日

粥粉面饭入梦来

为什么每次动物本能和人性光辉搏斗的时候，

人性光辉总是这么不堪一击呢？

从上个月开始，我晚餐不再吃主食。

这是受我周围朋友的蛊惑。上海的沈宏非老师和北京的小宽老师从年初就开始戒断碳水，而且表现出了很强的意志力。宽总吃炸酱面，只吃炸酱，沈爷过端午节只吃粽叶……他们的成果非常显著，据传基本瘦了十公斤左右。沈爷的两颊开始出现胡歌般冷峻的棱角，宽总见人就卷起裤腿儿：“看看看看，锁骨都呼之欲出了。”

没有比这样的现实更教育人的了。好像再吃饭的话，都要被人类社会淘汰了。然而我是一个中国胃，没吃主食就不饱，只要吃不饱，就会心情不好。晚上不吃主食一周左右，体重没减轻，情绪却坏了许多。

中国有句古话，叫民以主食为天，再好吃的菜都只能坐在观众席，而主食才是最后发言的主席台大领导，没有它来总结陈词，吃饭就很难散会。所谓手中有粮，心中不慌，怎么能不吃粮食呢？

“必须完全戒断碳水。”就在我怀疑人生的时刻，我另一个朋友出现了。黄章晋，又叫“魔鬼教官”，索隐派生活考据大师。一年前，他和我一样是个有槽头肉的囊膈胖子，现在通过节食和运动，俨然成了一个光头型男，在创业公司开会必穿抖骚紧身衣。教官旁征博引并现身说法，指出碳水对人类的不必要性。更要命的，他不仅打击了我想偷奸耍滑的念想，而且从根本上否定了我所从事的职业存在的意义。

“看看你拍的那些片子，成天诱惑大家，除了吃还是吃。”教官认为，美食纪录片相当于三级片，让人软弱，让人屈服于自己的动物本能，而他现在做的节食和运动，才是真正的焕发人性光辉的事业。说到“人性光辉”的刹那，看我动心，他趁热打铁话锋一转：“大象公会的减肥课程要不要了解一下？”

想想我年过半百，现在改行也肯定来不及了，那就继续晚餐不吃主食吧。就这样，又坚持了一些天，好在体重也知趣地减轻了两三公斤。但人生就是这么尴尬：你刚打算出家，紧接着就能收到情书；你刚决定戒断碳水，就发现楼下新开了一家好吃的面包店……

我们公司叫稻来，名字本身就是俩主食（甲骨文中“来”是“麦”的本字），很宿命。公司紧挨着农科院的试验田，上班路上能看见田里的麦子正在收割。到了办公室能好一点，眼不见为净嘛。不想导演太平端着电脑过来，让我看刚刚完成编辑的一个中原地区的美食段落。这是《风味人间》中的一个故事：小满时节，河南孟津乡下的小朋友苗苗，和爷爷到地里查看麦子的生长情况，准备用能掐出水的青麦粒做一种当地特有的美食——碾饃儿。

天，又是主食！

所谓碾饃儿，是用已经灌满浆且有一定硬度的麦粒儿经过脱粒、翻炒、脱皮等多道工序，

再用石磨将炒熟阴干的麦仁碾压三遍而做成的。

这道小吃闻着麦香扑鼻，吃起来劲道、耐嚼、爽口。最初的碾饃儿显然是农民为了抵御青黄不接而提前收获所发明的美食，现在却成了麦收季节转瞬即逝的一道美味。

我几乎忘记了这个故事讲的什么内容，但牢牢记住了那些画面：青涩的麦粒被石碾搓成一条一条弯曲而翠绿的小条条，装盘，再浇上带醋的蒜汁儿……我大概做了两百个吞咽动作，实在是太饿了。

这是一次难以名状的看片经历。看完片，我赶紧把黄教官秀腹肌的照片找出来，并理智地找出各式各样的理由安慰自己。比如，新麦是不好吃的，做食品的人都知道有句话叫作“新米陈麦”：在选用原料之时，用米，宜选刚刚收获的稻米，而麦子则为收获后再存放三到六个月的麦子才最好吃。由于小麦存在“后熟期”，如果将新收获的小麦立刻磨成面粉，一是色泽不够白，泛黄；二是黏度太大；三则缺乏弹性和韧性，烘烤的话也不起块儿。只有经过贮藏以后，上述问题才会得到一些改善。

然而很快，我的童年记忆不费吹灰之力就打败了这些科学道理。小时候住的县城很小，过了护城河就能看到农田。每到麦收季节，有一种特殊的食物叫烙馍，也叫单饼，用新麦磨成的面粉和面，再擀成很薄的饼，上笼屉蒸，或是放在一种由铁板做成的鏊子上烙，这两种方法做出来的饼都非常香甜、粘口。我也请教过专家，专家给出的答案是这样的：新麦的含糖量和风味物质含量都很高，恰恰因为贮藏，这些物质会部分流失，这也是新麦好吃的原因。

我可怜的职业，真是我节食的天敌。为什么每次动物本能和人性光辉搏斗的时候，人性光辉总是这么不堪一击呢？

我唯一的逃遁选择就是赶紧睡，那天晚上，在北京隆隆的雷声中上床，一夜做了各种吃主食的梦。真可谓，夜阑卧听风吹雨，粥粉面饭入梦来。

不过前两天，去新开张的羊大妈小馆聚会。突然看见了小宽老师，他正抱着一张三十厘米直径的糖油饼在啃。我赶紧问他：“你不是戒了碳水吗？”他一边嚼一边说：“这个戒碳水就和戒烟一样，老婆在的时候就戒，老婆不在嘛……呵呵。”

2018年6月28日

回友人信

现在我眼中的美食，不仅仅是认识世界最有趣的通道，
也是人与人交流最便捷的途径。

小兔你好。

来信收到。

最初，你微信里说了“通信”的创意，我的第一反应是，你们工作量不饱和还是业绩考核指标定低了，居然愿意花这么多工夫扯闲篇儿？后来想到你是文化人，嗯，那时间是奢侈的。既然答应了你，我想一定会给你回信，尽管我已经不记得多久没有碰过信纸。

就像信笺一样，有些东西真的从我们的生活里悄没声儿地隐退了。纸币，就是从前的钱，我们已经很少有机会接触它们，许多事情都可以在智能手机里搞定，方便又快捷——快捷得仿佛我们节约了大量金钱的同时，又节约了很多时间一样。然而，我们依然超级忙碌，忙到喘不过气来。信笺、纸币、时间……都因为节约而变得稀有珍贵，这真是一个让人哭笑不得的隐喻，有意思。

那天晚上，你应该在消夜，就是你信上说的，在兰州吃烤羊腿。你发来的图片，相当诱人。当时我在工作室加班，只匆匆回复了一个嘴馋的表情。忙完的时候，才详细看你的微信，也就是信中所言，店家称那里是我们的拍摄点，甚至我曾经“亲自”品尝。事实上，我很少吃烧烤，摄制组确实在兰州有过多次拍摄，但我们从来没有拍过兰州的烧烤，跟你说明一下。

有人估算，各地大概有上万家“《舌尖》推荐”的餐厅，还不包括“差点推荐”和“后悔未推荐”的。有一次，就是在兰州，朋友带着去南关十字，整条夜市不大，数了一下，有二十六家挂着“《舌尖》美食”招牌的摊位，看得人脸红心跳，我心理素质差，只好拉着朋友去了别处。

餐厅，或者排档，出于商业考虑，夸大一下宣传，倒也无可厚非。但我们怎么可能拍过这么多店家？再说了，《舌尖》应该不完全是一部推荐饭馆的节目吧？餐厅不过是我们展示食物的场景。只是中国太大，各地为人们喜欢的美食很多，难免偶尔会有些啼笑皆非的故事。但每一个人都有自己对食物的评判，什么是最好的食物？这是个问题，而你给我的答案是：童年时代。

你在信里说，最最难忘的味道，是童年时代姥姥家中的家常食物，煮花生、烤白薯、馒头片蘸芝麻酱……准确点说，就是老家的味道。看到你不吝笔墨的描写，说实话我是有些感动的。

一粥一饭，当思来之不易。童年的食物里，藏着我们的味觉密码。我自己小时候，每年冬、夏两季，父亲都会拿着包裹单去县城的邮电局，在高高绿色柜台后面，有外婆定期寄来的包裹。夏天会是一种节梗很粗的茶叶，叫瓜片，味道奇苦，但非常耐泡。冬天寄得更多，咸肉、咸鱼、腊鸭、腊鹅，还有被我母亲称作传奇的糯米粑粑。虽然童年时期并不

是我的最爱，但却在离家后给了我很多慰藉，这我在文章里写过。

一个人，只有离开自己熟悉的生活环境，离开自己的家庭，到了完全陌生的地方，才会理解所谓的故乡不仅仅意味着熟悉的人群，也不仅仅意味着熟悉的景物。熟悉的味觉习惯，显然也是故乡重要的组成部分。越是长大离家后，越能感受好好吃每一餐饭的重要。

如果我没有记错的话，你是山东人，山东哪里我不知道，但应该离我的老家不远，饮食习惯也相差无几。说到山东，想起小时候看《水浒传》，水浒的故事就发生在山东。那时候书很少，都是大家传着看，你看半天我看半天，最后还要在一起讨论。

水泊梁山左近，有个祝家庄，对，就是你的姓氏，祝是山东大姓啊。那次看完“三打祝家庄”这段，照例大家坐在一起吹牛。小伙伴们个个都是军事家和评书演员，什么拼命三郎、鼓上蚤、一丈青……都像熟人一样，再说宋江如何用计用兵，惊心动魄。轮到我说，我说，时迁上厕所偷了一只大公鸡，那个鸡太香了，还没好好吃就被店小二闻见了。

如你所知，我被大家一通嘲笑。但天地良心，舞枪弄棒打仗什么的我就是记不住，印象深刻的只有那只鸡。以至于二十多年后，去临沂出差，吃了王小二炒鸡，还能想起水泊梁山。我说这个的意思是，从小，我就是个贪吃的人。对我这个年纪的人来说，尽管没有挨过饿，但基本没吃过什么像样的东西。

所以只要有人称我为“美食家”，就像你信中一样，我都会羞愧难当。我不认为可以担当这个称呼，每次遇到这种尴尬，我都会说自己其实是个嘴馋的人，相当于英语里的foodie。美食家得吃过多少东西啊，我在二十岁之前的生活经历，让我很有自知之明。

由于生活习俗和文化的差异，东西方对美食家的界定有很大不同。在西方，美食家是一门职业，他们有敏锐的嗅觉与味蕾，能细致区分不同的味觉感受，也能凭借经验和审美，判断各种食材搭配、加工烹饪以及艺术呈现的效果。而中国的美食家，就像今天大家公认的蔡澜、沈宏非等，则继承了古代文人的传统，很注重把对食物的感知与时空的变换，以及个人的阅历，用训练有素的文字，风生水起地呈现出来。我无论是见识还是表达，都无法望其项背。

不过有次和学者陈立聊美食，倒是给了我一些安慰。他说人类享用美食的终极境界，很大程度上是为了达到颅内高潮。有权有钱的人可以通过精细制作的食物，和繁复的进餐仪式去获得；但普通人也可以依赖简单平凡的风味暗示，通过咀嚼，甚至吞咽，达到同样的享受。从这一点上说，食物无所谓高下，人也是平等的。陈立老师的专业是心理学，他用现代科学的逻辑，讲述了中国古代的价值观：广厦万间，夜眠只需六尺；黄金万两，一日不过三餐。如此说来，尽管赶不上美食大咖，踏踏实实地做一个吃货，也蛮好。

我最初认识你的时候，是在饭局上，应该有些年头了。那时北京的饭局很兴盛，一堆你们这样的文艺青年扎堆儿，我负责点菜和旁听，那是很温暖的一段时光。因为张罗你们吃饭，我自己也开始写美食专栏。因为写美食多了，后来又拍了美食纪录片。所谓的美食纪录片，很重要的一点，就是借鉴了前辈美食家对食物精准、生动的描述，将它们用视觉化手段表现出来罢了，这需要专业程度比较高的一个团队，我个人只是其中一分子。

不过呢，做美食纪录片时间久了，渐渐地，也对美食有了更多的认知，食物在我的认知里，也不再是食物本身。就像两口子相处久了，就会越来越了解对方的习惯、脾性，还有

更多的过往。

最初拍《舌尖》，我们是被浩繁的中国美食震撼，希望寻找其中的奥秘。后来我们的节目里除了美食，更多关注的是传统和人。到了前两年开始《风味人间》的制作，我们把坐标置放到整个星球的范围，在食物里探索人类的共同智慧。你看，我们也在努力改变。

现在我眼中的美食，不仅仅是认识世界最有趣的通道，也是人与人交流最便捷的途径。传说中的上帝，让人类说不同的语言，相互不能交流，巴别塔就这样成了烂尾楼。但我们的食物，有这么多的相通之处。如果上帝真的存在，他应该粗心了。

前一阵子，受邀去TED做了一个演讲，我梳理了这些年做美食的一些感受，有空你可以看看。要是没时间看，我可以画一下重点，演讲的核心意思，我想说，现在社会发展太快，很多传统食物在一点点消失。作为纪录片人，拍美食，用影像记录食物里我们祖先一路走来的印迹，这是我们的本分，也是我们的幸运。

你看，相比美食家或美食工作者，我更愿意大家把我当成一个纪录片导演。纪录片是一个相对边缘的行业，在今天的经济环境里，拿到拍摄的投资，或寄望有很好的回报，都不容易。

给你写这封回信，刚好是我生日，给自己写了一首打油诗，其中一段是这样的：“沃野千里风味，灯火万家人间。一言难尽纪录片，倏忽五十五年。”呵呵，自己都觉得很尬的“老干体”是吧？但我复述给你，是想表明，骨子里，我是个很传统的人。

说起来我挺幸运，出生在教师家庭，1980年代初思想解放时考到北京读书，大学毕业国家分配到媒体，又搭车中国电视的黄金时代。专业做纪录片，也赶上政策扶持。做美食的时间，又遇到国人消费升级……我相信常识，但有时候又不得不感叹命运。

如果身体条件允许，我想大概还能再工作十年。以后有机会，还会继续拍摄更多其他题材的节目。为了能够对得起投资方和播出平台，现在这些项目，都处在孵化阶段。我们的小团队取名叫“稻来纪录片实验室”，很大程度上也是希望能够在纪录片领域做出更多尝试。无论是社会类、历史类，还是自然类，我们都有兴趣。

希望几年后，我还能回归我纪录片导演的角色定位。那时，如果你再给我写信，希望我们只谈纪录片，我其实有很多话想说。

啰里啰唆写了这么多，就此打住。祝你一切好。

黑蜀黍

2020年11月

年夜饭之味

吃什么以及怎么吃

显然不及和谁吃更重要。

因为经常写点儿关于吃饭的文字，这几年，每到年关总有朋友问我年夜饭去哪里吃。不好露怯啊，我只能假模假式报上饭馆的名称电话地址行车路线什么的——但有人较真儿，非要让我推荐“味道好”的年夜饭去处，我的回答永远是：家里。

的确，几乎所有餐馆的年夜饭，就像婚宴、会议餐一样，是完完全全赤裸裸的商业行为（这话说得有点得罪人，好在我没说哪一家）。你参加过的喜宴，如果有印象的话，基本都是折腾新郎新娘的环节，怎么可能还记得有什么菜？嘴馋如我，参加过很多婚礼，记住自己在婚宴上吃了什么，也就一次——那次是同事结婚，因为其父母的原因，请到了一位国宾馆名厨料理主菜，可是由于菜单过于密集，又是分餐制，加上新郎新娘节目不断，那道著名的三丝汤，还没等我发现就被服务员撤了下去……就这样，我唯一记住的一道菜，倒是和我“擦嘴而过”的！剩下的菜确实乏善可陈，也没留下任何印象。

结婚是仪式，过年也是。春节是几千年农耕文明给中国人留下的阖家团圆的机会（当然，古人说的“春节”还只是专指节气中的“立春”，年初一算新年伊始那是民国之后的事，这是题外话），团圆必定是此时的关键词，吃什么以及怎么吃显然不及和谁吃更重要。饭店要挣钱，瞅准这个空当打年夜饭的牌，实则是那些程序化的菜肴能够让利润做到最大。有意思的是，几乎所有媒体都参与到鼓励大家举家到饭店里吃的大合唱里，这让我怀疑其言不由衷——正像电视里天天说“孝敬爸妈脑××”，生活里谁会真的送这东西给父母呢？

总能想起从前的春节。

年夜饭的准备工作其实从腊月里就开始了。我父母都是教师，所以从放寒假开始，家里就为除夕的那一餐饭忙碌。首先的变化在米上，平时吃的一毛四分五的粳米被一毛六分三的粳米所取代，价格不一样，米的质量也不一样，不再是粮库里储备了两年的陈米，稻壳和沙子也少了许多。父亲从粮站买米回来，母亲会用簸箕仔细筛选，甚至碎米都被单独分出来做粥用，当颗粒饱满的米饭摆在面前，我非常巴甫洛夫地反应：哦，要过年了。

常见的场景总是这样：一只猪头端庄安详地待在热气腾腾的木盆里，我妈一只手摩挲着猪脸，另一只手捏着镊子飞速地去着猪毛；我爹则在锅灶和案板之间做折返跑，案板上各种形状的面食，在他手里一会儿就变成了甜的蚂蚱腿（类似江米条）或是咸的焦叶子（排叉）；我和妹妹们的工作主要是参观。长大一些，我们的工作也比较清闲：妹妹们是拿一碗米和一角钱，欢天喜地地去街上找爆米花的机器，蹲在旁边幸福地等待着“砰”的那一声。我则在家门口支一个灶，一口铁锅，里面放上沙子，等劈柴燃尽，沙子已经滚烫了，就用灶膛里的余温翻炒花生。等妹妹们夸张地抬着一篮子雪白的米花回来，我的眉毛和眼睛上都是尘土。

当然，米花和花生仁最后都会被我爹做成点心，用混合了猪油和桂花的红薯糖稀把它们粘在一起。先把米花和花生仁均匀地铺在小桌上，倒上糖稀，然后卷起来切成薄片，冷却后酥脆无比。我爹是一个乐观的形式主义者，老家过年的讲究是七个盘子八个碗，到大年夜

那天，菜都上了桌，自然少不了鸡鱼肉蛋，然而，凑齐十五种往往还是比较困难。于是，我爸爸就会把一些糕点放在盘子里充数，然后一二三四地数过去，如果还不够的话，他就会返身去厨房，又端来一盘——或许就是我刚炒的花生。

关于凑盘子这件事，在我的少年时代，一直是全家人奚落父亲的经典段子。然而随着年龄的增长，我渐渐体会出了父亲当年的心境。作为男主人，他在暗示自己，同时也希望所有的家庭成员感受到，生活在这个家庭里还不是太寒碜的。

父母厨艺一般，关于年夜饭的味觉记忆，即便使用洛阳铲也找不出只鳞片爪。而那一个个寒冷冬夜里，外面噼噼啪啪的鞭炮，屋内一家五口人围坐在一起的情景，今天再也难以找到。现在我们全家住在北京的不同角落，兄妹三人工作都忙，也都有了自己的孩子，已经是很多年没有吃一个真正意义上的团圆饭了，所谓聚一下也只能在饭店里象征性地举举杯，然后就各自散去了。一家人团年守夜的场面也永远留在了记忆的深处。

今年除夕，我正好在北京，于是父母让我去他们住的地方过年，我在电话里建议，要么全家去天下盐吧，那家儿有川东农村的“八大碗”，非常正宗，土气十足，很有年节气氛。没等我说完，父亲就打断我：“能在家还是在家吧，我和你妈妈已经准备了好多天，保证七个盘子八个碗。”爸爸笑得非常自信。

果然，包括干果点心在内的一大桌子“菜”准备好了，浓浓的暖意中，一家人就像回到了从前，老爸在厨房和餐桌之间做折返跑，我妈在一二三四地数着盘子碗的数量，唯一不同的是多了电视里稀烂的晚会……及至全体坐下，父母笑盈盈地看着大家，在他们眼里，我们还是没出家门的孩子。老妈坐我旁边，像当年摩挲猪头一样拨楞着我脑袋：“哎哟，多了很多白头发哦……”我看着她眼角密密的皱纹，心下不觉一酸。

2010年2月26日

萝卜丝氽丸子

梁实秋、王世襄都做过白菜氽猪肉丸子。

氽这个字，很形象，像表演高台跳水，难度系数不高，

但水花要压得好。

立冬之后，市场上便出现了各种各样的萝卜。北方萝卜品种多。绿皮红心的，叫心里美。里外都是翠绿的，是沙窝萝卜。还有圆墩墩的卞萝卜，红皮儿白心儿。

最常见的是白萝卜，个头很大，色泽如玉。

冬吃萝卜夏吃姜，是中国人吃东西的老理儿，不过，这更多是从养生的角度看。现代科学的解释说，气温骤降时，植物出于本能，防止体内水分结冰，会释放出淀粉类物质，打霜后的蔬菜因此会有甜味——这是从口味角度的回答。这些蔬菜里，当然包括萝卜。冬天的萝卜，味道天然有丝丝的清甜。其实白萝卜，生长期短，四季都有种植和收获，但天暖的时候，味道乏善可陈，只有经历秋霜洗礼，它才能华丽变身。

现在的白萝卜大多是杂交品种，种植也非常广泛，日本有一部美食纪录片叫《食彩之国》，很好看，尤其讲萝卜的那一集，我看了两遍。大根是日本人对萝卜的称呼，纪录片里，农户收获一季白玉大根，这块地就得改种其他的庄稼或者蔬菜。片中人物解释说，萝卜好吃，但非常耗“地力”，不适合连续种植。这事儿我问过科学家，专业答案是，作物轮种其实是为了平衡土壤，耗地力的说法，有些矫情。

但日本人料理萝卜，确是真讲究。哪怕最简单的烧萝卜块，切完之后，还要尽可能地把直角的圆边再削上一圈，好麻烦，仿佛那个棱角能把嘴巴划破一样。对白萝卜的处理，日本人更多的，是把它做成各种各样的咸菜，用米糠啊，柴鱼高汤什么的，做完了叫“沢庵漬け”，很有仪式感的名字，有兴趣可以自己搜索。我们中国也会腌萝卜，潮汕叫菜脯，四川叫萝卜泡菜，更多的地方叫它萝卜干。

我自己尝试着在办公室做萝卜咸菜，萝卜切滚刀块后，用好多砂糖腌上。然后做酱汁：白醋、米醋、生抽、老抽各一勺，兑冷开水。然后加指天椒、小米辣，一小点盐和烧酒，一大把茼蒿，几根小葱。差不多半小时，萝卜出水了，捞出洗净，放入酱汁静置一夜。这种暴腌萝卜味道不错，同事们很喜欢，下饭。

其实，更简单的萝卜做法，就是烧肉。新鲜萝卜多少有些辣味，那是它自身所带的硫化物所致。这种硫化物，有点像情侣之间闹别扭，多宽慰几句温暖的话便会释然。生萝卜，只要遇热，辛辣的味道就会大部分消失。萝卜素淡，很容易入味，最适合和肉类搭配，无论是炖排骨，还是烧肉，都会觉得像天造地设一般。有时候，沾了荤腥的萝卜比肉还好吃。

什么时候开始有肉丸这样东西，完全不可考。全世界很多国家的菜谱里，都有肉丸这道菜。我想，它应该是人类进入精致烹饪之后才诞生的吧？否则一块肉，无论是直接烹煮，还是烧烤，甚至切片切丝，都比做成肉糜要省时间得多。不过，晋惠帝说的“何不食肉糜”倒不是肉馅儿，那是特指“肉粥”。

制作肉糜，现在简单了。菜市里，一般人很少买现成的肉馅儿，怕它注水，或担心是用肉的边角料制成的。但也不能买特别好的肉，比如猪梅肉，也就是梅花肉，滑嫩质地特别受青睐，但做成肉馅儿，肌腱组织偏多，容易塞牙。现在菜市场都代为加工肉馅儿，买块前臀肉，去皮，打成馅儿，很简单的事情。

北京人爱吃肉馅儿，他们吃饺子、包子、馅儿饼，都统称“吃馅儿”，但丸子是个例外，不这么叫。北京人也爱吃丸子，梁实秋晚年，写《雅舍谈吃》，还能清晰记述幼年时代妈妈给他和弟弟单独买了一盘同和馆的炸丸子，每人分了十几个，外酥里嫩，扑鼻地香。“事隔七十多年，不能忘记那一回吃小炸丸子的滋味。”梁实秋说。

北京菜里有一道干炸丸子，很考较厨师的功底，我吃过鲁菜泰斗王义均先生后人做的干炸丸子，肉馅儿剁得并不是特别细，还有颗粒状，一丁点儿淀粉不加，全靠搅拌上劲儿，做丸子入滚油，炸出来丸子，仿佛还会呼吸似的。

北京人更家常的是氽丸子，梁实秋、王世襄都做过白菜氽猪肉丸子。氽这个字，很形象，像表演高台跳水，难度系数不高，但水花要压得好。熟练的主妇一只手攥着肉馅儿，虎口里挤出一个圆球，用小勺轻抹一下，放进锅里。丸子迅速变色，随便加点什么辅料，连汤带水，菜就做成了。

和干炸丸子同样的道理，做氽丸子的核心技术是上劲儿。肉馅加一颗鸡蛋的蛋清，一点生抽，生姜蓉和小葱末，然后朝着一个方向搅拌五分钟，眼见着肉馅的水分，一点点变得稀薄，这是上了劲儿的标志。

那天大董老师在办公室煮饭，正好是我生日，他让徒弟做了一道萝卜丝氽丸子，很鲜美。“这个天儿（季节）的萝卜，就是清汤，什么都不要加，甜的。”大师傅说。我仔细询问了制作的过程，隔天在办公室做了几次实验，都很成功。甚至发现，用工作室茶水间的电饭锅，丸子个头在2.5厘米直径最合适，这让我很有成就感。

萝卜丝最好是切，我没那个刀工，便用了刨刀，口感上有损失，少了几分顺滑，但也不错。萝卜丝下到丸子汤里，刚刚煮沸就关火，软硬刚刚合适。这时候盛出来，加芫荽和香葱，扑一勺白胡椒，鲜汤一下变得醒目，且暖意融融的。

今年很巧，因为父母过旧历生日，我们三个人的生日居然都在一周之内。父母已经年过八十，按他们的说法是不再过生日的，最后勉强和我一起吃了一顿饭。

每次和父母吃饭，我都会不自觉地观察我爸爸用筷子。按照老家的说法，看一个人拿筷子，就知道离父母有多远。父亲拿筷子的方法，不仅像拿毛笔，而且握在筷子的尾端。他确实是兄弟姐妹七人里，无论读书、工作，都离我祖父祖母最远的。

也许是这个原因，我们兄妹小时候，父母格外叮嘱我们，拿筷子要往下一点。小妹妹执行力最强，每次吃饭，拿筷子的手指几乎都要戳进碗里。果然，父母退休以后，搬到北京来，还是选择和小妹妹生活在一起。

当然，最重要的原因，还是小妹妹性格温和。在工作或是社交环境里，我给大家的印象都是人畜无害的好脾气。性格里的慵懒和暴躁，几乎只在至亲面前才得以流露。我在家很没耐心，和父母待半天，就会因为各种小事发火。在这方面，小妹妹比我要好得多。

母亲幼年时身体不好，注射了过量的链霉素，现在耳朵几乎什么都听不见。而她恰恰交流欲望很强，每次看见我们嘴动，她就能发表一通意见，且十分笃定。经常和她说话，我们彼此是前门楼子vs胯骨轴子——各说各话。比如我们多次劝她去换一个助听器，她先警惕地看看我们，然后等父亲用很慢的语速给她重复一遍。“我才不要什么助听器，”她拍着爸爸的肩膀，一脸傲娇，“这就是我的助听器。”

那天清晨，妹妹给我打电话，她很少在这个时间打电话：“你先不要紧张，我现在正和老爸搭救护车去医院。医生已经联系好了，你来的时候在等候室等我。”父亲突发心梗，我腿都软了，忙不迭往医院奔。一个小时后，三兄妹在医院聚齐，好在发现及时，父亲做了支架手术，送进病房观察。

因为疫情，医院不允许探视，偶尔借用护士站的电话，老爸会给我们说一下病情。他是个乐观的人，我们自然也不能添乱，总是说一些吉人自有天相之类安慰的话。父亲则话里话外总会提到老太太，这么多年，都是他做饭，我们明白，他最牵挂我妈的一日三餐。

漫长的十天，全家人一边等待，一边照顾老太太。母亲前年中风，行走不便，大妹妹便放下正准备高考的儿子，过去给她煮饭，再后来，表妹也从老家过来帮忙。中间我抽空去了一次，在市场上买了萝卜和肉，还买了海南的白胡椒，只用了半小时，做了一锅萝卜丝汆丸子，算是阶段性烹饪成果汇报。妈妈吃了很满意：“很好吃，等你爸爸出院，你要再做一次，他应该喜欢。”

妹妹家的厨房窄小，父亲出院那天，我在按照母亲的意思张罗饭。萝卜丝汆丸子，这是指定的病号饭，当然也做了些其他的。显然父亲恢复得不错，不时过来告诉我，什么佐料放在什么地方，好像很轻松的样子。一大锅汆丸子端上桌，我轻轻地给他盛了碗。“这东西很好消化，最适合这个季节吃。”母亲在旁边大声评论：“我们家三个孩子，就是老大做饭最好吃。”她丝毫不考虑几天来一直做饭的妹妹们的感受，不过一家人能坐在一起吃顿饭，也是好久没有的事情。

父亲用调羹舀了一个肉丸，放进嘴里，慢慢咀嚼几下，然后抬头看着天花板，他轻轻叹了一口气：“哎呀，我差点吃不到这口了。”

全家人突然静了下来，几个子女已是中年人，都低着头。碗里的萝卜丝，柔顺地贴伏在清汤里，衬着蓬松的肉圆。就见我妈把手放到父亲肩上，轻声说：“不会的，我们不是约好了活到三位数的年纪吗？”

你看，我妈的听力，就这么时好时坏。

2020年12月16日