美食背后的讲究和学问（美味馆）

一晃，《舌尖上的中国》播出已经过了十个年头。十年来，作为纪录片从业者和美食研究者，我们见证了食物从满足温饱到追求风味享受的飞跃，见证了餐饮业从规模扩张到精细化经营的转型，见证了中国人从吃饱到吃好，从讲求质量到开始关注食物背后的情感与文化。这其间折射的，不仅是美食的发展与演变，更是经济与社会的进步和变迁。

　　这期间，人们的口味也发生了巨大的改变，涌现出许多新的饮食风尚。最显著的一个变化，恐怕要谈谈“辣”了。

　　辣，具有很强的遮蔽性，它不是味道，而是一种触觉，一种痛感。品尝辣度等级高的食物时，人们对其他味道的敏感度会下降。正是这种遮蔽性和轻微的成瘾性，在一定时间内，使辣味特色菜肴火遍各地，川菜、湘菜等地域饮食在中国普及，人们的口味越来越重。

　　其实，上世纪八九十年代湖南菜的辣度没有现在这么重，四川菜也是如此。尤其是成都地区的川菜，早期是很温和的，能吃到辣，但菜肴的味觉层次非常丰富，从不辣的荔枝肉片到逐渐增加辣度的鱼香肉丝、麻婆豆腐、回锅肉，不同的味型与辣度彼此呼应、相得益彰。然而，当这些菜肴遇到了重庆江湖菜——滋味更加张扬的下河帮菜系，以及辣度更加极致的小河帮菜时，竟有些无法抵抗。一些餐厅甚至会主动“改良”原有的菜品，以迎合更大的市场，吸引更多的客人。人们的味蕾被更加浓烈的味道“征服”了。

　　有些风味鲜明的地域性美食菜肴在发扬光大，而与此同时，也有传统饮食日渐式微。一道菜慢慢淡出人们视野的原因可能有很多。如果制作过程太过繁琐，或者味道不够特色突出，人们也可能会逐渐放弃它。比如川菜名馔鸡豆花，这是一种用鸡肉蛋白凝固原理制成的菜品，口感如同嫩豆腐，非常细腻、鲜美。传统川菜中形容它“吃鸡不见鸡”。这本是中餐烹饪中变化巧思的最好例证，但是这道菜的制作过程非常费力，时间成本极高，需要经验和耐心。以至于如今在日常饮食中，哪怕是成都平原，都不太容易见到它的身影。

　　在传承与改良中，美食与数字时代擦出了新的火花。

　　“高速运转的都市，给年轻人提供更多的创业机遇，也挤压了他们像父辈那样享用午餐的时间。”十年前，在《舌尖上的中国》第二季中，我们曾写过这样一句解说词。近些年，在整个食物流通的领域，产生了很多现象级的变化。比方说预制菜，它有很强烈的工业文明属性，标准化的速度确实非常快，给忙碌的人们带来了很多方便。

　　再比如说，以前我曾是很多朋友的美食向导，每当有朋友聚会，他们总会找我咨询哪个地方好吃。我熟悉的不只是那些大餐厅，还有许多路边摊和“苍蝇小馆”。不过，现在情况不同了，人们可以依靠智能设备和网络软件寻找不同风格和类型的餐厅。

　　这个时代，人人都是美食评论家，都可以拥有与众不同的味觉评价体系。每个人都有机会分享自己的见解，也涌现出了许多美食博主，乃至形成了一种全新的食物经济。这种情况下，公认的美味标准正在逐渐模糊和多元，人们开始根据自己的喜好和需要寻找食物，并构建自己的美食体验。正是数字时代给我们带来了便利，科技成为我们追寻个性化需求、探索文化与传统的一把钥匙。

　　越来越多人在假期与闲暇时间，会走出家门，依照网络上的美食推荐，“按图索骥”到食物的原产地品尝美食本来的味道，领略当地的风土与人情。在日常生活飞速运转、烹饪与用餐时间不断被挤压的同时，我也很高兴看到，今天的人们对在地美食与文化的兴趣在不断攀升。

　　“吃”的讲究，也激发了厨师的热情。

　　我曾遇到过一位年轻厨师，他是河南人，曾在集体食堂帮工。我问他是否能全部完成那些点心，他答道：大部分都可以，个别的虽然有些手生，但复习一下肯定没有问题。

　　这件事让我非常开心。在眼下看似急速变化的环境里，还有这样的年轻厨师，执着于传统烹饪技艺的修炼。我看过他的学徒笔记，厚厚的一本，密密麻麻记满了师父的教诲。

　　“每隔一段时间，我就拿出来，读一读，练一练……”我问他这样做是担心遗忘吗？他笑笑说：“不完全是。每次做，我都有新的尝试，而且，我能感觉自己功力又长了。”正是这种成就感在伴随这位青年厨师不断前行。

　　食物中有大世界。真正的美食，无关食材是否昂贵，而是技术和心血的体现。优秀厨师不仅掌握了烹饪的技巧和配方，更重要的是他们将自己对食物的理解，以及个性、创造力和热情融入每一道菜品中。食物中凝聚着他们的自我与世界，这种独特性是无法被简单复制的。

　　我特别赞同一位作家的观点——美食不是那些我们吃不到的东西，而是对我们日常食物本身越来越多的了解。因为了解它背后的讲究和学问，在享用的时候就多了些知性的愉悦感，无形中提高了我们的生活品质，让我们更加热爱生活。“您看，没多花一分钱，我们的生活品质就提高了。”这位作家说道。

　　总结我对中国美食的愿景，那就是：根植中华文化，拥抱现代文明。