

清 · 袁枚-随园食单

kevinluo

Contents

1	序	8
2	须知单	8
2.1	先天须知	8
2.2	作料须知	9
2.3	洗刷须知	9
2.4	调剂须知	9
2.5	配搭须知	9
2.6	独用须知	9
2.7	火候须知	9
2.8	色臭须知	10
2.9	迟速须知	10
2.10	变换须知	10
2.11	器具须知	10
2.12	上菜须知	10
2.13	时节须知	10
2.14	多寡须知	11
2.15	洁净须知	11
2.16	用纤须知	11
2.17	选用须知	11
2.18	疑似须知	11
2.19	补救须知	11
2.20	本分须知	11
3	戒单	12
3.1	戒外加油	12
3.2	戒同锅熟	12
3.3	戒耳餐	12
3.4	戒目食	12
3.5	戒穿凿	12
3.6	戒停顿	12
3.7	戒暴珍	13
3.8	戒纵酒	13
3.9	戒火锅	13
3.10	戒强让	13
3.11	戒走油	13
3.12	戒落套	13
3.13	戒混浊	14
3.14	戒苟且	14
4	海鲜单	14
4.1	燕窝	14
4.2	海参三法	14
4.3	鱼翅二法	14
4.4	鳆鱼	14
4.5	淡菜	15
4.6	乌鱼蛋	15
4.7	江瑶柱	15
4.8	蛎黄	15
5	江鲜单	15
5.1	刀鱼二法	15

5.2	鲥鱼	15
5.3	鲟鱼	15
5.4	黄鱼	16
5.5	斑鱼	16
5.6	假蟹	16
6	特牲单	16
6.1	猪头二法	16
6.2	猪蹄四法	16
6.3	猪爪猪筋	16
6.4	猪肚二法	16
6.5	猪肺二法	17
6.6	猪腰	17
6.7	猪里肉	17
6.8	白肉片	17
6.9	红煨肉三法	17
6.10	白煨肉	17
6.11	油灼肉	17
6.12	干锅蒸肉	18
6.13	盖碗装肉	18
6.14	磁坛装肉	18
6.15	脱沙肉	18
6.16	晒干肉	18
6.17	火腿煨肉	18
6.18	台鳖煨肉	18
6.19	粉蒸肉	18
6.20	熏煨肉	18
6.21	芙蓉肉	19
6.22	荔枝肉	19
6.23	八宝肉	19
6.24	菜花头煨肉	19
6.25	炒肉丝	19
6.26	炒肉片	19
6.27	八宝肉圆	19
6.28	空心肉圆	19
6.29	锅烧肉	19
6.30	酱肉	20
6.31	糟肉	20
6.32	暴腌肉	20
6.33	尹文端公家风肉	20
6.34	家乡肉	20
6.35	笋煨火肉	20
6.36	烧小猪	20
6.37	烧猪肉	20
6.38	排骨	20
6.39	罗簍肉	21
6.40	端州三种肉	21
6.41	杨公圆	21
6.42	黄芽菜煨火腿	21
6.43	蜜火腿	21
7	杂牲单	21
7.1	牛肉	21

7.2	牛舌	21
7.3	羊头	21
7.4	羊蹄	22
7.5	羊羹	22
7.6	羊肚羹	22
7.7	红煨羊肉	22
7.8	炒羊肉丝	22
7.9	烧羊肉	22
7.10	全羊	22
7.11	鹿肉	22
7.12	鹿筋二法	22
7.13	獐肉	22
7.14	果子狸	23
7.15	假牛乳	23
7.16	鹿尾	23
8	羽族单	23
8.1	白片鸡	23
8.2	鸡松	23
8.3	生炮鸡	23
8.4	鸡粥	23
8.5	焦鸡	24
8.6	捶鸡	24
8.7	炒鸡片	24
8.8	蒸小鸡	24
8.9	酱鸡	24
8.10	鸡丁	24
8.11	鸡圆	24
8.12	蘑菇煨鸡	24
8.13	梨炒鸡	24
8.14	假野鸡卷	25
8.15	黄芽菜炒鸡	25
8.16	栗子炒鸡	25
8.17	灼八块	25
8.18	珍珠团	25
8.19	黄芪蒸鸡治疗	25
8.20	卤鸡	25
8.21	蒋鸡	25
8.22	唐鸡	25
8.23	鸡肝	26
8.24	鸡血	26
8.25	鸡丝	26
8.26	糟鸡	26
8.27	鸡肾	26
8.28	鸡蛋	26
8.29	野鸡五法	26
8.30	赤炖肉鸡	26
8.31	蘑菇煨鸡	26
8.32	鸽子	27
8.33	鸽蛋	27
8.34	野鸭	27
8.35	蒸鸭	27
8.36	鸭糊涂	27

8.37	卤鸭	27
8.38	鸭脯	27
8.39	烧鸭	27
8.40	挂卤鸭	27
8.41	干蒸鸭	27
8.42	野鸭团	28
8.43	徐鸭	28
8.44	煨麻雀	28
8.45	煨鹌鹑、黄雀	28
8.46	云林鹅	28
9	水族有鳞单	28
9.1	边鱼	28
9.2	鲫鱼	28
9.3	白鱼	29
9.4	季鱼	29
9.5	土步鱼	29
9.6	鱼松	29
9.7	鱼圆	29
9.8	鱼片	29
9.9	连鱼豆腐	29
9.10	醋搂鱼	29
9.11	银鱼	29
9.12	台鲞	30
9.13	糟鲞	30
9.14	虾子勒鲞	30
9.15	鱼脯	30
9.16	家常煎鱼	30
9.17	黄姑鱼	30
10	水族无鳞单	30
10.1	汤鳗	30
10.2	红煨鳗	31
10.3	炸鳗	31
10.4	生炒甲鱼	31
10.5	酱炒甲鱼	31
10.6	带骨甲鱼	31
10.7	青盐甲鱼	31
10.8	汤煨甲鱼	31
10.9	全壳甲鱼	31
10.10	鳝丝羹	31
10.11	炒鳝	32
10.12	段鳝	32
10.13	虾圆	32
10.14	虾饼	32
10.15	醉虾	32
10.16	炒虾	32
10.17	蟹	32
10.18	蟹羹	32
10.19	炒蟹粉	32
10.20	剥壳蒸蟹	32
10.21	蛤蜊	33
10.22	蚶	33

10.23	[虫车][虫敖]	33
10.24	程泽弓蛭干	33
10.25	鲜蛭	33
10.26	水鸡	33
10.27	熏蛋	33
10.28	茶叶蛋	33
11	杂素菜单	33
11.1	蒋侍郎豆腐	34
11.2	杨中丞豆腐	34
11.3	张恺豆腐	34
11.4	庆元豆腐	34
11.5	芙蓉豆腐	34
11.6	王太守八宝豆腐	34
11.7	程立万豆腐	34
11.8	冻豆腐	34
11.9	虾油豆腐	34
11.10	蓬蒿菜	35
11.11	蕨菜	35
11.12	葛仙米	35
11.13	石发	35
11.14	素烧鹅	35
11.15	韭	35
11.16	芹	35
11.17	豆芽	35
11.18	茭	35
11.19	青菜	35
11.20	台菜	36
11.21	白菜	36
11.22	黄芽菜	36
11.23	瓢儿菜	36
11.24	波菜	36
11.25	蘑菇	36
11.26	松菌	36
11.27	面筋三法	36
11.28	茄二法	36
11.29	茼羹	37
11.30	芋羹	37
11.31	豆腐皮	37
11.32	扁豆	37
11.33	瓠子、王瓜	37
11.34	煨木耳、香蕈	37
11.35	冬瓜	37
11.36	煨鲜菱	37
11.37	缸豆	37
11.38	煨三笋	37
11.39	芋煨白菜	38
11.40	香珠豆	38
11.41	马兰	38
11.42	杨花菜	38
11.43	问政笋丝	38
11.44	炒鸡腿蘑菇	38
11.45	猪油煮萝卜	38

12 小菜单	38
12.1 笋脯	38
12.2 天目笋	38
12.3 玉兰片	39
12.4 素火腿	39
12.5 宣城笋脯	39
12.6 人参笋	39
12.7 笋油	39
12.8 虾油	39
12.9 喇虎酱	39
12.10 熏鱼子	39
12.11 腌冬菜、黄芽菜	39
12.12 茼蒿	39
12.13 香干菜	40
12.14 冬芥	40
12.15 春芥	40
12.16 芥头	40
12.17 芝麻菜	40
12.18 腐干丝	40
12.19 风鳔菜	40
12.20 糟菜	40
12.21 酸菜	40
12.22 台菜心	40
12.23 大头菜	41
12.24 萝卜	41
12.25 乳腐	41
12.26 酱炒三果	41
12.27 酱石花	41
12.28 石花糕	41
12.29 小松菌	41
12.30 吐〔虫失〕	41
12.31 海蛰	41
12.32 虾子鱼	41
12.33 酱姜	42
12.34 酱瓜	42
12.35 新蚕豆	42
12.36 腌蛋	42
12.37 混套	42
12.38 茭瓜脯	42
12.39 牛豆腐干	42
12.40 酱王瓜	42
12.41 点心菜	42
12.42 鳎面	42
12.43 温面	43
12.44 鳝面	43
12.45 裙带面	43
12.46 素面	43
12.47 蓑衣饼	43
12.48 虾饼	43
12.49 薄饼	43
12.50 面老鼠	43
12.51 颠不棱即肉饺也	43
12.52 韭合	44

12.53	糖饼（又名面衣）	44
12.54	烧饼	44
12.55	千层馒头	44
12.56	面茶	44
12.57	杏酪	44
12.58	粉衣	44
12.59	竹叶粽	44
12.60	萝卜汤圆	44
12.61	水粉汤圆	44
12.62	脂油糕	45
12.63	雪花糕	45
12.64	软香糕	45
12.65	百果糕	45
12.66	栗糕	45
12.67	青糕、青团	45
12.68	合欢饼	45
12.69	鸡豆糕	45
12.70	鸡豆粥	45
12.71	金团	45
12.72	麻团	46
12.73	芋粉团	46
12.74	熟藕	46
12.75	新栗、新菱	46
12.76	莲子	46
12.77	芋	46
12.78	萧美人点心	46
12.79	刘方伯月饼	46
12.80	陶方伯十景点心	46
12.81	杨中丞西洋饼	47
12.82	白云片	47
12.83	风枰	47
12.84	三层玉带糕	47
12.85	运司糕	47
12.86	沙糕	47
12.87	小馒头、小馄饨	47
12.88	雪蒸糕法	47
12.89	作酥饼法	48
12.90	天然饼	48
12.91	花边月饼	48
12.92	制馒头法	48
12.93	扬州洪府粽子	48
13	饭粥单	48
13.1	饭	48
13.2	粥	49
14	茶酒单	49
14.1	茶	49
14.2	武夷茶	49
14.3	龙井茶	49
14.4	常州阳羨茶	50
14.5	洞庭君山茶	50
14.6	酒	50

14.7 金坛于酒 50

14.8 德州卢酒 50

14.9 四川郫筒酒 50

14.10 绍兴酒 50

14.11 湖州南浔酒 50

14.12 常州兰陵酒 50

14.13 溧阳乌饭酒 51

14.14 苏州陈三白 51

14.15 金华酒 51

14.16 山西汾酒 51

contents

1 序

诗人美周公而曰“笾豆有践”(1)，恶凡伯而曰“彼疏斯稗”(2)。古之于饮食也若是重乎？他若《易》称“鼎烹”，《书》称“盐梅”，《乡党》、《内则》琐琐言之。孟子虽贱“饮食之人”，而又言饥渴未能得饮食之正。可见凡事须求一是处，都非易言。《中庸》曰：“人莫不饮食也，鲜能知味也。”《典论》曰：“一世长者知居处，三世长者知服食。”古人进□离肺，皆有法焉，未尝苟且。“子与人歌而善，必使反之，而后和之。”圣人于一艺之微，其善取于人也如是。

余雅慕此旨，每食于某氏而饱，必使家厨往彼灶觚(3)，执弟子之礼。四十年来，颇集众美。有学就者，有十分中得六七者，有仅得二三者，亦有竟失传者。余都问其方略，集而存之。虽不甚省记，亦载某家某味，以志景行。自觉好学之心，理宜如是。虽死法不足以限生厨，名手作书，亦多出入，未可专求之于故纸；然能率由；日章，终元大谬，临时治具，亦易指名。

或曰：“人心不同，各如其面。子能必天下之口，皆子之口乎？”曰：“执柯以伐柯，其则不远(4)。吾虽不能强天下之口与吾同嗜，而姑且推己及物；则食饮虽微，而吾于忠恕之道，则已尽矣。吾何憾哉！”若夫《说郛》所载饮食之书三十余种，眉公。笠翁(5)，亦有陈言。曾亲试之，皆阔于鼻而蜚于口，大半陋儒附会，吾无取焉。

□：“鬣”字下部换“者”字

[注释]

- (1) 笾 (bian 边)：古代祭祀及宴会时用以盛果脯等的竹编食器。形制如豆。豆：古代食器，初以木制，形似高足盘。后多用于祭祀。践：陈列整齐。
- (2) 疏：粗米。稗：指粗食。
- (3) 灶觚：灶口平地突出之处。
- (4) 执柯以伐柯，其则不远：《诗·豳风·伐柯》：“伐柯伐柯，其则不远。”比喻遵循一定的准则。
- (5) 笠翁：即李渔，字笠翁、滴凡，号觉世稗官。清初剧作家。

2 须知单

学问之道，先知而后行，饮食亦然。作《须知单》。

2.1 先天须知

凡物各有先天，如人各有资禀。人性下愚，虽孔、孟教之，元益也；物性不良，虽易牙烹之，亦元味也。指其大略：猪宜皮薄，不可腥臊；鸡宜骗嫩，不可老稚；鲫鱼以扁身白肚为佳，乌背者，

必崛强于盘中；鳊鱼以湖溪游泳为贵，江生者，必搓讶其骨节；谷喂之鸭，其膘肥而白色；奎土之笋，其节少而甘鲜；同一火腿也，而好丑判若天渊；同一台鳖也，而美恶分为冰炭；其他杂物，可以类推。大抵一席佳肴，司厨之功居其六，买办之功居其四。

2.2 作料须知

厨者之作料，如妇人之衣服首饰也。虽有大姿，虽善涂抹，而敝衣蓝缕，西子亦难以为容。善烹调者，酱用伏酱，先尝甘否；油用香油，须审生熟；酒用酒酿，应去糟粕；醋用米醋，须求清冽。且酱有清浓之分，油有荤素之别，酒有酸甜之异，醋有陈新之殊，不可丝毫错误。其他葱、椒、姜、桂、糖、盐，虽用之不多，而俱宜选择上品。苏州店卖秋油，有上、中、下三等。镇江醋颜色虽佳，味不甚酸，失醋之本旨矣。以板浦醋为第一，浦口醋次之。

2.3 洗刷须知

洗刷之法，燕窝去毛，海参去泥，鱼翅去沙，鹿筋去臊。肉有筋瓣，剔之则酥；鸭有肾臊，削之则净；鱼胆破，而全盘皆苦；鳊涎存，而满碗多腥；韭删叶而白存，菜弃边而心出。《内则》曰：“鱼去乙，鳖去丑。”此之谓也。谚云：“若要鱼好吃，洗得白筋出。”亦此之谓也。

2.4 调剂须知

调剂之法，相物而施。有酒水兼用者，有专用酒不用水者，有专用水不用酒者；有盐酱并用者，有专用清酱不用盐者，有用盐不用酱者；有物太腻，要用油先炙者；有气大腥，要用醋先喷者；有取鲜必用冰糖者；有以干燥为贵者，使其味入于内，煎炒之物是也；有以汤多为贵者，使其味溢于外，清浮之物是也。

2.5 配搭须知

谚曰：“相女配夫。”《记》曰：“[仝疑]人必于其伦。”烹调之法，何以异焉？凡一物烹成，必需辅佐。要使清者配清，浓者配浓，柔者配柔，刚者配刚，方有和合之妙。其中可荤可素者，蘑菇、鲜笋、冬瓜是也。可荤不可素者，葱韭、茴香、新蒜是也。可素不可荤者，芹菜、百合、刀豆是也。常见人置蟹粉于燕窝之中，放百合于鸡、猪之肉，毋乃唐尧与苏峻对坐，不太悖乎？亦有交互见功者，炒荤菜，用素油，炒素菜，用荤油是也。

2.6 独用须知

味太浓重者，只宜独用，不可搭配。如李赞皇、张江陵一流，须专用之，方尽其才。食物中，鳊也，鳖也，蟹也，鲥鱼也，牛羊也，皆宜独食，不可加搭配。何也？此数物者味甚厚，力量甚大，而流弊亦甚多，用五味调和，全力治之，方能取其长而去其弊。何暇舍其本题，别生枝节哉？金陵人好以海参配甲鱼，鱼翅配蟹粉，我见辄攒眉。觉甲鱼、蟹粉之味，海参、鱼翅分之而不足；海参、鱼翅之弊，甲鱼、蟹粉染之而有余。

2.7 火候须知

熟物之法，最重火候。有须武火者，煎炒是也，火弱则物疲矣。有须文火者，煨煮是也，火猛则物枯矣。有先用武火而后用文火者，收汤之物是也；性急则皮焦而里不熟矣。有愈煮愈嫩者，腰子、鸡蛋之类是也。有略煮即不嫩者，鲜鱼、酣蛤之类是也。肉起迟则红色变黑，鱼起迟则活肉变死。屡开锅盖，则多沫而少香。火熄再烧，则无油而味失。道人以丹成九转为仙，儒家以无过、

不及为中。司厨者，能知火候而谨伺之，则几于道矣。鱼临食时，色白如玉，凝而不散者，活肉也；色白如粉，不相胶粘者，死肉也。明明鲜鱼，而使之不鲜，可恨已极。

2.8 色臭须知

目与鼻，口之邻也，亦口之媒介也。嘉肴到目。到鼻，色臭便有不同。或净若秋云，或艳如琥珀，其芬芳之气亦扑鼻而来，不必齿决之，舌尝之，而后知其妙也。然求色艳不可用糖炒，求香不可用香料。一涉粉饰便伤至味。

2.9 迟速须知

凡人请客，相约于三日之前，自有工夫平章百味。若斗然客至，急需便餐；作客在外，行船落店，此何能取东海之水，救南池之焚乎？必须预备一种急就章之菜，如炒鸡片，炒肉丝，炒虾米豆腐及糟鱼、茶腿之类，反能因速而见巧者，不可不知。

2.10 变换须知

一物有一物之味，不可混而同之。犹如圣人设教，因材施教，不拘一律。所谓君子成人之美也。今见俗厨，动以鸡、鸭、猪、鹅一汤同滚，遂令千手雷同，味同嚼蜡。吾恐鸡、猪、鹅、鸭有灵，必到在死城中告状矣。善治菜者，须多设锅、灶、盂、钵之类，使一物各献一性，一碗各成一味。嗜者舌本应接不暇，自觉心花顿开。

2.11 器具须知

古语云：美食不如美器。斯语是也。然宣、成、嘉、万窑器太贵，颇愁损伤，不如竟用御窑：已觉雅丽。惟是宜碗者碗，宜盘者盘，宜大者大，宜小者小，参错其间，方觉生色。若板板于十碗八盘之说，便嫌笨俗。大抵物贵者器宜大，物贱者器宜小。煎炒宜盘，汤羹宜碗，煎炒宜铁锅，煨煮宜砂罐。

2.12 上菜须知

上菜之法，盐者宜先，淡者宜后；浓者宜先，薄者宜后；无汤者宜先，有汤者宜后。且天下原有五味，不可以咸之一味概之。度客食饱，则脾困矣，须用辛辣以振动之；虑客酒多，则胃疲矣，须用酸甘以提醒之。

2.13 时节须知

夏日长而热，宰杀太早，则肉败矣。冬日短而寒，烹饪稍迟，则物生矣。冬宜食牛羊，移之于夏，非其时也。夏宜食干腊，移之于冬，非其时也。辅佐之物，夏宜用芥末，冬宜用胡椒。当三伏大而得冬腌菜，贱物也，而竟成至宾矣。当秋凉时而得行鞭笋，亦贱物也，而视若珍馐矣。有先时而见好者，三月食鲥鱼是也。有后时而见好者，四月食芋艿是也。其他亦可类推。有过时而不可吃者，萝卜过时则心空，山笋过时则味苦，刀鲚过时则骨硬。所谓四时之序，成功者退，精华已竭，褻裳去之也。

2.14 多寡须知

用贵物宜多，用贱物宜少。煎炒之物多，则火力不透，肉亦不松。故用肉不得过半斤，用鸡、鱼不得过六两。或问：食之不足如何？曰：俟食毕后另炒可也。以多为贵者，白煮肉，非二十斤以外，则淡而无味。粥亦然，非斗米则汁浆不厚，且须扣水，水多物少，则味亦薄矣。

2.15 洁净须知

切葱之刀，不可以切笋；捣椒之臼，不可以捣粉。闻菜有抹布气者，由其布之不洁也；闻菜有砧板气者，由其板之不净也。“工欲善其事，必先利其器。”良厨先多磨刀，多换布，多刮板，多洗手，然后治菜。至于口吸之烟灰，头上之汗汁，灶上之蝇蚁，锅上之烟煤，一玷入菜中，虽绝好烹庖，如西子蒙不洁，人皆掩鼻而过之矣。

2.16 用纤须知

俗名豆粉为纤者，即拉船用纤也，须顾名思义。因治肉者要作团而不能合，要作羹而不能膩，故用粉以牵合之。煎炒之时，虑肉贴锅，必至焦老，故用粉以护持之。此纤义也。能解此义用纤，纤必恰当，否则乱用可笑，但觉一片糊涂。汉制考齐呼曲麸为媒，媒即纤矣。

2.17 选用须知

选用之法，小炒肉用后臀，做肉圆用前夹心，煨肉用硬短勒。炒鱼片用青鱼、季鱼，做鱼松用[鱼军]鱼，鲤鱼。蒸鸡用雏鸡，煨鸡用骊鸡，取鸡汁用老鸡；鸡用雌才嫩，鸭用雄才肥；药菜用头，芹韭用根；皆一定之理。余可类推。

2.18 疑似须知

味要浓厚，不可油腻；味要清鲜，不可淡薄。此疑似之间，差之毫厘，失以千里。浓厚者，取精多而糟粕去之谓也；若徒贪肥膩，不如专食猪油矣。清鲜者，真味出而俗尘无之谓也；若徒贪淡薄，则不如饮水矣。

2.19 补救须知

名手调羹，咸淡合宜，老嫩如式，原元需补救。不得已为中人说法，则调味者，宁淡毋咸；淡可加盐以救之，咸则不能使之再淡矣。烹鱼者火候以补之，老则不能强之再嫩矣。比中消息，于一切下作料时，静观火色便可参详。

2.20 本分须知

满洲菜多烧煮，汉人菜多羹汤，童而习之，故擅长也。汉请满人，满请汉人，各用所长之菜，转觉人口新鲜，不失邯郸故步。今人忘其本分，而要格外讨好。汉请满人用满菜，满请汉人用汉菜，反致依样葫芦，有名无实，画虎不成反类犬矣。秀才下场，专作自己文字，务极其工，自有遇合。若逢一宗师而摹仿之，逢一主考而摹仿之，则掇皮元真，终身不中矣。

3 戒单

为政者兴一利，不如除一弊，能除饮食之弊则思过半矣。作《戒单》。

3.1 戒外加油

俗厨制菜，动熬猪油一锅，临上菜时，勺取而分浇之，以为肥腻。甚至燕窝至清之物，亦复受此玷污。而俗人不知，长吞大嚼，以为得油水入腹。故知前生是饿鬼投来。

3.2 戒同锅熟

同锅熟之弊，已载前“变换须知”一条中。

3.3 戒耳餐

何谓耳餐？耳餐者，务名之谓也。贪贵物之名，夸敬客之意，是以耳餐，非口餐也。不知豆腐得味，远胜燕窝；海菜不佳，不如蔬笋。余尝谓鸡、猪、鱼、鸭豪杰之士也，各有本味，自成一家；海参、燕窝庸陋之人也，全无性情，寄人篱下。尝见某太守宴客，大碗如缸，白煮燕窝四两，丝毫无味，人争夸之。余笑曰，“我辈来吃燕窝，非来贩燕窝也。”可贩不可吃，虽多奚为？若徒夸体面，不如碗中竟放明珠百粒，则价值万金矣。其如吃不得何？

3.4 戒目食

何谓目食？目食者，贪多之谓也。今人慕“食前方丈”之名，多盘叠碗，是以目食，非口食也。不知名手写字，多则必有败笔；名人作诗，烦则必有累句。极名厨之心力，一日之中，所作好菜不过四五味耳，尚难拿准，况拉杂横陈乎？就使帮助多人，亦各有意见，全无纪律，愈多愈坏。余尝过一商家，上菜三撤席，点心十六道，共算食品将至四十余种。主人自觉欣欣得意，而我散席还家，仍煮粥充饥。可想见其席之丰而不洁矣。南朝孔琳之曰：“今人好用多品，适口之外，皆为悦目之资。”余以为肴馔横陈，熏蒸腥秽，口亦无可悦也。

3.5 戒穿凿

物有本性，不可穿凿为之。自成小巧，即如燕窝佳矣，何必捶以为团？海参可矣，何必熬之为酱？西瓜被切，略迟不鲜，竟有制以为糕者。苹果太熟，上口不脆，竟有蒸之以为脯者。他如《尊生八笺》之秋藤饼，李笠翁之玉兰糕，都是矫揉造作，以杞柳为杯[木卷]，全失大方。譬如庸德庸行，做到家便是圣人，何必索隐行怪乎？

3.6 戒停顿

物味取鲜，全在起锅时极锋而试，略为停顿，便如霉过衣裳，虽锦绣绮罗，亦晦闷而旧气可憎矣。尝见性急主人，每摆菜必一齐搬出。于是厨人将一席之菜，都放蒸笼中，候主人催取，通行齐上。此中尚得有佳味哉？在善烹饪者，一盘一碗，费尽心思；在吃者，卤莽暴戾，囫囵吞下，真所谓得哀家梨□，仍复蒸食者矣。余到粤东，食杨兰坡明府鳝羹而美，访其故，曰：“不过现杀现烹、现熟现吃，不停顿而已。”他物皆可类推。

□哀家梨：传说汉朝秣陵人哀仲所之梨，实大而味美，入口消释，当时人称为“哀家梨”。这里是比喻愚人不辩滋味，得好梨仍蒸食之。

3.7 戒暴殄

暴者不恤人功，殄者不惜物力。鸡、鱼、鹅、鸭自首至尾，俱有味存，不必少取多弃也。尝见烹甲鱼者，专取其裙而不知味在肉中；蒸鲥鱼者，专取其肚而不知鲜在背上。至贱莫如腌蛋，其佳处虽在黄不在白，然全去其白而专取其黄，则食者亦觉索然矣。且予为此言，并非俗人惜福之谓，假使暴殄而有益于饮食，犹之可也；暴殄而反累于饮食，又何苦为之？至于烈炭以炙活鹅之掌，刺刀以取生鸡之肝，皆君子所不为也。何也、物为人用，使之死可也，使之求死不可也。

3.8 戒纵酒

事之是非，惟醒人能知之；味之美恶，亦惟醒人能知之。伊尹曰：“味之精微，口不能言也。”口且不能言，岂有呼呶酗酒之人，能知味者乎？往往见拇战之徒，啖佳菜如啖木屑，心不存焉。所谓惟酒是务，焉知其余，而治味之道扫地矣。万不得已，先于正席尝菜之味，后于撤席逞酒之能，庶乎其两可也。

3.9 戒火锅

冬日宴客，惯用火锅，对客喧腾，已属可厌；且各菜之味，有一定火候，宜文宜武，宜撤宜添，瞬息难差。今一例以火逼之，其味尚可问哉？近人用烧酒代炭，以为得计，而不知物经多滚总能变味。或问：菜冷奈何？曰：以起锅滚热之菜，不使客登时食尽，而尚能留之以至于冷，则其味之恶劣可知矣。

3.10 戒强让

治具宴客，礼也。然一肴既上，理直凭客举箸，精肥整碎，各有所好，听从客便，方是道理，何必强让之？常见主人以箸夹取，堆置客前，污盘没碗，令人生厌。须知客非无手无目之人，又非儿童、新妇，怕羞忍饿，何必以村姬小家子之见解待之？其慢客也至矣！近日倡家，尤多此种恶习，以箸取菜，硬入人口，有类强奸，殊为可恶。长安有甚好请客，而菜不佳者，一客问曰：“我与君算相好乎？”主人曰：“相好！”客踞而请曰：“果然相好，我有所求，必允许而后起。”主人惊问：“何求？”曰：“此后君家宴客，求免见招。”合坐为之大笑。

3.11 戒走油

凡鱼、肉、鸡、鸭虽极肥之物，总要使其油在肉中，不落汤中，其味方存而不散。若肉中之油，半落汤中，则汤中之味反在肉外矣。推原其病有三：一误于火大猛，滚急水干。重番加水；一误于火势忽停，既断复续；一病在于太要相度，屡起锅盖，则油必走。

3.12 戒落套

唐诗最佳，而五言八韵之试帖，名家不选，何也？以其落套故也。诗尚如此，食亦宜然。今官场之菜，名号有十六碟、八簋、四点心之称，有满汉席之称，有八小吃之称，有十大菜之称，种种俗名皆恶厨陋习。只可用之于新亲上门，上司入境，以此敷衍；配上椅披桌裙，插屏香案，三揖百拜方称。若家居欢宴，文酒开筵，安可用此恶套哉？必须盘碗参差，整散杂进，方有名贵之气象。余家寿筵婚席，动至五六桌者，传唤外厨，亦不免落套，然训练之卒，范我驰驱者，其味亦终竟不同。

3.13 戒混浊

混浊者，并非浓厚之谓。同一汤也，望去非黑非白，如缸中搅浑之水。同一卤也，食之不清不腻，如染缸倒出之浆。此种色味令人难耐。救之之法，总在洗净本身，善加作料，伺察水火，体验酸咸，不使食者舌上有隔皮隔膜之嫌。庾子山论文云：“索索元真气，昏昏有俗心。”是即混浊之谓也。

3.14 戒苟且

凡事不宜苟且，而于饮食尤甚。厨者，皆小人下村，一日不加赏罚，则一日必生怠玩。火齐未到而姑且下咽，则明日之菜必更加生。真味已失而含忍不言，则下次之羹必加草率。且又不止空赏空罚而已也。其佳者，必指示其所以能佳之由；其劣者，必寻求其所以致劣之故。咸淡必适其中，不可丝毫加減，久暂必得其当，不可任意登盘。厨者偷安，吃者随便，皆饮食之大弊。审问慎思明辨，为学之方也；随时指点，教学相长，作师之道也。于是味何独不然？

4 海鲜单

古人珍并无海鲜之说，今世俗尚之，不得不吾从众。作《海鲜单》。

4.1 燕窝

燕窝贵物，原不轻用。如用之，每碗必须二两，先用天泉滚水泡之，将银针挑去黑丝。用嫩鸡汤、好火腿汤、新蘑菇三样汤滚之，看燕窝变成玉色为度。此物至清，不可以油腻杂之；此物至文，不可以武物串之。今人用肉丝、鸡丝杂之，是吃鸡丝、肉丝，非吃燕窝也。且徒务其名，往往以三钱生燕窝盖碗面，如白发数茎，使客一撩不见，空剩粗物满碗。真乞儿卖富，反露贫相。不得已则蘑菇丝，笋尖丝、鲫鱼肚、野鸡嫩片尚可用也。余到粤东，阳明府冬瓜燕窝甚佳，以柔配柔，以清入清，重用鸡汁、蘑菇汁而已，燕窝皆作玉色，不纯白也。或打作团，或敲成面，俱属穿凿。

4.2 海参三法

海参无味之物，沙多气腥，最难讨好。然天性浓重，断不可以清汤煨也。须检小刺参，先泡去沙泥，用肉汤滚泡三次，然后以鸡、肉两汁红煨极烂。辅佐则用香蕈、木耳，以其色黑相似也。大抵明日请客，则先一日要煨，海参才烂。尝见钱观察家，夏日用芥末、鸡汁拌冷海参丝甚佳。或切小碎丁，用笋丁、香蕈丁入鸡汤煨作羹。蒋侍郎家用豆腐皮、鸡腿、蘑菇煨海参亦佳。

4.3 鱼翅二法

鱼翅难烂，须煮两日，才能摧刚为柔。用有二法：一用好火腿、好鸡汤，如鲜笋、冰糖钱许煨烂，此一法也；一纯用鸡汤串细萝卜丝，拆碎鳞翅搀和其中，飘浮碗面。令食者不能辨其为萝卜丝、为鱼翅，此又一法也。用火腿者，汤宜少；用萝卜丝者，汤宜多。总以融洽柔腻为佳，若海参触鼻，鱼翅跳盘，便成笑话。吴道士家做鱼翅，不用下鳞，单用上半原根，亦有风味。萝卜丝须出水二次，其臭才去。尝在郭耕礼家吃鱼翅炒菜，妙绝！未传其方法。

4.4 鳆鱼

鳆鱼炒薄片甚佳，杨中丞家削片入鸡汤豆腐中。号称“鳆鱼豆腐”；上加陈糟油浇之。庄大守用大块鳆鱼煨整鸭，亦别有风趣。但其性坚，终不能齿决。火煨三日。才拆得碎。

4.5 淡菜

淡菜煨肉加汤，颇鲜，取肉去心，酒炒亦可。

海 [1]

海 [1]，宁波小鱼也，味同虾米，以之蒸蛋甚佳。作小菜亦可。

[1]：堰字换虫旁

4.6 乌鱼蛋

乌鱼蛋最鲜，最难服事。须河水滚透，撒沙去臊，再加鸡汤、蘑菇爆烂。龚云若司马家制之最精。

4.7 江瑶柱

江瑶柱出宁波，治法与蚶、蛏同。其鲜脆在柱，故剖壳时多弃少取。

4.8 蛎黄

蛎黄生石子上。壳与石子胶粘不分。剥肉作羹，与蚶、蛤相似。一名鬼眼，乐清、奉化两县上产，别地所无。

5 江鲜单

郭璞《江赋》鱼族甚繁。今择其常有者治之。作《江鲜单》。

5.1 刀鱼二法

刀鱼用蜜酒酿、清酱放盘中，如鲥鱼法蒸之最佳。不必加水。如嫌刺多，则将极快刀刮取鱼片，用钳抽去其刺。用火腿汤、鸡汤、笋汤 [火畏] 之，鲜妙绝伦。金陵人畏其多刺，竟油炙极枯，然后煎之。谚曰：“驼背夹直，其人不活。”此之谓也。或用快刀将鱼背斜切之，使碎骨尽断，再下锅煎黄，加作料，临食时竟不知有骨：芜湖陶太太法也。

5.2 鲥鱼

鲥鱼用蜜酒蒸食，如治刀鱼之法便佳。或竟用油煎，加清酱、酒酿亦佳。万不可切成碎块加鸡汤煮，或去其背，专取肚皮，则真味全失矣。

5.3 鲟鱼

尹文端公，自夸治鲟鳇最佳，然 [火畏] 之太熟，颇嫌重浊。惟在苏州唐氏，吃炒鳇鱼片甚佳。其法切片油炮，加酒、秋油滚三十次，下寸再滚起锅，加作料，重用瓜、姜、葱花。又一法，将鱼白水煮十滚，去大骨，肉切小方块，取明骨切小方块；鸡汤去沫，先煨明骨八分熟，下酒、秋油，再下鱼肉，煨二分烂起锅，加葱、椒、韭，重用姜汁一大杯。

5.4 黄鱼

黄鱼切小块，酱酒郁一个时辰。沥干。入锅爆炒两面黄，加金华豆鼓一茶杯，甜酒一碗，秋油一小杯，同滚。候卤干色红，加糖，加瓜、姜收起，有沉浸浓郁之妙。又一法，将黄鱼拆碎入鸡汤作羹，微用甜酱水、纤粉收起之，亦佳。大抵黄鱼亦系浓厚之物，不可以清治之也。

5.5 班鱼

班鱼最嫩，剥皮去秽，分肝肉二种，以鸡汤煨之，下酒三分、水二分、秋油一分；起锅时加姜汁一大碗，葱数茎，杀去腥气。

5.6 假蟹

煮黄鱼二条，取肉去骨，加生盐蛋四个，调碎，不拌入鱼肉；起油锅炮，下鸡汤滚，将盐蛋搅匀，加香蕈、葱、姜汁、酒，吃时酌用醋。

6 特牲单

猪用最多，可称“广大教主”。宜古人有特豚馈食之礼。作《特牲单》。

6.1 猪头二法

洗净五斤重者，用甜酒三斤；七八斤者，用甜酒五斤。先将猪头下锅同酒煮，下葱三十根、八角三钱，煮二百余滚；下秋油一大杯、糖一两，候熟后尝咸淡，再将秋油加減；添开水要漫过猪头一寸，上压重物，大火烧一炷香；退出大火，用文火细煨，收干以膩为度；烂后即开锅盖，迟则走油。一法打木桶一个，中用铜簾隔开，将猪头洗净，加作料闷入桶中，用文火隔汤蒸之，猪头熟烂，而其膩垢悉从桶外流出亦妙。

6.2 猪蹄四法

蹄膀一只，不用爪，白水煮烂，去汤，好酒一斤，清酱油杯半，陈皮一钱，红枣四五个，煨烂。起锅时，用葱、椒、酒泼入，去陈皮、红枣，此一法也。又一法：先用虾米煎汤代水，加酒、秋油煨之。又一法：用蹄膀一只，先煮熟，用素油灼皱其皮，再加作料红煨。有土人好先掇食其皮，号称“揭单被”。又一法：用蹄膀一个，两钵合之，加酒，加秋油，隔水蒸之，以二枝香为度，号“神仙肉”。钱观察家制最精。

6.3 猪爪猪筋

专取猪爪，剔去大骨，用鸡肉汤清煨之。筋味与爪相同，可以搭配；有好腿爪，亦可换入。

6.4 猪肚二法

将肚洗精，取极厚处，去上下皮，单用中心，切骰子块，滚油炮炒，加作料起锅，以极脆为佳。此北人法也。南人白水加酒，煨两枝香，以极烂为度，蘸清盐食之，亦可；或加鸡汤作料，煨烂熏切，亦佳。

6.5 猪肺二法

洗肺最难，以冽尽肺管血水，剔去包衣为第一着。敲之仆之，挂之倒之，抽管割膜，工夫最细。用酒水滚一日一夜。肺缩小如一片白芙蓉，浮于水面，再加上作料。上口如泥。汤西厓少宰宴客，每碗四片，已用四肺矣。近人无此工夫，只得将肺拆碎，入鸡汤煨烂亦佳。得野鸡汤更妙，以清配清故也。用好火腿煨亦可。

6.6 猪腰

腰片炒枯则木，炒嫩则令人生疑；不如煨烂，蘸椒盐食之为佳。或加作料亦可。只宜手摘，不宜刀切。但须一日工夫，才得如泥耳。此物只宜独用，断不可换入别菜中，最能夺味而惹腥。煨三刻则老，煨一日则嫩。

6.7 猪里肉

猪里肉精而且嫩。人多不食。尝在扬州谢蕴山太守席上，食而甘之。云以里肉切片，用纤粉团成小把，入虾汤中，加香簪、紫菜清煨，一熟便起。

6.8 白肉片

须自养之猪，宰后入锅，煮到八分熟，泡在汤中，一个时辰取起。将猪身上行动之处，薄片上桌。不冷不热，以温为度。此是北人擅长之菜。南人效之，终不能佳。且零星市脯，亦难用也。寒士请客，宁用燕窝，不用白片肉，以非多不可故也。割法须用小快刀片之，以肥瘦相参，横斜碎杂为佳，与圣人“割不正不食”一语截然相反。其猪身，肉之名目甚多。满洲“跳神肉”最妙。

6.9 红煨肉三法

或用甜酱，或用秋油，或竟不用秋油、甜酱。每肉一斤，用盐三钱，纯酒煨之；亦有用水者，但须熬干水气。三种治法皆红如琥珀，不可加糖炒色。早起锅则黄，当可则红，过迟则红色变紫，而精肉转硬。常起锅盖，则油走而味都在油中矣。大抵割肉虽方，以烂到不见锋棱，上口而精肉俱化为妙。全以火候为主。谚云：“紧火粥，慢火肉。”至哉言乎！

6.10 白煨肉

每肉一斤，用白水煮八分好，起出去汤；用酒半斤，盐二钱半，煨一个时辰。用原汤一半加入，滚干汤腻为度，再加葱、椒、木耳、韭菜之类。火先武后文。又一法：每肉一斤，用糖一钱，酒半斤，水一斤，清酱半茶杯；先放酒滚肉一、二十次，加茴香一钱，加水闷烂，亦佳。

6.11 油灼肉

用硬短勒切方块，去筋襁，酒酱郁过，入滚油中炮炙之，使肥者不腻，精者肉松。将起锅时，加葱、蒜，微加醋喷之。

6.12 干锅蒸肉

用小磁钵，将肉切方块，加甜酒、秋油，装大钵内封口，放锅内，下用文火干蒸之。以两枝香为度，不用水。秋油与酒之多寡，相肉而行，以盖满肉面为度。

6.13 盖碗装肉

放手炉上，法与前同。

6.14 磁坛装肉

放砵糠中慢煨。法与前同。总须封口。

6.15 脱沙肉

去皮切碎，每一斤用鸡子三个，青黄俱用，调和拌肉；再斩碎，入秋油半酒杯，葱末拌匀，用网油一张裹之；外再用菜油四两，煎两面，起出去油；用好酒一茶杯，清酱半酒杯，闷透，提起切片；肉之面上，加韭菜、香蕈、笋丁。

6.16 晒干肉

切薄片精肉，晒烈日中，以干为度。用陈大头菜，夹片干炒。

6.17 火腿煨肉

火腿切方块，冷水滚三次，去汤沥干；将肉切方块，冷水滚二次，去汤沥干；放清水煨，加酒四两，葱、椒、损、香蕈。

6.18 台鳖煨肉

法与火腿煨肉同。鳖易烂，须先煨肉至八分，再加鳖；凉之则号“鳖冻”。绍兴人菜也。鳖不佳者，不必用。

6.19 粉蒸肉

用精肥参半之肉，炒米粉黄色，拌面酱蒸之，下用白菜作垫，熟时不但肉美，菜亦美。以不见水，故味独全。江西人菜也。

6.20 熏煨肉

先用秋油、酒将肉煨好，带汁上不屑，略熏之，不可太久，使干湿参半，香嫩异常。吴小谷广文家制之精极。

6.21 芙蓉肉

精肉一斤，切片，清酱拖过，风干一个时辰。用大虾肉四十个，猪油二两，切骰子大，将虾肉放在猪肉上，一只虾，一块肉，敲扁，将滚水煮熟撩起。熬菜油半斤，将肉片放在眼铜勺内，将滚油灌熟。再用秋油半酒杯，酒一杯，鸡汤一茶杯，熬滚，浇肉片上，加蒸粉、葱、椒，糝上起锅。

6.22 荔枝肉

用肉切大骨牌片，放白水煮二、三十滚，撩起；熬菜油半斤，将肉放入炮透，撩起，用冷水一激，肉皱，撩起；放入锅内，用酒半斤，清酱一小杯，水半斤，煮烂。

6.23 八宝肉

用肉一斤，精肥各半，白煮、二十滚，切柳叶片。小淡菜二两，鹰爪二两，香蕈一两，花海蜇二两，胡桃肉四个去皮，笋片四两，好火腿二两，麻油一两。将肉入锅，秋油、酒煨至五分熟，再加余物，海蜇下在最后。

6.24 菜花头煨肉

用台心菜嫩蕊微腌，晒干用之。

6.25 炒肉丝

切细丝，去筋襻、皮、骨，用清酱、酒郁片时，用菜油熬起白烟变青烟后，下肉炒匀，不停手，加蒸粉，醋一滴，糖一撮，葱的、韭蒜之类；只炒半斤，大火葬，不用水。又一法：用油泡后，用酱水，加酒略煨，起锅红色，加韭菜尤香。

6.26 炒肉片

将肉精肥各半切成薄片，清酱拌之。入锅油炒，闻响即加酱、水、葱、瓜、冬笋、韭芽，起锅火要猛烈。

6.27 八宝肉圆

猪肉精、肥各半，斩成细酱，用松仁、得香蕈、笋尖、荸荠、瓜姜之类斩成细酱，加纤粉和捏成团，放入盘中，加甜酒、秋油、蒸之。入口松脆。家致华云：“肉圆家切不宜斩。”必别有所见。

6.28 空心肉圆

将肉捶碎郁过，用冻猪油一小团作馅子，放在团内蒸之，则油流去而团子空矣。此法镇江人最善。

6.29 锅烧肉

煮熟不去皮，放麻油灼过，切块加盐，或蘸清酱亦可。

6.30 酱肉

先微腌，用面酱酱之，或单用秋油拌郁，风干。

6.31 糟肉

先微腌，再加米糟。

6.32 暴腌肉

微盐擦揉，三日内即用。以上三味，皆冬月菜也。春夏不宜。

6.33 尹文端公家风肉

杀猪一口，斩成八块，每块炒盐四钱，细细揉擦，使之无微不到。然后高挂有风无日处。偶有虫蚀，以香油涂之。夏日取用，先放水中泡一宵，再煮，水亦不可太少，以盖肉面为度。削片时，用快刀横切，不可顺肉丝而斩也。此物惟尹府至精，常以进贡。今徐州风肉不及，亦不知何故。

6.34 家乡肉

杭州家乡肉，好丑不同。有上、中、下三等。大概淡而能鲜，精肉可横咬者为上品。放久即是好火腿。

6.35 笋煨火肉

冬笋切方块，火肉切方块，同煨。火腿撤去盐水两遍，再入冰糖煨烂。席武山别驾云：凡火肉煮好后，若留作次日吃者，须留原汤，待次日将火肉投入汤中滚热才好。若干放离汤，则风燥而肉枯；用白水则又味淡。

6.36 烧小猪

小猪一个，六七斤重者，钳毛去秽，叉上炭火炙之。要四面齐到时，以深黄色为度。皮上慢慢以奶酥油涂之，屡涂屡炙。食时酥为上，脆次之，硬斯下矣。旗人有单用酒、秋油蒸者，亦惟吾家龙文弟，颇得其法。

6.37 烧猪肉

凡烧猪肉，须耐性。先炙里面肉，使油膏走入皮内，则皮松脆而味不走。若先炙皮，则肉中之油尽落火上，皮既焦硬，味亦不佳。烧小猪亦然。

6.38 排骨

取勒条排骨精肥各半者，抽去当中直骨，以葱代之，炙用醋、酱频频刷上，不可太枯。

6.39 罗簍肉

以作鸡松法作之。存盖面之皮。将皮下精肉斩成碎团，加作料煮熟。聂厨能之。

6.40 端州三种肉

一罗簍肉。一锅烧白肉，不加作料，以芝麻、盐拌之；切片煨好，以清酱拌之。三种俱宜于家常。端州聂、李二厨所作。特令杨二学之。

6.41 杨公圆

杨明作肉圆，大如茶杯，细腻绝伦。汤尤鲜洁，入口如酥。大概去筋去节，斩之极细，肥瘦各半，用纤合匀。

6.42 黄芽菜煨火腿

用好火腿削下外皮，去油存肉。先用鸡汤将皮煨酥，再将肉煨酥，放黄芽菜心，连根切段，约二寸许长；加蜜、酒酿及水，连煨半日。上口甘鲜，肉菜俱化，而菜根及菜心丝毫不散。汤亦美极。朝天宫道士法也。

6.43 蜜火腿

取好火腿，连皮切大方块，用蜜酒煨极烂，最佳。但火腿好丑、高低，判若天渊。虽出金华、兰溪、义乌三处，而有名无实者多。其不佳者，反不如腌肉矣。惟杭州忠清里王三房，四钱一斤者佳。余在尹文端公苏州公馆吃过一次，其香隔户便至，甘鲜异常。此后不能再遇此尤物矣。

7 杂牲单

牛、羊、鹿三牲，非南人家常时有之之物。然制法不可不知。作《杂牲单》。

7.1 牛肉

买牛肉法，先下各〔食甫〕定钱，凑取腿筋夹肉处，不精不肥。然后带回家中，剔去皮膜，用三分酒、二分水清煨，极烂；再加秋油收汤。此太牢独法治孤行者也，不可加加别物配搭。

7.2 牛舌

牛舌最佳。去皮、撕膜、切片，入肉中同煨。亦有冬腌风干者，隔年食之，极似好火腿。

7.3 羊头

羊头毛是去净，如去不净，用火烧之。洗净切开，煮烂去骨。其口内老皮俱要去净。将眼睛切成二块，去黑皮，眼珠不用，切成碎丁。取老肥母鸡汤煮之，加香蕈、笋丁，甜酒四两，秋油一杯。如吃辣，用小胡椒十二颗、葱花十二段；如吃酸，用好米醋一杯。

7.4 羊蹄

煨羊蹄照煨猪蹄法，分红、白二色。大抵用清酱煮红，用盐者白。山药丁同煨。

7.5 羊羹

取熟羊肉斩小块，如骰子大。鸡汤煨，加笋丁、香蕈丁、山药丁同煨。

7.6 羊肚羹

将羊肚洗净，煮烂切丝，用本汤煨之。加胡椒、醋俱可。北人炒法，南人不能如其脆。钱〔王与〕沙方伯家锅烧羊肉极佳，将求其法。

7.7 红煨羊肉

与红煨猪肉同。加刺眼、核桃，放入去膻。亦古法也。

7.8 炒羊肉丝

与炒猪肉丝同。可以用纤，愈细愈佳。葱丝拌之。

7.9 烧羊肉

羊肉切大块，重五七斤者，铁叉火上烧之。味果甘脆，宜惹宋仁宗认夜半之思也。

7.10 全羊

全羊法有七十二种，可吃者不过十八九种而已。此屠龙之技，家厨难学。一盘一碗全是羊肉，而味各不同才好。

7.11 鹿肉

鹿肉不可轻得。得而制之，其嫩鲜的獐肉之上。烧食可，煨食亦可。

7.12 鹿筋二法

鹿筋难烂。须三日前先捶煮之，绞出臊水数遍，加肉汁汤煨之，再用鸡汁汤煨；加秋油、酒，微纤收汤；不搀他物，便成白色，用盘盛之。如兼用火腿、冬笋、香蕈同煨，便成红色，不收汤，以碗盛之。白色者加花椒细末。

7.13 獐肉

制獐肉与制牛鹿同。可以作脯。不如鹿肉之活，而细腻过之。

7.14 果子狸

果子狸，鲜者难得。其腌干者，用蜜酒酿，蒸熟，快刀切片上桌。先用米泔水泡一日，去尽盐秽。较火腿沉嫩而肥。

7.15 假牛乳

用鸡蛋清拌蜜酒酿，打掇入化，上锅蒸之。以嫩腻为月。火候迟便老，蛋清太多亦老。

7.16 鹿尾

尹文端公品味，以鹿尾为第一。然南方人不能常得从北京来者，又苦不鲜新。余尝得极大者，用菜叶包而蒸之，味果不同。其最佳处的尾上一道浆耳。

8 羽族单

鸡功最巨，诸菜赖之。如善人积阴德而人不知。故令领羽族之首，而以他禽附之。作《羽族单》

8.1 白片鸡

肥鸡白片，自是太羹、玄酒之味。尤宜于下乡村、入旅店，烹饪不及之时，最为省便。煮时不可多。

———

1) 太羹：古代祭祀时所用的肉汁

2) 玄酒：指水。上古无酒，祭祀用水，以水代酒。水本无色，古人习以为黑色，故称玄酒。后引申为薄酒。

———

8.2 鸡松

肥鸡一只，用两腿，去筋骨剁碎，不可伤皮。用鸡蛋清、粉纤、松子肉，同剁成块。如腿不敷用，添脯子肉，切成方块，用香油灼黄，起放钵头内，加百花酒半斤、秋油一大杯、鸡油一铁勺，加冬笋、香覃、姜葱等。将所余鸡骨皮盖面，加水一大碗，下蒸笼蒸透，临吃去之。

8.3 生炮鸡

小雏鸡斩小方块，秋油、酒拌，临吃时拿起，放滚油内灼之，起锅又灼，连灼三回，盛起，用醋、酒、粉纤、葱花喷之。

8.4 鸡粥

肥母鸡一只，用刀将两脯肉去皮细刮，或用刨刀亦可；只可刮刨，不可斩，斩之便不腻矣。再用余鸡熬汤下之。吃时加细米粉、火腿屑、松子肉，共敲碎放汤内。起锅时放葱姜，浇鸡油，或去渣，或存渣滓，俱可。宜于老人。大概斩碎者去渣，刮刨者不去渣。

8.5 焦鸡

肥母鸡洗净，整下锅煮。用猪油四两、茴香四个，煮成八分熟，再拿香油灼黄，还下原汤熬浓，用秋油、酒、葱末收起。临上片碎，并将原卤浇之，或拌蘸亦可。此杨中丞家法也。方辅兄家亦好。

8.6 捶鸡

将整鸡捶碎，秋油、酒煮之。南京高南昌太守家制之最精。

8.7 炒鸡片

用鸡脯肉去皮，斩成薄片。用豆粉、麻油、秋油拌之，纤粉调之，鸡蛋清拌。临下锅加酱、瓜、姜、葱末。须用极旺之火炒。一盘不过四两，火气才透。

8.8 蒸小鸡

用小嫩鸡雏，整放盘中，上加秋油、甜酒、香蕈、笋尖，饭锅上蒸之。

8.9 酱鸡

生鸡一只，用清酱浸一昼夜而风干之。此三冬菜也。

8.10 鸡丁

取鸡脯子切骰子小块，入滚油炮炒之，用秋油、酒收起；加荸荠丁、笋丁、香蕈丁拌之，汤以黑色为佳。

8.11 鸡圆

斩鸡脯子肉为圆，如酒杯大，鲜嫩如虾团。扬州臧八太爷制之最精。法用猪油、萝卜、纤粉揉成，不可放馅。

8.12 蘑菇煨鸡

口蘑菇四两，开水泡去砂，用冷水漂，牙刷擦，再用清水漂四次，用菜油二两炮透，加酒喷。将鸡斩块放锅内，滚去沫，下甜酒、清酱，煨八分功程，下蘑菇，再煨二分功程，加笋、葱、椒起锅，不用水，加冰糖三钱。

8.13 梨炒鸡

取雏鸡胸肉切片，先用猪油三两熬熟，炒三四次，加麻油一瓢，纤粉、盐花、姜汁、花椒末各一茶匙，再加雪梨薄片，香蕈小块，炒三四次起锅，盛五寸盘。

8.14 假野鸡卷

将脯子斩碎，用鸡子一个，调清酱郁之，将网油画碎，分包小包，油里炮透，再加清酱、酒作料，香蕈、木耳起锅，加糖一撮。

8.15 黄芽菜炒鸡

将鸡切块，起油锅生炒透，酒滚二三十次，加秋油后滚二三十次，下水滚，将菜切块，俟鸡有七分熟，将菜下锅；再滚三分，加糖、葱、大料。其菜要另滚熟换用。每一只用油四两。

8.16 栗子炒鸡

鸡斩块，用菜油二两炮，加酒一饭碗，秋油一小杯，水一饭碗，煨七分熟；先将栗子煮熟，同笋下之，再煨三分起锅，下糖一撮。

8.17 灼八块

嫩鸡一只，斩八块，滚油炮透，去油，加清酱一杯、酒半斤，煨熟便起，不用水，用武火。

8.18 珍珠团

熟鸡脯子，切黄豆大块，清酱、酒拌匀，用干面滚满，入锅炒。炒用素油。

8.19 黄芪蒸鸡治疗

取童鸡未曾生蛋者杀之，不见水，取出肚脏，塞黄芪一两，架箸放锅内蒸之，四面封口，熟时取出。卤浓而鲜，可疗弱症。

8.20 卤鸡

囫囵鸡一只，肚内塞葱三十条，茴香二钱，用酒一斤，秋油一小杯半，先滚一枝香，加水一斤，脂油二两，一齐同煨；待鸡熟，取出脂油。水要用熟水，收浓卤一饭碗，才取起；或拆碎，或薄片之，仍以原卤拌食。

8.21 蒋鸡

童子鸡一只，用盐四钱、酱油一匙、老酒半茶杯、姜三大片，放砂锅内，隔水蒸烂，去骨，不用水，蒋御史家法也。

8.22 唐鸡

鸡一只，或二斤，或三斤，如用二斤者，用酒一饭碗，水三饭碗；用三斤者，酌添。先将鸡切块，用菜油二两，候滚滚以熟，爆鸡要透。先用酒滚一、二十滚，再下水约二、三百滚，用秋油一酒杯，起锅时加白糖一钱，唐静涵家法也。

8.23 鸡肝

用酒、醋喷炒，以嫩为贵。

8.24 鸡血

取鸡血为条，加鸡汤、酱醋、索粉作羹，宜于老人。

8.25 鸡丝

拆鸡为丝，秋油、芥末、醋拌之。此杭菜也。加笋芹俱可。用笋丝、秋油、酒炒之亦可。拌者用熟鸡，炒者用生鸡。

8.26 糟鸡

糟鸡与糟肉同。

8.27 鸡肾

取鸡肾三十个，煮微熟，去皮，用鸡汤加作炒煨之。鲜嫩绝伦。

8.28 鸡蛋

鸡蛋去壳放碗中，将竹箸打一千加蒸之，绝嫩。凡蛋一煮而老，一千煮而反嫩。加茶叶煮者，以两炷香为度。蛋一百，用盐一两；五十，用盐五钱。加酱煨亦可。其他则或煎或炒俱可。斩碎黄雀蒸之，亦佳。

8.29 野鸡五法

野鸡披胸肉，清酱郁过，以网油包放铁奁上烧之。作方片可，作卷子亦可。此一法也。切片加作料炒，一法也。取胸肉作丁，一法也。当家鸡整煨，一法也。先用油灼，拆丝加酒、秋油、醋，同芹菜凉拌，一法也。生片其肉，入火锅中，登时便吃，亦一法也。其弊的肉嫩则味不入，味入则肉又老。

8.30 赤炖肉鸡

赤炖肉鸡，洗切净，每一斤用好酒十二两、盐二钱五分、冰糖四钱，研酌加桂皮，同入砂锅中，文炭火煨之。倘酒将干，鸡肉沿未烂，每斤酌加清开水一茶杯。

8.31 蘑菇煨鸡

鸡肉一斤，甜酒一斤，盐三钱，冰糖四钱，蘑菇用新鲜不霉者，文火煨两枝线香为度。不可用水，先煨鸡八分熟，再下蘑菇。

8.32 鸽子

鸽子加好火腿同煨，甚佳。不用火腿亦可。

8.33 鸽蛋

煨鸽蛋法与煨鸡肾同。或煎食亦可，加微醋亦可。

8.34 野鸭

野鸭切厚片，秋油郁过，用两片雪梨夹住炮炒之。苏州包道台家制法最精，今失传矣。用蒸家鸭法蒸之亦可。

8.35 蒸鸭

生肥鸭去骨，内用糯米一酒杯，火腿丁、大头菜丁、香蕈、笋丁、秋油、酒、小磨麻油、葱花，俱灌鸭肚内，外用鸡汤放盘中，隔水蒸透，此真定魏太守家法也。

8.36 鸭糊涂

用肥鸭白煮八分熟，冷定去骨，拆成天然不方不圆之块，下原汤内煨，加盐三钱、酒半斤、捶碎山药同下锅作纤，临煨烂时，再加姜末、香蕈、葱花。如要浓汤，加放粉纤。以芋代山药亦妙。

8.37 卤鸭

不用水用酒，煮鸭去骨，加作料食之，高要令杨公家法也。

8.38 鸭脯

用肥鸭斩大方块，用酒半斤、秋油一杯、笋、香蕈、葱花闷之，收卤起锅。

8.39 烧鸭

用雏鸭上叉烧之。冯观察家厨最精。

8.40 挂卤鸭

塞葱鸭腹，盖闷而烧。水西门许店最精。家中不能作。有黄黑二色，黄者更妙。

8.41 干蒸鸭

杭州商人何星举家干蒸鸭。将肥鸭一只，洗净斩八块，加甜酒、秋油，淹满鸭面，放磁罐中封好，置干锅中蒸之；用文炭火，不用水，临上时，其精肉皆烂如泥。以线香二枝为度。

8.42 野鸭团

细斩野鸭胸前肉，加猪油微纤，调揉成团，入鸡汤滚之。或用本鸭汤亦佳。太兴孔亲家制之甚精。

8.43 徐鸭

顶大鲜鸭一只，用百花酒十二两，青盐一两二钱、滚水一汤碗，冲化去渣沫，再兑冷水七饭碗，鲜姜四厚片，约重一两，同入大瓦盖钵内，将皮纸封固口，用大火笼烧透大炭吉三元（约二文一个）；外用套包一个，将火笼罩定，不可令其走气。约早点时炖起，至晚方好。速则恐其不透，味便不佳矣。其炭吉烧透后，不宜更换瓦钵，亦不预先开看。鸭破开时，将清水洗后，用洁净无浆布拭干入钵。

8.44 煨麻雀

取麻雀五十只，以清酱、甜酒煨之，熟后去爪脚，单取雀胸、头肉，连放盘中，甘鲜异常。其他鸟鹊俱可类推。但鲜者一时难得。薛生白常劝人勿食人间豢养之物，以野禽味鲜，且易消化。

8.45 煨鹌鹑、黄雀

鹌鹑用六合来者最佳。有现成制好者。黄雀用苏州糟，加蜜酒煨烂，下作料，与煨麻雀同。苏州沈观察煨黄雀并骨如泥，不知作何制法。炒鱼片亦精。其厨饌之精，合吴门推为第一。

8.46 云林鹅

《倪云林集》中载制鹅法。整套鹅一只，洗净后用盐三钱擦其腹内，塞葱一帚填实其中，外将蜜拌酒通身满涂之，锅中一大碗酒、一大碗水蒸之，用竹箸架之，不使鹅身近水。灶内用山茅二束，缓缓烧尽为度。俟锅盖冷后揭开锅盖，将鹅翻身，仍将锅盖封好蒸之，再用茅柴一束烧尽为度。柴俟其自尽，不可挑拨。锅盖用绵纸糊封，逼燥裂缝，以水润之。起锅时，不但鹅烂如泥，汤亦鲜美。以此法制鸭，味美亦同。每茅柴一束，重一斤八两。擦盐时，串入葱、椒末子，以酒和匀。《云林集》中，载食品甚多；只此一法，试之颇效，余俱附会。

9 水族有鳞单

鱼皆去鳞，惟鲋鱼不去。我道有鳞而鱼形始全。作《水族有鳞单》

9.1 边鱼

边鱼活者，加酒、秋油蒸之。玉色为度。一作呆白天色，则肉老而味变矣。并须盖好，不可受锅盖之上水气。临起加香蕈、笋尖。或用酒煎亦佳；用酒不用水，号“假鲋鱼”。

9.2 鲫鱼

鲫鱼先要善买。择其扁身而带白色者，其肉嫩而松；熟后一提，肉即卸骨而下。黑脊浑身者，崛强槎枒，鱼中之喇子也，断不可食。照边鱼蒸法，最佳。其次煎吃亦妙。拆肉下可以作羹。通州人能煨之，骨尾俱酥，号“麻鱼”，利小儿食。然总不如蒸食之得真味也。六合龙池出者，愈大愈嫩，亦奇。蒸时用酒不用水，稍稍用糖以起其鲜。以鱼之小大，酌情量秋油、酒之多寡。

9.3 白鱼

白鱼肉最细。用糟鲥鱼同蒸之，最佳。或冬日微腌，加酒酿糟二日，亦佳。余在江中得网起活者，用酒蒸食，美不可言。糟之最佳，不可太久，久则肉木矣。

9.4 季鱼

季鱼少骨，炒片最佳。炒者以片薄为贵。用秋油细郁后，用纤粉、蛋清搂之，入油锅炒，加作料炒之。油用素油。

9.5 土步鱼

杭州以土步鱼为上品。而金陵人贱之，目为虎头蛇，可发一笑。肉最松嫩。煎之，煮之，蒸之俱可。加腌芥作汤，作羹，尤鲜。

9.6 鱼松

用青鱼、[鱼军]鱼蒸熟，将肉拆下，放油锅中灼之，黄色，加盐花、葱、椒、瓜、姜。冬日封瓶中，可以一月。

9.7 鱼圆

用白鱼、青鱼活者，剖半钉板上，用刀刮下肉，留刺的板上；将肉斩化，用豆粉、猪油拌，将手搅之；放微微盐水，不用清酱，加葱、姜汁作团，成后，放滚水中煮熟撩起，冷水养之，临吃入鸡汤、紫菜滚。

9.8 鱼片

取青鱼、季鱼片，秋油郁之，加纤粉、蛋清，起油锅炮炒，用小盘盛起，加葱、椒、瓜、姜，极多不过六两，太多则火气不透。

9.9 连鱼豆腐

用大连鱼煎熟，加豆腐，喷酱、水、葱、酒滚之，俟汤也半红起锅，其头味尤美。此杭州菜也。用酱多少，须相鱼而行。

9.10 醋搂鱼

用活青鱼切大块，油灼之，加酱、醋、酒喷之，汤多为妙。俟熟即速起锅。此物杭州西湖上五柳居有名。而今则酱臭而鱼败矣。甚矣！宋嫂鱼羹，徒存虚名。《梦梁录》不足信也。鱼不可大，大则味不入；不可小，小则刺多。

9.11 银鱼

银鱼起水时，名冰鲜。加鸡汤、火腿汤煨之。或炒食甚嫩。干者泡软，用酱水炒亦妙。

9.12 台鲞

台鲞好丑不一。出台州松门者为佳，肉软而鲜肥。生时拆之，便可当作小菜，不必煮食也；用鲜肉同煨，须肉烂时放鲞，否则鲞消化不见矣，冻之即为鲞冻，绍兴人法也。

9.13 糟鲞

冬日用大鲤鱼腌而干之，入酒糟，置坛中，封口。夏日食之。不可烧酒作泡。用烧酒者，不无辣味。

9.14 虾子勒鲞

夏日选白净带子勒鲞，放水中一日，泡去盐味，太阳晒干，入锅油煎一面黄取起，以一面未黄者铺上虾子，放盘中，加白糖蒸之，以一炷香为度。三伏日食之绝妙。

9.15 鱼脯

活青鱼去头尾，斩小方块，盐腌透，风干，入锅油煎；加作料收卤，再炒芝麻滚拌起锅，苏州法也。

9.16 家常煎鱼

家常煎鱼，须要耐性。将〔鱼军〕鱼洗净，切块盐腌，压扁，入油中两面煨黄，多加酒、秋油，文火慢慢滚之，然后收汤作卤，使作料之味全入鱼中。第此法指鱼之不活者而言。如活者，又以速起锅为妙。

9.17 黄姑鱼

岳州出小鱼，长二三寸，晒干寄来。加酒剥皮，放饭锅上蒸而食之，味最鲜，号“黄姑鱼”。

10 水族无鳞单

鱼无鳞者，其腥加倍，须加意烹饪；以姜、桂胜之。作《水族无鳞单》

10.1 汤鳗

鳗鱼最忌出骨。因此物性本腥重，不可过于摆布，失其天真，犹鲋鱼之不可去鳞也。清煨者，以河鳗一条，洗去滑涎，斩寸为段，入磁罐中，用酒水煨烂，下秋油起锅，加冬腌新芥菜作汤，重用葱、姜之类，以杀其腥。常熟顾比部家，用纤粉、山药干煨，亦妙。或加作料直置盘中蒸之，不用水。家致华分司蒸鳗最佳。秋油、酒四六兑，务使汤浮于本身。起笼时，尤要恰好，迟则皮皱味失。

10.2 红煨鳊

鳊鱼用酒、水煨烂，加甜酱代秋油，入锅收汤煨干，加茴香大料起锅。有三病宜戒者：一皮有皱纹，皮便不酥；一肉散碗中，箸夹不起；一早下盐豉，入口不化。扬州朱分司家制之最精。大抵红煨者以干为贵，使卤味收入鳊肉中。

10.3 炸鳊

择鳊鱼大者，去首尾，寸断之。先用麻油炸熟，取起；另将鲜蒿菜嫩尖入锅中，仍用原油炒透，即以鳊鱼平铺菜上，加作料煨一炷香。蒿菜分量，较鱼减半。

10.4 生炒甲鱼

将甲鱼去骨，用麻油炮炒之，加秋油一杯、鸡汁一杯。此真定魏太守家法也。

10.5 酱炒甲鱼

将甲鱼煮半熟，去骨，起油锅炮炒，加酱水、葱、椒，收汤成卤，然后起锅。此杭州法也。

10.6 带骨甲鱼

要一个半斤重者，斩四块，加脂油三两，起油锅煎两面黄，加水、秋油、酒煨；先武火，后文火，至八分熟加蒜，起锅用葱、姜、糖。甲鱼宜小不宜大。俗号“童子脚鱼”才嫩。

10.7 青盐甲鱼

斩四块，起油锅炮透。每甲鱼一斤，用酒四两、大茴香三钱、盐一钱半，煨至半好，下脂油二两；切小豆块再煨，加蒜头、笋尖，起时用葱、椒，或用秋油，则不用盐。此苏州唐静涵家法。甲鱼大则老，小则腥，须买其中样者。

10.8 汤煨甲鱼

将甲鱼白煮，去骨拆碎，用鸡汤、秋油、酒煨汤二碗，收至一碗，起锅，用葱、椒、姜末糝之。吴竹屿制之最佳。微用纤，才得汤腻。

10.9 全壳甲鱼

山东杨参将家，制甲鱼去首尾，取肉及裙，加作料煨好，仍以原壳覆之。每宴客，一客之前以小盘献一甲鱼。见者悚然，犹虑其动。惜未传其法。

10.10 鳊丝羹

鳊鱼煮半熟，划丝去骨，加酒、秋油煨之，微用纤粉，用真金菜、冬瓜、长葱为羹。南京厨者辄制鳊为炭，殊不可解。

10.11 炒鳝

拆鳝丝炒之，略焦，如炒肉鸡之法，不可用水。

10.12 段鳝

切鳝以寸为段，照煨鳗法煨之，或先用油炙，使坚，再以冬瓜、鲜笋、香蕈作配，微用酱水，重用姜汁。

10.13 虾圆

虾圆照鱼圆法。鸡汤煨之，干炒亦可。大概捶虾时不宜过细，恐失真味。鱼圆亦然。或竟剥夺虾肉以紫菜拌之，亦佳。

10.14 虾饼

以虾捶烂，团而煎之，即为虾饼。

10.15 醉虾

带壳用酒炙黄，捞起，加清酱、米醋煨之，用碗闷之。临食放盘中，其壳俱酥。

10.16 炒虾

炒虾照炒鱼法，可用韭配。或加冬腌芥菜，则不可用韭矣。有捶扁其尾单炒者，亦觉新异。

10.17 蟹

蟹宜独食，不宜搭配他物。最好以淡盐汤煮熟，自剥自食为妙。蒸者味虽全，而失之太淡。

10.18 蟹羹

剥蟹为羹，即用原汤煨之，不加鸡汁，独用为妙。见俗厨从中加鸭舌，或鱼翅，或海参者，徒夺其味而惹其腥恶，劣极矣！

10.19 炒蟹粉

以现剥现炒之蟹为佳。过两个时辰，则肉干而味失。

10.20 剥壳蒸蟹

将蟹剥壳，取肉、取黄，仍置壳中，放五六只在生鸡蛋上蒸之。上桌时完然一蟹，惟去爪脚。比炒蟹粉觉有新色。杨兰坡明府，以南瓜肉拌蟹，颇奇。

10.21 蛤蜊

剥蛤蜊肉，加韭菜炒之佳。或为汤亦可。起迟便枯。

10.22 蚶

蚶有三吃法。用热水喷之，半熟去盖，加酒、秋油醉之；或用鸡汤滚熟，去盖入汤；或全去其盖，作羹亦可。但宜速起，迟则肉枯。蚶出奉化县，品在〔虫车〕〔虫敖〕、蛤蜊之上。

10.23 〔虫车〕〔虫敖〕

先将五花肉切片，用作料闷烂。将〔虫车〕〔虫敖〕洗净，麻油炒仍将肉片连卤烹之。秋油要重些，方得有味。加豆腐亦可。〔虫车〕〔虫敖〕从扬州来，虑坏则取壳中肉，置猪油中，可以远行。有晒为干者，亦佳。入鸡汤烹之，味在蛏干之上。捶烂〔虫车〕〔虫敖〕作饼，如虾饼样，煎吃加作料亦佳。

10.24 程泽弓蛏干

程泽弓商人制蛏干，用冷水泡一日，滚水煮两日，撤汤五次。一寸之干，发开有二寸，如鲜蛏一般，才入鸡汤煨之。扬州人学之，俱不能及。

10.25 鲜蛏

烹蛏法与〔虫车〕〔虫敖〕同。单炒亦可。何春巢家蛏汤豆腐之炒，竟成绝品。

10.26 水鸡

水鸡去身用腿，先用油灼之，加秋油、甜酒、瓜、姜起锅。或拆肉炒之，味与鸡相似。

10.27 熏蛋

将鸡蛋加作料煨好，微微熏干，切片放盘中，可以佐膳。

10.28 茶叶蛋

鸡蛋百个，用盐一两，粗茶叶煮两枝线香为度。如蛋五十个，只用五钱盐，照数加減。可作点心。

11 杂素菜单

菜有荤素，犹衣有表里也。富贵之人嗜素甚于嗜荤。作《素菜单》。

11.1 蒋侍郎豆腐

豆腐两面去皮，每块切成十六片，晾干用猪油熬清烟起才下豆腐，略洒盐花一撮，翻身后，用好甜酒一茶杯，大虾米一百二十个；如无大虾米，用小虾米三百个；先将虾米滚泡一个时辰，秋油一小杯，再滚一回，加糖一撮，再滚一回，用细葱半寸许长，一百二十段，缓缓起锅。

11.2 杨中丞豆腐

用嫩豆腐煮去豆气，入鸡汤，同鳊鱼片滚数刻，加糟油、香蕈起锅。鸡汁须浓，鱼片要薄。

11.3 张恺豆腐

将虾米捣碎，入豆腐中，起油锅，加作料干炒。

11.4 庆元豆腐

将豆豉一茶杯，水泡烂，入豆腐同炒起锅。

11.5 芙蓉豆腐

用腐脑放井水泡三次，去豆气，入鸡汤中滚，起锅时加紫菜、虾肉。

11.6 王太守八宝豆腐

用嫩片切粉碎，加香蕈屑、蘑菇屑、松子仁屑、瓜子仁屑、鸡屑、火腿屑，同入浓鸡汁中，炒滚起锅。用腐脑亦可。用瓢不用箸。孟亭太守云：“此圣祖师赐徐健庵尚书方也。尚书取方时，御膳房费一千两。”太守之祖楼村先生为尚书门生，故得之。

11.7 程立万豆腐

乾隆廿三年，同金寿门在扬州程立尤家食煎豆腐，精绝无双。其腐两面黄干，无丝毫卤汁，微有[虫车][虫敖]鲜味，然盘中并无[虫车][虫敖]及他杂物也。次日告查宣门，查曰：“我能之！我当特请。”已而，同杭堇浦同食于查家，则上箸大笑；乃纯是鸡雀脑为之，并非真豆腐，肥腻难耐矣。其费十倍于程，而味远不及也。惜其时余以妹丧急归，不及向程求方。程逾年亡。至今悔之。仍存其名，以俟再访。

11.8 冻豆腐

将豆腐冻一夜，切方块，滚去豆味，加鸡汤汁、火腿汁、肉汁煨之。上桌时，撤去鸡火腿之类，单留香蕈、冬笋。豆腐煨久则松，面起蜂窝，如冻腐矣。故炒腐宜嫩，煨者宜老。家致华分司，用蘑菇煮豆腐，虽夏月亦照冻腐之法，甚佳。切不可加荤汤，致失清味。

11.9 虾油豆腐

取陈虾油，代清酱炒豆腐。须两面煨黄。油锅要热，用猪油、葱、椒。

11.10 蓬蒿菜

取蒿尖用油灼瘪，放鸡汤中滚之，起时加松菌百枚。

11.11 蕨菜

用蕨菜不可爱惜，须尽去其枝叶，单取直根，洗净煨烂，再用鸡肉汤煨。必买矮弱者才肥。

11.12 葛仙米

将米细检淘净，煮米烂，用鸡汤、火腿汤煨。临上时，要只见米，不见鸡肉、火腿搀和才佳。此物陶方伯家制之最精。

11.13 石发

制法与葛仙米同。夏日用麻油、醋、秋油拌之，亦佳。

11.14 素烧鹅

煮烂山药，切寸为段，腐皮包，入油煎之，加秋油、酒、糖、瓜、姜，以色红为度。

11.15 韭

韭，荤物也。专取韭白，加虾米炒之便佳。或用鲜蚬亦可，蚬亦可，肉亦可。

11.16 芹

芹，素物也，愈肥愈妙。取白根炒之，加笋，以熟为度。今人有以炒肉者，清浊不伦。不熟者，虽脆无味。或生拌野鸡，又当别论。

11.17 豆芽

豆芽柔脆，余颇爱之。炒须熟烂。作料之味，才能融洽。可配燕窝，以柔配柔，以白配白故也。然以极贱而陪极贵，人多嗤之。不知惟巢、由正可陪尧、舜耳。

11.18 茭

茭白炒肉、炒鸡俱可。切整段，酱醋炙之，尤佳。煨肉亦佳。须切片，以寸为度，初出太细者无味。

11.19 青菜

青菜择嫩者，笋炒之。夏日芥末拌，加微醋，可以醒胃。加火腿片，可以作汤。亦须现拔者才软。

11.20 台菜

炒台菜心最糯，剥去外皮，入蘑菇、新笋作汤。炒食加虾肉，亦佳。

11.21 白菜

白菜炒食，或笋煨亦可。火腿片煨、鸡汤煨俱可。

11.22 黄芽菜

此菜以北方来者为佳。或用醋搂，或加虾米煨之，一熟便吃，迟则色、味俱变。

11.23 瓢儿菜

炒瓢菜心，以干鲜无汤为贵。雪压后更软。王孟亭太守家制之最精。不加别物，宜用荤油。

11.24 波菜

波菜肥嫩，加酱水豆腐煮之。杭人名“金镶白玉板”是也。如此种菜虽瘦而肥，可不必再加笋尖、香蕈。

11.25 蘑菇

蘑菇不止作汤。炒食域佳。但口蘑最易藏沙，更易受霉，须藏之得法，制之得宜。鸡腿蘑便易收拾，亦复讨好。

11.26 松菌

松菌加口蘑炒最佳。或单用秋油泡食，亦妙。惟不便久留耳，置各菜中，俱能助鲜，可入燕窝作底垫，以其嫩也。

11.27 面筋三法

一法面筋入油锅炙枯，再用鸡汤、蘑菇清煨。一法不炙，用水泡，切条入浓鸡汁炒之，加冬笋、天花。章淮树观察家制之最精。上盘时宜毛撕，不宜光切。加虾米泡汁，甜酱炒之，甚佳。

11.28 茄二法

吴小谷广文家，将整茄子削皮，滚水泡去苦汁，猪油炙之。炙时须待泡水干后，用甜酱水干煨，甚佳。卢八太爷家，切茄作小块，不去皮，入油灼微黄，加秋油炮炒，亦佳。是二法者，俱学之而未尽其妙，惟蒸烂划开，用麻油、米醋拌，则夏间亦颇可食。或煨干作脯，置盘中。

11.29 茼羹

茼须细摘嫩尖，干炒，加虾米或虾仁，更佳。不可见汤。

11.30 芋羹

芋性柔腻，入荤入素俱可。或切碎作鸭羹，或煨肉，或同豆腐加酱水煨。徐兆璜明府家，选小芋子，入嫩鸡煨汤，炒极！惜其制法未传。大抵只用作料，不用水。

11.31 豆腐皮

将腐皮泡软，加秋油中、醋、虾米拌之，宜于夏日。蒋侍郎家入海参用，颇妙。加紫菜、虾肉作汤，亦相宜。或用蘑菇、笋煨清汤，亦佳。以烂为度。芜湖敬和尚，将腐皮卷筒切段，油中微炙，入蘑菇煨烂，极佳。不可加鸡汤。

11.32 扁豆

现采扁豆，用肉，汤炒之，去肉存豆。单炒者油重为佳。以肥软为贵。毛糙而瘦薄者，瘠土所生，不可食。

11.33 瓠子、王瓜

将〔鱼军〕鱼切片先炒，加瓠子，同酱汁煨。王瓜亦然。

11.34 煨木耳、香蕈

扬州定慧庵僧，能将木耳煨二分厚，香蕈煨三分厚。先取蘑菇熬汁为卤。

11.35 冬瓜

冬瓜之用最多。拌燕窝、鱼肉、鳗、鳝、火腿皆可。扬州定慧庵所制尤佳。红如血珀，不用荤汤。

11.36 煨鲜菱

煨鲜菱，以鸡汤滚之。上时将汤撤去一半。池中现起者才鲜，浮水面者才嫩。加新栗、白果煨烂，尤佳。或用糖亦可。作点心亦可。

11.37 缸豆

缸豆炒肉，临上时，去肉存豆。以极嫩者，抽去其筋。

11.38 煨三笋

将天目笋、冬笋、问政笋，煨入鸡汤，号“三笋羹”。

11.39 芋煨白菜

芋煨极烂，入白菜心，烹之，加酱水调和，家常菜之最佳者，惟折菜须新摘肥嫩者，色青则老，摘久则枯。

11.40 香珠豆

毛豆至八九月间晚收者，最阔大而嫩，号“香珠豆”。煮熟以秋油、酒泡之。出壳可，带壳亦可，香软可爱。寻常之豆，不可食也。

11.41 马兰

马兰头菜，摘取嫩者，醋合笋拌食。油腻后食之，可以醒脾。

11.42 杨花菜

南京三月有杨花菜，柔脆与菠菜相似，名甚雅。

11.43 问政笋丝

问政笋，即杭州笋也。徽州人送者，多是淡笋干，只好泡烂切丝，用鸡肉汤煨用。龚司马取秋油煮笋，烘干上桌，徽人食之惊为异味。余笑其如梦之方醒也。

11.44 炒鸡腿蘑菇

芜湖大庵和尚，洗净鸡腿，蘑菇去沙，加秋油、酒炒熟，盛盘宴客，甚佳。

11.45 猪油煮萝卜

用熟猪油炒萝卜，加虾米煨之，以极熟为度。临起加葱花，色如琥珀。

12 小菜单

小菜佐食，如府史胥徒佐六官司也。醒脾解浊，全在于斯。作《小菜单》。

12.1 笋脯

笋脯出处最多，以家园所烘为第一。取鲜笋加盐煮熟，上篮烘之。须昼夜环看，稍火不旺则溲矣。用清酱者，色微黑。春笋、冬笋皆可为之。

12.2 天目笋

天目笋多在苏州发卖。其簍中盖面者最佳，下二寸便搀入老根硬节矣。须出重价，专买其盖面者数十条，如集狐成腋之义。

12.3 玉兰片

以冬笋烘片，微加蜜焉。苏州孙春杨家有盐、甜二种，以盐者为佳。

12.4 素火腿

处州笋脯，号“素火腿”，即处片也。久之太硬，不如买毛笋自烘之为妙。

12.5 宣城笋脯

宣城笋尖，色黑而肥，与天目笋大同小异，极佳。

12.6 人参笋

制细笋如人参形，微加蜜水。扬州人重之，故价颇贵。

12.7 笋油

笋十斤，蒸一日一夜，穿通其节，铺板上，如作豆腐法，上加一板压而榨之，使汁水流出，加炒盐一两，便是笋油。其笋晒干仍可作脯。天台僧制以送人。

12.8 虾油

买虾子数斤，同秋油入锅熬之，起锅用布沥出秋油，乃将布包虾子，同放罐中盛油。

12.9 喇虎酱

秦椒捣烂，和甜酱蒸之，可用虾米换人。

12.10 熏鱼子

熏鱼子色如琥珀，以没重为贵。出苏州孙春杨家，愈新愈妙，陈则味变而油枯。

12.11 腌冬菜、黄芽菜

腌冬菜、黄芽菜，淡则味鲜，咸则味恶。然欲久放，则非盐不可。常腌一大坛，三伏时开之，上半截虽臭、烂，而下次半截香美异常，色白如玉。甚矣！相士之不可但观皮毛也。

12.12 茼蒿

食茼蒿有二法：新酱者，松脆可爱。或腌之为脯，切片食甚鲜。然必以淡为贵，咸则味恶矣。

12.13 香干菜

春芥心风干，取梗淡腌，晒干，加酒、加糖、加秋油，拌后再加蒸之，风干入瓶。

12.14 冬芥

冬芥名雪里红。一法整腌，以淡为佳；一法取心风干，斩碎，腌入瓶中，熟后杂鱼羹中，极鲜。或用醋煨，入锅中作辣菜亦可同，煮鳗、煮鲫鱼最佳。

12.15 春芥

取芥心风干、斩碎，腌熟入瓶，号称“挪菜”。

12.16 芥头

芥根切片，入菜同腌，食之甚脆。或整腌晒干作脯食之尤妙。

12.17 芝麻菜

腌芥晒干，斩之碎极，蒸而食之，号“芝麻菜”。老人所宜。

12.18 腐干丝

将好腐干切丝极细，以虾子、秋油拌之。

12.19 风瘪菜

将冬菜取心风干，腌后榨出卤，小瓶装之，泥封其口，倒放灰上。夏食之，其色黄，其臭香。

12.20 糟菜

取腌过风瘪菜，以菜叶包之，每一小包，铺一面香糟，重叠放坛内。取食时，开包食之，糟不沾菜，而菜得糟味。

12.21 酸菜

冬菜心风干微腌，加糖、醋、芥末，带卤入罐中，微加秋油亦可。席间醉饱之余，食之醒脾解酒。

12.22 台菜心

取春日台菜心腌之，榨出其卤，装小瓶之中，夏日食之。风干其花，即名菜花头，可以烹肉。

12.23 大头菜

大头菜出南京承恩寺，愈陈愈佳。入荤菜中，最能发鲜。

12.24 萝卜

萝卜取肥大者，酱一二日即吃，甜脆可爱。有侯尼能制为鲞，煎片如蝴蝶，长至丈许，连翩不断，亦一奇也。承恩寺有卖者，用醋为之，以陈为妙。

12.25 乳腐

乳腐，以苏州温将军庙前者为佳，黑色而味鲜。有干湿二种，有虾子腐亦鲜，微嫌腥耳。广西白乳腐最佳。王库官司家制亦妙。

12.26 酱炒三果

核桃、杏仁去皮，榛子不必去皮。先用油炮脆，再下酱，不可太焦。酱之多少，亦须相物而行。

12.27 酱石花

将石花洗净入酱中，临吃时再洗。一名麒麟菜。

12.28 石花糕

将石花熬烂作膏，仍用刀划开，色如蜜蜡。

12.29 小松菌

将清酱同松菌入锅滚熟，收起，加麻油入罐中，可食二日，入则味变。

12.30 吐〔虫失〕

吐〔虫失〕出兴化、泰兴。有生成极嫩者，用酒酿浸之，加糖则自吐其油，名为泥螺，以无泥为佳。

12.31 海蜇

用嫩海蜇，甜酒浸之，颇有风味。其光者名为白皮，作丝，酒醋同拌。

12.32 虾子鱼

子鱼出苏州。小鱼生而有子。生时烹食之，较美于鲞。

12.33 酱姜

生姜取嫩者微腌，先用粗酱套之，再用细酱套之，凡三套而始成。古法用蝉退一入酱，则姜久而不老。

12.34 酱瓜

将瓜腌后，风干入酱，如酱姜之法。不难其甜，而难其脆。杭州放鲁箴家制之最佳。据云：酱后晒干又酱，故皮薄而皱，上口脆。

12.35 新蚕豆

新蚕豆之嫩者，以腌芥菜炒之甚妙。随采随食方佳。

12.36 腌蛋

腌蛋以高邮为佳，颜色红而油多。高文端公最喜食之。席间先夹取以敬客。放盘中，总宜切开带壳，黄白兼用；不可存黄去白，使味不全，油亦走散。

12.37 混套

将鸡蛋外壳微敲一小洞，将清黄倒出，去黄用清，加浓鸡卤煨就者拌入，用箸打良久，使之融化，仍装入蛋壳中，上用纸封好，饭锅蒸熟，剥去外壳，仍浑然一鸡卵，此味极鲜。

12.38 茭瓜脯

茭瓜入酱，取起风干，切片成脯，与笋脯相似。

12.39 牛首腐干

豆腐干以牛首僧制者为佳。但山下卖此物者有七家惟晓堂和尚家所制方妙。

12.40 酱王瓜

王瓜初生时，择者腌之入酱，脆而鲜。

12.41 点心菜

梁昭明以点心为小食，郑惨嫂劝叔且点心，由来旧矣。作《点心单》。

12.42 鳎面

大鳎一条蒸烂，拆肉去骨，和入面中，入鸡汤清揉之擀成面皮，小刀划成细条，入鸡汁、火腿汁、蘑菇汁滚。

12.43 温面

将细面下汤沥干，放碗中，用鸡肉、香蕈浓卤，临吃，各自取瓢加上。

12.44 鳝面

熬鳝成卤，加面再滚。此杭州法。

12.45 裙带面

以小刀截面成条，微宽，则号“裙带面”。大概作面，总以汤多为佳，在碗中望不见面为妙。宁使食毕再加，以便引人入胜。此法扬州盛行，恰甚有道理。

12.46 素面

先一日将蘑菇蓬熬汁，定清；次日将笋熬汁，加面滚上。此法扬州定慧庵僧人制之极精，不肯传人。然其大概亦可仿求。其纯黑色的或云暗用虾汁、蘑菇原汁，只宜澄云泥沙，不重换水，则原味薄矣。

12.47 蓑衣饼

干面用冷水调，不可多，揉擀薄后，卷拢再擀薄了，用猪油、白糖铺匀，再卷拢擀成薄饼，用猪油熨黄。如要盐的，用葱椒盐亦可。

12.48 虾饼

生虾肉，葱盐、花椒、甜酒脚少许，加水 and 面，香油灼透。

12.49 薄饼

山东孔藩台家制薄饼，薄若蝉翼，大若茶盘，柔腻绝伦。家人如其法为之，卒不能及，不知何故。秦人制小锡罐，装饼三十张。每客一罐。饼小如柑。罐有盖，可以贮馅。用炒肉丝，其细如发。葱亦如之。猪羊并用，号曰“西饼”。

12.50 面老鼠

以热水和面，俟鸡汁滚时，以箸夹入，不分大小，加活菜心，别有风味。

12.51 颠不棱即肉饺也

糊面摊开，裹肉为馅蒸之。其计好处全在作馅得法，不过肉嫩去筋作料而已。余到广东，吃官司镇台颠不棱，甚佳。中用肉皮煨膏为馅，故觉软美。

12.52 韭合

韭菜切末拌肉，加作料，面皮包之，入油灼之。面内加酥更妙。

12.53 糖饼（又名面衣）

糖水溲面，起油锅令热，用箸夹入；其作成饼形者，号“软锅饼”，杭州法也。

12.54 烧饼

用松子、胡桃仁敲碎，加糖屑、脂油和面炙之，以两面煨黄为度，而加芝麻。叩儿会做，面罗至四五次，则白如雪矣。须用两面锅，上下放火，得奶酥更佳。

12.55 千层馒头

杨参戎家制馒头，其白如雪，揭之如有千层。金陵人不能也。其法扬州得半，常州、无锡亦得其半。

12.56 面茶

熬粗茶汁，炒面兑入，加芝麻酱亦可，加牛乳亦可，微加一撮盐。无乳则加奶酥、奶皮亦可。

12.57 杏酪

捶杏仁作浆，绞去渣，拌米粉，加紧糖熬之。

12.58 粉衣

如作面衣之法。加糖、俱可，取其便也。

12.59 竹叶粽

取竹叶裹白糯米煮之。尖小如初生菱角。

12.60 萝卜汤圆

萝卜刨丝滚熟，去臭气，微干，加葱酱拌之，放粉团中作馅，再用麻油灼之。汤滚亦可。春圃方伯家制萝卜饼，叩儿学会，可照此法作韭菜饼、野鸡饼试之。

12.61 水粉汤圆

用水粉和作汤圆，滑腻异常，中用松仁、核桃、猪油、糖作馅，或嫩肉去筋丝捶烂，加葱末、秋油作馅亦可。作水粉法，以糯米浸水中一日夜，带水磨之，用布盛接，布下加灰，以去其渣，取细粉晒干用。

12.62 脂油糕

用纯糯粉拌脂油，放盘中蒸熟，加冰糖捶碎，入粉中蒸好，用刀切开。

12.63 雪花糕

蒸糯饭捣烂，用芝麻屑加糖为馅，打成一饼，再切方块。

12.64 软香糕

软香糕，以苏州都林桥为第一。其次虎丘糕，西施家为第二。南京南门外报恩寺则第三矣。

12.65 百果糕

杭州北关外卖者最佳。以粉糯多松仁、胡桃而不放橙丁者为妙。其甜处非蜜非糖，可暂可久。家中不能得其法。

12.66 栗糕

煮栗极烂，以纯糯粉加糖为糕蒸之，上加瓜仁、松子。此重阳小食也。

12.67 青糕、青团

捣青草为汁，和粉作粉团，色如碧玉。

12.68 合欢饼

蒸糕为饭，以木印印之，如小珙璧状，入铁架爇之，微用油，方不粘架。

12.69 鸡豆糕

研碎鸡豆，用微粉为糕，放盘中蒸之。临食用小刀片开。

12.70 鸡豆粥

磨碎鸡豆为粥，鲜者最佳，陈者亦可。加山药、茯苓尤妙。

12.71 金团

杭州金团，凿木为桃、杏、元宝之状，和粉搦成，入木印中便成。其馅不拘荤素。

12.72 麻团

蒸糯米捣烂为团，用芝麻屑拌糖作馅。

12.73 芋粉团

磨芋粉晒干，和米粉用之。朝天宫道士制芋粉团，野鸡馅，极佳。

12.74 熟藕

藕须贯米加糖自煮，并汤极佳。外卖者多用灰水，味变，不可食也。余性爱食嫩藕，虽软熟而以齿决，故味在也。如老藕一煮成泥，便无味矣。

12.75 新栗、新菱

新出之栗，烂煮之，有松子仁香。厨人不肯煨烂，故金陵人有终身不知其味者。新菱亦然。金陵人待其老方食故也。

12.76 莲子

建莲虽贵，不如湖莲之易煮也。大概小熟抽心去皮，后下汤，用文火煨之，闷住合盖，不可开视，河停火。如此两炷香，则莲子熟时，不生骨矣。

12.77 芋

十月天晴时，取芋子、芋头，晒之极干，放草中，勿使冻伤。春间煮食，有自然之甘。俗人不知。

12.78 萧美人点心

仪真南门外，萧美人善制点心，凡馒头、糕、饺之类，小巧可爱，洁白如雪。

12.79 刘方伯月饼

用山东飞面，作酥为皮，中用松仁、核桃仁、瓜子仁为细末，微加冰糖和猪油儿馅，食之不觉甚甜，而香松柔腻，迥异寻常。

12.80 陶方伯十景点心

每至年节，陶方伯夫人手制点心十种，皆山东飞面所为。奇形诡状，五色纷披。食之皆甘，令人应接不暇。萨制军云：“吃孔方伯薄饼，而天下之薄饼可废；吃陶方伯十景点心，而天下之点心可废。”自陶方伯亡，而此点心亦成《广陵散》矣。呜呼！

12.81 杨中丞西洋饼

用鸡蛋清和飞面作稠水，放碗中。打铜夹剪一把，头上作饼形，如蝶大，上下两面，铜合缝处不到一分。生烈火烘铜夹，撩稠水，一糊一夹一熯，顷刻成饼。白如雪，明如绵纸，微加冰糖、松仁屑子。

12.82 白云片

南殊锅巴，薄如绵纸，以油炙之，微加白糖，上口极脆。金陵人制之最精，号“白云片”。

12.83 风枵

以白粉浸透，制小片入猪油灼之，起锅时加糖糝之，色白如霜，上口而化。杭人号曰“风枵”。

12.84 三层玉带糕

以纯糯粉作糕，分作三层；一层粉，一层猪油白糖，夹好蒸之，蒸熟切开。苏州人法也。

12.85 运司糕

卢雅雨作运司，年已老矣。扬州店中作糕献之，大加称赏。从此遂有“运司糕”之名。色白如雪，点胭脂，红如桃花。微糖作馅，淡而弥旨。以运司衙门前店作为佳。他店粉粗色劣。

12.86 沙糕

糯粉蒸糕，中夹芝麻、糖屑。

12.87 小馒头、小馄饨

作馒头如胡桃大，就蒸笼食之。每箸可夹一双。扬州物也。扬州发酵最佳。手捺之不盈半寸，放松仍隆然而高。小馄饨小如龙眼，用鸡汤下之。

12.88 雪蒸糕法

每磨细粉，用糯米二分，粳米八分为则，一拌粉，将置盘中，用凉水细细洒之，以捏则如团、撒则如砂为度。将粗麻筛筛出，其剩下块搓碎，仍于筛上尽出之，前后和匀，使干湿不偏枯，以巾覆之，勿令风干日燥，听用。（水中酌加上洋糖则更有味，与市中枕儿糕法同。）一锡圈及锡钱，俱宜洗剔极净，临时略将香油和水，布蘸拭之。每一蒸后，必一洗一拭。一锡圈内，将锡钱置妥，先松装粉一小半，将果馅轻置当中，后将粉松装满圈，轻轻攥平，套汤瓶上盖之，视盖口气直冲为度。取出覆之，先去圈，后去钱，饰以胭脂，两圈更递为用。一汤瓶宜洗净，置汤分寸以及肩为度。然多滚则汤易涸，宜留心看视，备热水频添。

12.89 作酥饼法

冷定脂油一碗，开水一碗，先将油同水搅匀，入生面，尽揉要软，如擀饼一样，外用蒸熟面入脂油，合作一处，不要硬了。然后将生面做团子，如核桃大，将熟面亦作团子，略小一晕，再将熟面团子包在生面团子中，擀成长饼，长可八寸，宽二三寸许，然后折叠如碗样，包上穰子。

12.90 天然饼

泾阳张荷塘明府家制天然饼，用上白飞面，加微糖及脂油为酥，随意搦成饼样，如碗大，不拘方圆，厚二分许。用洁净小鹅子石衬而煨之，随其自为凹凸，色半黄便起，松美异常。或用盐亦可。

12.91 花边月饼

明府家制花边月饼，不在山东刘方伯之下。余常以轿迎其女厨来园制造，看用飞面拌生猪油子团百搦，才用枣肉嵌入为馅，裁如碗大，以手搦其四边菱花样。用火盆两个，上下覆而炙之。枣不去皮，取其鲜也；油不先熬，取其生也。含之上口而化，甘而不腻，松而不滞，其工夫全在搦中，愈多愈妙。

12.92 制馒头法

偶食新明府馒头，白细如雪，面有银光，以为是北面之故。龙云不然。面不分南北，只要罗得极细。罗筛至五次，则自然白细，不必北面也。惟做酵最难。请其庖人来教，学之卒不能松散。

12.93 扬州洪府粽子

洪府制粽，取顶高糯米，捡其完善长白者，去其半颗散碎者，淘之极熟，用大箬叶裹之，中放好火腿一大块，封锅闷煨一日一夜，柴薪不断。食之滑腻温柔，肉与米化。或云：即用火腿肥者斩碎，散置米中。

13 饭粥单

粥饭本也，余菜末也。本立而道生。作《饭粥单》。

13.1 饭

王莽云：“盐者，百肴之将。”余则曰：“饭者，百味之本。”《诗》称：“释之溲溲，蒸之浮浮。”是古人亦吃蒸饭。然终嫌米汁不在饭中。善煮饭者，虽煮如蒸，依旧颗粒分明，入口软糯。其诀有四：一要米好，或“香稻”，或“冬霜”，或“晚米”，或“观音粳”，或“桃花粳”，舂之极熟，霉天风摊播之，不使惹霉发疹。一要善淘，淘米时不惜工夫，用手揉擦，使水从箬中淋出，竟成清水，无复米色。一要用火先武后文，闷起得宜。一要相米放水，不多不少，燥湿得宜。往往见富贵人家，讲菜不讲饭，逐末忘本，真为可笑。余不喜汤浇饭，恶失饭之本味故也。汤果佳，宁一口吃汤，一口吃饭，分前后食之，方两全其美。不得已，则用茶、用开水淘之，犹不夺饭之正味。饭之甘，在百味之上，知味者，遇好饭不必用菜。

——

1) 释：指用水淘米。溲溲(sou1)：淘米声。

2) 浮浮：热气上腾的样子。

13.2 粥

见水不见米，非粥也；见米不见水，非粥也。必使水米融洽，柔腻如一，而后谓之粥。尹文端公曰：“宁人等粥，毋粥等人。”此真名言，防停顿而味变汤干故也。近有为鸭粥者，入以荤腥；为八宝粥者，入以果品，俱失粥之正味。不得已，则夏用绿豆，冬用黍米，以五谷入五谷，尚属不妨。余常食于某观察家，诸菜尚可，而饭粥粗粝，勉强咽下，归而大病。尝戏语人曰：“此是五脏神暴落难。”是故自禁受不得。

14 茶酒单

七碗生风，一杯忘世，非饮用六清不可。作《茶酒单》。

14.1 茶

欲治好茶，先藏好水。水求中泠、惠泉。人家中何能置驿而办？然天泉水、雪水，力能藏之。水新则味辣，陈则味甘。尝尽天下之茶，以武夷山顶所生、冲开白色者为第一。然入贡尚不能多，况民间乎？其次，莫如龙井。清明前者，号“莲心”，太觉味淡，以多用为妙；雨前最好，一旗一枪，绿如碧玉。收法须用小纸包，每包四两，放石灰坛中，过十日则换石灰，上用纸盖札住，否则气出而色味又变矣。烹时用武火，用穿心罐，一滚便泡，滚久则水味变矣。停滚再泡，则叶浮矣。一泡便饮，用盖掩之则味又变矣。此中消息，间不容发也。山西裴中丞尝谓人曰：“余昨日过随园，才吃一杯好茶。”呜呼！公山西人也，能为此言。而我见士大夫生长杭州，一入宦场便吃熬茶，其苦如药，其色如血。此不过肠肥脑满之人吃槟榔法也。俗矣！除吾乡龙井外，余以为可饮者，胪列于后。

14.2 武夷茶

余向不喜武夷茶，嫌其浓苦如饮药。然丙午秋，余游武夷到曼亭峰、天游寺诸处。僧道争以茶献。杯小如胡桃，壶小如香橼，每斟无一两。上口不忍遽咽，先嗅其香，再试其味，徐徐咀嚼而体贴之。果然清芬扑鼻，舌有余甘，一杯之后，再试一二杯，令人释躁平矜，怡情悦性。始觉龙井虽清而味薄矣；阳羨虽佳而韵逊矣。颇有玉与水晶，品格不同之故。故武夷享天下盛名，真乃不忝。且可以瀹至三次，而其味犹未尽。

——

1) 香橼(yuan2)：即枸橼，木名。产闽广间。叶尖长，枝间有刺。果实状如人手，有指。俗称为佛手柑。

2) 瀹(yue4)：烹茶。

14.3 龙井茶

杭州山茶，处处皆清，不过以龙井为最耳。每还乡上冢，见管坟人家送一杯茶，水清茶绿，富贵人所不能吃者也。

14.4 常州阳羨茶

阳羨茶，深碧色，形如雀舌，又如巨米。味较龙井略浓。

14.5 洞庭君山茶

洞庭君山出茶，色味与龙井相同。叶微宽而绿过之。采掇最少。方毓川抚军曾惠两瓶，果然佳绝。后有送者，俱非真君山物矣。

此外如六安、银针、毛尖、梅片、安化，概行黜落。

14.6 酒

余性不近酒，故律酒过严，转能深知酒味。今海内动行绍兴，然沧酒之清，浔酒之冽，川酒之鲜，岂在绍兴下哉！大概酒似耆老宿儒，越陈越贵，以初开坛者为佳，谚所谓“酒头茶脚”是也。炖法不及则凉，太过则老，近火则味变。须隔水炖，而谨塞其出气处才佳。取可饮者，开列于后。

14.7 金坛于酒

于文襄公家所造，有甜涩二种，以涩者为佳。一清彻骨，色若松花。其味略似绍兴，而清冽过之。

14.8 德州卢酒

卢雅雨转运家所造，色如于酒，而味略厚。

14.9 四川郫筒酒

郫筒酒，清冽彻底，饮之如梨汁蔗浆，不知其为酒也。但从四川万里而来，鲜有不味变者。余七饮郫筒，惟杨笠湖刺史木簟上所带为佳。

14.10 绍兴酒

绍兴酒，如清官廉吏，不参一毫假，而其味方真。又如名士耆英，长留人间，阅尽世故，而其质愈厚。故绍兴酒，不过五年者不可饮，参水者亦不能过五年。余党称绍兴为名士，烧酒为光棍。

14.11 湖州南浔酒

湖州南浔酒，味似绍兴，而清辣过之。亦以过三年者为佳。

14.12 常州兰陵酒

唐诗有“兰陵美酒郁金香，玉碗盛来琥珀光”之句。余过常州，相国刘文定公饮以八年陈酒，果有琥珀之光。然味太浓厚，不复有清远之意矣。宜兴有蜀山酒，亦复相似。至于无锡酒，用天下第二泉所作，本是佳品，而被市井人苟且为之，遂至浇淳散朴，殊可惜也。据云有佳者，恰未曾饮过。

14.13 溧阳乌饭酒

余素不饮。丙戌年，在溧水叶北部家，饮乌饭酒至十六杯，傍人大骇，来相劝止。而余犹颓然，未忍释手。其色黑，其味甘鲜，口不能言其妙。据云溧水风俗：生一女，必造酒一坛，以青精饭为之。俟嫁此女，才饮此酒。以故极早亦须十五六年。打瓮时只剩半坛，质能胶口，香闻室外。

14.14 苏州陈三白

乾隆三十年，余饮于苏州周慕庵家。酒味鲜美，上口粘唇，在杯满而不溢。饮至十四杯，而不知是何酒，问之，主人曰：“陈十余年之三白酒也。”因余爱之，次日再送一坛来，则全然不是矣。甚矣！世间尤物之难多得也。按郑康成《周官》注盎齐云：“盎者翁翁然，如今〔赞卩〕白。”疑即此酒。

——

- 1) 盎齐：白酒。
- 2) 翁翁 (weng3)：葱白色，酒浊貌。
- 3) 〔赞卩〕 (cuo1) 白：白酒

14.15 金华酒

金华酒，有绍兴之清，无其涩；有女贞之甜，无其俗。亦以陈者为佳。盖金华一路水清之故也。

14.16 山西汾酒

既吃烧酒，以狠为佳。汾酒乃烧酒之至狠者。余谓烧酒者，人中之光棍，县中之酷吏也。打擂台，非光棍不可；除盗贼，非酷吏不可；驱风寒、消积滞，非烧酒不可。汾酒之下，山东膏粱烧次之，能藏至十年，则酒色变绿，上口转甜，亦犹光棍做久，便无火气，殊可交也。尝见童二树家泡烧酒十斤，用枸杞四两、苍术二两、巴戟天一两、布扎一月，开瓮甚香。如吃猪头、羊尾、“跳神肉”之类，非烧酒不可。亦各有所宜也。

此外如苏州之女贞、福贞、元燥，宣州之豆酒，通州之枣儿红，俱不入流品；至不堪者，扬州之木瓜也，上口便俗。(完)