在吃的法则里风味重于一切。中国人从来没有把自己束缚在一张乏味的食品清单上。人们怀着对食物的理解在不断地尝试中寻找着转化的灵感。

天一放晴，姚贵文就把竹匾搬到天台上。这些豆腐球是他和妻子几天的劳动成果。有些豆腐已经略显微黄。但这种程度的改变远远不够。姚贵文还要再耐心等待几天。干瘪坚硬以及黑褐色的表皮才是成熟的标志。这种变化，来自于自然发酵。

王翠华用小块的纱布把不成形的嫩豆腐紧紧包里起来，挤压出水分。豆腐才会成型。如果不抓紧时间。新鲜的豆腐很快就会变馊。这意味着她必须包得飞快并且没有时间休息。

一盆烧得恰到好处的炭火是姚贵文下午工作的关键。

位于云南红河地区的建水古城古称临安。在1200年间，一度是中国西南的重镇。如今，时间已经让炫目的荣耀褪色。和云南的许多小城一样建水是一个多民族的聚居地。各种文化的掺杂形成了特有的氛围和格局。

炭火的热力让坚硬的豆腐迅速膨胀。这很容易让人联想到发酵的面团。建水人很会享用这种由风干和发酵打造出的特殊味道。蘸豆腐的调料各有不同。但是对姚贵文来说豆腐本身的质地才是最重要的。

河谷地区的温暖很容易让豆腐发酵。而适度的干燥，又让它们不至于腐败。对于风，水阳光和豆腐之间的微妙关系姚贵文比任何人都要敏感。

这里是建水最著名的大板井。在水井旁，女人们单靠手指的合作就构建起一条豆腐的流水线。做豆腐的各个环节，都和水密不可分。拥有128口水井的建水人很懂得水。中国人相信水能滋养人的灵性和觉悟。这一点就仿佛水对豆腐的塑造，两者间有一种不可言喻的共通。

石屏县在距离建水不到四十公里的古城石屏。这里的豆腐在气质上却大为不同。成型的豆腐，体积大得惊人。难得的是它们极富韧性，几乎不会破损。少许的盐，就可以最大程度的保鲜。

中国的云南历来不是大豆的主要产区，可却不妨碍这里拥有悠久的豆腐历史。吃一颗豆腐，投一粒玉米。用这种方法计数，买卖双方十分默契。

三十年来姚贵文的豆腐摊上很少冷清过。从豆腐摊回家要走三十分钟几乎横穿老城。发展的速度飞快这改变了建水的很多事情。在漫长的时间里一些变数消失了，一些变数被修改。还有新的变数加入进来。总有一些经得起时间的磨砺保留了下来。

姚贵文和王翠华围绕着豆腐的生活清淡辛苦。

丈夫最大的愿望是能去远方的大湖钓鱼。虽然他从来没有钓过鱼。在这对夫妇眼里每一颗豆腐都很珍贵。它们能够帮助自己供养子女过上幸福安稳的生活。

在一千多年里，伴随着北方民族的数次迁入，豆腐代表的中原饮食文化已经深植于西南边陲的这片富饶之地。并且演绎出自己独特的气质。这些一脉相承的制作细节让人联想到几千公里外的中原腹地。在那里，中国的豆腐，从诞生到兴盛一路走过两千年。

胡学兵正赶往县城。他要在早市上，卖掉今天的豆腐。

寿县是安徽省北部的一座古老的小县城。这里的人们对豆腐的情感非同一般。他们坚信自己的祖先就是伟大的豆腐发明者。十月中旬皖北地区的黄豆早已收获归仓。用新黄豆磨制的豆腐，向来最受欢迎。在中国几千年的农耕史中大豆一直占据着重要的地位。在已知的豆科食物中，大豆是蛋白质最丰富也是最廉价的食物来源。可它早期的境遇一度尴尬。煮熟的大豆无法引起人们的食欲并且使肠胄大量胀气。迫切的需要就是寻找到进食大豆的最佳方式。

秤盘里的白色粉末是石膏，它是把豆浆点化成豆腐的关键。胡学兵对于石膏的纯熟运用和他的祖先如出一辙。在煮沸的豆浆中，变性的蛋白质和石膏相遇后迅速发生胶凝作用。这种变化如此巨大以至于在瞬间就可以觉察到。

遥远的年代里石膏常常出现在中国术士们的秘笈之中。而它和豆腐的渊源据说也恰恰与此相关。很多人相信，两千多年前正是热衷炼丹的淮南王刘安。在八公山中用豆浆培育丹苗时，碰巧加入了石膏。于是无意间促成了豆腐的诞生。不管事实是不是真的，那么富有戏剧性中国人必定经历了漫长的摸索才让豆腐最终成为一种了不起的中国食物。无论如何，豆腐的诞生彻底改变了大豆的命运。

豆腐无限包容的个性给擅长烹饪的中国人创造了极大的想像空间。那些原本让大豆尴尬的不利因素胰蛋白酶抑制剂不能被吸收的糖，以及植酸在中国人古老的转化手段中都被自觉或不自觉的消除了。豆腐的出现让人体对大豆蛋白的吸收和利用达到了一种高峰。中国的厨师对豆腐的理解往往会让人大吃一惊。或许可以说，中国人用豆腐表达了自己柔软变通的适应性。所有的这些，让一粒黄豆得到了升华。这些乳白色的浆液令人浮想联翩。