

在美食的世界欲罢不能

——读梁实秋《雅舍谈吃》

□郑建钢



国人对于美食，永远有聊不完的话题。从孔夫子“食不厌精，脍不厌细”的代代相传，到清朝食圣袁枚《随园食单》的霸气登场，再到梁实秋《雅舍谈吃》的赢得拥趸无数，多少前人对于美食孜孜不倦地追求，不但博采众长，展示了美食体验的方方面面，而且极大地推动了饮食文化的发展，具有独特的饮食文化思想价值。

2012年5月，央视美食类纪录片《舌尖上的中国》骤然走红，一系列地方美食节目争先恐后登上荧屏，发掘民间美食的热度至今不退：《老广的味道》《寻味顺德》《千年陕菜》《味道中国》《夜宵江湖》……广大观众也看得有滋有味，陶醉在深藏城乡的美食世界里欲罢不能，可谓刮起了一股久久不散的中华美食旋风。

之所以要把袁枚与梁实秋相提并论，实在因为这两个吃货有太多相似的地方：两人都是杭州人，都是文化人，都是有钱人，都是懂美食的人，都是“天桥的把式——净说不练”（《雅舍谈吃》序言）的人。袁枚以《随园诗话》和《随园食单》流芳百世，而梁实秋一生则给中国文坛留下了两千多万字的著作，创造了中国现代散文著作出版的最高纪录，其《雅舍谈吃》更是这位资深吃货的经验之谈，显示了作者对美食孜孜以求的一股韧劲。

《随园食单》的大部分篇幅，都是一个小标题介绍一种食品（包括菜式、点心、饭等）的制作方式，内容较为简练，有的介绍甚至到了惜字如金的地步。比如《糟肉》，只用了短短的7个字：“先微腌，再加米糟”；《肉馄饨》则更短，仅仅用了“做馄饨，与饺同”6个字。其余菜品的制作，一般也只有寥寥数行字，文字极为简明扼要，让读者看了以后自己能够动手制作就行，此外决不啰嗦半句。

《雅舍谈吃》从小标题来看，也是介绍一种食品的做法，像《醋溜鱼》《核桃酪》《芙蓉鸡片》等，但是内容比较丰富详尽，短则1页，长则数页，以讲故事的形式，旁征博引，娓娓道来，引人入胜。虽然是纸上谈吃，但足以让人勾起食欲，甚至还能引发自己动手做的兴趣。更重要的是，梁实秋在前人的基础上，又有自己独到的见解。

书中对那些著名饭馆的当家菜信手拈来，如数家珍。比如，春华楼的松鼠黄鱼、厚得福的瓦块鱼、正阳楼的烤羊肉、东兴楼

的爆双脆、致美斋的锅烧鸡、砂锅居的白切肉、美丽川菜馆的蚝油豆腐、中兴茶楼的咖喱鸡等。在作者眼里，这些都是神一样的存在，不但推崇备至，秀到头皮发麻，而且对于调货（即选材）、刀口、煎炒烹炸，乃至“不能偷懒”的配料，都介绍得详详细细。不管是作者从小就吃惯了的，还是偶尔为之，相信都在他的心底留下了深深的烙印，以至于洋洋洒洒写了厚厚的一大本。如此深厚的积淀，“只因为我连续吃了八十多年，没间断。”（《雅舍谈吃》序言）

对于民间高手做出来的美食，作者同样表现出了极大的兴趣和应有的尊重。《狮子头》一文详细介绍了同学王化成做的狮子头，从选材、制作到加工，极为详尽，相信读者看了以后，也能自己动手做出“不能用筷子夹，要用羹匙舀，其嫩如豆腐”的美味狮子头。《蟹》中讲到一位芜湖同学家乡的蟹酱，“打开坛子，黄澄澄的蟹油一层，香气扑鼻。一碗阳春面，加进一两匙蟹酱，岂只是‘清水变鸡汤’？”

更为难得的是，尽管该书大多写的是民国时期的饮食风尚，但作者的许多理念非常时尚，即便在今天看来，不少观点也相当超前，很能发人深省。

比如，书中虽然没有直接引入恩格尔系数的概念，但是，对于类似的话题，作者有着自己清醒的认识。《吃在美国》一文一针见血地指出，我们“平均收入百分之四十用在吃上，这表示我们是够穷的，还谈得到什么饮饕之道？”这样的观点，确实是说出了大实话，一点也没有为“中国菜天下第一”而感到沾沾自喜，反而为“我们中国吃，上层社会偏重色香味，蛋白质太多，下层社会蛋白质不足，碳水化合物太多，都是不平衡，问题是很严重的”（《再谈“中国吃”》）而感到担忧。

再比如，对于倡导使用公筷，我们也是这几年才加大了推广力度。但是，作者在民国时期，就已经看到了不用公筷所带来的聚餐时的尴尬，相对于西餐的分餐制，我们在卫生方面是相当欠缺的，“毛病不是出在筷子上，是出在我们吃的方式上。”（《圆桌与筷子》）

还有，对本土健康饮料赞不绝口。作者不但自己身体力行，而且竭力向公众推崇老北京信远斋的冰镇梅汤：“冰糖多、梅汁稠、水少，所以味浓而酽。上口冰凉，甜酸适度，含在嘴里如品醇醪，舍不得下咽。很少人能站在那里喝掉那一小碗后不再喝一碗的。”“我不知道为什么没有人动脑筋把信远斋的酸梅汤制为罐头行销各地，而一任‘可口可乐’到处猖獗。”（《酸梅汤与糖葫芦》）作者表达了对本土既好喝又健康饮料的高度评价，对充斥市场的舶来品碳酸饮料的厌恶。其实，不只是冰镇梅汤，我们还有绿豆汤、冬瓜茶、茉莉花茶、薄荷茶等自制的解渴饮料，不但没有添加剂，热量又低，而且价格实惠，不就是我们今天所特别推崇的绿色天然饮料吗？

没有什么烦恼是一顿美食解决不了的。为了一张嘴，跑断两条腿的大有人在。然而，想要做到健康、营养、美味的饮食，不可忘记《随园食单》的开篇之语：“学问之道，先知而后行，饮食亦然。”

书市扫描



《好天气》

作者：苏童

出版社：江苏凤凰文艺出版社

出版时间：2025年5月

小说围绕咸水塘区域城郊接合部两边的发展变迁展开，写发生在南方这片土地上的爱恨悲欢，通过一个个奇诡瑰丽的故事，折射出一个时代几代人的风云变幻。



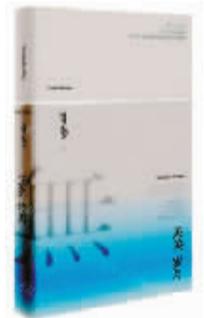
《后来，时间都与你有关》

作者：张皓宸

出版社：湖南文艺出版社

出版时间：2025年5月

张皓宸在书中充分发挥想象力，描写大千世界里形形色色的人物：笃信“单身主义”的恋爱调教师、暗恋十几年也不说出口的刀子嘴匕心“大姐大”、总是叫嚣着罩着别人最后却被大伙儿“遗弃”的“大哥”……



《无关岁月》

作者：蒋勋

出版社：江苏凤凰文艺出版社

出版时间：2025年6月

作者以充满禅意、灵性的笔触，将日常生活、自然风物与人文哲思相融合，在平凡中探寻诗意与美感。既有对山川草木的深情凝视，也有对艺术、文化的独到诠释，更饱含对人性与生命的深切关怀。字里行间渗透着东方美学底蕴，引导读者以柔软之心感知世界。

励开刚/文