

<<厨房中术>>

图书基本信息

书名：<<厨房中术>>

13位ISBN编号：9787222055988

10位ISBN编号：7222055983

出版时间：2008

出版时间：云南人民出版社

作者：巫昂

页数：276

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<厨房中术>>

### 前言

我的许多文章，都是在厨房里构思而成的，构思着构思着，我突然灵机一动，为什么我自己不能写写美食文章呢？

既然我这么喜欢呆在厨房里，又这么爱做饭。

如大家所知，我是个自由职业者，又是个百分之百的行动派，所以，产生那个念头五分钟后，关了煤气炉，我跳到网上跟某编辑姑娘说：让我在你们报纸写美食文章吧？

我保证写得比沈宏非好。

她居然答应了，这让我很激动，半小时后便写完了，email给她。

那差不多是年初的事，我日常生活的一部分就是做饭，看菜谱做的不算，我通常早已经看好了菜谱，依据北京所能买到的原料，重新组合，自己创制出新的菜系，去年不是“私家菜”很盛吗？

所以，我的菜谱就叫做“巫私家菜”什么的。

高兴起来，还将做菜的方法传授给女朋友们，她们属于“不爱做饭的新一代女性”，偶尔动锅动灶，便要写博客大加纪念，嘻，时间长了，吾谁与归？

## &lt;&lt;厨房中术&gt;&gt;

## 内容概要

《厨房中术》作者的许多文章，都是在厨房里构思而成的，构思着构思着，作者突然灵机一动，为什么作者自己不能写写美食文章呢？

既然作者这么喜欢呆在厨房里，又这么爱做饭。

如大家所知，作者是个自由职业者，又是个百分之百的行动派，所以，产生那个念头五分钟后，关了煤气炉，作者跳到网上跟某编辑姑娘说：让作者在你们报纸写美食文章吧？

作者保证写得比沈宏非好。

她居然答应了，这让作者很激动，半小时后便写完了，email给她。

那差不多是年初的事，作者日常生活的一部分就是做饭，看菜谱做的不算，作者通常早已经看好了菜谱，依据北京所能买到的原料，重新组合，自己创制出新的菜系，去年不是“私家菜”很盛吗？所以，作者的菜谱就叫做“巫私家菜”什么的。

高兴起来，还将做菜的方法传授给女朋友们，她们属于“不爱做饭的新一代女性”，偶尔动锅动灶，便要写博客大加纪念，嘻，时间长了，吾谁与归？

作者是从事文字工作的，自然菜名也起得专业，其中有道叫做“炭烧销魂排骨”，又有“不饶人香酥鸡”，多属于即兴之作，搁在碟子里，别有点比吃形而上点儿的气质。

作者不喜欢做西餐，也不怎么喜欢吃西餐，西餐需要一个冰冷而消化能力强的胃，大概因为作者是个中国人吧，对西餐那玩意儿没感觉。

去外国时，作者居然让招待帮作者把一切东西都热了，才肯吃，对方惊讶到要给作者量体温，以为作者带来了SARS。

这跟多数的新派厨娘不太一样，新派厨娘的一大标准，就是要对沙拉啊比萨啊之类吃食，有如爹似娘般的好感，I cant.

西餐有另外一个庞杂体系，从面粉开始作者就不对路，何况，作者又住在北京远郊，不可能经常去那些外国人多的地方，寻找亲西餐的超市、购买西式原料。

作者时常会不远万里，光临一家以卖西餐原料著名的城内超市，就为了买小洋葱头，因为它的味道，很像闽南菜里经常要用到的红葱头。

像而已，不能够彻底替代。

## <<厨房中术>>

### 作者简介

巫昂：自由作家，先后就读复旦大学和中国社会科学院，曾为《三联生活周刊》记者，在《南方周末》、《新周刊》、《南方都市报》、《新京报》、《东方早报》等媒体开设专栏，包括文娱、美食、生活、心理信箱等系列，并持续创作诗歌与小说。

旅行各地，时居北京，已出版《正午的巫昂》、《从亲人开始糟蹋》、《爱情备胎》、《谁都是情圣》等作品。

她的美食专栏理论结合实践，一边博识着，一边幽默着，常常从吃里边看出人生和世界的一点深层意味。

## &lt;&lt;厨房中术&gt;&gt;

## 书籍目录

自序：自由厨娘 妇女在厨房闹革命 上汤高于一切 童子别恋 粉好 作为次要角色的酱油 极度低调的粥 辣食动物 蛋黄蛋白 孤独的大闸蟹 两只生蚝客 上海过滤嘴 神仙的晚饭 填鸭哲学 胃的救世主 鸭脖启示录 主食恐惧症 我的牙齿管住了我的嘴 御夫下厨术 点心政治 刀子心 豆腐嘴 快餐快死 冬瓜银行 香菇再生长计划 烤肉记 下水怨 拯救老兵剩菜 见习厨娘 坐茶楼 陈博士访美食记 绍兴，稍息 未来我们吃什么（上） 未来我们吃什么（下） 我是一个饼 上海厨娘 洗碗革命 很有男子汉气概的牛排 做饭做到饱 服务员，男 死在一碗方便面里 菜博物馆 政治水果 早饭造反 我的粤菜观 纯洁地败火 迷踪菜 神探和花生米 航餐教会飞的武昌鱼 咖啡馆混饭团 冷饮考察志 冰箱生存法则 通州饮食要略（上） 通州饮食要略（中） 通州饮食要略（下） 醋与老韩及山西之关系 下面给你吃 面与节俭及山西之关系 冰厅与少年 古怪海鲜流行病 智斗海鲜大排档 东陵食记 贺氏速食法 李渔蔬菜学 中年月饼 中秋一起吃 情迷柴鸡蛋 “驻京办”在做饭 比萨饼的亲戚 吃出霸权 吃出感情 熟能生巧 餐具风月 京派台湾菜 山西食事 港式早餐 泰餐情况简报 有情食一餐 在泡茶中永生 一口吃成孕妇 肉食、素食与杂食 吃茶秘史 蟹的潜规则 烧烤之城 心酸的酸菜 坚韧的贱 鱼弄卑尔根

## &lt;&lt;厨房中术&gt;&gt;

## 章节摘录

妇女在厨房闹革命 一个人在厨房里逗留时间的长短，大概可以想见其性格。依此类推，一堆人在厨房中所施的伎俩和讲究，大概可以猜测到这个民族的某某性。厨房乃是初级工厂，家庭作坊，它调教出来或甜腻或酸咸的小人儿，真正的上帝是厨房是炊具是那些形形色色的食物，它养活了咱们。

所以，没有谁没有自己的吃饭观。

有些人就喜欢街头小饭馆儿，可以一边看街景一边喝冰啤酒，一边体会着花很少的钱却能够打发掉许多时间的乐趣。

有些人呢，当然是讲究一点，要有干净的餐布跟作风良好的服务员，他们是吃环境去的。

另外一些人，但也许是沉默的大多数，吃的妻子和娘做的饭，几十年如一日，单调、富有感情但日常。他们活得很隐形。

克里姆林宫的老牌大厨尼金当了三十多年御厨，经历了斯大林、赫鲁晓夫、戈尔巴乔夫和叶利钦时代。

他最后总结出来一句金玉良言：“想当宫的人都想吃得好。”

而当下的火热生活却证实了另一句话：是个人都想吃好的。

很自然地，在吃里边寻找各色道理和意义，也便成为我这等闲人的兴趣所在。

吃这件小事，没有看起来那么简单，不是说厨房中的专业技艺，它本身，就有可能成为一门复杂的学问。

举例如下：对我们来说，秘鲁这个国家好生僻，虽然也在发展中，但吃的迥贵，一般人吃不起东西，经常饿着肚子上班上学。

所以他们妇女养成一个习惯，就是聚集在一起做饭，还被当地记者很积极地称为“厨房革命”。

这场革命诞生了三百多个集体厨房，每个厨房含十几甚至几十个主妇，她们轮流当采办、杂工、司炉、配菜和大厨，以此降低吃饭的成本，养活更多的家人。

这是美国《新闻周刊》报道出来的事，所以要打一点儿折扣，因为后来这些妇女们并不安心于做饭，居然在做饭的过程中诞生了类似于议会的东西，这就让丈夫们很紧张了，而离婚或者被抛弃的妇女们，还可以在食堂里免费吃饭，吃到什么时候她能付得起饭资为止。

秘鲁妇女团结在食堂周围，跟我们的祖宗当年团结在一口温鼎周围一个道理，温鼎，据说是现代火锅的前身，分上下两部分，只有上流社会的鸟人才用得起。

因为是青铜锻造的，费炭火，要涮得起劲的话，非得用上肉食不可。

野外可涮的东西当然很多了，但要劳动人力去抓。

但是，假如你去问洪晃老师这个问题，你们上流社会至今还流行吃火锅嘛？

她准给你翻一个洪式白眼儿：呸，你们才上流社会呢！

我们都是下流社会的。

代为开栏词，我就打算如此这般的吃里边，胡扯出诸多社会、文化与人生来啦。

各位免礼。

上汤高于一切 某日，和众闺蜜去东方新天地那边的俏江南吃饭，闺蜜S是那儿的常客，她甚至还弄了张打折卡。

讲个实情，我觉得那个鸟地方的东西实在不怎么样，还迥贵迥贵的，S一拿过去菜单，便怪大方地给每个人来了份上汤娃娃菜，她认为那个著名的馆子最值得一吃的，惟这道菜耳。

娃娃菜我是懂得的，就是大白菜的婴儿版，俏江南使的绿色无污染娃娃菜更是具体而微，大概只有一根草那么大，放小白碟子里，泡在一小汪水池子里，池子里的水尚不足以没其膝，所以可怜的娃娃菜泡得非常吃力，简直是全身匍匐着趴在上头的。

而闺蜜介绍说，这点半清不浊的水，就是这份十五元每位的菜品的精华所在。

我也是个上汤爱好者，上汤呢，又称为高汤，古今中外的烹界高手皆以上汤为性命，看谁不算美食家家属，就看他/她的灶头有无一锅子上汤常备着。

## &lt;&lt;厨房中术&gt;&gt;

上汤分白汤、褐汤、半白不褐汤、半褐不白汤，等等等等。

老外那种奶油汤，在我看来，压根不能称之为汤。

做上汤最简便的法子，即买些大块的猪骨头，牛骨当然也上选的啦，但你有空去跑农贸市场嘛？

像我这么懒的，基本上就是这边炖着一只童子鸡，那边就开火做上汤某某了，一汤N用，以前生活富裕的时候，甚至拿来熬粥喝。

在一个普通人的幻想里面，这就算是准贵族生活了，它符合一些象征上等人生活的原则：低调、有滋味、慢。

前几日去杭州被人请，主人事先定了位，天南海北的客人作息不一致，分作好几拨前来，服务员焦虑不堪，每隔五分钟就问一次：“你们到底有多少人？”

“我们这拨是最早去的，实在不堪其扰，很不耐烦地往多里说：“十二位。”

“服务员似乎很不相信的样子：“有那么多吗？”

我看不像。

“我们火了起来：“你爱信不信，反正我们是公家埋单，不怕菜吃不完。”

“一句话惹得那姑娘怪郁闷地走了。

吃到宴席的中间，谜底终于揭开，原来她操心的是席间最讲究的一道菜，名曰上汤鱼唇，少一份则不敬，多一份实在是莫大的浪费。

顾名思义，那份放在小盅里的汤乃是鱼翅的亲戚，鲨鱼唇慢火煲成的。

材料值钱不说，分量也是量人而行。

喝完一盅，你就会感到多喝一口都多，而少喝一口则意犹未尽，此之谓上汤的“中”的精神。

所以，我一向坚信，不单食性足以了解一个人，好食肉且大块吃肉者，性情多数粗莽，感情的颗粒也没有那么细，素食者我向来都是敬而远之，因为他们欲望不强，跟我们俗人有所区别。

而一个以上汤为性命的人，他多多少少是讲些花头的，不单平淡无聊的日子过不下去，就连日子本身都不放过，一定要弄出以温火、耐性、本无必要的搭配和无穷的苛刻精神来回沸滚。

所谓不折腾不成魔。

如果要把我家的菜谱形而上掉，就会飘出这样的味道。

童子别恋 鸡年噢，人人都在拿鸡做文章与菜。

我也未能免俗，林秀莉（注：我的母亲）从福建坐飞机，弄过来一只杀好且冰冻的童子小土鸡，她是信不过北京的鸡的，而且她本命年在身，自然有讲究的需要。

年三十，她端出来那只坐飞机过来的鸡时，大家忍不住流下了难得的口水，众所周知，现在我们的嘴巴都很刁馋，对一般的吃食是不会有欲望的，吃的东西非得难得、麻烦跟土不可，那只鸡正好满足了这三项指标。

我日常所需的童子鸡大多是超市买的，那种看起来毫无生气与优美体形的袋装鸡。

北京市面上素无土鸡卖。

所谓土鸡，是吃粮食和草籽长大的那种鸡，农家自己喂的，而非鸡工厂成批出来的粗壮洋鸡。

所以，很遗憾，在大城市煲鸡汤，其味道往往缺点意思。

做法简单，整鸡入开水过后，放在砂锅里头，加香菇数朵、干贝几个、姜大块，即可。

炖的时间嘛，视鸡们身份的真实与否而定，有些自称为童子鸡的鸡，其实已经在乱世中失身，却装成很嫩的样子，所以，必须把它炖出原形来。

资料有云：童子鸡比老母鸡更补，有些人，专门拿它们来壮阳，加诸如海马、虾仁，美其名曰龙马童子鸡，是粤派食法。

贵州人童子鸡连锁店有谚：“工作没思路，吃只童子鸡。”

很像那么回事呢，为讨口彩，我想出来另一个：“吃鸡不积极，思想有问题。”

有人是反对童子鸡炖汤的，觉得老母鸡阅历丰富、皮肥肉多，兼之骨架子里有货，更加靠谱。

以我所知，“老母鸡派”跟“童子鸡派”有些水火不相融，童子鸡更适合当肉菜吃，老母鸡呢，除非是牙口好至能吃石头跟干草的人，寻常人，最好不要碰。

上海银行家孙曜东是个大食客，旧时沪上的银行家个个都是大吃货，这个另谈。

他回忆昔日到另一个人称冯六的银行家在乐会里的家去做客，有一道菜叫做虾片汤，做法便叫奇特，

## &lt;&lt;厨房中术&gt;&gt;

他家的厨子到饭局接近尾声必将跑到客厅来一趟，先将一只大海碗放在请客的桌上，海碗里头贴满了对虾切的薄片，并在里边撒上姜丝等物，倒了点儿白兰地，最后端上来一锅子滚烫万分的老母鸡汤，盖头倒下，顿时满屋沸香，食客无不大快。

看完这个典故，我便偷偷琢磨，假如换成年纪小的鸡，做这个汤，恐怕不单镇不住虾片，也镇不住白兰地，此之谓：鸡还是老的大！

粉好 去过桂林的人应该学会一句寒暄语：吃粉了没？

桂林人跟粉的关系，如同山西人跟醋、法国人跟棍子面包、爱斯基摩人跟鱼的，那么铁。整整两个昼夜，我们一群杂拌旅行者，在桂林城东摸西撞，为了找一碗正宗的粉耗费了许多脚力，但是，没有，就是没有！

沿着老城墙的墙根儿一路摸索，看遍一切的小店儿，饿得无话可说，在沮丧和忧伤情绪的影响下，差点去吃肯德基。

而桂林没有麦当劳，据说当年就是被廉价草根的粉店们吓走的，但吓人的店和粉，如今似乎已无踪影，此地空遗象鼻山。

见了一当地朋友，是当地搞旅游的成功人士，当时晚餐已毕，大家吃得满满当当地坐着剔牙，我们羞人答答地跟他讲起来了我们折腾了两天寻粉不遇的事。

他大笑，当F就答应拉我们去参观一家他认为桂林目前存在的最地道的老粉店。

我们听得屁股痒痒，也等不及埋单，捧着饱饱的肚子出门，一路散步往十字街去了。

石记其实就在十字街的街口，著名的微笑堂百货公司隔壁，但是店堂十分隐蔽，约等于看不到，而且得上十级左右的台阶，一般看高不看低的路人，很难发现。

那粉店的内部风格完全是八十年代的，店堂简陋狭小，桌椅是肯德基没来中国之前快餐店的模样，服务员的举止，也是一副国营餐馆的范儿，没有笑容甚至没有表情。

但万幸的是，丢出来的卤菜米粉却是天底下最地道的。

当地朋友介绍，这卤菜料里面有十几道配料，最上乘的得有二十几道，里边有块要紧的特制品，当地人叫做“锅烧”者，是最能检验是否正版的。

锅烧系一块五花肉经过复杂工序做成，好的锅烧，一面焦黄一面青白，半透明又香脆无比，假如没有这东西，桂林米粉便失去灵魂。

当然，粉本身也是讲究到顶的，现场做出来现下锅的粉是最好的，不能久留，像超市里那样晒干了重新水发的，已然是粉的木乃伊，只对恋尸癖们有意义。

桂林人吃粉，喜欢站着吃，大概这个姿势有利于粉的香气，在食道内的游走，先吃干拌的，吃得差不多了，再去边上一口大锅里舀一勺浓白的牛骨上汤，加在里头，喝几口汤走人，那架势，很武松的。

我这个外行，偏好的是南宁的老友粉，南宁人吃的粉，跟桂林有不同。

两个城市相距五百公里，南宁人食性更类广东，吃饭的地方喧闹无比，说的是白话；桂林话，则近乎川贵，尾音绵长，吃起粉来也显出不紧不慢的西南风范。

但皮肤比起南宁人白嫩许多的桂林人，也有心急之事。

那哥们便说，他每次出差回来，就会从机场直接打车到石记，吃一碗粉再回家与妻儿见面。

这些话，听起来是非常爱情，略显肉麻的，好像吃的不单是粉而已，还有许多别的内容，是什么？

“无可奉告！”

”他笑着讲。

作为次要角色的酱油 我对酱油颇有些偏见，用弗洛伊德的理论来分析，大概和小时候总被大人差遣着去大街上买酱油有关，但我们中国99%的小镇儿童都有过类似经历，我的不足为奇。

我对酱油的偏见，也许还来自柏杨先生流行一时的“酱缸文化”说，他的意思是，中华文化历史过于悠久，以至于各种调料混在一处，竟然发酵成一个大而肮脏的酱缸，再好再清新可爱的青年一投身进去，顷刻之间，便会成蛆。

长久以来，我一直怕自己一不小心发育成一条蛆，蛆这个东西，我们小镇儿童再熟悉也没有了，经常都会在内急时防不胜防地踩到。

当时，我坚信每踩死一条蛆，自己进化成蛆的可能性就会降一格，所以，我一进公厕，常常闭上眼睛

## &lt;&lt;厨房中术&gt;&gt;

跳大神一样左蹦右跳，然后进到厕位，屏一口大气。

酱油跟蛆的联想，就是这样形成的。

北方的老百姓炒菜喜欢下酱油，无论是黄瓜炒鸡蛋还是鸡蛋炒西红柿，甚至西红柿汤里头，出锅前一定要点几滴酱油，好调色。

他们认为，青青白白的汤和菜，没有吃头，惟独染成酱油色，才踏实可靠。

老百姓的讲法自有其道理，否则我们知识分子也不会发明“酱缸文化”那等有生活基础的理论。

酱缸者，经日晒雨水淋而不改变其基本内容，此为酱缸秘笈，轻易不能传授给外姓人的，且，传女不传男。

酱缸的恶名，牵连了酱油，虽然它们未必有联系。

世上一切调味品的命运大体相同，不是融化在主料里，就是被谴责说，遮盖了主料的自然之味，酱油的罪责更甚，因为它会改变食品色泽。

咖喱红花等南洋常用物，因为有绘画颜料般的效果，一般我们是不好意思说人家不是的，酱油的颜色，黑褐而已，最是贫下中农，最是显示寒酸气，富人不齿。

所以略微显示有钱的红烧肉，其色来自赤糖甚至高温加热后的白糖，红里边带着些鲜艳，最后上桌时，虽然有酱油的一点功劳，也早被人忘掉了。

酱油作为调料中的有色人种，却不能跟今年奥斯卡的最佳男主角相类，尽管超级市场里，人们给它改了好些更高贵的名字，比如北方人很难懂得的生抽，或者某汁，但人们抓将起来，仔细看说明，还是能够火眼金睛地认出其真面目的。

台湾菜里，将酱油跟酱油精分得很清楚，后者他们又称为油膏，以酱油的故乡西螺出产的为上等。

两者的区别，犹如香水中的淡香精和香精，假如不是被酱缸文化所熏陶、对生活讲究到一定程度的国人，是不会在家里备齐一切种类的酱油的。

极度低调的粥 我喜欢跟爱喝粥的人交往，这样有助于消化彼此的关系。

所以我的联系组里，专门有个稀饭部。

稀饭部的会员，性情大抵有一点点相似，就是比较懒惰、牙口不算太好，且，非常的善解人意，不是那种拧巴党人。

还有两个主要的部门，分别为干饭部和面食部，相比之下，跟我就没那么贴心了，干饭部通常比较有事业心，注重自己的公众形象，其实公众又不是真的在乎其形象如何，总之，他们是比较有自我意识的一个高级群体。

面食部呢，对生活不太讲究细节，混个饱即可。

至于次要到极点的西餐部跟生凉活吃部，基本上就不能算我的朋友，我通常也不太关心他们的死活，让我们生活在两道平行线即可。

胡扯的，请别主动对号入座。

那日，我们稀饭部下属的几个人，在私下里讨论富人们的生活。

K说，他知道有个富人，经常下了班，便去城市大厦五十层顶上的某俱乐部看日落，以此排遣自己的愁绪，当然，还要点个极贵的饮料，好对得起那个座位。

L讲，他认识的另一个阔佬，做快餐出身，以至于我们在从北京出发的飞机上吃的，都是他家的饭，总之他非常有钱，有钱到散淡且讲究生活情趣的地步，他最喜欢的吃食（如上所述，也是在俱乐部吃到的，这个非常重要，同样的东西，在俱乐部吃跟在家里和小摊子上吃，就是不一样），居然是一个馒头一碗稀饭，所以在我的联系组里头，他应该是分跨两个部门的。

“但是，那碗稀饭铁定是鱼翅稀饭，馒头呢，也是特殊材料制威的。”

L继续说。

“再特殊，难道会镀上一层金嘛？”

K深表怀疑。

我补充发言，据我所知，有钱人穷奢极侈通常有两个方向，一是往貌似低调的贵里走，另一个，则是索性稀有跟昂贵死，气死丫的拉倒。

比如以前宫里头御厨到各地采办东西，里边一定要夹杂一些稀罕之物，比如麋鹿的鼻子、公老虎的睾丸和梅花鹿的眼珠子。

<<厨房中术>>

做出来的好吃的，最后皇帝闻都没闻过，直接端给狗吃了，所以皇帝家的狗，长得都有点像别的野生动物。

稀饭组成员闻毕，对皇家厨子的行径，甚鄙夷。

话说回稀饭吧，我有一个良方，可以确保你经常吃到皮蛋瘦肉粥。

把皮蛋瘦肉粥所需的一切配料炒一下，最后把洗好的米也和进去，加点狗不理的酱油，出锅凉过，分袋包装到冰箱速冻柜里，每次取一小袋，加水用砂锅煮煮即可。

如此坚持数周，您自然升级为我们稀饭组的VIP，对生活的抱怨，也会相应地越来越少的。

OVER。

## <<厨房中术>>

### 编辑推荐

《厨房中术》是一个自由厨娘的“秘戏图考”，“吃这件小事，没有看起来那么简单，不是说厨房中的专业技艺，它本身，就有可能成为一门复杂的学问。

我就打算如此这般的吃里边，胡扯出诸多社会、文化与人生来。

” 真正的上帝是厨房是炊具，是那些形形色色的食物，它养活了咱们。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>