

<<下厨记 >>

图书基本信息

书名：<<下厨记 >>

13位ISBN编号：9787807406686

10位ISBN编号：7807406682

出版时间：2011-7

出版时间：上海文化出版社

作者：邵宛澍

页数：251

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>

## 前言

吃是人类生存的必须，与生俱来的本能，并不是什么尖端技艺，好好地吃是文明的体现，有意识地交流吃的经验则算得上是弘扬吃的文化了。

说话是人类的生理功能，我完全相信，自从人类开始说话的时候就已谈论怎样吃得更好了，此后，无论在农场里、在牧场里、在菜市里、在厨房里、在餐馆里，还是在闲暇时、饥饿时、饱涨时，吃都是人们交谈中永恒的话题。

把说过的这些话写下来，就是食话、菜话。

此类文字虽然古已有之，但是相比之下，说的人多，写的人少，结集成书的就更少了，即使成书，又多属菜谱，那是高级烹饪教程，专业性较强，内容不免枯燥。

因此，受人欢迎的食话、菜话，必是掺和着天南地北、古往今来各类话题的杂说。

《下厨记》和《寻味记》本不是为出书而写，其中文字和照片皆为作者上传网络的日志，所述内容则是市井居民的日常吃喝，既非麟肝凤髓，亦无琼浆玉液，只有粗茶淡饭、家常菜肴，乃至路边小吃、摊档点心，但也不乏地方特色、时尚新品，乃至祖传秘制、招牌绝活。

这两本书的作者邵宛澍虽然身出名门，但他生在“文革”期间，家道早已中落，并未沾着“朱门酒肉”的一丁点儿腥味，只因占着平常百姓家独生子女“二次方”的优越地位，祖母喜爱，凭着有限的物质条件，费尽心思，时不时地做些好吃的给孙子尝鲜，孙子倒也孝顺，常在灶旁陪伴，或是充当跑腿采办辅佐用料，或是担任下手洗拣切浆。

日积月累的耳濡目染，竟培养了他煎炒爆熬的兴趣。

老祖母的治家厨道，终于没有传授儿子媳妇，却让孙子来了个“全盘统吃”。

正因他好吃却不懒做，好学却不死记硬背，而是在实践中检验自己的认知，不断提高自己的技艺和学识，屡生心得，随手发博，居然受到不少网友的欢迎和呼应，这是因为人们对生活质量的要求在提高中，不只是为了生存，更加希望吃得好，吃得健康，吃得实惠。

慧眼识珠，他们发现邵宛澍的说话纯朴无华，亲切生动，来自平民，服务草根，他介绍的菜肴，原料买得到，价钿项得起，用具和燃器都是普通人家原来就备有的，不必专门配置。

按照他的做法，花一样的功夫和代价，能够多一点滋味，多一点享受，尤其是多一点好心情，这样的好事又何乐而不为呢！就因这样，在网络上，邵宛澍的博客《梅玺阁主的幸福生活》点击率猛增，看“梅玺阁主今天吃点啥？”在铁杆粉丝们心里，有着与接收天气预报同样的重要。

作者在台湾版的自序中透露了“梅玺”的由来。

这里，我再揭开一下他真名的秘密：前已述及，他出生在中国文化大苦难的岁月，造反派虽已不再狂吠他家属于“反动地主官僚资产阶级”，但他老子“臭老九”的身份不可能改变。

像许多年来许多人家一样，他的名字也由父亲挑选，其父不想在儿子的名字上被人抓住把柄，像“你也配姓赵”般被训斥，只想安安稳稳，可以无虑地温饱即已够矣，老爸首先想到的是要让儿子有得吃，就叫“碗橱”吧，将来择偶，配个“饭桶”就既有饭又有菜了，要求放低些，容易满足，知足常乐也。

“碗橱”太露，取两个谐音的字，就成了宛澍。

可是，宛澍的命比他老子要好，碗橱里装满了好吃的，不只可以佐饭，还足可佐酒，他娶的可不是饭桶，而是真正的闺阁千金、白领丽人。

这是因为世道变了嘛，不仅吃得好，吃的心情也好了，吃的文化也就活跃起来了！宛澍的祖母只能享受孙子的上供了，宛澍的父亲尚能吃饭，但已不饮酒，有文化为佐，足够矣！

<<下厨记 >>

内容概要

《下厨记（ ）》不是一本菜谱，除了原料，做法等技术性的内容外，更多的是和做菜、吃菜有关的趣闻轶事，心情文字。

《下厨记（ ）》写的是一些家常“小菜”，却融入了作者家传厨艺的精髓。读者诸君可以阅读，可以神往，更可以下厨一试身手，在平常的日子里品尝不一样的滋味。

#### 作者简介

邵宛澍，笔名梅玺阁主，小上海眼中的“老上海”，老上海眼中的“小上海”，生于斯长于斯，对上海的一切均有着特殊的感情，美食作家与吴方言研究者。涉猎甚广于昆曲、评弹、训诂乃至无线电通联、奇幻文学翻译、皮艺制作、摄影等等“玩物丧志”者均有论著。

## 书籍目录

无肉不欢腾 拆烧蹄髈 椒盐排条 油面筋塞肉 葱油白切肉 黄豆脚爪汤(煲) 地梨炒肉片 番茄洋山芋毛  
豆肉丁 粉皮炒肉片 蚝油牛肉 手撕风鸡 白斩鸡·八分钟鸡非常河海鲜 干煎带鱼·红烧带鱼·糖醋带  
鱼 五香鱼冻·千层鱼冻 烤籽鱼 面拖小黄鱼·苔条小黄鱼 西施板鱼 苗家酸汤鱼 鳗鲞煲 鳝丝新炒法  
酥脆蝴蝶片 戕虾 黄芽菜蒸虾干 葱油海瓜子蔬食有营养 清炒米苋 清炒豆苗 荤油酒香草头 火丁小寒  
豆 凉拌苦瓜 宜繁宜简马兰头 清新幽雅是水芹 软温新剥鸡头肉 两角四角无角菱 酸辣土豆丝 糖醋长  
豇豆 咸菜冬笋 银丝芥菜豆蛋亦解馋 干贝扁尖豆腐煲 荠菜肉丝豆腐羹 肉饼子炖蛋·蒸蛋糕·肉糜蛋  
卷 咸蛋炖鲜蛋·三色蛋 焖蛋 番茄蛋汤 培根炒蛋：一道小朋友也能做的菜 再说蛋炒饭 水潜蛋旁门  
不左道 清炒腰花 炒时件 红汤牛筋 奶油蘑菇汤 腊味煲仔饭 葱油开洋拌面 素油龙虾片

## 章节摘录

2010年的天气特别奇怪，4月份还很冷，甚至北方还下了雪，即便是上海，到4月底的时候，气象学的指标依然表示还在冬天。

5月1日是个大晴天，倒也暖了起来，非常适宜出去走走。

上海的周边，有许多小镇——水乡小镇，著名的有西塘、周庄、朱家角、用直、干灯、锦溪等，这些地方大都差不多，大同小异，主要的区别在于当地政府的理念。

这些地方有桥有水有船，有庙有戏台，有河蚌有螺蛳，反正水乡该有的东西，这些地方都有，就算真的没有，也会新造出来。

这些地方还都有一样东西——蹄髈。

按理说，这里并不是盛产猪的地方，可偏偏这些小镇大多数的摊点都在卖蹄髈。

最早卖蹄髈的小镇是周庄，并且牵强附会了一个“万三蹄”的故事，说这种蹄髈的烧法乃是当年拥有聚宝盆的沈万三发明的，好似大家只要吃了这个蹄髈，就沾了财气似的。

大家一见周庄的蹄髈卖得好，于是“穷起直追”，你叫“丁蹄”，我叫“扎蹄”的，一时间，有镇就有蹄。

那些蹄髈，浓油赤酱，整整齐齐地码在盘子里，只只都挂着酱汁，晶莹剔透，诱人食欲。

然而万事总不如人意。

待得蹄髈买回家，蒸熟了端上桌，依然是诱人的颜色，还散发着阵阵的酱香，然后大家就迫不及待地伸筷子夹肉。

咦？夹不动！拿刀割吧，一刀下去，还好，倒是割得开，只觉得眼前一亮，切口上竟完全是白的，原来只有靠近皮的地方才有一点点颜色……想想也是，旺季的时候，每天的游客在数万人，每个摊都要卖掉数百只蹄髈，哪有可能真正皮酥肉烂，而且“入味”呢？

“入味”，是上海人常说的一个词，戕蟹做得好，叫“入味”；蹄髓烧得好，也叫“入味”；什么都好叫“入味”。

简单地说，调料汤汁渗入到烹调的主料中叫做“入味”。

实际上，“入味”一词不是一种简单的标准，而是一种境界，这是一种主料、副料与调料配合得恰到好处互相浸淫的境界；不但如此，还要火候的配合，以及对烹调的热爱，种种的用心加在一起，不过“入味”二字。

好吧，我们来说到底怎样烧蹄髈，怎么“入味”。

要烧蹄髈，当然要买。

菜场中的黑板上，一般会写成“蹄胖”。

文字是分场合的，菜场里，会写成“胖”，小镇上，会写成“膀”，有好事的文字研究者，说是“髈”。

照我说，这三个字都对。

“髈”是正字，可是有几个人会写识义？

便是“膀”字，也有人会读成“翅膀”的“膀”，倒是“胖”字，音正义达，有什么不好？菜场中有几个错别字，并没有“污染语言文字环境”的大罪。

过去上海人买蹄髓，讲究“前蹄”、“后蹄”，前蹄骨头大而肉少，后蹄反之。

然而肉摊上的价钿是不分前蹄后蹄的，因此精明的上海人都挑后蹄买。

现在生活好了，不必锱铢必较，就口味而言，前蹄后蹄都可以，而且，前蹄骨大而饱满，烧出来卖相更好。

P3-4

### 媒体关注与评论

当当网友红袖68：消闲中读，消闲中做，很有内容的一本书。

当当网友米拉星星：作者文笔很好，很用心，每道菜都有一个小篇章，且看了心里很温暖，就是那种回忆起往事的温暖。

当当网友sayeel211：很不错的书，细腻的文字很容易让人发挥联想，不觉就感觉一道道菜出现在眼前。

让人有跃跃欲试的感觉。

当当网友桂花蜜藕：只有由衷地喜欢美食的人才能写出这样的文字，这样平实却又精彩的好书真是久违了。

### 编辑推荐

邵宛澍编著的《下厨记( )》用随笔形式写的家常“小菜”，可以阅读，可以神往，更可以下厨一试身手，在平常的日子里品尝不一样的滋味。  
说的都是普通人家日常餐桌上见得到的“小菜”，偶尔有些似乎“想象中”只能在饭店吃到，但也可在家中用最一般的煤气灶、最一般的锅碗瓢盆做出来。  
那些或细腻，或大气，或调侃，或朴实的文字，将一道道家常小菜娓娓道来，读来让人垂涎欲滴，但又仿佛已经享受到了美食一样爽心爽口。

#### 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>