

《这世界，只是一个食堂》

图书基本信息

书名：《这世界，只是一个食堂》

13位ISBN编号：9787535482023

出版时间：2015-10-20

作者：范琛

页数：228

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《这世界，只是一个食堂》

内容概要

不辞职也可以去旅行，“没钱”和“没时间”都是借口！作者在四年内，去了十多个国家，吃了近百颗“米其林星星”。所凭借的，无非是一股想要走遍、吃遍世界的躁动念头。书中记录的，就是这位从不长胖的美食爱好者畅游异国，放心吃喝的趣事。

编辑推荐

亚洲米其林餐厅资深食客，觅食心得大公开！

四年十国，从日本“米其林三星”吃到土耳其路边摊。

越遥远的地方，越想到达！

名人推荐

只恨看到太晚！这种吃货精神，我只在年轻时的陈晓卿身上见过。——罗永浩（锤子科技CEO）
旅行有趣的部分之一，是每个人所经历的世界都不同。旅行者眼中各异的精彩，丰富了我们的世界。
感谢范琛，他将自己在大地上的阅读，化作了我们一次纸上的旅行。——许崧（旅行专栏作家）

《这世界，只是一个食堂》

作者简介

范琛，85后生人。曾是报社码字工，现在互联网公司任职。业余撰写旅行、美食专栏。半路痴，在越南不会迷路在越秀公园却会迷路。喜美食，吃过近百颗米其林星星但从不长胖。五年前开始自助游世界，从此一发而不可收拾。为了旅行考过日语一级，跟着墨西哥人学过西班牙语。足迹遍布三大洲十余个国家，最夸张的时候手里握着20多张淘来的廉价机票。现运营个人微信公众号“晃荡范”（FanViajero），分享在旅行途中遇见的美食和趣事。

《这世界，只是一个食堂》

书籍目录

PART 1 / 米其林餐厅，约吗？

去日本来一席米其林三星西餐，如何？ 009

听说在春天，日料和樱花更配哦！ 015

“一子相传”的京都秘方 028

可能是最“接地气”的米其林三星餐厅 036

九州米其林觅食记 042

澳门，点心控的天堂 050

向梅菜扣肉致敬 059

300 温差的分子甜品 064

PART 2 / 世界那么大，我想吃遍它

去马六甲，只为一盘鸡饭粒 073

如何将龙舌兰酒做成一块苹果？ 081

河豚与我的有生之年 087

旅伴易找，饭搭子难求 093

怀石料理装腔指南 096

地球拉面生死战 105

老挝夜市治愈我受伤的心 110

PART 3 / 一个人要像一支旅行团

旅伴如伴侣？ 119

去还是不去，这是个问题 122

教我如何不踩屎 125

敢不敢辞职去旅行？ 135

波斯普鲁斯海峡吹来的风是甜的 139

爸爸去哪儿？ 154

尼泊尔的好天气 160

在伊朗，被小萝莉“围攻” 172

潜入“雾霾”深渊 183

从莫斯科到极圈小镇 197

最具豆瓣气质的墨西哥小城 211

《这世界，只是一个食堂》

精彩短评

- 1、后面跟吃的没多大关系
- 2、三颗星都给米其林餐厅的介绍，前面写的好好的，后面莫名穿插了游记，能愉快的好好写吃货体验么。。。
- 3、这本书完美！走走停停吃吃
- 4、范作者真的很喜欢日本料理，书中用很大的篇幅写了日本的食物，包括澳门和香港的游记里多多少少也有谈及怀石料理。后面的大部分是一些随笔，一些旅行见闻。
书说不上很好看，不过看完的确可以学到点什么。
- 5、这就是游记
食物描写点评空洞
还没有大众点评写得好 浪费时间和金钱买的书
贴几个照片就算完了？就是故事了？
- 6、如此真心爱吃，多加一星
- 7、前半部分很好看，作者擅长的地域在日本。不像其他土豪们随便吃随便玩，他让我看到了工薪族出去浪的可能性。书里面关于旅伴和饭搭子的几个小文章深得我心。装帧很漂亮
- 8、很有趣的文笔吃的也很有趣
- 9、写得太烂了。。。也是服了。。。
- 10、原本以为是一本纯讲饮食的书，没想到后半本是讲旅行的~前半部分读的津津有味~后半部分似乎最近都不在我的旅游list里，读起来兴趣不大~~
- 11、下次再去大阪要把书带着让送肝小哥给我签名！！！！
- 12、文字很有趣。
- 13、深夜阅读，好几次都笑出了声
- 14、虽然作者的豆瓣文章都已经拜读过了 但是再看一遍还是觉得很有趣！
- 15、馋死了。。。。。
- 16、落魄青年小组中的2koo君。。
- 17、不入流。刨除摄影，文章一无是处。
- 18、这书分人看如果你不是吃货就别看，会觉无聊。如果对吃和游记感兴趣，这是本难得的好书。最讨厌导游式的游记了，这本绝对不是，写的那么深切发自内心的对食物的享受，只有真正爱品味美食的人才写的出。我发现我已经不是吃货了，除了我爸做的菜吃别的很少感觉美味的了，甚至有时候觉得吃些事有点费事，在寻找除了吃以外大家能相聚甚欢的项目。
- 19、虽然感觉到了对双鱼深深的恶意，但还是看的挺有趣的。
- 20、有些篇幅豆瓣上已经看过了，但还是忍不住买下来啦。~\(\)/~
- 21、虽然有半本有不切题的嫌疑，但我觉得那半本旅行游记更好玩一点，我不是应该更爱吃的么？可能吃只能是很个人的事，纯粹靠自己感受，但旅行里的“不幸”遭遇看着别人经受，我笑笑就可以了
- 22、图片质量并不能引起想吃的冲动，每页后付的地址还算方便，但是不是像软文
- 23、一个吃货的梦想
- 24、看来作者人缘很好，这么多朋友打高分。没什么特别的典型美食旅行书。日本的部分占了快一半，不如单独再出本日本相关的书了，呵呵。而且后面和食堂有关吗？你这到底是美食记啊还是游记啊？#不过，好久不读书了，看这本体验也还凑合.....
- 25、米其林餐厅之旅~
- 26、吃货的梦想必须被支持。
- 27、各种食物描写的让人食欲大振，阅读过程也常让人忍俊不禁。想去日本吃日料。
- 28、机场书店买了两本书，这本书是其中一本；先不说别的，吐槽排版插图，必须扣两个星！这是我看过最差的！对于有强迫症的人来说，一脸懵逼，食评和照片要翻页人工查询wtf?! 五毛钱排版？！excuse me? 整本书作者文笔幽默有些片段笑的我肚子疼，图片拍的用心，用来飞行打发时间非常不错！
- 29、主要是学习一下日本米其林的攻略，没想到还有很多搞笑的段落，学潜水时的潜伴两次海中呕吐

《这世界，只是一个食堂》

那段笑哭我，在地铁里差点坐过站。双鱼座女文青那段也巨逗，买乌龟为了放生想去沙漠穿裙子放风筝都是什么鬼啊哈哈哈哈哈~还有作者也对鱼腥草恨之入骨，称之为“人人得而诛之”哈哈哈哈哈所见略同所见略同啊哈哈哈哈哈~

30、被书名吸引过来，介绍了很多好看的日料，根据描述，半咽着口水，后半部竟然有文字很欢乐的游记，看完感觉度过了一个欢乐的早上。

31、饿

32、从食物的角度观想人生 真是不错

很有意义的书 适合边读边做笔记

认真去看 认真思考

认真的人 总是很有魅力的

33、三星+。妙人可欣赏。恐怕不能单以游记评分吧。

34、挺好看，详细，也鼓励每个想要远行却总是在原地的人。

35、想吃不能吃才最寂寞

36、吃货的佼佼者！好想跟作者交朋友！！

37、两星不能再多了。都说现在游记水平参差不齐，这本就是就是拖后腿的。两星给前半部分日料，后面的流水账看完有种被骗的感觉。看了短评发现是作者和熟人的自娱自乐，仅仅一百多人刷出的8.2分真心指导性不大。现在出书的门槛都这么低了么。

38、读完了，超想出去旅游，好想玩遍全世界吃遍全世界！

39、3星半，作者的公众号我经常看，结集成书还是忍不住再看一遍。奇怪的是微信上觉得挺好的，变成铅字就觉得好像不够分量了。

40、豆瓣做日本旅行功课时候关注了，去旅行时候没预定米其林餐厅但是有去大阪那家吃河豚的店，那时候应该买本书带过去找河豚店小哥签名的

41、好想把书中提到的食物都吃一遍。最最心有戚戚焉的是其中一个章节，美食易找，饭搭子难求

。@

42、图片里的食物要吃多少碟才能吃饱呢？对米其林还停留在“听说过”的阶段，本书成功勾起了我尝试的欲望。

43、文不对题，一半是美食一半旅行杂记，美食基本也都是日料，没有共鸣，放在杂志或者博客上作个连载没问题，但夹一堆照片卖人40大洋是不是过分了点，一星给书名，暴殄天物

44、不是吃货，但愿意欣赏

45、第一部分的排版读起来不苏胡。建议直接看作者公众号或者豆瓣日志 _

46、满满的都是一种感觉。 食之奥义

47、总在努力把自己变成干货的结果就是成为了远没有豆瓣文来得有趣的鸡肋。

48、前篇都是日本米其林的介绍 看得口水哗哗流 后面都是作者旅行的体会感言 比较幽默轻松

49、好书 好作者

50、亚洲米其林攻略，作者白天出入各种米其林饭店，晚上省钱住青旅的做法很有趣

《这世界，只是一个食堂》

精彩书评

1、我很喜欢读2Koo写的博客，一旦他偷懒拖延不更新我就会恶灵附身威逼利诱。2Koo本科厮混行政管理，研究生浪迹法律，全是严肃得默罕默德摸不得的专业，可这个双鱼座小朋友的文字却隽永质朴，出污泥而不染。都说文如其人，人好不好，从文可以看出来。太用力的是在掩饰内心虚妄，太讨喜的通常功利心很强。2Koo偶尔自嘲，但不哗众，在一大群文艺或伪文艺青年还在拉着旧派文人长长的袖子时，这只眼神涣散的闷骚男已经不声不响踩着散淡的步子走到好几公里之外了。我一直觉得，这厮要是不靠写字生活，而是去讨人人都能讨到的饭碗，多少是有些可惜的。当年得胃病的缘故 2Koo瘦得风中摇曳。我们的学生时代，隔壁桌死党大口吃肉大碗喝酒，我和2Koo却只能捏着塑料小勺子慢条斯理舀着芒果西米露莲子双皮奶。在无数个气氛诡异的夜晚，糖水店大妈和绿豆海带汤一起见证着昔日校园少年无畏又单纯的心情。——全世界我最想去南美！——我也是，我第二想去东南亚，你呢？——我也是！以后我们去环游世界吧！——但是你有胃病啊。——环游世界以后，估计那时我也就胃穿孔了吧。——环游世界之前不管过得多怂都不可以去死！和2Koo的毕业散伙饭上，我豪爽地点水煮牛肉，他则双手护住靠近胸部的胃一脸惊恐不要不要。然后，他塞给我一小册子当礼物，磨砂纸张上印了个字让我看半天——“是旅行的旅字啦！”他一如既往细细地吼道。我说：2Koo，以后我们每旅行到一个新地方，都要给对方寄明信片。毕业之后，2Koo和我在不同的城市过着不同的生活。我在忙狗台杜鹃啼血。那是压力如山倒的几年，卖命之所是如此损耗我的青春，每天最大的愿望就是任务能顺利完成，少挨一点骂少熬一点夜。梦想，终究是没实现也不会难为情的东西吧。可一个假期都没有的我，却有了一个能连接世界的抽屉——2Koo的明信片正一张张从世界各地飞来。他说他写明信片的时候在奈良被一群鹿瞪着眼睛包围，他在马尼拉怎么被出租车司机宰了，他一个人逛完了吴哥窟，他在冬季下雨的台北咖啡馆里看窗外。看着朋友实现了当初一起约定的梦想的感觉是奇妙的。在这个刀光剑影的社会里，我和2Koo都属于没有大志向的人，只喜欢读书写字行走天下，似乎莫须有的热血理想真的胜过他人的目光、人生的平常，甚至胜过父母的期望。可这条孤独的路，我总是摇摆，2Koo却走得更加率性，或许是他深知一个忠于内心的选择真的不会毁掉一个人的一生。2Koo本科刚入学时见到一位精神矍铄的大师，现在大师已经变成雕像座落在图书馆旁。2Koo本科刚入学时见到另一位精神矍铄的大师，矍铄依然，但和他同学过的肯尼迪挂了已经有四十多年。没有什么是永恒不变，或许，若干年后，我们终究也会在乎那些父母们现在在乎的东西，甚至会变俗气，变骄横，变唯利是图——谁也说不准，瓜熟蒂落，我们会变的，但终究不是现在，也没必要就在现在。而不管以后变怎样，忠于内心去做一件事，总归是赚了。行走天下并非吃喝玩乐那么简单。2Koo为了去日本学了日语，为了去南美学了西班牙语，甚至单反摄影的功能也在日益增长。而他斗胆，居然还在旅途中收集美食，估计胃病是好了吧，老天真是垂怜没有惩罚他。把世界都吃掉之前不可以去死，对吧。哦，2Koo就是范同学。

2、世界在我眼中，在你胃里——评《这世界，只是一个食堂》你顶着烈日呼啸而过，其名曰“胡同游”，我在四合院中稳坐，与大爷们扯着天南地北，泡起一壶高沫；我慵懒地倒在沙滩，看你出海潜水，你偶然在船上回头，岸上的我，身影小得不及一页远帆；我指着门票夹子向朋友们炫耀一张张花花绿绿的世界坐标，你爱好穷游，方式之一就是不畏路漫漫其修远兮，翻山越岭只为逃过一张门票……旅行的方式千千万，听惯了“世界那么大，我想去看看”，见惯了有人以滑雪、探险、自拍、美食为目标，却是从未臆测过居然有人只为了米其林就能一次次出国。好在，该顶级吃货除了吃之外还不忘笔耕不辍——很可能是要用稿费凑餐费的结果，于是乎，我们未在行路中擦肩，却在他的大作《这世界，只是一个食堂》中相遇了。不过，翻开《这世界，只是一个食堂》你便会知道把世界和食堂相提并论绝对是鬼扯。靠，你当米其林是青椒盖饭、沙县小吃、麻辣烫、黄焖鸡啊，莫说我等穷二代，就算把米其林当作食堂开进伊顿公学，也要好好考虑一下上座率吧！然而，号称吃掉了近百颗米其林星星的作者范琛却真的并非什么富二代，而是一个和我们一样，出身于普通家庭的80后。为了那些地上摸得到的星星，他只文艺却不装逼，一方面千方百计地剩下住宿费，什么住青旅、坐夜车、夜宿机场，甚至连睡袋都是借的，一方面也尽量从路费上省，不仅能够同时手握20张廉价机票，更能在4公里的骄阳下选择背包徒步，而非打车，甚至还能在吃日料时穿着破袜子却浑然不觉。当然，结合他在书中只为美食留“遗照”却从未自拍，唯一一张与父亲的合影还是无法看清真容的远景来缜密推理，他之所以能够如此小视安全问题，我猜估计可能大概没准是颜值不太高的结果。然而，所谓“舍得舍得”，有舍就有得。寒冷的冬日钻进料理店，一碗热汤最能抚慰人心；一碟8寸拼盘，在大快朵颐之前，

《这世界，只是一个食堂》

已先以其妩媚的秀色征服了食客；一道内外温差高达300°的分子甜品，入口时冰火两重天的美味却叫人忘记了温差这个噱头；还有那些蠢萌蠢萌的河豚，只要你能克服心理障碍，那味道，可是曾让丰臣秀吉远征朝鲜的武士争先赴死的啊。话又说回来，如果特地赶赴河豚原产地，却最终未一饱口福，对于一个吃货中的劳斯莱斯，那也不至于抱憾终生，那恰是“再来一次”的绝佳藉口。我敢断言，在作者一次次远赴扶桑的旅途中，他的吃货胃早已“吾胃安处是吾乡了”。至于第一故乡，不好意思，不要相信你的直觉，你确实猜错了，作者的第一故乡并非“天上不吃飞机、海里不吃轮船、地上不吃火车”的大广东。然而，莫说我这个只有四分之一血统的假广东人，就是真广东人在作者面前恐怕也只能甘拜下风。谁说世界只能是用来看的？当徒步爱好者用脚丈量着远方、运动员在国际赛场上角逐、摄影师拍下异域美景、音乐家以美妙的音符叩响他人的心灵、画家用笔勾勒出跨越国度的桥梁，凭什么吃货就不能用米其林餐厅作为胃的目标、又用胃来尝尽世间的酸甜苦辣？！日本精致的食物恰恰说明了这个民族的认真；印度食物恶劣的卫生条件诉说着印度人民的随意不拘小节；而在伊朗，人们传递食物时表达的热情无不诉说着“伊朗人民和伊朗政府是不一样的”。要知道，看樱花是去了日本，吃樱花也一样啊，只要你有一颗善感的心，世界就会按你的方式敞开心扉。于是，吃货的心坐船头，吃货的胃在岸上走，不需要有女朋友作旅伴，只需一个够疯，一个装傻，且歌且行，随走随记，缠缠绵绵照样走天涯。不过，亲爱的作者，除了坦言那些比电影片花还囧的各路镜头、还有那些天造地设的bug外，您能否笔触更真诚些、再真诚些，比如，你丫倒是给我说说您是凭啥干吃不胖的？！

3、这是一本旅行、美食、评论指南吗？是的。这是一个人坚持梦想、不忘初心的记录吗？是的。这是以一种踏遍万水千山的独具匠心向另一种严谨、赤诚、一丝不苟的饮食文化致敬吗？是的。你喜欢这本书，因为你是吃货吗？是的。你喜欢这本书，因为你向往这样说走就走的率性吗？是的。你喜欢这本书，因为你佩服作者为了这一切学外语、做攻略、融入他乡的文化和生活并愿意记录毫不藏私地分享吗？是的。它很诙谐轻松吗？是的。它很严肃认真、一丝不苟吗？是的。它很平易近人，亲切热络，让你愿意推荐给朋友吗？是的。以上所有，都有肯定的答复，我喜欢这本书，读的时候常常会心一笑，觉得兴趣盎然，赶紧推到一马爸爸眼前，急于和他分享。又常常一个人看得投入，一马爸爸在旁边跟我说话都完全没有听到。跟随着作者，踏访一个又一个米其林饭店是一种享受，看作者在老挝度过难捱的时光更是一件乐事。带到单位去，同事问我这是美食书吗？我说是，又不仅仅是。它传递更多的，除了美食，更有食者与餐饮从业者的态度。书中引述过一个故事。讲到北海道名物牡丹虾，极品与一般品质的牡丹虾价格差到3倍，味道差异却可能仅有5%，即便这5%，也要有极其精准的味觉能力才能分辨得出来。所以，对于普通人而言，自然不会去追求极致，选更符合大众品味及消费水平的一般虾即可。那么那些不断流传的，究极技艺和味道要如何才维护不坠呢？用书中引述的话就是“只能是某种人的耿耿信念、人的不回头傻劲、人自我感觉良好的骄傲云云”。可以说这个故事对我的打动，让我更深刻的体会到了作者和他代表的一类食客、饭店老板、主厨，这一系列人的坚持和追求。不全是饕餮的口福之欲，还有传承、创造、坚守，除了享受和满足，更有一丝不苟和极致审美。以这样的角度看，无论你是不是美食的狂热爱好者，是不是也和作者一样，从小立志“世界那么大，我想吃遍它”，你都可以翻开这本书，它是本轻松有趣的读物，却能在合卷之后给你很多深思和动力。你可以向匠人们致敬，也可以打开电脑，订一张机票，去开启你自己的世界食堂探索之旅。

4、某个午后，我在慵懒的阳光下，花了两个多小时看完了这本书。这是第一次看到将世界形容为食堂的。这一两年在豆瓣上也扫荡了不少美食达人的日志，第一次看见有人为专门吃米其林而去。旅游达人这么多，为了吃可以穷游的还是头一个。百来颗星星啊，眼睛都要花了。看他的文章是件很开心的事。每一个餐厅每一道菜都能有很好的形容和描述词，看着看着开心起来了就好像自己也吃了那些食物一样。其中最为喜爱的莫过于看他的日本料理米其林餐厅了~每一道菜都那么那么精致，看得人口舌生香，心里的幸福感都要满溢出来了。一直自诩自己是个吃货。也爱在厦门，或者在旅行途中到处找吃的。去山东的时候最爱那里的樱桃，去湖北的时候最爱豆皮，去湖南的时候最爱华容头菜，去广东的时候热爱粤式早茶，而去青海的时候则超爱酸奶.....最开始的时候我会兴致勃勃把每个地方好吃的都罗列出来，甚至连地点都列出来，然后朝着这个地方去寻找。但是渐渐的，开始随性起来了。不再那么强烈要求一定要吃到某某食物，最明显的是在云南，当我想方设法找到所谓的美食点的时候才发现，其实最好的美食并不是当地的特色，而是最简单的食材，一锅松茸鸡汤，一锅松茸鱼汤，就可以抵得过所有的云南小吃，烤乳扇神马的。因为我知道，一个地方都有一个地方的特点，而生就一副闽南胃的我，其实对那些地方的菜并不热爱，尝尝就好，不尝，其实也没那么难过。最美味的还是正常的饭菜，最美味的还是用心做出来的吃食，就如同作者在能够以吃为目的的玩玩玩旅行，真是一

《这世界，只是一个食堂》

件莫大的开心事。作者的分享有极度治愈的功能。最近两个月开始自己做饭，一开始无比羡慕网上各种美食达人，每天各种做做做的美食。。各种烘焙点心和精美的早餐拼图，做到最后才发现，其实自己最爱的还是家常小菜。什么牛油果窝蛋奶油焗蔬菜，其实我只想清水萝卜和简单的米饭。想必作者也有一颗中国胃，吃来吃去最爱日本的米其林，烤物，渍物，汤物.....种种都是我的心头好啊。瞬间放下了手中关于神马油炸的烘烤的各种吃食，转身投入到食物本身的美味中去。我记得小时候我的最爱是当外景主持人，因为可以免费的到处玩玩玩。后来知道了这种免费背后的辛苦，放弃了这一行当（我不想说是因为颜值不够）。自从毕业旅行去了一趟山东以后就开始一发不可收拾，每年必须出去溜一圈，去哪溜都行反正得出去。看着作者全世界到处跑的模样，随性潇洒背后想来也有很多的辛苦和劳累，不过还是很羡慕这份随性和自在。这么大的世界都能成为一个食堂，那还有哪里不能去呢？只是像厦大一样，这个食堂也是分成芙蓉餐厅勤业餐厅和其他什么餐厅的~不同逼格的人去不同的餐厅食用。而想来，范同学选择去的，应该是教职工的餐厅了吧~除了走走看看世界之外，还可以吃吃玩玩星球呀~！谢谢2koo的书，治愈了我的一个周末，也让我对这个世界有了更多更多的期待，努力攒钱去看看。

5、美食是不分国界的，好吃的东西可以打破地域、时间的限制，飞向全世界。《这世界，只是一个食堂》，里边含有一颗令人叹为观止的“吃货”的，作者不仅享受美食，还追逐美食，为美食打飞的前往，令人十分佩服。这也是一本介绍美食的书籍，有好吃的，当然要分享，作者又无私的把这么多年的私人收藏分享，随着他的味蕾，来一趟探寻美食之旅。去日本，除了化妆品大扫沟，不一定非要花上多的金钱和时间去吃一次寿司之神的寿司。可以转个弯，试试米其林在日本的餐厅。米其林三星餐馆超过发源地法国，日本人的“职人”精神也发挥在料理中，将料理研究了个透！而且，在日本去米其林就餐，消费还不贵，正所谓，用合适的价位，吃着最美的食物！在第一个章节：米其林餐厅，约吗？作者可谓吃遍日本了，大阪、京都、关西，都有作者的足迹，有点好奇作者到底是吃了多少家餐厅，才会从中选出好的推荐给我们。而且作者也不仅是推荐餐厅，对所在地的环境、每个餐厅的特色都有详细的介绍，看完之后你会想要迫不及待去品尝，正好，每篇文章后边都有餐厅的地址、联系方式！好吃的，自己吃没滋味，无私分享最万岁！为了喜欢的人奋不顾身只身前往某地可以理解，对那些只为一口好吃的半夜驱车前往或者实在忍不住专门打飞的前去，有点难以理解，只能说我对吃的追求没有达到那种程度吧！专门为了一份鹿肉奶油饭去吉隆坡，国都出了，再为了一份鸡饭粒去趟槟城也不足为奇了。米饭和鸡肉高汤一起煮熟，再把米饭肉成团配着白切鸡一起吃，看描述就很美味，作者特意去一次有点可以理解了。还有好吃的吃不完拉面小哥就会不高兴的拉面、老挝夜市的糯米饭，为美食而奋不顾身，我也有点想了。美食是全世界的，只有去找，才会发现。一个人旅行没有伴、抽不开时间、世界到处有暴乱太危险，那么，怎样才能迈出脚步去探寻美食呢？最后一章作者用自己的经验给我们一点建议。旅行不一定非要有伴，自己也可以很精彩，多自由呀，想走走想停停，完全按照自己的意思逛；在新闻里世界可能是很危险的，危险地的实际情况可能是平静安和的，在打仗的地不去，其余想要去的可以多看看论坛了解下真实情况；辞职旅行是令人佩服的，辞职回来之后呢？要重新找工作、职场从零开始，不能总重复辞职旅行找工作呀。利用起所有的假期，去看看世界。《这世界，只是一个食堂》，有美食餐厅推荐、有抽空吃遍世界攻略，世界，是一个大的食堂，我们可以去探寻去品味！

6、最早是在一个小组里认识范君的，好像是咨询了一些问题，范君很热情，来回了好几封豆邮帮忙解决了不少问题。后来开始看范君的日记，写的很有趣，照片拍的也很赞，再后来就是微信公众号，再后来就出书了。出书征名时我还参与了，不过没选上就是了。。。其实书刚出版的时候我没想过去买，因为觉得他的文章在豆瓣和微信里全都看了，书里的估计也没多少新鲜东西，后来觉得不管怎样还是应该支持一下，于是放入购物车等活动，果然还是等到618才买。。。上面都是废话，下面稍作评价。总的来说，范君文章最大的特点是平实却有趣，不花哨，带点冷幽默，比一般的杂志文章要写的好。无论是食评还是游记，看了都有种让人也去尝试一下的想法。范君的照片拍的也是不错的，特别是食物，以前在网上看他的食评，总觉得把食物拍的特别诱人，而同样的料理我就拍不出那种效果。可能构图和用光都有原因吧，不过拍风景的照片好像一般，好几个我们同去过的地方我看拍的还没我好，哈哈。按照上面的评价，再加上对作者本人的好感，完全给这书可以打个五星，不过实在可惜，出版社的装帧，排版，印刷都很一般。印刷的差，在照片上体现的淋漓尽致，基本上算是把范君的照片全毁了，以前看了就想吃的照片，放到书里变成惨不忍睹的分辨率和色彩，若不是以前在电脑上看过大图，光看书上的是完全没有感觉。还有好多照片用组图的方式呈现，豆腐块一般的大小，放了跟

《这世界，只是一个食堂》

不放基本上没什么区别。我觉得，与其达不到效果，还不如干脆就别放图，纯文字也是可以有吸引力的。鉴于此，我建议范君把这书的版权卖给豆瓣，做成电子书在豆瓣阅读里卖，一是可以增收，二是可以最大程度的保留图片的质量和美感。

7、1900年，米其林轮胎公司创始人觉得，推动汽车旅行发展会有助于他们卖轮胎，于是出了一本《米其林指南》，内容包括餐厅、地图、加油站、旅馆、汽车维修厂等等有助于汽车旅行的资讯。其中，收录在《米其林指南》上的餐馆，被称作米其林餐厅，由监察员严格筛选评出来。达到三星级的米其林餐厅，是始终保持最高水平且令人永世难忘的星级餐厅。而《这世界，只是一个食堂》的作者，正是从日本的米其林餐厅开吃，带我们领略一场场回味无穷的旅行。旅行的意义从来都是件见仁见智的问题，有些人可以借助它来洗涤灵魂，忙碌的人可以借此机会放松自己，迷惘的人趁着旅行抽身于看不穿的世界……而吃货的旅行，自然是吃遍全世界的美食，哪管什么国家和不同的餐桌，整个世界都是个食堂，从一张桌子吃到另一张桌子。嘴里嚼着美味的食物，身边有着最贴心可爱的“食友”，真是人生何求。翻开这本书，前几页完全被日本菜肴馋得口水直流，作者除了描述食物有多可口，还不忘在后面附上餐厅地址和消费价位，非常贴心。对穷游的人来说，免除了看到菜单就逃出饭店的尴尬窘境。对于富游的人而言，也避免了花冤枉钱的机会。除了带读者观赏美食和美景，作者还提出了不用辞职，充分利用几个长假和年假来旅游的观念。原本就带着放松的心态出行，非把饭碗砸碎了才出发，旅行回来势必得面对重新找下家的无奈。好多人为了寻找自我、看看世界或是逃离眼前的环境而出走游玩一阵子，但山再青水再美饭菜再香，最后还是得回来面对自己不愿面对的问题和麻烦，一切想要躲避脱离的事情都好好滴等着出行回来的我们解决，人生难关怎么会因为一场旅行而就此化解呢？既然要玩，真不如像作者一样，轻松地出行，回来继续忙碌地工作。旅行回来吃饭时可以尽情地回味美食美景，写写文章发发照片得瑟得瑟，而不是担心下个月的饭钱还没着落。这本书的背后，还有很多我们所不知道的事吧。看到作者在《自序：关于这本书的9个自问自答》中说，为了旅行，他从日语零基础到考过日语一级，一个人埋头学习日语整整五年（自学过语言的人都会懂得这两句话背后的重量）。通常一个人如此努力，不是有着浓厚到鸡血沸腾的兴趣爱好，就是有着让自己鸡血沸腾的明确的目标和欲望。我始终相信，所有的逆境都抗不过人的热情和毅力，任何愿望的达成都拿出百分百的勇气和行动，你的期待便很难落空。

8、看完《这世界只是一个食堂》，我才明白，作者所谓的“世界”只是日本+东南亚几个国家，再凑上俄罗斯和墨西哥。而已。本书前半部分大多是作者洋洋洒洒写出在日本米其林餐厅的用餐体验，倒也用心，似乎是个日本通呢。exm？寿司之神的小野二郎的手艺都没尝过？好嘛人家不走寻常路，给你找点小众的吃食你还想怎样？好了，后半部分没了吃的，开始是作者口水话的旅行日记，说好的吃呢？食堂呢？甚至作者还用接近一章描写了他考潜水驾照时在海里观看呕吐物的经历……都说现在的游记质量参差不齐，作为吃货的我看到“世界，食堂”这样的字眼，满心以为是一本环游世界的美食指南，谁知道却是一本低质量流水日记本。这本书，我只给两星。一颗星给前半部分日本料理的描写，一星给作者对自己的评价。摘录书本半句话：“在我去过为数不多的国家中，……"其实作者也知道呀。

9、因为吃而结缘，现在已经成了我跟大多数朋友交往的先决条件。但若说起“饭搭子”三个字，却只有一个指代，就是《这世界，只是一个食堂》的作者，叫他范爷好了。跟范爷认识的过程简直是“原来你也在这里”的剧情翻版，豆瓣上一个帖子下偶然遇到，来回几封豆油后发现我们居然正在同一栋大楼的隔壁房间里敲打键盘，我还是实习生，他入职也不久，大家都还是刚要走出学生时代的青葱岁月。十分钟之后，我走过去推开门，就这么见到了范爷，带着眼镜，清瘦斯文的样子，抱着个ukulele，完全不像是党报衙门里干活的样子。桌子上堆着一摞闲书，其中就有那本让我同京都结缘的书——舒国治的《门外汉的京都》。初到广州不久，范爷带着懵懂无知的我去批发市场买了一堆洋酒；后来又拉我去南乐酒家吃癞蛤蟆，为了吃到最喜欢的那种口味，把每一种都点了一遍。完了再到居酒屋喝一杯，走在天河南，范爷如数家珍，“这家才8个位置，必须提前预约；这家的明太子下酒不错；那家有一群会讲日语的萌妹子；那家有很多日本上班族光顾……”吃货就是一辈子的精神属性。后来，我们分别晃在各自去冒险的路上，聊更多的关于旅行、关于共同热爱的伊坂幸太郎。他开始给一些报纸杂志写旅行专栏，一写就是一百期，直到最近才知道，刚开始写的时候，他才去过越南和泰国两个国家。天南海北的日子里，我时不时会在网上戳他两下，“又手痒了么？现在握着几张廉价机票啊？”最高峰的时候，答案是21张。如果对着年假瞻前顾后，只求稳妥的话，一个普通的上班族能有这种魄力么？然而就像书的第三部分所说，“一个人要像一支旅行团”，在北海道的小酒馆跟老

《这世界，只是一个食堂》

板扯淡，在伊朗被小萝莉围攻要签名、在印度的避免踩屎的有趣经历说明了一切，范爷的晃荡总是带点没心没肺，这种穷开心不正是旅行最重要的心态么？后来我辞职出去晃荡了，偶尔会来个周末清迈偶遇什么的，飞机深夜抵达，在塔佩门前见到背个小包风尘仆仆的范爷，见面第一句话，“我来接济背包客了。”于是我俩寻寻觅觅半天，终于找到一家半夜还营业的马杀鸡店。要知道范爷还有本职工作，每年也就利用国庆、春节、元旦这些拼拼凑凑的假期跑出去，没想到他却越跑越远，从东南亚跑到印度、伊朗、俄罗斯甚至土耳其、古巴。只是不知从什么时候起，他的满世界玩变成了满世界吃，甚至飞越大半个地球，去墨西哥吃一顿全球20佳餐厅。君子之交的豆瓣友谊保持了几年后，发现共同热爱的除了日本、还有吃。被八卦过无数次、传过各种莫须有的绯闻，突然有一天发现，“饭搭子”这个属性用来描述我们的关系再恰当不过。说来认识那么多年，同在广州时都没吃过几顿饭，不知不觉中，饭搭子的革命友谊从日本的米其林一路延续到香港。私底下我们戏称范爷为“谐星”，虽然每次他都一副要弄死你们这帮小兔崽子的发飙样，其实心里肯定是很高兴的。换句话说，因为他是个有趣的人嘛。何况像他那样，几个月时间就带着温柔贤淑的小女友吃了20多颗星星，真是唯有羡慕。这年头五花八门的旅行“文学”层出不穷，范爷自然对那些晒大胸美颜或者晒大半本照片的书不感兴趣，却偏爱游记界的吐槽大师比尔·布莱森和许崧。范爷走的是同一个路子，读起来颇有他俩之风范，就算没有插图，也足够想象出每一场饕餮之旅，我想这才是文字最终应该回归的地方。对我来说，范爷不仅是一起结伴吃大餐的饭搭子，也是暗中较量的对手。并不是说数谁吃过的星星更多，而是谁在更努力接近自己理想的生活。相约逛吃逛喝的时候，他大概把所有的目光都倾注到吃的上面，给我拍的照片不是龇牙咧嘴，就是跟本人完全不符的又矮又胖，不过看在书中刊登了一整页我美照的份上，功大于过，抵消所有的不满。我作为“饭搭子”的使命也因为这篇《旅伴易找，饭搭子难求》的文章而功德圆满。一起摘星的时候，我们在情侣约会的西餐厅里分工合作、疯狂记笔记；在怀石料理吃撑的时候分食wakamoto消化药；站在湾仔小公园里瓜分掉打包来的一星烧鹅粉；在遇到惊艳的菜式时提醒对方忍住不要舔盘子；然而我很清楚，这些看似信手拈来的“觅食记”背后，有他做的海量功课，包括花重金从日本代购最新米其林红宝书、花五年时间自学日语从而研究日本食材、认真写每一家餐馆的食评。私认为一个好饭搭子首先吃饭观要相似，为了吃我们会很拼，但绝不是土豪般“要吃就一定要点最贵”的风格；两个人都会根据预算做一下功课，点一份性价比最高的套餐，当然也不能错过了餐厅的招牌和经典菜式，咬咬牙也要尝，大不了吃完码字再挣。饭君就是这样走上了令人羡慕的拿稿费换餐费的不归路。这意味着我们的吃饭不仅仅是吃，还包括先用相机给每道菜“剪彩”，孜孜以求地向餐厅的厨师询问食材和做法，开动嘴巴的同时还要高速运转大脑，然而对于我们来说，倒是乐在其中。最后说说书腰上老罗那句话的典故，去年国庆的时候，范爷照例开启日本米其林吃吃吃模式，两万日元一顿的怀石毫不心疼，却自带睡袋，在我那间六叠小公寓的上铺蹭了一周。当我俩正在三星老铺なかむら静候酒烧甘鯛的时候，突然发现各自豆瓣粉丝蹭蹭蹭暴涨。追根溯源，是大V老罗（罗永浩）在微博上推荐了我俩的赏味记，此刻他正在我们推荐的建仁寺丸山里吃饭，和我们直线距离不过几百米。“这种吃货精神我只在年轻的陈晓卿身上见过。”老罗对于范爷这份一生悬命吃米其林的劲也是敬佩，在微博上这么感叹起来。回去才发现，范爷居然全程穿着一双后脚跟破洞的袜子吃完这家三星（具体细节请参照书第96页），也因此引出了一篇最干货的“怀石料理装腔指南”。调侃自己也调侃地如此有价值，我们都会记得下次先检查一下自己的袜子有没有破再进门的！很庆幸找到这么一个合拍的饭搭子，吃饭的革命情谊恒久远。

10、初识饭桑缘于读过他那篇在我看来称得上经典佳作的《在枫红前离开京都》，没有华丽显摆的措辞，也没有文人墨客特有的学究气，文章很淡泊，清丽朴素的文风让自己一度以为作者会是一位贤良淑德温柔大方的清奇女子。后来在他的中国好饭搭叶桑的文章中，数次领略他那与众不同独领风骚的吐槽功力，又得以在寥寥几张饭局照中窥见真容，尽管从未谋面却早已神交许久：萌妹子不过是个喜好美食的吃货小哥，饭桑依旧是饭桑，那个与我同龄却俯首甘为美食折腰浪迹天涯，只为在漆黑的夜里用一碗高汤的温度温脾暖胃。不管是透着一股浓浓土豪风的米其林怀石料理，还是马六甲夜市摊里的土鳖大排档；无论是吃不完就走不掉的地球死神拉面还是有些哗众取宠吸人眼球的分子甜品；接地气的庶民料理和看上去毒吃起来香的玩命河豚，在饭桑笔下总是那么津津有味高潮迭起，合上书，脑洞里立马浮现出那一幕幕香艳的美食情色大片，真叫人恨不得多存几个硬盘，把这些秀色可餐们一网打尽，随时轻解裤带，望梅止渴撩我心忧。全书读毕，打动自己的恰好不是一路上的美食奇缘或沿途美景，反倒是那篇《旅伴如伴侣》戳中泪点，让人有了“同是天涯沦落人”的归属感。大概也是一个人行走惯了，回首这几年国内国外游，几乎都是独身凄凉上路，住过青旅睡过沙发，蹭过机场飘过民

《这世界，只是一个食堂》

宿，也曾一时兴起网上勾搭驴姐驴友，却从未真正和恋人一起携手走过天涯。那句歌词唱得好：我爱过的人没有一个留在身旁。说的就是我这种人。有时运气如中了彩票，在路上也会认识些同路人，可不知道是自己魅力不够气场不强还是天生就吸引不来同龄异性色气的目光，路上结缘的要么是岁数堪比老爹大伯的猥琐大叔，要么就是和我差不多年纪甚至更小的萝莉御姐，可想这艳遇指数堪称为0。许多次途遇妙曼情侣，望着他们陶醉于春花夏虫秋月冬雪，流连于亭台楼阁古堡森林，拿起自拍神棍你侬我侬，可我偏偏不解风情，数次误入竹林深处，惊起鸳鸯无数。。。在空气里都飘来恋人肉麻情话的场景下，旅行路上总是弥漫着一种强烈又奇特的磁场，要是一向冷淡麻木的神仙姐姐亲临此景，恐怕也会情不自禁触景生情：神啊，许我一个青年才俊，他负责拍照，我负责微笑，共享世间繁华；当然更多的是遥不可及求而不得，于是心生阴暗恶毒诅咒：嗯哼，秀恩爱，死得快！其实，这些所谓的狠毒咒骂又怎能让你明白一个大龄剩女在风景看透之后却依旧形只影单，无人与你分享细水长流的落寞孤寂？都说游品如人品，你是什么样的旅人决定了会遇见什么样的旅伴。饭桑说的好：旅行有风险，旅伴需谨慎。想想在选择旅伴这件事上，那些年还真遇到不少奇葩，他爱吃肉你却吃素；他喜欢棒婊你却好日系，他精打细算你粗枝大叶，他文艺浪漫你质朴生活，这些都还算小儿科，若真不幸遇到披着旅伴的外衣却是劫财劫色甚至索命的衣冠禽兽，那才真叫“苍天有泪，生命很累”！好歹自己RP过硬，也幸运地遇到了即使旅行结束却一直保持联系的知心朋友，当然更庆幸的是，一路上捡人和被捡成正比的自己却一次也没有因为旅伴的事造成人财两空，也算是幸事一桩。忘了说，饭桑的星座解构旅伴之说固然有理，那还得看看那人的上升太阳，月亮金星，要不然够分裂啊~这辈子要摊上个蛇夫座我也只有默哀三分钟。。。唠唠叨叨说了这么多，还是回过头来再正眼看看书中美食，就着书中这盘精心烹制的下酒菜，用那美食来场口腹之欢，莫管窗外喧嚣人事。说到底，人生已是艰难，还是吃饱喝足穿暖裹好捱过这漫长冬夜。

11、作者在此路过。之前应《上海壹周》约稿，写了关于自己旅游经历和这本书的9个自问自答，就把它当作书的自序吧。问：第一次发表关于旅行的文字是在什么时候？答：开始发表旅行文章纯粹是偶然。大概是在四年前，一家报纸的编辑约我写每周一期的旅游专栏，就断断续续地写完了一百期。专栏结束后，有次和编辑吃饭，她问我：“开始写专栏的时候，你都去了哪些国家？”我想了想说：“好像只有越南和泰国吧……”话刚说完的那一刻，编辑脸上的神情看起来有点复杂。到了后来，写关于旅行的文字已经成了习惯。在旅行途中，碰见了有趣的人和事，就想把它马上记录下来。试过在土耳其回国的航班上写完六千多字的游记，也曾经在哈瓦那机场码完七千多字的文章。回过头再看这些文字的时候，也许会觉得文本欠缺打磨，叙述太口语化，但这都是我最想告诉别人，最想留给自己的真实印象。问：听说你好像没去过欧洲啊？是因为穷吗？答：谁说的？我也是去过俄罗斯和土耳其欧洲部分的好吧！只是目前对法国、德国这些老牌的欧洲旅游国家的兴趣不是很大。可能是因为它们常在书中和电视、电影里出现的缘故。当然，穷也是原因之一……其实，我对那些较少在新闻上出现的，在人们印象中有些无序甚至是“脏乱差”的国家更有兴趣。比如印度或者伊朗。在这些地方，你更容易经历和平时生活中不太一样的事情。这种不同文化和生活方式的碰撞给人带来的观念冲击更大一些。另外还有一个很喜欢的地方是日本，而喜欢的原因有一大半是因为日本料理……问：不辞职也能去很多地方旅行的秘诀是？答：秘诀就是有一颗排除万难也要出去玩的心啊。我之前是报社记者，不需要每天坐在办公室，时间相对自由，就常常趁着大小假期溜出去玩。最夸张的时候手里有20多张还没用过的机票，半年之内出境5次。后来换了工作，恢复到朝九晚五，每年只有五天年假的苦日子，就收敛了许多。对于普通上班族来说，每年的元旦、春节、五一、国庆和年假加起来，也还是能去不少地方的。有空关注一下廉价机票，蹭蹭各大旅行网站和APP的优惠，鼓起勇气和老板说：“我要请年假！！！”不辞职去旅行也不会太难。问：总是一个人去旅行是种什么样的体验？答：一个人去旅行，偶尔会发生一个人去看爱琴海，一个人去看夜景，一个人去泡温泉之类的惨绝人寰的故事，但也比碰上性格不合的旅伴要好得多。我并不觉得出去玩就一定得结伴。而且，一个人出门的次数多了，会更加喜欢上这种随性的玩法，变得不愿意迁就别人的行程。话虽然是这么说，但下次还是希望和喜欢的人一起旅行吧。问：后来怎么开始从写旅行变成写吃了？答：在很长的一段时间里，我出去玩的时候是不太挑餐馆的。直到有一年去日本奈良，在一家餐馆的经历改变了我原来对食物和餐馆的一些观念。那次是去奈良的一家米其林三星餐馆，它外表上就只是普通的小店，推开餐馆小门，看见的只是二十来个座位，陈设布置也十分简单。在这里吃饭的氛围让人觉得像是身处一家常有街坊来光顾的居酒屋，又像只是去一个厨艺不错的朋友家吃个家常便饭。主厨和服务生会热心地写汉字或者用蹩脚的英文向我解释菜品的食材，就连坐我身旁的欧巴桑见我的酒杯见了底，都会热心地用她自己的

《这世界，只是一个食堂》

酒壶帮我斟上一满杯。这家餐馆看着随意，但你要是细细琢磨，就又能看出这家餐馆的不同寻常。比如前菜拼盘中用来取食物的牙签，是用紫菜包着细乌冬面做成的，可以配着食物一起吃掉；比如盛酒的酒杯大多是精通陶艺的主厨制作或者淘来的，造型很好看而且都价值不菲。这家餐馆给了我很大的震撼，当时就觉得，一家店面看起来很普通的餐馆，怎么能做到食物精致，细节用心，而且还能营造出这么好的吃饭氛围？从那之后，我开始试着写一些餐馆的食评和关于食物的短文。虽然目前还不太会做菜，但对食物的兴趣一下子就上来了。问：按照米其林指南去吃了近百颗星星，是因为强迫症吗？答：也不是，吃这回事嘛，最重要的还是要吃得开心。开始的时候，多少会有一些摘星数量和榜单踩点的强迫症。好一些的餐馆吃得多了之后，就会觉得餐馆环境也好，或者这个餐馆在什么榜单获得什么评星也好，都不如自己的味觉体验来得更重要。餐厅能入选米其林指南和全球50佳之类的榜单，只能说明这家餐厅的食物是有一定水准的，价格也不会太便宜，但至于合不合你的胃口就难说了。我去过一些盛名在外的米其林三星餐馆，尝过后却觉得名不副实。虽然在米其林餐厅吃到好食物的机率确实更大一些，但平日里还是会更喜欢去一些街坊小店啦，大排档啦之类的物美价廉的餐馆。问：为了旅行做过的最努力的事情是什么？答：花了两年时间，从日语零基础到考过日语一级。之后的三年时间里，出于兴趣读了一些日语书，看了不少日本动画和电影。到了一个人去日本旅游的时候，惊讶地发现这五年学的东西居然足够应付旅游途中的种种问题，还能和餐馆厨师还有旁边的欧巴桑食客喝酒扯淡。回头想想，那五年里一个人埋头学日语的日子也就显得不那么寂寞了。问：有旅游目的地的遗愿清单吗？答：南美洲，越遥远的地方越是最想到达的地方。为了这个还特地学了半年的西班牙语。但在墨西哥和古巴玩的时候，除了问价钱和问路之外就什么也不会了。目前最想去的目的地是恶俗的挂着“世界尽头”招牌，挤满观光客的乌斯怀亚，能顺道去一下南极就更好了。另外，还可以加上一个冰岛。问：关于这本《这世界，只是一个食堂》，有什么想说的吗？答：关于游记，我喜欢的是比尔·布莱森和许崧那样插科打诨的写作风格。所以，这本书并不是一本教导如何出国自助游的攻略，也不是一本要细数各国历史和人文风情的美文合集，它只是一个爱吃、爱玩的普通游客四年积攒下来的旅行笔记。我在经历书中的那些事的时候是开心的，在写下这些文字的时候也是开心的。如果你在读这些文字的时候也能开心，那就再好不过了。

12、整本书我是流着口水读完的。饭老板绝对是个资深吃货，据说为了去日本吃，学会了日语，为了去西班牙吃，学会了西班牙语。不知道是不是真的，不过不管传说有多玄幻，毕竟有其原因，如果我也有这样专注的精神，那成为高智商美人的梦想肯定也不是不能实现的。书的每一章里都在兢兢业业的介绍着世界各地的美食，出处，做法，口感，吃过之后的评价。毫不夸张地说，看见他如何描述食物做法和形状时，你甚至都能想象得到作者当时双眼放光，口水肆虐的表情，再配上平时文邹邹一副书卷气的样子，实在有一种莫名的幽默和真实感让你不得不相信，他说的那些家餐厅就是有那么好吃，和值得学一学听听就绝望的西班牙语和日语。除了美食，印象非常深刻的是作者对各个厨师的描写，寥寥数语，一个个性格鲜明，专业十足又可爱非常的厨师，伴随他们做的食物一起跳出来，想一想一位大厨挥舞着笔写下食物清单，用菜刀割开纸张，一脸兴奋的递给你，那画面一定震撼又温暖。好吧，我会用的词已经都用在上面了，总之，这本书非常值得推荐！如果你也有几位吃货朋友，记得多买几本送给他们，至少我的朋友接到这本书都在兴致勃勃的准备转战下一个米其林餐厅呢。PS:我用了三个星期看完的，因为是睡前看，看了没多久就饿了，只好去觅食，三个星期后肥了2斤。请吃货，和像我一样没有自控能力的同学一定不要睡前吃！啊，不对，是睡前看！

13、我是一个热衷旅游的人，但现在我是一个热衷看旅行攻略的人，微信里关注了不少机票折扣，旅游指南的公众号，上班地铁上总爱翻看，地铁里呼啸而过的声音和飞机引擎启动的声音亦有些相像，可是思绪只能在幻想的旅程中绕一圈再回来，不免有些凄凉。上班没几年，没钱也没闲，日子总像被别人拿着鞭子抽着走，越来越觉得说走就走的旅行是一种奢侈。而范琛的这种《这世界，只是一个食堂》着实让人羡慕不已，随心所欲的旅行，按图索骥寻找全球各地米其林餐厅，大快朵颐后在异国街道闲逛，这是多么幸福的生活状态啊。全书分为三个章节，第一章主要推荐作者比较心仪的米其林餐厅，以日本为主，第二个章节是作者对旅途中有关食物的回忆，第三章是随笔式的见闻。个人而言我喜欢后两章。米其林餐厅离我太遥远，尽管附了地址，但我也很难按照地址上前去品尝，交通不熟悉，语言不通的情况下寻找到餐厅说不定就耗费一天的时间。第二章更多的是比较接地气的地方特色美食和小吃，有关于马六甲的鸡饭粒，河豚刺身，老挝的糯米饭，日本的地球拉面都让我充满好奇，不用费劲去寻找，又有着属于城市的独特魅力和文化的美食，未来有机会去到这些城市，一定记得去尝试。第三章作者的轻松随性笔调，像是朋友在你对面跟你絮叨一路上见闻，忍不住两眼放光，心生崇

《这世界，只是一个食堂》

拜起来。最喜欢他写的带父母去旅游那篇，浓浓的亲情，还有潜水那篇也比较实用，因为马上也要出发去兰卡威浮潜，就看的仔细了些，却被海中的呕吐物逗笑了。我有很多兴趣爱好，比如电影，画画，摄影，旅游，做饭，游泳，工作以后这些兴趣爱好都消失了，除了电影还经常看，其他的做的越来越少，通过这些获得的愉悦感也越来越少。特别是旅游已经成了翻阅攻略时的幻想，上学时还去过好些地方，寒暑假都会跟朋友出去玩，有在外地上学的朋友，也会轻易跑去看她，坐着二十几个小时的硬卧也觉得愉快，朋友失恋陪她去青岛，对着大海哭上一晚上就会好，毕业旅行去厦门，在鼓浪屿上迷路是美好的回忆。虽然只是国内的城市，没有米其林餐厅，回忆起来都是生命中非常充实有意义的时光。上班后，时间真的少的可怜，短暂假期又哪儿都不想去，只是在家睡个昏天暗地，也渐渐觉得国内游没啥意思，大同小异又人口密集，可是去国外，确实金钱紧张，又寻不到旅伴，一个人去马尔代夫不是自取其辱嘛。所以旅游成了我现阶段梦想，而不是曾经的爱好。看完此书，我特别想跟作者成为朋友，因为我们热爱旅游的共同点中，吃占了很大的份额，如果跟他同行，我一定会吃到全世界最美味的食物。作为吃货，我一直觉得食物是让人幸福的存在，刚来北京，加入的豆瓣群就是一伙热爱吃喝玩乐的小伙伴，我们的爱好就是周末聚在一块扫荡京城各个馆子，那会儿跟他们吃的小店，我又介绍给其他朋友，也都得到大家喜爱。我是可以为了吃跑好远的人，从东边跑到北大附近吃螺丝粉，想吃卤煮了，就可以做个地铁去东四，跟一个热爱骑行的朋友到长城脚下吃烤羊腿，对我来说，生活的乐趣在于寻找吃的过程，好吃的太多，填饱肚子也很容易，但是寻找美食的期待和找到后的欣喜，甚至在不同环境下吃东西心情，陪吃饭的人，都是相当重要的。有时候下班想去南锣吃芝士蜜，同事说不就是甜点吗，去旁边买块蛋糕得了，我说这能一样吗，美食不在于填饱肚子，而在于去体验生活，去寻找美好，想来我还真是挺作的！旅行中我还特别喜欢吃小吃，都没正经下过馆子，路边丰富多彩，充满吸引力的美食不应该都尝遍嘛，在湘西吃的血糯米糍，青岛海边的鱿鱼串和啤酒，大连繁华街道上的夜市摊，厦门早餐超大的肉粽，浓郁的沙茶面还有好吃的烧仙草都让人怀念。去年去日本每天早上都要吃纳豆，可是吃了五天我都没爱上，都是拆开吃了一粒豆子就扔掉，北海道海鲜市场的鱼子饭现在都让我回味，一颗颗饱满剔透，入口即化，还有小樽的冰淇淋，下着大雪也能吃掉好几个，旅游途中我也会看攻略寻找几个特色店，但大多数时候我都是在小巷里摸索，充满人间俗闹气味的小店和小摊贩是我的最爱。所以香港和澳门是我这类人最爱去的美食天堂，好吃还不贵，不怕笑话，去澳门，我在通往大三巴牌坊那条路上就靠试吃填饱了肚子，每种点心每种肉铺都尝了个遍。而大三巴长啥样都有点忘了。说好的书评呢，我却陷入了对美食的回忆，对于每个想要生活的热气腾腾，充满快乐和激情的人来说，旅行是生活中必不可少的一部分，而旅行中你会发现世界就是一个食堂，充满了各种滋味，我们在觅食过程中，也明白了生活的意义。

14、做了多年美食记者，见过无数大厨，自认为有过出彩的稿子，但仍深感力不从心——怎样把吃饭这件事写得又好看又好吃还不像软文，难道只有骂人这一招才能亮明观点？我是抱着学习的态度来看这本书的。写吃，是一把双刃剑，既讨巧又面临风险。毕竟，相比花草风景和情绪，“吃”总是最吸引人的，“爱吃”算得上人类共同爱好；但写吃也不容易，同类竞争对手太多，古往今来，好吃能吃又写得一手好文的人不在少数，反正我每次写一样食物都会用食物名称和一个人名做百度关键词，不外乎汪曾祺、沈宏非、袁枚、梁实秋、勺俏，然后摘几句话用来增加文章所谓的厚度，屡试不爽。范琛找到了一条带有自己风格的路径：如何巧妙地吃到米其林珍馐。说它是一张实用帖，没错，除了介绍城中米其林餐厅，并附带Information；但又绝不是那些打着“必吃”、“TOP10”的旅行攻略，从菜到人到背后的故事，充满了85后作者都有的智慧和见识。作者对日本美食偏爱有加。开篇就一篇“反潮流”——排队吃寿司？还不如尝尝日本的西餐。听起来蛮无厘头的，我到日本就是要吃日本菜嘛。去年我还是这么想的，现在我理解了作者的用意，尤其在看过《天皇的料理人》后。笃藏赴巴黎学习，又放弃国外高薪，回到日本，借鉴和运用他人长处，又将两国料理打通研习，这就是“职人精神”——这成了一个热门词汇，真要细究起来，职人精神的解释就是对食物的认识和坚持。比如季节性，如今“不食不时”已经被说烂了，但真正做到却不是一件容易的事，它需要做事的人沉得下心，不受外界干扰。而本质上，是对时间的尊重，是有感知的细胞。说着，也很想在明年4月去札幌的莫里哀餐厅吃樱鳟呢。还有一点和我们大不相同，日本厨师为本地食材感到自豪，而不标榜是从国外进口。说来惭愧，我们至今认为“外来的和尚好念经”，不说个“进口”好像卖不起高价格。吃是写不完的，总有那么多餐厅层出不穷。有环境好的菜也好吃的，有菜好吃的苍蝇小馆，也有噱头十足但难吃的要命的，每个人心中都有那么几家馆子，是可以为它们专门跑一趟的。而我这种懒得出门的人，也因为作者的启发，决定让吃构成我的城市小旅行。如果再和作者一样吃不胖，就更完美了。对了，摘

《这世界，只是一个食堂》

录一句书里和吃关系不大的话——和带有文艺特质的双鱼女去旅行是世界上最恐怖的噩梦之一。深得我心啊。

15、初次见到2koo的文章是因为图书馆借的一本豆瓣合辑里面有一篇他写的关于莫斯科的很好玩的游记，可能是里面提到的那个特殊的博物馆（大阳具博物馆！==）太让人印象深刻了，又或者是最终文章的结尾“你知道安利吗”让我一阵狂笑。书的前半部分是日本和澳门的米其林各家体验菜品和介绍，看起来感兴趣的最感兴趣的是奈良那家“和やまむら”了，究其原因当然是因为接地气啊，哈哈，另外发现这家八寸的摆盘有用到柑橘类水果的皮来当做盛器，感觉可以借鉴呢，可以同时顾到色香味，话说柑橘类水果包括了红黄绿橙还有酸橙色这种很棒的颜色啊。对于米其林呢好像只能想到轮胎啊哈哈，作为一个厨房爱好者，观察摆盘可能从图片上来讲具有更现实的意义，一向认为高手和好吃的灵魂肯定都藏在民间和不起眼的路边摊或者苍蝇馆，嘿，米其林果然有点太高级而感觉离现实很遥远啊。在有限的吃货生涯里也曾经为了一碗兰州拉面还坐了三十个小时的火车去兰州，为了一碗五块钱的豆皮在武汉浇了两天的雨，为了一颗魂牵梦绕的肉丸子——狮子头而开始了人生第一次的独自旅行，这些都是美食给的力量啊，而它们的确都没有让我失望。说起来日料，我大概是作者眼中不太懂的人哈哈，因为对生食实在是无感又爱吃肉又不吃日本人发现的味精实在是就抹掉了太多可能性，现在最喜欢吃的还是日本拉面，出门在外裹腹第一想法就是日本拉面，作者文中有提到一风堂，的确在我吃过有限的几家日本拉面里，唯一想吃第二次的就是一风堂了，还好上海有不少分店。所以为什么猪肉会被形容成有猪骚味儿，最喜欢吃猪肉的我可能是偏见的不行根本就尝不出来骚味了哈哈。日本拉面的魂当然在汤也在面，用调料块糊成的高汤会直接被打个大叉，调料的鲜越吃越让人难受，面当然现打的最好，必须筋道，这么一想人生第一次日本拉面居然是在伦敦大英博物馆边上的一家小店，当年豆友专门带我过去吃，已经想不起来那个味道，但是就觉得好吃的不得了。书的后面就是大大小小去各国的游记啦（有见到叶桑的照片哈哈），散见于各个年代的豆瓣日记，但是重看了一遍莫斯科的游记发现冬宫博物馆看上去很精彩啊，于是在本子上Mark了一下，看游记的意义不就在于发现原来不知道的好玩的有趣的引起兴趣的地方吗，然后再无赴他乡亲临现场。上班族，利用各种大小假期也可以出国旅游不停下脚步，原来没有时间和金钱真的只是阻止奔向远方的借口。这些是关注了2koo之后明白的道理。有了这样一个身先士卒的家伙当榜样以后，可以嚣张的想全职上班，怕啥，我有各种小长假，春节假，国庆假，还有年假可以用来各种拼凑哼哼哼，最不济换工作的空当也要对得起自己出去晃几天。发现旅游和上班其实也是没有那么多剧烈冲突，想去总能去，唯一可以阻止自己的就是自己了。在豆瓣上总能关注到一些人过着自己未曾想过的生活让你觉得世界有无限可能啊。不过后来发现2koo广播里经常出现的内容是又买了哪便宜的机票，又要去哪哪哪旅行了，受到万点重创以后，我毅然地取消了关注==。羡慕嫉妒恨啊。PS：以后也想去拉丁美洲啊！自从看了傅真的书以后，不过需要再补充一点飞过去冒险的动力！

16、我是一个吃货，基本不挑食，即使水煮青菜也可以吃得津津有味。我总觉得每顿饭都应该被认真对待，每一次果腹都应该让自己的肠胃舒服，让心情舒畅，如果一顿饭吃的不开心，简直就是亏待了自己。没想到，还有《这世界，只是一个食堂》的作者范琛这样的吃货。四年十国，从日本的米其林三星一路吃到土耳其的路边摊。不辞职也可以去旅行，没钱和没时间都是借口。每次出发前也会因为请假而纠结，但是美食还在远方呼唤，一场说走就走的觅食之旅必须启程。身在职场，我们总是感慨身不由己，或许我们嘴上说着的“世界那么大，我想去看看”只是叶公好龙。作者在几年的时间不断冲破阻力，踏上觅食的旅途，细腻的并用细腻的文字记录下来，不得不感叹，作者真的是一位有心和用心的美食家啊。初读文字，我以为作者是女生，还不断质疑，信息量太大了，怎么可能记得住。终于在后面的文字中找到答案，作者是一个大男生，每次吃饭掏出手机、相机给食物“剪彩”，末了再拿出一本小笔记本，好奇状仰头问：这里面的食材是什么？这道料理是怎么做的？真是一个孜孜以求的吃货啊！还有一点就是米其林餐厅的每一餐都是厨师精雕细琢的作品，在米其林餐厅，厨师化身为艺术家，有艺术家敏感的心思，细腻的情感，精湛的技能，丰富的想象力，绝美的艺术呈现力……作者的笔下，日本的米其林餐厅让人印象最深，很多餐馆都藏在不起眼的地方，座位不多，预定才有机会尽享极致美食。看过纪录片《寿司之神》，终其一生，他都在握寿司，永远以最高标准要求自己跟学徒，从食材、制作到入口瞬间，每个步骤都经过缜密计算，确保客人享受到究极美味。《米其林指南》郑重地告诉你：你一生值得为这顿饭，特别安排一趟旅行。用一生的时间专心致志做好一件事，这种精神让人起敬。想到这个世界上还有那么多人在穷其一生烹调美味，还有那么多吃货摩拳擦掌想要吃遍全球，我就有了奋斗的动力，生活不只是认真对待眼前的每一顿饭，生活还有远方和远方的美

《这世界，只是一个食堂》

食。淡雅清新的封面，文字简洁舒缓，尤其喜欢锦上添花的配图。要做好一个像作者这样高段位的吃货不容易啊，能写能记能拍。读这本书幸福的时刻就是读着读着文字，就会穿越到文字描述的场景中，像一个美梦，沉浸其中不愿醒来。

17、第一天注册豆瓣。第二天看到一篇文章《把世界都吃掉之前不可以去死》，知道2koo就是范同学，发现《这世界，只是一个食堂》。第三天下单购买。第六天开始陪着范同学去日本吃生鱼片，去澳门品尝贵妃鸡，到香港拜访“厨魔”用雪糕和鹅肝制作的“梅菜扣肉”；去吉隆坡吃鹿肉奶油饭，去马六甲品尝鸡饭粒，到老挝咀嚼坚硬的糯米饭；去印度踩“狗屎”，去尼泊尔看雪山，到土耳其吹海风，在北极圈等极光；去伊朗给小女孩签名，在莫斯科大街上看美女，到墨西哥跟老太太聊一聊帝国主义列强如何瓜分世界。有时饥肠辘辘的四处觅食，有时胃满腹胀的迈不开脚步。从夜市小摊到星级酒店，从提心吊胆到心满意足，尝遍所有人间滋味之后再问你，把鸡饭粒看成鸡粒饭的同学请举手。估计80%的读者会举起手来，至少我是这样。第八天读完。第九天上午《食堂》被“笨笨”从床头叼走。笨笨是我养的一条大型犬，品种为草原笨，也有人叫它蒙古獒。如此可以看出这本书的两个特点：其一，范同学这本书写得非常有滋味，文字平实无华，又不乏幽默感，值得品尝。其二，范同学这本书包装得够结实，被笨笨爱抚了三个小时依旧安然无恙。

章节试读

1、《这世界，只是一个食堂》的笔记-第42页

吃饭是件大事，值得被认真对待

2、《这世界，只是一个食堂》的笔记-第80页

槟城老城区街道多有两个街道名称：是当地政府的官方命名，一是本地华人久居此地约定的俗名，比如打铁街原来就是以打铁铺集中而得名，其他还有牛干冬街、打石街等。在手中旅行指南的地图上，这些街道都以我永远都记不住的长英文单词的形态出现，但它们的另一个中文名称却是老一辈华人的记忆。

在遥远的南洋，亦是有乡愁的啊。

3、《这世界，只是一个食堂》的笔记-第135页

如果真要解释旅行的原因，于我来说，不过是想从厌倦之地逃离，在未知的远方遇见不一样的人和事，仅此而已。

4、《这世界，只是一个食堂》的笔记-第86页

说到底，再精致的Fine Dining，也还是建立在各种传统菜式、家常和路边小吃的基础之上的啊

5、《这世界，只是一个食堂》的笔记-整理

『鳗鱼』日本的鳗鱼料理方式大致分为关东和关西两种；关东习惯从鳗鱼背部入手，再串入签，最后切下头部，烧烤时习惯先从鳗鱼外皮开始烧烤，稍加白烤后，再将整条鳗鱼蒸一次，等到多余脂肪去除之后再烧烤一次，翻转数次、令皮肉之间的脂肪化解，上酱汁入味；然后将蒲烧鳗鱼盛在饭上食用；关东烤鳗鱼糯软细腻

关东、尤其是东京湾水域出产的鳗鱼油脂普遍丰厚，要通过白烤和蒸来去油和去腥
关西则从腹部下刀，串入烤叉时仍保留头部和鳍的完整，然后直接烧烤，直接烤至鱼肉熟透为止，鳗鱼烤后才切下头部；随后将鳗鱼剁碎，再撒在白饭上搅拌食用，口感偏香酥脆

『牙签』来取食物的牙签，是用海苔包着细乌冬面做成的，可以配着食物一起吃掉（左图）『烧烤』使用木炭，尤其是备长炭这种优质木炭，能使火候平均，热辐射强，因此是最理想的热源

『珍惜感』提前预定食材，会让食客对食物有一种一期一会的加倍珍惜感

『茶圣』千利休

『春菊』春菊就是茼蒿

『怀石料理』怀石料理之名源于修禅的僧人为了抵挡饥寒，在怀中抱一颗温石取暖的故事，其本意是以朴素为戒律的生活形态；最初怀石仅是三菜一汤，后慢慢演变为现代怀石料理形态，食餐礼节也随之逐渐繁琐起来，怀石料理讲究食物的季节性，有固定上菜顺序，传统的怀石料理会大致按照先付（开胃菜）、八寸（季节性小菜组合）、向付（季节性生鱼片）、煮物（煮菜）、盖物（汤品）、烧物（烧烤）、强肴（主菜）、御饭（米饭）、香物（腌菜）、吸物（酱汤），再以水物（水果）做为收尾；上菜前，桌子上会先摆上一个托盘，用于盛放食器，直到最后一道餐后甜点前，所有的菜品都会摆放在这个托盘上食用；碗筷不用的时候，记得放稳在筷架上，不要随手扔在盘子里，更不要随便插在米饭上

『寿司师傅の刀工』刀工乃是考验寿司师傅功力的重要评判标准之一，在何种场合用哪种刀具，如何根据不同鱼肉的纹理下刀

『秋刀鱼』秋刀鱼容易腐烂，平价寿司店吃不到，而秋季的秋刀鱼脂肪够多，一口下去一股肥美的鱼脂味迅速充盈了整个口腔；

《这世界，只是一个食堂》

『鰹鱼』鱼肉柔软容易腐败，一般都会趁着新鲜时用醋和盐酿起来，鰹鱼苗即为新子（shinko），价格最高，制作寿司需要用上3-5条，也叫做“四枚付”，而随着新子的长大称呼也变化着，如小肌、小鳍（kohada）等

『日本和牛』其牛肉的大理石纹理十分明显、漂亮，又称为“雪花肉”，脂肪和肉的分部非常均匀，肉多汁细嫩，肌肉中饱和脂肪酸含量很低，肉用价值极高，澳洲和牛是牛和日本和牛不同杂交出来的，其性价比高，但是口感远远无法比拟日本和牛

『虾饺』饺皮极薄，虾肉大粒、新鲜

『河豚』上好的野生河豚刺身会带着特有的粉红色；如果用野生河豚的鱼苗人工蓄养长大的河豚，刺身会呈象牙色；而我们常见的人工养殖的河豚，刺身会显偏灰色，

『胃药』wakamoto胃药

『芥末』在正规的日本料理店中，配合刺身食用的是研磨出来的山葵，而不是国内常见的管状芥末；现磨的山葵很容易挥发，不要直接与酱油搅拌，其正确的食用方法是取一些手磨山葵泥放在生鱼片上，再用筷子夹着生鱼片沾取一点酱油。

6、《这世界，只是一个食堂》的笔记-第75页

午夜零时，困意袭来。我在机场休息大厅抚摸着背包里堂妹借给我的玫红色睡袋，心里又是害羞又是犹疑。最后，困意战胜了羞赧。在众目睽睽之下，我掏出一大坨玫红色的无比亮瞎眼的软绵绵的物体铺在地上，以打印出来的攻略为眼罩，毫不留情地睡死过去。期间无数外国友人不慎踩到我裹在玫红色睡袋里的柔弱身躯，而我在梦境中只觉得自己穿越回了古代，在一场万人规模的马战中不慎落马，继而无数马蹄深深地踩进了尘埃里。

7、《这世界，只是一个食堂》的笔记-第225页

那次从墨西哥回国，我又办了美国10年有效的签证，作为下次出行的准备：算起来，从我对日本产生兴趣，到考完日语一级证书后独自去日本旅游，想用了5年时间；从想去拉美旅游，到学完西班牙语A2级别，再去古巴和墨西哥，花了3年时间，这比想象中已经快多了。

8、《这世界，只是一个食堂》的笔记-第79页

多久没有过这样不必刻意参观景点的旅行了啊，游客们在这里所做的，大多是像四处游荡的饿鬼一般，神志恍惚地顺着食物的气味穿梭在各条食街的角落里。

9、《这世界，只是一个食堂》的笔记-第120页

和带有文艺特质的双鱼女去旅行是世界上最恐怖的噩梦之一？？？嗯？？？what？？？你亲身经历了么？你有发言权么？一个就能代表所有么？我们来打一架！！！！

《这世界，只是一个食堂》

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:www.tushu111.com