

《酸甜苦辣咸》

图书基本信息

书名：《酸甜苦辣咸》

13位ISBN编号：9787563351015

10位ISBN编号：7563351019

出版时间：2005-01

出版社：广西师范大学出版社

作者：唐鲁孙

页数：181

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

《酸甜苦辣咸》

内容概要

自号“馋人”的唐鲁孙先生，游遍大江南北，遍尝中华美味，本书便是他“吃文化”与“吃艺术”之集萃。书中所及大菜小点、御宴街摊，不仅有在行的品评高论，更有精到的烹技描述。作者丰厚的文化底蕴及其殷殷怀旧之情泐显纸面。

《酸甜苦辣咸》

作者简介

唐鲁孙，本名葆森，鲁孙是他的字。1908年9月10日生于北京，1946年到台湾，1985年在台湾病逝。满族镶红旗后裔，珍妃的侄孙。毕业于北京崇德中学，财政商业学校，曾任职于财税机构。年轻时只身外出谋职，游遍全国各地，见多识广，对民俗掌故知之甚详，对北京传统文化、风俗习惯及宫廷秘闻尤所了然，被誉为民俗学家。加之出身贵胄，有机会出入宫廷，亲历皇家生活，习于品味家厨奇珍，又遍尝各省独特美味，对饮食有独到的见解而有美食家之名。著作有《老古董》《酸甜苦辣咸》《天下味》等，量多质精，允为一代杂文大家，而文中所传达的精致生活美学，更足以为后人典范。

《酸甜苦辣咸》

书籍目录

《酸甜苦辣咸》

精彩短评

1、刚上大学那会，被老师忽悠着多看书，我傻逼兮兮的还专门备着个本本，今天看了那些书，那个出版社的，作者是谁。最重要的，里面主要讲的什么，我最关注的是什么。坚持了2年，大1和大2，从丰乳肥臀一地鸡毛活着看到战地记者巴黎游记，我从开始的山药土豆派变成了彻彻底底的幻想环游世界手握单反冲进战地牛逼的不行的战地记者，闫丘露薇更是那一阶段的指明灯。到了大三，记者这一在我心目中辉煌无比的职业从那些教授嘴里的无冕之王退化到牲畜，说神马在报社女的当男的使，男的当牲畜使云云，暂且不表，言归正题。作为一个吃货，当年我横扫图书馆所有带吃字的书，林语堂梁秋实那一辈的人，即使一小碟豆腐干，也能就着酒，写出一篇闲适到不行的小杂文，如果撇开战争，撇开生活的清苦，看着那一篇篇满溢香味的文章，我都想选一处安静的小院，摇晃着躺椅，边透过深深的大门观察门外的匆匆过客，边赏着秋菊黄叶，边从身边的小凳上抓一把五香花生米，聊此一生，乐天知命而又知足。唐鲁孙的这一系列乡土味浓浓的小杂文，是当时还处于山药土豆派时期的我很喜欢的（现在也很喜欢，不过看的范围更广，而不是像当年只在图书馆跟山药土豆死磕）。一碗平凡的蛋炒饭土豆丝青椒炒牛肉打卤面，一盘有钱人桌上的脆鳝干丝肥蟹，及至街头的大饼鸡蛋肉夹馍火烧，在他笔下，都是那么讲究，仿佛那不是吃饭而是艺术。每一种小吃，他都能讲出一些不为外人知道的做法，让人惊喜惊奇，继而也手痒痒，忍不住自己也试试。在这个浮躁的社会，看到的都是一些不加雕琢的滥文，唐先生写的每一个文字都值得细细品味，香味缭绕。第一次写读后感，而且是看过很多年的读后感，想起唐先生的文章，依然会口水，依然想撸起袖子，去厨房大战一场。推荐给大家，希望能细细品读，品不到人生百味，也有酸甜苦辣咸。

2、在读过唐鲁孙作品中关于吃的那本以后，似乎不必再读类似的书籍了。这本书和那本的内容，有较多类似之处，所以这本看得很快，因为陌生的、没有读过的不算太多。对这种出书方式，也说不上好与不好。如果一个人习惯于只读某人的一本书，不会发现这个问题，而如果是象我这样主题阅读，可能不太习惯。保留意见吧。

3、虽然对我而言是上一辈的人，但是唐老的文章通俗易懂，是非常有趣的白话文。从台湾澳门至老北平（北京）现可能已经难寻的小吃，文章中吃文化含金量非常高，不像一般美食随笔个人无聊情绪过多。唐老见多识广，研究吃所带出的风土人情、典故也是魅力非凡，有文章介绍其书为“听八旗弟老舌头说吃”，真的仿佛身临其近如一位老先生说书人为您娓娓道来这一篇篇精彩的吃的故事。唐老先生的文章也擅于在结尾点题，或感伤国事或缅怀旧情，极尽点睛。《酸甜苦辣咸》这本书给我印象最深的一款佳肴为“金银鸡粥”。具体做法如下“这种粥是先把整只肥嫩油鸡开膛洗净之后，投入刚开锅的粥里大滚大意，煮到两小时，鸡已糜烂，捞出褪骨，连皮带肉撕成细丝（忌用刀切），另准备烧鸡半只，也去骨拆丝，再一齐放在粥锅再煮，加入酱仔姜、老油条、脆虾片、茼蒿、生柚少许，搅动一下，立刻起锅，清醇味永，份外好吃。”择日如法炮制慰劳亲朋^^~另外在《蛋话》这篇文章中我还学习到了，原来在赵树理先生《小二黑结婚》这篇文章中我一直不明白的“捞饭”，就为“北方煮饭先将米下锅煮软到八分熟，立刻捞出用屉布包起上笼屉来蒸，所以叫捞饭（蒸饭）”！而南方“是米洗好加适量水来煮熟，所以又叫做焖饭”^^~(唐老先生说的是鸡蛋炒饭最要紧是米粒松散，所以捞饭炒饭自然比焖饭入味好吃^^~)《小二黑结婚》中的原文如下【小芹那年才九岁，晌午做捞饭，把米下进锅里了，听见她娘哼哼得很中听，站在桌前听了一会，把做饭也忘了。一会，金旺他爹出去小便，三仙姑趁空子向小芹说：“快去捞饭！米烂了！”】不把未全熟米饭捞出去蒸就会煮烂，原来为此解：）PS：还有发现美食美文作家名字好像都和吃有关联，冥冥之中^^~像我很喜欢的蔡澜先生（菜蓝）、唐鲁孙先生（糖芦笋）^^；；；~个人的无聊联想。唐鲁孙，本名葆森，鲁孙是他的字。1908年9月10日生于北京，1946年到台湾，1985年在台湾病逝。满族镶红旗后裔，珍妃的侄孙。

4、最初听说这本书，是在梁实秋先生的《雅舍谈吃》里。遂找来看，果然非同凡响，和梁先生的那本不分上下。唐鲁孙老先生是地道的旗人，而且和皇室沾亲。无论是北京的贵族生活还是东南西北最著名最地道的饮食，他老人家都吃过见过，再用根基深厚的文字娓娓道来。从清代的北京到如今的台北，饮食带着掌故，那些我们耳熟能详的历史人物，都在唐老先生的生活中。用作者自己的话说，是“退休后开始写”，写一生走过的山水、品过的美食，家国之情至深。这样的书，真令人大开眼界。

5、我一直喜欢看有关于吃的东西。不仅因为我本身是吃货，看这些书的时候，其实也是透过作者的舌头，重温一个时代的回忆。在这种模式的书中，唐鲁孙跟汪曾祺是我最喜欢的两个作者。要论两者的不同，其实很简单，唐出身显赫，皇城根下嘛，他所品所写的，大多数是一般人吃不到的（即使不

《酸甜苦辣咸》

算上时代因素），就算他的读者能按照他的介绍亲自做出来了，恐怕味道也是有区别的。而汪的话更平民化一些，我还记得他很自豪的油条独家做法，可亲可爱多了。不过身为他们两位共同的读者，君子远庖厨（我承认这是本人厨艺不精的一个极有用理由），会看不代表你要会做，所以这方面的不同点倒是无碍。扯远了，把中心拉回这本书。虽然第一篇是很平民的鸡蛋炒饭，但即使是这样普通的食物，在唐鲁孙笔下，也是妙趣横生得很。一篇一篇看下来，嘴里口水不断分泌的同时，更容易被书中的风俗风情深深吸引。当做一本那个时代的民俗书看也成，透过这本书，会知道饺子在大江南北不同的叫法（山东那边原来真的把饺子叫“包”啊，这让我想起以前看的某个博客，籍贯山西的作者把自家煮成的饺子称为包，对楼下一堆留言的饺子党无可奈何），会知道为什么元宵会被改名为汤圆，知道五毒饼这个看起来很狠的名字其实代表着吉祥，唐鲁孙可以行万里路，所以能吃遍全国，真羡慕。中国真大，有这么多地方的东西可以吃，真好。怪不得到了台湾的唐鲁孙本人一行字念念不忘大陆的各地美食，一直念叨着要反攻大陆之类的什么的，这本书38篇文章，他起码透露过10次以上这样的念头。要是他能活到现在，估计会很欢喜，可以回来大陆再度品尝记忆中的美食。不过，估计，他记忆中的很多美食都消失在时间的洪流中了。这是独属于那个时代的味道。

章节试读

1、《酸甜苦辣咸》的笔记-第13页

打滷不論清混都講究好揚，清雞湯白肉湯羊肉湯都好，頂呱呱是口蘑丁熬的，湯清味正，是湯料中雋品。余子滷除了白肉或羊肉香菇，口蘑，乾蝦米，攤雞蛋，鮮筍等一律切丁外，北平人還要放上點鹿角菜，最後灑上點新磨的白胡椒，生鮮香菜，辣中帶鮮，才算作料齊全。

2、《酸甜苦辣咸》的笔记-第63页

素餡是白菜、菠菜、粉絲、豆腐、金針、木耳、冬筍等等，要是加入雞蛋、金鉤、韭黃那就成為花素了，另外有用南瓜、雞鴨血、金鉤做餡兒的，亦葷亦素，也非常香腴適口。餃子的餡兒，以筆者個人愛好來說，葷餡以冬筍豬肉餡最好吃，冬筍切細粒與肉末同炒做餡，味宜稍淡，筍粒越細方不致把餃子皮戳破，此為冬令餃子中妙品。素餡以菠菜、小白菜各半攤雞蛋切碎，上好蝦米也切碎，蝦米多用不妨，取其鮮鹹，可少用調味料，有韭菜胡蘿蔔時分別加入少許提味配色，比一般飲店加豆腐粉條、金針、木耳，真所謂食惟韭薤，味清而雋也。

3、《酸甜苦辣咸》的笔记-第40页

先把紅蘿蔔切絲單獨先炒，再炒黃豆芽，然後把豆腐乾，千張、金針、木耳、冬筍、冬菇、醬薑，醃芥菜去葉留梗，一律切細絲下鍋炒熟，放入紅蘿蔔絲，黃豆芽加醬油鹽糖等調味料同炒起鍋；南方炒法也有另加榨菜芹菜的，那就十二種了。炒什香菜的訣竅，各種乾鮮蔬菜切絲要細，長短力求一致，醬油要用淺色的，油量要看東西多寡而定，用得適當不油不澀，如嫌水份不足，可以把泡冬菇湯酌加入，既可柔潤，又能提鮮。

一酥魚一這是一樣喝酒吃餃子兩者咸宜的菜，活鯽魚不要太大的，以一斤可買四五條為度，過大的魚骨頭就不容易酥爛了。把鯽魚剖肚挖除內臟洗乾淨後，放大海碗裡用酒（最好是黃酒）醬油，米醋（切忌用化學白醋）白糖拌合浸泡四十分鐘，作料以蓋過魚身為度，可免頻繁的上下翻動，將魚體破壞，有損美觀，等油燒滾將魚放下煎透、將魚起鍋，鋪在另一鍋裡，一層大蔥，一層鯽魚，蔥不厭多，每層再酌放薑絲去腥。然後把泡魚的混合調味料全部倒入鯽魚鍋裡，以能蓋過全部魚身為度，蓋上鍋蓋，放在文火上煨爛一小時半，淋下香油起鍋上桌，此時蔥溶魚爛刺酥，儘管放心大嚼，不必擔心魚刺卡喉，酥魚涼吃更好，做好放在冰箱留以待客，可免主婦臨時治饌的若干麻煩有些人喜歡過年做一虎皮凍

一：把豬肉皮煮爛切丁，跟紅蘿蔔丁

，毛豆或豌豆加調味勾芡凍切塊來下酒，手藝高的，固然晶瑩凝玉，清湛宜人。不過毛要攝得淨，口味不能太鹹，所以最好改為炒蝦米醬比較適宜

，炒蝦米醬的蝦干，一定要用泛黃而不發紅，蝦皮褪得軟乾淨淨的蝦米才好，把蝦干、瘦肉，冬筍切丁，瘦肉丁先用薑蔥爆香，再用上等黃醬同炒

，這個菜第一忌用豆腐乾，花生米，最少不用甜麵醬，如果再加辣椒，那就近乎上海的八寶辣醬，不是所謂蝦米醬了。

4、《酸甜苦辣咸》的笔记-第70页

棗泥豆沙換成藤蘿花，吃的時候帶點淡淡的花香。因為藤蘿花在北平並不是普通的花卉，得來不易，

《酸甜苦辣咸》

所以特別珍惜，不肯大量使用。我住在北平粉子胡同東跨院，小屋三楹，東西各有一株壽逾百齡的老藤，虬蟠糾錯，用巨型的豎架支撐之下，藤各依附刻峭崔嵬的太湖石上，靈秀會結。據說丁香紫藤，樹齡愈老的愈早開花，所以別的地方花未含苞，而這兩株老藤，早已花開滿枝了。藤蘿架下設有石砵石凳，每年到花開，據說當年盛伯希祭酒最喜歡在花下跟人鬥棋賭酒，更給這小屋取名雙藤老屋，而舍下所做藤蘿餅，經過名家品嚐，一致讚好，也就成了一時名點。藤蘿花要在似開未開時，摘去蕊絡，僅留花瓣，用水洗淨，中筋麵粉發好趕成圓形薄片，抹一層花生油，把小脂油丁、白糖、松子、花瓣拌勻，鋪一層藤蘿花餡，加一層當麵皮疊起來蒸。蒸熟切塊來吃，花有柔香，襲人欲醉。可惜來臺灣二三十年，始終沒有看過紫玉垂垂整串的藤蘿花。

5、《酸甜苦辣咸》的笔记-第51页

，醉鄉的炸腦花，先把豬腦上的血絲筋絡剔得乾乾淨淨，用黃酒泡上幾小時，然後瀝盡酒汁，雞蛋打鬆加調味料，豬腦蘸蛋液入熟油炸黃起鍋，入口之後，隱含糟香，用來下酒，比諸炸龍蝦片，別有不同的風味

6、《酸甜苦辣咸》的笔记-第75页

他把玉簪花剖開洗淨去蕊，麵粉稀釋攪入去皮碎核桃仁，玉簪花在麵漿裡一蘸，放進油鍋裡炸成金黃色。另外把豆腐渣用大火滾油翻炒，呈鬆狀加入火腿屑起鍋，跟炸好的玉簪花同吃。這道菜不能加鹽，完全利用火腿屑的鮮鹹，才能襯托出玉簪花新芽的香柔味永。

每年都準備白菊花，以供採擷。同時菊花鍋子的清湯，一定要吊得清醇澄郁，並且禁用豬肝蝦仁一類配料以免把湯弄濁；魚片、腰片、魷魚、山雞等等都是切得薄而如紙，一燙就熟，才能鮮嫩可口，同和堂的灶上頗知箇中三昧，所以冠絕一時。

。原來他們把隔年乾紫的玫瑰花瓣跟核桃碎末蜂蜜拌勻，做成餡兒包的，比之鮮玫瑰花的，更顯得文靜滄潤高出一籌。同時頗為奇怪，村野農家，何以會做這些精細甜點自己享用。敢情茶館主人的慈親系出名門，他們用來娛親奉母的。我們打算厚給茶資，

近年來有人把金盞花、康乃馨、鬱金香的花瓣切成碎片，放在飲料或點心裡，倒也色鮮味美。不久前在朋友家小酌，他們把紫羅蘭花片抹在有乳酪的沙拉，暗香送馥，不但別具一格，更有誘人食慾的魅力呢！

7、《酸甜苦辣咸》的笔记-第45页

用粥品而不用湯水，也是有講究的，說是啜粥而不飲湯，一年之內旅人遨遊，總是雨陽以時，不會碰上雨雪載途的。

8、《酸甜苦辣咸》的笔记-清宮膳食

说起宣统帝的一餐单，有“白煮塞勒”，这个塞勒是何物？查到乾隆年间有一道塞勒卷——注释脊骨面食，塞勒难道是脊骨？<http://www.4007000791.com/newsshow.aspx?type=2&id=11446>

9、《酸甜苦辣咸》的笔记-第58页

北平的臘八粥的粥料，小米、玉米糝、高粱米

、秫米、紅豆、大麥仁、薏仁米都是不可少的穀類，拿粥果來說，乾百合

、乾蓮子、榛瓢、松子、杏仁、核桃

、栗子、紅棗也是不可或缺的，同時還要先把紅棗煮滾剝去皮核，棗子皮再用水煮，澄出湯來倒在鍋

《酸甜苦辣咸》

裡一塊熬粥，柔紅棗香既好吃又美觀。乾果中的百合蓮子是要跟粥料一齊下鍋的，至於其他粥果紅棗、栗子、松子，可以另外放著，杏仁、核桃、榛瓢，怕風吹乾，可用糖水養著，等粥上桌，多種粥果可以隨意自己來放。習俗流傳供佛祭祖的臘八粥，一律用粥罐上供，不用碗筷，雖然老媽媽論說不出所以然來。遙想當年佛祖未成道以前托鉢乞食，自然是不用碗筷的，既然是追念聖哲，鉢不易得，只好以罐來代替了。按照常例，粥裡只能放紅糖

，不准放頭貢二貢一類白糖，其故安在，就不得而知了。粥罐的面積大，供神祭祖餽贈親友的臘八粥，為了誠敬美觀，粥麵一繃皮子，有些閨中巧手用山裡紅，荔枝乾，龍眼肉、配上松子，瓜仁做出各式各樣的花鳥蟲魚

，飛禽走獸，龍舟鶴首，鱗翼宛然，真是舖綴風流，令人歎為觀止。

供佛祭祖之後，孩子們還有一項差事，凡是前庭後院，樹木花叢，凡是亂幹柔根都要澆上一勺濃唧唧的臘八粥，說是春回大地，不但蔥翠茁旺

，而且花繁葉茂，果木樹也不歇枝，是否真有此事，也就沒人研究理會去了。

10、《酸甜苦辣咸》的笔记-红白芸豆、豆腐丝、烂蚕豆

这种芸豆都是煮的靡而不烂，撿一杓放在雪白的粗唐布上，用手握成豆团子来吃，爱吃咸的撒上一二自己调配的精细花椒盐，爱吃甜的捏个葫芦或是吉罄，里头报上碎芝麻细白糖，尤其灌上红糖，熬得糖稀，红紫烂缦，入口甘沁，说实在的那比北海漪澜堂的芸豆粒，五龙亭仿膳芸豆卷要味厚档口多了。

11、《酸甜苦辣咸》的笔记-鸡蛋炒饭

早年家裡僱用廚師，試工的時候，試廚子手藝，首先準是讓他煨個雞湯，火一大，湯就渾濁，腴而不爽，這表示廚子文火菜差勁，再來個青椒炒肉絲，肉絲要能炒得嫩而入味，青椒要脆不泛生，這位大師傅武火菜就算及格啦。最後再來碗雞蛋炒飯，大手筆的廚師，要先瞧瞧冷飯身骨如何，然後再炒，炒好了要潤而不膩，透不浮油，雞蛋老嫩適中，蔥花也得煨去生蔥氣味，才算全部通過，雖然是一湯一菜一炒飯之微，可真能把三腳貓的廚師傅鬧個手忙腳亂，「稱練」短啦（稱練兩字北平話考核的意思）。

嘖嘖嘖

12、《酸甜苦辣咸》的笔记-第54页

天津衛最擅長魚的做法，也是一般家庭常吃的美肴，就是所謂「一貼餽餽熬魚一鍋熟」。熬魚的做法很簡單，主要在火候上，首先把魚開膛，取出內臟，沖洗乾淨，在魚背上斜劃兩三刀，下鍋的魚是什麼種類，魚的長短寬狹不同，劃的刀痕長短深淺，可就憑經驗，看手法的高低了。魚收拾乾淨，放在醬油裡浸泡，等魚肉把鹹味吃透，然後撈起把整條魚糊上一層乾麵粉（北方叫落麵），放入油鍋裡煎，煎油用油多寡要恰到好處，油太多變成炸而不是煎，魚肉焦而不嫩，油太少因為乾麵的關係，容易巴鍋，魚要煎成淺黃色為度，倒下醬油、米醋、甜麵醬、豆瓣醬、放上蔥薑、鹽、蒜、大料等等作料再用中火在慢慢的熬，熬到配料全部吸入魚肉就膏腴鮮芳，堪供舉家痛快恣饗了。所謂貼餽餽，是用玉米麵（平津叫棒子麵兒

）以溫水揉和成團，捏成巴掌大小的餅子，趁著濕潤，貼在熬魚的鍋邊上蓋上鍋蓋，等到魚熬得夠了火候，餽餽也就貼熟了。所以叫「一貼餽熬魚一鍋熟」，潤氣蒸香，餽餽吸足了魚鮮

，香味蘊藉，雖然粗糲，自然也覺得份外好吃啦。在天津衛那麼普及的飯食，甚至遠及北通州倒也頗為流行，可是北平始終沒有人做做，究竟什麼道理，真令人納悶。

13、《酸甜苦辣咸》的笔记-第23页

《酸甜苦辣咸》

吃鍋子的作料，醬油、高醋、滷蝦油

、紅豆腐滷汁、麻油、辣油、韭菜泥之外，講究的館子還要準備一點麻楞麵兒—不加鹽的花椒粉，飯館裡叫麻楞麵兒—因為不管多好的綿羊，總是帶點膻味，調味料裡加上點麻楞麵兒則腥膻之氣就全解啦。

14、《酸甜苦辣咸》的笔记-第68页

綠小榆錢，一註：榆樹的果實像錢，所以叫做「榆錢」。一揉到已發酵的濕麵粉裡，加添脂油丁、松子、冰糖揉勻趕勻切片，一層的疊起來，灑上紅絲，上鍋蒸熟再切成菱形。論顏色是柔紅映碧，入口之後，味清而雋，不黏而鬆，比起南方的鬆糕，更來得可口。

15、《酸甜苦辣咸》的笔记-第52页

據蜀珍大師傳說：做一份肝膏場要準備雞蛋三個，中號土雞一隻，上等豬肝十二兩、蔥、薑、鹽、酒、白胡椒粉，細菱粉各少許備用就夠了。先把豬肝刮成細泥，雞蛋打碎起泡，土雞煨成湯去油打清，先盛出一三紅碗晾涼，鍋裡留下一三紅碗雞湯小火保溫，蔥薑切成細末與肝泥攪和加細鹽暨酒，連同打碎雞蛋一齊放入已經晾涼的雞湯裡攪勻，然後把攪勻的肝泥用紗布漏去渣滓，放在籠屨裡蒸十五分鐘至二十分鐘，此時肝泥已經凝而未固，用竹籤試戳，竹籤上不留血跡即可，肝膏蒸好盛入適量用開水燙過的磁水盤或水碗裡，立刻把火上滾開的清雞湯，慢慢澆在肝膏上，此時的肝膏越細越嫩越容易被熱雞湯沖裂破碎，那就要看個人的手法了，一碗精緻肝膏湯，湯清膏細，不但吃到嘴裡滑香鮮嫩，看起來宛如一塊豬肝石放在清澄見底的筆洗裡一樣明澈，筆者只有在幾位講究飲饌的川籍親友家吃過，這樣的肝膏湯，在飯館裡所吃，蜀珍算是頭一份兒了。

16、《酸甜苦辣咸》的笔记-第30页

煮茶葉蛋雖然不算一同事，可是有幾點竅門要知道，否則煮出來的蛋不入味，就不好吃了。先把雞蛋殼洗乾淨後用冷水煮開，改為小火煮五分鐘—火太大蛋殼容易炸裂—，紅茶最好用花蓮鶴岡茶場產製的紅茶。因為茶葉蛋越煮蛋黃越鬆，蛋白越嫩，鶴岡紅茶色淺味淡，久煮色不變黑，味不變苦。足證煮茶葉蛋，茶葉的品質是不可忽略的，碎茶葉末，喝完了的茶葉，用來煮茶葉蛋都會影響風味的。

雞蛋煮熟。先要逐一把蛋殼敲碎，敲蛋也需要點小手法，敲得太碎可能味道太鹹，敲得不均，冰紋凌亂太不美觀，敲的片大又不入味，要把蛋殼敲得疏密均勻，面面具到，等茶葉蛋煮好，才會呈現「冰紋」，曲紋多姿，增加美感，進而促進食慾。

煮茶葉蛋有人放顆八角增加香氣，尚無不可，但是絕對避免放花椒，因為一有麻辣，清澹的茶香就化為烏有啦。煮茶葉蛋還有一點要注意，就是滷水一定要漫過雞蛋，否則回鍋熬個一兩次，茶葉蛋變成了鐵面無私的包龍圖，不僅難看，而且蛋白也僵硬難嚼，不好吃也不容易消化啦。

17、《酸甜苦辣咸》的笔记-第80页

道天下第一菜，先把雞湯煮成濃汁，蝦仁番茄爆火略炒，加入雞汁輕芡，油炸鍋巴一盤，趁熱澆上勾過芡的雞汁番茄蝦仁，油潤吐剛，聲爆輕雷，列鼎而食，色、香、味、聲，四者悉備，既中看又中吃，據果老闡述

18、《酸甜苦辣咸》的笔记-第50页

《酸甜苦辣咸》

我去消夜吃正宗魚生粥，他說吃魚生一定要新鮮鮭魚，把鮭魚剔刺切成薄片，用乾毛巾反覆把魚肉上的水份吸取乾淨，加生抽胡椒粉，放在大海碗裡，然後下生薑絲、醬薑絲、酸薑絲、糖浸蕎頭絲、茶瓜絲、鮮蓮藕絲、白薯絲、炸香芝麻、炸粉絲、油炸鬼薄脆才算配料齊全，然後用滾開白米粥倒入攪勻，盛在小碗來吃，粥燙，魚鮮，作料香，這一盅地道魚生粥，比前此所吃魚生粥，完全味道不同

19、《酸甜苦辣咸》的笔记-第56页

如果以羊肉進補，必須清燉，配以淮山藥，枸杞子，怕羊肉膻味，可放上幾枚帶殼的桂圓乾，對於冬季手腳冰冷，虛弱，貧血，均有顯著功效，加入羊肝同煮，凡是視力不清的人，效力更為顯著。不過患有感冒的人忌吃，等感冒好了，才能進補

甲魚的好處很多，主要的功能是養陰，凡是睡眠不足，菸酒過多都極相宜，吃甲魚要不大不小，以馬蹄子大小為度，文火清燉，最多放點桂圓肉，其他藥材均免，如果放入其他溫補藥材，反而會減低滋陰的效果。陰虛肺弱的人，多吃幾次甲魚，適時適量，可能轉弱為強。

野鴨、乳鴿、魚頭、豬腦都是屬於滋原養陰一類補品，燉羊肉、煨牛鞭、燴三蛇屬補血強腎的食物，二者性質不同，功能各異，用之得當或能適應不同性質，差別程度的需要，藥補食補混為一途，令人不致食難下嚥，有吃藥的感覺，這可以說是中國傳統補品最大優點。

《酸甜苦辣咸》

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