



这是关于中国菜的故事，也是一个英国女孩的中国历险记。透过扶霞的眼睛，我们得以用全新的角度来了解熟悉的中国菜。从四川热闹的市场到甘肃北部荒僻的风景，从福建的深山到迷人的扬州古城，书中呈现了中式料理让人难忘的美妙滋味，也深刻描绘出中西饮食文化差异，且兼具人文观察与幽默趣味。

《鱼翅与花椒》
(英)扶霞·邓洛普 著
何雨珈 译
上海译文出版社
2018年7月



味之本

一

该轮到上锅操作了。

同学们斜眼看着我，准备大笑一番。每天下午，我们都按照固定的十人组一起做饭，围着一张桌子、两只煤气炉、几口锅、一块菜板和几个碗盘。和我同组的都不算朋友，九个小家伙，特别努力地躲着我、不跟我说话，而且对一个外国女人能成为川菜厨师这件事表示了公开质疑。但我被分到了这个组，只能硬着头皮跟他们合作，真的很烦。分工的时候我必须尽力争取积极参与，否则还没回过神来，他们就抛下我逃到碗柜和水槽边去了。我还得调动自己身上所有霸气与亲切并存的“大姐大”气质，尽量跟他们聊聊天儿。不过，和往常一样，下厨本身让我内心洋溢着甜蜜的幸福，所以这些不便都只是小事。

我扭了下燃气灶的旋钮，开了火，拿长柄勺舀了些油，倒进那口黑乎乎的锅里。我的队友们傻笑起来，有人压着声音用四川话说了句什么俏皮话儿，我没听懂，也不理他，就全心全意地做菜。食材我已经提前准备好了：猪肉切丝，用盐、酱油、料酒和水豆粉腌制；配料有木耳、莴笋、泡椒末、葱、姜、蒜。这就是鱼香肉丝这道川系名菜的材料了。

油烧热了，我把猪肉入锅，迅速翻炒，炒到肉丝相互分离变白。接着我把锅倾斜，肉丝拨到一边。泡椒末加入锅底的油里炒，整个锅里呈现出深浓的褐色。继续倒入姜蒜翻炒，浓郁的香味扑鼻而来。再加入配菜，所有东西翻炒均匀。最后，把提前准备好的糖、酱油、醋、水豆粉调和的酱料倒进去，勾芡收汁。数秒以后，菜炒好了。我手脚利落地把锅中物盛入一只椭圆盘中，样子看着很不错：肉丝慵懒地与黑木耳和绿莴笋缠绕在一起，发出柔软的光泽；菜的周围溢出诱人的红油，味道闻着那叫个香啊！围观的同学好像对我的成功相当失望，我却得意得很。哈！

我们这一群你争我夺的“危险分子”轮流上锅操作。男生互相批评起来真是毫不留情，对我也是一样。只要出了一点儿差错，他们就傻笑着起哄。一个小错儿都能引起他们欢天喜地的嘲笑。“油放多了！”“都烧干了！”“汁收得太稠了！”“你个傻瓜！”都完成了，我们就排队走到教室的一边，吕老师正等着评判我们的作品。他坐在那儿，脸上一如既往地挂着和蔼的微笑，但开口批评却一针见血。粗心或者参差不齐的刀工逃不过他的眼睛：“不好看！你这些细丝、粗丝、筷子条都混起来了！”拿起一盘菜闻一闻，观察一下猪肉的质地，他就知道油温是高了还是低了；再尝一尝，就能知道我们平衡各种味道的技巧到哪一步了。今天，他很认可我的鱼香肉丝。“不错不错。”他说。

可惜了，我们炒出来的菜，尝尝可以，但是不准多吃。做好的菜要包起来，摆在校门口一张桌子上，卖给住在附近的人。这些“小白鼠”可真是勇敢，因为这就跟买彩票一模一样的：今天可能晚餐桌上摆了道美味佳肴，明天可能就吃得难以下咽，或者调味一塌糊涂。我不情不愿地上交了我那道香喷喷的菜，回去继续观摩同学们瓢盆勺勺中的刀光剑影。

二

我们在四川烹饪高等专科学校做的每一道菜，都是从最原始的形态开始。下厨装备也都很初级、很简陋：没什么绞肉机或者食物处理机帮我们节省时间。想做猪肉圆子的话，就拿刀背把猪肉剁成泥，拿手指尖把每一根肉筋细细地挑出来。蛋清就放在一个盘子里，拿筷子搅匀至起白沫。菜里要用到核桃仁，就得自己把核桃砸开，浸泡之后艰难地剥掉薄薄的核桃皮。（“川菜简直麻烦。”一个同学一边抱怨，一边把核桃仁外皮给一点点弄下来。想到有可能一辈子都要做这样的苦活，他一脸的灰心丧气。）有些食材到我们手里还是活的。我们争先恐后去抢着挑的，可能是三十条闪着鳞光的鲫鱼，必须要去阳台上把鳞片刮下来，掏出鱼鳃和内脏，把鱼肚挖出来，而它们就一直在我们手里乱跳狂扭。

小时候，我梦想着有一天能住在乡下的农庄，什么都亲手来做。我想自己种菜、自己养鸡、自己烤面包、自己做果酱。长大的过程中，我被生鲜的美深深打动：手中闪着银光的鱼、切开的甜菜根流下的粉色汁水。厨房与水槽里，别人看着无聊的琐碎活路，我却特别喜欢做。比如拣菜择菜什么的。十几岁的时候，我学会了给野鸡拔毛、处理肉皮；点心面皮和蛋黄酱也是亲手制作。家人都爱开我玩笑：“长大了，你就会买各种机器来做所有的事情了，真是想想就美啊。”（我想我笑到了最后：多年以后，我仍然没有电视、洗碗机、微波炉。我还是会给野鸡拔毛、处理肉皮，亲手做点心面皮和蛋黄酱。）

九十年代中期的成都生活接近我多年的夙愿：回归到烹饪的基本，没有捷径，无法偷懒。很多人家都还在使用有几百年的历史的方法来储存食物。响晴的天气，小街小巷的住家挂满了青菜叶，要晒得半干才能取下来，揉进盐和香料，放进密封好的罐子里发酵。家家户户的窗棂上都摆着陈皮。临近春节的时候，人们开始腌腊肉、做香肠，挂在屋檐下风干。

在烹饪学校，菜谱里用的泡菜是用传统方法制作的。学校有个储藏室，总是光线幽暗，其中“潜伏”着很多齐腰高的陶坛。抬起倒盖着坛口的大碗，把筷

扶霞·邓洛普 (Fuchsia Dunlop)



扶霞·邓洛普在英国牛津长大，于剑桥大学取得英国文学学士学位，其后于伦敦亚非学院获得中国研究硕士学位。1994年，扶霞在获得了英国文化协会奖学金补助后，前往中国四川大学就读一年；其后又在四川烹饪高等专科学校接受了三个月的专业厨师训练，成为该校第一位外国学生。著有《四川烹饪》、《湘菜谱》、《鱼翅与花椒》。扶霞在最近十年里，长期从事演讲与烹饪示范工作。

子伸进盐水中那层鲜红发光的泡椒，把泡菜挑出来。烧菜的时候想要增添醇厚的棕色，我们会用油炒糖，变成焦焦的样子。除了慢慢发酵腌制的豆瓣酱之外，再没什么现成的酱料了。我们用最本原的调味料自己来混搭：糖、醋、酱油和芝麻酱，很多种排列组合。我热爱这其中的魔力，仿佛把最基础的元素炼成了闪闪发光的黄金，而手头的工具只有一把菜刀、一把大杓、一个菜板和一口炒锅。

三

在这个原始纯粹的烹饪世界，只有一件事让我震动和惶恐，就是使用味精。我和大多数西方人一样，觉得味精是糟糕的人造添加剂。然而，中国的每家厨房里都有一罐味精，和酱油、醋放在一起。顶级大厨会在自己的拿手菜中放味精。在四川烹饪高等专科学校，全国最棒的厨师学校，味精也被当作最平常不过的调味料。听听这中文名字，“味精”，味道的精华（而且“精”还可以解释为精美、精细、精明、精湛、精神、精液……你看看，这是个多好的字）。在中国，用味精完全不需要脸红心跳。

味精并非中厨里的传统调味料，其发明者是日本科学家池田菊苗。他从一碗海带汤异常鲜美的味道中得到灵感，在实验室提纯了海带里的呈味物质，并把这独特的味道称为“旨味”（相当于中文的“鲜味”）。他的发现直接引发了日本对味精的工业化制造生产，接着又扩展到全世界。

一开始，科学家们认为味精只是“增味剂”，本身没什么味道，但是可以和很多菜肴中的味道发生反应，产生感官上的愉悦。然而近年来，生物学家发现，人的舌头有专门的神经末梢，对味精和别的“旨味”合成物特别敏感，还有些脑细胞也会对“旨味”有特别的反应。这样的发现使得大家越来越普遍地认为，“旨味”不仅是增味剂，而且本身也

是独立于传统“酸甜苦辣”之外的“第五味”。

“旨味”虽然和人工制造的味精联系在一起，但大自然中很多动物与蔬菜也含有这种味道，比如番茄、香菇和金枪鱼。它们的“旨味”来自组成蛋白质的氨基酸和核苷酸模块，这里头不止含有味精的组成部分谷氨酸，还有肌苷酸和鸟苷酸。动物与蔬菜的蛋白质分解开来，这些美味的分子就出现了，所以烹饪、熟成和发酵这些过程能够更烘托出食材中的“旨味”。欧美人很喜欢的味道，比如帕尔马火腿与帕玛森干酪中的香醇浓郁，都多亏了“旨味”化合物。

两千多年来，中国人一直都在使用富含“旨味”的产品，比如豆豉和相关的酱料。传统中厨的主要调味技巧中，就有往浓汤里加火腿和干海味提鲜。第一次去香港时让我受到巨大惊吓的皮蛋，以及后来遇到的腐乳，都是中国人民喜闻乐见的食物，因为其中的“旨味”强烈又繁复。从某种程度来说，味精不过是这种传统的延续。

（原文有删节，标题为编者所加。）



扶霞在湖南农村做麻婆豆腐。