

<<文以载食>>

图书基本信息

书名：<<文以载食>>

13位ISBN编号：9787108042521

10位ISBN编号：7108042525

出版时间：2013-4

出版时间：生活·读书·新知三联书店

作者：于逸尧

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>

## &lt;&lt;文以载食&gt;&gt;

## 前言

我很高兴，是真的很高兴而不是客套式的开场白那种高兴。

高兴是因为两册早前由香港三联书店出版的饮食文章结集《文以载食》和《食以载道》，难得有机会结合成一册简体字版，在内地发行。

真心的高兴，是因为重视、稀罕这个偌大的内地市场——这样赤裸地提到市场，有些香港朋友可能会觉得风骨尽失。

我也不知道这是否单独跟风骨有关系：我相信自己是在尝试诚实不欺地面对自己的欲望和剔除对它的恐惧。

人生最基本的，是“活着”的这个事实。

活着本身，有一种无须解释、且无可解释的绝对尊严。

如果我从第一口到最后一口气，都是活在一个无人之境，我还是要依从天然的定律来“活着”，还是要对大地万物有一份认知性的敬畏，才能够激发自身的本能来维持生命，直到死亡来临的一刻为止。

然后，我的遗骸自有天地收纳善用，无挂无牵。

今天的世界，表面上繁复错乱得不可理喻，但这也不是去放弃、去躲避，去犬儒地明哲保身的借口。

就好像你所吃的，即使你种植自己的瓜菜，喂养自己的禽鱼，春耕夏耘秋收冬藏，也不等于你可以完全置身世事外。

一个筑路工程，一个核电意外，甚至一个政策上的改变或者一个企业家的新念头，也可能令你的所有顷刻化为乌有。

今天我所居住的城市，许多人积极地向北看，有为了眼前的事，也有为了肩负的事。

我在写作这些饮食文化稿子之初，完全没有思考过南腔北调这些事情。

我的视点，无可避免地被我以往所受的教育和成长时周边的文化环境影响。

我无法假装自己是一种怎样的人，我就是个香港长大的中国人。

吃东西想事情，我也是靠着一个习惯了中国菜的味感和一个用汉语思考的脑袋来运作的。

味道是一种主观的东西，所以它可以讨论的层面其实是很广阔的，就如一切在人类文化中触摸不到的概念一样。

所以，“食”在最深层次里面所包含着的，是生活的艺术和美学观念。

我们彼此所属的这片黄土大地，正在贪慌地发展、急躁地求变。

许多故有的，不管好坏，都被埋没了、牺牲了，或者是淘汰了。

那些是根，是吸收养分的途径；那些是基，是万丈高楼的坐镇。

我常常反思，每每有外籍朋友来我们这边旅游，我们最爱介绍给他们的，总是有关吃的事情。

我们其实是知道自己的文化中，饮食的一环是至今保存得较为完整和较为值得我们引以为傲的。

它默默地守护着这个民族的深层文化根基，维系着每个人每个家相承的一脉。

我相信我每天在香港，都可以吃到神州大地的泥土栽培出来的蔬菜粮油花果肉食，也可以饮用到蜿蜒灌溉南中国肥沃田园的东江河水。

这些资源有份维持我的生命使我的脑袋活跃、味蕾敏感、指尖有劲、笔杆灵巧。

于是，我可以自由地分享我的感受和看法。

这些分享，如今有机会远达供给我肉体和精神上养分的母亲大地。

我若视之为市场，也只因我在卖的是一本书。

但我真心寄望诸君所买的，是一道小小的桥梁，一道尝试去诱导我们大家一起，去爱惜爱护我们共同文化根源的新桥梁。

## <<文以载食>>

### 内容概要

谁人不爱吃？

但有时候，我们会抱着偏见、怀着不安，急匆匆的将食物囫囵吞下，个中滋味，根本无从辨析。

在这本音乐创作人于逸尧的跨界之作中，无论怎样的食物，或中或西，或生或熟，或怪异或温良，都呈现出未曾有过的真实。

他爱吃，更懂吃，每一顿盛宴过后，都将吞进肚中的种种食材消化为一篇篇美妙的文化盛宴。种种滋味在他细腻的味觉中得到安抚，在他笔下得以展现最真切的饮食文化之灵魂。

## <<文以载食>>

### 作者简介

于逸尧，二零后，香港出生，原籍河北保定。

曾入读九龙塘学校、德贞幼稚园、圣方济各英文小学、拔萃男书院、香港中文大学崇基学院地理系，获社会科学学士学位。

曾任职亚洲电视配乐组及商业电台第一台，为独立音乐厂牌“人山人海”创办人之一。

现为自由创作员，统筹各种音乐事物，2007年开始兼职写作，饮食专栏文章见于《Milk X Magazine》，《南华早报大中华闻摘》及《壹周刊》。

<<文以载食>>

书籍目录

简体版自序 繁体版《文以载食》原序 繁体版《食以载道》原序 CH 1 因食之名 1 一片假名 2 平安京 3 咬名食字 4 碌结与吉列 5 受难谷 6 千岁炼，万岁宴 7 吃东吃西吃东西 CH 2 赏心食事 1 流金岁月 2 像记忆一样的味道 3 主厨餐桌 4 楼上雅座 5 碟碟不休 6 平素有酒 7 流着泪食辣 8 四季不分食火锅 CH 3 五谷之味 1 一日之计在于晨 2 大油无私 3 一口安乐饭 4 飘移中国面 5 面的红，面的黑 6 拉面大战冷饭 CH 4 无肉不欢 1 不鱼不吃 2 哭泣的螃蟹 3 板在烧，汁在叫 4 封禽榜 5 血鸭的风采 6 内在美 7 有伤肝，无伤肝 8 兔死“胡”悲 9 食蛇添足 10 马鹿野郎 11 块肉茹生记 12 九千岁 CH 5 怡口小食 1 鸡蛋奇案 2 两家茶礼 3 一派一世界 4 馄饨初开 5 尝味有期限 6 罐头里的魔法 7 臭色可餐 8 腾云驾雾又一餐 CH 6 甜言蜜意 1 给你一点儿甜头 2 小蛋糕，大美人 3 浓情朱古力 4 安分守己苹果派 5 冰雪聪明 6 千与千层 7 冰火两重天 8 咸甜冤家 不散之筵席

## &lt;&lt;文以载食&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页： 我知道很多人不吃早餐。

很多人都觉得吃早餐是一件浪费时间的事情，宁可赖床假寐多一刻钟，也不愿意早起一点来用一顿早饭。

小时候的我就是这副脾性，老是爱夜里为了些无关痛痒的事，很晚也不舍得去睡觉。

早上起床的时候，为了争取睡多一点点的时间，别说早餐，连刷牙洗脸上厕所也差点想要省掉，有时候遇上体育课的日子，还会把明天上学要穿的运动服，预先穿在睡衣里边，务求早上能用最少的时间准备，就可以马上起行上学去。

这种坏习惯一直延续到最初出来上班的日子。

那时候离家独立了，就更变本加厉，每天早上上班时总是赶忙得要命，只有“准时”回到公司，没有一分钟多余的时间，可以用来吃一点点什么早餐。

不吃早餐的坏处，在你还年轻的时候是不容易察觉到的，但坏的影响也许会层层累积起来，到一定时间你就会开始发现，身体的毛病慢慢地浮现出来。

这些毛病可能跟你长年累月以来，睡醒之后没有足够的营养补充，身体长期透支，失去了平衡而引发的也说不定。

纵使明明知道不吃早餐的坏处，但人就是这样，许多时候偏要做些对自己不好的事。

结果，“为了身体好”这个原因，还不及“贪靓”来得够力，一知道不吃早餐会致肥，就立即修心养性，乖乖地开始培养吃早饭的习惯。

其实如果早知道吃早饭是会让人变瘦的，那么老早就应该好好地去吃。

浪费了二十几年每天一餐，加起来数目十分惊人，而且有些食品传统上是只会在早上吃的，从前因为贪睡而错过了的一切，现在都要大报复式来拼命补偿一下。

我自问在食方面算是异常开放的人，例如我从来都不太介意在早上吃一些一般人认为不寻常的食品。

我小时候有一段日子，每逢冬天，爸爸都会做早饭。

这个“早饭”不单是指“早餐”，而是如假包换的一顿饭。

这顿早饭通常都包括一款下饭菜，例如炸菜蒸牛肉饼，然后伴一碗热腾腾的白米饭。

有时索性就下饭菜连白饭一大碗，有点像北方人吃盖浇饭一样。

小时候这款爸爸的特制冬令早饭，其实我是蛮喜欢的，也比较平常吃的热鲜奶加蛋要吸引许多，令我愿意快乐地早一点起床来吃个饱。

<<文以载食>>

编辑推荐

《文以载食》由生活·读书·新知三联书店出版。

#### 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>