

<<觅食>>

图书基本信息

书名：<<觅食>>

13位ISBN编号：9787510821219

10位ISBN编号：7510821215

出版时间：2013-6

出版时间：九州出版社

作者：巴陵

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>

## <<觅食>>

### 内容概要

《觅食:从南向北,边走边尝》是资深美食大师巴陵多年来生活、游历于湖南、四川、广东、河南、青海等多地后集结而成的一本美食杂谈。民以食为天,各地不同的饮食习惯和饮食背景总能让巴陵对当地的特色美食蠢蠢欲动。巴陵说:“各地百姓的贡献,普天下人的口福。”数十年品尝美食的经验与心得汇成此书,品读之余不仅可以了解各地的民俗民风,更可以试着跟当地人一起,做地道的特色美食,足不出产品味“舌尖上的中国”。

## 作者简介

巴陵，男，湖南新化人，现居长沙。

从事图书出版和策划工作，职业书评人，美食旅游专栏作家，创作了百余万字的美食散文作品，出版过散文集《秋声高处》、《村庄散记》、《尝遍大中国》、《尝遍大中国（二）》、《一本书吃遍中国》等，撰有《湖南省旅游志》等著作，主编丛书十余种。

曾在《科学与文化》、《四川航空》、《安庆晚报》、《呼和浩特晚报》、《政治协商报》、《车友报》、《航空画报》等报刊开设专栏、专版、专题十多个。

<<觅食>>

书籍目录

第一辑 湘煎湘辣辣乡说辣 / 002 剁辣椒 / 008 凤凰姜糖 / 012 湘西社饭 / 017 湘西南苗家灌辣子 / 021 汉寿中华鳖 / 026 湘西熏血肠 / 029 新化三合汤 / 033 过年腊肉 / 038 第二辑 川辣煮厨四川豆花鱼 / 044 重庆酸辣粉 / 052 麻婆豆腐 / 056 毛血旺 / 063 怀远冻糕 / 068 街子镇汤麻饼 / 072 锅魁 / 077 第三辑 汤水香煎胡辣汤 / 084 青瓜清汤 / 089 金城灰豆汤 / 092 西北羊杂碎汤 / 096 株洲杂菜汤 / 099 芋头娃娃菜汤 / 102 第四辑 鱼肴遍地洞庭湖银鱼 / 108 火焙鱼 / 114 西风斜日鲈鱼香 / 121 刨盐鱼 / 131 臭鳊鱼 / 136 烟熏鱼 / 143 石锅鱼 / 150 翠玉鱼皮 / 154 洞庭湖大闸蟹 / 157 第五辑 味国味民南瓜 / 168 马齿苋 / 172 麻糖 / 175 香芋 / 179 红薯香 / 183 冰清如柚 / 186 柑橘思想 / 189 爱似菠萝 / 192 西瓜清凉 / 196 苦爽青莲 / 200 后记 边走边尝 / 203

## &lt;&lt;觅食&gt;&gt;

## 章节摘录

汉寿中华鳖汉寿县位西洞庭湖滨，素有“屈原故里”、“稻作文化遗址”之称，居沅水、澧水末端，水域广袤，自然资源丰富，有沅水、澧水、沧水、浪水、酉水等30多条河流纵横交织，有目平湖、太白湖、安乐湖、西脑湖、南湖、围堤湖等70多个湖泊星罗棋布，水产养殖业比较发达，水产品生产居全省领先地位，尤以甲鱼、珍珠闻名于世，傍水而生的芦苇亦享誉三湘大地。

汉寿县太白湖、西脑湖、南湖、围堤湖等处野生鳖甚丰。

甲鱼又称鳖、团鱼、脚鱼。

汉寿盛产甲鱼，主要是中华鳖。

1974年开始人工养殖甲鱼，1996年成为全县仅次于粮食生产的第二大农业项目，中华鳖内销全国29个省（市、区），加工产品远销欧美、韩国、日本和东南亚各地。

汉寿成为全国最大的甲鱼种苗繁供基地和重要的商品鳖养殖基地，被命名为“中国甲鱼之乡”。

1998年，中华鳖供过于求、外源污染、疫病流行，养殖户形成“七亏一盈二保本”的局面。

中华鳖是种经济价值较高的珍贵水生动物，分稚鳖、幼鳖、亲鳖、商品鳖及其加工产品。

中华鳖是食用珍品，有较好的滋补作用，也是城市居民的稀缺美食。

在中华古籍里，周代就有食鳖的记载。

中华鳖有肉味鲜美、营养丰富、蛋白质含量高特点，尤以裙边更为脍炙人口。

据检测，中华鳖肉含蛋白质16.5%，还有丰富的钙、磷、铁、硫胺素、核黄素、尼克酸、维生素A等多种营养成分。

汉寿东临益阳、西靠常德、南衔桃源、北濒洞庭，距长沙百余公里，实为湖南水陆要冲。

我这次到汉寿，本想到西洞庭湖湿地走走，看看湖区秋色和洞庭湖的候鸟，却因天气不当，洞庭湖的候鸟没有看到，却在汉寿县城吃到了一顿正宗的中华鳖宴席。

在长沙餐桌上，吃过无数次甲鱼，都没有太多记忆。

这次，在吃之前，朋友跟我说：我们餐桌上的甲鱼，是天然放养的，稚鳖生下来三个月，长成幼鳖，再放到天然池塘养殖，直到长成商品鳖。

汉寿的中华鳖，是在纯种中华鳖和汉寿当地土鳖交配后产下的子一代，保持了中华鳖和野生鳖的优良特点。

我注意观察了一下餐桌上的中华鳖，背壳就比长沙吃的鳖大，盛在巨大的常德式土钵里，感觉气势诱人，垫着高高的火锅，升起腾腾热气，有股大宴风范。

中华鳖子一代的特点全部表现在裙边，宽阔透明、坚韧厚质。

我夹了一块裙边，均匀透明，质韧绵软，没有骨头，筷子夹上去，很有糯性，凉了就粘着筷子。

轻轻咬下去，比较柔软，容易咬进去；用力，明显感觉有些韧性；也容易咬断裙边，嚼碎却稍感不易，韧性十足。

细细回味，裙边糯性、韧性、柔性齐全。

又夹了块大背壳，切成块的背壳，肉质和裙边肉已经很少，细细寻找背壳的肉，肉质明显厚些，背壳容易咬干净。

骨头圆滑，肉质细腻，汤汁鲜美。

湘西熏血肠湖南，属南蛮古国，还保留着很多野蛮气息，饮食的茹毛饮血就是一例。

湖南人喜欢吃一些带着血腥味的食物，永州血鸭、新化三合汤、邵阳猪血丸子、凤凰血粩鸭、湘西血肠等，都与动物血有着紧密联系。

湖南人的肉食保存，主要是腊熏结合，与陕西的水窖水熏相似。

湖南的血肠有自己的特色，在腊过之后要用柴火熏烤干燥，然后悬挂保存。

湖南吃血肠的地方主要是现在的大湘西，包括新化、邵阳、怀化、湘西州、张家界、常德等地。

这块大地盘，多是山区林地，人们生活水平比较低，过着农耕的日子。

上山下河的重体力活，消耗的食物和油脂多，为了填饱肚子和精力充沛，多吃肉类和含油脂高的食物是他们的首选。

贫苦的农民，一年到头，手头的钱比较紧巴，拿钱来买新鲜肉吃很难，多吃自家的腊肉以及腊肉类食

## &lt;&lt;觅食&gt;&gt;

品。

血肠是腊肉类食品之一，油脂虽比腊肉少，肉质紧促，保留了鲜肉的味道和猪血的清爽，是农村女性的首选。

湖南血肠，应该说都承传于猪血丸子。

猪血丸子也称血粑，是古宝庆名食。

相传宋朝有对孤儿寡母，母亲送儿子到云山庙与和尚习武，母亲心疼儿子习武辛苦，想做样荤菜给儿子改善生活，冥思苦想后把猪血加进水豆腐中，捏成球状熏干。

儿子习武下山参加朝廷武考，一举夺得武状元。

考官问及成功的秘诀，武状元答道：母亲的猪血丸子，血粑从此开始在邵阳流传。

清代康熙年间，猪血丸子进入大众视野，农民将豆腐捏碎加鲜猪肉丁、猪血、盐、辣椒粉、五香粉、麻油等佐料，做成馒头大小的丸子，放太阳底下曝晒，再穿挂柴火灶上烟火熏烤，熏得时间越长，腊香味越浓。

每年腊月，湘西过年的气氛一日紧过一日，每家盘算着哪天宰猪，哪天做腊肉、灌血肠、捏猪血丸子，日子安排得井井有条。

杀年猪要翻老皇历，择良辰吉日，召集一家子女，邀上祖辈父辈聚餐，乡间叫喝猪血汤，也是一个团聚的日子。

杀猪是件繁琐事，先要准备糯米、水豆腐、炒米粉，盆、锅、桶、器皿、刀具，柴火。

柴火里有火筒、枫树柴两样不能少。

火筒是农村家庭每户火炕必备之物，长约一米，用毛竹做成，一截留节，用钉子钻个小孔，其他竹节用铁竿打通。

柴火燃得不旺、火力不大，可借火筒吹风，吹发柴火。

杀猪烧开水烫猪毛，要劈一个旧火筒做引火之物，再做一个新火筒抬杠。

干竹片容易燃烧，点火后很快烧着，几块竹片可以烧得熊熊大火，往上加些干柴，火势很快上来，灶膛里的柴火马上引烧，大锅水也容易烧开。

农民把烧火筒叫做吹猪，希望来年的猪长势像吹火一样旺。

山区漫山遍野长满了枫树。

每到腊月，枫树叶子通红，农民看到枫叶，爬上山坡，砍上一捆枫树，放在干燥处，等待杀年猪。

刀柄大的枫树，连个弯也没有，一截一截地塞进灶膛，噼里啪啦地冒着火星，散发着一股特有的香味，酷似年猪开边时的肉香。

农民把它叫做风猪草长，希望来年的猪长得枫草一样茂盛。

做猪血丸子和血肠，都要将泡好的糯米接上热猪血，剩下的血加盐煮熟。

血肠按血原料可分两种：一是糯米血肠，也叫生血肠，主料是糯米，将凉水泡好的糯米接上热猪血，等血凝固，把热猪肉切碎，加佐料拌糯米剁，久剁成浆后灌入小肠，灌满二十厘米左右，压紧密封。

或糯米里加水豆腐，增加糯性和凝固性。

还有一种是熟血血肠，需要杀猪时接的热血凝固以后，放大锅里熬熟。

熬血时火要小，猪血里气孔才会少。

先把猪血划成大块，凉却后再切小块，切热猪肉，剁碎，拌上佐料，加入猪血，灌入小肠，压紧。

血肠码在腌腊肉的桶里，腌上五六天，小肠上泛起白色，可提出借着阳光晒干水分。

再挂上火炕顶的木梁微熏，肉质微黄有轻微腊肉香，就包上一层竹棉纸，加柴火熏烤。

不久，生血肠开始滴油，熟血肠的竹棉纸透亮，拉大与柴火的距离，十天半月以后，血肠不再滴油，竹棉纸漆黑，就说明血肠已经熏熟，可以悬挂到没有火的地方干燥。

吃时，撕下黑漆漆的竹棉纸，切片放锅内蒸十分钟即可食用。

## 后记

边走边尝华夏大地地广物博，各地气候、土壤、雨量、阳光、经纬度不一，物产各异，各民族不同的饮食、生活习惯逐渐形成自己的传统饮食文化，在数千年的历史长河中发展、累积。

中国自古以来民以食为天，老百姓就是饮食大军，他们为了生存和活命都要寻找可食之源，制作自己喜爱的和抗饥的食物来饱肚子。

所以，我国美食源于民间，隐藏于民间，等待食客去发现和寻找。

我从二零零一年开始接触图书出版，一脚就踏进了文化圈和饮食圈的边缘，常常与同事、朋友出去混吃混喝，从此诱发了我的食神经；我在吃喝中结识了很多厨师，并逐步了解餐饮业。

我出生在古梅山深处，梅山饮食的奇异独特、古老原始，既有茹毛饮血也有精工细作，我在外旅食十余年里，发现湖广、云贵川等地都有梅山饮食的影子。

梅山深处是个落后的深山沟，饮食没有被现代烹饪技法和现代化所取代，还是传统制作。

我是古梅山嫡系后裔，祖先由唐代迁徙至此，与梅山土著融合，并继承和发扬梅山血脉。

父系为山主，拥有森林、土地、矿山；母系为茶农，以采茶、贩茶为业，到祖父和外祖父时代已经衰弱。

祖父开荒垦地种植梅山五谷，我出生已有充足的粮食；外祖父春夏两季贩茶资江，游食资江沿岸和洞庭湖畔以及武汉，把好吃、爱吃、寻吃、做吃的习性传染给我。

在父母的抚养下，我过着比较优越的生活，能尝到祖父和外祖父喜爱的食物，特别是稀罕的肉类、鱼类、酒类和营养品，他们都让我尝、吃，并告诉我味道和吃法，也训练我的品味本领，这些童年的记忆非常深刻，让我这些年受益匪浅。

十九岁，我离开梅山走进城市，纠缠我的难题是吃、喝，从小受梅山饮食的滋养，很难适应城市的面食和怪异的饭菜。

城市的早晨是粉、面当家，中晚餐是五花八门的异地食物混杂，我如陷入荒岛，开始挨饿抵抗，接着是适应、顺从。

身居城市，为了生存和果腹，不得不接受面食和其他食物的馈赠和浇灌，改变我古老的饮食习惯。

大学时期，我写了不少习作，多是乡土散文，其中贯穿很多梅山饮食文化，既是怀念也是重生。

我开始关注城市饮食，把新鲜食物记录下来。

这十多年以来，我一直关注城市饮食的原材料和烹饪方法。

我在城市吃到的食物不再是原汁原味的乡间食物，厨师在注重味形色器的美观时，已大量使用半成品食材，食物中增加了激素和速生成分，污染严重，为了弥补这些不足，我注重挖掘民间食材，寻找优良和健康的烹饪技巧。

为了让我所发现的民间美食进入城市，贡献给人类，唯一的方法就是把发现的过程变成文字。

从二零零三年起，我利用出差、旅游、探亲的机会，尝食各地美食，在当地文友和编辑的陪伴下品味名菜、名小吃，了解原汁原味的民间美食，我再向读者推荐。

我吃到的这些美食，都是与我的一次偶遇，我是带着尝食和体验接触这些食物的，无法全面考察它的细枝末叶，只能探索一二。

在长沙，我可以吃到来自全国各地的美食，我却讲究现场感，喜欢深入原产地，感受当地风土人情、民俗民风、人文地理及土壤、气候、阳光、水分等形因；再了解美食产生的历史渊源和发展过程及对这道美食起到推动作用的人和事并对形成鼎盛之势的过程进行一个全面了解；经过我的尝食，了解这道美食的文化味和生活习气，感悟它的精髓所在，加入我独特的品味方式和味觉识别能力，对每道美食进行细微的区别和鉴赏，形成自己的文字；再对食材和配料及烹饪方法、技巧及主要食材的药性、营养成分进行鉴定、区别，始成一文。

我写美食散文，始终抱着一个信仰——各地百姓的贡献，普天下人的口福。

把我吃到的极品美味介绍给读者朋友，让他们通过我的文字去了解、品味那些美食，再去当地体验。

我注重挖掘每道美食的文化底蕴，进行改良推荐给厨师、餐馆，再推荐给食客，为人类留住口福和味道。

一直以来，我在做兼职的美食推广工作，不仅推荐美食的外形，还要推广产地的文化和人文。

<<觅食>>

我一直在寻觅一条绝佳的推广之路，让我所发现的美食走向全国、走向世界。

我的手段很笨拙，开始以散篇见报，再在有影响力的报刊开设专栏、专版、专题，坚持给专业饮食期刊撰文，最后以图书的形式结集出版、发行。

现在摆在读者诸君面前的《觅食》，是我结集的美食图书之一。

我将继续我的职业——尝食，也将继续把它们撰写成文章，编辑成图书，奉献给读者。



<<觅食>>

编辑推荐

《觅食:从南向北,边走边尝》编辑推荐:美食专栏作家巴陵,数十年行走美食之路,深谙美食之道,精心品尝、研究各地特色小吃、名菜,荟萃各地经典名吃名菜,让你不仅懂得如何品味美食,更能足不出户做出各地名吃。

跟着大师研制各地特色美味,讨好自己的味蕾吧。

#### 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>