

<<一饭一世界>>

图书基本信息

书名：<<一饭一世界>>

13位ISBN编号：9787549525768

10位ISBN编号：7549525765

出版时间：2012-10-1

出版时间：广西师范大学出版社

作者：周华诚

页数：256

字数：170000

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;一饭一世界&gt;&gt;

## 前言

舌尖上的乡愁 一部名为《舌尖上的中国》的纪录片，火遍大江南北，无数人于半夜守在电视机前，一边吞咽口水，一边悠悠怀想遥远记忆中的味道——那不是别的，只是味蕾上的乡愁。一种绵延千年、散布于血脉之中的朴素情感，被丝丝缕缕地勾引出来；对故土的思念浓到化不开时，便由舌尖上集中爆发。

想一想，有多少美食的记忆，曾萦绕在我们的生命中，而今已经找不回来了——外婆用石臼打出的年糕，年夜饭时妈妈包的素鸡，冬天亲自下田挖的泥鳅，山上采的野菜；家家挂在屋檐下的腌鱼腊肉，刚从菜园摘下的通红的辣椒和碧绿的丝瓜；夏夜深山溪涧里发出雄浑叫声的石蛙，舅舅下河摸来、用柳条串了一串的红丝棍和白条鱼……这些东西，不是高级餐厅里的海参鲍鱼，不是异域风情的西餐牛排或日韩料理，也没有名厨大师调制，没有小提琴和钢琴的佐餐。

它只是普通的日常的材料，每个中国家庭都会做的，扔在锅里油盐酱醋大火小火煮熟的滋味。

它平平淡淡，是你生活里的一部分，平淡到你都不会太注意它。

但它是你生命记忆里的一部分，抹也抹不去，变也变不了，朴实又亲切，让远方的游子回想起来时，不由自主眼角泛起星星点点的泪光。

中国正处在一个社会快速变化、人员四处迁徙的年代。

人们远离故土，就再也找不到回去的路了：故乡已经面目全非。

但人们在城市又何尝能找到精神的栖息地呢？

这身体和精神双重漂泊着的一群人，心中乡愁是愈烧愈烈，而无着无落的味觉，又哪里不是时时在找寻着故乡的影子？

这本书里的大部分文章，写于三四年前。

那时我离了故乡，在一座小城市谋食。

所谓故乡，都是要离了远些，那模样才会渐渐清晰起来；我在小城市的露台上，张望秋天高远的天空，时时会想起乡下村庄里的味道——那些野菜、青蔬、河鲜、粥饭，哪怕平常得很的东西，都会想念。

于是得了空就四处搜罗原料，自己动手做出来吃。

好在小城离乡村并不远，尚可以吃到原汁原味、没有农药残留的纯天然绿色菜肴。

而今我在另一个城市，离故乡自然是远得多了，虽然偶尔也去菜场逛逛，买些菜回来，但这些菜的味道，却是相当生硬、笨拙、了无生气，吃到口中，也不复有故乡的味道了……现在，当我重新翻看曾经写下的这些文字，竟也开始羡慕当时的闲情，可以悠然地记下这么多关于味觉的经验。

这些文字是一座通向故乡的独木桥，在四处飘荡的炊烟里，在妈妈喊你回家吃饭的沉沉暮色里，渐渐沉醉。

煮食这件事，伴着细致而烦琐的过程，食材会发生奇妙的变化。

在进食的过程中，食物通过口腔、通过味蕾与人达成情感的交流，这是一种绝妙的互动。

在舌尖体验一种味道之时，所有与之相关的往事、情感都会被唤醒。

进食是最日常的生活程式，如果在这样日复一日的程式里感悟独特的情感审美，则平庸的日子也会被改变，厨房里的创造性劳动与餐桌上的意外惊喜，总是会发生碰撞终而迸出生动的颜色。

这本书写到的所有食物，几乎都是寻常之物，没有一样是珍稀或“高贵”的。

大概，在“美食家”的眼里，这离“美食”的境界实在是很远。

所以，这不是一本关乎“美食”的书，这本书只关乎情感和记忆——不论是舌尖上的乡愁也好，还是远行人路上的取食也好，一餐一饭，内里都藏着一个世界。

所谓“一饭一世界”，它虽渺小卑微，却实实在在已是我生命历程里的一部分。

我将携带着这一份情感的行囊，继续远行，或回到故乡。

周华诚 2012年6月19日于杭州

<<一饭一世界>>

内容概要

悠远的饮食笔记，文字制造的活色生香。

文字篇幅不长，短则数百字，长则一两千字，如明清性灵小品，读来轻松自然。其中饮食细节，与城市男女生活融为一体，风趣幽默，捧读之下，令人怀想生活之美好。所以轻巧的篇幅之下，是阔远的意境。

每篇笔记，皆是舌尖上的旅行，亦有味蕾上的乡愁散漫

## 作者简介

周华诚，笔名周围。  
专栏作家，浙江省作家协会会员，《读者》杂志签约作家，台湾“联合新闻网”特约作家。

爱好美女、美食、美景、美乐。

当过医生，坐过机关，现为媒体资深编辑。

出版的作品有情感随笔集《爱左情右》（2002）、情感问答集《换个方式好好爱》（2011）、随笔《无人时唱歌给梦想听》（2011）、图文书《我湖：一个人与西湖的24节气》（2012）等。

<<一饭一世界>>

书籍目录

第一辑 舌尖与故乡

白菜  
老南瓜与南瓜花  
煎红椒  
板栗从秋天跌落  
乡村酒席上的肉  
艾香如故  
诗意的春韭  
粥样年华  
谁人舂出香甜长  
南瓜叶多像你的手掌  
一日闲  
青蛳  
田螺  
汪刺  
低调的鲶鱼  
马齿苋  
柔若水潺  
黄秋芋  
杨梅  
栀子花  
秋天，一窝番薯活蹦乱跳  
油香  
年味儿

第二辑 边吃边幻想

愈野愈有味  
恋爱中的排骨  
我们的生活像面条  
最是欲遮还休的温柔  
豆腐  
迷魂汤  
原汁原味  
番茄嫁给蛋  
幸福的饥饿感  
菜汤  
不是吃素的  
臭豆腐  
美味只给相信它的人  
一盘脉脉含情的菜  
隔海相吃  
快乐爆成花  
当年不识皇后菜  
恋恋柔肠  
猪肠如何吃得优雅？

<<一饭一世界>>

温柔麻球  
冷饮摊  
汗如雨下  
餐桌  
泡沫奔涌  
动什么别动碗底  
男烤女验  
吃着喝着祝福你  
菜泡饭和情书  
情定火锅店  
杂货铺的烟火  
吃饭这江湖

第三辑 行旅吃天下

凉州三套车，豪迈边塞曲  
沙盖菜  
吃苦  
洛阳：这一顿5块钱的美食  
成都一顿  
喝啥汤，就是啥汤  
独自消夜  
球川三吃  
往事煮酒  
丽水有军鱼  
将风景一道吃去  
鱼的村庄  
黔之酸  
抄手而食  
粉干老太  
周慧敏与米鱼脑  
午夜的聚会  
花生米  
套，或者不套  
鱼戏莲叶间  
月明荞麦花如雪  
舌尖上的春天  
桃花流水  
薄荷  
银鱼薄命  
出网银刀乱

第四辑 古代人吃饭

吃蟹培训班  
惊艳的酒姿  
宋朝的博客  
皇上也不吃夜宵  
蔡府的包子有多香  
干了这杯洗手水  
杭州文人菜



## &lt;&lt;一饭一世界&gt;&gt;

## 章节摘录

马齿苋 没来由地，突然想起吃马齿苋。

去菜场问卖菜的老妇人，她也摇头，兴许这时节的马齿苋，还没在地里长出来吗？

然而在我印象中，它是四季都有的野菜；要不，是它落寞，没有人关心了吧。

这时候是惊蛰。

泥中冬眠的昆虫，要醒来了，这阳光多好。

桃花红了，李花白了，这鸟儿那鸟儿也开始在枝头鸣唱。

老家高高的房梁上，归来的春燕一定又在啁啾，飞去飞回地忙碌，也不知忙些什么，燕窝底的地面，一定又铺上一摊又一摊的燕屎了。

春天到，又有野菜吃了。

我近些日子吃饭，偏爱很纯很天真的路线，青菜心，真好吃！

一点儿油花，一点儿盐，没有味精，没有其他任何多余的作料，炒起来吃，真是清清爽爽。

我做菜，早已习惯不搁这精那精，蔬菜的味道却在舌上更鲜活起来。

晚上翻汪曾祺的书《人间草木》，也遇见马齿苋。

汪曾祺说，他祖母每于夏天摘肥嫩的马齿苋晾干，过年时作馅包包子。

她是吃长斋的，这种包子只有她一个人吃。

“我有时从她的盘子里拿一个，蘸了香油吃，挺香。

马齿苋有点淡淡的酸味。

”我也回味起那酸酸的味道了。

夏天田野间的马齿苋，茎肥叶绿，看上去就很鲜嫩多汁。

手边一拔就是一大把，回家把老根去掉，用井水冲洗干净，下沸水锅里焯透，捞出用清水洗净黏液，切成细细小段，放入盘中。

拌入细盐、米醋、酱油、麻油、生姜末、大蒜泥，捏成宝塔状。

这青绿的小菜，口感清淡爽口，傍晚煮一锅稀饭，用它来配，真让人咽口水。

把马齿苋切细碎，与煎好的鸡蛋一起炒，下酒真好呀。

把马齿苋洗干净后，放阳光底下晒三五天，至完全干瘪，可以长时间贮存，随吃随取。

吃时可用水泡开，洗净后同肉蒸或烧，与“霉干菜扣肉”的做法相似。

我在钱江源头的农家旅店里吃过一回，味道至今犹在舌尖。

这样一种野菜，酸酸甜甜，煮汤也一定好。

汪曾祺说，马齿苋开花，花瓣如一小囊。

他说用两个马齿苋花瓣套住知了眼睛，知了看不见，便胡乱地飞。

马齿苋的花，我见过米粒一般的小小朵，黄色；然而还要捉知了去套眼睛……等我女儿周一朵再长几岁，我告诉她这个玩法吧。

我自己，玩这个游戏，已经太老啦！

她一定会喜欢乡间田野的味道的，阳光撒在草叶上，满鼻子是青青草香！

一定要回家去采马齿苋！

采很多很多，带回来，放汤、炒鸡蛋、凉拌……做馅包包子是没有那水平了——吃不完再晒一些马齿苋干。

什么时候想念田野了，就拿几根出来吃。

柔若水潺 同事老鲍以言语精辟著称，他形容一位年过四旬的徐娘：“身上大面积塌方。

”他形容某女性情温柔：“就像豆腐鱼。

”自从若干月以前，老鲍和我在小袂背巷一家光线相当阴暗、墙壁布满油污的小饭店里吃过一次红烧豆腐鱼，他就对该鱼念念不忘。

豆腐鱼就是水潺，这个学名我是听一个温州人说的，使我不得不对小小一条鱼产生莫大的崇敬之情——什么叫唐诗宋词的炼字艺术？

什么叫中华饮食文化的深厚积淀？



## &lt;&lt;一饭一世界&gt;&gt;

这就是——水潺，像水一样透明，像水一样缓缓流动，似水温柔。

让人生疑啊同志们！

这说的是鱼吗？

古代四大美人里面，属杨贵妃的皮肤最好。

白居易赞美杨贵妃的皮肤，说“春寒赐浴华清池，温泉水滑洗凝脂”，想出“凝脂”两字，想是白老先生也拈断数根须了。

白老没有吃过水潺，也不知有豆腐鱼一说，不然的话，这《长恨歌》里的千古名句恐怕也会有另外的版本了。

水潺温柔，那是当它躺下的时候。

这种只有一条主骨，其他鱼骨更是细软得如同胡须，全身软不拉几的软体鱼，在海里可不是省油的灯。

水潺口齿伶俐，一身本事全在嘴上，虾兵蟹将身披铠甲看起来威风，也常常成为它嘴里的美味。

别看我们常吃的水潺简直比豆腐还嫩，它还有如此令人生畏的一面，可见温柔的也不一定全是好欺负的。

。

在皇帝跟前的女子，那张嘴可就更厉害了。

楚王新得到一个美眉，很喜欢，天天耳鬓厮磨，其他后宫佳丽不干了。

僧多粥少，竞争激烈，人家排队等了三年五载还没轮上一回呢，你一个新来的就天天翻云覆雨，凭什么呀？

于是就有人很“好心”对美眉说：“大王觉得你的牙齿不好看，你最好用衣袖挡住。

”然后又悄悄对大王说：“她觉得您身上太臭，每次都要把鼻子捂住。

”楚王一观察，可不就是嘛，结果那个美眉就死定了。

这个故事告诉我们，要警惕人家的嘴。

但是，亲爱的读者一定在问，这和水潺有什么关系？

好的，那么请在关系这一栏填上：尚未发生。

洞头的同学告诉我，她们那里有一种很美味的小吃叫龙头鱼饼。

后来我弄明白了，龙头鱼，也就是水潺。

把新鲜的水潺去头去尾，剁成细丁，和鸡蛋、姜、蒜、料酒拌匀，再加入适量番薯粉揉匀，拍成饼状，放在油锅里一炸，炸成两面金黄，或者放在高压锅里蒸熟或用微波炉烤熟，都各有风味。

这位洞头的同学一直邀我去海边玩耍几日，我因路途遥远一直未能成行，这次她又用口腹之欲引诱我，把这种鱼做的饼的各道工序不厌其烦地——道来，不由令人浮想联翩。

本地远海，偶尔也能在菜场第一时间买到刚到的水潺，但是总不如在海边吃到的新鲜。

而且据说因为水潺不能冷冻、不能过夜，夏天菜场里的龙头鱼最好少买，冷不防就会有无良商家在其中加了福尔马林什么的。

那可真叫，温柔是一种罪。

水潺煮汤甚好，汤浓乳白，撒一把香菜其上，悠悠然有春天感。

P42-45

<<一饭一世界>>

编辑推荐

《一饭一世界》这本书是作者周华诚从近三四年间创作的诸多饮食笔记中精选而成，共分四辑：“舌尖与故乡”、“边吃边幻想”、“行旅吃天下”、“古代人吃饭”。

这本书写到的所有食物，几乎都是寻常之物，没有一样是珍稀或“高贵”的。

#### 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>