

# 民以食为地：2011金秋食旅

## 瞿德霖 66届



2009年拙文“十城食旅”在网上广泛流传，其中我自定有关在中国餐饮按一筷（不会再吃），二筷（可以再吃），三筷（好吃）。经过二三年的实践，我觉得应该有四档比较切合实际：0筷（不会再吃），一筷（可以再吃），二筷（比较好吃）和三筷（还想再吃）。我当时提到，每餐都有我特别爱吃或我认为特别好吃的菜肴，不能强求大家苟同，也不敢声称定论，不是所谓的“美食家”，因为世界上根本没有美食定论，更何来“美食家”？

本文题为“民以食为地”是因为我个人观察，绝大多数民众的食已经普遍地稳定和提高，成为一种坚实的基础，不再是过去灾荒或贫苦时代的求温饱的情形了。举个例子，我每天早上在高安路买汽油桶大饼炉子里烘烤出来的大饼，1元一个，每天同时都看到一位收废品废纸的朋友在那里吃他的早餐：两个白馒头或花卷3元两个，一瓶豆浆（连杯买一元，自带瓶5毛），还笃悠悠地读一份早报。所以食已不是天，而是人人可踏的实地了。

今秋去中国数城市，一路吃来，有丰有简，特地记录下来，和大家共享，我深信我喜欢吃的菜肴，绝大多数人会喜欢，当然我不喜欢的，也有有很多人会喜欢。

现在的长途旅行真是累赘，主要是机场愚笨的安检，大型客机机舱内的混浊空气，不过因为有人可以选择的音乐和电影，时间上可以忍耐多了。无意中看到有老电影“日瓦戈医生”，顿时耳中响起悠扬缠绕的主题曲拉拉之歌，我带着耳机，就是在瞌睡梦中，也是俄罗斯广阔雪原上的人间爱和阶级仇，多么美好的音乐。

### 面点篇：真金不怕

我在抵沪的第二天一早，就到邻近的高安路去，诸位如果看过我学姐写的“高安路的早餐”的话，一定会和我一样，在高安路的那家店里，买上刚炸出的糍饭糕三筷咬劲，刚出炉的大饼三筷葱香，和我们小时绝对一个样的味道，但他们的豆花不行0筷，吃完后，再往北走几百米，就是大名赫赫的小店专卖专吃南京小笼汤包三筷皮薄汤汁多肉少。早上走在高安路上，边吃大饼糍饭糕边走，好像回到少年时代你追我打地去高安路第一小学上学的味道，看行人匆匆，一番回忆，多好的时光过去了。

只要在上海，我几乎天天这样吃，洗衣烫衣店的阿姨说她们都不去那几家小店买我吃的几样，说地沟油之类的话。所以我吃完后，再回到下榻的酒店用早餐在心理上平衡一点点，目的是用酒店的餐饮清洗一下馋嘴可能引来的食品中毒问题。在酒店，每天早上吃的有：基维汁，蓝莓汁，酸奶，豆浆，白粥和南瓜粥，小云吞，阳春面，娃娃菜，蟹壳黄，烧卖，荠菜肉大馄饨，烤麸熏鱼，糯米粘糕，当然不值酒店所谓115大洋一份的早餐，但是那里的乡下笋三筷和清炒苦瓜三筷特别清口。

我是面条大王，到那里第一打听的就是有没有好吃的面店。

在广东，吃过最豪华餐厅的43大洋的港式鲜虾云吞面一筷，也吃过只有老土地才知道的宝华面店18大洋的老牌云吞面，当然是后者鲜美好吃三筷。我几年前在香港广州按网上推荐的找到几家云吞面店，都不怎么样，看来一定得有真正懂吃的老土地指点才行。

在宝华面店，我们同行4人，没有桌子，一位广东老爷们相当有礼貌地自动让出他一个人已经开吃的4人桌，请我们入座，自己挪到边上楼梯下靠墙的小桌，这就是我最欣赏的，甚至比吃到好云吞面还让人欣慰和感激。

在上海鸿瑞兴吃了两次小阔面，鸡汤阳春面三筷淡汤劲面，虾仁面二筷因为虾的腥味扰乱了面趣。在杭州的留香面店和我表姐夫妇表哥一起享用了本次旅行最好吃的小阔面三筷，有硬劲，太感谢阿姐的款待了。

还有三次吃的是大连的牛肉面一筷没有咬劲牛肉质量一般，和上海永和豆浆店的番茄牛肉面一筷汤太酸不是新鲜番茄而是番茄酱牛肉质量不好，和在列车上吃的四川肉丝面一筷没有宽汤。不过餐车内每个餐桌上都有一个玻璃金鱼缸，内有一条活的小金鱼在游动，给中国列车客运史上从来没有得到好评的餐车食品，硬是添加了一份生动的情趣，赞一把。

每次路过东京机场，吃一碗乌冬面一筷，13美元，我过去怀疑是方便面泡的，这次看清了，是现抓现下的。有天中午想去吃生煎，跑到美罗广场，已经改天换面了，全是小资餐厅，懒得走路，就在花丸乌冬面店吃了一碗清口菜乌冬汤面二筷，据说是日本瓊岐特产的乌冬，有人信吗？

因为每天被高安路的大饼小笼汤包迷住，忘了最爱生煎。那天赶去体育馆附近的丰裕，可惜关了，租金太贵，挺不住，可见竞争之激烈，实际上所有的朋友都还是喜欢丰裕的生煎。就近在鸿瑞兴要了生煎0 筷不正宗，所以鸿瑞兴的生煎不要吃。还是在白玉兰稍微过了一点瘾二筷皮好馅不糊，外带一碗油豆腐粉丝汤二筷老味道没有变很多。

回沪必去王家沙，这次听小学同窗家麟介绍这里的素菜包好，一尝，果然三筷菜不烂清清爽爽，外面排长队的也是为了买它，上海人嘴刁啊。通常点的蟹粉小笼不行了，从三筷退步到二筷，因为11月应是螃蟹正旺的时节，竟然蟹粉味和质量都差欠，也许是我吃的太多了，嘴里没味。

因为太忙，尽管有路过，但没有来得及去乔家栅吃八宝饭和糯米点心，也没有来得及去南京西路西式点心点吃栗子蛋糕，这些都是我每次必须朝圣的地方。话说回来，长年在在外，对上海日新月异的美食已不熟悉，我的最爱都是那些至今还坚持国营的老牌食品店，靠上海食友的指点，希望有更多新的发现。

## 随意篇：丰俭由人

对于吃，我其实很随意。一碗坚韧的阳春面，一瓶淡味的芦荟酸奶，一只用旧汽油桶做大饼炉子里烘烤出来的葱大饼，一碟嫩水芹豆干，可以把我乐上天。

人在美国，在店里吃饭基本消费都差不很多，无论中西餐，从10来块到40或50块一餐，这是健康现象。拿早餐来说，无论是亿万富翁还是救济金者，都是火腿香肠鸡蛋面包麦片果汁牛奶酸奶等，没有多大的差别。

但是在中国这个社会，差距太大。从我在大学食堂里每餐3到4大洋的大葱肉包二筷，八宝粥，红豆粥，菜肉煎饼一筷等，到在早茶首府广州4人同行享用的1600大洋的丰盛早餐，价格差别惊人：燕液虾饺皇二筷，五彩鲍片鲜虾烧卖皇二筷，浓香潮式蒸粉果二筷，至尊鲍汁叉烧包二筷，湘莲蔗汁马蹄糕三筷，千层黑松腰豆糕三筷，港式鲜虾云吞面二筷，西关皮蛋瘦肉粥二筷，荔湾艇皇粥二筷，紫米脆虾肠二筷，白灼生菜三筷。

回上海第一天，王兄弟问我想吃什么，答曰：觅苋草头水芹菜，故设便餐一乐：大闸蟹一筷（是我懒惰，不是不好吃），草头三筷，觅苋三筷，啤酒，葱油拌面二筷（咸了一点）。

返美前一天，3人同行在友谊商场潮州店午餐2700大洋，还没有喝酒，计有：汾酒咸牛肉一筷（没有汾酒味，汾酒是我人生初次喝的白酒入门酒，骗不过我的），剁椒皮蛋三筷，香烤野生黄鱼三筷（请注意，野生和海洋捕捞是两回事，东海黄鱼已经绝迹，据说难得在海中打捞到一条，售价在1500-2000一斤，想小时候，菜场上黄鱼2-3毛一斤），卤水拼盘（其中卤蛋可以），椰奶，酱爆带子虾二筷，虾竖挺，潮州春菜排骨煲二筷，白果绿豆爽三筷，奶油焗澳洲龙虾三筷（但不是潮州菜，是过去上海中西合璧式的传统做法，用奶酪焗再放一点葱姜入味），潮州蒸粉果二筷。

以上两餐说明一个食的真理：凡是认真烹饪的菜，无论是菜场上大众化的一把水芹还是上海买到600多一斤的澳龙（从广东到北京到上海，从水中捞出来现称的澳龙的价格在450到800一斤，看哪家黑而定），都可以脍炙人口。从社会学来说，就是平等竞争，各取所需。

如今盛行会所，承蒙陈总款待，8人在他确实豪华的会所进餐，菜都是自己员工养殖，菜蔬鸡鸭鱼，土的好，酒是上好的茅台和法国白兰地。

记得网上报道温家宝在北航学生餐厅问候学生时提到的5毛大洋鸡蛋吗？其实我看了北京很多大学的食堂，都是大洋一元。连一个早餐鸡蛋的价格也要说谎，这就是中国社会的可悲同时也是中国人的可悲。来一个高层官员，下面就当真使劲装样拍马和表现。美国也有类似情况，但是做假是不会的。这是一个道德观念上的区别，说谎和说实，一条很明显的分界线，将两国社会的道德水准永远不一。

## 小资篇：时尚法意

我一直抱怨，在中国没有好的法国长棍面包，也没有犹太面包圈，因为这是我最喜欢的面食中的两样。上海的小资，时尚法意，单是在上海美罗城将本来已经是上海最贵的（但很干净）大排档（自称大食代，还不称排档）赶走的地盘，我就发现一家相当不错的法国面包店，La Boulangerie，我那天闯入，要了一根大号长棍二筷皮脆内松。上述乌冬面之外，还尝了ICEASON芒果冰淇淋三筷45大洋。一次小资午餐，近100大洋。至今我还没有看到犹太面包圈，如果哪位朋友知道，请指点。

我是天天冰淇淋，幼年时有感冒，母亲带我去上海儿童医院专请陈医生门诊，我至今记得陈医生温和慈祥，她通常在开药方时说，“其实吃点冰淇淋就好。”我家往东隔壁是现在的日本总领事官邸，再往东隔壁就是现在的上海图书馆过去的牛奶公司。牛奶公司那时有个门市部，其实是零售店，专卖冰淇淋，奶油，奶酪和牛奶。其中有加仑冰淇淋记得售价5-6大洋，所谓加仑冰淇淋就是一加仑香草冰淇淋，那是三十多年前的价格。

一个很不起眼的基本没有任何装潢的门市部，是当时上海唯一的专销冰淇淋的店家，也是70年代的小资领地。我说到这里，忍不住要提几句那时衡山路上衡山饭店下面的冷饮门市部，同样不起眼，同样没有装潢，确是上海夏天最昂贵最有地位的约会场所，那里一杯冰冻鲜桔子水是6毛大洋。如今的衡山路无论被如何标榜为上海最高档次的酒吧地区，在我这个真正的老土地眼里，好像一个纯暴发户的聚集地，没有一点点的真正的雅致和风情。

我特别嗜好黄豆制的芒果冰淇淋，在Trade Joe's有买。在纽约的Eataly等地方，都有上好的冰淇淋，一般零售两个球也就是5到7美元。但是在中国，我尝试的号称瑞士冰淇淋最贵的是60大洋一个球，在北京和上海机场都有吃过。

港汇下面本来的联华超市被改成一家专售泊来食品饮料和酒的小资店，顾客很少。但边上的冰淇淋店却排队，全是20岁左右的年轻人，那里敲诈50大洋一球，我也只得认了，什么品牌的我都要试试。年轻人的消费劲和美国一样，海外中文媒介报道老是诬蔑中国人将肯德基，哈根达斯，汉堡，比萨

等作为稀罕或小资象征，也太十步笑五步了，其实不然，那些店里到处都坐满了人。

说起海外中文媒介报道，不是吹拍现在财大气粗的中国政府以达到捞一点残渣余羹的目的，就是肆意歪曲报道新闻，很少有实事求是的。我想这是和国内的气氛相应的，只是枉为了自己身处海外的天赋自由条件，可惜。

## 正餐篇：色香味价

每次和上海同行聚会，不是午餐就是晚餐，这次3人同行午餐在香港广场苏浙汇：清炒虾仁二筷不太热，脆皮鸡三块是其招牌菜，干丝三筷很好没有吊汤的腥气，豆苗（三筷），阳春面二筷缺点硬劲。从外地回到上海，4人同行晚餐在我最喜欢的海鸥舫大酒店，晚上黄埔江上灯火辉煌，您可以看到包租游船的灯红酒绿，浦江船影飘然而过，和见识一下不断进行着的婚礼宴席。这里的菜肴比较海派：深井烧鹅二块，麻酱油麦菜二块，金菇荷兰豆忘了味道，水晶元宝虾二筷，马桥豆腐茶树菇三筷每次必点，木桶酸菜炖牛胶一筷有点象杂烩，麻酱迷你素馄饨二筷冷吃，王朝干红，原味豆浆，黄山贡菊。

据吴学弟指点，和王兄夫妇一起试了上海早晨饭店徐家汇店：老上海冰糕二筷，酒酿珍珠圆子一筷（等了好久），椰奶，世好啤酒，虾籽茭白三筷相当入味，上汤竹荪串芦笋二筷清爽，特色烫干丝二筷也没有吊汤腥味，清炒鳝糊一筷太甜，苔条黄鱼二筷传统菜，金钱菇烤菜二筷其实是宁波菜，胡麻粉皮野菜卷二筷清爽，清口双笋三筷，早晨熏鲳鱼二筷上海传统做法。

现在上海有很多餐厅都是租用过去的办公地方，而这些过去的办公地方都是在现在地价昂贵地区占用更过去的私人独立住宅，比如宝庆路10号名邸饭店是过去机电研究所，宝庆路衡山路交接黄金地段，上次在那里3人同行1600大洋。这次去孔家花园酒家，据说是孔祥熙在上海的一处居住地，后来是什么设计院，现在将老楼房搞成饭店。我认为是吹牛，因为四大家族房产都在闹市区的边缘。

那天晚上4人餐，此楼已很老，楼梯还有点叽叽嘎嘎，涛兄从外地赶来就为聚一聚，饭后就离沪，罗兄夫妇做东，口酥半片虾三筷香脆，竹网夹鲑鱼三筷入味，黑椒小牛排一筷牛肉可以但是做法不地道，两头乌元宝发财菜忘了是什么，孔家生明月忘了是什么，青菜肉丝面（不吃肉丝的话是）三筷，金茄天妇罗三筷香脆，孔家鲁菜一筷就是地三鲜但不很地道，一品素海参二筷（我不吃海参，初次尝试素的海参），美国杏仁虫草花，蟹粉小笼二筷比王家沙好在认真一点，开心果蔬会，青岛啤酒，菊花茶。

餐后，应吴学弟邀请，去他下榻的陆家嘴陆地万豪顶层酒廊。吴学弟推荐或选择的地方，没有我不喜欢的，因为我们来自上海同一个中学同一个邮政编号。无论在纽约和上海，他都是吃喝玩乐最有经验的老土地。陆地万豪地处如今上海滩黄金地界，酒廊不接待外客，不准抽烟，各类酒水随意。从玻璃墙俯视黄埔江转弯处，是世博会前后规划新建的地盘，有奔驰文化艺术中心，有游艇码头和滨江公园，浦江两岸，一派醉生梦死超越任何国家奢侈的中国式进取心。

我对这个地方很熟悉，小时我父亲船到上海，在陆家嘴对面的码头卸货，我常骑自行车，在这里搭轮渡摆渡，过了江，在一片荒芜的浦东冒着烟灰尘土，才能到当时的万吨巨轮上，洗澡吃饭。船上的厨师都是不错的，好的都可以中西来几手。我最喜爱的干烧或茄汁明虾，就是我父亲船上的一位上好厨师教给我的。在上海的比较好的饭店都有，60-80一只一份，我在超市看到，同样的价钱可以买两斤明虾，一般一斤是4只到5只。

衡山宾馆对面转角有建工锦江大酒店，是一家宁波菜饭店，菜肴不错，就是有点宁波菜的气味在大厅里回荡，秋叶老弟是沪上餐饮专栏作家，是他在2009年就告诉我这家店的。剁椒蒸热气鲳鱼三筷鱼新鲜就好，海鲜罗宋汤二筷太多了两人吃不了，草虾三筷这里的草虾永远新鲜，世好啤酒。

鸿瑞兴酒店一直是我喜好的地方，这次和明州来沪小住的游纪夫妇一起聚庆：熏鱼二筷，美味烤

子鱼二筷，老醋蛰头二筷，烤麸二筷，清炒野生河虾仁二筷，焖煎黄鱼脯三筷本楼特色，扬州干丝二筷，清炒水芹三筷汁多菜嫩，鸡汤阳春面三筷每次必点，秋叶老弟评这里的招牌焖肉面为上海第一碗，见秋叶“上海三十碗面”，我不吃肉面，故永远的阳春面。青岛啤酒，蜜炼桂圆茶。

从小在上海是吃广东菜的，而正宗广东菜的起源是顺德客家人的菜肴，俗话说“食在广东，厨出凤城”，顺德一个上好饭店的主厨的月薪相当于中国资深民航飞行员，而且都有自己的饭店，承蒙广东省政商界鹏总款待，让我每次都见识得益。

进入广州现代化的闹市中心，华灯初上，琳琅满目，老店广州酒家已有好几家分店，5人餐：石斛炖瘦肉汤，XO酱兰带珍珠蚌三筷精工细作，清蒸原条东星斑三筷简单鲜美肉嫩，鲍汁燕麦煮大连鲍一筷我不甚喜欢鲍鱼，水晶麻皇鸡二筷，煲淋奶白菜仔三筷做得很认真，腊味煲饭二筷，安南子炖雪莲三筷，保健柠檬汁，精美水果，上好法国白兰地。

泊美轩：老醋蛰头三筷脆嫩，酱泡萝卜皮三筷脆嫩，蒜泥凉瓜二筷，白切鸡二筷新鲜，粟米红豆薄餐二筷简易入口味，均安烧肉一筷我不喜猪肉，笋壳鱼三筷广东吃鱼比较放心都很新鲜味美，红腰豆炆大连鲍一筷我不甚喜欢鲍鱼，生菜根炒让豆角三筷三筷很入味，萝卜炆牛筋腩二筷不喜煲但喜萝卜，凤城拆鱼羹三筷招牌菜名符其实，冰镇芥兰三筷爽口清香，上好法国白兰地，普洱茶，王老吉。

在成都我见识了人山人海的大饭店，在广东我见识了排山倒海的大饭店。上海东骏燕窝鱼翅海鲜酒家的总部是广东，3人餐加店主陪聊，店占一个街区，就是在珠江的滨江地段也一样的牛，当班员工就有600多人，店内面积有一半是冷热厨房和海鲜陈列水缸，各类南海的海鲜都当场点当场烹饪：豉汁贵妃蚬三筷好吃，得正野生老鼠斑三筷鲜嫩，豉油皇焗野生大草虾三筷中西合璧，椒盐泰国虾菇三筷纯中式，上汤豆苗三筷最喜，豉汁炒凉瓜三筷最喜，铁板烧卤黄鱼二筷黄鱼是东海产物，烧鹅三筷名不虚传，老椰子炖文昌鸡三筷椰子味好，椰壳饭三筷香当椰味（全店当晚最后一份店主特令），上好法国白兰地。

饭店一发，就要向全国大城市发展，著名的毛家饭店也是如此，但是毛泽东其实是没有任何趣味的人，吃更是外行。我一直纳闷，用毛作招牌，会有人吃吗？承蒙饭店集团老总亲自招待共进餐：毛家红烧肉（头牌招牌菜，本人不喜猪肉，尤其是红烧带肉皮的，不予评论），清蒸桂花鱼一筷，虫草花水晶鸡一筷，炭烧牛肋骨一筷，特色酱萝卜皮二筷，青瓜沾酱一筷，酸辣苗蕻二筷，小炒攸县香干二筷新鲜豆腐干，脆皮乳鸽二筷，杏包菇炒肉一筷，清炖水鱼（我不吃甲鱼），沙锅四季豆一筷，白灼基围虾二筷，蒜茸炒芥兰一筷，糖油粑粑二筷，青椒酸刀豆三筷真正入味的湘湖菜，红油羊肚丝一筷，芒果汁。

北京有成千上万的上海籍或南方知识干部，都是在解放后应召支援中央政府的，所以北京有相当多的号称上海菜的食府，比如沪江香满楼就是我常去的地方，这次又去，地层的点心厨房已撤掉，成为大堂一部份。所有的菜点的都是标准上海菜：萝卜丝饼二筷不传统，油豆腐粉丝汤二筷，糖醋小排一筷太甜，安吉手剥笋一筷不太嫩，桂花糖藕二筷，绿菜香干一筷太干乎，上海鳊糊一筷不到家，腐衣黄鱼卷二筷不错，腌笃鲜一筷火候还不到，油焖鲜笋二筷像样，八宝辣酱一筷太咸，雪菜笋丝炒年糕二筷不错，炸臭干一筷不太像，鲜肉小笼一筷陷不到位，美味烤子鱼一筷不脆，油爆河虾二筷稍甜，燕京啤酒，黄山黄菊A。

全聚德在望京有新店，承蒙孟总招待和京城朋友聚餐，店很新颖雅静，除了烤鸭，还综合了其他地方菜。可惜我刚坐下，就要和上飞机还赶到店里来会面的商界朋友紧急磋商，所以除了烤鸭和酥鲫鱼外，我基本没有记得其他一大桌的菜，在此向孟总道歉，小弟失礼了。

无论在中国什么地方，都有上好的饭店，不但菜好，装潢都超过美国绝大多数的豪华饭店，就和中国各省市的中心机场和交通枢纽一样，无法比较。在浙江海洋饭店承蒙黄主任款待，4人餐：金汤三丝翅二筷有点糊，广式十八梅，佛堂千张煲二筷我不喜煲但喜千张百叶，南肉蒸毛蚬二筷喜蚬不喜肉，松菜冬笋丝三筷浙江独特，东河肉饼二筷饼不下于烤鸭卷饼一点肉末可以，稀饭二筷爽，龙井田七茶。

今秋回国，唯一不满意的食处是在得和茶馆，还是我妹提议的。抵沪第二日晚，位育黄承海老师伉俪，潘益善老师和8位同学聚会，彻底上当了。晚上价格已是每位128大洋，包房12人起帐，每人随点一壶茶，整个台面就占了几乎3/4，餐点是自助形式，据称最出名的酒醉三黄鸡，我吃了一块就住口了0筷，像老棉花屑一样无味，远远远远不及我母亲在美国给我用黄酒醉的鸡。

## 多余的话

回美前，共有近100磅书堆在酒店房间里待运，民以食为天，我以书为天，除了带书就是带食。美国海关的规定是不能带肉类，蛋类，无论干制新鲜，海味能带干制的，菜蔬干的也可以。但不要带药或中药之类的东西，除非有医生处方。

如果带，一定要申报，不要抱侥幸心理。申报了不一定查，我每次都申报，只查过一次，近年来都没有查。另外就是遇到查，不要马上来中国人见到白人那种典型的点头哈腰满脸媚笑，一点用也没有，只有不卑不亢，说实话讲道理。大的航空港查的比较松，中等城市可能紧一点。如果大家注意到，明州国际机场有两个中年的男女检查员特别无理无礼，只要没有带违禁品，千万不用胆怯，每一样他或她扔掉的东西，一定要问为什么。

回到餐饮，和情绪分不开，海外回国探访，和国内亲友，都有不同的思考和兴趣，人多了，反而不入题。话不投机半句多，所以当下时兴的是结伙回国吃喝玩乐，不但话题共同，消费水准也类似，不亦乐乎。

德霖2011年12月记