

《随园食单》

图书基本信息

书名：《随园食单》

13位ISBN编号：9787501943814

10位ISBN编号：7501943818

出版时间：2004-6-1

出版社：中国轻工业出版社

作者：袁枚,二毛,谢光帝,李明

页数：185

译者：二毛,谢光帝,李明

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《随园食单》

内容概要

《随园食单》记载了14-18世纪我国流行的326种南北菜肴、饭点的制作及吃法，同时还介绍了那时的美酒和名茶，从选料到品尝都有所叙及。此次将原文和白话对照编辑在一起。

《随园食单》

作者简介

本书作者袁枚，清代文学巨子，与纪晓岚有“南袁北纪”之称。他在这本书记载了公元14-18世纪流行于我国南北各地的三百多种菜肴、饭点，以及美酒、名茶。从选料到品尝都有所叙及。从中可以看出，中国菜肴几百年来没有多少根本性的变化，他推崇的美食，如今仍然广受追捧，非

《随园食单》

书籍目录

- 一 须知单
- 二 戒单
- 三 海鲜单
- 四 江鲜单
- 五 特牲单
- 六 杂牲单
- 七 羽族单
- 八 水族有鳞单
- 九 水族无鳞单
- 十 杂素菜单
- 十一 小菜单
- 十二 点心单
- 十三 饭粥单
- 十四 茶酒单

《随园食单》

精彩短评

- 1、很佩服袁枚对吃的挑剔和狂热 . . . 对书的排版有遗憾在，自己比较偏执于图文一致，但是往往很多古书今版都是图文无关的
- 2、不错的休闲读本，待我慢慢看来。
- 3、把古籍翻译一下，包装一下，就能卖高价？扯淡。
- 4、很花哨的一个版本
- 5、经典美食宝典，必收藏，没商量。要有一定的古文基础和烹饪基础，否则不能很好的理解。
- 6、一看就心潮起伏,觉得得吃点什么
- 7、吃货必备XD
- 8、随园食单的版本有很多，这本不推荐。
- 9、：
TS972.182/4749
- 10、哈哈 翻译地蛮好玩的 附送的小科普有些蛮俏皮~ 然后 看完就忘了=。=
- 11、不是很喜欢
- 12、内容还行，封面真是太难看了

1、《随园食单》是我十分钟爱的书籍，原因也许是觉得每每读它，就看到了一段辉煌历史的印记。袁枚是中国美食家能做到的最高境界——有钱、有闲，没事就带个家厨跑到千里之外的朋友家蹭饭吃，然后坐在一起翘脚剔牙研究厨子手艺佳肴秘方，回去就慢慢实验，着实快意！近日新读，感悟亦为新，总觉得《随园食单》代表了一个时代的结束，而我们所处的时代，中餐已经不纯粹了。就像过去是书籍的时代，现在是电脑的时代，我们依然阅读，但媒体已经改革。同样，我们依然在吃着这些中餐，但我们会加国外的好多新方式来吃中餐——革命，正在发生。忽然就很想说说饮食革命这回事。还是从我妈妈开始说起吧。妈妈不能算一个做菜很厉害的主妇，因为她做菜有两个很大问题：一、向来不喜欢做羹汤；二、热衷于把任何菜都做得很“干”，少水份，而且份量十足，毫不吝惜材料。没有水份的菜往往可以保存很久，而且要花上好几天才能吃完。到最后，经常是我对着那些早已回炉无数次的菜肴倒尽胃口，可为了避免浪费又不得不吃掉。遗憾的是她从不自觉她做得太多，总是说下一顿可以继续吃啊……每到这时，我总觉得自己活得像一个糟糕透顶的垃圾筒。这不能成为责备她的理由，当然前提是因为这二十几年里她把我喂得还算不错，其次，在接下来的文章里我将好好解释。我们，很幸运也很不幸地生在了一个充满变革的时代，20世纪这短短一百年里，我们历经了太多次革命，几次三番的大折腾杂糅出无数的新思想、新文化，这已经影响了社会的各个层面，包括饮食。虽然，也许你会觉得你爱吃油条烧饼豆浆的热情绝不逊色于古人；你狂啖叫花鸡老鸭汤卤烧鹅的劲头也绝不会叫古人看扁……但事实是，时代在转型，我们的上一辈、我们、以及我们的下一代，注定将成为中国饮食文化转型期的三个代表。中餐的未来，正在这几十年中酝酿，并发生着前所未有的改变。改变，是从什么时候开始的呢？也许是KFC？不不不，它已经是后来的事了，不过我先提提它也无妨。曾经在以前的文章里写过：如果有人在写史书，大可以把KFC载入《史记》，因为它代表了一场伟大民族融合的开始。其实我是个很水瓶的人，喜欢把自己抛离出一个角色，然后站在旁观者的角度，像看电影一样欣赏发生的一切，所以当我开始看“中国饮食”这出电影时，以上那个结论是最先跳到脑子里的。它并不是说：嘿，你瞧！KFC就像当年张骞出使西域带回来的胡桃、胡麻、胡萝卜、胡椒、胡蒜、胡葱……它们改变了汉人的饮食生活啊！事实上，KFC作为一个符号，其内涵远大于胡字辈水果，现在我们也有火龙果等进口水果，但它们只是表现出了使食物种类更丰富的意义，换言之，我们“吃什么（What）”的选择多了，但KFC代表的各类世界饮食文化，也就是“怎么吃（How）”，才是真正影响并逐步改变着中国人几千年来饮食习惯的关键词！这已是后话。而前话是，一百年间，四次革命，让我们的饮食文化变成了现在这个样子，没有对错，只有变化的痛，并快乐着。先来说说最先的。那场举世闻名的辛亥革命已经毫不手软的，掘掉了中国千年饮食文化赖以发展的温床——多妻多子的家庭模式。中国人不爱别的，就爱“人多示众”。换句话说，就是注重家族观念，大部分人的生存目的只有两个：光宗耀祖、开枝散叶。多妻——代表你经济能力和社会地位的出众，可从不同妻妾中获得不同的生活需要，不论是生子高手还是灵魂知己；多子——代表你后继有人，over了一个还有十几二十个候补，家族血脉在数量的优势中保持着出色的继承性。那么大家子在一块儿吃饭，当然是大份的菜一盆盆端上来比较好——好吧，这，就是中国宴席风格的来源：盆大量足，抢而食之，和谐社会，其乐融融。古人曾说，一代人富贵只知道营造自己的局室，要三代人富贵才能在吃和穿上显出品味。看来，家族的兴旺是保证吃到好东西的关键，有钱买好料，也有钱请好家厨，所以中国菜的经典也就随着这些富豪家族的发展而沿袭着，这倒是和欧洲饮食风如出一辙，那些美妙精致的法国大餐也只有贵族的餐桌上才惊鸿一现。事实是，任何一种文化，没有了富人的支持和参与，流世的可能性实在微乎其微。辛亥革命革了几千年封建社会的命，也革了一夫多妻制的命，虽然还是有部分中国人继续在这种模式中HAPPY，但终已日渐式微，而封建社会中的富贵饮食风自此一蹶不振，而下一场革命，革得更为彻底。这，就是解放后的大饥荒。历史书上的记载告诉我们，饥荒只持续了几年。但事实是，中国人一直在吃不饱的恶劣条件下生活了几十年。战争的后遗症使中国人的饮食文化几乎退回原始时代：以树皮、草根为食甚或泥土；茹毛饮血之事时有发生，惨烈之情难以表述……当然，这些算是极端，自然灾害过去后的日子依然艰难而困顿。我的父母和祖父母辈经历过这个物资极度匮乏的时代，这里，就可以解释我妈妈做菜的两大特点了：由于食材有限，每一种获得的材料都要发挥最大的利用价值，做一道美味的羹汤是需要大量提鲜的时鲜货，在那个年代当属奢侈品，所以我妈妈家族不擅羹汤即是此道理；而做菜喜欢“干”也和奢侈有关，当时没有计划生育，所以虽无多妻，多子也是一道风景，兄弟姐妹的众多使得做菜必须量大，而身为家庭主妇的你根本无法预估那些顽皮

的孩子和辛苦的男人们到底什么时候才会归家，让菜即使凉一点也可以吃——成了潜规则，有汤卤的菜往往要保持热度才会好吃，而量大，往往会直接导致菜吃不完，易馊的汤卤很难保存，只能倒掉，干一点，久一点。那个年代是个断层，人人只想着怎么活下去，而不是怎样活得好，食物只是拿来充饥的——即使现在依然有人这么想，但这想法终究很悲凉，因为，曾经那么多关于吃的文化就这样消失在黄土中，就像消失的文明：那是印证人类曾经发明那么多乐趣的象征啊！所幸，这个断层的年代对人的一辈子来说，也许有些漫长，但对于几千年来说，白驹过隙，一瞬而已。我们迎来了第三次革命。我们，不能多妻，也不能多子，我们是独生子女，我们是三口之家，也许四口，五口六口是罚款的产物，我们的家庭被浓缩了，我们搬家了，搬到了西式的高层建筑里，我们不再住大院，不再有几十个一起洗菜说笑的街坊邻居，不再有日日圆桌大餐的待遇，那已成为节日的仪式。所以，家庭结构的变化其实一直影响着饮食习惯，在现代社会，我们正面临着前所未有的冲击，我们的父辈仍坚持着他们的烧菜习惯——有时，对我这个年纪的人来说，这看起来像是一种告示：你得带点人进来一起吃，你得养个孩子，这样我们吃起来热闹，大份菜才有存在的意义……这些暗示的私语会让人想抓狂，但是，我们是SOLO的一代，这，是我们全部的责任，我们，无法分流。SOLO不是什么好事，但它作为一种革命性制度的存在，和辛亥革命、大饥荒有着同样的地位——都是中华饮食文化变革的内因，至于外因，就涉及到第四次革命：也就是我在开始后不久所提到的KFC之民族融合，饮食界的西风东渐已盛行有年。中餐文化的冲击，远没有结束，一切都只是开始，因为，改变还在进行，伟大的时代，让饮食充满了变数。——革命不是请客吃饭，革命是掀桌重新做菜。本文发

于<http://blog.sina.com.cn/u/4528b6f901000cn2>

2、没想到这本小册子的开头写的是“须知”和“戒”，看下来，我做菜很多时候是“未知”和“没戒”，看来要学的东西多了，老祖宗留下来的东西还真不错，以后多学着点

。-----[须知单]学习的方法是先了解有关知识，然后再行动，饮食也是这样。先天须知事物都有自身的特点。如果食物的本性不好，即使让易牙这样的名厨来烹调，也成不了美味。一般说，一桌菜肴，厨师的手艺占六成，采买人的水平占四成。作料须知作料与厨师，好比女人与衣襟首饰。善于烹饪的人，用酱会用夏天三伏天制作的酱，还的先尝尝味道是否甘美；油要用香油，还要分辨是生油还是熟油；酒要用酿造的，还要滤去糟粕；醋用米醋，要清爽纯冽的。况且，酱有清酱、浓酱之分，油有荤素之分，酒有酸、甜的差别，醋有陈、新的区别。使用时不可有丝毫的差错。其他，葱、椒、姜、桂、糖、盐，即使用得不多，也应该选择佳品。洗刷须知鱼胆破了，整盘菜全苦。鳗鱼身上的黏液不洗净，全碗都腥。韭菜除去叶留白茎，白菜摘去边叶留菜心。调剂须知使用调料的方法，要因菜而定。搭配须知《礼记》曰：人与人一定要同类才能相比。烹饪方法与这有什么差异呢？大凡一道菜烧好，一定要有配料。要使清的配清，浓的配浓，软的配软，硬的配硬，才有和谐的妙处。材料中，可以荤烧的也可以素烧的有蘑菇、鲜笋、冬瓜等。可荤不可素的是葱韭、茴香、生蒜。可素不可荤的有芹菜、百合、刀豆。平时常见有人把蟹粉放入燕窝、把百合放入鸡肉，好比圣贤与强盗对坐，不是太反常了吗？但是也有以交互烧法而成好味道的。炒荤菜用素油、炒素菜用荤油就是这样。火候须知烹调最重要的是火候。有的食物一定要用旺火，如煎、炒等，火小了才就绵老。有的食物一定要用文火，如煨、煮等，火大了就烧干硬了。有的先要用旺火而后用文火的，收汤的菜就是这样，性急的话，就会皮焦而内部不熟，有越煮越嫩的，如腰子、鸡蛋之类；有越煮越老的，如鲜鱼、蛤等。起锅迟了，肉由红色变黑，鱼的活肉变成死肉。不断揭锅盖，就会沫多而香味少。熄火后再烧，就会走油而味失。厨师了解火候而小心伺候，那就接近悟道了。独用须知味太浓的材料，只能单独烹调，不能搭配。食物中，鳗鱼、鳖、斜、鲟鱼、牛羊肉，都应该单独吃，不可以与其他食物搭配，为什么？这几种东西味道厚重，滋补力强，但缺点也不少，必须用各种香料调和，全力对付它，才能取其长而去其短。色臭须知眼睛和鼻子是嘴巴的邻居，也是为嘴巴传递信息的。佳肴到眼、到鼻，颜色、气味的感觉便有不同。有的净洁如秋天的云，有的鲜艳如琥珀，它的芬芳气味扑鼻而来，不用牙咬，舌尝，就知道这道菜的美妙。然而，要想菜的颜色鲜艳，就不要用糖炒。要想做到菜味鲜香，则不可用香料。一旦滥用作料就会掩盖，损害原味。迟速须知（略）变换须知一物有一物的味道，不可乱混一气。如同圣人讲究因材施教，不拘一格一样。善烧菜的人，应多备锅、灶、盂、钵等，使每种食物呈现各自的特性，每碗各成一味。好吃的人，舌头原本已经应接不暇，如此更觉得心花怒放。时节须知夏天白天长并且天热，畜禽宰杀过早肉就会腐败变质。冬季日短而气温低，烹饪稍拖延，菜品会因受冻而变硬。冬天适宜吃牛羊肉，如果在夏天吃，就不是时候。夏天适宜吃干腊东西，移到冬天吃，也不是时候。调料、辅料，夏天应该用芥末，冬天应该用胡椒。三伏天吃到冬腌菜，即使是

不值钱也变得珍贵。当凉秋时节能吃上竹笋，这也是不值钱的东西，但是仍会被看作珍贵的好菜。有早于时令而好吃的是三月鲥鱼。有晚于时令而好吃的是四月芋艿。其他也可类推。有过时而不能吃的，是萝卜，过时是空心的；山笋过时是苦的。这就是所说的一年四季顺序变化而物品随季节上市，就象人成功后应该立即隐退，因为精化已尽，过时了的东西，让人乏味，应该拿起外套走人。上菜须知上菜时，咸的先上，淡的后上，浓稠的先上，清爽的后上，无汤的先上，有汤的后上，况且天下原来就有五味，不可简略成一种滋味来做成一桌菜。估计客人吃饱了，脾脏就累了。一定要用辛辣菜类来提劲，考虑到客人酒喝多了，就要用酸、甜菜来提神醒酒。器具须知古人说得好，讲究食物，还不如讲究餐具。大体上东西贵的要用大容器，东西贱的用小容器。煎炒的用盘，汤羹用碗，煎炒用铁锅，煨煮用砂罐。本分须知（略）补救须知调味宁可淡不可咸。烹鱼时宁可嫩不可老。这当中的奥妙，在每一次料放进去时，静观火候就有所体会。疑似须知味要做得浓厚，但不能油腻；味要做得清鲜，单不可淡薄。浓厚就是多取精化而去掉糟粕，如果只是贪它肥腻，那不如专吃猪油。清鲜，也就是说烧出了原汁原味而区别于大众化的滋味。如果一味贪恋清淡，那也不如喝白开水去。选用须知小炒肉用后臀，做肉圆用前夹心，煨肉用硬短肋。炒鱼片一般用青鱼、季鱼，做鱼松用草鱼、鲤鱼。蒸鸡用童子鸡，煨鸡用阉鸡，炖鸡用老鸡，鸡用母的才嫩，鸭用公的才肥。蔬菜用头，芹韭用茎，都有一定的道理，其它以此类推。用纤须知因为要做肉圆肉不能合成一团，要做羹而不能做厚腻，浴室用粉来牵合它们。煎炒的时候，担心肉贴锅底，所以用粉来保护它。这也是牵的意思，理解了这个意思而用牵，一定会用得恰当。洁静须知切过葱的刀，不能再去切笋，捣椒之臼，不能捣芡粉。如闻到菜有抹布的气味，一定是抹布不干净，闻到菜有砧板气味，是那块砧板不干净。工匠要干好活，首先要把工具磨锋利，好厨师一般都是先多磨菜刀，勤换抹布，多刮砧板，勤洗手，然后再整菜。多寡须知一盘菜用肉不要超过半斤（古代16两称斤），用鸡、鱼不应超过6两。数量多而且好吃的，如粥，没有斗米下锅，汤浆就不浓，而且要控制好水，水多米粒少，味道就太淡薄了。[戒单]当官的做一件对百姓有利的事，还不如清除一项对百姓有害的事情，能去除饮食烹饪中的毛病，这思想超过了一般的烹饪意义。戒外加油不能在菜烧好后另外浇猪油。戒同锅煮见变换须知戒耳餐追求菜肴的名声，就是耳餐，不是口餐。戒目餐目餐就是贪多。现在的人贪多，对付嘴巴外，还要饱饱眼福。戒穿凿食物材料有自己的属性，不能生硬地处理它们。日常小事一件一件做好，便可作圣人，何必故弄玄虚？戒停顿要味道新鲜，全靠起锅时抓住时机。稍停顿耽误，便像霉变了旧衣服，虽是锦绣绫罗，也有一股可恨的味道。对于善于烹饪的人，一盘一碗，都要费尽心机。戒暴殄暴指的是不爱惜厨师的功夫，殄指的是不爱惜原材料。戒纵酒事物的是非，只有脑袋清醒的人才能知道；味道的好坏，只有清醒的人才能体会。戒火锅戒强让戒走油鱼、肉、鸡、鸭都是很肥美的东西，单必须使它们的油溶解在肉中，不让外溢到汤里，它们的味道才能保持不散。不要火力过猛煮干了水，重新加水；不要让火势突然停顿，再加火烧；不要多次揭开锅盖。戒落套戒浑浊戒苟且凡事不应草率，在烹饪上更是如此。火候不到的菜而将就下咽，那么他明天的菜烧得必定更加生。而且不能仅仅是嘴巴上随便说说而已。做得好的，一定要指出他们做得好的原因，做得差的，一定要寻找出造成他们差错的原因。咸淡要适宜，不能有丝毫增加或者减少，时间长了，一定会做得得当，不可随意让他们上盘。厨师偷懒，吃的人随便，都是饮食方面大的弊端。审查询问、慎思明辨，是学习的好方法，随时加以指点，做到教和学相互长进是做老师的道理。-----茶想泡好茶，得先藏上等好水。应当力求使用中冷、惠泉的水。天然全水、雪水，是可以尽量藏蓄一些。新汲的水味辣，存久了水就变甜了。武夷山的茶最好，其次是龙井茶，雨前的最好。收藏必须用小纸包，每包四两，放进石灰缸中，每隔十天换用新的石灰，缸口用纸盖扎紧，否则气走了，颜色味道就变了。烹煮要用旺火，并用空心罐，水一开便泡，开久了，水就没有味道了。要是水挺滚了再泡，茶叶就会浮在水上面。假使一泡便饮，用盖子锦盖杯子，茶叶又变了。冲泡龙井茶要领的细情况，其间，不溶一丝一发的差异。粥只见水而不见米，这不叫粥；只见米而不见水，也不是粥。一定要使水和米融合，柔腻如一体，才能称得上是粥。宁使人等粥，不使粥等人。新栗、新菱将当年新上市的板栗煮烂后，有一种松子仁的香味。要花功夫煨烂。素烧鹅将山药煮熟烂，切成一寸长的段后，用豆腐皮包住，放入油锅里炸，然后加上酱油、料酒、糖、瓜和姜同烧，此菜以烧到颜色变成红色为标准。韭属于配合荤菜的类型。只用韭黄，加入虾米炒最好吃。芹属于素食类菜。长得越大越好，挑选白茎炒，可加放笋，刚炒熟即可。茭白茭白炒肉、炒鸡都行。把茭白切成整段，放酱、醋单独清炒更佳。刚长出来的太细嫩的茭白没有味道。蘑菇做汤棒，炒了吃也好。只是口菇容易夹藏砂泥，更容易受霉变质，必须保藏得法。相比起来，鸡腿菇更人哦难以烹制，做出好味道。煨鲜菱用鸡汤烧煮，临上桌时应将汤撇去一半。在水塘中现摘的才是鲜菱，

《随园食单》

浮出水面的才是嫩菱。马兰马兰头，挑取嫩的用醋和笋拌着吃，吃了油腻以后吃它，可以醒脾。

《随园食单》

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：www.tushu000.com