

从“脍炙人口”说到“食不厌精”

生吃鱼片撸个串儿,古人也喜欢!

“脍炙人口”是人们耳熟能详的成语。脍,又名“鲙”,早在先秦时期已出现,如《诗经·小雅》中有“𩚑𩚑脍鲤”的描述。孔子有“食不厌精,脍不厌细”的经典名言。《说文解字》记载“脍,细切肉也”,意即“脍”就是把肉类细切生吃。“炙”指的就是烤肉。烤肉的历史可以上溯至几百万年前的史前时期,直接在火上炙烤食物的习俗,由来已久。那就让我们看看古人是怎么吃“刺身”生鱼片和撸串的。

最早的“刺身”

《后汉书·列女传》记载,东汉人姜诗和他妻子庞氏对母亲很孝顺。姜母喜欢喝江水,庞氏就常去挑江水给母亲吃。姜母爱吃鱼脍,姜诗夫妇就常常向姜母捧送鱼脍。由于夫妇二人的孝行昭著,感动了神明,姜家房屋的旁边忽然涌出泉水来,味道与江水一样,泉中每天跳出两条鲤鱼来,姜诗每天就可以就近取水、取鱼制脍来供奉母亲了。

《后汉书·羊续传》记载,东汉南阳郡太守羊续的一位下属知道其“好啖生鱼”,于是送来一条当地有名的特产——白河鲤鱼。羊续拒收,推让再三未果。下属走后,羊续便将这条大鲤鱼挂在屋外的柱子上,风吹日晒,鲜鱼变成了鱼干。后来,这位下属又送来一条更大的白河鲤鱼。羊续把他引到屋外的柱子前,指着柱上悬挂的鱼干说:“你上次送的鱼还挂着呢,已成了鱼干,请你一起拿回去吧。”这位下属十分羞愧,便悄悄地把鱼取走了。此事传开后,再无人敢给羊续送礼了,南阳百姓莫不交口称赞,敬称羊续为清廉的“悬鱼太守”。这则故事恰恰表明白河鲤鱼是当时人们切脍的上等鱼品。

汉时,鱼脍的吃法是将生鱼切成薄片,食用时佐以姜汁等辛味调料。1983年,广州象岗南越王墓出土的铜姜磔就是一件榨取姜汁的“神器”。可见在食脍时,先民早已懂得用姜来去除腥膻。

古代生鱼脍就有品牌

隋唐时期,有了制脍法的专著《斫脍书》。该书记述了制脍刀法、脍的品种及烹饪方法等内容,表明当时的制脍技艺已成型。当时,苏州一带的“金齑玉脍”颇为有名,被隋炀帝誉为“东南佳味”。“齑”,即捣碎的姜、蒜或韭菜的细末。《太平广记》记载了这道菜的做法:八九月下霜季节,选择三尺以下的鲈鱼,宰杀、洗净,取精肉细切成丝,用调味汁浸渍入味后,用布裹起来挤净水分,散置盘内。另取香柔花和叶,均切成细丝,放在鱼脍盘内与鱼脍拨匀即成。此菜“紫花碧叶,间以素脍,鲜洁美观”,故谓之“金齑玉脍”。唐代士大夫也都嗜好鱼脍。李白、杜甫、白居易等大诗人都有歌咏脍品的名篇。李白的“呼儿拂几霜刀挥,红肌花落白雪霏”便是对厨师高超斫鲙手艺的赞美。

宋代市面上有了专门售卖“生鱼脍”的店家。明清时期,岭南地区的食脍之风依然不减,为此清人凌扬藻说:“鱼熟不作岭南人”。这时鱼脍的做法更加精细。刘伯温的《多能鄙事》关于“鱼脍”的记载:“不拘大小,以鲜活为上。去头尾、肚皮,薄切,摊白纸上晾干时,细切如丝。以萝卜细切,布绞作汁,姜丝,拌鱼入碟,杂以生菜、芫荽、芥辣、醋浇。”从这段记载足以看出,此时的鱼脍是把传统的鱼片改为鱼丝,做法更加精致,辅料更加多样,实为古代鱼脍制法的集大成者。中国的鱼脍比日本的生鱼片历史悠久,无论是做法还是食法,日本生鱼片都深受中国鱼脍的影响。像日本人吃生鱼片时,要蘸酱油,并放辣椒末、紫苏叶、萝卜丝等,这和明代《多能鄙事》中提及的食用方法惊人地相似。

但明清以后,国内大部分地区已经认识到生鱼脍有寄生虫卵,吃了会致病,自此食用生鱼片日渐式微。



烧烤由来已久

《礼记·礼运》记载:“昔者先王……食草木之实,鸟兽之肉……以炮以燔,以亨以炙。”炙肉在《诗经》中也被反复吟诵,可见周人对烤肉有着特殊的偏爱。周天子专享菜肴“八珍”,其中的“炮豚、炮牂”指的就是烤炖乳猪或羊羔。秦汉时期的人更是无“炙”不欢。史籍记载:汉高祖刘邦吃过烤鹿肝、烤牛肝等;关羽刮骨疗毒,就是边吃烤肉边饮酒进行的。如果把整只动物放在火上烧烤,然后切成块食用,称为“貂烤”。《释名·释饮食》记载:“貂炙,全体炙之,各自以刀割,出于胡貂之为也”,可知“貂炙”类似今天的烤全羊和烤乳猪。

汉代,烧烤原料异常丰富。马王堆

汉墓遣策记载的烤肉原料有牛、犬、豕、鹿、牛肋、牛乘、犬肝、鸡等。除了一般常见的肉类以外,还有很多特别的烧烤食物。如汉代杨孚《异物志》记载:“(鸕鹚)肉肥美宜炙,可以饮酒为诸膳也。”可见,炙鸕鹚也是时人眼中的佐酒美食。长沙砂子塘西汉墓葬中出土有带“鸕”字样的封泥匣,可与传世文献记载的烧烤鸕鹚互相印证。此外,汉代人还喜好捕蝉、烤蝉、食蝉,陕西历史博物馆藏有一架绿釉陶烤炉,上面有烤蝉的形象。

在2000多年前的秦汉时期,烤串已经风靡一时,《盐铁论》中有“今民间酒食,殷旅重叠,燔炙满案”的记载。“燔”“炙”都指的是烧烤肉食,两者的区别或

在于“燔”是直接放在火上烤,而“炙”是将肉食串起来烤。山东嘉祥武梁祠石室刻有羽人向西王母献烤肉串的情景,西王母是秦汉时期神话体系中与东王公并列的神仙,烤串的魅力就连不食人间烟火、地位尊崇的神仙都抵挡不住而大快朵颐,可见烤肉串滋味之美妙韵长。

魏晋画像砖上有不少“烤串”“食串”场景。山东金乡画像石显示,厨人左手持数根串好的肉筴,右手摆扇驱风。四川长宁二号石棺的“杂技、庖厨、饮宴”画像中,厨人跪坐,旁边挂有准备好的两条鱼、两块肉,面前为炙烤的方形炉盘。成都新都出土的宴饮画像砖上,三人围坐烧烤,中间为方形炉盘,有一人持烤串。山东诸城前凉台村发现的一方庖厨画像石上,可以清楚地看到“烤肉串”的制作方法。甘肃嘉峪关魏晋墓葬砖画中既有手拿肉串送食的“烤串人”,也有手握肉串端坐在筵席上的“撸串者”。烤炉材质也多样精致,有铁炉、铜炉以及陶炉。

隋唐时期,曾流行一道名为“浑羊殁忽”的烧烤名品,其做法是,取鹅洗净,腹中装入五味调和的肉及糯米饭,再将整鹅装入洗净的羊腹中,然后上火烤制,熟后去羊取鹅食用。在这道菜里,羊只起到炊具的作用,但羊的鲜味会深深浸入鹅肉中。鹅中有羊的味道,羊中有鹅的味道,所以称为“浑”。此外,与汉代烧烤烤完后以蘸料为主的做法不同的是,隋唐时期的烧烤一般是烧烤前就将调料放入食材中,这使食材在烧制过程中更易入味,此种烧烤手法已与现代烧烤模式区别不大。



宋代烧烤进入寻常百姓家

宋元时期,烧烤依然是官宦权贵阶层的最爱。据《宋史》记载,某日,宋太祖赵匡胤与弟弟赵光义突然造访宰相赵普家,赵普事先不知道圣驾光临,没有准备酒菜,便令其妻取切成小块的生肉和酒来。于是,三人各取小铁叉,叉起肉块在炭火上炙烤至熟,蘸酱佐酒,畅谈通宵,终于拟定好征伐大计。宋太祖的烤肉引得民间争相效仿,一时风靡京师,被称为“御烧肉”。也就是从宋代开始,烧烤开始走入平民百姓中,不再是权贵们的专享品。《东京梦华录》《武林旧事》等文献中记载有烧烤食品十余种,如“江鱼炙”“獐肉炙”“炙鸡鸭”“烧臄子”“炙骨头”等。“烧臄子”即烤出来的动物的胸叉肉。“炙骨头”的做法是,选用羊肋肉(或猪肋肉),加工后进行腌制,再用木炭炉火炙烤,成菜时色泽红润,肥而不腻。这道“炙骨头”,对烤制时间、火候把握等都有严格的要求。南宋著名词人辛弃疾的“八百里分麾下炙,五十弦翻塞外

声”中提到的“八百里”其实就是一种牛的品种,“八百里炙”就是烤牛肉。

元朝,羊类烧烤是皇室追捧的珍珠。忽思慧《饮膳正要》记载的烧烤名品有“炙羊心”“炙羊腰”“柳羔羊”等。“柳羔羊”是古代蒙古族烤全羊的一种,其做法是,将一只全羊去净内脏,不要去毛,放在大铁箅子上,在地上挖坑深三尺,做成土炉灶,四周用干净的石块码好,在炉子里点上火,当石块全烧红热后,将羊和铁箅子一同放入坑中,上面盖上柳子,并用土覆盖封严,直到羊肉烤熟为止。这种烤全羊食用的时候,是要用刀分割其肉,蘸调味汁料进食。从做法来看,其与流传至今的“馕坑烤全羊(牛)”基本相同。

明清时期,烧烤食品更加普及。明人刘若愚在《明宫史·饮食好尚》中,对当年明宫岁时节日的饮食习俗进行了较为详细的记录,其中也有大量节日菜肴。在当时的宫廷御宴上,可以见到各色烧

烤美食,如烧鹅鸡鸭、烧猪肉、炸铁脚雀、炙蛤蜊等。清代,满汉饮食文化交融达到前所未有的高度,“满汉全席”就是在这样的历史背景下出现的。满汉全席,又称为满汉大宴、烧烤大席。《清稗类钞》记载:“烧烤席俗称满汉大席,筵席中之无上上品也。烤,以火干之也。于燕窝、鱼翅诸珍错外,必用烧猪、烧方,皆以全体烧之。酒三巡,则进烧猪,膳夫、仆人皆衣礼服而入。膳夫奉以侍,仆人解所佩之小刀齧割之,盛于器,屈一膝,献首座之专客。专客起箸,筵座者始从而尝之,典至隆也。次者用烧方,方者,豚肉一方,非全体,然较之仅有烧鸭者,犹贵重也。”由这段文字可见,烤乳猪和烤鸭(“双烤”)在满汉全席上的地位十分显赫,“双烤”也从宫廷进入民间,传遍大江南北,享誉各地。总之,古代烧烤一致延续至今,从风靡南北的东北烧烤和淄博烧烤、徐州烧烤、新疆烧烤、乐山烧烤,可见一斑。

本报综合消息