

江户时代万物汇集的料理

天妇罗：麻雀变凤凰的庶民美食

进入江户时代后，原本属于少数特权阶级才吃得到的菜色，终于也进入了一般平民的生活之中。天妇罗成了油炸类美食里的代表性料理。平民百姓得以如此广泛地外食，起因于食材的取得变得容易的时代社会背景。菜籽油、芝麻油的产量增加，再加上使用酱油、砂糖等调味料的交互影响之下，食用油的使用也因此变得广泛。

但是，“什么种类的油是被如何使用？”“使用过后的油是如何被处理？”这些疑问还有待日后的研究。就连砂糖或味醂的使用方法也是，除了食谱上的记载以外，关于民间料理方法的史料并不多。味醂因为是带有甜味的酒精，据说曾被当作饮料饮用，与现今我们所用的味醂应该是相去甚远的东西。

在江户作为油炸食材的代表有炸豆腐、“雁拟”（又名“飞龙头”，由豆腐末、牛蒡丁、红萝卜丁、芝麻及海带制成的炸丸子）。由此可以推测小吃摊上的油炸用油可能是由餐馆或加工商（豆腐店）一类的源头便宜买进的吧？至于使用过后的油怎么处理，也是很令人好奇。尽管如此，当时的天妇罗裹了层用水跟面粉和成的厚厚的面衣，大概因为是现炸的所以才为饕客们所接受吧！

话说，江户的天妇罗有哪些种类呢？根据记载，当时天妇罗的主材料有江户近海的星鳗，以及草虾、小鲫鱼、赤贝等海鲜。可以让贫穷的小老百姓稍微填一下肚子又好吃的食物，就属这一串串的天妇罗了。美国的炸鸡、英国的炸鱼薯条也是很受大众喜爱的代表性速食，而日本的速食自然就是江户小吃摊上的天妇罗了。英国炸鱼薯条好像只用鳕鱼作材料，而日本的天妇罗用的是江户湾的鱼获，在种类丰富这点上就更为叫人满意了。

就这样，天妇罗受到了江户百姓的欢迎，荞麦面店的菜单上也写上了“天妇罗荞麦面”的品项。到了幕府时代末期更已经升级成了料亭里的包厢料理，还以江户湾新鲜鱼货为卖点，等级越高越好。炸的技巧以及对材料的选用也十分讲究，最终天妇罗成了日本料理的招牌菜。

鳗鱼就是要吃“江户前”

若要提到日本食品里以蒲字为首的食物，蒲（鱼糕/鱼板）与“蒲烧”应可作为代表吧。蒲并非食用性植物，但因其特有的花序形状，因此被当成食物的命名。“蒲”与“蒲烧”两种食



《江户食空间：万物汇集的料理与社会》
[日]大久保洋子著
孟勤 陈令娴 林品秀译
中国工人出版社出版

无论是繁华的酒肆区、纵横交错的街角路口，还是熙攘的庙会，街头小摊充斥在江户这座百万人口都市的各个角落，天妇罗、寿司、荞麦面和蒲烧鳗鱼也在此诞生。禁忌严苛的将军饮食，一滴入魂的“下行酒”，酱油、砂糖与高汤带来的饮食进化，对初饕的狂热追捧，料理茶屋的菜单和料理书的出版所掀起的美食热潮，高级料理茶屋如八百善等白热化的争夺食客战，以及讲究至极的怀石料理……本书让读者返回万物汇集的江户城，进入各个绮丽多姿的饮食空间，去感受料理的脍炙人口，以及江户时代社会的魅力。

物之间看起来似乎没有共通点，但若追溯源头的话，用竹签串着烤这点是相同的。

“蒲”最初是用竹签裹上鱼浆后烤着吃的食物，慢慢演化成竹轮形状，而后又变成把鱼浆抹在木片上抹成半月形后再蒸熟了吃的形态。“蒲”是随着研磨钵的普及而广为流传的食品，幕府将军后官的厨房甚至还配有专职做“蒲”的厨师。料理书籍里也经常提到有关“蒲”的菜色。在江户是不可或缺的加工食品。

日消瘦之症有效，快去捕来吃吧！

像鳗鱼那样滑溜的鱼种在古代的西洋也被视为珍贵的食用鱼。另外，七鳃鳗对于改善夜盲症有效一事广为人知，在日本，人们认为鳗鱼对消暑气有其功效。近来，鱼油特别受到民众的瞩目，事实上从营养学的观点来说，鱼油也确实是对健康有益。鳗鱼的鱼油里除了有维生素A、B、E等成分外还富含DHA（二十二碳六烯酸，俗称脑黄金），对于防止老化有其功效，可说是优良食材。但



盛夏街景图中绘有天妇罗等食物的街头贩卖景象（出自《东都岁事记》）

另一方面，“蒲烧”是把处理过的鳗鱼烤来吃，因此这道菜在制作上可说是相对简单，但因为鳗鱼本身比较滑溜，所以在前置作业的处理上比较麻烦。不难想象在早期阶段人们一定也思考过：“到底是要直接简单切块？或者是要一整条就直接用竹签插着烤呢？”这类的问题。鳗鱼烤得恰到好处看起来确实很像蒲的花序。但鳗鱼的骨头很硬，因此为了方便食用后来又改良成先剖开来再烤，演变成今日我们看到的“蒲烧”的样子。这也是因为酱油跟砂糖变得容易取得后所发展出来的食品。

若是要提到《万叶集》中与鳗鱼有关的和歌，一定得提到众所皆知的大伴家持（奈良时代代表歌人，留下许多长歌、短歌等和歌作品，可见于日语现存最早的诗歌总集《万叶集》，影响日本文学甚深）的作品：

给石麻吕阁下：听说鳗鱼对夏

因为现在市面上充斥着养殖业者所生产的鳗鱼，食物本身已经变得不是那么稀罕了，所以也就不会因为鳗鱼的营养价值高就特别去找来吃。不容否认的是，现在对于这种食物确实是少了点需要珍惜的感觉。

大阪的料理方法是把鳗鱼剖开来吃或者加在饭里吃，但在江户则是把调味用的酱汁煮得浓稠些，然后把鳗鱼铺在饭上做成鳗鱼饭食用。在关西地区是把肥美的鳗鱼由鱼肚剖开来直接烤着吃，在江户一带则是从鱼背剖开，先蒸过后再烤。

江户人认为在日本各地产的鳗鱼当中，就数在江户湾捕获的最为好吃，对此很引以为傲，还会特别强调是“江户前（江户近海）的鳗鱼”。曾经一度只要一提到“江户前”，指的就是鳗鱼。附带一提，当中又以浅草川跟深川产的鳗鱼最为人们珍视。

《近世职人尽绘词》里：卖蒲

烧鳗鱼的店门口摆着“江户前大蒲烧”的招牌。店内，只见老板负责杀鱼，老板娘则负责烤鳗鱼，两人夫唱妇随地在店里头忙活着。老板娘的台词：“我们家卖的可不是那种旅鳗（江户人认为捕自江户近海的鳗鱼最好吃，所以把捕自江户湾的鳗鱼称为‘江户前’；而把来自其他产地的鳗鱼称为‘旅鳗’），这些全是来自江户近海捕来的呢！”

可见在当时如果卖的是来自江户湾以外产区的鳗鱼就不值得一提了。同时“词书”里还解释：

“鳗鱼”发音近似“好吃”，“蒲烧”发音近似“好香”。鳗鱼当中又以隅田川产的最好，称为“江户前”。街坊上的酒馆因为经常有人发生争吵（i-sa-ka-i），取其谐音，因此酒馆就叫“居酒屋”（i-za-ka-ya）。出入酒馆的都是些身份卑贱的汉子。这些男人被称为“江户前的人”（具反讽之意）。

若说这些内容是在玩弄辞藻的话，确实不过如此。但能想到这些也实在是饱富机智、语带幽默，仿佛还能听见江户人的笑声呢！不过话说回来，那些都是天然食材，该有多好吃呢！

和茶文化息息相关的怀石料理

怀石料理即所谓“茶怀石”，众所周知就是茶会中的料理。且容笔者在稍微详细地介绍过茶之后，再为大家解说怀石料理。

将临济宗从中国传到日本的荣西，也在1191年（建久二年）将抹茶带来了日本。荣西将茶的效用整理为《吃茶养生记》（1211年，承元五年），上呈给当时的将军源实朝。该书将茶介绍为药，后来普及为上流阶级的饮料，在京都、奈良为中心也出现了由僧侣们所开设的茶所。梅尾茶与宇治茶也在室町时代的中期成为高级茶。

喝茶的习惯从僧侣开始，进而传播到武家及贵族，最后也渗透到平民阶级。泡茶方法有“礼茶式”与“茶寄合”两种，礼茶式后来演变为武家的喝茶仪式，茶寄合也称为“斗茶”，后来普及为一种

猜茶产地的游戏。现在这种游戏据说在群马县中之条町还有团体在进行，也演变为赌博或酒宴的形式。政府也曾颁布禁止令，但据说没有太大效果。

另一方面，上流阶级的喝茶仪式中，泡茶方式也渐渐形式化，重视泡茶器具或房间的摆设等，整体转为华丽风。相对于此，另一种透过静静地喝茶来提高精神力的潮流也相应而生，促使了茶道的成立。

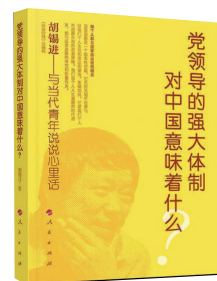
茶道经历村田珠光（1423~1520）、武野绍鸥（1520~1555）到茶圣千利休（1522~1591）发展完成，利休提高了茶道的精神力，同时针对相对于料理方面已经过于形式化的脛应料理，创造了可增进料理者与食客关系的饮食方式，也就是怀石料理的基础。

怀石料理本来称作“会席料理”（“会席料理”在日文中发音与“怀石料理”相同），是取自人们齐聚一堂享用美食之意，但同样都是集会宴席，后世为了把有饮酒的酒席与喝茶的茶会作区别，因此改称为“怀石”。所谓怀石是指禅宗的修行僧在忍受空腹时为分散注意力，将石头抱于怀中，取其意代表在喝茶前稍微果腹。因此，为了能更享受茶的美味，要在喝茶前摄取一些轻食，这就是怀石料理的由来。

利休原则上视一汤三菜为料理，追求重视食材原味，招待人必须凝视自己的心，受招待的一方也必须具备高度的精神力。这部分与“侘”“寂”等词语一起被传承下去。

例如就算只是一双筷子，在准备给客人时，也要刻意沾湿后再去除多余水汽。这样客人在用这双筷子夹一口饭来吃后，就可以发现饭不会黏在筷子上，进食时非常方便，进而察觉招待者的心意。料理也不在奢侈上竞争，而是要考虑在餐点最美味的时候呈给客人。在此之前，已太形式化的料理形式都会让温热的餐点变冷，让凉的餐点失去凉度，在味道方面欠缺考虑，对于食品也只局限于追求其珍奇性与知名度等要素。相对于此，怀石料理整体而言都极为简朴。

《党领导的强大体制对中国意味着什么？》



胡锡进著
人民出版社 2019年9月出版
定价：58.00元

本书讨论了国家道路这一根本问题。作者分享了他在国家政治、经济、军事、国防、科技等方面问题上的看法和观点，让青年读者了解这是一个怎样的时代？要如何正确认识自己所处的周遭环境？如何应对中美贸易战这样的重大变局？如何处理工作中“996”的难题？上至国家政体，下到个人日常，作者用真心话讲朴素的真理，是近年来难得一见的集时事政论、通俗理论于一体，易读好读的主题出版物。

发行业务电话：010-65257256 65136418 邮购地址：北京市东城区隆福寺街99号
人民东方图书销售中心（100706）邮购电话：010-65250042 65289539 网址：
www.peoplepress.net