

文史博览

古人没有鸡精和味精 靠什么烹制出可口的食物

青城



味道是食物的灵魂,而好的调味品则是烹饪出美味佳肴的关键。

从厨师鼻祖伊尹聊天记录中得出3点结论

厨师鼻祖伊尹在和商汤聊天时曾经说过这样一番话:“治理国家如同烹调食物,做天子的人要学会把各种不好的味道调和起来。而调和味道的根本,在于水。烹饪有异味的食材时,将有腥味的食材放入水中烹煮,经过火的洗礼后,可以达到去腥、腥、腥味的目的。去除异味后,下一步便是给食物调和味道,到这时候需要用到甜酸苦辣成五味,先放什么,后放什么,放多放少,这些都是很有讲究的。”(出自《吕氏春秋·卷·孝行览·本味》)

从伊尹的这番话里,我们可以得出三个结论:先秦时期的古人,在烹调食物时,已经开始注重追求食物的口感了;商朝时期的伊尹,强调在烹饪时,用甜酸苦辣成五味给食物调味,这表明至少从商周时期开始,古人便已经找到了能调制出甜酸苦辣成五种口味的调味品;早在先秦时期,古人在做菜的时候,就已经有了成熟的烹饪配方了,包括调味品的撒放顺序、放的比例都有了固定的值,这说明在那个时代烹饪已经逐渐走向系统、专业化了。

民以食为天,在吃饱的基础上,掌握烹饪的技巧便可以简单地将食材创作出多种多样的美味,这无疑可以给生活增加许多乐趣。

古人的调味品多种多样

根据考证,春秋战国时期,古人烹制鱼肉时,为了去除鱼的腥味,他们会加入酱油、醋、盐和梅子,做出复合型口感的美食佳肴。

在没有鸡精和味精的年代里,古人如何尽可能烹调出食材的“本味”就成了核心。《礼记·内则》记载:“脍,春用葱,秋用芥。豚,春用韭,秋用蓼。脂用葱,膏用薤,三牲用藿,和用醢,兽用梅。”(著:酱称“醢”,醋叫“醢”)“应天顺时”,这是古代厨师的烹饪智慧。在他们看来,同一种食材,搭配不同时候的调味料,可以最大限度地激发出食物的美味。

没有味精,古人如何给食物增鲜

在吃这方面,古人为了追求极致的享受,他们发现了一种能够让食材超凡脱俗的味道,那就是——“鲜”。

鲜字,从鱼从羊,也就是说,古人对鲜这个字最深的印象是来自富含蛋白质的鱼肉和羊肉。鲜的秘密,其实就是蛋白质分解后产生的谷氨酸带来的。正是基于肉食的这个特性,古人在最初只用盐对水煮白肉进行简单加工的基础上,也能吃得很香很满足。得益于现代工业生产出来的鸡精味精,我们可以轻而易举获取这种美妙的味道,但在古代,古人若是想获取鲜味,可并不是一件容易的事情。

“靠山吃山靠水吃水”,对于生活在不同环境下的古人而言,鲜味的来源也大不一样。山间有菌类蘑菇、飞禽走兽,江湖大海有虾蟹鱼类,每一种食材都是纯天然的鲜味来源。

明末清初的文学家李渔说过:“善治荤菜者,以焯虾之汤,和入诸品,则物物皆鲜,亦犹笋汤之利于群蔬。”李渔的这种吃法,又要更进一步了,它已经不仅仅只是吃食材本身蕴含的鲜味了,还包括提取食材的鲜味来赋予另一道美食鲜味,这是一种复合型的手艺。利用不同食材的搭配,来获得鲜美的口感,这种做法,在饮食一道上并非个例,徽州地区有一道让我印象深刻的传统名菜腌鲜,便堪称复合型鲜味的典范。腌鲜所囊括的主角包含春笋、腊肉、鲜肉和葱姜这些常见的食材,它们组合在一起,创造出了1+1大于2的效果。

在腌鲜所营造出的鲜味中,腌制出来的鲜味,是很容易被忽视的东西。成鲜是古人为了提高食物的保质期,无意间捣鼓出的玩意儿,像我们现在常用的酱油、醋、腊肉、咸菜和泡菜,都是属于成鲜的一种,某种情况来讲,它们甚至比食物本身的鲜味要更加鲜美。

接下来,咱们来总结一下,古人获得鲜味的主要方法有四种:制作高汤;将带有鲜味的食材调出“鲜汁”给菜肴增鲜;借助酱、醋等物,激发食材的鲜味;利用不同食材的特性,搭配调和出鲜的口感。

本地特稿

湛若水和他的攸县籍学生

罗平

明嘉靖二十四年(1545)初秋,在攸县东乡漕泊的古道上,一位年近八旬但身体硬朗的老者,在攸东望族洪氏乡绅洪石崖、洪伴溪诸人的陪同下,兴致勃勃地游览奇山异水。他风尘仆仆,身体之敏捷不亚于年青人。当游览完皮佳洞、仙人桥、金仙洞、紫去洞,老人大发感慨:“予乡罗浮铁桥岩漱奇秀,殆相伯仲,宜轩轾集之隐显也。”意思是:这里的山水与我家罗浮山的岩漱奇秀不相上下,适宜高人隐居。

这位老者就是明朝著名哲学家、教育家、书法家湛若水。湛若水(1466—1560),广东增城人,号甘泉。此君明弘治十八年(1505)进士,先后官南京吏、礼、兵三部尚书。他潜心钻研理学,自成一派,时人将他创立的理学“广派”称为“甘泉之学”,与理学的另一大儒王阳明创建的“浙派”并称为“王湛之学”,分执明朝中叶理学之牛耳。致仕后,湛若水在南京、扬州、番禺、增城、南海等地广开书院,学生达4000余人,遍及全国各地。

湛若水此次做客漕泊,直接原因是缘于漕泊士绅洪洪洪的邀请。洪洪洪,漕泊竹林洪氏第四代孙,嘉靖辛卯年(1531)举人,因忤逆权贵而绝仕途。第二年即1532年洪洪洪决心外出游学,拜访四方贤达。先是拜访名噪一时的状元、理学家、地图学家罗洪先,再拜访当年进士洪垣(号觉山,江西婺源人,湛若水高徒),后又拜谒同为理学家、教育家的邹守益和湛若水。在他的力邀下,才有之后邹守益、湛若水、罗洪洪三大名儒相继游历漕泊的佳话。

湛若水此次游历,本意是游历南岳衡山。船至衡阳,突然忆及洪洪洪的邀请,想起自己的高徒洪垣曾数次介绍过攸州的风土人情、奇山异水,又想起自己的学生陈惟顺、陈论也是攸县人士,于是临时决定改变行程。一行溯湘江至洙水,直至攸城,在学生陈惟顺家中住宿。陈惟

顺字南崖,号磐石,攸县东门陈氏后裔,职贡,北京光禄寺大官署丞。作为湛若水的学生,他曾随老师在广东书院学习一年多,深得老师赏识,湛若水作壮我行以嘉其志。陈惟顺家居县城东郊牛脑潭下,后有青山耸翠,前有洙江泛碧,风景煞是优美。湛若水仿佛置身于山水画中,欣然作七绝《题陈磐石书房》一首:

攸县前江可恨,
家家流水绕门前。
美人家在红云上,
我欲移居过海垣。

尔后,陈惟顺陪同老师作漕泊一游。殁后,崇祀分贤。陈惟顺没有辜负老师的期望,他在家乡捐置义仓,鼎新文庙,修西门浮桥,不吝多金。有《尚书问》《崇正新语》《天富居学录》等著作。除了陈惟顺、湛若水还有一位攸县籍学生陈论。陈论(1468—1536),字思鲁,号敬所,攸县东门陈氏九世孙,明成化戊子至嘉靖丙申年间人。嘉靖年间由岁贡入北京国子监,潜心钻研理学,深得省督学陈凤梧欣赏。明正德三年(1508)被陈凤梧聘为岳麓书院山长。陈论一反当时轻学术的风气,在学生中大力提倡研究王阳明的哲学思想,学习内容中增加习射一科,并广征博采修成《岳麓书院志》。明嘉靖七年(1528)长沙太守孙存聘其编纂长沙府志后,有意推荐陈论于朝廷,但陈无意功名,婉言谢绝,作诗一首:“解性从来礼法疏,不才深负荐书书。黄梁梦破功名地,白首情多木石居。虞夏以前无显晦,烟霞之处少樵渔。唏嘘不借河东风,但愿躬耕归草庐。”尽管学业有成,名动一方,但陈论仍虚怀若谷,拜在湛若水门下钻研“甘泉之学”。晚年回家后建“卓孔堂”书屋,著有《知行合一》《日勤九省录》等,可惜的是,当老师湛若水游历漕泊时,作为学生的陈论已作古9年。殁后,入乡贤祠。

资料来源:明清同治版《攸县志》,洪云蒸《金仙书院院记》,攸县东门陈氏十一修族谱。

史话

古人怎么“考驾照”

在西周时期,“御”作为士大夫必备技能,大多在他们束发之年就开始被学习,士大夫驾驶的车辆类型大多是战车,春秋战国时,战车是重要的作战工具,所谓的“战车”,本质上也是马车的一种,战车一般由四匹马拉动,中间两匹为“服马”,外侧两匹为“骖马”,车辆上一般有两个人,左边为射,中为御,右边为卫,马身上套有皮甲,车身有青铜护片。

战争之中,战车的地位十分重要,因而御人的地位也非常高,大教育家孔子,曾经也是一名御人,他曾谦虚地说道:“吾何执?执御乎?执射乎?吾执御矣。”在当时,私学并未兴起,所以士大夫们会进入官办大学中学习相关技能,《周礼》为他们制定了五条,专门用于考核的驾驶技术标准,也被称为“五御”,有点类似于今天驾校的科目。

科目一:“鸣和鸾”

鸣和鸾是车的铃铛,“鸣”在轼上,“鸾”在衡上,“鸣和鸾”的字面意思是指驾车时注意铃铛响声有规律,实际是重视控制速度就好像我们今天的百米加减速。

科目二:“逐水曲”

是指沿着河边开车,即便道路遥远也不能坠入河中,这一标准注重车辆控制能力类似于现在的单边桥与S弯。

科目三:“过君表”

是指驾车向辕门直入时需要做到中而不偏,表示礼仪,还有一种解释认为这是避让的意思。因为平时训练中,教练会在辕门处放置障碍,这有点类似于已经取消的“压饼子”。

科目四:“舞交衢”

是指车辆在十字路口,车辆左旋右转与马的步伐需要互相配合注重四马协调能力。

科目五:“逐禽左”

是指在开车时要把车辆驾驶到禽兽的左侧方便射杀,这样可以在战场上更好发挥弓箭的威力。汉代以后,由于步兵与骑兵成为军队主力,战车逐渐衰落,六艺之一的“御”也渐渐失传,但是车仍然存在,更多更丰富的样式流进民间,成为古代人们生活出行的必需品。

来源:齐文化博物院



公益广告

你我多一分自觉

城市多一分清洁

株洲日报宣

设计/王玺