



可以很考究，一碗面如此，小菜、宴席更是如此。蒋洪举例，吴越美食中的熏鱼、糖藕、爆鳝、汁骨，在宴席上属于冷盘热吃的菜，真放凉了，口味又变了。点菜太多、点菜不当，招待客人时没能让客人吃到应有的原汁原味，甚至客人沮丧地不去食用，难道不是一种浪费？

从美食的角度看，点菜是不是要专业培训？怎么培训？蒋洪称，首先，点菜确实是一门学问。“点菜的功夫都是在实战中积累的，一般而言小白可以在三方面提升。一是总量控制。在90分钟的用餐时间内，以每人1200-1400毫升或克重估算总摄入——菜点、主食、饮料都计算在内。这是比较稳妥的。”蒋洪说，“点菜的至高境界不是炫富，而是花同样的钱吃到不同的花样。二是看人下单。人数和人员结构两方面都要考虑。人数方面，如是合餐制，则可以如此计算——饭店采用例盘的话，平均2到4人占一盘的量；中盘的话，5到6人占一盘的量，大盘的话，8到10人占一盘的量。还要考虑用餐人员结构：脑力劳动者和体力劳动者、老幼和青壮等，需求各不相同。三是菜点结构。荤素搭配，菜肴和点心搭配，味型搭配要有起伏，干湿搭配。”在此基础上，一个人的点菜水平若想继续提升，蒋洪认为可以在营养学基础方面接受较为系统的培训。

杨忠明补充道，宴客前不妨做些功课。譬如宴请一桌客人，有从食辣地方来的，不妨照顾个别人的口味，点一两道辣菜。总体上，要提前了解被宴请者的口味，然后决定去什么馆子点什么菜。

从蒋洪、杨忠明所说来看，点

菜确实是门大学问。点菜不是韩信点兵多多益善，而是要根据食客的口味和“战斗力”下菜碟。

如果不看人头，一味点大菜，甚至不计数量上菜，绝非待客之道。如果是商务宴请，被请客者或许会从请客者的大手大脚中看出几点——

一、宴客者缺乏会计常识，消费没有尺度。与这样的公司合作，是否能赚钱？

二、宴客者缺乏对劳动者的足够尊重。无论是对食材的生产者，还是厨师来说，难道不希望自己的产品或者作品有“知音”或者知味者吗？如果有人花大价钱买下一名画家的倾心之作，然后直接损坏了扔垃圾桶，这名画家能开心？同样道理，厨师看到自己的菜被任意扔到泔水桶里，能开心？

三、宴客者缺乏足够的品鉴能力。

比起宴客来，居家买菜更是几乎每个家庭的寻常不可或缺的家事。杨忠明本人讲究不时不吃。“我不大买反季节的蔬菜。还有模样特别怪的食材我不买，譬如灯笼辣椒应该是一个拳头那么大，如果太大，我不会买。萝卜浸过水的我不买。”杨忠明说，“买到不称心的食材，



左图：小菜场买来的小鱼。摄影/杨忠明

烧不出称心的家常味道，最后剩菜剩饭只能丢弃，那就太浪费了。更何况上海早在去年已经推行垃圾分类，如此浪费，相当于增加了湿垃圾的数量。”

8月28日上午，杨忠明去小菜场买了一些阳澄湖小鱼，以鳊鲫鱼为主。价格不算贵，看上去却有模有样。买菜后，他拍摄照片发到朋友圈——此鱼入画也入馔！对于买回家的小菜进行一番艺术性的赏玩以后，杨忠明告诉记者，他准备暴腌后油炸来吃。

回看中国历史，即使帝王家所藏文玩艺术品中，都有不少普通蔬食入画者。譬如雍正年间一个胭脂紫釉粉彩菜蓼纹小盘，主画面就是一个萝卜、一个小辣椒。乾隆粉彩瓜果纹小碟上则有紫色的茄子，还有西红柿和黄瓜。辣椒、西红柿这些原产美洲的食材，与中国原本所有的寻常食材萝卜、茄子等一同入画，反映在清代的工艺品中，这显示了至少在清代中期，这些外来食材早已经融入本土。在蒋洪看来，中国幅员辽阔，无论是居家采买，还是饭店菜式设计、买菜，都可以因地制宜。在蒋洪所撰《寻找美食家》一书中，记录了吴江不少美食，譬如惊蛰蚬子汤、清明炒螺蛳、谷雨拌马兰、芒种酥鲫鱼、小暑炖黄鳝等等，都是根据节气、当地物产而制作。蒋洪甚至主张在吴江的餐饮行业借鉴粤菜做法料理太湖河鲜，而不是一味地采用空运而来的粤菜海鲜食材。如此，既有中国南北东西餐饮文化的互相借鉴，又能发扬本地特色美食，才能创出更多妙品，诞生更多食文化的乡情、乡韵。食有道，才是长道，在在……