



沈嘉禄

专栏作家

Columnist

爱好美食和收藏

中国人对猪内脏的兴趣，西方人难以理解。欧洲游客来上海，对酱爆猪肝、葱爆腰花、草头圈子、糟香肚肺汤等本帮味道，总以谈虎色变的表情来强调文化差异。我有个法国朋友里奥，不远万里来到上海，在长乐路一家法餐厅当了七年总厨，混成了中国通，双休日满大街找小馆子，谁家的酱爆猪肝、葱爆腰花做得好，比上海爷叔还清楚。

前不久，北外滩一家云南风味餐厅的刘总请我和朋友吃饭，我临时叫上里奥增加气氛，他当即 OK。我赶到店里时，他正在笃悠悠地喝滇红。

这天就有两道用猪内脏做的菜：洱源梅子醋香香菜、鹤庆吹肝、木姜子油刺五加大刀毛肚。

吹肝，是鹤庆家家户户在腊月里都会制作的一道土菜。有经验的乡厨，将竹制的吹气管插入还带着血水的猪肝，将它吹得鼓鼓囊囊，然后用高度白酒、花椒与食盐搅拌均匀，灌入猪肝之中，再用手工碾碎的辣椒面、红皮草果、老陈醋、盐巴、花椒面等在猪肝表面进行涂抹，挂在阴凉处。当寒风一阵阵吹过，猪肝水分脱去，颜色慢慢转成深沉，大约在两个月后了。

吹肝切薄片旺火爆炒，质地稍显粗糙，却有腊肉的芳香。再裹上香香菜和玉色多汁的棕榈心，甘甜中带着冽冽的清脆。洱源梅子醋由当地人古法腌制，自带特殊的芬芳与甜美，与吹肝一接触，相见恨晚，立马出落

成一道风味卓绝的下酒菜。我吃过粉肝、老肝、糟肝、酱爆猪肝，还有川菜天花板的肝膏汤，吹肝倒是第一次领教。

木姜子油刺五加大刀毛肚也是一道用猪内脏做的下酒菜。云南少数民族大部分居住在山上，长期来受尽了缺医少药的苦恼，老百姓也因此积累了不少食疗法。这道菜保留了刺五加嫩芽的天然苦味，但吃下去后口腔与喉咙整天都会回荡着甜丝丝的味道。新鲜毛肚大刀打薄片，仍保留着食材固有韧劲，点入兼具柠檬和香茅混合香气的木姜子油，一口刺五加一口毛肚，过瘾不上火。

看到餐厅里有设备先进的开放式厨房，手也痒了，就跟里奥交换了一个眼色，向厨师长提出申请：能不能让我们来个四手联弹？好吧，他就将椰子油百花珍珠蟹石烹柴鸡蛋这道的发挥权给了我们。

金雀花、茉莉花、石斛花、宣威百合还有诺邓火腿切小片等一众食材装在碗里，排列两行，还有一碗超级迷你的大连滩涂珍珠蟹。里奥将八只绿皮土鸡蛋哗哗打散，先后将各种花花倒入钵体里。我拿起一只铜质平底锅，一堆黑色鹅卵石烘热，倒入猪油和鸡油，里奥顺势将蛋液徐徐倒下，鹅卵石作为热量传导的媒介，与锅底一起迅速将蛋液烫至溏心状态。见好就收，加一小碗椰油增香，关火，完美、击掌。

这道花花炒鸡蛋在去年我也吃过，当时刘总蹭了个热度，叫它“一路繁花”。

**洱源梅子醋
由当地人古法腌制，与吹肝一接触，相见恨晚。**