

“吴门人家”凭啥被誉为“大人菜”？

——沙佩智访谈之一 文 / 丁丁

本市餐界“老克勒级”权威评论人士、锦江饭店北楼“老夜上海”业主姚耀东先生不仅家居“吴门人家”上海店附近，且是该店的常客。原本，这是一件再平常不过的事。然而，姚耀东却做了一件令业界久久惊诧的“伟大之举”：他直言不讳地高调褒扬“吴门人家”的苏帮菜不愧是“大人菜”，还叹息菜价太便宜，是“一流的菜肴，四流的价格”云云。

姚先生此番赞美之词，曾在本刊4月26日刊出后，不仅在百万读者中产生了爆炸效应，更令餐界同行肃然起敬。自古“同行是冤家”，而姚耀东却把同行当成了“亲家”。

姚先生能把同行当亲家的缘由无非有二：一、吴门人家的苏帮菜确有“大人菜”的深厚底蕴；二、姚先生的职业人品亦已炉火纯青。

姚先生的“亲家之举”令吴门人家苏州籍老总沙佩智深感敬佩，曾多次表示：姚先生不仅懂菜有威望，他的职业人品也令人折服。放眼餐界十多年，耳闻目睹“合久必分，分久再合，尔虞我诈，互相倾轧”之乱象，积极看，是必然的竞争；消极论，实属只有餐饮，少有文化之故。

日前，和沙总一席深谈，不仅被“吴门人家”的大人菜深厚的历史文化底蕴所撼，更被她几乎“舍本求末”般对苏帮菜的深度研究精神所折服。她为此付出了相当大的时间代价。她说：“苏州菜进得了清官，为何进不了联合国？”她十多年研究苏帮菜的终极目标竟是“想把苏州菜端进联合国”。

从古至今，具有2500多年历史的姑苏城，由于其江南水乡的地理位置和特殊的人文环境，历来是文人墨客、失意官绅的退隐之地。昔日的殷富和权势做派必然反映在退隐生活常态中。“脍不厌细”的官厨亦为满足主人“食不厌精”的舌舌之福而挖空心思，以弥补主人“长江渐落晓星沉”的失落心态。

从这个意义上讲，苏州官府菜奠定了苏帮菜对食材鲜活度的苛刻和对烹艺穷尽的“大人菜”风范。久而久之，食材鲜活、色泽清丽、器皿讲究、口感清新的苏帮菜成了海内外美食家追崇的必尝之菜。其对味蕾的原始尊重，是吸引大多数中老年食客的主因；其养生怡情的功能也是不容忽视的历史事实。

然而，苏帮菜的典型代表“吴门人家”倡导的就是“大人菜”风范：菜量足，味道好，派头大是其一贯遵循的宗旨。如，八宝饭里的豆沙分量十足；清炒虾仁、响油鳝丝之类的高档菜不能用搭头菜；招牌“樱桃肉”采用江苏著名品牌“苏太猪”，其脂肪含量为2%，肉香浓郁，所以价格也不菲，最好的部位要50元一斤；店内狮子头之类的肉制品也一律用“苏太猪”；禽类均从苏州郊野湖泊采购；即使一碗“阳春面”也颇有讲究，汤是由金华火腿、鸡、鸭、蹄髈熬制的高汤，面也从苏州特制而来，难怪上海作家程乃珊就是喜欢吃“吴门人家”的阳春面，边吃边赞“贼赞！贼赞！”。

有了好原料，还得有好烹饪，“吴门人家”的“大人菜”是哪能烧出好滋味来的呢？且看下文分解。（待续）

【上海店惠客】即日起半月内(6月20日止)，来店消费满300元，凭本文赠送一份鲜活盐水虾；满500元，赠送一份招牌“樱桃肉”或“香酥鸭”一只(双休日除外)。

【吴门人家一览】

苏州狮子林店：潘儒巷31号 电话：0512-67288041(泊车无忧)

苏州阊门店：西中市127号 电话：0512-88205777

上海徐汇店：浦北路1081号(近桂平路，地铁1号线锦江乐园站下)



改革开放带来了人民生活的富庶，异国他乡的各种美食纷至沓来，极大地丰富了圆桌筵席。在鱼言鱼，东星斑、老鼠斑……这些鱼中新星，一个个先后登上了宴会贵族的宝座。今天有澳洲血统、与东星斑、老鼠斑同属鲈形目的玉鲈斑，姗姗来到上海参与竞争，其目标只有一个：更多消费者能够享用的高端平价鲈形目“达鱼”。

玉鲈斑，英文名JADE PERCH，是澳大利亚最负盛名的名贵鱼种之一。自从移民中华水域后，完全遗传了JADE PERCH的适合人类食用的全部优点：背部肌肉肥厚，无肌间刺，肉质细嫩，味道鲜甜。特别值得称颂



的还有玉鲈斑的营养价值，它富含人体无法自身制造的DHA和EPA两种不饱和脂肪酸。众所周知，DHA的摄入，有利于人类大脑和视觉器官的健康；EPA有利于人类的心血管系统。移民中华水域的玉鲈斑，生长在全生态养殖环境之中，保证不含抗生素、重金属和污染物，是可以安心食用的“放心鱼”。经过和记大厨们的精心研制，5月31日在全部15家门店同时隆重推出“玉鲈斑鱼两吃”！上桌的玉鲈斑鱼，重700克。第一吃谓之“营养米汤灼玉鲈斑鱼”，取半条烹制，盛专用器皿，菜肴特点是鱼片滑嫩鲜美、色泽诱人食欲、营养丰富；第二吃谓之“豉椒腊肠蒸玉鲈斑鱼”，同样取半条烹制，鱼肉在豉椒和广东腊肠的伴味下，鱼肉更白嫩，味道浓郁鲜美，不逊色于其他清蒸鱼肴，且更新贵霸气。这使8-10人的便宴，桌间不仅有一条鱼，而且两吃等于两道菜，经济又实惠，满足更多美食老饕的尝鲜需求，至于价格，来吧，一定不会让您失望。

玉鲈斑十五家和记小菜强势上市

尊享贵族红 品味法兰西



文 / 樊蓉

■ Philippe Casteja 先生和南浦食品(集团)有限公司总裁林建华先生共同揭幕新品贵族红

法国著名的酿酒师让·雅克·卡巴西说过，好葡萄酒是种出来的。葡萄的品种、气候、土壤、种植园管理以及酿造技术是决定葡萄酒好坏的重要因素。位于法国西南部的波尔多凭借着得天独厚的地理位置，最适合葡萄生长的典型的地中海型气候，令其成为了全世界出产最多优质葡萄酒的产区。波尔多出产的葡萄酒以其高端的品质和柔顺雅致的口感被众人所喜爱，有的人甚至是因为一瓶波尔多葡萄酒，开始了与葡萄酒的不解之缘。

本月5日，有幸参加了皇轩二十周年庆典活动，并享受了一次由皇轩“贵族红”系列葡萄酒带来的美妙的味蕾旅行。“贵族红”是选用法国波尔多葡萄品种中的瑰宝：美乐和赤霞珠酿造而成，皇轩以原瓶进口的形式将这来自法国AOP等级的纯正佳酿带给中国消费者。通常葡萄酒在各个国家都是分等级制度的，级别越高代表酒质越好。而目前法国葡萄酒则分为四级：法定产区酒(AOP)、准法定产区酒(VDQS)、地区餐酒(IGP)和日常餐酒(VDF)。这款法国葡萄酒高等级的皇轩“贵族红”也受到了应邀来中国访问的源自1855年的法国波尔多葡萄酒列级庄协会主席Philippe Casteja先生的高度赞扬，他说：“历史悠久的法国波尔多地区葡萄酒向

来因品质高端名扬四海，本次全新亮相的皇轩贵族红正是来自得天独厚、闻名世界的波尔多地区，其层次丰富醇厚，口感受芳香甜美、柔美雅致，黑樱桃般的色泽与浓郁的水果香味，给予人如同贵族般的奢华享受。”当被问及如何分辨一瓶好的葡萄酒时，他说：“先看酒标，一般高等级的如AOP级别的，是好品质酒的保障之一，接下来要对酒进行观色、闻香、以及味蕾的品味，通过舌尖的甜味、两侧的酸味及舌根的苦味来感受其味道及酸甜度。当然平时还要多品尝，加深味蕾对各款酒的记忆度，也十分有助于对葡萄酒的分辨。”

据悉，这款适合亚洲人味蕾的皇轩“贵族红”葡萄酒将于近期上市，随着新品的上市，皇轩葡萄酒也将翻开其在中国发展的新篇章。



在金庭庄园初尝翡翠斑

文 / 祝伟新

翡翠斑，一个听起来十分高贵神秘的名词，却怎么也想不到那只是一种鱼，一种澳大利亚深海鱼。金庭庄园酒店日前开发了这道新菜。

草长莺飞时节，我和几位朋友，专程来到位于西郊的金庭庄园酒店。

金庭庄园酒店坐落在西郊一条毫不起眼的小路的尽头。那确实是一座地道道的庄园，而且是古典欧式的庄园。古典欧式纹样的铁艺大门、门柱、弧顶等，都带有明显的巴洛克风格。

进入金庭庄园，首先扑入眼帘的就是偌大的一片马场，在这里经常会有马术竞赛和表演。

金庭庄园就簇拥在芬芳四溢的桂花树林之中，城堡门前，矗立着一座拿破仑戴着三角帽骑在马上铜雕。进入门厅，我们沿着弧形的台阶拾级而上来到二楼，梦幻般的餐厅就出现在我们眼前，餐厅内环境高雅、奢华、浪漫。

翡翠斑宴正式开始了，首先上的第一道冷碟脆皮鱼，由翡翠斑的鱼皮精制而成，嚼下去毫不拖泥带水，鲜香生脆，那真叫一个爽！而且一点腥味都没有，一下子就把食欲给吊起来了。

接着是一道烤鱼。取翡翠斑上半身一块，先在大厨秘制酱料中腌入味，然后上架慢慢烤成，上桌时尚未见菜，其香却早已扑鼻而来。夹一小块入口，那香味即刻在整个口舌之间荡起阵阵涟漪。肉质细嫩却又Q劲十足，筷子禁不住又伸向盘中。

除此，翡翠斑还可做成生鱼片及脆鱼骨，一个是绵软鲜美，入口即化；一个是喷香松脆，齿颊留香。舌与齿浪漫互动，妙不可言。

再端上来的是用翡翠斑上半部的鱼肉和骨头做成的炸鱼排。那金灿灿的颜色，让人眼前一亮。入口一咬，薄薄的外皮又脆又酥，里面的鱼肉雪白粉嫩，汁液鲜美。从横截面看，真是黄金包籽玉，不仅让人赏心悦目，而且味觉体验也是登峰造极。

黄油焗鱼肚又是一道让舌尖高潮迭起的美味。双唇一抿，即感鲜嫩滑嫩，肥而不腻；双齿轻轻咬下去，那异香就在味蕾上一层层绽开，然后一丝丝沁入心脾，给人的感官体验美妙至极。

服务小姐端来一笼小笼，我原以为只是一般的点心而已，谁知那小笼却是翡翠斑做的馅！我小心翼翼地小笼皮上咬出一个洞，然后轻轻一吸，哇，好鲜呐！我感觉自己的灵魂几乎要钻进小笼里去了！也真难为了大厨，别出心裁！

鱼汤和鱼油炖蛋，也是不同凡响。那汤初入口中，感觉并不特别，可刚咽下，那特别的鲜香便从喉咙口缓缓释放出来，使你急不可耐地要去喝第二口、第三口……而鱼油炖蛋，因了蛋的元素，两相叠加，使这道毫不起眼的菜式，顿时产生了浓郁而丰富的滋味，让人回味无穷，意犹未尽。

翡翠斑，虽然其貌不扬，但它营养丰富，还富含Omega-3，所以，小小翡翠斑，已然成为鱼中新贵。

辞别金庭庄园时，我仍陶醉在翡翠斑的美味之中。而金庭庄园的环境和服务，在未来的岁月里也很难在我的脑海里忘却。

上海金庭庄园地址：上海长宁区协和路1号 或虹桥路2489弄66号
订座电话：52686161