



最近一段时间,预制菜和AI厨师成为热门话题。随着科技快速进步,如今的机器人厨师已经可以将菜谱转化成代码,加入视觉神经网络系统的机器人,甚至能够在观摩做菜中,通过影像捕捉技术分析食材成分和烹饪步骤,再复刻操作。

烹饪,是人类最早的生存技能之一,厨师的地位自古就不容小觑。历史上关于美食的记载虽多,厨师们留下的故事却很少,更别说女厨师了。于是,人们普遍认为这是男人擅长的职业,古今中外,莫不如此。

不过,20世纪50年代出土于河南偃师的几块北宋画像砖,告诉我们一个事实:至少在宋代,女厨师就有高超技艺且举止优雅、光彩照人,堪称那个时代的超级厨娘。

## 从“厨子”逆袭 成为一代名相

这是一个有趣的现象:在家里,一般由女性负责一日三餐;但到了酒楼,大厨则几乎清一色由男性担任。而自古厨师以男性为主,也是一个不争的事实。

商朝就有一位出身厨师、走向治国之位的雄才——伊尹。他本是一个孤儿,跟着庖人学了一手高超厨艺,后来辅助商汤灭夏,成为一代名相,并留下许多精妙的烹饪理论,被奉为厨师界的鼻祖。

“自古有君必有臣,犹之有饮食之人,必有庖人也。”周朝时设置“食官”这一重要官职,归为“天官”之列,仅次于主政之官的“宰官”。按照分工不同,周朝食官又分为膳夫、庖人、鳖人、腊人、浆人、凌人等二十余种,每种其下又有手下,各司其职。比如鳖人专掌龟、鳖、蛤、蚌的供给,腊人专管腊肉的制备,浆人负责酒以外的饮料……食官及其下属高达两千余人。

王室有“御厨”,士大夫家中也有“家厨”,随军则有“军厨”。另外,先秦的市集上,已有饮食店,店里有厨师。生活在春秋时期的易牙,因其厨师出身、烹饪技艺高,又是第一个开私人饭馆的,也被中国厨师称作祖师之一。

东汉到魏晋时期,饮食文化更加发达。但人们从东汉墓中出土的宴饮图、厨炊图中不难发现,那时的庖人(厨师)仍多由男性担任。

## 宋代“重女轻男” 从小培养“厨娘”

到了唐代,饮食文化进入鼎盛时期。一般认为,唐代官宦人家就有女厨师。不过,职业厨娘真正大展身手应该是在宋代。当时的有钱人家大都以聘用厨娘为荣,不仅东京汴梁、西京洛阳如此,连偏远地区也不例外。

看到厨娘待遇高,很多普通人家“不重生男重生女”,并对女儿从小因材施教。在这样的环境下,宋代出现了一批超级厨娘。何谓“超级”?因为这不是人们印象中满身烟火味儿的厨娘,她们个个风华正茂,极有修养,不仅厨艺高超,且琴棋书画样样精通,站在那里派头十足,光彩照人。如果没人介绍,你可能把她们当成大家闺秀,根本想不到是厨娘。

关于宋代超级厨娘的风采,20世纪50年代出土于偃师酒流沟北宋墓的几块画像砖,也许可以作为印证。

这几块画像砖如今收藏在中国历史博物馆,描绘的是超级厨娘备餐活动的几个侧面,分别是整装、斫脍(ku à i)、烹茶、涤器。

从画面上的轮廓可以看出,这些厨娘都是20多岁的妙龄姑娘,她们衣裙讲究,系有佩饰,梳着高高的发髻,透出一种既雍容华贵又精明干练的气质。每个厨娘只负责工序中的一个项目,择菜的只管择菜,切葱的只管切葱,烹饪的只管烹饪。有时看似简简单单的一道菜,需要3~4个人一起配合。可见分工之细,专业化程度之高。

当然,这些环佩叮当、光彩照人的超级厨娘,可不是一般人家能用得起的。



厨师鼻祖伊尹画像

# 古代美厨娘,能否抓住你的胃?

## “超级”厨娘身价高 连太守都“肉疼”

据史料记载,宋理宗宝祐年间,有一位美食达人张太守,聘请了一位俏丽的厨娘为他宴请的亲朋好友试厨。下厨时,厨娘自带全套厨具:锅、铫、盆、杓、汤盘,一应俱全,且这些厨具都是白金白银制作而成,就连菜刀、案板等也都格外精致。

厨娘拟定的菜单里,“羊头签”5份,食材竟然各用羊头10个,“葱齏”5碟,青葱50斤。

原来,一个羊头,厨娘只剔下脸上的几片嫩肉,其他部位都不要。按顶级厨娘的厨房标准,一个羊头也就只有两块脸肉可做“羊头签”。这些“羊头签”就是羊肉卷,用猪网油将羊头肉卷起来,热油炸得焦黄,大笊篱捞出,美味至极。

剔好羊头肉,厨娘又动手切葱了。这时,厨娘把葱外面的叶子全部剥掉,只取中间那条发黄的葱心,按照碟子大小,切成葱

段。怪不得要用掉50斤葱呢!厨娘用酒与醋浸渍葱心,作为凉菜上席。其他的菜式,也都是色香味俱全。

厨娘切菜之时,可是让各个帮厨看得惊呆了:切出来的鱼片,薄得几乎一口气可以吹起来。苏东坡的诗句“运肘风生看斫脍,随刀雪落惊飞缕”,就是形容这高超的刀工。

这样做出来的菜,当然“馨香脆美”,让太守很有面子。只是他没料到,第二天厨娘说话了:“昨天试厨,幸而贵宾还中意,请照例犒赏。”看太守发愣,她取出一叠花笺,上写:每大筵,支犒钱十千缗、绢二十四匹;常食半之。原来是在京中时的犒赏成例,供太守参考。

太守很郁闷,只得照例犒赏,没过几天就找借口将她打发走了。看来超级厨娘虽然光彩照人、技艺非凡,能让主人特有面子,但一般人家真的用不起啊!

## 各怀绝技的六大厨娘

虽然自古厨师以男性为主,但行业内流传的中国古代十大名厨中,除了商朝宰相伊尹、厨艺高超的易牙、擅长烤鱼的太和公,和被立传的清代家厨王小余,其余的六位名厨都是女性。

膳祖是唐朝宰相段文昌府上的女厨师,对食材见解独到,管理政府膳食四十余载,所煮的美食大多数收录于段文昌之子段成式所编的《酉阳杂俎》里。

五代时期的女僧厨梵正,不仅做得一手好菜,还有极高的饮食美学功底,擅长冷盘。按照北宋文人陶谷在《清异录·饌羞门》中的记载,比丘尼梵正炮制精巧,用腌鱼、炖肉、酱瓜、蔬菜等,黄红杂色,“斗成景物,若坐及二十人,则人装一景,合成辄

(wǎng)川图小样”。《辄川图》是唐代著名诗人王维晚年隐居之地辄川别墅的画图,而“辄川图小样”是梵正根据20个别墅景点图画而烹制的花拼,这道菜开创了我国花拼菜肴的先河。

被宋高宗封为五品官的“尚食刘娘子”是我国第一位著名的宫廷女厨师,后人称其为南宋版“大长今”。

南宋民间女厨师宋五嫂,在杭州钱塘门开自己的食店,“宋嫂鱼羹”颇具特色,吸引了八方食客。传说高宗赵构乘龙舟游西湖,曾尝其鱼羹,赞不绝口,于是宋五嫂名声大振,被奉为脍炙之“师祖”。

明末清初“秦淮八艳”之一董小宛,作为江南人,善制菜蔬糕点,如桃膏、瓜膏、腌菜,独创“走油肉”,留下“董肉”的名菜;用芝麻、饴糖、松子、桃仁、玫瑰、桂花加入上等面粉,拌上麻油,切成长五分、宽三分、厚一分的酥糖,即“董糖”。

清代著名女点心师萧美人是扬州仪征人,善作江南糕点,乾隆曾让人到萧美人的店里订购点心让后宫皇妃品尝。清代不少诗人都是萧美人点心的忠实拥趸,曾有诗云:“妙手纤纤和粉匀,搓酥掺拌擅奇珍。自从香到江南日,市上名传萧美人。”

## 知多一点

### 厨师服为何是白色

餐厅里的厨师在工作时,通常戴着高耸的厨师帽,穿着干净的白色厨师服。然而十八世纪以前,欧洲厨师的形象往往是围着锅灶、满身油腻的烧菜工。干净整洁的厨师服,是现代厨师专业度和地位提升的象征,也承载了不负食客信任的烹饪精神,而厨师服的出现,得感谢两位名厨——马利·安东尼·卡莱姆和奥古斯特·埃科菲。

法国人卡莱姆是世界上最早一批国际名厨,他创作的一款牛乳糖曾风靡巴黎。十八世纪末,由于外交的需要,拿破仑委托他改造、提升宫廷厨房,后厨统一服装也是提升方案的一部分。卡莱姆认为技艺精湛的厨师有能力在烹饪时避免沾到污渍,要结束过去厨师满身污渍、邋邋的形象,因此厨师服选择了白色,即使在工作中被弄脏,也容易被发现并及时更换。白色的厨师服也能被彻底漂白和消毒,更加卫生。他还发明了厨师帽,初衷是避免头发掉进食材里。

在卡莱姆设计的厨师服基础上,十九世纪,被人们称为“法国现代料理之父”的名厨奥古斯特·埃科菲更进一步,引入军队管理中的等级制度,将厨师的白色无边高帽设计成不同高度,用以区分厨师的等级。对于厨师服,他延续军装的思路,剪裁上采用了双排扣设计,方便以换边的方式呈现干净的外表。由此,现代厨师服的样式基本确立。

(综合北京日报、洛阳晚报,部分内容摘自王仁湘《饮食与中国文化》)



宋代砖画《厨娘图》



唐昊/插画