

“道尽世间悲欢的孤本，用尽多舛的一生……”继央视《典籍里的中国》之后，又一波纪录片、综艺节目聚焦古籍。近日，中华古籍活化纪录片《穿越时空的古籍》在网络视频平台上线。美食作家卢冉是第一集《古籍里的盛宴》的主人公，他和团队历时5年，复刻出“蟹酿橙”等300多道宋代佳肴。南京图书馆也有这样的“美食家”。历史文献部馆员韩超、史星宇坚持两年复原《随园食单》中的美食，并录制成教学视频，在线与读者分享。原来，不仅蟹和橙是“官配”，“梨炒鸡”也不是黑暗料理。更多食材神仙组合，都记载在古籍里。

现代快报+记者 刘静妍 钱念秋

# 南图馆员“复刻”梨炒鸡、猪里肉…… 古籍里的美食真不是黑暗料理



韩超(左)和史星宇

## 精彩

### “水果+”食材神仙组合，不止“蟹酿橙”

卢冉写的《宋宴》一书，从古籍中打捞食谱，复原出一道道看得见、吃得着的菜肴。“蟹酿橙”就是他们在复原过程中最惊喜的发现之一。螃蟹和橙子，是什么“神仙搭档”？宋人诗里说：“橙催蟹又肥。”在当时的人眼里，橙子是螃蟹的最佳伴侣。

古籍里记载的“水果+”食材组合，不止有“蟹酿橙”。韩超、史星宇尝试复原了袁枚《随园食单》里的“梨炒鸡”。怎么做？先把鸡胸肉切成片，三两猪油烧热，放鸡肉片快炒三四次，加麻油一瓢，芡粉、盐、姜汁、花椒碎末各一茶匙，再加雪梨薄片及香菇小块，炒三四次后起锅，用五英寸盘子盛上。

不止“梨炒鸡”，《随园食单》里的“猪里肉”，也不是单纯的一份肉。它有一个鲜美的搭档，那就是虾汤。猪里肉就是里脊肉，肉质细嫩。把里脊肉切成片，用芡粉上浆，放进虾汤里，加香菇、紫菜等清煮，一熟就起锅。简单地说，这就是一道“虾汤肉片”。

都说“秋风起，蟹脚肥”，那秋风不起的时候吃什么？你可以试试“假蟹”：煮熟黄鱼两条，去骨留肉；咸蛋黄碾碎，用油炒到翻沙的状态；起油锅煎爆鱼肉，把咸蛋黄搅匀入锅，加上香菇、葱、姜汁、酒等，吃的时候可以加点醋调味。

## 花絮

### 煨汤的虾还要不要？“假牛乳”是奶茶还是甜品？

把古籍里的文字“翻译”成一道道活色生香的菜肴，没有我们在视频里看到的那么轻松。韩超和史星宇经常在一遍遍尝试的过程中，会不断发现漏洞，甚至有“翻车”的时候。

“猪里肉这道菜，就是我们觉得做得有点‘翻车’的。”史星宇告诉现代快报记者，书里的记载很简单，就是把猪肉片切得很薄，然后要用虾汤煨。做菜的过程中，他们发现一个问题：煮出汤之后，虾去哪了？“可能就不要了？”韩超猜测。“这不就是《红楼梦》里刘姥姥说的，一个茄子，倒要十几只鸡来配它，这么奢侈吗？”史星宇不禁质疑。于是，他俩在操作中，对做法进行了微调，把虾肉和猪里肉一起煨，这样就不浪费食材了。



▲假牛乳



▲假蟹



▲梨炒鸡



▲猪里肉

本版图片均由南京图书馆提供

“我们的做法把它复杂化了。”韩超说，本着不浪费的原则，肯定不能煨一锅虾汤，然后把虾扔掉，所以变成了把虾肉、猪肉都锤了一下，一起煨汤。但是，这么一来，耗费了很多时间，反而实际上效果不太理想。

古人做菜不会量化，也会导致他们在复原的时候“翻车”。比如“假牛乳”，用蛋清、醪糟和水制成。手动打蛋清，让它和醪糟融合，去掉浮沫，上蒸锅蒸15分钟。这里的疑问是，它到底是甜品还是饮品？如果浓稀程度控制不好，会让它有时候像布丁，有时候像奶茶。

韩超透露，他们正在策划最后一期总结篇。这一期打算把之前复原过的菜重新打造成创意菜，比如把“蒋侍郎豆腐”的做法换成用空气炸锅炸。

## 幕后

### 上得书山下得厨房，图书馆员会“七十二变”

你眼里的图书馆员是什么样的？每天穿梭在一排排书架之间，每天只和书籍打交道？实际上，图书馆员不仅上得了书山，还下得了厨房。从2020年开始，韩超和史星宇根据书中记载和自己的烹饪经验，让《随园食单》里记载的美味再次“飘香”，并在南图官微等平台陆续推出在线教学课程。

史星宇告诉现代快报记者，视频主要内容是教大家做菜，为了增加一点“戏剧效果”，她的“人设”是一个只会点外卖的“吃货”。其实，生活中，她和同事韩超一样，经常下厨做饭。所以，食单的“复活”基本是他俩一起研究，一次次实验的结果。“我们先要挑选一下，选择食材容易获取的、做法便于理解的，不是书里所有菜都能做得出来。有的菜书里没有记载做法，只是写了一些做菜原则，比如荤菜用素油、素菜用荤油。也有一些菜有大致做法，但一些细节对不上号。我们俩都是在家做饭的人，会讨论一下怎么弥补。”

视频里看起来轻松愉快，但其实准备的过程还是有点“痛苦”的，但每次成功复原一道菜肴，又觉得很开心。韩超和史星宇都是从业七八年的图书馆员，平时需要静下心来做编目整理等基础工作。

对于他们而言，这个策划是一项完全不一样的挑战。

为什么要做这样的活动策划？史星宇说，希望以这样特别的方式，让古籍走进更多人的视野，让古籍里的文字活起来，“图书馆的功能，不仅仅是提供书给大家看，我们还可以呈现更多精彩。”



扫码看视频

▲《随园食单》部分美食的做法