

厨房是乐园不是战场 看邻家女孩儿画美食

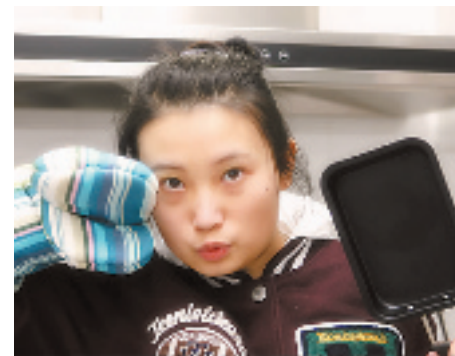
文/本报记者 蒋瞰

食谱,早已不是什么新鲜事,说白了就是菜的做法,而食谱日记也早已被说烂,讲求小情小调的女生们把做菜、设计菜式作为日常生活的一部分,然后集成册子也已不是什么新鲜事。而这次,有人用手绘的形式一笔一笔画出了每一道菜的做法,除了有详尽的烹饪步骤,拍摄出成品菜色图外,每道菜前还有作者对这道菜以及生活的感悟。

有别于那些按照中西餐分类,或者养生美颜功效分类的美食食谱,这是一本烹调生活的心情日记食谱。会生活的人,一定会烹调。不同的是,不是只把美食摆在读者面前就可以表达出烹饪时的感情,更重要的是可以把食谱当作日记来倡导每个人都热爱生活、热爱烹调。从没人想过用手绘的形式把做菜的原料、工具、步骤都用图画来演示,这次,捷安特·潘达突发奇想。



捷安特·潘达的作品《我的小煮意》



捷安特·潘达,大熊猫,好复杂的名字

捷安特·潘达是一个人,也是一只熊猫,既是书里的主人公,也是作者的化身。捷安特·潘达=giant panda。大熊猫,因为身形庞大,所以特别强调“大”,据说她从小就胖圆滚滚的,一睡不好就有黑眼圈,小学起就被同学叫做熊猫。其实,别听她瞎说,这年头女生都嫌自己胖,事实上这只熊猫一点也不胖,眼睛很大,皮肤很白,不过有黑眼圈倒是真的,晚上总是不好好睡,同一天睡下同一天起床已经成了习惯。

离开了动物园的这只熊猫飘荡在钢筋混凝土的竹林里,有很多很多梦想,但多数时间在为生活而忙碌,一个人孤单寂寞着,可是,就算一个人也要好好吃饭,用大大的爱面对每一天,快乐健康地生活,不让爱自己的人担心,这,也是一种爱。潘达就是这么想的,久而久之就有了这个食谱绘本。

手绘,自创,私房菜

看她的食谱,好像听一个邻家女孩在耳边娓娓道来,她讲究有自己创意元素在内的菜,比如软糖加进糯米团里,搓成丸子,又在丸子上裹面包渣,糯米粉又是和牛奶混合搅拌而成的,这就是Q心丸子;考虑到女孩子要减肥去脂肪,手撕鸡这次用了普洱茶卤和冰糖混合做底。无论是油炸还是蒸煮,或者是潘达最喜欢的平底锅煎烤,都能感觉到书里的烹饪比任何一家饭馆里的菜都有爱意,甚至地位高过妈妈的家常菜,首次问世,绝对私房。

因为馒头既可以夹咸菜大口嚼,也可以炸成黄金片,功能强大,所以这次,先把芝麻、胡椒粉与沙拉汁搅拌,火腿肠切成小丁,馒头切成小粒,做成一道馒头沙拉。

把蛋液和同体积凉菊花茶一起搅拌,虾仁去泥肠在盐水里浸5分钟沥干水分放在有洞的蒸格中间隔水蒸10分钟,加入酱油、麻油、花椒面后就是一份菊香虾仁蒸蛋;

贡菜沸水大火烫1分钟,塞入竹荪密实的尾部,撒上花椒粉、盐,淋上热麻油再撒上芝麻就是一道皇家贡菜卷。

好玩的是,馒头、贡菜、蛋汁……所有这些食材都用图片来代替,步骤就用双箭头或是单箭头,要用刀切片的话直接在菜上画一把刀,用到平底锅时就画一只圆形的锅子,甚至烤箱也就用几笔线条勾勒一下写上温度,这样的食谱看起来既好玩又科普,还能学上一招。

而且,除了潘达做的这些自创的火腿饭卷、银丝虾窝、红豆饭团、海陆生香等等等等美味外,冷柜室布局原则也画在了上面,五颜六色的,画面非常好看。她用图解的方法告诉读者,剩饭菜放上层靠内,熟食靠外,生的非肉原料放下层靠内,水果蔬菜靠外;生肉、保存时间长的原料放盒子里,往往不看文字,光看图就明白了意思,而且还好记。

最后几页“潘达妈的小黑板”画得非常精细,包含了“错误的常见搭配”、“食用油的摄入量”、“一日营养搭配表”、“食用油的摄入量”、“盐的摄入量”,还有合理的搭配,其中“每天吃五种有颜色的食物”就用五种颜色把食物全部画了出来,通俗易懂,既科普又好玩。

虽说看了之后不能当大厨,但是会让你的心情超级好,特别适合两个人的情调生活,简单、实用、好看又温暖。

城市假日:用手绘的形式来做菜谱你是怎么想到的?花了多少时间完成这本书的?

捷安特·潘达:2007年下半年,完成了上一本绘本休息了一段时间后开始无聊,突然就想到了做吃的。实验性地做着,然后实验性地画着,然后就实验性地出版了。

去年3月完稿,之后就是和出版社沟通修改,嗯,基本上用了一年时间出了这本书。也有很多遗憾的……比如没有好好解释为什么没有在食谱里说明每样食材的使用份量,正好借这里说明下:厨房是乐园而不是战场,做饭和跳芭蕾一样是艺术,精确到克的电子秤、划满刻度的量杯会抹杀做饭的乐趣,而且每个人口味不同,一点点尝试了才能有自己的风格。

城市假日:你是不是特别爱吃?所以才会这样画?

捷安特·潘达:对,很爱吃,不怎么挑食的。

城市假日:每天画的那些,都是白天吃的吗?还是每天想吃了就画一个,画饼充饥?

捷安特·潘达:画饼充饥只是一时半会,最后还是付诸行动啊,哈哈(头可断血可流,饿了不可不吃)!

城市假日:每天画会不会把所有好吃的都画完了呢?

捷安特·潘达:不会吧,地球上还有很多地方没去过,未知的地方一定还有未知的食物,画不完也吃不完的。

城市假日:那么厚厚的一本食谱,你自己最得意的有哪几道菜式?

捷安特·潘达:还没做的菜是最得意的,呵呵,我是处女座完美主义者。

城市假日:你一般是不太去饭店吃饭,喜欢自己做?什么样的美食对你最有吸引力?

捷安特·潘达:美食就是光看看就有幸福感,吃了会流泪的(不是指洋葱哈哈),其实我喜欢寻找美食更甚于自己做,闻着香,卖相好的菜最吸引我。

城市假日:一年前有一本熊小源的美食馆,关于美食的书如今市面上很多,你是怎么定义自己的这本书的?

捷安特·潘达:《我的小煮意》看上去是讲做饭的,但我更想大家觉得它是讲生活的。民以食为天,生活本来就是琐碎的事堆积起来的,吃是必须的。理所当然的事中的幸福感往往就被忽视了。我只是想用简单的方式与大家分享我在琐事中感受到的快乐。