

# 布丁进化简史：从香肠到甜点的悠悠八百年



提起布丁,99%的地球人一定会想到柔润、嫩滑、用勺子戳一戳还会Denlen~Denlen~乱颤的美味小甜点,然而在黑暗料理专业户——英国(正是那不足1%的人口)的餐桌上,布丁却是复杂、多元且极具颠覆性的存在。

你以为是一块布丁?其实是一根布丁!布丁(Pudding)这个称谓早在中世纪(13世纪)就已经出现在不列颠的土地上,是由拉丁文的Botellinus/Botellus变化而来,只不过那时它和我们认知里的这种小甜心没有一点儿关联,仍在恪尽职守的扮演着它的拉丁文本意——香肠!

香肠最初是将未食用完毕的血液、内脏和小肉块灌入动物的胃或肠中以便保存和携带的方式,可以说是一种几乎和人类文明一样古老食品加工技术。早在公元前8世纪的荷马史诗《奥德赛》中就已经出现了关于香肠的记载,它形容英雄奥德修斯心事重重、辗转反侧的样子像“被翻烤的大香肠”,如此惟妙惟肖的比喻必然是建立在对生活的敏锐洞察之上,可见香肠已经是当时比较常见的食物了。

之后随着罗马帝国不断扩张,香肠的制作技法也跟着被带到了欧洲各地。“傻子皇帝”克劳狄乌斯一世(昏君尼禄的养父)征服英国后,香肠从罗马驻军的军粮清单上逐渐融入盎格鲁-撒克逊人的日常饮食当中。早期的英式香肠并没有留下太多记录,大抵也和同时期的欧洲香肠一样直接承袭了罗马的制法,毕竟罗马人对香肠的理解已经足够精妙,种类亦是十分丰富了。

血肠或是杂碎,您好(hào)哪(něi)口儿?香肠的种类繁多,正可谓一节肠衣在手,万物皆可灌制。到了中世纪,庞大的香肠家族也逐渐衍生出两个分支,一类是以肉馅、肉块填充的Sausage(15世纪初由拉丁文的Salsicium演化而来,意为用盐腌制的),也就是如今我们最常见的各式肉肠。到中世纪后期,肉类尤其猪肉已经没那么金贵,但也要中产以上才能餐餐都吃上这类纯肉制品。

另一种则是以边角料为主,为底层平民提供了更加廉价的选择。这类边角料香肠

通常会使用血液、内脏,有时甚至只有油脂,多数情况下还要混入谷物进一步降低成本。单纯的血块或者下货很难称得上美味,好在十字军东征归来带回了各式香料,正好可以用来改善其口味。也正是因为有了当时被视为奢侈品和地位象征的辛香料的加入,使得这类庶民食物逐渐贵重起来,成为上流社会也备受推崇的佳肴。而原本泛指所有香肠的Pudding一词,大约就是在这个时期被逐渐固化成为这类边角料香肠的代名词的。

被“穷困”与“饥饿”激发出的创造力,极大地丰富着边角料布丁的种类,不过在经历了一代又一代人们的味觉考验之后,流传至今的只剩下寥寥几种,而其中最负盛名的还要数哈吉斯和黑布丁。它们都是非常古老的布丁种类,《奥德赛》中就描述过在胃袋中填入满满油脂和血液并用火烤制的香肠烹饪方式,被认为是这两种边角料布丁的直系祖先。

黑布丁(Black Pudding)的主要原料是猪血,辅以板油、燕麦,有时还有切碎的猪内脏,用水煮熟、切片、再经过煎烤之后食用。从外型上黑布丁和我大东北的血肠没什么太大差别,但因有燕麦的加入并经过煎炸的烹调步骤,在口感上和湾湾的猪血糕更为相似。说起对黑布丁的热爱,也许没人能比得过16世纪英王亨利八世,只要是他所举办的宴会上必然会有黑布丁的身影,也正因为有了皇室的加持让黑布丁成为腐国至今都排得上号的知名黑暗料理。

哈吉斯(Haggis)是将羊杂碎(剁碎的肺,胃,心,肝等羊内脏)与燕麦、洋葱、羊油、茴香等配料混合,塞进羊胃中缝制成袋,灌入高汤后炖煮大约3小时,待其鼓胀成球状就可以上桌了。而使这种口感浓烈的贫民食物一跃跻身苏格蘭的国菜,则要归功于写出《友谊地久天长》的那位苏格蘭国宝级诗人Robert Burns,他在1787年写下了脍炙人口的《羊杂颂》(Address to a Haggis),将这种羊杂布丁比作“布丁一族的伟大首领”(Great chieftain o' the puddin'-race!)。自此,彭斯和哈吉斯就连结在一起,被视为苏格蘭的灵魂象征,每年1月25日的彭思之夜人们

都要畅饮威士忌、大啖哈吉斯、吟诵《羊杂颂》以示纪念。

烹饪方式的进化,迈向甜点的第一步  
不同于亚洲稻米文明所发展出蒸、煮的烹饪习惯,欧洲以麦类为主食,麦粒质地较硬、直接煮口感很糟,所以都是磨成粉后进行烤制的。由此发展而来煎、烤的手法当然可以驾驭多数料理,然而这种直接接触火源的方式会让整个烹饪过程都维持很高的温度,虽然可以得到美妙的美拉德反应以及油脂氧化后的香气(镬气),却过于粗犷,让菜肴失了细腻精致,同时也因不好把控火候很容易翻车。随着料理技术不断精进,对温度的控制逐渐成为可能,到了16世纪,在烟囱内侧或主面包炉旁建造小烤炉,已经是腐国非常普遍的做法了。这种烤炉无独立热源,借助壁炉或主烤箱所散发的热量对食物进行温和的加热。

烹饪手法的升级让另一款经典布丁——白布丁逐渐成为餐桌上的常客。白布丁(White Pudding)可以说是黑布丁的低配版,它几乎完全由谷物组成,通常还会加入板油和面包屑,与黑布丁只差了猪血而已。由于白布丁过高的谷物比例,如沿用黑布丁的水煮方式则须大大延长烹制时间,然而久煮会让味道寡淡、肠衣鼓胀易爆,同时还需要分神盯着火以免干锅。低温小烤炉正可以完美的解决这些问题,先将麦粒在平底锅中焙过,混合板油、调味料、灌制好之后直接入炉,让它在里面慢慢烘烤就能得到软糯适口、滋味浓郁的白布丁了。

和有着血、下货味道的黑布丁不同,以谷物为主的白布丁没什么特殊的味道,全靠辅料和调味料来赋予滋味,因而有着非常丰富多变的口味。比较传统的会加入洋葱、盐、胡椒、百里香等咸口儿佐料,有时也会加入少量肉或内脏,例如早期的白布丁会使用捣碎的羊脑作为谷物粘合剂,不过因为实在太过黑暗如今已经看不到这样的做法了。谷物和辛香料的搭配本就可盐可甜,加入果干和糖的甜味白布丁也是当时很有人气的做法,这大约就是布丁开始向甜口儿转型的第一步了。

布丁大人请更“衣”,板油大军集结完毕

低温小烤炉中慢烤的布丁不仅味道浓郁还有另一个显著优点,它不必像寻常水煮布丁一般必须盛装在肠衣里才能烹制,混合好的麦糊直接放在碗、盆内慢慢烤就好了,这大大节省了人们对肠衣的需求——毕竟每头猪就有一条肠子而已。然而用盆烤制的布丁像麦片粥一样并不成型,远没有那些用肠衣定型的布丁来的有食欲,通常只能当头盘或作为最后一道菜来食用。为了追求美观以便把布丁移动到一餐中更重要的位置,当然也为了原材料的可重复性和经济性,人们开始寻找肠衣的替代品。

到了17世纪初,一种被称为布丁布(Pudding Cloth)的轻薄平纹棉布被越来越多的主妇带入厨房,它最初的使用法是将烹熟的馅料包裹起来、挤干水分、悬挂在钩子上稍微晾干,然后就能得到一颗圆滚滚的球形布丁啦。

在不断的烹饪实践中人们发现,包裹在布丁布中的馅料会在挤压过程中渗出其中富含的板油,而这时若将布丁球儿在面粉中滚上几圈,就会在表面形成一层粉质的壳儿(有点儿我天朝元宵的feel)。这层外壳可以防止馅料粘在布上难以取食,还能让布丁经得起蒸、煮不会散开。穿上了衣服(Pudding Cloth)的布丁不止更美貌,板油和面粉形成的致密组织还能有效防止馅料的滋味与水分流失,变得更浓郁多汁、更加美味。随着这类布丁人气越来越高,人们开始尝试不依附布丁布、直接用板油和面粉制成面团来代替肠衣,在面团中添加不同的内馅儿、干果、香料就得到了形态、口味各异的各种不同版本,逐渐形成了品种众多的英式布丁大家族——板油布丁(Suet Pudding)军团。

从外观上板油布丁主要有两种不同的形态:一是以板油面团为皮中间填入馅料的派/塔式布丁,这类布丁最初是为了盛装肉羹或浓汤而诞生,馅料多以咸口儿为主,如可以作为主菜独当一面的牛肉腰子布丁(Steak and Kidney Pudding)等;当然也可以包裹进甜味儿的酱汁,如含有一整颗柠檬和大量砂糖的池塘布丁(Sussex Pond Pudding)。

(下转第50版)

6-119 绝对新鲜美味专业寿司料理

各類壽司拼盤  
海鮮烏冬面  
日式鷄套餐  
鰻魚飯套餐  
牛肉刀削麵  
生魚片  
招牌龍卷  
珍珠奶茶  
咖啡、冷(熱)飲

地址:15108 Frederick Road, Rockville, MD 20850

## 稻壽司 Inari Sushi

电话:301-315-8818

Gift Certificate  
凡购买礼品卷\$100以上有10%优惠  
10% off on purchases above \$100

每晚6:30後 特價

营业时间:9:30am -8:30 pm

请扫码入稻寿司群

6-101 Large Variety of American Cuisine Elegant and Upscale

美味经典 丰富特色 品味繁多 贵宾赞许 环境优雅 绝佳选择

5902 RICHMOND HWY  
ALEXANDRIA, VA 22303  
703-329-1555

## Great American Buffet

经典丰富美国大型连锁自助餐厅

百种正宗美式佳肴 烧烤 牛排 海鲜  
丰富健康沙拉吧  
精美甜点

8365 SUDLEY ROAD  
MANASSAS, VA 20109  
703-369-6791

生日聚会 大型团体  
周末丰富多彩的早餐

COUPON  
15% off

65岁老人额外10%off

新店隆重开业

周一至周四 11 AM - 9 PM  
周五 11 AM - 10 PM  
周六 9 AM - 10 PM 节假日照常营业  
周日 9 AM - 9 PM (圣诞节除外)