

克里斯特塔·科默福德：

## 服务过5位总统的白宫主厨

食品科学专业出身

“当你在楼上厨房做饭时，楼下的‘第一家庭’也是普通人，他们只想一家人围坐在桌边，吃一顿美味的晚餐。”近日，科默福德在一个关于食物和美酒的美白宫历史研讨会上说，“这是美国‘第一家庭’的另一面，完全不是新闻中看到的样子。”

去年7月，科默福德从白宫退休，消息一度登上头条。她是白宫首位女主厨，也是白宫历史上任职时间最长的行政主厨之一，服务过5位美国总统：克林顿、小布什、奥巴马、特朗普和拜登。

科默福德1962年出生在菲律宾宿务马尼拉，毕业于菲律宾大学食品科学专业。她的母亲就是一名厨师，科默福德有10个兄弟姐妹，让全家吃饱吃好就是一件大事。“我从小耳濡目染，伴随美食长大。”她在一次采访中说，“学校教会了我如何将好的原料做出独特的风味。”在另一次采访中，她说自己很小就学会了做饭：“小学三年级时，我们就要学着做春卷……那时家中永远弥漫着食物的香味，总能听到咀嚼食物的声音。”

1983年，科默福德与父母移民美国，第一份工作是在芝加哥机场的喜来登酒店制作沙拉。多年来，她先后在华盛顿的两家餐厅掌勺，还曾赴奥地利维也纳接受为期6个月的法餐培训。1994年，时任白宫主厨斯盖布临时聘请科默福德参与招待新任南非总统曼德拉的国宴筹备工作，成了她的“伯乐”。1995年，科默福德被白宫聘任为助理厨师。10年后，斯盖布辞职时，力荐科默福德担任下一任白宫主厨，称赞她是自己30年厨师生涯中“遇到的最好帮手”。

斯盖布说，科默福德是一位非常出色的厨师，她有艺术家的眼光，遇事沉着冷静，完全能够应对在白宫厨房工作的巨大压力。科默福德说，当时约有450人提交简历。时任美国总统小布什的夫人劳拉亲自考察了入围者，将用于特殊场合的菜肴和家常菜作为考试内容。经过考验，科默福德于2005年被任命为白宫行政主厨，成为白宫首位女主厨，也是首位有色人种主厨，领导着一支7人厨师团队。

肩负着“外交使命”

1961年，时任美国总统肯尼迪

美国总统在“家”都吃什么？最近，在白宫工作近30年、为5位美国总统掌过勺的白宫前主厨克里斯特塔·科默福德现身一场白宫历史研讨会，聊了聊总统们的饮食喜好。在她看来，美国“第一家庭”也是普通人，各有各的饮食风格，而她常年担任主厨的秘诀就是“服务而非炫技”。



第一次任命白宫主厨这一职位。白宫行政主厨不但需要高超的厨艺，还要有应对强大压力的能力。他们既要洞悉总统日常的饮食习惯，还要满足远道而来客人的口味，甚至能在一定程度上影响外交。在老布什之前，白宫主厨都是法餐专家，白宫的饮食风格也是法式的。克林顿入主白宫后，“第一夫人”希拉里更换主厨，将白宫餐饮打造为美式风格。

白宫主厨绝非为总统一家做饭那么简单，从为世界各国领导人准备国宴到为总统及其家人、朋友准备快餐，都在他们的职责范围。科默福德上任时，白宫每月平均要宴请2000位宾客。

科默福德擅长马里兰蟹和牛肉的制作，烹制脆虾的技术更是无人能及，由她掌勺的菜肴深受白宫客人欢迎。科默福德还喜欢在菜肴中加入蔬菜，芦笋、欧洲萝卜、菠菜在她的“作品”中经常出现。2007年的一则报道曾描述过一场白宫晚宴的规格：先喝一碗开胃的芹菜肉汤，主菜是可口的脆虾、热

气腾腾的牛肉丸和坚果羊肉，配有香脆的烤米饼，甜点是巧克力杏仁饼干或者查特酒冰淇淋。用一位客人的话说：“在白宫晚宴上，你绝不可能品尝到二流的菜肴。”劳拉的发言人评价说：“科默福德太出色了，她的才能无法用言语来表达。”一家法式餐厅的老板兼大厨维德迈尔也称赞科默福德：“能同时把那么多虾炸得香脆可口实属不易。”

科默福德还出色地完成了很多“不可能完成的任务”。2014年8月首届美国-非洲领导人峰会期间，白宫打算招待400多名宾客吃一顿“便饭”。这顿所谓“便饭”包含4道菜肴，这意味着总共有1600多盘食物，还不能一股脑儿端上餐桌，而是要掐着时间恰到好处地送到宾客手中。此外，厨师们还要考虑各国宾客的口味偏好、有无忌口等因素。

为了完成这项“19年白宫厨师生涯中的最大挑战”，科默福德花了好几个周时间设计菜单，最后交由当时的“第一夫人”米歇尔拍板，

又花了整整两天烹制，才为400多名宾客奉上了一顿“便饭”。

一切全凭“手感”

谈到厨艺秘籍，科默福德曾说，用新鲜时令食材才能做出好饭，“只要食材够好，做出来的菜就不会太难吃。此外，你必须学习所有菜系，尝试不同味道。不同的菜系和食物会带来无限可能。”科默福德参与过54场国宴，她会率领团队研究来访国家领导人的饮食偏好，在保留美国饮食特色的基础上融入对方国家的特色元素。她通常会准备3份不同的菜单，由“第一夫人”品尝后决定最终采用哪份菜单。

科默福德在一次采访中提到，自己做饭并没有多少毫升、多少克的标准，一切全凭“手感”。“做了二三十年饭，所有配方都在这里。”她指了指自己的脑袋，“只有糕点师才会称量食材，至于我们这些做饭的，就是跟着感觉走，最后发现一切还不错。”

科默福德服务过的5个“第一家庭”口味各不相同。被问及哪位总统是真正的“美食爱好者”时，她

提到克林顿夫妇偏好健康饮食。希拉里当时要求白宫厨房避免使用浓稠的酱汁和奶油。

担任过得克萨斯州州长的小布什入主白宫后，科默福德又学到了很多关于美国西南地区美食的知识。小布什喜爱德州墨西哥风味的食物，“我们为圣诞节准备了很多份玉米粉蒸肉”。

奥巴马任内，米歇尔在2009年开垦了白宫菜园，提倡健康饮食。科默福德便将菜园中的蔬菜作为设计菜单的灵感来源，经常到菜园采摘新鲜蔬菜和调味植物、采集蜂蜜。奥巴马曾透露，西蓝花是他的最爱。而科默福德做的西蓝花菜式味道独特，深得奥巴马的赞赏。

特朗普第一任期时，科默福德发现，这位总统和“第一夫人”梅拉尼娅“非常注重传统饮食”。梅拉尼娅喜欢意大利菜，厨房里多以清淡的意大利面为主。同样偏好意大利菜的还有拜登的夫人吉尔——她是意大利裔，厨房也因此经常准备意大利菜。“每个‘第一家庭’都不一样，但我的工作就是按照他们的风格和喜好进行烹饪。”科默福德说。

在家不下厨

去年卸任白宫主厨时，吉尔发声感谢科默福德：“我总说，一饭一菜皆是爱。在她打破‘玻璃天花板’的职业生涯中，克里斯特塔·科默福德带领团队，以热情和创造力一路滋养了我们的灵魂。我们对她多年的奉献和服务心怀感激。”

实际上，“第一夫人”有权更换白宫主厨，之所以能在这职位干这么久，科默福德说：“除了精通高端料理，也要会做美式汉堡。这份工作最重要的是服务‘第一家庭’，而不是炫耀技巧，你不能有‘自我意识’。”

科默福德的丈夫约翰·科默福德也是一名厨师，他牺牲了自己的职业生涯来照顾家庭，在家里下厨做饭的也是他。科默福德说，在白宫厨房忙碌一天后，她在自家厨房多待一小时都受不了。他们的女儿现在是一名糕点师。

科默福德为白宫菜式带来了亚洲特色，她的助手汤米·库普拉迪特出生在一个泰国移民家庭，目前担任白宫临时行政主厨，梅拉尼娅至今还没有任命科默福德的继任者。



2岁182天的约瑟夫·哈里斯-比尔蒂尔：

## 门萨俱乐部史上最年轻会员

最近，作为世界顶级高智商团体，门萨俱乐部迎来年纪最小的会员。经吉尼斯世界纪录认证机构确认，英国男童约瑟夫·哈里斯-比尔蒂尔在2岁182天时正式加入门萨俱乐部，这意味着他的智商指数在132分以上。

约瑟夫出生于2021年11月23日，父亲戴维现年39岁，是英国圣安德鲁斯大学的高级讲师；母亲罗丝现年39岁，是圣安德鲁斯大学的荣誉高级讲师，兼任学术期刊《人文开放图书馆》的编辑主任。

戴维和罗丝说，他们发现约瑟夫从小就比同龄人发育得快一些，5周大时第一次翻身——一般婴儿

在3到6个月时才学会翻身，7个月大就说出了第一个词，1岁9个月时就能朗读第一本书的全文。“2岁3个月时，他已经能流利朗读10分钟，用5种语言从1数到10，还能正着或者倒着数到100多。”罗丝还说，现在约瑟夫正在学摩尔斯电码，认识希腊字母，还对元素周期表产生了兴趣。“他喜欢学习新的语言、解决数学问题、烹饪、玩纸飞机和玩具……”

除了智力发育超前，夫妻俩还说儿子性格善良温和、自信、好奇心强，而且很有意志力。“他喜欢音乐，最近在学弹钢琴。”罗丝说，“无论是学国际象棋，还是钻研那些以前没有接触的新单词和概念，他都喜欢接受挑战，能从复杂的事物中找到乐趣。”

了解约瑟夫在阅读方面的超

前能力后，戴维和罗丝决定联系门萨俱乐部，为他日后的成长争取更多支持。“我在网上发现门萨俱乐部可以为高智商的孩子提供资源和会员资格，也希望约瑟夫长大后为此感到自豪，毕竟这是他靠自己的实力拿到的。”

作为世界顶级高智商团体，门萨俱乐部的申请者需参加官方认可的测试并达到一定水平，进入全球前2%群体，比如斯坦福-比奈智商测试，智商指数至少要达到132分。

门萨俱乐部1946年在英国牛津成立，现有约15万会员，遍及世界各地，最年长的会员超过100岁。“门萨”在拉丁语中有一个“圆桌”之意，该俱乐部自称是一个“圆桌社会”，会员不限制年龄、人种、学历、职业、国籍等，唯一的要求就是智商达到全球人口的前2%。

约瑟夫不仅是门萨俱乐部最小的男性会员，也刷新了该俱乐部会员的最低年龄。目前，门萨俱乐部年龄最小的女性会员是来自美国的伊丝拉·麦克纳布，她2022年加入时年仅2岁195天。

伊丝拉也早早展现出超过同龄儿童的阅读能力。她的父亲就是门萨俱乐部的成员，伊丝拉从小就对字母表很感兴趣，她有很多字母形状的积木和磁铁。伊丝拉2岁生日时，父母惊奇地发现，女儿不知什么时候学会了阅读，能读出他们写下的单词。当时伊丝拉收到了一个写字板礼物，父亲在上面写了“red(红色)”，伊丝拉立刻就读了出来。接着，他们又试了“蓝色”“黄色”“猫”“狗”等单词，伊丝拉都可以准确无误地读出来。她还会在椅子旁边用字母积木拼出“chair”，在沙发旁边拼出“sofa”

等。伊丝拉的母亲还在监控中看到，女儿会用蜡笔写“mom”。

伊丝拉的父亲说，他们带女儿去看心理专家时，伊丝拉能读出诊所墙上海报中的每一个单词。那位心理专家专门研究天才儿童，但一般不给这么小的孩子做智力测试，看到这一幕，他破例给伊丝拉做了测试。结果显示，伊丝拉的得分达到人群前1%，有资格成为门萨俱乐部会员。2岁多的伊丝拉会读写、正数和倒数数字、做一些简单的加减法，还认识500多个单词。

谈及对女儿的教育，伊丝拉的父母打算顺其自然，“我们打算让她自己掌控人生，希望有一天她能拿到哈佛大学或麻省理工学院的奖学金”。