



# 解 放 周 末

对话

言讲

知沪

悦赏

独家专访

## 有根的食物才有生命力

——专访纪录片导演陈晓卿

■ 本报首席记者 龚丹韵

### 只有在原产地享用，它们才是有生命的美食

陈晓卿的办公室在北京的大学片区。采访那天，他穿着一身休闲卫衣，连续在机房待了几天，神色疲惫。陈晓卿是著名的“扫街嘴”，曾经带着儿子在北京一条街一条街地吃过去。据说，在市区任何一条街找饭店，问他都能解决。只可惜，他没有系统地写一本“餐馆指南”。而如今，大概更没有可能了。独立成立公司后，近两年十分忙碌。他统计自己2018年上半年的所有日程，发现一共就在家待了十几天，其余时间都在各地的拍摄现场。

**解放周末：**拍了那么多美食，您的口味偏好是什么？和童年记忆中妈妈的菜有关吗？

**陈晓卿：**我妈不会做菜，她是安徽大别山六安人，酱菜比较拿手，会做一点蚕豆酱、腌酸菜。倒是我自己，五六岁就做菜了。小时候路上跟一位老爷爷一起摘枸杞叶，回家便尝试自己做，洗干净，撒盐，凉拌。

我不忌口，有一个“世界胃”。什么样的菜系和口味都能调整到适应状态，当然，吃中国菜会更舒服，但是我也很好奇，想吃一些没吃过的东西。“世界胃”都是有好奇心的人。

**解放周末：**这次的《风味人间》也拍了国外的美食。中国胃去吃西方的美食，有什么不一样的感受？

**陈晓卿：**我们不评价美食，不说它好吃不好吃，更重要的是这个地方为什么出这样的食物。有根的食物才有生命力。

**解放周末：**我看到您曾经写过一篇文章，拿云南小锅米线说明，美食难离故土。

**陈晓卿：**第一次到昆明吃小锅米线，觉得昆明人真幸福。后来回北京，一些云南菜馆的过桥米线还行，但要吃小锅米线，一定要提前打电话找熟人，否则做出来总觉得差了些东西，却又找不到原因。直到在昆明见了我们的顾问，听他的解释才明白。

小锅米线是典型的功夫小吃，放在火上的锅比碗大不了多少，必须是红铜做的，导热很快。小锅舀上了高汤，煮沸以后加上剁肉帽子、豌豆尖儿、腌酸菜、油辣椒和酱油，最后放入米线，大火煮沸。过程看似简单，每一步都有特殊要求。

比如汤一定要用猪大骨、带皮腿肉，大火烧开，彻夜文火熬制，不乱配料，中间绝不添水。剁肉帽子一定要选七瘦三肥的“清猪肉”，刀剁而成，不能用绞肉机。配菜里需有豌豆尖儿和韭菜，尤其是韭菜，因为云南海拔高，所以韭菜香味很足。冬菜、甜酱、咸酱油也必须是昆明周边产的……这些在北京做得到吗？

好吧，就算这些材料都能运到北京，但是有一样东西太费时，这就是酸菜线。

昆明人吃的酸菜米线，是一种半发酵的米线，有十几道工序，天气好的时候需一整天，天气差的时候需3天，做好之后保质期却只有1天多。再说，因为配料和工艺每一家都有差异，也都有自己的拥趸，很难标准化制作，因此它故土难离。

**解放周末：**所以摄制组选择的绝大多数都是鲜活的当地美食？

**陈晓卿：**有根的，搬不走。如果硬要把它们从四面八方聚到一个灶台上，只能聊胜于无地吃个表面文章。那些草根食物真没什么秘密，选材、加工、烹饪都谈不上复杂。但就像小面离不开重庆，肠旺离不开贵阳。同样是煎饼果子，天津到北京才100多公里，吃起来就是两种食物。

只有在原产地享用，它才是有生命的美食。而搬到遥远的他乡，它们多少都会水土不服，甚至因为食客中没有很多人欣赏自己，而自暴自弃变成木乃伊的样子。更重要的是，在原产地品尝食物，你眼睛看到的、耳朵听到的，都是食物不可分割的部分。我们做美食纪录片，也是把这些场景截取和复原下来，希望观众有朝一日置身于此，享受美味，也融入当地的生活。

### 能够从味道了解一个地方的风土，善莫大焉

网友们亲切地管陈晓卿叫“人间饭爷”，意思是，《风味人间》看起来太好吃了，越看越饿，当场想喊陈晓卿爸爸。这次，《风味人间》的拍摄手法有了升级，运用大量微观摄影、热摄影，让哈萨克族人制作马肉、马肠，让观众看马肉如何在低温下结冰，霜花能看清几瓣儿；讲安徽人制作火腿，能看到盐如何融入火腿中。微观摄影不够，还有显微摄影帮忙。

解说词也很“皮”，“每条火腿都有机会发展个性”“微生物才是这里最勤奋的工作者”“不同部位，各有菜式，讲究因材施教”“夫妇俩每天要走十几里山路，追赶冷笋的最佳年华”……

陈晓卿说，自己刚看完2小时的弹幕，就为了知道网友的即时观感。结果欣喜地发现，片中运用的每一个“小心思”，都是弹幕刷得最满的地方。

**解放周末：**为什么这次美食纪录片起名“风味人间”？  
**陈晓卿：**本来想叫“风味星球”，但是中国美食占三分之二，“星球”太国际化，还是中性点的名字吧。

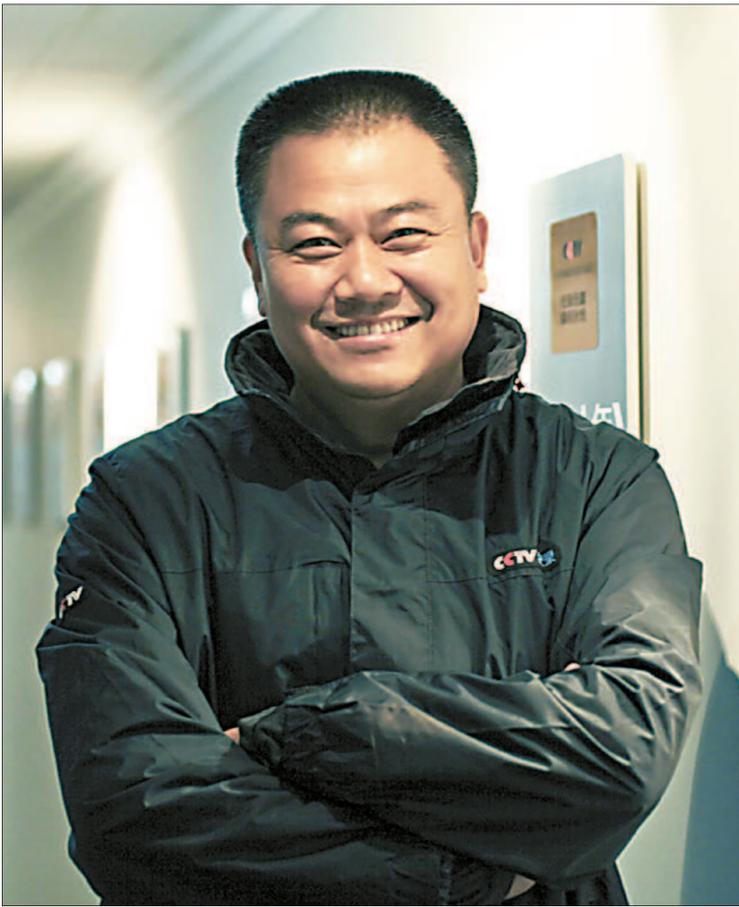
从2016年开始，我就对“风味”这个词特别感兴趣。风味，更加关注食物出现的基础和条件，既有风土的意思，又有味道的意思，能够从味道了解一个地方的风土，是善莫大焉的事情。

**解放周末：**您曾说，美食无法拍得国际化？  
**陈晓卿：**老外对食物的感觉和我们不一样。中国人的味蕾，对糯、黏、半透明之类的食物和口感很在意。我们常说油脂香，只有东亚人才有“吃得香”这个概念。因为了解中西方口味的差

每年春节前后，《舌尖上的中国》总会重播。因为美食，是中国人传统生活的表达，也最能击中归乡、思乡的心。第一、二季总导演陈晓卿，从此被贴上“美食纪录片”的标签。

2018年底，他又有新作《风味人间》刚刚播完。首播3小时腾讯视频频点击量破亿，一款用纯蟹膏蟹黄做的秃黄油由此在网络上迅速售罄。有人感叹，能把美食拍成这样的，大概也只有陈晓卿。

但更多人不知道的是，一部美食片能脱颖而出，背后不单纯是美食。陈晓卿说，自己的初衷是——致敬祖先曾经的多样化生活。



#### 人物小传

陈晓卿

1965年生于安徽，纪录片导演、制作人，现任腾讯视频副总编辑，稻米纪录片实验室负责人。



异，我给外国人点菜很在行，更会让老外觉得中国菜好吃。

**解放周末：**您会怎么给老外点菜？  
**陈晓卿：**比如北京烤鸭，不同餐厅风味不同。利群适合外国人吃；汉舍是南方人开的，用樟茶鸭的方法做烤鸭；老北京人爱去九花山，肥腻，我个人就喜欢肥腻的油脂香；年轻人我会推荐晟永兴。

**解放周末：**您怎么寻到那么多风味美食？  
**陈晓卿：**感兴趣就会知道得多。我每年给自己列一个出行计划。现在除了西藏拉萨，大江南北基本都去过。判断一个地方美食，可以通过方言。语言是文化外观，方言复杂，或许地方菜就很好吃。语言末梢地区一般都是文化相对封闭的地方，所以过去饮食的工艺和形制也保留较好。

比如西宁有一条南京路，它和南京有某种气息相通的渊源，反映到美食上也是如此。过去北方战乱，人口迁徙，衣冠南渡，一个大地方的口味会被带到一个偏远地方，一点点生根。一些在北方已经找不到的美食，南方还能找到。宋代的美食，北方没有了，也得去南方找，很可能就埋藏在某个犄角旮旯里。

我一直在找《礼记》中的八珍之一，中原地区找不到了，有一次，我们莫名其妙在一个县城餐馆里偶遇了。

**解放周末：**本来想叫“风味星球”，但是中国美食占三分之二，“星球”太国际化，还是中性点的名字吧。  
**陈晓卿：**其实一个地方的风味美食留存下来，已经没有很多可选了。非要说标准的话，就是大家公认的好吃。比如黄泥螺，无论哪里的人，都认为慈溪泥螺最好吃，那就挑慈溪的。不能因为我是海宁的，家里也产泥螺，就到我这儿来拍吧，不能这样。

**解放周末：**本地人总觉得推荐给游客的美食往往并不好吃，怎么看待这种名气的错位？  
**陈晓卿：**旅游推荐的美食就像夜市，塑料的，保存时间久，但不鲜活，仿佛看到一具木乃伊，哎呀，过了一千年木乃伊皮肤还很好呀。但木乃伊皮肤好，与活人皮肤好是两回事。

### 这就是纪录片的一点作用吧，它是一个国家的相册

陈晓卿每到一地方，不管因为什么去的，最后都会寻觅当地美食。不是为了拍摄，而是一种习惯。

但是，进入镜头的美食是什么，那又是另外一回事。比如，他曾经出差去广东，看到了长期在船上生活的霍家人，尝到很多特别的食物，十分有趣。

然而，等导演组真的前往拍摄，食物依然美味，但这个族群大部分人已经搬到陆地房屋中生活，水上居住方式不再是日常。食物所承载的生活方式渐渐消失。对陈晓卿来说，这正是他拍摄美食纪录片的原因。

**解放周末：**据说，“舌尖1”“舌尖2”拍摄的食物，现在还能找到一半就不错了。

**陈晓卿：**这次《风味人间》也是，挖笋时，农民不自觉地唱着山歌，这幅景象至今还历历在目。但目前由于封山育林，已经不让农民在深山采笋了。

为什么我们不拍一个很牛的厨师怎么做菜？因为我想要的是传统的、自然经济的、中国人曾经生活的背影。

**解放周末：**时代发展越来越快，风味美食和现代化是不是一种悖论？  
**陈晓卿：**肯定是悖论。工业化的起点是标准化。全世界有了统一标准，风味就无从谈起。看着它们快速消失，我觉得要拍下来，给后代看一看。

**解放周末：**您其实是对土地、人以及衍生出来的文化关系更感兴趣？

**陈晓卿：**对。现在北方还有莜面、荞面，看东北人吃的高粱饭，吞咽困难，纤维粗，辽宁人会用虾酱和蔬菜混合着吃，现在还有，但越来越少。

我们马上要拍一部讲述地球谷物的片子。20世纪50年代之前，人类还食用1000多种谷物，到我出生的年代，谷物剩下700多种，到我儿子出生的年代(2000年)，只剩下不到200种，还在一天天减少，不是说种子没了，而是人类的口味趋同。只有大规模生产才能效益最大化。发达的美国现在能找到30种谷物就不错了。不发达地区就丰富一些，画眉草、藜麦、茭白的种子等，当地人还吃。

我深信，一方水土养一方人。但这个时代，大家都一样了。

**解放周末：**您觉得观众领会到您的用心了吗？  
**陈晓卿：**部分吧。也有观众提出，你们难道鼓励大家去吃鱼生？鱼生有寄生虫不能吃呀。从中国南北朝到现在，还有这样一种饮食和生活方式，可能因寄生虫等原因快消失了，所以我记录下来。

有人再问，记录它们有那么重要吗？我也没觉得多重要，它不健康，就是好吃，并且可能附着了那段历史，那段人的生活方式和文化。我记下来而已。

比如你是上海来的吧，现在上海还能吃到生糟的食物吗？

**解放周末：**不允许售卖，但也有人在自己家里糟生蟹、生虾。

**陈晓卿：**我相信卫生部门是正确的，生糟有安全风险。纯粹从美食角度说，糟熟的蟹肉难吃，纤维已经变了，没有生的时候那种糊糊的、果冻般黏在舌面上的口感。这就是风味的损耗。因为现代化、标准化，人类越来越懂安全。

当然，时代需要进步，我没说那样不好，只不过想拍下曾经的风味。这就是纪录片的一点作用吧，它是一个国家的相册。

### 我要拍的美食其实就是消失的歌声，是风味里的菜

团队的人至今还记得，陈晓卿如何对他们讲述烧饼的故事。

面食从西域传到内陆。比如饅，西域古墓出土的食物里还能看到饅，和现在的饅几乎一模一样。有文献记载说，当胡饼传到长安，风靡一时，成为一种流行食物，长安人还进一步发挥，包各种馅儿。后来，便有了各地各种烧饼，它们形状不一，内馅不一，口味不一。如今，即便在福建，也有类似“胡饼”的变体。每一种饼长得都不一样。这就是饮食和中国人生活的历史。

这次《风味人间》里就有一集重点从历史角度讲美食，希望讲出食物的纵深感，其中记录了很多像烧饼这样带着历史印记的食物。

**解放周末：**您真正感兴趣的，其实是人与土地的故事。  
**陈晓卿：**美食只是一种表现方式。早年，我想拍中国民歌的纪录片。2012年，为了拍摄我特地去调研，发现中国民歌快消失了。很多少数民族现在也在唱民歌，但那是表演给人看的，不是融入生活中，融入血液里的原生态民歌。

**解放周末：**是什么触动了您对民歌的兴趣？  
**陈晓卿：**上世纪90年代，我曾经给一位瑶族妇女写过离婚状子，当时听不大懂她说的话，我说，要不你给我唱，她一口气给我唱了好几首。听了那样的歌，就会想，这片土地上原来还有过如此优美的生活方式，人像神仙一样。

**解放周末：**她给您唱的民歌是个什么故事？  
**陈晓卿：**很哀婉，但唱出来那么优美。简单说，就是丈夫外出久了，跟人跑了。我还记得歌词：

哥哥命好住河南，妹妹一片苦住高山。苦命妹妹高山住啊，见天容易见哥难。桐子花开一片白，哥妹俩心摊不开。架桥本是哥来架呀，拆桥也是哥来拆……

我要拍的美食其实就类似这样渐行渐远的歌声，是风味里的菜。

**解放周末：**后来为什么放弃拍民歌了？  
**陈晓卿：**是拍不了了。民歌曾经鲜活的方式已经拍不到了。上世纪90年代，我还遇到过谈恋爱唱民歌的。姑娘晃着手电筒唱：哥哥生得白又白，脸上冒着桃红色，蓝衣套着青衣袖，难怪妹妹舍不得……现在已经没有了。

**解放周末：**有没有再次寻访过？  
**陈晓卿：**我听过特别好听的民歌，如广西有一种细语歌，能够保存到今天简直是奇迹，因为没有第三个人听，是我趴到你耳边给你唱歌，也能唱。2012年，我和我儿子去广西，在一个车子开到半山，还得步行半小时的偏僻村子里，找到一位六七十岁的老爷爷。

老爷爷20多年前给我唱过细语歌，但现在已经不会唱了。我们进屋时，他在看综艺，坐在那儿对着电视机傻乐。提起曾经的民歌，老爷爷想起手机还录着一首，于是放给我们听，但他自己已经忘了。

物质生活的进步是好事，但对某些文化存续的碾压也是急速的。

**解放周末：**您会不会越记录越有一种焦虑和紧迫感？  
**陈晓卿：**首先我不悲观，我知道人总是在进化，总会不停丢失些什么，再创造些什么。尤其是了解饮食的历史之后，知道有些东西就是没人吃了。

比如古代人吃的蔬菜，叫葵。现在还有人吃，我曾在重庆、贵州遇到过。但没有导演愿意拍了，因为与美食距离太远。导演们的出发点我认同，呈现给观众的必须是精彩的东西。而葵不好吃，拍摄价值不高。

**解放周末：**有一种说法是，现代文明也就几百年的历史，人类更漫长的岁月是狩猎、农耕文明，长期缺乏肉食，渴求热量，所以人的本能总是觉得高油高脂的食物好吃。

**陈晓卿：**这是我们基因里的记忆。如果吃健康蔬菜就能促使多巴胺分泌，谁会去吃高糖和高油的东西呢。

**解放周末：**这个悖论全世界都一样。  
**陈晓卿：**一模一样，全世界都面临类似的矛盾。有一阵子我特地拍过大闸蟹、夜宵。上海已经没有狭义上的大闸蟹了吧？将来所有大城市都可能没有，因为室外烹饪污染、噪音扰民、食品安全问题等等。

但我没有惋惜，没有唱一首挽歌的意思，我只是想记录下来，致敬祖先曾经的多样化生活。