

掛驢頭賣馬肉

「掛羊頭賣狗肉」，聽得多，沒見過。掛驢頭賣馬肉，卻是見慣不怪了。最近，北京、廣州、河北、山東、遼寧等地，都查處了餐館用馬肉冒充驢肉的問題。北京還因此發起了第一例在食品安全領域，生產銷售偽劣產品罪刑事附帶民事公益訴訟的案件。足見這一問題已經形成了較普遍的行業「潛規則」，監管部門通過公益訴訟的方式，以更大力度形成震懾。

在農耕、勞作、運輸、騎乘等方面，驢的地位是不高的，遠遠不如馬。反映到文學上，也是如此。無論蘇軾「老去騎驢似羸鶴」、陸游「細雨騎驢入劍門」，還是袁枚「我有一驢似我愚」，驢多是「矮窮矬」的形象。杜甫「騎驢十三載，旅食京華春，朝扣富兒門，暮隨肥馬塵」，是更直接的對照。騎驢和騎馬，是不同階層的分野。

但在美食界，驢和馬的地位卻是完全顛倒過來。「天上龍肉，地上驢肉。」驢肉火燒，成為了有名的小吃。在北方尤其是華北，驢肉館分布極廣。馬肉除了新疆、內蒙古等一些牧業發達的地區，很少見諸菜單。日本恰恰相反。居酒屋裏，馬肉刺身是很普遍的一道菜。在門口的水牌上，常用漢字縮寫為「馬刺」，恰好跟NBA的那支球隊撞名。

驢肉口感細嫩鮮美；而馬肉口感很「柴」，纖維粗大，嚼不爛。筆者第一次在銀座的一間居酒屋吃「馬刺」，劉姥姥進大觀園，不諳食事，腮幫子都快嚼腫了。友人提醒：直接嚥下去，或者乾脆吐掉算了。而中國的驢肉火燒，酥脆的燒餅夾着軟爛的驢肉，香而不膩。

不過，驢肉館常有，而驢肉不常有。由於驢肉味美、來源稀缺，價格數倍於馬肉，無良商家便以次充好，魚目混珠。守護好「舌尖上的安全」，就須對「掛驢頭賣馬肉」之類的問題，持續保持警惕。



逢周三、四、五見報

北卡甜心

說到紅薯，你我大概都會回憶起這些片段：秋日街頭巷尾飄着的紅薯香，或父母從廚房端出的蒸紅薯。殊不知這個在中國人見人愛的「粗糧代表」，到了大洋彼岸的北卡羅來納州，也有一張響噹噹的「身份證」。在那裏，它甚至已經不滿足於當口糧，搖身一變成了門學問，讓其他農作物望塵莫及。

很多人對美國的北卡並不熟悉，但就是這個不起眼的南部地區，竟然包攬了全國六成以上紅薯產量。不僅如此，它還在一九九五年正式將紅薯指定為州蔬菜，想像一下四川把辣椒定為省菜，或山東唯大葱獨尊的感覺，那種驕傲和認同感可見一斑。

如果跟中國的紅薯做對比，北卡的選手從外形上就不相同，外皮銅光閃閃，內裏橙到發亮。最受歡迎的Covington品種糖分極高，適合烤製或壓成泥。而中國的紅薯多紫皮黃心或紅皮白心，甜得不聲張，老實巴交。如果把後者比成水靈靈的江南姑娘，那前者，恐怕就是肌肉緊實的盛年壯漢。畢竟一方水土養一方人，北卡白天太陽狠，夜裏大西洋的海風又呼呼颳，紅薯們生來就拚命積攢糖分，甜度如滾雪球，越滾越大。在吃法上，中美兩邊簡直是平行宇宙。我家的紅薯要麼蒸、要麼烤，最多做成拔絲紅薯，給客人們露一手廚藝；對面則把它當成了萬能公式，不但主菜副手兼得，還可甜可鹹。經典的紅薯派是南方代表，雖然外表樸素，但薯泥細膩柔滑有奶香，如果剛出爐再放一勺冰淇淋，冰火兩重天的驚艷程度，不亞於茶餐廳裏的菠蘿油。炸紅薯條也是快餐店的寵兒，外脆內甜糯，哪怕要加錢，也得捨普通薯條而取它。北卡人對紅薯的執念，就是窮也吃，富也吃，如果你敢說紅薯不好吃，基本等於在東北質疑鍋包肉——出門走好，不送。



逢周二、三、四見報

最近，江西景德鎮有位「雞排哥」火了。他在街頭賣炸雞排賣了九年，說話實在幽默，雞排實在酥嫩，成為當地的「流量擔當」。其實，這幾年在網上爆紅的小生意人不止「雞排哥」。南京一位老奶奶出售「手沖咖啡」，三條速溶咖啡沖一杯，售價十元，很多人慕名前往打卡。在北京，有位阿姨在北京大學、人民大學附近擺攤賣烤鵝腿，後被清華「拐走」，引發「清北人鵝腿阿姨之爭」。在武漢，一位老人擺了一個小小的糖水攤，八種口味，每杯兩元還

秋意漸濃，當下正是蘿蔔成熟集中上市的季节，很多人的瘦身食單裏有生吃蘿蔔一項，但體驗過的人知道，蘿蔔這樣吃其實並不怎麼可口。美國心理學家羅伊·鮑邁斯特曾設計過一個「試吃蘿蔔與餅乾」的實驗，他找來一些提前禁食的青年大學生，然後在每個人面前擺放兩盤食物，一盤是散發誘人香味的巧克力餅乾，另一盤就是生蘿蔔。

在鮑邁斯特的實驗中，測試者隨機分兩組，第一組只能吃巧克力餅乾，第二組只能吃蘿蔔。研究人員透過隱形窗戶觀察到，第一組心情愉快

韓國電影《選擇有罪》根據二十多年前的美國驚悚小說《斧頭》改編而成。原著的男主角在一間紙品製造公司工作多年，原本生活穩定，但因為公司生意不景需要裁員，男主角便要面對中年失業的困境。男主角希望繼續從事原有行業，但求職多時仍未有着落，於是他把心一橫，設法尋找多名競爭對手——即是與他條件相約可以擔當同類職位的失業者。男主角將這些競爭對手逐一謀害，只為了讓自己可以在職場上重獲生機。

導演朴贊郁將《斧頭》的背景改

又至一年中秋佳節。每逢佳節倍思親，八月十五眺望明月，我們都會想起心中那些思念的親友。本周應景地推薦一張收錄了貝多芬著名《月光奏鳴曲》的唱片。專輯由EMI百代唱片公司於一九七五年灌錄並發行，包括了阿根廷鋼琴家布魯諾·萊昂納多·格爾博獨奏的三首貝多芬著名鋼琴奏鳴曲——《月光》、《悲愴》和《熱情》。專輯封套頗為切題地選擇了和作曲家同為德國人、十九世紀偉大的浪漫主義畫家卡斯帕·大衛·弗雷德里希的代表作《海上昇明月》。

在弗雷德里希一貫的作品風格中，他所試圖表現的大都是遠離喧囂

可以免費續杯，同樣收穫點讚無數。

糖水爺爺、咖啡奶奶、鵝腿阿姨和雞排哥，組成了一個受網友追捧的「家族」。如果要給這個家族頒發一枚徽章，寫點什麼呢？「美食」？似乎可以，因為他們賣的都是吃食。不過，糖水、咖啡、鵝腿、雞排，不是什麼難得的山珍海味，天底下賣這些吃食的又何止千萬。「網紅」？似乎也可以，畢竟，他們每一個人獲得的關注足以擔得起這個稱號，但「網紅」對他們而言，又太普通了。更何況，他們坦言不想當網紅，糖水爺

地享受着巧克力餅乾，第二組則大多一臉苦相，邊吃邊抵禦旁邊巧克力餅乾的巨大誘惑。實驗到此還沒完，研究人員接着把測試大學生帶到另外一個房間，讓他們做一道幾何題，這道幾何題實際上無解，測試的目的是看學生堅持多久才會放棄。

測試結果顯示，第一組吃巧克力餅乾的測試者平均堅持了約十九分鐘，相比之下，吃蘿蔔的第二組平均只堅持了八分鐘，遠低於第一組。為什麼第二組測試者堅持的時間更短？鮑邁斯特教授的結論是，第二組測試大學生之前要忍耐住巧克力餅乾的誘

編成現代韓國都市。萬洙在紙品公司工作了二十五年，以為這是終生職業。他擁有幸福家庭，太太美莉是家庭主婦，兒子和女兒雖然各有性格缺陷，但也是良好兒童。萬洙沒料到自己會被裁員，房貸、生活費、子女教育費，全都面臨困境。《選擇有罪》以荒誕的手法讓萬洙作出選擇：他想方法搜集到三個與自己職能相同的男士，為了令他們不會對自己構成求職威脅，萬洙對他們逐一下手，過程既驚險亦處處呈現滑稽惹笑的情景。

《選擇有罪》沒有什麼驚悚場

的孤寂，以及帶有哲學思考的深省。這幅《海上昇明月》描繪了三位年輕人坐在海邊的一塊巨大的礁石上，眺望遠處的两艘帆船及即將緩緩升起的一輪明月。弗雷德里希用海平面將畫作等比地一分为二，坐在礁石上的兩女一男以一個鈍角三角形的穩定構圖居中而至，讓整幅畫作從視覺上顯得異常穩定。三個人並排而坐，相互間卻一言不發，只是靜靜地欣賞眼前的美景。在厚厚雲層的映

合耐煮。用大量的酒煮，不用加配料，到差不多煮好煮爛，加入醬油取味，煮至收汁。書中古法與現代用酒炆煮牛肉的方法相類近，醬油需後加，免太鹹。現代的做法調味可能早放，需要先調整好味道。

明代《普濟方》記載牛尾的煮法，具食療作用，能「治大腹浮腫、小便澀少」，詳說如下：「用水牛尾一條，去毛細切作膾，蒸之極熟吃之，煮食亦佳。又牛肉一斤蒸熟，以薑、醋空心食之。」水牛尾去淨，蒸食或煮食都可。現代可改用其他牛尾，不過食療作用或有不同。另說牛肉可以蒸熟食用，夾薑蘸醋，專心享用，才能發揮最好的食療功效。



逢周一、二見報

「雞排哥」家族

爺、鵝腿阿姨還曾飽受流量裹挾之苦。「網紅」二字實在難以把他們與「為紅而紅」、「不紅硬紅」、「黑紅也算紅」之流區別開來。

我想，這枚徽章上最該刻的是「真誠」。所謂「真」，其貨真，其言真；所謂「誠」，待人誠，待己誠。古人云：「誠信者，天下之結也。」做生意，最重要的無非是真誠。一旦買賣雙方真誠相待且互相確認對方的真誠，交易成本便會大大降低，情緒價值則會大大增加。「雞排哥」家族的生意都不大，給顧客帶來

惑，已經付出了很大的自我控制力，等到做幾何題時，他們的自控力已經大大降低了。

蘿蔔與餅乾實驗揭示了一個客觀事實，即在一段時間裏，人們的自控力往往是有限的，使用之後自控力就會下降。

實驗是在上世紀末進行的，但對今天很多事情仍具解釋力，比如大家經常把好脾氣留給了同事與朋友，晚上到家卻總為一些小事與家人生氣，這也是因為我們白天在工作與人際關係維護上消耗了大部分自控力，待回到家自控力已經所剩不多，家庭關係

《選擇有罪》

面，導演運用一些具動感的畫面，令故事節奏更加明快，並且強化諷刺效果。例如萬洙對付的其中一位男士，對方不單同樣受到失業困擾，其妻子更紅杏出牆。萬洙謀害該男子之時，對方正在居所聆聽黑膠唱片的音樂。刺耳和澎湃的音樂聲此起彼落，刺殺過程互相糾纏扭打，各人開口解說卻被強勁音樂掩蓋，就像昏亂世界有理說不清。

除了萬洙之外，他的三位競爭對手同樣是經濟不景的受害者。韓國社會的男性主義濃烈，失業男士不單令

襯下，散發着耀眼金色光芒的月亮即將在地平線緩緩升起。天空中的雲海在光線的照耀下呈現出顏色由淺至深的層次感，這種海面上以日／月為中心的V形構圖顯然意在致敬巴洛克時期

的意大利風景畫先驅克勞德·洛蘭。前景極暗的岸邊礁石與背對觀者的賞月三人由於逆光的視角幾乎以剪影的方式呈現。寧靜的海平面與兩艘緩緩行駛的帆船更為畫作注入了浪漫主義

福州馬拉松這次是真火了，即使是我這樣一個缺乏運動細胞、與馬拉松絕緣的宅男，也看到了火出圈的福馬Logo。

向來對官方活動的視覺設計不抱太多期待，多半是千篇一律的運動人形剪影，或是過度設計的抽象線條。但二〇二五福馬的Logo着實讓人眼前一亮：簡筆畫風格的淺藍色小馬拉着一棵松樹的手——馬、拉、松。這種我稱為「可視化諧音梗」的創作，既天真又機智，瞬間消解了官方賽事「一本正經板着脸」的嚴肅感。一經面世立刻引爆網絡，各路網友笑成一片，紛紛稱讚太有梗了。

更難得的是審批環節的開明：此類設計方案在層層審核中極易被「安全牌」取代。但這次福馬的審批者選擇了「勇敢」：與其墨守成規，不如擁抱這種帶

的幸福感卻不小。而小攤小販，不論線上或線下，之所以給生活增添煙火氣，正因為他們以真誠提供着情緒價值。隔着屏幕，我們雖品嘗不到糖水之甜、咖啡之香、鵝腿之鮮、雞排之嫩，卻在滿溢的真誠中分享了這份暖意。



逢周一、三、五見報

當然會「遭殃」。明白了這一點，就不難理解為什麼很多人把車停好後還常要在車上坐一會兒再回家，這既是為緩解壓力，也是通過放鬆休息來恢復自控力。



逢周三、四見報

家庭失去經濟支柱，男士的自尊心亦受折磨。然而，《選擇有罪》並沒有道德批判，尾聲時萬洙能夠重返職場，但是造紙業的工序差不多全部由科技取代，工人面對的競爭不再是人類，而是未來無聲無息的機械人。



逢周一、二、三見報

的詩意色彩。此作是弗雷德里希受銀行家、藏家約阿希姆·瓦戈納委託創作的夜景，還有一幅表現晨景的《孤樹》湊為一對。由於設計版式所限，唱片封套僅保留了畫面正中央的三人、兩船及一輪明月。

「碟中畫」貝多芬鋼琴奏鳴曲選集／《海上昇明月》



逢周三見報

馬、拉、松

着網絡氣息的創意。這種轉變令人欣喜——它意味着官方審美正在與民間智慧對話，而不是單向輸出。這種「說人話」的設計語言。不裝高深，卻自有深意；看似簡單，實則舉重若輕。與其追求「高大上」而造成「堅離地」，不如接地氣地與公眾互動。

如今各地城市宣傳常陷入同質化困境，福州這次的嘗試無疑開了個好頭。當官方願意放下身段與民眾玩在一起，其鬆弛感與年輕感本身，就是最好的城市名片。期待未來看到更多這樣「不端着」的設計，讓嚴肅的賽事也能有輕鬆的表達。



逢周一、三見報