

## 《舌尖上的中国》第二季昨晚亮相

# 一边流口水

《舌尖上的中国》第二季（以下简称《舌尖2》）昨晚9点在央视综合频道播出，并于晚上10点在央视纪实频道重播，此后将以周播的形式与观众见面。《舌尖2》共涉及300余种美食，拍摄了150多个人物。全片共分为八集：第一集《脚步》第二集《心传》第三集《时节》第四集《家常》第五集《秘境》第六集《相逢》第七集《三餐》，第八集则为拍摄花絮。“我们正经历太多的欢乐与痛苦，但中国人能苦中作乐，把喜悦通过美食呈现。我们在关注生存的同时，更注重人们对生活的热爱。”总导演陈晓卿说。

### 第一集《脚步》实录



不管是否情愿，生活总在催促我们迈步向前，人们整装、启程、跋涉、落脚，停在哪里，哪里就会燃起灶火。从个体生命的迁徙到食材的交流运输，从烹调方法的演变到人生命运的流转，人和食物的匆匆脚步，从来不曾停歇。

#### 藏族小伙爬10层楼高大树摘取野蜂蜜 美食成果：酥油蜂蜜 蜂蜜鳗鱼 蜜制酒心冰淇淋

西藏林芝，印度洋吹来暖湿的季风，植物正在疯长，又到了白马占堆（19岁）最忙碌的季节。在山林里挖天麻的白马占堆说：“这么小。”

天麻和灵芝是重要的经济来源，但是一个月后，它们将消失得无影无踪。白马占堆说：“又断了。”

从峡谷到雪山，7000米的海拔高差让西藏林芝成为高山植物最丰富的地区。

弟弟高中毕业，白马得迅速挣够弟弟读大学费用。在此之前，他为弟弟准备了一件特殊礼物。

西藏80%的森林集中在这里。白马占堆努力搜寻几天前发现的蜂巢。现在，他得想办法到达树顶。

在当地人眼中，蜂蜜是宝贵的营养品，值得为它冒险。听起来难以置信，但是这种风俗已经延续数百年。

白马选了一根藤条，使自己与大树相连。从现在起，这根藤条关系性命。看起来进展不错。1个小时过后，白马爬得很高，但还有更长的距离要爬。

父亲放心不下，匆匆赶来。白马占堆已经不敢用双手砍树，速度明显慢了下来。

父亲在树下朝白马喊道：“千万别害怕，眼睛往上看，爬结实，别慌。”

3个小时过后，白马接近树冠。现在，他准备摆脱藤条。40米高，并且没有任何保护，这是一次危险的行走。

野蜂并不怕人，白马从长辈那里学会了点燃烟雾，迫使蜜蜂放弃抵抗。砍开蜜蜂藏身的树洞，就可以得到最甜美的蜂蜜。

父亲笑着说：“真是又好吃又营养，好久没吃到了。”在与世隔绝的大森林里，甜食非常难得，而蜂蜜是白马带给家人最珍贵的礼物。

甜是人最简单、最初的美食体验。蜂蜜80%的成分是果糖和葡萄糖。作为早期人类唯一的甜食，蜂蜜能快速产生热量，补充体力，这对我们的祖先至关重要。和人工提炼的蔗糖不同，蜂蜜中的糖不经过水解，就可以直接被人体吸收。在中国的厨房，无论烹饪菜肴，还是制作甜点，蜂蜜都是其它糖类无法替代的。

当然，白马家最喜欢的是酥油蜂蜜。

获得蜂蜜对藏族小伙而言，要攀爬10层楼高度，而对另外一些人来说，则要经过上万公里的艰苦跋涉。

#### 伴随养蜂人跋涉千里的家乡味道

美食成果：麻辣香肠 烟熏腊肉 乐山嫩豆腐

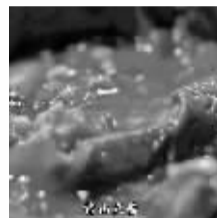
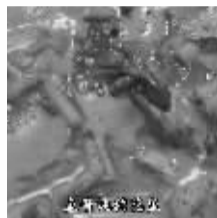
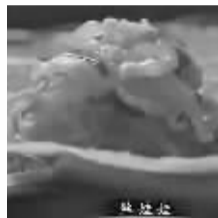
油菜刚刚开花，谭光树已经准备启程。老谭是职业养蜂人，20多年来，依靠这份工作他养育了一双儿女。

每年清明，老谭和妻子都要踏上追逐花期的旅程。一昼夜，蜂箱已在500公里外的秦岭。花的味道决定蜂蜜的味道，地区不同味道也完全不同，这正是蜂蜜作为美食的神奇之处。

秦岭出产中国最顶级的槐花蜜，但是老谭心里毫不轻松。毕竟，养蜂是靠天吃饭的行当。

4月中旬，天气突变，大风伴随降雨，花期提早结束。没有人知道糟糕的天气会持续多久。

老谭说：“老黄历是不能翻的，你去年那样走，今年



你走过去不一定对，究竟那个怎么样，根本不知道，前面的路是黑的。”

20多年前，老谭向未婚妻许诺，要带她从事一项甜蜜的事业。妻子说：“我跟他谈朋友的时候，他跟我说这个养蜂出去旅游，又好耍又浪漫，结果我跟他结了婚，风餐露宿的，辛苦得很。”

交通不便的年代，人们远行时会携带能长期保存的食物，它们被统称为“路菜”。“路菜”不止用来果腹，更是主人习惯的家乡味道。看似寂寞的路途，因为四川女人的存在变得生趣盎然。

“慢慢地来！”“我晓得嘛。”“她的急性子，我的三炮火。”妻子甚至会有简单的工具制作出豆花，这是川渝一带最简单、最开胃的美食。

老谭说：“四川的耙耳朵（惧内），还是有一定的好处。女同志行嘛。的确是四川的女人能干。”

通过加热水，卤水使蛋白质分子连接成网状结构，豆花实际上是大豆蛋白质重新组合的凝胶。挤出水分，力度的变化将决定豆花的口感，简陋的帐篷里，一幕奇观开始呈现。

现在是佐料时间：提神的香菜，清凉的薄荷，酥脆的油炸花生，还有酸辣清冽的泡菜。所有的一切，足以令人忘记远行的疲惫。

妻子说：“老谭你来看，这豆花跟家里是一模一样，汤是清清爽爽的，今天的豆花很漂亮。”

老谭说：“汤起吃得巴适，贤妻良母啊！四川基本上都是女人当家。”

丰盛的一餐标志着另一段旅程的开启。全部家当重量超过10吨，天黑前2小时必须全部装车。因为工作，每个养蜂人每年外出时间长达11个月，父母的奔波给两个读书的孩子提供了安稳的生活。

妻子说：“养蜂的乐趣就在于自由，不受人约束，我们就是享受这点自由。”

20多年风雨劳顿，之所以不觉得孤单，除了坚忍的丈夫、勤劳的妻子，相濡以沫的还有一路陪伴的家乡味道。

#### 最后的职业割麦人辛苦收割新麦

美食成果：陕西蓝田裤带面

养蜂人老谭和妻子携带蜜蜂一路迁徙，而另一种候鸟似的人群却轻装上阵，只带着他们的双手。

秦岭北麓，麦子熟透，机械收割的普及不妨碍竞争者的存在。麦客，中国古老的职业割麦人，他们踩着麦子成熟的节奏，用双手挑战机器。

小麦，曾经改变人类文明进程的作物，拥有世界上最广泛的种植面积。从最日常的馒头、面条，到肉夹馍、羊肉泡馍，再到花样百出的各色小吃，共同奠定了陕西这个面食王国难以撼动的基石。

然而，要一尝最为原始古朴的面香，只有等到麦收的季节。小麦富含淀粉和蛋白质，而刚刚收获的新麦甜度最高。

陕西人习惯把面加工成三厘米宽的形状，正是这样的宽度，再加上合适的火候，才能彰显新麦劲道的牙感和清香的味道。

老婆婆比谁都清楚做面的奥妙，风箱大柴，一灶旺火最让面条出彩。

木耳、胡萝卜、嫩豆腐做成的浇头，陕西人称作臊子，浓墨重彩的油泼辣子是面条永远不变的忠实搭档。老汉请麦客吃裤带面，招呼大伙说：“咱都是庄稼人，出门人，不客气，家常便饭。”

善待麦客是祖辈的传统，大量碳水化合物可以维持重体力劳动后，身体所必须的蔗糖。如今，手工割麦毫无优势，狭窄的山坡地块是最后的阵地，一天劳动10小时，每人割一亩多地，最多收入200元。

农户说：“现在最高的收割机才是100元，你要200元，哪有那么高。”麦客回答：“那是机器啊，那人一把一把割的。”农户说：“关键你说的这价钱，市场根本没有这个价格，你知道不？”

麦客说：“挣上两个钱，回去给孩子买个啥，回去还还账，挣下些钱，买些东西，吃一吃，喝一喝，花一花，咱们就开心了。”

这次出来十几天，麦客的收入还不到一千元。在效率面前，麦客已经不属于这个时代。马万全一行，也许就是中国最后的职业割麦人。古老的职业和悠久的传说，正被机械们一茬茬收割殆尽。

#### 三门湾台州渔民一家的专属美味

美食成果：白蟹面 红烧望潮 清炖跳跳鱼

眼前的食物可能来自遥远的大海和高山。很久以前，人的生存习惯已经从狩猎改为采集，但只有一个例外。海洋，人类最后的狩猎场。有科学家预言，50年内，海里的鱼会被全部吃光。而浙江渔民杨世槽认为，靠海吃海的日子只能再维持10年。

3个月的休渔期过后，东海迎来了开渔的第一天。这种小船被称为“夫妻船”，就是渔民的双脚。4小时行驶六十海里，夫妻俩撒下第一网。

三门湾位于浙东沿海，鱼类资源曾经极度丰富。临近农历十五，大潮将至，妻子身体较弱，开始晕船。但凡出海，除了打渔，烧火做饭等杂务都由丈夫包办，这是他们20多年的默契。

白蟹油炸，水烧开放入挂面，一顿简单的晚餐后，就是6小时的繁重工作。

这是休渔后的第一网，至关重要。

妻子说：“这海洋的钞票难挣，没有铆足马力难吃海洋美食。”

起锚收网，渔网从水下拉出，景象令人失望。终于发现一条鲳鱼，却挣脱了渔网。6小时过后，鱼颗粒无收，幸亏有其它海获，大海又一次展现了它的慷慨。

杨世槽说：“我一家三口，都靠这条船，没有这片海，没有我们讨海人的生活。”

50公斤海获是他们一昼夜颠簸的回报，10个小时内，这些海蟹将出现在大城市的餐厅。

无论靠山还是靠水，劳动者都有专属于自己家人的美味。望潮，被赋予诗意的小章鱼，学名短蛸。潮涨时外出，潮落时躲藏。

杨世槽正是捕捉望潮的高手。

女儿莉莉说：“我一到家里，我爸妈就很忙碌的，然后去海边抓跳跳鱼、望潮什么的，然后我们三个人就一起做饭。这种感觉真的很幸福。”

望潮表层的胶原蛋白和调料相遇，形成浓油赤酱的自来芡。望潮肉质脆韧弹牙，是东海渔民最拿得出手的看家菜。

然而，女儿最喜欢的美食，仍然躲在海滩上。弹涂鱼又名跳跳鱼，是能够在陆地上生活的鱼类。不要妄想抓住它们，除非舍得用5年时间，练就一门绝技。使用5米长的钓竿，6米长的鱼线，捕捉10米开外仅5厘米长的猎物，其难度和精准度的要求，不亚于20米外投篮。

女儿莉莉说：“十几岁的时候，我喜欢吃跳跳鱼，那时候我爸爸还不会弄这些，然后就去学了，学了好多年。”

从发力到捕获，仅需八分之一秒。高速摄影机可以帮助我们看清整个过程。

女儿莉莉说：“爸爸，你老厉害咧。”

杨世槽回答：“当爸爸的就要能干的。”

几尾跳跳鱼便能成就一锅靓汤。肉质细嫩，汁液浓郁。用稻草反复熏烤跳跳鱼，渗出鱼油，晾晒风干便是最好的增味品，跟其他海鲜和菜肴搭配，提鲜的同时，能最大限度地保持食材的本味。