

新鮮速食叫我第一名

April 25

令人驚訝的是，日本最有名的食物—壽司—並不是源自於日本，而是像中國取經的，中國在西元1280年以前就開始吃醋泡飯以及生魚片。我們知道，壽司是在西元1820年代發明的。當時一位很有想像力的東京大廚華屋与兵衛，開始供應一種生魚片與醋飯糰混在一起的料理。在他發明以前，可能要花上幾個月的時間準備壽司，因為必須得將魚泡醋發酵。相較之下，兵衛的壽司(又稱為握壽司)既新鮮又好做，而且在小小的路邊攤就能賣，對於東京忙碌的生活方式來說，真的是再完美不過了。

日本各地城市很快就有了壽司。在傳統歌舞伎的中場休息時會供應壽司，而每個工廠工人的午餐盒裡也有壽司。現今世界各地的人們開始發現這道美味佳餚和大部分的速食不一樣，它其實是有益健康的。

壽司低脂、高蛋白，又富含 omega-3 脂肪酸，據說這種脂肪酸可以使人變聰明。此外，一份八到十個典型的壽司內含的卡路里大概只有一個麥當勞麥香堡的一半。

因為全世界的人們越來越關切健康飲食，壽司餐廳人氣爆增。在歐洲和北美洲，幾乎每一個大城市裡都找得到好的壽司餐廳。既然壽司已經是全球知名的食物，它也有相當多的新食材，包括酪梨、奶油乳酪，甚至芒果口味的壽司。有這麼多人喜愛壽司，說不定像華屋与兵衛在將近兩百年前首創的壽司一樣，又會有另一波壽司革命出現。

April 26

隨著壽司吧如雨後春筍般開幕，我們很容易忘記這門製作和品嚐壽司的藝術是花了數百年的時間才臻至完美。當然，即便是日本人都不得不得遵循所以得古老傳統，但是瞭解及尊重這些傳統仍十分重要。

日本文化對自然有很深的敬意。他們表達這種敬意的的方法之一乃是藉由擺置食物來提升它的自然美。同樣地，壽司師傅視做壽司為一門引以為榮的藝術。他們被視為技術熟練地藝術家，而且也應該被如此看待。舉例來說，直接向壽司師傅點飲料，或是直接付錢給他，是很污辱對方的。比以上更糟的侮辱是向壽司師傅要一把刀子，這表示師傅切生魚片的刀工不好，而且生魚片肉質太老。

還有很多失禮的行為可能會冒犯到在同一家壽司餐廳用餐的客人。食物不應該用筷子夾來夾去，因為這可能厄運。還有，食物咬了後再放回盤子裡是很粗魯的。最後，壽司吧裡是全面禁菸的。抽菸不但侮辱了師傅，而且還會破壞了其他客人要嘗的味道，那是一種所以壽司饕客都為之瘋狂的美味。等到一位大師傅為你獻上一些現切的壽司之後，你就會明白箇中道理了。