

中国人为何疯狂追求鲜味

人们一方面对食品添加剂持怀疑态度,一方面又对它非常依赖。中国民间有“开门七件事,柴米油盐酱醋茶”的说法。开门七件事,件件与吃有关,其中三件,就直接关乎调味品。对“味”的重视,是中国食文化的突出特点。而“五味调和百味鲜”,则从方法上指出了食的最高境界——“鲜”。“鲜”是什么?在味觉上没有人能够定义得出来。这种奇特的滋味,似乎只有中国人对它有特别的要求。是不是因为我们的舌头和别人不一样呢?其他国家的人对味道的追求有中国人这么讲究吗?

本版主笔 快报记者 白雁

鲜味到底是什么? 绝不是羊肉加鱼肉

“鲜”的写法,是一个鱼字加上一个羊字。这很容易让人联想到,我们对鲜的定义,就是把鱼肉和羊肉放在一起烹饪产生的味道。羊肉和鱼肉的确是两样非常鲜的食物,不过照此来理解鲜,却是一种误解。

翻开辞海,可以看到,鲜最初的意思,其实是指鱼。所以,早在2000多年前,中国著名的哲学家老子,才会说出“治大国如烹小鲜”的传世名言。从一种具体的东西,到一种抽象的形容词,“鲜”被赋予了“好滋味”的意思。

而在老子的这句传世名言问世之前,文献中就有了“狄始作酒醪,变五味”的记载。这个记载,传说是夏禹时候的事情,距今有4000多年的历史。但是如果认为中国人“变五味”,开始于夏禹时期,那就大错特错了。

2004年12月6日出版的《美国国家科学院学报》,刊载了中美考古学家通过包括气相色谱分析、液相色谱分析、稳定同位素分析等一系列科技手段,分析河南贾湖遗址出土的陶器,认为八千六百年前我国已掌握了酒的制造方法,所用原料包括稻米、蜂蜜、水果等。也就是说中国人“变五味”、追求鲜味的历史至少可以追溯到八千年前。

到了汉代,对鲜味的追求已经达到非常精致的程度。出土女尸的长沙马王堆一号汉墓,就保存了大量的美食。汉墓中出土的记载随葬品名称的竹简中,还专门提到了九类共十九种调味品,分别是:脂、口、酱、糖、豉、醢(hāi)、盐、菹(zū)醢(jī)。其中以咸味为主,五味俱全。

“五味调和百味鲜”,那么对于这种非常抽象的鲜味,人是怎么尝出来的呢?



中国人对调味品非常讲究(本版均为资料图片)

鲜味很刁钻,单靠人的味蕾根本无法识别它

品尝鲜味,主要依靠我们的味觉细胞。江苏省口腔医院的专家告诉记者,人的味觉细胞主要分布在舌头表面,口腔粘膜中也有少量味觉细胞。

舌头之所以能产生各种味觉,是由于舌面上的粘膜分布着众多不同形状的味觉乳头,由舌尖和舌缘的蕈状乳头、舌边缘的叶状乳头、舌面后的轮状乳头所组成。在味觉乳头的四周有味蕾,味蕾是味的感受器,也是在粘膜上皮层下的神经组织。味蕾本身有50到150个味觉接受细胞群,它们的顶部呈球状张开,一旦食物的“味分子”进入其中,就被它捕捉到了。

味觉神经纤维联成小束,通入大脑味觉中枢。当有味的

物质溶液由味孔进入味蕾,刺激味觉细胞使神经兴奋,传到大脑,经过味觉中枢的分析,各种味觉就被人感觉到了。为了保证能正常工作,味觉细胞每隔10到14天就要更新一次。

一般认为,味蕾能感觉到的四种基本味道是:酸、甜、苦、咸。这四种味道,能在舌头的不同部位产生强烈的刺激。例如,舌端对甜的感受力明显,对咸



和酸的感觉来自舌的中央和边缘,至于苦,则是舌头根部的感受最强烈。在四种基本味觉中,人对咸味的感觉最快,对苦味的感觉最慢,但人对味觉的敏感性来讲,苦味比其他味觉都敏感,更容易被觉察。

除了四种基本味道,其他的诸如辣、涩等味道,其实是多种味道,甚至多种感觉的复合。例如,我们通常所说的涩味,严格来讲,其实不是一种味道,而是皮肤的触感。食物成分刺激口腔,使蛋白质凝固,从而使皮肤产生一种收敛感觉,“涩味”就产生了。

至于神秘莫测的鲜味,也绝非舌头单独就能品尝出来的,常常是味觉、嗅觉,甚至视觉,在综合地起着作用。

味蕾在不同年龄数量不一样,中年时期味觉最发达

在上海人民出版社出版的《中国饮食文化》一书中,作者指出,由于地域、物产以及科技文化等的差异,各国对化学性味味的分类有许多差别。例如,日本认为味觉应该分为五种基本类型:咸、酸、甜、苦、辣。印度则区分为:甜、酸、咸、苦、辣、淡、涩、不正常味等八种。欧美世界则基本主张应定为甜、酸、咸、苦、金属味、碱味六种。德国人海宁曾认为仅有甜、酸、咸、苦四种基本味。

为什么不同的国家和地区,对味道的定义会有明显的区别呢?这是否意味着,不同的国家和地球,人们的味觉细胞天生就有差别呢?

记者就此请教了南京妇幼保健院儿保所的蒋宁南副主任医师,蒋宁南告诉记者,由于种族、地区、家庭生活习惯的差别,人们的口味确实不一样,不过,是不是人的味觉天生就有差别,对此,她还真没有见过相关的资料。

江苏省口腔医院的陈宁书记则告诉记者,十几年前,他在美国留学访问时,曾研究过治疗味蕾损伤的课题,“研究过病人的味蕾,但是对于不同民族的、不同国家的人的味蕾辨别能力,却没有进行过比较。据我所知,国际上是不允许做此类对比研究的,因为可能涉及到种族歧视。”

虽然无法知道不同种族

和国家的人,味蕾到底会有何生理上的不同,但就解剖学意义而言,一般成年人的味蕾的数量总计为9000~10000个。婴儿的味蕾,因为发育不完全,相对数量要少。到了45岁左右,味蕾的数量达到了顶点。此后,随着年龄增加,味蕾的数量会减少,造成味觉衰退。到了70岁的时候,味蕾的数量大概只有顶峰期的一半。

陈宁告诉记者,人的味觉细胞在生长的过程中,如果得不到相应的味觉刺激,是会退化的。这其实就意味着,在一个更讲究味道的食文化环境中,人们辨别味道的能力会高出许多。

男人天生就比女人讲究味道

虽然,没有学者从科学调查的层面上,对于中国人那格外挑剔的味蕾,给予数据上的肯定。不过,成都妇幼保健院儿保科的章岚副主任医师,却从科学的层面上,对于男人们的“挑食”给出了答案。

在这个实验中,科研人员选择了31名男新生儿和31名女新生儿,在他们出生后的90分钟进行甜、咸、酸、苦四种味觉的测试。其中测试溶液浓度分别为:25%蔗糖(甜);5%氯化钠(咸);1.43%柠檬酸(酸);0.25%盐酸小檗碱(苦)。在测试的同时,科研人员用摄像机记录了宝宝们的面部表情。

在随后的统计中,科研人员按照标准将新生儿的面部表情运动分为A、B、C三组基本强度不同的运动单位。其中,没有口部运动或仅有口部吸吮动作的是A1;撇嘴的为B1;嘴张大为C1。在A1、B1、C1的基础上出现不喜欢的面部表情(鼓腮或皱鼻等)分别为A2、B2、C2;在A2、B2、C2的基础上如出现反感的面上部表情(低眉、皱眉等)分别为A3、B3、C3。依婴儿接受难易程度将反应强度分为10级。

统计的结果非常有趣:93.54%的宝宝对甜味的反应表情为1级,他们表情愉快、面部放松,小嘴在用力吸吮;尝到酸味时候,宝宝们则大多噘起了小嘴,表情有点痛苦;尝到苦味时,他们大都张大了嘴,皱起眉头和眉毛;而对于淡淡的咸味,宝宝们则没有特殊面部表情。

更有趣的是,结果显示,相对于女宝宝而言,男宝宝在品尝甜味和苦味时,动作幅度更大。在尝到甜味时,他们显得更愉快;而在尝到苦味时,他们的表情也更痛苦,忍耐力明显不如女宝宝。



全世界人民对口味的追求都没中国人疯狂

不管中国人和外国人辨别味道的能力是否有区别,一个不争的事实是,中国人对“鲜”味的追求的确达到了极致。

留学美国宾夕法尼亚大学的Vicky告诉记者,就她在美国的生活经验而言,她感觉“美国人并不像中国人那么追求食物的味道,他们的烹调方法也少,调料也少,没有炒菜,大都喜欢吃蔬菜。相对于中国人的吃而言,他们更讲究穿和住。

定居巴黎的华人摄影师曾年,早年曾生活在南京,他告诉记者,在他家中,厨房的调味品只有三种:盐、胡椒和普罗旺斯草。“外面的饭店也大都用这些调味品,人工合成的调味品和添加剂,我基本上没有听说过。”曾年说,法国的商店里出售的饼干、蛋糕等袋装食品,可能会有色素、膨松剂一类的添加剂,“不过,在这方面,政府的监督是很严格的。”

留学韩国汉城大学的Sun告诉记者,就她在韩国的感受而言,韩国人爱大蒜、爱凉拌、爱烧烤,他们喜欢用大蒜和海鲜酱调味,“海鲜酱大都用明太鱼和小虾作原料,一般家庭都是自己做,即使在汉城这样的大城市,主妇们也都是自己制作海鲜酱。外面的饭店,也都是自己做调味酱,一年四季都做。”

至于在中国风靡的用色素香精勾兑的奶茶,Sun说:“我在韩国很少看到,一滴香、浓汤煲,更是没有听说过。我们中国人是特别讲究口味,这些有致命杀伤力的食品添加剂,也许就是我们为口味付出的代价。”

