

英国是美食荒漠吗

民以食为天。经过历史积淀，大

国大厨会上榜。

相较于中餐煎、炒、焖、炸、烩、烤等几十种烹调方法，英国的烹饪方法较为单一，口味也偏于雷同。如果一定要“在灶子里拔将军”，早餐应该算是照亮英国料理界的那束光了。

英式早餐是为数不多值得尝试的英国菜品之一。最传统的全英式早餐包括香肠、培根、鸡蛋、蘑菇、薯饼、焗豆、番茄，再加上一块黑布丁和一杯英式早茶，但具体口味也会根据不同地域和不同食材有所区别。英国戏剧家萨默塞特·毛姆曾在接受采访时说过：“要想在英国吃好，就要一天吃三顿早餐。”可见，英式早餐在英国菜系中的重要地位。有记载表明，从13世纪开始早餐就被英国人认为是一天中最重要的一餐，这种观念一直延续至今。

刘畅

英国的午餐极其简单，通常只有一个三明治、一包薯片和少量水果。有调查显示，英国的上班族花在午餐上的时间一般不到5分钟，其简单程度可想而知，但这并不影响英国人对于三明治的喜爱。

两片方形面包，中间夹上不同食材，然后将方形面包切成两个等腰三角形，这就是英国三明治的标配。英国的三明治种类少说也有几百种，口味多种多样，当地人吃得最多的是虾仁蛋黄、鸡肉培根、培根生菜西红柿有限的几种。据统计，英国人每年吃掉的三明治超过115亿个，排列起来可以绕地球44圈。

有趣的是，三明治不仅在英国广受欢迎，最近在中国也火爆出圈。日前，一位英国中年男子制作三明治的短视频引起了数百万名中国网友的关注。视频里，两片“干巴面包”夹着两片预制烟熏三文鱼和几片蔬菜，再配上半个牛油果，就是他的午餐了。他的妻子，也是视频拍摄者，还给他取了个朗朗上口的中文名字“英国干巴大叔”。

干巴大叔走红后，国内部分商超连夜推出同款“干巴 lunch(午餐)”套餐，以满足网友们的好奇心。许多尝试过的网友留言称，“名字起得很到位”，果真是“又精简又干巴”。

当然，英国人也不是顿顿都吃三明治，比如晚餐时经常会有类似一荤两素的搭配。“一荤”可以是猪肉、牛肉或是羊肉，“两素”通常是指土豆、胡萝卜，有时候也会有甘蓝或西兰花。虽然如今人们的口味和饮食习惯在不断变化，但这种经典搭配仍是许多英国家庭餐桌上的首选。

看到这里，不少健康达人可能觉得，英国的菜品少油少盐，做起来又省时省力，也并不是那么难以接受嘛，那可能是因为真正的英国“名菜”还没有登场。比如，从把鱼头露在饼胚外面的“仰望星空派”，到用肉馅羊肚制作成的哈吉斯(Haggis)，再到猪血版的黑布丁(Black Pudding)，每一道菜品从选料到制作都令人心生怯意。相比之下，炸鱼薯条算得上卖相最好、接受度最高的食品了，也难怪能够脱颖而出成为“英国国菜”。

事实上，对于英国为什么会成为美食荒漠，坊间已经讨论多年。毕竟，英国曾经称霸半个地球。这样一个国度，怎么看也不该在饮食上如此潦草。对此，一个接受度较高的说法是，全球贸易和工业革命或许应该为英国黑暗料理“背锅”。

欧洲中世纪时期，英国由于地理及气候原因，畜牧业十分发达。不仅如此，当时的英国人还尤其擅长烧烤，就连法国人也甘拜下风，英国的牛肉肉也一度畅销全世界。

后来，英国工业革命爆发，城市迅速扩张，导致大量人口涌入，英国本地的食物完全不能自给，只能依靠异地采购满足需求。要知道，当年的运输效率和今天可不是一个概念。为了确保食物不会腐坏，英国人除了发明出罐头等各种保鲜“神器”，还会尽量选择不易腐烂的品种，至于味道，自然没有那么多人重视。

这还不是最糟的。有人评论，如果说工业革命仅仅是给英国菜一顿“当头棒喝”，那么两次世界大战对英国菜的伤害可谓“加倍模式”。二战前，英国约有4800万人口，三分之二的食物都要依靠进口，但与德国开战后，食物进口量锐减，仅为战争前的10%。当时的英国物资极其匮乏，人们对食物的要求仅停留在饱腹层面，能吃上各种廉价的罐头和加工食品已经算过得不错了，指望口味多好完全不现实。

此外，为了应对战争，英国从1940年到1954年在全国实行食物配给制度，肉食、黄油和火腿等食品均需统一采购发放。再高深的厨艺、再悠久的饮食文化，也经不起这样长期荒废。

当然，随着时代的发展，如今的英国菜已经出现复兴迹象。一方面，英国天然在食材方面占有先机，海鲜、肉类、果蔬、奶制品种类齐全，品质也算不错；另一方面，虽然英国传统烹饪方法已经没落，但来自地中海、亚洲、拉美、非洲等地的美食为英国带来了更多创新元素。看来英国菜有朝一日能打破固有印象，重新惊艳人们的味蕾。

美国有一条百年公路——66号公路。它从位于中部的美国第三大城市芝加哥的密歇根湖畔，一直延伸到加利福尼亚州圣莫尼卡的太平洋海岸，跨越8个州和3个时区，全长约4000公里，1926年被认定为美国第一条全天候高速公路。

66号公路是美国文化的代表之一。它象征着流动和对“美国梦”的追求，既见证了个国家西部开发的历史，也在大萧条时期为沿途城镇经济复苏作出了贡献。

然而，如今的66号公路沿途至少有20万座建筑被遗弃，曾经的繁华之地沦为了一座座人烟稀少的“鬼城”，就像正在迷失的“美国梦”，只余下怀旧之情。

“这条路一直是一面镜子，反映



洋蓍“公摊面积”有点大

王一伊

最近，洋蓍在社交网络上火了。展示如何切割并烹饪这种外表酷似“宝莲灯”的怪异蔬菜的视频比比皆是。更有网友脑洞大开，评论“这怕是公摊面积最大的蔬菜吧”“种了一亩、收了一车、择了一筐、煮了一锅、吃了一口、吐了一地”“没能通过张罗严选和郑和优选的蔬菜一定不好吃”……

应该说，这种长相奇怪、令人无从下手的蔬菜，在中式菜肴中的确是一张“生面孔”。但在“白人饭”的食谱里，洋蓍却算得上“前辈”，甚至还是人类已知最古老的食物之一，有着“蔬菜之王”的美誉。

洋蓍，也叫作菜蓍、法国百合或朝鲜蓍。这种蔬菜至少从古希腊和罗马时代就出现在人们的餐桌上上了，连古希腊神话里都能找到它的身影。根据古希腊神话，洋蓍的“存在”主要归功于宙斯。他在一次拜访波塞冬的旅程中偶遇了一位名叫西娜拉的美丽姑娘。宙斯对西娜拉一见钟情，将她封

为女神，并带回了奥林匹斯山。然而，由于寂寞和想念母亲，西娜拉偷偷回家看望家人。这种“背叛”行为激怒了宙斯，他把西娜拉从奥林匹斯山上扔了下去，并把她变成了洋蓍。洋蓍的学名 *cynara cardunculus* 就来源于这个不幸的女孩。

洋蓍最早种植于地中海沿岸。在历史文献中，洋蓍的起源可以追溯到希腊哲学家和博物学家泰奥弗拉斯托斯(公元前371年至公元前287年)的时代。大约从公元前800年开始，北非的摩尔人开始在西班牙格拉纳达地区种植洋蓍。罗马沦陷后，洋蓍一度变得稀缺，直至文艺复兴时期才逐渐回到欧洲人的餐桌上。

作为蔬菜，洋蓍个头不小，但可食用的部分不多。其花菜底部中间的花心以及花瓣的根部口感鲜嫩，但包裹着花心的绿色花瓣难以入口，需要剥掉，这也是网友戏称洋蓍是“公摊面积最大的蔬菜”的原因。至于是哪位勇

士，因何原因成为历史上第一个尝试食用洋蓍的人，又是经过多少次实验才探索出洋蓍的可食用部分，如今已经不可考证了。

但可以确定的是，在人类悠久的饮食文化史上，人们已经探索出多种烹饪洋蓍的方法。比如，约翰·伊夫林在他的著作中就列出了好几种。他写道，“先生吃，再加一点油、醋、盐和胡椒粉”，如果配上一杯葡萄酒，味道更好。“用新鲜的黄油酥和欧芹一起炸”也很好吃。底部可以烤成馅饼，“配上骨髓、红枣和其他丰富的食材”。

如今，随着社交网站上洋蓍烹饪视频和科普内容的增加，越来越多的人开始食用洋蓍。根据现代营养学研究成果，洋蓍的营养价值很高，不仅抗氧化，而且富含维生素。随着国内饮食越来越多样化，说不定有朝一日“宝莲灯”也会走进千家万户，成为新时代的“蔬菜优选”。

买不起的“美国梦”

柳丝

鲁·默里说：“最终，这项研究凸显了美国人要想舒适地过上四口之家

的生活，必须攀登多么高的一座山。”可能有人会说，既然实现“美国梦”是一个人生目标，那就不能局限于以年度数字来衡量，要以一生的数据来计算。那么，这个结果又是怎样的？

根据金融网站“投资百科”去年12月发布的一项报告，从结婚到退休，美国人一生大约需要340万美元才能实现“美国梦”，而美国人一生的平均收入约为230万美元。

网站主编凯布·西尔弗说：“‘美国梦’之所以成为搜索次数最多的词语之一，是因为人们认为它离他们越来越远。”

未曾见过的通胀压力

“如果我们再什么都不做，我担心‘美国梦’将彻底不复存在。”2023年8月，在美国2024年总统选举首场共和党党内竞选人电视辩论中，总统竞选人维布克·拉马斯瓦米如是说。总统竞选人的话是为了吸引选民，但他们口中的这些担忧，反映的却是许许多多美国人的现实焦虑。

这种焦虑可以从美国社会宗教研究所与布鲁金斯学会联合进行的调查中读出一二：72%的美国人担心没有足够的钱过退休生活；超过60%的美国人担心无法负担医保、住房或日常开销；55%的美国人认为美国文化和生活方式变得越来越糟糕；77%的美国人认为国家正朝着错误的方向发展……

近年来，通向“美国梦”的路变得越来越虚幻。2008年的金融危机使400万户美国家庭失去了房子，超过900万人失去了医疗保险，近11万亿美元的家庭财富蒸发……

金融危机期间，美联储出台多轮量化宽松政策，新冠疫情暴发后，美

联储又祭出无限量化宽松，将通胀推升至40年来高点，给美国带来“一代

人未曾见过的通胀压力”。2021年以来，美国的年均通胀率超过5%。与此同时，消费者价格指数飙升，在截至今年3月的12个月内上涨了3.5%。美国民众对通胀的预期在不断上升，5月份一年期通胀预期从4月份的3.2%上升至3.5%，五年期通胀预期则从4月份的3.0%上升至3.1%。

而美国民众的工资涨幅却跟不上通胀，这意味着其购买力正在迅速被通胀吞噬。去年12月的一项调查显示，60%的美国工薪阶层表示，过去12个月他们的工资涨幅落后于通胀步伐。

残酷的现实正在击溃美国民众的“美国梦”，悲观情绪正在各个群体中蔓延，尤其是年轻一代，已经放弃了“美国梦”。很多30岁及以下人群正在将“美国梦”重新定义为：专注于利用自己拥有的一切过上最好的生活。

美国广播公司和民调机构盖索最新的调查显示，只有不到四分之一的美国人表示“美国梦”仍存在。

平等仅仅是个梦想

“美国梦”一词真正被提出是在1931年。那一年，美国历史学家詹姆斯·特鲁斯洛·亚当斯在《美国史》中写道：“在美国梦的土地上，每个人的生活都应该变得更好，更富裕，更丰富，每个人都可以根据自己的能力或成就享有机会。”

近百年间，这段描述曾吸引和激励世界各地的移民去美国寻梦，他们以为“美国梦”不仅是对财富的追求，还代表着跨越社会阶层的希望。

然而，从“美国梦”一词诞生的背景来看，这个词与其说是提出美好的理想，不如说是现实的反思。彼时，美国“镀金时代”落幕不

久。在“镀金时代”，美国完成了向工业资本主义的转型，经济实现了巨大发展，一些人白手起家成为铁路大亨、石油大王，成就了一批一夜暴富的神话。随后，实现暴富的投机商人又进化成了垄断资本家或寡头，洛克菲勒、范德比尔特、摩根、卡内基等家族从此诞生，成为控制美国政治、经济、社会、文化的庞大力量，也掌控了更多普通美国人的命运。《费城时报》在1900年就看清了本质：美国创造了“财富的私人垄断、政府的私人垄断、教育的私人垄断，甚至是道德的私人垄断以及生产条件的私人垄断”。

“镀金时代”之后的“进步时代”，要回应之前不受监管的资本主义。但是，这段时期很快就结束了。接踵而至的是20世纪30年代的大萧条，也正是“美国梦”一词正式诞生的年代。人们用“美国梦”这个词来抗议不平等，提醒普通民众如果要实现机会均等，就得遏制垄断资本主义。

然而，时至今日，机会均等对大多数美国人来说仍是奢侈品。

美国“机遇洞察”组织统计了1970年以来50年的数据称，一代又一代的美国人发现，实现“向上流动”日益困难。

50年来，中产阶层在美国总收入中所占的份额下降了19个百分点，而富人阶层在美国总收入中所占的份额提高了20个百分点。

今年3月，美联储发布的数据显示，截至去年第四季度末，美国前1%富人的财富达到了44.6万亿美元，创下历史新高。根据美联储的定义，财富超过1100万美元的人为美国最富有的1%。后50%的人在2023年增加的财富，只相当于最富有1%的人在一个季度内积累的财富的十分之一。

“我们已经偏离了‘平等、自由、机会和民主’的理想。”普利策奖得主、《纽约时报》专栏作家戴维·莱昂哈特如此感叹破碎的“美国梦”。

(据新华社电)

本版编辑 韩叙 杨啸林
美编 吴迪
来稿邮箱 gjb@jrb.com.cn