

“再造”的古巴美食和古巴厨房里的“美食家”（上）

唐永艳

清华大学国际与地区研究院博士研究生，研究国家为古巴

2019年12月23日，好友 Andres 给我打来座机电话，他激动地说道：“Benita，你知道吗？你出名了，连我的房东都知道有个叫 Benita 的中国女孩竟然用橙子炒黑豆（frijoles con naranja），用辣椒拌西瓜（melón con picante），她太震惊了，想知道你是怎么做的，要你的配方！”

我哭笑不得，这已经是第3个古巴老太太想跟我“探讨厨艺”了。在互联网没有完全普及且价格高昂的古巴，固定电话低廉的费用以及人们对于人际关系的重视，使“电话粥”成为古巴人沟通感情的主要方式之一，而这种依仗人际关系为桥梁进行的信息沟通经常是一根鸡毛传成一只鸡的故事发生背景。房东大概把我在厨房里“出格”的故事告诉给了她所有的好友，他们口耳相传，我便这样活跃在哈瓦那房东老太太们的电话朋友圈中。

短暂的受宠若惊后，我莫名生出感慨：每一个社会的饮食文化都是社会群体历来对其消费的食物进行分类、选择和整合的历史积淀，但凡遭遇超出群体认知外的东西，便足以造成文化震惊。我对古巴的探索是这样的过程，他们对我的认识也是。略微小庆幸的是，我这段因“生存需求”发掘出“出

色”厨艺的经历，竟成为了我从饮食方面更深一步了解古巴社会的契机。

一、“传统的发明”

稍微了解古巴的人都会知道，这个国家有着几样出名的美食：黑豆饭（congrí），炸香蕉（plátano frito），以各种根茎食物为主做的炖菜（ajiaco）。然而，正如霍布斯鲍姆在其《传统的发明》中探讨的主题所言，人们所热衷的某些“传统”，有时往往只是在理所当然的想象中赋予了它悠久的历史感。跟4个不同的古巴家庭合住后我才发现，这些古巴人喜爱的“国菜”竟也经历了一个“传统发明”的过程，距离当下不过近三十年时间。其得以成功主要有两个原因，一是90年代后古巴自然条件的限制，国内有限食材只能做出这些食物；二是古巴社会主义国家建设中试图塑造的“低物质欲望社会”至今仍有残影，国人对于国内有限的食材普遍评价很高。



图1 传统的古巴黑豆饭，由黑豆米饭，炸香蕉，蔬菜沙拉，肉类，根茎类食物等组成
图片来源：作者拍摄

古巴是加勒比海地区的一个群岛国家，介于北纬 20°至北纬 23.5°间，地处热带地区，气温常年约在 25 到 32 摄氏度之间。受到来自大西洋东北信风的影响，年降水量丰富，岛上多数地区属热带雨林气候，少部分为热带草原气候，全年湿度约为 90%，一年仅在 12 月到 1 月份间会有短暂的降温，时常会有季节性飓风、干旱和虫灾等自然灾害侵袭。本地生产热带作物和水果，如甘蔗、烟草、芒果、牛油果、木薯、红薯、山药、芋头等。

在 90 年代苏联解体前，古巴农业模式先后经历了殖民经济、美国资本渗透以及古巴社会主义改革三个时期。然而，尽管经历了一系列变化，但整体上古巴农业仍没有走出殖民时期的生产模式，近百年间古巴主要以种植甘蔗和烟草为出口作物，进口主要食物供养全岛人民。其中，苏联时期为生产单一作物的分配计划使古巴农业遭受了不可逆的破坏，至今为止，全岛居民的基本饮食无法实现自给自足。

1972 年，古巴加入了经济互助委员会（Consejo de Ayuda Mutua Económica，简称 CAME），正式参与了所谓的“社会主义国际分工”（División Internacional Socialista del Trabajo）。为了满足全球社会主义经济战略的贸易需求，该岛 50% 的可耕地用于种植糖、烟草和柑橘三种产品。这些产品以优惠价格出口到苏联以及其它社会主义国家，以换取石油、农业机械、农用化学品和基本食物。尽管彼时该岛仍还有很大的生产潜力，但基于联盟一体化需求，除了种植出口商品外，岛上大量土地被闲置。此后 25 年间，古巴出口所创造的收入主要用于进口人民所需的 57% 的基本食品以及 95% 的农业投入。

1990年代初，苏联社会主义联盟解体，古巴热带出口产品的主要市场也随之消失。美国实施的经济封锁使古巴政府无法同其他国家进行进口和贸易，从而加深了古巴的粮食危机。面对国内粮食短缺，古巴政府迅速采取政策，鼓励分散和多样化的粮食生产，促进城市和农村地区的自给自足。然而，经过几十年化肥和农药的密集使用，从高外部投入的工业化农业转向低内部投入的无机农业并非易事。据统计，先前高度机械化农业模式和高强度的农用化学品使用，使古巴农村人口从56%降到28%；1991年后，依赖进口的化肥和农药在古巴突然消失，农业虫灾显著增加，农业用地退化达到76.8%。

由于之前古巴人饮食中的大米、豆类、小麦和肉类等主食基本靠进口，依仗国内资源满足本国人民的粮食供给需求是突然且紧急的。此时，包括芋头、山药、木薯、香蕉、南瓜和土豆在内的根茎类食物作为最适应岛上环境且一年四季都能生产的食物开始得到政府重视，并逐渐成为岛上唯一能自给自足的食物。也就是在这一时期，根茎类食物开始作为替代性主食进入到古巴人的食物清单中，重构了古巴人的饮食结构并奠定了当下的饮食习惯。



图2 按照数字升序分别为木薯、山药、香蕉、红薯、南瓜、土豆

图片来源：谷歌图片

根茎食物作为古巴饮食结构中的一部分可以追溯到5个世纪以前。木薯和红薯等块茎作物本是当时原住民的主要食品，在西班牙人屠杀完该岛土著居民后，这些食物成为西班牙人的补充食物。随后全球殖民贸易将大量的非洲黑人奴隶、加那利群岛的移民以及华人“契约劳动”汇聚到了这里，他们带来猪肉、牛肉、香蕉、大米、豆类、小麦和马铃薯等饮食及相应的饮食文化习惯，丰富了该岛的饮食结构，构成了古巴饮食的重要组成部分。此后几个世纪，由于岛上土地主要用于种植烟草和甘蔗等作物，主食主要依赖进口，作为原住民主食的根茎类食物虽一直存在，但通常仅作为补充食物和少部分人的主食，处于边缘位置。

仅以当下古巴人餐桌上不可或缺的香蕉为例，据文献记载，将香蕉纳入古巴饮食结构可以追溯到16世纪非洲奴隶的到来时期。从殖民时期起，香蕉基本上是黑人奴隶和一些贫穷白人的食物，这种状况虽在1959年古巴社会主义革命后强调“种族一体化”和“国家分配”等政策下有所改变，但直到90年代苏联解体后因国内食物的匮乏才发生了根本性变化。

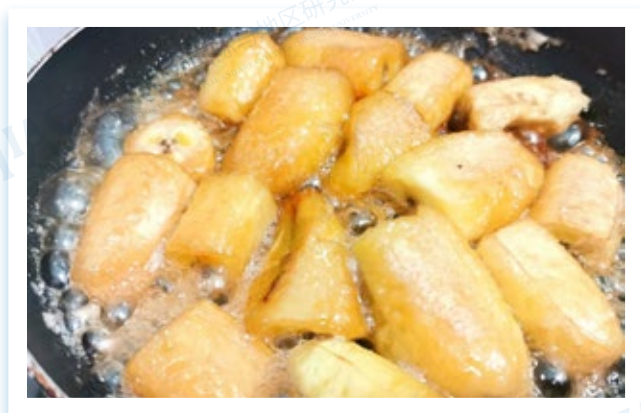


图3 房东教我做古巴当下流行的食物：香蕉的诱惑 (plátano en Tentación)

图片来源：作者拍摄

在 20 世纪 90 年代前，古巴本土主要生产穆萨帕拉蒂亚 (*Musa paratia*) 和穆萨纳纳 (*Musa nana*) 两种香蕉，1991 年后，由于缺乏农药和化肥以及土地退化等因素，一种叶斑病 (*la sigatoka amarilla*) 使之濒临灭绝。为了寻找能够适应古巴本土环境的替代品，古巴向洪都拉斯农业研究基金会 (*la Fundación Hondureña de Investigaciones Agrícolas*) 引入了多种新的香蕉品种，最终在对比实验中选择了最为适应古巴气候和自然条件的品种 *Musa sp. abb*。虽然它的口味不如之前的香蕉充满甜味，但由于缺乏选择，这种食物逐渐在古巴厨房内获得空间，古巴人的饮食习惯也随之改变。目前 *Musa sp. abb* 已经在古巴有了一个家喻户晓的名字——驴香蕉 (*plátano burro*)，它经常被用来制作传统菜肴，如富富 (*fufú*)¹ 或者黑豆饭 (*congrí*)。当下很多古巴人都十分喜欢这一食材，因为这种香蕉的烹饪速度更快，在古巴炎热的气候中储存期相对较长，全年都可以收获。



图 4 2020 年疫情期间，香蕉是古巴菜市场中唯一能够相对稳定供应的食物

图片来源：作者拍摄

1 富富是古巴传统的一道美食，缘起于非洲加纳，后来在殖民贸易中由非洲奴隶传到加勒比地区，古巴的富富主要是将香蕉与油锅中少量的葱花大蒜等放在一起均匀捣碎，辅与其他调料，是古巴人十分喜爱的食物之一。

二、低欲望社会烙印

除了受客观条件影响，这些曾经边缘化的根茎类食材成为古巴主流食物也离不开国家的提倡和引导。1959年古巴社会主义革命胜利，第二年便成立了古巴国内需求研究和指导研究所（The Cuban Institute of Research and Direction of Internal Demand, 简称 ICIODI）。ICIODI 的目标是向民众传播将消费最小化的思想，引导人们脱离对于物质的欲望，追求内在精神和实质的东西，以此建立与资本主义相区别的个人和商品间的关系。从建立至今，这一机构从教育和宣传等诸多方面，通过各种策略引导着人们购买国内相对廉价、营养丰富、可大量获得的食品。比如在苏联解体前，为了引导人们购买国内相对充足且价格便宜的食物，ICIODI 将使用国产商品描绘成反抗古巴资本主义敌人的重要行为。据古巴作家丽贝卡·蒙特罗（Rebeca Montero）指出，在20世纪60年代的哈瓦那大街上，一个广告牌自豪地宣称“口香糖，不；芋头，是”（Malanga sí, chicle no）的口号——鼓励古巴人咀嚼当地种植的芋头，而不是口香糖，因为口香糖是一种进口产品，也是美国渗透的象征。

90年代后根茎食物广泛进入古巴人的主食领域也经历了该组织的引导。在古巴人的饮食观念中普遍认为“没有米饭和豆子，就没有食物”，而在苏联解体的几年间，岛上极度匮乏大米、豆类和肉类，只有不同品种的芋头、红薯、土豆、山药、木薯、南瓜和香蕉等根茎食物能够自给自足。为了保障社会安定和人们饮食结构的平稳过渡，ICIODI 的作用便是通过宣传让人们尽快地接受这些食物。不少古巴人至今还记得，那时候电视里经常向人们播报着“根茎类食物能改变

食物味道，使它更美味，更能填满你肚子”的宣传。有限的条件加上古巴人对于美食的感知，一道古巴当下流行的传统美食炖菜（ajiacó）便形成了。

炖菜（ajiacó）是古巴传统革命食物热锅（la caldosa）的变体，它最早可以追溯到古巴革命胜利时期。自1960年来，每年9月28日被定为是纪念保卫革命委员会（CDR）的成立日，作为庆祝活动的一部分，在古巴社区中人们会集体准备一道由鸡肉、各种食物和番茄汁做成的“热锅”，伴随着朗姆酒一起分享。该庆祝方式后来逐渐传遍了全国，甚至被用于其他类型庆祝活动的菜肴。90年代后由于岛上肉类的减少，ICIODI鼓励人们将根茎食物加入到这道菜中，这道曾经带着革命色彩的菜肴逐渐衍生出了热锅的很多变体，其中“炖菜”已经成为古巴当下流行的美食。



图5 古巴朋友给我准备的炖菜，包含山药、芋头、木薯、南瓜、玉米和鸡肉

图片来源：作者拍摄

此外，ICIODI 还通过电视和广播等向民众普及这些根茎类食物的系统使用和准备方式，宣传着这些食物的某些医

学特性，甚至包含的革命意识形态等。至今为止，稍微年长的古巴人仍熟记着一些在特殊时期时宣传的内容：如果家中有婴儿，那么就要买甜甜的红薯，因为其含有糖类会让孩子变得愉快；如果有消化问题，芋头可以作为婴儿的第一食物和治疗胃病的药物，而且芋头有助于缓解更年期失调的作用；山药有抗抑郁和抗衰老的作用，并且能够缓解糖尿病和提高记忆力，但便秘时不要吃它；香蕉中大量的钾可以用来缓减关节问题，含有大量的维生素 B6 对控制血糖有很好的作用；马梅²（Mamey）的种子熬水可以用来通便，马梅树的汁液与蜂蜜混合治疗支气管哮喘……对于国内牛肉的匮乏，我的古巴朋友跟我说到他曾经被教育过的内容：“牛肉是红肉，对心脏不好，还会造成糖尿病和肠道疾病；鸡肉是白肉且便宜，它可以跟许多古巴食材做在一起，特别美味，我最喜欢的是鸡肉。”

社会转型过程中“饮食结构”的重塑及国家对于低欲望社会的构建，这便是我来到古巴前的社会概貌。未能跨越殖民主义时期形塑的“依附型”经济模式使得古巴在全球化的背景下深陷于全球政治经济网络中，人们的饮食习惯变化与宏观的国际政治博弈有着极大的张力。与此同时，在苏联解体后，得益于古巴社会主义革命时期构建的国家意识形态仍被绝大多数古巴人接受，政府对于本土食物的供给和引导使得古巴人在社会转型过程中较为平稳地度过了最艰难的时期，并最终奠定了当下的饮食结构。古巴再造的“国食”无疑是一种历史文化的生成物，不同的食材在古巴的特殊场域

2 马梅是一种原产于中美洲的物种，在中美洲、加勒比地区和佛罗里达州都有种植，外表粗糙，黄褐色，内部呈橘红色，果肉甜软，含有大量维生素。

内也具有了不同的社会文化意义，透过古巴人的饮食文化发展，一些当地人的社会文化观得以展现。

责任编辑：熊星翰 文字审校：董慧