

李从嘉 | 编著

舌尖上的战争

杯中有风云，舌尖有战争
食物、战争、历史间究竟有着怎样的奇妙联系



吉林文史出版社
JILIN WENSHI CHUBANSHE

李从嘉 | 编著

舌尖上的战争

杯中有风云，舌尖有战争
食物、战争、历史间究竟有着怎样的奇妙联系



吉林文史出版社
JILIN WENSHI CHUBANSHE



版权所有，翻版必究
发现印装质量问题，请与承印厂联系退换

图书在版编目 (CIP) 数据

舌尖上的战争 / 李从嘉编著. -- 长春 : 吉林文史出版社, 2015.12
ISBN 978-7-5472-2938-5

I. ①舌… II. ①李… III. ①战争史-世界-通俗读物 IV. ①E19-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第283137号

SHEJIAN SHANG DE ZHANZHENG

舌尖上的战争

编著 / 李从嘉

责任编辑 / 吴枫 特邀编辑 / 王菁

责任校对 / 张雪霜 装帧设计 / 杨静思

策划制作 / 指文图书 出版发行 / 吉林文史出版社

地址 / 长春市人民大街 4646 号 邮编 / 130021

电话 / 0431-86037503 传真 / 0431-86037589

印刷 / 重庆大正印务有限公司

版次 / 2015 年 12 月第 1 版 2015 年 12 月第 1 次印刷

开本 / 787mm × 1092mm 1/16

印张 / 18 字数 / 342 千

书号 / ISBN 978-7-5472-2938-5

定价 / 59.80 元

前言

文明的发展离不开交流，我们今天舌尖上的美味与祖先的大相径庭，今天每个中国家庭餐桌上的食材，都是千百年来文明交流、融汇的丰硕成果。当然这个过程中少不了铁与血的碰撞，毕竟人类数千年的文明史也可以说是一部战争史。舌尖上的美味既是无数先人智慧与辛劳的结晶，也是一些人流血牺牲换来的结果。这里要讲述的是今天生活中司空见惯的食物与战争之间的故事。

毋庸置疑，各种谷类食物的发现与传播促进了人类文明的大发展。种植业让人类有了更稳定的食物来源、对抗灾荒的资本以及文明发展的可能，但与此同时，也埋下了战争的种子。在农耕政权的外围，分布着以畜牧为主的部落，他们以肉类为主食，算是人类文明发展史上一股变动性较大的势力。他们与农耕民族建立的政权展开了延续数千年的资源争夺战。与捕猎业相比，畜牧业有了更稳定的食物来源保障，但和种植业相比，它的弱点也相对突出。首先，畜牧业的产出无论肉、奶，都无法长时间保存，无法支持畜牧部落度过饥荒时期。这就使得畜牧部落的抗灾能力更差，更加依赖农耕民族的产出。在人类历史上，交换的原则很多时候就是由强者制定的，只有在谁都无可奈何的前提下，才会出现平等交换。由于畜牧部落的生产、生活与战争都更加接近，他们的战争动员能力相对于农耕民族来说更加强大，战争在灾荒年代也就越发不可避免了。

大家在阅读本书过后，不必对舌尖上的食物存有负罪感。即使你的主食是绿色环保的香蕉，也可能沾有血迹^①。我们的祖先没有因为盐是劳动人民血汗的结晶而放弃食用盐，大多数人也不会因为咖啡产生时的不人道而拒绝食用咖啡。吃肉的人不见得就残忍，素食者一样出过希特勒这样的盖世魔王。犯下罪过的，是贪得无厌的人，不是食物，更不是食客。

^① 美国最大的食品公司——联合果品公司就曾为保护自己在美国果品市场近半的市场份额，而对拉丁美洲发动过多次政变和战争，犯下罄竹难书的罪行。

第一章 谷物的重量

1

素食者的战斗力

3

中式耕战立国

10

高产作物和改土归流战争

14

游牧政权的“粮食观”

17

米本位的日本战国时代

21

谷物、小麦与地中海文明

33

面包与罗马的扩张

45

神奇的土豆

62

西方主食的演变

70



第二章 肉和奶的力量 77

狩猎与畜牧 80

“平民食品”猪肉 86

“肉类贵族”牛肉 93

“后起之秀”羊肉 105

“传统美食”鱼肉 113

奶制品的传播 122

禁忌之食和黑暗料理 126

第三章 盐的霸业 135

盐业争霸赛 137

盐铁论的威力 144

河中盐池和唐末、五代鏖战 149

宋和西夏的盐战 159

盐泉盘点 163

近现代食盐战争 170



第四章 香料的争夺 177

神奇的东方植物 179

大航海时代与香料的传播 185

香料战争 191

香料帝国的兴衰 203

新教徒的香料梦 213



第五章 酒的鲜血 221

东方酒酿与各色“鸿门宴” 224

啤酒的千年峥嵘 234

葡萄美酒夜光杯 247

朗姆酒、白兰地、杜松子酒 255



第六章 糖的煎熬 259

糖的起源 261

蔗糖贸易 264

甜岛争夺 272



第一章

谷物的重量

无论狩猎，还是采集，捕猎者都需要相对辽阔的活动范围。一只老虎需要至少四五十平方公里的地盘才能保证食物来源，作为自然界头号杀手的人类则需要更多。即使在四季如春、物产丰饶的地区，每平方公里也只能养活一至两名食物采集者；如果在气候寒冷的地方，或者热带丛林区、沙漠地带，一名食物采集者则需要几十平方公里甚至更大的活动范围。

文明发展的前提条件是要拥有足够数量的人口，需要有一少部分人脱离生产劳动，因此必须有劳动剩余来保证这些人的生活。狩猎、采集及畜牧的产品难以长时间保存，劳动剩余有限，缺乏文明发展的物质条件。远古时代的人们过着量入为出^①的生活，尽管他们对当地植物的特性和生长情况非常熟悉，也利用闲暇时间留下数量众多的壁画和工艺品，但这些依旧只是文明的萌芽，不是文明本身。

历史经验表明，谷物的发现助推了文明的萌动，谷物种植业的繁荣使文明的星火进入燎原阶段。在旧石器时代，进化中的人类不断改进生产工具，提高生产效率，使人口得到相应增加。约一百万年前，猿人的人口数还只有12.5万，可到了距今10000年时，以狩猎为生的人类人口数量已升至532万，增长了约42倍。农业革命带来了新一轮的人口爆炸，一定地区的食物供应量比过去更多也更可靠，人口数量的增长也比过去更迅速。在距今10000年至距今2000年的8000年中，人类的人口数量从532万直线上升到13300万，与旧石器时代100万年中的人口增长数相比，增长了约25倍，其规模可与随人类形成而出现的那次人口爆炸相比。发现农业物种、拥有更稳定的食物来源，是人类最早的一批文明国家得以领先的先决条件。在世界其他地方，这样的事情也在上演。

^① 即人口数量不会超过所能获得食物供养的极限。



素食者的战斗力

谷物

人类在进入文明社会后，阶层开始产生，不同阶层的人享有不同种类的食物成了当时的惯例。决定他们食谱的并不完全是收入水平，更主要的是社会地位。这个层面中最典型的例子就是征服了印度次大陆的雅利安人，他们把印度变成了种姓社会，并制定了一系列复杂的社会规则，其中“肉食”和“素食”就是一个重要的差别标准。印度种姓中地位最高的婆罗门阶层认为素食是品德高尚的标志；第二个阶层刹帝利倒是可以食用肉类，他们被允许食用符合他们种姓特点的鹿肉等食物；排在其后的吠舍和首陀罗，是在印度能公开大快朵颐的种姓，为此，他们也付出了极大的代价——几乎所有的印度民间故事中都有一个贪财蠢笨的首陀罗财主，在故事中，他们往往是被聪明高贵的婆罗门捉弄和抢劫的对象。

公元前7世纪，婆罗门教逐渐显露出不适应印度社会发展的各种症状，这无疑让包括佛教在内的一系列新兴宗教获得了巨大的生存空间。由此，素食和肉食的矛盾也借由宗教的影响力传播至世界各地。

佛教的创始人乔达摩·悉达多（即释迦牟尼）出身刹帝利阶层，由于家族渊源，他并不歧视肉食者，因而在早期的佛教教

义中，吃肉算不得什么罪大恶极的事情。古印度人认为修行者是超脱凡俗的，应存在于神灵之上，人生的最后阶段都应在修行中度过，最初的寺院也是为了方便佛教徒在雨季修行而设立的临时居所。佛教徒作为修行者的一种，他们必须按照教义在出家修行时放弃自己从事的生产经营活动，但可随时随地接受人们的供奉，施主给什么，他们就吃什么。所以原则上只要是“不见杀”、“不闻杀声”、“不为我杀”的“三净肉”，佛教徒也是可以享用的。

佛教徒不能吃肉的印象来自于梁武帝萧衍，这名狂热的佛教徒将自己对佛教的偏执理解贯彻至其治下的所有僧侣，才使得中原地区的和尚养成了不吃肉的习惯。在中国古代，“荤”的原始含义其实是指葱、姜、蒜、韭等气味偏大的蔬菜，而“肉食”的代名词其实是“腥”。古人在祭天、祭祖时，往往会将口有异味视作是对所祭之物的不敬，所以才有了对荤菜的禁忌。“荤”、“腥”结合，是中国古人祭祀时的饮食禁忌。韭菜是最原始的壮阳药，这点也是佛教僧侣们避之不及的原因。今天的小乘佛教、喇嘛教等佛教徒一样可以吃肉，他们禁食的



是葱、姜、蒜、韭等荤菜。

在乔达摩·悉达多的时代，“最狂热的素食者”耆那教曾是佛教的竞争对手。耆那教的祖师大雄认为奶制品和蛋类也是肉食，身为修行者应以慈悲为怀，要避免食用。除此之外，胡萝卜和大头菜因为有不少小动物的食物也上了耆那教教徒的禁食名单。后世的耆那教信徒甚至还发展出“只要有叶子的植物皆有灵性，吃它们等于吃肉”的理论。由于衣食戒律上的严苛与极端，耆那教后来基本上淡出了印度的宗教历史。

同样拒绝肉食的还有早期的极端犹太教徒和基督教徒。根据《圣经·创世纪》的说法，地上结种子的蔬菜和结核的果子就是亚当和夏娃的食物。信奉这个传说的教徒们认为吃肉是残暴的行为，只有吃素才能重回伊甸园。但上帝又在挪亚方舟时代降下圣谕，凡是地上跑的、水里游的、天上飞的动物，凡人都可以享用，这种前后矛盾的说法让犹太教教徒和基督徒又找到了吃肉的理由。

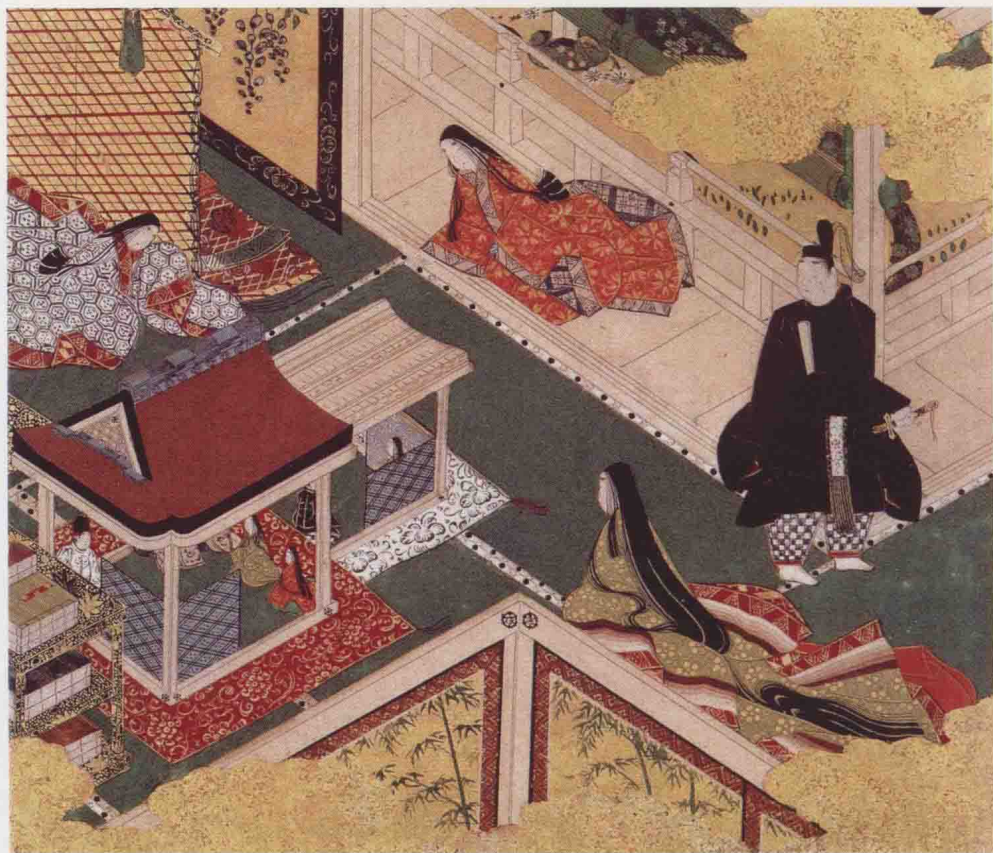
素食者中最好战的群体当属摩尼教徒。摩尼教吸纳了拜火教、基督教、佛教的教义，“吃菜侍魔”是其特点之一。两宋至元末，这帮疯狂的素食者发起了一系列起义，像我们熟知的方腊起义、红巾军起义都是这帮人干的。由摩尼教转化而来的明教也将食素作为他们教派的戒律。

除梁武帝外，在东方推行素食并获得较大影响力的帝王还有白河天皇。而且从影响力上分析，白河天皇可谓更胜一筹——梁武帝改变了中原地区僧人们的饮食习惯，

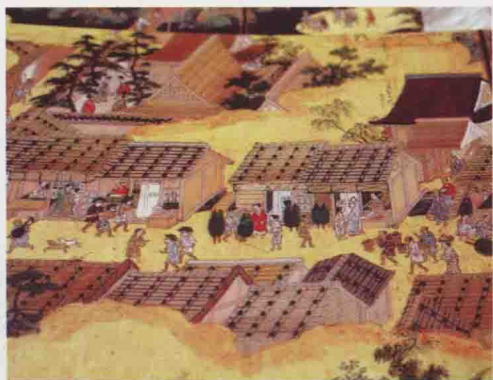
白河天皇则在日本掀起了全民吃素的浪潮。在佛教传入日本后不久的7世纪（相当于中国初唐时期），当时的天皇就下令禁止食用牛、马、犬、猿、鸡等肉类。经过200年的反复强调，到了9世纪以后的平安时代，日本公卿贵族已养成了基本上不吃肉类的习惯。到白河天皇驾崩之后，这一严苛的禁令才渐渐松弛，但还是有不少人坚持不吃任何荤腥，崇信佛法的贵族们更是很自然地将吃素视为是理所应当的事情。上行下效之下，全民吃素成了日本社会的主流。更要命的是，日本的公卿贵族不仅严守禁食肉类的戒律，在饮食上也存在着向着那教看齐的倾向，甚至发展到连新鲜蔬菜都禁止食用的地步。在当时，日本公卿贵族的主食就只有白米饭、饭团、年糕，配菜的种类也非常贫乏，基本上只有咸鱼、腌菜和酱汤。只有到了节庆的时候，才会拿出一些栗子、纳豆、梅子、干贝之类的“远方的贡品”来改善伙食。味噌汤则是几百年后日本战国时代的战场速食，平安时代的人们把味噌用作蘸酱。

平安时代末期的日本只有一种人可以毫无心理压力地食用肉类，那便是武士阶层。武士持刀开荒，为大和民族扩张土地出面摆平“蛮夷”的威胁，杀生简直是家常便饭，自然不能和吃了一条鲜鱼就忏悔老半天的贵族相提并论。在征战的过程中，不同的武士群体形成了自己的饮食习惯，也组建了自己的庄园。在贵族眼中，武士阶层是粗鄙的肉食者，可以任由自己使唤；但这群“野蛮人”却慢慢在内斗中掌握了全日本的大权，日本的武家政治也由此揭





◎ 平安时代日本公卿贵族



◎ 日式屏风绘画中的平安时代街景

开。在源平合战中，武家政治的开拓者源赖朝率领着关东武士惨败关西的同行。在总结经验教训时，源氏将吃素作为平氏家族失败的原因之一。早年在击败源氏以后，以公卿自居的平家开始附庸起风雅来，在饮食起居上也逐渐向公卿靠拢，改用素食。平家的失败令源氏认定保持武家战斗力的诀窍就是吃肉。于是，在当时的日本，只有武士们被特许可以吃肉（武士们当时最主要的食物来源还是自己猎获的野味）。

抛开其他因素，单从人均寿命来看，风雅的日本公卿贵族并没有因为食素而长寿。因为习惯用水银化妆的缘故，他们的平均寿命只有30岁左右。在劳作、操练之余大口吃肉的武士阶层反而成为当时日本平均寿命最长的群体，他们的平均寿命比公卿们多一倍。严格的素食习惯（尤其是拒食任何蛋奶食物的素食习惯）会令身体缺乏蛋白质和铁，严重时还会发展为贫血症。在吃素的佛教僧侣中，贫血症患者曾一度高达七成。

不过，素食者也不是完全没有战斗力。

希腊半岛上的几何学创始人毕达哥拉斯是西方素食主义最早的倡导者，他认为素食是品德高尚且健康的生活方式。苏格拉底是毕达哥拉斯的弟子之一，受老师影响，他也是素食主义的狂热爱好者。在现实生活中，苏格拉底非常忠诚地践行着自己的饮食观，他不仅教出了横行波斯帝国的雇佣兵首领、出色的军事理论家色诺芬，自己也是古希腊格斗术“查克马欣”的个中高手。雅典街头被苏格拉底辩驳得哑口无言的公民们可不都是动口不动手的君子，

老爷子能安然无恙，全凭其过人的武力。直到苏格拉底五十多岁，他还在履行公民义务，他加入了雅典军队，并在长距离行军中一马当先，成为军团中的越野冠军。苏格拉底认为无花果、洋葱、鹰嘴豆才是最营养的食谱，吃肉并不能令人们身体强健。现代医学和营养学也证明了这份食谱的科学性：无花果可以调节肠胃功能；长期食用洋葱有降低血压的效果；而鹰嘴豆能补充人体所需的植物蛋白、钙质，降低血糖。可以说这是一份足以满足身体营养需求的健康食谱，今天我们通过网络可以很容易地购得天鹰豆，制作一份营养丰富的苏格拉底料理。

由于深受古希腊文化影响，古罗马人的食谱同样以素食为主，罗马军团的战绩也说明素食者一样可以所向无敌。在古罗马人开疆扩土、征伐四方的时代，罗马军团主要由自耕农和罗马公民构成，其菜单是面食、橄榄油、绿色蔬菜和水果，用现在的营养学观念来看，他们的饮食非常健康。古罗马人对蔬菜的需求量非常大，芦笋、甜菜、卷心菜、胡萝卜、菜蓟(ji)、洋葱、韭菜、南瓜、黄瓜等蔬菜一般被作为开胃菜食用，生菜、豆瓣菜、苜蓿菜、锦葵等绿叶蔬菜因既能生吃又能烹饪而更受欢迎，蚕豆、羽扇豆、扁豆、豌豆则是烹饪靓汤的重要辅料。此外，蘑菇等块状食用菌也像今天一样受欢迎。克劳迪乌斯是最喜欢吃蘑菇的罗马皇帝，甚至因误食毒蘑菇而丧命。由于食用菌非古罗马特产，因而珍贵异常，当地人情愿赠人金银，也不愿意将蘑菇送人。



◎ 古罗马先民用各种果蔬谷物堆成他们心中的维尔图努斯（Vertumnus）。维尔图努斯是古罗马神话中司掌四季变化以及植物生长之神。

随着鹰旗慢慢插满整个地中海地区，古罗马人的餐桌也逐渐丰富起来，各种各样的水果，尤其是各色海外水果，成了他们晚餐后的新宠。苹果、梨、石榴、柑橘、李子、蓝莓和桑葚都非常受欢迎，地中海地区盛产的无花果和葡萄则更令古罗马人感到疯狂。地中海盛产的橄榄，既是他们的开胃菜，又是他们喜爱的零食。在夏天，没有比啃几口香甜多汁的香瓜或是西瓜更惬意的事了。在冬天，人们则用核桃、榛子、杏仁、松子，还有来自埃塞俄比亚及巴勒斯坦地区的枣子来消磨漫长的下午。到公元前1世纪时，罗马公民们还可以享用到从黑海地区传入的樱桃，渐渐地，桃和杏也出现在他们的餐桌上。从水果的种类上

来看，古罗马人的饮食显然比秦汉时期的中国要丰富得多。

很多我们今天熟悉的水果，还是秦汉时期从遥远的西域引入的，像西瓜、石榴等“洋水果”可不是当时普通的中国家庭可以享用的。各类面食的原料——小麦，其实发源于中东地区，约公元前1300年才从中东传入中国。周代以前，我们先祖的菜单中并没有面条、包子、馒头、烧饼这类点心。我们今天食用的面条原先叫作“胡饼”，是从西域中亚传过来的，面粉制成的糕点是春秋时代极少数贵族才能享用的高级食品。当时的先民根本不会将麦子磨成粉，而是直接上锅蒸熟了吃，在他们看来，麦子的口感远不及小米细腻。

中式耕战立国

谷物

对于中国这样具有深厚农耕传统的文明古国来说，种植业无疑关乎国泰民生的根本。古人对风调雨顺、五谷丰登的祈愿可浓缩成一个短小的词——“社稷”。“社”在先秦时期代表着土地神，亦指祭祀土地神的场所；“稷”是由后稷发现的一种可食用的谷物，位列五谷之首，是当时祭祀先祖的主要作物。“社稷”代表着一种祈祷丰收的原始的农耕崇拜，也是关于“国家”的最初概念。中国是宗法意识浓厚的国家，周礼约定只有周天子才有权力祭天，得到分封的诸侯获得的第一项特权就是建立“社

稷”，此后诸侯们才能进行合法的祭祀活动。中国最早的统治者集军事、行政、祭祀等大权于一身，他们存在的最重要的职能就是确保百姓能安居乐业、社会秩序井然。

大禹因治水之便掌握了惊人的人力、物力，成了部落联盟首领，他的后人也因此得益，建立起了夏王朝。后稷则是因其发现了重要的谷物——稷，并完善了稷的种植方法，而成了周人的部落首领。稷的发现无疑影响深远：有了可种植的农作物，部族就有了稳定的食物来源和繁衍的基础。后稷据说还是大豆和麻的发现者，按照当

◎ 半坡人的生活场景

