

盛宴丛书

圣经食谱

〔美〕安东尼 F. 奇弗洛，雷恩 W. 海赛 著 王政 译

COOKING WITH

the Bible



盛宴丛书

圣经食谱

〔美〕安东尼 F. 奇弗洛 雷恩 W. 海赛 著 王政 译

COOKING WITH the Bible

东方出版中心

图书在版编目(CIP)数据

圣经食谱/(美)奇弗洛(Chiffolo, A. F.), (美)
海赛(Hesse, R. W.)著;王政译. —上海:东方出版中心,
2009.1

书名原文: Cooking with the Bible

ISBN 978-7-80186-926-5

I. 圣… II. ①奇…②海…③王… III. ①圣经—通俗读
物②食谱—西方国家 IV. B971-49 TS972.188

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第182979号

登记号: 09-2008-254

Translated from the English language edition of
Cooking with the Bible: Biblical Food, Feasts, and Lore
by Anthony F. Chiffolo and Rayner W. Hesse, Jr.
Originally Published by Greenwood Press, an imprint of
Greenwood Publishing Group, Inc. Westport, CT, USA
Copyright © 2006 by the authors.
Translated into and published in the Simplified Chinese language
by arrangement with Greenwood Publishing Group, Inc. All Rights reserved.

圣经食谱

出版发行: 东方出版中心

地 址: 上海市仙霞路345号

电 话: 021-62417400

邮政编码: 200336

经 销: 全国新华书店

印 刷: 上海长阳印刷厂

开 本: 710×1020毫米 1/16

字 数: 385千

印 张: 27.5

插 页: 2

印 数: 0,001—5,100

版 次: 2009年1月第1版第1次印刷

ISBN 978-7-80186-926-5

定 价: 42.00元

译者和编辑眼中的《圣经食谱》

若干月前,在 Greenwood 出版公司的图书目录中看到了这本书的介绍,立刻,一种编辑的本能使我注意到了这本角度独特的图书。我本非基督徒,因此,《圣经》并不能引起我的兴趣,但本书的写作角度之新颖,内容表述之朴实无华却令我久久不能忘怀。所以,在同 Greenwood 的编辑交换了意见之后,很快就拟订了出版方案。我本就是一位策划编辑,现在又是这本书的译者,因而,可以说兼具了编辑和“作者”两方的视角,下面我就从这两个完全不同却又互为倚助的角度简单地为读者说一说。

从编辑角度讲,本书虽不能说是编辑心目中最完美之作,但也可称得上是一种图书市场上的创新。说它是一种创新,新就新在它既非单独讲述《圣经》故事,又非单独讲述家庭菜谱,而是将《圣经》故事、菜谱、各种食材的渊源和营养价值等内容有机地结合在了一起;新就新在它既是一本历史文化类图书,又是一本营养健康类读物;新就新在它让读者了解西方历史文化知识的同时,又让读者知道了不少有关动物、植物、考古学和饮食营养搭配的点滴。这种写作方式在目前的中国图书市场上是绝无仅有的。说它并非最完美的出版素材,是因为原书作者是两位美国西方文化专家,而在美国有 80% 以上的人都是基督教徒,因此,他们的创作是建立在大多数西方人已经了解《圣经》故事的背景之上的,这就不免会省略掉很多对背景知识的介绍,而这些背景知识对于我们绝大多数中国人来说又是相当陌生的,它们的缺失对于中国读者的理解确实会产生一些影响。因此,作为一位译者,我在用心研读《圣经》的基础之上,尽量添加了一些相关的背景材料,希望能够弥补一些缺憾,但这不过是“杯水车薪”,为了忠于原著,我还是不能为读者提供足够的内容支撑,在此,深表歉意。但我相信,那些有心的编辑们在看到这本书后,一定会为我们的中国读者们策划出更加完美的属于我们自己的出版物的。

从译者角度讲,这本书凝聚了大量的智慧结晶和深刻的寓意。在翻译过程中,每一则故事都给我以莫大的启迪,比如在“统治者的慷慨美餐”一章中

就描绘了一幅官民相敬,共建和谐社会的画面;在“浪子回头”中又让我体味到“博爱”和“宽恕”的精神。其实,《圣经》故事就像我们中国的儒家和道家文化一样,教导人们保持纯真和爱心,驱除心中的自私和邪恶,都是劝人向善的孜孜箴言。不仅如此,我们从文中的历史介绍部分可以读到许多西方文明知识,这些知识比起那些晦涩难懂的文学作品、专业技能来讲,对于那些像我一样寻求在西方深造和生存的人来说,无疑是一种融入在以宗教为传统背景的西方世界中的最佳渠道。此外,在生活节奏越来越快的社会洪流之中,寻求健康生活的方法已经成为了一种主导潮流,这只要看看充斥在书店各个角落的健康类图书就能够了解了,而本书不仅为读者细细讲述了诸如鱼类、肉类、蔬菜、谷物、酒水等各种食材的历史、制作流程、分类等专业知识,还为读者提供了它们的营养价值以及各种适合的烹调手段和搭配方式,让我们在尽享美味的同时仍能保持一份健康和快乐。

说到底,这是一本相当不错的图书,不论作为编辑还是作为译者,我当然都希望每个读者会喜爱我们辛勤劳作的成果,但这并非首要目的。真正的目的是,我们希望那些对西方文化感兴趣、善于探索、创新,而且珍爱生活的人们能够汲取本书中的精华,为自己所用。

这本书能够顺利出版,首先,要感谢的就是本书的中方编辑东方出版中心的欧阳敏小姐以及英国哈考特出版集团的几位编辑,一本书的面世包括从选题到编辑加工,从发行到市场营销等众多环节,而编辑的辛勤劳动贯穿始终,所以,在此一定要感谢那些在幕后默默耕耘的优秀编辑们;其次,我要感谢三位老师:一位是科文剑桥出版公司的徐建总经理,一位是我的导师南开大学法学院的张勇教授,一位是我的老领导,机械工业出版社副社长陈海娟女士,正是他们引领我走进出版行业,为我提供了汲取出版相关知识并不断尝试新鲜事物的平台,磨砺了我对图书的鉴别和操作能力。再次,我还要感谢所有默默支持鼓励我的朋友们,这包括我的同事们、作者们、美国的朋友们,以及常常为我出谋划策的人们。

最后,感谢所有关注本书的读者,谢谢你们在浩如烟海的图书中选择了这本独特的作品,基于译者的知识所限,错讹在所难免,因此,随时欢迎来信指正: wy10n@hotmail.com。

译者(Joe, Wang)

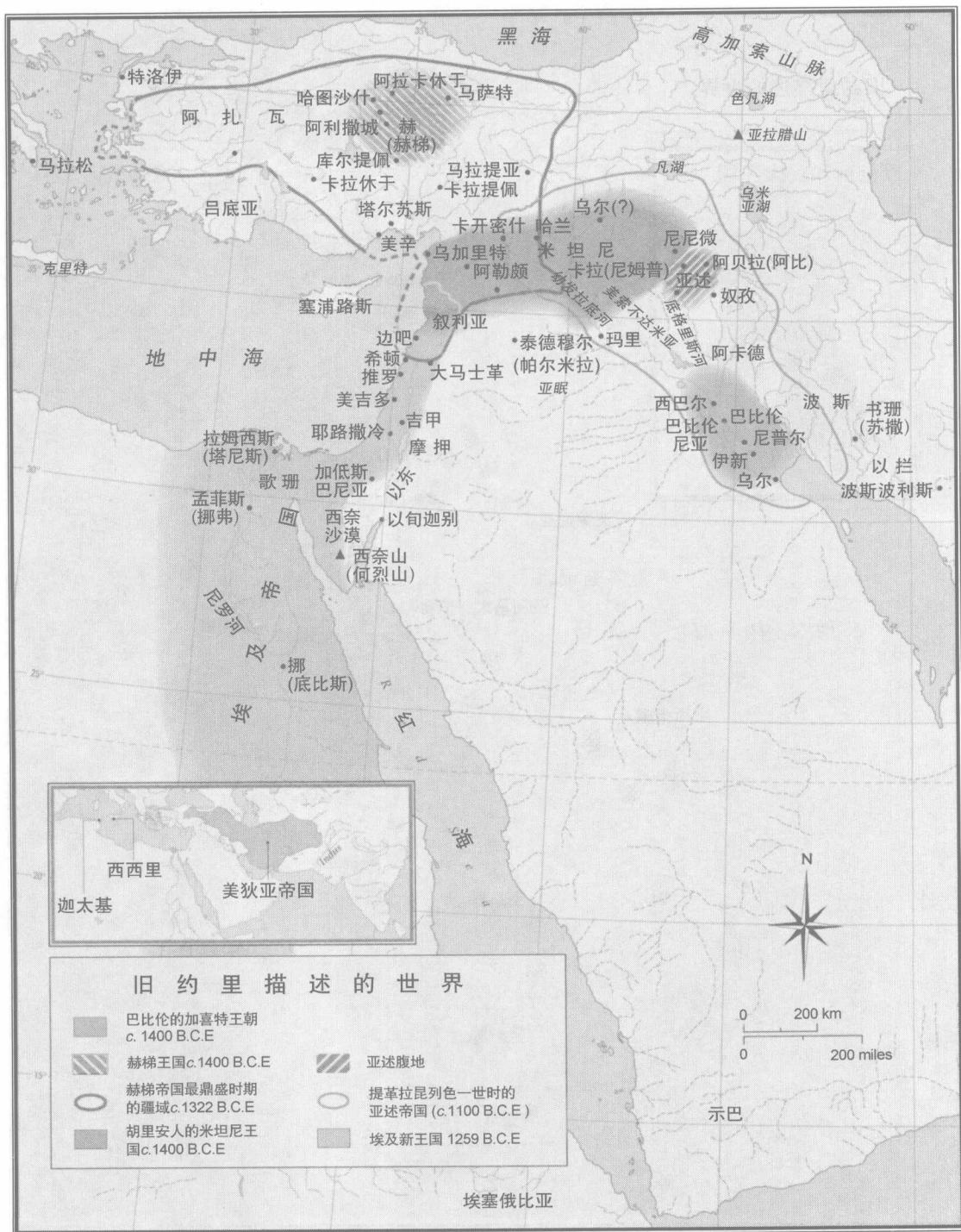
2008年1月 于美国

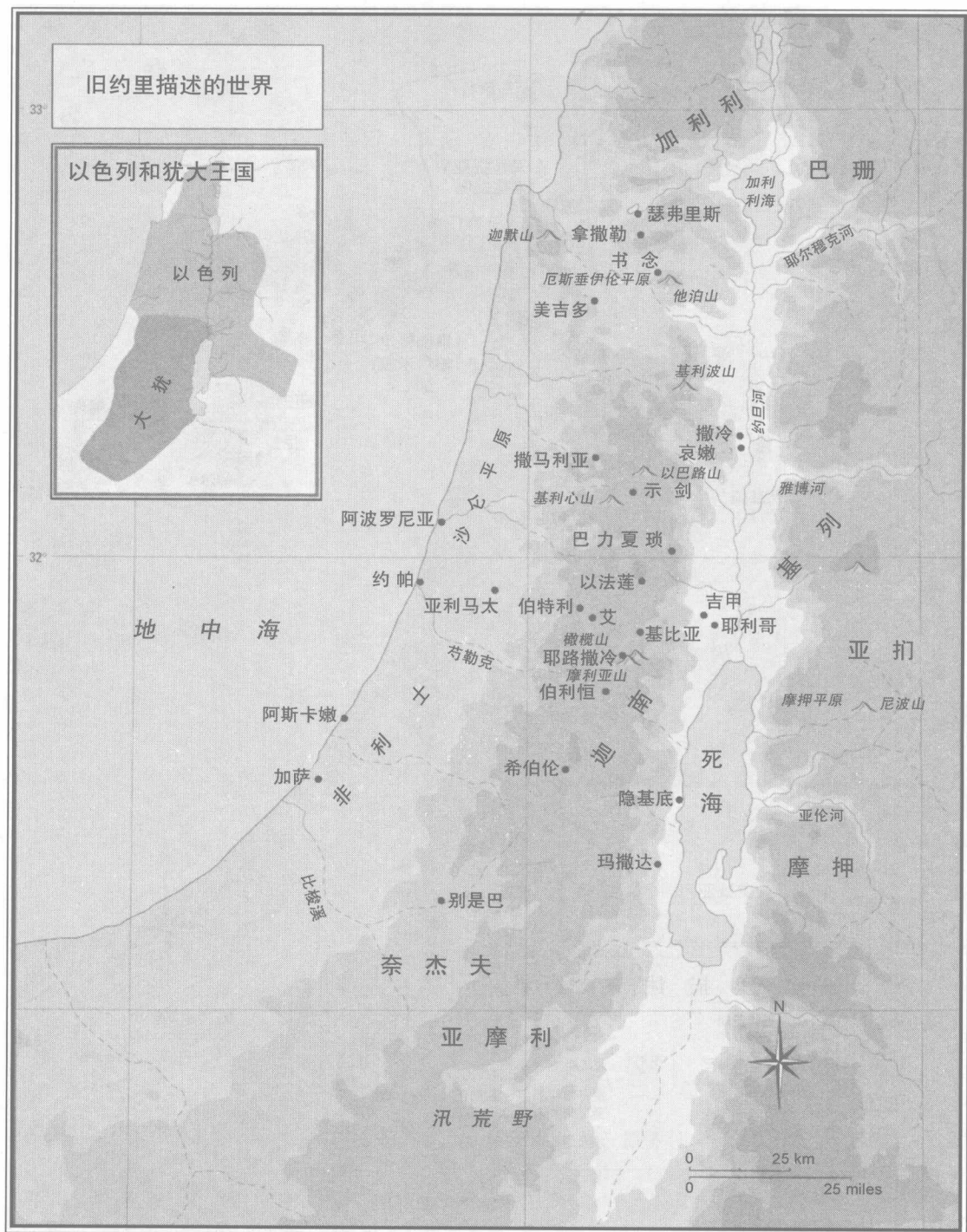
圣经时代大事记

公元前 1900 年	《创世记》开篇(亚伯兰、以撒、雅各和以扫的时代)
公元前 1800 年	约瑟在埃及
公元前 1700~1280 年	雅各的后代在埃及受到奴役
公元前 1290~1250 年	古代以色列人大批离开埃及,在荒野中徘徊
公元前 1150 年	《士师记》时期和路得的故事
公元前 1010 年	大卫和亚比该相遇;大卫的婚礼
公元前 970 年	所罗门统治时期
公元前 931~722 年	以色列王国分裂;先知以利沙的活动
公元前 722 年	撒玛利亚陷落
公元前 586 年	耶路撒冷陷落;巴比伦占领时期开始
公元前 538 年	犹太人开始返回耶路撒冷
公元前 480 年	薛西斯国王和以斯帖的时代
公元前 445 年	尼希米是叙利亚统治者
公元前 400 年	第二圣殿时期开始
公元前 323 年	亚历山大大帝去世
公元前 167 年	犹太人战争
公元前 44 年	尤利西斯·凯撒统治罗马,同年被谋杀
公元前 30 年	屋大维(奥古斯都·凯撒)即位,成为第一位罗马皇帝

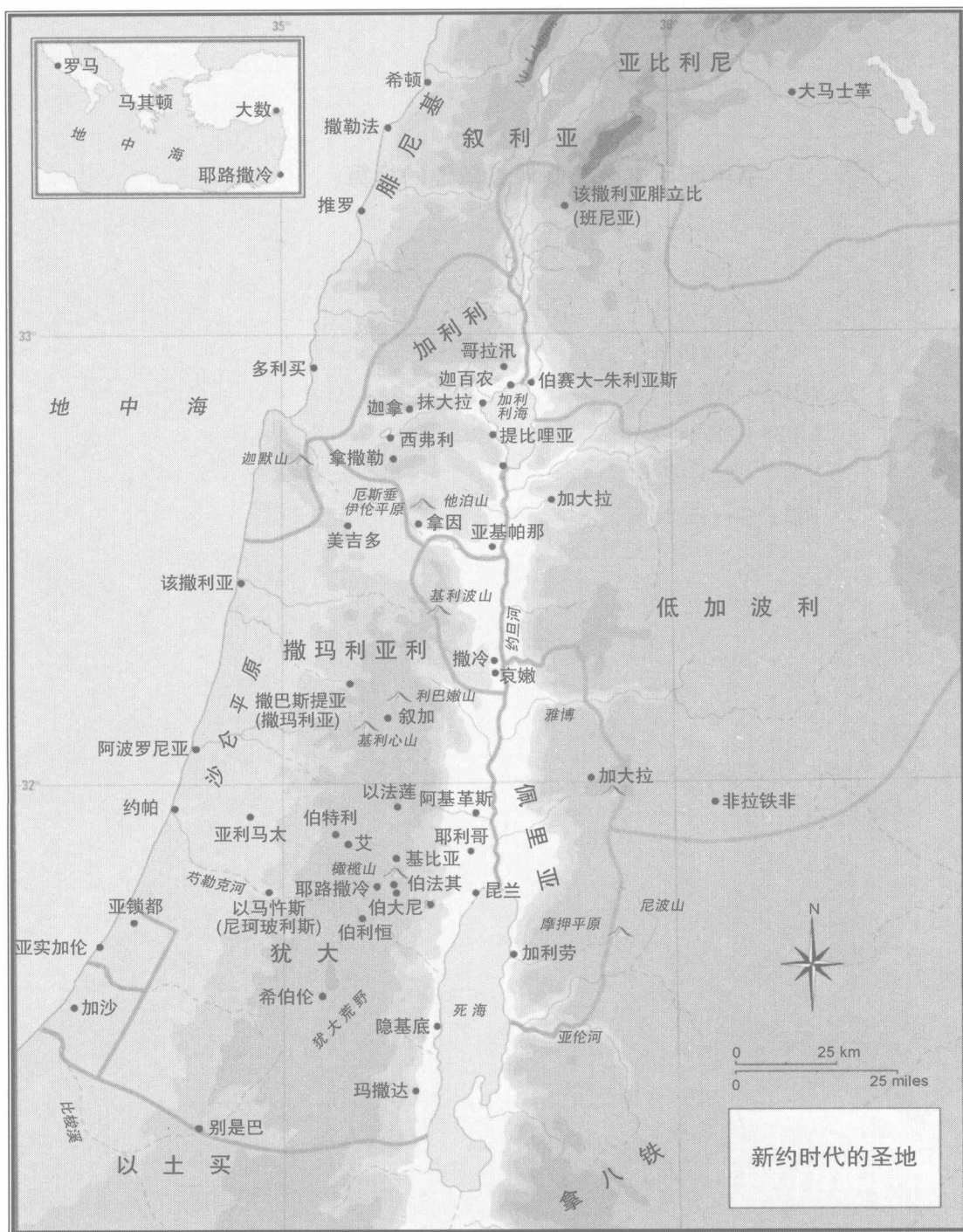
(续 表)

公元前 4 年	耶稣在拿撒勒降生
公元 14 年	奥古斯都去世;提庇留继之为帝
公元 26 年?	施洗约翰出现在约旦河边
公元 26~? 年	耶稣亲自传道时期
公元 35~44 年	保罗皈依;在整个小亚细亚建立了各种教堂
公元 60~120 年	可能是四福音书写作的时期
公元 62 年	圣彼得和雅各去世
公元 70 年	第二圣殿没落





图二



图三



书中所用主要美制计量单位的换算：

1 磅=0.453 6 千克

1 品脱=0.473 升

1 夸脱=0.946 升

1 加仑=4 夸脱

1 盎司=28.35 克

1 英寸=2.54 厘米

1 蒲式耳=35.24 升

目录

圣经时代大事记 /1

地图 /1

书中所用主要美制计量单位的换算 /4

上篇 圣餐之旅

- 1 款待意外降临的天使 /8
- 2 一碗豆汤=长子名分? /15
- 3 都是为了父亲的祝福 /27
- 4 约瑟与久别的兄弟宴饮 /39
- 5 逾越节的家宴 /53
- 6 《民数记》说 /67
- 7 拾穗者的饮食 /79
- 8 亚比该献食平息血光之灾 /89
- 9 大卫王的婚礼 /104
- 10 果园恋歌 /115
- 11 以利沙神奇的厨艺 /125
- 12 统治者的慷慨美餐 /133

13 以斯帖宴会陈情拯救万民 /148

14 荒野中的一餐 /160

15 浪子回头时 /174

16 耶稣与法利赛人同席 /186

17 迦南城的婚庆日 /197

18 加利利人的早餐 /207

下篇 食材的史诗

1 鱼类和肉类 /221

2 蔬菜 /244

3 水果和坚果 /280

4 谷物 /316

5 药草和香料 /336

6 奶和奶制品 /364

7 饮料 /373

8 油 /402

9 其他食材 /408

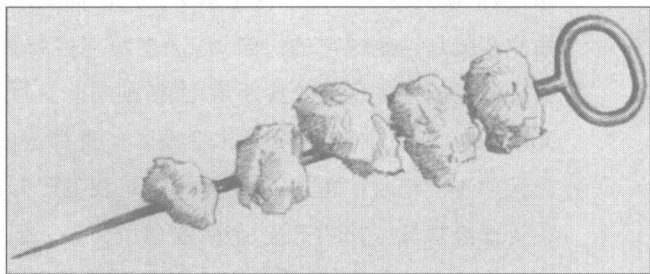
上篇 圣餐之旅



款待意外降临的天使

原文

耶和华在幔利橡树那里，向亚伯拉罕显现出来。那时正热，亚伯拉罕坐在帐棚门口，举目观看，见有三个人在对面站着。他一见，就从帐棚门口跑去迎接他们，俯伏在地，说：“我



亚伯拉罕把肉切成小块，叉在杆上在明火上烤熟。

主，我若在你眼前蒙恩，求你不要离开仆人往前去。容我拿点水来，你们洗洗脚，在树下歇息歇息。我再拿一点饼来，你们可以加添心力，然后往前去。你们既到仆人这里来，理当如此。”他们说：“就照你说的行吧。”亚伯拉罕急忙进帐棚见撒拉，说：“你速速拿三细亚细面调和作饼。”亚伯拉罕又跑到牛群里，牵了一只又嫩又好的牛犊来，交给仆人，仆人急忙预备好了。亚伯拉罕又取了奶油和奶，并预备好的牛犊来，摆在他们面前，自己在树下站在旁边，他们就吃了。

《创世记》18：1~8

历史



这个故事可以一直追溯到距今约3900年前（约公元前1900年）古巴比伦王国的乌尔城。根据犹太教教义可以知道，在那里，本篇故事的主人公，一个名叫亚伯兰（Abram，也就是后来的亚伯拉罕，亚述语中称 *Aburamu*，希伯来语音译为 *Avram*）的男孩儿呱呱坠地，他降生到了一对

贩卖神像的夫妻家中,其父名为他拉(Terach)。

那时候的乌尔城——在《圣经》中被称作“迦勒底的吾珥”(Ur of the Chaldees,希伯来语中作 *Ur Kasdim*),位于巴比伦王国的南部,是个繁忙的国际性都市,就坐落在古代移民经常通行的十字路口之上。它居于底格里斯河和幼发拉底河之间的美索不达米亚地区的中心位置,就位于现在的伊拉克境内。由于河水的不断侵袭,这个地区一直都是片广阔的冲积平原,土地肥沃、适合耕种。因为没有天然屏障,乌尔城经常被来自东边和北边的部族侵略,他们都对这里广阔的沃土垂涎三尺。而乌尔城两侧的底格里斯河和幼发拉底河就是这座城市的母亲河,一直都承担着繁忙的货物运输和移民往来,其下游向南直抵现在的波斯湾,上游则向北直达现在的叙利亚和土耳其。公元前1900年之前,美索不达米亚地区一直都是由苏美尔人统治着,他们早在公元前4世纪时就建立了城邦国家;是我们已知最古老的文明之一。为了留下管理经营其城邦的记录,他们首创了文字。但世事总是反转更迭,其后,一支更为强大的部族,亚摩利部族从叙利亚沙漠南下征服了苏美尔人,并建立了古巴比伦帝国。

当时,所有美索不达米亚地区的居民都信仰多神论,而乌尔城的居民们则把月神南纳(Nannar)奉为城邦的保护神。新近的考古研究发现,乌尔城有将近四分之一的土地用于为月神建造神庙。而在剩余的土地上,人们建造了各种各样的神庙,众神在这里享受着人们虔诚的供奉。我们可想而知,亚伯拉罕所主张的一神论在那个时代、在乌尔城是多么的激进。实际上,激进一词已经不足以形容这种主张,而应该说是改变历史进程的革命性主张。

亚伯兰出生的确切时间我们无从考证。实际上,由于除了《圣经》之外没有其他关于亚伯兰的历史资料了,因此,学者们对于他到底应该被界定为一位历史名人还是宗教象征(一个特定的游牧部落的化身)意见不一。在《创世记》所讲述的故事中,亚伯兰在乌尔城的生活是再普通不过的了。他娶了一位名叫撒莱(Sarai)的姑娘,但他们却一直没有孩子。而后,他的父亲他拉带着亚伯兰、撒莱和他们的侄子罗德一起去了600英里外的哈兰城。那是一座位于通往大马士革路上的繁华城市,同乌尔城一样,它也是一座“月神之城”。亚伯兰一行就在那里住了下来,直到他拉去世。据《圣经》讲,他拉活了205岁。