

*Food
A History*

文明的口味

人类食物的历史

[英] 菲立普·费尔南多-阿梅斯托◎著 韩良忆◎译

廣東省出版集團
新世紀出版社

图书在版编目(CIP)数据

文明的口味：人类食物的历史 / (英) 阿梅斯托著；韩良忆译. —广州：新世纪出版社，2012.8

ISBN 978-7-5405-6338-7

I. ①文… II. ①阿… ②韩… III. ①饮食—文化—世界 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第165727号

著作权合同登记号 图字：19-2012-087

FOOD: A History by Fernandez-Armesto Copyright © 2002 by Fernandez-Armesto
All rights reserved.

本书译稿版权通过左岸文化出版社安排取得。

出版人：孙泽军

策 划：李江南

责任编辑：耿 谦

特约编辑：李清晨

排版设计：大有图文

技术编辑：张宝婕

新世纪文库·历史系列

文明的口味：人类食物的历史

[英] 菲利普·费尔南多－阿梅斯托 著

韩良忆 译

出版发行：新世纪出版社

经 销：全国新华书店

印 刷：中煤涿州制图印刷厂北京分厂

规 格：787mm×1092mm 1/16

印 张：18.5

字 数：253千字

版 次：2013年1月第1版第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5405-6338-7

定 价：32.00元

如发现印装质量问题，影响阅读，请联系调换：

北京广版新世纪文化传媒有限公司

服务热线：010-65542969

自序

英国报业巨子诺斯克里夫爵士(Lord Northcliffe)曾对他手下的记者说,下列四项题材一定会引起公众的兴趣:犯罪、爱情、金钱和食物。其中只有最后这一项是根本且普遍的事物。即使在秩序最混乱的社会,犯罪也只是少数人关心的话题;我们可以想象一个没有金钱的经济体和没有爱情的繁殖行为,却无法想象没有了食物要怎么活下去。我们有充足的理由把食物当成世上最重要的课题,在大多数时候,对大多数人来说,食物是最攸关紧要的事情。

然而食物的历史却相对遭到冷落,至今仍受到大多数学术机构的忽视。⁽¹⁾有关这方面最杰出的研究,多半是业余爱好者和古文物研究者的成绩。对于如何着手研究也是众说纷纭,莫衷一是。有些人认为,应该致力研究营养和营养不良、维生和疾病;有些人则不怎么害怕被讥为浅薄之辈,认为基本上应该要研究烹饪之道。经济史学家认为食物是可以生产和交易的商品,当食物到达要被人送入嘴里的阶段,这些学者就失去兴趣。对社会史学家而言,饮食是显示区别和阶级关系不断演变的指标。文化史学家则对食物如何滋养社会和个体越来越有兴趣——食物是如何满足认同、界定团体。在政治史学界,食物是从属关系的要素,食物的分配和管理是权力的核心。人数虽少但义无反顾、声势日壮的环境史学家,则认为食物是连接生存锁链的环节,是人类拼命想要主宰的生态体系的实质成分。我们与自然环境最亲密的接触,发生在我们把它吃下去的时候。食物是欢乐和危险的主题。

近年来,或可说是自法国史的年鉴学派在第二次世界大战前开始教导史学家正视食物以来,各式各样的研究方法如风起云涌,这使得相关

的学术论述呈倍数增长，也使人更难综合各家之研究。今天，如果有人想撰写食物史纲要，可以找到令人赞赏却难以处理的数据。很多历史期刊师法年鉴学派，时常刊登相关文章，专业期刊《闲话烹饪》（*Petits propos culinaires*）也已发行逾 20 年，由戴维森（Alan Davidson）和泽尔丁（Theodore Zeldin）创办的“牛津食物史研讨会”为感兴趣的学生提供了中心焦点，并持续出版会报。出色的通史书籍也纷纷上市，包括蕾依·塔娜希尔（Reay Tannahill）初版于 1973 年、迄今仍广受好评的《历史上的食物》（*Food in History*），玛格隆妮·图桑-沙玛（Maguelonne Toussaint-Samat）初版于 1987 年的《食物的自然史和伦理学》（*Histoire naturelle et morale de la nourriture*）*，以及 1996 年法兰德（J.-L. Flandre）与蒙塔那利（M. Montanari）编撰的文集《营养的历史》（*Histoire de l'alimentation*）。

然而，由于新的数据源源不绝出现，我们越来越难以通过定期修订，对近世数十年以来最杰出作品做差强人意的更新。塔娜希尔的著作虽名为“历史上的食物”，实则仍严守“我们如何达到今日的地步”这个传统，并不很关心众多读者特别感兴趣的话题，那就是，食物史和一般历史之间的关系。图桑-沙玛的著作结集了一系列不同食物历史的论文，堪称知识宝库，整体却失之散漫、缺乏条理。法兰德和蒙塔那利的文集，是当时最具学术气息也最专业的雄心之作，却只讨论到西方文明和古代的食物史。如同大多数由不同作者共同撰文的套书，这套书虽然趣味盎然，却欠缺连贯性。《剑桥世界食物史》在本书即将完成的 2000 年末问市；戴维森所编撰的《牛津食物指南》则在前书问世的大约一年之前出版，这本书参考价值很高，极适合浏览，但是它涉及的范围太广大，使它成了“特例”（*sui generis*）；研究重点也并未放在食物的文化上，而侧重讨论食物作为营养来源这个功能。

本书无意取代其他的食物史著作，而是想提供给读者另一项有用的选择。本书旨在采取真正全球的视野；把食物史当成世界史的一个主题，和人类彼此之间以及人类与自然之间的一切互动密不可分；平等处理有

* 译注：英文版书名为 *History of Food*。

关食物的生态、文化和烹饪各方面的概念；兼容并蓄，既有概观式的论述，也在某些例子上做巨细无遗的探讨；在各个阶段追踪过去的食物和我们今日进食方式之间的关联；并期能精简地完成上述种种目标。

我所采取的方法是将全书区分为八个章节，我称之为八大“革命”。在我看来，将这八章联合起来就可呈现食物史的全貌。传统方法是依产品种类或时代地点划分章节，但我采取的方法应可做到更简明扼要。我所谓的“革命”，并不代表过眼云烟的时代插曲。相反地，尽管我认为我们可以放心大胆地说这些革命都是在特定时刻展开，它们却都起步蹒跚、过程漫长，而且影响久远。有些革命的源头已在浩瀚的史前时代烟云中佚失；有些在不同的时代、不同的地方展开；有些则在很久以前便已开始，如今仍在进行。虽然我已尽量按照广泛的编年结构提出我的论述，但是读者应会发觉我所说的革命并非依照时间次序先后展开，而是互有交集、错综复杂。在某种特殊意义上来说，所有的革命都是食物史的一部分，对世界史其他层面都有明显的影响。为了强调这些延续性，我尽量在时间和地点的转换上，做到清楚流畅。

第一项革命是烹饪的发明，我认为从此以后，人类变得有别于自然界其他生物，而社会变革的历史也从此展开。紧接着，我讨论到食物不仅能维持生命这项发现，食物的生产、分配、准备和消费促成了仪式并产生了魔法，吃变得仪式化、非理性或超乎理性之上。我的第三项革命是“畜牧养殖革命”——可食的动物被驯化，经挑选后加以养殖。在此，我的论述局限于以植物为基础的农业革命发生以前的时代，而把农业革命放在第四章，这么做一来比较方便，二来可以让读者注意到我的一项主张，亦即至少有一种动物养殖业——蜗牛养殖——比一般所承认的早了许多。第五项革命是将食物当成区分社会的指标，在此章，我从可能源起于旧石器时代的争夺食物形同角逐特权的现象，谈到现代优雅又资产阶级的饮食，设法从中梳理出一条连续不断的路线。第六项革命是长期的食物贸易，以及食物在文化交流中所扮演的角色。第七项是近五百年来的生态革命，亦即如今一般所称的“哥伦布交换”，以及食物在其中的位置。最后，我将讨论到 19 和 20 世纪“发展中”世界的工业化过程，

食物对它有何贡献，而工业化又如何影响了食物。

本书主要写作于 2000 年学校放假期间，大部分篇章算是我在为前一本著作《文明的力量：人与自然的创意》（*Civilizations*）搜集资料时的副产品，《文明的力量：人与自然的创意》探讨的是文明和环境之间的关系，2000 年在英国出版，美国版则在 2001 年上市。荷兰人文社会科学高等研究院院士以及明尼苏达州太平洋客座教授这两项职务，帮助我理清了一些想法，解决了一些问题。我深深感谢这两个机构提供给我美妙有趣又有价值的工作环境。

菲利普·费尔南多-阿梅斯托

于伦敦大学玛丽女王学院

2001 年 1 月 1 日

目 录

第一章	烹调的发明：第一次革命	1
	火带来了改变	2
	最初的食品科技	14
	反烹饪浪潮	21
第二章	吃的意义：食物是仪式和魔法	25
	食人习俗的逻辑	26
	神圣与不敬的食物	36
	食疗魔术	45
	营养学魔法	52
	富裕的营养学	66
第三章	畜牧革命：从“收集”食物到“生产”食物	71
	蜗牛先锋	72
	养殖，还是不养殖？	75
	畜牧的本能	83
	海上狩猎	89
第四章	可食的大地：栽种食用植物	93
	人类为什么要务农？	94
	伟大的禾本植物	105
	小麦——世界的征服者	114
	有决定权的超级块茎、根茎植物	118
第五章	食物与阶级：不平等与高级饮食的兴起	123
	挥霍无度的成就	124
	美食的兴起	133
	宫廷菜的资产阶级化	142
	跨越阶级的转移	147
	没有宫廷菜的宫廷？	152

第六章 消失的饮食界限：食物与文化远程交流的故事..... 157

 跨文化饮食的障碍..... 158

 打破障碍：帝国效应..... 165

 贸易是侍者：盐和香料的故事..... 176

第七章 挑战进化：食物和生态交流的故事..... 193

 邦迪号之旅..... 194

 全球的口味..... 197

 平原上的革命..... 202

 香蕉的轨迹..... 207

 玉米的迁徙..... 209

 马铃薯与红薯..... 211

 甜的用处..... 214

 太平洋边境..... 218

第八章 喂养巨人：饮食工业化的故事..... 223

 19 世纪的工业化环境..... 224

 生产、加工与供应的现代革命..... 228

 丰饶和饥荒..... 240

 新石器革命的最后阶段..... 250

 食品保存的科学大怪兽..... 255

 便利食品：“吃”的工业化..... 260

注 释..... 273

第一章

烹调的发明：第一次革命

“我们首先需要的呢，”海象说，“就是条面包。外加胡椒和醋，的确非常好吃。这会儿，亲爱的牡蛎呀，你们要是准备好了，咱们就可以开始大快朵颐啦。”

——路易斯·卡罗尔 (Lewis Carroll),《爱丽丝镜中奇缘》(Through the Looking-Glass)

所以，一切一览无遗，生的食物正在火上烧，这不但可叫注重保健的人闭上尊口，还可替屋里增添生气。

——威廉·参孙 (William Samson),《蓝天空，褐书房》(Blue Skies, Brown Studies)

火带来了改变

牡蛎不是用来吃的。你在餐厅里常可见到挑剔的食客拨弄着牡蛎，要么把包在棉纱布里的柠檬挤出汁来，淋在牡蛎上，要么在上头浇点怪味醋，要不就洒上几滴红艳艳的塔巴斯科辣汁（tabasco），或其他辛辣得叫人双眼发直、喉头为之一呛的辣酱。这可是存心挑衅的举动，用意是要刺激这些壳贝，使它们在临死之前回光返照。这不过是小小的一番拷打，你偶尔会觉得看到受害者的身躯扭动或退缩了一下。接着，食客举起汤匙和叉子，撬开壳，让牡蛎脱壳而出，滑进弯曲清冷的银匙中。他举起这滑溜溜的软体动物，送至自己的唇边，牡蛎的光泽和餐具的银光相映成辉。

大多数人喜欢这样吃牡蛎，然而这却表示，他们因此丧失了完整且真实的牡蛎时刻。你应当抛开那些器具，将半边壳举至嘴边，脑袋朝后一仰，用牙齿把这小家伙从它的巢穴里一刮而下，尝尝它带着海水味的汁液，让它在舌上稍微停一下，以便味蕾玩味玩味，接着才将它生吞下肚，你要是没这么做，可就硬生生错失了历史经验。长久以来，吃牡蛎的人都是这样来品尝壳内那略带腥臭的强烈味道，并没有淋上可以去腥的芳香酸调味汁。高卢诗人奥索尼乌斯（Ausonius）就爱如此食用“这甘美的汁液，其中混合了妙不可言的大海之味”。有位现代的牡蛎专家则是这么说的，你旨在接收“大海锐利的直觉，以及所有的海草与和风……你正在吃大海，就这么回事，只不过在魔法的点拨下，有股奇妙的感觉自那一口吞下的海水中逸散而出”。^{〔1〕}

在现代的西方烹饪菜品中，牡蛎有其独特的地位，不用煮也不必宰杀即可食用。牡蛎可是我们最接近“天然”的食物，堪称唯一足可冠上“天然风味”这一形容词的菜肴，而且这说法当中并无一丝嘲讽意味。当

然，在餐厅食用牡蛎时，训练有素的专家会运用全套的繁文缛节，外加合宜的技术、神圣不可侵的仪式和华丽优美的花招，替你处理好并撬开牡蛎壳。在那之前，牡蛎并不是天赐宝物，并非就生长在岩壁上水洼中任人摘取，而是被养在水底的石板或木头棚架上，群聚于牡蛎床上，在专家的密切注意下成长，而后由熟手收获采集。不过，牡蛎却是把我们和我们的列祖列宗结合在一起的食物。一般认为自有人类以来，我们的祖先就生食牡蛎以摄取营养，而这也正是你吃牡蛎的方法。

有些人在一把抓起一个梨子或一粒花生，直接生食咀嚼时，总以为自己听到梨子和花生在哀叫。你就算跟这些人一样，还是得承认在现代西方烹调中，除了几种食用菌和海藻以外，牡蛎其实可说是最“天然”的食物。我们所吃的蔬菜、水果都经过千年万载以来一代代人类的精挑细选、改良培育，就连直接从树丛上摘下来的“野生”浆果也不例外。牡蛎则是经过自然淘汰过程留存下来的生物，品种未经人类染指改良，会随着海域的不同而有显著的差异。而且，我们是趁牡蛎还活生生的时候就把它吃掉。其他的文化还有更多这一类的食物，例如澳大利亚原住民爱吃木囊蛾幼虫，趁幼虫肥嘟嘟的，体内还有未完全消化的木髓，就将它们自橡胶树上刮下；北极圈内的涅涅茨人（Nenets）把自己身上抓下来的虱子放进口中咀嚼，“像在吃糖”；⁽²⁾ 南苏丹的努尔族（Nuer）的情侣，据说则会互相喂食从头发中抓下来的虱子，彼此示爱；东非的马赛族人（Masai）生饮从活生生的牛的伤口挤出的鲜血；埃塞俄比亚人爱吃里头藏有幼蜂的蜂巢；我们则吃牡蛎。小说家毛姆说过，吃牡蛎这回事，有种“讨人厌的装腔作势”，是“想象力迟钝的人所领略不来的”，⁽³⁾ 而且这铁定会叫《爱丽丝镜中奇缘》里的海象发乎赤诚的哀泣痛哭。更甚者，牡蛎算是相当不凡的一种生食，因为牡蛎一经烹煮便美味尽失。英国人会把它加进牛肉腰子派的馅里，裹上培根肉串起来的串烧，或者浇上厚厚一层各种口味的奶酪酱汁，做成名为“洛克菲勒牡蛎”或“马斯格雷夫牡蛎”之类的菜肴；再不，加进鸡蛋里，煎成中国厦门的名菜蚵仔煎；或将牡蛎剥碎了，作为小牛肉或其他大菜的填料，凡此种的做法都是为了掩盖牡蛎本身的滋味。有时，创意食谱还比较成功，有一回我在伦

敦的雅典娜神殿饭店吃到一道蛮不错的牡蛎菜肴，牡蛎用葡萄酒醋稍微煮过，上面浇了一点菠菜口味的调味酱。这类的实验好玩归好玩，在美食境界上却难得能有所超越。

牡蛎是走极端的案例，然而所有的生食都有迷人之处，因为生食实在是反常的，这显然是种返祖现象，返回文明前的世界，甚至回到演化史上人类尚未出现前的阶段。人类所独有的奇行怪举并没有很多种，烹调是其中之一，之所以称其为奇行怪举，是因为如果从自然的角度来看，以大多数物种摄食营养的方式为标准，那么烹调还真是奇怪的举动。史上最漫长且尚未有答案的探索之一，就是追寻人类本质的这趟旅程，人们汲汲于探究到底是什么特质使人之所以为人，使人类在集体上有别于其他动物。这项追寻却始终徒劳无功，迄今只有一项可被检验的客观事实将人类与其他物种区分开来，那就是，我们无法和其他动物成功交配，其他一些所谓的人类特质，要不令人无法接受，要不就难以令人相信。有些说法听来可信，却不够周全。我们大言不惭地表示“意识”乃人类所独有，却不很明白“意识”是个什么玩意，也不知道其他动物是否拥有“意识”。我们宣称唯有人类拥有语言，可是倘若我们有能力和其他动物沟通，它们大概会反驳这个说法。我们在解决问题这件事上头，算相对的有创意。我们也算有适应力，能居住于不同的环境。我们使用工具——特别是使用导弹时，手还算灵巧。我们在创造艺术和具体实现想象力这两件事上头，算是有雄心。就某方面来说，在上述这些事例中，人类的行为和其他物种之间的差距实在巨大，因此我们或可放心表示，两者的特质确实不同。在使用火这件事上，我们的确匠心独具，虽然有些猿猴经过教导也学会了用火，招数却很有限，就只有点烟、燃香或看着火不让火熄灭等，不过这些猿猴一定得经人指导才学得会。同时，从古至今也只有人类会主动地利用火。⁽⁴⁾有不少指标指出人类是具有人性的，烹调好歹也是其中一项不错的指标，只不过其中存有个严重的限制，那就是，在漫长的人类史上，烹调是晚期才发生的一项变革。根本没有证据显示烹调已有 50 万年的历史，而烹调可能起源于逾 15 万年以前的证据，又无法令人彻底信服。

当然，这一切都得看所谓的烹调所指何意。正如古罗马诗人维吉尔所说的“地煮”(terram excoquere)，有人认为，耕作即是一种烹调的形式，在烈日下曝晒泥土块，把土地变成烘烤种子的烤炉。^[5]胃足够强壮有力的动物经由咀嚼反刍来调理食物，又为何不能被归类为烹调呢？在狩猎文化中，猎人在捕获猎物后，往往会犒赏自己一顿，大啖猎物胃里未完全消化的东西，如这一来，便可即刻恢复他们在打猎时消耗的元气。这是种既天然又原始的烹调，乃是迄今所知最早的加工食品。包括我们人类在内的许多物种，都会先把食物嚼碎了吐出来，喂给婴儿或老弱者，以便后者摄食。食物不论是置于口腔中温热也好，用胃液加以分解也好，还是咬碎咀嚼也好，都应用到某种将食物加热加工的过程。你一旦把食物放在水中漂一漂，便开始在加工处理食物了，有些猴子在食用坚果前就会这么做。不过，确实也有真正嗜食生食的怪人，就爱把食物连同泥土一起吞下肚。小说《疯狂佳人》(Far from the Madding Crowd)里的奥克农夫，便“从来不会为最纯净的泥土而大惊小怪”。

你一旦把柠檬汁挤在牡蛎上，便开始改造牡蛎，使得它的质地、口感和味道产生变化，广义来讲，或可称之为烹调。把食物腌很久，就和加热或烟熏一样，也会转化食物。把肉吊挂起来使其腐臭，或者索性置于一旁任其腐败，都是加工法，目的在改良肉的质地，使之易于消化，这显然是早于用火烹调的古老技术。风干是种特殊的吊挂技术，它能使若干食物产生彻底的生化改变。掩埋法也是如此，这种技法以前很常见，能促使食物发酵，如今则少见于西方菜色中，不过 gravlax（北欧式腌渍鲑鱼）这个字倒还留有这一古风，它字面上的意思正是“掩埋鲑鱼”。另外，有若干种奶酪以前也采用掩埋这种“类似烹调”的传统技法，制作时须埋进土里腌渍，如今则改用化学上色，使奶酪表面色泽暗沉。有些骑马的游牧民族在漫长的行旅中，把肉块压在马鞍底下，利用马汗把肉焖热焖烂，以便食用。搅拌牛奶以制作奶油则简直像炼金术，液体变成固体，乳白变成金黄。发酵法更是神奇，因为它可将乏味的主食化为琼浆玉液，让人喝了以后改变言行举止，摆脱压制，激发灵感，堂皇走进充满想象力的领域。凡此种转化食物的方法既然都这么令人瞠目称奇，

生火煮食这件事为何会显得卓越出众呢？

倘若真有解答，那么答案就在于生火煮食对社会所造成的影响。用火烹调堪称有史以来最伟大的革新之一，这并非由于煮食可以让食物产生变化（有很多别的方法都有这个功效）而是因为它改变了社会。生的食物一旦被煮熟，文化就从此时此地开始。人们围在营火旁吃东西，营火遂成为人们交流、聚会的地方。烹调不光只是调理食物的方法而已，社会从而以聚餐和确定的用餐时间为中心，组织了起来。烹调带来了新的特殊功能、有福同享的乐趣以及责任。它比单单只是聚在一起吃东西更有创造力，更能促进社会关系的建立。它甚至可以取代一起进食这个行为，成为促使社会结合的仪式。太平洋岛屿人类学先驱学者马林诺斯基（Bronislaw Malinowski）在特罗布里恩群岛（Trobriand Islands）研究时，有项仪式引起他莫大的注意，那就是克里维那岛（Kiriwina）上一年一度的山药收获祭，祭典中的大多数仪式都是在分配食物。人们一边击鼓、舞蹈，一边把食物聚拢成堆，然后抬到家家户户，以便各户人家私下进食。大多数文化都把真正开始吃东西当成祭典的高潮，但是克里维那岛的祭典却“从未共同达到高潮……祭典的要素存在于准备的过程中”。⁽⁶⁾

在有些文化中，烹调隐喻着生命的转变。比方说，加利福尼亚原住民以前会把刚生产完的妇女和进入青春期的少女抬进地上挖的坑洞里，然后把垫子和热石头堆在她们身上。⁽⁷⁾ 在另外一些文化中，调理食物变成神圣的仪式，不但促成社会的产生，献祭时四散的烟和蒸气也滋养了上苍。亚马孙人认为“烹调行动是在天地、生死、自然和社会之间从事仲裁的活动”，⁽⁸⁾ 他们归纳出的这个观念，大多数社会都至少在某几项烹饪行为中有所体现。

日本人一般称呼一餐为“御饭”，字面上的意思为“可敬的米饭”，⁽⁹⁾ 这不但反映出米饭在日本是餐餐不可或缺的基本食品，也反映出摄食这件事的社会性质——说实在的，应该说是社会地位才对。仪式性的餐食成为评量人生的尺度，有新生命诞生时，邻居亲友会馈赠红色的饭或加了红豆的米饭为贺礼；小孩满周岁时，做爸妈的会分赠被孩子的小脚踩过的米糕碎片给亲朋好友。新屋落成时，得供奉两条鱼谢神，入住新居

时，则得宴请邻居。婚礼结束时，新人应赠送食品给观礼嘉宾，往往是鹤形或龟形的糕饼或鱼板，鹤和龟都是象征长寿的吉祥物。葬礼和祭日时，则会出现其他种餐点。^{〔10〕}

在印度社会中，有关食物的规矩极端重要，这些规矩标示并维系社会界限和差异。不同的种姓纯净程度有别，这一点反映在食物上，有些种类的食物能和别的种姓分享，有的不能……生的食物可以在所有的种姓之间流通，熟食则不可，因为熟食可能会影响到种姓的纯净状态。

熟食还有更精细的分类，用水煮的食物不同于用澄清奶油煎炸的食物。较多的种姓可以交换煎炸食品，水煮食品则受到较大的限制。除了食物能否共享与交换有一定的规矩外，某些特殊地位的人还有特定的进食习惯和饮食规定。举例来说，最高、最纯净的种姓必须吃素，“比较不纯净的种姓才会吃肉饮酒；而有些贱民吃牛肉的行为则明显标示出其种姓的低下”。^{〔11〕}尼泊尔唐区（Dang）第三阶级的塔鲁人（Tharu）不和种姓较低的人交换食物，也不让低种姓者在自己家里吃东西，但是他们吃猪肉和鼠肉。斐济人禁忌之复杂，让他们成为人类学家乐于研究的对象。在斐济，某些特定团体一起进食时，只准吃彼此互补的食物；如果有战士在场，首领吃捕获的猪，而不吃鱼或椰子，这两样必须留给战士食用。^{〔12〕}

眼下，在自诩现代的文化中，我们所说的生食在上桌以前已经过精心调理。我们必须采用“我们所说的生食”这一明确用语，因为“生”实为文化所塑造的概念，或至少是经文化修饰过的概念。我们一般在食用多种水果和某些蔬菜前，都尽量不加以调理，我们理所当然地认为这些蔬果本该生食，因为这在文化上是件正常的事，可没有人会说这是生的苹果或生的莴苣。只有碰到一般是煮熟了吃、但生食亦无妨的食物，我们才会特别指出这是生胡萝卜或生洋葱等。在西方国家，生鲜上桌的鱼和肉实在太不寻常了，以致令人联想到颠覆和风险、野蛮与原始等弦

外之音。中国人传统上会把野蛮部落依开化程度区分为“生番”和“熟番”，西方在分类世人时也有类似的心态，西方长久以来的文学传统把好吃生肉和蛮荒、嗜血以及一空腹便怒气冲冲的恶形恶状画上等号。

西方最经典的“生”肉菜肴就是鞑靼牛排。菜名中提到中世纪时形象凶残的蒙古人，又名鞑靼人（Tatars），这也是其中一支蒙古部落之名。此二字令中世纪的人种志学者联想到古典地狱观念中的深渊“塔尔塔罗斯”（Tartarus），因此用“鞑靼”二字来妖魔化蒙古敌人简直再合适也不过。⁽¹³⁾然而我们今日所知的这道菜却是经过千锤百炼、脍不厌细的佳肴，肉被绞碎，变得又软、又烂、又细，色泽鲜丽。好像为弥补它的生似的，这道菜在餐厅的调制过程被演化为一整套的桌边仪式，侍者一板一眼、行礼如仪，把各式各样佐味的材料，一样一样拌进碎肉中，这些材料可能包括有调味料、新鲜药草、青葱和洋葱嫩芽、酸豆、少许鲱鱼、腌渍胡椒粒、橄榄和鸡蛋。淋点伏特加虽非正统做法，却能大大增添菜肴美味。文明社会所认可的其他生肉、生鱼菜肴，同样也完全失去了其天然状态，味道都调得很重，并经过精心调理，好脱去它野蛮的本色。“生”火腿经过盐腌及烟熏。意大利式生牛肉（Carpaccio）要以优雅的手法切成薄如蝉翼，还得淋上橄榄油，撒点胡椒和帕马干酪，这才入口。北欧式腌渍鲑鱼如今虽不再用掩埋法制作，但仍得抹上一层层的盐、莳萝和胡椒，并浸在鲑鱼本身的鱼汁中好几天才能食用。“如果说我们的远祖吃的肉都是生的，”布伊亚－萨瓦兰（Brillat-Savarin）在他 1826 年的著作中写道，“那么我们尚未完全失去这习性，最细腻的味蕾仍旧能品味欣赏阿尔勒香肠和波洛尼亚香肠、烟熏汉堡牛肉、鲱鱼、新鲜的盐渍鲱鱼等，这些东西通通没有经过烧煮，却依然能勾起人的食欲。”⁽¹⁴⁾他的这本著作直到今日仍被美食家奉为圣经，被饕餮者当成自我辩护的依据。

西方如今正时兴的寿司就以生鱼为材料，鱼肉要么没调味，要不只加了一点醋和姜；不过这道料理的主成分却是熟米饭，有时会撒点烤芝麻。“刺身”则比较复古，回到绝对的生鲜状态，但还是有经过悉心的调理：生鱼片必须用利刃切得薄透纤美，摆盘务必高雅，如这一来，生食的状态反而更能令食者感觉到自己正在参与教化文明的过程。配菜必须

分开来切成各形各状，成碎末、细丝或薄片，同时得附上好几样精心调配的酱汁。丹麦人喜欢用生蛋黄当酱汁或盘饰，即使如此，还是得把蛋黄、蛋白分开，只有蛋黄才上桌。南非作家范德波斯特（Laurens van der Post）曾在埃塞俄比亚被款待以“生肉流水席”，食物本身虽未经多少调理，宴会过程却充满繁文缛节。

诸位宾客依序传递生肉，那肉刚从活生生的牲畜身上割下，不但血淋淋，而且仍然温热。每个男人用牙齿牢牢地咬住肉块一侧，然后用利刀往上一削，削下正好一大口的量——在这过程中，一不小心，便会削下自己鼻头的皮。⁽¹⁵⁾

肉片并非就这么空口吃，还得蘸上贝若贝若酱（berebere），这种酱料热辣得“叫人以为这肉已经烫熟了”。此酱也可把一锅炖菜变得“火辣到令人简直耳朵都要流血了”。⁽¹⁶⁾ 时不时，有人会隔着男人肩头递一片肉给默立在用餐者身后的妇孺。这些食物都只是狭义上的生食，大不同于其天然的状态——暂且不管那是个什么样的天然状态——因此我们想象中的原始人类祖先就算看到了，想必也认不出它们是什么，这些祖先应当是手上有什么可吃的就吃什么。人类开始用火煮食后，生食在世上大部分的地方似乎都成为罕见之事。

在大多数文化中，烹调的源头要么可追溯至一项神圣的恩赐——“普罗米修斯之火”，要不就得归功于某位幸运的文化英雄。古希腊人认为，火是逃离奥林巴斯的叛神者泄露给凡人的秘密。古波斯人相信，有位猎人射偏了石弹，从而自石块中央引出了火。达科他的印第安人则认为，当初是美洲虎神的爪子不断抓地而引起了火花。对阿兹特克人来讲，第一把火便是太阳，是众神在一片黑暗的太古时代中点燃了这把火。库克群岛人则认为，天神摩伊（Maui）降临大地时，把火带到库克群岛。澳大利亚有一族原住民则在一种图腾动物的阳具里，发现火的秘密；另一族人则认为是女人发明了火，她们趁男人出外打猎时用火煮食，然后把火藏在阴部。⁽¹⁷⁾ “每个人都有自己的普罗米修斯”，几乎每个文化也都有