

中国饮食文化史

赵荣光 著

赵荣光 主编

中国饮食典籍史

姚伟钧 刘朴兵 鞠明库 著

上海古籍出版社

中国饮食文化专题史

赵荣光 主编

赵荣光 主编

中国饮食典籍史

姚伟钧 刘朴兵 鞠明库 著

上海古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国饮食典籍史/姚伟钧,刘朴兵,鞠明库著.

—上海:上海古籍出版社,2011.12

(中国饮食文化专题史)

ISBN 978-7-5325-6021-9

I. ①中… II. ①姚…②刘…③鞠… III. ①饮食—
文化史—中国 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第151888号

中国饮食文化专题史

中国饮食典籍史

姚伟钧 刘朴兵 鞠明库 著

上海世纪出版股份有限公司

上海古籍出版社 出版

(上海瑞金二路272号 邮政编码200020)

(1)网址:www.guji.com.cn

(2)E-mail:guji1@guji.com.cn

(3)易文网网址:www.ewen.cc

上海世纪出版股份有限公司发行中心发行经销

上海商务联西印刷有限公司印刷

开本 635×965 1/16 印张 36.5 插页 2 字数 458,000

2011年12月第1版 2011年12月第1次印刷

印数:1—2,300

ISBN 978-7-5325-6021-9

G·536 定价:88.00元

如有质量问题,请与承印公司联系

大树繁枝,浓荫华盖

——序《中国饮食文化专题史》丛书

赵荣光

食学是研究不同时期、各种文化背景人群食事行为、事象、性质、特征及其规律的一门综合性学问,而《中国饮食文化专题史》则是笔者早于30年前就拟定了的研究目标。本人对民族“饮食文化”的学术思考,坚持的是“大众餐桌”、“大历史视野”、“大空间比照”的三大思维方式和历史主线、事象透析、餐桌现实的“饮食史”、“饮食文化”、“餐饮文化”的三元结构。一直以来,本人深怀与海内同道联袂在“饮食文化专题史”、“饮食文化区域史”两大选题研究的协作,冀为中华饮食史做一广泛、深入、系统的发掘梳理,为食学的坚实确立准备必要的基础。为此,本人坚持做了一系列先期努力。而今,这两大选项均可望有系列成果问世了。

民族食事专项史诸选题,应当涵盖食物原料开发利用、食生产与食生活器具、烹饪科技、主副食品种、酒、茶、调味料、饮食思想、民食政策、餐饮文化、饮食养生及营养学术、饮食娱乐、食品艺术、少数民族饮食、事厨者、中外饮食文化交流、饮食文化典籍、饮食文化研究批评以及丝绸之路饮食文化、餐饮管理、素食文化等诸多相关方面。民族食事专项史所以有如此多的分支题目,是因食物支撑了人类的生存发展,食事因此渗进了人类生活的方方面面,几乎无所不

在。三十年前,在大学课堂上界定“饮食文化”概念时,我将其理解为:食物原料开发利用、食品制作和饮食消费过程中的技术、科学、艺术,以及以饮食为基础的习俗、传统、思想和哲学,即由人们食生产和食生活的方式、过程、功能等结构组合而成的全部食事的总和。基于这种理解,我才有在《中国饮食史论》(黑龙江科学技术出版社,1990年)“后记”中说过的话:“饮食文化是无比复杂的人类社会生活现象,它几乎同人类文化的任何门类都有程度不同的关系。可以说任何一个民族的文化在一定意义上讲都是一种饮食文化,全面地了解了一个民族的饮食文化,也就从一定意义上了解了那个民族的历史;反过来说,只有全面了解了一个民族的历史,才可能全面了解那个民族的饮食文化。”英语世界也有 You are what you eat; Do you want to understand another culture? Then you ought to find out about its food 的雷同认知与表述。

食生产、食生活是人类生存目的的基本活动,越是历史的回溯,这种特征就越是明显。早期人类也应当有过近乎草食动物一样不停地觅食的历史,耐饥食料比重的提高逐渐缩短了进食时间,而经验积累、技术进步、科学发明促使越来越多的人逐渐疏离甚至远离食生产活动,前提当然是人类食生产活动的社会化程度不断提高。但无论科技如何进步、社会如何发展,饮食都是人类生存与发展的基本活动,任何个人都是其所处食文化系统中的因子,这两点应当是明确无疑的。对于个人与民族、与社会的食文化关系,我一直这样理解:任何一个个人,都以他特定的方式施受影响他所在的食文化系统之中,都是该种文化的决定因素,无论其是否自觉,也无论其作用与影响的大小、显隐。因此,饮食文化是人类创造的无数文化门类中最具普泛性的文化类别。饮食文化是关于人类(或一个民族)在什么条件下吃、吃什么、怎么吃、吃了以后怎样等的学问。人类食事活动的每一具体方面,又均可从史的角度分别作更具体深入的研究,从而可以初步建构食学的独立学科体系,因此决定了食学研究的重点为食事的

形态、方式、过程、规律与社会、历史功能。人类食事活动的历史,不能不以历史上一定生态环境中和特定文化系统中人们的食生产、食生活、食事行为及其后果影响为叙述基本内容和讨论主线。因此,依笔者的学习体会,“饮食史”或“饮食文化史”可以做这样简洁的理解:某一时空条件下人们食事活动过程的模拟再现。

本丛书原则上就是依据上述理解,以对民族历史文化的大视野、大架构把握,分别从不同学科与方法论的角度、特定的视域探索中华饮食文化历史形态的具体侧面、演进轨迹。各分册的撰写,均从最初的历史源头溯起,下限至20世纪末。历经了三十多年的滋蔓养育,中国食文化的现代研究经历了热学、显学、食学三个阶段过程。饮食文化专题史系列丛书的撰述出版,应当视为本世纪以来食学科基本成熟的重要成果标志之一。时间的前进把昨天留给历史,历史的反思因积淀的不断层累和能力的提高而永无止境,中国饮食文化专题史的研究也还是初步。无论这一初步工作还存在多少挂漏偏颇,但它增益中华民族食文化大树繁枝、浓荫华盖的历史作用应当是可以期待的。

夏历辛卯年初秋,西元二零一一年九月六日

于浙江工商大学诚公斋书寓

目 录

大树繁枝,浓荫华盖

——序《中国饮食文化专题史》丛书 / 赵荣光

绪论

一、无文字的饮食文献 / 1

- (一)原始社会的艺术作品 / 2
- (二)商、周青铜饮食器及其纹饰 / 3
- (三)汉代的画像石和画像砖 / 6
- (四)古代绘画作品 / 9

二、有文字的饮食文献 / 11

- (一)甲骨文 / 12
- (二)金文 / 13
- (三)饮食文化史典籍分类 / 14

三、饮食文献的价值与使用 / 18

- (一)治学的门径 / 18
- (二)科研工作的指南 / 18
- (三)考镜饮食文化发展源流 / 20

第一章 先秦时期的饮食典籍

第一节 甲骨文、金文中的饮食文献资料 / 21

第二节 先秦经典中的饮食文献资料 / 29

- 一、《诗经》 / 29
- 二、《周礼》 / 38
- 三、《仪礼》 / 42
- 四、《礼记》 / 46
- 五、《论语》 / 54

六、《孟子》/ 57

第三节 先秦子、史、集部中的饮食文献资料 / 59

一、《左传》/ 59

二、《国语》/ 61

三、《战国策》/ 61

四、《楚辞》/ 63

五、《吕氏春秋》/ 65

第二章 汉至南北朝时期的饮食典籍

第一节 专门饮食典籍 / 69

一、《四时食制》/ 70

二、崔浩《食经》/ 72

三、《食次》/ 74

四、《食珍录》/ 74

第二节 农书类著作 / 76

一、《四民月令》/ 76

二、《齐民要术》/ 79

三、《南方草木状》/ 84

四、《临海水土异物志》/ 86

第三节 语言类著作 / 88

一、《急救篇》/ 88

二、《说文解字》/ 89

三、《释名》/ 92

第四节 诗赋类作品 / 95

一、《饼赋》/ 95

二、《七发》/ 96

三、《葬赋》/ 97

四、其他赋作 / 98

第五节 笔记类作品 / 99

- 一、《西京杂记》/ 99
- 二、《博物志》/ 100
- 三、《世说新语》/ 102

第六节 医书类著作 / 104

- 一、《黄帝内经》/ 104
- 二、《金匱要略》/ 108

第七节 其他著作 / 110

- 一、《淮南子》/ 110
- 二、《盐铁论》/ 113
- 三、《华阳国志》/ 115
- 四、《荆楚岁时记》/ 116

第三章 隋唐五代饮食文化典籍

第一节 食经类著作 / 121

- 一、《食经》/ 121
- 二、《烧尾宴食单》/ 123
- 三、《膳夫经手录》/ 126
- 四、《邹平公食宪章》、《食典》/ 130

第二节 茶书类著作 / 130

- 一、《茶经》/ 130
- 二、《煎茶水记》/ 134
- 三、《采茶录》/ 135
- 四、《十六汤品》/ 136

第三节 食疗类著作 / 136

- 一、《千金要方·食治》/ 137
- 二、《食疗本草》/ 139
- 三、《食医心鉴》/ 146

四、《唐本草》/148

第四节 笔记类著作 / 149

一、《酉阳杂俎》/149

二、《北户录》/151

三、《岭表录异》/151

四、《云仙杂记》/153

五、《唐摭言》/155

六、《清异录》/156

第五节 字书及农书类著作 / 159

一、《一切经音义》/159

二、《四时纂要》/160

第六节 类书类著作 / 163

一、《北堂书钞》/163

二、《艺文类聚》/164

三、《初学记》/165

第四章 宋代饮食文化典籍

第一节 食经类著作 / 167

一、《膳夫录》/168

二、《玉食批》/169

三、《本心斋蔬食谱》/170

四、《山家清供》/173

第二节 茶书类著作 / 177

一、《茶录》/177

二、《大观茶论》/179

三、《品茶要录》/183

四、《宣和北苑贡茶录》/184

五、《北苑别录》/185

六、《东溪试茶录》	186
七、《茶具图赞》	187
第三节 酒书类著作	187
一、《北山酒经》	189
二、《觞政述》	190
三、《酒谱》	191
第四节 医书类著作	192
一、《太平圣惠方》	193
二、《养老奉亲书》	194
三、《圣济总录》	199
四、《混俗颐生录》	201
第五节 农书类著作	201
一、《农书》	201
二、《笋谱》	202
三、《荔枝谱》	203
四、《蟹谱》	206
五、《橘录》	207
六、《糖霜谱》	209
七、《蟹略》	211
八、《菌谱》	212
第六节 史书类及笔记类著作	213
一、《东京梦华录》	215
二、《都城纪胜》	219
三、《武林旧事》	220
四、《南宋市肆记》	220
五、《西湖老人繁胜录》	221
六、《梦粱录》	221
七、《湘山野录》	223

- 八、《玉壶清话》/ 224
- 九、《归田录》/ 225
- 十、《龙川略志》/ 226
- 十一、《铁围山丛谈》/ 228
- 十二、《泊宅编》/ 230
- 十三、《能改斋漫录》/ 231
- 十四、《老学庵笔记》/ 232
- 十五、《鸡肋编》/ 234
- 十六、《鹤林玉露》/ 236
- 十七、《桂海虞衡志》/ 237
- 十八、《岭外代答》/ 239
- 十九、《癸辛杂识》/ 241
- 第七节 类书类著作 / 241**
 - 一、《太平御览》/ 242
 - 二、《太平广记》/ 243
 - 三、《事林广记》/ 245

第五章 元代饮食文化典籍

第一节 食经类著作 / 254

- 一、吴氏《中馈录》/ 254
- 二、《云林堂饮食制度集》/ 257
- 三、《饌史》/ 262

第二节 食疗养生类著作 / 262

- 一、《饮食须知》/ 262
- 二、《饮膳正要》/ 265
- 三、《食物本草》/ 271

第三节 农书类著作 / 272

- 一、《农桑辑要》/ 272

二、《农桑衣食撮要》/ 275

三、《农书》/ 276

第四节 类书及笔记类著作 / 279

一、《居家必用事类全集》/ 279

二、《说郛》/ 297

三、《南村辍耕录》/ 300

第六章 明代饮食文化典籍

第一节 食经类著作 / 303

一、《易牙遗意》/ 303

二、《宋氏养生部》/ 307

三、《宋氏尊生部》/ 310

四、《遵生八笺·饮饌服食笺》/ 311

五、《老饕集》/ 317

六、《饮食绅言》/ 317

第二节 茶酒类著作 / 319

一、朱权《茶谱》/ 319

二、《茶录》/ 320

三、《制茶新谱》/ 321

四、顾元庆《茶谱》/ 322

五、《水品》/ 323

六、《煮泉小品》/ 325

七、《茶寮记》/ 327

八、《茶疏》/ 328

九、《罗芥茶记》/ 331

十、《茶解》/ 332

十一、《茶董》/ 334

十二、《茶说》/ 335

- 十三、《茶约》/ 336
- 十四、《茗笈》/ 336
- 十五、《茗史》/ 337
- 十六、《芥茶笈》/ 337
- 十七、《阳羨茗壺系》/ 339
- 十八、《酒谱》/ 341
- 十九、《酒史》/ 342
- 二十、《觴政》/ 343
- 二十一、《酒概》/ 344
- 第三节 农书类著作 / 345
 - 一、《救荒本草》/ 345
 - 二、《臞仙神隐书》/ 349
 - 三、《广菌谱》/ 351
 - 四、《异鱼图赞》/ 352
 - 五、《学圃杂疏》/ 352
 - 六、《茹草编》/ 354
 - 七、《野菜谱》/ 355
 - 八、《野菜博录》/ 357
 - 九、《野菜笈》/ 358
 - 十、《闽中海错疏》/ 359
 - 十一、《海味索隐》/ 361
 - 十二、《种芋法》/ 362
 - 十三、《鱼经》/ 363
 - 十四、《鱼品》/ 364
 - 十五、《异鱼图赞补》/ 365
 - 十六、《异鱼图赞笈》/ 365
 - 十七、《群芳谱》/ 366
 - 十八、《农政全书》/ 367

十九、《汝南圃史》/ 370

二十、《养余月令》/ 371

二十一、《沈氏农书》/ 373

第四节 医书及科技类著作 / 375

一、《食物本草》/ 375

二、《食品集》/ 376

三、《食鉴本草》/ 377

四、《本草纲目》/ 378

五、《天工开物》/ 382

第五节 笔记类著作 / 384

一、《草木子》/ 384

二、《菽园杂记》/ 386

三、《西湖游览志余》/ 389

四、《云林遗事》/ 390

五、《留青日札》/ 392

六、《墨娥小录》/ 393

七、《广志绎》/ 394

八、《五杂俎》/ 395

九、《长安客话》/ 397

十、《陶庵梦忆》/ 398

十一、《万历野获编》/ 400

十二、《酌中志》/ 401

十三、《帝京景物略》/ 403

十四、《物理小识》/ 404

第六节 家政、类书著作 / 405

一、《多能鄙事·饮食部》/ 405

二、《便民图纂》/ 408

三、《博闻类纂》/ 410

四、《山堂肆考》/ 411

五、《居家必备》/ 412

第七节 小说类著作 / 414

一、《水浒传》/ 414

二、《西游记》/ 416

三、《金瓶梅》/ 417

第七章 清代饮食文化典籍

第一节 食经类著作 / 423

一、《居常饮饌录》/ 423

二、《饭有十二合说》/ 423

三、《食宪鸿秘》/ 425

四、《养小录》/ 428

五、《醒园录》/ 434

六、《食味杂咏》/ 440

七、《随园食单》/ 441

八、《调鼎集》/ 448

九、《乡味杂咏》/ 452

十、《粥谱》/ 453

十一、《中馈录》/ 458

十二、《食品佳味备览》/ 460

十三、《素食说略》/ 461

十四、《造洋饭书》/ 465

十五、《食谱》/ 466

第二节 食疗类著作 / 467

一、《段食良方》/ 467

二、《饮食须知》/ 468

三、《食物本草会纂》/ 468

- 四、《养生随笔》/ 469
- 五、《调疾饮食辩》/ 472
- 六、《随息居饮食谱》/ 473
- 七、《食鉴本草》/ 477
- 八、《本草撮要》/ 479

第三节 农书类著作 / 479

- 一、《野菜赞》/ 479
- 二、《江南鱼鲜品》/ 481
- 三、《吴蕈谱》/ 481
- 四、《广群芳谱》/ 483
- 五、《续茶经》/ 485
- 六、《授时通考》/ 488
- 七、《农圃便览》/ 490
- 八、《胡氏治家略》/ 492
- 九、《甘薯录》/ 492
- 十、《酒志》/ 493
- 十一、《记海错》/ 494
- 十二、《海错百一录》/ 496
- 十三、《抚郡农产功略》/ 497
- 十四、《种薯经疏》/ 497

第四节 笔记类著作 / 498

- 一、《广东新语》/ 498
- 二、《闲情偶寄》/ 500
- 三、《闽小纪》/ 504
- 四、《簠贰约》/ 506
- 五、《帝京岁时纪胜》/ 508
- 六、《扬州画舫录》/ 509
- 七、《桐桥倚棹录》/ 512