

日本料理的社會史

和食與日本文化



原田信男 著

責任編輯
編集協力
書籍設計

寧礎鋒
手塚 邑（立夏社）
陳務華

書名
作者
譯者
審訂
出版

和食與日本文化——日本料理的社會史
原田信男
劉洋
秦嵐
三聯書店（香港）有限公司
香港鰂魚涌英皇道一〇六五號一三〇四室

JOINT PUBLISHING (H.K.) CO., LTD.

Rm. 1304, 1065 King's Road, Quarry Bay, Hong Kong

香港發行

香港聯合書刊物流有限公司

印刷

香港新界大埔汀麗路三十六號三三樓

規格

中華商務彩色印刷有限公司

版次

香港新界大埔汀麗路三十六號十四字樓

國際書號

二〇一一年一月香港第一版第一次印刷

規格

特十六開（152mm×217mm）二八四面

國際書號

ISBN 978-962-04-2928-6

© 2011 Joint Publishing (H.K.) Co., Ltd.

Published in Hong Kong

WASHOKU TO NIHON BUNKA - NIHON RYORI NO SHAKAISHI

Text by HARADA Nobuo

Text Copyright ©2005 HARADA Nobuo

All rights reserved

First published in Japan in 2005 by Shogakukan Inc.

Traditional Chinese (in complex characters) translation rights arranged with Shogakukan Inc.
through Japan Foreign-Rights Centre / Bardon-Chinese Media Agency

日本料理的社會史

和食與日本文化

原田信男



日本料理的社會史

和食與日本文化



原田信男 著

原田信男 (Harada Nobuo)

國士館大學二十一世紀亞洲學院教授。一九四九年出生於栃木縣，一九七四年畢業於明治大學文學院。歷任日本國立歷史民俗博物館、國立民族學博物館、國際日本文化研究中心共同研究員，曾於多所大學任客席教授，二〇〇二年起就任現職。除本書外，還著有《江戸の料理史》、《歷史中的米和肉》、《飲食與大地》等多本作品，對日本飲食生活文化史有深刻的研究。

前言

「飲食大國」日本

今天，和食在世界各國大為流行。與多用肉類和油脂烹製的西洋料理相比，和食以稻米、魚類和蔬菜類為主要材料，營養均衡，非常有益於美容和健康，因此作為理想的飲食生活模式，備受全世界矚目。以前，在海外如歐美等地的日本料理店，多以小部分愛好者、從日本來的遊客或旅居當地的日本人為主要客源，但是近年來，當地人也開始光顧日本料理店了。

現在，世界上的日式飲食人口（一年吃日本料理一次以上的人）推測約有六億人，遍及世界各地的日式餐廳約有二萬四千家（朝日新聞：二〇〇五）。不僅在美國，在歐洲甚至亞洲，壽司吧和迴轉壽司都很受歡迎，和食正穩步地在世界各地普及，在不久的將來，也許會成為繼法國料理和中國料理之後的第三大勢力。

可是，潛在於我們飲食生活裡的保守要素仍是相當強大的。我們的味覺和嗜好，會因應家庭和社會環境中的飲食而養成習慣，從而變成身體的一部分，要突然改變在成長中養成的味覺取向以及飲食習慣，是一件困難的事情。對現代的日本人而言，即使是年輕的時候喜歡吃油膩的肉類料理，可是年紀大了，又會回到魚類等口味清淡的飯菜上來，這種事情一點也不奇怪；即使是為了享受各個國家的美食而赴海外旅行，還沒有到一個星期，就會嚷著想吃米飯，想吃鹹菜，想喝味噌湯，這樣的事情亦屢見不鮮。我們想要擺脫飲食上的保守性，或者說傳統，是相當困難的事情。

當然，對珍奇事物、新鮮事物以及各種新味覺的好奇心也強烈地驅使著我們，正是這種好奇心，使我們每個人的飲食生活變得更加豐富。基於這個意義，飲食文化的確可以說在傳統與變革的基礎上獲得了不斷的發展。傳統與變革之間的平衡至關重要，它不僅是飲食生活，可以說這種平衡也從根本上決定著社會的各種文化特質。

飲食生活還被氣候風土等地理環境大大左右。人類以食用從大地與河海盛產的生物為生，離開各自的生存地域，人類的飲食生活是不可能成立的。然而，現代社會的確擁有一個巨大而發達的流通經濟網，同時還構築起一個只要擁有經濟實力，足不出戶也可以簡單地從海外購買到各種食材的體系。

特別是在以卡路里為基準，食品自給率只有百分之四十的日本，除了小麥和大豆以外，連畜產品和水產品也都不得不依賴海外，多數的食品依賴進口。另一方面，同樣以卡路里為基準，若從供給量和攝取量之差來計算廢棄食材的話，那麼一九九〇年代後期，實際有百分之三十的食材被扔掉了（安本：二〇〇〇）。可以說，在現代日本，人們過著非常豐富或者說過於豐富的飲食生活，各種各樣的菜餚充斥於我們身邊。

而在這種環境下，我們對料理的認識也發生了很大的變化。現在，我們雖然廣泛地汲取了海外的料理文化，但是這個過程並不簡單，所以我們有必要回顧一下我們是如何抵達現在所擁有的飲食生活的。同時，飲食文化也不是只局限

於一國內部的問題，因此在本書中，讓我們以「和食」這個關鍵詞為線索，在日本與周邊國家的關聯之中，對料理文化於不同時代是如何被建構、被發展的這些問題做一個歷史的考察。

目



前言 「飲食大國」日本

序章 何謂和食

- 一 何謂和食
- 二 會變化的料理與文化
- 三 和食與日本文化論
- 四 日本的地形與氣候
- 五 在亞洲式的世界中

22 21 19 16 14

第一章 日本料理的前期史與文化

——史前的飲食文化

- 一 舊石器時代的飲食生活與文化
- 二 繩文時代的飲食生活與文化
- 三 彌生時代的飲食生活與文化
- 四 古墳時代的飲食生活與文化
- 五 神話中的食物體系

26 28 31 35 38

第二章 古代國家與飲食體系

——日本料理的源流

- 一 古代的稻米文化與天皇
- 二 古代國家的稻米取向與排斥肉食
- 三 獻給神靈的料理——神饌
- 四 神饌與佛供的關係

44 46 49 52

- 五 古代國家的料理體系
- 六 古代國家的味覺體系
- 七 膳、碗、箸與個人餐具

56 59 63

第三章 中世料理文化的形成與發展

——大饗、精進、本膳以及懷石

- 一 中世飲食生活的特色
- 二 大饗料理的成立與中國文化
- 三 「一切」與「展示」——料理與飲食禮儀
- 四 從院飯看公家與武家
- 五 精進料理的成立與佛教文化
- 六 庖丁人與調菜人
- 七 本膳料理的成立與武家文化
- 八 庖丁流派與料理書的成立
- 九 茶道與懷石料理的成立

70 72 76 79 83 86 90 96 99

第四章 近世料理文化的成熟

——自由的料理與庶民的樂趣

- 一 近世飲食生活的特色
- 二 寬永時期的料理文化與《料理物語》
- 三 茶道與懷石料理的滲透
- 四 元祿時期的料理文化與新興町人
- 五 享保時期的料理文化與美意識

110 113 117 119 124

六 料理書與料理論

七 寶曆至天明時期的料理文化與料理書

八 化政時期的料理文化與會席料理

九 異國料理的影響

144 136 132 127

〔第五章〕

明治の開化與西洋料理

——西洋料理的吸納與變化

一 與西洋料理的相遇

二 肉食解禁與西洋料理

三 西洋料理店的開業與普及

四 肉食的發展及其料理方法

五 西洋料理書與折衷料理

六 折衷料理與學校教育

七 大石祿亭與村井弦齋的料理觀

八 作為中流砥柱的日本料理

183 179 176 170 166 162 159 154

〔第六章〕

大正、昭和時代的市民社會與和食

——日本料理的變化與發展

一 市民社會的成立與三大大洋食

二 中國料理的吸納與發展

三 朝鮮料理的吸納與發展

四 戰前的日本料理與戰時、戰後的飲食生活

五 高度經濟成長期的米食與魚、肉料理

216 209 204 199 194

六 料理的多樣化與外食、中食

七 料理的國際化與進軍海外

226 223

〔終章〕

從和食看日本文化

一 從和食看北海道

二 從和食看沖繩

三 飲食與文化的國際性

四 和食與日本文化

249 243 237 232

結語

255

參考資料

260

專欄

壽司

天麩羅

壽喜燒

190 150 105

序
章

何謂和食

一、何謂和食

今天，我們身居日本，就能夠買到各個國家的食材，品嚐到各國的風味料理。在百貨店以及超市等地方，世界上的珍稀食材和調味料等應有盡有，不僅能在日本各地的餐館裡品嚐到各種各樣具有民族風味的菜式，還能把做好的菜餚買回去。

即使我們身處如此豐富的飲食環境中，毋庸置疑，和食仍然最受歡迎。在我們身邊，提供和食的料理店最多，然而究竟「和食」是甚麼呢？這是一個極為難解的問題。在海外的日式餐廳裡，幾乎都有吉列豬排這道菜，但是如果吉列豬排可以稱為「和食」的話，就會浮現出「咖喱和拉麵也可以稱為和食嗎？」這樣一個問題。

對此，有人把吉列豬排、咖喱或者蛋包飯等定為「洋食」，認為洋食是西洋料理之中被日本化了的菜式。但是，「洋食」這個詞出現在幕末（十九世紀中葉）到明治時期（一八六八—一九一二），明顯指的是西洋料理。話說回來，如果把炸豬排等菜式看作「和式洋食」的話尚可理解，但是筆者卻不能同意把這些日本式西洋料理稱作「洋食」。如果想起典型的和式定食，無非是在刺身或者烤魚、煮魚之外配上涼豆腐或者煮燉菜之類吧。

在考慮到傳統的味覺體系時，味噌以及醬油等調味料固然很受重視，但是說

到最基本的和食樣式，其實米飯之外只要有味噌湯和鹹菜的話，無論副菜是甚麼都可以稱作「和食」。吉列豬排也好，烤肉也好，漢堡肉餅也好，只要有米飯、味噌湯和鹹菜的話，和式定食立刻就成立了；即使是烤肉和漢堡肉餅，如果配上蘿蔔泥，再蘸著醬油吃的話，也完全是和風料理。在此筆者特意使用了「和式定食」或「和風料理」這樣的詞，但是即使再加上「日本食品」和「日本料理」，再把它們統稱為「和食」，大家也不會感到不協調吧。

其實「和食」這個概念本身就是極其曖昧的。「和」日本「這個公式本身雖然沒有甚麼問題，但是可能會有意見認為，嚴格來說，和風料理和日本料理是兩回事。的確，「和」與「和風」之間在語感上存在著很大的差別。但是，即使換成「日本」與「日本風」，它們表示的意義也依舊是曖昧的。在此，我們將面對的就是「何謂日本」這個大問題。

被問及「何謂日本」的時候，我們很難馬上說明它的實質，因為「日本」這個詞的內涵以及實質是隨著時代而變化的，起初為「日本風」的東西不知甚麼時候就變成了「日本」了。如果用歷史的觀點來看的話，「日本」也好，「日本風」也好，其實都是同樣的意思。「日本」這個詞所表示的實體，並不是從起初就有的，它只不過是在歷史的某個階段，登上歷史舞台而已。

讓我們再回到和食的問題上來。要把和食形象化，我們可以讓外國人出場：如果請外國的客人品嚐和食的話，首先會想到甚麼呢？恐怕在很多人的