青少年百科博览



生活卷(二)

需要全本请访问 www.ertongbook.com

食

如何选购茶叶？

选购茶叶要识别新茶、陈茶、真茶、假茶。新茶外形新鲜，条索匀称而疏松；陈茶外形灰暗不润，条索杂乱而干硬。新茶手感干燥。若用手指一捏，或放在手心一捻，即成粉末；陈茶手感松软、潮湿，一般不易捏碎。经沸水冲泡后，新茶清香扑鼻，芽叶舒展，汤色澄清，刚泡时色泽碧绿，而后慢慢转微黄，饮后舌感醇和；陈茶气香气低沉，芽叶萎缩，汤色浑谙，刚冲泡时色泽有点闷黄。

真茶的边缘呈锯齿状，齿上有腺毛，叶的背面有绒毛，叶组织有星状草酸钙结晶体。假茶没有真茶特征。此外真茶含有茶素和芳香油，有明显茶香。而假茶不香并有青草味。

如仍无法鉴别其真假，可采用下面方法：抓取可疑茶叶和真茶叶各一小撮，分别用开水冲泡两次，每次泡5—10分钟，待叶子充分泡开后，分放在两个白瓷清水盘内，仔细观看叶形、叶脉、锯齿等特征。真茶具有明显的网状叶脉，主脉直接射顶端，侧脉伸展至叶缘三分之二的部位便向上方弯曲、呈弧形与上方支脉相联合，叶背面有白茸毛，叶的边缘锯齿显著，基部锯齿稀疏。假茶叶脉不明显，一般侧脉直射边缘，有的正、反面都有白毫；有些全无白毫、叶边缘锯齿一般不明显或锯齿粗大。

如何保存茶叶？

好茶叶如果存放不当则很容易吸收异味和湿气而导致变味。引起茶叶不良变化的原因很多，温度、湿度、异味、光线、空气和微生物等都会使茶叶色泽、香气的流失。

茶叶有很强的吸湿性、陈化性和吸收异味性。掌握了这些特性，才能保存好茶叶。茶叶结构疏松，又含有多种‘亲水性’物质，吸湿性很强。而茶叶中水分超过5%即易发霉变质。因此茶叶必须存放在干燥通风处。茶叶不宜存放过久，买茶叶的量以一个月能喝完最好，茶叶存放久了，其芳香物逐渐挥发，叶绿素和鞣质被氧化，会使香味降低，汤色变灰暗或混浊。必须注意密封、避光、防止陈化。茶叶含萜类物质，结构多孔，极易吸收异味。要严格将异味隔开。特别要与香皂、煤油、酒类、花椒等物隔离。不同等级、品种的茶叶，应分类保管，切忌混放。每天要饮用的茶，须与暂时不应用茶分开包装存放，这样可减少茶叶和空气接触，最好拿出少许用罐另装，等饮完后再装，以避免茶叶香气流失。装茶叶的罐以锡制为最好，尽量不用铁或木制茶罐，如果茶叶量多，一时用不完，为避免茶叶变质，可采用下列方法贮藏：

①生石灰贮藏法。先备干燥洁净而无异味的瓦坛或无锈无味的小口铁桶以及生石灰和盛装灰块的布袋。瓦坛最好是江苏宜兴出产的青砂坛。茶叶在放入贮藏前，先经文火炒焙，使之充分干燥，冷后用薄牛皮纸包好，并用细麻绳捆紧，分层环列于坛的四周，然后在坛中央放置一生石灰袋，再用一包茶叶覆放在灰袋上。装满后，以牛皮纸等堵塞坛口，并在坛口上加盖草垫，

堆存于高燥的贮藏室内。一般新茶贮藏一月或二三月换一次。

圆形木炭贮藏法。用木炭 员公斤，用洁净的布袋装好，放进瓦坛或小口的铁箱中，每隔一二月更换木炭一次，其它方法可参照石灰贮藏法。

猿热水瓶贮藏法。即将茶叶装入热水瓶内，用白蜡封口，并裹于胶布。

源充氮气贮藏法。将茶叶装入铝箔内，再填充高纯度的惰性气体（氩或 惰），常温下经 远个月，可保持品质不变。

什么茶叶不能饮用？

有焦味的茶叶和霉变茶叶不能饮用。茶叶在烘过程中，由于火温太高或炭火烟太大，使茶叶烧焦和熏上浓烈烟味，也可能茶叶在烘焙时与煤、木炭燃烧所产生的 猿源原苯并芘（猿源苯并芘是一种多环芳烃类的致癌物质）。接触而受到污染，这样焦味茶叶含有较多的 猿源苯并芘，不能饮用。

茶叶若保管不善，尤其在温度较大的环境中会大大增加其含水量。当茶叶的含水量达 愿愿豫时就有可能发霉；达 员园豫时如果温度又适宜，霉菌就会迅速大量孳生，茶叶上出现霉花和菌丝，导致霉味产生。发霉变质的茶叶里含有多种不同结构的霉菌毒素，这些毒素对人体的危害极大，饮了发霉茶叶泡的茶水可发生腹痛、腹泻、头晕等症状，严重的还可影响人的脏器。

七大茶类珍品的鉴别

俗话说“香茶喝到老，茶名记不了。”我国茶叶品种繁多，据不完全统计约五百余种。目前，一般以制法为基础，结合品质特点和外形差异进行分类。有绿茶、红茶、黄茶、黑茶、白茶、青茶、花茶七个大类。

绿茶。绿茶的特点是“绿叶绿汤”。制法经过杀青、揉捻、干燥三道工序。以龙井茶和碧螺春茶最负盛名。龙井茶产于杭州西湖的狮峰、五云山、虎跑山、龙井。茶的品质是形如雀舌，色泽翠绿，香馥浓烈，滋味鲜爽。具有“形美色绿、香郁、味醇、四绝，是茶中极品。碧螺春茶产于江苏太湖洞庭东山碧螺峰。茶叶外形象烫过的头发一样卷曲成螺，白嫩的绒毛遍布，叶厚嫩如雀舌，有人称碧螺春茶是铜丝条，螺旋形，混身毛，花果香，鲜爽生津。

红茶。红茶的特点是“红叶红汤”。制法分为萎凋、揉捻、发酵、干燥四道工序。最出名的当推产于安徽祁门县“祁红”。它紧细秀长，汤色红艳清色。香气似果香，又似茶香。饮时入口醇和，清爽持久。回味隽厚，味中有香。英国人最爱喝祁红，称它为“群芳最。”

黄茶。黄茶的特点是“黄叶黄汤”。制法比绿茶制法多个闷堆工序。珍品是“君山银针”，产于洞庭湖中一个叫君山的小岛。茶叶芽头茁壮，芽身金黄，紧实挺直，茸毛密盖，长短大小均匀，誉称“金镶玉”。冲泡后，香气清新，汤色浅黄，滋味甜爽，叶底明亮。

黑茶。黑茶的特点是“叶色油黑或褐绿色，汤色橙黄或棕红

需要全本请访问 www.ertongbook.com

色”。制法主要是渥堆变色，即茶叶揉捻后，渥堆二十多小时，使叶色变为油黑。黑茶中的佼佼者是普洱茶和六堡茶。普洱茶产于云南省南部。茶性温和，具有药效，可以醒酒、消食、化痰。宋代诗人王禹曾写诗赞美了普洱茶的香味和茶形，诗曰：“香于九畹芳兰气，园如三秋皓月轮。爱惜不赏唯恐尽，除将供养白头亲。”六堡茶产于广西苍梧县。是一种外销茶叶，主要销售往港澳地区和南洋一带。茶的品质是：色彩黑褐有光泽，汤色红亮琥珀色，滋味醇厚，带有槟榔味和烟味。

白茶。白茶的特点是“汤色杏黄”。制法为萎凋，干燥两道主要工序，传统的白茶不揉不捻，形态自然，茸毛不脱，白毫满身。福建北部出产的“白毫银针”堪称魁首。它形如尖针，色如白银，牙肥壮，茸毛厚，富光泽。茶叶香气清新，滋味醇和。有健胃提神之效，退热降火之功。

青茶。又称乌龙茶。特点是“汤色金黄”。制法经过萎凋、做青、炒青、揉捻、干燥五道工序，产于福建武夷山一带的武夷岩茶是乌龙茶中的上品。它外形肥壮均匀，紧结卷曲，色泽绿润宝光。内质馥郁质隽永。胜幽兰之香。茶叶甘醇爽口，鲜滑回甘，富有回味，具有特别的“岩韵”。

花茶。花茶是将香花熏入素茶而制成的香型茶，是我国特有的一种茶类。香花主要原料有茉莉、珠兰、玳玳、玉兰、桂花、玫瑰等。以“人间第一香”茉莉为最佳。新品种“茉莉大毫”一九七九年被评为最优花茶。花香茶气浓烈，香而不浮，清香绝色，爽而不浊，冲泡四五次后余味犹香。

选购茶叶须知

新茶上市，除了国营商店供应茶叶外，在城乡、乡集市贸易市场上也有茶叶出售。因此，学会一些鉴别茶叶“以假乱真，以次充好，以陈冒新”的办法，对于购茶叶时防止上当受骗，颇有好处。

当心绿茶“以假乱真”。真茶叶用鼻嗅或取少许入口嚼之，具有茶叶应有的明显香气和滋味。若取少许茶叶用火烧灼，真茶叶可以嗅到茶香（咖啡碱）；而假茶叶用火烧灼嗅不到茶香。

假茶叶往往多是形似真茶，但没有茶叶香气且有奇异青气或青草气、怪气味。这是因为假茶多以鲜草叶经过蒸晒加工或烘炒加工制成的，也有的是用桑树、山楂树、柳树、槐树、枣树等幼嫩叶加工烘炒而成的。

真茶叶的叶边，有显著的锯齿形，而叶的基部边缘平滑无锯齿；假茶叶的叶边缘锯齿一般不明显，或者锯齿粗大。

真茶叶的叶片表面光滑，背面生有明显的绒毛，叶组织有星状草酸钙结晶体；假茶一般没有这些特征，即使是有绒毛，大多都是正反两面都有绒毛。

真茶叶的色泽，一般呈翠绿、碧绿、黄绿等；假茶多呈深绿色、墨绿色，也有的是青绿或者是特别绿色的。

真茶叶的主脉较粗大，在叶片正面呈陷下的凹痕，叶背面呈明显凸痕。支脉由主脉两侧先后交叉分展，与主脉成近 度的角；其尖端伸展至叶缘三分之一的部位便向上方弯曲，形与前面一条支脉连接成弧形，一般五至八对，支脉间细络互成网状。

警惕花茶“以次充好”。花茶，是用精制股燥、冷却后的烘青或炒青绿茶为茶坯和鲜花（如茉莉花，玳玳花，珠兰，玉兰等）经过窨、提制成的。制花茶时，利用茶叶本身具有吸附特性，让茶叶充分吸收鲜花香气，通过热处理使香气固定下来，这个过程称“窨”为了补充窨花过程中失散的部分香气，让窨过的茶再吸收一次花香，称“提”。窨及提是制作花茶的主要工艺过程。鲜花经过窨茶后筛出来的称为“干花”，因为已经没有香气，所以茶厂作为废弃品处理。

高档花茶，用绿茶为坯要经过窨三五次以上（如三窨一提，五窨一提等），所以窨制成的花茶，馨香馥郁，清雅幽香，花香伴茶香，饮后泌人肺腑，余味久久不绝。高档的花茶，茶中不掺干花，而香气浓郁，茶味醇正。低档花茶（如一窨一提等），里面掺有一些干花，目的是为了好看，并不能增加茶的香气。

在低档花茶叶中掺拌茶厂的废弃干花，以次充好冒高档花茶。只要取少许用鼻嗅其茶叶有无应具有的香气，或者放点在杯内泡饮一尝，就可以不难区别花茶的优、劣了。

谨防“以陈冒新”。刚上市的茶叶或是当年的茶叶称“新茶”，并且以最早上市的新茶品质鲜嫩为佳；经存放一两年以上的茶叶属“陈茶”。

新茶的色泽，香气和滋味，都会给人以新鲜，爽口的感觉；而陈茶的色泽呈暗绿或暗褐色，不仅香气低沉，而且还会有一股不愉快的老化味即陈味。新茶一般含水分较低，在正常的情况下含水分在百分之七以下，茶叶条索疏松质硬而脆，用手指轻轻一捏即成粉末状；而陈茶因存放时间长，久经吸湿一般含水分都比较高，茶叶湿软而重，用手捏不成粉末状，茶梗也不易折断。同时陈茶的含水分超过百分之十时，不但会失去茶叶原有的色、香、味，而且也很容易发霉变质，以致不能供饮用。

中国年节食俗的特点

年节食俗是风俗的内容之一，从历史的意义而言，它集中表现着一个民族的饮食文化传统，展示着一个民族的古老文明，中国传统的年节食俗，大致有这样几个特点：

历史性。中国有灿烂辉煌的古代饮食文明。年节食俗有一个世代相袭、发展演变的历程。旧时，在河北、河南、陕西等地，每年农历腊月二十三，人们都有“祭灶”的风俗。这一天，人们要买糖果，烙灶馍，饮灶酒，以祭灶神。这一风俗显然是从先民利用火及发明厨灶的史实脱衍而来。

全民性。风俗是有着共同心理素质的多数人参与的场面壮观的社会活动。这一点在中国表现得尤为突出。在中国古籍中，有关历代节日食俗场面的记载不绝于书。

节令性。我国早在春秋时期，即有“四时八节”的说法。饮食讲究节令，符合人体的生理特点。夏季饮食，人喜清爽；冬令饮食，人喜醇香。古人主张饮食与节令相合颇有科学道理。

多样性。中国年节食俗的多样性，集中表现在应节食品上，如宋朝人庞元英的《文星杂录》记载说：“岁时节物，元日则有屠苏酒、五辛盘、咬牙饧，人日则有煎饼，上元则有丝笼，二月二日则有迎富贵果子，三月三日则有镂人，寒食则有假花鸡球、镂鸡子、子推蒸饼、饧粥，四月八日则有糕糜，五月五是则有百索粽子，夏至则有结杏子，七月七日则有金针织女台，乞巧果子……”

传说性。中国年节食俗中的每一个节俗或应节食品，大都有着内容新奇、趣味隽永的神话和传说，反映了年节食俗的由来和起源。例如每年农历七月十六，传说是三国时代诸葛亮的生

需要全本请访问 www.ertongbook.com

日。在云南省西双版纳的古老茶区勐腊县，当地人每到这一天就要饮茶赏月，以纪念孔明教育士兵植茶的功勋。

吃在除夕话“年饭”

中华民族有着灿烂的饮食文明，这种饮食文化传统在新春佳节全国各地的“年夜饭”中得到充分体现。

年三十除夕夜，家家团聚吃“年夜饭”，一般地说，北方人包水饺，南方人做年糕。水饺形似“元宝”，年糕谐音“年高”，是吉祥如意的好兆头。同时“年夜饭”，吃法却各有讲究。比如，北京人包饺子吃得实惠，饺馅肉多菜少，进口一个“肉丸”；天津人喜欢拌水馅、香油、酱油、蛋液齐全，要吃个美味水灵劲；东北人独出心裁，将肉剁碎后，用好汤浸泡，待肉末吸足汤汁后再包，别有风味。吃年糕，各地也是花样纷呈。北方人习惯做白年糕，塞北城乡做的是黄米糕，江南一带有水磨年糕，西南少数民族吃糯粑粑，台湾同胞则吃红龟糕。年糕的形状不同称谓也不同，尺余见方的称“方头糕”，为元宝式者曰“糕元宝”，形狭而长叫“条头糕”，形阔者称“条半糕”。年夜菜肴，也随着各地的不同风俗而各异。苏州人喜爱选择起名吉利的蔬菜，象黄豆芽当地称如意菜，花生叫长生果，荠菜音似“聚财”。南京人过年少不了一个“寒素菜”，就是把菠菜、芹菜、胡萝卜丝、酸菜、金针、木耳等十种素菜以素油炒成，是一道既去油腻又爽口的菜。上海人年夜菜必上一盘“蛋角”，是用鸡蛋液吊皮，鲜肉制馅，又好看又好吃。绍兴除夕夜有一碗“鲞冻肉”，碗面上摆个白鲞头，寓意“有想头”。年夜菜各地大多都少不了一条“整鱼”，但是这条鱼是不能动筷子的，因为鱼、余同音，有的地方干脆就用一条木雕的鱼配

在菜盘里，真正成了一种摆设。北方一些人家吃年夜饭还专门买生萝卜，每人咬一口，叫做“咬春”。福建普江家家户户在厅堂的案桌上，摆一钵“年饭”，上插桧花、四季花，俗称“春枝”。此外，许多地方在准备年夜饭的时候，还要准备一些瓜果豆类，如吃枣（春来早）、吃柿饼（事如意）、吃杏仁（幸福来）、吃豆腐干（全家福）、吃人生果（长生不老）……。

杂话“年糕”

年糕是春节的应时食品。农历新年前的几天，许多人家就开始忙着蒸制各种“年糕”了。城镇的糕点馆子和作坊，就更加忙碌，制作各种精美的“年糕”和各种糕点，准备出售。有意思的是，吃年糕的习俗不光汉族有，我国几十个民族，几乎都有吃“年糕”的习俗。到得后来，又发展成了各种糕点，名目更为繁多。过年吃年糕的习俗，据传从周代开始，已有[illegible]多年的历史。由于禾谷成熟一次称为一年，所以后世过年吃年糕，就含有祝贺五谷丰登的意思了。吃年糕还有取“年高”长寿之意。然而也有另一种说法：中国在农历九月九日。我国九月九日为“重阳节”。在汉代，人们是“重阳节”登高日吃糕，取吉祥如意之意。

根据各方面资料和文献来看，中国人吃糕，因逐渐变为主要是在过年时吃，故取名为“年糕”，或“年年糕”。这种风俗，到底始于何朝、何年？何人创制？已无从查考了。

有据可查的是唐代《南都左事》中载：“元宵夜，唐太祖赏灯华，回元庆宫，宫人献糯米糕，太祖食而甘之，即传旨，着御厨连夜制一百块，分赐各勋旧，以示同乐。”在宋代已广泛普及于宫廷、官府与民间。到明清两代则更加盛行。明朝崇祯年间刊刻

的《帝京景物略》一书记载，当时的北京人，每于正月元旦，就要吃“粘粘糕”，这是一种黄米糕，取“年年高”的谐音，讨个口彩，并有南北风味之别。北方年糕有蒸、炸二种，均为甜味，南方年糕以水磨年糕最为驰名。制法除蒸、炸之外，尚有片炒和汤煮诸法，味道则甜、咸都有。

年糕发展到现在名目之多，实在有点惊人。光上海年节供应的年糕，就有“定胜糕”、“龙凤糕桃”、“八仙对桃”、“万果松糕”等不下二三十种；还有北方城镇的白糖饸饹；塞北农家的黄米糕；江南渔乡的水磨年糕；山东的枣糕、黄面窝窝；河南的枣馍糕；广西的粉糕、米花糕；贵州的糯米糍糕；宝岛台湾的红龟糕等，各地的品种还有白糖桂花年糕、红糖年糕、油脂百果年糕、枣子年糕、会锦年糕等等，简直数也数不清。

年糕的吃法多种多样，蒸、煮、煎、炒、煨、烤、炸，各具特色。现介绍两种吃法。凡属糯米糖年糕类，可取适量，切成五分厚的块，另备鸡蛋清加少量料酒打搅均匀，用筷子夹起年糕块逐一放入蛋清液中滚煎，入热油锅炸至两面金黄起锅装盘，撒上白糖，即可食用。凡属水磨年糕（淡）类，可与瘦肉、冬笋、榨菜等共炒；亦可用菠菜、荠菜、韭黄等共炒。若加鲜汤或水煮食，即可为“汤年糕”其味更鲜美。

春节话汤

逢年过节，人们的餐桌上都少不了有一两个汤。许多吃过山珍海味的“美食家”在进餐中都有这样一个信条：“宁可食无菜，不能食无汤。”一桌丰盛的宴席或是一顿普通的晚餐，如果没有汤，会使人顿感失望。即使盘中菜肴十分丰盛，也会让人感到

美中不足。

汤的分类方法有很多。从制汤的原料上分，有荤汤、素汤；从烹调上分，有清汤、奶汤；从口味上分，有咸鲜、酸辣、胡辣、甜等。

在喝汤的习惯上，南北不同。广东有的地方是饭前喝汤，我国北方大部分地区都习惯于饭后饮汤。家庭每日进餐应以饭前喝汤为好，它能滋润肠胃，帮助消化，促进食欲。一般宴会以三次上汤为宜，分为宴前、宴中、饭后。宴前的作用已作了介绍。菜吃一半，酒过三巡，上第二道汤，用于清前面酒菜之味，启后边佳肴之美。当宾客酒足饭饱时，要上酸辣味较浓的汤，用以醒酒、解腻、消食。

各地有自己喜欢的地方风味汤。如东北的酸菜白肉粉汤，山东的醋椒汤，广东的蛇羹，宁波的黄鱼汤，淮扬的口蘑锅巴汤，安徽的罐汤等。

人们对汤的如此厚爱，不仅仅是汤可以刺激肠胃，增强食欲，促进消化，而且还有一定的食疗作用。有位医生研究了“鸡肉葱花汤”治疗感冒的科学依据。可以说，汤是人类“廉价的健康保险”。

春节话饺子

中国北方有句俗话，叫做“好吃不过饺子”，把饺子视为美食中的美食。一到春节期间，总要吃饺子。我国人民吃饺子的历史由来已久，但饺子成为春节美食，大约是在明代中期以后，其原因是饺子形如元宝，当时人们在一年之始的节日，吃它取“招财进宝”之意。

关于过年吃饺子，民间还有这样一种传说：从前有一个皇帝，整天不管朝里的大事，只顾自己吃喝玩乐，朝里的奸臣们受到重用和宠爱，忠良们反而处处受到迫害，结果闹得国家贫究不堪，老百姓怨声载道，有一天，一个外号“潘毒水”的奸臣潘奇前来叩见皇上，说他有个好主意，能使皇上长生不老。皇上听后，满心欢喜。忙问：“潘爱卿，有何妙法，快快讲来！”潘奇谄媚地说道：“人要是能吃百样饭，就可以延年益寿成神仙，皇上可以下令在各地招选有名的厨师，让他一日三餐做新样，吃到百种饭，不就可以长生不老了吗？”皇上听后连连点头，立即派人贴出告示，举国招选。

不几天，全国各地好多有名的厨师陆续被选到京里，经过考试，手艺高的厨师苏巧生被选上了。从此，苏巧生凭着自己高超的技艺为皇上做了九十九个花样的饭菜，皇上十分满意。这一夜，苏巧生也很高兴。他想：明天就是三十了，明日早上再做一样饭就可以离开这可恨的昏君，回家与亲人团聚过新年了。但到了做饭的时候，竟不知该咋做这最后一顿饭了。他犯愁得想自杀、想逃跑，还想到毒死这个昏君。正在悲伤的时候，突然看到菜案上有剩下的羊肉和菜，便拿起刀把羊肉和菜一起剁碎，胡乱搁上调料，用白面包了许多小角角，然后放在开水锅里煮熟，当做最后一样饭给皇上端去。苏巧生正木呆呆地坐着等死。谁知皇上吃了这顿饭后，竟穿着睡衣跑进厨房说：“今日这顿饭最香，这叫什么名字？”苏巧生听罢，长长地叹了一口气，随后抬头看了看这种扁扁的东西。信口答道：“这是民间上等品——扁食。”皇上又留苏巧生继续给他做饭菜，巧生对这个贪得无厌的昏君气愤极了，就在这年三十的夜晚便偷偷地溜走了。后人为了纪念这位厨师，人们就在大年初一，全家团聚包扁食吃。这样，一代一代，一直流传到了今天。

端午话粽

端午吃粽，是千百年来中华民族的传统风俗。而早期的粽子，既没提到屈原，也没有固定在端午。据有关资料说明，可能与古人“尝黍和祭祖”以庆丰年活动有关，晋人周处在《风土记》注中曰：“俗，先以二节日用菰裹黍米，以淳浓汁灰煮之，令其烂熟，于五月五日，夏至啖之。黏蜀一名‘粽’，一名‘角黍’，羔取阴阳尚相裹，未分散之时象也。”南朝梁崇懔在《荆楚岁时记》中曰：“夏至日食粽。即粽可在端午吃，也可在夏至日吃。”宋《高承事物记原》记述：“粽一名角黍。”据《东京梦华录》注载：宋陈元靓《岁时广记》引吕原明《岁时杂记》云：京师人自五月初一日，家家以团粽、蜀葵、桃、柳枝、杏子、林禽、柰子（苹果的一种）、芸香或作香印祭天者，以五日。古词云：“角黍门前祭天神，妆成异果。”到了明代，李时珍在《本草纲目》中曰：粽子‘今俗五月五是以为节物相馈送，或言为祭屈原作此投江以饲蛟龙也”。表明对食粽之俗，保持审慎态度。

当然，后来的‘粽子’能为天下食，流传至今，是和祭祀战国时爱国诗人屈原密切相关。南朝梁吴均在《续齐谐记》中曰：“屈原五月五日投汨罗水，楚人哀之。每至此日，以筒贮米为祭。今市俗置米于新竹筒中蒸食之，谓之装筒。其遗事，亦曰筒粽。”齐谐又记曰：“今世人五月五日作粽，汨罗之遗风也。”异苑特别说明此俗起源于：“粽屈原姊所作以恐屈原遗体被蛟龙所窃”，故在做筒粽时，“用拣塞其上，以彩丝缠之。”还有种说法，做粽是为了“饲蛟龙”，喂饱蛟龙，可免吞食屈原遗体。

关于粽子的形状和制法，早有介绍。《岁时杂记》载：“端五

粽子，名品甚多，形制不一，有角粽、锥粽、菱粽、筒粽、秤槌粽，又有九子粽”。又述‘端午因古人筒米，而以菰叶裹黏米，名曰角。黍相遗俗作粽，或夹之以枣，或以糖，近年又加松、栗、胡桃、姜、麝香之类。近代多烧艾灰淋汁煮之，其色如金。古词云“角黍包金，得蒲切玉。’宋《中馈录》记述粽子用料的改进曰“用糯米淘净，夹枣、栗、柿干、根杏、赤豆、以茭叶或箬”（竹的一种，茎高中空，叶宽而大，可编制器物，还可包粽子）裹之一法以艾叶浸米裹，谓之艾香粽子。”清《随园食单》载“取竹叶裹白糯米煮之，尖小如初生菱角”。以后粽馅还有火腿、杨梅等咸、甜、荤素之类。明高濂《饮馔服食笺》中，除对粽子的做法加以说明外，还对煮法介绍得比较清楚。内云“风煮粽子，必用稻柴灰淋汁煮，亦有用些许石灰煮者，欲其茭叶青而香也。”

火锅史话

火锅，是以陶或金属制作的炊食具，尤以铜质著称。它源于我国，有着悠久的历史。

相传，早在黄帝时期，就有炊与食合一的陶鼎。《三国志》曾记述魏文帝赐给相国钟县一口‘五熟釜’，釜分数格，中置火，四周汤沸，可同时煮数种食物。此似为火锅雏形。

大约在[illegible]多年前的南北朝时期，由铜鼎发展演变，出现一种同现代火锅相仿的‘铜锅’，人们用以涮食或汆食羊、鸡等肉，当为使用‘火锅’的开始。唐代火锅已流行开来，用泥土筑炉，下盛炭火，上置砂锅，名曰‘暖锅’。白居易的一首诗曾写道：“绿蚁新醅酒，红泥小火炉，晚来天欲雪，能饮一杯无？”其中‘红泥小火炉’句即描写了火锅小灶的特色。，到宋朝，火锅的制作与

使用有了新发展，吃法也更为讲究，涮肉火锅要求肉片薄，加以酱、酒、花椒等调味佐料，并按照不同的口味，用不同的佐料蘸食。在内蒙古一座古代墓葬中，发现绘有火锅的壁画，据考证，是辽代初期的涮肉火锅。清代，可以说是火锅史上的鼎盛时期。火锅由陶制砂锅发展为铜制。各种涮肉火锅从民间进入宫廷，并列于清宫膳单之首。清帝乾隆更酷嗜火锅，他巡视江南时，所到之处，地方官都以火锅迎驾接风，于是火锅又由北向南传播开来。另据史书记载，清嘉庆皇帝登基时，清宫特设“千叟宴”，除山珍海味之外，并备有[illegible]多个火锅，堪称历史上最大的火锅宴。

清末民初，火锅已传遍全国，而且品种繁多。由于地区不同，风味各异，如今的火锅更是花样翻新，异彩纷呈，出现许多名扬九州的火锅品种，如江南的三鲜火锅，东北的白肉火锅，华北的羊肉涮锅，各种各样的什锦火锅，还有荟萃各种去骨肉片的“四生”、“六生”、“八生”、“十二生”的诸类菊花火锅，等等，真是百味交集，各具特色。火锅按其做法和吃法，一般还可分为涮锅、清汤锅和码锅[illegible]种。涮锅以细嫩的薄肉片为原料，猪、羊、鸡、鱼以及海鲜均可，等锅中的汤滚沸后，用筷子夹肉片在汤中烫熟，然后蘸佐料吃；清汤锅，是将清（鲜）汤烧沸，再放入调料，将切好的肉片、蔬菜等边吃边下；码锅是将原料分层置于锅内，精料码面，加入佐料高汤，开锅煮熟而食。

火锅，尤其在秋冬季节，最得人们的偏爱。“围炉聚饮欢呼外，百味消融小釜中”，真是一种别有风趣的享受。

需要全本请访问 www.ertongbook.com