

中華飲食文化 研究叢書

中國  
少數民族的  
飲食文化

黃樹民主編

財團法人中華飲食文化基金會

中華飲食文化 研究叢書



中國少數民族的  
飲食文化

財團法人中華飲食文化基金會

中華飲食文化研究叢書

## 中國少數民族的飲食文化

---

出版者—財團法人中華飲食文化基金會

發行人—翁肇喜

總策劃—張玉欣

主編—黃樹民

執行編輯—周寧靜

協力編輯—黃昭敏

編輯—傅嫻怡、洪麗君、楊秀萍

發行者—財團法人中華飲食文化基金會

地址—臺北市 10434 建國北路二段 145 號

電話—886-2-25031111 轉 5616~5622

傳真—886-2-25171806

郵政劃撥—17053067

戶名—財團法人中華飲食文化基金會

排版印刷—淵明印刷有限公司

行政院新聞局出版事業登記證—局版臺業字第 5343 號

中華民國九十八年十月初版一刷


2009, Foundation of Chinese Dietary Culture

Printed in Taiwan

版權所有，翻印必究

定價—新臺幣 380 元 

ISBN : 978-986-6325-00-7 (平裝)

贊助單位— 財團法人|國家文化藝術|基金會  
National Culture and Arts Foundation

台北市文化局

Department of Cultural Affairs  
Taipei City Government

發行人：翁肇喜 (George C.S. WONG)

總策劃：張玉欣 (May Y.H. CHANG)

主編：

王秋桂 《飲食文化綜論》  
(WANG Chiu-kuei)

王明珂 《鼎鼐文明：古代飲食史》  
(WANG Ming-ke)

蒲慕州 《飲食傳播與文化交流》  
(POO Mu-chou)

黃克武 《食巧毋食飽：地方飲食文化（一）》  
(Max K.W. HUANG) 《民以食爲天：地方飲食文化（二）》

黃樹民 《中國少數民族的飲食文化》  
(HUANG Shu-min)

黃濟連 《茶酒文化》  
(HUANG Ch'ing-lien)

張珣 《人神共飲：宗教與養生飲食》  
(CHANG Hsun)

孫路弘 《食品科技史與餐飲管理》  
(SUN Lou-hon)

David Holm *Regionalism and Globalism in Chinese  
Culinary Culture*

# 中華飲食文化研究叢書

## 序

時光荏苒，倏忽已過二十年！

回想當初，抱持著想對社會在文化方面有所回饋的心意，不經意鎖定「中華飲食」為目標，進而成立一個蒐集相關資料的專門圖書館，以及「中國飲食文化基金會」，就這麼開始投入這項文化志業，為發揚並保存中華飲食文化的目的而努力。雖說這一路走來並不容易，倒也是興味盎然。

「中國菜」舉世聞名，然而從一開始，我們就認為中華飲食不應單純只侷限在烹調技藝與飲食的層面，事實上，「飲食」也是一時一地人們生活環境、社會經濟乃至於思想哲學的忠實反映，因此要傳承中華飲食文化，就不能不探究「飲食」與人的關係。而中華飲食文化學術研討會開辦以來，至今已舉辦十屆，多年來有來自世界各地的學者參與盛會，他們在會中發表的論文，從不同的面向探討中華飲食文化的發展、歷史，有時又提出新穎的觀點，每每讓參加者為之耳目一新。

在基金會董事會成員李亦園院士、陳奇祿院士及多位學者的鼓勵下，我們於 1992 年時開始將研討會中發表的論文集結出版，至今已出版了十屆論文集。然而二十年的時間，社會政治的大環境已有很大的改變，而學術研究也有了許多新的趨勢及發展。近年來，

飲食文化的研究日益受重視，歷屆研討會論文集也成爲相關研究人員重要之參考資料，然而許多屆次均已絕版，許多讀者因而向隅。因此，爲了保留歷屆研討會的成果，並提供目前國內外相關學術研究之需要，基金會遂自歷屆論文集挑選多篇論文，以主題分門別類，策畫了此套「中華飲食文化研究叢書」。

此次出版的「中華飲食文化研究叢書」共計十冊：《飲食文化綜論》、《鼎鼐文明：古代飲食史》、《飲食傳播與文化交流》、《食巧毋食飽：地方飲食文化（一）》、《民以食爲天：地方飲食文化（二）》、《中國少數民族的飲食文化》、《茶酒文化》、《人神共飲：宗教與養生飲食》、《食品科技史與餐飲管理》以及 *Regionalism and Globalism in Chinese Culinary Culture*。共收錄了包括中研院李亦園院士、許倬雲院士，知名人類學學者 Jacky Goody, Sidney W. Mintz, 吳燕和教授等多位人類學、歷史學以及諸多相關領域學人共 95 篇中文論文以及 13 篇英文論文。可惜的是，由於主題的規畫以及篇幅的考量，不免有許多遺珠之憾，許多精闢之作仍未能收錄至目前出版的這十本書中。然而相信在現階段，此套叢書的出版必能大大裨益飲食文化研究的同好，也是中華飲食文化基金會創立二十周年的重要紀念。

在這裡，我要再次向李亦園院士及陳奇祿院士表達由衷的敬意與感謝，他們的學者典範及指導，讓基金會在深耕中華飲食文化研究這個園地時有了明確的努力方向；同時，也要感謝顧問王秋桂教授及諸多人類學、史學、社會學等各方面的專家學者，他們一路的支持與陪伴，讓中華飲食文化基金會在執著於深耕學術性研究的同時並不孤獨。此外，還要感謝王明珂教授、蒲慕州教授、黃克武教授、黃樹民教授、黃清連教授、張珣教授、孫路弘教授，以及澳洲

的 David Holm 教授，他們在繁忙的教學與研究工作之餘，仍撥冗擔任「中華飲食文化研究叢書」各冊的主編，因為有他們不辭辛勞的協助編輯工作，此套叢書方能順利出版。

基金會有三商企業以及三商美邦人壽長久以來的支持，才能在無後顧之憂下發展此項文化事業，在此要對母公司致上本人的敬意。當然，我也要對基金會現任的張玉欣主任及全體同仁大大的表示感謝之意，她們總是一步一腳印的辛勤耕耘、貢獻心力。此外，這次出版亦獲得「財團法人國家文化藝術基金會」以及「臺北市文化局」兩個單位的認同，他們以專業並鼓勵文化事業的角度對這套「中華飲食文化研究叢書」給予肯定以及實質的經費補助，在金融海嘯衝擊經濟的當下，對基金會而言，無疑注入一劑強心針。

回首來時路，我發現一件有趣的事，中華飲食文化學術研討會從一開始四屆在臺灣臺北舉辦，後來到香港、福州、東京、四川，再回到臺灣的臺南，繼而至馬來西亞檳城，以及即將前往的韓國首爾。從最初在地生根、成長，然後向外傳播，繼而回歸，再向外延伸擴展；研討會的這段發展旅程，恰巧與「飲食」隨著人類歷史發展、傳播、回歸、再創造的歷程相互呼應。「中華飲食文化研究叢書」的編輯出版，正是試圖對此一過程留下註記。日後，基金會仍將持續努力，希望為中華飲食文化研究留下最完整的研究紀錄。

中華飲食文化基金會董事長



# 中華飲食文化研究叢書

## 推薦序

吳 燕 和<sup>1</sup>

中華飲食文化，自古至今，知識浩瀚，即使不顧史前遠古，僅從殷商甲骨有刺刻文字記載以來，僅探討華北黃土高原的漢人，和眾多漢化民族的飲食文化史蹟，則非有類似「四庫全書」這般的大典才能包涵。這樣還不算中原文化圈之外，亞洲大陸無數民族接觸之下的地區傳統，以及千百年來伸延海外全世界的中華飲食。如果真想出版「中華飲食文化」這樣標題之下的全面性研究，依我管見，僅只一部像「四庫全書」這樣漢族學者觀點的百科全書，恐怕還不能盡其全貌。而且不知要動員多少學者專家，花費多少經費才能辦得到。

我為什麼提出這種令人沮喪的看法？而且跟我要推薦的本套《中華飲食文化研究叢書》有什麼關聯呢？其實關係密切，容我解釋。

讓我先講個有關的故事。大約五、六年前，英國最古老最權威

---

<sup>1</sup> 作者現為美國夏威夷大學研究院教授、東西中心研究員、臺灣中央研究院民族學研究所兼任研究員。並曾擔任香港中文大學教授、系主任，國科會客座清華大學教授、臺灣大學講座教授，及其他多所亞洲大學客座教授等等。



的一家大學出版社找我，審閱評估他們想出版一套「中國美食系統和飲食文化」的叢書。他們紐約分社的主編跟我商量，說有知名學者專家推薦我，並且知道我的田野研究，跑遍中國各大都市和邊遠地區，享受過各地精緻美食佳餚，希望我公正評估。他們想邀約幾位少壯英國漢學家，跟中國各地餐飲學校老師們合作，以兩年的時間，研究書寫中國由古至今的各大菜系，並說明石器時代以降的中華飲食文化大觀。經我仔細推敲他們的出版計畫，思考再三，而提出前面我講的看法。他們知難而退。（讓我甚感抱歉，白賺了兩百英磅。）

我並非無緣無故講這個故事，而是仔細拜讀了臺北中華飲食文化基金會的叢書出版計畫，又詳細琢磨各專集的論文內容之後，十分感動，發現歐美最權威的學術出版社構想，竟然在臺灣實現了。而整套叢書的內容卻有更深的學術意義，以及更永恆地傳播知識價值。其實，要出版一套中國餐飲菜系之類的百科全書，而不管菜譜菜系背後的歷史社會背景，並非難事，只要找人去研究食譜或大廚表演，詳加抄錄記述，不顧人類飲食習慣或菜式常變的真理，再加上華麗誘人的照片助陣，就可以成功。但是這種知其然而不知其所以然的報導，時過境遷就失去知識價值，更惶論學術意義了。

中華飲食文化基金會主持出版的這套《中華飲食文化研究叢書》大不相同，累積了二十年的學術經驗，從十次專題研討會中選拔出來的最佳論文。本人有幸，過去參加了三次基金會主辦的國際研討會，而深知基金會之努力認真，每次糾集該專題知名的國內外學者，逼著他們花兩年準備，去做研究。論文在研討會上發表、交流、批判，並且再三修訂之後，才印刷成冊。

本套叢書共有十冊，每一專題主編皆為海內外當今頂尖學院的

權威學者，論文代表人文科學、社會科學、自然科學、農經生產、餐旅學科等各界專家共聚一堂，來自中國大陸、臺灣、香港、歐美各國，日本、韓國、東南亞等等國家地區，而其內容則從銅器文化的中原古代文明、歷代宗教生活與古典文學呈現的飲食，以至中國大陸、臺灣、世界各地許多族群的中華飲食傳統，包羅萬象。每一特集的特色和探討內容，讀者可以參考各專集的導論簡介，不必我在此多做說明。但是我必須強調一點，每篇論文都顯示作者應用有關學科的研究方法去收集資料，並且引用國際最先進的理論論述去分析解說。因此這部叢書比我前面提過的英美最權威的大學出版社想要出版的大典，更為精深，更能深入解說知其所以然的中華飲食文化。

我很高興看到本套鉅著叢書即將出版，樂為作序，並且迫不及待閱讀各部專集。在此僅以誠懇之心，向學術界、餐飲商界、傳媒文化界，有關民生的執政與決策者，以及愛好中華文化知識的讀者大眾們，鄭重推薦。

2009年9月

書於美國檀香山東西中心



# 目 錄

- i 中華飲食文化研究叢書 序
- v 中華飲食文化研究叢書 推薦序
- 1 導 論／黃樹民
- 9 食物、身體與族群邊界／王明珂
- 37 飲酒與歌唱：西南山地族群的生態、食俗與文化  
——兼論「華夷聯繫」與「禮失求野」／徐新建
- 75 山茅野菜的意義  
——少數民族傳統採食習俗及生態、文化觀念／鄧啓耀
- 107 侗不離酸與侗家的民族認同  
——兼論侗家的酸與四川人的辣／徐杰舜
- 123 近代羌族飲食文化：藏、漢或以色列傳統？／王明珂
- 153 馬湖彝族的砣砣肉與泡水酒／羅曲
- 177 羊慙：桂北苗民的一道風味菜餚  
——兼論飲食文化的調適、發展與變化／袁同凱
- 197 藏族爾蘇人婚禮儀式中飲食文化的族群性／巫達
- 227 米飯與親緣  
——中國西南高地與低地族群的食物與社會／何翠萍
- 261 昆明民族交流與飲食文化的變遷／王筑生
- 283 索 引

# 導 論

黃 樹 民

中央研究院民族學研究所

本書收集的十篇論文，主要是探討中國少數民族飲食文化的起源、歷史發展過程和當代特色。雖然這十篇論文在時間的縱深度（從先秦到現代）和空間的遼闊度（四川、雲南、貴州、西藏、廣西、兩湖等）上都可說極為周延，但本書並非一本完整的少數民族食物誌（*dietetic ethnography* 或 *ethno-dietetics*）。主要原因是在中國五十六個民族中，本書所涵蓋的主要是西南地區的一些少數民族，如彝、羌、侗、苗、傣、景頗、爾蘇、拉祜、傈僳等，約只佔本地少數民族一半左右。之所以會如此，可能是因為西南地區少數民族較複雜，且其文化特殊性較容易引發獵奇者的「異文化幻想」（*exotic fantasy*），因而較易吸引人類學、民族學者的興趣。在此情形下，我們就無緣窺視中國其他地區的少數民族，如東北的滿、朝鮮，西北的維吾爾、塔吉克、錫伯，或內蒙古的蒙、回等族的飲食文化內涵。

本文集收納的十篇文章，可按其內容的歷史背景，做一從古至今的順序安排。在序言中，我先對各篇論文做一簡介，讓讀者了解這些文章所涵蓋的內容，以及所要表達的具體意義。其後，我再綜合這十篇文章，討論貫穿於其中的幾個主旨，讓我們理解如何從看似簡單的飲食文化研究，進一步探討更深層的學術理論問題，如文

化傳播、民族認同、飲食與生態環境、文化標籤（ethnic markers）、全球化的衝擊等議題。

王明珂在第一章〈食物、身體與族群邊界〉中，試圖耙梳歷史文獻，找出漢文化的發展，如何影響及周邊少數民族的飲食、生活方式及生理特徵。這篇文章的主要論點是指出：漢民族常用「生」與「熟」的分類法來區分少數民族。兩者的差別，不僅指的是漢化程度上的不同，如臺灣在清代所區分的「生番」、「熟番」，或西南中國所區分的「生苗」、「熟苗」，同時也蘊涵了更深一層的意義。即是在大漢種族中心主義的想像中，邊區少數民族嗜好未經調理的生食。只有在適度的漢化後，才會全面接受熟食的生活習慣。這種「生」、「熟」的區分法，不但是大漢族中心主義者有此明顯歧視性的分類觀，連周遭邊緣民族也同樣將此刻板印象納入其意識形態系統，成為互相歧視的基礎。

本書的第二章是徐新建的〈飲酒與歌唱：西南山地族群的生態、食俗與文化——兼論「華夷聯繫」與「禮失求野」〉，則是藉苗族的「吃牯臟」與侗族的「吃相思」為例，來說明這些少數民族在飲食習慣上，所顯示與中國上古時代《詩經》和《楚辭·九歌》等古籍所描述飲食習俗的相似性。換言之，他認為故凌純聲教授所提出的「華夷聯繫」與「禮失求野」的觀點是對的。即是認為儒家文化中的「禮」、「樂」，實質上是源自於周邊的少數民族。最後，他也贊同凌教授所提出三組神話祖先與現代中國少數民族間的對應、承續關係：伏羲—苗瑤；神農—撣泰；炎黃—華夏。據此，他更進一步將凌純聲的論點發展為：「華夷相通」、「禮野互動」的文化觀。

鄧啓耀的第三章〈山茅野菜的意義——少數民族傳統採食習

俗及生態、文化觀念〉，綜覽雲南的幾個少數民族，介紹其飲食特色，包括口吃、種類，並強調飲食方式與其住居自然環境間的密切關係。鄧文的最大貢獻，是討論各種食物在不同場境中的用處。如治病藥用、祭祀崇拜、歲時祭儀、神話展演等不同狀況下，所使用的特殊食用植物。這篇文章可視為發展民族植物學（ethnobotany）的基礎資料。

與鄧啓耀採用類似的文化生態觀，來解釋特殊的飲食習俗，亦可見於第四章徐杰舜的〈侗不離酸與侗家的民族認同——兼論侗家的酸與四川人的辣〉。本文試圖從侗族所居住的特殊生態環境，來說明「侗不離酸」的起源。其推理過程如下：侗族所居地，多屬山高水寒，且宜於種植糯米。糯米性黏，雖能抵飽，且口味甘甜，但卻不易消化。為應付此一問題，侗族發展出各種酸性食物，以幫助消化。徐杰舜指出侗族這種嗜酸的傳統，實際上和四川人為禦寒而發展出嗜辣的習俗一樣。不過像這類粗淺的環境決定論，在表面上看似有道理，但卻無法解釋何以同樣居在相似的生態環境中的其他族群，卻有不同的飲食習慣。

接下來第五章是王明珂的〈近代羌族飲食文化：藏、漢或以色列傳統？〉。這篇文章延續王明珂對羌族長期的研究，進一步檢視在二十世紀初期以來，不同的外來學者，稟承了不同的理念或動機，對四川西北岷江上游的羌族，根據其特殊飲食風俗，來加以詮釋。比如說，英國傳教士陶倫士（T. Torrance）在羌族所看到的，是聖經上所記述古以色列人的痕跡，而認為羌人是以色列民族失落的後裔。反之，民國初年國族主義支配下的漢族學者，則看到在不同程度內受漢化或藏化的偏遠落後民族，如何利用飲食文化上的變化，作為民族認同上的區分界限。

同樣從飲食的類型，來探討族群識別與族群認同，也可見於羅曲的第六章：〈馬湖彝族的砣砣肉與泡水酒〉。砣砣肉是彝族的一道特殊菜餚。羅文仔細介紹這道菜的製作方法，包括對乳豬的分類、宰殺、除毛、烹煮，以及對內臟、豬血的加工。最後也談到如何款待賓客。同樣，他也詳細介紹泡水酒的釀造、飲用時的禮俗、酒具，以及相關的歌謠。雖然這篇文章民族誌的紀錄甚為詳細，可視為民族誌原始材料，但未能引伸出其他方面的意義，如飲食文化與民族認同間的關係。

第七章是袁同凱的〈羊慙：桂北苗民的一道風味菜餚——兼論飲食文化的調適、發展與變化〉。本文用「羊慙」為切入點，考察其在近代的轉變。所謂羊慙，就是在宰殺活羊後，從其胃中擠出尚未完全消化的汁液，取出其草渣後，用此汁液做調味醬，沾食之用。袁文認為羊慙含有特殊的維生素，對人體健康有益。此種食用方式，頗為類似北極圈內的愛斯基摩人，在他們獵獲海豹後，食用其胃內尚未完全消化的海草，以補充維生素的欠缺。在中國改革開放後，由於經濟上的發展，使許多原來不登大雅之堂的鄉間野味，也逐漸受到城市中產階級的喜愛。在此浪潮下，羊慙也成為餐館的佳餚。不過為了適應此種當代的發展，餐飲界也做出對應的調整，在羊慙中加入其他香料或調味品，以迎合都市消費者的口味。

用變遷的角度來考量飲食文化的深度意義，亦可見於第八章巫達的〈藏族爾蘇人婚禮儀式中飲食文化的族群性〉。本文用爾蘇人的婚禮儀式，來討論其飲食特色及族別涵意。爾蘇族在中國官方的族群分類上，長期被劃分為藏族。但爾蘇語與藏語明顯不同，而且在食物上，受漢族、彝族的影響更大。比如說在日常宴客時採用漢族的「九大碗」，或彝族的「砣砣肉」、「酒戰」等。雖然爾蘇人

在飲食上受他族影響甚大，但在婚禮儀式上，卻嚴守本族的傳統，如「搯新娘」、「承受酒」、「承受煙」、「辣椒飯」等習俗，均不見於漢、藏、彝各族，可視為爾蘇固有文化。換言之，爾蘇人雖強調其民族的獨特性，但這並不包括其飲食文化。食物不構成族群標籤（ethnic markers）的一部分。

何翠萍在第九章〈米飯與親緣——中國西南高地與低地族群的食物與社會〉，試圖將飲食文化的討論，導入結構主義的分析架構。其主要的對比，是傣（揮）與景頗（載佻）兩大族群中的性別區分，對米飯及其成品，有何不同的分類及使用。比如說，傣（揮）是將稀飯類比為奶水，與女人連結，因此須由婦女烹煮。傣（揮）的稀飯雖然有營養，卻不能依此為生。反之，景頗（載佻）的稀飯是要由男人來煮，因其中有肉。景頗（載佻）的稀飯雖好，但在用於奉獻給鬼魂時，家人卻不能食用。另外，對景頗（載佻）而言，共食米飯、共居一處的重要性，比真正的血緣關係更重要。換言之，在這些民族中，食物的共享或家屋的存在，是較親屬關係更重要的民族識別標籤。

本書最後一篇文章是雲南大學故王筑生教授的〈昆明民族交流與飲食文化的變遷〉。這是篇很平實的文章，從歷史和民族遷徙的角度，討論當代昆明市內飲食文化的概況。本文除了很細緻地描寫市內有特色的地方民族食品外，更追溯其起源與發展過程。對當代的食品，則詳細討論其製作方法，以及在改革開放、全球化影響下的各種調適。這篇文章與巫達、袁同凱的文章一樣，是試圖將少數民族的飲食文化，與當代人類學研究理論議題如全球化、都市化、中產階級精緻化等結合的文章。

在簡介完這十篇論文後，接下來我要略述浮現在這些文章中的



幾個主旨，以及不同作者所持不同的觀點。第一個主旨是飲食文化與歷史上民族演化的問題。換言之，學者所追究的問題是：某些特殊的飲食文化其起源為何？受到何種可能的影響，才發展出現時的特色？比如說，徐新建認為現今漢民族的飲食文化，實際上是由多元民族混合後，再經過精緻化的提升，才發展出來。若要了解先秦時代的飲食文化，可從現今周邊少數民族中找到佐證。不過這個論點，似乎不被王明珂在〈食物、身體與族群邊界〉一文的論述所支持。王文認為中國歷史上飲食文化是逐漸朝漢化的方向發展。周遭少數民族的生食，逐漸被漢化的熟食所取代。同樣，巫達的文章也明確指出爾蘇族的飲食文化，如何受到強勢的漢民族及彝族的影響，不再保有本身的飲食文化傳統。

第二個出現於幾篇文章中的主旨，是飲食文化與生態環境之間的關係。如何解釋少數民族所持有的特殊飲食方式，最容易的說法就是歸諸於其自然條件或生態環境。如一個民族所居地域的海平面高度，必然會影響到當地氣候寒熱。而這些特殊地理環境的條件，就必然會影響到動、植物的生存、養殖，以及賴以為生各民族對食物選擇，甚或烹飪的方法、口味的選擇、風土病的出現等。這種簡單的環境決定論，最明顯可見於徐杰舜對「侗不離酸」的解釋。同樣的理論導向，也可見於鄧啓耀與袁同凱的文章中，試圖以某些地理上的條件，說明特殊飲食風俗。這種理論最大的問題有兩點。一是無法解釋居住在相同的地理範圍的不同民族，如侗、苗、瑤等，為何發展出不同的飲食文化。其二是當這個少數民族遷移到不同的生態環境時，為什麼還會保有原來的飲食文化類型，而不做出對新環境的適應，發展新的飲食文化？

本書第三個主旨是視飲食文化為民族區隔的文化標籤（ethnic