



吃 的 全 球 史

A Global History

# 冰淇淋

## Ice Cream

(美) 劳拉·B.韦斯 著  
Laura B.Weiss  
肖开容 译

漓江出版社



吃 的 全 球 史

A Global History

# 冰淇淋

## Ice Cream

(美) 劳拉·B.韦斯 著  
Laura B.Weiss  
肖开容 译

漓江出版社

林 林

Ice Cream; A Global History by Laura B. Weiss was first published by Reaktion Books in the Edible Series, London, UK, 2011

Copyright © Laura B. Weiss 2011

桂图登字:20-2013-058

### 图书在版编目(CIP)数据

吃的全球史:冰淇淋/(美)劳拉·B.韦斯著;肖开荣译. —桂林:漓江出版社, 2014.9

书名原文: Ice cream; A Global History

ISBN 978-7-5407-7161-4

I. ①吃… II. ①韦… ②肖… III. ①饮食—文化史—世界 ②冰激凌—制作 IV ①TS971 ②TS277

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第153678号

责任编辑:韩亚平

封面设计:沈艳君

出版人:郑纳新

漓江出版社有限公司出版发行

广西桂林市南环路22号 邮政编码:541002

网址:<http://www.lijiangbook.com>

全国新华书店经销

销售热线:021-55087201-833

山东临沂新华印刷物流集团印刷

(山东临沂高新技术产业开发区新华路 邮政编码:276017)

开本:880mm×1 230mm 1/32

印张:6.75 字数:100千字

2014年9月第1版 2014年9月第1次印刷

定价:29.80元

---

如发现印装质量问题,影响阅读,请与承印单位联系调换。

(电话:0539-2925888)



## 劳拉·B.韦斯

Laura B.Weiss

---

劳拉·B.韦斯 (Laura B.Weiss) 是纽约记者，专事美食、旅游与生活写作，作品发表于《纽约时报》、《纽约每日新闻》、《Zagat餐饮指南》以及《牛津食品与饮料指南》。她同时还是纽约大学亚瑟·卡特新闻学院兼职教授。

# 目录

## *Contents*

前言 人人都爱冰淇淋	1
1 冰淇淋的早期历史	8
2 甜点师与殖民地居民	20
3 大众化的冰淇淋	39
4 冰淇淋的黄金年代	55
5 蛋筒冰淇淋与新奇冰淇淋	85
6 冰淇淋的大规模生产	110
7 冰淇淋的新时代	143
8 冰淇淋配方及做法	176
注释	201
精选书目	202
致谢	205
图片出处	208

# 前言

## 人人都爱冰淇淋



你尖叫，我尖叫  
人人都为冰淇淋尖叫。

——霍华德·约翰逊、比利·摩尔、罗伯特·金，1927年

冰淇淋在意大利叫“格拉图”（gelato），在法国叫“格蕾丝”（glace），在俄罗斯叫“马洛兹耶诺”（morozbenoe）。在全世界，从东京到都灵，从丹佛到德里，人人都喜欢冰淇淋。著名女歌手莎拉·麦克拉克兰（Sarah McLachlan）唱过这样一句歌词：“你的爱比冰淇淋还美好！”这世上，除了浪漫的爱情以外，再也没有其他快乐具有冰淇淋那么巨大的诱惑力，不管是美味的食物，

还是其他东西。

为什么这个冰冰的、甜甜的东西有这么让人难以抗拒的吸引力呢？

首先，冰淇淋味道美妙无穷。冰淇淋含有奶油或牛奶、甜味剂和香料，经过搅拌和冰冻，具有冰凉的奢华感。另外，冰淇淋带给人强烈的情感冲击，它能刺激大脑的快乐中枢，使人产生幸福感。在美国剧作家尼尔·赛门（Neil Simon）描写少年成长的话剧《少年十五二十时》（*Brighton Beach Memoirs*）中，主人翁尤金·杰罗姆（Eugene Jerome）惊讶地说道：“只要有人给你冰淇淋，你就一下子神气起来了，真是不可思议！”

当然，冰淇淋还能挑动味蕾，愉悦视觉。比如，生活区里的冷饮柜有用吸管喝的充满泡沫的冰淇淋苏打；在罗马，美味奢华的格拉图蛋筒冰淇淋遍布大街小巷，深受欢迎；在印度德里和孟买，有小贩沿街叫卖的豆蔻香味考飞冰淇淋（Kulfi）；还有外面裹着一层香草味冰淇淋的热巧克力，冷热交织，大人小孩都为之倾倒。

同时，冰淇淋还能勾起美好回忆——让人回想起童年时期的欢声笑语或重要经历，比如特别的生日、爱国庆祝



活动等。冰淇淋的巨大魅力就在于，人们只要一看见这甜甜的冷冻食物，大脑里就会回想起无忧无虑的童年生活，以及天真无邪的纯真年代。冰淇淋售货员们，开着白色厢式货车穿行于纽约大街，或是骑着自行车在西贡（Saigon）街头游走，用欢快的声音叫卖，让人感受到夏日的悠闲。（我自己有关冰淇淋的记忆却是苦乐参半。由于对奶制品过敏，我直到四岁时才第一次尝到冰淇淋，那是一支香草味的冰淇淋，是我一生中尝到的最美味的东西。）

这样一种带给人们无穷乐趣的食物，它的故事也同样精彩。冰淇淋是一场流动的盛宴，在形形色色的人身上上演着精彩的故事：中国古代皇帝、英国历代国王、获得解放的奴隶、女发明家、精明的商人、做廉价冰淇淋小贩的意大利移民、钟爱美食的美国第一夫人、健康饮食专家、善于自我节制的传教士以及当下的贪吃“馋嘴猫”。

在不同的历史阶段，冰淇淋有不同的名称，包括“冰块”、“冰冻奶酪”、“奶酪”等。最初，冰淇淋作为一种享有国际声誉的奢侈甜点，只有上流社会的人才资格享用。随着历史的演进，冰淇淋一路发展，从富人生活的标志，变成了今日大众化的美食，不管是王公贵族，还是





冰淇淋为深处战火中的伊拉克孩子带来短暂的快乐。

平民百姓都为之垂涎。

虽然有传闻说是中国人首先制成了冷冻奶制甜点，但是我们今日所熟知的冰淇淋，最早是在欧洲发明的，主要在意大利，在法国、英国和欧洲大陆其他地区也有制作。后来又陆续跨过大西洋传到美洲。实际上，美国人喜欢把冰淇淋看成是他们国家的代表性甜点，给予冰淇淋与神奇的苹果派一样重要的地位。的确，冰淇淋能够飞快地登上世界饮食舞台，美国的企业家和美食发明家们功不可没。全球最受欢迎的蛋筒冰淇淋、圣代和冰淇淋苏打，要么是

在美国发明的，要么就是在美国流行开来的。而且，卖这些甜品的冷饮柜简直就是一个美国符号。正是由于美国商业天才和美食天才的刻苦经营，冰淇淋产业才实现了商业化。事实上，如今全球最知名的冰淇淋品牌，如哈根达斯（Häagen-Dazs）、巴斯罗缤（Baskin-Robbins）等都源于美国。

然而，如果没有旧世界美食的巨大影响，美国本土的冰淇淋也不可能在全球市场变得这么畅销。早期意大利、法国和英国甜点师发明了冰淇淋食谱和制作技术，孕育了我们今日品尝到的冰淇淋。来自意大利的移民把冰淇淋制作技艺传遍了欧洲大陆和整个北美，他们在纽约、伦敦、柏林和其他一些城市的街头巷尾贩卖冰淇淋，为冰淇淋成为全球最受欢迎的街头食品奠定了基础。

尽管美国冰淇淋影响广泛，但是世界各地的本土冰淇淋文化依然兴盛。比如，意大利的格拉图依然受到全球冰淇淋行家的钟爱。在土耳其和部分中东地区，用兰荃粉做成的“萨拉皮当杜尔玛”（salepi dondurma）冰淇淋一直持续热销。

到今天，冰淇淋的民族传统正在消失，以前独具特色

的地方风味渐渐融合成为统一的口味。事实上，如今的冰淇淋已经变成了一块饮食白板，可以在上面添加任何饮食文化色彩。纽约长岛的一家冰淇淋店用纯冰淇淋原液制作了考飞冰淇淋。布鲁克林的一帮妇女用冰淇淋来表达她们东欧犹太食品传统。那是否也有人会做玛索粉脆饼冰淇淋呢？

即使被认为极为神圣的意大利冰淇淋格拉图，如今也被外来影响所改变（有人甚至说是被破坏了）。从得梅因（Des Moines）到德里，人们可以吃到绿茶格拉图和车达奶酪冰淇淋。在意大利，我尝到过一种有生姜和辛辣的阿兹特克巧克力味道的冰淇淋，这是一种非手工制作的冰淇淋，精心调制的味道也已不是佛罗伦萨和罗马当地的味道。有人可能会问，这样的格拉图还是意大利冰淇淋吗？

冰淇淋本身也逐渐演化成为一种著名的文化符号，出现在毕加索的绘画和好莱坞电影等各种艺术作品中。我们永远难以忘记，在弗兰克·卡普拉（Frank Capra）1946年执导的经典电影《生活多美好》（*It's a Wonderful Life*）中，乔治·贝利（George Bailey）在冷饮柜上盛了一盘冰淇淋，端给玛丽（Mary）时，这位小姑娘悄悄地说：“乔治·贝

利，我会爱你一生一世！”

在过去许多年里，历史学家也曾把研究重点放在冰淇淋的神话故事和传奇历史上，当然也包括具有争议性的传说，这些故事和传说为冰淇淋的历史增添了更多色彩。真的是凯瑟琳·德·梅第奇（Catherine de Medici）把冰淇淋带到了法国？究竟谁才是圣代的真正发明者？像这样一些问题，几十年来一直困扰着美食历史学家和冰淇淋爱好者。

本书《冰淇淋：吃的全球史》主要回顾这些史诗般的争议，重点关注这一冷饮从贵族食物发展成今日被广泛接受的大众化产品的过程，以及在这一过程中，旧世界和大陆的经济、社会和饮食文化因素如何一起作用，从而产生这种令人难以抗拒的诱惑力。

# 1

## 冰淇淋的早期历史



冰淇淋美妙绝伦，可叹法律对它也宽容。

—— 伏尔泰

最初的冰淇淋并不是用我们所熟知的奶酪、糖、鸡蛋和香料混合而成，而是使用不含牛奶的冷冻饮料。冰冻饮料至少在古希腊和罗马时代就有了，据说罗马皇帝尼禄（Nero）就喜欢红酒和蜂蜜味的冰冻提神饮料。但是要制作这种冰饮，就必须要有冰块，并保存数月不融化。在机械冰箱发明之前的数个世纪里，要想做到这一点，只能派工人到附近的山上去采集积雪或冰块，取回来藏在不会融化的地方。据说4000年前，美索不达米亚（Mesopotamia）



地区就有了冰窖。希腊人和罗马人从附近的山顶采来冰雪，然后储藏于冰窖里。在中国，采集和储藏冰块用于保存食物始于公元前1100年左右。据说亚历山大大帝于837年征服佩特拉（Petra）时，也挖了许多冰窖，用于储藏收集来的积雪。

在日本，四世纪时的仁德天皇（Nintoku）非常钟情于收集冰块来保存食物，甚至将6月1日定为“冰之朔日”（national ice day）。有一天，一位皇太子看见了一处冰窖，就询问冰是怎样储存起来的。当地一位农民告诉他：

在地上挖一个10英尺深的坑，上面盖上草顶，下面铺上厚厚的芦苇，冰块就放在芦苇上。炎炎夏日数月，冰块也不会融化。这样，在炎热的夏天，取出冰块放入水中或酒中，即可饮用。<sup>1</sup>

这位皇太子回家后，把这一神奇的发现告诉父亲仁德天皇，天皇便立即采纳了这一新奇的藏冰法。

很多历史学家认为，中国唐代（681年—907年）的皇帝最先开始享用冰冻的奶制品糕点。这种糕点与今天的

冰淇淋一样吗？其实不一样。这种古老的冰冻甜点用奶牛、山羊或水牛的奶经过发酵，加入面粉加热制作而成，然后配以樟脑以提味和增加质感，同时还加上来自外国的配料，如龙脑粉和龙眼等。美食历史学家伊丽莎白·大卫（Elizabeth David）指出，把这种食物做成雪花一样的薄片，借助樟脑，产生具有吸引力的质地和外观。<sup>2</sup>据说樟脑也有一定的药用价值，后来几个世纪的厨师和发明家都强调冰淇淋有这样的药用功效。把这些东西的混合物放入金属罐里密封，然后放入冰池，将其冷冻，就像如今的印度考飞冰淇淋一样，也是放在金属容器里用冰来冷冻。

有关冰淇淋的另一个中国传说是怎么回事呢？流传甚广的说法是，马可·波罗（Marco Polo）（1254年—1324年）把冰淇淋从远东地区带回了欧洲。故事本身倒是有趣，不过这个流传甚久的离奇传说近些年来已被彻底推翻。伊丽莎白·大卫解释说，有关马可·波罗的这个传说可能讲的是一种马奶酒，<sup>3</sup>用蒙古的马奶发酵而成。其他历史学家认为，这位来自威尼斯的探险家可能在中国是品尝过冰冻甜点的，但是几乎可以肯定地是，他并没有从中国带任何烹饪或冷冻技术到意大利。否则，为什么意大利人在马



可·波罗之后又等了三个多世纪才开始尝试冷冻技术呢？<sup>4</sup> 还有一些学者坚持认为，马克·波罗不可能把冰淇淋带回欧洲。为什么呢？他们说，这位探险家可能根本就没有到过中国。

## 意大利：冰和冰淇淋的诞生地

有关冰淇淋的另一个流传甚久的故事与法国奥尔良公爵亨利（Henry，后来成为法国国王亨利二世）的14岁新娘凯瑟琳·德·梅第奇有关，传说她在1533年从意大利北上，来到法国嫁给亨利，同时将冰淇淋引入了法国。这个说法巧妙地将冰淇淋历史融入了一段浪漫爱情，但是至今依然找不到任何可以支撑该说法的证据。

那么，冰淇淋究竟是如何发展成为今天这样一种广受赞誉的甜点的呢？

从中世纪开始，阿拉伯人就经常喝一种叫做“雪泥”（sherbet）的饮料，在阿拉伯语里叫做“莎拉布”（sharab）或“莎拉布特”（sharabt）。波斯人和土耳其人也都喜欢喝这种提神饮料，一般用樱桃、石榴或榲桲果调味。

这种冷冻饮料可能是由游客从中东地区带回欧洲，然后很快就在欧洲贵族间流行起来。美食历史学家阿尔伯特·卡帕迪（Alberto Capatti）和马西莫·蒙塔纳里（Massimo Montanari）曾经说过，毫无疑问，意大利人是掌握这种冷饮技术的大师。<sup>5</sup>意大利的冷饮影响力非常大，很快引起了法国人的注意。法国的糕点师尼古拉斯·奥迪热（Nicolas Audiger）在1692年所写的《家务管理艺术》（*La maison réglée*）一书里，对读者建议说，意大利风格是制作冷冻饮料的指定配方。

一般来说，冰冻饮料要掺入酒、香料或桃子、黑莓之类的水果，再加入糖和水。正如后来历史上许多时期纷纷对冰淇淋提出健康上的威胁，冷饮也预先面临了这样的命运，有些医生告诫人们冰饮对人有害。医学专家谴责人们过于钟爱冰冻饮料，警告说过于冰冷的食物会引发各种危险的疾病，比如瘫痪。但是当时的意大利人依然继续享用这些冰冻饮料，把医生们的忠告抛诸脑后，就像今天的冰淇淋爱好者一样，全然不顾医生有关吃高脂肪食物会导致心血管疾病的警告。

到十七世纪中叶，人们用糖、草莓和柠檬等调味剂加