

国家“八五”重点图书

中华饮食文库

中国菜肴史

邱庞同 著



青岛出版社

北京教育学院图书资料中心



0000137132

429456

鲁新登字 08 号

图书在版编目(CIP)数据

中国菜肴史/邱庞同著. —青岛:青岛出版社,2001.9

(中华饮食文库)

ISBN 7-5436-2418-4

I. 中… II. 邱… III. 饮食-文化史-研究-中国 IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 01040 号

责任编辑 郭东明

装帧设计 钟 意

中华饮食文库
中国菜肴史
邱庞同 著

青岛出版社出版

(青岛市徐州路 77 号)

邮政编码:266071

新华书店北京发行所发行

青岛新华出版照排公司排版

胶南市印刷厂印刷

2001 年 9 月第 1 版 2001 年 9 月第 1 次印刷

16 开(787×1092 毫米) 28.25 印张 4 插页 620 千字

ISBN 7-5436-2418-4/TS·349

定价 108.00 元



《中华饮食文库》编辑委员会

顾 问 陈丕显 陈慕华 胡 平

曾宪林 张世尧 沈治平

主 任 姜 习

副主任 萧 帆 林则普 乔淑华

徐 诚 聂凤乔

委 员 (以姓氏笔画为序)

王义民 王子辉 王仁湘 乔淑华

孙世增 李正权 李新堂 邱庞同

陈光新 林则普 张廉明 柯日恒

姜 习 聂凤乔 徐 诚 陶文台

陶振纲 萧 帆 熊四智

前 言

中国菜在世界上的名气是颇响的。据外国的饮食专家说,国际间能与中国菜比肩的,恐怕只有法国菜,当不是过誉之词。

中国菜之所以出名,是和它的用料广泛、选料严格、刀工精湛、配菜巧妙、烹饪方法灵活多变、火候把握恰当、风味多种多样有关。当然,也和它有着悠久的历史有关。

近 20 年来,对中国菜的研究多了起来,举凡菜肴制作、烹饪方法、调味手段、火候把握、风味流派、营养食疗、历史渊源、中外交流等多方面均有涉及,也出现了不少力作。然而,全面反映中国菜肴发展历史的著作,至今尚未问世。这无疑是一件憾事。

1991 年夏季,我把为“中华饮食文库”撰写的《中国面点史》书稿交给了青岛出版社。后来,在一次会议期间,责任编辑郭东明先生问我,什么时候能将《中国菜肴史》写出来(这本书也是列入“中华饮食文库”的)。记得我是这样回答的:等《中国面点史》出版后看看社会反映再说。这句话的潜台词是,如果社会反映尚佳,我再动笔也不迟;倘若反映太差,就不宜率尔操觚了。当然,话虽如此说,从那年夏天起,我还是为写作《中国菜肴史》做了许多准备工作,如搜集资料、列写作提纲、试写部分章节等等。

1995 年,《中国面点史》出版了。其后的几年中,我断断续续听到了海内外学者的一些意见。好评居多,也有指出“瑕疵”的。其中,尤为值得一提的是日本学者计划翻译《中国面点史》一事。

1997 年秋天,我接到了中国科学院自然科学史研究所洪光住先生的信。他告诉我,日本中国饮食文化史研究专家中山时子女士想翻译《中国面点史》,托他在北京买几本《中国面点史》,并说想邀请我到香港见面,谈谈翻译的事(中山女士、洪先生均要去香港参加一次饮食文化研讨会)。后来,洪先生又来信,并转来中山女士 9 月 1 日给他的信件的复印件,里面有这样的话:“11 月在香港见。《中国面点史》我想要三四本,在日本买不到。如果您能在北京买到的话,请替我多留神好吗?谢谢。我很想在香港能见到这本书的著者先生。希望您给我介绍介绍好吗?”见到这封信后,我一方面与青岛出版社联系,请社里帮我寄两本《中国面点史》给洪先生,再托他带至香港转赠中山女士;另一方面我回信给洪先生,请他转告中山女士,我因工作忙,难以去香港和她见面。过了不久,又收到洪先生的信,信中又附了中山时子 10 月 18 日给他的一封短笺:“……得知邱庞同先生有可能不能去香港参

加第五届中国饮食文化学术研讨会,多少有些失望。您身体好吗?在香港会议期间,希望能与您谈谈关于准备在日本翻译出版《中国面点史》一书的事宜……”后来,洪先生又多次来信,以中山时子“委托担保人”的身份谈翻译之事,但因译书与出版社有关,我便又转请青岛出版社和洪先生谈一些具体事宜。

啰啰嗦嗦谈了这么一通,主要是想说明:《中国面点史》确实是在海外产生了一定的影响。顺带指出的是,日本东京都柴田书店出版的《专门料理》杂志(月刊)上,正以编译的方式连载“以邱庞同《中国面点史》为底本(依据)”的《中国的面点文化》,从1998年起,目前已刊载30多篇10万多字的文章了,编译者为木村春子女士。我不认识木村女士,据说,她是中山时子门下的“干将”。奇怪的是,迄今为止,木村女士尚未通知我她连载《中国的面点文化》的消息,也未通知青岛出版社。这事姑置勿论。但从编译、连载这一件事,仍可看出《中国面点史》在海外的影响。这些,均增强了我撰写《中国菜肴史》的信心。

在撰写《中国菜肴史》的过程中,我面临的一个重要问题是如何分期。

以往,有的朋友在写烹饪史上主张按器皿分期,即分石烹、陶烹、铜烹、铁烹、电烹等时期。这种分法,乍看有理,实则经不住推敲。如“电烹”,就很难和石烹、陶烹、铜烹、铁烹并列。因为“电烹”是以“电”——能源为特征来划分阶段的,和以炊具的制作材料为特征来划分阶段的“石烹”、“陶烹”、“铜烹”、“铁烹”根本不是一回事。除非将前面改为柴草火烹、木炭火烹、煤炭火烹、煤油火烹,方才能和“电烹”并列。

还有朋友主张以烹饪方法为阶段来划分。想法虽好,但不少烹饪方法的起始阶段尚难考证清楚,也就难以划分了。

鉴于这种情况,我仍然决定以历史时期为阶段。这样,可以让读者看清每一个历史时期菜肴的发展情况。另外,菜肴虽无明显的时代标志,但或多或少会受到时代风习的影响,所以还是以历史时期分段为妥。

在内容上,计划以介绍、评析各类菜肴的产生、发展、特色为主,兼及炊具、烹饪方法的发展,菜肴风味流派的产生,饮食市场的状况,菜肴著述等等。

在菜肴的写法上,仍旧采用《中国面点史》中所用的“螺旋式”上升的写法,即从第二章起,先写新出现的菜肴,然后再写旧有各类菜肴的发展。这样,对中国菜肴的发展过程就会看得比较清楚。

为了让读者能了解更多的古代菜肴的情况,本书选取的菜例较多。否则,读者只能读到干巴巴的提纲,对古代菜肴难以形成全面系统的印象。再者,菜例多了,读者也可自行加以分析、判断,看看本书的一些观点能否站得住。

最后,简单地谈一下“菜”的问题。在中国古代的字书、词书中,“菜”指的是蔬菜。从先秦至宋朝,大体是这种情况。宋朝及其后,“菜”的词义方才逐步演变为又指用各种动、植物

原料烹制的“菜肴”了。如《随园食单》一书中有“素菜”、“荤菜”、“小菜”、“满菜”、“汉菜”、“杭州菜”、“菜”等等,就是指的各类型的“菜肴”,有按原料性质分的,有按民族分的,有按地域分的,也有总称的。

再谈一下“肴”。“肴”一词在古代通常指肉食,亦作“𩚑”。《诗·大雅·行苇》有“嘉𩚑脾臄”之句,《诗·大雅·韩奕》中有“其𩚑维何,𩚑𩚑鲜鱼”之句,指的是肉食和鱼类制品。

大约在汉、魏之时,出现了“菜肴”、“肴馔”、“肴蕪”这几个词,其义通常指用动、植物原料烹制成熟的蔬菜或肉食。但“肴馔”一词中,可以包括面点饭食在内。

在古代,与“菜肴”类似的词还有“菜蔬”、“下饭”(明代仍有,又叫“嘎饭”)、“按酒”(又作“案酒”),但不如“菜肴”用得更多。而如今,“菜肴”一词则更加流行了。

基于这种理解,本书中的“菜肴”是指相对于主食、小吃(少数小吃亦为菜肴)、饮料等而言的用于佐酒、下饭的食品的总称。通常有生制、熟制两类制法。生制菜肴一般不经过加热,系将原料用腌、糟、醉、酱、渍、泡等方法制成;熟制菜肴须将原料经过初加工和切配,用一定的烹饪方法加热、调味而成。

这儿还必须强调的一点是,“菜肴”的定义是不容易下的。即如前面所说与“主食”等相对而言的食品为菜肴,就欠准确,因为在中国古代,就有以“肉食”为主的从事游牧生活的民族。故这些民族的主食当然也应划在菜肴之中了。

中国古代的菜肴是中华各族人民在漫长的历史发展进程中共同创制出来的一份珍贵遗产。尽管在古代精美菜肴只有少数人才能享用,广大劳动人民无法问津,但其创造者仍然主要是劳动人民,是劳动人民智慧和心血的结晶。这是毋庸置疑的。有鉴于此,本书中记述、评价大量古代菜肴,一方面是为了写菜肴发展历史的需要,另一方面乃是为了赞美中国人民,尤其是劳动人民的创造和智慧。恰如写《中国建筑史》要反映宫、室、殿、堂、楼、台、亭、榭一样。这是不言而喻的。否则,就会陷入形而上学和历史虚无主义的困境。

目 录

前言	1
第一章 原始公社时期	1
第一节 茹毛饮血的生食阶段	1
第二节 火的取用与熟食	2
第三节 早期饮食之道的形成	3
(一)谷物、蔬菜、牲畜、水产及调味品的生产	3
1. 谷物方面	3
2. 蔬菜方面	4
3. 牲畜方面	4
4. 水产方面	5
5. 调味品方面	5
(二)陶制炊具、餐具的产生	5
(三)灶具的产生	7
(四)谷物加工工具	7
(五)早期菜肴	8
第二章 夏商周战国时期	9
第一节 烹饪原料的增加	9
(一)谷物方面	9
(二)蔬菜、水果方面	10
(三)禽畜方面	10
(四)水产方面	11
(五)调味品方面	11
第二节 青铜等炊餐具的产生和发展	12
(一)青铜炊餐具的产生	12
(二)陶器的发展和原始瓷器的产生	15
(三)玉、漆、象牙等食器的产生	15
(四)箸的产生	16
第三节 主要菜肴品种	16
1. 炙	16
2. 羹	16
(1)肉类羹	17

	(2)带汁肉·····	17
	(3)肉汁·····	17
	3. 臠·····	17
	4. 脯·····	17
	5. 脩·····	17
	6. 醢·····	18
	7. 膾·····	18
	8. 菹·····	18
	9. 脍·····	18
	其他类菜肴·····	18
	周代八珍·····	18
	《楚辞》中提到的菜肴·····	20
	濡鸡、濡鳖、濡鱼、脍熊蹯等菜肴·····	21
第四节	菜肴风味流派的滥觞·····	22
	1. 中原菜肴·····	22
	2. 荆楚菜肴·····	22
	3. 吴地菜肴·····	23
	4. 巴蜀菜肴·····	23
第五节	筵席中的菜肴·····	24
第六节	烹饪技艺的发展·····	26
	1. 选料方面·····	26
	2. 刀工方面·····	26
	3. 配菜方面·····	26
	4. 烹饪方法方面·····	27
	(1)炙·····	27
	(2)燔·····	27
	(3)炮·····	27
	(4)烹·····	27
	(5)炆·····	27
	(6)蒸·····	28
	(7)脴·····	28
	(8)煎·····	28
	(9)脍·····	28
	(10)卤、焙·····	28
	(11)炸·····	28
	(12)炖·····	28

(13)炒	28
5. 火候方面	29
6. 调味方面	29
7. 勾芡方面	29
第七节 早期的烹饪理论	30
1. 用火方面	30
2. 调味方面	30
第三章 秦汉时期	32
第一节 烹饪原料方面	32
(一)谷物方面	33
(二)蔬菜、水果方面	33
(三)禽畜及乳制品方面	33
(四)水产方面	34
(五)调料方面	34
(六)豆腐方面	35
第二节 炊餐具的发展	36
(一)炊具方面	36
(二)炉灶方面	36
(三)食器方面	39
第三节 主要菜肴品种	40
(一)菜肴新品种	40
1. 五侯鲭	40
2. “濯”法制的菜	40
3. 鲈	40
4. 豆豉	41
5. 鸡纤	42
(二)旧有各类菜肴的发展	42
1. 炙类菜肴	42
(1)脯炙	42
(2)釜炙	42
(3)胎炙	43
(4)貂炙	43
(5)马王堆汉墓遣策所记炙菜	44
2. 羹类菜肴	44
(1)猴羹	44
(2)鸚羹	44

(3)肺脯	44
(4)马王堆汉墓遗策中所记的羹类菜肴	44
3. 脯类菜肴	46
胃脯	46
4. 醢、酱类菜肴	46
鱼肠酱、蟹胥、生脰、鲑酱	46
5. 齏、菹类菜肴	47
橙皮齏、葵菹、藕菹	47
6. 脍类菜肴	47
7. 其他类菜肴	48
第四节 菜肴风味流派	49
1. 中原菜肴	49
2. 荆楚菜肴	49
3. 淮扬菜肴	50
4. 巴蜀菜肴	50
5. 吴地菜肴	51
第五节 筵席中的菜肴	51
第六节 烹饪技艺的发展	53
1. 选料方面	53
2. 刀工方面	53
3. 配菜方面	54
4. 烹饪方法方面	55
新出现的烹饪方法	55
(1)烩	55
(2)溜	55
(3)煎	55
(4)炸	55
旧有烹饪方法的发展	55
5. 火候方面	56
6. 调味方面	56
第七节 饮食卫生与食疗菜肴	57
1. 饮食卫生方面	57
2. 食疗方面	58
第四章 魏晋南北朝时期	59
第一节 烹饪原料方面	60
(一)谷物方面	60

(二)蔬菜方面	60
(三)禽畜及乳制品方面	60
(四)水产方面	60
(五)调料方面	61
第二节 炊餐具的发展	62
(一)炊具方面	62
(二)食器方面	63
(三)燃料方面	63
第三节 主要菜肴品种	63
(一)菜肴新品种	63
1. 炒、腌、消、煎、腊等新烹饪方法制作的菜肴	63
“炒”菜	63
“腌”菜	64
“消”菜	65
2. 因造型变化而新出现的菜肴	65
“丸”形	65
“饼”形	65
手镯形	66
肠形	66
3. 少数民族菜肴	66
胡炮肉	66
胡羹	67
羊盘肠雌斛	67
猴头羹	67
(二)旧有各类菜肴的发展	67
1. 炙类菜肴	67
(1)炙豚	67
(2)棒炙	68
(3)脯炙	68
(4)肝炙	68
(5)牛肱炙	68
(6)脯炙豚	68
(7)酿炙白鱼	69
(8)炙蚶	69
(9)炙鱼	69
2. 羹类菜肴	69

(1) 莼羹·····	69
(2) 猪蹄酸羹·····	70
(3) 酸羹·····	71
(4) 胡麻羹·····	71
(5) 鸡羹·····	71
(6) 笋箬鸭羹·····	71
(7) 菰菌鱼羹·····	71
3. 臠类菜肴·····	71
(1) 芋子酸臠法·····	71
(2) 鸭臠·····	72
(3) 鳖臠·····	72
(4) 羊蹄臠·····	72
(5) 鲍臠·····	72
4. 脯类菜肴·····	73
(1) 五味脯·····	73
(2) 度夏白脯·····	73
(3) 甜胞脯·····	74
(4) 鳢鱼脯·····	74
5. 鲈类菜肴·····	74
(1) 鲈·····	74
(2) 裹鲈·····	75
(3) 蒲鲈·····	75
(4) 猪肉鲈·····	75
6. 酱类菜肴·····	76
(1) 肉酱法·····	76
(2) 鱼酱·····	76
(3) 榆子酱·····	76
(4) 藏蟹法·····	76
7. 豉类菜肴·····	76
(1) 《食经》“作豉法”之注·····	77
(2) “家理食豉”之注·····	77
8. 齏类菜肴·····	77
(1) 韭菹齏·····	77
(2) 八和齏·····	77
9. 菹类菜肴·····	78
(1) 木耳菹·····	78

	(2)咸菹·····	78
	(3)瓜芥菹·····	78
	(4)蕨菹·····	78
	(5)白菹·····	78
	(6)蝉脯菹·····	79
10.	其他类菜肴·····	79
	(1)蒸熊·····	79
	(2)蒸鸡·····	79
	(3)蒸猪头·····	79
	(4)蒸藕·····	79
	(5)蜜纯煎鱼·····	79
	(6)白淪豚·····	79
	(7)作杭子法·····	80
第四节	佛教与素菜·····	80
	(1)葱韭羹·····	83
	(2)瓠羹·····	83
	(3)油豉·····	83
	(4)苽煎紫菜·····	83
	(5)薤白蒸·····	83
	(6)蜜姜·····	84
	(7)炆菌法·····	84
	(8)炆茄子法·····	84
第五节	菜肴风味流派·····	84
第六节	筵席中的菜肴·····	86
第七节	烹饪技艺的发展·····	88
	1. 选料方面·····	88
	2. 初加工方面·····	88
	3. 刀工方面·····	89
	4. 配料方面·····	89
	5. 烹饪方法方面·····	89
	炆·····	90
	暗·····	91
	绿·····	91
	脏·····	91
	淪·····	92
	辟、奥、糟、苞·····	92

6. 火候方面	92
7. 调味方面	92
第八节 菜肴著述	92
(一)崔浩《食经》	93
(二)《食次》	94
(三)《齐民要术》	94
第五章 隋唐五代时期	97
第一节 烹饪原料方面	98
(一)谷物方面	98
(二)蔬菜方面	98
(三)禽畜及乳品方面	99
(四)水产方面	99
(五)调料方面	99
第二节 炊餐具的发展	100
(一)炊具方面	100
(二)食具方面	100
(三)燃料方面	101
第三节 主要菜肴品种	102
(一)菜肴新品种	102
1. 花色菜	102
(1)五生盘	102
(2)辋川小样	102
(3)玲珑牡丹蚌	102
(4)素菜花色菜	103
2. 食疗菜	103
(二)旧有各类菜肴的发展	103
1. 炙类菜肴	103
(1)浑炙犁牛	103
(2)象鼻炙	103
(3)嘉鱼炙	103
(4)天齋炙	103
(5)炙驼峰	103
(6)灵消炙	103
2. 羹、臠类菜肴	104
(1)十远羹	104
(2)不乃羹	104

(3)双晕羹	104
3. 脯类菜肴	104
(1)乌贼鱼脯	104
(2)赤明香	105
(3)红虬脯	105
(4)同心生结脯	105
(5)淡脯	105
(6)兔脯	105
(7)干菜脯	105
4. 鲈类菜肴	105
(1)太湖鲤鱼腴鲈	105
(2)吴兴连带鲈	105
(3)玲珑牡丹鲈	105
5. 脍类菜肴	106
(1)金齑玉脍	106
(2)海鲛干脍	106
(3)缕子脍	106
6. 酱类菜肴	106
(1)蚁卵酱	106
(2)罍酱	106
(3)鱼酱	107
(4)兔酱	107
7. 豉类菜肴	107
8. 膾、菹类菜肴	107
9. 其他类菜肴	108
(1)浑羊殁忽	108
(2)虾生	108
(3)煎鲈鱼	108
(4)拌水母丝	108
(5)炒蜂子	108
(6)于阗全蒸羊	109
(7)软钉雪龙	109
(8)遍地锦装蟹	109
(9)过厅羊	109
(10)鸭卵花	109
(11)糟蟹、糖蟹	109

(12)仙人膏·····	109
(13)汤浴绣丸·····	109
(14)赐绯羊·····	109
(15)热洛河·····	110
(16)蜜唧·····	110
第四节 食疗菜肴·····	110
(一)《备急千金要方·食治》·····	110
(二)《千金翼方》中的食疗菜·····	111
(三)《食疗本草》中的菜肴·····	113
(四)《食医心鉴》中的菜肴·····	115
第五节 宫廷菜肴·····	118
第六节 菜肴风味流派·····	122
第七节 筵席中的菜肴·····	127
第八节 烹饪技艺的发展·····	132
1. 选料方面·····	132
2. 刀工方面·····	133
3. 烹饪方法方面·····	133
4. 火候方面·····	134
5. 调味方面·····	134
第九节 中外菜肴交流·····	135
第十节 菜肴著述·····	139
(一)《膳夫经手录》·····	140
(二)《斫鲙书》·····	141
(三)李白《酬中都小吏携斗酒双鱼于逆旅见赠》·····	141
(四)杜甫《阆乡姜七少府设鲙戏赠长歌》·····	141
(五)韩愈《初南食贻元十八协律》·····	142
第六章 宋代 ·····	144
第一节 烹饪原料方面·····	145
第二节 炊餐具的发展·····	147
(一)炊具方面·····	147
(二)餐具方面·····	148
(三)燃料方面·····	149
第三节 主要菜肴品种·····	149
(一)菜肴新品种·····	149
1. 炒菜方面·····	149
肉生·····	149

2. 焙菜方面	150
炉焙鸡	150
3. 涮菜方面	150
拨霞供	150
4. 肉松类菜	151
肉珑松	151
5. 洗手蟹、蟹生	151
6. 雪霞羹等花卉菜	152
7. 冷冻菜肴	153
8. 以“假”乱真菜	153
(1)假羊眼羹	154
(2)假白腰子	154
9. 签	154
10. 糍	156
(1)筭条巴子	156
(2)筭子糍	156
(3)水晶糍	156
(二)旧有各类菜肴的发展	157
1. 炙类菜肴	157
(1)炙鱼	157
(2)鸳鸯炙	157
2. 羹、臠类菜肴	157
(1)东坡羹	157
(2)宋五嫂鱼羹	158
(3)金玉羹	158
(4)科斗羹	158
3. 脯类菜肴	159
(1)东坡脯	159
(2)国信脯	159
(3)牛蒡脯	159
(4)芭蕉脯	159
4. 鲊类菜肴	159
(1)黄雀鲊	159
(2)羊肉旋鲊	160
(3)玉钩鲊	160
(4)金溪鲊	160