



本书在对饮食文化的概念、功能、现状

作简要介绍之后，分别讲述了饮食原料

文化、饮食器具文化、烹调文化、主食

菜肴文化、饮文化、饮食民俗、饮食礼

仪、世界饮食文化交流。

中外饮食文化

Chinese and Foreign Diet Culture

本书注重知识的系统性、科学性，但又

不落窠臼，有所突破与创新，并与实用

结合，资料翔实、通俗易懂；既

国饮食文化的辉煌历史和鲜明的

征，又着重阐述了世界上主要国

家的饮食文化，对于中外饮食文化的文

流亦有介绍，从而体现了中外饮食文化

的对比，凸显了中西饮食文化的差异。

修订版

主 编◎隗静秋

副主编◎隗 玮 董 强 王 标



中外

饮食文化

Chinese and Foreign Diet Culture

修订版

主编 魏静秋
副主编 魏玮 董强 王标



经济管理出版社
ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

中外饮食文化/隗静秋主编. —修订版. —北京:经济管理出版社, 2015. 4
ISBN 978 - 7 - 5096 - 3634 - 3

I. ①中… II. ①隗… III. ①饮食—文化—世界 IV. ①TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 039471 号

组稿编辑: 何 蒂
责任编辑: 何 蒂 杜 菲
责任印制: 司东翔
责任校对: 赵天宇

出版发行: 经济管理出版社
(北京市海淀区北蜂窝 8 号中雅大厦 A 座 11 层 100038)

网 址: www.E-mp.com.cn

电 话: (010) 51915602

印 刷: 北京银祥印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 720mm × 1000mm/16

印 张: 16

字 数: 288 千字

版 次: 2015 年 7 月第 1 版 2015 年 7 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 5096 - 3634 - 3

定 价: 39.00 元

· 版权所有 翻印必究 ·

凡购本社图书, 如有印装错误, 由本社读者服务部负责调换。

联系地址: 北京阜外月坛北小街 2 号

电话: (010) 68022974 邮编: 100836

目录



第一章 绪 论	1
第一节 饮食文化的概念	1
一、文化	1
二、饮食文化的概念	3
第二节 饮食文化的特征与功能	5
一、饮食文化的基本特征	5
二、饮食文化的功能	7
第三节 中国饮食文化现状	9
第二章 中外饮食民俗	13
一、民俗与饮食民俗	13
二、饮食民俗形成的原因	14
第一节 中国饮食民俗	16
一、居家日常食俗	16
二、传统年节食俗	19
三、人生礼仪食俗	38
四、宗教信仰食俗	42
五、少数民族食俗	53
六、中国饮食民俗的特征	71
第二节 外国饮食民俗	72
一、亚洲国家的饮食民俗	72
二、欧洲国家的饮食民俗	77
三、美洲国家的饮食民俗	80
四、非洲国家的饮食民俗	83

第三章 中外饮食礼仪	87
第一节 中国饮食礼仪	87
一、中国古代饮食礼仪	87
二、中国现代饮食礼仪	89
第二节 外国饮食礼仪	95
一、亚洲国家饮食礼仪	95
二、欧洲国家的饮食礼仪	107
三、美洲和大洋洲国家的饮食礼仪	111
四、非洲国家的饮食礼仪	113
第四章 中外酒文化	116
第一节 中国酒文化	116
一、酿酒起源的传说	117
二、酒的起源与发展	120
三、酒器文化	124
四、酒德、酒礼、酒道、酒令和酒俗	127
五、文学艺术与酒	136
第二节 外国酒文化	145
一、世界各民族神话中酒的故事	145
二、各国名酒一览	147
三、各国酒俗琐谈	153
第三节 饮酒与养生	154
一、常饮质量好、度数低的酒	154
二、饮法得当	157
第五章 中外茶文化	162
第一节 中国茶文化	162
一、茶的起源及传播	162
二、茶文化特性及茶的分类	165
三、中国名茶	169
四、各地茶文化及茶俗	172
五、中国茶道与儒释道	174

六、茶与文学艺术	178
第二节 外国茶文化	189
一、日本茶文化	189
二、英国茶文化	192
三、美国茶文化	193
四、印度茶文化	193
五、马来西亚茶文化	194
六、俄罗斯茶文化	194
七、德国茶文化	194
八、土耳其茶文化	194
九、阿根廷茶文化	195
十、非洲茶文化	195
第三节 外国咖啡文化	197
一、咖啡的起源	197
二、咖啡的品种	199
三、世界各地的咖啡文化集锦	202
第六章 中外饮食器具文化	205
第一节 中国饮食器具发展史	205
一、饮食器具的起源	205
二、饮食器具的形成	206
三、饮食器具的发展	206
第二节 中国饮食器具的文化意蕴	210
一、等级有别，礼制标志	210
二、分餐之制，古已有之	212
三、实用美观，合而为一	213
四、发达科技，不容忽视	214
五、信息传递，弥足珍贵	214
第三节 筷子文化	215
一、筷子的起源	215
二、筷子形制的演变史	217
三、中国文化里的筷箸	224
第四节 美食与美器	229

一、菜肴与器皿在色彩纹饰上要和谐	230
二、菜肴与器皿在形态上要和谐	231
三、菜肴与器皿在空间上要和谐	231
四、菜肴掌故与器皿图案要和谐	232
五、一席菜食器上的搭配要和谐	232
第五节 外国饮食器具文化	232
一、西方餐具	233
二、刀叉的使用	235
第七章 世界饮食文化交流	236
第一节 中国各民族饮食文化交流	236
一、先秦时期	236
二、汉晋南北朝时期	237
三、隋唐至宋时期	237
四、元明清时期	238
第二节 中外饮食文化交流	238
一、丝绸之路上的饮食文化交流	239
二、求法过程中的饮食文化交流	240
三、贡使和商人：中外饮食文化交流史上的使者	241
四、“郑和下西洋”与中外饮食文化交流	241
五、传教士：沟通中西饮食文化的桥梁	242
六、华侨：向世界传播中华饮食文化的群体	242
第三节 饮食文化交流的例证	243
一、番茄	243
二、土豆	244
三、豆腐	244
第四节 中西饮食文化之比较	245
一、饮食观念上的差异	246
二、饮食方式上的差异	247
三、饮食对象上的差异	248
四、饮食文化特征的差异	249

第一章

绪论

第一节 饮食文化的概念

一、文化

◎ 1. “文化”一词在中国的演变发展

“文化”是我们耳熟能详的一个词汇，同时，它在中国语言系统中也是古已有之的词语，但是，它的含义与今天我们所理解的有所不同。“文”的本义是指各色交错的纹理。《易·系辞下》中有“物相杂，故曰文”。这应当是对“文”做出的最早的解释。《礼记·乐记》载“五色成文而不乱”。《说文解字》曰：“文，错画也，象交叉。”均指此义。后来，“文”在此基础上又有若干引申义。一为包括语言文字在内的各种象征符号，后引申为诗词曲赋。如《尚书·序》记载伏羲画八卦，造书契，“由是文籍生焉”。二为文物、典籍以及礼乐制度。如《论语·子罕》所载“文王既没，文不在兹乎”。三为由纹理的本义引申出彩画、装饰、人为修养之义，与“质”、“实”对称，因此《尚书·舜典》疏曰“经纬天地曰文”，《论语·雍也》称“质胜文则野，文胜质则史，文质彬彬，然后君子”。四为在礼乐制度和修养的基础上引申出美、善、德行之义，这便是《礼记·乐记》所说的“礼减而进，以进为文”，郑玄注“文犹美也，善也”。

“化”，本指变化、生成、造化，主要是事物形态或性质的变化。如《庄子·逍遥游》载“化而为鸟，其名曰鹏”，化指变化；《易·系辞下》载“男女构精，万物化生”，化指生成等。后来，“化”在此基础上又引申出风俗、教化等含义。

“文”与“化”并联使用，较早见于战国末年儒生所辑的《易·贲卦·象传》：“刚柔交错，天文也。文明以止，人文也。观乎天文，以察时变；观乎人文，以化成天下。”日月往来交错文饰于天，即“天文”，亦即天道——自然规律。“人文”，指人伦——社会规律，即社会生活中人与人之间纵横交织的关系，如君臣、父子、夫妇等构成复杂网络。这段话的含义是：治国者须观察天文，以明了时序之变化，又须观察人文，使天下之人均能遵从文明礼仪，行当所行，止当所止。这段文字中“文”与“化”虽然是分开使用，但是“人文”与“化成天下”紧密相连，“以文教化”的思想开始变得明朗。

西汉后，“文”与“化”方合成一个整词，但意义与今天人们常说的“文化”一词有所不同。如《说苑·指武》中“圣人之治天下也，先文德而后武力。凡武之兴，为不服也。文化不改，然后加诛”。这里的“文化”，指的是文治和教化。到了近代（“五四”前后），在译介 Culture 一词时，“文化”一词才被赋予新意，也就是我们今天通常所理解的意义，即物质领域和精神领域的总和。

◎ 2. 西方对“文化”内涵的诠释

西方论述“文化”要比中国晚，但是却比中国古代文献中的论述要更加宽泛。西方语言中的 Culture 在《通用词典》中被定义为“人类为使土地肥沃，种植树木和栽培植物所采取的耕耘和改良措施”，并注有“耕种土地是人类所从事的一切活动中最诚实、最纯洁的劳动”。看来，当时西方人观念里的“文化”，只是表示人类某种活动的形式。

从字源上看，英文和法文中“文化”一词均为 Culture，德文则是 Kultur，原是从拉丁文的 Cultura 演化而来。Cultura 原形为动词，本意是耕种。十六七世纪逐渐引申为对树木禾苗的培育，进而表示对人类知识、情操、心灵的化育。现今英文中“农业”（Agriculture）、“蚕丝业”（Silk Culture）、“体育”（Physical Culture），显然都包含了文化的含义在内。很显然，西方对于“文化”的内涵的理解从最初物质，已然上升到了精神层面。

◎ 3. “文化”的概念在现代的发展

文化是一个非常宽泛的概念，自 20 世纪初以来，不少哲学家、社会学家、人类学家、历史学家和语言学家一直努力，试图从各自学科的角度来界定文化的概念。然而，迄今为止仍没有获得公认的、令人满意的定义。据统计，有关“文化”的各种不同的定义至少有 200 多种。但是随着时间的流变和空间的转换，现在人们对于“文化”的概念基本已经形成了以下共识：

凡是超越本能的、人类有意识地作用于自然界和社会的一切活动及其结

果，都属于文化；或者说，“自然的人化”即是文化。

广义的“文化”指人类改造自然、适应自然、融入自然的过程所创造的一切物质产品和精神产品的总和，着眼于人类与一般动物、人类社会与自然界的本质区别，其涵盖面非常广泛，所以又称作“大文化”。关于“大文化”的结构与分类，有两分法，即物质文化与精神文化；有三分法，即物质、制度和精神；有四分法，即物质、制度、风俗习惯、思想价值。另外，还有六分法，即物质、社会关系、精神、艺术、语言符号、风俗习惯。

这里，着重介绍张岱年、方克立提出的四分法，即物态文化层、制度文化层、行为文化层及意识文化层。物态文化层约相当于物质文化，表现为物体形态，故称物态文化，它是人的物质生产活动及其产品的总和，属实体文化，如服饰文化、饮食文化、建筑艺术文化均属物态文化层。制度文化层指各种社会规范，它规定人们必须遵循的制度，反映出一系列的处理人与人相互关系的准则，如家族制度、婚姻制度、官吏制度、经济制度、政治法律制度、伦理道德等。行为文化层多指人际关系中约定俗成的礼仪、民俗、风俗，即行为模式。这是一类以民俗民风形态出现，见之于日常起居动作之中，具有鲜明、民族、地域特色的行为模式。行为文化有三个特征，一是集体约定俗成，并反复履行；二是形式类型化、模式化；三是时间上一代传一代。心态文化层指价值观念、审美情趣、思维方式、心理活动等。这是文化的核心。

本书所研究的饮食文化，也主要是从这四方面来展开论述，并侧重制度、行为和意识文化层。

狭义的“文化”侧重指人类的精神创造活动及其结果，所以又被称作“小文化”。1871年英国文学家泰勒提出文化“是包括知识、信仰、艺术、道德、法律、习俗和任何人作为一名社会成员而获得的能力和习惯在内的复杂整体”，是狭义“文化”早期的经典解说。在汉语言系统中，“文化”的本义是“以文教化”，也属于“小文化”范畴。《现代汉语词典》关于“文化”的释义，即“人类在社会历史发展过程中所创造的物质财富和精神财富的总和，特指精神财富”，当属狭义文化。一般而言，凡涉及精神创造领域的文化现象，均属狭义文化。

二、饮食文化的概念

◎ 1. 饮食的含义

“饮”的繁体“飲”属会意字，右边是人形，左上边是人伸着舌头，左下

边是酒坛（酉），像人伸舌头向酒坛饮酒。小篆演变为“飲”，隶书作“饮”，本义指喝。“食”本义指饭食，亦作动词“吃”使用。后常作为部首使用，《说文解字》称“凡食之属皆从食”。“饮食”一词最早大约出现于春秋战国时期。《礼记·礼运》谓“饮食男女，人之大欲焉。”

饮食有广义和狭义之分。广义的饮食，包括三个部分：一是饮食原料的加工生产，即制成产品的过程；二是成品即饮品、食品；三是对饮食品的消费，也就是吃喝。狭义的饮食，仅指消费饮食品的过程。

◎ 2. 饮食文化的概念

从字面意思来看，“饮食”一词的基本含义非常简单，饮食也是最为我们熟悉的事情。但是看似平凡简单的事情，却蕴含着让人着迷的道理。为什么不同的地域有着不同的饮食习惯？为什么一边是“朱门酒肉臭”，一边是“路有冻死骨”？为什么中国人进食用筷子，西方人进食用刀叉，而印度、中东很多地方的人们进食则用手指？为什么中国人吃饭喜欢围桌聚餐、同盘而食，而西方人吃饭则分盘而食、人各一份？同一种动物或植物，为什么在一些地方被认为是珍馐佳肴，而在另外一些地方则被奉为神灵？这些问题与饮食文化都有着密切的关系。

那么，什么是饮食文化呢？

同文化一样，饮食文化也有广义和狭义之分。广义的饮食文化是指特定社会群体在食物原料开发利用、食品制作和饮食消费过程中的技术、科学、艺术以及以饮食为基础的习俗、传统、思想和哲学，即人们在食生产和食生活的过程中所创造的物质文化与非物质文化的总和。而狭义的饮食文化是指人类在饮食生活中创造的非物质文化，如饮食风俗、饮食思想、饮食行为等。

需要特别指出的是，狭义的饮食文化与广义的饮食文化有着不可分割的联系，二者是对立统一的。我们在研究饮食风俗、饮食思想、饮食传统时，不能忽略物质层面的基础和决定作用。任何一种食物，不管形状如何美观、气味如何芳香、色泽如何诱人，都必须建立在满足食欲的基础上。另外，从饮食文化史来看，不同的饮食原料，不同的加工过程，最终形成了不同的饮食风俗和饮食思想。

◎ 3. 饮食文化的内容

在一个特定的社会群体中，如国家、民族、村庄、家庭等，人们的饮食行为在特定的自然和社会环境的影响下，形成了种种属于本群体的特色，反过来，这些特色也就成了特定群体的文化标识。如果要以一个特定的社会群体作为人类文化的研究对象时，其饮食文化自然而然成为文化研究的基本内容

之一。

饮食文化内容宽泛,可以从地域、民族、宗教、国家、阶层等各个角度进行分类。从内部结构上进行划分,饮食文化可分为饮食物质文化、饮食制度文化、饮食行为文化和饮食心理文化。

(1) 饮食物质文化:指人类在饮食过程中所涉及的一切物质性东西,包括烹饪原料、饮食厨具和餐具、食物等。

(2) 饮食制度文化:指与人类饮食密切相关的各种制度,如各种宴会制度、分餐制度、合餐制度、宾主进食制度等。

(3) 饮食行为文化:指人们在开发与生产、种植食物原料,加工制作食品,消费各种食物过程中的各种行为,以及在这一过程中与人类饮食相关的约定俗成的礼仪、民俗、风俗,如中国汉族人在元宵节吃汤圆、端午节吃粽子、生育食俗、宗教食俗等。

(4) 饮食心理文化:指人类在饮食中产生、发展和形成的价值观念、审美情趣、思维方式、心理活动等。如中国人往往以“好吃不好吃”作为菜肴优劣的评判标准,而西方人往往以是否有营养作为食物好坏的标准。另外,中国人认为天人合一,讲究和谐统一,反映在饮食上就是注重调和;西方人突出个人,注重个体特色,反映在饮食上就是保持和突出各种饮食原料的个性。

第二节 饮食文化的特征与功能

一、饮食文化的基本特征

◎ 1. 生存性

“民以食为天。”饮食是人类生存和发展的根本条件。西方观点则认为:“世界上没有生命则没有一切,而所有的生命都需要食物。”人类饮食的历史其实就是人类适应自然、征服与改造自然以求得自身生存和发展的历史。

◎ 2. 传承性

不同地区、不同国家和不同民族由于区位文化的稳定发展以及长期内循环下的世代相传,使得区域内的饮食文化传承得以保持原貌。食物原料及其生产、加工;基本食品的种类、烹制方法、饮食习惯与风俗,几乎都是这样世代

相传重复存在,甚至同一区域内食品的生产者与消费者的心理和观念也是基于这一基础产生的。

◎ 3. 地域性

地理环境是人类生存活动的客观基础。人类为了生存下去,不得不努力利用客观条件改变自己所处的环境,以便最大效能地获取必需的生活资料。不同地域的人们因为获取生活资料的方式、难易程度及气候因素等的不同,自然会产生并累积不同的饮食习俗,最终形成悬殊多姿的饮食文化。这就是所谓的“一方水土养育一方人”。相关研究认为,早在距今 10000 ~ 4000 年前的时间里,中国便形成了以粟、菽、麦等“五谷”为主要食物原料的黄河流域饮食文化区、以稻为代表主食原料的长江流域饮食文化区、以肉酪为主要食料的中北草原地带饮食文化区三大饮食文化不同风格的区域类型。又经过约 4000 年之久的演变,至 19 世纪末,在今天的中国版图内,出现了东北、中北、京津、黄河下游、黄河中游、西北、长江下游、长江中游、西南、青藏高原、东南 11 个子属饮食文化区位。

◎ 4. 民族性

不同的民族由于长期赖以生存的自然环境、经济生活、生产经营的内容、生产力水平与技术、宗教信仰等均存在差异,所以几乎每一个少数民族都有各自不同的饮食习俗和爱好,并最终形成了独具特色的饮食文化。其特性主要体现在传统食物的摄取、食物原料的烹制技法以及食品的风味特色上。它包括不同的饮食习惯、饮食礼仪和饮食禁忌等内容。如满族人最喜欢食用的是“福肉”(清水煮白肉),过年时主要吃饺子和“年饽饽”,冬季的美味是白肉酸菜火锅。赫哲族以狩猎为主,由于气候寒冷,故以鱼、兽为主要饮食,而最突出的则是将生鱼拌以佐料而食的“杀生鱼”。北方的蒙古族,由于地处沙漠和草原,他们的饮食以羊肉和各种奶制品为主,一般羊肉不加调味品,以原汁煮熟,手扒为主,宴客或喜庆的宴会,则以全羊席为最贵。维吾尔族日常饮食主要以牛乳、羊肉、奶皮、酥油、馕、水果、红茶为多。藏族人的饮食以牛、羊、马、骆驼、牦牛肉和乳为主,并大量食用青稞、小麦以及少量的玉米、豌豆,平常饮食称之为糌粑、青稞酒。

◎ 5. 审美性

审美性既是对千千万万食品具体的、生动形象的抽象逻辑性描述,同时又是随着社会进步、科技进步以及由此推动的价值观念、审美观念的发展而发展变化的历史发展性概念。随着人类饮食生活实践活动的不断拓展、不断深化而呈现出与时俱进的特征。某一新技术、新材料、新工艺、新需求的不断出现必

然在食品功能与形式的统一上开拓、发展饮食美的具体形态。火的发明与运用,使人类结束了茹毛饮血的蒙昧时代,从而进入炙烤熟食文明时代,这就为饮食美的发展提供了最基础的条件。陶器的发明和使用,同样为人类食物的美化提供了物质条件。随之而来的是,调味品的不断被发现、人类烹饪技术和经验日臻完善、烹饪器具的日渐丰富、人类对食物质地的优劣、味道色泽等的认识也不断提升。在这个过程中,人类其实逐渐地将自身的审美意识融入饮食中。发展至今天,饮食文化的审美性得到了更好地拓展和延伸,人为的力量和成分越来越多,审美性的特征也就会脱离自然自发而进入有意识开发的阶段。

二、饮食文化的功能

综观人类文明发展史,人类自出现到现今的大多数时间都是为基本的“口腹之欲”而奔走,即使在物质生活达到空前高度的今天,世界上仍然有无数的人们挣扎在温饱线上。因此,饮食的首要功能乃是满足人类最基本的生理需要。当然,今天的饮食文化已经达到了相当高级、文明的阶段,除了满足人类最基本的生理需要,它还具有以下几种基本功能:

◎ 1. 生活实用功能

生活实用功能主要表现在补充人体所必需的营养物质、预防与治疗某些疾病的发生、美容健体以及延缓人体衰老等各个方面。

饮食在进入人体以后,滋养人的脏腑、气血、经脉、四肢、肌肉乃至骨骼、皮毛、九窍等各个部位。当饮食入胃后,通过胃的消化吸收,脾的运化,然后输往全身。人体所需的营养物质,必须依靠饮食源源不断地予以补充。一个人一生中摄入的食物超过自己体重的 1000~1500 倍,这些食物中的营养素,几乎全部转化成人体的组织和能量,以满足生命运动的需要。一些常见的食物,如蔬菜补钙、紫菜补镁、猪肝补铜、牛肾补钼、鲜枣补维生素 C。

对症进食不仅可充分利用粮食、蔬菜的营养作用,还有较好的预防和治疗疾病的效果。如为了不让感冒病毒大规模地袭击人体,在感冒易发季节,就多吃一些大蒜,这是因为大蒜中含有丰富的抗病毒成分,会增强身体的免疫力;醉酒呕吐后最好喝些番茄汁,可以及时补充体内流失的钾、钙、钠等元素;喜欢运动的人最好多吃香蕉,因为运动时,身体中的很多矿物质会随汗液排出体外,主要是钾和钠两种元素,身体中钠的“库存”量相对较大,而且钠也比较容易从食物中得到补充,但钾元素在体内的含量比较少,因此运动后更要注意选择含有丰富钾元素的食物及时补充。

历代医家都主张“药补不如食补”，因为食物与人们的关系最为密切。如春季食补宜选用清淡温和且补益元气的食物。低脂肪、高维生素、高矿物质的食物，如新鲜蔬菜等对于因冬季过食膏粱厚味，近火重裘所致内热偏亢者，还可起到清热解毒、凉血明目等作用。

人们随着年龄的增长，身体中的肌肉会变少，脂肪开始增加，营养需求也必须随之改变。这时可以通过正确的膳食来控制身体变化，对抗新陈代谢减慢，以延缓人体衰老。

◎ 2. 社会整合功能

饮食文化的社会整合功能主要表现在纪念功能、教化功能、文化传承功能、增进感情功能、创造价值功能。

饮食是人类最为基本的生活状态，自然容易与历史发生一定的关联。如中国的传统节日端午节，人们吃粽子纪念屈原。

中国饮食文化丰富多彩，博大精深，通过认识和了解中国饮食文化，可以增强民族自豪感和民族自信心。而且饮食文化中包含有很多礼仪方面的知识，传递和体现了一种“礼数”。

《礼记·礼运》有云：“夫礼之初，始诸饮食。”古代人把黍米、切割成块的猪肉烤熟吃，用双手捧着小坑的积水喝，均为饮食礼仪的原始体现。到了春秋战国时期，“食不语，寝不言”，即吃饭时不交谈，睡觉时不说话；“虽疏食、菜羹、瓜祭，必齐如也”，吃糙米饭菜汤瓜果时也必须先祭，并表现出斋戒般的恭敬；“席不正，不坐”，是说座席不端正就不坐；“乡人饮酒，长者出，斯出矣”，意思是说，同本地方的人一道饮食，要等老人都离席而去，自己才最后告退。中国饮食礼仪由来之久，在世界饮食文化史上也是独树一帜的。

人们可以通过饮食来交流感情，而在品尝不同口味菜肴的过程中，往往会赋诗作画，清谈低唱，在诗情画意的氛围中，人们的感情得到了增强。即使是普普通通的一顿家常便饭，一家人欢声笑语，其乐融融，同样也可以增进感情。

饮食文化的生活实用功能、纪念功能、教化功能、文化传承功能、增进感情功能，都表明它在创造价值。非但如此，饮食文化同样也在创造物质财富和精神财富。

◎ 3. 审美娱乐功能

现代社会生活节奏加快、社会压力更加沉重，人们在注重饮食营养、健康的同时，追求饮食文化的精神娱乐性，从而获得物质和精神的双重享受。

人们善于从饮食文化中去发现美、创造美、欣赏美，无论是从饮食本身、

饮食器具还是饮食环境，对于美的发掘和欣赏总是贯穿整个饮食活动中。诗人李白喜饮酒作诗，“举杯邀明月，对影成三人”，品酒的同时“怡情悦性”。宋代文人苏东坡则在中秋之夜欢饮达旦，作《水调歌头》抒发思亲之情，从而铸就千古名篇。

第三节 中国饮食文化现状

历史的洪流滚滚向前，人类社会也是日新月异地飞速发展，现代中国的饮食文化在曾经灿烂辉煌的古代文化的基础上，在与世界交流的日益频繁的情况下具有了新的面貌。

◎ 1. 饮食生产工具与生产方式日趋现代化

饮食生产工具的日趋现代化集中体现在能源和设备上。如今，城市里液化气、太阳能、电能等能源已经取代木柴、煤。从生产设备上来说，电饭煲、微波炉、电烤箱等设备越来越多地融入了人们的日常生活中，从而使人们的饮食制作过程变得省时省力。

饮食生产方式的现代化表现在两个方面：一是餐饮业中越来越多地出现以机械代替手工操作的劳动，如绞肉机代替厨师的手工切割、制茸；饺子机也可以避免手包饺子的烦琐，这些都减轻了手工烹饪繁重的劳动。二是食品工业兴起，火腿、罐头、香肠、面条、包子、饺子等传统手工生产的食品进入食品工厂进行流水线作业，使得大批量的食品生产更加规范和标准。

◎ 2. 烹饪原料日益丰富，生产技术日臻完善

随着改革开放的日益深入，我国从国外引进了许多优质的饮食原料，科学技术的不断进步也使得这些饮食原料大为丰富。渔业机械化带动了捕捞技术的发展；养殖业的发展促进了海产品生产量的大大增加。烹饪原料的丰富为烹饪技术的创新提供了物质基础。

◎ 3. 饮食文化交流逐渐频繁，饮食市场空前繁荣

现代社会中日益发达的交通、迅猛增长的人口流动量、迅捷的信息传播、日益频繁的民族、地区和国家的交流，都潜在地促成了烹饪技术的大大提高。中国不仅在国内进行了各种类型的交流活动，如各种食品制造技术的交流等，而且引进国外先进的技术和设备，相互学习，共同提高，促进饮食文化的飞速发展。

随着中国与世界各国的交流逐渐深入，旅游业兴旺起来并迅猛发展，各种高档酒店、餐饮店陆续开张。饮食文化作为了解和领悟一个国家文化的重要一环，饮食市场也空前繁荣起来。

◎ 4. 理论研究不断深入，科学饮食日益讲究

中国古代由于历史的因素，饮食文化的研究无论是从深度还是从广度上，从研究者到研究对象上都受到相当程度的限制。新中国成立后，国家采取了一系列措施培养该行业的人才，如兴办学校、创办刊物、出版相关领域书籍等。更令人可喜的是，自改革开放以来，国际饮食文化的交流活动不断进行，研究者队伍持续壮大，研究水平得到了不断提高，研究范围也变得空前广阔，成果不断涌现。

在如此发达的时代里，人们对于饮食的要求也越来越高，而且更加注意饮食的科学性和美感相结合，既要吃得健康，又要具有充分的娱乐性。

知识链接

【中国饮食文化的影响】

如今，世界各地都或多或少受到中国饮食文化的影响。那么，中国的烹饪原料、烹饪技法、传统食品、食风食俗等又是如何传播到世界各地去的呢？

早在秦汉时期，中国就开始了饮食文化的对外传播。据史书记载，西汉时张骞出使西域通过丝绸之路同中亚各国开展了经济和文化的多种交流。张骞等人从西域引进了胡瓜、胡桃、胡荽、胡麻、胡萝卜、石榴等物产外，同时也把中原的桃、李、杏、茶叶等物产传到了西域。今天在原西域地区的汉墓出土文物中，就有来自中原的木筷。

西南丝绸之路较西北丝绸之路还要早，北起西南重镇成都，途经云南到达中南半岛缅甸和印度。东汉建武年间，汉光武帝刘秀派伏波将军马援南征，到达交趾（今越南）一带。当时，部分汉朝官兵在当地筑城居住。至今，越南等东南亚国家仍然保留着端午节吃粽子的习俗。

我国的饮食文化对朝鲜的影响颇深。据《汉书》记载，秦代时“燕、齐、赵民避地朝鲜数万口”。汉代的时候，中国人卫满曾一度在朝鲜称王，此时中国的饮食文化对朝鲜的影响最深。朝鲜人的饮食习惯都明显地带有中国的特色，在烹饪理论上，朝鲜也讲究中国的“五味”、“五色”等说法。