

阳泉民间文艺丛书

主编：高全怀 执行主编：马玉隆

阳泉

饮食

YANG QUAN YIN SHI

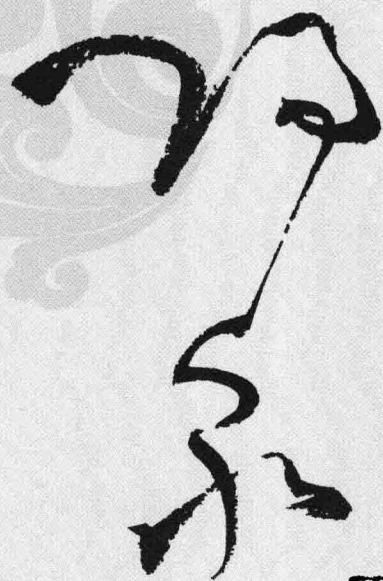
黄顺荣 编著



方志出版社

艺丛书

主编：马玉隆



饮食

YANG QUAN YIN SHI

常州大学黄顺荣编著
藏书章



方志出版社

图书在版编目(CIP)数据

阳泉饮食 / 黄顺荣编著. — 北京: 方志出版社,
2010.6

(阳泉民间文艺丛书 / 高全怀, 马玉隆主编)

ISBN 978-7-80238-783-6

I. ①阳… II. ①黄… III. ①饮食业—简介—阳泉市
②菜谱—阳泉市 IV. ①F719.3②TS972.182.253

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 087715 号

阳泉民间文艺丛书——阳泉饮食

丛书主编: 高全怀 马玉隆

编 著: 黄顺荣

责任编辑: 李 静

出 版 者: 方 志 出 版 社

(北京市建国门内大街 5 号中国社会科学院科研大楼 12 层)

邮 编 100732

网 址 <http://www.fzph.org>

发 行: 方志出版社发行部

(010) 85195814 85196281

经 销: 新华书店总店北京发行所

法律顾问: 北京市大禹律师事务所

印 刷: 阳泉市正达彩色印刷有限责任公司

开 本: 185 × 260 1 / 16

印 张: 11.25

字 数: 188 千字

版 次: 2010 年 6 月第 1 版 2010 年 6 月第 1 次印刷

印 数: 0001—1000 套

ISBN 978-7-80238-783-6 / K·430 全套定价: 600.00 元

·版权所有 翻印必究·

《阳泉民间文艺丛书》编纂委员会

顾问:白云 李栋梁 王旭明 李体柱

主任:高全怀

执行主任:马玉隆

常务副主任:侯诂望 任美福 郝满祥

副主任:(姓氏笔画为序)

王立新 冯海明 毕映富 乔 岚 李文元 李秀利 李银苟
张卫星 张秋成 张海东 周胜奎 郝千文 荆升文 韩利忠
路玉章 鄯宝国

成 员:(姓氏笔画为序)

马玉隆 王开英 王立新 冯海明 毕映富 回景新 乔 岚
任佟苏 任美福 许元上 李文元 李秀利 李银苟 张卫星
张炜生 张秋成 张海东 张银贵 张福贵 周胜奎 郑文君
赵培青 郝千文 荆升文 胡士英 侯诂望 郝满祥 高士萍
高全怀 高海燕 郭怀寿 郭祯田 崔亮云 韩利忠 路玉章
鄯宝国 魏文瑾

《阳泉民间文艺丛书》编辑部

主 编:高全怀

执行主编:马玉隆

常务副主编:侯诂望 任美福 郝满祥

成 员:(姓氏笔画为序)

马玉亮 马金元 王孝先 王启亮 文匡民 石贺梅 吕耀华
任涛海 李文元 杨少华 辛 莉 张巧花 张秋成 张晓琴
张海东 罗 巍 郭非明 黄 成 黄建礼 黄顺荣 韩利忠
路玉章 翟志洋



序 一

中共阳泉市委常委 宣传部长 高全怀

欣闻《阳泉民间文艺丛书》即将付梓,由方志出版社正式出版,这是阳泉建市以来第一套比较完整记录民间文艺状况的大型丛书。它既是一套历史书,也是一套工具书,还是一套鉴赏书。它的出版,填补了我市民间文艺没有系统资料的历史,具有里程碑意义,确实可喜可贺!

每个城市都有属于自己的记忆,而有一种方式能够生动鲜明地唤醒这种记忆,这,便是民间文艺。阳泉虽然建市时间较短,只有短短 60 多年,但她的历史却可以上溯到春秋战国时期的仇犹古国,所以也可以说她历史悠久。悠久的历史,决定了她文化的深厚。近年来,我市文化学者在研究过程中,概括了许多,包括以藏山古祠为代表的忠义文化;娘子关古长城等为代表的关隘文化;冠山书院为代表的书院文化;郝家大院、张家大院等为代表的晋商文化;张穆、高长虹、石评梅等为代表的名人文化……。此外,还有以阳泉工人画、刻花瓷、阳泉评说、阳泉趺鼓等为代表的民间文化。

在这片具有浓厚历史底蕴的文化热土上,阳泉的民间文艺受到地域风情、民俗文化和文明程度等独特因素的影响,已经彰显出属于这个城市的文化个性。几千年来,虽然没有专门的挖掘和整理,但由于其自身的坚实根基,在这片土地上一一直自然生长发育,并且形成了根系庞大的参天大树。在这样的土壤上产生的阳泉民间文艺家协会,在发掘和弘扬这种文化方面,做了大量工作,取得了令人瞩目的巨大成绩。成立于 2003 年 11 月的阳泉民间文艺



家协会,到今天不过只有6年多时间,却因为激发了广大民间文艺工作者的积极性、主动性和创造性,因而极大地推动了民间文艺工作的深入开展。他们贴近实际、贴近生活、贴近群众,以多种文艺方式,反映社会生活的巨大变迁,反映人民群众的独特生活情趣,反映城乡面貌的深刻变化,包含着丰富深刻的社会历史信息 and 民众的审美理念,创造了许多人民喜闻乐见的优秀艺术精品。

粗略地讲,民协办了几件十分漂亮的大事,一是举办了三届大型民间工艺品展览,包括剪纸、根雕、面塑、瓷艺、仿古家具、仿古青铜器等。二是组织多件民间艺术作品,参加了包括榆次老城举办的全国第六届民间艺术节等大型展览和在杭州举办的国际民间艺术品展等各种文化博览会,并获得大奖10多项。特别是马玉隆同志,还获得了中国民间文艺家协会授予的“德艺双馨民间文艺家”荣誉称号,这是我市文艺家个人近年来获得的最高奖项。三是推动了刻花瓷文化产业的发展。争取中国民协命名平定县为“中国刻花瓷之乡”,并举行了大型命名活动和授牌仪式;积极推动投资3000多万元的刻花瓷文化园区项目建设,目前已基本建成。在新中国成立60周年之际,向有关部门赠送了献礼国瓷——“盛世升平”刻花瓷瓶。四是启动了大型民间文艺丛书的编撰工作,历时四年,即将告竣。这一系列工作,为我市民间艺术的繁荣和发展,起到了不可低估的巨大推动作用。

这次由市民协组织编撰的一套10卷本民间文艺丛书,包括罗巍的《阳泉民居》、张海东的《阳泉节日》、任涛海的《阳泉丧葬习俗》、翟志洋的《阳泉收藏》、李文元的《阳泉庙会》、张秋成的《阳泉趺鼓》、黄顺荣的《阳泉饮食》、《阳泉民间文学》;路玉章的《阳泉木雕根雕》、《阳泉石雕砖雕》。这些著作,浸透了编撰者的心血和汗水,有的著作是几个人共同完成的,即便是个人的著述,也参考了许多他人的成果,可以说是集体智慧的结晶。有的作品资料丰富,考证严谨;有的作品论述细致,学术味浓;有的搜求广博,叙述详尽;有的观点独到,自成一家……。各卷以不同的民间艺术门类立卷,不求统一。在写法上,各卷自成一体,不求一律。在体例上,按类划分,各自独立。虽然各书风格参差,文笔也有轩轻,但总体看,基本反映了各个民间文艺类别的历史与现状,是不



可多得的系统资料,是研究阳泉民间文艺的重要成果,是阳泉民间文艺研究的集大成者。

我们说,民间文艺是植根于民间土壤的艺术奇葩。她不仅能给人带来美的享受,同时也具有启迪心智、陶冶情操、教育群众、凝聚力量、展示形象的功能。在新形势下,在文化已经成为产业的今天,民间文艺不仅是艺术的精华,更是城市文明的象征、地域文化的标志,也是宣传城市地方特色的一张金名片。

历史已经成为今天的回忆,今天必将成为未来的回忆。一个拥有自己美好回忆的城市,也必将拥有美好的未来。出版一套民间文艺丛书的意义,就是在整理我们的历史记忆,更是为了建设明天美好的未来。希望民协以这套丛书的出版为契机,继续努力,共同创造更加辉煌的新业绩!



序 二

阳泉市民间文艺家协会主席 马玉隆

当方志出版社将厚厚的书稿审毕并同意出版时,心中的一块石头终于落地了。回首四年来的历程,使我不禁想起了王安石的诗句“成如容易却艰辛”。许多事情并非想象的那么简单和容易。尤其是做一件前人从未做过的事情,就需要更多的努力。其中的寂寞和无奈,焦虑与不安,有时出乎意料,非过来人难以体味其甘苦。我想,每一个作者,都经受了这样的煎熬。但反过来说,经过努力而取得的成功,又能让人享受到无比的欣慰和喜悦,这大概是用金钱都无法买到的最美好的记忆和回报。此刻,每一位参与者一定沉浸于这种难以言状的幸福之中。

民间文学艺术是我国传统文化的重要组成部分,是记录人类社会文明的重要载体,是我国文化多样性的具体体现。它历史悠久,内容丰富,在长期的形成和发展过程中,与其它文化共同构筑起了中国文化的大厦。

在我国,民间文学艺术可谓流派纷呈,多姿多彩。它是中国文化的土壤与华夏文明的载体。它从不同侧面彰显着文明古国深厚的文化底蕴,传承着古老的华夏文明。因此我们可以自豪地说,民间文学艺术是“前人留给我们的珍贵文化遗产,是祖先赐予我们的宝贵精神财富”。作为炎黄子孙,我们有不可推卸的责任和义务去继承和保护这份珍贵的遗产,使其在新的时代焕发出靓丽的光彩。

阳泉是一座于 1947 年建市的新兴城市。然其辖境的历史可追溯到春秋



时期,可谓悠久绵长。2600 多年来,阳泉的先民发挥聪明才智,在历史上创造了一个又一个的辉煌:孟县历代科举独占三晋鳌头;平定“文献名邦”之誉名闻遐迩。这些,足以让后人感到骄傲和自豪。

历史孕育文化,文化彰显历史。正因为阳泉历史久远,故其文化积累相当厚重。在阳泉文化的发展长河里,民间文学艺术以其独特风韵绚丽于姹紫嫣红的百花园中。

阳泉的民间文艺资源是十分丰富的。除剪纸、刺绣、根雕等方面类似于别处之外,许多方面凸显着风格迥异的阳泉特色。如刻花瓷、平定砂货、阳泉评说、阳泉趺鼓、故事火、皇纲、牛斗虎等项目,都蕴含着古老而深厚的文化底蕴,是阳泉文脉不可或缺的一条重要支流。

阳泉民间文艺家协会自 2003 年成立以来,便以挖掘、继承、弘扬和保护民间文学艺术为己任,开展了一系列活动,做了一定的工作。在全体会员的共同努力下,在各级领导和社会各界的重视、支持下,取得了可喜的成绩。2006 年,中国民间文艺家协会、中国艺术之乡评审委员会授予平定县“中国刻花瓷艺术之乡”和“中国刻花瓷研究基地”荣誉称号。同年,协会开始组织编写《阳泉民间文艺丛书》,其目的就是把具有阳泉特色的民间文学艺术进行挖掘、整理,使其不致湮没。经过四年的不懈努力,现在终于面世了。

《阳泉民间文艺丛书》涵盖了木雕根雕、石雕砖雕、节日、庙会、民居、趺鼓、饮食、丧葬习俗、民间文学、收藏等诸多方面。各方面皆独立成书。书的内容,上溯古代,下迄今朝,较为全面地反映了阳泉民间文学艺术发展的历史脉络与地方特色,是阳泉第一部系统挖掘和整理具有地方特色的民间文学艺术大型丛书。本套丛书约 240 多万字,近 2000 幅珍贵图片。可以说,《阳泉民间文艺丛书》之问世,填补了阳泉历代方志的许多空白。同时,《阳泉民间文艺丛书》的出版,可以使广大市民更多了解阳泉的历史和文化,进而激发大家热爱家乡、建设祖国之热情,推动社会主义精神文明建设持续发展。

在编写《阳泉民间文艺丛书》的过程中,各位作者付出了艰辛的努力,流下了辛勤的汗水。他们克服资料匮乏、资金短缺、交通不便等困难,不计报酬,走村寻访,入户调查,翻阅史料,整理打印,夜以继日,孜孜矻矻,充分表现了



我们的民间文艺工作者质朴的工作作风和严谨的治学态度。他们的工作态度和
精神,十分令人感动。这里,我谨代表市民间文艺家协会向他们表示真诚的
问候并致以崇高的敬意。

在编写《阳泉民间文艺丛书》的过程中,我们得到了市委、市政府和各级
领导的重视和支持。特别是市委书记白云、市长李栋梁,市委常委、宣传部长
高全怀,市委常委、常务副市长王旭明等领导,对本书的编写出版,倍加关心、
重视和支持,帮助解决了许多困难和问题。这里,我也代表市民间文艺家协会
对他们表示衷心的感谢。

在编写《阳泉民间文艺丛书》的最后阶段,我们聘请马玉亮、马金元、王孝
先、文匡民、路玉章等同志对书稿进行了审阅,他们对《丛书》内容的修改提出
了许多宝贵的意见和建议。在此,我们一并致以深深的谢意。

此外,我们还要感谢方志出版社和阳泉正达彩印有限公司对出版本书给
予的大力支持。

《阳泉民间文艺丛书》虽然问世了,但我们始终忐忑不安,总觉得还存在
诸多问题。我们恳望各位领导、专家、学者能对本书给予真切的关爱,祈盼指
瑕正误,以期进一步完善。若此,我们将不胜感激。

最后,我以一首小诗来结束拙序并慰辛苦的作者:

事非经过不知难,费力劳神岂等闲。

夜雨孤灯人独坐,秋风落叶梦犹关。

文章讵为虚誉写,眉色当因瑰宝弯。

掩卷沉思寒暑日,涔涔汗水洗清颜。



阳泉饮食文化源流考(代序)

黄顺荣



云南元谋“元谋人”遗址

阳泉饮食文化是山西饮食文化的重要组成部分。包括饮食方法或品种、饮食加工技艺、饮食习俗、饮食思考和构成这种文化的基础:饮食心理、饮食美学、保健养生等,同中国的饮食文化一样,其历史源远流长。

据《中原文物》1995年第4期载:“250万年前的中国元谋人遗址中,发现了灰烬、烧骨、石器和许多动物化石”证明“人猿相揖别。”我们在展示一个民族文明史的时候,都

会感念那些为人类进步做出杰出贡献的人。

有巢氏开始了一个“茹毛饮血”时代。有巢氏出现在原始生态的艰苦环境中,他初步解决了先民的居住问题,避免了毒蛇猛兽的侵害。在旧石器时代早期,那时的人们仅仅懂得打制或利用粗糙的石器来狩猎飞禽走兽做食物,或采集野生草木



的果实、籽种、根茎来充饥。当时的人,不懂得用火烧食,而是吃生肉、生果,喝禽兽的血或溪涧里的水。

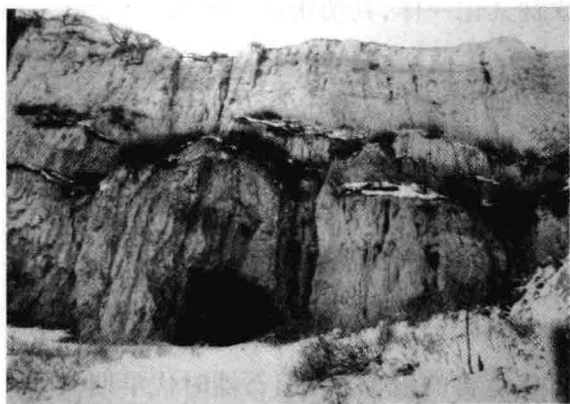
燧人氏钻木取火与熟食的开始。《韩非子》中说:“上古之世,民食果、蔬、蚌、蛤,腥臊恶臭,而伤害腹胃,民多疾病。有圣人作钻木取火,以化腥臊,而民悦之,使王天下,号之曰燧人氏。”《古史考》说:“古者茹毛饮血,燧人氏钻火,始裹肉而燔之,曰炮。”火的使用,让人类告别了旧的生活方式,使人类同其他高等动物在饮食上有了根本上的区别。可以说,人工火源的使用,是人类饮食文明史上的一次革命,揭开了烹饪史上的第一页。火的使用,不仅使人吃上熟食,减少肠胃疾病,促进了人体、智力的发育,还为后来的制陶、冶金等提供了必要的条件。



原始人火的使用,
提高了生活的质量。

伏羲、神农为丰富饮食文化添彩。司马贞《三皇本纪》载:“伏羲氏对人类饮食方面的贡献,一是织网捕鱼,创立了渔业;二是驯养牲畜,创立了畜牧业。”网的发明和使用,开辟了捕捉鱼类的新途径,使人类的食源从陆地发展到水里;把原本属于野兽、野鸟,但性情比较温顺的狗、猪、牛、羊、鸡、鸭、鹅等驯养起来,让其自身繁殖,使人类肉食来源得到保障。

神农氏在饮食方面的贡献,一是创立了农业,二是发明了陶器炊具。农业的生产,不仅大大地丰富了食料来源,使人类饮食结构由单一的以肉食物为主,逐渐过渡到以粮食为主、以蔬菜为副的饮食新格局;陶器炊具的发明,是人类改造自然食源的开端。更主要的是促进了烹饪方法的改进,大大地丰富了人类的饮食内容。摆



阳泉枣园村发现的旧石器时代,距今约十万年。

脱了刚进入熟食时代“火上燔肉”、“石上燔谷”的“石烹时代”的那种原始和笨拙。有了陶制各种炊具的应用,才有可能使炖、煮、煎、熬等烹饪技法,烹制出羹、饭、粥等多种精美食品,同时又为酿酒、制酱、做醋、腌菜等提供了条件。陶器的发明和使用,揭开了人类饮食史上新的一页。

黄帝蒸谷为饭、煮“海”为盐。黄



帝是中国原始社会进入父系氏族公社以来声望最高的一位帝王。《史记》载：“黄帝



人文始祖轩辕黄帝像

艺五种,抚万民。”谯周的《古史考》则有“黄帝作釜甑”的记载,并说“黄帝始蒸谷为饭,烹谷为粥”。此时,陶器的生产和陶器炊具烹制食品不断改进、完善。烹制技术从原始的方法到比较高级的方法,有一个逐步发展的过程。“陶灶”的使用,既节省原料,又能集中火力使食物快熟。“饭”、“粥”的出现,是食品烹饪史上精、美的重大变化。人们在此时,不仅有赖于使用的不同炊具,而且懂得使用蒸气导

热的知识,还懂得使用石臼、木杵除谷壳技术,这些都是人类饮食史上的重要发明。

据史料记载:先民在开天辟地创业之初,食腥啖膾。火的使用后,也只有“烹”,而无“调”。是黄帝的臣子沙海氏从“海”里“提炼”出“盐”。从此,先民的生活中不仅有了“烹”,而且又有了“调”。据考,这“海”便是今运城的盐池。这也就是说,“调”的最早是在山西大地上实现的。运城盐池古称“解池”。《山海经》说:“南望盐贩之泽”,指得就是解池。《梦溪笔谈》中有黄帝战蚩尤化卤水的传说。但解池的卤水是经过风吹日晒、自然蒸发结晶成盐的。先民在“海”边狩猎,偶得禽或兽,在“海”边分割中,无意沾上了“盐”,当食物在火上烤熟后一尝,滋味特别,非常可口。“盐”的发现和使用,使人类的食物从此进入了“调”的阶段。《物原》载:“殷果作醋,周公作酱芥辣。”《物原类考》认为:“酱成于盐,同时已有醋,一名苦酒。”醋的发明,为“调”的丰富注入了新的一味。山西水硬,碱性强,需要用醋来中和,醋是适应山西一方水土环境的必需调味品。

总之,山西地处中华文明曙光最早出现的黄河腹地,历史悠久,物产丰富,民风淳朴,古代食风的影响痕迹明显,内涵和积淀了丰富的饮食文化遗产,为当今世人瞩目。垦植业的发展,家畜、家禽的饲养,石、陶、铁、铜等炊具的相继使用,晒盐,酿酒、榨油、制醋的兴起,各民族的不断融合,外来调料的渗入,对烹调技术的发展起着重要的作用。

传统饮食的主张。“五谷为养、五果为助、五畜为益、五菜为充”。养,即裹腹,生存是第一位的。五味盐为首,以补充艰苦条件下劳作多汗之身体的需要。《世本》言:“仪狄始作酒,辨五味。”五味就是咸、酸、苦、甘、辛。菜肴的属性也有五种,那就



是质、味、形、色、皿。构成菜肴属性的条件,是切配技术和烹调技术的进一步展示。

吃是最基本的需求。吃什么、怎么吃,是判断人类进步的物资文明与精神文明程度的一个重要标志。人类从“茹毛饮血”到学会熟食,标志着由低级到高级,脱离动物的巢臼和野蛮的桎梏而进入文明时代。岁月的嬗变和历史的推移中,渐渐形成了从寻常百姓的日常饭菜到上层官宦人家的高档筵席,以及诸多脍炙人口的传统面食、风味小吃、菜肴、药膳、药粥等丰富多彩的饮食文化,呈现了异彩纷呈的饮食风俗。

流传久远的饮食文化。“人相袭、代相传,源远流长”是阳泉民间饮食文化的主脉。《古史考》载:“神农氏,民食谷,释米加烧石上而食之。”这就是二十世纪五六十年代人走亲访友,产妇、老人爱吃的“疤饼”,也叫“石子饼”,仍是在烧热的石子上烙制而成的,这种做法延续了古代的石烹法。汉代的名吃“不托”或“怀托”,就是现代人用面揪成片状、入沸水煮制而成的面食“揪片”或“掐疙瘩”。

烹调技术是饮食文化中几千年发展的重要一环。它是研究改善人类肌体与其生存环境之间物质交换状况的科学。恩格斯在《自然辩证法》一文中写道:“生命与其周围外部进行经常的物质交换,是它的根本要点,这种交换如果停止,生命也就随之停止。”由此可见,食物对人类的生存是何等的重要!它是人类肌体与其生存环境之间进行物质交换的主要根源。

由此,阳泉饮食文化包括了山西老西儿醋文化与酒文化,有自己独特的特征。一是历史古老形成的自然饮食习惯;二是民族大融合的历史进程中,丰富多彩的饮食习惯和地方风俗。

阳泉位于山西省东部,太行山中端,也是创造古老传统文化的地域之一。郊区旧街乡枣园村发现 10 多万年前旧石器时期中期人工打制的石片、石核;孟县土塔发现新石器时期遗物石斧、三足罐;平定宁艾发现新石器时期饰绳纹锥状器足、划纹陶片、兽骨和红烧土等,表明当地用火的开始,证明大约在 10 多万年前,就有先民在此繁衍生息。在这漫长的历史进程中,阳泉人民创造了灿烂的当地文化,包括饮食文化。

由于阳泉的自然、地理、社会等多种因素,形成了一定的文化定位,形成了地域性的文化积淀,也有着自己的特色。“靠山吃山、靠水吃水”自然环境和人们的生活方式,直接影响着“专力农耕”的传统农业。以粮为主的各类品种的耕作,成为区别各地群众生活特点的主要标志。从社会发展的角度看,影响阳泉饮食文化的构



成,有三个因素:

其一,历史的古老。郊区枣园、大梁丁旧石器文化遗址的发现,记录了本地历史的发端。在夏商两朝,虽《禹贡》中称阳泉属九州之冀州地,实际上华夏族、殷商族势力范围未达此地。西周时,约在公元前11世纪至公元前770年,分冀州而析置并州,西周王朝的统治仍未波及本地。在这段漫长的岁月里,此地一直为戎狄部族所居,大都过着以狩猎,采集为主,后期转向狩猎和垦植并行的原始氏族生活。火的利用,才为本地饮食文化开创了一个新纪元。最早见诸史籍的是春秋后期的孟城盆地的仇犹国,也就开始了阳泉境内有记载的文明史。仇犹国首领称“君”,可见,仅是一个氏族联盟而已。盂县饮食文化也随之开始形成。



华夏民族中,流传着黄帝和尧、舜、禹的传说融合,使阳泉范围的饮食文化丰富多彩。

其三,源远流长的商业活动。解盐的开发流通,商贾的出现,连同后来的晋商崛起在历史上显赫一时的山西中部,阳泉是晋商的重要组成部份,撑起过一片繁荣。贸易边远的官沟张家,商贸做到京城皇宫的大阳泉郝家、小河的石家,平潭塄的李家等。他们将本地的土特产流通至口外、皇城,而口外各地、皇城的饮食文化

其二,民族大融合。长期以来,尽管阳泉地处发展缓慢的守法自然经济里,但从夏商周三朝开始,一直是古代各民族大融合的地域之一。据文献记载:春秋战国时期,这里就是白狄族与中原人的杂居地,也许就是从平潭城的修筑,或是从智伯送钟开始。秦、汉、三国时期,尤其是西晋“五胡乱华”时代,匈奴人、羯族、鲜卑族、西部羌人不断入居,有的还建立了王国;隋唐时的突厥,五代十国时的契丹,两宋时的金人、辽人,元代的蒙古人,明清时的鞑靼人、满人都陆续入驻过此地。在这块土地上,黑、白、黄,矿藏资源的丰富发展,近临北京,远交东南西北不同民族的文化,包括饮食文化,都经过相互交流、吸收、

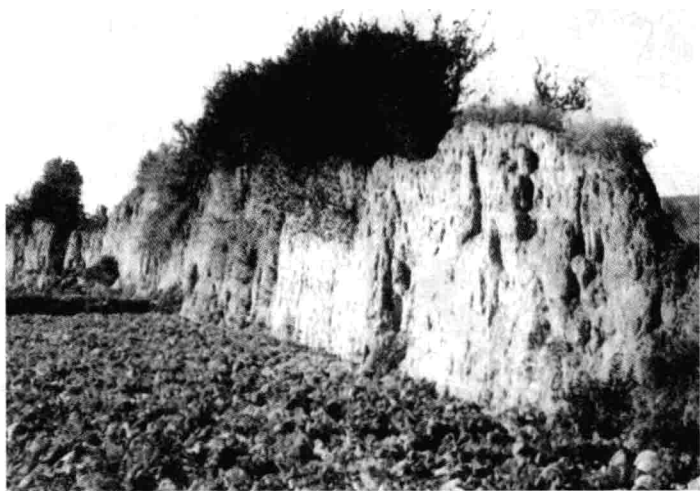


也都带回到阳泉。目前,流传在阳泉民间宴席中一些菜肴的烹制方法,都是在借鉴中发展起来的。

总之,阳泉的饮食文化是传统文化的重要组成部分。是创造于民间而又传承于民间,具有世代相习的思想和行为。饮食文化有着自己的习惯、传承、心理信仰和感情的交流传递。因此,这就构成了阳泉饮食文化的自然习俗和法则。

二〇〇六年八月八日草于居上堂北书房

二〇〇八年八月八日定于居上堂南书房



2500年前赵简子修筑的平潭古城遗址。



CONTENTS 目录

第一章 阳泉饮食概说 / 1

第二章 阳泉主食 / 3

煮饭 / 3

干粮 / 6

制饼 / 7

焖饭 / 9

炸食 / 10

汤饭 / 10

第三章 阳泉菜肴 / 12

佳菜种类 / 12

宴席饭菜种类 / 14

地方传统宴席例谱 / 19

第四章 阳泉粥膳 / 26

大枣粥 / 27

芹菜粥 / 27

胡萝卜粥 / 28

马齿苋粥 / 29

胡桃仁粥 / 29

枸杞粥 / 30