

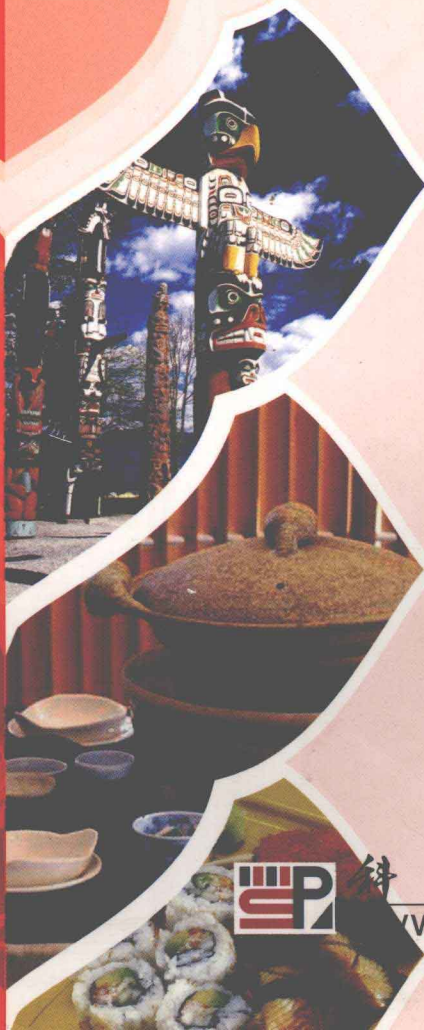


高等教育“十一五”规划教材

高职高专餐旅管理与服务类专业教材系列

# 中外饮食民俗

黄剑 主编  
鲁永超



科学出版社

[www.sciencep.com](http://www.sciencep.com)

高等教育“十一五”规划教材

高职高专餐旅管理与服务类专业教材系列

# 中外饮食民俗

	黄 剑	鲁永超	主 编
朱基富	高 山	王宝刚	副主编
	谢瀛慧	朱正杰	
	张元树		主 审

科学出版社

北 京

## 内 容 简 介

本书以饮食文化为主线,以中外各国的饮食民俗为主要研究对象,内容包括绪论、中国饮食民俗概述,中国传统节日的饮食民俗,人生礼仪的饮食民俗,宗教信仰的饮食民俗,中国少数民族的饮食民俗,亚洲地区部分国家的饮食民俗,欧洲地区部分国家的饮食民俗、美洲、非洲、大洋洲地区部分国家的饮食民俗,饮茶民俗,饮酒民俗十个章节。本书集知识性、趣味性、可读性为一体,通俗易懂,并具有一定的学术价值。

本书不仅可作为本科及高职高专院校餐旅管理与服务类、食品类等相关专业的教材,也可以作为从事餐旅管理与服务类行业人员以及广大旅游人群的参考用书。

### 图书在版编目(CIP)数据

中外饮食民俗/黄剑,鲁永超主编. —北京:科学出版社,2009

(高等教育“十一五”规划教材·高职高专餐旅管理与服务类专业教材系列)

ISBN 978-7-03-023767-5

I. 中… II ①黄…②鲁… III. 饮食-风俗习惯-世界-高等学校:技术学校-教材 IV. K891.25

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 206328 号

责任编辑:周 恢 / 责任校对:柏连海 王万红  
责任印制:吕春珉 / 封面设计:东方人华平面设计部

**科学出版社** 出版

北京东黄城根北街 16 号  
邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

**新 蕾 印 刷 厂** 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

\*

2010 年 4 月 第 一 版 开本: 787×1092 1/16  
2010 年 4 月 第 一 次 印 刷 印张: 14 3/4  
印数: 1—3 000 字数: 344 000

定价: 23.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换<路通>)

销售部电话 010-62134988 编辑部电话 010-62135235 (VP04)

**版权所有,侵权必究**

举报电话: 010-64030229; 010-64034315; 13501151303

高等教育“十一五”规划教材  
高职高专餐旅管理与服务类专业  
专家委员会

- |     |         |            |
|-----|---------|------------|
| 主任  | 黄震方     | 南京师范大学     |
| 副主任 | 黄维兵     | 四川烹饪高等专科学校 |
|     | 海米提·依米提 | 新疆大学       |
| 秘书  | 陈云川     | 四川烹饪高等专科学校 |
|     | 唐宇      | 四川烹饪高等专科学校 |
|     | 沈力匀     | 科学出版社      |
|     | 周恢      | 科学出版社      |

委员（按姓氏笔画排序）

- |     |            |
|-----|------------|
| 王全在 | 内蒙古财经学院    |
| 王美萍 | 北京联合大学     |
| 石强  | 深圳职业技术学院   |
| 冯玉珠 | 河北师范大学     |
| 朱水根 | 上海旅游高等专科学校 |
| 杨坚  | 西南大学       |
| 汪京强 | 华侨大学       |
| 邹益民 | 浙江大学       |
| 林伯明 | 桂林旅游高等专科学校 |
| 赵桂毅 | 淄博职业学院     |
| 唐文  | 吉林商业高等专科学校 |
| 徐桥猛 | 无锡商业职业技术学院 |
| 彭诗金 | 郑州轻工业学院    |
| 魏洁文 | 浙江商业职业技术学院 |

高等教育“十一五”规划教材  
高职高专餐旅管理与服务类专业教材  
编写委员会

主任 黄维兵

副主任 陈云川 唐宇

委员 (按姓氏笔画排序)

丁辉	王亚伟	邓红	冯文昌	卢一
刘爱月	刘琥	吉良新	孙茜	曲绍卿
朱国兴	何江红	何稼静	张树坤	张菁
李晓	李玉荣	李凯	杜应生	杨江伟
沈涛	邱萍	陈祖明	罗林安	郑昌江
胡善风	赵建民	郝梅	钟志惠	袁新宇
陶卫平	高海薇	梁爱华	睦红卫	黄剑
黄刚平	曾凡琪	鲁永超	董红兵	熊敏
薛兵旺	霍力	魏新生		

# 序 言

近年来,高等职业教育受到世界各国的普遍重视,我国的经济建设也越来越凸显出对技术应用型和高技能人才的需求。为此,我国将发展高等职业教育作为实现我国优化人才结构、促进人才合理分布、推动经济建设的战略措施。为满足社会对技术应用型和高技能人才的需求,我国的高等职业教育近几年实现了跨越式发展,办学规模不断扩大,办学思路日益明确,办学形式日趋多样化,取得了显著的办学效益和社会效益。

中国的高等职业餐旅管理与服务类专业教育,一方面,在20世纪80年代才形成规模发展,但积累了许多成功的经验。另一方面,由于起步晚、基础差,在发展中还存在不少问题,主要集中在四个方面:第一,培养目标不够明确;第二,课程体系不够科学;第三,教学方式比较落后;第四,教学设施明显不足。

中国高等职业餐旅管理与服务教育要实现可持续发展,需要树立以市场为导向的新思维,实现观念上的四大结合:第一,实现服务社会与市场的需求结合;第二,实现学科建设与市场为导向的结合;第三,实现追求规模与追求规格的结合;第四,实现政府供给与社会供求的结合。以实现在优化人才培养机制、优化专业和课程设置、优化教学内容和教学过程、改革教学管理等方面有所创新。

教材建设是优化教学内容和教学过程、提高高等职业餐旅管理与服务类专业教育教学质量的重要环节,而如何打破传统的教学内容和教学方法,使之适合高等职业教育的特点,更是迫切需要进行深入研究和实践的。

“高职高专餐旅管理与服务类专业”系列教材是2006~2010年教育部高等学校高职高专餐旅管理与服务类专业教学指导委员会组织一批双师型的教师,在对当前高职高专餐旅管理与服务类专业的教材和教学方法、教学内容进行充分调查研究、深入分析研究的基础上编写的。本套教材以理论知识为主体,以应用型职业岗位要求为中心,以素质教育、创新教育为基础,以学生能力培养为本位,力求突出以下特色:

(1)理念创新:秉承“教学改革与学科创新引路,科技进步与教材创新同步”的理念,根据新时代对高等职业教育人才的需求,体现教学改革的最新理念,使本套教材内容领先、思路创新、突出实训、成系配套。

(2)方法创新:摒弃“借用教材、压缩内容”的滞后方法,专门开发符合高职特点的“对口教材”。在对职业岗位所需求的专业知识和专项能力进行科学分析的基础上,引进国外先进的课程开发方法,以确保符合职业教育的特色。

(3)特色创新:加大实训教材的开发力度,填补空白,突出热点。对于部分教材,提供“课件”、“教学资源支持库”等立体化的教学支持,方便教师教学与学生学习。对于部分专业,组织编写“双证教材”,注意将教材内容与职业资格、技能证书进行衔接。



(4) 内容创新: 在教材的编写过程中, 力求反映知识更新和科技发展的最新动态。将新知识、新技术、新内容、新工艺、新案例及时反映到教材中来, 更能体现高职教育专业设置紧密联系生产、建设、服务、管理一线的实际要求。

我们相信在 2006~2010 年教育部高等学校高职高专餐旅管理与服务类专业教学指导委员会专家的指导下, 在广大教师的积极参与下, 这套餐饮管理与服务类专业系列教材, 一定能为我国餐饮服务与管理行业培养出适用的新型人才。

2006~2010 年教育部高等学校高职高专  
餐旅管理与服务类专业教学指导委员会

科学出版社

## 前 言

民俗是一个民族的文化长期积淀的结果，具有鲜明的民族印记，虽然它不是法规，但它依靠习惯势力、传袭力量和心理信仰，影响并规范着人们的行为。饮食民俗是诸多民俗中最古老、最持久、最活跃、最有特色、最具群众性和生命力的一个重要分支。饮食民俗是一种文化现象，其包含着深厚的文化内涵。

许多院校的餐旅管理与服务类专业都开设饮食民俗及相关课程，通常只将饮食民俗作为教材中的一个章节，在全书中所占篇幅小，内容自然也受限，因而导致教学中既不能充分拓展饮食民俗的深度、广度，又不能使学生掌握充足的知识。

本书以饮食文化为主线，以中外各国的饮食民俗为主要研究对象，内容包括：绪论、中国饮食民俗概述；中国传统节日的饮食民俗；人生仪礼的饮食民俗；宗教信仰的饮食民俗；中国少数民族的饮食民俗；亚洲地区部分国家的饮食民俗；欧洲地区部分国家的饮食民俗；美洲、非洲、大洋洲地区部分国家的饮食民俗；饮茶民俗；饮酒民俗。因此，本书涉及内容广泛，知识内涵丰富，适用于餐旅管理与服务类、食品类等相关专业。

本书由黄剑（武汉商业服务学院）提出总体构想，拟定教材编写大纲，提供编写样稿并审订全书、搜集大部分图片。编写人员具体分工是：第一章、第四章由黄剑（武汉商业服务学院）、谢瀛慧（武汉商业服务学院）、高山（北京联合大学旅游学院）编写；第二章、第三章由高山（北京联合大学旅游学院）编写；第五章由黄剑、鲁永超（武汉商业服务学院）编写；第六章由朱正杰（哈尔滨商业大学旅游学院）编写；第七章朱基富（吉林工商学院）编写；第八章由鲁永超（武汉商业服务学院）、朱基富（吉林工商学院）编写；第九章由鲁永超（武汉商业服务学院）、王宝刚（河南信阳农业高等专科学校）编写；第十章由王宝刚（河南信阳农业高等专科学校）编写。鲁永超提供了外国实景图片。

本书系“武汉商业服务学院商业文化研究所资助项目”。在编写过程中曾得到北京联合大学旅游学院副院长王美萍副教授、桂林旅游高等专科学校教育处处长林伯明副教授、四川烹饪高等专科学校教务处副处长袁新宇教授的关心和支持。武汉商业服务学院张元树院长在百忙之中为本书撰写后记，并担任本书主审；华中师范大学历史文化学院姚伟钧教授、武汉商业服务学院刘萌副院长、武汉商业服务学院商业文化研究所的副所长熊正安担任本书顾问；武汉商业服务学院高静、潘东潮、魏跃胜、万玉梅等老师、武汉楚灶王大酒店张建平总经理对本书大力的支持；吉林省长春市饮食行业的巩桂花、高





玉才、曹清春、杨育瀚、唐敬丽、姚志鹏和邹兵等同仁们，对外国部分章节提供了部分菜谱图片及相关资料，武汉市安通机动车安全技术检测有限公司的张莹对全书插图进行了艺术处理，在此一并表示感谢！

在本书的编写过程中，参考许多相关的书籍、学术期刊的内容，在此一并向相关作者表示最诚挚的谢意！

在编写中，限于编者水平有限，书中难免存在错误，敬请广大读者批评指正。

# 目 录

序言	
前言	
绪论	1
第一章 中国饮食民俗概述	7
第一节 中国饮食惯制和饮食结构	7
第二节 中国饮食方式及宴会中的礼仪	9
第三节 中国特色筵席	16
第二章 中国传统节日的饮食民俗	29
第一节 中国传统节日的含义及产生的原因	30
第二节 主要传统节日的饮食民俗	32
第三节 节日饮食民俗的文化特征	49
第三章 人生仪礼的饮食民俗	54
第一节 求子饮食民俗	54
第二节 孕期饮食民俗	56
第三节 诞生饮食民俗	57
第四节 成人饮食民俗	59
第五节 婚嫁饮食民俗	61
第六节 祝寿饮食民俗	65
第七节 冥祭饮食民俗	67
第四章 宗教信仰的饮食民俗	72
第一节 佛教饮食民俗	73
第二节 道教饮食民俗	77
第三节 伊斯兰教饮食民俗	81



<b>第五章 中国少数民族的饮食民俗</b> .....	88
第一节 中国东北地区少数民族的饮食民俗 .....	88
第二节 中国西北地区少数民族的饮食民俗 .....	95
第三节 中国西南地区少数民族的饮食民俗 .....	102
第四节 中国中南地区少数民族的饮食民俗 .....	121
<b>第六章 亚洲地区部分国家的饮食民俗</b> .....	135
第一节 日本人的饮食民俗 .....	135
第二节 朝鲜和韩国人的饮食民俗 .....	137
第三节 泰国人的饮食民俗 .....	139
第四节 印度人的饮食民俗 .....	140
第五节 阿拉伯人的饮食民俗 .....	142
<b>第七章 欧洲地区部分国家的饮食民俗</b> .....	146
第一节 英国人的饮食民俗 .....	146
第二节 意大利人的饮食民俗 .....	149
第三节 法国人的饮食民俗 .....	151
第四节 西班牙人的饮食民俗 .....	153
第五节 德国人的饮食民俗 .....	156
第六节 荷兰人的饮食民俗 .....	159
第七节 俄罗斯人的饮食民俗 .....	161
第八节 土耳其人的饮食民俗 .....	163
<b>第八章 美洲、非洲、大洋洲地区部分国家的饮食民俗</b> .....	170
第一节 美洲地区部分国家的饮食民俗 .....	170
第二节 非洲地区部分国家的饮食民俗 .....	178
第三节 大洋洲地区部分国家的饮食民俗 .....	180
<b>第九章 饮茶民俗</b> .....	186
第一节 茶的起源与种类 .....	186
第二节 茶与茶文化 .....	189
第三节 茶道与茶艺 .....	195
第四节 饮茶忌宜 .....	198



第十章 饮酒民俗 .....	203
第一节 酒的起源与种类 .....	203
第二节 酒与酒文化 .....	210
第三节 饮酒忌宜 .....	217
主要参考文献 .....	220
后记 .....	221

# 绪 论

饮食是人类社会生活的一种自然现象，一切生物都要从自然界摄取养料以维持生命、发育成长和繁衍后代，例如，植物靠光合作用来维持其生存；动物靠觅食来维持生命。同样，人类祖先也要靠原始的择食方式来维持其生命。当人类祖先发明并利用了火，才摆脱了原始野蛮的生活方式，逐步进入到烹饪起始阶段——火烹时代。我国的饮食民俗历史，是从原始的烹饪开始，其标志有二：一是火的使用，“炮生为熟，燔而食之”；二是饮器的发明和使用。以此标准计算，我国的饮食民俗已有六七千年的历史。人类最初的觅食、进食方式，同一般动物相差无几。

早在 100 万年至 1 万年前，古人类与一般动物一样，为了维持自己的生存，必须四处寻觅食物。食物来源有两种，一是动物，二是植物。动物中，既有凶猛残暴的豺狼虎豹，也有温顺柔弱的小动物，以及生活在江河湖泊的鱼鳖虾蚌。在寻觅动物食物时，人类要与各种动物搏斗，茹毛饮血，当然，人类有时也会在与凶猛动物搏斗中丧命，成为凶猛动物的腹中之物。

古人类更多、更可靠的食物主要来源于植物。这些植物包括长在枝头的野果、结在藤蔓上的瓜类、埋在土中的根块，以及植物的茎、秆、花、叶。然而，并非所有的植物人类都能食用。人类经历了一代又一代的尝试，筛选出许多可供人类食用的植物及其果实。这一漫长的历史时期，称为“自然饮食状态”。

火的使用，使原始食物能烧可烤。原始社会和奴隶社会时期，人类生活的环境十分恶劣，食物没有保障，人们“茹毛饮血”、“饥不择食”，依靠采集、渔猎生活，有啥吃啥。火的使用，是饮食民俗产生的先决条件。人类最早使用的是天然火，如火山熔岩火、闪电雷击所燃之火。古代人栖息的森林常因遭受雷电所击而引起火灾。当火灾过后，人们偶然吃到被火烧死的野兽和被火烤熟的坚果，觉得别有一番滋味。经过多次实践，人们逐渐懂得食物是可以用火烧熟后食用，而且味道更好，人类从无意识地吃到熟食到有意识地保存火种、利用火种、管理火种，并且逐渐掌握了制作熟食的技能。后来，人们又在劳动中发明了钻木取火的方法。《周礼·含文嘉》云：“燧人始钻木取火，炮火为熟，令人无腹疾，有异于禽兽”。《淮南子·修务训》记载：“古者民茹草饮水，采树之实，食羸蚌之肉，时多疾病毒伤之害，于是神农乃始教民种五谷，神农尝百草之滋味，水泉之甘苦，令民知所避就，当此之时，一日而遇七十毒”。神农尝百草的传说反映了我国古人通过“尝”的实践发现了一些食物的性能，这就可能在发现某些食物的同时也发现



某些药物和毒物，“药食同源”就是这个意思。

火的使用，使人类告别茹毛饮血的蒙昧时代，人类成了火的主人，由此使人类进化发生了划时代的变化。人类掌握了火的使用方法之后，熟食比重便逐渐增加。用火熟食的方式也由简单到复杂，并沿袭成俗，保留至今。

纵观原始社会的熟食方式，经历千万年的传承，逐渐演变为流行至今的饮食民俗，例如，新疆的烤羊肉串、北京的烤鸭、遍及城乡的烤（煨）红薯、云南傣族的竹筒饭，以及诱人的“石板烧”、“叫化子鸡”、“铁板牛肉”等，追根溯源，其实都是远古遗风。

陶器的发明，使食物能烹可煮。人类最初的熟食方式，以烧、烤为主。那时既无炉灶，也无锅碗，人们只知道把食物直接放在火上去烧烤。后来，人们进一步发明了“炮”法：用泥包住食物后搁在火里烤熟，这样可以避免食物被烧焦。“炮”法虽然简单，但那一团团黏泥，却成为后世炊具的肇始。

人们由黏泥联想到石头、石板，并把石头、石板作为烹饪器材。他们或是把食物放在石板上烧烤，或是用烧热的石块烫熟食物。这一时期还有以兽皮为锅烹煮食物，或是将食物放在竹筒中煮熟，类似烹法，延续了许多世纪。这一漫长的历史时期，称之为“自觉饮食阶段”。

中国陶器大约创始于距今1万年前。陶器是以黏土为原料，塑型后经高温焙烧而成。古人为何突发奇想，变泥土为陶器，从而实现炊具和饮食器具的一次革命呢？

从饮食民俗角度看，陶器在很大程度上是因烹饪需要而发明的。在漫长的烧烤食物的过程中，继“炮”法、石块、石板、兽皮、竹筒的利用，聪明的祖先们在抹泥包裹炮烤、坑穴、兽皮盛水投入烧石的启发下，利用黏土烧制原始的盆、罐等粗陶器，经火烧烤后，这些泥土变得神奇起来：不漏水，而且坚固耐用。由此，陶器产生了。

陶器的出现，开始了新的烹饪方法，使水和蒸汽作为新的传热介质，开创了煮、蒸、炖等烹调方法。据今3000年左右的商周时期，有学者认为：“以木巽火、烹饪也”（《周易·鼎卦》）。“烹”在先秦时为煮的意思。“饪”即指食物生熟的程度，也是古代熟食的通称。在春秋战国时期，有学者进一步认为：“燧人作钻燧生火，以熟荤臊，民食之无月玄胃之病”（《管子·轻重戊》）。意为用火把食物烧熟可以去除异味，起到杀虫灭菌的消毒作用，可以使人少生疾病。烹饪方式的进步与烹饪器具的发展密切相关。有了陶器，陶烹的时代也就开始了。陶器时代时烹饪法主要有两种：烹煮和烹制。

当时人们的饮食还无主食、副食之分，炊具、食具的分工也不明确，如陶釜，既可用于煮饭煮肉，也可用来盛饭盛肉。而陶盆、陶钵之类的陶器，既是盛饭菜的用具，也是进食的食具。

食具的重大变化丰富了人类的饮食生活。随着农业生产的发展，粮食产量不断提高，谷物逐渐成为人们的主食，而肉类渐渐成为人们的副食。新兴园艺栽培技术的出现，又使蔬菜成为副食，增添了副食的种类。由于主食、副食的划分，食具也相应出现了分工，如豆器专指肉食用具，后来都用于祭祀。盛放整羊的是俎，盛汤浆之类的是盂，进食之



具为箸，舀汤浆之器为勺，后来又出现了匙。饮器则出现了杯、盅、盏等。

手工业生产的发展，也使食具发生变化。商周两代是中国青铜炊具的鼎盛时期，金属制作的食具也开始出现。从此，陶器不再一统天下。鼎的出现，标志着中国食俗进入了油烹阶段。当时的鼎是贵族豪华的饮器和食器。

商周时期，还出现了玉石、牙骨、竹木等各种材料做成的食具。春秋战国时期，漆食具、食盒开始出现。秦汉以后，漆器食具的使用就更多了。

瓷器是我国的伟大发明，它是由陶器发展而来的。早在新石器时代晚期，我们的祖先就用瓷土烧制出精美的硬陶；商代又发明了玻璃釉，制成了原始青瓷，到汉代瓷器便逐渐进入成熟阶段；明清两代，江西景德镇成为举世闻名的瓷都；至今，瓷器依然是人们的主要食具。

中国铁器最早出现在春秋时代，到西汉时代，铁器得到了广泛应用。铁釜、铁刀等炊具，在秦汉时期已普遍使用。铁锅的出现，使烹饪技术中的爆、炒之法应运而生。因铁制炊具导热性能适中，造价低廉，而且铁分子是人体不可缺少的元素，用铁制炊具烹调，有益无害，所以时至今日，铁制炊具仍在烹饪中扮演主角。

竹器、木器也是重要的炊具和食具。筷子，古代称箸。

无论是炊具，还是食具，都是随着时代的变迁，人们生活习俗的改变和社会文明程度的不同而产生变化。以食具为例，在桌、椅、板凳问世之前，人们生活习惯是席地而坐，食具也都摆放在地上使用。

有的原本是食具，随着时间的推移改变功能，不再是食具，如鼎；有的原本是生活用具而不是食具，随着时代的变迁而进入食具的行列，如盘。鼎，是由食器而变为礼器，后来成为立国之宝，成为国家权力的象征。盘，商周时期是盛水洗手的用具，但从战国起，却成为食具使用，并流传至今，仍是人们的主要食具之一。食具的重大变化，丰富了人类的饮食生活。

## 一、饮食民俗的定义

饮食民俗是指有关饮料和食物在加工、制作和食用的过程中所形成的习俗，即指人们在民族饮食活动中积累传承的风俗习惯。

饮食本指食物和饮料，是维持人的基本生存所需要的物质资料。这里所说的饮食，还包括了人类的饮食活动以及在饮食过程中形成的饮食民俗和饮食文化。

饮食民俗亦称食俗、食风、食性、食礼或食规。食俗是诸多民俗中最古老、最持久、最活跃、最有特色、最具群众性和生命力的一个重要分支。食俗一般包括年节食俗、日常食俗、人生仪礼食俗、宗教信仰食俗、少数民族食俗等内容。

## 二、饮食民俗的形成过程

饮食民俗的形成是一个“约定俗成”的过程，“约定”就是大家获得的共识，这是



饮食民俗形成与养成的关系。“饮食民俗习惯”需要养成和培育，民俗是民族文化的通俗形式，它浓缩了民族文化的重要成分和内容，无形中养成了人的世界观和价值观，并经常决定着人的行为和习惯。人经常做一件事就会形成习惯，而习惯的力量是难以抗拒的。但是人类还有一种潜藏的缓冲能力，既然人能养成一种习惯，那也能改掉这种习惯。一个人从小所养成的饮食习惯是最为顽固的，即使他远离故园，在异国他乡数十年也不会轻易改变。而饮食习惯正是在其生长的社会环境中养成的，这个社会环境就是传统与风俗环境，通过自己的学习与体会而深刻于心，什么样的环境造就什么样的人，这种传统与风俗的日积月累构成人的精神灵魂，养成了人的文化性格。有实例证明，一个中国成年人到德国去，如果让他完全像德国人一样饮食或按照德国人的饮食方式生活，非常困难，而且即使改变了也会导致生理与精神疾病的产生。因此，饮食生活方式的不同是形成不同族群成员鲜明的异质特征之一。在一个相对异象性文化模式群体中，物质、社会、语言、精神四个主要成分之间具有密切的联系。有研究表明，传统习惯的饮食生活不仅影响着人类的物质和社会环境，还长期作用于人类的精神与心理，使人在饮食方面固守传统，坚持习惯。例如，美国人拒吃猫、狗的肉，中国的北方人惯于吃面，而南方人惯于吃饭；长江以北的人惯于喝粥，长江以南的人更惯于吃泡饭等，不同地域除了语言文化有差异外，食性的差异也最具鲜明特征。每个人对习惯的食物会备感亲切，而对未见过、未吃过的食物则十分谨慎。食性的顽固性在人的中晚年表现得尤为突出。个人的食性是在周边的群体食性传统氛围中养成的，并将这一传统传给与之生活在一起的下一代人，具有相同、相近食性传统的人们比邻而居，从而形成区域性人群的饮食民俗。

一般而言，饮食民俗的形成有以下几个原因：

### 1) 经济的原因

食俗虽然是一种文化现象，但其孕育和变异会受到社会生产力发展程度的制约。有什么样的物质基础，便会产生相应的膳食结构和肴馔风格。例如，元谋猿人茹毛饮血、北京猿人火炙石爨、山顶洞人捕捞鱼鲜、河姆渡人食用五谷。

### 2) 自然条件的原因

我国地域辽阔，自然环境复杂，各地的地形、气候、水文、土壤、生物等都有较大的差别，因而食性和食趣也就不一样，从而形成了“东辣、西酸、南甜、北咸”的口味嗜好。

### 3) 民族的原因

世界上的民族众多，我国也是由 56 个民族组成的多民族国家，由于各个民族所处的自然环境和社会条件不同，在长期的生产和生活实践中，民族的发展历史各有差异，所以民族文化也各有特点，经过世代的传承和变异，形成了区别于其他民族的各自所特有的饮食民俗。

### 4) 宗教信仰的原因

不少饮食民俗是从原始信仰崇拜和宗教仪式中演变而来的。例如，在我国，佛教教





义和戒律就对教徒有较强的约束力，对其饮食民俗也有较大的影响，如不杀生、吃斋饭等。又如，伊斯兰教徒遵循伊斯兰教教义，不吃猪肉。以食为天的儒家饮食思想，养生为尚的道家饮食思想，茹素修行的佛家饮食思想，清净为本的伊斯兰教饮食思想，对人们在什么条件下吃，吃什么，怎样吃，都有一定食规。

### 三、饮食民俗的社会功能

#### 1. 教育感化功能

饮食民俗具有教育感化功能，在人类个体的社会化过程中起着教育和模塑的作用。从一个人出生之时起，他所处的民俗就在塑造着他。当他长大成人并能参与这种文化的活动时，这些文化习惯塑造了他的习惯，这些文化信仰形成了他的信仰。如从小教一个人使用筷子进餐，用右手执筷。在饮食民俗的作用下，人们的思维会朝着既定的方面发展。成年礼、婚礼，使他懂得一个成人对社会、家庭所应承担的责任，教育他如何尊敬父母、长辈，建立美满幸福的家庭。

#### 2. 维系凝聚功能

饮食民俗具有社会凝聚力、民族亲和力以及国民向心力。饮食民俗维系着社会生活的相对稳定，它是人们认同自己所属群体的标志。人们通过节日活动，以实现感化人的目的，培养人的归属感，如祭祖崇拜就具有一定的社会凝聚力，移居海外华侨尽管他们身在异国他乡，都承认自己是炎黄子孙，他们的生活习惯始终与中华民族保持一致。饮食民俗维系着一个民族的精神世界和物质生活，就像一个巨大的磁场，形成强大的引力，使人们保持稳定的生活方向的稳定。

#### 3. 纪念怀古功能

饮食民俗具有纪念怀古功能，其主要是指那些以纪念为目的的饮食民俗活动。例如，端午节是为纪念屈原，寒食节是为纪念介子推而设。

#### 4. 娱乐调节功能

饮食民俗具有娱乐调节功能，主要是指人在适当的时间进行适当的娱乐活动，休息体力，调剂精神，享受劳动成果。如春节吃年夜饭，正月十五吃元宵、观灯展、猜灯谜，中秋节吃月饼赏月，饮食民俗的娱乐功能显而易见。人类创造了文化，目的就是为了享用、享受、分享、共享。人不可能像机器那样日复一日、永无止境地劳作，必须在适当的时间进行适当的娱乐、社交等活动，享受劳动成果。

#### 5. 实用补偿功能

饮食民俗具有实用补偿功能，主要是指日常生活中对社会生产和生活能起直接作用，如婚事的聘礼、结婚喜宴、生孩子送红蛋报喜、满月酒等。在日常生活中，农历三