

技工学校中式烹调专业教改教材

# 烹饪美学

中国劳动出版社

(京)新登字 114 号

本书是根据技工学校“三产”教改教材编委会编审的技工学校中式烹调专业《烹饪美学教学大纲》编写的。主要内容包括概述、美学基础、烹饪工艺美、菜肴的美感、烹饪环境美、饮食图案美、烹饪审美的心理感应、中国饮食文化美等。

本书作为技工学校、职业学校中式烹饪专业教材,也可用于职工考核培训及自学。

本书由葛长森、刘小南编写,葛长森主编;林植、周明杨、王新审稿,林植主审。

2166/19

## 烹 饪 美 学

劳动部教材办公室组织编写

责任编辑 薛连通

中国劳动出版社出版

(北京市惠新东街1号)

中国铁道出版社印刷厂印刷

新华书店总店北京发行所发行

850×1168毫米 32开本 4印张 100千字

1994年10月北京第1版 1994年10月北京第1次印刷

印数:15000册

ISBN 7-5045-1440-3/TS·081(课) 定价:3.20元

# 前 言

大力发展职业教育是我国长期的战略性任务。最近颁布的《中华人民共和国劳动法》规定：“国家通过各种途径，采取各种措施，发展职业培训事业，开发劳动者的职业技能，提高劳动者的素质，增强劳动者的就业能力和工作能力”。我们要树立这样的目标，即要逐步做到使大多数新生劳动力基本上能够受到适应从业岗位需要的、最基本的职业技术训练，从事技术工种的劳动者，上岗前必须经过培训。技工学校是培养工人后备力量的专门学校，是职业技术教育的重要组成部分。我国工人队伍中的骨干力量，大多是技工学校培养的。因此，技工学校的办学质量，直接影响我国工人队伍的素质。教材作为办学的基本要素，对学生素质有着重要的影响。随着职业教育的发展，教材建设的任务十分繁重。为了更好地完成这一任务，需要制订出近期和长远的规划，要逐步建成适合技工学校使用的、品种多、配套全的教材系列，为发展我国技工教育服务。

加快发展第三产业，是我国社会主义经济发展过程中的一项具有重大战略意义的决策。加快第三产业的发展，是生产力提高和社会进步的必然结果；加快第三产业的发展，可以促进市场充分发育，是适应社会主义市场经济的需要；加快第三产业的发展，是缓解经济生活中深层次矛盾和促进经济发展的有效途径；加快第三产业的发展，是缓解我国日益严峻的就业压力的重要出路；加快第

三产业的发展,可以促进社会主义物质和精神文明建设。技工学校为了贯彻中央加快发展第三产业的决定,纷纷调整专业方向。中国劳动出版社为了适应这一新形势,及时调整了出版力量,不失时机地组织编写了商品经营、中式烹调、饭店服务等三个专业的教材。这批教材的问世,对技工学校的专业调整,无疑是一个有力的支持。

九十年代,我国每年都将有大批新成长的劳动力和从第一、第二产业转移出来的劳动力需要安置。第三产业行业多,门类广,劳动密集、技术密集、知识密集行业并存,能够吸纳大量的劳动力。为了使大批劳动者能够适应第三产业的各个行业需要,必须大力发展有关的各种职业技术教育。除大力兴办技工学校外,还要举办短期和中长期的专业培训。我们应当适应这种形势,大力开发第三产业的教材,充分满足各种培训的需要。这是出版为劳动工作服务的最佳形式。

教材建设,必须始终注重质量,要牢固树立质量第一的观念,要严格按照新闻出版署的质量标准,以严肃认真的态度,抓好教材质量。要搞出高质量的教材,决非一朝一夕所能做到的,必须下苦功夫,常抓不懈。中国劳动出版社应当集中力量,有计划、有步骤地编写出一批内容好、质量高的技校教材,以满足技工学校教学的需要。

编写技工学校教材,要特别注意对广大技工学校学生加强党的基本路线教育,爱国主义教育、集体主义和社会主义思想教育,近代史、现代史教育和国情教育,引导学生运用马克思主义的立场、观点、方法认识现实问题。要注意改革教育内容和教学方法,要按照现代科学技术文化发展的新成果和社会主义现代化建设的实际需要,更新教学内容,调整课程结构,加强基本知识、基本理论和基本技能的培养和训练,重视培养学生分析问题和解决问题的能力,注重职业道德和实际能力的培养。这些原则是评价教材质量的

重要依据。

开发职业培训教材,是关系到提高劳动者素质的大事。十多年来,中国劳动出版社已出版了数百种各类职业培训教材,对发展我国职业培训事业起了积极的作用,得到了社会的承认。希望今后能开发更多的、符合我国国情的、适用性强的、受大家欢迎的新教材。在此,对参加这批教材编审工作的同志顺致谢意。

中华人民共和国劳动部副部长 张左己

一九九四年七月十四日

# 目 录

## 第一章 概述

- 第一节 烹饪美学的起源..... 1
- 第二节 烹饪美学的研究对象..... 4
- 第三节 学习烹饪美学的意义..... 5

## 第二章 美学基础知识

- 第一节 美的特征..... 8
- 第二节 形式美法则 ..... 12
- 第三节 美感 ..... 21

## 第三章 烹饪工艺美

- 第一节 原料的自然形态美 ..... 25
- 第二节 原料的刀工处理美 ..... 27
- 第三节 凉菜造型艺术美 ..... 30
- 第四节 热菜造型艺术美 ..... 33
- 第五节 面点造型艺术美 ..... 36

## 第四章 菜肴的美感

- 第一节 菜肴的色泽美 ..... 40
- 第二节 菜肴的香气美 ..... 43
- 第三节 菜肴的味道美 ..... 46
- 第四节 菜肴的器具美 ..... 48

## 第五章 烹饪环境美

|                      |                      |     |
|----------------------|----------------------|-----|
| 第一节                  | 厨房的美学演变 .....        | 51  |
| 第二节                  | 烹饪燃料与灶具美 .....       | 54  |
| 第三节                  | 烹饪器具美 .....          | 59  |
| 第四节                  | 餐厅的美学演变 .....        | 69  |
| <b>第六章 饮食氛围美</b>     |                      |     |
| 第一节                  | 饮食与自然环境美 .....       | 72  |
| 第二节                  | 饮食与餐厅装饰美 .....       | 75  |
| 第三节                  | 饮食与礼仪服饰美 .....       | 81  |
| 第四节                  | 宴席设计美 .....          | 84  |
| <b>第七章 烹饪审美的心理感应</b> |                      |     |
| 第一节                  | 不同区域的烹饪审美感受 .....    | 91  |
| 第二节                  | 不同民族的烹饪审美感受 .....    | 93  |
| 第三节                  | 不同年龄、性别的烹饪审美感受 ..... | 96  |
| 第四节                  | 不同国家的烹饪审美感受 .....    | 99  |
| <b>第八章 中国饮食文化美</b>   |                      |     |
| 第一节                  | 饮食与民俗 .....          | 103 |
| 第二节                  | 饮食与美酒 .....          | 107 |
| 第三节                  | 饮食与美茶 .....          | 111 |
| 第四节                  | 饮食与风度 .....          | 115 |

# 第一章 概 述

## 第一节 烹饪美学的起源

美,是一个千古生辉的字眼;美,激荡着千百万人的心弦。在这个人类生长繁衍的大千世界里,美伴随着人类的劳动实践而降临,又伴随着人类文明的进步而发展。

原始社会初期,人们以手、脚等身体器官和石头、树枝等天然工具为武器,与险恶的自然界作斗争。大量的劳动实践和狩猎生活,使人们逐渐懂得带尖、带刃的石器,具有较强的杀伤力;形式对称的石器,投掷起来容易取得平衡;圆锥形的刃和圆形球,在投掷中速度较快。人们当时并不懂得这方面的任何原理,凭着直觉和经验,看到了这些稍经加工的石器更有利于猎取食物,给生存带来了极大的方便,并产生了愉快欢乐的情绪。如果说人类历史是从原始人把石头打制成第一件工具开始的话,那么,美也就闪耀着实用功能的光辉同时诞生了。

那时,人们把捕获的飞禽走兽、蚌蛤鱼虫活剥生吞,采集到的果实根茎也是生吃。这种饮食是原始的、粗陋的,只有生理上的快感,而没有精神上的美感。火的发现与运用,使人类进化发生了划时代的变化,从此结束了茹毛饮血的蒙昧时代,进入了烤炙熟食的文明时代,也为饮食美的发展提供了物质基础。随着人类的劳动创造及生活方式的不断开拓和发展,出现了陶器。最初的陶器就是为着盛装或烹煮食物而设计制作的。《周易·下经·鼎》篇记载:“以

木巽火，烹饪也。”“鼎”是饮、食共用器具，开始是用陶制成的。“木”是柴草之类的燃料。“巽”，原意是风。“亨”即烹，为煮的意思。“饪”是指烧熟的食物。这句话就是说将食物原料放在陶器里，添加清水，用柴草点火炊熟，这就是烹饪。陶器的发明和使用，使人类有可能煮熟食物。人类又经过了长期的劳动实践，懂得了煮海作盐，有了最基本的调味品，人们对食物质地的好坏、味道的甘美及食物的色泽、形态有了认识，并在烹煮食物时，有意识地将自己的主观意念——美，注入进去。

随着猎物的丰富以及生活的多样化，人们根据不同的用途来烧制陶器。作为饮食用具的有钵、盆、碗、杯，作为炊具的有灶、甑、釜、罐等。人们从实践中逐渐懂得了比例的协调、匀称，掌握好重心

的重要。有的使钵和盖的圆度相符，有的使陶器好拿好放好使用。在陶器上加个器耳，或添上三只脚；有些陶器上还有彩绘图纹，有表现动物、植物外形的图纹，甚至有手拉手跳舞的图纹。1973年我国青海大通县出土的新石器时代的彩陶上，画有舞蹈图案(图 1.1)虽然不能简单地

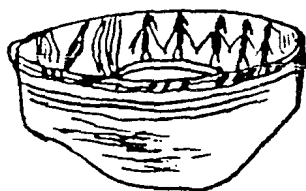


图 1.1 出土彩陶

地说他们在劳动之余手拉手地跳舞和唱歌，即进行专门的艺术活动，但已明显地反映了人们的审美意识开始从实用中逐渐发展起来，分离出来，独立的审美意识越来越强，美感也越来越丰富。

美的概念的起源与烹饪饮食的密切关系，从“美”字的几种写法上也能反映出来(图 1.2)。

这三种象形文字表示什么呢？最早的解释是：美字是分别由两个部分组合而成的，上半部画的都是一对羊角，代表为羊。下半部是一个大字，代表为人。美的概念早期是指人戴着羊头面具，伸展

四肢,自由自在舞蹈的形象。羊既可以供人食用,又可以把羊头羊角戴在头上作为伪装,引诱野兽,以便围歼猎获。每当庆贺狩猎丰收时,戴起羊头手舞足蹈。从这里我们可以发现,原

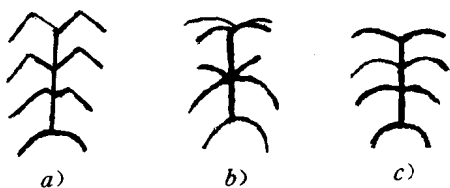


图 1.2 美字演变

始人的审美活动起初是与狩猎这种生产劳动结合在一起的。谁能捕捉到野兽,谁能让人们获得幸福,谁就是美的。随着社会的发展,人们的审美意识有了发展,认为凡是对整个社会有益,能满足人类需要的东西是善的,也是好的、美的。汉代许慎在《说文解字》中指出:“美,甘也,从羊,从大。羊在六畜,主给膳也。美与膳同意。”这就是说,在古代原始氏族人的眼里,陶器能存放食品,给人们以方便,所以是善的、美的。羊是人类最早的牧养动物之一,又肥又大的羊,味道甘美,能满足人们食物上的需要,因此它是善的、美的。显而易见,古人对美的事物的解释是基于饮食。善即美的观念在我国古代文献中大量记载着。《论语·子路篇》曰:“善居室。……富有,曰:‘苟美矣’,”《孟子·告子章句上》曰:“五谷者,种之美者也。”《汉书·食货志下》饮酒为“天下美禄”等等,都是从饮食,居住等供人享受,有益于人的角度来阐述美的。

美学作为一门独立学科是近代科学发展的产物。20 世纪以来,美学向着纵深方向发展。一方面现代心理渗入美学,探寻人类审美感受的心理特征,另一方面是美学走向社会,与各有关部门特点结合起来成为部门美学,产生了不少新兴的美学分支,诸如生产美学,建筑美学,商品美学、景观美学等等。人类的烹饪活动和审美活动是在人类物质生产活动的长期实践中产生的,也必将伴随着人类社会的发展而发展。烹饪是文化,是艺术,随着美学向着纵深

方向发展,烹饪美学也就在这样情况下诞生了。

## 第二节 烹饪美学的研究对象

科学是以研究对象划分的。一门学科要进行研究,首先得弄清楚这门学科的研究对象。烹饪美学是一门既古老又年轻的学科,它也有其独特的研究对象。

说它是一门古老的学科,是因为烹饪活动是人类赖以生存、繁衍和发展的最根本的条件和基础,甚至可以说是一切文化之祖。人类祖先在获得食物以后发出的呼叫声或欢笑声,就是人类最早的歌声;他们吃饱喝足以后表现出来的欢快举止、手舞足蹈的动作,就是人类最初的舞蹈;他们在谋求食物中画下的各种记号,就是人类最初的文字或美术作品。在新石器时代,人类在懂得、掌握烹饪方法以后,便随之将自己的审美感受也注入其中了。

说它是一门年轻的学科,是因为我们的祖先虽然早已懂得“民以食为天”的道理,但多是就吃说吃,很少从美学的高度加以研究和阐述。直至物质文明发展到一定水平,现代科学技术较为发达的时期,人们才有条件和比较自觉的将烹饪美学作为一门科学来研究,以期从美学的高度提高人们的认识,用以指导人们的饮食生活,促进人们的身心健康。

美学是关于审美活动的科学,它主要研究人们对现实的审美关系。美学基本可分为两大类:理论美学和应用美学。理论美学主要研究美和美感的一般规律;应用美学主要研究物质生活与精神生活领域的审美活动,也叫实用美学,其中就包括烹饪美学。烹饪美学是研究烹饪中美的规律性,以及人们烹饪饮食审美的一门学科,揭示烹饪活动中美的创造、人们的审美意识与烹饪文化背景的内在关系。

烹饪美学的具体研究对象是:

1、烹饪制作工艺美及菜肴美。烹制菜肴在美学追求上是辩证的,既重天然色泽又重装饰美化,既有自然形态又有人工塑造,并力求将色、香、味、形、器、质、养融为一体。这就使烹饪艺术具有赏心悦目,脍炙人口的魅力,给人以美的享受。烹饪美学就是要研究烹制菜肴美的规律性。

2、烹饪制作环境美及饮食氛围美。烹饪过程不仅对菜肴的色、香、味、形等有基本要求,而且要善于选择、购置餐具和炊具,充分发挥其实用和审美功能。餐具和炊具体现着工艺美学原理在烹饪中的运用。另外,在菜肴的命名、进餐环境的美化和布置、筵席台面的摆设、宴会气氛的调节、菜肴装盘、上桌的规格顺序等方面也要按照美的规律来表现。烹饪美学就是要研究烹饪环境美化的一般法则,饮食环境与筵席设计中的美学原则和设计方法。

3、烹饪文化中的食趣美。自古以来,烹饪不仅注重情趣美,而且讲究食趣美,讲究美食与美酒、美茶、美景、乐事的结合。烹饪美学就是要研究烹饪的审美观念、习俗及与中国传统文化思想的关系。

烹饪美学的研究范围,说明了这门学科与烹饪原料学、工艺学、营养卫生学,与美学、文学、民俗学、心理学都有密切的联系。

### 第三节 学习烹饪美学的意义

人总是爱美的。烹饪是人类社会活动中一种极重要的基础活动,更离不开美。人类爱美,需要美,为此而需要学习、掌握美学理论和知识。学习烹饪美学有以下重要的意义:

一、学习、研究烹饪美学,可以更好的弘扬中国饮食文化传统。

中华民族是个有五千年历史的文明古国,中国烹饪文化是民族文化的宝贵遗产,是我国各族人民几千年来辛勤劳动的成果和智慧的结晶。

我国的烹饪艺术,色香味形俱臻上乘。半个世纪以前,孙中山先生在《建国方略》中曾说过:“中国近代文明进化,事事皆落人后,惟饮食一道之进步,至今尚为文明各国所不及。”饮誉全球的中国烹饪艺术,科学地总结了多种相关学科的成果和知识,并且日益发展成为一种愈来愈精密的综合性实用艺术。在烹饪艺术中,蕴藉着民族的审美心理和审美趣味。因此,学习和研究烹饪美学,是对我国传统的烹饪文化的弘扬、继承和发展。

二、学习、研究烹饪美学,是适应改革开放形势下烹饪技艺发展总趋势的需要。

随着我国现代化建设事业的不断发展,改革开放政策的深入贯彻,市场上的商品丰富了,人民的生活条件改善了,人们需要的满足程度也得到较大的提高,生活正从温饱型向小康型发展。“吃要讲营养”,人们上市场买菜买副食品,非新鲜的不买,鱼要活蹦乱跳,鸡鸭要当面宰杀,蔬菜要青翠欲滴,要吃新鲜,吃本味,吃花样。人们越来越需要用现代营养卫生科学知识烹制美饌佳肴,越来越讲究菜点精美工艺。

随着时代的前进,人们的饮食观也在发生变化,美食,已不只是为了生存的需要而填饱肚皮,它的目的还有友谊和庆贺,是美化生活的艺术活动,是追求艺术享受和精神愉悦。

现代生活中,人际交往越来越频繁,交际友谊少不了烹饪艺术;国与国之间加强了解,地区与地区,企业与企业之间加强经济联系,也藉助于烹饪艺术;调剂人们日常生活,增添家庭欢乐情趣,往往依靠烹饪艺术。学习和研究烹饪美学,就可以适应烹饪技艺发展总趋势的需要。掌握了宴席设计、美饌设计、菜单设计等应用技艺,懂得了对称、调和、节奏、均齐及多样统一等形式美法则,就能制作出适合人们需求,受人们喜爱的佳肴。

三、学习、研究烹饪美学,可以增长人们的烹饪审美能力和鉴赏能力,提高审美情趣和精神素质。

人要全面发展,包括德、智、体、美各个方面。德育引导、智育增长、体育锻炼与美育陶冶是统一的,密不可分的。审美教育的着眼点就是要培养和提高人们的审美能力、审美情操和审美创造力。

学习烹饪美学,可以引导和帮助人们树立正确的审美观念和审美情趣。美饌佳肴是具体、形象、鲜明的实用艺术,饮食烹饪充满着浓厚的生活情趣和生活气息。用正确的观点认识理解烹饪美,可以唤起人们对美好事物的审美情思及其追求,培养人们对真正有意义的生活的审美感受力。

学习烹饪美学,可以培养人们的审美鉴赏力和良好的艺术修养。在烹饪审美教育中,学习烹饪美学基础知识,了解烹饪美学的特征,分析鉴赏受人民大众喜爱的美饌佳肴,能够受到艺术形象的感染,引起情感的共鸣。在审美享受中,心灵得到陶冶,艺术修养得到提高。

学习烹饪美学,可以指导人们参与烹饪实践活动,不断培养人们的审美表现力和创造力。良好的审美活动,可以使人们情绪饱满,积极向上,对促进人们的身心健康和智力发展有很大的好处。优美的烹饪审美情趣必然导致为对烹饪事业的热爱,对烹饪专业知识和技能的渴望与追求,积极参与烹饪实践和创造性的艺术活动。这种创造性的烹饪艺术劳动,既能展示烹饪美,也能反映出人们的审美取向和审美心理,培养人们对美的感受表现力和创造力。

## 第二章 美学基础知识

烹饪美学是美学的一个分支,犹如婴儿是从母体中降生一样,烹饪美学离不开美学的基本原理和规律。为了便于学习烹饪美学,首先必须对美学的知识有一个基本的了解。美学的内容是丰富的,本章只是从与烹饪美学关系密切的美的特征、形式美法则和美感等方面作一些介绍。

### 第一节 美的特征

美是一种社会现象,是社会实践或社会生活的产物。人类社会实践中,按照客观世界不同事物的规律性,结合人的主观目的,去改造客观世界,不仅引起客观世界外在形态的变化,而且能够实现自己的本质力量,把这一本质力量转化为能够令人愉悦的具体的形象,这就是美。动物是不会欣赏美的,只有对于人来说,美才有意义,美给人类带来的是愉快、是欢乐、是理想、是希望。

美的特征是美显示自己本质的特有方式,主要有形象性、多样性、功利性、社会性。

#### 一、美的形象性

我们生活在一个有声、有色、有形、有象的物质世界里,无论是美的自然、美的人、美的事物,都像是一幅幅生动、具体、可感的图

画。美作为一种存在，具有的客观物质性，决定了它鲜明的形象性。

形象是具体事物的客观映象，是内容和形式的有机统一体。它的感性形态既包括客观事物的色彩、线条、形状等外在形式，也包括客观事物的生命力、气韵、精神等内在实质。没有形象的美，在社会生活中是找不到的。

任何美的事物是人的感官所能直接感知的。例如，我们说花是美的，指的总是具体的花，各种花卉以它固有的花蕊、花瓣和色彩，赢得欣赏者的喜欢。我们说中国菜肴是精美的，也是从厨师们制作出的具体的菜肴反映出来的。在宴席上，一道道菜肴通过厨师的匠心，使人们从视觉上看到造型的千姿百态和色彩的绚丽多彩，从味觉上感到鲜美，从嗅觉上闻到香气。

人的心灵美，精神世界之美，表面上看不见摸不着，但是实质上，还是通过人的语言和行为表现为物质形象，使人们感受到。那种抽象的，不通过具体语言和行为表现的心灵美是不存在的。例如，我们说厨师是光荣的职业，烹调是美的艺术，这必须通过厨师辛勤劳动过程中，使用的烹调器具、烹调原料、烹饪环境以及烹饪菜肴等各个方面客观具体形象的表现，才为人们所感知。

## 二、美的多样性

美，普遍存在于人与自然、人与社会、人与艺术的关系中，是丰富的、多样的。从自然美来看，大自然向人类献出它储藏的所有的美。例如，华山之险、峨眉之秀、黄山之奇、庐山之丽、泰山之雄，各呈异彩；牡丹之华贵、芙蓉之鲜美、水仙之淡雅、腊梅之清秀、桃杏之浓艳，各尽其姿。从社会美来看，社会生活是由人与人的社会关系构成的整体，它包括物质生产劳动、科学实验和社会政治活动，也包括人们的衣食住行等日常社会生活。凡是积极的、健康的，有助于社会进步的，有利于人民群众的，都属于社会美之列。由于社会生活是纷纭复杂、五光十色的，因而社会美也是丰富多彩、千姿百态的。

客观事物是极其复杂的,美的事物的个性也是多种多样的,每一个具体的美的事物,都有着不同的特性和意蕴,甚至连形式也是千变万化的。例如中国烹饪的调味,有咸、甜、酸、辣、香、鲜、麻、苦、涩等基本味,也有酸甜、甜咸、辣咸、香辣、香咸、甜香、麻辣等复合味,还有各种怪味。这些鲜美的味、纯正的味、可口的味,反映出美味的多样性。烹制菜肴是一门美的艺术,其烹制方法复杂多样,有数百种之多,仅炸就有清炸,干炸,软炸、醉炸、纸包炸、脆炸、松炸之分,炒就有生炒、熟炒、滑炒、清炒、干炒、抓炒、软炒与爆炒之别,它们各有严格的工艺规程。“鼎中之变,精妙微纤”,反映了中国烹饪技法美的多样性。

### 三、美的功利性

功利,就是功效利益。美的功利性是指对人类有用、有益、有利,既有物质实用性,又能愉悦人的精神。

劳动产品的美,是以实用功能为前提的。例如,人们手中握着写字的笔,想到的是能写字,这就是实用和功利的观念,但我们对笔进行审美时,就又在实用之外追求好看,比较笔的色彩、花纹、造型等。中国烹饪艺术是一门实用艺术,它的实用性就是让人食用,满足人的生存需要,但是在食用时,又是一种品味,一种审美享受,食之津津有味,观之心旷神怡。烹饪工艺过程就是围绕着食用与食欲这个目的进行的。要做到既美观又实惠,既好吃又形象。

除了直接的物质实用性,美的功利性还有道德功利的象征性。例如,原始社会时制作的彩陶,那时人们在彩陶上画有旋涡纹,这是对云、水等自然现象的崇敬、祈求或恐惧心理的反映,同时也是体现出一种征服自然,驾驭自然的意志和力量。彩陶上的种种动物图案,也不仅仅是为了器物的美化,主要是对生活资料来源更加丰富的向往和祈求,是物质欲望的象征。直到现在,这种道德精神的象征意义还大量存在于工艺美术中。例如谷穗、蜂、灯笼的图案为“五谷丰登”,喜鹊和梅花喻为“喜上眉梢”。在烹饪菜肴中,也大