

杯 中 有 风 云 ， 舌 尖 有 战 争



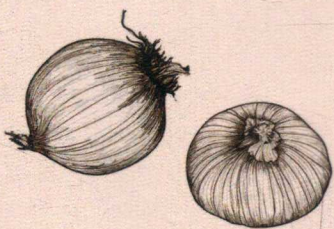
食物、战争、历史的
奇妙联系

舌尖上的战争



李从嘉——著

THE RELATIONSHIPS AMONG FOOD WAR AND HISTORY



吉林文史出版社
JILIN WENSHI CHUBANSHE

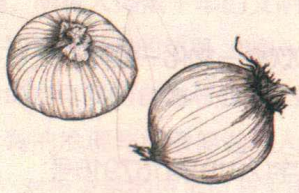
B7712
54
C1-2



李从嘉——著

舌尖上的战争

食物、战争、历史的
奇妙联系



吉林文史出版社
JILINWENSHICHUBANSHE

版权所有，翻版必究

发现印装质量问题，请与承印厂联系退换

图书在版编目 (CIP) 数据

舌尖上的战争：食物、战争、历史的奇妙联系 / 付晓宇著. -- 长春：吉林文史出版社，2018.7

ISBN 978-7-5472-5286-4

I. ①舌… II. ①付… III. ①饮食-文化-世界
IV. ①TS971.201

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第167916号

SHEJIAN SHANG DE ZHANZHENG: SHIWU、ZHANZHENG、LISHI DE QIMIAO LIANXI

舌尖上的战争：食物、战争、历史的奇妙联系

作者 / 李从嘉

责任编辑 / 吴枫 特约编辑 / 王菁

装帧设计 / 杨静思

策划制作 / 指文图书 出版发行 / 吉林文史出版社

地址 / 长春市人民大街 4646 号 邮编 / 130021

电话 / 0431-86037503 传真 / 0431-86037589

印刷 / 重庆长虹印务有限公司

版次 / 2018 年 8 月第 1 版 2018 年 8 月第 1 次印刷

开本 / 787mm × 1092mm 1/16

印张 / 16 字数 / 342 千

书号 / ISBN 978-7-5472-5286-4

定价 / 119.80 元

前言

文明的发展离不开交流，我们今天舌尖上的美味与祖先的大相径庭，今天每个中国家庭餐桌上的食材，都是千百年来文明交流、融汇的丰硕成果。当然这个过程中少不了铁与血的碰撞，毕竟人类数千年的文明史也可以说是一部战争史。舌尖上的美味既是无数先人智慧与辛劳的结晶，也是一些人流血牺牲换来的结果。这里要讲述的是今天生活中司空见惯的食物与战争之间的故事。

毋庸置疑，各种谷类食物的发现与传播促进了人类文明的大发展。种植业让人类有了更稳定的食物来源、对抗灾荒的资本以及文明发展的可能，但与此同时，也埋下了战争的种子。在农耕政权的外围，分布着以畜牧为主的部落，他们以肉类为主食，算是人类文明发展史上一股变动性较大的势力。他们与农耕民族建立的政权展开了延续数千年的资源争夺战。与捕猎业相比，畜牧业有了更稳定的食物来源保障，但和种植业相比，它的弱点也相对突出。首先，畜牧业的产出无论肉、奶，都无法长时间保存，无法支持畜牧部落度过饥荒时期。这就使得畜牧部落的抗灾能力更差，更加依赖农耕民族的产出。在人类历史上，交换的原则很多时候就是由强者制定的，只有在谁都无法奈何对方的前提下，才会出现平等交换。由于畜牧部落的生产、生活与战争都更加接近，他们的战争动员能力相对于农耕民族来说更加强大，战争在灾荒年代也就越发不可避免了。

大家在阅读本书之后，不必对舌尖上的食物存有负罪感。即使你的主食是绿色环保的香蕉，也可能沾有血迹^①。我们的祖先没有因为盐是劳动人民血汗的结晶而放弃食用盐，大多数人也不会因为咖啡产生时的不人道而拒绝食用咖啡。吃肉的人不见得就残忍，素食者一样出过希特勒这样的盖世魔王。犯下罪过的，是贪得无厌的人，不是食物，更不是食客。

^① 美国最大的食品公司——联合果品公司就曾为保护自己在美国果品市场近半的市场份额，参与拉丁美洲发动的多次政变和战争。



肉类的选择 第四章

- 381 猪肉的选择
- 382 鸡肉的选择
- 383 牛肉的选择
- 384 羊肉的选择
- 385 鸭肉的选择
- 386 兔肉的选择
- 387 水产类肉类的选择
- 388 其他肉类的选择

油类的选择 第五章

- 391 花生油的选择
- 392 菜油的选择
- 393 芝麻油的选择
- 394 豆油的选择
- 395 其他油类的选择

调味品 第六章

- 401 食盐的选择
- 402 酱油的选择
- 403 醋的选择
- 404 味精的选择
- 405 其他调味品的选择



第一章 谷物的重量

素食者的战斗力

1

3

中式耕战立国

8

高产作物和“改土归流”战争

12

游牧政权的“粮食观”

15

“米本位”的日本战国时代

19

谷物、小麦与地中海文明

29

面包与罗马的扩张

41

神奇的土豆

58

西方主食的演变

64



第二章 肉和奶的力量

狩猎与畜牧

“平民食品”猪肉

“肉类贵族”牛肉

“后起之秀”羊肉

“传统美食”鱼肉

奶制品的传播

黑暗料理

71

74

78

84

93

100

105

108

第三章 盐的霸业

盐业争霸赛

“盐铁论”的威力

河中盐池和唐末、五代鏖战

宋和西夏的盐战

盐枭盘点

近现代食盐战争

113

115

121

125

135

139

144



第四章 香料的争夺

151

神奇的东方植物

153

大航海时代与香料的传播

159

香料战争

165

香料帝国的兴衰

177

新教徒的香料梦

186



第五章 酒的鲜血

193

东方酒酿与各色“鸿门宴”

196

啤酒的千年峥嵘

206

葡萄美酒夜光杯

217

朗姆酒、白兰地、杜松子酒

225



第六章 糖的煎熬

229

糖的起源

231

蔗糖贸易

234

甜岛争夺

241



第一章

谷物的重量

无论狩猎，还是采集，捕猎者都需要相对辽阔的活动范围。一只老虎需要至少四五十平方公里的地盘才能保证食物来源，作为自然界头号杀手的人类则需要更多。即使在四季如春、物产丰饶的地区，每平方公里也只能养活一至两名食物采集者；如果在气候寒冷的地方，或者热带丛林区、沙漠地带，一名食物采集者则需要几十平方公里甚至更大的活动范围。

文明发展的前提条件是要拥有足够数量的人口，需要有一少部分人脱离生产劳动，因此必须有劳动剩余来保证这些人的生活。狩猎、采集及畜牧的产品难以长时间保存，劳动剩余有限，缺乏文明发展的物质条件。远古时代的人们过着量入为出^①的生活，尽管他们对当地植物的特性和生长情况非常熟悉，也利用闲暇时间留下数量众多的壁画和工艺品，但这些依旧只是文明的萌芽，不是文明本身。

历史经验表明，谷物的发现助推了文明的萌动，谷物种植业的繁荣使文明的星火进入燎原阶段。在旧石器时代，进化中的人类不断改进生产工具，提高生产效率，使人口得到相应增加。约一百万年前，猿人的人口数还只有125万，可到了距今10000年时，以狩猎为生的人类人口数量已升至532万，增长了约42倍。农业革命带来了新一轮的人口爆炸，一定地区的食物供应量比过去更多也更可靠，人口数量的增长也比过去更迅速。在距今10000年至距今2000年的8000年中，人类的人口数量从532万直线上升到1.33亿，与旧石器时代100万年中的人口增长数相比，增长了约25倍，其规模可与随人类形成而出现的那次人口爆炸相比。发现农业物种、拥有更稳定的食物来源，是人类最早的一批文明国家得以领先的先决条件。在世界其他地方，这样的事情也在上演。

^① 即人口数量不会超过所能获得食物供养的极限。



素食者的战斗力

谷物

人类在进入文明社会后，阶层开始产生，不同阶层的人享有不同种类的食物成了当时的惯例。决定他们食谱的并不完全是收入水平，更主要的是社会地位。这个层面中最典型的例子就是征服了印度次大陆的雅利安人，他们把印度变成了种姓社会，并制定了一系列复杂的社会规则，其中“肉食”和“素食”就是一个重要的差别标准。印度种姓中地位最高的婆罗门阶层认为素食是品德高尚的标志；第二个阶层刹帝利倒是可以食用肉类，他们被允许食用符合他们种姓特点的鹿肉等食物；排在其后的吠舍和首陀罗，是在印度能公开大快朵颐的种姓，为此，他们也付出了极大的代价——几乎所有的印度民间故事中都有一个贪财蠢笨的首陀罗财主，在故事中，他们往往是被聪明高贵的婆罗门捉弄和抢劫的对象。

推行素食并获得较大影响力的东方帝王除梁武帝外，还有白河天皇。而且从影响力上分析，白河天皇可谓更胜一筹——梁武帝改变了中原地区僧人的饮食习惯，白河天皇则在日本掀起了全民吃素的浪潮。在佛教传入日本后不久的7世纪（相当于中国初唐时期），当时的天皇就下令禁止食用牛、马、犬、猿、鸡等肉类。经过200年的反复强调，到了9世纪以后的平安时代，日本公卿贵族已养成了基本上不吃肉类的习惯。到白河天皇驾崩之后，这一严

苛的禁令才渐渐松弛，但还是有不少人坚持不吃任何荤腥，崇信佛法的贵族们更是很自然地将吃素视为是理所应当的事情。上行下效，全民吃素成了日本社会的主流。更要命的是，日本的公卿贵族不仅严守禁食肉类的戒律，在饮食上也存在着向着那教看齐的倾向，甚至发展到连新鲜蔬菜都禁止食用的地步。在当时，日本公卿贵族的主食就只有白米饭、饭团、年糕，配菜的种类也非常贫乏，基本上只有咸鱼、腌菜和酱汁。只有到了节庆的时候，才会拿出一些栗子、纳豆、梅子、干贝之类的“远方的贡品”来改善伙食。味噌汤则是几百年后日本战国时代的战场速食，平安时代的人们把味噌用作蘸酱。

平安时代末期的日本只有一种人可以毫无心理压力地食用肉类，那便是武士阶层。武士持刀开荒，为大和民族扩张土地出面摆平“蛮夷”的威胁，杀生简直是家常便饭，自然不能和吃了一条鲜鱼就忏悔老半天的贵族相提并论。在征战的过程中，不同的武士群体形成了自己的饮食习惯，也组建了自己的庄园。在贵族眼中，武士阶层是粗鄙的肉食者，可以任由自己使唤；但这群“野蛮人”却慢慢在内斗中掌握了全日本的大权，日本的武家政治也由此揭开。在源平合战中，武家政治的开拓者源赖朝率领着关东武士惨败关西的同行。在

总结经验教训时，源氏将吃素作为平氏家族失败的原因之一。早年在击败源氏以后，以公卿自居的平家开始附庸起风雅来，在饮食起居上也逐渐向公卿靠拢，改用素食。平家的失败令源氏认定保持武家战斗力的诀窍就是吃肉。于是，在当时的日本，只有武士们被特许可以吃肉（武士们当时最主要的食物来源还是自己猎获的野味）。

抛开其他因素，单从人均寿命来看，风雅的日本公卿贵族并没有因为食素而长寿。因为习惯用水银化妆的缘故，他们的平均寿命只有30岁左右。在劳作、操练之余大口吃肉的武士阶层反而成为当时日本平均寿命最长的群体，他们的平均寿命比公卿们多一倍。严格的素食习惯（尤其是拒食任何蛋奶食物的素食习惯）会令身体缺乏蛋白质和铁，严重时还会发展为贫血症。在吃素的佛教僧侣中，贫血症患者曾一度高达七成。

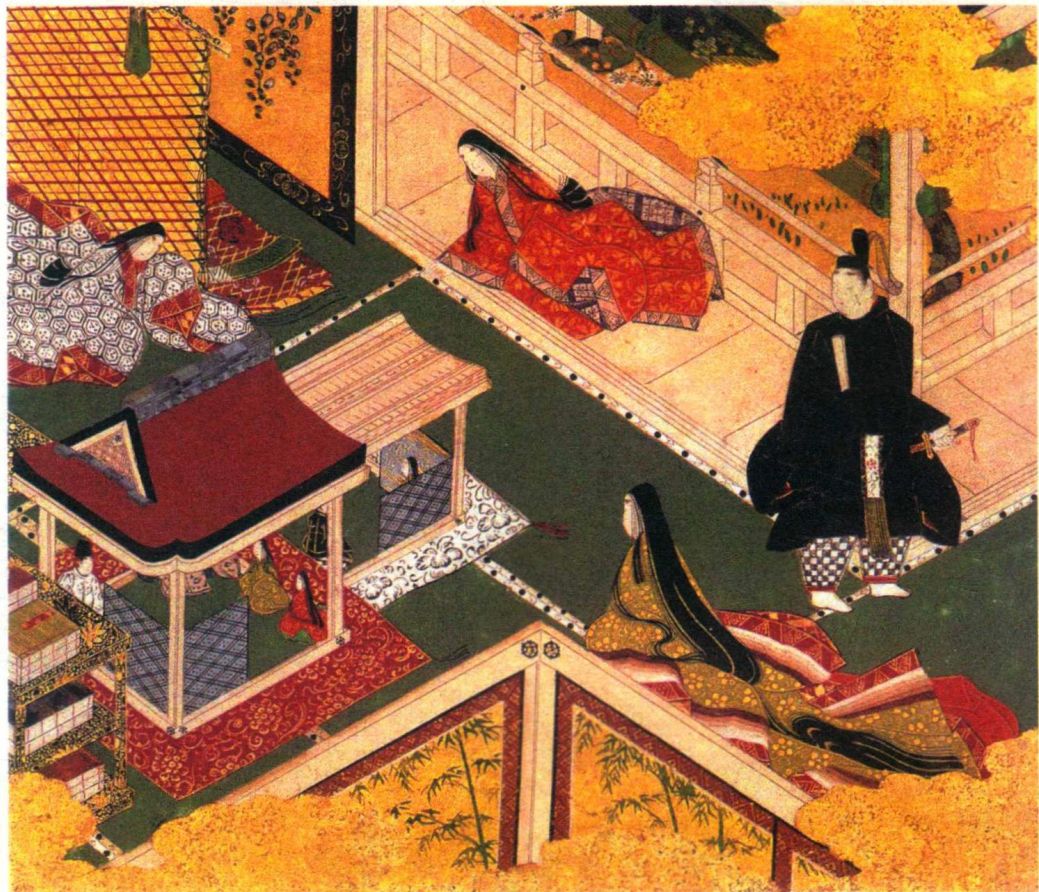
不过，素食者也不是完全没有战斗力。

希腊半岛上的几何学创始人毕达哥拉斯是西方素食主义最早的倡导者，他认为素食是品德高尚且健康的生活方式。苏格拉底是毕达哥拉斯的弟子之一，受老师影响，他也是素食主义的狂热爱好者。在现实生活中，苏格拉底非常忠诚地践行着自己的饮食观，他不仅教出了横行波斯帝国的雇佣兵首领、出色的军事理论家色诺芬，自己也是古希腊格斗术“查克马欣”的个中高手。雅典街头被苏格拉底辩驳得哑口无言的公民们可不都是动口不动手的君子，老爷子能安然无恙，全凭其过人的武力。直到苏格拉底五十多岁，他还在履行公民

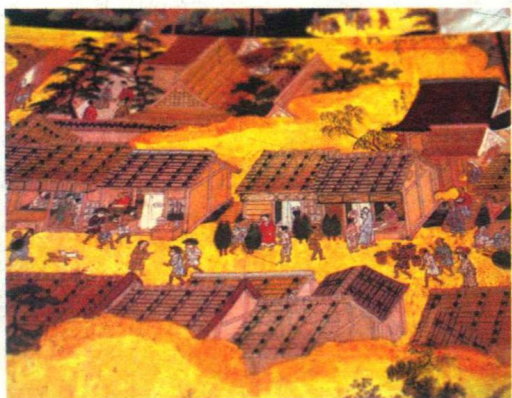
义务，他加入了雅典军队，并在长距离行军中一马当先，成为军团中的越野冠军。苏格拉底认为无花果、洋葱、鹰嘴豆才是最营养的食谱，吃肉并不能令人们身体强健。现代医学和营养学也证明了这份食谱的科学性：无花果可以调节肠胃功能；长期食用洋葱有降低血压的效果；而鹰嘴豆能补充人体所需的植物蛋白、钙质，降低血糖。可以说这是一份足以满足身体营养需求的健康食谱，今天我们通过网络可以很容易地购得鹰嘴豆，制作一份营养丰富的苏格拉底料理。

由于深受古希腊文化影响，古罗马人的食谱同样以素食为主，罗马军团的战绩也说明素食者一样可以所向无敌。在古罗马人开疆扩土、征伐四方的时代，罗马军团主要由自耕农和罗马公民构成，其菜单是面食、橄榄油、绿色蔬菜和水果，用现在的营养学观念来看，他们的饮食非常健康。古罗马人对蔬菜的需求量非常大，芦笋、甜菜、卷心菜、胡萝卜、菜蓟(ji)、洋葱、韭菜、南瓜、黄瓜等蔬菜一般被作为开胃菜食用，生菜、豆瓣菜、苜蓿菜、锦葵等绿叶蔬菜因既能生吃又能烹饪而更受欢迎，蚕豆、羽扇豆、扁豆、豌豆则是烹饪靓汤的重要辅料。此外，蘑菇等块状食用菌也像今天一样受欢迎。克劳迪乌斯是最喜欢吃蘑菇的罗马皇帝，甚至因误食毒蘑菇而丧命。由于食用菌非古罗马特产，因而珍贵异常，当地人情愿赠人金银，也不愿意将蘑菇送人。

随着古罗马对地中海地区的逐渐掌控，古罗马人的餐桌也逐渐丰富起来，各种各



◎ 平安时代日本公卿贵族



◎ 日式屏风绘画中的平安时代街景



◎ 古罗马先民用各种果蔬谷物堆成他们心中的维尔图努斯（Vertumnus）
维尔图努斯是古罗马神话中司掌四季变化以及植物生长之神

样的水果，尤其是各色海外水果，成了他们晚餐后的新宠。苹果、梨、石榴、柑橘、李子、蓝莓和桑葚都非常受欢迎，地中海地区盛产的无花果和葡萄则更令古罗马人感到疯狂。地中海盛产的橄榄，既是他们的开胃菜，又是他们喜爱的零食。在夏天，没有比啃几口香甜多汁的香瓜或是西瓜更惬意的事了。在冬天，人们则用核桃、榛子、杏仁、松子，还有来自埃塞俄比亚及巴勒斯坦地区的枣子来消磨漫长的下午。到公元前1世纪时，罗马公民们还可以享用从黑海地区传入的樱桃，渐渐地，桃和杏也出现在他们的餐桌上。从水果的种类上来看，古罗马人的饮食显然比秦汉时期的

中国要丰富得多。

很多我们今天熟悉的水果，还是秦汉时期从遥远的西域引入的，像西瓜、石榴等“洋水果”可不是当时普通的中国家庭可以享用的。各类面食的原料——小麦，其实发源于中东地区，约公元前1300年才从中东传入中国。周代以前，我们先祖的菜单中并没有面条、包子、馒头、烧饼这类点心。我们今天食用的面条原先叫作“胡饼”，是从西域中亚传过来的，面粉制成的糕点是春秋时代极少数贵族才能享用的高级食品。当时的先民根本不会将麦子磨成粉，而是直接上锅蒸熟了吃，在他们看来，麦子的口感远不及小米细腻。

中式耕战立国

谷物

对于中国这样具有深厚农耕传统的文明古国来说，种植业无疑关乎国运民生之根本。古人对风调雨顺、五谷丰登的祈愿可浓缩成一个短小的词——社稷。“社”在先秦时期代表着土地神，亦指祭祀土地神的场所；“稷”是由后稷发现的一种可食用的谷物，位列五谷之首，是当时祭祀先祖的主要作物。“社稷”代表着一种祈祷丰收的原始的农耕崇拜，也是关于“国家”的最初概念。中国是宗法意识浓厚的国家，周礼约定只有周天子才有权力祭天，得到分封的诸侯获得的第一项特权就是建立“社

稷”，此后诸侯们才能进行合法的祭祀活动。中国最早的统治者集军事、行政、祭祀等大权于一身，他们存在的最重要的职能就是确保百姓能安居乐业、社会秩序井然。

大禹因治水之便掌握了惊人的人力、物力，成了部落联盟首领，他的后人也因此得益，建立起了夏王朝。后稷则是因其发现了重要的谷物——稷，并完善了稷的种植方法，而成了周人的部落首领。稷的发现无疑影响深远：有了可种植的农作物，部族就有了稳定的食物来源和繁衍的基础。后稷据说还是大豆和麻的发现者，按照当

◎ 半坡人的生活场景



时男子 32 岁的平均寿命，后稷还真是位人生赢家。后稷在农业领域的重大贡献使他赢得了当时部落联盟的一致认可，并获得了自己的姓氏——姬。后来，他的后人公刘在自己的出生地——彬县建立了村镇，并形成了最早的周部落。最早的周部落在甘肃陕西一带不断迁徙，直到公元前 1046 年周武王灭商，周人才得以一统天下。紧接着，周天子推行了分封制和井田制两项改革。

先是分封。周公及其谋臣先根据当时的谷物运输能力将国土按五百里一服划分为甸服、侯服、绥服、要服、荒服五等，并依序分封给王族和有功之臣。其中，甸服为第一等，是天子直接统治的地区，以农业生产为主；侯服次之，是诸侯的统治区域；第三等是绥服，是周王朝必须加以绥抚的地区；第四等是要服，主要是一些边远地区；荒服最次，是蛮荒地区。

和分封制相结合的，是井田制度。所谓“井田”，即把耕地等分为九块方田，每块方田面积为一百亩，井田中间有水沟，阡陌纵横；“井”字中间那块为“公田”，由八户人家共耕，收成全归封邑贵族所有；其余八块由八户人家各自耕种，谓之“私田”，收成归耕户。一个侯国之内，有君、卿、大夫、士等多个等级，他们各可分得相当于其地位的相应数量的土地。各位大大小小的封主又将获封的土地分配给佃户耕种，在获取公田收益的同时，也向周天子纳贡。周代的纳贡条件也相当严苛，仅天子直属区“五百里甸服”的范围内就制定了五种不同的纳贡标

准：一百里内收割的作物要连穗带秆一起上交；二百里内收割的作物只交谷穗；三百里内交谷子；四百里内交粗米；五百里内交精米。地广人稀是井田制推行的基础，随着之后生产技术的发展以及人口的不断增长，井田制慢慢退出历史舞台。

春秋战国时期，为了养活更多的佃农和士兵，获得更多的土地，各诸侯国无时无刻不在算计自己的邻居。在这段硝烟四起的历史里，粮草充当着战争燃料的角色。

秦晋之间的韩原之战就是一个这样的例子。春秋早期的晋国统治集团几乎都是实用主义者，晋惠公在姐夫秦穆公的帮助下当上了晋国国君，却赖掉了许给姐夫的五座河西城市。有次晋国连续数年遭遇重大的粮食灾害，晋惠公向姐夫求援，仁厚的秦穆公二话没说，秦国的小米就上了船。这次运粮全程八百里，开创了我国历史上大规模船运粮食的纪录。次年，秦国也遭遇了灾荒，秦穆公满怀希望地派人到晋国借粮。没想到，晋惠公非但不借，还做好了战争准备。无奈之下，秦穆公只得搜罗存粮，拼死一战。韩原之战以晋惠公被俘而告终，最

