

北京中國飲食文化研究會

中華食苑

第五集

李士靖 主編

中國社會科學出版社

中國飲食文化叢書

北京中國飲食文化研究會

中華食苑

第五集

李士靖 主編

中國社會科學出版社

(京)新登字 030 號

圖書在版編目 (CIP) 數據

中華食苑 第五集/李士靖主編. -北京:中國社會科學出版社, 1996. 12

(中國飲食文化叢書)

ISBN 7-5004-1967-8

I. 中… II. 李… III. 飲食-文化-專題研究-中國 IV.
G122

中國版本圖書館 CIP 數據核字 (96) 第 18050 號

中國社會科學出版社出版發行

(北京鼓樓西大街甲 158 號)

北京兆成印刷廠印刷 新華書店經銷

1996 年 12 月第 1 版 1996 年 12 月第 1 次印刷

開本: 880×1230 毫米 1/32 印張: 12.375 插頁: 5

字數: 300 千字 印數: 1—5000 冊

定價: 50.00 圓

《中華食苑》編輯委員會

顧問 程思遠 孫孚凌

于若木 王文哲

姜 習 杜子端

龍永圖 王 純

主 編 李士靖

編 委 (按姓氏筆畫為序)

王仁興 王俊義

田宗相 李士靖

林永匡 馬 靜

胡文彬 洪光住

施寶華 唐是雯

馮佐哲 程清祥

楊瑚英 劉桂林

本集責任編委 林永匡 唐是雯

中華食苑發行紀念

食不厭精膾不厭細

孔

德成



弘揚傳統文化
發展中華食品

題贈中華食苑

馬福善



一九九九年九月

前 言

《中華食苑》論文第一集出版以後，引起海內外飲食文化界許多人士的關注，對這部中國飲食文化叢書的問世，給予熱情評價和殷切期望，並為《中華食苑》提供了題材廣泛、論述精闢、具有較高學術水平的稿件。經過本叢書編委會的收集整理，先後已有 9 集論文編輯就序，由中國社會科學出版社相繼出版發行，預計到 1997 年初可將前 10 集出齊。為《中華食苑》賜稿的各界人士，有學識淵博、造詣頗深的前輩學者，有辛勤筆耕、學有成就的後起之秀，有從事理論研究的著名大學教授和博士，有食品餐飲業的企業家和科學技術專家。並有海內外知名的書法家、篆刻家、醫學家、教育家、史學家、考古學家、經濟學家給《中華食苑》題詞予以鼓勵。各方面的熱切關心和真摯的支持，更加激勵我們編委會繼續編印這部飲食文化叢書的信心和決心，要在多種學科、多層領域、多條渠道進一步擴大徵集文稿，提高編輯質量，加快出書進度，同心協力在 1997 年內實現《中華食苑》第 11 集至第 20 集的編輯計劃。並爭取能在海外出版發行，藉以開拓地區之間民族之間的飲食文化交流與合作。在具有劃時代歷史意義的世紀之交，面對中華民族經濟振興騰飛、科學文化繁榮昌盛的千載難逢大好機遇，北京中國飲食文化研究會及《中華食苑》編輯委員會，願與學術界、文化界、經濟界同仁一道，為弘揚源遠流長、博大精深的中華飲食文化盡心竭力，為浩如煙海的中華食學寶庫增磚添瓦作出力所能及的奉獻！

5/23/97

前 言

衷心感謝各界人士對《中華食苑》的關心和支持。

衷心歡迎各界讀者對《中華食苑》的批評指正。

李 士 靖

1996 年 8 月於京華

目 錄

飲食文化述論

論中國飲食文化與旅游文化的關係·····	林永匡 (3)
論中國菜點的科學性·····	盧 一 (26)
中國熟食文化探源·····	洪光住 (34)

古代飲食文化

中國原始社會的陶製飲食器皿·····	葉茂林 (43)
論清代宮廷飲食文化與建築文化·····	楊文概 (65)
中國古代農曆年節的飲食文化活動·····	宋 福 (79)

民族與地區飲食文化

論臺灣高山族的飲食文化·····	劉如仲 (99)
中國西北地區民族的飲食文化風尚 ·····	郭 疆 (116)
上海菜的形成和發展 ·····	周三金 (135)

2 目 錄

酒文化史話

樽前思緬	程光勝 (145)
論中國酒文化的社會功能	王傳夫 (150)
中國葡萄酒文化述略	任學禮 (163)

飲食文化與食療養生

中國食療養生理論探究	佟 輝 (173)
論中國食療的特點及食治原則	張 華 (193)
中國藥膳與民間飲食文化	翁洋洋 (207)
乳之精華論醍醐 名著書中乳製品	秦立虎 張和平 (215)

烹調技藝與食文化

從《齊民要術》看魏晉南北朝食品加工技術	莊華峰 (227)
中國傳統烹調技法管窺	胡建國 (246)
略論中國人的合理膳食與營養	鄭家駒 (254)
試論花卉在飲食中的利用	杜 莉 (268)

飲食文化與科學技術

生物技術與中國現代食品	居乃琥 (283)
中國功能性食品的歷史與開發前景	林 仙 (302)
論中國老年功能性食品的發展	鄭建仙 (318)

食品餐飲企業文化

食品企業發展的文化內涵	馮慶森	岳寶章	(341)
絢麗的食苑之花——中華老字號	唐是雯	宋革新	(354)
中國饅頭生產的工藝與理論	耿立萍		(372)
採擷荷花帶葉香 梅花香自苦寒來 ——記北京飯店高級烹飪技師王志堅	程清祥		(382)
編後記	林永匡	唐是雯	(388)

飲食文化述論

論中國飲食文化與旅游文化的關係

林 永 匡

（中國社會科學院歷史研究所 副研究員）

文化一辭，源出《易經》一書，據《易經》載：“觀乎天文，以察時變；觀乎人文，以化成天下。”意即按照人文來進行教化。中國飲食文化與旅游文化，二者之間，不僅有着十分密切的關係，而且它們均是中國文化大系統中的重要組成部份。具體而論，所謂旅游文化，是文化與旅游相結合、相融匯的產物。作為中國旅游文化而言，它確指在中國旅游過程中，與之緊密相關的一切物質文明和精神文明，包括旅游主體（旅游者）、旅游客體（旅游資源）和旅游介體（旅游業）相互作用所產生的一切物質和精神成果。此一文化有着綜合性、民族性、大眾性、地域性、直觀性、傳承性、自娛自教性等特徵。它作為中國整個大文化系統中的亞文化，是大眾媒介文化的重要組成部份。旅游文化內涵豐富，外延寬廣，涉及多種學科；包括了歷史文化、地理文化、民族文化、宗教文化、飲食文化、服飾文化、園林文化、建築文化、行業文化、民俗文化、娛樂文化和自然景觀等旅游客體文化；又包括了旅游者自身的文化素質、興趣愛好、行為方式、思想信仰等旅游主體文化；還包括了旅游業的服務文化、商品文化、管理文化、導

4 中華食苑·第五集

游文化、政策法規等旅游介體文化。

中國是世界文明古國，也是當今世界的旅游大國之一，更是各國人民尋求東方文明的一個最佳旅游國度。她的包括飲食文化旅游資源在內的旅游文化資源，博大恢宏，舉世矚目，從而為在中國開展多種文化旅游（含飲食文化旅游在內）活動，提供了重要的前提條件和物質基礎。而這種文化旅游，則係指在中國獨特的物質文化環境和精神文化環境中，以特定的文化精神（包括中華民族的價值觀念和由這種價值觀念所構成的文化模式及精神品格）作為導向和基礎而開展的旅游活動。此種文化旅游活動，不僅有巨大的文化價值、社會價值，而且還具有重要的市場效益和經濟效益。

一

歷史悠久、源遠流長、內容宏富的中國飲食文化，既是歷代社會物質、精神文明的重要組成部份，更是檢驗這兩種文明發展程度的“標尺”之一。確切而論，中國飲食文化則係指中華民族的飲食、飲食加工技藝及以飲食為基礎的美學思想、哲學思想、飲食習俗風尚等。中國的飲食文化有着特定而又豐富的內涵，它既是文化，又是科學，更是一種藝術。它包括食品加工、烹飪技藝、食品名稱、飲食器具和飲食陳設、禮儀、音樂環境以及飲食的文化隱義（如民族文化、心理結構、消費結構與趨向和貫穿於飲食中的人倫教化）等。在文化的構成和功能上，中國飲食文化有諸多特點：第一，是有其獨特的文化要素，即色、香、味、形、聲、器；第二，是以其文化的“共享性”為文化心態；第三，文化價值取向注重實用價值與保健價值的有機結合，並形成多種價值的集合體現；第四，是文化的多元性，如古代飲食文化便由民族飲食文化、民間飲食文化、宮廷飲食文化、貴族與官府飲食

文化、地方飲食文化等構成；第五，是文化理論與實踐豐富多彩，如“五穀爲養”、“醫食同源”、“美食美器”、“食療養生”等理論和菜系林立、烹飪技法多樣等；第六，是文化“超越性”功能的體現，將它作爲學禮、施禮，進而達到“成人”、“合天”的一種重要手段。其中，中國烹飪、麵點、食器、食療等，既是獨具東方特色的中國飲食文化旅游資源，更是開展和進行該項旅游活動的必備物質條件。

1. 中國烹飪與文化旅游

中國烹飪係指中華民族對食物原料進行科學合理的加工，製成有一定藝術的、香味形俱佳的菜餚的基本原理和製作技術。中國烹飪是我國民族文化的寶貴遺產，中華民族燦爛文化的一部份，既是一門科學，又是一種獨特的文化藝術。它的特徵是：（1）系統的科學理論。早在春秋戰國之際，《呂氏春秋·本味篇》通過伊尹說湯以至味的故事，提出至今還閃耀着光輝的“水最爲始”、“火爲之紀”等烹飪原則。隨後，洋洋大觀的烹飪典籍、食經論著、涉饌著述文物，又進一步豐富了以“五味調和、養營衛生”爲核心的中國烹飪基本原理，形成了以“水最爲始、火爲之紀、味爲之本、刀爲之要、料爲之博、配爲之當、器爲之美、名爲之雅、餚爲之新、筵爲之豐”爲內容的中國烹飪技術理論。（2）衆多的美饌佳餚。由於我國地域遼闊、氣候各異、物產豐富、風俗不同，自古以來就有多種多樣的風味。就原料而言，有“南米北麵”之稱；就口味來說，有“南甜北鹹東酸西辣”之別；就菜系而論，有巴蜀、齊魯、淮揚、粵閩之分；就民族而觀，漢族和各少數民族各有佳珍，各有奇法；就等級、華貴來看，有宮廷、官府、寺院、民間等各種風味流派。（3）豐富多彩的烹飪文化藝術。中國烹飪講究食品色、形的外觀美與營養、味道等質地美的統一，講究美食與美器的結合，美食與良辰美景的結合，宴飲與賞心樂事的結合，並把飲食與美術、音樂、舞蹈、戲劇、雜技等藝術欣賞相結合，既是一種美好

6 中華食苑·第五集

的物質享受，也是一種高尚的精神享受。中國因此被讚譽為“烹飪王國”、“烹飪天國”，而烹飪技藝則對世界飲食文化產生重大影響。通過各種旅游活動中的飲食文化活動，中外旅游者不僅得以對各種烹飪技藝進行深入體察、充分滿足旅游者的多元文化需求，而且可使整個的旅游活動，增創更多的經濟效益。

2. 中國麵點與文化旅游

中國麵點是飲食文化的一個重要組成部份，它與菜品烹調密切關聯、互相配合，具有食用方便、便於攜帶的特點，即可在飯前飯後作為茶點，又能作為主食供餐。麵點品種豐富多彩，工藝精湛多姿，分類方法也較多；按照原料，可分為米類製品、麥類製品、雜糧類製品和其它製品；按熟製方法，可分為蒸、煮、炸、烙、烤、煎以及綜合熟製法的製品；按照形態，可分為飯、粥、糕、餅、團、粉、條、包、餃以及羹、凍等；按餡心，可分為葷餡、素餡兩大製品；按口味，可分為甜、鹹、辣、酸和多味製品等。由於我國幅員廣大，各地地理、氣候、物產、生活習俗的不同，麵點製作在選料、口味、製法上，形成了不同的風格和濃厚的地方特色，大體可分為“南味”、“北味”兩大風味，具體又分為“京式”、“廣式”、“蘇式”三大流派。京式麵點最早起源於華北、東北、山東地區農村和滿、蒙、回等少數民族地區，在北京形成一個製作體系。被稱為北方四大麵食的抻麵、削麵、小刀麵和撥魚麵，以及燒餅、清油餅、艾窩窩、豌豆黃等，構成京式麵點的主要代表風味。廣式麵點是在民間食品的基礎上，吸取北方和西式點心的特色，逐漸形成獨特的“南國風味”、中西合璧的製作技術的點心。它使用糖、油、蛋，味道清淡鮮滑，善於利用荸薺、土豆、薯類、芋頭、山藥及魚蝦等作坯料，代表的如娥姐粉果、沙河粉、叉燒包、蝦餃、蓮蓉甘露酥等。蘇式麵點起源於揚州、蘇州，發展於江蘇、上海等地，以江蘇為代表，以品種繁多、花色美觀、應時迭出、製作精細