

北京中國飲食文化研究會

中華食苑

第十集

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

第十集

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 第十集/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 7-5004-1972-4

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 18057 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 程清祥 洪光住

中華食苑發行紀念

食不厭精膾不厭細

孔 德 成



人火相憎鼎
萬生皆五味
以合

丙子炎暑書

中華食苑

王況華



前 言

《中華食苑》論文第一集出版以後，引起海内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，迎來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！

BA23163

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

中國飲食文化簡論.....	陶文臺 (3)
論中華飲食的三大優勢.....	熊四智 (15)
中國飲食文化在世界學術體系中的地位.....	高成鸞 (26)
中國少數民族飲食習俗概論.....	方愛平 (40)
中國古代飲食文獻概述.....	姚偉鈞 (49)
中國飲食文化與微生物.....	蕭永瀾 (66)
論食品消費的文化性與科學性.....	楊昌舉 (76)

食物發展史析

麵醬和豆醬釀製源流食用考.....	洪光佳 (95)
論中國人首創澱粉製糖法	張力田 (121)
中國傳統風味肉製品的特性	董寅初 (126)
中國古代的乳品加工技術	張和平 秦立虎 孫天松 (135)
中國清真食文化中的講究及其哲理	馬興仁 (143)
茶源、茶道與茶具考論	姚偉鈞 (148)

2 目 錄

烹飪文化與科學技術

烹飪文化中的科學及藝術內涵	熊四智 (163)
從蒸炒看中國食文化的特徵	王子輝 (178)
烹飪求精達美三題論	張振楫 (183)
食鹽及複合鹽的生理功能與合理用量	劉方成 (193)
四川古宴發微	杜 莉 (203)
論清代廚師的超凡學識及在廚藝上的貢獻	熊四智 (214)

酒文化史論

中國名酒與飲酒之風析論	尹永文 (231)
中國酒政概說	徐少華 (248)
啤酒古今談	陳鴻飛 (263)

烹調技藝學術研究

南越王墓出土的肉食品及其烹調法研究	黃展岳 (273)
中國烹飪的文化特質	陳光新 (280)
試論中國烹飪教學的進展	盧 一 (294)
中國素菜淺識	王子輝 (304)

餐飲名店發展史跡

艱難而又輝煌的歷程

——北京飯店成長史略	程清祥 (317)
------------------	-----------

京城老字號 魯菜譜新篇

——豐澤園飯店的波瀾與輝煌 程清祥 黎 瑩 (338)

創出特色 欣欣向榮

——崑崙飯店成功之道 侶海岩 (374)

試論中國飲用天然礦泉水的發展 劉淑鳳 (382)

編後記 程清祥 洪光住 (389)

飲食文化述論

中國飲食文化簡論

陶 文 臺

（楊州大學商學院 教授）

中國飲食文化的提出

中國飲食文化這一命題是孫中山先生首先提出的。他在民生主義講演中說：“我們每天所靠來養生活的糧食，分類說起來最重要的有四種：第一種是吃空氣，就是吃風。第二種是吃水。第三種是吃動物，就是吃肉。第四種是吃植物，就是吃五穀果蔬。這風、水、動物、植物四種東西，就是人類四種重要糧食。現在分開來講。第一種吃風。大家不可以認為是笑話，如果大家不相信吃風是一件最重要的事情，大家不妨把鼻孔、口腔都閉起來，一分鐘不吃風，試問要有什麼感覺呢？可不可以忍受呢？我們吃風是每分鐘 16 次，就是每分鐘要吃 16 餐，每天吃飯不過三餐，至於吃風，每天就要吃 23040 餐，少了一餐便覺得不舒服，如果數分鐘不吃，必定要死。可見風是人類養生第一種首要的物質。第二是吃水。我們單獨靠吃飯不吃水，是不能夠養生的。一個人沒有吃飯還可以支持五、六天，不至於死，但是沒有水吃，便不能支持過五天，一個人有五天不吃水便要死。第三種是植物。植物是

4 中華食苑·第十集

人類養生最要緊的糧食，人類謀生的方法很進步之後，才知道吃植物。中國是文化很老的國家，所以中國人多是吃植物。至於野蠻人都是吃動物，所以動物也是一種糧食。風、水、動、植這些物質都是人類養生的材料，不過風和水是隨地皆有的——風是無處不有，所以風和水雖然是很重要的材料，很急需的物質，但是因為取之不盡，用之不竭，是天給予人類，不另煩人力，所謂是一種天賜，不成問題的。但是動、植物質便成為問題。原始時代的人類和現在的野蠻人都是用漁獵時代謀生的方法，只是打漁獵獸，捉水陸動物做食料。後來文明進步，便知種五穀，依靠植物來養生。中國有了四千多年的文明，我們飯食的文化是比歐美進步得多。”這裏的飲食，包括“飲”水在內，即是今日所謂飲食文化。我國飲食文化歷史悠久，從用火熟食開始，至少也有 180 萬年了，經常用火也有幾十萬年了。但把飯食明確提到文化高度來認識的第一人，應該說是孫中山先生。

中華飲食文化分類

中華飲食文化分類有多種角度：

以時代特點來劃分，有火熟時代飲食文化、陶器時代飲食文化、青銅器時代飲食文化、鐵器時代飲食文化和電器時代飲食文化；

以地理背景特點劃分，有黃河流域飲食文化、長江流域飲食文化、長城內外飲食文化和嶺南飲食文化等。

以民族特點來劃分，有漢族飲食文化、蒙古族飲食文化、回族飲食文化、藏族飲食文化、朝鮮族飲食文化，還有維吾爾、哈薩克、達斡爾、鄂倫春、白族、傣族、京族、苗族、瑤族、黎族、哈尼族、高山族飲食文化；

以消費特點來劃分，有宮廷、寺院、公館、市肆、田園、山林等

不同飲食文化；

以美食品種來劃分，比如飯菜文化、小吃文化、茶文化、酒文化、筵席文化等；

以民俗來劃分，有婚喪飲食文化、生日祝壽飲食文化、節日飲食文化等；

以意識形態來劃分，有奴隸主義飲食文化、封建主義飲食文化、資本主義飲食文化、社會主義飲食文化等。

中國飲食文化的內涵和本質

什麼是文化？當今世界諸家所釋定義不一。我國現在通行的是廣義和狹義兩種解釋。廣義文化指人類所創造的物質與精神財富的總和。狹義文化主要指人類創造的精神財富的各個方面，一般是比較抽象的，雖然也有某種物化形式。中國飲食文化也有廣義、狹義之分，一般多指廣義，即中華各族人民長期奮鬥，共同努力所創造的與飲食相關的物質與精神財富的總和。包括食源的開拓、食物原料的選擇、運輸、儲存，取食和造食工具的創造，能源的開發利用，食品加工技術的形成與提高，美食的創造，食器的改進等；還包括飲食知識經驗的總結與積累，如食醫、食療的發展，食經、食譜的記錄整理，食禮和食俗的製定和遵守，飲食哲學觀點的昇華等；還包括有關飲食的文化活動，如食歌、食舞、食畫、食文、食語、食詩、食劇、食境、食教育、食報刊等等。

所有這些，從本質上說，都是人類的勞動成果，是中華民族體力和腦力勞動結合產生的成果，是求生存發展的一種創造，是滿足人類社會消費需要的巨大財富，是一種社會進步的文明現象。中華飲食文化植根於神州大地，是整個中華文化的一個組成部分。它孕育於中華

文化這個母體，但又不斷吃“百家奶”，吸取不同的時間、空間的異國、異族的優秀文化，不斷豐富自己，不斷更新發展、壯大，被全世界所利用，為豐富全人類文化作出了巨大貢獻，所以也是全人類共同的財富。

中華飲食文化同中國其他文化一樣，也有其時代的和階級的局限性。時代的局限性主要表現在受當時的社會生產水平和科學水平的限制，受人們認識世界和改造世界的水平限制，還不可能用現代科學的觀點手段對待飲食文化。傳統飲食文化中有一些科學水平不高或很不科學的東西，不能適應現代社會發展的需要，宜在現代科學指導下進行提高。階級的局限性主要表現在存在着一些剝削階級的封建意識，有封建迷信的糟粕，比如舊時代的有些食禮、食俗，如君賜臣食必須跪拜之禮，妻獻夫食“舉案齊眉”，元旦飲屠蘇酒東向拜神等等就很不可取。但是局限性不等於本質，因為這不是中華飲食文化的主流。主流是什麼？是中華民族飲食文化的精華部分，即符合科學要求的、體現民主精神的、為人民大眾歡迎的、適應現代生活節奏所需要（包括直接需要和間接需要、目前需要和長遠需要）的優秀文化，這是中華飲食文化的優勢所在，是發展的立足點，必須堅定不移地發揚。

應該指出，當代中華飲食文化不等於傳統的飲食文化。既有繼承下來的寶貴遺產，也有社會主義時期創造的新的飲食文化，越來越多的勞動者可以享受自己創造的層次不斷提高的飲食文化成果，其水平遠遠高於舊社會任何時代。這是不同於封建文化的本質上的區別。“朱門酒肉臭，路有凍死骨”，這才是封建主義飲食文化的階級本質的寫照。“有閑”階級作為一個階級在新中國是不存在了，但中華飲食文化不會因此也不存在。它現在已屬於 12 億中國人民了！