

Textbooks Series For 21st Colleges of Business



外国饮食文化

李维冰 丁章华 主编



中国商业出版社

高等商科系列教材

外国饮食文化

李维冰
丁章华

主 编

潘 英
田 维

副主编

中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

外国饮食文化/李维冰,丁章华主编.—北京:中国商业出版社,2006.10

(21世纪高等商科饭店管理系列教材)

ISBN 7-5044-5754-X

I.外... II.①李... ②丁... III.饮食—文化—
外国—高等学校—教材 IV.TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 112548 号

责任编辑:刘树林

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

中国石油报社印刷厂印刷

*

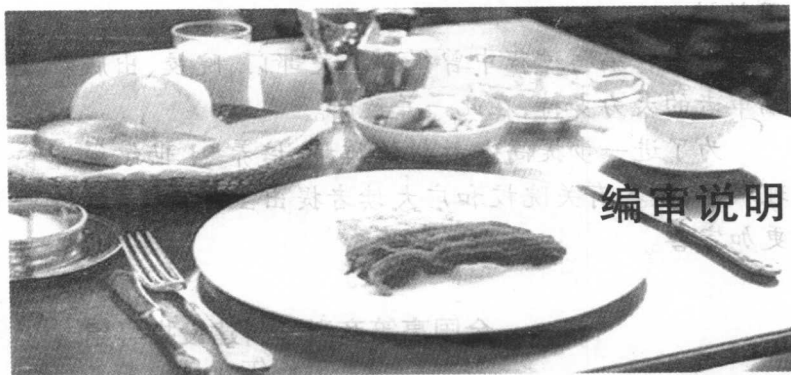
850×1168毫米 32开 11.625印张 290千字

2006年10月第1版 2006年10月第1次印刷

定价:17.00元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)



编审说明

随着我国社会主义市场经济体制的建立与完善,高等教育改革的深化,对教学内容提出了进一步充实和调整的新的要求,以反映我国改革开放出现的新经验,展示近年来本学科发展的新成果。经研究,决定对原部编的“高等商科教材”饭店管理系列进行配套建设和全面修订。

立足于我国已经加入世贸组织的客观实际以及21世纪经济全球化、信息化、网络化的时代要求,参考国内外饭店管理的新经验,我们组织力量精心编写了《客房服务与管理》、《前厅服务与管理》、《康乐服务与管理》、《中餐烹饪基础》、《中国饮食文化概论》、《外国饮食文化》等新书,从而使本系列教材内容新颖,密切结合管理实际,从结构体系和理论知识等多方面都有新的提高。

本书是为高等院校饭店(酒店)管理、旅游管理、烹饪等专业本、专科编写的教材,也可作为同层次成人教育、函授、自考及高等职业技术学院和本行业管理人员培训

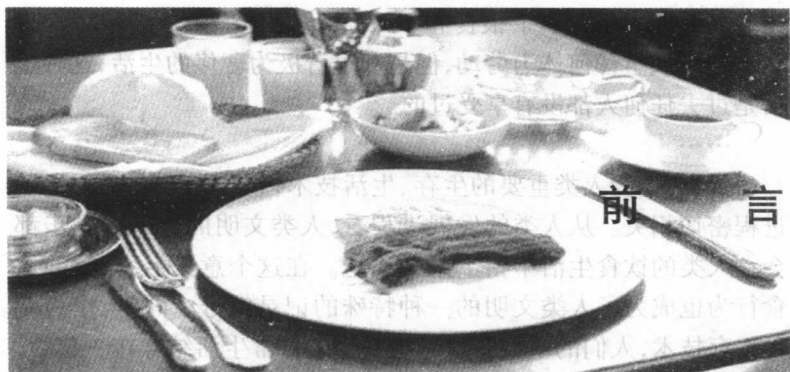
用教材。

本书在编写过程中曾得到有关部门、院校、出版社及编审者的大力支持,在此一并致谢。

为了进一步提高本教材的质量,培养 21 世纪经济管理人才,望各有关院校和广大读者提出宝贵意见,以使之更加完善。

全国高等商科学科建设指导组

2006 年 4 月



前言

美国历史学家 L·S·斯塔夫里阿诺斯在其《全球通史·第二编·欧亚大陆的古代文明》的序言中曾有如下的叙述：

……农业革命是人类成为真正的人之后所取得的第一个重大成就。如果太空中的观察员将行星地球置于监视下，定期报道他所注意到的地球上的种种发展情况，他对农业的出现大概会作这样的描述：

迄今为止一直靠采集植物和狩猎动物生活的两足人类，现在开始精心地培育某些植物和畜养某些动物，来生产自己的食物。以这种新方式生活的一群群两足人类，其数量的增长是不均衡的。他们正在某些地方定居下来，在那里建造经久耐用的隐蔽所。通常几十个隐蔽所集中在一个地方，这些地方特别适宜种植植物和畜养动物。

大多数两足人类仍在狩猎动物和采集食物，但是，种植农作物或饲养家畜的两足人类的百分比现正在迅速上升。某些地区还有了值得注意的新发展：在那些地区，有一些很大的村落，村落的四周围着高墙，两足人类的成员长期地居住在这些村落里，其中有些人不生产粮食，也不从事任何职业的工作，而是劝诱或强迫居住在

一起的其他人生产剩余粮食和手工艺品,为他们服务。这一小撮人虽然不从事任何体力劳动,但是却过着极为奢侈的生活,这种生活是过去任何人都没有享受过的。

.....

饮食,作为人类重要的生存、生活技术,它与人类文明的发展进程密切相关。从人类的发展进程看,人类文明的每一个进步都会在人类的饮食生活中留下某种印记。在这个意义上,人类的饮食行为也成为了人类文明的一种特殊的记录符号。同时,作为一种生存技术,人们的饮食获取是与人们的日常生活结合在一起的,而一个人的具体生活环境又是与特定的自然和社会环境相联系的。这也就是说一个特定的“文化”群体,会在其饮食行为上表现出某些与众不同的特点,而这些特点往往也成为特定群体内部文化认同和外部社会文化认知的重要媒介。例如,日本的生鱼片、韩国的泡菜、美国的肯德基、法国的葡萄酒、意大利的比萨饼等等。

中国 5000 年的历史文化积淀使我们的饮食文化具有极其丰富的内容和鲜明的特色,但这并不意味着我们可以高高在上地俯视其他国度或人群的饮食文化。从人类学的角度看,不同文化之间的差异没有高低贵贱之分,它所表达的只是特定人群与特定自然和社会环境的相互适应和共生。21 世纪,经济一体化的浪潮正席卷全球,但是多极世界和多元文化共存的思想也正为越来越多的人所接受,因为“越是民族的,才越是世界的”。

从饮食文化研究的角度看,对不同国家、地区或民族饮食文化的广泛了解与研究,将有助于我们更加客观地认识和评价不同饮食文化的特点。

从饮食文化发展的角度看,对不同饮食文化的了解与研究,将有助于相互借鉴、相互融合和共同发展。

从餐饮经营、服务的角度看,对不同饮食文化的了解与研究,将有助于经营者或生产者更好地把握需求、适应需求和引导需求。

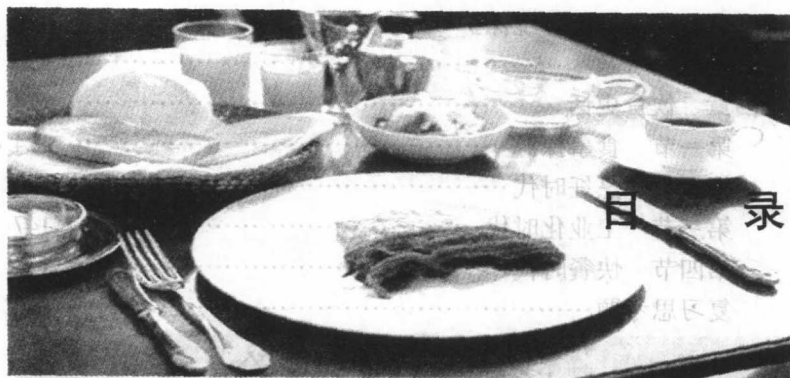
为了使高等院校相关专业的在校生、餐饮业从业人员和饮食文化爱好者更好地认识、了解其他国家、地区或民族的饮食文化知识,开拓自己的知识视野,提高自己的专业素养,从而推动中国烹饪事业的健康发展,我们应中国商业出版社和全国高等商科学科建设指导组之约,编写了这本教材。本书分为两编:上编为第1章~第4章,该编是饮食文化综论,主要以外国饮食文化为背景来讨论饮食文化的一些基本问题,以拓展读者的国际化视野;下编为第5章~第8章,该编为主要国家饮食文化分论,将选取一些在饮食文化上特色鲜明的国家逐一进行介绍,以展示丰富多彩的人类饮食文化。

本书作为高等院校及职业技术学院的旅游专业、餐饮管理专业或烹饪工艺专业的本科或专科教材使用时,建议教学时数为36~54课时。

本书的编写分工如下:第1章丁章华,第2章潘英,第3章田维,第4章李维冰,第5、6、7章田维、李维冰,第8章龚立志。李维冰、丁章华任主编,并负责全书的统稿和总纂,潘英、田维任副主编。

在本书的编写过程中,我们参阅了大量公开发表的著述、论文及网络资料,在此谨向原作者表示衷心的感谢。由于编者水平有限和时间仓促,一定会有这样或那样的问题,敬请有识之士和读者不吝赐教。

编 者
2006年8月



目 录

编审说明	1
前 言	1

上编 饮食文化综论

第一章 食物获取	3
第一节 食物	3
第二节 获取	11
复习思考题	32
第二章 饮食风俗	33
第一节 概述	33
第二节 饮食观念	34
第三节 饮食事象	47
复习思考题	74
第三章 饮食制度	75
第一节 概述	75
第二节 食品安全制度	76
第三节 烟酒控制制度	83
第四节 营养/健康制度	101

第五节 生态环境保护	114
复习思考题	123
第四章 饮食史话	124
第一节 食事探源	124
第二节 烹饪时代	136
第三节 工业化时代	147
第四节 快餐时代	153
复习思考题	166

下编 饮食文化分论

第五章 欧洲饮食文化述略	169
第一节 概述	169
第二节 法国饮食文化	170
第三节 意大利饮食文化	184
第四节 英国饮食文化	193
第五节 俄罗斯饮食文化	205
第六节 西班牙饮食文化	215
第七节 德国饮食文化	224
复习思考题	234
第六章 亚洲饮食文化述略	235
第一节 概述	235
第二节 日本饮食文化	236
第三节 印度饮食文化	249
第四节 越南饮食文化	259
第五节 泰国饮食文化	267
第六节 韩国饮食文化	274
第七节 土耳其饮食文化	281
复习思考题	291

第七章 美洲饮食文化述略	292
第一节 概述	292
第二节 美国饮食文化	294
第三节 墨西哥饮食文化	305
第四节 其他国家饮食文化	315
复习思考题	329
第八章 非洲、大洋洲饮食文化述略	330
第一节 非洲饮食文化述略	330
第二节 大洋洲饮食文化述略	344
复习思考题	355
主要参考书目	356

上 篇

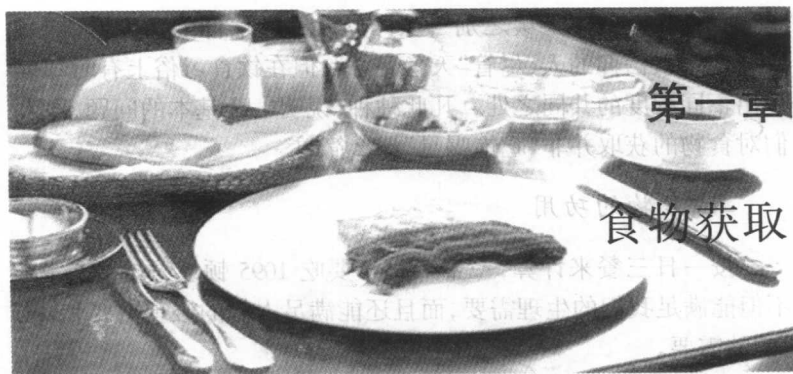
饮食文化综论

食物获取

饮食风俗

饮食制度

饮食史话



第一章

食物获取

第一节 食物

一、食物的基本含义

“食物”在汉语中的基本解释是“可以充饥的东西”或“可以吃的东西”。在英语中，“food”和“meal”均可用于表示“食物”，其中，“food”是指“可以食用的东西”；“meal”是指餐/饭，即每天“定时吃的食物”。

从上述解释中，我们可以看出，“食物”的基本含义就是指可供人们食用的东西。但是，当我们从另外的一些角度来考察人类所享用的“食物”时，就会感到看似简单的“食物”并不简单。从纵向的历史角度看，在人类的发展过程中，其所享用的食物在种类、加工技术等方面不断地发生着变化，从“茹毛饮血”到现代的微波烹饪和功能性食物，其间的变化是巨大的；从横向的地理角度看，生活在同一时代的人们由于所处地理位置的不同，往往会在食物供给上表现出明显的差异；从社会的角度看，同一社会或组织内部的人，由于所处阶层或地位的不同，其所享用的食物也存在着一定的

差异,有时甚至有“天壤之别”;从民族或宗教信仰的角度看,同一民族或宗教信仰的人,尽管“天各一方”,但在饮食习俗上有时却表现出不同程度的共同之处。凡此种种,说明一个基本的问题,即人们对食物的获取并非“吃饱喝足”那么简单。

二、食物的功用

按一日三餐来计算,一个人每年要吃 1095 顿饭,这些“食物”不但能满足我们的生理需要,而且还能满足人们的心理需要和“社交”的需要。

(一)生理需要的满足

人的生存与发展是建立在基本生理需要的满足基础之上的。“食”使人得以维持个体生命的存活;“性”使人类得以繁衍生命和后代。而“食”又始终处于首要的地位,因为饮食带来了人体活动、发育、成长,以及恢复体力、产生能量所必需的各种营养物质,离开了这些营养物质生命将无法存活。人们只有在满足了对饮食的需要之后,才谈得上追求其他的种种需要,所以亚伯拉罕·马斯洛将“生理需要”列为人类最基本的需要,是其他需要得以产生的基础。

现代医学和营养学的发展,以使人们比较清楚地认识到,食物对于人体生理功能的满足主要是借助食物中所含有的多种营养物质来实现的,这些营养物质及其功用主要是:

碳水化合物——人体所需能量的主要来源,并能帮助人体有效地利用脂肪。碳水化合物有简单和复杂之分:简单碳水化合物如糖,复杂碳水化合物如淀粉。富含碳水化合物和糖类的食物主要是水果、蔬菜和谷物。

脂肪——泛指动植物所含的油质,是人体所需主要脂肪酸的来源,又能将某些维生素输送到人体内,同时也是能量的来源之一。脂肪作为储能物质,每克提供的能量超过蛋白质或糖类两倍有余。脂肪分为饱和脂肪和不饱和脂肪,较多地摄入饱和脂肪会

使人体制造较多的胆固醇。而科学研究表明,血液中胆固醇含量过高有导致心脏病的可能。在人们日常所食食物中,富含饱和脂肪的食物主要有:牛肉、羊肉、猪肉、蛋黄、全脂奶和全脂奶产品、奶油、熟猪油、椰子油、橄榄油和棕榈油等;富含不饱和脂肪的食物主要有:鱼、禽、软人造奶油和半软人造奶油、玉米油、棉籽油、花生油、红花油、麻油、豆油和葵花油等。

蛋白质——由多种氨基酸结合而成的长链状高分子化合物,是人的主要组成物质之一,是生命活动的基础。蛋白质是食物营养的重要成分,含有全部必需氨基酸的蛋白质为“完全蛋白质”,如蛋、鱼、禽、肉以及乳产品等;组成中缺少一种或几种必需氨基酸的为“不完全蛋白质”,如谷类、蔬菜。人体全部固体物质的 75% 左右是蛋白质所构成的,蛋白质的作用主要是制造人体发育成长或修复受损组织所需要的新细胞,制造抗体以帮助人体抵抗疾病,调节某些生理过程以维持人体的水分平衡,以及保持血液呈中性状态。由于氨基酸不能储存在人体内,所以必需通过摄入适当的食物来补充人体所需的氨基酸。因此,每一顿饭都应有含有蛋白质的食物,尤其是早餐。蛋白质摄入不足会使人体缺少能量和对疾病抵抗力的下降,严重的可能导致某些疾病的发生。

维生素——人体生长和代谢所必需的微量有机物。已知的维生素有 20 多种,大致可分为脂溶性维生素,如维生素 A、D、E、K 等;水溶性维生素,如维生素 C 和 B 族维生素。B 族维生素包括 B₁、B₂、B₆、B₁₂、烟酸、叶酸、泛酸、生物素和胆碱等。人缺乏维生素会影响人体的正常生长,并引发特异性病变。许多维生素现在可以提纯或人工合成,这些纯品和一些富含维生素的制剂(如鱼肝油、干酵母),均可供防治维生素缺乏症之用。

矿物质——是人体骨骼、组织和体液的重要组成部分,常见的有钙、磷、镁、氯、钾、钠、铁、碘、锌等,其中:钙、磷、镁、氯、钾、钠等在人体中的含量较多;铁、碘、锌等的含量较少,故又被称为微量元

素或痕量元素。人体缺乏或摄入过量的矿物质均会对人体产生不良影响,严重者甚至可能导致死亡。人体所需的各种矿物质广泛存在于各种动植物食物原料之中。

(二)心理需要的满足

1.保持良好的精神状态。人心理状态的好坏与身体的健康状况有密切的联系,而一个人的健康状况又与其饮食状况有关,饮食有节、膳食合理的人比起食饮无序、暴饮暴食之徒来,前者往往有更好的体魄。因此,“好饮食”可以养成“好身体”,“好身体”又能带来“好心情”,这是被现代社会和相关科学知识所证明了的一般规律。

2.产生安全感。当一个人整天为饮食而奔走的时候,其内心的忧虑和恐惧是可想而知的,而这种恐惧和不安通常是丰衣足食之人难以体会的——除非他们曾有过同样的经历。因此,稳定或充足的食物能给人以安全的感觉。

3.感受“自我价值”。自人类进入文明社会以后,随着社会政治、经济和文化的不断发展,消费领域中所表现出层次性差异亦日趋明显。对某些阶层或人来说,一定的消费品往往是其身份、品位或地位的显示,饮食亦然。例如,日本特色的“女体盛”绝非普通百姓所能享用的“大餐”,但对那些能享用的人来说,“女体盛”则是其实现自我价值的绝好载体,昂贵的价格姑且不说,就是享用“女体”本身确实也是需要那么一点勇气和魄力的。

(三)社交需要的满足

在现实生活中,人情往来不仅是个人之间的事情,在公务/商务交往中,“感情”的联络和沟通也是非常重要的。尽管人类已发明了种种情感交流手段来满足人们的需要,但在这种种手段之中,利用“饮食”进行情感交流和沟通仍然具有无可替代的重要作用。从国家元首在国宴上的觥筹交错,到平民百姓在大排档的小酌尽欢,食物在其间的桥梁作用是显而易见的。正是这种种餐桌上的