

ZHONGGUO MEISHI DI
YU MEISHI CHUANSHUO

石油工业出版社
蔡亚兰 / 编著

中国美食地理与美食传说

在美食中品尝风味

在文化中品味历史

「美食」不仅仅是作为满足人们味觉的需要
一方美食演绎一段历史 一方美食沉淀一方文化

更是一幅幅体现民族文化、人文地理、历史沿革与世事沧桑的画卷
品尝美味 感受文化



YU MEI SHI CHUAN SHUO

石油工业出版社
蔡亚兰 / 编著

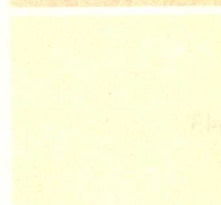
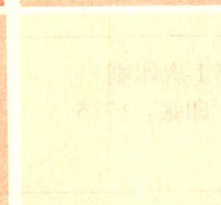
中国美食地理与美食传说

在美食中品尝风味

在文化中品味历史

『美食』不仅仅是作为满足人们味觉的需要
一方美食演绎一段历史 一方美食沉淀一方文化

更是一幅幅体现民族文化、人文地理、历史沿革与世事沧桑的画卷
品尝美味 感受文化



图书在版编目 (CIP) 数据

中国美食地理与美食传说 / 蔡亚兰 编著.
北京: 石油工业出版社, 2007.6
ISBN 978-7-5021-6090-6

- I. 中…
- II. 蔡…
- III. 饮食 - 文化 - 中国 - 通俗读物
- IV. TS971-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 077150 号

中国美食地理与美食传说

蔡亚兰 编著

出版发行: 石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号楼 100011)

网址: www.petropub.com.cn

营销部: (010) 64523603 编辑部: (010) 64523616 64523643

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京晨旭印刷厂

2007 年 6 月第 1 版 2007 年 6 月第 1 次印刷

787 × 960 毫米 开本: 1/16 印张: 17.5

字数: 270 千字

定价: 25.80 元

(如出现印装质量问题, 我社发行部负责调换)

版权所有, 翻印必究

美食

地理

传说

一册在手，领略大江南北饮食之特色

全面汇集，品味中国美食文化之韵味

美食，除了满足现代人的味觉需要，更是一种对饮食文化的解读与品味，贴近现代人的饮食观和情趣追求。与友人相约，茶余饭后，海阔天空，讲一讲有关美食的传说故事，在美食中品尝风味，在文化中品味历史，增长见闻，身心双修，颇有一番生活情趣。

与

美

食

传

说

一方美食演绎一段历史

一方美食沉淀一方文化

中

国

美

食

地

理

总策划：张卫国

选题策划：郎东晓 王昕

责任编辑：王昕 李廷璐

封面设计：

销售部电话：010-64523603

编辑部电话：010-64523616

投稿邮箱：good9112@126.com

网址：www.petropub.com.cn

前言



民以食为天。从古至今，人们都把吃饭看做是繁衍生息的第一需要。烹饪技术也随着时代的进步而不断发展。

经过几千年的积淀，我国劳动人民创造了数万道精美菜品，种类繁多，不胜枚举。而且全国各地的菜肴均有其独特风味，其中有些名菜原为民间所创，而后传入宫廷、王府，为帝王将相享用。也有些宫廷菜流传到民间，遍及全国，如四川名菜“麻婆豆腐”，杭州名菜“东坡肉”、“西湖醋鱼”，江苏名菜“水晶肴肉”，湖南名菜“东安子鸡”、“腊味合蒸”，湖北名菜“清蒸武昌鱼”，等等，都是我国著名的菜肴，享誉世界。

不可否认，美食满足了人们的味觉感受，只是受到现代人文观念的影响，美食才不仅仅作为满足人们味觉的需要，而且是一幅体现着民族素养、人文地理、历史沿革、世事沧桑的画卷。因此，现代人不仅要求饮食满足自己的实用需要，而且要求满足自己的审美需要，符合自己的文化观念和情趣追求。他们不仅要品尝美味，还要感受文化。在与友人饮茶品酒或茶余饭后的交谈中，讲一讲有关美食的传说故事，别有一番情趣。

“美不自美，因人而彰。”唐代文学家柳宗元在其文章中曾这样说。若套用此语，可以说：“食不自美，因文而彰。”此文，就是来自美食的渊源与传

说典故，它丰富了一方文化，也名扬了一方美食。

本书就是这样一部将美味与美文融合在一起，集故事性、知识性和趣味性为一体的通俗读物，饶有生活气息，且可读性和实用性强。围绕各地特产和风味名肴，叙述了有关美食的民俗、典故和渊源等，还穿插了许多流传在民间的小故事。这些故事生动活泼、引人入胜，不知不觉将你带到一个又一个新的境界中，让你深入了解美食文化。

品读了美食的故事后，如果有兴趣，不妨“进入后厨”看看它的做法，说不定哪天你就能大显身手，让人对你的厨艺刮目相看呢！

在本书里，对具有代表性的地方菜、少数民族菜、传统面点及风味小吃，都有详细的介绍，并对其渊源、特点及制作方法有简明而生动的叙述。读了此书，你就知道去北京该吃什么特色菜，关于它的典故是什么；到天津，什么美食是不能不尝的；到海南，又该品尝什么风味小吃。这样，席间就不仅仅是单纯地品尝美食了，更是品尝异地的历史文化。旅游归来，还可捎些特色食品原料，参照本书的做法，让家人也共享美味。

此书在手，你对中华大地的特色美食传说、做法、吃法几乎可以了如指掌了！

最后，由于笔者掌握的知识有限，书中难免有不妥之处，敬请读者批评指正。

目录



北京

- 北京烤鸭 炭火烤得鸭飘香 1
- 王致和臭豆腐 一个“臭”字扬万里 4
- 炒疙瘩 面条吃腻了，换个吃法 5
- 砂锅白肉 砂锅的幌子——过午不候 7
- 褡裢火烧 由小食摊到大酒楼 8
- 艾窝窝 香妃终于吃东西了 9
- 冰糖葫芦 揭榜进宫的是个江湖郎中 11

天津

- 耳朵眼炸糕 风风雨雨成就老字号 13
- 杨村糕干 多添一把柴，多出一股香 16
- 锅巴菜 乾隆不识煎饼为何物 18
- 十八街大麻花 天津“三绝”中最大的“一绝” 20
- 罍蹦鱼 一场风波，引出一道名菜 22

河北

- 烧南北 玉兰片与口蘑的故事 25
- 雪桥八仙 赵州桥有多坚固 27
- 高碑店豆腐丝 京城的水制不出好豆腐 29
- 麒麟蒸饺 麒麟怎能蒸了卖 31

BeiJing

TianJin

HeBei



凉粉

咸丰帝用马褂换吃食 33

山西

ShanXi

半炉鸡

半只母鸡赢得慈禧笑 35

淇香鱼片

打猎获得熟鱼片 37

娘娘爱

“娘娘”事迹感太后 38

内蒙古

NeiMengGu

炒米

成吉思汗西征回回国遇难题 40

烤羊腿

西征途中的产物 42

涮羊肉

饥饿难忍的忽必烈 43

辽宁

LiaoNing

崔马铃

马蹄声声，铃声阵阵 46

沈阳回头

再烙一盒送往馆驿 47

老边饺子

店面不在豪华，有特色则能扬名
..... 48

锦州什锦小菜

贡虾竟被虾油小菜“挤下马” 50

四绝中的熘肝尖

张学良进得店中来 52

吉林

JiLin

红棉虾团

因红棉而成就的传世佳饌 54

延边长寿面

七仙女特为秀士做冷面 56

粘耗子 给属猫的丈夫吃什么 57

黑龙江

得莫利炖活鱼 老乡们，来吃个热乎 59

哈尔滨红肠 一个立陶宛人的创举 60

大列巴 要吃赶紧去排队 61

上海

城隍庙五香豆 改进才是硬道理 64

枫泾丁蹄 丁氏兄弟想做大买卖 66

贺年羹 师门家中菜脚羹 67

贵妃鸡 皓月当空，贵妃醉酒 68

江苏

叫花鸡 叫花子也能创美味 71

清炖蟹粉狮子头 “葵花献肉”为何改为“狮子头” ... 73

松鼠鳜鱼 鱼炙腹中藏匕首 75

沛县狗肉 刘邦、樊哙，狗肉和老鼋 77

水晶肴肉 “硝肉”引来张果老 79

陆稿荐酱汁肉 稿荐烧得肉飘香 80

无锡排骨 济公让人卖骨头 82

平桥豆腐 三条人命三把火，再大家业也枉然

..... 85



定胜糕

吃了“定胜糕”，定能打胜仗87

浙江

ZheJiang

东坡肉

苏东坡与红烧肉89

三丝敲鱼

小和尚敲鱼报师仇91

宋五嫂鱼羹

一碗鱼羹值几钱92

西湖醋鱼

酸甜皆有寓意在94

鱼头豆腐

物无贵贱，适口者珍95

醉鸡

三妯娌争当家97

火踵神仙鸭

白发老人指点火候99

绍兴香糕

吕洞宾的救人良药 100

安徽

AnHui

曹操鸡

味美又滋补，曹操怎不爱 102

徽墨酥

急中生智救李煜 103

方腊鱼

有效的退兵之计 105

瓢豆腐

朱元璋化缘 107

福建

FuJian

槟榔芋泥

林则徐教训洋人有妙招 109

吉利虾

成双结对，永不分离 111

西施舌

西施被沉入大海后 112

佛跳墙

新婚媳妇试厨 113



光饼 帮助义军歼倭寇 115

江西

JiangXi

文山肉丁 丞相一手好厨艺 117
 三杯鸡 酱油、猪油、米酒 119
 流浪鸡 作战失利，童子鸡遭殃 120
 小炒鱼 “小酒”烹出佳肴 121

山东

ShanDong

九转大肠 “九”字的来头 123
 博山豆腐箱 张厨子待客 125
 糟熘鱼片 半副銮驾寻厨子 127
 锅塌黄鱼 厨娘巧煎黄花鱼 128

河南

HeNan

套四宝 “四禽在一盘” 131
 道口烧鸡 十字秘方 133
 炸紫酥肉 此肉特为赵王做 134
 铁锅蛋 河南厨子精益求精 135
 杞县酱胡萝卜 独技在身，胜似家有万金 137
 汉宫甑仔鸡泡馍 天下美味，不及当年偶得之食
 138



湖北

清蒸武昌鱼
二回头
翰林鸡
应山滑肉
山口羊肉
千张肉

HuBei

苏轼不及王安石 140
有了秀才诗，不愁不兴隆 142
李白尤对“鸡”喜爱 143
有磨无磨，八月十三 145
李铁拐帮孝子 146
宰相原是美食家 147

湖南

腊味合蒸
玉麟香腰
红煨羊蹄花
东安子鸡
猪血丸子

HuNan

乞丐巧当厨 150
菜因人而贵 152
弃物竟成难能一见的佳肴 154
小店菜肴名不虚传 156
此“猪”通彼“朱” 157

广东

莲藕焖猪蹄
白云猪手
煎酿豆腐
乳香炸芋虾
干炒河粉

GuangDong

为偏食财主解馋 159
和尚无缘吃，樵夫捡得美味归
..... 161
陈鏢师仗义救人，巧得招牌菜
..... 162
自己吃自己——准没好下场 164
汉奸逼出美味来 165

状元及第粥	要中状元先喝粥	167
小凤饼	侍女巧解围	168
笑口枣	好心人有好报	170

广西

GuangXi

玉林牛巴	戏说腌牛肉	172
老友粉	一碗热面条传得百来年	174
辣椒骨	舂烂骨头来解恨	175
鱼包韭菜	不忘老人送鱼恩	176
桂林米粉	鲤鱼王功不可没	177

海南

HaiNan

文昌鸡	榕树籽也有大用途	179
加积鸭	原来是只外国鸭	181
椰子盅	为大人解怒	183

重庆

ChongQing

白市驿板鸭	“煮熟”的鸭子飞出了重庆	184
泉水鸡	泉水食店创美味	186
毛血旺	源于一个偶然的会	187

四川

SiChuan

白汁五柳鱼	杜甫厨艺高	189
-------	-------------	-----





麻婆豆腐	麻婆本姓陈	191
夫妻肺片	夫唱妇随做“废片”	193
女皇蒸凉面	武媚娘与常剑峰的故事	194
凤尾酥	打破油罐出怪事	196

贵州

GuiZhou

威宁荞酥	奢香为干爹做寿糕	198
金钩挂玉牌	最冠冕堂皇的话	199
丝娃娃	丑小鸭变成白天鹅	201

云南

YunNan

大救驾	穷人家得充饥之物	203
过桥米线	书生变状元，贤妻功不可没	204
都督烧卖	一人只能买了3个	206
汽锅鸡	被问欺君之罪，却因祸得福	208

西藏

XiZang

糌粑	揣在口袋里的美食	210
甜茶	一样的茶叶，不一样的味道	212
酥油茶	一对为爱殉情的恋人	213

陕西

ShanXi

樊记腊汁肉	棺木原是个聚宝盆	215
-------	----------------	-----

大荔带把肘子	不但吃肉，连骨头也要吃	217
老童家腊羊肉	“老佛爷”闻香停辇把肉尝	219
葫芦鸡	血泪斑斑成就的美味	220
岐山臊子面	周文王大锅煮蛟龙	222
油酥饼	佛经千卷，烧饼千层	224
太后饼	饼好，人更好	225

甘肃

罗锅鱼片	雪梅有情有义续良缘	227
热冬果	小食物，疗效好	229
东乡手抓羊肉	蒙古羊与藏羊的混血儿	230

青海

锅塌	皇帝眼里的人间第一美味	232
湟源干板鱼	能治怪病的鱼	234
虫草雪鸡	狠毒的哥哥，善良的弟弟	235

宁夏

锅盔	铁盔帽还能当锅使	237
鸽子鱼	味美确实名不虚传	238
丁香肘子	丁香花开肘飘香	240



新疆

月映蛟龙
抓饭
清远钵子鸡
饊

XinJiang

换个口味吃海马 242
医生的灵丹妙药 243
一只未婚的鸡 244
取经路上的随身食物 246

香港

白蒲茶干
香港第一蛋挞
丝袜奶茶

XiangGang

乾隆御笔“只此一家” 248
一夜成名的传奇 250
林木河煲茶有诀窍 252

澳门

葡挞
西洋菜生鱼汤
葡国鸡

AoMen

当蛋挞店遭遇“婚变” 254
荒岛上的求生之举 256
地道的中国货 257

台湾

度小月担仔面
蚵仔煎
尤咭面

TaiWan

此面不关杜小月 259
郑军岂会被饿死 260
手推车推出了名气 262

