

《红楼梦》中的经典美食

Classic Cuisines in the Novel Dream of the Red Chamber

红楼之中

有美景 有美人

更有让人垂涎的雅致美食

一本《红楼梦》

满纸美食香



名茶良饮 × 甜琼羹羹 × 珍馐玉食 × 粥糕点心

53 道精致美食，细说红楼背后的繁华与苍凉

周小雨 主编

黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社



《红楼梦》不只是简单地描写“吃”，
其实它所描述的食材食谱、点心羹汤更是精妙绝伦，

令人叹服！

曹雪芹不仅是一位文学巨匠，

而且也是一名工艺美术家和美食家。

本书不仅还原了《红楼梦》中诸多美食的做法，

更是将书中饮食文化的精髓提炼了出来，

细致入微地将这部文学巨作剖析，

以化繁为简的形式将书中食、器、宴、饮、茶用文字的方式一一道破。



关注“掌厨” 万道美食轻松学

欲知更多内容请先下载“掌厨”应用程序
万道高清美食视频，随时随地随心任选



App下载：掌厨
二维码扫一扫
掌厨轻松下



掌厨 | 用心做顿好饭



公众微信账号：掌厨
微信号：szzhangchu
扫描二维码即可关注



公众微信账号：金版文化
微信号：shenzhenjinban
扫描二维码即可关注

金版
GOLDEN EDITION

饮食文库

上架建议：生活类·美食类

ISBN 978-7-5388-9012-9



9 787538 890129 >

定价：36.80 元

《红楼梦》中的经典美食

Classic Cuisines in the Novel Dream of the Red Chamber

周小雨 主编



黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

《红楼梦》中的经典美食 / 周小雨主编. — 哈尔滨 :
黑龙江科学技术出版社, 2017. 2

ISBN 978-7-5388-9012-9

I. ①红… II. ①周… III. ①《红楼梦》研究②菜谱
— 中国 IV. ①I207. 411②TS972. 182

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第233383号

《红楼梦》中的经典美食

《HONGLOUMENG》 ZHONG DE JINGDIAN MEISHI

主 编 周小雨

责任编辑 马远洋

摄影摄像 深圳市金版文化发展股份有限公司

策划编辑 深圳市金版文化发展股份有限公司

封面设计 深圳市金版文化发展股份有限公司

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 150001

电话: (0451) 53642106 传真: (0451) 53642143

网址: www.lkcbs.cn www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 深圳市雅佳图印刷有限公司

开 本 889 mm×1194 mm 1/32

印 张 6

字 数 120千字

版 次 2017年2月第1版

印 次 2017年2月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-9012-9

定 价 36.80元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

前言

《红楼梦》这部书共有四个名字：《风月宝鉴》《情僧录》《石头记》《红楼梦》。作者曹雪芹大家都了解，但是为什么曹雪芹会有那么大的感悟、那么深的生活体验来书写这部书呢？

这跟曹雪芹年幼时的家境很有关：他的爷爷曹寅当年任职于江南织造，康熙六次南巡，有五次居住在曹家。正是有了这样的经历，曹雪芹才能更为生动描述出一幕幕王侯大家的奢华场景。

《红楼梦》不只是简单地描写“吃”，其实它所描述的食材食谱、点心羹汤更是精妙绝伦，令人叹服！曹雪芹不仅是一位文学巨匠，而且也是一名工艺美术家和美食家。

本书不仅还原了《红楼梦》中的美食的做法，更是将书中饮食文化的精髓提炼了出来，更好地将这部文学巨作进行剖析，以化繁为简的形式将书中食、器、宴、饮、茶用文字的方式一一道破。

CONTENS

Part 1

隐藏于红楼中的饮食文化

- 002 / 红楼食具
- 004 / 红楼中的传统佳节
- 006 / 从红楼看清朝贵族的奢华饮食生活



CONTENS

Part 2

名茶良饮

- 010 / CHAPTER 01 六安茶：酒后庙中来饮茶
- 013 / CHAPTER 02 枫露茶：秋至枫红茶芬芳
- 016 / CHAPTER 03 普洱茶：宴后忙沏解腻茶
- 019 / CHAPTER 04 香茶：彩灯解谜悟禅机
- 022 / CHAPTER 05 龙井茶：紫鹃沏茶给二爷
- 025 / CHAPTER 06 老君眉：栊翠庵中妙品茶



CONTENTS

Part 3

甜琼羹羹

- 030 / CHAPTER 01 桂圆汤：黛玉魂归定神汤
- 033 / CHAPTER 02 茯苓霜：松柏育出滋补霜
- 036 / CHAPTER 03 玫瑰清露：鹅黄签上书
- 040 / CHAPTER 04 酸梅汤饮：伤后二爷想饮汤
- 043 / CHAPTER 05 杏仁烧茶：贾母喜爱甜茶儿
- 046 / CHAPTER 06 莲叶羹：宝玉想吃精巧汤
- 049 / CHAPTER 07 建莲红枣儿汤：宝玉清晨养生饮
- 053 / CHAPTER 08 火肉白菜汤：紫鹃贴心熬美味
- 056 / CHAPTER 09 糖蒸酥酪：贾妃归宁赐膳食
- 059 / CHAPTER 10 酸笋汤：宝玉酒后饮酸汤
- 063 / CHAPTER 11 炖鸡蛋：小小鸡蛋引纷争



CONTENS

Part 4

珍馐玉食

- 068 / CHAPTER 01 干张包子：小小包子藏玄机
- 071 / CHAPTER 02 糟鹅掌鸭信：配酒美味香糟菜
- 074 / CHAPTER 03 笼蒸螃蟹：贾府吃蟹趣味多
- 078 / CHAPTER 04 煨鸽子蛋：姥姥初识鸽蛋味
- 081 / CHAPTER 05 茄鲞：一鲞耗去数只禽
- 084 / CHAPTER 06 野鸡瓜齏：秘制齏菜巧搭配
- 087 / CHAPTER 07 牛乳蒸羊羔：太君进补蒸羊羔
- 091 / CHAPTER 08 烤鹿肉：寒冬大雪肉飘香
- 094 / CHAPTER 09 油盐炒枸杞芽儿：探春宝钗巧当家
- 097 / CHAPTER 10 酒酿清蒸鸭子：烹鸭用酒酿
- 100 / CHAPTER 11 胭脂鹅脯：芳官喜食胭脂肉
- 103 / CHAPTER 12 风腌果子狸：尽显贾母心
- 107 / CHAPTER 13 鸡髓笋：贾政献笋显孝心
- 110 / CHAPTER 14 椒油莼齏酱：贾母吃斋配齏酱
- 113 / CHAPTER 15 炸鹌鹑：凤儿姐吩咐炸鹌鹑
- 116 / CHAPTER 16 五香大头菜：黛玉寄篱思乡邻
- 119 / CHAPTER 17 火腿炖肘子：酥烂肘肉送乳娘
- 122 / CHAPTER 18 糟鹌鹑：芦雪庵内鹌鹑香
- 125 / CHAPTER 19 油炸焦骨头：金桂喜好非常人

CONTENS

Part 5

粥品糕点

- 130 / CHAPTER 01 枣泥山药糕：老太君赏食山药糕
- 133 / CHAPTER 02 鸭子肉粥：清淡鸭粥讲究多
- 136 / CHAPTER 03 腊八粥：腊月烹粥祭佛祖
- 139 / CHAPTER 04 冰糖燕窝粥：贾府食补饮燕窝
- 142 / CHAPTER 05 桂花糖蒸栗粉糕：贾府尝鲜
- 146 / CHAPTER 06 藕粉桂糖糕：清爽甜糕讨人喜
- 149 / CHAPTER 07 菱粉糕：菱角巧制甜糕点
- 152 / CHAPTER 08 奶子糖粳米粥：粥里藏文化
- 155 / CHAPTER 09 茶面子：李纨爱吃茶面子
- 159 / CHAPTER 10 奶油松瓢卷酥：宝玉遂把酥卷尝
- 162 / CHAPTER 11 小面果子：姥姥夸赞细点心
- 165 / CHAPTER 12 螃蟹小饺：小饺原料有讲究
- 168 / CHAPTER 13 松穰鹅油卷儿：府内点心皆灵巧
- 171 / CHAPTER 14 面茶：宝玉晨饮充饥茶
- 174 / CHAPTER 15 粳米粥：贾府熬粥用粳米
- 177 / CHAPTER 16 如意糕：宴前先摆吉祥糕
- 180 / CHAPTER 17 鸡油卷：卷儿味美营养多

Part 1





红楼食具

“工欲善其事，必先利其器”，对于烹饪来说亦是如此。

《红楼梦》中四大家族的生活豪华奢侈，即便在餐具上也是极为讲究的：大摆筵席时用金筷，家常便饭用银筷，可见其一杯一盖价值连城。虽然今天时代不同了，人们的审美观点也有所改变，但是《红楼梦》中的食具，无论质量还是品种，都是有着欣赏、研究和借鉴价值的。



酒器

食具在《红楼梦》中出现最多的要数酒器。酒器以金属材料分有金、银、铜、锡等，以非金属材料分有瓷、兽角、陶土、竹木、玻璃、珐琅等，以器形分有觥、罍、觚、盏、杯、壶、觥等。

《红楼梦》中宴饮场面较多，各种酒器相互争宠，大小和造型各有千秋，可以适用于各种不同的宴饮，给予客人不同的美的享受。按制作材料可分列如下：①金、银爵；②乌银梅花白斟壶；③镀金执壶、银杯；④玻璃盏、琥珀杯；⑤十锦珐琅杯；⑥合欢杯。

碗器

《红楼梦》中的碗器林林总总，千姿百态，不仅是“刘姥姥”看得眼花缭乱，在今天也是令人叹为观止。这些碗器除了有金属、非金属两类之外，还能器形分作几种。

1. 鼎

见《红楼梦》第二回：“起初时，只封袭三世，因当今隆恩盛德，远迈前代，额外加恩，至如海之父，又袭了一代；至如海，便从科第出身。虽系钟鼎之家，却亦是书香之族。”

2. 金盘

见《红楼梦》第五回：“案上设着武则天当日镜室中设的宝镜，一边摆着赵飞燕立着舞过的金盘。”

3. 玛瑙碟子

见《红楼梦》第三十七回：“袭人回至房中，拿碟子盛东西与湘云送去，却见榻子上碟槽儿空着。因回头见晴雯、秋纹、麝月等都在一处做针黹，袭人问道：‘那个缠丝白玛瑙碟子那里去了？’众人见问，你看我，我看你，都想不起来。”

此外尚有乌木镶银筷、官窑碗、汝窑盘子、乳钵、茶盘等。



红楼中的传统佳节

元宵节



《红楼梦》两处写到元宵节。

在第一回写了当时的元宵夜，过节时街上是人流如潮，热闹非凡，甄士隐的家人霍启抱了主人的独身女英莲看社火花灯，半夜中，霍启因小解离开将主人家的英莲丢了；在书中的第五十三回“荣国府元宵开夜宴”时的欢乐场面，更把节日盛况活灵活现地呈现在读者面前；而第五十四回里曹雪芹更以极大的篇幅尽量地渲染贾府元宵节的繁华、奢靡、热闹、气派。

第五十四回书里写道：至十五这一晚上，贾母便在大花厅上命摆几席酒，定一班小戏，挂满各色小灯笼，带领荣宁二府各子侄孙男孙媳等举行家宴。袭人母亲去世，因有热孝，不便前来；鸳鸯的娘也去世了，便叫她们二人一起作伴了，便命婆子送去上等果品茶点。这里曹雪芹没明确地写明有哪些菜肴，但既然是酒席，自然是有酒有菜，碗碟、凉菜、热菜、汤菜，应有尽有。

唐朝诗人白居易曾写到“灯火家家市，笙歌处处楼”，描述杭州的元宵节。元宵节既然是要彻夜不眠，当然不能饿着肚子玩啊，人们就用各种香甜的食材制作成圆形食品充饥。这是为了求取吉利，即取月圆之形，寓团圆之意，并祝愿今年的日子过得香甜。

中秋节

《红楼梦》从第七十二回到第七十六回，每回都说到过中秋节。每到中秋佳节必定要吃月饼，所以书中多次出现月饼。那么中秋节为什么要吃月饼？贾府的月饼又何其多、何其大呢？让我细细道来。

《红楼梦》第七十六回出现的贾母吃的“内造瓜仁松穰月饼”也确有客观依据，并非作者虚构的。曾经一本杂志登载过一张清朝皇帝赐给大臣的月饼照片，量其直径两尺多，重约十公斤，形制之大着实壮观。明、清两代皇帝都常向幸臣分赐月饼，而曹雪芹的曾祖母是康熙皇帝的奶娘，他的祖辈担任的职务又与管御膳房的内务府有密切联系，曹家肯定了解分月饼的情况，或许他家也分到过宫廷的月饼。

而在古代没有先进的照明设备，月亮却能在茫茫的黑夜中给人们带来光明和幸福。又由于过去受到限制，对月之圆缺、月上阴影以及月蚀等自然现象不能解释，于是人们的脑海中就产生了种种神秘的念头，从而编造出许多关于月亮的美丽传说。



从红楼看清朝贵族的奢华饮食生活



中国历朝历代的宫廷与贵族们对饮食都极为讲究，他们对食物“食不厌精、脍不厌细”的追求也使得烹饪技艺得到了长足的发展。清朝是封建官僚体系的集大成者，它继承并发展了前代各朝奢侈的贵族饮食生活，而曹雪芹通过笔下的《红楼梦》对饮食生活的描写，更是刻画了清朝繁盛时期豪门贵族的腐朽奢侈生活，表现了贵族们对饮食的苛刻要求。

《红楼梦》对贵族家庭尤其是贾府的饮食生活作了传神细致的描写，形成了一个较为完整的、独特的《红楼梦》饮食体系。里面的重要人物有贾母、宝玉、黛玉、宝钗和王熙凤等人，每个人都是娇贵无比，饮食生活也是极尽奢华。这部书中对吃喝的描写，不仅笔墨多，而且十分出彩，书中多次描写了筵宴的场景与吃食，含意深刻且妙趣横生，我们也能从《红楼梦》中人物的饮食生活缩影中看到清朝贵族的奢侈生活。

《红楼梦》中，粥饭和菜肴种类繁多。饭有白粳米饭、绿畦香稻粳米饭和碧梗粥等；粥有江米粥、鸭子肉粥、燕窝粥、枣熬粳米粥、腊八粥和红稻米粥等；菜肴主要有酒酿蒸鸭子、腌胭脂鹅脯、火腿鲜等；而汤羹类有虾丸鸡皮汤、酸笋鸡皮汤、燕窝汤等，种类繁多，营养价值丰富。而且从饮料方面看，《红楼梦》中提到的也是数不胜数，在茶方面，提到的就有两百多处。

贾府的奢华还体现在《红楼梦》的情节上。“刘姥姥第二次进荣国府的时候，贾母命王熙凤用茄鲞喂她。刘姥姥吃了两口，味道甚佳，便请教说：‘告诉我是个什么法子弄的，我也弄着吃去。’凤姐儿笑道：‘这也不难。你把才下来的茄子把皮剝了，只要净肉，切成碎钉子，用鸡油炸了，再用鸡脯子肉并香菌、新笋、蘑菇、五香腐干、各色干果子，俱切成钉子，用鸡汤煨了，将香油一收，外加糟油一拌，盛在瓷罐子里封严，要吃时拿出来，用炒的鸡瓜一拌就是。’刘姥姥听了，摇头吐舌说道：‘我的佛祖！倒得十来只鸡来配他，怪道这个味儿！’”由此可见，《红楼梦》中贵族的奢侈生活。还有贾府在饮食上的讲究可谓是“食不厌精，脍不厌细”，单单是一道普通的吃食也做得如此之精细，如此之奢华，真让人叹为观止！

清朝贵族们对饮食要求极其严格，从造型、材料、火候到口味，都有严格的标准，菜肴要“色香味形”俱全。从山珍海味到稀世珍品，无一不有，可以说是汇集了天下美食，奢华之极，令人瞠目结舌。而且贵族们的饮食有专门的人员负责饮食营养，保证贵族们的体魄健康。贵族们不仅享用着奢华、精致的佳肴珍馐，而且特别注重在吃的过程中，要有无限意趣，从而获得更多的精神愉悦。

