



天子的食单

程子衿◎主编

故宫出版社

紫禁城悦读

天子的食单

程子衿◎主编

故宫出版社

The Forbidden City Publishing House

图书在版编目 (CIP) 数据

天子的食单 / 程子衿主编. - 北京 : 故宫出版社,
2016.8

(紫禁城悦读)

ISBN 978-7-5134-0892-9

I. ①天… II. ①程… III. ①宫廷御膳 - 介绍 - 中国
IV. ①TS972-092

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第180190号

紫禁城悦读·天子的食单

程子衿◎主编

出版人: 王亚民

责任编辑: 周利楠 伍容萱

装帧设计: 王梓梅子

出版发行: 故宫出版社

地址: 北京市东城区景山前街4号 邮编: 100009

电话: 010-85007808 010-85007816 传真: 010-65129479

网址: www.culturefc.cn 邮箱: ggcb@culturefc.cn

制版印刷: 北京方嘉彩色印刷有限责任公司

开 本: 787毫米×1092毫米 1/36

字 数: 105千字

印 张: 5.25

版 次: 2016年8月第1版

2016年8月第1次印刷

印 数: 1~5000册

书 号: ISBN 978-7-5134-0892-9

定 价: 36.00元

目 录

皇帝的餐桌——宋代宫廷饮食缕述	9
禁脔之思——从熹宗御膳看晚明食风	31
苏州菜与清宫御膳	61
除夕元旦清廷的国宴与家宴	81
野蔬风味亦堪嘉——巡守和狩猎途中的清帝膳食	107
清代御膳的养生之道	119
美食须美器——清宫藏御用饮食器皿	137

紫禁城悦读

天子的食单

程子衿◎主编

故宫出版社

The Forbidden City Publishing House

试读结束：需要全本请在线购买：www.ertong.com



引言

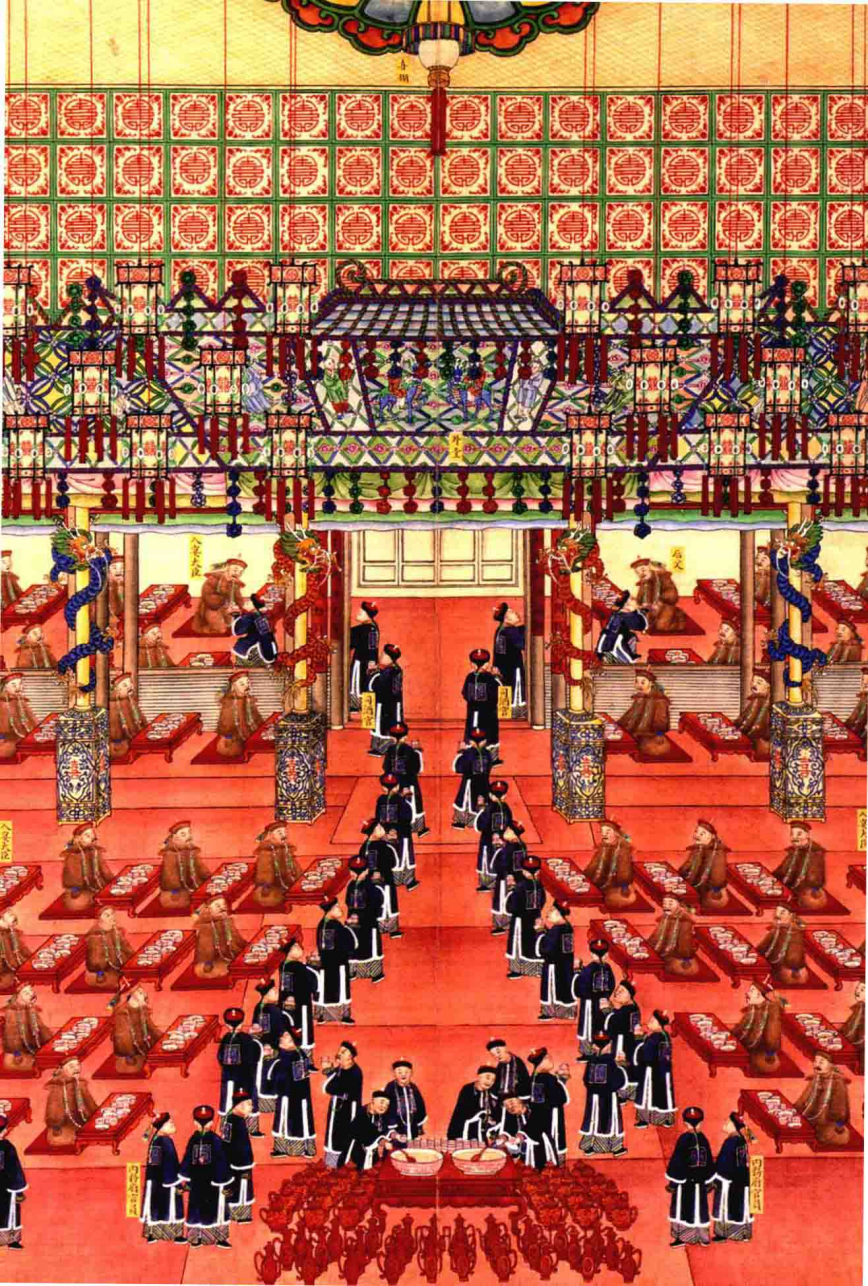
《礼记·礼运》载：“夫礼之初，始诸饮食。”在中国，礼与食关系密切，商周时期就已建立起一套相当完善的食礼制度。在一场筵席中，从肴馔的布置、食器饮器的摆放，到仆从上菜的姿式、食客的就座方位，以及饮食的先后顺序，也都有相关礼数规定。尤其是在宫廷中，饮食行为并非仅有为满足口腹之欲的初始功能，因而其被赋予的礼仪功能就越发丰富和重要。

宫廷御膳所呈现的不仅是皇帝一人的味觉追求，其背后则涉及政治集权、朝贡体系、经济活动、社会风尚等诸多层面的问题。负责帝王膳食管理和筵席组织的食官，在《周礼》中被

归入“天官”之列，地位仅次于宰官。秦汉时，掌膳食的光禄寺也是高居“九卿”之列。直至明清，食官的设置更是精细和审慎。

以擅调五味而辅佐商汤的伊尹，“负鼎俎，以滋味说汤，致于王道”。可见，饮食之道，于君，于民，都是大本大宗。





目 录

皇帝的餐桌——宋代宫廷饮食缕述	9
禁脔之思——从熹宗御膳看晚明食风	31
苏州菜与清宫御膳	61
除夕元旦清廷的国宴与家宴	81
野蔬风味亦堪嘉——巡守和狩猎途中的清帝膳食	107
清代御膳的养生之道	119
美食须美器——清宫藏御用饮食器皿	137



皇帝的餐桌

宋代宫廷饮食缕述



《射雕英雄传》第二十三回《大闹禁宫》中，洪七公重伤垂危，对两个徒儿郭靖和黄蓉道，还有一件心愿未了。二人本以为有甚么大事要做，不想洪七公只是想再吃一碗菜肴：“我是想吃一碗大内御厨做的鸳鸯五珍脍。”原来，在第十二回中，有洪七公在临安御厨藏身三个月，吃遍宫廷美食的桥段：“皇帝吃的菜每一样我先给他尝一尝，吃得好就整盘拿来，不好么，

五代 顾闳中 韩熙载夜宴图（局部）



就让皇帝小子自己吃去。”这是洪七公一生最为幸福的时光！多年之后的弥留之际，洪七公依然对其中的一味鸳鸯五珍脍念念不忘，竟成唯一的遗愿。此时老顽童周伯通亦在旁，遂道：“我倒有个主意，咱们去把皇帝老儿的厨子揪出来，要他好好地做就是。”不想洪七公连连摇头：“不成，做这味鸳鸯五珍脍，厨房里的家生、炭火、碗盏都是成套特制的，只要一件不合，味



道就不免差了点儿。咱们还是到皇宫里去吃的好。”洪七公在御厨中待足了三个月，自然深知宫内饮食之道，然其只是道出了宫廷饮食器具之独特。

饮食之道，器具固然重要，然刀火之间，关键在人与食材。宋代御厨下设太官署，掌供御之膳馐及内外饗飨割烹煎和素膳之事；珍馐署，掌供尚食及内外膳馐米面饴蜜枣豆百品之料；良酝署，掌造法糯酒常料之三等酒；掌醢署，掌供应醋及诸肉酱。另设内物料库、外物料库、都曲院、油醋库、奶酪院、御膳素厨、菜库东厨等，分司设职，名目繁多。终宋之世，御厨总人数维持在三百人左右。食材之选用，自是荟萃精华，“集四海之珍奇，皆为市场；会寰区之异味，悉为庖厨”。每一道宫廷菜肴的诞生，从原料的采择，到食材的加工，再到酒水的酿制、食物的烹调，都是在一系列食材流转和人员协同下完成的。脱离了任何一个环节，食物链条都可能断裂，美味将成变味。所以，洪七公入宫偷食而非宫外私制的选择，是非常明智的。

鸳鸯五珍脍，于史无载，只在南宋清河郡王张俊供奉宋高宗的食单上有“五珍脍”的菜品，却没有做法的介绍，不知此脍是否彼脍。今日一些杭帮菜馆以五种肉类拼凑而加以附会，殊不可信。然此菜品作为宋代宫廷饮食的一个象征，庶几当然。首先，宋代人好吃，至今脍炙人口的开门七件事“柴米油盐酱醋茶”，就出自南宋吴自牧的《梦粱录》，饮食已提升至生活哲

学的高度。其次，宋朝人会吃，美国学者尤金·N·安德森在《中国食物》中艳羡地指出：“中国伟大的烹饪出于宋朝。宋朝美食有煎、炒、烹、炸、烧、烤、炖、熘、爆、煨、蒸、煮、拌、泡、涮等不下几十种做法，宋朝真不愧是美食的天堂！”所以，这样的时代熏陶出鸳鸯五珍脍这样的武侠奇菜和洪七公这样的第一武侠美食家，绝非金庸先生的向壁虚构。

不过幸好，洪七公生活的是南宋末期，若是在北宋前期的御厨中呆上三个月，恐怕是要“嘴巴淡出个鸟儿”来了。

宋人重祖宗之法，饮食虽属小道，却亦含其中：“祖宗旧制：不得取食味于四方。”该家法还一度被提升至治国理政的高度：“饮食不贵异味，御厨止用羊肉，此皆祖宗家法，所以致太平者。”在祖宗垂范和家法约束之下，唐朝宫廷那种“紫驼之峰出翠釜，水精之盘行素鳞”的奢侈排场已难再复，以至于我们在翻检北宋前期宫廷饮食的史料时，常常要为这时的皇帝们倍感憋屈。据《宋史·仁宗本纪》，仁宗半夜饥饿，思食烧羊，却不敢命御厨制备，以免成为常例而害物，宁愿忍饿到天明。历代皇帝多有借饮食以作秀者，仁宗却非此类，是真正谨奉俭食的祖训。邵伯温《闻见后录》记另一事曰：

仁皇帝内宴，十门分各进饌。有新蟹一品，二十八枚。帝曰：“吾尚未尝，枚直几钱？”左右对：“直一千。”帝不悦，曰：“数戒汝辈无侈靡，一下箸为钱二十八千，吾不忍也。”置不食。