

鲁

中国鲁菜文化大系

# 中国鲁菜文脉

赵建民 曲均记 主编

中国鲁菜讲究内涵中和的底蕴，追求豪放大气的风格，彰显清香脆嫩、鲜咸适中的特色，可谓集中国饮食文化之大成、中国菜之典型代表。



中国轻工业出版社

全国百佳图书出版单位



中国鲁菜文化大系

# 中国鲁菜文脉

赵建民 曲均记 主编

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

中国鲁菜文脉 / 赵建民, 曲均记主编. —北京: 中国轻工业出版社, 2016.8

(中国鲁菜文化大系)

ISBN 978-7-5184-1033-0

I. ①中… II. ①赵… ②曲… III. ①鲁菜-文化 ②鲁菜-菜谱 IV. ①TS971 ②TS972.182.52

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第164141号

策划编辑: 史祖福

责任编辑: 史祖福 曾 娅 责任终审: 劳国强 封面设计: 锋尚设计

版式设计: 锋尚设计 责任校对: 李 靖 责任监印: 张 可

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印 刷: 三河市万龙印装有限公司

经 销: 各地新华书店

版 次: 2016年8月第1版第1次印刷

开 本: 787×1092 1/16 印张: 23.25

字 数: 532千字

书 号: ISBN 978-7-5184-1033-0 定价: 60.00元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: [club@chlip.com.cn](mailto:club@chlip.com.cn)

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

160410S1X101HBW

## 《中国鲁菜文化大系》丛书编委会

---

策 划 曲均记 赵建民  
主 任 曲均记  
副主任 范凌琿 张从军 史宏伟 张春良  
编 委 李培雨 杨茂林 倪志群 李志刚 王赛时  
王冠良 钟长泉 刘雪峰 王 鹏 王振才  
高速建 陈家恕 王洪海 徐 晶 林本生  
訾胜军 王俊学 王利民 孙 键

## 《中国鲁菜文脉》撰稿人

---

主 编 赵建民 曲均记  
副主编 李志刚  
撰稿人 赵建民 曲均记 李志刚 张从军 王赛时  
朱海涛 郝祖涛 郭志刚 金洪霞 孙一慰  
彭 波 姚海阳 孙嘉祥 于秋伟 祚柏红  
李振光 杨爱国





## 序

鲁菜是我国著名的四大菜系之一，在中国饮食文化发展史上有着极其重要的地位，它以其久远深厚的历史文化积淀，形成了独具特色的饮食文化体系和烹饪技艺体系，成为我国以齐鲁文化为中心的黄河中下游广大地区民族饮食文化与饮食风味体系的代表。其覆盖面之广、影响力之大、文化内涵之丰富，在我国的四大菜系中独树一帜，历史上素有中国“四大菜系之首”“中国北方菜的代表”等美誉。中国鲁菜以其丰厚的文化蕴含、精湛的烹饪技艺、独特的审美风格著称于中国饮食文化之林。中国鲁菜讲究内涵中和的底蕴，追求豪放大气的风格，彰显清香脆嫩、鲜咸适中的特色，可谓集中国饮食文化之大成、中国菜之典型代表。

2500多年前，文化圣人孔子提出了“食不厌精，脍不厌细”的饮食论语，成为影响中华民族饮食思想与饮食观念形成的最为重要的理论基础。其中，圣人的训导，对齐鲁饮食文化的影响尤为直接。后世“中国鲁菜”的发展形成，就是最好的历史见证。因此，从历史文化的层面看，中国鲁菜是根植于深厚的儒家思想文化土壤中孕育而成的典型代表，是中华民族珍贵的非物质文化遗产。基于这样的历史背景，成就了鲁菜之所以能够在中华饮食文化发展史上所产生的深远影响的历史辉煌。

中国鲁菜是一个历史悠久文化积淀的成果，这是毋庸置疑的。因此，我们可以从历史文化的角度来研究、诠释鲁菜；可以从中国非物质文化遗产的层面去探讨、深耕鲁菜；当然也可以从纯学术的领域去解读、认识鲁菜。然而，实实在在的鲁菜首先是物质形态的，它自古以来就与齐鲁大地上生活的民众密切相关。古人所谓“国以民为本，民以食为天”，就是阐明饮食与民生的自然关系。倘若没有食物养民活命，何以有民立国建邦。因此，从物质生活的层面来解读、认识、了解鲁菜，才是根本之所在。然而，回归到社会生活层面上来的鲁菜，我们首先要回答的问题是什么是鲁菜？鲁菜是什么？这个问题表面上看似很滑稽，有点好笑。但如果静下心来仔细想一想，才发现这是一个很不容易回答的问题。至少到目前为止，许多人对鲁菜的认识是模糊的，即便是长期生活在齐鲁大地，而且天天都在食用鲁菜的人们，也是难以做出准确回答的。正所谓“不识庐山真面目，只缘身在此山中”，对于鲁菜的解读也是如此。

坊间有人说：“黑乎乎，黏糊糊，咸呼呼就是鲁菜。”有人说：“糖醋鲤鱼、九转大肠、油爆双脆就是鲁菜。”也有人说：“胶东海鲜、海参鲍鱼就是鲁菜。”还有人说：“煎饼卷大葱、虾酱玉米饼子、大米干饭把子肉就是鲁菜。”对于类似这些众说纷纭的鲁菜解释，虽然

不能说完全错误，但至少从某种严肃的意义上看，未免有一叶障目、失之偏颇之嫌疑。

首先，中国鲁菜是一个完整的具有显著地域文化意义的菜肴体系。认识鲁菜不能犯盲人摸象的片面性，也不能以自己所爱不及其他的偏嗜心态。客观地说，中国鲁菜是一个蕴含丰厚的文化体系。就其概念而言，它有广义与狭义两个不同的层面。习惯上认为，广义的鲁菜是指黄河中下游文化流域及其以北广大地区民众的饮食风味体系；而狭义的鲁菜则是指齐鲁文化区域范围内广大人民群众的饮食风味体系。

其次，中国鲁菜富有显著的文化特征与技艺特点。有人认为，四川菜的麻辣、江苏菜的甜咸、广州菜的清淡是显而易见的菜肴体系特征，而鲁菜似乎没有明显的特点。这种说法不是没有道理，起码留给一般人的饮食体验是这样的。但如果说中国鲁菜没有自己的特点，就能够传承数千年而不衰，也是不符合客观发展规律的。如果我们从文化审美的角度来审视鲁菜，其大气豪放、堂堂正正表现的是鲁菜特有的雄壮之美；精致典雅、纯正规矩展现的是鲁菜的烹饪特征；咸鲜脆嫩、平和适中反映的是鲁菜的口味特色；精心选料、讲究配伍揭示的是鲁菜的用料风格等。所以，鲁菜的综合特点可以高度地概括为：咸鲜脆嫩、口味纯正、割烹精致、平和适中。这是运用文字描述下中国鲁菜的特征。实际上，这样的菜肴体系，因为中庸平和，顺应季节，彰显自然，口味佳好，是饮食养生的典范。所以，把中国鲁菜上升到饮食功能的终极目的时，才发现中国鲁菜是最宜于“养生”的菜肴体系，或许这是中国鲁菜得以传承不衰的根本原因所在。

中国鲁菜讲究“调和之美”，这也是鲁菜文化发展的最高境界。而“和”又是中国儒家文化最高的哲学层面。正是因为中国鲁菜的调和之美，使鲁菜具有了“平和适中”的菜系属性与文化特质。可以毫不夸张地讲，中国鲁菜无论在中国任何一个地方，乃至世界的任何国家和地区，没有人会不适应鲁菜的口味特点，更没有人会拒绝丰富多彩的鲁菜。因为，中国鲁菜是“和合”的代表，是“美”味的典型，是养生的饮食体系，它“不偏激”“不猎奇”“不偏锋”“不含混不清”。如果从这样的层面来看，中国鲁菜将会在未来更长久的历史发展中去征服世界上所有人的味蕾，也是未可知的事情。我们相信，根植于儒家文化土壤所孕育的中国鲁菜，或许能够成为未来造福人类的美味体系，但愿这是未来人类生活中的一个真实的故事，将伴随着中国梦的实现而实现。

《中国鲁菜文脉》一书的出版，就长期以来人们所关注的许多关于鲁菜模糊的问题，通过系统梳理历史的脉络，解读深厚的文化积淀，来诠释中国鲁菜文化内涵的博大精深。这是一部集众多前辈对鲁菜的研究成果和当下鲁菜理论研究成就之大成的著作。亲爱的读者朋友，饮食文化的同道们，你想真正全面地了解中国鲁菜的历史面貌吗？你想全面认识中国鲁菜丰富的文化蕴含吗？你想体验品味中国鲁菜的真谛吗？请你打开这部承载着中国鲁菜厚重历史文化的《中国鲁菜文脉》，也请你继续关注《中国鲁菜文化大系》的其他精彩之作。

有人说：山东不仅有孔子，有泰山，我们还有鲁菜！

我们为中国鲁菜成为齐鲁文化遗产中重要的、不可或缺的组成部分而感到骄傲。

因此，我们在这里郑重宣告：就因为山东有孔子，有泰山，所以我们还有中国鲁菜！  
是为序。

《中国鲁菜文化大系》丛书编委会主任 曲均记

2016年6月

## 第三章 《齐民要术》的鲁菜情缘 / 71

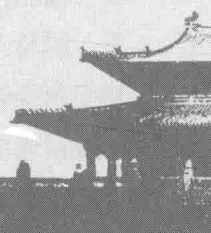
- 第一节 《齐民要术》及其作者简介 / 72
- 第二节 《齐民要术》对鲁菜烹饪技艺的总结 / 74
- 第三节 调味品制作与食材切割技艺 / 81
- 第四节 《齐民要术》菜肴技术解析 / 101
- 第五节 米面加工解析 / 108

## 第四章 多姿多彩的地方风味 / 115

- 第一节 鲁菜文化风味流派的划分 / 116
- 第二节 济南风味 / 118
- 第三节 胶东风味 / 122
- 第四节 济宁风味 / 125
- 第五节 中国孔府菜 / 131
- 第六节 鲁中博山菜 / 137
- 第七节 其他风味 / 142

## 第五章 饮食和德的齐鲁宴席 / 147

- 第一节 宴席起源 / 148
- 第二节 鲁菜宴席发展概况 / 151
- 第三节 山东宴饮习俗 / 153
- 第四节 中国孔府宴 / 158
- 第五节 山东民间宴席 / 170





## 第一章 源远流长的鲁菜文化 / 1

第一节 鲁菜文化发展因素探秘 / 2

第二节 鲁菜发展的主要阶段 / 6

第三节 鲁菜对中国菜肴体系的影响 / 16

## 第二章 微言大义的古代食论 / 21

第一节 《论语》中的饮食思想 / 22

第二节 《孟子》中的饮食观点 / 29

第三节 《管子》中的饮食论述 / 33

第四节 《诗经》的齐鲁饮食风情 / 38

第五节 《春秋左传》的饮食表达 / 40

第六节 山东饮食文化文献资料 / 43

第七节 山东诗词歌赋中的饮食描述 / 48

第八节 地方志中的饮食记录 / 62

第九节 山东出土的庖厨、宴饮图 / 67

第一节 底蕴深厚的调味艺术 / 303

第二节 千年一脉的制汤技术 / 315

## 第九章 乡土风情的饮食习俗 / 325

第一节 日常饮食习俗 / 327

第二节 年节饮食习俗 / 338

第三节 人生礼仪饮食习俗 / 344

第四节 民间饮食禁忌 / 353

## 参考文献 / 357

## 后记 / 359



第六章 美不胜收的鲁菜器具 / 177

第一节 陶质饮食器具 / 178

第二节 金属饮食器具 / 204

第三节 齐鲁漆器饮食器具 / 220

第四节 瓷器饮食器具 / 223

第五节 山东出土的庖厨、宴饮图 / 234

第七章 丰富多彩的齐鲁食材 / 237

第一节 鲁菜烹饪食材概述 / 238

第二节 著名家畜、家禽名种 / 242

第三节 常见水产名品 / 247

第四节 著名植物食材 / 258

第五节 特色加工类食材 / 282

第六节 著名调味品 / 292

第八章 独具一格的烹饪技艺 / 297

第一节 特色鲜明的烹饪技法 / 298



# 鲁菜文化源远流长的

中国一向以博大精深的饮食文化著称于世，而在博大精深的饮食文化中，历史悠久、技艺精湛的烹饪菜式是构筑中国饮食文化大厦的基础所在。中国烹饪，已经被公认为是中国传统文化宝库中一颗绚丽多彩的明珠。但由于中国地大物博、东西南北跨度较大，烹饪菜式在其发展、形成的过程中，因为受到了地理环境、气候温差、物产资源、民族风俗、生活习惯、经济政治、信息交通等因素的影响，形成了以菜肴风格为特征的多种多样的烹饪菜式体系，这就是我们通常所说的“菜系”。运用系统科学的原理，从历史文化的宏观角度而言，中国最有影响的菜系有黄河流域的山东菜、长江上游流域的四川菜、长江下游流域的江苏菜，以及珠江流域的广东菜。其中黄河流域的山东菜又被公认为是中国历史最为久远、文化内涵最为丰富、影响力最大的菜系之一。

鲁菜系是以山东菜为代表的北方菜的概括，是中国最著名的地方菜系之一。习惯上被认为是由济南、胶东（又称福山风味）、鲁西（包括孔府大菜）为主的地方风味构成，原料以山东半岛的海鲜、黄河和微山湖等的水产、内陆的畜禽为主；技法多样，尤以爆、炒见长，味型以咸鲜取胜，口味适中。其影响所及，包括明清的宫廷菜、京津、黄河中下游及其以北广大的地区。

鲁菜的形成与发展是在经历了数千多年的积累才得以完成的，一般可以认为，她滥觞于北方史前的历史时期，孕育于三代时期，经过汉魏南北朝的蕴集与丰富发展，至唐宋年间初步显现出雏形，又经过元、明等朝代的丰富完善，最终于清朝年间形成了富有齐鲁饮食文化特征的大菜系的完整体系。





## 第一节 鲁菜文化发展因素探秘

### 一、孕育鲁菜的文化背景

中国古代文化赖以产生和发展的土壤有三大块，即黄河流域、长江流域和珠江流域。而中华民族群构时期的策源地则是黄河流域。在先秦时期，无论是仰韶文化、大汶口文化、龙山文化及齐家文化遗址，还是夏商周的都城设立，都在黄河流域。其中黄帝部落的阪泉、涿鹿之战的胜利，使氏族部落最终融合成早期的中华民族群构，从而奠定了汉民族的大一统的文化内涵。以后春秋五霸、战国七雄的纷争割据及诸子百家的探索争鸣，直到秦灭六国统一天下的这段时期，从文化发展来看，正是大一统的民族文化圈急剧膨胀的时代。北方领土的扩大，黄河流域各诸侯国的兴盛，文化的纵横积淀，逐渐构成了中华民观、敦庄温厚、老成持重、从阴阳、顺四时、和五味而“致中和”。从文化背景上来看，鲁菜所依附的文化背景是黄河流域的中原文化，而中原文化的骨架乃儒家文化，儒家文化的核心是“中庸之道”，中庸之道就是“和”。因此，鲁菜所表露出的文化色彩，正像雄浑如触砥柱而下的黄河，敦厚纯朴、堂堂正正而不走偏锋，有着礼仪之邦庄重大方的气质，它承袭了宫廷、官府饮膳传统的主要格调，所体现的正是中原儒家文化所追求的“正统”意识。

### 二、鲁菜文化内涵的形成

山东古称齐鲁，是中华民族群构时期的策源地之一，史前时期的仰韶文化、大汶口文化、龙山文化及齐家文化的沉积，夏、商、周三代的兴盛与文化的纵横积淀，使得北方饮食文化中的齐鲁饮食文化区获得了显著发展，并因此成为众多区域文化区中影响最大的文化区。这里不仅有陆地所有的五谷蔬果、水陆杂陈，也有内陆极其匮乏的鱼盐及山珍海味。丰富的原料物产、发达的铁器冶炼技术和城市商业及历史文化优势，更兼及通达辐辏的交通往来，使得以齐鲁文化为重心的黄河下游广大地区成为重要的民族文化和饮食文化的发达地区。以至“邹鲁之风”成为中国各区域民俗的参照物。山东又是孔孟之乡，儒学的发源地，以孔子为代表的儒家思想，几乎支配了整个封建社会，对中国的传统文化影响

深。孔夫子的中庸之道，赋予了山东饮食“和”的最高境界。与天和、与地和、与人和，天、地、人、食合一。其饮食本身也达到了敦厚平和，大味必淡的至味境界。

具体说，山东鲁菜文化背景又分三个特色较为突出的区域。古运河文化饮食区、齐鲁文化饮食区和海洋文化饮食区。从大的方面讲，山东地区都可称之为齐鲁文化饮食区，但潍坊以东的半岛地有着明显的海洋饮食文化特征，故从泛齐鲁饮食文化中分出一支，称为海洋文化饮食区；鲁西及鲁西北、鲁西南（包括鲁南部分地区）有运河通过，其地方饮食受运河的食风影响颇甚，前面已经论述，故也将其划分为一支，称为古运河饮食文化区。那么剩余的部分即济南、泰安、淄博以及鲁北、鲁南等地区，也称为鲁中地区的饮食文化，就是狭义上的齐鲁文化饮食区了。

古运河文化饮食区，主要是指山东古运河两岸城乡的饮食文化。这个区域穿鲁西而过，横跨了鲁西北、鲁西南、鲁南等地区。北连政治、经济、文化中心——北京；南到苏杭二州，自北向南，把燕赵文化、齐鲁文化、荆楚文化、吴越文化如珍珠一般，全部穿在运河这条文化丝带上了。加上黄河东西的流淌，使得运河与之交汇中又融进了秦晋文化的精灵。这样，燕越文化的粗豪与守信、齐鲁文化的持重与豁达、荆楚文化的机巧和商才、吴越文化的灵活与敢为，还有秦晋文化的温厚善理财等，都汇集熔铸为一种新的文化形态——运河文化。具体饮食来说，运河区域诸城乡的广大居民几乎有着共同的节日饮食习俗，且各地的固有的饮食习俗个例，也因运河的南北流动而广泛交融了。旧时，江南的扬州人、江北的济宁居民煮茶皆取运河之水，天津居民饮食亦“皆汲于运河水”。扬州富商宴席上“饵燕窝、进参汤”，山东德州人照样把“燕翅席”作为高档享受，曲阜的孔府宴中招待贵宾宴席为“鱼翅四大件”“海参三大件”，故海参、鱼翅、燕窝、鱿鱼、火腿等贵重食品原料充斥于运河的城镇码头，如：济宁、台儿庄、阳谷、章丘、临清、德州、东昌府（聊城）皆有许多海味行。此外，像通州的雪酒、泰州的桔酒、高邮的木瓜酒、金华地区的金华酒、宝应的乔家白酒及以绍兴老酒等，都能在山东运河码头上见到。随着南北风俗和商业文化的趋同，甚至在行业语言中，也流行着南北各地商人共同熟悉的江湖式的切口，举凡称谓、建筑、起居、饮食、家具、服饰、姓氏以至天文地理等方面，都广泛地使用暗语或特定的手势。文化和宗教信仰的日渐趋同，表现在运河地区，就形成了相当繁盛的庙会 and 古会。这些商业文化活动，每年都吸引着来自四面八方、远至上千里外的数以千万计的商旅和游客。运河码头重镇的商人会馆，带去了五彩缤纷的商都区域文化。不但如此，运河上的商业繁荣，还影响和营造着新的自然环境、生态环境、经济环境和人文社会资源环境，创造出一条以有利于人类生存和发展为主要特征的商业文化风景线。

齐鲁文化饮食区，在这里指的是一狭义上概念，就是指鲁中地区的饮食文化，即济南、泰安、淄博以及鲁北、鲁南等地区的饮食风俗及饮食肴馔所表现的文化表象。其实，从历史上来看，齐和鲁又有不同。鲁地原本是周初周公之封域，周公因留京城辅佐成王，故以周公子伯禽为鲁侯。周公因辅佐成王有功，故周王将《周礼》分一部给鲁国，有学者

认为三代文化集中周，周礼尽在鲁，鲁地成了中国传统文化的集大成地区，成为传统文化亚化的典型。另外，周公与春秋时代生于鲁的孔子，都是后代儒家奉若神明的圣人。因“其民有圣人的教化，故孔子曰：‘齐一变至于鲁，鲁一变至于道’，言近正也”。鲁文化的守正守固，讲究正统、正宗的思想，也使得其地区的饮食讲“正味”而摒弃“偏味”“杂味”。形成了做菜讲“正”，吃菜重“和”的饮食风格；齐地“负海瀉卤”，周初姜太公封于齐后，因地制宜，“劝以女工之业，通鱼盐之利”，并形成“人物辐辏”的局面。就狭义的齐鲁之“齐”来说，主要是指淄博地区。齐重手工业，故手工业的发达也就造成了生活消费的提高与讲究。于是齐地“故其俗弥侈，织作冰纨绮绣纯丽之物，号为冠带衣履天下。”……“故至今其士多好经术，矜功名，舒缓阔达而足智。”从而达到了“仓廩实而知礼节，衣食足而知荣辱”的自觉水平。尤其城市生活更是丰富多彩，国都临淄“甚富而实，其民无不吹竽鼓瑟、弹琴击筑、斗鸡走狗、六博蹴鞠者”。不但生前奢侈，死后也要继续享受，单看齐景公殉葬的六百匹马就够令人吃惊的了。但管子却认为这种消费观念有它的合理性：“巨瘞培，所以使贫民也；美垄墓，所以文明也；巨棺槨，所以起木工也；多衣衾，所以起女工也。”（见《管子·侈靡》），齐的奢侈和开放的思想，使其饮食形成了注重内容，讲究味道的独特风格。齐鲁之风渐渐融合，形成了齐鲁饮食的重味、讲和、守正的传统风格。

作为山东的第三区域饮食文化，即海洋饮食文化，主要是指山东半岛地区的饮食文化。本区域从历史上说，当属齐文化的故地，重“鱼盐之利”，就是指的本地区。海洋给予人的恩惠，在这个区域表现得尤为突出。鱼盐之利下的饮食特征为：重渔、重海味、重自然的鲜味，甚至吃地瓜也用海蜇来佐食，胶东人逐渐形成了具有海洋饮食特点的胶东饮食风俗。

### 三、鲁菜文化的核心价值

中国有“南甜北咸，东辣西酸”之说，这是以黄河流域的中原地区为中心来认识的。大约成书于战国时期的《黄帝内经》对此曾在异法方宜论一章中作了很好的论述：“故东方之域，天地之所始生也，鱼盐之地，海滨傍水，其民食鱼而嗜咸，皆安其处，美其食。鱼者使人热中，盐者胜血，故其民皆黑色疏理”。山东处在北方、东方，当以咸味为其饮食的本味。

就饮食五味来说，酸、甜、苦、辣、咸之于人是一个复杂的矛盾体。在未有火化和调味的蒙昧时代，人类所尝五味中，以甘为最美，因为肉类腥臊、植物苦涩，只有成熟的果实甜美。因此祖先造字时甘即为美，美即为甘。《说文》中的美字之意义即为：美，甘也，从羊从大，羊大为美。以甜为美的上古饮食思想萌生了。甜味虽美，但甘只是一种自然之味。等到龙山文化时期，人类祖先发现并食用了盐，即文献中的黄帝之臣宿沙氏煮海为盐之时，人类才发现盐之味——咸味才是真正的美味。一者盐一旦被人尝食，就立即改变了

人的生理机能，成为不可缺少的必需食物。其二，盐作为调味的精灵，可咸可淡，从而成就了美学的内涵：自由创造的生动显现。从此，以咸为美的思想注入了人的血液。也正是这种古人朴素的哲学思辨，才有了“五味调和百味香”的饮食至高境界。从中国饮食味型的四大流派来讲，南方为甜咸，甜中有咸；四川及其周边地区为辣咸，辣中有咸；西部的山陕地区为酸咸，酸中带咸；只有山东及周边地区（即中原地区），其饮食口味应定为鲜咸，鲜味中有咸。具体到山东的三个具体小环境中，在咸味作为本味的基础上又有不同，胶东为鲜香；济南为清香；鲁西为浓香。就其咸来讲也有区分，鲁东饮食突出鲜咸，咸中出鲜；鲁中饮食为咸香，咸中求香；鲁西受运河中的山陕商人影响，其饮食为酸咸；鲁西南湖区及矿区的饮食又以辣咸著称。地域不同，食味迥异。山东人嗜咸，还有饮食习惯方面的因素。山东为农业区，农民干活时有喝盐水的习惯。据老农讲，干苦力，出汗多，应该喝点盐水，补充体内盐分，干活时有劲。好像盐成了“有劲”的动力源泉。其实具体分析，可能是在古时候，山东地区有小半年没有菜吃（冬天不种菜），春菜少，冬菜无，腌菜要吃小半年。没有菜吃粉条、面筋等代菜品，也使得山东地区出产咸菜，各种酱腌咸菜或咸鱼至今仍作为礼品被山东人食用。现在菜品丰富了，山东人的口味也在变淡，从此也反证了山东人嗜咸的历史原因。



## 第二节 鲁菜发展的主要阶段

### 一、史前饮食概况

山东是中国古文化的发祥地之一。

中国考古学者在沂源县土门乡鲁山之阳的骑子鞍山东南麓，发现的沂源猿人化石，属于旧石器时代中期的猿人化石。被考古学者命名为“沂源人”。据研究表明，沂源猿人同北京猿人近似，距今30万~40万年。证明山东地区最迟在距今30万~40万年前就有古人类在这里繁衍生活。

早在新石器时代，这里就是中国古代文化比较发达的地区之一。生活在这一区域的先民们，创造了优秀的古代文化，为中国古代文明的出现和形成，做出了杰出的贡献。对于这一点，在史学界已成为人们的共识。同样，山东地区在新石器时代，在饮食文化上也有突出的成就，通过对考古资料的简单分析，则可以看得比较清楚。

众所周知，龙山文化是1928年吴金鼎先生在山东章丘龙山镇发现城子崖遗址而得名的，至今已经有近90年了。山东龙山文化的年代，大致为公元前2600年至公元前2000年之间，早于山东龙山文化的大汶口文化，是以1959年在泰安大汶口遗址发掘出133座墓葬为基础而得名的。根据考古地层学和考古类型学研究的成果，大汶口文化是山东龙山文化直接和最主要的来源。大汶口文化的时代，其下限与山东龙山文化的早期紧密衔接，其上限可到公元前4500年至公元前4300年左右。早于大汶口文化的是以北辛文化为代表的一类遗存，北辛文化是1978年发掘山东滕县北辛遗址后被命名的，其年代范围，经碳十四测定的数据，大约在公元前5300年至公元前4500年前后，其下限与大汶口文化是相接的。早于北辛文化的遗址，有山东临淄后李官庄遗址为代表的后李文化，从地层关系来看，后李文化的年代，可能要早到公元前6000年前后。

由此观之，山东地区的新石器时代文化，以后李文化、北辛文化、大汶口文化、龙山文化为序列，已经非常清楚。其绝对年代，从公元前6000年以后，一直到公元前2000年，除了个别时期尚有短暂的缺环外，也形成了一个不间断的系统。这个文化序列的下限，其年代已进入夏王朝的纪年范围。