

名人与名吃

施力 陈艾 编著



中国工人出版社

名人与名吃

施力 陈荧 编著

中国工人出版社

图书在版编目(CIP)数据

名人与名吃/施力,陈荧编著. —北京:中国工人出版社,1999.1.

ISBN 7-5008-2112-3

I. 名… II. ①施… ②陈… III. ①名人—饮食—故事②
食谱 IV. TS972.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 36747 号

出版发行:中国工人出版社

(北京鼓楼外大街)

印 刷:北京市通州区鑫欣印刷厂

版 次:1999 年 1 月第 1 版

1999 年 1 月第 1 次印刷

开 本:787×1092 1/32

字 数:230 千字

印 张:11

印 数:1—3000 册

定 价:15.00 元

简 介

民以食为天,吃与人的生命息息相关。名人与吃是饮食文化的重要组成部分。

本书收集了古今中外名人与名吃的趣闻轶事 122 个,其中有大家熟知的屈原与端午粽子、忽必烈与涮羊肉、朱元璋与珍珠翡翠白玉汤等等故事,也有鲜为人知的毛泽东与四星望月、胡适之与胡适之鱼等故事,全书约 23 万字,每个故事中除穿插简要介绍名人的生平事迹外,主要是讲述名人与名吃间的掌故轶闻,最后附有名吃的制作方法。本书是一本集知识性、趣味性、实用性于一体的休闲类读物。编者相信,读者在轻松阅读中,会增长知识,扩大见闻,甚至还会产生动手尝试制作美食的兴趣。愿我们大家从一日三餐中吃出文化品味,吃出精神乐趣,吃出美的享受,更加珍惜生命热爱生活。

目 录

1. 粥饭自黄帝始·····	(1)
2. 献雉羹簋铿得彭城·····	(4)
3. 舜帝与湘妃糕的传说·····	(6)
4. 五彩桂鱼丝祭鲁班·····	(9)
5. 困境中孔子领悟鲜炖鲜·····	(11)
6. 诸侯鹅得名齐桓公·····	(13)
7. “龙虎斗”得名楚庄王·····	(15)
8. 伍子胥留给吴人的救命粮——年糕·····	(17)
9. 鱼藏剑专诸刺王僚·····	(20)
10. 贺母寿孙膑千里送寿桃·····	(23)
11. 粽子祭屈原·····	(25)
12. 宋玉与大年初一吃“元宝”·····	(29)
13. 咒秦皇巧得鱼丸·····	(31)
14. 霸王别姬·····	(33)
15. 沛公狗肉·····	(35)
16. 吕太后之死与名菜凤吞刺·····	(38)
17. 四皓进献商芝肉·····	(41)
18. 发明豆腐的淮南王与不食豆腐的朱夫子·····	(44)
19. 昭君赐名桃花鱼·····	(48)
20. 刘秀吃不够试量集好狗肉·····	(51)
21. 东汉顺帝与香菇银杏·····	(54)

22. 雪湖玉藕与曹操怒杀九勇士的传说·····	(56)
23. 龙凤配刘皇叔迎取孙尚香·····	(59)
24. 云长玉浆饺·····	(62)
25. 将军过桥猛张飞大吼留佳话·····	(65)
26. “满载而归”米襄阳·····	(67)
27. 李师师彩蚌含珠宴徽宗·····	(70)
28. 方腊大鱼退兵将·····	(73)
29. 宗泽是制作金华火腿行业的祖师爷·····	(76)
30. 怀念岳武穆 百姓油炸桧·····	(80)
31. 吃定胜糕韩世忠夫妇大破金兵·····	(83)
32. 唐琬巧做三不粘·····	(86)
33. 陆九渊与太师饼·····	(88)
34. 救爱妃宋光宗得冰糖葫芦·····	(90)
35. 林洪的“拨霞供”·····	(93)
36. 文山肉丁·····	(96)
37. 南宋少帝御封护国菜·····	(98)
38. 忽必烈与涮羊肉起源之说 ·····	(101)
39. 烤鸭进京赖伯彦 ·····	(105)
40. 刘福通月饼传信杀鞑子 ·····	(110)
41. 朱元璋与珍珠翡翠白玉汤 ·····	(113)
42. 陈友谅与沔阳三蒸 ·····	(116)
43. 明成祖御赐菜名全家福 ·····	(119)
44. 祝允明赋诗留名玉丸红豆蜜汁汤 ·····	(121)
45. 游龙戏凤李凤姐得幸明武宗 ·····	(123)
46. 海瑞“消灭”桃花泛 ·····	(126)
47. 李时珍与药膳胡萝卜烩木耳 ·····	(129)

48. 徐渭成败皆因四季豆	(132)
49. 戚继光与奉化名菜酱烤猪头	(135)
50. 钱谦益偶得叫化鸡	(137)
51. 谭元春与红烧木琴鱼	(140)
52. 急母病傅山巧制八珍汤	(142)
53. 石子馍助李闯王得胜	(145)
54. 顺治皇帝招贤厨巧配孕妇菜	(147)
55. 与康熙皇帝有关的几样名吃	(150)
56. 红梅珠香使雍正帝与家人团圆	(157)
57. 袁枚定名云林鹅	(161)
58. 与乾隆皇帝有关的几样名吃	(163)
59. 戏洋人林则徐回敬太极芋泥	(169)
60. 咸丰皇帝赏银宝豆菜	(171)
61. 与慈禧太后有关的几样名吃	(174)
62. 宫保鸡丁	(183)
63. 李鸿章杂烩	(186)
64. 宣怀火腿	(189)
65. 联合抗曹孙权得尝五香辣熏鱼	(192)
66. 祭河神诸葛亮创制馒头	(194)
67. 雪里藏珠庞统暗表心迹	(197)
68. 司马怀府鸡	(200)
69. 张翰与之江鲈莼羹	(203)
70. 葛洪油炸鹧鸪	(205)
71. 王羲之领教鸭儿饺子	(207)
72. 桓温宴宾客 九黄饼扬名	(211)
73. 念爱妻谢玄千里寄鱼鲈	(213)

74. 陶渊明·五柳先生·五柳鱼	(215)
75. 杨广过忌月的假素菜——杨梅丸子和蜜炙四方 ...	(218)
76. 御寒汤温暖昭明太子心	(220)
77. 救妇人孙思邈开方还阳枣	(222)
78. 唐高祖晓谕民间捕食麦啄	(225)
79. 滑肉得名唐太宗	(227)
80. 以枸杞炖银耳明志的房杜	(229)
81. 魏征与醋芹	(231)
82. 假燕菜讨得武曌欢	(235)
83. 名菜烧酿鹅翼与骆宾王的《咏鹅》诗	(238)
84. 影射周来的余双脆	(241)
85. 品肴肉张果老忘赴蟠桃会	(243)
86. 贵妃荔枝与贵妃鸡翅	(246)
87. 太白鸭子	(249)
88. 恶韦陟逼出葫芦鸡	(252)
89. 剥豹皮	(254)
90. 去骨鸡酥——诗人孟浩然的饯行菜	(257)
91. 食豆皮李亨病愈三分	(259)
92. 灯影牛肉与元稹	(261)
93. 甫里鸭羹	(263)
94. 梁王鱼	(265)
95. 解愁眉赵匡胤品金钱虾仁	(268)
96. 包公鱼	(271)
97. 喜上加喜王安石做双喜字肉	(274)
98. 东坡肉	(277)
99. 谭宗浚父子与谭家菜	(280)

100. 潘鱼·····	(286)
101. 元宵与袁消·····	(288)
102. 于佑任误笔扬名鲃肺汤·····	(292)
103. 鲁迅·孔乙己·茴香豆·····	(295)
104. 蒋介石爱吃黄埔蛋·····	(298)
105. 唐生智巧改醋鸡名·····	(300)
106. 韩复榘的“滑老爷鱼片”·····	(302)
107. 胡适之鱼·····	(304)
108. 陈果夫诗颂天下第一菜·····	(306)
109. 毛泽东与“四星望月”·····	(308)
110. 郭沫若诗化南普陀寺素菜·····	(311)
111. 梅兰芳父子双凤还巢·····	(314)
112. 彭德怀与开胃香干菜·····	(317)
113. 马连良和又一顺的醋熘肉片·····	(319)
114. 王造时定名安福一品锅·····	(321)
115. 聂卫平爱吃鱼头·····	(323)
116. 佛祖与佛粥·····	(325)
117. 穆罕默德与油香·····	(327)
118. 冰淇淋是马可·波罗从中国带到欧洲的·····	(329)
119. 拿破仑嘉赞红烩鸡·····	(331)
120. 果戈理吃牛肉饼趣事·····	(333)
121. 胡志明小菜·····	(336)
122. 小泽征尔的拿手好菜——生鱼片·····	(338)

粥饭自黄帝始

黄帝，姓姬，一说姓孙，号轩辕氏，又号有熊氏。约 4000 多年以前黄河流域的一位著名部落联盟首领，是中国原始社会进入父系氏族公社以来声望最高的一位帝王。原来炎帝神农氏的部落为中原诸部落之长，传了 500 多年，势力日衰。黄帝打败了炎帝部落，还擒杀了苗、瑶等氏族的首领蚩尤，于是中原地区的各个氏族部落臣服了黄帝。这就是《史记》中所说的黄帝“设左右大监，监于万国”的政治局面。《史记·五帝本纪》说，黄帝在位 100 年后死去。黄帝的陵墓在陕西、甘肃、河南、河北、各有一座，而以陕西黄陵县城北桥山顶上的黄陵最为著名。《国语·晋语》说，黄帝有子孙 25 人，其中有 14 人形成 12 个姓，尧、舜和夏、商、周三代的帝族都是他的后裔。史圣司马迁在他的《史记》中，将黄帝列为帝王本纪之首。几千年来，中国的汉族一直自称为黄帝子孙。可见黄帝在中国历史上地位之显赫。

在生活水平低下的原始社会，作为一个享有崇高威望的领袖或他的氏族，都必须在改善人民生活方面有所作为。“饮食男女，人之大欲存焉”、“民以食为天”，黄帝不但以他的武功、政教著称，促进了中国社会的进步和发展，同时他也进一步解决了民食问题，促进了中国饮食文化的发展。《史记·五帝本纪》说，黄帝“艺五种，抚万民”。《淮南子》说：“黄帝作灶，

死为灶神。”三国时，谯周的《古史考》则有“黄帝作釜甑”的记载，并说“黄帝始蒸谷为饭，烹谷为粥”。上述这些记载，文字虽不多，但包含着丰富的内容，说明在黄帝执政时期，人民的饮食状况又有了较大的改善。

在黄帝时代之前，人们刚摆脱茹毛饮血的生活，只是把生食烹制成熟食而已，并没有什么具体的膳饌名称。直到黄帝时，才将稻米、粟米之类脱壳粮食放在釜中煮制而成的食品冠以“粥”、“饭”之名，使它们成为有具体含义的食品。人们根据自己的喜好烹制这两种食品，不仅有赖于不同的炊器，而且懂得使用蒸汽导热的知识，同时还包含着懂得使用石臼、木杵除去谷壳的技术。这些都是人类饮食史上的重要发明。

几千年来，粥和饭可以说是中国黎民百姓最基本的食品品种，甚至有些人一天也离不开。而且随着农业和科学技术的发展，粮食和食物品种的不断开发，使粥、饭的内容五花八门，尤其是粥的种类更是不胜枚举，《食物本草》记有 27 种，《遵生入笈》记有 35 余种，《本草纲目》记有 55 种，《慈生随笔》记有 100 种，《粥谱》记有 239 种。还有人对我国的药粥进行过统计，认定在 1000 种以上，真是个庞大的食品家族。

我国粥多，咏粥的诗文也多。李商隐有“粥香饧白杏花天，省对流莺坐绮筵”的佳句；苏东坡有“地碓春粳光似玉，沙瓶煮豆软如酥”的美词。张来《粥记》云：“每日起，食粥一大碗。空腹胃虚，谷气便作，所补不细。又极柔腻，与肠胃相得，最为饮食之良。”长寿的高产诗人陆放翁对粥更是推崇备至，在他的《食粥》诗中道：“世人个个学长年，不悟长年在目前。我得宛丘平易法，只将食粥致神仙。”可见食粥对人身体的好处。

另外，随着能源燃料种类的不断翻新，也使熬粥煮饭的办

法花样繁多,近些年又出现了电热、微波,远红外线等等不一而足,但粥和饭的含义始终没变,黄帝对中国饮食文化的发展功不可没。因此,今天我们在食粥吃饭时,仍不免时时念起我们的老祖先。

下面我们就介绍一种粥一种饭的做法。

莲籽粥的制作方法:

原料:莲籽 20 克、粳米 50 克。

制法:1. 莲籽用温水浸泡后剥去外皮,去掉莲芯、加水煮熟。捞出莲籽,研成细泥状。2. 粳米淘洗干净,加入煮莲籽的水,再加 400 毫升清水,等米粒煮开后加入莲泥,继续熬至米花粥稠。

用莲籽煮粥服食,我国古代医学文献多有记载,它具有“治心志不宁,补中强志,聪耳明目。轻身益气,令人强健”。

蒸饭的制作方法:

原料:大米 250 克。

制法:1. 将大米淘洗干净,放在一搪瓷盆中加入适量的清水。2. 蒸锅内加足水,放入装好米和水的搪瓷盆,置旺火上,开锅后,再蒸 20 分钟即可。

清代《食宪鸿秘》载:北方捞饭,去汁而味淡。南方煮饭,味足,但汤水火候难得恰好(饭难得煮到恰到好处),非噎(为饭煮得太软,使人难以下咽)则太硬,亦难适口,惟蒸饭最适中。

献雉羹饒铿得彭城

饒铿即彭祖。晋干宝《搜神记》云：“彭祖者，……姓饒，名铿。”据《史记》载：黄帝生昌意，昌意生高阳（即帝颡顼），高阳生称，称生卷章，卷章生吴回，吴回生陆终，陆终之第三子即彭祖。由此可见，彭祖乃颡顼帝之四世孙，黄帝之六世孙。

饒铿是我国古代著名的养生家。他善于调制食物，平时爱吃桂花和灵芝，同时又是房中术的创始人，因而得以长寿。《神仙传》说他“至殷末年已七百六十七岁而不衰老”，“非寿终也”，这说得也确实玄了点儿。

据说黄帝死后，帝颡顼立，帝颡顼死后，帝啻立，帝啻死后，帝摯立，帝摯死后，帝尧立。唐代张守节《史记正义》说，饒铿自帝尧时举用，封于大彭（即彭城），历夏、殷两朝，至殷末，殷王任其为大夫，其托病不问政事，殷王怒，灭其国。另外殷王还派素女到他那里学习房中术，行之有效。殷王不愿其将此术再传于别人，想杀掉他，他发觉后，于是才以七百六十七岁高龄，迁往“流沙之西”，而不知所终。

大诗人屈原在其《楚辞·天问》中写道“彭铿斟雉，帝何飧；受寿永多，夫何长久？”这里的意思翻译成白话文就是：彭祖献上野鸡汤，尧帝为什么乐于享用？彭祖获得很长的寿命，他何以能活得那么长久？对于此句，王逸和洪兴祖分别作了注释，道出了尧帝封饒铿于彭城的原因。注释说彭祖非常善于做

雉羹(雉者,野鸡也;羹者,汤也),并将其献于尧帝。尧帝食后,大加赞赏,遂封其于彭城。

相传,彭祖创制的雉羹,是以野鸡、粳米煮成,同时和以盐、梅,为我国烹与调相结合的最早体现,也是我国古籍留名的第一个汤,故后人均称其为“天下第一羹”。随着社会的发展,其制作方法不断改进,调料增加,味道更鲜。清乾隆皇帝南巡至古彭城,品尝此羹后,曾与当时朝中名臣纪晓岚对句,乾隆帝说:“朕有上联,‘又鸟鸡鸡羹传世’。”纪晓岚略加思索对曰:“竹钱钱钱铿调鼎”。

古时之彭城,即今日之徐州,因此雉羹一直为徐州人的传统名菜。

雉羹制作方法:

原料:野鸡 1 只,薏仁 150 克;水香菇丝 30 克,熟冬笋丝 30 克,火腿丝 30 克,青菜心丝 30 克,熟蛋糕 30 克;精盐 8 克,绍酒 100 克,味精 2 克,香醋 25 克,葱姜汁 25 克,花椒 10 粒,白胡椒粉 2 克,清汤 200 克,芝麻油 20 克。

制法:1. 将野鸡剥皮,洗净后焯水,清洗干净;2. 将野鸡投入炖钵中,加入清汤、绍酒 50 克,花椒、葱姜汁、薏仁,一同炖至鸡酥半烂;3. 将鸡取出除骨切丝,放回钵中,加绍酒 50 克,香菇丝、冬笋丝、火腿丝、菜心丝及蛋糕丝、精盐,烧沸后,再加入白胡椒粉、味精和香醋,出钵装入品锅内,淋上芝麻油即成。

舜帝与湘妃糕的传说

湘妃糕，现名三鲜头菜，是湖北的传统佳肴，它的历史悠久，相传自舜帝始。

舜，姓姚，名重华，史称虞舜。为传说中著名的仁君。传说在位 50 年。终年 100 岁。

舜是一个普通农民的儿子。舜出生不久，母亲病死，父亲娶了后母，舜在家备受虐待。他成年后，实在无法忍受，就独自在历山脚下搭起茅屋，开荒种地。舜待人和蔼，乐于助人，博得了人们的拥戴，纷纷和他结邻，不久这里就成为人们集居之地。

尧帝因年事已高，便召集四方部落首领，要他们推荐他的继承人。大家钦佩舜的美德，纷纷推荐舜。尧帝经多方考察，认定舜一定能治理好国家，就把职位禅让给他，并把女儿娥皇、女英嫁给舜为妻。

舜在继位前后，曾巡行四方，剪除了鲧、共工、灌兜和三苗这“四凶”。他选用各部落的优秀人才来治理天下，如命令禹治水，契管人民，益掌山泽，皋陶作士；又指定禹为继承人。

舜晚年的时候，南方的苗人反叛。他亲自率领大军，携带娥皇、女英南下，去讨平叛乱。到了湘水，他让娥皇、女英留下，自己带领军队继续前行，到了苍梧，舜忽然一病不起，死在那儿，被安葬在九嶷山下。娥皇和女英接到噩耗，恸哭不止，沿着

湘水一路赶去，直哭得眼中流血。血泪洒在竹子上，染得竹子斑斑点点，后人就称此竹为湘妃竹。最后，娥皇和女英悲不自胜，双双投湘水而死。后人在江边修庙来祭祀她俩。相传两妃都做了湘水之神，娥皇为湘君，女英为湘夫人。

相传，舜帝带娥皇和女英南巡时到了今湖北省公安县城以北的柳浪湖畔，由于娥皇偶遇风寒，不思饮食，身体日渐虚弱。她的妹妹女英为此非常焦急，想到平时姐姐爱吃狗鱼，就四处请人去捕捞。当时，湖畔住着一位打鱼老翁，他感念舜帝对人民的好处，便摇船到湖心捕来一尾大鱼，剁掉鱼头鱼尾，剔去骨刺，将鱼肉剁成泥，蒸制成糕，然后将这道精心烹制出的美味托女英进献娥皇。娥皇闻到香气食欲大振，几天后病体痊愈。舜帝大喜，称赞女英对姐姐的一片情意，后来，娥皇女英投湘水死，人们便称此糕为湘妃糕。消息传开，柳浪湖畔的人们纷纷仿做此菜。流传到清代，经当地名师吴清山改进提高，定名为公安头菜。到了清末，人们又在鱼糕上添加了猪肝、腰花、肚尖等三鲜，故定名为“三鲜头菜”。

三鲜头菜以鱼糕、鱼丸为主，无骨无刺。鲜嫩爽口，深受人们喜爱。

三鲜头菜的制作方法：

原料：青鱼一尾（约重 1.5 公斤），猪肥膘肉 150 克，猪瘦肉 100 克，猪肝 100 克，猪腰 100 克，猪肚 100 克，水发玉兰片 40 克，精盐 6 克，麻油 1.5 公斤（约耗 100 克），醋 3 克，料酒 5 克，味精 2.5 克，酱油 50 克，葱段 20 克，姜末 5 克，鸡蛋 2 只，排骨汤 100 克。

制法：1. 将青鱼去鳞、鳃、剖腹去内脏，洗净从鱼背下刀剖

开，剔去中骨和边刺，从尾部下刀去皮刮取白色鱼肉 500 克剁成茸（剩余的红色鱼肉剁成茸另用）。将肥膘肉切成黄豆大的丁，猪瘦肉剁成茸，猪肚刮洗干净，煮熟切成片，猪腰剖开，剔去腰臊剞成斜形花刀成麦穗形，猪肝洗净，切成薄片，鸡蛋磕破蛋黄同蛋清分别装碗，玉兰片切成薄片。2. 将肥肉丁加湿淀粉、姜末、精盐、味精、蛋清一只在碗内拌匀。白色鱼茸倒入盆内，加清水 400 克，湿淀粉、鸡蛋清搓捏搅拌均匀后，放精盐继续搅拌至鱼茸上劲，再把浆好的肉丁倒入，一起搅拌成鱼肉糊，然后倒在铺有纱布的蒸笼内抹平（4 厘米厚），在旺火上蒸约 25 分钟，取蛋黄搅匀涂抹在糕上面，加盖继续蒸 5 分钟出笼，冷却后翻倒在砧板上切成条块。3. 将红色鱼茸和猪瘦肉茸放入盆内，加清水，湿淀粉、蛋黄、姜末、味精、精盐等一起搅拌成鱼糊，挤成桂圆大小的丸子下入热油锅中炸制，待丸子表皮黄硬时捞出。4. 取碗一个装入切好的鱼糕 20 块和丸子，入笼在旺火上蒸至熟透出笼，翻扣大窝盘内。炒锅置旺火上，倒麻油烧热，将猪肝片，肚片，腰花下锅炒 1 分钟，再下玉兰片，排骨汤、味精、酱油、葱段、醋、烧沸用水淀粉勾芡，淋猪油起锅，盛在鱼糕丸子上即成。