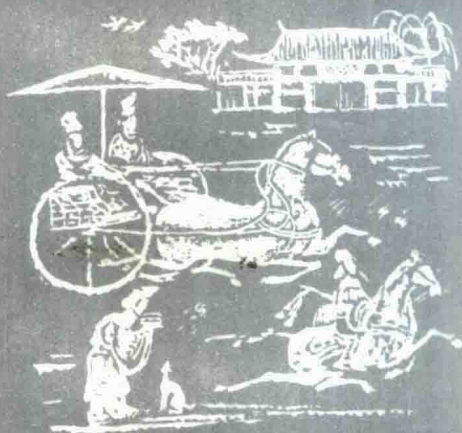


中华传统食品大全

廣
西
傳
統
食
品



中国食品出版社

中华传统食品大全

中华传统食品大全编辑委员会广西分编委编

广西传统食品

中国食品出版社

内容简介

《中华传统食品大全》是我国第一部系统全面介绍我国传统食品的大型丛书。每个省、自治区、直辖市各出一个分册；个别在传统食品方面有典型性的地、市、县也编出分册。全书共有一千多万字。它搜集了每种传统食品的起源、发展演变、现状、制作方法等。这部书由中国食品出版社在近年内陆续出版。

《广西传统食品》系其中的一个分册。全书共收进地方性和带有民族特色的传统食品13大类 250 种，土特产品19种，名胜古迹17处，熔科学性、知识性、趣味性、实用性于一炉；既可做为工作参考用书，又有指导生活的良好作用。

中华传统食品大全
广西传统食品

《广西传统食品大全》编辑委员会 编
广西分编委员会

中国食品出版社出版
(北京市广安门外湾子)

新华彩印厂印刷
新华书店北京发行所发行

开本850×1168毫米1/32 16印张416千字20插页

1988年11月第1版 1988年11月第1次印刷

印数：1——9000册

ISBN 7-80044-216-0/TS·217

定价：7.50元

民以食為天人民吃的如何
是關乎國運為威的大事

陳庚寫



《中华传统食品大全》编辑委员会

顾问 (以姓氏笔划为序)

于若木 王文哲 王利器 方心芳 朱 梅 安 岗
沈治平 肖家捷 张承先 阮 波 贺志华 秦含章

名誉主任: 袁宝华 王 磊

主 任: 杜子端

副主任: 范旭光 黎 莹

委 员 (以姓氏笔划为序)

毛信勇 卞耀武 王 西 王光俭 王容贞 龙 念
冯忠驹 安振东 刘晋峰 刘 琦 刘金山 宋叔华
张 征 张志民 李 竹 李伯峰 李庭桂 吴远庆
赵国华 梁鸿博 秦科才 萨 音 谢岳波 董 昕
喻敬林

(北京、新疆、云南、西藏、台湾编委委员暂缺)

主 编: 黎 莹

副主编: 冯法德 庄克强

主要编辑人员: 栗 健 宋 都

《中华传食品大全·广西传统食品》编辑委员会

主 任: 王蓉贞

副主任: 何彬 雷爱祖

编 委: 黎国湛 李坤一 宋永海 余曼霞 凌 熙 宋尤兴
吕 战 吴盛光

主 编: 雷爱祖

编撰者: 吕 战 杨德昌等

序

我们伟大的中华民族，在历史发展的长河中，创造了举世瞩目的灿烂文化。中国的饮食文化，是其中的一枝奇葩。

人类文明始于饮食，无论从文字记载来看还是从考古发现的人类更早期活动的遗迹来看，都证明了这一点。我国的饮食文化源远流长，是我国文化宝库中的无价之宝，并早已成为人类共同的财富。

人类学会用火加工食物，是“人猿揖别”的标志之一，甚至可以说是人类历史的开端。因为人类只有学会用火，才可能“火化腥臊”和“将生为熟”，并从而产生食物加工和烹调技艺；才能比较合理地摄取营养，减少疾病，促进身体特别是大脑的发达，从而创造更高度的文明。

中华民族学会用火和饮食文明成熟之早，是令人惊异的。早在170万年前的“元谋人”时代，我们的祖先就已学会用火；早在数十万年前的“北京猿人”时代，就已懂得留取火种和加工食物；早在传说中的轩辕黄帝时代，就已能“烹谷为饭”和“煮海为盐”；早在尧的时代就出现了后人奉为“烹饪之祖”的彭铿；早在公元前16世纪时，汤的宰相伊尹，就出身于庖厨，当时的贵族们就已“食前方丈，罗致珍馐，陈簋八簋，味列九鼎”。这一方面说明贵族们的挥霍无度，但也反映了当时食品加工技术已有相当水平。众所周知，人类最早加工食物的器具是陶器，而我们的祖先早在七八千年之前就已能制作许多精美的陶制炊具和食器了；早在夏代就已经能用铜铸“调和五味宝器”的鼎了；当时不仅已会造酒而且有了酒的功能的记述。西周和春秋战国时代，是我国食物加工全面发展的时期。当时国家机构对食物加工、贮藏、保鲜等，管理分工已很细；有名的“八珍”已烹制得十分精美，并

有了冷藏设施。此后的汉、唐、宋、元、明、清各代，都是我国饮食文化发展的重要时期。早在汉、唐时代，我国的饮食文化对世界一些国家就发生了影响；明、清两代，特别是近几十年来，随着国际交往的广泛发展，我国的饮食文化和传统食品加工技艺，已传遍全球，并获得了极高的评价。当然，在历代饮食文化交流中，我国人民也吸取了不少外国的饮食文化和加工技艺，“洋为中用”，加以改造和创新，丰富了自己的文化宝库。

在漫长的历史岁月中，我们的祖先对饮食文化都有重要记述，从未间断，这是世界任何国家所不能比拟的。从最早的甲骨文和金铭文到最早的文学著作《诗经》，都大量记述了当时人们谋求食物和人们的饮食情况。此后历代的食品著述和有关食品的著作，简直浩如烟海，难以胜数。这对继承和发扬我国传统饮食文化和技艺，无疑起了极为重要的作用。

但也有不少令人遗憾的事。一是对于五千年的饮食文化和加工技艺，还没人系统、全面加以整理并编辑出版；而且有些古籍陈陈相因，以讹传讹，有的舞文弄墨，不讲科学。二是由于历史原因，还有大量饮食文化宝藏分散“蕴藏”在民间；近代以来不仅没人认真加以挖掘和整理，相反，在“十年浩劫”中又给了一次大“扫荡”，致使有的宝贵技艺“技随人去”，有的无人问津。三是我国传统的烹调技艺注重色、香、味、形、器，这是我国烹饪的特点之一，值得发扬；但同时也有不注意营养卫生，不务实际和讲排场浪费大的弊端，亟待改进。四是我国各地区、各少数民族中，还有数不清的名优特食物资源和经加工的食品；由于没有系统全面加以整理，因而得不到广泛开发和利用。

为了对我国历史饮食文化进行一次比较全面和系统地挖掘、整理、总结和提高，使之更加发扬光大，激发人民的爱国热忱，促进现代食品业的发展，在中央领导同志亲自关怀下，在中央有关部委和全国各地领导的支持下，我们编辑出版了这部《中华传

统食品大全》。

《中华传统食品大全》的主要内容，是从饮食文化的高度，系统介绍我国各地区、各民族传统食品的加工、烹饪、贮藏等方面的源流和技艺，以及各种有代表性的名优特食品。这是一部图文并茂的巨著，全国每个省、自治区、直辖市各编出一个分册；个别饮食文化方面有特殊内容的地、市、县也选编有分册。全书共一千多万字，插图和图片数百幅。参加本书编纂的工作人员近万人。这部巨著，集全国传统饮食之精华，聚中华各民族传统饮食之优特，可以说是中国饮食文化的总汇和传统食品加工技艺的结晶。根据中央有关部门的要求，各分册出齐之后，还要进行精选精编译成六国文字出版，向世界发行，使中华民族的传统饮食文化和技艺进一步成为人类共同的精神财富。

中央领导同志和中共中央1988年一号文件明确指出，要将人们的食物结构问题和计划生育一样列入国策。中央这些指示给了我们更深刻的教育和启发，促使我们下更大的气力把这部巨著编得更好些；为合理解决我国人民的食物结构问题提供更多的方法和依据。

由于我们水平所限，这部著作肯定有不足之处，敬请广大读者和专家给以指教，以期再版时进行补充和改正。

《中华传统食品大全》编委会

1988年5月

祝廣西傳統食品出版

承先啟后
發揚光大

一九八九年 黃中純 策



壮族五彩糯饭



麻通



中秋月饼



佛手酥



柳州起酥



柳城云片糕



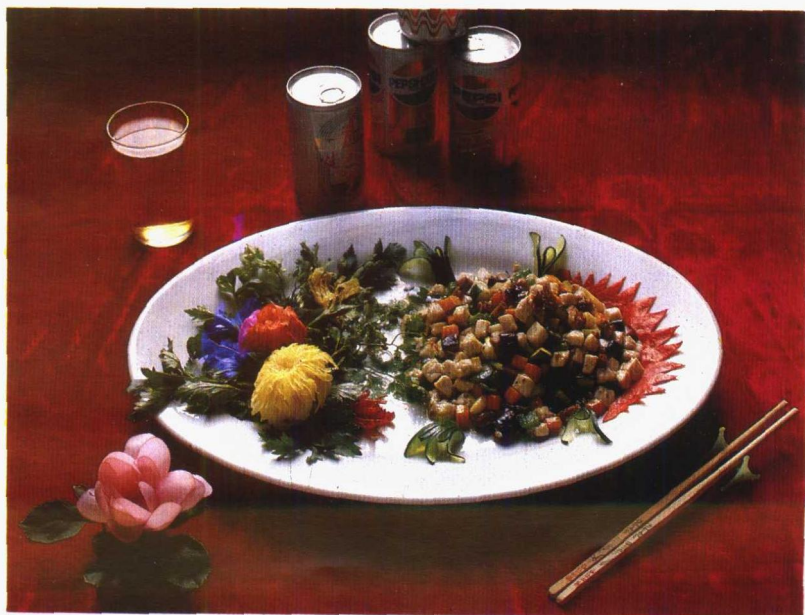
滨海晨曦



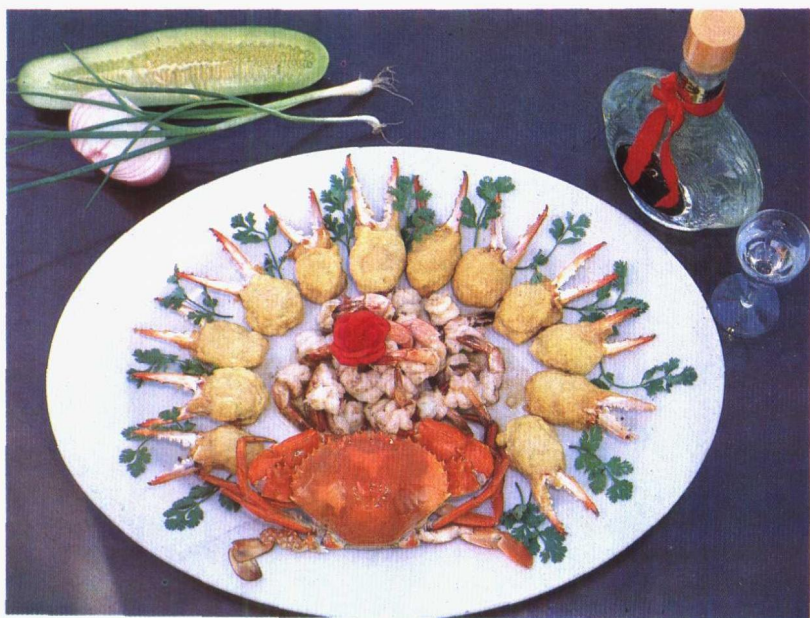
游鱼戏珠



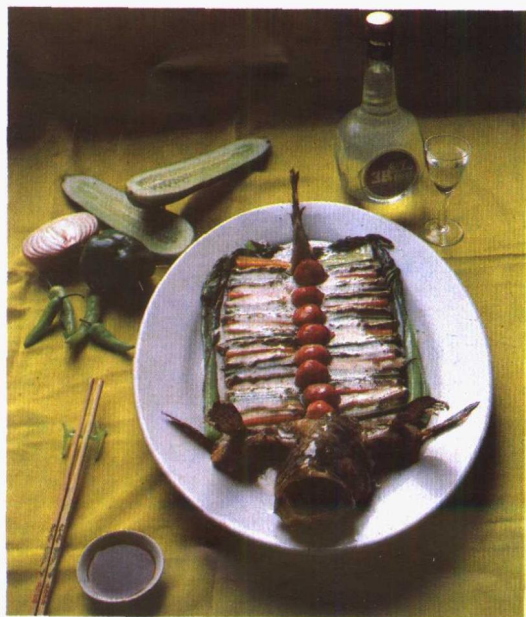
芍药虾扇



五彩炒鱼丁



虎爪拌金龙



翡翠二拼鱼



红烧狮子头



保健饮品



桂林三宝



桂林腐竹