

GUANG DONG XIAO CHI



中华传统与
新潮小吃丛书



广东小吃



丛书主编 谢定源
本册编著 严金明



中国轻工业出版社

丛书主编

谢定源



广东



小吃



本册编著

严金明

中华传统与新潮小吃丛书



中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

广东小吃/严金明编著. —北京:中国轻工业出版社,
2002. 1

(中华传统与新潮小吃丛书)

ISBN 7-5019-3315-4

I. 广… II. 严… III. 食谱—广东省

IV. TS972.142.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 049691 号

责任编辑:陈思燕

策划编辑:彭倍勤

责任终审:劳国强

封面设计:张曙念

版式设计:智苏亚

责任校对:燕杰

责任监印:胡兵

*

出版发行:中国轻工业出版社(北京东长安街6号,邮编:100740)

网 址:<http://www.chlip.com.cn>

联系电话:010—65241695

印 刷:1201印刷厂

经 销:各地新华书店

版 次:2002年1月第1版 2002年1月第1次印刷

开 本:850×1168 1/32 印张:5.25

字 数:132千字 插页:2 印数:1—8000

书 号:ISBN 7-5019-3315-4/TS·1992

定 价:10.00元

·如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换·

NAL 65/1002



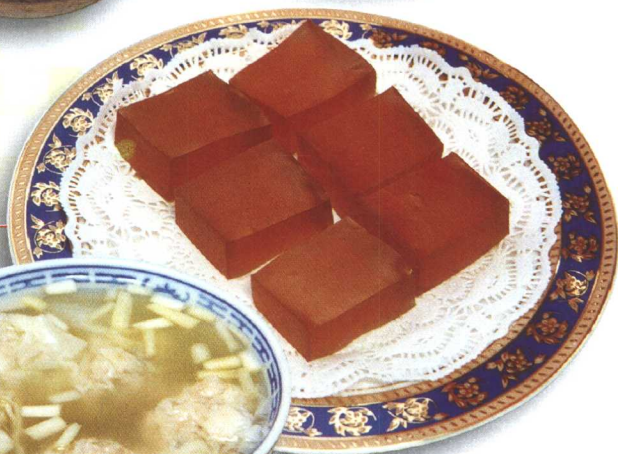
玉液叉烧包

及第粥



双皮奶

透明马蹄糕



云吞



姜汁撞奶



千层糕



冰花蛋馓子

成珠小凤饼



老婆饼



鸡蛋挞



炸春卷



锦绣良缘
(又名锦卤云吞)



荔浦芋角



大豆芽炒猪大肠



乳香炸芋虾



西关牛杂什



猪脚(手)姜醋蛋



香煎藕饼



五彩蚕蛹



韭菜蚬肉



蚬蚧鱼球



莲藕焖猪手



《中华传统与新潮小吃》丛书编委会

名誉主编 赵荣光

主 编 谢定源

副主编 李云清 严金明 严祥和

张军仓 胡晓远 夏 琪

《广东小吃》

编 著 严金明

摄 影 周 明 胡晓远

中华传统与新潮小吃丛书



序

“小吃”，是集中国饮食文化地理区位性、民族独特性、大众普及性、传统典型性、流行长久性等特点于一体的食品，因此也是最能反映民族饮食文化的内涵，充分体现民族和民俗文化特点的食品；在原料选择组配、加工工艺技法、形态色泽设定，甚至进食方式上多有独特之处。名小吃，一般都有相对较长的流传历史，有较高的知名度，有擅长独特的风味；许多名小吃往往还有传奇史实、名人轶事或民间传说等掌故与故事随之传播。

小吃，是面向大众消费群体的，“物美价廉”是其突出特点。因此，小吃拥有长久性最广大的爱好者，许多小吃则体现了永久旺盛的生命力。

作为传统肴馔重要组成的小吃，也如同中华民族饮食文化的积淀演进一样，经历了不断变化发展的漫长的历史过程。伴随着社会食生产、食生活的逐渐发展，城邑的兴旺和市肆饮食业的日益发达，满足人们需求的食品的种类品目也因之而丰富多彩。照我们的认识和时下大众的理解，“小吃”应当是肴馔即主副食品中那些正餐之外的精致化品种。若从历史上溯述起来那真是琳琅满目、家珍难数。先秦的“糗糒”（《楚辞·招魂》）汉代的各类“寒具”（《齐民要术·脯腊第八十二》卷第九）、“胡饼”（《释名·释饮食》）、“胃脯”（《史记·货殖列传》卷一百二十九），南北朝的“五味脯”（《齐民要术·脯腊第七十五》）



卷第八)、“裹蒸”(《南齐书·明帝纪》卷六)、“烧饼”、“髓饼”、“膏环”(《齐民要术·饼法第八十二》卷第九),唐代的“槐叶冷淘”(《全唐诗》卷二百二十一)、“五福饼”、“米锦”(《清异录·饌羞门》卷下),宋代的“酥饼”(吴氏《中馈录》)、“广寒糕”(《山家清供》卷下)、“春茧”、“油炸”、“真珠圆子”、“金橘水团”、“澄粉水团”、“麻团”、“春饼”、“灌肺”(《梦粱录·荤素从店》卷十六),元代的“煮麸干”(《云林堂饮食制度集》),明代的“眉公糕”(《闲情偶寄·谷食第二》)、“莲子粥”、“风鱼”(《饮馔服食笺》),清代的“青糕青团”、“云林鹅”(《随园食单》)、“年糕”、“西洋饼”、“油墩饼”(《调鼎集》)等等,这些只不过是见之于文录者的百不及一,而清末以来,小吃品种更是竞相迭出,其中声誉远播者亦难确数。而这其中像“粽子”、“馄饨”、“饺子”、“羊肉串”等一类自先秦或两汉以来便载于经传,并在漫长的历史上和在普泛的现世生活中为民众钟爱的传统食品尚未列出。许多悠久的历史小吃在历史上曾是正餐的肴馔,其后由于膳品品类数量的逐渐增多制作工艺的日趋精细,商品经济与城市生活的推助,人们食事生活需求习尚演化等原因,才进入或曰上升到“小吃”的领域的。由常膳品种演变成小吃,进而成为名小吃,是食品不断精致化、趣味化和打破正餐局限,充分发挥广泛、随机功能的过程。正餐机制的限制,季节时令和地域的局限,甚至人群类别、文化差异乃至民族的不同,都可能被名小吃精致、趣味的工艺形态、原料或进食方式的别致、风味的隽美、文化魅力的奇妙所突破,从而使其具有了某种超时空的永恒的价值。

“小吃”的概念,有一个逐渐衍变的过程,这主要是因其功能与价值不断演进增殖的结果。其源于汉晋以来的“小食”之说颇有关系。晋人干宝《搜神记》有“吾卯日小

食时，心至君家”语。其时的“小食”为便餐或正餐时间外的辅助性进食行为、食品。后来由其中派生出了“小吃”的意义。传统的理解，小吃一般是指严格规范正餐膳品以外的，主要用于“下酒”的熟食。此义已见于距今近15个世纪的《齐民要术·脯腊》中的“作鱧鱼脯法”，称鱧鱼脯“白如珂雪，味又绝伦，过饭下酒，极是珍美也。”元人谷子敬《城南柳》“楔子”：“买五十文钱的酒，相饶些下酒来。”“下酒”即是“下酒之物”——“下酒物”的一再省称，如唐人张鹭《游仙窟》：“小时，桂心将些下酒物来”；宋人龚明之《中吴纪闻·苏子美饮酒》（卷二）：“子美豪放，饮酒无算。在妇翁杜正献家，每夕观书，以一斗为率。……正献公知之，大笑曰：‘有如此下（酒）物，一斗诚不为多也’。”这种“下酒”，因其不像正膳肴品的制作进食那般正规，相对要灵活随意些，价格上大约也相对便宜，行菜时一般多以小型器皿盛装，于是“小”的意义逐渐突显，“小吃”之名亦便产生。明清时“小吃”之名已颇流行，直述其事的文学作品为我们留下了大量生动真实的记录：《醒世恒言·钱秀才错占凤凰俦》（第七卷）：“三汤十菜，添案小吃，顷刻间，摆满了桌子，真个咄嗟而办。”“小吃”是“三汤十菜”主体或正肴之外的“添案”，即增添的下酒之肴。《儒林外史》第十七回“匡秀才重游旧地，赵医生高踞诗坛”，记几位读书人在一小酒店中“叫了一卖一钱二分银子的杂脍，两碟小吃。那小吃一样是炒肉皮，一样就是黄豆芽。”文中的“一卖”是酒店内现成的整份食品，“炒肉皮”、“黄豆芽”两样“小吃”也便“小”得可以了。《扬州画舫录·小秦淮录》（卷九）：“小东门街多食肆。有熟羊肉店，……就食者鸡鸣而起，茸裘毡帽，耸肩扑鼻，雪往霜来……先以羊杂碎饲客，谓之‘小吃’；然后进羊肉羹饭，人一碗，食余重汇，谓之‘走锅’漉去浮油，谓之‘剪

尾’。狙以成习,亦觉此嚼不恶,惟不能与贪眠者会食。一失其时,残杯冷炙,绝无风味。”这里的“小吃”只是相对于规制正餐而言,较前引的“炒肉皮”、“黄豆芽”无疑要厚重贵气许多。又,《镜花缘》第十二回“双宰辅畅谈俗弊,两书生敬服良箴”,借“君子国”两位宰辅之口批评中国诸般陋俗,其中关于食事有生动叙述:“又闻贵处宴客,往往珍羞罗列,穷极奢华:桌椅既设,宾主就位之初,除果品冷菜十余种外,酒过一二巡,则上小盘小碗——其名南唤‘小吃’,北呼‘热炒’——少者或四或八,多者十余种至二十余种不等;其间或上点心一二道;小吃上完,方及正肴,菜既奇丰,碗亦奇大,或八九种十余种不等。主人虽如此盛设,其实小吃未完而客已饱,此后所上的,不过虚设,如同供献而已。”这里的“小吃”,已是大宴筵式的必要肴品结构,是相对于大碗“正肴”的行菜:南方称为“小吃”,北人呼作“热炒”。并且这种“小吃”还是不包括“点心”的,即都是肴品,都有“下酒”的功能。

“小吃”由仅限于“下酒”之肴的传统之义扩展为时下的广泛义,基本上是20世纪的事。城市生活的丰富发展,民众饮食消费观念、习尚的进化提高,外卖和市食不再是男人的专利,妇女儿童也逐渐成为重要的消费群体,于是促使食品的生产与消费向灵活随意、方便经济、休闲趣味方向发展,于是便有“小吃”涵义向更广阔食品领域的拓展。北京的“驴打滚”(豆面糕)、“艾窝窝”、“炒肝”、“甍儿糕”、“八宝莲子粥”,天津的“狗不理”、“酥麻花”,江苏的“镇江水晶蹄肴”、“苏州汤团”、“扬州炒饭”、“黄桥烧饼”、“沛县狗肉”、“陆稿荐酱肉”、“扬州五丁包子”、“无锡肉骨头”,上海“南翔小笼馒头”、“小绍兴鸡粥”、“鲜糯米油煎饼”、“城隍庙桂花糖粥”、“银芽肉丝春卷”、“萝卜丝油墩子”、“鸽蛋圆子”、“素包”,浙江的“猫耳朵”、“宁波汤团”、

“吴山酥油饼”，其他如山西“荞面灌肠”、“莜面栲栳”、“闻喜煮饼”，山东“刮煎饼”、“果酱烧饼”、“五香甜沫”、“曲阜鹅脖银丝卷”，河北“邢台道口鸡”、“洺关薰肠”，河南“什锦沙锅伊府面”、“鸡蛋灌饼”、“浆粥”、“双麻火烧”、“糊辣汤”，宁夏“米黄摊饼”，甘肃“临夏酿皮子”、“陇西钱肉”、“泾川罐罐馍”，新疆“黄面”，青海“醪糟”、“锅塌”、“甜醅”，陕西“羊肉泡馍”，湖北、湖南的“黄州烧卖”、“罗田印子粩”、“豆油皮春卷”、“什锦桂花糊”、“武汉烧鱼面”、“盐菜小包”、“玫瑰荸荠饼”、“油炸臭豆腐”、“糯米粽”，云南“过桥米线”、“奶油回饼”、“锅贴乳饼”、“火夹煎乳饼”，四川“成都抄手”、“叶儿粩”、“担担面”、“夫妻肺片”，安徽“大救驾”、“小红头”、“狗肉香肠”、“狗肉包子”、“脰(sà, 方言)汤”、“小笼植肉蒸饭”、“全椒酥笏牌”、“深渡包袱”、“包河藕粉”，广西“桂林马肉米粉”，广东“生滚粥”、“干炒牛河”、“成珠鸡仔饼”、“蛋黄蓉士干饼”、“五仁西米团”、“云吞面”，福建的“土笋冻”、“蠔煎”、“白八果”、“好清香”、“加力鱼粥”、“面线糊”、“厦门龙须线面”、“咸馅芋饼”、“小长春”、“抢滚糰”等等。可以说，每座城市，每个省区都有自己本地数种、十数种、甚至数十上百种不等的名小吃。台北举世闻名的士林夜市的不下百种名小吃：芝麻煎堆、客家八宝粽、叉烧肉粽、蚵仔煎、大饼包小饼、卤肉饭、大香肠、生炒花枝……更是琳琅满目，令人食指大动。

小吃有上述明显的文化区位或省区地理区域分布特性，但同时又有同样明显的创造者与嗜习者的民族性和结构层次性，甚至是类别文化的特异性。汉族因其文化历史悠久、文明积淀丰厚、人口众多、分布广泛等特点，其小吃的种类品目数量自然很多，而且表现出民族内部饮食文化环境与社会性文化差异层次的种种不同。其他许

多少民族也都有自己发明与偏嗜性,风味与风格独特、数量多少不等的小吃。如满族的“萨其玛”、“包儿饭”、“酸汤子”,朝鲜族的“冷面”、“打糕”,“克依姆奇”,回族的“羊眼儿包子”、“卷果”、“羊肉粥”,东乡族的“肉粥”,维吾尔族的“烤羊肉串”、“朴劳”,柯尔克孜族的“克缺”,白族的“破酥粑粑”,佤族的“鸡肉烂饭”等等。我国有信仰伊斯兰教的10个少数民族,他们的饮食习俗有很大程度的通一性,一些小吃食品因此也具有相当的认同性或可接受性。



由于中华民族饮食文化的积淀演进,56个成员在相互影响又相对独立的不尽相同的生态生活区域中,经过了漫长的历史性创造过程,因此小吃的地域性、民族性、时代性等特点异常突出,小吃种类品目的风味与风格也因而而异彩纷呈、洋洋大观。它们构成了中华民族饮食文化巍巍大厦的坚固筋梁,甚至比易趋时潮多变的菜肴保有更多的传统和大众性。但是,如同社会生活中摄像机的镜头总是盯住寥若晨星的花枝招展的名演员、风韵妖艳的名艺人、珠光宝气的贵妇人,而冷落了数以千万计丽质天然的小家女一样,受民族大众眷顾的小吃长期以来没有被传媒和经营者予以足够的重视。20多年来,与不可胜数的各类菜谱相比,介绍小吃的印刷品屈指可数,而文化品位较高的出版物更是寥寥无几。这与中国饮食文化和食品工业迅速发展的形势相比,与日益增长的人民大众的热切需求相比,无疑是极不协调、极不适应的,因此是极需尽快改变的。长期以来饮食文化界、烹饪教育界、餐饮界及更为广阔的社会各界的许多有识之士曾一再表示了这种意愿和建议。

在21世纪伊始之际,由著名的饮食文化、烹饪理论与食品科技学者和学富技精的专家组成的编委会决定为

改变这一缺憾编写一套《中华传统与新潮小吃》系列丛书。

本套丛书有以下五大特点：

一、“传统与创新”，这一标题表明继承中国饮食文化的优秀传统，并以新知识、新科技、新理念来激活、更新这些传统是我们这套丛书的最突出特点。

二、分册以历史延续和相对独立存在的饮食文化区域为基础确定，而非严格按照行政区划的省(市)、自治区的辖区来划分，这无疑更符合中华民族饮食文化历史发展和现实存在的客观实际，具有更深刻、更真实的意义。

三、本丛书入选的品种，是依照区位、民族典型代表性、大众嗜好普及性、文化传统积蕴丰富、功能综合合理、制作工艺科学等综合指标评析测定的，因而最能符合新世纪食品科技要求和食品工业发展趋势，为大众消费者所欢迎接受。

四、名小吃解说按照成名原因、原料配方、工艺流程与制作方法、操作技巧、营养保健指导、品种出新等6个子项内容规范把握。

五、丛书编写人员严格执行以下入选原则：

各分册主笔或主编以及参编人员，原则上均是各分册所在饮食文化区内长期生活(甚至是祖籍世居)和工作的本领域覃学有素的专家。他们都是有名副其实的大专以上学历和文化知识素质相当于大学以上水平者，拒绝仅有实践操作经验的技术人员为文字责任撰写者。其中许多人都是各地有关院校烹饪专业有十年以上示范与理论教学经历，并多有讲义、教材、编写及文著发表者。总之，他们都是理论与实践成功结合且有出色成果的优秀专家，是对所承担分册的编著任务能完全胜任，且有足够觉悟、精力、道义保证的行家里手。本丛书与多年来流行

的许多食谱书最大的不同，就在于它不是滥竽充数者不负责任的胡编乱造。它的原则是“传统与创新”，是在革新观念、理论和方法指导下对历史资料、既有成果进行全面、系统、深入研究基础上的创新研究。有理由认为，这套书介绍的中国饮食文化“小吃”是既往三千年历史的首次系统总结和科学研究，它是以烹饪和美食之称享誉世界的中华民族饮食文化继往开来，并满怀信心迈进 21 世纪的庆典。

趙慶云

2000 年 12 月 15 日

于杭州商学院诚公斋书屋

目 录

一 广东小吃的形成发展及特色	(1)
二 广东传统与新潮小吃	(5)
(一)煮制品	(5)
1. 肇庆裹蒸粽	(5)
2. 云吞与云吞面	(6)
3. 艇仔粥	(8)
4. 老鼠粉	(10)
5. 潮汕汤圆	(11)
6. 鱼粥	(12)
7. 馥园坠火粥	(13)
8. 及第粥	(15)
9. 甜粥	(16)
10. 螭蜆粥	(18)
11. 绿豆沙、番薯糖水、芝麻糊、莲子羹与 龟苓膏	(19)
12. 鸡血藤圆饅	(22)
13. 蚶子	(23)
14. 杏仁奶露	(24)
15. 石龙麦芽糖	(25)
16. 腊味鱼包、潮汕鱼丸与潮汕鱼饺	(26)
17. 牛肉丸	(29)
18. 沙茶牛肉	(30)
(二)蒸制品	(31)
19. 白糖伦教糕	(31)
20. 娥姐粉饅	(33)
21. 透明马蹄糕	(34)