

● 中国饌食文化

● 中国古代生活文化丛书

陈 诏 ● 著

美食寻趣

生活与文化有着不解之缘。生活文化化，文化生活化，是中华民族优良传统。本书适应时代发展的需要，为现代读者提供美化生活的借鉴。



食



中国饌食文化●

陈诏·著

美食寻趣

●中国古代生活文化丛书

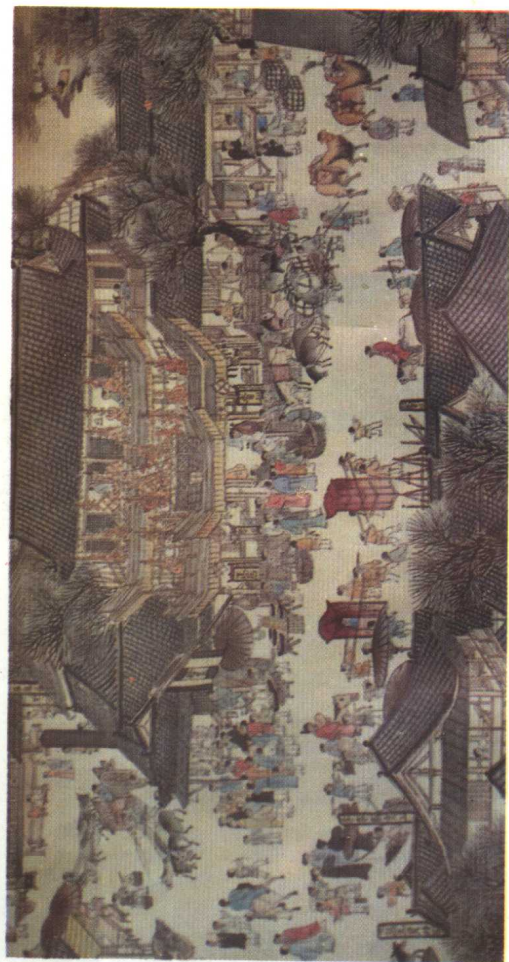
上海古籍出版社



南唐的宴饮（《韩熙载夜宴图》部分）

（五代）顾闳中

123401



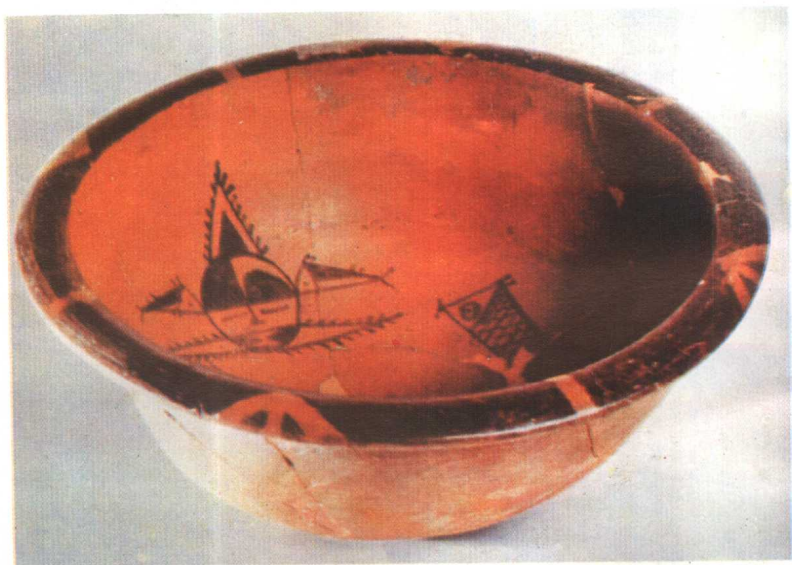
宋代的酒楼(《清明上河图》部分)

(宋)张择端



清代的野餐（《盛世滋生图》部分）

（清）徐 扬



原始社会的食器（仰韶文化出土文物）

出版说明

随着社会的发展，人们对衣食住行、游艺交际的要求，再也不满足于简单的生活需求。丰富生活，美化生活，是社会各界的普遍愿望；但是怎样丰富，如何美化却颇费斟酌。这不仅是一个经济能力的问题，也是一种“文化”现象，而文化必有民族的传统、民族的心理，表现为一种内在的韵味。《中国古代生活文化丛书》的编写目的，就是向具有一般文化水平的读者，介绍中国古代、近代生活的情状；从文化角度，对生活习俗、方式作审视，分辨雅俗；从而使读者对民族传统、心理有一个大体而生动的印象，潜移默化，提高生活情趣。总之，丛书将为在有限的物质条件下，尽可能地使你的生活更美一点、雅一点、趣味更高尚一点，提供借鉴。

这次推出的是丛书第一辑，凡十种，包括：

- ① 礼义之邦——中国交际文化
- ② 衣冠古国——中国服饰文化
- ③ 醉乡日月——中国酒文化
- ④ 玉泉清茗——中国茶文化

- ⑤ 美食寻趣——中国饌食文化
- ⑥ 文房四宝——中国书具文化
- ⑦ 草木虫鱼——中国养殖文化
- ⑧ 居室雅趣——中国装饰文化
- ⑨ 山情水韵——中国游览文化
- ⑩ 枰声局影——中国博弈文化

有关中国生活文化的书籍过去虽偶亦有之，但集中地从多种角度作介绍的丛书还是首次推出；不仅如此，编者还认真研究了有关书籍的利弊得失，为丛书制定了面目一新的体例。

丛书充分注意到知识性、民族性与实用性、开放性的结合。考虑到现代人的审美观念，开放的时代特点，各书虽以介绍中国古、近代生活文化精髓为主，却又纵横古今，驰骋中外，或随处引发，或专节漫谈，以帮助读者思考；如何在生活中发扬民族文化传统的同时，有机地吸取域外文化的营养，而避免东施效颦的遗憾。

丛书聘请既有专门研究，又文笔流美的学者为作者，充分重视中等文化水平读者的阅读习惯，以短小轻灵、深入浅出为编写原则，每书三、四十节，每节一个专题，若干小节汇成一个单元，一书八至十万字，以生动活泼的杂谈漫话形式，介绍各类生活文化的概况与韵趣，往往将起源、流变、器具、仪节、人物故事、优秀诗词、流派风格、古今中

外比较，穿插在一起谈，文笔跌宕起伏，触处生趣。它不是博大精深的专门文化史，却融会了专史的精要；它虽是单篇的生动漫谈，却有着内在的统一性。它融合了专史与杂谈的长处，使读者能在轻松愉快之中获得知识，提高修养。

各书卷首配有铜版彩图四面，书中穿插精美线图三十幅左右，图文并茂，相得益彰。

上海古籍出版社

1991年2月



前 言

我国有句名言：“民以食为天。”吃饭问题，始终是社会、也是人生的头等大事。但是，人的饮食如果仅仅为了满足生理的需要，那就跟动物没有什么区别了。所以人们在饱餐之余，还讲究吃得好，吃得美，吃得雅，把饮食作为整个生活方式的组成部分而赋予文化的形式和内涵，这就是所谓饮食文化。随着生活的提高，文明的发展，促使饮食逐渐摆脱对物欲的单纯追求，升华为一种精神享受，于是近些年来，饮食文化越来越受到公众的注意，成为社会上的热门话题。

毫无疑问，作为文明古国和烹饪王国的我国，

历代积存下来的有关饮食文化的文献资料是极其丰富的。我们有数量可观的介绍精美食品和烹饪技艺的食谱、食单，也有关于饮食方面的典章制度、组织机构、杰出人物、礼仪风俗、思想观念、文学艺术、医药卫生等等的大量记载。不过，前一部分多以专著形式出现，实用价值较高，历来受人重视，出版流传的也比较多；而后一部分却绝大部分散见于浩如烟海的经史百家、各种典籍之中，需要花大力气钩稽爬梳，汇集整理，因此这方面的著作相对地比较少。我认为，这是饮食文化研究中的一个蕴藏量深厚的富矿，很值得我们去开采挖掘。

听说美国的汉学家已经写出一部中国饮食文化通史，而且还出版了断代史，这对我国饮食文化研究工作者来说无疑是鞭策和促进。不管怎样，我们生于兹土，食于兹土，应该有自己撰著的中国饮食史和中国烹饪史；应该从宏观的角度纵览五千年来的饮食衍变和烹饪成就，彰显作出巨大贡献的饮食专家和烹饪技师，从中找出一些规律性的东西。至于如何划分各个历史阶段，那倒可以从长计议，各抒己见，不必定于一尊。

中国菜之所以风靡世界，主要因为它源远流长，有数千年的文化积存，是中国古老文明的一部分。今天，我们要继承并发展我国的饮食事业，其中很重要的一条，就是必须保持它的民族特色，保

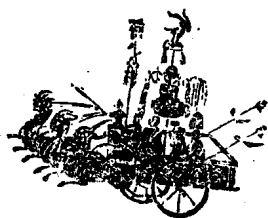
持它各种因素互相配合的整体美，决不能单纯看作是技术操作问题。应该承认，目前我国饮食业的整体文化水平亟待提高。应该结合文学、史学、哲学、民族学、民俗学、宗教学等社会科学，全面总结我国的饮食文化遗产，以便让从业人员充分掌握我国饮食生活的特点，提高我国食品的文化品位。这也是弘扬民族文化的一个重要方面。同时，还要站在九十年代的新高度，把我国的饮食文化放到国际大背景中去比较，去衡量，去思考；善于吸收外来营养，在继承中不断拓新，以永葆饮食文化之树常青。

中国饮食文化的研究课题极多，这本小册子只是试图作些初步的探索，主观上想写得通俗易懂，富于趣味性、知识性，以适应多层次读者的需要；无奈笔者既不是烹饪师，也不是美食家。东拉西扯，实际上都是皮毛之谈，甚至可能还有谬误之处。但愿抛砖引玉，有更多更好的宏篇巨著问世！

乙

陈 诏

一九九〇年五月



目 录

出版说明..... 1

前 言..... 1

谁是中国烹饪的始祖..... 1

三代的钟鸣鼎食..... 6

孔子的饮食观..... 12

一份最早的筵席食单——《楚辞·招魂》... 18

张骞通西域和外国食品传入中国..... 23

唐代的“烧尾宴”..... 28

美食家苏东坡..... 34

两宋的饮食业..... 40

《金瓶梅词话》与明代饮食..... 45

袁枚和《随园食单》·····	52
慈禧和清宫御膳·····	58
名厨列传·····	63
中国菜如何在美国发迹·····	71
吃饭样式的进化·····	76
宴会礼俗谈·····	84
少数民族食俗管窥·····	90
宗教与饮食·····	97
岁时令节的食俗·····	104
名人与名菜·····	110
席间雅兴·····	116
饮食与养生·····	121
给佳肴取个美名·····	128
饮食店楹联偶拾·····	134
螃蟹宴与蟹文化·····	139
“吃喝风”探源·····	144
从“饕餮”谈到吃品·····	149
五味、五色和五香·····	154
看菜·工艺菜·形象拼盆菜·····	159
美食应配美器·····	164
闲话筷子·····	171
室雅客来勤·····	176
中国菜的刀功·····	181
“三分技术七分火”·····	187

漫谈地方风味菜·····	192
古代的野餐·····	198
食粥诗话·····	204
各地风味小吃巡礼·····	208
馄饨、饺子今昔谈·····	214
零食面面观·····	219
从酸梅汤消失谈起·····	224
吃虫奇闻·····	229
“烹饪王国”的思考和展望·····	233



谁是中国烹饪的始祖

我曾访问过有六十年烹饪经验的上海著名厨师陈德奎老师傅,向他请教一个问题:过去,各行各业,都有敬奉本行业祖师爷的习俗,如木工敬奉鲁班,制笔业敬奉蒙恬,造纸业敬奉蔡伦等等,不知烹饪行业敬奉的是谁?陈老师傅回忆起他早年的经历,告诉我说:他十四岁学生意,第一天就向厨行的祖师爷磕头,然后向自己的业师磕头,听业师说:“厨行的始祖叫彭祖,他是光禄寺大臣,是管我们厨师这一行的。”陈老师傅当时年幼,也没有问个究竟。其实,“光禄寺”是南北朝以后至清末宫廷内掌管皇室膳食的机构,与彭祖的时代并挂

不上号。

后来，我读到徐州一位饮食专家胡德荣老先生的文章，进一步证明饮食业确有奉彭祖为始祖之说。胡先生三代厨师，据他说，他七岁那年随祖父到徐州北门彭祖庙去朝拜过彭祖，殿前有一巨鼎，殿内有“捉雉烹羹”的壁画，供有彭祖像。当时厨师行业有《厨谱》，记载着始祖彭祖的事迹。

彭祖是一个传说中的人物。据说姓籛名铿，陆终氏第三子，帝颡顼之孙，活到八百余岁，常食桂芝，善导引行气，封于彭（今江苏徐州市），故称彭祖。《论语·述而》：“子曰：‘述而不作，信而好古，窃比于我老彭。’”有人说，老彭是老聃和彭祖，也有人说，老彭是“殷贤大夫，好述古事”。《史记·五帝本纪》则说“彭祖自尧时”“举用”。看来，传说中的彭祖因为寿命太长，所以生活在哪个时代众说纷纭。或者正因为时代众说纷纭，才出来个彭祖活八百岁的传说。彭祖为什么与厨师结上缘？《楚辞·天问》中说：“彭铿斟雉帝何飧，受寿永多夫何久长。”后世的注者都认为彭祖善调羹以事帝尧，为尧所赞美，封之于彭城，这也许就是后世把彭祖当作厨行鼻祖的主要依据。胡德荣老先生还引用康有为的一首诗：“元明庖膳无宋法，今人学古有清风。彭城李翟祖籛铿，异军突起吐彩虹。”诗中提到“李翟”，是指清代康熙年间的李自尝和