

山东、河南的食文化

刘学军 著



中国国际广播出版社

图书在版编目(CIP)数据

山东、河南的食文化/刘学军主编. - 北京:中国国际广播出版社,1999.11

ISBN 7-5078-2374-5

I. 山… II. 刘… III. 食文化-山东-河南 IV. R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 86711 号

山东、河南的食文化

编 者 刘学军

责任编辑 韩轶嵘

封面设计 国广设计室

出版发行 中国国际广播出版社

社 址 北京复兴门外大街 2 号(国家广电总局内)

邮 编 100866

经 销 新华书店

印 刷 北京大同数字印务有限公司

开 本 850×1168 1/32

印 张 6.5

字 数 117 千字

版 次 1999 年 11 月第一版 1999 年 11 月第一印刷

印 数 1-10000 册

书 号 ISBN 7-5078-2374-5

定 价 9.8 元

国际广播版图书 版权所有 盗版必究

(如果发现图书质量问题,本社负责调换)

目录

- 山东卷 1
 - 第一章 基本情况概述 1
 - 第二章 鲁中及黄河下游食风 2
 - 第三章 胶东食风 9
 - 第四章 鲁南、鲁西南食风 16
 - 第五章 孔府食制 19
- 河南 24
 - 第一章 基本情况概述 24
 - 第二章 汉族食风 25
 - 第三章 回族食风 39

山东卷

第一章 基本情况概述

山东是我国一个沿海省份，地处黄河下游。山东半岛东伸入海，庙岛群岛巍然屹立在渤海海峡。山东历史悠久，为我国古代文化发祥地之一。这里膏壤沃野，资源丰富。东部沿海盛产各种鱼、虾、贝、蟹、藻等。内陆地区河流纵横，平原辽阔。南部湖泊密布，盛产各类淡水产品。历史上，齐鲁人民创造了独具特色的饮食风俗和烹调技艺，其中包括被誉为中国四大菜系之一的“鲁菜”。齐鲁素称礼仪之乡。据《曲阜县志》载：“韩宣子谓周礼尽在鲁。”汉高祖谓（鲁）为“守礼义之国”。汉武帝也曾称：生子当置之齐鲁礼仪之乡。在齐鲁古地，日常饮食、岁时习俗，无不与当地的礼仪有着一定的联系。

齐鲁饮食风俗，至少可以追溯到2千多年前的春秋时代，据史料记载：孔子妻生子，鲁国君主鲁哀公派人给孔子家送去两条鲤鱼，以示庆贺。孔子为感国恩，先用鲤鱼祭祖，尔后又给儿子取名鲤。送生育礼至今依然流行。孔子有“食不厌精，脍不厌细”及13个“不食”的饮食训导，为齐鲁烹饪的形成和发展起到了不可估量的作用。齐桓公的宠臣易牙以善于烹调而得宠，官至宰相之职。古书中记载：“齐桓公，夜半不寐（即腹饥），易牙乃煎、煮、燔、炙，调味而进之。”相传，易牙为讨好齐桓公，曾残忍地将自己的儿子烹成汤羹，献给了齐桓公。虽如此，他对齐鲁烹饪发展的贡献还值得肯定。齐大夫管仲经营胶东，大力提倡发展海洋渔业，故齐鲁富鱼盐之利。

秦汉时，海味进入饮馔，汉武帝进兵山东半岛沿海时，吃到渔民腌制的鱼肠，有异香，遂赐名“鲐”。《盐铁论》中也有“菜黄之鲐，不可胜食”的记载。

南北朝时，民间食风朴素、文雅，凡年节宴客待友，皆设美饌佳肴。这一时期，烹调技法、菜肴款式均趋完美。北魏高阳（即今临淄）太守贾思勰在《齐民要术》中作了全面的总结和记述，所列菜肴多至百种以上。唐代鲁菜又有新发展。唐段成式《酉阳杂俎》载：历城北一里，有莲子湖？三伏之际，宾僚避暑于此，取大莲叶盛酒，以簪刺叶，令与茎柄通，吸之，名为碧筒饮。以后成为济南端午节的定俗。端午节食粽子、二月二食煎饼皆于此时始。

宋代汴梁、临安有所谓“北食”，即指以鲁菜为代表的北方菜。其烹饪技艺的高超，令人叹为观止。明代诗人李攀龙妾蔡姬善制葱味包子，有葱味而不见葱，深受来客赞誉。清代，鲁菜更成为宫廷菜吸收的主要对象。鲁菜的烹调技艺和鲁

地的食风常出现在诗人的笔下。如清初名士王士禛《历下银丝鲈》诗：“金盘错落雪花飞，细缕银丝妙入微，欲析朝醒香满席，虞家鲈鲈尚方希”蒲松龄《客邸晨炊》：“大明湖上就烟霞，茆层三椽赁作家，粟米汲水炊白粥，园蔬登俎带黄花。”

山东酿酒业历史悠久。至今，有的地区仍有家庭酿酒的习惯。春秋时鲁国善酿低度酒。历史上曾有“鲁酒薄而邯郸围”的典故：楚庄王大会诸侯，赵国与鲁国都献了自己国家酿的美酒。赵国酒浓烈，鲁国酒清淡，而楚王喜饮烈酒。送酒时，赵使者因未给楚国营酒的官员送礼，惹怒了掌酒官。掌酒官将两国的酒对换了给楚王喝。楚王明知赵国产烈酒，以为是赵国在故意捉弄自己，于是下令三军围攻赵国邯郸。山东民间酿制的低度酒以清香平和著称。李白“兰陵美酒郁金香，玉碗盛来琥珀光”说的就是山东酒。齐鲁民间饮酒之风，自古至今长盛不衰。

齐鲁地处南北之要冲，近代外国列强入侵，在这里建立租借地。因而山东有机会吸收外地的甚至国外的饮食文化。例如孔府的满汉全席即来自清宫；青岛烹调善用番茄酱，即来自西餐。

按全省不同的地理位置、自然环境和物产，并结合政治、经济、文化、交通等具体情况，大体上可以划分为三大食风区，即鲁中及黄河下游、胶东沿海和鲁西（包括西南）。另外，孔府由于其历史和政治的原因，饮食有其独特风格，本卷辟专章介绍。

第二章 鲁中及黄河下游食风

此区包括以济南为中心的泰安、潍坊、淄博、德州、惠民、聊城、东营等地域。济南是个古老的城市，水陆辐辏，商业发达，讲究饮食。潍坊、淄博地处古齐国旧地，沃野千里，气候温和，盛产各种谷物、水果、蔬菜。东营、惠民、聊城、德州地处黄河下游的冲积平原上，又与大海相邻，资源丰富。鲁中人民自古精于膳事。

以济南为例，这里大明湖盛产蒲菜、茭白、莲藕等美蔬，郊区有“黄河之鲤”、“章丘大葱”、“明水香稻”等。在菜肴方面，济南风味是鲁菜的主体，在山东境内影响极大。济南菜以汤菜最著名。其清汤、奶汤制法在《齐民要术》中已有记述。济南菜注重爆、炒、烧、炸、烤、氽等烹调方法。讲究实惠，风格浓重、浑厚，口味偏重于清香、鲜嫩。清代北京的山东菜分为“福山帮”和“济南帮”。济南菜又分为“济南本帮派”（又称历下派）、“淄潍派”（淄博、潍坊）、“泰素派”（泰山地区）等。

济南本帮派：汤菜特别讲究清鲜爽口，鸡鸭菜肴注重用甜面酱调味，并以甜、咸、酱香浓郁见长。其变化型有酱香、酱汁、葱酱、糖酱、酱焖等。代表菜肴较多，如“糖酱鸭块”、“酱焖鳊鱼”等。爆菜是山东代表菜式，胶东、济南均长于此法，但又有区别。济南爆菜历史悠久。清代文士袁枚说：“滚油炮（爆）炒，加作料起锅，以极脆为佳，此北人法也。”“油爆双脆”、“爆肚头”、“爆鸡侗均是著名爆菜。据传，清末四川总督丁宝桢在任山东巡抚时，用济南名厨周进臣、刘桂祥为家厨，所制“爆炒鸡侗深合丁巡抚的口味，每每用以飨客，世称美味，名之曰“宫保鸡侗（因丁曾被赐“宫保”）。后丁调任四川总督，遂将此菜引入巴蜀。川菜宫保鸡丁亦采用济南油爆法。

济南的“糖醋黄河鲤鱼”被誉为齐鲁名馐，尤崇尚用活鲤鱼烹制。“九转大肠”是济南的代表菜肴。相传，清光绪年间有一杜姓巨商，在济南开办“九华楼”酒店。此人对九字有特殊爱好，干什么都要劝九“字。九转本是道家术语，表示经过反复炼烧之意。九华楼所制的“烧大肠”极为讲究，其功夫犹如道家炼丹之术，故取名“九转大肠”。

淄潍派虽源于济南，但由于物产、地理位置不同，形成自己的特色，长于烧、炸、拔丝等技法，原料则多选肉、禽、蛋。口味偏于咸鲜，略甜，多使用酱油、豆豉。代表菜肴有“怀胎鲤鱼”、“拔丝地瓜”、“拔丝山药”、“麻花肘子”等。怀胎鲤鱼制法是：将鲤鱼腹脏掏突，用海参、鸡肉、干贝等多种名贵原料切丁调味后填于鱼腹内，蒸熟后即成。据说此菜由桓台厨师创制。清代名士王渔洋回桓台省亲时吃到此菜，得知此菜尚无美名，遂为之取名“怀胎鲤鱼”，流传至今。拔丝菜在鲁中甚为流行，淄博一带家家能制。蒲松龄《日用俗字·饮食章》中有“而今北地兴搯果，无物不可用糖粘”的记述。“博山豆腐箱”历史悠久，技法独特，是博山名菜。相传，清乾隆皇帝南巡时，曾特意到博山瞻仰康熙时大学士孙廷铨的故居，孙家用博山豆腐箱款待。乾隆食后赞不绝口，从此博山豆腐箱名扬天下。淄博民间节日的餐桌上少不了此菜。

泰素派乃指以泰安为主要代表的素菜和寺庙菜肴制作流派。因泰山多建有寺庙，僧道络绎不绝，香火盛拢泰山素以豆腐、白菜、泉水闻名，被誉为三美。加之泰山盛产各种菌类、名蔬，故泰安地区的素菜制作尤为精巧。其技法多受济南影响，以烧、炸、氽、熘、炒等见长。色调淡雅，口味清鲜滑嫩。代表菜有“锅豆腐”、“软烧豆腐”、“炸豆腐丸子”、“炸薄荷”、“烧二冬”、“三美豆腐”等。当年，爱国将领冯玉祥隐居泰山时，日与豆腐、大白菜、山泉水为食，并为之赋诗作画，备加称赞。

一、日常食俗

该地区以面食为主，早晚一稀一干，佐以青菜、成菜之类。午餐配以炒菜、汤肴。旧时，因大米不多，多在节日或待客时才食用。农村以玉米、高粱、黍米（小米）等杂粮为主。地瓜（即甘薯）产量可观。现今，细粮已成为农家之常食。

济南人日常饮食最重早、晚的稀饭。此稀饭旧时多以小米、高粱米煮制，现今则以小米、大米为主。午餐讲究汤羹（多用蔬菜熬制）。这大概与济南地势较低、一年四季气候干燥有关。据《济南快览》云：“食品以麦为上，黍次之，大米非上客不用，且多施之于稀饭。若玉蜀、高粱，若豆类，则为乡居农民一般之常食。”用面粉蒸馒头，“此为富家商号之便饭，菜蔬一两种，羹汤一盂。”济南的面食制品以硬、干、酥为主。制品主要有以下几种：馒头又叫馍馍。济南人食用的馒头，是一种高桩的硬发面馒头。状似圆柱，熟后掰开有明显的层次，韧性较强，耐咀嚼，香甜可口。

锅饼用冷水调面制成。《济南快览》记：“以面作寸许厚、中径尺余之圆饼，烙而熟之，外焦黄而内细白，谓之锅饼。”锅饼大者五六公斤重。有的两面粘有芝麻。采用特制的鏊子烙成，烙制一般需要两个小时以上。吃时切成长条，硬脆香甜。

杠子头火食起源于潍坊，因制作时用木杠压面得名。旧时的杠子头火食，烤熟后，中间薄四周厚，中间可用绳串之，便于长途携带。据民间传说，此食是明代戚继光抗倭时，乡民为士兵制作的，故又称“光饼”。现今此饼已改成中间厚、四周保家常饼热水和面，又称“油饼”，加葱花者称“葱花饼”。

水饺济南人称为“扁食”或“包子”。有荤素两种馅，为节日或待客之品。

面条和面时加盐碱，擀制，浇卤汁或麻酱汁，配以黄瓜丝、腌香椿。旧时民间常吃的主食还有：玉米窝头两合面饼即用高粱面、玉米面（条件好者加点豆面）调和好制饼，蒸熟后色红味甜。

煎饼鲁中主食品之一。一般用玉米面或杂合面，条件好者用小米面，调稀糊摊烙而成。其薄如纸，食时卷葱酱，香甜可口。《临淄县志·饮食》载：本地“以麦、豆、小米、高粱为大宗，居民常食煎饼。”清初的蒲松龄对此还作过考证：“煎饼则合米为之，齐人代以面食，岂非自古至今，惟齐有之欤？”还说：“煎饼之裨放民生，非浅鲜也。”（见《煎饼赋》）这足以说明煎饼在民间日常饮食中的地位。

另外，阳谷、临清乡间还喜吃金银卷：将发面团擀成面皮，上铺一层玉米面卷起蒸熟切段。此品为以粗代细的代表食品。

鲁中农村，日常菜肴也颇为精细。中午多以新鲜蔬菜炒之，加一汤羹。鲁中乡间对生食大葱、大蒜、甜面酱特别嗜好。日常饮食，只要有大葱和甜面酱即可。孔子曰：“不得其酱不食。”《齐民要术》中记录的制酱法就有十几种。酱既可单独食用，又可作为调味品使用。《中国实业志》载：“葱以章丘为最肥美，男女皆好食之。”单饼或煎饼卷大葱蘸酱这种民间食法已被吸收到高级宴席上，象“烤鸭”、“锅烧鸭”一类菜肴，就要配生葱段、甜酱、单饼（或合页饼）食用。鲁中人喜生食大蒜，大蒜几乎是吃水饺、面条必备之物，也是凉拌菜的主要调味品。常见的吃法是整瓣或捣成蒜泥。也可腌制成糖醋蒜，系取鲜大蒜加入醋、糖腌泡，经月由白变成酱红即成。

淄博、潍坊一带民间对小咸菜的制作特别讲究。除了萝卜、芥菜一类外，还有如下常品：煮八宝菜旧时多将黄豆煮熟去皮，与疙瘩块、青萝卜条、煮花生米等加盐水、干辣椒、花椒、大料之类腌之，色泽艳丽，洁净青脆。

熏豆腐将豆腐片炸后，加五香料、汤汁腌制，色枣红，五香味浓，咸鲜柔韧。

韭花酱将嫩韭花去硬梗，磨成酱，加盐密封月余经发酵即可。

酱黄瓜黄瓜用盐腌出水，加酱油、花椒、大料等调好腌渍而成。为夏季食用佳品。

在潍坊，逢节日乡民多调制小鲜蔬菜，有芥菜鸡、酱疙瘩丝、拌合菜等，清爽鲜美。济南人口味偏咸，一日三餐多配有咸菜。民间有“菜不够，咸菜凑”之说。济南的小菜种类颇多，如酱萝卜、腌茼蒿、腌香椿、糖蒜、磨茄等，制作都很讲究。磨前选用当地产的大红袍圆茄，去蒂放清水缸内，用砖头或粗石块将茄皮磨光，在茄上扎眼加盐、酱腌制。此外，还喜食凉拌腐皮、腐竹、糖醋藕片、粉皮等。

在济南，还有一种家家都会做的“酥锅”。此菜制作一般用砂锅，底部垫些老菜叶，然后分层排入藕、豆腐、鱼、猪骨、海带卷等，撒上葱姜，加糖、醋、酱油、汤汁（以能浸没过原料为宜），置旺火烧开，慢火煨炖五六小时，待汤汁全部侵入原料中，菜变酥软时，取出放凉，随吃随取，佐食下酒皆可。

鲁北地区较有特色的佐餐小菜还有：豆豉、咸面糊。咸面糊是在严重缺菜季节，用面粉（或玉米面）调成糊，加盐、葱花、油等蒸熟，抹在玉米饼子、花卷上食用，沿海一带农家，面糊中还常加有虾酱、蟹酱等。

鲁中地区，风味小吃种类繁多，其中又多以面食为主。仅济南常见的就有：盘丝饼、油旋、荷叶粥、八批饅子、五香甜沫、鸡丝馄饨、炸茄盒、麻酱烧饼等。济南的油旋，外皮酥脆，内瓤柔软，葱香透鼻，因形似螺旋而得名。其制法早在清初的《食宪鸿秘》中已有记载。济南人多趁热食油旋，配一碗鸡丝馄饨，妙不可言。

潍坊、淄博的名小吃还有朝天锅、周村烧饼、博山石蛤蟆水饺等。潍坊朝天锅本是一种市肆小吃，露天砌灶，中置一大锅，将猪血、肺、大肠、豆腐、猪骨、肉丸子之类盛满一锅煮熟，众人围而食之，故名“朝天锅”。后来，讲卫生，移于室内。现今经改进，已成宴席上名吃。

博山石蛤蟆水饺，历史悠久，由博山一石姓店主所创制。“蛤蟆”之名，出自同行的嫉妒讥讽。不料此名一出，此小吃更名镇四方。店家即以“石蛤蟆水饺”为号。近代园林家陈从周教授曾以“博山风味推第一”横匾相赠。德川、惠民、聊城的著名小吃有：德州羊肠汤、保店驴肉、阳谷烧饼、大柳面条、无棣肴肉、聊城熏鸡等。羊肉肠历史久远，《齐民要术》中已有记载。其制法是：将羊肠洗净，在羊血中掺入粉团、豆粉，搅匀灌入肠内，每10厘米捆扎一下，入锅加汤煮熟。吃时将羊肠切段，加原汤，随带胡椒面、醋等调味品。味麻辣酸香，腴美滑润，与麻酱烧饼配食，物美价廉。

二、岁时食俗春节

此区春节习俗与北方各地类似。《济南府志》载：“季冬月八日食腊粥。二十三日吃糖瓜，祀灶神，谓之过小年。除夕日，是夕辞岁，家人设酒守岁。岁时元日祇祖先，家人称寿，食水饺及旦。元夕（即正月十五）张灯，食汤圆，散灯浮诸流水，谓之放河灯。”另外还有：“冬终岁暮，则以黄米作糕，附以红枣，谓之年糕，互相馈送。”春节夜饭，必备鱼菜。

济南人春节期间，家家做“酥锅”、“炸藕盒”。济南人对藕有着特殊的感情，款待亲友尤以藕菜为先，因为藕断后丝丝相连，寓友情永远不尽之意。

正月初一早习惯吃素馅水饺。其馅用豆腐、粉丝、炒鸡蛋、白菜调制。

除夕晚包饺子，初一清早煮制。素馅取肃净意，寓一年无麻烦事。

二月二 《济南府志》中记载：“仲春二日，打灰囤、祈谷，食煎饼，炒蝎豆。”俗谓此日龙起蛰、抬头，乡民撒草木灰于院中，打成囤底形，中间用灰盖五谷，祈一年五谷丰登。食煎饼、炒蝎豆之习，至今犹然。

春分日酿酒，酿醋。

寒食节 作社饭，习俗与北方各省同。

端午食俗同北方各剩济南人的粽子是黄粘米加枣，用苇叶包的三角粽。旧时此日泛舟大明湖，“作碧筒饮”。

六月六日旧俗此日食炒面。炒面系在面粉中加水拌湿润，先蒸，再擀细过罗，用猪油炒至焦黄色，吃时用热水加糖拌润，抓成团食用，香甜醇美。中秋节潍坊人最重中秋节。《潍县志稿》记载：是日“夜陈瓜果于庭以供月，所有供品月饼而外，并以面蒸作月形食物，直呼之曰‘月’。系用面饼两层中央以枣，面上四周镂各种花果及动物之类。”是夜，“小儿女则置之矮凳上，并于此面月上插一炷，齐声呼唤，谓之‘念月’。其词多俚语。有‘念月了，念月了，一斗麦子一个了’及‘月明光光，小儿烧香，月明圆圆，小儿玩玩’之语。邻近接声洋洋盈盈。”念月之后，“一家拜月华，则以所供各物分给小儿。是晚食物多以糖调藕梨，一家团坐欢饮，谓之圆月。”

重阳节 《济南府志》中说：“季秋九日作菊糕，士庶登高饮菊酒，德州士大夫家开筵为诗酒会，邹平之民作柿饼。”济南的菊糕，是用黄米面作成，其色如黄菊，故曰菊花糕。登高，饮菊酒，乡民也如此。文人雅士则上千佛山或开元寺。

冬至旧俗吃水饺，有“交子更年”之意。

三、礼仪食俗

1. 社交礼仪食俗

鲁中人对宴席礼仪特别看重。《临淄县志·礼俗志》载：“每食四簋，陈馈八簋，皆有限制。祭品以土产为贵，鸡、鱼、肉、加菜四件即可，多不过八，烧烤未见过分。前辈宴客，八人一席，菜用八碟八碗，适合乎中。今人添设过分，搜索异味，动云大件几个。主人示客以侈，座客复以盛饌。”以上是近代的情况，

现已大有变化。即使是经济较落后的鲁北，今日的宴会也颇丰盛。阳谷、临清民间喜宴多用三大件。其程序是：客至，主人让至客房，献茶，揖让入席，按宾主坐下。先上一碗热汤面条，谓之垫底，而后上四干果、四鲜果、四食馐（点心）。三大件一般是鸡、鸭及用梨、桃加大米蒸制的甜菜（颇类八宝饭）。每件随上二至四品行件（亦称碗）。三巡过后，酒足。再上六至八碗饭菜（多汤菜）。席间上整鸡（一般为第二大件）时，伺宴者带来菜刀。此时首席客人应送上事先备好的钱，这是给主厨的“开刀礼”。如是名厨，上鱼肴时还可讨“二道礼”。

宴会筹备及席间座次亦颇为讲究。以济南近代情形为例：主人宴客，以整席肴馐款待。主人应先到，以便迎迓诸客。客至，奉茶让座。客齐请入席。面外方位的左位为首座，有为次，左为三座，次座右为四座。其余类推，最末为主座。席终用茶。节日亲友互拜，客至，烹茶相待，或用葵花籽、炒花生之类待客。午间，烹六至八种便肴，小饮后吃饭即可。

2.婚姻食俗

济南旧俗婚嫁事，礼节严谨，规矩繁多：押聘礼媒人说合，换柬帖。柬笺必须填满，忌空白。男家除衣服、首饰外，还送百子糕、龙凤饼等。女家将食物分赠亲友，以示女儿已订婚。

成婚礼新娘上轿前，拜祖宗、拜父母，然后吃一小碗宽面条，谓“宽心面”，寓女儿遇事放宽心之意。下轿后，新娘走地毯、迈马鞍（谓之“安子”），过火炉时有人洒酒，谓之兴旺。门口还放有烧红的砖、筷子之类，均寓美好意。入洞房后，喝交杯酒，要互相斟饮。吃子孙饽饽，此饽饽系男方纳吉之日送至女方家的，计有荤素水饺各一盂，面一盂，枣、栗各一盘，俗称“油头粉面”。鲁人最重此礼。女方家收下素饺，备三日后款待新婿；荤饺等随嫁妆返回男家。食时，女傧相发问：“生否？”应：“生。”这就是所谓“下轿包子（水饺）上轿面”。

婚宴上第一道菜时，新郎入席道谢。席散，送入洞房，行合卺礼。旧俗女出嫁，当日无人护送，仅遣弟弟辈或晚辈送生面条、肉盒子（即夹肉馅的圆饼）一盘、咸菜一碟、稀饭一罐，名曰“小饭”，这是预备新嫁娘当日食用的。旧俗新娘三日不食男家饭。

结婚第二日扫墓，女家又送面二斤（1 公斤），以备二日之用，谓之“抬头面”。三日早起拜公姑，合家吃饭，叫“团圆饭”。接着家人引新媳入厨房，行中馈礼。新娘用油煎糕，取见“高”（糕）之义。然后返娘家拜父母，饮茶，但不吃

饭，随即返回男家。婚后四五日，拜亲友。第六日新婚夫妇至岳家，新婿拜见岳父母，中午在岳父家吃饭。第十二日，设宴，请亲戚与新娘见面。

在鲁北平原，过去在新娘进至洞房门口时，有“打”新娘的陋俗。

3.生育食俗

鲁中区，生小孩当天，用红鸡蛋向孩子姥姥家及众亲友“报喜”。亲友用鸡蛋、小米、红糖贺喜，谓之“看喜”。第三日办酒席，亲友来贺。如是男孩，尤为隆重。

4.丧葬食俗

济南旧俗，老人死后第三日，丧家以瓦罐盛米汤赴土地庙，呼唤亲人并遍洒米汤，谓之“送三”。出殡日，全家及亲友食丧葬饭。在鲁北平原，此日晚必备八碗菜，并用祭礼上的菜品烩锅待客。故此地之“八大碗”即丧宴的代称，在喜庆场合是绝对禁说的。

第三章 胶东食风

胶东半岛素有“山东明珠”之称，海岸线长达 2000 余公里，沿海岛屿星罗棋布。海产品极为丰富，仅近海的鱼、虾就达 260 余种。此外，还有数量可观的贝类、软体动物等。胶东多属丘陵地，但沿海岸有一条较平稳的带形平地，良田沃野，气候温和，物产丰富，主产小麦、豆类和桑麻，丘陵地盛产各种水果。烟台苹果、莱阳在梨闻名遐迩。

胶东人民自古擅长烹饪。胶东菜早在春秋时已有相当成就。后经汉、晋、隋、唐历代发展，成为鲁菜的重要组成部分。据《福山县志》记载：胶东菜大约形成于元、明间。明末清初，胶东人外出谋生并大量进入北京，将胶东菜带入北京，并成为京都菜的主流。胶东菜讲究用料，刀工精细，口味清爽脆嫩，保持菜肴原料的原有汁味，长于海鲜制作，尤以烹制小海货见长。清末以来胶东菜又形成以京、津为代表的“京帮胶东菜”，以烟台福山为代表的“本帮胶东菜”，以青岛为代表的“改良胶东菜”。京帮受清宫御膳影响较大，制作考究，派场华丽，长于肉类、禽蛋及干货制作，对水陆八珍烹制尤有独到之处。本帮菜以传统特色著称，长于海鲜制作，口味偏于清淡、平和，以鲜为主，脆嫩清爽。乡间厨师还长于猪下水烹制。本帮菜的主要名菜有：糟熘鱼片、馏虾、炸蛎黄、清蒸嘉吉鱼、葱烧海参、煎烹大虾、浮油鸡片、清炒腰花、油爆乌鱼花、红烧大蛤、油爆海螺、芙蓉干贝

等。相传，明代兵部尚书郭忠皋回福山探亲，并将一名福山名厨带进京城。福山厨师技压京城，成为皇帝的御厨。御厨告老还乡后数年，皇帝思食福山的“糟熘鱼片”，派半副銮驾往福山传召老名厨进宫。那名厨的家乡被人称为“銮驾庄”。

改良派广泛吸收西餐技艺，采用果酱、面包等原料。代表菜有：烤嘉吉鱼、茄汁菊花鱼、大虾、炸虾托、咖喱鸡块、氽西施舌、油爆双花、龙凤双腿等。其中氽西施舌淡爽清新、脆嫩。相传，清末文人王绪曾赴青岛聚福楼开业典礼。宴席将结束时，上了一道用大蛤腹足肌烹制而成的汤肴，色泽洁白细腻，鲜嫩脆爽。王绪询问菜名，店主答说无美名，求王秀才赐名。王乘兴写下“西施舌”三字。从此，此菜得名“西施舌”。

一、日常食俗

胶东各地均以面食为主，兼及各种杂粮。一般日食三餐，早晨以稀为主，配食小面食、油炸食品及点心等；午餐以干为主，讲究佐餐小菜；晚餐也以干为主，大多配有面汤（带有汤水的面条）、馄饨、棋子面（即面片汤）之类的稀食。农村闲时一日三餐在家中土炕上食用，忙时在田野里吃。农家旧时以玉米面制品为主，如玉米面饼子、玉米杂粮窝头，或吃用地瓜制成的食品。主要劳力三餐均以干为主，妇女、小孩则要干稀搭配。农村习惯早晨制作全天的主食，午、晚仅炒菜、做稀饭而已。农忙时中午稀饭多为熬术汤或绿豆汤，闲时多以杂粮调节。掖县、黄县早晚多食一种用高粱屑做的稀饭，当地人称为“生渣饭”（生，土音读作“哥”，谓生不出，也写作“嘎”）。据《续掖县志·风俗》载：“生渣饭，此饭专以胡秫（即高粱）磨屑煮粥，或曰粥之在釜而起厚皮者曰生渣？？他县呼为红粥或高粱面饭，而家常所食吾掖最多。”而今，这种高粱粥多被淘汰。

胶东人主食花样较多，常见的面粉制品有：饽饽（即馒头）通常不用老面（即已发酵面团）发面，而是用一种自制的发酵粉——“引子”发面。此“引子”发面，无须加碱中和。蒸熟后的饽饽香醇甘美，色洁白，松软柔软，富有弹性。

面条当地有“软面饺子硬面汤”之说。硬面汤是说擀面条的面团和得很硬，和面加盐、碱。卤汤，近海处多用海鲜，如蛤、蛭、鱼肉加汤汁制成，突出海味；内陆多以肉、禽蛋、蔬菜制作，以清鲜嫩爽见长。

水饺胶东农村称之为“馄饨”。制馅以蔬菜为主，肉为辅。多在馅中调以海米、虾皮、蟹末之类，以增加鲜味。此为节日、待客或改善饮食的主要食品。

葱花脂油饼大小直径达40~60厘米。

玉米多磨成粉食用。常见有以下几种：

饼子亦称“片片”或“粑粑”。系在玉米面中掺少量大豆粉，调和软面团，贴在铁锅边烙成，一面焦香，一面松软。

窝窝头

玉米卷子系用玉米粉加小麦粉发酵后蒸成的馒头，因形状为长方形，称为卷子（半球状馒头则称“饽饽”）。

玉米面糕也叫“汽馏”，系用玉米面加少量米粉（黄米、稻米均可）调至半湿润，盛盘入锅蒸透，取下用手搓细，用筛子筛在垫有展布的蒸笼上蒸熟，切成长方块即可食，此品柔软暄和，内呈细孔隙状，香甜可口。制作虽费时，仍不失为以粗代细之品。

地瓜（甘薯）吃法也多。一是直接煮熟，旧时农村早饭多食此。二是煮生地瓜干，即先晒干后煮食，也是过去农村人的主食。三是熟地瓜干，即先煮熟，再切片晾干，食时可煮可不煮，但一般皆人蒸笼蒸至回软时食用。四是地瓜面汤，即用地瓜粉（有时掺面粉）擀面条或用漏勺挤压成条入沸水锅内煮熟，调以卤汁，滑腴甜美。

胶东大米少，故胶东人视大米较面粉为珍贵，非喜庆节日宴席不用。胶东农村烹饪技术不亚于城镇，尤其是在福山县一带，民间厨师水平高超，每逢婚嫁喜日或逢年过节，家家大显神通，着实令人惊叹。当地有“要想吃好饭，围着福山转”之说。相传，福山原名两水镇，宋天会年间，伪齐皇帝刘豫路过此地，品尝当地佳肴后几乎不想离去，临行时赐名“福山”。民间宴席菜肴多用蒸、煮、氽、炸、焖等技法。常见菜肴有：黄焖鸡、草菇蒸鸡、手抓大虾、芙蓉干贝、炸蛎黄、锅黄鱼等。其中法源于胶东民间，有浓厚的地方特色。

胶东人日常的佐餐菜肴，大体分为两类：一是沿海渔区，以海味为主；二是内陆山区，以鲜、干蔬菜为主。常见海味品，除鲜食外，主要还有：腌干鱼将捕捞的小杂鱼盐渍晒干，以备冬春缺菜或无海事时食用。食用法一是蒸，二是炙。蒸时配葱加油，味香鲜；炙是放铁锅内，加少量植物油，炙至焦黄，再撕而食之，味焦香。

虾酱用春秋两季捕捞的小虾，粉碎后加盐密封发酵，蒸熟后食用。色泽鲜红，味鲜咸，为农家冬闲早餐主要佐餐之肴，还可用来待客。另有鱼酱、蟹酱，制法与虾酱类似。

醉腌蟹将从海滩上捕来的小海蟹，加酒和盐腌渍，密封存放，供午晚餐佐食。

在丘陵地带，日常佐食之肴，称小菜，以鲜、干蔬菜及豆制品为主。特色小菜有如下几种：杂菜炸又名小豆腐。《牟平县志·方言》云：“豆腐和杂菜（音“chó”，合煮之意）之曰‘小豆腐’，亦曰‘豆沫子’。”制法是将泡好的大豆带水磨碎，呈稀粥状，称为“豆粕”，另将芋叶、萝卜叶、老白菜叶或野菜叶切碎，与豆粕合调入锅煮熟，豆香清爽，荒年可代饭。《莱阳县志》有“豆粕芋叶为佐品”之说，即指此。

萝卜缨子芽用萝卜叶配玉米面制成，饭菜合一。方法是将萝卜缨（干品要泡软）加盐腌好切细丝，加调味品，再拌玉米粉上笼蒸熟即可。腌菜的原料主要是芥菜疙瘩、萝卜，吃时配干鱼。几乎家家制豆瓣酱，用于调味或蘸大葱。腌蛋，为农家珍贵的佐餐之物，旧时常用来待客。

胶东各类风味小吃主要以面制品为主，兼及米粉、豆类，制法多蒸、煮、炸、烙、烤。主要品种有福山拉面、叉子火食、硬面锅饼，蓬莱小面，黄县肉盒，掖县肉火烧，烟台油条、炸糕、炸面鱼，宁海州脑饭，文登三把火烧、馄饨、枣糕、烧麦、水煮包，荣城、海阳的鱼饺、虾饺等。

拉面原是福山平民之食，后传入城镇。据传，明末清初传进宫廷，拉面的面条细如发，很得老太后欢心，特赐名“龙须面”。此面要经调面、饧面、甩打、抻拉而成。条可粗可细，可扁可圆。其卤汁可调配成炸酱、麻汁、鸡丝、肉末、高汤、三鲜、海米、鱼肉、虾仁等几十种。

蓬莱小面也系抻拉而成，卤汁特用当地的嘉吉鱼肉调制而成，鲜美可口。此面半两一碗，旧时殷富之家用作早餐。据说，宋朝大文豪苏东坡到登州，每餐必食小面。

掖县肉火烧也就是火食。据《续掖县志》记载：“火烧，即火食也。

盖因沿街擎卖者高呼‘火食嗽’，遂沿食与嗽音按呼转变为‘火烧’，且因火焰烙熟而食，则烧字亦有意义。”此火烧采用酵面制作，包入猪肉馅或虾仁三鲜馅，擀成扁圆状烙制而成。胶东贫民从前多操此业为生，将制作方法传至各地。

二、岁时食俗

春节 当然也是最隆重的节日，其俗与鲁中相似。年前所蒸的饽饽特别讲究，式样繁多。常见的有半球形及各类象形饽饽，如元宝、圣鸡、刺猬、圣件及掺有红豆或包馅的饽饽、包子。平时的饽饽上面有一乳头状凸起，含有喜庆意；祭祀用的饽饽不能有此乳头。平时的饽饽有裂口为吉祥，称为“笑了”，供品饽饽做成半球形，不能开花，因为胶东人认为用开花“笑”馒头祭祖是有罪的，祭神则是对神的亵渎。除夕祭不同的神，用不同的饽饽，如祭财神用元宝状，祭天神用“圣鸡”形，祭平安之神用“圣件”，祭谷神用“刺猬”等。年夜饭除水饺外，还要吃“团圆饼”，此饼内夹层用大枣、红糖做馅制成，并按全家人口数各制一小圣鸡粘于饼上，每人一份，都要吃。“花斑马”系用面粉掺进整粒的熟红豆蒸制而成的食品，年夜饭食此，寓意飞黄腾达。其他年节小食品还有：芋头，寓生活愉快；煮南瓜，因其色金黄，为“金瓜”，象征财富。人们在切瓜时，口中还念念有词：“呼呼呼，切什么？切金瓜。切金瓜，明年财宝装满家。”除夕晚，将白天剩余的菜肴各盛上一点儿，另取带鱼一条，一圈圈围于碗中蒸熟，谓之“圈福”。还备有“隔年菜”、“合菜”等。饭后还要吃炒花生，谓之“长生果”。正月初一早饭只吃水饺。水饺是除夕夜包好的，里面要包进硬币、花生仁、栗子、红枣等吉祥物，数量全用偶数，人人都希望自己吃到得多。一般来说，老年人重视吃硬币和长生果的数量；青年夫妇重吃红枣、栗子的数量，这谓之“抢财争福”。全年中，唯此餐可不拘礼节乱挑乱拣，故而呈一派热闹欢快气氛。

元宵节 胶东人称“灯节”。旧时殷实之家，用豆面粉调成硬面团作成柱形或鱼、鸡、神虫、羊、猪等各种形状的面灯，中间留一凹窝，盛植物油，插上灯芯，供晚间点燃。一般乡民多用胡萝卜制灯。主灯 12 只，与 12 个月份有关，其余各种灯散放在各处。如鱼灯放水缸中，神虫灯放粮囤中，畜禽灯放畜圈或鸡窝中。主人按主灯的灯花状及自熄的先后卜来年的丰歉。

二月二日旧时农家祭祀土地庙。用灶灰“打灰圈”。中间用灰盖五谷，视鸟啄食情况以上丰歉。是日多吃干饭，并用五谷煮粥。

寒食节 旧俗午餐食冷食，迷信说法是日若举火，则降冰雹。

清明也有蒸“春燕”食俗，还吃煮鸡蛋。

端午节 包粽、饮雄黄酒与各地同。还吃煮蛋。母亲为小儿手足缠五彩丝，门前挂艾叶，谓之“辟邪”。

夏至日此日用已八成熟的麦粒煮熟后捞出，放石碾上碾或石磨上磨制成条絮状，称“连展”。旧时用此度饥荒，今已不多见。六月一日此日晚吃水饺，谓之过“小年”。六月六日中午吃面条，用缸蓄水做酱。

立秋吃水饺。旧有“立秋饺子夏至面”之谚语，今依然如此。

七月一日旧俗谓之“邪七巧”，家家烙制无馅烧饼。

七月七日七巧节。胶东多用模具压制各种花卉、虫鸟图案的精巧面食品，在锅中烙熟，谓之吃“巧果”。母亲常将巧果穿成一长串，供小儿食用，或悬于墙壁。

八月一日当地称为“开沟日”，因此日开始刨地收地瓜、山芋。居民多煮地瓜、山芋尝新。

八月十五 无异俗。

重阳节 蒸食花糕，并馈亲友，旧俗酿菊花酒。

腊八 亦食腊八粥。旧俗酿腊酒，以备过年之需。

三、礼仪食俗

1. 社交礼仪食俗

胶东人待客颇讲究。凡是于亲，必以最高礼仪接待；客人也须携重礼探亲家。旧俗，若是男客，至少应煮四个荷包蛋，加上白糖款待，继而炒花生，献茶。午饭四个或六个菜，饮酒。未婚女婿或新婚首次登门的女婿，按此规格招待。其他亲友，如姑、舅、姨姐妹等招待饭食比较随便。

在胶东，探亲有一定时序。例如：春节后三日至正月十五以前，均为“走亲戚”时间。农历六月麦已收，用新麦粉蒸饽饽探亲，谓之“看伏”。

宴席礼仪也有讲究。以烟台为例，主要宴席形式有“三大件”、“半桌头”、“四二八”、“四一六”等。“四二八”即四个冷菜，两大件（大件即大菜），八个热菜，外加饭菜，中间上两道点心。宴前一天，主人上门相邀，谓之“请客”。宴席一般在中午。农村在开宴前几小时，主人要再次派人“请客”。客齐入座，先上水果，多不吃；后上点心，叫“酒前点心”，不让客人喝空肚酒。此后上凉菜、大件（即整鱼、整鸡）及行件（即热炒菜）。若系喜庆宴，头一杯必喝红酒，酒筵终