

尧王贡宴

赵军 编著



 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

尧王贡宴 / 赵军编著. —北京: 中国轻工业出版社,
2006.8

ISBN 7-5019-5390-2

I. 尧... II. 赵... III. 菜谱—临汾市 IV. TS972.182.253

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 038934 号

责任编辑: 高惠京 责任终审: 劳国强 整体设计: 高惠京
责任校对: 郎静瀛 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)

印 刷: 北京画中画印刷有限公司印刷

经 销: 各地新华书店

版 次: 2006年8月第1版第1次印刷

开 本: 787 × 1092 1/16 印 张: 5.5

字 数: 120千字

书 号: ISBN 7-5019-5390-2/TS · 3139 定 价: 35.00元

读者服务部邮购热线电话: 010-65241695 85111729 传真: 010-85111730

发行电话: 010-85119845 65128898 传真: 010-85113293

网址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

60123S1X101ZBW



赵 军

中国烹饪协会会员、中式烹调国家二级裁判、餐饮业职业经理人。

2004年10月，他带领厨师研制成功“尧王贡宴”，并于2005年4月率领厨师团队代表太钢集团临汾钢铁有限公司参加第三届东方美食国际大赛获团体金牌。

赵军能把美好的文化理念融入精美的饌肴之中，出于他对厨艺精益求精的不懈追求和对华夏文明、特别是尧文化的深刻认识和垂青挚爱。

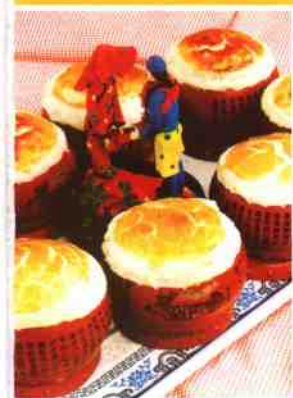
尧王贡宴



尧王贡宴



赵军 编著



 中国轻工业出版社

唐尧故地人文美
晋南飲食添新花

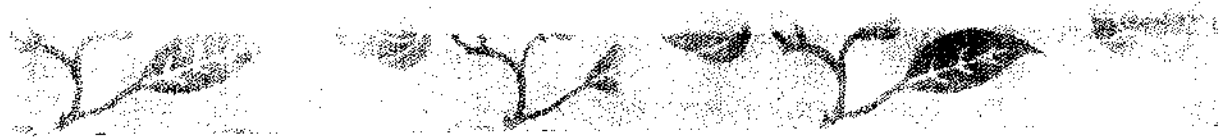
賀“堯王負簋”面世

張世堯

二〇〇六年元月



世界中国烹饪联合会会长、中国烹饪协会名誉会长张世尧题词



聲懷宏音之
生光華芳五
源長

賀《亮王宴》雅興
乙酉年春月 王義均



国际餐饮协会高级顾问、北京烹饪协会副会长、中国十大名厨、国宝级烹饪大师、鲁菜泰斗王义均题词

大堯之德傳千載
中華食風有新篇

賀《堯王貢宴》出版

北京大董烤鴨店

董振祥題



国际大赛评委、中国烹饪大师、北京大董烤鸭店董事长董振祥题词

编委会名单

总 顾 问：侯过平（太钢集团临汾钢铁有限公司总经理）

总 策 划：孙铁忠（太钢集团临汾钢铁有限公司工会主席）

尧文化顾问：高国宪 景东亮 王金保 高树德

特约顾问：张 跃 韩 英 杨永辉

编 著：赵 军

编委成员：段军民 刘纹纹 赵 炯 张腊全

菜肴制作：段军民 刘纹纹 刘 荣 张春剑

张小龙 张兴旺 姚星星 赵海军

郭新华 李梅栓（民间艺人）

摄 影：刘建军（高级摄影师）

李俊峰（高级摄影师）

刘栋梁（山西省临汾市台北风情婚纱摄影有限公司总经理）

技术指导及主要制作人员简介

※ 著名专家技术指导



屈 浩 世界烹饪大师、法国厨皇授予荣誉会长和五星优越奖、六项国际金奖得主、亚洲大厨、世界烹饪大赛评委、中国烹饪大师。



严惠琴 全国劳动模范、中国烹饪大师、餐饮业国家级评委、中式烹调国家级裁判、上海新锦江大酒店行政总厨。

※ 主要制作人员

赵 军 中国烹饪协会会员、中式烹调国家二级裁判、餐饮业职业经理人。

2004年10月，带领厨师研制成功“尧王贡宴”，并于2005年4月率领厨师团队代表太钢集团临汾钢铁有限公司参加第三届东方美食国际大赛获团体金牌。

段军民 中国烹饪协会会员、中式烹调高级技师。

2003年3月，在第三届“中国潮州菜”大赛中荣获优胜奖，同时荣获“烹饪技术能手”称号；2003年8月，赴上海跟随全国劳动模范、中国烹饪大师、新锦江大酒店行政总厨严惠琴学习扬州菜烹饪技术；2005年6月，赴北京跟随世界烹饪大师、六项国际金奖得主、亚洲大厨屈浩学习高级烹饪专业技术。

刘纹纹 中国烹饪协会会员、中式烹调高级技师、高级营养配餐师。

2005年4月，在第三届东方美食国际大赛中，其菜品“尧天一柱”荣获金牌。

张春剑 中式高级面点师。

2005年4月，参加第三届东方美食国际大赛，其作品“舜日五谷丰”、“尧王贡面”荣获金牌。

张小龙 中式烹调高级技师。

2005年4月，参加第三届东方美食国际大赛，其菜品“尧天六畜旺”、“莲年有余”荣获金牌。



本书编著者赵军(右)与国宝级烹饪大师王义均(中)、亚洲大厨屈浩(左)合影



“尧王贡宴”获团体金牌奖后,主要创作人员与亚洲大厨屈浩(中)合影留念



太钢集团临汾钢铁有限公司领导与“尧王贡宴”获奖团队在一起



赵军(中)与中国烹饪协会副秘书长李亚光(左)、北京全聚德烤鸭集团总经理邢颖(右)一起合影



赵军(右)与世界中国烹饪联合会会长、中国烹饪协会名誉会长张世尧(左)合影



赵军(左)与中国烹饪协会秘书长冯恩援(右)、保定会馆董事长梁连起(中)合影

序

“尧王贡宴”是以地方传统美食为基础、依据现代营养科学、采用不断改进的烹饪方法、通过反复实践研制的、寓有文化理念的精美宴席。本书旨在让品尝菜肴的食客在享受美食的同时，还能领略尧都平阳（即今山西省临汾）深厚的历史文化、和谐的人文精神，既可营养健身，又能怡情益智，获得美好的艺术享受。

本书编撰者赵军先生，是如今在尧都城内诸多餐饮职业经理人当中一位年轻有为的佼佼者。2005年，他策划、带领其厨师团队获得第三届东方美食国际大奖赛团体金牌。赵军能把美好的文化理念融入精美的饌肴之中，出于他对厨艺精益求精的不懈追求和对华夏文明、特别是尧文化的深刻认识和垂青挚爱。

“尧文化”是尧、舜、禹时代的文化，属于我们华夏族人由氏族社会步入方国文明这一特定时段的文化。这个时期以尧为代表的民本思想“和合”理念，形成了我国传统文化的主体——儒家思想的渊源、对后世产生了十分广泛、深刻的影响。数千年来，尧一直作为一个传说人物被世代神化颂扬。自上世纪后半叶至今，在临汾盆地的陶寺一带

发掘出陶唐氏遗存的先民墓地、城址宫殿和古观象台后，代表国家文明地源的“尧文化”被正式提出，临汾市尧都区尧庙的修复，以及尧都广场、华表、华门等的建设展现出一派夺人的光彩。深入研究，探讨尧时期的民生民俗、寻根问祖、追本溯源，成了尧乡人民和海内外史论工作者的热门话题。

这也正是赵军先生全心投入编撰本书的情感动因。

论及饮食文化，尧舜时代已初现端倪。其时生产力低下、物资匮乏，人们的养生保健观念是在重视五谷百蔬营养作用的同时，更注重人的精神生活；主张“息纷争，求和谐”，认为以平和的心态对待人生才能益寿延年，才是人生的最高境界。这类人多隐居山林，不求闻达。尧在平阳为帝时曾登姑射山寻访四子，求贤问政。但隐者们崇尚“日出而作，日落而息，耕田而食，凿井而饮”的养生之道，无意过问政事。以上所述只偏重了尧时养生文化的一个方面，其实尧的时代已有了分管营养保健的专业职事。尧的近臣钱铿就是当时一位非常有名的养生家。他看到帝尧日理万机、忧劳民事，恐有损于尧的健康，于是专门选用草药熬野鸡汤给尧王滋补，钱铿便是传说活了八百岁的彭祖，历夏王朝到商代依然健在，应知上古之事，职官世袭，彭氏族

人世代以研究养生为业，多有年高寿长者。“彭祖八百”之说，实乃溢美的佳话。

自尧以后，饮食文化不断发展。战国时，孔子提出了“食不厌精”的主张，对后世餐饮质量的精美丰富影响很大。由于地域气候的不同，全国出现了很多各具特色的著名菜系，尤其是改革开放以来，经济发展，人民富裕，民众对享受美食有了更高的要求，在重视美味、营养的同时，更重视餐饮的文化意趣。《尧王贡宴》一书的推出，正是适应了这一日益提高的社会需求。

该书特别重视每道菜的创意和造型。“尧天一柱”是取自尧王首创“诽谤木”博纳众谏的民本思想的主题，用冷拼的手法配以精雕细刻的华表，歌颂尧王沟通君民协调关系的先河、开创尧天舜日盛世的不朽功业。

“尧祈倦鸟归”把中华儿女祈盼国家统一的意愿和台湾三党先后组团访问大陆的情节，用精湛的厨艺完美地表现出来。

“尧王贡宴”是本书的主体部分，包括尧天六畜旺、舜日五谷丰、大禹治水等菜品，每个菜都有新的创意、美的造型，使人入座见菜，便生愉悦之情。



书中有一篇章名为“人生四喜”，内容是以吉祥喜庆的文化内涵创制的菜品。如洞房花烛夜、金榜题名时、久旱逢甘霖、他乡遇故知等，众所周知，闻之生情。

另外，书中还有“尧乡食趣”和“尧乡面食”两个部分，其中的菜点均属于尧都地域的传统美食。例如，煮拍拍和最平常的和子饭等，此类尧乡百姓的家常便饭，千百年来祖祖辈辈享用，人们几天不吃就会叨念，虽说普通，实乃美餐，今天也都“登堂亮相”。

本书详细介绍了每道菜的立意、命名和它所包含的文化意蕴，祥和意趣，图文并茂。应该说，这是一部颇具特色的完美专著。

山西省临汾市尧文化研究会副会长

原山西省临汾市尧都区政协副主席

高国宪



尧王贡宴篇



尚书·尧典
凉菜／26

华夏一统
凉菜／24

天地和合
凉菜／22

盛世华门
凉菜／20

尧祈倦鸟归
凉菜／18

尧天一柱
冷拼／16



禅让
热菜／38

鲤鱼跃龙门
热菜／36

尧天六畜旺
热菜／34

四季发财
热菜／32

莲年有余
热菜／30

鼎盛中华
热菜／28



尧王贡面
面点／50

尧饼
面点／48

尧井亭
汤／46

舜日五谷丰
热菜／44

大禹治水
热菜／42

彩虹大排
热菜／40