

烹饪理论与实践

首届中国烹饪学术研讨会论文选集

中国烹饪协会 编



中国商业出版社

烹饪理论与实践

——首届中国烹饪学术研讨会论文选集

中国烹饪协会 编

中国商业出版社

烹饪理论与实践

——首届中国烹饪学术研讨会论文选集

中国烹饪协会编

•

中国商业出版社出版发行
北京市复兴门内大街45号
新华书店总店科技发行所经销
北京育才印刷厂印刷

•

850×1168毫米 32开 10印张 225千字

1991年6月第1版 1991年6月第1次印刷

印数：1—3000册 定价：7.00元

ISBN7-5044-0920-0/TS·133

编辑说明

一、这本书是根据1989年8月在长沙召开的首届中国烹饪学术研讨会的论文选编的。目的是帮助广大烹饪工作者和爱好者了解当前我国烹饪学术研究状况，交流学习研究经验，推动烹饪学术研究的进一步开展。

二、选入本书的文稿共42篇，涉及到烹饪科学、烹饪文化、烹饪美学、烹饪继承和创新、烹饪与营养、烹调方法、食物结构改革、筵席改革、菜肴评判标准、菜系形成与发展、烹饪社会层次及其发展趋势等方面。这些论文，着重研究探讨了当前发展我国烹饪事业面临的带有理论性、方向性的问题，祁望能对中国烹饪的理论研究与实践有一定的指导作用。

三、限于编写人员的水平，这本书的缺点一定不少。我们恳切地希望广大读者多多提出宝贵意见。这次研讨会和收入本书的内容比较广泛。中国烹饪历史悠久，但是，关于中国烹饪的理论研究则很少。现在的研究工作，只能说是处于起步阶段。

中国烹饪协会

一九九〇年十二月

目 录

代序

- 在首届中国烹饪学术研讨会上的讲话 ……姜 习 (1)
- 关于烹饪的本质属性与烹饪科学问题 ……聂凤乔 (9)
- 中国烹饪学概要 ……陶文台 (20)
- 对中国饮食史阶段性问题的初步思考 ……赵荣光 (46)
- 楚文化与楚菜 ……陈光新 (50)
- 论海派菜 ……林若君 (62)
- 从粤菜的形成、发展、特色和影响,
看菜系的划分“标准” ……周光武 (68)
- 从湘菜的发展试论继承与创新的辩证
关系 ……石荫祥 王劲松 (75)
- 论继承和发扬中国烹饪的优良传统 ……李新健 (82)
- 论中国烹饪的继承和创新 ……范立华 (88)
- 简论继承和发扬中国烹饪的优良传统 ……巫德华 (93)
- 论正宗菜和创新菜 ……许菊云 (100)
- 论创新菜肴的方法 ……熊四智 (104)
- 试论工艺菜的实用价值 ……田玉堂 (120)
- 试论工艺菜的继承与发展 ……何荣显 (124)
- 工艺菜浅论 ……高元盛 (132)
- 我对工艺菜的一些看法 ……刘国栋 (138)
- 评工艺菜 ……张祖根 胡建国 (142)
- 试谈对萝卜雕刻花鸟山水艺术的看法 ……赵建民 (146)
- 切题切景、适当布置
——对萝卜雕刻花鸟、山水艺术的想法 ……姚亚生 (153)

论中国烹饪的社会层次及其发展趋势	周三金	(157)
试论中国烹饪的社会层次及其发展趋势	张毅	(164)
筵席改革的方向和措施	张元善	(171)
中国筵席改革的方向和措施	孙涛	(177)
中国筵席改革的方向与措施	韩德春	(183)
中国筵席的组合与改进	刘铭	(191)
关于宴会改革的探讨	郭起云	(198)
分餐制浅论	周继祥	(204)
试论吃的改革	姜溪雨	(208)
调配好家庭膳食是我国食物结构改革		
中的一个重要问题	贾利民	(213)
改变膳食结构, 开发营养资源	索颖	(220)
浅谈不同档次会议餐营养的合理构成	张育玲	(225)
烹饪与营养的理论和实践	钱锋	(236)
加快我国快餐食品发展的步伐	吴锦荣	(240)
对定义中餐烹调方法的浅见	孙玉民	(247)
谈烹调方法的分类	刘宏宾	(252)
论中国菜评判标准的制订和实施	林培森	(256)
菜品应属审美范围	林洪德	(260)
“名师名菜”之我见	张印	(272)
论袁枚对中国烹饪的三大贡献	杜莉	(276)
烹调中油、水传热特性的探讨	汪荣 阎喜霜	(296)
烹饪王国面临着挑战		
——参加第十七届奥林匹克国际烹饪		
大赛引起的深思	顾明钟	(302)

代 序

——在首届中国烹饪学术研 讨会上的讲话

中国烹饪协会会长 姜习

同志们：

中国烹饪协会和湖南省烹饪协会在长沙市联合举行的中国烹饪学术研讨会，经过二天的宣读论文和一天的讨论，已经完成了预定的会议议程，今天就要结束了。

我们这次研讨会是在制止动乱、平息反革命暴乱之后召开的。借此机会，我代表商业部和中国烹饪协会，向在动乱中坚守岗位，照常营业，满足广大人民生活需要，为稳定市场、稳定人心，作出了积极贡献的饮食服务行业的广大职工表示深切的感谢！希望大家在党的十三届四中全会精神指引下，继续努力工作，调整结构，拉开档次，开拓经营，在新形势下取得新的成绩。

为召开这次全国性的烹饪学术研讨会，各有关方面都作了一些酝酿和准备，克服了动乱给我们造成的困难，使研讨会得到按期举行。早在1987年4月中国烹协第一次代表会议上，我就提出了组织开展烹饪学术活动的意见，目的是使我国的烹饪传统技艺在与现代科学成果的结合上有新的突破，逐步建立起我国的烹饪理论体系。去年10月，在浙江省湖州市召开的全国烹协秘书长工作座谈会上，曾就这项活动作出了安排。后来，又经中国烹协常务理事会研究决定，在今年8月与湖南省烹协联合举行这次研讨

会。

各地对于这次会议都很重视。从今年1月中国烹协发出举行中国烹饪学术研讨会的通知后，各地立即组织和指导有关人员撰写论文。有些同志一听说烹协要举行这样的会议，不等本省布置，就把论文写好，直接寄给我们。有些省市烹饪协会，还为此举行了本地的烹饪学术研讨会，推荐水准较高的论文参加这次研讨会。据统计，这次研讨会共收到论文166篇，其中：黑龙江22篇，陕西16篇，辽宁15篇，湖北12篇，江苏10篇，国家机关9篇，吉林8篇，山东、四川、安徽各7篇，北京、上海、湖南、云南各6篇，福建、山西各5篇，天津、贵州、新疆各4篇，广东3篇，河北、广西各2篇。

鉴于这次研讨会的会议时间较短，会议的规模也不宜过大，因此不可能邀请所有撰写论文的同志都出席会议。经过反复研究和烹协秘书长办公会议审定，我们从166篇论文中，挑选了有代表性的论文48篇在会上进行宣读。这些论文的作者，有教授、讲师、营养专家、刊物编辑和烹饪研究人员22人，占总数的46%；烹调师、面点师10人，占21%；管理干部16人，占33%。有这么多的教授、讲师、专家和研究人員亲自执笔撰写论文，把他们的感受、心得和研究成果奉献出来，这的确是可喜可贵之举，说明大家对我国烹饪实践研究有素，同时也说明我们这次研讨会具有较高学术水平。另外，从与会人员的年龄结构上看，老年人占17%，中年人占62%，青年人占21%，是一次体现了老中青三结合的会议，说明我们烹饪理论队伍有了基础，后继有人。有的同志认为去年我们搞的第二届全国烹饪技术比赛是技术导向，今年的烹饪学术研讨会是理论导向，前者属武、后者属文，一武一文，说明我们的烹饪事业进入了一个新的发展阶段。

举行全国性的烹饪学术研讨会，是建国以来的第一次。尽管我们组织这项活动缺乏经验，但由于与会同志以及各方面的共同努力和密切配合，这次会议开得是很成功的。大家以“继承、发

扬、开拓、创新”为指导，紧密联系实际，研究探讨当前发展烹饪事业面临的带有理论性、方向性、方针性的问题，各抒己见，百家争鸣，使会议开得很活跃很有成效，达到了预期的目的。

听了宣读论文和讨论，觉得大家最有感受和潜心研究的问题，比较集中地反映在以下几个方面：

论中国烹饪的继承和创新，7 篇论文，占15%；

评工艺菜，6 篇论文，占13%；

论筵席改革，6 篇论文，占13%；

论中国烹饪艺术有危机感，3 篇论文，占6%。

有些论文的观点比较一致或接近一致，也有些论文观点不一致。作为烹饪学术研讨会，应有自由论述的气氛，允许相互不同的观点存在。因为论文作者本身的阅历不同，所处的环境条件不同，以及研究问题的角度不同，不可能也不需要求得一致，或作出某种结论。我们常说，实践是检验真理的唯一标准。只有把这些观点运用到实践中去加以检验，最后才能得出正确的结论。

我作为参加这次研讨会的一员，借此机会谈一谈自己对一些问题的看法，与同志们共同探讨，但不是作什么结论。

1. 关于继承和发扬中国烹饪的优良传统问题。大家都清楚，我们国家是一个有悠久历史的文明古国，作为中华民族灿烂文化组成部分的烹饪技艺，在世界上占有相当重要的地位，享有很高的声誉，是我国广大烹饪工作者经过几千年的实践创造的丰硕成果。把这项宝贵遗产继承下来，加以发扬光大，推陈出新，是历史赋予我们的光荣使命。全国各地许多单位对这个问题是很重视的，他们多年来采取必要的措施，不断提高广大烹饪工作者的思想认识，提高烹饪理论和烹饪技术水平，把优良的烹饪传统继承下来，运用到实际工作中去，取得了很好的成绩。但是我们也应该看到，在全国范围内，有一些单位也确实存在忽视继承传统的偏向。主要表现在两个方面：一是存在单纯追求经济效益的倾向。例如有些单位在实际经营中，只追求卖钱额，而不顾菜品

的质量；只卖急火快炒速成的菜，而不卖或少卖费工费火费时的传统菜。这样做的结果，必然是传统菜日渐衰微，继承的问题就落了空。二是片面地追求菜肴的色和形，而忽视菜肴是要给人吃的，而不是单纯为了观赏。这就出现了眼福和口福的矛盾。如何对待这种矛盾呢？毫无疑问，在眼福、口福并存的情况下，眼福必须服从于口福。众所周知，我们中国菜之所以风靡于全世界，深受世界各国人民的喜爱。其中最主要的一个原因就是中国菜味道好，味别多，适应面广。这是我们中国菜的一大优势，是任何国家的菜所不能比拟的。因此，继承优良传统，既要把我们祖先发明创造的许许多多优良的菜肴继承下来，不使其失传，并在继承的基础上，加以改革创新；又要善于继承和发扬我们中国菜的优势，贯彻色、香、味、形、质并举，以味为主的正确方针，把味觉艺术搞得更好。只有这样，我们中国菜才能造福于人民，造福于后代，也才能称雄于世界。而要做到这一点，有赖于烹饪技术工作者、烹饪理论工作者、烹饪教育工作者、烹饪营养工作者和美食家的共同努力，不断提高烹饪队伍的素质，坚持正确的方向，并在保持传统风味和质量上多下功夫。

2. 关于工艺菜的问题。近些年来，工艺菜有了较大的发展。不论在宴会上或是在烹饪技术比赛上，都出现了不少的工艺菜。对此，有的同志表示赞赏，有的同志则表示忧虑。这次会议上，有些同志对工艺菜进行了评论，发表了许多看法，提出了许多建议，说明大家对这个问题非常关心。我个人认为，对工艺菜的问题，应慎重看待，既不能轻易否定，也不能执意推崇。必须因势利导，才能解决问题。我觉得要搞好工艺菜，必须符合“食用、卫生、效率、节约、适度”的原则，否则工艺菜就没有吸引力和生命力。所谓“食用”，就是不论冷热工艺菜都必须以食用为本。而食用又包含了两个意思：一是味要好。如果吃起来寡淡无味，那么色形工艺再好，也会前功尽弃；二是质要佳。特别是热菜，不要为了造型、装饰，左摆弄，右摆弄，造成该热的不热，该脆

的不脆，该酥的不酥，没有口感。所谓“卫生”，就是在制作中不污染食物，特别是冷菜，绝对不能使用竹签、铁丝等杂物。所谓“效率”，就是制作工艺菜不能花费过长的时间。像制作一个象形冷拼花费几个小时或更长的时间，这就是不讲效率，不讲核算，就会得不偿失。所谓“节约”，就是不能为了美化菜肴，不计成本，浪费许多精选原料。所谓“适度”，就是不搞花架子，不搞喧宾夺主和华而不实，不过多地粉饰、雕琢，做到适可而止。同时要适当掌握工艺菜和其他菜的比例关系，不能在同一席面上出现过多的工艺菜。曾有一个美国烹饪界的访华团，慕名前往某饭庄品尝，一席中吃到好几个热菜工艺菜，但却吃不到能见真功夫的刀功菜、勺功菜，结果大失所望，表示遗憾。这个问题很值得我们深思。

3. 关于筵席改革问题。当前的筵席的确存在一定的问题，需要加以改革。我个人感受最深的，是以下几个问题：第一，制订筵席菜单常常是经营单位一厢情愿，而不征求顾客意见。凡是同样的用餐标准，就安排同样的菜。今天吃的是这些菜，明天后天吃的还是这些菜，不管你爱吃不爱吃，千篇一律，一成不变，强迫顾客接受。这种做法显然是不可取的，应该改变。我们应根据顾客的意见和要求，制订菜单，达到顾客满意。退一步讲，即使暂时做不到这一点，也应该做到同一用餐标准，准备几套不同的菜单供顾客选择。总之，在吃什么的问题上，顾客完全应该有自主权和发言权，而不是相反。第二，筵席往往上菜多、量大、荤食比重也大，不符合科学饮食。有的选用国家禁捕的奇禽异兽，违反国家法令。人体的需要终究是有一定限度的，超过限度对身体反而不利，这应该是个常识。西方发达国家，接待最尊贵的客人，通常不过三菜一汤。今年2月，杨尚昆主席、李鹏总理宴请美国布什总统，也不过四菜一汤。这很值得我们考虑改进。现在中央提出廉政建设，改革国宴标准，推行四菜一汤（冷盘在外），不准用公款请客送礼。这些都是从我国的国情出发，提倡艰苦奋斗，勤俭建国，要过几年紧日子。对中央的号召和有关的规定，我们应

当积极贯彻。但对于宴请，我们也要区分不同对象，不同层次，提供不同档次的筵席，满足不同顾客的需求。例如对于外宾想品尝“满汉全席”，就应该照样供应。对于私营企业、个体经营者及个人的自费宴请，就不能加以限制。因为这里面有一个传统的文化心理和风俗习惯的转变问题，有顾客的需求问题，还有作价办法问题。就是我们自己的企业，也有个转变经营思想、经营习惯的问题。因此，在改革中需要有长期的宣传教育过程。但不管怎样，在筵席方面，除旧习，树新风，是势在必行的。第三，筵席用餐方式有不文明之处。大家共夹一盘菜，共舀一盆汤，虽有公筷、公匙，但形同虚设，很少使用。这样的用餐方式既不文明，又容易传染疾病。因此我也主张采取分食制的做法。西餐普遍实行分食，连家庭也如此。解放前，大城市的饮食业也曾推行过中菜西吃的做法。这些都可以借鉴。分餐的方法可以因地、因时、因菜而宜，不必划一。比方，有的可以在厨房分好后端出；有的整盘上桌，经顾客过目后端下分开，或由服务员在餐桌上分配，这样既能保持传统筵席的特点，又能达到卫生健康的目的。当然推行分食制要因地制宜，循序渐进，不能操之过急。同时还必须注意解决一些问题，比如顾客对分食制的承认和接受的问题，经营单位的职工由于增加劳动量而产生的各种思想和阻力问题，菜肴的制作工艺，特别是传统的整鸡、整鱼菜如何适应分食制需要的问题，等等。

4. 关于烹饪与营养的关系问题。我对营养学是外行，对烹饪与营养的关系说不出什么道道来，但总觉得这个问题比较重要。随着经济的发展，人民生活水平的提高，现在人们吃东西，不仅要求好吃，而且越来越要求有营养。因此，目前营养膳食、滋补膳食也已为人们所重视。应该说，任何一种食物都是具有一定营养的，否则人类就不会发展到今天。但是，食物原料本身含有各种营养是一回事，而合理调配和通过烹饪最大限度地保护各种营养素不受损失或少受损失，使营养合理，有利于人体消化吸

收，则是另外一回事。后者，无疑是我们研究的一个重点课题。《吕氏春秋·本味篇》中说：“鼎中之变，精妙微纤，口弗能言，志弗能喻。”现在我们对食物原料本身含有什么营养素比较清楚，但是通过烹饪，也就是说通过加进各种调味料和高温加热、烹制成熟之后，原有的营养素发生了什么变化，恐怕绝大多数的烹饪工作者是说不清楚的。所以说，时至今日，“鼎中之变”这个谜，我们仍是没有解开。目前有的地方开始注意研究和着手实验这个问题。我们希望各地方、各饭店、宾馆、餐馆，凡是有条件的，都应该在这方面努力做些工作，同时也希望烹饪大专院校、食品检测部门、营养专家给予大力协助，搞出一些成果。没有正确的答案，我们的烹饪技术就无从改进，我们所提倡的要吃得科学，要荤素合理搭配，就缺乏说服力。由此我建议，今后在大的饭店、宾馆、餐馆中，应增设专职或兼职的营养师，这对推进烹饪研究工作将会有好处。北京的国际饭店，现在就设有两名营养师，专事菜肴分析工作。在有关部门的协助下，目前已测试了一部分菜，这样坚持下去一定会取得积极成果。

以上是我的一些肤浅的看法，不见得说到点子上，仅供同志们参考。

至于烹饪方法分类问题，烹饪评判标准问题，多层次培养厨师问题，评定厨师职称和烹饪学校学生考试发证与有关部门规定的衔接问题，以及烹饪教材问题等，今后将进一步研究讨论，有的准备向主管部门汇报，提请研究解决。

同志们，这次研讨会就要结束了。按协会原来计划，每两年要举行一次烹饪学术研讨会。我希望大家再接再厉，继续加强理论研究工作和对实践的总结工作，密切联系实际，选定课题，深入探讨，努力实验，争取在下次会议上拿出更多更好的研究成果来，同时建议各地烹饪协会也可举办这样的研讨会，为逐步建立起我国烹饪理论体系作出积极贡献。

对于这次参加研讨的论文，会后，我们将在协会会刊《中国

烹饪>上陆续选登一部分，以飨读者。还准备同出版单位联系，搞一本中国烹饪学术研讨会论文汇编，尽量多选入一些论文。

我们这次会议得到湖南省商业厅、湖南省委、省政府接待处、湖南省蔬菜饮食服务公司、长沙市烹饪协会和蓉园宾馆的大力支持和协助，使我们得以圆满地完成会议任务。对此，我代表中国烹协、湖南省烹协和出席会议的全体同志，向他们表示由衷的感谢！

一九八九年八月十二日

关于烹饪的本质属性与 烹饪科学问题

聂 凤 乔

烹饪是什么？似乎不该是个问题。可是，在实际讨论中，却往往在这个问题上搁浅。这说明还不很清楚。我愿就此作些探索，以供研究、讨论之助。

一、关于烹饪的本质属性问题

1. 烹饪仅仅是做饭做菜吗？

先秦时期，烹饪曾经置于重要的位置。厨师可以出任政府要职（如伊尹等），烹调可以拟喻治理国家（“治大国若烹小鲜”，“若作和羹，尔惟盐梅”以及调和鼎鼎等），甚至说出“饮食男女，人之大欲存焉”、“八政，一曰食”、“夫礼之初，始于饮食”等这样一些话，并且从水火之济总结出阴阳燮理等一些哲学规律。秦汉以后便每况愈下，厨师地位愈来愈低，烹饪便沦为简单的生存需求，满足口腹之欲的下等手艺，较少有人去加以研究、探讨；有的只剩下那些被视为老饕者，即使议论几句也不着边际。时至今日，烹饪究竟是什么呢？看看工具书可知人们认识的大概：

1982年新版《辞海》是：“烹饪——烹调食物。《易·鼎》：‘以木巽火，烹饪也。’”

1982年新版《辞源》是：“烹饪——煮熟食物。《易·鼎》：‘以木巽火，烹饪也。’亨，同‘烹’。《文苑英华》七七五唐孙逖《唐济

州刺史裴公德政颂》：‘蔬食以同其烹饪，野蕨以同其燥湿’。”

1981年《现代汉语词典》是：“烹饪——做饭做菜；烹饪法、擅长烹饪。”

1981年《新华词典》是：“烹饪——做饭做菜。”

一句话，烹饪便是“烹调食物”或“做饭做菜”。

倘就字面来解释，是这样。不过，如果这样认识，如何理解现在人们说的烹饪是祖国宝贵的文化遗产，烹饪是文化、是科学、是艺术呢？显然这只是一狭义的解释，就字面解释词义，就烹饪的实践来说是被大大地贬低了。

2. 烹饪是生产

烹饪，无论是手工方式还是机械方式都是生产。烹饪劳动便是生产性的劳动，烹饪工作者（如厨师）即是烹饪生产的劳动者。烹饪的生产资料不言而喻是烹饪的场地、设备、工具、原料等。它的产品是食品，包括米面食品（饭、粥、馍、饼、面等等）和菜肴、糕点、小吃、糖果、饮料、炒货等，是供人们物质生活需要（还包括精神生活需要）的消费资料，是人类的生存资料、发展资料，也是享受资料。其消费方式便是人类的饮食生活，试以《哲学词典》关于“生产”定义的阐释来对照便可明了：

“以一定的生产关系联系起来的人们，为了满足自己的需要，利用生产工具改造自然、创造物质资料的过程。它是人类社会存在和发展的基础。通过生产解决人们的衣、食、住、行，人类本身才能生存，社会才能存在，政治、科学、文化以及其它活动也才能进行。”^②

也许认为，这些仅仅指烹饪原料的生产，而不包括食物、食品的生产，即烹调加工的生产，我认为这是不能分割开的整体。马克思主义的观点是十分明确的。马克思有一段话十分贴切地证明了烹饪生产和饮食消费的关系：

“它（指生产——引者）也给予消费以消费的规定性、消费的性质，使消费得以完成。……饥饿总是饥饿，但是用

刀叉吃熟肉来解除的饥饿不同于用手、指甲和牙齿啃生肉来解除的饥饿。因此，不仅消费的对象，而且消费的方式，不仅客体方面，而且主体方面，都是生产所生产的。所以，生产创造消费者。”

我以为，这已经说得再清楚不过了。

于光远同志曾说过一个观点：“什么是中国最大的生产部门？1964年我曾经提出过这个问题。我的回答是‘烹饪’。家家有厨房，又有这么多的饭馆餐厅。与这么大的生产部门相比，我们的学校、我们的各种出版物，就太少了。烹饪科学研究和教育的地位就太低了。需要大家作出更大的努力。”^{⑦⑧}我赞成这个看法。

也许认为：一家一户，小锅小灶，家常便饭，不象饮食行业、食品工业那样，算不得生产。不然，仍然是生产，只不过这是一种自给自足的自然经济式的生产。

3. 烹饪更是一项宝贵的文化遗产

烹饪发展的历史告诉我们，烹饪是人类最基本的生存手段之一，也是一种特殊的物质产品——食品的生产技艺。距今40—50万年前的“北京人”发明了烹饪这个有史以来最伟大的技能，从而把禽兽用食物充饥的吃法，升华为人类文明的享受。人类通过烹饪技艺生产的一切食品，获得更易于吸收的营养与热能，以维持生命与繁衍；同时，也通过烹饪技艺生产的一切食品得到美味的享受。随着社会的发展和科学、文化水平的提高，烹饪由简单向复杂，由粗糙向精致发展，并由家庭扩展为社会，有的成为商品生产性质（饮食行业，食品作坊与食品工厂），有的成为集团生产形式（单位食堂），并且形成为社会、文化生活的一项内容。烹饪技艺也渐渐被赋予更高的艺术内容和形式，所生产的食品被赋予愈来愈丰富的风味特色，构成为以味觉为核心的，包括触觉（口感）、嗅觉以及视觉在内，情景交融的物质与精神的综合享受。烹饪所包括的各项科学内容渐渐被认识，成为科学研究的对象。发展到今天，烹饪已不单纯是一项生存手段，也不仅仅是生产物质