

尹桂茂 李振元 郑锡恒

味苑

中国华侨出版公司

——
献给调味品的生产者和经营者

味苑

家庭必備

廚師良友

溥如



味 苑 尹桂茂 李振元 郑锡恒

出版者 中国华侨出版公司
北京北新桥3条4号
(邮政编码: 100007)

经销者 新华书店总店北京发行所

印刷者 河北省抚宁县印刷厂

开 本 787×1092毫米32开本

字 数 280千字13印张7 插页

版 次 1990年12月第1版

印 次 1990年12月第1次印刷

书 号 ISBN 7-80074-228-8/G·68

定 价 5.60元

味苑

家庭必備

廚師良友

傅弘



五官中鼻舌乃味覺之首
油鹽醬醋糖乃調味之本
蔥蒜姜辣芥乃開胃之料
編字味苑乃人生之需

味苑出版而題

姜智



壬戌年六月十日

题《味苑》

朱其彝

盐梅古来重，
五行同五味，
稠淡无贵贱，
多少乾坤手，
南北任高翔，
调韶不知肉，
玉味岂真珍，
淡存诸厚理，
参悟三妙法，
妙哉味苑篇，

伊尹和合功。
造化见神工。
天地一鼎烹。
从容水火中。
供向味里逢。
韶亦味中融。
菜根香亦同。
素汇众芳红。
至味先识空。
清泉听潺湲。

南甜北鹹 東辣西酸
調和五味 用以佐餐
博覽群書 尋根溯源
酒茶之後 又著味苑
酌古通今 調味大全
聊作俚語 以誌欽羨

壬午儒雨年八十







蜂蜜蒜肉



各种酱腌菜



各种酱油
固体酱油

蒜蓉辣酱



油炸辣椒松



芝麻香辣油



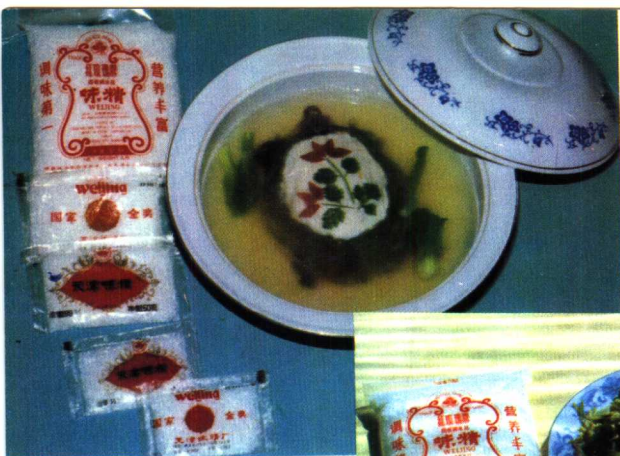
甜面酱



各种包装的豆腐乳



各种小包装酱菜



奖杯

天津市味精厂红玫瑰牌味精

顾 问: 于成海 郝 枫 龙怀考

马春雨 贾振玉 李宗昌

主 编: 尹桂茂

副 主 编: 李振元 郑锡恒

编写人员: 张承勋 许建华 周 鼎

章善生 刘淑敏 成禄卿

马九锡 黄桂芳 卢继明

序

吴 棣

继《酒趣》、《茶通》成书之后，尹桂茂等同志又编写了一部《味苑》，介绍调味品的各种知识，内容不错，书名亦佳。

常言说，开门七件事：柴、米、油、盐、酱、醋、茶，其中多数是属于调味品，就连通常不属于调味品的茶，有时也做为调味品使用，如用茶制做“茶蛋”和“龙井鱼片”等。可见，调味品和人们生活的关系是如何的密切。但至今还很少见到集各种调味品于一书详加介绍的。常见者，或是介绍某一种，或是作为烹饪书中的一部分粗粗谈及。而《味苑》一书，则集中介绍了调味品的诸多方面，成为一本融资料性、知识性、趣味性、实用性于一炉的小册子。我相信，此书的出版，当会受到人们的喜爱和欢迎。

调味品在我国饮食文化中，地位很重要。中国烹饪文化讲究色、香、味、型俱全，如果没有调味品，则香、味就会大打折扣。调味品在我国的历史已很悠久。例如，孔夫子就曾说过“不得其酱不食”的话，可见在那个时代调味品就

很讲究了。之后，随着经济和文化科技的进步，调味品又不断地得到发展，使我国的调味品达到了很高的水平，而且形成许多独特的优点，深受人们的喜爱和称许，实际上已成了人们生活中离不开的东西。直到现在调味品还在不停地发展着进步着，如近年来所面世的各种复合调味品，象蒜蓉辣酱、芥茉油等又不断地摆上了人们的餐桌。小小调味品功不可没，它们在增强人们食欲，满足人们生活享受方面起到了很大作用。所以，重视调味品的研究，并系统地向人们介绍调味品知识是很有必要的。

我希望从事调味品生产的同志们继承发扬我国调味品的优势，以科技为先导，博采中外调味品之长，进一步开发调味品生产，向人们提供更多更好食用方便的调味品，使人们有口福品尝到更多的美味食品，为整个人类带来福利。我也希望尹桂茂等同志有更多的这类书籍问世，既弘扬我们的民族文化，又丰富人们的精神生活，进而有助于改善人们的物质生活。做什么事就研究什么事，宣传什么事，这应该是每个行业和各个工作岗位上的人应尽的社会责任，尹桂茂等同志是这样做了，我深表赞佩。

引 子

——《味苑》三题

这本书的书名《味苑》是在一个偶然的时机萌生的。那是刚刚动笔的时候，虽然曾经想了几个名字，但都觉得不妥。适逢1989年的冬季，我有幸去重庆参加了全国商业系统第十三次职工教育协作会。会议期间，遵照勤俭节约、艰苦奋斗的精神，都是“四菜一汤”，吃得饱、吃得好，服务态度，堪称一流。这一点很难忘却。破例的一次，是吃了一回地方风味，那是在重庆市的解放碑附近，离我们所住的地方“会仙楼”很近。吃火锅，在重庆讲究麻、辣、烫，和天津的涮羊肉不一样。这里的火锅有猪脑、鸭肠、牛肚、猪血，还有什么猪的喉管，学名叫“皇喉”。本地区的同志吃得是津津有味，吃得面红耳赤，满头是汗；而我们北方人实在是难以享受这种“优待”。所以只吃了一点粉条、肚丝、豆芽菜之类的东西，就算了结了。这个风味店，就是重庆著名的老字号——味苑酒家。“味苑”这两个字一映入眼帘，我便为之一震，多么好的名字，既朴实、文雅，又很得体。味者，油、盐、酱、醋之类也；苑者，苑地也。自重庆归来后，把这个名字和其他几位作者一说，无不称妙。这就是这本书书名的来历。

味儿，世界上的万物，不管是动物、植物，不管是吃的还是用的，都有自己的味儿。如果世界上没有了味儿，大概和没有爱一样，就不成其为世界了。味儿，按大类分，可分为：香、臭两类；细分起来，还可分为：苦、辣、酸、甜、咸、鲜、香七味。恐怕这还不够。因为几乎每一种东西，都有自己的味儿。如天津市的市花——月季花，就有许多香型。木料，也有许多香型；如松、楠、樟，都有自己的香型。如果说化妆品如皂类、沐浴液、洗发剂等，供涂抹用的香脂、香粉，那简直是数不清了。就连吃的，如地上跑的有膻味，水里游的有腥味，天上飞的有臊味，但是，一旦经过加工烹调，那些本来有邪味的东西就都变成了美味佳肴了。这是因为什么呢？

这本书，不谈烹饪的主料（猪、牛、羊、鱼、虾等），也不谈化妆品香粉、香脂之类的东西，只就调味品，即人们常说的副料（油、盐、酱、醋和葱、姜、蒜）之类的东西，做一个介绍。这就是这本书的主要内容。

味，有本味，有调味，有复合调味。调者，调剂，调合，调配之谓也。

本书所列举的调味品，分十几类，各成篇目，各有各味，各有各的用处和功能。调味料，是在烹饪当中用的料，离开了烹调，调味料本身就没有什么意义了。所以，本书在叙述每味调料的时候，都请行家、里手做点评论，讲讲它的功能、营养、用法、注意事项等，就是讲调味料的实用性，这大概是许多人所欢迎、关心、需要的吧！

目 录

引 子 味苑三题.....	(1)
第一章 本味篇	
一、味泛论.....	(3)
二、味源论.....	(6)
三、《本味》评介.....	(8)
第二章 味觉篇	
一、气和味.....	(19)
二、味之趣.....	(20)
三、鼻与味儿.....	(25)
四、舌与味儿.....	(29)
第三章 五味篇	
一、何谓“五行”.....	(39)
二、四个“五”的因果关系.....	(41)
三、五味与五脏.....	(43)
第四章 节味篇	
一、传统美德——勤俭.....	(49)
二、“塔尖”上的奢侈.....	(52)
三、记住“破由奢”.....	(55)
第五章 食油篇	
一、油史综述.....	(59)