

《中国烹饪》丛书

《中国烹饪》编辑部汇编

烹饪史话

中国商业出版社

《中国烹饪》丛书

烹饪史话

《中国烹饪》编辑部汇编

《中国烹饪》丛书

烹饪史话

《中国烹饪》编辑部汇编

*

中国商业出版社出版

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

北京昌平区印刷厂印刷

*

787×1092毫米 32开 18.25印张 410千字

1986年12月第1版 1987年12月北京第1次印刷

印数：1—5,000册 定价：2.95元

ISBN 7—5044—0104—8/K·6

編者的話

以继承和发扬我国烹饪文化为宗旨的《中国烹饪》杂志，自1980年创刊以来，陆续刊登了大量关于烹饪史话、烹饪技术、地方风味、名厨名店、美味佳肴、烹饪理论与科学等方面的文章。在广大作者和读者的支持、爱护下，这个刊物的发行量逐年有所增长。近来许多读者要求购买本刊过期部分的合订本，但由于印数有限，合订本早已售罄。为了弥补这个缺陷，给读者提供一批较为系统的烹饪知识读物，特从1980年创刊起至1984年止（有的截止1985年）的期刊中，按主要栏目选编这个丛书出版，以飨读者。

《中国烹饪》编辑部

一九八五年五月

前 言

《中国烹饪》自一九八〇年创刊以来，其“烹饪史话”专栏受到了海内外广大读者的欢迎和好评。相当多的读者投书编辑部，建议将“史话”类的文章汇编成书，以利于人们的阅读、研究、保存。

有鉴于此，我们决定编辑出版《烹饪史话》一书。现简要说明如下：

一、“史话”类文章，由于作者的写作角度不同，大致有纵横两种写法。或是专谈某一历史时期的烹饪情况，或是纵论古今，论述或考证某一种烹饪方法或菜点的发展等，因此，我们拟将本书所收文章分纵横两大类排列，以方便读者阅读。

二、为了推动对烹饪史的研究，本着百花齐放、百家争鸣的精神，我们选用了豆腐、素食等方面的几组争鸣文章。

三、为了保存历史的原来面貌，所选文章一般不再作观点上的修改。

四、本书所选文章，系从《中国烹饪》一九八〇年第一期至一九八五年第一期所发表的文章中选出。一九八五年第二期以后所发表的文章，拟在适当的时候再行汇编成书。

限于水平，在选目、体例、编序上难免存在缺点，敬希作者、读者批评、指正。

本选编是委托扬州江苏省商业专科学校邱庞同同志选编的，特此致谢。

《中国烹饪》编辑部
一九八六年十一月

目 录

人类熟食的开始和炊具的发展与演变

.....李石英 李作智 (1)	
饮食器具的起源.....李石英 李作智 (11)	
食具的发展与演变.....李石英 李作智 (14)	
酒的诞生和酒具的发展与演变	
.....李石英 李作智 (20)	
从出土文物看半坡村先民的饮食风貌.....宁 可 (34)	
从甲骨文看我国饮食文化的源流.....林乃燊 (38)	
古代的蔬菜生产.....林乃燊 (44)	
中国古代的烹调艺术和食疗卫生.....林乃燊 (48)	
制盐、香料、果酱、糖类和酿造业的	
发生与使用.....林乃燊 (55)	
从饮食中看中国古代的阶级生活.....林乃燊 (58)	
浅谈我国最早的肉食.....王贵民 (63)	
《吕氏春秋》记载的几种美味肉食.....陈奇猷 (68)	
上古重食水产动物杂议.....王贵民 (70)	
我国何时食牛奶.....袁庭栋 (73)	
殷代的汽锅.....石志廉 (76)	
西周大鼎考释.....周定 忠诚 (78)	
“王子婴次炉”为炊器说.....斯 志 (81)	
从《盐铁论》看西汉时的食物.....王仲倩 (86)	
扬雄《蜀都赋》所记汉代蜀人的食品.....许肇鼎 (91)	

黄颌豚·扁米糰·醒酒鯖鮓·····	柳正午 (94)
隋唐烹调技艺浅探·····	王子辉 (97)
“烧尾宴”考·····	王子辉 (103)
唐代长安的“胡姬酒肆”·····	王子辉 (105)
古都话饼·····	黄永年 (108)
鉴真东渡所带食品考略·····	卞孝萱 (113)
浅谈杜甫居蜀饮食诗·····	熊四智 (120)
唐代金银餐具浅释·····	惠力和 (124)
洛鲤伊鲂贵于牛羊·····	一 兴 (127)
北宋汴梁繁盛的餐馆业·····	张廉明 (129)
苏轼与川菜·····	渝 实 (138)
从“东坡肉”谈宋元肉食的烹调·····	刘秋英 (144)
南宋临安的饮食业·····	林正秋 (149)
陆游诗中的烹调·····	邱庞同 (156)
陆游的乡味杂咏····· ●● ·····	孔祥贤 (161)
辽代契丹食俗浅述·····	刘连生 (174)
元代的兄弟民族饮食·····	陈高华 (178)
《朴通事》所记元代饮食·····	陈高华 (181)
名鱼珍盘·····	石志廉 (185)
从《金瓶梅词话》看明人的饮食风貌·····	戴鸿森 (188)
孔府饮食史话·····	张廉明 (197)
孔府的菜单与食谱·····	林永匡 (202)
清代前期江浙地区的饮食行业·····	来新夏 (208)
满族饮食习惯小考·····	铁玉钦 (212)
清宫的除夕家宴·····	刘桂林 方裕谨 (217)
清代宫廷大宴——千叟宴·····	刘桂林 (222)
满汉全席·····	吴宗祐 (228)

关于满汉全席的几个问题·····	吴正格 (234)
蒲松龄的《煎饼赋》及山东煎饼·····	张廉明 (239)
李调元饮食轶事·····	胡乃贡 (242)
清宫御膳房残档琐谈·····	周 雷 (244)
漫话御膳房·····	杜福祥 (250)
中国古代饮食烹饪的发展·····	常任侠 (255)
饮食业的起源和发展·····	孙世增 (260)
宴会古今谈 (一) ·····	孙世增 (266)
宴会古今谈 (二) ·····	孙世增 (271)
宴会古今谈 (三) ·····	孙世增 (277)
追本溯源话豫菜·····	孙福臻 (282)
从考古发现看河南古代的烹饪与饮食·····	马世之 (287)
陕西菜的起源和风味特点初探·····	吴国栋 (293)
川菜浅说·····	栗 颖 (298)
川菜菜系形成初期的历史概述·····	熊四智 (302)
略谈粤菜的形成和发展·····	李秀松 (307)
从广州汉墓出土的炊具、食具看当时	
岭南的饮食风貌·····	麦英豪 (314)
扬州烹调源远流长·····	陶文台 (321)
福州菜的发展沿革初探·····	徐天胎 (326)
西汉以前的云南烹饪·····	黄德荣 (329)
辽宁肴馔的沿革和发展·····	戴延春 (335)
烹饪术的开山祖——炙·····	流沙坡 李益民 (341)
炮炙与浑羊炙忽考·····	唐富龄 (346)
释“羹”·····	宋玉珂 (349)
说“脍”·····	益民 光军 (355)
“鱼脍”似玉话来踪·····	邱彪同 (360)

“杂烩”与“五侯鲭”	四 智 (363)
火锅古今谈	董 治 (365)
皮蛋今昔	曹元宇 (368)
湮没不闻的传统佳肴——炸	曹元宇 (375)
说鲞	黄祖良 (380)
“八珍”答客问	邱庞同 (383)
我国食品雕刻的历史演变	陶文台 (388)
说粥	张德生 (390)
食疗古方青精饭	许图南 (395)
谈素菜	任 星 (399)
中国素菜的起源与发展初探	
——兼与韩舞凤等同志商榷	王子辉 (404)
也谈我国素菜的起源	崔恒升 (410)
略谈古人花卉入饌	秋 彤 (414)
略谈佛教徒的素食	温玉成 (417)
鉴真东渡与豆腐传日	耿鉴庭 耿刘同 (420)
豆腐的起源	程步奎 (422)
也谈豆腐传日	胡嘉鹏 (424)
豆腐身世考	洪光住 (427)
豆腐制造源流考	曹元宇 (431)
糕团小史	陶文台 (438)
古代面点拾趣	邱庞同 (441)
点心一词小考	木 公 (455)
“侏儒”探解	郝延南 (457)
试释“寒具”	黄 燕 (460)
馒头漫话	胡志孝 (464)
“饅饅”小考	邱庞同 (468)

胡麻饼小考·····	王子辉 (471)
云吞话古·····	锐 基 (473)
“酸馊”小识·····	孙世增 (475)
“太学馒头”与发面包子·····	孙世增 (477)
“河漏”名实源流考·····	洪光住 (480)
释“萨其玛”·····	关德栋 (482)
烧卖·烧麦·稍麦·····	木公 张舟 (485)
中国烹饪典籍钩目·····	陶文台 (487)
《中国烹饪典籍钩目》补遗·····	黄祖良 (493)
六世纪中国的食品百科全书	
——介绍《齐民要术》有关部分·····	陶文台 (496)
资料珍贵 肴饌精美	
——读《齐民要术》第八、九卷·····	邱庞同 (502)
膳夫经手录·····	邱庞同 (509)
我国现存最早的食疗专论	
——《千金·食治》与《养老食疗》	
·····	哈毅 丁望平 (513)
烹饪和涪 蔬素尤良	
——简介《云林堂饮食制度集》·····	邱庞同 (516)
济世良书《饮膳正要》·····	忆 莲 (521)
《易牙遗意》·····	邱庞同 (525)
李渔和他们的《闲情偶寄》·····	刘松 叶定国 (530)
《养小录》·····	邱庞同 (535)
从《随园食单》看我国古代的烹调技术·····	周三金 (539)
厨膳秘籍《调鼎集》·····	陶文台 (546)
《调鼎集》作者献疑·····	邱庞同 (550)
《中馈录》作者曾懿及其家世·····	王竹楼 (554)

郝懿行及其《记海错》·····	张 舟 (556)
烹饪与医药·····	陆宗达 (560)
烹饪与用火·····	陆宗达 (563)
关于几个古代食品名称的研究·····	陆宗达 (566)
酸甜辣与酒·····	陆宗达 (569)
说发面·····	万 陵 (571)
割与烹·····	万 陵 (572)

人类熟食的开始和炊具的发展与演变

李石英 李作智

在我国古代的传说中,有一个讲“燧(suì)人氏”如何教会人们“钻木取火”的神话故事。它反映了最初的原始人曾经有过一个尚不知用火熟食的时代。那时,人们只能把猎取得的飞禽走兽和采集到的果实根茎分着生吃,过着“茹毛饮血”的生活。

火,虽然在人类出现之前,就早已存在于地球之上了。然而人类能学会用火,却谈何容易。并非象神话故事中所讲的那样,可向“燧人氏”那样的“圣人”去请教,学上三年五载就可出徒的。那是在从猿到人的发展过程中,人类的祖先,不知经历过多少万年漫长岁月的摸索,才逐步摸清了火的规律,学会用火把食物烤熟了再吃。我国早在175万年前的云南元谋人遗址中,就已发现当时用火的证据了。比生活在我国周口店的北京人使用火的历史还要早一百多万年。迄今为止,世界各国还未发现有如我国发现的如此古老的人类已开始用火的历史了。我国烹调技术之所以在世界上享有盛誉,不能不说是和我们的祖先最早学会使用火来熟食有关。火的使用,是人类发展史上的一个里程碑,使人类从此结束了“茹毛饮血”的时代,由生食变为熟食。熟食使人类不仅扩大了食物的品种和范围,而且使人体能吸收更多的营养,从而大大地促进了人类体质的发展,特别是促进

人类脑髓的发达。所以说，火的使用“第一次使人支配了一种自然力，从而最终把人同动物界分开”^①。火，是人类从自然界获得解放的一个巨大的推动力。

在我们祖先最初学会用火熟食的阶段，并没有炊具，也不懂什么叫做熬、炒、熘、扒、炖……，只知道把猎取来的兽肉直接放在火上去烧烤，这种“炆生为熟”的生活，至少持续了有一百几十万年之久，一直到人类发明烧制陶器时才出现了新的变化。在此之前，人们用以熟食的，只有那保持常年不熄的火堆。别小看这一堆堆的篝火，它却是如今一切炉灶的始祖。而当时人类使用“炆生为熟”的烤肉方法，就算是烹饪方法的起源了。难怪今日的烤鸭、烤肉如此令人垂涎，却原来是我们祖先久经考验、源远流长、已经积累了至少上百万年的丰富实践经验。

陶器的出现，是人类向自然界斗争中的一项划时代的发明创造；它标志着人类发展史从此进入到了新石器时代。也就是说，距今大约一万年左右，人类才逐步有了锅等炊具，才有了用它去煮熟食物的可能，使人类熟食的方法，由此产生了新的变革。由“炆生为熟”，到能够蒸煮食物，这是人类饮食史上划时代的一大进步。一切烹调技术，也只有在炊具的诞生和使用之后，才能获得发展；各种烧、炒、焖、煨、炸、烩、煎、……的烹调方法，才由之产生，使人类的饮食状况获得了最根本的改变。

“釜”（fǔ斧）和“鼎”（dǐng顶），是最早问世的两种不同型式的锅的名称。在新石器时代，我们的祖先常用的锅除了釜和鼎之外，还有“鬲”（lì历）、“甗”（zòng赠）、“甗”（yǎn演）、“斚”（jiǎ甲）、“鬶”（guī规）等炊器。不仅种类齐全，名目繁多，且有了一定的分工，如

鼎，主要是用于煮肉的，相当今日的炒菜锅；鬲、甗等都是当时煮粮食用的饭锅；甑的形状，象一个底部穿有许多小孔的陶盆，置于釜或鬲上来配合使用，是蒸食物用的最原始的“笼屉”；而甑和鬲相结合就构成了甗，也就是最早的蒸锅。它们的名称与式样，虽然与今日之锅有别，却都是如今各种锅的祖先。

锅的造型和发展演变，与炉灶的变化有密切关系。在新石器时代，尚未出现垒砌的炉灶。当时的人们仅在住房中间的地上挖成一个圆形或瓢形的灶坑来生火，并用它取暖、照明和做饭。这就是最初的炉灶的雏形。

新石器时代最初使用的那些锅，除了釜是敛口、圆底象个陶罐以外，其余都带有三条腿。这种三足鼎立式的锅的造型设计，正是为了配合使用灶坑的要求而产生的。为了让锅能稳固地放在火上做饭，当时我们的祖先就从锅和灶坑两方面入手进行改革，一方面是在锅的底部按上三条长腿，这样就不仅能安稳地放在灶坑上使用，还能随意把它放在其它地方直接在底下生火做饭，即便没有灶坑也可把饭做熟，使之具有锅、炉二者结合的作用，这是多么聪明的办法啊！直到如今我们所使用的最新式的电锅（炉），其道理和作用也不过是如此，只不过是电代替了火罢了。另一方面是改进灶坑，随之而制造出来用陶土烧成的轻便小陶炉，在正面有一个加火的炉门，上面的灶口在接近边沿处的内壁上，还做了三个用以支撑的乳突，可将釜放在上面配套使用，小陶炉可随意搬动，用起来十分方便。

不仅如此，我们的祖先在改进锅的制作而设计这三条腿时，不但已懂得了三点支撑的平衡道理，还知道了如何增加受热面积来提高功效，从而根据锅的不同用途和要求，设

计出不同结构的三足。如鼎是用来煮肉的，只需要在它的底部逐渐加温把肉炖熟，所以把鼎足做成实心的，能起到稳固的支撑作用就可以了。鬲和甗一类的锅是蒸煮食物用的，要求其中的水能尽快烧开把饭做熟，把三足做成中空的袋状来增加受热面积，这又是多么聪明的创造！今天，在我们设计制造各种锅炉时，仍然还离不开如何增加受热面积的原理。

恩格斯对制陶术的发明，曾做过精辟的论述，他说：“可以证明，在许多地方，也许是在一切地方，陶器的制造都是由于在编制的或木制的容器上涂上粘土使之能够耐火而产生的。在这样做时，人们不久便发现，成型的粘土不要内部的容器，也可以用于这个目的。”^② 陶器既然是用泥涂在容器上经火烧过之后而产生出来的，因此，当人们掌握了制陶技术，虽无需再要内部的容器，但在制作最初的陶器时，则仍然摆脱不了模仿原来容器的形状，而制出最初的陶罐造型，而且在使用上也仍象原来的容器那样，可做为饮食、储藏、洗濯……之用。又由于陶器具有耐火的性能，因此，当陶罐开始出现以后，就使人们有可能将它用于煮熟食物而当炊具使用。所以我们说，在鼎、鬲问世之前，人们曾有一个把多种用途的陶罐，兼做最初的“锅”来使用的阶段。以后才由陶罐分化出各种不同造型，具有专门用途的锅、盆、碗、碟……一类的器皿来。

另外，从新石器时代所普遍使用的釜、鼎、鬲等的造型上，也不难看出它们是由陶罐衍生而来的种种迹象。如釜的造型，实际就是一个圆底的陶罐。从考古发掘的资料上看，

① 恩格斯：《反杜林论》，《马克思恩格斯全集》第20卷，126页。

② 恩格斯：《家庭、私有制和国家的起源》，《马克思恩格斯全集》第21卷。

在新石器时代最早期的遗址中，就出现了釜，可说明它大概是最早由陶罐分化出来的炊具，所以仍保留了很多陶罐的形制。以后发展在釜下加上三条腿就形成了鼎，再将鼎足改进做成中空的锥状袋足，也就成了鬲的形状。从这些器物在新石器时代遗址中出现的时代早晚的不同关系上，也可以看出是从釜到鼎，最后才出现了鬲这样一个发展顺序。由此可以得出一个结论：只有最初出现的陶罐，才是如今一切锅的最原始的老祖宗。

继新石器时代人们所使用的灶坑之后，在我国商代晚期的古文化遗址中，就曾发现过当时已经使用土灶的遗迹。以后随着制陶工艺的发展，由西周时起，便逐步扩大到运用于建筑事业方面上来，瓦和砖即先后相继产生；到了战国时代末期，就开始出现用砖来垒砌的灶了。从汉代以后，砖灶便普遍流行使用。我们如今可以从出土的一些汉代明器陶灶模型上看到，当时的灶不论是结构还是造型上，都已经是十分完善的了，和我国现代在农村所使用的柴灶，几乎已无多大区别，甚至有过之而无不及。如当时灶的结构，不但有烧柴的灶门，在后面还有专门的烟囱，而且在长方形宽敞的灶台上，灶火口多至三个、五个以上，可同时在一个灶上煮饭、炒菜、熬粥、蒸食物和烧开水……。还可在灶台上陈放碗、盘、勺各类器具和准备烹饪的鸡、鸭、鱼、肉等各种食品。这种灶使用起来，既方便又卫生。由于灶的发展，又进一步促使人们对锅进行了改革。新石器时代原有的那些老式炊具，由于灶的使用而逐渐发生了根本的变化，有的被淘汰；有的却衍生出一些新品种的锅来；有的则改行另作他用。

如鬲的三条锥状袋足，则由高向低的方面转化。至春秋晚期，鬲便逐渐消失，到了战国秦汉以后，鬲就完全被釜

(鬲)取代。所以在汉代的陶灶模型上，我们只能见到有釜或釜与甑的配套使用情况，却再也见不到鬲了。同时，还由釜而衍生出许多锅的新品种来，如在汉代流行的“鑊”（móu谋），是一种造型似釜，但口沿略向外翻的锅；“镬”（fù复）是用铜或铁金属制成的一种大口锅；另外还出现一种盆形平底有环的小锅，名叫“𩱿”（xuān喧）。

到了商代，则由原来做炊具使用改为用以温酒的酒具了。因此，其原有的三条空心袋足也由之而变成尖状实心足了；并且在器身上安装把手，在口沿上出现了双柱。斚被当做酒具使用，仅盛行于商代和西周时期，以后则被其它东西所代替而消失了。

鼎的变化比较特殊，它朝着两个方面发展，一方面是仍然作为炊具使用，但形状变了，取消了其鼎立的三足，成为无足之鼎，更名为“铏”（huò获）。铏也就是大口圆底的锅。现在我国北方称之为锅，而南方仍然把锅叫做“铏”。另一方面，由于冶铜、炼铁的发明，金属制造工艺的出现，随之出现了铜鼎、铁釜等金属炊具。金属的性能具有强度大、可塑性强、导热快等方面的优点。金属炊具不仅比陶制炊具结实耐用，而且在造型上能做出双耳和千变万化的纹饰，以及能制出象方鼎、方甗……那种方形的炊具来，甚至还可以做成象著名的商代“司母戊鼎”那样高达133厘米，长有110厘米、宽为78厘米、重达1,750斤的巨型大鼎来。这些都是陶制炊具难以办到，无可比拟的。然而，在我国的青铜时代，已进入到奴隶制的阶级社会了。青铜器的所有权和使用权，完全被奴隶主阶级所垄断，由此开始，鼎的性质产生了根本的改变。它的使用不但显示着奴隶主的阶级身分和等级，并且将鼎当做传国的宝器，成为奴隶社会中的国家权力