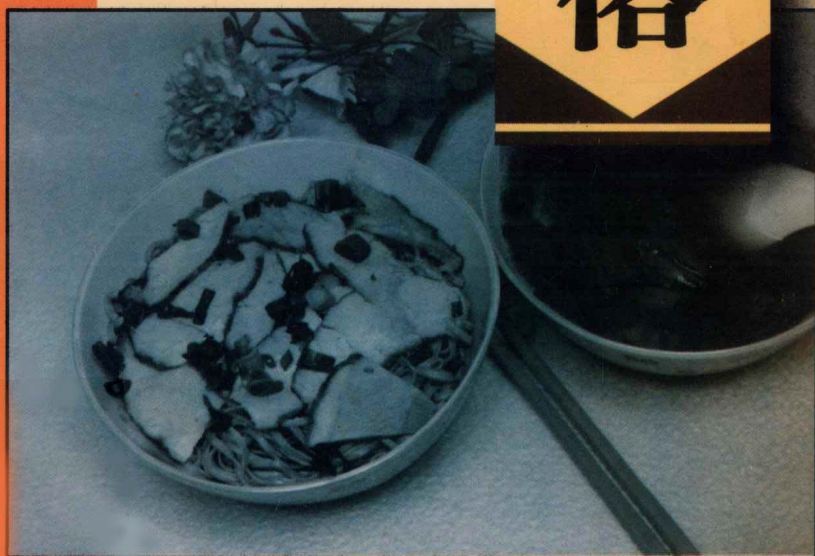


潮汕文库·潮汕民俗文化系列

潮汕食俗

吴奎信 丘彪 吴湘红 著



潮汕历史文化研究中心

潮汕食俗

吴奎信 丘 彪 吴湘红 著

潮汕历史文化研究中心



潮汕文库·潮汕民俗文化系列

潮汕食俗

吴奎信 丘彪 吴湘红 著

责任编辑:李平

封面设计:姚建平

出版: 公元出版有限公司
(香港九龙新蒲岗六街 25-27 号
嘉时大厦 4 楼 A 室)
印刷: 汕头市春风印务有限公司
(汕头市潮阳区城南沧洲工业区)
电话: 0754-3873939 3873839
开本: 889×1194 毫米 1/32
印张: 6.5
字数: 132 千字
印数: 1-800 册
版次: 2006 年 7 月第 1 版 第 1 次印刷
定价: 18 元
ISBN: 988-98941-3-0

版权所有 侵权必究

《潮汕文库》序

吴南生

我常常回忆着三十年前,同样是“四厢花影怒于潮”的初春季节,在周恩来总理的亲切关怀下,老舍、曹禺、阳翰笙先生等一行十几人,专程来访潮汕。潮汕的山山水水和那古老独特的文化艺术,深深打动了客人们的心。在这里,老舍先生写下了满怀深情的诗:

莫夸骑鹤下扬州,渴慕潮汕数十秋;

得句驰书傲子女,春宵听曲在汕头。

这时,我奉命来汕头迎候他们。当老舍先生等将回归北京的时候,一再握别叮咛:要珍重潮汕的文化遗产,要好好发掘和整理呀!可是,时隔不久,一场“史无前例”的大灾难铺天盖地而来,一切都无从说起了。

党的十一届三中全会后,实行改革开放政策,使国家的经济从濒于崩溃的边缘走向兴旺发达的大道。弘扬中华文化,增强中华民族凝聚力,已成为举国上下共同重视的课题。随着汕头经济特区的建立,潮汕地区的经济建设取得了有史以来所未有的繁荣发达。和全国一样,如何继承和发扬潮汕的优秀文化

遗产,使之为社会主义的两个文明建设服务,也引起海内外各方面的重视。1990年11月,中国历史文献学会第十一届年会暨潮汕历史文献与文化国际学术讨论会在汕头大学召开。1991年9月,在法国巴黎召开的第六届国际潮团联谊年会,又议定着手筹建“国际潮人文化基金会”。与此同时,汕头大学成立了“潮汕文化研究中心”,汕头市也成立了“潮汕历史文化研究中心”。这两个专门机构,密切配合,组织协调有关的研究工作。最近,他们商定了学术研究规划,决定出版《潮汕文库》、《潮汕历史文化研究》等十个项目,每个项目又分出若干细目和专题。这是一项浩大的工程,是一件很有意义、很有远见的工作。

潮汕地区的文化,历史悠久,源远流长。古代文化特别是两宋以后的文化,内容十分丰富。它是浩瀚的中华文化中一支富有特色的细流。自唐、宋开始,潮州的陶瓷就远销海外。随着岁月的迁移,潮州与海外交往也愈来愈加密切。潮人对开拓海上丝绸之路做出了不可磨灭的贡献。明末清初之后,大量的潮人移居东南亚。近几十年来,又散布到世界各地。数逾千万的海外潮人,与当地人民和睦相处,把中华文化传播到五洲四海,又不断地把海外的先进文化引进桑梓故园。中外文化在潮汕融聚化合,经过历代潮汕人民的创造、探求和推陈出新,形成了具有鲜明特色的潮汕文化。海外潮人对传播和丰富中华文化是做出了贡献的。认真研究潮汕的历史和文化,对增强中华民族凝聚力,增强与世界各国人民的友谊和文化交流,对推动潮汕地区的两个文明建设,提高人民群众的思想和文化素质,都具有深远的意义。

在“潮汕历史文化研究中心”成立时,大家议定,研究潮汕历史文化,一定要坚持实事求是的科学态度。为了坚持实事求

是,严谨治学,使研究工作取得踏实丰硕的成果,首先应该做好历史资料的搜集、整理、考证和出版工作。现在准备出版的《潮汕文库》,就是按这一要求迈出的第一步。

潮汕的历史文物、文献或记载、记述,流传下来的为数不少,但得以完整保存的也不算多,这给研究工作造成了一定的困难。但是,现存还有相当数量的文物、文献,有待我们去整理、研究;埋藏在地下的还可能陆续出土;地方熟悉掌故的老人们的口碑也相当丰富;散布在民间和海外的文物、资料和古籍也有一定的数量。只要各方重视,抓紧发掘、采集,一定会有可观的收获。

有一个很能说明上述观点的事例:1956年初,梅兰芳先生和欧阳予倩先生率领艺术团到日本访问,日本友人赠送给两份明代戏曲刻本的摄影本,不知是哪一个剧种的。当梅先生等全团经香港回到广州时,刚好潮剧团正在这里演出《荔镜记》。梅先生等观看演出后,一查对才知道两份刻本都是潮剧的古本。这两份刻本,一是嘉靖四十五年(公元1566年)的《重刊五色潮泉插科增人诗词北曲勾栏荔镜记戏文全集》(附刻《颜臣》),现藏于日本天理大学;后又发现,同一刊本的又一印本现藏于英国牛津大学。二是万历刻本《重补摘锦潮调金花女大全》(附刻《苏六娘》),此件无刊刻年份,可能是万历初年刊本,现藏于东京大学东洋文化研究所。在这之后又八年,即1964年,再发现有万历九年(公元1581年)潮剧刻本,卷一首题“潮州东月李氏編集”的《新刻增补全像乡谈荔枝记》,现藏于奥地利维也纳国家图书馆。更引起国内外学术界瞩目的是:1958年在揭阳县明代墓葬中出土发现的嘉靖年间戏曲手抄本《蔡伯皆》(即《琵琶记》),戏文中夹杂潮州方言,现藏于广东省博物馆。1975年12

月又在潮安县的明初墓葬中出土了宣德年间手写本《刘希必金钗记》，文中先后写明书写时间是“宣德六年六月十九日”和“宣德七年六月”（即公元1431年、1432年）。这是我国目前所见最早的戏文写本，现藏于潮州市博物馆。这些都是稀世之宝。上面这些事例充分说明了潮汕文化有丰富的遗产，也说明了还有一定数量的宝贵文物、文献，或者埋藏在地下，或者散藏在海内外，有待我们去发现。这方面，有大量的工作正在等待我们和后人去做。

显然，《潮汕文库》的出版，对于唤起海内外人士重视发掘、搜集潮汕文物、文献的热情，对于系统地积累潮汕历史文化资料，顺利地开展有关的研究工作，都将起着积极的作用。我想，这也是编辑出版《潮汕文库》的目的。

主办这项工作的同志们要我为《潮汕文库》写篇序言。我在历史文化研究工作的面前，只是一个渴望学习的小学生，说不出什么。但往事历历如在眼前，老舍先生和历代众多的名贤学者们的期望，今天终于能够开始实现，我从心底感到高兴，因而乐于借这个机会，祝愿《潮汕文库》早日问世，祝愿研究潮汕历史文化的工作顺利进展，尽快取得丰硕的成果。

1992年2月15日于广州

前 言

一个地区的饮食习俗，主要取决于该地区的自然环境、物产资源和民情风俗与生活习惯，也受到当地经济和文化的的影响。我国南部地区以种植水稻为主，多以稻米为主食。北方主要种植小麦，面食则为北方的主食。逐水草而居，以畜牧业为主要生产手段和生活来源的蒙古族，奶制品和畜肉是他们日食三餐的主要食物。

不仅主食如此，饮食内容、食品制作、口味嗜好等等，也因地缘、物产、地方风情的不同而差异甚大。晋张华在《博物志》中说：“东南之人食水产，西北之人食陆畜。食水产者，龟蛤螺蚌，以为珍味，不觉其腥臊；食陆畜者，狸狐鼠雀，以为珍味，不觉其膾也。”湖南、四川等地，喜吃辣椒，菜肴麻辣，绝非偶然。就说湖南，湖区地势低洼潮湿，山区则有瘴气，冬冷夏热，易降低人体热量，影响食欲。吃辣椒能驱寒逐湿，抵御瘴气，刺激食欲，增进人体健康。故辣椒是湖南人的家常菜，已成食俗。清人钱泳在《履园丛话》中写道：“同一菜也，而口味

各有不同。如北方人嗜浓厚,南方人嗜清淡。”这是北方气候寒冷而南方温热的缘故。

食俗也受到礼祭、宗教等多方面的影响,如信奉伊斯兰教的回族,禁食猪、马、驴、骡、狗和形象丑恶的飞禽走兽,佛教徒则多戒荤腥。此外,生丧婚寿也有诸多饮食礼式与习俗。食俗是在饮食实践中经长时间的积淀而逐步形成的,有相对的稳定性。随着社会经济的发展,民众生活水平的提高和外来文化的影响,有些传统食俗,也会有所改变。

目 录

《潮汕文库》序	吴南生 1
前 言	1
 第一章 潮汕日常食俗	1
一、潮汕主粮：稻米	1
二、潮汕主要杂粮：番薯	8
三、潮汕典型菜品：杂咸与卤味	14
(1)、潮汕杂咸	14
(2)、潮汕卤味	29
 第二章 潮汕时节食俗	34
一、春 节	34
二、立 春	37
三、人 节	39
四、元宵节	41
五、清明节	43

六、端午节	46
七、中元节	50
八、中秋节	52
九、重阳节	58
十、“五谷母生”	60
十一、冬 节	63
十二、祭灶神	67
十三、除 夕	69
 第三章 潮汕各时令季节鱼、蔬、果食俗	74
一、春 季	75
(1)、春季鱼鲜	75
(2)、春季蔬菜	79
(3)、春季水果	83
二、夏 季	85
(1)、夏季鱼鲜	85
(2)、夏季蔬菜	89
(3)、夏季水果	93
三、秋 季	96
(1)、秋季鱼鲜	96
(2)、秋季蔬菜	100
(3)、秋季水果	104
四、冬 季	107

(1)、冬季鱼鲜	107
(2)、冬季蔬菜	112
(3)、冬季水果	117
第四章 潮汕生、婚、寿、丧食俗	119
一、生 育	119
二、婚 姻	128
三、寿 诞	137
四、丧 葬	140
第五章 潮汕素食与小食食俗	143
一、潮汕素食	143
(1)素食的起源、发展和作用	144
(2)潮汕素食特点与变化	148
附:几种素菜的烹制方法	152
二、潮汕小食	153
(1)、产品供需,祭坛与市场相通	155
(2)、生产经营,摊档与酒家竞销	158
(3)、品种开发,创造与移植同步	162
(4)、生产时令,常年与季节并存	167
第六章 潮汕饮食礼仪	173
一、潮汕食礼的文化渊源	173

二、潮汕宴客礼仪	177
三、潮汕赴宴礼仪	183
三、离席礼仪	187
参考书目	189
后 记	191

第一章 潮汕日常食俗

日常食俗是指日常饮食食品的内容、式样、制作方法、品味和特色等。包括主食、副食、小食、菜肴、典型食品诸多方面。观察了解一个区域的日常饮食,就能较为全面俯瞰该地区的食俗概貌。

旧社会潮汕平原农业人口占80%以上,居民以务农为主,以捕捞业和手工业为辅,能在城市、埠头经营商业的人数极其有限。故其日常的饮食结构是稻米为主粮,番薯为主要杂粮,蔬菜、腌制品、少许的禽畜肉及海鲜为菜肴。与我们今天提出的“平衡饮食,营养搭配”,把茶酒饮料和水果都纳入饮食结构的要求,不可同日而语。

一、潮汕主粮:稻米

稻在我国长江中下游栽培种植,已有八九千年的历史。稻与黍、稷、麦、菽,古代统称“五谷”,并把它作为生民主食,这与人体的养生需要相符合。谷物的主要成份是淀粉,(含

70%以上)一经进入人体后就转化为糖,是人体热能的基本来源。谷物中7%~10%的蛋白质,也是人体所必需的。《黄帝内经》认为人是气的产物,气是从谷物饮食得来的,“人受气于谷,谷入于胃传肺,五脏六腑,皆以受气。”故《黄帝内经·素问》提出“五谷为养”,把谷物饮食作为人体生存长育的第一要素,其他食物都是辅助或补充。金元时代四大医学家之一李东垣也认为气是人体健康之本,而“气”分元气与谷气两类。元气指先天各种物质功能,谷气则指五谷进食后所产生的营养物质。

各种谷物甚至是同一种谷物,各地因烹制方法或制作的食品不同,相沿成习,就形成不同地方的食俗。潮人把普通稻米舂成粉制成粿皮,再把糯米拌配料蒸熟后做馅,捏成粿胚,用桃形粿模印出后蒸熟,便是桃粿,于节日祭拜祖先神佛后进食。这种米包米粿品的饮食为外地所少有,所以它是潮汕的食俗。

古文献有“黄帝蒸谷为饭,烹谷为粥”的记载。但如何“蒸”与“烹”,初时可能相同或相似,久了就会有同有异。潮汕煮干饭的“猴饭”(捞饭)做法,在其他地方也罕见。猴饭是煮饭时多放些水,至煮熟时用铁线或竹篾编成的笊篱(近似漏勺)将所需的饭捞起,沥去饭汤后装入饭钵或饭桶。剩下的再煮片刻就成稀饭。若不需稀饭则只留下饭汤。采取此法大略有几个原因:

①家庭中有人要吃干饭,有的要吃稀饭,有的要先吃干后吃稀,这样能全面兼顾,各取所需。

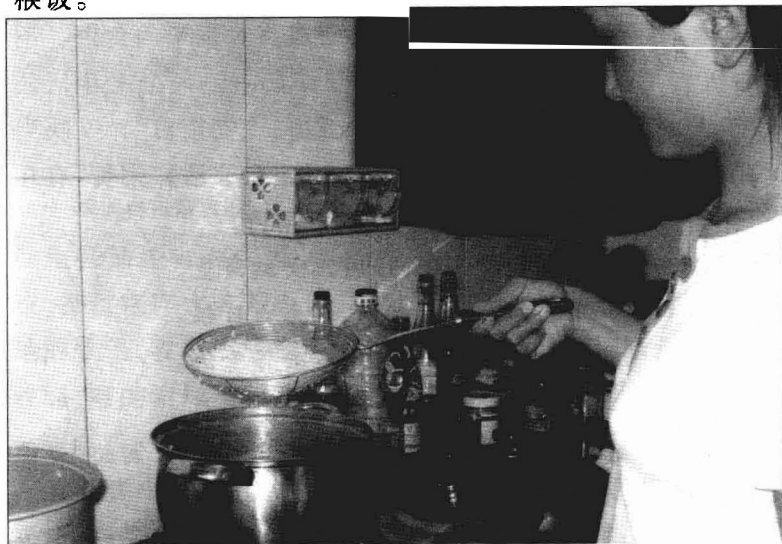
②以前一些较有钱的大家庭,家中普遍蓄养婢女、佣人,

他们的饮食要比主人档次低,且旧时代米贵,所以主人吃干饭,佣人吃稀饭。

③糍饭软硬易控制,家中有老人、小孩或肠胃病的,糍烂一点较适口、易消化。

④糍饭煮出的饭份量比焖的多,所谓“焖三糍四”。

糍饭的缺点是失去部分谷物中的营养成分,其次是口感没有焖饭的香,因此身体健壮、消化力强的中青年不喜爱吃糍饭。



糍饭

(湘红摄)

潮汕的蒸饭除用蒸笼蒸大葫饭外,还有把蒸笼分成几层,每层是一个薄箕筐,箕筐上摆满盛着米配水的小钵子,统一蒸食。民国时期农村到县城读书的内宿学生,大多吃这种蒸饭。采用此法是由于旧社会米珠薪桂,学生中有家庭富裕

的与贫穷的,有饭量大的与饭量小的,有要吃硬饭的与要吃软饭的等等。因此学生自备饭钵(多为陶钵),并在钵的外边写上名字,自己放米、淘洗、放水,然后放入箕筐。这种饭洗米后浸和蒸的时间都很长,极不好吃,消化系统差的有些人吃后患了胃病。旧社会学校毫不关心学生的膳食,学校食堂人手少,管理差,敷衍应付了事。这种蒸小钵饭的形式仍出现在文革后期的一些社会公共食堂中,后来才被淘汰。

用米煮成稀饭,也叫“粥”,潮人则称为“糜”。潮人喜爱食糜和一天吃两餐至三餐糜的习俗,已成为对稻米的食俗。粥是古人食用谷物的一法,很早就有了。《左传·昭公七年》(公元前580年)载:“饘(稠粥)于是粥于是,以糊余口”。反映当时粥是用来糊口充饥的。清人阮葵生《茶余客话》“粥赞”有几首“粥诗”,陈海昌相国尝诵其中的《煮粥诗》:

煮饭何如煮粥强,好同儿女细商量。

一升可作三升用,两日堪为六日粮。

有客只须添水火,无钱不必作羹汤。

莫嫌淡泊少滋味,淡泊之中滋味长。

(此诗或以为明代张方贤作。见《古今图书集成·食货典》。引自王仁湘《饮食与中国文化》)

这首诗无非是在述说吃粥可以节粮省钱,淡泊宁志。当然,这只能是对于贫穷者而言。

潮人喜爱食糜,缺少粮食是一个主要原因。潮汕在明清时,已是人多地少,粮食严重欠缺。解放初土改时,潮汕农村人口平均每人只有三分田地。旧社会,大量无地农民租种地主的土地,高租重息,加上官府盘剥,苛捐杂税名目繁多;潮