

The Style Of Table Art

The Art And Life

餐桌的格调

艺术与生活丛书

品味佳肴



浙江人民美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

餐桌的格调: 品味佳肴 / 郑巨欣主编. —杭州: 浙江人民美术出版社, 2002. 7
(艺术与生活丛书)
ISBN 7-5340-1468-9

I. 餐... II. 郑... III. 饮食 - 文化 - 中国
IV. TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2002)第051046号

《餐桌的格调——品味佳肴》

主 编: 郑巨欣
编 著: 卢红华 郑巨欣
责任编辑: 李 方
装帧设计: 可 可 木 子
责任校对: 黄 静
电脑制作: 周乃超

《餐桌的格调——品味佳肴》

浙江人民美术出版社出版·发行
(杭州市体育场路347号)
全国各地新华书店经销
浙江余杭市人民印刷厂印刷
2002年7月第1版·第1次印刷
开本: 889 × 1194 1/32 印张: 3
印数: 0,001-3,000
ISBN 7-5340-1468-9/J · 1276
定价: 20.00元

如发现印装质量问题, 请与本社发行科联系调换

of Table Art

The Art And Life

餐桌

艺术与生活丛书

品味佳肴

的

格调



Preface

2000年夏，我将这套“艺术与生活”丛书的《寄情中国结》、《云也想衣裳》、《没事来喝茶》、《旋转的陶车》四本书稿交给浙江人民美术出版社时，是没想到2001年春就有《到网上交流》、《墙上的风景》、《酒酣心自开》、《伤情咖啡屋》四书约稿的。因为编辑说读者喜爱，所以在过去的一年多时间里，我们一鼓作气合作出版了上述八本书。之后稍作休息，现在顺沿着原来的思路，打算将《面对那繁花》、《别样的旋律》、《喜时剪花花》、《餐桌的格调》四本新书奉献给读者。三年中，年均四本，分为三辑合为了一套丛书，内容都是以艺术与生活为主题的鲜活图文。

我们在编撰第三辑的四本时，考虑在保持原有风格的基础上增进附图作品的原创性，所以特地约请了几位著名民间艺人参与工作。如《喜时剪花花》一书的剪纸作者樊晓梅，是我们特地从古都西安请来的。她既是黄土地上土生土长的民间艺人，又是东渡日本、远洋枫叶之国传播中国艺术的文化使者；《面对那繁花》一书的插花作者吴龙高，是杭州一位从事插花艺术创作多年的技师，长期从艺积累了丰富的插花经验。他们的作品都是一首清亮的





歌，淳风感人，意味隽永，令人爱不释手。但遗憾的是我们无法收入很多他们的作品，因为那样的丛书会变成个人作品的专集。为了体现丛书编撰集知识性、欣赏性为一体这一宗旨，我们的图片选材范围还是尽量地放宽，文风也是提倡清新自由的格调。在这四本书中，我本人的工作还是像原先一样，除了参与部分条目的撰稿，主要是做一些统稿和少量图文的增补工作，文字方面的工作主要请姜艳、朱纪、卢红华完成。姜艳是一位充满智慧又有孩子天真个性的女性，因为她曾是我的学生，所以最初只想请她协助完成我的《别样的旋律》，她在文学方面的才华是一起工作之后才发现的。既然有才，后来也就少不了又请她多做一些工作，所以在《面对那繁花》、《餐桌的格调》中也有了她的名字。至于朱纪，因为是我的朋友，又一直在参与这套丛书的编撰工作，他完全有能力独立完成一本，所以我将《喜时剪花花》一书的写作任务全部交给了他。卢红华是本丛书写作班子中的新成员，他是一位专门从事餐饮方面专业教学工作的老师，《餐桌的格调》一书的完成自然离不开他的帮忙。

纪伯伦说：“工作是眼睛看得见的爱。”是呀，每当我离开坐久的案前，舒展身体的时候，总会有一种短暂的满足感涌上心头。对于我来说，工作是一



前言

Preface

种感觉得到的快乐。现在已经是2002年的春天，完成工作后的愉悦像一阵自由而舒展的风迎面吹来。

在今后的日子里，我仍不知道“艺术与生活”丛书是否还会有续，但无论如何，我都希望它呈现的内容不要离开生活太远，就像前面我们的中国结、云裳衣、咖啡香，或是让人心酣的佳酿、让人牵怀的陶吧……随手翻阅它，犹如一片绿叶、一个会心的微笑、一滴朝阳下透明的水珠，带给我们些许的回忆，点滴的知识，更多的愉悦和轻松。

郑巨欣

2002年5月于中国美术学院



餐桌的格調

The Style Of Table Art

調

品味佳肴

目 录

- 6 异彩纷呈 菜系的形成与类别
- 20 源远流长 饕餮的演变及发展历程
- 32 司厨调鼎 名厨巧师灿若群星
- 42 底蕴远播 中国食礼与节令食俗
- 52 攀龙附凤 名菜与名人
- 66 烹饪“圣书” 亦谈《随园食单》
- 72 蓬荜生辉 美食配美器
- 78 情趣横生 给菜肴取个美名
- 82 药食同源 饮食与保健

异彩纷呈 菜系的形成与类别

“中国菜”是一个总名称，它是由各地区颇有特色的菜系组成的。如果没有绚丽多彩的各地风味菜，“中国菜”就不可能如此丰盛诱人。我国幅员辽阔，各地区的自然条件、地理环境和物产资源有着很大差别，这是各地人民的饮食品种和口味习惯各不相同的物质基础和先决条件。俗话说：“靠山吃山，靠水吃水”，《博物志·五方人民》中说得明白：“东南之人食水产，西北之人食陆禽。”“有山者采，有水者鱼。”各地的物产决定了当地人们的食性，而长期形成的对某些独特的口味的追求，渐渐地变成难以改变的习性，成为饮食习惯中的重要组成部分。如同北方人嗜咸，江浙人嗜甜，四川、湖南人喜辣，广东人食生鲜，山西人喜酸等，不一而足。正因为如此，才形成各有所好、各有特色的风味菜系。

当然，各地菜系的最后形成，还得益于一大批名店、名厨和名菜。例如京菜在明末清初并不是很有名。到了乾隆年间，“北京烤鸭”开始小有名气。《燕京杂记》云：“京师美馔，莫妙于鸭，而炙者尤佳，其贵至有千余钱一头。”到同治三年（公元1864年），河北蓟县人氏杨全仁在前门外开设“全聚德鸭店”，用填喂方法育鸭，肌肉丰满，皮薄脯大，挂炉烘烤后皮脆、肉嫩、



大红灯笼高高挂，在喜庆的气氛里吃中国菜是一种艺术享受。



楼外楼菜馆位于杭州孤山风景区，至今已有150多年的历史。

味香，名曰“北京填鸭”，并制成几十样鸭菜，称为“全鸭席”，从此名声大振，带动其他京菜也身价日涨。浙菜的名满天下也是如此。道光廿八年（公元1848年），西湖孤山风景区新开一家菜馆，据说当时店主请清代著名学者俞曲园题名，俞借用南宋林升诗中“山外青山楼外楼”的名句，取名“楼外楼”。由于该菜馆精心烧制的杭州传统名菜“西湖醋鱼”滋味鲜美，引来各方游客登楼览湖，品尝美味，从而使浙江一带其他佳肴也从中得益，逐渐发展成为一支很有特色的菜系。总之，地方风味菜要形成气候，就必须要有系列精美而富有特色的菜肴，要有一批著名菜馆作为据点，同时需要通过各地方名厨加以总结、创新及推广。只有通过这几方面的相互结合，才会形成较为完整的地方风味菜系。

关于菜系划分的标准不一，说法也各不相同，但在中国最有特色、历史最悠久、影响最大的是由三大流域孕育出来的四大菜系、八大风味，它们分别是：源于山东的鲁菜，源于四川（长江流域上游）的川菜，源于古扬州（长江中下游）的淮扬菜，源于广东（珠江流域）的粤菜；风味则首推浙、闽、皖、湘、沪、鄂、豫、秦八大风味。这些菜系在烹饪原料的选择、烹调方法、口味、食俗等方面都形成了自己完整的体系，并影响较大的地域，显示出各自的特色。

丰盛高贵的鲁菜

鲁菜是中国山东地方风味菜系的简称，发端于春秋战国时代的齐国和鲁国，形成于秦汉，三国两晋南北朝时趋于成熟，经唐、宋几代的锤



在鲁菜的烹制过程中，葱一直是必备之物。

炼,愈加完善,成为北方菜的优秀代表。到元、明、清时,鲁菜又有新的发展,其影响覆盖了京、津、东北等广大地区,并大量涌入宫廷,成为御饌珍馐的重要组成部分。

现今的鲁菜是由济南地方风味菜和福山地方风味菜两部分组成,所以既有沿海地带菜肴,也有大陆菜肴。济南菜形成时间较早,制作精细,以清香、鲜嫩、味纯而著称,十分讲究清汤和奶汤的调制。清汤色清而鲜,奶汤色白而醇。擅长的烹调方法有爆、烧、烤、炒等,其著名品种有“糖醋黄河鲤鱼”、“九转大肠”、“汤爆双脆”、“烧海螺”、“烧蛎蝗”、“烤大虾”、“清汤燕窝”等。鲁菜的另一组成部分是福山菜,起源于烟台市福山,以烟台、青岛为代表。胶东菜以烹制各种海鲜而驰名,口味以鲜为主,偏重清淡,烹调方法采用蒸、煮、扒、炒、溜等,尤其对海珍品和小海味的烹制,堪称一绝,其著名品种有“干蒸加吉鱼”、“油爆海螺”、“双爆菊花”、“蟹黄鱼翅”、“绣球海参”等。作为北方独领风骚的一大菜系,鲁菜形成一套具有显著地方特色的、完整的烹调技法,尤其是“爆”和“塌”的技法,更有其独到之处。此外,鲁菜还有一个重要特征,即善于用葱香调味。在鲁菜的烹制过程中,葱一直是必备之物。无论是爆、炒、烧、溜,还是调制汤料,都是以葱爆锅,就是蒸、扒、炸、烤等菜肴的制作,也同样要借助于葱香味。总之,鲁菜选料讲究,刀工精细,调味得当,火候适宜,烹调技法全面,在风味上鲜咸适口,清爽脆嫩,汤醇味正,保持原汁原味。正因为具有这些特点,鲁菜很快大量流入宫廷,在历代官员文人的培植下,鲁菜更加具有自身鲜明的风格。

百菜百味的川菜

川菜从秦代至三国期间就已逐渐形成,当时成都已是四川地区的政治、经济、文化中心,人文荟萃,所以成都是川菜的

发源地。至清代，川菜进入成熟期，逐渐形成了一个较完整的菜系。到了近代，川菜博采各大菜系之长，兼收并容，使川菜从技艺上、菜肴品种上都有了新的发展。正宗川菜以四川成都、重庆两地的菜肴为代表。川菜重视选料，讲究规格，分色配菜主次分明，鲜艳协调。据《成都通览》记载，清末时四川首府成都的各种菜肴和风味小吃，已经有1328种之多。据有关方面的统计，川菜的品种至今已有5000余种，形成“百菜百味”的



四川位于中国内陆西部腹地，占据着四川盆地的绝大部分，四面环山，气候温和湿润。此为成都灌县一景。成都是川菜的发源地。

风格，因而获得“食在中国，味在四川”的美誉。

四川自古以来就有“天府之国”的美称，地处长江上游，四面环山，境内江河纵横，气候湿润，禽畜兴旺，蔬圃常青，各种淡水佳味、素食珍馐原料应有尽有，调味香料争芳斗奇，既有银耳、冬虫夏草、竹荪、魔芋、獐、鹿、山鸡等山珍野味遍布山野，又有江团、鲟鱼、鳊鱼、东坡墨鱼、肥头等水产奇味簇生江河，还有石耳、地耳、侧耳根、马齿苋等做菜的好材料。此外，自贡井盐、郫县豆瓣、潼川豆豉、涪陵榨菜、汉源花椒油、夹江豆腐乳等一些风味独特的烹饪原料和调味品，为天府奇味的形成，为创出独具风味的川菜提供了得天独厚的物质基础。川菜离不了辣椒、花椒和胡椒这三椒。川菜的口味，一般人以为只是麻、辣，其实不然。川菜很重视味的变化，既有浓淡之分，又有轻重之别。川菜在咸、甜、麻、辣、酸五味基础上，加上各种调料，相互配合，形成各种复合味，如家常味、咸鲜味、鱼香味、荔枝味、怪味、麻辣味、酱香味等23种。尤其是对麻辣味的运用，更是精妙尽在不言中，不仅做到辣麻而不燥，辣麻而适口，而且辣麻得有层次、有韵味。与味型相辅相成的是不同的烹调方法。川菜的烹调方法有30多种，特别是以

小煎小炒和干烧干煸最具特色。小煎小炒菜不过油，不换锅，急火短炒，一锅成菜，如“宫保鸡丁”、“生爆盐煎肉”等。干烧干煸更见功夫，干烧菜肴微火慢成，用汤恰当，自然收汁，成菜汁浓油亮，味道鲜醇；干煸菜则中火热油，在原料脱水成熟时调味，成菜色泽红亮，味厚干香，回味鲜美。此外，川菜菜式宽广，适应性强。川菜的菜式有高级宴席、普通宴席、大众便餐、家常风味、民



江泽民总书记在四川考察时，
曾品尝川菜。



苏州是一个古老的商业中心，得天独厚的社会条件为苏菜的发展提供了坚实的基础。

间小吃等几个部分，各种菜式各有特点，根据不同档次、款式，菜肴各不相同，或制作精细、组合适时、调和清新，或荤素并举、汤菜兼备、朴实无华；有的以经济方便为基本特点，菜品多样，口味多变；有的则口味多样，经济实惠。总之，川菜由于调味富于变化和烹调方法的多种多样，其风味特点可以用“多、广、厚”概括之，在风格上则有“一菜一格、百菜百味”的赞誉。

川菜中有代表性的菜肴品种有“宫保鸡丁”、“棒棒鸡”、“樟茶鸭”、“怪味鸡块”、“麻婆豆腐”、“回锅肉”、“毛肚火锅”等。

清爽悦目的江苏菜

江苏地处长江下游，土地肥沃，水源充足，气候温和，自古物产丰富，称得上“春有刀鲚夏有鱼，秋有肥鸭冬有蔬”，一

年四季水产、兽禽、蔬果、野味能连绵上市，供应不绝。这些得天独厚的自然条件为苏菜的发展提供了坚实的物质基础。江苏风味菜系源远流长，起始于南北朝时期，唐宋以后，与浙菜竞秀，成为“南食”两大台柱之一。江苏菜是由扬州、苏州、南京、镇江四大菜为代表而构成的一大菜系，也是我国的四大菜系之一，世人简称“苏菜”。在江苏的历史上，我们可以找到为数甚多的名厨，也可以从史籍中找到不少江苏文才子们撰写的烹饪专著。可以说，有“金陵天厨”雅称的南京，素有“天堂”美誉的苏州，史家认为“富甲天下”的扬州，自古就成为名厨美馔的摇篮。正是在这些地方风味的基础上，各展所长，适时互补，汇合并不断发展成美不胜收的苏扬风味，最终成为名满天下、享誉四方的重要菜系之一。江苏菜在漫长的历史发展过程中，形成了自己独特的风格，其主要特点是浓中带淡，鲜



无锡排骨是江苏菜系列中的无锡名菜，主料是猪肋排，辅以调料黄酒、精盐、酱油、麻油、白糖、葱结、姜块、红米块、八角茴香、桂皮、丁香等烧制而成，特色是甜咸适宜、酥烂脱骨、油而不腻、色泽褐红、香美可口。

香酥烂，原汁原汤，浓而不腻，口味平和，咸中带甜。江苏菜还有一个与其他菜系不同的明显特征，就是它在要求保证菜肴本味的前提下，注重色彩的调配，讲究色泽鲜艳，浓淡相宜，清爽悦目。江苏菜在配制菜肴时，或注重利用和保持主辅料自身的自然色彩，给人以清爽之感；或注重利用调料增色，给人以鲜艳之感；或注重通过配制加色，给人以浓淡相宜之感。根据不同季节，通过切配、烹调，烹制出符合时令特点的菜肴，夏季配制清淡色泽，冬季配制浓艳色泽，春秋季配浓淡相宜色泽，使吃者在动箸之前，先得到美的享受，以增进食欲。其烹调技艺擅长于炖、焖、烧、煨、炒。苏州菜口味偏甜，配色和谐；扬州菜清淡适口，主料突出，刀工精细，醇厚入味；南京、镇江菜口味醇和，玲珑细巧，尤以以鸭为原料制作的菜肴负有盛名。著名的菜肴品种有“清汤火方”、“鸭包鱼翅”、“松鼠鳊鱼”、“西瓜鸡”、“盐水鸭”等。

博采众长的粤菜

粤菜是指广东风味菜肴。先秦时代，岭南尚为越族的领地，广州则是南越族聚居的地区。秦始皇南定百越，建立“驰道”后，岭南地区的越族逐步融合到汉族群中，经济、文化日益受到中原影响，南越的“越”字也渐渐为“粤”字所代替，并成为广东的代称。广东菜自成一系后，就简称为“粤菜”。粤菜，较之鲁、川、淮扬菜系，是一个起步较晚的菜系。它萌生于秦，成雏形于汉魏，发展在唐宋，完成于明清。晚清时，粤菜广采京都风味、姑苏名菜、扬州炒卖和西餐之长，再汇合广东境内各地方菜式的优点，自成一格，形成可与鲁、川、苏三大菜系相媲美的一个完整的独立菜系。

实际上粤菜由广州菜、潮州菜、东江菜组成，广州菜包括珠江三角洲和肇庆、韶关、湛江等地名食在内，地域很广。粤



菜用料庞杂，原料丰富，选料精细，烹调集南北之长，兼收香港和西菜的做法，善于变化和创新，品种多样，美饌纷呈。粤菜的风味特点是讲究清鲜、滑嫩、脆爽，在烹调时讲究“一沸而起，甘鲜脆美”。粤菜中的清淡，并非淡而无味，而是清中求鲜，淡中取味，嫩而不生，滑而不俗，油而不腻，有所谓五滋(香、松、软、肥、浓)、六味(酸、甜、苦、辣、咸、鲜)之美，而且非常注重随时节顺序而更变化，一般夏秋力求清淡，冬春偏重浓醇。其烹调擅长煎、炸、烩、炖、焗等，菜肴色彩浓重，滑而不腻。尤以烹制蛇、狸、猫、狗、猴、鼠等野生动物而负盛名，著名的菜肴品种有“三蛇龙虎凤大会”、“五蛇羹”、“盐焗鸡”、“蚝油牛肉”、“烤乳猪”、“干煎大虾碌”和“冬瓜盅”等。潮汕(潮州、汕头)古属闽地，因之也有将潮州菜列入福建范围的，其语言和风俗与闽南相近，自隶属广东以后，又深受珠江三角洲的影响。所以潮汕菜接近闽、粤，汇两家之所长，以烹制



粤菜以烹饪海鲜见长，以汤菜最具特色。



粤菜名品“菊花烩三蛇”



粤菜名品“潮州大鱼丸”

海鲜见长，以汤菜最具特色，刀工精巧，口味清纯，注意保持主料的原有鲜味。菜肴上席也有自己的习惯，如主菜安排在上半席，每席有两至三个汤菜，喜筵的首菜和尾菜均为甜菜，取其“从头甜到尾”的意思。东江菜又称客家菜，客家人聚居在广东东江山区一带，其祖辈原是中原人，因避战乱而南迁。东江菜的烹饪方法尚保留一些中原固有的特点，原料多用肉类，少用水产。菜肴特点是主料突出，讲究香浓，下油重，味偏咸，有独特的乡土风味。

总之，粤菜的口味是鲜、嫩、爽、滑、淡，五味俱全，冷盘布置图案美观，

色泽调和。其选料精细，鱼虾求新鲜，家禽要嫩壮，时鲜蔬菜多，水果做配料，野味多奇绝。其烹调方法种类繁多，有30余种，不论炒、煨、炖，皆用汤水做汁，使食品馥郁芬芳，名扬中外。

清香宜人的浙江菜

浙江菜以杭州、宁波、绍兴、温州等地的菜肴为代表发展



浙江名菜“西湖醋鱼”



浙江名菜“龙井虾仁”