

中國全宗孔府宴





孔子文化大全

中國全宗孔府宴

萬有葵 賈振福 主編

孔子文化大全編輯部編輯
山東友誼書社出版

《孔子文化大全》

中國全宗孔府宴

萬有葵 賈振福 主編

孔子文化大全編輯部編輯

地址：中國·山東省濟南市經四路 227 號

電話：615275 電報掛號：0427

*

出版：山東友誼書社

印刷：山東新華印刷廠

發行：山東省出版對外貿易公司

地址：中國·山東省濟南市經四路 227 號

電話：612552 電報掛號：0238

*

787×1092毫米 16開本 25.5印張

1989年7月第1版 1989年7月第1次印刷

ISBN 7-80551-230-2/Z·87



The Complete Works of Confucian Culture

ORTHODOX FEASTS IN CHINA CONFUCIUS MANSION THROUGH AGES

Compiled by Wan Youkui and Jia Zhenfu

Edited by The Editorial Department of
THE COMPLETE WORKS OF
CONFUCIAN CULTURE

Published by

SHANDONG FRIENDSHIP PRESS

The Editorial Committee of
“The Complete Works Of Confucian Culture”

Editor in Chief

MIAO FENG LIN

Deputy Editor in Chief

DU XIU MING

CHU FU CHUAN

WANG GUO HUA

Editorial Committee Members

WANG GUO HUA

DU XIU MING

CHU FU CHUAN

LI MU

LI DE MING

SONG RI TING

MIAO FENG LIN

SUN RU TAI

CHEN YAN ZHAO

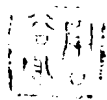
ZHAO BING NAN

ZHAO YAO TANG

JIANG BAO DE

營養有術
益壽延年

周谷城題



中國全宗孔府宴編輯委員會

主編 萬有葵 賈振福

副主編 王懋澤 劉承干

編委 (以姓氏筆劃爲序)

王懋澤 白 鋼 岳都貴 徐景瑞

曾奇棟 張士元 張志清 張寶榮

張俊澤 解秉深 萬有葵 賈振福

楊淑君 葛長田 董保信 趙培芳

劉承干 蔣振培 潘若樵 錢廣存

顏振瑞

攝影 萬有葵 周常福 程慶嶺

數據測算 邵品琮

數據校審 萬曉民

責任編輯 聶方熙

序

古代文化巨人孔子，是一位世界聞名的思想家、政治家、教育家。他的思想包羅宏富，哲理深奧。他在怡情養神，強身健體，飲食衛生等方面，也有許多精湛的論述。孔子很注重身體健康，他長途奔波益健，食不裹腹未衰。他會射箭、駕車、懂軍事，善修養。他曾對不同年齡的人提出保證身體健康的養身要求：「少之時，血氣未定，戒之在色；及其壯也，血氣方剛，戒之在鬥；及其老也，血氣既衰，戒之在得」。他主張一個人修德、行仁，做個「君子」，心情才能「坦蕩蕩」；做個「仁者」，才能享高壽。他主張用音樂、詩歌陶冶人們的性情，鼓勵人們積極進取，反對「士而懷居」、鼠目寸光的人，更反對飽食終日、無所用心以及渾渾噩噩、浪費光陰的人。爲了身體健康，孔子在飲食方面有一些精闢的主張。盡管他在政治思想上主張百姓「足食」，人人吃上飽飯，但在吃飯這一具體事情上却主張「不多食」，「食無求飽」。他主張節制飲食，反對暴食暴飲。他說：盡管席面上肉類豐富，吃的時候也不宜過量（肉雖多，不使勝食氣）。他主張喝酒要適度，反對暴飲（「唯酒無量，不及亂」）。孔子首次提出重視烹飪的主張，他說過「失飪，不食」的話。他主張提高烹飪質量與水平（「食不厭精，膾不厭細」），保證菜餚的配料（「不得其醬不食」），要適時食用（「不時不食」）。他在許多地方一再強調飲食衛生（「食饅而餛，魚餒而肉敗不食，色惡不食，臭惡不食」，

「沽酒市脯不食」）。孔子要求自己 and 別人要養成「食不言，寢不語」的好習慣。要講究吃飯一時的禮節。遇有別人擺上盛大的宴席時，要鄭重地對待（「有盛饌，必變色而作」）；到有喪事的人家附近去吃飯，不要吃得太飽（「食于有喪者之側，不飽」）；有好東西先讓給自己的老師及長輩吃，自己多為長輩和先生做點事（「有酒食，先生饌。有事，弟子服其勞」）。這些主張，都是我國古代烹飪文化中的名言。

我國古代的烹任藝術是中華民族優秀文化傳統的一部分，也是孔子思想中的一部分。因此，對古代烹飪傳統的研究，也應是孔子文化研究的一個側面。

孔子一生中得志的時候不多，晚年更窮困潦倒，故生前講究烹飪的條件不多。他身歿後，歷代帝王競相利用他思想中「忠君尊王」之類的消極因素，用以鞏固封建統治，以致一再封他為公為王。於是祭孔儀式越來越高，供享內容越來越多，他的直系後裔也便一再被優禮封贈，使孔府宴的產生具備了條件。

孔子是封建社會中法定的「聖人」，其直系後裔榮沾餘蔭，也成為「與國咸休」，「同天并老」的世襲貴族。這一特殊身分，注定了其府內各種傳統的連續性，也決定了其生活上與眾不同的高貴宴席的連續性。衍聖公經常接待前來祭孔朝聖的帝王、大臣，經常進京朝見皇帝，拜望勛戚貴臣。通過聯姻、交友等方式，加強了與各地貴族官僚的聯系，有許多機會接觸南北方的名菜佳餚。府內歷來有許多專業廚師，他們師徒相傳，代代相繼，技藝精湛，能人輩出。衍聖公府崇高的地位，使他們有可能學習和仿效各種貴族菜、宮廷菜。經過多年的辛勤勞動，細心揣摩，不斷創新，製作出包括孔府酒、孔府菜、孔府糕點在內，風格獨特，高雅華貴的孔府宴。

人們常說中國宴席講究「色、香、味、形、器」，孔府宴又加上一個「意」字，即各種菜餚、食品、酒類均加上一些文雅脫俗、吉祥如意，又突出該食品主要特點的名稱，使人們在品嚐孔府酒、孔府菜、孔府糕點時，除味覺、嗅覺、視覺等得到美的享受外，還以其與眾不同的古雅、吉祥的名稱，使食者心曠神怡，思維活躍，直至回味無窮。為此，包括孔府酒、孔府菜及孔府糕點的孔府宴，不僅譽滿全國，還飄洋過海傳到世界各地。但是，這一古老傳統文化的內容如果納入現代營養學的範疇，價值如何？它們對青少年的發育、成長，對中老年人的保健、長壽有何作用？人們尚不清楚。孔府宴具有清、淡、素、雅、鮮、嫩、純等特點，但是否符合科學要求的標準？這些問題如果不得解決，孔府宴不但在世界，即使在國內，隨着人們科學水平的提高，也會提出異議，影響發展。近年來，孔子故鄉以主任醫師萬有葵為主的食品衛生、營養衛生工作者，組成了中國全宗孔府宴營養研究組，對傳統的孔府酒、孔府菜和孔府糕點，進行發掘、整理和全面的營養成分檢測，圓滿地解答了上述問題。這部書便是他們辛勤勞動的結果。作者在繼承古代傳統文化的基礎上，依照國家營養學所要求的衛生標準，使用目前世界上最先進的檢測儀器和手段，對六種孔府酒、一二六道孔府菜和六六種孔府糕點做了多種數據的檢測。每種食品檢測四項營養成分，共取得二六二三六個檢測數據，雄辯地說明了每種孔府酒、菜、糕點的內涵，證明了它們的營養成分符合科學要求。這種採用現代化的手段對古老內容進行的科研活動，正確地貫徹了「古為今用」的原則，使載譽多年的孔府宴，得以嶄新的方式，更好地為社會主義服務，為世界各國人民服務。

對中國全宗孔府宴的發掘整理與科學檢測，不僅賦予了這一古老傳統的宴席以新的生命，而且檢測的結果又反過來證明了我國傳統文化是建立在科學基礎上的，因而它才能千百年不斷一

發展，經久不衰，光彩奪目。本書的出版，必將起到繼承文化遺產和不斷創新的積極效果，爲
國內外食品營養的發展做出貢獻。

匡亞明 駱承烈

一九八九年一月

前言

我國幅員遼闊，歷史悠久，菜品精美繁多，各有特色。中國全宗孔府宴是我國的歷史名宴，居我國諸菜系的發展之首，堪稱烹飪藝術中的燦爛明珠，絢麗多彩的食苑奇葩；同時還是孔子文化寶庫中的珍貴遺產，為我們偉大祖國傳統烹飪藝術的傑出代表。幾千年來世代相傳，深受國內外人們的贊譽和歡迎。

《中國全宗孔府宴》包括孔府酒、孔府菜和孔府糕點。它以精美的原料，卓絕精湛的烹飪藝術，獨特的風味，甲于天下，惠及全球，名揚海內外，譽傳五大州。它既有書香門第聖人之家的風度，又有王公貴族官府的氣派，獨具一格。素以「三精四美」著稱于世（即精良的原料、精美的造型、精湛的烹飪藝術，味美、色美、形美、盛器美）。

本書根據歷史考證，發掘整理出六種孔府酒、一二六道孔府菜、六六種孔府糕點，并以現代的科學理論，先進的科學方法，最新的檢測儀器，全面系統地進行了營養學的調查研究。全書近二〇萬字；攝有象形古餐具及各種酒、菜、糕點等彩色照片二〇〇餘幀，圖文并茂，內容豐富多彩。在研究過程中，曾有美國、加拿大、日本、新加坡和港澳的專家多次來訪，交流指導。專家們一致認為這樣系統全面的飲食研究，在國內還是首次，在國外也有很大影響。它將有利于中國烹飪藝術和營養學的發展，有利于人類健康，對促進國際友好往來和旅遊事業的發

展也具有積極作用，為研究孔子文化做出了有益的貢獻。

本書有中國人大常委會周谷城副委員長的題詞，有中國著名孔子研究專家、中國孔子基金會會長、南京大學教授匡亞明先生和曲阜師範大學孔子研究所副所長駱承烈教授作的序，為本書增添了光輝。在研究過程中，得到山東省衛生防疫站、山東省食品衛生監督檢驗所、山東醫科大學、北京醫科大學、北京農業大學、曲阜師範大學等單位的大力支持，曲阜酒廠、孔府飯店、曲阜糧局食品廠和魯都飯店也給予了大力協助。

本書總結了中國孔府宴製作工藝之精華，系統地闡述了孔府宴所用原料、烹飪工藝、風味特點，並列表介紹了營養成分分析，以及衛生學評價等。由於水平所限，錯誤之處望讀者批評指正。

主編

一九八九年一月于濟南

目錄

序(七)

前言(一一)

概述(一七)

孔府酒(二三)

孔府家酒(二四)

杏壇春(二四)

孔府菜(二七)

珍品類

燕菜四大件(二八)

燕窩「萬」字金銀鴨塊(二九)

燕窩「壽」字紅白鴨絲(三一)

燕窩「無」字三鮮鴨絲(三三)

燕窩「疆」字口蘑肥鷄(三五)

清湯燕菜 (三七) 芙蓉燕窩 (三九)

冰糖燕窩盅 (四一) 鳳棲燕窩 (四三)

八卦燕窩 (四五) 蟹黃魚翅 (四七)

紅扒魚翅 (四九) 把兒魚翅 (五一)

魚唇扒魚皮 (五三) 綉球魚翅 (五五)

扒熊掌 (五七) 扒熊掌四寶 (五九)

紅扒駝蹄 (六一) 紅燒鹿筋 (六三)

鳳尾鮑魚 (六五) 紅燒紫鮑 (六七)

文龍吐玉珠 (六九) 扒虎爪 (七一)

清蒸毛脚蟹 (七三) 一卵孵雙鳳 (七五)

百鳥朝鳳 (七七) 冰糖魚骨 (七九)

魚蝦類

烏龍護寶 (八一) 清蒸鱖魚 (八三)

清蒸鮭魚 (八五) 三絲鮭魚卷 (八七)

烤花籃鮭魚 (八九) 秦皇魚骨 (九一)

松鼠鮭魚 (九三) 火龍魚 (九五)

胡辣烏魚蛋 (九七) 黃燜魚腹 (九九)

焦香酥皮魚 (一〇一) 炸溜魚 (一〇三)

醬汁魚 (一〇五) 紅燒魚肚 (一〇七)

燒魚皮雜拌 (一〇九) 糟溜魚片 (一一一)

珍珠魚 (一一三) 玉帶蝦仁 (一一五)

炸菊花蝦扇 (一一七) 鍋燒蝦 (一一九)

金魚菊花蝦 (一二一) 扒口蘑鮮貝 (一二三)

金魚鴨掌 (一二五) 扒裙邊 (一二七)

玉珠海參	(一二九)	芙蓉海參	(一三一)	肉品類	
蝦子海參	(一三三)	扒瓢海參	(一三五)	清湯一品丸子	(一九九)
瑪瑙海參	(一三七)	珍珠海參	(一三九)	百子肉	(二〇三)
蝴蝶海參	(一四一)	京果蝦仁	(一四三)	高麗肉	(二〇七)
高麗蝦串	(一四五)	炸芝麻蝦排	(一四七)	炸溜裏脊	(二一一)
焦麻扇貝	(一四九)	油爆鮮貝	(一五一)	如意千子	(二一五)
海米白菜	(一五三)			四喜丸子	(二一九)
鷄鴨類				扒羊肉條	(二二三)
長壽鷄	(一五五)	猴頭扒鷄	(一五七)	芙蓉肉絲	(二二七)
布袋鷄	(一五九)	紙包鷄	(一六一)	甜菜類	
油淋鷄	(一六三)	碧桃鷄丁	(一六五)	一品壽桃	(二二九)
湯壘鷄	(一六七)	燒安南子	(一六九)	詩禮銀杏	(二三三)
全家福	(一七一)	三套鴨	(一七三)	水晶桃	(二三七)
醬汁鴨方	(一七五)	金錢鷄托	(一七七)	燴百合	(二四一)
炒鷄絲	(一七九)	炒軟鷄片	(一八一)	素菜類	
孔雀迎賓	(一八三)	鷄茸銀耳	(一八五)	扒素四寶	(二四五)
神仙鴨子	(一八七)	烤鴨	(一八九)	四喜茄罐	(二四九)
葡萄胗肝	(一九一)	油淋乳鴿	(一九三)	炒豆腐	(二五三)
香酥鵪鶉	(一九五)	炸鷄翅	(一九七)	炸椿魚	(二五七)
				冰糖肘子	(二〇一)
				荷葉肉	(二〇五)
				抽梁換柱	(二〇九)
				雞蛋荷包	(二一三)
				佛手千子	(二一七)
				煎春捲	(二二一)
				什錦一品鍋	(二二五)
				蜜漬蘋果罐	(二三一)
				拔絲金棗	(二三五)
				蜜汁山藥鼓	(二三九)
				長壽蜜桃	(二四三)
				口蘑扒油菜	(二四七)
				一品豆腐	(二五一)
				金鈎掛銀條	(二五五)
				金鈎玉蘭棍	(二五九)

杏仁豆腐	(二六一)	清湯銀耳	(二六三)
黃管玉蘭片	(二六五)	炸藿香	(二六七)
口蘑芸豆	(二六九)		
其它類			
一品鍋	(二七一)	什錦火鍋	(二七三)
鑲金錢菇	(二七五)	金蟬脫殼	(二七七)
鈴鐺丸子	(二七九)	冬瓜盅	(二八一)
孔府糕點	(二八三)		
酥皮點			
菊花餅	(二八五)	菊花酥	(二八七)
荷花酥	(二八九)	佛手酥	(二九一)
大酥合	(二九三)	百合酥	(二九五)
蘋果酥	(二九七)	千層酥	(二九九)
馬蹄酥	(三〇一)	開花酥	(三〇三)
蝴蝶酥	(三〇五)	蝦仁酥	(三〇七)
香蕉酥	(三〇九)	向陽酥	(三一)
萊蔔酥	(三一三)	大合酥	(三一五)
重油餅	(三二七)	白壽桃	(三二九)
鷄油餅	(三三一)	翻毛酥	(三二三)

椒鹽酥	(三二五)	豬腳酥	(三二七)
彩雲酥	(三二九)	秋葉酥	(三三一)
纏首酥	(三三三)	龍鳳餅	(三三五)
桂花餅	(三三七)	羅漢餅	(三三九)
棗格爐	(三四一)	香脆酥	(三四三)
五字酥	(三四五)	豆沙棗泥卷	(三四七)
松子卷	(三四九)	八仙人	(三五)
黑蔴餅	(三五三)	燕尾酥	(三五五)
山楂餅	(三五七)	芝蔴酥	(三五九)
杏圓	(三六一)	如意花	(三六三)
套環	(三六五)		
蜜糖點			
黑芝蔴糕	(三六七)	海參果	(三六九)
焦切	(三七)	糖圓	(三七三)
蜜食	(三七五)	捲心糖	(三七七)
蔴圓	(三七九)	炒糖	(三八)
羊角蜜	(三八三)	蜜三刀	(三八五)
寸金	(三八七)	鷄蛋糕	(三八九)
大壽桃糕	(三九)		

大米點
烘糕
玉帶糕
月牙糕
附錄

(三九三)
(三九七)
(四〇一)
(四〇五)

松子糕
雲片糕
大芙蓉果

(三九五)
(三九九)
(四〇三)
