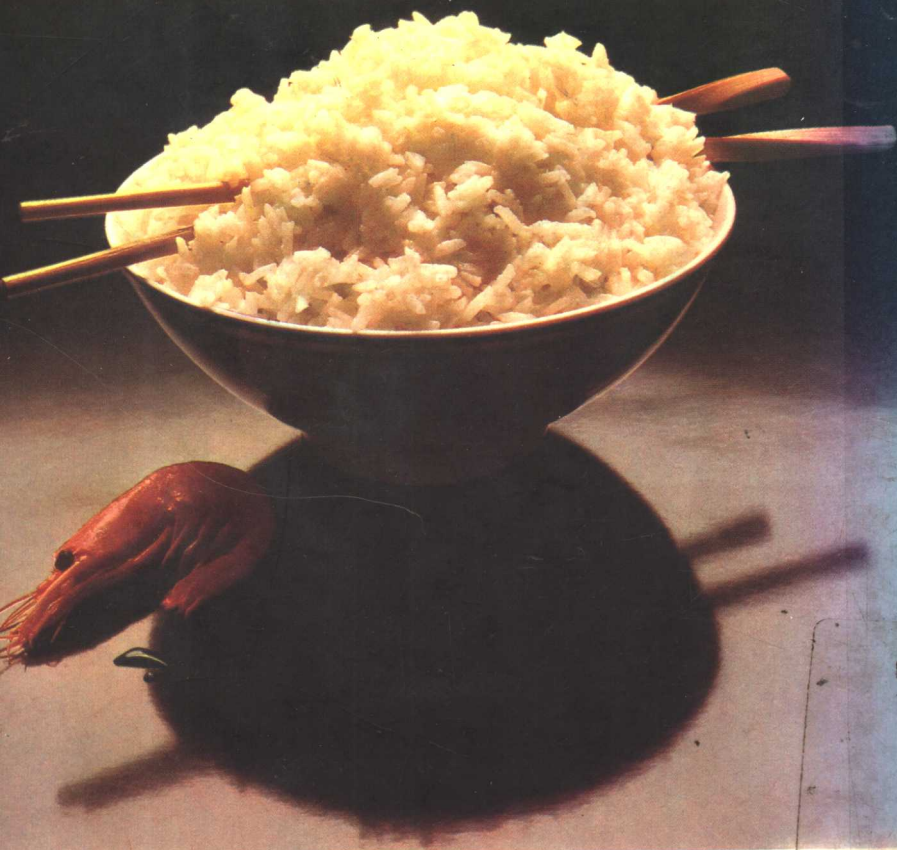


中國飲食趣話

劉暢編著



『中國飲食趣話』含48道中國歷代宮廷御膳的傳說與作法；歷史上名酒、美酒的典故來由。另並述及著名茗茶，麵食的麵包、餅、糕，米食的米飯、粥、粽、糕，肉類的豬、雞、鴨、蛋，水產類的淡水魚蝦、海鮮，豆腐，調味品、渡荒糧等與之相關的紀聞故事。

劉暢

編著

中國飲食趣話

雙子星叢書
星光出版社

究必印翻 有所權版

中國飲食趣話

雙子星叢書：

451

編著者：劉

暢

發行人：林

紫

耀

出版者：

星光出版社

經銷者：

星光書報社

臺北市寧波西街一一六號
郵政撥匯：〇〇一四二四三一
電話：三〇三四八一二
三〇九五九一二

印刷者：

建昇彩色印刷廠

臺北市東園街66巷22號

中華民國七十五年十二月初版

定價
260元

《幼學故事瓊林》「飲食」篇（代序）

甘脆肥臙，命曰腐腸之藥。羹藜含糗，難語太牢之滋。御食曰珍饈，白米曰玉粒。好酒曰青州從事，次酒曰平原督郵。魯酒茅柴，皆爲薄酒，龍團雀舌，盡是香茗。待人禮衰，曰醴酒不設，款客甚薄，曰脫粟相留。竹葉青、狀元紅，俱爲美酒。葡萄綠、珍珠紅，悉是香醪。

五斗解醒，劉伶獨溺於酒。兩腋生風，盧仝偏嗜乎茶。茶曰酪奴，又曰瑞草。米曰白粲，又曰長腰。太羹玄酒，亦可薦馨，塵飯塗羹，焉能充饑。

酒係杜康所造，腐（豆腐）乃淮南所爲。僧謂魚曰水梭花，僧謂鷄曰穿離菜。臨淵羨魚，不如退而結網，揚湯止沸，不如去火抽薪。

羔酒自勞，田家之樂。含哺鼓腹，盛世之風。人貪食曰徒餽餒，食不敬曰嗟來食。多食不厭，謂饕餮之徒，見食垂涎，謂欲炙之色。未獲同食曰向隅。謝人賜食曰飽德。

安步可以當車，晚食可以當肉。飲食貧難，曰半菽不飽，厚恩圖報，曰每飯不忘。謝擾人曰兵厨之擾，謙待薄曰草具之陳。白飯青藜，待僕馬之厚；炊金爨玉，謝款客之隆。家貧待客，但知抹月披風；冬月邀賓，乃曰敲冰煮茗。

君側元臣，若作酒醴之麴蘖。朝中冢宰，若作和羹之鹽梅。宰肉甚均，陳平見重於父老。夏羹示盡，邱嫂心厭乎漢高。畢卓爲吏部而盜酒，逸與太豪。越王愛士卒而投醪，戰氣百倍。

懲羹吹齋，謂人懲前警後。酒囊飯袋，謂人少學多餐。隱逸之士，漱石枕流。沈湎之夫，藉糟枕麴。昏庸桀紂，胡爲酒池肉林。苦學仲淹，惟有斷齋畫粥。

《飲食篇》增

鍾阜山莊赤米，隱士加餐。邯鄲旅邸黃粱，仙人入夢。小兒盜禾畝，孔琇之按罪何妨。逸馬犯麥田，曹孟德自刑猶爾。

易批以粟，鄒侯爲民庶之意拳拳。煮豆燃箕，子建悟兄弟之情切切。狄山之肉，旋割旋生。青田之壺，愈傾愈溢。我愛鵝兒黃似酒，雅可怡情。人言雀子軟於綿，最堪適

口。

多才之士，謝茶而贈我好歌，好事之徒，載酒而問人奇字。挹東海以爲醴，庶暢高懷。折瓊枝以爲飴，可舒雅志。雲子飯可入杜句。月兒羹見重柳文。燒鵝而恣朵頤，且願鵝生四掌。炮鱉而充嗜慾，還思鱉生兩裙。

種秫不種杭，陶公若以酒爲命。舊粟不窖寶，任氏則以食爲天。紅苺紫茄，種滿足與之圃。綠葵翠蓋，殖盈鍾阜之區。

《飲食篇》續增

南人多食米。北人多食麥。兩餐三餐，俗例不同。一飯一粥，來處不易。陸羽著茶經，嗜茶成癖。隨園編食譜，品食獨評。

東坡肉傳東坡集，火候足時。女兒酒駐女兒顏，桃花映色。飲料如武夷茶、普洱茶、六安茶、龍井茶、皆稱佳品。

食物含有糖質、小粉質、脂肪質、蛋白質，均足養生。水應求潔，積垢則害人。酒以合歡，多飲則傷腦。

食品易腐，黴菌不可不防。食味須調，烹飪尤所宜學。飽美足終年，勿求盛饌，衛生在潔食，豈必西餐。

中國飲食趣話要目

第一章	48道宮廷御膳的傳說與做法.....	一
第二章	中國美酒典故.....	一四二
第三章	茗茶傳說.....	二二一
第四章	麵食：麵包、餅、糕、其他.....	二八〇
第五章	米食：米飯、粥、粽、糕、其他.....	三六七
第六章	肉類：豬、雞、鴨、蛋.....	四〇八
第七章	蔬菜、水果.....	四八一
第八章	水產類：淡水魚、海產.....	六〇八
第九章	豆 腐.....	六六六
第十章	調味品、渡荒糧、其他.....	六九六

中國飲食趣話目錄

第一章 48道宮廷御膳的傳說與做法.....一

一 紅娘自配.....	二	九 包羅萬象.....	二一
二 鶴鹿同春.....	五	十 寒門造福.....	二六
三 蟠龍黃魚.....	八	十一 金月照魏兵.....	二八
四 脯雪黃魚.....	一〇	十二 酥爛脆香鳳.....	三〇
五 黃金肉.....	一三	十三 白銀如意.....	三一
六 葵花獻肉.....	一六	十四 百鳥朝鳳.....	三四
七 金錢蝦餅.....	一八	十五 美園聲春.....	三六
八 松鼠桂魚.....	一九	十六 游龍繡金錢.....	三七

十七	秋雨春風·····	四三	三十二	玉石青松·····	九二
十八	巧對鴛鴦·····	四五	三十三	春暖秋光·····	九四
十九	魚龍變化·····	四七	三十四	雪度寒冬·····	九五
二十	玉帶飄凌·····	四九	三十五	寒地藏歸·····	九九
二十一	紅棉蝦團·····	五一	三十六	龍舟魚·····	一〇一
二十二	湛香魚片·····	五四	三十七	羅漢菜心·····	一〇四
二十三	雪夜桃花·····	五八	三十八	羅漢鯽魚·····	一〇八
二十四	宮門獻魚·····	六一	三十九	紅梅珠香·····	一〇九
二十五	雪梅伴黃葵·····	六五	四十	嫦娥知情·····	一一五
二十六	金鳳臥雪蓮·····	七〇	四十一	象牙雞條·····	一一九
二十七	龍抱鳳蛋·····	七四	四十二	芝麻鴨肝餅·····	一二三
二十八	皎月香鷄·····	七八	四十三	酥雪蛋餃·····	一二四
二十九	風雪飄凌·····	八六	四十四	網魚烤香鷄·····	一二六
三十	龍鳳賞月·····	八八	四十五	玉鳳還朝·····	一二八
三十一	白雲胭片·····	九〇	四十六	全家福·····	一三一

四十七 骨酥香味魚……………一三六

四十八 枯木回春……………一三八

第二章 中國美酒典故……………一四二

一 伊川杜康酒……………	一四三	十二 丹陽封缸酒……………	一八九
二 八角琉璃井的故事……………	一四九	十三 大别山蛇酒……………	一九〇
三 和合酒……………	一五一	十四 漢武帝與龜蛇酒……………	一九四
四 山西汾酒……………	一六〇	十五 桂林三花酒……………	一九六
五 貴州茅台酒……………	一六三	十六 鹿寨香橋酒……………	一九九
六 山西竹葉青……………	一六五	十七 白毛尖和包谷酒……………	二〇二
七 五加皮酒的傳說……………	一七一	十八 古井貢酒……………	二〇六
八 安徽太白酒……………	一七四	十九 神井釀酒……………	二〇八
九 文君酒的由來……………	一八一	二十 美人泉的傳說……………	二一二
十 勾踐與紹興酒……………	一八五	二十一 楊六郎大戰十八羅漢……………	二一七
十一 九江封缸酒……………	一八七	二十二 酒泉……………	二一八

第三章 茗茶傳說……………二二一

一 良馬換《茶經》……………	二二二	十一 龍井茶與虎跑泉……………	二六二
二 茶神辨水……………	二二五	十二 大明寺泉水記……………	二六七
三 袁枚品茶……………	二二六	十三 福州茉莉茶……………	二七一
四 太湖碧螺春……………	二三〇	十四 福州珠蘭花茶……………	二七二
五 雲和白茶……………	二三九	十五 蒙頂甘露茶……………	二七三
六 安徽松蘿茶……………	二四三	十六 普陀山佛茶……………	二七四
七 廬山雲霧茶……………	二四五	十七 敬亭綠雪茶……………	二七六
八 山東侯魁茶……………	二四七	十八 顧渚紫筍茶……………	二七七
九 信陽毛尖……………	二五〇	十九 餘杭徑山茶……………	二七八
十 渤海灣紅茶菌……………	二六〇		

第四章 麵食：麵、包、餅、糕、其他……………二八〇

一	楓橋白湯麵……………	二八一	十三	山東煎餅捲大葱……………	三二三
二	鎮江伙麵……………	二八四	十四	月餅的來歷……………	三二七
三	南通甜炒麵……………	二八六	十五	長壽薄脆……………	三三八
四	楓鎮大麵……………	二八九	十六	難題「車輪餅」……………	三二一
五	雲夢魚麵……………	二九〇	十七	蘇州木瀆棗泥麻餅……………	三二五
六	岐山臊子麵……………	二九二	十八	河南博望鍋饊……………	三二八
七	鍋羹麵……………	二九三	十九	金糕的由來……………	三三〇
八	天津「狗不理」包子……………	二九七	二十	蘇州自印糕……………	三三二
九	南京「一條龍」包子……………	三〇〇	二十一	龍鬚糕……………	三三三
十	蟹黃湯包……………	三〇一	二十二	蛋鬆果獨悅龍顏……………	三三四
十一	太后餅……………	三〇五	二十三	常熟定勝糕……………	三三五
十二	香山蜜餅與白居易……………	三〇六	二十四	餃子的傳說……………	三三七

二十五	杭州油炸檜	三三九	三十一	武陟油茶	三五二
二十六	福州春捲	三四二	三十二	千層酥與火牛陣	三五三
二十七	端午節吃透糖	三四三	三十三	炒疙瘩	三五五
二十八	鳳尾酥	三四五	三十四	糠窩窩的故事	三五七
二十九	「大救駕」與趙匡胤	三四七	三十五	山海關絲窩兒糖	三六〇
三十	淮安茶饊	三四八	三十六	西太后吃窩窩頭	三六四

第五章 米食：米飯、粥、粽、糕、其他……………三六七

一	金米、銀蝦菜	三六八	七	過橋米綫的由來	三八八
二	息縣香稻丸	三七一	八	重陽糕	三九一
三	荷葉飯	三八〇	九	呂洞賓與紹興香糕	三九三
四	鍋巴飯	三八一	十	娥姐粉果	三九六
五	臘八粥	三八三	十一	誠實稻	三九七
六	粽子和龍舟	三八六	十二	太倉糟油	四〇二

第六章 肉類：猪、牛、羊、雞、鴨、蛋……………四〇八

一 金華火腿……………	四〇九	十二 鎮江肴肉……………	四四〇
二 東陽猪……………	四一六	十三 腎白石揮等與「烤」字……………	四四七
三 東坡肉(一)……………	四一八	十四 佛跳牆……………	四五〇
四 東坡肉(二)……………	四二一	十五 臘味合蒸……………	四五一
五 東坡肉(三)……………	四二三	十六 獅子頭的由來……………	四五三
六 無錫肉骨頭(一)……………	四二七	十七 蟠龍菜……………	四五五
七 無錫肉骨頭(二)……………	四三〇	十八 努爾哈赤的黃金肉……………	四五六
八 蘇州陸稿薦……………	四三一	十九 輦止坡老董家……………	四五七
九 天福樓醬肘子……………	四三三	二十 劉邦吃狗肉的故事……………	四五九
十 萬縣「宮保鷄丁」……………	四三五	二十一 醉鷄的故事……………	四六一
十一 文山肉丁……………	四三八	二十二 東安子鷄……………	四六三

二十三	流浪鷄	四六五	二十六	鳳凰蛋傳奇(一)	四七一
二十四	叫化鷄	四六七	二十七	鳳凰蛋傳奇(二)	四七四
二十五	南京板鴨	四七〇	二十八	湖彩蛋	四七七

第七章 蔬菜、水果

四八一

一	小林老薑	四八二	十	惠州梅菜	五一二
二	花生的故事	四八七	十一	紹興培紅菜	五一四
三	洛陽假燕菜	四九一	十二	淮安蒲兒菜	五一八
四	萬縣糖水壩蘿蔔	四九二	十三	太湖馬迹山芋頭	五二〇
五	襄陽大頭菜	四九六	十四	薺菜的傳說	五二二
六	沙市獨蒜	四九八	十五	冬笋的由來	五二六
七	超化大蒜	五〇二	十六	湖南玉蘭片	五二七
八	黃石高崖韭菜	五〇五	十七	雁鵝菌子	五二九
九	寧波雪裡紅	五〇八	十八	口蘑之番誘魚來	五三三

十九	鍾祥「蟠龍菜」	五三五	三十一	河北「綠衣香」甜瓜	五七二
二十	擁國菜的由來	五三七	三十二	駝山敝口山楂	五七七
二十一	楊李	五三九	三十三	興化桂圓	五八四
二十二	南湖菱	五四一	三十四	樂陵無核棗	五八七
二十三	天津鴨梨	五四三	三十五	廣洋大棗	五九二
二十四	蘭州香水梨	五五一	三十六	上海城隍廟梨膏糖	五九七
二十五	無錫水蜜桃	五五四	三十七	三鮮蓮花酥的傳說	五九八
二十六	黃巖蜜柑	五五七	三十八	桂花鮮栗羹	六〇〇
二十七	月芽山下「大紅袍」	五五九	三十九	木洞晒棗	六〇二
二十八	廣西沙田柚	五六二	四十	西施藕	六〇五
二十九	驪山火晶柿子	五六四	四十一	西湖藕粉	六〇六
三十	臨潼石榴	五六八			

第八章 水產類：淡水魚、海產……………六〇八

一	五柳魚	六〇九	二	西湖醋魚	六一二
---	-----	-----	---	------	-----