



袁洪业 主编

安徽科学技术出版社

中国小吃集萃

袁洪业 主编

JM116/25



安徽科学技术出版社

责任编辑：崔惠敏
封面设计：葛 钧

中国小吃集萃

袁洪业 主编

安徽科学技术出版社出版

(合肥市跃进路1号)

安徽省新华书店发行 安徽新华印刷厂印刷

开本：787×1092 1/32 印张：20 插页：2 字数：421,000

1986年6月第1版 1986年6月第1次印刷

印数：1-12,000

统一书号：17200·59 定价：3.20元

民族瑰宝 食苑奇葩

——浅谈中国小吃

(代序言)

袁洪业

在色香味形竞奇斗芳的中国食苑中，有一簇带有浓郁民族特色和乡土气息的古朴奇葩，这，就是植根于各地民间的传统风味小吃。千百年来，中国小吃伴随着一代又一代的炎黄子孙，在开创华夏五千年文明史的漫长岁月中，协同其它主副食品，为民族的昌盛、社会的进步，竭尽民生头等大事——吃食的天职，并且始终发挥着食物轻骑的作用。与此同时，作为祖国烹饪文化遗产的组成部分，小吃本身也在不断提高，不断谱写人类饮食本身的文明历史，从而使其发展成为独具异彩的民族文化瑰宝。

源远流长 百种千样

中国小吃的最初内容和形态，和人类学家推想的偶然发现的熟食是统一的。170万年以前，一场天然大火过后，森林中的野兽未能逃此劫难者，便成为原始祖先们信手拈来的猎物，从此结束了茹毛饮血的蒙昧时代。后世学者称人类熟食之初

的熟物之法为“火上燔肉”。粗犷的火上燔肉之法，发展到周代已趋精细，《韩非子·内储说上》写一宰人(庖厨)为文公制炙(烤肉)，其操作要领一曰“利刃切脔(将肉块切小)，二曰“援木贯脔(将小肉块以木条串起)，三曰“炭火炙熟”。现在的民族小吃烤肉及烤羊肉串，在选料、刀工、调味及烹熟诸方面，都更加精妙，甚至登大雅之堂而博喝彩，然而无论在烹熟和食用方法上，古朴的风韵依然宛在，特别是维吾尔族同胞设在街头的烤羊肉串食摊，这种风韵更其足具。而这种原始的烧烤方法和粗犷的吃法，也许正是令今日食者感到脍炙人口的因素之一哩。

火上燔肉之法，延续了很久很久。据史籍载，“至于神农，以为行虫走兽难以养民，乃求可食之物：尝百草之实，察酸苦之味，教民食五谷”（《新语造基》）。据史学家推算，一代神农，距今有六七千年历史，这与近代考古学的成果基本一致。制熟谷物，最初采用的是“石烹法”，即后世所谓的“石上燔谷”。至今流传于陕西民间的“石子馍”及山西名小吃“石头饼”，就是通过石子传热烘烤致熟的，这无疑仍带有“石烹”时代的痕迹。石子馍在唐代叫“石鏊饼”，是那时同州府(今陕西大荔县)进献皇室的贡品之一，其名贵可见一斑。清代被美食家袁枚啧啧称道的“天然饼”，乃是石鏊饼进一步精制的延续。

“小吃”一词见于宋代吴曾的《能改斋漫录》一书：“世俗例，以早晨小吃为点心”，但见诸文字记载的小吃品种，却可以上溯到距今三千年左右。

先秦古籍《周礼·天官》中的“羞籩之食，糗饵粉粢”，便都是粉、糕之类的小吃。这说明在周乃至商代，我国已具

有品种多样的米、面小吃了。

汉代小吃，已初成体系。饮食市场“熟食遍列”，“燔炙满案”，著名品种有：白切狗肉、煎鱼切肝、腌羊酱鸡、马奶子酒、烂煮羔羊、甜味豆浆、烧雁羹、甜瓠子等等，真是主副杂陈、应有尽有。

唐宋两代，随着经济繁荣，饮食业的发展，小吃品种更为琳琅满目，唐代一朝宰相段文昌编纂的《食经》中，就记有馄饨、粽子、汤中牢丸(元宵)、五色饼、飠食(饺子)等等。其子段成式《酉阳杂俎》中，仅饼一品就有：阿韩特饼、凡当饼、餠餠饼、贵字五色饼等花色，并已见“豆沙”之制的记载。至如韦巨源《食单》中记述的“七返糕”、“金铃炙”、“同心生结脯”、“金银夹花平截”、“火啖盏口餠”等，则是工艺水平更高一级的主副小吃。

宋代吴自牧《梦粱录》中描写经营小吃的盛况时写道：“每日交四更，诸山寺观已鸣钟，……御街铺店闻钟而起，卖早市点心，如煎白肠、羊鹑事件、糕、粥、血脏羹、羊血粉羹之类……。有卖烧饼、蒸饼、糍糕、雪糕等点心者，以赶早市直至饭前方罢。”仅早点小吃就有如此繁多的品种，其时全貌可见一斑。

金、元、明、清四朝，少数民族小吃与汉族小吃相互交融，在传统的中国小吃家族中，又增加了珍味逸品。如流行的回族小吃有“设克儿匹刺”（蜜面为皮、胡桃肉为馅的面饼），“卷煎饼”（面皮卷白果馅的油炸食品），“糕糜”（煮烂羊头皮肉加米粉及蜜制成）；女真族小吃有：“柿糕”（粘米干柿同捣粉，蒸熟，入果仁做饼），“栗糕”（栗粉少加粘米粉、蜜水和，蒸熟）等；蒙古族小吃有：“不朵”（蒙古粥食），兀

都麻(烧饼)，罗撒(汤面)，口涅(馒头)等等。

如果把中国烹饪文化比作横贯大地的长江、黄河，那么，中国小吃便是那长江、黄河中汹涌翻飞的浪花；如果将中国烹饪文化比作太空的繁星，那么，中国小吃便是那浩瀚星海的银河。随着中华民族东方睡狮的崛起和振兴，在九百六十万平方公里富饶大地上孕育的万千中华小吃，必将青春焕发，更加精美绝伦。

取材广泛 做工精细

取材广泛决定了中国小吃百种千样和主副兼备等特点。而欲以小胜丰，又必须做工精细。

中国小吃从古至今，由北到南，凡可入馔的食物原料，几乎无不采纳。米麦黍豆、果蔬子仁、肉鱼蛋乳、山珍海错，加上色味纷呈的辅料、调料，经合理搭配、精巧烹调，便造就出各地区各民族具有独特风味的小吃群。

中国被世界公认为“烹饪王国”，除了精美的菜肴之外，各具特色的风味小吃，在赢得这一盛誉的历史进程中，也占有扶花之绿叶的地位。

将中国小吃的制作工艺较系统地总结并记载下来，当首推北魏贾思勰的《齐民要术》。该书在主食小吃方面已归纳出具体的饼法、粽饨法、煮糗法、醴酪法、餐饭法、饧脯法等等。那时制作小吃的工艺水平，从晋人束皙《饼赋》中可见一斑：“笼无逆肉，饼无流面。姝媮冽救，薄而不绽。膻味内和，臆色外见。柔若春绵，白若秋练。气敦郁以扬布，香飞散而远徧。行人垂涎于下风，童仆空噍而斜盼。擎碗者舐唇，

立侍者干咽。”——皮薄且白而不破，馅丰且腴而不漏，质暄软而味隽永，这一千多年前的“笼饼”，比之京都一处的烧麦或四季美的汤包也不逊色。陶谷在《清异录》中，对五代时某些小吃品种的精美工艺曾作如下形象描述：“……馄饨汤可注砚（写汤至清衬托馄饨质量之高），饼可映字（极言其薄），湿面可穿结带（韧、劲），饼可以作劝盏（皮光滑致密），寒具嚼着惊动十里人（极言酥脆）。”言辞虽有夸饰，倘若工艺不精，是难得想出以此贴切之物作比的。

至若清宫小吃银丝卷和焦圈，虽然主要原料不过水和面，成品乃是一卷一圈，但工艺要求却十分复杂而精良。例如银丝卷，须经和面、发酵、揉面、溜条、抻丝、包卷、蒸熟等七八道工序。其中技术性最强的要数溜条抻丝。一块3斤左右重的面团，在抻、拉、摔、抖中变为索绳般的丝条，在胸前上下翻腾，左旋右转，恰如蛇蟒相搏、蛟龙戏水。如此溜好之后，即行搭扣抻条，经连续九次反复抻扣，可得512根2米多长的丝丝细面，且不断不乱，互不粘连，行语谓之“一窝丝”。抻好的面丝顺放案上，切成小段，再用面皮包卷蒸熟，即得银白暄软的银丝卷。若在512根的基础上再接连扣抻两次，面丝则变为2048根，这就是被世人叹为观止的“龙须面”。

制焦圈的面要加盐、碱、矾水调和，三者的比例和加入顺序均有严格要求，否则，成品焦圈的焦、酥、脆、嫩、圆等特点，均要受到影响。炸制中，火候的掌握是关键，油温始终保持六成热（120~140℃）。只有这样，炸出的焦圈才玲珑剔透，不裂不破，金黄油亮，环如金镯，吃口焦酥香脆，经久而不变性。

即使是走街串巷、随遇而制的小吃担贩，那一盖豆汁、

一碗担担面，其制作工艺也毫不含糊。北京豆汁原系粉坊制作粉丝的下脚料，后来直接以绿豆为原料，须经淘洗、浸泡、磨浆、沉淀、发酵、撇浆、熬煮、保温等多道工序，每道工序均有严格的工艺要求，差之毫厘，不是走味就是变态。四川的担担面，最初也是走街串巷担担制售的。制面的各个环节——和、揉、擀、切全是精湛的手工；煮面的汤，接着“无骨不鲜、无鸡不香、无肚不白”的传统要求，必须严格选料配料，小火慢慢熬煮；吃面的臊子（浇头）风味独特，每勺臊子即是一道川味名菜，吃一碗“十景担担面”，就可以领略川菜“烧十景”的品味；担担面的佐料也地道，除多种辛香品味者外，少许切细的陈年芽菜和新鲜的豌豆苗必不可少。碧叶红卤银面白汤，看上去就倍增清鲜爽利之感。

应时应典 寓情于吃

中国小吃与中华民族的古老风俗和淳朴感情息息相关。

古代，人们在种种自然灾害面前无能为力，但又希冀风调雨顺，于是便在农事伊始的二月，以麦、豆、稻、黍等农产品制成节令时品，祭祀主温暖的太阳、主水的龙。“献羔祭韭”是周代这类活动的祭祀内容。而到了烹饪文化比较发达的唐、宋，祭品中自然少不了各色小吃。农历二月一日传说为“太阳的生日”，又叫“中和节”，据文献载：百姓于日下设祭、宫廷于是日办“御宴”。清代时，家家在这一天要做“太阳鸡糕”——糯米面圆饼，五枚一摞，上面插一只面制金鸡，因为人们认为金鸡乃是太阳的化身。

而今通行南北的美味小吃“春卷”，北宋时代称作“面

蛩”，是人们在立春日的应时小吃：将“馒头饺馅”用面皮卷裹，做成蚕茧儿样的食品。这自然又与祈求蚕业兴旺有关。

盛夏伏日祭祀，在先秦典籍中已有著录。古代伏日所祭者，“其帝炎帝，其神祝融”。炎帝是传说中的太阳神，祝融则是炎帝的玄孙火神，他们给人间以阳光，使五谷孕育成熟；给人间以火种，使人们得以熟食。人们在最炎热的时日祭祀他们，表示不忘功德。祭品是什么呢？《荆楚岁时记》载：“六月伏日进汤饼，名为辟恶。”至今，在北方仍然保留“头伏饺子二伏面”的食俗；虽然谈不上“辟恶”，但炎炎夏日吃上一碗过水面，却是爽利愉快的。祭神也好，辟恶也罢，总之都反映了历代劳动人民对恶的疾恨，对善的追求，对美好生活的向往。

冬至吃馄饨的习俗，南宋时有关岁时风俗的书中已见记载：“冬馄饨年饔飧”。清代富察敦崇解释其中原委道：“夫馄饨之形有如鸡卵，颇似天地浑沌之象，故于冬至日食之。”馄饨之名，概由“浑沌”谐出，而“混沌”在古代神话传说中，乃为开天辟地的圣人。“冬至”在古代时被视为“亚岁”，并有“冬至大如年”一说。在如此重要的日子，以馄饨祭祀创造天地者，也是历代人们不忘先祖恩泽之意。

凡此一年四季各不相同的应典小吃，既有浪漫色彩，又富生活情趣，同时也符合时令及民族饮食习惯，因此延续数千年而盛传不衰。

此外，在中华民族各个传统节日里，五花八门的小吃也都有各自的吉祥喜庆的寓意。例如，北方人年三十吃饺子，“更岁交子”为的是新年诸事交好运气，岭南的年宵煎堆又

叫油糍，每到农历岁尾，家家主妇都精心制作，务使炸得松圆胀发，以示吉兆——圆满而生发，并以此作为春节互贺的馈礼。“年晚煎堆，人有我有”——大家都有，这是多么质朴而和谐的美好愿望啊！南北皆食年糕，寓有生活“年年升高”之意；煮面条馄饨，被称为“银线吊葫芦”，意味着聚财聚宝；合家吃元宵，象征年年团圆……所有这些，都是将美意寓在美食之中，使喜庆节日更加增添喜庆气氛，并激励人们更加奋发向上的进取精神。

除了特色独具的应典应节小吃，在日常生活中，不同时令也均有自己的小吃群。中国小吃的这一特点，古代已有体现，今日愈加鲜明。明代刘若愚《酌中志》载，那时人们正月吃年糕、元宵、双羊肠、枣泥卷；二月吃黍面枣糕、煎饼；三月吃江米面凉饼；五月吃粽子；十月吃奶皮、酥糕；十一月吃羊肉包、扁食、馄饨；腊月吃灌肠、油渣……。

小吃的时令特点，自然与该品种小吃的缘起有关，而各种小吃在创制之初，也都维系于时令和当地人们的饮食尚好。以北京为例，每当嫩柳吐绿的春天到来时，传统小吃艾窝窝、豌豆黄等即随之陆续出现于食市；时值溽暑蒸人的夏令，冷凝滑爽的杏仁豆腐、奶酪、漏鱼等，又纷纷应市为人们消暑解热；在收获的金秋季节，以新收子实炊成的江米藕、栗子糕、八宝莲子粥等，则又展现在人们面前；至于白雪皑皑的隆冬，那热腾腾的盆糕，滚烫喷香的羊肉杂面、白汤杂碎，又登盘入桌，为食者送暖驱寒。在山明水秀的杭州，一年四季的小吃又是另一番江南的情致：当新葱抽叶，嫩韭发芽的春季，韭芽肉丝春卷、葱包桧儿以及清明艾饺便应时上市；在骄阳似火、荷花飘香的夏令，清香淡雅、解渴消暑的西湖

藕粥、冰糖莲子粥、八宝绿豆汤、地栗糕等登盘入盘；至若蟹肥菊黄、桂花吐芳的秋季，南湖蟹肉包子、西湖桂花藕粉以及重阳栗糕，又香飘街巷；而在岁寒年末、腊梅傲雪的冬天，又有酥羊大面、菜卤豆腐等香热小吃供人们食用驱寒。

不仅一年四季各有特色小吃，就是一日之中，早点和间食也很有讲究。据《东京梦华录》载，那时走街串巷的饮食担子，“早间卖煎二陈汤，饭了提瓶点菜，饭前有卖馒头、小蒸糕，日午卖糖粥、烧饼、炙焦馒头”。

小吃的这种应节应典、当令宜时的属性，反映了它与人们生活的密切关系。与此同时，各地的小吃名品，又往往寓有优美的故事和传说，它们与别致的风味小吃水乳交融、浑成一体，使人们在品尝美食的同时，又享受民族文化的熏陶，激励人们扬善抑恶，发扬先祖的优良传统，为使中华雄立于世界先进民族之林而前赴后继，卓越奋斗。

譬如寒具，那是三千年前晋国百姓以禁火寒食之壮举，对耻于言禄的介子推公的隆重悼念，同时也是对晋文公忘恩负义、暴虐行为的无声谴责。这是何等爱憎分明的民族品格！南北通食的端午粽子，从内到外浸透着后人对伟大爱国诗人屈原的深切悼念和敬仰。博望锅饼和馒头之制，均与三国时代的诸葛亮有关。传说诸葛亮初出茅庐，博望一战威震曹军，曹操手下几员大将弃城退走后，遂命关羽镇守博望。时值连日干旱，守城军士缺水断炊。关羽正欲撤兵弃城，忽接军师一笈锦囊。拆取一阅，却是一种省水食品制法：“多用干面，掺水少许，和成硬块，大锅炕之，得食为饼，以饷将士。”关羽命人如法制作，遂使全军渡过早荒。而这种饼，品味兼优，又可携带久存，于是伴随诸葛孔明的千古佳话，广泛流

传于河南、山东、安徽、湖北乃至山西、内蒙等地。然而惟博望锅饼因得孔明真传，故品质一直拔萃。

至于浙江小吃“油炸桧儿”，则铭刻着人们对卖国奸贼的无比憎恨。公元1142年，秦桧玩弄权术，以十二道金牌召回正在乘胜追寇的岳飞，遂使一代民族英雄的“十年苦功，一朝尽废”，并被秦桧以“莫须有”的罪名，杀害于杭州风波亭处。消息传出，民情激愤。传说在风波亭附近安桥河下的两个小吃摊，不约而同地将面团捏作秦桧夫妇的丑恶形象，然后扭作一处，又拦腰横斩一刀，丢进翻滚的油锅内炸而分与众人食之。从此，这种饱含憎爱感情的小吃不胫而走，很快风靡杭州。以油炸之，复以口诛之，而后变成臭大粪，遗臭万年，这就是残害忠良者的应有下场。

中国小吃是中国人民创造的物质和文化的财富。从烹饪角度看，它们是人类食品的精华，色香味形质俱佳，以少少许胜多多许；从文化角度看，它们寓情于吃，使人们的饮食生活洋溢着健康的情趣。

风味别具 雅俗共赏

中国小吃同中国菜肴一样，各地区都有自己独特风格的小吃群，并且形成了浓郁的地方风味特点。

北京曾为中国封建社会最后四个朝代的故都，又是新中国的首都。这种得天独厚的条件，使它成为集历代宫廷小吃和各地、各族民间小吃之大成者。

典型的北京地方风味小吃豆汁，据《燕京风俗志》载，乃是与北宋同期的北方辽国的民间小吃，经数百年的发展演

变，在原料、工艺、营养、卫生、风味等方面都愈加精美完善。它那酸溜溜、甜丝丝、热乎乎、辣苏苏、香喷喷的滋味，曾使多少代北京的老者留恋，幼者忘返。

说到硬面饽饽，中年以上的老北京人，几乎都会把它跟自己对童年的回忆联系起来。那拖着长长的尾音沿街叫卖的声调，犹如动听的民歌，将孩子们吸引出去，只要递上一个大子儿，就可以咬嚼半晌，又筋道又香甜。这在当时，该有多么惬意又是何等的享受呵！

位于黄河中下游的河南，是中华文明的发祥地之一。这里的九朝故都洛阳和两代京城开封，也是南北小吃的荟萃之地。历史悠久的博望锅饼，一个有三四斤重，从外观看去，仍然保留着古老的风貌，然而其制作工艺更加精湛，风味也更加美好。经慢火烤烙后，皮焦脆，瓤韧软、饼面呈焦白而非焦黄，盛夏季节，长途携带而不变质味。

一般的油条均为两批，而河南的这类油炸小吃，又有四批和八批者，形奇色艳味酥香，配烧饼一起食用，酥软咸香，常吃不厌。另如大营麻花，长约40厘米，形如四棱钢鞭，焦酥香脆，落地粉碎，老幼咸宜。河南的炸馓子，股细如丝，色泽金黄，酥脆无比。此外，宜于冬令食用的油酥萝卜饼、胡辣汤等，都具有浓郁的地方特色。

陕西也是华夏文化的摇篮之一，古都西安一直是西北地区的中心，又是丝绸之路的起点，汉族的古老小吃与少数民族的风味小吃水乳交融。驰名遐迩的牛羊肉泡馍，肉烂汤浓，香醇不膻，馍筋而润，绵韧耐嚼。这足具西北风味的小吃，当年慈禧太后虽身在逃亡中也不忘专程一尝。

鲁菜是中国四大基本菜系之一，山东小吃亦久负盛名。

除面粉外，豆类、杂粮、薯类等，到了小吃大师手里，皆可点铁成金，制做出风味独特的面食小吃。例如面中逸品“杂面汤”，就是用甘薯面、豇豆面、小麦面混合擦制成的硬面条，放于卤汤面上蒸热，再下入卤汤中，营养价值很高，味道也极好。

北方小吃以面食为主，南方则多以米为基本原料，但杭州却又例外，可谓熔南北小吃于一炉，这与杭州曾为北宋南迁后的都城、融汇了北方的烹饪文化不无关系。

杭州小吃“片儿川面”，其做法就具有北方特点，由于浇头中有笋和雪菜，加上选料精，加工细，搭配恰当，烧煮功夫独到，因而化平庸为神奇，被赞为“有笋有肉不瘦不俗，雪菜煮面神仙口福”。

精美小吃“幸福双”，用料精，造形美，风味绵软油润，香甜可口，加之成双作对制售，祝福和恭喜意趣盎然。

“天府之国”的小吃，与川菜一样久享盛名。蛋烘糕原为饮食担贩经营的小吃。一个红泥小炉，配以巴掌大的小平锅，就象小勺单炒一样，一个一个地烘制，给人以一丝不苟的感觉。后来由于馅心不断改进，做工愈加精细，这个小吃中的下里巴人早已跻身于阳春白雪之列，成为日常生活和高级筵席上雅俗共赏的川味点心。

岭南风味的广东小吃，花色繁多，做工精细。各种粥品不仅风味别具，而且注重营养和滋补功能。粉肠是粉类食品的佼佼者，这种小吃最初是用米浆蒸成粉面，再卷作一条一条的，入笼蒸熟，取出斜剪成件，装碟加生抽、熟油、辣椒酱、芥辣酱、甜酱等调拌，最后撒上熟芝麻，味道十分可口。由于制法不断求精，配料也愈加讲究，遂成为茶室酒楼的上

乘小食。

除上述京、豫、陕、鲁、浙、川、粤外，其他各省、各少数民族也都有自己独特风味的小吃佳品，并且大都具有雅俗共赏的特点。

主副兼备 食用方便

中国小吃就其食用特色来看，又具有主副兼备、食用方便的优点。可作主食的小吃与可充当佐酒下饭精美菜肴的副食小吃，在其发展的历史长河中并驾齐驱，最久远的例子当推石子馍和烤肉串之类。周代八珍中的淳熬和淳毋，乃是以稻米和黍米加肉酱制成的盖浇饭之类，这种主副合一的珍食，在当时可谓一大发明，因而被列为八珍之首，实为后世将主副原料合为一体的小吃品种的开始。

至汉代，饮食市场上各种主副小吃已是“熟食遍列，馐旅成市”，诸如嫩杨乳猪、韭芽炒蛋、白切狗肉、小马鞭茎、烂煮羔羊、炖小鸟、烧雁羹、白腌鱼、甜瓜子等等。

唐宋两代，在大都会专营各种小吃的店铺比比皆是。明清时代的北京，各类小吃店栉比鳞次，小吃品种也丰富多彩，有干有稀、有荤有素、有甜有咸、有凉有热。这些四时八节风味各异的小吃，不仅成为市井居民津津乐道的“碰头食”，而且也是厌粱肉的达官贵族改换口味的小食品。

目前，许多地方利用小吃主副合一、经济实惠等特点，纷纷开办起风味小吃快餐店，这实在是值得大力提倡并且很有前途的事业，它不仅在满足亿万人民物质生活的第一需要方面做出不寻常的贡献，而且还将为人们把更多的时间变成

财富的高效率生活和工作节奏提供方便。

《中国小吃集萃》，搜集整理中国各地、各民族传统风味小吃近千种，旨在使这簇民族瑰宝、食苑奇葩发扬光大，为有志于研制这一国粹的学者、大师提供一个方便，以便在继承传统工艺、保留传统风味的基础上，给以科学的提高和提炼，进而为古老的中国小吃插上现代化的轻捷翅膀——用工业化方式生产出更加丰富多彩的、既是传统的又是今天的中华民族的风味小吃。

中国小吃，是中华民族悠久历史和灿烂文化的一个结晶。它那古朴无华的素质，恰似我们民族的性格；它那古色古香的格调，体现了五千年文明的风彩；它那馥郁的乡土韵味，透发着古老民族的淳厚的生活气息；它那灿若繁星的每一品种，无不闪烁着劳动人民智慧的光华，它那精美的色香味形，反映出中国烹调技艺的高超绝伦。此外，它所具有的主副兼备、营养合理、应时应节、食用方便、经济实惠、宜于贮存等优点，都与人们生活息息相关。许多与小吃有关的历史故事或民间传说，都从不同角度反映了一个时代的历史侧面以及人民的爱憎感情、道德观念和对真善美的追求与向往。它们既是吃的食物，又是一件件工艺品，一首诗，一则基于现实的神话，亦是反映当时社会的一面镜子。