

The background of the book cover is a yellowish-tan color with a traditional Chinese woodblock print style illustration. It depicts various scenes of daily life and festivals. On the left, there's a scene with people in a room, possibly a kitchen or a study. In the center, there's a scene with people sitting at a table, possibly a meal or a gathering. On the right, there's a scene with people in a room, possibly a study or a living area. The title '中国年节食俗' is written in white characters on a red background, which is a vertical strip in the center of the cover.

中国年节食俗

王仁兴 著
北京旅游出版社

指天餃餡
四川

如意園
午東

辣雞腎
二什

中國年節食餚

王人鑑 著

北京旅遊出版社

摩眼雞飯
七

玩月羹
五

五兩餅
九

米餡
五九

宜盤
五

茸草鮑
日

法王料斗
八

酒骨糟

孟蜀尚食掌食典一百卷有賜羊羔法以紅麴煮

肉緊卷石鎖滾入酒骨淹透切如絲薄乃進注云酒

骨糟也

建康七妙

謝穀家事事錄有七妙藝可明而錄

中国年节食俗

Zhong guo Nianjie Shi su

王仁兴 著

*

北京旅游出版社出版

(北京北三环中路6号)

新华书店北京发行所发行

北京印刷一厂印刷

*

787×1092毫米 32开本 3.5印张 74,000字

1987年5月第1版 1987年5月第1次印刷

印数 1—16,500

书号: 17273·9 定价: 0.75元



↑ 清代庙会

↓ 清代庙会上的小贩售食情景



鬼皆充

正月元旦迎祀灶神釘桃符上書一雙字掛鍾

爐以辟一年惡祟與長率數拜天地為神

誦本境土地五穀之靈以祈一舉之福或前

經完畢方禱拜新年時飲屠蘇酒為

飲以誌一年不莊之氣

屠蘇酒方

大黃一食 桔梗一食 白朮一食

桂心一食 烏頭一食 白木一食

茶黃二分 防風一分

以絳囊盛之懸井中至元旦寅時取起以酒

煎四五沸飲二三杯自初小飲起

洛陽人家正月元旦追緝雜蠅無不盡殺十五

日造火鷄兒食玉梁糕

長安風俗元旦以後過以酒食相邀為之傳

立存後庚子日宜溫薑汁合家前服不拘多

少可除瘟疫

習人珍主人也贈食總管也反是為惡習為厨司大

耗弱為小耗

張手羹家

開門外通衢有食肆人呼為張手羹家水產陸販

陸需而供每節則專賣一物稱京輻湊號曰酒店獨

記其名播告四方事口腹者

元陽餅

六一米

手裏行餅

指天教餅

綠荷包子

油畫明珠

涅槃燈

冬凌粥

如意圓

珠雞餅

摩羅飯

正月元旦

以絳囊盛之

煎四五沸

洛陽人家

日造火鷄

長安風俗

立存後庚

少可除疫

元陽餅

六一米

手裏行餅

指天教餅

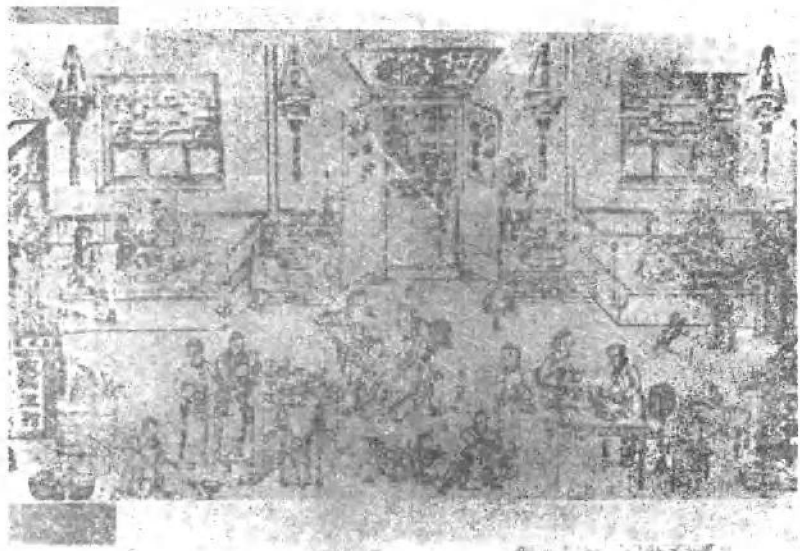
綠荷包子

油畫明珠

涅槃燈

冬凌粥

如意圓



▲ 南宋粉粉百年圖《建寧圖》

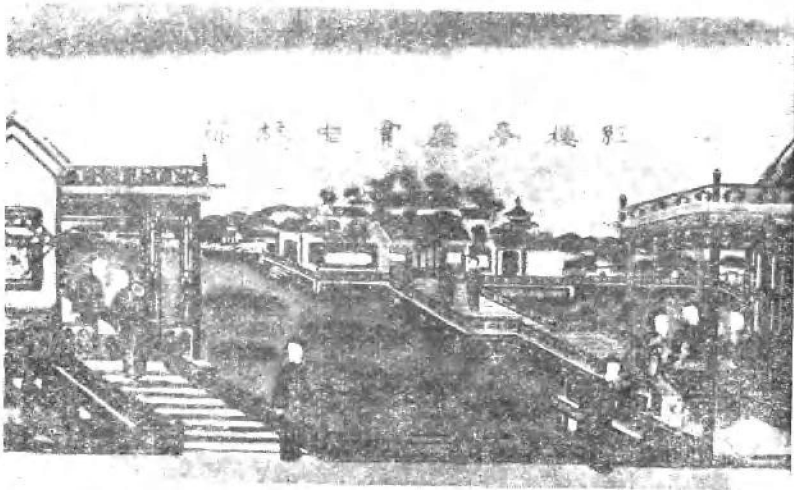
青精飯
青精飯可益壽亦曰烏米浴佛日染入籠
蒸晒久貯不散湖陰至瀨江大家多以餉
客此草他邑人不能識採擷去鄉即不上
色某汀胡先生詩杏含綠隴腴色借元霜
皎何待餐紫芝駐顏令長好

← 清《毘陵食品拾遺》有关青精饭的记载



← 清代粽子(左)和日本菰粽(右)

↓ 清代杨柳青年画《红楼梦庆赏中秋节》



目 次

上 编

中国年节食俗总论

- 一 中国年节食俗的特点 (3)
- 二 年节食俗与传统历史文化的关系 (11)
- 三 中国年节食俗的流传 (16)
- 四 有关中国年节食俗的古籍 (21)

下 编

中国年节食俗纵谈

- 一 年年糕 (33)
- 二 饺 子 (36)
- 三 蜜 供 (41)
- 四 元 宵 (42)
- 五 春 饼 (49)
- 六 春 卷 (52)
- 七 太阳糕 龙须面 (55)
- 八 五彩蛋 (59)
- 九 寒 食 (62)
- 十 浴佛食俗 (66)

十 一	乌米饭.....	(68)
十 二	粽 子.....	(73)
十 三	菖蒲酒.....	(79)
十 四	伏日汤饼.....	(82)
十 五	莲 饊.....	(84)
十 六	乞巧果子.....	(87)
十 七	社 饭.....	(89)
十 八	月宫饼.....	(92)
十 九	重阳糕与菊花酒.....	(94)
二 十	春酒 烤肉 豆沙包儿.....	(97)
二十一	冬至馄饨.....	(100)
二十二	腊 八 粥.....	(103)
二十三	糖瓜祭灶.....	(107)
后 记		(109)

上 编

中国年节食俗总论

一 中国年节食俗的特点

古人说：“凡民禀五常之性，而有刚柔缓急音声不同，系水土之风气，故谓之风；好恶取舍动静无常，随君上之情欲，故谓之俗。”意思是说，由自然条件促成的习尚叫做“风”，由社会环境酿成的习尚叫做“俗”。这话是不错的。用今天的话来概括，风俗是一个民族在饮食、服饰、建筑、交往等方面最具有本民族特征的表现形态。年节食俗则是风俗的内容之一。从历史的意义而言，它集中表现着一个民族的饮食文化传统，展示着一个民族的古老文明。它对本民族说来，具有无形的向心力和凝聚力；对外部民族说来，则具有新奇的观光感和迷人的魅力。中国传统的年节食俗，大致有这样几个特点：

1 历史性

一个民族风俗的形成，大都有一个世代相袭、发展演变的历程。中国风俗中的年节食俗就正是如此。

中国有上下几千年的文明史，在纵横数百万平方公里的土地上，亿万勤劳勇敢的人民世代劳作，造就了灿烂辉煌的中华古代饮食文明。旧时，在河北、河南、山东、陕西等地，每年农历腊月二十三，人们都有“祭灶”的风俗。这一天，人们要买糖瓜，烙灶馍，饮灶酒，以祭灶神。这一风俗

显然是从先民利用火及发明厨灶的史实脱衍而来。而在今天，糖瓜并不稀见，但已失去其原来的涵义。在湖北、四川等地的古老县城，每年农历八月中旬，当地都有纪念“詹王厨”的饮食风俗。意味深长的是，这个风俗的主角——詹王厨，竟与烹调放盐还是不放盐大有关系。这个风俗不独汉族地区有，少数民族地区也有，例如广西壮族，在社日举俗纪念的也是这位詹王厨，只不过一则换了名称，二则其应节食品上都要放一撮盐罢了。从人类饮食文明史的角度而言，这个食俗显然是上古初民发现盐并将其用于调味这一伟大史实的余韵。类似的例子在中国年节食俗中比比皆是。它雄辩地说明：人类祖先在饮食上的发明创造，是传统年节食俗的源头，也是传统年节食俗历史悠久之所在。

2 全民性

风俗历来是有着共同心理素质的多数人场面壮观的社会活动。这一点在人口众多、幅员辽阔的中国，表现得尤为突出。在古籍中，有关历代节日食俗场面的记载不绝于书。请看，这是北宋都城八月十五中秋节之盛况：“中秋节前，诸店皆卖新酒，重新结络门面彩楼，花头画竿，醉仙锦旆，市人争饮。至午未间，家家无酒，拽下望子，是时螯蟹新出，石榴、榧、梨、枣、栗、芋、葡萄、弄色柑桔，皆新上市。中秋夜，贵家结饰台榭，民间争占酒楼玩月，丝篁鼎沸。近内庭居民，夜深遥闻笙竽之声宛若云外。闾里儿童，连宵嬉戏，夜市骈阗，至于通晓。”（孟元老：《东京梦华录》卷之八）在这里，“争饮”、“争占”、“鼎沸”、“骈阗”等等这些欢腾跳跃的字眼儿，在今人面前交织出一幅宋代繁华都市的中秋风俗画儿。

较之孟元老笔下的宋都中秋盛况来，清朝人潘荣陛《帝京岁时纪胜》一书中对清初北京除夕之俗的描述，其氛围则更为热烈。潘荣陛这样写道：“除夕之次，夜子初交，门外宝炬争辉，玉珂竞响。肩舆簇簇，车马鳞鳞。百官趋朝，贺元旦也。闻爆竹声如击浪轰雷，遍乎朝野，彻夜无停。更间有下庙之博浪鼓声，卖瓜子解闷声，卖江米白酒击冰盏声，卖桂花头油摇唤娇娘声，卖合菜细粉声，与爆竹之声相为上下，良可听也。士民之家，新衣冠，肃珥带，祀神祀祖；焚楮帛毕，味爽阖家团拜，献椒盘，斟柏酒，饫蒸糕，呷粉羹。出门迎喜，参药庙，谒影堂，具柬贺节。路遇亲友，则降舆长揖，而祝之曰新禧纳福，至于酌酢之具，则饴花绘果为茶，十锦火锅供饌。汤点则鹅油方脯，猪肉馒首，江米糕，黄黍饅；酒肴则腌鸡腊肉，糟鹑风鱼，野鸡爪，鹿兔脯；果品则松榛莲庆，桃杏瓜仁，栗枣枝圆，楂糕耿饼，青枝葡萄，白子岗榴，秋波梨，蘋婆果，狮柑凤桔，橙片杨梅。杂以海错山珍，家肴市点。纵非亲厚，亦必奉节酒三杯。若至戚忘情，何妨烂醉！俗说谓新正拜节，走千家不如坐一家。而车马喧阗，追欢竟日，可谓极一时之胜也矣。”清代北京除夕场面之壮阔，气氛之热烈，在此一览无余。

3 节令性

我国早在春秋时期，即有“四时八节”的说法。所谓“四时”，即春、夏、秋、冬；所谓“八节”，即立春、春分、立夏、夏至、立秋、秋分、立冬、冬至。饮食讲究节令这符合人体的生理特点。夏季饮食，人喜清爽；冬令饮食，人喜醇香。因此，古人主张饮食与节令相合颇有科学道理。但是在历史的长河中，在这一问题上，有时也塞进了糟

粕。例如战国中叶“舍人事而任鬼神”的阴阳家，按阴阳五行的原理细密安排每月的祭祀食品，如《吕氏春秋》等书所称：“孟春之月……食麦与羊”，“孟夏之月……食菽与鸡”，“孟秋之月……食麻与犬”，“孟冬之月……食黍与彘”，这些规定表现出一种浅薄庸俗的哲学观点，但它对后世的饮食风俗却产生了不可忽视的影响。后世所谓“元日造五辛盘……所以发五脏之气”，夏至尝“角黍（即粽子），盖取阴阳尚相裹、未分散之时象也。”伏日食“汤饼，名为辟恶”等举俗之说，都表现出浓厚的唯心主义的阴阳五行思想。当然，在历史的进程中，落后逐渐被先进所取代，迷信逐渐被科学所战胜。

4 多样性

中国年节食俗的多样性，集中表现在应节食品上。如宋朝人庞元英所撰《文昌杂录》一书中记载说：唐代“岁时节物，元日则有屠苏酒、五辛盘、咬牙汤，人日则有煎饼，上元则有丝笼，二月二日则有迎富贵果子，三月三日则有饊人，寒食则有假花鸡球、饊鸡子、子推蒸饼、汤粥，四月八日则有糕糜，五月五日则有百索粽子，夏至则有结杏子，七月七日则有金针织女台、乞巧果子，八月一日则有点炙杖子，九月九日则有茱萸、菊花酒、糕，腊日则有口脂、面药、澡豆，立春则有彩胜、鸡燕、生菜。”五代时汴京（今开封）也是如此，陶谷《清异录》一书记载：“汴中节食——上元油飰，人日六上菜，上巳手里行厨，寒食冬凌，四月八指天俊馅，重五如意圆，伏日绿荷包子，二社辣鸡脔，中秋玩月羹，中元盂兰饼馅，重九米锦，腊日萱草面。”

元、明、清时，四时节食的品种较之唐宋以前又有了发

展。清代北京，八月应时佳品，除“中秋桂饼之外，则灌馅芽韭稍麦，南炉鸭，烧小猪，挂炉肉，配食糟发面团，桂花东酒。鲜果品类甚繁，而最美者莫过葡萄。圆大而紫色者为玛瑙，长而白者为马乳，大小相兼者为公领孙。又有藤砂红、棣棠黄、乌玉珠等类，味俱甘美。其小而甜者为琐琐葡萄，性极热，能生发花痘。至于街市小儿叫卖小而黑者为酸葡萄，品斯下矣。盖柿出西山，大如碗，甘如蜜，冬月食之，可解炕煤毒气。白露节蓟州生栗初来，用汤沙拌炒，乃都门美品。正阳门王皮胡同杨店者更佳。其余清新果品，如藕婆、槟子、葡萄之类，用巨瓷瓮藏贮冰窖，经冬取出，鲜美依然。”八月的应节食品可谓丰富多彩！

多样性还表现在同一类食品的品种上。例如端午粽子，在魏晋南北朝时仅有“角黍”和“筒粽”。到两宋时，已有角粽、锥粽、菱粽、筒粽、秤锤粽、九子粽和艾香粽子等。今天，各地的粽子更是琳琅满目，以风味来分，就有京式、苏式、广式、川式等，其品种已多达数十种，味道甜、咸皆有，馅心荤素有别。至于饺子、年糕、元宵、月饼等传统应节食品，其品种之繁则更不待言。

另外，在食俗的地域差别上也表现出应节食品 的多样性。

早在战国、秦汉和魏晋南北朝时，文献中就有关于各地食俗不一的记载。《黄帝内经》中说：“东方之域，天地之所始生也，鱼盐之地，海滨傍水，其民食鱼而嗜咸”；“西方者，金玉之域，沙石之处……水土刚强……其民华食而脂肥”；“北方者，天地所闭藏之域也，其地高陵居，风寒冰冽，其民乐野处而乳食”；“南方者，天地所长养，阳之所

盛处也，其地下，水土弱，雾露之所聚也，其民嗜酸而食𩚑”；

“中央者，其地平以湿，天地所以生万物也众，其民食杂而不劳”。司马迁的《史记》等书载：“夫天下物所鲜所多，人民傜俗，山东食海盐，山西食盐卤”，“楚越之地……饭稻羹鱼”，“巴蜀广汉……民食稻鱼”。晋代张华《博物志》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，不觉其腥臊也；食陆畜者，狸、兔、鼠、雀以为珍味，不觉其膻也。”这些记载，和后来见诸文字的南甜北咸、东辣西酸、南米北面、南茶北酒等饮食俚语一脉相承，它们都反映了饮食习俗在地域上的差别。

至于遇到传统节日，其食俗上的地域差别就表现得更为突出。同是春节，无论是华北、东北、西北，还是中原，饺子、年糕、面条和多样蒸食（如喜字饼、枣糕馍）等是一定不会少的。而在江南，过春节则不包饺子，而包粽子，如绍兴、嘉兴、湖州及西南地区的壮族兄弟就是这样。江南还要包“团子”，在糯米面团里包馅。馅有荤素，荤的是肉或肉和荠菜馅，素的则是细豆沙或芝麻馅。大年初一早上煮了吃，有的团子馅心中还包了小钱，谁吃到这个团子说明谁会交“好运”。

据《中华全国风俗志》记载，江南的年夜饭是很隆重的，例如绍兴，年夜饭（当地谓分岁）菜用十碗，其中的“鲞冻肉”（即鲞鱼和冻猪肉），碗面上摆个白鲞头，谓之“有想头”。杭州、苏州和上海郊县等处，年夜饭必上“蛋角”、元宝肉、胖头鱼、酱蛋烧肉和屠苏酒等年食。蛋角是用鸡蛋液吊皮儿，鲜肉制馅，又好看又好吃，谓之“元宝”。元宝肉是烧得香烂的猪头肉，这是早在冬至那天就备好了的。胖