

经典 饮食 掌故



竞鸿 吴华 / 主编



百花文艺出版社
BAIHUA LITERATURE AND
ART PUBLISHING HOUSE

竞鸿 吴华 / 主编

经典 饮食 掌故



百花文艺出版社
BAIHUA LITERATURE AND
ART PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (C I P) 数据

经典饮食掌故/竞鸿, 吴华主编. —天津: 百花文艺出版社,
2009. 4

ISBN 978-7-5306-5260-2

I. 经… II. ①竞…②吴… III. 饮食—文化—掌故—汇
编—中国 IV. TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第050220号

百花文艺出版社出版发行

地址: 天津市和平区西康路 35号

邮编: 300051

e-mail: bhpubl@public.tpt.tj.cn

<http://www.bhpubl.com.cn>

发行部电话: (022)23332651 邮购部电话: (022)27695043

全国新华书店经销

永清县金鑫印刷有限公司印刷

*

开本 787×1092 毫米 1/16 印张 23.5 插页 2 字数 385 千字

2010年1月第1版 2010年1月第1次印刷

印数: 1—5000 册 定价: 43.00元

目 录

神话传说 源远流长

取火始祖	003
饮食文明开拓者	004
天下第一食蟹人	005
湘妃糕	006
天下第一羹	006
龙须糕	008
桂花鲜栗羹	008
蟹黄汤包	010
龙女斛珠	011
金刚肚脐	011
芋艿头	013
无锡肉骨头	014
火踵神仙鸭	015
生爆鳝卷	016
绍兴香糕	016
小担蒸子糕	018
无尾螺蛳	018
陆稿荐	020
镇江肴肉	021
三鲜莲花酥	023
砂锅炖驴肉	023
"流蜆蛋"与"泥钉冻"	024
南通甜炒面	025

乌镇姑嫂饼	027
周宁魔芋糕	028
煎饼卷大葱	029
云梦鱼面	031
刀削面	032
清明乌稔饭	033
过桥米线	034
蛇馍	035
锅塌	035
福州春卷	037
孝感麻糖	037
烘糕	038
潮汕粿仔脯	039
端午节吃透糖	039
茯苓糕	040
镇江伙面	041
黏耗子	042
枫桥白汤面	043
青团	044
西湖藕粉	045
太湖银鱼	045
神菜	047
镇江的佛跳墙	047

“龙戏珠”与龙池鲫鱼 048

芦花鸡 049

镇江三鱼 050

王四酒家叫花鸡 053

湖彩蛋 054

西湖醋鱼 055

官刀鱼 056

春不老 057

“大煮干丝”与“烫干丝” 058

吉利虾 059

八宝什锦汤 060

热白豆腐 061

腊味合蒸 063

惠州梅菜 064

鱼头火锅 064

邦邦鱼 065

永川豆豉鱼 066

豆豉出自倒霉时 067

万三蹄 067

奢香玉簪 069

酸汤点豆腐 069

罗锅鱼片 071

烧牛肉和煮鸡蛋 071

皇家贵族 玉盘珍馐

岐山臊子面 075

鲇鱼 075

桂林米粉 077

七星鱼丸 079

瓦罐鸡 080

楚霸王烧杂烩 080

刘安与豆腐 081

勺子馍 082

试量狗肉 083

汉宫甑仔鸡泡馍 084

曹操鸡 085

鲈鱼羹 085

南京板鸭 086

生煊草头 088

武昌鱼与神仙汤 089

豌豆糯米饭 090

擂茶与三生汤 091

一条龙包子 091

狮子头 092

湟源干板鱼 093

凤穿牡丹 094

涮羊肉 094

少林八宝酥 095

莲子凤梨健身菜 096

雪夜桃花 097

洛阳燕菜 097

乾州锅盔 098

皖南徽墨酥 099

大救驾 100

孝感豆油藕卷 101

一品包子 101

冰糖葫芦传奇 102

汕尾虾蛄 103

护国菜 104

杂割 105

月饼 106

四菜一汤的来历 107

洪武豆腐 108

虎皮毛豆腐 108

珍珠翡翠白玉汤 109

流浪鸡 110

坛儿肉 112

全家福 112
 蟠龙菜 113
 威宁荞酥 114
 吕泗文蛤 115
 珍珠粥、凤眼蛙 115
 美味金镶玉 116
 鞋底鱼 118
 大救驾 119
 四大酱与胜利包 120
 黄金肉 120
 骨酥香味鱼 121
 红梅珠香 121
 嫦娥知情 123
 凉粉 125
 黄石港饼 125
 羊眼包子 126
 玉米粥 127
 八宝豆腐羹 127
 龙舟鱼 128
 宫门献鱼 129
 天下第一菜 130
 五丁包子 131
 艾窝窝 133
 拒霜花艳芙蓉酥 134
 稻香村蜜糕 136
 云片糕 137
 佛公饼 138
 丹阳大麦粥 139
 脯雪黄鱼 139

龙舟活鱼 140
 乾隆与全家福 141
 鱼头豆腐 141
 平桥豆腐 142
 皇姑菜 144
 龙井虾仁 145
 吉祥团圆菜 146
 龙抱凤蛋 146
 游龙绣金钱 147
 黄狗猪头肉 148
 贴饽饽熬小鱼 149
 天津银鱼 150
 雏凤明珠 151
 凤凰蛋 152
 通天鱼翅 153
 金糕 154
 小窝头 154
 水花佛手糖糕 156
 茯苓饼 157
 芸豆卷 158
 枯木逢春 158
 抓炒里脊 159
 红娘自配 160
 秋雨春风、鱼龙变化、巧对鸳鸯、玉带飘零 161
 金凤卧雪莲 162
 太仓糟油 163
 辇止坡老童家 164
 鲤鱼焙面 165
 钱钱肉 165

文臣武将 美食佳肴

藕菜 169
 豆腐祖师 170
 朱仙镇豆腐干 173

博望锅饼 174
 新野板面 175
 爱民馒头 175

龙凤配	177
草船借箭	177
火烧赤壁	178
大蒜烧肉	178
脍残鱼	179
日食万钱	181
拔丝山药	182
城隍庙梨膏糖	182
开封琉璃藕	183
龙虎面	184
水晶饼	184
牛羊肉泡	185
贺年羹	186
双喜字肉	186
冬瓜鳖裙羹	187
太师饼	188
徽州状元饭	189
美人薄饼	189
莲蓬豆腐粉蒸肉	190
严州干菜鸭	191
黄埭瓜子	191
宫保鸡丁	193
芋泥藏锋	193
洋葱炒牛肉丝	194
李鸿章杂烩	195
元宝肉	196
皮条鳝鱼	197
葫芦鸡	197
余双脆	198

“三皮丝”与“剥豹皮”	199
馓子的来由	200
臭冬瓜臭秦桧	201
芝麻仁焦盖烧饼	202
杨村糕干	203
相门城砖与年糕	204
红米碱水粳	205
高平烧豆腐	206
徐州烙馍	207
霉汁狗肉	208
鲊耙肉	209
黑米八宝粥	211
江州水浒肉	212
金华火腿	212
烧南北	214
定胜糕	215
蒲菜与抗金菜	216
玲珑珍珠丸	217
沔阳三蒸	218
金华汤包	218
南通跳面	219
穿心饼	220
“糊”倒倭寇	220
文山肉丁	221
酱烤猪头	222
三合汤	223
月映蛟龙	223
玉麟香腰	224

才子佳人 活色生香

诗礼银杏	227
鸭儿饺子	227
清蒸美味鲟鱼	229
翰林鸡	230

太白鸭	231
五柳鱼	232
灯影牛肉	232
香山蜜饼	233

东坡饼 235
 永修东坡肉 236
 东坡回赠肉 238
 黄州东坡肉 239
 黄州东坡豆腐 240
 “五柳鱼”与“东坡鱼” 241
 黄陂糖蒸肉 242
 祁阳笔鱼 243
 苏州白印糕 243
 杂烩菜 244
 三不粘 245
 小炒鱼 246
 袁枚为豆腐折腰 246

黄焖甲鱼 247
 什锦素烩 248
 鱼肚白鸡汤 249
 西施舌 249
 西施豆腐 251
 冬至馄饨 251
 莲心羹 252
 贵妃荔枝与贵妃鸡翅 253
 贵妃鸡 254
 杨贵妃与莼菜汤 255
 昭君鸭 256
 桃花鱼 257
 貂蝉豆腐 258

能工巧匠 青史名扬

丁庄大菜 261
 生爆鳝片 261
 医圣张仲景与饺子 262
 头脑 263
 药王与“海味葫芦头” 265
 赵州桥与“雪桥八仙” 266
 宋嫂鱼羹 267
 阿坤巧烹龙凤腿 268
 柴沟堡熏肉 268
 沙湖盐蛋 269
 枫泾蹄 271
 西亭脆饼 272
 苏州木渎枣泥麻饼 273
 无锡油面筋 275
 神仙肉 276
 玫瑰干条鱼 277
 镇江“拆烧鲢鱼头” 278
 戍腿 279
 炒疙瘩 281

老城隍庙五香豆 282
 牛肉锅贴 283
 猫耳朵 284
 度小月担仔面 285
 热干面 285
 “乒乓粿”的由来 286
 及第粥 287
 娥姐粉果 287
 担担面 288
 凤尾酥 289
 恋爱豆腐果 290
 宝发园的“四绝名菜” 291
 忠县豆腐乳 291
 西洋菜 293
 三丝敲鱼 294
 平湖糟蛋 295
 徽州包袱饺 296
 淮北鱼咬羊 297
 佛跳墙 297

漳茶鸭子 298
八宝姑娘鸭 299
上杭茴香豆腐干 300
九转大肠 300
锅塌豆腐 301
博山豆腐箱 302
红薯泥 303
应山滑肉 304
东安子鸡 304

石锅鱼 305
龙虎斗 306
八宝素菜 307
潮州名菜“来不及” 308
白云猪手 308
“烤乳猪”的由来 309
香花鸡片 309
大荔带把肘子 311
玉林牛巴 311

名店名人 相得益彰

“都一处”的传说 315
都一处炒豆嘴 317
北京烤鸭与百年全聚德 317
全聚德牌匾上“德”字少一横 319
涮羊肉与东来顺 320
北京烤肉与烤肉宛 321
天福酱肘子 323
“六必居”的传说 325
官府名菜——谭家菜 327
小肠陈和卤煮火烧 329
王志和臭豆腐 330
豆汁儿和豆汁王 333
“狗不理”包子 334
耳朵眼炸糕 336
黄家烤肉 337
道口烧鸡 338
白肉血肠 339
五芳斋粽子 340
明目鱼米 341
宁波猪油汤团 342
马家老鸡铺的卤煮鸡 343

清真马祥兴菜馆 344
松鹤楼的全家福 346
松鼠鳊鱼 347
牛中三杰 348
火宫殿的臭豆腐 349
麻婆豆腐 350
夫妻肺片 351
赖汤圆 352
潮州老婆饼 353
成珠小凤饼 355
周生记与太爷鸡 355
得心斋的酝扎猪蹄 356
兰州牛肉面 357
双合成的郭杜林月饼 359
孙中山与四物汤 360
江太史蛇羹 361
于右任吃饭题词 362
白肉罩火烧 363
文昌鸡 364
黄桥烧饼 365
半月沉江 365

后记 367

神话传说 源远流长



取火始祖

伏羲氏又叫太昊伏羲,是中华民族的人文始祖。早于炎帝、黄帝,为三皇之首。他是中华民族心智的先启者,是人类从原始状态步入文明时代的探路人。据说,伏羲是华胥氏踩了雷泽中雷神的足印生出的儿子。传说雷神是一条威严的大龙,所以伏羲也是一条龙身上生长一个人头的神。

他有许多创造发明,能够沿着作为天梯的建木“上下于天”;还制作了瑟,创造了《驾辩》的乐曲;他仰则观象于天、俯则观法于地,观鸟兽之文与地之宜,近取诸身,远取诸物,于是始作八卦,以通神明之德,以类万物之情。

当他看到人们整天靠采集树上又酸又苦的野果度日,个个显得面黄肌瘦时,感到很同情。那时河里、湖泊里有的是鱼,但是人们不会捕捉,只能手提一根大棒在水边等着,看着鱼游过来了就打一棒子,靠这种办法一天能捕捉到几条鱼呢!

一天,伏羲躺在大树下冥思苦想,想着捕鱼的办法。这时大树上正好一个大蜘蛛在树枝之间吐丝结网。蜘蛛把网结好了,就伏在中间等候着,不大一会儿,几个甲虫飞过来,撞在网上被捉住了;又过了一会儿,一只蜻蜓飞过来,也被蜘蛛网缠住,跑不掉了。伏羲看到这里,立刻受到启发,蜘蛛用小网能捉虫子,人类就能织网捕捉鸟儿,这种网撒到水里也一定能捉住鱼的。

伏羲采了一些野麻,晒干了搓成绳儿,然后用细些的绳子编织成渔网,用粗绳编成网,教人们用网捕鱼捉鸟。人类能够捕鱼捉鸟,比只吃树上结的野果要好多了。冬天、春天不会因为采不到果实挨饿了。但是这些生鱼生鸟吃起来味道并不太好,尤其成问题的是,有的弄不好,吃了还要闹肚子生病。伏羲为我们的苦痛感到忧虑,就到雷神那里去借火种。那时大地上还没有火,只有雷神掌管着天火,在雷神发怒的时候,偶尔打到地上。现在伏羲取来了天火,便教人们用火把捉来的鸟儿、鱼儿烤熟了吃。自此,人们吃着香喷喷的烤肉,不再闹肚子,身体也更健壮了。

在饮食的发展史上,烤的历史最久。考古证明,人类使用天然火的历史可推至距今十万年前,大地湾文化遗址及与之相应的仰韶文化遗迹均有灰坑、灶台、火塘发现,说明伏羲时代火已广泛使用。火的使用对人类体质的发

展具有决定意义。为了纪念伏羲,人们把他称“庖牺”,即“第一个用火烤熟兽肉的人”。

饮食文明开拓者

黄帝是传说中中华民族的始祖,姓公孙,居轩辕之丘,故号轩辕氏;国于有熊,亦称有熊氏。黄帝生性灵活,能说会道,道德情操高尚,被拥为西北方游牧部族的首领。他联合炎帝,打败由蚩尤率领的九黎族的人侵,代神农而成为部落联盟的首领,成为“黄帝”。

黄帝同炎帝并称为中华民族的始祖,华夏部落联盟领袖,以他首先统一中华民族的伟绩而载入史册。他播百谷草木,大力发展生产,创造文字,始制衣冠,建造舟车,发明指南车,定算数,制音律,创医学等,是开创中华民族古代文明的先祖,传说中远古时代华夏民族的共主,五帝之首。我国饮食文明的历史也发端于这一时代。

关于蒸最早起源可以追溯到一万多年前的炎、黄时期,我们的祖先从水煮食物的原理中发现了蒸气可把食物弄熟。在譙周的《古史考》记载中得到进一步的证实:“黄帝时有釜甑,饮食之首始备”,“黄帝始蒸谷为饭,烹谷为粥”。“黄帝作灶,死为灶神”(《淮南子》),黄帝“艺五种,抚万民,度四方”(《史记·五帝本纪》)。

我们知道,在遥远的神农氏时代,我们祖先已经结束了“茹毛饮血”自然饮食的状态,学会用火做熟食,学会制作简单的炊具。经过漫长的岁月,到了黄帝时代,人们终于改进灶坑成为炉灶,并能按照蒸气加热的原理制造出一种最早的蒸锅——陶甑。

蒸饭煮粥,“吃饭”的概念产生了。什么是饭?饭和粥是蒸煮熟了的谷物食品,又是人们每天定时吃的包括主副食在内的食物总称。古籍上说的“稷食菜羹”(《大戴礼记》),就是指稷食(主食)加菜汤组成的一餐饭。这是黄帝时“蒸谷为饭”给我们民族饮食结构带来的新变化。我们祖先在原始社会前期以打猎、捕鱼、采集野生植物的果子和茎根为主要谋生手段,常以肉食为主;从黄帝时代起,随着农业的发展,人们的一次进食,改为以饭食为主,辅以蔬菜,再加少量的肉食,这样也就是一餐饭。这种饮食构成,一直延续到现在。到了原始社会后期,人口渐增,现成的食物原料渐少。黄帝率领臣民,刀耕火种,发展原始农业,在黄河流域广袤的土地上,出现了一块块平畴绿田。



黄帝倡导的“艺五种”，就是广种黍、稷、菽、麦、稻五种谷物，他躬行的“抚万民”，首先是关心民食，解决人们的吃饭问题。这方面，黄帝以及继承他的尧、舜、禹都是典范。

天下第一食蟹人

江苏省昆山市的阳澄湖大闸蟹闻名天下，鲜盖百味。有人问：是谁最早吃着这个鲜头，成为天下第一食蟹人？在阳澄湖东岸的昆山市巴城镇流传的一则民间传说，可以为我们提供一个答案。

相传几千年前，人类的祖先已经在江南的陆地上定居栖息，从事捕捞水产和农垦耕作，一代又一代含辛茹苦地创建一个鱼米之乡。由于江南地势低洼，雨量充沛，经常易闹水灾。有时虽然丰收在望，可是，江河湖泊里却冒出了许多爬行的“甲壳虫”，双螯八足，形状凶恶，闯进稻田偷吃谷粒，还用犀利的螯伤人。荆蛮先民吓得畏如虎狼，并称这种虫为“夹人虫”。

后来，大禹到江南开河治水，派壮士巴解到水陆交错的阳澄湖区域督工，带领民工开挖海口河道。入夜，工棚口刚点起火堆，黑压压的一大片“夹人虫”，一只只口吐泡沫像湖水汹涌而来。大家赶紧出来抵挡，工地上掀起了一场人虫大战。双方在黑暗中混战到东方发白，“夹人虫”才纷纷退入水中。可是好多民工被夹伤的夹伤，夹死的夹死，血肉淋漓，惨不忍睹。

巴解寻思良久，想出了一个办法，叫民工筑座土城，并在城边掘条很深的围沟，等天黑时升起火堆，围沟里灌进沸腾的开水。“夹人虫”过来，就此纷纷跌入沸水沟里烫死。

烫死的“夹人虫”浑身通红，堆积如山，透出一股鲜美的香味。巴解闻着后，好奇地取过一只细看，把甲壳掰开来，一闻香味更浓。他想：味道喷香扑鼻，肉不知能不能吃？便大着胆子咬了一口。谁知牙齿轻轻嚼动，嘴里觉得味道鲜透，比什么东西都好吃。大家见他吃得津津有味，胆子大的民工也跟着吃起来，无不大喜说：“大家来吃‘夹人虫’，味道香极了！”

从此，先民们都不怕“夹人虫”了，被人畏如猛兽的害虫一下成了家喻户晓的美食。大家为了感激敢为天下先的巴解，把他当成勇士崇敬，在解字下面加个虫字，称“夹人虫”为“蟹”，意思是巴解征服了“夹人虫”，是天下第一食蟹人。巴城出产的阳澄湖大闸蟹，由此也名扬四方，久享盛誉。

此是传说，并无出处。目前我们可以看到的关于“天下第一个吃螃蟹”的

最早记载,只有东汉郭宪撰的《汉武洞冥记》简称《洞冥记》。其卷三有:“善苑国尝贡一蟹,长九尺,有百足四螯,因名百足蟹。煮其壳胜于黄胶,亦谓之螯胶,胜凤喙之胶也。”

湘妃糕

湘妃糕是一道历史悠久的荆南名菜。

很久很久以前,尧帝禅让给舜,舜帝即位后关心民间疾苦,带了娥皇、女英两位妃子南巡,一路来到云梦大地王家湖边上。不料湘妃娥皇因一路辛苦染了疾病,茶饭不思,什么菜也不想吃。舜帝劝她,何不吃点鲜鱼?娥皇一听,果然高兴起来,但过了一会儿又说,不想吃鱼了。舜帝问她为什么,她说鱼肉虽鲜美,可惜刺多难咽。

此话传到御厨耳朵里,他就在厨下取来大鱼一条,去其头尾,剔刺去骨,将鱼肉剁成茸泥,加入夹心肥肉、蛋清、生粉等作料一起搅拌均匀,放入笼中旺火蒸熟,凉后切成条块为糕状,献给湘妃。娥皇尝后胃口大开,不数日身体就好了起来。舜帝十分高兴,称之为“湘妃糕”。

后来,人们在烧制这种鱼糕时,再配以肉圆、火腿、鸡汤等加工,味更鲜美。传至宋代以后,湘妃糕还成为“上奉天子,下宴群臣”的佳肴。特别是荆楚大地,一时奉之为席上头菜,有“没有湘妃糕,不成正筵席”之说。

天下第一羹

彭祖姓篯名铿,系颛顼帝三玄孙,轩辕黄帝的第八代传人。这位篯铿据说以雉和以五味,创造了雉羹,献给尧帝,为尧所赞美,尧因此而封他为彭地的诸侯,屈原《楚辞·天问》中,因此有“彭铿斟雉帝何飧,受寿永多,夫何久长”之句。这位篯铿以后子孙繁衍,成为大彭氏族的祖先,所以称为“彭祖”。故彭城在今江苏徐州,《徐州府志》:“唐尧封大彭氏国,其城在大彭山下,距今城三十里。”旧彭城流传有诗:“雍巫善味祖彭铿,三坊求师古彭城。九会诸侯任司庖,八盘五簋宴王公。”传说他八百岁时而不知去向,故后人称“彭祖”。

有关烹饪的文字记载,最早就是彭祖的“雉羹”了。《中国烹饪史略》说他是第一位厨师,是厨师的祖师爷,这绝不是夸张,但他在食物养生方面的传统经验,恐后人知之甚少。



关于食物养生的历史,与烹饪一样,恐怕要追溯到彭祖时代了。庄子《逍遥游》云:“上古有大椿者,以八千岁为春,以八千为秋,而彭祖乃今以久特闻。”《刻意篇》又云:“吹嘘呼吸,吐故纳新,熊经鸟申,为寿命已矣。此导此之士,养形之人,彭祖寿考者之所好也。”据《列仙传》也云:“彭祖善和滋味,好恬静,唯以养神,治生为事,并服广角、水晶、云母粉,常有少客。”说明了彭祖不仅懂得饮食保健,而且尤甚善于导引。

我们看一看“雉羹”。“雉羹”就是用野鸡煮烂,与粳米同熬而成的一种汤羹类,具有鲜香醇厚、易消化等特点。因源于上古,故又有“天下第一羹”之美称。《扈从赐游记》中云:清朝皇帝每年“秋狩大典”,都要在澹泊城殿特赐五公大臣“野鸡汤”一器,概因野鸡汤是古代圣君唐尧食用过的,王公大臣皆以能品尝到皇帝所赐的野鸡汤为荣。《本草纲目》云粳米有“益气、补不足、作饭食,安中利胃宜脾,凉血解毒”之功效。雉具有“补中、益气力、止泻痢、除蚁痿”等功效。两者合二为一,对人体作用可窥豹一斑。

“天姻青崖谪仙侣,清风明月友坡公。童颜鹤发人常在,枫上凤凰角内茸。”这是赞颂“麋角鸡”菜品的一首诗。“麋角鸡”属彭祖食疗菜之一,是采用麋鹿头上的角,与母鸡同炖而成。《本草纲目》云“麋茸功力胜鹿茸。”并言具有“治风痹、止血、益气力、补虚劳、添精益髓、益血脉、暖腰膝、壮阳悦色、疗风气、偏治丈夫”之功效。彭祖之疗生经验,被历代所承认,也被近代科学所证实,故其菜款也能流传至今。

另一食疗养生菜“云母羹”,古诗云:“水晶麋角云母粉,钱铿服食享遐龄。此乃食疗胜药物,煌煌寿城望可登。”云母是云母族矿物的总称,工业用途极广,但彭祖选用云母作为食养原料,可谓别具一格,说明彭祖对食物的食性有一定的经验。《本草纲目》载云母有“治身皮死肌、中风寒热、除邪气、安五脏、益子精、明目、久服轻身延年。下气坚肌,续绝补中,永五劳七伤,虚损少气、止痢,久服悦泽不老,耐寒暑”等功效。并说“久服云母”,能“颜色日少,长生神仙”。可见云母对延年益寿有一定的作用。

除了上几种以外,还有“水晶饼”、“乌鸡炖蕙”等食养菜品。这些食物对养生延年的疗效,同样也受到了后人的重视。彭祖的养生延年经验,后被历代名人的重视,并沿袭其法。春秋末期的孔子就十分倾慕彭祖,他在《论语》“过而”篇写道:“述而不作,信而好古,窃比于老彭”。除此之外,荀子的《修身篇》也云:“以治气养生,则后彭祖。”在老子的著作中也多有提及。传说春秋战国时期齐国的易牙,很崇拜彭祖的烹调技艺,曾三到彭城学习烹饪技艺,

并对其食养后有所创新,创制了“易牙五味鸡”等食疗菜款。后有诗云:“巫雍善味祖彭铿,三访求师古彭城。九会靖侯任司庖,八盘五簋宴王公。”相传乾隆皇帝与纪晓岚下江南途经徐州,在“易牙居菜馆”吃了此菜后赞赏不绝,并题文作对。乾隆题上联:“一溪乌鸡,鸡羹传世”,纪晓岚题下联:“竹金戈钱,钱铿调鼎”。唐代诗人皇甫冉也曾为彭祖题诗云:“闻道延年如玉液,欲将调鼎献明方”。

由于彭祖是古代公认的最古老的寿星,因此,后人的长寿著作,广为流传,有的便托名彭祖所著。如《彭祖养性经》、《彭祖摄生养性论》、《彭祖养性备急方》等。以上可见,彭祖与中国的食疗是有一定关系的,也可以认为,彭祖开创了中国食养的先河。

龙须糕

哪吒闹海是人们熟悉的神话故事。传说托塔李天王在陈塘关做总兵时,夫人怀孕三年半,到头来生下一个肉蛋。李天王认为是不祥之物。一剑劈开,却蹦出一个手套金镯,腰围红绡的俊俏男孩,这就是后来起名为哪吒的神童。

哪吒自幼喜欢蹦蹦跳跳练习武功。有一天,他同小朋友在海边嬉戏,正好碰上东海龙王三太子出来肆虐百姓,残害儿童。小哪吒见此恶徒,义愤填膺,挺身而出,打死三太子又抽了它的筋。东海龙王得知此讯,勃然大怒,降罪于哪吒的父亲。随即兴风作浪,口吐洪水,大有不淹没陈塘关决不罢休之势。哪吒好汉做事好汉当,决不愿牵连父母。于是自己剖腹、剜肠、剔骨,还筋肉于双亲,借着荷叶莲花之气脱胎换骨,变作莲花化身的哪吒。后来大闹东海,把龙宫砸了个落花流水。哪吒骑在老龙王背上,剥了它的皮,抽了它的筋。最后把龙须也割了,交给厨师做成了食品,分给天下百姓吃。这食品,就是流传至今的河南传统名糕点——龙须糕。

人们借助这个神话故事,发泄对造成水害的龙主——最高封建统治者——“真龙天子”的怨恨。

桂花鲜栗羹

杭州传统名点“桂花鲜栗羹”是用西湖藕粉、糖烧鲜栗片和桂花调制而

