

清真

清真

HALAL FOOD

清真在我身边

主编◎杨学农 王正儒

宁夏人民出版社



الحلال

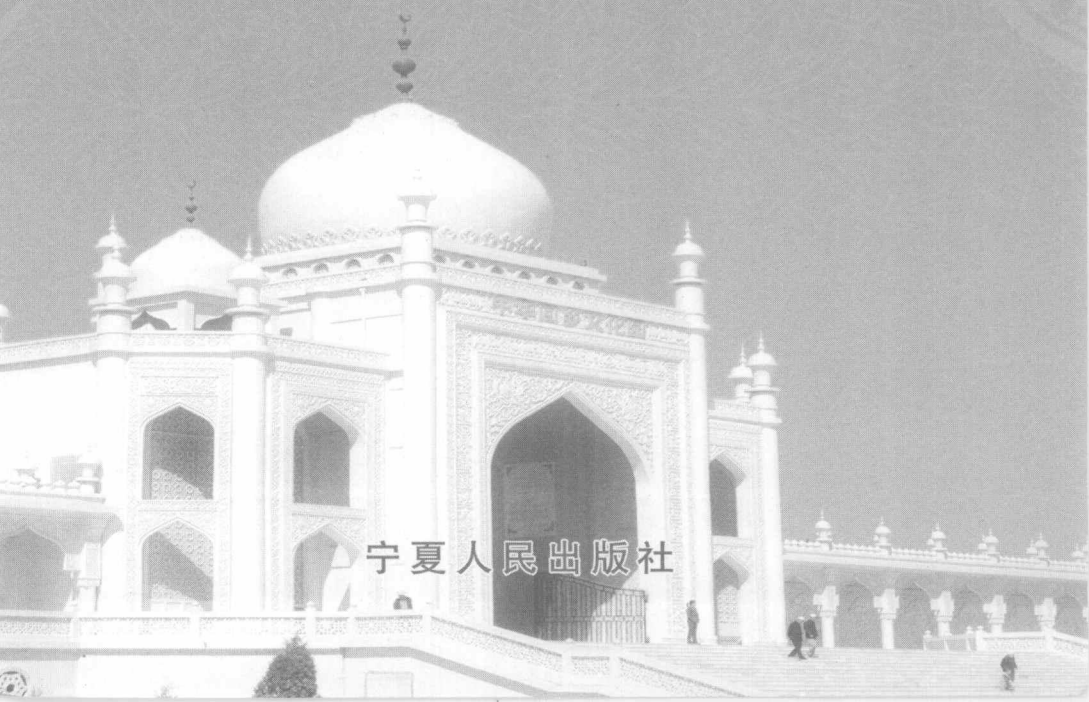
清真

HALAL FOOD

清真在我身边

主编◎杨学农 王正儒

宁夏人民出版社



图书在版编目(CIP)数据

清真在我身边 / 杨学农,王正儒主编. — 银川:宁夏人民出版社,2009. 6

ISBN 978-7-227-04119-3

I. 清… II. ①杨…②王… III. 回族—餐厅—简介—中国
IV. F719. 3

中国版本图书馆CIP 数据核字(2009)第 099875 号

清真在我身边

杨学农 王正儒 主编

责任编辑 王晓莺

封面设计 刘 鹤

责任印制 石 军

宁夏人民出版社 出版发行

出 版 人 杨宏峰

地 址 银川市北京东路 139 号出版大厦(750001)

网 址 www.nxcbn.com

网上书店 www.hh-book.com

电子信箱 nxhhsz@yahoo.cn

邮购电话 0951-5044614

经 销 全国新华书店

印刷装订 宁夏捷诚彩色印务有限公司

开 本 720mm×980mm 1/16

印 张 21

字 数 280 千

印 数 6000 册

版 次 2009 年 6 月第 1 版

印 次 2009 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-227-04199-3/F·311

定 价 28.00 元

版权所有 翻印必究

支持单位：中央外宣办网络局
宁夏回族自治区党委宣传部
宁夏回族自治区民族事务委员会
宁夏回族自治区财政厅

书名题写：王正伟

顾问：杨春光 李 锐 王 俭

策 划：马 成 丁 毅

特邀编委：马闽霞 朱建华

特邀审读：龙城顺 杨生瑞

主 编：杨学农 王正儒

编辑部主任：李金香

自序

中国的回族、维吾尔族、哈萨克族、东乡族、柯尔克孜族、撒拉族、塔吉克族、乌孜别克族、保安族、塔塔尔族等10个少数民族基本上全民信仰伊斯兰教，穆斯林人口超过2200万人。在长期的历史发展进程中，各族穆斯林将伊斯兰教律与本民族传统文化有机结合，适应特定自然地理环境，创造了独具特色的清真饮食文化，成为中国传统饮食文化的重要组成部分。

穆斯林对清真饮食怀有一种神圣的感情，应该吃什么、不应该吃什么、怎么个吃法都遵循一套原则和标准，有相应的民俗习尚和禁忌。改革开放以来，我国人口的流动性日益增强，许多穆斯林离开原居住地出外经商、旅游、出差、上学、务工，前来中国从事考察、商贸、旅游等活动的外国穆斯林也逐渐增多。由于环境不熟、信息缺乏，寻找清真餐厅就成为一件很困难的事情。“民以食为天”，如何才能使出门在外的穆斯林大众及时、便捷地找到放心的清真餐馆？这不仅是一个为民服务的问题，也事关民族团结与社会和谐。

“清真”一词在我国古已有之，多见于文人雅士的诗词曲赋中，取“纯真雅洁、朴素自然”之意。唐代李白诗作中有“所愿得此道，纵然保清真”的吟诵，宋代陆游《园中赏梅》中有“阅尽千葩百卉春，此花风味独清真”的佳句。后来，这个词语被具有中国传统文化修养的穆斯林学者所沿用并赋予新的涵义，借以阐释伊斯兰教教义思想，进而在中国穆斯林大众的精神信仰和民俗生活中广泛使用。比如把穆斯林从事宗教活动的场所称为“清真寺”，把符合伊斯兰教教法且洁净、佳美的食品和饮品称为“清真饮食”。

明代回族经学家王岱舆“纯洁无染之谓清，诚一不二之谓真”的表述，可谓中国穆斯林对“清真”概念的经典阐释。清真食品最早由唐宋时期来华的穆斯林使者带入中国，千百年来，中国穆斯林在遵循“哈俩里”(Halal，意为“合法的、被许可的”)准则的前提下，借鉴吸收中国传统烹调技术，形成了用料讲究、技艺独特、绿色保健、自成体系的中国清真饮食，品种超过2000个。

中国穆斯林历来善于经营清真餐饮业，从都市到乡村，凡是穆斯林居住和生活的地方，一般都有清真餐饮店，既有历久弥新、长盛不衰的中华老字号，又有许许多多风味各异、独具特色的小餐馆。2007年5月，中国回族网(<http://www.huizu.gov.cn/>)、宁夏回族自治区民委清真食品办公室面向社会发起“走遍中国找清真”倡议，开设了相应的网站(<http://qingzhen.nxnews.net/>)，我作为宁夏新闻网、中国回族网负责人组织实施。在搜集全国各地清真餐饮信息的过程中，使用了互联网等现代媒介，有效化解了地域上的种种不便。在各省(区、市)民委、伊协、新闻网站和广大网友的热情帮助下，我们收集到全国各地清真餐馆、清真寺、清真企业信息4000余条，作为阶段性成果的《清真在我身边》(第一版)终于呈现在了广大读者面前。

《清真在我身边》可以说是中国清真文化的集锦，是清真知识的殿堂，是清真信息的平台。这本书通俗易懂、内容丰富，不仅较为全面地展示了中国清真饮食文化，而且从另一个侧面宣传了党的民族宗教政策，是文化宣传、回族研究面向大众、服务大众的新尝试。有这样一本指南性的图书在手，无论您走到中国的哪里，都可以通过翻阅此书，也可以借助电子地图、短信、声讯服务等形式，迅速找到当地的清真餐馆、清真寺、清真企业，穆斯林同胞会有一种“不知何处是他乡”的归属感。

搜集汇编全中国的清真餐馆、清真寺、清真企业信息，是一项繁杂而庞大的系统工程，不是几个人在短时期内所能解决的。此外，全国性的清真食品统一标准尚未出台，清真文化的普及程度还比较低，有些地方还存在“清真饮食不清真”的问题（主要是肉源不清真、未经民族宗教部门认可擅自挂“清真”招牌等情况），等等，本书能给您的帮助也许有限。但是，作为编者，我们将努力把这项便民利民的工作坚持下去，为广大消费者提供形式多样、更为迅捷的信息服务。

我们也恳切希望大家对于《清真在我身边》中的信息和内容，不准确的予以指正，不全面的予以充实，未涉猎的予以提供。我们将不断追求清真信息的真实性和完整性，继续收集新信息，不断推出新版本。

我们还将出版《中国清真信息地图册》，请将您所掌握的清真餐馆、清真寺、清真企业的名称、地址、电话、方位简图、照片及其简介，提供给我们。我们的联系方式如下：

地址：银川市123信箱

邮编：750011

单位：清真信息编辑部

电子邮箱：qingzhen@nxnews.net

走遍中国“有”清真，愿更多的人支持走遍中国“找”清真这项事业！
仅作为序。

杨学农

2009年6月

目 录

自序	1
中国的清真文化	1
(一) 清真由来	2
(二) 清真饮食的界定	4
(三) 清真饮食的特点	5
(四) 清真饮食的立法	11
(五) 清真饮食文化的先进性	12
中国清真信息搜索 (详见子目录)	15
附录一 中国穆斯林概况	286
(一) 伊斯兰教与中国穆斯林的形成	286
(二) 中国共产党对回族的政策	291
(三) 回族穆斯林	293
(四) 维吾尔族穆斯林	296
(五) 哈萨克族穆斯林	298
(六) 东乡族穆斯林	300

(七) 柯尔克孜族穆斯林	301
(八) 撒拉族穆斯林	302
(九) 塔吉克族穆斯林	304
(十) 乌孜别克族穆斯林	305
(十一) 保安族穆斯林	306
(十二) 塔塔尔族穆斯林	308
 附录二 中国的清真寺	310
(一) 中国清真寺的职能	310
(二) 中国著名的清真寺	312
 附录三 中国穆斯林人口与分布	318
(一) 民族自治	318
(二) 历次普查人口	319
(三) 各省(市、区)回族人口	319
(四) 回族乡镇	320
 附录四 回历与公历的换算	322
 后 记	324

中国清真信息搜索 目录

	省(市、区)	回族概况	清真老字号	清真餐馆信息
华北	北京市	16	17	43
	天津市	64	65	67
	内蒙古自治区	76	77	79
	河北省	81	82	85
	山西省	93	94	97
东北	黑龙江省	100	100	102
	吉林省	107	107	109
	辽宁省	112	112	114
华东	上海市	123	124	125
	山东省	133	133	137
	江苏省	143	143	151
	浙江省	156	156	158
	安徽省	162	162	163
	福建省	165		166
华中	江西省	170	170	171
	河南省	172	172	175
	湖北省	182	182	184
	湖南省	186	186	189
华南	广东省	191		192
	广西壮族自治区	199		200
	海南省	202		203
西南	重庆市	204		204
	四川省	206	206	208
	贵州省	213	214	215
	云南省	217	218	219
	西藏自治区	225		226
西北	陕西省	228	229	236
	宁夏回族自治区	244	244	253
	甘肃省	258	258	261
	青海省	267	267	269
	新疆维吾尔自治区	272	273	274
港澳台	香港特别行政区			282
	澳门特别行政区	284		284
	台湾地区			285



中国的清真文化

中国信仰伊斯兰教的回族、维吾尔族、哈萨克族、东乡族、柯尔克孜族、撒拉族、塔吉克族、乌孜别克族、保安族、塔塔尔族10个少数民族，人口总数2200多万，统称为中国穆斯林。中国穆斯林是中华民族的重要组成部分，其核心文化是以伊斯兰文化为基础，吸收了各民族的优秀文化成果，形成独具特色的“清真文化”。清真文化作为一种独特的文化现象，是伊斯兰教中国化的产物，具有丰富的文化内涵和精神品质。

与人为善，择善而食，是中国穆斯林生活中形成的文化心理定式。他们对“清真”有着一种神圣的感情，历来坚持“清真”饮食原则，“非清真食品不吃、非清真饭店不入”。清真饮食习惯是一个直接连接穆斯林的心理健康和民族自尊心的问题，远远超出一般食品满足生活需要的范畴。只要一提“清真”，人们就会联想到这是穆斯林的食品。

中国共产党，毛泽东主席、周恩来总理等党和国家领导人历来尊重回族的饮食习惯，促进民族关系和谐。早在1949年9月全国政协第一届全体会议结束前的一天，毛主席、周总理专门把西北代表团的回族同志请到怀仁堂吃饭。毛主席风趣地说：“明天你们就要回去了，今天多数服从少数，我们在一起吃顿回回饭。”2007年4月，中共中

央总书记胡锦涛在考察宁夏结束时的讲话中指出：“促进民族关系和宗教关系和谐，是构建社会主义和谐社会的重要任务。”

回族等穆斯林经营的清真饮食分布在全国各地的城市和乡村，其店堂和制作过程历来以干净、卫生著称。清真餐馆的锅碗瓢盆、桌椅板凳、窗户、地板，包括厨师、服务人员的衣着(比如回族戴白帽等)都很讲究，很干净。清真餐馆坚决杜绝自死畜禽肉、注水肉，让消费者享用的牛肉、羊肉、鸡肉、鸭肉，色、香、味俱全，风味独特，营养丰富，脍炙人口。“在清真餐厅就餐，不必担心吃上病肉、腐肉、有毒肉，而且是原汁原味回族特色，所以我们喜欢”，这是许多人的共识。生活在回族聚居区的一些汉族，已习惯并喜食清真饮食，甚至有红白喜事时也置“回民席”，按回族的饮食习惯招待来客。

(一)清真由来

作为一个汉语词，“清真”原为普通名词，可用于多种场合，如道观、佛寺以及楼阁、词集和幽静场所。“清真”一词，最早见于公元6世纪南朝刘义庆《世说新语》，赞“竹林七贤”之一的阮咸为人“清真寡欲，万物不能移也”。从魏晋到清朝，文人墨客以“清真”入诗的不少。宋代陆游在《园中赏梅》中用“阅尽千葩万卉春，此花风味独清真”来赞美梅花的纯洁质朴，周邦彦著有《清真集》一书。清朝薛雪的《一瓢诗话》一七二中有“文贵清真，诗贵平淡”一语。“清真”指文章要真实，出于自然。由此可见，文人墨客多用“清真”一词，以表述清廉高洁的品格和清雅幽静的环境。

从元代开始，中国的伊斯兰教经学家和宗教职业者逐渐用“清”“真”“净”等词语来表征伊斯兰教，如将礼拜寺称为“清净寺”(泉州)、“真教寺”(杭州)和“净觉寺”(南京)等。“清真”一词与伊斯

兰教相联系，始于明朝洪武元年(1368年)敕建金陵礼拜寺，御书《百字赞》，褒美清真，以示优异：“降邪归一，教名清真。穆罕默德，至贵圣人。”北京东四清真寺建于明正统年间，据寺内碑文记载：“清真寺初名礼拜寺，寺成，蒙恩赐额曰清真寺。”汉语区中国穆斯林开始以“清真寺”称呼自己的宗教场所，“寺以清真名，志洁也；清真以礼拜名，志敬也”。

既有皇帝亲赐名额，又有纯洁美好之意，明末清初的伊斯兰教汉学家王岱舆（约1584—1657年，祖籍阿拉伯，自署真回老人，中国回族穆斯林中第一位系统地研究伊斯兰哲理并刊行其汉文译著的宗教学者）从汉语中把“清真”一词剥离出来，对“清真”加以纯伊斯兰式阐释，“纯洁无染之谓清，诚一不二之谓真”，又说“吾教自生民以来，不拜像，灭诸邪，故谓之清；尊独一，无二主，故谓之真”。当时的伊斯兰教学者著书、翻译都采用“清真”这个名词来表述伊斯兰教，他们在“清真”一词的原有中国词义的基础上，赋予了“清真”新的文化内涵，使之成为中国穆斯林的一个专用术语。

从此以后，清真教逐渐成为中国伊斯兰教的称谓。于是，称“安拉”为“真主”，称《古兰经》为“真经”，专供穆斯林礼拜的地方称为“清真寺”，表白信仰的作证言称为“清真言”，表示穆斯林食品的餐饮称为“清真”，如清真饭店、清真小吃、清真牛羊肉等等。

中华人民共和国成立后，1956年6月2日，国务院发布《关于伊斯兰教名称问题的通知》，将自明清之际开始统称的“清真教”这个名称改为国际通用的名称：伊斯兰教。至此，原称清真教的“清真”一词，虽然脱离了直接表述宗教的关系，但已经成为中国穆斯林的普遍用语，不仅称寺院为“清真寺”，而且还把具有伊斯兰教风味的食

品、饭馆、饭店等，都冠以“清真”二字，如“清真饭馆”“清真餐厅”“清真牛羊肉门市部”“清真糕点”“清真糖果”等。

在饮食文化方面，清真为中国穆斯林食品的专有名词，成为符合伊斯兰教规定和要求的食品的象征。它作为维系民族情意、增强内部凝聚力的一种手段，也是回族、维吾尔族等10个少数民族的穆斯林对外区分、对内认同的重要社会标志之一。

“清真”一词，是中国穆斯林在汉语语境中借代、使用的专用词。清真的译音，外国人看不懂，在国外的穆斯林中，与“清真”相对应的英文是“HALAL”（音译“哈俩里”），意思是“合法的”，即伊斯兰教教法规定可以食用的食物；不允许的为“Haram”（音译“哈拉目”），意思是“非法的”。在伊斯兰教国家，饭馆一般没有“HALAL”标志，因为在那里不存在“Haram”食品。但在非伊斯兰教国家，清真饭馆门头上就用英文“HALAL”和阿拉伯文写上“哈俩里”字样。

(二)清真饮食的界定

在国际上，1996年，由联合国粮食及农业组织和世界卫生组织共同举办的第24届食品标签法典委员会议通过了《清真术语使用指南草案》。草案中明确提出：清真食品意为被伊斯兰法律许可并且不含有或没有不符合伊斯兰法律的物质组成；没有被不符合伊斯兰法律规定的用具或设施处理、加工、运输和储存过；在处理、加工、运输和储存过程中，没有接触过不满足以上条件的食品。

1997年，联合国粮农组织和世界卫生组织所属食品法典委员会议又通过了《“清真”用词使用准则》，进一步明确地界定了清真饮食的含义。《准则》认为，清真食品是指伊斯兰教法许可的食品，应符

合下列条件：不能含有伊斯兰教法中认为是不合法的任何成分；在制作、生产、加工、运输、储存等过程中不得使用任何违背伊斯兰教法的设施和器具；在制作、生产、加工、运输和储存过程中不得与上述两条规定的物品有任何直接接触。该食品法典委员会除了对清真食品的定义作了上述规定外，还对哪些为不合法的作了补充说明。

在中国，对“清真食品”，尽管目前尚无一个统一的、权威的、高度概括的定义，但其内涵要求是十分明确的，一般都遵从两个原则——符合伊斯兰教义教规，符合信仰伊斯兰教少数民族的风俗习惯。清真饮食的禁忌原则，首先是宗教，其次才是民俗。基于这两种原则，人们便把我国遵守这种饮食习惯的10个穆斯林少数民族称作具有“清真饮食习惯”的民族，由此在我国就出现了反映特殊历史文化内涵的“清真饮食”。

(三)清真饮食的特点

中国的清真饮食不但承继了中国传统饮食的特色，而且在遵从《古兰经》和“圣训”的相关规定下，又独创了其“清真”特色。主要体现在以下几个方面。

一是严格的禁忌性

中国穆斯林对饮食的界定同国外的穆斯林一样，最基本的出发点都是严格遵从伊斯兰教的最高经典《古兰经》的相关规定。《古兰经》倡导人类对饮食要有选择地吃，吃那些洁净的有益于人的身心健康的食物。《古兰经》第二章168节说：“众人啊！你们可以吃大地上所有合法而且佳美的食物。”关于饮食禁忌，第五章3节说：“禁止你们吃自死物、血液、猪肉，以及诵非真主之名而宰杀的、勒死的、捶死的、跌死的、牴死的、野兽吃剩的动物——但宰后才死的，

仍然可吃……凡为饥荒所迫，而无意犯罪的虽吃禁物，毫无罪过，因为真主确是至赦的，确是至慈的。”第五章90节说：“信道的人们啊！饮酒、赌博、拜像、求签，只是一种秽行，只是恶魔的行为，故当远离，以便你们成功。”穆圣说：“凡对人体有害的都是被禁止的”，“食一口不洁之物，废四十日功修”。

中国穆斯林有选择地吃食物，只吃伊斯兰教教法许可的有益于人体健康的食品，对一些有损人们身心健康的食物形成了一定的饮食禁忌。总的来说：

禽类，凡吃谷、有胃、口似鸡嘴的禽可以吃，如鸡、鸭、鹅、鸽、鹌鹑等有嗦囊的禽类，似鹰嘴而食肉的禽不吃。

畜类，凡吃草、反刍、有四蹄、蹄分两瓣、性情温驯的畜类可食，如牛、羊、兔、驼、鹿、獐等反刍的食草类动物，反之不能食。我国清代回族学者刘智在他的《天方至圣实录》中指出，“六畜中可以驱使而不可食者三，马、骡、驴也；可以驱使而复可以食者二，驼与牛也；只可供食不可驱使者，羊也”。

鱼类，头有鳃、身有鳞、脊有刺、腹有翅、口无齿、形美而性善的鱼类可食。

穆斯林只能食断喉禽、畜之肉，宰牲时必须先念诵真主名，即：“以真主之名，真主至大！”然后切断畜禽的食管、血管、气管，待控净血液之后方可剥皮或拔毛收拾。至于鱼类，从水中捞出后，即视为已被合法屠宰，可直接刮鳞、破肚、清洗、烹饪。

在动物性食物方面，不食猪肉、血液、自死物、未诵真主之名所宰之物，是回族等穆斯林重要的饮食禁忌。宰食的牛、羊、鸡，只可言宰，不可言杀。在植物性食物方面，伊斯兰教禁食罂粟、烟草等有害植物。具体包括以下几个方面：

禁食猪肉。“假如你带了一包猪肉松走进一所清真寺去，那就犯了莫大的忌讳。”（南怀瑾 语）禁猪是穆斯林群众最为敏感的一个问题，也是穆斯林风俗习惯中最主要的问题之一。长期以来，无论遇到什么压力和阻力，始终未改变穆斯林禁养猪、禁食猪肉的习惯。伊斯兰教认为猪是不洁的动物，认为吃猪肉是引起许多疾病的根源。要求每一个穆斯林必须遵守这一戒律。现在，我国穆斯林群众不仅禁吃猪肉，而且还禁养猪，甚至从思想意识和感情上反感和见不得猪。有些穆斯林见了猪就背转过脸，有些嗅到猪肉味就恶心、呕吐。碰到卖猪肉的铺子、饭馆，就赶紧躲开。凡是做过猪肉的锅、碗、盆、筷、案板等一律不用，也不去接触，在不得已用时，要用火烧锅，用滚开水烫碗、盆等。宁夏、甘肃等地的穆斯林连“猪”字提也不提，把猪肉称作“大肉”，猪油称作“大油”。对猪和猪皮制作的系列产品也很少用。如不用猪鬃、猪毛刷子，不用猪毛牙刷，不用猪油制作的肥皂、香皂。

千百年来相沿至今，这种对猪肉的禁忌，已经在很大程度上失去了原来宗教戒律的意义，变成了我国回族等穆斯林的一项重要的生活习惯。因此，对穆斯林的禁食猪肉的习俗就不能再当做宗教信仰问题，也不能视为落后现象。对保持这种习惯的人，应当尊重，不能歧视，并应为他们创造必要的条件加以照顾。

禁食自死物、血液。穆斯林在饮食方面，还禁食一切野兽、牲畜与飞禽、家禽的血，禁食非穆斯林和诵非真主之名屠宰的动物等。禁止用滚水烫皮、烫毛。即便是可食的牛、驼、羊等牲畜，若自死，同样禁食。自死物指所有未经屠宰或捕猎，而因疾病、饥饿、跌撞、衰老等原因而死亡的畜禽。因疾病而死的，其体内必有有害物质；因衰老而死的，其肉不仅因自然衰老而失去营养价值，而且有可能含有病