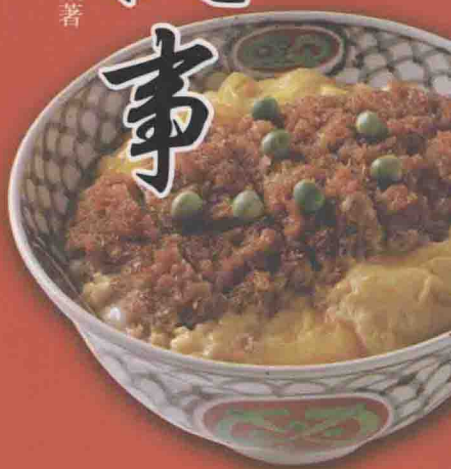


留住老传统

老传统总是让人惦记，老传统也从来没有离去。与老传统聊聊天，话话家常，聆听那些渐行渐远的动人往事。

美食的百味故事

戴楠◎编著



追寻美食的发展渊源，品味与之相关的文化、习俗，让美

食不再仅是『美味』的代名词，更是各地历史文化的载体。

西苑出版社

留住老传统

老传统总是让人惦记，老传统也从来没有离去。与老传统聊聊天、话家常，聆听那些渐行渐远的动人往事。

美食的百味故事

戴楠◎编著



西苑出版社

美食的百味故事 / 戴楠编著. — 北京: 西苑出版社, 2011. 5

(留住老传统)

ISBN 978-7-5151-0040-1

I. ①美… II. ①戴… III. ①饮食—文化—中国—通俗读物

IV. ①TS971—49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第099285号

留住老传统：美食的百味故事

编 著 戴楠

出版发行 西苑出版社

通讯地址 北京市海淀区阜石路15号 邮政编码: 100143

电 话: 010-88624971 传 真: 010-88637120

网 址 www.xycbs.com E-mail: xycbs8@126.com

印 刷 北京中创彩色印刷有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 710mm × 990mm 1/16

字 数 250千字

印 张 14

版 次 2011年9月第1版

印 次 2011年9月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5151-0040-1

定 价 29.80元

(凡西苑版图书如有缺漏页、残破等质量问题, 本社邮购部负责调换)

版权所有 翻印必究







前言

QIANYAN

面对一道美食，大多数人仅关注它的色、香、味，稍有留心者会研究一下它的制作过程。对于既能动手做又能动口讲的真正美食家，可谓寥寥无几。很多人在享受美味时，都不知这五谷杂粮、瓜果蔬菜、水产海鲜、飞禽猛兽所制作的美味佳肴或多或少有着它的历史渊源和典故。

在对精神食粮追求越来越高的今天，我们在品味各色美食的同时，还要了解美食背后的故事，尤其要了解中华传统美食背后的故事，努力传承中华美食文化。从历史的角度看，每一道美食背后都有它与众不同的故事，都有与之相关的人、事及文化背景。如：乾州锅盔是唐朝时修陵民工在服役中发明的；西安羊肉泡馍因北宋开国皇帝赵匡胤而闻名，也曾被国民党将领杨虎城将军用来拉选票；周总理曾利用“烤鸭外交”来处理邻邦关系，北京烤鸭还曾让美国修正食品管理法……美食不单单是“美味”的代名词，它更是时代的产物，代表着某些人或事，是物质文明和精神文明的双重遗存。有些美食除了给人们以独特享受外，还很好地展现了当时、当地的文化与习俗。如冬至这天，我国北方大多吃饺子和馄饨，江南大多吃汤圆。据说这饺子是张仲景舍药救人而创制的，传说元宵节是汉文帝为纪念“平吕”



而设。为了继承并发扬我国美食的文化特色，尤其是保持中国传统美食文化特色，我国已经将一些美食列入国家级非物质文化遗产保护名录，因为只有民族的，才是世界的。

为了让忙于奔波的人们领略到中华美食的文化魅力，传承中华美食文化，感受到璀璨的华夏文明，我们推出了这本《美食的百味故事》。

全书精选近百种中华经典美食进行论述，避开了单纯谈吃的一贯做法，推陈出新，掌故逸事，更是信手拈来，令读者朋友大开眼界，掩卷凝思，回味无穷。本书以生动朴实的语言，详尽介绍了中国菜肴的美食趣闻，其涉猎美食溯源、传说、典故等诸多方面，集趣味性、知识性于一体，如，有的美食其命名缘于纪念某人或某事，有的美食制作方法因歪打正着而出名，有的美食因烹制精细、料重味醇而闻名……饱览此书，犹如畅游浩瀚的中华美食文化长河。

通读此书，你就知道去北京该吃什么特色菜，而它们的典故又是什么；到天津，哪些美食是不能不尝的，与之相关的传说是必须知道的；到杭州，又该品尝什么风味小吃，又需了解什么美食典故……这样，席间就不仅仅是单纯地品尝美食了，更是品味各地的历史文化。

该书是心灵和美味的交流，文化和历史的追述。让我们透过飘香的美味，穿越时代的年轮，跟随着美食的脉搏跳动，感受美食背后丰盈的故事。

编者



五谷杂粮书写平凡生活

饺子..... 2

原是治病的“娇耳”

又名扁食

年糕..... 4

让人躲过“年”关

伍子胥留惠后人

元宵..... 6

为纪念“平吕”而设元宵节

东方朔与元宵姑娘

月饼..... 8

思念亲人吃月饼

月饼的“地下工作”

腊八粥..... 10

纪念佛祖的苦行

懒惰的教训

徽子..... 12

寒食节的吃食

比秀色更可餐

锅盖面..... 15

面和锅盖一起煮

夫妻因面喜重逢

岐山臊子面..... 17

杀蛟龙的庆功面

新媳妇的考验

兰州拉面..... 19

闻香下马，知味停车

为何面里总有萝卜片

热干面..... 21

错有错着，发现美食

传到郑州，走向全国

桂林米粉..... 23

鱼须鱼肚的替代品

不仅美味还可延年益寿

川北凉粉..... 25

咸丰为吃凉粉偷出宫





取法借鉴，精益求精

牛羊肉泡馍..... 27

因宋太祖而出名

曾被用来拉选票

驴肉火烧..... 29

原是马肉火烧

形象的别名——“蛤蟆吞蜜”

艾窝窝..... 31

宫中常用的美食

让香妃开口吃饭

三不粘..... 33

媳妇巧解婆婆刁难

孝敬老父的菜肴

都一处烧卖..... 35

乾隆特赐匾额

报复老板，适得其反

狗不理包子..... 37

狗子卖包不理人

袁世凯送给慈禧的贡品

耳朵眼炸糕..... 40

刘记炸糕美名扬

为何要叫耳朵眼

乾州锅盔..... 43

艰苦条件下的智慧发明

博望锅盔同样有名

合肥大麻饼..... 45



朱元璋称之“得胜饼”

因李鸿章而出名

貂蝉豆腐..... 47

只见豆腐，不见泥鳅

柔弱貂蝉巧诛董卓

八宝豆腐..... 49

治好皇帝的厌食症

被敲竹杠的御赐配方

虎皮毛豆腐..... 51

明太祖的必备佳肴

陈毅将军一吃难忘

臭豆腐..... 53

名俗味臭却让太后都迷



闻着臭，吃着香

高碑店豆腐丝..... 55

好水才能做出好豆腐

不怕颠簸的豆腐

瓜果蔬菜展示多彩社会

拔丝地瓜..... 60

王少三大展厨艺

拔丝地瓜也拔牙

开水白菜..... 63

邓小平最爱川白菜

总理宴请日本人

护国菜..... 65

宋少帝南逃避难

是甘薯还是野菜

八宝素菜..... 67

聪明的厨师

名胜古刹别峰寺

太极芋泥..... 69

戚家军断粮食山芋

林则徐教训外国人

洪山菜薹..... 71

恋人化作红菜薹

黎元洪试种红菜薹

都督建塔镇妖魔

罕参炖飞龙..... 74

努尔哈赤的妙计

人间能吃到龙肉

洛阳燕菜..... 77

武则天赐名假燕菜

洛阳名厨秀手艺

枸杞炖银耳..... 79

张良明哲保身

房杜大义凛然

酿金钱发菜..... 81

沙漠中的救命草

财源广进的饭庄

烧南北..... 84

失误成就的美食

孟宗哭竹生笋

奇香的口蘑

醋芹..... 86

爱吃醋的魏征

史上吃醋的名人

诗礼银杏..... 88

衍圣公诗礼话银杏

孔子教子学诗学礼

孔尚任诗礼堂讲经



汴梁西瓜..... 91

刘秀遇险西瓜救命

西瓜的老家在哪里

热冬果..... 93

魏征梨膏医母

兰州城市雕塑

朱品斋梨膏糖

珍果荔枝..... 96

善心结出的善果

宴会上的珍果

新疆哈密瓜..... 99

酋长试种哈密瓜

聪明的太监

宁波雪里红..... 102

雪姑娘救驾

康王恩将仇报

水产海鲜讲述美味故事

松鼠鳜鱼..... 106

专诸献鱼杀吴王

乾隆大闹松鹤楼

西湖醋鱼..... 108

西子湖畔叔嫂情深

皇帝盛赞宋嫂鱼羹

美食天堂楼外楼

清蒸武昌鱼..... 111

毛主席巧用典故

清蒸武昌鱼

王安石辨识武昌鱼

冬瓜鳖裙羹..... 114

神奇的药效

冬瓜鳖裙羹的传说

皮条鳝鱼..... 117

拱垮地界的坏蛋

朱知县巧断公案

五柳鱼..... 119

诗圣与五柳鱼

诗情禅意五柳鱼

银鱼炒蛋..... 122

孟姜女的眼泪

张果老怒施仙术

四星望月..... 125

四星望月的由来

不一样的风景线

彭城鱼丸..... 127

秦始皇酷爱吃鱼

康有为题联改菜名

蜚声厨坛的“余鱼丸”



湟源干板鱼..... 129

干板鱼医好隋炀帝

塞外“小北京”

馋人的干板鱼

剁椒鱼头..... 131

与清代文人黄宗宪有关的菜品

剁椒原是舶来品

鸡泥桃花鱼..... 134

为昭君送行的鱼

濒危的桃花鱼

鱼头豆腐..... 136

乾隆讨食农家饭

乾隆赏钱题“皇饭儿”

羊方藏鱼..... 138

“鲜”是怎样诞生的



厨行的祖师爷

有话不该对妻说

湛香鱼片..... 141

救驾有功的鱼片

大西北风味

白汁胖鳊..... 143

鲁班援建黄鹤楼

吕洞宾的仙鹤传说

鲤鱼跳龙门..... 146

渴望成龙的鲤鱼

宋江题诗浔阳楼

拆烩鲢鱼头..... 149

吝啬的财主做鲢鱼头

巧语骗工匠

黄焖鱼翅..... 151

誉满京城谭家菜

张大千思恋美味

龙井虾仁..... 153

乾隆偷茶做佳肴

千年龙井茶宴

虾仁锅巴..... 155

天下第一名菜

苏菜的传奇人生

全家福..... 158

菜品来源之乾隆南巡说

菜品来源之焚书坑儒说



飞禽走兽谱就百态人生

套四宝..... 162

儿媳比拼创出来的名菜

制作技术奇绝

北京烤鸭..... 164

挂炉烤鸭法的发明

周总理的“烤鸭外交”

曾让美国修正食品管理法的美食

德州扒鸡..... 167

煮过火，烧鸡变扒鸡

康熙赞为神州一奇

叫花鸡..... 169

叫花们的发明

金口一开，改称富贵鸡

盐焗鸡..... 171

盐工的营养餐

乌龙事件造出新吃法

三杯鸡..... 173

材料简单味却美

为了纪念英雄文天祥

宫保鸡丁..... 175



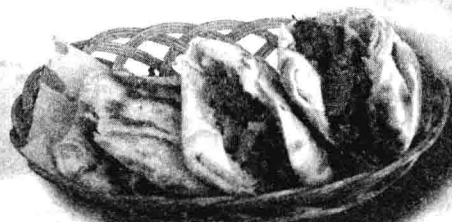


不要认为是宫爆鸡丁 丁宝桢智杀安德海	
佛跳墙	178
香得引动“佛”跳墙 娇惯媳妇的傻瓜做法	
腊味合蒸	180
一道菜改变人生 天时地利造出好腊味	
绩溪一品锅	182
御赐美名一品锅 胡适的拿手好菜	
红烧狮子头	184
隋炀帝的刁钻要求 周总理最爱吃的菜	
千张肉	186
宰相发明的名菜 御厨改良，重焕光彩	
东坡肉	188
创制于徐州 完善于黄州 名扬于杭州	
锅包肉	190
“锅包肉”的“国际关系”	

创制者郑兴文“败家求艺”	
水晶肴肉	192
人间美味胜过天宫玉食 为了小小肴肉建酒楼	
天福号酱肘子	195
软烂如泥，味压江南 备受皇家喜爱 精益求精的制作态度	
北京炒肝儿	197
废物利用做炒肝儿 制作考究才能卖得好	
葫芦头	199
药王的回报 不仅好吃还能治病	
沛县鼋汁狗肉	202
源自秦末樊哙 狗肉为何上不了席面	
涮羊肉	204
心急也能吃上美味 涮羊肉的头牌——东来顺	
灯影牛肉	207
巴山蜀水长，灯影牛肉香 因此发家致富	

五谷杂粮书写平凡生活

五谷杂粮是古人的主食，它们虽然对人体十分有益，但是口感味道却较差，于是古人在不损失其营养的情况下，蒸、炸、煮、拌，通过各种烹饪手段，创造出了令人拍案惊奇的各色美食，让这些五谷杂粮不仅补益身体，更能满足美食家的饕餮品味。





饺子

饺子源于古代的角子，是北方民间的主食和地方小吃，也是年节食品。有一句民谣叫“大寒小寒，吃饺子过年”。多用面皮包馅水煮而成，其特点是皮薄馅嫩，味道鲜美，形状独特，百食不厌。

原是治病的“娇耳”

东汉末年，各地灾害严重，很多人身患疾病。南阳有个名医叫张机，字仲景，自幼苦读医书，博采众长，是当地的名医。张仲景不仅医术高明，什么疑难杂症都能手到病除，而且医德高尚，无论穷人和富人，他都认真施治，挽救了不少人的性命。张仲景曾在长沙为官，常为百姓除疾医病。有一年当地瘟疫盛行，他就在衙门口垒起大锅，舍药救人，深得长沙人民的爱戴。

张仲景从长沙告老还乡后，走到家乡白河岸边，见很多穷苦百姓忍饥受寒，耳朵都冻烂了。他心里非常难受，决心救治他们。张仲景回到家乡后，前来求医的人特别多，他忙得不可开交，但他心里总挂记着那些冻烂耳朵的穷苦百姓。他仿照在长沙的办法，叫弟子在南阳东关的一块空地上搭起医棚，架起大锅，在冬至那天开张，向穷人舍药治病。

张仲景的药名叫“祛寒娇耳汤”，其做法是用羊肉、辣椒和一些祛寒药材在锅里煮熬，煮好后再把这些东西捞出来切碎，用面皮包成耳朵状的“娇耳”，下锅煮熟后分给乞药的病人。每人两只娇耳，一碗汤。人们吃下后浑身发热，血液通畅，两耳变暖。吃了一段时间，病人的烂耳朵就好了。

张仲景舍药一直持续到大年三十，大年初一人们庆祝新年，也庆祝烂耳康复，就仿照娇耳的样子做过年的食物，并在初一早上吃。后来，人们就称这种食物为“饺耳”“饺子”，并在冬至和年初一都要吃一顿，以纪念张仲景开棚舍药和治愈病人的高尚医德。

又名扁食

饺子又名扁食，至于这个名字的来历，民间还有一则传说。从前有一个皇帝，整天不理朝政，只顾寻欢作乐，朝里奸臣得宠，忠良受害，闹得国家贫穷交加，百姓怨声载道。有一天，奸臣潘奇叩见皇上，声称他有个好主意，能使皇上长生不老。皇上听后，很感兴趣。忙问：“潘爱卿，有何妙法，快讲与朕听！”潘奇奏道：“人若能吃百样饭，就可增寿延年成神仙，皇上可下令在各地招选名厨师，让人选者一日三餐做新样，吃到百种饭，不就如愿以偿了吗？”皇上听后连连点头，即出告示，举国招选。

不几日，全国各地好多有名的厨师陆续被送到京里，经过殿试，手艺高的厨师苏巧生被选上了。从此，苏巧生凭着自己高超的技艺为皇上做了99个花样的饭菜，皇上十分满意。到了最后一天，苏巧生心想：“明天早上再做一样饭就可以离开这个可恨的昏君，回家与亲人团聚了。”但到了做饭的时候，竟不知该怎么做最后一顿饭了。他想到自杀、逃跑，还想到毒

中国传统美食——饺子

