

|我|们|的|国|家|

饮食与文化

高成鸢◎著



013069140

TS971
172

|我|们|的|国|家|
饮食与文化



北航

C1676403



复旦大学出版社

www.fudanpress.com.cn

TS971
172

图书在版编目(CIP)数据

饮食与文化/高成鸢著. —上海:复旦大学出版社, 2013. 8
(我们的国家)

ISBN 978-7-309-09862-4

I. 饮… II. 高… III. 饮食-文化-中国 IV. TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 156215 号

饮食与文化

高成鸢 著

责任编辑/姜 华

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编:200433

网址: fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853

外埠邮购:86-21-65109143

上海浦东北联印刷厂

开本 850×1168 1/32 印张 5.875 字数 111 千

2013 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

印数 1—5 100

ISBN 978-7-309-09862-4/T·476

定价: 25.00 元

如有印装质量问题, 请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。

版权所有 侵权必究

01240210



中国古代的食器与炊具(一)



新石器时代 八角星纹彩陶豆



新石器时代 彩陶鱼纹盆



新石器时代 彩陶石叠斜格子交双耳壶



清代 珐琅彩瓷虎丘山水碗



中国古代的食器与炊具(二)



商代 执簋



商代 兽面纹鬲



商代 立鹿耳兽面纹青铜甗



春秋 蟠虺纹簋

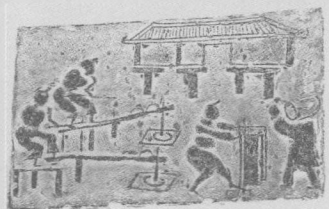
汉代画像砖上的中国古代生活场景



播种图



耦耕图



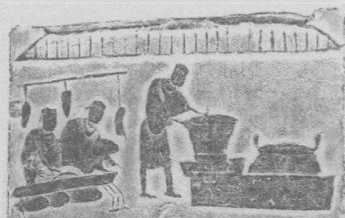
舂米图



酿酒图



汉代画像砖上的庖厨图



古代绘画中的宴饮场景（一）



五代顾闳中《韩熙载夜宴图》(局部)



唐墓壁画《宴饮图》



古代绘画中的宴饮场景(二)



宋人绘《春宴图》



河北宣化下八里辽代韩世训墓壁画《妇人饮茶听曲图》

古代画家笔下的家畜



唐韩滉《五牛图》(局部)



元赵孟頫《二羊图》



古代画家笔下的放牧图



南宋李迪《风雨归牧图》



唐韩干《牧马图》



目录

导 言 / 1

中国人的讲吃知味	/ 1
两个林语堂 / 两个苏东坡	/ 3
文化异型 / “歧路”遇宝	/ 5
中餐与中华文化的本原	/ 7

第一部 食物逆境与中餐的由来 / 10

1. 得天独“薄”的肉食时期	/ 10
原始猎具：不是弓箭而是渔网	/ 10
史上被忽略的吃鸟阶段	/ 12
龙、凤崇拜与肉食匮乏	/ 16
2. “曲径通幽”的粟食歧路	/ 18
“坐吃山空”：生态毁坏与饥饿困境	/ 18
“百谷”偏选粟米 / “神农”取劣弃优	/ 21
环境：农兴则牧亡 / 基因：繁生与聚居	/ 23
“家”不离“豕”：粪粮循环 / 肉料白捡	/ 27
3. “生米做成熟饭”曾历尽曲折	/ 29
脱壳去糠仍“粗糙”	/ 29



石板烘焦又“夹生”	/ 31
煮粥：古怪的陶甬	/ 32
蒸饭：奇异的陶甬	/ 33
4. 饭菜分野：中餐的本质特色	/ 35
羹：干饭的“助咽剂”	/ 35
“齑咸”的酱和咸菜	/ 38
“下饭”与“饭”交替入口	/ 39
烹调：肉料恶气祛除/人为美味创生	/ 42
“饭”与“菜”：词义巨变/互相包容	/ 44
5. 饮食文化开天辟地：食的“异化”/“味”的启蒙	/ 46
鸡肋的沉冤：“食”与“味”的“异化”	/ 46
守财奴的笑话：民以“味”为天	/ 48
彩画要靠白地衬：“甘受和，白受彩”	/ 50
“味”：无限泛化/极度难知	/ 52

第二部 “味道”的分析 / 55

华人感官功能的调适	/ 55
6. 华人“嗅觉”的退隐	/ 56
三物同名大烦恼/“臭”的嬗变是关键	/ 56
臭→𦏧→嗅：“臭”不可闻，缘自“香”的吃香	/ 58
华人嗅觉享受的转移：从好闻到好吃	/ 60
鼻子的感觉迷失在“口”中	/ 62
7. 华人“味觉”的弥漫	/ 64
“味觉”的觉察：医家辨味/佛家知舌	/ 64
识味觉由“苦”突破/中、印、欧协力完成	/ 66



老子“五味”太糊涂/食客“味觉”大倒退	/ 69
8. 鼻舌的天作之合	/ 71
“天地倒置”与“味”的眩惑	/ 71
味蕾的意外逃逸	/ 73
味道调和→感官调换	/ 74
中餐“味道”审美内涵的形成	/ 76
9. 味道之阳：“香”的由来	/ 77
“馨”香开始远播，“声”音曾做媒介	/ 77
“臭”肉（腥臊膻）烹调出“荤香”	/ 78
肴香不离“火”/中土本无“油”	/ 80
“香”的价值标准形成于元代	/ 82
10. 味道之阴：“鲜”的由来	/ 84
与“新”纠结难分辨/萌生羹中长无名	/ 84
宋末到清初/动物到植物	/ 86
千年味精 只差提纯	/ 88
“味の素”：日人捷足先登/“新鱼精”被证实	/ 90
11. 道分阴阳/味合鲜香：“味道”在近代的形成	/ 92
美食标准的分与合	/ 92
“味道”是个近代名词	/ 94
“阴阳鱼”及其“黑白眼”	/ 95
12. “内向嗅觉”：味道的天机玄秘	/ 98
“瞎鼻子”与林语堂的“回味”	/ 98
“倒流嗅觉”：机理分析	/ 99
“倒流嗅觉”：诺奖证实	/ 101



“七咂汤”气坏洋绅士 / 102

13. 华人的“口感”: 味道的“第三者” / 103

唯有华人懂得“口感” / 103

胶牙饧的游戏: 好吃就在“难吃” / 105

“口感”基因来自“粒食” / 107

味道如音乐: 旋律、节奏, 更有音色 / 108

第三部 中餐烹调与欣赏原理 / 111

从“水/火”关系分析中餐原理 / 111

14. 煮、蒸: 水火从“不容”到“相济” / 112

“火食之道”, 水为前提 / 112

“水在火上”: 反自然的卦象 / 113

西人从未喝开水/华人有“汤”常沸腾 / 115

煮→蒸→炒: 水火调控的三次飞跃 / 117

15. 炒、炸: 水火交战/鲜香具备 / 119

炒→炒: 水火关系的万年演进 / 119

“炒”有点像“可控”的氢弹爆炸 / 120

肉的珍贵是发明“炒”法的诱因 / 123

烹→爆→炸 / 124

从“时/空”关系分析中餐原理 / 126

16. 从“时空转换”看刀口、火候 / 127

刀口与火候的互动关系 / 127

割≠切 / “切”=七刀 / 129

“火候”与空间: 主妇为何不如厨师 / 131



“火候”向时间的两极进军	/ 133
17. 从“时空范畴”看美食万象	/ 135
“错而不乱”则美	/ 135
“物候”与节令：赏味周期当恪守	/ 137
“移步换景”的动态美	/ 139
“盖浇饭”现吃现浇/蘸、拌、夹，尽皆烹调	/ 140
18. “时空大舞台”：美食运动的宏观方向	/ 142
时空大跨度：“菜系”	/ 142
从茶道看中餐的返璞归真	/ 144
羊→鱼/西北→东南：水流归大海	/ 145
伊尹之母的怪梦：从春谷白到鱼翅碗	/ 148
华人别有“口福”	/ 150
19. “热吃”是中餐的灵魂	/ 150
美食家大汗满头/冷餐者不懂味道	/ 150
“脍（生鱼片）”的失传/热吃习性的由来	/ 153
黄酒热饮不能忘	/ 154
20. 华人之“饕”	/ 157
美食家≠大肚汉	/ 157
“饕”的相关词语	/ 159
口刁：美食家不食排骨	/ 160
林黛玉厌恶蟹黄/“尖饕”跟“清饕”的异同	/ 162
21. “餐式”种种尽成双	/ 163
干与稀	/ 164
荤与素	/ 164