

江南烟史

邹贻韬

著

图书在版编目 ( CIP ) 数据

江南烟火 : 有滋有味的百年民间饮食 / 邹贻韬著

— 上海 : 上海社会科学院出版社, 2023

ISBN 978-7-5520-4128-6

I. ①江… II. ①邹… III. ①饮食—文化史—长江三角  
洲—近代 IV. ①TS971.202.5

中国国家版本馆CIP数据核字 ( 2023 ) 第 092746 号

江南烟火

——有滋有味的百年民间饮食

著 者: 邹贻韬

责任编辑: 章斯睿

封面设计: 黄婧昉

出版发行: 上海社会科学院出版社

上海顺昌路622号 邮编200025

电话总机021-63315947 销售热线021-53063735

<http://www.sassp.cn> E-mail: [sassp@sassp.cn](mailto:sassp@sassp.cn)

排 版: 南京展望文化发展有限公司

印 刷: 上海盛通时代印刷有限公司

开 本: 890毫米 × 1240毫米 1/32

印 张: 10.25

插 页: 4

字 数: 231千

版 次: 2023年7月第1版 2023年7月第1次印刷

ISBN 978-7-5520-4128-6/TS · 016

定价: 68.00元

版权所有 翻印必究

# 序

■陶飞亚

2023年春节前，我的博士生邹贇韬将他拟结集出版的近现代民间饮食史札记《江南烟火——有滋有味的百年民间饮食》（以下简称《江南烟火》）的初稿寄给我。我拆开快递一看，贇韬这部书稿并不厚：共计28个章节、3篇附录，小巧灵动，很有婉约江南的清秀美感。

谁知翻览过后，《江南烟火》给我留下了截然不同于“初见”印象的质感——这是一部“厚重”的书，“厚”在其着眼普罗大众的日常生活，一定程度上拓宽了“珍馐大席”“名厨绝技”框限的饮食历史主流。“重”则表现在《江南烟火》的较严谨考订、较丰富发现。贇韬用历史学的“看家本领”，在史料搜罗上下“笨功夫”，从而再现了百年民间饮食文化流变中的若干精彩“瞬间”，激扬了某些今人“日用而不知”的饮食民俗积淀。这是一位接受过系统历史学训练的青年可做的，更是一位对历史心怀敬畏与热爱的青年该做的。

江南，是明清以降中国各文化地理区系中，最贴近“美好生活”理想的一方天地。我虽生在山东，成年后20多年在山东求学

和工作，对齐鲁之地也有一份浓浓的乡情，但追根溯源，自己还是上海嘉定人。这座水韵荡漾、历史绵长的古城，在我少年和青年时期的思想中刻下了深深的文化和民俗烙印，注入了江南的隽永与丰沃。嘉定各地众多的自然和人文景观都曾让我迷恋，但最能令“嘉定”、让“江南”内化于我，涌遍我周身的，还要数各色小吃——南翔小笼、草头塌饼、醋腌白蒜，我能报出名字的，或许仅是嘉定民间美味的极小部分，但它们之于我的舌尖味蕾，之于我的心头乡恋，是一个完整立体、温润入梦的江南。于是乎，当我摊开《江南烟火》，随着蹒跚笔触体验百年前江南食肆灶间内的人间欢乐时，我的鼻腔里会不经意间飘满故乡嘉定的稻花醇香。久远而又未曾消散的历史就这样与我精神连接，共同喃喃着那枝与叶的款款深情。

我对《江南烟火》的“感同身受”，既来自故土眷恋，也离不开大地情怀。我做过整整8年农民，因而只要掬起一抔土，我会毫不犹豫地凑近，闻一闻，品一品其中散逸出的“地气”，那混合着青草味与丰收希望的气息。当年在嘉定下乡插队时，我被生产队委派为种西瓜的“老农”且连年夺得西瓜大丰收，全村老少在炎炎夏日大啖西瓜给我带来的成就感，至今想起仍深感自豪。这段农村的经历使我看待食物的眼光往往多了份农业视角。曾经看过一则笑谈，说某国个别青少年，平日里只在大型商超接触切成薄片的鱼。因而当一条完整的、会游动的鱼出现在面前时，她竟全然不知这就是平时佐餐的“鱼”。可笑又可叹！虽然这案例有些“极端”，但当代青少年与土地的疏离，的确是一个让我们这些长辈感到头疼

的问题。

贻韬告诉我，他自幼长在都市，之前也时常面临“五谷不分”的尴尬。由此他“痛定思痛”，在考据、写作《江南烟火》各章节，以及探究其他食品、中药材历史之际，尤为关注食品背后的农业、农村、农民印记。我要给贻韬的这种想法点赞。虽然这方面书写必因时空差异而留有缺憾。但应当承认，其中表露的作者志气可贵，其内保存的农事记忆可贵，其间参与民间文化传承的实践可贵。

在我看来，从历史书写的专业视角审视，贻韬这部《江南烟火》，有两处值得肯定的优点：其一，本书较好地将中观的饮食史、江南史考察，落实到一则则具体食品、食俗的微观演绎上，由之搭建了条理清晰、层次连贯、内涵丰富的地域文化叙事体系，既言之有据，又“言之有情”；第二，本书“一面走进江南看江南，另一面‘跳出江南识江南’”，坚持在跨区域比较视野中回望百年前的江南民间饮食，实现了饮食区域史与“整体史”、江南文化与中华文化的一种对话。这点帮助本书在地域“饮食民俗志”的记录维度之上，增益了几分探寻日常生活中文明演进的深度思索，应予以肯定。

2019年，贻韬来到上海大学随我硕博连读，转眼已近4年了。这些年，我对贻韬的基本印象是他勤奋笃行，读书练笔比之同龄人，甚为用功。这或许就是为何近两年他在连续发表学术论文的同时，还能挤出“零碎”时间，日积月累攒下这本并不算厚却有深度的《江南烟火》。值此付梓时刻，我要向贻韬表达诚挚的祝贺，也要敦促他初心不泯、戒骄戒躁、再接再厉。人类历史浩如烟海，我

们学历史、做历史研究的人，穷尽一生至多也只能是从中“取一滴饮”。但是我们所做的事业，之于人类文脉薪火相传是有益的、意义重大的。这意味着，我们必须勤之又勤，方能汲取“一滴”；唯有努力再努力，才可透过“一滴”，产生丝缕灵感。这条路永无止境，愿疇韬不待扬鞭自奋蹄，踏踏实实走下去。

（作者系上海市历史学会副会长、上海大学青云书院院长、博士生导师）

## 一把毛豆与烟火江南：序《江南烟火》

■朱学东

“煮毛豆一份……”

如今在全国许多地方的路边摊大排档，煮毛豆和花生，几乎是夜饮者酒桌的标配，这样的声音不绝于耳。其实，南宋时即有此带荚煮豆的饮食传统，陆游《初夏行平水道》有“村店堆盘豆荚肥”句，景况跟今类同，大概煮的类似今日江南带荚的早青豆。明时苏州人周文华在《汝南圃史》中明确提出了采青豆煮食的做法及注意事项，也是目前可考文献中第一次提到“毛豆”：“毛豆具青壳有毛，又名青豆……青采和羹及入水烧熟去壳啖，味俱甘鲜。”

豆作为中国最古老植物（早期典籍里称为“菽”），一直是中国最传统的食物之一，无论是作为主食还是菜肴。江南多食青豆，从初夏早豆到深秋晚豆，剥开的青豆，可以配伍丝瓜、茭白、某些咸菜、鱼、虾、肉等各种荤素食物，从乡下餐桌到城里盛宴，广为江南士农工商所喜爱。

但是，如果不是披览贻韬君这本《江南烟火——有滋有味的百年民间饮食》，我并不知道，煮毛豆这种古人早已明了、今天又大放异彩流行全国的饮食习惯（当然也包括江南人对青豆的挚爱），

在近世竟然还曾被攻击为“破坏农业生产秩序”：

近现代报章文牒间，有不少批评卖青豆的议论，认为食用毛豆扰乱了大豆生产秩序。1955年8月的《人民日报》曾刊登评论《吃青玉米和毛豆是浪费粮食的行为》：“毛豆在有些城市是菜农种下当菜卖的，但有些就是把农田里未成熟的豆子拿来当新鲜食品出卖的，这也是一种很大的浪费。”

真是彼一时此一时。饮食习惯，实与时代同调。

作为美食大国，中国自古写美食者甚多，美食典籍和文章诗词更是不可胜数。人们写美食，多是从食材性质、味道调和、食药同源等角度，强调一方水土一方风味，应时而食，保健养生等，所持也多是名家士人立场，被后世所津津乐道，也被视为一种不可置疑的美食标准。我个人也喜欢美食，但却是平民化的美食观。出生江南鱼米之乡的我，亲历过只能勉为温饱的童年少年时代，虽然知道那些名家笔下的美食自有其理，但还是固执地坚持只有经历过饥饿的人才能真正理解美食。这其实是一种被贫穷限制了想象力的美食观。古人所言的“贫家食”，只有适时应景，鱼跃龙门，才能成为“席上珍”。所以，我才对食材食物的演化史更感兴趣——救荒本草何以成为寻常美食。

美食与时代的生产力水平、物质生活水平乃至文化审美趣味紧密相关。仓廩唯实，人世间才有烟火气，才有能力外究食材之美，内启个人味蕾，展开真正的美食之旅，奠定今人所信服追求的日常

饮食和美食基础。

贻稻君笔下的《江南烟火》，不仅是一个美食家的味觉所好之旅，也展现了一个历史学者的钩沉能力和严谨。书中所记录的江南诸味，从蔬果、饮品到饮食习俗，以近代图书、杂志、报章、调查报告等一手史料记载为基础，其中有食材的探索推广、物种的改良进化、气候和生活环境变化的影响，更有传统江南农耕文明向现代都市文明工业文明转型时期的消费记录……不仅记录了江南地区部分民间饮食旧貌，所谓百年来的“人民的饮食”，更是一部江南烟火人间生活的信史资料集纳。

人世间真正的美食，其实就是这样在生活和历史的浪潮中溯源传承而流芳千载的。其间虽也有遗失湮没，却也表现出时代更迭之下的创新推广，所谓与时俱进。

知历史，方能更好地理解现在、展望未来。一如《江南烟火》中所录的人们喜欢毛豆的，自由与不自由故事。

（作者系《中国周刊》《南风窗》原总编辑，著有《人民的饮食》《江南旧闻录·故园归梦长》等。）

# 目 录

序 陶飞亚 / 1

一把毛豆与烟火江南：序《江南烟火》 朱学东 / 5

绪 章 / 1

## 春

第 一 章 讨彩美食吉祥年：老上海与近邻的春节食谱 / 17

第 二 章 汤团和元宵：南北都会的“同心圆” / 27

第 三 章 香椿：一道“红了五百年”的春菜 / 36

第 四 章 越冬迎春：惊雷一声笋探头 / 45

第 五 章 绿意盎然：乡野春菜的旧时味道 / 55

第 六 章 春风又绿浙海岸，正是苔菜送鲜时 / 64

第 七 章 烟花三月醉此处：百年前杭帮菜的西子风韵 / 72

## 夏

- 第八章 辞春迎夏：百年前长三角的枇杷旧景 / 85
- 第九章 火焰蜜珠：梅雨季里忆杨梅 / 98
- 第十章 香从中来：一块臭豆腐的怪异与魔力 / 108
- 第十一章 糟醉：清凉最宜夏日食 / 116
- 第十二章 奉化水蜜桃崛起的激荡三十年 / 124
- 第十三章 清爽入喉来：百年前的纯天然消暑饮料 / 136
- 第十四章 百年前西湖藕粉的身份“奇遇记” / 145
- 第十五章 夏秋时鲜出水来：江南湖荡里的清蔬佳味 / 154
- 第十六章 百年前老上海的“吃瓜”往事 / 162

## 秋

- 第十七章 近代上海人是怎样吃到东海海鲜的？ / 171
- 第十八章 抬头明月光：中秋月饼的百年印痕 / 180
- 第十九章 芋艿毛豆：两味老上海“中秋菜”的百年旧忆 / 192
- 第二十章 满庭香来舌尖甜：百年前国人的桂花美味 / 200
- 第二十一章 秋风起兮品金黄：毛蟹的美味蜕变 / 207
- 第二十二章 重阳糕：九月九日的一段乡恋 / 219

## 冬

- 第二十三章 烫手的甜蜜：江南秋冬生活里的板栗 / 229
- 第二十四章 西北风来：旧日上海的腊味印记 / 240
- 第二十五章 暖身御寒：百年前的江南“过冬”羊肉 / 249
- 第二十六章 一坛飘香世界的绍兴黄酒 / 260
- 第二十七章 百年前黄酒的“出圈”往事 / 269
- 第二十八章 老上海的年夜饭“生意经” / 278

## 附 录

- 后藤朝太郎的绍兴“醉游” / 287
- “下饭”不简单：雪菜与梅干菜的百年逸事 / 294
- 别开生“面”：浸在汤面碗里的秀气苏南 / 303

- 后 记 / 310

## 绪章

### 四方“食海”里，何处是江南？

历史经济地理研究者常把“江南”这个词语视作明清时期的“八府一州”。所谓“八府一州”，通常意义上指苏州、松江、常州、镇江、应天（江宁）、杭州、嘉兴、湖州八府，以及苏南的太仓州。然而，参照长三角地区民众的生活经验，江南的空间外延，显然远远溢出了“八府一州”的划界——今浙江省的宁波、绍兴、台州、金华、舟山，今隶属杭州的部分严州府故地，以及苏中的扬州、苏北的淮安，均自认是，多数也被外界公认为“江南福地”。甚或皖南的徽州，浙南的温州、丽水，苏北的宿迁，也都或多或少地使用着“江南”的名号，或曰人文地理意象。

历史地看，江南在人们意识中取得的“扩张”，是一个积微渐进的复合过程。笔者对高逸凡博士撰写的论文《明代官方文书中的“江南”》梳理发现，最迟至明代，以江浙地区为主的广义“江南”概念，已然开始使用。时至近代，受区域经济、交通联动及随之而来的人员、物质、文化密切交往的影响，明清时期奠定的江南基本区域再次四向延展。括而言之，之于百年前先民们的日常生活世

界，“江南”覆盖了长江三角洲地区的“半壁江山”，具体可对应到今日的上海市、江苏省中南部、浙江省大部分地区、安徽省东南部。

江南是中国历史研究谈之不尽的永恒议题，是中华文脉长流中取之不竭的人文宝库，也是数百年来中国日常生活演进最多元、民俗内容最丰赡的“中国人活法”展示窗口。江南研究，可赞叹“衣被天下”之大，可遥望港通四海之广，当然，也该俯察“江南之食”。10余年前，邹逸麟老先生在《谈历史上“江南”地域概念的政治含义》内叮嘱：“今天研究江南地区，研究其经济发展当然是首要的。但仅仅如此还不能全面了解江南的历史。”虽然邹先生此言更侧重政治史维度，但将其观点嵌套至饮食文化领域，无疑也逻辑自洽且意义深刻。

江南颇多物华天宝，历史上美食家群星璀璨，尤其在精致饮食方兴未艾的明清时期，俨然是惊艳菜肴的首创之地、各路风云美食的菁华荟萃所在，也因此跻身近500年间中国饮食文化知识谱系的重磅一席。周振鹤先生在《释江南》里极具慧眼地论道，江南除了是地域空间圈定，更“是一个文化概念——透视出一个文化发达所取得的范围”。若把此论挪借到饮食文化范畴，也完全行得通——明清迄近现代，江南地区的精致饮食传统在中国文化版图中奠定了“江南”二字的非凡地位，甚而在此后中华饮食文明的浩瀚大洋里，开辟了一座“万船来航”的人文“母港”。

然而，在“懂吃的”江南，不只富商巨贾、文人雅士会操办飨宴，普罗大众的日常饮食生活，也处处流露着江南人对吃的热爱、重视、在行。这绝不是说江南遍地黄金，人人都享有“酒池肉林”；

而是明清以降的江南人非常乐意，也有能力在平凡的一日三餐、小吃零嘴中调动巧思，融合各方食风、吸纳水陆食材，编织出了一幅丰富多彩，接地气又不俗气的民间生活画卷。当历史步入近代，空前的人口流动、交通勾连、碰撞对话，将一群群“爱吃”的普通江南民众连为一体，又把他们浸入传统与近现代饮食文化、饮食条件交融的语境。其间呈现的民俗景观，堪称璀璨的“江南烟火”。其中涌动的日常生活驱力，再度创造，或说更深入地诠释了一个格外“有滋有味”的宜人江南。

本书将回望 19 世纪末至 20 世纪中叶江南区域的民间日常饮食。总而言之，那将是一段以今上海市、江苏省中南部、浙江省大部分地区和安徽省东南部为空间设定的，针对普通人日常生活中各类民间食品、饮食民俗的重访之旅。

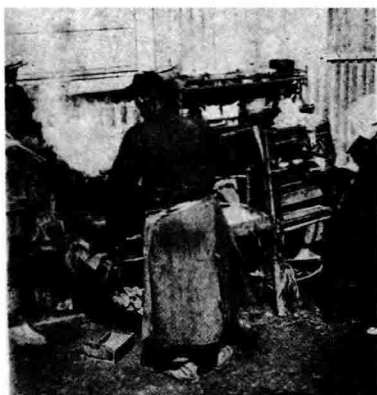
## 江南美食何其多，香醇扑面越百年

正式铺开百年前江南各色民间饮食的历史细节前，我们也要做些提纲挈领的统摄性思考：百年前的江南民间饮食，具有哪些相对本质化，同时又地域色彩浓重的特征？且循着若干饮食史料的生动记载，探察其究竟。

百年前，江南民间饮食最基本，也是最难能可贵的特征，便是“食源丰富”。近现代江南民间饮食的资源充裕，又在 3 个细化层面上得到了鲜明体现。



1928年《良友》杂志上的“菜饭”摊



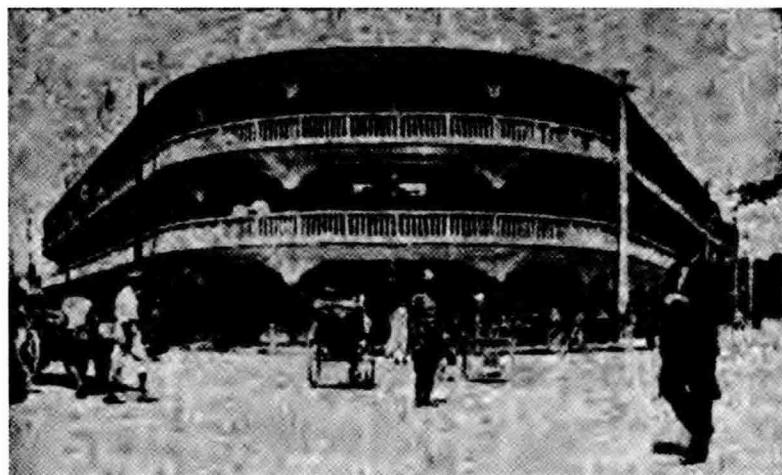
1928年《良友》杂志上的馄饨摊



1929年《大亚画报》上的城市街头挑担卖菜翁



1937年《每月画报》上的老虎灶兼营大饼油条摊



1929年《联益之友》上的虹口三角地菜场外景

第一个层面是优渥地理环境与成熟农事基础造就了江南民间饮食的多元丰足。以水果为例，百年前江浙地区有不少果园，栽种了多种多样、品质良好的果树，在不同季节里轮番为民众献上甜蜜果实。1935年，《东南日报》所刊文章《苏物产最近调查》赞叹了江苏，特别是苏南水果生产之兴旺发达：“洞庭之枇杷，吴江、龙华之水蜜桃，南京之樱桃石榴，太仓之蟠桃，宜兴之栗，均属远近驰名。”与之呼应，在百年前的江南地区，还涌现出江苏洞庭、浙江塘栖等驰名在外的“果篮子”。水果几乎是当地农户的主要收入来源，而产自那里的水果，也遍销长三角各中心城市。1948年，《新闻报》主笔实地走访后，总结了塘栖的果业盛况：“塘栖，是杭州的‘果盘’，所产的水果很多，如桃、杏、杨梅、樱桃、梅子、枇杷、柿、甘蔗等，产量很是丰富。”

第二个层面是四通八达的交通设施与畅通快捷的商贸网络，让江南民间饮食“在江南，聚中国”，荟萃了区域外的诸多人间美味，堪称当时中国民间饮食精髓的“活的博物馆”。江南区域内的美食，更是在上海这座长三角中心城市云集汇聚。1946年，北平《时代生活》杂志有些艳羡地赞许道：“集吃之大成的上海，论地有杭、苏、川、粤的饭馆，甚至于连专卖保定府火烧熏鸡、北平蒸饼的，都有好几家。”1938年，《上海生活》月刊，历数了人们漫步在黄浦江畔时，能够不期而遇的百千大众美食：“咸泡饭、肉馄饨、油余小馒头、肉丝面、鸡丝面、什锦饭、镇江小肉、叉烧、酸梅汤、小笼馒头……”，令人眼花缭乱。一同被致密人、物流网络串联的，还有中心城市近郊的小吃、农产。1936年，《立报》评点了上海近