东北地区食生活史

主　编　王建中
副主编　吕丽辉　姜艳芳

黑龙江人民出版社

需要全本请访问 www.ertongbook

图书在版编目（CIP）数据

东北地区食生活史 / 王建中主编. —哈尔滨：黑龙江人民出版社，[illegible]

ISBN [illegible]

Ⅰ. [illegible]… Ⅱ. 王… Ⅲ. [illegible]食—文化—东北地区

Ⅳ. [illegible]

中国版本图书馆 CIP 数据核字（[illegible]）第 [illegible]号

责任编辑：张晔明

封面设计：于克广

东北地区食生活史

[illegible]

王建中　主编

出版发行　黑龙江人民出版社

通讯地址　哈尔滨市南岗区宣庆小区 [illegible]号楼（[illegible]）

网　　址　[illegible]

印　　刷　黑龙江省地质测绘印刷中心印刷厂

开　　本　[illegible]毫米 [illegible]

印　　张　[illegible]

字　　数　[illegible]

版　　次　[illegible]年 [illegible]月第 [illegible]版　[illegible]年 [illegible]月第 [illegible]次印刷

书　　号　[illegible]

定价：[illegible]元

（如发现本书有印制质量问题，印刷厂负责调换）

目　录

序……（1）
第一章　概　论……（1）
第二章　原始社会时期东北地区食文化……（6）
　第一节　原始时代的人群分布……（6）
　第二节　食物原料及其分布……（9）
　第三节　食生产工具与食生活器具……（14）
第三章　先秦时期东北地区食文化……（20）
　第一节　先秦时期的部族……（20）
　第二节　食生产方式……（24）
　第三节　食生活与食文化……（28）
第四章　秦汉至北朝时期东北地区食文化……（32）
　第一节　东北区域的民族……（32）
　第二节　食生产与食生活的时代特征……（36）
　第三节　与中原食文化的关系……（41）
第五章　隋唐时期东北地区食文化……（44）
　第一节　隋唐时期东北民族及食文化……（44）
　第二节　渤海国的食文化……（48）
第六章　辽金元时期东北地区食文化……（52）
　第一节　辽代契丹族食文化……（52）
　第二节　金代女真人的食文化……（56）
　第三节　元帝国时期东北地区的食文化……（59）
第七章　明代时期东北地区食文化……（62）

第一节　明代对东北的统一与经营…… (灵苑
第二节　“引弓之民”与“尚俗耕稼”…… (灵您
第三节　“饮食服用皆如华人”的满族…… (圆晨
第八章　清至民国时期东北地区食文化…… (圆曙
第一节　封禁政策与东北地区食生产…… (圆曙
第二节　移民与建省:区域食文化的历史发展 …… (圆苑
第三节　灵您世纪末叶至 圆曰世纪中叶东北地区食文化
…… (圆您
第四节　外来食文化…… (圆您
第五节　伪满洲国时期东北地区的民生与民食…… (圆您
第九章　共和国建立以来东北地区食文化…… (圆您
第一节　改革开放前的食环境与食资源…… (圆您
第二节　改革开放前的食生产习俗…… (圆您
第三节　改革开放后食生产的新结构、新特点 …… (圆苑
第四节　食生活的发展变化…… (猿源
后　记…… (猿源

序

赵荣光

组织东北地区的民族史、社会史、文化史等学科的同道编撰一部区域饮食生活历史的书，是我治中国饮食史伊始的夙愿，并且是我迄今为之努力了十五年的经历。由本土或当地的学者撰写该区位的食生活史，是我坚持的一项研究者遴选原则。因为完成这一堪称重大学术研究攻关项目的参加者，除了必须很好地利用既往的文献和已有的文字资料，利用考古学成果之外，还要进行田野考察和社会调研，还要有必不可少的长久耳闻目濡的区域生活感受、文化感觉。由黑龙江大学历史文化旅游学院王建中院长主导的该院 缘位史学同仁，是具备了这样的条件的。经过 缘年的努力，作为黑龙江省教委的重点课题，《东北地区食生活史》终于杀青。付梓前夕，王院长怀书稿飞来杭州，请我过目并为之作序。这是因为黑龙江大学历史文化旅游学院 缘位史学同仁的这部《东北地区食生活史》与我有很深的缘分——我自始至终都在关心这一工程的进展。我还曾相继撰写过《员源 员怨世纪中国东北地区饮食文化圈》、《中国寒冷地区饮食文化的历史地位与前途》、《龙江饮食文化浅谈》、《“满汉全席”名实考辨》、《满族食文化变迁与满汉全席问题研究》、《满汉全席源流考述》、《历史演进视野下的东北菜品文化》等与东北地区饮食史、东北地区饮食文化相关的文章和小册子，关于东北地区饮食历史和饮食文化，我也可以说是有一定发言权的。不仅如此，我还是东北生人，并且一直在东北生活与工作到 员怨怨

需要全本请访问 www.ertongbook

年，我对地域文化的认知和本书著者对我本人的认同，或许也是隐性的理由之一。

《东北地区食生活史》一书比较好地利用了史志文献资料和区域考古学成果，对历史学界和食文化学界的研究成果也基本做到了充分关注。许多章节题目、问题探讨都颇有新意：如第二章《原始社会时期东北地区饮食文化》，认为早期人类的用火熟食是“人类文明饮食的萌芽”，这与长时间以来学界内一些研究者主张的“人类文明起源于饮食”观点显然是有严格区别的，而这一区别对于用历史科学的理论方法治饮食史则是具有极其重要意义的；第三章《先秦时期东北地区饮食文化》对“食生产方式”、“食生活与饮食文化”的讨论，体现了研究者对文献史料较高的理论审视；历史上活跃于东北地区饮食文化圈的，主要是司马迁笔下“东胡”系统的诸多少数民族，因此族源关系、族群迁徙、民族政权、民族习尚流变等理所当然地成了区域食生产、食生活、食文化考察的一条主要线索，可以说，本书高度关注并且比较好地处理了这个问题；满族的崛起和清帝国的三个多世纪时间，是东北地区社会又一次重大深刻变革和区域饮食文化留下特殊轨迹的历史时期，本书对这一时期特有的“流民问题”、“封禁政策”、“移民与招垦”等重大事件对区域食事的影响，做了较深入的论述；对近代以来的日伪“满洲国”统治时期日本国本土 [illegible]万移民“开拓”东北的影响，伪满洲国政府经济“统制”政策的后果，以及“粮谷出荷”等搜刮政策的危害，“外来饮食文化”的作用等都做了较准确的记述；中华人民共和国成立的 [illegible]世纪中叶以后，是东北地区饮食文化历史发展的全新阶段，本书按“大跃进”前后、“文化大革命”期间、“改革开放”以来等具明显历史阶段性的不同时期，对区域内人民的食生产、食生活和饮食文化社会特征、时代走向做了结构性的叙述，等等。作为一个初创性的选题，《东北地区食生活史》无疑还不能认为是无瑕完璧。事

实上,本书各章之间的节目设立与照应关系,海外研究成果的参照,史料的深度发掘利用,某些领域节目的设立,某些题目讨论的深化,仍然有颇大的空间与潜力。

我们同时认为,东北地区食生活史的研究还不仅是中华民族食生活史研究的重要组成部分,而且也是东北地区史学研究的重要组成部分,因为有了《东北地区食生活史》这部书稿,我们终于可以说这两个领域里的一项历史性空白不再存在了。《东北地区食生活史》的完稿和行将问世的事实本身,不仅再现了区域内食生产、食生活的历史形态与历史发展,展示了历史上人们的食行为方式、食文化风格的变化,而且因为它的视野一直下延到我们刚刚揖别的昨天,因此那感觉就尤其亲切真实,于是历史就不再是遥远的昨天,而是由跳动着的脉搏联系着的可以伸手触摸的现实。

根据我们的理解,任何一种风格或类型的饮食文化都有其原生地域属性,我们称之为该种文化的"原壤性"。这种文化的原生地域附着,是深深植根于自然生态土壤、文化生态系统环境中的,于是食物原料生产方式及其水准的"物质决定"性作用和食生活方式与惯性的"环境决定"性意义,不可避免地成了基础的和第一位的。然而,这只是事物的一方面,它的另一方面我们同样也必须认识并应予以足够重视。要充分考虑到,作为习俗、传统、嗜尚、心理层面的饮食文化的精神性要素同时又具有某种程度的"非物质决定"、"非环境决定"的独立和超时空属性。饮食文化的这种属性与行政区划更易等政治因素的变化往往是不同步的,甚至会与一定时空内的社会物质条件、经济因素发生某种背离。不错,食生产仅仅是人们全部生产活动的一部分,食生活同样也仅仅是人生内容的一部分;但是,这两个"一部分",却绝非是逻辑学和方法论一般意义的一部分,它们是基础的部分,核心的部分,首要的部分,因而也就是全部社会生活最重要的部分。这个"最重要",越是在历史

的过去,就越是显明突出,也就是说人类“食”的活动和“食”的文化越是在维系生命的生存基本需要时期就越是比重高大。由于食料生产数量与人口生产数量、分布比重的矛盾几乎贯穿于全部中国封建制度的历史,民食问题就一直是中国历代政治、经济、文化的大问题,是一部中国历史文化发展的极为重要的线索。大概正因为如此,曾经有一些研究者认为“中国文化就是饮食文化”,这一显然失于偏颇的观点,无疑也有其合理的成分,那就是:食活动在全部人类的社会活动中,食文化在中华民族文化中的极其重要地位决不可轻估。我曾经说过:饮食文化是及其繁复的人类社会生活现象,它几乎同人类文化的任何门类都有极密切的关系;可以说任何一个民族的文化在一定意义上讲都是一种饮食文化,因此,全面了解了一个民族的饮食文化,也就在一定意义上了解了那个民族的历史。反过来说,只有全面了解了一个民族的历史,才可能更好地了解那个民族的饮食文化(《中国饮食史论》“后记”)。无独有偶,我们的这种理解,表达的也正是西方营养学家们经常挂在嘴边那句话:再怎[illegible]

据此,可以认为东北地区饮食文化圈正是这种在漫长的历史上逐渐形成的中华民族饮食文化圈中的风格特异性极强的子文化区位类型。作为历史上客观存在的饮食文化区位类型,东北地区饮食文化圈演变到今天的文化地理阈至,它包括的应当是今日辽宁、吉林、黑龙江三省和内蒙古东部等的广大地区。中国的东北地区是名副其实的“雪域”,这无疑是东北地区自然生态的基本特征,因而成为该地区文化历史的首要环境因素。东北地区冬季寒冷,夏季温度不高,区域气候主要属于温带季风气候类型。植物生长需要水分的季节与多雨季节正好相应,雨水的有效性很大,一般说来足够一年一季作物对水分的需要。江河湖沼等地面水源丰富,

保证了繁茂的植被，为陆地动植物的生长和种类繁衍创造了优越的条件。因而使这里成为中国历史上最为优越的森林广被、草原广袤地区，同时也是最理想的狩猎、畜牧、渔捞、种植业天然综合性的经济区。

食物原料自然资源，应当是饮食文化，尤其是人类更多依靠自然本身阶段饮食文化的具有决定意义的环境因素。广被的森林，在经受了漫长时间的巨大生态改变之后的今天，仍有 [illegible] 万公顷的自然林区，占全国森林总资源的 [illegible]。众多种属和数量的禽兽栖息在这里，它们和丰富的植物性山产品一同向这里的人们供献了美味的食珍。丰富的水域为人类提供了种类繁多、数量丰富的鱼类。广袤的平原草地则是得天独厚的畜牧乐园。人们“在东起兴安岭，西至东欧草原的空旷而单调的环境中，一直和自己的畜群一块，过着朴素、孤独、单一的和平生活。长时期的被维持在如此辽阔的地域中的那种经济和文化的单一、同质状态，几乎根本没什么年代差别和区域差别，这实在不能不使人惊叹”。①

地广人稀，应当是东北饮食文化圈另一个不可低估的非常重要文化特点。人的质量、数量以及彼此之间的社会关系，是文化的决定性因素。对于饮食文化来说，在那个近乎迟滞的漫长历史上，尤具决定意义的是人口的数量。东北地区的人口稀少和生存空间广大，便决定了单纯“靠天吃饭”模式的经济生活。人口对自然的压力微弱得似有似无，生态环境近乎初文状态，稀薄人口的消耗只是无数禽、兽、鱼、果蔬等自然产物的极少的一部分。这就使东北地区的生态长久地保持着基本平衡的状态。我们知道，人是文化和文明的创造者。地球上自从有了人才开始变得如此斑斓多彩，但也正因为有了人，地球才变得百孔千疮、完全失去了原始状态的

① [日]江上波夫著，张承志译：《骑马民族国家》，光明日报出版社，[illegible]年。

天衣无缝的美妙。可以毫不夸张地说，美丽的地球和她那童话般美妙的生物世界，已经被人类的嘴巴，啃啮得百孔千疮、皮肉残零了。越来越多的人口的压力，犹如满天飞蝗吞食庄稼的嫩苗一样，毁坏是十分可怕的。这种人口的压力，在中国历史上，相继在黄河流域文化带的中下游地区、长江下游广大地区、东部沿海地区迭次显现出来，清中叶的人口大爆炸则造成更大面积的人口过剩危机。中华民族的大多数民众，人口集中的东部版图，长久以来就为果腹之食困扰。在那种缺少科学思想和科学手段掌握生产和生活的时代，活命的求食活动只能更加直接和严酷地残剥大自然母体本身。但是东北地区却自有史以来一直是地广人稀，一直延续到 [illegible] 世纪初都基本是这样一种自然生态。这就是说，这块食物乐园，直到本世纪初以前，一直都未因食物的压力而造成生态系统的严重破坏。丰富的食物资源和相对稀少的人口之间，形成了合理的协调关系。东北地区的居民，在漫长的历史上都循畜牧、狩猎、渔捞、采集、种植这样顺序合理的生产方式，都采以肉食（兽、禽、鱼、乳）为主，植物食物（五谷、蔬果）为辅的合理的食物结构。

上述生态环境、食生产方式培育了东北人进取性的精神，这是东北地区饮食文化创造者不可忽视的一个文化特性。与那种世代在一小块耕地上劳作生息，“鸡犬之声相闻，民至老死不相往来”园田经济小农相反，东北之子是头顶万顷蓝天，脚踏千里荒原，有着极为广阔胸怀的。他们或者翻越崇山峻岭，穿行森林丛莽、驰骋草地荒原弯弓射猎；或者游戏长河、搏击大海捕捞；或者“随草畜牧而转移”，放牧以万千计数的羊、牛、马、骆驼等畜群；狂涛巨浪无所惧，长风暴雪视等闲，养成了强悍的体魄和勇武精神。他们每天都要杀生，都要同挣扎奔窜的动物，甚至凶残的猛兽搏斗，流血和死亡是极其平凡的事。寒冷和强体力劳动需要他们摄取大量肉食以获得高能量，从而使自己成为比仅以粮蔬为食的果腹农民高近乎

一个营养级。人种从根本上说也是种群生活的环境造成的。东北大地土著民众的生理和心理素质,应当从他们世世代代生息的生态环境,从他们千百年甚至更长时间所从事的生产方式和生活模式中去寻找原因。肉食原料营养成分及其大大超出植物性食物原料的优越性数据是众所周知的。诚然,人的智能和创造力高低不能由肉食摄取多少作简单的算术换算。因为人的进化和完善既有生物学的更有社会学的根据。它要取决于环境文化总体的影响作用。但直接的能量获取和利用,无疑是重要的基础因素和具有决定意义的因素之一。大概正因为如此,雪国之民才成了中华民族史上最富于进取和开拓精神的成员。结束东晋末以后中原分裂局面 (鲜卑族拓跋部),建立北魏政权 (鲜卑族拓跋部) 的拓跋鲜卑;入主中原建立金朝 (完颜部) 的女真;被西方史学界称为“蒙古旋风”或“晴天霹雳”① 冲荡欧亚大陆并建立元帝国 (乞颜部) 的蒙古人;建立清国 (爱新觉罗部) 统一中华的满族等等,都是寒冷地区的长风暴雪中习惯了马背生活的雪国之民。在他们的金戈铁马面前,中原地区单一农耕生活的文弱之民只好节节败退。雪国地区特异的生态环境,不仅造就了雪国之民自身非凡的体力、心理、群体文化特征,创造了独特的的区域文化,而且在物质和精神两个方面都对中华民族文化共同体产生了巨大而永久性影响。一部中华民族的民族发展史,一部中华民族的文明史,从一定意义上说,就是草地文化和农耕文化的交融史,就是雪国之民与内地人民共创的历史②

开放性,是东北地区区域性饮食文化的又一明显特征。国际文化学界普遍认为:“在特定的历史——环境条件下,一种文化就

① [英]克里斯托弗·道森编、吕浦译:《出使蒙古记》,中国社会科学出版社,[illegible]年。

② 《中国寒冷地区饮食文化的历史地位及前途》,世界雪国 [illegible]世纪发展研讨会大汇演讲,长冈,[illegible]年。

需要全本请访问 www.ertongbook

是一种与自然界和其他文化发生相互联系的开放系统。”① 这显然是就文化的一般属性而言的。但近代文明以前中国,历史上的北方草地文化,则天然是一种外向型文化。因为这种文化区的生产和生活都无法靠单纯的内循环来调解和完善。饮食生活所需要的炊饮器具、粮食、酒、茶、调料、药品以及制作工艺、使用方法等都要依赖内地农耕文化区的输入补给。与此同时本地区畜类以及食品原料等输向农业文化区的内地。当然,文化交流决不仅是饮食文化范畴,但历史上中华民族共同体区域内各子文化区位之间的互补交流无疑是以饮食文化为主体内容的。最迟在中国饮食史上的“两汉期”便逐渐见诸史载的内传“翟之食”、“羌煮”、“胡饼”、“胡羹”、“胡饭”、“胡炮”、“貊炙”、“酪浆”等极大地丰富了中华民族的饮食生活和饮食文化(《“饮食文化说”试论》,《中国饮食史论》)。中国历史上两部最著名的饮食文化典籍《齐民要术》(约成书于6世纪30年代左右)和《饮膳正要》(元忽思慧撰于1330年)都留下了这种文化交流与融汇的大量珍贵史料。尤其是后者,更是北方草地民族饮食文化开放性及其同中原饮食文化乳融渗透的光辉结晶。这种区域文化开放性的属性,是贯穿全部历史过程的。早在冰川时代,这里就已经有了文化交流的遗存② 区域文化持续一贯的开放性,使东北区域的历史充满了盎然生机,获得了辉煌发展,尽管因为政治的、军事的各种原因曾出现特别时期,但开放的基本特性没有改变。无论是万里长城还是柳条边,都不能改变这种区域文化定势。到了19世纪末至20世纪30年代,与内地“江河日下”的趋势相反,东北地区却呈现了小区域的文化活跃上升现象。大批的欧洲人,俄国以及后来的苏联人、法国人、希腊人、德国人、波兰人、南斯拉夫人、匈牙利人、

① [美]托马斯·哈定等著,韩建军等译:《文化与进化》,浙江人民出版社,1987年。

② 王金林:《简明日本古代史》注引杉原庄介《日本先土器时代的研究》。

犹太人以及日本人、朝鲜人等外籍人拥进东北地区。他们各自民族的饮食习俗影响,至今仍在发生作用。众多的外籍人以各自的食物和食习使近代东北地区,尤其是大小城市充满西方文化色彩和异国情调。过去人口稀少和自然经济模式改变了。然而,物阜民丰的历史特点并没有在这一时期完全逆转。作为"舶来品"的外来文化,啤酒、面包、香肠、西餐以及相关文化在雪水滋润的黑土地上生根了。

五谷作为副食,是肉食为主的伴存特点。东北地区很早就有谷物种植业,自《后汉书》留下东北地区"土宜五谷"文录之后①,累代官修史书及私家史乘关于这里农业史录不胜枚举。但是,比文字纪录更早、更丰富的纪录却是大量出土的史前文化遗存。在目前已经发掘和发现的史前文化遗址中,辽宁沈阳市新乐遗址堪称代表。这座距今已 [illegible] 多年的新石器时代早期氏族公社聚落遗址,以它那约有 [illegible] 平方米的谷物加工厂 (场地中央有火塘,精致如工艺品的多具石搓盘规则地散布在场地四边) 再现了原始农业的发达景象。以笔者对国内多处同期或相近文化遗存考察比较而言,新乐遗址所代表的东北地区史前农作文化是颇具区域特点,并且完全不落后于内地各文化区的。值得注意的是,内地,尤其是黄河流域所有的谷物品种,东北地区几乎都有,名副其实的"五谷杂粮"齐全。五谷杂粮齐全,又仅作为副食,作为众多品种结构组成的肉类主食之外的副食,那是很有意义的。因为它使得人们的食物内容更加丰富,营养结构更加合理。不要忘记,东北地区历史上的主食肉类,是属于低脂肪高蛋白的肉类 :羊、牛、马等食草畜类、野禽兽以及鱼类之肉都基本如此。这就远比黄河流域的以麦粟为主 (中上社会以麦为主,下层社会以粟为主)、长江流域的近乎单纯

① 《后汉书·夫余传》卷八十五。

食稻要好。当然就更比清中叶以后下层社会的更多依靠玉米过活要好得多。

菽类比重大及豆制品多的特点，是东北文化区位内不能忽略的又一饮食文化特征。菽类之王大豆，是北方人的发明，也是北方人民的传统食物原料。菽类植物有大豆等 [illegible] 余个品种，既可烧饭、煮粥、裹蒸为主食，也可作为菜肴副食。同时，大豆还可以制酱、酱清、豆腐、豆芽、豆浆各种成品。绿豆可以制粉丝，也经常用来生豆芽。东北地区的气候特点和积久而成的食习，使人们每年都要摄食大量的豆腐、豆芽、豆酱、豆浆。这是其他任何文化区域的人们都远远无法比拟的。众所周知，大豆是植物蛋白之王，它所含有的丰富蛋白质属全价蛋白（含有人体不能合成的 [illegible] 种必需氨基酸）。有了丰富的优质动物蛋白，又有“植物肉”等大量的大豆，可以说没有比这更合理、更理想的食物结构了①。

丰厚越冬食料储备、大量的窖藏冬贮菜、丰富的晾干菜、风味的腌渍菜、独特的冷冻食品、塑料大棚等手段种植反季节蔬菜等，既是东北地区人们饮食文化的聪明创造，也是东北地区典型的区位食文化特征。由于无霜期短，人们吃地产蔬菜的时间只有 [illegible] 个月左右（南北跨度大，因此差异也很大）。为解决漫长冬季对蔬菜的需要，东北人，尤其是下层社会广大民众，都要在夏季里蔬菜品种多、数量多又价格低廉的时候大量晾制干菜（品种可多达 [illegible] 余种）。入秋之时则要大量窖藏白菜、萝卜、马铃薯等越冬蔬菜。同时要大量渍酸菜、腌品种丰富的各种咸菜。这是历史传统，也是直到今天仍在广大农村保留着的风俗。城镇生活历史上也基本上同于农村。近代城市生活风格虽有了较大变化，冬贮菜和渍酸菜也还普遍存在，比重当然比农村小得多。在广大农村，农民们四季可

① 《中国传统膳食结构中的大豆与中国菽文化》，第三届中日动脉硬化症血栓症一级预防国际学术研讨会特别演讲，哈尔滨，[illegible] 年。

以吃到自养鸡、鸭、鹅的禽蛋。冬季里除了腌咸蛋之外，一般人家都要杀一口 贡百公斤以上的肥猪自食。猪油熬好后装一坛中，每次烧菜时用上一点。猪肉的大部分分割后用盐腌存起来，以备长年之需。鲜肉的四分之一左右要埋到雪里或用冰封冻起来，以备春节的一个月里慢慢受用。此外，豆腐和用马铃薯粉制的粉条也是经常可以吃到的食品。农村各个自然屯一般都有一个“粉坊”和“豆腐坊”。冷冻食品是东北地区人民的典型食俗之一。漫长的寒冷冬季，给人们的饮食生活带来了许多困难，但也因此决定了特异的文化风格。严冬是大自然赐予的得天独厚的大冷库。可以无限量、无代价地储存各种食品和原料、灭菌防腐保鲜、独具风味。肉类可以埋在雪下或淋水挂上冰衣长久保鲜，蔬菜也可以埋在雪下保鲜保色。可以冻豆腐、冻奶、冻干粮（馒头、豆包、饺子、年糕）、冻水果。至于红果蘸上冰糖的神奇食品“冰糖葫芦”，更是东北人冬季里的风俗美食。冷冻的肉可以很便利地切成极薄的片和极细的丝。冻鱼的味道更美，也更便于加工烹制。当然更不要说现在生活中人们喜爱的冰淇淋等各种冰果、冰点了。不惧冰雪，喜爱冰雪，不仅夏季里嗜食冷冻食品以降温防暑，冬季里也喜食冷冻食品爽口开胃。这的确是令南国居民们既欣羡又怯于问津的东北人独具的口味。东北人民，在大自然的舞台上使自己的饮食文化剧不断地闪烁着冰雪的晶莹光彩。

直至 贡世纪末和 贡世纪初叶以前，东北地区都还是我们叙说过的那样一种“物我相安”的自然生态和文化生态状况。但是，这种由于自然承受的压力极低所维持的生态平衡与和谐在其后的半个多世纪里发生了重大的变化。到了 贡世纪 年代，食物链循环和一般民众食物结构、营养水平总的说来是处于非良性状态。这显然是由于人口爆炸、产业结构比例失调、工业污染以及政策上的一系列原因造成的。东北地区历史上自然合理的传统食物结构

被打破了。圆缘世纪 愿缘年代以来,国家的一系列新政策对社会经济和国民饮食生活产生了重大的积极影响。农民的生产积极性和生活水平都明显的高于从前。但他们的饮食生活并没有脱出长久形成的模式。主食仍是玉米、高粱、谷子、麦、稻、稷。但麦、稻"细粮"的比重明显上升了。低廉的白酒和粗劣的烟草是基本民众的嗜好品,男人两样都爱,女人也多嗜烟,这是数百年(酒则更长久)的传统。副食的变化,主要是肉食比重有所增加。城镇,尤其是大中城市的变化更为明显。普通市民的肉食比重,较 圆缘世纪 缘缘年代中叶至 苑缘年代已经实现了十余倍的增长;禽、蛋、豆制品及青菜、水果等,也均有明显提高。许多市民的日常饮食生活已经开始从"温饱型"向"营养型"转化。城市市民的冬贮菜比重已经大为下降,更多的是依赖市场。人们的饮食消费理念和口味嗜好,也由过去的重油偏咸、厚重粗犷逐渐变为鲜美适中、精细丰富。家庭电冰箱的越来越多使用和不断更新的新功能灶具进入千家万户厨房,表明人们饮食的风格及水平都在发生持续性的重要变化。塑料大棚、地膜早春地产蔬菜在品种、数量及节令诸方面都对市民生产具有重要影响。内地蔬菜的大量应时调进同样具有重要意义。以淀粉质食物为主的格局还将延续很长的时间。而且就目前来看,所有变化中最大和具有决定意义的,是人们价值与道德观念的变化。一种不可逆转的主体趋向是,大多数人们,尤其是最终决定未来性质和方向的中年人、年轻人中的大多数,更注重自身物质利益的实现,享乐现实人生的表现之一就是要吃得好一些。这在导向消费和影响风气方面有极大的作用。由于市场经济的活跃和社会生产的不断发展,追求吃的历史大趋势不可逆转。它最终将影响国家经济和政治政策的变化,引起产业结构的调整改造。

东北地区是历史上多民族聚居的重要文化分区之一,民族众多,习俗多彩是形成本区饮食文化丰富内涵与斑斓色彩的又一重

要特征，因此也是最能反映中华民族聚合与共同性的文化区域之一。历史到了近现代，由于清代中晚期以后直至[illegible]世纪[illegible]年代持续不断的移民高潮，汉族成了东北地区居绝对多数的主体民族成分。同时，由于自然增长等原因，东北地区朝鲜、满、回、蒙、达斡尔、鄂伦春、鄂温克、赫哲、锡伯等各少数民族的人口也都有大幅度的上升。据[illegible]年[illegible]月发布的第五次全国人口普查数据，东北三省人口为[illegible]万人。民族构成分别是：汉族[illegible]万人，各少数民族人口为[illegible]万人。内蒙古自治区的昭乌达盟、哲里木盟、呼伦贝尔盟三盟人口约[illegible]万人，其中蒙古族和其他各少数民族约占[illegible]，汉族约占[illegible]。也就是说，今天东北地区饮食文化圈内的少数民族人口已经达到[illegible]万以上。

在整个封建制历史时代，虽然在总的发展水准上东北地区是稍逊于中原发达区，但她本身的文化特点和优点，她对中原和中华文化的伟大贡献却是不可替代的，这可以从以下几个方面来认识：

[illegible]食物原料的丰富合理与食品结构的科学性。以上论述已经告诉了我们这样的历史事实。粮食品种[illegible]余种。野生蔬菜和菌类不下数十种，加上栽培品种，总数不在百种之下。肉食类有猪、牛、羊、鸡、鸭、鹅等，加上狩猎禽兽，总数大大超过百种。鱼类，见于文录的即在百种以上。其中最著名的敖花（鳜）、鲫花（长于普通鲫）、鳊花（鲂，形略近武昌鱼）、哲禄（鲑鱼）、发禄、雅禄、铜禄、胡禄（又名白兔），号为“三花五罗”，素称美味。油料调料类，除猪、羊、牛等畜类油及野兽脂肪和鱼油外，大豆、芝麻、蓖麻、火麻、苏粘均可榨油。调料则有葱、蒜、韭、薤、芥、芫荽、蓼、秦椒、椒以及盐酱、酱清、醋等等。干鲜果类有数十种。以上这些食物原料在品种上是齐全的，数量上是丰富的。在那个人口对土地和生态环境远没有表现出压力倾向以前，人们的选择能力和空间都是较大的，因而便在极长的历史时间里保证了居民食品结构的合理性和科学性。

需要全本请访问 www.ertongbook