

中国餐饮 20 年文集

图书在版编目 (CIP) 数据

中国餐饮 20 年文集/中国烹饪协会编. —北京: 中国轻工业出版社,
2007. 5

ISBN 978-7-5019-5923-5

I. 中… II. 中… III. 饮食业-中国-文集 IV. F719.3-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 043895 号

责任编辑: 白 洁 赵红玉

责任终审: 唐是雯 封面设计: 伍毓泉

版式设计: 伍毓泉 责任监印: 胡 兵

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

印 刷: 印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2007 年 5 月第 1 版第 2 次印刷

开 本: 850 × 1168 1/16 印张: 32. 75

字 数: 850 千字

书 号: ISBN 978-7-5019-5923-5/TS · 3451 定价: 80. 00 元

读者服务部邮购热线电话: 010—65241695 85111729 传真: 85111730

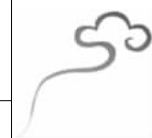
发行电话: 010—85119817 65128898 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

70325K1C102HBW



目 录

C O N T E N T S

中国餐饮业发展 20 年	1
重要论述	
全面建设我国社会主义美食事业 钱学森	15
烹饪——“华味”能不能胜过“洋味” 费孝通	18
努力开创饮食服务工作的新局面 张世尧	20
认清形势 抓住机遇 推动饮食服务业更大发展 何济海	29
积极开拓大众化饮食服务市场 努力推动饮食服务工作再上新台阶 杨树德	38
积极推动“厨房工程”建设 为开拓市场、扩大内需作出新贡献 姜增伟	46
新时期发展形势下的行业协会工作 苏秋成	50
弘扬餐饮文化 推动中国餐饮业快速健康发展 姜增伟	58
发扬中华饮食文化 促进世界餐饮文化的繁荣与丰富 黄 海	61
从战略的角度认识餐饮的重要地位与发展趋向 张世尧	63
中国餐饮市场竞争态势与对策研究 林则普	67
从中西快餐之争看饮食业的发展动力 凌大卫	74
行业发展	
21 世纪的中国烹饪 林则普	81
21 世纪中国烹饪发展战略的冥想 熊四智	88
“十一五”期间加快发展我国餐饮业的对策研究 杨 柳	94
中国餐饮产业发展的主要趋势 荆林波	107
餐饮企业实施名牌战略的切入点 杨铭铎 周 游 周福仁	112
中国餐饮市场的发展趋势及其对策措施 蔡万坤	118
我国餐饮市场现状的成因与发展趋势分析 郑昌江	127
呼唤现代饮食文明 张振楣	136



C O N T E N T S

目 录

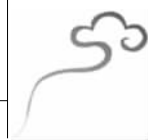
中国人的饮食百年大变化	蒋佩孚	139
不断创意发展饮食文化	郭立久 许先	142
建立现代企业制度 深化国有企业改革	姜俊贤	150
中式快餐与产业革命	乔赢	159

行业热点

餐饮业老字号需要七点创新	林则普	167
化解酒水之争 发展和谐餐饮	杨柳	169
中国餐饮连锁经营发展报告	许云飞 马彦华	173
从社会经济发展看现代快餐产生的必然性	杨铭铎	184
绿色餐饮:文明饮食的真谛	朱云龙	191
ISO 9000 标准及其在餐饮服务企业的应用	张兵	194
餐饮企业文化形态分析	李海立	202
餐饮业信息化管理刍议	何宏	205
餐饮企业如何步入信息化高速路	李锡来	210
六道坎拦路民营餐饮企业	李韬	213
餐饮企业诚信建设初探	王喜庆	216
生态餐饮的经营思想及实践探索	侯兵	218
重创、反思、生机——“非典”对餐饮业影响分析	夏连悦	224
菜点与专利保护	郑惠芬 董争	227
粥在中国饮食中的保健意义	范志红	230

业态分析

新思路、新办法解决早餐市场经营问题	凌大卫	237
中国快餐发展形势分析报告	阎宇	241



目 录

C O N T E N T S

高校餐饮工作的十大特点及十大趋势	龚守相	248
西餐经营的未来方向	万玉梅	268
休闲餐饮 路在何方	徐栖玲 陈秀华	271
高校餐饮如何与社会接轨	陈光新	275
中国快餐业的十大趋势与对策	杨铭铎	280
乡村民俗旅游与农家餐饮业发展之探讨	张 强 刘军萍	284
中国火锅业连锁经营发展分析	陈 实	289
中国清真餐饮业的发展	冯恩援	291
烹饪文化		
迎接第六次产业革命的理论准备	陶文台	297
中国饮食文化的根本之道	王子辉	303
面点:繁荣背后的隐忧	邱庞同	311
关于中国烹饪发展问题的几点看法	赵荣光	314
烹饪学研究为何缺少原创力	白文杰	319
博采众长融一体 独领中菜新潮流——略论“迷宗菜”	胡忠英	322
从战略的高度看科学膳食对人类的贡献	李有恒	325
论考古学与饮食文化史研究	王仁湘	329
民间菜——中国菜之根与源	林则普	336
中式菜肴呼唤变革	王洪宝	339
烹饪产业化的三个环节	黄维兵	342
关于筵席改革的探讨	张渭林	346
饮食美学研究的进展及体系构建	杨铭铎	349
中国素菜浅识	王子辉	353
新时代川菜发展	杜 莉	357
追求无限 美食有极限	张振楣	366



C O N T E N T S

目 录

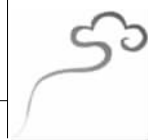
中国烹饪的制胜法宝 马健鹰	368
让烹饪调味回归自然、超越传统 陈志雄	373
菜品创新的八项注意 史正良	375

培训教育

对中等职业学校烹饪专业校本课程开发的思考 李 刚	379
以校企合作为先导 探索我国餐旅高等职业教育办学新模式 卢 一	385
烹饪高等教育八大问题 冯玉珠	389
烹饪职业教育路在何方 陈启兵	392
从中西烹饪教学的差异谈起 李锡来	394
烹饪实验教学亟待改革 王荣兰	397
一心向厨 精英型厨师的素质要求 卢永良	400
关注厨师的综合素质 张胜文	403
中等职业学校烹饪教学现状与调查 李世清	407

国际交流

餐饮企业怎样应对经济全球化与市场竞争 张世尧	415
西方的饮食文化是怎样传入中国的 钱星博	419
中餐走向世界的坦途何在 林则普	422
中国餐饮业的对外开放与发展 杨 柳	425
推进中西餐融合创新的步伐 陈忠明 陈 澄	437
全面理解与积极推进中餐国际化进程 阎 宇	441
管理比产品更重要 王大东	444

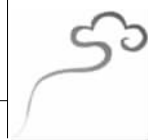


目 录

C O N T E N T S

企业实践

传承民族品牌 弘扬老店文化 再创百年辉煌	邢 颖	451
宝钢餐饮的创业历程和战略定位	刘 凯	458
六大创新谋发展 一重创新一重天	吴国强	463
实施品牌战略 促进企业腾飞	李德建	468
武钢快餐创建品牌企业的探索与跨越	冯德和	474
弘扬中华饮食文化 铸造百年餐饮品牌	温祈福	478
小蓝鲸蓝海战略	刘国梁	484
十年巴国	何 农	489
从“林家铺子”到新连锁时代	林 欣	494
后 记		498



迎接第六次产业革命的理论准备

陶文台

钱学森老对我国快餐事业很关心重视，近年来曾连续发表了多篇快餐理论方面的通讯，因为太重要，故先原原本本介绍给大家：

1989年11月25日他在一篇论文中就提出：“人民群众就餐，不能都是宴会，所以节省时间的‘快餐’在社会主义美食文化中非常重要。上面讲的摊饭饮食其实就是‘快餐’。另外，在国外近年来风起云涌的快餐业，也可以为我们借鉴。将来人们的生活节奏加快了，快餐可能占我国饮食业中很大的比重，快餐会成为社会主义美食事业的主力。”

1992年7月21日，钱老致笔者函中指出：“近读《人民日报》1992年7月16日二版杨泓短文《牛肉面与洋快餐》颇有感触！我国社会主义美食事业应吸取科学技术及现代化经营管理，不然会跟不上改革开放步伐。……附上剪报数纸，供参阅，皆有关‘快餐’问题。”在附寄的剪报《牛肉面与洋快餐》一文后面钱老还加了两条注：“1. 第三产业化；2. 大众食品也可以成为快餐。”

1992年8月3日所写通讯中说：“近谈《美食》1992年2期，拜读了尊作《中国饮食文化简论》，又引起我对社会主义美食文明的进一步思考，而这与前函提到的在发达国家近年来兴起的联营快餐店有关。经营快餐店是靠科学、规范化制作、现代化的组织管理，店里清洁卫生，服务周到、文明礼貌等为基础的。

我想随着我国社会主义建设的高速发展，人民制餐时间越加减少，必然走向：

1. 去快餐店就餐；
2. 由一家或几家不同快餐店送货上门，在家中享受一餐家人团聚或用以待客的美食。

这是否将是21世纪中国社会主义美食文化？”

信中还指出：“《美食》能否组织一些关于联营快餐店的文章？”

1993年下半年国内贸易部饮食服务管理司筹备召开全国快餐工作座谈会，曾有意请钱老



出席指导，钱老因年老体弱未能出席，在复信中称赞开这次会是好事，提出“应该在这次会议上讨论现代快餐的内容，要区别现代快餐与我国传统的小吃。”

1994年2月22日致笔者信中，对现代快餐作了如下界定：“说正经的，是现代快餐。我看它有别于传统文化的小吃，应该把三个方面有机地融合在一起：

1. 传统的美食
2. 科学的严格的操作——规范化
3. 市场经济的经营——有适应性。

所以决不是烹饪一行的事，是一种第三产业。”

1994年7月8日所撰关于现代快餐业的通讯的继篇《致杨家栋教授一封信》则对快餐业作了全面系统的深入阐述：“我们对快餐业要有一个全面的、社会历史的观点，站得更高一些，看得更远一些，用唯物史观来提高我们的认识。

什么是快餐业？快餐业就是烹饪的工业化，Industrialization of cuisine，把古老的烹饪操作作用现代科学技术和经营管理技术变为像工业生产那样组织起来，形成烹饪产业，Cuisine industry，这是人类历史的革命！犹如出现于18世纪西欧的工业革命，用机器和机械动力取代了手工人力操作。这是快餐业的历史涵义。快餐业发展了，几千年来家庭厨房操作将要退出历史了。

从这思路考虑下去，似还有以下几点可以进一步研究：

1. 烹饪的艺术：火候、锅气、手艺能不能进入工业化操作？能不能标准化？这里我想就如用机床加工部件，工人师傅的智慧与技巧是被吸收到机器操作中去了一样，艺术是人创造的，但可以让机械化生产吸取。外国快餐店的操作手虽是20来岁的青年，但他们的操作规范却是烹饪大师制定的。进一步发展还会引入机器人代替这些青年快餐烹饪工。

2. 烹饪产业的兴起并不会取消今天的餐馆业，这就像现代工业生产并没有取消传统工艺品生产。今日的餐馆和酒家饭店，今日的烹饪大师将会继续存在下去，并会进一步发展提高，成为人类社会的一种艺术活动。饮食烹饪美学还要研究下去。

3. 烹饪产业既然是产业，那就该向现代企业的组织管理学习，逐渐组织成为从原料的生产和初步加工、贸供销渠道、营养科学研究、快餐连锁式经营、快餐的家庭供应，以及相辅的金融业务合成为配套运转的集团式企业。这就是中国21世纪饮食产业。

烹饪工业化将引发一场人类历史上的又一次产业革命——吃的产业革命，这是我前些日子提出的即将到来的农、林、副、渔的革命，第六次产业革命的深化。”

针对学术界有的同志太性急，1994年8月7日在给笔者的信中指出：“烹饪工业化是又一次产业革命，哪是几年就可实现的？恐怕要几十年，到建党100周年了。我们在近期只能搞些理论准备工作。”“可能首先实现烹饪工业化的是中国人民解放军作战部队。”

钱老这连续多次的论述，反映他老人家对我国快餐事业寄予殷切期望，表达了他对人民群众日常饮食的真挚关怀，也反映了他对社会历史规律的深刻理解与卓越的预见，还反映了他老人家对党的改革开放方针的坚决拥护和忠实执行。老一辈科学家这种为国为民操心的高尚精神，是很值得我们学习的。

钱老以伟大科学家的高瞻远瞩，以唯物史观来研究快餐，为我国迎接第六次产业革命——吃的产业革命作了良好的理论准备，其卓越的见解将对我国的饮食事业产业巨大的久远的指导作用。钱老的快餐理论内容深邃丰富，可以学习的地方很多，涉及部门很多，这里仅就我们饮食行业的几个问题，谈一下个人的体会。



一、关于快餐业地位

一般人认为：快餐是一种方便餐食，快餐业是餐饮业的一支，其地位一般。而钱老却从更高角度、更深层次来看待快餐：

(1) 发展我国快餐业的出发点是广大人民群众的日常饮食。快餐业是为人民大众饮食服务的事业，社会各阶层都可以服务，尤其是普通民众。快餐是普及型的美食，是社会主义美食文化。因为“人民群众就餐，不能都是宴会”。

(2) 发展快餐是社会发展的需要，是为了使饮食“跟上改革开放的步伐”，“节省时间”，适应“人们生活节奏加快”的历史潮流。

(3) 发展快餐事业从本质上说是从更广的范围、更深的层次解放生产力，“将引发人类历史上的又一次产业革命——吃的产业革命。”

(4) 发展快餐前景辉煌。“快餐业可能占我国饮食事业中很大的比重，快餐会成为社会主义美食事业的主力”，“将是21世纪中国社会主义美食文化。”

快餐地位如此重要，是前人所未曾论及的。我国近几年快餐业发展的势头很猛，正在证实钱老卓越的预见。北京、上海、南京、杭州、太原、合肥、苏州、常州等地的快餐业阵地正在稳步扩大，显示了很强的生命力。快餐已从车站、码头、闹市口的快餐店里，扩散到了流动的快餐车上，深入到流动人口以外的单位上班族的办公室，少数快餐已深入到某些双职工家庭。这些都表明：快餐业在我国饮食事业中已开始生根，其地位之重要性越来越显示出来。

二、关于传统快餐与现代快餐

快餐，习惯上是指宴会酒席以外的快捷方便、经济实惠的正餐，是日常的普通的正餐。有两大类：一类是传统的快餐，包括某些可作正餐食用的小吃（如饺子、面条之类），所以钱老说“摊贩饮食，其实就是‘快餐’”。另一类是现代快餐，采用现代科学技术和现代经营管理方法。“快餐业就是烹饪工业化”，指的就是现代快餐。快餐业是第三产业，不是烹饪一行的事。

钱老主张把传统快餐的技术成果融合到现代快餐中去。这是十分正确的主张。

传统快餐有其优势，也有其弱点，从我国国情出发，其优势是不应该丢弃的。这是我们发展现代快餐的立足点。优势在哪里？品种多样，口味丰富，价廉物美，适应大多数国人的经济消费能力，多种传统快餐往往同当地食物资源优势结合，同名特食品结合，有其传统的市场。其主要弱点是手工操作，小作坊式经营，批量小，成本高，包装、储运手段落后，不利于出境参与国内外大市场竞争，等等。

现代快餐的主要优势在两方面：一方面是现代以科学技术手段操作生产，工业化生产；一方面是现代经济的市场经营。现代化的“联营快餐店是靠科学、规范化制作，现代化的组织管理，店里清洁卫生、服务周到、文明礼貌等为基础的”。钱老指出：“快餐业就是烹饪的工业化”，“把古老的烹饪操作作用现代科学技术和经营管理技术变为像工业生产那样组织起来，形成烹饪产业……这是人类历史的革命！犹如出现于18世纪西欧的工业革命，用机器和机械动力取代了手工人力操作，这是快餐业的历史涵义。”

实现烹饪工业化，形成烹饪产业，这是何等光荣而艰巨的历史使命！当然，这是一个长



期的任务，而我们目前能够做的是一步一个脚印地向此远大目标靠拢，从我国国情出发，先易后难，逐步完成这个任务。像钱老指示的那样把传统快餐的优势融合到现代快餐中去，发展中国式的现代快餐，是我们当前的任务。

荣华鸡与肯德基炸鸡打擂台，荣华鸡取胜的一个重要原因就在于依靠了这种优势融合。我们的现代快餐的企业家们能不能把目光放得更广阔些，在名特优食品进入快餐上多打点主意？以鸡为例，我国的名鸡品种甚多，安徽有符离鸡，河南有道口鸡、桶子鸡，山东有德州鸡，广东有太爷鸡、盐焗鸡，等等，这些名鸡在生产制作某些程序方面，已向工业化靠拢，能不能同“快餐”挂挂钩？除了鸡以外，鸭、鹅、猪、牛、羊、鱼，还有各种素蔬如蕈、笋、瓜果等，能不能把其中的名特品纳入快餐？米、麸、豆、蛋、奶的名品也很多。比如山西的头脑汤、徐州的缸汤，能不能也像八宝粥那样罐装生产进入快餐？扬州蛋炒饭能不能作为快餐店的快餐供应？比萨饼能进入快餐，我国的三鲜豆皮、萝卜丝饼能不能进入快餐？昆山煨灶面配一条鸭腿，苏州欢振兴一碗面配一块青鱼或一块酱排骨，镇江宴春酒楼一碗面配一撮长鱼丝，生意兴隆，几十年来一直受欢迎。遗憾的是这些名品产量有限，至今难走出江苏省，更不要说是出中国的大门了。如果变短腿为长腿，跟上现代快餐这列快车，其声誉会更高，产量与占领的市场会更大，决不会亚于台湾的康师傅面和日本日清快餐面。

三、关于借鉴国外快餐问题

钱老指出：“在国外，近年来风起云涌的快餐业，也可以为我们借鉴。”是十分正确的。国外快餐业成功的经验和存在的问题我们都应该借鉴，洋为中用，为我服务。

现在看来为了更有效地实现烹饪产业化，“组织成为从原料的生产和初步加工、贸供销渠道、营养科学研究、快餐连锁式经营、快餐的家庭供应，以及相辅的金融业务合成为配套运转的集团式企业”是十分必要的。产品标准化，必须有合格的足量的原料——巧妇难为无米之炊，这是常识。麦当劳在北京的连锁店于1992年开业，为了保证其土豆条的质量，从1984年就开始在承德调查土豆生产基地的情况了。未雨绸缪，可谓深谋远虑。现在有的城市饮食店是由当地农工商联合体经营的（像无锡烤鸭店，这家店有自己的养鸭、养鱼的基地，有自己的加工工厂，有自己的总店分店，有自己的资金运转渠道），具有集团式的优势，所以发展速度超过当地单一饮食部门经营的饮食店。这样的联合体搞标准化的快餐，是容易取得成功的。

我国目前供应的快餐，特别是在快餐店内就食的套餐，所含营养成分、风味特色不逊于国外快餐，但某些需包装携远的差旅快餐却亟待改进。一般说，快餐的包装应该是多功能的，除了广告功能外，还应该具备保鲜储藏功能，便于远携的运输功能，可以随地供食的餐具功能（容器、匙、叉、箸之类），有的还要具备某种热能，能自动加热。这对于军旅生活、野外工作、海上作业、登山探险、海底井下等人员来说尤为重要。可以告慰各位的是：这种可以自动加热的罐头，过去只有外国军队才拥有，去年，我国已在扬州大学工学院试制出来，并已获得了国家专利。

国外快餐有一些方面并不一定适合我国国情。国人汉堡包吃几次是可以的，但若长年累月都吃，品种就显得少了，口味单调，重复进食，难免味觉疲乏。炸鸡也如此。有的留学生初到德国，吃鸡腿很高兴，但是日子一久，便见鸡生厌了。国外快餐注重荤素搭配，营养全面均衡，这当然要学习，但是素蔬生食居多，未必适应国人的肠胃，油炸烘腊食品和奶酪甜食过多进入快餐，未必符合营养卫生要求，被有的人贬之为“垃圾食品”虽属夸张，但其存



在的缺陷是不可忽视的。有些快餐用具是一次性的，用过即弃置了，污染环境，且浪费资源。像一次性的木筷，一人一天用一次，在12亿人口的大国要消耗多少立方木材！日本早就有人对此提出异议，韩国对此已有法规性对策，我们也宜及早注意此问题。日本快餐业起步较早，比较普及，其经验教训也多，比如在克服品种单调、丰富特色风味方面，等等，都有可借鉴的地方。

四、关于快餐拳头产品和特色产品

国外快餐公司都有自己的拳头产品，比如比萨饼公司就是以自己的拳头产品比萨饼命名的。我们有的快餐公司也有拳头产品，比如荣华鸡即是。但毕竟太少了。高质量的特色产品往往容易成为公司的拳头产品，拳头产品必须有自己的特色优势。有了拳头产品，公司就有了金字招牌，很有助于树立企业的良好形象，扩大市场很有意义。

快餐企业的拳头产品必须实行标准化。产品标准化了才有条件办连锁店，连锁店才有可能像总店一样受顾客信赖。手工操作的标准化程度较低的快餐公司必须努力下功夫，否则迟早会被市场所淘汰。盒子装的工作快餐和配套快餐在用料、定量、制作工艺方面标准化还有很多工作要做。上海火车站有一家快餐店，品种多，价廉物美，生意红火。中餐为主，辅以多国风味快餐，环境亦雅静，效益是好的。如果能有一两只创牌子的拳头产品，则锦上添花，会更受消费者欢迎。

目前，各地快餐公司自己的拳头产品还不多，特别是能“打出去”的产品更少。各联营店和分店大都保留了本店原来的特色产品，这是符合市场情况的。有可能的话，快餐集团公司把各分店的特色产品逐步纳入公司的标准化生产线，成为公司的拳头产品，将会大大增强市场竞争力。

五、关于我国快餐业发展步骤问题

目前，我国大都市和经济发达地区快餐业发展较快，已经有了不少快餐公司，有的城市有十几家。不过，发展很不平衡。联营店和连锁店已经出现，现代化的程度还有待于大力提高。钱老提出的“烹饪工业化”形成“烹饪产业”，要花“几十年”时间，我们不可太性急。既是一次几十年才能实现的产业革命，宜有步骤进行，有条件的，可以先行一步。故钱老说：“可能首先实现烹饪工业化的是中国人民解放军备战部队。”古代军事家一向重视饮食科技，发明了许多多功能的炊食器，比如三国时代的“诸葛行锅”，是夹层铁锅，加热速度很快；隋唐时代的“金柝”，行军时背在身上，可以作打更的刁斗，随时可作煮饭粥的食釜；元世祖忽必烈的远征军头上戴兜鍪，上阵冲锋，可作防身头盔，到了驻扎地，拿下来就可以作饭锅用。这些都有一些“快餐”的意思在内。至于铁皮制作的罐头食品，保证了拿破仑奥斯特里茨战役的胜利，也是一种快餐食品。我军有重视的传统，早在抗战时，黄桥战役中传统快餐“黄桥烧饼”是立了大功的；抗美援朝期间，传统快餐炒米粉和炒麦粉（古代称之为糗糒）也是立了功的。在建国以后，我国的军事科学技术和工业都有了长足的发展，又有多方面协同工作的优良传统，有条件率先实现烹饪工业化。国防现代化是包括后勤供应现代化在内的。

发展快餐业，城市快于乡村，特别是拥有百万以上常住人口的大城市，会更快些。那些经济实力比较雄厚的大都会的饮食企业集团公司和农工商联合企业，向烹饪产业化过渡的能力较强，发展的步伐可以大一些。快餐连锁店也将首先在大都会出现，然后逐步扩大到交通



线上的中等城市，最终逐步扩大到中小城镇与农村。

快餐供应的对象将由流动人口为主逐步扩大到包括城市常住人口为主。随着社会经济的发展，饮食服务业社会化程度提高，集体单位的伙房的生产功能可能逐步降低，转化为快餐销售网点（这应当是我国快餐业同仁力争实现的目标），家庭厨房操作功能也要逐步降低，直到基本消失。这样，一大批社会劳动力将从厨房里解放出来，资源消耗和浪费将因加工手段的科学化而大大减低，环境污染状况亦将大大改善。据报载：现在，国外有的建设设计大师在设计新一代住宅时，已在考虑取消厨房了！钱老说：“快餐业发展了，几千年来家庭厨房操作将要退出历史了”是经过深思熟虑的预见，是符合历史发展规律的。当然，作为一个拥有 12 亿人口的发展中大国，要实现这一历史目标，谈何容易！所以钱老说，不能心急，需要做“几十年”的努力，才有可能。

1994 年 8 月 24 日，比萨饼公司公布了一项销售计划：比萨饼已经“走上”信息高速公路。该公司充分利用世界计算机联网的优势，顾客不用出门，按一下联网计算机的按钮，就可以享受到送饼上门的服务。据新华社消息，比萨饼公司已在旧金山以南 128 公里处的圣·克鲁斯进行了试点，该地区有许多所大学和研究机构，这些机构中的人有很多要开夜车，饥饿疲乏时，按一下与比萨饼公司联网的电脑，该公司就会让就近的比萨饼店送来美味可口的比萨饼。实际上，我国江南经济发达地区已开始打电话送快餐的业务了。去年，南京的一家快餐已经经营电话送餐，限于人力，10 份以上者方送上门。今年，只有几十万人口的常州市出现了“飞毛腿快餐”，用摩托送快餐上门，骑手们每人配对讲机，载上快餐保暖箱，在一定的区域巡回，公司接到客户电话，便立即通过对讲机通知附近的“快餐摩托”，就近送货上门。据报载这家快餐公司有近 20 辆摩托专门送快餐，大部分骑手是女士。接到电话后，一般 10 分钟内即可送到，快的时候，顾客刚放下电话，摩托车就已在门前响了起来。钱老去年预言，坐在家中打电话享受快餐店送快餐上门的日子，已经变成现实了！

在车站、码头、交通要道、旅游热点（农贸市场）等流动人口较多的地方设快餐分店或流动快餐车，会有稳定的财源；同样，用“飞毛腿”送上门的快餐，是扩大常住人口快餐市场的好办法，是饮食业应争取的稳定的财源，可以大有作为。常州饮食企业界是有远见的。

为了迎接第六次产业革命，让我们共同努力，为发展我国的快餐事业添砖加瓦吧！

（此文原载于 1995 年《第二届中国烹饪学术研讨会论文选》，作者时为扬州大学商学院教授）



中国饮食文化的根本之道

王子辉

国有国情，族有族风，食之有道，各国亦然，唯有中国饮食之道殊多。自古至今，特别是近一二十年来，不少学者、专家发表了许多关于中国的饮食之道的精辟论述。这里，我不想对中国饮食所包含的具体之道鹦鹉学舌，拟从中华民族大文化的背景上，对中国饮食文化的根本之道作一些粗浅的探讨。所谓中国饮食文化的根本之道，就是贯穿和渗透于中国饮食活动各个方面必须遵循的最根本、最重要的规律和准则，也可以说是统率中国饮食制度各种具体规范的根本法则。

一、膳食结构的平衡

中国饮食文化之道，首先体现在中国人吃什么食物的问题上。中国人吃的食物十分广泛，品类极其多样，无论是山珍海味、飞禽走兽，还是植物的根、茎、叶、花，甚至包括毒蛇、蝎子等，无不可以入馔。正像有的笑话说的那样：“天上飞的不吃飞机，地上爬的不吃火车，四条腿的不吃桌椅，两条腿的不吃梯子。”如此，又引发出另一个问题，即是不是像有人责难的那样，是“饥不择食”地胡吃、乱吃？其实，这完全是一种误解，中国传统的吃，不仅仅追求的是色、香、味、形俱佳的肴馔，而是自始至终在饮食为了健康的总指导思想下，创立和运用的是具有中国特色的营养学理论，这就是中国传统的膳食平衡理论。用现代语言来说，是在营养上主张合理膳食。也就是说，既要满足进食者对热能和各种营养素的需要量，又要使各种营养素之间保持一种生理上的平衡，即蛋白质、糖类和脂类三者之间的平衡，碳水化合物和纤维素之间的平衡，酸性食物和碱性食物之间的平衡等等。

中国膳食平衡理论最初反映在中国传统的膳食结构之中。我们的祖先早在 2000 多年前即对中国人的膳食结构进行了总结。《黄帝内经·素问》指出：“五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味和而服之，以补精气。此五者，有辛、酸、甘、苦、咸，各有所利，或



散、或收、或缓、或急、或坚、或软，四时五藏，病随五味所宜也。”显然，这段话是从中国医药学的角度来论述怎样通过饮食疗疾治病的。然而，人们也非常清楚，中国是医食同源的，如从中国饮食文化的角度看，这“养、助、益、充”说，就是指膳食结构，就是中国传统的养生理论。

应该特别指出的是“气味和而服之”的观点，这是中国传统营养学的关键。中国传统营养学认为食物皆含“气”、“味”。其气为阳，味为阴。这里的“合”是指和合，“气味和合”也就是性味平衡。像膳食的“四性”之和，就是指食物的寒、热、温、凉要协调，既不能太热，也不能过寒，否则就要加以调整。只有食物寒温调节得和合，处于均热状态，才能使机体的阴阳相对平衡。“气味和而服之”，也就是说所吃的谷、果、畜、菜必须性味和合，方能补精益气，才能利于健康。这是由于谷肉菜果均有“四气”、“五味”，宜和合而食用。如果偏重焦苦之气味，则会增火化；如果偏重咸腐之物，则会增寒化。正像《内经》所说：“久而增气，物化之常也，气增而久，夭之由也。”看来食物种类齐全在膳食结构上固然重要，但首先要气味和合平衡，如果气味不合，失去平衡，即使食物种类齐全，也不可能补益于人体的精气。

还需要强调的是“养、助、益、充”型的膳食结构，同时导致了中国人的正餐食物品种组配格局。那就是必有饭与菜的搭配。饭多为粟、米做成，北方也有将麦面和其他杂粮做的面条、烧饼、馒头统称为饭的；菜多为动物肉蛋和蔬菜做成。然而，中国传统的饭与菜两者都是有主有次的，饭居主要地位，菜居从属地位。《周礼·天官》载：“凡会膳食之道，牛宜稌，羊宜黍，豕宜稷，犬宜粱，雁宜麦，鱼宜苽。”这段话所说什么动物搭配什么谷物，虽有些绝对，可它所指菜肴是为配饭而设的主旨则是正确的。直到清代，王士雄谓：“饭为世界第一补品。”袁枚也认为：“饭者百味之本。”他还进一步发挥说：“富贵人家讲菜不讲饭，逐未忘本，真为可笑。”即使到了现在，我们仍把饭称为“主食”，把菜肴称为“副食”，这与西方国家没有主、副食的概念是截然不同的。现代宴会鸡、鸭、鱼、肉虽多，但若没有主食，我们中国人往往还有似未吃饭的感觉。

这种膳食组配方案，既是以农为本、地大物博、人口众多的中国国情在饮食上的科学体现，也符合中华民族饮食审美的时间属性。中国传统饭菜摆设时，主食、副食要分开，目的是使饭、菜交替入口。吃菜时稍有味觉疲劳，再换着吃米饭、花卷、面条之类的主食，用吸附力很强的饭或面将口腔中的菜味加以清除，以恢复口腔对菜味的全新感受。继而再吃饭，又可从饭的淡淡的甘香中领受到饭是另一种味道。所以说饭与菜时间差的交替入口，不仅使两种味道相得益彰，而且唤醒了人类固有的对饮食美的欣赏与追求。这种奇妙的享受，从西餐中恐怕是难以得到深刻体会的。

“养、助、益、充”说在国内有不同认识，也确有其不足之处，但从食物整体结构膳食平衡来讲，它把握住了综合调剂的根本之道。有意思的是，号称讲究营养的美国，近来也对中国人的膳食结构发生了浓厚的兴趣。据 1990 年 5 月《参考消息》报道，美国《健康》杂志曾以“世界上最益健康饮食”为题指出：“美国人是可以向中国人学点什么的，特别是饮食。最近完成的一项历时六年的研究（指美国康奈尔大学营养生化学教授柯林·康培尔等人 20 世纪 80 年代对中国饮食所作的调查）表明，在世界范围内，中国人的饮食最益于健康。”这里所谓“中国人的饮食”即是指中国食物结构的整体平衡。

中国传统的膳食平衡理论还反映在具体菜肴的相互搭配上。中国菜不像西菜，肉是肉、鱼是鱼、鸡是鸡那样单调，即便是炸牛排旁放两块炸土豆，一小撮煮青豆，也是彼此无关系。相反，中国菜讲究配伍，即主料和辅料的搭配。清代袁枚在《随园食单》中说：“凡一物烹



成，必有辅佐，要使淡者配淡，浓者配浓，柔者配柔，刚者配刚，才有和合之妙。”在烹饪实践中，主料多以鲜味浓厚的肉类为主，辅料多以清淡的蔬菜为主。这就是我们中国人常说的荤素相配。说到荤素相配，林语堂先生在几十年前就说：“整个中国烹调艺术是要依靠配合的艺术的。”他还说：“西人不知道肉与菜同烧，使肉里有菜味，菜里有肉味。”日本石毛直道先生也说：“日本有名的菜大都佐以适量的蔬菜用鱼制作，中国烹调则不偏重于肉、鱼、蔬菜任何一方，而是三种原料搭配使用。”可以设想把“葱扒海参”与“扒海参”旁放几段生葱同吃，人们选择的肯定是前者，而不是后者。再说，肉类含蛋白质、脂肪较多，蔬菜含维生素较多，两者相互补充，不但营养比较全面，而且能增味之香美。就以“洋葱猪排”而论，猪排本身含有醇、脂、酚等物质，加热后能发出诱人食欲的香味，而洋葱含有丰富的芳香物质，两者相配，交互见功，滋味比单纯的“红烧猪排”香美多了。

另外，中国还有把主食与副食合在一起的食物来平衡膳食，如中国传统的“包子”、“饺子”、“锅贴”等，即是将主食与副食合二为一的形式，是一种颇有中国特色的平衡膳食。类似食物还有很多，只要选择合理和配合科学，就能保证膳食的热能和营养素的供给量，并在营养素之间建立生理上的平衡。

二、五味调和的艺术

中国饮食文化之道，突出反映在“五味调和”上。“五味调和”是中国古老的调味理论。《周礼·天官》就有“凡和，春多酸、夏多苦，秋多辛，冬多咸，调以滑甘”的记载。古人以味在人体中起的作用作为“和”的先决条件。明代李时珍在此基础上又总结出“肝欲酸，心欲苦，脾欲甘，肺欲辛，肾欲咸，此五味合五脏之气也。”的“五欲”原则，阐发了饮食对人体的作用与影响，强调人与自然的相通和统一。《吕氏春秋·本味》对调和之事更有其精辟的论述：“调和之事必以甘、酸、苦、辛、咸，先后多少，其齐甚微，皆有自起。”这里的“和”是为了寻求味的适中，实现综合的味感，即融五味于一肴，达到菜肴整体风味的最佳效果。这种“五味调和”的古朴理论至今还影响着调味技术的发展。今人总结的食物各味之间“相互渗透”、“相互扩散”、“相克相乘”等等调味之道无不源出于此。事实上，那些调和之事的精妙要求，至今也还是制作美味之要诀。

中国传统上的酸、甜、苦、辛、咸五味是五种单一的味感，其中的“甜”既是“甘”的同义词，即不带任何刺激的正味，又是减少刺激的佐味，而酸、辛、苦、咸四种味如不调和，进入口中会给人以强烈的刺激性，所以要“和五味以调口”，达到味之和諧感，以符合人的生理要求。中国烹饪所用的调味品是世界上最多的国家，大凡从盐、醋、酱、糖、辣椒到酒、糟、胡椒、花椒乃至中草药等有数百种，但是，倘若只用某种单一的味料，或调制的不适度，或不进行节制，就难以形成美味；将众多味料“合”在一起，就能使朵颐快感上升为品尝美感。所以说，味之美只能存在于味道的多样统一之中，“和”乃味之美的根本标志。

烹饪要使五味“和”，即从差异到平衡，必须“善均五味”，掌握“调”的本领。中国调味技艺堪称世界之最，其传统的准则主要有本味论、主味论、时令论、适口论、养生论、风味论等。然而，不管是哪一种准则，都离不开“调”的技艺。这里的“调”指的是调味，但却不限于盐、醋、酱、糖之类味料的调，而是指利用主料、辅料、味料的配合及各种烹调的手段来美化菜肴的味道。这是因为美味的获得是多种因素的产物，绝非单靠味料所能形成的。正因为如此，所以美化菜肴味道的“调”很难进行定性定量的具体分析，正像《吕氏春秋·本味》所说：“五味三材，九沸九变……精妙微纤。”这里讲究的是分寸和整体配合，一切以



味的谐调为尺度，或辛辣、或浓郁、或爽利，均给人以美的艺术享受。

味的美化方法很多，主要是去除食物本身的恶味，激发食物固有的美味和创制食物原本没有的新味，其手段无非是涤除、压盖、化解、烘托、改进与融合。试以古代煮肉羹加醋、盐为例认识去除恶味和扬善美味之道。醋不仅仅代表酸，并且可以消杀恶味，这是因为肉类含有臊、膻、腥等不食气味，必须用醋酸稍加消杀；盐亦不仅仅代表咸，并且可以“提味”，即能把别的美味突显出来，这是因为肉类含有呈鲜物质，但只有加盐后才能激发出来。然而这两种效应又必须让呈腥、膻、臊和呈鲜的物质与致酸、致咸的物质发生“化合”作用，而这种作用的条件则是让它们溶于水，用火加热促其反应，其格式与“二氧化碳”一样，表明“和”是一种化学生成，因为只有将食物溶于水中加热，物质的“亲和力”才能发挥出来。烤法难以提供这一条件，只有烹煮法可以，这也就是为什么只有中国饮食文化能形成“和”的概念的主因。至于创造食物原本没有的新味，更是中国烹饪文化的本质。“烹饪”一词最早出现于《易经》的时候，就被视为变化和创新的学问。孔颖达在《易·鼎·正义》中说：“烹饪成熟，能成新法”，“革去故也鼎成新，明其烹饪有成新之用。”反复强调了一个“新”字。熟悉烹饪工作的人都知道，优秀厨师的最大特色是能够将众多的主料、辅料和调味品，通过不同的烹调方法和步骤，精妙地综合于一锅，使其相互浸润、渗透和融合，互补于菜肴之中，使之变革为一种与下锅时的各种物料都不一样的全新美味。需要指出的是，这各种物料的“和”，决不同于“杂”，而是“集多味一品而取其和”，是要求在调和多味中，使之产生一种全新而美妙的艺术境界，即将源于诸味，而高于诸味。可以说一个“和”字，产生了味的飞跃。

这里还想特别一提的是，中国烹饪的“调”法中有“勾芡”的工艺，这在西方国家也很难见到的。中国烹饪的勾芡也是五味调和的重要手段。像勾芡前，锅中原是质地不一、颜色不同、口味尚未完全融合的单一的物料，可一经勾芡，一种统一和谐的艺术效果——美味佳肴呈现在面前。所以，从某种意义上讲，勾芡，实质上起到了统领调和的效应。

三、鼎中之变的原理

中国饮食文化之道，主要是由“鼎中之变”来完成的，“鼎”是中国进入烹饪之始的炊具之一。《易经·鼎》有：“以木巽火，烹饪也。”《易经·既济》又有：“水在火上，既济。”这里明确指出，水与火不仅是“鼎中之变”两个不可或缺的基本要素，而且还要“水火相济”。《吕氏春秋·本味》曰：“凡味之本，水最为始……火之为纪。”这里亦把水与火摆放到烹饪的重要地位。中西方饮食文化之不同，从物质上讲是肉类与谷类为主要的区别，由此也就演化出不同的烹调方法，其中煮、蒸、炒法为西方原来所没有或少用，而为中国最突出，其重要原因，就是中国有“水火相济”之道。“水火相济”既是中国烹饪的发端，也体现了中国哲学的重要观念。

水煮食物是中国产生炊具陶鼎（也有陶釜）之后最先出现的烹调方法。《周礼·天官·冢宰》规定“烹人”的任务是“掌共鼎、镬，以给水火之齐”。其手段是烹煮，其成品是大羹。羹是中国烹调的第一美味。《淮南子》描述它的烹调是：“水火相憎，镬（鼎）在其间，五味以和。”水与火本来是互不相容的，自鼎、釜发明后，水在上，火在下，水不断吸收火的热能，达到了沸点或一定热度，使鼎、釜中之水保持稳定的吸热状态，加强了水分子的渗透力，将食物煮熟，从而使水与火这两个对立的矛盾得以调和，这就是中国哲学上的“水火相济”。在中国，只有水火相济的烹煮法发明后，古人才认可“火食之道始备”。烤炙尽管出现很早，