

<<中华饮食文化>>

图书基本信息

书名：<<中华饮食文化>>

13位ISBN编号：9787101084801

10位ISBN编号：710108480X

出版时间：2012-11

出版时间：至善源 中华书局 (2012-11出版)

作者：至善源

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;中华饮食文化&gt;&gt;

## 前言

序：认识中国的标志 龚鹏程（台湾师范大学博士、著名文化学者、北京大学中文系教授） 欧洲各地对中国的称呼，基本上都是China(英语、德语、西班牙语、葡萄牙语、荷兰语等)，或为China之同源词，如法语的Chine、意大利语的Cina，捷克语、斯洛伐克语的Cina等，还有希腊语的Kiva，匈牙利的Kina等，这些词的语源均与印度梵语的Shina或Cina相同，发音亦均与梵文的“支那”相近。

印度人为何称中国为支那，历来相信其来源于蚕丝。

证据是牴厘耶的《政事论》中有中国丝卷(KauseyamCinapattasca Cinabhumi jah)。

Cinapatta原意是“中国所出用带子捆扎的丝”。

古代世界，只有中国人懂得缫丝制衣，故以蚕丝之国称呼中国。

古希腊则称中国为赛里斯(Seres)。

这个字的发音或说是“丝”，或说是“蚕”。

汉代收唇音尚未消失，说是“丝”，略嫌牵强，这个字或许也出自“绮”。

最早提到赛里斯这个“绮”国的，是在公元前416年到公元前398年间担任波斯宫廷医生的希腊人泰西阿斯(Ktesias)。

其后，公元1世纪，罗马作家普林尼《博物志》写道：“赛里斯国以树林中出产细丝著名，灰色的丝生在枝上，他们用水浸湿后，由妇女加以梳理，再织成文绮，由那里运销世界各地。

”同一时期，希腊航海家除了知道在印度北方有个赛里斯国外，从海上也可到产丝之国。

《厄立特里海环航记》指出：“过克利斯国(马来半岛)时人支国(Thin)海便到了终点。

有都城叫支那(Thinae)，尚在内地，远处北方。

”赛里斯或支国，是同一个地方，不过通往的道路和方向不同罢了。

不管支那或赛里斯，似乎都与蚕丝有关。

但近代另有一说，以为支那之名不源于蚕丝，而源于茶。

由于中国各地方言对“茶”的发音不尽相同，中国向世界各国传播茶文化时的叫法也不同，大抵有两种。

较早从中国传人茶的国家依照汉语比较普遍的发音把茶称为“cha”，或类似的发音，如阿拉伯、土耳其、印度、俄罗斯及其附近的斯拉夫各国，以及比较早和阿拉伯接触的希腊和葡萄牙。

俄语和印度语更叫茶叶(чай、chai)。

而这两种发音，似乎也都与支那音近。

丝与茶，就是世界认识中国的标志了。

我们中国人自己，如果要谈中国是什么，往往讲不清楚，又是地大物博，又是历史悠久，又是儒道佛，云山雾罩，一套又一套。

殊不知老外对这些根本搞不明白。

他们对中国之认识，大抵即从那光洁滑韧的丝绸和甘醞清冽的茶里来。

抚摸着丝、品着茶，自然对中国就有了一份敬意：能生产这样好东西的国度呀，那该是什么好地方！

茶与丝之外，还足以代表中国的，当是饮食文化和玉文化吧。

饮食文化，蒸煮炒炸，许多技艺是迄今世上其他民族仍未掌握的，相关之文化也是其他民族辨识我们最重要的指标。

饮食中的酒文化，也与其他民族不同，独树一帜。

其中的蒸馏白酒，我以为即由中国道士炼丹时创造，与欧洲及阿拉伯之蒸馏法不同。

它和酒曲之发明、运用，乃我国对世界酒文化之两大贡献。

至于玉，更是中国审美文化之代表，人们不仅喜欢藏玉、佩玉、赏玉，更要用玉礼敬天地鬼神。

一切优秀的人物形象、德行，均以玉来形容，玉也是最高的审美标准。

例如瓷，瓷器在许多场合也被视为中国的象征，然而瓷之品味其实就是仿拟玉的。

陆羽《茶经》曾评论邢瓷越瓷之优劣，第一条就说“邢瓷类银，越瓷类玉，邢不如越一也”，可见一斑。

故玉与酒、饮食文化，和丝茶一样，都是最能体现中国文化特质，足以为中国之象征的。

<<中华饮食文化>>

中华书局出版的这一系列书，据主事者言，除讲这几件事外，亦延及服饰、瓷器、陶器、家具、建筑等物质小道，科举、礼仪、民俗、宗法、书法、音乐、体育、天文等精神诸端也在筹划之列。凡此种种，非经国之大业、儒道佛之妙义，然而中国文化之精要，正藏于其中，值得细细体会。

## <<中华饮食文化>>

### 内容概要

《中华饮食文化》由赵荣光著，这是一本介绍我国饮食文化的通俗读物。全书共分四个部分，具体内容涉及素雅清高的茶文化，热情温馨的酒文化，形神美和的烹饪文化以及温文尔雅的食礼文化。

《中华饮食文化》内容丰富，语言通俗，知识性、文化性、可读性很强，适合广大读者阅读。

## 作者简介

赵荣光(1948- )，中国饮食史、饮食文化学科开拓人，国际知名学者。

享受国务院政府特殊津(1993)，从事学科研究与教学累30年，有约200篇学术论文发表，出版《中图古代庶民饮食生活》、《赵荣光食文化论集》、《中国饮食文化研究》、《满汉全席源流考述》、《中国饮食文化概论》、《中国饮食文化史》、《衍圣公府档案 食事研究》等十余部专著。

长期以来其多有创见的研究成果为海内外学界所高度关注。

现为浙江工商大学教授、中国饮食文化研究所所长。

<<中华饮食文化>>

书籍目录

中华饮食原料文化 中华饮食原料 中华面食文化 中华稻米文化 中华饮食文化区域性 中华饮食的文化区位类型 中国饮食文化圈的历史成因 中国饮食文化区位的历史概况 中华饮食民俗与礼仪 中华饮食民俗 中华节令饮食 中华筷子文化 中华饮食礼仪 中华饮食文化十大历史伟人 中华烹饪技术与调味文化 中华烹饪技术 中华调味文化 中华饮食文化十美风格 中华茶酒文化 中华茶文化 中华酒文化

## &lt;&lt;中华饮食文化&gt;&gt;

## 章节摘录

中华饮食原料 以黄河、长江两大流域为滋生息地的中华文明，早在一万年前就迈入了种植农业经济社会的门槛。

成书于春秋至汉的《黄帝内经·素问》中有一句为人熟知的话语，概括了中国人的食物原料种类及其结构关系：“五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充。

”意思就是谷物是人们赖以生存的根本，而水果、蔬菜和肉类等等都是作为主食的辅助、补益和补充。

“五”是泛指，并非仅止于五种，而是指“各种”、“所有”、“全部”。

这句话体现的既是中华先民食生活的餐桌结构，也是他们食生产的基本特征，“谷果畜菜”恰是中华饮食文化的物质基础。

这一认识所反映的是距今三四千年前以黄河流域为中心区的中国农业社会的基本情态。

所谓“五谷、五果、五畜、五菜”食料，基本由小农经济的原田种植业和家庭饲养业提供。

直接向大自然伸手的采集和渔捞，作为从远古时代延续下来的生存手段，一直是家庭种植业与养殖业的有益补充，当然，它们的重要性是随着人口的不断增加、自然生态渐趋退化而逐渐减弱的。

宗法社会与封建领主集权政治的紧密结合，造成了日益增殖的人口对其世代繁衍生息的土地深深的依赖。

不断强化的依附与地力的透支，造就了人类农业史上绝无仅有的中华传统农业辉煌。

中国人将人类自然经济发挥到了令国际农史学者叹为观止的程度。

中国传统农业这种极致的发展，经历了数千年的缓慢历程，其依赖则是“重农”色彩——中华农业的早期定型和一直以来的牢固维系。

“五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充”中的“五畜为益”对于庶民来说，其比重其实是微乎其微的。

在几千年的历史上，仅能果腹的底层大众基本上处于准素食的生活状态。

因为家庭饲养的禽畜主要是为了缴租纳税、补给日用，而非用来改善自家餐桌。

识别一下“五谷、五果、五畜、五菜”的具体所指是必要的。

但由于表述者时代、地域、阅历、见识的不同，历史上对“五谷、五果、五畜、五菜”具体品种的解释往往也不尽相同，其中一种普遍的说法为：五谷：稻、黍、稷、麦、豆。

五果：桃、李、杏、栗、枣。

五畜：牛、羊、豕、犬、鸡。

五菜：葵、藿、薤、葱、韭。

“谷”中重要的是北方的粟(即稷)和南方的稻。

粟原产黄河流域，由狗尾草驯化而来。

粟生长期短、耐旱，粟米易贮藏。

元代王祯《农书》：“五谷之中，惟粟耐陈，可历远年。

”考古发现的内蒙古赤峰市敖汉旗兴隆沟遗址的炭化粟距今已有7500~8000年。

在漫长的历史上，粟实用于口粮，而粟的植株则用作牛、马的饲料或其他用途。

黍与粟同为小粒谷物，黍米性粘，很早就被用来酿酒。

亚洲栽培稻由亚洲普通野生稻驯化而来。

考古资料证明，中国稻的栽培史已经有10000年之久。

距今8500~10000年的浙江浦江上山遗址，陶器坯体碎片中普遍存在的稻谷颖壳和秕谷，已证明当时既有野生稻也有栽培稻。

由于稻的产量高于粟、黍和大小麦，因此稻作的不断北上就成为了中国历史上的一般趋势。

关于大小麦的起源，目前植物种质资源调查、遗传学研究和考古发掘都支持大小麦起源于西亚的观点，但中国学界亦有中国也是小麦栽培驯化地之一的观点，认为大小麦的起源不是一源单系起源，而是多源的分系起源。

龙山文化时期小麦已在黄河流域种植，广泛分布于大量距今5000年左右的遗址中。

## &lt;&lt;中华饮食文化&gt;&gt;

薯、芋等块根块茎植物亦是中华史前先民的重要食料。

块根块茎植物淀粉含量高(占30%左右),加工食用方法简单,种植省力省时,而且产量极大。

块根块茎作物可以为人体提供日常所需能量的2/3,而只占用1/3的土地,劳力支出也很省。

明代科学家宋应星所著《天工开物》中称,当时中国谷物的食料结构是:“今天下育民人者,稻居十七,而来、牟、黍、稷居十三。

”自公元12世纪至13世纪稻米主产区的江南人口超过北方人口的定势形成之后,大部分国人即以米饭为主食品大宗。

“五菜”、“五果”的说法有更大的不确定性。

由于种类繁多、得之甚易,蔬果的种植要晚于粮食作物。

迄今尚无确凿有力的证据表明史前人类对蔬果的人工栽培。

但是,白菜、芥菜、甘蓝——油菜的三种类型,很早就为人类所采食了。

白菜型油菜和芥菜型油菜起源于中国和印度,甘蓝型油菜起源于欧洲。

葫芦因其食用与器用兼具的功能,很早就受到中华祖先的重视。

人类的最初的栽培物无疑都是从大自然中驯化的。

中国史前遗址发现的丰富的采食类植物遗存,初步统计有:粟、野生稻、桃、杏、李、梅、栗、枣、

酸枣、杏梅、野葡萄、樱桃、柿、核桃、大麻子、蕹苡、芡实、槐树子、山核桃、胡桃楸、朴榛子、

松子、梨、山楂、南酸枣、甜瓜、大豆、橄榄、菱角、橡子、榆钱、各种树子等。

由于植物食料的皮壳等剥离遗弃物极易腐烂朽化,加上考古研究手段的历史局限,准确描绘中华先民植物驯化史的全景图像还有一定困难。

但是,我们知道,中华先民们赖以生存的绝大部分植物最终都被他们驯化了。

“五畜”所指代的动物的驯化却相对困难和复杂得多,其品种也较植物少得多。

史前人类的动物食料图谱是极其广泛的,考古研究者在中华大地各种文化类型遗址中发现了颇为壮观的动物食料遗存。

如旧石器时代遗址普遍发现的动物遗骨有鹿、羊、牛、猪、马、驴、驼、羚、獐、河狸、大熊猫、猕

猴、鸡、鹜、雁、鸵鸟,以及鬣狗、狼、狐、熊、犀、猎豹、虎、象、狮、中国犀、肿骨大角鹿、斑

鬣狗、披毛犀、剑齿象、剑齿虎等,其中许多种进入全新世(11500年前至今)以后就逐渐灭绝了。

就人类曾经食用过的动物品种来说,最终被驯化,或日驯化成功的仅仅是猪、羊、牛、马、驴、驼、鸡、鸭、鹅等极少的一部分。

人类史前遗址中,往往动物,尤其是大型野生动物的遗存数量非常大,如浙江嘉兴马家浜遗址出土的野生动物遗骨约超过陶片的十余倍,而且下文化层出土的又比上文化层多。

事实上,各种鼠类是史前人重要的肉食源。

这是因为它们数量大、易捕获、食生产劳动成本低,每挖掘一个洞穴都会获得大量的鼠肉及其穴藏——肉类与果实籽粒植物性食料。

动物的驯养,是气候变化和狩猎技术进步共同作用的结果。

飞索、弓箭、网罟、陷阱、栏栅等工具在狩猎中的应用使捕捉活物成了可能,“拘兽以为畜”(《淮南子·本经训》)随之发生。

畜牧,就灶房和餐桌意义而言,是兼具食料保存、增殖与乳汁获取等多种益处的。

史前时期,狗、猪、羊、牛、鸡、马、驴等均在中华大地被驯化成功。

狗是人类最早驯化的动物之一,大约在公元前16000年至公元前12000年时由东北亚的狼驯化而成。

驯化的狗,最初主要用作狩猎助手和临时宿营点的看守,肉食尚不是主要目的。

猪是中国史前遗址中最常见的家畜遗存,距今有10000年左右的历史。

羊的出土遗址主要集中在黄河流域,而且愈靠西部时代愈晚、发现愈多,甘肃大地湾遗址距今8000年左右的一期文化层中出土了十多个羊的头骨,时代最早。

鸡由原鸡驯化而来,其驯化和饲养可能首先出现在北方。

## <<中华饮食文化>>

### 编辑推荐

中国人素来重视饮食。

相应的，饮食文化也非常的丰富。

但是，很多人一听到饮食，都只是想到了烹饪饮食。

其实，我国饮食文化不仅于此，它还包括了茶文化、酒文化等多方面。

《中华饮食文化》由赵荣光著，为我们介绍的就是上述饮食文化，以及饮食礼仪文化。

敬请中华饮食文化爱好者阅读，或想在此方面增长见识的人阅读。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>