

<<千古食趣>>

图书基本信息

书名：<<千古食趣>>

13位ISBN编号：9787510425790

10位ISBN编号：7510425794

出版时间：2012-4

出版时间：新世界出版社

作者：宏道

页数：398

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;千古食趣&gt;&gt;

## 前言

当代法国名厨保罗·博古斯说：“中国是一个伟大的国家，中国菜有好多深奥的学问。

”作为世界文明古国，中国饮食的历史几乎与中国的文明史一样长。

中国人会吃，也讲究吃，两者结合，便将简单的果腹需求提升为高雅的文化，即今天每每被提及的所谓“食文化”。

中国是“吃文化”最悠久的国家，很早我们就有“礼乐文化始于食”、“民以食为天”的观念，进而囊括了礼仪、技艺、营养等多方面文化，仅仅在菜肴上便形成了“观色、品香、尝味、赏形”的艺术，可谓博大精深。

吃，是人生一大乐事，也为人类的生活所必需。

从古到今。

文人雅士吟诵饮食的辞章浩如烟海，古有李渔《闲情偶寄》、袁枚《随园食单》，近代有梁实秋《雅舍谈吃》、周作人《知堂谈吃》……这些文字构成了永不散席的饮食文化阅读盛宴。

“养生之道，莫先于食”，饮食是人类维持生命最基本的保障，了解全面的饮食文化更是一个人想要活得健康愉快、充满活力和智慧的有力法宝。

本书《千古食趣——关于吃的那些事儿》是一本全面介绍饮食文化的通俗读物，内容涉及珍贵的饮食文献、饮食礼仪、饮食传统、食祖、食材、经典美食、百年老店、宴饮及饮食典故等多个方面。

不同于以往的饮食指南和烹饪食谱只注重实用性和信息量，本书以饮食为写作的缘起。

进而用文化俘获读者的心，在杯盘碗盏、觥筹交错之外，历史、人物、情感、地域无所不包，使读者在阅读饮食文字的同时领略广博的文化视角以及独特的心理体验。

本书的特点是将饮食文化和历史传统、地域风物、人物事件共治一炉。

其中“人物篇”，不仅介绍了史上有名的厨师，而且巧妙地在美食之外缀上了名人的标签：李渔与蟹的情缘、谭延闿与谭家菜的关系、梅兰芳钟爱淮扬菜的理由、苏东坡的美食情缘……“典故篇”中专门设有“饮食轶事”一辑，收有“糖和尚”苏曼殊、朱元璋与虎皮毛豆腐、法海寺老和尚的烧猪头等饮食掌故，读来妙趣横生。

此外，本书还附有极为精美的图画和丰富实用的资料，系统生动地将数千年来累积的饮食文化和奇闻乐事呈现在读者面前。

它既可为有志于烹饪专业及其他相关专业的初学者所用，也可为普通百姓增添饭后谈资，还可为广大的中外饮食爱好者提供参考。

总之，愿你在本书的带领下大快朵颐，体味食趣的同时，也能获得相关的知识。

## &lt;&lt;千古食趣&gt;&gt;

## 内容概要

苏曼殊贪于饮食，爱吃摩尔登糖，几乎不离嘴。一次身边没有钱买糖，便把嘴里所镶的金牙取下变卖，还风趣地称自己是“糖僧”。在日本留学时，有一次他给友人柳亚子写信，落款时津津有味地落款“写于红烧牛肉鸡片黄鱼之畔”，令收信的柳亚子捧腹大笑。

孔子有哪“八不食”？  
你了解筷子使用的禁忌吗？  
为什么祭灶要用糖瓜或粘糕？  
我国壮族有哪些美味？  
董小宛有哪些拿手好菜？  
李渔的“买命钱”作何用？  
蝉的营养价值高吗？  
醋的历史悠久吗？  
“佛跳墙”何以得名？  
饺子最初是汤药？  
元宵和汤圆有区别吗？  
你喝过绍兴特色花雕酒吗？  
虫茶究竟是什么？  
谁把酱菜卖进了皇宫？  
香港的特色小吃有哪些？  
烧尾宴有何寓意？  
古时仕女也饮酒聚餐？  
先秦古人吃什么？  
传说谁发明了“三不粘”？  
饭后保健需注意什么？  
哪些蔬菜有健胃作用？

以上问题，《千古食趣》中都有精彩的回答。

## &lt;&lt;千古食趣&gt;&gt;

## 书籍目录

## 文化篇

## 第一章 饮食思想：圣人孔子“八不食”

儒家饮食思想：以食为天

孔子的饮食文化思想

道家饮食思想：养生为尚

佛家饮食思想：茹素修行

《黄帝内经》：地食人以五味

茶圣陆羽及其《茶经》

营养学专著《饮膳正要》

仿古食经《易牙遗意》

养生玩物之作《遵生八笺》

“药王”的《备急千金要方》

康熙皇帝的饮食观

美食实践之作《随园食单》

## 第二章 饮食礼仪：夫礼之初。

## 始诸饮食

中国古代饮食礼仪

中餐点菜“三优四忌”

中餐的上菜顺序

菜肴摆放有讲究

使用筷子的12种禁忌

做客聚餐的礼仪

中餐排座有讲究

夹菜的名堂

使用调羹的礼仪

倒酒上酒的各种礼仪

餐巾的使用方法及细节

喝茶的讲究和礼仪

敬酒拒酒的礼仪

商务餐必要的礼仪

打翻酒时的礼貌处理

## 传统篇

## 第三章 节令食俗：饮酒食糕庆重阳

立春吃春饼

正月十五吃元宵

二月二炒豆吃猪头

寒食节禁火吃冷食

清明节祭祖吃青团

端午吃粽子饮雄黄酒

“贴秋膘”吃炖肉

七夕节的风俗与食俗

中秋节吃月饼的来历

中秋节各地的食俗

偷瓜送子与摸秋

重阳节传统“食俗”

## &lt;&lt;千古食趣&gt;&gt;

冬至祭祖吃馄饨

腊八节喝腊八粥

拿块糖瓜送灶神

中国传统除夕食俗

少数民族除夕食俗

## 第四章 民风食俗：无辣子吃不饱

我国傣族食俗趣谈

广为人知的壮族美食

白族待客“三道茶”

朝鲜族的饮食习俗

基诺人的独特美宴

别具特色的纳西食俗

土家族靠山吃“山”

满族的风味主食

瑶族的冷食习俗

西藏饮食“四宝”

“侗不离酸”的食俗

哈尼族的特色煮汤

川西食俗“九斗碗”

赫哲族的生鱼食俗

锡伯族待客做全羊席

无辣子吃不饱的佤族

## 人物篇

## 第五章 治食名人：“天下第一羹”彭祖

彭祖：食物养生的祖师

伊尹：从厨师到名相

易牙：精做菜，善逢迎

梵正：才情出众的女厨师

膳祖：唐朝一代女名厨

刘娘子：中国的“大长今”

董小宛：巧夺天工万种情

王小余：袁枚的私家厨师

萧美人：妙手纤纤和粉匀

黄晋林：进士出身的御厨

莫有庚：扬州风味到莫厨

麦炳：创制大同脆皮鸡

杨贯一：鲍鱼的最佳代言人

董世国：宫廷菜传人

史正良：博采众长。

## 勇于创新

高炳义：振兴鲁菜，弘扬文化

沈关忠：楼外楼的掌门人

甄文达：甄能煮，你也能煮

## 第六章 美食名家：袁枚为豆腐折腰

钟情荔枝的汉武帝

杜甫自创五柳鱼

石曼卿嗜酒如命

## &lt;&lt;千古食趣&gt;&gt;

苏东坡与美食  
 不可多得的美食家陆游  
 李渔：简约派美食家  
 丁宝桢创“宫保鸡丁”  
 袁枚为豆腐三折腰  
 汪懋麟爱茶成痴  
 李渔存钱为吃蟹  
 郑板桥落入狗肉圈套  
 左宗棠爱吃鸡  
 最会吃的美食家张岱  
 博学多才的美食家纪晓岚  
 谭延闿雅食为乐  
 梅兰芳的独家美食  
 李宗仁盛赞子龙脱袍

## 食材篇

## 第七章 传奇原料：蚱蜢作食美味多

膳食探秘：古今八珍  
 花馐：用鲜花作食物  
 猪头：民间美味  
 蝉：高蛋白美食  
 莴苣：旧名“千金菜”  
 豆芽：营养美味如意菜  
 蚱蜢：可食可药的美味  
 墨斗鱼：食疗佳品  
 菊花：轻身，耐老，延年  
 奶酪：乳品中的“黄金”  
 黄河鲤鱼：肥美甲天下  
 红薯：最常见的抗癌蔬菜  
 蛤蜊：天下第一鲜  
 松露：最奢侈的食物  
 揭秘：奢侈食材的营养真相

## 第八章 调味佳品：“海底牛奶”鲜蚝油

盐：百味之祖  
 酱：从配食品到调味品  
 郫县豆瓣：川菜之魂  
 辣椒：去腥解腻，口感出众  
 味精：让白水变鸡汁  
 太仓糟油：香煞老佛爷  
 酱油：我国传统调味品  
 卤汁：越陈越香百年汤  
 花椒：“十三香”之首  
 蚝油：广东传统调味汁  
 醋：可口爽意增食欲  
 阳江豆豉：变无味为有味  
 柠檬汁：万能调味料  
 巴公大葱：个大、香浓、辣烈  
 糖：增加幸福感的美味

## <<千古食趣>>

胡椒粉：活力与健康的秘宝

美食篇

### 第九章 古今佳肴：歪打正着“斩鱼丸”

美如燕窝的洛阳假燕菜

历史悠久的酸菜鱼

别出心裁的汽锅鸡

吉祥喜庆的四喜丸子

秦始皇器重“斩鱼丸”

“八宝素菜”传说

鲤鱼焙面史话

解馋的开封桶子鸡

以臭闻名的徽州“臭鳊鱼”

关于佛跳墙的传说

火宫殿的红烧猪脚

豫菜一绝套四宝

广东传统大菜烧乳猪

酥皮嫩肉樟茶鸭

五味俱全的九转大肠

水晶肴蹄色雅味佳

杭菜一绝龙井虾仁

家常美味鱼香肉丝

“八珍菜”之蝴蝶海参

贵州名奢香玉簪

太爷鸡的历史

扬州干丝堆细缕

龙眼蜜汁火腿

麻婆豆腐的来历

### 第十章 小吃名点：不要命的“鬼城”抄手

吃起来香的臭豆腐

清甜可口老婆饼

饺子最初是汤药

美味的云南过桥米线

武汉名片“热干面”

陕西小吃荷叶饼

不要命的“鬼城”抄手

龙凤喜饼促姻缘

进士糕与状元饼

誉满京城的羊眼包子

软滑甘香双皮奶

烧卖的来历与传说

元宵与汤圆的区别

美味又粘牙的姜糖

乾隆亲赐“锅巴菜”

草原美食羊油馓子

白族名吃大理雕梅

香脆的石板粑粑

潮州传统甜点马蹄糕

## <<千古食趣>>

精美的扬州蛋炒饭  
 龙须面的典故  
 福建小吃光饼  
 甜醇香酥徽墨酥  
 色泽迷人的乌膜豆仁  
 外酥里松黄桥烧饼  
 青海小吃甜醅

### 饮品篇

#### 第十一章 香茶美酒：茶中最美数龙井

乾隆御赐西湖龙井  
 绿茶精品庐山云雾  
 吓煞人香的洞庭碧螺春  
 红茶珍品祁门红茶  
 武夷岩茶铁罗汉  
 黄茶珍品君山银针  
 极品乌龙武夷岩茶  
 赏心悦目的都匀毛尖  
 六安瓜片：国礼名茶  
 茶如其名“黄金桂”  
 冻顶乌龙茶：茶中圣品  
 金瓜贡茶：普洱茶太上皇  
 安溪铁观音  
 黄山毛峰  
 太平猴魁  
 “开国喜酒”茅台  
 甘冽芬芳的泸州老窖  
 五粮液：一滴沾唇满口香  
 “桂林三宝”之三花酒  
 绍兴特色花雕酒  
 “玉浆”黄桂稠酒  
 名贵药酒菖蒲酒  
 山西汾酒最纯正  
 清而不淡西凤酒  
 古井贡酒甘如蜜  
 “三浮三沉”岩沉缸酒  
 杜康酿造杜康酒  
 红星二锅头酒  
 四特酒  
 剑南春

#### 第十二章 妙饮生津：一瓯冰水和梅汤

老少皆宜的豆浆  
 清热解毒的龟苓膏  
 杨贵妃最爱荔枝红茶  
 海南清补凉：冰爽透心  
 起源于中国的冰淇淋  
 清凉饮料酸梅汁  
 泔水味儿香的北京豆汁

## &lt;&lt;千古食趣&gt;&gt;

美味有营养的果醋  
 维吾尔人爱喝酸奶子  
 蜂蜜：天赐之物  
 虫茶：食茶虫的粪便

## 名店篇

## 第十三章 百年老店：“天下第一楼”全聚德

“八大堂”之惠丰堂饭庄  
 “天下第一食府”松鹤楼  
 把酱菜卖进皇宫的景阳观  
 久负盛名的六味斋酱肉  
 厚德福：京城第一家豫菜馆  
 信远斋：宫廷风味，独此一家  
 干和祥茶叶店：百年老字号  
 “食苑一绝”天津果仁张  
 六必居酱菜最出名  
 同和居：鲁菜制作一绝  
 烤羊肉起家的烤肉季  
 京城南味“第一家”稻香村  
 家传的百年老店爆肚冯  
 边家饺子，天下第一  
 京师美馐，全聚德烤鸭  
 美酒佳肴柳泉居饭庄  
 “臭”扬万里的王致和豆腐  
 京冬暖炉：东来顺涮羊肉

## 第十四章 美食地图：台南美味蚵仔煎

北京：烤鸭  
 大连：咸鱼饼子  
 南宁：柠檬鸭  
 草原美食：烤全羊  
 贵阳：丝娃娃  
 张家口：烧南北  
 哈尔滨：得莫利炖活鱼  
 内蒙古：手把羊肉  
 香港特色小吃：鱼蛋粉  
 台湾美食：蚵仔煎  
 香港特色小吃：白灼鹅肠  
 厦门：土笋冻  
 单县：羊肉汤  
 张家界：辣子包糯米  
 广州：蚝油牛肉  
 玉林：牛巴  
 枣庄：辣子鸡  
 岐山：臊子面

## 宴会篇

## 第十五章 名宴揭秘：锦衣玉食孔府宴

鹿鸣宴：科举及第的庆祝宴会  
 满汉全席：世界上最豪华的宴席

## <<千古食趣>>

千叟宴：空前绝后的皇家宴会

琼林宴：皇帝赐宴新科进士

孔府宴：地位非凡的官府之宴

曲江宴：盛行于唐朝的游宴

烧尾宴：升官发财的欢庆宴

赏花宴：赏花观景的宫廷宴会

### 第十六章 趣味宴会：富贵女眷“探春宴”

酒船宴：泛舟饮酒的怡情野宴

仕女们的探春宴与裙幄宴

全羊席：变化无穷的全羊大席

水席：精美别致的洛阳宴

板桥宴：儒雅超逸的名士宴

全驴宴：集大成的独特风味宴

合拢宴：热闹非凡的侗族宴会

西安饺子宴：风味独特的特色宴

全猪席：集猪类菜肴精萃于一席

### 典故篇

#### 第十七章 借食谈史：一碗羊羹丧宋国

先秦古人吃什么

最早酿酒用曲的国家

一碗羊羹丧宋国

鼋羹引起的宫廷血案

楚庄王绝缨之计

慷慨悲情的“霸王别姬”

羊肉串的老家不在新疆

中国生吃鱼的历史

犒劳大军的“荷叶包饭”

魏征和醋芹的趣事

“大救驾”闻名寿州

古人也有“口香糖”

赵匡胤杯酒释兵权

抗金名将始创金华火腿

宋五嫂的西湖醋溜鱼

“油条”本意炸奸人

“流浪鸡”立大功

排场奢华皇家膳食

古代的方便食品

袁世凯餐桌演戏

#### 第十八章 饮食轶事：苏曼殊贪嘴丢性命

汉代名肴“五侯鲭”

和三国有关的美馐

与四大美人相关的名菜

张翰为美食辞官

张易之发明炙鹅鸭

李白与安陆“翰林鸡”

陆龟蒙创制“甫里鸭羹”

“东坡鱼”的由来

## &lt;&lt;千古食趣&gt;&gt;

苏东城拼死吃河豚  
 唐婉智烹“三不粘”  
 朱元璋与虎皮毛豆腐  
 济公与无锡肉骨头的传说  
 法海寺老和尚的烧猪头  
 福康亲王吃鞋底鱼  
 “糖和尚”苏曼殊  
 马连良离不得西来顺  
 齐白石挥笔写“烤”字

## 常识篇

## 第十九章 饮食宜忌：面包不宜趁热吃

大麦谷芽保胃宜常食  
 豆制食品忌过量  
 益多吃葱、蒜  
 面包不宜趁热吃  
 豆腐忌与葱同吃  
 菜少季节宜吃萝卜  
 喝豆浆忌不讲方法  
 宜适量吃动物油  
 凉拌菜忌不当食用  
 宜晨起坚持喝水  
 水果忌不削皮食用  
 吃火锅宜注意方法  
 忌过量或生吃鸡蛋  
 保健康宜吃早餐  
 喝牛奶忌不注意方法  
 宜常食海带  
 鲜肉忌反复冷冻  
 方便面忌常期食用  
 饭后保健需注意  
 忌用沸水冲补品  
 饱食对健康不利

## 第二十章 药膳食方：冬季进补。

## 开春打虎

春吃“三苦”不上火  
 立秋之后“贴秋膘”  
 红薯：乾隆的长寿秘籍  
 食补之“红黄绿白黑”  
 烧汤三煲四炖五忌  
 六款睡眠如意药膳  
 消除啤酒肚的“爸爸汤”  
 酷暑保健最佳方案全攻略  
 老年老花早提防  
 药膳治疗春季湿疹  
 有健胃作用的蔬菜  
 春令佳蔬首推韭菜  
 老人夏膳应“三少”“二要”

<<千古食趣>>

常喝银耳粥防秋燥  
五色蔬果可抗癌  
五黑食物养肾  
补血的家常菜单  
自制药茶防中暑  
五谷杂粮也治病  
三款健肺保健汤  
冬季进补，开春打虎  
预防寒冷宜多吃的食物

<<千古食趣>>

章节摘录

<<千古食趣>>

编辑推荐

《千古食趣:关于吃的那些事(超值金版)》由新世界出版社出版。

<<千古食趣>>

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>