

<<食文化>>

图书基本信息

书名：<<食文化>>

13位ISBN编号：9787513600675

10位ISBN编号：7513600678

出版时间：2011-5

出版时间：中国经济出版社

作者：周海鸥

页数：204

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;食文化&gt;&gt;

## 前言

人的行为、意识、关系，人所面对的制度、风俗、物质等，都是文化。

对于芸芸众生来说，文化与生俱来，人人都不能离开文化而生存。

古人说“物相杂，故日文”（《周易·系辞下》），又说“五色成文而不乱”（《礼记·乐记》），所以，“文”就是多种色泽的搭配，它比自然状态有序而且更好看。

圣人以此“化”入，就是要将人从蒙昧自然状态中改造过来，成为知廉耻、懂辞让、有礼仪的人。

现代人自我意识增强，就不这么看了。

梁启超说：“文化者，人类心能所开释出来之有价值的共业也。

”（《什么是文化》）就是说，文化是人类集体内在的灵性和智慧之花，这些花朵被普遍认可，并且形成一道道风景：道德、艺术、政治形态等。

这两种说法都有道理：先知先觉的天才们，引领着文化的方向；而我们每一个人，也都参与了文化的创造和延续。

如此，文化才成其为文化。

政治、经济、伦理、哲学、学术、文学、艺术等，与意识形态和价值有关，有着官方色彩，可以称之为主流文化。

而以社会生活为中心，如家庭、行业、风俗、技艺、生活行为等，以及一部分游离在社会法律和制度之外的行为，如绿林、帮会、寺庙、赌博等，则可称之为非主流文化或次生文化。

由于今天的“非主流文化”有“反主流文化”的意思，为了避免歧义，我们也可以直接地将这一部分内容称为生活文化和世俗文化。

主流文化对社会的发展至关重要，是精英们的舞台，他们以及他们精美的创造，为我们的社会树立了目标和尺度。

但是，与我们每个人生活相关的，却是生活文化和世俗文化。

生老病死、衣食住行、百般生业、游观娱乐、江湖绿林、方士游医、沿街托钵、鸡鸣狗盗……正是这一切，构成了日常生活的文化图景。

本丛书关注社会生活，关注这五光十色的世俗图景，并希望能够完整地将它们勾勒出来。

我们相信，这一幅幅的生活情态、世俗图景，甚至比那些彩衣飘飘、粉墨登场的角儿、腕儿，更加真实，也更有风采。

以“雅俗文化”为名，是为了显示我们对趣味的偏爱，并以此来区分于主流文化典正的姿态和庄严的价值观。

其实在生活中是无所谓雅和俗的，弹琴虽然需要更多的教养，赌博对有些人来说似乎天生就会，但作为技艺，两者真有高下的差别吗？

何况庄子说一切都与道相通，什么都可以玩出境界来。

古人不是常拿厨艺说政治，并且还真好厨师成了政治家的例子吗？

所谓“雅俗文化”，不过是遵从习惯的说法，并没有价值高下的意思。

日常生活及世俗图景都是文化。

但文化，毕竟具有建构性特点。

换句话说，那些散乱的现象、意识、习惯等等，只有被理解了，才具有意义，才能成为文化。

我们编纂这套丛书的目的，就是帮助人们理解日常生活和生活传统，从而能真正地从生活中体会到意义和趣味，增加人生的内涵。

我们期望编撰一套集知识性、趣味性甚至实用性为一体的文化丛书。

它虽然不是学术著作，但就某一类别文化而言，应该有着系统的、可靠的知识，应该充分揭示出它的精神和境界，并融贯在对各种精彩文化现象的描述之中，使之真正贴近生活、提升生活，成为一道道能够颐养性情、雅俗共赏的精美的文化大餐。

过常宝 2011年3月

## <<食文化>>

### 内容概要

#### 《新版“雅俗文化书系”》

新旧同源，一脉相承的是中国传统文化的博大精深；  
雅俗共赏，孜孜以求只为天下大众汲取知识的甘露。

新版“雅俗文化书系”，既包括山川风物、观念信仰、三教九流、风俗人情、行业传统，也包括人伦礼仪、衣食起居、琴棋书画、奇技赏玩等，在千百年历史文化的纵横交错中，书中呈现着新时代的思想激荡，“古”与“今”文化碰撞，“雅”与“俗”相得益彰。

新版“雅俗文化书系”是奉献给广大读者的一套精品文化图书，内容通俗易懂、图文并茂，又引经据典、深入浅出。

引领普通大众，沿着历史的轨迹，与文化对话，近距离探求文化的内涵。

书系还是少年儿童了解传统文化，亲近华夏五千年文明的优秀读本，使他们在乐趣中学习，在学习中成长。

#### 《食文化》

俗谚云，“民以食为天。

”本书从中华民族的饮食文化出发，对中国数千年的饮食发展，及其文化精神做了总结和阐释，记述了食文化在人类文明进程不同阶段的面貌特征、食俗风物、菜系流派和民族交融，并以独特的视角解读了食文化的社会意义和人文内涵。

本书集知识性和趣味性为一体，既有对食物、食味、食态的丰富描述，又有对食俗、食趣、食礼的生动呈现，是一个全面了解中国食文化的精致读本。

## 作者简介

过常宝，北京师范大学文学院教授。

以生动而内涵丰富的教学,曾被学生评为“北师大最受欢迎的本科教学十佳教师”。

曾任中国香港教育学院、中国台湾东吴大学、韩国高丽大学等院校特聘教授。

主要研究领域为中国上古文学和文化，著有《楚辞与原始宗教》《原史文化及文献研究》《先秦散文研究——上古文体及话语方式的生成》《依然旧时明月——唐诗宋词中的生命和情感》等多部学术著作。

## &lt;&lt;食文化&gt;&gt;

## 书籍目录

- 序一 季羨林序（第一版“雅俗文化书系”序）
- 序二 新版“雅俗文化书系”序
- 前言 品文化之筵香
- 第一章 筷头春秋
  - 第一节 钟鸣鼎食
    - 茹毛饮血/石烹陶烹/列鼎而食/食不厌精
  - 第二节 酒楼食肆
    - 皇家御宴/京城酒楼/市井肴席
  - 第三节 异域风味
    - 胡味腥膻/歌舞胡家
- 第二章 天下肴馔
  - 第一节 主食
    - 五谷之说/稻/麦/菽
  - 第二节 菜肴
    - 六畜八珍/煎炒烹炸/金齏玉脍/南北风味/满汉全席
  - 第三节 小吃
    - 小食渊源/京城小吃/南味北上/糕点话旧
- 第三章 席上五味
  - 第一节 五味和五德
    - 五味由来/五味比德/伊公说味
  - 第二节 食物和身份
    - 百姓理想/贵族排场/天子气派
  - 第三节 席上礼节
    - 古乡饮酒礼/家庭饮食礼/宴饮待客礼
- 第四章 民间食态
  - 第一节 节日食俗
    - 新春年糕/上元滚元宵/端午裹角黍/中秋团圆饼
  - 第二节 节令食俗
    - 咬春五辛盘/清明青精饭/冬至饺子碗/丰收腊八粥
  - 第三节 礼仪食俗
    - “早生贵子”/合欢喜宴/寿桃寿面/居丧食粥
- 第五章 文人食趣
  - 第一节 文人生活中的饮食
    - 莼鲈之思/东坡遗味/名士食馔/浮生食趣
  - 第二节 文艺作品中的饮食
    - 咏粥诗/夜宴图/《金瓶梅》/《红楼梦》
  - 第三节 食文化典籍
    - 《齐民要术》/《东京梦华录》/《饮膳正要》/《闲情偶寄》/《随园食单》
- 第六章 民族饮食
  - 第一节 森林和草原上的佳肴
    - 山珍海味的满族/以酱为伴的朝鲜族/对酒割肉的蒙古族
  - 第二节 丝绸之路上的清真美味
    - 食俗谨严的回族/无馐不欢的维吾尔族/马奶醉人的哈萨克族
  - 第三节 独特而多样的西南饮食
    - 酥油飘香的藏族/喜食酸辣的苗族/五彩糯食的壮族

<<食文化>>

第四节 宝岛上的渔猎和珍馐

嗜酒逐鹿的高山族

第七章 八大菜系

第一节 葱爆糟溜 鲁菜一绝

第二节 七滋八味 麻辣川菜

第三节 水陆杂陈 粤菜品鲜

第四节 无汤不欢 闽菜滋味

第五节 浓油赤酱 苏菜之巅

第六节 甜鲜脆软 俏味浙菜

第七节 辣中寓酸 馋嘴湘菜

第八节 滋味醇厚 徽菜余味

## &lt;&lt;食文化&gt;&gt;

## 章节摘录

第一节 钟鸣鼎食 茹毛饮血 远古时代，在人工取火发明以前，人类的食物是指自然界中一切以自然形态能够被人吃下的东西。

《礼记·礼运》中说：“昔者先王未有宫室，冬则居营窟，夏则居槽巢。

未有火化，食草木之实、鸟兽之肉，饮其血，茹其毛。

”那时的人们风餐露宿，食野果、生肉，饮泉水、兽血，进食的意义只是在于获得生存。

后来传说中出现了一位圣人，叫做“有巢氏”，《韩非子·五蠹》中描述他“作构木为巢，以避群害”，为人类初步解决了居住问题，并使得人们的住所避免受到野兽的侵害。

不仅如此，《三坟书》里记载：“有巢氏生，俾人居巢穴，积鸟兽之肉，聚草木之实。

”这就是说，有巢氏还教会人们猎取兽肉，采集果实。

一般认为，有巢氏的时代属于旧石器早期，那时虽然没有发明人工取火，但是雷电或林莽自燃的山火，仍然为人们提供了品尝熟食的机会。

大火过后，烧熟的兽肉和膨爆的坚果，散发出诱人的焦香，所以也有记载把“烧烤”和“膨爆”看做是最初的烹调。

而熟食的意义不止在于美味，更重要的是它促进了身体对于食物养分的吸收，减少了生食中细菌的侵害，从而增强了人们的体质。

后来，人们开始逐步尝试利用自然火，并试图保存、控制火种。

同时，火对于生产工具的进化，也起到了有力推动的作用。

旧石器时代晚期，出现了人工取火。

《韩非子·五蠹》中说：“上古之世，民食果蓏蚌蛤，腥臊恶臭而伤害腹胃，民多疾病。

有圣人作钻燧取火，以化腥臊，而民说之，使王天下。

号之曰‘燧人氏’。

”燧人氏就是传说中钻木取火的圣人，他的这一段传说，在《古史考》中另有记载：“古者茹毛饮血，燧人氏钻火，始裹肉而燔之，曰炮。

”此处的“炮”是一种烧烤方法，指用泥浆涂抹并包裹住兽肉，然后将其丢进火中烧烤。

烤熟后剥去泥壳时，野兽的毛也就一并去除了，同时食物也是皮酥肉嫩。

后世的“叫花鸡”，就是古时“炮”法技艺的延续。

人工取火的发明，使人们完全告别了茹毛饮血、生吞活剥的饮食方式，正式进入了熟食时代。

熟食时代的来临，被视为人类饮食文化的起点。

石烹陶烹 人工取火发明以后，人们逐渐掌握了用火技术，食物的范围和烹饪的方法都随之多样起来。

《礼记·礼运》将远古的烹饪方法列为炮、燔、亨(即烹)、炙四种。

其中，炮是将食物包裹后在火上烧烤，燔和炙都是将食物直接在火上烧烤。

这三种方式都不需要借助烹饪器皿，其对象也往往是动物或植物。

随着原始农业的发展，谷物成为新的食材，而谷物的烹饪，需要借助容器来完成，于是“烹”这种方法应运而生。

最早的谷物烹饪方法是石烹，即用石料，如石板、石块、鹅卵石等，作为传热介质焙熟食品。石烹的方法大致有两种，一种是将石板或石块作为盛器，上面放置谷粒，下面用火加热，直至焙熟。

现今流传于陕西、山西、山东等地的石子馍、干馍、沙子饼等，就是沿用这种石烹方式。

其做法是将洗净的鹅卵石子放在平锅里烧热，把饼胚放在石子上，另在饼上再铺一层烧热的石子，用上下石子对热的方式将饼焙熟。

饼熟之后凹凸不平的形态，有着特别的石子焙熟的特征。

另一种石烹的方法是利用热石的温度煮熟食物，即将鹅卵石烧到极热，取烧热的石子投入盛有食物的水中，使水沸腾并将食物煮熟。

云南古老的土著民族布朗族的一道名菜“卵石鲜鱼汤”，采用的就是这种方法。

随着对火的不断运用，原始人类发现黏土经过火烧，可以变得坚硬，不再散开，形状也可以随需要

## &lt;&lt;食文化&gt;&gt;

而定，而且烧制的成物不会漏水和变形。

于是，人们尝试着用树枝或藤条编制成各形框架，然后在上面涂抹厚厚的黏土泥浆，待风干后放入火中烧制，烧好后就制成了一个坚硬的土罐。

自此，原始的陶器产生了，这是人类改造自然物的一次伟大尝试。

陶器的出现，是旧石器时代过渡到新石器时代的一个显著标志。

有传说将陶器的产生联系到古帝王神农氏，神农氏和伏羲氏是继燧人氏之后的两位圣人。

《三皇本纪》记载，伏羲氏“结网罟以教佃渔，养牺牲以充庖厨”，认为伏羲氏创立了渔业和畜牧业，这就使人们的食物种类拓展到捕捞的鱼虾和驯养的家畜。

而神农氏则被认为是农业的开创者，他不仅遍尝百草，还教人们播种五谷。

《通志·三皇纪》中载：“炎帝神农氏起于烈山……民不粒食，未知耕稼，于是因天时，相地宜，始作耒耜。

教民艺五谷。

故称之为‘神农’。

”《太平御览》引《周书》佚文“神农耕而作陶”，认为神农氏在开创农业的基础上，又发明了陶器。

农业和畜牧业的发展，改变了原始人群“饥则求食，饱则弃余”的生活状况，使人们逐渐开始了定居生活，进而也开始寻求食物的存储之道和烹饪方法的改进。

P3-6



## <<食文化>>

### 编辑推荐

食者，民以之为天。

食之文化，天下饮食之精髓也。

它源于钻木取火，起于鼎簋俎爵；伊尹易牙使之扬名，孔丘吕览为之立法。

它显现于帝王的宴席，也流连于民间的小筑；它流传于江湖草莽，也浸润着诗词文章。

它因五湖四海而风格迥异，也因天下一统而为民遍尝。

食源、食经、食俗、食礼……荟萃饮食滋味，锻造文化经典。

过常宝主编的《食文化》是《新版雅俗文化书系》的其中一册。

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>