

# 《江戸的餐桌》

## 图书基本信息

书名：《江戸的餐桌》

13位ISBN编号：9789865787431

出版时间：2014-7-9

作者：歴史之謎探討會

页数：272

译者：連雪雅

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《江戶的餐桌》

## 內容概要

江戶的平民都是賭上性命吃「河豚」！  
江戶時代的家常菜「排行榜」，第一名是哪道菜？  
平民買不起的「初鯉」，價格究竟多驚人？  
江戶人認為買得到京阪的食品是社會地位的象徵？！  
以前的「蕎麥麵」不是水煮而是炊蒸？！  
農民為何不能吃自己種的稻米？  
因為富士山噴發，造成蒟蒻的大流行！  
以前吃生魚片不是沾醬油而是沾醋？  
江戶平民超討厭「西瓜」？  
「用過的舊紙」是最棒的味噌湯配料？！

107則妙問詳答

帶你認識世界級美食的原點

早餐是吐司配火腿蛋，中午吃烤秋刀魚定食加納豆，晚上用冷豆腐和烤雞肉配酒……這是一般日本上班族的飲食生活。

「江戶時代」指的是距今約四百年前，德川家康創立幕府後的二百六十多年的時代，當時從國外傳入的情報及物品很少，江戶人到底都過著怎樣的飲食生活呢？

和前文的上班族相較，秋刀魚和納豆也是江戶平民愛吃的食物，但吐司根本連看都沒看過，肉是禁止公開吃的食物（雖然有人會以進補的名義偷吃）。蛋價昂貴買不下手，雞是寵物也不可能烤來吃。因此，主食的米飯一天就能吃掉五合（一合為180ml）。至於工作結束後喝一杯倒是從古至今未曾改變的情況。

世界級的「日本料理」之原型，據說源自奈良時代的貴族社會，但持續太平盛世的江戶時代，飲食文化也發展得有聲有色。透過本書讀者將充分了解，在那個沒瓦斯爐、沒冰箱也沒自來水設備的時代，江戶人美味健康的飲食生活。

# 《江戶的餐桌》

## 作者簡介

### 作者簡介

#### 歷史之謎探討會

我們是一群想要發掘埋藏在歷史中「充滿戲劇性的歷史事件」的同好，為了追求夢想與浪漫的而組成的團體。我們著眼於學校老師不會教的歷史秘辛、以獨特觀點進行研究與探討歷史，廣獲讀者好評。本會的著作包括有《江戶庶民的一天》、《江戶武士的一天》、《江戶商人的一天》、《江戶的餐桌——美味過頭的雜學知識》、《實在有夠A的日本歷史》、《江戶時代不可思議的史實》、《日本歷史之不可思議》等。

### 譯者簡介

#### 連雪雅

生活中少不了日文的陪伴，對翻譯工作懷抱著高度的熱情。譯有《一個人的京都漫步手帖》、《旅行從我的房間開始》等旅遊書，與《就是愛拍Olympus PEN》、《愛上小蠻腰，快瘦關節伸展操》《高橋美起圈圈叉叉的瞬間》、《自然排毒的50個生活小習慣》、《活化體內酵素》等實用書。

# 《江戶的餐桌》

## 書籍目錄

第1章 瞧瞧平民百姓的餐桌 江戶的市井小民，平常都在吃些什麼？

「味噌湯（御御御汁）」昔日是連冠三個「御」字的極貴重食品

「納豆」是江戶老百姓早餐的必備食材

青蔥和鮪魚的「蔥鮪鍋」是受庶民喜愛的平價料理

「蘿蔔」磨泥當成味噌湯配料是江戶做法

江戶的平民都是賭上性命吃「河豚」！

老少咸宜的「秋刀魚」也受到中流階層的老饕喜愛

捕鯨全盛時期，平民也瘋吃「鯨魚」

在暢銷書的影響下，「豆腐料理」蔚為風潮

如今已不存在的夢幻料理「雪菜」為何物？

「一日三餐」的習慣，定於江戶時代中期

持續至今的「漬物文化」，在這個時代開花結果

江戶時代的家常菜「排行榜」，第一名是哪道菜？

不下廚的單身漢都吃些什麼？

在沒有冰箱的時代，食物該如何保存？

第2章 珍饈美食也不少 獲得老饕讚賞的江戶奢侈料理

平民買不起的「初鯉」，價格究竟多驚人

平價的「烏魚」在江戶時代曾是高級魚！

江戶老饕喜愛的珍味「鹹魚乾」是上等貨

「香魚」在捕獲當天是以快跑的方式送到新宿

進貢給將軍的「鯛魚」，三尾就超過五千萬日圓！

被尊為「松茸大人」的將軍「松茸」是什麼？

高級料亭提供的超高價「茶泡飯」有什麼好料

井原西鶴書中的「江戶老饕」其實是奧客

在藥房賣的「砂糖」，曾是非常高價的食品

日本最早市售的乳製品「白牛酪」為何物？

江戶人認為買得到京阪的食品是社會地位的象徵？！

第3章 外食產業大盛行 受到江戶人喜愛的大江戶速食有哪些？

「天麩羅」這個怪名的意外起源

江戶風格的「握壽司」是在路邊攤抓著吃

不放飯而是放豆渣的始祖「稻荷壽司」

「蒲燒鰻」變成鰻魚飯的經過

漁夫的湯拌飯就是魚市路邊攤賣的「深川飯」

「幕內便當」開賣之初的菜色是什麼？

以前的「蕎麥麵」不是水煮而是炊蒸？！

「阿龜蕎麥麵」的鼻子是松茸

水戶黃門吃到的日本第一碗「拉麵」是什麼？

「烤地瓜店」的流行造成江戶人胖子激增？！

江戶人會在寒冬時吃熱呼呼的「大福」

以奇裝異服、怪異舞蹈吸客的江戶「賣糖販」

「御手洗丸子串」的數量從五個減為四個的理由

因藝妓贖身的佳話造成熱賣的「幾世餅」

利休也愛吃的可麗餅始祖是什麼？

第4章 從藝伎到將軍 那些人都是吃這些東西

江戶時代的「大胃王比賽」留下驚人的記錄

多數的武士都是自己種菜來吃

江戶武士討厭「黃瓜」

## 《江戶的餐桌》

農民為何不能吃自己種的稻米？  
吉原花街娼妓的悲慘飲食生活  
飲食一向清淡的家康，竟是死於鯛魚的天數羅？！  
將軍家的魚「銀魚」刻有三葉葵紋？！  
諸多禁忌，出乎意料的將軍御膳  
將軍的早、午、晚都是吃些什麼？  
將軍夫人的膳食要準備十人份  
江戶城的台所役人會把將軍的剩飯做成便當賣！  
江戶城的「大量採購」讓魚批發商皮皮剝  
薩摩的貴族喜愛的「桌袱」是沖繩風格？！  
培里不懂日本料理的美味？！

第5章 運用智慧與巧思的江戶食譜 就算沒有瓦斯爐，江戶料理還是那麼好呷！

從白米變化出各種江戶「什錦飯」  
美味的「炊飯法」誕生於這個時代  
烤「飯糰」的吃法是江戶風格！  
如何讓乾乾粉粉的「蕎麥麵」變好吃？  
到了江戶後期，壽司等於「押壽司」的代名詞  
包裹竹葉延長保存期限的江戶壽司  
「鰻魚」在關東剖背、在關西剖腹的理由  
江戶風格的「七葉粥」做法很奇怪？  
發展成「柳川鍋」的柳川屋風格美食  
比現在更豐富的「海參」烹調方法  
因為富士山噴發，造成蒟蒻的大流行！  
日本初見的雞蛋料理 - 「綿綿蛋泡」的做法  
沒有烤箱如何做出「蜂蜜蛋糕」？

第6章 世界級的和食原點 提升江戶美食滋味的嚴選素材與調味料

關東的「醬油」讓江戶的飲食文化開花結果  
不光是熬湯，也是主菜的「柴魚」  
江戶人偏愛的甜鹹味，關鍵果然是「味醂」！  
以前吃生魚片不是沾醬油而是沾醋？  
受江戶人喜愛的「仙台味噌」及「江戶味噌」  
江戶料理中經常用到「胡椒」  
江戶人喝的都是「好水」  
赤穗浪士復仇的背後隱藏著「鹽」的問題...  
江戶時代實行的蔬菜促成栽培是什麼？  
為「小松菜」取名的人竟是那位暴坊將軍？！  
丟掉的雜魚變成了「佃煮」！  
「淺草海苔」不是在淺草製作？！

在江戶與京阪地區不同的「紅豆湯」秘密

第7章 出乎意料的飲食習慣 用味覺享受季節變化的江戶時髦吃法

將「潮干狩」捕獲的魚貝類當場烤來吃  
端午節為何要吃「柏餅」？  
江戶平民超討厭「西瓜」！  
受江戶人歡迎的夏季「涼粉」  
熱呼呼的「甜酒」在江戶時代是夏季飲品  
夏季的人氣水果，哈密瓜的同類「真桑瓜」  
中元節禮品的始祖「刺鯖」為何物？  
江戶時代的「銅鑼燒」是「金鑄餅」？！  
為十二月的江戶注入活力的「引摺餅」

## 《江戶的餐桌》

「跨年蕎麥麵」始於江戶時代中期

在江戶時代固定下來的「年菜」慣例

「屠蘇散」是有益健康的「藥」？！

德川家的「年糕湯」有放兔肉

從掃落葉誕生的「櫻餅」

第8章 不需要醫生的美味藥方 吃完讓人變健康的江戶養生飲食

吃白米會生病的「江戶病」是什麼？

江戶火災頻傳是因為「吃肉」？！

江戶人以前都會吃「鶴」！

以「進補」為由吃「獸肉」

「七色辣椒」的發想來自中藥

「吃了不生病」的傳聞造成「牡丹餅」大流行！

「用過的舊紙」是最棒的味噌湯配料？！

取代藥物常吃的「蜆仔」有何效果？

除了是藥，也是「佐料」的「醃梅」

春日局的「七色飯」讓家光變健康？！

代替母乳的點心「白雪糕」

每天吃「茗荷」，生下五十四名子女的勇猛將軍

活到一百零八的天海上人與「甜柿」的妙聞

# 《江戸的餐桌》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)