

# 《中国食料史》

## 图书基本信息

书名：《中国食料史》

13位ISBN编号：9787532558605

10位ISBN编号：7532558606

出版时间：2012-2

出版社：上海古籍出版社

作者：俞为洁

页数：534

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)

# 《中国食料史》

## 内容概要

本书为作者二十年来食品原料史研究的成果，论述了中国自远古至今食品原料的开发利用的历史，理清了食物种类在中国历史上此起彼伏、此消彼长的发展脉络以及食物加工利用技术的发展进程，并找出了这种发展脉络背后的社会、政治、经济、技术、习俗等方面的原因。了解这个过程，可以总结历史的经验和教训，及时调整未来食物原料的开拓和发展方向。本书文字洗练，图文并茂，可读性较强，雅俗共赏。

## 书籍目录

### 目录

大树繁枝，浓荫华盖——序《中国饮食文化专题史》丛书 / 赵荣光

序 / 游修龄

### 自序

#### 第一章 史前时期

##### 第一节 野生动植物的采集和渔猎

一、工具加工能力的初步形成

二、野生植物的识别和采食

三、野生动物的渔猎和食用

四、野蜂蜜的采食

##### 第二节 农耕与畜牧

一、植物的栽培和驯化

二、土地的开垦和谷物的种植

三、动物的家养和驯化

##### 第三节 食物的加工和贮藏

一、存火取火技术

二、陶器与谷物为粮

三、去涩去毒技术

四、制盐

五、酿酒

六、谷物的脱粒脱壳与贮藏

#### 第二章 先秦时期

##### 第一节 来自采集和种植的粮食

一、粮食的主要种类/42

二、影响粮食生产的因素

##### 第二节 来自采集和园艺的蔬果

一、采集

二、园艺

##### 第三节 来自狩猎和畜牧蜂业的肉蛋奶蜜

一、狩猎和采蜜

二、畜牧业概况

三、祭祀与畜牧业发展的关系

四、畜牧技术

##### 第四节 来自渔捞和养殖的水产

一、野生水产的捕捞

二、人工养鱼

##### 第五节 食物的加工和贮藏

一、谷物的加工

二、食物的贮藏

三、腌制和干制

四、发酵

五、制造

##### 第六节 食物的烹饪和饮食习俗

一、南北饮食的差异

二、饮食养生理论的萌芽

三、烹饪技术和炊器的进步

四、调味品大兴

五、羹、饮料和糕点（附：餠）

第三章 秦汉时期

第一节 来自采集和种植的粮食

一、粮食的主要种类

.....

第四章 魏晋南北朝时期

第五章 隋唐五代时期

第六章 宋元金元

第七章 明清时期

第八章 近现代时期

## 章节摘录

当时的酒，品种已较丰富。据笔者统计，《齐民要术》提到的酒名有：秫米酒、黍米酒、糯米酒、神曲黍米酒、神曲粳米醪、神曲酒、春酒、颐酒、河东颐白酒、笨曲桑落酒、笨曲白醪、蜀人酴酒、梁米酒、穠米酎、黍米酎、粟米酒（2种）、粟米炉酒、九酝、十酝、药酒、胡椒酒、荜拔酒、白醪酒（2种）、冬米明酒、夏米明酒、朗陵何公夏封清酒、愈疟酒、酃酒、夏鸡鸣酒、榆酒、柯椹酒、黍米法酒、当梁法酒、杭米法酒、法酒（2种）、三九酒、桑落酒和瓜蒌酒。桑落酒在当时好像挺有名，酒名取于桑落时节酿造之意，相传后魏河东人刘白堕善酿此酒，因此亦名白堕酒。之所以强调桑落时节酿酒，贾思勰提出了三点理由：一是“所以专取桑落时作者，黍必令极冷也”；二是“春秋二时酿者，皆得过夏；然桑落时作者，乃胜于春”；三是“十月桑落初冻则收水酿者为上时。春酒正月晦日收水为中时。……其春酒及余月，皆须煮水为五沸汤，待冷浸曲，不然则动。”（《齐民要术·造神曲并酒第六十四》）归根结底，也就是强调了天气转冷对酿造的好处，天冷了环境中的杂菌就少，酒饭也容易摊得极冷，这样下酿时就不会因饭的热度增高酒醪的温度而导致酒液变质。

（二）醋（酢、苦酒） 酢和苦酒都是醋的名称，只是各地或各时代叫法不同而已。《齐民要术》记有大酢（3种）、秫米神酢、粟米曲酢、秫米酢、大麦酢、烧饼酢、回酒酢、动酒酢（2种）、神酢、糟糠酢、酒糟酢、糟酢、大豆千岁苦酒、小豆千岁苦酒、小麦苦酒、水苦酒、卒成苦酒、乌梅苦酒、蜜苦酒、外国苦酒、桃酢24种酢和苦酒。这些醋，从原料看，可分为三种类型。……

# 《中国食料史》

## 精彩短评

- 1、倒不如直接称农业史，重史不重食，重料不重厨，匠气有余灵气不足，如教科书。幼功似不够，考据尤不足，总之，今人的书应慎之慎之。
- 2、真的像在读教科书...读到一半弃了抱歉...
- 3、相比之下，外国关于食材的著作可谓汗牛充栋
- 4、俞师此书文献把握几近苛刻，初涉饮食史领域为必读之书。
- 5、没有好好做功课，于是以为这是一本饮食史，以为会出现各种成品菜的介绍，脑补了一堆酥山烧尾乃至香药葡萄梨肉好郎君！  
泪流满面.....其实人家写的是食料，猪犬牛羊大白菜什么的.....不过看下去也挺有意思的。某某物啥时候传进中国，有的还附有种植方法啥的.....而且平心而论，我想看到的食品统统都打了个酱油。如果对这方面不感兴趣的话，这书可能不太适合看着玩。
- 6、关于食物的考据，一直拿来当吃货的历史学字典用。。
- 7、好好看
- 8、文献整理为主，做得颇细致，也廓清了不少起源疑点，如发酵，炒菜，素菜荤做，榨油，茭白，韭黄，两季稻和湖羊等。
- 9、在微博看到的 很喜欢 立马买了 果然内容写得狠翔实
- 10、这套书的选材是本人感兴趣的，搞懂古人的衣食住行，才能更好的理解古代社会。
- 11、好书
- 12、吃货研究者必看
- 13、分类方法如果有纵向的就更好了，只按年代划分的话，有些内容感觉前后几个时期差别不大，看不出区别。好多奇怪的名字本来以为是日文，结果都是唐宋时期天朝起的名字。
- 14、只看序言你可能误以为这本书会比较硬，但读完之后我很失望，还是80%古文献摘编+20%考古报告摘引的老套路，没有方法，没有理论，没有分析，没有数据，只有摘编，而且摘编眼光也不行，材料良莠不分，国内的专题史差不多都停留在这水平。
- 15、看饿了TAT
- 16、虽然文不对题，但读完之后蛮惭愧的，略略看看这一系列和吃谈得上的只有这本，却讲成了农产品史，凑合。
- 17、详实，条理分明。
- 18、上海古籍出版社的书就是好。刚刚收到，用纸、印刷、装订都很好，封面略显简素。粗翻一下，觉得作者把食料的历史写得如此详实严谨，是下了大工夫的，在当今学风浮躁的大环境里，是难能可贵的。当然，还没有来得及细读，仅仅是印象而已。春节期间，当抽暇仔细看。感谢作者。
- 19、很有意思，了解一下食物的发展史，好歹也不至于被当下这些劣质的电视剧糊弄。
- 20、重要参考书
- 21、与单纯介绍饮食文化的作品不同，作者深入历史表象的背后，探寻社会、政治、科技、习俗方面的原因——水利工程的大规模建设，繁育养殖水平的提高，金属冶炼技术的发展对农业和炊具的影响，北方农耕民族与游牧民族的拉锯式战争对汉地畜牧业的促进，经济中心与政治中心的距离所造成的南粮北运，隋唐之后人口的大规模南迁，稻麦两熟制在南方的大规模推广，麦作农业向稻作农业的转变，文人阶层的兴起与饮茶习俗的发展，佛道兴盛与素食、食疗体系的形成，人口因素对高产低质的食物原料的最终选择等等。作者在复杂变幻的背景中论述了中国古代粮食格局的多次演变，清晰地展示了中国食品原料不断更替的历史全景，具有令人折服的深度与不容忽视的学术功底。明清部分还介绍了因中国版图的扩张、民族文化的融合海外贸易的发展而出现的外来食品进入中国的第四次高潮。
- 22、没来得及看，书的材质质量还可以。
- 23、还没看完，是一部不错的书
- 24、此书颇有趣，但引用书目有些问题，尤其是版本。
- 25、上海古籍出版社出了不少很棒的书啊.....
- 26、很好，解决了我一个疑问——南酸枣
- 27、内容很很好，运输也快，非常满意，
- 28、看目录你就知道这本书有多单调了。而且里面不时扯上马克思恩格斯，受不了。

## 《中国食料史》

- 29、引用资料翔实。略乏味。
- 30、考据详实。
- 31、有图有真相，穿越回古代者买菜做饭指南~
- 32、很详细
- 33、该书内容详实，值得慢慢细读品味消化。
- 34、有用的一笔
- 35、好看，时间跨度大，有相当的信息量。（“嗑瓜子”一节中摘录的中国人嗜嗑瓜子的片段相当有意思，不过现在所经之地里还是中亚人最喜欢嗑瓜子~）
- 36、最近对吃的比较感兴趣~1
- 37、很贵，不划算，内容趣味性差
- 38、太散。
- 39、食料作为专题来研究，很细致
- 40、真正完整了解中国饮食文化 略装逼 但是挺好玩
- 41、不值这个价钱，不建议购买
- 42、【医图借】粗粗翻了翻，写的还是很详细的，将来自己安定了，也要买来的。
- 43、重点说了生产工具和技术的发展和不同时期的主要农作物食物，但总的来说这书太过于不精细，譬如南北宋在一起讲、明清混为一谈，都有些对读者不负责的感觉
- 44、这是食料史还是中国古代农业种植养殖史？
- 45、说是中国农业史会比较合适
- 46、这书太棒了，

# 《中国食料史》

## 精彩书评

1、完整系统地叙述中国从史前到现代的食材变化，书中引用资料甚多，特别是古籍的引用甚多，文献的内容详细，相当于整理了中国古代饮食文献。但有些文献有些小问题p8 《五杂俎》当为《五杂俎》，似乎是编辑之误

## 章节试读

### 1、《中国食料史》的笔记-自序

我已经被这一开头的“杂食性动物”“大肠”“小肠”“胃容量”“解剖学”吓傻了……

### 2、《中国食料史》的笔记-第301页

呵呵，阳光之下无新事。

### 3、《中国食料史》的笔记-第179页

### 4、《中国食料史》的笔记-第232页

### 5、《中国食料史》的笔记-第1页

#### 目录

大树繁枝，浓荫华盖——序《中国饮食文化专题史》丛书 / 赵荣光

序 / 游修龄

自序

#### 第一章 史前时期

##### 第一节 野生动植物的采集和渔猎

一、工具加工能力的初步形成

二、野生植物的识别和采食

三、野生动物的渔猎和食用

四、野蜂蜜的采食

##### 第二节 农耕与畜牧

一、植物的栽培和驯化

二、土地的开垦和谷物的种植

三、动物的家养和驯化

##### 第三节 食物的加工和贮藏

一、存火取火技术

二、陶器与谷物为粮

三、去涩去毒技术

四、制盐

五、酿酒

六、谷物的脱粒脱壳与贮藏

#### 第二章 先秦时期

##### 第一节 来自采集和种植的粮食

一、粮食的主要种类/42

二、影响粮食生产的因素

##### 第二节 来自采集和园艺的蔬果

一、采集

二、园艺

## 第三节 来自狩猎和畜牧蜂业的肉蛋奶蜜

- 一、狩猎和采蜜
- 二、畜牧业概况
- 三、祭祀与畜牧业发展的关系
- 四、畜牧技术

## 第四节 来自渔捞和养殖的水产

- 一、野生水产的捕捞
- 二、人工养鱼

## 第五节 食物的加工和贮藏

- 一、谷物的加工
- 二、食物的贮藏
- 三、腌制和干制
- 四、发酵
- 五、制造

## 第六节 食物的烹饪和饮食习俗

- 一、南北饮食的差异
- 二、饮食养生理论的萌芽
- 三、烹饪技术和炊器的进步
- 四、调味品大兴
- 五、羹、饮料和糕点（附：餠）

## 第三章 秦汉时期

### 第一节 来自采集和种植的粮食

- 一、粮食的主要种类

.....

## 第四章 魏晋南北朝时期

## 第五章 隋唐五代时期

## 第六章 宋元金元

## 第七章 明清时期

## 第八章 近现代时期

# 《中国食料史》

## 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)