

# 《中国饮食文化》

## 图书基本信息

书名：《中国饮食文化》

13位ISBN编号：9787122053008

10位ISBN编号：7122053008

出版时间：2009-7

出版社：化学工业

作者：吴澎 编

页数：170

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)

# 《中国饮食文化》

## 前言

饮食文化是人们追求饮食的美化、雅化所赋予的文化的形式和内涵，是人们摆脱对饮食物欲的单纯追求，进而升华的精神享受。中华饮食源远流长、内涵丰富，以其工艺精湛、工序完整、流程严谨、烹调方法复杂多变等特点在世界烹饪史上独树一帜，形成独具特色的饮食文化。中国的饮食文化，是一种艺术。各地不同的食风，风格迥异的特色菜点，以及由来已久的岁时食宿和饮食礼仪等，交织成多姿多彩的饮食文化。中国饮食文化是一种广视野、深层次、多角度、高品位的悠久区域文化，是中国各族人民在多年的生产和生活实践中，在食源开发、食具研制、食品调理、营养保健和饮食审美等方面创造、积累并影响周边国家和世界的物质财富及精神财富。中国的饮食文化还可以看成是具体而微的传统文化。传统文化中的许多特征都在饮食文化中有所反映，如“天人合一”说，“阴阳五行”说，“中和为美”说，以及“重道轻器”、注重领悟、忽视实证、不确定性等都渗透在饮食心态、进食习俗、烹饪原则之中。本书全面介绍了中国饮食文化的渊源、中国饮食的发展历史及现状；八大菜系的特点，各地、各民族的代表风味小吃；通过名人、名吃的典故阐述饮食文化对中国历史、文学、艺术及其它文化的影响；同时结合大量图片，深入分析中国饮食文化特点的根源，使学生对传统的中国文化有较全面、系统的了解，并因此更深刻地了解中华民族的文化历史，增强学生的文化修养，提高学生的综合素质。本教材深入浅出，难易适度，适用性强，学术性与普及性兼顾，主要适用于高等院校食品科学、旅游饭店管理、烹饪专业以及其它专业学生的选修课教学及相关专业自学考试教材，也可作为饮食文化的学习参考书。本书第一章、第六章由张森编写；第七章、第八章、第二章第一节由代养勇编写，其余各章均由吴澎编写，全书由吴澎统稿。由于编者水平所限，本书疏漏之处在所难免，敬请读者批评指正。

# 《中国饮食文化》

## 内容概要

《中国饮食文化》详细介绍了中国饮食文化的渊源、发展历史及现状；八大菜系的特点及各地、各民族风味代表小吃；中国茶文化、酒文化及相关发展历史；当代宴会饮食礼仪及中国各大节日饮食习俗；通过名人、名吃的典故阐述饮食文化对中国历史、文学、艺术及其它文化的影响。《中国饮食文化》通俗易懂，学术性与科普性兼顾，主要适用于高等院校食品科学、旅游饭店管理、烹饪专业及其它相关专业师生参考，也可作为中国历史文化及饮食爱好者的参考书。

# 《中国饮食文化》

## 书籍目录

第一章 概论 第一节 中国饮食文化的定义及特征 一、“饮食文化”的定义 二、中国饮食文化的特征 第二节 中国饮食文化的地域差异 一、中国饮食文化的地域差异 二、中西饮食文化的比较 第三节 饮食文化的研究内容 一、研究内容 二、中国饮食文化研究的基本状况 第四节 孔孟、老庄的饮食之道 一、孔子的饮食思想 二、孟子的饮食思想 三、老子的饮食思想 四、庄子的饮食思想 第二章 八大菜系 第一节 中国八大菜系的形成历程和背景 一、中国菜系的形成过程 二、中国菜系的形成背景 第二节 鲁菜 一、概述 二、鲁菜代表 第三节 川菜 一、概述 二、川菜代表 第四节 粤菜 一、概述 二、粤菜代表 第五节 苏菜 一、概述 二、苏菜代表 第六节 闽菜 一、概述 二、闽菜代表 第七节 浙菜 一、概述 二、浙菜代表 第八节 湘菜 一、概述 二、湘菜代表 第九节 徽菜 一、概述 二、徽菜代表 第十节 京菜 第三章 中国茶文化 第一节 茶史渊源 一、茶的起源 二、饮茶的发源时间 三、饮茶的起因 四、茶树的发源地 第二节 茶文化的发展 一、周朝至西汉——茶事初发 二、晋代、南北朝——茶文化的萌芽 三、唐朝——茶文化的兴起 四、宋代——茶文化的兴盛 五、元、明——茶的经济之盛和向世界传播 六、现代茶文化的发展 第三节 中国茶叶的种类 一、茶叶的命名 二、中国名茶 第四节 茶与文人 一、茶与文人轶事 二、茶引文人思 三、茶与文人修身 四、茶与文人养生 五、茶与文人会友 六、茶与禅 第四章 中国酒文化 第一节 饮酒溯源 一、酒的起源——酿酒起源的传说 二、考古资料对酿酒起源的佐证 三、现代学者对酿酒起源的看法 第二节 酒的种类 一、生产方式分类 二、按照约定俗成的传统习惯分类 第三节 中华名酒 一、茅台酒 二、汾酒 三、五粮液酒 四、西凤酒 五、泸州老窖 六、古井贡酒 七、全兴大曲酒 八、董酒 九、剑南春酒 十、洋河大曲 十一、双沟大曲 十二、黄鹤楼酒 十三、郎酒 十四、武陵酒 十五、沱牌曲酒 第四节 文人与酒 一、魏晋文人借酒消愁 二、唐代文人借酒抒怀 三、宋代文人把酒享乐且抒发豪情壮志 四、元代文人酒中悟解 第五节 酒与政治 一、禹王绝酒 二、帝王酗酒 三、酒政外交 四、酒与谋略 五、酒谏辅政 第五章 文学作品中的饮食文化 第一节 《红楼梦》中的饮食文化 一、饮食养生 二、饮酒 三、节食养生 四、茶文化 五、贾府人吃药 第二节 金庸小说中的饮食文化 一、饮食 二、品酒 第六章 人生仪礼食俗 第一节 节日食俗 一、春节食俗 二、元宵食俗 三、二月初二食俗 四、清明食俗 五、端午节食俗 六、七夕节食俗 七、中秋节食俗 八、重阳节食俗 九、冬至节食俗 十、腊八节食俗 十一、灶王节食俗 第二节 人生仪礼食俗 一、诞生礼 二、婚礼食俗 三、寿诞食俗 四、丧葬食俗 第七章 中国饮食礼仪 第一节 概述 一、先秦时期的饮食礼仪 二、中国古代重教、敬贤、养老的饮食礼仪 第二节 中国传统食礼 一、宴饮之礼 二、待客之礼 三、进食之礼仪 第三节 现代宴会礼仪 一、几种常见的用餐方式 二、慎重选择时间和地点 三、怎样安排“双满意”菜单 四、席位的排列 五、宴会餐具使用的注意事项 六、用餐的得体表现 第四节 中国酒水礼仪 一、酒的礼仪 二、茶水礼仪 三、咖啡礼仪 第八章 历史名人与饮食 第一节 古代四大美女与美食 一、西施舌 二、贵妃鸡 三、昭君鸭 四、貂蝉豆腐与貂蝉汤圆 第二节 苏东坡与饮食 一、东坡肉 二、东坡鱼 三、东坡豆腐 四、东坡茶 五、东坡酒事 第三节 袁枚为豆腐折腰 第四节 诸葛亮发明馒头和包子 一、馒头 二、包罗万象——包子参考文献

第一章 概论第一节 中国饮食文化的定义及特征一、“饮食文化”的定义“饮食文化”是一个涉及自然科学、社会科学及哲学的普泛的概念，是指食物原料开发利用、食品制作和饮食消费过程中的技术、科学、艺术，以及以饮食为基础的习俗、传统、思想和哲学，即由人们食生产和食生活的方式、过程、功能等结构组合而成的全部食事的总和。二、中国饮食文化的特征人类饮食文化的内涵十分广泛，涉及的问题也很多，但归纳起来，也不外乎是围绕着一个“吃”字。在中国，人们一向很讲究“吃”。在当今世界，有“吃在中国”之说，中国被誉为“烹饪王国”。迄今发现的人类用火熟食的遗迹，也以中国的为最早。孙中山先生在其《建国方略》一书中说：“我中国近代文明进化，事事皆落人之后，惟饮食一道之进步，至今尚为各国所不及。”、“中国烹调法之精良，又非欧美所可并驾。”、“昔者中西未通市之前，西人只知烹调一道，法国为世界之冠；及一尝中国之味，莫不以中国为冠矣”。中国人之食“以为世界人类之导师也可”。中国饮食文化与中国文化，关联极其密切。因而我们有必要先对中国文化的某些特征作一阐述。中国文化自文明产生以后就以比较强烈的现实主义的思潮表现出来，伦理道德的色彩十分浓厚。综观我国五千年文化史，虽然封建礼教主张“存天理，灭人欲”，不过人要吃饭总是天经地义，于是文化也只好向口腔发展。首先因为人口压力以及其它多种原因的存在，所以中国人的饮食从先秦开始，就是以谷物为主，肉少粮多，辅以菜蔬，这就是典型的饭菜结构。其中饭是主食，而菜则是为了下饭，即助饭下咽。这样促使中国烹饪的首要目的是装点饮食，使不可口的食物变得精妙绝伦；其次，由于中国文化追求完美，加上中国手工业的发达，使得中国的饮食加工技术在世界上首屈一指，体现了中国饮食文化追求完美的特征。即不仅要获得良好的感观享受，还要获得人生哲理等方面的理性享受。所有这些，使中国饮食文化具有如下特征。1. 博大精深在中国传统文化教育中的阴阳五行哲学思想、儒家伦理道德观念、中医营养摄生学说，还有文化艺术成就、饮食审美风尚、民族性格特征等诸多因素的影响下，创造出了彪炳史册的中国烹饪技艺，形成了博大精深的中国饮食文化。从历史沿革上看，中国饮食文化绵延170多万年，分为生食、熟食、自然烹饪、科学烹饪4个发展阶段，推出6万多种传统菜点、2万多种工业食品、五光十色的筵宴和流光溢彩的风味流派，赢得了“烹饪王国”的美誉。从内涵上看，中国饮食文化涉及食源的开发与利用、食具的运用与创新、食品的生产与消费、餐饮的服务与接待、餐饮业与食品业的经营与管理，以及饮食与国泰民安、饮食与文学艺术、饮食与人生境界的关系等，深厚广博。从外延上看，中国饮食文化可以从时代与技法、地域与经济、民族与宗教、食品与食具、消费与层次、民俗与功能等多种角度进行分类，展示出不同的文化品味，体现出不同的使用价值，异彩纷呈。从特质上看，中国饮食文化突出养助益充的营卫论（素食为主，重视药膳和进补），五味调和的境界说（风味鲜明，适口者珍，有“舌头菜”之誉），奇正互变的烹调法（厨规为本，灵活变通），畅神怡情的美食观（文质彬彬，寓教于食）四大属性，有着不同于海外各国饮食文化的独特品质。从影响上看，中国饮食文化直接影响到日本、蒙古、朝鲜、韩国、泰国、新加坡等国家，是东方饮食文化圈的轴心；与此同时，它还间接影响到欧洲、美洲、非洲和大洋洲，像中国的素食文化、茶文化、酱醋、面食、药膳、陶瓷餐具等，惠及全世界。中国饮食文化的发展与繁荣，是与整个中国历史的发展相和谐统一的，以中国古代饮食文化为例，具体体现在从宫廷到民间、从内地到边疆、从王公贵族到平民百姓，食风的盛、雅，艺精、奇等方面：“吃”的繁荣——菜系林立，风味饮食小吃上千种，各地食风食味之独特与多样化。“吃”的艺术——美食、美味辅之以美器，追求三者的和谐统一，浑然一体，调味之精，益肴器之华贵，膳食之繁盛，烹饪技艺之巧妙，均堪称举世无双，独树一帜。“吃”的典雅——御宴排场之豪华，宫廷宴席与祭祀祭食礼仪之庄重，礼制和礼仪等级之森严，各式宴会氛围之典雅。“吃”的效益——官场之交接，人际关系之沟通，食疗之精道，延年益寿之成效，益神健体，却疾疗饥之功能。“吃”的奇异——边疆塞外，民族众多，风俗奇异。民族食艺、食风、食味，别具情调。2. 烹饪技术发达中国饮食文化有一个显著特点，即烹饪原料的广泛、多样、庞杂，几乎难以穷尽，这一点是西方人的饮食所无法比拟的。这种在原料选用上毫无禁忌的饮食习俗，使得中国烹饪的原料出现令人叹为观止的罕见景象，成为人类饮食文化史上的奇迹。中国烹饪在原料利用上有一个基本原则，就是物尽其用，即将有限的原料制作出尽可能多和尽可能美味的吃食。无论原料是动物的还是植物的，在中国厨师看来，几乎均有所有。禽畜的头脚、内脏甚至血液，蔬菜的根、茎、叶、花，无不拿来烹制出精美的佳肴。这种物尽其用的原则，拓宽了中国烹饪的思路，极大地丰富了中国菜肴的花色品种。“化腐朽为神奇”，这是中国艺术创作中一条重要的美学原则，也是中国烹饪的优良传统。把看

来没有什么价值的原料，或者看来几乎无法食用的食物转化为人人喜爱的美味，是中国人的聪明之处。化废为宝的做法包括两个层次：一是把原先弃之不用的原料用来制作佳肴。例如，在江南一带用青鱼的肝和肠可以烹制出“青鱼秃肺”、“烧卷菜”等名菜，用巴鱼的肝制作的“鲃肺汤”，用挤去虾仁的虾壳洗出虾子和虾脑再用来烹调的“三虾豆腐”，用鱼的鳞片融化后做成的“水晶脍”，以野菜制作的“拌马兰”、“荠菜羹”等，都是化废为宝的实例。当然这种化废为宝是有一个过程的，开始也许是为了生存的需要，以后就逐渐演变成了某种饮食习俗。化废为宝的第二个层次是，把变质的食物转化为美味。中国传统食品中有不少经过发酵或腐败后形成的风味食品，如腐乳、豆豉、臭豆腐、酸菜等，这些食品最早的起源可能是出于舍不得丢掉变质的食物，于是“歪打正着”，做出了别有风味的食品。

3. 食谱广泛用同一原料烹调出不同口味的菜肴，是中国烹饪的另一大特色。如我们常说的“一鱼三吃”、“一鸡多吃”之法。一料多吃诚然反映出中国人在吃方面的精细讲究，而从其深层原因来说，还是建立在食物不多情况下的无奈和智慧。烹饪原料的丰富可以为菜肴的花样翻新提供必要的条件，但是原料的稀缺更会刺激人们通过有限的原料去获得更多的味觉享受。如果仅有一只鸡，又不满足于一种口味，就会想方设法用仅有的这只鸡做成几种不同口味。在这种一料多吃的促进下，菜肴的品种和烹调方法就愈积愈多。中国特有的豆制品也是一个证明。利用黄豆中国人发明了品种多样、口味不同的豆制品，这是“一料多吃”的典型例子。

4. 饮食涵义丰富 (1) 对生活习俗影响深刻 中国人总是尽可能地提炼、完善自己的日常生活——包括安排自己的节日。中国人的节日，最明显的体现即对饮食的重视（譬如端午节的粽子）。中国人的吃，要满足胃、嘴，甚至还要满足视觉、嗅觉。所以中国菜的真谛，就是“色、香、味、型”俱全，还包括营养学方面的要求（“膳补”比“药补”更得人心，两者的结合又形成了“药膳”）。从这个意义上看，中国人既像厨师，又像大夫，还带点匠人或艺术家的气质。因而中国的饮食有着最丰富、最发达的理论体系。19世纪末，美国传教士明恩溥注意到了中国人对年饭的重视：“中华帝国疆域辽阔，各地风俗差异很大，但很少有一个地方在春节时会不吃饺子或类似的食物，这种食物就如同英格兰圣诞节上的葡萄干布丁，或是新英格兰感恩节上的烤火鸡和馅饼”。与西方人相比，在食物的质和量上不加节制的中国人是相当少的。中国的大众饮食总的说来比较简单，在食物上的代代节俭，可以说是中国人的显著特点。

# 《中国饮食文化》

## 编辑推荐

《中国饮食文化》为化学工业出版社出版发行。

# 《中国饮食文化》

## 精彩短评

- 1、作为教材使用有些简介，作为大众使用则是简单。
- 2、入门教材 很好
- 3、很薄 只有大概7毫米厚 内容很简单
- 4、书本还可以。纸张还可以，其余自己也没好好看
- 5、正文叙述还清楚，读后增长了一些相关知识。
- 6、挺好的，质量挺好，内容完整，印刷清晰
- 7、作为参考资料挺不错，喜欢养生的可以看看
- 8、书不厚，能帮助我们在短期内快速了解中国饮食文化当中一些主要内容，不过深度分析不足。
- 9、对中国的饮食文化有一种莫名的向往！
- 10、通俗易懂的科普读物！
- 11、书不错很好 孩子很喜欢
- 12、考试用的，书还没看完，不过总的还可以，编者就是我们上课的老师
- 13、一本不错的入门书，值得一看。
- 14、饮食文化，真的很多规矩啊！好
- 15、书和想象中的有差距。。不知道内容怎样，还没看。。
- 16、书的纸一般。内容很丰富，不错。
- 17、买回来才发现，其实是一本教科书，也正因为此，本书条理脉络十分清晰，掌握了更多有关饮食的文化
- 18、写的很全面，纠正了很多误解
- 19、这本书短小但是全面，没有空洞无用的言语，虽然薄薄一本，但却是饱满的精华，非常适合都市人细心学习，从各大菜肴的文化背景到酒水茶叶，再到各种餐点的礼仪，在饮食文化方面几乎无孔不入，知识面非常大！
- 20、刚看翻翻就知道不错！了解一下中国的古文化！
- 21、这本书详细介绍了中国饮食的特点，尤其是中国的八大菜系的介绍非常有用。建议想了解中国饮食文化的人好好阅读。
- 22、讲的很细，薄薄的一本，很喜欢
- 23、如同一位和蔼可亲的老人，在讲述中国各地的饮食习惯。买回来之后，就放在一边，偶尔拜读一下。也许如同一位前辈说的，书，就是用来收藏的，偶尔拿出来看一下，受益匪浅。由于是讲述中国的各地的饮食习惯的，书里面难免会做到不详细的地方，不可能每个地方的饮食文化都说的非常的详细，但是我觉得还可以了，如果可以做到像舌尖上的中国那般，就更加的完美了
- 24、适合教材使用
- 25、略看很不错啊！
- 26、这本书可以作一般性的了解，比较好了。
- 27、这是凑单时挑了很久才找到的一本稍感兴趣的，看了目录也翻了下内容，很全面，是本教材
- 28、书的内容我个人觉得还行

# 《中国饮食文化》

## 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)