

# 《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

出版社：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)

## 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，故曰文”（《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”人，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

俗谚云，“民以食为天。”过常宝主编的《食文化》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。

《食文化》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。

# 《食文化》

## 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。

## 书籍目录

### 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 天下肴饌

##### 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

## 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

## 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，夏则居橧巢。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‘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。



## 《食文化》

### 精彩短评

- 1、好书，值得看，不过最近可自由支配时间太少了
- 2、算是比较偏重文化性的一类，观点有新意！
- 3、此书内容泛华空洞，适合中小学生学习阅读。
- 4、写的不错，详细中肯，研究用得上
- 5、了解食文化的参考书
- 6、书很正，印刷清晰，快递也很神速，具体内容还未细看，期待能有所收获。
- 7、不是食评，是了解食文化知识的书，故虽有的地方稍显板正，但文笔简约，文辞雅致。好！
- 8、有些枯燥，需要细细品读。

# 《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)