



# 饮食习俗

EXHIBIT

张劲松 谢基贤 等编著  
辽宁大学出版社



责任编辑 闻 璐  
封面设计 刘桂湘  
责任校对 闻 铭

## 饮 食 习 俗

张劲松 等编著

辽宁大学出版社出版（沈阳市崇山西路3段4号）

辽宁省新华书店发行 朝阳新华印刷厂分厂印刷

开本：787×960 1/3 印张：8.75 字数：120千

1986年6月第1版 1988年6月第1次印刷

印数：1—5000

ISBN 7-5610-0277-7

1·71 定价：2.10元

## 编者的话✓

我们古老的中华民族，在九百六十万平方公里广袤的土地上，世世代代生息繁衍，五十多个民族和睦相处，共同创造了悠久的历史 and 灿烂的文化，形成了各式各样的民俗。

——目前，我国思想文化界民俗学的学术研究方兴未艾。具有数千年民俗文化遗产的我国各族人民，正在经受着现代化的严峻挑战和考验。每个中国人都不得不思考对传统风俗与习惯究竟如何再认识的问题，并对民俗传统中的许多现象做出说明，对民俗变革中的许多难题做出回答。

当前，传统民俗与现代化在全民生活中正呈现出一种既相互参与又相互干预、既相互依存又格格不入的状态。人们既离不开民俗传统，又迫切需要现代化。因此，人们对民俗发展变化的关心和兴趣，几乎与我国的现代化进程同步增长。广大读者虽然置身于民俗之中，但是，正由于习以为常反而对民俗所知有限。为了活跃民族文化的论坛，发展我国新兴的民俗科学，为更新传统民俗

观念，有助于对传统文化的批判与继承，我们编辑了这套《中国民俗百科丛书》。

这套丛书将为读者展开一个丰富多彩的民俗知识的天地。它包括有服饰、饮食、居住；交易、交通；诞生、成丁、婚姻、丧葬；家庭、亲族、村落、城镇；职业、行会；岁时节日；信仰、禁忌、巫术、礼仪；游乐、工艺、竞技、民间俗语、文艺等民俗的知识、论述、辨析和探索。

希望这套丛书对于促进民族文化再认识和现代文化建设将起积极作用。

## 目 录

- 馮饭、羹饭及其它……………宋经文（1）
- √从“腊八粥”谈粥……………宋经文、齐广文（7）
- 糕俗趣谈……………力木（13）
- 伏日食面……………魏素梅（19）
- 谈汤圆……………孙建昌（22）
- √谈粽子……………孙建昌（27）
- 中秋节话月饼……………魏素梅（32）
- 从年夜吃饺子谈起……………倪雅琴（36）
- 吃“抓饭”……………王家城（40）
- 新疆的“烤馕”……………王家城（44）
- 食猪肉琐谈……………胡莹（47）
- 牛肉纵横谈……………力木 孙建昌（52）
- 蒙古族的整羊肉  
——“秀斯”……………喜山（58）
- 烤羊肉串……………王家城（61）
- “手抓羊肉”与待客……………王家城（63）
- 狗肉食俗……………力木（67）
- 板鸭、烤鸭和食鸭……………谢基贤（75）
- 说吃鸡……………刘志文（82）
- √从“年年有鱼(余)”谈起……………宋经文（89）

- 漫话食鲤.....谢基贤 ( 93 )
- “重阳食蟹”话螃蟹.....胡莹 ( 100 )
- 广东蛇肴.....刘志文 ( 104 )
- 谈蛋俗.....胡莹 ( 108 )
- 火锅趣话.....齐广文 ( 114 )
- 闲话豆腐.....宋经文 ( 119 )
- 辣椒杂谈.....孙建昌 ( 124 )
- “假人参”上酒宴.....谢基贤 ( 130 )
- 酸菜上席.....力木 ( 137 )
- “偷瓜”与吃瓜.....宋经文 ( 142 )
- 话说地瓜.....阿湘 ( 145 )
- 奇异食料藜荚.....齐广文 ( 148 )
- 四大名菜古今谈.....齐广文 ( 154 )
- 食与酒.....宋经文 ( 161 )
- 酒礼和酒忌.....宋经文 ( 165 )
- “女儿酒”与“八字酒”.....阿湘 ( 170 )
- 酒拳.....宋经文 ( 173 )
- 酒令.....宋经文 ( 177 )
- 琳琅满目的饮酒具.....汪青玉 ( 184 )
- 饮酒秩俗.....汪青玉 ( 189 )
- 谈吃茶点.....胡莹 ( 194 )
- 药茶.....阿湘 ( 198 )
- 饮茶习俗趣谈.....胡莹 ( 203 )
- 少数民族的茶俗.....孙建昌 ( 211 )
- 筷子的忌讳.....宋经文 ( 217 )
- 筷子的功能.....宋经文 ( 222 )

- 筵席的席位.....宋经文 (228)
- 招徕食客的幌子.....力 木 (240)
- ✓“餐制”点滴.....阿 湘 (246)
- 少数民族的待客礼俗.....何锦良 (249)

## 晶饭、毳饭及其它

宋经文

一代文豪苏东坡，有时也是一个好恶作剧的人。据《漫笑录》载：苏东坡有一个好友叫钱穆父，有一天他请东坡到他家去吃“晶(xiǎo小)饭”。苏东坡心里纳闷，自己参加过大大小小多次筵席，还从未听说过有“晶饭”，一心想看个究竟，于是欣然前往。结果，钱穆父请他吃了一碗白饭、一碟白萝卜、一盆白水汤。苏东坡当下也不言语，吃完后就回家了；时过不久，苏东坡回请钱穆父吃“毳(cuī脆)饭”。毳的意思是“鸟兽的细毛”。钱穆父心想，苏东坡大概是为他准备了精美的鸟兽菜肴，也就按期赴宴。谁知他左等右盼，餐桌上除一双筷子之外一无所有。这时，苏东坡才缓缓开口：“萝卜、汤、饭，俱毛也”！也就是什么都没有了。钱穆父想到自己请他吃“晶饭”，而今他请我吃“毳饭”，一报还一报，只好叹道：东坡真会戏谑人啊！饿着肚子回家了。

宋代朱弁所著《曲洧旧闻》中，也记载了钱



穆父请苏东坡吃“三白饭”(即萝卜、盐巴和米饭)，苏东坡回请“三毛饭”的趣事。则当是前者的异文。

这虽然是一则笑话，但古今往来，饭对于人类来说确是关系极大的，谚云：“民以食为天”，足见它的重要了。我国人民在长期的饭食中积累了丰富的经验，并根据不同的时令，不同的对象，创造出各种各样的饭食和一整套完整的吃饭习俗。如：青精饭、蟠桃饭、调菰饭、玉井饭、五色饭、露天饭、金饭、银饭和大家所熟悉的：年夜饭、乌米饭、八宝饭和蒸谷饭。历代文人对它们都有所记载。北周庾信的诗中有：“石软如香饭，铅销似熟银”之句；唐代大诗人杜甫有：“岂无青精饭，使我颜色好”，高度赞扬了青精饭；还有韩愈的：“风土稍殊音，鱼虾日异饭”；柳宗元的：“香春菰米饭”；白居易的：“忧吾贫病身，书来惟劝勉，上言少愁苦，下言加餐饭”；皮日休的：“雕胡饭熟醍醐软，不是高人不合尝”；陆龟蒙的：“乌饭新炊蕲臛香，道家斋日以为常”；宋代范成大的：“觉来饱吃红莲饭，正是塘东稻熟天”；明代居节的：“来斲作饭菜为羹，惭愧山农饷我情”等诗句，都从不同的角度赞美了饭。

至于对饭的传说也是屡见不鲜的。《廉颇传》中载：“赵王使使者视廉颇尚可用否？廉颇之仇郭开，多与使者金，令毁之。赵使者既见廉颇，

廉颇为之一饭斗米、肉十斤，披甲上马，以示尚可用。赵使还报王曰：‘廉将军虽老善饭，然与臣坐，顷之三遗矢矣！’赵王以为老，遂不召”。在《幽明录》中，则记载着另一个故事：“汉永平中，刘晨、阮肇，采药失故道，行至溪浒，二女迎归，食以胡麻饭。求去，指示之，至家已七世矣”！从以上两则记载，我们可以看到古人对饭是很有讲究的。同时，许多饭食都带有一定的纪念意义，形成了民俗。

“乌米饭”又叫“寒食饭”，就是为纪念介子推而命名的。早在二千六百多年前的春秋时期，晋公子重耳逃往国外，途经卫国五鹿（今河北浞阳县南），肚子饥饿异常，无以为食。介子推刈下自己的腿肉煮了一碗汤给他吃，重耳知道后，非常感动，当即表示有朝一日要好好地酬谢他。后来，重耳果然当上了皇帝，也就是晋文公。有一次，赏大臣的时候，当时跟他出逃的人几乎都被封官晋级，恰恰把介子推给忘掉了。介子推也激流勇退，和他的老母亲一块到深山里隐居了。当晋文公想到他时，派人四处寻找，终子得知介子推和他的母亲藏在绵山里，可子推坚请不出，重耳知道介子推很孝顺母亲，于是下令在绵山的三面放火，一面派兵把守，欲引他母子出来，可谁知大火烧了三天三夜，还不见人影，待火熄后，发现两具抱柳而死的焦尸。晋文公为纪念他，把绵山改为介山，并规定在那一天家家户户不许

生火煮饭，把这一天定为寒食节（在清明节的前两天），那天所吃的饭就叫“寒食饭”，或“乌米饭”。

在江南则流传着另一种说法：战国时，庞涓忌才妒贤，削去军事家《孙子兵法》的作者孙臆的膝盖骨，使他不能行走，并用花言巧语把他软禁在庞涓的势力范围之内，准备骗到他的兵书之后，再害死他。这件事被一个老狱卒知道了，就悄悄地告诉给孙臆，从此孙臆装疯作傻，毁掉了所写的兵书，并且不吃不喝。为了保住他的性命，老狱卒和他的老伴又想了个办法，用乌树叶子的浸液拌糯米（即江米），煮成饭，捏成一团一团地放在地上让孙臆吃，因为这种饭煮出来后的颜色跟猪大便一样，终于瞒过了庞涓的眼睛，保住了孙臆的性命。孙臆第一次吃乌米饭时是在农历的立夏，人们为了纪念他，便形成了在立夏吃乌米饭的习惯。

“蒸谷饭”则是浙江人民喜欢食用的一种饭食。传说在春秋时，越王勾践兵败于吴。勾践做了吴王夫差的俘虏，忍辱负重，卧薪尝胆，终于被释放回越国。有一年，越国歉收，勾践派大臣文种去向吴王借一万石的谷子，第二年如数奉还。送还的谷子粒粒饱满、色泽金黄，吴王夫差认定是优良品种，下令全国统统改用越王送来的谷子播种。其实，这是勾践的一条计谋，送去的所有谷种都是蒸过的，种下去当然是颗粒无收

了。当吴国明白过来的时候，季节早已过了，越国趁机大举进兵，一举吞灭了吴国。从此，越国人民喜欢用吃蒸谷饭来纪念这次消耻雪恨的胜利，并沿袭成了风俗，保留至今。

“八宝饭”则是人们逢年过节必备的一种饭食。主要原料有：糯米、花生、芝麻、瓜子、红枣、黑枣、莲子、冬瓜糖条等八样。先把糯米蒸熟后，把其它东西伴入，并加进白糖、猪油搅匀，再蒸，即可食用，味道香甜爽口，色彩鲜艳，带有喜庆的味道。这八种东西也可根据各地的实际情况而变化，如芝麻、蜜枣、果脯、桂圆、松子等都可，在江南还有一种带馅的八宝饭，即在八宝饭中，包进用赤豆和糠搅拌而成的赤豆泥，那又另有一番风味，人皆爱之。现在许多地方又盛行吃“盐八宝饭”。“盐八宝饭”是炒的，主要原料是糯米、肉丁、香菰（或红菰）、冬笋（玉兰片）、虾仁（开阳）、葱蒜、胡萝卜、菜心等，全部切丁备用，糯米用水浸泡至略略发胀，起油锅，将糯米倒入急急翻炒，边炒边加水、加油，欲熟时，再把其它东西放入同炒，并加入佐料，一直炒到熟。“盐八宝饭”能增加人们的食欲，食之可口开胃，成了人们喜爱的一种饭食。

“年夜饭”即在大年三十晚上，焖好了一锅米饭，一直不动，待到第二天早上，也就是年初一，才把它用开水泡一泡来吃，所以，又叫着泡饭。吃年夜饭意味着家庭生活富裕，连米饭都是

去年余下来的，同时，也是告诫人们在新的一年里仍要勤俭节约、珍惜粮食，不要随便抛扔，这是很有意义的，所以，吃“年夜饭”的习俗，也就一代一代地传了下来。

吃“银饭”，则是我国少数民族——畲族青年男女订婚时所食用的一种饭食。畲族青年男女相爱了，男青年到女方家中做客，女方的父母必定请他吃饭，一边吃、一边聊，如果女方的父母看中了男青年，就会悄悄地在这碗饭当中埋下一枚银戒指。男青年吃到了戒指，就表示婚姻成功了，这是畲族最高的表示方式；如果没有吃到银戒指，就只当一般朋友往来。凡是求婚的畲族男青年，是多么希望在女朋友的家里吃到“银饭”啊！

（从苏东坡请吃“羹”饭到各式各样带有纪念意义饭食的出现；从原始人类最早把石头烧红后，才将五谷倒入石上烤熟到人类用饭食来表达情感，缔结婚约，经历了多少个漫长的世纪，人类在不断地社会实践中丰富自己的饮食，美化自己的生活。饭食将永远伴随着人们、并不断地创造出新的食法，让人们食得更加美好。

## 从“腊八粥”谈粥

宋经文 齐广文

《燕京岁时记·腊八粥》中载：“腊八粥者，用黄米、白米、江米、小米、菱角米、栗子、红江豆，去皮枣泥等合水煮熟，外用染红桃仁、杏仁、瓜子、花生、榛穰、松子及白糖、红糖、琐琐葡萄，以作点染。”这是“腊八粥”的原料及其做法。那末，喝“腊八粥”这一习俗是如何产生的呢？在我国古时，周代夏历的十二月，就有猎禽兽以祭祖先的习俗，并把这一习俗叫作“腊”。一直到了秦代，才把农历的十二月，称之为腊月。腊八是祭日，但此时尚未形成喝“腊八粥”的习俗。

腊八还是佛教界的纪念日。据传说，十二月是佛教创始人释迦牟尼得道成佛的日子，佛教界为了纪念祖佛，就在这一天在各大刹名寺里集会。并用香谷、果实及粥供佛，同时，也向老百姓布施粥，以积功德。根据佛家的考证，释迦牟尼在成佛之前，曾踏遍了印度的名山大川，以求真谛。有一天，他走到了印度北部摩揭陀国的尼连河附近。

由于多日化不到斋食，他又累又饿，终于倒了下來。这时，一位牧女看到了，把他扶在一边，又把自己身边所带来的杂粮，加上采来的野果，用清水煮成乳糜状的粥，然后一口一口地喂他。释迦牟尼吃了牧女给他熬的粥，顿觉精神振奋，于是，便在尼连河里洗了个澡，静坐在菩提树下沉思，突然灵窍大开，终于在十二月八日得道成佛。佛家为缅怀祖佛和那位救祖佛的牧女，就在这一天煮上一些“五味粥”以示纪念。这在我国一些史书上均有记载。吴自牧《梦粱录卷六、十二月》记：“此月八日，寺院谓之腊八。大刹等寺俱设五味粥，名曰：‘腊八粥’。（按：腊八粥又名七宝粥）十二月初八日为释迦牟尼佛成道日，故寺院取香谷及果实等造粥，以供佛。”周密《武林旧事》卷三载：“八日，则寺院及人家用胡桃、松子、乳蕈、柿、栗之类作粥，谓之‘腊八粥’”。据载，佛教传入我国是在西汉哀帝元寿二年（公元前二年），但对我国僧侣吃“腊八粥”的有关文字记载，始见于宋。而在民间中流传的关于腊八粥的传说和故事就更丰富了。

在我国的北方，流传着这么一个故事。有一个年轻人，娶了个媳妇，俩口子都是好吃懒做，依靠他父母生前攒下的八个囤子的粮食过日子。常言说，坐吃山空，没几年就把八囤子存粮都吃完了。有一天，正好是腊月初八，俩口子饥寒难

忍，只好从八个囤子中的见脊里，扫出一些五谷杂粮，渗合在一起煮了一锅粥喝了。而后只好靠讨饭过日子。待到第二年后，俩口子才象他们的父母一样，起早贪黑，辛勤劳动，省吃俭用，慢慢地日子又好了起来。为了记住那个坐吃山空的教训，每到腊月初八这一天，俩口子就煮粥吃，并用以教育后代，久而久之，便形成了吃“腊八粥”的习俗。

在安徽一带，传说朱元璋在小的时候曾在财主家里当过放牛娃，常常是有了上顿没下顿，填不饱肚子。有一天，朱元璋放牛归来又寒又饥，实在受不了，便在自己睡觉的牛棚里挖开一个鼠洞，准备挖鼠充饥，他挖呀挖，突然发现了老鼠的贮粮库，那里面有黄米、江米、红枣、花生等。朱元璋立即找来一口破锅，并把这些东西放在一起煮了一锅香喷喷的粥。这是他有生以来最好吃的一顿粥。后来朱元璋当了皇帝，每天吃的是山珍海味、美味佳肴。时间长了，也吃腻了，于是，他想起了小时候那次吃过的粥，便叫御师去做。御师根据朱元璋的讲法，就用上等的黄米、白米、江米、小米、菱角米、栗子、红江豆、枣子、胡桃、柿块等，煮了一锅粥，然后用染红的桃仁、杏仁、瓜子、花生、榛穰、松子做点缀，献给朱元璋。朱元璋吃后又赐给众大臣吃，大家吃后均赞不绝口，纷纷问叫什么名？朱元璋想了一想，就说：“今天正好是腊月初八，就叫



它‘腊八粥’吧！”以后这种粥就慢慢地流传到了民间。

河南人吃腊八粥，是为了纪念民族英雄岳飞的。据传，岳飞抗金扎营朱仙镇，正当节节胜利的时候，奸贼秦桧弄了十二道金牌，追逼岳飞搬师回京。岳家军被迫回师，一路上又冷又饿，沿途百姓念及岳飞及岳家军的好处，便各家各户自动的送来饭和菜，渗和在一起用水烧开后分给岳家军吃，所以又叫“大家饭”，那天正好是腊月初八。后来，岳飞被害在风波亭后，这一带的人民每当腊月初八这一天，就烧“大家饭”来吃，缅怀岳飞。

“腊八粥”在浙江是纪念天台山烧饭和尚阿弥的，这一天要烧米麦豆粥吃；而在苏州、常州一带则是怀念天宁寺当家和尚的。这一天要煮有米、有菜、有豆的“合成粥”。各地吃“腊八粥”的原由虽不尽相同，但是，在腊月初八这一天，吃一点混合粥，已成为一种民间习俗了。

从“腊八粥”的传承和演变过程中，可以看出，粥，是我国人民喜欢的一种传统的、日常的食物之一。

粥，也叫糜、糜、糜等，周代时就有“仲秋之月，养衰老，授几杖，行糜粥”的记载了。（《礼记·月令》）随着历史进展，粥的品种也增多了。古代诗人咏叹的著名的有茗粥、粥、豆粥、茯苓粥，等等。宋时一些大都市饮食店供应粥品

已是很丰富的了。据《武林旧事》上记载，南京临安有“七宝素粥”、“五味粥”、“粟粥”、“糖豆粥”、“糖粥”、“糕粥”、“绿豆粥”、“肉盒粥”、“小米粥”、“大米粥”、“秫米粥”等等。而且冬夏有别，春秋不同。宋代大诗人苏东坡尤感兴趣的是广东民间的“花鸡粥”。

粥品，随着历史的演进而不断增多，关于粥的理论著作也多了起来。宋代东溪遁叟《粥品》一书，明代高廉《饮馔服食笺》中关于粥类就收三十八种之多。中国大药物学家李时珍的《本草纲目》关于粥总计收五十多种。清代曹慈山《养生随笔》卷五《粥谱》收一百种。其中有上品三十六种，中品有二十七种，下品有三十七种。而光绪时黄云鹄编的大型《粥谱》分八卷，谷类、蔬类、蔬食类、水果类、植药类、卉药类、动物类。其中六、七为“卉药类”，故实才七大类。收粥品二百多种，真可谓洋洋大观。

张耒《粥记》中说“每日起，食粥一大碗，空腹胃虚，吞气便作，所补不细，又极柔腻，与肠胃相得，最为饮食之妙诀也……”（《本草纲目》）。宋代大诗人陆游有一首《食粥》诗：“世人个个学长年，不悟长年在目前。我得宛丘平易法，只将食粥致神仙。”可见，古人所以喜欢吃粥，主要原因是认为吃粥容易消化，便于吸收，可以延年。

我国南方江浙一带，不少人家除早晚有食白

粥的习惯外（现有油条、馒头之类），夏天喜欢食绿豆粥、荷叶粥，冬天喜欢食赤豆粥、山芋粥、红枣粥、莲子粥。夏日吃绿豆粥消暑解热，冬天吃赤豆粥则能暖胃御寒。此外，食粥还可以防病祛病。感冒的人往往食用生姜红糖糯米粥；血虚者可食羊肉粥；脾虚者可食红枣粥；胃寒者宜用生姜粥；肺气亏虚者当食百合粥；健身防老可食南瓜粥；消炎止泻当食大蒜粥；滋阴润肺可食银耳粥；防治老年心血管疾病常食玉米粉粥；营养不良、久病虚弱、产后缺奶可食鸡粥；润肺止血可食柿饼粥；消化不良、皮肤干燥常食萝卜粥；风寒感冒可食生姜粥；身体虚弱，头发早白常食芝麻粥；散热降血可常食菊花粥。常吃绿豆粥可解热止烦、有去毒解渴的效用；常食芹菜粥可降血压去肝火；藕粥则可健脾、开胃、养血、生肌止泻。……真是举不胜举，当然，各种各样的粥，还要根据不同的地理环境、气温差别，因人而宜的食用，不可过量贪吃。宋代大文学家苏东坡就曾说：“已饥方食，未饱先止。”凡事适可而止，方能恰到好处。

## 糕俗趣谈

力 木

糕，湖南方言叫“粑粑”，江西叫“米糍”，也有的地方叫团馊。它指的是两类食品，一类是将大米杂粮粉研后蒸煮的粑，一类是在木臼、石臼的空洞物里打砸的糯米糍粑。粑粑的做法因民族和地区而异，品类繁多，如有枣糕、栗糕、糖糕、花糕、蜜糕、食禄糕、蓬糕糕、大耐糕、小甑糕、干糕、间饮糕、榆钱糕、片糕、发糕、散状糕、切糕……等等。糕本来是供人们喜食的食品，但它却有一些别有情趣的糕俗。

先谈糕同爱情生活的联系。在我国有少数的民族，青年男女往往以粑传情。侗族的姑娘和后生玩山赶坳，结成朋友后，姑娘一定要给意中人送粑，有一首歌这样唱道：

八月中秋哥送饼，  
九月重阳妹送粑；  
不是朋友苛派你，  
本是一礼还一答。

姑娘们舂粑送给男朋友时，一般是不让父亲

知道的，只让母亲晓得。当娘的最懂得女儿的心事，她会把家里的香糯米和芝麻悄悄地拿给女儿。姑娘得到香糯米和芝麻后，却不在自己家里舂粑，而是拿到“土地婆”（即和姑娘相好的嫂嫂或婶娘）家里去舂，她们会给姑娘提供各方面的方便。

相约幽会的时候，姑娘将粑粑装进精致的细篾篮子，待那情声意语尽叙之后，姑娘给情郎送上篮子，接着唱出意深情长的“送篮子”歌：

二月栽花四月发，  
九月重阳妹送粑；  
舂得粗糙捏得丑，  
吃起好象吃岩砂。

姑娘唱的当然是自谦之词，其实，她送给男朋友的粑粑，制作非常精致讲究：雪白的香糯要簸得干干净净，用水泡发后舂细成粉，掺合适量的水揉匀，掰成一坨一坨的，捏得溜圆，里头包上芝麻、黄豆粉、瓜子面和糖等，然后做成扁圆形状，印上各种漂亮的图案，再放进甑子里去蒸，待蒸熟后冷却，便成了很好的粑粑。她送给男朋友的粑是十二对，表达她一年十二个月相思不断、情意绵绵的愿望。

此时，男朋友的情潮撞击出新的浪花，要欢笑着唱出情真意美的“夸赞歌”：

晓得你姐手艺精，  
盖过团转几多人；

粑上印起红花朵，  
吃在口里甜在心。

尔后，男朋友在慢慢咀嚼揉入姑娘缕缕情丝的粑粑时，他从中品尝到姑娘的灵巧和贤淑。这种粑对他们来说能不令人心醉、余味无穷吗？

男朋友吃了姑娘“送篮子”的粑后，到下一次幽会时，就要“回篮子”了，即送姑娘十二包糖作为酬谢。姑娘早已甜在心里，这么多糖她是不会一个人吃的，而是拿回去孝敬母亲，送给“土地婆”，让她们来分享她的甜蜜和幸福。

婚礼中，姑娘家仍是“以粑传情”，在姑娘出嫁的头天晚上，寨上的姑娘和年轻妇女要连夜赶做“离娘粑”。“离娘粑”每个都有碗口那么大，制作精美，也是十二对，其意为新娘新郎结婚后，长年十二个月生活美满，并且不忘父母的养育之恩。“离娘粑”由接亲的人带到婆家去，在婚礼的酒宴前吃。婆家煨油茶时，将“离娘粑”切成细片拌在一起，让满堂高亲都尝到，以显示新娘家的艺巧情深。还有一种粑，叫做“盖箩粑”，象锅盖那样大，有大拇指那么厚，上面印有大红“喜”字。这种糍粑，因娶亲的人家用来盖挑彩礼的箩筐而得名，别具特色。

糕同人生仪礼也有关系。每当人过三朝、周岁、生日寿辰时，亲戚朋友必携礼庆贺，在庆贺的礼物中，很多民族必用粑粑。作礼物的粑粑，

要用颜料印上富有民族特点的图案。汉族喜印福、禄、寿、喜字样；苗族喜印象征吉祥的花鸟虫鱼；侗族大多用筷子矩形的一头粘上红色，点在粑上，用点数不同表示不同的祝福之意。主人接到粑粑不会只顾自家吃，要分送给亲族、朋友和四方邻舍，让粑传送着友谊、团结和欢庆。一些民族用粑粑作为待客的重要食品。在侗族，要是在春节期间家里来了客人，主人首先要烤糍粑、开甜酒盛情招待。如果是在没有糍粑的季节，主人则会先端出一碗甜酒给你接风，随后就煨“粑油茶”敬客。

“粑油茶”有两种：一种是用砂罐煨的糯米粑油茶；一种是用大铁锅煮的碱粑油茶。糯米粑油茶是主人知道客人要来事先准备好了的，煨这种油茶，糯米粑捏得象手指头那么大，煨熟后盛在红花碗里，再放上炒米、葱花、辣椒、香油等佐料，真是五味俱全，特别好吃。煨碱巴油茶用碱粑，制作过程比较复杂，首先用粘米或者粘米和杂粮拌在一起，合着筛过的地灰浸泡一天多时间，等灰碱渗入米内变成黄色后，就用筛子淘出地灰，再把碱米磨成米浆（有的还加少量剁细了的磨芋），放在大铁锅里熬熟，趁温热时捏成粑团，冷却后就成了碱粑。碱粑油茶的吃法与糯米粑油茶相同，只不过不用砂罐煨，而是用大铁锅煮，味道别具一格，且易于消化。侗家人行亲走客时，常用粑作礼物，在粑上点上四点，意为“四季如意”。等到客人回家时，主人也要用一

对粑粑来回赠，叫做“回篮粑”，还用粑作“进门孝”去孝敬客家的老人，以表示主人的仁义。

糕同岁时节日非常密切。节日食品是节日生活的一部分。很多民族在春节、清明节、尝新节、重阳节、冬至节等都要做粑粑或打糍粑。人们不只在吃，还重在“做”和“打”。这做粑粑和打糍粑，男女老少都参加，捶声伴合笑语歌声，是一种美的旋律，给节日增添着欢乐的气氛。节日里人们不只是自己吃粑，也拿粑祭祀祖先和神灵，这虽然是迷信，但却表达出他们不忘祖先和获得丰收平安的愿望。

古人喜食糕，不仅用粑粑交流他们和蔼优美的感情，也将美好的感情粘附于关于糕品来源的传说之中。宋朝著名文人范仲淹，小时候家里十分穷。他一日三顿粥，每到冬夜，随着他的读书声，肚子就咕咕咕地叫起来。后来，他想个办法，把粥盛在盘里冻结，然后象豆腐似的把粥划成一块一块，肚子饿了，就拿一块吃，他把这一块一块的方粥，取了个美名，叫“白云糕”。他的同窗好友石梅卿知道了，叫人用糯米粉仿照范仲淹的“白云糕”做了方糕，天天送去，一直到范仲淹中举。据说，现在苏州、常熟一带市上供应的“白云糕”，就是由此传下来的。

追溯糕的踪迹，原来历史悠久。殷商以来我国就有了制作糕的方法，殷墟中出土了研磨粮食的石臼，它是加工谷物的工具，也是做糕的工具。不



过，先秦古籍上不是写作糕，而是写作“饘”或“饵”。如《周礼·天官·籩人》载：“糗饵粉飧。”汉郑玄训为：“今之啖糕”。到后来，做糕越来越普遍。《北史·慕容绍宗传》记有民谣：“七月刈禾太早，九月啖糕未好。”宋孟元老在《东京梦华录》中记载了很多糕俗。如：“京师八月秋社，以社酒社糕相赠送。”“都人多出郊外登高……前一天日，各以粉面蒸糕赠送。”还记载了夜市卖糕的景象：“冬月，虽大风雪阴雨，亦有夜市，……糕、团子、盐鼓汤之类。”古人还总结了糕的药用价值和食用经验。《本草纲目》载：“粳糕：养脾胃，厚肠，盖气和中。粳糕：盖气暖中，缩小便，坚大便，效。”“老人泄泻，干糕一两，姜汤泡化，代饭。简便方。”指出：“粳米糕易消导。粳糕最难克化，损脾成积，小儿尤宜禁之。”

糕类食品发展到今天，由于食品加工业的现代化，其品类更为繁多，做工更为精细，为现代化的生活增添了更为丰富的色彩。

## 伏日食面

魏素梅

我国很多地区有三伏天吃面汤的习俗。面汤又称面条。三伏天，气候炎热，是容易发病的季节。俗传，用新收获的小麦磨成的面粉煮汤饼吃，可以解暑。南朝梁代宗懔著的《荆楚岁时记》中说：“六月伏日，并作汤饼，名为辟恶饼。”辟恶，是解除暑疫的意思。

三伏天吃汤面的风俗，起源很早。三国曹魏时，已十分盛行。南朝宋代刘义庆，在他的《世说新语》里讲了个吃汤饼的故事。何平叔容貌长得白净漂亮，据说是长期吃汤饼的缘故。魏文帝不相信他的脸白得那么好看，怀疑是在脸上搽了粉。大伏天，文帝给何平叔赐食热汤饼，看何平叔吃得满头大汗时拿毛巾擦汗，擦过后脸色更是姣嫩洁白。从此文帝才打消疑虑，相信了吃汤饼的好处。

汤饼的称谓，不同的地区，具体所指有所不同。清光绪高照所撰的《直隶和州志》记载，江淮地区指的是“麦面饼”。徽州黟县的清代大学问家俞正燮的《癸巳存稿》中记载，长江以南，

指的则是“面条”。现在人们一般都把“汤饼”看作是面条了。

伏天吃汤饼的习俗，今天在农村尤为盛行。只不过人们习惯上叫六月伏天吃面条了。一般的吃法是将煮熟的面条，放在刚从深井打来的凉水里浸泡。因夏天细菌繁殖力强，是流行性痢疾的多发季节。为了杀菌和不致于“坏肚子”，把大蒜捣成蒜泥来拌着吃，民间流传这种吃法可以“败心火”。现在城市的饮食店也风行“伏天卖凉面”，并且配上各种不同的佐料，吃法比农村更为讲究。人们从吃凉面中得到启发，开始吃凉粉。用豌豆粉制成一块块盆样大的凉粉堆，用刀割成一条条，类似面条的形状，拌上麻油、酱油、香醋、蒜泥，也是伏天美味可口的食品。

此外，苏北沿江地区，有“六月十九吃冷面”的风俗。所谓“冷面”，就是把煮熟的面条放进冷开水浸泡几分钟，捞出拌上油盐佐料，吃起来清凉爽口，别有风味。

六月十九，这一带为什么要吃冷面呢？传说泰州罗塘镇（今姜埭）有个大财主，盘剥的鬼点子很多。俗话说：“除夕夜最黑，财主心最狠。”他五月收租，六月放粮，黄豆场一过，借一还二。而且新麦一进仓，就天天派人往麦上洒水。农户是哑巴吃黄连，有苦难言。有一年，四乡百姓私下商量，一天省一把粮食，齐心不借粮，不够大家帮。财主一直等到六月十四日，还不见有人上

门借麦，就慌忙派了几个狗腿子下乡观察动静。狗腿子一连奔了三天，走了三十六个村庄，只见家家烟囱青烟缕缕。回来一说，财主冷笑道：“顶多三五天，还能没有人上门来？”但是一晃五天过去，夹心斗、哭丧秤备齐了，来借粮的人影也没一个。这下可把财主急坏了，坐着独轮车直往乡下赶，他走到哪里，都能看到人们捧着冷面碗。回到家打开仓门一看，堆积如山的麦子让水一泡，发热生了芽，财主一气一急，昏倒在地上。

人们为了纪念“罢借”的胜利，从那以后，年年六月十九日家家吃冷面，渐渐形成了风俗，一直流传到今天。

面条是一个笼统的概念，有宽窄粗细之别。其中龙须面是最细的一种。我国北方在农历二月二日有吃龙须面的习俗。这一天吃龙须面，据说就是为了祭典“龙神”、祈祷半年。“龙须面”的风味小吃，是非常有兴味的。二月二吃龙须面的习俗，反映了当时人们期望丰收的美好愿望。

又据古书记载：“生子有汤饼宴”。在农村，生了孩子要煮面分送邻里，谓之喜面。“凡子女初生，谓之添喜。”街坊邻居都来贺喜，赠送鸡蛋、猪肉等。这种面条的做法是，将面擀成薄薄的圆饼，放在热锅上焗，焗至六七成熟时，把面割成宽条状，将葱、盐、酱油等放在油里爆炒，然后倒入水至开，放入面条煮熟即可，这种吃法别有风味，是人们较为喜欢吃的食法。

## 谈汤圆

孙建昌

一年一度的农历正月十五，是我国民间传统的节日——元宵节。

据传，元宵节始于汉朝。汉文帝勘平“诸吕之乱”是正月十五日，后来，每年的这一天夜晚，汉文帝都要出宫游玩，时间一长便成为宫中惯俗。到了隋朝，隋炀帝杀其父篡夺皇位后，他连续两年于正月十五这一天举行大庆，将全国的名舞乐人齐集于洛阳通宵演奏歌舞。尔后，各地的达官贵人和名伎都学皇宫，很快形成了一个全国性的民间节日。

早时的元宵节并无吃汤圆的习俗，唐代的元宵节仍为“灯节”。《东京梦华录》载：“正月十五日元宵，大内前绞傅山棚……游人集御街两廊下，歌舞百戏，鳞鳞相切，乐声嘈杂十余里。”其中无食汤圆的记载。

元宵节吃汤圆，最早见于宋周必大的《平园续稿》。书中记道：“元宵煮食浮圆子，前辈似未曾赋此，坐间成四韵”。宋时的浮圆子，亦名汤糰。

因粉制之圆子，熟即上浮，故名浮圆子。糰也就是“糕糰”，糕糰分为大、小两种，大而干蒸者为糰，小而汤煮者为圆。宋代始便将入水煮的小糕糰叫做“汤糰”或“汤圆”了。宋人周密的《武林旧事》中载：“节食所尚，则乳糖圆子、澄沙糰子……十般糖之类”便是所指。后来因浮圆子是元宵节的节日食品，遂呼之为“元宵”。元宵节吃元宵，意在祝福一家团圆，和睦相处，并借以表达一家人在新的一年里健康、快乐、幸福的心愿。

元宵的制作分为两种，一种为实心的，不带馅；一种为带馅的，有荤有素，有甜有咸，有酸有辣。

元宵的鼻祖是“实心丸子”。后来为了新增滋味才出现带馅汤圆。实心丸子可带汤吃，或油炸、或蒸吃。在南方的江、浙、闽一带，实心丸子有几种吃法。一种为最古老并沿袭至今的吃法，叫白水汤圆，大小约一公分半左右，以糖拌吃；一种为珍珠汤圆，状似白水汤圆，约有黄豆般大小。此汤圆煮熟后盛于碗中，粒粒尤似白玉珍珠，与蜜相拌，颗颗闪光透亮，晶莹可爱，看之让人垂涎近尺，欲之举匙，却又不舍入口；一旦入口，滑溜溜、甜蜜蜜，吃后让人回味无穷；还有一种为酒糟汤圆，它不仅于元宵节之日上市，四季也有，为冬令时节的最佳滋补食品之一。

因别有风味而名传中外的宁波汤圆，是用水磨粉而制成，吃起来爽口不粘牙。凡尝过此种汤圆

的人，用得着宁波人的一句俗话：“打耳光也舍不得放。”因为此汤圆所制馅心选用板油、芝麻、白糖、桂花，另外还配一点金桔饼。吃时，筷子夹起圆圆宕宕，长而不破，放落碗中顷刻复原，滴滴滚圆，真是香、甜、肥、软、鲜五味俱全。

四川成都的“赖汤圆”、“郭汤圆”脍炙人口，闻名全国。而其他的汤圆品种也极为繁多，有澄沙桃黑芝麻馅、玫瑰花仁馅、金枣泥馅……且不说汤圆是滑、软、香，入口就化，就是听听这些馅的名称，也准叫你垂涎欲滴。

安徽安庆韦家巷的汤圆，汤汁鲜美，迥异于人。

福州汤圆种类有二：一为甜馅。用猪油、花生与糖捣拌并合有芝麻而成；另一种为咸汤圆，馅用肉糜制成。此汤圆吃后能开胃、增加食欲。最别具一味的要算泉州的水磨汤圆了。此汤圆做法：用糯米浸于水中约二十四小时，磨成浆压净水后晒干成粉状；馅用花生、芝麻、桔皮、猪油、八角粉、白糖、蜜饯细条揉合而成小球状，放入有干粉的簸箕里摇晃，并不停地向干粉洒水，使其成球状即成。此汤圆皮薄馅多，八味俱全，传至东南亚一带被誉为“汤圆一绝”。

北方汤圆的做法不同南方，先将白糖加热面、青红丝、芝麻等和猪油放入盆内，加少许水拌匀后，倒在案板上用刀使劲拍紧成小手指粗细的条状，然后切成一厘米长的小方块，放在盆内用水

稍浸片刻捞出，倒在筐萝内的江米粉上轻轻地来回摇晃，使江米粉均匀地粘在糖馅上。这种汤圆甜香可口，滑嫩柔软，老少皆宜。

汤圆除食之外，还别有习俗。在广东省饶平县一带，男女双方议婚时，男方最难启齿的是征询女方是否同意嫁给他；而女方如果不同意，也不好意思直接答复。于是便以汤圆作答。如果碗中的五个汤圆全有豆沙或麻糖作馅，那么就是女方完全同意；如果五个汤圆只有三个是有糖馅的，则表示女方尚在考虑之中；假如男方吃的五个汤圆里面全都没有馅，是实心丸子，那么，此婚事告吹了。所以，凡求婚男子吃汤圆时，总是忐忑不安，不管汤圆多烫，总是一气吃完。因为这五个汤圆决定着他的婚姻大事。

据说，在产棉区一带，还有这样的风俗，即农历正月十四，家家都把用糯米粉做成棉花似的粉果，插在草把上放于田中烧香祭祀，祈求棉花丰收；并且在第二天——正月十五日，将这些粉果放进热面汤里，做成“元宵茶”全家分吃，以示这一年有好的收成。

正月十五的元宵为我国南北大部地区作为馈赠亲朋好友的礼物，这种风俗有祝福他人全家在新的一年里团聚康乐之意！

在汉族广大农村流行有以汤圆饯别的方式。亲朋远出，临别之际，捧汤圆一碗于前，力劝其食之，取团圆之意以示早日归来。



在我国农村，每逢正月十五用大而圆的元宵祭献祖先，以示亡灵与活着的人共度良宵佳节，这一风俗至今尚风行。

元宵、汤圆名异而实同。在我国，从前一般为南汤圆，北元宵，其做法不同，各有风味，各有特色。由于文化的交流，南北的做法可以说是南传北，北传南，南北互相吸取长处，今日几乎是南北贯通了。如南方的以肉馅、豆沙、猪油、白糖、芝麻、桂花、果仁做成的五味汤圆；以芥菜、葱、蒜、韭、姜合成的菜馅汤圆等等，今日在北方也能吃到了。

## 谈粽子

孙建昌

农历五月初五是我国传统的端午节，也叫端阳节。每年的这一天，我国从南至北，随着徐徐夏风，各家各户便会飘出端午的粽香来。

提起端午吃粽，人们自然会想到屈原，端午粽与屈原的不解之缘，源于楚人对屈原的纪念。

屈原（约前340—278），战国时楚国大夫，诗人，名平、字原；亦名正则，字灵均。贵族出身，博闻强志，明于治乱，娴于辞令。初辅佐楚怀王，任佐徒、三闾大夫等职，深得怀王的信任。后因怀王身边的近臣诬陷，遭谗去职被流放于汉北。在流放生活中，他较多地与人民接触，了解人民的疾苦，更激发了他对楚国和人民的热爱。他眼看自己的祖国被侵略而深感无力挽救楚国的危亡，心似刀割，不忍舍弃自己的祖国，遂于公元前278年夏历五月初五投汨罗江，以身殉国。后来，这一天便成为人们纪念屈原的传统节日。端午粽也成为纪念屈原的重要食品。

古楚人还有一个动人的传说：屈原于五月五日投汨罗江后，人们非常悲哀。从这一天起，人们就用竹筒子装米投于江中，使蛟龙不食屈原的尸体。到了汉代建武年中，长沙一偏僻之地有位山里人，一天忽然看见一读书人。此读书人自称为三闾大夫屈原，向山里人倾诉道：听说你们祭祀我，我非常感谢。但是，你们用竹筒装的米都被蛟龙所吃；如果你们再祭我，应以绿叶包米塞在竹筒里，并缠上彩丝线。因为绿叶与丝线是为蛟龙所惧的。山中人按照屈原之言去做并告诉大家。所以，以后的粽子改为用绿叶和彩丝包裹了。（见《奉天通志》之三）

粽子的问世似与宗教祭神有关。据专家考证，最早的端午节是祭祀龙图腾的宗教节日。古代史称百越的南方民族自称是龙的子孙，因先人们的愚昧与无知，他们无法解释大自然的灾变，便认为龙是具有最大法力的神灵，并视龙为全族的保护神。每年五月五日这一天，他们便要举行一次盛大的图腾祭，将各种食物装在竹筒中或裹于树叶里，一面往水里扔，献给图腾神吃，一面给自己吃；并划着刻成龙形的独木舟，在急鼓声中于水面上作竞渡的游戏。如果将这种装在竹筒或用树叶包裹的米加以火煮，便是粽子的原始，称之为筒粽。后以菰叶裹黍米，以淳浓灰汁煮之遂发展成今天的粽子。

粽子，原名角黍。西晋周处的《风土记》中

载：仲夏端午，烹鹜角黍。说明在晋代，人们就已盛行端午吃角黍的食俗了。

早时的粽子，只有角黍、筒粽，品种极为单调。到了唐代，粽子已是市场上的美味食品了，并有了专门制做和经营粽子的食店，且技艺更加精细，粽子的品种也繁多起来。《事物始原》记载：粽子，其制不一，有角粽、菱粽、锥粽、筒粽、九子粽、秤锤粽。宋时有杨梅粽。角粽由粽子的形状有棱有角而得名；菱粽形似湖中的菱角；锥粽形似圆锥长三角形；筒粽形似竹筒，江浙一带称为“枕头粽”；而九子粽则是将九个形似三角形的小粽相串而成。唐代的唐明皇帝吃了这种九子粽后赞不绝口，曾为之赋诗：“四时花竞巧，九子粽争新。”到了宋代，出现一种用艾叶浸米裹的“艾香粽子”，陆游为其赋诗：“盘中共解青菰粽，哀其将簪艾一枝。”明弘治年间，不仅粽子的花样数不胜数，就是粽馅也随之多样起来。有蜜糖、豆沙、猪肉、松仁、枣子、胡桃等品种，而流传至今的“火腿粽”则是清乾隆年间所兴起的。

粽子发展迄今，在用料上大体可分为二类。一是纯米粽子，南方人一般称之为“碱水粽子”，这种粽因与适量碱相会，故易贮不易坏；二是有馅的粽子，因地区不同，分甜馅与咸馅二大种：甜馅有豆沙、枣泥、芝麻并有夹果甜粽，一般以栗、柿、银杏等分别与糯米包裹而成。咸馅的花样更

多，有用虾米、香菇、猪肉或鸡肉拌糯米包裹而成；有用火腿放于米中包裹而成的“火腿粽”。迄今为止，粽子食俗之著名品种有“黄金裹玛瑙”的北方黄米粽；有水晶的“猪油夹沙粽”；有荷叶清香的“鸭丁粽”；有南国风味的什锦粽、豆蓉粽、冬菇粽，还有一头咸，一头甜，一粽两味，颇具特色的“双拼粽”等，这些粽子均以作料的不同而味道各异，使得粽子家族更为丰富多彩。

粽子在端午节，人们不仅争相品尝它的香味，且也用作馈赠亲友的礼物。据李时珍的《本草纲目》载：“今俗五月五日，（粽子）以为节物相馈送。”我国南北大多地区在端午节以五色彩丝缠裹的粽馈赠亲友，其意为祝贺节日吉祥如意。这一习俗延续至今。在福建一带，端午节裹粽子时，家家户户都要裹上几个小角粽子，煮熟后挂在孩子的胸前，既供孩子们玩耍，也有避去邪恶之意。至于古时宫中的食粽，花样自然更多。

《开元天宝遗事》记载：“宫中，每到端午节造粉团角黍，贮于金盘中，以小角造方子，纤妙可爱，架箭射盘中粉团，中者得食”。在清宫中，还食用一种用奶酪浸米一夜后煮之的“奶子粽”。

粽子的扑鼻清香与裹粽之叶关系极大。粽叶，因地域的产料不同，选做原料的叶也不尽相同。我国常用的有菰果叶（菱叶）、芦叶、箬竹叶等几种。

粽子作为饮食习俗中的一种，经历过千百年来的历史发展，今日仍是满足人们需要的美食之一。愿人们在端午节吃粽子时，得到爱国主义和美食佳味的美感享受！

## 中秋节话月饼

魏素梅

中秋节，又称八月节，是农历一年中三大节日（春节、端午、中秋）之一。由于八月十五在秋季七、八、九三个月，是居中的日子，所以叫做“中秋节”。提起中秋节，人们自然会联想到月饼。

关于月饼还有一段动人的传说。相传，七仙女回天宫时给董永撒下一个儿子。有一年旧历八月十五，他的儿子看到同村的孩子们在村头的桂花树下玩耍，也想去凑凑热闹，哪知道没人理他，还骂他是个没妈、没教养的野小子。他一听，嚎啕大哭起来。边哭边喊：“妈呀妈！你在哪儿呀？快来接可怜的儿呀！”哭声惊动了天神吴刚，吴刚悄悄地拿出登云鞋，对他说：“你想见亲妈，穿鞋圆月下。”董永的儿子在月光下穿上了登云鞋，飞到了天宫。七仙女见亲生儿来到身边，又悲又喜。众姐妹也都十分喜欢这个远道而来的姨外甥，七仙女更是忙得不亦乐乎，她亲手把嫦娥送的桂花蜜糖，拌上花生米、核桃仁，做成馅儿，按圆月的样子，做成了香甜的仙饼，给

儿子吃。哪知道这事传到了玉皇大帝的耳朵里，气得他七窍冒火，打发麒麟把董永的儿子驮回了人间。董永的儿子简直象做了一场梦，只记得那可口的仙饼。后来，他做了官，就叫各州各县的百姓八月十五这天，都来仿做这种饼子，摆在月亮下，表示对亲人的怀念。因为这种饼子象一轮圆月，所以后人就称它为月饼。

唐代开始，就有中秋节赏月、拜月的习俗。唐高祖年间，北方匈奴连年侵犯，命大将李靖出征，李靖作战有方，屡建奇功，中秋节凯旋而归。当时有个来中国通商的吐蕃人给皇帝献饼祝捷，李渊取出月饼，指着明月笑道：“应将胡饼邀蟾蜍（月亮）。”随后，分与群臣食之。据说从此以后，中秋节吃月饼便一代代传了下来，成为一种习俗。

不过，“月饼”一词，最早见于南宋吴自牧的《梦粱录》，它也只是象菱花饼一样的饼形食品。到明代，民间方正式用“月饼”一称。田汝城的《西湖游览志》中说：“八月十五谓之中秋，民间又以月饼相遗，取团圆之义。”明刘侗、于奕正的《帝京景物略》也说：“八月十五日祭月，其祭果饼必圆。”可见，中秋节吃月饼，表示团圆之意。

月饼最初在家庭制作。清光绪年间，袁枚在《隋园食单》中介绍：“酥皮月饼，以松仁、核桃仁、瓜子仁和冰糖、猪油作馅，食之不觉甜而香松柔腻，迥异寻常。”唯有京都的月饼风味独



特，而且造型美观大方。《燕京岁时记·月饼》叙述：“中秋月饼，以前门致美斋者京都第一，他处不足食也。至供月饼，到处皆有，大者尺余，上绘月宫蟾兔之形。”到了近代，月饼在市面上出售，并且在制作工艺上越来越精细。饼面上印着各种各样美妙的图案，如“嫦娥奔月”饼、“银河夜月”饼、“三潭印月”饼、“西施醉月”饼、“老婆月饼”、“老公月饼”等，名目繁多。现在的月饼，已成为传统糕点。制作的方法各地有所不同。如有京式月饼、广式月饼、苏式月饼、滇式月饼等；其花色品种又以馅芯成为、制作工艺、饼面花形各异；按馅芯大约有五仁、豆沙、冰糖、火腿、甜肉等；表皮又可分为酥皮月饼和糖浆而皮月饼。在山东潍坊有一种特殊的习俗，节日的前几天人们就开始蒸“月”。所谓“月”，即以面粉发酵，内实小枣，两页夹起，上做种种花样，如嫦娥奔月、花好月圆、瓜瓞绵绵、富贵寿考等吉祥图案，以象月形。晚上，小孩多在门前，用小凳摆上“月”，上面用蓖麻子叶覆盖之，上插一支香，坐小板凳上念月，其词曰：“念月了，念月了，一斗麦子一个了；念月饼了，好年景了；念糍粘猴了，盖瓦屋楼了；念煎饼了，骡子马一大天并了。”这些，无非祝丰收之意，反映了人们对美好生活的向往。

明清之际，南方供月娘，北方则供兔儿爷。现在民间更多的是不设供位，只供瓜果。十五日

晚，于月出东山之时，家家在院内以圆桌摆供祭月，陈月饼、苹果、葡萄、西瓜、山楂之类。赏月之余，全家人在天井围坐，边喝茶边吃月饼，通常把月饼割成几块吃，取团圆之意。江南中秋节食月饼有一种传统的方法，即为“卜状元”。把月饼切割成大中小三块，叠在一起，最大的放在下面，取名为状元；中等的放中间，取名为榜眼；最小的放上面，取名为探花。而后全家人扔骰子，谁的数码最多，即为状元，依次为榜眼、探花，各取月饼，颇为风趣。

中秋祭月这一传统习俗，实际上是古代祭天的传承。古时天子有“春朝日，秋夕月”的礼制，是一种祭天的仪式。《周礼》上就记载说：中春时节，白天击土鼓，吹龠（一种古乐器，似笛三孔），唱豳诗以迎暑期到来；仲秋时分，天气渐凉，在月下举行“迎寒”仪式，也和春天祭日一样击鼓吹龠。凡是国家祈年于田祖，都要隆重的祭祀。可见，古人祭天、祭日月是和农事有关的一种自然崇拜。

中秋节有好多习惯，反映了人们的民俗心理。走娘家的妇女，此日必回夫家，谓之过“团圆节”。家中一般“男不拜月，女不祭灶。”中秋所祭月饼、苹果必须是圆的，但不能供桃子和梨，因桃能辟邪，不能近神道，梨和“离”谐音宜讳。分瓜必定花切，犬牙交错切出莲花瓣来，以取吉利。

## 从年夜吃饺子谈起

倪雅琴

大年夜，人们沿续传统习俗，在这一天半夜子时煮饺子吃。

年夜煮饺子，源出于民间“接神”的迷信活动。北方流传着这样一个传统：商纣王手下有一个诸侯周文王，他看不惯这个昏君的荒淫无度，策划推翻商纣王的统治。商纣王的所作所为也惹怒了天上的太上老君、元始天君和通天教主，他们助周文王一臂之力，终于推翻了商朝。但是，在战争中死去了很多能征善战的勇士和大将，于是，太上老君、元始天君和通天教主派下他们的徒弟姜子牙，去追封这些死去的亡灵为神。后来，又不知过了多少年，世间出现了一个怪物叫“年”，它专门吃人，人们没有办法治服它。面临着人类要灭绝的危险，被姜子牙追封的众神便将神力聚集在一个人的身上，使这个人变成了力大无比、无所不能的勇士，他将“年”打死后，让大伙儿都来吃“年的肉”。人们都从心里往外的乐，把这一天叫做“过年”，并且用“年”来做记时法，

用最隆重的仪式迎接“过年”。人们认为神生活在天上，白天是不能下来的，只有在最黑的夜里才能出来，所以人们将接神的时辰定在这天的子夜十二点。即使到现在，民间仍然有“一年当中所有的黑夜，年三十的夜里最黑”的说法。显然这句话与接神活动有直接关系。

在“接神”之前，先把饺子煮熟，捞出来装在三个大盘子里，然后将盘子摆在供桌的正中央，再在盘子的两侧各点一支蜡烛。这些准备停当以后，全家人都跪在桌子前（跪的方向不定，只要面对供桌即可），家庭中的长辈或是一家之主，要跪在众人的前边，手举一束燃着的香，口中还要叨念着接神的咒语。各家接的神不完全一样，在接神时，有的叨念“财神进家、越过越发”，有的叨念“喜神进门，好事来临”，等等。这些仪式过后，全家才能吃这接过神的饺子。如果有喝酒的，喝前一定要在供桌上斟满一杯酒，然后才能喝。这一切都做完之后，“接神”活动完毕。人们认为这样做，神就会保佑他们在这一年里平安无事，得喜发财。

饺子始于何时，具体时间难以确定。但是，在新疆的一座唐墓中出土的木碗里，就盛着饺子，其形状与今天的饺子完全相同。以此证明，至少在唐代，我国西域的一些少数民族就已经吃上饺子了。

古时候，人们把现在的饺子称作馄饨，自然

与现在的馄饨不同。据三国时魏人张揖著的《广雅》记载：“今之馄饨，形同偃月，天下之通食也。”“偃月”就是半月形，正是今天饺子的形状。

我国北方的一些地区，过去把饺子称为“扁食”或“煮饽饽”。在《燕京岁时记》里记载着：“每届初一，无论贫困富贵，皆以白面做角而食之，谓之煮饽饽。”由此便可以看出，这时的“扁食”或叫“煮饽饽”已经有一点说道了，最起码在时间上，是过年的时候吃。可以肯定，“扁食”和“煮饽饽”是这种食物在演变成“饺子”之前的叫法。

明朝张自烈著的《正字通》中记载的“饺饵”，北方人读为“饺儿”。又见清初河北省肃宁县志记载：“正月初一盛饽同享，各种扁食，名饺子，取更岁交子之意。”这两种说法颇为相近。显而易见，这时的“扁食”又进一步发展，已被人们开始称为“饺子”，而且称“饺子”是有来源的，是取更岁交子之意。显然，这时的饺子是借“交子”的谐音而得名。

发展到后来，人们不仅在接神、过年和更岁交子的时候吃，而且在东北的一些地方，又产生了一个新的习俗：正月初五吃饺子，谓之为“捏破”。意思是在这一天包饺子吃，能把前一年的窟窿都堵上，换句话说也就是还饥荒，祈望来年的生活能美满富足。一直到今天，这个习俗仍在：

一些农村延续着。

现在，人们仍然把饺子当做上等食品，例如家中来了客人，或者是喜庆的时候常包饺子吃，逢年过节吃饺子就更不用说了。

## 吃“抓饭”

王家城

吃“抓饭”，是新疆维吾尔族重要的饮食习俗之一。它渊源流长，保留了古老的游牧民饮食的特点。哈萨克族、回族、蒙古族及广州、台湾的高山族等许多少数民族也有这一习俗。

其实“抓饭”早在我国唐代就有所记载，称其“钵罗”原为波斯语句。现在维吾尔仍称为“帕劳”（poio）或译音“朴劳”。

在新疆，信奉伊斯兰教的维吾尔族，吃抓饭有它一整套的传统习俗，尤其是在一年一度的“库尔邦”节时（相当于汉族的春节）更为隆重。人们在太阳没出来之前，就赶到清真寺去做“乃玛孜”（即听阿訇念古兰经）。回来后才可宰杀羊，煮肉，做抓饭，未经过念经所宰杀的羊是不能吃的。

“库尔邦”含有“牺牲、献”的意思。因而又称“宰牲节”。据阿拉伯宗教传说，“先知”伊布拉欣夜里梦见了“真主”安拉，安拉启示他要宰杀自己的儿子伊斯马尔乃，以示对安拉的虔

诚，当伊布拉欣遵命执行，而在举刀的一瞬间，安拉派遣特使牵着一只羊赶到现场，命令以宰羊代替献子。此后，人们便根据这一传说定期宰羊献祭，传承成俗。穆罕默德创立伊斯兰教后，承认先知伊布拉欣为圣祖，并把伊斯兰教历，太阴历年十二月十日定为“库尔邦”节。

“库尔邦”节这天，家家户户打扫得干干净净，房子里铺挂上美丽的挂毯和地毯。地毯的餐布上摆满了早已准备好的杏、桃干、饅、蜂蜜及各种糕点和油炸馓子。

客人来时，主人便拿着“乎曼”（伊斯兰教用以洗手净耳的壶）和“卡赞”（脸盆）、“苏勒克”（擦手毛巾），按序走到每个人面前，让客人洗手后，即端出热气腾腾的一大盘抓饭放到客人的面前，而且双手拿着一把别致的餐具刀送与客人，一般三人一盘或五人一盘，这要根据客人的多少来定。

饭前，由上坐的长者双手捧至脸前带领大家做“巴达”，大家随长者一起双手在面前晃一下，齐声说“安拉”或“俄敏”。

吃饭时，先由长者持刀把盘中“江巴斯”（羊盆骨肉，除羊头外最珍贵的肉）作为象征性的削上几块，每人尝一尝用双手将“江巴斯”送还给主妇后，大家才开始动手削肉的削肉，抓饭的抓饭。

抓饭时，只能在自己面前的盘子里用右手四



指并拢，将饭扒到盘边，四指稍用些劲按一按，饭既沾在四指上不易掉落，吃时一般是从右往左放进嘴里，但是也可以从左往右放进嘴里，这要看客人怎样吃着舒服。

待吃饱后，还要再做一次饭后祈祷，念道“感谢真主赐给我们这样的盛餐”，或“感谢主人的盛情款待”。

抓饭的做法，主要由大米、清油（植物油）、胡萝卜、精盐、羊肉制做而成的。

先将刚宰杀的新鲜羊肉，按各个部分解开，放进清水锅里煮，并放适量的盐。待肉熟后，按不同的客人，将熟肉分放在已盛好的抓饭盘子上。

另一种做法，则是将新鲜羊肉连骨头带肉剥成长、短约五、六公分或四、五公分的肉块，加上适量的精盐，放进已烧熟的清油锅里炸，待肉块炸到七、八成熟（呈棕色）时，再将已切好的胡萝卜条放进油锅里稍炸一会，即可将适量的水倒进锅里，待水烧开后，将已洗净的大米倒进锅里，熟后，便将炉底下的火用碎煤或煤灰压上，这时将锅盖盖严，待焖到七至十五分钟，扑鼻的抓饭香味散出后即可食用。

在维吾尔族家作客时，切记几项禁忌，一是洗手时，不可将沾污水的手乱甩。二是行走、入坐要待长者坐好后方可就坐。三是吃抓饭时不要满盘子乱抓或将抓过的肉食再放入盘内。四是吃剩

的残骨不要乱扔，应放在自己面前的餐布上。五是用餐时外出切不可从餐布上跨过或从客人前面走。六是做客时不能当着客、主人面吐痰、放屁。

另外在做抓饭时，千万别忘了放盐。如果未婚的姑娘说：“今天吃了顿没有放盐的抓饭”。那意思是说她在恋爱中上当、受骗。

抓饭也是高山族阿美人招待客人时的主食。除了用自制的咸猪肉和米酒款待客人外，他们是用饭罩一样的藤盖盛上米饭，全家人陪客，围在一起吃“抓饭”。而男主人则只能蹲着吃，妇女倒可以坐着吃。大家一边吃，一边谈笑。有时候还唱歌跳舞。

随着时代的发展，一些古老的习俗在不断的更新和改进。有些居住在城市少数民族，现在已改变了“抓饭”的习俗，使用起汤匙或筷子了。

## 新疆的“烤馕”

王家城

“馕”（nāng囊）是一种烤制的面饼，是新疆各族人民的一种主食。尤其是维吾尔族，把“馕”视为圣物。

传说“胡大”（即真主），造就了人类“亚当”以后，“亚当”将和好的面摊平埋进篝火里。由于饥饿难耐，还没熟就迫不及待地将火扒开取馕吃，结果，馕跑掉了。于是“亚当”追“馕”，围绕着地球跑了一圈，“馕”又回到了原来的火堆里。“亚当”由于劳累更加饥饿难耐，拿起“馕”便吃了起来。

据维吾尔人传说，凡“馕”经过的地方，都撒下了一些馕渣子，其意是真主让所有的人都有份吃的。“亚当”追馕的传说，反映了人们要想过上好日子，就必需付出艰苦劳动的认识。

还传说在很早很早以前，有一个妇女不能生育，日思夜想要得到一个孩子。在一次打馕时，她将面和好后，便到馕坑去加火，这时，天上飞来了一只天鹅，告诉她：“喂，你的孩子在屋里哭

了！”这妇女知道自己不能生育，哪来的孩子呢？仍继续加火，没有理睬。过了一会，天鹅又一次飞了回来，告诉她：“你的孩子已哭的不得了啦！快去看看吧！”她便放下手中的活，跑回屋里一看，案板上准备打馕的面，真的变成了一个可爱的胖娃娃。于是她对孩子倾注了全部的心血。孩子长大以后，成了一个既聪明又勇敢，而且力大无比的英雄。他为维吾尔族人民排忧解难，深受人们的尊崇。维吾尔族人称其为“海麦勒巴特勒”。并把“海麦勒巴特勒”（即馕）作为圣物崇拜，因为它（馕）给予人民智慧和力量。

“馕”是农耕文化的产物，至今维吾尔族还保留着许多“馕”的习俗。

在举行婚礼的时候，新郎盘腿坐在伴郎中间，阿訇念完古兰经后，面对新郎问：“你愿意娶××的女儿为妻吗？”新郎回答：“愿意。”然后问由伴娘围着坐在中间的新娘：“你愿意做××的妻子吗？”待新娘回答“愿意”后，阿訇立即将一块放在盐水里泡过的馕，分别分给新郎和新娘，让他（她）们吃掉。据说吃了用盐水泡过的馕，婚后的生活才会幸福。这种习俗一直保留至今。

已故老人葬后七天或一百天，主人要先用馕来招待客人及亲戚朋友。传说吃了馕，即可洗清罪恶和消灾驱邪，并能延年益寿。

对搬迁新居的人家，要以馕或抓饭送给新来的邻居，以解决新居无法起灶的困难。如果邻居

家生了孩子，也要送饊或抓饭表示祝贺。

总之，在日常生活中，无论待人接客或婚葬喜事，处处都离不开饊。

“饊”，来自波斯语“面包”的意思。清人译作“饊饊”。它是用小麦面、玉米面或高粱面做成的。它的制作过程是，先将化有适量的盐水和好面粉，待面发了以后，将它做成面饼，然后用小工具在每个饊中间的薄处打上图案，在每个饊的表面上，刷上一层鸡蛋清，再撒上一些芝麻，就可以贴进饊坑的壁上了。烤时，为使饊不至掉在火堆上，要用盐水将饊底沾湿。烤饊前应先 将柴火在饊坑点燃，待饊坑烧热后，方可将饊贴入，然后用旧湿毡子或旧湿衣物将顶口和底下的通风口堵住，待烧到25至30分钟时，在很远的地方就可闻到饊的奇特的香味。再用特制的铁钩将饊取出，即可食用。

由于维吾尔族食饊的历史悠久，经过不断的传承和发展，“饊”现已发展成国德（gea）、宝勒卡（boteka）等许多种类。有的在饊里还放进些羊肉、羊油滓子、皮芽子（洋葱），尤其是巴扎（集市）上卖的饊，更是种类繁多、造型美观，吸引着许多过往的游客。

## 食猪肉琐谈

胡莹

猪肉，是我国的主要肉食。逢年过节，亲朋相聚、婚丧嫁娶、摆酒设宴等，都离不开猪肉。随着生产力的发展，人们生活水平的提高，就是家常便菜，也不乏猪肉了。

据考古学家发现，我国已有六千多年的养猪历史。古籍关于猪的记载有好多。猪，也叫豕、豚、豨、彘、豮等，为六畜之首。梁州称猪为豮，河南称猪为彘，吴楚称猪为豨，渔阳以大猪为豮，齐徐以小猪为豮。又有人总结说：“猪天下畜之，而各有不同。生青兗徐淮者耳大、生燕冀者皮厚，生梁雍者足短，生辽东者头白，生豫州者味短，生江南者耳小，生岭南者白而极肥，猪孕四月而生，在畜属水，在卦属坎，在禽应室星。”可见养猪在当时极为普遍，且古人对猪早有研究。

随着养猪事业的兴起及发展，在民间形成了许多关于吃猪肉的习俗。传说小孩吃了猪脚走路会脚歪，以后，又出现了许多类似的说法，亦成

为习俗。如：猪耳朵小孩不能吃，吃了要不听话的。猪尾巴小孩不能吃，吃了夜间走路要害怕的。猪“吹巴”（膀胱）小孩不能吃，吃了夜间睡觉要尿床的。相反猪“巧”（猪上牙堂部位）小孩却可以吃，吃了会乖巧伶俐。这些说法究竟包含着多少科学价值，无从查找。

在我国大部分地区又流传着吃什么补什么的说法。即人脑子有了病，便将猪脑子拿来吃；人胃有了病，便将猪的胃拿来吃；肺有病吃猪肺，肠有病吃猪肠，等等。这些民间食法虽然谈不上科学，但有它形成的科学根源。翻开《本草纲目》，便可一目了然。脑，主治风眩脑鸣；肝，主治补肝明目，疗肝虚浮肿；脾，主治脾胃虚热，脾积宿块，疰发无时；肺，主治补肺，疗肺虚咳嗽；肾，主治理肾气，通膀胱；肠，主治去大小肠风热，止小便，润肠治燥，调血荆脏毒。洞肠还可治洞肠挺出，血多；鼻唇，主治上唇冻疮痛痒；血，主治生血。特别是李时珍在谈到猪髓时说：“按丹溪治虚损补阴丸，多用猪脊髓和丸，取其通肾命，以骨入骨，以髓补髓也。”

以上说明了猪身上的各个部位确实可以补治人身上各个部位的疾病。但是，吃什么就补什么，乃是太简单了。均需取了来配成药方才会生效的。如：猪肚需酿黄糯米蒸捣为丸，食之方能治病。猪脰子需和枣肉浸酒服才能生效。倘若你的肝都生了病，不管三七二十一，拼命吃一气猪肝，

不但治不了病，或许还会使病情加重。《本草纲目》中说：“猪临杀，惊气入心，绝气归肝，俱不可多食。还有脾，俗名联贴，凡六畜脾，人一生莫食之。肾，俗名腰子，也如此，虽补肾，而久食令人少子，伤肾也。”所以，民间的那种茫目的“吃什么补什么”的食法是没有道理的。

猪肉，在民间的吃法真可谓五花八门。北方的炖肉，南方的溜肉，新杀猪的白切肉，以及腌起来的常年肉等，都司空见惯。更为有趣的是有些用猪肉煮出的名菜，不但味道异常可口，还加进了许多美妙的传说，令人久久难以忘怀。如“东坡肉”就是一例。传说苏东坡在杭州做官时，筑了一个堤坝，就是现在的杭州十大风景之一的首景——“苏堤春晓”。堤坝修成以后，四周的田地旱涝保收。有一年，丰收之后，老百姓感念苏东坡为民解难的好处，到过年时，抬着许多猪肉，担着许多酒，来给他拜年。苏东坡收下这些猪肉，叫人切成方块，烧得红酥酥的，然后按修堤民工的花名册，把肉分送给他们过年。百姓感激不尽，就把他送来的肉叫“东坡肉”。吃的时候觉得异常鲜美。当时，杭州有家大菜馆，他听人们都夸说“东坡肉”如何如何好吃，就叫厨师也将猪肉切成方块，烧得红酥酥的，挂出“东坡肉”的牌子，供应顾客。从此以后，那家菜馆的生意就更兴隆了。别的菜馆看得眼红，也都学做起来，一时间大小菜馆，都推出“东坡肉”。

猪



朝廷中有个奸臣，和苏东坡有仇。听到这个消息后，乘机陷害苏东坡。他到杭州一看，果真家家菜馆有“东坡肉”。就把全杭州所有菜馆的菜单全收了来，带回京城，见了皇帝，他说：“苏东坡在杭州贪赃枉法，坏事做绝，老百姓恨不得都要吃他的肉呢。”说完就把一大迭油腻腻的菜单呈了上去。皇上本来就是个大糊涂蛋，他一看菜单，也不分青红皂白，立刻传下一道圣旨，将苏东坡革掉官职，发配到河南去了。

多少年来，随着生活的变迁以及人们对饮食的不断研究和改进，“东坡肉”的作法也越来越完美了。苏东坡为人正直、不畏权贵，为纪念苏东坡而得名的杭州第一道名菜自然香甜可口，名不虚传了。到了杭州，谁不想吃吃“东坡肉”呢。

类似这样的名菜数不胜数。如：元宝肉、余白肉、腐乳肉、樱桃肉、叉烧肉、香酥肉、咕噜肉、米粉肉、荷叶肉、枇杷肉、红糟肉等等，都有来由。这些名菜丰富了我国千姿百态的美味佳肴，散发着各自独特的甘香，真真是诱人垂涎。应该承认，猪肉在我国的宴席上曾经夺得了皇冠的宝座。然而，猪肉虽香，却不可多食。古代林氏小说云：“豕食不洁，故谓之豕，坎为豕，水畜而性趋下喜秽也。”孙思邈说：“凡猪肉久食，令人少子精，发宿病，豚肉久食，令人遍体筋肉碎痛乏气。”孟诜说：“久食杀药，动风发疾，伤寒疝痢痰癩痔漏等疾，食之必再发。”韩

孟说：“凡肉有补，惟猪肉无补。”弘景说：“猪为用最多，惟肉不宜多食，令人暴肥，盖虚肌所致也。”由此看来多吃猪肉对人的身体确实有害无益。

还有，除了要少吃猪肉外，还应注意猪肉不能和其它食物没有选择地合在一起吃，据《本草纲目》记载，“豶猪肉合生姜食，生面黦发风；合荞麦食，落毛发，患风病；合葵菜食，少气；合百花菜、吴茱萸食，发痔疾；合胡荽食，烂人脐；合牛肉食，生虫；合羊肝、鸡子、鲫鱼、豆黄食，滞气；合龟、鳖肉食，伤人。”

上述这些记载均来自于民间，它集聚了劳动人民的经验和教训，肯定有它的科学价值，然而，从历史发展的眼光来看，任何一门科学都是在“扬弃”中前进。医学也如此。对于这些记载所包含科学价值的究竟大和小，多与少，还有待于后人去不断地验证。

猪肉之所以为我国人民所喜爱，大概是因为猪易养、易活、饲料粗糙、简单、随便。这和我国自给自足的小农经济基础有着密切的关系。目前，随着国民经济的不断发展，人们对待饮食的态度也趋向科学。大食猪肉的习俗似乎有所动摇，这一民俗事象的出现，标志着人们在饮食方面向前迈进了一大步。随之而来的就是饲养瘦肉型的猪，这似乎为饲养习俗又带来了一个新的课题。

## 牛肉纵横谈

力木 孙建昌

我国吃牛肉有了七、八千年以上的历史，母系时期的河北磁山遗址出土了猪、狗、牛、羊的遗骸；父系时期的出土更多，河南陕县庙底沟第二期文化的灰坑中有牛的遗骸，江苏邳县刘林遗址发掘有牛牙床。原始时期畜养牛，无疑是仅供人果腹，而且是以烤食为主，烤食方法一直存留后世。《礼记·内则》载：“膳，彤臠醢牛炙。”据传，唐杜甫是因饱吃烤牛肉而病亡。烤牛心是古人喜食的名菜。《晋书·王羲之传》载：“羲之幼纳于言，人未之奇。年十三，当竭周顛，顛察而异之。时重牛心炙，座客未啖，顛先割啗羲之，于是始知名。”宋虞涛在《有怀广文俞同年》诗中写道：“客来愧乏牛心炙，茶罢空城马乳盘。”古人以未用烤牛心款待客人为憾，同样，今日食店以烤牛肉招待客人而兴隆。今人的烤食方法虽然同原始人相同，但今日的烤食技术和调料是原始人所未有的，自然不可完全同一而语。

牛的价值于春秋战国时期骤然提高，那时因

铁犁铧的制造而出现了牛耕，这以后，牛不只是食料，更重要的是生产工具了。后来随着农耕文化的发展，由此引起牛的食用更赋予重要价值。古代的皇帝、部族酋长以牛肉赏赐有功之臣，《战国策·齐策》记载：“乃赐单（田单）牛酒，嘉其行。”《后汉书·臧宫传》载：“其渠帅乃奉牛酒以劳军营。”古代的诸侯盟会是神圣的，盟会时由主盟者执盛牛耳之盘以歃血，分当为誓，以资信守。《周礼·夏官·戎右》：“饗牛耳。”郑玄注：“尸盟者割牛耳取血，助为之。”民族英雄文天祥曾写诗抒怀：“身为大臣义当死，城下师盟愧牛耳。”（见《文山集》十四《二月六日海上大战……》诗）。在彝族，“打牛敬客”是最隆重的待客礼俗。他们一般是“打羊”待客，贵客则“打牛”款待。“打牛”前，先行“领牲”礼，说一番客气话，然后用棍棒猛击牛头三下，以牛即刻死去为吉祥。将牛自首至尾尽煮之，并一一陈于客前，谓之“全席”。煮的时间不长，一熟便吃，肉块甚大，有的大至能遮人面。贵客先吃，普通客人与主人同食。客辞，主人送至门外，并送给牛膀或牛头等。珞巴族人庆丰年则宰牛，连皮砍成块，分送给同族人家，牛头盖骨则要悬挂自家屋内世代留传，作为辛勤劳动的记录和富有的象征。

牛的功用价值，引起了人们对牛的崇拜。这种崇拜反映在食俗上，则是以牛肉作为最贵重的

“大牢”祭天、祀神和敬鬼等。兰坪县澜沧江的那马人祭天，有专门饲养的牛，叫“天牛”。“天牛”必须是黑花、白花或纯黄的雄健公牛，有专人放牧，牛早出晚归，任凭它走吃，谁也不得赶它，说是赶了“天牛”就要得罪天鬼。祭天是在久旱不雨或瘟疫流行的年月。在宰杀“天牛”之前，全村的老人跟“朵合薄”（祭师）敲打锣鼓、吹唢呐从圈里把牛迎接出来，在牛头上挂一匹红彩，牛上祭台后，由“朵合薄”宰杀，全村人集合在一起，由“朵合薄”祈祷、念咒，然后才将牛肉按户分配。独龙族的卡雀哇节也有“剽牛祭天”的习俗，家族长把牛拴于木桩上，年轻妇女给牛身上挂上珠链，宰杀者拿刀向牛猛刺。此时，广场上的人群挥起刀矛跳舞，以祭苍天，祈祷六畜兴旺。景颇族用牛祭祀土地神，将牛杀死后，洗净五脏，埋在部落酋长新居住的地方，作为献给土地神的牺牲。苗族的祭鼓节有“稚牛”祭祖的内容。祭鼓是以“疆略”为单位举行的大规模的祭祀活动。一个“疆略”是一个始祖传下来的血族兄弟，共同敬奉一个认为祖宗的灵魂都住在里头的木鼓。祭鼓仪式要先放牛打架（角斗），然后宰杀敬供。旧日苗人有病无医，而是杀牛祭鬼，《容斋四笔》记载：“（苗）病不谒医，但杀牛祭鬼，率以刀断咽，视死所向以卜，多至十百头。”这些都源于原始宗教和祭祀禳祷的风俗，是我国牛食信仰惯制的历史产物，属愚昧无知的

迷信活动，今日已大多被革除和消失。

牛肉的长期食用，出现了很多的地方名菜和具有民族风味的食俗。灯影牛肉是四川名菜，用牛后腿腱子肉经切片、腌、晾、烘、蒸、炸、炒等工序制成。色泽红亮，麻辣干香，回味甘美，味鲜适口，为佐酒佳肴。因其片薄透明，似民间“皮灯”影，故名。水煮牛肉也是四川名菜。将牛肉用辣椒、花椒、豆瓣、捞糟汁等各种佐料配成的肉汤煮制而成。麻辣味厚、滑嫩化渣。相传北宋庆历年间，富顺、荣县一带盐井牵车的役牛被淘汰后，盐工即以盐和花椒作调料煮食牛肉，即为水煮牛肉。四川还有两道名菜，一曰“麻婆豆腐”，一曰“夫妻肺片”。“麻婆豆腐”是用嫩豆腐配以油炒牛肉末，配以豆豉、青蒜苗，加辣椒、花椒等调料，用小火、肉汤煨煮而成。形整而不烂，有浓厚麻辣味，牛肉酥香鲜美，十分爽口。相传清同治末年，成都有个姓陈的妇女，面微麻，因经营的豆腐有麻辣味鲜，色泽红亮等特点，深受群众欢迎，故名。“夫妻肺片”是用牛肺、牛肉或牛杂为原料，经卤制而成。色泽美观，质嫩化渣，麻辣浓香。相传在三十年代，成都郭朝华夫妻以出售肺片为业，因制作精细，风味独特，为群众所喜食，故名。牛干巴是回族食品，将没有洗过的新鲜牛肉加盐和香料用力反复搓揉，然后置于大瓦钵中加盖密封，放于阴凉处，腌半个月后取出晾晒即可。是待客上品。可油煎，可清炖，还可

与新鲜蚕豆一起焖饭吃。易贮存，至来年冬仍不变质。炒牛皮是傣族食品。将牛皮洗净去毛，切成条状晒干，用沙拌炒，即发泡松脆，味美可口，是集市上常见出售的食物。牛奶是人们嗜食的主要副食品。《魏书·王琚传》云：“常年饮牛乳，色如处子。”达斡尔人常用鲜奶拌饭吃，而且喜欢把鲜奶发酵成酸牛奶喝或拌饭吃。牛奶还可以做成奶皮、奶干、黄油等。

牛肉传递信息是景颇族的特殊习俗。旧时，景颇族家中有人死亡，欲告亲友，但因山高路远，信息难达，主人即先办丧事，尔后把无皮牛肉寄给亲友，表明死者已葬，不必再来。如果因族事纠纷，结成怨仇，为联络亲友做好械斗准备，主人便约亲友抱来仇家或仇家寨子里的牛，宰杀后割成二指宽的肉条，分别传送给同姓和亲友，见物如见信，默契即告成。这种以牛肉传递信息的方式是交通闭塞、文化落后的产物，也是由集体食牛演化出的。

牛的药用价值很高。李时珍在《本草纲目》中对黄牛肉、水牛肉及牛各部位的主治及药用附方作了详细的搜集整理。据《元史》记载：“布智儿从太祖征回回，身中数矢，血流满体，闷仆几绝。太祖命取一牛剖其腹，纳之牛腹中，浸热血中，移时遂苏。”今日的牛黄、牛黄清心丸、牛黄醒消丸等中成药都是以牛药为主要成份制成。食牛肉也有医药卫生上的禁忌。自死牛、病

死牛及病牛是不能随便吃的，要吃必须经过检验消毒。《本草纲目》记录了多种食牛的禁忌；如“黄牛、水牛肉、合猪肉及黍米酒食，并生寸白虫；合韭、薤食，令人热病；合生姜食，损齿。”“患冷人勿食蹄中巨筋，多食令人生肉刺。”“凡服乳，必煮一二沸，停冷啜之，热食即壅。患冷气人忌之。合生鱼食，作瘕”等等。现代的医药卫生学对食物的研究更为精细科学，嗜食牛肉者应阅读有关资料。

牛是农家之宝，爱牛惜牛是我国众多民族的传统良俗。据史书载，汉族在南北朝有明文规定，严禁宰杀耕牛，违者重惩。壮族自古至今禁食牛肉，以示爱惜。元代游牧民族执掌朝政，食牛肉之风才渐盛。很多民族均有敬牛、爱牛的传统节日，如侗族的祭牛神节、洗牛节；壮族的牛魂节；土家族的牛王菩萨过生节；贵州布依族的牛王节；贵州仡佬族的敬奉牛王菩萨等等。今日，牛仍是我国农田耕作的主要工具，爱牛惜牛之风仍需发扬。但也应注意到，随着生产力的发展和人们生活需求的提高，以牧养肉食牛为主的地区和专业户已有出现。未来随着农业机械化和电气化的推广普及，曾对我国农业生产作出过重大贡献的“耕牛”会转化为以供人们的肉食和奶食为主。“俯首甘为孺子牛”。它对人们的需要是不会抱怨的。



## 蒙古族的整羊肉——“秀斯”

喜 山

秀斯，是蒙古语，即整羊肉的意思。羊肉是蒙古族最普通，也是最喜爱的食物。这与他们自古以来的畜牧业和狩猎生活习惯分不开，形成了具有本民族特点的饮食风俗。羊肉的食法不下几十种，常见并享有盛名的有手扒肉、羊背子和整羊等。手扒肉为招待一般客人或自食用，而羊背子和整羊则在每逢佳节、招待贵客及喜庆宴会上出现。关于羊肉，古籍里也早有记载。《本草纲目·羊》中曰：羊肉、气味、若甘大熟无毒。《壮子·徐无鬼》谈到：羊肉不慕蚁，蚁慕羊肉。由此可见，羊肉肉香味美、鲜嫩异常的说道真是名不虚传。至于手扒肉和羊背子的做法和食礼较简单，在此不必赘述。

秀斯，有做供品的，有做礼物的，也是宴席上的佳品。供品秀斯用于祭敖包、祭神佛，讲究用当年羊羔肉；礼品秀斯以中等羊为标准；宴席上的秀斯却讲究肥尾大羯羊。据《蒙古秘史》记载：“成吉思汗定天下，大享功臣，设全羊名为乌查

之宴。”（乌查即秀斯）说明秀斯不仅今天，而在古代，不仅是牧民、而且宫廷的王汗、贵族都视为是最珍贵的食品。

礼品秀斯，主要指给老年人和恩人送去食用，表示格外尊敬和报答恩情的意思。在祭奠和宴席上摆秀斯，其组成、做法和进献以及食用方面却有很多规矩与礼节。其中最为典型的的就是婚宴上摆的秀斯。

秀斯，由两个琵琶骨、两个胸椎、两个前臂骨、两条后腿、两个胫骨、两个中骨髓等合称的十二肢节和胸椎节（除掉第一个胸椎），六节脊椎骨、二十六条肋骨以及羊头羊尾组成的。这些部位除了胸椎、羊头外，别的都是连在一体。羊脖子、胸脯及下巴颏儿不能进秀斯。但是岳家招待女婿时摆出的秀斯可以带有脖子；腊月二十三，过小年时用羊胸脯祭火神；正月初一的祭品可以有带下巴颏儿的羊头。

待白水下锅，不加任何佐料的羊肉煮熟了以后，将它捞出来放在案板上，接着躺卧的姿势把两条后腿顺着前肢左右扣紧，把前臂骨往里折放，将羊头放在其上，然后在羊的额头、鼻子和耳朵上抹黄油。这样摆好以后把羊端到宴席上，羊头朝首席，即有尊敬之意。不管婚宴上或者别的宴席上吃秀斯以前都有一定的仪式和礼节。把羊放在席上以后，由一名晚辈或侍从人员用银制蒙古刀将整羊肉上的羊头皮划割成半月形，然后从羊头、

胸椎、后腰部和四肢上分别割下几块肉奉给在席的长辈去祭献天地火神等。再从胸椎上割块肉，放在羊头额上用右手大拇指轻微地按了之后分给席上的诸位品尝。这种仪礼叫“品尝额头”。

这些传统仪礼完毕之后，紧接着拿刀子的晚辈人将把整羊按右手方向转过来，把羊头和胸椎放到一边，割下左腿的胫骨并从尾尖上割下三五节交给主人当作祭佛之品。另外将四条长肋骨、琵琶骨、胸椎等块留给主人，预祝主人的牲畜日益兴旺。最后把整个脊背按一定的顺序、划割成正方形，将零碎肉分给小孩子，而后请诸客拿刀割肉进餐。

内蒙古除了摆这种完整的秀斯之外，部分地区还有摆分块秀斯的习惯。即煮琵琶骨、四条长肋骨、胫骨和胸椎。因为这些骨肉是可以代表半个秀斯。在食用时有把琵琶骨上的肉大家分吃的习惯，这是表明团结一致、同甘共苦的心愿。但是不让外甥子女吃琵琶肉。如果吃了，将会给舅舅家带来贫困和灾难，这是很早在牧民中相袭的古老传说。

解放以后，那些繁礼缚节和带有封建迷信色彩的规矩和仪礼，逐渐被淘汰废弃，但是手扒肉仍然是蒙古族喜爱的主食，整羊席仍然用以款待尊贵客人。

## 烤羊肉串

王家城

闲谈笑语中说起初吃羊肉串的人，不得其法，拿起散有奇香佳味，滚烫的羊肉铁串就往嘴里送，结果肉没吃上，反把嘴唇烫了个大水泡。这一笑谈虽然有些夸张，但是有关“烤羊肉串”的食法及制做方法，确实有些别致。

烤羊肉用的“串”，有用生铁串、熟铁串、钢串及不锈钢串砸制而成的几种，而以安上木制把柄的铁串为普遍。

“烤箱”是“烤羊肉串”的重要工具，它用铁皮砸制，长约80公分，高与宽各20公分，前后打上通风孔，再加上30公分的腿支架制作而成。

羊肉，是以刚宰杀（放过血）的新鲜羊肉为最好，肉即是以火腿及肋背上的瘦肉为最佳。

“烤羊肉串”的制做方法，则是将新鲜羊肉切成宽、厚二、三公分的肉块，穿到铁串上，一般只穿上七至十块即可。

将已燃烧的煤（以无烟煤为佳）放到烤箱里，手握着羊肉串的木把，距火炭约20至25公分处烘

烤，并撒上辣子面、精盐，约五至八分钟即可食之。

每当一提起羊肉串，大家都会联想到新疆。其实不然，据一九七二年考古学家在甘肃嘉峪关东北郊发现的魏晋时期的古群墓中，就有西晋时期烤羊肉串的画像砖。该砖上画有两人，一男子跪在火塘边烧煮食物，另一位少女手持一把三齿铁叉，叉上插有羊肉串，欲于火塘上烘烤。这种烤肉又在其它墓里的画像砖上也有发现。

其实烤食羊肉的历史比这还要远，从考古学和民族学有关资料来看，人类在远古以狩猎为主的时期，烤肉就是主要的熟食方法之一了，那时的一场天火，可能将原始森林的野兽和人烧死大半，幸存下来的原始人为了生存，便将烧死的野兽拿来充饥，发现经过烧烤的肉食比生食味更佳、更美、更香，从此，烧烤的方法便成了人类生活的重要内容。后来，人们为了免除食肉上沾染灰尘，于是把肉切开，插在木棍上，以手握着烘烤，这种烤食方法，是游牧民族的主要食肉方法之一，一直流传至今。

## “手抓羊肉”与待客

王家城

“手抓羊肉”是新疆哈萨克民族的一种饮食习俗，经过世代传承，一直延续至今。

吃“手抓羊肉”有两种，一种是新鲜羊肉；一种是熏肉。熏肉大多是临冬宰杀制做好，留春天青黄不接时食用。

哈萨克民族早、午餐比较简单，喝些奶茶随便吃些“包尔沙克”馕之类即可，而晚餐大都是以吃“手抓羊肉”为主。

“手抓羊肉”的作法不算复杂，即将羊割脖放血，剥皮开膛，按各个部位卸开，放入锅里，用清水加盐煮熟装进盘子里端至饭桌，即可入食。

但在吃的过程中却有许多讲究，一般都将羊的“江巴斯”（即盆腔骨）给亲家吃，表示血肉关系；羊胸叉子给女婿吃，表示他是贴心人；羊肚子给儿媳妇，表示祝福生育；羊前腿和肩给平辈和朋友吃表示亲近；羊后腿给贵客吃，表示丰厚的情意。

“手抓羊肉”与待客的关系十分密切，倘若家里去了客人，定要以“手抓羊肉”接风洗尘，而这一习俗似乎在待客过程中更显得完整。

客人到时，男主人先在门口迎候，一边问好，一边将房门帘打开，随客人身后一同进房，进房后马上将客人让至上座（直接对毡房门的方向为最上座）坐下，这时女主人便立即将“达斯得尔汗”（包食物的布巾）拿来，在客人面前打开，里面全是为客人准备的食物。然后女主人就一直单腿跪坐在餐布的左侧为客人及大家倒奶茶。

稍后，便会有人牵来一只羊，通常是主人的亲属或亲密的朋友，在房门口双膝将羊夹住，羊头朝着房里就坐的客人，这时客人双手捧至脸前做一次“祈祷”说：“以真主的名义开始，感谢主人的盛情，请真主宽容。”话落，所有在场的人全部双手在脸前向里晃一下，说声：“俄敏”（真主保佑之意），便将羊牵到外面宰了。

吃肉之前，主人会主动让客人出去方便一下，然后由主人家的孩子手提“酷曼”（伊斯兰教特制，用于洗手洗脸净耳的一种壶）、肩搭“素勒克”（毛巾）站立在房门口，为每个客人倒水洗手。

客人依次就坐后，主人便将盛有各部位的熟肉盘子，双手捧至客人面前放下，羊头放在最上面，而且羊头要面对最上方的主要客人。再递给客人一把别致的餐具刀。最上方的主要客人接过

刀先放下，带领大家做一次饭前“祈祷”，形式与前次相同，话语则有所改变：“感谢真主安拉赐予我们这丰盛的食物。”话落，大家再说一声“俄敏”，这时客人拿起刀子，将羊头上的耳朵割下来给席上最小的孩子吃，嘱他(她)要听话；把羊腮肉给每人削上一点吃，然后将羊头双手捧至主人家年纪最大的面前放下，以示我们接受了您的深情厚意。再拿起盘中羊盆骨肉削下一些，送给正在倒奶茶的女主人吃，大家才开始动手吃起肉来。

在吃肉过程中，除了一般的礼节需要注意外，还要注意吃完的骨头不要乱放，应放在“达斯得尔汗”自己的边上。外出时，不要在别人前面过，更不能从餐布上跨过去。

更重要的一点就是千万别在众人面前放屁，尤其在毡房里做客时，如若放屁，则是认为对主人家的侮辱，再好的朋友，主人也会因此而十分生气，轻则训斥几句，重则用鞭子将你赶出毡房。

待吃喝完毕后，女主人将“玛依勒克”（用作吃完抓饭擦油手的毛巾），拿来让客人擦干净手，客人还需用刀子穿上几块肉双手奉还给刀主以示感谢。

然后，还由主客带领大家做一次最后的饭后“祈祷”仪式，仪式同前两次相同，内容是感谢真主或其家人的热情款待。大家齐声说：“琳斯毛拉！”女主人将“得斯达尔汗”收起后，大家



便可离席。主人家的小孩早在门口手提“酷曼”，肩搭毛巾，为客人一一倒水洗手话别。

从以上可以看出哈萨克民族十分热情、好客、礼貌、真诚。“手抓羊肉”也充分体现了他们民族的集体观念，他们认为大家共食一只羊表示大家相依共存，心永远连在一起，谁也不离开谁。对情义和友谊看得如此之重，这是哈萨克民族的传统美德。

## 狗肉食俗

力 木

我国绝大多数的民族和地区有嗜吃狗肉的习俗。俗语云：“狗肉滚三滚，神仙站不稳。”“要吃飞禽，鸽子鹌鹑；要吃走兽，还是狗肉。”此话似乎有些夸张，其实不然。古今以狗肉为佳馐者大有人在。在江苏沛县就流传着“刘邦吃狗肉”的传说。《南史·周山图传》记载：南宋建元元年，义乡县长风庙的主持姓邓，此人曾当过县长，是周山图的老乡，他去世发灵时，周山图向皇上请求加封他辅国将军的神位，皇帝说：“足狗肉便了事，何用阶级为。”可见这个清教徒，生前竟是个狗肉迷，过分地贪吃狗肉引起了皇帝的不满。电影《少林寺》中的和尚也无视佛法禁规，偷吃狗肉，口里念念有词：“狗肉穿肠过。”吃得津津有味，不觉令人垂涎欲滴。当然，在平民百姓是用不着偷吃的，很古的时候就有了以营狗为专业的“狗屠”。例如战国时赵国的聂政，荆轲的好友高渐离，汉时刘邦的猛将樊哙，都曾经做过“以屠狗为事”的“狗屠”。此职业虽然

被人看不起，但却能得微薄收入以养亲糊口。今日养狗专业户和经营狗肉的个体商贩越来越多，各大中小城市和小镇墟集都有狗肉店和狗肉菜肴。狗肉常常是供不应求，价钱偏贵，狗肉甚至上了高级筵席。而狗肉在今日的最高实用价值，无过于有人明里暗里将狗肉当作佳品奉献给嗜食狗肉的权势者，以换取所奢求的名利或应解决的难处了。

追根溯源，吃狗肉在我国已是有相当长的历史了。因为狗在我国是最早畜养的家畜之一，五、六千年的西安半坡村遗址和五千年的常州圩墩遗址，都发现有作为家禽的狗的骨骼。原始人饲养犬，除了助人猎狩之外，当然还供人食用，人们不但吃狗肉，还将狗肉作为牺牲供神和神祖食用。传说伏羲氏所作的八卦，已将犬包括在艮卦之中，且教民养六畜。甲骨文有：“辛巳十豎贞埋三犬，鬯五犬五彘，卯四牛，一月”的记载（《殷虚书契前编》）。《周礼·秋官·司寇》云：“犬人掌犬牲，凡祭祀共犬牲。”宫廷食狗见于文字记载的首推《礼记》。《礼记·王制》篇有“养老”之礼，此礼一年举行数次，每次必有燕飧，燕飧，即宴亨也，又称为燕飧之礼。飧燕是“一献之礼既毕，皆坐而饮酒，以至于醉，其牲用狗，其礼亦有二，一是燕同姓，二是燕异姓也。”可见，在秦之前的筵席上就有狗肉了。《礼记》中还记载了烹饪原料进行去粗取精的经验，如“不

食雏鳖，狼去肠，狗去肾，狸去正脊，兔去尻……”等。《周礼·天官·豕宰》、《周礼·食医》中载：“豕宜稷，犬宜粱，雁宜麦”。是说何种肉类调配何种粮食。“夏行腊鲙，膳膏臊”。意思是夏天吃腊鸡和干鱼宜用狗油来煎，告诉人们何时节令食物用何油脂。先秦食饌中最有名的要数周代八珍。“八珍”是周代宫廷佳肴。其中“肝膏”完全是以狗为料烹饪的名菜。即取狗肝一副用网油包裹，沾湿后放到火上烤制，待外表烤成焦黄色即成。香味纯浓而自然，不必加调味料。由此可见，我国先秦时以狗为料烹饪的名菜和以狗为食物配伍方面，其技术已是相当高的了。

无可怀疑，宫廷的食狗习俗是从民间来的，其烹调技术也是在民间的基础上提高的，先秦古籍中对民间食狗的记载虽不多，但从文字中可看出狗肉是我国百姓肉食的重要原料之一。《说文》中有“狄”字。《朝野僉载》记载：唐代时狄仁杰戏谑驴献，驴献说：“足下配马，乃作驴。”转而嘲谑狄仁杰：“中劈明公乃成二犬”。狄仁杰说：“狄字犬旁，火也。”驴献说：“犬旁有火乃是煮熟狗。”虽是戏谑之言，却道出了“狄”字之真谛。民间最早以火熟食狗肉，乃有“狄”字，并以称赞吃狗肉的北方民族为“北狄”。看来，许慎和段玉裁等文字家应征询民俗而改从此说了。

到了汉代，人们的副食品以肉食为主，瓜菜

为辅，烹调的方法增多，这时的狗肉已有了狗髓羹、狗苦羹、犬肋炙、犬肝炙等吃法了。南北朝的饮食理论家崔浩著有《食经》，其中有一道古代名菜，叫“犬腩”，流传至今。犬腩，是一种可以薄切的狗肉，也叫“狗膈”。做法是：“犬肉三十斤，小麦六升，白酒六升，煮之令三沸，易汤；更以小麦、白酒各三升，煮令肉离骨，乃擘鸡子三十枚著肉中，便裹肉，甑中蒸，令鸡子得干。以石连之，一宿出，可食。”《骈雅·释服食》记载了一种叫做“狗后”的饼。可惜的是，古人的“田野作业”不如今人，只知其名，而不知其做法。“生于里巷”，“法出乎殊俗”的狗肉制法和烹调技术当有众多。遗憾的是，古人不重视民俗，更未进行过系统的民俗采集和记录整理工作，致使今人无从得知。

狗肉吃法到了今日，因民族和地区的不同仍有区别，吃法很多，一般食于冬季，这时节的狗肉最具温补性。常见的有红烧、清炖、蒸、炒、酱、炸等。南京的烹饪大师张大元能烹制出“麻辣狗肉”、“砂锅狗肉”等等名菜一百多种。浙江金华地区有一种叫做“戍腿”的狗肉，是取狗的后腿用食盐制成的。这种“戍腿”能与名扬国内外的“金华火腿”媲美。其腌制要经过取腿、腌制、洗晒、整形和分级等五道工序。腌制出的戍腿以皮色黄亮，形如竹叶，肉质细嫩，香气浓郁，滋味鲜美而名噪全国。戍腿通常以蒸吃、煮

食和清蒸切片为宜。如今是供不应求，只能优先保证外宾和少数民族的需要。据说，早在七八百年前，兰溪、金华人就选取狗后腿腌制，并把它置于正在腌制的猪后腿之间，每百只猪腿夹带狗腿八至十只，对金华火腿的香味起到了锦上添花之效。到本世纪五十年代，才将以选割猪后腿为原料的火腿和选割狗后腿作原料的戌腿严格分开腌制，成为并驾齐驱而风味各异的传统食品了。安徽宿县符离集的“岳毛狗肉”，是吃后香味“绕梁三日”的佳肴。岳毛是人名，又名岳从信。

“岳毛狗肉”是因他始制而命名的。其做法是：先把狗肉泡上一天一夜，换上七八次净水，待淤血全部泡掉，然后放入锅内，先用旺火猛煮二三个小时，上下翻动数次，狗肉熟了之后，再用木炭火细焖三四个小时，并且放入丁香、石罗、白芷、肉寇等十多种药材，卤制出来的狗肉熟而不散、色泽红亮，香味扑鼻，使人闻之食欲大振。湖南常宁县有种吃法很特别，先将狗饿瘦，直至狗肚肠里一无所有，再用蒸熟的并放了油块的黄豆糲类饭供狗饱食，然后将狗打杀，象清蒸整鸡一样将狗肉蒸得烂熟。这种狗肉，特别是肚中“香肠”别有滋味。朝鲜族狗肉的清炖汤里必放辣椒。朝鲜族耕耘水田，常生寒气。狗肉性含温熟，再加辣椒，便能去寒生热，滋身补体。广东有“熟附煨姜炆狗肉”的吃法，有些地方用奶狗蒸酒娘子（未渗水的米酒）给产妇吃以得多奶。

福建蒸吃整只放入当归的小狗作补品。还有狗肠子，有人不吃，有的人不但吃，而且当作狗肉中最具美味的菜肴。有的地方说道：“吃狗不吃肠，等于没有尝。”

人们不仅以狗肉为味道鲜美的佳饌补品，而且掌握了狗的药用医疗价值。综合祖国医籍记载，狗身各器官及其分泌物、排泄物可供药用者竟达三十多种，其治疗疾病之广，实为其它动物所不及。对狗肉的医疗作用，明人李时珍的《本草纲目》集录记载得最详细。比如说狗肉加入戊戌酒、戊戌凡等附方，有安五脏，补肾脏，利血脉，厚肠味，实下焦，填精髓，暖腰膝，盖气力，壮阳道之功。可治五劳七伤，脾味虚冷，气水膨胀，浮肿尿涩，老年阳痿，小儿食积等症。久食可以轻身延年，还可治卒中恶死，其治法为破白狗塌心上，恶死者即活。《本草纲目》详述了狗蹄、狗血、狗乳汁、狗油、狗睾、狗脑、狗涎、狗心、狗阴茎、狗阴卵、狗屎，……等各有不同的治病作用。古人缺医少药，从自养的狗治病当是方便常用的。今日医药很多，人们用狗治疾病的自然少了，然而中医学可否加强研究，狗药中确有特殊疗效的，应予宣传推广，以利人们就地取材，更有利于仍是缺医少药地区的人们的身体健康。《本草纲目》也记载了有损于身体健康的禁食，这里备录，以供参考。比如：“凡犬不可炙食，令人消渴。妊妇食之，令子无声，热痛后食之，

杀人。服食人忌食。九月勿食犬，伤神。獠犬（即狂犬，獠音折）发狂，自死犬有毒，悬蹄犬伤人，赤股而躁者气臊，犬目赤者，并不可食。”以及“同蒜食，损人；同菱食，生癩。白犬合海鮑吃，必得恶病”等。

狗肉不只医人，还能医兽，比如得了“奶瘟”病的乳猪，慢在三天，快在二十四小时内就会死亡。如果宰杀一条小狗（或者乳狗），用鲜狗血混进猪饲料中饲喂母猪，乳猪通过吮奶汁后，就可起到解除奶瘟的作用。体质虚弱的牛，喂狗肉汤可以把牛快速催壮。具体做法是：把狗杀死，血用器具盛好，剥皮后将肉带骨砍成小块，放入锅里熬煮成汤，一条中等大小的狗煮汤五十斤左右。每头牛每天灌服一次，每次三斤左右，连灌三天。狗血可生灌，灌完后让牛休息五天至十天，并加精料喂养，牛即可复壮。

现在回到题目。狗肉既是味美、性补，又可入药的“宝贝”，那为什么又有“忌吃狗肉”一说呢？这是因为迄今为至，很多民俗是具有民族性和地区性特征的。我国苗、瑶、畲等民族的有些地区，今日仍有人忌吃狗肉。他们历代传承着崇拜狗的原始图腾信仰，不但忌吃狗肉，而且禁止打狗杀狗，家狗死了要同人死一样安葬。如果犯禁，重则砍头向信仰中的“狗王祖先”恕罪，轻则施以严厉的惩罚。今日这些民族和地区的年轻人已经革除了这种原始的禁制，偷偷地吃起狗肉来了。



从这里透露了这样的信息：对于狗肉的食用，以及象有些国家把养狗当作人们精神生活的一种需要，将会随着我国物质生活的提高和文化的发  
展，也会趋向人类的共通性的。

## 板鸭、烤鸭和食鸭

谢基贤

鸭子是鸟类动物。因生性好水，又是水中之鸟。有人说，用这种动物制作菜肴，是具有野味和鲜味的，此话不无道理。

鸭馐品种很多，在这众多的品种中，富有神奇色彩的可能要数“南安板鸭”。

相传，在清朝时，江西赣南的“南安府”，街上出售当地百姓自制的板鸭。当时强驻在大庾西华山钨矿的英国钨商，品尝了这种板鸭后，连声叫绝，他们尝遍了天下的板鸭，都不及南安板鸭酥香，大为惊奇，于是买下大批板鸭运回英国。消息传到朝廷，南安板鸭开始成了朝廷的贡品，故又称“贡鸭”。后经科学家考证，南安板鸭之所以酥香无比，与南安的水有关，这水是经矿山上流下的清泉，鸭子在这种水里生活，又经过这种对人体有益的矿泉水的加工制作，自然就酥香无比。这一科学的验证，更使南安板鸭身价猛涨。如今南安板鸭是出口的紧俏食品，远销港澳、欧美。

南安板鸭的制作，选用当地泥鸭，一般是一斤半至二斤的为标准，用热水褪毛，经破膛、洗膛、挂钩、凉干后再擦盐。用盐水配以其它少量佐料浸泡一至二天，再放在阳光下晒五至七天，后用板石压紧而成。制成的南安板鸭皮白嫩且有透明感。赣南人用板鸭下酒、待客时都是斩成块状，放在饭面上蒸熟，不必再放其它佐料。蒸熟的板鸭酥香可口，味道特别鲜美，所蒸的饭都有这种香味。特别是下酒，喝一口酒，再咬一口板鸭，细细品嚼，嘴巴和喉咙里会有一种特别的香味，连骨头都是酥香无比，越嚼越有味，甚至会嚼碎的骨头都吞下肚里的。特别在春节，亲戚朋友间相互送礼，都要挑“南安板鸭”，每家每户接客也都少不了一盘蒸好的板鸭。

南安板鸭闻名，目前，赣南不少县社也都纷纷效之办起板鸭厂，有的因占地利的优势，做出的板鸭与南安板鸭一样，以假乱真，增加了板鸭的品种。赣南板鸭在国内外市场上占了领先地位。

板鸭不但南安有，南京也有。早在明初，南京街头的摊贩也都会制作板鸭出售；明清两代，官吏以板鸭作应酬礼品；清末，南京板鸭列为朝廷贡品，故又称“官礼板鸭”，可见南京的板鸭也是早有名气的。

用板鸭作成的佳肴，别有风味。江苏名菜盐水鸭就是其中之一。这道菜选南京板鸭，经炒、

腌、浑卤渍，微火焖制而成。煮制前，先把鸭子放在清水中浸泡，使鸭肉回软，减少咸味，再把三寸长的空心竹管插进鸭肛门内，放入开水锅中，加佐料焖浸两次即成。做好的盐水鸭成浆皮色，玉白油润，鸭肉微红，鲜嫩酥香可口。

板鸭的嘴、翅、爪称“三大件”，加上心、肝又称为“五件头”，用这几样蒸、炒下酒，有人形容会连自己的舌头都吃掉。不要小看了这“三大件”，板鸭厂待客设有专门的“三大件宴”，吃时，客人们用手抓着鸭爪或鸭翅膀，张嘴撕咬，嚼得津津有味。这种宴会吃法虽不太文雅，但却别有一番情趣。

**特殊** 烤鸭，却又是一种特殊的制作法。

说起烤鸭的来历，有这么个传说。唐朝有个张宰相，整日饮酒作乐，游山玩水。他还有个嗜好，就是特别喜爱鸭子。他霸占了民间良田百顷，挖了个很大的池塘，养着千只鸭子，光养鸭的民工就有十多人。但他对养鸭工却克扣得特别厉害。

有年冬天，满天大雪把养鸭工个个冻得直打哆嗦。有的冻的走路一颠一跛。鸭工王小二心中愤愤不平，马上提了十几只鸭子用麻绳狠狠地扎起鸭腿，过了两天后解下绳子，抱着鸭子去见管家，说鸭子是冻坏的。管家怕老爷会怪罪，马上吩咐以过去的办法，可给鸭笼底下铺上铜板，铜板下生上木炭火，保鸭子过冬。于是，小二一

一照办，鸭棚里顿时暖和起来，谁也不喊冷了。不料在三九的一天晚上，小二被一股烟味呛醒，爬起来一看，因一只炉火生得太旺把铜板烧得通红，几十只鸭子烤得没了毛。他忙叫醒大家，个个吓得目瞪口呆。为了摆脱张宰相家的杀头之罪，大家商议逃走。临走前，小二顺手拉开笼门，提了一只烤得焦黄的鸭子，一闻，还有些香味，便撕了腿上一块肉，吃后觉得肉酥鲜口，大家便每人提了一只，大吃起来，吃完，每人提了几只，趁天黑风紧，越墙逃出了张府，分路谋生去了。

这王小二跑到商州，被一个饭铺的掌柜收留，王小二便与掌柜商量，在饭馆里盘了个烤鸭炉，捉了几只鸭子在炉内硬烤，鸭子烤得张口乱蹦，然后，放碗五味汤，鸭子一见，渴得大口大口地喝。待喝饱后，封门加火，直把鸭子烤黄为止，这就是最初的“明火暗味烤活鸭”。后来，小二又研究改进了方法，把鸭子拔毛去掉五脏，然后，把各种调料塞入肚内，放在火中文烤，烤熟后，味道更加鲜美。从此，烤鸭这道菜也就问世了。后来，经很多厨师改革，增添技艺，一直传到现在，烤鸭仍是宴席上的一道名菜。

“北京烤鸭”又是鸭肴之王。它有一百多年的历史，今以“全聚德”烤鸭最为著名。这道菜选用皮薄脯大，肉质细嫩丰腴的北京填鸭，经打气、掏膛、洗膛、挂钩、烫皮、打糖、凉皮，入

炉烤制而成。色泽红艳、皮质酥脆、肉质鲜嫩、味道酥香、肥而不腻，一般以荷叶饼卷食或空心饼夹食，也可佐以葱段、蒜泥、甜酱、白糖而食。骨架作汤，风味尤佳。另以鸭舌、胰、肠、胗、肝、心、掌做成各色风味的冷热菜，与烤鸭配在一起，称为：“全鸭席”。

鸭肴决不止以上两种。安徽的“无为熏鸭”，也有两百余年历史，相传是祖居无为的回族同胞所创。用无为鸭经过浸泡、腌制、烫皮、烟熏并在恒温下宽汤卤焖而成。色泽金黄油亮，皮脂厚润，肉质鲜嫩，食之有烟熏芳香，独具风味；江苏的“三套鸭”，是用去骨的家鸭、野鸭、鸽子，再填入火腿片、冬菇、冬笋片烧制而成。外形饱满完整，其特点是家鸭肥壮，野鸭特香，鸽子鲜嫩，三味溶合，风味别致；上海的八宝鸭，选用肥壮的新鸭，肚内塞入湘莲、火腿、开洋、冬菇、糯米等鲜美香郁的配料，经蒸焖而成，其特点是鸭肉酥软、香气扑鼻、皮肥肉酥。另外，湖北的烧野鸭也很闻名，它是选用洪湖产青头对鸭，切块后经煸炒，烧焖而成，色泽黄亮，肉质肥嫩香酥，鲜甜爽口，汤汁稠浓，胜过鸡汤。

鸭子是上等食品，不少习俗都与鸭子结下了不解之缘。布依族人常以鸭待客，食时必先拈鸭头敬客，接着即将鸭的脚爪献于客人而前，据说这样做是表示这只鸭从头至脚都是给客人吃的，表明

主人诚心待客，这时客人不能却主人之盛情，否则，会以为你嫌其饭菜不干净。

江西赣南一带，在旧历七月十五，家家杀鸭。这个日子是鬼节。人们将杀的鸭血滴在纸钱、纸衣上，焚烧给死去的亲人。焚烧纸钱纸衣时还将煮熟的鸭子（包括肠、肝、心等）放在篮子里祭拜，表示全鸭都献给祖宗。现在，不仅纸钱、纸衣等迷信活动风行，又发展了有时代特色的纸扎的电视机、电冰箱、摩托车等，这些东西都洒上鸭血，烧给死者。相传，鸭血即人血。沾上鸭血是生者对死者的诚意。另外，七月十五，刚好是农村夏收夏种初战告捷的时候，死者需要祭祀，生者也需要补养，所以这一天大杀其鸭。

广西马山、平果、都安一带壮族的达汪节，也与鸭子有关。时在农历七月二十日。传说壮乡有个美丽姑娘叫达汪，土司企图霸占她，达汪不逞强暴，宁死不从，惨遭杀害，其尸被鸟群抬上月亮，后人们纪念她，由是演为节日。这天，当地家家宰鸭，宴请亲友并留下鸭腿，待月亮初升时，让孩子们对着月亮吃，以告慰月亮上的姑娘。

鸭子也有药用价值。清炖有清凉解毒，补中益气之功效。鸭血清凉、化尘、活血。至于鸭毛，可制作人们御寒的鸭绒衣，是当今市场的紧俏货，这一点就不多说了。

鸭子最大的就是食用价值。民间有一首打油

诗说：“甲鸟合成鸭，去鸟留下甲，甲等鸟做菜，味道甲天下。”你若不信，可按上述烹调方法任选一种去试试。



## 说吃鸡

刘志文

鸡，除了宗教和信仰的原因以外，大凡都是喜欢吃的。“过年杀鸡”和“杀鸡待客”已是我国各民族最古老的民俗之一。鸡除了吃和入药治痛、滋补身体以外，还派出许许多多中华民族特有的民俗事象。如婚嫁中用鸡接新娘，丧葬中用鸡陪葬，招宾宴客中的吃鸡风俗，各个岁时节日的吃鸡方法，祭奠祖先时鸡的摆置方法，鸡的鸣叫对时运的兆卜，以及有关鸡的神话传说，以鸡作为娱乐活动，等等，鸡与人民的生活结下了不解之缘。

我国是养鸡最早的国家之一。古人对鸡的原产地有两种不同观点：《别录》说，鸡生朝鲜平泽；《方言》也说，鸡产自“朝鲜冽水之间”。而古人陶弘景则说：“鸡属甚多，朝鲜乃之菟乐浪，不应总是鸡所出也。”另一位古人苏颂也说，鸡“今处处人家畜养，不闻自朝鲜来”。

鸡的品属很多，归纳起来大致可分三大类：一类是肉鸡，一类是蛋鸡，另一类是二者兼有。再细一点分就很复杂了，李时珍说：“鸡类甚

多，五方所产，大小形色往往也异。朝鲜一种长尾鸡，尾长三四尺；辽阳一种食鸡、一种角鸡，味俱肥美，大胜诸鸡；南越（广东）一种长鸣鸡，昼夜啼叫；南海（广州附近）一种石鸡，潮至即鸣；蜀中一种鸚鸡，楚中一种伦鸡，并高三四尺；江南一种矮鸡，脚才二寸许也。”这些稀奇的鸡种，经过漫长岁月的淘汰，许多已不复存在了，而新的鸡种，随着科学的发展，不断被人工培植出来。

由于我国人民有着悠久的养鸡历史，因此，产生了许多有关吃鸡的风俗。上到国家的大宴，下到平民百姓的岁时节日、红白喜事、婚丧嫁娶、祭祖祀神、宾客往来、妇女生育、治病强身，等等，都得用鸡，而且吃法也不相同。

古代朝廷中的皇官贵族和大户人家宴请高朋贵客时必须吃这两种鸡：

一种叫“蒸鸡”。制法是：肥鸡一只，猪肉一斤，香豉一斤，盐五合，葱白半虎口，苏叶一寸围，豉汁三升，放入甑中蒸熟。特点是香润、甜嫩、滋补。

一种叫“羹臠”。制法是：鸡一只，解骨肉相离，切成块，葱头二两，加枣三十枚合煮。特点是清滑、熟甜，还能补气血。

民间各地的独特的吃法，大而言之，南方人爱吃“白斩鸡”，北方人爱吃老焖鸡，华东一带人爱吃炒鸡，西南西北人喜吃醋鸡。

海南岛妇女“坐月子”必须吃“椰子鸡”，这种“椰子鸡”很有其特色，将刚刚开始下蛋的嫩母鸡，杀好以后切成火柴盒般大小的肉块，再取几个椰子的汁（从椰肉中榨取出来的酱汁，不是椰子水），放进一个剥净外层皮衣，仅开一个小洞口的老椰子中去，然后再放进大炖盆里炖制，烂熟以后吃肉喝汤。鲜甜、香嫩、爽口、醇柔，是营养价值很高的滋补食品。这种吃法，除了妇女“坐月子”吃以外，一般要在重要的节日、贵客临门以及婚、丧喜事时才吃的。

广东客家地区在节日和招宴宾客时吃的“盐焗鸡”，是蜚声海内外的。它的具体名字叫“东江盐焗鸡”。制作方法虽不算太麻烦，但要制作得好就不那么容易了。首先将一只肥嫩鸡杀好以后把水晾干，用纱纸包裹好，然后用约四至五斤食盐（按鸡大小可随意加减），将鸡放在铁锅里堆埋起来进行焗烤（绝不能有水，否则鸡就会咸得不能吃），熟透以后取起，除去盐块，切碎，拌上沙姜、麻油和特制的“盐焗鸡”料（市上有售），便可吃了。主要特点是皮爽、肉滑、骨香、味浓、不腻口，也是一种营养价值高的滋补食品，如是宴客，吃时按原鸡形上碟，点缀少许碧绿色香菜，清雅大方。此食法，对于血气虚弱、妇女生育等，是一种滋补的佳食。这种原来专门为妇女生产、治病强身所食的“盐焗鸡”，现在已为海内外所普遍食用。广东群众有

句俗话说：“此生未吃盐焗鸡，来世不再听鸡啼”。说明广东人对“盐焗鸡”是非常看重的。

安徽名菜“符离集烧鸡”。选符离鸡涂饴糖油，炸后，用十三味香料卤煮而成。香气浓郁，味道鲜美，肉烂而丝连，嚼骨有果香。是符离传统风味，现已制成罐头出口和经销全国各地。宿县符离集烧鸡，原名“红鸡”，只是煮熟后拌上一层红油，并无特色。三十年代初，山东德州一个姓管的人迁居符离集，带来德州“五香脱骨扒鸡”技术，使“红鸡”质量大为提高，渐成今之符离集烧鸡。

浙江名菜“浓香嫩鸡”。用嫩母鸡，并以绍酒、麻油代水，密封煨炖而成。食时启封，香味特浓，鸡块肥嫩鲜美，是金华传统风味。浙江还有一种“清汤越鸡”也很有名气。用嫩越母鸡清炖而成。肉白嫩，骨松脆，汤清鲜，是绍兴传统风味。

四川名菜“宫宝鸡丁”。用鸡脯肉丁配以花生米和红辣椒、花椒、糖、醋等十多种调料炒制而成。鲜香细嫩，辣而不躁，略带酸甜味。相传为清代四川总督丁“宫保”（官名）所喜食而得名。为四川传统风味。

四川另一种名菜“怪味鸡块”。将煮熟的嫩鸡块淋上用熟芝麻、红酱油、白糖、醋、芝麻油、花椒粉、味精等佐料调制的黄汁即成。肉质鲜嫩，咸、甜、麻、辣、酸、香，多味俱全，味道特殊，故名

“怪味”。亦为四川传统风味。

江苏名菜“黄泥煨鸡”，又名“花子鸡”。选用常熟虞山母鸡，填以虾仁等六种脯料，涂以丁香等佐料，并用猪网油、荷叶和酒坛泥包裹煨烤而成。敲泥壳而食，皮色金黄，香气四溢，酥香肥嫩，鲜美异常。是常熟民间传统风味。

湖北名菜“瓦罐鸡汤”。选用黄陂、孝感两县产黄色老母鸡，经爆炸后用瓦罐小火煨制而成。鸡嫩、汤稠、味鲜美。是武汉传统风味。

湖北还有一种“酥嫩鸡茸”也很有名。将鸡脯肉茸，用猪油炸后烹倒在刚炸过的酥嫩上面，再加入其它配料、佐料制成。色泽洁白，鸡茸软嫩，嫩子酥脆。是宜昌民间传统风味。

陕西名菜“葫芦鸡”。把鸡捆扎起来，形似葫芦，然后烹制，素以皮酥肉嫩而著称。为西安民间传统风味。

最具特色的大概是广东的“满坛香”了。它除用鸡肉之外，加入带骨的狗肉、鸭肉和猪肉，辅以鱼肚、鱼唇、香菇，佐以蒜、葱、姜等调料，用瓦器盛装，以木炭火多次煲烤而成。因揭开坛盖时，香味四溢，故名。隆冬季节，围坛而坐，边煮边吃，炉热身暖，别有风味。是广东的民间传统风味。

此外，还有北方的“叫化鸡”，南方的“太爷鸡”，都是为群众在岁时节日里所爱吃的传统风味。

江浙一带，在结婚的筵席上，将一对杀好煮

熟的鹑雄鸡，摆放在托盘里，鸡嘴里含着一颗“明珠”（一般用萝卜刻成加上红或蓝的颜色），意为凤凰含珠，表示吉祥。先敬拜祖宗，然后敬拜家中的长辈。

在敬祖祭神时，全国各地都有用“三牲”的习俗，“三牲”中的一牲，必须有一只熟鸡。

南北许多地方的寿筵上也必须有鸡。如是男性作寿，要有一只三年以上的老公鸡；如是女性作寿，就用一只三年以上的老母鸡。将煮熟的整鸡摆在寿者面前，以示敬重和颂祝长寿的意思。

如若是小孩生日，则不给吃鸡，而要用一对煮熟的、完整的、染成红色的鸡蛋，表示玲珑、聪明。

吃鸡还有许多的规矩和禁忌。

如广东的客家人，杀鸡待客时，把鸡头、鸡翅、鸡尾，摆成活鸡的形状，端端正正地摆在盛鸡肉的盘里，鸡头要对准坐“上位”的客人（如在岁时节日，鸡头就对准坐在“上位”上的长辈）。席间，任何人不得吃掉鸡头、鸡翅和鸡尾，这些东西要留到下一顿饭时给长者吃（小孩不吃鸡翅、鸡尾）。据说，鸡头对准谁，谁就会走好运。

其它地方，如湖南，则用鸡尾敬长者。西南一些少数民族同胞，则用鸡心敬奉长者，以表示孝心。

古人孟诜说：“鸡有五色者，元鸡白首者，六指者，四距者，鸡死足不申者并不可食，害人。”

李时珍说：“《延寿书》云：鬲鸡能啼者有毒，四月勿食抱鸡肉（抱窝的母鸡），令人作病成漏，男女虚之。”

《寄生论》和古人陶弘景说，小儿五岁以下食鸡生蛔虫。鸡肉不可含葫蒜、芥素食。不可含犬肝、肾食，食了会“泄痢”。同兔肉食也会成痢。同鱼肉食成心痕。同鲤鱼食成痈疽。同獾肉食成遁尸。同生葱食成虫痔。同糯米食生蛔虫……。

以上都是未经科学验证的传统风俗，不一定可信。如鸡肉与葫蒜合食，同糯米合食，同鱼合食，等等，现在全国各地非常普遍，五岁以下吃鸡更是常事，尚未有反应不佳之例。

## 从“年年有鱼（余）”谈起

宋经文

每逢新春佳节，家家户户吃年夜饭时，都必然有一盘全鱼，取其年年有余之意，或红烧、或清蒸、或溜炸，但是，怎么吃法，各地有各地的习俗。在我国南方的一些地区，鱼是整个宴席的最后一道菜，基本上是端出来摆摆样子，谁也不去吃它。这意味着，这尾鱼是今年剩下来的，留给明年；还有一些地区，一上热菜就是全鱼，一直摆在桌子的中间，直到宴会快结束时，人们才对它动动筷子。这两种吃鱼的习俗，都是人们所寄托的一种期望，希望家业发达，“年年有余”的象征。

在举行婚宴时，也离不开全鱼，这道菜一般是在酒过三巡后上的。吃的时候要注意，只能吃中间的，鱼头和鱼尾要完好的保留下来，最好是连中间的那根鱼骨头都不要弄断。因为这是在祝福新婚夫妇白头偕老，“有头有尾”的。当然，有时鱼很大，盘子盛不下，在这种情况下，掌刀的厨师可把鱼的中段划掉一块，但吃的时候仍然要



“有头有尾”。

鱼，是广大人民所喜爱的一种菜肴。它可煎可煮，可炸可溜，可腌可卤，可糟可爆，又能生食，味道尽不相同，大宴小席都离不开它。在吃鱼的时候也就伴随着许许多多习俗的产生，一直流传至今。在不少山区，在上鱼这道菜的时候，必须把鱼头对着长辈或尊贵的客人。鱼头对着谁，谁就必须先饮酒三杯，因为这是主人对客人的敬重，而后由他（鱼头所对的人）开始吃鱼，其他人才可以吃。如果，在他还没有动筷子吃鱼时，别的人先去吃鱼，就必须罚酒三杯。有些地方，还在鱼头上点上一点红，以示吉庆。

在水上吃鱼，那就更有许多讲究了。大鱼上桌时，必须将鱼头放在船老大，一般是驾驶舵手面前，鱼尾放在舢板小老大处，捕鱼手吃鱼的中段，其他人只能吃放在自己面前的鱼。在渔船上吃鱼，要先吃上半片，吃完后把鱼骨头拿掉，再吃下半片，只能顺着吃，切不可把鱼翻过身来吃。渔民们在“三面朝水，一面向天”的渔船里，最忌讳的就是一个“翻”字。

山里还有一种“熏鱼”，把鱼洗净凉干后，吊在灶口上让烟熏，然后在锅里放少许米或糠，上面架上甑皮（一种用竹片编架起来的用于蒸东西的工具），再把经过烟熏的鱼洗净放在上面，用文火慢慢的熏烤，一边烧，一面不时地在鱼的身上涂些红酒糟，直至锅里的米或糠完

全烧焦为止，便可食用了。这种熏鱼味道奇香，带有浓郁的酒糟味，咬嚼起来带有弹性，便于保管，所以，山里人把它切成片后，做为正月里人来客往的一种最好的下酒料。

在少数民族中对鱼也有许多讲究。赫哲族的许多婚姻就是在捕鱼过程中结成的良缘。他们常常以“杀生鱼”来款待客人。杀生鱼多用鲤、草根、鲟、鳊、胖头等鱼为原料。先将鱼肉从骨上剔下两整块，切成连接的鱼丝，从鱼皮上片下来，然后伴以用开水烫过的土豆丝（马铃薯）或绿豆芽，以及粉皮或粉丝等，再调以辣椒油、醋、酱油、食盐等。食之清香适口，别具风味。杀生鱼赫哲人称之为“塔拉卡”。特别是在春节期间，家里若来了客人，好客的主人就先泡好茶，摆上瓜籽，然后从外屋拿来两条哲罗鱼，麻利地用刀把两边的肉取下来，用前面的方法，为客人制作成一盘精美的杀生鱼，随后又端上几碗红通通、透明发亮、大如黄豆的大马哈鱼籽和焦黄得象肉松一样的鱼卷。这已经成为赫哲族人民待客的一种习俗。

居住在贵州、贵定、福泉一带的苗族，每年的三月初九是他们的“杀鱼节”。这一天，人们来到河边，从河里叉起一条条鲜鱼，就地架起铁锅，烧起篝火，用河水煮着鲜鱼，喝着米酒，吹起芦笙，唱着山歌，祭天求雨。祝愿风调雨顺，五谷丰登。

此外，水族若家中老人死了，亲戚朋友送祭品时，必须要有鱼；“端节”要吃“鱼包韭菜”，云南花腰傣族在过中秋节时也必须从池塘里抓鱼；朝鲜族在清明节的时候要吃“明太鱼”；侗族秋收季节在田边燃起篝火，用折来枝条穿到鱼嘴里，在火上烤焙而熟的“烧鱼”。喝着糯米酒，手撕着烧鱼，就着糯米饭，把酒品鱼，山歌四起。一幅农家乐的画图展现在人们的面前。

鱼，是人们所喜爱的，由它产生的一些习俗，有的正渐渐地消亡，而有的却被人们一代接一代的传了下来。

## 漫话食鲤

谢基贤

马克思认为，人类在蒙昧低级阶段，“告终于把鱼类用作食物和获得用火的本领。”《左传》上说古人以“水火醯醢盐梅以烹鱼肉，燂之以薪”。可见鱼的诱惑力之大。关于鲤鱼更是如此。“诸鱼惟此最佳，故为食品上味”。《诗经》里有赞美鲤鱼的诗说：“岂其食鱼，必河之鲤”。在人类历史推进了几千年的今天，人们吃鱼的本领远远要高出原始人几百倍。民间食鲤有多种多样的习俗：鱼生，是用活鲤鱼洗净薄切成片，浸于老醪，加以姜醋等五味即成。还有用油煎、小炒、余汤、清蒸等，唯独米粉鲤鱼却是少见。

古诗说“南有嘉鱼”。“米粉鲤鱼”源于江西兴国。每逢节日，或是宾客临门，兴国家家户户都要用蒸笼蒸上一笼“米粉鲤鱼”。这个菜原来并不出名，使它扬名是个偶然的时机。据说，在北京的一位兴国籍的老红军，思恋家乡的“米粉鲤鱼”，特意请了一位兴国厨师到京城做这道

菜。一次请客，客人们看到蒸笼里的米粉鱼，拌着各种佐料，冒出一层乳汁，食欲大振，一品尝，鲜嫩爽口，色香味俱全，余（鱼）味无穷，无不交口称赞。一时，“米粉鲤鱼”誉满京华。

做这道菜的程序是先将活鲤鱼洗净破开，切成薄薄的鱼片，拌上八角、茴香粉、味精、酱油，再用米粉拌匀。把竹制的空蒸笼先放在锅里蒸热，再在蒸笼里放一层青菜叶垫底，然后将拌好的鲤鱼放进去，盖上笼盖后用旺火蒸十分钟左右，揭开盖洒上淀粉水、葱花、姜丝、辣椒粉后，再蒸三、五分钟即可。掌握火候十分重要，过了火候鱼肉就变得木纳，火候不足鱼肉又未熟。烹调高手除注重下料外，还特别讲究火候。

还有一种食鲤的习俗叫“鲤鱼生蟹”。这也是江南一带的名菜。宴席上只见鱼盘里盛着一条大鲤鱼，鱼身微红，浇着乳白色的汤汁，鲤鱼旁还放着几片青菜叶和两朵精雕细刻的白莲花，鱼嘴嘎巴嘎巴地一张一合，就象在水中游动一样，这时，只要用餐刀在鱼肚子上轻轻一划，眨眼之间，鱼肚子里会一只接一只地爬出四只小螃蟹，正好爬到旁边的空盘子当中，就不动了。再翻看这四只小螃蟹，亮红肚白，散发出微微的香气。这一奇迹般的表演，会使宾客惊叹不已。

“鲤鱼生蟹”，菜名怪，做菜的程序也有点怪。在做浇汁鲤鱼的过程中破开鱼肚子，把用作料喂过的四只小螃蟹，放进鱼肚子里，然后逢

合。过油的时候，螃蟹在鱼肚子里又闷又热，螃蟹就已经有几分熟了，但螃蟹的神经还没有死，划开鱼肚子，螃蟹遇到凉风当然就要往外爬了。做这个菜的关键之处就是掌握好过油时间，螃蟹在鱼肚子里的时间太长，熟透了就爬不出来，时间太短，螃蟹就会满桌乱爬。

鲤鱼不但是上等菜肴，而且还可入药。据《本草纲目》记载：鲤鱼肉可治水肿，妊娠感寒、胎气不长、下乳汁、气喘咳嗽、反胃吐食、一切肿毒等症；鲙可杀虫，胆可明目，脂可治小儿惊忤，脑髓可治暴聋，血治火疮、毒疮，肠治小儿肌疮，目治刺疮伤风，齿治石淋，骨治女子赤白带下，皮治瘾疹，鳞治产妇滞血腹痛。举不胜举，可见鲤鱼全身是宝。

鲤鱼还与道教有关，这大概是鲜为人知的。《道教史概论》在谈到秦汉修养之术时说：“……取鲤鱼五寸一只，令其一煮药，俱投沸膏中，有药者奋尾鼓鳃，游行沈浮，有若处渊，其一者已熟而可啖……”这是“以药石上腾云，存精神”的养性法。

鲤鱼是人们生活中必不可少的宝物，那么，关于鲤鱼的来历也就显得神秘莫测了。我国民间很早就有“鲤鱼跳龙门”的美丽动人的传说。相传大禹治水时“凿龙门，其水急千仞，鱼鳖之属莫能上，唯有为河之长鲤能登龙门，上则成龙”。鲤鱼神通之广大，还有一说：“鲤为诸鱼之长，

形既可爱，又能神变，乃至飞越江湖，所以仙人琴高乘之也”。传说鲤鱼有其灵仙，故民间又有人称赤鲤为玄驹，白鲤为白骥，黄鲤为黄骝。后来，人们把鲤鱼作为吉祥的象征。每逢过年的时候，为讨个吉利兆头，将鲤鱼跳龙门的年画贴在墙上。鲤鱼同时又是美的化身，“鲤鱼姑娘”的神话故事就是真善美的集中体现。

对鲤鱼的崇拜早已有之，寺庙里的观音菩萨脚下踩着的就是鲤鱼莲花。大概观音娘娘是踩着鲤鱼来人间视察民情，普度众生的。非常有趣的是，人不但把最美好的吉祥物作为自身崇拜的对象，还将这夙愿托附在神仙身上，这就给鲤鱼罩上了一道神的光圈。和尚念经时敲的木鱼，“噼噼”的声响，可能同样有唤醒沉睡的圣经的威力，不然，这种单调枯燥的木鱼声，很难激发起佛家弟子的兴趣。

春秋时的孔老夫子，也是崇拜鲤鱼。他将自己的儿子取名为鲤，并在庭中教训其子学诗。唐朝诗人刘禹锡有“鲤庭传事业，鸡树遂翱翔”的诗句，就是赞美这种子承父训的“鲤庭”风范。《诗经》里有“四牡翼翼，象弭鱼服”的诗句，是说古人出征，肩挎着用鱼皮制成的箭袋，身穿用鱼皮制成的鱼服，企求鱼的神灵保佑，或者希望作战时象鱼一样的灵活。《史记》上有“大饗上玄尊，俎上腥鱼”的记载，是说我国最早是用生鱼祭祀先王。既然死去的王能用鱼祭供，黎民的

灵魂也可用鱼去告慰，于是，百姓仿效，遂用鱼祭祀、送礼，到春秋时又用干鱼送礼，《周礼》上称之“鱼腊”。后人改用鲜鱼送礼，主要是顾及食味。后来送礼、祭祖都爱用鲤鱼，是与历代的皇家重视鲤鱼有关。

崇拜鲤鱼的习俗，意趣横生。每逢春节，江南一带民间，就要玩耍鲤鱼灯，人们在这种狂欢的娱乐中，寄托着幸福的美景；端午节这天，家家的小孩胸前都要佩戴“鲤鱼香包”，据说小孩戴了用艾草、香粉制成的鲤鱼香包，会体魄健壮，长命百岁；湖南侗族在大年三十这天，家家将精心雕刻的木鱼放在桌上，全家人围着木鱼吃团年饭，吃完团年饭后再将木鱼摆到神台上天天供奉，直到过了元宵为止。很明显，侗族对鱼的崇拜是期望着年年有鱼（余），大吉大利。

养鱼，我国早在殷商时就有记载，春秋时代的范蠡写过一本《养鱼经》，是世界上最早的养鱼专门著作。不过，那时鲤鱼地位平平，人们还没有发现它的特殊价值。鲤鱼的盛行时期是从秦朝开始，汉武帝时为水战练兵，挖了一个四十里地的人工湖，后来昭帝把湖用来养鱼，皇室食用不了，拿到市上出售，一时长安鱼价大跌，使老百姓大饱口福。从春秋到汉魏，由达官显贵以至平民百姓处处养鲤，饲养鲤鱼达到鼎盛时期。

到了唐朝，因为是李家的天下，“李”和“鲤”同音，鲤鱼和皇帝的姓氏同音，其身价猛涨，红



极一时。皇宫的鱼池养的都是——色的红鲤，五品以上的官员身上分别饰以金银制鱼符，称之为章服，官服上绣上各种不同的鲤鱼，鲤鱼还神气地跳上了宫殿楼阁，成了流传千古的文物。同时，皇帝又下了不准买卖鲤鱼的禁令，违者要受惩罚。人们不能任意捕捞和买卖鲤鱼，也就再也没人愿意养殖它了。“乐极生悲”，鲤鱼的家族发展史上由此交上了厄运。渔民们为了糊口，只得抛弃了鲤鱼，养起青、草、鲢、鳙等鱼种，又为了繁殖鲤鱼的后代，通过种种办法，让鲤鱼经受乔迁之苦，飘流异乡去安家落户。中国鲤鱼流传东至朝鲜、日本，西至希腊、罗马传至欧洲各国，十五世纪传进英国，二十世纪后才引进美国。从此鲤鱼不断繁衍，子孙满天下。

鱼受人们青睐、玩赏，遂形成了钓鱼的习俗。从西周武王开始就有钓鱼的喜好。秦始皇也爱钓鱼，陪他钓鱼的钓得鱼多，就能得到他的封赏。《艺文类聚》有一首写武王钓鱼的诗：“漾色桃花水，相望濯锦流，跃浦疑珠出，依池似镜浮。凌波衔落蕊，触饵避沉钩，方游莲叶外，诘入武王舟”。诗情画意，增添不少意趣。古时帝王钓鱼如入仙境，老百姓钓鱼则是另一番景象，柳宗元描绘的“孤舟蓑笠翁，独钓寒江雪”，除了表现诗人孤傲的风骨之外，还确实确实绘出了贫寒人家江雪垂钓的残景。俗语说，钓鱼不但可食，还可养性怡情，此话一点不假，否则，如今

勃勃兴起的“钓鱼协会”就没有存在的必要了。据说，有人还专门有钓鲤鱼的本事，调皮的鲤鱼一上钩，会比其他鱼生出更多的乐趣。

我国近代，鲤鱼有了很大发展。特别是南方各地，专门有饲养鲤鱼的池塘、湖河，公园的人工湖也大养其鲤，供人观赏。毛泽东有诗赞：

“观鱼胜过富春江”，指的就是富春江观鱼的繁荣景象。古时只有皇家观赏的鲤鱼，如今老百姓也可以尽情陶冶性情了。

鲤鱼，跟人们的生活习俗有着紧密的联系，从某种意义上说，崇拜鲤鱼本身，就是对自身文明建设的表现，此说恐不为过。

## “重阳食蟹”话螃蟹

胡莹

“重阳食蟹”，是我国民间的一种饮食习俗。因为重阳前后螃蟹最肥。我国古代宗奭说：

“取蟹以八、九月蟹浪之时，伺其出水而拾之，夜则以火照捕之，时黄与白满壳也。”这种习俗清代尤为盛行。

《红楼梦》第三十八、三十九两回，就集中描写了大观园里的“持螯会”：在那秋高气爽，桂花盛开的季节，贾老太太领着一班人来到大观园“持螯赏桂”。凤姐吩咐：“螃蟹不可多拿来，仍旧放在蒸笼里，拿十个来，吃了再拿。”一面又要水洗了手，站在贾母跟前剥蟹肉。头次让薛姨妈，薛姨妈道：“我们自己拿着吃香甜，不用人让。”凤姐便奉与贾母；二次的便与宝玉。又说：“把酒烫得滚热的拿来。”又命小丫头们去取菊花叶儿桂花蕊熏的绿豆面子，预备着洗手。曹雪芹抓住了这个镜头，不惜笔墨地描述了这次“螃蟹宴”。那些老爷、太太们谈笑风声；那些少爷、小姐们持螯吟诗，好不热闹。刘

佬佬十分感叹地说：“这种螃蟹，今年就值五分一斤，十斤五钱，五五二十五，三五一十五，再搭上酒菜，一共倒有二十多两银子。阿弥陀佛！这一顿的银子够我们庄稼人过一年了。”可见螃蟹在当时的价值。

沈括在他的《梦溪笔谈》中说：“关中无蟹，土人怪其形状，收于者悬门上辟疟，不但人不识，鬼亦不识也。”如果螃蟹因形状之怪而永远不被人们所认识，便也不会遭此这般被大吃特吃的厄运。然而，这是不可能的。谁让你好吃来的呢？人们终究要认识的。据《现代汉语词典》解释，螃蟹：节肢动物，全身有甲壳，眼有柄，足有五对，前而一对长成钳状，叫螯，横着爬。通常生在淡水里的叫河蟹，生长在海里的叫海蟹。其种类很多，蝓蛄，拥剑，螳螂，螳螂等。《本草纲目》中记载：“六足者名蝓蛄，四足者名螳螂，皆有大毒，不可食。其壳阔而多黄者名螳螂，生在南海中，其螯最锐，断物如芟刈也，食之行风气。其扁而大，后足阔者，名蝓蛄，南人谓之拔棹子，以其后脚如棹也。一名蝓蛄，随潮退壳，一退一长。其大者如升，小者如盂碟；两螯如手，所以异于众蟹也。其力至强，八月能与虎斗，虎不如也，一螯大，一螯小者，名拥剑。一名桀，常以大螯斗，小螯食物，又名执火，以其螯赤也。其最小无毛者，名螳螂。生于沙穴中，见人便走者，沙狗也。不可食。生于海中，潮至出穴而望

者，望海也。可食。两螯极小如石者，蚌江也。不可食。生溪间石穴中，小而壳坚赤者，石蟹也。野人食之。海中蟹大如钱，而腹下又有小蟹如榆莢者，蟹奴也。居蚌腹者，蛎奴也。又名寄居蟹，并不可食。螳螂大于螳螂，有毒，令人吐下”。我国古代有个叫蔡谟的人，他初次渡江时，不认识螳螂，啖之几死，于是感叹着说：“读尔雅不熟，几为劝学者所误也。”

由此看来螃蟹不可乱吃。然而螃蟹味道美不可言，蒸熟了，红红的，摆在你的面前，谁还想得分哪个是螳螂，哪个是螳螂，哪个有毒，哪个没毒呢？况且上述的那些记载也未必全对。当然，吃蟹中毒者也不乏其人，一朝被蛇咬，十年怕井绳的人也有。相传慈禧太后有一次吃蟹子中了毒，上吐下泻，她气急败坏地说：“以后不许让我再看见这个鬼东西。”李时珍说：“诸蟹性皆冷，亦无甚毒。为蟹最良。鲜蟹和以姜、醋，侑以醇酒，嘴黄持螯，略赏风味，何毒之有？饕嗜者乃顿食十许枚，兼以荤膻杂进，饮食自倍，肠胃乃伤，腹痛吐利，亦所必致，而归咎于蟹，蟹亦何咎哉？”真真是妙极了，蟹子是无罪的。遗憾的是，不知何时有了孕妇不可以吃螃蟹的习俗。传说孕妇吃了螃蟹要横生孩子的，只有鬼才相信。但这里究竟有没有其它道理，不得知。

蟹子除可进食之外，还有好多功能。最主要的功能就是治病。《本草纲目》中记载：蛎蚌，

煮食，主治解热气，治小儿痞气。螯螟，取膏，主治涂湿癣，疽疮。蟹爪，主治破胞堕胎。酒及醋汤煎服，破宿血；止产后血闭。蟹壳，主治烧存性，蜜调、涂冻疮及蜂蛰伤。酒服，治妇人儿枕痛及血崩腹痛，消积。等等。另外，吃鱈鱼中毒，吃蟹即解。其螯烧烟，可集鼠于庭也。化漆为水，服之长生。

食蟹的方法其实很简单。大多是用清水煮或蒸熟后拿着吃。南方喜欢蒸，然后剥蟹肉蘸糖醋酱油生姜等混合调料吃。北方喜欢在淡水中少加点盐煮，然后剥肉吃。还有一种吃法，叫“合子蟹”。即将螃蟹洗净，上笼蒸熟，取出晾凉，剔蟹肉与黄，分别放之。再分别用料酒、姜末、胡椒粉、盐一一拌匀。选二十个蟹壳，剪去浮边洗净，把调好的蟹肉（黄、肉、腿）装入壳内，再将蟹壳盖上，即成蟹合。然后把装好的蟹合蒸五、六分钟取出，用姜末、镇江醋兑好的小料拌食之。蟹子多时，也有将煮熟的蟹肉剥出，加白果，用油炒着吃的。还有一种比较古老的吃法，即腌生蟹食之。笔者将李时珍一段话摘录下来，或许对那些喜欢食腌蟹者有益。“凡蟹生烹，盐藏糟收，酒浸酱汁浸，皆为佳品。但久留易沙。得椒易膻，得皂荚或蒜及韶粉可免沙膻。得白芷则黄不散。得葱及五味子同煮则色不变。”

总之，蟹子作为海中佳味，深为人民所喜爱，而“重阳食蟹”更是妙趣横生。

## 广东蛇肴

刘志文

蛇在食用上的价值，除广东人以外，不大为人所了解。的确，广东人食蛇是颇有名气的。除了广东人以外，还有广西、云南、湖南、江西、福建等一些群众也是喜欢吃蛇的。在国外，喜欢吃蛇的人就更多了，如东南亚、非洲、拉丁美洲，以及近年来所出现的欧、美、日本等，吃蛇不次于广东人。

广东人吃蛇，是一个传统的习俗，很古以来就有所记载。《尔雅·翼·蛇》载：“岭南人食蛇”。《可读》载：“闽浙人食蛙；湖湘人食蛤蚧，大蛙也；广南人食蛇，市中粥蛇羹”。李时珍也说过岭南人喜欢食蛇。“岭南人”、“广南人”就是指现在的广东人和广西的一部分。据西汉刘安等《淮南子》载：“越人将蚺蛇以为上肴”。南宗《岭外代客》载：越人“不问鸟兽虫蛇，无不食之。”这里说的“越人”也是指广东人。但真正盛期是从宋末王朝南逃，众多御厨聚集羊城以后，才促成了粤菜和蛇肴的发展的。

广州人食蛇，在广东是有代表性的。据考证，可以食用的毒蛇有：蟒蛇、灰鼠蛇、滑鼠蛇、三索锦蛇、百花锦蛇、王锦蛇、黑眉锦蛇、乌梢蛇、眼镜蛇、眼镜王蛇、金环蛇、银环蛇以及一些海蛇等。广州人所食的不过其中的若干种。谚语有“夏至蛇汤冬至狗，枪打都不走”之说，不过作为美食来说，食蛇最好的季节在秋冬，俗语有“秋风起，三蛇肥”，这时的蛇最为肥美。据资料反映，仅广州市，每年就要吃掉几十万条蛇。

广州蛇餐馆卖蛇，一般现杀现卖。顾客入店以后，可以在玻璃箱里或笼子里自由指定和挑选。蛇老板从笼里抓出顾客所喜欢的蛇以后，在顾客面前抖一抖，夸奖这条蛇如何之好，当顾客表示满意时，伙计立即将蛇头在砧板上一敲（也有不敲的），在蛇“颈”上用菜刀割一个圆圈，顺手便将蛇皮翻剥下来，除去内脏，切去蛇头，然后砍成半寸长的肉块放进沙煲里，加入清水和几许配料（如百果、莲子、银耳和鸡肉之类），煮熟以后，连煲端到顾客的桌面上，再由顾客自己舀到碗里吃肉喝汤。此时或配酒，或清吃均宜。如果是请亲友一起吃的话，再加上几碟煎炒肉菜、一樽酒，那便是一顿别有风味的“广东蛇王宴”了。

闻名遐迩的广东“龙虎斗”，也叫“龙虎凤”名字听起来吓人，但真正吃起来还是非常诱人的。这类制作比较复杂，要有许许多多的珍贵动



物和药材、香料等作配料，如鸡、猫、豹、貂、山瑞、海狗、鲍鱼、水鱼、鸭等，经炒、炖、焖、烩、煎等制作方法作成，不但风味独特，还有特别的滋补功效。

在广州众多的蛇餐馆中，以“蛇王满”（蛇餐馆）最为著名。相传已有八十多年的历史。原店主吴满，是广东省南海县大沥镇人，自幼以捕蛇为业，且能医蛇伤，后开“蛇王满餐馆”，专事制作蛇菜。名品有菊花龙虎凤、烧凤干蛇片、五彩炒蛇丝、煎酿烧蛇脯等。

“菊花龙虎凤”，是用五蛇（眼镜蛇、金环蛇、过树榕、三索线和百花蛇）、竹丝鸡（凤）、豹貂（虎）为原料，配上冬菇、木耳、姜丝配制成羹，撒入菊花，别有风味，已成为广东广泛流行的传统风味名菜。

在广东的名蛇肴中，还有“豹狸烩三蛇”。用金环蛇、过树榕蛇、眼镜蛇和豹狸肉，分别经过余、爆、炒、炖、煨等工序，加入二十多种配料、佐料配制而成。肉嫩而香滑，鲜美异常。用薄荷、柠檬汁、菊花瓣佐食，风味尤佳。

广州蛇餐馆，还是宴请华侨和港澳同胞的特别场所。许多侨胞说：“回国不入蛇餐馆，等于没有回来”，此话不无道理。蛇餐馆，这个富有浓厚乡土气息的小店，确实是最能勾起游子乡情的特殊地方。

民间简单的吃蛇方法是，剥去蛇皮之后，挑

出内脏，砍去蛇头，放到沙煲里清煮，加上一小撮食盐即成，味道非常清甜、鲜美。据说，这个吃法，可以清风祛湿和凉血，治疗小儿的热疮尤为有效。湖南、江西人煮蛇的时候，要放在露天的地方。传说蛇和蜈蚣是冤家，如果在室内煮蛇，被蜈蚣嗅到以后，它会爬到屋梁上去向蛇撒毒尿。此说有否科学根据，不得而知。

海南岛黎族同胞吃蛇的办法更为简单，他们在野外劳作时，如果想用蛇肉下饭，饭前便到草丛或田坎里去捉，捉到蛇以后，用干树枝燃起篝火，把蛇架在火里燃烧，然后再剥去蛇皮，除去内脏，把蛇肉撕成一条条，蘸上咸盐，或配酒，或下饭，另有一番风味。

## 谈蛋俗

胡莹

蛋有鸡蛋、鸭蛋、鹅蛋……其种类之多，为众人所知，然其习俗种种，大概却鲜为人知。

立夏吃蛋的习俗由来已久。俗语说：“立夏吃了蛋，热天不挂夏”。相传很古的时候，天上有个瘟神，平时总爱睡觉，可是，一到每年的立夏节他就醒来，带上一只瘟疫口袋，溜到下界播疫害人。人们便会得一种病，叫“挂夏”。轻则发烧厌食，重则一病不起，孩子们最容易得。这可急坏了那些做娘的，于是女人们去女娲娘娘庙烧香磕头，求她消灾降福，保佑后代。女娲知此事后，就去找瘟神说：“今后凡是我的嫡亲孩儿，决不准你去伤害他们。”瘟神晓得女娲法力无比，不敢和她作对，就问：“不知娘娘有几个嫡亲孩儿在下界？”女娲一笑说：“我的嫡亲孩儿多了，哪里数得过来？这样吧，我在每年立夏这天，命我的嫡亲孩儿在衣襟前挂上一只蛋袋，你要认准记号，千万不可胡来。”到了这年立夏节，瘟神一觉醒来，急冲冲来到下界，只见一个个孩

童，胸前都挂着个小小的网袋，里面放着煮熟的鸡蛋、鸭蛋、鹅蛋。瘟神知道这些孩子都是女娲的子孙，哪敢动手？他从早晨一直跑到晚上，也没有见到一个没挂蛋袋的孩子，最后气吁吁地累死在路上。瘟神死后，孩子们就把挂在胸前的蛋吃掉了。就这样，立夏吃蛋的风俗一代一代地传了下来。

“立夏吃蛋”，大概是饮食习俗中关于蛋的最早传说。从这个传说中可以看出，蛋已经作为一种吉祥的象征，在人们心里打下了深深的烙印。且在以后的传承与发展中，又演变了许多许多的关于蛋的饮食习俗。大都没有离开“吉祥”二字。在壮族，现在就有春耕前吃“五色饭和五色蛋”的生活习俗。人们把煮熟了的五色饭分成五个部分装满一个大海碗，中间放一只染上色的熟鸡蛋或熟鸭蛋。五色饭表示“风调雨顺，五谷丰登”，而中间的五色蛋则表示“吉利”，喜报丰收。

鸡蛋是鸟卵的代用品，而鸟卵则因图腾崇拜的原因成为送子的吉祥物。古代殷商民族以凤凰、燕子等鸟类为图腾。《诗经·玄鸟》：“天命玄鸟，降而生商”。《史记·殷本纪》：“殷契，母曰简狄，有娥氏之女，为帝喾次妃，三人行浴，见玄鸟堕其卵，简狄取吞之，因字生契”。殷商人以为始祖契是简狄吞玄鸟（即燕子）卵而生。后世各族融合成汉民族，鸟卵也就成了全民

族共同信奉的送子吉祥物了。鸡属鸟类，而鸡蛋易得，鸟卵难求。鸡蛋代替鸟卵大概是“义不容辞”。所以后人又多用鸡蛋求子。例如：上海市嘉定县和江苏省昆山县毗邻的农村，姑娘出嫁时，有三件小事，千家一样，其中有一样为红蛋。所谓红蛋，亦称染红蛋。用一品红把八只鸡蛋染得鲜红，悄悄放在新马桶里，当地群众把新马桶称为“子孙桶”，以表示代代（谐音：蛋蛋）相传，子孙兴旺的意思。在浙江金华，新婚之夜，新娘新郎上床前，要吃“子茶”（即糖蛋茶）。

“子茶”（谐音：子着），预祝早日得子。而生子后送鸡蛋更是广泛流行。用鸡蛋求子的风俗不但我国有，外国也有。在罗马，人们认为鸡蛋是多产的象征。吃得越多，生孩子就越多。已婚妇女如果希望生孩子，就要大吃特吃鸡蛋，在那里，人们鼓励妇女多吃鸡蛋，多生儿女。

蛋和婚姻还有着不解之缘。“红蛋联姻”，是壮族的婚姻习俗。结婚时，男方要给女方送去五十至一百个红熟蛋。女方将这些红蛋分给前来参加婚礼的小妹和女友们吃。一方面表示出嫁者结束了姑娘阶段进入婚后生活；另一方面表示出嫁者对妹妹和女友们的关心、爱护，预祝她们婚姻美满、家庭幸福。在这里，蛋也是作为吉祥物出现的。

蛋在民间有许多吃法，亦已成为习俗。生日蛋：孩子过生日那天早晨，一般由母亲煮两个鸡

蛋，剥皮后即吃；成人过生日则由岳母或姐妹送，均表示庆贺与祝贺。六十岁以上人过生日，亲朋好友要送十二个鸡蛋，还有面条。面条表示长寿，蛋则象征太平。十二个，因为一年十二个月。祝愿老人年年太平、健康。鸳鸯蛋则表示夫妻和睦，其做法是：将蛋煮熟，剥皮后切开。将肉丝及各种调料用粉面子和好，放在里面，将切开的蛋再合上，放油锅里炸后取出。在我国南方沿海一带，蛋的吃法则更多。新春佳节吃酒蛋。如果在正月初一至十五，外来客人到山里，主人便会给你煮两个鸡蛋。剥皮后放入碗里，再倒进水酒，将蛋拌酒而吃，以示主人有情有义。而在城市的酒席上，酒过三巡，必须做一道汤，叫“太平燕”。将数个鸡蛋煮熟，剥了皮，放入汤内。一个人吃一个，象征友好、太平，故叫“太平蛋”。更为有趣的是相亲蛋，男到女家相亲时，女方同意与否，只需看用什么蛋招待即可。如不同意，就用“木蛋”（即煮蛋）给小伙子吃。通常规矩，“木蛋”只能吃一个，表示“一厢情愿”。如同意，则余“蛋汤”（二只）意为“好事成双”，这时小伙子便会高高兴兴地将两个蛋全部吃光。而结了婚，女婿第一次到老丈人家却恰恰相反，吃饭时女方家所有的人都要给女婿敬蛋，同辈人敬二个，长一辈人给四个，再长一辈人给六个……但每一份必须剩下一半，即二个剩一个，四个剩二个，六个剩三个。万万不能

全部吃光。如果你全部吃光了，一方面表示你不礼貌，再有就说明你不想和丈人家保持往来了。

除了上述之外，蛋还有许多功能亦进入了习俗。例如：我国广大农村认为新母鸡初生蛋极为宝贵。俗谚云：“金鸡子(蛋)，银鸡子(蛋)，不及新母鸡生的头一子(蛋)。”旧时，将初生蛋用于祭祀或给新媳妇、待嫁女儿吃，也有给小儿子吃的，认为对身体是大补。此外，俗传吃生鸡蛋能镇牙疼；“凤凰蛋”可治头疼；白壳鸭蛋可治癞痢头；“贞尿蛋”(即用童尿浸泡的鸡蛋)有明目、强身的作用；小孩种牛痘后，也要吃蛋，说是能使痘苗出得透。

这些在民间流传的偏方究竟有多少科学价值，不得而知。然而，鸡蛋确实能治病，这是毫无疑问的。我国古代华佗的母亲得了“噎食”病，连华佗也爱莫能助了。传说后来“双龙戏水骷髅汤”和“乌鸡白凤双黄蛋”救了华佗母亲的命。《本草纲目》关于蛋能治病亦有记载，这里不再赘述。

在我国广西壮族，三月三歌圩会上，男女青年对了歌，抛了绣球，爬过了竹竿，然后情人自从口袋或布袋里拿出一个个染红的熟鸡蛋，先互相碰击。如果男的先破，就给女方吃；如果女方先裂就给男方吃；如果双方同时破，就向蛋吹一口气或吐些口水，交换吃。这样表示婚后互听劝告，一敲女的吃蛋清儿，表示心象蛋清儿那么纯

洁，男的吃蛋黄，表示一心不变。从这一习俗看，碰蛋不仅是壮族男女青年在歌圩中传情的一种方式，也带有很大的娱乐性。

我国有些地区还可用送鸡蛋的方式表示赔礼。如果你不慎将洗脸水或其它脏水泼到别人身上，小孩间发生打架，伤及一方皮肉，另一方的家长则往往送两只蛋作赔礼。现在看来，这一习俗和古代风俗是一脉相承的。因为蛋能辟邪、驱毒，所以将脏水泼到别人身上，要送蛋；又因为蛋能治病，所以孩子们打了架，伤了一方皮肉，亦要送蛋。

所有的习俗，在其传承与发展的过程中，都不是单一的，都要受到其它习俗的影响与相互渗透。综上所述，可以看出，关于蛋的饮食习俗的传承与发展更是如此，因而形成许多分支，笔不尽收。这些习俗随着社会的发展而演变。近几年，在我国南方广大地区，学生进考场前，大多要吃上两个鸡蛋，一根油条，预示能考一百分。有趣极了，未来的世界是知识的世界，蛋的饮食习俗已经跨入这个世界了。



## 火锅趣话

齐广文

火锅，早在南北朝时期就已出现了，距今已有一千四百多年的历史。如果溯其源的话，火锅是从“鼎”逐步演化而成的食具。据《说文解字》中说：“鼎，三足、两耳，和五味之彝器也”。火锅真正形成宴席上的必备佳肴，是在唐代，这时火锅盛行，著名大诗人白居易曾写诗道：“绿蚁新酪酒，红泥小火炉，晚来天欲雪，能饮一杯无”。所谓“红泥小火炉”就是当时的一种火锅，可见当时火锅流行之盛，也是豪门贵族，文人骚客会饮宴席中的上品。

火锅，无论是家宴，或是宫廷宴席，都是必不可少的。因为，火锅调料多样，作工细致，汤味鲜美，所以，人们都喜欢吃火锅。然而，清代大文人袁枚却极力反对，并把火锅列入了“十四戒”之中，呼吁“戒火锅”，还把火锅之罪一一罗列出来。什么“喧腾”、“可厌”等等。袁枚在《随园食单》中阐述的烹饪理论，在火锅上的见解是偏颇的。因为，他对民间食俗缺乏深入地

了解。吃火锅的习俗是古已有之，而且又是多种多样。在中华民族饮食习俗上放出奇异的光彩。北方人吃涮锅羊肉；南方的菊花火锅；四川的毛肚火锅；江南的鱼火锅等等，这吃火锅的嗜好，吃火锅的乐趣，烫火锅的技巧，大体相同，但又不同；各地都有自己讲究的方式和方法，这也不足为怪。

清代宫廷的御膳上的涮锅羊肉，是异常讲究的。选好上等羊肉，薄薄切好，调料、鸡汤（排骨汤）准备好，烧好汤，即可把羊肉片夹一片在沸腾的汤中翻上一翻，粘上调料，便可以品尝出涮羊肉的独特风味。嘉庆元年（1796年）仁宗登基时用一千五百五十只火锅，宴请群臣，足见这气魄之大，这是历史上最大的一次火锅宴。西太后更是特别，每到秋天菊花盛开之时，举行菊花火锅宴，这种吃火锅的方法很特别。用新开的菊花，瓣用温水浸泡，而后下火锅煮好后，再加调料。牛、羊、猪、鸡肉和粉丝等加入火锅中，待煮好后，吃上几片肉，味美无穷。更备有银火锅，锡火锅等贵重火锅，十分考究。

四川人吃火锅的兴致，不但在寒冷的冬天，就是在摄氏三十八度，挥扇不停的炎夏，专营火锅，客朋满屋。这也有一定的道理的！爱吃火锅的人觉得吃火锅是一种享受。调味可根据自己的爱好而变化，三五知己相约，边吃边叙，乐在其中。冬天，不会因冷而使菜肴变凉而令人扫兴；

夏日，以热抗热，浑身出汗，求得一爽。家中自备火锅，老少围坐火锅举箸自烫而食，尽可择好而从，饶有风味。

四川火锅，最有名的是重庆的“毛肚火锅”。毛肚火锅麻辣味厚，鲜子嫩脆的特色。其主料是用水牛的毛肚、肝、腰、黄牛的背柳肉、鸡血、鸭血、猪脑花、猪脊肉、鲢鱼片、猪肝、腰等荤食品原料，素菜用黄葱、蒜苗、莲花白等，也可因时、因地、因料而异，这就要灵活掌握。

烹制火锅的调辅料要齐备，调好卤水很重要，冰糖料酒、花椒、豆豉、豆瓣、辣椒面、姜末、醪糟米、盐、牛油、牛肉汤等。北方的火锅调料要有海味品、海米、紫菜、蟹、贝类、海参、粉丝等。卤水是鸡汤或排骨汤等最好。火锅的味美是稚孺皆知的。如何调制？精要之处就在于调制卤水。四川人喜欢麻辣，四川毛肚火锅要用郫县豆瓣剁细，永川豆豉致春茸，冰糖拍碎，炒锅洗净后，置旺火之上，下牛油加郫县豆瓣，放姜米，花椒快炒香，再掺牛肉汤，倒入火锅内，再放豆豉、冰糖、辣椒油、盐、料酒煮开，掠去泡沫即可。吃火锅也反映出了南北各地各民族的饮食习俗的特点。

袁枚厌火锅的理由是，不应把各种不同质地菜料同入一锅不分久暂的同煮。其实，无论南味火锅，或是北味火锅，都是因料而施，随烫随吃，很注意鼎中之变，这样讲究的火锅吃法是极

富有韵味的。也是我国民俗所独具的食俗。

然而，北方风味的火锅那就更讲究了。北京的“东来顺”涮羊肉，脍炙人口是中外驰名的。北方隆冬，大雪纷飞，寒风凛冽，可是屋子里却是一幅动人的画面：餐桌上放着一只锃亮的红铜火锅，锅膛中炭火熊熊，锅里面鲜汤沸滚。锅旁，一碟碟切得薄如纸的羊肉片，肥瘦相间，红白互映，围坐火锅四周的人们，拿着筷子，挟起羊肉片，在火锅中的滚汤中略微“涮”上几下，便可取出蘸着调料食用了，这种吃法既鲜美可口，又可驱寒煨暖，真是一种为人雅兴的精神享受。

“涮羊肉”起源于唐宋时代。据宋人林洪的《山家清供》记载：一年冬天，他到武夷山拜访“止止师”，正巧大雪天，捕获一只野兔，“止止师”把兔肉切成薄片用酒、酱、花椒等调料浇上腌一下，然后，将“风炉”安上，放半瓢水，水大滚，每人各自用筷子挟肉片“入汤摆熟啖之”，并据人的口味不同，供给不同的佐料蘸食。象蒜泥、韭菜花酱、腐乳、酱醋香油、辣椒酱、麻酱等。于是，林洪、止止师使用这种方法把兔肉吃了，油然而生“团栾热暖之乐”，后来又过五六年林洪在临安（杭州）朋友家的筵席上又吃到这道菜，触景生情，缅怀往事，吟出了“浪涌暗江雪，风翻晚照霞”的诗句，把红艳艳的兔肉比喻为晚霞。因此，宋代称之为“涮兔肉”，

又有人把这道菜取了充满诗情画意的名字——“拨霞供”。林洪在书中还记述了“猪羊皆可”涮吃。由此可见，我国早在唐宋时期就已有了“涮猪肉”、“涮羊肉”了。从民俗角度看，这“涮羊肉”也是吸收了北方民族吃羊肉的特点，并加以发挥创造。到了清代，宫廷内苑中这道火锅菜也是必不可少的美味了。诸如生鱼火锅、海味火锅、火锅饺子、火锅面条等等，更是别具一格了。

## 闲话豆腐

宋经文

豆腐，是南北皆宜的一种素食。它是我国古代劳动人民的一项伟大发明创造。

据《本草纲目》记载：“豆腐之法，始于汉淮南王刘安”。刘安是汉高祖刘邦的孙子。他继承王位后，建都寿春（今安徽寿县）后，不理朝政大事，却醉心于求长生不老之术。他让术士们去炼长生不老之丹，有一回，术士们在八公山下用黄豆和盐卤炼丹，谁料到炼来炼去，丹未炼成，却炼出了白生生、细嫩嫩的豆腐来了，吃了之后也确实不错，于是，做豆腐之法就慢慢地传开了。

可是，在民间老百姓中却有另外的说法，人们说豆腐是怀南发明的。有一句话说是“杜康造酒，怀南制豆腐”。怀南是杜康的妹妹。从小就十分聪明，而且孝顺，她有一个老母亲，十分喜欢吃黄豆，可后来年纪大了，黄豆嚼不动了，聪明的怀南就想法子把黄豆磨碎了给她吃。这么一磨，就把豆浆子给磨出来，怀南又把豆浆子烧熟

了给她妈喝。有一天，盛豆浆的是个咸碗，不一会，豆浆就冻了起来，也成了块（就是豆腐脑）。怀南十分奇怪，又不是大冷天，豆浆怎么能结成块呢？一试顶好吃，还带点咸味，她想来想去，大概是这个咸碗的缘故，于是，她就有意识地再试，果然，豆浆又结成块了，可是太烂了，不好拿，她又想法把豆腐脑压硬，就成了豆腐了。把豆腐给她母亲一吃，老人可高兴了，人也越来越精神，越来越年轻了。大家都向怀南学做豆腐，一传十，十传百，很快就在大江南北传开了，至今，还有一些做豆腐的人家，供着怀南的牌位呢！

在浙江的一些地区，人们则传说豆腐的祖师爷是乐毅。他在房前屋后种满了各种豆。青豆接黄豆，黄豆接青豆，一年四季从不间断。乐毅还是个很孝顺的儿子，见父母年纪大了，咬不动豆子，就想法把它磨成浆，让父母吃。一次又一次的实验，终于做成了当时叫“豆府之玉”的豆腐。后来他开了一间专门做“豆府之玉”的店铺，生意越来越兴隆。“豆府之玉”后来被错叫为“豆府之肉”，记帐人又丢掉了“之”字，还把“府”字与“肉”字重在一起，于是便产生了“豆腐”这个名称。

乐毅的父母因为常吃豆腐，寿命都很长。当二老去世时，他又做了许多豆腐，办了酒席，请四邻八间的乡亲们来吃豆腐饭，叫做“长寿豆腐”。这就是办丧事吃豆腐饭的来历。

乐毅到处去传教做豆腐的手艺，唱着“有钵头无盐，就是我乐毅”的歌，九九八十一岁的乐毅，乐呵呵地跋山涉水，走乡串里去了……。

豆腐，成了人们日常生活中所喜爱的美味佳肴，既经济又实惠，煎、炸、卤、糟、生吃都可，在不断地实践中，美化人类饮食的文明。

一九一八年五月，孙中山先生到广东梅县松口视察同盟会会员时，吃了当地有名的“酿豆腐”之后，赞口不绝，一直成为美谈，而“酿豆腐”也成了客家的一道名菜。在南方还有一道有趣的豆腐菜，叫着“鲤鱼钻龙门”。其实，就是把豆腐切成二寸见方大小的豆腐块，放在锅里用文火慢慢烧，再把活的泥鳅同时放入锅中，锅子一热，泥鳅就受不了，纷纷往豆腐里面钻，待泥鳅都钻到豆腐里面以后，再加少许的水和料酒及其它佐料，将火加满，待烧开后即可食用。这道菜鲜美无比，饶有风味。

“麻婆豆腐”俗称“麻辣豆腐”，是四川的一道名菜。也是大众日常所喜爱的一道小菜。相传古时在成都附近，有一座昭觉寺，颇有名气，经常有一些达官贵人和骚人墨客慕名而来消磨时光。这些人游览之余就要找馆子饮酒取乐，可这昭觉寺地处较为偏僻，周围只有一家由母女俩开的小菜馆，专卖豆腐，豆腐馆里的豆腐鲜辣可口，人们十分喜欢。这家小菜馆的女主人姓麻，而且，女儿长得水灵灵的，聪明伶俐，举止庄重大方，



来往的顾客都与她们相处得十分融洽，经常逗趣，并以“麻婆”来名其所煮的豆腐，天长日久，“麻婆豆腐”就不胫而走了。

豆腐越来越被人们所喜爱，它的食法也越来越丰富，为了便于保存，人们又发明了“豆腐皮”、“腐竹”和咸、甜、辣、酸各不相同的“豆腐乳”，江浙和长沙还特别爱吃“臭豆腐”，臭豆腐，吃起来倒是顶香的，尤其是对食欲不振的人，吃上一块臭豆腐，胃口“笃定”大开。

随着豆腐的普及，它所伴随的民俗事象也越来越丰富。丧事中的“豆腐席”就是其中之一。每当丧事办完，总要请前来帮忙、吊孝的亲友们吃上一餐饭，这餐饭的第一道菜必定是豆腐，或煨或煮。这道豆腐菜给整个筵席定了调子，是吃素的。同时还有一个寓意，即象征着死者是一生清白的。这在许多地方已经成为习惯了。

朝鲜族妇女还有“漂浮豆腐”的习俗。每当逢年过节，左邻右舍的新媳妇、大姑娘们都聚在一块儿做豆腐。“漂浮豆腐”是在做完豆腐之后取闹的一种游戏。豆腐做好后，拿出几块来，并给每块豆腐取上名字，然后把它们一块块地放入豆浆之中，这些豆腐，一般地都沉了下去，但也有极少数是会浮起来的，浮起来的象征着不吉利，而沉下去的就是象征着一切如意。

满族人民大年二十八有吃“水豆腐”的习俗。新女婿上门要吃“水豆腐”，家里来了客人也

吃“水豆腐”，还必须和着高粱米饭一块吃。新女婿吃它，意味着夫妻恩爱、白头偕老。客人来了吃着它，意味着清水豆腐，滚烫的心。水豆腐类似豆腐脑，把它盛在用柳条编的一个扁盘上，下面安一个大盒，一边吃一边加，一直保持着热腾腾的、鲜嫩嫩的豆腐脑。再和上一些佐料，味道鲜美极了。

豆腐，还是佛教徒的主要菜肴，许多的素食似乎都离不开豆腐。

豆腐除了供人们食用外，还可以治病。在民间还流传着许多单方。如：“赤眼肿痛”只要在夜里用盐收豆腐，切片贴之，即可痊愈；“杖疮青肿”用豆腐切片贴之。对于喝酒醉死者，用热豆腐细切片，贴遍全身，待冷即换，直到苏醒为止。若是久痢，则用豆腐和醋煎食之，即愈。

由此可以看出豆腐在人们饮食中所占的重要地位，它已经成了人们生活中不可缺少的美味佳肴。随着这种饮食习俗的传承与发展，花色品种也会越来越丰富。

## 辣椒杂谈

孙建昌

辣椒，又名番椒、秦椒，古人称之为茱萸，辣茄。原产自南美洲，明朝时自荷兰流至我国，南北各地均可栽培，迄今已发展为我国人民每餐必不可少的佐料佳品之一。

辣椒可以说是群蔬之首，因其含有蛋白质、胡萝卜素、丙种维生素、碳水化合物、脂肪油、红色素、挥发油及钙、磷、铁等多种营养素及矿物质和大量的丙种维生素，用它佐餐，不仅可以帮助消化、增进食欲，还可以兴奋精神，增进血液循环。为此，辣椒也可用来治病。有这样一个传说：起初先人是不知道吃辣椒的。有婆媳俩在一次熬猪食中夹有几颗辣椒，把猪食煮好后，满屋的辣味呛得婆婆不停地打喷嚏，过了几天，婆婆的感冒也好了。后来，婆婆的胃口不好，随之连饭也吃不下去了。媳妇一急便想起了那几颗小辣椒，又采些泡于水中，吃饭时给婆婆倒少许汤，时间一长，婆婆便顿顿离不开辣椒。老婆婆饭量大增，人也显得年轻。这事一传十、十

传百，从此辣椒便成了人们饮食中的佳料。因为辣椒含有丰富的辣椒素，吃后具有兴奋、发汗、驱寒、散风等功效，将其制成酊剂内服以健胃；制成软膏外敷以消炎止痛，以汁为洗可治未溃烂的冻疮；以酒泡辣椒涂擦可助秃发再生；以其煮汤可驱风寒；如每天服用适量又可防胃癌。但，辣椒又不能食用过量，由于有强烈的刺激作用，多吃会引起胃疼、角膜炎，也可使旧病复发。

辣椒的栽培尤以西南、西北地区及湖南、江西、四川等省为广泛；其品种繁多，形状各异，一般分为菜椒和辣椒两大类。菜椒又以灯笼椒、甜椒和海椒屈指为首。北方的灯笼椒个大、肉厚、甜而微辣，多作新鲜蔬菜食用；南方的甜椒和海椒红绿色皆有，呈绿色较多，老熟后由褐色变为暗红，果嫩少辣为南方家庭餐桌上的主要蔬菜之一。湖南一些地区的小孩竟将它当水果食用。辣椒中又以尖辣椒、朝天辣、涮辣椒为最辣。尖辣椒一般在初夏时果呈青色，辣味不烈，可作蔬菜食用，但一转入七月份后，色泽即由绿变红，油分增强，辣味也更浓，一般将它晒干久贮，随时食用。“朝天辣”个小辣浓，只要吃上一口，必辣得口朝天而得名。而“涮辣椒”的辣则要算得上世界之最了。用一颗红热的涮辣椒在菜汤里涮几下，汤就带上辣味了；如果多涮几下，便会辣得难以下咽。为此，“涮辣椒”的效用最高，一颗涮过以后可用一根线拴起晒干，供随时涮

用。据考证，一颗潮辣椒能够潮三、四十次。而如要做辣酱油，仅用两颗浸泡在煮沸后的酱油里便成，又好吃，酱油又不易坏，若做豆瓣酱则可节省大量的辣椒。

辣椒可腌、可酱、可制辣椒粉、辣椒油、辣椒酱等佐料。辣椒腌后，刺激素降低，辣味平和，具有消化健胃之功效。如将新鲜辣椒切碎用适量的盐拌放于密封的罐中，不几时，可口的腌辣椒便可上桌。说到佐料，我国的苗族用辣椒做成的辣椒骨却不同一般。其辣椒骨有鲜辣甜酥等特点，香气馥郁，可助消化，驱寒解表，活络生肌。做法为：将辣椒、肉骨头、生姜分别碾碎搅在一起，加上食盐、米酒后拿到石碓舂烂，装入缸内密封置冷凉之处半月即成；但最上乘的辣椒骨却是仡佬族的用猪腊肉、鸡肉，再加上猪骨头和大量辣椒碾碎，混入烧酒、花椒、盐巴放进坛里密封半月即成的辣椒骨，它味辣浓香，是上等的佐料。四川的泡菜坛中放上几颗海辣便可成泡辣椒，其色美味鲜、果脆酸辣，是下饭的上等菜蔬。

辣椒与牛羊猪狗鸡鸭鱼兔肉煨、炒、煨则味道更佳，肉嫩鲜辣，是酒宴上的佳肴。较出名的有北方的“辣椒煨牛肉”。做法是：先将牛肉切成3厘米宽、4—5厘米长、1厘米的厚片即下锅煮七成熟后放在热油中冲炸一下即捞出，尔后将适量的干辣椒炸至呈金黄色，加入葱姜丝、煨炒

一下后将肉片下锅，加入酱油、绍油翻炒稍许添入两勺汤，放白糖、味素、花椒，移至小火上煨燥即成。特点是味醇、辣香韧鲜。鲜为人知的“湖南辣子鸡”是将鸡肉丁经余炸后配以红辣椒、花椒、绍酒、黄醋、青蒜等佐料炒成的，菜色金黄，沙少芡薄，鸡肉外酥内嫩，味道鲜香麻辣，格外好吃。而江西有名的“红烧辣椒狗肉”更是让人回味无穷，也是冬令滋补养身之佳品。在一般家庭酒宴桌上常出现的“三丁爆青椒”，干香辣更为南北方人所喜爱。做法是将虾肉猪肉块、冬菇切成一厘米见方的小丁与洗净切成块的青椒用油煨炒，加入白糖、味素及盐、酱油等佐料即成。另外，“醋油青椒”、“干煸青椒”、“酿甜椒”也是素席上少不了的屡吃不厌之蔬。其中的“酿青椒”是一道可素可荤，可炸可蒸很有特色的菜肴。素吃可将青椒洗净去蒂、籽，将拌好的豆腐、香菇、笋馅填入内塞紧抹平后，投入油锅炸片刻移至小火烤约二分钟，端回中火勾芡，淋油装盘即成。此菜辣椒色纯，味鲜带辣而有清香，是夏日良肴。荤吃则将青椒洗净去籽，将剁碎的肉馅加入姜、蒜等佐料填入其内，既可用油炸片刻后放于小火上，投入酱油、盐等佐料，小煮一会即成；又可放于笼屉上蒸熟，蘸以酱、醋、盐、香油、白糖、葱花等佐料食用。

据说，南方人喜食辣椒并有“辣椒当盐”之说，且一点也不夸张。在湖南西北部人人爱吃辣

椒，竟是每餐不离；江西萍乡的“每菜不离”则使不食辣之客胆颤心惊；而在四川，辣椒不光出现在家庭餐桌上，就连市面小吃也为辣椒统帅。我国大多数民族因为“丛岩隧谷间，水泉冷冽，岚瘴郁蒸，非辛辣不足以温胃健脾。”故，辣椒也是人们日常饮食中的不可缺之物。

《荆楚记》中曰：“九月九日，佩茱萸、食蓬饵，饮菊花酒，令人长寿。”《续齐谐记》中载有传说：“汝南桓景，随费长房游学，谓之曰，九月九日，汝南当有灾厄，急令家人缝囊，盛茱萸系臂，登山饮菊花油，此祸可消。景如其言，举家上山，夕还，见鸡犬一时暴死，长房曰：此可代之。今人九月九登高，是也。”《风土记》中载：“……折茱萸房以扞头，言辟除恶气而御初寒。”辣椒食用后让人浑身大汗，面赤，有舒服之感，古人视之既可使入长寿，又可辟邪除恶，在少数民族中也有将新鲜红椒为串戴于小孩脖子上，为辟邪恶之俗。

人们食用辣椒后常有一种温暖之感，故辣椒又在人民的婚俗中占据了较重要的地位。在我国的景颇族，小伙子如爱上哪个姑娘，就以辣椒作为信物用树叶包好送上。在这里，辣椒寓意炽热的爱之意。在豫南信阳、皖南临泉一带，就有结婚吃“辣饺子”的习俗。新婚后，新娘偕同新郎回门，岳家以辣饺子款待女婿。辣饺子是由最辣的辣椒掺馅做成。据说，吃辣饺子可以使生下的子

女聪明伶俐，此俗今仍流行，广传于今白族闹洞房习俗中。年轻人前来祝婚，多往火盆中先投放辣椒粉。这时房中辣味四溢，虽让人泪水直流，却有祝新郎新娘婚后更加相亲相爱之意。当祝婚人走进洞房时，又要敬新婚夫妇一杯放有辣椒面的喜酒，意为祝贺新娘新郎亲密无间，永不分离。

辣椒能给人以温暖，使其在我国的家庭礼俗中的价值也极为特殊，以辣椒待客习以为常。拉祜族人就说：“拉祜人的辣子、汉人的油”，意为待客没有辣椒，就象汉族人做菜不放食油一样。流行于鄂西土家族一带的礼俗中，凡有喜宴散后，主人将一碗酢辣椒炒猪肝用红纸包好让客人带回给家中孩子吃，以示喜庆热烈的气氛让客人家中的孩子也能感觉到。在湖南、江西等地的待客亦有无菜不辣之俗的说法。

辣椒的刺激性又为旧时傈僳族、苗族等少数民族在丧葬时的禁忌食物，如父母或同村人去世，一个月内忌食辣椒，认为谁不守禁谁便是死者的仇人。更有趣的是，在佤族还将辣椒作为传递思想感情和行为的信物。如果双方发生纠纷，为了表示对对方的气愤，则递上辣椒表示自己的愤慨态度；而在旧时的佤族部落间的交战就以送给对方辣椒表示宣战，为此，在这里辣椒是不能做为礼物馈赠对方的。

辣椒送给人间以温暖，给人以刺激和余味。食品需要辣椒，人们的生活也需要点辣味。



## “假人参”上酒宴

谢基贤

萝卜，有地方称“假人参”。咬上一口，水漉漉甜丝丝，味道和水果一样美。名气最大的萝卜可能要数陕西宝鸡。传说宝鸡的萝卜是进贡给皇上的“萝卜贡”。到了清朝，宝鸡地方出了个大官，任内阁大学士之职，人称党阁老。他做官以来，每年都要接见赴京进贡萝卜的百姓。他深知百姓被萝卜贡害得有的人家连盐也买不起，都得了大脖子病，便心生一计，把得了大脖子病的人都叫去送萝卜贡，皇帝见一个个脖子上都长了个大肉疙瘩，大惊道：“何故？”只见抬萝卜行列中，走出一个长者，来到御阶前，说：“启奏万岁，我们宝鸡萝卜好是好，就是吃久了脖子上要长这肉疙瘩，名叫瘦瓜瓜。”皇帝问：“那往年进贡的人为啥没长那玩意儿？”长者答道：“往年我们挑些不吃萝卜的人来，如今这些人轮完了，只好挑些吃得少，肉疙瘩小的人来。”皇帝害怕真的吃久了萝卜脖子上会长肉疙瘩，从此大发“慈悲”，才罢了萝卜贡。

皇帝罢萝卜贡，是因为他不懂萝卜真正的价值。民谚云“冬吃萝卜夏吃姜，不劳医生开药方。”此谚语虽说有点夸张，但却很有科学道理。冬天多吃萝卜，对人体健康是大有益处的，萝卜生克熟补，清火滋阴，润肺生津，活血止咳。新鲜萝卜含有丰富的维生素C、糖分和矿物质，尤其是维生素C的含量比一般蔬菜水果要高。萝卜中所含的淀粉、酶和芥子油也不少。淀粉酶有助于消化，芥子油有辣味，能促进胃肠蠕动，增加食欲；萝卜脆嫩多汁，既可作菜熟食，又可当水果生吃，还可以腌、酱、泡、晒干，制成脍炙人口的佳肴。李时珍在《本草纲目》中说萝卜“乃蔬中最有利益者”。历代诗人多有吟咏，如“金城土酥玉雪容，菜菔根松饒冰玉”、“熟登甘似芋，生荐脆如梨”。杜甫也有“长安冬菹酸且绿，金城土酥净如练”的诗句。

萝卜分两大类：红萝卜和白萝卜。白萝卜原产我国，又叫“菜菔”、“芦菔”、“土酥”，是最古老的蔬菜品种之一，《诗经》、《尔雅》等书都有过记载；萝卜这个名称是宋代以后才出现的。元代王桢《农书》曾有这样的记载：“萝卜一种而四名，春曰破地锥，夏曰复生，秋曰萝卜，冬曰土酥。”另外，云贵一带还把萝卜称为“诸葛菜”。据《云南记》称，武侯诸葛亮南征时，在山中种萝卜，以济军食。后来，人们为了纪念其功勋，就取名“诸葛菜。”

另一类是红萝卜，又称胡萝卜，原产欧洲。据《本草纲目》说：“元时自胡地来，气味微似萝卜，故名。”我国南北各地均有种植，是冬季的主要佳蔬。胡萝卜含有大量的胡萝卜素，人们食用后，就被肠壁吸收进入肝脏，在肝脏内，受胡萝卜酶的作用变成维生素A。因此，胡萝卜素又称维生素A原，胡萝卜还含有人体必须的维生素B<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>、B<sub>5</sub>和维生素C等。每百克胡萝卜含蛋白质1.4克，还含有五种人体必须的氨基酸，胡萝卜中的蛋白质与氨基酸被人体吸收后，可合成人体蛋白质，以满足人体新陈代谢的需要。胡萝卜含有的单糖和多糖也比较丰富，胡萝卜还含有人体必须的矿物质，经常食用，可以滋补健身，故胡萝卜同样有“假人参”之称。欧美各国公认它是一种营养丰富的菜中上品，欧美人吃的西餐，几乎都离不开它。

萝卜是一种蔬菜佳品，吃萝卜的习俗也由来已久。相传，每逢端午节，在苏北东台、泰县、大丰一带民间都有午时吃红萝卜的习俗。苏北这一习俗不光是为了消化积食、疏通肠胃，还有更深远的意义。据说是为了纪念一次农民起义，那是清朝同治三年农历五月初一这天，东台县城发生了一起冤案。卖国贼李鸿章的亲信詹以安，在东台征收军粮，发现“沈记”熟食店里有一个十八、九岁的姑娘沈红英，顿时心生邪念，命令清兵把沈红英抢上船，强迫成婚。沈红英父母与

其辨理，遭拳打脚踢，一命归天。红英见父母被打死，悲愤交加，乘清兵不备，纵身跳河自尽。红英一家四口，死了三口，最后只剩下一个十四岁的妹妹沈红女，她满怀冤情，来县衙击鼓鸣冤，也被诬告打进牢里。这起人命大案激起了东台人民的强烈反抗。复兴庵里的“蛮和尚”听了，非常愤怒，立即暗中活动，四处联络，在端午节期间利用“关帝显灵”的迷信掩护，举行起义。每个起义者身后背个捆麦秸草（用来焚毁仓以安一伙及兵船），一手拿钉耙、大锹、扁担为武器，一手拿一个红萝卜头在手中舞，作为起义军的标志。这就是端午节吃红萝卜的来由。民间称它是“午红”、或“舞红”。

苏北人对红萝卜有一种特别的感情，在酒宴桌上的首席位置上，要放一盘红萝卜，这已成习俗。摆在首席位置上的红萝卜要是切成丝状的、片状的或是花状的，有的用酱油炆，有的用糖醋拌，是下酒的好菜。为什么有这个习俗？这里面又有个小故事。据说，有一次乾隆南巡，来到山东与江苏交界处，见一大院门上匾挂着一块横匾，上写着“天下第一家”五个斗大金字。乾隆心里一沉，自语道：“好大的口气，连我这个万岁爷，也没有如此自称，实属狂妄。”他心里嘀咕着，要问个究竟，进入第一道门，迎出一位老人，白胡子拖到肚脐，寿蒿一百五十岁，乾隆问：“当家的在哪里？”回说：“当家的在后边。”进

入第二道门，迎出一位老人，一百二十岁，又同样回答；进入第三道门，迎出一位老人，九十有零，也是这句话；进入第四道门，迎出一位老人，七十五岁，仍说“当家的还在后边。”乾隆进入第五道门时，迎出一位年龄十岁的少年。乾隆问他：“后生，当家的在哪里？”小孩说：“本人就是，长者有何公干？”“何谓天下第一家？”“我家五代同堂，代代高寿，可谓天下第一。”乾隆点头称是。

乾隆回到京城，心里老是想着这件事。一天，他心血来潮，还想再考考那个小孩的才能。提起御笔写了道圣旨，还赐了一物，派人直送“天下第一家。”圣旨一到，全家老少，丫环小厮一百多人都跪倒接旨、受赐。原来皇上赐的是一个手指大的水萝卜。圣旨上写的清楚，要叫“天下第一家”当家的，把一个小红萝卜分给全家一百多口入吃，要人人吃到，个个吃饱。这真是天大的难题，吓得全家张口吐舌。这时，只见那个当家的跑过来说：“这好办，来人把红萝卜捣烂，放到大荷花缸里，用温开水搅拌，全家每人拿碗一起喝萝卜汤，个个要喝足。”结果一大缸萝卜汤全部喝光。

乾隆知道此事叹服道：“果为奇才，不愧是个好当家的。”从此，红萝卜才上酒宴桌，而且放在首席位置上。这样做，一是对首席贵客尊重，二是比喻首席位置上的人是个好当家的。

——红萝卜上酒宴，是因为萝卜本色是红的。酒宴上的红色，意味着吉利，而白萝卜要上酒宴就是个大忌。但江西赣南有的地方，就有用白萝卜上酒宴的。据说在三年困难时期，有一家结婚办酒席，猪肉不够，有人提议用白萝卜切块代替，与猪肉焗在一起，沾上食用红，就成了一碗红炖肉。这倒使你真假难分，一吃，还别有一番鲜味，不象全猪肉吃了腻人。久之，白萝卜上酒宴已成地方一俗。

萝卜的制作也多种多样。将胡萝卜切成细丝，用盐稍微腌几分钟，再调以姜、醋佐料，凉拌后十分爽口。胡萝卜较之其它蔬菜来，还不易损失，在高温下也能保持不变，因此它适用于烧、炖、炒、煮、蒸等多种烹调方法，剁成菜泥与豆腐等一起可以炸成丸子；与白菜、韭菜等一起做成包子、饺子馅；和大米、玉米、小米等一起可以煮成粥糜；用它制成甜、咸两味泡菜，则别有风味。

白萝卜窖藏耐贮，是冬春常蔬，吃法也多种多样，凉拌、熬煮、煎炒等。湖南一款素菜曰“响萝卜丝”。做法是将白萝卜洗净去皮，切成二寸长的细丝，用精盐拌匀，腌五分钟左右的擦干水分，与鲜红椒一起投入热油锅里煸炒几下，然后调以盐、蒜、醋、酱油、勾芡起锅即成。这个菜白中透红，脆嫩爽口，酸辣鲜香，即使上入宴席也不逊色。

封建帝王乾隆与康熙都说过：“高年人饮食应淡薄，每兼菜蔬食之则少病，于身有益，所以农夫身体强壮，至老犹健者，皆此故也。”封建帝王的长寿秘诀说明了吃蔬菜的重要，而萝卜是：“蔬中最有益者”，常食之，确能强壮体魄。

## 酸菜上席

力 木

湖南的永顺县，在节宴、婚宴、寿宴等筵席上，除了满桌的鸡鸭鱼肉之外，还有一盘黄晶晶或红扑扑的酸菜。这盘酸菜并非是为了凑个盘子，摆个样子，它色鲜味美，并不比鸡鸭肉鱼逊色。据永顺府志记载，它是给皇帝进贡的佳味。

明朝末年，江南巡府视察永顺府，知府设宴接风，找来全城的高级厨师大办酒席。巡府想吃异味，一看却是满桌的油荤，愁眉不展，知府赔礼道：“大人，鄙地只有此货，望上海涵。”巡府怒道：“难道没有一样解油的小菜？”此话提醒了知府，他忙回禀道：“本府乡民盛产酸菜，不知大人爱乎？”巡府吃尽山珍海味，酸菜还是第一次听到，顿时眉开眼笑。知府吩咐手下去乡村，搬来了一坛黄晶晶的大菟菜酸菜，厨师配了辣椒大蒜下锅，送至席上。这菜奇香扑鼻，巡抚品尝，连声称赞：“好菜，好菜”，酸菜下饭，连吃了两碗。以后三天，知府都是用青菜酸、萝卜丝酸、葫葱酸、南京菜酸等款待巡府。巡府离开永顺府



时，要了两坛大菟菜酸菜说是奉献皇上，后来皇上传旨：每年进贡酸菜十坛。圣旨传开，永顺市民奔走相告，于是酸菜很快挤进了红白喜事的筵席。

不管记载是否真实，我们可从中看出酸菜是民间的嗜食之一。侗族俗话说：“侗不离酸”。湘西腊尔山苗族有句谚语：“苗家一日不吃酸，走路也要打弄穿（腿软之意）。”今日酸菜仍是众多民族和地区的传统风味。

腌酸鱼肉是苗族的风味佳品，将猪鱼肉切成小块，和以米粉香料、加盐，装入坛中，密封坛口，倒覆于浅水盘内，使之不透空气。经两周后，鱼肉米粉略变酸味，便可取出炒食。吉首酸肉的制作稍有不同，是将猪肥肉加盐、花椒粉等调料，配以玉米粉，用坛腌制而成酸肉。再以酸肉配以辣椒、青蒜，用菜油和清汤炒焖而成，菜色黄，味香辣，略呈酸味，肥而不腻。毛难族也有腌肉酸，用牛猪肉混以米粉、盐巴置于坛内，腌制几个月即成，吃时不必再煮。酸肉酸鱼也是侗族的嗜食，宴宾待客，常作主菜置以席上。

螺蛳酸是毛难族的食品，以布包螺蛳和炒熟的糯米，火烧过的猪骨，一起放在坛内加水浸泡，五、六天即可食用。傣族以螺蛳壳制作酸笋，将鲜竹笋切成丝，用水泡制，水中放螺蛳壳，泡酸后即可食用。酸笋煮鸡是傣家名菜。

酸蚂蚁卵酱是傣族食品，用酸蚂蚁卵炒熟制

成，其味鲜美可口。

干酸菜是傣族人们嗜好的食品，将青菜晒干，再用水煮熟，加入木瓜汁，使味变酸，然后晒干储藏，吃时放少许煮在菜或汤内，酸味十足，为家常菜肴。很多民族和地区有制作干酸菜的习俗，今日在农贸市场常见出售。

坛腌酸菜是南方普食的菜品，一家少则几个，多则十几个酸菜坛子，将萝卜、黄瓜、豆角、白菜、青红辣椒等等，放入坛内，用盐水腌制，一日三餐，随吃随取。今日在南方的市镇上，乡民将酸菜切细和以辣椒粉作小吃出售，生意倒还兴隆。

酸汤或腌菜水是酸菜中的特殊品类，酸汤是苗族食品，用淘米水或豆腐水存在瓦缸里，并找一、二碗老酸汤的沉淀物放进去，过一星期即成，酸汤主要用作煮鱼、煮菜或煮青瓜的作料，也有作火锅汤上席的，味极鲜美。在侗乡，家家户户都酿有一坛腌菜水（腌：读ǎn）。侗话叫“妈庵”。制法是将鲜芥菜洗净，用开水烫蔫，再晒半干，然后切好入坛，倒入淘米水、米汤浸泡，密封坛口，酿一段时间，腌菜水即可饮用。以后随舀随添淘米水或米汤。春节时可放糍粑，冬存可放冰雹，夏天可放瓜、豆等，凡食类均可放入。腌菜水酿的时间越长越好，有酿制八、九年的。腌菜水酸中带甜，饮时放少许盐，使之酸、甜、咸相间，够味极了。暑天日下或远道而

归，饮腌菜水能解渴爽身。酸菜水能治腹胀、感冒。将腌菜水煮沸，放入辣椒、生姜、大蒜和胡椒，喝下不久病即痊愈。侗家人嗜好酸菜水，即使在宴席上，也总少不了一碗腌菜汤，因为它还可以解油腻。

僻远山居的民族为何喜好酸菜？他们自各有传说，侗族相传以前吃不到盐，人们便以酸代盐，年代久远便养成了嗜酸的习惯。湘西腊尔山勾良叭固苗族传说是康熙征苗，血洗鸡公寨，禁盐以坑苗，苗人多患水肿病，苗女吴妹秀乃制酸泡菜，人们食之，水肿全消。旧日吃酸与缺盐有关，除此之外，腌酸菜便于久存久吃；众多酸菜不用火炒即可吃，农忙季节，随吃随取，此种方便，有利农事，这也是乡民喜制酸菜的原因之一。

吃酸可追溯到早期的原始人类。早期的原始人以采集野果为主食，野果中少不了酸果。后来熟食烹调进入人类的饮食文化，人们仍用酸果作为调料。《礼记·内则》载：“三牲用菹，和用醢，兽用梅。”注：“和用醢，以醢和三牲也，兽用梅，以梅和兽也。”《大全》补注：“醢与梅，皆酸也，和之以此，所以收其味，用醢用梅，各以其类而已。”《晏子春秋·外篇》也有：“水、火、醢、醢、盐、梅以烹鱼肉”的记载。人们为了延续吃酸的习惯而制醋。醋多由酒酿酸而成。故《说文》曰：“酸，酢也，从酉

发声。关东谓酢曰酸。”《广韵》：“酸，醱也。”何时出现用陶容器制作酸菜似不可细考，不过《吕氏春秋》的《功名篇》就已有了记载，其中说：缶醢黄蚘，聚之有酸。”可见，酸菜很早就是我国的菜食了。

从营养和卫生学讲，酸菜不可多食，古人多吃酸醋的害处就已有总结，《本草纲目》说：“脾病毋多食酸，酸伤脾肉。”但酸菜作为传统食品，将适应人们对菜味的多种要求而长期留存。

## “偷瓜”与吃瓜

宋经文

南瓜与冬瓜，都是一年生的葫芦科植物，是人们日常食用的菜肴之一。

南瓜，一般为扁圆形，有棱，成数纵沟，其色黄或红，不少人家把它摆在厅堂，或放在卧室里，供陈设用。人们日常食用的南瓜，准确的应该称为“番南瓜”。可是，一般人都把番南瓜呼为南瓜，而将南瓜则呼为北瓜，久而久之，也就成了习惯。我们现在所谈到的南瓜就是番南瓜。它的颜色或绿、或黄、或红，经霜后把它放在干燥的地方，可以保留到第二年开春，是农家主要过冬的菜肴之一。南瓜可蒸、可炒，亦可和米一块煮成“南瓜饭”，甜滋滋、香喷喷的，增加人们，特别是孩子们的食欲。在山里，人们还别出心裁的制作了一道“金元宝”，就是选择一个大小适中，又比较老的南瓜，把带蒂的一边完好地挖出一块，把瓜中的瓤及瓜子都掏尽，然后把泡浸好的糯米及其它佐料塞到瓜里去，再把挖出的那块带蒂的南瓜原位盖上去，放到蒸笼里蒸

透，即可食用了。要请亲朋时第一道菜就是它，象征着吉祥。

为了便于保存，人们在收获之时，把它刨成丝晒干，叫“南瓜丝”，随吃随煮。还有的地方把它切成片晒干，用盐腌制成“南瓜脯”，味道尤为鲜美。在江西和福建的一些地方，则将南瓜和辣椒伴在一起磨成浆，然后再晒干，制成“南瓜酱”，鲜辣可口，便于贮藏，是山里人喜爱的一种食品。

第二次国内革命战争时期，苏区军民大种南瓜，以红米饭、南瓜汤为主要食品，同时，也创作出不少反映南瓜的歌谣，流传至今。

南瓜，在福建中部的山区里，同民间的传统节日——中秋节有着密切的关系。在那里流传着一种与众不同的“偷南瓜”习俗。

一般地说来，“偷”字总是不雅，但在那儿，八月十五偷南瓜，倒是一件值得赞扬或者说值得夸耀的事。特别是对新婚夫妇更是一件好事。所以，做父母的明知这一晚儿女要去“偷”，也绝不会加以制止的；另一方面，那些被“偷”的人家，明知今夜有“贼”，也非常宽宏大量，甚至有意留下一些大的南瓜，让那些“贼”们来“偷”。

月挂中天，“偷贼们”便悄悄出发，来到南瓜棚下，选择最大、最熟的南瓜，把它“偷”下来，“偷”时，必须连南瓜蒂一块“偷”。然后

便把“偷”来的南瓜，送到当年刚结婚，或者是尚未生育的夫妇家里，敲开后门，把“偷”来的南瓜交给新婚夫妇。他们就会把送瓜人引进自己的卧室，泡茶、递烟，同时，还会捧出一些糖果，热情地招待，让“小偷们”边吃边玩，新郎在一旁陪客，而新娘则早已到厨房里去处理送来的南瓜了。待到南瓜煮熟后，主妇就会给大家端来一盆香喷喷的南瓜和其它菜肴，伴之还有甜滋滋的家酿米酒，让你一醉方休。不过，在吃南瓜的时候，你可要把那块带蒂的南瓜留给主妇吃，千万千万别把“它”给吃了，因为这里头有说道，也就是祝愿新婚夫妇早生贵子，并且还是个男孩子，那块带蒂的南瓜，就是象征着生个男孩。

《本草纲目·遗补》中载：吴秀峰言：“凡瓜熟皆蒂落，唯南瓜其蒂坚牢不可脱。昔人曾以入保胎药中，大妙。盖东方甲乙木属肝，生气也，其味酸，胎必借肝血滋养，胎欲堕则腹酸，干气离也。南瓜色黄味甘，中央脾土之精，能生肝气，益肝血，故保胎有效。”李时珍还专门为它开了一剂保胎良方——神妙汤。用“黄牛鼻一条煨灰存性，南瓜蒂一两煎服，永不堕。”如此看来，八月十五“偷”南瓜，还真有一点科学的道理咧！

## 话说地瓜

阿 湘

地瓜，学名为番薯，即甘薯。古称“甘藷”。原产于中央亚美利加，直到明代方传入我国。

陈祈畅著《异物志》云：“甘藷出交广南方，二月种，十月收。……唯此种蒸切晒收，收充粮糗，名薯粮。海中之人多寿，亦由不食五谷而食甘藷故也。”

《闽小记》一书中，则记载着：蕃薯，是在明代万历年间，由福建人从国外引入的。它在瘠土砂砾之地皆可种矣！

漂洋过海，外出谋生，福建人称之为“过蕃”，称外国人为“蕃仔”，所以，也就把从外国引入的甘薯，称之为“蕃薯”了。

据说，那个时候，福建土地贫瘠，人民的生活贫困，为了谋求生路，大批大批的人，结伴结伙出洋过蕃以求温饱。有不少的闽南人到了吕宋（即菲律宾），数年之后，当他们从那里回来的时候，就把甘薯种子带回了家乡。由于它耐旱、对土地的适应能力较强，产量又高，所以，很快



地就在大江南北推广开了。人们为了纪念当年从菲律宾引回甘薯种的老祖宗，便在每年正月里，炸上许多“蕃薯煎”上供祖宗和宴请亲朋。

蕃薯煎，就是把蕃薯切成片，外面伴上调和好的地瓜粉汁，起油锅将它炸之焦黄即成。大江南北人民喜爱蕃薯，食法也就越来越丰富了。把它刨成丝后，晒干贮藏，可当粮食，人们称之为“蕃薯米”。畚族兄弟经常用它和大米混在一块蒸饭，谓“蕃薯饭”，略带甜味，食之使人胃口顿开，欲罢不能。它还能制成“地瓜签”、“地瓜片”等等。

福建连城的“地瓜干”，晶莹透明，嚼起来回味无穷，素有闽西八大干之一的美称。

在浙江丽水则有一种“蕃薯羹”，相传成俗。把地瓜洗净后，削去首尾两端，然后放在蒸笼里蒸熟再去皮，打扁捣烂，和以藕粉和糖霜，再加水搅匀之后，用猪肉丝炒之，其味甜中带咸，别具一格。

在湖南还有一种蕃薯的复制品叫“薯片子”，而在福建的闽中、闽西，则称其为“玉兰片”。两者都是将蕃薯蒸熟后研成糊状，或放在木板上研刻成薄片，晒干后切成小块；或加上少许干的芋粉，揉合成圆团，中间加上花纹，再切成薄片，晒干备用。它可以用油炸，也可以用沙子伴炒至酥脆。是新春佳节待客和馈赠亲友的主要礼品之一。

在鄂西苗族洪、杨、石、龙的四姓群众，在农历八月十五这一天，是他们“请蕃薯神”的传统节日。这天晚上，人们在寨中舞坝上烧起枞木油柴禾，各家选出最好的木橙和竹椅，一家有几个人即配上几条腿的凳子和椅子（当地有五条、七条、九条腿的凳椅），尔后带至舞坝上跳“板凳舞”。寨主领头，边跳边随口编出歌儿，颂扬蕃薯神的恩德，以祈保佑蕃薯生长旺盛。然后在半夜子时，各家下地去挖蕃薯。

而北方人吃蕃薯，最有趣的当数“冻地瓜”。到了冬天，遍野皆白，人们把煮好的地瓜，统统搬到屋顶上，任凭它霜打雪冻，想吃的时候，随便取下几个就吃。外面被冻的硬巴巴的、崩崩脆，而里面则依然软软的，味道极可口，年纪大的人咬不动，就把它先放到水里泡上一段时间后再吃。冻地瓜不用贮藏室，也不用再生火，随吃随取，十分方便，可谓妙哉！

地瓜还可以烘、煮、烤、炒、炖、炸、爆，还可以做“地瓜拉丝”哩！

蕃薯，除供人们食用外，还能当药用。《本草纲目》中说它能“补虚乏、益气力，健脾胃、强肾阴”，不无道理。人们在实践中，遇到消化不良，积食，便吃点地瓜就可解决；夏天中暑、头昏体乏，喝上一碗地瓜汤即能消暑，娃娃吃了长得肥胖，老年人吃了增加食欲。无怪乎“海中之人多寿，亦由不食五谷，而食甘藷故也。”

## 奇异食料撷英

齐广文

中国的饮食习俗上有不少奇闻。在我国古籍中，确实是有不少记载的，从中可以看出我国民间食料的丰富，随着饮食习俗的不断进化发展，有的被淘汰，有的被保留发展成奇珍佳肴。在这篇短文中，笔者选几则介绍给大家，以供鉴赏。

### 蚊 子 酱

吃蚂蚁在我国是颇有历史的。据《周礼》中记载，周代设有“醢人”的官吏，专管制酱。周天子吃用的酱有一百二十品，其中就有“蜚醢”。所谓“蜚”就是蚊卵，我国周代人取其白色的蚂蚁卵做成酱。

唐代公路的《北户录》中记有“蚊子酱”，“广人于山间掘大蚊卵为酱，名蚊子酱。”宋代大诗人陆游《老学庵笔记》中也记载了这件事。明代大医学家李时珍在《本草纲目》中说：人吃蚂蚁能益气力，滋润肤色。由此可见，我国古代人对食蚂蚁的功用是早有认识的，足见我国食蚂蚁

的习俗是有悠久的历史。

## 炒 蝗 虫

蝗虫，也叫蚂蚱。我国有蝗虫三百多种，如飞蝗、稻蝗、竹蝗、棉蝗等等，是农作物一大害虫，为害极大。但它却可食，味儿极美，深得民爱。

据历史文献记载，汉文帝时，宫内喜欢吃浸渍后拌蜜的桂蠹（天牛幼虫）和蝗虫，一直沿袭下来了。宋人周去非在《岭南代答》中记述道：

“深广及溪峒人，不问鸟兽蛇虫，无不食之。其间异味，有好有丑。山有鳖名蜃，竹有鼠名鼯，鸪鹑之足，猎而煮之；鲟鱼之唇，活而齧之，谓之鱼魂。此其珍者也。至于遇蛇必捕，不问长短；遇鼠必执，不问大小。蝙蝠之可恶，蛤蚧之可畏，蝗虫之微生，悉取而燎食之。蝉房之毒，麻虫之秽，悉炒而食之。蝗虫之卵，天虾之翼，悉舂而食之。”这段文字中说到了炙蝗虫和舂蝗卵。清代，吃蝗虫的记载就更多了，仅在《清稗类钞》中便有三处。其一是，“粤东食品，颇有异于各省者。如犬、田鼠、蛇、蜈蚣、蛤、蚧、蝉、蝗、龙虱、禾虫是也。”其二是，“山左食品，有蝗，有蚱蜢，食之者甘之如饴，每以下酒。”再是，“豫、直间，乡民喜食蝗虫。火使之熟，藉以果腹。……以此食之者，大不乏人。其食也，恒以油灼之，谓有香气。”据《随息居饮食谱》中也提

到蝗虫即稻蝗，“北人皆炙而食之。”直到今天南北方各省都吃蝗虫，有的将它加盐水煮熟晒干，与大米混制成粥或饼；有的去头、翅、足，入锅油煎，佐以新米稀饭；有的用盐水煮焖后略下辣椒；有的油炸后加酱油姜葱炆烹；有的先腌后烩；或是一烤就吃；甚至有的焙干研碎替代味精。而在山东举办筵席时，常用它作凉碟，为众食客欢迎。

### “龙 菜”

“龙菜”是用蚯蚓作的菜，蚯蚓，别名地龙，俗称蚰蛄，性寒、味咸，功能清热、定惊、利尿，能松弛平滑肌和降低血压，是很重要的中药材，用它入馔，在我国也是很有历史的了。

据晋代张华的《博物志》记载：“闽越江北山间，蛮夷啖丘塚（即蚯蚓）脯。”在苗族村寨中也有吃蚯蚓的习俗。他们把腌作的蚯蚓作为待客的佳馔之一。有的人捉住特大的蚯蚓后，同吃蛇一样，把它切成长片，或切作细丝，以鸡鸭鱼肉和山珍海味相配，煎炒爆溜，蒸炖余烩，鲜美可口，深得人爱，真是一道名菜。

### 蜈 蚣 脯

蜈蚣，又叫螂蛆、吴公、天龙、百脚等。它的肉辛温有毒，历来被人们作为药材，可以祛风、定惊、攻毒、散结。这些功用在《本草纲目》

中都有记载。

但有趣的是我国古代也有人将其制成肉干食用。据《临海异物志》上讲，“晋安东南吴屿山蜈蚣千万，积成堆。或云长丈余以作脯，味似大虾。”这么长的蜈蚣，现在是没有听说了，而蜈蚣作成肉干，其美味居然与“大虾”媲美，却属奇闻。由此可见，我国古人的饮食习俗是很奇异的。

### 蜗 牛 菜

蜗牛菜，也是我国古人发明制作的。据《周礼》《天官·醢人》中记载，周天子享用的珍品中有一种叫“羸醢”的肉酱，就是用蜗牛制成的。可见 中国人早在三千年前就食用蜗牛酱，而且还是天子席上的珍品。

据《礼记·内则》上讲：“食蜗醢而苾食雉羹”，“主妇盥于房中荐蜗醢”。后来，我国吃蜗牛的逐渐少了，到了明代时，又出现在餐桌上。据邝露《赤雅》上讲：“中山有蜗壳可容升者，以米水去涎，竹刀脍之，角大如指，甘脆。去积解毒，余东粤人亦食之，鲜有如其大者。”鸦片战争以后受西方影响，法国的蜗牛菜也传入我国，这样一来我国的蜗牛菜也逐渐多了起来；其中有名菜，象宫保蜗牛、串烤蜗牛、蜗牛烧平菇，蜗牛烩鸽蛋、晚香玉炒蜗牛肉丝、蜗牛肉片砂锅汤等等。我国古代食蜗牛的方法也很多，其中最

有名的是蝟牛脰。

### “蜜 啣”

“蜜啣”是最有名的一道菜，这道菜是用老鼠作成的。我国古代吃老鼠的记载很多，据唐代传奇作家张鷟的《朝野僉载》上记载：“岭南獠民，好为‘蜜啣’。即鼠胎未瞬，通身赤蠕者，饲之似蜜，钉之筵上，啜啜而行，以箸狭取啖之，啣啣作声，故曰‘蜜啣’。”

宋代的大诗人苏东坡在他写作的诗中也提到了“蜜啣”。周去非在《岭外代答》的“异味”中也说：“深广及溪峒人……遇鼠必执，不问大小。”明代的史书上也有关于岭南少数民族吃“蜜啣”的记载（《明史纪事本末》）。清代《顺德县志》载：“鼠脯，顺德佳品也，……炙为脯，以待客，筵中无此，不为敬礼。《酉阳杂俎》中说鼠肉“其味极美”。广东民间一向认为鼠肉有暖胃、驱寒、护发的作用。患产后风的人，常用始生的小肉鼠泡药酒饮，可治风寒、头疼，在广东民间胎鼠酒与蛇酒齐名。所以，在广东农村食鼠肉的十分普遍。现在瑶族、侗族等一些少数民族仍有吃鼠肉的习惯，并有鼠肉的多种做法，如烘干炒吃，入坛腌吃等。

### “蝉 脯 菹”

“蝉脯菹”是一道名菜，就是用蝉作成的。

据《礼记·内则》上记载，周天子吃的还有一道菜是“蜩”。蜩，据考证就是蝉，至于怎样做法，史书没有记载，真是可惜。

我国古人吃蝉的记载很多，如北魏的《齐民要术》中就记载了“蝉脯菹”有三种制法，一是将蝉脯捶过，火上烤熟，撕碎，加醋。二是，把蝉脯蒸熟，然后把切细的香菜洒在上面；三是，把蝉脯放在开水中氽后，取出撕碎，加上香菜，即可食之。

后来的吃蝉记载也不少，但方法大同小异。总之，我国饮食习俗上吃蝉也是很讲究的，这也反映了中华民族在饮食习俗上是不断发展，不断求新的。

综上七则，仅是我国奇珍异馐中的点点滴滴。我国古人的食料是很广泛的，如蜂、蝙蝠、蛤蚧、蝗虫、蜂房、麻虫、臭虫、蝎子、龙虱、象鼻等等，这里不一一赘述了。应当指出的是，有些奇珍异馐至今仍为食用，有的已被淘汰，我们切不可以为古人吃的今人也一定能吃得。否则，必将酿成“意外”悲剧的，这需要有科学根据，我们必须注意。



## 四大名菜古今谈

齐广文

### 猴 头

猴头即是“素中荤”、“植物肉”，是一种真菌，它肉嫩味鲜，有高蛋白和多种维生素。俗话说：“山珍猴头，海味燕窝”。我国早在三千多年前，就已采食。在河南伏牛山后卢氏县，还流传着唐朝士兵在林中采食猴头的故事。其实三国时《临海水土异物志》上有：“宁负千石之粟，不愿负猴头羹臠。”明代科学家徐光启在《农政全书》中对食用真菌记载中就有猴头。但作为美味佳肴不多，只是作为药用较多。清代时河南厨师就把它做成熟的，或清炖或荤炒。成菜后脆嫩香醇，鲜味无比，脍炙人口，后来成为河南名菜，并传到宫中，清宫宴会都有此菜，与熊掌、燕窝、鱼翅并列为四大名菜，誉满中外。

清代末期的《御香飘渺录》中记述：“还有一种算是稀罕的东西，唤做猴头，大概跟打网球用的球一样大小，它的来源也是四川，而且大部

分总是呈进宫来给太后享用的。呈进宫来的时候，总是两个猴头装一锦盒。锦盒里常用极好的黄绸做衬托，那种外观，尤其比银耳来得富丽了。”

其实，这时期京城市场上也有卖猴头的，却是极名贵的。至于大小也不一样，有的大则过拳头，小的只有乒乓球大小，也有大于饭碗大的干猴头。产地也不只四川，我国猴头资源分布面广，从东北到西南，许多地方有。黑龙江列之为四大山珍之一；山西则是“垣曲三珍”之一；河南洛阳也有成串的猴头出售；闽、粤等沿海地区还少见。

可见，猴头是极为名贵的。三十年代，伟大文学家鲁迅与河南的曹靖华有过猴头通信。在1936年8月25日的日记中记着：“午后靖华寄赠猴头四枚，羊肚菌一合，灵宝枣二升。”又于27日复曹靖华信说：“猴头闻所未闻，诚为珍品，拟俟有客食之。”9月27日给曹靖华信又说：

“猴头已吃过一次，味确很好，但与一般蘑菇类颇不同。”鲁迅不但给予品题，而且还给予肯定和极力褒扬。

目前，我国已用菌类培养成人工猴头，价钱不贵，家家均可以品味。猴头做法古书上没有记载，古代的烹饪书籍上也没有提及，仅有《御香飘渺录》略略几句话：“猴头有种种制法，也可把整个东西搁在文火上蒸着，也可以切成一片”

片的煎炒。有时把它混合在各种肉食里，也可以增加几许鲜味，尤其是和在羊肉里，格外可口。就是用来做汤，其味亦不在鸡汤之下。”提到蒸、炖、煎炒以及作汤。目前我国各地做法多见的是：扒猴头，如扒海参猴头，扒火腿猴头蘑等等。也有炆猴头板筋，红焖猴头，烧猴头，氽猴头鸡片，砂锅猴头等，至于蒸、炒、烩、熘、拌诸方法都见用。

然而，在发制法上和刀法上是极讲究的，配料也极为精当。发制是用清水漂洗，放水中泡发一昼夜，捞入碗中，再加工制作。所以，发制是很重要的，发制好，味美并具有特色，发不好，味苦。总之，烹饪猴头是必须注意发制和刀法的，这是烹饪猴头的关键。

## 熊掌

熊掌是一种著名的珍贵的有特点的名菜。熊是我国一种珍贵的野生动物，东北熊大都生活于大小兴安岭、长白山的丛山密林之中。冬季，大雪封山后，熊就隐居洞穴之中，冬眠期，经常用舌舐掌。《本草纲目》上记述：“冬月蛰的不食，饥时则舐其掌，故其美在前掌，谓之熊蹯”。所以，熊掌是极有营养价值，干品含蛋白百分之五十五以上，脂肪达百分之四十三之上，制成菜后味浓、鲜软，滋补功效大，所以，人们把它作为上等佳品食用。

熊掌制成菜肴历史是悠久的。早在三千多年前，殷商末期的纣王就用玉杯饮美酒和象箸食过熊掌。周代，熊掌已作为宫中珍馐，号称“八珍”之一。春秋战国时《孟子》一书中有：“鱼我所欲也，熊掌亦我所欲也”的记载。至于秦汉以后各代帝王将相均奉它为宫中珍食。清代康熙时起，哈尔滨、沈阳的菜馆，都挂牌经营扒熊掌。其他地区如北京、山东等也经营熊掌菜肴。所以，我国的熊掌在国外是颇有名气的，现在的红扒熊掌已成为举世闻名的中国名菜。

据《左传·宣公二年》记载，晋灵公曾因“宰夫胾熊蹯不熟，杀之……”晋灵公残忍白不待言，然而，熊掌难熟，厨师竟因之送命，也实冤枉。后来厨师总结实践经验，摸索了许多制熊掌的方法，关键一点就是重视火功。元明之际的《居家必用事类全集》一书和清代李调元的《醒园录》中都记述了熊掌的制法。可见，这一名菜在食俗上是极其讲究的。

其制法和原料是：熊掌一只，生鸡架、排骨、玉兰片、酱油、白糖、葱、姜、精盐、绍酒、味精、猪肉、丁香、桂皮、花椒、湿淀粉、鸡汤等。把熊掌放入摄氏80°的热水中浸泡约十二小时，至泡软止，用碱水剥去污物、撕去油膘，把熊掌放入焖罐，加凉水过熊掌，用旺火烧开，再用文火煮至摘掉毛时离火，趁热把熊掌的毛、黑皮全部摘净，再入罐复煮，见撬起，把壳、爪去净再从掌

之背部划开取骨，洗净，去除土腥味。把这已发好的熊掌切成片，玉兰片也切成片，每片熊掌上放一片冬菇和玉兰片，码好装碗，加鸡架、排骨及鸡汤、丁香、桂皮、花椒等，上笼蒸烂取出，炒锅加油烧热，下葱姜块、炸黄色，加酱油、鸡汤、盐、酒，把蒸熟的熊掌面朝下推入锅内，烧沸后撇去浮沫，放味素，用淀粉勾芡，浇上熟猪油，端起炒锅，悬空翻身，然后出锅装盆。

### 燕 窝

燕窝是金丝燕在岩石间筑成的巢，主要产于东南亚，一年四季都可采到。广东省也有，质量好。据明代屈大均《广东新语》：“崖州海中有我玳瑁山，其洞穴皆燕所窝。”《琼州府志》：“今崖州海岛中石岩陡绝处亦产之，较洋燕窝更佳。”海南岛万宁县大洲岛和粤西北的怀集县的燕岩，每一到春天，数十万只燕子飞来筑巢繁殖后代。清明前后，人们都去采掏燕窝，万宁燕窝被誉为“东方珍品”。

燕窝，象生丝一样胶状物编织而成。对于它的形成，是金丝燕咽部的舌下腺分泌出来的粘性唾液；还有认为是燕子吞食海藻后经胃液酝酿复吐出来的胶状物。燕窝有白、红、黑三种颜色，白色叫官燕，是金丝燕每年第一次造的窝。据说，几乎全是燕的唾液凝聚而成，质地微白透明，入水能即柔软膨大是燕窝中上品；红色的叫血燕，

是金丝燕用唾液和着从身上啄下的绒毛粘拌而成的，质量次之；黑色的叫毛燕，是金丝燕用海藻和其他植物纤维，混以少量唾液筑成的，质量最差。

燕窝营养丰富，含蛋白质百分之五十，糖类百分之三十，是一种名贵的滋补食品。《本草纲目拾遗》上说燕窝“味甘淡平，大养肺阴，化痰止嗽，补而能清，为调损劳瘵之圣药。”《红楼梦》中林黛玉患痨病，薛宝钗曾教她食燕窝粥，以增强体质抵抗病菌。

燕窝做菜，在唐代就是宫廷美馐。民间极少食用。清代叶梦珠《阅世编》载“燕窝菜，予幼时每斤价银八钱，然犹不轻用。其后渐长，竟每斤约银四两。……”光绪十年十月初七日，慈禧上的早膳一桌，克食一桌，果桌一桌，计有菜点三十八个，其中有七个是燕窝菜（见《故宫总展》）。可见，食用燕窝是相当贵重了。袁枚的《随园食单》记载：“粤东扬明，有冬瓜燕窝甚佳，以柔配柔，以清入清，重用鸡汁，蘑菇汁而已。燕窝皆作玉色，不纯白也。”这是粤菜风味特色之一“清而不淡”，冬瓜燕窝就是这一特色的代表，所以，燕窝成为名菜，至于形成于什么时间，从现有文献记载看，已有一千几百年的历史了，真可谓源远流长。

## 鱼翅

鱼翅是一种名贵的海味，是用大型或中型

海鲨鱼的背鳍、胸鳍和尾鳍干制而成。我国沿海各地均有出产，品种多，有明翅、乌翅，还有选取鳍条制成的堆翅。

鱼翅是我国一大名菜，它源远流长，很为人们欢迎。它品种多，菜谱多，到清代光绪年间，湖南有传统名菜组庵鱼翅，因该菜用鱼翅，加鸡汤、酱油等调味，用文火煨制而成，汁浓味鲜，清香柔糯，因而著名，一扬天下。

清代光绪进士谭延闿（字组庵），十分喜欢此菜，他的家厨便将用红汤煨制鱼翅的方法作了改进，加之猪肉、鸡肉、猪五花肉同鱼翅同煨，使鱼翅更加软糯爽滑，汤汁醇香而鲜美。谭延闿吃了称赞不绝，从此驰名，此菜是谭延闿家厨所创，故人们称之为“组庵鱼翅”。近百年来它一直成为湖南、湖北高级宴会的上品佳肴，目前，全国各地菜馆也有这一菜谱。可见鱼翅这道名菜是深得人心的。

## 食 与 酒

宋 经 文

在我国各族人民的饮食生活中，食与酒有着很密切的关系。酒，自古以来就是我国人民喜爱的一种饮料。不论是红白喜事、还是省亲会友，人们似乎都离不开酒。它既能给人们带来欢乐和愉快；又能使人们产生忧郁和悲伤。不管怎么说，人的一辈子似乎都同酒结下了不解之缘，并且形成了众多的饮酒习俗。

酒始于何时，其说不一，《战国策》说：“帝女仪狄造酒，进之于禹。”是说酒产生于大禹时期。然而又有一说：“尧酒千钟，则酒作于尧，非禹之世也。”也就是说，酒在尧的时代便产生了。《说文》说是“少康造酒，少康即杜康也。”明代医学家李时珍在《本草纲目》中则曰：“酒自黄帝始，非仪狄也。”另据《尚书·说命篇》中的一段文字记载，商王武丁对他的大臣傅说：“若作酒醴，尔维曲蘖。”《礼记·礼运》中亦载有：“犹酒之有蘖也。”曲，在《说文解字》中解释为“酒母”；蘖，《说文》解释为“芽



米”；《释名》释为“缺也，溃麦覆之，使生芽开缺也。”也就是说，曲是发霉长毛的谷物，充当“酒母”；蘖则是充当造酒原料的发芽谷物。这一段记载，说明了我国起码是在三千二百多年以前就发明了曲蘖，并且熟练地用曲蘖造酒了。

一九七四年，我国在河北省平山发掘出来战国时的中山王墓里，出土了距今二千二百多年前的古酒，当把酒瓶盖打开时，仍飘逸出醉人的芳香。考古学家又从远在五千多年以前的龙山文化早期出土的文物中，考证出那个时候人们就不断的造酒和饮酒了，这又把我国的造酒历史大大地向前推进了一步。

我国酿制的酒，为我国赢得了荣誉。贵州省仁怀县茅台镇酿制的“茅台酒”，被誉为世界三大名酒之一。早在北齐（公元550年至577年），山西汾阳杏花村出产的“汾酒”，就受世人所爱，在参加一九一五巴拿马万国博览会上，获得了一等金质奖章。陕西省凤翔城西柳林镇所产的“西凤酒”，在清朝宣统元年（1909年）参加南洋赛会，获二等奖。还有产于江苏省泗阳县洋河镇的“洋河大曲”，参加巴拿马国际博览会展出，获金质奖章，一九二三年在南洋国际名酒赛会上又获“国际名酒”之称。

随着酒的产生，它的用途越来越广，渗透到社会生活的各个领域，从政治到医用，从祭祀到

交往都不可低估它的作用。要说关于对酒的评价，还得首推《孔融集》。书中评论说：“酒之为德久矣！古先哲王类帝禋宗和神，定人以济万国，非酒莫以也。故，天垂酒星之耀，地列酒泉之郡，人著旨酒之德，尧不千钟无以建太平；孔非百觚无以堪上圣；樊哙解庖鸿门非豕肩钟酒，无以奋其怒；赵之厮东迎其王，非卮酒，无以激其气；高祖非醉斩白蛇，无以畅其灵；景帝非醉幸唐姬，无以开中兴；袁盎非醇醪之力，无以脱其命；定国不酣饮一斛，无以决其法。故，酈生以高阳酒徒著功于汉；屈原不铺糟歠醢（音读辍离，忌为薄酒），取困于楚。由是观之，酒何负于政哉？”然而千百年来，因酒而亡国之例比比皆是。神奇的酒，大可关系到一个国家的兴亡，小则系着个人的安危。

商代最后一个暴君纣，终日不理朝政，泡在肉林酒池之中，终于有一天，他喝得糊里糊涂连太阳也看不见了。他十分恐慌，连忙召集文武大臣前来寻问，可是，那些饱食终日的大臣们谁也不敢讲实话，只有他的叔父箕子直言不讳地告诉他：“国君饮而失日，其国危矣！”果然不久，商就亡了。

《会稽县志》载：越王勾践卧薪尝胆回归之后，一心想报仇，他在进攻吴国时，命人将酒倒在河的上游，与全体将士共饮，而后一鼓作气攻下吴国，取得了胜利。秦穆公伐晋时，也有类似

的记载。

据传，赤眉起义同酒也有着密切的联系。王莽时，在琅邪海曲，有一吕氏妇女，因儿子含不白之冤而死在狱中，为借子报仇，她倾家之财酿酒，每当少年人前来沽酒时，必加倍打给他们，或干脆分文不收，联络了许多青年，砸了衙门，杀了狗官，举起了造反的大旗。

酒，在医学的引用上那就更多了。《本草纲目》载：“古方用酒，有醇酒、春酒、白酒、清酒、美酒、糟下酒、粳酒、秫黍酒、葡萄酒、地黄酒、蜜酒、有灰酒、新熟无灰酒、社坛余酢酒。今人所用，有糯酒、煮酒、小豆糲酒、香药糲酒、鹿头酒、羔儿酒等。”书中记录了七十多种药酒。如：米酒主治百邪毒气，通血脉、厚肠胃、养脾气；老酒和血养气，暖胃辟寒、发痰动火；春酒常服令人肥白；葡萄酒暖腰肾、驻颜色、耐寒；烧酒益气调中，耐饥强志，消痰破癖等等。在民间各类酒的偏方就更多了。种水稻的下水田时先喝点酒，打渔的下水之前喝点酒，都已成了习惯。

神奇的酒，给人们的生活带来无限的神奇。在众多的民俗事象上（不论是显形民俗和隐形民俗）都离不开它。因而也就伴随着出现了酒礼、酒禁、酒忌、酒令、酒拳，以及历代文人对酒的颂扬。

## 酒礼和酒忌

宋经文

喝酒，是人生的一大嗜好，且有强筋骨、活血液之功能，饮酒之礼不能不知。《周礼·春官宗伯》曰：“以饮食之礼亲宗族兄弟……以宾射之礼亲故旧朋友，以飨燕之礼亲四方之宾客……”。民间则说：“无酒不成席”，可见自古以来喝酒是有着许多礼节的。

“七分茶八分酒”，这是流传很广的一句话，也就是说给客人沏茶只能沏七分，而斟酒只能斟八成。常说的“满上满上”就是指斟上八成酒而言。这也是暗示喝酒之人不可贪杯过量，就有十成酒量的人，喝到八成就好了，这样既不伤身体，又不会出洋相，这可谓为斟酒的一礼。

“叩指礼”又是饮酒者的一礼。当主人给你斟酒的时候，把拇指、食指和中指捏在一块，轻轻地桌边上点几下，以示感谢，就叫“叩指礼”。说起来还有一个民间传说呢！那是乾隆皇帝微服私访江南的时候，和太监一块饮酒，乾隆让太监坐在旁边。本来嘛，朝廷里规矩多，奴才见了

主子都得三叩九跪，太监和皇上坐在一块，他真得要喊几声“谢主隆恩”了。可这是微服私访，不能暴露身份，于是，聪明的太监就想出这么个办法，用三个指头在桌边轻轻的点九下，象征着三叩九跪。后来，慢慢流传到民间，一直沿续至今，只不过没有点那么多下罢了。这个礼节在我国广东、福建及香港、新加坡、马来西亚等地尤为盛行。

“无三不成礼”这是在酒席上经常听到的一句劝酒话。第一杯酒说是敬酒，第二杯酒则是好事成双，第三杯酒就来了无三不成礼了，这是怎么来的呢？它和祭祀有关。我国民间祭祀时，都要向天、地、鬼神各敬上一杯酒，在为数不少的少数民族中，当主人向你敬酒时，你必须用手指把杯中酒沾一沾，向天空弹三次，或者向上，向前，向后各弹一次，都是这个道理，逐渐的人们把它引用到喝酒上了，所谓酒过三巡，也是这个意思。当然，人的酒量有大小，如果酒量小，每次呷上一口也就是了。

“碰杯则必须把杯中酒喝干”这又是一礼。通常所说的干杯，都是象征性的，而酒杯与酒杯相碰之后，则必须喝干，并且还要将酒杯倒过来，若杯中还有酒滴出来，滴一滴就要罚酒一杯。特别在山区，那是很讲究的。它的意思在于对朋友就要全心全意，喝一半则是半心半意了，或者会被认为你看不起他了。在山里，如果酒量小，

可千万别把杯子或碗伸过去碰。

“喝换杯酒礼”则是苗族人民为增进友谊、交流情感的一种礼仪。喝这种酒时，各人从席位站起，右手高举酒杯，而后向右边递送，用左手接过邻席递过来的酒杯，等到大家手连着手、杯子成圈后，由主人提议“喝！”大家则将左手接过来的酒一饮而尽；过一会儿，再用同样的办法，向反方向转，再喝一次，然后坐下。喝“换杯酒”是象征着团结和睦。谁也不准推脱，否则，就会被认为你是有意“分心”的。

“揪耳朵换酒礼”是苗族人民喝酒的又一种别具一格的礼节。喝时，双方站起，各自用左手揪住对方的耳朵，又各自用右手端起酒杯递给对方，同时喝干杯中酒之后，相互间互喂一块肉，方算完毕。“揪耳朵换酒”意在俩人亲密无间，情如手足。

“交臂酒礼”类似洞房花烛之夜的交杯酒，为表示亲密友好，喝酒的双方，斟满酒后举杯站起，俩人的右手臂交叉相交，一饮而尽。这种喝酒礼，通常见于老友久别重逢，或新结识的生死之交。

“祭酒礼”可谓喝酒中的另一种类型的礼节。如亲人阵亡，在遗像面前洒下一杯酒，或三杯酒，以慰英灵；在故人的坟头，敬上一杯酒，以示思念。

再如：祭天地，敬鬼神，不少地方需把杯中

酒，用拇指和中指，在酒杯中沾一沾，然后向天弹一弹，连续三次。也有的是向上向前，向后各弹一次，然后众人方可饮酒。当然，祭天地、敬鬼神、祭祖宗各自都有一定的礼仪规范，这里就不一一赘述了。

诸葛亮在《诫子书》上，曾有这样一段记载：“夫，酒之设，合礼致情。适体归性，礼终而退，此和之至也。主意未殫，宾有余豪，可以至醉，无致于乱。”喝酒可以尽兴，但不应过份。醉了，失去了控制就不好了，若在主人家里喝吐了，那就不太雅观的了。

酒礼伴随着的就是酒忌，其实，酒忌和酒礼有时是很难分开的，礼中存忌，忌中有礼，按礼仪去做了则是礼，反之就是忌。例如在扬州一带，吃完饭以后就不能喝酒，而在喝酒之前却可以吃面。因为“饭”和“犯”，“酒”和“久”是谐音字，若是吃饭后喝酒，就会被忌喻为：“久后犯上”对长辈不敬，要触犯上人；若是先吃面后喝酒，则被忌喻为：“久后面上”，会孝顺老人，已经成为习俗，在喝酒前是忌讳吃饭的。在斟酒的时候，应按席位的大小轮流下去，否则就是对长辈的不恭，先给最尊贵的客人斟上以后，顺右往下斟，最后再给自己斟，切忌先给自己斟后才给客人斟，同时，斟酒忌将酒壶嘴对着他人，这意味着对他人的不尊重。若在斟酒的过程中有人问你还有多少酒时，切忌摇动酒壶来示意，因

为这样会打断别人喝酒的兴致。喝酒中最有忌讳的应该是喝“坟前酒”和“交杯酒”。“坟前酒”是指有些地区有在坟前喝酒的习俗，在喝之前要在席面上（往往是围成一圈席地而坐）给已故人摆上一付碗筷，一个酒杯，然后由为首的先向坟头洒上三杯酒，其他人才可以喝。喝“坟头酒”象征着和已故的人共饮，以祝他的安宁；“交杯酒”是新婚夫妇洞房之夜，俩个人喝的酒，两杯酒倒好之后，各人自喝半杯之后再交给对方喝，这是象征着俩人同一条心，互不嫌弃，切忌各顾各把一杯酒都喝尽了。

礼有大有小，均不可偏废。《曲礼》曰：“人有礼则安，无礼则危。故曰：礼者，不可不学也。夫，礼者自卑而尊，人虽负贩者，必有尊也，而况富贵乎！富贵而知好礼，则不骄不淫；贫贱而知好礼，则志不慑。”喝酒之礼虽属小礼，但知之则能促进情感与友谊，尊重别人也就是尊重自己，只有懂得尊重别人，才能赢得他人的尊重。



## “女儿酒”与“八字酒”

阿 湘

“女儿酒”又称“女酒”。《南方草木状记》：“南人有女，数岁即大酿酒。即漉候冬陂地，竭时置酒罨中密固其上，瘞陂中，至春漙水满，亦不复发矣。女将嫁，乃发陂取酒，以供贺客。谓之女酒，其味绝美。”（古今图书集成·食货典二七二卷）。又，梁绍壬著《两般秋雨庵随笔》中写道：浙江绍兴的习俗，生女后即酿酒埋藏起来，女儿出嫁时取出请客，名为“女儿酒”。不管是“数岁即大酿酒”或者是“生女后即酿酒埋藏起来”，都说明了有女或女数岁即开始酿制“女儿酒”了。

江南酿女酒或女儿酒的乡村人家，比比皆是。然而，最有代表性的还是要数浙江绍兴的“女儿酒”。

“女儿酒”顾名思义，是为女子而酿制的。绍兴人家，有女问世，即着手酿酒，多为家酿，也有委托酒作坊代制的。“女儿酒”选用精白的糯米（北方人称江米），优良的酒糟（一般为红

釉)，和得天独厚的鉴湖水酿制而成。酿好后即用坛子装好封口，抬到“地窖”或泥地里埋起来，一直到女儿长大成人，要出嫁时才把它取出，作为女儿陪嫁的礼物，和招待往来的客人。

“女儿酒”一酿，少则两坛，多则十几到几十坛，不论多寡，均要双数，取成双成对之意。盛酒的坛子也都有一定的规格，一般为五十斤、八十斤、一百斤装。

从女婴呱呱坠地，到长成到可以出嫁年龄的大姑娘，少说也有十七八年，多则达几十年，甚至还有隔代的。“女儿酒”经过几十年的贮藏，到了启封的时候，那真是香气扑鼻、满室芬芳，实乃酒中珍品。

“女儿酒”系陈年老酒，它在地里贮藏多年，酒精经蒸发后度数减低，酒则更醇了，因此，即使饮者有些过量，也不至于口干、头疼，不象其它一些酒那样会伤人身体。

以酒为礼、以酒为聘、以酒陪嫁，已成为绍兴人的一种习俗。酒和绍兴人结下了不解之缘；成了人们日常生活中不可缺少的一种饮食物品。

在我国西南贵州荔波县布依族的婚娶中，至今还流传着一种妙趣横生的唱“八字酒”的习俗。

布依族男女青年的婚配，非常讲究生辰八字。在结婚时，男方在派出的迎亲队伍中，就必须选出一名能说会道，聪明机智，并且酒量过人的，去当“押礼先生”。这支迎亲队伍一到女方

家，女方立即摆上一张八仙桌，在桌上放下大小相同、造型一样、花色统一的八只大土碗，并在每个碗中斟满了酒。注意，在这斟满了酒的八只大碗中，有一只碗底中，藏着新娘子的八字生辰（写在一张红纸上面）。一切都安排好后，请男方的押礼先生到八仙桌前，猜出那一只碗底下面，有新娘的生辰八字。若是一猜就中，押礼先生只要喝一碗酒就行了；若猜二次方猜中，就要喝二碗酒；若连猜不中，押礼先生就要把桌上的八大碗酒全都喝完。否则，得不到新娘的生辰八字，迎亲队伍也就不能把新娘接走。

不论是“女儿酒”，还是“八字酒”，都与我国人民的“婚姻”二字，有着密切的联系，因而，也就产生了大量的与婚姻有关的饮酒习俗。如男女订婚时，要吃“订婚酒”；俩亲家初次见面时，要吃“会亲酒”；结婚时要喝“喜酒”；洞房花烛夜，小两口还要喝“交杯酒”、“合巹酒”；婚后三天，小夫妻回娘家，就得喝“回门酒”；生儿育女时喝“女儿酒”；孩子满月要喝“满月酒”；百日之时喝“百岁酒”；幼儿初理胎发要喝“剃头酒”……

总之，种类之多，枚不胜数。随着社会的发展，一些陈规陋俗已被历史所淘汰。就说“女儿酒”吧，除了一些偏远山乡仍保留这一习俗外，城镇里就很难看到了。新的习俗，正随着人们新的意识应运而生。

## 酒 拳

宋经文

酒拳，通称猜拳，也叫拇战，俗呼猜拳、闹拳。它是人们饮酒时助兴取乐的一种游戏。在我国已有几千年的历史，从现有古籍中可以看出酒拳来源于酒令。《五代史·史宏肇传》记：“会饮三司使王章第，酒酣，为手势令，宏肇不能为，客省使阎晋卿，坐次宏肇，屡教之。苏逢吉笑曰：‘坐有姓阎人，何忧罚爵’。”可见酒拳、拇战，来源于酒令中的“手势令”，并在五代之前早已有之。

酒拳有雅有俗，人们根据各自所从事的生产劳动，所处的生活环境，不同的文化素养，创造出各种不同的酒拳。

酒拳是俩人对猜，各出一手，两手加起来是十个数，从零到十。各自随意出几指。然后加在一起算，若有一方将所出的几指猜对了，就是胜利，输的一方必须喝酒，以示惩罚。一般地说，现时比较通用的是“一定高升，两个好来，三匹骏马，四季发财，五子登科，六六大顺，七个巧

来，八八仙到，九九归元，十全十美，宝拳一对”这似乎是南北通行。猜拳，有戴帽的和不戴帽的之分，所谓戴帽的就是在进入数字以前，加上个头，使两人的节奏统一，这也有简单的和复杂的之分，喊的和唱的之别。简单的如在猜之前说一句“扬手”，或者是“来呀”，复杂一点的就会加上“全福寿”之类的词语。若是带唱的那就更有味道！目前流行较多的有：“叮咣拳”、“连环拳”、“对空拳”、“过桥拳”、“三国拳”、“走马拳”、“擂堆拳”、“哈熊拳”、“空拳”、“哑拳”及“日本拳”等。

“哈熊拳”流传在我国东北及新疆北部一些以游牧业为主的地区，这种拳较为古朴，也比较简单，一共三个姿势，双手叉腰即代表人；手往前举做枪状即代表枪；双手举过头顶作投降状即代表哈熊，一物降一物，人胜枪，枪制熊，熊吃人，玩时，俩人相对坐，各自做作不同的姿势，嘴里按节奏喊着“嗤、嗤”的声音，谁要是输了就喝酒。非常有趣。

在山东一带，流行着“螃蟹拳”。“螃蟹拳”是一种数字游戏，关键是在帽头。它的帽头是：“螃蟹一，脚八个，二个眼睛这么大个”。俩人边说边比划，而后才进入正式猜拳。若进入第二轮就要把数字加上倍，即：“螃蟹二，脚十六个，四个眼睛这么大个”。以此类推，逐步升级，若是把数字加错了，或者动作做错了都要喝酒，以示惩

罚，这种拳能促使人们思维的敏捷，但往往也把人们搞得手忙脚乱，顾了这一头，顾不了那一头。

“擗堆拳”流传在陕西一带，俗称“打擗堆”。“擗堆”的意思就是打哆嗦。它也有一个帽头，俩人同念：“高高山上一株梅，俩人喝酒打擗堆，擗堆打，打擗堆，不打擗堆罚三杯”。有趣的事，俩人一旦念到擗堆这两个字时，身体就必须打一下哆嗦，如谁忘了打哆嗦就必须喝酒。这种拳猜起来非常热闹，往往引得满堂大笑。

“哑拳”则是只在开头的时候喊一个数字，而后只用手式比划，直到猜对为止。也有些地方规定，一个数字只能比划三次或五次，就必须另喊个数字，直到猜对。

“三国拳”则是流传在我国古代文化名城之一的福建省泉州市一带。这种拳比较高雅，同时节奏比较缓慢，比较适合老年人用，所以又称老人拳。这种拳有帽头，并且是带唱的，旋律是： $\underline{53} \underline{51} | 5$   
 $\underline{53} | \underline{16} \underline{16} | \dot{1} \dot{1} |$ ，内容是：“三呀三国志呀，俩呀俩叮咛。”而后进入正文。即：“单刀赴会，二嫂过关，三请诸葛，四辞徐庶，五关斩将，六出祁山，七擒孟获，八卦阵图，九九中原，十面埋伏”一句就是一个典故，若是猜对了，猜对的一方还要唱“请喝酒呀”，输的一方也要喝“我喝酒呀！”，而后输的一方喝酒。如果双方都没有猜对，就必须重起炉灶，再来。“三国拳”由于它能够给人们以知识，并且猜起来妙趣横

生、又不容易喝醉，所以，流传的越来越广，包括东南亚的一些地区都很盛行猜“三国拳”。

酒拳中，有不少内容带有浓郁的封建色彩，并且在公共场合下猜拳终归失雅，然这种习俗在我国，特别是民间，已广为流传，有些地区喝酒不猜拳，就感到不热闹，甚至连喝酒也觉得不过瘾。当然，随着社会文明素质的不断提高，人们将会用一些新的方法来取而代之。如现行的“祝酒词”，相互间赠予一种美好的祝愿和勉励，或者在酒筵中唱一些“祝酒歌”，寄托人们对未来美好的追求，都是很可取的。

就目前来说，喝酒的时候猜拳，它不仅能够增加酒席上的气氛，而且，由于喊拳使酒精散发的快，一般比之喝闷酒不容易醉，但也要有所节制。我国古代的“酒箴”、“觴政”就提倡酒德。如“主政”中就有“次日有要紧事，不宜尽醉”，“病初愈，不宜尽醉”等规定。明代医学家李时珍在《本草纲目》中还说：“酒，天之美禄也。面麴之酒，少饮则和血行气，壮神御寒，消愁遣兴；痛饮则伤神耗血，损胃亡精，生痰动火。邵尧夫诗云：‘美酒饮教微醉后’，此得饮酒之妙，所谓醉中趣，壶中天也。若夫沉湎无度，醉以为常者，轻则致疾败行，甚则丧邦亡家而陨躯命，其害可胜言哉？此大禹所以疏仪狄，周公所以著酒诰，为世范戒也。”李时珍的这一番议论，对于喝酒之人，真可畏是金玉良言也。

## 酒 令

宋 经 文

酒令之作，由来已久。《酒令抄丛》载：“周礼酒正酒人掌五齐三酒四饮，梓人为酒器。由一升至三升，曰勺、曰爵、曰觚，示限制也。而酒禁则掌自萍氏，说者谓官以萍名，取其上浮而不沈溺，盖酒之后有官有令。此其始矣。……令因酒起者，莫先于此。夏商之末，以酒为池，而令遂废，……春秋时名卿宴会，肄雅风歌，一洗号呶之习，遂为即席倡和之滥觞。”汉代刘向所著《说苑》中，就有魏文侯使上客公乘不仁为酒令官“觞政”的记载。魏文帝和大臣们喝酒，要公乘不仁执酒法，并宣布饮酒时不能把杯中酒饮尽者，要罚酒一大杯。结果，魏文帝自己没有喝尽，公乘不仁要罚他，他假装没看见，想逃罚。文帝的侍者也说：“君王醉，不仁退吧。”公乘不仁说：“前车覆、后车戒，现君王自设令而不行，可以吗？”魏文帝听后，只好把罚酒一饮而尽。梁武帝也曾召集大臣们饮酒作诗，有一个叫臧盾的因赋不出诗来，而被罚酒一斗。在小说



《红楼梦》第四十回中也曾记载：“鸳鸯吃了一钟酒，笑道：‘酒令大如军令，不论尊卑，唯我是主，违了我的话是要受罚的’。”可见，酒令的兴起渊源流长，“酒令大于军令”一说，则是古而有之。当然，酒令的鼎盛时期，还是要数隋、唐、宋、明了。

酒令大都比较雅趣，且知识面很广，上至天文地理，下至名人轶事无所不涉，酒令也多为文人骚客而作。

酒令大体上可分为四大类，即：古令、雅令、通令和筹令。共约三百多种。

古令包含“稗乘之遗、诗话笔谈之纪、靡不洒唐溯汉，卷宋包明。”内容尤为广泛。其间有：礼饮、牛饮，即席作歌、即席联句、四字令、人名令、拆字令、成语回环令等等九十余种。

如：“急口令”——唐、郑蕢才《鬼录》载：隋长孙鸾侍郎，年老口吃而秃。贺若弼造急口令弄之曰：“鸾老头脑好，好头脑鸾老”，使之回环急诵，以为笑。

又如“上水船令”——《摭言》记为：“上水船，风太急，帆下人，须好立。”而另一人则答曰：“上水船，船底破，好看客，莫倚舵”。

雅令，顾名思义是比较雅致的。有四书数目令、先生令、一品令、干支令、有问无答令等一百一十四令。往往为“争一字之奇，饜肾雕肝”。

这种酒令，知识性很强。

如：“四书贯西厢令”，上半句须系“四书”中的一句；下半句则必须是“西厢记”中一句回答。“行乎富贵——金莲蹴损牡丹芽。”

“无适也，无莫也——又不曾有甚”。“无忘宾旅——可怜我为人客”。若说错了或对不上者，就罚酒。

再如杜甫所作《饮中八仙歌》令就更复杂了。行令时，将全诗顺数，一人一字，字中有‘口’，喝一杯，若遇“酒”字，喝一大杯，遇“水”“酉”偏旁，“杯”“觞”“饮”“斗”等字喝半杯，碰到字中钩剔所向为左右转，遇转不转者罚一杯。下面把这个雅令仔细地说一说：“知（口一杯）章骑（口一杯、勾左转）马似乘船（口一杯、剔右转），眼花落（口一杯、水半杯）井水（水半杯、勾左转）底（剔右转）眠。汝（水半杯）阳（勾左转）三斗（斗半杯）始（口一杯）朝天，道逢麴车口（口一杯）流（水半杯、剔右转）涎（水半杯），恨不移（勾左转）封向（口一杯）酒（一大杯）泉（水半杯）。左相日兴（口一杯）费万钱，（剔右转）饮（半杯）如（口一杯）长鲸（口一杯、勾左转）吸（口一杯）百川，衔杯（半杯）乐圣（口一杯）称避（口一杯）贤。宗之潇（水半杯）洒（水半杯、剔右转）美少年，举觞（半杯、勾左转）白眼（剔右转）望青（勾左转）天，皎如（口一杯）玉树（口一杯）临（三口三杯）

风（剔右转）前。（勾左转）苏晋长齐绣佛前，  
醉（半杯）中往往爱逃（剔右转）禅。（二口二  
杯）。李（勾左转）白斗（半杯）酒（一大杯）诗  
（口一杯）百篇，长（剔右转）安市上酒（一大  
杯）家（勾左转）眠（剔右转），天子（勾左  
转）呼（口一杯）来不上船（口一杯，勾左  
转），自称（勾左转）臣是酒（一大杯）中仙。张  
（剔右转）旭三杯（半杯）草圣（口一杯）传，  
（勾左转）脱（口一杯、剔右转）帽（勾左转）  
露（二口二杯）顶王公前，挥毫（口一杯、剔右  
转）落（口一杯、水半杯）纸如（口一杯）云  
烟。焦遂（勾左转）五斗（半杯）方卓然、高  
（二口二杯）谈（口一杯）雄辩（口一杯）惊  
（口一杯）四筵。”行这种酒令者，必须对这首  
诗非常熟悉，否则是无法玩此酒令的。

酒令的涉及面也很广，但它主要借助于骰子。骰子可多可少，按行什么令而决定。如：  
“福禄寿令”——用一骰递摇，得四者为福，合  
席饮福酒。将骰取置公处，归公换骰，次坐再  
摇，凡得四者乃与前同，得五者自饮巨杯，为寿  
酒。凡得五皆然。得六者为禄，摇者收存。换骰  
下坐再摇。如得么二三者不计，交下坐摇。以六  
骰次第成四为毕令。如果三骰成四，三骰成六，  
已无余骰，刚轮曾得六人之摇者，则自取收存之  
骰摇之，倘轮未曾得六之人摇者，须向有六之人  
买骰，议酒若干，须听有六之人居奇定价了。

再如“状元游街令”，先放好一只大杯，五只小杯，以大杯为四，为状元杯，其它杯子也按顺序排定。拿一个骰子来摇，摇出的数字是么，就给么杯斟酒，下坐再摇，若也是么，就必须把么杯中的酒饮完后再摇。如果摇出来的数字是四，就给四杯斟酒，下坐再摇，若得四，就必须把四杯酒饮完，并为状元。状元必须游街，游街就是打通关，才毕令。如果饮状元杯之后，桌中酒杯还有酒，状元必须再摇，若摇出的数字与有酒的杯子数相吻合，就要把酒喝掉，直至杯中酒全完。若摇之空杯，则下坐再摇，务必要把桌上杯中所有酒喝完，仍请状元打一次通关，才算完毕。这就是“状元游街令”。

筹令则是“筒摇汗后之青，笺拨刈余之碧，阅唐诗之旧韵”。筹令的最大特点就是必须制筹笺，多者百余笺，少则几笺，由筹令内容而定。如“觥筹交错令”就必须制筹四十八枝；“红楼梦人物令”就须制令百余枝，而后根据筹笺中所写的进行。试举一例：“水浒酒筹”，只要制筹八枝。上写令筹。其一，李逵大闹浔阳江——首二坐为宋江、戴宗，末坐为张顺，得筹者为李逵，自饮一大杯，宋江、戴宗陪饮一小杯。随后李逵与张顺猜十拳，张顺输则饮酒，李逵输喝水。其二，武松醉夺快活林——无三不过望，先饮三杯，对面者为蒋门神，要连胜三拳方过，再打通关一转。其三，鲁智深醉打山门——先饮一大

杯，首二坐为金刚，每人猜三拳。其四，金翠莲酒楼卖唱——首二三坐为鲁达、李忠、史进，得筹者或弹或歌，敬三人酒。其五，一丈青擒王矮虎——与并坐者猜拳，胜后牵巾饮三交杯，合席共贺一杯。其六，景阳岗武松打虎——三碗不过岗，先饮三大杯，与寅年生人或姓名字带虎、头者猜拳，以胜为度。其七，请诸邻武松杀嫂——以左右四座为四邻，各照三杯，年少、无须者为嫂，猜拳，以胜为度。其八，梁山泊群雄聚义——合席各饮三杯，每根筹上都有典故，并注明饮酒之法，抽筹者按上所说办就是了。

为了保证酒令的正常进行，还没有“酒律”、“觴政”等条规。如“酒律”中规定：“如不尊令官所说，而误减增字样者杖八十”，“凡自恃才高学富，包揽他人说令，说底者杖七十”，等等，什么明确，这样行起令来就顺利的多了。当然，行酒令中的处罚，自有自己的一套规定。有“杖刑”、“笞刑”、“徒刑”、“罚俸”、“流放”等，这些都不是真打真抽，也不是真的判刑或流放，而是罚酒。把一杯酒分成十分，一分算一苔或一棍。如罚苔刑五十，即喝五杯酒，如受刑三年，则罚酒三杯，每杯酒为一年。也有的以上一道菜为一年，即停止他吃这一道菜的权力。

喝酒行令不但能增加酒宴上的乐趣，而且还能增长许多有益的知识，所以，酒令经历了二千

多年的历史，深为人们所喜爱。当然，时至今日，行酒令的越来越少，几乎绝迹，而它毕竟是我国一种饮酒的传统习俗，这种传统习俗，也正因为它的繁锁而逐步被人们所抛弃，但作为饮酒习俗却不能不谈到它了。

## 琳琅满目的饮酒具

汪青玉

中国古代有许多关于饮酒具的神奇传闻。《朝野僉载》说曹植有一个喜鹊尾似的杓柄，置于酒杯，饮酒时“呼之则尾指其人”。《葛仙公别传》说：葛仙公为客进酒不用人传递，而杯自到人前，若不喝尽者，酒杯则不离去。《逢源记》有李适之有九种酒器的记载，其中舞仙盏酒满则有仙人出来舞蹈。透过这些神奇的色彩，我们似乎可以说：中国饮酒具文化，在封建社会中晚期已经达到了灿烂辉煌的阶段。

自从伏羲造酒以来，各种饮酒具便伴随着各历史时期的生产力水平相继问世。或植物为质、或泥土为料、或兽角凿镂、或金属浇铸、或粗陋、或精致，真可谓琳琅满目、五光十色。

考查起来，资格最老的当推瓠器，其制作也比较简单，剖瓠去瓢即成。《庄子·逍遥游》云：“魏王贻我大瓠之种，我树之而实五石，剖之为瓢”。其实能盛五石可能有所夸张，但说明了瓢之作法。诸如碗、钵、盃、盘、盆、樽、壶大都始

为瓠作，虽然它们一开始并不就是饮酒具，但为了饮酒而最早扮演了“杯”的角色。其中值得一提的是盞在相当长的历史时期内为新郎新娘在婚礼上饮“合盞酒”（交杯酒）的专门酒具。《三礼图》解释道：“合盞，破匏为之，以线连两端”而饮，意为男女合婚犹盞之相合获得圆满，也暗取男女交媾之象征意。今云南哀牢山彝族结婚还仍将葫芦破成瓢，系上丝线悬空，新郎新娘作交瓢饮，沿袭了饮合盞酒之俗。这该是中国“圆满说”的最早习俗依据。与此相反的是巴基斯坦有力摔喜酒杯之俗：新郎新娘同喝完结发酒后，奋力攒击杯子，杯子粉碎不能复合，象征永不离异，碎片越多，越幸福美满。这该是一种别具一格的发誓。

无疑，在形形色色的饮酒具中，人们最最熟悉的、使用最广的莫过于杯。早在先秦的《山海经》中就有玉杯的记载了，《礼记》不仅提到杯为饮具，而且还附有父母死后不能使用他们曾用过的杯，以示对考妣忠孝的习俗。《韩非子》对纣王的评鹭中则把“犀玉之杯、象著玉杯作为贪梦的微辞，可见先秦时宫廷中早已由木杯而发展到玉杯了。玉杯在色泽做工上的精良化便是古诗文中常提到的“夜光杯”。《十洲记》中的“西胡献夜光常满杯”即是。随着制陶业的高度发展，汉代已出现了釉彩极佳的玻璃杯，唐武德年间，西域有葡萄酒及玻璃杯献唐。尽管当时的玻璃还比较



粗糙，但玻璃杯的出现可以说是酒具史上的一次巨大革命，以致近代玻璃酒具异彩纷呈。不过，在古代普遍使用的还是金属酒具。古文中常见的角、觥、觚、觯、爵、樽、罍、卣、盞等，从字训看，没有从“金”者，可见它们雏形还不是金属，形成也应在周之前。从“角”者初为兽角做成，从“木”者初为木制品，余者始为陶器，商周起，青铜技术带来了金属饮酒具的繁荣和霸主地位。

除此而外，民间还有不很常见的水产类饮酒具，如虾杯、螺杯、蟹杯。唐段公路《北户录》有虾杯的记录，《南越志》也有南海以虾加工为杯的记载。早在东晋时，广州刺史就曾将一枚虾杯作为珍品献给简文帝。《广志》有南人以螺壳为酒杯的记载，《陶侃故事》说侃“上成帝螺杯一枚”。

《岑表录异》说凉崖海边的蟹，“红色巨者，可以装为酒杯也”。由此可见，这类饮酒具是沿海渔民就地取材为饮酒具文化作出的贡献。尽管虾杯、螺杯、蟹杯后来有仿制的金属杯见于宫廷，沿海民间至今还能见到真正的虾螺蟹杯。

饮酒具的使用还与各民族的生活习俗有关。藏族对饮食的碗有特殊的讲究，故饮酒用比较精致的碗，尤其是赛马活动中常以金碗、银碗和磁碗来分别向取得不同名次的骑手敬酒。彝族善木漆，便喜用别具一格的高脚木质漆饰杯。西南一些少数民族的醪类酒（水酒、米酒）、羌族的嘞

酒及四川嘉绒藏族的青稞酒在大场合多人饮用时很少用杯，而用竹（或麦或苇）管插入瓮中汲饮。看来当代用塑料管汲可口可乐等饮料的师承原型早已有之。

饮酒具无所谓阶级性，但在生活中常能显示使用者的尊卑贫富。《盐铁论》指出过这种分野：“庶人器用即陶匏而已”，“富者银口黄耳、金罍玉钟”。各种饮酒具的制造者无疑是劳动人民，最终那些精致珍贵的酒具却成了士宦阶层赏玩的工具，醉生梦死的尤物。元代陶宗义《南村辍耕录》有这样一则丑闻：“杨铁崖耽好声色，每于筵间见歌儿舞女有缠足纤小者，则脱其鞋，载盃以行酒，谓之‘金莲杯’”。《金瓶梅》第六回描写西门庆脱妇人一只绣花鞋儿“擎在手内，放一小杯酒在内，吃鞋杯耍子”与“金莲杯”是一个货色。且不说这是“酒色狂”还是“恋物癖”，这种“发明”除了对酒具的亵渎外，找不出半点有益的贡献。稍微能让人接受的是文人杯铭点饰之习。如后汉马敬通有：“乐则思旧，燕则思欢。民之失德，干猴以愆”的杯铭，实际上对主人起了多大的警醒作用我们不得而知。至于崔骜之类铭：“惟岁之元，朝贺奉樽，金罍牺象，嘉礼具存，献酬交错，万国成欢”，便是典型的贵族气息。

在饮酒具中另一个值得注意的是古人对酒具质地与酒的关系的讲究，我们从《礼记·郊特牲》

里看到这样的讨论：“凡饮，养阳气也。……鼎俎奇而笾豆偶，阴阳议也。笾豆之实，水土之品也。”可见阴阳相生，五行相协相克的概念在先秦时就参预了器具的分工，并推及到祭祀。土生谷，谷酿酒，因而酒属土，青铜具为金，金土相协，故饮酒具以铜为常见，秦汉间一度用陶器，后也改用金属。陶器属土，主要盛熟肉为主的菜肴。菜肴与火有关，金火相克，故不宜用金而用陶盛。随着生产力的发展和科学的进步，人们对阴阳五行观念淡漠，也就不去讲究了。

对饮酒具作一概观，犹看到一个琳琅满目的陈列橱，从中也能领略到一些不同饮酒具所标志的文化背景。

## 饮酒轶俗

汪青玉

中国是诗的国土，也是酒文化之帮。“斗酒诗百篇”，某种意义上是骚人墨客嗜酒与创作的辩证法。无论是登高、赏花，还是送别、相聚，都要以酒濡唇。“举杯邀明月，对影成三人”是独酌之趣；文朋诗友觥筹交错，那是常有的事。其中有一种近乎游戏的雅俗——饮流杯酒倒是别出心裁，其法凿地为直角曲弓形流杯池，溪水载盞而流，杯停谁前谁饮酒赋诗。不脱常人猜拳行令以罚酒的性质。“二句三年得，一吟双泪流”的苦吟诗人贾岛，深谙作诗甘苦，饮酒也特别，常在岁末将一年作诗祭以酒，曰“劳吾精神以是补之”。《唐书·李白传》谈到大书法家张旭“大醉呼叫狂走，乃下笔或以头濡墨而书，既醒自以为神不可复得也”。这个“神”便是酒，酒乃是迸发灵感的契机。醉得在理，醉得有水平，其草书与李白诗、裴旻剑舞被诏为唐文宗时三绝。大概曹雪芹也不乏对酒的兴趣，看他写《红楼梦》第五回宝玉游幻境入酒宴，“真是琼浆满泛

玻璃盞，玉液濃斟琥珀杯”……“此酒乃以百花之蕊、萬木之汁，加以麟髓之醅，鳳乳之曲釀成”……“警幻道：‘就將新制《紅樓夢》十二支演上來’”。若幻若離，真神筆，恢宏巨帙自然緣起。就連女詞人李清照也承認時有“濃睡不消殘酒”的情趣。由此，我們從文人与酒的关系中产生这样一种感觉——历代诗文书画的异卉奇葩与酒不无沾溉之缘。

酒，一旦入帝王贵胄的口便成了醉生梦死的尤物，养尊处优的贵族士大夫的酒俗是无聊，甚至是不堪一效的陋俗。号为天子的汉武帝也相信君山上有美酒，得饮即可不死为仙，于是斋居七日，遣人率童男童女求之。《图书集成》引《萧介传》说高祖招人置酒赋诗，赋盾以诗不成而罚酒一斗，饮尽颜色不变，言笑自若。萧介染翰便成，文不加点。高祖赞为即席两美。又据《云仙杂记》透露：“虢国夫人就屋梁上悬肠于半空，筵宴则使人从屋上注酒于肠中，结其端，欲饮则解开注于杯中，号洞天圣酒”。《南村辍耕录》则有杨铁崖的一幅声色相：“每于筵间见歌儿舞女有缠足纤小者，则脱其鞋，载盞以行酒，谓之金莲杯”。以身溯酒色而留得臭名的西门庆也曾效此法，把女人的“绣花鞋儿擎在手内，放一小杯酒在内，吃鞋杯耍子”。（《金瓶梅》第六回）狠俗之至。

相反，真正纯朴的饮酒风尚乃在民间，尤其

是少数民族之中。彝族饮酒不拘形式，不讲场合地点，不分生人熟人，席地而坐便传杯轮饮，称之为“转转酒”。若有来客，总少不了以酒款待，“有酒便是宴”。主人一边敬酒，一边用诗一般的语言劝道：“地上没有走不通的路，江河没有流不走的水，彝家没有错喝了酒的，喝吧，尽管喝吧！”要是逢年过节，阿咪子（姑娘）还抱着酒坛插上竹杆，在家门口的路上向来往行人劝上几口方让上路，此谓“杆杆酒”。这种饮法在西南其他少数民族中也常见。《本草纲目》中提道：“秦、蜀地有咂嘛酒，用稻、麦、黍稷、药曲，小罍封酿而成，以筒吸饮。”指的就是藏族的青稞酒，羌族的咂酒，佤族的水酒等。其作法、饮法与酒质相去无几。

彝家还有喝“鸡血酒”的习俗。为了对某事表示绝对诚意，将一只大公鸡当场杀死，血入酒杯，与酒饮而发誓。这与各民族民间和江湖上流行的“歃血为盟”相类，是原始巫术的遗俗，当时人希望以神秘的咒语仪式来约束双方的行为。然而有名的“彝海结盟”则是中国工农红军通过彝区时刘伯承与彝族小叶丹举行的一次具有历史性意义的盟誓。

且歌且舞，以酒为兴，热情好客，这是西南少数民族的特色。藏族、羌族的“锅庄舞”更是以舞场的酒坛为中心，小憩间随意凭管吸饮，似乎一场隆重的氛围发自酒坛中的醇香。傣族人同

样喜欢杯中酒，且沉醉于饮酒时的情趣。凡唱歌舞蹈必痛饮。解放前土司头人饮宴重要客人，俗例要由寨中年轻姑娘司酒。她们能斗酒入腹，百歌出口，用一个银盘托着杯壶依次来敬酒。倘有敬酒不饮者，就被抱头强灌，倘能饮几杯，十来姑娘轮番劝饮；量不能胜者，倒有个办法——以钱求代，她们有礼貌地为你一饮而尽，真是未得酒醉赔了钱。饮至兴浓，歌舞继之。

佧族待客，主人用别具一格的葫芦壶和竹杯盛上满盞自酿的水酒以示尊敬。每逢喜庆之日更是少不了饮水酒，先由寨中长者开饮，然后众人次第而饮，渐渐随酒兴而引吭高歌，引深为止。

人们常把婚宴称为酒席，可见酒在婚宴中的地位——“无酒不成席”。佧族婚筵自有讲究，在正席饮酒过程中，全都用酒令、礼词来表达宾主情意。酒过数巡，宾主要进行风趣的“打马游街，解粮讨赏”之礼节，主方一人充当“解粮官”，其手托茶盘，上置一碗扣肉和四盅酒，另一人作副手持酒壶，两人前来解粮酬皇客（送亲客），……宾主在一场你盘我诘的辞令赛中结束敬酒与回赠之礼。

然而，饮酒并非皆为美事，饮而无度就会招致恶果。常山王遵好酒，因醉乱失礼而踢死（《魏书》）。周宣帝即位酣饮过度，有臣以歌讽谏：“朝亦醉、暮亦醉，日日恆常醉，政事日无次”，国威不振。帝怒而踢杖致歌者死（《隋书·刑

法志》)：酒成了损命危国的催化剂。北魏孝文帝太和二年，高允上酒训，其词曰：“历观往成之效吉凶由人不在数也，商辛耽酒，殷道以之亡，公旦陈诰，周德以之昌，子反昏甜而致毙，穆生饮而身光。或长世而为戒，或百代而流芳，酒之为状，变感情性，虽曰哲人谁能自竞”。

(《古今图书集成》269卷)。因此古代帝王也曾避酒患而设酒禁，北魏文成帝太安四年始设，当时谷屡获丰收，人们因酒而致酗讼议主增多，于是下令一切禁之，酿、沽、饮者皆斩，惟因于吉凶宾亲习俗例外。北齐武成帝河清四年则以谷不登而禁酤酒。北周武帝保定二年甚至“以久不雨，京城三十里内禁酒。”

其实，禁酒倒大可不必。明代大医学家李时珍遗言：“酒，天下美禄也。少饮则和血行气，壮神御寒，消愁遣兴；痛饮则伤神耗血，损胃亡精，生痰动火。若夫沉湎无度，醉以为常者，轻则致疾败行，甚则丧邦亡家而陨躯命”。看来，此与邵尧夫诗“美酒饮教微醉后”同为真谛可信也。



## 谈吃茶点

胡 莹

翻开鲁迅日记：

一九一二年五月二十六日

下午同季市、诗荃至观音寺街青云阁啜茗……

一九一二年十二月三十一日

午后同季市至观音寺街购鹵磨一、镜一、宁蒙糖一，共银二元。又共啜茗于青云阁，食虾仁面合。

一九一七年十一月十八日

午同二弟往观音寺街买食饵，又至青云阁玉壶春饮茗，食春卷。

看鲁迅这三则日记，如果不了解当时北京饮茶风俗，或许会把你搞糊涂了。你不禁要问：到底是喝茶，还是吃饭？周遐寿在《补树书屋旧事》中有一段话作了解释：“从厂东门往东走去，经过一尺大街，便是杨梅竹斜街，那里有青云阁的后门，走到楼上的茶社内坐下，吃茶点代替午饭。”近人陈莲痕在《京华春梦录》中对这种既

卖茶，又卖各种食品的茶社描述道：“小轩数楹，位置雅洁，檀楠几椅，鼎彝杂列，夕阳将坠，座客常满，促膝品茗，乐正未艾，茶叶则碧螺、龙井、武彝、香片，客有所命，弥不如欲，佐以瓜粒糖豆，干果小碟，细剥轻嚼，情味俱适，而鸡肉饺，糖油包，炸春卷，水晶糕，一品山药，汤馄饨，三鲜面等，客如见索，亦咄嗟立办，阮囊羞涩者流，利其值贱，多于此鼓腹谋一饱焉。”

这种饮茶和进食同来的习俗被人们称为“吃茶点”，大约始于清朝末年，兴起于广州，北京曾风行一时。后来这种又卖面点又卖茶的广式茶社，有的进一步发展为又卖菜肴又卖酒的酒楼了。当然有的亦保留下来。直到今天，广州、福建等沿海一带仍然很讲究吃茶点的。福建的这种茶社似小巧玲珑。你进了去，茶桌上摆好的小碟里面盛上鸡蛋、瓜籽、糖果、点心之类，坐好后，边饮茶边可吃碟内的食物，然后一起算账。规定一碗菜多少钱，另外吃一个鸡蛋加一个鸡蛋钱，吃一块糖果加一块糖果钱。而广州的这种“茶座”，则是你坐好后，等服务员将多层（即一层放点心，一层放糖，一层放茶……）的小车推到你身边时，你可随便挑选茶叶和食品，当即付钱，而后便可细细品尝其中的滋味。

旧时，人们常常在这种茶馆里会朋友，洗尘钱别、订婚、结婚宴请客人等，除此之外，这种

茶座还可充当许多其它场所。

还有一种叫“吃讲茶”的习俗。即江南水乡一带小镇，过去老百姓之间因种种原因发生了矛盾，双方坚持抗衡，又怕去打“官司”，就双双来到茶馆，事先请好裁决人，把知情人请来，边喝茶，边进行民间的评理、判断。这就是所谓吃讲茶。此俗在绍兴曾很兴盛，或许鲁迅笔下《药》中写到的华老栓夫妇开的茶店也经历过此事吧！

吃讲茶的规矩是：当双方的知情人和裁决人都坐好后，“茶博士”（宋代茶、酒坊侍应概称博士）为每一茶客沏一碗茶，给裁决人特泡一壶，然后双方各自向所有茶客述说纠纷的前因后果，并提出自己的处理意见。然后由茶客发表意见，大家相互争论，评判，弄清是非曲直，最后由裁决人作出结论——谁有理谁没理。

吃讲茶的裁决人很重要，裁决人如何，关系到这场纠纷能否顺利解决。一般都必须是地方上有声望，辈份大，主持正义，办事公道，有一定威信和号召力的人。所以当人们选裁决人的时候，总是慎重又慎重，而裁决人也因为解决了一场纠纷增添了一分光耀，通常情况，当裁决人定出结论后，众茶客都发表拥护的意见。由理亏的一方负责付清这次吃讲茶的全部费用，往往不会再生异议。当然，特殊的强横之辈也有。相传有个后生，因求亲不成和女方家发生了冲突。在吃

讲茶时，因理亏而恼羞成怒，竟动起武来，不但打了对方，连裁决人也给打了，并把茶桌亦推翻了……但后来还是吃讲茶以理亏而告终。

前边说的吃茶点，可谓轻松愉快，妙趣横生，每每和朋友相聚，边喝茶吃小吃，边交谈，确是一个沟通思想，增进友谊的好场所。而后边说的吃讲茶，可谓严肃、紧张，大有更待如何之势。二者似乎没有什么联系，然而值得提出的是，这两种不同的习俗均兴起于清朝末年。前者虽然轻松愉快，但谁能遏制那些忧国忧民之士“小心灯火，莫谈国事”呢？后者大概由于当时的官府，已民心丧失殆尽，倒是民间排解能为大家接受的缘故。到了今天，我国法制逐步健全，吃讲茶已无此必要，所以此风也就渐趋消失了。然而，作为沟通思想、增进友谊的吃茶点场所却保留下来了，也是合理的。

## 药 茶

阿 湘

在漫长的饮茶习俗中，人们创造了大量的药用饮茶方法，为我国的医药宝库增添了光彩。

“大红袍”是福建武夷山的一种名茶，因它的药用功效产生出的传说而引人入胜。传说在崇安的丛山峻岭中，有一座寺庙，庙里有一位老和尚，一天外出归来，在山脚下救回一位昏倒在路旁赴京赶考的穷秀才，当老和尚把穷秀才救活送他上路时，从后山一棵大茶树上摘下三片茶叶，用红布包好送给他，并告诉他，若遇急难时，它可以帮忙。穷秀才告别老和尚，来到杭州，身上的盘缠全都花完了，住在客栈里走投无路，正好城里一位员外的老婆得了急病，到处求医无效，愿出重金聘良医。穷秀才在客栈里听说后，心里思忖，大户人家终日大鱼大肉，莫非是吃伤了，于是，便带了一片茶叶到他家，将茶叶泡给她吃，果然茶到病除。穷秀才拿了谢金直奔京城。可是，考期已经过了，正当他难过得想投河自杀，路过城门时，看见一张皇榜，上写太后有疾广求神医。穷

秀才摸摸袋里剩下的两片茶叶，心想反正无路可走，不如去碰碰运气。他回身就把皇榜给揭了。到了皇宫，他把两片茶叶一下全泡了，太后喝完之后，上吐下泻好一个时辰，病就好了。这可把皇帝高兴坏了，立即召见穷秀才，问他有什么要求？穷秀才把误了考期的事说了一遍，皇帝便让他考，一看文章还真是字字珠玑，于是，便御赐状元。当他衣锦还乡时，专门去拜见了老和尚，并将自己的状元红袍披在那棵大茶树的身上，从此，大红袍的名字就传开了。历代以来，“大红袍”都是贡品哩！

《秋灯丛话》载，徽州产一种“松萝茶”专用于化食。有一个北方商人到江南做生意，他吃猪头，一个人能吃好几个人吃的数量。猪头肉是有毒的，吃多了要犯病。有一位医生看见了就向他的仆人打听，仆人告诉他，他的主人每餐如此，已有十余年了。医生说：“你的主人马上要大病，任凭什么药也治不好的。”这位医生待这商人往北回归时，一路尾随想看怎么死的，可一直追到北方，这商人还没有死，他又向仆人打听，仆人告诉他，主人每吃完猪头肉之后，都要喝几杯“松萝茶”。医生这才恍然大悟，“此事唯松萝可解”也。

以上两则故事，其真实性不可考，但却说明了茶叶对消食、化毒确实有特殊功能。茶叶的药用功能还有许多，不仿再举几例。

《湘潭县志》记《茶谱》有潭州铁色茶，即安化县茶也，今京师皆称湘潭茶。湘潭茶粗硬大叶，其色浓黑，味苦中带甜，食之清神和胃。

《宦游笔记》载江西赣州府宁都县出“江西蛤片”“大叶多梗，但生晒不经火气，枪叶舒畅，生鲜可爱，其性最消导，贮饭一瓿，以茶泡之，经半日，饭不加涨，而消少许，故饱食者宜饮此茶。”

浙江杭州产的“雨前茶”，尤以“龙井”为佳。“莲心”第一，“旗枪”次之。贮存三年以上者方能入药。饮之能清咽喉、明目、补元气、益心神、通七窍。

《云南志》载：普洱山出“普洱茶”，成团形，有大、中、小三等。大者，“一团五斤，如人头式，名人头茶，每年入贡，民间不易得也。……普洱茶膏黑如漆，醒酒第一，绿者更佳，消食化痰，清胃生津，功力尤大也。”

台湾产的“水沙莲茶”，它生长在深山中，常年众木蔽亏、雾露濛密、晨曦晚照，终岁不得见阳光，故性极寒，治疗热症最有效，还能发痘。另据《台湾志》记，有一种“红毛茶”其根如藤，刨取晒干，遇时气不快，熬茶饮之，即愈。

《救生苦海》中记：“烂茶叶”，也就是把泡过的茶叶，积存在磁罐内，存放时间愈久愈妙，主治无名肿毒、犬咬及火烧成疮，俱效如神，捣烂似泥敷之，干则以茶汁润湿，抹去再

换，五六次即可痊愈。

“雪茶”，出在云南永善县，呈白色，久则色微黄。其地山高积雪，“雪茶”产在雪地，性大温，怯寒疾如神。治胃气积痛。白色的茶叶，是世界茶叶的珍品。在福建的政和、松溪、建阳等县出产，是特产名茶。

“角刺茶”，产于徽州，二三月采茶时，兼采十大功劳叶，俗称“老鼠刺”，叶曰“苦丁”。和匀同炒焙成茶，味甘苦。然极香，能逐风活血。绝孕如神。古时，制茶者将此茶卖与尼姑庵中，由她们转售富家妇女，云妇人服之，终身不孕，为断产第一妙药也。

“栾茶”，出自湖南脩江，即石楠树叶。《毛文锡·茶谱》云：“湘人四月采杨桐汁做饭，则必采石楠芽作茶，乃能去风，治头风。”

以外，还有福建“武夷茶”能“醒脾解酒”；定海“普陀茶”治“血痢肺痈”；山东“云芝茶”可薙“百疾”；广西“红花茶”消膈滞宿食；四川泸州的“泸茶”可以疗风；广东东莞人制的“研茶”可去风湿、疗饥；广西的“龙脊茶”可“除瘴解毒、治赤白痢。”“经霜老茶叶”能治羊癫疯，当然还要伴有其它药味。“六安茶”能清骨髓中浮热。……

不同的品种，都有不同的效用。就是喝过了的茶叶，也别扔了，把它晒干后，做成枕头，小孩枕着睡法惊吓，大人枕着入眠能避暑气。



总之，茶叶是一种很好的药物，随着现代科学的发展，茶叶中更多的药用功能正不断地被人们所发现。

## 饮茶习俗趣谈

胡莹

我国不少民族都有饮茶的习惯，茶和人们的日常生活关系极大。茶从何时进入我国人民的生活中，传说原始时期有一个尝百草的“神农”，发现了苦茶这种植物。后来“神农”死了，人们把“神农”死的地方称作茶乡。于是，在史籍上便出现了“炎帝崩于茶乡”的记载。那时候，人们称茶叫苦茶。一千多年以后，人们又称苦茶为“檟”。《尔雅·释木》里说：“檟，苦茶也。”这就明确地把“檟”解释为“苦茶”了。汉和帝永元十二年，即公元一百零一年，许慎在他的《说文解字》里又把“苦茶”解释为“苦茶”。曰：“茶，即今日之茶。”这说明，东汉时期茶这种植物已经在文字上定型了。

关于采茶的记载最早见于周代，直至秦汉两代还没有形成饮茶的社会风气。清人阮葵生所著《茶余客话》中记载：吴主“孙皓每饮群臣酒，以七升为限，曜饮不过二升或为裁减，或赐茶茗以当酒。”正式以茶冲饮大约始于东晋。有位叫做

郭璞的人，他在《尔雅注》里有这么一段话：“……今呼早采者为茶，晚取者为茗，一名蔎……”。但人们还是“以饮茗汁，不饮酪浆为可怪。”到了唐代，陆羽著《茶经》之后，茶已成为许多人家“一日不可无”之物了。这说明饮茶习俗开始形成。当时，有个隐士叫卢仝，博览群书，很有才华，连韩愈也夸他的诗写得好。然而，他不肯做官，却以饮茶出了大名。宋代画家钱选就画过《卢仝烹茶图》，南宋画家刘松年也画过《卢仝斗茶》。唐宋时，以茶色白为贵。当时饮茶多用黑纹如兔毫的瓷盏加以衬托。饮茶时喜欢比一比谁制的茶“白沫重叠，积聚水面，状如积雪”并耐久者为胜，这就是所谓“斗茶”。

卢仝饮茶全不顾陆羽关于只能喝三碗的规定，一次就连饮七大碗。为什么呢？在卢仝集《走笔谢孟谏议寄新茶》中有详细说明：“一碗喉吻润；两碗破孤闷；三碗搜枯肠，唯有文字五千卷；四碗发轻汗，平生不平事，尽向毛孔散；五碗肌骨清；六碗通仙灵；七碗吃不得也，唯觉两腋习习清风生。”在这里，饮茶的妙趣一览无余，难怪卢仝那么爱茶。《本草纲目》上说：“茶苦而寒，最能降火，火为百病，火降则上清矣。”当代医生证明，茶中含有丰富的维生素C和咖啡碱。咖啡碱能兴奋神经中枢。所以茶能提神醒脑，消除疲劳。此外，茶还能醒酒消食、祛除炎症，对口腔和肠胃轻度溃疡有加速愈合的功

效。风行广州的王老吉凉茶，是清代嘉庆年间一位叫王吉的医生发明的。用金银藤、岗梅根等十味中药配方制成，有消暑解热、消滞疏导、生津止渴的功效。北京远郊山区有饮自制的枣茶和黄芩茶的。枣茶能镇静安神，黄芩茶能清火明目，可谓茶中良药了。近来医学界还发现，饮茶对消除环境污染和放射性物质的危害也有积极的作用。关于茶的功能，我国古代人尽管无法知道这么详细，但他们知道茶能健身。宋人钱易著《南部新书》记有唐代一位老僧，平生“不知药性，本好茶，至处唯茶是求，或出，亦曰遇百余碗”。因而身体康健，年已一百二十岁。宣宗特赐他茶五十斤。难怪郑板桥有诗云：“从来名士能评水，自古高僧爱斗茶。”

由于茶自身的多种功能，决定了茶在人们生活中的地位。又由于茶在人们生活中的重要地位而决定了茶在社会上的位置。唐以来，政府开始把茶的税收列为国库收入的重要来源之一。湖州紫笋茶作为贡品。“每年以清明贡到，先荐宗庙，然后分赐近臣。紫笋生顾渚。在湖、常二境之间，当采茶时，两郡守毕至，最为盛会。”（郭绍虞《宋诗话辑佚》）“商人重利轻别离，前月浮梁买茶去”，说明茶叶生意的兴隆。

由于上述种种原因，形成了一整套的饮茶习俗，陆羽在《茶经》中，光是烹茶用的器具就记载有二十四种。唐、宋两代烹茶、饮茶十分讲

究，茶具分类也很精细。如：烧水用铁炉，烤茶用竹焙，煮茶用纸囊，量茶用铜则，盛水用木方，饮茶用瓷盏等等。烹茶时，必须在水只二沸时，一边用竹荚环搅水汤中心，一边用“则”把茶叶粉从当中投入，然后，当水沸溅出沫子时，再把二沸时事先舀出的水倒进去制沸。《茶录》中有烹茶法：将一钱七的茶叶粉先注汤调匀，再添汤“环回击拂”。日本的茶道亦用此法。相传日本人饮茶是由昭明（大庇国师）在宋代到我国天目山径山寺学佛回国后传开的。许然明著《茶疏》中又有类似我们现在的沏茶法：先握茶手中，当汤注入壶中时随手投茶，盖好盖，三呼吸后，倒在盂内再倒回壶中，然后摇动壶就可喝了。当时烹茶有加盐的，也有加姜的。而《东坡题跋》中认为：“用姜煎，信佳也，盐则不可。”

烹茶的用水关系极大，俗语说：“名茶名水才能双美兼备”。陆羽在《茶经》里把水分为三等。即“山上水，江水中，井水下”。这山上水就是泉水。《红楼梦》第四十一回中，写了宝玉、黛玉、宝钗到拢翠庵饮茶的情节。妙玉亲手泡茶待客：泡的是君山名茶老君眉，盛茶的是瓠觥，点犀盃和蟠虬竹根大盃，煮的是陈年梅花雪水。妙玉用的梅花雪水也叫“天泉”。取“天泉”要待严冬时节，腊梅盛开，发出馥郁的幽香。这时，恰逢洁白的瑞雪覆盖在梅花之上，把

它轻轻拂下，密封在瓮里，埋于地下三、五年，盛夏时节用这雪水泡茶。因“天泉”取之不易，极为名贵，泡出茶来自然芳香袭人了。宋代词家辛弃疾云：“细写茶经煮香雪”，这“香雪”二字赞美了“天泉”的色味双绝。

由于饮茶习俗的日趋完善和盛行，必然要渗透在人们生活的各个领域。首先表现在礼仪方面。早在唐代，书法家颜真卿在《春夜啜茶联句》中就说：“泛花邀坐客，代饮引清言”。宋代杜丰在《寒夜》中也说：“寒夜客来茶当酒，竹炉汤沸火初红。”还有郑清之的诗句：“一杯春露暂留客，两腋清风几欲仙。”都说明了我国人民自古以来以茶待客的礼俗。

南宋都城杭州，每逢立夏，家家各煮新茶，并配以各色细果，馈送亲友比邻，叫做“七家茶”，这种风俗，杭州茶乡至今仍保留着。立夏日，小孩过称后，要坐七条门槛，吃“七家茶”，茶叶索诸左右邻舍，据说可免“痄夏”。江南一带过年，还有以“元宝茶”敬客的风俗，就是在茶杯内放二颗“青果”（即橄榄）或“金桔”，表示新春吉祥如意的意思。我国江苏省吴江县江村人更是好客。当你踏进当地农民的家门，主人招呼让座之后，马上就会给你端出一盏热气腾腾的香茶。热情的主人还会拿出一个布袋，抓出一把干青豆放在茶中，这就是当地有名的“青豆茶”。青豆是用毛豆放在锅里焙干制就的。青豆泡开，

有一股清香，别有味道。不少人家还将胡萝卜切成细条，晒干后与青豆同置茶中待客。这样的茶，看上去红红绿绿的，喝起来别有一番味道。到了人家，不喝茶一般来说是不礼貌。因此，你总得喝上两口，边喝边谈。但只要你动了茶水，好客的主人就会马上给你添满。如果你不想再喝了，就用钢笔杆作筷子，把青豆，胡萝卜条连同茶叶全部吃掉，主人就知道你不想再要了，而嚼嚼这三样东西时的滋味，恐怕只有亲自尝尝才能品全。

由此可以看出，饮茶习俗在不断的传承与演变中，又形成了许多“无言以示”的规范。在侗族喝茶时，主人发给每人一根筷子，当你不想再喝的时候，就把这根筷子架到你的碗上，主人一看就知道你不想再喝了，也就不会给你斟下一碗。否则，主人便会一直陪你喝下去。哈萨克人敬茶，往往是女主人单腿跪坐倒茶。当你不想再喝的时候，将手在茶碗上盖一下，主人见到即明白其意。如果壶里没有茶了，主人便会将茶壶盖翻开放在茶壶上。这时，你就不要再喝了。蒙古族亦如此。

除了上述之外，茶礼还表现在婚姻上。关于饮茶与婚姻的记载，最早见于《老学庵笔记》曰：

“辰沅靖州蛮，男女未嫁娶者，聚而踏歌，歌曰：小娘子，叶底花，无事出来吃盏茶”。明代许次纾在《茶流考本》中说：“茶不移本，植必

子生，古人结婚必以茶为礼，取其不移置子之意也”。所以，男女订婚以茶为礼。把下聘叫做“下茶”或“过茶”；把受聘叫做“受茶”或“吃茶”；把双方订婚前男方非正式送的礼叫“下小茶”。明郎英《七修类稿》云：“女子受聘，其礼曰下茶，亦曰吃茶”。说的就是这种风俗。《二刻拍案惊奇》称未订婚的闺女是“没吃茶的女儿”；《海上花列传》有令妹“阿受曾茶”之问；《绿野仙踪》有“先择吉过茶”通信，然后定口完姻之语；《金瓶梅》有“干娘若肯去，明日下小茶，我使人来请你”之言；《醒世恒言》还有“一女不吃两家茶”之说。意谓一个闺女不能许配两个婆家。此外，还把整个婚姻的礼仪总称为“三茶六礼”。“三茶”就是订婚时的“下茶”；结婚时的“定茶”；同房时的“合茶”。婚礼时还要行三道茶仪式：第一杯百果；第二杯莲子；第三杯方是茶。吃的方式：接杯之后，双手捧之，深深作揖，然后向嘴唇一触，即由家人收去。第二道亦如此。第三道作揖后才可饮。

这种以茶为聘礼的风俗至今仍在我国少数民族地区存在着。单以拉祜族为例，男女结婚以茶为聘礼，称为茶礼。随着社会的发展，婚俗也发生了变化。但是茶却是万万不能少的，他们常说：“没有茶就不能算结婚。”可见茶在婚姻中的价值和地位。

由于茶叶在我国有着悠久的历史，所以在人



们生活中的许多方面都与茶联系。如今，饮茶更为普遍。“客来献茶”源远流长。饮茶习俗中还有两点小忌，切记。一、敬茶时不能斟得太满。俗话说“八分酒，七分茶”。且不能握着杯把送与客人；二、“端茶送客”是万万使不得的，那是不成文的“逐客令”。

## 少数民族的茶俗

孙建昌

茶，是我国少数民族生活中不可缺少的饮料。我国疆土广阔，各地的风土气候有别，故我国茶之品种名目繁多。出自滇南的“雪茶”，色白，久则色微黄，以盏烹淪，清香迥胜；出自福建崇安的“武夷茶”，色黑而味酸；出自徽州“角利茶”，味甘苦而极香；出自四川叙府庄的“沱茶”，色如竹如青，香气独特，茶叶持久，清香醇郁，具有明显的减肥作用；出自广西的龙脊茶，是造砖茶的好原料；出自云南西双版纳一带的“普洱茶”，条索肥壮，色泽青丝，汤浓味醇，茶嫩多白毫。此茶为文成公主入藏时的所带物之一，具有健身减肥之效。品种虽多，但少数民族饮用之茶一般以沱茶、紧压茶、砖茶及自制茶为主，而用这些茶为原料制作的烤茶、苦茶、油茶、酥油茶、奶茶等为最突出。

烤茶以白族尤为出色。白族人的饮茶历史古来悠久。唐樊绰的《蛮书》中载：“茶出银生城界诸山，散收无采造法。蒙舍蛮以椒姜和烹而饮

之。”银生便是现今的西双版纳一带；说明早在一千多年前的唐代，白族人民就有了饮茶的习惯。白族的烤茶不仅独具特色，制作也很别致：以绿茶放入已烤热的小砂罐中焙烤，边烤边摇动，待烤得酥脆、略黄时，乘热端开，立即将煮沸的微量泉水冲入罐内，只听噼噼之声，顿时茶水全部化作泡沫，翻上罐口如绣球花状，稍后，再用开水冲满。这时，满屋茶香味四溢，如果有客在坐，便会更显出迎客气氛的热烈。此种茶水呈琥珀色，晶莹透亮，饮用时，头一、二道一般只饮清烤茶；而首杯却是先敬老人；喝第三道茶时，则可加些红糖、米花等。此茶味香醇厚，汁浓润爽。

彝族的烤茶却较为简单，先将茶置于一个小罐中烤香，然后再放水熬煮，其味极浓。

色浓味强的苦茶是佤族人爱饮的茶，这可能与他们生活在气候炎热的地区有关。佤族人民一般用粗制绿茶或自制的大叶茶，每次煮时需茶叶一两左右，放在火塘上慢慢地煮，待煮透，罐中仅剩下三五口时，便是色浓味苦的苦茶了。这种苦茶具有神奇的解渴作用，喝过后，就是一天不喝水也不觉得口渴。

油茶一般是以茶为主，并掺进大量的其他食料拼合而成的上等饮食料。早先，各少数民族的油茶，因生活的艰苦，做法极为简单，一般靠采野茶叶熬出苦涩的水，拌合着杂粮、野果为佐料

下咽，碰上过年过节，才能做一顿象样的油茶。随着生产力的发展和我国经济的蒸蒸日上，他们喜喝油茶的佐料则随着饮食文化的美化而不断丰富了。

苗族人的油茶，先将苞谷、黄豆、蚕豆、红薯片、麦粉团、芝麻、糯米花等分样炒熟，用清亮的茶油炸好，放在钵里备用。吃时，用自制的茶叶烧好一锅滚茶。先在碗里放上各种油炸食品，把茶冲进，再放上一点盐、蒜、胡椒粉。此茶清香扑鼻，又辣又脆，有止渴消乏，提神醒脑的作用，为苗族人民喜爱饮用与待客的饮料。

土家族人称油茶为油茶汤，是他们特别爱饮食的一种食品，它的配料是食油和茶。用油把茶叶炸黄后，加入少量的水煮沸，成褐色茶浆时再加水稀释，烧开后投入食盐、大蒜、胡椒及其他佐料，其味可口，可提神解渴、驱寒御热。随着食料的丰富，土家族人的油茶汤里又增添了许多花样，有炒米、油炸豆腐、粉丝、肉丝、蛋片等等。

侗族人嗜食打油茶，可谓是侗族人的第二主食。他们每餐饭前都要先吃一顿油茶；也是日常待客的饮食品。婚丧礼庆也用打油茶招待亲朋好友；其制作方法是：将茶叶加粳米炒熟，加入适量清水煎煮，然后将茶叶滤出。饮用时，把糯米花、炒花生（或炒黄豆）、核桃仁、猪肝、粉肠、蒜叶、葱花等佐料放入碗中，然后冲进滤好

的热茶水即成。此茶依各人所好，可甜可咸，味美香脆，引人唾涎，无怪侗族人爱其成癖了。

酥油是用牛、羊奶汁加工做成的，营养价值很高。如在茶中加进酥油及其他佐料，便是醇美的酥油茶了。新疆的维吾尔族、哈萨克族及柯尔克孜等族喜喝酥油奶茶。酥油奶茶在他们的饮食中占有非常特殊的位置。他们所饮之茶为茯茶和砖茶，在茶中加入酥油和牛奶或羊奶，煮好后味浓醇鲜，随时可饮。

裕固族人清早一起床就有喝茶的习惯。由于他们长期从事畜牧业生产，故饮茶与饮食的结合形成了独特的饮食习俗。他们一日三茶一饭或一日二茶一饭。茶的做法是：先把茯茶或砖茶捣碎，放于盛凉水锅内，并加进苹果、姜片等佐料，待茶熬厚，再调上食盐和鲜奶，把熬好的奶茶冲放在有酥油、曲拉、炒面的碗内，一碗香喷喷的酥油奶茶便做好了。

藏族人民也有清晨喝茶的习惯。早上起床后可以什么都不下肚，但茶是非喝不可的。藏民们常饮的茶有酥油茶、奶茶，有时也喝清茶。而酥油茶是藏民最喜爱的、每日不离的饮料。其做法是：将砖茶用水熬成浓汁，倒入酥油茶桶，放入酥油和食盐后用力上下来回抽几十下，搅得水乳交融，再倒入锅内加热即成。

奶茶一般为牧民们所喜好，也为汉民族所熟知；因为汉民族也喝奶茶。汉民族的奶茶是将煮

沸了的牛奶冲入茶中后加少量糖便可饮之。牧民们的奶茶做法与汉民族的截然不同。就说蒙古族的奶茶吧，先将砖块红茶用铜壶煮沸，放一夜。第二天把澄清的茶水倒入木桶，用有八个圆孔的木塞上下捣动，直到把浓茶捣成白色为准。将捣好的茶水倒入锅内，加入牛奶、羊奶或骆驼奶以及黄油、葡萄、蜂蜜、食盐和萝卜干的细面儿，再点火烧沸即可。此茶营养丰富，是蒙古族人民离不了的饮料。

另外，有的少数民族喜吃酸茶且不被人所知，吃法也别具一格，这也许与他们嗜酸有关。此茶是将茶叶按制酸菜的制法将茶制成酸茶，不须用水冲饮，只放在口中嚼细咽下，以解渴与助消化，无怪乎喜食酸性食品的布朗族对此茶如此地感兴趣了。

我国少数民族人民的性格欢快豪爽，为人诚恳大方，热情好客，故以茶待客的传统礼俗古今皆流行。客来献茶、敬茶以示欢迎和礼貌，其俗却因民族有异。在鄂西的土家族，凡贵客临门，主人即筛一碗“鸡蛋茶”敬之。“鸡蛋茶”是在油茶汤里打上三、四个荷包蛋，以示对客人的敬重。在湘西一带的各少数民族中，客人新至，主人必须献上一碗丰富可口的“生姜豆子芝麻茶”。此茶除茶叶外，还沾有炒熟的生姜片、豆子、芝麻。献此茶于客前以示送给客人温暖、热情之意。有趣的是，喝这种茶时，待喝干杯中茶水之

际，杯有剩余的豆子、芝麻、茶叶等物忌用筷子等食具取出，而多以手拍杯口，利用气流将其吸出食之。东乡族的“盖碗茶”更是锦上添花。客至便被主人请上炕平坐，随即献上盖碗一只，碗内有茶叶、白糖或冰糖等食物。尔后，主人提来“牡丹花”水（即沸腾如花的水）为客人冲茶。此茶表示主人对客人的光临而感高兴。

在待客的礼俗上也有民族的差别。裕固族人迎接客人，首先献上的是一碗酥油奶茶，待茶饮完后才能摆宴吃酒；而哈尼族待客，却是先敬一碗酒让客人一饮而尽后，便从火塘里捧出热气腾腾的浓香茶水，让客人慢慢啜饮品尝；哈萨克族迎接客人，首先是女主人跪于毛毯敬茶，当客人喝完第一碗后，女主人又给敬上。这第二碗却与第一碗饮法不同，客人要先喝上一口再将茶回敬女主人，待女主人喝毕，客人喝茶就能自便了。

顾况在《茶赋》中写到茶有：“滋饭蔬之精素，攻肉食之臃赋，发当暑之清吟，涤通宵之昏寐”等作用。我想，人们爱茶、视茶为宝，并由此产生的种种茶俗，其奥妙就在于此吧。

## 筷子的忌讳

宋经文

筷子，古为“箸”、又称“筴”；陈、楚、宋、魏时又称之为“筴”或“羸”。源于我国南方，多以竹为之，故字从竹。筷子是俗字俗称。外国朋友称之为“神奇的魔术”。

《韩非子·喻者》曾有这样一段记载：“昔者，纣为象箸、而箕子怖……故箕子见象箸，以知天下之祸。”说的是商代纣王荒淫无度，终日不理朝政只识寻欢取乐，用的是象牙的筷子、犀玉的杯子，他手下的一位叫箕子的大臣，也是纣的叔父，用尽种种办法规劝于他，可他充耳不闻，不久，商代就灭亡了。从这一记载中，不难看出，远在公元前十一世纪，我国已经产生了筷子，并且有了象牙筷子。

《史记·绛侯世家》把箸写作“櫡”，《礼记·曲礼》中说：“羹之有菜者用，其无菜者不用挾。”（注：“挾箸也”）。“櫡”和“挾”两个字都是为木所制，故字从木。这大约是北方无竹，以木制箸的产物，才出现了南“箸”北



“快”。

每个人都知道，筷子是夹取食物的用具，为我国流传了几千年的习俗，要吃饭，要挟菜就得使用筷子。可是，我国古时候，并无“筷”这个字，“筷”只是一种俗称。明代《推篷寤语》中记：“世有误恶字而呼为美字者，如立箸讳滞，呼为快子，今因流传之久，至有士大夫间，亦呼箸为快子者，忘其始也。”箸，在北方音同住，南方则意为滞或止。特别是在海上，或水中，是绝不能呼箸的，而称之为快子。要说起筷子的忌讳，最大的忌讳就是它的本身“箸”忌“滞”和“止”，反称为快，这才有了“筷子”这一说法。

除了这一忌讳之外，筷子还有许多忌讳，仅举几例如下：

碗口筷——即把筷子平放在碗口上。如果是主人在宴请亲朋时这样放筷子，那就等于在下逐客令，因为那是在奚落客人是来讨饭吃的；如果是客人在吃完饭后，把筷子平放在碗口上，则表示还没有吃饱，是对主人的不敬。但是，最忌把筷子放在碗口上的，还要数海上的渔民。陆容在《菽园杂记》中，曾这样写道：“民间俗讳，各处有之，而吴中为甚。如舟行讳住，讳翻。以箸为快儿，幡布为抹布”。若把筷子平放在碗口上，那意味着：船要搁浅，桅杆要倒，船要翻。船上是最忌讳“碗口筷”的。

死人筷——亦叫“供筷”。即在用饭前，把一双筷子插直在饭中。这是绝对忌讳的。因为只有在给死去的人，上供祀品时，才有这样的插法。如果你去作客，不论你把这双筷子插在饭里或菜里，都是对主人的一种亵渎，将引起极大的不愉快，甚至发生不必要的口角。

长短筷——即所使用的筷子一长一短。作为主人，在摆筷子的时候，千万注意，筷子不能一根长，一根短。因为，这是在诅咒客人夫妇，或是他（她）们的父母，必须有一个先死去。如果是客人这样做，则是在诅咒主人夫妇会先死去一个。好在几千年来，我们的主人在摆筷子之前，总要抓出一把筷子之后，先放在桌面上垛垛平，然后选出一样长短的筷子，依次分下去，这已经成为良好的习惯了。

喜筷——即结婚时，举办筵席所使用的筷子。我国人民素来喜欢红色，红色象征着喜庆、吉祥和热闹。结婚是人生旅程中一件大喜事，所以，在婚筵上所使用的筷子，必定是红颜色的，切忌用白色的筷子。当然，如果使用的是象牙筷，银筷等等，那又另当别论了。在我国南方的山区里，所用的筷子都是他们自己上山砍下毛竹削制而成的，但是，对子婚筵和寿筵，他们必定要把新削好的筷子，用红的颜色染一染，而后方能上桌。

葬筷——顾名思义，这是吃死人饭时，所用的筷子。使用这种筷子正好和喜筷相反，必须是

白色的，否则，就是对死人的不敬。不过，也有用红筷子的时候，那就是在已过八十岁的老年人去世的时候，吃他或她的死人饭时才用的。用红筷子吃葬席是这位老人有福气的象征。

杂色筷——指两根筷子，一根一个颜色或一根一个花纹的筷子。杂色筷意味着家人不和睦，经常闹别扭，筵席上忌讳杂色筷。

截筷——截筷有两种，一种是主人热情好客，把菜夹给客人，而客人又用筷子把主人挟过来的菜从半途中接走，或推让给主人；另有一种则是俩个人的四支筷子，同时伸向一盘菜、一个具体的目标，筷子相截打架了，或者是把筷子伸到别人面前去挟菜。这是极不礼貌的，甚至会被认为是好强贪吃。

泪筷——挟了一筷子的菜，一路上嘀嘀嗒嗒掉或滴个不停，人称为泪筷。这样用筷子必然要被人笑之为不卫生和不懂事。特别是挟那些带有卤汁的菜，挟着一路滴来，犹如掉泪一般。

叮咛筷——即在吃饭前，用筷子敲打着盆、碗、发出“叮叮咛咛”的响声。这样是极不礼貌的，并似乎带有一些抗议性，好象在说：“没有饭了，没有菜了。”这也是不可取的。

还有一忌，就是什么时候才能动筷子。一般地说在筵席上，要看坐在首座席位上的人，什么时候拿了筷子，其他的人才能动筷子（关于筵席的筵位，另文再说）。在家庭的便宴里，也要等主人

席动筷后，其他人方能动。当然，现在的家庭大多数都是双职工，家庭要宴请亲朋，往往都要自己当“第一把手”，夫妻共同操办。这样就应该委托一个在桌的人主持，代表主人吧！

我国是筷子的发源地，筷子的故乡，还有着许许多多别具一格的筷子，如：金筷、银筷、玉筷、天竺筷、象牙筷……举不胜举，这里就不一一叙述了。

人类为了谋求生存，在劳动生产的斗争中，不断地创造进步文明，从原始社会食俗中的手撕手抓，发展到用刀、叉、筷子，并自觉或不自觉地保留，传承下来了种种的习俗，正表明了人类用自己的智慧和技能创造了人类文明的饮食习俗。

随着社会的发展，特别是在我们建设社会主义两个文明的今天，继承和发扬千百年来流传下来的好的习俗，废弃一些流传中的陋俗，对社会风气的好转，将起着一定的积极作用。换一句话说，对于习俗，也必须要用所选择，不能盲目引用，该淘汰的还是要淘汰掉。明代徐桢著的《葛胜野闻》中记着这样一则事：“翰林应奉唐肃，因失朝，被罢官归乡。明太祖重才，再召入”，尝命侍膳，食讫，拱箸致恭。帝问曰：‘此何礼也？’肃对曰：‘臣少习俗礼’。帝怒曰：‘俗礼可施之天子乎？’”最后以不敬罪，谪戍濠州。古代帝王对习俗尚且如此，何况我们！

## 筷子的功能

宋经文

“以箸取物”是《通俗文》中的记载。应该说筷子供人们吃饭，挟菜是它所有功能中，最基本也是最大的功能。同时，筷子也还有着其它的一些功能和妙用。

银筷能够试毒。古时饮酒都喜欢用银具，酒中若有毒，银筷一沾便变黑；山里人采来各种各样的野菰，煮熟后用银筷一试便知道它能不能食用了。

筷子的功能还表现在祭祀活动中所展示的特殊作用。瑶族在“请盘王”时，必须架桥，而架桥又必须用筷子来架（当然是象征性的桥），如果“桥”架通了，就是盘王请到了，将庇佑他们四季平安，万事如意；若“桥”没架通，则是盘王未请到，必须重架，直至“桥”架通为止。至于各地在祭鬼神，敬祖先时在祭品上插上三根筷子，以筷带香，既表达了心意又可免受风雨的袭击和引起不必要的火灾，那可就屡见不鲜了。筷子还可用来占卜和相命。《相书》载：“人，

五指用箸者，自如四指用箸贵，五指用箸大富贵也”（见《太平御览》卷七六〇）。

汉族，也有“请筷仙姑娘”亦称“站筷子”的占卜方式。占卜时，备清水一碗，筷子三至四根。卜者先焚香祈祷，然后将理齐的筷子竖插碗中并以碗中之水淋漓其上，经久不倒为吉，否则为凶。亦有视所倒的方向驱鬼祭神，祛邪除病。

筷子还是表达人们的情感，欢歌载舞时的一种重要道具。古代《论衡》中有“以箸撞钟，以等击鼓”的记载。内蒙古的“筷子舞”更是把筷子的这一功能表现得淋漓尽致。据有关史料记载，筷子舞产生在宴席之中，是一种即兴舞蹈，人们在宴席中，随着那粗犷的歌声，明快的节奏，用筷子敲打着肩、手、腰、腿、脚等，有时打地，有时两束筷子相击，表达人们的欢乐之情。

同时，筷子还和我国许多地区的婚俗有着密切的联系。求亲、闹房、婚宴似乎都离不开它。西南的仡佬族就是用筷子来求亲的。仡佬族的青年男女在交往中产生了感情，男方就用红布或红纸包着一双筷子揣在杯中，走村串寨来到女方家，从杯里掏出那双筷子，双手恭恭敬敬地把它放在堂屋中的八仙桌上就回去了。女方家里和寨上的人，看到有男青年送筷子来，便知道是求亲的，即派人去打听男方的情况，就可决定答应或不答应这门亲事了。

在浙江、福建的一些畚族地区，则流传着婚嫁前在饭桌上“溜筷子”和吃“千斤饭”的习俗。畚族新娘在去夫家之前，梳妆打扮完毕后来到中堂，站在椅子上。这时桌上放着一碗米饭和两把竹筷子，新娘一手拿一把筷子交叉着递给站在身后的哥哥，哥哥接过筷子后必须从新娘的腋下把筷子溜回到桌子上，表示娘家把我养育成人，如今要离别了；新娘再低头弯腰把桌面上的那碗米饭衔上三口，吐在手帕里，由哥哥把手帕包好，放入新娘衣袋带到夫家，这就是“千斤饭”，据说，把娘家的“千斤饭”带到夫家去，年年都能饲养一只千斤重的大肥猪呢！

在彝族花腰地区的青年结婚时，有一双专门为新郎准备的特殊筷子——戴花龙头筷。婚前，新娘和她的伙伴们用细钢丝精心制作了一对小龙，并在龙角和龙尾扎上两朵鲜艳的丝线花，然后固定在筷子上，再用一根很长的红线把半生不熟的菜，各样穿上一点连成串，而后深深地埋在饭底下，把戴花龙头筷插在装得满满的饭碗里，等候新郎的到来，入席后，陪伴新娘的姑娘们全围过来看新郎吃饭。新郎的手一碰到龙头筷时，筷头上的小龙随着新郎的手摆动，交叉着舞跃起来，犹如蛟龙戏水一般，姑娘们的笑声充满了新房，“戴花龙头筷”是花腰彝族对新郎的最高款待，是爱情忠贞不渝的象征，同时也为婚礼增加了喜庆和欢乐的色彩。

在鄂西土家族，在结婚仪礼中有“甩筷子”的习俗。新娘起程去男家时，笛声四起，唢呐齐鸣。娘家执事“都管”将两把杉树皮或葵花秆制成的火把点燃，抛于新娘前后，洒下漫天火花，意为祝福新娘前程光辉灿烂。之后，又将两把筷子撒于新娘左右，意为祝福新娘至婆家后，丰衣足食，幸福美满。

闹洞房离不开筷子，则是流传在汉族一些地区的古老习俗。花烛之夜，糊在窗口上的红纸被人用红筷子戳通，露出一张笑咪咪的小男孩脸，对着新娘直乐，这是人们以物喻意，象征着筷子筷子，“快生贵子”。

筷子还有治病的功能，如：“吻上咽口疮”，被狂狗咬伤，被蜈蚣咬伤等，用筷子来治有它特殊的疗效。“吻上咽口疮”取筋头烧灰敷之。又狂狗咬者，乞取百家筋煎汁饮。咽喉痹塞，取漆筋烧烟，含咽烟气入腹，发咳即破（见明李时珍《本草纲目》）。这些筷子治病的特殊功能在《本草品汇精要》卷二十一、木部中也有记载：

“百家筋，主狂狗咬，乞取煎汁饮之，又，烧筋头为灰，敷吻口、咽口疮”。若是被蜈蚣咬伤，只要用旧的，也就是已食用过的筷子，将它的小头用火烧过以后，插入土中，而后把它取出研成细末，敷在伤口上，即可痊愈。在《葛洪治噎方》中，对噎的治法就更离奇了。按书中记载说：“与对食之人，当以手握箸，问噎人曰：‘此何



物？噎人当答曰：‘箸’。即复曰：‘咽下去！’即愈”。这种治噎法是否灵验尚不可知，但筷子能治一些病的偏方却仍在民间流传。

神奇的筷子，还有一个特殊的功能，就是习武。在民间就有用筷子功教训没有武德的人的传说。在一些古典书籍中，也有这方面的记载。《神仙传》中，记着这样一个故事：葛玄仙人和客人一起吃饭，突然将含在口里的饭喷了出来，化着一只只小蜂，向客人脸上扑去；客人不慌不忙，拿起桌上的筷子，一支支向蜂扔去，犹如匕首一般，把蜂击毙于地。可见“筷子功”是早而有之。在《吴志》中，还有另一则记载：“赵达，善治九宫一筭之术，遇知故，知故曰：‘仓卒之间，无酒食以叙意’。达以箸一枝，再三纵横之，乃言：‘卿东壁下有酒一斗，鹿肉三斤，何以言无’？主人惭曰：‘知卿善射，欲相耳’！”看来，用筷子习武，也有不少的绝招。

根据有关专家的研究，人在使用筷子时，要动用三十多个关节和五十多条肌肉，只要是右手手指、手腕、胳膊、肩膀上的关节，肌肉无不受力和拉伸，扭曲；从生物力学观点来看，吃饭用筷，使三十多个关节承受摩擦力，五十多条肌肉受到拉伸，刺激了神经系统，使之活跃。因此，科学家们认为，用筷子可以促使手指灵巧，头脑发达。

筷子不仅是我国人民日常饮食必不可少的工

具,同时,也深受许多国家的欢迎。据传在很早以前我国人民发明的筷子就传到了日本、朝鲜、越南、新加坡、吕宋和东南亚的一些国家和地区,并在那里深深地扎下了根。

随着人类饮食文化的发展,从筷子演变出来的其它工具也越来越多,如炸油条用的大竹筷(北方用木筷),挟柴火、木炭用的火钳子,都是根据筷子的原理而发展来的。一双普普通通的筷子,通过形形色色的民俗事象显示出如此神奇的功能,充分体现了劳动人民的聪明才智。

## 筵席的席位

宋经文

谁都知道，我国是一个古老而文明的礼仪之邦。在众多的民俗事象上，都非常注重礼节。

《礼器》中载：“礼有大有小，有显有微，大者不可损，小者不可益，显者不可揜（揜即掩）微者不可大也”。宴请，是每个人都将碰到的事，赴宴、友朋自远方来，都牵涉到筵席席位的礼仪。

中国的筵席种类之多、数不胜数。如：“家庭的筵席”、“满月的筵席”、“生日的筵席”、“婚礼的筵席”、“寿辰的筵席”、“葬事的筵席”以及“外交上的筵席”等等、等等，各种不同类型的筵席，因不同的主人和客人，都将对筵席的席位产生不同的变化。

根据一些学者的考证，宴请起源于夏代。据《周礼·司几筵》郑玄的解释说：“铺陈曰筵，籍之曰席”。因为在那个时候，人们还没有发明桌子、凳子，来了客人就是围在一块席子上，席地而坐的，所以，就把先铺在地下的、用芦苇编织而成的编织品叫“筵”，而把后来加铺在“筵”上面

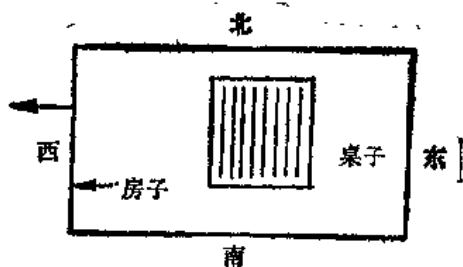
的座位叫“席”，这就筵席的来历。但是，在公元前十一世纪之前的筵席都是为死去的人而办的，如在殷代，他们敬神信鬼。历代的殷王、奴隶主、贵族都常领着自己的部下去祭祀他们的祖先，以庇佑他们。在他们祭祀祖先之后，凡参加祭祀的人便围在祭器旁大吃大喝，以示吃着的是祖先留给他们的财富，这种习俗直到周代才改变了殷人祭祀中的宴乐制度，出现了为活人而办的宴会，也出现了婚礼宴。

各种各样的宴会，也都有着各种各样的礼仪。据《宋史·礼》记载：“乡饮之礼有三；周礼：乡大夫、三年大比、与贤者、能者、乡老及乡大夫帅其吏，与其众寡，以礼宾之一也；党正国索鬼神而祭祀，则礼属民，而饮酒于序，以正齿位二也；州长春秋习射于序，先行乡饮礼，三也。”如果是官员，则必须按职务的大小来安排席位了，这就是所谓的“朝廷序爵、乡党序齿”了。

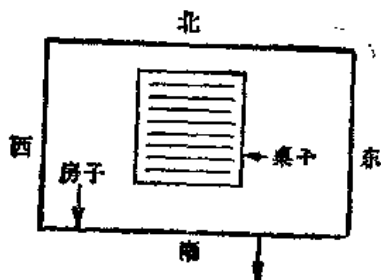
下面先谈谈桌子的摆法。桌子的摆法与房屋的朝向很有关系，以八仙桌而言，也就是四方桌，如果房屋的朝向是座西朝东或座东朝西则桌子的桌缝必须朝南北方向（如图一），如果房子的朝向是座北朝南或座南朝北，那末，它的桌子的桌缝就应该是朝东西方向（如图二），都以而朝外的一边为大。

如果同时有几桌筵席要摆，那末，就以正厅的一席为首，而左侧厅为二，右侧厅为三了。

(图一)



(图二)



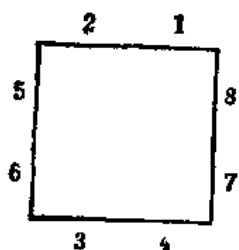
若是使用圆桌，就不存在桌缝的朝向了。

说完了桌子的摆法，就可以进入席位的安排了，我国有五十六个民族，各民族的席位安排也都有各自不同的摆法，这里只是简单地介绍几种常见或常遇到的席位摆法：

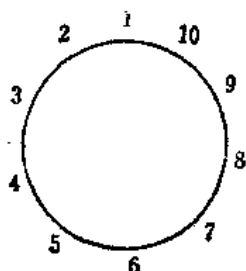
一、家庭的筵席：（以一桌而言），八仙桌，每边有二个位子，左首为大（如图三）。若是圆桌，则以当中的位置为大，然后从左到右，依次往下摆（如图四）。当然，也还有其它摆法（如图五、图六）。图六的摆法常出现于两个年龄、辈份或官职，不分上下的时候。

以上的几种摆法有一个共同的特点，那就是

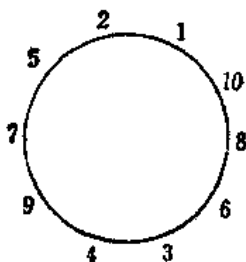
(图三)



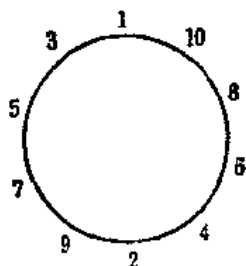
(图四)



(图五)

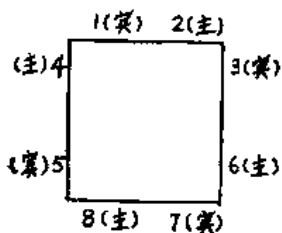


(图六)

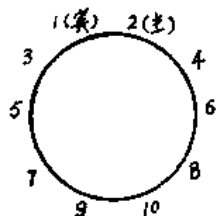


只有在一个主人陪席的情况下，而主人的席位是最小的一位，但又紧靠着主要的宾客，以便于交谈和斟酒。如果客人不多，或者家里还有别的人陪同，那么，它的席位又另有摆法（如图七、八）

(图七)



(图八)

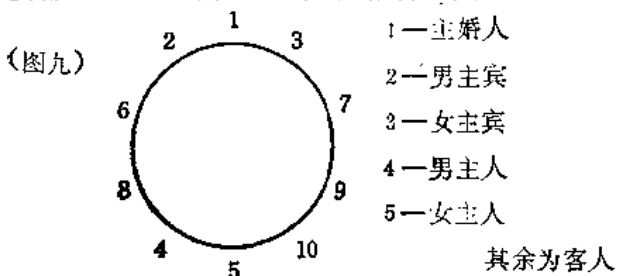


这种摆法以主要客人和主人同司于主要的位子上，其它依次排列；若主客对等，则象图七排列，可增加筵席友好、亲热的感觉。这些都是我们现在常见的几种席位摆法，但是在古时，席位并不是如此。南宋庆元年间（1195年），儒家朱熹就曾经把席位定为：“主位于东南，宾位于西北；僎位于东北而介位于西南。三宾之次者、司正以众所推服者，相及赞以士之熟于礼仪者”。这里所指的“僎”即主人请来的陪客，“介”则是宾的随从。从这些席位的演化，我们可以看到筵席席位这一民俗事象在传承的过程中，越来越趋于合理和简便。

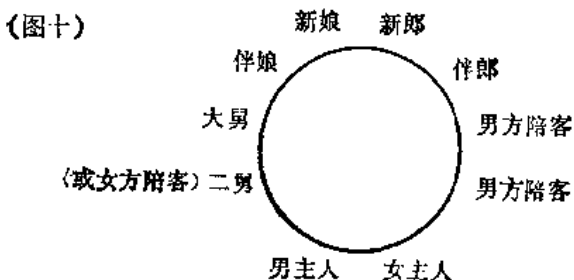
二、婚礼的筵席：结婚，对于人生来说，是一件值得庆贺的事，也是人生礼仪中的一件大事。约在公元前十一世纪的周代，就有了婚礼宴的出现。举办婚礼的筵席，是一次亲戚朋友相聚会的一种喜庆形式，这种宴会既要办得热闹，又不可大操大办，铺张浪费。一般说来有个三、五桌也就差不多了。席位的安排也有各地不同摆法。首席，也就是正中的一席，（最大的）的安排最为讲究，旧时的婚宴，女方父母均不出席，因而也就出现了“娘舅最大”这一习俗，把新娘的兄弟，请到首席的首位，而陪同“娘舅”在一块的，则必须是男方的长者，并把一些辈份高的，或有资历的人，请到首席陪同，以显示男方的势力及人缘。随着时间的不断推移，还出现了许多席位的摆列方法。

(指首席而言)：

1. 主婚人在正中，女主持与主人打对面，主宾在右，主宾夫人在左，其它客人就可按年龄依次排座(如图九)。对其它桌，每桌上都必须安排男方的一个人为主人，招待来宾。



2. 新郎新娘坐正中位，(俩人平行，男左女右)，在他们旁边是伴郎、伴娘；伴郎下来是男方陪客，伴娘下来是女方陪客，而男方的主人却坐末席(如图十)。

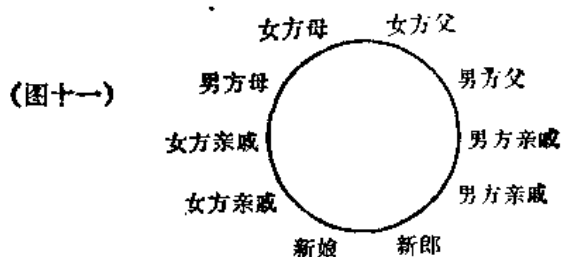


这种坐法，新郎新娘在酒过三巡之后，必须由伴郎、伴娘陪同，往其它各桌敬酒，若新郎新娘酒不量力，则由伴郎、伴娘代喝。

3. 男女双方父母都出席婚宴的摆法(如图



十一)。



以上三种坐法，各有千秋。第一种是对主婚人的尊重，第二种可谓重点突出，也较具现代感，第三种则是对长辈的尊重，对两家今后的友好往来，打下了良好的基础。随着我国现行的“一对夫妻只生一孩”的制度，这第三种席位摆法，将越来越被人们所采用。

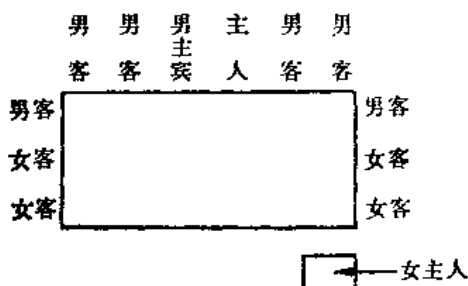
三、寿辰的筵席：人生六十算花甲，七十则是古来稀，这是老话。现在，随着我国社会的发展，各方面的条件越来越好，长寿的老人越来越多，当老人们寿辰之日，为他(她)们办几桌筵席庆贺庆祝，也是做小辈人对长者的尊敬和一点心意。在为他(她)们做寿筵时，毫无疑问，最大的位置，也就是主位，必然是老寿星坐的。所不同的是：老寿星的旁边，不是依辈份从大到小的席位安排，而是由小到大，即辈份最小的孙子或曾孙坐在他(她)的两边，而后，才是儿子或孙子，再到儿子。这样的席位摆法，既体现了几代同席，表达了老人对小辈的关怀，也看到了后辈对长者的尊重。

四、葬事的筵席：通常的说法就是吃死人饭。在我国的不少地区，还保留了这种习俗。村子里的人死了，全村男女老少都来帮忙，在葬事办完之后，主人要请大家来吃一顿素饭。如果死者在村里是个长辈，年岁又高，那么，去吃饭的人，谓之分享老人的福气，所以又叫着“吃福”。凡“吃福”的首桌必须把首席位子空下来，同样摆上一副碗、筷、杯、盘，表示已故的老人和大家一道吃最后的一餐饭。若不是长辈，则不必空下席位，由在坐的年纪最长的坐在首席就行了。

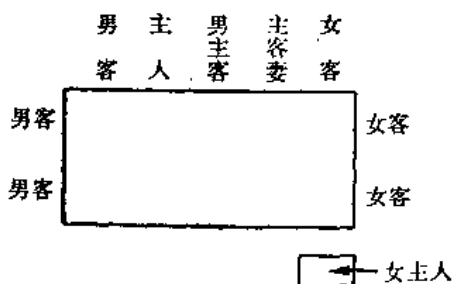
五、不用凳子的筵席：顾名思义，是没有凳子坐的，这种筵席古而有之，也可以说是筵席的老祖宗了。至今，我国一些少数民族地区，根据他们居住条件的不同，仍有所保留。如北疆的哈萨克族的毡房席位，就具有这种特点。哈萨克是个以游牧为主，热情、好客、豪爽的民族。当来客人的时候，大家围着“达斯达尔汉”席“地”而坐。达斯达尔汉是一块包着食品的布，约有单人床单那么大，里面包着许多具有哈萨克族特色的精制食物。如：包尔刹克、奶酪达等等，他们的席位摆法，主要分三种：一种是主要宾客和主人家的老人坐在当中；男客们坐在上席，而女客坐下席（如图十二），另一种则是男女分边而坐（如图十三）。

女主人则一直在旁边陪着，倒水、递菜等，小孩有事要从一边到另一边，不能从客人面前走，只能从筵席的后面绕过去。

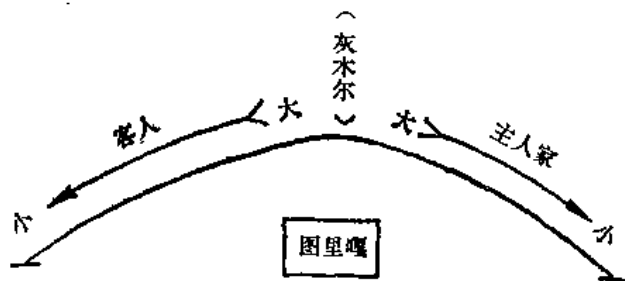
(图十二)



(图十三)



再如内蒙古的“蒙古勒格日”，也就是蒙古包，也是席“地”围着“图里嘎”而坐的。（图里嘎即火炉子），蒙古包中的首坐叫“灰木尔”是最尊贵的客人或长辈坐的，其它的客人与主人家的人分边而坐，两边都是从大到小排列席位的（如图十四）。



在少数民族的席位摆列中，还有一些有趣的做法。如台湾高山族的阿美人，当来了客人的时候，全家人陪着客人围在一起吃“抓饭”，而男主人却只能蹲前吃，女主人却应该陪着客人吃饭；朝鲜族在吃饭时，则是老年人用一小饭桌，其余的人用大饭桌，如果来了尊贵的客人，则客人可同老年人一起在小饭桌吃饭；还有西南热情好客的普米族，每当亲友来访的时候，主人总是和客人步入上座，让客人吃，而主人则在旁边殷勤陪侍，直等到客人吃饱以后主人家才开始用饭；以上种种习俗，虽然没有凳子，或不能成“席”，但都显示了主人对客人的尊敬，在筵席习俗的传承中，保留了人类最本质、最美好的真、善、美。

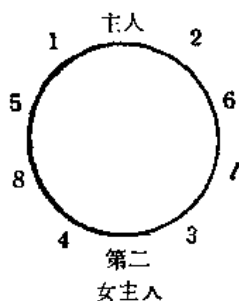
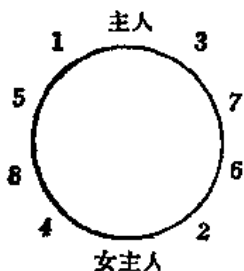
六、最后谈谈外交中的筵席：随着我国对外政策的开放，大量的外国友人来到我们的周围，每个人都有可能遇到和外国朋友交往的机会。而宴请正是国际交往中最常见的交际活动之一。

在宴请国际友人时，首先要注意不要选择对方的重大节假日，有重要活动或有禁忌的日子和时间，如对信奉基督教的人士，不要选在十三号，更不要选在十三号星期五，因为这一天是主耶稣遇难的日子；信奉伊斯兰教的友人，在斋月内白天是禁食的，所以宴请他们宜定在日落后举行。宴会厅摆的花也要特别注意。如菊花，对法国朋友和拉丁美洲人来说，是把它当成葬花的，若在

宴会中出现，就要闹大笑话了。

还是回到筵席的席位上来吧。国际上的习惯，桌次的高低以离主桌位置的远近而定，右高左低；在同一桌上，席位的高低，则是以离主人的席位远近而论。按外国人的习惯，是男女掺插一起安排的，并以女主人为主，主宾在女主人的右上方；主宾夫人则按排在男主人的右上方（如图十五）。如主宾有夫人，而主人的夫人又不能出席，通常可以请其它身份相当的妇女作第二主人，这时也可以把主宾夫妻安排在主人的左右两侧（如图十六）。

如果遇到主宾身份高于主人，为表示对他的尊重，可以把主宾摆在主人位置上，而主人则



坐在主宾的席位上，第二主宾坐在主宾的左侧，但也可以按常规安排。总之，在与国际友人的交往中既要热情大方，有礼有节，不失炎黄礼仪之邦的教诲，又要做到不卑不亢，具有华夏子孙的风度。

从以上所列举出来的种种筵席席位的民俗事象，进一步说明了中华民族是一个伟大的民族，好客的民族，在筵席席位这么一件小小的民俗事象上，从古至今，经过几千年的传承和演变，牢牢地扎根在人民群众之中，越来越趋于完善，换一句话，也就是几千年代代流传下来的民俗（当然是指良俗）是任何力量也无法把它消灭的，只能是不断地丰富和完善它。

## 招徕食客的幌子

力 木

《水浒》里的武松为何打虎？那说的是武松在路上行了几日，走得肚中饥渴，望见前面有一个酒店，挑着一面招旗在门前，上头写着五个字道：“三碗不过冈。”武松便走了进去，一气喝了十八碗。这才引出酒醉不听店主劝告，只身径上景阳冈，凭勇武酒力打死猛虎，成为千古传诵的打虎英雄来。这酒店门前的“招旗”，俗语就叫做“幌子”。

店前何以要幌子？不妨再说《水浒》一段：武松杀了恶霸西门庆，被两个公差解押孟州，三人路上肚中饥饿，奔过岭来，只一望时，见远远地土坡下，约有十数间草屋，傍着溪边，柳树上挑出个酒帘儿，武松见了，把手指道：“兀那里不有个酒店！离这岭下只有三五里路。”三人见了，喜出望外，便直奔了过去。要是没有这引人瞩目的酒幌子，武松三人恐怕会饿在路上而动弹不得的。这样看来，店主人挑出幌子，并且力求醒目，完全是为了远招四方来客而使生意兴隆的，

《水浒》里写了很多酒店幌子。酒幌子又叫“望子”、“酒帘子”。比如，浔阳江酒楼前，“傍边竖着一根望杆，悬挂着一个青布酒帘子。”门边朱红华表柱上，两面白粉牌，各有五个大字，写道：“世间无比酒，天下有名楼。”蒋门神霸占的大酒店在丁字路口，檐前立着望竿，上面挂着一个酒望子，写着四个大字道：“河阳风月。”门前插着两把销金旗，每把上五个金字，写道：“醉里乾坤大，壶中日月长”。《水浒》作者为何不厌其烦地写酒和酒幌子呢？细细想来很有道理。酒是我国传承久远的饮料，作者尽可以借酒畅赞笔下英雄的豪壮气概，借酒尽致绘画各色人物醉酒后灵魂情态的本相。再者，那“古道村坊，傍溪酒店”飘卷着迎风招展的酒旗，这幅古朴别致的风俗画，又是何等的横生趣味。还有，读者想到酒，会觉酒香扑鼻，又添了味觉而读书不倦。不过，下面这一点，作者也许是未曾想到过，他写下的各种酒幌子，为今人的民俗学研究记录了丰富的资料。据人考究，汉代就有了旗帘酒幌子，今日广东山区，有人仿汉代习俗，取名“汉城”，酒店门前悬挂三角旗幌子，边须狗牙边，旗中一个大“酒”字，服务员均穿汉代服装，人们出于发古之幽情，奔这种酒店的竟相对偏多。古酒店因以旗为幌子，故叫酒楼为旗亭。陆游《初春感事》诗曰：“百钱不办旗亭醉，空爱鹅儿似酒黄。”以旗帘作酒幌子



在近代仍有传承，旧北京酒馆有帘上书写“太白斗酒诗百篇”就是一例。

幌子，雅称“招牌”。《说文》“招，手呼也，从手，召声。”《楚辞招魂序》：“招者，召也，以手曰招，以言曰召。”由此想来，最原始的幌子，可能是以手招或以口召，或者手口并用，过后随着市、商的发展，集市上千手齐挥，群口并作，那怕会影响交换的。于是有人发明了以商品实物为幌子的办法，即卖什么就悬挂什么实物。清代钱大昕采辑民间古俗语的《恒言录》里就有“挂羊头，卖狗肉”之说，意思是以好的羊头为幌子而出售次等的狗肉。岳阳市今日的野味店门口悬挂野鸡、野兔、狸子……等野物，今日仍有小卖主用手口招揽顾客。这种方法虽然原始却简便易行，某些运用也能显示出其长处，当代采用的人虽不多，但在市、商初期无疑是普遍的习俗。诚然，以实物为幌子是有局限性的。有些实物，比如酒，将其挂于商店门口是大可不必的，人们就将装酒的葫芦或瓶子悬挂于门前，这是以实物附属物为幌子，为了更能引人注目，有一些人又用红漆木板作的平面葫芦形和木制小酒壶，或者以涂银粉代替锡壶做标志，悬挂于店门口，这类以商品附属品模型为幌子的进一步转化，就派生出用含有隐语暗示的物件做幌子了。今日城市里汉族的小型饭铺挑着一对红穗箩圈，回民的小型饭铺挑着蓝穗箩圈，初进城的人并不知其意，一

经打听明白，寻找选择食店就很方便了。

前面说了“招”，还有“牌”呢？梁代的庾肩吾有首《看放市诗》，其中二句是“悬龟识季主，榜酒见相如。”前句写了以实物为幌子，后句的“榜”，就是木板做的牌。这种将要招徕顾客的用意书写在木板，或类似木板作用的牌子上，就叫作招牌了。在旗帘上书写文字，在茶楼悬挂一个大“茶”字，这也是招牌。文字招牌是最常用的，它最讲究的是牌上的文字，善于经营的店主常求取别有风味的名字，如北京的“独一处”、长春的“真不同”、长沙的“火宫店”、“九如斋”等，令人一见招牌就想尝食殊滋异味。

我国古代的幌子就已经是五花八门、千奇百怪的了，是我国民俗文化的一个重要方面，然而经史中却无记载，皇家集编的类书更无此类。这是何因？以自给自足的小农经济为基础的封建时代素有木末之论，说道是以农为本，以商为末，而且“重木抑末”。既然商是要被抑的“末”，那么食得肥头大耳的历代官吏和具封建观念意识的学者会记录市、商的民俗标志吗？

然而，“末”是抑不了的，饮食商业更是抑不了。道理很简单，人们少不了饮食，多了几个钱，就想吃好吃好，饮食业能满足人们在这方面的部分要求，故能自生自长。人们要图个吃好吃好，就会去下气力干活。拿农民的话说：“一年辛苦讨个快活吃”。如果从理论角度上说：物质

生产的目的是为了消费，消费需求提高，可以刺激促进物质生产。从文化观点看，消费文化是物质文化的主体，同时又是精神文化的标志。在商品经济不发达的土地上，怎么能建设高度的物质文明和精神文明呢？今日的民俗学家为我们阐述了这种联系，乌丙安先生在《中国民俗学》一书中，将市、商的民俗传承列为专门一节，对其民俗标志作了分类，并且指出：“我国社会主义的商业经营不能不对所有这些民俗传承予以关注，研究它们带有规律性的东西，以应用于发展新时期的商业。”

今日，我国版图上的多数人已经进入了要求吃好喝好的时期了，故饮食业的兴旺应运而生，各类大小饭馆酒店如泉涌林立，其它商业店铺也是如此，由此也带来了竞争。今日店主是将招牌当作情男恋女的仪表外容的，力求打扮装饰得美丽多姿，令人一见钟情。高级馆店的招牌已经将书画、绘画、音乐、影视等艺术熔于一炉了：其名号是独特而有风味的，对联能引人入兴，书画讲求清新刚健，门口悬挂大幅的广告画图，名酒菜谱透出色香味来，店里徐徐飘出优美动听的磁带音乐、影视电视的图象画面。它能诱感人驻足引颈，登店入室，慷慨解囊。在这样的店里，既能得到饮食的满足，又能得到精神的享受，堪称得上是当今快乐的科学。

中国人尚实，提倡物美价廉，这里是诚可宝

贵的。一般来说，物美价廉和因商品有某种特征而使店铺生意兴隆。但驰名的商业店铺，不全是物美价廉，这里有个报刊为商品作广告宣传问题。当然，物美价廉和讲究招牌装饰也是宣传，但这种宣传靠的是口传，须历时长久才能驰名。旧时传诵的商业店铺至少是经历几十年才驰名的。如果在刊物上刊登广告，情形就会大不一样，它会象生了翅膀的喜鹊，很快地将商品信息报告千家万户。当今生活节奏加快了，竞争加剧了，商业广告显得尤为重要，无怪乎，美、日的刊物百分之六十的版而是广告呢！

## “餐制”点滴

阿 湘

俗话说：“民以食为天”。吃饭是人生的一件大事，人不吃饭是不行的。然而，在原始社会初期，人们对吃饭的时间并没有明确的规定，不管是什么时候，只要猎狩到食物，就在举行一定的祀祭活动之后，便开始食用。有时饱食，有时挨饿。

关于餐制的出现，应该是在农耕社会时期，并且，与人们对太阳的崇拜是分不开的。可惜尚无处可考。有关餐制的记载，最早见于《论语》，书中记：“食，不时不食”。也就是说不到一定的时间是不能吃饭的，这说明人们吃饭已经有了规律。那末，什么时候才应该吃饭，什么时候又不应该吃饭呢？《白虎通》云：“平旦食少阳之始也，昼食太阳之始，哺食少阴之始也。”这就明确规定了一日三餐，早、中、晚。太阳即将出来的时候，人们吃早饭；太阳当顶，正中时吃午饭；太阳下山，月亮尚未出来时吃晚饭。

到了汉代，这种一日三餐的习惯便稳固下

来，并形成餐制习俗。同时，又出现了一日四餐制。即除了上述三餐之外，“晨起亦进小食，谓之寒具”。据《本草纲目·谷部》解释说：“寒具，即今馊子也。以糯粉和面、入少盐，牵索扭捻成环釧之形，油煎食之”。

历代文人，对于餐制，也有少许记载。杜甫的诗中，就有“晚饭越中行”之句，苏东坡亦有“却到龟山未朝饭”的记录，此外，还有王维的“中饭顾王程，离忧从此始”，李颀的“向野聊中饭，乘凉探暮程”等，都在一定程度上反映了当时的餐制。

千百年来，餐制随着地区的不同，天气长短的不同，以及进食的内容不同等诸多原因，发生了不少的变化。时至今日，在我国现存的餐制中，可分为以下几大类：

“一日三餐制”。这是比较通用的。一日三餐时间分别是早、中、晚。但各地在安排上又有不同，有的是一稀二干，即早晨吃稀的，中、晚吃干的；有的是二干一稀，即早、中吃干的，晚吃稀的，这种安排大多是工人、农民，因为他们在劳动中体力消耗较大。还有一稀一干一稀，即早、晚吃稀的，中午吃干的，这是一般人比较适应的。当然，在冬天，人们的晚餐多吃干的。也有一些劳动强度大的，一日三餐都是吃干的。

随着社会的发展，人们对饮食有了新的讲究，越来越注重饮食的科学性了。如现在流行的

“早吃饱，中吃好，晚吃少”，或者是“早要少，中要饱，晚要好”等等，都有一定的道理。

“一日四餐制”。最早始于汉代，在早起时加上一餐小吃。而今吃四餐，大多是在晚上十至十二时吃，名曰“夜餐”。还有一些特殊工种，如泥瓦匠、木匠等，他们要在早餐至午餐中间加上一餐，以增添力气。

“一日二餐制”。追古溯源，应当是在青黄不接，闹饥荒时，人们为了节约粮食，被迫形成的。每天早上九至十点吃一餐，下午三至四点吃一餐。然而现在，人们为了节约时间，在一些地区，节假日里也实行二餐制。这一点在东北尤为突出。

“一日多餐制”。指一日五餐以上的食制，这种食制中表现在孕妇坐月子期间和一些病人身上。她们除了正餐之外，还要吃许多餐的点心，实行少量多餐制，在南方的一些地方，孕妇在月子里，最多的可达九餐。

不能否认，历史上也曾经出现过“无餐制”，那是因为战争和饥荒的特殊原因所造成的特殊食制。

食制，随着营养学的不断发展，也许在不久的将来，即将发生大的变革。

## 少数民族的待客礼俗

何锦良

我国地大物博、民族众多。少数民族在接待客人方面，有着丰富多彩的饮食礼俗，了解或掌握这些习俗对于客人和主人来说都是非常之必要的。

### (1) 关于饮茶的礼仪

鄂西土家族以鸡蛋茶来敬客。在油茶汤里打上几个荷包蛋，鸡蛋的数目是很讲究的。不可少于三个，也不能多于四个。他们认为：吃一个为独吞；两个是骂人；五个销五谷；六个赏禄；七个、八个、九个则应了“七死八亡九埋”之不吉利的俗语。

哈萨克族在迎接客人时，女主人跪在地毯上，给客人倒茶。客人喝完第一碗，主人又给满上。这时，客人应先喝一口，再用茶回敬给女主人，待女主人喝完后，客人喝茶就可以自便了。这种饮茶习俗包含了互敬之意，使主客关系一见面就显得是那样的融洽。

东乡族的盖碗茶敬客也很有意思。客至，主



人必请其上炕平坐，随后献上一只盖碗，碗内有茶叶、白糖或冰糖。主人提来沸腾如花的水，名为“牡丹花”水为客冲茶，不时添水，十分殷勤。

此外，湖南还有敬生姜豆子芝麻茶的礼节；有的敬米泡茶、元宝茶。

傣族、黎族也喜欢用茶待客，因而有民谚曰：“客人到我家，一口槟榔一杯茶”之说。

## (2) 关于饮酒的礼仪

哈尼族待客是先敬酒，后敬茶。先捧上一碗香气四溢的“闷锅酒”待客饮尽，主人才从火塘中取出茶罐，给客人倒上一杯浓茶，以示欢迎。

裕固族习俗同哈尼族相反，他们待客是先敬茶后敬酒。先敬上酥油奶茶，然后开始敬酒，而且以双杯为敬。你如果不喝双杯，主人就会说：“你是双脚进来的，不是单脚进来的，必须喝双杯。”

土家族敬酒更为独特。“进门三杯酒”早已形成了土家族待客的礼俗。

佤族是用水酒敬客。阿佤人的水酒是用小米、麦子、谷子、红薯酿制而成的。饮用时是用一个竹管插入酒坛，轻轻吸入口中。敬客时，主人先自饮一口，然后再给客人自饮，以打消客人的各种顾虑，以显示待客的诚心。

景颇族人嗜酒，外出身上都不离竹酒筒。用金竹酒筒敬客是景颇人待客的独特礼俗。

不少民族都以“香甜”的美酒待客，而侗族

却专以苦酒待客。在酒让客吃饭先端，前甜出人喝。举宴之时，佐餐之酒却是用糯米酿制的苦酒。

蒙古族用酒敬客也别有风趣。客至，主人送上酒却不给杯。酒的瓶口糊有酥油，长者和客人需用右手食指蘸少许酥油而自抹其额，再依长幼之序递抹。事毕，主人才拿来杯子斟酒敬客。

除酒之外，蒙古族还有用酸奶敬客的饮食礼俗。

### （3）关于奇馐的礼仪

提起酸，要数侗族的酸宴最为有名了。菜肴中有酸草鱼、酸猪肉、酸鹅肉、酸鸭肉、酸萝卜、酸黄瓜、酸辣椒等。爱吃酸东西的人，如果到好客的侗家去品尝一下酸宴，那一定会大饱口福的。

人们常常把我国食俗口味笼统概括为“南甜、北咸、东辣、西酸”。其实这是不准确的。除掉侗族的酸以外，北方朝鲜族的“辣”也不亚于无菜不辣的湖南地区。各种风味的朝鲜族咸菜，都是以辣味出现在待客的餐桌上。

拉祜人用辣椒待客因而传出了“拉祜人的辣子，汉人的油”这一句俗话。他们说：“没辣子象汉人做菜不放油一样。”这一生动的比喻也正说明辣椒在拉祜人待客中的地位和作用。

鸡是人们待客的佳品之一。拉祜族用鸡待客的方法也很独特，他们杀鸡后，以鸡肉熬稀饭招待

客人，但是绝不用白鸡。因为用白鸡则表示主人与来客将绝交。

东乡族用鸡待客，主人必先向客人敬献鸡尾。当地习俗以为此物十分宝贵，客人如果拒吃，主人则十分不快。

岭南苗族用鸡、鸭待客时，鸡心、鸭心为贵重部份。同席中，有威望的人把鸡心、鸭心给客人，客人不能独吃，需和同席尊长一同享用，否则被认为是失礼。

布依族却用鸭头、鸭脚敬客，以表示从头到脚都是给客人吃的。

在以放牧为主是柯尔克孜、哈萨克族，敬客人却以敬上羊头为最敬。客至，主人牵上肥羊至面前，请客人应允，然后才将羊杀掉。煮熟后，敬上羊头，客先割一片给长者，再割一片给幼者，然后将羊头捧献给主人，事毕，大家共食羊肉。

以渔业为主的赫哲族以洗净的生鱼敬客。请其先咬一口，如果不吃，则被视为不礼貌。

朝鲜族的生拌牛肉丝、生拌牛肚、生拌明太鱼干丝也常常是待客的佳肴。不知者如初次品尝，那别具一番的风味也会使你久久不能忘怀。

从以上不同的待客饮食习俗中我们可以看到，习俗的形成是受到各民族、各地方生产生活的需要和口味所制约的，同时又由于各民族、各地方的调制方法不同，原料的生产不同，而形成了

各民族、各地方的不同待客特色。甚至同一食物，在甲地被认为佳品（如鸡尾、鸭头、鸭脚）到乙地可能被认为是不敬之物；因为调制方法不同而形成的酸、甜、苦、辣，甚至生食，客人也只能礼节性的纳之，而不见得都合众人的口味。

除此之外，待客饮食习俗的形成与不同民族的心理、生理，以及地理环境、历史、社会条件都有着密不可分的关联。

中国有些俗话，“客随主便”，“随乡入俗”、“到什么山，唱什么歌”，尊重少数民族的饮食礼俗，是加强团结和友谊的基础。