

評王利華，《中古華北飲食文化的變遷》  
北京：中國社會科學出版社，2000。347頁。

蔡宗憲\*

近三十年來，關於中國飲食文化的研究，吸引了不少中外學者的興趣，專書論著與論文已見相當可觀的成果。但，相對而言中國中古時期這部分卻是較弱的，其中尤以魏晉南北朝為然，例如，在張光直(1931-2001)所編的《中國文化中的食物》(*Food in Chinese Culture*)一書中，其斷代的論述即是直接從漢代跳到唐代。<sup>1</sup>其後，黎虎有感於大部分的著作多偏重兩頭，即先秦或宋明以後，遂邀集眾人編寫了《漢唐飲食文化史》一書。<sup>2</sup>本書在選題範圍上，較黎虎又更進一層，欲以中古時期的華北地區為限，探討當時飲食文化的變遷，乃一具有高度企圖心的專著。

全書除引言與結語外，共分七章，第一章論中古華北的生存環境，第二、三章論食物原料構成的變化，第四章食品加工技術的發展，第五章烹飪方法與膳食構成，第六章飲料革命，第七章則以白居易為例，論述文人雅士與飲食文化嬗變。以下略述其大要。

作者認為生存環境及其內部因素的變化，最終也將導致飲食文化體系的種種改變；因此，有別於一般飲食史的著作，本書第一章即從地理環境、氣候、森林植被、水文環境與水陸生物資源等方面，嘗試

---

\*國立臺灣大學歷史學系博士候選人

<sup>1</sup>Kwang-chih Chang, *Food in Chinese Culture* (London: Yale University Press, 1977).

<sup>2</sup>黎虎主編，《漢唐飲食文化史》（北京：北京師範大學出版社，1998）。

重建中古時期華北地區的生存環境，並以此估測當時人口、環境容量與食物生產方式所可能受到的限制與影響。總合相關學科的研究成果，作者指出，中古時期的華北與現今我們所知的華北是有一段差距的，如魏晉南北朝時期的氣候較寒冷，至隋唐時轉為暖和，與現在相當。森林植被雖然一度因戰亂而稍有擴張，惟總體趨勢是減少的，但與今日相比尚可稱作茂盛，因此野生動物，如鹿類等草食性動物仍為數甚夥。當時的水文環境亦頗異於今，湖沼陂澤眾多，魚類水產資源豐富。以此條件衡諸當時的人口密度，即使在盛唐的人口高峰期，仍未達到當時環境容量的飽和狀態。不過，作者也指出，華北居民若想取得必要的糧食能量，除了精耕細作的農耕種植外，亦別無他途，因此，在整個中古時期，除少數地區外，華北的食物生產方式仍以農耕生產占主導地位。此章可說是作者建構中古華北飲食文化變遷的底圖。

作者將食物原料依植物性和動物性分類敘述其構成變化，他指出中國歷史上食物的生產結構、膳食營養結構並非一成不變，而是不斷地調整。雖然他也分項敘述了穀物、蔬果、禽畜與水產等食料的供給性質與生產方式，但在閱讀的過程中，我們卻能感受到，作者試圖結合當時的自然生態與政治社會環境，勾勒出此一時期食物原料之構成的歷史性變化。例如，五穀中黍、粟、麥作為主食地位的先後異動，麥在唐代中期以後幾與粟並駕齊驅，可說是華北糧食生產的一次重大調整。而由於漢末以後華北社會的政治動盪和人口銳減，以及北方游牧民族的大量內徙，畜禽在整個食物比重上曾一度上揚，羊甚至取代豬成為當時的主要肉食。其次，由於華北的森林植被與水文資源仍甚豐饒，因此，唐代時的華北亦有多處水稻的產區，而森林、陂澤則提供了多樣的野味與漁獲。蔬果的種類不斷地增加，中古華北地區可見的蔬菜已有七十餘種，較兩漢時期增加了數倍，既有馴化的野菜，也有選育出的新變種。而那些從西域傳入的果品（如葡萄），在魏晉南北

朝以後，也逐漸步出皇家苑囿，開始大量地推廣種植。大致而言，自戰國至秦漢，華北地區逐漸確立了以穀物為主食的生產與消費型態，即以農耕種植為主，動物飼養為輔，捕獵採集則為重要補充。

關於如何吃的問題，本書主要從食品加工技術與烹飪方法來談。食品加工可分為兩方面，即穀物加工與蔬果、肉類加工。穀物加工主要是脫殼與破碎，當時的工具有碾、磨、碓（足踏碓、畜力碓、水力碓），並與揚扇、簸箕、篩羅構成完整的穀物加工系統。蔬果、肉類加工主要目的在於增味與保藏，以調濟不同季節間食物供應的不平衡。蔬菜有醃漬作菹和乾製等法，以作菹最普遍。果品則乾製、作脯、作油、醃製。魚類加工多用鮓法，即用米飯加鹽釀製的魚塊。畜禽肉則主要採用脯臘法，製成乾肉。調味品則有鹽、蜜、醬、醋、豉等類。如此多樣的加工法，顯示當時人們已經經驗性地掌握了豐富的微生物及生物化學知識。又，晚唐五代時期，豆腐雖然已在江南一些地方流行，但沒有確切的證據能證明此時華北人已經開始食用豆腐。

烹飪是吃法的核心，此時，除了傳統的蒸、煮、烤之外，也發展出炒、煎、燜等新方法，其中快炒法的出現或許因應了炒鍋的應用、植物油的使用，以及節省燃料等因素。中古時期主食結構曾出現重大變化，麥子由粒食變為麵食，餅在此時與飯、粥平分秋色，其背後動因可能是麥作的產量增加、畜力與水力提高了磨麵粉的效率，以及麵粉發酵法的應用。此時期的粥種類頗多，常根據用料而命名，一般食粥大致是因為生理上養生滋補，以及節省糧食的需要，不過，早餐食粥的習慣至少在唐代已經相當普遍。而此時食品烹飪不僅講究五味調和，也已開始注重食品的視覺美感，對於餅食的命名，有由俗入雅的趨勢，如貴妃紅、玉露團等。總合地說，此時期無論是主食、菜餚的烹飪或其種類構成，都發生了相當大的變化，可以說現今華北食物烹飪和膳食構成的若干主要特徵，於中古時期已經初步形成。

關於中古時期華北的飲料，作者以「革命」一詞來形容其發展，

其表現主要為：酒類生產與消費的重大變化、飲茶的興起與普及，以及飲漿逐步的衰微。當時的酒仍以採用穀物原料加麴釀造的黃酒為主，但葡萄酒逐漸推進到內地，食療養生的風氣與域外香料的傳入，則促使藥酒更加多樣化。漿的概念比較寬泛，一般液體飲料都可叫作漿，華北人常飲的可能是米湯發酵的酢漿，另有葡萄漿、柘漿、蜜漿等。北方游牧民族盛行飲酪，原料可能主要是羊乳，但乳品的飲用終究未普遍揚開。而原在南方的茶飲，北傳並於中唐在華北普及後，改變了華北原本漿、酒並重的飲料結構。

在談完物質與技術面的演進後，作者以白居易(772-846)為個案，探討文人階層的飲食情形。白居易祖先原是西域胡種，但從他的著作中，得知他有炮笋烹魚、飯稻羹魚等飲食習慣，且嗜酒亦愛茶，可謂已經相當南方化。他對南方飲食文化不是鄙視與拒斥，而是樂於欣賞與傳揚，若與中古前期相比，北方人士對於南方文化的態度已經發生了根本性的變化。關於士人聚飲會宴的文化，作者認為飲食常被異化為一種超越其本來功能的社交手段，具有社會功利與消遣享樂的性質。但比起魏晉名士在飲宴中的縱慾、任誕、乖張的行徑，唐代的文人雅士，則能憑其深厚的文化素養，使其飲食交往活動充滿著生活的情趣與美感，更加豐富了社會文化的底蘊與內涵。作者也透過白居易的疾病與食養活動，來考察它們與當時文化風尚的種種關聯。

本書作者王利華不僅具有歷史學的背景，亦曾攻讀農學，取得碩士學位，以此資歷而從事飲食史之研究，在專業上有其相對之優勢。南開大學歷史系教授張國剛在本書序中即稱揚道：在其字裡行間浸潤著很高的技術知識含量，對於史學以外的許多學科如農學、地理學、文化生態學、營養學和動植物學等方面的理論知識，運用得十分自然。誠如其言，在多學科的理論知識支援下，作者以環境、生態史的角度切入，為華北的飲食文化畫下生存環境的底圖，從而討論食物原料與加工烹食技術，並於論述中時時勾聯生態與人文間的互動與影

響。就飲食史的基礎研究而言，不同時空下之自然生態背景的探究是有其必要性的，惟是否能確實地與人文發展的各部分細節產生互動的因果對應，則考驗著研究者的功力與智慧。就本書的章節安排來說，大抵不脫一般飲食史的結構，即先述環境、氣候、風土，再循之以飲食原料、食用方法，最後以文人飲食風尚強化文化史的形象；然而，細究其內容，作者在此陳套的結構中仍有其較為深刻的觀察與發現。

在一般飲食史的著作中，物質與技術層面的探討通常是核心的部分，本書也有五個篇章著墨於此。不過，作者在探討食料性質與加工方式之餘，復從生態學的角度，對農耕與游牧兩種不同的生產型態進行估算，他指出在同樣面積的土地上，農業生產比畜牧所能養活的人口，其數量至少差十倍左右。並以此回應胡、漢民族融合的問題，他認為農耕與游牧文化本身並無高低之分，卻有適不適合華北環境的差異。在考察游牧民族的漢化問題時，相較於典章制度、禮儀規範等方面的影響，廣大的族眾接受新的生產方式，實具有更深遠的歷史意義。

其次，作者在討論烹飪技術的同時，也提及了燃料問題。他指出，中古時期城市地區由於森林減少，已有燃料短缺的問題，人們紛紛尋找替代品，如牛糞、石炭（煤）與作物秸桿等；炊具方面，則朝著提高薪柴燃燒值與熱能利用效率的方向改進。對此，作者強調，人類活動導致了生態的變化，最終卻又影響了其後代的生活，迫使他們得作各種轉變以求適應。從以上兩個例子，明顯可以看出，作者嘗試著超越物質與技術的敘述，將飲食文化的演變扣合到生態與文化中來討論。

本書也有幾處精彩的論辯，例如，西嶋定生(1919-1998)誤以碾（碾米）、磑（磨粉）為同一物，將唐代碾磑經營問題（指其與水田灌溉的矛盾）主要歸因於小麥生產和麵粉的加工發展，作者則指出，唐代碾磑經營問題是由磨粉和碾米經營共同造成的，乃魏晉以來華北穀物加工問題的自然發展。又，關於豆腐的起源問題，作者從技術發明與傳播的角

度，質疑了當前「漢代已有豆腐」的說法。對於茶飲雖然早在北朝時傳入華北，何以遲至中唐以後才在華北普及的問題，作者則試著從政治對立與南北文化衝突這些特定時代因素，以及南方農業經濟的發展，與南北交通狀況的改善（即大運河）來尋求解釋。作者立論謹慎，除了植基於對專業事物的熟稔，於史料的蒐求上也頗下功夫，論述過程中則常設疑自辯，反覆推敲可能遭遇的質難，以期使問題獲得更周延的解析。正因如此，本書往往能在既有的成果上，向前再推進一步。

在目前既有的論著中，主題與本書密切相關的當為許倬雲的〈中國中古時期飲食文化的轉變〉，許倬雲認為中古時期（魏晉南北朝）終結了古代飲食比較簡單的蒸煮烹，開啓了油煎快炒，而水力磨使得麵食普遍化，以及南北食物的混合、外來飲食文化的影響，亦均在這段時期發生，唐宋以後則又整合成新的形態與內容。許文的觀察側重於新變事物產生的現象與時點，其主軸在於宣告新的飲食型式的初萌均已早出現於魏晉南北朝，唐宋以後則是將這些現象進一步整合成新的形態與內容。唐宋以後的新形態與內容為何？如何整合？由於未見相關的論著，在此不多擬測。許文的主要論點大多為本書所接受，其中的不同點在於本書作者認為這些轉變雖然始現於魏晉南北朝，但其轉變的完成須到唐代。也就是說作者認為從魏晉到隋唐間的飲食文化變遷應視為同一脈絡的發展，而非至唐代時轉化成新的型態與內容，其觀點具體表現在麵食隨著磨粉與發酵技術的發展、炒鍋與植物油的運用而出現的油煎快炒、飲漿式微與茶酒並重之局勢的形成等。

前文的敘述主要是依循作者立論的脈絡，筆者以此檢示本書在自然環境、飲食原料、烹飪與加工技術的研究上所取得的成果，以顯其考證與論辯的用心。然而，從飲食史與飲食文化的角度觀之，本書在題材的選擇上頗為拘限，除了第七章以白居易為個案，部分節次論及飲食活動的雅緻化，以及異化為他種社會功能外，大抵均不能超脫物質與技術層面的變化。我想這與作者所認定的「飲食文化」之定義實

有密切的關聯，據作者自陳的基本思路所示，中古時期人們吃（喝）什麼？如何吃（喝）？與前後時代有何不同？何以不同？這些項目即作者所欲探討的主要問題，究其實，這些問題僅能歸屬於飲食史中物質與技術層次的基礎研究，雖不能說它們不重要，卻不能以此概括飲食文化整體的面貌。觀諸目前的幾部飲食史著作，如陳偉明的《唐宋飲食文化初探》，在該書的前言中，作者亦言：「人類飲食文化內容，歸根結底無非是吃什麼與怎樣吃的問題。」<sup>3</sup>可見這樣的觀念在大陸學界具有相當的代表性。又如黎虎編的《漢唐飲食文化史》與徐海榮主編的《中國飲食史（三）》，<sup>4</sup>我們可以發現，除了食物原料與加工、烹飪技術外，尚有關於飲食器具、食制與食俗（分食與合食、節日食俗、佛道教食俗、養生醫療）、飲食行業（原料市場、食肆）、飲食學（思想與理論）等主題，雖然範圍的確擴大了，但觀其敘述，大抵不脫在飲食史脈絡下捕捉物質、技術與飲食活動因時而異變的軌跡，對於其事其物所蘊含的文化特性，以及這些特性與整體傳統文化間的株連關係，往往未能措意。

筆者以為，若以傳統文化為母株，作為幹上枝葉，飲食文化除了枝繁葉茂的表象外，其本身亦當顯示出文化母株的基因特性。這種特性或許也會因隨時代而有所變化，但大致上具有相當程度的穩定性，而成為變化紛繁的飲食現象中的共相。以本書為例，作者在介紹域外傳入的事物時，偏重在蔬菜、果品與酒類等物質性的輸入，雖然作者注意到這些物產在中國本土性栽培的演進，然而對於域外飲食文化對華北飲食文化究竟產生何種本質性的影響，卻未能進一步深入探究。

<sup>3</sup>陳偉明，《唐宋飲食文化初探》（北京：中國商業出版社，1993）。

<sup>4</sup>徐海榮主編，黎虎、鄧瑞全撰，《中國飲食史》卷3，第7編「魏晉南北朝時期的飲食」、第8編「隋唐五代時期的飲食」（北京：華夏出版社，1999）。

偏重物質與技術面的探討，除了未能深刻把握飲食文化的底蘊，對於飲食文化所根植的社會生活之面貌，也易流於表象的描摹。例如，作者試圖以白居易的飲食生活來豐富本書關於飲食之文化與社會面向的論述，惟在探討之餘，作者表示尚無法在此對文人飲食與中古華北飲食文化變遷的關係提出結論性的意見。究其因，除了個案研究數量尚未達到足以歸結的份量，與作者對飲食文化所挖掘的廣度與深度也有密切的關係。

在此我們試著參考其他的著作，如遼耀東的〈《崔氏食經》的歷史與文化意義〉一文中的觀察。遼文中提到，永嘉風暴以後，華北地區的塢堡由於地少人多，必須改革耕作與技術，賈思勰的《齊民要術》正是反映了當時黃河流域塢堡自給自足的社會經濟形態；而當時北方土族同族共居，一家百餘口同炊共灶，家族之中共同飲食，此乃《崔氏食經》中食品製作數量很多的原因。<sup>5</sup>遼耀東的作法即是將《崔氏食經》與《齊民要術》置於中古時期政治、社會與經濟的脈絡中，從二書中所載的物質與技術相關資料，去印證當時的政治、社會與經濟情況，從而勾勒出當時的社會是同炊共灶、家族共食。這種活動模式本身雖然與食物原料、烹飪與加工技術沒有直接相關，但無疑地卻會對具體的飲食製作產生很大的影響，在研究飲食文化時是不可輕忽的。本書作者並未參考過遼文，或許與其研究取徑有關，在此另舉篠田統的著作為例，以彰顯研究者關懷重點的差異性。據作者言：「篠田統著有〈中國中世的酒〉一文，曾努力從唐詩中剔發酒史資料，但從他的論文中我們對於唐代釀酒技術的發展也未能獲得一個明確的

---

<sup>5</sup>遼耀東，〈《崔氏食經》的歷史與文化意義〉，收錄於《第一屆中國飲食文化學術研討會論文集》（臺北：財團法人中國飲食文化基金會，1993），頁 20-23。另可參見〈《崔氏食經》與《齊民要術》〉，《魏晉史學及其他》（臺北：東大圖書公司，1998），頁 133-134。

印象。」(頁249)除此之外，對於篠田統文中的其他論述全然未加引用，就此而言，我們可以看出作者所關心的酒文化是偏重在釀酒技術的層面。純就技術面而言，篠田統指出六世紀初期的《齊民要術》中製麴釀酒術仍含有許多巫術性的說法，十二世紀初的《北山酒經》中則記載了奇妙而帶有迷信色彩的釀造法，這意味著當時釀酒技術仍不完全科學，而唐代則處於《齊民要術》到《北山酒經》的過渡期。就酒的性質而言，篠田統從常見的詞句「餽乾酒澄」推測，當時的酒為濁酒，而王侯貴族的正式宴席以濁酒為主，並認為濁酒的原料不是稻子，而是穀子和黍子(唐代初期，精通酒道的人習飲黍酒)。<sup>6</sup>同樣是對物質與技術的考察，篠田統頗能超越文獻的字面意義，而將它們所承載的社會文化脈絡鉤畫出來，再以此檢驗飲食原料與技術的實質性，這種手法我想是相當值得本書來借鏡的。

另外，還可以針對本書的部分內容提一點補充。本書第三章第三節，關於燃料的問題，作者提到《齊民要術》記載當時的薪柴價格是一束三文或者一車一百文，可惜沒有當時其他物價可以參考，難以判斷這一價格究竟高到什麼程度。(頁239)關於這點，許倬雲在〈中國中古時期飲食文化的轉變〉一文中，即曾根據《齊民要術》中的數據推算，「一年燒柴的費用是二萬文，當時物價，柞橡的屋椽，十年中椽，一根價十文，二十年中椽，一根值百文。以此類推，柴價相當昂貴。」(頁7-8)本書亦曾參考許文，不知是一時疏漏了，或者另有他故。

總之，對於本書的評價，應該可以分成兩個層次來談。就物質與技術等這些飲食史的基礎研究而言，本書在自然環境、飲食物料、烹

---

<sup>6</sup>篠田統，〈中世の酒〉，收入氏著，《中國食物史の研究》(東京：八坂書房，1978)，頁155-157。另有中譯本：高桂林等譯，《中國食物史研究》(北京：中國商業出版社，1987)。

飪與加工技術等方面的探究，實有其獨到而深刻的見解，這部分的成果是值得肯定的。然而，若要更整體地深刻考察飲食文化的變遷，除了物質與技術所包括的範圍須再擴展外，飲食活動的文化內涵及其所體現的社會文化意義等層面，實有待大家投注更多的心力。