

考古中发现的饮食秘密

“国以民为本，民以食为天。”在中国古代的不同历史时期，古人都流行吃什么？今天流行的美食又是何时出现的？现代考古中的诸多发现，揭开了中国人饮食的诸多秘密。

壹

战国秦墓中发现一锅“肉汤”

古人最早将汤称为羹、大羹、𩚑羹



西周晋侯温鼎，下有托盘方便放置煤炭，保持鼎内羹汤不凉。

考古发现：2010年，在清理陕西咸阳机场二期考古工地上的一座2000多年前的战国秦墓时，发现出土的一件铜鼎中有不少液体。经鉴定，是一锅狗肉汤。无独有偶，在1972年考古发掘的湖南长沙马王堆汉墓中，曾发现“莲藕汤”。

古人最早并不把汤称为“汤”，而多呼为“羹”。为了方便喝汤，古人还发明了一种专用餐具汤勺，现代仍有人称汤勺为“羹匙”或“调羹”正是由此而来。“羹”字在甲骨文中已经出现。原

始的羹多指肉汁，从甲骨文字形上看，上部左边是一块肉，下有小点表示汤汁，右边则是一把勺子（匕）；下部是盛食器。而金文中的“羹”字，上部左右各有一把勺子，喝汤的意思更浓了。

古人做的汤有羹与大羹、𩚑(xíng)羹等。“大羹”在今天看来就是一种高汤，用纯肉熬出来的，不加任何调料；而“𩚑羹”则是加了佐料、放了盐和菜的肉汤，东汉许慎《说文解字》中所谓“五味和羹也”，就是指这种叫“𩚑羹”的汤。

古人祭祀时少不了一锅汤，即“大羹”。《周礼·天官》“亨人”条记载，亨人就是负责煮肉汤的，需要加多少水、用多大火候煮才合适都有要求，所谓“祭祀，供大羹、𩚑羹”，就是说在祭祀时，亨人要负责供应大羹、𩚑羹。

古人招待宾客也会用大羹，《仪礼·士昏礼》便有“大羹湑在爨”的说法，即将高汤放在锅灶上热着，凉了不好喝。现代考古中，发现不少可烧炭的温鼎就是用来热大羹和保温的。

隋唐时期，“羹”与“汤”连到一起，成了“羹汤”。唐王建《新嫁娘》诗中即称，新媳妇“三日入厨下，洗手做羹汤”。这时的汤也已不仅仅是肉汤，还有菜汤。越往后，汤的品种越丰富。元代《居家必用事类全集》所列的肉羹食品中，便有羊肉汤（骨插羹、炒肉羹）、萝卜汤（萝卜羹）、鸡汤（假鳖羹）、螃蟹汤（螃蟹羹）、老鳖汤（团鱼羹）等多种美味羹汤。

叁

史前遗址留下4000年前“面条”

面条最早叫水引、饅飣、索饼、汤饼



唐代擀面泥俑

考古发现：2000年，在距今4000年的青海民和喇家史前地震遗址发掘中，出现一幕令人震撼的场景：在标记为F3的房址内，一位母亲的怀里有一具孩子遗骸，显示事发时母亲将孩子快速拉进了自己的怀里，试图保护。震撼之余，还发现了一只倒扣在地上的红陶碗，翻开后里面竟然还有“面条”。显然，灾难发生时人们正在吃饭。这是迄今发现的中国最早的面条。

以往学界认为，面条是在汉代时出现的，民和喇家考古发现改写了中国人吃面条的历史。古人称面条为“水引”“饅飣”“索饼”“汤饼”等，归入“饼”类，唐徐坚《初学记》引晋人范汪《祠制》称：“夏荐下乳饼臠，孟秋下雀瑞，孟冬祭下水引。”到宋朝时，“面条”一词才开始使用。

古人吃的面条什么样？《太平御览》引弘君举《食檄》：“然后水引，细如委纒。”北魏贾思勰在《齐民要术》中曾记录了当时不少种面条的做法。

水引、饅飣法：“细绢筛面，以成调肉臠汁，待冷溲之。”水引和饅飣虽然都是面条，但做法有差别。水引，“擀(ruó)如箸大，一尺一断，盘中盛水浸，宜以手临铛上，授令薄如韭叶，逐沸煮”；饅飣，“擀如大指许，二寸一断，着水盆中浸，宜以手向盆旁授使极薄，皆急火逐沸熟煮。非直光白

可爱，亦自滑美殊常。”

魏晋人最喜欢吃面条，宋高承《事物纪原》“汤饼”条有这种说法：“魏晋之代，世尚食汤饼，今索饼是也。”隋唐时，现代人爱吃的凉面已出现，称为“冷淘”，据说是女皇武则天发明的。

宋朝人更是把面条推向了极致，在《东京梦华录》《山家清供》等多种宋人笔记中所录的各色面条超过50种，仅凉面就有槐叶淘、自爱淘、甘菊冷淘等。而且，以前吃的面条标准不一，到了宋朝时最终定型为“长条状”。过生日吃面条也正是在面条统一成形后成为流行风俗的，据宋马永卿《懒真子》：时人过生日，“必食汤饼者，则世欲所谓‘长寿’面也。”

贰

西汉古墓中挖出26公斤酒

——先秦时已酿出五种浊酒三种清酒



商代青铜爵

考古发现：2003年，在陕西西安市北郊发现了一座汉代贵族墓，从中出土了不少文物，其中有一只铜钟特别沉，揭开密封后，酒香扑鼻而来，竟然是一坛酒，重达26公斤——这是中国迄今考古出土保存最好、存量最大、年代最久的酒。此外，山东烟台一西汉墓、上述发现“肉汤”的战国秦墓以及安徽六安王墓也都出土过酒。

相比喝汤，古人喝酒的历史更为悠久。传说，酒是一个叫仪狄的人发明的，《说文解字》称：“古者仪狄作酒醪，禹尝之而美，遂疏仪狄，杜康作秫酒。”从考古发现来看，尚处于原始社会的仰韶人已会酿酒。

先秦时已有饮酒习俗。周王室有专门的酿酒师“酒人”，《周礼·天官》称：“酒人，掌为五齐三酒……共（供）宾客之礼酒、饮酒而奉之。”当时酒的种类已较丰富，可酿五种浊酒、三种清酒。

商周时期的墓葬中曾出土过尊、鉴、斛、觥、壶等青铜盛酒器，以及觚、觶、角、爵等饮酒器。但早在商代，人们已意识到酗酒的危害性，为此发明了一种叫“禁”的青铜酒桌，提醒不要贪杯。

周代还有一种乡间饮酒聚会叫“乡饮酒礼”，于冬季举行，这也被视为中国

最早的“饮酒节”。据《仪式·乡饮酒礼》，乡饮酒礼很讲究，如何喝酒，如何敬酒，如何劝酒，席位怎么坐，酒杯怎么放，都有规定。在敬酒前，还要把酒杯洗干净。

现代流行的“罚酒”规则在西汉时已流行。刘向《说苑·善说》记载：“魏文侯与大夫饮酒，使公乘不仁为觴政，曰饮不酺者浮以大白（杯）。”结果魏文侯未喝干净，被（觴政）罚了一大杯酒。

古人聚会时也爱劝酒，甚至因此惹出事来。《汉书·游侠列传·郭解》记载，有侠义之风的郭解的外甥，有一次与别人一起喝酒，硬劝对方干杯，可是对方酒量不行，他便强灌人家，此即所谓“解姊子负解之势，与人饮，使之酺，非其任，强灌之。”结果对方一气之下，将郭解的外甥捅死了。

肆

唐代墓葬中出土数个“饺子”

东汉名医张仲景发明“饺子”



唐墓葬中出土的“饺子”

考古发现：1959年，吐鲁番阿斯塔那唐墓编号为301号的墓中，出土三个灰陶小盂，盂中各置一只饺子。饺形如月牙，长约5厘米、腰宽1.5厘米，皮是麦粉做的，与现代所吃的饺子完全一样。1989年，在对阿斯塔那墓地再次发掘时，从一座墓中又发现了水饺。

饺子，古人视之为小吃，归为“点心”类食物。据《酌中志》记载，明代，正月初一宫中要“吃水点心”。

据考，饺子的出现晚于面条。民间一直传，饺子原叫“娇耳”，是东汉名医张仲景发明的，他最早用“祛寒娇耳汤”御寒防病。在张仲景生活的年代人们确已吃饺子，1981年从重庆忠县涂井崖墓出土了一件陶庖厨俑，俑面前的案上便有“饺子”。

但汉魏人并不把饺子称“娇耳”，而称“馄饨”。隋唐时，馄饨的形状更接近现代饺子的形状，多做成“偃月”状。除了“馄饨”一名，唐人还称水饺为“牢丸”，唐段成式《酉阳杂俎·酒食》中便提到了不同做法的“笼上牢丸”和“汤中牢丸”。

到了宋朝，“馄饨”与“饺子”才被区别开来。根据形状，宋人将饺子称为“角儿”或“角子”，宋周密《武林旧事》中便提到了“市罗角儿”“汤

角儿”等诸种饺子；因为饺子是扁状，有的地方又称之为“扁食”。

元明时人们仍习惯称饺子为“角儿”。元忽思慧《饮膳正要·聚珍异饌》便记载了当时宫中流行的“水晶角儿”“酥皮角儿”“撒列角儿”“时萝角儿”等多种饺子。到明朝，“水饺”“饺儿”叫法被接受，明张自烈《正字通》“饺”条称：“水饺耳，即段成式食品，汤中牢丸，或谓粉角，北方人读角为娇，因呼饺饵，伪为饺儿。”

明清时人们食饺之俗与今天已无不同。清徐珂编撰《清稗类钞·饮食类二》“饺”条称：“蒸食、煎食皆可。蒸食者曰汤面饺，其以水煮之而有汤者曰水饺。”

值得注意的是，在角子成为“饺子”后，饺子被赋予了更多的民俗学意义，兴起了立秋、立冬、过年吃饺子风俗，取“时节交替”“更岁交子”之意。

据《北京晚报》