

# 《欧洲饮食文化史》

## 图书基本信息

书名：《欧洲饮食文化史》

13位ISBN编号：9787563361366

10位ISBN编号：7563361367

出版时间：200608

出版社：广西师范大学出版社

作者：(德)希施费尔德

页数：240

译者：吴裕康

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《欧洲饮食文化史》

## 内容概要

饮食文化在这里已远远超出了只是揭示“吃”的秘密，其他社会领域的文化进程也从中清晰地显示出来。

# 《欧洲饮食文化史》

## 作者简介

贡特尔·希施费尔德，1961年生，曾在波恩攻读历史学和民俗学，后在特里尔大学获博士学位，并在英国从事了较长时间的研究工作。2000年，他获得美因茨大学文化人类学和民俗学教职，之后回到波恩大学并一直从事民俗学教学工作。

# 《欧洲饮食文化史》

## 书籍目录

- 导论 为什么不健康的食物这么好吃？——饮食文化导言
- 第一章 猿人、吃蜗牛者和农夫——远古历史的食物搜寻
- 第二章 猛犸的食物——早期体现发达文化的食物
- 第三章 哲学家宴席上的鱼酱——古希腊时代的饮食文化
- 第四章 面包和游戏——古罗马帝国的世界
- 第五章 宴会上的谋杀——中国世纪早期的饮食
- 第六章 沉睡中的欧洲？——中世纪盛期和晚期的乡村生活
- 第七章 城市的空气和粥——中世纪晚期城市里的国际烹调
- 第八章 面包取代肉——现代早期的饥与饱
- 第九章 挨饿的产业工人——1789 ~ 1850
- 第十章 餐桌上的工业——1850 ~ 1914
- 第十一章 饮食与战争——1914 ~ 1945
- 第十二章 从饥饿到“狂吃潮”及其复归——1945至今
- 注释
- 图片出处说明
- 译后记

# 《欧洲饮食文化史》

章节摘录

插图

# 《欧洲饮食文化史》

## 编辑推荐

《欧洲饮食文化史:从石器时代至今的营养史》详尽地述说了猿人的食物、古希腊罗马时期的食物、欧洲中世纪及现代早期的食物，直到当代转基因食品的出现和狂吃潮的回归。饮食文化在这里已远远超出了只是揭示“吃”的秘密，其他社会领域的文化进程也从中清晰地显示出来。

## 精彩短评

- 1、极糟 原著琐碎矛盾 翻译更是画蛇添足 自以为是 如把元旦前翻译成除夕 更甚至将参考文献全翻译成中文
- 2、用一种很历史的角度对饮食文化作人类学分析, 还是略显粗糙了些。
- 3、其实我很想打上#穿越小说必备的tag...其中有一句话说得很好, "可是在困境中, 人们却不得不去吃那些并不好吃的菜。而当时有钱人爱吃的那些美食, 大概如今也同样会让我们觉得好吃吧" 以及, 任何时代以瘦为美都体现了这个时期的富庶
- 4、散碎的资料比较多, 挺有意思的。
- 5、好玩的书, 而且居然本学术书。。好玩的学术书。。
- 6、还是不习惯文化史的作品, 没有观点, 没有逻辑演绎, 没有结论。。。
- 7、今天去火车站迎新时抽空读完。
- 8、典型直译, 虽然译成中文, 但表达方式、遣词用句明显不符合中国人的行文习惯, 经常遇到读了几遍仍然不明就里的逻辑混乱的句子, 很大程度上影响了对原文内容的欣赏和消化。
- 9、囫圇吞枣 这种书看着太费劲 几次想放弃
- 10、饮食与政治, 地域, 人文, 种族等是相关的, 我还没有读完, 但是觉得可读
- 11、德国人写的, 分析问题的方式上, 总觉得比较陌生。还是英国或美国的写法对大部分中国人的影响比较大。
- 12、結尾那句【歐洲人都是吃貨】笑死了嘖嘻嘻 雖然對早期歐洲史不瞭解所以看得好痛苦\_( : \_ )\_ 作者對於“人天生對糖有親和感”和“飲食體系對於革新的反應原則上很遲鈍”等觀點重複多次 資訊量大 史料又多又偏 也沒有重點講某個時期的內容 尤其是並沒能從書中對現在的食品工業瞭解多少 人名地名專業名詞等等絕大部分沒有注釋 參考書目也畫蛇添足地譯為了中文 想要查找對應的文獻根本做不到 總之閱讀過程不是很愉快
- 13、前半段古埃及古希腊古罗马部分尚可。后半段只能被称为《德国饮食文化史》。
- 14、单薄
- 15、此类数目极少, 作者虽然没有显示出特别的才气, 但是德国人踏实勤勉的作风显现无遗, 200多页的书引证500多处。还有, 侧重于德国, 改名德国饮食文化更贴切一些。
- 16、我觉得还不错, 对了解欧洲饮食史还是一个基本的教材
- 17、乱糟糟的书摘集子, 不学术, 也无趣, 费我的錢哦~
- 18、论题看起来很吸引人, 说的也很科学客观, 但是不知道是不是翻译的原因, 读来索然无味。当然, 有些干料还是很长知识的。
- 19、史前考古学的老师推荐的一本书, 比其他考古人类学的书籍有趣得多。

1、希施菲尔德在《欧洲饮食文化史：从石器时代至今的饮食史》一书提到，罗马帝国到法兰克帝国的转折后，人们的饮食就发生了巨大的变化。在古典时代，地中海地区的人主要以植物性食物为主，而在北欧黑中欧则是动物性食物占优势。在古罗马时代，凯尔特人和日耳曼人主要从事放牧经济，猪起着相当重要的很重要的作用，它们被赶到草地上和树林里去吃橡实或山毛榉果。打猎、捕鱼和种植蔬菜也同样重要，而谷物没有多少意义。在帝国衰亡后的墨洛温时代，南北双方的文化相互融合，阿尔卑斯以北地区谷物比重越来越大，而地中海地区森林的利用与放牧经济更加扩展，肉食的意义由此增加，传统的小麦种植退居次要的地位，或者让位给需要密集劳力的大麦、燕麦、斯佩尔特小麦以及小米，还有黑麦，后者在古典时代被视为野草，中世纪早期才被真正发现。但这与拜占庭，尤其是君士坦丁堡的市民无关，他们享受着中世纪早期西方难以想象的丰裕生活，宫廷的基本食物是白面包，用小麦烤制。达官贵人争先效仿宫廷生活，由于地理位置优越，商贸发达，市场上有大量的调料品，胡椒和桂皮最受欢迎，橄榄油和鱼酱也占着重要的份额。肉食的主要来源是绵羊、骟羊、山羊和支那豚，像古希腊时代一样，禽类和鱼也比较多。餐叉在10世纪普遍被运用，而大多数中欧人在近代才用餐叉吃饭。中下层的市民以植物性食品为主，主要是面包、蔬菜和果实，特别重要的是豆类，猪在可食用家畜中起着主要作用，底层民众可以获得罗马帝国时代就有的救济，但待遇不会好到哪里去。在卢瓦河以北的法国部分地区以及日后的德语地区，肉食处于饮食中心，因为缺乏饲料，很大一部分家畜不得不在冬天开始时被宰杀，新鲜的鱼大多数烧着吃，如果做成熏鱼或腌鱼，就更耐存放，在冬季和春季也可以用作肉食的储备，鱼在中世纪早期也是提供蛋白质的重要事物，文献资料里提到了梭子鱼和鳟鱼，但实际上的鱼类品种可能多得多，我觉得非常难吃的鲤鱼当时也有专门的池塘养殖。猪肉还是他们最重要的肉食来源，《萨克森明镜》甚至对养猪进行详细规定。肥肉是法兰克人特别爱吃的事物，火腿不仅熏制，而且也烧着吃，生的肥肉则属于最重要的药物。而且那些健康猪的肉质倒是非常好的当时家畜大多被赶进树林里放养，饲料营养均衡，肉相当瘦，但它们的肉也往往有寄生虫，吃猪肉也是冒风险的事情。加洛林时代牛被食用的机会增加了，野物则起较小的作用。总体来说，中世纪早期的大多数人，不管是贵族还是平民至少在好年景吃到的肉甚至比现代人还多，因为此时他们还以畜牧经济为主。不过鉴于缺少调料，味道恐怕不会好吃到哪里去。鸡在北方地区要比在地中海地区重要地多，不过哪怕是在富人中，衡量美食的标准数量要比烹调时的精美更重要。其他禽类在中世纪早期并不明显，考古结果证明鹅对于民众饮食意义不如鸡那么大，但由于脂肪含量丰富，鹅在贵族中相当受欢迎，因此经常作为租税交给贵族。天鹅与鸽子由于具有某种神性，似乎没有机会享受被烹制为大餐的命运。不过，尽管当时肉食消费高，但谷物仍然是中世纪早期食物供应的支柱，当然，要比罗马时代小多了。大麦尤其是小麦被烤成面包，而大麦和小米是各种粥的原料。比较容易消化的面包更受欢迎，可制作的费用更高，因此吃粥被看作贫困与食物匮乏的标志。中世纪早期经常吃面包的很可能是住在卢瓦尔河和阿尔卑斯以南地区的居民，而在北方大多数人主要吃粥。因为气候的变化，葡萄酒在早期的衰落后又开始复兴，葡萄种植的范围也逐步扩张，修道士是葡萄的主要种植者，他们第一个将葡萄引进到今天的德国地区，不过数量不会太多。啤酒随着面包坊以及小酒馆也慢慢出现，要多于葡萄酒，主要由当地的各种混合调料以及大麦芽酿制。人们以浆果补充维生素，也饮用果汁，当然还有牛奶，并以此制作黄油和奶酪，安提姆斯就特别偏爱掺了蜂蜜、蜜酒、葡萄酒或者盐之后煮过的奶，不过这种现代人捏着鼻子才能喝进去的大杂烩是上层人士才有的专利。总之，在中世纪的早期，普通人与贵族的食物清单没有多少差别，后者优越性主要体现在数量上。由于当时货币匮乏，商贸萎缩，并时常有饥荒，贡赋被转换成食物，领主们会带着一大批随从，定期在全国各地晃荡，每到一个个封臣庄园中就尽可能多吃，许多贵族因此而撑死，使得教会日后在颁布七宗罪时将“饕餮”列为一项重罪，警告那些贪吃的贵族死后必下地狱。虽然后来经济繁荣，贵族有充裕的货币向领主献上贡赋，国王也没必要四处巡游，但这种迎接国王必须铺张浪费尽可能奢华的风俗却莫名其妙地没有废除，人们甚至忘记了其原意，导致伊丽莎白一世时期，许多贵族在接待完国王后不得不宣告破产，这真的是一个让人啼笑皆非的故事。到了中世纪中期，也就是11世纪以后经济开始腾飞，但饮食结构根据地域不同依然有大量的差异。德语地区的北部、波兰和英格兰，以及阿尔卑斯山，畜牧业要比农业占优势，在其余大多数地区，主要是混合性农业占优势，食物主要是由肉类和谷物组成，不过农业和畜牧业所占的份额却由于土壤的质量不同而有可能不一样大。当然，这时期有一个发展趋势非常明显，谷物，尤其是燕麦，在此时越来越重要，直到14世纪黑死病的肆虐，全欧洲的人口损失30%，这个趋势



才反过来，肉食逐渐排挤了谷物作为供应热量的主要食品的地位。以至于在阿尔卑斯山以北，每人每年平均很可能吃掉100公斤的肉，考虑到教会的斋戒期，按照蒙塔纳里的说法，这意味着中上层成员一年有200-250天，每天平均食用400-500克肉食。当然这个说法具有争议。中世纪中期牛、猪、绵羊和山羊是主要肉食品，依据各地情况不同比例不一。根据考古发现鸡和鹅食用量不再像早期一样普遍，猪和牛肉可能各占肉身的百分之四十，马在再也干不了活的时候也会被吃掉，而野味只起很少的作用，鱼依然很重要，只是因为运输不便在内陆地区池塘养殖业不断得到发展。地中海地区情况则不同，人们以谷物为食，就像中世纪早期一样，只有富人才能吃面包，穷人只能吃粥，肉食量非常少。在饮料上，新千年以后啤酒的地位受到了葡萄酒的挑战，因为耕地扩大气候变暖以及新的组织形式导致了葡萄的种植显著增加。但是除了葡萄种植地以外，普通平民大概只能喝到很少的葡萄酒，或者根本喝不到葡萄酒，普通人还是只能偶尔靠啤酒解馋。蔬菜已知包括包蓝和胡萝卜，以及如今不再食用的苋菜。此外人们还食用糖萝卜、南瓜、豌豆和菜豆，还有甘蓝、李子、莴苣菜根、甜瓜和独行菜等等。而莳萝、芹菜、香芹、茴香和香薄荷在当时肯定可以当调料用。水果在饮食中也起重要作用，甚至出现进口无花果的现象，但这肯定是富人专属，平民最爱甜樱桃，主要加工成果汁和蜜酒。有些野果，比如黑莓和覆盆子在秋天也成为人们满足食物需求的一个重要部分，榛子、核桃以及山毛榉果等坚果甚至被有计划地种植。总而言之，在中世纪中期，贫富之间的差距不仅表现在数量上，而且也表现在质量上。长时期吃大量的肉食在很多地方成为富人的特权，而穷人在大多数时间却几乎完全是吃面包乃至粥。绝大多数住在乡下的平民一年四季往往过着大多数时间匮乏和困顿的生活，然后是短暂的充裕，家畜大多时候是在秋天被宰杀，因为不方便储存，于是从11月起，先是有很多肉吃，随后到了春天，越来越少。接着便是中世纪的晚期了，缘于城市的繁荣，食物越来越精细，有了更多的动物性食物，在上面我们提到了，因为黑死病的缘故，14世纪以后尤其在阿尔卑斯山以北的地区畜牧业比较发达的地区肉食的比重压倒谷物，其他地区也因此受惠。当然普通人与贵族的饮食在质量上差别也越来越大，面包和糊糊构成了大众饮食的主要部分，糊糊大多是跟乳脂一起煮的粥，最贫困的人则不得不将就吃晒干的豆子。普通市民能吃到的最简单或者说最便宜的肉，都是煮过的，比较老的家畜肉。富人享受着带有大量调料品的烤肉、家禽和野味，不过当时的肉食不像现在一样清淡，反而因为加入大量香料的缘故非常重口，不过我倒相当想吃，而农民在秋冬以外的多数时候则只能捕猎一些小猎物。对鱼的消费也可以体现贫富之别，当时对鱼的需求量相当高，因为教会在一百五十个斋戒日里禁止吃哺乳动物的肉，谁要是吃的起鱼，那就有品种繁多的新鲜海鱼和淡水鱼，那就有品种繁多的新鲜海鱼和淡水鱼供其挑选，当时最受欢迎的是鲑鱼，因为在中欧大多数水域都能捕捉到。较贫困的家庭有时捕食当地的河虾，而腌过或晒干的海鱼在内地的城市里也可以便宜买到。直到16世纪以后，因为陷入马尔萨斯陷阱的缘故，鱼类消费才慢慢萎缩，消失在普通人的菜谱上。因为气候变冷，葡萄酒的酿造随着葡萄种植减少开始变小，啤酒则因为新的酿造方法产生了深刻的变化，具体很复杂不予赘叙，反正就是啤酒成为一种重要的长途贸易商品，也逐渐动摇了葡萄酒此前占据的霸主地位。不过，后者仍然作为中上层社会的饮料而广为流行。对甜味的爱好此时比较普遍，尤其在南方地区人们热衷将葡萄酒加甜、加调料和加热。当时，不论是葡萄酒还是啤酒，人们的消费量都特别大，酒店业在各地都是最常见的设施，鉴于我以前写过一篇文章论述过中世纪对酒消费量，这里就不再赘叙了。总而言之，中世纪晚期平民的饮食水平相当不错，至少在平均食肉量上要高于同时代的中国或世界其他任何地区。大规模的饥荒虽然没有消除，但是已经成为比较次要的事情。不过随着中世纪的结束，面包又重新取代肉食，这是因为大航海以后土豆、番薯的引入导致了人口爆炸，欧洲进入了马尔萨斯陷阱，即生产的粮食无法跟上人口的增长，不得不开辟更多的耕地种植粮食，然后人口增长继续超过粮食增长，接着不得不再开辟更多的耕地，导致肉食消费量慢慢萎靡。这一问题要到工业革命才缓缓消解，以德国为例，他们要到上世纪二三十年人均食肉量才达到中世纪的平均水准。

2、若以学术性来论，结构过于草率，每一个章节并没有线索来联系，显得过于零乱，不见德国人的逻辑性和系统性；然大量的考古引用又不够轻松娱乐，而且翻译也存在问题。

## 章节试读

### 1、《欧洲饮食文化史》的笔记-第1页

在歷史的進程中形成了一種文化模式，認為享用肉食有很高的價值。肉食從食品變成了象徵。

飲食是一種社會的綜合反映

烏爾里希·托爾克斯多夫

在需求即飢餓和滿足也就是飲食之間，人擺放了烹調的整個文化體系。人幾乎完全是以口傳的、也就是文化的方法滿足了自己器官的需求。此外，飲食也作為一個社會的運作結構出現，保障了群體與個體之間的瞭解與交流。

在現代的歐洲，食品的這種低價格與低價值卻要在另一個層面上付出很高的代價：我們對食品的天然生產條件失去了瞭解，尤其是對其味道失去了感覺。現代人買蘋果、胡蘿蔔或者色拉都是按照形狀與顏色，而不是按照味道，因為形形色色味道的感知能力已經減弱了。……歸根結底他是在用眼睛在吃，而不是靠理智。

有組織的狩獵的收益促進和加速了性別的差異

古埃及社會不能成功地給民眾持續供應最需要的物品的三個因素

尼羅河發洪水的無規律性

社會特有的等級結構及其很大的落差

為了經濟利益在饑荒年代也出口主要食品

羅馬作家奧古斯·格利烏斯

典範性的宴會的四個要素

要有和藹可親的人參加

【重要的是進行令人愉快的交談 不要邀請喋喋不休或一言不發的客人】

一個合適的場所

一個恰當的時間

一桌精選的飯菜

【飯菜本身並不需要精心挑選 只要衛生和好吃就行】

馬克羅比烏斯

一次堪稱典範的盛宴都是有9位客人參加——這正好是繆斯女神的數目。

哲學家波塞多尼奧斯

飲食有節制是古羅馬習俗的一個特點

飲食文化由於新生活方式的形式而發生了深刻的變化

城市儲備開始【雖然沒能徹底消滅食物短缺 卻能夠消除其威脅生活的恐怖】

饑饉成為次要現象【地方性濟貧活動開始 為此作出決定性貢獻】

長途貿易【明顯擴大食物供給】

城市生活方式的變化導致家庭成員和擴大的家庭成員一起用餐

食物攝取和餐桌習俗方面越來越均一【先決條件之一是房屋建築方面的革新】

飲食文化對經濟與社會轉變的反應是遲鈍的

增長的工業生產給1850年以後的中歐廣大地區帶來了供應的明顯改善，以及原來一直威脅著人們的飢

# 《欧洲饮食文化史》

餓徹底結束。克服短缺經濟并形成一個現代化的大眾消費社會有三個要素：

在農業革命過程中實現的生產增長【向輪作經濟的過渡 拋棄三年輪種法 使用化肥 農業機械化 農業立法（i.e. 廢除農奴制）】

運輸革命【利用遠洋航運和鐵路來供應食物 有利於食品的貿易】

一系列創新【商業的擴大和新組織的建立】

效率提高主要是由於零售商業的擴張 根本性的革新還包括貯藏和食物加工方法的改進以及金屬罐頭的更廣泛應用

新的經濟和生產方式也對提高生活的質量有很大的貢獻。國際貿易關係的加強使得食物可以大規模地進口了。轉變還帶來了自然科學的成果在農業生產技術以及家政方面的應用。

在德國，19世紀80年代晚期曾開展了一次公開的討論：年輕的女工該如何獲得更多的持家美德，尤其是在食物烹調方面的知識。有一個改革者把結論歸結為一個常用的公式，即社會問題的解決就在工人主婦的鍋子里。

跟其它食物相比，人對糖的偏愛較少是受文化上的影響，而是天生固有的。不過，糖也是一種高價值的能量載體。糖能夠迅速消除飢餓感。因此，較高的糖消費對於提高生活質量的貢獻是決定性的。

食品化學與農業化學以及在組織和生產方面的新途徑，使得在19世紀後半葉產生了一個高效的食品工業。君特·維格爾曼區分了生產新食品的三個階段。

對食品的技術加工【使肉類美觀或使麵粉增白】

引入食品的工業化生產【麵條的大規模生產或水果、蔬菜和香腸罐頭的生產】

出現全新食品的生產【發酵粉、人造蜂蜜、奶粉或人造黃油】

新的食品主要是在富裕和普遍革新的阶段才能获得承认

饮食文化的基础是由文化模式和规范构成的，但也有农业和工业参与其中。

信息时代的理想——在消费对人体无害的食品时只需要购买行为，而不必改变营养。

当今飲食文化已有一部份顯示出了社會學家赫伯特·馬庫塞在20世紀60年代就看出來的那種社會趨勢：隨著個人獲得發揮其個性的附加可能性，他也就失去了利用這些可能性的能力。因此，在當今的餐桌旁，我們遇到的也是一元的人，即馬庫塞那本專著的主角。524一元的人為什麼不利用他的自由，變換飲食花樣，不停地創造新的組合呢？因為不熟悉使他沒有得到情感上的安全感。可是，人恰恰需要這種安全感，而社會規範能保障這種必不可少的情感安全。一旦這些規範消失，消費者就會回到留給他的少數幾個口味“孤島”上，而他所尋求的是標準化的飯菜。

## 2、《欧洲饮食文化史》的笔记-第64页

但归根结底，关于古罗马人的日常用餐也只有不多的资料。经常提到的宴会也像主餐那样叫'策纳'... 笑哭

## 3、《欧洲饮食文化史》的笔记-第193页

一直到1989年初，那些在民主德国容易得到的食品都不大受欢迎，而那些难以买到的东西都特别抢手。

社会地位、阶级的差别来自于稀缺资源的占有吧，不在东西好坏，人们在意的是一类资源很稀缺，那么能获得他的人就拥有非常强大的资源获取能力，这就形成了尊重，荣誉感并意味着，更高的社会地

位。

这种情况在1989年之后很快就改不了。今天，F6商标的香烟，施普雷森林的黄瓜，标明是“金牌烧烤”的烤鸡，或者拉德贝格产地比尔森啤酒，都成了一种新身份的代表，也是许多人表示他们对原民主德国的安全感表示怀念的手段。

施普雷森林的黄瓜，应该就是了三年前看的《再见列宁》里儿子为妈妈到垃圾堆里找的Spreewald牌黄瓜吧，岁月如梭都已经三年了，当时一冲动还写了一篇影评 <http://movie.douban.com/review/3530625/>

# 《欧洲饮食文化史》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)