

# 《宋朝饭局》

## 图书基本信息

书名：《宋朝饭局》

13位ISBN编号：9787506075385

出版时间：2014-7-15

作者：李开周

页数：276

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)

# 《宋朝饭局》

## 内容概要

宋代是最具生活情趣的朝代，生活情趣最直接的表现是美食。本书是历史专栏作家李开周在《南方都市报》的专栏合集，作者在文中化身主人公，带着读者穿越到宋朝，从饮食习惯、食品的种类和饭局的座次等细节比较古今的异同。

点心怎么来的、御膳房的构成、皇上的下酒菜、宋代人饭后怎么刷牙，他们的酒量如何……通过文字，宋代人怎么吃，如何生活，如摊在我们面前的一幅立体画卷，是美食之旅，更是一本宋代市井生活的索引。

# 《宋朝饭局》

## 作者简介

李开周

1980年生于河南开封，《南方都市报》专栏作家，著有《千年楼市》《食在宋朝》《民国房事》、《民国房地产战争》《祖宗的生活》《君子爱财：历史名人的经济生活》等书。

# 《宋朝饭局》

## 书籍目录

开场白：吃货应该去宋朝

第一章 穿越须知

每天只吃两顿饭

本朝不流行午餐

本朝不流行减肥

在宋朝吃早点

宋朝Tapas

武大郎不卖烧饼

那些在宋朝吃不到的美食

西瓜东下

麻辣宋朝

武松的饭量

浪花淘尽英雄，淘不尽饭桶

饭后怎样刷牙

第二章 赴宴必读

潘金莲的座位

房门决定席位

饭局的规格

主食可以下酒

裤裆和饭局

从分餐到共餐

乡饮

太学生请客

皇帝请客，谁敢不去

公款吃喝，务必到场

公款吃喝是政治任务

第三章 去宋朝吃面食

面食是怎样传到南方的

馒头不是馒头，包子不是包子

兜子

能吃的备胎

去王安石家吃胡饼

饠饠是什么东西

馄饨和饠饠

冬馄饨，年饠饠

蝌蚪粉

夹包馍

槐花和麦饭

第四章 肉食与海鲜

“黑旋风”不吃羊肉

望羊兴叹

软羊

黄蓉的刀工

君子改庖厨

爱生活，爱肥肉

水晶脍

指马为鹿

## 《宋朝饭局》

獐狍和鹿脯  
生吃猪羊肉  
宋朝人吃不吃狗肉  
从肝膃到肝签  
粤菜吓煞人  
白煮和本味  
宋仁宗爱吃蟹  
欧阳修也爱吃蟹  
洗手蟹  
酿蟹和蟹黄汤包  
跟鱼生说再见  
方生勿折  
鲍鱼之肆  
宋朝的鲍鱼  
第五章 饮食器具  
快把瓷器拿走  
玻璃碗  
勺子和筷子  
宋高宗的公筷  
御茶床  
茶床和祝寿  
插山和食屏  
仰尘和盖碗  
劝杯  
解语杯  
共杯饮酒  
宋朝茶道入门  
茶上能写诗  
大宋暖水瓶  
第六章 象形食品  
条子来了  
象形食品  
网油卷，羊头签  
夹子和音乐  
滴酥鲍螺  
欢喜团  
仿荤之素  
插食  
第七章 饮料加美酒  
大宋冷饮店  
熟水和渴水  
迎客茶，滚蛋汤  
玉冰烧，羊羔酒  
雪花酒  
蓝尾酒  
苏东坡的鸡尾酒  
蘸甲  
宋朝人的酒量  
一斤宋酒多少钱

# 《宋朝饭局》

## 第八章 宋朝酒令入门

觥筹交错

九射格

划拳和五行

投壶的规矩

酒席上的管弦

边吃饭边跳舞

燕射

## 第九章 大内饮食探秘

皇帝一天吃几餐

大宋皇帝吃西餐

御厨看人下菜碟

鸳鸯五珍脍

致语和口号

皇家宴席不过如此

皇帝的筷子

公主的筷子

挑菜宴

贵妃醉酒

## 第十章 怎样在宋朝开饭店

正店和脚店

官库和拍户

加盟和自立门户

饭店装修指南

服务员比厨师更重要

看菜吊胃口

扑卖

买扑

共生关系

四司六局

去茶楼喝酱汤

附录：宋朝饮食简明词典

# 《宋朝饭局》

## 精彩短评

- 1、宋哲宗的孟皇后嗜酒，发酒疯乱打宫女，把哲总惹怒，被打入冷宫。后来新继位的宋高宗尊称太母，每月还让人送给她万贯零花钱和一百斤好酒
  - 2、不能填饱心的时候，不如先填饱胃。
  - 3、@京东
  - 4、相当有趣啊！不是严肃的文物考证式汇报，而是将宋朝饮食中的器物和风俗与今时今日的相对比，梳理其千丝万缕的关系，文章短小精悍，既让人恍然大悟又妙趣横生。
  - 5、挨个看了，觉着好些做出来必须逼格兼具味蕾，然而看完之后还是忘记了...极好的休闲书。
  - 6、严谨的考据历史作品太高冷，活泼的“家常”历史又太随便。这本书质量并不高，有没有史实错误我没能力评论，但就看那些重复的内容，就像是把写过的内容整一整就出书了。感觉以后按封面装帧选国内的书还是有一定道理，花里胡哨的够呛。
  - 7、历史的细节，往往存在着被疏漏的意趣和过去与现在的南辕北辙。
  - 8、内容挺有趣，宋人比唐时过得有情趣多了，作者的文笔也是相当朴实，朴实到你根本感觉不到他有文笔这个东西，粗略一看，各种史料铺陈开来貌似有理有据，但仔细一看居然还有《水浒传》《射雕英雄》之类充数其中，作者自我意识主观臆断就更多了，还自认为自己在“修史”，好大的脸。
  - 9、厕所读物
  - 10、各种小杂文，冷知识。
  - 11、15.09.16
- 08H看完还真想穿越一把，属于吃货的乐趣。
- 12、春节宅家此书还挺应景儿的
  - 13、超好玩的书。两夜读完，还嫌不足。。。
  - 14、只要和宋朝的吃相关，此书应有尽有。饭桌上的礼仪和酒筹的玩法，还有各种现在已经失传的菜品点心，饭店茶馆的经营方式，让我好像走在汴京最热闹的街头，边上跟着一个专业导游。还有，一个把包子叫馒头，馒头叫炊饼，饺子叫馄饨，馄饨叫饅头的朝代，也是醉了！
  - 15、题材好，作者真心胡扯。我原以为插画是豆瓣上以尊重历史而出名的画家画的，这书也会和历史相符。结果打开看了十来页就气啊。不是说作者没考据，而是作者考据的东西都是些和他主要观点无关的细枝末节，让读者猛地一看，哎呀这书有理有据，然后就忽略了主要观点都是作者自己意淫出来的。而且一本说食物食材的书，通篇参考最多的是宋会要辑稿和东京梦华录，这两本我也不说什么了，但水浒传也能时不时扯出来当论据史学家都是日了狗了！哦，对了，前面我说作者考据，其实算不上，估计就是看了看参考的这两本书，哪个皇帝时都没搞明白，不然也不会说出宋朝牛肉都是屌丝吃的这种无知的话。给这书标注文化我都觉得掉我国文化的份儿，标注饮食史的那位究竟多想不开啊。我看了作者简介，南周专栏作家，怪不得如此“文化”
  - 16、其中几个记录的菜好想试试，哈哈，那个芥末黄瓜和
  - 17、这个也不怎么样，全是些拉拉杂杂八卦短文，有些理解明显不对，还有不少自我重复的内容
  - 18、我当初是因为燕王的封面买的吗？
  - 19、和《唐穿》一样的幽默语言~~很轻松的就看完了，吃货的我一边看一边流口水~~
  - 20、不仅是食物，也挟带风俗常识；千年的宋王朝，被人误解了很多年，其实它最温和市井不过，只想安静的作个美吃货呢，你们放过它吧！
  - 21、轻轻松松读完，轻飘飘。
  - 22、没想象中那么有趣
  - 23、蛮好玩的，可以了解宋朝的一些民俗民风。
  - 24、可能因为是河南人的缘故，看完这本书觉得灰常之亲切有趣，当中多有皇家市井之饕餮美食，尤其是依然残留在豫东豫北等地的各种美食痕迹，看得我各种抓耳挠腮地馋啊!!!而且，还学习了好多吃食相关的生僻词汇啊!!!当然了，诚恳地说，历史严谨度就需要稍微打个折扣，看着玩就行了嘛。
  - 25、创意很好，有些说法也大长见识，不过，宋朝应该是不许宰牛的，平民吃牛肉可能吗？
  - 26、只能当做消遣
  - 27、写的好好笑~~不过据说考据不严谨，当野史看看，就是河南和周边饮食大观~

## 《宋朝饭局》

- 28、这书真的挺有意思的。作者假装穿越回宋朝，体验在宋朝的吃喝经历。上至皇帝下至平民的饮食都有描写，有些还是有历史依据的，但有些是作者下过结论后再找资料就有失真实。
- 29、學到了很多新奇有趣的小知識，偶爾看看這種不嚴肅的曆史讀物也很棒。
- 30、宋朝点评网。
- 31、写得非常浅显，估计作者年纪有点大了？总是一个人说冷笑话。当帖子看看就好。
- 32、很不错，不过似乎不是很出名，找不到TXT只得下PDF，眼睛近瞎
- 33、科普得很有意思。幽默的文风更是让人手不释卷
- 34、挺有趣的
  
- 35、好看，看了好饿
- 36、插科打诨
- 37、好喜欢宋朝生活
- 38、消遣读物。
- 39、其实内容还是挺有趣也很涨姿势，但是...怎么说呢，就是感觉有点零散？大概是因为这其实只是专栏合集的原因吧？
- 40、好玩，有知识
- 41、对于一个在各种书里找吃的人，看到一本全部由美食构成的书，简直是意外之喜。如果在美食之外，你还想知道点文化的，历史的，好玩的，也不妨看看。另，里面的插图是点睛之笔。
- 42、作者花了大量时间阅读和积累史实和素材，但用心和文笔不够，延伸亦小儿科。躺沙发1-2小时的小读物
- 43、比较轻松随意的一本饮食小文集。不要当真看，就调剂生活和心情来说蛮好~//方生勿折的理念非常好哇。// "舞《杨柳枝》，引公入"，哈哈，笑开怀。// 宋朝牛肉都是屌丝吃的——这个怀疑怀疑！
- 44、还不错看的一本书，内容比较丰富了，只是有些食物光靠文字还是无法形成一个明确的形象，要是插图再多些就好了。燕王的图很好玩的。有点郁闷的一点就是，但凡看这种历史向的书，不认识的字总是层出不穷影响心情
- 45、专栏豆腐干文章的集合，内容多有重复，还有些没怎么经过考证的想当然，字里行间有种六十岁的老年人竭力想靠近年轻人的网络世界却心有余而力不足的感觉，反正我觉得挺难看的.....
- 46、关于吃的那些段子（宋朝篇）。既然是段子，也不必太讲究。
- 47、读起来生动有趣，以前对宋朝没什么感觉，只从影视作品中感受到我大唐和大清王朝的朗朗盛事，一直觉得宋朝的印象不过是 "王师北定中原日，家祭无忘告乃翁" 的国破民贫，这本书让我大大改观了对宋朝的认识，所谓现世安好，不就是民心平定，食有所趣，向大家推荐了。
- 48、好玩，也比较注意准确性，但是很水。



# 《宋朝饭局》

## 精彩书评

- 1、作者看得出是一个吃货。不少考据，但是很多东西，可能也就是作者自己YY。不过看这书不能太较真，轻松看看，看过就行。作者看得出是一个吃货。不少考据，但是很多东西，可能也就是作者自己YY。不过看这书不能太较真，轻松看看，看过就行。
- 2、民以食为天，可见吃饭的重要性。关于宋朝了解不多，一向只知道，积弱，富。很趣致的一本书，融汇生活百态后，果菜盘筷都有表情了。这类书轻松好读，又能了解一些从前不知的小知识小八卦。譬如读到《玻璃碗》一节，提及李白为子取名“玻璃”（颇黎，义同），就念出来与基友猥琐一笑。250页有处标点顿错。压着书页边看边吃鱼香肉丝饭，吃完一碗还想。
- 3、所有朝代里最喜欢宋朝，尤其南宋。无论面对虎视眈眈的强敌是怎么地无力与笨拙，宋朝人每天的日子还是文文雅雅地注重饮食，注重生活乐趣，不因此降低品味，或减损一丝风雅，和上海当年残存的老克勒有异曲同工之妙。作者分门别类，以短篇形式针对小标题为文，使人不致于在漫漫长论中迷失或失去兴趣。之前有本“唐朝穿越指南”其实也不错，但相较之下杂讯太多，内容不如本书务实精简。最重要的是本书信息量很大，举凡皇家宴会，平民饭局，公私机关，各类菜色，饮食器具，场地布置，酒茶点心，休闲娱乐，……只要和吃沾上点边都多有涉及，虽然多点到为止算不上深入，但作为休闲书还是很有趣的，至少对宋朝饮食文化有个全面的认识。补充一句：非常，非常，不喜欢本书插画！
- 4、爱吃又想减肥的人还能干什么？看看美食书减肥吧，妙在这书既有历史，又有规矩，还有各种好玩的典故，至于，里面的美食，也是肉食、海鲜、面食、点心、饮料美酒俱全，连饮食器具都是现成的，读起来津津有味，只觉得非常满足。

# 《宋朝饭局》

## 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)