

· 文化史研究 ·

从食礼到食材： 中国饮食文化中的“八珍”^{*}

石 瑛

【摘 要】“八珍”典出《周礼》，向来是中国高端饮食的代名词。郑玄牵合《礼记·内则》注释《周礼》，以淳熬等八物解释“八珍”，其说的核心是将“八珍”看作天子以饮食奉老的礼宴。自宋代以降，各种将珍稀美味食材组合成不同系列的“八珍”说逐渐兴起。从食礼到食材，“八珍”说的饮食文化内涵虽发生了转移，但这一变化顺应的是饮宴活动从重视礼俗等社会功能转向追求滋味享受的趋势。同时，支撑郑注“八珍”说成立的食礼体系和饮食养老观念始终贯穿中国饮食的发展变迁，是其中不变的文化传统。

【关键词】八珍 饮食文化 食礼 食材 养老礼

【作者简介】石瑛，哲学博士，湖南大学岳麓书院副教授、硕士生导师。

【中图分类号】K203 **【文献标识码】**A

【文章编号】2097-1125（2025）10-0124-24

^{*} 本文系湖南省社会科学基金重点项目“《白虎通》经学思想研究”（23ZDB048）的阶段性成果。本文在修改过程中曾得到匿名审稿专家以及郑州大学王勇、陈翔等好友的帮助，责任编辑张梦晗的用心编校亦使本文在观点阐发和语言表述上获得了进一步提升，专此致谢！

“八珍”之名，典出《周礼·天官·食医》。^①《周礼》前文述膳夫之职，又云：“膳夫掌王之食饮膳羞，以养王及后、世子。凡王之馈，食用六谷，膳用六牲，饮用六清，羞用百有二十品，珍用八物，酱用百有二十瓮。”^②此“珍用八物”亦即“八珍”，因其为王（天子）饮食之珍，故逐渐被视作中国高端饮食的代名词。不过，在不同历史时期，“八珍”指称的概念不尽一致。总结起来，大致可分为两类：一者为郑玄注释《周礼》提出的“珍谓淳熬、淳毋、炮豚、炮牂、捣珍、渍、熬、肝膋”^③八物说；二者是自宋代以降，社会上逐渐兴起的将各种珍稀美味食材组合成不同系列的“八珍”说。故此，本文将讨论郑注“八珍”说与食材“八珍”说各自成立的背景，以及它们具有的不同文化内涵，并在此基础上揭示中国饮食史的相关传统。

一、食饮膳羞：郑玄的食礼体系

《周礼》“珍用八物”，细目未详，郑玄以“淳熬”等八物解之，乃牵合《礼记·内则》一段文字的结果，现详列于下：

淳熬：煎醢加于陆稻上，沃之以膏，曰淳熬。淳毋：煎醢加于黍食上，沃之以膏，曰淳毋。炮：取豚若将，剡之剡之，实枣于其腹中，编萑以苴之，涂之以谨涂，炮之。涂皆干，擘之，濯手以摩之，去其皽。为稻粉，糅溲之以为酏，以付豚，煎诸膏，膏必灭之。巨镬汤，以小鼎，芎脯于其中，使其汤毋灭鼎，三日三夜毋绝火，而后调之以醢醢。捣珍：取牛、羊、麋、鹿、麋之肉，必胾，每物与牛若一，捶反侧之，去其珣。孰，出之，去其皽，柔其肉。渍：取牛肉，必新杀者，薄切之，必绝其理，湛诸美酒，期朝而食之以醢，若醢、醢。为熬：捶之，去其皽，编萑，布牛肉焉。屑桂与姜，以洒诸上而盐之，干而食之。施羊亦如之。施麋、施鹿、施麋皆如牛羊。欲濡肉，则释而煎之以醢；欲干肉，则捶而食之。糝：取牛、

① 参见孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷9《天官·食医》，中华书局2015年版，第387页。

② 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷7《天官·膳夫》，中华书局2015年版，第288~289页。

③ 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷7《天官·膳夫》，中华书局2015年版，第290页。

羊、豕之肉，三如一，小切之，与稻米，稻米二，肉一，合以为餌，煎之。肝膋：取狗肝一，幪之以其膋，濡炙之，举燂其膋，不蓼。取稻米，举搔溲之，小切狼臠膏，以与稻米为醢。^①

这段文字详细地介绍了若干食物的制作方式，堪称中国现存最早的食谱。^②若留心比照郑玄注释《周礼》“八珍”的名目和上引《内则》的内容，可发现两者在一些细节上的出入，颇值得玩味。首先，《内则》中的炮似宜看作一种食物的制作方法，只是其主料可以用小猪或公羊肉为之，^③类似下文熬的主料在牛肉之外，亦可施诸羊、麋、鹿、麋等兽肉。然与熬单独作为一种不同，郑注“八珍”将炮析分为炮豚和炮牂两项。其次，郑注“八珍”的最后一项肝膋与前七者在《内则》文本中并不连属。《内则》在熬和肝膋之间尚有糝，而糝未被纳入“八珍”。进一步说，《内则》中淳熬和淳母的制作方法完全相同，二者的不同仅仅是主料的区别。如果从食物的制作方法着眼，将淳熬和淳母合并，不拆分炮为两项，再算上糝和肝膋之下的醢，那么《内则》此处列举的就恰好是八种食物的制作方法。同样是本诸《内则》，为什么郑玄没有选择按此方式理解“八珍”？郑注《内则》谓糝乃“《周礼》糝食也”，醢乃“《周礼》醢食也”，^④直接将《内则》的糝、醢当作《周礼·天官·醢人》记载的“羞豆之实，醢食、糝食”。^⑤这些线索提示我们，欲理解郑注“八珍”之义，不能执着于《内则》本身，而要参照郑玄以《周礼》为标准、牵

① 《礼记正义》卷28《内则》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第3180~3181页。

② 目前发现的有关中国食谱的专门文献，以虎溪山一号汉墓出土的《食方》为最早。根据考古报告，墓主吴阳卒于汉文帝后元二年（公元前162年）。相比之下，《礼记》诸篇成书年代的情况比较复杂，学者根据《内则》文本与《仪礼·公食大夫礼》《礼记·曲礼》《礼记·少仪》相近，推定其成篇年代当在战国中期。其说若是，则《内则》记录的食谱当早于《食方》至少一个世纪。参见湖南省文物考古研究所编著：《沅陵虎溪山一号汉墓》，文物出版社2020年版，第154页；王锴：《〈礼记〉成书考》，中华书局2007年版，第194~198页。

③ 《内则》“炮：取豚若将”，郑注以“将，当为牂。牂，牡羊也”解之。参见《礼记正义》卷28《内则》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第3180页。

④ 《礼记正义》卷28《内则》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第3181页。

⑤ 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷10《天官·醢人》，中华书局2015年版，第491页。

合《仪礼》《礼记》构建的食礼体系。

如前文所引,《周礼》“八珍”事归膳夫。膳夫负责王、后及世子的饮食供给,其中涉及食、饮、膳、羞四个主要部分,郑注“凡养之具,大略有四”：“食用六谷”，食谓主食，用稌、黍、稷、粱、麦、苽六种谷物；“饮用六清”，饮为饮料，依清至浊，有水、浆、醴、醕、医、酏六种；“膳用六牲”，膳指牲肉，来自牛、羊、豕、犬、雁、鱼六种动物；^①“羞用百有二十品”，羞乃庶羞，是正饌之外种类繁多而滋味可口的加饌。孙诒让《周礼正义》云：“庶羞者，别于正饌之言。凡祭礼、食礼，三牲骨体、肠胃、肤、鱼、腊并在俎，肉羹湑在铏，及豆酱之醢醢，是为正饌。此外三牲臠臠炙，及他禽兽虫鱼菜果众物在笾豆者，并谓之庶羞，是为加饌，所以备极珍味，故其数特多也。”^②

据先秦食礼，主人于正饌之外别设加饌，以更具滋味的饮食款待客人。以《仪礼·公食大夫礼》为例，其正饌食用黍、稷，饮用清醴；而加饌食用稻、粱，饮用馑浆。^③比之黍、稷，稻、粱是更加适口的主食。^④清醴、馑

① 以上所论“食用六谷”“饮用六清”依郑注。“膳用六牲”，郑注据《周礼·地官·牧人》谓“马、牛、羊、豕、犬、鸡也”。孙诒让《周礼正义》引王引之曰：“此六牲与《牧人》不同。《牧人》之六牲谓马牛羊豕犬鸡，此六牲则牛羊豕犬雁鱼也。盖《膳夫》之食饮膳羞，与《食医》之六食、六饮、六膳、百羞相应。《食医职》曰：‘凡会膳食之宜，牛宜稌，羊宜黍，豕宜稷，犬宜粱，雁宜麦，鱼宜苽。’牛、羊、豕、犬、雁、鱼，所谓六膳也。稌、黍、稷、粱、麦、苽，所谓六食也。郑司农以稌黍稷粱麦苽为六谷，其说洵不可易。由是推之，则牛羊豕犬雁鱼，亦《膳夫》之六牲明矣。”王说是也。参见孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷7《天官·膳夫》，中华书局2015年版，第289~291页。

② 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷7《天官·膳夫》，中华书局2015年版，第291页。

③ 参见《仪礼注疏》卷25《公食大夫礼》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2338~2339页。

④ 《史记索隐》引《三苍》：“粱，好粟。”粟即稷，粱是优质的稷。《战国策·齐策四》载鲁仲连说孟尝君：“后宫十妃，皆衣縞纈，食粱肉。”“食粱肉”和“衣縞纈”一起被看成奢侈的生活方式。《论语·阳货》记孔子云“食夫稻，衣夫锦”，稻同样是上等的主食。先秦铭文亦有将稻粱并提，作为贵族享用的优质主食。史免簠有铭：“史免作旅匡，从王征行，用盛稻粱。”叔家父簠有铭：“叔家父作仲姬匡，用盛稻粱。”参见《史记》卷130《太史公自序》，中华书局1982年版，第3291页；刘向集录，范祥雍笺证，范邦瑾协校：《战国策笺证》卷11《齐策四》，上海古籍出版社2006年版，第635页；《论语注疏》卷17《阳货》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第5487页；中国社会科学院考古研究所编：《殷周金文集成释文》第3卷，香港中文大学中国文化研究所2001年版，第558、577页。

浆之设，虽为酳口，即饮用酒水漱口，但就口舌感知而言，有渣之截浆回味长于清醴之酒。^① 不过，主食、饮料的分别还在其次，正饌与加饌的差异集中表现在菜肴方面：正饌以膳当之，在加饌则为庶羞。正饌中的主菜制作相对固定，都是用鼎烹煮的整块肉食，^② 其中也包括内脏和肉皮。《公食大夫礼》记诸侯请下大夫享用礼宴，用鼎七，牛、羊、猪、干鱼、腊、肠胃、肤（猪皮）各一；^③ 如果客为上大夫，则还要另增鲜鱼、鲜腊（新鲜的干肉）各一鼎。^④ 这些整块的肉食连带着骨头，在鼎中被煮至极烂，^⑤ 然后用匕盛出，分置于俎上。^⑥ 鼎中剩下的浓稠肉汁，或不加调味，装置在铎中，成为太羹；

- ① 《公食大夫礼》“饮酒、浆饮，俟于东房”，郑注“饮酒，清酒也。浆饮，截浆也。其俟奠于丰上也。饮酒先言饮，明非献酬之酒也。浆饮先言浆，别于六饮也”，贾疏“云‘饮酒先言饮，明非献酬之酒也’者，以其《乡饮酒》《燕礼》等献酬之酒，皆不言饮，饮之可知。此拟酳口，故言饮，是异于献酬酒故也”，“云‘浆饮先言浆，别于六饮也’者，按《浆人》云‘共王六饮：水、浆、醴、凉、医、醕’，彼先云六饮后云水浆，与此先云浆不同，故云‘先云浆，别于六饮’，必别于六饮者，彼六饮为渴而饮，此浆为酳口，不为渴，故异之”。见《仪礼注疏》卷25《公食大夫礼》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2335页。
- ② 所谓“用鼎烹煮”，乃就宽泛意义而言。古人煮肉，鼎镬并用，《仪礼·少牢馈食礼》“羹定，雍人陈鼎五，三鼎在羊镬之西，二鼎在豕镬之西”可证。无足之鼎称镬。《淮南子·说山训》“尝一脔肉，知一镬之味”，高诱注：“有足曰鼎，无足曰镬。”参见王学泰：《华夏饮食文化》，商务印书馆2013年版，第68页；《仪礼注疏》卷47《少牢馈食礼》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2595页；刘文献撰，冯逸、乔华点校：《淮南鸿烈集解》，中华书局1989年版，第550页。
- ③ 参见《仪礼注疏》卷25《公食大夫礼》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2334页。
- ④ 参见《仪礼注疏》卷26《公食大夫礼》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2347页。
- ⑤ 《公食大夫礼》“载体，进奏”，郑注“体谓牲与腊也……下大夫体七个”，贾疏：“三牲与腊皆载体，直言体，不辨体形及数。以下鱼、肠胃、伦肤皆言七，则此亦七体，故郑云‘下大夫体七个’。若然，七个此不言体形。按《士虞记》云‘升左肩、臂、臠、肫、髀、脊、胁’七体，彼《丧礼》用左。又按《乡饮酒》《乡射记》皆云‘右胖进腍’，则此亦用右胖肩、臠、臂、肫、髀、脊、胁可知。既用右胖，则左胖为庶羞”。据此，则《公食大夫礼》为膳之法，是将牲之右体，依例切分为肩、臂、臠、肫、髀、脊、胁等七大块，置于鼎中烹煮至糜烂脱骨，而不辨形体数量。参见《仪礼注疏》卷25《公食大夫礼》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2337页。
- ⑥ 参见《仪礼注疏》卷25《公食大夫礼》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2336~2337页。

或按牛藿、羊苦、豕薇的搭配，经过煮制调味，置于一种叫𨾏的小鼎之中。^①鼎烹、整肉、俎盛是正饌主菜的三大特点。无论是俎案所盛的主菜，还是其副产品太羹、𨾏羹，都以肉为绝对的主料，此《周礼》言“膳用六牲”之故。

相较正饌中的主菜，加饌中的庶羞更为多样而精制。《膳夫》谓王“羞用百有二十品”，极言其品类繁多，贾公彦以为“记者不能次录，亦是有其物未尽闻也”。^②《公食大夫礼》记国君食下大夫庶羞有“𨾏、臠、臠、牛炙、醢、牛臠、醢、牛𨾏、羊炙、羊臠、醢、豕炙、醢、豕臠、芥酱、鱼臠”十六豆，^③食上大夫则另增“雉、兔、鹑、鴛”四豆，^④以成二十之数。《内则》亦见此庶羞二十品，唯以“牛𨾏”为“牛臠”，“鴛”为“鸕”。^⑤十六、二十之数，明显多于相应的七俎、九俎之主菜。庶羞的多样还表现在食材种类和烹饪制作上。食上大夫所增四豆，“雉、兔、鹑、鴛”皆非正饌所用。天子庶羞百二十品，食材不见于主菜者理当更多。就烹饪制作而言，庶羞也非如主菜一律将食材放入鼎中煮制而成，而是涵盖了炙烤（牛炙、羊炙、豕炙）与生切食用（牛𨾏、鱼臠）等多种方式。

庶羞的精制体现在食物的切分和搭配两方面。据《公食大夫礼》，下大夫所用诸羞皆为切肉，而非整块骨体，故有“肉豆”之称。孙诒让云：“𨾏臠臠炙臠之属，切肉之盛于豆者，与骨体盛于俎别，故谓之肉豆。”^⑥同为切肉，诸羞之间存在尺寸差别：𨾏、臠、臠，选用大块肥腩；^⑦牛臠、羊臠、豕臠，

① 参见《仪礼注疏》卷25《公食大夫礼》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2338页。

② 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷7《天官·膳夫》，中华书局2015年版，第292页。

③ 参见《仪礼注疏》卷25《公食大夫礼》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2340页。

④ 参见《仪礼注疏》卷26《公食大夫礼》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2347页。

⑤ 参见《礼记正义》卷27《内则》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第3171页。

⑥ 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷57《夏官·小子》，中华书局2015年版，第2877页。

⑦ 《公食大夫礼》郑注：“𨾏、臠、臠，今时臠也。牛曰𨾏，羊曰臠，豕曰臠，皆香美之名也。”王念孙以为“臠，字本作‘臠’”，“𨾏、臠、臠，一声之转；臠、臠，声相近也”，并引《说文》“臠，臠也”，谓臠之言肥也，指臠为肥美之肉。王氏又引《说文》“臠，臠也”，“臠，肥肉也”，谓“臠”“臠”声义相近，《楚辞·招魂》

是切肉之大者；牛鮓、鱼脍，为细肉丝。在搭配上，部分庶羞若需就酱料食用，则专设之。如《公食大夫礼》十六豆，牛胾、牛鮓、羊胾、豕炙旁各配醢一，鱼脍用芥酱，皆在其右。正缘于多样而精制的特点，加饌中的庶羞在水煮的整块肉食之外，为食者提供了更加丰富的滋味体验。

张光直指出，先秦文献的一些片段“清晰地表明了最基本的一餐饭至少要有谷物（通常就是粟）和水。但是当我们继续探究餐饭的精巧程度时，我们发现第三样东西加了进来，即菜肴”，“《周礼》中，膳夫负责王的食、饮及膳馐。膳馐指各种菜肴”。^① 根据这样的认识，他绘制了有关中国饮食层次体系的示意图（见图 1），并提示“这种饮食分类上的安排，以及与这些分类相关的观念和规矩，就是中国饮食方式的结构本质，而且其至少从周代开始直到今天都没变过”。^②

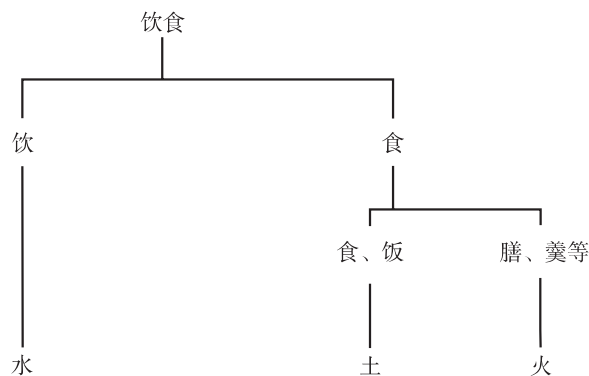


图 1 中国饮食的层次体系

资料来源：张光直主编：《中国文化中的饮食》，王冲译，广西师范大学出版社 2023 年版，第 37 页。

王逸注“膾，小臠也”。既知膾为小臠，则臠是大块肥膾，在牛曰臠，在羊曰臠，在豕曰臠。参见《仪礼注疏》卷 25《公食大夫礼》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局 2009 年版，第 2340 页；王念孙著，张其昀点校：《广雅疏证》卷 8 上《释器》，中华书局 2019 年版，第 587 页。

- ① 张光直主编：《中国文化中的饮食》，王冲译，广西师范大学出版社 2023 年版，第 38 页。
- ② 张光直主编：《中国文化中的饮食》，王冲译，广西师范大学出版社 2023 年版，第 37 页。

张光直以饮、食、菜三分看待中国饮食的层次体系甚有洞见。但如果说菜肴和主食的分立缘于饮食的精巧化，那么在同一逻辑下，食礼中的菜肴就可以进一步被区分为膳与羞：二者构成正饌和加饌的主要差异，多样而适口的庶羞凸显出以食礼人的关键，此郑玄所以将食、饮、膳、羞并立且言“凡养之具，大略有四”之意。

二、郑注“八珍”的礼宴形式

郑玄对“八珍”的注释建立在他的食礼体系之上。“淳熬、淳毋、炮豚、炮牂、捣珍、渍、熬、肝膋”八物可分为三组。（1）淳熬和淳毋。在稻米或黍米上加盖经过熬制的肉酱，最后浇上油脂滋润，二者属于主食的变型。（2）炮豚和炮牂。将整只小猪或公羊宰杀后，先去除内脏，后用红枣实其腹，外部和泥烧烤；之后去泥，调米粉糊涂于乳猪和分解过的羊肉外表，再将其置于油中浸炸；最后以小鼎装在大锅中隔水炖煮三天三夜，待肉烂透，蘸醋、酱食用。炮豚、炮牂工艺繁复，前后须经历三次加热熟制。第三次无疑是定型成菜的核心，其中用鼎煮制整肉的方式，近似正饌中的主菜。（3）捣珍、渍、熬和肝膋。捣珍选用相同比例之牛、羊、麋、鹿、麋的夹脊肉，混合并捶捣至糜状，先摘除肉筋，煮熟后复剔除皮膜，以蘸汁调和其味。渍取新杀牛肉，顶刀切成薄片，用美酒腌渍一天一夜，搭配肉酱、醋、梅酱食用。熬同样是选取牛或羊、麋、鹿、麋的肉，先捶打，去掉皮膜，再将肉糜展布在苇草编成的篋子上，撒上桂皮、姜等香料末，用盐腌制，俟风干即可食用；也有湿式吃法（濡），把干肉加水泡软，加入肉酱熬制。肝膋系用网油（哺乳动物肠系膜、大网膜上堆积的脂肪）蒙在狗肝上，炙烤制成。这些食物的原料不限于猪、牛、羊、鱼，所用部位皆去骨净肉，制作工艺精细繁复，烹饪手法多样——或生腌，或腊制，或烧烤，这正对应了庶羞的特点。

由此可知，郑玄以淳熬等解释《周礼》“八珍”，其实是从其食、饮、膳、羞并立的食礼体系出发，对《内则》文本进行加工整合的结果。这其中既包括对炮豚、炮牂的分立，也包括对糝、醢的不取。

郑玄将《内则》的糝、醢视同《周礼》的糝食、醢食，归类为佐食之酱料。《周礼·天官》下设醢人，职掌朝事之豆、馈食之豆、加豆、羞豆共四豆之实，孙诒让云“此四豆以盛菹醢……凡祭祀，以豆盛濡物，亦分四次荐之。

朝事、馈食加豆皆八豆，羞豆则二豆”。^①菹醢，也就是各种腌菜与肉酱。《公食大夫礼》“宾三饭，以菹酱”，郑注：“每饭歆菹，以肴搗酱，食正饌也。”^②在食礼中，正饌在主食和菜肴之外，别设如韭菹、醢醢、昌本、糜臠、菁菹、鹿臠^③等不同类型的酱料。这些酱料经过腌渍发酵，配合着菜肴食用，能提供额外的酸咸风味与鲜度，增加食物的适口性。至于加饌，酱料乃有专设，已入庶羞之数，是以郑注不言也。“凡祭祀，共荐羞之豆实，宾客、丧纪亦如之”，^④醢人所供之酱料，其应用不限于祭祀，在宾客宴请和丧礼中涉及饮食的环节同样会出现。

“羞豆之实，醢食、糝食。”^⑤醢食、糝食，或者说醢、糝，与朝事、馈食、加豆之实同属于菹醢。根据《内则》，糝食的制作方法是牛、羊、猪各取一份剁碎，调入两倍肉量的大米粉，入锅熬制；而将大米粉调成糊，再混合切碎的动物胸腔脂肪烧成稠粥，便是醢食。以现代人的观念看，醢食、糝食更像是用大米粉混入肉类制成的点心。^⑥但郑玄将它们归入菹醢，则当是以之为佐食。贾公彦《周礼疏》：“《易·鼎卦》九四：‘鼎折足，覆公餗，其刑渥，凶。’郑注云：‘糝谓之餗。《震》为竹，竹萌曰筍。筍者，餗之为菜也，是八珍之食。臣下旷官，失君之美道，当刑之于屋中。’案，上《膳夫》注，八珍取肝膋，不取糝。郑注《易》，糝又入八珍中者，以其糝若有菜，则入

① 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷10《天官·醢人》，中华书局2015年版，第479页。

② 《仪礼注疏》卷25《公食大夫礼》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2341页。

③ 此六者见于《公食大夫礼》，实际菹醢之数，远不止六种。《周礼》凡王之饌，“酱用百有二十瓮”是也。参见《仪礼注疏》卷25《公食大夫礼》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2338页。

④ 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷10《天官·醢人》，中华书局2015年版，第493页。

⑤ 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷10《天官·醢人》，中华书局2015年版，第491页。

⑥ 郑玄有时亦将醢食、糝食与糗饵、粉粢归为“房中之羞”（内羞），与庶羞相对，有类糕点。《仪礼·有司》“尸、侑、主人皆升筵，乃羞。宰夫羞房中之羞于尸、侑、主人、主妇，皆右之。司士羞庶羞于尸、侑、主人、主妇，皆左之”，郑注：“二羞，所以尽欢心。房中之羞，其筵则糗饵、粉粢，其豆则醢食、糝食。”见《仪礼注疏》卷49《有司》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2625页。

八珍，不须肝膋；若糝无菜，则入羞豆，此文所引是也，八珍则数肝膋。”^① 糝食之有菜无菜，是其能否列入“八珍”的关键：盖若有笋，和以碎肉米糊，则以类同庶羞，列入“八珍”；若无笋，便只是菹醢，用以佐食。同样，郑玄判断醢食的标准也应如此。

另一种和糝食相关的食物是糗餌。《周礼·天官·笱人》“羞笱之实，糗餌、粉糍”，郑注：“此二物皆粉稻米黍米所为也。合蒸曰餌，饼之曰糍。糗者，捣粉熬大豆，为餌糍之黏着，以粉之耳。餌言糗，糍言粉，互相足。”^② 糗餌由稻米、黍米磨粉合蒸而成，外粘豆面，以防粘连。糗餌进一步加工定型为饼状物，就是粉糍。贾公彦谓“彼餌（引按：糗餌）无肉，则入笱。此餌，米肉俱有，名之为糝，即入豆”。^③ 糝食和糗餌都需要用稻米粉做餌，前者有肉，便算为菹醢，后者类似粮食磨粉制作的糕团，以笱盛。《周礼·天官》设笱人，职掌四笱之实：“朝事之笱，其实醢、蕢、白、黑、形盐、臠、鲍鱼、鱮。馈食之笱，其实枣、栗、桃、干蓐、榛实。加笱之实，菱、芡、栗、脯，菱、芡、栗、脯。羞笱之实，糗餌、粉糍。”^④ 笱是竹制的豆形器皿。四笱之实，除了糗餌、粉糍，还包括经过熬炒的谷类、盐块、鲜鱼片、干鱼（块）、鲜果以及果脯。这些食物在中国人眼中往往是主餐之外的副食，正与笱食的用途相对应。清代学者凌廷堪云：“凡食礼有豆无笱，饮酒之礼豆笱皆有。”^⑤ 笱食之用于佐酒，而非每饭必备，是以《膳夫》《公食大夫礼》等未及之，而《仪礼·乡饮酒礼》《仪礼·燕礼》等有之。

食、饮、膳、羞四者，加上菹醢和笱食，构成了郑玄食礼的完备体系（见表1）。其中，饮与食、饭与菜、膳与羞、菜肴与酱料、酒水与笱食的种种配合与分立，反映了秦汉时期甚至更早的中国人拥有的高度发达的饮食文化，以及他们对饮食精细把握达到的复杂程度。

① 《周礼注疏》卷6《天官·醢人》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第1453页。

② 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷10《天官·笱人》，中华书局2015年版，第472页。

③ 《周礼注疏》卷6《天官·醢人》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第1453页。

④ 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷10《天官·笱人》，中华书局2015年版，第459~472页。

⑤ 凌廷堪撰，纪健生校点：《礼经释例》卷4《饮食之例中》，黄山书社2009年版，第150页。

表 1 郑玄的食礼体系

饮食					
饮	食				
	饭	菜		佐食	佐酒
酒水	主食	膳（主菜）	羞（加菜）	菹醢（酱）	笱（副）食

资料来源：笔者自制。

20 世纪 70 年代初，湖南长沙市马王堆一号汉墓出土的遣策详细记载了陪葬品中的食物与饮品信息。按照“事死如事生”的观念，^① 这些食物与饮品虽为逝者带入地下享用，却同样按照人间的饮食习惯制备，并可据遣策分类，大致依顺序归入郑玄的食礼体系（见表 2）。这显示郑玄的理论尽管本诸经文，但是并非空中楼阁。从先秦礼书的记载到西汉前期的陪葬品，再到东汉末年郑玄的理论提炼，三者间的相对一致性表明这一时段贵族的饮宴结构在基本稳定的状态下保持延续。

表 2 马王堆一号汉墓遣策所记饮食分类举例

饮	白酒二资、酏酒二资、米酒二资
食	黄粢食四器盛、白粢食四器盛、稻食六器（其二奩，四盛）、麦食二器盛
膳	鹿臠一鼎、牛白羹一鼎、狗巾羹一鼎
羞	牛炙一笱、鱼脍一器、豕臠一笱
酱	肉臠一资、醢一资、马酱一瓶
笱	蜜糗三笱、梨一笱、脯梅一笱

资料来源：裘锡圭主编：《长沙马王堆汉墓简帛集成》第 6 册，中华书局 2014 年版，第 174~194 页。

三、先秦秦汉时期的饮食养老传统

在礼学逻辑之外，郑玄对《周礼》“八珍”的解释也受到了社会历史背

① 李虹指出：“在汉代的人看来，生死是生活空间的转换，人们生前孜孜矻矻营造墓穴，死后则要把生前使用过的器物及模拟物搬进墓穴，希望在阴间继续人世的生活。”见李虹：《死与重生：汉代的墓葬及其信仰》，四川人民出版社 2020 年版，第 276 页。

景的影响。此中的关键在于，郑玄通过养老奉食的饮食文化传统，将《内则》与《膳夫》的两处文本牵合起来。

先秦以至两汉有着绵延不绝的养老传统，而以精致可口的饮食奉养老人是其中的一个重要方面。1975年出土于北京房山琉璃河黄土坡253号墓的董鼎，铭文曰：“匱侯令董飴大保于宗周。庚申，大保赏董贝，用作太子癸宝尊燗。”^①综合铭文风格和器物形制，学者考证董鼎的制作时代当在西周早期后段的康王时代。铭文“飴”宜训为“养”，读作“颐”。《说文解字·食部》“飴，米蘖煎者也”，段玉裁注：“《米部》曰：‘蘖，芽米也。’《火部》曰：‘煎，熬也。’以芽米熬之为飴。今俗用大麦。”^②“飴”即麦芽糖，由麦芽熬煮而成。《吕氏春秋·异用》“仁人之得飴，以养疾侍老也”，高诱注：“侍亦养也。”^③以飴糖奉养老人，重在用甘甜滋味调和饮食，增进食欲。《内则》子事父母，妇事舅姑，“问所欲而敬进之，柔色以温之，饠、醢、酒、醴、芼、羹、菽、麦、蕡、稻、黍、粱、秫唯所欲，枣、栗、飴、蜜以甘之，藟、萱、粉、榆、兔、薤、漚、漚以滑之，脂、膏以膏之，父母、舅姑必尝之而后退”，郑注：“谓用调和饮食也。”^④是知“飴”由奉养老人之饮食，而可引申为通过调和饮食奉养老人的行为，此与“颐”的含义相通。《易·颐卦》“观颐，自求口实”，郑玄注：“颐者，口车辅之名也。震动于下，艮止于上，口车动而上，因辅嚼物以养人，故谓之颐。颐，养也。”^⑤故董鼎铭文“匱侯令董飴大保于宗周”说的是匱（燕）侯命董赴宗周颐养太保（召公），为之调理饮食。^⑥在传世文献中，《尚书·酒诰》所载“尔大克羞耆惟君”^⑦同样可以佐证向老人进献食物的传统在西周初年已经形成。

① 中国社会科学院考古研究所编：《殷周金文集成释文》第2卷，香港中文大学中国文化研究所2001年版，第320页。

② 许慎撰，段玉裁注：《说文解字注》，上海古籍出版社1981年影印本，第218页。

③ 许维遹：《吕氏春秋集释》，中华书局2009年版，第236页。

④ 《礼记正义》卷27《内则》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第3165~3166页。

⑤ 李鼎祚撰，王丰先点校：《周易集解》卷6《颐》，中华书局2016年版，第176~177页。

⑥ 以上对董鼎时代及其铭文的分析，参见冯时：《董鼎铭文与召公养老》，《考古》2017年第1期，第78~82页。

⑦ 《尚书正义》卷14《周书·酒诰》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第438页。

随着年事渐高,老人需要加强营养补充,这当是注重以饮食养老之习俗产生的一大原因。先秦文献中的相关记载不少。《内则》:“五十始衰,六十非肉不饱,七十非帛不暖,八十非人不暖,九十虽得人不暖矣。”^①人年五十,生理机能开始明显衰退。至六十,非食肉不足以饱腹,提高饮食质量成为迫切需求。《内则》还记载了一种养老的饮食标准,其原则是从五十岁食用不同一般的细粮开始,以每十岁为一个年龄段,逐渐提高饮食待遇:“五十异粳,六十宿肉,七十二膳,八十常珍,九十饮食不违寝,膳饮从于游可也。”^②以上内容同见于《礼记·王制》。^③《孟子》亦反复呼吁统治者应创造条件,让老人食肉:《梁惠王上》“鸡豚狗彘之畜,无失其时,七十者可以食肉矣”,^④《尽心上》“五母鸡,二母彘,无失其时,老者足以无失肉矣”,^⑤皆其证。

在营养滋补之外,对长者进奉饮食,也是尊老敬老的表现。先秦时代,饮宴始终是养老礼的核心。《王制》:“凡养老,有虞氏以燕礼,夏后氏以飧礼,殷人以食礼,周人修而兼用之。”^⑥《内则》同之。与食礼不同,燕礼、飧礼以饮酒为主。周人兼用之,春夏养老主用饮,秋冬养老主用食。^⑦乡饮酒礼是周人养老礼中颇具代表的一种。《礼记·乡饮酒义正义》引郑玄《目录》:“《乡饮酒义》者,以其记乡大夫饮宾于庠序之礼,尊贤养老之义也。”^⑧此礼曾在

① 《礼记正义》卷28《内则》,《十三经注疏》(清嘉庆刊本),中华书局2009年版,第3179页。

② 《礼记正义》卷28《内则》,《十三经注疏》(清嘉庆刊本),中华书局2009年版,第3179页。

③ 关于《王制》的写作时代,学界有争议。本文遵从王锴的观点,认为《王制》写成于战国中期。参见王锴:《〈礼记〉成书考》,中华书局2007年版,第172~188页。

④ 《孟子注疏》卷1上《梁惠王章句上》,《十三经注疏》(清嘉庆刊本),中华书局2009年版,第5798页。

⑤ 《孟子注疏》卷13下《尽心上》,《十三经注疏》(清嘉庆刊本),中华书局2009年版,第6024页。

⑥ 《礼记正义》卷13《王制》,《十三经注疏》(清嘉庆刊本),中华书局2009年版,第2912页。

⑦ 参见《礼记正义》卷13《王制》,《十三经注疏》(清嘉庆刊本),中华书局2009年版,第2912页。

⑧ 《礼记正义》卷61《乡饮酒义》,《十三经注疏》(清嘉庆刊本),中华书局2009年版,第3651页。

春秋以前应用，并且推广到其他的饮酒礼节中。^①乡饮酒礼以齿序加诸饮食，使老者获得优待，少者服务于长者。《乡饮酒义》：“乡饮酒之礼，六十者坐，五十者立侍，以听政役，所以明尊长也。六十者三豆，七十者四豆，八十者五豆，九十者六豆，所以明养老也。”^②此即所谓“老者重豆，少者立食”。^③旅酬之时，“宾酬主人，主人酬介，介酬众宾，少长以齿”，^④故“尚齿”确是乡饮酒礼的重点。^⑤

以饮食奉养老人的习俗和礼仪在汉代继续发展。先秦文献之中，《礼记·月令》和《吕氏春秋·仲秋纪》都有仲秋之月“养衰老，授几杖，行糜粥饮食”^⑥的记载。张家山汉简《二年律令·傅律》：“大夫以上【年】九十，不更九十一，簪袅九十二，上造九十三，公士九十四，公卒、士五（伍）九十五以上者，禀鬻米月一石。”^⑦出土文献显示每月向特定老者给米一石以为粥的养老措施（受鬻法），在汉初已见施行。汉文帝元年（公元前179年）三月，诏行养老令，以制度的形式对受鬻法的执行、监管环节做了补充、完善。^⑧从此，受鬻法作为一项常行的养老制度，在西汉时代曾长期延续。东汉时期，政治与儒术结合得更加紧密，朝廷直接依用《月令》，于仲秋之月“行糜粥”养老。^⑨

汉明帝永平二年（59年）“冬十月壬子，幸辟雍，初行养老礼”。^⑩《后

① 参见杨宽：《“乡饮酒礼”与“飨礼”新探》，《古史新探》，上海人民出版社2016年版，第285~290页。

② 《礼记正义》卷61《乡饮酒义》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第3654页。

③ 王利器校注：《盐铁论校注》（定本），中华书局1992年版，第351页。

④ 《礼记正义》卷61《乡饮酒义》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第3655页。

⑤ 参见杨宽：《“乡饮酒礼”与“飨礼”新探》，《古史新探》，上海人民出版社2016年版，第295页。

⑥ 《礼记正义》卷16《月令》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第2974页；许维遹：《吕氏春秋集释》，中华书局2009年版，第176页。

⑦ 彭浩、陈伟、[日]工藤元男主编：《二年律令与奏谏书：张家山二四七号汉墓出土法律文献释读》，上海古籍出版社2007年版，第230页。

⑧ 参见《汉书》卷4《文帝纪》，中华书局1962年版，第113页。

⑨ 关于汉代受鬻法的研究，参见赵凯：《西汉“受鬻法”探论》，《中国史研究》2007年第4期，第21~32页。

⑩ 《后汉书》卷2《明帝纪》，中华书局1965年版，第102页。

汉书·礼仪志上》记其礼云：“养三老、五更之仪，先吉日，司徒上太傅若讲师故三公人名，用其德行年耆高者一人为老，次一人为更也……其日，乘輿先到辟雍礼殿，御坐东厢，遣使者安车迎三老、五更。天子迎于门屏，交礼，道自阼阶，三老升自宾阶。至阶，天子揖如礼。三老升，东面，三公设几，九卿正履，天子亲袒割牲，执酱而馈，执爵而酹，祝鲠在前，祝饴在后。五更南面，公进供礼，亦如之。明日皆诣阙谢恩，以见礼遇大尊显故也。”^①可见，整个养老仪式以天子设宴佑食为中心。^②

《内则》对自淳熬至醢诸食物的介绍，接续在“凡养老有虞氏”至“皆有惇史”一段文字之后。^③这些文字重点阐述了五帝三王时代养老敬老的诸种举措和礼仪。经学家从文本内部的联系出发，以为《内则》的行文逻辑承上而来，淳熬等物是为行养老礼而制作的食物。故有孔疏发明郑意云：“此一节论养老须饮食如养亲之事。”^④同时，在经传之中，往往有以“珍”代指养老之食的表述，如《王制》《内则》“八十常珍”。又如《礼记·文王世子》：“（天子视学）适东序，释奠于先老，遂设三老、五更、群老之席位焉。适饌省醴，养老之珍具，遂发咏焉。退修之，以孝养也。”^⑤此言天子视察国学，于东序设宴行养老礼。孙希旦解云：“饌，笱、豆、俎、簋之实也。珍，八珍之属也。饌曰‘适’，醴曰‘省’，珍曰‘具’，皆互言之也。养老有飧、食、燕三礼，此有醴齐，据飧礼言之也。”^⑥汉明帝初行养老礼，诏曰“侯王设酱，公卿饌珍”，^⑦即用其典。于是“八珍”与养老之食相联系的可能性得以建立。《周礼》有天子飧庶人耆老之礼，由外饗“掌其割烹之事”，^⑧酒正“共其酒，无

① 《后汉书》志4《礼仪志上》，中华书局1965年版，第3109页。

② 参见李俊方：《汉代的赐酺与养老礼》，《兰州学刊》2008年第4期，第141页。

③ 参见《礼记正义》卷28《内则》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第3179~3180页。

④ 《礼记正义》卷28《内则》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第3180页。

⑤ 《礼记正义》卷20《文王世子》，《十三经注疏》（清嘉庆刊本），中华书局2009年版，第3053页。

⑥ 孙希旦撰，沈啸寰、王星贤点校：《礼记集解》，中华书局1989年版，第577页。

⑦ 《后汉书》卷2《明帝纪》，中华书局1965年版，第102页。

⑧ 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷8《天官·外饗》，中华书局2015年版，第341页。

酌数”，^① 槁人“共其食”。^② 故在郑玄以《周礼》为中心的礼学之中，由淳熬等物组成的“八珍”作为精心制作的食物，平时由天子享用；而在举行养老礼时，则构成敬奉国老的整套宴席的核心内容（食、膳、羞）。缘行养老礼时由天子出面，故“八珍”归膳夫制备。

四、宋元以来的食材“八珍”说

淳熬等固然是精致美味的食物，郑注“八珍”说的核心却是由这些精美的食物组成的礼宴，先秦以至两汉贵族的饮宴结构与饮食奉老的传统是其理论的现实来源。东汉安帝朝尚书陈忠奏言：“臣伏惟太官令职在典掌王饗，统六清之饮，列八珍之饌。”^③《三国志·魏书·卫凯传》云：“天子之器必有金玉之饰，饮食之肴必有八珍之味。”^④ 这些距离郑玄前后时代不远的文献亦提及“八珍”，虽与淳熬等物无涉，但其中所见的天子飨宴之意，与郑说不异。

以食材为中心的各种“八珍”说自宋代开始出现。从食礼到食材，新起的“八珍”说被赋以完全不同的内核。两汉之后，中国饮食的巨大变化则是这种食材中心说成立的历史背景。魏晋以至唐宋，中国历史进入民族交流与融合特别突出的时代。在饮食文化方面，胡汉交融成为一时特色。原处于西北边地的少数民族把自己的饮食习惯和烹饪方式带到了中原腹地，以面食在民间的进一步推广和乳类食品所占比重的增加为标志，大大丰富了中原饮食文化的内容。^⑤ 同时，胡床、胡坐的流行，催生出桌椅等家具。与之相应的变化是，中国原有的跪坐分餐习俗受到冲击，转为围坐会食制，后者最终在唐代后期被确立为普遍的饮宴方式。^⑥ 在新的空间布局下，更加丰富的食品品类与烹饪方式，必然使两汉以降的饮宴结构发生变化。孟元老《东京梦华录》记载了北宋“宰执亲王宗室百官”入宫为皇帝祝寿的宴席场面。寿宴预

① 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷9《天官·酒正》，中华书局2015年版，第439页。

② 孙诒让著，汪少华整理：《周礼正义》卷31《地官·槁人》，中华书局2015年版，第1492页。

③ 《后汉书》志30《舆服志下》，中华书局1965年版，第3667页。

④ 《三国志》卷21《魏书·卫凯传》，中华书局1982年版，第612页。

⑤ 参见姚伟钧、刘朴兵：《中国饮食史》，武汉大学出版社2020年版，第251~252页。

⑥ 参见王仁湘：《饮食与中国文化》，人民出版社1993年版，第279~293页。

设有环饼、油饼、枣塔等看盘，以及果子、浆水，又以九杯寿酒为序依次上菜，众人一边进食，一边观看乐舞表演。^①整个饮宴无论是食物的种类搭配，还是进行的节奏方式，都与汉代礼宴迥异。

此外，随着社会物质条件的不断进步，饮宴活动愈加频繁，其应用场景从礼仪走向日常，参与人群则从王公贵族扩展到普通民众。在此趋势下，饮食本身的体验越来越受到重视，食客对珍稀味美食材的追求成为其中的一个重要倾向。孙承祐为南唐外戚，曾入宋为仕，性奢侈，嗜吃，《宋太宗皇帝实录》谓之“每一食，杀生命数十方下箸”。^②陶谷《清异录》记云：“孙承祐在浙右，尝饌客，指其盘筵曰：‘今日坐中，南之蝓蛄，北之红羊，东之虾鱼，西之粟，无不毕备，可谓富有小四海矣。’”^③孙氏一宴而齐集东南西北四方风物，虾鱼、粟米或不免于凑数，蝓蛄（梭子蟹）、红羊在当时应是难得之美味食材。^④

晋人张华《宴会歌》：“冠盖云集，樽俎星陈。肴蒸多品，八珍代变。”^⑤诗歌或有夸饰之处，然言“八珍代变”者，确实道出了饮宴结构随时代变迁的事实，“八珍”并非几种固定食物的组合，而是具有不断更新的可能。《新唐书·儒学下·韦彤传》：“絜膳羞，八珍百品，可嗜之饌，美臠甘旨，谓之褻味。”^⑥在越来越丰盛的宴席中，精致的菜肴数不胜数，珍食八味既不足以单独成席，乃增至百品，却几近庶羞之别称。为满足食客的口腹之欲，水陆山海遍寻食材成为制备八珍的重要前提。《隋书·音乐志上》载沈约填词《需雅》其八：“道我六穗罗八珍，洪鼎自爨匪劳薪。荆包海物必来陈，滑甘滫瀡味和神。”^⑦白居易诗有“樽罍溢九酝，水陆罗八珍”，又有“九酝备圣贤，八

① 参见孟元老撰，邓之诚注：《东京梦华录注》，中华书局1982年版，第219~223页。

② 钱若水修，范学辉校注：《宋太宗皇帝实录校注》，中华书局2012年版，第380页。

③ 陶谷撰，郑村声、俞钢整理：《清异录》卷下《饌羞门·小四海》，大象出版社2019年版，第124页。

④ 红羊，具体不详，然其之为异物食材，亦见诸他书。《明语林》：“严嵩为宗伯，数置酒延贵溪，皆不许。间许，至期复辞。所征集诸方异物，红羊、貔貅、消熊、栈鹿，俱付乌有。”见吴肃公撰，陆林校点：《明语林》卷11《简傲》，黄山书社1999年版，第206页。

⑤ 《晋书》卷22《乐志上》，中华书局1974年版，第690页。

⑥ 《新唐书》卷200《儒学下·韦彤传》，中华书局1975年版，第5708页。

⑦ 《隋书》卷13《音乐志上》，中华书局1973年版，第295页。

珍穷水陆”。^①苏轼《与徐十二》：“君若知此味，则陆海八珍，皆可鄙厌也。”^②在旧有的礼宴内蕴消散后，新的食材“八珍”说逐渐显露。

王楙《野客丛书》：“今俗言‘八珍之味’，有猩猩唇、鲤鱼尾与夫熊掌之类。观李贺曲曰：‘郎食鲤鱼尾，妾食猩猩唇。’其说旧矣。又观《吕氏春秋》，伊说曰：‘肉之美者，猩猩之唇。’纣作象箸，必为玉杯。玉杯必盛熊蹯、豹胎。晋灵公食熊蹯，脰不熟。”^③王楙生于南宋高宗绍兴二十一年（1151年），《野客丛书》内容有涉两宋之间事者，故此“八珍”说或在北宋间已产生。遗憾的是，王氏此处的记载并不全面，“八珍”仅举猩唇、鲤尾、熊掌三项。下文又及豹胎，但不知是否归入“八珍”。宋末元初人周密《癸辛杂识》：“驼峰之隳，列于八珍。然驼之壮者两峰坚耸，其味甘脆，如熊白奶房而尤胜；若驼之老者两峰偏弹，其味淡韧，如嚼败絮。然所烹者皆老而不任负重者，而壮有力者未始以为饌也。”^④可见彼时亦有将驼峰列入“八珍”之说。

宋代清逸素雅的审美观念，使以蔬果花草为食材的素食大为流行，特别受到文人士大夫的追捧，^⑤南宋诗中遂有“野八珍”与“草八珍”。陆游《闲中颇自适戏书示客》“烹野八珍邀父老，烧穷四和伴儿童”，自注：“野八珍，见王履道诗。”^⑥王安中，字履道，北宋末年人。今诗存世者无及“野八珍”，是以其所指未详。刘克庄《喜雨口号九首呈潘侯》其七：“蔬是侬家野八珍，小畦自灌极艰辛。”^⑦“野八珍”当即山野农家所供美味可口之食，果蔬例在其中矣。方岳《除夕》其一：“生菜春盘草八珍，灯前殊未觉家贫。”^⑧唐人在立春时，以春饼及生菜等蔬食为春盘，食之。唐《四时宝镜》：“立春日，食芦

① 顾学颀校点：《白居易集》，中华书局1979年版，第33、293页。

② 孔凡礼点校：《苏轼文集》卷57《尺牘》，中华书局1986年版，第1733页。

③ 王楙撰，储玲玲整理：《野客丛书》卷30《八珍》，大象出版社2019年版，第398页。

④ 周密撰，吴企明点校：《癸辛杂识·续集上》，中华书局1988年版，第160~161页。

⑤ 参见姚伟钧、刘朴兵：《中国饮食史》，武汉大学出版社2020年版，第464~465页。

⑥ 陆游著，钱仲联、马亚中主编：《陆游全集校注·剑南诗稿校注》，浙江古籍出版社2015年版，第187页。

⑦ 刘克庄著，辛更儒笺校：《刘克庄集笺校》卷22《诗》，中华书局2011年版，第1242页。

⑧ 方岳撰，秦效成校注，祖保泉、何庆善审订：《秋崖诗词校注》卷24《七言律诗》，黄山书社1998年版，第435页。

蕮、春饼、生菜，号春盘。”^①杜甫《立春》：“春日春盘细生菜。”^②“草八珍”理当全由蔬菜组成，生菜即其一，与“野八珍”小异。

食材“八珍”说现存最早的完整记载出现于宋元之交。契丹人耶律铸有《行帐八珍诗》，序曰：“往在宜都，客有请述‘行帐八珍’之说，则此‘行厨八珍’也。一曰醍醐，二曰麇沆，三曰驼蹄羹，四曰驼鹿唇，五曰驼乳麋，六曰天鹅炙，七曰紫玉浆，八曰玄玉浆。”^③耶律铸为耶律楚材之子，曾随元宪宗征蜀。宜都为长江出峡、进入两湖区域之要地，耶律铸或行旅过此。“行帐八珍”又曰“行厨八珍”，即行军旅途中食用的八种美味。醍醐，即酥油。麇沆，就是汉代的桐马酒：“麇沆，马酏也。《汉》有桐马，注曰：‘以韦革为夹兜，盛马乳，桐治之，味酏可饮，因以为官。’又《礼乐志》‘大官桐马酒’，注曰：‘以马乳为酒。’言‘桐之味酏’则不然，愈桐治则味愈甘。桐逾万杵，香味醇浓甘美，谓之麇沆。”^④驼蹄羹，用野骆驼蹄为羹。^⑤驼鹿唇，耶律铸以为此物“世号猩唇，冠八珍之首”。^⑥驼乳麋，不详，有学者说是骆驼肠壁淋巴管中的淋巴，呈乳白色，含有丰富的微小脂肪粒。^⑦天鹅炙，即天鹅脚掌。炙通跖，《吕氏春秋·本味》“肉之美者，猩猩之唇，獾獾之炙”，王念孙曰：“炙读为鸡跖之跖。”^⑧或以为烤天鹅者，非也。紫玉浆，不详，据推测可能是鹿血之类的饮品。^⑨玄玉浆，即马奶子，同样是用马奶发酵的饮料，与麇沆类似。无疑，此醍醐等八物反映的是北方游牧民族的饮食习惯，是以由宋入元之钱塘（今浙江杭州市）人白珽又将“行帐八珍”称为“迤北

① 陈元靓撰，许逸民点校：《岁时广记》卷8《立春》，中华书局2020年版，第171页。

② 杜甫著，仇兆鳌注：《杜诗详注》，中华书局1979年版，第1597页。

③ 耶律铸：《双溪醉隐集》卷6《七言绝句》，《景印文渊阁四库全书》第1199册，台湾商务印书馆1986年版，第468页。

④ 耶律铸：《双溪醉隐集》卷6《七言绝句》，《景印文渊阁四库全书》第1199册，台湾商务印书馆1986年版，第469页。

⑤ 参见耶律铸：《双溪醉隐集》卷6《七言绝句》，《景印文渊阁四库全书》第1199册，台湾商务印书馆1986年版，第469页。

⑥ 耶律铸：《双溪醉隐集》卷6《七言绝句》，《景印文渊阁四库全书》第1199册，台湾商务印书馆1986年版，第469页。

⑦ 吴正格编著：《满族食俗与清宫御膳》，辽宁科学技术出版社1988年版，第122页。

⑧ 许维遹：《吕氏春秋集释》，中华书局2009年版，第315页。

⑨ 参见吴正格编著：《满族食俗与清宫御膳》，辽宁科学技术出版社1988年版，第122页。

八珍”，唯第三、第四珍谓野驼蹄、鹿唇，与耶律铸所记小异。^①

元《饔史》云：“《礼》所谓八珍者，淳熬、淳母、炮豚捣珍、渍、熬、糝、肝膋、炮牂，盖八法也。其品则牛、羊、麋、鹿、麋、豕、狗，皆所以养老者也。后世则云龙肝、凤髓、兔胎、鲤尾、鸮炙、猩唇、熊掌、酥酪蝉。迤北八珍，醍醐、麇吭、野驼蹄、鹿唇、驼乳麋、天鹅炙、紫玉浆、玄玉浆。”^②《饔史》记载了三种“八珍”。其一“《礼》所谓八珍”，大体依《周礼》郑注而来，然将“炮豚捣珍”合为一物，又把糝算入，不知何故。其二以“龙肝、凤髓、兔胎、鲤尾、鸮炙、猩唇、熊掌、酥酪蝉”为“八珍”，鲤尾、猩唇、熊掌三者与王楙说合，此或即曾出现在两宋之际的“八珍”说。酥酪蝉，具体不详，《饔史》言以羊脂为之。其三“迤北八珍”，应是北方游牧民族南下的产物。^③

明清时代的“八珍”说愈加纷纭多样。诸说之间，围绕食材的拣摘选择，大抵表现出三种趋势。“八珍”更加注重搜罗珍稀食材，此为趋势之一。宋元时代的“八珍”说虽已转向以食材为中心，但其中仍有少数如醍醐、麇吭等经过加工的乳制品，不太适合归入原始食材的范畴。此外，宋元“八珍”说在珍稀食材之外，尚有兔胎、鲤尾、各种乳制品以及用羊脂制成的酥酪蝉，其滋味美则美矣，但并不是什么很难获得的食物。至明张岱《夜航船》数“龙肝、凤髓、豹胎、猩唇、鲤尾、鸮炙、熊掌、驼峰”为“八珍”，^④其中之物已全为原始食材。同时，以豹胎、驼峰替换兔胎、酥酪蝉，则此“八珍”之中，仅有鲤尾属于中原相对常见之物。

以珍稀食材为“八珍”，一则不免侈汰之讥；二来豹胎、猩唇等物，食者已罕，龙肝、凤髓皆系传说，实属不经，由此构成“八珍”，势必导致其概念的空心化。谢肇淛《五杂俎》：

龙肝凤髓、豹胎麟脯，世不可得，徒寓言耳。猩唇獾炙，象约驼峰，虽间有之，非常膳之品也。今之富家巨室，穷山之珍，竭水

① 参见白珽撰，金少华点校：《湛渊遗稿》，浙江古籍出版社2019年版，第20页。

② 曹溶辑，陶樾增订：《学海类编》第9册《饔史》，江苏广陵书籍刻印社1994年影印本，第533页。

③ 参见曹溶辑，陶樾增订：《学海类编》第9册《饔史》，江苏广陵书籍刻印社1994年影印本，第533页。

④ 参见张岱纂，郑凌峰点校，卿朝辉审订：《夜航船》卷11《日用部》，浙江古籍出版社2020年版，第443页。

之错，南方之蚶房，北方之熊掌，东海之鲛炙，西域之马奶，真昔人所谓富有小四海者，一筵之费，竭中家之产不能办也。此以明得意，示豪举则可矣，习以为常，不惟开子孙骄溢之门，亦恐折此生有限之福。《孟子》所谓“饮食之人，则人贱之”者，此之谓也。枚乘《七发》所谓“犒牛肥狗，熊膳鲤脍，秋黄白露，楚苗安胡”者，可见当时之珍味止于是耳。其于荔支子鹅、鱼脰蟹臠、固不数数然也。五方之人，口食既殊，肠胃亦异。海峽之人，久住北方，啖面食炙，辄觉唇焦胃灼，亦犹北人至南方，一尝海物辄苦暴下，其于蟹蜋蜂螯之属，不但不敢食，亦不敢见之。始信《周礼》所载八珍，皆淳熬之类，亦其所习然也。^①

龙肝、凤髓、豹胎、麟脯、猩唇、獾炙、象约（鼻）、驼峰，虽无“八珍”之名，亦食材珍稀至极者。然对食客而言，以稀世食材为珍，只是空悬概念，无益于口腹，反徒增靡费之风。不同地区气候物产不一，各地人群的口味习性也不一致，所谓饮食之珍，还当回归身边的习见食材。清康熙朝名臣张英尝著“饭有十二合”说，其“三之肴”所云近同谢氏：

食地之所产，则滋味鲜而物力省。近见人家宴会，每以珍错为奇，不知鸡豚鱼虾，本有至味。《内则》所载，养老人八珍，皆寻常羊豕，特烹炮异耳，何尝广搜异味哉。且每食一荤，则肠胃不杂，而得以尽其滋味之美。山海罗列，腥荤杂进，既为伤生侈费，亦乖颐养之道，所当深戒者也。^②

虽然未必出于对“八珍”内涵的反思，但是自清代以降，确实出现了许多将各地名优食材归入“八珍”的情况，此为趋势之二。梁章钜身在兰州，便称口外之黄羊即“所谓迤北八珍也”。^③ 屈大均记岭南“河鲀终岁皆有，入秋尤宜多食，益胃暖人，可减一衣，产妇每以为补。其腴在膏，即肝也，俗以为八珍之一云”。^④ 李斗《扬州画舫录》记扬州小东门城下间酒店卖“小八珍”，“皆不经烟火物。如春夏则燕笋、牙笋、香椿、早韭、雷菌、茼蒿，秋冬

① 谢肇淛撰，韩梅、韩锡铎点校：《五杂俎》卷11《物部三》，中华书局2021年版，第359~360页。

② 徐珂编撰：《清稗类钞》第13册《饮食类》，中华书局2010年版，第6384~6385页。

③ 梁章钜撰，陈铁民点校：《浪迹丛谈续谈三谈》，中华书局1981年版，第485页。

④ 屈大均：《广东新语》卷22《鳞语》，中华书局1985年版，第554页。笔者对部分标点进行了调整。

则毛豆、芹菜、茭瓜、萝菔、冬笋、腌菜，水族则鲜虾、螺丝、薰鱼，牲畜则冻蹄、板鸭、鸡炸、薰鸡，酒则冰糖三花、史国公、老虎酒及果劝酒”。^①凡此皆江南地域性物产。既称“八珍”，而又冠之以“小”字，或即言其以地域自限，不如通常“八珍”搜罗之广。

明清时又有以“八珍”为菜名者，此时“八珍”是制备菜肴的八种材料，所重在搭配，此为趋势之三。元代沙图穆苏《瑞竹堂经验方》以当归、川芎等八味药材配制“八珍散”，^②在思路已着先鞭。明末李渔《闲情偶寄》有饷客之“八珍面”：“八珍者何？鸡、鱼、虾三物之肉，晒使极干，与鲜笋、香蕈、芝麻、花椒四物，共成极细之末，和入面中，与鲜汁共为八种。”^③“八珍面”的妙处在于经由诸种不同风味与口感的食材叠加融合，从而创造出一种多层次的复合鲜香味型，再通过搅拌，最终使鲜味附着于面条之上。李渔自述，“人之所重者不在面而在汤”，而“八珍面”则“调和诸物，尽归于面”，使“精粹之物尽在面中，尽勾咀嚼，不似寻常吃面者，面则直吞下肚，而止咀嚼其汤也”。^④清代又有“八珍蛋”，制法如下：“鸡蛋外壳凿小孔，使黄白流入碗中，调和，约七八枚，再将煨熟之火腿屑、笋屑、鸡屑、虾仁屑、蘑菇屑、香蕈屑、松子仁屑及盐少许，同入蛋中调匀，装蛋壳中，用纸封口，饭锅蒸熟，剥食之。”^⑤要之，“八珍”系列菜品即以鸡肉、虾仁、香菇等鲜味突出的荤素食材为辅料，取其复合滋味融入主料而成，有类“三鲜”菜式，唯前者用料种类更多。

回顾“八珍”说从食礼到食材的重大转向，还有一个原因也不宜忽略。《周礼》“八珍”究竟为何，经无明文可证，郑注作为一家之言，其解释力终归是有限的。这既使“八珍”得以从《周礼》中独立出来，又造成其作为高端饮食的代名词，只是一个抽象的概念，缺乏稳定的所指，是以后人可以根据不同地域和时代的需求赋予其种种不同的内容。这也解释了为什么有关食材的“八珍”说会成系列地出现。

① 李斗著，陈文和点校：《扬州画舫录》卷9《小秦淮录》，广陵书社2017年版，第104页。

② 参见沙图穆苏编：《瑞竹堂经验方》卷4《八珍散》，《景印文渊阁四库全书》第746册，台湾商务印书馆1986年版，第30页。

③ 杜书瀛译注：《闲情偶寄》卷5《饮饌部》，中华书局2014年版，第555页。

④ 杜书瀛译注：《闲情偶寄》卷5《饮饌部》，中华书局2014年版，第554、555页。

⑤ 徐珂编撰：《清稗类钞》第13册《饮食类》，中华书局2010年版，第6459页。

五、余论

郑注“八珍”由淳熬等八种美食组成的养老礼宴具有丰富的饮食文化内涵。一是讲究食材。制作“八珍”中的不同食物，对食材的部位、品质，乃至种类搭配的比例都有不同的要求，如捣珍须选取牛、羊、麋等五种动物的夹脊肉按同等比例进行混合，渍要求新杀牛肉以美酒湛之。二是工艺繁复。在制作“八珍”时，食材的预处理十分精细，如捣珍及熬在捶打肉类时必须剔去筋膜，渍则要求薄切牛肉且必绝其理；采用的烹饪方式多元复合，包括煮、烤、煎、炸、炮、炖等多种加热方式，炮豚、炮牂的制作须先后经过炮、炸、炖三次加热过程；时间控制精准细腻，或“三日三夜毋绝火”（炮豚、炮牂），或“期朝而食之”（渍）。三是食材和工艺两方面的尽善尽美造就了淳熬等精致的食物，使之成为适合供奉老人的饮食，并分作食、膳、羞三组，形成一种体系性的搭配。相较而言，后世出现的食材“八珍”说，主要聚焦于食材的珍稀性或美味之上，相应的饮食文化内涵已发生了转移。在食材中心主义的影响下，近世宴席多据餐桌上的核心主菜所用食材命名，如燕菜席、鱼翅席、海参席、蛭干席等。^① 饮宴虽然仍然具备礼俗等社会功能，但是对滋味的追求无疑已成为其中的第一要义。从食礼到食材，“八珍”说的演变正是顺应这一趋势的结果。

变化之中，又有不变。郑玄的食礼体系为其“八珍”说确立于礼宴之上提供了理论框架。先秦秦汉时期的贵族饮宴结构是该体系的现实来源，而尽管经历了后世的巨大变化，中国饮食的品种愈加丰富，制作更为精巧，但是一桌中餐宴席始终不离饮、食、膳、羞、酱、筵六要素（见表3）。当代中餐宴席通常由酒水、主食、凉菜、热菜、点心以及干鲜果盘几部分组成。其中，饮和食的现代对应项是明确的。而需稍加解释的是，干鲜果盘和点心在现代中餐中虽然不是佐酒之用，但是作为副食用来提升一桌宴席的丰盛性，与筵食性质相类。餐前凉菜和部分菜品配置的佐食蘸料可以看作酱的现代转化，前者曾经多由各种腌制的开胃咸菜构成。膳、羞两部分在现代中餐中往往由热菜覆盖。席间主菜依然离不开带骨的整肉，如肘子、整鸡、整鱼之类，北方谓之“硬菜”。整肉的多少是衡量宴席是否够分量的标志，够分量便

^① 参见徐珂编撰：《清稗类钞》第13册《饮食类》，中华书局2010年版，第6265页。

是“硬”，“硬菜”同时带来硬气，支撑起的是主人的面子。羹汤的地位有了较大提升，不再只是主菜的副产品，高档的羹汤甚至需要按位呈现，在南方尤其如此。在主菜和羹汤之外，现代中餐宴席中还有大量不拘食材、制作精细、追求口味的菜肴，它们扮演着有类庶羞的角色。

表 3 古今中餐饮宴结构对应情况

饮	酒水	
食	主食	
膳	热菜	主菜、羹汤
羞		滋味菜
酱	餐前凉菜、佐食蘸料	
筵	干鲜果盘、点心	

资料来源：笔者自制。

纵观近代以来的中国饮食，食材之珍，陆上则熊掌、驼峰、猩唇之类，海中则鲍鱼、海参、鱼翅、花胶等物。这些食材的共同特点是蛋白质含量高，胶质丰富，通常需要干制保存，在烹饪前用水涨发，经过长时间的高汤煨炖，最终形成复合鲜味包裹下的腴滑软糯的口感——此为中国高端饮食的重要偏好之一，尤其适合老年人进食。可以说，“八珍”说的内核虽然经过从食礼到食材的变换，但是其间依然贯穿着饮食养老的遗意，诉说着中国文化数千年不变的传统。

（责任编辑：张梦晗）