

听文物讲故事

# 汉代已有分餐制 烧烤火锅受青睐

煮、蒸、烤、炸、煎、炒等烹饪方式,花椒、茅香、桂皮等十余种调味品,涮锅、烤串、蒸菜等百余款美味佳肴,再辅以精美的餐具,配上各类美酒……

从长沙马王堆汉墓出土的文物可见两千多年前、西汉长沙国丞相、轪侯利苍家餐桌上的“排场”。



云纹漆案及杯盘  
湖南省博物馆供图

## 五谷杂粮 荤素搭配

在湖南省博物馆马王堆汉墓展厅,有一个出土肉类食物陈列区,展示出华南兔、猪、梅花鹿、黄牛和绵羊等六种兽类遗骨,雁、鸳鸯、鸭、竹鸡、家鸡、环颈雉等十二种禽类遗骨,还有鲤鱼、鲫鱼、刺鲃、银鲴、鳊鱼和鳙鱼等多种鱼类遗骨。

湖南省博物馆教育员卜楠说,这些动物遗骨体现了当时农业发展的面貌,人们通过驯养、捕猎等方式,将兽禽变成美味,让生活更加丰富。

马王堆辛追墓出土了稻、大麦、小麦、黍、粟、大豆、赤豆、麻籽等11袋粮食作物,其中出土数量最多的是稻谷。除主食外,还有甜瓜、枣、橙、杨梅、枇杷、荸荠、菱角等“时鲜”水果,以及芋、姜、笋、藕、芹菜、蒿菜、苦茶、芥菜、白菜、韭菜、葱、冬葵等蔬菜。

“可见轪侯家的饮食不仅种类丰盛,而且注重荤素搭配、营养均衡。”卜楠说。

在辛追墓发掘过程中,专家发现了一个云纹漆鼎,盖子掀开后,是一鼎莲藕清晰可见的藕片汤。

当鼎被搬到墓坑外时,藕片顿时溶解了大半,等运到博物馆时,已经全部消失。湖南省博物馆马王堆汉墓及藏品研究展示中心主任喻燕姣说,所幸当时及时抢拍了一张照片。这张照片后来被视若珍宝。



云纹漆钫  
湖南省博物馆供图

## 烤串火锅 五味俱全

遣册是丧葬时记录随葬物品的清单。喻燕姣介绍,马王堆汉墓出土遣册有竹简722支,其中有350余支是关于食物、食器的记载。此外,还出土了百余枚木牌,吊系在盛装食物的竹简之上的就有70多枚,用以标识简内食物的名称。

像烧烤、火锅等如今广受欢迎的烹饪方式,在两千多年前就已受到青睐。

从马王堆汉墓陈列展示的《轪侯家食谱》可以看到,随葬食品中,主食、糕点、腊脯制品一应俱全,烹饪方式涵盖了肉羹类、烧烤类、煎炸类、涮火锅、蒸菜类等。当时的珍馐美味已有涮牛肚、涮藕片、烤鹿肉、串烤鲫鱼、煎焖兔、煎焖小雀、鹿肉鲍鱼(咸鱼)笋白羹、蒸泥鳅、枣米糕等。

烧烤是出现较多的烹饪方式。在轪侯利苍

家的食谱上,出现了牛炙、牛荔炙、烤牛乘、豕炙、鹿炙、炙鸡、串烤鲫鱼、串烤鲤鱼等种类繁多的烧烤食物。

喻燕姣说,除了烧烤和火锅,马王堆汉墓里还出土了其他做法的食物。比如,“脍”就是细切肉,通常是生肉;“灌”是水煮肉的一种,一般是与菜混合水煮;还有“熬”,在汉代,“熬”是“煎”的意思。这些基本可以反映汉代菜肴的制作手法。

味道好不好,调料很重要。马王堆汉墓出土的香料,有辛夷、花椒、茅香、佩兰和桂皮等。

卜楠说,汉代餐饮五味俱全。从墓中出土的豆豉、豆豉姜酱、花椒等调味品可以看出,楚地先民对辛辣味型的偏好或“源远流长”。

## 分餐而食 宴饮千杯

汉代人分餐而食,用餐时席地而坐,一人一案。马王堆辛追墓出土的云纹漆案,就是当时分餐制的真实反映。出土时,案上不仅有五个盛装食物的小漆盘、烤肉串、一双竹筷,还有两个饮酒的漆卮和漆耳杯,都是按墓主人生前宴饮的场景摆放。

宴饮除了美食,也离不开美酒。轪侯家饮用的酒有四种:白酒、温酒、助酒和米酒,出土的酒器有盛酒器、温酒器和饮酒器之分。墓中有漆钫出土时器内残存酒类沉渣,根据遣册记载,这是用来盛白酒或米酒的。

而出土的云纹漆钫,外底朱书有“石”字,表明容量为汉制120斤,相当于今天的13.5千克,专家实测容量达19.5升。如此大容量的盛酒器,莫非古人都“千杯不醉”?卜楠解释,当时的酒是由粮食、水果发酵制成,酒精含量较低,酒味不

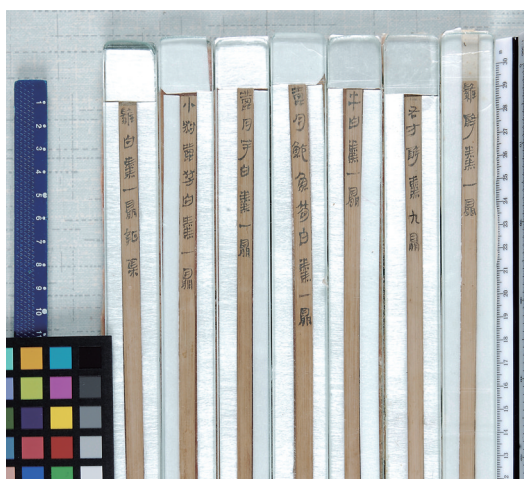
烈,所以古人才能饮海量而不醉。

美酒更需美器来配。马王堆汉墓出土了大小容量不同的漆耳杯,辛追墓出土漆耳杯90件,其中40件漆书“君幸酒”,为酒杯,可见其用途不同。

喻燕姣说,除了酒器,墓中各类成套餐具也展现了汉初饮食礼仪和精致的生活方式。“无论是出土的实物还是食谱,都说明了我国烹饪文化在汉初已经发展到了一个很高的水平,为我们进一步研究传统文化提供了丰富的资料。”

1972年至1974年发掘的长沙马王堆汉墓是西汉长沙国丞相、轪侯利苍一家三口的墓葬,共出土保存完好的女尸、丝织品、帛书、帛画、漆器等3000余件精美的文物,是20世纪中国最重要的考古发现之一。

新华社电 记者张玉洁 孙毅 洪凌



马王堆汉墓出土的遣册  
湖南省博物馆供图



“君幸酒”漆耳杯  
湖南省博物馆供图