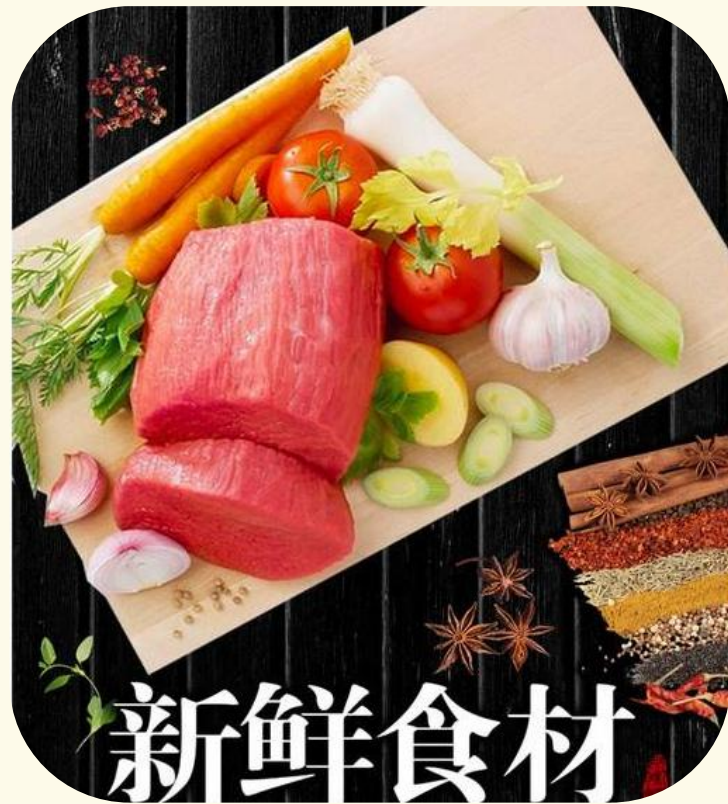


1. 饮食与自然环境

(1) 食物原料的地域差异

在人类饮食文化体系中，食物原料是最基础的部分。原料来源是人类对自然条件充分利用后的产物，它们共同决定人类饮食内容，饮食方法和营养结构。



汉晋时人都吃些什么？



山东诸城汉代画像石《庖厨图》拓片



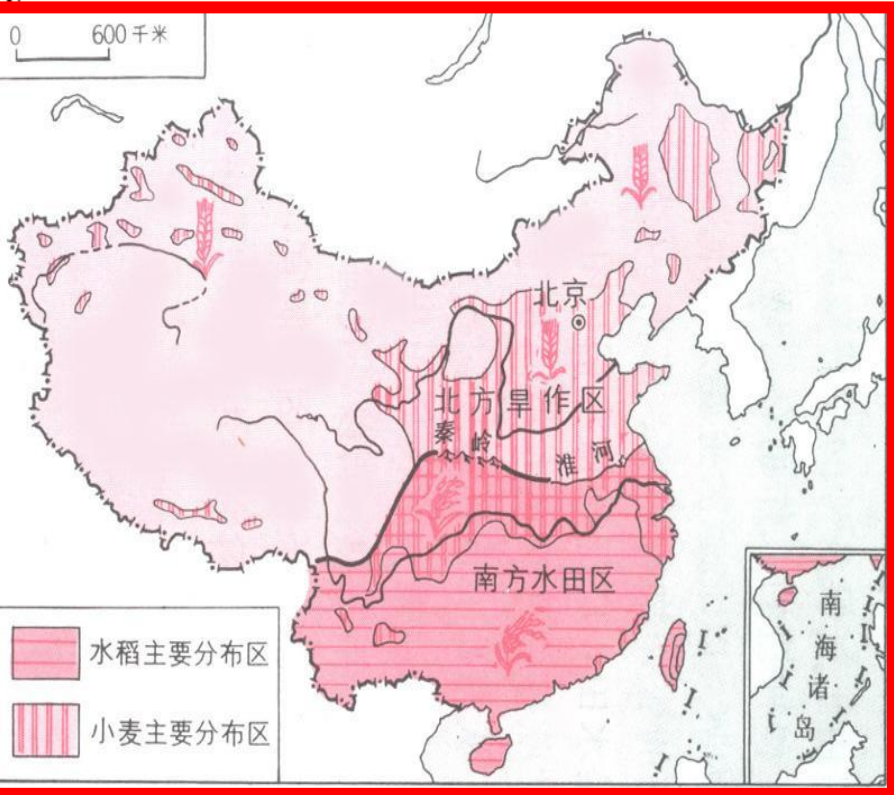
嘉峪关魏晋墓砖画像



探究性学习：各地美食原料特点大探秘



中国粮食主产区与主要牧区分布示意图



寻味云南



(2)饮食风味的地域差异



口味歌

- 南味甜北味咸，
- 东菜辣西菜酸。
- 南爱米北喜面，
- 沿海常食海鲜。
- 辣味广为接受，
- 麻味独钟四川。

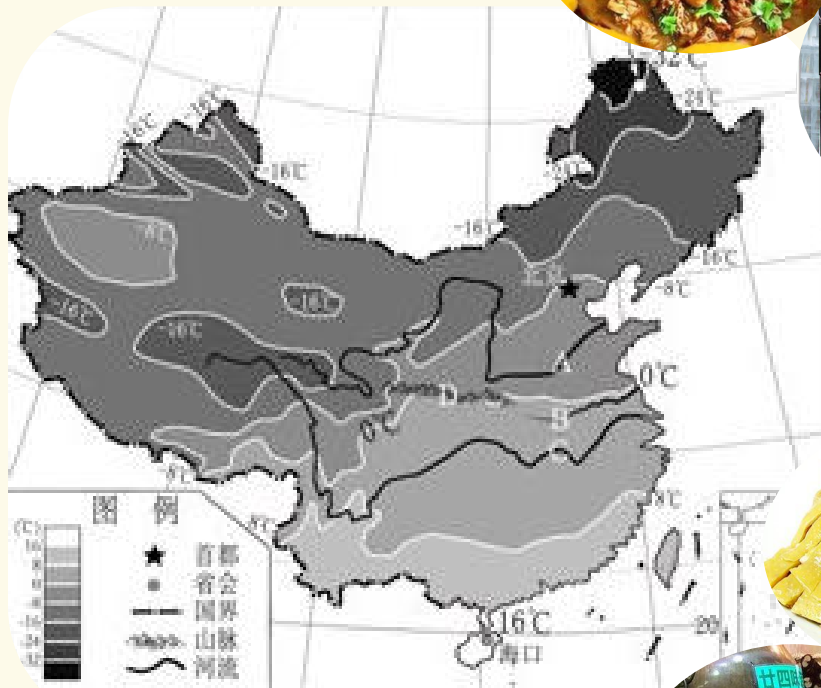
气候对“南甜北咸”饮食口味的影响

- 气候的冷热干湿不同，对饮食习惯有非常明显的影响。
- 温带季风气候区，小麦为主食，杂粮多，蔬菜少。多用菜窖储藏蔬菜、腌制咸菜过冬，饮食口味偏咸。
- 亚热带季风气候区，主要种植水稻，新鲜蔬果四季不断，光照充足，植物中糖分含量高，南方人口味大致偏甜。



温度差异对各地饮食偏好的影响

寒冷期长的东北
好冷冻食物。
四季高温高湿的
岭南地区的粤菜
清淡重本味，喜
喝凉茶



我国一月平均气温分布图



探究学习

①岭南凉茶很流行，在北方地区则很少见？



罗汉果



白茅根



雷公根



车前草



夏枯草



金钱草



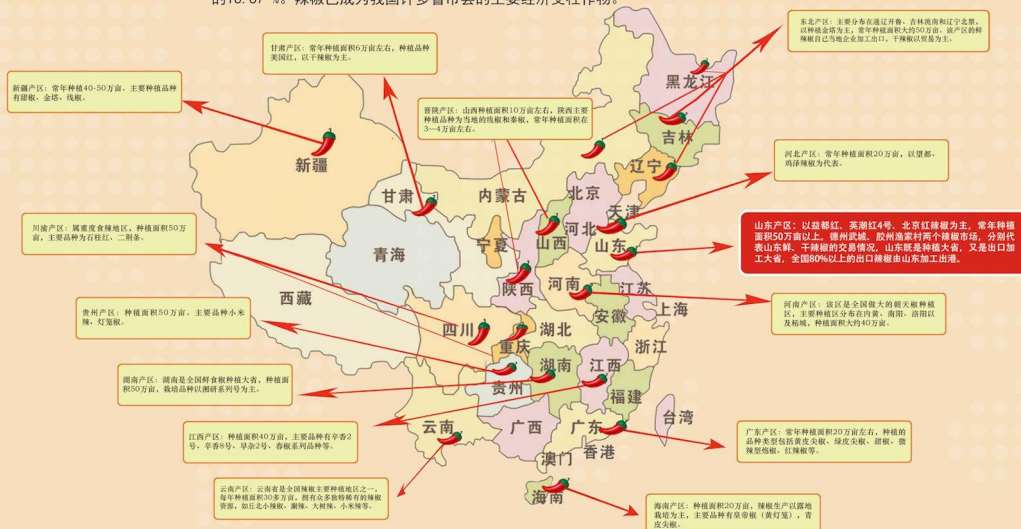
②哪里的人最能吃食辣



四川人吃辣椒，不怕辣；
江西人吃辣椒，辣不怕；
我们湖南人吃辣椒，
怕不辣！

中国辣椒种植分布图

我国辣椒种植面积133万hm²，面积仅次于白菜类蔬菜，占世界辣椒面积的35%；辣椒总产量2800万t，占世界辣椒总产量的46%；经济总产值700亿元，居蔬菜之首位，占世界蔬菜总产值的16.67%。辣椒已成为我国许多省市县的主要经济支柱作物。



2. 食物烹饪文化

某一地区由于地理环境、气候物产、文化传统以及民族习俗等因素的影响，形成有一定亲缘承袭关系、菜点风味相近，知名度较高，并为部分群众喜爱的地方风味流派，称作菜系。

“八大菜系”——鲁菜、川菜、粤菜、闽菜、苏菜、浙菜、湘菜、徽菜。



鲁菜

- 鲁菜又分为胶州派和济南派、孔府菜。
 - 特色：选料精细、刀法细腻，注重实惠，花色多样，善用葱姜。
- 代表菜品：糖醋鱼、锅烧肘子、葱爆羊肉、葱扒海参、锅塌豆腐、红烧海螺、炸蚬黄等。



糖醋鱼



葱扒海参



“八仙过海闹罗汉”

川菜



- 川菜有“七滋八味”之说，“七滋”指甜、酸、麻、辣、苦、香、咸；“八味”即是鱼香、酸辣、椒麻、怪味、麻辣、红油、姜汁、家常。烹调方法共有**38**种之多。
- 代表菜品：鱼香肉丝，麻婆豆腐，宫保鸡丁，樟茶鸭子等。



粤菜

- 粤菜系：广州菜、潮州菜、东江菜（又名客家菜）。
- 特色：选料广泛，讲究鲜、嫩、爽、滑、浓为主要特点。
- 代表菜品：龙虎斗、脆皮乳猪、咕嚕肉、大良炒鲜奶、潮州火筒炖鲍翅、蚝油牛柳、冬瓜盅、文昌鸡等。



湘菜



- 特色：以熏、蒸、干炒为主，口味重于酸、辣，辣味菜和烟熏腊肉是湘菜的独特风味。
- 代表菜品：麻辣子鸡、辣味合蒸、东安子鸡、洞庭野鸭、霸王别姬、冰糖湘莲、金钱鱼等。



闽菜

- 特色：制作细巧、色调美观、调味清鲜。
- 代表菜品：佛跳墙、太极明虾、闽生果、烧生糟鸭、梅开二度、雪花鸡等



浙菜

- 特色：讲究刀工、制作精细、变化较多、富有乡土气息。
- 代表菜品：西湖醋鱼、龙井虾仁、干炸响铃、油焖春笋、西湖莼菜汤等。



苏菜

- 特色：制作精细，因材施艺、四季有别，浓而不腻，味感清鲜，讲究造型。
代表菜品：烤方、淮扬狮子头、叫花鸡、火烧马鞍桥、松鼠桂鱼、盐水鸭等。



徽菜

- 特色：以山珍野味著称，擅长烧、炖、蒸，而少爆炒。其烹饪芡大、油重、色浓。
- 代表菜品：红烧果子狸、火腿炖甲鱼、雪冬烧山鸡、符离集烧鸡、蜂窝豆腐、无为熏鸭等。



课后思考



- 你家乡省会城市的菜系是以哪种为主呢？可以尝试着城市的主要商业街道餐馆为研究对象，研究餐馆主营菜系情况，总结其规律。



3.饮食文化观

(1)中国南北饮食文化观



“食不厌精，脍不厌细。
食饿而餲，鱼馁而肉败，不食。臭恶，不食。失饪，不食。割不正，不食。不得其酱，不食。”
——《论语·乡党》

- 深广及溪峒人，不问鸟兽蛇虫，无不食之。其间异味，有好有丑。山有鳖名，竹有鼠名，鸽鹑之足，腊而煮之。鲟鱼之唇，活而脔之，谓之鱼魂。此其至珍者也。至于遇蛇必捕，不问短长；遇鼠必执，不别小大；蝙蝠之可恶；蛤蚧之可畏；蝗虫之微生，悉取而燎食之。蜂房之毒，麻虫之秽，悉炒而食之。蝗虫之卵，天蟒之翼，悉舂而食之。此与甘带嗜荐何异哉！甚者则煮羊胃，混不洁以为羹，名曰青羹，以试宾客之心。
- ——（南宋）周去非《岭外代答·异味》

议一议：为什么两广人勇于“尝新”？

(2)中西饮食文化比较

内容	中餐 	西餐 
原料选择	珍奇	新鲜
烹调方式	综合	拼盘
烹调标准	浮动	固定
菜肴温度	热菜	生冷
上菜程序	先菜后汤	先汤后菜
菜肴数量	超量	适量
餐饮习惯	会食	分食
饮食用具	筷子	叉刀
饮酒方式	劝酒	自便
环境装饰	热闹	安静



- 饮食文化与地理有着千丝万缕的联系，并因不同的环境（自然环境、人文环境）形成富有特色的地域饮食文化。

