



找记者 上壹点

A11-12

齐鲁晚报

2020年6月25日
星期四思
想
光
华
文
字
魅
力

□ 美编：继红
□ 编辑：徐静



粽子比屈原更早

菰叶包黍米，“以阴裹阳”驱疫避恶

端午吃粽子是为了祭祀楚国大夫屈原，这种说法早已深入人心。不过，端午节是个很古老的节日，最初与屈原并没有啥关系，而吃粽子纪念屈原的说法，也是屈原去世后几百年才被人们附会的。

粽子造型独特，像“牛角包”，属于中国传统食物造型的另类，不过却大有来头。粽子的前身叫“角黍”，它的出现可以追溯到周朝。

西周时期，中国进入礼乐文明。当时，祭祀的最早等级叫“太牢”，主要用于祭祀土神和谷神、企盼农业丰收，所使用的祭祀品是牛、羊、豕三种牲畜。

春秋时期，人们用菰叶包裹黍米，制成角黍，用以替代珍贵的耕牛。可见，粽子最初是作为祭祀贡品而发明出来的。

从角黍的名字可以看出，粽子的原材料最初是黍。黍为五谷之一，又称糜子，在中国种植已有一万年的时间。与现在粮食结构不同，先秦时期，水稻和小麦并非餐桌上的“主力队员”，黍和粟才是主食中的王者。

馅料的进化史

咸粽、甜粽最早出现于南北朝

人们总是在纠结吃咸粽还是吃甜粽，其实，古人一开始并不存在这种“选择困难症”，因为那时的粽子只有原味白粽一种，什么馅料都不添加。

史料记载，晋朝之前，世上只有白粽。所谓的地域差异在于，北方的粽子是用菰叶包裹黍米，而在南方，人们则将黍米装填于竹筒内，称为筒粽。魏晋时期，筒粽逐渐消失，而包裹黍米的叶片拓展为芭蕉叶、荷叶等，再后来则多用箬叶、芦苇叶。

到了唐朝，糯米逐渐取代黍米，粽子的口感更加细腻软糯。同时，人们将白粽做成各种形状，花样繁多、造型精致，有九子粽、百索粽、庾家粽子、粉团粽子等，纯糯米的粽子摇身一变成了花样面点，颜值大大提升。所谓九子粽，就是用彩线将九个粽子扎在一起，唐玄宗曾有“四时花竞巧，九子粽争先”的诗句，可见其风靡程度。

南宋时，人们开始在白粽上淋以蜜糖食用，南宋吴自牧的《梦粱录》里，就有裹蒸粽子、栗粽、金挺裹蒸菱粽、糖蜜韵果巧粽等记载。这种升级版的白粽被称为蜜淋粽子，与宋朝蔗糖产业的发展有直接关系。

清朝的白粽又



端午节裹角黍(故宫博物院藏)

黍有个别名叫“稷”，也就是社稷的“稷”，对中国人有特殊意义。

《诗经》中有“与其黍稷，以享以祀”的记载，可见，用黍米制作祭祀祖先和神灵的贡品在当时是种趋势。由于黍主要生长于黄河流域，有学者推断，角黍很有可能起源于北方。

古时候，人们食用角黍主要是在夏至和端午两个时节。按照古代天文历法和阴阳五行观念，夏至和端午处于阴阳交错之际，并不是个吉利的日子。黍又名“火谷”，生于土中，属阳；菰叶即茭白叶，生于水中，属阴。所以，用菰叶把黍米包起来，就是“以阴裹阳”，有调理中和、驱疫避恶的文化含义。

两晋南北朝时期，夏至节日兴起，人们开始对原先用于祭祀的角黍加以改造，角黍成为夏至时节的特有食物。此后，由于端午节被世人所熟知，并且时间与夏至相近，不少夏至习俗并入了端午。后世的人们认为粽子起源于端午节，并赋予纪念屈原的内涵，显然是“层垒叠成的历史”。

出现了新品种，被称为“竹叶粽”。竹叶粽用竹叶包裹白糯米制成，这种白粽兼有竹叶清香，又含有竹之雅韵，颇符合当代健康饮食的标准。

咸粽最先出现于南北朝，当时人们在米中掺入禽兽肉，包裹成“杂粽”，作为往来馈赠的礼品，这是肉粽的最初形态。到了宋元时期，出现了蛋黄粽、猪肉粽等。清朝，因食用火腿之风日渐兴盛，又出现了火腿粽子。

在当代，南方地区的咸粽更是五花八门。广西特色的“枕头粽”、江浙一带的嘉兴肉粽都很出名。还有的咸粽品种，具有显著的地域特色和民族特色。西南地区的人们，利用特产芭蕉和竹筒制作粽子，将调好味的糯米或香米装入竹筒中，再加入鸡肉、香肠等。

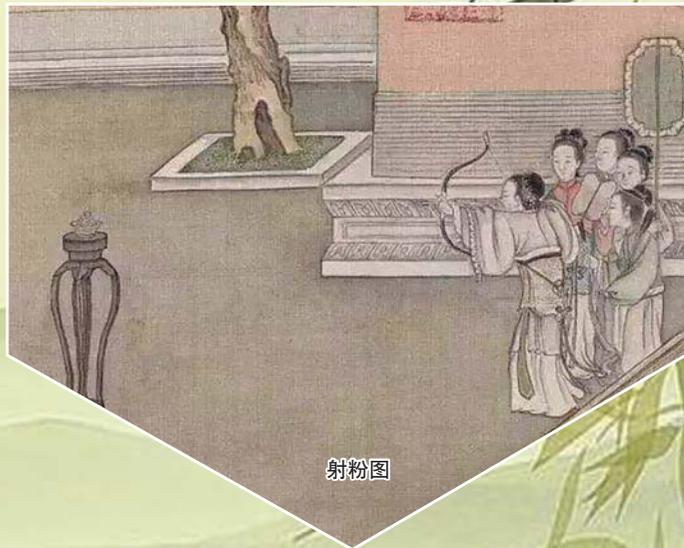
“相爱相杀”的甜粽，大致与咸粽同时出现。南北朝时期，人们将红枣、板栗、红豆裹入粽子里，为粽子增添新的口味。到了宋朝，人们将果品入粽，称为蜜饯粽子。有些商家还将粽子堆成楼台亭阁、木车牛马来招揽生意，成为都市街头一景。明朝甜粽的馅料又增添了豆沙、松子、核桃等，品类趋于完善。

今天是中国传统的端午佳节。端午节起源于上古先民择“龙升天”吉日祭龙祖，注入夏季时令“祛病防疫”风尚，把端午视为“恶月恶日”起于北方中原，端午风俗形成可以说是南北风俗融合的产物。本期《人文周刊》特推出端午节专题。

每年一到端午节，关于粽子的“南北大战”便甚嚣尘上。平日里南甜北咸的饮食口味，到了端午节这天却转了180度，围绕粽子的“鄙视链”，总能为这个节日带来无尽谈资。一枚小小的粽子，藏着许多令人惊异的文化印记。

粽子的秘密

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 张九龙



射粉图

祖先味觉的朦胧记忆

两宋之交南北咸甜大挪移

中国北方和南方的饮食口味差异颇大，平时有“南甜北咸”的说法，到了端午这天却出现“南咸北甜”的争论。这种神奇的现象，绝非是过节尝尝鲜、换个口味那么简单。

如果时光倒退一千多年，我们会发现“甜党”“咸党”的分布，跟今天有着天壤之别。北宋沈括的《梦溪笔谈》，将当时的口味分布概括为“大抵南人嗜咸，北人嗜甘”，与今天的甜咸地图完全相反。

在《梦溪笔谈》里，宋朝的北方人，居然爱好蜜蟹、糖蟹这类听起来都会觉得喉咙发痒的食物。生活在东京汴梁城的苏舜钦，更是糖蟹的忠实粉丝，留有“霜柑糖蟹新酷美，醉觉人生万事非”的诗句。此类北方人嗜甜的证据，在宋朝的文学作品中还有很多。

“南人嗜咸”，今天倒是还能找到一些实例。宁波台州等地盛产海产品，当地人嗜好咸鱼和虾酱，因味道奇咸，很难被周边的人群接受。绍兴人同样口味较重，扣肉在苏锡常原本是著名的甜味菜，可到了绍兴，加入梅干菜后变成了咸味菜。

咸甜之争，本来没啥可争的。喜欢吃甜食，可以说是人的生物学本能，与生俱来。但科学研究认为，糖分的摄入和生活水平息息相关。

这是因为与盐相比，糖并不容易获取，在古代中国尤其困难。早期中国的本土甜品，是用大麦或米熬制成的糖稀，称为“饴”，也就是麦芽糖之类的东西。因为耗费粮食，制作成本不低，普通家庭并不能实现“饴糖自由”。

蜂蜜是另一种带甜味的食材，但曾一度是贵重的舶来品，只能供贵族享用。《神雕侠侣》里小龙女整日以蜂蜜为食的情节，对平民来说，连想都不敢想。

今天，人们提取糖分的主要材料是甘蔗。甘蔗起源于南亚次大陆，在中国最早出现于汉朝。汉朝的甘蔗种植多以园圃小规模种植为主，产地限于南方，食用方法近似果蔗，要么直接嚼食，要么榨取蔗汁饮用。

到了唐朝，甘蔗制成的蔗糖才在中国广泛生产，此时蔗糖又

称作石蜜。不少史料都显示，制作蔗糖的技术来自西域或者印度，如《新唐书》里记载，唐太宗曾经派遣使者，到位于印度的摩揭陀国求取熬糖的方法。在引入熬糖法以后，中国改进了生产技术，糖的品质才超过西域。

虽然唐朝时熬糖法已传入中国，但宋元时期砂糖仍然是较为珍稀的材料，经常需要从大食等国贸易进口。所以，当时的糖价格不菲，高质量的糖霜更是难求。黄庭坚曾经收到四川友人寄来的糖霜，为此专门作诗答谢。

直到宋朝，没钱是吃不起糖的。所以，《梦溪笔谈》里，经济发达且有首都物资之利的北宋东京汴梁城，市民们嗜甜也就不奇怪了。当时，不仅上层社会嗜糖如命，而且首都夜市有大量甜品糖水贩卖，平民百姓也能一享甜食之快。

这种情况毕竟是少数，绝大多数吃不起糖的地方，人们就只能继续吃盐了。

南北口味的真正改变，是在两宋之交。当时中原沦陷，大批中原人跟随宋王室移居江南，他们把自己习惯的甜味带到江南。加上中国的经济重心已经由北方转移到南方，富裕起来的江南人，开始学着北方移民吃起甜食。

其中，得风气之先的太湖平原受影响最大，自此，南方甜味菜肴便层出不穷。江浙地区菜肴看似清淡，其实苏南、上海、浙北地区的菜肴口味相当厚腻，即所谓的“浓油赤酱”。红烧肉、松鼠鳜鱼、樱桃肉等知名菜肴，在烹饪过程中都要使用大量糖调味。

郑子宁在《东言西语》一书中指出，在南方人口味变甜的同时，长期战争的北方，经历经济衰退、作物减产的痛苦，吃糖在北方越来越变成一种奢侈的事情。相比而言，食盐生产并不占用耕地，用盐调味即成为了替代选项。至此，一场轰轰烈烈的“咸甜大挪移”终于完成。

然而，粽子却是另类。这种节日食物，由于具有慎终追远的祭祀功能，在口味上有意无意地保留了先辈的印记。粽子“南咸北甜”，是遥远故土的味道，远到上千年、上千里，隐含着丰富的移民史、经济史、民俗学的密码，等待人们去破译。