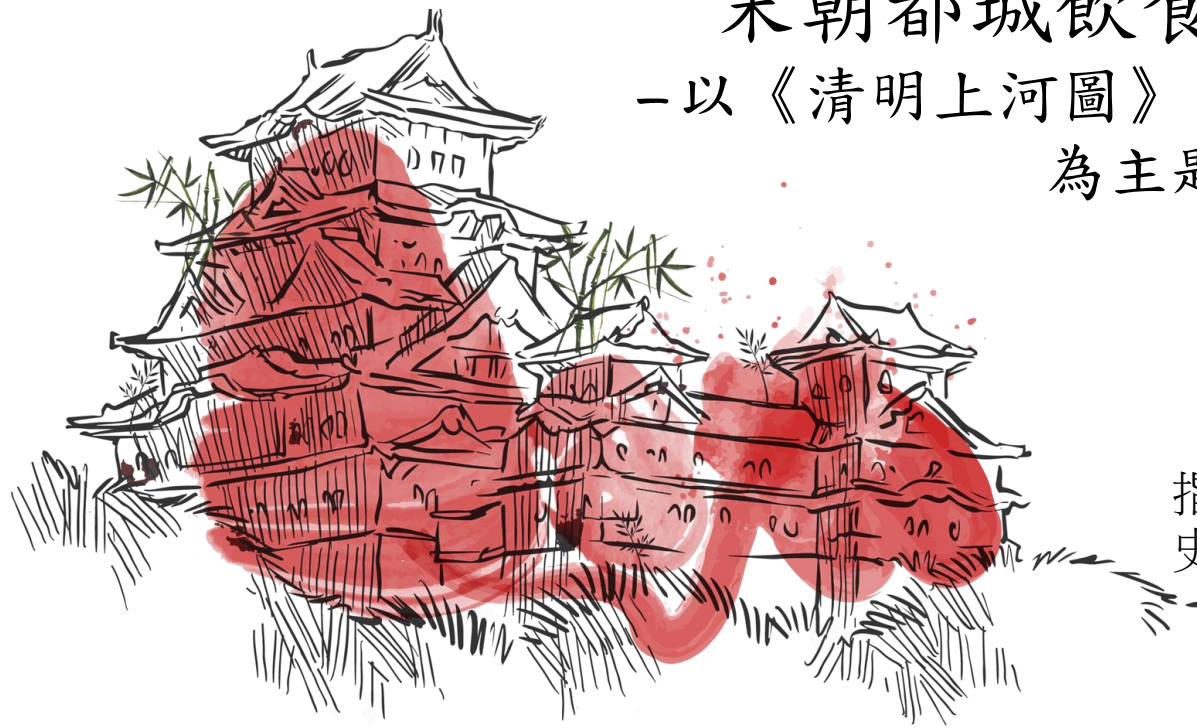


宋朝都城飲食文化初探

—以《清明上河圖》、《東京夢華錄》
為主題



指導教授：李淑珍 老師
史地四 陳葭仔

目錄

01 前言

02 宋朝文化特色

03 北宋飲食生活

04 兩宋飲食文化比較

05 結論

06 參考文獻

01

前言

前言

- 北宋時代特質的衝突性
- 俗話「民以食為天」
- 《清明上河圖》中飲食店鋪與民眾間的關係
- 《東京夢華錄》中的飲食文化特色
- 南宋與北宋都城間飲食文化的關係

02

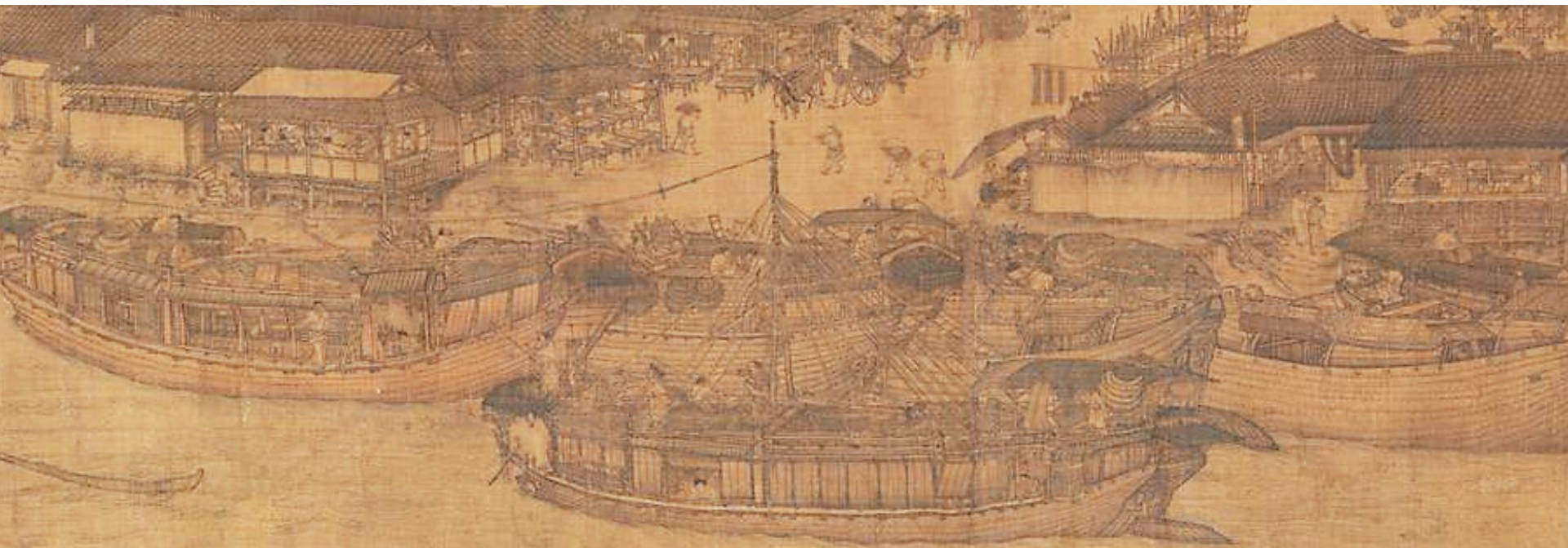
宋朝文化特色



文化依托於由人類組成的社會之中，
從人類的社會中萌芽、發展

宋朝文化特色

- 教育普及
- 貿易發達



03

北宋都城飲食生活



汴京地處中原地區，繼承自唐朝以來的文化傳統，但也因為長年戰爭而受到影響

飲食文化

- 貴羊賤豬，但豬肉的食用量有上升的趨勢。
- 北宋初水產品食用量不高，中後期則逐漸上升。
- 蔬菜品種豐富，瓜果入菜，素菜形成菜系。



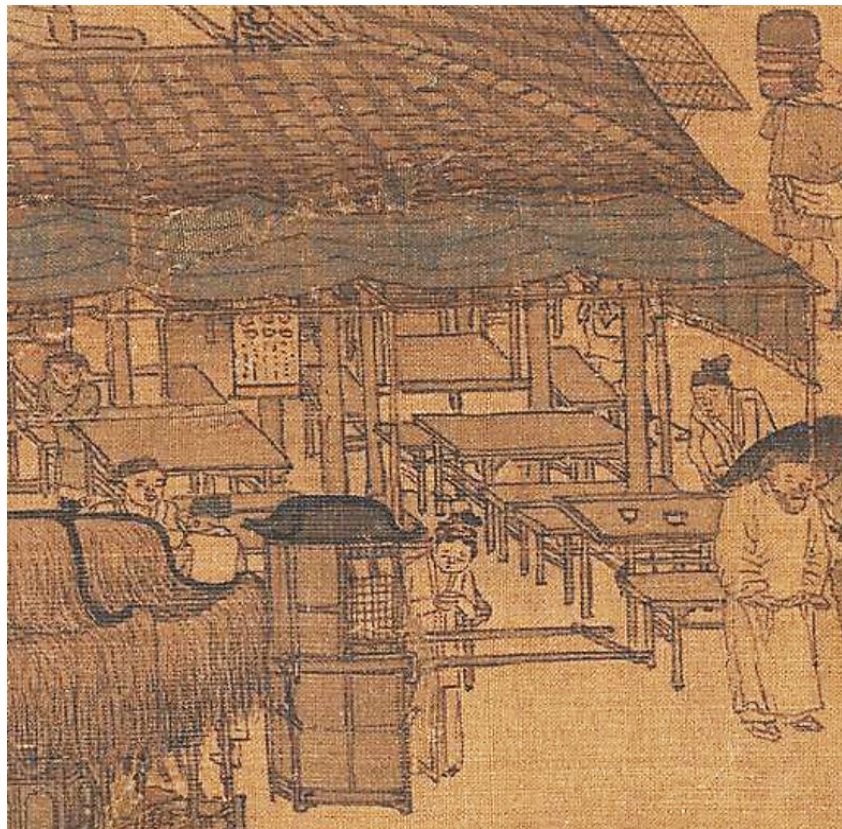
飲食文化

- 米酒和果酒作為平常飲用，而配製酒作為節日用與藥用
- 在飲茶方式上，有煎茶與點茶兩種，百姓間則有在茶中加料的情形。



飲食文化

- 朱彧《萍洲可談》載「今世俗客到則啜茶，去則啜湯。」



飲食文化

- 冰品已經能夠直接供應到市面上，且價格應該相對平價。六月的時令食物中就有涼水及冰品。



飲食店舖

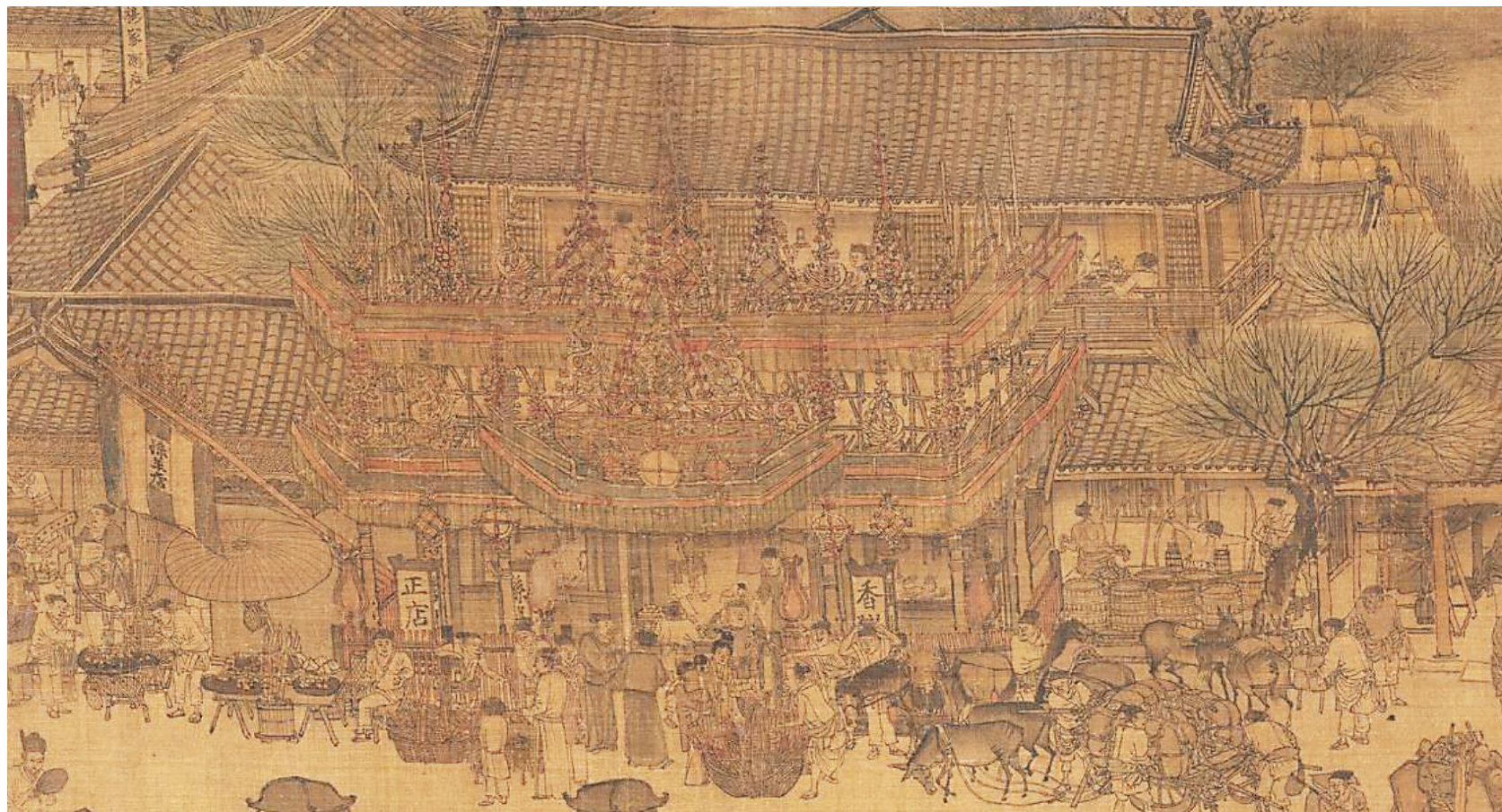
「市井經紀之家，往往只於市店旋買飲食，不置家蔬。」

- 以規模分類：

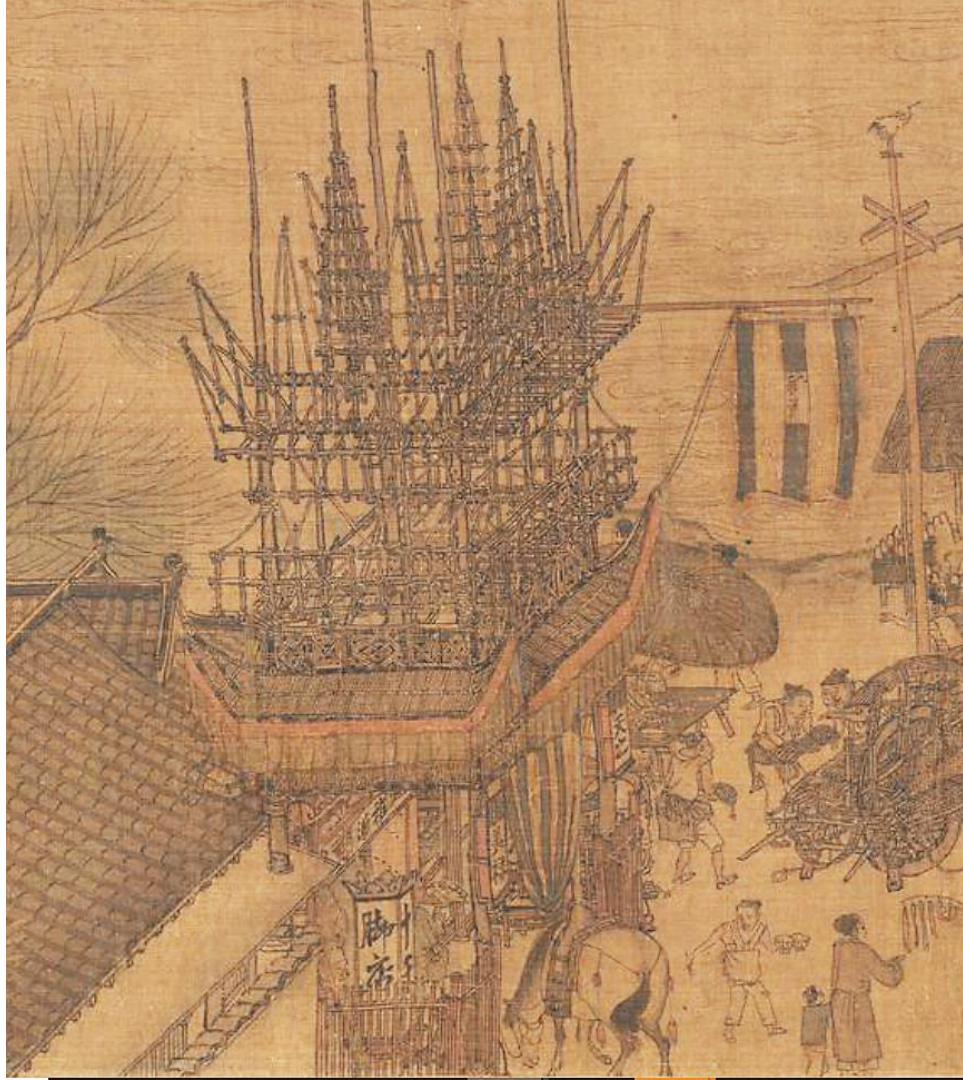
1. 「大凡食店，大者謂之分茶。」
2. 正店則特指大型、正式的酒店。
3. 腳店則是正店之分店，或是小規模做零售的酒店，須向正店批發酒。

- 以販賣菜系分類：南食店、川飯店、北食店、素分茶。

正店



脚店



提供服務

- 店鋪內的正式員工都力求服務過程能夠盡善盡美，客人對於餐飲服務的要求很高。
 1. 營業時間：「大抵諸酒肆瓦市，不以風雨寒暑，白晝通夜，駢闐如此。」
 2. 下酒菜：「……逐時旋行索喚，不許一味有闕。」
 3. 衛生條件：「凡百所賣飲食之人，裝鮮淨盤合器皿，車檐動使奇巧可愛。食味和羹，不敢草略。」

04

兩宋飲食文化比較



宋室南渡後，決定在臨安
(今杭州)安頓下來。

南宋飲食文化

「杭城風俗…蓋學汴京氣象，及因高宗南渡後，常宣喚買市。」

- 食米食者多，食麥食者數量上升
- 推崇羊肉，豬肉食用量卻上升
- 「杭人喜食鮮」
- 水果汁出現

南宋飲食店鋪

- 酒店分成民營以及公營
- 茶店普遍，功能多元
- 有風味食店，但不地道



兩宋飲食文化比較-食物

飲食	主食	副食(肉)	副食(菜)
北宋汴京	麥食多	羊肉多	同
南宋臨安	米食多	豬肉多	同

兩宋飲食文化比較-食物

飲食	飲品(酒)	飲品(茶)	飲品(湯)	冰品
北宋 汴京	同	產地遠	同	同
南宋 臨安	同	產地近	同	同

兩宋飲食文化比較-店鋪

飲食	酒店	茶店	食店	小販
北宋 汴京	皆民營	功能較 少	有風味 食店	同
南宋 臨安	民、公 營	功能較 多	少風味 食店	同

05

總結

■ ■ ■

總結

- 因教育普及與貿易發達，各地飲食特色匯聚汴京
- 客人極其要求服務品質，導致相關職業出現
- 遺民與皇室移入使臨安飲食文化帶有汴京特色
- 為仿效汴京而使自身飲食文化更加精緻
- 南宋末年後，南北都城飲食文化再無分別

參考文獻

一、古代文獻

- 孟元老著，嚴文儒注譯、侯迺慧校閱，《新譯東京夢華錄》，三民書局，2004年。
- 吳自牧，《夢梁錄》（《知不足齋叢書》本）
- 管竭忠，《開封府志》

（《夢梁錄》、《開封府志》出自於：中國哲學書電子化計劃）

二、專書

- 王明蓀編撰，《大城小調——東京夢華錄》，時報文化，1998。
- 孟元老著、黃驗注釋，《圖解東京夢華錄》，實學社，2004。
- 杭侃、宋峰，《東京夢 清明上河圖》香港：商務印書館，2019。
- 姚瀛艇主編，《宋代文化史》，雲龍出版社，1999。
- 張臨生，《繁華之城 東京夢華錄》大塊文化，2011。
- 趙廣超，《筆記《清明上河圖》》香港：三聯出版，2010。
- 賈克·謝和耐，《南宋社會生活史》（馬德程譯），中國文化大學出版部，1982。
- 劉海永，《餐桌上的宋朝》時報出版，2018。
- 劉煒主編、杭侃著，《兩宋——在繁華中沉沒》香港：商務印書館，2001。
- 薛鳳旋，《《清明上河圖》與北宋城市化》香港：中和出版，2015。

參考文獻

三、期刊論文

- 成蒨，〈北宋開封飲食服務業述論〉，《四川師範大學學報》，2003年第30卷第2期，頁127-133。
- 朱瑞熙，〈重新認識宋代的歷史地位〉，《河北學刊》，2006年第5期，頁96-98。
- 朱瑞熙，〈南宋臨安府的飲食文化〉，《杭州：生活品質》，2013年第4期，頁17-19。
- 吳海濤，〈北宋時期汴河的歷史作用及其治理〉，《安徽大學學報》（哲學社會科學版），2003年第27卷第3期。
- 吳潔盈，〈論范成大使金路途的心境變化——以《北征小集》為中心〉，《中國文學研究》，2017年第43期，頁49-82。
- 余輝，〈張擇端《清明上河圖》卷新探〉，《故宮博物院院刊》，2012年第5期，頁112-140。
- 林大崱，〈《清明上河圖》中古代建築的文化特色〉，《芒種：下半月》，2014年第4期，頁221-222。
- 周寶珠，〈《清明上河圖》與清明上河學〉，《河南大學學報》（社會科學版），1995年第35卷第3期，頁1-8。
- 柯宏偉，〈從《清明上河圖》看北宋東京酒店建築的特色〉，《河南大學學報》（社會科學版），2004年第44卷第4期，頁123-125。
- 張建，〈《清明上河圖》中的虹橋市井——北宋東京研究〉，《河南社會科學》，2009年第17卷第3期，頁122-124。
- 陳韻如，〈張擇端《清明上河圖》的畫義新解〉，《美術史研究集刊》，2013年第34期，頁43-230。
- 黃淑祺，〈汴杭舊夢——兩宋都城的地理想像與歷史集體記憶：以《東京夢華錄》、《夢粱錄》、《武林舊事》等宋元筆記為主要考察對象〉，《道南論衡：2009年全國研究生漢學學術研討會論文集》，2010年，頁57-76。
- 華國梁，〈從「兩夢」看北、南宋都城飲食風俗的異同〉，《揚州大學烹飪學報》，2002年第19卷第4期，頁3-7。
- 劉朴兵，〈北宋時期中原居民的副食結構〉，《殷都月刊》，2005年第一期，頁35-38。
- 劉朴兵，〈從飲食文化的差異看唐宋社會變遷〉，《史學月刊》2012年第9期，頁50-61。
- 鐘儒、徐吉軍，〈論南宋臨安市民的飲食生活〉，《中國古都研究（第十輯）——中國古都學會第十屆年會暨學術研討會論文集》，頁238-257，1992。

參考文獻

四、碩士論文

- 占煥，〈從《夷堅志》看南宋日常生活〉，華中科技大學碩士論文，2015年。
- 成蔭，〈南宋臨安飲食服務業研究〉，四川師範大學碩士論文，2003。
- 張代親，〈南宋范成大使金研究〉，東吳大學碩士論文，2012。
- 葛昕，〈從《夢梁錄》看南宋臨安市民階層的都市生活〉，華東師範大學碩士論文，2013年。
- 劉朴兵，〈北宋時期中原地區的飲食文化〉，華中師範大學碩士論文，2001。

五、網路資料

- 張擇端，《清明上河圖》，故宮名畫記，北京故宮博物院官網。網址：
<https://minghuaji.dpm.org.cn/paint/appreciate?id=592d80e225aac624977fee2e19452c1f>
- 清明上河讀宋朝(五)大街上的五行八作，《百家講壇》，2012年5月13日。(上傳日期2013/5/3) 網址：<https://www.youtube.com/watch?v=deiXz76t7v4>



Thanks