中央研究院歷史語言研究所集刊
第七十一本，第二分
出版日期：民國八十九年六月

中國古代的生食肉類餚饌——膾生

蕭　璠*

自從有火食以來，漢族人一直還是吃各種禽、獸、魚、甲殼類和貝類的生肉的。這些現作現吃的各種生肉稱爲「膾」或「生」，或「膾生」。但膾生不是日常生活的餚饌，而始終是帝王、貴族或富豪人家的佳餚，宴飲中的盛饌，是普遍地受人珍視的美味珍饈。食用膾生是韻事，是賞心樂事。

在淮河以南，人們易於獲得各種水產，魚生食俗遠盛於北土。南方人也常把魚鱠視爲南土特有的家鄉菜。在江南一帶，嗜吃生魚者尤多。

膾生必須選用極新鮮的肉、魚來製作，切成薄片的稱爲「軒」或「膜」，再將薄片細切成絲的叫做「膾」，剁成碎末的稱爲「臊」或「臊子」。切得越薄越細就越理想。切膾時用紙來吸去殘血，但到晚明時魚鱠已改爲切片，而不流行切絲，並用水來清洗殘血了。

膾生常用的調味料有芥子醬、八和齏和膾醋等。自隋代開始並用各種生菜來拌食。膾生菜餚還很講究色彩和造型上的視覺美感。

膾生可以補益身體或治療疾病，但生肉有毒，在不當的時刻食用，或攝取過量，或與某些食物同吃時都會產生病害。而所拌食的各種調味料和生菜則可以防治這些病害。

漢人膾生食俗的衰落，禽類、獸類先於魚類，在地域上則北地早於南土。約在明清之交，禽、獸肉生已經消失了，魚生則以殘餘的型態繼續流行於嶺南和杭州灣地區。

關鍵詞：膾 生 膾生 魚生 齏

* 中央研究院歷史語言研究所

目 次

中文摘要

一、引言

二、關於「魚生」、「膾」以及「生」

（一）嶺南人與魚生

（二）魚生食俗不限於嶺南

〔1〕考古學的證據 〔2〕「魚生」並非粵語獨有的語詞

（三）名詞「生」的起源和「膾」、「生」的意義

三、膾生的種類

（一）各種獸肉膾生

（二）禽類、介殼類及貝類膾生

（三）各種魚類膾生

〔1〕鯉魚、魴魚 〔2〕鱸魚 〔3〕鯽魚 〔4〕鮽魚、鯇魚、鱒魚和青魚

四、膾生在古代餚饌中的地位

（一）人主玉饌

（二）御賜奇味

（三）進奉貢品

（四）宴席盛饌

（五）滋味之極

（六）賞心樂事

五、魚鱠食俗的地域分布——南盛於北

（一）南北地理背景的差異

（二）魚鱠非北方風味

（三）魚鱠之鄉盡在南土

（四）南方家鄉菜

（五）南人嗜食生魚者多

六、膾生的製作

（一）材料必須新鮮

（二）選材及初步料理

（三）膾手與刀工

〔1〕切片和切絲　〔2〕切末　〔3〕膾不厭細和斫膾能手

（四）血水的處理

（五）調味料及拌食生菜

〔1〕芥醬　〔2〕膾蘘和膾醋　〔3〕芼以各式生菜

（六）乾膾的作法

（七）膾生餚饌的色彩和造形

〔1〕金玉交輝與青紅相映　〔2〕詩情畫意的造形

七、膾生與健康

（一）膾生的補益和療疾效用

〔1〕野生動物膾生　〔2〕家畜膾生　〔3〕各種魚生

（二）膾生的害處

（三）食用膾生致病的緣由

〔1〕食用膾生的適當時節

〔2〕攝取過量

〈1〉食用過度所引起的一些疾病或不適

〈2〉防治因食用過量而引起不適的羹湯、生菜和調料

【A】骨淡羹【B】橘皮【C】香薷與蓼【D】醋【E】葫與蒜

【F】梅、生薑與桂【G】蘿蔔、蜀椒【H】草果和胡椒

【I】芫荽

〔3〕不宜生吃的魚、肉

〔4〕幾種不宜吃膾生的人

〈1〉孕婦　〈2〉老人　〈3〉病患及疾病新癒者

〔5〕合食禁忌

（四）吃膾生習慣的戒斷

〔1〕孫思邈　〔2〕婁居中

八、膾生的式微
（一）肉生的由生到熟
〔1〕雞生　〔2〕獸肉膾生
（二）魚生的盛極轉衰
〔1〕北方魚生食俗的消失　〔2〕吳興生吃魚鱠之風的沒落
〔3〕一些食譜和方志裡的訊息　〔4〕魚生食俗的殘餘
九、結語
引用書目
英文摘要

一、引言

上古時代，包括古代華夏民族在內的各族群，在區別本族與外族時，曾經採用過許多各式各樣的標準，例如語言、髮型、服飾和飲食習俗等等。[1]《大戴禮記・千乘》篇說：「子曰：『……東辟之民曰夷……有不火食者矣；南辟之民曰蠻……有不火食者矣；西辟之民曰戎……有不火食者矣；北辟之民曰狄……有不火食者矣；及中國之民曰「五方之民」……』。」[2] 不論孔子是否真的說過這樣的話，我們可以確定，這段語錄實際上是在表達一項訊息，即宣示華夏民族所以異於外族的飲食習俗是「火食」。戰國縱橫家書《闕子》曾揭舉過一則故事，表明「火食」的華夏民族對不吃生肉這一點是十分堅持的：「義渠之人合烹龜鱉不熟，臊穢腥臭。中國火食之民雖饑餓三日，不啓口，至死弗食也。」[3] 這樣的看法到了漢代儒者的手上更得到了經典化，漢文帝令博士、諸生所編撰的《禮記・王制》篇說：「中國、戎、夷，五方之民，皆有性也，不可推移。東方曰夷，被髮、文身，有不火食者矣。南方曰蠻，雕題、交趾，有不火食者矣……五方之民，言語不通，嗜欲不同……。」聲明漢人和東方、南方外族之間的一項重要差別是漢人「火食」，即熟食；而有些東方、南方的異族則「不火食」，也就是生食。[4] 自漢代以來，儒家思想對中國影響的巨大深遠，是其他各派思想，乃至佛、道等宗教所不能望其項背的。〈王制〉篇給我們的印象是漢族人是不吃生肉的。一直到今天，提起吃生魚片，一般的中國人（特別是漢族人）總以爲那是日本人的習慣；而日本人也以爲吃生魚片是日本人自己而不是中國人的食俗。[5]

---

[1] 見《左傳》襄公十四年（前559年）載姜戎駒支對晉范宣子所說的一段話：「我諸戎飲食、衣服不與華同……言語不達。」又，《論語・憲問》：「…子曰：『…微管仲，吾其被髮、左衽矣…』。」

[2] 據王聘珍，《大戴禮記解詁》，頁18，卷一。

[3] 見唐虞世南，《北堂書鈔》卷一四二，葉1，〈酒食部（一）・牲篇（一）・解怒〉條引。

[4] 一直到清代還有記載提到一些南方的非漢人民族的生食習俗，例如清胡鳴玉，《訂譌雜錄》（據清嘉慶陳春刊《湖海樓叢書》本影印，輯入《百部叢書集成》），卷三，葉8，〈蜑〉條：「蜑，壇上聲，南海夷種曰蜑户，以舟楫爲家，采海物爲生，且生食之。」

[5] 趙立涌，〈赫哲人喜食生魚〉：「去過日本的中國人，都以嘗到日本的生魚片爲快。然而你可知道，我國的赫哲族也有吃生魚的習慣。」（見《民族》1991.6：29）言下之意，完

其實上古時代的華夏民族是相信自己的祖先曾經有過一段食用生肉（包括魚肉）的時期的。如《荀子・禮論》篇說：「大饗尙玄尊，俎生魚，先大羹，貴食飲之本也。」[6] 又《呂氏春秋・適音》篇說：「大饗之禮，上玄尊而俎生魚，大羹不和，有進乎味者也。」[7] 又《禮記・樂記》：「大饗之禮，尙玄酒而俎腥魚，大羹不和，有遺味者矣。」這項祭禮以及它的意義反映了戰國秦漢間人們認爲遠古時代的先人是吃生魚的；後來，經過了一段時期，才發明了火食。《韓子・五蠹》篇說：「上古之世……民食果蓏蜯蛤，腥臊惡臭，而傷害腹胃，民多疾病；有聖人作，鑽燧取火，以化腥臊，而民悅之，使王天下，號之曰『燧人氏』。」[8]《管子・輕重戊》篇則把人工取火、創始熟食的功勞劃歸給了黃帝：「黃帝作鑽燧生火，以熟葷臊。民食之，無茲腊之病，而天下化之。」[9] 又，《禮記・禮運》篇說：「昔者先王……未有火化（鄭注：「食腥也」），食草木之實，鳥獸之肉，飲其血，茹其毛……後聖有作，然後脩火之利……以炮以燔，以亨以炙……」[10] 這幾段文字更加深了我們的印象，認爲這種不吃生肉的飲食習俗起源於遙遠的上古或新石器時代。北京猿人使用火的遺跡發現之後，有人更順理成章地把這想法上推到了「遂古之初」。[11]

然而自從有火食以來，華夏・漢族人究竟有沒有吃生肉（本文中所使用的「肉類」是包括一切禽、獸、魚、蝦、蟹或介殼類、貝類等動物的肉在內的最廣義

全不曉得漢族中國人也有過吃生魚的傳統。又見日本華人周達生所撰《中國の食文化》，頁194。日本學者林巳奈夫在所撰《中國古代の生活史》一書中也以爲今日的中國人不吃生魚、生肉。見該書頁54。

[6] 引文據清王先謙，《荀子集解》，頁351，卷十三。按《大戴禮記・禮三本》「食飲」作「飲食」。

[7] 見許維遹，《呂氏春秋集釋》卷五，葉12，〈仲夏紀〉。

[8] 據陳奇猷，《韓非子集釋》下冊，頁1040。

[9] 據戴望，《管子校正》下冊，頁414。

[10] 張舜徽認爲「茹毛飲血」並不是指食用動物而言。「毛」是《左傳》隱公三年「澗谿沼沚之毛」的「毛」，依杜註，即「草」；「血」據《管子・四時》篇「寒生水與血」註，亦水之類。見其四十歲以前所撰《廣文字蒙求》，葉82-85（輯入《舊學輯存》，頁170-175）。又見所撰《中國古代史籍校讀法》，頁262。但此處的茹毛飲血出現在「鳥獸之肉」之後，這樣解釋，就十分牽強了。同時《禮記・禮運》篇的作者在這裡藉著「茹毛飲血」和「火食」表達了一種「發展、進步」的概念，如果按照張先生的解釋，這層重要的意義就被抹殺掉了。因此我們認爲在〈禮運〉篇這樣的場合中，這樣的解釋是不必要的。

[11] 有人把北京人看成是傳說時代的燧人氏。例如徐亮之，見所著《中國史前史話》，頁95-102。但人工生火和保存、利用自然的火其實是不容相混的兩回事。

的「肉類」[12]）的習俗呢？如下文所述，確實是有；那又吃什麼？怎麼個吃法？這些肉食在古代生活中占有什麼樣的地位？吃生魚、生肉的食俗都分布在些什麼地方？對於食用這些肉類，人們有些什麼特別的看法？爲什麼在今天一般的人們已經不知道這種食俗了呢？本文擬就現捕現宰、現作現吃，而非採用風、臘、腌、漬、糟、釀等方式製作的生食肉類菜餚來對這些問題進行探討，並嘗試提出答案。

二、關於「魚生」、「膾」以及「生」

（一）嶺南人與魚生

實際上，漢族人是吃生肉的，一直到今天還是如此。[13] 一九五一年廣州中山大學醫學院病理研究所的梁伯強發表了〈吃「魚生」是多麼危險啊！〉一文：「在廣東（尤其是廣州和汕頭），人們喜歡吃『魚生』，即是將生的魚片，用熱粥送下（『魚生粥』），味美而可口……」[14] 一九八〇年語言學者高華年說：「廣州一些人喜歡把活的魚殺了，切成片，加上一些配料，就這樣吃。這種魚片，廣州人叫做『魚生』。」[15] 近年醫學工作者也指出廣東和廣西兩省區的居民有吃

---

[12] 在現代漢語普通話裡，「肉」的狹義意義是不包括「魚」在內的，如「大魚大肉」、「雞、鴨、魚、肉」。但其最廣義的意義，即包括「魚」及其他動物的軀體在內則出現得相當早。如梁武帝蕭衍〈斷酒肉文〉說：「又有一種愚癡之人云：『我只噉魚，實不食肉。』亦應開示：此處不殊，水陸眾生，同名爲『肉』。」見釋道宣撰，《廣弘明集》，頁307，卷二六。

[13] 居住在陝北一帶的漢人現在還有一種相當特別的習俗，即在婚禮當中，新娘入男方家門時，男方家人要給她吃一小塊生豬肉。當然，這並不是一種菜肴。今日在台灣的漢族中國人有時也吃生魚片、吃生牡蠣或蠔。這當是受日本人和香港中國人影響的結果，而跟非漢族的台灣原住民的飲食傳統倒沒有什麼關係。漢族人來到台灣後發現這裡的一些土著是吃生魚、生肉的，見清代范咸、六十七，《重修台灣府志》卷十四，葉21，〈風俗（二）・番社風俗（一）・諸羅縣（二）・飲食〉條：「魚、蝦、鹿、麅俱生食。」注意到這件事並且把它記錄下來，足以反映當時到台灣的漢人是不吃生魚、生肉並且不曉得漢族人是有過吃生魚、生肉的傳統的。

[14] 見出版於上海的期刊《大眾醫學》5.3(1951.1)：129-130。

[15] 見所作《廣州方言研究》，頁286。

「魚生」（生魚片）和「魚生粥」（魚生加熱粥）的習慣。[16] 其實，不只是在廣東或廣州或廣州話通行的兩廣地區如此，在今天的粵菜館裡，幾乎沒有例外地都可以點到「魚生粥」這一味小吃。但這樣看起來，吃生魚也還只是和「廣東人」或說「廣東話」的人有關。還有語言學者在討論漢語粵方言的語法時，針對「廣東話」裡究竟有沒有一種異於漢語北方方言的特殊構詞法這一課題，也把「魚生」提了出來作爲一個例子。[17] 這樣，也是把作魚生和吃魚生看成是廣東獨有的特殊習俗；同時，「魚生」是今日粵方言獨有的語詞。早在十七世紀時屈大均(1630-1696) 在《廣東新語・食語・鯪膾》中就說：「粵東善爲魚膾，有宴會，必以切魚生爲敬。食必以天曉時空心爲度。每飛霜鍔，泡蜜醪，下薑蓼，無不人人色喜，且餐且笑……」又卷二十二〈鱗語〉中又有「魚生」一章說：「粵俗嗜魚生……粵人多有魚生之會……嶺內人不知此味，不足與之言也。」[18] 也表示吃魚生是嶺南人，特別是廣東人所特有的習俗。

（二）魚生食俗不限於嶺南

〔1〕考古學的證據

然而事實並不如此，考古學工作者爲我們提供了明確的反證。一九五六到一九五七年間廣州市文物管理委員會清理了明代戴縉夫婦墓。經廣州醫學院檢驗，發現戴縉妻周氏的屍體內有多種腸、膽道寄生蟲，其中辨認出來的有肝吸蟲，即中華分枝睾吸蟲，據此可以確定這是由於食用未經煮熟的淡水魚類而感染的，這表明周氏生前是嗜吃「魚生」的。這是第一次經由考古證實了古代中國人確實有吃魚生或「蝦生」的習慣。[19] 近年考古工作者陸陸續續發現了更多的例子。一九

---

[16] 見鍾惠瀾主編，《熱帶醫學》，頁956。當代嶺南人吃「魚生」及「魚生粥」的相關資料亦可參考譚彼岸，《廣東物語》，頁1-6，〈食物第一〉之「魚生」及「魚生粥」二節。又廣州、佛山、南海、順德、潮州等地吃魚生的習俗還可以參考劉志文主編的《廣東民俗大觀》一書，上冊，頁141, 149-152。關於廣西的魚生食俗，可參考譚德祥，〈廣西的魚生〉一文，見《中國烹飪》1990.11。

[17] 見張日昇，〈香港粵語陰平調及變調問題〉，刊於《香港中文大學中國文化研究學報》2.1(1969.9)：88。

[18] 見《清代史料筆記叢刊》所收北京中華書局點校本，頁394, 558-560。

[19] 見黃文寬所撰〈戴縉夫婦墓清理報告〉，《考古學報》1957.3：116。黃氏只說周氏生前嗜吃魚生，但近年的醫學研究表明有些淡水蝦也是中華分枝睾吸蟲的第二中間宿主，生吃含

八〇年在福建福清縣也發現一具男性古屍，死於明世宗嘉靖三十七年 (1558)，經福建省寄生蟲病研究所對屍體進行了組織沉渣鏡檢，結果在膽囊及腸道中發現有中華分枝睾吸蟲卵，尤以靠近膽管出口處的十二指腸最多。[20] 一九八〇年和一九七三年分別在福州和湖南衡陽何家皂發現的明代戶部尚書之妻陳妙禎以及一名北宋男子的屍體內也檢驗出了中華分枝睾吸蟲。[21] 一九七五年在湖北省江陵縣鳳凰山168號西漢墓中發掘出來的那具保存完好的男性屍體內，經湖北醫學科學院等三個醫學機構的檢查，也在肝內、膽囊內和腸管內找到大量的中華分枝睾吸蟲卵，特別是在肝內膽管中，發現成堆的蟲卵。[22] 而一九八二年在湖北江陵馬山一號楚墓內屬戰國中期偏晚的女性墓主的屍體內也查驗出了中華分枝睾吸蟲。[23] 在一九九四年湖北荊門郭家崗一號戰國楚墓出土的老年女性墓主的腸內也發現了中華分枝睾吸蟲卵。[24]

可見吃魚生之類的以淡水水生動物爲原料的生肉菜餚的習俗絕不限於廣東，嶺北的福建、湖南、湖北都有發現；其時代，有考古學證據的，可以早到紀元前四世紀的戰國中葉。[25]

〔2〕「魚生」並非粵語獨有的語詞

從這樣看來，在十七世紀之前，「魚生」也不必是兩廣地區漢語方言所獨有的語詞。確實如此。明清之際的桐城（今安徽省桐城縣）人方以智 (1611-1671)、[26] 晚明福建長樂縣（今長樂縣）人謝肇淛 (1567-1624) 也都提到過「魚生」。（見

有中華分枝睾吸蟲的活囊蚴的淡水蝦也能夠感染中華分枝睾吸蟲病。見鍾惠澜主編，上引書，頁953；吳徵鎰、毛守白等主編，《中國醫學百科全書・寄生蟲學與寄生蟲病學》，頁63-65, 136-137。

[20] 林金祥、李友松等，〈福建明代古屍寄生蟲感染的研究〉，見《中華醫學雜誌》62.4(1982)，頁246及圖版14。

[21] 李友松，〈中國古尸寄生蟲學研究之綜述〉，見《人類學學報》3.4(1984.11)：407。又，徐永慶、何惠琴，《中國古尸》，頁29, 98-99。

[22] 湖北省西漢古尸研究小組編，《江陵鳳凰山一六八號墓西漢古尸研究》，頁162-187。

[23] 見李友松，前引文。湖北省荊州地區博物館，《江陵馬山一號楚墓》，頁94-95, 108-119。

[24] 劉祖信，〈荊門楚墓的驚人發現〉，見《文物天地》1995.6：4。

[25] 李友松，前引文，頁411。

[26] 方以智的生卒年代見陳垣，《釋氏疑年錄》（《輔仁大學叢刊第五》），卷十二，葉6-7。

下文）稍早李時珍《本草綱目》卷四十四〈鱗之四・魚鱠・釋名〉條說：「魚生。（時珍曰：『劊切而成，故謂之鱠。凡諸魚之鮮活者，薄切，洗淨血鮭，沃以蒜薤、薑、醋、五味食之。』）」[27] 按李時珍 (1518-1593)，湖北蘄州（今蘄春縣）人。他也使用「魚生」這一詞，說明「魚生」的通行在當時並不只限於嶺南地區。再稍早，邵寶 (1460-1527) 在註杜甫〈閿鄉姜七少府設鱠，戲贈長歌〉詩時說：「鱠牛羊與魚之腥，乾曰脯，濕曰鱠；即今之魚生、肉生。」[28] 邵寶是無錫（今江蘇省無錫縣）人，[29] 可見在當時的江南一帶，人們也使用「魚生」這個語詞。南宋光宗紹熙五年 (1194) 今江西清江縣人徐夢莘 (1126-1207) 撰成《三朝北盟會編》一書，他也使用了「魚生」一詞。[30] 更早在南宋高宗時，由於畏懼重臣秦檜的權勢，人們連他的嫌名也加以避諱，即諱「檜」的同音字，因而稱「鱠」爲「魚生」。[31] 其使用的範圍究竟有多大，很難判斷，但可以推測，至少在都城杭州及其附近地區是無庸置疑的。由這也可以斷定「魚生」絕不是只在嶺表一帶的語言中才出現的特有用語。

（三）名詞「生」的起源和「膾」、「生」的意義

有些語言學者認爲現代漢語粵方言中有一種特殊的構詞法，即被修飾成分放在修飾成分的前面，並主張這種構詞法可能是受壯侗語的影響而產生的。[32] 在處

---

[27] 引文據劉衡如校本，册四，頁2484。

[28] 見明萬曆壬辰 (1592) 周子文刊本《刻杜少陵先生詩分類集註》卷十三，葉66。《明史・邵寶傳》不載邵寶生卒之年，其生卒年代見焦竑，《國朝獻徵錄》卷三六，葉43。

[29] 見《明史》卷二八二，〈儒林傳（一）・邵寶傳〉。

[30] 見《三朝北盟會編》（據光緒三十四年許涵度刻印本影印），卷三，葉4，〈政宣上帙（三）〉：「春夏之間，止用木盆貯鮮粥，隨人多寡盛之，以長柄小木杓子數柄回還共食。下粥肉味無多品，止以魚生、獐生，間用燒肉。冬亦冷飲，卻以木楪盛飯，木椀盛羹。下飯肉味與下粥一等。」

[31] 見宋代張孝祥，《于湖居士文集》（徐鵬校點本），頁153，卷十五，〈諱說〉：「故相名檜，謂膾『魚生』。」

[32] 如詹伯慧說：「在語法方面，最引人注目的莫過于粵方言中有一批雙音節詞在構詞上是修飾性詞素放在被修飾詞素後面的了。例如把『客人』叫『人客』，把『乾菜』叫『菜乾』……，這在北方方言中不常見，而在壯侗語系統各種民族語言中卻是司空見慣的。修飾成分後置正是壯侗語中一個突出的語法特點，粵方言中存在這一構詞方式，大概也是吸收壯侗語的結果。」見所撰《現代漢語方言》，頁164。又如饒秉才、歐陽覺亞等編著的

理這個問題時，也有學者把「魚生」提出來作爲一個例子來進行檢討，如張日昇指出，「生」在這裡其實是一個名詞。我們認爲這個論斷是對的，雖然張先生並沒有舉出任何直接的例證來，而只提出了與魚生在構詞法上類似的詞如「牛肉乾」、「海鮮」等作爲論據。[33]

在我們看來，這個「生」確實是一個名詞。屈大均《廣東新語・鱗語・魚生》條已經講得很清楚：「或以鱔之烏耳者、藤者、黃者爲『生』。亦有以蠔爲『生』者。」而在此之前，明代宋詡 (1437-1498) 在《竹嶼山房雜部》一書內，記述凡豬、羊、兔、鵝、鴨、雞、魚都可以用來爲「生」。[34] 更早，南宋葉隆禮所輯撰的《契丹國志》卷二七〈歲時雜記・重九〉也使用了「生」作爲名詞：「九月九日國主打團鬥射虎……射罷，於地高處卓帳，與番、漢臣登高，飲菊花酒。出兔肝切『生』，以鹿舌醬拌食之。」[35] 北宋蘇頌 (1020-1101)《本草圖經》說：「陶隱居注云：『江東無狐，皆出北方及益州』。今江南亦時有，京洛尤多……北土作『膾生』食之。甚暖，去風，補虛勞。」[36] 又說：「南方有一種

《廣州話方言詞典》中有〈廣州話方言詞彙特點〉一章說：「一般偏正式是前偏後正的結構，廣州話卻有一種前正後偏的結構，例如菜乾……這種結構形式是普通話沒有的，可能是受少數民族語言（如壯語）影響的結果。」見頁313。

[33] 見張日昇，前引文。按張先生的批評和論述是針對袁家驊等所著《漢語方言概要》而提出的（頁181）。不過在《漢語方言概要》中並沒有把「魚生」舉出來作爲一個例子。

[34] 據台北，台灣商務印書館影印文淵閣《四庫全書》本，卷三，葉22, 34；卷四，葉11。按〈提要〉云：「臣等謹案《竹嶼山房雜部》三十二卷，是書凡〈養生部〉六卷……皆明華亭宋詡撰。〈種植部〉十卷、〈尊生部〉十卷，詡子公望撰。公望之子懋澄合而編之。詡字久夫，公望字天民，皆見于書中，其始末則未詳焉。」按吳偉業，《梅村家藏藁》（《四部叢刊》初編本）卷四七有〈宋幼清墓誌銘〉一文，云宋懋澄（幼清）曾祖諱公望，高祖諱論，成化中進士。而宋琳（懋）澄所撰《九篙集・文》卷之六，〈傳・高王父錦村公本傳〉云其高祖「諱倫，字定夫，號錦村……廩於郡學宮，舉成化乙酉，數上春宮，不第。」又〈曾王父西莊公本傳〉云其曾祖「諱公望，字天民」。則宋懋澄並非公望之子，實係其曾孫。然而宋懋澄高祖的名字究竟是宋詡，還是宋論，或宋倫？按《北京圖書館古籍珍本叢刊》（北京：書目文獻出版社，1988）收有《宋氏家要部》、《宋氏家儀部》及《宋氏家規部》三種著作，卷前均刻有署名「宋詡」之明孝宗弘治甲子（十七年，公元1504年）自序。則《四庫全書》所用「詡」爲其名，當是可靠的。關於宋詡的生卒年代，見〈高王父錦村公本傳〉。

[35] 引文據賈敬顏、林榮貴點校本，頁253。關於《契丹國志》一書的撰寫者、成書年代等問題，亦見本書後之附錄，特別是附錄二：李錫厚所撰〈葉隆禮和《契丹國志》〉一文。

[36] 見《重修政和經史證類備用本草》，頁391，卷十八，〈獸部（下品）・狐〉引。

香狸，人以作『膾生』，若北地『狐生』法。其氣甚香，微有麝氣。」[37]「膾」與「生」同意並列，均爲名詞；而「狐生」的用法與「魚生」、「肉生」完全相同。即「生」一如「膾」一樣，是個名詞，指食用的生肉而言，如這肉是魚，則可以稱作「魚生」；若是牛肉，則稱之爲「牛生」[38]；若是羊肉，則稱之爲「羊生」[39]；如是獐肉，則稱呼爲「獐生」[40]；如果是雞，則叫做「雞生」[41]；如果是螃蟹，則稱爲「蟹生」[42]；若是蛤蜊，則名之爲「蛤蜊生」；如是江瑤，則叫做「江瑤生」[43]；若是蝦子，則稱作「蝦生」[44]；如果是狐狸，則名爲「狐生」；而

---

[37]《重修政和經史證類備用本草》，頁386，卷十七，〈獸部（中品）・狸〉引。按宋陳耆卿，《嘉定赤城志》（縮印清嘉慶戊寅，公元1818年臨海宋世榮重刻本，編入《宋元地方志叢書》），卷三六，葉23，〈風土門・土產・獸之屬〉條云：「香狸，形如羊而小，有力，味甚珍，一名牛尾狸。」則香狸又名牛尾狸。宋代林洪，《山家清供》（清同治甲戌，公元1874年顧湘輯校刊《小石山房叢書》本），葉26，〈牛尾貍〉條亦云：「南人或以爲膾。……」（《說郛》本、《夷門廣牘》本均作「繪」，誤）

[38] 見宋洪邁所撰《夷堅志》，頁990，〈夷堅支丁〉，卷三，〈鄭行婆〉條：「合州城內一媼曰『鄭行婆』，自幼不飲酒茹葷，默誦《金剛經》，未嘗少輟。紹興辛未（二十一年，公元1151年）之春，因往報恩光孝寺聽悟長老說法，中路過屠者門，正見臠割牛肉，戲語同行曰：『以此肉切生，用鹽醋澆潑，想見甘美。』迨到寺，悟公問：『汝安得喫牛生？』媼曰：『出母腹以來，不知肉味。和尚如何有此說？』悟曰：『汝眞不食邪？』命取藥刀圭，注湯調爲一杯，使之服。少頃，吐出生牛肉碗餘，媼始悔恨。…」

[39] 見金張從正撰、張海岑等校注，《儒門事親校注》，頁88，卷二，〈偶有所遇，厥疾獲瘳記〉：「北方貴人愛食乳酪、牛酥、羊生、魚膾、鹿脯、豬臘、海味、甘肥之物……。」

[40] 見宋徐夢莘，《三朝北盟會編》（據光緒三十四年許涵度刻印本影印），卷三，葉4，〈政宣上帙（三）〉：「春夏之間，止用木盆貯鮮粥，隨人多寡盛之，以長柄小木杓子數柄回還共食。下粥肉味無多品，止以魚生、獐生，間用燒肉。冬亦冷飲，卻以木楪盛飯，木椀盛羹。下飯肉味與下粥一等。」

[41] 見耶律楚材，《湛然居士文集》（謝方點校本），頁92，卷五，〈贈蒲察元帥七首〉之四：「使君排飣宴南溪，不枉從君鳥鼠西。春薤旋澆濃鹿尾，臘糟微浸軟駝蹄。絲絲魚膾明如玉，屑屑雞生爛似泥。白面書生知此味，從今更不嗜黃虀。」

[42] 見《易牙遺意》卷上，〈蟹生方〉條。（據篠田統、田中靜一所編著《中國食經叢書》所收周履靖《夷門廣牘》本，見該書下冊，頁253。）高濂，《遵生八牋》卷十一，葉41，〈飲饌服食牋（上）〉所錄〈蟹生〉條全同。

[43] 分別見周密，《武林舊事》（據《東京夢華錄（外四種）》中所收點校本），頁493, 495，卷九。

[44] 見唐劉恂，《嶺表錄異》（廣雅書局重編校刊《武英殿聚珍版叢書》本），卷下，葉5云：「南人多買蝦之細者，生切葅菜、蘭香、蓼等（案《字林》等書，葅菜，辛菜也。《南方草木狀》作綽菜，蓋刊寫訛異。）用濃醬醋先潑活蝦，蓋以生菜。以熱釜覆其上，就口跑出，亦有跳出醋楪者，謂之『蝦生』。鄙俚重之，以爲異饌也。」今天還有些人用

泛指魚以外的各種獸肉，則稱爲「肉生」；如果用的是動物（例如羊）的肝和肚，則叫做「肝生」和「肝肚生」。[45]

「生」字的這種用法，據下引的兩則資料，最遲也可以上溯到南朝蕭梁或東晉時代。陶弘景 (452-536) 說：「野肉之中，麞鹿可食『生』，則不羶腥……而兼能溫補於人。」[46]「生」在這裡，顯然是個名詞，用作動詞「食」的賓語。葛洪《神仙傳》說：「仙人介象，字元則，會稽人，有諸方術。吳主聞之，徵到武昌，甚敬貴之，稱爲『介君』。與吳主共論鱠魚何者最美。象曰：『鯔魚爲上。』吳主曰：『論近魚耳。此海中出，安可得耶？』象曰：『可得耳。』乃令人於殿庭中作方埳，汲水滿之，并求釣，象起，餌之，垂綸於埳中。不食頃，果得鯔魚。吳主驚喜，問象曰：『可食否？』象曰：『故爲陛下取以作「生」，安敢取不可食之物？』乃使廚下切之。吳主曰：『聞蜀使來，有蜀薑作齏，甚好，恨時無此。』象曰：『蜀薑豈不易得？願差所使者并付直（值）。』吳主指左右一人，以錢五十付之。象書一符，以著青竹杖中，使行人閉目騎竹，竹止便買薑，訖復閉目。此人承其言騎竹，須臾已至成都。不知是何處，問人，人言蜀市，乃買薑。于時吳使張溫先在蜀，既於市中相識，甚驚，便作書寄其家。此人

類似的方式來吃生蝦，叫做「醃蝦」或「搶蝦」。吃生蝦並不限於嶺南一地。陶弘景就曾提到「生鰕鱠」，參見下文。又，顏師古注《急就篇》（據《四部叢刊》續編本）「鯉鮒蟹鱓鮚鮑鰕」說：「鰕謂今之海蝦堪爲鮓脯及所呼鰕米者，又所在水中小鰕可生啗，若燖而食之皆是也。」又，清代杭州人王士雄所撰《隨息居飲食譜》葉93云：「鰕……多食發風動疾，生食尤甚。病人忌之……」大致上講的是浙江杭州灣一帶的食俗。又，鄧雲鄉《紅樓風俗譚》一書，頁112也提到無錫、杭州一帶的人吃「搶蝦」。又上引吳徵鑑、毛守白等主編《中國醫學百科全書・寄生蟲學與寄生蟲病學》，頁64也說江浙一帶的居民喜吃活蝦。

[45] 見元忽思慧，《飲膳正要》（《四部叢刊》續編本），葉45。又見元人《居家必用事類全集・庚集》卷十三，葉5，〈飲食類・肉下酒・肝肚生〉：「精羊肉幷肝，薄批，攤紙上，血盡，縷切；羊百葉亦縷細，裝堶內……」據篠田統、田中靜一編著，《中國食經叢書》所收明嘉靖田汝成刊本，上冊，頁357。唐代李濟翁，《資暇集》（影印明顧元慶輯刊《陽山顧氏文房》本），卷下，葉8，〈生肝鏤剝〉條云：「今縷生肝、肚，爲飯食之一味，曰『生肝鏤剝』，言其細切如彫鏤之義。一說名『生肝膚胵』，言似胡膚祭之餘胵，聲譌故云鏤剝也…。」宋洪邁，《夷堅志》（何卓點校本），頁1590-1591，〈夷堅志補〉，卷五，〈蓮花櫟〉條的故事裡記有吃羊肝生的情節：「邵武軍村僧……遂杖錫遊方。經十年之久，過淮北潁、亳間，買飯到店，適一茶商被酒，憩於鄰坐，置砧於外，切羊肝作膾。」

[46]《重修政和經史證類備用本草》，頁376，卷十七，〈獸部（中品）・鹿茸〉引。

買薑畢，投書負薑，騎杖閉目，須臾已還到吳。廚下切鱠亦適了。」[47] 這段文字裡的「生」也是名詞，用作動詞「作」的賓語；同時「膾」與「生」在這裡也同指一物。這樣看來，今日粵語中的「魚生」實在是這種用法的現代孑遺。

由上所述，我們可以發現，在古代中國人的菜餚裡，有一種稱之爲「膾」或「生」，或「膾生」的菜，即生食的肉類。按《漢書・東方朔傳》：「朔曰：『生肉爲膾，熟肉爲脯』。」可見「膾」就是生食肉類的通稱。又《禮記・內則》云：「魚膾芥醬，麋腥醯醬。」唐孔穎達疏云：「麋腥醯醬者，『腥』謂『生肉』，言食麋生肉之時，還以麋醯配之。此云『麋腥』，即上言『麋膚』謂孰也。」我們認爲孔穎達疏是無可爭議的。按《論語・鄉黨》篇說：「君賜食，必正席先嘗之；君賜腥，必熟而薦之；君賜生，必畜之。」「生」在這裡指活的動物，所以還可以畜養；而「腥」與「熟」對言，正指生的或沒有烹、煮熟的。《禮記・少儀》篇說：「牛與羊、魚之腥，聶而切之爲膾。」《禮記・內則》又云：「肉腥，細者爲膾，大者爲軒（鄭注：「言大切、細切異名也；膾者必先軒之，所謂聶而切之也」）。」唐陸德明《經典釋文》卷十二〈禮記音義之二〉釋「肉腥」云：「音星，《字林》作『胜』，云：『不熟也』。」[48] 按這一「腥」字，《說文解字》作「胜」，「從肉，生聲，一曰不孰也。」又上引《呂氏春秋》及《荀子・禮論》「俎生魚」的「生」字，《禮記・樂記》篇作「腥」。「腥」字還可以上溯到殷商時代，殷墟甲骨文中已出現了「牛星」一語，借「星」爲「腥」，「牛星」即「牛腥」。[49] 可見東晉、南北朝以來的「生」字在上古時代作「腥（或胜）」，「腥（胜）」從「生」得音，「腥（胜）」、「生」實係同一詞的古今字。「膾」的意義，依〈內則〉是「肉腥，細者爲膾」，即細切的生肉（北魏陽承慶《字統》也釋「膾」爲「細切生肉也」[50]）；按《說文解字》的解說，是「細切肉也」，強調其切割刀工的細膩；「生」這一詞則著重在肉類質量的新鮮程度，要求是「活生生」的。因此這兩個詞也並列連用作「膾生」。

---

[47] 見《太平御覽》卷八六二，葉2，〈飲食部・膾〉引。

[48] 據《通志堂經解》（台北：漢京文化事業公司影印本）。

[49] 見鍾柏生，〈釋「人  」與「牛 」〉一文，刊於《王叔岷先生八十壽慶論文集》，頁49-57。承鍾先生惠示本文，謹誌謝。

[50] 見慧琳，《一切經音義》卷十三，葉8，《大寶積經》卷四二，「剉膾」二字音義引。案《魏書・陽尼傳》說陽尼：「所造《字釋》數十篇，未就而卒，其從孫太學博士承慶遂撰爲《字統》二十卷，行於世。」因此，這裡的釋文也有可能是陽尼撰寫的。

三、膾生的種類

（一）各種獸肉膾生

「膾」字見於可靠的文獻，當以《詩經》爲最早，作於西周宣王（前827–前782年在位）時的〈小雅・六月〉詩就有「炰鱉膾鯉」一句。以「膾生」的方式來食用的獸肉，種類頗多，見於〈內則〉、〈少儀〉的膾有「牛膾」和羊膾；〈內則〉還說：「麋、鹿、田豕、麕皆有軒。」依上引文，「軒」是「肉腥，大者爲軒」。那麼，稱爲腥或軒的也有麋、鹿、田豕、和麕等種。長沙馬王堆一號漢墓出土的遣策竹簡登錄了第一代軑侯利倉夫人墓隨葬的膳饈，其中也有膾，但寫作「癐」，除「魚癐」之外，有「牛癐」、「羊癐」，還有「鹿癐」。三號墓所出遣策上也寫有「癐」字，但其種類尚待公布。[51] 狗在上古時代也常是供人食用的家畜，據參加西漢昭帝始元六年（前81年）召開的鹽鐵會議的賢良說，當時人們也吃狗肉肉生，稱作「狗腊」。[52] 東漢末劉熙《釋名・釋飲食》說：「膾，細切豬、羊、馬肉，使如膾也。」[53] 看起來當時或許還有馬膾。據唐代韋巨源《食帳》所載菜譜中有一道「五生盤」，即五種膾生的冷盤，五種膾生據其自註是：「羊、豕、牛、熊、鹿，並細治。」[54] 則還有熊肉生。

在比較早的時期，可供作膾生的野生動物的種類可能也比較多些。司馬相如《子虛賦》說：「王駕車千乘，選徒萬騎，田於海濱。列卒滿澤，罘罔彌山，揜兔轔鹿，射麋腳麟。鶩於鹽浦，割鮮染輪。」司馬貞《史記索隱》云：「李奇云：

---

[51] 見湖南省博物館及中國科學院考古研究所編，《長沙馬王堆一號漢墓》上集，頁135。又馬王堆三號漢墓的墓主可能是第二代軑侯利豨或其兄弟，墓中所出遣册也記有許許多多的食品，其中也有「癐」，但究竟是那些種膾生，則還有待報導。見中國科學院考古研究所、湖南省博物館寫作小組，〈馬王堆二、三號漢墓發掘的主要收穫〉，刊於《考古》1975.1：55。

[52] 見楊樹達，《鹽鐵論要釋》（新一版），頁44，〈散不足〉篇，「狗腊馬脧」條，「狗腊」即「狗腊」。

[53] 據《四部叢刊》初編本，葉31。

[54] 見《清異錄》（台北：新興書局，1978年《筆記小說大觀》第4編，第3册影印本），卷四，葉9-10，〈饌羞・單籠金乳酥〉條：「韋巨源拜尚書令，上燒尾食，其家故書中尚有食帳。今擇奇異者略記。」按《清異錄》一書舊題宋陶穀撰，但可能是宋人假託。見余嘉錫《四庫提要辨證》，頁1157，卷十八。

『鮮，生肉也。染，濡也。切生肉濡鹽而食之』。」[55] 雖然只舉出了兔、麋、鹿和稱之爲「麟」的野獸，但獵獲並生食其肉的獸類極可能不限於這四種。大致上，在用來作膾生的各種獸肉中除田豕、兔、麋、鹿、麞、熊等爲野生外，多是人工飼養的。據上引陶弘景及蘇頌，南朝時人們對獐、鹿，兩宋時華北人對狐、華南人對香狸等野生動物的鮮肉生食頗感興趣。唐代蘇敬等《唐新修本草》自注說當時的嶺南人還吃蚺蛇膾：「蚺蛇膽……今出桂、廣已南，高（治今廣東省高州縣東北）、賀（治今廣西賀縣南）等州大有，將肉爲膾，以爲珍味。」[56] 明清之際周亮工 (1612-1672) 說他曾「在閩南見人……膾竹豚」來吃，即吃竹鼠的生肉。[57]

（二）禽類、介殼類及貝類膾生

禽類膾生的食用，由於文獻的不足，其早期的情況我們並不清楚。依《南史・恩倖・茹法珍傳》的記載來看，最遲在公元五世紀的後半期在江南一帶已有一種鴨肉膾生「鴨臛」（見下文）。到隋代，人們吃鳥類的生肉當已經不是稀罕的事了。隋代《崔禹錫食經》上的一段文字可以說明這點：「胡荽，味辛臭，一名香荽，魚、鳥膾尤爲要。」[58] 除了上文所述的雞、鴨肉生之外；據宋詡說廣東人還吃鵝肉生，一直到大約十五世紀後半葉才不再繼續生吃鴨、鵝。[59] 在家禽之外，人們也生吃野生的鳥類，如宋代的四川人還用鳩肉爲膾，蘇軾〈東坡八首〉之三云：「……泥芹有宿根，一寸嗟獨在。雪芽何時動，春鳩行可膾。」自注：「蜀人貴芹芽膾，雜鳩肉爲之。」[60]

---

[55] 見《史記》，頁3003，卷一一七，〈司馬相如列傳〉。由於奔馳在海濱鹽鹵之地，車輪上粘滿了鹽粒，吃生肉時，蘸車輪上的鹽粒來吃就可以了，因此說「染輪」。

[56] 見《重修政和經史證類備用本草》，頁443，卷二二，〈蟲魚部（下品）・蚺蛇膽〉引。

[57] 見所撰《因樹屋書影》，頁188，卷七云：「予在閩南，見人……鹵龍虱，煮蜂房，腊田鼠，膾竹豚，甚于醢蟻子者多矣。…」從上下文意來看，對照「鹵」、「煮」、「腊」、「醢」等字，「膾竹豚」無疑是指作竹鼠膾生而言。

[58] 見日本源順撰，《倭名類聚鈔》所引，據辻村敏樹編集，《早稻田大學藏資料影印叢書》本，册二，頁140。

[59] 明代宋詡，《竹嶼山房雜部》（台北：台灣商務印書館影印文淵閣《四庫全書》本），卷三，葉34，〈養生部（三）・禽屬制・生〉條云：「鵝、鴨，南粵皆用爲之同歡，至今存其雞者，天下所同嗜也。」

[60] 見《蘇軾詩集》，頁1080，卷二一。

上文提到的介殼類、貝類和其他的水族膾生有螃蟹、牡蠣（即蠔）、[61] 蛤蜊、江瑤、水母和蝦等數種。[62] 六朝時，蚶子膾生已是文人筆下稱頌的美味，梁人所撰〈七召〉已提到：「鱠溫湖之美蚶」[63] 唐代陳藏器《本草拾遺》說：「蓼螺，主飛尸遊蠱。生食，以薑、醋進之彌佳。生永嘉（今浙江省溫州市）海中，味辛辣如蓼，故名『蓼螺』。」[64] 估計蓼螺也是當地常見的生食螺類。[65] 據吳自牧《夢粱錄》卷六〈分茶酒店〉所記除「蚶子膾」外，還有「香螺膾」、「淡菜膾」等幾種。[66] 關於蝦生，陶弘景《本草經集注》曾經提到過「生鰕鱠」，從這名稱上看起來，有些人吃生蝦時也要把蝦肉細切了，然後再吃。[67]

此外，屈大均說在廣東連州（今廣東省連縣）還有一種十分特別的膾生：「連州以筍蟲膾之。」[68]

（三）各種魚類膾生

在用作膾生的各種動物當中，野生獸類一般而言，比較不易獲得；而牛、羊、豬等家畜價格較昂貴，同時如果是食者自行宰殺的話，還得花費心思來處理大量多餘的肉以及皮、骨和內臟，因此至少對普通人家來說也不可能常常吃牛、羊、豬膾；而比起這些家畜來，一般的淡水魚，價錢既便宜，又較尋常易得，體積通常也不很大，一次就可以吃完；因此在各種生肉中，當以吃魚膾最爲常見。東漢末應劭《風俗通義》說：「祝阿（今山東省濟南市西）不食生魚。俗說：祝

---

[61]《廣東新語》，頁576，卷二三，〈介語・蠔〉條云：「生食曰『蠔白』。」

[62] 水母膾即今海蜇皮。宋代施宿，《嘉泰會稽志》（據嘉慶戊辰，13年，公元1808年采鞠軒重刻本縮印，編入《宋元地方志叢書》），卷十七，葉33，〈魚部〉云：「水母，一名蝦蛇……常有蝦寄其上，方其浮泛水上，人欲捕之，則歘然而沒，乃是蝦有所見耳。《越絕書》曰：『海鏡，蠬爲腹；水母，蝦爲目』也。…或以蝦醋，如鱠食之，最宜…。」

[63] 清嚴可均輯，《全梁文》卷六九，葉6。

[64] 見《重修政和經史證類備用本草》，頁458，卷二二，〈蟲魚部（下品）〉末附「三十六種陳藏器餘」。

[65] 宋詡，《竹嶼山房雜部》卷四，葉24，〈養生部（四）・蟲屬制・螺蛳、田螺、蓼螺〉條摘錄《本草拾遺》中同一條，但以蓼螺生食爲菜肴，而非用爲食療。

[66] 見《東京夢華錄（外四種）》，頁265。

[67] 見《重修政和經史證類備用本草》，頁418，卷二〇，〈蟲魚部（上品）・鱘魚〉引陶隱居云：「生鰕鱠不可合雞肉食之，亦損人。」

[68] 見《廣東新語》，頁394，卷十四。

阿凡有賓婚吉凶大會，有異饌飯食，自極至蒸魚也。」[69] 即在最有機會陳設盛饌的賓婚吉凶大會裡，端出魚膾或「生魚」這道菜很可以表示主人的盛情或豪奢，然而祝阿這裡的賓客們卻十分自制，到筵席結束都始終未見有客人嘗用這味佳餚，枉費了主人的一片心意；因此世俗多認爲祝阿人不吃生魚。[70] 祝阿人因不吃生魚而被特別記錄了下來，可見吃魚膾在當時是極其普遍的事。葛洪 (283-363) 也提供給我們一個相當有意義的訊息，《抱朴子・金丹》篇說想要鍊製金丹，必須要「入名山之中，齋戒百日，不食五辛、生魚，不與俗人相見，爾乃可作大藥。」[71] 大抵吃各種膾生都少不了「五辛」之類的調味料（見下文），因此有時還把「辛」、「鱠」二字連用，如南朝梁釋慧皎《高僧傳》卷十〈神異（下）・杯度傳〉：「度不甚持齋，飲酒噉肉，至於『辛、鱠』，與俗不殊。」[72] 而葛洪只說忌吃生魚，卻沒有提到其他動物的膾生。這樣看來，比較合理的解釋當是一般人平常幾乎已經沒有什麼機會吃到野生或家養的獸類膾生，而如下文所述，至少在南方，吃魚膾在那時倒是十分常見的食俗。

〔1〕鯉魚、魴魚

既然吃魚膾遠比吃其他肉膾要來得普遍，那麼把「膾」字寫成魚部的「鱠」字來專門表示魚膾也就不足爲奇了。[73] 可供生食的魚類，品種相當繁多，既有淡水魚類，也有海產魚類。例如鯉魚自《詩經・小雅・六月》的記述以來，人們就經常用來作鱠。如西漢枚乘〈七發〉就曾說「鮮鯉之鱠」是「天下之至美也」。（《文選》卷三四）河、洛一帶的鯉、魴從上古以來就相當著名。[74] 北魏楊衒之

---

[69] 唐虞世南，《北堂書鈔》卷一五一引。

[70] 按這裡的「蒸魚」不是指用蒸的方式來作魚這道菜。「蒸」字與「烝」通（請參考高亨《古字通假會典》，頁38-39，〈蒸部第二・丞字聲系〉），意指「進」（《詩經・小雅・甫田》：「烝我髦士」傳：「烝，進。」又〈周頌・豐年〉：「爲酒爲醴，烝畀祖妣。」鄭箋：「烝，進。」）相當今日漢語裡所說的「上菜」。又《隋書・地理志（中）》改寫了應劭的這段話說：「祝阿縣俗，賓婚大會，餚饌雖豐，至於蒸膾，嘗之而已，多則謂之不敬，共相誚責，此其異也。」也可參考。

[71] 引文據王明所撰增訂本《抱朴子內篇校釋》（《新編諸子集成》第一輯），頁84-85。

[72] 引文據上海古籍出版社《高僧傳合集》所影印之磧砂藏本，頁70上。

[73] 例如遼代釋行均，《龍龕手鏡》，頁170，卷一，〈魚部第卅五・去聲〉：「鱠，……魚細切作鱠也。」

[74]《詩經・陳風・衡門》的後兩章足以顯示黃河所產魴、鯉在上古時代就已十分著名：「豈其食魚，必河之魴？豈其娶妻，必齊之姜？」「豈其食魚，必河之鯉？豈其娶妻，必宋之

說魏都城洛陽「宣陽門外四里至洛水上作浮橋，所謂永橋也」，當時曾「別立市於洛水南，號曰四通市，民間謂永橋市。伊、洛之魚，多於此賣，士、庶須膾，皆詣取之。魚味甚美，京師語曰：『洛鯉伊魴，貴於牛羊』。」[75] 從北宋梅堯臣的〈設膾示坐客〉詩也可以看出來黃河鯉魚受人重視的情形：「汴河西引黃河枝，黃流未凍鯉魚肥，隨鉤出水賣都市，不惜百金持與歸……」。[76] 魴魚不止在伊洛一帶受到人們歡迎，杜甫說在四川西部的綿州（今四川省綿陽市），人們吃魚鱠就以魴魚爲最勝：「魴魚肥美知第一。」[77] 此外，用鞏、洛一帶出產的鱒魚來斫膾也相當受人青睞。[78]

〔2〕鱸魚

然而在各種魚類當中，究竟那種魚用來作膾生最爲理想，則因時、因地、因人而有所不同。上引《神仙傳》說三國吳人以海中出產的鰡魚爲上。而同一時代中，也有人更欣賞鱸魚。《後漢書・方術列傳（下）・左慈傳》：「左慈字元放，廬江人也。少有神道。嘗在司空曹操坐，操從容顧眾賓曰：『今日高會，珍羞略備，所少吳松江鱸魚耳。』放於下座應曰：『此可得也。』因求銅盤貯水，

子？」又，《太平御覽》卷九三六，葉5，〈鱗介部（八）・魚（下）・鯉魚〉引《河洛記》曰：「諺云：『伊洛魴鯉，天下最美』。……」北宋張耒有〈洛水〉詩一首說洛水所產鯉魚堪膾：「洛水秋深碧如黛……何當載酒縱扁舟，一尺鯉魚寒可繪。」見《張右史文集》（《四部叢刊》初編本），卷十九，葉8。

[75] 見所撰《洛陽伽藍記》卷三，〈城南〉。據范祥雍，《洛陽伽藍記校注》本，頁159-161。

[76] 據朱東潤，《梅堯臣集編年校注》，頁577，卷二一。當時劉攽也有〈和梅聖俞食鱠歌〉一首云：「……主人愛客不計錢，少婦縷鱠情可憐。蜀薑吳橘正相益……」見《彭城集》（廣雅書局重編校刊《武英殿聚珍版叢書》本），卷八，葉7-8。一直到清代錢泳 (1759-1844) 還在推崇黃河鯉魚：「惟魚之一物，美不勝收，北地以黃河鯉魚爲佳。」（雖然他並沒有表示這是否是就吃魚鱠而言的）見所撰《履園叢話》上冊，頁329，卷十二，〈藝能・治庖〉條。其後，福州人梁章鉅 (1775-1849) 在所作《浪跡三談》卷五〈黃河鯉〉條中也極力稱贊黃河鯉魚，他說：「黃河鯉足以壓倒鱗族，然非親到黃河邊，活烹而啖之，不知其果美也。余以擢桂撫，入覲京師。至潼關……費鶴江觀察曰：『緣此間河鯉最佳，爲他處所不及，且烹製亦最得法，不可虛過耳。』……食之，果佳，當爲平生口福第一。至今不忘。」

[77] 據仇兆鰲，《杜詩詳註》，頁918-919，卷十一，〈觀打魚歌〉。

[78] 見《文選》卷一〇，葉29，潘岳〈西征賦〉李善注引張衡〈七辨〉：「鞏、洛之鱒，割以爲鮮。」

以竹竿餌釣於盤中，須臾引一鱸魚出。操大拊掌笑，會者皆驚。操曰：『一魚不周坐席，可更得乎？』放乃更餌鉤沈之，須臾復引出，皆長三尺餘，生鮮可愛。操使目前鱠之，周浹會者……」南宋范成大也是鱸魚的擁護者，他說：「鱸魚生松江，尤宜鱠。潔白、鬆軟，又不腥，在諸魚之上。」[79] 與他同時的福建人也比較欣賞鱸魚鱠。[80] 不過，同樣是鱸魚，因產地不同，品嚐者也有所軒輊，例如有一種說法是太湖鱸魚優於松江鱸魚：「太湖鱸魚，四腮，通白色，肉細，味美，不腥。松江鱠，三腮，黑脊，肉麤，味淡而腥。」[81]

〔3〕鯽魚

鯽魚在上古時代已經獲得了知味者的高度評價，《呂氏春秋・本味》篇說：「魚之美者，洞庭之鱄」。鱄即鮒，也就是鯽魚。[82] 南宋談鑰《吳興（今浙江省湖州市）志》卷二〇〈物產・魚屬〉說松江鱸魚雖然也可以作膾，但卻更「宜羹」；而吳興是當時吃魚鱠之風最爲盛行的地方，吳興人卻認爲用鯽魚作膾最爲理想：「鯽……今鄉土爲鱠，尤尙此魚。」[83] 不過以鯽魚作膾爲最上並不始於宋人，唐代楊曄《膳夫經手錄》已說：「鱠莫先於鯽魚，鯚、魴、鯛、鱸次之；鱭、味、鮆、黃、竹五種爲下。其他皆強爲之，不足數也。」[84] 據《明皇雜錄》說唐玄宗就曾使人在長安「興慶池」專門飼養了洞庭湖的鯽魚來供他作吃魚膾之用：「取洞庭湖鯽魚養於池，以爲鱠，日以遊宴。」[85] 可見他在當時是很懂得吃魚膾的門徑的。

---

[79] 見所撰《吳郡志》，頁431，卷二九，〈土物〉。

[80] 宋梁克家，《三山志》（據明崇禎十一年，公元1638年刊本影印，輯入《宋元方志叢刊》），卷四二，葉12，〈土俗類・物產・水族〉：「鱸魚……肉白，斫膾不腥…。」

[81] 見楊萬里，《誠齋集》卷二八，葉8，〈朝天續集・垂虹亭觀打魚斫鱠〉四首之四，自注引《圖經》。

[82] 據陳奇猷，《呂氏春秋校釋》上冊，頁741, 755-756。北宋陸佃，《埤雅》卷一，葉7，〈釋魚・鮒〉：「鮒……即今之鯽魚。」

[83] 見《嘉泰吳興志》卷二〇，葉12。但南宋《咸淳毘陵志》的作者卻說鯽魚「宜膾食」，而非吃膾生。見卷十三，葉24，〈土產・鱗介之屬・鯽〉條。

[84] 見篠田統、田中靜一編著，《中國食經叢書》所收《碧琳琅館叢書》本，葉5。

[85] 見元代駱天驤所撰《類編長安志》（黃永年點校本），頁84，卷之三，〈苑囿池臺・池沼・唐・興慶池〉條引。

〔4〕鮆魚、鯇魚、鱒魚和青魚

上文說川西綿州人崇尚魴魚膾，但川東就不一樣了，例如，據元稹說四川東部的「通州（今四川省達縣市）俗以鯊魚爲膾。」[86] 至於嶺南地區，則又是另一番景象了。唐劉恂《嶺表錄異》說「鮆魚，如白魚而身稍短，尾不偃。清遠江多此魚。蓋不產于海也。廣人得之，多爲鱠，不腥而美，諸魚無以過也。」[87] 崔龜圖注《北戶錄》說：「鮆魚，其鱗如銀，肉白如雪，脆而且甜。偏宜作鱠，北中無也。故《異物志》曰：『南方魚多不肥美，唯鮆魚爲上，作鱠無比，作炙尤香美』。」[88] 而在十七世紀中晚期的廣東，情況又不同了。屈大均說廣東人吃魚生，一般「以鱸、以鯉、以鰽白、以黃魚、以青鱭、以雪鮆」，又「鰛、鯧、塘虱亦可爲膾」，卻「以鯇爲上；鯇又以白鯇爲上」；但「鱒與嘉魚尤美……鱒以櫻桃頰爲上；黃頰、鐵頰次之，爛鱗粉頰爲下」。又說：「魚生以鱒魚爲美，他魚次之」。[89] 談鑰《吳興志》引「舊編」說依吳興人的老傳統，青魚「止可爲鮓」；也就是不堪爲膾。[90] 但到明末清初時，在杭州灣一帶人們吃魚生時卻以青魚最爲常見，清順治八年 (1651) 明遺民方文撰有〈品魚四十首・中品・鯖〉詩：「五侯不可作，鱠縷至今傳。枕骨如琥珀，仍以製杯棬。」方文自注說鯖：「即青魚，狀似鯇而背青色。南方多以作『魚生』。古人所謂五侯鯖即此。」[91] 一直到清代晚期，杭州灣一帶還殘存有幾乎不爲人知的少數的人口依舊保存著食用魚鱠的習俗，他們吃魚鱠仍舊以「青魚最勝」。[92]

---

[86] 見元稹，〈酬樂天東南行詩一百韻幷序〉：「烹鯊只似鱸」句自註。據冀勤校本《元稹集》，頁136，卷十二。

[87] 見唐劉恂，《嶺表錄異》（廣雅書局重編校刊《武英殿聚珍版叢書》本），卷下，葉3。

[88] 見唐段公路，《北户錄》（清陸心源輯校刊《十萬卷樓叢書》二編本），卷一，葉20，〈魚種〉條注。

[89] 見《廣東新語》，頁558-559, 569，卷二二，〈鱗語〉內〈魚生〉、〈鱒魚〉條。關於嘉魚，見《屈大均全集・翁山詩外》，頁613，卷八，〈嘉魚〉詩云：「十月小湘峽，嘉魚出穴多……作鱠宜長至，分甘與玉珂……」鯇魚，即草魚。

[90] 見《吳興志》卷二〇，〈物產・魚屬・青魚〉。賈思勰說：「膾魚，肉裡長一尺者第一好；大則皮厚肉硬，不任食，止可作鮓魚耳。」（《齊民要術・八和齏》）又說：鯉魚「肉長尺半以上，皮骨堅硬，不任爲膾者，皆堪爲鮓也。」（《齊民要術・作魚鮓》）可見用來作鮓的魚是要求不太高或比較差的魚。

[91] 見清初方文所撰《嵞山集》（據北京圖書館藏清康熙二十八年刻本影印，列入《清人別集叢刊》），卷十一，葉3。

[92] 見王士雄，《隨息居飲食譜・鱗介類第七》（清咸豐十一年 [1861] 刊本），葉89：「鱠以諸魚之鮮活者劊切而成，青魚最勝。」按錢泳，《履園叢話・藝能・治庖》也說江浙一

四、膾生在古代餚饌中的地位

在封建時代，社會等級的差別，全方位地表現在包括飲食在內的人們的日常生活中。關於當時的膳食制度，據〈內則〉的記載和鄭玄的意見，「魚膾」和「麋腥」列在「人君燕所食」之內；「麋、鹿、田豕、麕」四種軒則屬於「人君庶食所加庶羞」；上大夫之禮，庶羞二十豆之中則有牛膾和魚膾；〈內則〉又說：「大夫燕食有膾無脯，有脯無膾。」足見膾、生之類的生肉食物在上古時代是十分高檔的餚饌。《逸周書・器服》篇在記述封建貴族喪葬禮儀中所準備的器用時曾提到「二九弇焚棻膾五昔」，[93] 這也足以反映膾生在當時所據有的崇高地位。春秋戰國之際，封建解體，禮壞樂崩；自秦漢以降，上古時代用來作社會等級區劃的膳食舊法雖然早已蕩然無存，然而往日只有那些世襲貴族才能享用的高檔菜餚，例如膾，一直到很晚的後代，還是常常跟富貴人家聯繫在一起的。如王維〈洛陽女兒行〉詩所說：「洛陽女兒對門居，纔可顏容十五餘。良人玉勒乘驄馬，侍女金盤膾鯉魚。畫閣朱樓盡相望，紅桃綠柳垂簷向。羅帷送上七香車，寶扇迎歸九華帳。狂夫富貴在青春，意氣驕奢劇季倫……。」[94] 北宋初孫承祐的生活也是一個例子：「孫承祐，杭州錢塘人。〔錢〕俶納其姊爲妃，因擢處要職……承

帶以青魚爲最美：「江南以螺螄青爲佳」。按方以智《物理小識・鳥獸類（下）・畜魚》云：「青魚食草……其黑青魚則食螺螄。」康熙辛酉（20年，1681年）刊《嘉興府志》卷十二，葉13，〈物產・鱗類〉云：「青魚：食螺絲者名螺絲青」。當代作家周作人在所撰〈魚腊〉一文中也表示青魚頗受人歡迎：「魚乾的确最好，三尺長的螺螄青，切塊蒸熟……」原刊於1950年9月29日《亦報》，今引自鐘叔河所編《知堂談吃》，頁139。此外，古代文獻裡還提到其他的一些用來作鱠的魚類，如宋王十朋所撰，《會稽三賦・會稽風俗賦》說：「鱗蟲水族，海生池養……赤鯩文鱧，元鰭黃鰓，斲人駢集，日釣日網，糞金鱠玉。」宋史鑄增注云：「鯉鱧鰭皆堪作鱠。」又宋梁克家，《三山志》卷四二，葉12，〈土俗類・物產・水族〉條說在福州一帶：「白魚，生江中，大者六、七尺，色白，頭昂，可膾。」

93 據清朱右曾，《逸周書集訓校釋》本，見《皇清經解續編》卷一〇三七，葉4。

94 據趙殿成，《王右丞集箋注》，頁99，卷六。饒有興味的是學者認爲奈良時代的日本在唐代中國文化的影響下，產生了貴族階級和庶民階級的分化；表現在食物上的差別就是貴族享用豪華、奢侈的唐式食品；而膾生類的菜肴就是當時在節會或大饗等場合中的一種貴族餚饌。在其後的平安時代裡，各種的魚、鳥膾生仍舊是貴族饗饌中的美味。見渡邊實，《日本食生活史》，頁48-49, 64-65, 70-71, 89, 104-105。坪井清足等監修，《平城京再現》，頁64-77，〈奈良時代の經濟と食〉。户田秀典，《奈良・平安時代の宮都と文化》，頁346-347。

祐在浙右日，憑藉親寵，恣爲奢侈，每一飲宴，凡殺物命千數，常膳亦數十品方下筯……從車駕北征，以橐駝負大斛貯水養魚自隨。至幽州南村落間，日已旰，西京留守石守信與其子附馬都尉保吉及近臣十數人尚未朝食。適遇承祐，即延所止幕舍中，膾魚具食，窮極水陸，人皆異之。」（《宋史・世家（三）・吳越錢氏》）又如金張從正《儒門事親》也說以女真人爲首的「北方貴人」特別「愛食……羊生、魚膾」等食物。[95]

如下文所述，江淮以南的南方是最易於獲得水產、食用魚膾的風俗最爲盛行的地區；然而即使是在這裡，魚膾也不是一般的蔬茹貧食人家在日常生活中所能輕易具備的豐盛菜餚，兩宋之際生長在淮南山陽（今江蘇省淮安市）的士大夫王洋所撰〈食鱠〉詩一首最足以闡明這一事實：「生長江湖中，厭食水中珍。從得脫死來，頗見鄉味親。每食無不飽，敢歎蔬茹貧。老妻生過計，爲我鱠鮮鱗。飣餖盤箸間，玉縷鋪繽紛。不知驚憂後，腸胃久不伸。瘧餘病尚在，欲飫嫌羶腥。所以縱對此，凜如見嚴賓。由知飲啄緣，豐儉各有因。所饗苟無分，對面難霑脣。可歎賦分薄，一炙亦艱辛。在近猶參商，其大應吳秦。歲事已轉轂，園葵行獻新。勿擬春蔬薄，春蔬久向人。」[96]

（一）人主玉饌

膾生在古代菜餚中的崇高地位，從下列的一些事實也可以看出來。一是膾生始終是人主膳房中的美食。從馬王堆一、三號漢墓中第一代軑侯夫人母子的隨葬饌食都備有各種的膾就可以了然於心了。南朝齊高帝蕭道成在世時十分喜好吃肉膾，死後還四時祭以肉膾，《南齊書・禮志（上）》云：「永明九年（491）正月詔太廟四時祭，……高皇帝薦肉膾、葅羹，昭皇后茗、粔、炙魚，皆所嗜也。」隋代謝諷《食經》所記載的菜單中也有許多種膾：「北齊武威王生羊膾……飛鸞膾、咄嗟膾……專門膾、拖刀羊皮雅膾……天孫膾……金丸玉菜膾鱉……天真羊膾、魚膾永加王特封。」[97] 其中有些就很明顯是王侯的珍品。隋代所作的皇帝〈食舉歌辭八首〉之三云：「饕人進羞，樂侑作。川潛之膾，雲飛膗……」（《隋

[95] 見金張從正撰、張海岑等校注，《儒門事親校注》，頁88，卷二，〈偶有所遇，厥疾獲瘳記〉：「北方貴人愛食乳酪、牛酥、羊生、魚膾、鹿脯、豬臘、海味、甘肥之物……」。

[96] 見所撰《東牟集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷一，葉18-19。

[97] 見《清異錄》卷四，葉10-11，謂：「謝諷《食經》中，略抄五十三種。」

書・音樂志（下）》）估計膾仍是當時皇帝常用的餚饌。上引《明皇雜錄》說唐玄宗特別讓人在興慶池放養了洞庭湖鯽魚，以便能夠常常生吃這一上古以來就由知味者所極力推崇的美味。元代負責掌管皇帝飲食，「調和五味及每日所造珍品御膳」的飲膳大醫忽思慧所撰寫以獻給皇帝的《飲膳正要》一書中所羅列的「聚珍異饌」裡也有「肝生」和「魚膾」這兩道菜。[98]

（二）御賜奇味

而君主有時也以膾生來款待或賞賜臣下。《吳越春秋》說紀元前五〇五年伍子胥等伐楚歸來，吳王闔閭特別設鱠以爲慰勞：「子胥歸吳，吳王聞三軍將至，治魚爲鱠。將到之日，過時不至，魚臭。須臾子胥至，闔閭出鱠而食，不知其臭。王復重爲之，其味如故。吳人作鱠者，自闔閭之造也。」[99]《東觀漢記》記述東漢章帝也曾送膾於其舅馬光：「朝送鹿膾，寧用飯也。」（《太平御覽》卷八六二）隋煬帝曾以南方進貢的乾鱠賞賜近臣，杜寶《大業拾遺錄》曰：「六年(610) 吳郡獻海鮸乾鱠四瓶。瓶容一斗。浸一斗，可得徑尺面盤……帝以示群臣，云：『……今日之鱠乃是海真魚所作，求自數千里。亦是一時奇味。』即出數盤以賜近臣……」。（《太平御覽》卷八六二）唐李德裕〈述夢詩四十韻〉云：「荷靜蓬池鱠，冰寒郢水醪。」其自注云：「每學士初上賜食，悉是蓬萊池魚鱠。」[100] 南宋胡仔據這聯詩句和自注說：「古人作詩，類皆摭實，豈若今人憑空造語耶？」這樣看來，唐代在某一段時期當中，有這麼一個傳統，即在每年初夏時，皇帝都要賜學士們吃魚膾。[101] 北宋末何薳《春渚紀聞》卷四〈雜記・夢鱠〉說：「吳興溪魚之美，冠於他郡。而郡人會集，必以斫鱠爲勤，其操刀者，名之『鱠匠』。沈忠老言，其外祖丁學士君，雖湖人而生平不喜食鱠。一日忽夢登對，已而少休殿廡間，傳言以鱠縷一盤爲賜，食之甚美。既覺，忽念其味。會鄉人有以鮮鯉餉其子者，即取具鱠，舉筯而盡。自後日進一器。歲餘，復夢登

[98] 見《飲膳正要》虞集〈序〉後忽思慧等進本書表，〈目錄〉，葉7, 8，又葉45, 46。

[99]《吳越春秋》（《四部叢刊》初編本），葉44，卷四，〈闔閭內傳〉。

[100] 見《李文饒集・李文饒別集》卷三，葉5。

[101] 見《苕溪漁隱叢話》（據廖德明校點本），頁32，前集，卷五，〈李謫仙〉。廖校本胡仔述李德裕自注作「唐學士初夏上賜食」。

對，賜鱠如初。食訖而寤，但聞腥氣逆鼻，遂不復食，至終身云。」[102] 這個故事也反映了魚膾是御廚中可以用來賞賜食臣下的一道佳餚。

（三）進奉貢品

其次，膾生也是進獻於君主的貢品。上文提到大業六年吳郡曾獻海鮸乾鱠四瓶於隋煬帝。《太平御覽》卷九三七〈鱗介部（九）・魚（下）・鱸魚〉引杜寶《大業拾遺錄》說這年還進貢過另一種鱠：「六年吳郡獻松江鱸魚乾鱠。鱸魚肉白如雪，不腥。所謂『金齏玉鱠』，東南之佳味也。」唐韋巨源拜尚書令，上燒尾食，其中特別「奇異」的菜肴當中也有「丁子香淋膾（醋別）」及「五生盤（羊、豕、牛、熊、鹿，並細治）」等兩種。[103] 北宋皇帝車駕上金明池時，池苑所所進飲食即有魚膾。當時京師於三月一日開金明池瓊林苑，「其池之西岸……多垂釣之士，必於池苑所買牌子，方許捕魚。遊人得魚，倍其價買之，臨水砟膾，以薦芳樽，乃一時佳味也。」[104] 南宋周密《武林舊事》卷九〈高宗幸張府節次略〉記載了「紹興二十一年 (1151) 十月高宗幸清河郡王第」，清河郡王張俊「進奉」於高宗的菜餚中就有相當多的膾生。如所進「下酒十五盞」中第五盞的「肚肫膾」，第九盞的「鮮鰕蹄子膾」，第十盞的「洗手蟹」，第十一盞的「五珍膾」，第十三盞的「鰕棖膾」，第十四盞的「水母膾」，第十五盞的「蛤蜊生」。所進「廚勸酒十味」當中也有「江瑤生」和「薑醋生螺」。所進「對食十盞二十分」當中則有四種膾生：「三珍膾」、「水母膾」、「鱘魚膾」和「洗手蟹」。對皇帝的隨行從官也不怠慢，如供給「直殿官大棋下酒」的菜單裡也不乏膾生類的餚饌：「水母膾」、「鱘魚膾」、「七寶膾」、「洗手蟹」和「五珍膾」。[105]

---

[102] 見張明華點校本（北京：中華書局，1983），頁65。

[103] 見《清異錄》卷四，〈饌羞・單籠金乳酥〉條。

[104] 孟元老，《東京夢華錄》卷七，〈三月一日開金明池瓊林苑〉條。見《東京夢華錄（外四種）》，頁39-40。

[105] 見《武林舊事》，頁491-495。關於「洗手蟹」，請參考註285。這次給皇帝及其隨行從官準備的菜餚中還有「鵪子水晶膾」和「紅生水晶膾」等兩種「水晶膾」。「水晶膾」是熟食而不是生吃的魚或肉，但卻是細切的餚饌。北宋時已有不少「水晶膾」，《東京夢華錄》卷二〈州橋夜市〉說夜市在「冬月」供應「滴酥水晶膾」；卷三〈馬行街鋪席〉記載在「冬月」那裡的「夜市」有賣「紅絲水晶膾」；卷六〈正月十六日〉也有「賣水晶

（四）宴席盛饌

再則是各種膾生始終是上至高官富豪，下至一般平民百姓人家招待貴客或饋贈嘉賓的盛饌或宴飲集會時的席上主菜。上引《詩經・小雅・六月》吃膾鯉的場合就是尹吉甫北伐玁狁，勝利歸來，受宣王賞賜，自鎬京返回之後，「飲御諸友」的宴會裡。公元廿三年當劉秀以大司馬的身分受更始皇帝差遣往河北巡行，到達邯鄲（今河北省邯鄲市）時，趙王庶兄胡子所進獻給他的珍饈就是「狗膞」，[106] 即薄切的生狗肉片。《鹽鐵論・散不足》篇詳細地敘述了由古代到當時（紀元前一世紀初）的食俗變化：「古者，燔黍食稗，而捭豚以相饗。其後，鄉人飲酒，老者重豆，少者之食，一醬一肉，旅飲而已。及其後，賓婚相召，則豆羹

鱠……準備御前索喚」。《武林舊事》卷六〈市食〉說南宋杭州的市肆中也賣「水晶膾」。元人《居家必用事類全集・庚集・食類・飲肉下酒》中有「水晶膾」的作法：「豬皮刮去脂，洗淨。每斤用水一斗，葱、椒、陳皮少許，慢火煮。皮軟，取出，細切如縷。卻入原汁內再煮，稀稠得中，用綿子濾，候凝即成。膾切之。醯醋澆食。又法：鯉魚皮鱗，不拘多少。沙盆內擦洗白，再換水濯淨。約有多少添水，加葱、椒、陳皮，熬至稠粘，以綿濾淨。入鰾少許，再熬再濾，候凝即成。膾縷切，用韭黃、生菜、木犀、鴨子、筍絲簇盤，芥辣醋澆。」《多能鄙事》（明嘉靖刊本）卷二〈烹飪法〉中的兩種相同的「水晶鱠」的做法當出自此。又明崇禎十五年 (1642) 刊《吳縣志》卷二九，〈物產・品饌之屬〉所收鯉魚「水晶膾」的作法稍有不同：「以赤尾鯉洗淨，鱗（按：疑『鱗』前脫一『皮』字），去涎，水浸一宿。用新水於釜中慢火熬濃，仍去鱗滓，待冷即凝。縷切，沃以五辛、醋。味最珍，俗云『膞子』。」又，在進奉於高宗的「下酒十五盞」中的「第六盞」有一道「沙魚膾」，從下引相關文獻來看，這或許並不是把沙魚肉拿來現斫現吃的一種魚膾。南宋羅願《爾雅翼》卷三〇，〈鮫〉條說「南人」把幾種鮫魚「皆鹽爲脯，刮皮去其沙，翦以爲鱠，可寄千里。食味之珍者。」由「鹽爲脯」及「可寄千里」看來，這種「鱠」當是一種乾貨。明代黃仲昭所纂修《〔弘治〕八閩通志》（據《北京圖書館古籍珍本叢刊》本），卷二六，葉18，〈食貨・物產〉在興化府的「貨之屬」條當中有「鯊魚膾」一種，由於它被列在鹽、糖、蜜、蠟、青澱、絲、綿等等產品之中，足以說明它確是一種乾貨。萬曆癸丑（41年，公元1613年）刊本《漳州府志》卷二七，葉31，〈風土志（下）・物產・魚之屬〉則引用羅願的話交代了這種「鯊魚膾」實際就是魚翅：「白鯊：比胡鯊爲小。《爾雅翼》云：『小而皮麤者曰白鯊。刮皮去沙，翦以爲鱠，可寄千里。』今魚翅是也。」則雖有膾之名，實際上連乾膾也不是。梅堯臣有〈答持國遺鈔魚皮膾〉詩一首：「海魚沙玉皮，翦膾金盞醽。遠持享佳賓，豈用飾寶劍？…」（《梅堯臣集編年校注》卷十六，頁381）其中的「鈔魚皮膾」當即「沙魚膾」，也就是魚翅。則最遲在十一世紀前期的北宋時已經有了魚翅。《宋史・地理志（四）》記兩浙路瑞安府及台州均貢「鮫魚皮」，當亦是此物。

106 見《東觀漢記校注》卷一，頁5，〈世祖光武皇帝紀〉。

白飯，蓁膾熟肉。今民間酒食，殽旅重疊，燔炙滿案，膿鶩膾鯉，麛卵鶉鷃橙枸，鮐鯉醢醯，眾物雜味。」[107] 即稍早時，在饗宴賓客及婚禮等場合中才備有膾，膾是一道主要的大菜，後來則設膾的場合更普遍了；但這並不表示膾生作爲佳餚的地位有所跌落，而是反映世風的日益奢華。

無論如何，此後，膾始終是宴會裡常見的一道美味。如曹子建〈名都篇〉：「名都多妖女，京洛出少年……歸來宴平樂，美酒斗千金。膾鯉騰胎鰕，炮鱉炙熊蹯……」（《文選》卷二七）又如晉左思〈三都賦・蜀都賦〉：「若其舊俗，終冬始春，吉日良辰，置酒高堂，以御嘉賓，金罍中坐，肴核四陳。觴以清醥，鮮以紫鱗……」唐劉良註云：「鮮，魚膾也。」（《文選》卷四）晉杜育贈摯仲治詩曰：「之子于歸，言秣其駒。矧乃斯人，乃邁乃徂。雖非顯甫，餞彼百壺。雖非張仲，將膾河鯉。人亦有言，貴在同音。雖曰翻飛，曾未異林……」[108] 也足以說明膾是用來表達真情厚意的盛饌。公元四七九年蕭道成「既爲齊王，置酒爲樂」，席上也設有膾：「羹膾既至，〔崔〕祖思曰：『此味故爲南北所推』。侍中沈文季曰：『羹膾吳食，非祖思所解』。祖思曰：『「鴟鱉鱠鯉」似非吳之詩』。文季曰：『「千里蓴羹」豈關魯衛？』帝甚悅，曰：『蓴羹故應還沈』。」（《南史》卷四七〈崔祖思傳〉）

王維〈晦日游大理韋卿城南別業四首〉之三提到詩中這次聚會筵席上的膳食是：「雕胡見豐酌，庖膾亦雲至。」[109]《明皇雜錄》說房琯被放逐到閬州（今四川省閬中縣）時，「寄居州之紫極宮，臥疾數日，刺史忽具鱠邀房於郡齋。房亦欣然命駕」。[110] 可見用來招待客人，只需一味魚膾，就已經足夠了。杜甫有〈閿鄉姜七少府設鱠，戲贈長歌〉一首，記述東歸途中受到款宴，主人饗以魚膾的事。[111] 又有〈王十五前閣會〉一首：「楚岸收新雨，春臺引細風。情人來石上，鮮鱠出江中。鄰舍煩書札，肩輿強老翁。病身虛俊味，何幸飫兒童。」[112] 張鷟《游仙窟》記述在「神仙窟」中所受到的款待，在各種「玉饌珍奇」之中也包括有「鮮膾共紅縷爭輝，冷肝與青絲亂色」，即魚膾與肝生兩種。[113]

---

[107] 見王利器，《鹽鐵論校注》（增訂本），頁353，卷六。

[108] 見《藝文類聚》（據汪紹楹校本），頁552，卷三一，〈人部（十五）・贈答〉。

[109] 見《王右丞集箋注》，頁63-64，卷四。

[110]《太平御覽》卷八六二，葉4，〈飲食部・膾〉引。

[111] 見《杜詩詳註》，頁502，卷六。

[112] 見《杜詩詳註》，頁1600-1601，卷十八。

[113] 據王汝濤編校，《全唐小說》，頁22。

北宋楊億〈行次潁州（治今安徽省阜陽市）值雨，留駐數日，因貽郡守秘閣刁公〉詩說自己受到郡守以盛饌，即鱸魚膾招待：「饌盛嘗鱸膾，樽空倒角巾。」[114] 胡宿也有〈讌集〉詩一首記一次宴會，其中的主菜就是羊、鱠：「鬱陶倦煩暑，爽豁逢蕭辰。開樽有歡伯，傾坐得嘉賓。雕盤薦肥羜，寶刀膾霜鱗……」[115] 蘇舜欽〈九月五日夜出盤門，泊於湖間，偶成密會，坐上書呈黃尉〉詩揭舉了這次朋友邂逅相逢的宴會中最令人難忘的美食就是鱸魚膾：「玉盤鱸膾光一色」。[116] 梅堯臣任官許昌時曾有詩記寮友饗以酒鱠，〈依韻和通判太博雪後招飲二首〉之一：「雪晴何所樂，樂趣在杯中。況復君家美，雕盤膾縷紅。」[117] 在開封時，有〈刁景純將之海陵，與二三子送於都門外，遂宿舟中，明日留饌膾〉詩云：「……暫維青絲綍，邀膾白玉盤，行人反飫我，於理殊未安……。」[118] 又有〈設膾示坐客〉詩說自家設鱠宴客，引得「賓朋競至排入扉」。[119] 其〈江鄰幾邀食餛飩學書謾成〉詩回憶當時客人們的驚喜情形說：「前時我膾斫赬鯉，滿坐驚睨卒笑呼。」[120] 文彥博在嘉祐、元豐間二十餘年內曾兩度在洛陽與友人斫鱠歡會。[121] 金君卿與同年相聚時，美酒之外，更斫鱠助興，其〈招王、闞二同年（自注：王玘、闞逈）〉詩云：「偶憶去年逃暑飲，與君通夕屢忘歸。旋沽美酒開罇湅，更買新魚斫鱠肥…」[122] 沈遼也有詩記友人設鱠召食，〈〔李〕泰叔召食鱠〉：「酷暑隆隆不可活，聞有玉鱗纖手割，不得相從飽便腹，空聽高吟何灑

---

[114] 見《武夷新集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷一，葉22。

[115] 見《文恭集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷一，葉10。

[116] 見《蘇舜欽集》（沈文倬點校本），頁54，卷四。

[117] 據朱東潤，《梅堯臣集編年校注》，頁320，卷十五。

[118] 見《梅堯臣集編年校注》，頁259，卷十四。

[119] 見《梅堯臣集編年校注》，頁577，卷二一。

[120] 見《梅堯臣集編年校注》，頁578，卷二一。

[121] 見《文潞公文集》卷七，葉2-3，〈余前此二紀，保釐西郊，與判臺李少師及洛社諸君遊龍門，飲伊上。有魚者獻鱖魚十數尾，因作羹、鱠，坐客有思鱸之興。余後守魏，累請休致，久而未遂。曾爲憶鱖詩寄洛下諸賢。今年秋，累與諸君飲於東田，池上葦間，鱠魚，炊香稻以佐酒，浩然有江湖之趣。因作是詩，幷錄憶鱖詩如左（元豐中留守西京作）〉：「一罇江上思鱸酒，兩首伊濱憶鱖詩。今日東田遂前請，香梗（按，當是『粳』之誤）綠蟻鱠紅絲。」又葉3有〈嘉祐中，余尹河南，與少師李公明、龍圖董巨源、集賢王伯初同遊龍門。漁者得鱖魚數十尾，以助杯柈，飲興皆歡。日月云邁，幾二十年，感舊念游，作憶鱸詩，乃思鱸之比也（李東之、董沔、王起。熙寧中北京作）〉二首，其一云：「西風一棹思鱸興，抖擻塵纓歸舊廬。最憶香山石樓下，清伊深處釣寒魚。」

[122] 見《金氏文集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷上，葉24。

脫。」[123] 郭祥正介紹過自己在宴飲中享用魚膾的幾次經驗，一次是在蘇州太守的筵席上，其〈姑孰堂歌贈朱太守〉詩云：「……紫蒓茸蕨味正美，鮮鱗玉縷鳴霜刀。爲公一飲直醉倒，坐看萬室皆陶陶。……」〈送宋前之赴調〉詩記述的是爲朋友餞行：「……短棰跨羸驂，西風吹祖帳。玉盤堆膾縷，金船倒新釀。……」〈二月十一日倪倅敦復小園留飲〉詩是寮友留飲的記錄：「……妖桃映竹煙酩酊，細柳拂水風徘徊。倪公要我共行賞，小亭草草排樽罍。盈筐菊芽青玉軟，滿盤鱗縷紅絲堆。……」〈與內飲有贈〉則是夫妻共享鱸膾的宴飲：「瓮中有濁酒，畦中多美蔬。呼童起大網，更向溪中漁。鱍鱍得鮮鱗，斫膾選肥鱸。……」[124] 黃庭堅也有詩報導一次食鱠的宴會，〈次韻廖明略陪吳明府白雲亭宴集〉云：「江淨明花竹，山空響管絃。風生學士塵，雲繞令君筵。百越餘生聚，三吳遠接連。庖霜刀落鱠，執玉酒明船……。」[125] 司馬光曾在洛陽與諸耆舊共同賞橘，品嘗鮮膾，賦〈席君從於洛城種金橘，今秋始結六實。以其四獻開府太師，招三客以賞之。留守相公賦詩以紀奇事。光竊不揆，輒依高韻，繼成五章〉詩以紀其事，其一云：「宜春果結洛陽枝，正遇耆明會客時。更引輕舟倚蘆岸，香杭鮮鱠雅相宜。」在老友路過時也以酒鱠相款待，其〈喜才元過洛（洛陽）小詩招飲〉詩云：「素髮各垂領，舊交相見稀。不唯春物好，況是錦衣歸。洛社凍醪熟，伊魴絲鱠肥。南軒已灑掃，命駕不須違。」[126] 強至在泗州（治今安徽省盱眙縣）時也有友人勞以酒、鱠。[127]

前文引北宋末何薳《春渚紀聞》說吳興「郡人會集，必以斫鱠爲勤」。南宋談鑰《吳興志》也說宋代吳興「鄉土以鱠爲盛饌，每遇上客新姻慶賀燕集，必設此，盤飣羅列，更無別味。」[128] 南宋林洪曾經提到一則故事：「張約齋鎡性喜延山林湖海之士。一日午酌數杯後，命左右作『銀絲供』，且戒之曰：『調和教好，又要有真味』。眾客謂：『必鱠也』。良久，出琴一張，請琴師彈《離騷》一曲，眾始知『銀絲』乃琴絃也；『調和教好』調絃也；『又要有真味』蓋取淵

---

123 見《雲巢編》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷二，葉10。

124 見《郭祥正集》（孔凡禮點校本），頁25，卷二；頁83，卷四；頁205，卷十一；頁536，輯佚卷二。

125 《豫章黃先生文集》（《四部叢刊》初編本），卷十一，葉15-16。

126 見《溫國文正司馬公文集》（《四部叢刊》初編本），卷十五，葉11；卷十二，葉4-5。

127 見所撰《祠部集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷六，葉15〈常尉攜酒饌就部役所見勞〉：「酒蟻清香綠琰飛，河魨雪縷玉盤肥。」

128 見卷十八，葉13，〈食用故事・鱠〉條。

明『琴書中有真味』之意也……」[129] 這則故事也表明鱠是可以宴客的美味，同時可以單以這一味菜來款待客人。一二二〇年原女真貴族蒙古元帥蒲察七斤在西域款待耶律楚材的宴席上也準備了「魚膾」和「雞生」等珍饈。[130] 上引屈大均也說廣東有宴會，必以魚生爲敬，廣東人常有魚生之會；他又說自己「家在沙亭鄉，池沼頗多。親戚相過，必以斫鱠爲歡。」「相過一味魚生足」。（《廣東新語》卷二二〈鱗語・鱘魚〉條）這樣看來，以魚生爲宴會裡的主菜，甚至是唯一的一道菜也是一項由來已久的傳統。

（五）滋味之極

再則是，膾生雖然沒有列入周天子的盛饌「八珍」之中，但就漢代以還的文獻來看，膾生經常是人們心目中的頭等美味珍饈或十分難得的餚饌。西漢枚乘〈七發〉所列出的「天下之至美」的餚饌當中就有「鮮鯉之鱠」一項。[131] 東漢張衡〈七辨〉說膾是「滋味之麗也」。[132] 劉梁〈七舉〉則稱膾爲「異饌」。[133] 傅毅〈七激〉則說膾是「單極滋味，嘉旨之膳」。[134] 辛延年〈羽林郎詩〉把鯉魚膾稱作「珍肴」。[135] 曹植〈七啓〉也說「膾西海之飛鱗」是「肴饌之妙也」。[136] 晉陸雲推崇浙東一帶的美味，說「鱠鰡鰒、炙鮞鰕、烝石首、臛鯊鮫，真東海之俊味，肴膳之至妙也。」[137] 張協〈七命〉則說魚膾是「人神之所歆羨，觀聽之所煒曄」的佳餚。[138] 唐段成式《酉陽雜俎》所列舉的八種當時的「衣冠家名食」當

---

[129] 見所撰《山家清供》（清顧湘輯校刊《小石山房叢書》本），葉11〈銀絲供〉條。

[130] 見《湛然居士文集》，頁92。宴會年代見書後所附王國維所撰〈耶律文正公年譜〉，頁341。

[131] 見《文選》卷三四，葉5。

[132] 見嚴可均校輯，《全後漢文》，見北京中華書局標點影印本《全上古三代秦漢三國六朝文》卷五五，葉1。

[133] 見《全後漢文》卷六四，葉11。

[134] 見《全後漢文》卷四三，葉4。

[135] 見逯欽立輯校，《先秦漢魏晉南北朝詩》，頁198，〈羽林郎詩〉：「……就我求清酒，絲繩提玉壺。就我求珍肴，金盤鱠鯉魚。……」

[136] 見《文選》卷三四，葉16-17。

[137] 見《陸士龍文集》（《四部叢刊》初編本），卷一〇，葉10-11，〈答車茂安書〉。

[138] 見《文選》卷三五，葉14。

中就有韓約所做的「鱠鱧魚臆」一味。[139] 上文提到元代忽思慧也把「肝生」和魚膾羅列在「聚珍異饌」當中。

（六）賞心樂事

最後，膾生在華夏世界裡，特別是在南方，曾經長久地受到人們的普遍歡迎。《孟子・盡心下》：「曾皙嗜羊棗，而曾子不忍食羊棗。公孫丑問曰：『膾炙與羊棗孰美？』孟子曰：『膾炙哉！』公孫丑曰：『然則曾子何爲食膾炙而不食羊棗？』曰：『膾炙所同也，羊棗所獨也。諱名不諱姓，姓所同也，名所獨也』。」說明了膾是當時人們普遍喜好的菜餚。從這也可以推測，在上古時代，食用膾生的習俗有著相當廣泛的分布。從上文對《風俗通義》及《抱朴子・金丹》篇的兩段引文的分析也可以看出來，在廣大的地域範圍內，人們對膾生的歷久不衰的喜好。

許多人正如屈大均所說的那樣，「以多食鱠爲韻事」，[140] 視食用膾生爲一種生活上的享受，如李白〈擬古十二首〉之五：「今日風日好，明日恐不如。春風笑於人，何乃愁自居？吹簫舞彩鳳，酌醴鱠神魚。千金買一醉，取樂不求餘…。」[141] 又如梅堯臣曾有〈邵郎中姑蘇（今江蘇省蘇州市）園亭〉詩記述這位友人園亭之間的賞心樂事：「公愛樂天池上篇，買池十畝皆種蓮……水從太湖根底穿，月出洞庭山上圓。公歸與客相留連，秋風鶴唳春杜鵑。班鱸斫膾紅縷鮮，紫跋煮蒓香味全……。」[142] 曾鞏也有詩描寫田家生活的興味，其中就有在寒秋時節享用魚膾的樂趣：「買田南山下，禾黍忽已秋……久苦城中囂，至山諒優遊……窗軒眾峰出，階墀水淙流……寒花開照耀，谷鳥樂啾啁。心與珍境接，佳興固已遒。而況饋朝夕，甘美日可搜。黃雞肥落俎，清酤湛盈甌。時鮮鱠冰鯽，餘滋拆丹榴……。」[143] 又如黃山谷〈戲簡朱公武劉邦直田子平五首〉之一：「不趨吏部曹中版，且鱠高沙湖裡魚」；又〈次韻吉老遊青原將歸〉云：「欣欣林皋

---

[139] 見方南生點校本，頁71，前集，卷之七，〈酒食〉。
[140] 見《廣東新語》，頁569，卷二二，〈鱗語・鰣魚〉。
[141] 引文據瞿蛻園、朱金城，《李白集校注》，頁1376-1377，卷二四。
[142] 見《梅堯臣集編年校注》，頁724，卷二四。
[143] 見《曾鞏集》（陳杏珍等點校本），頁27，卷二，〈舍弟南源刈稻〉詩。

樂，賞心天際翔。清樽鱠魴鯉，朱果實圓方。醉罷聽疎雨，衾寒夢國香……」。[144]

膾炙人口的晉代張翰假借思念家鄉口味「吳中菰菜羹、鱸魚膾」，說：「人生貴得適意爾」而南歸避禍的故事正是表現這種意境的時代較早的一個事例，[145]也是後代詩人經常吟詠的對象，對於助長這種氣氛起過重要的作用。這樣，在遇有機會吃魚時，有些人就很自然地選擇吃膾生，而不採取其他的烹飪方式。例如唐高祖時，太子建成「常（嘗）往溫湯……有進生魚於建成者，將召饔人作膾…」（《舊唐書・李綱傳》）又如梅堯臣〈戲酬高員外鯽魚〉詩云：「天池鯽魚長一尺，鱗光鑿動楊枝磔。西城隱吏江東客，晝日馳來奪炎赫。冷氣射屋汗收額，便教斫膾傾大白…」。[146] 黃庭堅〈謝榮緒惠貶鮮鯽〉詩：「偶思煩老庖玄鯽，公遣霜鱗貫柳來。蘆臼方看金作屑，鱠盤已見雪成堆。」[147] 又如張耒〈題宣州後堂壁四首〉之三所述：「翠樹陰陰晚雨回，江山清潤絕纖埃。軍廚煮酒香初熟，更釣溪魚斫鱠來。」[148] 又如陸游〈秋郊有懷〉詩說自己在家鄉時常有魚鱠可吃：「縷飛綠鯽鱠，花簇頳鯉鮓。」可能得了魚就作鱠來吃，如〈買魚〉詩：「兩京春薺論斤賣，江上鱸魚不值錢。斫鱠擣齏香滿室，雨窗喚起醉中眠。」又有〈偶得雙鯽〉：「酒興森然不可回，重陽未到菊先開。一雙鱖刺明吾眼，催喚廚人斫鱠來。」[149] 又如范成大自述其田園家居生活，〈四時田園雜興六十首・秋日田園雜興十二絕〉之十一：「細擣椹蘆買鱠魚，西風吹上四鰓鱸，雪鬆酥膩千絲縷，除卻松江到處無。」[150] 上引屈大均說明清之際廣東人在魚生之會上「無不人人色喜，且餐且笑」，由此我們可以想見在古人心目中享用魚生是一樁多麼可喜的賞心樂事。[151]

---

144 見《豫章黃先生文集》卷七，葉7。《山谷外集詩注》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷十三，葉12。

145 據徐震堮，《世說新語校箋》，頁217，卷中，〈識鑒第七〉。《晉書・文苑・張翰傳》作「吳中菰菜、蓴羹、鱸魚膾」。

146 見《梅堯臣集編年校注》，頁625，卷二二。

147 《豫章黃先生文集》卷十一，葉14。

148 見《張右史文集》卷三〇，葉8。

149 據錢仲聯，《劍南詩稿校注》，頁1461，卷十九；頁68，卷一；頁2880-2881，卷四七。

150 見《石湖居士詩集》（《四部叢刊》初編本），卷二七，葉4。

151 既然膾生餚饌這樣珍貴，食用膾生又是這樣的賞心樂事，如果在爲親長守喪期間，還大肆享用，那就是十分嚴重的惡行了。見強至《祠部集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷三三，葉15，〈記惡〉就記載了這麼一個人：「癸巳歲，予待次吳江親舍，客有過邑下者…即而見之，彼方膾鮮鱗以恣大嚼……。」

五、魚鱠食俗的地域分布——南盛於北

（一）南北地理背景的差異

雖然從文獻上來看，南北方都吃魚鱠，但南方雨量豐沛，河川溪流眾多，湖泊星羅棋布，隨著農業的進展，人工修築的灌溉溝渠縱橫交錯，陂、塘、堰、梁也十分普遍。在這些水域中，自然生長繁殖或人工飼養著許多各式各樣的魚類。同時南方到處都有水田，在這些水稻田中也可以養魚，如王充指出：「水田之中時有魚。」[152] 又如《魏武四時食制》說：「郫縣子魚，黃鱗赤尾，出稻田，可以爲醬。」[153] 近年在漢中、四川等地考古發現的文物也顯示漢代在稻田、水塘、灌溉渠道中均養有鯉魚、鯽魚、草魚等魚類。[154] 因此像明代顧起元那樣說：「江東，魚國也」，[155] 並不算誇張。既然魚產豐足，魚的售價相對地也就比較低廉，《梁書》卷五三，〈良吏・何遠傳〉說：「江左多水族，甚賤，遠每食不過乾魚數片而已。」白居易也說在江西，魚的價錢極爲便宜：「溢魚賤如泥」。[156] 上文也提到陸游說在自己家鄉山陰的情況是「江上鱸魚不值錢」。可見南方取得鮮魚的條件遠比北土來得優越。《史記・貨殖列傳》說「楚越之地」的食俗是「飯稻羹魚」，《博物志》說「東南之人食水產，西北之人食陸畜」，[157] 都可以充分地反映這點。

而在北方，就沒有那麼方便經常獲得鮮魚了。例如《周書》卷三二〈陸通傳〉所述：通父陸政「性至孝，其母吳人，好食魚。北土魚少，政求之常苦難。

---

[152] 見《論衡集解》，頁336，卷十六，〈商蟲〉篇。

[153] 見《太平御覽》卷九三六，葉5，〈鱗介部（八）・魚（下）・鯉魚〉。

[154] 見秦保生，〈漢代農田水利的布局及人工養魚業〉；邢湘臣，〈稻田養魚小史及其現實意義〉；郭清華，〈勉縣出土稻田養魚模型〉；分別刊於《農業考古》1984.1：101-102；1984.2：223-225；1986.1：252-253。

[155] 見《客座贅語》（譚棣華、陳稼禾點校本），頁306，卷九，〈魚品〉條。

[156] 見《白居易集》（顧學頡校點本），頁202，卷一〇，〈首夏〉詩。

[157] 引文據范寧，《博物志校證》，頁12，卷一，〈五方之民〉。《博物志》所說的這一段話可以和近年的考古發現相印證。廣州象崗山第二代南越王墓的東耳室、東側室、西側室、後藏室出土了大量的動物遺骸，總共二十多個種，其中屬於人工飼養的家畜家禽共四種，占20%；陸地野生動物兩種，占10%左右；其餘全都是水產動物，占70%以上。從個體數量來看，最多的仍是各種貝類、魚類等水產動物。這些動物絕大多數是用來作爲隨葬食品而保留下來的。見《西漢南越王墓》上冊，頁463-472，王將克、黃杰玲、呂烈丹，〈附錄一四：廣州象崗南越王墓出土動物遺骸的鑒定〉。

後宅側忽有泉出，而有魚，遂得以供膳。時人以爲孝感所致，因謂其泉爲『孝魚泉』。」[158] 這個故事雖然不一定可靠，但足以反映北方確實不像南土那樣容易獲致鮮魚供膳。

關於這點，周作人曾經作過很仔細的觀察和分析，他說在江、浙一帶，人們常吃魚蝦，而當地的魚蝦也很多：「總之，在那裡魚、蝦的供給是與白菜、蘿蔔一樣的普遍的……農工老百姓平常少吃肉，魚介卻是常用……北方雖然也有好些大河，魚卻不可多得，不那麼大眾化了。一般人吃不著，鹹魚也少見……」而北方「供給不多，需求又少，其所以不能大眾化，蓋非無故也。」[159] 在這種情況下，大抵南土居民採用膾生的方式來吃魚也比北方盛行，上引《南史・崔祖思傳》沈文季說「羹膾」是「吳食」，非籍貫出自北方的崔祖思所能欣賞，足以表明六朝時代的南方人對於這點已經是很清楚的。

（二）魚鱠非北方風味

白居易生長在北方，除少年、青年時有幾年旅居南方的蘇州、杭州、徐州和襄陽等地外，一直長期居住、活動在今河南、陝西等地。在他四十四歲那年，即唐憲宗元和十年 (815) 秋天，他被貶爲江州（治今江西省九江市）司馬。這次南行使他有極充分的機會，能夠十分從容地仔細觀察南北兩方在氣候、地理景觀、物產、生產勞作、生活方式、語言、飲食等風土人情各方面的異同。一路行來，他不斷地沈浸在各種不同景象所給他帶來的衝擊當中，南國風情的震憾在他心中留下了極其深刻的印象：「漸覺鄉原異，深知土產殊」；另一方面，這強烈的對比或反差也激起他時時覺悟到自己是一個外來的北方「咸秦客」。在這種心境中，他傳遞給我們一則非常重要的信息，即他對南方風味的菜餚感到不適應：「鼎膩愁烹鱉，盤腥厭膾鱸」。[160] 到第二年夏季，他比較習慣、能夠欣賞生魚之後，他又寫下了另一首鄉愁詩，其中的幾句是：「綠蟻杯香嫩，紅絲膾縷肥。故

---

[158]《北史》卷六九，〈陸通傳〉同。

[159] 見《知堂談吃》，頁73-74所收1950年1月4日《亦報》上刊載的〈吃魚〉一文。

[160] 見《白居易集》（顧學頡點校本），頁323-324，卷十六，〈東南行一百韻寄通州元九侍御、澧州李十一舍人、果州崔二十二使君、開州韋大員外、庾三十二補闕、杜十四拾遺、李二十助教員外、竇七校書〉詩。

園無此味，何必苦思歸？」[161] 明白地披露了魚膾不是他自己的家鄉菜。這兩首詩所宣示的重要意義是，他在北方居住生活幾十年的日子當中，沒有吃過、也沒有看到別人製作、吃過魚膾。從白居易這樣一個中年官僚士大夫的親身經驗來看，我們有理由相信，南北雙方居民都吃魚膾的習俗到這時已經有了明顯的轉變，即大致上最遲從九世紀初以來，居住、生活在北土的一般平民當已幾乎沒有人吃魚膾了。

（三）魚鱠之鄉盡在南土

唐宋時代的送別贈詩，或寄贈遠方友人的篇什中提到遠行者所前往的目的地或居留地的佳肴美味有魚膾的幾乎全都在江淮之南。例如唐代詩人岑參 (715-769) 有一首〈送李翥遊江外〉詩提到江南的肴饌、佳果說：「砧淨紅鱠落，袖香朱橘團。」[162] 從這一聯可以看出在岑參的心目中吃魚鱠最主要的地區是在南方，在江南。北宋穆脩〈送葛源之太和（今江西省泰和縣）主簿〉詩：「鱠斫江鱗活，杯嘗楚釀清。」[163] 夏竦〈送人入越（今浙江）〉詩：「……一片曉山迎越絕，數程春水背姑蘇。蓮供晚果蜂房細，鱠市朝餐線縷麤……」[164] 又如胡宿〈送陳鐸歸吳興（今浙江省湖州市）〉詩云：「秋來苕下醪醅熟，寒去江頭膾縷肥。」[165] 強至〈送王文玉歸浙（今浙江）〉詩：「盤堆玉縷鱸初膾，盞溢金波酒旋篘。」[166] 梅堯臣有〈路中月夕登霽景臺與唐英話別〉詩謂：「……吳客方思千里歸，不負洛陽塵與土。到時水落鱖鱸肥，香稻初炊鱠紅縷……」又，〈周仲章通判潤州（今江蘇省鎮江市）〉：「霜蟹肥可釣，水鱗活堪斫。」又，〈送畢郎中提點淮南茶場〉詩：「…拜親將已近，食膾不言遲…」又〈送胡公疎之金陵（今江蘇省南京市）〉：「……楊花正飛鮅魚多，食膾舉酒謝河伯…」又〈送裴如晦宰吳江（今江蘇省吳江縣）〉：「吳江田有粳，粳香舂作雪；吳江下有鱸，鱸肥膾堪切。炊粳調橙齏，飽食不爲鑿……」又〈送王郎中之江陰（今江蘇省江陰

---

[161] 見《白居易集》，頁332，卷十六，〈春末夏初閑遊江郭二首〉之二。
[162] 引文據陳鐵民、侯忠義校注本，《岑參集校注》，頁104，卷二。
[163] 見《河南穆公集》（《四部叢刊》初編本），卷一，葉2。
[164] 見《文莊集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷三四，葉11。
[165] 見《文恭集》卷三，葉15。
[166] 見《祠部集》卷六，葉8-9。

縣）〉詩：「…疊鼓渡江寒浪伏，鳴鐃入境野雲飄。魚穿楊柳誇鮮膾，人采芙蓉學細腰…」又〈送胥平叔太博通判湖州（今浙江省湖州市）〉詩云：「…東風欲粉絮，相逐江上頭，正見鮆魚來，貫條尾脩脩。使斫橫刀膾，便銷千里愁…」又有詩〈寄滁州（今安徽省滁縣）歐陽永叔〉云：「山蔬采筍蕨，野膳獵麞麋。鱸膾古來美，梟炙今且推。」[167] 蘇頌也有〈送襄州（今湖北省襄樊市）李觀察〉詩：「半符雙節鎮關東，漢沔從來地望雄……江魴鱠玉飧盤貴，霜橘堆金燕豆豐。…」[168] 劉敞〈送人之會稽（今浙江省紹興市）〉詩：「……江南秋風鱸魚美，庖鱠炊粳東入吳……」[169] 又如司馬光〈送巢縣（今安徽省巢縣）崔尉〉：「弱歲家淮南，常愛風土美。悠然送君行，思逐高秋起。巢湖映微寒，照眼正清泚……銀花鱠肥魚，玉粒炊香米……」又〈送張伯常同年移居郢州（今湖北省鐘祥縣）〉詩：「楚江白逶迤，楚山碧參差。玉炊稻粒長，縷切魚腹肥…」又有〈送章伯鎮知湖州〉詩：「江外饒佳郡，吳興天下稀。蓴羹紫絲滑，鱸膾雪花肥。…」[170] 司馬光少小時隨父親任官而在淮南居住過一段時間，晚年又定居於洛陽，他親歷南北的經驗當是翔實可靠的。[171] 從這些送別詩或寄詩我們可以明瞭當時吃生魚的地域主要是在淮河之南的南土，其中江南吳越一帶尤爲著名。[172]

上文說梅堯臣任京官時曾設鱠款待僚友，其中之一的韓維曾有詩〈答聖俞設膾示客〉：「梅侯三年江上居，盤羞慣飽鱖與鱸。客居京城厭麤糲，買魚斫膾邀朋徒。孰親刀匕擅精巧？閨中麗人家本吳。縷裁長絲葉剪薤，飣餖自與尋常殊。

---

[167] 見《梅堯臣集編年校注》卷二，頁31；卷二一，頁570；卷二二，頁610；卷二三，頁667；卷二六，頁889；卷二八，頁1007；卷三〇，頁1146；卷十六，頁330。

[168] 見《蘇魏公文集》，頁77，卷七。

[169] 見《公是集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷十七，葉6。劉敞又有〈寄裴吳江〉詩一首亦可參考：「玉喬一雙鳧，乃是尚方履。誤逐閭閻風，飄然太湖水。湖水連天涯，茫茫湛清輝。秋來興不盡，似欲都忘歸。玉疊鱠如雪，碧壺酒若漉……。」（卷十五，葉13）

[170] 見《溫國文正司馬公文集》卷二，葉20-21；卷五，葉12；卷八，葉12。

[171] 又曾幾，《茶山集》（重編校刊《武英殿聚珍版叢書》本），卷六，葉3，有一首〈過松江〉詩，松江自太湖東流入海，即今日上海市的吳淞江，曾幾詩中說這裡也有鱠可食：「酒熟桮盤供雪鱠。」

[172] 白居易在今江西、江蘇、浙江都吃過魚膾，其中江西還可能是他生平第一次嘗到魚膾的地方，但留給他印象最深的卻是在江、浙、吳越。他回到北方後想起吃魚膾時，想到的都是吳越的經驗。《白居易集》，頁607-608，卷二七，有一首他「憶遊浙右數郡」的〈想東遊五十韻〉詩就提到：「鱠縷鮮仍細，蓴絲滑且柔。」頁480-481，卷二二，〈和三月三十日四十韻〉詩：「魚鱠芥醬調。」則是回憶在蘇州和杭州時的情形。

霜橙搗蘘飯香稻，一飽豈顧家有無。我雖目病興不淺，坐想落紙霏紅腴。雕盤雋味儻可再，贈子玉酒隨長魚。」[173] 從這首詩也不難看出即使是在首都開封，想要吃魚鱠並不容易；而在南方才有可能「慣飽」魚鱠。穆脩有〈食魚〉詩一首：「南有嘉魚異，常趨四月期。江天專伺至，煙網密爭垂…貨鬻斯爲切，鮮腴敢暇知……珠沫緣條煦，霜鱗逐刃隳。扣顱瓊聚骨，剖腋錦分肌。味佐芳菘愜，香參苦笋宜。羹甌融膩玉，膾筯罥寒絲……」。[174] 穆脩是鄆州汶陽（今山東省汶上）人，是個北方人。[175] 但他這首提到吃魚膾的詩卻特別指明這是南方的情況。這也足以表明當時只有在南方才盛行吃生魚。

（四）南方家鄉菜

像沈文季那樣把魚膾當做家鄉菜或地方上的風味餚饌的大抵也只見於南方，如北宋《太平廣記》的編者也把鮸魚、鱸魚膾視爲「吳饌」。[176] 宋代方岳也有〈次韻姚監丞斫鱠〉詩兩首，指出魚鱠是「吳中風物」：「冰盤飛縷落芳馨，雪色微紅糝玉霙。喚起笭箵十年夢，詩腸平截鷺波清。」又：「旋搗金蘘剁玉蔥，半盂膏酒洗冬烘。吳中風物今猶爾，說與廚人寧舍熊。」[177] 葉夢得也直截稱魚鱠爲「南饌」：「往時南饌未通，京師無有能斫鱠者，以爲珍味。梅聖俞家有老婢獨能爲之。歐陽文忠公、劉原甫諸人每思食鱠，必提魚往過聖俞；聖俞得鱠材，必儲以速諸人……」。[178] 蘇軾在北方時，寫過一首〈春菜〉詩，回憶在家鄉四川時常年春季盤中的菜餚，其中就有鱠：「鱠縷堆盤纖手抹。」[179] 依上引左思〈蜀都賦〉來看，這一春季吃魚膾的習俗在四川當有千年以上的歷史。元朝末年江陰（今江蘇省江陰縣）人許恕逃難在外時，有〈故國〉詩一首，懷念自己江南老家生活的種種，魚膾就是他最忘不了的家鄉味：「水郭春雷後，能無故國思？河魨羹

---

173 見所撰《南陽集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷六，葉4-5。

174 見《河南穆公集》卷一，葉1-2。

175 《宋史》冊三七，頁13069，卷四四二，〈文苑（四）・穆脩傳〉：「穆脩，字伯長，鄆州（治今山東東平）人。」

176 見《太平廣記》冊五，頁1790-1791，卷二三四，〈食・吳饌〉所錄《大業拾遺記》。

177 見所撰《秋崖集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷三，葉15。

178 見所撰《避暑錄話》（台北：新興書局影印本《筆記小說大觀》第3編，第3冊），卷下，葉55。

179 見《蘇軾詩集》（清王文誥輯注，孔凡禮點校本），頁789-790，卷十六。

玉乳，江鱭膾銀絲……」[180] 又如明廣東新會人陳獻章〈南歸寄鄉舊〉十首之一所云：「家在桃源裡，龍溪是假名。蕉衫溪女窄，木屐市郎輕。生酒鱘魚膾，邊鑪蜆子羹……。」[181]

此外，《清異錄》卷二〈禽・納膾場小尉〉條也提供了一則明確的證據：「取魚用鸕鷀，快捷爲甚。當塗（今安徽省當塗縣）芰塘，石皐民莊舍在焉，畜鸕鷀于家，纜小舟在岸，日遣一丁取魚供家。邑尉過時見之，謂皐民曰：『小舟即納膾場，鸕鷀乃小尉耳』……」。[182] 把納魚稱作「納膾」，這只有在嗜吃、常吃魚膾的情況下才有可能這麼說。南唐沈汾《續仙傳》記有一在江西一帶活動的神仙曹德休「常謂人曰：『若家有疾苦，不必財帛就德休求符藥，以江魚爲鱠一盤，并美酒一壺饗吾，告之，其疾自痊。』如其言，鄉里爲之，無不應驗。人皆神事之，後忽告人曰：『……來春牛疫頗甚，我留一姓名與汝傳寫，牛疾之時，以鱠饗吾，書其字，帖牛角上，自當無苦。』其後牛果大疫，一境之內帖其字者免災，不帖者斃……」。[183] 這個故事多多少少也反映了江西一帶有比較興盛的魚鱠食俗。北宋黃庶（即黃庭堅之父）有〈遊石池潭〉詩一首，思念在自己家鄉洪州分寧（今江西省修水縣）時網魚食膾的歡樂：「吾家溪潭動百尺，坐見遊魚可倒指。月明無水風不動，釣絲鑑中出朱鯉。乘閒具酒席草岸，呼網一舉常百尾，鱠霜炙玉眠鷗夷……」。[184] 趙抃也有〈罾魚〉詩一首記南方漁家獲魚後享用魚鱠的情景：「生涯罾一架，深浦勢并兼。張目因知密，游鱗不漏纖。急收防力跳，輕語怕驚潛。持去全家樂，盈盤鱠縷甜。」[185] 這都可以表明南方人嗜吃、常吃魚膾的一斑。蘇東坡也曾對晁補之說杭州人最常採用的幾種吃魚方式當中的一種就

---

[180] 見所撰《北郭集》（清光緒三十三年，1907年，金武祥刊《江陰叢書》本），卷五，葉8。

[181] 見《陳獻章集》（孫通海點校本），頁351，卷四。

[182] 見《筆記小說大觀》第4編，第3冊，頁1984。

[183] 引文據台北，新文豐出版公司影印《正統道藏》本（洞眞部・海），冊八，頁294，卷下，〈隱化八人・曹德休〉。

[184] 見所撰《伐檀集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷上，葉27。

[185] 見《清獻集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷二，葉4-5。北宋江西詩人謝逸有描寫漁父生涯的〈漁家傲〉詞一闋：「……自歎直鉤無處使，笛聲吹徹雲山翠。鱠落霜刀紅縷細，新酒美，醉來獨枕蓑衣睡。」估計當也是南方漁家的生活情景。見所撰《溪堂集》卷六，葉13-14。南宋薛師石《瓜廬集》，葉3有〈漁父詞〉七首，其四亦有句云：「繫船蘭泖鱠長鱸」。又南宋晚期姚勉，《雪坡舍人集》卷十八，葉10-11，〈桃源行〉也提及漁夫有常吃魚膾的優越條件：「……漁郎漁郎休太息，漁家自有神仙國。鱠鱸沽酒醉蘆花，此樂桃源人未識……」。

是吃魚鱠。[186] 屈大均說：「冬至魚生絕勝秋」，又說「廣州時序」，「冬至曰『亞歲』，食鱠，爲家宴團冬。」[187] 這也當是在較長久且普遍的食用魚膾的習俗之下形成的特殊傳統，這在北方也是沒有的。

（五）南人嗜食生魚者多

文獻記錄中嗜吃魚鱠的固然也有北方人，如「羊續……大山平陽（按：即《漢書・地理志》泰山郡東平陽，治今山東省新泰縣）人也。」（《後漢書・羊續傳》）謝承《後漢書》說：「羊續好食生魚。爲南陽太守，丞侯儉貢鯉，續受而懸之一歲，儉復致一枚。續乃以所懸枯魚以示儉，終身不復食魚。」[188] 但仍以南方人爲多，例如東漢廣漢（治今四川省廣漢縣北）姜詩之母：「廣漢姜詩妻者，同郡龐盛之女也。詩事母至孝，妻奉順尤篤……姑嗜魚鱠，又不能獨食，夫婦常力作供鱠，呼鄰母共之。」（《後漢書・列女傳》）又如晉蕭廣濟《孝子傳》：「巴郡杜孝後在成都，母喜食生魚。孝於官得生鮮，截竹銅盛魚一頭置江中。妻得之，笑曰：『是我壻寄，乃以進母』。」（《太平御覽》卷九三五〈鱗介部（七）・魚（上）〉）又如張杲《醫說》所述「虞侍郎，蘇州人。平生喜食生魚鱠。」[189] 南朝宋東陽无疑《齊諧記》說：「江南有麻姑治者，爲人好噉鱠。」[190] 又段成式《酉陽雜俎》說：「越州有盧冉者，時舉秀才，家貧未及入京，因之顧頭堰。堰在山陰縣（今浙江省紹興市）顧頭村，與表兄韓確同居。自幼嗜鱠，在堰嘗憑吏求魚……」。[191] 這兩則記載雖屬小說家言，未必真有其人；但即使出於虛構，也當有所本，可以看成是南方人嗜吃魚膾這一事實的反映。

---

[186] 見晁補之，《濟北晁先生雞肋集》（《四部叢刊》初編本），卷二八，葉9，〈雜著・七述〉：「先生曰：杭之爲州，負海帶山，蓋東南美味之所聚焉。水羞陸品，不待賈而足……魚則鰋、魴、鱣、鱮、鱸、鱖、鯿、鯉，黃顙黑脊，丹鰓白齒，江鱘之醢，石首之羹。或腊而枯，或膾而生……」。

[187] 見《廣東新語》，頁569，卷二二，〈鱗語・鮭魚〉條；頁300，卷九，〈事語・廣州時序〉條。

[188] 見《太平御覽》卷九三六，〈鱗介部（八）・魚（下）〉，葉3引。按「好食生魚」也有可能意指喜好食用新鮮的魚（相對於乾魚，即「枯魚」而言），而不一定是生吃魚肉。這裡姑從《御覽》編者的意見。

[189] 引文據台灣商務印書館影印文淵閣《四庫全書》本，卷六，葉31所引《名醫錄》。

[190] 見《太平御覽》卷八六二，葉3〈飲食部・膾〉引。

[191] 見方南生校點本，頁221，續集，卷三，〈支諾皐（下）〉。

至於螃蟹、蝦子、牡蠣、蛤蜊、江瑤、香螺、水母、淡菜、蚶子等膾生的食用，自六朝以來，大抵除螃蟹並見於南北外，也以南方爲主。[192] 沈括所舉的一個有趣的故事可以幫助說明這點：「如今北方之人喜用麻油煎物，不問何物，皆用油煎。慶曆 (1041-1048) 中，群學士會於玉堂，使人置得生蛤蜊一簣。令爨人烹之，久且不至。客訝之，使人檢視，則曰：『煎之已焦黑而尙未爛。』坐客莫不大笑……」。[193] 不論什麼都喜用麻油來煎食，當然就不會採取膾生的方式來享用了。

六、膾生的製作

(一) 材料必須新鮮

膾生的製作必須選用十分新鮮的魚、肉，屈大均《廣東新語・鱗語・魚生》條說作魚生要「以初出水潑剌者」來作，即還是活蹦亂跳的極新鮮的魚。元關漢卿所撰《望江亭中秋切鱠》一劇第三折中所提到的用來斫鱠的魚就是這樣的：「撒開網去，打出三尺錦鱗，還活活潑潑的跳，好鮮魚也！」「這魚不宜那水煮油煎，則是那薄批細切。」[194] 下面引兩則關於膾的故事，雖然荒誕不經，而且還可能倒人胃口，但卻很可以顯示膾生食用肉類的新鮮程度真是「活生生」的。《三

---

[192]《鹽鐵論・論菑》篇說：「越人美嬴蚌而簡太牢。」足以說明東南一帶從很早的時候開始就有喜食螺、蚌的風俗。考古的發現也可以對這點作充分的說明。廣州象崗山第二代南越王墓的東耳室、東側室、西側室、後藏室出土了大量作爲隨葬食品的動物遺骸，共二十多個種，其中各種螺、蚶、蜆、蛤、石礪等貝類或介殼類、鹹淡水產的軟體動物及蝦就占了40%左右。從個體數量來看，貝類動物也最多，其中青蚶有約2000個，楔形斧蛤200多個，石礪1550多個，還有爲數不少的眞蝦。見上引《西漢南越王墓》一書，頁463-472；又可參考黃展岳〈南越王墓出土的肉食品及其烹調法的研究〉，刊於《中國烹飪》1992.9。同時這些水產海味也多出產於南方，生吃必須講究新鮮，自然也多在南方才比較有條件辦得到。如唐代「明州（今浙江寧波市南）每年進淡菜一石五斗、海蚶一石五斗」。而「每十里置遞夫二十四人，明州去京四千餘里，約計排夫九千六百餘人。假如州縣只先期十日追集，猶計用夫九萬六千餘功，方得前件海味到京。」（見《元稹集》，頁440，卷三九，〈浙東論罷進海味狀〉）可見以皇帝之尊，想要吃到這些海味都已極不容易，何況要生吃鮮活的海產，那就更難了。

[193] 見所撰《夢溪筆談》。據胡道靜《夢溪筆談校證》本，頁776，卷二四，〈雜誌（一）〉第27條。

[194] 見北京大學中文系《關漢卿戲劇集》編校小組校本，《關漢卿戲劇集》，頁97。

國志・魏書・方技・華佗傳》：「廣陵太守陳登得病，胸中煩懣，面赤，不食。佗脈之，曰：『府君胃中有蟲數升，欲成內疽，食腥物所爲也。』即作湯二升，先服一升，斯須盡服之。食頃，吐出三升許蟲，赤頭皆動，半身是生魚膾也……。」《博物志》卷三〈異魚〉：「吳王江行，食鱠有餘，棄於中流，化爲魚。今魚中有名吳王鱠餘者，長數寸，大者如箸，猶有鱠形。」[195]

爲了保證魚肉的新鮮、是「初出水潑剌者」，現捕現斫膾不失爲一個理想的辦法，隋代吳郡人製作海魚鱠就是這樣的：「當五、六月盛熱之日，于海取得鮸魚，大者長四、五尺，鱗細而紫色，無細骨不腥者。捕得之，即于海船之上作鱠。」[196] 杜甫〈觀打魚歌〉記述四川西部的綿州人也是這樣：「綿州江水之東津，魴魚鱍鱍色勝銀。漁人漾舟沈大網，截江一擁數百鱗。眾魚常才盡卻棄，赤鯉騰出如有神……甕子左右揮霜刀，鱠飛金盤白雪高……。」[197] 四百多年後陸游在綿州重溫了杜甫當年的往事，留有「打魚斫膾修故事」的詩句。[198] 北宋宋祁在南方時也曾親身經歷過類似的場面，寫有〈答程職方冬至前一日江上觀魚〉詩一首作爲記錄：「歲晏修漁事，邀賓俯碧流。鳴榔截橫浦，叢槮聚寒洲。舴艋爭離合，鸕鷀巧泛浮。魴來比河上，鯿出似槎頭。雪膾供庖俎，梅齏促宴甌……。」[199] 劉攽也曾親臨過網魚切鱠的場景，撰有〈城東觀魚〉一詩：「……萬魚挂網同時急，赤鯉長大猶人立。…吳酸縷鱠白玉盤……」[200] 楊萬里《朝天續集》中也有〈垂虹亭（在今江蘇省吳江縣）觀打魚斫鱠〉詩四首描寫這種情景。[201] 有一回黃

---

[195] 引文據范寧，《博物志校證》本，頁38。類似的記載還有下列幾則。一是范攄《雲谿友議》卷下〈金仙指〉條所記寶志大師的事蹟：「寶志大師嘗於臺城對梁武帝喫鱠。昭明諸王子皆侍側。食訖，武帝曰：『朕不知味二十年矣，師何爲爾？』志公乃吐出小魚，依依鱗尾。帝深異之。如今秣陵有鱠殘魚也。」一是錢易《南部新書》所記的一則：「滑州有僧景陽碣，在開元寺。其僧不知何許人。刺史令狐公以僧有戒行，以紅米飯、魚鱠施之，令僧飡其鱠，盡化爲乳頭香。食訖，遣人隨之。吐於河內，化爲活魚，踊躍跳出。後遷化。大中十二年二月刺史李福置。」見《學津討原》本，卷癸，葉1-2。另一則是《宋史》卷四六二，〈方技（下）・僧志言傳〉中僧志言的故事：「有具齋薦鱠者，幷食之。臨流而吐，化爲小鮮，群泳而去。」

[196] 見《太平廣記》冊五，頁1790，卷二三四，〈食・吳饌〉所錄《大業拾遺記》。

[197] 見《杜詩詳註》，頁918-919，卷十一。又有〈又觀打魚〉一首，見頁920。

[198] 見《劍南詩稿校注》，頁278，卷三，〈東津〉。又，頁279，卷三，〈綿州錄參廳觀姜楚公畫鷹少陵爲作詩者〉有句記此事云：「斫膾夜醉紡魚津。」

[199] 見《景文集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷二一，葉13-14。

[200] 見所撰《彭城集》（廣雅書局重編校刊《武英殿聚珍版叢書》本），卷八，葉1-2。

[201] 見《誠齋集》（《四部叢刊》初編本），卷二八，葉7-8。朱熹有〈次圭父觀魚韻〉詩一

庶突然想吃家鄉菜，聊以暫慰鄉愁的寂寞，便準備好刀具，約人一起上船去現捕魚現斫膾，其〈食鱠〉詩云：「秋風蓴魚肥，兔罝饞涎落。溪友入晝夢，但苦青衫縛。落日渡河水，食指相悟覺。宿夕治鱠具，共作泛舟約。網罟遮青答，老鱒薦絲臛。玉軟飽下筯……」。[202]

水路行舟也比較有機會現斫鮮魚，例如趙抃〈次韻范師道御史〉詩所記：「昔如李郭去登仙，今復東行並客船。夾岸雲山千里路，滿襟風月九秋天。持杯旋斫桐江（今富春江）鱠，覓句頻賡蜀國箋……。」[203] 又如蘇東坡泛舟西湖時也有過這種經驗，其〈和蔡準郎中見邀遊西湖三首〉之三云：「田間決水鳴幽幽，插秧未遍麥已秋……船頭斫鮮細縷縷，船尾炊玉香浮浮……。」[204] 方岳〈晚汎草塘，有魚入舟，呼童鱠之，適見瑞蓮駢植，與客賦首尾吟〉也記述過一個有趣的例子：「草塘晚汎亦佳哉，誰爲貧謀獻鱠才。自入船來銀潑剌……」[205] 元代張伯雨〈吳興舟中〉詩：「苕溪斫鱠腹偏腴，取酒烏程清若無……」，[206] 看起來也是在船行中現捕現斫。屈大均說在廣東德慶（今廣東省德慶縣）的大湘峽、小湘峽等地，每當冬季的嘉魚季節來臨時，人們就在水邊現捕魚，現斫鱠，現享用，如其〈後嘉魚詩（甲子）〉之六所述：「客邸頻留客，嘉魚一味鮮。繫船高峽口，作膾大江邊。…」[207]

這些大體上都是用網或釣鉤或鸕鷀來捕魚的，南方還另有用長柄叉子刺取魚來作魚膾的。韓愈在嶺南陽山（今廣東省陽山縣）時就有一次半夜裡看漁人燃起火炬叉魚，並享用將所叉取的魚現作魚膾的經驗，其〈叉魚〉詩云：「叉魚春岸闊，此興在中宵。大炬然如晝，長船縛似橋。深窺沙可數，靜撈水無搖。刃下那能脫，波間或自跳。中鱗憐錦碎，當目訝珠銷……膾成思我友，觀樂憶吾僚…。」[208]

首：「……初訝網橫天影破，忽驚人蹴浪花浮。鳴榔不用齊吳榜，鼓枻何須學楚謳。便有金盤堆白雪，卻憐清泚向東流。」（見《四部叢刊》初編本《晦菴先生朱文公集》卷六，葉10）看起來敘述的無疑也是現捕魚現斫鱠，雖然他沒有明白地使用「鱠」或「膾」字。

202 見所撰《伐檀集》卷上，葉28。

203 見《清獻集》卷三，葉21。

204 見《蘇軾詩集》，頁339，卷七。

205 見《秋崖集》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷一〇，葉16-17。

206 見明弘治年間補刊本《〔成化〕湖州府志》卷二二，葉12，〈詩文・元詩〉。

207 見屈大均，《翁山詩外》（趙福壇、伍錫強校點本，《屈大均全集》，頁645），卷八。

208 引文據錢仲聯，《韓昌黎詩繫年集釋》，頁215，卷二。清代土著台灣人善用鏢鎗或弓箭

（二）選材及初步料理

即使是現宰的鮮活的魚或肉，也不是所有的部位都適合作膾。作魚膾，首先要加工，即《大業拾遺錄》所說的要「去其皮骨，取其精肉」。[209] 賈思勰把這「精肉」叫「肉裡」，他說：「膾魚，肉裡長一尺者第一好；大則皮厚肉硬，不任食，止可作鮓魚耳。」[210] 所謂「肉裡」是指去掉頭尾皮骨之後的魚肉。按忽思慧《飲膳正要》卷一〈聚珍異饌・魚膾〉說：作魚膾要用「新鯉魚，五箇，去皮、骨、頭、尾。」[211] 因爲在魚皮包裹之內，所以叫「肉裡」。

賈思勰指出作魚膾，在選擇材料上，不只要求新鮮，對魚的大小尺寸也十分講究。斫掉頭尾，剝掉皮骨之後，魚肉的長度還超過一尺，可能就太老了，肉硬而不好吃。可見他在選料上是相當考究，非常嚴格的。唐段成式《酉陽雜俎》所收「鱠法」對用魚的大小也提出了要求：「鯉一尺，鯽八寸」。[212] 至於著名的松江鱸魚，據楊萬里說，其大小則「以七、八寸爲佳」。[213] 但上引《後漢書・左慈傳》卻以「長三尺餘」的鱸魚爲佳。隋代吳郡人作鱸魚鱠時，也容許選用較大的尺寸，其上限爲三尺：「然作鱸魚鱠，須八、九月霜降之時，收鱸魚三尺以下者。」[214] 南宋時「卜居苕溪，日以漁釣自適」的胡仔〈滿江紅〉詞也說：「三尺鱸魚真好膾」。[215] 這種差異可能代表了時代、地域和個人喜好的特殊傾向。當然也有不那麼講究的，例如《續玄怪錄》說唐肅宗乾元元年 (758) 四川蜀州青城縣

射魚來吃生魚。滿人六十七所纂《番社采風圖考》（吳省蘭輯《藝海珠塵》本），葉11，〈射魚〉條云：「社番頗精於射，又善用鏢鎗……嘗集社眾，操鏢挾矢，循水畔窺遊魚。唼呴浮沫，或揚鬐曳尾，輒射之，應手而得，無虛發。便生啖之，醃漬則反取微臭者以爲佳。」

209 見《太平廣記》冊五，頁1790-1791，卷二三四，〈食・吳饌〉引。

210 見繆啓愉等，《齊民要術校釋》，頁450，〈八和齏第七十三〉。

211 見《飲膳正要》卷一，葉46。屈大均《廣東新語・鱗語・魚生》條也說要「去其皮劍」。

212 據方南生點校本，頁71，前集，卷之七，〈酒食〉。

213 《朝天續集》中〈松江鱸魚〉詩末誠齋自注。見《誠齋集》卷二九，葉8。雖然楊萬里並沒有明白交代這樣大小的松江鱸魚是用來作鱠食用的，但據他這次行程中一路所做的詩（即《朝天續集》）內有〈垂虹亭觀打魚所鱠〉詩四首，確確實實講的是用作魚鱠食用的松江鱸魚，其中的第四首有「鱸魚小底最爲佳」一句，我們可以斷定這七、八寸大小的鱸魚確是指供鱠食用的，也就是他所說的「小底（的）」鱸魚。

214 見《太平廣記》冊五，頁1791，卷二三四，〈食・吳饌〉。

215 見《苕溪漁隱叢話》，頁373-374，前集，卷五五，〈宋朝雜記（下）〉。

（今四川省郫縣西）的一群官吏特別要找「巨魚」來作鱠，結果找了一尾「三、四斤餘」的大鯉魚來作鱠。[216] 宋元之際的汪元量〈巴江〉詩也說：「網得巨魚堪切鱠」。[217] 又如元人《居家必用事類全集》及明人《多能鄙事》二書中的作魚鱠法也都是魚「不拘大小」的。[218]

至於作肉生，跟做魚生一樣，也要選用「精肉」。[219] 如作羊生就要選取「精羊肉」。[220] 至於雞生，宋詡指出，要特別挑選「已生卵，未菢雞」，即用剛生了蛋而還沒有孵蛋的雌雞來作，而合用的部位也不多，只有「胸下白肉同股間肉」可用。[221] 各種介殼類或貝類膾生的準備，更需要加工。如作蟹生，則要把螃蟹肉剔出來。元代倪瓚《雲林堂飲食製度集》所推荐的蛤蜊初步料理方法是：「新法蛤蜊，用蛤蜊洗淨，生劈開，留漿別器中。刮去蛤蜊泥沙，批破，水洗淨。留洗水，再用溫湯洗。」[222] 宋詡在《養生部》裡也介紹了幾種貝類膾生的預備工作。做「江瑤生」，則須先「取生肉」，而後才能進行「細作縷」。蛤蜊「宜生者」，先「以冷鹽湯漬其張口，取肉」，再「濯去泥沙，沸去水」，「滌潔」後才可食用。生吃蓼螺也要先將蓼螺「養釋米水中，去泥沙」，然後再取出螺肉來。[223]

（三）膾手與刀工

〔1〕切片和切絲

一般而言，獸肉膾生因切法不同而有兩類。大切或粗切，通常是切成薄片的叫做「軒」或「膹」；細切的才稱作「膾」。據〈內則〉說：「肉腥，細者爲膾，大者爲軒。」鄭玄注：「言大切、細切異名也。膾者，必先軒之，所謂聶而

---

216 見《太平廣記》册一〇，頁3881-3883，卷四七一，〈水族（八）・人化水族・薛偉〉。

217 見孔凡禮輯校本《增訂湖山類稿》，頁151，卷四。

218 見《居家必用事類全集・庚集》卷十三，葉5。《多能鄙事》卷二，〈飲食〉，葉6，〈魚鱠〉條。

219 如《遵生八牋》卷十一，葉46，〈肉生法〉條。

220 見《居家必用事類全集・庚集》卷十三，葉5，「肝肚生」條。

221 見《竹嶼山房雜部》卷三，葉29，〈養生部（三）・禽屬制・雞生〉。

222 見葉2。收入篠田統及田中靜一編著，《中國食經叢書（上）》。

223 見《竹嶼山房雜部》卷四，葉22-24，〈養生部（四）・蟲屬制〉中「蛤蜊」、「江瑤柱」、「蓼螺」各條。

切之也。」又〈少儀〉：「牛與羊、魚之腥，聶而切之爲膾。麋、鹿爲菹，野豕爲軒，皆聶而不切。」鄭玄注云：「聶之言牒也，先蘸葉切之，復報切之，則成膾。」又按《說文解字》第四篇下：「牒，薄切肉也。」則切膾的工序是先把獸肉或魚肉大切成薄肉片，然後再把這薄肉片細切成肉絲。〈內則〉又說：「麋、鹿、田豕、麕皆有軒。」鄭玄注：「軒讀爲憲，憲謂蘸葉切也。」孔穎達疏云：「言此等……腥食之時，皆以蘸葉起之，而不細切。故云『皆有軒』。不云牛者，牛唯可細切爲膾，不宜大切爲軒，故不言之。」則麋、鹿、野豬和麕等種類的「生」是切成大片薄肉來吃的；而牛肉、魚等則再加工細切成絲來吃。但據《竹嶼山房雜部》說獸肉肉生有「二制」，即兩種不同的製作方法：「豬、羊、豬、兔，皴甚薄牒，或報切甚細膾，和以草果、蒜，酒澆。」[224] 則到明代吃這幾種獸肉肉生已經不嚴格要求一定要切片或切絲了。

大體而言，無論是大片切，還是細切，都講究一定的形狀，即《急就篇》所謂「膹、膾、炙、胾各有形」，顏師古注云：「膹，麤切生肉也；膾，細切生肉也，亦或以魚。……各有形，言別異不同也。」[225] 白居易曾經提到長江中游一帶的魚鱠一縷縷的切得相當長：「膾長抽錦縷」。[226] 黃庭堅也指出膾魚時，要切得長一些：「臠肉法欲方，膾魚法欲長。」[227] 但也有跟這不同的切割方法。如鄭玄在注《周禮・天官・籩人》時曾指出：「今……燕人膾魚方寸，切其腴以啗所貴。」切魚生的方式，據宋詡說當時也是或切片，或切絲的：「爲生：取活魚，治潔，去皮，皴絕薄爲牒，或絕細爲膾。」[228] 然而約一個世紀之後，李時珍《本草綱目》說劊切魚生時，卻只使用了「薄切」二字，這意味著大約到十六世紀中葉時已漸不流行切絲，而是切片的。[229] 比他更晚約一百年的屈大均《廣東新語・鱗語・魚生》條就講得很明白了，他說在把活魚去掉皮劍之後，要「洗其血鮭，細劊之爲片……薄如蟬翼」。

---

[224] 見卷三，葉22，〈養生部（三）・獸屬制・生〉條。按「豬」字重複，疑有誤或衍。

[225] 據《四部叢刊》續編本，葉43。

[226] 見《白居易集》（顧學頡校點本），頁375，卷十七，〈江州赴忠州，至江陵已來，舟中示舍弟五十韻〉詩。

[227] 見《豫章黃先生文集》卷二一，葉4，〈跋奚移文〉。

[228] 見《竹嶼山房雜部》卷四，葉11，〈養生部（四）・鱗屬制・凡江河池湖魚宜淡醋多用甘草〉章。

[229] 引文據劉衡如校本，冊四，頁2484，卷四四〈鱗之四・魚鱠・釋名〉條。

〔2〕切末

在經典所揭示的切片和切絲兩種膾生之外，最遲從東晉以來還流行過另一種切膾生的方式，即切成細末或碎末，稱爲「膮」。據遼釋行均《龍龕手鏡》「膮」實即「臊」字的俗體字。[230] 按公元九八四年日本丹波康賴所編《醫心方》中錄有《養生要集》云：「服藥不可多食生葫蒜、雜生菜、豬肉、魚膮膾。」[231] 而在《隋書・經籍志（三）》「醫方」類著作中有張湛所撰《養生要集》十卷，則《醫心方》的引文當是東晉名士張湛的作品。[232]《醫心方》又引《本草經》云：「服藥不可多食肥豬犬肉、肥羹及魚膮膾。」注：「膮，音騷；又，蘇勞反。」[233] 北宋初張君房集《雲笈七籤・七籤雜法・解穢》云：「道士女官……餐十二辰肉、魚臊、五辛，並忌。」[234] 又《上清黃庭內景經・務成子注敘》云：讀此經者「大都通忌食六畜及魚臊肉」。注云：「六畜，牛馬豬羊雞犬也。魚臊，當謂『生臊』耳。故爲禁也。」[235] 然則這「魚臊」當是一種生吃的魚類膾生（從「當謂『生臊』耳」的語氣來看，同時還有熟的「魚臊」）。

「臊」字的原意，按《周禮・天官冢宰・庖人》：「凡用禽獻……夏行腒鱐膳膏臊…。」鄭司農云：「膏臊，豕膏也。」杜子春云：「膏臊，犬膏。」又《禮記・內則》：「夏宜腒鱐膳膏臊」。鄭玄注：「犬膏臊。」又《說文解字》云：「臊，豕膏臭也。」是指狗或豬油所發出來的氣味，甚至是刺鼻的難聞氣味；但在這裡和「魚」字連用，意指生食的（或熟食的）膾生而言，顯然已經發展出了新意。

按宋人姜特立有〈肉餕萊菔（自注：「餕字從俗」）〉詩一首云：「玉食舊游寧作我，藜羹故態未忘吾。爛熳萊菔甜如蜜，細點豬臕滑似酥。」[236] 則「臊」字在宋代世俗一般從「食」而不從「肉」；從「細點豬臕」來看，「餕」或

---

230 見頁405，卷四，〈肉部第四〉：「膮，俗；臊，正。」

231 見頁13，卷一，〈服藥禁物第四〉。

232 見姚振宗，《隋書經籍志考證》卷三七。（《二十五史補編》册四，頁610-611。台北：台灣開明書店1967年台灣第二次印刷）又可參考楊伯峻，《列子集釋》（北京：中華書局《新編諸子集成》第1輯）中之附錄一：〈張湛事跡輯略〉，見頁276。

233 所引《本草經》及注見頁12，卷一，〈服藥禁物第四〉。

234 見《雲笈七籤》卷四一，葉11。

235 見《雲笈七籤》卷十一，葉8，〈三洞經教部・經・上清黃庭內景經〉。

236 見所著《梅山續藁》（台北：台灣商務印書館影印文淵閣《四庫全書》本），卷十二，葉2。

「臊」當是細末或碎末。所謂「肉餿」實際上也就是今日漢語普通話裡還在用的「肉臊」。例如速食餐點的「肉臊麵」、「肉臊米粉」。

像許多單音節語詞一樣，「臊」也可以加尾綴，成爲一個雙音節語詞「臊子」。《水滸傳》第三回說花和尚魯智深在還沒有落髮爲僧之前爲打抱不平而來到綽號「鎮關西」的鄭屠面前，故意找麻煩，先「要十斤精肉，切做『臊子』。不要見半點肥的在上頭。」鄭屠「揀下十斤精肉，細細切做臊子」之後，他又「再要十斤，都是肥的，不要見些精的在上面，也要切做『臊子』。」等鄭屠切好了，他又「再要十斤寸金軟骨，也要細細地剁做『臊子』；不要見些肉在上面。」[237] 可見「臊」或「臊子」是細細地切或剁出來的，不論是精肉、肥肉，還是軟骨的碎末，都叫做「臊子」。[238] 有時也寫作「燥子」。[239] 這一語詞直到今天的漢語裡還在使用，如常見的家常菜「臊子豆腐」就是，只不過一般人寫別字，把「臊」字寫成了同音的「紹」字。

然則「臊」字又怎麼會有「細末」或「碎末」的意義呢？按《南史・恩倖・茹法珍傳》：「初，左右刀敕之徒悉號爲鬼，宮中訛云：『趙鬼食鴨劗，群鬼盡著調。』當時莫解。梁武平建鄴，東昏死，群小一時誅滅，故稱諸鬼也。俗間以細剉肉揉以薑桂曰劗，意者以凶黨皆當細剉而烹之也。」[240] 謝肇淛在《五雜組》中已指出這個劗就是膾生。[241] 其後清代梁同書在所撰《頻羅庵遺集》卷十四，〈直語補證・肉膆子〉條中也說：「北方人細切膾之稱，音如臊，去聲。余以爲當作劗。《南史・茹法珍傳》：『宮中訛曰：「趙鬼食鴨劗，群鬼盡著調。」當時莫解。梁武平建鄴，東昏死，群小一時誅滅，故稱諸鬼。俗間以細挫肉揉以薑桂曰劗。意者以凶黨皆當細剉而烹之也』云云。字書音劗如嘯，疑今古聲異耳。」[242]

---

237 引文據《一百二十回的水滸》上冊，頁52-53。

238 按「臊」字又或寫作「燥」，如韓奕，《易牙遺意》卷上〈脯鮓類〉錄有「燥子蛤蜊」（高濂，《遵生八牋》卷十一，葉44，〈飲饌服食牋（上）・脯鮓類・燥子蛤蜊〉條完全相同），不過這「燥子」是切成肉丁，而不是剁成肉末，同時是熟食的：「用豬肉，肥、精相半，切作小骰子。」又卷下，〈湯餅類・燥子肉麵〉的臊子也是肉丁，而非肉末：「豬肉嫩者，去筋、皮外，精、肥相半，切作骰子塊。」

239 如洪邁，《夷堅志》，頁1352，〈夷堅三志己〉，卷七，〈善謔詩詞〉條提到「羊肉燥子」。

240 見頁1935，卷七七。頁1933：「齊東昏時……左右應敕捉刀之徒並專國命，人間謂之『刀敕』，權奪人主。」

241 見《五雜組》卷十一，葉15，〈物部（三）〉。

242 見卷十四，葉5。據清嘉慶二十二年，公元1817年仁和陸氏刊《頻羅庵遺集》影印，輯入

他所說的字書當是《廣韻》。按《廣韻》卷四，〈去聲・嘯第三十四〉云：「膲，切肉合糅」。[243] 那麼「臊」實際上就是「劇」或「膲」，「臊子」也就是「膲子」。

我們認爲這是借「臊」爲「屑」而產生的。按《周禮・天官冢宰・籩人》：「羞籩之實糗餌粉餈。」鄭司農云：「粉，豆屑也。」又《文選》卷十五張衡《思玄賦》云：「屑瑤蘂以爲糇兮」舊注云：「屑，碎也。」《齊民要術・養羊第五十七》：「牛產日，即粉殼如米屑，多著水煮，則作薄粥，待冷飲牛。」又〈白醪麴第六十五〉云：「作白醪麴法：取小麥三石，一石熬之，一石蒸之，一石生。三等合和，細磨作屑。」又〈飧飯第八十六〉：「擣瓷器爲屑，勿令作末。」又〈五穀果蓏菜茹非中國物產者・都句〉：「劉欣期《交州記》曰：『都句樹似栟櫚，木中出屑如麵，可啖』。」[244] 又梁顧野王《玉篇・米部第二百》：「糈，先結切，碎米也。」又，〈麥部第一九二〉：「麨，先忽切，麥屑也。麩，同上。」[245] 又《竹嶼山房雜部》卷二，〈養生部（二）・粉食制〉云：「粉者，屑米之謂也。」然則「屑」是碎屑，近乎粉末或比粉末稍粗的碎末或細末。

宋丁度等所編《集韻》卷三，〈平聲三・蕭第三〉下收有「簫」、「箾」等字，同卷〈宵第四〉：「綃、縹」，又〈豪第六〉「騷」字下收有「繅、縹、繰……臊……哨」等字，是從「肅」、「肖」、「參」、「桑」得音之「膲」、「劇」、「膮」、「臊」等字本可相通，而「臊」與「屑」音同或音近，因而假借「屑」字之意義，用來表示魚、肉的碎末或細末。[246] 前引《醫心方》裡的「魚膮膾」當句讀爲「魚膮、膾」，即有些魚細切爲絲，叫做膾；而另外一些則剁成碎末，稱之爲臊。上引耶律楚材〈贈蒲察元帥七首〉詩之四云：「絲絲魚膾明如

日本長澤規矩也編《明清俗語辭書集成》。按清郝懿行，《證俗文》（據清光緒十年，公元1884年曬書堂刊本影印，輯入日本長澤規矩也編《明清俗語辭書集成》），卷十七，葉12亦引《南史・恩倖・茹法珍傳》云「細剉肉謂之劇」。但他沒有說這種細剉肉就是膾。

[243]「合」字原作「食」，據周祖謨校改。見周祖謨，《廣韻校本》卷四，葉37。按宋孝宗乾道五年（公元1169年）閩中建寧府黃三八郎書舖刊本《鉅宋廣韻》卷四，葉45正作「合」字。

[244] 引文據繆啓愉等，《齊民要術校釋》，頁315, 382, 525。

[245] 據北京，中國書店影印宋刊本，篇中，卷十五，葉46, 42。

[246] 按明李翊，《戒庵老人漫筆》卷四，頁143，〈山魈〉條云：「浙有獨腳鬼名『山魈』……《酉陽雜俎》又作『山蕭』，一名『山臊』；《神異經》作『獑』，一曰『操』。」亦可見從「肖」、「肅」、「桑」、「參」諸字之音在魏晉到隋唐期間是相同或相近的。

玉，屑屑雞生爛似泥。」如前所述，「屑」意爲細末或碎末，「屑」與「絲」對言，表示在這次的宴席上，魚膾是切成細絲，而雞生則是剁成碎末的。這種作法一直延續到宋詡所處的時代，作「雞生」仍舊是要把雞肉「報切爲絕細末」，也就是「臊子」的。[247]

〔3〕膾不厭細和斫膾能手

膾既然是「細切肉」，那麼，該切多細呢？原則上，當然是越細越好。《論語・鄉黨》篇記載孔子對膾的要求是「膾不厭細」，正可以說明這一點。上引《博物志》「吳王鱠餘」魚的故事可以反映有些膾接近筷子般的粗細。至於能夠細切到什麼地步，那就要看庖廚的刀工了。

漢晉之間的一些文學作品，常提到著名的或手藝精巧熟練的廚人，如潘尼所說的「名工習巧」[248] 之類的廚師，他們的刀工幾乎已經達到了出神入化的境界，如曹植所說的那樣，能夠做「蟬翼之割，剖纖析微；累如疊穀，離若散雪；輕隨風飛，刃不轉切」。（〈七啓〉）他們切膾的本領當然也不例外，可以用「絲、縷、毫、芒」之類的字眼來比擬切出來的膾。如東漢桓麟〈七說〉描寫切膾的纖細說：「雜猶亂絲，聚若委采。」[249] 桓彬〈七設〉形容切膾薄如蚊翼：「三牲之供，鯉魮之鱠，飛刀徽整，疊似蚋羽。」[250] 劉梁則提到切割的細微程度：「鯉魮之膾，分毫析釐。」（〈七舉〉）傅毅〈七激〉則是這樣比擬的：「分毫之割，纖如髮芒。散若絕穀，積如委紅。」[251] 徐幹〈七喻〉則誇稱：「聊膾美鮮，橫者毫析，縱者縷分。白踰委毒，赤過擒丹。」[252]

晉潘岳〈西征賦〉描繪廚師運刀工作的情景說：「于是弛青鯤于網鉅，解赬鯉于黏徽。華魴躍鱗，素鰓揚鬐。雍人縷切，蠻刀若飛。應刃落俎，靃靃霏霏。」[253] 潘尼〈釣賦〉也有類似的敘述：「乃令宰夫，膾此潛鯉。名工習巧，飛

---

247 見《竹嶼山房雜部》卷三，葉29，〈養生部（三）・禽屬制・雞生〉條。
248 見《全晉文》卷九四，葉2，潘尼〈釣賦〉。
249 見《全後漢文》卷二七，葉10。
250 《全後漢文》卷二七，葉12。
251 見《全後漢文》卷六四，葉11；卷四三，葉4。
252 見《全後漢文》卷九三，葉7。
253 見《文選》卷一〇，葉29。

刀逞技，電剖星飛，芒散縷解。隨風離鍔，連翩雪累。」[254] 傅玄〈七謨〉則比喻說：「膾錦膚，臠斑胎。飛刀浮切，毫分縷解，流采成文，燁若紅綺。動從風聚，散如霧委。」[255] 張協〈七命〉所展現的畫面是：「乃爾命支離飛霜鍔，紅肌綺散，素膚雪落。婁子之豪（毫），不能廁其細；秋蟬之翼，不足擬其薄。」梁人所撰〈七召〉則強調膾縷的輕薄：「鱠溫湖之美蚶，切丙穴之嘉魴。落俎霞散，逐刃飛揚。輕同曳蟹，白似飛霜。」[256] 此外，唐段成式《酉陽雜俎》前集卷四〈物革〉篇也提到一個斫鱠名手和他的操刀絕技：「進士段碩嘗識南孝廉者，善斫鱠，穀薄絲縷，輕可吹起。操刀響捷，若合節奏。」[257]

從「飛刀」、「鑾刀若飛」、「飛刀逞技，電剖星飛」等字句可以看出來最遲從漢代起這些廚師運刀的速度極快，所使用的力道極大，鑾刀揮舉起來的幅度也比較高，也就是實際上是在「斫」；而不是慢慢的、輕抬刀把的「切」或「割」；因此從唐代以來又常稱「斫膾」。由於揮刀的速度快、勁道猛，膾可以在極短的時間內就端上檯面供食客享用，這也可以說明爲什麼會有像謝諷《食經》裡的「咄嗟膾」這種名稱。

無庸置疑，上面這些描寫沒有例外地運用了誇張的表現手法，我們當然不能毫無保留地接受；但可以肯定的是伴隨著膾生餚饌的廣受人們的歡迎而湧現了一些刀工精巧嫻習的庖廚，他們確實是掌握了切割出纖細、輕薄的生肉絲、肉片的本事；他們雖然並不專司斫膾，但在遇有供應膾生的場合卻少不了他們。談鑰《吳興志》卷十八〈食用故事・鱠〉條說：「《吳興記》云：唐昭德操刀運砧，翼從風隨，紅綜素縷，紛紛霏霏。好事者嘲之曰：『鱠若值吳，縷細花鋪；若非遇吳，費醋及葫』。」可見操刀者如果刀工不行的話，這道魚鱠就糟蹋掉了。沈括《夢溪筆談》提過一則庖人因膾魚手藝不精而險些喪命的故事：南唐國君「李景使大將胡則守江州，江南國下，曹翰以兵圍之三年，城堅不可破。一日，則怒一饔人鱠魚不精，欲殺之。其妻遽止之……」[258] 這些記載說明了一項事實，即依照精緻飲食文化的品味，可以說：沒有過硬的斫膾刀工，就沒有魚膾這道美味。上引葉夢得《避暑錄話》的那則故事也是一個明確的例證。元周馳有詩記其妻新習得

---

[254] 見《全晉文》卷九四，葉3。
[255] 見《全晉文》卷四六，葉8。
[256] 見《全梁文》卷六九，葉6。
[257] 見方南生點校本，頁51。
[258] 據胡道靜，《夢溪筆談校證》，頁346-347，卷九〈人事（一）〉，第157條。

膾魚之刀法：「江間小艇數能乘，活計今如船子僧。近喜老妻能斫膾，欲令稚子學扳罾。」[259] 由此可以想見其歡欣之貌。

因此想要享受膾生，就得備有技藝高超的斫膾能手。唐玄宗所以把「鯽魚并鱠手、刀子」一起賞賜給安祿山，[260] 就是這個道理。《續玄怪錄》記載唐代四川青城縣主簿薛偉也有一個「常使鱠手」王士良。[261]「鱠手」一詞的出現意味著庖廚之間已經分化出兩類人：能斫膾的好手和不善斫膾的廚師。從上文可以明白，在唐宋時期常吃魚膾的地區是淮河以南的南方，因此由於經常食用魚鱠的需要，技藝出眾的斫鱠庖人很自然也幾乎都產生於南方。前引韓維〈答聖俞設膾示客〉詩中的「孰親刀匕擅精巧？閩中麗人家本吳」一聯可以顯示當時人們對於這一點是很清楚的。

上引《春渚紀聞》卷四〈夢鱠〉條提到一個值得注意的名詞——「鱠匠」，這是十分有意義的。從「吳興溪魚之美冠於他郡」，即吳興擁有其他地區所不具備的吃魚鱠的優越條件；以及吳興人集會時必定吃魚鱠；只要是湖州人都愛吃魚鱠；和吳興有一定數量的像丁學士那樣每天都要吃魚鱠的人口等情況來看，在當時的吳興地區，對於擅長斫鱠的廚師的需求量，應該是相當大的。因此即使我們不能立刻就斷定「鱠匠」一詞必然意味著在北宋時代廚師又有了進一步的分工——即在爲數眾多的廚師當中，已有一些庖人憑藉其高超的斫鱠手藝，分化了出來，成爲一種以斫鱠爲職的專業化的廚師；但我們可以肯定，至少在吳興一帶，朝著這種分工或專業化的方向去發展的趨勢是十分明顯的。無論如何，唐宋時期吳興一地食用魚鱠的習俗極其興盛，大批的斫鱠能手因此應運而生。兩宋之際朱弁所撰《曲洧舊聞》裡的一段趣聞可以反映吳興鱠匠的斫膾手藝在宋代知味者心目中的地位：「東坡與客論食次，取紙一幅，書以示客云：『爛蒸同州羊羔，灌以杏酪，食之以匕不以箸；南都麥心麵作槐芽溫淘糝；襄邑抹豬，炊共城香粳，薦以蒸子鵝、吳興庖人斫松江鱠。既飽，以廬山康王谷簾泉烹曾坑鬥品茶。少焉，解衣仰臥，使人誦東坡先生前後赤壁賦，亦足以一笑也』…。」[262]

---

[259] 見明崇禎年間刊本《松江府志》卷五，葉9，〈水・海水〉引。

[260]《酉陽雜俎》，頁3，前集，卷一，〈忠志〉。

[261] 見《太平廣記》册一〇，頁3883，卷四七一，〈水族（八）・人化水族・薛偉〉。

[262] 據《知不足齋叢書》本，卷五，葉6。

在斫膾時，需要避免膾縷粘在刀上，這也有特殊的技巧，《酉陽雜俎》前集卷七，〈酒食〉說鱠鯉魚或鯽魚時，「用腹腴拭刀，亦用魚腦，皆能令鱠縷不著刀」。

（四）血水的處理

據上引李時珍《本草綱目》，魚膾斫畢，還有一道「洗淨血腥」的工序。但依上文所述，做魚膾用的是「肉裡」，當已沒有什麼太大量的血水需要清洗了；同時如上文所引的許多描寫斫膾景象的詩文來看，也不見有這一道工序；而如絲似縷、薄如蟬翼的魚肉，如果用水清洗過，勢必還要增加另一道濾去水分的工作。而洗過之後，即使濾乾了，也不再可能使用「鱠盤如雪怕風吹」[263] 之類的詩句或「輕可吹起」之類的字眼來形容了。

按賈思勰《齊民要術・八和齏》篇說「膾魚」時，「切膾人雖訖，亦不得洗手。洗手則膾濕。要待食罷，然後洗也（洗手則膾濕，物有自然相厭，蓋亦『燒穰殺瓠』之流，其理難彰矣）。」可見魚膾十分忌濕，自然不可能有切完之後再用水來清洗的事。

據宋詡《竹嶼山房雜部》卷四，〈養生部（四）・鱗屬制〉說：「爲生：取活魚治潔，去皮，皴絕薄爲牒，或絕細爲膾。移綿紙間，收盡血水。…」則在李時珍之前約一百年左右時，處理這少量殘存血水的方法是用綿紙來吸取。元朝人亦復如此，《居家必用事類全集・庚集》卷十三中「魚鱠」的作法就是將魚肉「薄切，攤白紙上，晾片時，細切如絲」；又有一則「肝肚生」的做法：「精羊肉并肝，薄批。攤紙上，血盡，縷切。羊百葉亦縷細。裝堞內，簇嫩韭，芫荽，蘿蔔、薑絲。用膾醋澆（炒葱油抹過，肉不腥）。」即魚、肝、肚和羊肉在粗切爲薄片之後，也都沒有用水來清洗的工序；而是把它們擱在紙上攤開來，讓含量本來就不多的血水濾掉，而後再切成細絲。

由前引北宋韓維〈答聖俞設膾示客〉詩中的一句：「坐想落紙霏紅腴」可以證實早在北宋時期已經採用了這種去除血水的方式。上引杜甫〈閿鄉姜七少府設鱠，戲贈長歌〉中有一句：「落磍何曾白紙濕」。時代介於宋詡和李時珍之間的

---

[263]《全唐詩》卷五五四，頁6422所錄項斯詩〈對鱠〉云：「行到鱸魚鄉裡時，鱠盤如雪怕風吹。」

邵寶注云：「白紙濕，凡作鱠，以灰去血水，而用紙以隔灰也。」[264] 那麼最遲在唐代已經開始在製作魚膾的過程中使用紙和灰來除去殘存的血水了。用紙之外，也有用布的，如唐代王燾《外臺秘要方》卷三十七錄有〈銓擇薛侍郎等服石後將息補餌法一十五條・若不下食，體弱乏氣力，即宜食鮮鯽鱠法〉，在其製作程序中，也不用水來清洗掉魚血，而是用布來吸、拭：「取鮮鯽魚，剝去鱗，破，去腸。血，勿洗之，但用新布一、二尺淨拭，令血脈斷。名曰『上鱠』，餘依常鱠法。美作蒜虀，仍食瓜薑等醬，尤益人……。」[265] 這樣看來，李時珍的說法當是魚鱠在改細切或切絲爲切片成爲流行之後的事。[266]

（五）調味料及拌食生菜

〔1〕芥醬

膾的製作，除了要求斫膾工藝的細緻之外，還得講究調味。吃膾所使用的調味品相當的多。其原料及食用方式，〈內則〉篇提到過兩次：「魚膾芥醬，麋腥醢醬」；「膾，春用蔥，秋用芥。」據鄭玄注、孔穎達疏以及鄭玄注《儀禮・公食大夫禮》：「芥醬魚膾」，芥即芥醬、「芥實醬」，也就是芥子醬；吃魚膾時配以芥醬；吃麋生時，配以麋肉醬。考慮到季節因素時，則春季用蔥，秋季用芥醬。

魚鱠配芥醬的吃法流傳得相當久，東漢馬融注《論語・鄉黨》篇「不得其醬，不食」說：「魚膾非芥醬，不食」，[267] 可見這兩者相配不只由來久遠，而且

---

[264] 見《刻杜少陵先生詩分類集註》卷十三，葉67。

[265] 據台灣商務印書館影印文淵閣《四庫全書》本，卷三七，葉33-34。按北宋初王懷隱等所撰《太平聖惠方》卷三八，葉60，〈服乳石後飲食所宜法〉中有一「凡服乳石，若覺食不下，兼體弱乏氣力，即食鮮鱠法」：「右求鮮鯽魚，剝去鱗，破，去腸。血，勿洗之，但用新布三、二條淨拭，令血脈斷。作常切鱠法羹；作蒜薤但用椒、薑、醬等。尤益人……」「美」誤爲「羹」，意遂不可通。見台北：新文豐出版公司據中央圖書館藏烏絲欄抄本影印本，冊六，頁3631-3632。

[266]《廣東新語・鱗語・魚生》條中製作魚生的程序與此不同，是先「洗其血鮭」，再「細劊之爲片」。但屈大均卻說像這樣濕漉漉的魚生仍是「輕可吹起，薄如蟬翼」。（見頁559）是頗可疑的，當只是沿用古人的誇張語詞，而不是眞實的記述。據說今日日本人作生魚片時仍保留著中國魚生的古風，即將精肉剔出來之後，是不允許用水來清洗的。見劉躍華，〈日本菜點印象〉，《中國烹飪》1990.11。而中國當代的魚生，如廣西玉林的做法則沿襲晚明以來的傳統，要洗過，漉去水分，再用紗布來吸乾。見譚德祥，前引文。

[267] 見《論語注疏》卷一〇，葉8，何晏《集解》引。

芥醬對魚鱠而言還是必須要有的，否則可能對人有害。然而到了晉代時，卻有人表示吃膾不宜配以芥醬，以免失味、不利於健康。《醫心方》卷二十九〈合食禁第十一〉所錄張湛《養生要集》云：「凡飲食相和失味者，雖云無損，不如不犯……芥子醬合魚膾食之失味。」[268] 儘管張湛是個名士，但他的說法影響並不大，直到唐代吃魚鱠常用的還是芥醬，[269] 例如白居易〈和三月三十日四十韻〉詩回憶自己在蘇州和杭州任官時常吃的魚鱠就還是這樣調配的：「魚鱠芥醬調。」[270] 元代忽思慧所提供的一些生食肉類菜肴的調味料當中，也還有「芥末」；如《飲膳正要》卷一：「肝生：羊肝（一箇，水浸，切細絲），生薑（四兩，切細絲），蘿蔔（二箇，切細絲），香菜，蓼子（各二兩，切細絲）；右件用鹽、醋、芥末調和。」又：「魚膾：新鯉魚（五箇，去皮、骨、頭、尾），生薑（二兩），蘿蔔（二箇），葱（一兩），香菜、蓼子（各切如絲，胭脂打糝）；右件下芥末、炒葱、鹽、醋調和。」

上古時代的芥醬作法已不可考，賈思勰爲我們介紹了兩種當時製作芥醬的方法：

> 作芥子醬法：先曝芥子令乾，濕則用不密也。淨淘沙，研令極熟。多作者，可碓擣，下絹篩，然後水和，更研之也。令悉著盆，合著掃帚上少時，殺其苦氣；多停則令無復辛味矣，不停則太辛苦。摶作丸，大如李，或餅子，任在人意也。復曝乾，然後盛以絹囊，沈之於美醬中，須則取食。
>
> 《食經》作芥醬法：「熟擣芥子，細篩取屑，著甌裡，蟹眼湯洗之。澄去上清，後洗之。如此三過，而去其苦。微火上攪之，少熇，覆甌瓦上，以灰圍甌邊。一宿即成。以薄酢解，厚薄任意。」[271]

---

[268] 據日本，大阪オリエント出版社影印仁和寺影寫本，頁421。

[269] 孫光憲，《北夢瑣言》（林艾園校點本），頁80-81，卷一〇記載了一則醫療故事：「元頠博士……又說有一少年，眼中常見一小鏡子。醫工趙卿診之，與少年期，來晨以魚膾奉候。少年及期赴之，延於閣子內，且令從容，俟客退後，方得攀接。俄而設臺子，止施一甌芥醋，更無他味，卿亦未出。迨禺中久候不至，少年飢甚，且聞醋香，不免輕啜之；逡巡又啜之，覺胸中豁然，眼花不見；因竭甌啜之。趙卿探知，方出，少年以啜醋慚謝。卿曰：『郎君先因喫鱠太多，非醬醋不快；又有魚鱗在胸中，所以眼花。適來所備醬醋，只欲郎君因飢以啜之，果愈此疾。烹鮮之會，乃權誑也。請退謀餐。』……」這則故事反映了唐五代間人們吃魚膾一般只準備芥醬和醋來調味。

[270] 見《白居易集》（據顧學頡點校本），頁480-481，卷二二。

[271] 見《齊民要術校釋》，頁450，卷八。

〔2〕膾薑和膾醋

漢代以還，文獻中所記述的調味品就更多了。上引《神仙傳》說吃魚膾所用有薑，據潘尼〈釣賦〉則還有蒜和醋、鹽：「西戎之蒜，南夷之薑，酸鹹調適，齊和有方。」[272] 無論如何，在南北朝時代已經發展出了極爲複雜而精緻的調和，即所謂的「膾齏」。賈思勰對「膾齏」（即專爲吃膾而準備的調味用齏）的製作用具（包括其所用質料、尺寸、形制、某些部位的特殊功用等）、原料、所需分量、加工方法、各種原料的調味作用、製作工序、甚至製作者應採取的身體姿勢、用力的方式等方面都作了非常詳盡的交代。《齊民要術・八和齏》云：

> 蒜一、薑二、橘三、白梅四、熟栗黃五、粳米飯六、鹽七、酢八。齏臼欲重（不則傾動起塵，蒜復跳出也），底欲平寬而圓（秖尖擣不著，則蒜有麤成）。以檀木爲齏杵白（檀木硬而不染汗），杵頭大小令與臼底相安可（杵頭著處廣者，省手力，而齏易熟，蒜復不跳也），杵長四尺（入臼七、八寸，圓之；以上，八稜作）。平立，急舂之（舂緩則葷臭。久則易人。舂齏宜久熟，不可倉卒。久坐疲倦，動則塵起。又辛氣葷灼，揮汗或能灑污，是以須立舂之）。
>
> 蒜：淨剝，掐去強根，不去則苦。嘗經渡水者，蒜味甜美，剝即用；未嘗渡水者，宜以魚眼湯湁半許半生用。朝歌大蒜，辛辣異常，宜分破去心，〔勿？〕全心用之，不然辣則失其食味也。
>
> 生薑：削去皮，細切，以冷水和之，生布絞去苦汁。苦汁可以香魚羹。無生薑，用乾薑。五升齏，用生薑一兩，乾薑則減半兩耳。
>
> 橘皮：新者直用，陳者以湯洗去陳垢。無橘皮，可用草橘子；馬芹子亦得用。五升齏，用一兩。草橘、馬芹，准此爲度。薑、橘取其香氣，不須多，多則味苦。
>
> 白梅：作白梅法，在《梅杏篇》。用時合核用。五升齏，用八枚足矣。
>
> 熟栗黃：諺曰：『金齏玉膾』。橘皮多則不美，故加栗黃，取其金色，又益味甜。五升齏，用十枚栗。用黃軟者，硬黑者，即不中使用也。
>
> 秔米飯：膾齏必須濃，故諺曰：『倍者齏』。蒜多則辣，故加飯，取其甜美耳。五升齏，用飯如雞子許大。

---

[272]《初學記》（據司義祖點校本），卷二二，〈漁〉第十一，〈賦〉引。

先擣白梅、薑、橘皮爲末，貯出之。次擣栗、飯，使熟。以漸下生蒜（蒜頓難熟，故宜以漸。生蒜難擣，故須先下）舂令熟，次下湆蒜。齏熟，下鹽復舂，令沫起；然後下白梅、薑、橘末，復舂，令相得。下醋解之（白梅、薑、橘，不先擣則不熟；不貯出，則爲蒜所殺，無復香氣，是以臨熟乃下之。醋必須好，惡則齏苦。大醋經年釅者，先以水調和，令得所，然後下之。愼勿著生水於中，令齏辣而苦。純著大醋，不與水調醋，復不得美也）。

右件法，止爲膾齏耳。餘即薄作，不求濃。[273]

賈思勰又引《食經》說：「冬日橘、蒜齏，夏日白梅、蒜齏。肉膾不用梅。」依舊注重季節的不同和魚膾與肉膾的分別；按照《食經》的吃法，上面這個濃「八和齏」當是專爲吃魚鱠，特別是在夏季吃魚膾而準備的。

但南方人作膾虀，卻未必用橘皮，而倒有不少人用的是橙皮。例如上引梅堯臣〈設膾示坐客〉詩說：「粟粟霜蔔爲縷衣，楚橙作虀香出屋。」他還有〈食橙寄謝舍人〉詩一首云：「洞庭朱橘未弄色，襄水錦橙已變黃，玉臼擣虀憐鱠美，金盤按酒助杯香……。」又有〈送蕭秘校〉詩謂：「比從江南來，又從江南去……霜橙可爲虀，冰鱠思下箸。」又〈穎（校：疑當作『潁』）上得鯉魚爲膾，懷餘姚謝師厚〉：「青蓑潭上老，赬尾網中魚。買作秋盤膾，還思遠客書。越虀橙熟久，楚飯稻舂初……。」[274]

賈思勰已指出醋在吃魚膾時的重要作用，唐宋時代人們吃魚鱠時仍然特別重視醋。這從當時把吃魚鱠所用的調和取了一個專用的名稱：「鱠醋」這件事上可以看出來。「膾醋」一詞最遲已出現於唐代當是沒有問題的，例如劉恂《嶺表錄異》就說：「山橘子，大者冬熟，如土瓜；次者如彈子丸。其實金色而葉綠，皮薄而味酸，偏能破氣。容、廣之人帶枝葉藏之，入膾醋尤加香美。」[275]《說郛》卷五所錄李商隱《雜纂》卷上有〈不快意〉一目，其中的一件事是：「鱠醋不中」。[276] 從這也可以明瞭「鱠醋」或調和對魚鱠這道菜的重要性。《居家必用事類全集》裡鱠醋的作法是：

---

[273]《齊民要術校釋》卷八，頁448-449。

[274] 見《梅堯臣集編年校注》，頁109，卷七；頁252，卷十四；頁483，卷十八。

[275] 見卷中，葉1，〈山橘子〉條。

[276] 見台北，新興書局影印民國張宗祥集校明抄本《說郛》，頁104。按《雜纂》一書，唐李商隱撰，但可能有後人附益。見陳振孫，《直齋書錄解題》（徐小蠻、顧美華點校本），頁320，卷十一，〈小說家類〉。

煨葱四莖、薑二兩、榆仁醬半盞、椒末二錢，一處擂爛，入酸醋內，加鹽幷糖。拌膾用之。或減薑半兩，加胡椒一錢。[277]

在芥末、膾齏或膾醋這些調味料之外，上文已提到南朝時人們吃鴨鬳時用的是桂，宋詡所提供的獸肉膾生調料則是「和以草果、蒜，酒澆」。[278] 草果即豆蔻或草豆蔻的別名。[279] 至於清朝嶺南地區的魚鱠調味料也極富地方特色，據屈大均說當地人吃魚鱠要「泡蜜、醪，下薑、蓼」，「和以椒、芷」。其中「蓼」一味正是南土居民在吃檳榔時所常用的。[280]

〔3〕芼以各式生菜

最遲從隋朝時開始，吃膾生時，除了用搗製的蘸之外，還在膾生上面舖蓋一些生菜，即以生菜爲芼。隋代吳郡人作乾鮸魚及乾鱸魚鱠，在吃的時候要用「香柔花、葉」爲芼，即將香柔花、葉舖在鱠上。（見下文）按「香柔」即「香菜」或「香薷」(*Elsholtzia splendens* Nakai)，也叫做「香菜」。[281] 據上引梅堯臣〈設膾示坐客〉詩及《飲膳正要》，宋元時人們吃膾生還要用蘿蔔、香菜、蓼子、韭等爲芼，當然這都不算在鹽、醋等五味調和中。用今天一般人所說的香菜，即胡荽或芫荽 (*Coriandrum sativum* L.)，當在胡荽傳入中國之後。最遲在隋代已經開始食用了。十世紀中葉日本源順《倭名類聚鈔》卷十六，〈飲食部第二十四・薑蒜類〉中「胡荽」條引隋《崔禹錫食經》云：「胡荽，味辛臭，一名香荽，魚、鳥膾尤爲要。」[282] 明代的魚膾也用香菜、蘿蔔，但後者所使用的有時是蘿蔔汁，如《多能鄙事》卷四〈魚鱠〉條所說：「以羅蔔細剁，布紐作汁」，而後「拌魚入楪，雜以生菜、胡荽，芥辣醋澆。」[283]

享用膾生時拌以生菜的吃法也見於漢人以外的其他民族，如唐代樊綽《雲南志・蠻夷風俗》記當時雲南土著民族的食俗說：「取生鵝，治如膾法，方寸切

---

[277]《多能鄙事》中的鱠醋作法當出於此，而略有更動，在用料分量上也比較不精確。

[278] 見《竹嶼山房雜部》卷三，葉22，〈養生部（三）・獸屬制・生〉條。

[279] 見《本草綱目》，頁865，卷十四，〈草部・草之三・芳草類・豆蔻〉。

[280] 見《廣東新語》，頁394, 559。關於蓼，見頁697-698，卷二七，〈草語・蓼〉。

[281] 見《重修政和經史證類備用本草》，頁515，卷二八，〈菜部（中品）・香薷〉條。又《本草綱目》冊二，頁909，〈草部〉卷十四，〈草之三・芳草類・香薷〉條。

[282] 據辻村敏樹編集《早稻田大學藏資料影印叢書》本，冊二，頁140。

[283] 按《居家必用事類全集・庚集》卷十三，葉5〈魚鱠〉條作：「以羅蔔細剁，布紐作米。」

之，和生胡瓜及椒、椒啗之，謂之『鵝鬭』。土俗以爲上味。」[284]

從上文可以看出，大抵膾生的吃法是十分多種多樣的，常因肉類的不同、時空的差異而表現出各式各樣的變化。下面的兩個例子對於這一點的瞭解也有幫助。一是北宋傅肱敘述當時北方人是這樣吃蟹生的：「北人以蟹生析之，酤以鹽、梅，芼以椒、橙。盥手畢即可食，目爲『洗手蟹』。」[285] 一是雲南地區直到明末還流行吃膾生，而所用的調味品中還保有南朝時代就已經使用的桂。[286] 辣椒傳入中國之後，烹調所使用的調味料就更豐富了，如當代雲南白族人食用豬肉或豬肝膾生「生皮」時就是用辣椒來調味的。[287] 至於部分調味料和生魚、生肉之上所蓋生菜的作用，容在下一章討論膾生與健康時再作論述。

（六）乾膾的作法

膾生講究的是新鮮，現斫現吃是最理想不過了。然而在材料、刀具、膾手等條件不能一一具備的情況下，想要吃膾生也不是完全沒有希望。上引《大業拾遺錄》就提到隋代吳郡人獻「海鮸乾鱠四瓶」給隋煬帝，並「奏作乾鱠法」。這方法是：「作乾鱠之法：當五、六月盛熱之日，于海取得鮸魚，大者長四、五尺，鱗細而紫色，無細骨、不腥者。捕得之，即于海船之上作鱠。去其皮骨，取其精肉，縷切。隨成隨曬。三、四日，須極乾，以新白甕瓶未經水者盛之。密封泥，勿令風入。經五、六十日，不異新者。取啖之時，開出乾鱠，以布裹，大甕盛水漬之，三刻久出。帶布瀝卻水，則皦然。散置盤上，如新鱠無別。細切香柔葉鋪上，筋撥，令調勻，進之。海魚體性不腥，然鱖鮸魚肉軟而白色，經乾又和以青葉，暫然極可噉。」這四瓶乾鱠，每「瓶容一斗，浸一斗，可得徑尺數盤」。吳

---

[284] 見趙呂甫，《雲南志校釋》，頁293，卷八。按《唐書》卷二二二（上）〈南蠻列傳（上）・南詔（上）〉云：「膾魚寸，以胡瓜、椒、薤和之，號『鵝鬭』。」趙呂甫認爲可能有誤，見《雲南志校釋》頁294，注2。

[285] 見傅肱，《蟹譜》（台北：新興書局影印本《筆記小說大觀》第8編，第5册），下篇，葉3，〈食品〉。

[286] 見晚明謝肇淛所撰《滇略》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷四，葉10，〈俗略〉。

[287] 見徐佩印、施桂英編，《民族風情》，頁218，〈白族的「生皮」〉：「雲南大理白族農家的宴席上，常擺有一盤切得很薄很細的生豬肉，或者還有一盤生肝，兩個生豬耳朵，一碗用辣椒、花椒、生葱、生薑、生蒜拌以酸醋、醬油的佐料擺在那裡，那就是『生皮』。」

郡人同時還獻了「松江鱸魚乾鱠六瓶。瓶容一斗。作鱠法一同鮸魚。然作鱸魚鱠，須八、九月霜降之時，收鱸魚三尺以下者，作乾鱠。浸漬訖，布裹瀝水令盡。散置盤內，取香柔花葉相間，細切和鱠，撥令調勻。霜後鱸魚，肉白如雪，不腥。所謂『金虀玉鱠』，東南之佳味也。紫花碧葉，間以素鱠，亦鮮潔可觀。」[288] 唐代皮日休就曾有〈寄同年韋校書〉詩懷念在北方的友人，想要寄贈乾鱠給他：「二年疏放飽江潭，水物山容盡足耽。唯有故人憐未替，欲封乾鱠寄終南。」[289]

（七）膾生餚饌的色彩和造形

〔1〕金玉交輝與青紅相映

膾生之類的餚饌，除了生吃和注重調味齏之外，還有一個重要的特點，即十分講究視覺上的美感效應或特殊趣味。這在中國古代的菜餚中也是相當突出的。劉熙《釋名・釋飲食》說：「膾，會也。細切肉，令散。分其赤、白，異切之，已乃會合和之也。」[290] 即通過紅、白二色的魚、肉細絲的會合來表現出令人賞心悅目的藝術效果。上引漢晉之際的一些七、賦當中對於這點也有所交代。而所謂的「金虀玉膾」的視覺美感所憑藉的則是虀中橙或橘或栗子的金色以及魚肉的白色。因此賈思勰才會說在膾齏中加「熟栗黃」的重要用意是「取其金色」，而黑色的就不中用了。

在鱠上面舖蓋蔬菜的吃法出現之後，則又注意於魚肉與青菜的色彩的相配。如陸游〈斫鱠〉詩所說：「玉盤行鱠簇青紅」。[291] 上文說吳人在泡發乾鱠時，要細切香柔花葉來與魚鱠相拌，造成「紫花碧葉，間以素鱠，亦鮮潔可觀」的視覺效果。明人李日華指出這樣製作魚膾，是同時考慮到了視覺感官上的滿足：「翦香柔花葉爲芼，取其殷紅翠碧與銀絲相映，不獨爽喉，兼亦豔目。」[292] 這種表現手法把著重點擺在幾種不同的、鮮明的、對比強烈的色彩的搭配上。

---

[288] 見《太平廣記》冊五，頁1790-1791，卷二三四，〈食・吳饌〉引。

[289] 見《全唐詩》，頁7097，卷六一五，〈皮日休（八）〉。

[290] 據《四部叢刊》初編本，葉31。

[291] 見《劍南詩稿校注》，頁3340，卷五七。

[292] 見李日華所撰，《紫桃軒雜綴》（據清光緒四年孫福清校刊《檇李遺書》本），卷三，葉24；並請參閱下文。

〔2〕詩情畫意的造形

據《吳興志》說當地的鱠匠們還更別出心裁，將細切的膾縷鋪陳出形形色色的花樣：「《吳興記》云：『唐昭德操刀運砧，翼從風隨，紅綜素縷，紛紛霏霏。好事者嘲之曰：「鱠若值吳，縷細花舖；若非遇吳，費醋及葫」。』江東呼蒜爲葫……鄉土以鱠爲盛饌，每遇上客、新姻，慶賀燕集，必設此。盤飣羅列，更無別味。鱠匠十數爲曹，凌晨立魚肆，視所買多寡而往。裁紅縷白，鋪成花草、鸞鳳，或詩句詞章，殊得其妙。」[293] 即他們更進一步地加工，做了各種特殊造型的設計，所下的功夫更細緻了。宋詡在所撰〈養生部〉內揭示的「雞生」作法中提到雞肉切妥，配好調味料後，「隨範爲形像，供延中用」，[294] 說明最遲到明代，人們還使用了型範來幫助造型。

七、膾生與健康

（一）膾生的補益和療疾效用

〔1〕野生動物膾生

在供食用之外，古人相信膾生在一定的條件之下，也有益於人的健康。如上引南朝陶弘景說「野肉之中，麞鹿可食生，則不羶腥」，同時這兩種生肉還「兼能溫補於人」。唐孟詵《食療本草》則交代得更詳細些：「謹按〔鹿〕肉九月後、正月前食之，則補虛羸瘦弱，利五臟，調血脈。自外皆不食，發冷痛。」[295] 又上引蘇頌《本草圖經》說宋代華北人喜吃狐生，狐生「甚暖」，可以「去風，補虛勞」。

而還有一些野生動物的膾生對於醫治或預防某些疾病具有特別的效用。如《宋書》卷五十九〈張暢傳〉說：「弟牧嘗爲獝犬所傷，醫云宜食蝦蟆膾，牧甚難之。暢含笑先嘗，牧因此乃食，創亦即愈。」按葛洪《肘後備急方》有〈治卒爲獝犬所咬毒方〉云：「凡獝犬咬人，七日一發，過三七日不發，則脫也；要過百

---

[293] 見《吳興志》卷十八，葉12-13。

[294] 見《竹嶼山房雜部》卷三，葉29，〈禽屬制・雞生〉條。

[295] 見《重修政和經史證類備用本草》，頁377，卷十七，〈獸部（中品）・鹿茸〉引。

日，乃爲大免耳。若重發療方：生食蟾蜍膾，絕良，驗。」[296] 所吃的是蟾蜍膾，而不是蝦蟇膾。陳藏器《本草拾遺》說：「蝦蟇、蟾蜍二物各別，陶將蟾蜍功狀注蝦蟇條中，遂使混然，採取無別。今藥家所賣，亦以蟾蜍當蝦蟇。且蝦蟇背有黑點，身小，能跳接百蟲，解作『呷呷』聲，在陂澤間，舉動極急。本經書功即是此也。蟾蜍身大，背黑無點，多痱磊，不能跳，不解作聲，行動遲緩，在人家濕處。本功外……主狂犬咬，發狂欲死，作膾食之，頻食數頓。」又蘇頌《本草圖經》對蝦蟇及蟾蜍的區別也有類似的描述，並說：「陶隱居所謂能解犬毒，及溫病斑生，生食之，並用蟾蜍也。」[297] 則治療狂犬病所用的當是「蟾蜍膾」，而一般人不察，把它跟蝦蟇搞混了，誤以爲是「蝦蟇膾」。[298]

前文曾經提到唐代嶺南人吃蚺蛇膾，其功效據孟詵《食療本草》說，蚺蛇「肉作膾食之，除疳瘡。」孟詵又說：蚺蛇「肉主溫疫氣，可作鱠食之。」而蚺蛇膽，據《藥性論》的作者說，生吃可以避瘴氣之毒：「蚺蛇膽，臣渡嶺南，食此膽，瘴毒不侵。世人皆知之。」[299]

〔2〕家畜膾生

從文獻來看，古代人吃肉生比較少吃豬肉。但豬的肝生和肉生也可以用來治病。湖南長沙馬王堆三號西漢墓出土的帛書《陰陽十一脈灸經》說：「少陰之脈，久（灸）則強食產（生）肉，緩帶，被髮，大杖，重履而步，久（灸）幾息（熄）則病已矣。」[300] 其後較晚寫定的《靈樞・經脈第十》也說：「腎足少陰之脈……灸則強食生肉，緩帶，披髮，大杖，重履而步。」[301] 唐代楊上善在所撰《黃帝內經太素》中對這段文字作了解釋說：「療腎所生之病亦有五法：自火化以降，並食熟肉。生肉令人熱中，人多不欲食之。腎有虛風冷病，故強令人生食豕肉，溫腎補虛，腳腰輕健；人有患腳風氣，食生豬肉，得愈者眾。故灸腎病，須

296 見《葛洪肘後備急方》，頁213，卷七。

297 見《重修政和經史證類備用本草》，頁440，卷二二，〈蟲魚部（下品）・蝦蟇〉引。

298 關於這點，可參考拙作，〈關於歷史上的一種人體寄生蟲病——曼氏裂頭蚴病〉，刊於《新史學》6.2(1995)。

299 見《重修政和經史證類備用本草》，頁443，卷二二，〈蟲魚部（下品）・蚺蛇膽〉引。

300 引文據馬繼興，《馬王堆古醫書考釋》之校本，見頁265-267。

301 引文據郭靄春，《黃帝內經靈樞校注語譯》，頁115。

食助之。一也。」[302] 據此，則早在戰國秦漢之際就已經有人主張用豬肉生來治療與足少陰腎經有關的疾病了。[303] 唐徐思恭曾提供過一個「治腫從腳始，轉上，入腹則煞人豬肝噉方」：「生豬肝一具，細切。右以淡蒜薤食令盡。大肝不盡，分鱠二服即消。」蘇敬對這一病症也建議採用豬肉生來治療：「豬肉細切作鱠，擣蒜薤食，日三，數日即氣毒上風除能行。」[304] 據上引楊上善的說法，豬肉生對於這種疾病的療效是相當顯著的。王燾《外臺祕要方》卷十八所收孟詵《必效・療腳氣方》也說如果在服藥期間「一日、兩日食一頓生豬肉鱠，大精。」[305]

孟詵認爲羊肝生對治療「久疳痢及久痢成疳」之類的疾病極爲快速而有效：「《必效》療痢初較後濃，血或變純白，或成魚腦，五十日以上，或一、二年不差，變成疳，所下如泔淀方：生羊肝一具。右一味，取大酢一年以上者、米麥並中年深者佳。取羊肝，則去上膜，柳葉切。朝旦空腹，取肝，手拈取酢中出吞之。覺心悶，則止；不悶，還服之。一日之間，能不食粥飯，盡一具羊肝者大佳。不然，除飽吞已外，料理如生肝，以薑薤下飯，如常法食之。日食一具肝，不過二、三具即永差。…」[306]

羊肝生和羊肉生還可以用來治療反胃嘔吐之類的不適，《聖濟總錄・食治門・食治反胃嘔吐》中收有一個「治反胃，食畢即吐出，立效方」：「白羊肝（一具，去脂膜）。右一味，切作生，入五味調和，空腹食之。」又有「治反胃，朝食夜吐，夜食朝吐，諸藥不差，羊肉生方」：「羊肉（去脂膜，切作片，五兩），大蒜（去皮，細研，一顆）。右二味，先將蒜入鹽醋調和，蘸羊肉生，空腹任意食之。」[307]

---

302 引文據蕭延平校本，頁108，卷八，〈經脈之一〉。

303 關於《陰陽十一脈灸經》的年代可參見李學勤、馬繼興，〈我國現已發現的最古醫方——帛書《五十二病方》〉一文，附見於《五十二病方》一書中。

304 見日本丹波康賴所輯，《醫心方》（北京：人民衛生出版社據淺倉屋藏板影印本），頁187，卷八，〈腳氣入腹方第八〉。

305 見《外臺祕要方》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷十八，葉22。按《舊唐書・經籍志（下）・醫術・雜經方》中有「《孟氏必效方》十卷，孟詵撰。」則此「療腳氣方」當係出自孟詵。

306 見《外臺祕要方》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷二五，葉44-45，〈久疳痢及久痢成疳方九首〉之四。

307 見《聖濟總錄》，頁3099, 3098，卷一八九。

〔3〕各種魚生

至於較常食用的各種魚鱠也不例外。唐陳藏器《本草拾遺》裡有一段總論說：「鱠，味甘，溫，蒜薤食之，溫補。去冷氣、濕痺，除膀胱水、喉中氣結、心下酸水、腹內伏梁、冷痃、結癖、疝氣，補腰腳，起陽道。鯽魚鱠，主腸澼、水穀不調、下利、小兒大人丹毒、風眩。鯉魚鱠，主冷氣，氣塊結在心腹，並宜蒜薤進之。魚鱠以菰菜爲羹，吳人謂之『金羹玉鱠』，開胃口，利大小腸。」[308] 可見魚膾主治的疾病或不適的種類還頗爲不少。

而孟詵的《食療本草》則分別敘述了各種魚膾的功效：「鱧魚……作鱠與腳氣、風氣人食之，效」；「魴魚，調胃氣，利五臟……作鱠食，助脾氣，令人能食……」；又說鱸魚「平，主安胎、補中。作鱠尤佳」；又說鮫魚皮「平補五臟，作鱠食之，亞於鯽魚。」[309] 唐代王燾《外臺秘要方・腸痔方》云：「《肘後》療患腸痔，每大便常有血……又方：以鯉魚作鱠，薑薤食之，任性多少，良。」[310] 又唐咎殷《食醫心鏡》說：鯉魚「主上氣、欬嗽、胷隔妨滿、氣喘。鯉魚一頭，切作鱠，以薑醋食之，蒜薤亦得。」又說：「治野雞病，下血不止，腸疼痛。鱧魚一頭，如食法作鱠，蒜薤食之。」[311]

北宋寇宗奭認爲張翰所以嗜吃鱸魚鱠，主要的考慮即在於鱸魚鱠對於養生大有裨益：「鱸魚益肝、腎，補五臟，和胃、腸。食之宜人，不甚發病。宜然張翰思之也。」[312]《聖濟總錄・食治門》中開列了不少用鯽魚鱠來治下痢的療方。[313]

---

[308] 見《重修政和經史證類備用本草》，頁421，卷二〇，〈蟲魚部（上品）・二十三種陳藏器餘・鱠〉。又頁418，〈鯽魚〉條引《本草拾遺》云：「鱠亦主赤、白痢及五野雞病。」頁419〈鯉魚〉條引文則作：「鯉魚，肉主……破冷氣、癖、氣塊橫關伏梁，作鱠，以濃蒜薤食之。」又《醫心方》卷二五，〈治小兒丹瘡方第百廿五〉引《本草拾遺》云：「鯽魚膾主小兒、大人丹毒。」

[309] 見《重修政和經史證類備用本草》，頁417，卷二〇，〈蟲魚部（上品）・蠡魚〉掌禹錫等引；頁420，〈八種食療餘〉；頁436，卷二一，〈蟲魚部（中品）・鱸魚〉；頁434，〈蟲魚部中品・鮫魚皮〉。這裡的鮫魚皮可能並不是作爲乾貨的魚翅。

[310] 據影印文淵閣《四庫全書》本，卷二六，葉9-10。

[311] 見《重修政和經史證類備用本草》，頁420，卷二〇，〈蟲魚部（上品）・鯉魚〉及頁417，〈蠡魚〉條引。

[312] 見所撰《本草衍義》（據顏正華等點校本），頁123，卷十七。

[313] 見頁3101，卷一八九，〈食治門・食治泄痢〉：「治冷痢，白如鼻涕，臍腹切痛，六味鱠方：鯽魚（去鱗，切鱠，十兩），干姜（炮），蓽撥，陳橘皮（湯浸，去白，焙），胡椒（炒），蒔蘿（各一分）。右六味，除魚外，爲細末。先將豉汁入合煎令熟，投魚鱠，次

明人《多能鄙事》卷四〈飲食・老人飲食療疾方〉中也揭示過一個鯉魚鱠方：「鯉魚鱠治老人病痔下血：右用鯉魚十兩，切鱠如常，入蒜、醋五味，每日空心食之。忌酢及甜食。」

在嶺嶠之南，人們對某些魚膾的功效有一些獨特的看法。如《粵語》所說：「鮘魚，廣人池塘多蓄之，以魚秧長成。與鯽性相反：鯽屬土，其性沈，長潛水中；鮘屬水，其性浮，長躍水上。鯽食之可以實腸，鮘食之可以行氣；鯽守而鮘行，性各不同如此。其物以冬而肥，故名。喜泳浮波上，得湊流則跳躍尋丈。生食之，益人氣力。」又如明張所望《梧潯雜佩》云：「鮘魚形似鰱魚而稍短，味甚美，作膾尤佳。健筋骨，活血行氣，逐水利溼。」[314]

總之，古代人們相當普遍地認爲魚鱠可以補益人身，也能夠治療不少的疾病；而不同種類的魚鱠所起的養生或治療的效果也各不相同。

（二）膾生的害處

然而，生肉、生魚卻也是對人體有害的。如上文所述，自上古以來，人們就很清楚食用生腥的各種肉類是有害健康的。上文曾引述過〈華佗傳〉，這位名醫診斷陳登所以得病，就是「食腥物所爲也」。而古人認爲生魚肉，即「腥物」有害，是由於它們是有毒的，即有所謂的「虫魚毒」、「魚腥毒」。因此食用生魚、生肉就有可能中毒。

古代醫家針對這一問題提供了一些藥方，丹波康賴《醫心方》卷二九中就專有〈治食諸魚中毒方第卅二〉一篇，其中收有葛洪《葛氏方》：「治食魚中毒，

入藥末五錢匕，攪和煮熟，乘熱空心頓服。」頁3102，〈食治門・食治赤白痢〉：「治赤白痢鯽魚鱠方：小鯽魚（一斤，如常鱠法），蒜，醋，椒，姜，鹽（臨時用）。右先將魚切作薄片，以蒜薤椒姜鹽拌和食之。不用別物兼食。」又頁3103有「治脾胃氣弱，大腸虛冷，痢如白膿涕，臍腹切痛，魚鱠方：鯽魚（一斤，如常法作鱠），胡椒，干姜（炮），華撥，陳橘皮（去白，焙），蒔蘿（各一分，幷爲末）。右六味，先用豉汁煮令熟，傾出候微溫，下藥末各少許，內魚鱠。多少任意，空心食之。」頁3112，卷一九〇，〈食治門・食治產後諸病〉：「治產後赤白痢鯽魚鱠方：鯽魚（一斤，治如食法），蒔蘿，陳橘皮（湯去白，焙），蕪荑，干姜（炮），胡椒（各一錢，爲末）。右六味，取鯽魚作鱠，投熱豉汁中，入鹽藥末攪調，空腹食之。」

314 以上所引二書均見清趙學敏，《本草綱目拾遺》，頁478-479，卷一〇，〈鱗部・雪鮘〉條引。

面腫，煩亂方：濃煮橘皮，去滓飲汁。」又有陳延之《小品方・治食魚中毒方》、姚僧垣《集驗方・治食魚中毒方》、《本草・食諸魚中毒方》、崔禹錫《食經・食魚中毒方》、甄權《古今錄驗方・食魚中毒方》等。[315] 陶弘景《本草經集注・序錄》說：「食諸魚中毒，煮橘皮……並佳。」[316] 李時珍也說橘皮可以「解魚腥毒」。[317]

《醫心方》卷二九中還另收有本篇的姊妹篇——〈治食諸肉中毒方第卅六〉，摘錄了《葛氏方・治食諸生肉中毒方》、《古今錄驗方・治食諸生中毒方》、孫思邈《千金要方・治食生肉中毒方》等。由於生魚、生肉是人們心目中的美味佳肴，只要戒心稍懈就免不了中其毒害了。

（三）食用膾生致病的緣由

在古代醫藥文獻中，食用膾生致病的緣由，大致上和下列的幾種情形有關。

〔1〕食用膾生的適當時節

一是吃膾生的季節、時刻不當。如上引《食療本草》說吃鹿肉要在「九月後、正月前食之」，「自外皆不食」，否則會「發冷痛」。又如巢元方《諸病源候論》卷二六〈蟲毒病諸候（下）・食蟹中毒候〉說：「此蟹食水莨，水莨有大毒，故蟹亦有毒。中其毒則悶亂欲死。若經霜已後，遇毒即不能害人；未被霜蟹，煮食之則多有中毒，令人悶亂，精神不安。」[318] 據此，則吃蟹生，宜在秋冬霜降以後。朱熹曾據當時人們所相信的魚腦的與時推移變化而對適合吃魚膾的時節作了這樣的推測：「東坡云：『月未望而魚腦實，既望則虛。』蓋出《淮南子》。則食鱠宜及未望也。」[319] 屈大均說嶺南人對吃魚生的時節還有一些特別的

---

315 見《醫心方》（人民衛生出版社據淺倉屋藏板影印本），頁678-679，卷二九，〈治食諸魚中毒方第卅二〉引。

316 見尚志鈞、尚元勝輯校本，頁86，卷一。

317 見《本草綱目》冊三，卷三〇，〈果之二・山果類・橘・黃橘皮・主治〉條。但盧和《食物本草》卷二，葉23，〈果類・橙皮〉條卻說橙皮「和五味入魚、肉、菜中食，甚香美，且殺蟲魚毒。」

318 引文據南京中醫學院《諸病源候論校釋》本，頁749。

319 見《朱子語類》（王星賢點校本），頁3286，卷一三八，〈雜類〉。

意見，《廣東新語》卷二二〈鱗語・魚生〉條稱：「冬至日宜食。諺云：『冬至魚生，夏至犬肉』。予詩：『魚膾宜生酒，餐來最宜人。臨溪親舉網，及此一陽春。』所以者，凡有鱗之魚，喜游水上，陽類也。冬至一陽生，生食之所以助陽也……或云：『凡魚行隨陽；春夏浮而溯流，秋冬沒而順流。其浮時可膾，其沒時必須烹食，乃不損人云』。」或主張在冬至時爲宜，或以爲春夏爲適時。

至於吃魚生、肉生的時刻，最遲從唐代以來也十分講究。白居易有〈松江亭攜樂觀漁宴宿〉詩一首提到吃魚膾的時間是在早晨：「震澤平蕪岸，松江落葉波。在官常夢想，爲客始經過。水面排罾網，船頭簇綺羅。朝盤鱠紅鯉，夜燭舞青娥……。」[320] 上引北宋夏竦〈送人入越（今浙江）〉詩也說浙江一帶市面供應魚鱠作爲人們的早餐：「……一片曉山迎越絕，數程春水背姑蘇。蓮供晚果蜂房細，鱠市朝餐線縷麤……。」一直到明清時代不少人吃魚鱠都注意到這一時辰。如元末明初的著名詩人高啓有〈郊墅雜賦十六首〉，其中的第十三首有聯云：「食鱠知晨釣，聽歌識暮樵。」[321] 上引屈大均也說吃魚生「必以天曉時空心爲度」。

這些記載都在早晨，它並不是偶然的巧合。王燾在《外臺祕要方・將息禁忌論》中對於這點有所說明。他根據陰陽天時以及人體健康或養生必須順從天時的原則指出，吃生魚、生肉必須在陽氣興旺的尖峰時刻，也就是中午之前：「夫噉生肉、鱠，必須日午前即良。二味之中，其鱠尤腥而冷也。午後陰陽交錯，人腹中亦順天時；不成癥積，亦能霍亂矣。」[322]

因此在某些時辰，譬如夜晚，就不適合吃膾生，如《七卷食經》所說：「夜食不用噉生魚及生肉，不利人。」[323] 又陳藏器《本草拾遺》也說：「食鱠不欲近夜，食不消，兼飲冷水，腹內爲蟲。」[324] 這樣看來，膾生所以不宜夜食的原因，是當時人們認爲夜食後即睡眠，所食不易消化，會產生腸道寄生蟲。從這些論述我們就可以瞭解屈大均爲什麼會指出吃魚生必須要在清晨天亮，空肚子的時候吃了。

---

320 見《白居易集》，頁549，卷二四。

321 見清金檀輯注，《高青丘集》，頁525-526，卷十三。

322 見卷十一，葉42。

323 見《醫心方》卷二九，〈夜食禁第六〉引。

324 見《重修政和經史證類備用本草》，頁421，卷二〇，〈蟲魚部（上品）〉所收「二十三種《陳藏器餘》」。

此外，陳藏器還表明在一些特殊的時節不可吃魚鱠：「時行病起，食鱠令人胃弱。」[325] 明代周履靖也提醒人們在陰雨的時節不宜吃魚鱠：「天陰淫雨，勿食生鱠、鮓，恐腹中生蟲。」[326] 古人雖然已有吃魚鱠會導致體內生蟲的概念，但當然不可能知道現代醫學經歷四十多年的努力在二十世紀前葉才搞清楚的肝吸蟲病感染致病的真正緣由。今日的寄生蟲病學證實中國最常見的中華分枝睾吸蟲（即肝吸蟲）的第二中間宿主淡水魚類很多，包括有青魚、鯇魚、鰱魚、鯿魚（即魴魚）、鯉魚、鱧魚、鯽魚、鱒魚、鱖魚等。[327] 它們在古代的情況如何很難明瞭，但值得注意的是鯉魚、青魚、鯇魚、鯿魚（即魴魚）、鯽魚、鱒魚等正是古代某些時期或某些地區的人們最常用來作魚鱠的淡水魚。

〔2〕攝取過量

〈1〉食用過度所引起的一些疾病或不適

其次，攝取膾生的分量過多也有損健康。由食膾過量而引發的病患，較常見的有癥瘕病和霍亂病、腸胃不適或中毒等幾種。如葛洪《肘後備急方》中就收有「治食魚鱠及生肉，住胸膈中不消化，吐之又不出，不可留，多使成癥方」。[328] 又如《醫心方》卷二十九，〈治食諸魚中毒方第卅二〉引《葛氏方・食膾多過冷不消不治必成蟲癥方》云：「搗馬鞭草，絞飲汁一升。亦可服諸吐藥以吐之。」由此可見葛洪認爲「蟲癥」是食膾過度，不消化而造成的。從《葛氏方》中的〈治食魚膾及生肉住胸中不消成癥方〉[329] 來看，無論是魚膾還是肉膾都可能產生這一後果。

巢元方《諸病源候論》卷三十六，〈蠱毒病諸候（下）・食魚膾中毒候〉說：「凡人食魚膾者，皆是使生冷之物，食之甚利口，人多嗜之。食傷多則難消

---

[325] 見《重修政和經史證類備用本草》，頁421，卷二〇，〈蟲魚部（上品）〉所錄「二十三種《陳藏器餘》」。

[326] 見周履靖編，《益齡單》（《夷門廣牘》本），葉10，〈飲食〉。

[327] 見鍾惠瀾主編，《熱帶醫學》，頁949-951。吳徵鎰、毛守白等主編，《中國醫學百科全書・寄生蟲學與寄生蟲病學》，頁147-148。

[328] 見《葛洪肘後備急方》，頁132。按宋陳延之，《小品方》（據高文柱《小品方輯校》本）亦收錄此方，但文字略有不同。見頁123。

[329]《醫心方》（北京：人民衛生出版社據淺倉屋藏板影印本），頁223，卷一〇，〈治魚瘕方第十〉引。

化，令人心腹否滿，煩亂不安。」[330] 具體的案例有《名醫錄》所記：「虞侍郎，蘇州人，平生喜食生魚鱠。中年病腹堅，倒身不得。每發疼痛幾死，累治不效。一善醫切脈曰：『侍郎右關脈伏，伏爲積聚，有生冷之積，成癥在腹，則痛不可忍。可以藥取之』。令用橄欖汁吞丸子藥數粒，晚下利一盆許，是魚鱠縷，前一截皆成魚矣。從此遂安。」[331] 北宋官方所設和劑局調配的成藥處方中有一「紫蘇子圓」，也有醫治「胸膈噎悶」、「飲食不消」的功效，據說「若食瓜、膾、生冷，覺有所傷」，服用此圓可以立即痊癒。[332]

葛洪指出了食用膾生引發霍亂的緣由：「凡所以得霍亂者，多起於飲食，或飽食生冷物，雜以肥鮮、酒、膾，而當風履濕，薄衣露坐，或夜臥失覆之所致也。」巢元方也表示在「飲食肉腥鱠生冷過度」的情況下，稍不注意就可以釀成霍亂。[333]

〈2〉防治因食用過量而引起不適的羹湯、生菜和調料

【A】骨淡羹

由上文可見吃魚生、肉生不消化而致病是相當惱人的事。爲了避免這種後果，在享用魚生時就有必要吃一些可以幫助消化魚肉的東西了。吳興人嗜吃魚鱠，他們在飽食魚鱠之後，所喝的「骨淡羹」據說就有這種功效：「又有骨淡羹，每斫鱠，悉以骨熬羹，味極淡薄，自有真味。食鱠已，各一杯。《本草》謂凡物腦能消肉，正以食之必多用此羹也。」[334] 上引朱熹說吃魚膾宜在月望之前，

---

330 見《諸病源候論校釋》，頁747。

331 見宋張杲，《醫說》卷六，葉31-32，〈中毒・中魚毒〉條引。又宋朱佐，《類編朱氏集驗醫方》（北京：人民衛生出版社校點排印本），頁211-212，卷十四，〈中毒門・中魚毒方〉所錄幾乎完全相同，但「成癥在腹」，「癥」作「瘕」。按唐代甘伯宗有《名醫傳》一書（見《唐書・藝文志（三）》「醫術類」），而《宋史・藝文志（六）》「醫書類」作「甘伯宗《歷代名醫錄》」。《醫說》這裡所引的《名醫錄》可能也不是甘伯宗的著作；《醫說》卷一〇，葉218-219〈魚膾瘡〉條亦引《名醫錄》云「〔仁宗〕皇祐中(1049-1054)」，則這部《名醫錄》可能是宋代的作品。

332 見《太平惠民和劑局方》（劉景源點校本），頁87，卷之三，〈治一切氣・紫蘇子圓〉條。

333 見《醫心方》，頁236-237，卷十一，〈治霍亂方第一〉引《葛氏方》及《諸病源候論》。

334 見談鑰，《吳興志》卷十八，葉13。但陳藏器對於魚腦的作用所持的看法與此不同，他說：「萬物腦能銷毒，所以食鯗食魚頭羹也。」見《重修政和經史證類備用本草》，頁

就是根據《本草》的說法而推衍出來的。因爲在月未望期間「魚腦實」，正可以用魚頭煮「骨淡羹」吃，來幫助消化。

【B】橘皮

上文已提到橘皮可以「解魚腥毒」，而在吃魚膾的時候，所以要用橘皮來做蘸，並不是像賈思勰所說的那樣只是「取其香氣」，實際上是因爲橘皮可以去生魚的毒性，如《朱思簡食經》所說：「橘皮，食煞虫魚毒，噉鱠必須橘皮爲蘸用。」[335] 對於吃生魚、生肉過多所引起的不適，也可以用橘皮來治療。如《醫心方》引《小品方・治食魚中毒方》云：「煮橘皮，涼飲之，佳。」引文末自注云：「今案《食經》云：『治食鱠及生肉太多妨悶者』。」[336]

【C】香薷與蓼

元代危亦林也曾提供一個他認爲有效的治療「食腥膾生冷過度」的藥方，即包括香薷在內的「香薷散」。[337] 隋唐以來到宋元時期人們所以要用香薷和蓼這兩種生菜鋪蓋在魚鱠上來食用也不是無的放矢的，這是由於香薷、蓼都有治「霍亂」的效用。《名醫別錄》說：「香薷味辛，微溫。主治霍亂。」[338] 葛洪、陳延之都提供過用香薷來治霍亂的方子。《葛氏方》說：「取蓼若香菜，細切二升，水五升，煮再三沸，頓服。」[339] 寇宗奭更明白地表示要治療霍亂，香薷是必備的

421，卷二〇，〈蟲魚部（上品）〉所錄「二十三種《陳藏器餘》」。但他又說：「食諸肉過度，還飲肉汁即消；食腦立銷。」見同書，頁396，卷十八，〈獸部（下品）〉所收「五種《陳藏器餘》」。

335 見《醫心方》（人民衛生出版社據淺倉屋藏板影印本），頁692，卷三〇，〈五果部・橘〉條引。又頁679，卷二九，〈治食諸魚中毒方第卅二〉引《葛氏方》云：「治食魚中毒面腫煩亂方：濃煮橘皮，去滓飲汁。」

336 見《醫心方》（人民衛生出版社據淺倉屋藏板影印本），頁678-679，卷二九，〈治食諸魚中毒方第卅二〉引。

337 見所撰《世醫得效方》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷二，葉8，〈大方脈雜醫科・香薷散〉：「香薷（去梗四兩）、厚朴（去麁皮，切碎，薑汁炒令黃）、白扁豆（各二兩）」。按《居家必用事類全集・壬集》卷一〇，葉36，〈中暑證諸方〉所錄「香薷散」與此微有不同：「白匾豆（微炒，半斤）、香薷（去土，淨，三斤）、厚朴（去麁皮，姜汁炙熟，半斤）。」

338 引文據尚志鈞輯校本，頁203，卷二，〈中品〉本條。

339 見《醫心方》（人民衛生出版社據淺倉屋藏板影印本），頁245，卷十一，〈治欲作霍亂

一味特效藥：「香薷……治霍亂不可闕也。用之無不效。」[340] 至於蓼，除上引《葛氏方》外，陳藏器《本草拾遺》說：「人霍亂轉筋，多取煮湯」。唐甄立言《古今錄驗方》也說：「治霍亂轉筋，取蓼一手把，去兩頭，以水二升米（按：當係「半」之訛）煮取一升半，頓服之。」[341]《聖濟總錄》中所收「治霍亂吐利，四肢煩疼，冷汗出多渴香薷湯方」所用的兩味藥就是香薷和蓼子。[342] 顯然吃魚鱠時同時食用香薷和蓼這兩種生菜的目的就在於避免飽餐美味之後招來「霍亂」這種疾病。[343]

【D】醋

醋的作用也是多方面的。在膾生類菜餚中醋是不可或缺的，上文也提到唐宋時代人們吃膾生時常常用到鱠醋，所以如此，是由於人們相信醋具有「殺一切魚、肉、菜毒」的效用。[344] 另一方面，孫思邈在《備急千金要方》中並指出醋還可以用來治療「霍亂」。[345] 除此之外，陳藏器告訴我們，醋還有「除癥塊堅積、消食」的效能。[346]

【E】葫與蒜

而吃膾生時用葫（即大蒜）及蒜（即小蒜）作齏的用意也在於霍亂的防治。陶弘景《本草經集注》卷七〈葫〉條說：「世人作齏以噉膾肉，損性伐命，莫此

方第十五〉引《小品方・治霍亂煩擾未得吐下方》：「煮香菜汁濃，熱飲之。」《葛氏方》則見本條下原注。

340 見《本草衍義》，頁144，卷十九。

341 以上兩條均見《重修政和經史證類備用本草》，頁510，卷二八，〈菜部（中品）・蓼實〉條引。按張湛，《養生要集》云：「食蓼，噉生魚，令氣雜，或令陰核疼至死。」從文意看來，在晉代時還沒有用蓼鋪蓋在膾生上的吃法。

342 見頁766，卷三九，〈霍亂門・霍亂煩渴〉。

343 李時珍說：「《禮記》烹雞豚魚鱉皆實蓼于其腹中；而和羹膾亦須切蓼也。後世飲食不用，人亦不復栽。」（《本草綱目》，頁1092，卷十六，〈草部・蓼〉條。）則在明代已不易見到食用蓼了。

344 見《重修政和經史證類備用本草》，頁495，卷二六，〈米穀部（下品）・醋〉條引《日華子諸家本草》。

345 見《重修政和經史證類備用本草》，頁495，卷二六，〈米穀部（下品）・醋〉條引。

346 見《重修政和經史證類備用本草》，頁494，卷二六，〈米穀部（下品）・醋〉條引陳藏器《本草拾遺》。

之甚。」[347] 但他的意見並沒有引起世人的關注，如上文所述，唐宋時期吃魚膾之風最盛的吳興就是一直都調配大蒜來食用膾生的。陶弘景注《本草經》時說小蒜「味辛，溫，無毒……主治霍亂、腹中不安，消穀，理胃……。」但卻沒有提到大蒜具有類似的功效。[348] 不過，到北宋初《日華子諸家本草》的作者已經認爲大蒜可以「止霍亂轉筋腹痛」了。[349]

【F】梅、生薑與桂

至於使用梅或白梅製作膾齏的意義，我們也可以摸索出來。蘇頌《本草圖經》云：梅，「五月採其黃實，火熏乾作烏梅。主……霍亂。」[350] 可見用梅來吃生魚、生肉也是爲了預防霍亂。[351] 在膾生餚饌中占有重要地位的生薑也擔負著同樣的任務，《葛洪肘後備急方》、《梅師方》、《外臺祕要方》都表明了生薑可以用來治療霍亂。[352] 南朝以來所使用的桂也是主霍亂的一味藥。[353]

【G】蘿蔔、蜀椒

此外，晉張湛《養生要集》有一則「凡人飲食過度方」說：「可生嚼萊菔根。咽之即消。又研汁服之。」[354] 王燾在討論養生宜忌的〈敘菜等二十二件〉中也指出：「蘿蔔消食、下痰澼，甚宜人。生、熟喫俱善。」[355] 北宋楊億曾對蘿蔔的「消食」性能做過這樣的說明：「江東居民歲課種藝，初年種芋三十畝，計省

---

347 見尚志鈞、尚元勝輯校本，頁496，卷七，〈果菜米穀有名無實・菜部藥物（下品）・葫〉條。

348 尚志鈞、尚元勝輯校本，頁497，卷七，〈果菜米穀有名無實・菜部藥物（下品）・蒜〉條。

349 見《重修政和經史證類備用本草》，頁517，卷二九，〈菜部（下品）・葫〉條引。

350 見尚志鈞輯校本，頁541。

351 《本草綱目》，頁169-171，卷三，〈百病主治藥・霍亂〉部分所開列的各味藥物中就有烏梅、鹽梅（即白梅）與香薷、蓼子、醋、小蒜、胡蒜（即葫或大蒜）、橘皮、胡椒等在內。

352 見《重修政和經史證類備用本草》，頁194-195，卷八，〈草部（中品之上）・生薑〉條引。

353 見《重修政和經史證類備用本草》，頁289，卷十二，〈木部（上品）・桂〉條。

354 見《醫心方》（人民衛生出版社據淺倉屋藏板影印本），頁674，卷二九，〈治飲食過度方第十七〉引。

355 見《外臺祕要方》卷十一，葉43。

米三十斛；次年種蘿蔔二十畝，計益米三十斛，可知蘿蔔消食也。」[356] 上文所述宋元明以來吃膾生所以要用蘿蔔細切絲爲芼（今日在廣州吃魚生或在台灣吃日本「さしみ」或「刺身」，即生魚片，仍然如此[357]），或者榨汁來拌勻，當即是出於這一考慮。蘿蔔的功效不只於此，崔禹錫認爲它還可以消除「魚肉毒」。[358]

自唐代以來，人們享用魚、肉生時，又調配以「椒」，這也是有其道理的。據《名醫別錄》說這是因爲「蜀椒」能夠「殺蟲魚毒」。[359] 此外，蜀椒還「主除……宿食」。[360] 這樣看來，吃膾生時拌以蜀椒也不是偶然的。

【H】草果和胡椒

草果即豆蔻或草豆蔻，從《聖濟總錄》中所提供的「草豆蔻湯方」可以明瞭它具有治療「霍亂煩渴」的功效。[361] 李時珍更指出草果的效用在「止霍亂」之外，還有「健脾消食」和「殺魚、肉毒」的作用。[362] 胡椒，顧名思義，原產於禹域之外，李時珍告訴我們，到明代它已成爲人們日常的食物調料：「今遍中國食品，爲日用之物也。」胡椒「主治」「宿食不消，霍亂氣逆」，能「殺一切魚、肉毒」。[363] 那麼用草果和胡椒來作膾生餚饌的調料的用意也就不言而喻了。

【I】芫荽

上文提到隋代《崔禹錫食經》表示吃魚類和禽類膾生時，芫荽非常重要，但從目前殘存的記載片段並不能看出來崔氏主張所持的理由。不過金代張從正卻給我們作了交代：「又如北方貴人愛食乳酪、牛酥、羊生、魚膾、鹿脯、豬臘、海味、甘肥之物，皆蟲之萌也。然而不生蟲者，蓋筵會中多胡荽、蕪荑、醬鹵汁，

356 見江少虞，《宋朝事實類苑》，頁809，卷六一，〈風俗雜誌・芋蘿蔔〉條引。
357 見譚彼岸，前引書，頁1。
358 見《醫心方》，頁707，卷三〇，〈五菜部第四・蘆菔〉條：「味辛薰溫，消五穀及魚肉毒。」
359 見尚志鈞輯校本，頁219，卷三，〈下品〉。
360 見尚志鈞輯校本，頁219，卷三，〈下品〉。
361 見頁765-766，卷三九，〈霍亂門・霍亂煩渴〉。
362 見《本草綱目》，頁866，卷十四，〈草部・草之三・芳草類・豆蔻・仁・主治〉。
363 見《本草綱目》，頁1858，卷三二，〈果部・果之四・味類・胡椒〉。

皆能殺九蟲。此二者，亦偶得服食法耳。」[364] 李時珍也揭示了芫荽的根葉「主治」：「辟魚、肉毒」。[365] 這樣看來，膾生拌食芫荽也是深具用心的。

〔3〕不宜生吃的魚、肉

第三是所宰食的生魚或生肉本身就有問題。如《養生要集》列出了幾種有問題的生魚、肉：「凡生肉、五臟等著草中自搖動，及得酢醎不及（反）色，墮地不污，與犬，犬不食者，皆有毒，食之煞人。」又：「凡天陰積日及連雨，虫宿生魚、生肉膾等，不可，不利人。」[366]《食經》也提醒人們不可吃某些魚、肉：「生肉若熟肉，有血者，皆煞人。」又：「凡勿食諸生魚目赤者，生瘕。」又：「生魚、肉投地，塵芥不著，食之傷人。」[367] 王燾在〈敘魚肉等一十五件〉的養生宜忌時特別提醒人們不要生吃鯽魚：「鯽魚長六、七寸以上並宜人，仍不要生喫。」[368] 唐朝人還相信沒有鰓的鯉魚也能使人中毒，《酉陽雜俎》前集卷七，〈醫〉云：「荊人道士王彥伯天性善醫，尤別脈，斷人生死壽夭，百不差一。裴胄尚書子忽暴中病，眾醫拱手。或說彥伯，遽迎使視。脈之良久，曰：『都無疾。』乃煮散數味，入口而愈。裴問其狀，彥伯曰：『中無腮鯉魚毒也。』其子因鱠得病，裴初不信。乃鱠鯉魚無鰓者，令左右食之，其候悉同，始大驚異焉。」當時民間還相傳吃生的鯸鮧魚也會導致食者喪命，如杜光庭《錄異記》卷五：「鯸鮧魚，文斑如虎。俗云：煮之不熟，食之必死。相傳以爲常矣。饒州有吳生者……獄訟經年，州郡不能理，以事聞縶，縶狴牢以俟王命。吳生親族懼敕命到，必有明刑，爲舉族之辱，因餉獄生鱠鯸鮧魚以啗之，冀其獄中自斃。吳生食之，無苦。如此數四，竟不能害……。」[369] 屈大均在〈魚生〉條中也提出一種說法：「無鱗之魚，喜伏泥中，陰類也。不可以爲膾，必熟食之。」

---

[364] 金張從正撰、張海岑等校注，《儒門事親校注》，頁88，卷二，〈偶有所遇厥疾獲瘳記〉。

[365] 見《本草綱目》，頁1630，卷二六，〈菜部・菜之一・葷辛類・胡荽〉。

[366] 見《醫心方》卷二九，〈諸獸禁第十四〉引。

[367] 見《醫心方》卷二九，〈諸獸禁第十四〉及〈蟲魚禁第十六〉引。又孫思邈，《備急千金要方》（台灣商務印書館影印文淵閣《四庫全書》本），卷八〇，〈食治・鳥獸第五〉：「黃帝云：『……魚目赤，作鱠食，成瘕病』。」

[368] 見《外臺祕要方》卷十一，葉42。

[369] 見卷五，葉4-5。《筆記小說大觀》第14編，第1冊。案鯸鮧魚即河豚，古人還不知道吃河豚致死的眞正原因，因而誤以爲是生食而致命。

〔4〕幾種不宜吃膾生的人

〈1〉孕婦

第四是某些人不宜吃膾生或某些膾生食物。例如孕婦，晉張湛《養生要集》云：「婦人任（妊）身，不得食六畜肉，令兒不聰明。……食鯉鱠，令兒多創。」[370] 即相信鯉魚鱠對所懷胎兒有害。王燾《外臺秘要方》在〈辨魚鱉蟹毒不可食及不得共食〉一節中也引《肘後》說：「妊身，不可食鱉及魚鱠」。[371] 元代賈銘說妊婦以雞肉「同魚膾、同乾薑食，令子生疳，發瘡疥。」[372] 孕婦生產之後尚未滿月，也不宜吃膾生。宋代陳自明《婦人大全良方》說：「若未滿月，不宜……恣食生冷粘硬菓菜、肥膩魚肉之物。」[373] 雖然沒有明白地點出「膾生」兩字，但從文意來看，不得吃膾生是很清楚的。

〈2〉老人

其次，老人也不適宜吃膾生。北宋初王懷隱等編集《太平聖惠方》一書，就明白表示老年人應禁斷吃魚膾和肉生：「老人多疾者，皆由少時春夏取涼，食飲太冷。其魚膾、生菜、生肉臘冷之物，多損於人，直宜斷之……。」[374] 北宋陳直《養老奉親書・飲食調治第一》說：「老人之食，大抵宜其溫、熱、熟、軟，忌其粘、硬、生、冷。」[375] 因此即使在遇有老人家身患上述魚膾可以治療或調理的各種不適或疾病，諸如胃口不佳、下痢、腰腳無力等時，也不宜用生冷的魚鱠來給他們調治。巢元方即曾說過：「有人胃氣虛弱者，食生魚，因爲冷氣所搏，不能消之，結成魚瘕，揣之有形，狀如魚是也。」[376] 陳直表示在這種情況下，要使用魚鱠的話，就得用「熟鱠」。下面是他所開列的兩個方子，其一是〈食治老人脾胃氣弱、飲食不下、虛劣羸瘦、及氣力衰微、行履不得鯽魚熟鱠方〉：「鯽魚肉（半斤，細作鱠）。右投豉汁中，煮令熟，下胡椒、蒔蘿，并薑、橘皮等末，及五

---

370 見《醫心方》卷二二，〈任（妊）婦禁食法第三〉引。
371 見卷三一，葉69。
372 見所撰《飲食須知》（《學海類編》本），卷七，葉2，〈禽類・雞肉〉條。
373 見卷十八，葉3，〈產後門・產後將護法第一〉。
374 見卷九七，葉9，〈食治養老諸方〉。原文疑有誤漏。
375 見元鄒鉉所續增《壽親養老新書》（影印文淵閣《四庫全書》本），卷一，葉3。
376 見《諸病源候論校釋》，頁597，卷十九，〈癥瘕病諸候・魚瘕候〉。

味。空腹食，常尤佳。」另一個是〈食治老人脾胃氣冷、痢白膿涕、腰脊疼痛、瘦弱無力鯽魚熟鱠〉：「鯽魚肉（九兩，切作鱠）、豉汁（七合）、乾薑（半兩）、橘皮末（半兩）。右以椒醬、五味調和，豉汁沸，即下鱠魚；煮熟，下二味。空心食之，日一服，其效尤益。」[377] 但屈大均卻提出了與此相左的意見，認爲老年人應吃生魚鱠，對改變花白的頭髮有幫助，其〈後嘉魚詩（甲子）〉之八云：「……老年宜食鱠，堪治二毛斑。」[378] 這和他所揭示的嶺南人對吃魚生的看法出入頗大（見下文），不知是否只是他一時的即興之辭。

〈3〉病患及疾病新癒者

在傳統醫學裡，另一類不適合吃膾生的人是正患某些疾病或疾病新癒或正處在服藥期間的人。《醫心方》卷一〈服藥禁物第四〉引《本草經》云：「服藥不可多食……魚膠膾。」又：「有空青、朱沙，勿食生血物。」又引《養生要集》說：「服藥不可多食……魚膠膾。」《太平惠民和劑局方》附《指南總論》卷上〈論服餌法〉說：「凡餌湯藥後，其粥食、肉、菜皆須大熟，大熟則易消，與藥相宜；若生，則難消，復損藥力。」又〈論服藥食忌〉也說：「服藥……又不可多食……魚膾腥臊物。」至今我們還可以看到不少在患病或疾病新癒或服藥、治療期間忌食膾生的記載。例如「癥瘕」病，《釋僧深藥方》說：「消石大丸治十二癥瘕及婦人帶下、絕產無子，及欲服寒食藥，而腹中有癥瘕僻實者，當先服消食大丸下之……禁生魚。」[379] 又如「注病」，《釋僧深藥方》中錄有「西王母玉壺赤丸，備急治尸注、卒惡、水陸毒螫萬病方」，說「若本病（注病）將服者，禁食生魚。」[380] 又如「傷寒勞復」，《醫門方》說「凡溫病新差（瘥）及重病差（瘥）後百日內」如果吃了包括「膾」在內的各種「堅實難消之物，胃氣尚冷，大

---

377 見《壽親養老新書》卷一，葉48, 51。按第二方「熟鱠」下原當有一「方」字，當係抄寫時脫落。又《多能鄙事》卷四，〈飲食・老人飲食療疾方〉所收〈鯽魚熟鱠治老人胃氣不和冷痢〉與陳直第二方大致相同，當係傳抄陳直之第二方，但方名不同，且「豉汁七合」作「豉汁二合」，「乾薑」作「乾薑末」。《飲膳正要》卷二，〈食療諸病〉中也有一則熟膾方：「羊頭膾，治中風、頭眩、羸瘦、手足無力。白羊頭（一枚，撏洗淨），右件蒸，令爛熟，細切，以五味汁調和膾，空腹食之。」

378 見《屈大均全集・翁山詩外》，頁645，卷八。

379 見《醫心方》，頁220，卷一〇，〈治癥瘕方第六〉引《僧深方》。按《隋書・經籍志（三）》，《僧深方》當是《釋僧深藥方》的省稱。

380 見《醫心方》，頁305-306，卷十四，〈治注病方第十一〉引《釋僧深藥方》。

利難禁。不下之必死，下之後免。不可不慎也。」[381] 南朝宋陳延之《小品方》說被狂犬咬傷的人，在「瘡未差之間」，「忌食生魚、諸肥膩肉，及諸冷食。但于飯下生魚，及就膩器中食，便發」；服用「雄黃丸」來治療蠱注病的人須忌生魚；服小麥、海藻治癭病時也要禁食生魚。[382] 王燾《外臺祕要方・寸白蟲方》引唐玄宗《開元廣濟方》、《救急方》說在治療寸白蟲服用藥方期間也「忌生冷豬、魚、牛肉」或「諸生肉冷物一月餘」。[383] 服食鐘乳石的人也必須禁忌「生魚、鰺、膾」。[384]

此外，行氣者也不宜吃魚鱠，張湛《養生要集》說：「行氣、閉氣，雖是治身之要，然當先達解其理空，又宜虛，不可飽滿。若氣有結滯，不得宣流，或致發創。譬如泉源，不可壅遏不通。若食生魚、生虫、生菜、肥肉，及喜怒憂恚不除而行氣，令人發上氣。凡欲修此，皆以漸。」[385]

嶺南人相信只有身體健康強壯的人才適合吃魚生，屈大均在〈魚生〉條中說：「食魚生後，須食魚熟以適其和，身壯者宜食」，並引用嶺南諺語來作解釋：「諺云：『魚生犬肉糜，扶旺不扶衰』。」從上文來考察，嶺南人的這種看法並不是完全沒有根據的。

〔5〕合食禁忌

第五則是古人相信吃膾生時，同時食用某些食物也會導致各種疾病或身體不適。例如《金匱要略》卷二四〈禽獸魚蟲禁忌并治〉說：「鯇魚合鹿肉生食，令人筋甲縮。」[386] 又如陶弘景說：「生鰕鱠不可合雞肉食之，亦損人。」[387] 又孫思邈《備急千金要方》卷七九〈食治・菜蔬第三〉說：「黃帝云：『食小蒜，噉

---

381 見《醫心方》，頁321-322，卷十四，〈治傷寒飲食勞復方第四十五〉引。

382 引文據高文柱，《小品方輯校》，頁153, 115, 142。

383 見台灣商務印書館影印文淵閣《四庫全書》本，卷二六，葉53, 55-56。按〈寸白蟲方一十九首〉之十：「《救急》療白虫方……忌食生繪、白酒、諸生肉、冷物一月餘。」「忌食生繪」意不可通，「繪」當是「鱠」字之誤。

384 見《醫心方》，頁446，卷十九，〈服石鍾乳方第十六・服乳禁忌〉引《石論》云〉「凡服此藥，禁忌……諸滑物、生魚、鰺、膾……。」

385 見《醫心方》，頁621，卷二七，〈用氣第四〉引。

386 見台灣商務印書館影印文淵閣《四庫全書》本，《金匱要略論註》卷二四，葉9。

387 見《重修政和經史證類備用本草》，頁418，卷二〇，〈蟲魚部（上品）・鱘魚〉條引。

生魚，令人奪氣，陰核疼求死』。」[388] 又卷八〇〈食治・鳥獸第五〉：「黃帝云：『〔羊〕心亦不可共生魚、酪和食之；害人』。」又說：「黃帝云：『生麞肉共蝦汁合食之，令人心痛；生麞肉共雉肉食之，作痼疾』。」又：「黃帝云：『……蝦鱠共豬肉食之，令人常惡心，多唾，損精色』。」宋婁居中在《食治通說》中警告說：「羊肉同鱠、酪食之害人。」[389] 元代賈銘也說：「豬肉……不可……同魚膾食，生癰疽。」又說：「馬肉……同魚膾食，作瘕。」[390]

乳或乳製品是另一類不宜與膾生同吃的食品，如《金匱要略・禽獸魚蟲禁忌并治》說：「食生肉，飽飲乳，變成白蟲。」[391] 又說：「食膾，飲乳酪，令人腹中生虫爲瘧。」張湛《養生要集》云：「凡食生肉，合飲乳汁，腹中生蟲。」又云：「乳酪不可合食魚膾，腹中生蟲。」又說：「乳汁不可合飲生肉，生腹中蟲。」又說：「乳汁不可合食生魚，反成瘕。」[392] 巢元方說這樣吃會使人生條蟲病，《諸病源候論》卷十八，〈九蟲病諸候・寸白蟲候〉：「食生魚後，即飲乳酪，亦令生之。其發動則損人精氣，腰腳疼弱。」「此蟲生長一尺，則令人死。」[393] 孫思邈亦引黃帝云：「羊肉……亦不可共生魚、酪和食之，害人。」又「一切牛馬乳汁及酪共生魚食之，成魚瘕。」[394] 孫思邈還指出這兩類食物合吃可以導致食者患上危險的「霍亂」，《備急千金要方》卷六二〈膀胱腑方・霍亂第六〉：「論曰：原霍亂之爲病也，皆因飲食，非關鬼神。夫飽食肫、膾，復飡乳酪，海陸百品。無所不噉。眠臥冷席，多飲寒漿。胃中諸食結而不消，陰陽二氣擁而反戾……大凡霍亂皆中食膾、酪及飽食雜物過度。不能自裁，夜臥失覆，不善將息所致。」陳藏器《本草拾遺》也認爲這樣吃的結果是使人生「霍亂」：「乳酪煎、魚鱠、瓜和食，立患霍亂」；「食鱠……又不可同乳酪食之，令人霍亂。」[395] 吃膾生時不但不宜飲乳酪，就是喝水也不行，崔禹錫《食經》說：「食

---

388 《食物本草》卷上，〈菜類・小蒜〉條說小蒜「不可與魚膾同食」，當本乎此。

389 見張杲，《醫說》卷七，葉41〈禽獸蟲魚肉異不可食〉條引。

390 見《飲食須知》卷八，葉2，〈獸類・豬肉〉條；葉6，〈馬肉〉條。

391 見《金匱要略論註》卷二四，葉3。

392 見《醫心方》，頁420，卷二九，〈合食禁第十一〉引。

393 見《諸病源候論校釋》，頁573。

394 見《備急千金要方》卷八〇，葉8,9，〈食治・鳥獸第五〉。

395 見《重修政和經史證類備用本草》，頁396，卷十八，〈獸部（下品）・五種陳藏器餘〉及頁421，卷二〇，〈蟲魚部（上品）・二十三種陳藏器餘〉引。

諸生魚膾及臛而勿飲生水，即生白蟲。」又說：「食鯽鱠，即勿飲水，生蛔蟲。」[396]

此外，《醫心方》卷二九，〈合食禁第十一〉所錄忌與膾生同吃的食物爲數還頗不少，其中《養生要集》提到的有下列各種：「芹菜合食生豬肝，令人腹中終年雷鳴。」「食蓼，噉生魚，令氣雜，或令陰核疼至死。」「蓼葉合食生魚，使人肌中生蟲。」「栗合生魚食之，令人腹脹。」「生鹿肉合食蝦汁，使人心痛。」《神農食經》揭示的是：「生魚合蒜食之，雜人氣。」朱思簡《食經》則指出：「鯽魚合鹿肉生食之，菇急嗔怒。」另外，《養生要集》還表示：「凡飲食相和失味者，雖云無損，不如不犯。…膳有魚膾，不宜食雞、雉肉羹送之，失味；芥子醬合魚膾食之，失味；…膳有魚膾，不宜以菟羹送之，失味。」又卷三〇，〈鯽魚〉條引崔禹錫《食經》還舉出：「鯽魚鱠……勿合豬肉食，成腹中冷澼。」元代李鵬飛也教導世人說：「雀肉……不可合雜生肝食之。」[397]

（四）吃膾生習慣的戒斷

在吃膾生習尚十分盛行的唐宋時代，我們也看到了極積勸導人們戒吃生魚、生肉的努力。

〔1〕孫思邈

孫思邈是很值得注意的，對於食用膾生，他所持的態度是明確的反對的態度。從他最重要的醫藥著作《備急千金要方》來考察，我們可以很清楚地看出來他的意見。關於上述各家所提出的膾生的食治作用，在他的書裡絲毫不見蹤影；不但如此，對於上述各家所說食用膾生能夠治療的疾病或不適，他反而告戒說患者必須禁食膾生。例如對於下痢，他說：「凡痢病通忌生、冷、酢、滑、豬、雞、魚、油、乳、酪、酥、乾、脯、醬、粉、鹹。所食諸食，皆須大熟爛爲佳……此將息之大經也。若將息失所，聖人不救也。」（卷四九〈脾臟方・熱痢

396 《醫心方》卷二九，〈飲水禁第十〉引。崔禹錫《食經》或即《隋書・經籍志三》之「《崔氏食經》四卷」，見日本丹波元胤，《中國醫籍考》（第二版），頁173，卷十五，〈食治〉。

397 見所撰《三元參贊延壽書》（明胡文煥《壽養叢書》本），卷三，葉29-30，〈飛禽・雀〉條。

第七・論〉）又如對痔漏，他說患者要「禁寒冷食豬肉、生魚、菜……」。（卷七一〈痔漏方・五痔第三・論〉）對於某些過去的醫家主張採取吃膾生的方式來醫治的疾病，孫思邈在開列藥方的時候，即使要求患者準備跟老方子相同的肉類，也不會要求他們吃膾生。例如他介紹的「治獗犬毒方」，即使是吃蝦蟆，也不是吃蝦蟆膾，而是「蝦蟆灰，粥飲服之。」（卷七六〈備急方〉）針對各種由於吃膾生而引起的疾病，他提供了治「食生肉」、「生食馬肝」、「食魚膾」等八個解毒方。（卷七二〈解毒雜治方・解食毒第一・方〉）在卷七九〈食治〉篇裡，他更積極地勸人戒除吃膾生的習慣：「魚膾諸腥冷之物，多損於人，斷之益善。」在卷八一〈養性〉篇中，他也提醒眾人說：「勿食生肉，傷胃。一切肉惟須煮爛，停冷食之。」可見不論是在治療、預防，還是在養生或日常飲食方面，他反對吃膾生的主張始終是一貫的。

〔2〕婁居中

其後，婁居中也極力反對食用膾生，他認爲膾生對身體全然沒有益處，只有害處。他說：「旋殺物命，以應急需，既虧愛物之仁，又失養口體之正。且肉未停冷，動性猶存，鱠生之屬損人尤甚。昔有食魚鱠而生病者，用藥下之，已變虫形而能動，有鱠縷尚存，故可驗也……諸肉、膾而食之，生蟲成病者甚多。一切微細物命旋烹不熟，食之害人，固不可測。爲癥、爲瘕、爲痼疾、爲奇病，此不可不知，亦不可忽者也。」他又說：「百穀之屬固不可生食，一切動物皆然。或鱠魚如絲，抹肉成縷，沃醋食之，已失食養之正；有將蛤蜊、螃蟹析殼乘活而噉者，肉味致用，豈有是理？既輕殘物命，還輕忽自己之性命也。生食果菜，自有所損。此又損之彌甚；以好生之德、衛生之經併失之故也。」[398] 即在醫學衛生的理由之外，他還提出了道德或宗教的訴求。

八、膾生的式微

膾生雖然從上古以來有很長的一段時間，始終是人們珍視的佳餚，但這並不能避免其衰微的命運。從種種跡象看來這種饌食在漢族社會中有一逐漸沒落的過

[398] 張杲，《醫說》卷七，葉41〈勿食生鮮〉條及葉43，〈生物食之無益〉條引《食治》。按張杲在第二次以後引用同一書時，有時會將書名加以簡省，如卷六〈臟毒下血〉條引寇宗奭《本草衍義》作《衍義》。據此，這兩條《食治》當是《食治通說》之省。

程。從上文所述我們可以確定，吃魚生比吃肉生要來得普遍些；而就吃魚生來說，在南方人當中又遠比在北方人當中更爲盛行。因此我們認爲肉生有較大的可能比魚生衰落得早些、快些；而魚生的消失則有一明顯的南北地域上的差異，即魚生在北方要比在南方消失得更快些。

（一）肉生的由生到熟

〔1〕雞生

禽類肉生的食用，據《竹嶼山房雜部》卷三，〈養生部（三）・禽屬制・生〉條說：「生：鵝、鴨，南粵皆用爲之同獸；至今存其雞者，天下所同嗜也。」可見在比較早的時期當中，嶺南人所享用的禽類膾生的種類就比其他地區的多，而到十五世紀晚期左右只剩下雞肉一種，同時這也是在當時中國各地都受歡迎的菜餚。然而從宋詡所介紹的「雞生」這道菜餚的兩種作法，我們可以毫不猶豫地肯定這種在當時全中國各地普遍受人欣賞的菜餚已經發生了根本性的變化，即已經由生轉熟了。

《竹嶼山房雜部》卷三，〈養生部（三）・禽屬制・雞生（二制）〉條說：「一：割已生卵，未菢雞，撏潔，不入水。鼓刀取胸下白肉同股間肉，皴絕薄牒。以綿紙布之，收盡血水。取少油微滑鍋中，炙肉色改白，報切爲絕細末。雜退皮胡桃、榛、松仁、栗肉、藕、蒜白、草果仁、醬瓜、薑，俱切絕細屑，與雞末等，和醋少許，隨範爲形像，供延中用。一：止雜以胡桃、榛、松仁、白砂餹。」既然切得極薄的雞肉片在加有少量食油的鍋中煎炙成了白色，說明這個雞生雖然保有「生」之名，實際上已是煎、炙熟的雞肉；在形式上雖然還保留著膾生餚饌的外貌，但原始的生肉風味已經蕩然無存。宋詡撰寫〈養生部〉的時間大致上是在一四七〇年到一四九五年的二十餘年之間。[399] 前文提到在一二二〇年耶律楚材還享用過雞生，可見禽類膾生或雞生的沒落就在這兩百數十年間，但其詳

[399] 宋琳澄，《九篙集・文》卷六，〈高王父錦村公本傳〉說宋詡「廩於郡學宮，舉成化乙酉（元年，公元1465年），數上春官不第」。宋琳澄在同卷的〈曾王父西莊公本傳〉中又說宋詡因涉及家僕丁銘死亡的案件而訴訟纏身，結果「錦村公負氣，不能自明，遂自誣伏」。清姚弘緒，《松風餘韻》卷四二，〈宋公望〉條也說宋詡「繫獄數年……竟卒於南司寇獄。」而宋詡卒年是弘治十一年（公元1498年）。據此，我們推測〈養生部〉撰寫的時間最可能是在一四七〇到一四九五年之間。

細的時間和過程，我們幾乎找不到任何記錄。至少禽類膾生的食用大體上在十五世紀中葉以前的漢人社會中已經衰落，種類大幅減少，只剩下雞生一種；而最遲在十五世紀晚期，僅存的雞生也已從生肉變成了熟食。其後，在各種食譜或相關的資料裡面，除了記述雲南的非漢人的少數民族的習俗之外，幾乎完全沒有特別地提到過禽類肉生，估計雞生由生轉熟的時刻也正是其徹底衰落、趨於消失的時間。

〔2〕獸肉膾生

宋詡生活的時代，即十五世紀中晚期，是獸肉膾生由生轉熟的重要時期。在宋詡所撰《竹嶼山房雜部》卷三，〈養生部（三）・獸屬制〉中有一道菜特別值得注意，即「熟豬膾」，它的作法是：「熟豬肉切膾，和苦爪（薄切操洗）、生爪、鮮藕、茭白、萵苣、同蒿、熟竹筍、菜豆粉皮、鴨子薄餅皆細切條；熟鮮蝦去殼肉，芼韭白頭俱宜。或五辛醋芥辣澆。」[400] 這道菜很明顯還保有一些膾生菜餚的形式，如肉切成細絲，拌有生菜，用五辛醋芥辣調和等，同時還明白地標示出了「熟膾」二字。這頗有一種努力地向人們提倡、推薦食用熟膾來取代吃肉生的意味。

在同一章節中，宋詡還介紹過兩種獸肉肉生的製作方式：「生（二制）：豬、羊、豬、兔，皴甚薄牒，或報切甚細膾，和以草果、蒜，酒澆。惟南粵人多用，蜀人則微燀之。（按：『豬』字重出，當有誤）」但他已明白地宣稱，只有在嶺南地區，人們才比較多吃肉生；而同時代的四川人製作、食用肉生的方式已經有了重要的轉變，即這種肉生已經不再是全生的，而是在熱水或滾水中稍微燙過的半生的肉生了。結合上文宋詡對「熟豬膾」的推介來看，這意味著到十五世紀後半葉，漢人食用獸肉肉生的習慣已經在地域上大幅地萎縮，只剩下嶺南還比較容易看到；而在四川一帶這種食俗也正處在衰微蛻變的情況中。

卒於一五二七年的邵寶在注杜詩時還概括上古文獻的記載，說自己所處的時代還有人吃「肉生」。由上文看來，他說的很可能只是南方或嶺表的情形。而饒有興味的是，就現存的一些明代晚期以降的飲饌文獻裡所記錄的肉生菜餚的製作方法來看，這些「肉生」一如上述的雞生一樣，已經在性質上出現了根本的轉變。例如序文撰寫於萬曆十九年（1591）的高濂《遵生八牋》所載〈肉生法〉

---

[400] 二「爪」字當係「瓜」之誤字。

云：「用精肉切細薄片子，醬油洗淨，入火燒紅鍋爆炒，去血水，微白即好。取出，切成絲。再加醬瓜、糟蘿蔔、大蒜、砂仁、草果、花椒、橘絲、香油，拌炒肉絲。臨食，加醋和勻食之，甚美。」[401] 這道菜雖然也一樣地將肉切成細絲，也配有相當講究的調味料，但其中的肉在「火燒紅鍋」中爆炒過後已是「微白」的，即至少是剛熟的肉。而在清代《食憲鴻祕》中所收與此大致相同的〈肉生法〉卻說：「猛火入鍋爆炒，去血水，色白爲佳。」[402] 連「微」字也不見了，肉則是全熟的了。這樣，這道菜雖然沿用了舊有的「肉生」之名，但已無其實了。也就是林洪所說膾的三項要素裡的「要有真味」已經沒有了。

另一個明顯的例子是「兔生」。《食憲鴻祕》卷下〈兔生〉云：「兔去骨，切小塊，米泔浸捏洗淨，再用酒腳浸洗漂淨，瀝乾。用大、小茴香、胡椒、花椒、蔥花、油、酒，加醋少許，入鍋燒滾，下肉，熟用。」[403] 清代顧仲《養小錄》一書約撰成於康熙戊寅年，即公元一六九八年。[404] 其卷下，〈肉之屬・兔生〉條與此大致相同，但更明確地說將作料調妥後，「入鍋燒滾，下兔肉，滾熟。」[405] 這個「兔生」，不但是熟的，而且其調味的方式也改變了。即不是用配妥的調味料來澆拌兔肉，而是反過來將肉傾倒在燒滾的調味料中。完全喪失了膾生菜餚的形式和風味。

這樣看來，上古以來的獸肉肉生菜餚到十五世紀後半葉，除嶺南、雲南等少數地區還較常見之外，其餘各地只是偶而食用，而其吃法最遲從這時開始已經發生了本質上的轉變，有些肉生先燙成半生半熟；還有些肉生實際上已經變成了全熟的炒肉絲；但這種轉變有一個過程，其間半熟或全熟的肉片或炒肉絲並沒有完全取代生肉；大體上到十六、十七世紀之交儘管還保有「生」之名，實際上真正的肉生除了在極少數地區還能看到之外，已經消失殆盡了。

晚明福建長樂人謝肇淛在其所撰《五雜組》卷十一〈物部（三）〉中說：「『膾不厭細』，孔子已尚之矣。膾即今魚、肉生也。聶而切之，沃以薑、椒諸

---

401 見《遵生八牋》卷十一，葉46，〈肉生法〉條。

402 據篠田統等編著，《中國食經叢書》所收鈔本，卷下，〈肉之屬〉，葉34。

403 《食憲鴻祕》，葉38。

404 按《養小錄》書首有顧氏自序，稱書抄錄編撰於戊寅年 (1698)，又卷下末尾有朱昆田跋，朱氏卒於康熙三十八年 (1699)。

405 據篠田統等編著，《中國食經叢書》所收《學海類編》本，卷下，葉17，〈嘉穀篇・肉之屬・兔生〉條。

劑。閩、廣人最善爲之……據史冊所載，昔人嗜膾者最多……今自閩、廣之外，不但斫者無人，即噉者亦無人矣。」[406] 這本書大致完成於神宗萬曆四十一年 (1613) 謝肇淛任職工部都水司郎中之後，到萬曆四十三年 (1615) 之間。[407] 這樣

---

406 見所撰《五雜組》（台北：新興書局影印明萬曆刊本），卷十一，葉15，〈物部（三）〉。

407 謝肇淛就任工部都水司郎中的年代是萬曆四十一年癸丑 (1613)。見其所撰《北河紀》（台灣商務印書館影印文淵閣《四庫全書》本），卷五〈河臣紀・張秋工部都水司郎中題名〉。據謝肇淛所撰《小草齋文集》，到萬曆四十五年丁巳 (1617) 他被調離都水司，轉任屯田司。（見卷一〇〈山陵記〉：「丁巳歲七月中元，臣肇淛視屯田篆…」）但在《小草齋文集》末所附謝肇淛的舅父、也是好友徐燉所撰〈通奉大夫廣西左布政使武林謝公行狀〉卻誤以爲謝氏初任都水司郎中在萬曆三十九年辛亥，即一六一一年；Leon Zolbrod 和 L. Carrington Goodrich 合寫的謝肇淛傳關於謝氏擔任這一官職的年代也不對，見 L. Carrington Goodrich ed., *Dictionary of Ming Biography 1368-1644* (New York and London: Columbia University Press, 1976), p.547.

關於《五雜組》的成書年代，Zolbrod 和 Goodrich 認爲是在謝肇淛任職雲南，編寫《滇略》一書之後。他們並舉出《五雜組》中有關獠人的記述作爲例子，指出這段文字實際上是出於《滇略》這本書中的相關記載。(p.547) 但他們的論證是無法成立的。

首先，他們忽略了他們已經提到過的李維楨爲《五雜組》所寫的序。李氏的序中說：「五雜組，詩三言。蓋詩之一體耳，而水部在杭著書取名之。何以稱五？……」按謝肇淛，字在杭，任工部都水司郎中，因此稱之爲「水部」。謝肇淛曾任官工部屯田司主事，先後轉工部營繕司員外郎、工部都水司郎中。而後又回工部屯田司任郎中，其後即升任雲南右參政，然後又遷爲廣西按察使，升右布政使，最後升爲左布政使，因公務赴北京，在江西途中病逝。（見〈通奉大夫廣西左布政使武林謝公行狀〉）而李維楨在他死後兩年也跟著去世了（見《明史》卷二八八，〈文苑四・李維楨傳〉）。謝氏更早曾任南京刑部主事，他的朋友、也是他的舅父徐燉稱他爲「刑部」（見所撰《鼇峰集》卷十六，〈留都訪謝在杭刑部，見其幼子，喜贈〉）；任都水司郎中期間，他的朋友或同時的人都稱他爲「謝水部」（見文淵閣本《四庫全書》所收謝肇淛所編撰《北河紀餘》中的有關各首詩）；任廣西左布政使之後，他的朋友就稱他作「方伯」了（如崇禎十四年刊本《長樂縣志》卷一〇，葉28，〈藝文誌・文翰〉所錄葉向高〈小草齋集敘〉：「今（按：在謝氏卒後）讀方伯在杭謝公《小草齋集》……」又如徐燉說：「予友鄧參知原岳、謝方伯肇淛、曹觀察學佺皆有書嗜。」見周亮工，《閩小記》（《龍威秘書》本），下卷，葉63，〈閩中藏書〉條）。那麼，李維楨的序稱他作「水部」，只有在他任職工部都水司郎中之後、轉爲屯田司郎中之前才合理。因此《五雜組》一書的撰成也應在這期間之內；而不可能在他任職雲南、撰寫《滇略》之後。

其次，也是最直接的證據是，謝肇淛曾寫信給李維楨論詩，信中提及謝氏把自己的詩篇繕寫成十二册寄給了李維楨，說「欲及賤子明歲知非之年上之梨棗」；並附帶地爲《五雜組》一書的出版向李氏請求寫序：「……外《五雜俎》者，賤子所著說家之言，雖鵝脡鯫鯁不堪豆登，或亦可博一歠飯乎！倘書肆中有好事者，乞題一語授之……」（《小草齋文

看來，大致在十六世紀晚期以來，除了極少數的個別例子之外，[408] 在北方乃至長江中、下游一帶已經幾乎沒有人吃肉生了；而在福建和廣東則還有肉生菜肴的殘餘。上述周亮工在福建南部目睹當地人吃竹鼠膾生就是一個例子。

謝肇淛在調往雲南任右參政之後，他才發現原來在那裡還有比福建、廣東二地更爲興盛而且是經常性的食用魚、肉等多種膾生的風俗：「飲食惟公宴禮會者與中土同，其民間所造多糅雜而成……至於魚、肉、牲畜、羸、蚌之屬，率生斫縷絲，和諸椒、桂而噉之。其名曰『胜』，蓋古人斫膾之遺法，今閩、廣亦間爲

集》卷二一，〈重與李本寧論詩書〉）顯然這封信是在萬曆四十三年乙卯 (1615) 謝氏四十九歲這年寫的，那麼《五雜組》這書的完稿年代最遲也當在萬曆四十三年。因此《五雜組》的撰寫、完成絕對不會是在謝氏任職雲南之後的事。

關於這本書開始編撰的年代則不易確定。據徐燉所撰謝在杭的行狀，《五雜組》一書是謝氏在任官期間回福建長樂老家時編寫的：「至於過家……讀書有所發明，著《五雜組》二十卷……」（《小草齋文集》末所附謝肇淛的姻親、同寮廣西按察司副使、也是他的同鄉、朋友曹學佺所撰〈明通奉大夫廣西左方伯武林謝公墓誌銘〉也說《五雜組》一書是謝氏「家食所蒐討也」。）確實謝肇淛曾多次回過老家。按謝肇淛的作品甚多，撰寫速度也很快。例如他在萬曆四十年 (1612)「持使節歸里，馬首且北」時，應永福知縣之請，主持編寫縣志，與徐燉等三人分工合作，結果「不閱月而竣事焉」。（見所撰《永福縣志・修志小引》）據他的同鄉好友葉向高的敘述，謝氏的手很勤，動作也很快。葉向高爲謝肇淛的詩集所寫的〈小草齋集敘〉說：「余在綸扉，公方郎水部日，從余借祕書抄錄，錄竟即讀，讀竟復借，不浹歲而幾盡吾木天之儲。昔人所謂『書淫』，公殆似之，計其胸中所蓄不啻萬卷……。」而謝氏家藏圖書的數量也頗爲不少。因此他在家時完成這部作品的主、客觀條件也是沒有問題的。

至於這本書中所敘述的人、地、物、事等並不一定都是謝氏親身經歷的記錄，其中有許多也只不過是抄錄、改編前人的作品而已，L. Carrington Goodrich 等所舉有關獠人的說法也是不可靠的。本文所揭有關膾生的一條顯然就是在本文所引《滇略》一書〈俗略〉中的食俗之前書寫的，否則他既然知道雲南有遠比閩、廣兩地更爲常見的食用膾生的習俗，就不能在《五雜組》裡說當時只有閩、廣兩地的居民還吃魚生、肉生了；而他在《滇略・俗略》裡講當地食俗的那段文字的末尾正是有意彌補先前《五雜組》一書中的敘述不足之處的。

408 例如明清之際的潘清渠，據說他所撰寫的食譜中就有小牛肉膾。見柴萼，《梵天廬叢錄》卷三六，葉22-23，〈潘清渠〉條說潘氏師事劉蕺山，明亡後，撰有《饕餮譜》一書，「書首有潘自序，其品自水陸珍錯，至瓜蓏菜蔬，凡四百一十二。有……童牛膾……。」又《紅樓夢》卷四九說史湘雲和賈寶玉兩人商議要生吃鹿肉，鄧雲鄉在所撰《紅樓風俗譚》內〈鹿肉〉一章（頁104-113）認爲這是當時人們有吃鹿肉生風俗的證據，不過他也指出這是滿洲習俗而非漢族傳統。按滿族這一傳統由來頗爲悠久，《新五代史》，頁906-907，卷七三，〈四夷附錄第二〉引胡嶠《陷虜記》就記載說契丹之東有「女眞，善射，多牛、鹿……常作鹿鳴，呼鹿而射之，食其生肉。」

之，但滇以爲常食耳。」[409] 這段記錄顯示當時在福建和嶺南，人們吃「肉生」也只不過是「間爲之」而已，即人們已經不常吃獸類肉生了，而雲南則是獸肉肉生食俗的最後堡壘。不過這種「常食」的吃生肉之風當是雲南本地的非漢族人口的膳食傳統。

晚明的一些資料顯示當時南方吃獸肉肉生的多半是非漢人的族群。例如包汝楫於天啓五年至崇禎二年間 (1625-1629) 任職湖南西南的綏寧（今湖南綏寧西南），一六三三年撰寫了《南中紀聞》一書，其中記有不少他在湘西南一帶親身經歷的見聞。他說：「苗民得牛肉，輒生啖。」[410] 言下之意是，並不曉得當時當地的漢人有享用生肉的食俗。方以智所提供的訊息對於這點也是很有意義的證據。方以智撰有《通雅》一書，大約初寫成於一六三六年，即明崇禎九年左右。[411] 在卷三九〈飲食〉中有一條是：「熱洛何，烙腥食也。唐玄宗射生官射鮮鹿血，煮其腸食之，謂之『熱洛何』。賜安祿山。今塞外皆然；南方猺獞亦喚『肉生』，雖炮炙之，然猶有血，謂之『肉脆』。如廣東人食『魚生』以爲笑。」[412] 即在方氏所知的範圍內，只有一些南方非漢族的少數民族還吃「肉生」，而已不聞有漢人吃肉生了。

文獻顯示，在雲南存在著歷時相當久遠的食用膾生之風。唐樊綽《雲南志》卷七，〈雲南管內物產〉條說當地有相當普遍的享用半生肉類的食俗：「豬、羊、貓、犬、騾、驢、豹、兔、鵝、鴨，諸山及人家悉有之。但食之與中土稍異，蠻不待烹熟，皆半生而吃之。」又卷八〈蠻夷風俗〉條說：「取生鵝，治如膾法，方寸切之，和生胡瓜及椒橘啗之，謂之『鵝鬭』。土俗以爲上味。」[413]《唐書》卷二二二（上），〈南蠻傳（上）・南詔傳（上）〉也說：「尋傳蠻者，俗無絲纊，跣履榛棘不苦也。射豪豬，生食其肉。」可見唐代雲南非漢人的各土著民族有相當盛行的生食或半生食肉類的習俗。據元代李京說當時的白族人相當看重膾生餚饌：「白人，有姓氏。漢武帝開僰道，通西南夷道，今敘州屬縣是

---

409 見《滇略》卷四，葉10，〈俗略〉。

410 見《南中紀聞》（影印道光庚子紫梨華館重雕《硯雲甲編》本），葉38。

411 見《通雅》（北京，中國書店據清康熙姚文燮浮山此藏軒刻本影印），卷前錢澄所撰〈通雅序〉及姚文燮〈通雅凡例〉。

412《通雅》卷三九，〈飲食〉，葉17。

413 引文據趙呂甫校釋，《雲南志校釋》，頁283, 293。

也。故中慶、威楚、大理、永昌皆僰人，今轉爲白人矣……食貴生，如豬、牛、雞、魚皆生醢之，和以蒜泥而食。…」[414]

不少的明代地理志著作都提到雲南這一土俗的傳統。如《景泰雲南圖經志書》卷一，〈雲南府・風俗・貴食生〉條云：「土人凡嫁娶燕會，必用諸品生肉，細剁，名曰『剁生』，和蒜泥食之，以此爲貴。」[415] 又萬安等纂脩的《大明一統志》卷八六，〈雲南布政司・雲南府・風俗〉條云：「豬、牛、雞、魚皆生醢之，和以蒜食。」[416] 明周季鳳《雲南志》卷二，〈志（二）・雲南府・風俗・食貴生〉條說：「豬、牛、雞、魚皆生醢之，和以蒜食。」又卷三，〈志（三）・大理府・風俗・俗本於漢〉條云：「本朝百餘年來，文教浹洽，風俗漸與中州同矣。然其尚浮屠，貴食生，并星回節等俗，尤仍其舊。」[417] 更晚的《萬曆雲南通志》卷一，〈地理志・全省土風飲食〉，蒜膾注云：「或肉或魚，切而嚙之，以五色蔬酢五味椒鹽和蒜而食，以爲敬客。」[418] 上引謝肇淛《滇略》就記述了他所親眼目睹的這一「食貴生」傳統的詳情。清代乾隆年間張泓《滇南新語》有〈生啖堯〉條也提到這一雲南土俗：「碎切生堯肉，雜以生豆腐、豆瓣、蒜、醋之屬。或梃擊豕斃，叢草燎毛，入澗滌淨，倣前切製。均生啖，如嗜珍錯。遇佳節則比戶皆然。然劍人究以燎毛者爲上品。」又在〈夷異〉條中說：「滇夷種多而俗異……然各種多食生，且有噉生蛇者。」[419]

這一土俗的食貴生習慣，在當代的少數民族當中還可以看得到。例如「雲南大理白族農家的宴席上，常擺有一盤切得很薄、很細的生豬肉，或者還有一盤生肝，兩個生豬耳朵，一碗用辣椒、花椒、生蔥、生薑、生蒜拌以酸醋、醬油的佐料擺在那裡，那就是『生皮』。」[420] 又如「傣族的菜譜……有……牛肉剁生、青

---

414 據王叔武輯校，《雲南志略輯校》，頁86-87。又元代馬可波羅行經雲南時也目睹了當地人吃膾生的習俗，見馮承鈞譯，《馬可波羅行記》（沙海昂注本），中冊，頁460，卷二，第一一七章，〈哈剌章州〉：「此地之人食生肉，不問其爲羊、牛、水牛、雞之肉，或其他諸肉。赴屠市取獸甫破腹之生肝，歸而臠切之，置於熱水拌合香料之酌料中而食。其食其他一切生肉，悉皆類此。其食之易，與吾人之食熟食同。」又頁473，第一一九章，〈金齒州〉：「彼等食一切肉，不問生熟。」

415 轉引自趙呂甫，《雲南志校釋》，頁294。

416 據影印明天順五年，公元一四六一年刊本，卷八六，葉4。

417 影印明正德刻本（輯入《天一閣藏明代方志選刊續編》），卷二，葉13；卷三，葉8。

418 轉引自趙呂甫，《雲南志校釋》，頁294。

419 見吳省蘭輯，《藝海珠塵》本，葉7, 12。

420 見徐佩印、施桂英編，《民族風情》，頁218，〈白族的「生皮」〉。

蛙肉剁生、馬鹿肉剁生、麂子肉剁生、魚肉剁生、豬肉剁生……」「傣族……菜肴的烹製有生、熟兩大類……非常喜歡吃生的蔬菜、瓜果，甚至肉類。加工時，用刀將肉細細剁碎，傣家稱之爲『剁生』。」[421]

當代的醫學工作者告訴我們，在今日中國西南的貴州、廣西、四川、西藏的牛肉絛蟲流行地區，大多數也是少數民族地區，在苗、侗等族之外，仍有一些漢人嗜吃新鮮的生牛肉及腌、釀的生牛肉。[422] 這究竟是古來華夏・漢族食俗的殘餘型態；或是漢化的少數民族在繼續維持本族原有的吃法，還是漢人受到當地少數民族的影響，都還有待進一步的考察。

（二）魚生的盛極轉衰

至於吃魚生的風俗也有過類似的衰退和由生而熟的轉換過程。

〔1〕北方魚生食俗的消失

當代的著名作家端木蕻良是來自遼寧昌圖縣的滿族人，[423] 他在一九八五年曾談起「目前已不大流行，甚至失傳了的，或者還未被納入遼菜之譜的幾種遼菜」，其中就有「生魚片」，他說：「一般提及這道菜，都以廣東最爲有名。殊不知，在遼東半島一帶，也很盛行。生魚片在遼菜中，可以說還占有很重要的位置呢。」[424] 他沒有明確地交代生魚片是否已經不大流行甚或失傳，但現在的報導吃生魚片的主要是當地的朝鮮族，[425] 這顯然是晚近的，而且是外來的；那麼，在遼寧一帶的滿漢食俗中不大流行吃或不吃生魚當已有一段時日了。

依上引謝肇淛和方以智的話來看，大致上最遲在十七世紀初，除了福建、廣東之外，漢人已經不吃魚膾了。但各地的漢族居民在什麼時候放棄了這種吃法已難一一考索。據上文對白居易詩，以及所引葉夢得《避暑錄話》的說法的分析，估計在晚唐、北宋時華北的一般居民已經極少或不吃魚膾了。其後金、元的貴

---

421 見王渝光、單春櫻、崔梅，《漢傣語言文化論》，頁131-132。

422 見鍾惠瀾主編，前引書，頁989-990。

423 見孫文良主編，《滿族大辭典》，頁832。

424 見所撰〈爲瑰麗的生活增添色彩——遼菜瑣談〉，原刊於《中國烹飪》1985.5。本文引用的是由陳淑君、唐艮主編的《中國美食詩文》所收錄的略有刪節的版本。

425 見鍾惠瀾主編，前引書，頁956, 957。吳徵鑑、毛守白等主編，前引書，頁64。

族、官僚們還相當樂於享受這一珍味。而元人《居家必用事類全集》和明人《多能鄙事》也還繼續在介紹細切生魚膾的做法。至於在十四世紀後半期與十七世紀初之間，北方的漢人什麼時候不再吃魚生則還不清楚。

〔2〕吳興生吃魚鱠之風的沒落

至於在長江流域的居民間，這一習俗的衰退也沒有留下太多的痕跡可供我們來追尋。從上文可以看出來，長江流域的魚膾食俗以江南一帶最爲著名。明朝初年，詩人高啓（死於洪武七年，即公元1374年）寫有〈郊墅雜賦十六首〉，其中的第十三首有聯云：「食鱠知晨釣，聽歌識暮樵。」[426] 這說明吃魚生的風俗在江南一帶，到元明之際還一直延續未斷。

而江南地區，據上文所述，吃魚膾之風最盛的地方在唐宋時代是吳興，我們從吳興一地的情況來考察，或許還能看出魚生食俗在江南地區乃至長江流域衰落的梗概。如前所述，唐宋時代是吳興人食用魚生習俗的鼎盛時期。上引元代張伯雨敘述苕溪斫鱠的〈吳興舟中〉詩大致作於元代晚期，[427] 可見當地的魚膾食風一直到元代晚期都還能激起詩人吟詠的興致。但這時看起來也出現了值得注意的變化。元人《居家必用事類全集・庚集》卷十三〈飲食類・肉下酒・魚鱠〉條在介紹生魚膾的做法之後接著說：「將魚頭、尾煮薑辣羹，加菜頭供，浙西人謂之『燙鱠羹』。」這當即宋代《吳興志》中所說的「骨淡羹」在元代的延續。從這也可以看出吳興在元代在一定的程度上還仍舊保有吃魚生的風俗。不過從「骨淡羹」到「燙鱠羹」的名稱轉變，其意義頗可玩味；魚生既然要吃它的生味，當然用不著煮或燙，那麼爲什麼在吃到肚子裡之後還要用羹湯來「燙」一下？這是否意味著元代的浙西人已經日漸普遍地意識到生魚有害健康，因此把原來視爲具有助消化作用的羹湯改名，特別強調這是一種針對魚肉的「生」或「不熟」的有害性質來進行補救性的燙一燙的羹湯？如果這一推想可以成立的話，多少可以表示到了元代，在吳興或浙西一帶，人們已經對魚鱠這一歷時久遠的鄉土佳餚產生了戒心，這是和魚鱠食俗在當地的沒落大有關係的。

---

[426] 見高啓撰、清金檀輯注，《高青丘集》，頁525-526，卷十三。

[427]《湖州府志》中所收張伯雨的作品，除〈吳興舟中〉等未繫年的詩外，還有作於「元統癸酉」年的〈吳興道中三首〉。「元統癸酉」即元順帝元統元年，公元一三三三年，距元帝被逐往漠北僅三十餘年。

《永樂大典》中收有記述「湖州府」的地方志，說：「國朝丙午年 (1366) 改爲湖州府，今屬澍江布政司。」[428] 按朱元璋在丙午這年才奪取了湖州，改爲湖州府；而《永樂大典》定稿於永樂五年 (1407)，因此這一方志的撰寫時間必定是在丙午年以後，永樂五年以前。大典卷二二七八，〈魚屬〉介紹了湖州出產的各種魚類。如「鱸……肉細美，宜羹，又可爲膾。」「鱖……煎炙爲饌，肥美；兼可爲膾；細者可爲鮓。」「鯽，舊編云：『鯽次鱖，《本草》可和蓴作羹，又可作鱠。今鄉土爲鱠，尤尙此魚』。」「鯉，《本草》云：『……可作鮓。』今鄉人以爲鮓，極肥美，爲鱠次之。」「鱧，《本草》作『鱓』，云：『可作鱠。』今鄉人罕食，或作熟鱠羹。」又說：「至於桃花水生，黃梅潦漲，湖魚泝急流而群上，漁人至施長網，截巨川而取之。舉網至數十尾，市價爲俯，家率飫，且爲鮓以寄遠，非時暑，又爲鱠。」這些全都是一字不改地抄自談鑰的《吳興志》，大致上仍可以反映吳興吃魚生的風尙到這時還繼續維持了下來。

明憲宗成化十一年 (1475) 刊勞鉞續修的《湖州府誌》卷八，〈土產・食貨〉鈔錄了上引南宋談鑰《吳興志》有關吳興人吃魚鱠食俗的一段：「……造蘸亦甚得法，謂之『金蘸玉膾』。今時則不尙矣。」[429] 其後清羅愫等修、張燴編輯的乾隆十一年 (1746) 刊浙江《烏程縣（今浙江省湖州市）志》卷十三，〈物產〉也抄錄了這一段文字。[430] 更晚，乾隆四年 (1739) 胡承謀原輯、乾隆二十三年 (1758) 李堂增刊本《湖州府志》所引談《志》的文字也與此完全相同。[431] 可能是其中的後者鈔襲前者，也可能是這兩者都鈔錄了更早的成化本府志的字句。然而無論如何，「今時則不尙矣」六字不見於流傳至今的《吳興志》，同時談鑰正是在志中表示吳興人吃魚鱠的風俗十分盛行；因此這六個字肯定不是《吳興志》的原文，而是當地這一歷時久遠的食俗最遲到這時（十五世紀中、晚期）已經結束的明確記錄。這樣看來，吳興名聞天下的魚膾餚饌最遲必定在勞鉞續修府志之前就已經消失了。其消失的時間，估計是在永樂以後到成化以前這一時段的當中；但其精確的年代，還有待進一步的考察。

晚清的著名學者汪曰楨 (1813-1881) 是浙江湖州府烏程縣人（今浙江省湖州市）。在參加修《湖州府志》時，收集了有關湖州的文獻資料，於同治十一年

---

[428] 見《永樂大典》卷二二七五，葉13，〈湖州府・建置沿革〉。

[429] 見卷八，葉7，〈鱠鱠〉條。

[430] 引文據台北，成文出版社印影本，卷十三，葉19。

[431] 見台北故宮博物院藏本，卷四一，葉32，〈物產・飲食之屬・魚鱠〉條。

(1872) 編寫成了一部湖州物產志，即《湖雅》一書。[432] 這本書的章節條目、引用的文獻和內容基本上與羅愫等所修乾隆十一年《烏程縣志》，乾隆四年胡承謀原輯、乾隆二十三年李堂增刊本《湖州府志》，同治十一年 (1872) 宗源瀚等所修《湖州府志》以及汪曰楨所纂光緒七年 (1881) 刊《烏程縣志》的〈物產〉部分都相同，只是在一些條目之後附有汪氏本人的案語罷了。爲了討論的方便起見，我們在這裡只摘取《湖雅》的字句而不引述上述的幾部方志。

在第八卷中，汪曰楨記述了湖州的飲食；在〈造釀之屬・魚脯〉條中，汪曰楨摘錄了《湖錄》裡的話：「鱠者，劊切而成。凡諸魚之鮮活者，薄切，洗淨血鮭，沃以蒜蘘、薑、醋、五味食之。……惜乎！鮓與鱠皆不及一見也。」汪曰楨對這段引文做了案語：「按：鮓生鱠熟。觀《斫鱠書》既云『潑沸』，又云『火齊』，明非生魚矣。《湖錄》以鱠爲生魚，則與鮓幾無別。疑不然也。魚鱠見〈烹飪〉。」在〈烹飪之屬・魚鱠〉條中，他又引了《紫桃軒雜綴》裡的一段文字：「苕上祝翁，罨溪舊姓，自號『閒忙道人』。其家傳有唐《斫鱠書》一編，文極奇古，類陸季疵《茶經》。首篇製刀砧；次別鮮品；次列刀法，有小晃白、大晃白、舞梨花、柳葉縷、對翻蛺蝶、千丈線等名，大都稱其運刃之勢與所斫細薄之妙也；末有下豉鹽及潑沸之法，務須火齊與均和三昧。疑必易牙之徒所爲也。當時予愛其文，未及借錄，今書與翁皆化爲烏有矣。〈下豉鹽〉篇中云：『翦香柔花葉爲芼，取其殷紅翠碧與銀絲相映，不獨爽喉，兼亦豔目。』然不知香柔花爲何花也。」他的案語是：「按：香柔當謂其氣香而質柔，非花名也。」接下來，他又鈔錄了一段《吳興掌故》說：「吳興往時善斫鱠，縷切如絲，簇成人物、花草，雜以薑、桂。故東坡云：『運肘如風看斫鱠，隨刀雪落驚飛縷』。山谷亦云：『吳興庖人斫松江鱸鱠』。觀此則吳興斫鱠名遠矣，而今皆不一見。」他接著說：「按：古者，牛與羊、魚之腥，聶而切之爲膾。本指生膾，此魚鱠乃言『火齊均和』，則當是熟鱠也。談《志》言鱧魚可作熟鱠羹。則熟亦可稱鱠矣。」[433]

這裡有幾點特別值得注意的事。首先，早於羅愫、胡承謀、汪曰楨等人的《湖錄》和《吳興掌故》兩書的作者都感歎未曾見到著名的吳興魚鱠。其次是汪曰

---

[432] 見篠田統、田中靜一編著，《中國食經叢書》所收光緒庚辰 (1880) 刊本，汪曰楨〈湖雅序〉。

[433] 見《湖雅》卷八，葉20-21, 28-29。

楨根據《紫桃軒雜綴》的記載主張唐代以來的吳興魚鱠是「熟鱠」，並認爲《湖錄》的作者「以鱠爲生魚」是錯誤的。他這個意見還得到了爲《湖雅》寫序的沈閩崐的推崇：「魚鱠非生魚……諸如此類，發前人所未發。微特正世俗之失，更有裨於經學」。[434]

案汪曰楨等所錄《吳興掌故》一書實名爲《吳興掌故集》，係由徐獻忠所輯。這書的編寫時間，據徐獻忠〈吳興掌故集引〉說是在明世宗嘉靖六年 (1527) 之後：「余自嘉靖丁亥遊於吳興，樂其土風，晏然安之也。爲作掌故集……。」據范唯一譔於嘉靖庚申（三十九年，公元1560年）的〈吳興掌故集敘〉來看，最遲在這年全書已經完成。《湖雅》等書所引用的部分出於集中的第十二卷〈風土類〉。[435] 以一個外地人來到吳興，因對吳興感到十分滿意而定居了下來，並致力於吳興文獻掌故的搜集、編纂工作，徐獻忠的觀察當是可靠無誤的。他於一五二七年來到吳興，已是勞鉞修志之後的五十多年，當然只能感歎見不著吳興魚膾了。而再過六十多年之後，謝肇淛在萬曆二十年到二十六年間，即一五九二至一五九八年，任湖州推官，足跡遍布湖州和附近的地區，他也沒有看到、聽說當地有人吃魚膾，因此他才會有《五雜組》裡的那段話。[436]

《湖錄》的作者鄭元慶，字子餘，一字芷畦，湖州歸安（今浙江省湖州市）人。生卒年月在全祖望 (1705-1755) 爲他寫墓誌銘時已不可考。但可以確定他約生於順治最末或康熙最初的幾年當中（康熙元年當公元1662年）；死於雍正年間，當在雍正七年 (1729) 以後。[437] 他撰寫的《湖錄》，實際上是《湖州府

---

[434]〈湖雅序〉，葉1。

[435]《吳興掌故集》及徐、范二氏之引、敘均見劉承幹所輯刊《吳興叢書》（南林劉氏嘉業堂刊本）。

[436] 參見拙著，〈謝肇淛年譜〉（未刊稿）。

[437] 見全祖望所撰鄭元慶傳云：「雍正十三年 (1735) 詔開大科，今上御極之四年開三禮館，臨川李穆堂侍郎輒歎曰：『如鄭芷畦之博物通經，庶幾可應茲選，惜死矣』……其生卒年月不可考。雍正己酉（七年，即1729年）先生追作西河、竹垞合像記，蓋康熙壬午（四十一年，1702年）從遊兩公於西湖昭慶寺中事。自云不能握筆，令其子代錄，蓋時已病風矣……及葬，族孫振銓乞全吉士祖望志其窆石，而生卒仍未之詳…。」二文見李桓所輯《國朝耆獻類徵初編》卷四一八（台北：文海出版社據光緒甲申、庚寅間湘陰李氏藏版影印本），〈經學（六）・鄭元慶〉，葉1-4。按鄭元慶所撰《湖錄》一書的〈初序〉、〈中序〉及〈後序〉（見台北：成文出版社影印宗源瀚等修同治十一至十三年刊《湖州府志》卷九二〈府志緣起〉，葉15-22）所記撰寫原委及各相關事件之年代，鄭元慶的生年極可能是在順治十六年 (1659)，但由於三篇序文中所記的年代數字彼此相齟齬，這個推測仍待進一步的證實。

志》，因始終未能刊行，他後來改名爲「湖錄」。《湖錄》的著述「自康熙丁丑，訖甲申（康熙36-43年，1697-1704年），凡八年而後初稾乃定」；「後六易其稾」，「前後首尾計十三年」，在康熙五十年 (1711) 之後至少還有一次增訂。在編撰的過程當中，不只參考了廿一史及徐獻忠《吳興掌故集》等大量與湖州相關的鄉土文獻，鄭元慶還進行了實地的查訪，「挾筆硯遍遊七屬，訪其故家譜系、老成之士，駁難辨正。」自謂：「蓋自壯而艾，而耆而老，半世精神，一生事業，其萃於斯乎！」[438] 他的記述當也是可以信賴的。

既然《湖錄》編寫的年代遠在《〔成化〕湖州府誌》、《吳興掌故集》、《五雜組》之後，鄭元慶感歎沒有看到魚鱠是很自然的。他的感歎是繼徐獻忠、謝肇淛之後再一次宣稱吳興已經沒有人吃魚生，同時在當時整個湖州所屬七縣的範圍內已不聞有魚膾的蹤跡。值得注意的是他對魚膾的敘述，實際上還是引用李時珍《本草綱目》裡的文字，[439] 而他並沒有察覺出切絲與切片的不同。

至於《紫桃軒雜綴》一書則係李日華所撰，李日華生於明世宗嘉靖四十四年，卒於思宗崇禎八年或稍後，即當一五六五年到一六三五年或稍後。[440]《紫桃軒雜綴》一書開始撰寫的時間不太清楚，大約完成於熹宗天啓元年 (1621) 或稍後。[441] 李日華在卷三中說：「嘗疑天地氣化日薄，眾生福緣日減。古者城璧照乘之珠、瑰瑋奇麗之物，不可復得。即如服御伏陶吉光阿錫空方之類，亦難經目。

---

438 見《湖錄》的〈初序〉、〈中序〉、〈後序〉及宗源瀚〈重修湖州府志序〉。

439 鄭元慶著《湖錄》時是參考、引用過李時珍《本草綱目》的，例如宗源瀚等重修《湖州府志》卷三三〈輿地略・物產（下）〉，葉31，「木瓜煎」條所鈔《湖錄》就是引用《本草綱目》的明證。

440 見李日華所著《李太僕恬致堂集》卷三九，〈雜著・上茆君疏〉（台北：中央圖書館《明代藝術家集彙刊續集》據明刊本影印）。

441 按上海復旦大學圖書館藏明末刻清康熙李瑚重修本《紫桃軒雜綴》（影印本，收入《四庫全書存目叢書》子部）全書共四卷。卷三，葉32，記有「丙辰歲（萬曆四十四年，1616年）」事。而其他版本所無之第四卷，葉38云：「今上改元，大婚有期。民間忽訛傳點繡女。……」按《明史》卷二二，〈熹宗本紀〉記熹宗即位，改次年爲天啓元年，其年三月「壬戌，大清兵取遼陽。」夏四月「戊戌册皇后張氏。五月丁未，貴州紅苗平。甲寅，禁訛言。」又卷二四〇，〈韓爌傳〉云：「天啓元年正月……遼陽失，都城震驚。……大婚禮成，加少保、吏部尚書、武英殿大學士……。未幾以貴州平苗功，加少傅……」用「今上」一詞必然是稱寫作時在位的皇帝，那麼李日華撰寫這一章的時間無疑當在熹宗元年或稍後。第四卷僅得四十二葉，而李日華又撰《紫桃軒又綴》爲《紫桃軒雜綴》之續編，《紫桃軒又綴》三卷所提到的年分有「辛酉」、「壬戌」、「癸亥」，即天啓前三年。因此我們推測《紫桃軒雜綴》大致完成於天啓元年或稍後。

以至唐人所重飛刀縷雪之膾、宋所造團龍浮乳之茶，其法悉亡。」[442] 雖然沒有明白地說魚生這道菜肴已經失傳，但至少可以肯定，到十六、十七世紀之交，除上引謝肇淛《滇略》，切絲在雲南還保留殘餘外，如上文根據李時珍的敘述所做的推論，魚膾已經不流行切絲，而是切片的。這種由切絲到切片的變化至少仍然意味著魚鱠這自古以來長期爲人珍視的佳餚已經走下坡，遭人冷落了；即它的製作工藝已大不如前，而人們對它的期望也已不再那麼講究了。

值得注意的是《湖雅》及乾隆《湖州府志》裡的《紫桃軒雜綴》卷二的引文兩處均作「下豉鹽」，而明末刊《李竹嬾先生說部全書》本、明末刻清康熙李瑁重修本、《檇李遺書》本《紫桃軒雜綴》卷二均作「下豉醯」。[443] 如果從上文來看，自以作「醯」爲長。由上文可以看到，長久以來吃膾都用醋，即醯，唐宋迄元明時甚至常用「鱠醋」一詞，這意味著吃膾時醋是唯一的調味料，或只有醋是最重要的調味料；而在吃膾時除了像《子虛賦》所記述的那種在海邊鹽浦打獵的場合外，從來沒有單用鹽而不同時用醋的。其次，依上文所說，吃醋是有特別用意的，即醋可以殺一切魚、肉毒，並能消食，而鹽並不具備這樣的功效。再則是吃熟肉膾時也用醋。因此我們認爲此處宜從後者作「醯」。而改「醯」爲「鹽」，這一點點差異，卻是很有意義的，它正好從反面證明了吳興魚膾的食俗泯滅已久，後來的人，即使是本地人、本地的博物君子，也因不明瞭魚膾的製作而看不出來這一訛誤或作了這樣的文字更動。

李日華相信所謂的《斫鱠書》是出自唐人之手，如果從上引《備急千金要方》、婁居中《食治通說》、張杲《醫說》所提到的魚膾都是生魚膾來看，這是不可靠的。其實類似汪曰楨所相信的《斫鱠書》裡的魚鱠吃法，也就是煮熟的魚膾已見於唐代。唐代咎殷所撰《食醫心鏡》中有一「治脾胃氣冷、不能下食、虛弱無力髇突羹」，作法和吃法是：「鯽魚半斤，細切，起作鱠，沸豉汁，熱投之。著胡椒、乾薑、蒔蘿、橘皮等末，空心食之。」[444] 將豉汁煮沸，趁熱把細切的魚肉絲投入，則很可能魚肉已經煮熟。不過當時稱作「髇突羹」，「髇突」當

---

442 見《紫桃軒雜綴》卷三，葉24。

443 明末刊《李竹嬾先生說部全書》本藏於中央研究院歷史語言研究所傅斯年圖書館。案明烏程人董斯張 (1586-1628)《吳興備志》（南林劉氏嘉業堂刊《吳興叢書》本），卷二九，葉49，〈璅徵第二十五之三〉所引《紫桃軒雜綴》同一條亦作「下豉醯」。據書末所附董熂〈吳興備志跋〉云：「此書成於天啓 (1621-1627) 中」。

444 見《重修政和經史證類備用本草》，頁418，卷二〇，〈蟲魚部（上品）・鯽魚〉引。

即是膾生的另一種稱呼。[445] 到北宋時，與此幾乎完全相同的食療方已經有了「熟鱠」之名。如上引陳直《養老奉親書》就提供了兩個「鯽魚熟鱠方」，其中的第一個，當即是咎殷的鯽魚「鶻突羹」。南宋談鑰也說當時的吳興人已不太吃鱧魚鱠，倒是有時卻用鱧魚來作熟鱠：「鱧……今鄉人罕食，或作熟鱠羹。」[446] 然而這種「熟鱠」或「熟鱠羹」從宋代人還常吃魚生來看，一如唐代當只是用於食療，而不是日常餐飯或盛筵上的餚饌。一直到明代的《多能鄙事》一書中，還是把生食的魚膾菜餚和用作食療方的熟魚膾分開來記述的。因此，李日華提到的《斫鱠書》看起來不像是唐宋之物。

由元人《飲膳正要》、《居家必用事類全集》，明人《多能鄙事》、《遵生八牋》、《本草綱目》等書所記載的魚膾仍舊是生魚來看，在考慮所謂的《斫鱠書》是否是元明時代的作品時也不能令人完全無疑。那麼，它究竟是什麼時代的著作？是否出自明人的假託或僞造？由於文獻無徵，已不可知。汪曰楨據《斫鱠書》推測魚鱠是熟的，我們認爲他的推論是否可以成立還很難說，因爲所謂的「下豉醢」就文意來看，是指將豉醢澆在膾上來調和，而不必是像上述的熟膾那樣，把生魚下到煮沸的調味汁裡去；譬如《飲膳正要》中的生魚膾作法就是這樣的：「魚膾……右件下芥末、炒葱、鹽、醋調和。」上引清代屈大均說廣東人吃魚鱠時要「下薑、蓼」，「下」字也是這種用法。而所謂「潑沸」、「火齊」云云很可能只是對製作調和，如豉汁等的講究。即使他的判斷站得住腳，當也只限於依照《斫鱠書》裡介紹的製作方式來供應的魚鱠。

汪曰楨對魚鱠這道菜的瞭解是很有問題的。他對此課題所下的功夫十分有限，對不少細節沒有搞清楚。例如，他對李日華說不知道「香柔花」是什麼花所下案語是：「按：『香柔』當謂其氣香而質柔，非花名也。」他既沒有去翻閱有關的本草類書籍，也沒有去查看與魚鱠相關的文獻，如《太平廣記》、《太平御覽》等書的有關部分。依上述《太平廣記》所引《大業拾遺錄》記隋代吳郡人所

---

[445] 按唐楊曄，《膳夫經》（《碧琳琅館叢書》本，葉5-6）云：「不飥，有薄展而細粟者，有帶而長者……又有羊肉生致碗中，以不飥覆之，後以五味汁沃之，更以椒酥和之，謂鶻突不飥。…」則此處「鶻突」是指「羊生」；而熟魚膾也稱之爲「鶻突羹」，則「鶻突」當即是膾生的別名，不知是否是當時的外來語。又按段成式《酉陽雜俎》前集，卷七，〈酒食〉說：「今衣冠家名食，有蕭家餛飩……韓約能作櫻桃饊饠，其色不變；又能造冷胡突……」「鶻突」不知是否就是「胡突」。

[446]《吳興志》卷二〇，葉13，〈物產・魚屬・鱧〉條。

製作的乾鱠，在食用時，就已經用「香柔花葉」爲芼了，並敘述它是「紫花碧葉」。[447] 單看這一點就可以斷定它必然是某一種特殊的花；否則爲什麼一定要說紫色而不說其他的顏色？

綜上所述，盛極一時的吳興魚膾大致在元代還有，但可能已經開始衰落了，而在一四七五年之前已經不再是當地的風尙了，而在一五二七年之前則已經銷聲匿跡了；因此在清代即使是身爲本地人的著名學者也搞不清楚它是怎麼回事了。前文提到宋詡在《竹嶼山房雜部》中所開示的食譜還介紹了魚生的作法，但整個江南一帶的魚生食俗估計在這時，即十五世紀末，已是強弩之末，也在此同時走上了窮途末路。

〔3〕一些食譜和方志裡的訊息

江南一帶的魚生大體上消失殆盡於明代的一個重要旁證是晚明以來的一些食譜所透露的消息。首先是像《易牙遺意》收錄了「蟹生」的做法，而卻沒有魚生的做法。其次，有些食譜雖然還列有魚膾的做法，但實際上卻是有問題的。例如杭州人高濂的《遵生八牋・飲饌服食牋》，其上卷錄有「吳郡鱸魚鱠」，又《食憲鴻祕》卷下〈魚之屬〉也有「鱸魚鱠」。兩者內容完全相同，雖然講的都是吳郡的生鱸魚鱠，但兩者的作法實際上是稍作修改地鈔錄了《大業拾遺錄》裡吳郡人製作乾鱠的作法。[448] 這顯示鈔書的人，包括身爲山人、講究生活情趣品味的高濂在內，都已根本不知道真正的魚鱠是怎麼做的了。

其次，現存的一些晚明和清初的江南地區地方志中也披露了一些可供我們參考的消息。如吳寬等修，刊於正德年間的《姑蘇志》在敘述本地水族類物產時還說：「鱸魚，即四鰓鱸，出吳江長橋南者味美肉緊，縷而爲鱠，經日不變。」在介紹本地的菜餚時並提到了「鮸魚乾膾」。[449] 但其後的方志著作除了記述隋唐或宋代的與鱠有關的詩文之外就幾乎都不再述及製作或食用魚鱠了。如崇禎十一年

---

[447] 按李時珍《本草綱目・草部》卷十四，「香蒿」條自注云蒿字「音柔」，同條「釋名」引唐孟詵《食療本草》名之爲「香菜」。宋代寇宗奭，《本草衍義》卷十九「香蒿」條已指出它的外形特徵是：「葉如茵蔯，花茸紫…」。今日的藥物植物學者對香柔花的敘述是：「秋季開花……淡紫紅色」（見《全國中草藥匯編》上冊，頁620）或「玫瑰紫色」（見《中華人民共和國藥典中藥彩色圖集（1990年版）》，頁281，編號337的「香蒿」）。

[448] 將「作乾鱠。浸漬訖，布裹瀝水令盡」改爲「作鱠，浸洗，布包瀝水令盡」。

[449] 見卷十四，葉16，〈土產・鱗之屬〉；葉17，〈土產・造作・飲饌之屬〉。

(1638) 刊《烏程縣誌》在記述魚產時說鱭魚「小者亦可爲鮓」，但沒有說任何一種魚適宜作鱠。[450] 又如崇禎十五年 (1642) 刊《吳縣志》也沒有提到任何魚類可作鱠，在〈品饌之屬〉裡揭出了「鯉腴鯗」和熟食「水晶膾」，也都沒提魚鱠。[451] 同時明清時代的文人，除嶺南人外，幾乎也沒有像唐宋時代的騷人墨客那樣有那麼多吟詠食用魚鱠的作品了，這無疑也是食用魚生習俗沒落的明確反映。

另外，可以用來作觀測指標的是，向來就是魚米之鄉、以往又曾經有過興盛的食用魚膾的習俗的長江三角洲一帶的幾個在經濟上繁榮昌盛、人口富庶，在文化上引領風騷的城市如揚州、蘇州在飲食方面的動向。

李斗花費了三十多年，在乾隆六十 (1795) 年撰就《揚州畫舫錄》一書，記當時揚州食肆、酒店所賣餚饌及各富貴人家「家庖」所製作的「風味絕勝」的名菜，其中都沒有魚膾。唯在卷四〈新城北錄（中）〉中提到過魚生。李斗記乾隆南巡江、浙時，揚州「上買賣街前後寺觀皆爲大廚房，以備六司百官食次」，並摘要地開列了當時「大廚房」所提供的「滿漢席」美味，其中也未見有任何膾生餚饌；而同時在揚州「後門外圍牛馬圈設氈帳，以應八旂隨從官禁衛一門祗應人等，另置庖室食次」，在爲他們供應的五等二十多種菜餚或點心中則出現了「水母膾」和「魚生麵」，[452] 如果這「魚生」可以確定是魚膾的話，也表明魚生餚饌在當時的地位已經很低了。這也足以反映魚膾在當時沒落的一斑。

活躍於嘉慶、道光年間的蘇州人顧祿所撰《桐橋倚櫂錄》記自己家鄉的風土人情，提到蘇州著名酒樓所供應的一百幾十道「滿漢大菜」和各式「小吃」、「點心」，其中也沒有任何膾生菜餚。[453] 由上述清代揚州、蘇州的食俗可以看出來魚膾在江南一帶確實是沒落已久，趨於消失了。

〔4〕魚生食俗的殘餘

當然我們並不主張江南一帶在晚明和清代絕對沒有人吃魚生。[454] 除揚州之外，上引方文的〈品魚四十首・中品・鯖〉詩說「南方多以（青魚）作『魚

---

450 見卷四，葉38-39，〈物產・鱗類〉。

451 見卷二九，〈物產・鱗之屬〉，又同卷葉34，〈品饌之屬〉。

452 見《清代史料筆記叢刊》本，頁196-197，卷九；頁253，卷十一；頁106，卷四。

453 見卷一〇，〈市廛・酒樓〉條，葉2-3。

454 例如明遺民魏畊，《雪翁詩集》（張壽鏞輯刊《四明叢書》本），卷七，葉6有一首記自己在江南吳江縣的詩，〈登吳江快風閣〉：「攬嘯東吳閣，蕭然晚望開。…玉切鱸魚鱠，香含瑪瑙杯。仍餘張翰興，棹擬月中迴。」這首詩大概是清初的作品。

生』」。依前引屈大均《廣東新語》所提到的廣東人用來作魚生的十幾種魚中並沒有青魚，可見嶺南人並不用青魚來作魚生，這個「南方」從下面的資料可以看出來當是指杭州灣一帶。[455] 清康熙年間東軒主人所撰《述異記》卷下〈龍肉〉條云：「杭友張世常館於汪字昭給諫家時，給諫尚未就選。偶與親友會食，買一青魚，重三十七斤，因以肉作鱠。字昭適齋，不食。客食者七人……」[456] 在這個地區一直到很晚還有一些人嗜吃魚生。晚清杭州人王士雄撰有《隨息居飲食譜》一書，初刊於咸豐十一年 (1861)。其〈鱗介類第七〉仍然提到杭州一帶還有用青魚來作膾的食俗：「青魚，甘平，補氣養胃，除煩懣，化溼祛風，治腳氣腳弱。可膾、可脯、可醉……」又說：「鱠，以諸魚之鮮活者劊切而成。青魚最勝。一名『魚生』。沃以麻油、椒料，味甚鮮美，開胃析酲……」[457] 這也可以證明他確實知道頗有一些人還是喜歡吃魚生的。不過對當地之外的大多數的人（包括廣見博聞如謝肇淛、方以智、屈大均等士大夫或文人）來說，這當只是鮮爲人知的相當少數的人。

依上引謝肇淛的說法，在十六、十七世紀之間的明代，惟有在福建、兩廣還看得到吃魚生的習慣；但在閩、廣兩地吃生魚也只是「間爲之」而已，只有在雲南還保持爲經常性的風俗，不過那是當地少數民族的習慣，而不是漢人的吃法。兩廣的魚生食俗一直延續到現代，而在福建，這種習俗就沒有那麼堅韌的力量了。[458] 在謝肇淛寫成《五雜組》之後二十多年，馮夢龍在福建任地方官時還親眼目睹了當地人吃膾生，他在崇禎十年 (1637) 刊《壽寧（今福建省壽寧縣）待誌》中說當地「時果希少，大家設宴皆以蒸餅糖食列行，次設生腥五器，始列熟品。…」[459] 與「熟品」對照來看，「生腥」當是膾生餚饌。而福建地區吃生魚的習俗估計在十七世紀中葉以後也逐漸消失了；因此十七世紀以來從福建遷往台灣

---

[455] 方文和屈大均都是明遺民，二人曾多次會面。方文還題過屈大均的詩集，康熙八年並送別屈大均返回家鄉番禺。但兩人可能並沒有相互交換嶺南和浙江食用魚生的情況。

[456] 據《筆記小說大觀》三編所收刊本，葉9。

[457] 見葉88, 89。

[458] 在一九五〇年代中發現江西省南部的贛州市和信豐、雩都兩縣的居民普遍地有吃魚生和魚生粥的習慣（見李樂福，〈江西省華枝睪吸蟲病感染調查初步報告〉，刊於《中華醫學雜誌》1958.10：988-989）。這裡靠近廣東，又是由廣東北上或由北方南下的交通要衝所在，這裡的魚生食俗究竟是由廣東傳來？還是本地的古代習俗的殘留延續？這都有待更深入的考察。

[459] 見馮夢龍撰，《壽寧待誌》（陳煜奎校點本），頁50，卷上，〈風俗〉。

的大量漢族移民也是不吃生魚的。所以在甲午戰後，當日本殖民統治者來到台灣時，他們竟發現自己因吃さしみ、鱠、生海參等的習俗而被台灣的漢族中國人嘲笑爲「生蕃」或「日本蕃人」。[460]

上文說唐宋以來熟鱠用於食療，而非餚饌。但兩宋之際的孟元老卻在追憶北宋都城的生活時，提到當時的開封有一種以因種種機緣到京師來的南方客，特別是士大夫或官僚爲主要對象的飲食店，即所謂的「南食」店。[461] 店裡供應的食物當然要講究南方的口味，《東京夢華錄》卷四〈食店〉說：「更有南食店：魚兜子、桐皮熟膾麵、煎魚飯」。按楊曄《膳夫經》說：「不飥，有薄展而細粟者，有帶而長者……又有羊肉生致碗中，以不飥覆之，後以五味汁沃之，更以椒酥和之，謂鶻突不飥。…」[462] 上文已指出「鶻突」當即是膾生的另一種稱呼，那麼這個「鶻突不飥」就是羊生不飥。又按歐陽修說：「湯餅，唐人謂之『不飥』，今俗謂之『餺飥』矣。」[463] 然則「鶻突不飥」就是羊生麵了。而《東京夢華錄》中南食店所供應的這個「膾」指的是肉，還是魚？如果照《史記》所說楚越之地「飯稻羹魚」和《博物志》所說「東南之人食水產，西北之人食陸畜」來看，這個「膾」當以魚膾爲宜。但依上文所述來看，南方人嗜吃的是生魚膾而非熟鱠；這是否表示原來人們吃的是魚鱠餺飥，到北宋時已經變成了熟鱠麵了？又耐得翁《都城紀勝・食店》說：「南食店謂之南食，川飯分茶。蓋因京師開此店，以備南人不服北食者。今既在南，則其名誤矣，所以專賣麵食魚肉之屬，如……鯚魚桐皮麵……皆是也。」[464] 北宋京師南食店所賣的「桐皮熟膾麵」是否就是南宋行在南食店裡賣的「鯚魚桐皮麵」？是否也就是後來李斗《揚州畫舫錄》所提到的「魚生麵」？這「魚生」又是生，還是熟？這都是難以解決的問題。

不過食用熟魚膾倒暗示了魚生菜肴所以衰落的線索。上文已提到《上清黃庭內景經・務成子注敘》說：讀此經者「大都通忌食六畜及魚臊肉」，而注謂：

---

460 見梶原通好所撰，《台灣農民生活考》（台北：《台灣時報》別刊本，1939），第6章，〈農家の食物〉，第1節〈食物に對する態度〉，頁70；又1941年，（台北：緒方武歲發行本），頁98。又東方孝義所撰，《台灣習俗》，頁32，〈食物・生食、冷食〉章。

461 吳自牧，《夢粱錄》卷十六，〈麵食店〉云：「向者汴京開南食麵店，川飯分茶，以備江南往來士夫，謂其不便北食故耳。」

462 見篠田統、田中靜一編著，《中國食經叢書——中國古今食物料理資料集成》中所收《碧琳琅館叢書》本，葉5-6。

463 見所撰《歸田錄》卷二，頁26。

464 見《東京夢華錄（外四種）》，頁94。

「六畜，牛馬豬羊雞犬也。魚臊，當謂『生臊』耳。故爲禁也。」從「當謂『生臊』耳」的語氣來看，同時還有熟的「魚臊」。務成子是誰以及他所處的時代目前都不清楚，估計可能是中晚唐時代的人。那麼熟的魚臊和熟魚鱠羹（即「鶻突羹」）在唐代已經出現了。元代浙西一帶的「燙鱠羹」一詞也帶有需要將魚生燙得熟一點的意味。魚肉，特別是淡水產的魚肉在煮熟後通常是很軟而爛的，而魚肉也非常容易煮熟、煮爛；這樣，可能就會使烹飪者和食用熟魚者產生一個問題，即是否有必要花那麼大的功夫來進行細切或「斫鱠」的工作？同時在沸騰的豉汁裡煮熟的魚肉細絲，也不再有什麼「玉膾」、「銀絲」可言了；倒是耶律楚材所說的雞生「爛似泥」這三個字恰巧可以用來形容這種煮熟的魚鱠，不只是魚肉切、煮得爛，而且顏色也接近爛泥。可見魚生變成了熟鱠以後，既喪失了「真味」，又不再能讓人賞心悅目，同時也根本不必枉費功夫去斫膾了。這樣一來，魚生這道菜，特別是對作爲一種精緻文化的菜餚的魚鱠來說，它的獨特風味就徹底地被摧毀了。而魚膾的存在價值也隨之而蕩然；接下來的，自然是生魚膾從此不再出現在人們的（尤其是上層社會飲宴場合的）菜盤子裡了。

究竟爲什麼曾經這樣長期而廣泛受人歡迎的餚饌會沒落？由於資料的限制，目前還不能提出較可靠的解答。如果說是因爲吃膾生會對腸胃有害，或者容易生腸、膾道寄生蟲，那麼前引《韓非子》、《管子》等上古時代的人早就講得很清楚了，上引〈華佗傳〉以及大量的醫書、食經也都指出了食用膾生和患腸、膾道寄生蟲兩者之間的關係，有些書還以肯定的語氣勸人不要吃膾生，但從上文來看，這些都不曾起過什麼重大的作用。爲什麼一直要到晚明或明清之際，這種食俗才（讓人感覺像是）突然中斷（但仍在少數地區，特別是在嶺南保有殘餘）？難道是某些醫書（譬如張杲的《醫說》或李時珍的《本草綱目》）的勸導發生了作用？但我們看不出這時的醫書所揭示的理由和以往的醫書或食經對人們的告戒比較起來有些什麼特別的超越之處。爲什麼同樣的勸戒在以前不起作用，而偏偏在這時候產生效果？因此這樣的設想並不能幫助我們解決這個問題。

九、結語

《大戴禮記》和《禮記・王制》篇的作者們用「火食」和非火食來區分華夏・漢族及與其鄰近的外族；漢人火食或熟食，而外族人則生食。然而自從有火食以來，華夏・漢族人究竟有沒有吃生肉的習俗呢？如文中所述，確實是有；那

又吃什麼？怎麼個吃法？這些肉食在古代生活中占有什麼樣的地位？吃生魚、生肉的食俗都分布在些什麼地方？對於食用這些肉類，人們都有些什麼特別的看法？爲什麼在今天一般的人們已經不知道這種食俗了呢？本文擬就現捕現宰、現作現吃，而非採用風、臘、腌、漬、糟、釀等方式製作的生食肉類菜餚來對這些問題進行探討，並嘗試提出答案。

在考古發現的從戰國到明代的幾具古屍體內都檢驗出了中華分枝睾吸蟲卵，這證實了在中國境內存在著歷時久遠的食用生魚的傳統。

從商代甲骨文以來的文獻記載把這些現作現吃的生魚、生肉稱爲「膾」或「生」，或「膾生」。「生」指生的肉、魚，「膾」則是細切的生肉、生魚。人們用來作膾生的動物，種類很多，獸類有麋、鹿、麚或獐、熊、野豬、兔、狐、香狸、蚺蛇、竹鼠等野生動物和牛、羊、豬、狗、馬等家畜的肉，以及豬、羊等的肝和肚；禽類包括雞、鴨、鵝和野生的鳩等；魚類則有各種的海魚和淡水魚，如鯉、鯽、魴、鱒、鰡、鮯、鱘、鱸、鯇、青、白、嘉、鮸、鯧、鱖、鱨白、黃、塘虱、竹、鱭、鱧、鯄等等；介殼類有螃蟹、蝦子；貝類有牡蠣（即蠔或蚵）、蚶子、蛤蜊、江瑤、淡菜、香螺、蓼螺等；此外還有水母、筍蟲等。

大體而言，膾生之類的菜肴當不是華夏・漢族普遍的每日生活或經常性的膳食。在古代的餚饌中，膾生始終占有十分崇高的地位，依照上古時代的封建禮制，它是世襲貴族們才能享用的珍饈。其後也常是帝王或人主、貴人或富貴人家的佳餚，君主用它來賞賜臣下，臣民也以膾生上貢或進獻於皇帝。膾生也一直是各種喜慶宴飲中的盛饌，普遍地受到人們的珍視，經常是人們心目中的頭等美味珍饈或十分難得的異饌。食用膾生是韻事，是賞心樂事。

淮河以南的地區河川溪流眾多，灌溉溝渠縱橫交錯，湖泊陂塘星羅棋布，東南方又瀕臨大海，天然生產或人工養殖著大量的各種魚、貝、蝦、蟹等水族，人們獲得各種水產的條件十分優越，因此有遠比北土盛行的食用魚類或水族膾生的習俗；從南北朝以來，南方人也經常把魚鱠視爲南方特有的家鄉菜；包括北方人在內，人們所最常稱道的魚鱠之鄉都在淮河以南的南土，特別是江南吳越一帶，這裡聚集著許多嗜吃生魚的人口。

各種膾生的製作都必須選用極新鮮的肉、魚、蟹、貝等材料，有時對魚的大小尺寸還有特別的要求。無論是魚類或各種禽、獸，都要先行加工，取其適當的部位，即所謂的「精肉」來作膾生，如魚類要先去其皮骨頭尾，把肉剔取出來；

雞生只能用雞胸肉；螃蟹要去殼；螺貝要先洗淨泥沙，再將肉取出來。膾生有幾種不同的切割方法，切成薄片的稱爲「軒」或「膹」，用這薄片再細切成絲的叫做「膾」，最遲從晉代以來還把剁成碎末的生魚、生肉稱爲「臊」或「臊子」。切膾原則上切得越薄越細就越理想，在東漢以來的斫鱠能手的刀下，魚鱠是可以用「絲、縷、毫、芒」來形容的。唐宋時代吳興庖人的斫鱠刀工尤爲著名。可以說沒有高超的刀工，就沒法享受這一美味。切膾之後通常使用紙來吸去殘餘的血水，但到晚明時魚鱠已改爲切片，而不流行切絲，並且用水來清洗殘血了。

膾生餚饌十分講究調味，芥子醬是從上古以來就經常使用的調味料，南北朝時已發展出了著名的「八和齏」，唐宋以來人們又常用「膾醋」。最遲從隋代開始還在膾生上面鋪蓋生菜如香薷、芫荽、蘿蔔等。膾生菜餚還很注重視覺的美感，魚、肉和各種調味料以及拌食生菜的花葉的不同色彩形成了金玉青紅交相輝映的效果；吳興地區的廚師更將膾縷排成詩文或各式花樣等特殊的造型。

古人認爲有許多種膾生具有補益身體或治療某些疾病的功效，但由於生魚、生肉有毒，對人體有害，在不當的季節或時辰食用膾生，或攝取過量，或所吃的是有問題的生魚、生肉，或將膾生與某些食物一起吃、特別是和乳類或乳製品一起吃，或是老人、孕婦、身體病弱者等不宜吃生魚、生肉的人，都會產生各種病害。而吃膾生時所拌食的各種調味料和生菜，包括大蒜、小蒜、生薑、橘皮、梅、桂、芫荽、香薷、蓼、蜀椒、胡椒、蘿蔔、草果、醋等通常多有防治這些病害的作用。

膾生對健康有害，唐宋時期孫思邈、婁居中都曾極力勸人戒斷，但收效十分有限。

膾生雖受人歡迎，但膾生食俗仍難免日漸衰微。到明代中葉，禽類膾生只剩下雞生一種，而這僅存的一種也已由生轉熟了。與此同時，熟肉生餚饌已經崛起，漢人食用獸肉肉生的習慣已經在地域上大幅地萎縮，只剩下嶺南還比較容易看到；到了晚明、清初，食譜中所介紹的獸肉肉生，雖有「生」之名，卻都是熟肉了。

漢人魚鱠食俗的衰落，北地先於南土。最遲大約自九世紀以來，除了貴族、官僚、富豪外，北方的一般人家已經不吃魚生了；約在十六、七世紀之交，在北土漢人的菜盤子裡已經看不到魚生了。唐宋時代，吃魚膾之風最盛的地方在是吳興，但到十五世紀中葉當地人已不興吃魚鱠了。到晚明時，這一傳統在大部分的

漢人當中消失之後，還以殘餘的型態繼續局部地流行於極少數的一些地區，如嶺南和杭州灣地區。

膾生食俗在一個強調火食爲自己的文化特徵的民族當中的存在，以及它在不同時代和地域上的演變與分歧，多少讓我們得到一個啓示，即古代中國文化在地域分布上雖然呈現出各地基本上彼此相同的風貌或表現出一種遍及各地的主導風格，卻可以長期地以一種正面的、欣賞的態度來維持、發展一種與此主流面目相反的傳統；而中國文化在看起來大致到處相同的面貌中，實際上卻是同時並存著歧異多樣的地域性的風格的。

（本文於民國八十八年六月廿六日通過刊登）

引用書目

一、傳統文獻

《左傳》（據清盧宣旬校，阮元審定并刊《十三經注疏》本影印），台北：藝文印書館，1955。

《孟子》（據清盧宣旬校，阮元審定并刊《十三經注疏》本影印），台北：藝文印書館，1955。

《周禮》（據清盧宣旬校，阮元審定并刊《十三經注疏》本影印），台北：藝文印書館，1955。

《詩經》（據清盧宣旬校，阮元審定并刊《十三經注疏》本影印），台北：藝文印書館，1955。

《論語》（據清盧宣旬校，阮元審定并刊《十三經注疏》本影印），台北：藝文印書館，1955。

《儀禮》（據清盧宣旬校，阮元審定并刊《十三經注疏》本影印），台北：藝文印書館，1955。

《禮記》（據清盧宣旬校，阮元審定并刊《十三經注疏》本影印），台北：藝文印書館，1955。

王汝濤編校，《全唐小說》，濟南：山東文藝出版社，1993。

元・不著撰人，《居家必用事類全集》（影印本，編入篠田統、田中靜一編著，《中國食經叢書》），日本，東京：書籍文物流通會，1972。

元・危亦林，《世醫得效方》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。

元・李京撰、王叔武輯校，《雲南志略輯校》（收入《民族調查研究叢刊》），昆明：雲南民族出版社，1986。

元・李鵬飛，《三元參贊延壽書》（據明胡文煥《壽養叢書》本影印，編入《北京圖書館古籍珍本叢刊》第82冊），北京：書目文獻出版社，1988。

元・忽思慧，《飲膳正要》（《四部叢刊》續編本），上海：商務印書館，1934。

元・施耐庵集撰、羅貫中纂修，《一百二十回的水滸》，香港：商務印書館香港分館，1969。

元・耶律楚材，《湛然居士文集》（謝方點校本），北京：中華書局，1986。

元・倪瓚，《雲林堂飲食製度集》（收入篠田統、田中靜一編著，《中國食經叢書——中國古今食物料理資料集成》），日本，東京：書籍文物流通會，1972。

元・許恕，《北郭集》（金武祥刊《江陰叢書》本），清光緒三十三年 (1907)。
元・脫脫等，《宋史》（點校本），北京：中華書局，1977。
元・賈銘，《飲食須知》（據道光十一年六安晁氏木活字《學海類編》本影印），上海：涵芬樓，1920。
元・駱天驤撰，《類編長安志》（黃永年點校本），北京：中華書局，1990。
元・關漢卿撰、北京大學中文系《關漢卿戲劇集》編校小組校，《關漢卿戲劇集》，北京：人民文學出版社，1976。
北齊・魏收，《魏書》（點校本），北京：中華書局，1974。
北魏・楊衒之撰、范祥雍校注，《洛陽伽藍記校注》，上海：上海古籍出版社，1978。
北魏・賈思勰撰、繆啓愉校釋、繆桂龍參校，《齊民要術校釋》，北京：農業出版社，1982。
宋・丁度等編，《宋刻集韻》（據北京圖書館藏宋刻本影印），北京：中華書局，1989。
宋・方岳，《秋崖集》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・文彥博，《文潞公文集》（據《山右叢書初編》本影印，輯入《叢書集成續編》），上海：上海書店，1994。
宋・王十朋撰、宋・史鑄增注，《會稽三賦・會稽風俗賦》（據清嘉慶陳春刊《湖海樓叢書》本影印，輯入《百部叢書集成》），台北：藝文印書館，1966。
宋・王洋，《東牟集》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・王懷隱等，《太平聖惠方》（據中央圖書館藏烏絲欄抄本影印），台北：新文豐出版公司，1980。
宋・司馬光，《溫國文正司馬公文集》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。
宋・史能之續修，《咸淳毘陵志》（據清嘉慶二十五年，公元1820年刻本縮印，編入《宋元地方志叢書》），台北：大化書局，1980。
宋・江少虞，《宋朝事實類苑》，上海：上海古籍出版社，1981。
宋・朱弁，《曲洧舊聞》（影印《知不足齋叢書》本，收入《百部叢書集成》），台北：藝文印書館，1966。
宋・朱佐，《類編朱氏集驗醫方》（校點排印本），北京：人民衛生出版社，1983。
宋・朱熹，《晦菴先生朱文公集》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。

宋・沈括撰、胡道靜校證，《夢溪筆談校證》，上海：上海古籍出版社，1987。
宋・沈遼，《雲巢編》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・汪元量撰、孔凡禮輯校，《增訂湖山類稿》，北京：中華書局，1984。
宋・宋祁，《景文集》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・李昉等，《太平御覽》（據宋刊本影印），台北：新興書局，1959。
宋・李昉等，《太平廣記》（汪紹楹點校本，新一版），北京：中華書局，1961。
宋・吳自牧，《夢粱錄》（點校本，編入《東京夢華錄（外四種）》），上海：上海古典文學出版社，1956。
宋・何薳，《春渚紀聞》（張明華點校本），北京：中華書局，1983。
宋・孟元老，《東京夢華錄》（點校本，編入《東京夢華錄（外四種）》），上海：上海古典文學出版社，1956。
宋・林洪，《山家清供》（清顧湘輯校刊《小石山房叢書》本），1874。
宋・周密，《武林舊事》（點校本，編入《東京夢華錄（外四種）》），上海：上海古典文學出版社，1956。
宋・金君卿，《金氏文集》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・洪邁，《夷堅志》（何卓點校本），北京：中華書局，1981。
宋・施宿，《嘉泰會稽志》（據嘉慶〔戊辰〕13年，公元1808年采鞠軒重刻本縮印，編入《宋元地方志叢書》），台北：大化書局，1980。
宋・姜特立，《梅山續藁》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・范成大，《石湖居士詩集》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。
宋・范成大，《吳郡志》（陸振嶽校點本），南京：江蘇古籍出版社，1986。
宋・胡仔，《苕溪漁隱叢話》（廖德明校點本），北京：人民文學出版社，1981。
宋・胡宿，《文恭集》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・耐得翁，《都城紀勝》（點校本，編入《東京夢華錄（外四種）》），上海：上海古典文學出版社，1956。
宋・姚勉，《雪坡舍人集》（據胡思敬輯《豫章叢書》本影印，輯入《叢書集成續編》），上海：上海書店，1994。

宋・梁克家，《三山志》（據明崇禎十一年，公元1638年刊本影印，輯入《宋元方志叢刊》，北京：中華書局，1990。
宋・唐慎微撰，艾晟、曹孝忠、張存惠等增補，《重修政和經史證類備用本草》（據張存惠原刻晦明軒本影印），北京：人民衛生出版社，1957。
宋・夏竦，《文莊集》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・晁補之，《濟北晁先生雞肋集》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。
宋・徐夢莘，《三朝北盟會編》（據光緒三十四年許涵度刻印本影印），上海：上海古籍出版社，1987。
宋・孫光憲，《北夢瑣言》（林艾園校點本），上海：上海古籍出版社，1981。
宋・郭祥正，《郭祥正集》（孔凡禮點校本），合肥：黃山書社，1995。
宋・寇宗奭，《本草衍義》（顏正華等點校本），北京：人民衛生出版社，1990。
宋・黃庭堅，《山谷外集詩注》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・黃庭堅，《豫章黃先生文集》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。
宋・黃庶，《伐檀集》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・梅堯臣撰、朱東潤編年校注，《梅堯臣集編年校注》，上海：上海古籍出版社，1980。
宋・張杲，《醫說》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・張耒，《張右史文集》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。
宋・張孝祥，《于湖居士文集》（徐鵬校點本），上海：上海古籍出版社，1980。
宋・張君房集，《雲笈七籤》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。
宋・強至，《祠部集》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・陸佃，《埤雅》（據明成化十五年劉廷吉刻嘉靖二年王俸重修本影印，收入《北京圖書館古籍珍本叢刊》），北京：書目文獻出版社，1988。
宋・陸游撰、錢仲聯校注，《劍南詩稿校注》，上海：上海古籍出版社，1985。

宋・陳自明，《婦人大全良方》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・陳直撰、元・鄒鉉續增，《壽親養老新書》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・陳耆卿，《嘉定赤城志》（據清嘉慶戊寅，公元1818年臨海宋世榮重刻本縮印，編入《宋元地方志叢書》），台北：大化書局，1980。
宋・陳振孫，《直齋書錄解題》（徐小蠻、顧美華點校本），上海：上海古籍出版社，1987。
宋・陳師文等，《太平惠民和劑局方》（劉景源點校本），北京：人民衛生出版社，1985。
宋・陳彭年撰，《鉅宋廣韻》（據宋乾道五年刊本影印），上海：上海古籍出版社，1983。
宋・陳彭年撰、周祖謨校，《廣韻校本》，北京：中華書局，1960。
宋・曾幾，《茶山集》（重編校刊《武英殿聚珍版叢書》本），廣州：廣雅書局，1899。
宋・曾鞏，《曾鞏集》（陳杏珍等點校本），北京：中華書局，1984。
宋・傅肱，《蟹譜》（影印本，輯入《筆記小說大觀》第8編，第5冊），台北：新興書局，1984。
宋・葉隆禮，《契丹國志》（賈敬顏、林榮貴點校本），上海：上海古籍出版社，1985。
宋・葉夢得，《避暑錄話》（影印本，輯入《筆記小說大觀》第3編，第3冊），台北：新興書局，1974。
宋・楊萬里，《誠齋集》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。
宋・楊億，《武夷新集》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・趙抃，《清獻集》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・黎靖德編，《朱子語類》（王星賢點校本），北京：中華書局，1986。
宋・談鑰，《嘉泰吳興志》（據南林劉氏嘉業堂刻本縮印，編入《宋元地方志叢書》），台北：大化書局，1980。
宋・歐陽修，《歸田錄》（李偉國點校本，收入《唐宋史料筆記叢刊》），北京：中華書局，1981。
宋・歐陽修、宋祁，《唐書》（點校本），北京：中華書局，1975。
宋・劉攽，《彭城集》（重編校刊《武英殿聚珍版叢書》本），廣州：廣雅書局，1899。

宋・劉敞，《公是集》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・穆脩，《河南穆公集》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。
宋・錢易，《南部新書》（影印清張海鵬輯刊《學津討原》本，收入《百部叢書集成》），台北：藝文印書館，1965。
宋・謝逸，《溪堂集》（據胡思敬輯《豫章叢書》本影印，收入《叢書集成續編》），上海：上海書店，1994。
宋・薛師石，《瓜廬集》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・韓維，《南陽集》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
宋・徽宋敕編，《聖濟總錄》，北京：人民衛生出版社，1962。
宋・羅願，《爾雅翼》（影印清張海鵬輯刊《學津討原》本，收入《百部叢書集成》），台北：藝文印書館，1965。
宋・蘇舜欽，《蘇舜欽集》（沈文倬點校本），上海：上海古籍出版社，1981。
宋・蘇軾撰、清・王文誥輯注，《蘇軾詩集》（孔凡禮點校本，收入《中國古典文學基本叢書》），北京：中華書局，1982。
宋・蘇頌，《本草圖經》（尚志鈞輯校本），合肥：安徽科學技術出版社，1994。
宋・蘇頌，《蘇魏公文集》（管成學等點校本），北京：中華書局，1988。
明・方以智，《通雅》（據清康熙姚文燮浮山此藏軒刻本影印），北京：中國書店，1990。
明・方以智，《物理小識》（編入《人人文庫》），台北：台灣商務印書館，1978。
明・方岳貢修，《松江府志》，1631（明崇禎辛未，四年）。
明・牛若麟纂輯，《吳縣志》，1642（明崇禎十五年）。
明・包汝楫，《南中紀聞》（據道光庚子蔡氏紫梨華館重雕金忠淳輯刊《硯雲甲編》本影印），台北：藝文印書館，1966。
明・宋詡，《竹嶼山房雜部》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
明・宋楙澄，《九籥集》，1612（明萬曆壬子，四〇年）。
明・李日華，《李太僕恬致堂集》（據明刊本影印，輯入《明代藝術家集彙刊續集》），台北：中央圖書館，1971。
明・李日華，《紫桃軒雜綴》（孫福清輯秀水孫氏望雲仙館校刊《檇李遺書》本），1878（清光緒四年）。

明・李日華，《紫桃軒雜綴》（據上海復旦大學圖書館藏明末刻清康熙李瑁重修本影印，收入《四庫全書存目叢書》子部），台南：莊嚴文化事業有限公司，1995。
明・李日華：《紫桃軒雜綴》（中央研究院歷史語言研究所傅斯年圖書館藏明末刊《李竹嬾先生說部全書》本）。
明・李時珍，《本草綱目》（劉衡如校本），北京：人民衛生出版社，1982。
明・李翊，《戒庵老人漫筆》（魏連科點校本，收入《元明史料筆記叢刊》），北京：中華書局，1982。
明・吳寬等修，《姑蘇志》（據明正德刻本影印，收入《天一閣藏明代方志選刊續編》），上海：上海書店，1990。
明・邵寶，《刻杜少陵先生詩分類集註》（據明萬曆壬辰，公元1592年周子文刊本影印），台北：台灣大通書局，1974。
明・周季鳳，《雲南志》（據明正德刻本影印，輯入《天一閣藏明代方志選刊續編》），上海：上海書店，1990。
明・周履靖編，《益齡單》（影印明萬曆刻《夷門廣牘》本），長沙：商務印書館，1940。
明・高啓撰、清・金檀輯注，《高青丘集》（徐澄宇等校點本，收入《中國古典文學叢書》），上海：上海古籍出版社，1985。
明・高濂，《遵生八牋》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
明・袁業泗等修、劉庭蕙等纂，《漳州府志》，1613（明萬曆癸丑，四十一年）。
明・夏允彝纂脩，《長樂縣志》，1641（明崇禎辛巳，十四年）。
明・馮夢龍撰，《壽寧待誌》（據崇禎十年，公元1637年刊本排印，陳煜奎校點本），福州：福建人民出版社，1983。
明・黃仲昭纂修，《〔弘治〕八閩通志》（影印本，輯入《北京圖書館古籍珍本叢刊》），北京：書目文獻出版社，1988。
明・徐煬，《鼇峰集》（明刊本）。
明・徐獻忠，《吳興掌故集》（南林劉氏嘉業堂刊《吳興叢書》本），1914。
明・陳頎修、勞鉞續修，《湖州府誌》（據靜嘉堂文庫藏明成化十一年刊弘治補刊本影印，輯入《日本藏中國罕見地方志叢刊》），北京：書目文獻出版社，1991。
明・陳獻章，《陳獻章集》（孫通海點校本），北京：中華書局，1987。
明・陶宗儀，《說郛》（據張宗祥集校明抄本影印），台北：新興書局，1963。
明・焦竑，《國朝獻徵錄》（影印本），台北：台灣學生書局，1965。

明・萬安等纂脩，《大明一統志》（據明天順五年，公元1461年刊本影印），台北：文海出版社，1965。
明・董斯張，《吳興備志》（南林劉氏嘉業堂刊《吳興叢書》本），1914。
明・劉沂春修，《烏程縣誌》，1638（崇禎戊寅，十一年）。
明・解縉等，《永樂大典》（影印本），台北：世界書局，1962。
明・盧和，《食物本草》（一樂堂重刻本），1570（明隆慶庚午，四年）。
明・謝肇淛，《五雜組》（據明刊本影印），台北：新興書局，1971。
明・謝肇淛，《北河紀》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
明・謝肇淛，《小草齋文集》（明刊本）。
明・謝肇淛等，《永福縣志》（中央研究院歷史語言研究所傅斯年圖書館藏抄本）。
明・謝肇淛，《北河紀餘》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
明・謝肇淛，《滇略》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
明・韓奕，《易牙遺意》（據明周履靖校本影印，編入篠田統、田中靜一編著，《中國食經叢書》），日本，東京：書籍文物流通會，1972。
明・魏畊，《雪翁詩集》（張壽鏞輯刊《四明叢書（第二集）》本），1934。
明・顧起元撰，《客座贅語》（譚棣華、陳稼禾點校本，輯入《元明史料筆記叢刊》），北京：中華書局，1987。
金・張從正撰、張海岑等校注，《儒門事親校注》，鄭州：河南科學技術出版社，1984。
後晉・劉昫等，《舊唐書》（點校本），北京：中華書局，1975。
南唐・沈汾，《續仙傳》（據《正統道藏》本影印），台北：新文豐出版公司，1985。
晉・陳壽，《三國志》（點校本），北京：中華書局，1959。
晉・陸雲，《陸士龍文集》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。
晉・張華撰、范寧校證，《博物志校證》，北京：中華書局，1980。
晉・葛洪撰、王明校釋，《抱朴子內篇校釋》（增訂本，輯入《新編諸子集成》第一輯），北京：中華書局，1985。
晉・葛洪，《葛洪肘後備急方》（金楊用道附廣本），北京：人民衛生出版社，1963。
唐・王維撰、清・趙殿成箋注，《王右丞集箋注》，香港：中華書局香港分局，1972。

唐・王燾，《外臺祕要方》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
唐・元稹，《元稹集》（冀勤校本），北京：中華書局，1982。
唐・白居易，《白居易集》（顧學頡點校本），北京：中華書局，1979。
唐・令狐德棻等撰，《周書》（點校本），北京：中華書局，1971。
唐・杜光庭，《錄異記》（影印本，編入《筆記小說大觀》第14編，第1冊），台北：新興書局，1983。
唐・杜甫撰、清・仇兆鰲注，《杜詩詳註》，北京：中華書局，1979。
唐・李白撰，瞿蛻園、朱金城校注，《李白集校注》，上海：上海古籍出版社，1980。
唐・李延壽，《南史》（點校本），北京：中華書局，1975。
唐・李延壽，《北史》（點校本），北京：中華書局，1974。
唐・李商隱，《雜纂》（張宗祥集校明抄《說郛》本），台北：新興書局，1963。
唐・李德裕，《李文饒集》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。
唐・岑參撰，陳鐵民、侯忠義校注，《岑參集校注》，上海：上海古籍出版社，1981。
唐・房玄齡等，《晉書》（點校本），北京：中華書局，1974。
唐・范攄，《雲谿友議》（《四部叢刊》續編本），上海：商務印書館，1934。
唐・段公路撰、崔龜圖注，《北戶錄》（清・陸心源輯校刊《十萬卷樓叢書》二編本），1880（光緒六年）。
唐・段成式，《酉陽雜俎》（方南生點校本），北京：中華書局，1981。
唐・姚思廉，《梁書》（點校本），北京：中華書局，1973。
唐・徐堅等，《初學記》（司義祖點校本），北京：中華書局，1962。
唐・孫思邈，《備急千金要方》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
唐・陸德明，《經典釋文》（影印《通志堂經解》本），台北：漢京文化事業公司，1971（？）。
唐・楊曄，《膳夫經手錄》（據《碧琳琅館叢書》本影印，編入篠田統、田中靜一編著，《中國食經叢書》），日本，東京：書籍文物流通會，1972。
唐・虞世南，《北堂書鈔》（清光緒戊子，十四年南海孔氏三十有三萬卷堂校注重刊本），1888。
唐・歐陽詢，《藝文類聚》（汪紹楹校本），北京：中華書局，1965。

唐・劉恂，《嶺表錄異》（重編校刊《武英殿聚珍版叢書》本），廣州：廣雅書局，1899。
唐・李濟翁，《資暇集》（影印明顧元慶輯刊《陽山顧氏文房》本），台北：藝文印書館，1966。
唐・樊綽撰、趙呂甫校釋，《雲南志校釋》，北京：中國社會科學出版社，1985。
唐・韓愈撰、錢仲聯集釋，《韓昌黎詩繫年集釋》（編入《中國古典文學叢書》），上海：上海古籍出版社，1984。
唐・魏徵等，《隋書》（點校本），北京：中華書局，1973。
唐・釋道宣，《廣弘明集》（據《影印宋磧砂版大藏經》本縮印），上海：上海古籍出版社，1991。
唐・釋慧琳，《一切經音義》（據日本獅谷白蓮社藏版影印），上海：上海古籍出版社，1986。
梁・沈約，《宋書》（點校本），北京：中華書局，1974。
梁・陶弘景集注，《本草經集注》（尚志鈞、尚元勝輯校本），北京：人民衛生出版社，1994。
梁・陶弘景集、尚志鈞輯校，《名醫別錄》，北京：人民衛生出版社，1986。
梁・慧皎，《高僧傳》（據磧砂藏本影印，編入《高僧傳合集》），上海：上海古籍出版社，1991。
梁・蕭子顯，《南齊書》（點校本），北京：中華書局，1972。
梁・蕭統撰、唐・李善注，《文選》（據清嘉慶十四年胡克家景宋刊本影印），台北：藝文印書館，1967。
梁・顧野王，《玉篇》（據宋刊本影印），北京：中國書店，1983。
清・六十七，《番社采風圖考》（清嘉慶間南匯吳氏聽彝堂刊吳省蘭輯《藝海珠塵》本）。
清・方文，《嵞山集》（據北京圖書館藏清康熙二十八年刻本影印，列入《清人別集叢刊》），上海：上海古籍出版社，1979。
清・王士雄，《隨息居飲食譜》，1861（清咸豐十一年）。
清・王聘珍，《大戴禮記解詁》（王文錦點校本），北京：中華書局，1983。
清・朱右曾，《逸周書集訓校釋》（縮印南菁書院刊《皇清經解續編》本），台北：復興書局，1972。
清・汪曰楨，《湖雅》（據光緒庚辰，1880年刊本影印，輯入篠田統、田中靜一編著，《中國食經叢書》），日本，東京：書籍文物流通會，1972。
清・汪曰楨等纂，《烏程縣志》，1881（光緒七年）。
清・李斗，《揚州畫舫錄》（輯入《清代史料筆記叢刊》），北京：中華書局，1960。

清・李桓輯，《國朝耆獻類徵初編》（據光緒甲申、庚寅間湘陰李氏藏版影印本），台北：文海出版社。
清・吳偉業，《梅村家藏藁》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。
清・宗源瀚等修，《湖州府志》（據同治十三年刊本影印），台北：成文出版社，1970。
清・東軒主人，《述異記》（影印本，輯入《筆記小說大觀》第3編），台北：新興書局，1974。
清・周亮工，《因樹屋書影》，上海：上海古籍出版社，1981。
清・周亮工，《閩小記》（清馬俊良輯《龍威秘書》本），1794（乾隆五十九年，甲寅）。
清・屈大均，《廣東新語》（點校本，輯入《清代史料筆記叢刊》），北京：中華書局，1985。
清・屈大均，《屈大均全集》（趙福壇、伍錫強等校點本），北京：人民文學出版社，1996。
清・范咸、六十七，《重脩台灣府志》（影印本，編入《台灣府志三種》），北京：中華書局，1985。
清・胡承謀原輯、李堂增刊，《湖州府志》（台北故宮博物院藏乾隆二十三年刊本），1758。
清・胡鳴玉，《訂譌雜錄》（據清嘉慶陳春刊《湖海樓叢書》本影印，輯入《百部叢書集成》），台北：藝文印書館，1966。
清・姚弘緒，《松風餘韻》（寶善堂刊本），1743（乾隆八年，癸亥）。
清・梁同書，《直語補證》（據清嘉慶二十二年，公元1817年仁和陸氏刊《頻羅庵遺集》影印，輯入日本長澤規矩也編，《明清俗語辭書集成》），上海：上海古籍出版社縮印，1989。
清・梁章鉅，《浪跡三談》（陳鐵民點校本），北京：中華書局，1981。
清・袁國梓纂修，《嘉興府志》，1681（清康熙辛酉，二十年）。
清・郝懿行，《證俗文》（據清光緒十年，公元1884年曬書堂刊本影印，輯入日本長澤規矩也編，《明清俗語辭書集成》），上海：上海古籍出版社縮印，1989。
清・張廷玉等，《明史》（點校本），北京：中華書局，1974。
清・張泓，《滇南新語》（清嘉慶間南匯吳氏聽彝堂刊吳省蘭輯《藝海珠塵》本）。
清・彭定求等編，《全唐詩》（校點本），北京：中華書局，1960。
清・趙學敏，《本草綱目拾遺》，香港：商務印書館香港分館，1971。

清・錢泳，《履園叢話》（張偉校點本，輯入《清代史料筆記叢刊》），北京：中華書局，1979。
清・戴望校正，《管子校正》，台北：世界書局，1970。
清・嚴可均校輯，《全上古三代秦漢三國六朝文》，北京：中華書局，1958。
清・羅愫等修，《烏程縣志》（據清乾隆十一年刊本影印），台北：成文出版社，1983。
清・顧仲，《養小錄》（據《學海類編》本影印，編入篠田統、田中靜一編著，《中國食經叢書》），日本，東京：書籍文物流通會，1972。
清・顧祿，《桐橋倚櫂錄》（清刊本）。
許維遹集釋，《呂氏春秋集釋》（據一九三五年清華大學版影印），台北：世界書局，1975。
郭靄春校注語譯，《黃帝內經靈樞校注語譯》，天津：天津科學技術出版社，1992。
逯欽立輯校，《先秦漢魏晉南北朝詩》，北京：中華書局，1983。
陳奇猷校釋，《呂氏春秋校釋》，上海：學林出版社，1984。
隋・巢元方等撰、南京中醫學院校釋，《諸病源候論校釋》，北京：人民衛生出版社，1980。
隋・楊上善撰注，《黃帝內經太素》（據清蕭延平蘭陵堂校本校排），北京：人民衛生出版社，1965。
楊伯峻集釋，《列子集釋》（編入《新編諸子集成》第1輯），北京：中華書局，1979。
楊樹達，《鹽鐵論要釋》（新一版），北京：中華書局，1963。
傳清・朱彝尊撰，《食憲鴻祕》，（影印本，編入篠田統、田中靜一編著，《中國食經叢書》），日本，東京：書籍文物流通會，1972。
漢・王充撰、劉盼遂集解，《論衡集解》，北京：古籍出版社，1957。
漢・司馬遷，《史記》（顧頡剛等點校本），北京：中華書局，1959。
漢・史游撰、唐・顏師古注，《急就篇》（《四部叢刊》續編本），上海：商務印書館，1934。
漢・班固撰、唐・顏師古注，《漢書》（點校本），北京：中華書局，1962。
漢・桓寬撰、王利器校注，《鹽鐵論校注》（增訂本），天津：天津古籍出版社，1983。
漢・許慎撰、清・段玉裁注，《說文解字注》（據經韻樓刊本影印），台北：藝文印書館，1970。
漢・張機撰、清・徐彬註，《金匱要略論註》（影印文淵閣《四庫全書》本），台北：台灣商務印書館，1986。
漢・趙曄，《吳越春秋》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。

漢・劉珍等撰、吳樹平校注，《東觀漢記校注》，鄭州：中州古籍出版社，1987。
漢・劉熙，《釋名》（《四部叢刊》初編本），上海：商務印書館，1922。
漢・應劭撰、王利器校注，《風俗通義校注》，北京：中華書局，1981。
戰國・荀況撰、清・王先謙集解，《荀子集解》（輯入《新編諸子集成》第一輯），北京：中華書局，1988。
戰國・韓非撰、陳奇猷集釋，《韓非子集釋》，北京：中華書局，1958。
劉宋・范曄，《後漢書》（點校本），北京：中華書局，1965。
劉宋・陳延之撰、高文柱輯校，《小品方輯校》，天津：天津科學技術出版社，1983。
劉宋・劉義慶撰、徐震堮校箋，《世說新語校箋》，北京：中華書局，1984。
遼・釋行均，《龍龕手鏡》（據高麗版影印遼刻本影印），北京：中華書局，1985。
舊題宋・陶穀，《清異錄》（影印本，輯入《筆記小說大觀》第4編，第3冊），台北：新興書局，1978。
舊題明・劉基，《多能鄙事》（明刊本）。
舊題明・劉基撰，《多能鄙事》（影印本，編入篠田統、田中靜一編著，《中國食經叢書》），日本，東京：書籍文物流通會，1972。
日本・丹波元胤，《中國醫籍考》（第二版），北京：人民衛生出版社，1983。
日本・丹波康賴，《醫心方》（據仁和寺影寫本影印），日本，大阪：オリエント出版社，1991。
日本・丹波康賴，《醫心方》（據淺倉屋藏板影印本），北京：人民衛生出版社，1955。
日本・源順，《倭名類聚鈔》（影印本，輯入辻村敏樹編集，《早稻田大學藏資料影印叢書》），日本，東京：早稻田大學出版部，1987。

二、近人論著

王渝光、單春櫻、崔梅
1997 《漢傣語言文化論》，昆明：雲南教育出版社。
中國科學院考古研究所、湖南省博物館寫作小組
1975 〈馬王堆二、三號漢墓發掘的主要收穫〉，《考古》1975.1。
《全國中草藥匯編》編寫組
1975 《全國中草藥匯編》，北京：人民衛生出版社。
邢湘臣
1984 〈稻田養魚小史及其現實意義〉，《農業考古》1984.2。

李友松
1984 〈中國古尸寄生蟲學研究之綜述〉，《人類學學報》3.4。
李樂福
1958 〈江西省華枝睾吸蟲病感染調查初步報告〉，《中華醫學雜志》1958.10。
李學勤、馬繼興
1979 〈我國現已發現的最古醫方——帛書《五十二病方》〉，附見於《五十二病方》，北京：文物出版社。
吳徵鑑、毛守白等主編
1984 《中國醫學百科全書・寄生蟲學與寄生蟲病學》，上海：上海科學技術出版社。
余嘉錫
1974 《四庫提要辨證》，香港：中華書局香港分局。
林金祥、李友松等
1982 〈福建明代古屍寄生蟲感染的研究〉，《中華醫學雜志》62.4。
周作人撰、鐘叔河編
1990 《知堂談吃》，北京：中國商業出版社。
姚振宗
1967 《隋書經籍志考證》（輯入《二十五史補編》第四冊），台北：台灣開明書店。
梁伯強
1951 〈吃「魚生」是多麼危險啊！〉，《大眾醫學》5.3。
高亨纂著、董治安整理
1989 《古字通假會典》，濟南：齊魯書社。
高華年
1980 《廣州方言研究》，香港：商務印書館香港分館。
馬繼興
1992 《馬王堆古醫書考釋》，長沙：湖南科學技術出版社。
秦保生
1984 〈漢代農田水利的布局及人工養魚業〉，《農業考古》1984.1。
袁家驊等
1960 《漢語方言概要》，北京：文字改革出版社。
柴萼
1976 《梵天廬叢錄》（影印本），台北：禹甸文化事業公司。
孫文良主編
1990 《滿族大辭典》，瀋陽：遼寧大學出版社。

徐永慶、何惠琴
1996 《中國古尸》，上海：上海科技教育出版社。
徐佩印、施桂英編
1985 《民族風情》，鄭州：河南人民出版社。
徐亮之
1954 《中國史前史話》，香港：亞洲出版社。
郭清華
1986 〈勉縣出土稻田養魚模型〉，《農業考古》1986.1。
黃文寬
1957 〈戴縉夫婦墓清理報告〉，《考古學報》1957.3。
黃展岳
1992 〈南越王墓出土的肉食品及其烹調法的研究〉，《中國烹飪》1992.9。
張日昇
1969 〈香港粵語陰平調及變調問題〉，《香港中文大學中國文化研究學報》2.1。
張舜徽
1962 《中國古代史籍校讀法》，北京：中華書局。
1988 《舊學輯存》，濟南：齊魯書社。
陳垣
1939 《釋氏疑年錄》（輯入《輔仁大學叢刊第五》），北平：輔仁大學。
馮承鈞譯
1936 《馬可波羅行記》（沙海昂注本），上海：商務印書館。
湖北省西漢古尸研究小組編
1982 《江陵鳳凰山一六八號墓西漢古尸研究》，北京：文物出版社。
湖北省荊州地區博物館
1985 《江陵馬山一號楚墓》，北京：文物出版社。
湖南省博物館及中國科學院考古研究所編
1973 《長沙馬王堆一號漢墓》，北京：文物出版社。
詹伯慧
1981 《現代漢語方言》，武漢：湖北人民出版社。
端木蕻良
1989 〈爲瑰麗的生活增添色彩——遼菜瑣談〉（節錄本，輯入陳淑君、唐艮主編，《中國美食詩文》），廣州：廣東高等教育出版社。
廣州市文物管理委員會、廣東省博物館等
1991 《西漢南越王墓》，北京：文物出版社。

趙立涌
1991 〈赫哲人喜食生魚〉，《民族》1991.6。
衛生部藥典委員會編
1991 《中華人民共和國藥典中藥彩色圖集（1990年版）》，廣州：廣東科技出版社。
劉志文主編
1993 《廣東民俗大觀》，廣州：廣東旅游出版社。
劉祖信
1995 〈荊門楚墓的驚人發現〉，《文物天地》1995.6。
劉躍華
1990 〈日本菜點印象〉，《中國烹飪》1990.11。
鄧雲鄉
1987 《紅樓風俗譚》，北京：中華書局。
蕭璠
1994 〈謝肇淛年譜〉（未刊稿）。
1995 〈關於歷史上的一種人體寄生蟲病——曼氏裂頭蚴病〉，《新史學》6.2。
鍾柏生
1993 〈釋「人 ⿰⿰ 」與「牛 ⿰⿰ 」〉，《王叔岷先生八十壽慶論文集》，台北：大安出版社。
鍾惠瀾主編
1986 《熱帶醫學》，北京：人民衛生出版社。
譚彼岸
1973 《廣東物語》（影印本），香港：中山圖書公司。
譚德祥
1990 〈廣西的魚生〉，《中國烹飪》1990.11。
饒秉才、歐陽覺亞等
1981 《廣州話方言詞典》，香港：商務印書館香港分館。
日本・戶田秀典
1988 《奈良・平安時代の宮都と文化》，東京：吉川弘文館。
日本・林巳奈夫
1992 《中國古代の生活史》，東京：吉川弘文館。
日本・東方孝義
1974 《台灣習俗》（據1942年，日本昭和17年，台北，同人研究會刊本影印），台北：古亭書屋。

日本・坪井清足、奈良國立文化財研究所監修
1985 《平城京再現》，東京：新潮社。
日本・周達生
1989 《中國の食文化》，日本，大阪：創元社。
日本・梶原通好
1941 《台灣農民生活考》（《台灣時報》別刷本），台北：1939年（日本昭和14年）。又，台北：緒方武歲，1941。
日本・渡邊實
1964 《日本食生活史》，東京：吉川弘禮館。
日本・篠田統、田中靜一編著
1972 《中國食經叢書——中國古今食物料理資料集成》，日本，東京：書籍文物流通會。
L. Carrington Goodrich ed.
1976 *Dictionary of Ming Biography 1368-1644*. New York and London: Columbia University Press.

Kuai and *Sheng* — the Raw Fish and Meat Dishes in Chinese History

Fan Hsiao

Institute of History and Philology, Academia Sinica

In the *Book of Rites* edited by Dai De and in the chapter "Wang Zhi" of the *Book of Rites*, "cooked foods" as opposed to "raw foods" were used as a criterion to distinguish the Chinese from their neighbouring ethnic groups. The Chinese ate cooked foods while other ethnic groups ate raw foods. However, since the invention of 'cooked foods', have the Chinese had the custom of eating raw fish and meat at all? As this article will show, they certainly have. Then, what have they eaten? How were they prepared? How important were these fish and meat dishes in the life of the Chinese in historic times? What was the geographical distribution of this eating custom? Did people have some particular views concerning eating raw fish and meat? Why are the average Chinese today no longer aware of this custom? This article will explore the questions concerning the custom of *kuai* and *sheng*—or catching for immediate slaughter and preparing for immediate consumption instead of having the raw fish and meat processed by drying in the air, pickling, soaking in sauce or wine, brewing, etc. It will also try to give tentative answers to these questions.

The eggs of *Clonorchis sinensis* (liver fluke) have been found in ancient corpses at archaeological sites dating from the Warring States Period to the Ming dynasty. This proves that the eating of raw fish was a tradition that existed in China for a very long period of time.

Documents since the Shang dynasty oracle bone inscriptions have called these raw fish and raw meat prepared for immediate consumption *kuai* and *sheng*, or *kuai sheng*. *Sheng* refers to raw fish and raw meat and *kuai* refers to finely cut raw fish and raw meat. A great many of animal species were eaten this way, including wild animals like David's deer (麋), deer, river deer, bear, wild boar, hare, fox, civet cat (香貍), bamboo rats; domestic animals like ox, cow, sheep, goat, pig, dog and horse (for meat, and in the case of pig, sheep and goat also for liver and stomach); fowls like cock, hen, duck, goose and wild pigeon; sea and fresh water fish like carp, crucian carp (鯽), fresh water bream, trout, mullet, hilsa herring, bass, grass carp, black carp (青魚), brown croaker (鮸魚), butterfish, yellow croacker, catfish (塘虱), long-tailed anchovy (鱭), and snakehead fish (鱧);

shellfish and other aquatic animals like crab, shrimp, oyster, blood cockle (蚶子), clam, pen shell (江瑶), mussel (淡菜); as well as jellyfish, etc.

Generally speaking, *kuai sheng* were not daily or regularly consumed by the Chinese. During historic times *kuai sheng* had very high status in the Chinese cuisine. According to the feudal system of ceremonial forms of ancient China, only hereditary aristocrats could enjoy them. And later they were often the delicacies enjoyed only by emperors, aristocrats and wealthy families. The emperors bestowed them to their courtiers and the courtiers offered them to the emperors. They were also served at banquets and cherished by people as rare and first class delicacies. To eat them was also considered a romantic event for intellectuals which smacked refined taste and elegant style. It was a pleasurable occasion.

Regions south of the Huai River abound in rivers, streams, irrigation canals, lakes and ponds. And to their southeast is the vast sea. Various species of fish, shell, shrimp, and crab are easily available naturally or through artificial cultivation. Therefore, the custom of eating the *kuai sheng* of aquatic animals was more prevalent in these regions than in north China. Since the time of the Northern and Southern dynasties, southerners often considered raw fish a kind of special homeland cuisine. Most of the 'lands of fish *kuai sheng*' celebrated by the Chinese were located to the south of the Huai River, especially the lower Yangtze Delta. Many residents here enjoyed eating raw fish.

In order to prepare *kuai sheng*, very fresh aquatic animal and land animal meats were needed. Special sizes were sometimes required for the fish. These animals had to be processed first, and only appropriate and selected portions of them would be used for *kuai sheng*. For instance, the skin, bone, head and tail of fish were discarded first; only chicken breast was used; the crab shell was discarded also; sands and dirt in cowrie and conch had to be washed away and their meat taken out. There were a number of ways to cut the fish and meat: making thin slices was called *xuan* or *fen*, shredding the slices was called *kuai*. At least since the Jin dynasty, ground raw fish and meat were called *sao* or *sao zi*. As a rule, the thinner and finer the cut the better. Since the Eastern Han dynasty, the cut fish could be described as 'very fine threads', 'fine hair', or 'the awns of barley'. During the Tang and the Song dynasties, the City of Wuxing was especially famous for its knife skills. After cutting, paper was generally used to absorb blood and water. But by the late Ming

dynasty, fish was sliced only and no longer shredded. And water was used to wash away the remaining blood.

Fancy seasonings were required for the preparation of *kuai sheng*. Mustard seed sauce had been used since ancient times. The famous '*ba he ji*' or the mixed condiment of eight mashed ingredients was developed during the Northern and Southern dynasties. At least since the Sui dynasty, leafy greens like coriander (芫荽), mosla herb (香薷) and Chinese radish had been used to cover the *kuai sheng*. The presentation of the dish was especially stressed. The colors of the fish, meat, seasonings, and herbal greens combined to produce a brilliant effect. At Wuxing, chefs even arranged the threads of fish and meat into poems or other special fancy patterns.

The Chinese believed in the nourishing and healing power of many kinds of *kuai sheng*. But raw fish and meat could sometimes be poisonous. And diseases could occur if the quality was dubious, the season or time for consumption was inappropriate, too much was eaten; it was combined with certain kinds of food like dairy products; or eaten by the elderly, pregnant women or sick or feeble individuals. Seasonings and herbs that accompanied *kuai sheng*, such as garlic, gingerroot, tangerine peel, plum, cinnamon, coriander, water pepper (蓼), prickly ash (蜀椒), pepper, Chinese radish and vinegar generally could prevent these diseases.

Kuai sheng was not good for health. During the Tang and the Song dynasties, Sun Si-miao and Lou Ju-zhong advised against them. But their efforts had little results.

Although people liked *kuai sheng*, this eating custom gradually declined. By the time of mid-Ming dynasty, chicken became the only foul meat used in *kuai sheng*. And even chicken was generally cooked. In the meantime, cooked fish and meat *kuai sheng* dishes gained popularity. The geographical area of eating *kuai sheng* greatly shrank. It was confined to the regions south of The Five Mountain Passes. By the time of late Ming and early Qing, the recipes for raw animals in cookbooks actually referred to cooked meat.

This decline started from north China. At least since the ninth century, northerners (except the aristocrats, officials and very wealthy people), no longer ate raw fish. Between the sixteenth century and the seventeenth century, raw fish disappeared from the plates of the northern Chinese altogether. During the Tang and Song dynasties, the custom of eating raw fish was prevalent at Wuxing. But by the fifteenth century, even local residents of

Wuxing no longer ate raw fish. By the time of late Ming, this tradition only lingered on in a very limited number of regions such as the south of The Five Mountain Passes and the Bay of Hangzhou.

The existence of *kuai sheng* in a culture characterized by cooked foods shows that the Chinese could, for a long period, maintain and develop a tradition contrary to the mainstream. The evolution of *kuai sheng* at different times and regions indicates that although there were basically similar styles and features in the traditional Chinese culture, many diverse regional styles and features actually coexisted.

Keywords: *kuai*, *sheng*, *kuai-sheng*, raw fish, *ji* (mashed condiment)