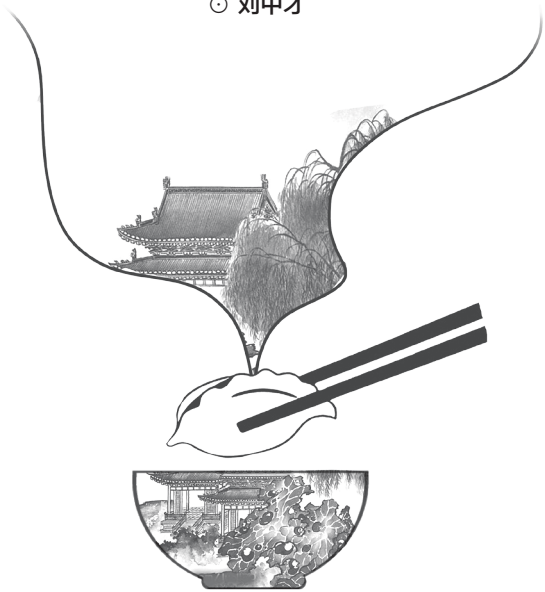


古人过年吃什么

◎ 刘中才



“莫笑农家腊酒浑，丰年留客足鸡豚。山重水复疑无路，柳暗花明又一村。”1167年初春，赋闲在家的陆游选择一个人出门游历，当他走到家乡附近的一座山坡时，恰遇一户农家正在杀鸡煮肉招待客人。虽是浑酒一杯，却醇香四溢，时令恰在春节之际，陆游心生感慨，挥笔写下《游山西村》，这首七言律诗自此成为千古名篇。

陆游生活在北宋，从诗中可以推测，当时的老百姓春节期间是有肉吃有酒喝的。尽管不及今天的海参鲍鱼金丝燕窝，但也足以说明古人过年的餐饮质量并不算差。不过陆游的诗句只是简单的概括，并没有作出详细介绍，至于古人在过年的时候吃什么菜却不得而知。

其实，古人同今天一样，在重要的节日都会准备美酒佳肴以示对生活的敬畏。那么，古人过年具体吃什么呢？

单从主食来说，古人过年主要吃麦饭、饺子和汤圆三类。中国粮食作物的种植史早在古代社会就是传统的南水稻北小麦，但是无论水稻还是小麦的种植，都是隋唐以后才开始普及。隋唐以前，古人种植的五谷均不包括水稻和小麦。

因此，在先秦时期，古人过年吃的主食是麦饭。这是一种极其简单的饭食。一般是把各种杂粮磨成粉，裹到野菜上面蒸熟即可。在生产力较为落后的古代，古人的日常饮食多以粗粮为主，春节能吃一顿麦饭已经十分难得。

饺子最早出现在东汉，相传是由医学

家张仲景发明，当时主要用于治疗耳朵上的冻疮。唐、宋两朝经济富庶，北方地区广种小麦，面食日渐增多，饺子本有“交子”之寓意，春节期间吃饺子蔚然成风。与此相应的长江以南，水稻种植渐成大势。尤其北宋以来，上元节吃汤圆的习俗盛极一时，汤圆可以包裹各类食材，又有团圆之盼，在春节吃汤圆还有一语双关的妙意，随着时间的推移，吃汤圆逐渐成为南方人过春节的主食。

春节吃的主食古今基本没有区别。但从菜品上来说，古今则是迥然不同。古代物质匮乏，食材不多，古人春节吃的菜品主要是五辛盘、猪羊肉和时令蔬菜。《荆楚岁时记》中曾记载，南朝人过年时餐桌

上常备五辛盘。孙思邈在《食忌》一文中也说：“正月之节，食五辛以癖疴气。”又在《养生诀》里面说：“元旦取五辛食之，令人开五脏，去伏热。”魏晋时期吃五辛盘是在正月初一的早晨，东晋御史中丞周处在其著作《风土记》中说：“当迎晨啖五辛菜，以助发五脏气而求福之中。”



何为五辛盘？简而言之，就是将大蒜、小蒜、芫荽、韭菜、芸薹5种辛味蔬菜装入盘中，蘸上调制的酱汁生吃，类似于今天的凉拌菜。唐代中后期，在五辛盘的基础上进一步发展衍生出春盘，即在五辛盘中增加其他的时令蔬菜，寓以生发迎春之意。杜甫在《立春》中便说：“春日春盘细生菜，忽忆两京梅发时。”

明朝人对五辛盘也十分偏爱，如嘉靖年间的《漳平县志》做过记载：“人家无贵贱，咸御鲜衣，诣所亲贺岁，主人辄出辛盘与其款洽。”而且，明代的五辛盘比前朝各代更有讲究，如李时珍在《本草纲目》中记述：“元旦立春，以葱、蒜、韭、蓼、蒿、芥辛嫩之菜，杂和食之，取迎新之意，谓之五辛盘。”

无论五辛盘还是春盘，都属于素菜的

范畴。古人过年，自然也不能少去荤菜，最典型的便是鸡、猪、羊肉。鸡与“吉”是为谐音，古人过年吃鸡，寓意大吉大利，古今皆然。猪肉和羊肉因味美鲜香，在古人的年夜饭里当数上品佳肴。唐人韦巨源在《烧尾宴食单》里面记录的58种菜品中，有数十种是羊肉制品，羊肉在古人年夜饭中的地位可见一斑。宋朝更是把羊肉吃到极致，官府和坊间凡是过年期间，只要条件允许，都要宰割羊肉。

猪肉则因产量高，肉质口感好，且没有羊肉的膻味，而成为两宋至今年夜饭上的主角，由于猪肉的存在感极强，价格相对便宜，备受百姓欢迎，东坡肘子、东坡肉也在北宋相继问世。

不过古人过年基本不吃牛肉，并非牛肉不入古人的法眼，而是因为男耕女织的古代，公牛用于耕地，母牛宜于繁殖，牛作为劳动生产中的主力，非不可抗力因素导致的死亡，官方明令禁止宰杀。

古代没有高温大棚，特别是北方地区进入寒冬以后绿色蔬菜几近于无。所以古人在过年期间能够吃到的新鲜时蔬极为有限，主要品种仅有白菜、牛蒡、紫苏等。而且炒菜这种烹饪方法在南北朝以后才逐渐普及，所以古人烹饪蔬菜的办法也不多，一般用来煮羹或是直接生吃。

古人过年吃的食物虽然不及今天，但是年味浓郁，年气十足。决然不像信息化时代的今天，过年如同平常，拜年全靠网络，吃的食材五花八门，过年的气息却愈渐浅淡。