**天津理工大学**

**论文题目：中西饮食文化比较研究**

课程： 中西文化比较（网络尔雅）

姓名： 王洋洋

学号： 20193289

院系： 环境科学与安全工程

分数：

饮食是人类生存与发展的第一需要，也是社会生活的基本形式之一。同时，随着人类社会的不断发展与变迁，饮食也变得更加丰富和多样，并逐渐形成了特定的饮食文化，成为一个国家和民族文化的核心组成部分之一，而中国的饮食文化和西方的饮食文化也在很多方面存在着差异但亦有各自不同的特色。

首先，饮食观念上的不同。中国人更加注重食物色、香、味的有机融合和统一。食物在颜色上鲜亮，尤其是绿色蔬菜，这样才会让人看起来有食欲。除了颜色之外，食物还要有自身独特的香味，能充分刺激人的嗅觉和味觉，引起人进食的冲动和行为。味则是人在品尝完美食之后所给予的评价和结论，也是中国人对饮食追求的最高境界，因此，中国人会为了追求美味不断地变换食物。中国人吃饭主要吃味道，只要味道好，其营养价值不高也无所谓。更注重的是赏心悦目以及味道突出。在中国饮食的理性大于饮食的美性，这种饮食观也与中国的哲学思想相一致。中国人认为烹调是一种艺术，这种艺术与其他的艺术一样，体现着严密性与即兴性的统一。中国人注重饮食的感性和艺术性，追求口感这一方面是众所周知的。而西方人追求理性科学地饮食观，即讲究营养，视营养为最高准则，特别讲求食物的营养成分，蛋白质、维生素以及各类有机元素的含量是否搭配合理，热量的供给是否恰到好处，这些营养成分能否为进食者充分吸收，几乎不考虑食物的色、香、味，以及每天这些营养物质摄入量的多少，“吃”对于一个西方人来说只是对一个生物机器注入燃料，只要能帮助他们抵御病菌和保持健康就够了，所以西方人可能会长期地吃同一种或几种食物。

然后，饮食结构和素材选用上的不同。在中国人的饮食结构中，以各种植物果实、根茎和枝叶为主的“素食”占据了更大的比例，同时还配以各种肉食，可以说是荤素搭配，营养丰富而均衡。中国人的主食基本上以米饭和面食为主，主食也俗称为饭，吃饭的时候还要准备各种菜肴下饭。中国人在菜品素材选用上最大的创新之处应该就是把不同种类的素材混合在一起，使之在视觉上更美观，在味觉上更加丰富和多样。除此之外，中国还有很多把肉类和各种蔬菜混在一起的荤素搭配的炖菜。相比较而言，在西方人的饮食结构中，肉食占据了更高的比例，主要以牛肉、猪肉、羊肉和各种鱼类为主，以各种蔬菜为主的素食只占很少的部分。此外，西方人也把各种素材分的很清楚，认为不同种类的素材是不能放在一起加以烹饪的，因而在他们的饮食中，很少看到像各种炖菜这样的混搭菜品。

其次，中西方烹饪方法和饮食方式的不同的表现。中西饮食上最为明显的差异表现在饮食餐具的使用上，无论是平常的家庭用餐，还是正式的宴会上都是如此，比如中国人用筷子夹食物，西方人用刀叉切割食物。不同的饮食方式显然不是偶然现象，而是在不同文化引导下形成的。中国饮食的制作方法和手段极为多样和讲究，这可能与中国饮食的多元化有很大关系，常见的方法有煎、炒、炸、烧、蒸、烩、溜、焖、烤、氽、拌、爆、炖等，此外，还要根据不同的烹饪方法对食料进行外形上的改造和加工，就拿最常见的土豆为例，炖的时候要切成块，炒的时候要切成片或丝，拌的时候只能切成丝，蒸的时候则不需要改变其外观形状。烹饪方法的多样性也在一定程度上对烹饪用具提出了更高的要求，因而中国的厨具从制作材料上可以分为铁锅、铝锅和砂锅等，从形状上有方形、圆形和菱形等的炊具。西方饮食在烹饪方法和手段上则相对单一和固定，主要表现为煎、烤、炸、煮等有限的几种方法，最常用的厨具是电烤箱、平底煎锅和微波炉等。

最后，用餐方式和礼仪上的不同。用餐方式差异：中国人在用餐的时候，大都会围坐在一起，而且喜欢用圆形的餐桌，因为圆形的餐桌便于更多的人就餐和交流，还象征着“团团圆圆”之意。把各种各样的菜品都摆放在桌上，大家都从相同的盘子里夹菜，这些在西方人看来是不卫生的，容易传染疾病。就坐差异和礼仪差异：中国人在用餐的时候还特别讲究礼仪，年长者通常会坐在显要的位置上，例如，在生日宴会上，过生日的长辈都会坐在离生日标识最近的桌子中间，宴会过程中，晚辈和亲朋好友都会轮流走到长辈身边，说一些祝福之类的话来表达自己的敬意，同时，长辈的儿女们还要以敬酒的方式来感谢亲朋好友的光临和捧场。而西方人在用餐的时候，大都采用自助餐的形式，大家根据自己的口味和需要选取适量的食物放在自己的餐盘里，用餐过程中独自享受自己的美食，不会和别人分享自己的食物，他们也会和其他人进行交流，但声音通常比较小，而且一般不会和离自己太远的人进行长距离的交流。

总之，中西方文化的差异在中西方饮食文化中体现得较为明显，从饮食观念、饮食内容以及饮食习惯等各个方面都体现了中西方内在思维方式的不同，中国人的“天人合一”思想以及西方的实用主义也体现在中西方日常生活的方方面面，最根本的内在思维方式的不同各自所处的地理位置以及历史也都密不可分。如今世界各方文化有趋同局势，所以保证世界文化的繁荣与多样性依然需要努力。