



我们能吃到美味的饭菜，真要感谢历代厨师的努力

图片：Public Domain

厨子极简史



钱程，技术型吃货



其实，做菜的历史，要远远早于农业的历史。早在 25 万年前，人类就已经发明了灶台，从此人类完成了从生食到熟食的革命。但是在很长一段时间内，人们仅仅止步于将东西烤熟或者煮熟。对于「怎么做东西才好吃」并没有系统上的概念。



这也难怪。食物，在最开始时只是为了果腹嘛。但是，从祖先们的原始宗教祭祀活动开始，我们开始有了「宴会」的需要。美食首次变成了一种带有享受、娱乐的事情。从这时起，食物开始拥有了美学追求。不仅要能吃，而且还要好吃。光好吃也不行，还得好看。



如何把食物做得尽可能的「美」呢？烹饪技术应运而生。「烹饪」这个词，首先出现在距今 2700 多年的《易经》里。「烹」是煮的意思，而「饪」是让食物成熟。早在先秦时期，中国的烹饪技术就有了长足的发展。



相传，中国历史上第一位名厨是商代的著名丞相伊尹。他本是一个陪嫁奴隶，陪嫁到商汤那里，成为了商汤的御用厨师。借用和商汤一起进食的机会，分析天下形势，辅佐商汤做决策。后来就被提拔成了宰相。



伊尹：想不到还有这条职业发展道路吧～ 大家还不赶紧去新东方啊蓝翔之类的厨师学校报名

当然，这些不是本文的重点。重点是，作为中华厨祖，他到底为后代厨师贡献了什么理论？

有两个，一个叫「五味调和论」，一个叫「火候论」。

在《吕氏春秋·本味》中记载了商汤对于调和与火候之事的论述：

「调和之事，必以甘、酸、苦、辛、咸，先后多少，其齐甚微，皆有自起；鼎中之变，精妙微纤，口弗能言，志不能喻，若射御之微，阴阳之化，四时之数。故久而不弊，熟而不烂，甘而不浓（浓），酸而不酷，咸而不减，辛而不烈，淡而不薄，肥而不膩」



伊尹把食物的味道分成了五味：甘、酸、苦、辛、咸。这个传统维持了数千年，直到今天还是中餐厨师的准则。这个味觉分类系统和现代科学的味觉分类已经非常相似了，只不过现代科学认为辛味（辣味）不是味觉，而是热觉和痛觉的综合，而鲜味则是一种独立的味觉。

伊尹认为，想消除那些腥、膻、臊之类令人不快的味道，要通过调节火

候，以及香料的前后添加次序、用量多寡来决定。直到今天，我们日常做饭的时候，这些理论仍然能起到指导作用。



到了唐宋时期，中国各个地方已经形成了不同的餐饮文化。比如胡食，南食，北食，川味等等，已经是餐馆林立。而到了明清时期，中国的各种特色小吃更是已经与今日无异。



说完中餐我们再来看看西餐。

说到西餐的厨子，首先要从古埃及开始说起。

虽然古埃及的饮食文化跨越了整整 3000 年，但是他们的主食却「始终如一」地乏善可陈。主要就是面包和啤酒。平时吃面包，吃剩的面包就拿来酿酒。当然，那时的啤酒跟我们现在喝的完全不一样，它更像是馊掉的粥。



图坦卡蒙：嗯~十分美味！

到了古希腊时期，食物趋向多样化，比如已经出现了橄榄油和葡萄酒，但大家并没有对食物表现出更多的兴趣和追求。古希腊人认为，饮食只是为了填饱肚子的。如果沉迷于饮食享受，那么头脑就会变得愚笨。换句话说，「吃货」和「蠢货」是 synonym。



来~蠢货们干杯！

与食物的地位相仿的，是厨师的地位。西方历史有记载的第一名厨师是在公元前 776 年的古希腊，他的名字叫 **Coroebus of Elis**. 可使他留名于世的竟然并不是他的厨艺。只是因为他恰巧参加了那一年的奥运会，而且获得了短跑冠军，而那届奥运会正巧是有史以来第一个有记录的古代奥运会。



真正把西餐的地位提升到世界顶级水准，就不能不提法国了。

但法餐在古罗马时代的地位可没有现在那么高。那时的法国社会还处于奴隶时代，他们被称作高卢人，是野蛮的象征。直到法兰克王国建立，法国的餐饮才开始有了起色，但是从中世纪一直到文艺复兴，法餐虽然多了很多礼仪上的繁文缛节，但仍然摆脱不了意大利餐的影子。



让法餐取得突破性进展的，是法国大革命的发生。

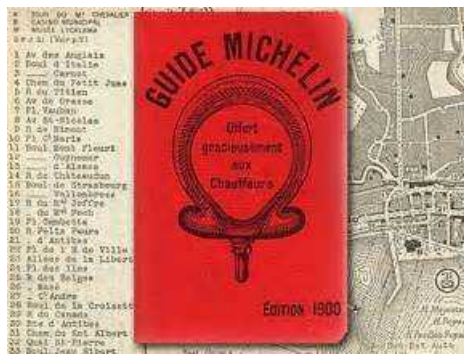
之前的厨师，绝大部分都是帮贵族打工的私厨。大革命发生后，贵族逃亡，大量私厨流落民间。这些贵族大厨就纷纷开起了餐厅。而大革命之后的资产阶级，也不像以前一样只推崇自己家私厨的饭菜，而是愿意到各种餐厅拔草，尝遍天下厨艺，再评个高下。于是，法国终于出现了真正意义上的「美食家」群体。

美食家 **Alexandre Grimod de la Reyniere** 在 1803 年开始出版自己的餐厅年鉴，风靡一时，每年他的粉丝等这本指南，都会像现在的果粉等苹果发布会一样。



后来，轮胎公司米其林嗅到了这个机遇。借着普及公路旅行的目的，也开始出版自己的权威餐厅评级指南，取代了前者。这也就是现在大家耳熟能详的《米其林指南》啦。米其林的核心优势就是「客观中立第三方」，评价餐厅不带任何利益纠结和感情色彩。直到今天，米其林的评级都是判断一家餐厅菜品的黄金标准。

作为世界上最公平的餐厅品鉴指南，米其林指南加速了法国餐厅的优胜劣汰。好的餐厅都希望自己能升星或者至少保住星星，于是就拼命努力做到更好。而差的餐厅则会被自然淘汰。



在这段时间，法国涌现出一系列名垂青史的大厨，是他们的努力才使法餐的地位提升到世界领先水平。比如卡汉姆，将法国林林总总的酱汁分类为 4 大基酱，写出了第一本规范法餐料理的食谱书，顺便还发明了厨师的象征——白色高帽子。



还有艾斯科菲尔，借鉴当时工厂已经出现的流水线，创立了厨房流水线工作方法，直接将厨师的工作效率提高到前人不能及的尺度。此外，他还创造了很多新式菜点。



现代不管是中式料理还是西式料理，都呈现全新的发展态势。

第一个就是融合菜和创意菜盛行。东西方交融，形成了全新的口味。



第二个是机械代替手工，很多厨师的工作都渐渐被大规模工业生产所取代。就比如说，越来越多的餐厅开始使用冷冻调理包代替厨师现做，虽然牺牲了一小部分的口感，但既节约了时间，又能保证菜品的一致性。



这，就是属于我们人类自己的美食发展史了。作为吃货，我们应该对生活

在当代的中国倍感幸运。毕竟，秦始皇吃的花样比我们可差远了，有一整套兵马俑手办算什么，根本不羡慕。

欢迎关注微信公众号：技术型吃货

[查看知乎原文](#)

客官，这篇文章有意思吗？

好玩！下载 App 接着看 (๑••๑) ✧

再逛逛吧 ‘_>’

[阅读更多](#)

每天都想看透自己，久而久之，终于看不透了



[下载「知乎日报」客户端查看更多](#)