

# 古人如何烧烤？

文/《北京青年报》记者 陈 品

夏天,是撸串的时节。约上三五好友,一起喝啤酒撸串,不失为炎炎夏日的一桩美事。烧烤当然不是现代人的专利,虽然古代并没有“烧烤”这个词,而是用“炙”来指代,但其实古人的烧烤食材要比我们丰富得多,吃法更是五花八门,他们可谓真吃货是也。

## 【先秦】 一道烤兔肉三种吃法

对于中国人来说,烧烤是一种最古老同时也是最年轻的烹饪手法。说它古老,是因为烧烤的历史几乎从人类开始使用火就开始了。考古发现,在马家浜文化遗址中,已经出土了腰檐陶釜和长方形横条陶烧火架(炉算),这说明最晚到了新石器时代,中国人就开始掌握了烧烤烹饪技术。说其年轻,是因为“烧烤”这个词语出现得很晚,不过百年。古汉语中并无“烤”字,是由著名画家齐白石所造。20世纪30年代初,齐白石应一家烤肉店之邀为其店题名,依照形声之法造了“烤”这个字,写完之后,又在下面加了一行小字:钟鼎本无此烤字,此是齐璜(齐白石名)杜撰。

烧烤在古代有三种技法称呼,分别为燔、炮、炙。燔,《礼记》中解释“加于火上曰燔”,也就是直接放在火上烤;炮,需要先将食材用草或者湿泥包裹起来,然后放火中烤,做法类似于后世的叫花鸡;炙,“贯串而置于火上”,可以理解为现代意义上的烤串。

《孟子·尽心下》里有关于炙的记载,其中公孙丑问:脍炙与羊枣孰美?脍,指的是细切的肉或鱼,脍炙就是烤肉或者烤鱼。古代有一句话叫做“食不厌精脍不厌细”,意思粮食越精致越好,肉类切得越细越好。对于公孙丑的问题,孟子是这么说的:当然是脍炙味道更好了。接着他说:切细烤熟的肉是人人都喜欢的。可见早在先秦以前,烧烤就已经站在食物链的顶端了。由此,到了后来人们把到处为人所称颂的诗文称为“脍炙人口”。

《诗经》中也有关于炙的记载,《诗经·瓠叶》云:“有兔斯首,炮之燔之。君子有酒,酌言献之。有兔斯首,燔之炙之……有兔斯首,燔之炮之……”这里描绘了一群贵族烤着兔肉饮酒的场景,而且人家吃得还特别讲究,“一兔三吃”,分别用炮、燔、炙三种烧烤技法烹饪。先秦人对烧烤的热爱在《楚辞》里也有体现,比如《楚辞·大招》云:“魂兮归来!恣所择只。炙鴟烝凫,黏鹑陈只。煎鱠臠雀,遽爽存只。”让我们看看当时楚国人吃得有多“野”:火烤乌鸦、清蒸野鸭、烫鹌鹑、煎炸鲫鱼、炖山雀……烤乌鸦是个什么味道?现代人恐怕很难想象啊!

## 【汉代】 木炭有讲究 蝉也能烤着吃

现存的对于汉代烧烤饮食风俗的记录,大多见于画像石资料。徐州铜山汉王乡东汉墓出土的《庖厨》画像石,第一层中间刻有人在案上切肉,右边有一人在

炉上烤肉串,他左手拿着肉串,右手持扇子扇火,左边悬挂的是待烤的肉类和待宰的动物。

从发现的画像石来看,汉代的烤炉一般为长方形或方形,也有少量为圆形。1969年陕西西安延兴门村出土有一件方形铜烤炉,炉子分上下两层,底部有数条条形镂空,下层为浅盘式四蹄足底座。上层用于盛炭火,下层用于承接炭灰,方便清洁。这和我们现在用的烧烤炉已经颇为相似了。

广州西汉南越王墓曾出土三件青铜烤炉和配套的铁链、铁钎、铁钹,它们是第二代南越王赵昧的烧烤用具。其中一些细节非常有意思,既体现了设计的精巧,又突出了实用性:首先,烤炉的四壁都安装有兽首衔环铜扶手,方便用链子提起来自由搬运;其次,炉子的底部被设计成稍微凹陷,方便放置炭火;炉子的四角微微上翘,以防止烤串滑落;炉子的两壁各有一对方形扣,可能是为了插铁钎、放烤好的肉串而设计的;炉盘底部附有



西汉南越王墓出土烤炉(广州)  
(供图/小小)

四个带轴轮的足,有了它炉子就可以随意移动,可以先在室外生好炭,把烟气跑完之后,再把它直接移动到室内。这样既方便又可以王公贵族们免受烟熏之苦。

汉代烧烤所用的木炭,开始讲究其材质。其中,桑炭为最上。张家山汉简《奏谏书》中记载了一件君主吃烤肉吃到头发,怒而追查的案件。查案人表示:臣调查了一下烤肉工具,木炭是很好的(“桑炭甚美”),铁炉也很坚固,这样烤出来的肉,再夹出来都焦脆了,却唯独三寸长的头发不焦,这不像是烤肉人的罪。

接下来再来看看烧烤最重要的一项——食材。汉画像石庖厨图上,不仅显示了宰牛、羊、猪及杀鸡、屠狗等情景,还悬挂着龟、鱼、雁、鸟、兔等不同动物的腿肉。传统“野味”如鹿、麋、野猪、兔、雁、雉、雀、鹤等也不在话下。与前代相比,汉代烧烤的食材路子更野,陕西历史博物馆藏有一架绿釉陶烤炉,上面的沿口两枚签上分别串了四只无翅蝉。汉代人喜好捕蝉食蝉,有耀蝉(一种捕蝉方法,夜晚以火照蝉,蝉见光后就投火而来)、黏蝉等多种捕捉技巧记载于史籍。到了南北朝时期,烤串更为盛行。北

魏贾思勰《齐民要术》中记载了二十多种炙法,其中便有“横穿炙之”的记载,并进行了细分:“裹著充竹鼎上”,这是小串用竹签;“两歧簇两条簇炙之”,这是大串用铁签。

## 【唐代】 吃烤全羊消灾

受到胡人饮食风俗影响,隋唐时期宫廷流行大块吃肉,豪饮狂嚼,如李白《将进酒》“烹羊宰牛且为乐,会须一饮三百杯”。这和《礼记》提出的“毋嘍炙”(不要狼吞虎咽烤肉)背道而驰。浑羊殁忽是隋代宫廷中最为著名的一道菜,据《太平广记》卷234“御厨”条中记载,制作这道菜时先将一只鹅去毛及五脏,往里面填上肉和糯米饭,再用各种佐料调好。之后,弄来一只羊,也将它剥皮去毛,取出肺脏,将前面做好的鹅放入羊腹中,缝合好在地火上烤。待到羊肉烤熟后,将羊剥去不要,取出羊腹中的鹅,捧在手中吃。真是太奢侈了!

烧烤到了唐朝,突出一个字——豪。骆驼肉也被纳入唐人的食谱,驼峰更是一道难得的珍馐美味,唐代边塞诗人岑参是一位烧烤美食家,他在《酒泉太守席上醉后作》中提到了食用骆驼肉,“浑炙犁牛烹野驼,交河美酒归叵罗”,《酉阳杂俎》中也提到“将军曲良翰,能为驴鬃驼峰炙,味甚美”。“烤驼峰”带有“西域风味”,做法是将驼峰切成薄片,佐以各种香辣调料烧烤。

这些都不是北方常见的菜肴,只在盛产骆驼和胡风盛行的地方比较多见。至于“浑炙犁牛”就是烤整牛。有烤整牛就有烤全羊,唐代的烧尾宴食单上有一道“红羊枝杖”(可能是现代烤全羊的前身),做法是将全羊留有四肢,在火上烤成近似红色,谓之“红羊”,取消灾灭祸之意。

到了中唐以后,这种豪迈粗犷的饮食风格逐渐精致细腻起来。唐朝烧烤界有一道神菜名为“消灵炙”,这道菜今天已经失传,说它是史上最牛的烧烤,也不为过。同昌公主出嫁,唐懿宗赐给公主的嫁妆里就有这道“消灵炙”,据后世记载,“消灵炙”这道菜是以鹅舌为引,羊心尖肉为主料,历经极度复杂的工艺,最后烤制而成,“一羊之肉,取之四两,虽经暑毒,终不败臭”,一只羊上只有四两肉可以制作这种美食,过一个夏天也不会腐臭,可见炙制方法之高超,选料之考究。

烧烤在现代是长胖利器,深夜烧烤摊更是被视作不健康的饮食方式,而在唐代人眼里,有些烧烤却属于药膳。唐代名医咎殷在《食医心鉴》中记载了鸳鸯炙、野猪肉炙、鳊鱼炙、炙鹑鸽(八哥)、炙黄雌鸡等多种烧烤美食。他在书

中提到,前面四种烧烤还能够治疗痔疮及并发症。如“野猪肉炙”,就是烤野猪肉,将2斤野猪肉,切好,撒上椒、盐、葱白等弄熟肉,空心食有,能“治久患痔下血不止、肛边及腹肚疼痛”;“鸳鸯炙”,就是烤鸳鸯,用鸳鸯一只,烤得特别熟,然后细切一下,蘸五辣醋吃,能“治五痔瘰疮”。

## 【宋代】 羊肉极受推崇 皇帝半夜犯馋

宋朝人继承了隋唐的烧烤风格,食材益发广泛,并被引进节俗之中。宋时的“暖炉会”中,吃烧烤便是内容之一,《岁时杂记》也说:“京人十月朔沃酒,及炙离肉于炉中,围坐饮啖,谓之暖炉。”

羊肉在宋代极受推崇,根据相关史料的记载,宋朝最喜欢吃羊肉的皇帝就是宋仁宗。《宋史·仁宗本纪》说北宋仁宗皇帝一日晨起,对伺候他的近臣说:“昨夕因不寐而甚饥,思食烧羊。”皇帝夜来辗转无眠,腹中饥饿,想吃烤羊肉。侍臣就问:“何不降旨取索?”仁宗回答:“我听说最近宫内但凡兴起什么,宫外就跟着效仿。我害怕今天夜里吃了烤羊肉,底下人就会做好皇帝天天夜里都要吃烤羊肉的准备。年深月久,杀羊无数。岂能为了自己一时的口舌之欲而开启无穷的杀戮呢?”仁宗说完,左右人等皆呼万岁,有人感动得涕泪横流。

根据《梦粱录》和《东京梦华录》的记载,在宋代宫廷中,烤羊肉有烟熏、火烤、炭煨、石烹四大烧烤技巧,细分下去按照不同食材的搭配,又有二十多种烤制方法。但要说其中最受欢迎的还是要数炭煨的烧烤方式。炭煨之前,要先在地上挖一个坑洞,然后支一口铁锅在坑洞中,再把涂满作料腌制好的全羊放入其中,锅口处还需用泥土密封,俨如叫花鸡一般。宋朝的胡铨记载的隆兴癸未侍宴经过中提到:食两味胡椒醋羊头真珠粉,及炕羊饭饱。上(上指宋孝宗,胡铨是宋孝宗讲读老师)谓予曰:“炕羊甚美。”

“甚美”的烤羊在宋代只能出现在皇宫贵族的案上,普通百姓想吃上一口并非易事,不过都说美食深藏于民间,街头小吃也不乏美味烧烤的身影。我们都知道,宋朝已经出现了繁华的夜市生活,宋人孟元老《东京梦华录》中详细记录了宋朝的夜市中食物的丰富,其中冬日夜市上流行一种美食,名曰“旋炙猪皮肉”,就是将猪皮肉放在炭火上烤制,猪皮上挂一丝丝肉,既能尝到烤肉的美味,还会嚼出猪皮的油,让有嚼劲的猪皮口味不会太差。

明清时期,烧烤食品更加普及。清末时还有“满汉大席”的说法,就是“烧烤席”的俗称。到了近代,“烧烤”一词开始出现,这种延续几千年,深入中国人饮食基因的吃法继续霸占着餐桌上的重要位置。