

跨文化交际视角下中西饮食文化对比研究

张 菟

天津商业大学, 天津
Email: 631041193@qq.com

收稿日期: 2021年1月20日; 录用日期: 2021年3月10日; 发布日期: 2021年3月17日

摘 要

“民以食为天”，饮食文化作为文化的重要组成部分，是中西文化最有代表性的文化现象，也是最能体现中西文化差异的文化现象之一。中西文化之间的差异造就了中西饮食文化的差异。本文在跨文化交际视角下通过介绍中西饮食文化特点，从而探索中西饮食文化的差异，进而探索中西方种种文化之间的差异。

关键词

跨文化交际, 中西饮食文化, 文化差异, 文化交流

A Comparative Study of Chinese and Western Food Cultures from the Perspective of Intercultural Communication

Xian Zhang

Tianjin University of Commerce, Tianjin
Email: 631041193@qq.com

Received: Jan. 20th, 2021; accepted: Mar. 10th, 2021; published: Mar. 17th, 2021

Abstract

“Food is the heaven for the people”. As an important part of culture, food culture is the most representative cultural phenomenon of Chinese and Western cultures, and it is also one of the cultural phenomena that best reflects the differences between Chinese and Western cultures. The differences between Chinese and Western cultures have created differences between Chinese and Western food cultures. From the perspective of cross-cultural communication, this paper intro-

duces the characteristics of Chinese and Western food cultures, so as to explore the differences between Chinese and Western food cultures, and then explores the differences between Chinese and Western cultures.

Keywords

Intercultural Communication, Chinese and Western Food Cultures, Cultural Differences, Cultural Exchange

Copyright © 2021 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

饮食是人类发展的第一需要，狭义的饮食文化是指人们在日常生活中的饮食行为和习惯，广义的饮食文化是指人类创造的一切物质产品和精神产品的总和。中西方国家因不同的民族，气候，风俗习惯等因素，形成了不同的饮食文化。这些饮食文化深刻地影响着人们的日常生活，反映了人们的思维方式和情感态度。

饮食在中西方不同文化背景中的差异主要表现在饮食观念、饮食内容、烹饪方式等几个方面。文章通过对比分析中西方饮食文化，不仅有助于了解彼此饮食文化的博大精深和巨大差异，更具有重要跨文化交际学方面的意义，而且对于实现和谐、顺畅的跨文化交流以及揭示文化差异的本质亦具有十分重要的实践指导意义。

2. 中西饮食文化特点

2.1. 中国的饮食文化特点

中国饮食文化博大精深，从古至今受到天人合一以及“和”“合”文化的影响，呈现出多层次、宽角度、区域性、广包容的特点。首先，从内涵方面说，中国饮食文化涉及开发与利用食源、运用与创新食具、生产与消费食品、经营与管理餐饮和食品业，以及餐饮的接待和服务，同时饮食还与文学艺术、人生境界、国泰民安具有密切的关系。其次，从外延上说，中国饮食文化可以从多角度进行分类，例如时代、地域、民族、经济、宗教、技法，以及餐具和食品、消费层次、民俗等方面，不同的分类体现出的文化品位和使用价值都是不同的。接着从食物的内源来看，地理位置以及气候的影响使得不同地区呈现出各自的特点。中国地大物博地域辽阔，各地的气候风俗习惯都存在差异，这就在饮食上形成许多不同的风味。然后从食物的评判标准来说，中国饮食文化不仅讲究“色、香、味”俱全，而且讲究搭配菜肴的色彩外。不仅如此，而且从宴饮的深层原因来说，中国饮食除了“色、香、味”来衡量，而且讲究用餐的氛围与之相搭配，从而形成特有的情趣，这凸现了中华民族的传统特点以及传统的礼仪方式。这一点可以以“情、义、礼”为概括，“情”是对中华饮食文化社会心理的概括，“礼”是饮食活动的礼仪性。中国传统饮食文化主要有以下三个特点：① 风味多样。中国地大物博地域辽阔，各地的气候风俗习惯都存在差异，这就在饮食上形成许多不同的风味；② 注重情趣。中国饮食文化在烹饪方面对饭菜的命名、进餐的节奏和饭席间的娱乐有一定相关要求。同时菜肴的命名也有讲究，一些是根据调料以及烹饪方法命名的，同时另一些则是根据历史典故，菜肴形象等来命名的；③ 食医结合。中国饭菜的烹饪

技术和医疗有密切关联。早在几千年前中国就有了“衣食同源”的说法，人们利用食物的药用价值，将其做成药膳，用以治疗和预防某些疾病。而中和恰恰是中国传统文化的最高理想。最后，从影响上说，中国饮食文化对朝鲜、日本、韩国等亚洲周边国家都产生了直接的影响，甚至可以说在东方饮食文化圈中具有重要核心地位[1]。

2.2. 西方的饮食文化特点

西方的饮食文化有以下四个特点：第一，饮食的思想科学独特。西方的饮食科学内容十分丰富，其核心是独特的饮食思想和科学技术与管理。在饮食思想方面，因为西方哲学主张空虚和实体的对立与分离，所以形成了天人分离的精神和思维模式，导致西方人产生了天人相分、均衡营养、突出个性的饮食观，强调饮食重在满足人的生理需要，只须适应独立个体的人的需要，按照人体各器官、各部位对营养的不同需求，来对食物的种类和数量进行均衡搭配，通过烹饪加工食物原料，把各种原料本身独有的美味凸显出来。

第二，饮食的历史跌宕起伏。西方的饮食历史十分独特。在西方国家，政治上的长期分裂，经济、文化中心的不断迁移，这在很大程度上使得西方饮食烹饪历史很大程度上具有不平衡、板块移动式的发展格局。西方主要国家的饮食烹饪在各个重要历史阶段的发展极不平衡。意大利菜是古代西方最杰出的代表，风味流派最为悠久，堪称是西餐的鼻祖；而在近代法国菜举世瞩目，它在吸收意大利烹饪特色的同时又独具法国特色；现代的美国菜和英国菜让人耳目一新且震撼强烈。它们虽然不同程度地受到意大利菜和法国菜的影响，但是最终有机结合了当地固有的特点，同时将现代科学技术应用于烹饪，使传统的烹饪方式和工具都有了本质的改变，具有了其自身独特的风格。

第三，精湛的饮食制作技艺。西方人在饮食品的制作上十分注重精益求精，无论是饌肴还是茶酒的制作，都表现出了精湛的技艺。仅以饌肴制作技艺为例，在原料烹饪上非常精细，常常根据原料的不同部位、品质特点选择使用不同的烹制方法。

第四，饮食的品种繁多。欧洲和美洲属于具有悠久历史的多民族、多国家的区域，因而不同的国家自然拥有不同的自然条件和物产、不同的文化经济发展状况，同时不同国家的人们也形成了不同的生活习惯，这些使得西方餐饮风味流派众多。西方主要以航海、游牧为生，以渔猎和养殖为主，种植较少，在饮食食材上以肉类为主。高热量、高脂肪类的饮食结构适应于高纬度的地理和气候，因此以动物类菜品居多，比较注意动物蛋白质和脂肪的摄取。到了近代，虽然种植业比重增加，但肉食在饮食中的比例仍然要比中国高。

3. 中西饮食文化差异的比较

3.1. 中西饮食观念上的差异

中国与西方在饮食方面体现出的是两种截然不同的理念。

中国历史悠久，地域辽阔，地理环境多种多样，气候条件十分丰富，动植物种类繁多，这为中国的饮食文化提供了坚实的物质基础。在中国，吃饭讲究色香味俱全，比如美食节目中经常出现厨艺比拼也是基于这一准则。中国饮食文化博大精深，有八大菜系——鲁川闽粤、苏浙湘徽，各个地方味道截然不同。中国人讲究食疗、食补，极其重视养生，中国有句古话叫“民以食为天，食以味为先”。因此传统的烹饪方法是以味道作为第一准则，所以这会让食材的营养在烹饪中流失了一部分。但人们仍追求一种烹饪的艺术，比如佛跳墙这道十分繁琐的一道菜，它包含了三十多种原料，并且需要一两天的时间去烹饪。所以在烹饪过程中，高油高盐等或许破坏了其营养成分，这一现象类似于现在的高楼大厦后面隐藏的是生态的破坏。中国饮食文化其实是存在一种感性饮食观念，中国人对食物倾入了感情，在烹饪制

作上相对来说偏向感性。而西方人则以一种科学合理的态度对待食材。他们从营养价值判断，看重食物的卡路里、维生素和蛋白质，并且试图减少调料的摄入，例如盐和味精，使食材更原生态，以达到多种营养的平衡。

在中国，食物已经不再仅仅是用来填充肚子的必需品。饮食是人们一种沟通的手段，给人们提供了提升情感和交流信息的机会，甚至是一种化解矛盾的方式。中国人吃饭讲求热闹，大家一起吃的感觉，和睦和气。聚餐吃饭是常事，逢年过节或者生日或婚礼，大家会做一大桌子菜围在一张桌子上一起吃。而中国人吃饭常常讲究牌面，气氛，充满人情味，包括很多生意也是因为饭局而成功过去常常会有很多铺张浪费的情况，但现在一步步实行光盘行动，大家通常吃饭后会选择打包带走以此减少饭菜的浪费。因此说中国饮食观念是感性的。

但是在西方，他们崇尚理性饮食观念，极其看重营养搭配。他们重科学，执着于营养成分，碳水化合物，蛋白质，脂肪，维生素，无机元素的搭配得当，只要能保证人一天所需的能量足矣，所以当我们减肥的时候会吃健身餐或减肥餐参照了外国人的饮食搭配。他们对饮食的理解来源于营养学，而非味觉；而他们吃饭的目的也是仅仅为了满足生理需求。一位著名的人类学家林语堂说过：“与中国人不同的是，西方人仅仅把吃饭当作为身体摄入营养的方式，就像给汽车加油，以确保其正常运转。”所以会吃大块肉，吃整只鸡，生吃新鲜的蔬菜，如番茄、胡萝卜、西兰花、洋葱等，不太看重食物的色、香、味等，很少或几乎不把饮食与精神享受相联系，反映出西方人饮食观念中的实用主义[2]。

西方人食物分量基本上是不多的，讲究理性。他们通常把食物的营养放在第一位，其次才是味道，讲求营养，这一饮食观念同西方整个哲学体系是相适应的。形而上学是西方哲学的主要特点，我们在外国电影当中经常看到大多都是一人一个盘分开吃，也体现了他们重视独立个体自身发展，与中国大团圆不同。

而且西餐在选料时十分精细、考究，选料广泛，但日常饮食种类不及中餐繁多，一日三餐比较简单易做，且追求高效。如日常生活中的蔬菜或者水果沙拉，牛排等，做法比较简单；西方的快餐业比较发达，在中国也颇受人们欢迎，一定程度上影响了我们中国人的饮食观念和饮食习惯，如肯德基、麦当劳等。西餐也讲究调味，调味品种繁多，但彼此的味道互不相干。不同于中餐烹饪用的调味品，西餐惯用如牛奶、芝士、酸奶油、奶酪、果酱、柠檬薄荷叶、葡萄酒、番茄酱等调味品，因要保持食物的原汁原味，所以这些调味品都是当成配菜佐以主菜。但作为菜肴，主食与辅食的味道互不干扰，比如黑椒牛排，纵然搭配有洋葱、黑椒，也是在盘中进行，各是各的味。注重色泽搭配，讲究菜之原料的形，色方面的搭配。西餐注重色泽鲜、刺激食，所以色彩上讲究对比、明快。

3.2. 中西饮食内容上的差异

中国有着悠久的农耕文明，中国传统饮食以五谷杂粮为主，以蔬菜、水果、肉食为辅，被认为是具有植物性人格的民族，这和中国的农耕文明和烹饪技术的迅速发展有关。中国人爱好热食，认为热食更能吃出食物的美味；特别是在寒冷的冬天，如果你来到河南，一碗热气腾腾的烩面，不仅充饥，还能御寒。中国饮食有明显的南北差异分化，如南甜北咸；而正是由于地域文化、气候环境造就不同地区的菜肴在选料、搭配、烹饪及口味的极大不同，形成了中国饮食著名的八大菜系——“苏菜、鲁菜、川菜、粤菜、浙菜、闽菜、湘菜、徽菜”，颇具地方风味，代表了各地传统的特色烹饪技术。此外，通常享用完中餐用，一般会有水果或者茶食用，是因为中国人觉得喝茶有益，有助于促进我们消化。中国茶文化也是源远流长，中国人对茶的钟情是认为通过喝茶我们能修身养性，陶冶情操。

而西方国家秉承游牧民族和航海民族的文化习俗，因为气候等原因，西方大部分地区更加适合牧草

生长,使得欧洲等国畜牧业发达。所以西方人们以动物性食物为主,如牛羊肉,配以蔬菜沙拉,而日常饮食以农产品为辅食,如培根、披萨、汉堡、香肠、荷包蛋,搭配牛奶、面包等等。西方人追求高效、便捷的生活理念,因此快餐业在西方极其流行。不仅如此,西餐以冷食为其特,所以生菜、洋葱、西兰花、黄瓜、番茄等新鲜蔬菜做成的蔬菜沙拉是西方人日常生活必不可少的食物,搭配牛奶、面包、鸡蛋或牛排等,既保证了脂肪、蛋白质、糖类所需的卡路里,也保证了身体所需的营养。在西方经常饭后会有甜点,也就是现在大家普遍流行的下午茶时间,是因为西方国家认为这样可以充分与对方交流,通常吃饭时候说话比较少,而饭后甜点时间才是他们真正聊天的时间。

3.3. 中西烹饪方式的差异

中西方在食物制作上有着很大的差别,中国人因为喜欢熟食,所以对于食物的烹饪技术很讲究,只为将不同的味道进行融合,交织出层次丰富的口感,或绵软,或酥脆。中国饮食在烹饪方式上较西方的繁琐、复杂,在烹饪上手法多样,有近六十种烹饪方式,有红烧、清蒸、爆炒、麻辣、油炸、干煸等,还有炖、闷、煮、蒸等,在中国,对一道菜的评价通常是从“色,香,味,形,质”几个方面进行衡量,认为菜肴的外观和味道是最重要的,而忽略了食物的营养。中国人在饮食制作上工艺复杂,耗时较多,不仅仅是食物选择、制作手法多样,对于各种食物制作工具也有很多要求,中国人做饭的锅就有炒锅砂锅、平底锅、铁锅等。如爆炒、清蒸、香酥、麻辣、红烧、鱼香、糖醋、干煸、油炸、砂锅、拔丝等。此外,还有烩、扒、炖、煨、卤、溜、闷、氽、熏、煮。制作工艺比较复杂,较为费时,同样的食材用不同的方法烹饪,添加不同的佐料和配菜就会做出不同的菜肴,就连最普通的食材——鱼,也能做成许多不同风味的菜肴,如水煮鱼、麻辣鱼、糖醋鱼、红烧鱼、清蒸鱼、炸鱼、烤鱼、鱼火锅、糟鱼、煎扒鱼、剁椒鱼头等[3]。不仅如此,而且对配料的用量也表现得比较随意,例如:一勺,半碗,少许等,可究竟勺子,碗有多大,少许具体是多少,就没有具体标准了。此外,菜肴对于中国人而言,既是食物,也是艺术品,所以人们会借助比喻的文学手段,将不同的菜肴冠以不同主题的菜名,已到达美食,美器,美名的美感统一。例如:“龙抄手”,“翡翠虾仁”,“桂鱼鸳鸯”,“群龙过海”等,以营造出一种诗情画意的用餐氛围。

相比较而言,西方的饮食文化比较推崇实用主义。西餐侧重新鲜、环保、天然,所以选择的原料基本以这个为标准。为保证食物的营养不被破坏掉,西餐烹饪的工序比较简单[4]。西餐仅仅有煮、烤、拌、煎等几种手法。但是西餐在饮食上注重的是营养丰富,科学搭配,他们的制作工序严谨,讲究工艺流程,注重科学性,规范性和程序化,注重食材形状的完整性和营养成分的保留,所以西餐的烹饪过程显得比较单一、谨慎。虽然不及中餐的复杂,但看重餐食的装盘,选用立体感、可食性较强的元素,比如蔬果做的雕花、甜品等点缀食物,而这些点缀物作为配菜,都能食用。食材计量一般都会精确到克,每道菜的做法会有相对比较固定的模式,注重保留食材的原味。例如:简单的水煮菜,煮烂后捞起加盐即可。而且在西餐中常常用一些蔬菜雕出一些花样作为搭配点缀,非常注重饮食上的健康和环保。

4. 结语

总之,中西饮食文化是两种文化重要的部分,了解两种文化之间的差异能够有效减少文化障碍,促进文化交际能力。随着经济全球化及信息化的迅速发展,中西文化之间的相互交融,饮食文化成为了一种日益增强的文化影响力,也是一种文化软实力。在当今多元化的时代,我们要深刻理解中西饮食文化的差异之处,在相互包容、平等尊重的基础上跨越文化交流障碍,促进彼此的交际与沟通,让中华饮食文化不断向外传播,同时又要对西方饮食文化表示欢迎,互相取长补短,促进世界饮食文化的多样性发展。

参考文献

- [1] 文一, 唐雪丹, 孙晴, 黄倩. 试论中西餐饮文化差异[J]. 散文百家理论, 2020(25): 181.
- [2] 卞浩宇, 高永晨. 论中西饮食文化的差异[J]. 南京林业大学学报(人文社会科学版), 2004, 4(2): 49-53.
- [3] 孙晓. 从李安电影“家庭三部曲”中探析中西饮食文化差异[J]. 大众文艺, 2012 (20): 128-129.
- [4] 王旭. 跨文化交际视角下的中西方饮食文化对比研究[J]. 湖南工业职业技术学院学报, 2015(4) :57-59.