

宋朝人的点餐模式

2020年8月，武汉餐饮协会曾经发出倡议，提倡“N-1点餐”，比方说十个人吃饭，只点九个菜，不够再加，免得浪费。这倡议很好，很科学，很接地气，有助于遏制部分同胞请客吃饭时爱面子爱虚荣的风气，有助于减少铺张浪费。假如我们死抠字眼儿，说十个人只能点九个菜、九个人只能点八个菜、八个人只能点七个菜……以此类推，俩人吃饭只能点一个菜，单人吃饭不能点菜，那就属于抬杠，曲解了N-1的本意。

一朋友发微博，说是春秋时代，齐国大臣晏婴为了除掉三员猛将，让国君赏赐鲜桃，人多桃少，不够分，彼此争功，掐了起来，没分到桃子的气得自尽，分到桃子的羞愧自尽，后世称为“二桃杀三士”。在这个故事里，三员猛将只给两颗桃，典型的N-1，可见春秋时代就有了N-1点餐。

当然，这是个段子。齐国君主请那三员猛将吃饭时，桃是主角，或者更准确地说，桃只是道具，除此之外肯定还有别的菜。你想啊，一国之君请饭，要是没酒没菜，那也太抠了。

南宋笔记《武林旧事》提到过一个饭局，宋高宗带着亲信臣子去大将张俊家，张俊大摆筵席，给宋高宗准备“下酒十五盏”，也就是敬酒十五杯，每敬一杯都要端上两道新菜。

敬第一杯，下酒菜是“花炊鹌子”和“荔枝白腰子”，前者是鹌鹑蛋，后

二桃杀三士，那是曲解了N-1

者是爆炒腰花。腰花爆炒之前，先纵横交错切菱形花纹，炒出来跟带壳荔枝似的，所以叫荔枝白腰子。

敬第二杯，下酒菜是“奶房签”和“三脆羹”，前者将羊乳房焯熟切丝挂糊油炸，后者是一道汤，不知道汤里那三脆具体是哪三脆。

敬第三杯，换了“羊舌签”和“萌芽肚签”，前者是羊舌切丝挂糊油炸，后者是羊肚切丝挂糊油炸。

第四杯，“脆掌签”和“鹌子羹”，前者用鹅掌，后者用鹌鹑蛋。

第五杯，“肚脰签”和“鸳鸯炸肚”。肚脰是牛的重瓣胃，也就是我们现在说的牛百叶。

第六杯，“沙鱼脰”和“炒沙鱼

衬汤”。沙鱼就是鲨鱼，宋朝人喜欢用治净煮软的鲨鱼皮切丝凉拌，称为沙鱼脰。

这篇文章的重点不是介绍宋朝美食，所以下面只写菜名，不再解释。

第七杯，“鳝鱼炒鲞”和“鹅肫掌汤羹”。

第八杯，“螃蟹酿橙”和“奶房玉蕊羹”。

第九杯，“鲜虾蹄子脰”和“南炒鳝”。

第十杯，“洗手蟹”和“鳊鱼假蛤蜊”。

第十一杯，“玉珍脰”和“螃蟹清羹”。

第十二杯，“鹌子水晶脰”和

“猪肚假江珧”。

第十三杯，“虾橙脰”和“虾鱼汤羹”。

第十四杯，“水母脰”和“二色莼儿羹”。

第十五杯，“蛤蜊生”和“血粉羹”。

拙著《吃一场有趣的宋朝宴席》做过考证，宋朝人举办高规格饭局，都有敬酒换菜的规矩，只不过换菜的数量有区别，有时换一道菜，有时换两道菜，有时换三道菜，有时换四道菜。如果是国宾宴，皇帝宴请外国使节，可能会走每杯酒换四道菜的规格，那属于最高规格。张俊请宋高宗吃饭，当然比不上国宾宴的规格，但是上的菜已经不少——前前后后十五杯酒，每杯酒都是两道菜，这顿饭下来，光是下酒菜就给宋高宗准备了三十道，不仅称得上丰盛，简直算得上浪费。

宋朝皇帝平常吃饭，其实没这么浪费。南宋叶绍翁《四朝闻见录》记载，宋宁宗中年节食惜福，每次喝酒不超过三杯，下酒菜不超过五道。为了提醒自己健康饮食，宋宁宗还做了两块小屏风，一块写着“少饮酒，怕吐”，一块写着“少食生冷，怕痛”。宋宁宗在宫里散步，两个小太监背着这两块小屏风走在前面，时时刻刻给宋宁宗做提醒。

前面说宋高宗在张俊家吃饭，十五杯酒换三十道菜，那是张俊的“孝敬”，并非高宗的本意。宋高宗晚年做太上皇，别的地方奢华，饮食上还是很俭省的。南宋笔记《清波杂志》写过他晚年的饮食习惯：“早晚食

皇帝饮食俭省，士大夫也不铺张浪费

只面饭、炊饼、煎肉而已。”早上和晚上两顿正餐（宋朝人认为午饭不是正餐），主食是面饭和馒头（炊饼就是馒头），菜只有一道煎肉。

宋朝士大夫吃饭，也大多提倡俭省，极少有人铺张浪费。苏东坡说过：“早晚饮食不过一爵一肉。有尊客盛饌则三之，可损不可增。”

（《苏轼文集》卷134《节饮食说》）早上和晚上两顿正餐，只喝一杯酒，只吃一盘肉；如有贵客到访，最多增加到三杯酒和三盘肉，只能比这少，不能比这多。

当年司马光在洛阳闲居，经常请富弼、文彦博等退休官员聚餐，每次“菜肴不得过五样”（叶梦得《避暑录话》卷上），最多不能超过五个菜。这种聚会被司马光称为“真率会”，真率就是率真，不客套，不虚荣，不打肿脸充胖子。参加聚会的人有多少呢？宋代文献有不同记载，有的说十三人，有的说十一人。十几个人点五个菜，比N-1还N-1，绝对体现了艰苦朴素的优良传统。

王安石变法时期，有个小官叫郑侠，因为反对变法，给宋神宗献《流民

图》，在当时士大夫圈子里暴得大名，在历史教科书上也留下了姓名。郑侠这个人思想守旧，迂腐不化，但是生活作风很好，从不铺张浪费。陆游在《渭南文集》里写过郑侠怎样请客：“客至，必与饮，多不过五爵，蔬果之外，一肉而已。”客人来了，必定请酒，但最多只请五杯，至于下酒菜，就是蔬菜水果，荤菜只有一道。

陆游还写过一个士大夫，名气比郑侠小，名叫谢昌国，不论请谁吃饭，只上一道菜。好在这道菜分量很足：“烹豆腐菜羹一釜，偶有肉，则缕切投其中。”（《渭南文集》卷24《书二公事》）一锅青菜煮豆腐，豆腐里偶尔会加点儿肉丝。

往前追溯，北宋大臣钱明逸更加俭省。钱明逸是吴越国王钱镠的后代，当过欧阳修的上司，担任过开封知府，替皇帝起草过诏书，他请客吃饭，必定先问一句：“是吃酒？是宴席？”（张舜民《画墁录》）咱今几个是喝酒呢，还是吃宴席呢？客人如果说吃宴席，那就俩菜，一荤一素，主食管饱。如果说喝酒，那就没菜，“酒数斗，瓷盏一只，青盐数粒”。在几斗酒旁边放一个瓷杯，瓷杯里放几颗大盐粒子。钱明逸认为，喝酒就是喝酒，用不着吃菜。那为啥要放盐粒子呢？为的是喝完酒漱口，盐能清新口气，免得酒气熏人。

说到喝酒不吃菜，南宋大将韩世忠跟钱明逸的习惯一模一样。拙著

寇准、蔡京喜欢豪宴，却绝不是主流

《食在宋朝：舌尖上的大宋》写有韩世忠邀请帐下军官喝酒的轶事：每人发一瓶酒，各喝各的，都不许吃菜。有个军官觉得干喝酒没味儿，偷偷从怀里摸出一个青萝卜，刚啃了一口，就被韩世忠发现，然后被狠狠地教训一顿。现在西方人喝酒，一般也不要菜，颇有大宋朝钱明逸、韩世忠这一文一武两位先贤的遗风。

难道宋朝就没有铺张浪费乱点菜的现象吗？当然有。我们熟知的北宋大臣寇准，以及多数朋友不太熟知的北宋词人宋祁，还有北宋末年的奸相

蔡京，都喜欢举办比较奢华的宴会，请很多很多人，上很多很多菜，明烛高烧，通宵达旦，喝到酩酊大醉，吃到杯盘狼藉。寇准这样做，是天性豪奢；宋祁这样做，是要报复做官以前贫穷的日子；而蔡京这样做，则是为了收买人心，让与宴官员都认为他蔡相爷热情好客，没有架子。

在宋朝士大夫圈子里，像蔡京那样的人毕竟不占主流，大方向还是以俭省为主，以惜福为尚。所以在南宋灭亡以后，有一个名叫罗太无的太監，晚年住在北京，热情好客而不浪

费，完全继承了宋朝士大夫的好传统。元人笔记《至正集记》第一卷用大段文字叙述罗太无的高风亮节：“遇故人至，则启关纳之，必问膳否。”老朋友到访，热烈欢迎，问是否用过饭。“酒不过三行，果脯惟见在易办者。”请人喝酒，不过三杯，下酒菜都是普普通通的时令小菜。其侄子在元朝当大官，他对侄子说：“我不可靠你，你亦不可靠势。”我不靠你养活，你也不能仗着你的权力做坏事。

时至今日，请客时仍然七碟子八碗堆满餐桌，用奢华饮食拉关系走后门的朋友，应该稍稍反思一下，否则，您就连罗太无也不如了。

来源：北京青年报