# 中华饮食文化对周边国家的影响

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2024-08-28

*世界上，凡是有华人甚至没有华人的地方，都能够见到中国饮食文化的影响。那么，中国的烹饪原料、烹饪技法、传统食品、食风食俗等等，又是怎样传播到世界各地去的呢﹖ 早在秦汉时期，中国就开始了饮食文化的对外传播。据《史记》、《汉书》等记载，西汉张骞...*

世界上，凡是有华人甚至没有华人的地方，都能够见到中国饮食文化的影响。那么，中国的烹饪原料、烹饪技法、传统食品、食风食俗等等，又是怎样传播到世界各地去的呢﹖ 早在秦汉时期，中国就开始了饮食文化的对外传播。

据《史记》、《汉书》等记载，西汉张骞出使西域时，就通过丝绸之路同中亚各国开展了经济和文化的交流活动。张骞等人除了从西域引进了胡瓜、胡桃、胡荽、胡麻、胡萝卜、石榴等物产外，也把中原的桃、李、杏、梨、姜、茶叶等物产以及饮食文化传到了西域。

今天在原西域地区的汉墓出土文物中，就有来自中原的木制筷子。我国传统烧烤技术中有一种啖炙法，也很早通过丝绸之路传到了中亚和西亚，最终在当地形成了人们喜欢吃的烤羊肉串。

比西北丝绸之路还要早一些的西南丝绸之路，北起西南重镇成都，途经云南到达中南半岛缅甸和印度。这条丝绸之路在汉代同样发挥着对外传播饮食文化的作用。

例如，东汉建武年间，汉光武帝刘秀派伏波将军马援南征，到达交趾(今越南)一带。当时，大批的汉朝官兵在交趾等地筑城居住，将中国农历五月初五端午节吃粽子等食俗带到了交趾等地。

所以，至今越南和东南亚各国仍然保留着吃粽子的习俗。 此外，我国的饮食文化对朝鲜的影响也很大，这种情况大概始于秦代。

据《汉书》等记载，秦代时“燕、齐、赵民避地朝鲜数万口。”这么多的中国居民来到朝鲜，自然会把中国的饮食文化带到朝鲜。

汉代的时候，中国人卫满曾一度在朝鲜称王，此时中国的饮食文化对朝鲜的影响最深。朝鲜习惯使用筷子吃饭，朝鲜人使用的烹饪原料、朝鲜人在饭菜的搭配上，都明显地带有中国的特色。

甚至在烹饪理论上，朝鲜也讲究中国的“五味”、“五色”等说法。 受中国饮食文化影响更大的国家是日本。

公元8世纪中叶，唐朝高僧鉴真东渡日本，带去了大量的中国食品，如干薄饼、干蒸饼、胡饼等糕点，还有制造这些糕点的工具和技术。日本人称这些中国点心为果子，并依样仿造。

当时在日本市场上能够买到的唐果子就有20多种。 鉴真东渡还把中国的饮食文化带到了日本，日本人吃饭时使用筷子就是受中国的影响。

唐代时，在中国的日本留学生还几乎把中国的全套岁时食俗带回了本国，如元旦饮屠苏酒，正月初七吃七种菜，三月上巳摆曲水宴，五月初五饮菖蒲酒，九月初九饮菊花酒等等。其中，端午节的粽子在引入日本后，日本人又根据自己的饮食习惯作了一些改进，并发展出若干品种，如道喜粽、饴粽、葛粽、朝比奈粽等等。

唐代时，日本还从中国传入了面条、馒头、饺子、馄饨和制酱法等等。 中国菜对日本菜的影响很大。

17世纪中叶，清代中国僧人黄檗宗将素食菜肴带到日本，被日本人称之为“普茶料理”。后来又有一种中国民间的荤素菜肴传到日本，称为“卓袱料理”。

“卓袱料理”对日本的餐饮业影响很大，它的代表菜如“胡麻豆腐”、“松肉汤”等，至今还列在日本一些餐馆的菜谱上。 日本人调味时经常使用的酱油、醋、豆豉、红曲以及日本人经常食用的豆腐、酸饭团、梅干、清酒等等，都来源于中国。

饶有趣味的是，日本人称豆酱为唐酱，蚕豆为唐豇，辣椒为唐辛子，萝卜为唐物，花生为南京豆，豆腐皮为汤皮等等。为了纪念传播中国饮食文化的日本人，日本还将一些引进的中国食品以传播者的名字命名。

如明朝万历年间，日本僧人泽庵学习中国烹饪，用萝卜拌上盐和米糠进行腌渍，日本人便将其称之为泽庵渍。清朝顺治年间，另一位日本僧人隐元从中国传入菜豆，日本人便称之为隐元豆。

除了西北丝绸之路和西南丝绸之路之外，还有一条海上丝绸之路，它扩大了中国饮食文化在世界上的影响。 泰国地处海上丝绸之路的要冲，加上和我国便利的陆上交通，因此两国交往甚多。

泰国人自唐代以来便和中国的汉族交往频繁，公元9～10世纪，我国广东、福建、云南等地的居民大批移居东南亚，其中很多人在泰国定居，中国的饮食文化对当地的影响很大，以致于泰国人的米食、挂面、豆豉、干肉、腊肠、腌鱼以及就餐用的羹匙等等，都和中国内地的有许多共同之处。 在中国的陶瓷传入泰国之前，当地人多以植物叶子作为餐具。

随着中国瓷器的传入，当地人有了精美实用的餐饮器具，这使当地居民的生活习俗大为改观。同时，中国移民还把制糖、制茶、豆制品加工等生产技术带到了泰国，促进了当地食品业的发展。

中国饮食文化对缅甸、老挝、柬埔寨等国的影响也很大，其中以缅甸较为突出。公元14世纪初，元朝军队深入缅甸，驻防达20年之久。

同时，许多中国商人也旅居缅甸，给当地人的饮食生活带来很大的变革。由于这些中国商人多来自福建，所以缅语中与饮食文化有关的名词，不少是用福建方言来拼写的，像筷子、豆腐、荔枝、油炸桧油条等等。

距离中国稍远的几个东南亚岛国，像菲律宾、马来西亚、印度尼西亚等，受中国饮食文化的影响也不小。 菲律宾人从中国引进了白菜、菠菜、芹菜、莴苣、大辣椒、花生、大豆、梨、柿、柑桔、石榴、水蜜桃、香蕉、柠檬等蔬菜和水果，菲律宾人还爱吃中国的饭菜，如馄饨、米线、春饼、叉烧包、杂碎、烤乳猪等，日常饮食则离不开米粉、面干、豆干、豆豉等，使用的炊具也是中国式的尖底锅和小煎平锅。

菲律宾人特别爱吃粽子，他们不但端午节吃，圣诞节也吃，平时还把粽子当成风味小吃。菲律宾的粽子，造型依照中国古制，呈长条形，而味道则很像浙江嘉兴的粽子。

马来西亚在饮食文化上也受到中国的影响。据考证，马来人的祖先主要是来自我国云南一带种植水稻的民族，马来人的某些食俗同这些先民大有关系。

例如，马来人的大米从种植到收获，都有类似中国古代的祭祀活动和礼仪。马来菜的烹制方法和中国菜相似。

马来语中称作“塔夫”的中国豆腐，在当地十分受人喜爱，有些地方还把豆腐的色、香、味揉和在本土传统的咖喱菜中。 中国的饮食文化对印度尼西亚的影响历史悠久。

历代来到印度尼西亚的中国移民，向当地人提供了酿酒、制茶、制糖、榨油、水田养鱼等技术，并把中国的大豆、扁豆、绿豆、花生、豆腐、豆芽、酱油、粉丝、米粉、面条等引入印度尼西亚，极大地丰富了当地人的饮食生活。 茶作为中国饮食文化的一项重要内容，对世界各国的影响最大。

各国语言中的“茶”和“茶叶”这两个词的发音，都是从汉语演变而来的。中国的茶改变了许多外国人的饮食习俗，例如，英国人由于中国的茶而养成了喝下午茶的习惯，而日本人则由于中国的茶而形成了独具特色的“茶道”。

来源：星辰在线

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找