

# 宋代馄饨新探

刘佩

**摘要:**根据宋人笔记和考古成果,宋代馄饨主要以白面制皮,内部馅料种类繁多,寻常百姓以素馅为主,酒楼食肆、官宦家庭肉馅较多。宋代人口的增长、农作物新品种的培育,为丰富和创新馄饨品种提供了可能。此外,馄饨亦是宋代传统节日“冬至”的主食之一。宋人对馄饨的重视以及馄饨种类的增加,凸显了宋代经济社会发展对饮食文化多样性的影响。

**关键词:**宋代;馄饨;馅料;冬至

**中图分类号:**K207 **文献标志码:**A **文章编号:**1006-2335(2020)06-0169-05

## New Exploration of Wonton in Song Dynasty

Liu Pei

**Abstract:** According to the notes of Song Dynasty and archaeological achievements, wonton in Song Dynasty was mainly made of white flour, with a wide variety of stuffings. Ordinary people mainly used vegetarian fillings, while restaurants and official families had more meat fillings. The growth of population and the cultivation of new crops in Song Dynasty provided the possibility for enriching and innovating wonton varieties. In addition, wonton was also one type of the staple food for the "Winter Solstice", a traditional festival in Song Dynasty. The importance attached by Song people to wonton and the increase of wonton varieties highlighted the influence of social and economic development on the diversity of food culture in Song Dynasty.

**Key words:** the Song Dynasty; wonton; stuffing; the Winter Solstice

馄饨的起源较早,可以追述到汉代。汉代扬雄《方言》曰:“饼谓之馄……或谓之饨。”<sup>[1](卷11《滋生麦》,P195-196)</sup>馄与饨初见于此。1978年,考古队在山东滕州发掘出距今约两千五百年的古代遗迹薛国故城,出土的一套铜器内存放有今天所说之“馄饨”,彼时并不以馄饨命名。最早出现“馄饨”一词的史书是三国时期魏国张揖的《广雅》:“馄饨,饼也。”<sup>[2](卷13,P806)</sup>此后历代皆有迹可寻。宋代由于粮食种植技术的大幅提升,如“麦稻复种法”的成形和新作物品种的培育,使小麦、水稻双丰收,南宋时已是“苏湖熟,天下足”<sup>[3](P573)</sup>,这为保证馄饨质

量奠定了基础。宋人在继承唐五代馄饨制作的方法上进一步改良和创新,无论是口味还是药用上都有所提升,但限于史料,学界对宋代馄饨皮的部分原料种类以及宋人馄饨做法的多样化无法查证,只略知大概。对宋代馄饨进行更为细致的探讨与考察,有利于了解宋代馄饨的发展状况,同时可以丰富我国饮食文化的研究。

### 一、宋代馄饨的外形和种类

馄饨有记载以来,外形几番变化。北齐颜之推记有:“今之馄饨,形如偃月,天下通食也。”<sup>[4](卷7《酒食》,P56)</sup>可见北齐时馄饨外形如今日之饺子,而尺

刘佩,男,陕西师范大学历史文化学院硕士研究生,研究方向为中国古代经济史。

寸尚无记载。宋代,人们对馄饨的喜爱超越前朝,上至帝王,下到百姓,皆以馄饨为佳品,制作的馄饨也多种多样。馄饨多用较薄的面片包裹馅料制作而成,外形如耳,并和饺子有所区别。1959年,新疆吐鲁番阿斯塔那唐代墓葬中同时出土了饺子和馄饨,馄饨似约人耳,长3厘米,宽约1.9厘米,饺子形似月牙,长约5厘米,宽1.5厘米<sup>[5]</sup>,皮均用小麦面粉制成,可见饺子与馄饨外形较为相似,馄饨稍短,可以说是区分饺子和馄饨的重要发现(如图1)。



图1 阿斯塔那出土唐代面饺子和陶碗图

宋代馄饨品类极其丰富,仅史书记载就有几十种之多。早在唐代,文臣韦巨源进呈的《烧尾宴食单》中就载有“二十四气馄饨”,制作方法是“花形、馅料各异,凡二十四种”<sup>[6](卷4,P116)</sup>,一种馄饨有二十四种制作方法,已是十分精致;另一品种,“五般馄饨”能够做出五种花色,这在工艺上绝非易事。五代末“金陵士大夫渊薮家,家事鼎铛有七妙。其一,馄饨汤可注砚。”<sup>[6](卷4,P123)</sup>所煮馄饨汤底极为清澈,可用于磨墨写字,手艺极妙,前朝尚未记载。及至宋,前朝多种馄饨的制作方法传入民间,成为平常家宴,仅南宋都城临安(今浙江杭州)附近的馄饨店内就拥有椿根馄饨、十味馄饨、二十四节馄饨、丁香馄饨等<sup>[7](P20)</sup>。丁香馄饨是设立于南宋临江城中央官署前六部桥旁的佳肴,有“丁香馄饨,精细尤著”<sup>[8](卷13《天晓诸人出市》,P118)</sup>之称。据《梦粱录》载,早市“最是大街一两处面食店,及市西坊西食面店,通宵买卖,交晓不绝,缘金吾不禁,公私营干,夜食于此故也。御街铺席,闻钟而起,卖早市点心。”<sup>[8](卷13《天晓诸人出市》,P118)</sup>宋代突破了唐代市场限制,早市和夜市的出现加快了馄饨的普及,百姓皆可食之。富贵人家不满足与底层百

姓食用同种馄饨,遂别出心裁,将馄饨的颜色、口味进行改良,“贵家求奇,一器凡十余色,谓之百味馄饨”<sup>[9](卷3《冬至》,P46)</sup>,以满足其新奇感。

## 二、宋代制作馄饨的食材

宋代关于馄饨的制作方法已有详细记载。宋《吴氏中馈录》载有“馄饨方”：“白面一斤,盐三钱,和如落索面,更频入水,搜和为饼剂。少顷,操百遍,摘为小块,擀开;绿豆粉为四边,要薄,入馅,其皮坚。”<sup>[10](P31)</sup>做法普遍,且流传至今,表明宋代馄饨制法已十分成熟,下面将具体分析宋代馄饨的原料及制作工艺。

### (一)馄饨皮

宋代馄饨皮以白面为主。小麦作为制作白面的主要原料,种植经验丰富,是北方的主要农作物。北宋“桑麦间作法”施行后,苏轼感叹“桑柘未及成,一麦庶可望”<sup>[11](P1081)</sup>小麦的种植规模逐渐扩大、生产效率得到提高。到了南宋,小麦种植技术在江南地区传播,“麦稻复种法”的应用,一岁两熟的麦稻复种使粮食产量得到较快增长。陆游有诗《小憩前平院戏书触目》云:“稻秧正青白鹭下,桑椹烂紫黄鹂鸣。村虚卖茶已成市,林薄打麦惟闻声。”<sup>[12](卷12,P327)</sup>麦稻的轮番播种、收获已成为南宋常态。陈傅良《桂阳军劝农文》有云:“闽、浙上田收米三石,次等二石。”<sup>[13](P850)</sup>南宋高斯得在《宁国府劝农文》中道,江浙地区稻田“一亩收五六石”<sup>[3](P635)</sup>,表明南宋粮食产量相当可观。今世学者提出,南宋时若亩产稻米二石之说能够成立,则粮食产量高达九亿宋石<sup>[14]</sup>,远高于唐代的水平。

为了使馄饨皮柔韧和不易撕裂,宋人运用新品小麦和水稻制作馄饨皮。如宋真宗大中祥符五年(1012)从越南引进“占城稻”,时称“真宗深念稼穡,闻占城稻耐旱,西天绿豆子多而粒大,遣使以珍货求其种。占城得种二十石,至今在处播之;西天中印度得绿豆种二石。”<sup>[15](P57)</sup>在江西一座南宋咸淳八年(1272)的墓葬内出土了籼型稻米,推测为占城稻<sup>[16](P26)</sup>,表明江西地区已有种植,新增的“箭子稻”更是“岁供京师”<sup>[17](卷上《物产》,P5)</sup>。南宋自域外引进最多的即是不同品种的水稻,经过改良和加工,已经使南宋的水稻成为适合百姓食用的不二之选,“白稻登场喜食新,太仓月廩厌陈陈”

[18](卷62,P1499),甚至培养出百姓对稻谷的喜新厌旧,可谓是粮食的大丰收。

将小麦和水稻磨成粉后,便是制作馄饨皮。唐时长安城西市有家名为“萧家馄饨”的馄饨铺,据《酉阳杂俎》载:“今衣冠家名食,有萧家馄饨,漉去汤肥,可以瀹茗。”[4](卷7《酒食》,P56)馄饨煮好后捞出,汤底依旧清澈,可用于泡茶,其奥秘在于馄饨皮的制作。宋人继承唐代制皮之法,将小麦磨成粉,加入蛋液和温水,搅拌均匀后揉成面絮,再加入清水,搓成光滑的面团,然后用擀面杖将面团压成长方形,继续擀薄面团,并不断重复擀面团和加淀粉的动作,直至面皮薄如纸张,最后再撒入淀粉,摞成叠,以刀切之,方可入馅。馄饨皮南北方各有差异,北方多粗犷,以足量厚实为准;南方尤其是江南的馄饨皮,以薄软轻盈为特色,人们将皮不断擀开,使皮薄如蝉翼,爽滑如凝脂,并美名曰“绉纱”。在南方,馄饨皮与地方丝织名品相联系,足见百姓给予馄饨相当的重视。

## (二)馄饨馅

皮为馅衬托,馄饨的重点在于主料的馅。唐代馄饨以单纯的吃食为主,力求果腹。至宋,原料的丰富给宋代馄饨提供更为完美的搭配方案。在肉食上,猪肉价至“贱”,是寻常百姓的肉类。馄饨馅亦是以猪肉为主,在一张方正的馄饨皮上放上猪肉馅,将对角一折,顺势一卷,两角交叉处手工捏紧,放入热锅中用水煮熟,捞入碗中,倒有少许香油、葱丝,一碗馄饨吃食大功告成。鸡、鸭、鱼三种肉类也是宋人制作馄饨的重要馅料,其中鸡肉独占鳌头:“野鸡一只,以五味煮令极熟,取二升半以来,去肉取汁,渴饮之,肉亦可食。又云治产后下痢腰痛,野鸡一只,作馄饨食之。”[19](卷19《禽部》下品,P1403)鲜美可口,在食肉较少的普通百姓家中,若需要以肉馅馄饨做祭祀之用,此三类将会占有相当的比例。羊肉价高,多为官宦人家的食物,酒肆也有售卖,但并不适合作为馄饨馅料,百姓多将其直接用于祭祀。牛则是田间劳作中不可或缺的劳动力,肉牛极少[20](P19),不会随意做成馅料。

宋代馄饨包裹的馅料已经有了药用价值。早在东汉时期,时人利用外表像饺子的馄饨包裹多味中药食材煮成一碗吃食,有着良好的驱寒作

用,谓之“祛寒药物”。馄饨驱寒,在唐代依旧有载:“赤石脂捣作末,和麦作馄饨,空腹服一碗以下,不过两顿,差。老人,尤佳。体中先热者,不可服之。”[21](P680)治疗精气神方面,宋代李石的《续博物志》载有:“新生艾,做干菜炒,作馄饨,吞三五枚,以饭压之,良。疗一切鬼气。”[22](卷7,P96-97)宋人以艾草为馅,做成馄饨,有驱鬼镇邪之功效。馄饨补精气之用亦有记载,宋代方志《会稽志》中云:“玉芝……花色正红,生叶下,故又名羞天花。其根一岁生一白,取其白,以面如馄饨皮裹,炊熟吞之,日三枚,可以辟谷,令人精神旺而力不衰,盖仙药也。”[23](P1276)此外,一些地方特产的植物亦可作为馅料,南宋江西有林谷梅家,“采笋、蕨嫩者,各用汤焯,以酱、香料、油和匀,作馄饨供。向者江西林谷梅少鲁家,屡作此品。后坐古香亭下,采芍菊苗荐茶,对玉茗花,真佳适也。”[24](卷下,P18)竹笋搭配蕨菜,让素味馄饨的口味有所提升,笋蕨馄饨是宋代江西的传统素馅馄饨,盛产竹笋和蕨菜的江西提供充足的原料,煮熟后的馄饨也是江西的时鲜美味,普通家庭也方便制作,成本较为低廉。

## 三、宋人对馄饨一词起源的辨析

若想深入了解宋代馄饨的意义和造型,仅靠宋人笔记和诗词尚难窥探究竟,宋人有不同于过去对馄饨的单纯理解。这里有必要将饺子与馄饨进行区分,以彰显馄饨在宋代的特殊意义。

第一,宋人对“馄饨”一词有其独到的理解。唐代《北户录》中即引《齐民要术》将馄饨写作“混沌饼”[25](卷3,P30),《酉阳杂俎》中已明确写作“馄饨”。宋人的理解更为具体,王谠的《唐语林》中有云:“馄饨以其象混沌之形,不可直书浑沌,从可食矣。”[26](卷8《补遗》,P229)表明魏晋时人们是将馄饨写作混沌,只是后来有所避讳,大致南北朝后改变写法。《演繁露》中,程大昌认为:“世言馄饨是塞外浑氏屯氏为之。按《方言》饼谓之饨,或谓之餈(指馓子之类的食面品),或谓之馄,则其来久矣,非出胡人也。”[27](卷9《馄饨》,P148)说明流传有误,不过从史书记载看,笔者认为“馄饨”一词自关外胡人流传至中原的可能性较低,大都坚持混沌本源初开,将馄饨想象为混沌的衍生词。

第二,宋代将饺子同馄饨的区分更为明显。



据文献载,饺子初名馄饨,后名称不断变化,有“汤中牢丸”之称,宋代称为“角子”。饺子自唐代开始与馄饨有所区分,逐渐演化为北方饺子与南方馄饨,由于北方以制作简单、方便食用为原则,因此饺子的品相逐渐固定,而南方馄饨自宋代不断改进,进行花样的翻新。南宋时,为缅怀北方故土,将饺子和馄饨明确区分,南宋孟元老的《东京梦华录》中,除有追忆北宋开封的“水晶角儿”外,亦有皇帝所享如“双下驼峰角子”<sup>[28](卷9,P175)</sup>,陆游的《老学庵笔记》里记有一份南宋宴请金人的国宴菜单,其中就有“爆肉双下角子”<sup>[29](卷1,P12)</sup>这已经能够证实至少在南宋时期馄饨和角子的界限明显,宴请金人用角子而非馄饨,并非意味金人不喜吃馄饨,在《三朝北盟会编》中有表述:“馄饨,此食乃金人御膳也。进上御,膳亦用馄饨,并啖裹夹之。”<sup>[30](卷71《靖康中轶四十六》,P537)</sup>可见馄饨亦是上层御食,至于南宋宴请金人用角子,大概是北方更习惯于吃角子而非馄饨的原因。

#### 四、宋代冬至与馄饨

馄饨在宋代冬至中扮演着重要的角色。宋《岁时广记》载:“京师人家,冬至多食馄饨,故有冬馄饨年饔饩(面汤饼)之说。”<sup>[31](卷38《冬至》,P418)</sup>同书卷38引《岁时杂记》云:“冬至既号‘亚岁’,俗人遂以冬至前之夜为‘冬除’,大率多仿岁除故事而差略焉”<sup>[31](卷38《冬至》,P414)</sup>。冬至是中国古代传统节日,民间有“冬至大如年”的说法,故冬至也称为“亚岁”。西汉《太初历》中就已将冬至作为重要节气之一;宋代,冬至已成为祭祖的重要节日,《梦粱录》中有:“最是冬至岁节,士庶所重,如送馈节仪;及举杯相庆,祭享宗烟,加于常节。”<sup>[8](卷6《冬至》,P49)</sup>宋人周密《武林旧事》有对冬至日吃馄饨的描写,冬至日那天,店铺罢市三日,各家吃馄饨,“享先则以馄饨,有冬馄饨,年发饩之谚。”<sup>[32](卷3《冬至》,P46)</sup>即便是贫寒人家,为筹备冬至亦是不遗余力,宋孟元老有云:“十一月冬至,京师最重此节,虽至贫者,一年之间,积累假借,至此日更易新衣,备办饮食,享祀先祖,官放关扑,庆贺往来,一如年节。”<sup>[29](卷10,P185)</sup>冬至对宋人的重要性可见一斑。

因此,冬至吃馄饨成为一种民间流行的习俗。除馄饨外,宋代冬至食物也呈现多元化发展,

陈藻诗《冬至寄行甫腾叔》中有:“鸭肉馄饨看土俗,糯丸麻汁阻家乡。二千里外寻君话,今日那堪各一方。”<sup>[33](P31309)</sup>宋代人们冬至过节时食材的逐渐丰富,即便不是如迎接新年那般重要,也依然能够吃起肉食,表明了宋代社会的经济发展已非唐代能比。冬至日,百姓食物的地域性特点较强,南北方的食物有所不同。不过,馄饨依旧是冬至节人们祭祀祖先和享用的最佳食品。无论食物种类如何变化,馄饨是冬至日宋人不可缺少的必备食物。

宋人遵守冬至吃馄饨的习俗,而由于味道鲜美,一年四季皆可食用等因素,平日里百姓依然爱用馄饨饱腹,如对北宋名官张咏有载:“张乖崖性刚多躁,蜀中盛暑食馄饨,顶巾之带屡垂于碗,手约之频烦,急取巾投器中曰:‘但请吃。’因舍匕而起。”<sup>[34](卷4,P39)</sup>这里讲述了张咏在夏天食用馄饨的故事,因头带几次三番掉进馄饨碗中,脾气暴躁的张咏随即把头巾扔到碗里,请自己的头带“享用”这碗美味,虽然行为乖张,不过这也表明北宋时馄饨已是四季皆可食之物,非冬至特有。

#### 五、结语

宋代,随着北方旱作物和南方稻作物种植技术与种类的创新,粮食产量显著增长。馄饨作为吃食的一种,文献资料略为有限,但所幸有实物的出土,通过对史料和考古实物的梳理,明确馄饨制作中:皮以小麦磨制的白面为主料;馅则取材众多,可素可荤,或两者搭配。究其原因,宋代粮食种类的丰富给馄饨的多样化提供更广泛的选择空间。除食用外,馄饨在宋代也有着更丰富的药用效果。

宋人对馄饨的起源有着自己的理解,将饺子和馄饨明确区分,是其对北方故土的思念。馄饨还是宋代冬至日的主要吃食之一,宋人祭祀祖先的传统通过一碗馄饨表达出来,既是表达对先祖的哀思,也是馄饨得到普遍认可的证明,对研究元明之后馄饨的变化颇有启发。

#### [参考文献]

- [1](宋)高似孙.纬略[M].北京:中华书局,1985.
- [2](清)钱绎.方言笺疏[M].上海:上海古籍出版社,

- 1984.
- [3](宋)高斯得.耻唐存稿.宁国府劝农文[M]//影印文渊阁四库全书(第1182册).台北:台湾省商务印书馆,1986.
- [4](唐)段成式.酉阳杂俎[M].北京:中华书局,1985.
- [5]新疆维吾尔自治区博物馆.新疆吐鲁番阿斯塔那北区墓葬发掘简报[J].文物,1960,(6).
- [6](宋)陶穀.清异录[M].上海:文明书局,1922.
- [7]林正秋.浙江经济文化史研究[M].杭州:杭州出版社,2001.
- [8](宋)吴自牧.梦粱录[M].杭州:浙江人民出版社,1984.
- [9](宋)周密.武林旧事[M].杭州:浙江人民出版社,1984.
- [10](宋)浦江吴氏,陈达叟.吴氏中饋录[M].北京:中国商业出版社,1987.
- [11](宋)苏轼.苏轼诗集[M].北京:中华书局,1982.
- [12]钱仲联校注.陆游全集校注·剑南诗稿校注[M].杭州:浙江教育出版社,2011.
- [13](宋)陈傅良.止斋文集[M]//影印文渊阁四库全书(第1150册).台北:台湾省商务印书馆,1986.
- [14]方健.南宋农业史[M].北京:人民出版社,2010.
- [15](宋)僧文莹.湘山野录[M].北京:中华书局,1984.
- [16]陈文华.中国农业考古图录[M].南昌:江西科学技术出版社,1994.
- [17](宋)朱长文.吴郡图经续记[M].北京:中华书局,1985.
- [18](宋)陆游.陆游集[M].北京:中华书局,1976.
- [19](宋)唐慎微.重修政和经史证类备用本草[M].北京:人民卫生出版社,1982.
- [20]王晓民.宋代肉食品消费研究[D].陕西师范大学,2013.
- [21](唐)王焘.外台秘要方[M].林亿等校正.北京:人民卫生出版社,1955.
- [22](宋)李石.续博物志[M].北京:中华书局,1985.
- [23](宋)施宿等.嘉泰会稽志[M].台北:成文出版社,1983.
- [24](宋)林洪.山家清供[M].乌克注释.北京:中国商业出版社,1985.
- [25](唐)段公路.北户录[M].崔龟图注.北京:中华书局,1985.
- [26](宋)王诤.唐语林[M].北京:中华书局,1985.
- [27](宋)程大昌.演繁露[M]//影印文渊阁四库全书(第0852册).台北:台湾省商务印书馆,1986.
- [28](宋)孟元老.东京梦华录[M].商务印书馆,1936.
- [29](宋)陆游.老学庵笔记[M].北京:中华书局,1979.
- [30](宋)徐梦莘.三朝北盟会编[M].上海:上海古籍出版社,1987.
- [31](宋)陈元靓.岁时广记[M].北京:中华书局,1985.
- [32](宋)四水潜夫.武林旧事[M].杭州:浙江人民出版社,1984.
- [33]北京大学古文献研究所编.全宋诗[M].北京:北京大学出版社,1991.
- [34](宋)文莹.玉壶清话[M].北京:中华书局,1984.

责任编辑:尧水根