

热历史

# 古人吃糖也又爱又怕



中国人吃糖历史悠久,我们不妨看看古人是如何在大自然中找到这舌尖上的一丝甜的。

## 蜜里调油的“蜜”

说起舌尖上的一丝甜,很难不让人想起蜂蜜的滋味。自周代始,就已有古人采集蜂蜜食用的文字记录,而古人实际食用蜜糖的时间肯定比史料文献记载更早。至魏晋南北朝时期,机智的古人已不再满足于从大自然中采集野蜂蜜,而是开始进行人工养蜂。这种采集蜂蜜的方式,不仅能够选择合适的地点,还能控制蜂群的规模,以方便蜂农采集,同时蜂蜜也成了一个方便稳定的糖源。

蜜源保证了,但想让蜜糖的甜味萦绕在舌尖还得先炼蜜。古人将不用火煮的蜜称为白沙蜜,用火煮的则称为紫蜜。据《农桑衣食撮要》载:“不见火者为白沙蜜,见火者为紫蜜。入篓盛顿。却将纽下蜜粗入锅内,慢火煎熬,候融化拗出粗再熬。预先安排锡旋或盆瓦,各盛冷水,次倾蜡汁在内,凝定自成黄蜡,以粗内蜡尽为度。”明代的炼蜜技术更精湛,据李时珍载:“凡炼沙蜜,每斤入水四两,银石器内以桑柴火炬炼,捺去浮沫,至朔成珠不散乃用,谓之火炼。又法,以器盛置重汤巾,煮一日候,滴水不敢,取用亦佳,且不伤火也。”

炼好的蜂蜜“白如凝酥,质量甘美,耐久储不坏”,如此美味自是要慢慢享用。古人吃蜜除了最常见的用蜜兑水喝以外,蜂蜜作为甜味剂那可是在古代的餐桌上出尽了风头。秦汉时期的糕点,如粬糍(膏环)、髓饼、细环饼、截饼、茧糖等,都是在糯米粉或面粉中加入蜂蜜制作而成。南朝至隋唐时代,古人居然吃起了“蜜制的动物乌贼、螃蟹和鱼以及蜜制的姜”。到了宋代,除了各式蜜制糕点,如蜜糕、蜂糖糕、蜜麻酥、蜜辣馅饼等,蜜饯这个行业也随着蜂蜜的普及而发达起来。此外,宋人还用蜂蜜来酿酒,苏东坡就曾在《蜜酒》诗中报道:“巧将蜜蜂炼玉液,胜似金丹万倍强。”可见这蜜酒是多么甘甜。

## 甘之如饴的“饴”

与蜂蜜一样古老的天然甜味剂还有饴糖。早在《诗经》中,周代人就用“周原膴膴,稊茶如饴”来歌颂古公亶父,意思是他带来了如饴糖般肥沃的周原土地。可见,生活在周代的古人就已经尝到了饴糖的甜味。又《周礼·天官·疾医》贾公彦疏云:“五味,醯酒饴蜜姜盐之属者,醯则酸也,酒则苦也,饴蜜即甘也,姜即辛也,盐即咸也。此其五味酸、苦、辛、咸、甘也。”其中明确提出饴蜜是五味中甜味的代表。

饴糖之所以广受欢迎,是因为它对制作原料的要求并不高,它由农作物发芽后的种子制作而成。其种子中的淀粉在一定条件下,经过糖化成为糖类,古人就将其称之为饴糖。我们常见的水稻、大麦、小麦、糯米等,都可以制作成饴糖。虽然原料好取,但要将其制成饴糖,还得经过制糜与熬糖两个步骤。据北魏时期《齐民要术》载:



“八月中作糜,盆中浸小麦,即倾去水,日曝之。一日一度着水,即去之。脚生,布麦于席上,厚二寸许。一日一度以水浇之,芽生便止。”所谓“糜”,是指谷物用水泡出来的芽。

在制糜完成后,剩下的就是最关键的熬糖。古人在熬糖之前,先得根据不同的原料,对糜与米进行不同的配比,包括发酵的时间以及后续熬糖的火力都要有所调整。熬糖是个费心费力的活儿,得一直守在锅边,稍有不慎,一锅糖汁就可能熬焦变黑。不同的谷物,制作出来的饴糖也有所不同。有意思的是,早在北魏时期,我们现在所吃的牛皮糖就已被熬制出来。

饴糖在古代也很有市场,魏文帝曹丕曾说:“蜀腊脯、鸡、鹜味皆淡,故蜀人作食喜食饴蜜。”可见早在三国时期,饴糖就很受蜀人的喜欢。至宋代,尤其是南宋,杭州夜市上的饴糖制品非常多,如《梦粱录》中所记载的乳糖、十般糖、十色花花糖等。而在《武林旧事》中,还曾出现了几款“网红饴糖”,如“乳糖糖儿”“汤角儿”“猜糖”等。

## 渐入佳境的“甘蔗”

想必现代人在任意食品的包装袋上都见过“蔗糖”。古人将甘蔗榨出汁后,一种是随吃随榨,还有一种是将甘蔗榨汁后,将蔗浆放在太阳下暴晒,这样可以使蔗浆保存较长时间且不变味道。值得一提的是,古人很早就生产了榨蔗工具。据宋应星在《开工天物》中记载,明代就出现了一种既省力又能增大甘蔗出汁率的“糖车”,这对古代的制糖业是个重大的促进。

只是谁能想到,我们现在随便可以买到的各式蔗糖在历史上也经历了无数次升级。早在东汉时期,广州地区在澄清甘蔗汁的时候使用了石灰,于是产生出来了干固体的红糖。因为这种糖中有细沙一样的小颗粒口感,所以当时被古人称之为“沙糖”。陶弘景曾载道:“(甘蔗)广州一种,数年生,皆大如竹,长丈余,取汁以为沙糖,甚益人。”砂糖的雏形由此出现。

至唐代,古人又开始制作冰糖,《糖霜谱》载:“取尽糖水,投釜煎……约糖水七分熟,权入瓮。事竟,歇三日。再取所寄收糖水煎,又候熟,稠如饴。……始正入瓮。”当糖浆熬制到九分熟时,就可以将

其倒出来制作冰糖。宋代时,“糖霜”已很普遍,也即现代人的绵白糖,不少文人都为此写过诗文。如苏东坡《送金山乡僧归蜀开堂》:“冰盘荐琥珀,何似糖霜美。”到了明代,宋应星又记载了一种“黄泥水淋法”,白糖的制造工艺进一步提升。

## 古人的“蜜糖”与“砒霜”

古人对于吃糖这件事,跟现代人一样,也是又爱又怕。糖是五味中的一味,既能入菜,又可补充能量,同时还能治疗疾病。《本草纲目》认为吃蜂蜜可以“和营胃,润脏腑,通三焦,调脾胃”。明初朱橚的《普济方》中的药方多次出现了饴糖,如“麻子汤”中可用来清凉解毒,“人参汤”中可以滋补养身,“贝母散”里用饴糖和白糖治疗“热咳”。至于甘蔗,由于其性味甘、凉、无毒,具有清热、生津、下气、润燥等功效,更是被古人称为“天生复脉汤”。

甜蜜的诱惑很难抗拒,于是历史上嗜糖如命的人特别多。陆游曾在《老学庵笔记》中记载苏轼对糖的执着:“……所食皆蜜也。豆腐、面筋、牛乳之类,皆渍蜜食之,客多不能下箸。惟东坡性亦嗜嗜蜜,能与之共饱。”苏东坡就连吃豆腐、面筋的时候都要放糖。而他的好友黄庭坚也是甜食爱好者:“远寄蔗霜知有味,胜于崔子水晶盐。正宗扫地从谁说,我舌犹能及鼻尖。”吃起糖来一点也不矜持,居然想用舌尖舔鼻尖。

在享受这种甜蜜的同时,古人也发现过量地食用糖会带来身体疾病。现代人所熟悉的糖尿病在古代被称为“消渴症”,司马相如、杜甫、白居易、李商隐、陆龟蒙、卢纶都得过。其中司马相如更是糖尿病的代言人,因其字长卿,于是糖尿病在古代又叫“长卿病”。杜甫曾这样描述自己的病况:“我有长卿病……肺枯渴太甚。”糖尿病的症状之一就是口渴,对此杜甫如此形容:“闭目逾十旬,大江不止渴。”

对此,古代的中医已有相对全面的认知,他们留下了不少治疗药方,其中有一句“上工治未病,不治已病”。想要治疗糖尿病,还得从源头抓起,合理摄入糖分,这样吃起糖来才能“细水长流”。

(《北京青年报》)

## 谈古今 “风火轮”与现代火箭

韩吉辰

《西游记》中,有很多神奇的升天术,主要是“腾云驾雾”,其实这是不科学的,因为云和雾都是由细小水滴组成的,小水滴要比同体积的空气重八百倍呢,本应下落,只是依靠地面升腾的热气流把它们托住了,所以依靠云雾上天是绝不可能的。在《西游记》的升天法木中,只有哪吒三太子与众不同,他把“风火轮”踩在脚下,喷风吐火,四处驰骋,这分明就是一个火箭筒嘛!

中国是火箭的故乡,“火箭”这个词在三国时期就出现了。而北宋时期在抗击辽兵入侵时,火箭作为武器在战争中开始频繁使用。13世纪,火箭技术传入阿拉伯国家后,又逐渐传入欧洲。

火箭在军用和民用两大方面应用非常广泛。航天之梦的实现就是依靠了现代火箭。现代火箭不但能在空气中飞行,还可以在真空中飞行。人们逐渐认识到,要想进入太空,只有借助于“喷风吐火”推进的火箭。

火箭的基本组成部分有推进系统、箭体结构和有效载荷,有控火箭还装有制导和控制系统。推进系统是火箭飞行的动力源。固体火箭的推进系统就是固体火箭发动机,液体火箭的推进系统则包括发动机、推进剂贮箱、增压系统。

20世纪40年代以来,火箭得到了飞速发展和广泛应用。火箭的结构日益庞大,系统越来越复杂,精度也在不断提高。火箭将进一步向可靠性高、经济性好和多次使用的方向发展。目前,化学火箭仍占有重要的地位,电火箭将进入实用,太阳能火箭和光子火箭也取得了新的进展。

我国现代火箭技术发展很快,长征系列运载火箭是中国自行研制的航天运载工具。其起步于20世纪60年代,1970年4月24日“长征一号”运载火箭首次发射“东方红一号”卫星成功。长征系列运载火箭具有三个明显的特点:一是推力大,火箭能满足发射不同用途的大型卫星、宇宙飞船和空间站的需要,能够承担国内外新型航天器的发射任务;二是无污染,新一代长征运载火箭是无毒、无污染的“绿色”火箭;三是成本低。

长征系列运载火箭技术的发展为中国航天技术提供了广阔的舞台,推动了中国卫星及其应用以及载人航天技术的发展,有力支撑了以“神舟”载人航天工程、“北斗”导航系统、“嫦娥”月球探测工程和“天问”行星探测工程为代表的国家重大工程的成功实施。

(《今晚报》)

史海钩沉

## 古代的史官和采诗官

古人十分重视大事件的记载,因此有了史官制度。史官主要记录历史,并进行编撰,一般分为两种类型,一种专门负责记录,跟随皇帝身边或者随军出征,记录下发生的所有事情;另外一种负责编撰,将其他史官记录的事件进行二次加工,形成正式的史书。

如果说史官是“时政新闻”记者,那么采诗官就负责“民生新闻”。周朝设有采诗官一职,他们每年春秋时前往民间采风,行走各地记录,劳动者们的歌咏、疾苦、呼声都被采诗官记录编撰后带回给皇帝。正所谓“观风俗”而“知得失”,采诗官在一定程度上起到了下传圣意上达民情的作用。

随着朝代更迭,政府职能部门虽有各种变动,但史官一职始终屹立不倒,司马迁、班固等一批著名的史官,记录下了当时国家政策、重大事件、人事变迁,还包括自然天文、法律施行、经济发展、水文农作等。

史官虽然官位不高,但连皇上也忌惮。宋太祖赵匡胤就曾碰了一鼻子灰。

赵匡胤有段时间迷上了弹弓打鸟。有个大臣见了,认为赵匡胤有玩物丧志之嫌,于是,在某次皇帝玩得正起劲的时候,谎称有要事禀奏。

赵匡胤无奈放下弹弓,接见大臣。等大臣奏完事,赵匡胤更郁闷了,因为奏的是件芝麻绿豆大的平常事,哪里来的十万火急!

他质问大臣:“你什么意思?”大臣不怕,答道:“臣以为此事再小,也比打鸟的事大。”赵匡胤怒不可遏,当场“以柱斧柄撞其口,堕两齿”。大臣没有跪地求饶,他缓缓俯下身子,捡起被打落的牙齿,藏到怀里。

赵匡胤蒙圈了,“你捡起牙齿,莫非还想当物证,到哪里去告我不成?”大臣说,“臣不能讼陛下,自有史官书之”(宋代司马光《涑水纪闻》)。而按照传统,皇帝不能翻看当代史,包括本朝、本人的一切记录。这是为了防止皇帝利用权力篡改历史。

(《新疆法治报》)