



# 烤串竟是风靡秦汉时期的美食

如今大家见面，互相寒暄时常常会说一句话，“你吃饭了吗？”有人调侃，这足以看出饮食在人们生活中的重要地位。

中华饮食文化历史悠久。王辉提到，秦汉时期粮食的类型极为丰富，远远不止稻、黍、稷（粟）、麦、菽（豆）这“五谷”，比如还有稗、菰米（雕胡）、燕麦、芋、高粱、荞麦、青稞等。

约成书于秦汉时期的《黄帝内经》提到：“五谷为养，五果为助，五

畜为益，五菜为充。”意思是科学的饮食结构应是以谷物为主，菜蔬果肉为辅。

随着时间流逝，古人的饮食图谱不断扩大。据史料记载，张骞通西域之后传入中原的蔬果品类有苜蓿、胡蒜、胡荽、胡瓜、胡麻、胡桃、无花果、甜瓜、安石榴等。

王辉说，随着汉朝与西域各地交往的频繁，西域来的酿酒艺人，开始在长安酿造葡萄酒。由是，欧亚