



中西餐桌文化差异



VS



?

Before

!

随着北京奥运会的申请成功,越来越多的外国宾客来到中国. 饮食文化上的差异使我们认识到:要了解他国的文化就要从他们的肚子抓起. 那么西餐和中餐到底有什么区别呢?在宴请西方客人和到外国朋友家作客,我们都要注意什么呢?

Contents

1. 中西餐概念
2. 中西餐营养比较
3. 菜肴上菜顺序比较
4. 主客尊贵区别
5. 餐具使用方法比较
6. 注意事项和禁忌
7. 餐饮趣闻



关于中餐

精。是对中华饮食文化的内在品质的概括。孔子说过：“食不厌精，脍不厌细”。这反映了先民对于饮食的精品意识。当然，这可能仅仅局限于某些贵族阶层。但是，这种精品意识作为一种文化精神，却越来越广泛、越来越深入地渗透、贯彻到整个饮食活动过程中。选料、烹调、配伍乃至饮食环境，都体现着一个“精”字。

关于中餐

美，体现了饮食文化的审美特征。中华饮食之所以能够征服世界，重要原因之一，就在于它美。这种美，是指中国饮食活动形式与内容的完美统一，是指它给人们所带来的审美愉悦和精神享受。首先是味道美。孙中山先生讲“辨味不精，则烹调之术不妙”，将对“味”的审美视作烹调的第一要义。《晏氏春秋》中说：“和如羹焉。水火醯醢盐梅以烹鱼肉，焯之以薪，宰夫和之，齐之以味。”讲的也是这个意思。

关于中餐

情，这是对中华饮食文化社会心理功能的概括。吃吃喝喝，不能简单视之，它实际上是人与人之间情感交流的媒介，是一种别开生面的社交活动。一边吃饭，一边聊天，可以做生意、交流信息、采访。朋友离合，送往迎来，人们都习惯于在饭桌上表达惜别或欢迎的心情，感情上的风波，人们也往往借酒菜平息。这是饮食活动对于社会心理的调节功能。过去的茶馆，大家坐下来喝茶、听书、摆龙门阵或者发泄对朝廷的不满，实在是一种极好的心理按摩。

关于中餐

礼，是指饮食活动的礼仪性。中国饮食讲究“礼”，这与我们的传统文化有很大关系。生老病死、送往迎来、祭神敬祖都是礼。《礼记·礼运》中说：“夫礼之初，始诸饮食。”“三礼”中几科没有一页不曾提到祭祀中的酒和食物。礼指一种秩序和规范。坐席的方向、箸匙的排列、上菜的次序……都体现着“礼”。

精、美、情、礼，分别从不同的角度概括了中华饮食文化的基本内涵。



About 西餐



西餐这个词是由于它特定的地理位置所决定的。“西”是西方的意思。一般指西欧各国。“餐”就是饮食菜肴。我们通常所说的西餐不仅包括西欧国家的饮食菜肴，同时还包括东欧各国，也包括美洲、大洋洲、中东、中亚、南亚次大陆以及非洲等国的饮食。西餐一般以刀叉为餐具以面包为主食，多以长形桌台为台形。

西餐的主要特点是主料突出，形色美观，口味鲜美，营养丰富，供应方便等。

西餐大致可分为法式、英式、意式、俄式、美式等几种，不同国家的人有着不同的饮食习惯，有种说法非常形象，说“法国人是夸奖着厨师的技艺吃，英国人注意着礼节吃，德国人考虑着营养吃，意大利人痛痛快快地吃……”



营养构成——中餐

- 中国居民传统膳食是以谷类食物为主要能量来源，它所提供的热量约占膳食总热量的75%，所提供的蛋白质约占蛋白质的总量的66%而动物性食物所提供的热量约占8%，所提供的蛋白质约占11%。这样的膳食结构在营养学上称为高谷类膳食，它含有一定数量的蔬菜、水果，但由于中国居民传统的烹饪技术及对口味的要求，许多蔬菜在洗、切、煮等过程中有大量有益于人体健康的健康物质被剔除了。由于谷类食物蛋白质含量不高，其氨基酸组成又不完善，这类膳食提供的蛋白质不仅表现为数量不足，其生理价值也较低，钙的摄入量不足以及铁、锌等微量元素的利用率低，维生素含量不足也是这类膳食普遍存在的问题。随着膳食结构的调整，粮食消费量逐年下降，而动物性食物消费量则呈上升趋势。

营养构成-----西餐

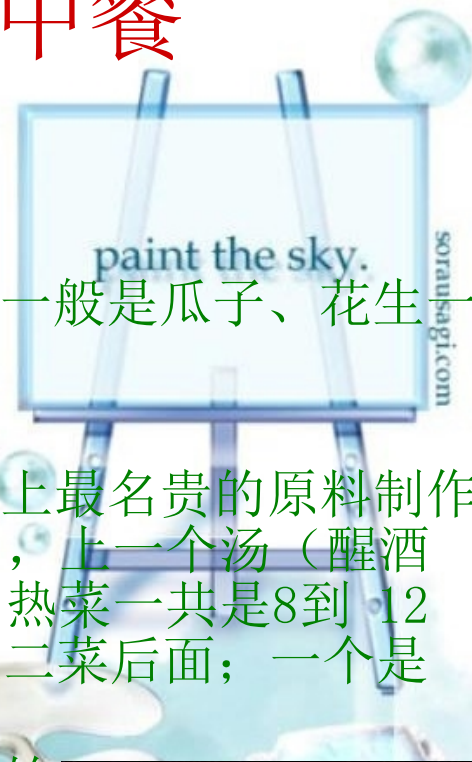
- 当前发达国家上行的是过盛行膳食，以肉类物质为主要能量来源，其特点是含能量密集过多，富于油脂和食糖而缺少复合碳水化合物。虽然营养素供给不足，会导致营养不足，出现多种营养缺乏症，但如果营养摄入过多，则会引起营养摄入过剩，这不仅加重了消化器官的负担，引起胃的疾病，同时这也是肥胖病、心血管病与糖尿病的根源，同样不利于身体健康。



菜肴上菜顺序-----中餐

• 中国传统宴席上菜顺序：

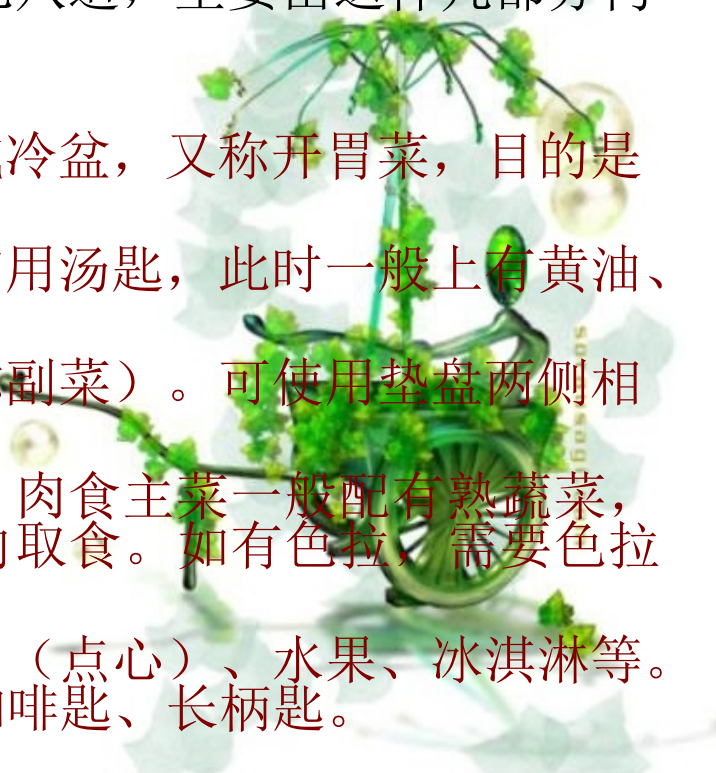
- 1. 茶、生果（客人来齐前消磨时间的，一般是瓜子、花生一类的炒货，档次高点的有蜜饯一类的）
- 2. 凉菜（下酒）
- 3. 热菜：顺序是：头菜（一般都是宴席上最名贵的原料制作、二菜（一般是烧烤、油炸类的菜肴），上一个汤（醒酒、开胃、提神）、接下来是其他热菜（热菜一共是8到12个，其中有两个汤，一个是二汤，放在二菜后面；一个是座汤，放在热菜结束的时候）。
- 4. 小吃：间插在热菜里上桌，从二菜开始
- 5. 随饭菜：一般是素菜，下饭用
- 6. 水果：清口用的





菜肴上菜顺序----西餐

- 一餐内容齐全的西菜一般有七八道，主要由这样几部分构成：
- 第一，饮料（果汁）、水果或冷盆，又称开胃菜，目的是增进食欲。
- 第二，汤类（也即头菜）。需用汤匙，此时一般上有黄油、面包。
- 第三，蔬菜、冷菜或鱼（也称副菜）。可使用垫盘两侧相应的刀叉。
- 第四，主菜（肉食或熟菜）。肉食主菜一般配有熟蔬菜，此时要用刀叉分切后放餐盘内取食。如有色拉，需要色拉匙、色拉叉等餐具。
- 第五，餐后食物。一般为甜品（点心）、水果、冰淇淋等。最后为咖啡，喝咖啡应使用咖啡匙、长柄匙。



对比

- 中餐非常注重饮食搭配，所以主菜相当的丰富。而西餐注重享受，饭后的甜食和咖啡是必不可少的。
- 中西餐的汤也是不同的。中餐把汤放在主餐内，而西方把汤放在主餐前。
- 中餐内还会搭配一些必要的蜜饯，水果等小吃物品。
- 西餐的配单里还有沙拉等调味品。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/487061004042006121>