



中国人爱吃猪肉，从“家”这个字下面是代表猪的“豕”就看得出来了。

## 偏爱哪种肉食自有原因

人类掌握了火的技术之后。人类展现出来的加工食物的技能，尤其是在吃肉前对其进行加工，不仅减少了咀嚼的难度，也让咀嚼变得更加高效。而这一行为让下巴、牙齿和咀嚼肌变小成为可能。

大约1万年前，为了大口吃肉，人类驯化了牛羊饲养了家禽。最早驯化的动物是山羊、绵羊和驯鹿。随着固定农业的兴起，猪和牛也加入了这一行列。

很多人有个疑问：为什么欧美人爱吃牛肉，而中国人爱吃猪肉？

欧美人喜欢吃牛肉，占了世界牛肉消费的大半以上；而中国人更爱吃猪肉，占了世界猪肉消费的70%以上。

事实上，欧洲人并不是一开始就大碗喝酒大块吃肉的。欧洲中世纪的黑死病疫情使整个欧洲的人口下降了40%或者50%，在地中海地区，比如意大利、法国南部和西班牙南部，人口下降了70%—80%，可以说是人类史上黑暗的一页。但是也可以说是因祸得福，恰是这种大量的死亡，却给幸存下来的人带来了宽裕的生活条件。大量的农田和牧场集中到少数人手里，劳动力却相对匮乏，耗费劳动力少的畜牧业在一定程度上取代了种植业，畜牧业得到大发展。

1393年，巴黎一富裕市民写了一本《巴黎的家长》，是指导家政的书。上面说，为了制作可口的汤要选购“半头羊、小牛肉、鹿肉；在鸡店里购买雄鸡、小鸭、兔子等各十只”，“并购买一头供配料用脂肪较少的猪”。

而到了1429年的法国阿尔萨斯，服劳役的农民的菜谱通常是：两块牛肉及烤肉、酒及面包。1482年，德国萨克森公爵发布法令，在他的治下，工匠应于午餐晚餐享有四个菜，即两荤一素一汤的待遇；另外还要加上啤酒和面包。在1557年的巴黎，猪肉是穷人的食物；工匠和商人则享用鹿肉和山鸡。

中国人爱吃猪肉，从“家”这个字下面是代表猪的“豕”就看得出来了。中国人吃牛肉吃得少，和农耕时代牛的崇高地位有关。而我们近邻的日本，情况就要悲惨得多。“西方强大是因为吃牛肉”——这是明治维新前，日本的西方考察团得出的洋人身体健壮的原因。也

下图：德国猪手闻名世界。



正是从那时起，日本人才开始广泛地吃肉。在此之前，他们几乎过了1200多年素食主义的生活，从皇室到庶民一概不吃肉。很难想象，古代日本武士是如何保持战斗时需要的能量的，就靠蔬菜和水果吗？

而实际上，和我们印象中不同，欧洲人其实也爱吃猪肉。比如德国人喜欢肉食，特别是猪肉，德国人均猪肉消费量世界第一。

大部分有名的德国菜都是猪肉制品，例如香肠。如今，德国是出产香肠品种最多的地方，约有1500多种，甚至每个地区都有以自己地名命名的香肠。纽伦堡香肠肉质口味偏重，颗粒粗糙，适合煎炸后配甜芥末和酸菜一起吃。法兰克福香肠则是最常见的热狗原料，肉质细腻嫩滑，适合烟熏。味道清淡的慕尼黑黑白肠肉质中分布有许多气孔，只适合水煮，它是德式早餐标配，往往搭配面包圈、芥末酱和德国白啤。据说是马可·波罗来到中国游历一番，将火腿的制作技术带回欧洲，从此，南部欧洲腌制的火腿成为继中国火腿之后的美食代表，这么看来，中国的香肠还是欧洲香肠的老祖宗呢。

相较于欧洲中南部精致饮食，德国的传统饮食普遍较粗犷，但仍具特色；传统菜肴如烤猪肘、烤猪膝，常佐以马铃薯泥、酸甜甘蓝食用。为何德国人喜欢吃猪肉呢？

首先德国人的祖先雅利安人原是生活在欧亚草原的游牧民族，游牧民族本就喜欢吃肉喝奶。其次，日尔曼人移居到德国后，人多地少，而且德国人体型高大，更需要补充大量的蛋白质。但德国人海岸线短，不像英国人那样可以获得大量的海