



著《清异录》“为青阳丞，洁已勤民，肉味不给，日市豆腐数个”，则认为豆腐起源于唐朝末期。

1960年在河南密县打虎亭东汉墓发现的石刻壁画，再度掀起豆腐是否起源汉代的争论。李约瑟《中国科学技术史》第六卷第五分册《发酵与食品科学》一书的作者黄兴宗，综合各方的见解，偏向于认为打虎亭东汉壁画描写的不是酿酒，而是描写制造豆腐的过程。但他认为，汉代发明的豆腐未曾将豆浆加热，乃是原始豆腐，其凝固性和口感都不如当前的豆腐，因此未能进入烹调主流。

到宋代豆腐方才成为重要的食品。吴自牧《梦粱录》记载，京城临安的酒铺卖豆腐和煎豆腐。在宋代著名词人苏东坡的诗中就有“煮豆为乳脂为酥”的佳句，陆游则记载苏东坡喜欢吃蜜饯豆腐面筋，在陆游的诗中也有“试盘推连展，洗醮煮黎初”之句。诗人注明说，蜀人名豆腐曰黎初。可见，我国宋朝时豆腐的制作和使用已极其广泛了，并受到人们的喜爱。

不管豆腐究竟起源于何时，豆腐现在已经成为我们餐桌上非常家常的一道美食。我们的邻国日本就是豆腐消费大国。

日本传统的观点，认为唐代鉴真和尚在公元757年东渡日本时把制作豆腐的技术传入日本。15世纪之后，豆腐在日本迅速传播开来，很多日本人都酷爱豆腐。比如日本著名电影大师小津安二郎，他写了两本书，一本叫《豆腐匠的哲学》，一本叫《我是开豆腐店的，我只做豆腐》。

就是在西方，豆腐也越来越受到素食主义者和健康饮食爱好者的欢迎。

这就要说到一个中国人的贡献，他叫李石曾，他就是赴法勤工俭学运动的发起和组织者。

到宋代豆腐方才成为重要的食品。



1909年，李石曾在巴黎西郊创办中国豆腐公司，以机器新法制豆腐，因而获得豆腐博士的雅号。

李石曾（1881—1973年），原名李煜瀛，字石僧。中华民国时期著名教育家，故宫博物院创建人之一，国民党四大元老之一，私立南通大学首席校董。

李石曾是清同治年间军机大臣李鸿藻之子。1902年，李石曾随驻法公使孙宝琦赴法国。在巴黎，李石曾入蒙达顿农校学习，毕业后又入巴斯德学院及巴黎大学学生物。1909年，李石曾在巴黎西郊创办中国豆腐公司，以机器新法制豆腐，因而获得豆腐博士的雅号。

正是用卖豆腐挣来的钱，他资助了中国革命。1905年，李石曾遇见孙中山，参加同盟会巴黎分会，从而开始参加革命。1912年李石曾和吴稚晖等人在北京创立留法俭学会，设立留法预备学校。前后共有18个省1600多名勤工俭学学生，分20批到达法国，其中就有周恩来、邓小平、徐特立、蔡和森、王若飞、向警予、蔡畅等。他们一边从事辛苦的劳动，一边勤奋学习，其中的五四运动骨干和积极分子还组织一些革命团体，组织革命活动，很多人后来都成为了中国共产党的重要领导人。在赴法勤工俭学运动中，可以说，李石曾的豆腐起到了非常重要的作用。

曹植《七步诗》的真伪

说到与大豆有关的诗文，最出名的大概就要说是曹植的《七步诗》了。这首诗可谓家喻户晓，小学生都会背，可是很多人不知道，我们现在熟悉的那个版本，并不是曹植的原文。《七步诗》的原文是这样的：