



菊花酒。



桂花酿。

中容之国，有赤木、玄木之叶焉；余瞽之南，南极之崖，有菜，其名曰嘉树，其色若碧；阳华之芸，云梦之芹，具区之菁；浸渊之草，名曰土英。”（《吕氏春秋·本味》）这句话也证明，当时花已经成为贵族们的名贵食材。

早期食花的行为多与祭祀相关，先民们把用花卉做原料的食物当成祭神的供品。

战国时期，屈原在《离骚》中提及“朝饮木兰之坠露兮，夕餐秋菊之落英”，一来用以譬喻自身高洁；二来也说明花是可以油烹水蒸的食材。

到了秦汉时期，人们食花以养生、避恶。据西汉时的《西京杂记》记载：“九月九日佩茱萸，食蓬饵，饮菊花酒，令人长寿。”后来重阳节饮菊花酒又被赋予了“拔除不祥”的含义，自此盛行于民间，至今不衰。

我国最早的一部药学专著《神农本草经》中，也有对许多花卉药用价值的研究，书中将菊花列为上品，“久服利气血，轻身耐老，延年”。

唐代风气开放，时人喜爱饮酒，为了增加风味，他们在酿酒过程中加入香药、花卉、果皮等，花酒因此得到了较大发展。不仅有桂花酿制的“桂醕”、兰花酿制的珍馐“兰羞”，还有以莲花制作的清凉消暑饮料“碧芳酒”等，不过这些酒因原料珍贵、制法特殊，只在宫廷贵族间流传。

唐人最爱的牡丹更是风头无两。

《神农本草经》称其“味苦辛寒。主寒热、中风、癰疽、疔……安五脏，疗痈创”，“人食之，轻身、益寿”，实为上品。到了牡丹开放的季节，欣赏过后还可

以“以酥煎食之，无弃浓艳也”，这种以酥油煎制的花瓣，古人称作“花酥”。

传某年牡丹盛开的季节，武皇率宫女游园赏花，看着争奇斗艳的花儿，灵机一动，命宫女采下大量的各色花朵，回宫按她的设计，和米捣碎，蒸制成糕，取名“百花糕”，并作为礼品赏赐群臣，至今仍有人按照此法制作百花糕品尝出售。

到了宋代，花馐作为日常饮食出现在文人雅士、平民百姓的生活中。这当然跟宋代经济繁荣，老百姓喜欢琢磨吃吃喝喝有关，孟元老的《东京梦华录》说当时的饮食是“集四海之珍奇，皆归市易；会寰区之异味，悉在庖厨”。

而且，因为没有宵禁，宋人很爱吃夜宵，大大小小的饮食场所都营业到深夜，街上挑着担子卖小吃和甜品的也比比皆是，夜生活可以说是相当丰富了。

宋人喜欢风雅之事，在吃一途上，还有比花更风雅的吗？苏轼被贬黄州时，于暮春时节，怜惜地拾拣起掉落在地的牡丹花瓣，用牛酥油煎制，挥笔写下“未忍污泥沙，牛酥煎落蕊”。

南宋诗人杨万里也留下一件逸事，他和朋友们相聚西湖时，满谷皆梅花，一望无际。他独倚一株老梅，摘花嚼之……朋友们夸他“韵胜如许，谓非谪仙可乎？”

吃一朵梅花，竟被朋友夸成了谪仙，老杨也是笑不拢嘴，内心十分快意。写了小作文还不算，还发明了一道蜜渍梅花，“翁澄雪水酿春寒，蜜点梅花带露餐”。

百花糕。

