

中德饮食文化

刘洪家琛

山东建筑大学，山东济南，250000；

摘要：“民以食为天”，饮食是文化传承的重要媒介，承载着丰富的历史和传统信息，蕴含一个民族的凝聚力和文化遗产。饮食文化是重要的文化组成部分，每个国家的不同文化背景造成了不同的饮食文化，特定的饮食文化是一个群体身份认同的重要标识。随着经济及全球化的发展，中德之间的贸易往来日益密切，交流与日俱增，在商谈合作时，需充分考虑两国文化差异，在饮食选择、交流方式、礼仪规范等方面多加注意，营造良好氛围，才能促进合作顺利进行。

关键词：跨文化；饮食；差异

DOI：10.69979/3029-2700.25.05.042

1 饮食结构

由于德国北部地势平坦，温带海洋性气候，纬度高，气温低，土壤较为贫瘠，因此不利于种植业的发展。适合牧草、黑麦、马铃薯、燕麦等作物的生长，有大片草原，因此德国以畜牧业为主，人们多养牛羊。他们的主要农作物是小麦，玉米，土豆等，玉米的种植也是为牲畜提供饲料。

南部多为山区，纬度较低，海拔较低的山谷地区光热资源丰富，适宜发展种植业，而在海拔较高的山地和高原则以林业和畜牧业为主。蔬菜种类少，价格昂贵，蔬菜烹饪方式也很少。

德国南北方存在饮食差异，北部地区靠近海洋，当地人喜欢吃海产品及鱼类，而南部地区更偏爱小麦制作的面食、肉类以及奶制品。且德国人更多吃肉，尤其是猪肉，比如德国的特色菜是猪肘和各种香肠，其中比较出名的有法兰克福香肠、纽伦堡香肠和柏林的咖喱香肠。面包和啤酒德国人也非常喜欢，这两者在他们的饮食中占据着重要地位。德国啤酒在世界上非常出名，每年在慕尼黑举办的啤酒节是德国最盛大的民间活动之一，吸引来自世界各地的游客来到这里。

德国人主食多以面包和土豆为主，面包口感偏硬，是很好的“砸核桃工具”。因为过去生活艰苦，硬的面包含水量低，益于运输和储存，耐嚼抗饿。这种饮食习惯延续至今，德国人普遍注重健康饮食，认为食物对身体健康至关重要，这种“钢铁”面包不含添加剂、防腐剂，食用起来非常健康。

相比之下，中国地域辽阔，气候与地形丰富多样，得天独厚的自然条件孕育了发达的农业经济，农作物种类繁多，农业以种植业为主。各地的气候和地形条件都有所不同，因此不同地区的饮食习惯和烹饪方式也有所不同，这也造就了饮食习惯与烹饪方式的多元性，

例如南方主食多为稻米，而北方喜吃面食。

在中国的饮食文化中，炒菜占据了非常重要的地位。这是因为中国蔬菜种类繁多，产量大，人们大多可以食用新鲜蔬菜，为了更好地保留蔬菜本身的味道，中国人发明了炒菜这种烹饪方式。炒菜不仅简单易行，而且烹饪速度快，能够保留蔬菜的营养和口感，因此受到广泛欢迎。在中国人的日常生活中，炒菜是餐桌上的常客，也是中国饮食文化的一大特色。

除了炒菜外，酒，同样是中国饮食文化中不可或缺的重要元素。中国有着悠久的酒文化历史，黄酒和白酒是中国人最常饮用的酒类。在中国古代，酒被认为是珍贵之物，被用作祭祀、宴请、送礼等场合的必备饮品。在诗歌、小说等文学作品中，酒也经常用来表达情感、渲染气氛。即便在现代社会，酒仍然是人们社交场合中的重要饮品，扮演着不可或缺的角色，被广泛用于商务宴请、朋友聚会等场合，由此也发展出中国独特的“酒文化”及酒礼仪。前些年还有一些劝酒的陋习，以及不喝酒办不了事的行为，多让参与宴席的德国人不解。

2 用餐工具

中餐在做法上注重刀工，许多菜肴会将食材切成薄片、细丝或小块。筷子可以方便地对这些精细切割的食材进行夹取和操控，符合中国菜精致细腻的特点。中国菜食材丰富多样，从蔬菜、肉类到海鲜、豆制品等，形态各异。筷子能灵活地夹取各种形状和质地的食物，无论是细小的豆芽、滑嫩的豆腐，还是块状的肉类、圆形的丸子等，都能轻松应对，精准地将食物送入口中。

在中国，筷子不仅是进餐的工具，更是文化传承的载体。几千年来，筷子在历史的演变中承载了丰富的文化内涵。在古代，筷子最初被用于夹取热食，随着时间的推移，其用途逐渐拓展。在餐桌礼仪方面，使用筷子有许多讲究和习俗。比如，不能用筷子指人、不能插在

饭中等等，这些传统习俗反映了中国人的谦逊、尊重和和谐的价值观。

回顾历史，德国作为西方文化的一部分，其用餐方式受到古希腊、罗马文化以及中世纪欧洲贵族传统的影响。刀叉在西方历史上逐渐成为正式用餐的标准工具，德国也遵循了这一传统，将其融入到自己的饮食文化中。在19世纪末和20世纪初，随着工业化的加速和社会转型，德国从传统的农业社会逐渐转变为工业社会。在这个过程中，金属制成的刀叉逐渐取代了传统的餐具，成为德国人餐桌上的主流餐具。这一变化不仅反映了德国社会的发展和进步，也体现了西方工业文明的特色。

刀叉的使用在德国的饮食文化中占据了重要地位。由于德国的饮食结构以肉类为主，如著名的烤猪肘、香肠等。这些肉类食物通常体积较大，上菜时是一个整体，需要切割和分离。用叉固定，然后用刀可以方便地将食物切成合适的大小，能够更加精准地控制食物的大小和形状，便于咀嚼和食用。对于一些带有酱汁或配菜的菜肴，刀叉可以方便地将食物与酱汁搭配起来食用，同时也能避免手指直接接触食物，保持手部清洁。

德国人每天必不可少的食物就是面包，他们会将其会搭配黄油和奶酪一起食用。刀可以用来涂抹黄油、果酱在面包上，或者将奶酪切成小块，叉则用于叉起面包或奶酪送入口中，这种搭配食用方式使用刀叉更为方便。

3 烹饪方式

中国的调味料丰富多样，盐、糖、生抽、老抽、味精、椒盐、花椒、八角、桂皮、香叶等等等等，不同菜系、不同烹饪方式所需要的调料也不同，不同的调味料可以组合出各种风味，许多酱料制作工艺非常繁琐，制作过程非常复杂，寻常人家很难学会，比如火锅底料。但是人们将其买回家后，任意食物放进去一起煮，都会非常好吃，因此火锅底料是中国留学生出国的必备清单之一，既有家乡风味，能够缓解思乡之情，又方便，不会做饭的人也能轻易制作出可口的饭菜，还好吃。

德国的常用调味料有盐、糖、黑胡椒、黄油、芝士等，种类较少，烹饪方式也比较少，例如烤、炖、煎、煮、生食。且德国人喜欢吃冷食，无论是早上还是晚上。因此德国家庭中的厨具，多为平底锅。

但中国人喜欢吃热食，做菜时喜欢爆炒，讲究锅气，因此多用炒锅，锅更深，受热面更均匀。且做菜时，讲究灵活和随意性，调料和食材配比通常会用“适量”或是“几勺”来描述，也不说是多大的勺子，容易让做饭新手或是外国人摸不着头脑。中国人把烹饪看作是凭个人感觉的一种艺术创造，通过调料来追求饮食的美味，所以中国人把烹饪也称之为厨艺即一门艺术。

德国人则是喜欢将菜谱，描述的清清楚楚，甚至精

确到克，烹制多久，详细列出，正如德国人严谨的态度那样，追求精确和标准化，严谨的德国人在各个领域都追求精确性和标准化，烹饪也不例外。将食谱精确到克可以确保每一次烹饪都能达到一致的效果，保证菜品的质量和口味稳定。他们认为只有通过精确的测量和严格按照食谱操作，才能制作出理想的菜肴。

他们具有较强的科学和理性思维。在烹饪中，精确到克的食谱是基于对食材特性、化学反应和烹饪原理的理解。他们将烹饪视为一门科学，通过精确的计量来实现食材之间的最佳搭配和化学反应，以达到理想的口感和风味，这体现了他们用理性和科学的方法对待生活中的各个方面，包括饮食。

德国的许多经典菜肴都有固定的制作方法和配方。将食谱精确记录并严格遵循，是对传统的尊重和传承。他们认为，只有按照先辈们传承下来的精确方式制作，才能保留这些传统菜肴的原汁原味，让后代能够品尝到正宗的德国美食，从而延续和弘扬本国的饮食文化。这正是德国的烹饪菜谱跟中国烹饪菜谱的不同之处。

4 进食方式

德国人偏好分餐制，这一饮食习惯反映了他们对个体独立性和自我尊重的重视。在分餐制下，每个人使用自己独立的餐具，不会触碰他人的食物，这种做法不仅避免了食物的交叉污染，也体现了德国文化中对个人空间和隐私的尊重。

分餐制让每个用餐者能够根据自己的口味和需求自由选择食物，而不需要顾及他人的喜好。这种饮食习惯鼓励个体独立思考和选择，强调自我意识和独立性。每个人都有自己独立的食物份额，以保证个体的需求和权利得到满足。在德国文化中，个体性被赋予极高的价值，每个人都认为自己是一个独立的个体，有权决定自己的生活方式和饮食习惯。

基督教文化中的感恩与敬畏之心，也使得德国人在饮食上注重个人的节制和对食物的尊重，分餐制有助于每个人更好地控制食量，避免浪费。

此外，分餐制还与德国人追求效率和逻辑性的性格特点相呼应。在分餐制下，每个人可以按照自己的节奏用餐，避免了等待和催促他人的情况，提高了用餐的效率和舒适度。这种制度也体现了德国文化中的条理性和规划性，强调规则和秩序。

在中国，合餐制是一种常见的用餐方式，无论人数多少，大家围坐在一起共同享用几道菜肴。这种用餐方式与中国传统文化中强调的集体主义紧密相关。儒家文化强调家族观念和人伦秩序，合餐时大家围坐在一张桌子旁，共同分享各种菜肴，人们可以方便地互相交谈、互动，有助于增强凝聚力和彼此之间的感情，促进人际

关系的和谐发展。在中国传统文化中，聚餐被视为团结和和谐的象征。

合餐制下，餐桌上通常会摆放多种菜肴，每个人都可以品尝到不同的口味和菜品，丰富了饮食的种类和口感体验。人们可以根据自己的喜好选择食物，同时也有机会尝试一些平时不太会单独点的菜肴，增加了饮食的多样性和趣味性。

近年来，随着人们对卫生和健康的关注度不断提高，公筷的使用在中国的饭桌上变得越来越普遍，推动了文明餐桌的普及和发展。

5 就餐礼节

在中国，礼节被视为人们日常生活中的重要组成部分，尤其在餐桌文化中。对于中国人来说，餐桌上的每一个细节都蕴含着深厚的文化意义，体现了对他人的尊重和谦逊。

首先，对于座位的安排，中国人非常讲究。在家庭聚餐中，年长者或长辈通常坐在主位，其他家庭成员按照年龄和地位依次入座。在正式场合，如商务宴请或与领导共进晚餐时，座位的安排则更加严格。通常要等到长辈或领导坐下后，晚辈或下属才能就座。这不仅体现了对长辈和领导的尊重，也显示了整个家庭或团队的秩序和团结。

在餐桌上，长辈或主位的人动筷子之前，其他人不能开始用餐。这表示对长辈的尊敬和对主人的感谢。同样，当长辈或领导夹菜或敬酒时，其他人应放下手中的筷子或酒杯，以示尊重。

此外，敬酒时说祝酒辞也是中国餐桌文化中的重要环节。祝酒辞通常是对长辈、领导或亲朋好友的祝福和美好祝愿。这些祝酒辞不仅传达了诚挚的祝福，还体现了中国人的谦逊和礼貌。

德国人在吃饭的时候也有自己的礼节，在餐具的摆放方面，德国人非常讲究。餐盘、刀叉、酒杯等餐具的摆放位置都有明确的规定。例如，刀叉并排平行地放在盘上，通常表示已经吃饱，不再需要继续进餐。这种摆放方式不仅是对个人进餐量的控制，也是对他人的尊重。同时，刀叉相交放在盘中则意味着稍事休息后还将继续用餐。

德国人在餐桌上的礼仪体现了他们严谨、节俭和尊重他人的特点。这些规定和礼节不仅有助于维护良好的用餐氛围，也传承了德国优秀的传统文化。通过遵守这

些礼节，德国人展示了他们对生活和人际交往的尊重，也为世界各地的游客和客人提供了更加愉快的用餐体验。

6 结语

饮食文化差异是由多重因素造成的，并表现在方方面面。在跨文化交流中，要提前了解对方的饮食禁忌和偏好，尊重对方对食物的选择和喜好，遵守双方的礼仪，要理解不同文化背景下人们对食物的不同认知和接受程度。

邀请德国人用餐时，用餐过程中，可以主动向德国人介绍中国菜的特点、烹饪方法和负载其中的文化内涵，让对方更深入地了解中国饮食文化。同时，也可以询问德国人对中国菜的感受和看法，增进彼此的交流和理解。不强行要求对方合餐，不替对方夹菜，不以中国人认为好的方式对待对方，尊重双方的差异性。

如此能够促进双方理解和友谊，促进饮食文化的传播与融合，推动商务合作与交流。相互借鉴与融合，丰富彼此的文化内涵。在跨文化交流中，能够理解并适应不同的饮食文化，展现出开放、包容的态度，是跨文化交际能力的重要体现。在当今世界中，提升跨文化沟通能力，能够更好地适应全球化的社会环境。

参考文献

- [1] 王宇康. 跨文化交际视角下不同国家饮食文化差异及原因研究——以中德两国为例[J]. 文化创新比较研究, 2020, 4(11): 196-198.
- [2] Steffi. 舌尖上的中德文化比较[J]. 商业文化, 2016, (07): 78-84.
- [3] 傅文. 浅谈中德饮食文化的差异[J]. 才智, 2015, (24): 311.
- [4] 孙坤. 饮食禁忌差异与跨文化冲突——以中德饮食文化差异为例[J]. 黑河学刊, 2012, (08): 55-56. DOI: 10.14054/j.cnki.cn23-1120/c.2012.08.002.
- [5] 史玮璇, 雷秀云. 中德饮食文化差异浅析[J]. 法制与经济(下旬), 2011, (05): 118-119.

作者简介：刘洪家琛（出生年 1997），性别女，民族汉，籍贯黑龙江省，单位及职称/职位山东建筑大学，研究方向德语文学。