

马来西亚华人饮食文化的发展与社会根源

张菁蓉、陈琮渊*

华侨大学国际关系学院

摘要

华人移民所传承的原乡饮食习俗，在全马各地扎根，同时适应马来西亚特殊地理与多元文化社会，创造性地使用当地食材，吸收了其他族群的烹饪方式，在全球化的发展浪潮下，不断创新和丰富其饮食文化，最终逐渐形成了别具特色、丰富多元的马来西亚华人饮食文化。本文介绍马来西亚华人方言群的饮食和烹饪习俗，探析当地华人饮食风貌形成的多元背景，挖掘其发展特征与移民社会根源。

关键词：马来西亚，华人饮食文化，传承，创新

* 张菁蓉，硕士，华侨大学国际关系学院；陈琮渊，博士，华侨大学国际关系学院副教授。

Overseas Inheritance and Local Innovation: A Study of Malaysian Chinese Food Culture

ZHANG Jingrong, CHEN Tsung-Yuan
College of International Relations, Huaqiao University

Abstract

Chinese immigrated to Malaysia, all dialectic groups brought their native food culture into the country, inherited and rooted in Malaysia and became an important part of the country's food culture. At the same time, with the lapse of time, in the process of adapting to the special geographical environment and multicultural environment of Malaysia, the Chinese make creative use of local food ingredients, and under the wave of globalization, they learn from and absorb the multi-ethnic cooking methods and food customs, Chinese food culture also keeps innovating and enriching, and finally formed the unique and diversified Malaysian Chinese food culture. This paper makes an intensive exploration of the overseas inheritance and local innovation of this food culture to the multi-ethnic food and cooking customs of Malaysian Chinese. This paper tries to traces the diverse background of its formation, presents the real overall picture of its inheritance, rooting out the social and cultural reasons of its local innovation, and displays its local characteristics and development.

Keywords: Malaysia, Chinese food culture, inheritance, innovation

马来西亚华人饮食文化的发展与社会根源

一、研究问题

华人移居马来西亚历史悠久，饮食习惯和历史记忆，成为连接华人与原乡关系的重要纽带，华人一方面传承原乡饮食文化，同时也因地制宜，在既有基础上吸收融合当地及外来元素，推陈出新，多有创发。随着马来西亚华人的再移民及中国新移民的移入，马来西亚华人饮食既展现了“异国情调”和创造性，其所体现的文化韧性及在地特色亦值得研究。

近年来，马来西亚华人饮食文化研究，已有较多成果问世。“知食分子”林金城（2009; 2014）立足于田野调查，全面介绍了马来西亚各方言群的饮食习俗与特色美食，文字通雅，食色具现；陈志明（2017）对马来西亚华人饮食的再生产、地方化与全球化作了详尽分析；也有从社会人类学视角出发，有学者探讨马来西亚和新加坡三大族群饮食文化（Jean & Khoo 2015）；亦有专门探讨各族群特色食物的著作（李岩 2018）与各类饮食杂述（陈静宜 2018）。本文在既有研究基础上，略论马来西亚华人饮食文化的发展与创新。

二、马来西亚华人饮食文化的形成背景

马来西亚华人饮食文化是华人移民与定居的产物，不仅食材种类、数量、质量与分布特点等对一地饮食文化的形成具有决定性意义（郑南 2009: 269），族群与宗教环境更决定了饮食生活与饮食文化。马来西亚民族众多，宗教信仰多元，占人口大多数的马来人信奉伊斯兰教，在饮食上有不吃猪肉、自死物和动物血液的戒律；华人大多信仰佛教和道教，也有不少基督教信徒，对其饮食文化产生一定影响。独特的地理位置、民族和历史因素，使得马来西亚受到了中国、泰国、印度和西方国家的深刻影响，为华人饮食文化的形成和发展提供了肥沃的土壤。

在殖民时期，华人多聚居在同一区域、联系紧密，并且大多从事挖矿、淘金、种植等劳动。华工以米饭及猪肉为主食，搭配各种调味品，用筷子快速进食，以维持体力、坚持劳作。皮雷斯曾描述他在马六甲见到的华侨，“所有的中国人都

吃猪牛以及各种动物, 他们喝相当多的各种饮料”(转引自林远辉、张应龙 1991: 52)。这一时期, 华人与当地马来人或其他土著人通婚所生下的后代, 男性被称为“峇峇”, 女性则称为“娘惹”。他们所制作的娘惹菜肴(如图一所示)在中式烹饪技术、砂锅与猪肉等食材的基础上, 吸收了马来西亚罗望子、黄姜、和柠檬草等香料, 加之为适应湿热的地理气候, 其口味以辛辣为主。而华人在从事种植业过程中, 也开始食用淀粉质高的木薯、榴莲等当地食物(阎靖靖、王国璋 2016)。



资料来源: 陈琮渊摄于 2014 年。

图一 马来西亚娘惹菜

随着大量华工的移入, 新客华人的饮食亦值得关注, 他们在各地建立酒厂及养猪业, 华人吃猪肉和和烧酒的习惯得以传承。与此同时, 在与欧洲殖民者互动交流中, 华人也吸收了西方烹饪手法及喝咖啡的习惯。

日本占领时期, 马来西亚华人饥饿和贫困交织, 被迫以木薯、蕨菜、班兰叶为食度日(许耀锜 2007: 45-46)。世界经济大萧条时期, 当局曾实施严苛的华人出入管制政策, 华人离境人数较多, 同时将马华饮食带向了美国、欧洲、澳大利亚, 甚至是中国原乡。冷战时期, 英国殖民政府为了反共实施“新村政策”, 改变了华人的社会经济模式。马来西亚华人以福建、潮州、广府、海南、客家等为主, 形成了方言群和帮群文化延续至今, 他们同中有异的饮食文化习俗(如表一

所示），遍布于马来西亚各地。

表一 马来西亚华人各方言群特色饮食

方言群	特色饮食
闽南人	虾汤面、炒黄面、肉骨茶、番薯糜、红龟粿、薄饼、春卷、满煎糕、粽子、铁观音
福州人	佛跳墙、荔枝肉、杂烩汤、豆腐蚶、八珍鸭、鼎边壶、光饼、线面、肉燕、蚶饼、水仙茶
广府人	卤肉米线、猪肠面、捞鱼生、盐焗鸡、烧包、萨琪玛、莲子百合糖水、普洱茶
潮州人	炒粿条、糜、炒蛤、炒粿角、西刀鱼丸、春卷、四果汤、豆腐花、甜花生汤、功夫茶
客家人	酿豆腐、算盘子、炸肉、炸酿豆卜、辣汤、白斩鸡、老鼠粉、擂茶
海南人	海南鸡饭、咖啡角、海南咖椰包、咖喱饭、海南咖啡、海南茶
广西人	酿豆腐、味念鸡、扣肉、六堡茶

资料来源：作者参考吴小安（2011），孙振玉（2008）自行整理；在田野调查过程中也遇到不少受访者透露出对此分类的不同看法。

随着全球化的发展，欧美快餐饮食也在马来西亚传播开来，与华人饮食文化交流互动；同时，马来西亚华人的再移民、中国的新移民，也将华人饮食文化带向世界各地，创造出更多新式华人美食。目前，华人高档餐厅、中餐馆、小吃摊遍布马来西亚。正是在多元文化与全球化的背景下，马来西亚华人吸收融合不同元素进行在地创新，形成了独具特色的马来西亚华人饮食文化。

三、华人饮食文化在马来西亚的传承与实践

饮食文化是在家庭和社会生活中养成的，除了温饱之外，饮食还有表情达意、塑造和协调身份认同，以及构建、维系社会关系的作用，饮食方式实则展现了各个族群或社会的文化认同。

(一) 日常生活和节庆场合饮食

在日常饮食中, 马来西亚华人沿袭了吃米饭、猪肉和喝茶的饮食传统。华人认为大米是健康和力量的来源, 在家中准备日常三餐或在中餐馆里点餐时, 米饭、肉和蔬菜的合理搭配是众所遵循的基本原则, 华人中餐馆也通过提供米饭搭配不同地方菜系的菜肴来吸引顾客(陈志明 2018: 29)。猪肉是华人食用最多的肉类。即使这种食物与马来穆斯林信仰相冲突, 在马来西亚华人餐馆中, 仍然到处都能看到用猪肉做成的各类美食。华人也带来饮茶习俗, 並形成了独特的茶文化, 虽有籍贯和区域之分(如表一所示), 但皆推崇老茶的陈味, 以寄托自己的乡思。

华人传统饮食文化, 在宗教庆典和盛大节日中得到了最好的保留。马来西亚华人用特定的食物庆祝中国的重要传统节日。春节期间华人亲友间会吃团圆饭, 鱼鲜(象征年年有余)、发菜(发财)、生菜(生财)、年糕(年年长高)、腊味(家储干粮、不愁三餐不继)以及柑桔等寓意吉利祥瑞菜肴必不可少; 端午时节吃粽子、喝雄黄酒; 中秋节吃月饼; 清明节备食扫墓祭拜; 订婚、结婚、庆生、孩子满月等庆祝日子, 亲友们都会设宴聚会, 供应各类中式饮食, 以示庆祝, 闽南人还传承了在冬至搓汤丸和吃汤丸的特色习俗(赖观福等 1997: 11; 30)。“红龟粿”(闽南语称 *Ang ku kueh*) 是闽南人节庆祭神之供品, 由糯米制成, 里面包上馅料, 用压模印成乌龟或桃子型形状; 红色寓意吉祥, 龟甲象征着长寿。华人移民传承原乡闽南文化, 在准备小孩儿满月庆礼时, 红龟粿必不可少, 人们可通过其形状获悉婴儿的性别, 乌龟形状即是男孩儿, 桃子型则代表女孩儿。客家擂茶也在马来西亚完整地传保留下来, 同时, 河婆客家人还将每年 5 月 1 日定为擂茶日, 当天, 马来西亚全国都会举办“河婆擂茶节”, 重现和继承吃擂茶的饮食习惯, 并将其推广给其他族群(美里河婆同乡会 2003: 253-254)。

(二) 方言群体特色饮食

不同的华人方言群体也传承了自身与众不同的各类饮食(亦如表一所示)。闽南人钟爱面条, 将其带入马来西亚后, 当地人受其影响将面条称作“mee”。同时, 闽南原乡的虾汤面和炒黄面在马来西亚发扬光大, 各地以面条为特色的餐

馆、小吃摊随处可见(Yao 2000: 64-79)。潮州粥(Teochiu porridge)闻名天下,马来西亚潮州人坚守着以白米稠粥或鱼片粥为主,辅以咸菜、橄榄、豆酱等佐餐小菜,讲究口味清淡少油腻的健康养生之道。“一汤十菜”,以海鲜为主,善用糖和醋、虾油、虾酱、酒糟等的福州菜,主要流行于马来西亚的诗巫和实兆远两地。其传统名菜佛跳墙,以鸡、鸭、鱼、参为主角,搭配笋片、番茄等辅料,再加入鲜汤、黑醋等调味料多次文火烘煨,充满福州菜的酸辣滋味特色,是各地福州人宴席会客的必备菜肴;鼎边糊、鱼丸、光饼、线面等特色小吃广泛传播(黄孟礼, 2011: 2; 52)。重山珍、轻海味的客家人饮食以传统的擂茶、算盘子、酿豆腐广为人知。酿豆腐(Yong Tau Fu)是客家人节日必备佳肴。据说客家人从中原南迁广东后,由于缺少面粉,无法做出饺子、元宝,于是以豆腐中夹肉馅,下锅煎黄,再以高汤炖熟,做出香滑细腻的酿豆腐。许多客家人在过年时都会有一道酿豆腐,其用意是希望子孙不要忘记中原故乡和北方春节吃饺子的习俗(杨绍景 2003: 34-37)。广府人的粤菜脍炙人口,原乡卤肉米线、红烧鱼腐、烧包等粤式菜肴,以及萝卜糕、莲子百合糖水等各类糕点和甜品,在怡宝和吉隆坡的港式酒楼、茶楼和糕点店随处可见。米粉慢火烘脆、搭配河粉热炒爆香,后以高汤芡汁淋漓的“广府炒鸳鸯”流行于中马各地,广受追捧(林金城 2014: 122)。海南鸡饭以白切鸡为主,配以鸡油和浸鸡水烹煮的米饭,传遍马来西亚以及东南亚各地。马来西亚人在烧制这道华人佳肴时,会放入班兰叶和香茅草,用餐时则会配上口感酸甜,并带有青柠汁香味的辣椒酱(大卫·张等 2018: 149)。广西人以“广西三宝”酿豆腐、扣肉和味念鸡保持着传统的纯朴家乡味。广西人烹饪酿豆腐时,必须加入象征家乡味道的韭菜,据说是因为早期广西人是带着韭菜到马来西亚谋生(《中国侨网》2017)。

华人饮食文化也因各方言群体跨界移居流动路线不同,而呈现出区域性风味特征。以卤面为例,因华人各族群煮面方式不同,分为北马与中南马两派。北马主要以福州和漳州人居多,通常使用碱水细面,先将面条烫熟,摆上配料,再淋上预先煮好的深褐色浓稠卤汁,吃时鲜少放入黑醋调味。而在中南马流行的卤面,则与泉州和兴化莆田的煮法相近,即将面条与汤汁同煮,最后才放入薯粉勾芡并打入蛋花。同时,中南马卤面又以汤色深浅分为黑白两派,前者在汤中调入黑酱油及浙醋,以乌鲁音卤面为代表;白派则未添加黑酱油调色,吃时再依顾客喜爱添加浙醋,是雪隆炒福建面的主要做法。而至于面条,中马广泛流行安溪人较粗

的“大碌面”，南马则多以碱水细面为主（林金城 2014: 28）。

（三）烹调风格与礼俗传承

华人移民不仅传承了中国传统的日常饮食种类，中华饮食烹调风格与饮食礼节也在马来西亚落地生根。华人移民将大火快速炒制的烹饪手法带到了当地，对马来西亚饮食文化产生了深远的影响。不同群体也传承其特色烹饪习惯，以客家人为例，强调油、咸、香的烹调风格与素、野、粗、杂的食物结构（萧新煌、林开忠 2009: 241）。中国传统饮食追求和谐境界的养生观念，马华饮食沿袭传承并着重强调食物的冷热均衡准则与养生食补理念。尤金·安德森注意到槟城闽南人的凉性及寒性食物包括啤酒、肉汤、草本茶、鲍鱼、竹笋和一般的水类食物；温热性食物有烈性酒精饮料、油腻和辛辣的食物、榴莲、烤肉和米饭，身体虚弱、患有疾病和需量大量体力者很少吃凉性食物；咽喉疼痛、发烧或患有急性疾病者则较少吃过热的食物。冷热均衡的米粥，在各族群中传承发展（Anderson & Anderson 1972: 143）。一般家庭都注重医食同源，利用食物进行健康调理，如福州人传承闽清仓根千里香（大马称臭积柴墨鱼猪脚）就是一道著名的药膳佳肴。华人也依然保持着使用传统餐具的习俗，瓷碗和筷子是其最主要的食用工具（如图二所示）。



资料来源：陈琮渊摄于 2014 年。

图二 马来西亚金宝增龙会馆收藏的华人早期食具

此外，华人进食讲究座次的饮食礼仪——家庭长辈坐在中间上位，其他家庭成员按照辈分或年龄顺序依次排开；应邀会宴，主人座居首位，客人以亲疏远近关系而座，见于马来西亚各地华人日常生活中。中华传统思想“女性是家庭内主要的食物烹饪者”，在马来西亚华人社会中仍旧长期留存，同时，也深刻地影响了马来西亚当地族群文化。

（四）身份认同和族群记忆

华人传承原乡饮食文化，寄托的是他们的浓浓乡愁，反映的是他们对自身和中华文化的认同和眷恋。食物是口感、香味和味道的具化体验，它们能激发身体的味觉和嗅觉，进而非常容易地将人们带回到某些事件、情形及记忆中（陈志明 2017: 195）。与此同时，身处异乡的海外华人们不仅可从传统食物中获得慰藉，回忆和连接过去生活的情景，并且也能通过传承原乡饮食文化联系他人，团结和增强族群内部交往互动与身份认同。马来西亚河婆客家人传承了原乡吃擂茶的传统，生动形象地说明了马来西亚的华人的集体记忆与身份认同。河婆人每天都会吃擂茶，不但食材必须齐备，工具要讲究，甚至执着到千里迢迢从原乡带回擂钵和擂棍。不仅在家庭内吃擂茶，各地同乡会成立后，在举办的各类活动中都会准备擂茶，砂拉越、美里河同乡会也多次专门举办擂茶会品评会，美里河婆会还成立了饮食中心卖擂茶，将其推广给其他族群。这些行为使擂茶得到更好地传承与传播，也促进了客家族群间交流互动，加强了同乡联络（蓝清水 2017: 91; 98）。

华人移居马来西亚，尽可能地重现和传承原乡饮食传统，从而连结了过去与现在，投射出了华人对故乡的深厚情感，承载并增强了华人次族群的文化记忆和身份认同。但在马来西亚特殊地理环境与社会环境中，或因传统食物原料缺失，或使用当地食物原料以及与新的烹饪知识交流碰撞等，华人会重新调整其传统食物，华人饮食文化也经历了在地创新的过程。

四、马来西亚华人饮食文化的在地创新

饮食文化不是静止的，而是流动变化的，有相异就有交流和碰撞，来往来就有发展和创新。陈志明对东南亚华人饮食的在地化作了这样的描述：“在东南亚

地区, 最引人注目的是华人的在地化, 他们对本地华人饮食进行再创造, 同时也接纳本地的非中国饮食。这种再创造的饮食主要分为两大类: 一是基于现有中国烹饪知识之上的创新, 二是地方性烹饪知识与中国传统烹饪知识相结合带来的创新” (陈志明 2017: 35)。

接下来笔者将介绍几种华人在地创新的食物。

(一) 肉骨茶

马来西亚人尽皆知、享誉海外的肉骨茶(闽南语称 Bak' kut teh), 就是一道华人在地创新再造的代表性美食。肉骨茶虽名为茶, 但实为一道猪肉中药材汤, 以猪肉和排骨为主, 混合中药及当地香料, 如当归、枸杞、党参、桂皮、甘草、八角、茴香、丁香、大蒜和胡椒, 高档餐馆与富裕家庭还会加入海参和鲍鱼等昂贵食材, 熬煮数小时的浓汤。通常拌白饭或以油条蘸汤来吃, 用酱油、碎红椒和蒜蓉等佐料来调味, 具有补气益血和活血祛湿的功效(陈静宜 2018: 33-34)。马来西亚各地均有肉骨茶, 但以雪兰莪巴生肉骨茶最为著名。

随着肉骨茶在各地流传, 其烹饪风格也伴随着当时当地的华人群体而变化发展。常见的风味有汤色清白, 胡椒为较重的潮式白派肉骨茶, 流行于新加坡; 巴生福建式肉骨茶多用黑酱油, 颜色较深, 药材味较重, 汤汁浓郁, 故称黑派; 加入中国药酒, 以加强其药效, 则属广东派; 客家肉骨茶融合广东人和客家人的肉汤烹调精髓, 调酱用料都介于福建派与潮州派之间, 独树一帜。马来西亚中北马地区偏黑派, 南马多白派, 主要又尤以福建黑派为主(陈静宜 2018: 35-43)。肉骨茶种类日益丰富, 除传统肉骨茶外, 四川“干肉骨茶”, 将肉汁收干, 加入干枣、干辣椒、鱿鱼和猪内脏等食材拌炒而成; 加辣、加酒的海鲜肉骨茶, 皆兴起流行于各地(林金城 2014: 92-93)。

与此同时, 为适应更多当地非华人的口味, 尤其是迎合或吸引马来穆斯林, 华人或用鸡肉或海鲜取代猪排, 甚至或研发出“全素”的肉骨茶。在全球化浪潮下, 为方便人们获取食材, 以及缓解华人游子们再次移居海外时的思乡之情, 品种多样的肉骨茶中药香料包在世界各地售卖流行。

（二）客家擂茶

华人饮食在地创新，不仅包括运用当地的食材或烹饪方式，同时，华人族群内部彼此相互影响流通也会给饮食带来新的变化和发展。客家擂茶便是客家人在传承原乡传统饮食基础上，逐渐加入马来西亚香料与料理方法，并形成新的口味选择和食用方式的代表性食物；与此同时，来自不同祖籍地的客家人互动交流后，形成了有特殊在地特色又丰富多元的马来西亚客家擂茶。

在客家人日常生活中，擂茶既是其主食之一，也是待客之佳肴，是最具代表性的一种美味，无论是婚嫁喜庆、好友来访、家人团聚或邻里串门，都少不了一场擂茶席。中国各地客家人皆有擂茶，主要是作为待客的饮料，酸甜苦辣咸味道俱全。客家人飘扬过海，也将擂茶带往马来西亚各地，亦经历了料理在地化、热带化的过程。

用擂茶汤泡饭制作而成的“擂茶饭”是马来西亚擂茶最正宗的吃法。由饮料到饭的这一转变是其在地化的重要体现，反映了客家人的移民定居史。早期客家人到马来西亚后，以耕种蔬菜、采矿为主，做劳力为生，为了要吃得饱些好劳作，他们颠覆了传统上纯吃茶的模式，清炒许多青菜、豆腐、豆子等便宜的材料，再加入白饭，上面撒一些炒香的花生，做成了一碗好吃的河婆擂茶饭。与此同时，由于高强度的工作，在大太阳底下曝晒，流汗较多，为补充身体盐分，故以咸味为主，又称咸茶；为解毒去暑，也加入树仔菜、四角豆、油麦、韭菜等各种热带野生植物（王润华 2010: 13-16）。擂茶制作主要以九层塔、炒花生和芝麻、茶叶、苦刺心、虾米等为材料，使用带螺纹的擂钵、质坚的山油茶树或可当药用“冬瓜瓢”树做的擂棍细心研磨而成，如今，大多采用现代工具搅拌机、榨汁机等了。吃一口擂茶，味蕾会感觉到一丝苦刺叶、九层塔微微的苦澀味，这即反映了自古以来的客家人的艰辛移民生存史，又充分体现了客家人坚韧耐劳的可贵精神。

马来西亚擂茶初期只是来自广东揭阳的河婆客家人特色食物，各籍贯的客家人相互交流互动后，成为其共同分享的客家料理，但不同籍贯客家人也加入新元素有所区别。各客家族群在食材选择上稍有不同，河婆擂茶主料为米梗、九层塔、炒香花生和芝麻、茶叶，配料有黑米、长豆角、大葱、菜心、芥兰、番薯叶等，

颜色偏青色; 海陆丰客家擂茶用米香来泡、精心挑选大叶薄荷, 还放入冬粉、炒虾米、胡椒粉和大量炒熟花生, 颜色偏青黑色; 惠州客家所吸收擂茶特色介于海陆丰与河婆客之间, 不放薄荷、很少加饭, 主要是将擂茶倒入爆米花里。此外, 他们也会不同程度地掺入娘惹、马来、印度食物(张容嘉 2018: 186-187)。

各地客家同乡会、华人庙宇, 不定期组织联谊活动, 共同准备制作、举办擂茶等各类饮食鉴赏会(如图三、四所示), 将擂茶大众化、生活化, 既凝聚团结了各地客家族群, 又大力推动了擂茶向其他族群的传播。(《河婆之声编委会, 1993: 18-20》)与此同时, 在经济迅速发展的时代, 各种餐馆、小食店都有售卖擂茶饭。马来西亚华人还将各种擂茶原料搭配在一起, 磨成粉状, 做成便携的擂茶随身包, 销往世界各地; 也用擂茶原料做成其他食物的新颖做法, 如擂茶包子、擂茶饼等。正是这种创新和包容, 使得客家擂茶具有无穷的做法与味道, 也使得客家饮食文化在创新中得以传承。

从客家人简单的茶饮料, 进化成一道丰盛的美食, 从单一族群的家庭内用的茶水, 变成富有多元族群社会、时髦绿色宴客的高尚美食。擂茶的传承与在地创新, 从极端方言地方性, 转型成国际性饮食文化, 在全球化时代受到注意, 是中华文化在异域落地生根与当地民族与文化融合创新的最佳模式, 同时更是中华文化与西方文化在中国土地之外的融合与创新的模范(王润华 2010: 10)。



资料来源:《砂拉越美里河婆同乡会庆祝廿五周年纪念暨敬老晚宴特刊》, 2004。

图三 拱桥互助会妇女姐妹们欢聚一起制作擂茶



资料来源：陈琮渊摄于 2014 年。

图四 三山国王庙成员制作擂茶为活动午餐

（三）干拌面

早期在诗巫从事垦荒的福州人，简朴勤劳，不讲究吃得好，只顾吃饱后有力气劳作便可，故仅以简单便利的自制水煮面条，伴以猪油、盐、葱等调味，制成干拌面，后摆几片红烧猪肉在上面（如图五所示），再配一碗青葱清汤佐食，即可大快朵颐。因主要是福州人在烹饪享用，长此以往就称之为福州干拌面，成为了马来西亚福州人的代表性风味小吃。华人饮食丰富多样，一份干拌面也有不同种类、吃法，面条有粗细之分，亦有圆条形及扁长型，主要做成清汤面、搭配扁食或云吞干拌、猪肝面，加上辣椒油、酱油、醋、猪油渣等调料形成多种口味；近年来，还吸收、融入了多元的本土食材与烹饪方式，加入咖喱鸡、红糟肉等各类配料，亦做成炒干拌面，咖喱干拌、参峇干拌等成为了当地人的美食首选。其实中国原乡福州本地也有拌面，但带有水份，以花生酱料调拌（黄孟礼 2010: 108）。诗巫人伴随着福州人对干拌面的再创造与生产中长大，将干拌面视为其乡属饮食，离家远行的游子们都会打包带上各类口味的干拌方便面（如图六所示），以解乡愁。



资料来源：陈琮渊提供，摄于2013年。

图五 干拌面



资料来源：<https://www.dearhuiying.com/2015/10/sibukampua.html>

图六 干拌方便面

（四）炒粿条

潮州人的炒粿条遍布马来西亚，广受喜爱。早期华人炒粿条，因主要用扁担挑着摆放食材和厨具的摊位走动及减轻重量，摊子都做得较低矮，故贩卖者纷纷坐在板凳上以炭火炒粿条，一字排开引人注目，称为坐式潮州粿条，也称豆芽粿条，受到印度人的热衷，多数的摊子都会附加印度文字。后因政府规定重新划分摊位，这一独特风格消失于历史长河中（李永球 2017: 46-50）。经过百年传承与发展，现今各地形成了多种风格的炒粿条。槟城传统华人炒粿条，以煎炸的宽米线粿条为主，配以韭菜、鸡蛋、雪蛤、豆芽、腊肠切片等辅料，加上黑酱油、猪油渣、鱼露或当地的辣椒酱调味，烩制而成，色深味浓、干而油腻；吉隆坡则使用较细长的粿条，并添加黄面增加口感，同时搭配蛤和对虾，较为独特。潮州炒粿条，必加鲜蛤（清明节潮州人有用蛤祭拜祖先的风俗）来源于他们的乡愁（林金城 2014: 176）。在粤语中，粿条称为河粉，广府人的干炒河粉与炒粿条做法相似。而其别具一格的湿炒河粉，则是用对虾、蛋白、猪肉、海鲜、蔬菜、肉汁等混合烹饪而成。

如今华人中餐馆为吸引顾客，竞争获利，还对其烹饪方法进行再创新与改造，如槟城华人重新使用旧式炒法，以炭火代替煤气烹饪；怡宝炒粿条则搭配切碎的鸡肉与汤，闻名遐迩，海外各地中餐馆皆能吃到。为制作出适应当地非华人居人口味的炒粿条，华人加入特质番茄酱汁或肉汁、柠檬汁等，做成了别有风味的马来式湿炒粿条，湿湿粘粘、甜中带酸、色香味俱全，是马来人趋之若鹜的独特小吃，传遍马来西亚各地。

中国本土闽南人、广东人嗜甜、味清淡，极少吃辣，而移居后的马来西亚华人大都已经接受辣椒等辛香料；同时华人也接受甚至乐于使用勺子和叉子等饮食器具。华人饮食文化的在地创新是华人移居马来西亚后，逐渐适应当地生活，融入到马来西亚多族群环境中渐渐形成的。通过与当地各族人民的交流互动，华人借鉴吸收了他们的烹饪方式，创造性地运用了当地食物原料，制作出了适合自身口味变化的新食物；与此同时，或为了商业利益、或为了打破族群文化边界，他们尽可能地制作了出多种多样适合非华人居民口味的食物，受到马来西亚各族人民的青睐喜爱（如表二所示）。

表二 特色饮食之传承与创新总结

食物 传创	肉骨茶	客家擂茶	干拌面	炒粿条
特点	以中药材加猪肉为主,干汤两类,可直接吃或拌饭,补气益血和活血祛湿,日常早餐之一	九层塔、茶叶、花生等菜肴制成,强身健胃和祛风解热,夏季每日食用	水煮面条,伴以猪油、盐、葱等调味料,加入叉烧、咖喱鸡等,制作快速方便,种类、口味众多	粿条搭配豆芽、蒜末、蛤、韭菜等配料混合炒制,细腻薄滑,日常食物
原乡 传承	中药材、酱油、猪肉等闽南人常用食材,但尚无此做法	广东、广西、闽南客家擂茶(酸甜苦辣咸口味俱全)	福州湿拌面,猪油、红烧猪肉原乡食材	潮州炒粿条、广府人干湿河粉
在地 创新	加入在地香料(肉桂、胡椒粉等),潮式与福建黑白两派、马来人全素肉茶,现有肉骨茶香料包在世界各地售卖	各籍贯客家人擂茶原料不同,以配蒜米饭和咸味为主,5月1日为“河婆擂茶日”,现有擂茶随身包和擂茶包子、擂茶饼等	发扬诗巫人干拌面,加入与咖喱鸡、参峇酱等当地配料,创新烹饪方式、做成炒干拌面,如今亦有干拌方便面售卖	加入鱼露、干辣椒、柠檬汁等当地食材,种类丰富有早期坐式炒粿条、槟城炒粿条、吉隆坡炒粿条、马来人湿炒粿条等

资料来源：笔者整理。

五、结论

马来西亚华人饮食文化, 是华人移居马来西亚后, 传承发展中华饮食文化与不断创新而成的。首先, 这种传承不只是对原乡传统食物的简单复制与再现, 它也包括将中国传统烹饪方式、饮食习俗与礼仪在日常生活与节庆中, 长久、忠实地保留下来; 与此同时, 华人还将其传播、注入到马来西亚当地多元族群中, 如虾汤面、客家擂茶、炒粿条、海南鸡饭、酿豆腐等各式菜肴, 春卷、鱼丸、光饼和满煎糕等各类小吃, 中国传统医食同源的饮食理念等都被马来西亚各族群所接纳和喜爱, 深入人心, 甚至纷纷在各地经营售卖与流传扩散, 从而使得华人饮食文化得以更持久地保持延续。华人各方言群延续了他们自身独具风味的饮食习俗, 呈现出华人饮食文化多姿多彩的风貌, 也塑造出了马来西亚各地别具一格、特色鲜明的区域性饮食文化特征。华人饮食文化深隐在华人社会深层, 沉浸于无数华人的心理行为中。华人传承原乡和中华饮食文化, 不仅反映他们对原乡的眷念与认同, 更象征并承载了他们的文化记忆、族群身份, 以及对中华文化的认同。

其次, 华人在传承中华饮食文化传统的过程中, 也对其进行了在地创新。这种创新大致包含两个过程, 即在地化与全球化。一方面, 华人在适应马来西亚特殊地理环境与社会环境过程中, 或因某些食物原料的缺失, 影响到原乡饮食的完整制作, 他们会创造性地使用当地新食材取代, 如制作酿豆腐时以热带蔬菜取代了豆腐; 或为适应当时当地的艰辛生活与工作处境, 结合自身饮食习俗, 制作出肉骨茶等全新的饮食; 或因华人内部各方言群体的交流互动, 融合各方言群的食物嗜好, 创造性地制作出新的饮食种类与口味, 如客家擂茶与肉骨茶黑白两派。更为重要的是, 在与马来西亚当地各民族交流互动中, 华人不断借鉴融合了多元族群的饮食风俗和烹饪技艺。或对其当地非华人食物进行改造创新, 将其容纳为自身饮食, 如干拌面、海南咖啡等; 或为适应气候状况, 祛湿保健与解腥消腻, 选择吃辣、吃酸, 吸纳食用辣椒、柠檬、胡椒粉等富有刺激性的调味品; 或为了商业利益, 借鉴当地烹饪习俗, 制作出马来式湿炒干拌面、全素肉骨茶等(如表二所示)迎合大多数非华人民众的口味的食物。此外, 华人与当地人通婚也会导致人们在饮食文化习惯上发生改变, 极具代表性的娘惹饮食就是一例。

另一方面，在全球化的发展浪潮中，随着马来西亚华人移民、再移民、新移民，华人饮食文化在世界各地传播，并再经历地方化的创造。同时，为缓解海外游子的乡愁，华人对许多特色饮食进行了现代化的加工制作，如肉骨茶中药包、擂茶随身包和干拌方便面等方便快捷、易于准备所需的新兴食物大量出现，销往世界各地。值得注意的是，马来西亚华人移居各地与“回迁”，亦对当地饮食文化产生了深远影响；亦不可忽略近年来中国新移民带入的中国各地“食尚品味”的盛行，与过去以闽粤食饮为主的马来西亚华人饮食相辉映，同时，对于中国人民来说，这种或多或少根源于中国的马来西亚华人饮食，与中国本土饮食文化已有差异，具有异国风情。需要强调的是，虽然这些新食物、新口味在某种程度上可能与传统饮食存在一定的差异，但实际上，它们皆是在华人原乡饮食文化基础上再创新形成的，是有基底的创发行为，其根本的烹饪文化仍然是华人的。

马来西亚华人饮食文化的创新过程显示出饮食文化的适应性与灵活性，也是其保持自身活力的重要因素。具体来说，华人在沿袭传承原乡饮食文化的基础上，逐渐适应马来西亚地理环境与多元文化环境以及全球化的发展浪潮，有意识地吸收、利用了当地的饮食资源，创造出了无数经典美食。华人已在马来西亚发展创造出属于自己的饮食文化，不仅成为马来西亚饮食文化的重要组成部分，既得中华饮食文化之精髓，更丰富了全球的饮食文化。是一种既在地化又全球化的华人饮食文化，也是一种具有南洋风味及包容性的华人饮食文化。

参考文献

- 陈静宜（2018）。《啊，这味道：深入马来西亚市井巷弄，尝一口有情有味华人小吃》。台湾：联经出版社。
- 陈志明主编（2017）。《东南亚的华人饮食与全球化》。公维军，孙凤娟译。厦门：厦门大学出版社。
- 大卫·张等著（2018）。《福桃·唐人街》，肉桂卷译。7月第1版。北京：中信出版社。
- 黄孟礼（2010）。《福州乡位寻源》。诗巫：世界福州十邑文物馆。
- 李岩（2018）。《马来西亚玻璃口新村广西籍华人饮食习俗研究》。南宁：广西民族大学。
- “河婆之声”编委会（1993）。〈美里河婆同乡会访问石山—温南振：加强同乡联络〉，

出处《河婆同乡会会讯》。古晋: 马来西亚河婆联合会, 2月24日(13), 17-20。
赖观福、孟沙、钟译才(1997)。《马来西亚华人节日风俗》, 吉隆坡: 马来西亚中华大会堂总会。

蓝清水(2017)。《马来西亚的河婆人》。博士学位论文。台湾: 国立政治大学。

林金城(2009)。《知食分子寻味地图》。吉隆坡: 有人出版社。

林金城(2009)。《知食分子寻味地图》。吉隆坡: 有人出版社。

林金城(2011)。《知食份子1》。吉隆坡: 木言出版社。

林远辉, 张应龙(1991)。《新加坡马来西亚华侨史》。广州: 广东高等教育出版社。

林金城(2014)。《舌尖上的马来·味觉散步》。武汉: 华中科技大学出版社。

林金城(2014)。《知食分子3》。吉隆坡: 木言出版社。

李永球(2017)。《太平虎咬狮——太平美食景点历史行脚》。太平: 志成文史工作室。

美里河婆同乡会(2004)。《沙捞越美里河婆同乡会庆祝廿五周年纪念暨敬老晚宴特刊》。美里: 河婆同乡会馆。

王润华(2010)。〈饭碗中的雷声: 后殖民/离散/南洋河婆客家擂茶〉。出处焦桐(主编), 《客家饮食文学与文化国际学术研讨会论文集》。台北: 二鱼文化视野有限公司。

刑寒冬(2019)。〈近代海南人饮食习惯的变化〉。出处廖文辉(主编), 《2019年马来西亚华人民俗研究论文集》。雪兰莪: 策略研究中心, 新纪元大学学院。

萧新煌、林开忠(2009)。〈家庭、食物与客家认同——以马来西亚客家后生人为例〉。出处蒲慕州(主编), 《饮食传播与文化交流》。台北: 财团法人中华饮食文化基金会。

徐耀焜(2007)。《舌尖与笔尖的对话: 当代饮食书写研究(1949-2004)》。台北: 万卷楼图书股份有限公司。

阎靖靖、王国璋(2016)。《走出娘惹厨房: 初探槟城华人饮食文化蜕变》。广州: 地方与全球视野下的中国饮食与文化学术研讨会。

杨绍景(2003)。〈看见客家饮食文化的实用精神〉。出处杨绍景(主编), 《客家饮食文化辑》。台北: 行政院客家委员会。

郑南(2009)。〈地缘区域视野下的东南亚饮食文化考察〉。出处蒲慕州(主编), 《饮食传播与文化交流》。台北: 财团法人中华饮食文化基金会。

张容嘉(2018)。《客家想象的全球多样化: 浮现与蜕变》。博士学位论文。台湾: 国立清华大学。

吴小安(2011)。〈移民、族群与认同: 东南亚华人方言群的历史特征与发展动力〉。出处黄贤强(主编), 《族群、历史与文化: 跨域研究东南亚和东亚——庆祝王庚武教授八秩晋一华诞专集》(上册)。新加坡: 新加坡国立大学中文系及世界科技出版公司联合出版, 3-22。

孙振玉(2008)。《马来西亚的马来人与华人及其关系研究》。兰州: 甘肃民族出版社。

- Anderson, L. N. & Anderson, M. L. (1972). Penang Hokkien ethnology, *Ethnos*, 34(1-4), 134-147.
- Jean D. & Khoo, G. C. (2015). *Eating together: food space, and identity in Malaysia and Singapore*. Petaling Jaya: Strategic Information and Research Development Centre.
- Yao S. (2000). Xiao Ye: food, alterity, and the pleasure of Chineseness in Malaysia. *New Formations*, 40(Spring), 64-79.
- Yeap, J. K. (1990). *The Penang palate*. Penang: Yeap Joo Kim.
- 梁文道 (2008 年 6 月 20 日)。《肉骨茶起源之谜》。
http://www.commentshk.com/2008/06/blog-post_20.
- 林金城 (2007 年 2 月 24 日)。《人日捞鱼生》。
http://www.got1mag.com/blogs/kimcherng.php/2007/02/24/aooa_ya_es_c.
- 林金城 (2006 年 9 月 25 日)。《寻找肉骨茶的起源》。
http://www.got1mag.com/blogs/kimcherng.php/2006/09/25/ad_a_fe_eoue_pc_emmao。
《大马华人制作广西酿豆腐卜, 传承家乡味道》(2017 年 1 月 13 日)。《中国侨网》。
<http://www.chinaqw.com/zwhh/2017/01-13/121833.shtml>。
- _____ (2018 年 7 月 15 日)。《马来西亚槟城华人咖啡店传奇—曾是富豪最爱》。
《中国侨网》。<http://www.chinaqw.com/hqhr/2018/07-15/195940.shtml>。
- _____ (2015 年 5 月 20 日)。《炒粿条多样吃: 檳城粿条好味不贵》。《诗华日报》。<http://news.seehua.com/?p=57314>。