

马来西亚华文饮食杂述的评析与反思

**FOOD REVIEW AND ITS IMPLICATION
ON MALAYSIA CHINESE FOOD
CONSUMPTION**

尹美山

WAN MEE SAN

MASTER OF ARTS (CHINESE STUDIES)

拉曼大学中华研究院

**INSTITUTE OF CHINESE STUDIES
UNIVERSITI TUNKU ABDUL RAHMAN
JANUARY 2018**

马来西亚华文饮食杂述的评析与反思

**FOOD REVIEW AND ITS IMPLICATION ON
MALAYSIA CHINESE FOOD
CONSUMPTION**

By

尹美山

WAN MEE SAN

本论文乃获取文学硕士学位（中文系）的部分条件
**A dissertation submitted to the Department of Chinese Studies
Institute of Chinese Studies
Universiti Tunku Abdul Rahman
in partial fulfilment of the requirements for the degree of
Master of Arts (Chinese Studies)
JANUARY 2018**

摘要

饮食杂论是一种不含文学性的消费文类，成为现代人仰赖的流行文品。人们纷纷通过报章、杂志及网络里的饮食文章寻找对饮食评价的踪迹。然而饮食杂论最大的影响对象是现代的年轻人，他们较为依赖饮食杂论作为搜寻美食的管道，由于市面上有太多类型的餐馆，他们无法逐间去品尝，基于时间与经济有限的因素，饮食杂论在这方面起了很大的作用。本论文以马来西亚中文报章、杂志、社交媒体及网络部落格中的饮食杂论作为研究范围，尝试对饮食杂论的文体特质进行分析，并说明当中所呈现出来的“资讯”、“保健”及“寻根”这三种特色，对饮食杂论创作所产生的意义。

本论文共分为五个章节。第一章是论文的绪论，第二章“马来西亚食评类别与特点——资讯类”，第三章“马来西亚食评类别与特点——保健类”，第四章“马来西亚食评类别与特点——寻根类”，第五章为论文结论。

论文第二章探讨饮食杂论中的“资讯”特点。分析了杂论内所带的资讯特质及其文章语言特色。此杂论是三种杂论内所占有分量最大的，马来西亚大部分的饮食杂论皆以资讯类文体来呈现。

论文第三章探讨饮食杂论中的“保健”特点。分析杂论中所蕴含的餐馆保健料理里所使用的材料、材料里所蕴含的营养成分、说明了营养成分的好处、这些营养成分对身体有何帮助等这些保健元素来让读者进一步了解保健饮食。

论文第四章探讨饮食杂论中的“寻根”元素。论述杂论内如何呈现寻根元素的文体特质，从中带出了其菜肴的历史背景及传奇故事，还有一些借由菜肴作出对人与物的情感叙述。

论文末章则总结本研究的结果。

Abstract

Food review has become an essential tool for people nowadays. It has been rapidly blooming due to the advancement of technology, social media, globalization, tourism, food blogs and articles. Due to time and financial constraint and the variety of eateries options in the market, it has served as an important channel for people especially the younger generation in searching for appetitive cuisine. The information for this thesis is gathered from associated articles, magazines and blogs.

This thesis consists of five chapters including Introduction, “The Role of Internet and Printed Media in Food Review”, “The Influence of Food Review in the Aspect of Health Care”, “The Origin of Traditional Cuisine”, as well as the Conclusion.

In the second chapter, discussion will be emphasized on the topic of “The Role of Internet and Printed Media in Food Review”. It analyzes the information and language patterns of the food review. This aspect plays the most essential part for Malaysian users in searching for food related information.

In the third chapter, discussion focuses on “The Influence of Food Review in the Aspect of Health Care”. It analyzes the ingredient, nutrition, and the benefits of different nutrition toward human’s health.

In the forth chapter, the discussion focuses on explaining about “The Origin of Traditional Cuisine”. This aspect will contribute in enabling the younger and future generation to have a deeper understanding and appreciation toward the origin of different traditional cuisine.

In the final chapter will conclude the research by summarizing the gist of the previous chapters.

Keywords: Malaysia, Food Review in Chinese, Information, Health Care, Origin Seeking

论文核实书

本论文马来西亚华文饮食杂述的评析与反思为尹美山亲自撰写，是为拉曼大学中华研究院中文系硕士学位取得之学位论文要件。

此证

(廖冰凌副教授)
指导老师
拉曼大学中华研究院中文系教授

日期：_____

拉曼大学 中华研究院

日期：26.01.2018

硕士论文提交

此证尹美山（学号：11ULM02517）在中华研究院中文系廖冰凌副教授指导之下，经已完成此一题为马来西亚华文饮食杂述的评析与反思的硕士学位论文。

本人亦了解拉曼大学将以pdf格式上载本硕士学位论文至拉曼大学资料库，供作拉曼大学教职员生及社会人士查阅使用。

此致

（尹美山）

论文声明

本人谨此声明：除已注明出处之引文外，本论文其余一切部分均为本人原创之作，且未曾在此前或同一时间提交拉曼大学或其他院校作为其他学位论文之用。

姓名：尹美山

日期：26.01.2018

致谢

在这段撰写论文及完成论文的日子，我要向许多人致谢。

首先我要感谢我的论文指导老师——廖冰凌老师。谢谢老师在论文上协助并引导我思考论文的方向，让我可以完成这一份论文。再来还要谢谢老师对我的无限耐心、体谅、鼓励与支持，老师辛苦了，谢谢老师！

再来我要感谢我的家人在我撰写论文的这段日子以来给了我许多的鼓励，安慰和督促，家人为了让我有足够的时间去好好完成论文，希望我不必操心家里和工作上的事务。此外，也要感谢妹妹，幸得她购买了许多不同种类的饮食杂志，让我在论文资料的搜集上，少了到处奔波的辛劳。

接下来我要感谢我的朋友们，慧君、雪琪、金霞、舒怡、美仪、婉贞、美璇、倩婷、文豪等人在我需要帮助时不断地给予援手及鼓励。

最后我要感谢所有曾经教导我的老师们，承蒙您们的栽培，在此献上万分的谢意。

目次

摘要.....	ii
Abstract.....	iii
第一章 绪论.....	1
第一节 文献回顾.....	2
第二节 研究动机与目的.....	5
第三节 研究范围.....	8
第四节 研究方法.....	13
第五节 论文架构.....	15
第六节 研究意义.....	16
第二章 马来西亚食评类别与特点——资讯类.....	17
第一节 杂志.....	18
第二节 报章.....	25
第三节 部落格/网络.....	30
第四节 小结.....	37
第三章 马来西亚食评类别与特点——保健类.....	38
第一节 有机料理.....	40
第二节 素食料理.....	47
第三节 小结.....	53
第四章 马来西亚食评类别与特点——寻根元素类.....	54
第一节 林金城.....	58
第二节 其他.....	64
第三节 小结.....	69
第五章 结论.....	70

引用文献.....	72
附录.....	73

第一章 绪论

饮食杂述在现今的社会以成为了不可或缺的研究。根据非正式调查报告指出，年轻一代以大学生为例，每一天所面对的不是课业上、亲情与友情与爱情上的问题，他们每一天会问身边的朋友：“你要吃什么？”或是“我真的不知道今天要吃什么。”等类似的问题，当然上班族也会问同样的问题。马来西亚大多数的大专学院都设立在首都吉隆坡，所以当学子们大专毕业后，他们都会留在首都工作，因为他们认为家乡的就业机会不多。这时候，鉴于学生时代所面对的每日饮食问题，上班的地点与求学的地点不同的时候，食评为上班族和大专生提供了关于餐厅或美食上的资讯，帮助他们在每日饮食上有不同的选择与当日的需求。

90年代末是马来西亚旅游年的开始¹。在推广旅游年的同时，同时也推广饮食。政府拨款资助提高饮食业的消费率，让对饮食业有兴趣的国民有足够的资金创业。此外，当时因各国如日本、韩国、越南等国家文化的侵入，各种类型的餐馆如雨后春笋般纷纷林立，让消费者有了许多的选择。与此同时，这项推广使当时的作家及一些饮食自由撰稿人纷纷响应，在杂志和报章副刊内投稿撰写饮食文章杂述。此外，杂志还另外设立了业余饮食专栏，让有兴趣人士投稿及作出旅游及饮食专题。因此，消费者可借着这些饮食杂述来帮自己作出最好的选择。马来西亚的饮食业也因这些饮食杂述的宣传而达到了更大更好的发展，为本地的饮食业带来了一片蓬勃的发展现象。

¹ 在1999年9月11日举办的第一次马来西亚旅游年“Cutl-Cuti Malaysia”，目的是要鼓励马来西亚人民在本国旅游，同时也是要提升外国旅客到马来西亚旅行的人数。

第一节 文献回顾

检视相关的研究成果，有关饮食的文章包括饮食文学、饮食文化等是较多人研究的方向，这些研究论述的范围相当广，但聚焦于饮食杂述与饮食文化相结合来进行研究的并不多。以下分别就与本论文相关的学位论文和期刊论文做回顾与探讨。

首先，美国方面的学位论文有纽约大学的 Mitchell Davis 所撰写的博士学位论文〈A Taste For New York: Restaurant Reviews, Food Discourse, And The Field Of Gastronomy In America〉，论文探讨了餐馆评论和味道之间的关系。论文的开始，通过观察不同学科包括哲学，生物医学科学，心理学，人类学和社会学，来呈现纽约人的口味。然后介绍各种饮食指南如 Zagat²、《米其林指南》及网络餐馆信息来反映纽约大众口味的饮食趋势。最后，利用文化生产的 Bourdieu 理论试探纽约未来的饮食走向。

普渡大学的 Anish Parikh 的博士论文〈User-Generated Restaurant Reviews: Examining Influence and Motivations for Usage〉则是探讨利用三种方式来研究消费者撰写饮食评论的价值对食品服务业的重要性。论文一开始是叙述关于激发消费者创写下饮食评论的原因与他们所使用书写的模式。接着是研究消费者们所书写的饮食评论如何去影响其他人的选择、哪一个评论得

² Zagat, 一家成立于 1979 年出版餐馆饮食杂述的公司。旗下产品有《Zagat 餐馆指南手册》(Zagat Survey)，提供了全球餐馆推荐和评论。

到其他消费者的信赖等。最后，评估这些消费者的饮食评论，把他们的评论区分为半专业评论与专业评论。

内华达大学雷诺分校的 Johnathan L Wright 的硕士论文〈The Picky Palate: A Content Analysis of Restaurant Reviews in Large-Circulation United States Daily Newspapers〉这份论文分析了大量流转在美国各个报章的饮食评论，作者在 13 家报纸上抽出 133 中评论并进行内容分析。这些评论在某种程度上确定了餐馆的餐饮、价格和地理区域变化的总体评估方向。

期刊论文方面则有 Clayton W. Barrows、Frank P. Lattuca 和 Robert H. Bosselman 合著的〈Influence of Restaurant Reviews upon Consumers〉。这篇论文以调查报告的方式探讨饮食评论对消费者的影响。他们对 420 名学院讲师及工作人员作出报告分析。调查显示出尽管大多数的人曾有阅读饮食评论，但是饮食评论里所推荐的餐厅与饮食却不是他们唯一的选择标准，其他因素如亲友的建议、餐馆的信誉等相对来说对这些消费者具有更大的影响力。

台湾方面首先有的，是淡江大学沈岱桦的硕士学位论文——〈从饮食论述探讨台湾当代饮食文化涵义——由九〇年代末谈起〉。她的论文是援引法国社会学家 Bourdieu 的“场域”概念，将饮食视为一个文化场域进行探索，并试图以文化史的书写方式告诉读者自六〇年代至今的台湾饮食文化风貌呈现为：由怀旧情怀走向生活态度、由烹饪实践走向生活美学。再透过文化中介者的品味

诠释，了解此一诠释过程的中介活动是如何被进行，以及背后进行诠释的人是否更巩固饮食品味的现状。

淡江大学的施亚廷的硕士论文〈美食评鉴上网运作与影响：以法国《米其林》美食评鉴指南为例〉是以法国《米其林评鉴指南》为研究对象，探讨法国的美食评论形成的历史背景与成因，透过文献的分析，以脉络的呈现反映《米其林》的整体历程与概况。

铭传大学蒋艳蓉的硕士论文〈从餐饮版面探讨台湾饮食文化之变迁——以中国时报、民生报为例〉针对中国时报与民生报的餐饮消费专题版面作内容分析，探讨台湾餐饮文化的变迁。根据研究发现，平面媒体的餐饮报导越来越具有指标性，不但消费者会根据媒体的报导按图索骥，就连业者都会根据报导来改变其餐饮内容，所以说对整个餐饮业的发展及餐饮文化而言，平面媒体对餐饮消费的报导都有一定的影响力。

再来是世新大学的宋良音，她的硕士论文〈台湾报纸美食新闻报导之初探——以苹果日报、中国时报、自由时报、联合报为例〉则将“美食新闻报导”当作是一个文类研究，采 van Dijk 的“新闻基模结构”概念为预设基础，以苹果日报、中国时报、自由时报、联合报四报之美食新闻报导为主题，就其各报导形式，区分为“餐厅店家介绍”、“料理制作师范”、“厨师专访”、“餐饮市场资讯”、“餐厅资讯整理”和“特别企划”、“周报、别刊”，就其“标题”、“导言”、“内文”、“结语”，分为“人物特写”和“一般特

写”在其呈现的面相上作归纳分析。另外，亦发现美食新闻报导，属于特写的形式，是以“纪实”为基础，“常民性”为特色，并兼具“描述”和“评论”的特性，是以“食物”为主，延伸出和人的互动的软性新闻。

以上的文献都是直接或间接地以饮食评论为研究。美国的学者是直接以饮食评论（Restaurant Review）为研究，这里的饮食评论意指评论者在餐馆用餐后对其饮食经验的描述与评估。学者们从各角度大幅度的切入研究饮食评论，研究切入点包括消费者文化、地域性的口味、权威性食评指南等。这些研究都引用了一些较有权威性的饮食评论指南如 Zagat、《米其林评鉴指南》和报章上的饮食评论。台湾方面的研究则是间接的以接近饮食评论但却不是以“饮食评论”这个名称而出现的饮食论述、报章美食报导、部落格美食文章等。由于饮食评论是评论的一种，美国和台湾的学者都引用了与评论相关的理论如 Bourdieu 的“场域概念”与“文化生产”的理论来作为论文研究的理论架构。根据以上所列出的文献，可见对于饮食评论的研究在国外已经有一定的发展阶段，而马来西亚对饮食评论甚至饮食文学只有较少的学者在做研究。

第二节 研究动机与目的

为什么是饮食杂述而不是饮食评论？根据美国学者 Grant Blank 在其著作《Critics, Ratings, and Society: The Sociology of Reviews》对饮食评论的定义是：

Reviews are a mechanism through which social status is made publicly. They can make reputations. In more mundane areas, reviews can make or break the balance sheets of restaurants. Formal reviews are public summaries and evaluation that assists readers to be more knowledgeable in their choice, understanding or appreciation of products or performances. The evaluation may be an opinion based on a reviewer's experience and skill, in other cases it may be based on some quantitative measurements. In one sense, a restaurant review is much like any other connoisseurial review, in brief, it is description and evaluation of experience of eating in a restaurant. (Blank, 2007: 7)

Grant 认为，评论是一种公开社会地位的机制，它们可以为产品或服务带来好的声誉。正式的评论是公开对产品或服务的摘要和评估，帮助读者在他们的选择上带来更多的知识和理解。评论的评估是基于评论者的经验和技能的意见，在其他情况下，它可能基于一些定量测量。所以在某种意义上，饮食评论与其他鉴赏评论非常相似，简单来说，饮食评论就是对一家餐厅的饮食经验的描述和评估。

中国杂志《接待工作》的主编谢明德，他曾在其杂志内撰写了一篇〈饮食评论应该有更开阔的视野〉，对饮食评论作出定义。他认为饮食评论是饮食精神文化生产的主要形式之一。加强饮食文化建设，尤其是发展科学的饮食杂

述，是适应人们在食生活方面日益增长的物质文化需要，改善生活方式，以及推动餐饮经济转变发展方式，提升服务品质的需要。饮食评论是在饮食理论的指导下，对各种饮食文化事项进行品评和阐释，即通过对饮食文化事项的具体评析，对食品和食事的具体评析，揭示它的社会价值、商业价值、营养价值、审美价值等，并探讨和揭示饮食生产与消费的内在规律。按评论的表现形式，饮食杂述可分为论文式、随笔式、诗体式等。（谢明德，2011：19）

马来西亚中文报章、杂志及网络的饮食文章不能说是饮食评论，皆因这些饮食文章的文体性质都达不到饮食评论的文体性质要求，因为一篇饮食文章被称之为饮食评论，它需要具备以下这几点：

- （一） 感性体悟与理性思辨结合。饮食评论从具体的食品和食事出发，在感性体验和体悟的基础上，进而作出切中肯的分析 and 正确的价值判断。
- （二） 摹写性与创造性结合。饮食评论是对人与饮食的关系及其活动实践的反映，它必须从客观事实、直接客体出发，遵循反映的客观性原则。饮食评论不是对客观的文化事项简单、直接的摹写，而是一种能动的创造性活动。经过创造性思维活动，以概念、命题等理论的形式，揭示饮食生活生产和美化的本质与规律。

(三) 饮食评论要坚持以人为本，热情关注民生问题，倾听来自饮食生产与消费实践的呼声，扩大饮食文化内涵，坚持以公共福祉为出发点，致力于倡导文明、健康、科学的饮食生活方式和文明生产、生态生产方式，促进餐饮经济的健康、快速和可持续发展。

(四) 具有权威性。在 19 世纪，一位名叫阿兰·齐克的法国厨师，他所开设的餐馆被法国权威饮食评鉴《米其林评鉴指南》降星³而失望自杀，震惊了世人。厨师将餐馆的荣誉看得比自己的生命还重要，这显示了《米其林评鉴指南》在饮食业界的权威。它不是来自于行政力量，而是来自于评审的公正和刊物的权威性。评论也只有具有权威性、公正性，让人信服，它才会有力量。（谢明德，2011：19）

根据以上几个特点，马来西亚中文报章、杂志和网络的饮食文章不能称为饮食评论，这是因为这类型饮食文章的内容只是针对饮食而写的介绍文字，包含饮食资讯、简介、指引、类文学的叙述等等，所以这类型的饮食文章被称为饮食杂述。笔者藉由对饮食评论的定义与论点来发掘马来西亚的饮食文章为饮食杂述，论文内将以五个章节来探讨马来西亚中文饮食杂述的特质与特色，及其所可能存在的问题。

³ 《米其林》饮食评鉴是以星星分级评鉴制度，分别采用黑色的一星、二星与三星作餐厅的的分级，归纳标准根据菜肴的品质而定，一星表示料理品质优良；二星表示料理品质出色；三星表示料理精美享有盛名。在 1933 年因让制度更加完整，集中评鉴法国境内的优良餐厅，星星的制度改为：一星表示地区内出众的餐厅；二星表示杰出美食，值得绕道前往；三星表示法国同类别中出类拔萃的菜肴，值得专程到访。（施亚廷，2014：59-60）

第三节 研究范围

据汉语词典里，“杂”一字被解释为“多样多种的，不单纯的”、“混合”。而“述”这一字则被解释为“讲话”、“陈说”，所以杂论可以理解为“多样多种的陈说”。这里的“杂”并非“杂文”的“杂”，只因这类型的文类没有杂文的文学特征。杂文中的“杂”并非专指内容之驳杂，也涉及形式的不定型，它接受西洋的随笔与中国的笔记文学以记录为主的形式。在内容上，它是有理性的论说。然而，若视之为“文艺性的论文”则有太窄太板，忽略了杂文的戏谑性质。杂文的形式是随笔的、小品式的，而非严肃的论文，不能比诸“文艺性的论文”。应该说，杂文是具有作者直接论断，带有批评或议论之间的小品文。（郑明娟，1987：150）

马来西亚的饮食杂述的文类特征没有批判或议论的成分，但它又没有饮食评论的文学特质，故只能称之为饮食杂述。作者尝试将饮食杂述解释为一种客观性对餐馆与菜肴的简单介绍分享，内容具备了餐馆的一些资讯和美食色香味的简单正面论述来促进饮食消费发展的文章。简单来说，饮食杂论即是无文学性的饮食书写。“书写”不是文学，“书写”是有别于写作，它不如写作重视载道、沟通与再现，而以“限制性经验”（the limit experience）或“内在经验”（the inner experience）未发掘探索的领域。书写触动主体内在情欲息息相关的创作活动与空间。而对饮食书写定义的要求，不同的研究者有不同的诠释与强调的面向，焦桐强调的是“文学性”，钟怡雯提出必须有“意在言外”更高的生命境界，徐耀焜等的归纳则是不管饮食书写的内容包括感官层次、心理感觉、人生滋味、文化观察与饮食信息与情报等等多种元素，与美学

的书写无涉的便不包括在其中。（庄华兴等，2014：460）因此，饮食书写涵盖了“文学”与“大众读物”这两种元素，而饮食杂述正是后者。

马来西亚中文饮食杂论也不完全属于饮食散文这一类。在饮食散文的撰写上，“饮食”在书写层面上必然是被放置于书写中心，无论是借饮食以忆旧、借饮食说理都必然是由“饮食”出发，此处的“饮食”之意，包含了“吃喝”的动词之意思，也包含名词的“食物、饮料之类”的意义。而所谓的“中心”并非意指“饮食散文”是一种咏物式的书写（赞咏食物之外型、历史、性质、或是赞叹食物之美味），而是指“必不可少”的元素。也就是说，若一篇散文将“饮食”抽掉仍无伤文章的内容架构，那么此文必定不是饮食散文。

（张巍腾，2009：13）就目前饮食散文书写状况来看，“饮食散文”可能包含了四种型态：食物的书写、饮食行为书写、饮食文化书写及饮食记忆书写。

食物的书写指文章中以食材、菜肴为书写对象，包含食物历史的考古、菜肴流传的途径、食物及其环境的考察，或是具有个人情感的植物学式的描绘，或针对食物本体进行赞咏的篇章都属于此类；饮食行为书写的内容包含烹饪描写、用餐礼仪、“吃”的行为；饮食文化书写是以饮食文化分析为主的知性散文、解析国内外饮馔概况的饮食观察及饮食哲学；饮食记忆的情感书写则主要是从食物、菜肴本身的饮食经验出发，忆及与此食物相关的记忆，以感性散文为主，台湾当代的饮食散文亦以此类为大宗。此类性质容易与他类交融。（张巍腾，2009：14）

马来西亚的中文饮食杂述文体形式与香港的“框框杂文”有一些相似之处。香港的“框框杂文”⁴在70年代兴起，这类文体多见于当时的报章的专栏文章，每篇短则二百字，长则千字。框框杂文的出现体现了香港人当时的生活面貌，当时香港的居民在处于忙碌的状态，忙着工作、忙着享受、忙着交际，导致他们不愿花多一些的时间也没有兴趣去阅读及欣赏较长篇的散文，在这样一种情况之下，篇幅短小且内容繁杂的框框杂文就因此迎合他们而诞生了。框框杂文成了他们寻求资讯、调剂精神、获得情趣的最佳途径，另一方面则是因为香港报刊编辑针对香港的居民对多元化思想与风格的接受度，迎合他们不同的需求而将内容分割成更多更小的版面，每一版面的内容文字也逐渐的减少，读者在一分钟甚至数十秒，就可以看完一篇文章。（袁勇麟，2002：88）

除了香港的框框杂文，饮食杂述的形式也像是台湾的八十年代在消费环境下创作的散文。由于大众文化的流行及台湾散文作家视野的扩大，为这时期的散文带来了体式多元化与文学消费现象的出现，导致散文严重异化，大量“短小轻薄”的作品充斥着市场。（袁勇麟，2002：63）这些作品可以概分为两类：一为具有消费性的作品，一为书写消费活动的作品。前者的特色在于，以精美的照片配合介绍性的文字，并且在“介绍”中穿插作者个人的感受；而后者所描述者，都是相当大众化的消费活动。虽然，照片具有艺术性，作者个人的感受则深具文学性，然而，就其创作动机与内容来看，实仍属一种“文字商品”。对于这样的作品，我们不愿忽视其中翻腾涌动的文学美感，但是又不得不承认它们消费性质，因此，姑且名之为“消费文学”。（封德屏，2000：

⁴ 这类型的文章内容多刊登在香港70年代的报纸专栏里。专栏作者可以畅所欲言，没有禁忌。举凡政治琐议、时事怪论、学术争鸣，历史掌故、文化动态、读书随笔、旅游散记、日常琐事、风花雪月都可成为写作的题材，无所不谈。（刘登翰，1999：647）

35) 这一类的散文读者和香港框框杂文的读者一样，同样没有时间对文章细嚼慢咽，所以希望作家提供简食快餐。这一类型的散文文意浅白，读者把文学当成休闲之用，所以要求文章的含意越明白浅露越好。（袁勇麟，2002：66）消费文学这一类的书籍在饮食方面特别多，当中经常附有大量美食照片，兼以附加轻薄短小的文字叙述，有的会加上几篇食谱，更甚至顺便提及美食店家资讯。

马来西亚的中文饮食杂述与台湾的第一类的消费创作散文的形式相似，以“短小轻薄”的方式呈现，杂论内置入大量的影像图片，文字的论述反而只是杂论的衬托，只因读者在阅读饮食杂述的第一眼就被影像图片给吸引，接着才会阅读杂论内短短二百至三百字对餐馆环境及食物卖相味道的叙述。除了与第一类的消费创作散文相似以外，马来西亚的一些饮食杂述也有饮食散文中的第一类食物的书写有相同之处。这一类的饮食杂述也是以食物为书写对象，在书写的内容穿插了对食物历史的考古与流传的途径、食物及其环境的考察，或具有个人情感的描绘与针对食物本体进行赞咏。饮食杂论也类似香港的框框杂文，同样以篇幅短小为主，而且内容较为丰富繁多。因此，笔者将马来西亚饮食杂述的作品文本，建立了三大类型，分别是“资讯类”、“保健类”和“寻根元素类”。分别针对此三类型作讨论，试从本地的饮食杂述里的内容，说明这三项类型的书写题材和写作性质。

本论文的饮食杂述主要采纳2000年至2017年以来为主的中文饮食杂述。所以马来西亚的饮食书籍如马华作家林金城的作品《知食份子寻味地图》、《知

食份子1》、《知食份子2》、《知食份子3》、华文妇女杂志《风采》、中文饮食杂志《名食谱》和《食尚》、健康杂志《大家健康》和《乐活爱有机》以及马来西亚华文报章——《中国报》及《光明日报》饮食专栏里的饮食杂述为研究主体。另外，因科技和网路的发达，社交网络、部落格和美食网站里的中文饮食杂述也会被纳入研究范围内。选择《中国报》及《光明日报》的原因是这两份报刊里的饮食杂述在报章的副刊占据了大量的幅度，这两份报章的副刊里全部的版位的报导皆是以饮食杂述或是广告为主。而其他的中文报章如《星洲日报》、《南洋商报》和《东方日报》里的饮食杂述占据篇幅比较少，饮食杂论只是占据副刊里只有一个版位或半个版位，所以不纳入笔者的研究范围。

第四节 研究方法

本论文首先以饮食散文的理论来界定马来西亚饮食文章，再从理论的论点来发现马来西亚的饮食文章为饮食杂述而非饮食散文，运用文类的观点检视和相关讨论来发觉饮食杂述的形态和策略，扩大饮食杂述的边界。接着将马来西亚中文报章、杂志和社交网络内的饮食杂述进行归纳为三大类型，那就是资讯类、保健类与寻根元素类：

根据鲍亚斯札的研究，他认为资讯介于资料 and 知识之间，它不但可以转换，而且还可以交流或接收的一个事实或情况，目的是为了满 足使用者的需求，减少使用者的不确定感。（Abdelmajid Bouazza, 1989: 145）而另一位学

者罗迪则提到，资讯是一种传送讯息的管道如口头或书面的沟通，其形式可以事实资料、消息、意见、实物如书籍或期刊来呈现。

健康是指“身体、心理及社会的完全良好状态，而不只是疾病或虚弱的免除”⁵，说明了健康是一个整体性的概念，指牵涉身体、心理、精神、情绪、团体、社会等。健康意识是人们为了保护自身健康而生产出来的，健康意识是个人对于健康自我认知的一种心态状态，包含对健康的警觉性、参与健康行为和健康行为的自我监测等；或意指个人为维护自身健康而预先会注意的保健知识和理念。（陈敏郎，2015：70）有了健康意识，人们会做出付诸行动如积极的运动、保持正面的心境和生活形态及改变饮食行为。

汪曾祺曾在《中国寻根小说选》里的序文提到：“寻”什么“根”？寻文化的根。（李陀，1993：1）寻作家最感兴趣的文化之根，对它进行研究、开掘和借鉴，既能提供创作的灵感、素材，又能从事创作主体的文化建设。（陈云燕，2014：2）作者通过挖掘传统文化之根重塑中国形象和寻找新的民族文化认同。在马华文学作品里，对具有悠久历史的文化的自豪感是一种普遍的现象，这都是作家心里“中国情结”的一种投射，表现了作家对中国的向往与眷恋，对中国古老传统的仰慕，对悠悠五千年中华文化的自豪这些浓浓的文化乡愁。

⁵ 原文为“Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.” 见世界卫生组织网页：[www. http://www.who.int/about/mission/en/](http://www.who.int/about/mission/en/)

因此本论文希望借由饮食散文的理论来发现马来西亚的饮食文章为饮食杂述，再综合与资讯、保健及寻根元素有关的理论与研究论点的辅助来探讨马来西亚中文饮食杂述。

第五节 论文架构

本论文的第一章为绪论，内容为论文的文献回顾、研究动机与目的、研究范围、研究方法、研究架构及研究意义这六个部分。

第二章探讨了资讯类型的饮食杂述，论述了报章杂志、社交媒体与网络部落格都运用了这类型的饮食杂述来为读者带来更多有关餐馆与美食的资讯。

第三章则是探讨保健类型的饮食杂述，论述了这类型的饮食杂述协助一些追求健康饮食的人们寻找有关的健康餐馆与美食。

第四章探讨了寻根元素类型的饮食杂述，论述了这类型的饮食杂述如何在传达餐馆与美食的资讯以外，同时也向读者提供美食背后的历史与文化，让读者对美食有进一步的了解与认知。第五章则是本论文的结论。

第六节 论文意义

对于饮食评论方面，美国和台湾的研究比起马来西亚来说是较为多篇，马来西亚对饮食的研究主要是以饮食文学与籍贯或地域饮食文化的研究为主，而这些研究只是止于学士论文的部分，由于篇章有所限制的关系，饮食文学与饮食文化的部分所论述及探讨得不够深入。而对于报章与杂志上的饮食文章研究更是不多，有的也只是一些短篇的期刊论文，而且通过饮食评论这种较为特殊的管道来了解并探讨马来西亚饮食文化更是少见。所以笔者希望藉由此论文为马来西亚的饮食杂述开辟了一条新的研究路线。

第二章 马来西亚食评的类别与特色——资讯类

资讯是什么？对于“资讯”最简单的定义是将之视为一个或一组符号，其存在着潜在的意义。资讯也是一种资产、任何的讯息文件和资源、大众可以利用的记号资料，或者是任何资料。鲍亚斯札认为，资讯是一种日用品，经由一个系统处理之后可以变得有用，而且可以转换。同时，资讯介于资料 and 知识之间，它是可以交流或接收的一个事实或情况，目的是为了满 足使用者的需求，减少使用者的不确定感。（温仁助，1999：60）罗迪则提到，资讯是一种事实资料、消息、意见、实物如书籍或期刊，也可以被视为传送讯息的管道如口头或书面的沟通。（温仁助，1999：60）

综合以上的观点，资讯可以说是一种有用的工具，可以减少人类对事物的不确定性，而且是与生活密不可分。当个人在时间和空间之中移动时，资讯被认为可以适应时空的改变，仍然可以描述和预测实体，并使个人更有效率。这个观点使得资讯被视为是一种物件，并可以到处移动，而且是可以超越时空的限制，只要读者需要的时候，它便可以被使用。（温仁助，1999：58-59）马来西亚报章、杂志、部落格和社交网络上的饮食杂述大部分以资讯形态呈现。

第一节 杂志

虽然马来西亚的中文杂志众多，但笔者的研究范围只围绕着三本中文饮食杂志——《风采》、《名食谱》与《食尚》。这三本饮食杂志设有饮食专栏，

饮食专栏里的文字内容较符合饮食杂述的特征，而其他的饮食杂志如《Y3K》与《新新饮食》的文章内容则多以烹饪与烘焙食谱与本地及国外旅游杂述为主。《风采》是妇女杂志而非饮食杂志，但是里面的饮食专栏的历史是三本杂志中历史最悠久的。《名食谱》的饮食专栏则是三本杂志存有最多饮食专栏。而《食尚》这本饮食杂志则是三本杂志内有着最新的。

一、《风采》

《风采》自 1980 年代创刊至今，已超过 30 年了。开始被定位为妇女杂志，内容多介绍时美容时尚、女性作家专栏、厨师食谱专栏等。不止为妇女出版的杂志，杂志内更是加入了许多创新的内容，而且有一些还是以男性专题为主，所以《风采》可说男女老少都适合阅读。

自 1988 年起，外号“食公子”的廖城兰⁶以美食家的身份，为《风采》杂志撰写饮食专栏至今。食公子的饮食杂述分为早期和近期两个分期。食公子早期在《风采》所撰写的饮食杂述多以资讯类表达及报导其评论。以笔者的论点，他像是 80、90 年代时期的林金城，走遍全马各地品尝美食，只是他没有林金城的文学背景，其饮食杂述所运用的文字内容较为简单，让读者一目了然。

〈In Food - 南马美食比一比〉、〈美食特区 - 新加坡 Secret Recipes 名菜秘诀大公开〉、〈Dine with VIP 名人饭桌〉是廖城兰在《风采》所撰写的专栏。“美食特区”和“In Food”是专栏的总名称，当时他和其他两位评论家生

⁶ 廖城兰，马来西亚美食家，曾获得马来西亚最高统治者贡献奖章、社会服务卓越服务勋章。为《风采》杂志写了将近 20 年的饮食专栏。

哥和黄文升合作撰写“*In Food*”饮食专栏系列。廖城兰访谈的是南马的一带美食及餐馆，生哥所访谈的是中马一带，而黄文升访谈的则是北马一区。但2002年后，生哥和黄文升再无为《风采》撰写饮食专栏，所以2003年起，《风采》的饮食专栏就只有廖城兰一人在撰写。如2001年*In Fem*第三期里的星星小食大饭店的饮食杂述：

在一般人印象中，南乳排骨虽是饭馆子里的小角色，但却最热门、最叫座、“抵吃”又“盞鬼”的小吃代表作。我在麻坡的星星小食大饭店，吃过一款排骨，它的样子和形式，和南乳排骨没有什么两样，味道也只是一点点的不同。但讲到卖相，可就大大地胜出一筹，简直是“漂亮极了”！吃的时候，不但让你咬足了味，又能啃得斯斯文文，十分讲究吃的仪态。一问之下，才知道原来这到排骨，有个很风雅的名字，叫“口琴排骨”。别小看它只是用南乳、葱茸、姜茸、麻油腌制过，还让它睡足了七天七夜般似个“懒骨头”。味道：吮得来又可以呷。（“食公子”廖城兰，2001：43）

廖城兰在其评论中引用了方言词语如“抵吃”、“盞鬼”、和“呷”这三个词语。“抵吃”在广东话里是便宜兼美味，很值得吃的意思；“盞鬼”是广东话有趣的意思；“呷”在原来的意思是代表小口地喝茶，在这里引用为小口的慢慢品尝。这些方言词语让一些方言群的读者阅读起来读了一份亲切感，也更加了解作者在评论里所要表达的意思，除此之外，看不懂这些词语的读者也可借此认识及进一步了解其他方言族群的语言和文化。除了引用了方言词语，

比拟的修辞手法也充斥着这篇评论如：“还让它睡足了七天七夜般似个“懒骨头”、“排骨的肉香已轻轻的缠绵在整只骨架上”和“斯文淡定”的排骨。将腌制了七天七夜的排骨比拟成会睡觉会懒惰的“懒骨头”；将溢满香气的排骨比拟为香气与排骨缠绵在一起；和以人类“斯文淡定”的性格来比拟排骨的外形，这些都是吸引读者和让他们留下深刻印象的书写方式，让读者更有兴趣想要立刻行动一尝排骨的美味。

但自 2008 年起，廖城兰突然转变撰写饮食专栏的文风，从资讯型的饮食杂述转变为加入政治元素的政治化饮食杂述。笔者估计是因为 2008 年正是马来西亚的大选年⁷，唯恐马来西亚的政治会动荡不安，廖城兰便邀请了一些地区的政治人物一同到餐馆品尝美食，用餐的同时更是借机访谈其政治人物，让这些政治人物透露当时政局与地区发展趋向，让读者更加深入了解马来西亚的政治状况。自 2010 年起，《风采》的饮食专栏不再是由廖城兰一人独揽，《风采》团队派出杂志特约记者走遍马来西亚品尝餐馆美食，继续撰写饮食杂述，而这些评论则以一系列地区性美食及主题性美食的方式表达，内容皆以资讯型为主，版位内的食评图文并茂，一样以多张美食和餐馆的照片来占据一半的篇幅，文字也以 200-300 字为准，评论美食的味道则是附在照片的下方，餐馆的基本资讯如店名、地址与联络方式会位于版位的右下角或左下角。

⁷ 2008 年 3 月，马来西亚举行了第 12 届的大选，大选成绩出炉后，虽然执政党依然是国阵党，但成绩差强人意，其中在野党更得到了其中五个州属的执政权，这是在过去以来从未发生的。

二、《名食谱》

《名食谱》于 1999 年以双月刊的形式发行至今。刊物多以各类美食食谱为主要内容有过许多不同的撰稿人为刊物撰写饮食杂述专栏，这些撰稿人与专栏包括蔡高晋的〈吃在前线〉、曾溪芳和张嫚芯的〈餐馆好菜来〉、张嫚芯的〈镇店之宝〉和〈饮食随笔〉、陈金钰的〈味觉乐园〉、蔡苑蒂的〈吃的情感〉等等。但随着时间的变迁和种种的原因，撰稿者都不再撰写食评了，《名食谱》所有专栏都由编辑张嫚芯负责撰写。根据近期所出版的《名食谱》，所收录的饮食专栏有〈酒店味觉〉、〈食尚随笔〉和〈咖啡品味〉。

〈酒店味觉〉的内容对象为吉隆坡和巴生谷⁸一带的酒店餐馆。酒店餐馆提供的餐饮多以自助餐为主。由于多年来各国饮食文化的侵入，自助餐的菜色也变得多元化了。以前的酒店标榜着以便宜的价钱就可吃到饱，但只限于本地的美食。多元化的各国美食让消费者品尝到了外国的美食，但这些美食的食材较昂贵，但一些家境较好的消费者愿意多花费以品尝美食。虽说外国的食材较为昂贵，但也有一些酒店为了迎合各阶层的消费者，推出了以低消费享用自助餐以吸引更多的消费者前来享用。此专栏就是为酒店餐馆作出饮食杂述，为消费者有更多的选择。

〈酒店味觉〉的版位视编辑所访谈的酒店数量而定，所以版位有时会有六页之多，每一页报导一间酒店中餐馆。版位内皆以餐馆的环境装潢与美食的图片为主，内容字数于 150-250 字之间，相比其他的饮食杂述，〈酒店味觉〉的篇

⁸官方名称 Klang Valley。这里不是指雪兰莪的巴生（Klang），而是指整个雪兰莪和吉隆坡一带地区。

幅较小，文字叙述也运用了比较简单的文字。酒店的美食多以自助餐为主，所以所介绍的菜色图片会较多但文章所论述的内容却是极短。短短一篇食评里包含了酒店的基本介绍和美食味道的评论，所以食评的字数相比其他的食评来得少。酒店的资讯如酒店店名、地址、联络号码等会附在版位的左下角。〈食尚随笔〉则是以吉隆坡和巴生谷一带的各类饮食餐馆为评论对象。一间餐馆有两页的版位报导。图片占据了版位的四分之三，剩下的空间就是饮食杂述，另一页则全部是美食的图片，只有在右边的下角有美食照片的评论，字数大约 200-300，也是属于较为短篇的资讯型美食评论。和〈酒店味觉〉一样，会在版位的右下角附上餐馆的资讯。例子如 2016 年 2 月出版的第 96 期所叙述的荔晶园酒店的饮食杂述：

“菜香肉碎豆腐”的滑豆腐从冰箱取出后须要在沸水里泡浴，逼出了水分后，这样在热油里大火炸的时候，就不会“抢火”而导致焦黑。看看那金黄酥脆的外观，里面的滑豆腐可洁白柔顺，美味不说，口感则是难以形容。“古法咸鱼花腩煲”也许常见，猪肉香和咸鱼味浓，就是有股吸引力要您停不住口，故此，五碗白饭来搭配它，绝对让食客有满足感。还有，“茄子肉碎蹄根煲（焖猪筋）”是一道惹味惹饭的美食，茄子、冬菇、辣椒、药材等材料的结合，使之顿时成为极品。“无锡一支骨”与“烧汁排骨大王”，采用不同的部位，一个是排骨，一个是肉眼，再用不同的处理工序，然后经热油炸制，以不同的酱汁洗礼，给味蕾扎实的幸福感。家常菜，传统味，对一些食客来说是珍贵的，更值得尊重的，是这些味道的幕后功臣。（张嫚芯，2016：84）

这篇饮食杂述也引用了“比拟”修辞手法来介绍美食，如滑豆腐“在沸水里泡浴”来形容冻豆腐被放进沸水内浸泡的情况，而“抢火”一词则形容了在热油内，水分和热油碰在一起会不容而导致容易烧焦。除此之外，还引用了夸张的修辞手法，如“古法咸鱼花腩煲”可以用“五碗白饭来搭配它”，五碗白饭绝对不是一般人可以负荷的分量，以此五碗饭来形容这道菜肴非常美味。

复合式咖啡店在这两年内迅速在马来西亚的大城市冒起，尤其是吉隆坡地区。复合式咖啡店的营业方针是为在店内为消费者提供意式或美式咖啡和一些糕点甜品，像咖啡连锁店星巴克（Starbucks），同时也为消费者提供西式料理或中式料理。消费者在享用美食和咖啡的同时，也让他们认识及了解意式咖啡的种类。而〈咖啡品味〉这个饮食专栏顾名思义就只介绍意式咖啡及店家自创的咖啡。而且和前面的两个专栏不同之处是，此专栏的食评会结合冲泡咖啡的食谱，让读者可以前往咖啡厅光顾之余，也可自己在家尝试冲泡。这个专栏拥有四页的版位，每一页的咖啡食谱占版位的一半，而另一半则是咖啡的图片，图片内有短短几句文句叙述咖啡味道的文字。除了形式上与前两个专栏的不一样外，〈咖啡品味〉的资讯一角除了基本的咖啡店店名、地址和联络方式外，还添加了咖啡店雇主的人物介绍。如2016年2月出版的第96期的Bean Depot里的蜂蜜酒咖啡：

蜂蜜酒，是一种蜂蜜酿成的酒，体现独特的口味，而且也被调酒师广泛使用。蜂蜜酒呈现甘甜口味，而且在不同味蕾上则有不同的诠释。在我的平等舌尖上，感受到的是甜得令我欢天喜地，而且有酸梅酱的味道。在高等

味蕾上，好比咖啡达人亮心及摄影大哥则感受到“养命酒”在舌尖上划过。（张嫚芯，2016：80）

在 Bean Depot 里，由灵魂人物叶亮心荣誉为大家呈现甜蜜蜜的咖啡鸡尾酒。有酒精的咖啡怎会是甜得呢？然而，有蜂蜜酒及其他相关饮品的饮品参与，绝对可以让您在毫无防备状态之下“上当”。当您把饮料凑前，闻到的香气，一切都是恰恰好的感觉，而且是清香怡人，令人充满遐想。然而，当舌尖碰著饮料，抽象的联想顿时具体化，真切地感受到咖啡和酒精给与的爽快力量，而且总结更是耐人寻味；皆因，我感受到不是品尝咖啡或鸡尾酒，像是喝糖水。（张嫚芯，2016：80）

这篇饮食杂述中充分题叙述了蜂蜜酒的味道与口感。作者以“不同的味蕾有不同的诠释”来形容品尝了这杯蜂蜜酒的个人口味，如作者本身在品尝时，从刚入口的“甜得我欢天喜地”再到后来的“有酸梅酱的味道”；而在咖啡达人亮心与摄影员的品尝下则有“养命酒在舌尖划过”的味道。再来是咖啡和蜂蜜酒的结合让作者在品尝前想象酒的味道是甜与苦的结合，在她品尝咖啡后，味道与其想象是一样的，她品尝到了“咖啡和酒精给与的爽快力量”。但作者最后的评论是“而且总结更是耐人寻味；皆因，我感受到不是品尝咖啡或鸡尾酒，像是喝糖水。”来说明最后咖啡留在口中的味道不再像之前的味道，而是变得更甜了，像是在喝糖水。在作者对咖啡的种种形容下，读者可以自行在脑海中想象咖啡的味道，而且更产生了要前往品尝的念头。

三、《食尚》

《食尚》是 Kerson Media Global 出版社的首本作品，创刊于 2009 年。一般饮食杂志会以双月刊的方式出版，但《食尚》比较特别，是以三月刊的方式出版，也就是说，每一年的 3 月、6 月、9 月和 12 月才会市面上看到《食尚》的踪影。《食尚》主要是针对本地及国外的美食，为读者进行探讨及介绍，是一本以饮食指南为的刊物。除了介绍美食之外，编者也将美食和旅游热点结合，作为附属性的内容介绍给读者。刊物的风格上采用了杂志时尚化，主题以美食为主，从中带出美食故事、美食人物、美食情报等延伸。《食尚》共有三个饮食专栏：〈Food Trekker〉、〈Organiclicious〉和〈Walter Life〉这三个饮食专栏。〈Food Trekker〉为读者介绍全马各大城市的美食餐馆，每期会有各州的餐馆介绍，包括雪兰莪、檳城、怡保等美食著名地点，此专栏所报导的餐馆与《食尚》合作，在杂志的尾页附上这些餐馆的优惠卷，如免费饮品、消费折扣或该餐馆赠品等等，吸引更多的读者前来购买杂志，〈Organiclicious〉则是以有机料理评论为主的饮食专栏；〈Walter Life〉则是由香港业余食家纪晓华撰写的饮食专栏，专栏内介绍及报导了各国的美食，让读者不只是可以阅读本地餐馆的饮食杂述，也可以认识及了解其他国家的饮食及文化。

第二节 报章

马来西亚的报章因多元种族的关系而分成了四大语言，那就是中文报章、马来文报章、淡米尔文报章与英文报章，而笔者的论文较着重于中文类的报章。马来西亚的中文报章是四类语言中有着最多的，共有六家中文报章报社。其中有《星洲日报》、《中国报》、《南洋商报》、《光明日报》、《东方日报》以及只在北马一区以槟城为主要而售卖的《光华日报》。笔者的研究多以《中国报》和《光明日报》为主，这是因为在这六家中文报章中，《中国报》和《光明日报》是唯二两家是有特定以饮食为当天副刊的主题，副刊的全部版位或一半的版位都是以饮食相关的报导和资讯为内容，而其他的报章如《南洋商报》和《星洲日报》及《东方日报》只是以一两个版位是刊登与饮食相关的报导或饮食专栏。

一、《大食堂》

前名为《品食》的《大食堂》是《中国报》每个星期六的副刊其中一个刊名。《中国报》星期六的副刊共有 12 页，其中《大食堂》的版位版位自 D6 开始至封底，全部共 7 页，而封面至 D5《周末架势堂》共有 5 页，内容是报章特约记者的专题报导和本地一些投稿者的专栏，但是《周末架势堂》所刊登的内容与饮食无关。在《大食堂》里有三个特约饮食专栏：林金城的〈知食库〉、林仪倩的〈食环境〉及魏仕杰的〈分享星得〉。

林仪倩于本地的饮食杂志《食尚》担任摄影师，2016年开始为中国报撰写专栏。魏仕杰先生为著名的葡萄酒进口商家，他同时也是国际美食协会委员，其专栏多撰写关于葡萄酒及西方料理为主题。他们俩的专栏篇幅没有林金城的专栏来得长篇，林金城是以散文的叙述方式呈现其文章，但林仪倩和魏仕杰则是以资讯类型的短篇来呈现其饮食杂述。他们以图文并茂的方式撰写食评，所评论餐馆的照片占据版位四分之三的面积，叙述的文字的部分只占据了版位的四分之一，200-300字为准。文章首先会介绍餐馆的环境和装潢，接着是介绍美食的种类，而且是不会介绍餐牌上全部美食，只是会介绍厨师推荐的菜色。两位作者并没有把食物的味道撰写在200-300字的正文内，而是分开出来，附在食物的照片下方。餐馆的资讯如店名、地址和联络号码则显示在版位的右下角。但有时候，林仪倩的报导内较为注重餐馆环境与装潢的叙述，而忽略了美食味道的描述，如2015年12月11日的标题〈玩味餐厅 高雅用餐〉作为标题，报导大部分以餐馆的环境与装潢以及餐馆的厨师推荐美食为主，对美食的味道只有区区的一句“烤猪肉质滑嫩细致，加上特制烧烤酱，与中式乳猪有著不一样的特色与风味”（林仪倩，2015：D5）来作为评论。魏仕杰的饮食专栏〈分享星得〉则是介绍米其林一星至三星的国际著名餐馆，其评论重点于与料理搭配的红白酒，而非料理本身。让读者对酒类和所搭配的料理多了认识与了解。

D6和D7的版位则是〈食主题〉，这两页的内容是以主题式方式来介绍马来西亚各类饮食，两页的版位会介绍同样类型的美食，但各是不同的售卖地点，而这些地点大多是吉隆坡与雪兰莪一带。如2016年9月3日的〈食主题〉

以“下午茶”作为主题，介绍了两家不同风格的餐馆——Tokyo Secret 和 The Tiny Temptress，前者主打近期内最流行的“半熟流心芝士塔”；而后者则以“马卡龙”著名，而这两种甜品都是适合在下午茶时享用，所以主题名为“下午茶”。作者从这两个主打美食来介绍两间风格不同的餐馆，不但可以为口味不同的读者带来更多的资讯，而且同时也为两家餐馆带来商机。版位的内容图文并茂，美食的照片是主要吸引读者目光而前来阅读，还会将之放大，占了版位的一半面积，而饮食杂述以 500-600 字为准。文章内首先介绍美食的起源或来源之地，接着会介绍美食的各口味，有时还会介绍美食的制作过程，而美食的卖相和味道则会在照片的下方显示。在版位的左下角会刊登餐馆的名字、地址和联络号码。由于撰写的作者不是撰写文学作品的作家，所以食评的文字皆以浅白易明为主，年轻和年老一辈的读者都可以清楚了解专栏内容所要传达的资讯。

D8 与 D9 的版位名为〈食在滋味〉，文章皆摘取自国外的饮食杂志和报章。在 D8 这个这一页，由于版位只是表明了文章和图片“摘取自饮食男女”，所以《大食堂》的读者并未知道，《饮食男女》是香港的一本饮食杂志，文章皆摘取自杂志内的饮食专栏。《饮食男女》的专栏作者都是香港著名的饮食工作者，他们包括了梁文道、“大师姐”江献珠⁹、苏施黄¹⁰、Ricky Cheung¹¹、毕明¹²和叶一南¹³。所以专栏内的文章多以香港与西方美食的介绍为主要内容。内所运用的文字叙述也较为贴近香港人的说话方式，尤其是在苏施黄的专栏文章

⁹ 江献珠（1926-2014），香港著名食谱作者，广州著名美食家江太史孙女。

¹⁰ 苏施黄，香港著名饮食节目主持人，电台 DJ。

¹¹ 张锦祥，香港著名餐馆主厨，食谱专栏作者。

¹² 毕明，香港广告传媒人，饮食专栏作家。

¹³ 叶一南，香港新闻工作者，饮食专栏作家。

内更是清楚的展现，读者可以借此对西方及香港的饮食文化以及历史背景有进一步的认知和了解。而 D9 的版位则是以美食食谱为内容，文字与图片皆摘录自香港的《苹果日报》，菜式多为香港和西方料理，让读者可以学习更多的烹饪菜式。

二、《吃东西》

与《大食堂》不同之处，《吃东西》里全部的版位甚至广告都是与饮食有关的报导与资讯。《吃东西》是《光明日报》旗下的一份副刊，2008年8月3日出版，每个星期日随报附送。林金城现在创刊号内提到“从《吃东西》这刊名，可被解读为“吃遍东西方的美食”。开宗的刊名，结合了针对读者口味的企划内容，我敢说《光明日报》一心想打造的，是一份具有策略，以及有深度的饮食文化周刊”。所以饮食专栏在这份副刊刊物内担任起了重要的角色。

《吃东西》由创刊至今有过许多撰稿人为之撰写饮食专栏，其中包括了李系德的〈笑傲酱湖〉、许玉莲的〈茶潮〉、梅淑贞的〈梅得吃〉、阿满的〈吃到无求〉、施宇的〈火上加油〉及〈浮火上加油〉、庄若的〈意料之外〉、以四人 Syin、Tilia、阿肯、逍遥自在妈同时撰写的〈交换菜单〉及〈搵食情报站〉。在众多的饮食专栏中，笔者认为比较符合饮食杂述的是《光明日报》的记者张丽珠的〈招牌菜〉及《光明日报》团队打造饮食专栏〈搵食情报站〉，这两个专栏的是属于资讯型的饮食杂述，专栏内介绍了各种各类的马来西亚美食，和其他的资讯型食评一样，餐馆或摊位的基本资料如店名或摊名、地址和

联络方式位于版位内的左下角或右下角。如 2011 年 7 月 27 日 刊登的〈法式三重奏〉：

目前，最受食客欢迎的是带子三重奏。带子以柠檬酱加鱼子酱焗、松露洒面，以及佐以玉米奶油酱三种煮法献众。尝过这支三重奏，口感都是滑溜溜的。有新意的胡椒三重奏让向来是餐桌上的胡椒配角变成主角，是大胆的尝试。自制雪糕也很棒，那是用班兰，椰子和马六甲糖做成的马来西亚雪糕三重奏。（张丽珠，2011：11）

这里的三重奏不是音乐的三重奏，而是此餐馆的主厨引用了美国三藩市名厨 Micheal Miner 的饮食书籍里所提到的 Trio Concepts，此概念是以“一种食材三种料理方式”而发明的菜单，以此作者将之翻译为料理的三重奏。“有新意的胡椒三重奏让向来是餐桌上的胡椒配角变成主角，是大胆的尝试。”是令笔者疑惑的一点，“胡椒三重奏”是指以三种胡椒酱来料理带子？还是直接以胡椒为食材，用三种不同的料理手法来料理胡椒？相信读者们也会有一样的疑惑，笔者觉得这是作者以这一道料理的叙述让读者们觉得混乱因而吸引读者前往这间餐馆一探究竟并继而餐馆品尝美食，打开疑团。

第三节 部落格/网络

科技的发达为世界的人类带来了许多好处。饮食杂述发展至今，从早期在杂志及报章副刊内刊登评论者们的作品，到近年因科技的发达，社交媒体与智

能手机的崛起，各式各样的饮食杂述更大量的活跃于网络中。这些网络型的饮食杂述吸引了大批的年轻读者，他们总是机不离身，因此许多他们有兴趣知道的新闻、消息、第一手资料都可以通过社交网站或其他网站得知。这一类饮食杂述多为资讯性，介绍食物的卖相为主，色香味不太以主要表达内容，所以内容字数不会太多，大概维持在 300-500 字之间。年轻读者可通过三个网络管道得到美食及餐馆资讯，那就是部落格、社交网络以及美食网站。

一、部落格

部落格（blog）一词是 Weblog 演变而成的，Log 是指电脑里的记录，而 Weblog 是指在网络上的记录。blog 除了直接从英文翻译，被称为部落格外，也被称为网志。这是因为部落格里主要是记录其主人的一切事情，简单的说，就是个人网站。在网络上有许多可以建立自己部落格的网站如 blogspot、无名网站、pchome、wordpress 等等，只要在网站里的设定建立自己喜欢的部落格板块，就可以在这个属于自己风格部落格网站里记录自己所要表达的事情。部落格分为两种，一是撰写食评时所使用的表达文字较为浅白易明，适合所有年龄层与的读者，另一种是引用较为文学性的文字撰写文章，评论内除了带出食物的色香味，文章内所要表达的隐性或显性的内容也让读者有进一步的深思，这些隐性的内容包括社会问题、政治、文化等课题。

现代的年轻人因网络的普遍性和方便性，自己也开设部落格撰写文章，但这些文章相较于比较专业的马华作家部落格，他们的文章显得较为简单朴实。

他们只是将自己在餐馆所享用的美食利用较为说话话语的句子句式做简单的介绍，美食的味道只是其次，他们比较注重的是如何拍出好看的美食照片，然后将之刊登在部落格内吸引更多的读者，因为他们相信要先吸引读者就要拍出食物看起来很好吃的照片，拍完后还会编辑照片，让照片的图案看来更为突出。部落格里除了可以书写文字以外，还可以在内放照片，读者除了可以从评论者所撰写的评论内了解其餐馆及美食特征以外，还可以在部落格一窥美食的真面目。读者还可以在部落格所设定的留言版向评论者分享自己的对饮食杂述想法，与评论者分享交流彼此的意见想法。马华作家林金城的美食部落格正是其中最著名的。

二、社交网络

自苹果公司创造了世界上首架智能手机 iPhone 后，其他的手机品牌公司也纷纷推出自家专属的智能手机，智能手机顿时在当时代替了一半手机的位置，可说在全球，人手一机。智能手机的功能为人类的生活需求上带了了无限的方便，智能手机成了衣物以外，人类最贴身的物品。在推出智能手机后，社交网络因此更加方便了人们之间的互动。人们只要在任何事情发生后，产生的感想抑或看见自己心爱的物品、购买了一些心爱的物品、享用了一顿丰富美食等情况。他们就会随手拿起手上的智能手机进行三部曲：第一步是拍摄照片，接着把照片放上社交网络最后是在社交网络上写下自己的感想然后等朋友按赞或留言。来到今日，每每在餐馆用餐，常常可见的是是食物上桌后，人们就纷纷拿出智能手机，让智能手机先享用美食才到自己的味蕾和肚子。在美食照片放上

社交网络后，使用者将在照片的说明一栏内写出自己对美食味道和卖相大作文章，为食物主观的定位。

著名社交网站脸书上，近期内因 Goody25、Moretify 等这类全民网站的出现，这一类的网站除了提供与饮食有关的文章以外，还刊登了与生活、政治、文化、两性问题、女性产品等等的文章，让现代人更容易从此得到许多的资讯。所以这类型的网站进驻了大量的读者，成了现今网络的主流。网站管理人将众多的资讯一一分类成版块，每个版块都有版主，即版块的管理员。这些管理员皆为这类网站的资深读者，懂得如何撰写吸引更多读者的文章，也让一些文笔好的读者在版块内设置自己的专页，撰写自己的心得文章。除了这些全民网站，网民也会在社交网络脸书上创立美食专页，以美食的照片及简单的评论为吸引读者，向读者介绍马来西亚的各种各样的美食。专业内不但附上了餐馆的资料如店名、营业时间、联络号码、地址和在其他社交网络上的帐号，还附上了菜单和价钱，让读者们可以依据自己的消费额度来选择所要品尝的美食。如“吉隆坡美食猎人”这个尽是报导吉隆坡个各大餐馆美食的美食专页，他们在2017年5月14日所报导的〈MOVITA Kitchen+Terrace〉：

推荐3种不同类形的 Pizza，包括 Italian, Calzone 和 Flambe，都是现点！现搓！现烘！新鲜滚热辣！可以和朋友一起 share，就可以品尝到不同类型和口味的披萨。小编最爱【Hawaiian Calzone】，形状很像 Curry Puff，里面的馅料多！披萨的皮口感很棒，黄梨和 Ham 搭配在一起！赞！

再来就是不同品种的香肠 platter, 【Sausages Platter】! 可说是喝酒必备呀~

除了主食, 也有许多小吃如【Chicken Taco】, 他们提供的酱料非常入味, 绝对让您停不了手! 配啤酒一流! 还有炸豆腐也不错哦~

(吉隆坡美食猎人, 2017: post 1354869104621296)

由于这些网民不是专业的作家及评论家, 所以所撰写出来的文章叙述较为简略易明, 让读者看了一目了然。而且还在文章内引用了许多感叹号: “都是现点! 现搓! 现烘! 新鲜滚热辣!”、“绝对让您停不了手! 配啤酒一流!”来强调食物的味道和口感。

一些较小规模的商家因没有大笔的资本做生意, 他们藉由社交网络的力量来为自己找到顾客来源。这一些商家所售卖的食物类型分为传统食品类与西方食品类。他们会将上载自家的所制作的食品的照片, 然后先利用照片来吸引顾客前来购买, 顾客购买品尝后在小组开贴来对食品进行饮食杂述。店家自己在小组里宣传然后售卖, 直到有众多的顾客在此贴留言对食品作出好的评论造成食品大红大紫, 引来了一些报章前来访问报导。

由于与社交网络的时间比较多, 所以所接触的食评都是通过社交网站如面子书, 还会在餐馆内打卡, 所谓的打卡, 就是其餐馆在社交网络上注册自己的餐馆并注明一切, 成立了专页。专页内的简介会放上餐馆地址、联络号码、GPS

坐标等等资讯。而专页内会放上餐馆每一种美食的照片及美食简介，还会以文字专案来介绍其餐馆内的各美食。而有兴趣的顾客会在这个专页上按下赞或关注的键格，之后餐馆的所有资讯都会在顾客的专属社交网络的户口上出现。美食的照片和文字每天都会在其专页内更新，顾客就可每天获得最新的资讯。顾客会被吸引进而前往餐馆用餐。在美食上桌后拍下最美丽的美食照片，然后在享用前上载到社交网络并在照片上标点出餐馆的名字，就是在餐馆内打卡。接着享用后美食，会在回复的框框内回复对朋友对美食味道的看法和批评，间接也成了一个简短的饮食杂述。但大部分的餐馆为了要吸引顾客前往光顾，都不会标上价格，让顾客对其餐馆充满好奇心而前往光顾。

三、饮食网站

饮食网站 The Open Rice，评论者可以是任何人，只要是吃了某某餐馆、路边档口、夜市等地点的美食后，向读者分享自己享用美食之后的想法、对美食的外观、色香味、用餐周围的环境、美食的价格、用餐地点都是饮食杂述里的资讯。而且这个网站还对这些评论进行分类为：火锅类、自助餐类、咖啡厅类、面馆类、甜点店类等等让读者方便搜寻让他们有兴趣的美食，无需他们再花更多的时间去搜寻相关的饮食杂述。

网站内的饮食杂述多以中文为主，但以英文撰写的饮食杂述也不少，只因现今的大城市居民多以英语为自己的交谈与书写语言。这些以英文撰写的饮食杂述与标题篇幅并不长，他们大多是以一个英文单字来作为评论的标题，评论

内多以简短的英文文字来描述评论自己所品尝过的美食，更多的是注重于在评论内刊登美食照片，直接以照片中的美食，以一个简短的句子介绍美食的名称、卖相、摆盘以及一些简单的口感，英文底子较好的人会以三至四个句子介绍美食，而他们评论的共同点是：在他们的评论内，会在句子的后面会放感叹号来表达自己的对其美食的满意度与惊喜度来加强读者对其美食的印象，使读者看完评论后的感觉是这些美食真的很美味，就如这些重重的感叹号带来的效果一样。相比之下，以中文的评论却显得更加浅白。如 2017 年 5 月 2 日所刊登的〈“蒸”美味·让人尖叫的超生猛 XXXL 帝王蟹！锁住原汁原味的海鲜蒸汽锅只在蕉赖〉：

你以为就这样而已？蒸汽锅底下其实还暗藏乾坤！除了原汁原味，蒸汽锅的另一卖点就是一锅两吃啦。在蒸盘底下搁一锅粥，你可以选择自己喜欢的粥底，选择包括干贝排骨粥、干杯金瓜粥、干杯花蟹粥等等，在开始蒸海鲜之前服务员会先将粥底的材料倒入底锅内，之后在蒸海鲜的同时锅底的粥也在慢慢地熬煮，而蒸盘上的海鲜精华汤汁也会顺着蒸盘洞口滴入粥底内，吃完蒸海鲜后就有超级香甜的海鲜粥可以吃了！

(Open Rice Malaysia, 2017: a-2153)

中文的评论内只是以简单的几句来介绍及评论美食，虽然是有大量的美食及餐馆照片可以吸引读者，但一些有要求的读者却会觉得文章的介绍和评论过于草率，无法带出想象的美食味道并无法引起其前往光顾的兴趣，这样商家就少了一个让顾客品尝的机会和商机；相反地，读者也因此无法品尝到美食而错

过了一家好的餐馆。所以，饮食杂述的叙述方式很重要，尤其是在各式各样的纸本食评或是网络食评，要让更多的读者浏览网站，好的图片和好的文章叙述是必备的。

第四节 小结

资讯代表沟通符号的一种，作者借这一种方式撰写资讯型饮食杂述与读者或消费者沟通。资讯型饮食杂述多见于报纸、杂志与网络。饮食杂述资讯型饮食杂述以饮食与餐馆的图片配合消费性的文字来介绍餐馆，再加上一些附在饮食图片下的简短对饮食的描写，然后于杂述的版内附上餐馆的资讯如餐馆的名字、电话号码、地址与营业与休息时间。精美的饮食与餐馆图片是这类型饮食杂述的重点，文章只是以 200-300 字来介绍餐馆与饮食，叙述的文字简易浅白，偶尔还会以比拟的修辞手法呈现，但不多，只是二至三句而已，让读者在阅读时对饮食有更深刻的印象，从此达到前往餐馆消费的目的。

第三章 马来西亚食评的类别与特色——保健类

世界卫生组织（World Health Organization, “WHO”）在1948年将健康定义为“身体、心理及社会的完全良好状态，而不只是疾病或虚弱的免除”¹⁴，说明了健康是一个整体性的概念，指牵涉身体、心理、精神、情绪、团体、社会等不同层面的健康状态。要维持自身的健康，首要条件是要有健康意识。健康意识是个人对于健康自我认知的一种心态状态，包含对健康的警觉性、参与健康行为和健康的自我监测等；或意指个人为维护自身健康而预先会注意的保健知识和理念。（陈敏郎，2015：70）有了健康意识，人们会做出付诸行动如积极的运动、保持正面的心境和生活形态及改变饮食行为。

根据世界卫生组织指出，现今的市场出现越来越多加工食品，以及快速朝都市化发展的情况下，人们的生活和饮食受到相当大的影响而导致出现了三高换三高的情况——高热量、饱和脂肪、反式脂肪及高盐高糖的食物换来高血脂、糖尿病和高血脂慢性病的罹患。除了三高的问题以外，不定时进餐与而且未摄取足够的蔬菜、水果及膳食纤维的饮食行为也会导致心血管疾病、癌症、肥胖等健康问题。因此，世界卫生组织建议定时用餐、注意营养标示与热量、注意卫生安全、以营养健康原则选择食物。而且，还要多吃蔬菜、水果、豆类、坚果及谷物，减少盐分、糖份和脂肪的摄取，以不饱和脂肪酸替代饱和脂肪酸，主张健康饮食行为有助于预防营养不良和各种非传染性疾病。这些都是有助于身体健康的饮食行为。（江采洁、邱玉蝉，2004：3）

¹⁴ 原文为“Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.” 见世界卫生组织网页：[www. http://www.who.int/about/mission/en/](http://www.who.int/about/mission/en/)

吃的健康还必须注意另一个问题——食品安全。现代的农业业者为了追求农作物有更多的产量与效率，他们施用农药、化肥及动物用药，陆续引发不少食安问题；或是为了长程运输、保存或增添食物的色香味，因而在加工过程中使用防腐剂、人工色素、香料等添加物。这种行为不但让人们忧虑食物安全性对其健康造成负面影响，而且还引发了生态环境严重被污染。这些问题让消费者意识觉醒并引起他们对食品添加物的反省，同时强调对预防医学和健康维护的重视。在这种情况下，强调保护生态环境，无化学农药化肥的有机食品因而受到消费者及食品市场的关注，加上媒体的推波助澜，在报导有机食物时采用食品安全的主题框架，将有机食物形塑为较为安全的食物。促使消费者将对食物安全的忧虑，具体地展现在对有机食物的消费需求上，也可能间接成为有机农业发展的助力之一。（江采洁、邱玉蝉，2004：5）

素食是另一个除了有机饮食外的健康饮食行为。素食被认为是宗教信仰的一种行为：每月的农历初一和十五需要吃素的习惯与茹素还愿的民俗。早期的社会认为吃素是脱俗的举动，与出家、修行等宗教行为扯上关系。来到了现今的社会，他们认为吃素已经不再是一定与宗教是有关连，而是一种饮食健康与环境保护的行为。人们食用素食是为了实践自身对于环境保护的理念，选择摒弃旧有的饮食习惯，以不吃肉为原则的生活型态。（温永利，2001：2）不吃肉也就是不摄取高热量与高脂肪的肉类，多摄取蔬菜与水果、豆类与谷物，可以减少罹患三高的风险。

要有效及迅速的将世界卫生组织的主张广泛地让大家瞭解与学习，大众媒体如报章与健康杂志是最直接的传播方式。大众媒体是民众重要的健康资讯来源，其内容形塑了阅听者思考、理解及采行的健康行为方式，影响人们对健康议题的认知，也反映出社会共享的健康观。然而，饮食为健康议题中不可或缺的一环，媒体上饮食评述的转变，意味着新型态的健康饮食已悄然成形。（江采洁、邱玉蝉，2004：2）根据上一章节的研究显示，民众只需打开报章、杂志、电视、手机、电脑这些美食分享资讯平台，便可将这些资讯随手获得，民众就可循着这些资讯去找寻要想用的美食。然而，随着养生概念的兴起与中国黑心食品及食品塑化剂的安全问题，饮食杂述的内容不再限于描述餐馆的环境、食物的味道与卖相，健康饮食的保健元素也相继的被撰写入饮食杂述里，介绍养生餐馆及其餐点。

第一节 有机料理

在科技与资讯发达的社会，人们意识到了这些科技产品虽能让自己活得更方便，但科技产品内的零件会产生能量辐射，为自己的身体与健康带来了危机。为了解除这些辐射危机，人们会开始注重平日饮食习惯，减少肉食，增加蔬果。而且在化学食材普遍的世界里，人们也明白自己每日所进食的食物大多是经化学加工处理，对身体产生了一定的坏处，使得现今的身体各器官部分癌症病例越来越多。在近 15 年内，有机饮食成了现代城市人所向往甚至实行的饮食习惯。但现代的城市人因工作繁忙，每天工作八小时已是奢侈，加班至半夜才是他们真正的工作时间。即使没加班，下班后的娱乐社交活动也会占据了他们

们晚上及週末沒上班的时间。基于以上的原因，上班族根本沒时间也沒机会让自己学习如何学习及烹调有机饮食及挽回自己身体的健康。鉴于以上的原因，一部分有机会和时间去学习有机生活及饮食的人，用自己所学习到的有机生活饮食知识，及看准了这个有机饮食在市场上的需求，开始並纷纷的在各大城市开设了有机素食餐馆，让这些沒时间也沒机会为自己烹调有机饮食的城市人，可以品尝到了健康又美味的有机美食。

有机农业意指一种完全不使用化学肥料及农药的耕种方式，凭着“自然力”¹⁵与“土力”¹⁶来栽培作物，以传统堆肥、绿肥、鱼粉和磷酸岩石等天然肥料或土壤营养剂为主，甚至让蚯蚓钻行土中，使土地氮化，尽量使用土地空气和水的污染降至最低。（林子，2010：35）有机食品是指零污染，不含人工添加剂、不经过化学肥料、农药、除草剂等污染的食品。有机食品对人体不会造成伤害，最合乎自然健康的食品。食用有机食品可维持身体原有的健康状态，因为摄取未受污染的食物，身体内没有囤积毒素，血液即可净化而流通顺畅，免疫系统也能维持原有的正常功能，身体自然常保健康。（林子，2010：35）

有机饮食所提倡的是天然无农药种植，所种出来的蔬果虽然体积会比普通的蔬果小，但却是特别的清甜。除了蔬果是有机种植，其他原料如开门七件事的柴米油盐酱醋茶也可標榜着有机品质。如盐是从海里和岩石上所提炼出的海盐和石盐；有机油则是以冷压的橄榄油为最顶级；而酱油是从黑豆提炼而非普通的黄豆。

¹⁵ 指的是自然界中所存在的自然现象的力量如风力、水力、阳光、空气、土壤等对其他事物的作用与影响，例如人类从事农业、渔业等，这些都是自然力的作用。

¹⁶ 指土壤肥沃的程度。

马来西亚的有机饮食在这十年内才渐渐的普遍起来。当中以首都的有机餐馆为主。由于吉隆坡为马来西亚的首都，也是马来西亚里人口最为密集的城市，可见有机饮食餐馆在吉隆坡有一定的发展市场。为了让忙碌的上班族在午餐及晚餐时间内也可享用健康的有机饮食，本地的报章和健康杂志更是卖力的为有机饮食餐馆做访问及报导。健康杂志专栏里的饮食杂述除了报导餐馆里的有机饮食的味道，评论内也包含了有机料理里所使用的材料、材料里所蕴含的营养成分、说明了营养成分的好处、这些营养成分对身体有何帮助等，让读者进一步了解有机饮食。

一、《食尚》

《食尚》有七个饮食专栏，而符合保健类的饮食杂述专栏是自由撰稿人苏国庆所撰写的有机饮食〈Organiclicious 机不可失〉。从专栏的名称“Organiclicious”是由英文词语“Organic”和“Delicious”结合而成，意指“有机”与“美味”，所以专栏要为读者带来的是结合美味与有机的健康料理餐馆。专栏的页数共有四页之多，每一页都会评论二至三道料理健康，所以四页加起来共有十至十二道料理。专栏的版面不像其他杂志的资讯类饮食杂述的版面，皆以大幅度的料理图片和三分之一的评论文字；〈Organiclicious 机不可失〉版面的料理图片和所评论的文字比例是一样的，而且所评论的文字比其他杂志的饮食杂述还要多，每一个料理图片大概叙述了 70-80 字数，而其他杂志饮食专栏的图片文字叙述却只有区区的 30-40 字数，可见此专栏的作者将

料理的卖相、味道和所使用的有机食材都叙述的相当仔细，让读者更加了解此道美食。如 2011 年 9 月号第 15 期里的饮食杂述：

Sherene 亦推荐新登场的几道 Salad Meal。大马人午餐普遍以米饭为主，饭后因血糖爆升而睡意攻心，但对于普通沙拉，总觉得吃不饱，她于是研发极有 fusion 式的沙拉餐点。Salad Meal 主要材料三分二为有机蔬菜类，另外三分一是给人饱足感的拉面和豆类坚果。出于对酱料及各种香料的特性了如指掌，她在准备沙拉时都会做出适合的混搭，以提升味道的层次感。像竹炭拉面沙拉，就以自制柑橘醋加黑糖蜜调味，另加有机辣椒粉、有机腰豆、黑芝麻和自制豆腐丁，清香的味道让我还没开餐，就已经干咽几口唾液。（KK Saw, 2011: 59）

内容除了和一般的资讯类饮食杂述专栏一样设有餐馆的基本资讯外，还设“有机知多点”的一栏：

Organic Molasses Sugar 有机糖蜜。糖蜜是从甘蔗提炼白糖后，剩余出来的母液副产品。一般糖蜜含高量农药不建议食用，而常用于发酵工业的原料。糖蜜其实保留了大量甘蔗的营养精华，更胜白糖一筹。从有机甘蔗提炼出来的有机糖蜜，不仅不被污染，还含有丰富的铁质，是老人与女性补血补钙的恩物。根据研究，一汤匙有机糖蜜的含钙量，相等于一杯牛奶的含钙量。同样的，糖蜜因升糖指数（GI）低，糖尿病者亦适用，很多绿色

食肆开始以它代替黑酱油，煮出来的食物一样好吃又健康。（KK Saw，2011：59）

每一期介绍有机料理餐馆和料理之余，也介绍了不同的有机产品和食材，让读者对有机产品和食材有更深一步的认知与了解，也让读者借此一栏为自己知道如何让自己可使用这些产品和食材来为自己与家人准备有机料理，让他们吃得更健康。

二、《大家健康》

马来西亚的健康杂志——《大家健康》，它们标榜着杂志的主旨“您的家庭养生宝典”为马来西亚的人民带来各方面的健康资讯。《大家健康》除了健康专题报导以外，杂志里更设有记者蔡伟杰所撰写的健康饮食专栏〈Organic Trend 有机食尚〉。〈Organic Trend 有机食尚〉专栏内占书两页，不似其他的饮食专栏，这专栏不让餐馆环境和料理的图片霸占了大部分的版面，图片和叙述的文字是各占版面一半。专栏内还设有对餐馆的总评，而且在版面的右下角提供了餐馆的各资讯如环境、地址、联络号码、社交网站脸书的帐号、营业和休息时间、连泊车的资讯也附上了，2012年5月第223期所刊登的饮食杂述：

手工自制面粉糕套餐，有干捞和清汤两种口味（套餐一律售 RM13.50）。

店家选用无漂白面粉、少量全麦面粉、鸡蛋和小分子过滤水制成面团，汤底以100%有机蔬菜和天然调味料慢熬几小时熬出清甜味，再搭配有机芥兰

花、椰菜花、甜菜心等，添加以有机葡萄种子油炸出的干葱，最后撒上砂拉越纯正胡椒粉。（蔡伟杰，2012：104）

无漂白面粉、少量全麦面粉虽然没有有机标签，但这两类是有机产品，在一般的有机商店就可以找到。再来叙述了有机芥兰花、椰菜花、甜菜心、有机葡萄种子油这些有机食材来强调此料理是属于有机料理。

三、《乐活爱有机》

而由《大家健康》的副杂志《乐活爱有机》更是将健康饮食专栏发扬光大。比起《大家健康》，《乐活爱有机》这本杂志较为注重健康饮食。《大家健康》里只设有两个健康饮食专栏，而《乐活爱有机》则设有健康饮食餐厅专题，“乐活食尚”。这个专题更是一次性为读者搜罗及报导了多间的食尚健康餐厅的菜色，让注重健康的读者无需浪费大量的时间在寻找健康的菜肴，方便及增加了他们可以前往用餐的地点。《乐活爱有机》里的饮食餐馆版面皆拥有两页的报导版面，与资讯类型的饮食杂述一样。《乐活爱有机》的餐馆版面的图片和文字描述的比例是 2:1，所以比起文字叙述，餐馆的环境和健康料理的图片来得较为大面积。由于评论内强调了料理所使用的健康天然有机食材及调味料，所以文字叙述的字数比起资讯类型的饮食杂述多一倍的字数，普通的资讯类型饮食杂述的文字字数只有 20-25 字，而保健类型的饮食杂述则以 40-50 甚至 80-90 字的字数来呈现。如 2012 年 8 月出版的《乐活爱有机 3》，在〈乐活食尚〉一栏里，作者就以 92 个字来描述这道健康料理：

Tomyam & 番茄口味有机全麦乌冬面。使用有机原料，摒弃添加味精、食盐、白糖，色香味俱全的乌冬面富有自创酱料的两种口味，即 Tomyam 及番茄口味。嗜辣者可选择 Tomyam 味，不仅让人食指大动，润滑的乌冬面入口即化，而番茄酱料乌冬面则可吃到原汁原味的番茄，实在美味可口。（廖丽宁，2012：020）

腐竹玉米。使用蜜糖及中国薏米烹煮，不仅可以美白，祛湿热及养颜，薏米利尿更可以解决便秘，一碗看似不起眼的糖水，有助减少疲倦，再加上甜度不高，适合一家大小使用。（廖丽宁，2012：020）

在撰写这类型的健康饮食料理口味，作者除了简单的叙述料理的味道以外，还在味道上引用了形容料理极之美味的词语如：“色香味俱全”、“食指大动”、“实在美味可口”这些词语来吸引读者，让读者在脑海中想象料理的味道，渐渐的让自己置身在文章之中，仿佛可以闻到及品尝到料理的滋味，让读者无不想赶快可以跑到其餐馆去好好细细的品尝料理。虽然说味道是很主观的想法，但饮食杂述的目的就是要为读者品尝其料理而做出的评论。作者还在评论内带出了食材的疗效及食用后的好处如“不仅可以美白，祛湿热及养颜”、“薏米利尿更可以解决便秘”，让读者可以认识及熟悉这些食材与疗效，为自己的健康加分。

在论述食材方面，由于是注重健康有机，所以评论内着重撰写所引用的有机材料，让读者了解此料理如何为他们带来健康，如“使用有机原料，摒弃添

加味精、白盐、白糖”这类的描述，让读者更有兴趣知道摒弃了不是有机材料的味精、白盐和白糖，所使用的有机材料是什么调味料，是否是有机盐，而有机盐又有分海盐和岩石盐，而这些海盐岩石盐的产地又是在那里之类的问题。除了在味道的论述上吸引到读者，而这些料理所引用的食材和调味料更是让有心要学习有机饮食的读者前往餐馆用餐的最主要目的，要验证其餐馆是否真的引用了这些很讲究的有机食材，让读者吃得更健康。

第二节 素食料理

吃素食，不但是注重自身的健康之外，宗教和保护地球也是其中的因素。素食从前与宗教挂钩，普遍认为信奉佛教的人才保持吃素的习惯。随着时代的变迁，素食发展至今也以健康养生及环保为号召，在全球掀起了一阵素食风潮，让非素食者也可享用健康的素食料理。除了基本的奶蛋素、纯素、路边素、随缘素等之外，不少人的饮食方式其实也靠拢素食，但他们不一定是纯素者。在有选择的情况下，他们多半会吃素，形成近两年出现的新素食理念——弹性素食者（Flexitarian）¹⁷。在美国，有 13%的成年人是这类半素食者，其饮食中的肉类分量不超过 50%。在非持戒修行，也非宗教崇高理念下，弹性素食者值得被鼓励。不吃全素，多菜少肉、清淡健康，对身体或环境都好些，说明人们的饮食文化逐渐在改变。（洗慧玲，2011：011）

¹⁷ 由“Flexible”和“Vegetarian”组合而成。由瑜伽素食者提出，他们发现这样适度的使用素食，比只是单纯的吃素者来得更健康。

早时期的的素食材，也被称为“斋料”如素肉、素鹅、素叉烧等都是由大豆纤维制成，但研究发现，这些大豆纤维制成品在煎炸并使用之下，衍生了吃素变胖、体内坏胆固醇增加、营养不均衡等种种问题。人们开始思考如何将吃素食吃得均衡养生而且美味。许多素食餐馆经营者从这个理念出发，单单用蔬菜、水果、菇类、豆类和谷类来呈现，研发出色香味俱全，而且营养足够的健康素食料理。为了向人们介绍这些健康素食料理，中文健康杂志在这方面起了宣传及发扬的作用，其中包括《大家健康》和《乐活爱有机》。

一、《大家健康》

负责撰写素食料理餐馆的是《大家健康》的编辑主任郑美彦所编辑的〈餐馆介绍〉。这个健康饮食专栏虽然不是每一期都刊登，但相隔几期内杂志都会为大家搜寻吉隆坡各地区即可同时享用健康及美味的有机饮食。〈餐馆介绍〉的版位则是一分为二，左边是餐馆的详细介绍，右边则是餐馆推荐菜色的食评。与其他专栏的不同处是，此专栏餐馆环境和料理的照片较少，文字叙述占了大部分的版位，让读者可以细细阅读文章。由于有一些素食餐馆不但售素食料理，有机料理也是餐馆的料理之一，所以此专栏的饮食杂述会同时出现有素食料理和有机料理的叙述评论。如第 2012 年 5 月第 223 期里所评论的餐馆 Greenlicious:

椰浆饭。独创的班兰菠菜椰浆饭采用高级有机发芽糙米，并使用新鲜菠菜原汁和多种香料取代椰浆烹煮，最后再淋上处女椰油提香。顾客可以随喜

好选择其他的佐料，如香酥鸡、印尼咖哩鸡和金菇块等。（郑美彦，2012：106）

擂茶。撒上豆子和麦片更增添香气，擂茶汤采用上好的冻顶乌龙和日本绿茶制成，汤里加了腰果和芝麻提香，五谷则让汤汁变浓稠，喝起来有饱足感。（郑美彦，2012：106）

作者在椰浆饭里强调了使用的有机食材如有机发芽糙米和处女椰油¹⁸作为辨识此料理为有机料理。这一小段的叙述是针对非纯素食者，因为内容里提到了“选择其他佐料，如香酥鸡、印尼咖哩鸡”这些肉类料理。由于有些素食者不是食纯素，有些素食者如随缘素和街边素的素食者也是可以食用肉类。而在擂茶这道料理则仔细的叙述了利用多种绿色植物及植物副产品如豆子、冻顶乌龙茶、日本绿茶、腰果、芝麻和五谷来识别这道料理为素食料理。这道料理就可以吸引纯素食者，因为所论述的食材里没有肉类，而且所使用的食材都是健康的有机产品及营养十足的绿色食品，这可同时吸引了纯素食和非纯素食的消费者前往此餐馆用餐。

二、《乐活爱有机》

《乐活爱有机》这一本健康杂志的内容虽以有机专题及餐馆料理居多，但在其杂志在2011年11月所刊登的第2期里的主题报导与饮食杂述都皆以素食为主打。在这一期的素食主题中，杂志为大家介绍了高达19家素食料理餐馆，这

¹⁸ 英文为 cool press virgin coconut oil，主要的功效是抗病毒如各种致病的小细菌。

些餐馆包括了中餐馆、西餐馆、新派素食馆、沙律专卖店、创意素食馆等。让读者得知在雪隆一带有不但只是可以享用传统的素食料理，还可以有如此多样的素食餐馆可朝圣，多种类的料理可供读者们选择及享用。杂志在这一期以料理的种类向读者们介绍，所以餐馆的资讯和料理的叙述评论是分开的。如在香辣可口椰浆饭的主题下，介绍了 5 间素食餐馆的椰浆饭，在版面内的图片下放置了料理的叙述评论：

糙米那是你吗 (Simple Life, RM13.90)。椰浆饭以椰油调出味道，加入香茅、黄姜等烹煮；Rendang 以金瓜代替传统的马铃薯，豆腐口感犹如素肉；辣椒和萝卜茸炒干成 sambal 够辣，再配上糙米。整体看来宛如对椰浆饭进行大改造。吃腻了，不妨夹一点娘惹酸辣腌菜 (achar) 尝尝，让酸味和辣味轮流洗涤味蕾。(冼慧玲、蔡伟杰，2011：030)

Nasi Lemak (味滋园, RM5.90)。这家椰浆饭不仅最便宜，也最有马来风味。香蕉叶上除了典型材料，还有蕹菜、发了 2 分芽的去壳绿豆及咖哩天贝 (tempeh)。店家十分推荐印尼的大豆发酵制成品天贝，因它可替代鱼、肉制品，成为素食者最佳的蛋白质来源，且特别能满足维生素 B12 的需求。Sambal 部分加入番茄、辣椒、香茅和海盐，甜中带微辣不伤胃。(冼慧玲、蔡伟杰，2011：031)

本地风味椰浆饭 (Medifoods, RM8.90)。这家不用椰浆煮饭，将大蒜、香茅、班兰叶伴煮澳洲米后，再用初榨椰子油和燕麦奶提味。Sambal 部

分又贴心为食客分成三类：sambal、素虾米和甜辣酱，以大豆、香菇柄、洋葱和辣椒等制成，要甜、咸、辣都由自己控制。坦白说，辣椒很猛，然而不吃辣者单吃饭也回本了。（冼慧玲、蔡伟杰，2011：031）

椰浆饭（谷神，RM6.50）。甜辣的天贝比起辣椒更出色，配点沙拉和炸番薯饼吃，不用怕椰浆饭太单一无味。这盘早晨端上的椰浆饭走轻食路线，简简单单，不想真的“辣死”你，而是让你舒舒服服的享用椰浆饭。原来吃素也可以悠哉。（冼慧玲、蔡伟杰，2011：031）

Nasi Lemak（Organic Recipe，RM11.90）。整盘椰浆饭的菇类发挥得淋漓尽致，如猴头菇口感像素肉，在Rendang¹⁹中以假乱真；Shitake香菇则炸成丝状，形似江鱼仔。辣椒、姜、香茅和大豆纤维制成Sambal²¹，有口感，咸中带微辣。来点脆饼papadam²²，就更丰盛了。（冼慧玲、蔡伟杰，2011：031）

杂述里大量地向素食读者展现了大量的健康素食食材如金瓜、豆腐、去壳绿豆、蕹菜、番茄、辣椒、甜椒、菇类等来论述这些餐馆所提供的椰浆饭皆是以蔬菜制作为主，绝无肉类。这篇杂述向读者叙述所使用的食材带来对身体所需的健康外，如天贝（tempeh），“成为素食者最佳的蛋白质来源，且特别能满足维生素B12的需求。”来说明食用以大豆发酵而制成的天贝的营养功效。这篇饮食杂述以美味的素食食材所制作的椰浆饭来吸引素食者以外，也以一些

¹⁹ 冷当咖喱，马来西亚巫族的肉类咖喱料理。

²¹ 一种佐以椰浆饭的辣味佐料，以辣椒和各种香料制成，加以江鱼仔和大葱入锅中爆炒而成。

²² 一种印度传统小吃，以面粉制成的脆饼，口感与华人的鱼饼相近，但质地较薄，多作为印度饭的佐料。

用蔬菜来假仿肉类的味道与形状来吸引非素食者，如豆腐、天贝、猴头菇和香菇，作者将之叙述为“口感犹如素肉”、“可以替代鱼、肉制品”、“口感像素肉”，“炸成丝状，形似江鱼仔”。让他们不会觉得这几道素食椰浆饭纯粹只是有蔬菜而已，可前往餐馆享用这几道美味的椰浆饭。

除了以“椰浆饭”为主题外，这一期的素食主题更列出了多种不同种类的健康素食料理主题，如：“独特风味咖哩叻沙”、“药材飘香素菇茶”、“异国风味意大利面”、“巧思创意素汉堡”、“开胃轻食沙拉”、“香脆诱人素披萨/煎饼”、“清新爽口寿司/蔬菜卷”、“营养均衡素便当”、“回味无穷甜品/蛋糕”和“消暑解渴果汁/茶”。这样一次性在版面内刊登 5 家餐馆同样的料理，可以让读者将这 5 家餐馆做比较，然后依据评论作出想要前往享用的餐馆。

第三节 小结

健康饮食概念的转变与传播，大众传播媒体可能居中扮演重要角色。大众媒体触及的人数众多，因此在健康促进策略中，媒体的影响力相当受重视。媒体可藉由重复播送达到议题设定的效果，直接或间接地促使人们讨论特定健康议题，进而形塑公众意见、改变群体行为。

除了健康促进有所贡献外，媒体也是一种文化载具，影响人们的消费选择。以健康杂志为例，由于其具有大量发行、广泛流通、持续呈现、随处可及等市场结构要素的支持，健康杂志在建构与反映当代饮食文化和饮食风潮方面具关键影响力，因而必须正视媒体转变公众对饮食的感受及偏好的力量。（江采洁、邱玉蝉，2004：7）

这些论述保健饮食的饮食杂述就在这些健康杂志开设了健康饮食专栏，读者们在杂志的专题报导了解了关于这些健康饮食的内容后，就会因着自身的健康，根据这些倡导，细心的阅读这些饮食杂述并前往其餐馆去消费用餐。这样达到了卫生组织所定下的“健康饮食”的目标。

第四章 马来西亚食评的类别与特色——寻根元素类

何谓寻根？汪曾祺表示“寻什么根？寻文化的根。简单地说，就是企图疏通当代文学和传统文化的血脉”（李陀，1993：1）寻根文学是一群钟情于中国传统文化作家，以传统文化的思维方式为出发点，在他们的文学作品中展现出强烈的传统文化意识。“寻根文学”作品中探寻民族历史文化的特质，表现传统文化的心理结构，展现地域性的文化风貌。（施淑，1997：259）

中国大陆自从1978年实施改革开放政策过后，出现过伤痕文学、反思文学、寻根文学这几个文学流派。首先是“伤痕文学”，这类型的文学作品以揭发无产阶级文化大革命时的黑暗面为宗旨。接着是“反思文学”，作品内容主要是从政治的角度来思考文化大革命的是与非，这两类文学的主要目的都是在诉苦和鸣冤。接着“寻根文学”便出现了，经历了一番的诉苦和鸣冤后，作家将目光投向民族文化层面，以文学探索民族文化的“根”并试着复兴民族文化。

寻根就是寻作家的根，寻创作主体的根，就是力图寻找一种东方文化的思维和审美优势，建树一种东方的新人格、新心态、新精神、新思维和审美的体系。寻根，也是寻文化的根，寻作家最感兴趣的文化之根，对它进行研究、开掘和借鉴，既能提供创作的灵感、素材，又能从事创作主体的文化建设。（陈云燕，2014：2）“寻根”即对民族历史、文化、生命原初生殖力的寻找。（吴矛、陈国恩，2010：110）作者通过挖掘传统文化之根重塑中国形象和寻找新的

民族文化认同。身份认同的问题是一个“现代性”的问题，因为有了“他者”“差异”，“民族自我”在现代性的历程中就需要回答“我是谁”“我要走向哪里”“我的世界的位置何在”的问题。（吴雪丽，2011：46）这些问题成为了马来西亚知识分子寻求民族身份认同和文化身份认同的不同思想路向。

不同于中国寻根文学的创作目的，马来西亚的作品中也具有寻根元素，但马来西亚作者们的作品里的寻根意义就是视“根”为一种文化故乡的象征。马华文学作品里偶尔也会出现类似这样的一种“寻根”意识。作家一直执着于把自己“根”深深地植在中国文化的土壤上，因此，在他的自我意识里就会有作为“落叶”——作为一个离了“根”的飘零体的感慨。这些“落叶”对“根”的寻觅愈执着，“归根”的欲望愈强烈，那么就愈容易感慨自己的飘零，所以也就愈容易忧郁起来。（林春美，2002：325）在马华文学作品里，对传统的孺慕是一种常见的心态，对具有悠久历史的文化的自豪感也是一种普遍的现象。这种孺慕抑或自豪，其实，都是作家心里的“中国情结”的一种投射。（林春美，2002：330）

这些难分难解的“情结”，或表现出对中国本土的向往与眷恋，或表现出苦涩缠绵的文化乡愁，或表现出对中国古老传统的仰慕，对悠悠五千年中华文化的自豪，或也可以表现对异族文化的贬抑或对有关的宗教的排斥、反感与恐惧。大马华人在生活的多个层面上继承了中国文化的传统，可是身体却远离了文化母体的中国大陆，因此就不免萌生一股文化的乡愁。这一层面投射在马华文学中是较为普遍的。（林春美，2002：324）

清末时期，许多中国人因朝政腐败、天灾、战争等等的问题，移民到了马来西亚。这些移民们大部分来自中国南部地区，而这些地区的中国人依方言群分类可分为六大籍贯：福建、广东、潮州、客家、海南与福州。他们因移民与落脚的地方不同，所以马来西亚各地去都有着不同籍贯华人，如檳城大多数的华人是福建人；雪兰莪至霹靂一帶则以广东人居多；而福州人佔据了东马尤其是砂拉越地区；其他籍贯如潮州、客家和海南散落于各州属，无其他籍贯那么的密集于特定的州属。当这些中国祖先移民至马来西亚时，也把自己家乡的文化习俗也一同带来马来西亚。不同的籍贯有不同的文化习俗，而这些文化因多年以来已为华人们习用，在马来西亚已深深的扎根。

饮食是一个族群独特的展现标志，有对祖先记忆的痕迹，亦是该族群长期实践而成的生活内涵，这其中或许尚存有族群原始的生活饮食习性，但更多数的表现应该是族群在生存的过程中与所处的土地、环境、不同族群互动中产生的改变与沉淀的文化。（杨昭景、邱文彬，2005：71）饮食文化，指的是人类伴随着饮食行为而来的文化活动，它包含了食物材料的开发利用、食品制作和饮食消费过程中的技术、艺术、科学，以及以饮食为基础的习俗、传统、思想和哲学等人们饮食生产和饮食生活的方式、饮食过程和功能之组合，由此可以看出饮食文化是精神与物质的结合。（蔡秀敏，2003：23）中国移民将中国人的饮食文化带来马来西亚，通过经营餐馆，也将粤菜、闽菜、客家菜等等介绍给各方言群的华人和其他民族。华人移民就地取材，并且学到一些当地的菜谱，将一些烹饪引进。在本土化的过程中，华人当然会接受一些外族的好菜肴，外族也会接受华人的饮食。在这几十年的岁月里，他们各自融合贯通对方

的饮食菜肴，创造出各自化的饮食文化。本土化的过程并不是被动的而是主动的文化遗产，会汲取一些当地的东西（如菜肴、烹调方式、采用当地材料等等），在文化与文化的交流之中有着创造和再创造的过程。饮食的传承和本土化使华人创造出有其特色的菜肴。（廖建裕、梁秉赋，2011：10-11）

饮食文化方面也一样，各籍贯的不同口味造就了许多不同的菜肴：广东菜肴的味道分季节性，在夏秋注重清淡鲜美；而秋冬偏重浓郁；海南人的菜肴以清淡、鲜甜、原味为主；味道以咸酸为主打，特点是清而不淡、鲜而不腥、嫩而不生、肥而不腻的是潮州菜肴；传统的客家菜则以原汁原味，粗料精作，口味以咸、肥、香著称。而福州菜是闽菜的分支菜，菜肴味道以甜、酸、淡为主，更是重视汤的烹制；福建菜也称为“闽菜”，菜肴味道往往注重清鲜、酸、甜、咸、香。

早年许多中国先民是以卖猪仔的方式南来，工作是为殖民者建造铁路。在这般辛苦工作的日子里，难免想念以前在家乡与家人一起生活的日子，无奈要让家人的生活过得好些，就往可以赚多一点钱的南洋工作。从家乡飘洋过海抵达一个完全陌生的环境，气候、风土和周遭的声音与气味都不一样了，往往是老家的食物可以延续记忆，使生活稍显安定，使自我身份仍然在时空裂变中维持一统。（林金城，2012：3）移民的食物还会顺带带来一连串的链条，如专从老家运来家乡才有的原料的小贸易商、专门售卖这一类食材和比较花功夫制作的吃食小店、一整套围绕着这些原乡食物打转的年节仪式和社群，以及用原乡

食物聚集相亲的食肆和会所，随着时间的流逝，当这些链条已经深深扎根在马来西亚，成了马来西亚籍贯方言群的独有饮食文化。

饮食杂述的作者走访全马的餐馆、食肆、小食摊、早市、晚市，与店家、小贩、食客们闲聊打探，尝试找出各种食物的历史、食材变化的缘由、材料采用的原因以及各种地方传说。借着到处去吃来挖掘一道又一道菜肴的来源，图文并茂，告诉读者菜肴的过去与现在。作者探讨食物在文化层面的由来与根本，让读者们知道自己究竟吃些什么。（林金城，2013：6）作者以食物作为流动的古迹来探究其往昔面貌与史前故事，形成一种日常或现时的历史化叙事方式，饮食杂述内常出现“原乡”、“乡愁”、原乡的地区与籍贯的名称如广东、广府、福建、潮州、客家等，或是福建泉州、广东新会的古井镇、兴化莆田等的字眼，这就是一种饮食文化寻根的意识，并将之呈现在其饮食杂述内。

第一节 林金城

林金城，1963年在吉隆坡出生，广东赤溪人。毕业于台湾成功大学机械工程系，现任品牌创意顾问及“知食份子·人文空间”策划总监。林金城在2000年开始着手研究饮食文化，为《中国报》撰写长达11年的饮食专栏，饮食专栏的名称自〈食本生意〉易名为〈知食品味寻宝图〉并再次易名为〈知食库〉。他的饮食文章中有菜肴味道的评论和一些简单资讯，但更多的是，探讨其菜肴的历史背景及传奇故事，还有一些借由菜肴作出对人与物的情感叙述。林金城已经研究超过200种的美食，他的饮食文章中一直强调“寻根”的元素，他坦

言这是他的梦想蓝图，将久经失传的考究风味及昔日的饮食情怀重现眼前。林金城秉持着挖掘饮食历史背景的精神，他会将之一一调查清楚，为美食挖掘背后历史故事来源的源流意义，走遍马来西亚甚至世界。就是因为这份长久坚持的精神，他的专栏才可以在各报章维持 11 年之久，而他的忠实读者群也日渐增加。

马华作家林金城自 2005 年起更是在《南洋商报》、《星洲日报》和《中国报》内设有饮食专栏，除了报章以外，他也会在其饮食部落格里撰写饮食杂述。他走遍各地以尝尽美食，为美食探讨其历史背景及传奇故事。虽然他的专栏撰写的是美食的历史与传奇，但他的作品内还是有对其品尝过的餐馆作出饮食杂述。由于身份是马华作家，所以撰写评论以散文的方式呈现，所表达的文字是较为有文学性的。他的部落格不是独立的部落格，而是和其他马华作家在共同设立的，名唤“有人部落”的一个网站内。有人部落是有人出版社旗下的一个部落格，此网站是集结了众多的马华作家如曾翎龙、周若鹏、张锦忠、黎紫书、庄若等马华作家的文章。此网站是可以让读者们在书籍以外阅读并了解马华作家们近况和书籍出版，更贴近作家们的一个部落格网站。

在还未涉及饮食这一个领域之前，林金城涉及的是文学创作。他在十五岁开始作曲，纯粹为了写好歌词，才接近文学。中学毕业后在等待到台湾深造期间，尝试把日记翻写成散文发表，进而走入了文学世界。（叶啸，2006：232）林金城在台湾留学及工作期间发表了三本文学作品，散文集《双鱼手记》及《萍水手记》及诗作《散沙族诗钞》，这段时期，他更对古迹文化及历史研究

产生兴趣而开始着手探讨。在 1990 年回到马来西亚，他发表了摄影散文集《快门速笔》接着便着手研究及记录马来西亚半岛的华族传统建筑并发表了古迹文化散文《十口足责》。在 2002 年时，他将兴趣转向了饮食文化与地志考究，将其研究心得发表于报章、杂志撰写成饮食专栏文章。在 2006 年，他将这些专栏文章结成饮食散文集《知食分子》。

好吧，彻底不要文学了，于是他想让自己好好地享受美食，尤其是吃一些大姐曾经吃过的——最初毕竟是她启发了对饮食的兴趣，甚至还领着走进市井去品尝人生的滋味。（杜忠全：2009）

当初纯粹在享受饮食的乐趣时，就是因为无法找到比较深入的文献资料，所以才引发了类似以往对古迹文化以及历史的一贯联想（杜忠全：2009）

从以上的叙述就说明了林金城是为了大姐的关系而踏上寻根饮食写作之路。看着对饮食有研究却得到肾病需要戒口的大姐，他感到是在大姐逝世后，完成大姐的心愿：把写作给伸延到饮食领域。从这个念头起，林金城就决定“重蹈覆辙”将以前写古迹文化的那份热忱转向饮食文化。而寻根的观念，就因在着手撰写饮食文化时，历史资料的缺乏，使他不时的跋山涉水，到处去寻找饮食背后的历史与文化背景。虽然他说“不要文学的”，但毕竟文人写作的手法与普通人不同，所以撰写出来的饮食文本是以散文的方式呈现的。

马来西亚的饮食杂述可在报章、杂志、部落格和社交网络中看见。马来西亚的饮食杂述的表现形式可分为资讯式和散文式，虽然说是分为两种形式，但是资讯式的饮食杂述占较大部分，而散文式的饮食杂述只占小部分而已。林金城的饮食杂述多属散文类，由于他是马华作家，在未涉及马来西亚饮食文化这一块，他曾是出版过摄影文集及新诗集，他的第一本饮食作品《知食分子》便是以饮食散文中食物的书写与饮食记忆的情感书写这两中饮食散文种类去展开书写。食物书写意指文章中以食材、菜肴为书写对象，包含食物历史的考古、菜肴流传的途径、食物及其环境的考察，或是具有个人情感的植物学式的描绘，或针对食物本体进行赞咏；饮食记忆的情感书写主要是从食物、菜肴本身的饮食经验出发，忆及与此食物相关的记忆，以感性散文为主。（张巍腾，2009：14）《知食分子》里的文章全截取自报章和杂志里的专栏，不同的是，报章和杂志里的文章附上了餐馆或摊档的资讯，而饮食文集里的却没有附上，只有饮食散文本身。

饮食散文附上的资讯则成了林金城接下来所撰写饮食作品的风格。这一类型的文章就不能称之为像《知食分子》里的饮食散文，而是一种为饮食散文与消费文学的结合体，文章里既有饮食散文的文学性特征，也有消费文学所拥有“文字商品”消费性质的创作动机，所以在不能将之归纳为饮食散文或是消费文学时，就只能以饮食杂述来归类林金城的饮食文章。其他饮食书籍如《知食份子寻味地图》、《知食份子1》、《知食份子2》及《知食份子3》皆是属于这一类型的饮食杂述。而在报章与杂志里的饮食杂述和他的饮食书籍一样，内容不但论述了菜肴的历史考古与流传途径、人文情怀、地志考察，还有餐馆和

路边摊摊位的各资讯如招牌菜式的介绍与味道、地址、联络号码和菜肴的图片也一一为读者献上，附在版位的左下角或右下角。

如在林金城的作品《知食分子寻味地图》里的〈海南鸡饭〉：

海南鸡饭起源自海南岛“文昌鸡饭”的说法，已是不争的事实，问题是当地人并没有这个称谓，所以很多人在早期到海南寻根时找不到“海南鸡饭”，就以为那是一道海南人在海外南洋的饮食再创。（林金城，2009：59）

其实，文昌鸡是海南岛上极负盛名的传统菜式，列为海南“四大名菜”之首；无论是筵席、酬神或过年过节的场合都派上用场。传统吃法，就是以全鸡烫熟煮白斩为主，配上鸡油及鸡汤所烹煮成的“鸡饭”，再佐以沾酱，与新马海南鸡饭的形式相去不远。（林金城，2009：58、59）

文章论述了从文昌鸡饭至海南鸡饭的经过，说明了海南鸡饭不是原创美食演变成海外的再创美食。在第四段感叹海南鸡饭不是肉骨茶，是一道从原乡移民到马来西亚的再创饮食，而是因为一些寻根者在原乡看不到“海南鸡饭”的这个名称，而“以为”海南鸡饭像肉骨茶一样，是一道再创美食。其实在原乡所看见的“文昌鸡饭”，其实就是所谓的“海南鸡饭”。

另一篇要举的例子则是〈月光河〉里的延伸阅读篇〈干炒牛河 vs 兜乱〉：

干炒牛河旧称“兜乱”，名字背后有段故事，蕴藏着几许辛酸及引人入胜的时代符号。话说上世纪30年代末，日军攻陷广州，铁蹄下生活艰难，加上发生霍乱和饥荒，许多市民于是纷纷逃到乡下避难。在逃命道上有间名为“嚼荷仙馆”的小茶屋，位于泮塘乡，就凭着自创的一道“兜乱”，搞得生意滔滔。（林金城，2009：9）

香港通俗文化记存人吴昊²³教授，著有一册《饮食香江》，里头就曾提到这件陈年旧事。说在那兵荒马乱物资短缺的大时代，“嚼荷仙馆”为了因应当时环境而简化了一道“菜远牛河”，无心插柳竟创研出这道令人既开胃又经济实惠的“兜乱”。（林金城，2009：9）

文章首先叙述了干炒牛河与兜乱的起源历史背景。虽然以两个不同的故事呈现，但发生的时间和地点都是相近的，都是处于30年代，都是在广州，也都是发生在日军入侵中国广州的那段历史。这到料理反映了人民当时在战乱时期困苦的生活，人们因战乱找不到工作，为了糊口只好开起食档，而在物资短缺的时代，经营者只好用一些便宜的食材如芽菜生粉来烹煮料理进而演变出这道流传至今的美味料理。

林金城所撰写的饮食杂述会同一时间在自己的部落格及报章内刊登。它至少可吸引了两种年龄层的读者阅读他的饮食杂述。由于老一辈的读者不太常接触电子产品，所以他们可以在报章上阅读饮食杂述；而年轻一辈的读者则不爱

²³ 吴昊（1947-2013），曾任香港浸会大学传理学院电视电影系系主任，无线电视编剧、监制，他也是香港历史风俗掌故专家、书本作家、专栏作家、电台节目主持、影评人及收藏家。著作有《香港掌故》系列、《香港万花筒》、《港式广东话研究1》等等。

阅读报章，所得到的新闻资讯都是在社交网络上得知，所以他们若要关注林金城，就会浏览他的部落格，阅读和报章上所刊登的同一篇饮食杂述。但报章内的饮食杂述毕竟是硬性文本，若不小心将之撕破或用作其他用途，读者就无法阅读其饮食杂述。反之部落格内的饮食杂述则是软性文本，可在任何能通联上网路的电子产品就可以浏览林金城的部落格，阅读其饮食杂述。所以可以估计的是，年轻一代的读者会比年长一辈的读者多。林金城的饮食杂述除了每个星期于个报章上和部落格上刊登之外，其饮食杂述还会在饮食节目《阿贤人情味》里播出。节目内的脚本皆出自林金城的饮食杂述，他同时是《阿贤人情味》里的节目顾问，节目里所介绍的餐馆美食就是出自于林金城之手。

第二节 其他

这类型的饮食杂述常以系列与专题与资讯的形式，在报章与杂志内报导。报导的对象不止限于餐馆，还有住家群。住家式的籍贯菜肴虽然无法像餐馆般，报导出版后，可以让读者以客人的身份前往品尝，目的是让读者对各籍贯的菜肴有多一份的认识。内容除了对菜肴的味道作出评论以外，还叙述了菜肴背后的历史来源与意义、食谱与烹调方式，借由读者让这些菜肴可以传承下去。这种籍贯住家菜肴多以系列与专题形式来报导，报导以一个月内的每个星期出现，每个星期的内容是介绍其中的两个籍贯菜肴。如《星洲日报》在2009年的5月至6月的副刊中介绍一系列各籍贯饮食的报导。资讯式的评论内包括了餐馆的各资讯如招牌菜式的介绍与味道、餐馆的环境、地址、联络号码和菜肴的图片，有些评论里还标了菜肴的价钱，让读者根据自己的消费预算前往餐馆品尝菜肴。文字的叙述比起林金城的文章是来得简化得多，纯粹是资讯性的

叙述，无文学性质，使用的籍贯资料大多是从网络上寻找的，多是参考维基百科，在没有参考与籍贯有关的书籍而做出简单对籍贯特征的叙述。

笔者以光明日报的饮食副刊《吃东西》里的籍贯饮食杂述作为主要数据，将饮食杂述里的籍贯为主题，分为七类——“广东”、“福建”、“客家”、“潮州”、“海南”、“福州”和“广西”，并作了一张图表来显示每一个籍贯饮食杂述在《吃东西》所出现的次数。由于笔者手上有完整的报章饮食副刊文章只是光明日报的《吃东西》而已，其他的中文报章和杂志都有着缺期的情况。光明日报的饮食副刊《吃东西》，于2008年8月3日出版，是为创刊号，每逢星期日为读者们送上。笔者会根据饮食杂述的标题与内容出现籍贯的名称来进行篇数记录，以这样的方式来记录是因为有籍贯名称在文章的标题或内容出现，除了介绍籍贯饮食之外，还会在文章里简单的论述一些籍贯饮食的原乡面貌以及其历史背景。所记录的籍贯饮食杂述的名称不只限于在本地的籍贯饮食，而在副刊内介绍中国原乡的籍贯饮食文章也会被计算记录在表内。这是因为以旅食中国籍贯饮食会向读者展现较为完整的原乡饮食文化，一来增加了读者对中国原乡的饮食文化的认识与了解，这样更符合了“寻根”的意义。

籍贯	《吃东西》（2008-2017）
广东	16
福建	9
客家	12
潮州	17
海南	13
福州	3
总计	70

统计显示，光明日报饮食副刊《吃东西》在2008年至2017年这九年来共刊登过了70篇与籍贯饮食有关的饮食杂述，平均每年刊登8篇。广东料理占了16笔，刊登过的料理报导有：老式广东大菜如八宝鸭、金钱豆腐、老少平安、薄撑、广东凉茶等；福建料理则刊登了9笔：福建淋面、福建虾面、曼煎糕、福建小菜如韭菜炒豆干、肉羹汤等；客家料理有12笔：梅菜扣肉、客家腌面、擂茶、算盘子、粗叶饭等；潮州料理则有17笔：粿汁、潮州粥、潮州蒸鱼、潮州卤鸭、潮州菜粿等；海南料理有13笔：海南鸡饭、海南糕粿、海南咖啡、海南面、海南猪肉面包、海南鸡扒等；而福州菜有3笔：红糟鸡、海蛎饼、福州鱼丸等。这项统计的数量只是针对其中一份中文报章的副刊而已，如果正式统计的话，每年在中文报章、中文杂志、社交网络等媒体所刊登过的籍贯饮食杂述，估计会超过100笔。籍贯饮食杂述作者们在每一年都去为读者们挖掘不同的籍贯饮食是为了不让这些籍贯饮食失传，让这些饮食继续传承至我们的下一

代，这样他们也可以品尝到这些籍贯饮食进而对自己的籍贯有更多认识与了解。

就如 2012 年 2 月 14 日在《光明日报》的《吃东西》，就刊登了记者张丽珠所撰写的〈大埔菜传乡情〉：

大埔县地处广东省东北部，是广东省著名的华侨之乡、文化之乡、陶瓷之乡、名茶之乡。大马的大埔人呢，他们把大埔菜煮好传好之余，大埔人还特别守时。（张丽珠，2012：5）

大埔菜的烹调特色讲究咸、浓、热、香。广为人知的境内名菜及风味小吃有白斩鸡、肉丸、酿豆腐、梅菜扣肉、鸡血板、笋板、薄饼、叶子板等等。大埔客家美食既有北方中州古味，又有南方客地特色，且融汇进了客家人南迁时采撷自赣闽粤大三角沿途土著饮食文化之精华，从而形成了色彩斑斓风味各异的大埔本土美食。（张丽珠，2012：5）

文章的开端就叙述了大埔的地理位置，带领读者了解大埔在中国的所在地。接着作者先是叙述了大埔人守时的风俗习惯，而非大埔菜的历史。这说明了作者非常欣赏大埔人的这个习惯。接着则列出了大埔菜的菜式，有酿蚝豉、客家算盘子、盐酒鸡、甜羊腩、墨鱼烩猪肉和大埔面这几样著名的菜式。大埔著名的美食何止那么少，作者还在下段交代了其他的大埔菜式以风味小食为主，材料主要是以一般的粮食加工变成美味的菜式，意指普通的粮食如豆腐，猪肉米饭

等食材以蔬菜野菜加工如：白斩鸡、肉丸、酿豆腐、梅菜扣肉、鸡血板、筍板、薄餅和叶子板，当然还有其他的作者以等等止文。除此之外，作者还解释了大埔菜的烹调特色——讲究咸、浓、热、香这四种口味，让读者从菜式的名称了解大埔人的饮食文化，还说明了大埔菜融汇了赣闽粤这三个菜系的特点，从而形成了大埔菜肴的特有风味。

第三节 小结

对早期南来华人来说，殖居并处于一个充满文化与地域上的差异的陌生地之际，本身所属的方言母语族群或民族食物为这些移民提供了生理上、心理上一级文化的连续感与安全感。而后，虽然随着时间的流逝，食材与烹调方式或会慢慢地加入更多本土元素，但有些食物本身的原有印记却还是会顽强的留存下来。（张惠思，2015：452-453）

饮食杂述的作者们透过这一类型的饮食杂述，带出对各籍贯族群的饮食文化作出捍卫自身自族的饮食文化，不让传统饮食文化陷入全球化的危机。作者们不让这些全球的饮食改变籍贯族群的饮食习惯与观念，他们藉由撰写饮食杂述来维持及保护个籍贯族群的饮食文化。现今的社会，快餐文化已是逐渐在改变了年轻下一代对饮食的认知，从而失去原有的自身饮食文化。年轻人变得不了解甚至不知道自身籍贯的饮食及其文化与背景，因而导致传统饮食文化无法被传承的危机，甚至灭绝。

消费者的消费行为并不是在消费品本身，而是物品背后所连结的代表意义，消费者利用消费的过程取得本身与物品意义的连结，进而产生认同感。所以饮食杂述的作者们相信，他们可以透过撰写并在报章、杂志的专栏上刊登饮食杂述可以让读者们前往用餐的的地点消费，并让读者藉由籍贯的食物于他们来说不只是满足生理上的需求，而是让读者们透过对籍贯饮食作出消费而产生对自身的籍贯族群的连结性及认同感。

第五章 结论

饮食杂述是一种既不属于饮食评论也不属于饮食文学这些饮食文类，它是一种不含文学性的流行饮食文类。这一文类的内容只是简单地论述对美食、餐馆资讯的记录和品尝心得的分享，所以这类型的饮食文章被称为饮食杂述。饮食杂述是主观性或客观性的被叙述出来，成了一个桥梁，连接撰写饮食杂述的作者于阅读饮食杂述的读者，更加连接到了餐馆店家的经营者与前往餐馆消费的消费，而这里也牵扯到了读者相对于消费者的双重身份，借此打开饮食杂述的发展与餐馆经营者的生意发展。

资讯型的饮食杂述是马来西亚中文饮食杂述类型里占最大分量的。这类型的饮食杂述多出现于杂志、报章和网络上，是一般读者可以容易寻获的途径。资讯代表沟通符号的一种，所以作者以这一种方式来撰写评论与读者或消费者沟通。让他们的评论，以文字资料的方式，传播给读者与消费者。资讯型饮食杂述的内容多以版位内的文章图文并茂，一样以多张美食和餐馆的照片来占据一半的篇幅，文字也以 200-300 字为准，评论美食的味道则是附在照片的下方，餐馆的基本资讯如店名、地址与联络方式会位于版位的右下角或左下角。文字以浅白易明为主，让读者可以在阅读的过程中迅速掌握所表达的信息。

保健型的饮食杂述则以读者的健康出发，介绍马来西亚各大有机料理和素食餐馆，让读者或消费者吃得更加康。这类型的饮食杂述多见于健康杂志，由于饮食杂述是随着健康杂志的专题配合的，所以评论会随着专题而介绍相关的

餐馆与健康料理，让读者们可以针对自己的健康选择享用不同种类的健康料理。评论内容的架构形式是基本是建立在资讯型的饮食杂述上，加上一些营养名称、料理的疗效、有机素食食材的专有名称等等，让读者可以从中认识并善用而让自己更健康，生活得更好。

最后一种饮食杂述则是寻根元素类的饮食杂述。早期我们的祖先因种种的原因移民到马来西亚，因此将原乡的风俗文化也带来。各籍贯的民族都拥有各自不同的风俗文化，马来西亚华人饮食文化也因各自籍贯的不同，食物种类和口味的不同，演变出了许许多多种类的食物。这些不同种类的食物都有着各自不同的历史文化背景，在人们品尝这些美食时就会想起原乡的生活面貌因而思念起原乡及不断的从食物里探究及追寻这些食物背后故事，挖掘更多他们想要了解的原乡历史文化。而马华作家林金城的饮食杂述正是属于这一类型的。身为马华作家，所撰写呈现的文体与普通的饮食杂述不同，林金城的饮食杂述正是以散文的形式出现，撰写了饮食背后的历史故事，为马来西亚个籍贯的民族进行饮食“寻根”，不让快餐文化及国外饮食剥夺了现代人的饮食生活。

马来西亚的中文饮食杂述虽然不及外国如台外香港中国般的饮食评论来得多姿多彩，还处在一个初级的阶段，相信随着时间的变迁，马来西亚未来的中文饮食杂述在创作上会有更多更大更好的发展，为本地的中文饮食杂述带来进一步更好的内容形式来呈现给马来西亚的读者群。

引用文献

一 专书

1. David Y.H.Wu, Tan Chee-beng.(2001). *Changing Chinese Foodways in Asia*. Hong Kong:The Chinese University Press.
2. 蔡江珍（2006），《中国散文理论的现代性想象》，北京：中国社会科学出版社。
3. 陈志明主编；公维军，孙凤娟译（2017），《东南亚的华人饮食与全球化》，厦门：厦门大学出版社。
4. 董崇选（1983），《西洋文学的面貌》，台北：中央文物供应社。
5. 范培松（2000），《中国散文批评史》，南京：江苏教育出版社。
6. 范玉春（2005），《移民与中国文化》，桂林：广西师范大学出版社。
7. 何寄澎、吴旻旻、何雅雯（2000），〈散文的创作及活动〉，封德屏主编，《1999 台湾文学年鉴》，台北市：文建会。
8. 君盈绿主编（2006），《新华文学》第 66 期，新加坡：新加坡作家协会。
9. 李陀编（1993），《中国寻根小说选》香港：三联书店（香港）有限公司。
10. 李维冰、华干林主编（2006），《中国饮食文化概论》，北京：中国商业出版社。
11. 廖建裕、梁秉赋主编（2011），《华人移民与全球化：迁移、本土化与交流》，新加坡：华裔馆。

12. 林春美（2002），〈近十年来马华文学的中国情结〉，张永修、张光达、林春美主编，《辣味马华文学——90年代马华文学争论性课题文选》，吉隆坡：雪兰莪中华大会堂、马来西亚留台校友会联合总会。
13. 林金城（2006），《知食分子》，吉隆坡：大将出版社。
14. 林金城（2009），《知食份子寻味地图》，吉隆坡：大将出版社。
15. 林金城（2011），《知食份子1》，八打灵再也：木言社。
16. 林金城（2012），《知食份子2》，八打灵再也：木言社。
17. 林金城（2014），《知食份子3》，八打灵再也：木言社。
18. 林金城（2013），《味觉散布》，雪兰莪：大将出版社。
19. 林水椽、骆静山合编（1984），《马来西亚华人史》，八打灵再也：马来西亚留台校友会联合总会。
20. 林水椽、何国忠、何启良、赖观福合编（1998），《马来西亚华人史新编》（第三册），吉隆坡：马来西亚中华大会堂总会。
21. 林子主编（2010），《有机美食指南》，梳邦再也：中央纸业代理有限公司。
22. 刘登翰主编（1999），《香港文学史》，北京：人民文学出版社。
23. 南方学院马华文学馆蕉风编委会编制（2010），《蕉风》第502期，士古来：南方学院出版社。
24. 施淑（1997），《两岸文学论集》，台北：新地文学出版社。
25. 王学泰（2006），《中国饮食文化史》，桂林：广西师范大学出版社。
26. 叶啸主编（2006），《当代马华作家百人传》，吉隆坡：马来西亚华文作家协会。

27. 袁勇麟（2002），《当代汉语散文流变论》，上海：上海三联书店。
28. 于珺美主编（2008），《营养学基础》（第二版），北京：科学出版社。
29. 张依苹（2009），〈Eatelltual 的文化记忆，从舌头说起——评介《知食分子》〉，潘碧华主编，《马华文学的现代阐释》，吉隆坡：马来西亚华文作家协会。
30. 郑明嫻（1987），《现代散文类型论》，台北：大安出版社。
31. 郑明嫻（1999），《现代散文》，台北：三民书局。
32. 张慧思（2015）〈怀旧、在地性与日常的历史化——林金城转向饮食书写的背后意蕴与思考〉，庄华兴等编（2015），《变迁中的马来西亚与华人社会：2014年第二届马来西亚华人研究国际双年会论文集》（人文与文学卷），吉隆坡：华社研究中心。
33. 曾祥芹、张复琮主编（2002），《文体阅读法》，郑州：大象出版社。

二 报章与杂志

1. 蔡伟杰（2012），〈精挑有机餐点和产品 打造“无毒的家”〉，王莉琄主编：《大家健康》第223期，八打灵再也：生活出版社。
2. 洗慧玲、蔡伟杰（2011），〈香辣可口椰浆饭〉，王莉琄主编：《乐活爱有机》第2期，八打灵再也：生活出版社。
3. 廖丽宁（2012），〈Spring Scent 春亿有机店 每周两天免费养生餐咨询〉，王莉琄主编：《乐活爱有机》第3期，八打灵再也：生活出版社。

4. “食公子”廖城兰（2011），〈南马精髓 刻“骨”铭心：02 口琴骨 麻坡星星小食〉，林惠霞主编：《风采》第 375 期，八打灵再也：生活出版社。
5. 张丽珠：〈法式三重奏〉，《光明日报》，《吃东西》2011 年 7 月 27 日，页 5-6。
6. 张丽珠：〈大埔菜传乡情〉，《光明日报》，《吃东西》2012 年 2 月 14 日，页 5-6。
7. 张嫚芯（2016），〈荔晶园传统猪肉味飘香〉，尹志强主编：《名食谱》第 96 期，蕉赖：名食谱家庭饮食出版社。
8. 张嫚芯（2016），〈蜂蜜酒 绝对让您爱恨不得〉，尹志强主编：《名食谱》第 96 期，蕉赖：名食谱家庭饮食出版社。
9. 郑美彦（2012），〈Greenlicious 荤素兼顾健康料理〉，王莉琄主编：《乐活爱有机》第 3 期，八打灵再也：生活出版社。

三 学位论文

1. Davis, Mitchell. (2009). *A Taste for New York: Restaurant Reviews, Food Discourse, and the field of Gastronomy in America*. New York: New York University.
2. Parikh, Anish. (2013). *User Generated Restaurant Reviews: Examining Influence and Motivations for Usage*. West Lafayette: Purdue University.
3. Wright, Johnathan L. (2002). *The Picky Palate: A content analysis of restaurant reviews in large-circulation United States daily newspaper*. Reno: The University of Nevada, Reno.

4. 蔡秀敏（2003），《唐代敦煌饮食文化研究》，未出版硕士论文，国立中正大学，嘉义。
5. 林淑芬（2008），《美食当道——美食部落格行销与消费满意度研究》，未出版硕士论文，淡江大学，新北市。
6. 施亚廷（2014），《美食评鉴的运作与影响：以法国《米其林》美食评鉴指南为例》，未出版硕士论文，淡江大学，新北市。
7. 沈岱桦（2009），《从饮食论述探讨台湾当代饮食文化涵义——由九〇年代末谈起》，未出版硕士论文，淡江大学，新北市。
8. 蒋艳蓉（2001），《从餐饮版面探讨台湾饮食文化之变迁——以中国时报·民生报为例》，未出版硕士论文，铭传大学，台北市。
9. 宋良音（2009），《台湾报纸美食新闻报导之初探——以苹果日报、中国时报、自由时报、联合报为例》，未出版硕士论文，世新大学，台北市。
10. 温永利（2001），《成为素食者的转化学习过程——以环保素食者为例》，未出版硕士论文，国立台湾师范大学，台北市。

四 期刊

1. Barrows, Clayton W.; Lattuca, Frank P.; and Bosselman, Robert H. (1989). Influence of Restaurant Reviews Upon Consumers. *Hospitality Review*, 7(2), Article 10: 84-92.
2. Jose'e Johnston, Shyon Baumann. (2007). Democracy versus Distinction: A Study of Omnivorousness in Gourmet Food Writing. *American Journal of Sociology*, 113(1):165-204. doi: 10.1086/518923

3. 陈敏郎（2015），〈健康意识、生活型态以及饮食行为的认知与影响因素之研究——以中部某海线地区民众为例〉，《健康科技期刊》第三卷第一期。
4. 江采洁、邱玉蝉（2004），〈健康饮食的媒体建构〉，《传播与发展学报》第三十二期。
5. 谢明德（2011），〈饮食评论应该有更开阔的视野〉，《接待工作》2011年第1期。
6. 温仁助（1999），〈从资讯与资讯需求的定义探讨资讯需求和使用的研究方向〉，《大学图书馆》2卷3期。
7. 吴矛、陈国恩（2010），〈寻根文学的寻根之失〉，《江汉论坛》2010卷9期。
8. 吴雪丽（2011），〈简论“文化寻根”与民族身份文化认同〉，《西华师范大学学报（哲学社会科学版）》2011卷4期。
9. 杨昭景、邱文彬（2005），〈生存、觉知与存在：客家饮食内涵与发展〉，《餐旅暨家政学刊》第二卷第一期。

五 网站

1. Open Rice Malaysia (2017)，〈“蒸”美味•让人尖叫的超生猛 XXXL 帝王蟹！锁住原汁原味的海鲜蒸汽锅只在蕉赖〉，2017年5月14日阅自
<https://my.openrice.com/en/klangvalley/article/%E3%80%90%E8%92%B8%E7%BE%8E%E5%91%B3%E3%80%91%E8%AE%A9%E4%BA%BA%E5%B0%96%E5%8F%AB%E7%9A%84%E8%B6%85%E7%94%9F%E7%8C%9Bxxx1%E5%B8%9D%E7%8E%8B%E8%9F%B9>

[%E9%94%81%E4%BD%8F%E5%8E%9F%E6%B1%81%E5%8E%9F%E5%91%B3%E7%9A%84%E6%B5%B7%E9%B2%9C%E8%92%B8%E6%B1%BD%E9%94%85%E5%8F%AA%E5%9C%A8%E8%95%89%E8%B5%96-a2153。](#)

2. 杜忠全（2009），〈是文学非文学乃饮食——林金城与“知食份子”〉，2016年126日月阅自
<http://www.gotlmag.com/blogs/zhongquan.php/2009/02/>。

3. 吉隆坡美食猎人脸书专页（2017），〈Balakong 区！揭开 Movita C180 不为人知的一面！〉，2017年5月14日阅自
<https://www.facebook.com/gourmethunterkl/posts/1354869104621296>。

附录：马来西亚饮食杂论专栏列表（研究范围）

专栏作者	作者简介	专栏名称	专栏为期	收入报章/杂志
食公子 (廖城兰)	饮食杂论家、 SCF 食品公司 首席执行官	In Food - 南马美 食比一比 美食特区 - 新加 坡 Secret Recipes 名菜秘诀大公开 Dine with VIP 名 人饭桌等专栏	1998 -	《风采》
苏国庆	自由撰稿人	Organiclicious • 机不可失	2011 -	《食尚》
林金城	美食专栏作家	论吃喝 知食品味寻宝图 安乐茶饭 食本生意 印象写食 知食分子	2005 -	《中国报》
张嫚芯	杂志编辑	酒店味觉 食尚随笔 咖啡品味	1999 -	《名食谱》
吉隆坡美食 猎人	脸书美食专页 撰稿人		2016 -	吉隆坡美食猎人脸 书专页
蔡伟杰	杂志记者	有机食尚	2010	《大家健康》
洗慧玲	杂志记者	有机食尚	2010	《大家健康》
郑美彦	杂志编辑主任	餐厅介绍 乐活餐厅 乐活饮食 乐活面包 乐活料理	2010 -	《大家健康》 《乐活爱有机》
张丽珠	自由撰稿人	招牌菜	2008 -	《光明日报》