

篇名:

冰淇淋的歷史—大眾化飲食新解

作者:

康莉妮。國立新店高中。高一 12 班

張家瑜。國立新店高中。高一 12 班

陳韻安。國立新店高中。高一 12 班

壹●前言

冰淇淋在炎炎夏日裡是人人嚮往的甜點，冰冰的感覺能使人暑氣全消，就算在寒冷的冬天，神奇的冰淇淋也會融化人們的味蕾，帶來幸福的感覺，說冰淇淋是全球人們最喜愛的甜點一點也不為過。

現在的冰品五花八門，舉凡是一根冰棒，有或者是一盤令人垂涎三尺的挫冰，還有最常在夜市出現，大人小孩都愛不釋手的冰淇淋，我們不禁好奇，究竟一隻冰筒裡藏著多少秘密？能使全世界的人為之瘋狂 著迷不已？冰淇淋的歷史又是什麼呢？

為了一探冰淇淋的秘密，我們去瞭解冰淇淋的發展過程。一般普羅大眾會以為歐美地區才是冰淇淋的發源地，但本組的考查，令人意想不到的，冰淇淋的起源地竟是在中國戰國時代，它是皇室貴族才能品嚐得到的食物，究竟為什麼冰淇淋演變成如今最受歡迎的消暑涼品呢？本組即將以飲食文化與風俗來還原冰淇淋的歷史！

貳●冰淇淋的歷史—大眾化飲食新解

一、 冰淇淋的起源探討

01. 說法一始於中國

『十三世紀末時，馬可波羅把他在中國旅遊所見，用來製造火藥的原料---硝石，拿來急速降低水溫，再以此製作冰品的技術帶回威尼斯，所以有一種說法認為冰淇淋是由中國發明的。到了十六世紀時，以「馬可波羅法」做的冰品(仍是單純的水果冰砂)在義大利已相當風行，至今義大利人都還偏好口味清爽的冰品。』(註一)。

這筆資料說明冰淇淋起源於中國，硝石原本是用來製造火藥的原料，被當時的人進一步發現可以用來降溫，可見那時候的科學技術並不落後，傳入歐洲的重要時間點是馬可波羅為了傳教遊東方時，把硝石運用在水，最初的保存方法就是從這裡開始，至今，我們也才能享受這種冰涼的食品。

『在中國很久以前就開始食用的凍奶(**Frozen Milk**)經馬可波羅介紹到西方，但它像今天這樣風靡全世界，是在 **1660** 年前後，在巴黎最早開業的'Cafe

Procope'，義大利人 **Cotelli** 製造出在桔子或檸檬等中加入香味的果汁後，將其凍結製成冰果並進行銷售。但這時的產品冰晶大，較之冰淇淋更接近於冰凍果汁。最先開始製造出今天這樣冰晶小而柔軟的產品，是從 **1774** 年法國路易國王的御用廚師開始的。這時被稱為奶油冰，後來隨著大量使用濃縮乳、煉乳、奶粉等原料，才開始稱其為冰淇淋。接著，冰淇淋經法國傳入英國、美國，逐漸被人們所認知。』（註二）。

上述資料可以顯示，馬可波羅在〈東方見聞錄〉裡有記載，他將他最愛吃的凍奶配方帶回威尼斯，並在義大利流傳開來，可見那時候的歐洲人可以接受這種口味的食物，由此也可推知那時候的冷藏技術可能大有進步。

02.說法二—始於歐洲

『就西方來說，傳說公元前四世紀左右，亞歷山大大帝遠征埃及時，將阿爾卑斯山的冬雪保存下來，將水果或果汁用其冷凍後食用，從而增強了士兵的士氣。公元前四世紀，希臘國王亞歷山大率領他的軍隊開進波斯（現在伊朗）。在伊朗由於遇到酷暑，一些士兵紛紛中暑，使部隊的戰鬥力大大削弱。

“這可怎麼辦呢？有了，你們快到高山上弄些雪來！”

士兵們把果汁、葡萄汁攪到雪裡攪拌，然後大口大口地吃起來。

“太舒服啦！”

後來羅馬皇帝尼祿在盛暑難熬時，也學著亞歷山大發明的方法讓僕人從附近的高山上取回冰雪，加入蜂蜜和果汁，用來驅熱解渴。這為冰淇淋的配製開了先河。』（註三）。

『西元 **1500** 年左右，義大利人把果汁和葡萄酒結合，裝入容器中，用冰和寒劑凍結而發現了所謂的水冰，這就是雪果霜的前身。當時這種水冰是高級甜點，一般平民百姓是吃不起的。』（註四）。

那時候的氣候應該是影響冰淇淋的最重要關鍵，神奇的是，他們在那時候直接混著雪吃，在現在的角度看來，這樣的吃法是有點荒謬的。因為地形和緯度關係，取得雪是輕而易舉的事情，面對酷暑的氣候，任何一點冰涼的東西都能提振士氣，很簡單的冰和水，加上一點點的甜度，對於那時候的兵團來說，真的是一大幫助吧！最初的冰淇淋沒有太多花樣，連口味和樣式都很簡單，為冰淇淋做了個

開端。這種冰品在當時應該是很特有的一種點心，而且冷藏器具並不普遍，因此，在一般的平民百姓間並不流行，屬於高階級的皇室貴族才能品嘗的特有點心。

二、 思考三面向—冰淇淋的發展

01. 氣候方面

『商周王室成員在夏天進食時，還喜好喝一些冷飲，據<周禮·天官>記載，周代朝廷中設有專為王室取冰的官員，稱為「凌人」。每到隆冬，「凌人」負責鑿冰，並把它，存放於「凌陰」（冰庫）之中。藏在「凌陰」中的冰，到天熱時，作冰鎮佳肴美酒之用。當時有一種青銅器，稱為「鑿」，形似大盆，便是用來盛冰用的，以冷凍膳羞及酒漿，後人稱為「冰鑿」，這在楚墓中出土較多，這是因為楚國地處南方，氣候炎熱的緣故。』（註五）。

因為冰遇到熱很容易融化，所以位於氣候炎熱的地區比未於氣候寒冷的地區更不容易保存冰。因此，類似「凌陰」（冰庫）的東西在氣候炎熱的地區比較多。

02. 成份方面

以前最初是以雪混合，加上一點葡萄汁，應該是以雪當作基本食材，加上一點酸甜的果汁當提味，之後慢慢發現牛奶，把牛奶當成主原料，當時的來源從畜牲取得，加上那時的冷凍技術，漸漸有不同形式或口味出現，加上色素的進步，口感方面更是多元，基本的原料依然是牛奶，在現代，更增添了幾分幸福綿密的感覺。

03. 人文方面

『禮儀之所以重要，有個原因，專屬於神職人員或少數人的飲膳之道是不可能永久被獨佔。「秘密」食譜有傳奇色彩，但通常被洩露。最精緻脫俗的醬汁也會點點滴滴從君王的餐桌流出，就像其他形式技術，烹飪很容易就被仿製、流傳。』（註六）。

因此，一些貴族及皇室利用禮儀上的規範來避免自己的「秘密」食譜被流傳出去。所以，在以前冰淇淋是只有貴族和皇室才有的奢侈品，一般老百姓是吃不到的。那一般老百姓吃什麼「冰」呢？『冷飲冰，水遇寒而凝，成實質，曰冰。滬上夏日有賣冷飲冰者，冰塊也。呼之曰冷飲冰，意謂涼沁心脾，飲之而冷也。下流社

會之人，勞動於烈日之中，一衣(避暑笠)觸熱，及取塊而食之。中流以上，則飲冰忌淋(冰淇淋)。』(註七)。

所以同樣的冰不同階級他們所吃的冰也不一樣。現在想一想，生在這個時代，少至幾十元，多至上百元就能體會到的滋味，在以前平民百姓的眼裡，是花得多錢也買不到的幸福。

『而在 3000 多年前，中國的富人家中就已經用鮮甜果汁和上雪或冰塊來招待客人。後來這個冷飲從中國傳到從義大利南方再傳進歐洲，許多人認為這是馬可波羅東遊時學來的。後來冰淇淋在十八世紀傳到美國，十八世紀後，冰淇淋隨著移民被帶到美國，經過商業化的過程，讓冰淇淋逐漸普及化；從此，冰淇淋不再是貴族的專利，成為人人可得的美味。』(註八)。

不過現在經濟不緊氣，大家平常比較少吃冰淇淋，反而轉吃比較便宜的傳統冰品，例如：紅豆冰、芒果冰等。而且冰淇淋的熱量也比較高。

三、 冰淇淋的普及化

01. 保存方法與演進

『在當時，製造冰淇淋並不是件簡單的工作：除了要取得冰雪以外，還得將冰雪保存在低溫下。所以製造的冰淇淋有限，只有王宮貴族才享用得到，平民百姓是吃不到的後來又發明了冷凍系統，冰淇淋就越來越好吃了。十九世紀末期，冰淇淋已是世界上最美味的點心。』(註九)。

因為這些高科技的冷藏技術，我們才能吃到來自國外的冰淇淋，口味也多樣化。在以前不論是中國或是歐洲要保存冰淇淋都是很費功夫的，尤其是氣候炎熱的地區。隨著科技愈來愈發達，保存冰淇淋的方式也愈多，我們不僅可以吃到本國的冰淇，也可以吃外國的冰淇淋。

02. 商業化

商業化與全球化有絕對的關係，『在全球化市場下，一切都可以計算，沒有什麼不可消費的，一切都能轉化成商品。冰淇淋也不另外，冰淇淋最開始被商品化是在西元 1851 年，美國馬里蘭州的博雅各(Jacob Fuddel)開始投入冰淇淋製造、販賣，1864 年在紐約設立冰淇淋工廠。之後，1895 年有人利用殺菌機配合均質機

來製造，1900年美國成立冰淇淋製造業者協會，1905年冰淇淋貿易雜誌創刊，奠定經日冰淇淋業的基石。」(註十)。

隨著冰淇淋的商業化，商家爲了提升業績，開始增加冰淇淋的多樣性，首先是口味方面。口味從最原始的牛奶開始變成現在基本的香草、草莓、巧克力，進幾年來，冰淇淋廠商推陳出新，每個品牌至少有十種口味以上，現在更有許多新奇特別的口味，如珍珠奶茶、紅酒、高粱，甚至鹹的苦的都有。其次是形式的演變，從單單的冰淇淋加上餅乾就變成甜筒，爲了增加價值和視覺效過果，更加上水果及鮮奶油變成聖代，現在還有冰淇淋巧克力鍋，與冰淇淋鐵板燒。現在能有那麼多選擇，都是商業化的功勞。

03. 全球化

全球化分爲傳統全球化與當代全球化，『**基督教、回教等世界宗教的出現；諸帝國的文化擴張；現代國家文化與民族主義觀念的全球普及；以及自由主義、社會主義這些世俗意識形態的跨國影響都算是傳統全球化。至於當代全球化則有賴於電信通訊、電腦與媒體技術等表現強烈的時空壓縮。**』(註十一)，像上面所提馬可波羅將原始冰淇淋帶回義大利就屬傳統全球化之一。依傳統全球化的定義，冰淇淋也可能是亞歷山大在擴增帝國領土時傳出。

冰淇淋能像現在到處可見，則是當代全球化的功勞。現代便利的通訊，使冰淇淋的名聲遍佈全球，便捷的交通則使冰淇淋實體快速傳輸到世界各個角落，讓全球的民眾品嚐冰淇淋絕妙的滋味，進而使冰淇淋成爲世界甜點。

四、 冰淇淋與大眾生活

01. 生活方面

無論是在高級餐廳還是平價的西式餐館，只要有甜點，一定少不了冰淇淋。在美國，冰淇淋已是生活的一部分，美國家庭中，飯後甜點或休閒娛樂時冰淇淋從不缺席。在義大利，每個主婦都曉得冰淇淋的作法。然而冰淇淋的最初發源地中國，冰淇淋卻在近代才普及化，大部分亞洲和非洲地區也是。對近代的亞、非洲而言，冰淇淋是外來的食品，雖是如此，冰淇淋仍是迅速的融入各地區的生活，甚至加上各文化獨特的特色，始冰淇淋與當地文化息息相關，成爲該地的特產，日本的抹茶聖代就是一例。

02. 疾病方面

冰淇淋美味，又能使人感到幸福，但沒有任何事物是完美的，冰淇淋甜蜜的外表下仍是隱藏著負面的影響。最主要影響就是肥胖，『肥胖定義即供給的熱量超過消耗的量，剩餘的熱量以脂肪的型態累積的狀態』(註十二)，冰淇淋原料牛奶與糖都是極易吸收產生熱量的物質，只要吃過量又沒有充分消耗熱量都很容易造成肥胖。現在社會的壓力頗大，許多人都會藉著吃冰淇淋來紓壓，再加上現代交通

工具發達，使用身體機會變少，更容易肥胖。『伴隨肥胖而造成的荷爾蒙、代謝異常疾病，包括糖尿病、多脂血症等。此外，由於物理負荷、荷爾蒙、代謝異常所造成的疾病，則是高血壓、心臟肥大等。這些疾病容易引起國人死因近四成的動脈硬化疾病』(註十三)，所以在品嚐冰淇淋的同時要注意千萬不得過量，不要因此賠上自己的健康，才能真正享受冰淇淋的美妙。

參●結語

經過了種種的討論與結果，原來最初的冰淇淋只有冰和雪，由於當時的冷藏技術不發達，算是奢侈品的冰淇淋，所以在當時的平民百姓間並沒有流行開，被當時的氣候所影響，手邊大自然的產物是最好的來源。當初傳說之一在中國是因為馬可波羅一行人發現了硝石可以降低水溫，原本用來製造火藥的材料用在冷藏冰淇淋上，算是為冷凍技術開啓一道大門。

歷史中，冰淇淋不管是在中國還是歐洲，都是貴族才品嚐得到的奢侈品，生在普通家庭的市井小民，一輩子都與冰淇淋無緣。現在，不是貴族的我們也可以品嚐美味的冰淇淋，能在夏天清涼解渴，使我們能在盛夏中清涼全身，體會涼透全身的暢快感覺，拜一連串歷史的演進所賜，每個環節緊緊扣住，缺一不可。

隨著冰淇淋的商業化，口味和外形都有很大的改變，現在的口味五花八門，從廟口的叭樸，到夜市的挫冰、霜淇淋，還有在街上可以見到各個國家的冰淇淋，全球化的傳播，的確帶給我們很多選擇，但或許我們在享受這種便利的同時，是否也要注意一體兩面的負面結果。冰淇淋畢竟是甜食，如果攝取過多的甜份，反而造成了身體的負擔，形成一些心血管疾病，品嚐冰淇淋的同時有幸福的感覺，也別忘記它背後所隱藏的衝擊，冰淇淋未來的發展勢必是我們所關心的目標，伴隨而來的種種問題也很值得我們注意。

肆●引註資料

註一、蔡倩玫。美食考 歐洲飲食文化地圖。(台北市:邦, 西元 2005)。頁 87-89。

註二、新浪網。

<http://icecreamcoco.mysinablog.com/index.php?op=ViewArticle&articleId=1285686>。(檢索日期 2008/08/05)。

註三、同註二。

註四、林慶文。喝牛乳有學問。(台北市:元氣齋, 民 89)。頁 24-25。

註五、姚偉鈞。宮廷飲食。(台北市:文津, 民 86)。頁 54-55。

註六、菲立普·費南德茲 阿梅斯托。食物的飲食。(台北縣:左岸文化, 民 94)。頁 164。

註七、徐珂。滿漢通吃。(台北市:實學社, 民 93)。頁 143。

註八、冰淇淋的由來?你好奇嗎? <http://nuevohorizonte.yoll.net/1022/mainestudio.htm>
(檢索日期 2008/09/28)。

註九、同註八。

註十、林慶文。喝牛乳有學問。(台北市:氣齋, 民 89)。頁 25-26。

註十一、房思宏。全球化。(台北:智文化, 民 93)。頁 100。

註十二、末松弘行。肥胖何以可怕。(台北市:群書店, 民 86)。頁 53。

註十三、末松弘行。肥胖何以可怕。(台北市:群書店, 民 86)。頁 26-27。