



## 課題五 鄭和下西洋的航海壯舉

細閱以下文章，然後回答問題。

### 鄭和船隊漫長航行吃甚麼？

明代永樂及宣德年間，鄭和率領船隊七下西洋，其航程普遍需時長達兩至三年，人數更超過二萬人。如此龐大的隊伍在海上航行，究竟怎樣準備食物？

據隨鄭和遠航的鞏珍的記載，鄭和船隊出洋會準備好需要使用的調味料，作為飲食的準備：「下西洋去的內官合用鹽、醬、茶、酒、油、燭等件，照人數依例關支。——永樂十九年十月十六日」。由於以上只是調味料，不能果腹，因此理應有其他食物。

歷史學家經查證，發現鄭和遠航前，食物經過精心準備。因為鄭和船隊行經之地多在熱帶，即使在冬季臘月，溫度也多高於攝氏 20 度，為持續預防食物腐壞變質，船上食物除了那些新鮮食用的之外，大多必須能長時間存放。按照明初食品加工法的技術條件，已能處理保鮮期短暫的食物，例如醃製肉類、水產、蔬菜等，或煙燻、或曬乾；另外將水果曝曬製成果脯，或以蜜、糖漬，或用火焙等，這類食物也可攜帶上船。

鄭和船隊出海後，除了庫存食物，水產類可就地捕釣，在船艙中以活水養殖；家禽類可在船上畜養；蔬菜也可船上栽種。據十四世紀阿拉伯旅行家伊本·拔都塔（Ibn Battuta）在其著作《遊記》中，描寫到當時往返印度洋的中國船隻，船員常在木盆中栽種蔬菜、生薑，提供日常食材。

畢竟船上產量有限，大量新鮮蔬果、肉類及飲用水，當然會在各地上岸時補給，尤其淡水，鞏珍《西洋番國志》自序中也有述：「缺其食飲，則勞困弗勝，況海水滷鹹，不可入口，皆於附近川澤及濱海港灣，汲汲淡水。水船載運，積貯倉糧舟者，以備用度，斯乃至急之務，不可暫弛。」另外糧船中也設有專門儲存淡水的船隻。

事實上，各地食物的生產與栽種受到氣候、土壤、地勢等自然條件，加上宗教、風俗等影響，主糧以米麥為主的鄭和船隊，船員不免口腹受苦。所以船隊會參酌原有飲食習慣，對食物選擇、取捨。例如船隊所到之地，除中南半島、印度半島、錫蘭等地，都多信奉回教，故禽畜肉類會捨豬牛而就雞羊。

節錄自 BP 《鄭和船隊漫長航行吃甚麼？》



# 初中中國歷史科

## 虛擬展覽館：延伸學習工作紙

姓名：\_\_\_\_\_

班別及學號：\_\_\_\_\_ ( )

日期：\_\_\_\_\_

1. 本文主要介紹鄭和船隊所面臨的甚麼問題？

---

2. 鄭和船隊在準備食物方面有甚麼方法，以解決船隊面對的困難？在空格內填寫答案。

困難	解決方法
食物容易變壞	
糧食供應緊張	
船上缺乏淡水	
各地食物口味不同	

3. 從以上的解決方法來看，反映鄭和船隊有甚麼值得欣賞的地方？說說你的看法。

---

---