

民族饮食鄂温克族食俗 PDF转换可能丢失图片或格式，建议
阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/44/2021_2022__E6_B0_91_E6_97_8F_E9_A5_AE_E9_c34_44713.htm 纯畜牧业生产区的鄂温克族以乳、肉、面为主食，每日三餐均不能离开牛奶，不仅以鲜奶为饮料，也常把鲜奶加工成酸奶和干奶制品。主要奶制品有：稀奶油、黄油、奶渣、奶干和奶皮子。最常见的吃法是将提取的奶油涂在面包或点心上食用。鄂温克人还喜欢吃鹿油抹面饼。肉类以牛羊肉为主。过去每户每年平均要食用二十来只羊和两头牛。冬季到来之前是鄂温克族大量宰杀牲畜储存肉类的季节。食肉的方法有：手把肉、灌血肠、熬肉米粥和烤肉串等。居住在中国北部大兴安岭原始森林里的鄂温克族，完全以肉类为日常生活的主食，吃罕达犴肉、鹿肉、熊肉、野猪肉、狍子肉、灰鼠肉和飞龙、野鸡、乌鸡、鱼类等，食用方法也与牧区略有不同，其中罕达犴、鹿、狍子的肝、肾一般都生食，其他部分则要煮食。鱼类多用来清炖，清炖鱼时只加野葱和盐，讲究原汤原味。鄂温克族很少食用蔬菜，仅仅采集一些野葱，做成咸菜，作为小菜佐餐。从20世纪50年代初开始，主食渐被面食如：面条、烙饼、馒头等所代替。鄂温克族都以奶茶为饮料，饮用时根据个人的口味再加黄油、奶渣。此外，还饮用面茶、肉茶。林区的鄂温克族还饮用当地特有的驯鹿奶。吃饭时，全家人围绕火堆席地而坐，在三角架上吊着铁锅，将捕获的驼鹿或其它猎物切成肉块，放入沸滚的锅里涮着吃。涮出的兽肉多挂着缕缕血丝，半生半熟。人们认为这样吃不仅营养丰富，而且容易吸收。剩余的大量兽肉，鄂温克人晾晒成肉干和肉条，贮存

起来慢慢吃，外出狩猎时，把它装在鹿包兜里当干粮。鄂温克族传统炊餐用具别具特色，有用罕达犴骨做成的杯子、筷子，鹿角做成的酒盅，犴子肚盛水煮肉、罕达犴筋缝制的鹿皮盛粮口袋，桦木、皮制的各种碗、碟等。如今瓷、铝、铁、塑料制品已广为使用。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com