

民族饮食彝族食俗 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\\_44787.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/44/2021_2022_E6_B0_91_E6_97_8F_E9_A5_AE_E9_c34_44787.htm) 彝族是西南少数民族中人口最多的民族，分布于中国西南部几个省。云南彝族占 2 / 3，由于居住的地理环境和资源极为丰富，以农业为基础的彝族多种植玉米、土豆、大麦、小麦和荞麦。蔬菜也较为丰富。居住在山区、半山区的彝族喜欢养羊，尤以小凉山的彝族养羊最多。羊肉是其主要的食源，吃羊时有一些特殊的习俗：羊肝、羊胃先用来祭祀祖灵，然后烧食，也有的生食；羊脑给老人吃；处于生育期的妇女忌吃公羊；牧羊人不能食羊尾巴；羊血用萝卜丝拌后腌做咸菜，放在饭上蒸熟吃，味道特别鲜美。彝族吃鸡也有一些讲究。一般吃清炖，用陶锅煮，不用刀切。煮熟后用手将鸡撕成条块，蘸辣椒、花椒汁食。鸡头由老人吃，并要看卦（鸡脑的形状）。彝族喜欢喝酒，酒分甜、辣两种，过去都是在自己家中酿造。甜酒用糯米、辣酒用高粱或玉米酿制。有"客人到家无酒不成敬意"的传统。彝族在过年过节时都要椎牛打羊，宰猪宰鸡，而平时一般很少动牲，除非款待客人。彝族有杀年猪的食俗，一半留给自己吃，另一半送给岳父岳母。年猪多用来腌制，挂起来，阴干后成为腊肉或火腿。过年节时还要吃砣砣肉、糍粑，喝坛坛酒、泡水酒、酒茶。农历六月二十四日火把节时，家家户户宰羊杀鸡，煮新荞麦饭。用羊肉拌和，向四周泼撒，表示祭祀，祈求庄稼好，无灾无病。晚上，点燃火把，载歌载舞以驱散虫蛇和害虫。广西彝族在九月初一过打粑节时有"尝新"习俗，即吃新稻谷。这些都是节日喜庆的食俗。彝

族有一套社交礼仪食俗。彝家好客，凡家中来客皆首先要以酒相待。宴客规格或大或小，以椎牛为大礼，打羊、杀猪、宰鸡渐次之。打牲时，要将牲口牵至客前以示尊敬。以牛、羊待客皆不用刀，用手捏死或捶死，故称打牲，其手法极敏捷，往往牲未死而皮已剥。宴客时的座次顺序有一定的惯制，一般围锅庄席地而食，客人一般让坐于锅庄之上首，彝称"呷尔果"处；评价陪坐于锅庄之右首，彝称"尼木"处；帮忙者、妇女和亲友则坐于锅庄下首，彝称"呷基果"处。客人多时，顺延至右侧。行酒的次序依据彝谚"耕地由下而上，端酒以上而下"。先上座而后下座，"酒是老年人的，肉是年轻人的"，端酒给贵宾后，要先老年人或长辈，次给年轻人，人人有份。在农村无论婚丧嫁娶，都有"早六晚八"的习俗。即早上六碗菜，如水豆腐、红烧猪肉、回锅肉、白菜粉条、猪血和花生米。晚上八碗菜，如黄条、红烧肉、，绍沙（炒肉皮）、千张肉、凉白肉、烩腊肠、花生等，经济宽裕的还要炖上一碗鸡。彝族擅长烤、炸、煮、拌等烹调技法，口味嗜咸、香、辣、麻，尤以制作乳饼而闻名。彝族日常饮料有酒、有茶，以酒待客，民间有"汉人贵茶，彝人贵酒"之说。饮茶之习在老年人中比较普遍，以烤茶为主，彝族饮茶每次只斟浅浅的半杯，徐徐而饮。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](http://www.100test.com)