

民族饮食保安族食俗 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_44853.htm 保安人信仰伊斯兰教，故生活习俗深受伊斯兰教影响，同时又保留了蒙古族的某些习惯，形成了自己独特的民族特点。保安族的日常饮食有小麦、大麦、豆类、玉米、土豆、荞麦、胡麦、青稞、牛羊肉奶、禽蛋和鱼类等；蔬菜甚少，仅吃胡麻、韭菜等几种。嗜爱酸辣，每餐不离老醋（或浆水）及油泼辣子。保安人的主食偏重于面制品，经常食用馒头、花卷、煎饼、包子、汤面条、臊子面、馓子、凉面、浆水面、炒肉面、捏面筋、搅团等。保安人的肉食品以牛羊肉为主，忌食猪、马、驴、骡和其它凶猛禽兽之肉，忌食一切自死动物的肉和血。偏重于纯肉制品，如手抓羊肉、碗菜（熟牛羊肉切块，加胡萝卜、土豆、粉条，用牛羊肉汤烩成）、麦仁杂碎汤、（麦粒乐羊头蹄肉及内脏混煮）、大块清水鸡、爆炒鸡块、清煮全鸭等。尤以全羊席最为知名，这是选用2龄左右的肥羊，治净后整只煮熟，然后捞起，按肋条、脊背、前后腿、髀、脖子、尾巴分档切割，接着带骨剁成一指厚、手掌大的肉块，各装一盘顺序上席，另配佐料调味蘸食。保安族的婚礼中有不少食俗，男女双方订婚时，男方要向女方送聘礼，其中就有干礼"拿手茶"。结婚当天，新娘离开娘家时，要向身后的路上抛撒"五色粮"（即麦、豆类、玉米或茶叶等），以示将幸福留给父母，报答养育之恩。最具情趣的要数"闹婚宴"。当娶亲马队来到女方家时，先请阿訇念证婚词，接着将红枣、核桃等"喜果"抛撒在院中，让小孩争抢，烘托红火气氛。然后入房进餐

，食用羊羔肉或手抓羊肉。这时女方家的小伙子拥入，争要“奴古目哈”（规程钱）。娶亲者若不能满足他们的要求，则被涂成大花脸。据说这样一闹，未来的外甥就同舅家格外亲热。当送亲的队伍快到男方家时，男方的小伙子又千方百计阻拦内兄抱新娘进门，双方斗智斗勇，洋相百出，围观者哄笑为乐。新娘“委委屈屈”进门后，婆家立即用炒肉面、碗菜、羊肉糖包、河州包子、手抓羊肉等答谢送亲的人，但是新娘不可入席。新娘过门后，三天不食男方家的饭，由女方家送饭来，以示父母对女儿的关怀。入夜，小孩子在门外大喊：“特朗咪，歪才热！”（意为快拿柴草），主人即在门外很快点起熊熊的篝火，烤上羊肉，煮上浓浓的茯茶。亲友们自由地围坐，痛快地吃喝，赞美新娘漂亮，祝福主人吉祥。小伙子边向火堆撒五色米粮（麦、豆、玉米、青稞、小米），边唱《宴席曲》，姑娘们翩翩起舞。主人不断端出食盘敬客，笑笑闹闹直至深深夜。四种最有特色的食品：一、炕锅馍馍系在发酵面团中加干面、碱水、菜油、食盐或白糖，反复搓揉，捏出牡丹、月季等花式，在炕锅内烤熟。小者250克，大者5千克，薄者5厘米，厚者15厘米，别有风味。二、青麦包子系将刚灌浆的麦穗捆成小把儿，煮熟，碾碎，晒干，在羊肉汤中泡胀，拌以羊肉茸泥和调料作为馅心，制成包子。三、河州包子秋冬用红萝卜、羊肉、香葱作馅，春夏用韭菜、韭花、羊肉作馅，可蒸可烤，有冰心包子和两面黄的水浸包子两种花色，用辣椒、酱油、醋佐食。四、鸽肉稀饭野鸽宰后清洗干净剁成块，加入大米（或小米）、蕨麻籽温火炖烂，有补五脏、益心力的功效，常用作大病初愈者的滋补品。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

