

民族风情：宁夏回族的饮食导游资格考试 PDF转换可能丢失
图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/510/2021_2022__E6_B0_91_E6_97_8F_E9_A3_8E_E6_c34_510244.htm 素有“塞上江南”之称的宁夏各族人民，以食大米和春小麦磨制的面粉为主。秦始皇三十二年，也就是2100多年前，宁夏地区的黄河两岸即开始屯垦，种植稻麦。《宋史》卷468载：“其地饶五谷，尤宜稻麦。”宁夏大米粒圆、色洁、性绵、味香，蛋白质、脂肪含量尤高，极富营养价值。宁夏大米蒸制的米饭，洁白如脂，粒粒晶莹，糯而不粘，油润爽口，清香喷鼻，可与著名的天津“小站米”媲美共荣。宁夏白面，粉质柔韧，尤宜精做各种糕点和面条。宁夏回民擀面条技术十分高超，无论是切、揪、拉、削，无所不精，素有“宁夏尕妹会切面”之说。客人来到，款待一顿羊肉臊子辣揪面，别有风味。回民尤其喜好吃油香、麻花、馓子、油糕，这些油炸食物金黄透亮，香脆可口，是欢度“古尔邦节”、“开斋节”等不可缺少的佳品。回族在饮食上有许多讲究和忌讳。这些习俗，盖源于伊斯兰教。例如，《古兰经》中说：“只禁戒你们吃自死物、血液、猪肉，以及诵非真主之命而宰的动物。”平时，凡盛过这些禁忌食物的炊具、餐器也都不用、不接触。如果在旅途中或其它困难的条件下，借用汉族的锅，也必须用大火烧过一阵，方才使用。回民所吃的牛、羊、鸡、鸭等可食畜、禽，一般都请阿訇宰杀，在特殊情况下也请懂得宰牲戒规的回民宰杀。回族喜欢吃的菜肴有：蒸羊羔肉、手抓羊肉、羊肉泡馍、羊肉粉汤、黄焖羊肉、羊肉串、辣子炒鸡、烧鸡、烧牛肉、羊杂碎等，无不味道鲜美，各具一格。回族还

有喝盖碗茶、糖茶的嗜好。所选茶叶一般以“陕青”、“茉莉”为主。喝盖碗茶的花样甚多，如用陕青茶、白糖、柿饼、红枣沏泡“白四品”；用砖茶、红茶、红枣、果干沏泡的“红四品”；用花茶、冰糖、白糖、红糖、红枣、核桃仁、桂圆肉、芝麻、葡萄干、柿饼、果干等沏泡的“十二味香茶”。当你到回民家里做客时，主人热情招待，首先给你沏一盅热呼呼的盖碗茶，越喝越感到清香爽口。明目益思。精神振奋。百考试题编辑整理"#F8F8F8" 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