

The title is centered and surrounded by six light purple circles. Three circles are positioned above the text: one is an outline, and two are solid. Three circles are positioned below the text: two are solid, and one is an outline.

# 关于各少数民族的风俗习惯

# 宾客饮食习俗

- 第一节 中国汉族宾客饮食习俗
- 第二节 中国主要少数民族饮食习俗
- 第三节 主要客源国（地区）宾客饮食习俗

# 第一节 中国汉族宾客饮食习俗

- 一、主食
- 二、菜肴
- 三、口味
- 四、饮食中的信仰、禁忌
- 五、主要节日

## 第一节

# 中国汉族宾客饮食习俗

## 一、主食

“南人食米，北人食面”，这是汉族主食的两大食俗类型。

### （一）各种主食的种类、和食用地区

- 1、南方地区主要以大米制品为主食，其具体有：米饭、米糕、米粥、米团、米线、糍粑（**cí bā**）、汤圆、粽子等；
- 2、北方地区主要以面粉制品为主食，其具体有：馒头、包子、面条、烙饼、馅饼、饺子、面皮等。



# 第一节

# 中国汉族宾客饮食习俗

## 二、菜肴

### (二) 菜肴

#### 八大菜系

鲁菜、苏菜、粤菜、川菜、浙菜、闽菜、  
湘菜、徽菜

### (三) 常用的烹制方法

以炒、煎、烧、炸、溜、爆、炖、拌、  
泡、卤等十种为主

# 第一节

# 中国汉族宾客饮食习俗

## 三、口味

一首“口味歌”来据概

安徽甜、河北盐、福建、浙江盐又甜

宁夏、河南、陕、青、甘、又辣又甜外加盐

山西醋、山东盐、东北三省咸带酸

黔赣两湖辣子蒜，又麻又辣数四川

广东鲜、江苏淡、少数民族不一般

因人而异多实践，巧调能和百人愿

# 第一节 中国汉族宾客饮食习俗

## 四、饮食中的信仰、禁忌

汉族多在正月初一、二、三日忌生，即年节食物多于旧历年前煮熟，过节三天只需回锅

以为熟则顺，生则逆，因而有的地方在年前将一切准备齐备，过节三天间有不动刀剪之说

过去在妇女生育期间的各种饮食禁忌较多

如汉族不少地区妇女怀孕期间忌食兔肉，认为吃了兔肉生的孩子会生兔唇；还有的地方禁食鲜姜，因为鲜姜外形多指，唯恐孩子手脚长出六指过去汉族未生育的妇女，多忌食狗肉，认为狗肉不洁，而且食后容易招致难产



# 第一节

# 中国汉族宾客饮食习俗

## 五、主要节日

- 春节、元宵节、二月二、寒食节、清明节、
- 端午节、七夕、中秋节、重阳节、腊八节、
- 除夕



## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

### 一、东北、内蒙地区少数民族饮食习俗

(一) 蒙古族饮食习俗

(二) 满族饮食习俗

### 二、西北地区少数民族饮食习俗

(一) 回族饮食习俗

(二) 维吾尔族饮食习俗：

### 三、西南地区少数民族的饮食习俗

(一) 藏族饮食习俗

(二) 彝族饮食习俗

## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

### 一、东北、内蒙地区少数民族饮食习俗

#### (一) 蒙古族

蒙古族主要聚居在内蒙古自治区。蒙古族的服饰主要包括首饰、长袍、腰带、靴子四个主要部分。



- 蒙古族饮食大致可分为粮食、奶食、肉食三大类。
- 蒙古族住房牧区多为圆形蒙古包。
- 蒙古族葬式大致有野葬、火葬和土葬三种。
- 蒙古族尚白崇九。



## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

### 一、东北、内蒙地区少数民族饮食习俗

#### 饮料习惯

蒙古族人待客必先敬茶，无茶或不沏新茶为不敬，且好饮酒。汉族地区多以“满杯酒半杯茶”为敬，而蒙古族却以“满杯酒满杯茶”为敬。奶茶也是牧民喜爱的饮料，多用砖茶加牛奶熬制成

来客人时，先敬茶后敬酒。敬茶时，客人一定要喝。敬酒时，主人先用手指从酒瓶口上蘸酒往客人额头上抹一下，再为客人斟酒

## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

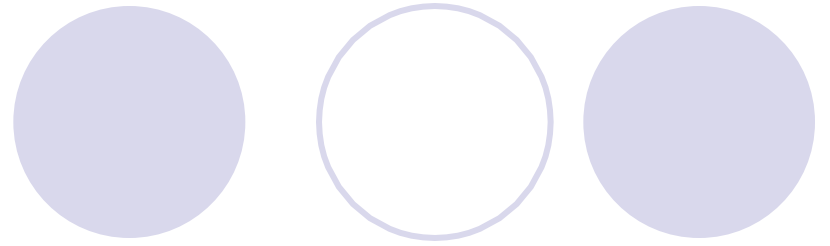
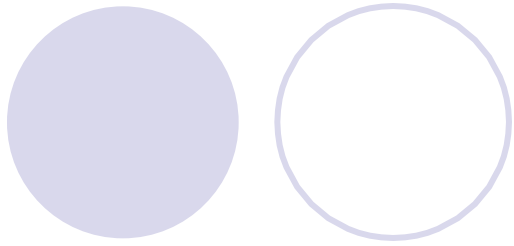
### 一、东北、内蒙地区少数民族饮食习俗

#### 饮食风俗禁忌

蒙古人不食自死动物之肉，忌食驴肉、狗肉、白马肉。

蒙古人的肉类主要是牛、绵羊肉，其次为山羊肉、骆驼肉和少量的马肉。

见到门前有火或挂红布条记号，表示这家有病人或产妇，不要进入。来客不让坐西炕。禁止打骂守门的狗和猎犬。



- 主要节日
- 蒙古人的节日主要是春节、敖包节和那达慕。
- 赛马、摔跤、射箭被称作“男儿三艺”

## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

### 一、东北、内蒙地区少数民族饮食习俗

#### (二) 满族饮食习俗

##### 1、主食及传统食品

满族的饮食，以面食为主，喜黏食有“萨其马”。





- 满族住房结构行似口袋，三面设炕，俗称“口袋房，万字炕”。西炕为供奉祖先神位。
- 满族一般实行土葬，忌在西炕和北炕死人，人死入棺后从窗户



## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

### 一、东北、内蒙地区少数民族饮食习俗

#### 4、饮食风俗禁忌

- 满族饮食之禁忌，最主要的是不杀、不食狗及乌鸦之肉

这是因为满族的先人在长期的渔猎生活中，狗对人们的经济生活起到过重要的帮手作用。后来人们就不忍心杀食其肉，逐渐形成了忌食狗肉的习俗

另外，与黄犬救主的神话故事有关。

## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

### 二、西北、西南地区少数民族饮食习俗

#### (三) 回族

回族是中国分布最广的少数民族，在居住较集中的地方建有清真寺。

回族饮水较讲究，凡是不流的水、不洁净的水均不饮用。忌讳在人饮用水源旁洗澡、洗衣服、倒污水。回族也喜饮茶和用茶待客，西北地区回族的盖碗茶很有名。宁夏回族还饮用八宝茶、罐罐茶也很有特色。



# 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

## 二、西北、西南地区少数民族饮食习俗

### 饮食风俗禁忌

回族人忌食猪肉、狗肉、马肉、驴肉和骡肉，不吃未经信仰伊斯兰教者宰杀的和自死的畜禽肉，不吃动物的血等。

忌讳别人在自己家里吸烟、喝酒；禁用食物开玩笑，也不能用禁食的东西作比喻，如不得形容辣椒的颜色像血一样红等

回族的日常饮食很注意卫生

就餐时，长辈要坐正席，晚辈不能同长辈同坐在炕上，须坐在炕沿或地上的凳子上

## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

### 二、西北、西南地区少数民族饮食习俗

#### 主要节日饮食习俗

- (1) **开斋节**：在回历每年9月，即从日出后到日落前，不得进食，直到回历十月一日开始为开斋，届时要欢庆3天，家家宰牛、羊等招待亲友庆贺。
- (2) **古尔邦节**：即献牲节，在回历十二月十日。节日当天不吃早点，到清真寺做过礼拜之后宰牛献牲。  
宰后的牲畜按传统分成三份，一份施散济贫，一份送亲友，一份留自己食用，但不能出售。

# 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

## 二、西北、西南地区少数民族饮食习俗

### (四) 维吾尔族饮食习俗

#### 1、主、副食品

维吾尔族日食三餐，早饭吃馕和各种瓜果酱、甜酱，喝奶茶、油茶等，午饭是各类主食，晚饭多是馕、茶或汤面等

以面食为主，喜食牛、羊肉

主食的种类有数十种。最常吃的有馕、羊肉抓饭、包子、面条等

维吾尔族喜欢奶茶。夏季多伴食瓜果



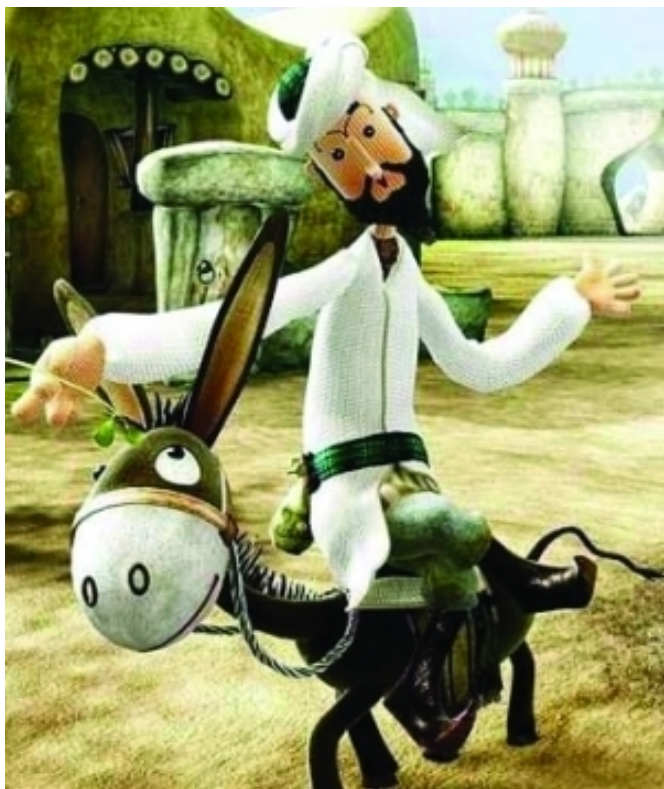


## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

### 二、西北、西南地区少数民族饮食习俗

2、故事集《阿凡提的故事》

维族传统舞蹈有：《顶碗舞》、



## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

### 二、西北、西南地区少数民族饮食习俗

#### 3、饮食禁忌

维吾尔族禁食猪、驴、狗、骡、骆驼肉以及自死动物、动物血等，南疆部分地区还禁食马肉、禽肉和鸽子肉

旧时，未经阿訇念经宰杀的牲畜、家禽也属禁食之列，现此禁俗已放宽许多



## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

### 二、西北、西南地区少数民族饮食习俗

#### (五) 藏族

藏族是汉语的称谓。西藏在藏语中称为“蕃”（音bo），生活在这里的藏族自称“蕃巴”，“蕃巴”又按不同地域分为“堆巴”，“藏巴”，“卫巴”，“康巴”，“安多”。

西藏的保护神——慈悲佛观世音与猕猴变人的故事。



## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

### 二、西北、西南地区少数民族饮食习俗

#### 1、主食

大部分藏族日食三餐

绝大部分藏族以糌粑（**zān bā**）为主食，即把青稞炒熟磨成细粉。特别是在牧区，除糌粑外，很少食用其他粮食制品



## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

### 二、西北、西南地区少数民族饮食习俗

#### 2、副食

藏族过去很少食用蔬菜，副食以牛、羊肉为主，猪肉次之

肉类的储存多用风干法。一般在入冬后宰杀的牛、羊肉一时食用不了，多切成条块，挂在通风之处，使其风干

## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

### 二、西北、西南地区少数民族饮食习俗

3、藏族的丧葬方式主要有：天葬、塔葬、火葬、水葬、土葬五种。通行天葬，塔葬仅限于达赖、班禅及少数活佛，火葬限于活佛，水葬用于夭折的幼童，土葬用于患传染病者和凶死者。

献哈达是藏族的一种特殊礼仪，藏族谒见上层和接待宾客，要奉献一条丝织长巾，藏语称为哈达。一般下级向上级、晚辈向长辈献哈达，称敬哈达；上级对下级、长辈向晚辈献哈达称赐哈达；平级、平辈之间献哈达称赠哈达。

## 第二节 中国主要少数民族饮食习俗

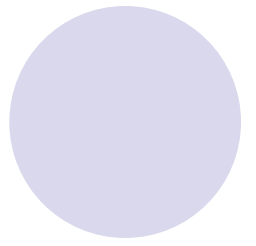
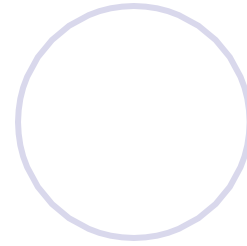
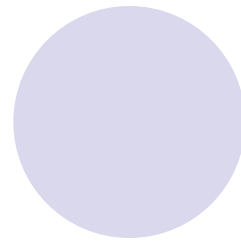
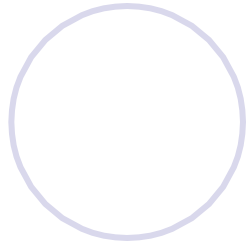
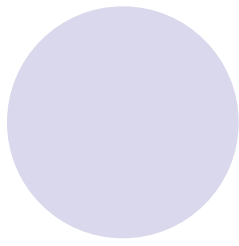
### 二、西北、西南地区少数民族饮食习俗

#### 4、饮食习俗和禁忌

藏族在迎接客人时献哈达和敬青稞酒是待客规格最高的一种礼仪，表示对客人热烈的欢迎和诚挚的敬意

酒席上，主人端起酒杯先饮口，然后一饮而尽，主人饮完头杯酒后，大家才能自由饮用  
饮茶时，客人必须等主人把茶捧到面前才能伸手接过饮用，否则认为失礼

吃饭时讲究食不满口，嚼不出声，喝不作响，拣食不越盘。用羊肉待客，以羊脊骨下部带尾巴的一块肉为贵，要敬给最尊敬的客人。制作时还要在尾巴肉上留一绺白毛，表示吉祥



- 藏族主要禁忌有：不可触摸佛像、佛供、经书、钟鼓、活佛身躯和佛徒佩带的佛珠，因为都是圣物；男坐左边，女坐右边，不可混坐；家有病人或产妇，不得进入。
- 转世灵童

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/836025222213010124>