

# 了解民族肉食习俗，弘扬我国肉食文化

郭红蕾 黄德智 薛元力

## 47 羌族的肉食习俗

羌族主要居住在四川省阿坝藏族自治州的茂县羌族自治县，部分分散在汶川、理县、松潘、黑水和绵阳市的北川县等地。

羌族人肉食以牛、羊、猪、鸡肉为主，兼食鱼和狩猎兽肉。散居在山区的羌族人一般不大喜欢吃新鲜猪肉，都是将猪宰杀后去毛，剖成两半，或切成几大块，吊在屋梁上熏烤制成“猪膘”，这种猪膘放的时间越长越好，颜色越黄为最佳，存放时间一般为一年，食用时一是与蔬菜同煮，熟后捞起猪膘、切成长方形大片盛入碗中即食用，二是将生腌猪膘切成小块同菜一起炒，目的是以猪膘代油，还要加些花椒和辣椒提味。在宰杀年猪时，他们喜欢将猪血等充填到猪大肠内，煮熟后称为血肠。血肠也是宴客吃酒时的一种上等肉食品。有的还将猪血与荞麦和在一起做成血馍馍食用。还常把新鲜的猪肉放在新宰的猪肚子里加盐、花椒等扎紧、风干、作成“瓢肚”久存不坏。

羌族人每逢节日、婚丧、祭祀、聚会、待客都要准备丰富的酒席。农历十月初一为羌族年节，羌族人都以“九”为吉，故宴席时都要摆九大碗肉菜。其中炖全鸡，习惯于用竹签撑起鸡头，使其昂首，以鸡头喻上宾。年节这天，全寨人到“神树林”还愿，焚柏香孝敬祖先和天神，要用荞麦粉做成一种馅为肉丁豆腐的荞面饺，有的还要用面粉做成牛、羊、马、鸡等形状不同的动物作为祭品。次日，设家宴，请出嫁的女儿回娘家，进行各项节日活动。祈祷丰收的祭山会是全村寨的一种祭祀活动，除已婚的妇女不准参加外，全寨的人都要带上酒、肉和馍馍赴会。会首由全寨各户轮流担任。届时会首要备好一只黑公羊、一只红公鸡、一坛咂酒、三斤猪肉、一斗青稞、十三斤面做的大馍和香蜡、爆竹、纸钱等，按规定摆好，由“许”（巫师）主持祭祀，祈求天神和山神保佑全寨人寿年半，并将山羊宰杀

后煮熟，连同其他食品分给各户，过去称“散份子”。最后大家席地而坐、互相品尝各自的祭祀食品。

## 48 高山族的肉食习俗

高山族主要居住在台湾省东部和南部平原，一部分居住在福建省。

高山族人肉类的来源主要靠饲养的猪、牛、鸡、在很多地区捕鱼和狩猎也是日常肉食的一种补充，特别是居住在山林里的高山林里的高山族，捕获的猎物几乎是日常肉类的主要来源。山林里的野生动物很多、如野猪、鹿及猴子等的肉都食用。由于高山族包括台湾泰雅、赛夏、布农、曹、鲁凯、排湾、卑南、阿美、雅美、平浦等十个族群，因此各自的习俗也各有不同的地方。排湾人不吃狗、蛇、猫肉等，阿美人喜欢把肉切成块，插上竹签，煮好后放在一个大盆里，全家人围在盆边、每个人用藤编小篮盛饭，共用一勺舀菜、一手抓饭、一手取肉吃。阿美、泰雅等族人保存肉食品常用腌、晒干和烤干等几种方法，以腌制一、两年的猪、鱼肉为上品。

高山人热情好客。每逢节日、都要杀猪，宰老牛，置酒摆宴。除夕之夜他们全家老幼围坐在放有火锅的圆桌旁聚餐（称为围炉），欢欢喜喜吃年夜饭，共祝过去的一年平安和新的一年幸福。桌上的菜，一般都有象征性的意义。例如肉圆、鱼圆，取意“三元”，意味着合家团圆。鸡，当地人们的语言谐音为“家”，取意“食鸡起家”。

台湾省境内的曹人，是高山族中人数最少的一个族群。曹人的男孩长到12岁时，按照传统的习俗，要经过一般长时间的特殊训练，为期5年。在男孩子们每期人训和训练结束的时候，均要举行庆祝仪式。届时热闹异常，也比较严肃，富有十分浓厚的民族特色，这就是曹人的“少年节”。

入训仪式，大多选择在每年百花盛开，风和日丽的春天进行。举行仪式这天的凌晨，男人们便穿

上威武的戎装，手持长矛，把早已选定的广场团团围住，而那些身穿节日盛装的妇女和儿童，则站在场内奔跑挣扎，最后被刺死倒地。武士们用猪血涂在长矛上，插在广场的四周，然后，把猪肉当场煮熟，和米糕一起，分给在场的男人。男人们领到猪肉和米糕后，迅即奔向受训男孩的集中食宿处，高唱着节日歌曲，在一起会餐。这时热火朝天，笑语连连。晚上，在广场举行盛大集会，全村男女老少聚集到一起，吃肉喝酒，欢歌狂舞，一直到深夜。

生活在台湾省台东县的卑南人在逢年过节和庆丰收的日子里，要举行饶有风趣的烤肉和烤竹筒饭比赛。参加比赛者大多数是青年人。竞赛的方式是，每人各自先升好火，将切好的薄片穿在削得又尖又细的竹枝上，细心地放在文火上翻烤，以烤得快，熟后不焦为胜。

排湾人在欢庆的日子里常用一种木质的，雕刻精美的连杯，两人抱肩共饮，以表示亲密无间，如有客至，必定杀鸡大腿，走路更有气力。

高山族的婚俗一般是男到女家，新郎上门，新郎只需带最简单的行李，但必须带一头条好的全猪和3~5坛的米酒。

#### 49 维吾尔族的肉食习俗

维吾尔族主要聚居在新疆维吾尔自治区。维吾尔族人信奉伊斯兰教，禁食猪肉、驴肉、骡肉、狗肉、禁食一切自死牲畜和动物的血，喜食牛、羊肉。

维吾尔族有很多著名的肉类食品，如烤全羊、手抓羊肉、烤羊肉串等。

烤羊肉的工具简单，只需要一个长方形的烤炉，几十根铁扦即可。操作方法也很简单，即切肉、上串、入炉、加料。然后几经翻烤即可熟食。烤羊肉所需的佐料主要有三种，孜然、辣椒面和盐末。在三味佐料中，孜然最能提味，一经投放，烤羊肉便产生扑鼻的异香，不膻不腥，鲜脆可口。

在维吾尔族的高级宴会上，烤全羊是少不了的传统肉食品。选用一岁口的绵羔羊，宰杀以后剥皮，剔去四蹄和内脏，用铁丝串好固定，在羔羊上涂鸡蛋液、面粉、姜黄粉、盐水调和的汁，并在羔羊体上扎些小孔，然后把羔羊置于坑，封严、烘烤一个半小时左右便成熟了。吃的时候，只以盐花为调料，羊肉焦嫩十分珍贵。

“羊肉抓饭”是吾尔族人又一传统食品。其制

法是先羊尾巴油烧出烟，将羊肉切为核桃大，放入锅里，加盐煨透，再加进切得很细的葱，胡萝卜丝，少许辣椒面等佐料，同熠熠升起片刻放汤，最后把淘洗干净的大米放入锅里。待开锅以后，用文火焖熟搅匀，上面撒一些葡萄干等干果，装在盘中食用。食前洗净双手，不用刀叉，只用手抓食。

维吾尔族人十分重视传统节日，尤其以过“古尔邦”节最为隆重。届时家家户户都要宰羊、煮肉，赶制各种糕点，炸油馓子，烤馕等。屠宰的牲畜不能出卖，除将羊皮，羊肠送交清真寺和宗教职业者外，剩余的用作自食和招待客人。

#### 50 哈萨克族的肉食习俗

新疆哈萨克族人民勤劳勇敢，诚实热情，以其热情好客而著称。在哈萨克族内流传着这样的谚语：“只要沿途有哈萨克，你哪怕走一年的路，不用带一粒粮一分钱”，如果在太阳下山的时候放走了客人，那就是跳进大河也洗不清的耻辱，“一锅淡饭，不如一碗肉汤”。每逢家里来了宾客，主人总是老远就恭迎上去首先问候“麻勒依曼母”（询问牲畜兴旺的意思）。把客人迎进毡房以后，按当地风俗，请来客盘腿坐在左边的地毯上。接着女主人来到客人面前，微屈双膝头行礼。行礼后，为客人任意进食。吃完主人敬茶，对于远道而来的贵客和新戚，主人总要宰羊款待。他们认为宰羊待客是光荣体面的事，也是应尽的义务，因此宫廷人到了必宰羊以手抓羊肉招待。最尊贵的客人，还要宰马驹招待。

宰羊时，必须将羊拉到毡房门口，把羊头拉入门内，向着客人，请客人允许后再去宰，以示尊重客人。待客的羊以毛色首黄身白为上，如宰全黑羊则表示对客人不尊重，必须在羊身上绑一块白布，以示吉祥。这是哈萨克族崇尚白色的缘故。

当主人提壶端盆，请客人一一净手后，即端上手抓肉。首先将羊头肉端上献给客人，意思是特地为客人们新宰的羊肉。羊头的嘴要对准客人，表示待客真心诚意，若把羊嘴对着毡房门，便有逐客不恭之嫌。宴请时，席上客人中的年长者，或职位最高的人拿起盘中小刀，割两块颊肉，给左右两边的两位客人吃，自己也吃一块；再割一块右耳朵肉，给席上最年幼或主人家的小孩吃。最后割一块鼻梁肉放在盘中或自己吃掉，以示接受主人的盛情款待。为什么要割右边的面颊和耳朵肉，因为以右为尊之故。然后将头

肉送还主人，主人即端上羊的最好部位的肉请客人们吃。这时，由席上削肉“能手”将肉削成薄片状小块，洒向盘中，大家用手抓食，各手抓肉。直到大家吃好为止，否则主人是不满意的。席间，主人还有给客人一一献“捧肉”的习俗。所谓“捧肉”，即双手捧一块羊尾巴油或肥肉给客人吃，客人也回敬给主人一块，表示互祝宾主生活幸福美满。吃完肉后，必上一碗肉汤，正象俗话说：“原汤化原食，喝口热汤可助消化”，为主客人的健康想得非常周到。食毕大家同时举起双手摸面，做“巴塔（祈祷）”。

其余部分的肉分配给谁吃，有一定的规矩和讲究，而且都有其丰富的内涵，对年长及尊贵的客人给羊头肉和臀部肉，以示尊敬。如请客人吃前腿圆形骨头部位的肉，表示对客人不尊敬。带羊髀石的肉和胸肌肉给女婿、儿媳妇吃，希望他们办事稳健认真。羊耳朵，羊舌头、羊心等给小孩吃，希望他们听长辈的话，做事有头有脑。前腿骨，哈萨克语称为“卡尔吉勒克”，意为“老骨头”，女青年吃了会嫁不出去。肋骨上的“吐丝特素伦曲克”，未婚男青年不能吃，吃了走岳父母家时，会马失前蹄。这些讲究与忌讳，内涵极为丰富，寓意深邃，寄托了主人对客人和亲人的无限期望，对美好生活的向往与强烈的追求。

哈萨克族人平时多吃羊肉，每到晚秋季节牧民们便开始宰牲畜、用马、牛、羊肉制成传统佳肴熏肉、腊肉和马肠子、特别是马肠子最为可口。将膘肥肉嫩的母马宰杀后，用马剔开马脊骨，使腹部肉和肋骨连为一对，分别切好，切成中间有油，有肉，两端是肋骨的长形肉条，然后，放入适量的盐、葱花，胡椒粉，姜粉，随后，塞进洗净的马肠子里，扎紧两端，经过一段时间的烟熏，放在阴凉处晾干。吃的时候用水煮，整条的马肠子配上一盘手抓肉又香又耐饥。

## 51 柯尔克孜族的肉食习俗

柯尔克孜族绝大多数居住在新疆南部克孜勒苏柯尔克孜自治州等地。肉食主要惟牛、羊、马、骆驼等肉类为主。常饮牛、羊、马奶，柯尔克孜族信奉伊斯兰教。

柯尔克孜族人的很多肉类食品以手抓羊肉，烤肉为主。其次大都做成独具特色的灌肺、灌肠、油炒肉、肉汤等。

柯尔克孜人一年之中最大的节日是诺若孜节，类似于汉族的春节，届时家家户户都要把好肉食，好饭菜摆好，以示庆祝。柯尔克孜族传统的结婚仪式是在女广泛应用里举行。结婚的前一天，新郎要带着宰好的羊或其他牲畜，由亲戚、伴郎等人陪同，骑马送到女方的家里；婚礼前，女方家也要宰牲畜，摆酒席招待亲朋好友。柯尔克孜人好客，凡有来客，不论相识与否，都要热情招待并拿出最好的食品待客。在请客人吃羊肉时，先请客人吃羊尾巴油，然后再吃胛骨和羊头肉，尤以羊头肉待客为尊。客人在吃肉前，要先取出一些分给主人家的妇女和小孩，在吃其他食品时，摆在桌上的盘里要留一部分不要吃光，以表示主人招待的丰盛。如果吃不完，切忌将剩菜剩饭倒在地上，在客人使用的餐具里、不能剩下残羹剩饭，这一禁忌不仅非穆斯林的客人要切记，就是穆斯林的客人也不能例外。

## 52 塔塔尔族的肉食习俗

塔塔尔族散居在新疆维吾尔自治区的北部。塔塔尔族人信仰伊斯兰教，肉食习俗和禁忌基本与当地信仰伊斯兰教的其他民族相似，如维吾尔族，哈萨克族等。

## 53 锡伯族的肉食习俗

锡伯族聚居在新疆察布查尔锡伯自治县和霍城、巩留等地，还分散在辽宁和吉林等省。锡伯族人信仰萨满教也有信仰喇嘛教的，普遍忌食狗肉。

锡伯族人大多数习惯日食三餐，肉食来源主要依靠家庭饲养，多以牛、羊、猪肉为主。吃肉时锡伯族人大多每人随身携带一把刀子，将肉煮熟后，放入大盘中，自行用刀子切割，然后蘸盐和葱蒜拌成的佐料。习惯做猪血灌肠，也喜欢食用煮熟的猪血，拌成酱状，并配以蒜泥或葱花单独做肉食品。冬闲时锡伯人还常进行狩猎，野猪、野鸭、黄羊等均是冬季餐桌上常见的野味。

锡伯族民间许多传统节日，大都不与汉族相同。如春节，清明节，端午节等。每年农历除夕前，家家都要杀猪宰羊，赶做各种年菜。锡伯族把每年农历四月十八日为西迁节，过西迁节时，家家吃鱼，户户蒸肉，届时还要三五成群到野外踏青，摆野餐。东北各地的锡伯人过去还有不论谁家宰牛、羊、猪，远近亲邻都可以割一些肉拿回家中食用，主人不记账，也不收钱。

## 54 乌孜别克族的肉食习俗

乌孜别克族主要散居在新疆维吾尔自治区各地。乌孜别克人信奉伊斯兰教，在饮食习惯上，同其他信奉伊斯兰教职工的民族相似，禁食猪、狗、驴、骡肉，自死动物和动物的血。

乌孜别克族的传统节日与当地其他信奉伊斯兰教民族的节日基本相同，以肉孜节和古尔邦节为一年中最隆重的节日。过“肉孜节”前的斋月里成年人都要封斋，吃斋饭时，亲友邻里要互相邀请，如有客至，主人要热情款待。古尔节要屠宰牛羊炸油饼，吃手抓肉和用羊肉煮熟后，剔下骨头，将肉切碎，盛于盘中，然后加洋葱、胡椒粉和酸奶子，搅拌均匀，浇在盛有项片和肉汤的碗中，用手抓食的民间特有风味食品“那仁”。

## 55 塔吉克族的肉食习俗

塔吉克族主要聚居在新疆维吾尔自治区西部帕米尔高原。塔吉克人信仰伊斯兰教，肉食以牛、羊为主，鸡、鸭肉为辅，忌食猪、驴、狗肉和一切自死的动物及动物血。在食俗习惯上，与当地信仰伊斯兰教的其他民族相同。

塔吉克人最喜欢用清水将较大的肉块煮熟，然后蘸盐吃，认为是原汤原味，民间把这种食肉的方法称为“西尔乌”（手抓羊肉）。此外，那仁也是日常缺少的肉食品。

塔吉克族的许多传统节日，与维吾尔族，乌孜

别克族等信仰伊斯兰教的民族基本相同。其节日食品也大致相似，每逢节日，家家都要宰牛、宰羊、做各种油炸食品。如有贵客到来，款待更为隆重。敬客宰羊时，要把欲宰的羊牵到客人面前，请客人过目后再宰杀。进餐时，主人要先给客人呈上羊头，客人要割下一块肉，再把羊头双手奉还给主人。随后，主人还要将一块夹羊尾巴油的羊肝送给客人，表示对客人的敬重。然后，主人要拿起一把割肉的刀子，刀柄向外送给客人，请一位客人分肉。客人往往相互推让或同请主人分肉，一般由有经验的客人分肉，肉分得很均匀，每人一份。吃完后大家同时举起双手摸面，做“都瓦”，最后由主人家里的人收拾残肴，取走铺在地毯上的“饭单”，大家才能起身离席。进餐的客人中如有男有女，一般要分席就餐。

塔吉克族男女订亲时，男方要向女方送羊只，牦牛和金银首饰做为订亲礼，婚礼仪式一般在女方家里举行，双方设宴待客，前来祝贺的亲友都要带羊，食物等做为贺礼。举行结婚仪式由宗教人士诵经主持，然后在新郎、新娘身上撒一些面粉，并由宗教人士将沾盐的肉送给新郎、新娘各一块，表示祝福。

## 56 俄罗斯族的肉食习俗

俄罗斯族主要分布在新疆维吾尔自治区北部。肉食原料主要有猪肉、羊肉、牛肉等。俄罗斯族人忌食巴肉、驴肉，少数人不食狗肉。因为受哈萨克、维吾尔等兄弟民族的影响，有些俄罗斯族人还不吃猪肉。

## 科技进步，推动产业升级

### ——全国调味品生产技术与学术交流会 9 月在京召开

由中国调味品协会主办、中国疾病预防控制中心食物强化办公室（FFO）协办的全国调味品生产技术与学术交流会，将在今年9月份2006'中国国际调味品及食品配料博览会期间召开。

本次学术盛会旨在推动我国调味品产业的科技进步，加快调味品企业的技术改造，活跃调味品行业的学术交流，探索和研究我国调味品生产技术前沿和热点问题。届时国内外从事调味品及相关产业生产研究的科研人员、大专院校的专家学者和科研机构的专家等将共聚一堂，围绕我国调味品产业及相关产业的生产技术与学术研究的方方面面进行交流与沟通。对于各调味品企业而言，参加生产技术交流会也是推广工

作经验，传递产后开发信息的一条绝佳途径。

学术交流内容涉及各类调味品生产工艺技术的研究、改进与应用，质量控制体系的建立与实施，行业标准化工作及管理建议，调味品新产品的开发与研究，调味品机械设备及包装材料生产技术与产品研发等。本次交流会还同期开设铁强化酱油专题讲座，邀请专家与生产企业共同探讨营养与食物强化的研究与推广工作。

我们相信，本次调味品生产技术与学术交流会的召开，在提高我国各调味品生产企业的技术水平、加强技术交流、共同进步，调味品生产向规模化、规范化、产业化方向发展方面都将起到积极的促进作用。