

南海知识丛书

Acknowledge of South China Sea Series

编委会主任 赵康太
主 编 张一平

南海民俗

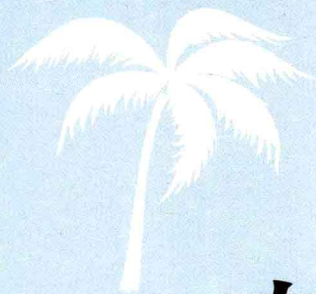
南海周边人民以海为生，长期以来形成了以海洋为主题和内容的民俗文化。



詹贤武等◎编著

海南省南海区域文化研究基地规划项目

海南省社会科学界联合会 海南师范大学 资助出版



南海知识丛书

编委会主任 赵康太

主 编 张一平

南海民俗

詹贤武 等◎编著



GUANGXI NORMAL UNIVERSITY PRESS

广西师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

南海民俗 / 詹贤武等编著. — 桂林: 广西师范大学出版社, 2011.12 (2012.8重印)
(南海知识丛书 / 张一平主编)
ISBN 978-7-5495-1291-1

I. ①南… II. ①詹… III. ①南海诸岛—风俗习惯
IV. ①K892.466

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第004599号

广西师范大学出版社出版发行

(广西桂林市中华路22号 邮政编码: 541001)
网址: <http://www.bbtpress.com>

出版人: 何林夏

服务热线: 0771-2092860

全国新华书店经销

广西民族印刷包装集团有限公司印刷

(广西南宁市高新三路1号 邮政编码: 530007)

开本: 889mm × 1 194mm 1 / 24

印张: 4.5 字数: 60千字

2011年12月第1版 2012年8月第2次印刷

定价: 26.00元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

总序



您知道吗? 南海是仅次于珊瑚海和阿拉伯海的世界第三大陆缘海, 面积约有 356 万平方公里, 大约相当于渤海、黄海和东海等三大海总面积的三倍。南海平均水深约 1212 米, 最深处达 5567 米。

您知道吗? 南海不仅拥有异常丰富的渔业资源、深海动植物资源, 更为重要的是, 在它的海底, 还蕴藏着极其丰富的石油天然气资源。据初步估算, 仅南沙群岛曾母暗沙盆地的石油和天然气蕴藏量就有 200 亿吨之多, 有“第二波斯湾”之称。

您知道吗? 南海是世界上最重要的海上通道。每年有超过 5 万艘船只要通过南海航道, 全世界的超级油轮有一半以上航行于南海海域, 中国对外海上运输的 39 条航线, 其中 27 条要经过南海。

您知道吗? 早在两千年前, 中国人就已经在南海航行, 并发现和管辖着南海诸岛。公元前 111 年, 汉武帝派十万大军征服南越, 并将岭南重新划为南海、苍梧、郁林、合浦、交趾、九真、日南、儋耳、珠崖 9 个郡, 开辟了一条从中国东南部沿海到东南亚地区的海上航线, 后来人们把它称为“海上丝绸之路”。

您知道吗? 两千年来, 在这条“海上丝绸之路”上由于遭遇风暴或触礁而沉入海底的船只不计其数, 为我们留下了无数的历史文物。仅仅在“南海一号”这一艘古代沉船上, 考古人员就发现了古代铜钱 1 万多枚、瓷器 6 万—8 万件。……



近年来,“南海”已成为各类媒体上出现频率极高的词汇之一,关注南海的人越来越多。但是,在图书市场上,有关南海的普及性读物却非常少。为了帮助广大读者较为系统地了解有关南海的基本知识,在海南省社会科学界联合会的指导下,海南省南海区域文化研究基地、海南师范大学南海区域文化研究中心组织专业人员编写了这套小丛书。

这套丛书共有 10 本。每本从一个侧面介绍南海的有关知识,例如:

1.《南海渔家》,主要介绍南海渔家的生产、生活以及渔家的社会、文化等,尽量以通俗易懂的语言向广大读者做一个较为全面的说明,重点介绍生活在东沙、中沙、西沙及南沙群岛上的渔民。除此之外,该书还对南海特有的海上人家——疍家人进行详尽的描述。

2.《南海考古》,主要介绍西沙群岛、东沙群岛以及南沙群岛的水下文物、沉船遗址等,作为海中文物宝库的“南海一号”,在该书中重点介绍。同时,也对异彩纷呈的南海文物,如瓷器、陶器、铜器、石雕制品及历代古钱币等进行必要的描述和说明。

3.《南海民俗》,主要介绍南海各族人民创造的丰富多彩的民俗文化,既有渔歌、造船技艺、南海更路经、海洋捕捞习俗等非物质文化遗产,也有服饰、饮食、节庆、礼仪等传统风俗习惯,极大地丰富和充实了南海海洋文化。同时,该书也结合实际情况,对南海民俗文化的现状、传承及其保护等进行必要的阐述。

4.《南海动物》,主要介绍南海区域种类极为丰富、形态各异的海洋动物,重点对南海动物的特征、分布、生活习性、生存现状等进行详细的说明,以便唤醒和培养人们保护南海动物的意识。

5.《南海植物》,主要介绍种类繁多、极富研究价值的南海植物,包括许多热带果树、热带香辛料作物、热带药用植物、热带饮料作物、热带经济林木、热带珍稀濒危植物等。该书选取那些较具有地域代表性的珍稀植物,以图文并茂的形式,对其形态特点、分布、用途等进行重点描述和说明。

6.《南海史话》，主要介绍历史上南海周边生活、居住的不同民族，通过海上丝绸之路这条水上交通要道的联系，使得各族人民之间很早就有了经济、文化上的密切交流和来往，留下了许多动人的历史故事和重要的历史事件，重点突出中外之间源远流长的友好交往历史和海外华人华侨为当地经济社会发展作出的积极贡献。

7.《南海地理》，主要介绍南海的自然地理，包括气候、季风、洋流、岛屿、暗礁、热带气旋、海啸、暴雨等，重点对南海诸岛逐一进行描述，以便读者能对南海地理轮廓有一个整体性的了解和认识。

8.《南海资源》，主要介绍南海水下蕴藏的极为丰富的各类矿产资源，譬如石油天然气以及各种各样的金属矿产资源，以便让读者了解西南中沙群岛海底资源具有的非常广阔的开发前景和巨大的利用价值。

9.《南海环境》，主要介绍南海特殊的地理位置所孕育和造就的独特环境，包括南海的海水水温、盐度、微量元素、海岸环境、海水质量、海洋灾害等，这些都对南海的环境造成了影响。该书重点针对南海环境质量、生态环境及海洋污染状况等进行研究，以唤醒人们保护南海环境的意识。

10.《南海传说》，主要介绍南海区域流传的神话传说，从创世传说、风物传说、人物传说到爱情传说不一而足。该书通过对南海周边各个国家、地区有关南海神话传说的描述与说明，使读者能对南海的历史文化有一个更加深入的认识。

本丛书力求以通俗易懂的语言、生动活泼的形式并配以丰富多彩的照片、插图或图表等，向广大读者展现南海独有的魅力。但由于编写时间匆忙，涉及的知识领域较广，书中错漏在所难免，还请广大读者多予批评指正。

《南海知识丛书》编委会

2011年8月



前言



南海周边人民以海为邻，濒海而居，耕海牧鱼，在长期的生产和生活实践中，形成了以海洋为主题和内容的民俗文化。

人们生活上的基本需要离不开衣食住行。南海周边各族人民根据热带海洋气候的特点，以及本民族的生活习惯、宗教信仰、文化心理等，创造了丰富多彩的传统服饰。这些宽松、舒适的传统服饰不仅表现出南海周边人民对所处的地理环境和气候的主动适应，同时也反映出他们独特的审美观念和审美取向。

传统饮食民俗是一个国家和民族在长期的历史发展过程中逐渐形成和传承的一种饮食习惯和文化传统，反映出一个国家和地区独特的文化意蕴。南海周边国家和地区人民的饮食无不与海洋有关，海洋是他们获得丰富海产品的重要来源。他们喜食海鲜，也善于加工制作海产品。由于南海周边地区气候炎热，他们的饮食除了喜爱清淡、新鲜之外，还喜欢酸、辣等口味，各地出现了富有地方特色的饮食民俗。历史上，南海周边地区人口迁徙频繁，东西方文化相互碰撞、交融，并产生新的文化形式，因此在饮食结构和饮食习惯方面也体现出多元化的格局，传统的东西方饮食文化在这里出现了共生共荣的状态。

受南海地区台风多雨、气候燥热等环境因素的影响，加上渔民经常漂泊迁徙，南海周边地区渔民传统民居比较低矮、简陋，居屋以船屋、浮脚屋为主，许多地方保留着古百越人“巢居”的干栏式建筑风格。陆地居民传统民居以土楼、排屋、瓦房为多，体现出严格的家族宗法观念。

而骑楼、碉楼、洋楼等民居建筑则吸收了西方传统的建筑风格，华丽堂皇，富有欧洲情调。

礼仪是一种象征，一种认同，也是一种重要的交流媒介。南海周边人民在长期的交往中，形成了各种社交礼仪和生命礼仪。社交礼仪是用来对他人表达友谊和好感的符号，是个人乃至一个民族素质的重要组成部分。茶和槟榔在南海周边地区的社交礼仪中起着非常重要的媒介作用。由于民族习惯不同，各地的社交礼仪亦不尽相同，存在着许多社交礼仪上的禁忌。生命礼仪亦称“通过礼仪”，是一个人一生中在不同年龄阶段必须通过的仪式，主要有诞生礼、婚嫁礼、丧葬祭礼等。南海周边不同的国家和民族尽管结婚礼仪和过程千差万别，但所表现的欢乐、吉祥、祝福的主题是相同的。人们通过一系列繁琐、复杂的程序，表达了对新人的祝福，以及对美满爱情的憧憬。葬仪是人生当中最后的一项通过礼仪，昭示着人的生命最后的终结。南海周边地区的葬仪程序复杂，葬俗与各地的宗教信仰密切关联。在悲恸的葬仪上，人们用各种不同的方式，表达对亡者的深切缅怀和不尽哀思。这些礼仪具有强烈的文化认同作用，成为维系个体、家族与社会的纽带。

南海是一个宽阔而丰饶的渔场。南海周边的渔民经常驾舟出海，撒网捕鱼。在长期的海洋捕捞中，不仅掌握了高超的捕捞技术，积累了丰富的捕捞经验，同时也形成了众多的捕捞习俗。渔民为了保证出海顺利、捕捞丰收，还形成了许多捕捞和生活上的禁忌，有些禁忌还为许多国家和地区渔民所共同遵守。

南海渔民有自己独特的海洋节日。节日来临之时，渔民用各种方式举行庆祝活动，以感谢神灵的恩典和保佑，祈祷出海捕鱼获得丰收。众多的海洋节日中，以端午节最为广泛，也最为隆重。端午节发轫于中国，不仅为中国渔民所推崇，同时也得到南海周边一些国家的认同，其文化内涵已远远超出了原来的节庆文化。



南海周边出现了诸多海神并存的状态。在南海渔民看来，海神是渔民的保护神。因此渔民出海捕鱼或平安归航之时，都要到海神庙中烧香许愿，祈祷海神显灵，保佑航海捕鱼平安。众多海神中，妈祖的影响最为广泛。妈祖随着福建渔民的迁徙而落籍到各地，她不但在台湾、广东、广西和海南扎下了根基，还随着华人下南洋的帆船，在东南亚一带获得众多信众的香火崇祀。

南海渔歌丰富多彩，题材广泛，形式多样。无论是临高“哩哩妹”、疍家咸水调、惠东渔歌、福建歌仔、京族海歌、崖州渔歌，还是去番歌、马来班顿，抑或各种捕鱼号子，都唱出了南海渔民心中的喜怒哀乐、悲欢离合。独特的渔歌艺术形式，真实反映了南海渔民的现实生活，成为南海海洋文化艺术花苑中的一枝奇葩。

南海周边的民俗文化不仅存在于丰富的物质生活和精神文化生活中，还体现在南海周边人民的基本生存方式中，是南海周边民间社会政治、经济、人文精神、宗教信仰和道德观念的反映和折射。随着南海周边人民的不断迁徙和密切交往，各种民俗事象并不是独立存在的，而是互相影响，相互交融，出现了你中有我、我中有你的潜移状态，使南海周边的民俗文化愈加熠熠生辉。

本书由夏周青撰写《色香味的诱惑》、《海风吹我衣》两部分，张宁撰写《家住海边》、《温文尔雅》、《嫁与弄潮儿》三部分，詹贤武撰写《海的葬礼》、《扬帆出海》、《海洋节日的狂欢》、《南海海神》、《浪里歌飞》五部分。最后由詹贤武统稿。

Contents

目 录

一、色香味的诱惑——饮食	001
二、海风吹我衣——服饰	013
三、家住海边——民居	021
四、温文尔雅——礼仪	029
五、嫁与弄潮儿——婚嫁	039
六、海的葬礼——丧葬	049
七、扬帆出海——生产	057
八、海洋节日的狂欢——节庆	065
九、南海海神——信仰	073
十、浪里歌飞——渔歌	081
参考文献	092

一、色香味的诱惑——饮食

“民以食为天。”南海周边是美食的天堂，琳琅满目的美食令人应接不暇。这里的美食无不与热带海洋有关，无论是生猛海鲜、咖喱料理、沙爹，还是香味浓郁的鱼露，都带有别样浓浓的盛情。

“茶先见客”，这是福建人给客人的见面礼。主人倒茶时，会双手递上，然后再递上一些点心和蛋。客人吃蛋时，要“留碗底”，至少留下一个，以示回礼。

接下来是设宴款待来客的时候了。客席座位以东为大，西次之，北又次之，南最小，斟酒也按位次大小而分先后。席间大家轻声谈吐，待大家酒酣行令猜拳时，就可纵情发挥了。若客人需中途退席，应向同席者或主人说明理由，并示歉疚，不可贸然而退。

席上菜肴，足见闽菜刀工巧妙，变化无穷。福州宴席上有“四炒盘”、“六大件”或“八大件”；闽西有八热食八大碗、六热食八大碗、四热食八大碗，最简朴的也需八大碗；闽北有“八大碗八小碗四点心”。在不同的地方可以品尝到各种风味的福建小吃。福州有鱼丸、锅边糊、燕皮、芋泥、光饼、线面、扁肉、春卷、羊肉线面、面筋等，闽南有海蛎煎、土笋冻、手抓面、卤面、深沪水丸、粉浆翁仔、五香卷、榜舍龟、嫩饼、沙茶面、面线糊、牛肉炒粿条等。闽北有铁城三糕、肉丸、芋丸、豆腐丸、豆浆粉



条、夹踏仔、蛋菰、老公老婆饼、烧卖、鱼生等。莆仙地区有兴化粉、猪戈面、蚍猴、蛭溜、水龙汤、麻丸、薄荷糕、枫亭糕等。福建美食琳琅满目，风味独特，让人大饱口福。

福建人吃饭时，忌撒米粒或吃完饭碗内残留米粒，小孩忌食孵过小鸡的老母鸡肉，特别是鸡爪和尾脊。厦门渔民忌把碗筷丢下海，因为随便让碗筷掉入海中，就是看不起渔家，会让全船渔民感到不快。

台湾的饮食特点与福建、广东一脉相承。台湾菜是从粤菜、闽菜发展而来的，其主要特色是强调海鲜。台湾的知名风味小吃有台南的担仔面、基隆庙口的天妇罗、嘉义的鸡肉饭、彰化的肉圆、士林的大饼包小饼、新竹的贡丸等。另外，与闽粤地区一样，台湾具有浓厚的饮茶文化，喜欢冲饮壶茶，讲究茶具的精美和冲泡方法，流行的传统泡茶方式有“传统式”、“宜兴式”、“潮州式”、“诏安式”、“安溪式”五种。台湾少数民族早期多以小米、薯芋为主食，食皆用手。后来，随着大陆移民的增多，逐渐吸收了汉民族的饮食方式，改用筷子，大米逐渐成为主食。不过，不少部落仍保留着本民族传统的饮食特色，如居住在兰屿的达悟人吃鱼有男女之别的限制。男人吃的鱼颜色灰绿，女人吃的鱼通常色泽鲜艳、腥味较少，老人吃的鱼色泽黑黝、腥味较浓。

粤菜闻名遐迩，“食在广州”成为人们生活中的理想向往。粤菜中天上飞的，地上走的，海里游的，无所不包。粤菜博采众长，花式多样，因此名扬中外。

在广州品尝粤菜，有说不出的快意。粤菜烹调技艺多样善变，用料奇异广博。烹调技术以炒、爆为主，兼有烩、煎、烤，有香、松、软、肥、浓“五滋”之讲究，也有酸、甜、苦、辣、咸、鲜“六味”之调和。粤菜著名的菜点多得不胜枚举，有鸡烩蛇、龙虎斗、烤乳猪、太爷鸡、盐焗鸡、白灼虾、白斩鸡、烧鹅、蚝油牛肉等，粤菜不仅雄踞中国南方，还走出国门，在许多国家同样享有盛名。

每逢节假日或休息日，广东人会呼朋唤友，上茶楼喝早茶去。人们相聚在古色古香的茶楼里，沏上一壶清茶，点上几样小点心，边聊边吃，其乐融融。广东早茶离不开茶、点心、粥、粉、面，还有一些小菜。品尝潮汕功夫茶也是一种享受，用特制的微型茶壶、白瓷小杯和乌龙茶，来个“关公巡城”或“韩信点兵”，摆上龙门阵，在茶壶热气袅袅中，话题永远说不完。

海南的饮食特色可用“海”、“南”、“岛”三字概括：海南岛四周环海，生猛海鲜非常丰富；地处南方热带，入菜材料多种多样；岛居海中，山珍野味样样齐全。海南居民饮食以天然、新鲜清淡见长，煲汤煮菜，讲究时令。海南菜属粤菜支系，取料丰实，讲究鲜活，原汁原味，以清香为主，兼蓄其他。海南菜享有盛誉，对东南亚的饮食习惯产生了很大的影响。文昌鸡、嘉积鸭、和乐蟹、东山羊可是大名鼎鼎的海南四大名菜。海南人有“无鸡不成宴”的说法，为了欢迎客人的到来，主人会端上一盆黄澄澄的文昌鸡，吃起来皮爽脆、肉嫩滑、味清鲜。文昌鸡可谓声名远播，在新加坡、马来西亚、泰国等国家也可以见到“文昌鸡饭店”。如今，海南鸡



海南文昌鸡(林廷彬 摄)

饭已成为新加坡的“国食”，是当地最知名的美食之一。嘉积鸭原产于东南亚，亦称番鸭。100多年前，嘉积鸭由华侨从马来西亚引进，鸭肉肥厚，皮白滑脆，非常甘美。和乐蟹以甲壳坚硬、



肉肥鲜嫩、膏腴丰满著称。东山羊毛色乌黑，肉肥汤浓，腻而不膻，因为常食东山岭鹧鸪茶，所以吃起来带有一股淡淡的茶味。

海南人吃海鲜有四个特点：会吃、海吃、敢吃、美吃。各种生猛海鲜，包括满身长刺的刺鲍鱼，照样可以煮粥吃。除了可以在酒店吃海鲜之外，也可以到海边鱼排上一边吃着海鲜一边欣赏美丽的海边风光。海南居民平常饮食中海味较多，故称“吃海”，烹煮海鱼、螃蟹、海蛇等以新鲜为主，且以水煮为多。海南渔民最忌讳提到“翻”、“倒”、“沉”、“风”等。

广西北海人一日三餐中要是缺了鱼腥，就觉粥饭浑然无味。他们爱吃的鱼是沙箭鱼，用它煮汤或蒸、焖、煎、炸，款款鲜美可口，最常吃的是酸菜焖鱼溜鱼，最爱吃的油煎鱼是煎马鲛鱼和黄鱼。北海人嗜咸鱼，红鱼干煲猪肉被北海人视为佳肴，“红鱼干煲猪肉无盐无油”这句民谚至今还挂在北海人嘴上。

越南菜清淡而实惠，融汇了中国、法国的烹调技艺，是中南半岛国家中最有特色的菜肴。在越南人家做客时，用水、用烟或用饭前要先向主人说一句：“不客气了”或“您先请”等，以示礼貌。越南各族常用他们最喜欢的酒和生冷酸辣食物待客，以代表他们的盛情。木鳖糯米饭是越南民众最喜爱的饭食。木鳖是一种可食用的果实，越南人把它的汁液挤出后拌到糯米中蒸熟，饭粒便带有鲜红的颜色，晶莹剔透，可口无比。越南人的口味和饮食习惯与中国两广地区非常相似。清水煮空心菜，少量的肉丝或鱼，一碗豆腐汤或小螃蟹汤，黄澄澄的鱼露，当然还有热带水果，这就是越南的家常菜。家里有客人造访，餐桌上少不了生菜，有绿豆芽、生菜、辣蓼、鱼腥草、雷公根等，将这些生菜沾一沾鱼露后即可直接食用。

鱼露、柠檬、花生碎仁和炸干葱，号称越南菜中的“四大金刚”。越南民众嗜鱼露如命，他们有句谚语“下饭看鱼露”，意思是餐桌上没有鱼露就无法吃饭。鱼露在南海周边国家和地区非常普及，如海南岛的虾汁、鱼汁就和越南

的鱼露非常相似。越南中南部人爱吃辣椒，在鱼露中放点红辣椒，吃起来就更带劲了。

在越南就餐少不了柠檬。提取柠檬汁的过程挺简单，就是将柠檬切成两半，然后用手将汁挤到盛着胡椒和盐的小碟子里。挤柠檬的动作可是很讲究的，一定要很优雅。在柠檬汁里加入少许薄荷叶，令人胃口大开的柠檬汁就做好了。

花生碎粒和炸干葱也是“四大金刚”里的两员“大将”，它们的最大功效就是给菜提香。尤其是香脆的花生碎粒，吃起来嘎巴作响，发出很好听的声音。越南人把花生慢火炒香，去皮之后再用工具有捣碎，装入密封性好的罐子里，什么时候想吃就直接拿出来，撒在饭菜上面，又香又脆。越南有名的糯米饭少不了的就是花生碎粒和芝麻，糯米的米香再加上花生和芝麻的油香，是一种简单而绵长的回味。

越南渔民吃鱼时，吃完上面部分，不能把下面部分翻过来吃，而是把鱼刺拿走，再吃下面部分。把鱼翻过来意味着翻船，最为渔民忌讳。这和中国渔民的饮食禁忌同出一辙。煮饭时，尽量避免把饭煮焦。万一煮焦了，渔民不会食用。饭煮焦意味着将触礁，也是非常忌讳的。而居住在广西的京族，过去还有在船上不准将碗覆置、不准脚踏灶台等禁忌。

柬埔寨融汇了各国饮食文化。在柬埔寨做客时，要按照当地的饮食习惯，右手抓饭，左手他用。吃饭时席地而坐，用手抓饭，将饭菜包在事先准备好的生菜叶里，再蘸上佐料往嘴里送。用餐完毕，客人要对主人的饭菜大加赞赏，并感谢主人的盛情款待。

柬埔寨人的饮食中，鱼和其他海味同样很重要。在煮熟的鱼中加上椰子汁，包在香蕉叶里吃，让人吃得如痴如醉，因此得名“杀人狂”，几乎成为柬埔寨的国菜。用椰蓉和鸡蛋制成的普拉霍克椰蓉鱼酱，同新鲜蔬菜一道食用，味道更妙。鱼酱牛肉是将煮熟了的牛肉切成小薄片，浸在鱼酱里，可同新鲜蔬菜一



道食用。将煮熟或烤熟的鱼，跟柠檬甜汁一道食用，伴以新鲜蔬菜，味道更加地道。用鱼或鸡做成的酸汤，更让人胃口大开。

因为有佛教背景，所以泰国人避免食用大块动物的肉。大块的肉被切碎后，要拌上草药和香料。泰国传统的烹饪方法是蒸煮、烘焙或烧烤。泰国人非常擅长“暹罗—伊势”的烹饪方法，喜欢用椰子油、椰子汁，少用味道过于刺激的纯香料，增加了新鲜的草药，比如柠檬草和高良姜等。泰国菜色彩鲜艳，红绿相间，外观极佳，不管是新鲜蔬菜瓜果，还是乌贼鱿鱼等海鲜，都让人感到秀色可餐。

摊鸡蛋对泰国人来讲如同命根子一样。一碗白米饭，可以不要其他菜，只要一个摊鸡蛋就可以了。泰国柠檬可以做柠檬汁饮品和啤酒香剂，但最主要的用处是当调料。泰国人几乎在每一道菜都会挤上柠檬汁，使每一道菜都散发出浓郁的水果清香，带有典型的东南亚味道。鱼露也是一种典型的泰国南部调料，吃法和越南比较相近。

在泰国人家做客，就餐时要按辈分入座，长者在首，然后依次而坐。喝酒吃菜要让长者先动手，其他人才可进餐。饭菜以一大碗米饭为主食，佐以一道或两道咖喱料理、一条鱼、一份汤，以及一份沙拉（生菜类），用餐顺序没有特别讲究，随个人的喜好。餐后，主人端上来的点心通常是时令水果，或用面粉、鸡蛋、椰奶、棕榈糖做成的各式甜点。

马来西亚是个多元文化共存的国度，也是饮食的天堂。这里汇集了中国、印度、西方国家、马来西亚本土民族琳琅满目的美食，让人们拥有多种选择的自由。马来人用餐一般用手抓取食物。在马来人家里做客，用餐前要先用清水洗净双手，进餐时必须使用右手，绝对忌用左手取食物。马来人忌食猪肉、狗肉和动物的血，不吃贝壳类动物，不饮酒。对主人热情捧上来的食物，客人品尝后要盛赞味道非常美味，这样主人就会非常高兴。

马来人的食物以辛辣为主，较出名的食物有椰浆饭、沙爹（鸡肉、牛肉及羊肉串）、马来糕点、竹筒饭、黄姜饭等。印度人的食物也以辣为主味，最普遍的莫过于拉茶、煎饼、查巴迪、打拜、多屑、香蕉饭等。

华人食物从街边小摊子到菜馆，从小吃到昂贵的酒席，不一而足。在华人餐馆可以品尝到熟悉的酿豆腐、虾面、炒粿条、清汤粉、海南鸡饭、瓦煲鸡饭、馄饨面、香港点心等，也可以吃到南洋风味的咖喱面、印度薄饼、肉骨茶、槟城辣沙。当地闻名的娘惹餐是不同风格的饮食互相渗透彼此交融的结果。

15 世纪初期，定居在满刺伽（马六甲）、满者伯夷国和室利佛逝国（印尼和新加坡）一带的中国明朝商人与当地马来人通婚生下的子女，男性称为“峇峇”（巴巴），女性称为“娘惹”，通称为“巴巴娘惹”。娘惹个个都是烹饪能手，她们采用中国菜的基本制作原料和烹调方法，但添加的却是椰子果、柠檬草等马来配料，味道独特新颖，妙不可言。



娘惹餐（周萍 摄）

马来西亚的拉茶可谓当地一绝：把茶拉长了再喝。茶店里，拉茶师傅把红茶和炼乳混合在一起，从一个茶罐由近及远地倒进另一个茶罐里，如此反复好几次，茶乳交融，既有牛奶的味道又有茶的浓香，让客人看得痴迷，喝得尽兴。

新加坡是名副其实的美食之岛，中餐、日本料理、韩国烧烤、泰国餐、法国餐、意大利餐，甚至是越南餐、黎巴嫩餐，