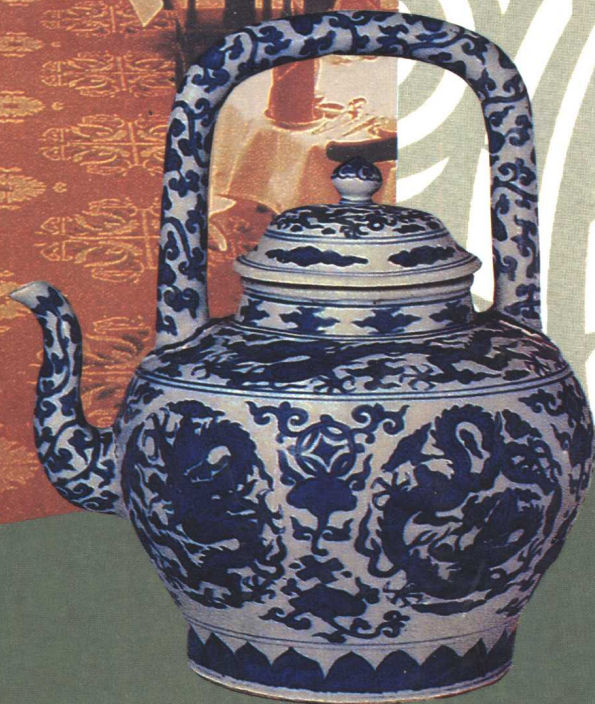


中华民俗源流集成

饮食卷

甘肃人民出版社



8

中华民俗源流集成
饮食卷

甘
肃
人
民
出
版
社



(甘)新登字第 01 号

责任编辑:黄 强

封面设计:郭宝林

中华民俗源流集成

(饮食卷)

雪 犁 主编

甘肃人民出版社出版

(兰州第一新村 81 号)

新华书店首都发行所发行 天水新华印刷厂印刷

开本 850×1168 毫米 1/32 印张 17.25 插页 5 字数 400,000

1994 年 8 月第 1 版 1994 年 8 月第 1 次印刷

印数:1—2,500

ISBN 7-226-01345-2/K · 217 定价:38.00 元

编委会名单

顾问 钟敬文 贾 芝 马学良

主编 雪 犁

编委 (按姓氏笔画为序)

马玉甘	马春阳	王国新	龙海清	孙建昌
朱可先	刘 琦	刘德荣	任 聘	汪玉良
李永甲	李维加	杨世光	杨亮才	杨昌鑫
张 余	张雪冬	何克俭	谷 风	林 宏
林如求	郑一民	罗汛河	周宝忠	金宝忱
武 鹰	屈文焜	胡 沙	赵世杰	高少峰
栾文海	涂 石	莫 高	曹廷伟	曹保明
陶立璠	梁兴晨	黄红军	董梦知	程健君
黎邦农				

目 录

佤族谷子的来历·····	(1)
景颇族谷子的来历·····	(4)
哈尼族玛麦的传说·····	(5)
藏族青稞种子的来历·····	(10)
高山族籼米的来历·····	(22)
哈尼族紫糯米的来历·····	(23)
布依族五色糯米饭的来历·····	(25)
侗族“占荀帽”的故事·····	(27)
人吃三顿饭的来历·····	(29)
吃饭与洗脸·····	(31)
中午饭的来历·····	(32)
藏族吃单份饭的由来·····	(33)
“吃管饭”的起源·····	(34)
徐州烙馍·····	(36)
枣糕馍的传说·····	(38)
馒头的来历·····	(41)
馒头的传说·····	(43)
高脚馒头的故事·····	(45)
“粘耗子”的故事·····	(47)
“八宝饭”的由来·····	(49)
吃面前喝汤的来历·····	(50)

岐山臊子面的故事	(52)
么儿拐与浆水面	(54)
吃晚饭为何叫喝汤	(56)
吃晚饭为啥说喝茶	(58)
“原汤化原食”的来历	(60)
瞒婆蚕豆的故事	(62)
贴饼子熬小鱼儿的传说	(63)
山东煎饼卷大葱的传说	(65)
吴山酥油饼	(69)
西亭脆饼	(71)
年糕的来历	(73)
福建光饼的故事	(74)
嫂姑饼的故事	(76)
白印糕的故事	(78)
定胜糕的来历	(80)
夹心蜜糖糕的由来	(82)
朝鲜族打糕的由来	(84)
油炸桧的传说	(86)
益寿枸杞粥	(89)
宁波人为什么吃臭咸菜	(92)
满族人为啥喜欢吃“锅铁”	(93)
肴肉不当菜的故事	(95)
坛子焖鸡的由来	(99)
西湖醋鱼的来历	(102)
赫哲人炖兔子鱼和刹生鱼的由来	(104)
赫哲人 and 大马哈鱼的故事	(107)
武昌鱼和神仙汤的故事	(109)

关公蟹的故事·····	(111)
涮羊肉的由来·····	(114)
“葫芦头”的来历·····	(115)
蒙古族为何爱吃琵琶骨肉·····	(116)
翠屏腊肉的来历·····	(118)
东坡肉的故事·····	(119)
金华火腿的由来·····	(121)
常州素火腿的由来·····	(123)
鱼羹的传说·····	(124)
冬瓜鳖裙羹·····	(126)
香菇汁的来历·····	(129)
炒吃稻瘪虫的传说·····	(131)
培红菜的故事·····	(134)
种田吃腌蛋的由来·····	(137)
栽秧子为啥要吃盐蛋和“打闹”·····	(139)
酸汤点豆腐的传说·····	(141)
上元观红豆腐的传说·····	(143)
咸盐的传说·····	(145)
通州贡盐的传说·····	(147)
侗家爱酸的故事·····	(150)
满族吃菜团子的来历·····	(152)
甜芦粟的由来·····	(154)
仡佬族为何喜食辣椒·····	(156)
香油果子的来历·····	(157)
回族油香的来历(一)·····	(159)
回族油香的来历(二)·····	(161)
正统宴席“上青下白”的由来·····	(165)

满族四个小碟儿压桌·····	(167)
圆桌与锦菜的故事·····	(168)
夹肉包的来历·····	(171)
办喜事为什么要吃梢子面·····	(172)
酒宴上的红萝卜·····	(174)
杂烩菜作头菜的来历·····	(176)
“叫化子”赶酒的传说·····	(177)
江西“朱公席”的来历·····	(180)
凤翔“孝子席”的来历·····	(181)
朝鲜族花甲宴的由来(一)·····	(183)
朝鲜族花甲宴的由来(二)·····	(186)
生孩子吃红蛋的故事·····	(188)
曲链馍的由来·····	(191)
生男孩吃红蛋的传说·····	(193)
妇女生孩子为何吃海带·····	(195)
做满月吃面的缘由·····	(197)
彝族嚼槟榔的故事·····	(198)
高山族嚼槟榔的故事·····	(203)
丈母娘给女婿做荷包蛋吃的来历·····	(207)
藏族酥油茶的故事·····	(210)
喝擂茶的来历·····	(220)
擂茶的传说·····	(222)
黄山茶俗故事·····	(224)
土家族喝茶的来历·····	(230)
惠明白茶的传说·····	(231)
白蒲茶干的来历·····	(234)
侗家敬客为何敬三杯油茶·····	(236)

茶礼的来历·····	(238)
姑娘叼大烟袋的传说·····	(240)
糖水滚蛋的由来·····	(244)
花烛夜吃和喜茶·····	(246)
女儿酒的传说·····	(248)
纳西族窖酒当喜酒的来历·····	(250)
雄黄酒的传说·····	(252)
水族薅九线的故事·····	(255)
独龙族为何用竹筒酿酒·····	(261)
景颇族吃水酒的起源·····	(263)
拉祜族酒的故事·····	(264)
佤族水酒的来历·····	(266)
正月初一吃饺子的故事·····	(267)
过年中午吃“丰岁”的由来·····	(270)
年初一吃臊汤的传说·····	(272)
“金嵌玉印红嘴绿英哥菜”的由来·····	(276)
“千里香”豆腐干的传说·····	(278)
苗族大年初一姑娘菜的传说·····	(280)
正月初一吃斋的由来·····	(282)
正月初二送太师饼的故事·····	(285)
朝鲜族正月十五日五谷祭的传说·····	(288)
正月十五送扁食回面猫的故事·····	(291)
正月二十吃饼子的传说·····	(293)
瑶族“岁岁有余”的来历·····	(295)
啃春的来历·····	(299)
江南人为啥关着大门吃年夜饭·····	(301)

土家族八宝和菜的来历·····	(302)
炒豆豆·····	(303)
二月二为啥炒包谷花·····	(305)
爆米花的来历·····	(307)
二月二吃煎饼的来历·····	(310)
二月二煎“虫儿”的故事·····	(312)
三月三吃青饭的来历·····	(314)
三月三吃蒿子粑的传说·····	(316)
三月三吃曲儿菜的传说·····	(319)
三月三吃荠菜花煮鸡蛋的来历·····	(322)
畲族三月三吃乌米饭的由来·····	(326)
壮族三月三吃黑米饭的传说·····	(329)
“猴蛋粿”的来历·····	(332)
寒食节吃冷食的由来·····	(334)
竹叶粿的传说·····	(336)
清明节为啥吃寒燕·····	(339)
艾糕和清明穗的故事·····	(341)
清明节的“子福”传说·····	(343)
清明节与青团子·····	(345)
闻喜煮饼的故事·····	(347)
畲族春菊糍的传说·····	(349)
拉祜族揉揉果的故事·····	(351)
傣家为何喜吃青苔·····	(352)
插秧时节为啥吃鲜耙肉·····	(354)
立夏茶的来历·····	(356)
立夏为啥称体重吃塌饼·····	(358)
立夏吃乌米饭的由来·····	(360)

立夏吃海蛰拄脚骨的来历·····	(362)
立夏为何要吃鸡蛋·····	(363)
四月八吃乌饭的来历·····	(365)
四月初八吃乌饭的传说·····	(367)
四月八吃乌饭的故事·····	(369)
四月初八杨姓瑶家为何吃乌饭·····	(371)
壮族红蓝饭的故事·····	(373)
壮族青精饭的来历·····	(375)
端午节吃粽子划龙船的故事·····	(379)
吃粽子的来历·····	(381)
粽子为啥是三角形的·····	(383)
枕头粽子的由来·····	(384)
端阳吃雄黄酒的传说·····	(386)
五月五日吃甜醅的来历·····	(388)
畲族买白鲈鱼过节的传说·····	(390)
畲家端午营叶包粽子的来历·····	(392)
端午吃鸡蛋油糕的传说·····	(393)
五月节煎饧的传说·····	(395)
端午吃“透糖”的由来·····	(397)
端午吃“箭杆黄鳝马蹄蟹”的故事·····	(399)
端午节吃海鸟蛋的缘由·····	(403)
五月端阳吃和菜的来历·····	(405)
端午节为什么要吃“十二红”·····	(407)
五月十三蚕娘饭的传说·····	(408)
六月六送桃李的传说·····	(412)
六月六吃炒面的来历·····	(414)
六月六吃炒面的传说·····	(415)

布依族六月六吃粽子的传说·····	(417)
六月六喝凉面的故事·····	(419)
六月十九吃冷面的来历·····	(422)
布依族花米饭的传说·····	(424)
七月七吃“巧人仔”的故事·····	(427)
七月七夕吃“人形饼”的传说·····	(430)
七月十五做柜子的来历·····	(433)
彝族吃新米先喂狗的来历·····	(437)
傈僳族新米节先喂狗的故事·····	(444)
畲族尝新米的传说·····	(446)
交秋吃西瓜的由来·····	(448)
八月十五吃月饼的来历·····	(450)
八月十五吃月饼的传说·····	(452)
中秋月饼的来历·····	(454)
八月中秋吃芋艿的故事·····	(456)
八月半为啥要吃芋艿·····	(457)
同心饼的故事·····	(459)
中秋品尝无丝藕的由来·····	(461)
宁波舟山人为啥八月十六吃月饼·····	(463)
乾隆与月饼的传说·····	(465)
送秋的来历·····	(467)
南京人中秋吃盐水鸭的由来·····	(468)
侗家人中秋节吃大锅菜的来历·····	(469)
“吃包”的由来·····	(470)
水族端节吃南瓜的故事·····	(472)
重阳节为啥吃油糕·····	(474)
上海人重阳节为何吃糕·····	(476)

侗族重阳“三大耙”的来历·····	(477)
十月朝为何要吃红豆饭·····	(479)
饽饽蘸豆面吃的由来·····	(481)
冬至吃饺子的传说·····	(482)
冬至搓丸的由来·····	(484)
冬至吃南瓜的传说·····	(486)
冬至吃豆腐的由来·····	(488)
冬至贴傩仔的传说·····	(490)
腊月初五吃五豆的故事·····	(492)
腊八粥的由来(一)·····	(494)
腊八粥的由来(二)·····	(497)
腊八粥的由来(三)·····	(499)
腊八粥的由来(四)·····	(500)
“公婆饭”的传说·····	(503)
焐年猪的传说·····	(505)
苗族杀年鸡的来历·····	(507)
苗族辣椒骨的传说·····	(511)
白族杀年猪的传说·····	(514)
“花腰傣”杀年猪的由来·····	(516)
土家族杀年猪的传说·····	(518)
“偷吃”团圆饭的故事·····	(520)
团年饭是怎样吃起来的·····	(522)
元宝锅巴的传说·····	(524)
“烙灶干”到“熬百岁”的来历·····	(525)
三十夜子打囤子的故事·····	(527)
蒸枣山的传说·····	(530)
端锅菜的传说·····	(532)

除夕吃甘蔗拥火种的来历·····	(534)
蒙姓水族除夕吃荤的缘由·····	(537)
年三十吃菜羹的传说·····	(540)

佤族谷子的来历

居住在云南西盟佤族自治县的阿佤人从前不知道有谷子，吃的是野菜、野果，人黄得像干菜叶，做活也没有力气。

有一天，一只老虎吃饱了肚子，悠闲地来到水潭边。水潭并不大，水也不太深，水清澈见底，潭底有颗又圆又大像珍珠样的东西。老虎刚要把嘴伸进水潭，一道金光刺得它睁不开眼。无奈何，它把嘴离开水面，定睛往潭底看去，只见潭底的那个宝贝闪闪发光。老虎感到很惊奇，绕着潭边转来转去，最后，断定这是一颗“宝珠”。老虎想，这山林属于我，这水潭也属于我，这颗“宝珠”当然也是属于我的了。它越想越美，越想越得意，于是，大吼一声，把森林里所有的动物都召集到水潭边，指着水里的“宝珠”说：“谁把它捞上来献给我，我封它为二大王。”

动物们一听，都争着要去捞那颗“宝珠”。

豹子认为，除了老虎之外，数它本事最大，二大王理所当然应当是它，就抢先一步，跳到潭边，把爪子伸入水中。可是，因为用力太猛，把整潭水都搅得晃动起来，那颗“宝珠”却看不见了。它只好把爪子缩回来，眼睛盯住水潭。水晃停住了，那颗“宝珠”又出现了，它急忙又把爪子伸入水中。奇怪，那颗“宝珠”又不见了。就这样反复了几次，还是没本事把“宝珠”捞上来。

猎见豹子悻悻的样子，在一旁发出了几声冷笑，想：“这件事非得我来不可。”于是，摇头甩耳地走出来，“扑通”一声，跳入

潭中，用拱嘴在潭中乱拱，可是，那颗“宝珠”连影子都不见了，而且，水潭太深，它拱一会儿就憋不住气，要露出头来，抖抖身子，站在那里发呆。那粒“宝珠”依然在潭底发出耀眼的光芒。

大象迈着方步走到潭边，把鼻子伸入水中，想用鼻子把“宝珠”吸出来。可惜鼻子一进水，水就摇晃得厉害，根本看不清“宝珠”在哪里，当然也没法把“宝珠”捞上来。

马鹿、鹿子、狐狸、兔子……所有的动物都轮遍了，还是没把“宝珠”捞上来。气得老虎胡须倒竖，大声咆哮，爪子把地都刨出了一个坑。这声音把正在草丛里酣睡的蛇惊醒了，它扭扭拐拐地爬到水潭边，用嘴咬住潭边的草，用尾巴去打那颗“宝珠”，打了几下，终于把“宝珠”打出水面。

这时，恰好有只斑鸠飞过，看到那粒“宝珠”，便把尾巴一翘，双翅一收，还不等野兽们明白是怎么回事，“宝珠”就已经进了斑鸠的嗦袋，一转眼就飞走了。

这天，一对夫妇在离水潭不远的地方种地，忽然看见一只斑鸠歇在树杈上，男的便拿起弩来，一箭把斑鸠射下来，在剖斑鸠时，发现了那颗“宝珠”，因为不知道这就是谷子，便随手丢在地上。秋天到了，夫妻俩又来到丢谷子的那个地方劳动，那粒谷子已经发芽、生长、开花，结出了三四穗黄澄澄的谷子。他俩把谷穗摘下来，放在手掌上搓了搓，仔细一看，竟和斑鸠嗦袋里的那颗一模一样，于是又随手丢在那里。第二年秋天，夫妻俩路过那里，看到一片谷子，十分好奇，便停下来，把所有的穗子都摘了，一穗一穗地用手搓，堆了好大一堆。望着一大堆黄澄澄的谷子，他俩想，要是能吃就好了。于是，不约而同地抓了几粒吃起来，开始是连壳吃，嚼了一会，又香、又甜，只是有点糙嘴。后来，又把壳剥掉吃，比原先好吃多了。不一会儿，肚子就饱了。他俩十

分高兴，照去年的样子，在地里撒了一些，其余的背回家，让寨子里的人个个都尝了。这样，谷子就一年一年地传下来了，而且根据斑鸠的叫声，给它取名叫谷子，一直流传到现在。

俄不拉 讲述
颖 峰 采录