

第一章 甘肃回族民俗文化

回族是甘肃省人口最多、分布最广的少数民族。据 2000 年第五次人口普查统计，全省回族人口 1184930 人，占全省人口比例 4.72%，占全国回族人口比例 12.07%。甘肃的回族人口分布在临夏回族自治州、张家川回族自治县、平凉、兰州及全省各地。在长期的历史发展中，形成了一整套独特的风俗习惯，这些风俗习惯遍及回族人民生产、生活及社会经济、政治的各个方面，是甘肃回族历史传统、共同心理素质和生活方式的具体表现，集中体现了回族的民族特征和独特的文化传统。概览甘肃回族民俗，有助于更好地了解回族社会生活，对弘扬回族传统文化，增强回族自尊、自强、自信和民族自豪感，推动和促进回族社会经济的发展具有重要意义。

甘肃回族民俗事项体现在回族人民生产、生活的各个方面，包括信仰、礼仪、服饰、饮食、居住、婚姻、节日、丧葬、卫生、禁忌等，具有浓郁的民族和地方特色。

一、宗教信仰

甘肃回族信仰伊斯兰教。伊斯兰教旧称“回教”，“回回教”；“回回教门”；“天方教”；“清真教”等。伊斯兰教通过陆上的“丝绸之路”和海上的“香料之路”分别传入中国内地。始传中国的年代有隋开皇（581—600）中，唐贞观（627—649）初，“唐永徽二年”（651）和“8世纪初（约712）”等诸说，国内一般多主陈垣（1880—1971）据《旧唐书》本纪及《册府

元龟》谓永徽二年大食始遣使朝贡之说（见《回回教人中国史略》）”。伊斯兰教传入中国，回族先民就全民信仰伊斯兰教。当时甘肃的河西地区就有大批信仰伊斯兰教的大食、波斯客商留居。他们的宗教信仰因自身繁衍发展及与其他民族通婚等原因而被推广。以后随着穆斯林的增多及回族作为一个民族在元末明初形成以后，甘肃回族人口不断增加，伊斯兰教在甘肃得到了很大发展。明末清初，伊斯兰教四大苏非主义学派传入河湟地区后，在甘肃相继形成了格底目、伊赫瓦尼、西道堂和许多门宦，使甘肃成为中国伊斯兰教各种派别的主要产生地。但这些派别在教义教理上都属于伊斯兰教逊尼派，外在表现大同小异。

回族的宗教信仰表现在两个方面，即意识形态方面的基本信仰和宗教行为方面的基本功修。

1. 基本信仰

按照伊斯兰教的基本规定，回族穆斯林必须保持六大信仰，即信真主、信天仙、信经典、信圣人、信复生、信前定。

——信真主，这是回族基本信仰的核心。真主安拉是独一无二的，造化天地万物、日月星辰及主宰宇宙的一切。安拉无形象、无方位、无伙伴、无祈求、无始无终，但又无时、无处不在。安拉具备一切优美的德性，至知、至能、至全、至善。

——信天仙，伊斯兰教认为人世是现实的世界，此外还有一个由真主用光创造的诸天仙存在的属于妙世的世界范畴。天仙也是真主造化的属灵存在物，无性别、无老幼，遵照真主的意志管理天上和人间一切周转和善恶以及自然现象等。天仙数目很多，各司其职。伊斯兰教强调信天仙，但不允许崇拜天仙，不能把天仙和真主等同起来。

——信经典，《古兰经》是真主下降的最完美的经典。回族等穆斯林在宗教信仰、宗教生活、品德修养、社会活动等方面，都以《古兰经》为准则。

——信圣人，伊斯兰教认为，真主在人类发展的不同时期，都派来了使者，这些使者具有普通人所没有的品德，所以相对于普通人而言是圣人。其中穆罕默德是真主派来的最伟大、最完美、也是最后一位使者，“众先知的封印”（《古兰经》33:40）。他具有其他圣人所没有的品级、德性和奇迹，他肩负着替主行道、教诲世人的崇高任务。信仰穆圣为“众先知的封印”和他以前的诸先知或使者。

——信复生，伊斯兰教认为，整个宇宙及其一切生命，终有一天会毁灭，然后安拉又使一切复活，复活时，真主要赏善罚恶，善者进天堂，恶者下地狱。

——信前定，伊斯兰教认为，人的寿命、贫富、贵贱、美丑、善恶等，皆由真主前定。

2. 基本功修

回族的宗教功修主要表现在念、礼、斋、课、朝五个方面。这五个方面做好了，才是一个合格的穆斯林。

——念，就是念清真言，即“万物非主，惟有真主，穆罕默德是主的使者”。凡回族穆斯林，无论男女老幼，都要会念，还要理解其意，念念不忘真主。

——礼，就是礼拜。主要是每日的五时之礼（晨礼、晌礼、晡礼、昏礼、霄礼），每星期五的聚礼，以及尔德节、古尔邦节的会礼。礼拜时需大小净，然后到清真寺或家中进行。礼拜是回族穆斯林日常普遍的宗教活动，在甘肃回族中，聚居区礼拜人数多于散杂居地区，农村多于城市，年老者多于年少者。

——斋，就是斋戒、封斋。伊斯兰教规定，在伊斯兰教历每年九月，所有男子12岁、女子9岁以上的穆斯林都要斋戒一月（病者、孕妇、出门者等除外）。斋戒时每日东方发白前进食，日落后开斋再进食，中间不食不饮。斋戒的主要目的是锻炼和培养人的意志，并通过斋戒体会贫者的痛苦，从而激发人们的怜悯

之心。在甘肃回族中，斋戒的情况和礼拜一样，斋戒的人聚居区多于散杂区，农村多于城市，年长者多于年少者。

——课，即天课，实际上是一种“济贫税”。天课制度及天课的具体数目在伊斯兰教的主要经典《古兰经》中有明确的规定。凡穆斯林家庭每年均应在自己当年的全部收入中，依一定的比例，拿出收入的一部分给贫穷者，或给予慈善和公益事业。在这一方面，甘肃回族穆斯林基本上是随自己的意愿拿出一些钱接济穷人，或给清真寺。

——朝，即朝觐。伊斯兰教规定，凡有条件的穆斯林一生当中至少去沙特麦加朝觐一次。近年甘肃回族穆斯林朝觐人数逐年增多，甘肃省每年都组织朝觐团去麦加朝觐。朝觐者归来后，即被称为“哈知”，受到人们的普遍尊重。

甘肃回族穆斯林在基本信仰和遵行念、礼、斋、课、朝五功方面都是一致的，但由于甘肃是回族人口较多，教派门宦也很多的地区，有些地方，有些教派的穆斯林在其他一些宗教活动方面存在一些差别，如有些教派的回族穆斯林在纪念亡人时要举行宗教性质的“尔曼里”，而有些教派则不举行，又如有些地方在迎送阿訇时给阿訇披红挂绿，有些地方则不，有的教派在节日聚礼时要“出荒郊”（到野外空旷地带聚礼），有的则不，等等。

清真寺是回族穆斯林的主要活动场所，它是穆斯林洁身沐浴、做礼拜的场所，又是举行宗教教育、传播宗教常识、培养宗教职业者的讲坛和经堂，还是回族群众政治、经济、文化、生活及公益事业的中心。甘肃回族地区清真寺很多，有许多是历史比较悠久、影响较大的，而更多的是改革开放以后建造的。有些清真寺规模宏大、风格独特、工艺考究。从风格上看，主要有两类，一种是阿拉伯风格的圆顶建筑，如兰州西关清真大寺，另一种是中国古典式的宫殿型建筑，如临夏南关清真大寺。一般都有礼拜大殿、水房、经堂、宣礼塔、望月楼等建筑，其中礼拜大殿

都坐西向东，是清真寺最主要的建筑。凡人大殿者都需大小净和脱鞋，非穆斯林禁止入内。在清真寺的管理上，甘肃回族大多数地方是相同的，即每一个清真寺都有一个阿訇，其职责是领拜、讲经、教学，并处理本坊宗教事务，还有一位乡老，主管清真寺日常行政事务，另有一位寺师傅，负责水房烧水等具体事务。这三人是甘肃大多数清真寺都不可缺少的，但有些较大的坊寺则在三人以上，如有的坊寺设有“二阿訇”，协助阿訇进行宗教事务活动，有的坊寺由多人组成的寺管会管理，而不是乡老一人等。

甘肃回族的清真寺普遍都有住寺学经的满拉（学生），一般由阿訇亲自教学。经数年学习，学完一定的课程后成绩合格者，可举行仪式宣布毕业，同时取得阿訇资格，这一过程叫“穿衣”。“穿衣”仪式虽然是一种带有宗教色彩的隆重仪式，但在伊斯兰教中没有此方面的规定和要求，是人们根据有关宗教传统而发展起来的。在甘肃回族地区，阿訇资格的取得一般要经过热烈而隆重的穿衣仪式。这一仪式的内容一般有当众让穿衣者讲解经典教义，并由教他的阿訇当众介绍他们的教学及满拉学习情况、学习成绩等，并给穿衣者穿衣：戴代思达尔、穿阿拉伯式的绿色长袍，之后接受众乡亲及亲朋好友的祝贺等。穿衣这一隆重、热烈的仪式是宗教生活的延伸和发展，在甘肃回族地区形成传统并不断的发展。

在甘肃回族地区，除清真寺很多以外，拱北建筑也较多。如临夏、兰州等地就有很多拱北。在中国，拱北指门宦教主墓地或教主的修道处，为门宦的活动中心。在甘肃的回族地区，由于门宦众多，所以拱北也最多，每个门宦都有自己的拱北，有的门宦不止一处拱北。拱北也由不同的建筑组成，一般由陵墓、经厅、礼拜殿、水房等组成，规模和气势不亚于清真寺建筑，如临夏大拱北建筑群，规模宏伟，风格独特，精美考究。因拱北多葬有教主等人，所以一般是人们尊敬和有专人守护的地方。在教主的忌

日时，教众一般要去拱北上坟纪念，拱北也举行一定的宗教活动。同时，拱北也是门宦教主及负责人干功修道的地方。

回族全民信仰伊斯兰教，以履行宗教五功为宗教活动的主要内容，并对履行宗教五功好的人普遍尊重和仰慕，如阿訇、教主等在群众中有较高的威望。阿訇虽是带领群众履行宗教活动的人，但阿訇并没有特殊的权利，他仅仅是引导群众履行宗教功课、宣讲教义、而且是以身作则的人，他要接受群众的监督。同时他也是有家庭、有妻室的平常人。

二、礼仪习俗

回族是一个注重礼仪的民族，甘肃回族自然不能例外。在长期的发展过程中，甘肃回族形成了许多独特的礼仪习俗，体现在回族人生活和人生历程的很多方面，而且甘肃回族非常注重礼仪传统的保持以及对下一代的礼仪培养和教育。

1. 人生礼仪

甘肃回族的人生礼仪自孩子孕育期就开始了。当孕妇怀孕后，人们一般叫“有喜”，孕妇不送亲，不参加婚礼，不见已故的人，不送葬，临产时，孕妇要洗大净，尽快进产房。孩子出生时，不允许人进入，连丈夫也不例外。孩子出生后，有些地方的习俗是视婴儿性别不同而在屋门置不同标志。孩子出生后，一般孩子的父亲要去孩子舅家报喜，然后请阿訇给孩子命名。给孩子命名的时间不甚严格，各地均有不同，有的地方是三天以内，有的是七天以内，而有些地方则在孩子满月以后。请阿訇给孩子命名，叫起经名。起经名的过程也因地区不同而有所差别。有的地方由家人到清真寺向阿訇说明孩子是男是女，然后阿訇询问家庭成员及主要亲属的经名之后，起一经名（目的是避免名字重复）。有些地方则请阿訇到家中，举行一定的礼仪，然后起一经名。也有的人不请阿訇，而是由自己或家人及亲朋好友起一经

名。回族经名一般是历代圣人及圣裔的美名，如男孩一般叫尔撒、尔里、努哈、尤素夫等等，女孩一般叫阿依舍、法图麦、素福夜、赛力麦等，也有以婴儿生日命名的，如出生在斋月，叫来麦丹，出生在星期五，叫主麻等。

甘肃回族人一般都有经名，大多数人也有汉名，无汉名者在记名登记时则在经名前冠以汉姓，如马尔撒、马义布拉等。起汉名时则随意性很大，无太多约束，但多以得、仓、福字居多，如马占得、马有仓、马德福等，反映一种美好的愿望。

在孩子满月后，甘肃回族人大多要给孩子做满月，尤其是长子长孙更不能例外。做满月时，主人要准备丰盛的饭菜招待来客，亲朋好友都要前来道贺，尤其是外爷、外奶、舅舅、舅母等不可不来，他们都要带一定的礼品如小孩衣物等前来道贺。

在回族孩子成长的过程中，男孩还有一个重要的人生礼仪，即举行割礼。割礼俗称做“逊乃提”，即割除阴茎的包皮。回族割礼的目的是出于卫生的需要，因为包皮下常积聚污垢，作小净时不容易清洗干净，且时间长了会带来疾病。而割礼的来源则是宗教信仰。伊斯兰教规定，男孩到12岁已经开始懂事，要开始承担宗教义务，履行宗教功课，举行割礼能更好地大小净，使身心清洁。

2. 生活礼仪

甘肃回族人的生活礼仪体现在回族人的日常交往之中。俗话说“回回见面三分亲”，无论男女老幼，他们见面互相问候时，通用一句见面语，即说“色俩目”，即致礼者先说“安色俩目阿来依库木”，意为求真主赐你平安、幸福，回答者说“吾阿来依库色俩目”，意为求真主也赐你平安、幸福。这种带有宗教色彩的用语，经长期沿用，其意义广泛，代表了问答者全部的问好、祝愿之情，同时在一定意义上成为识别穆斯林的一种标志。

甘肃回族说“色俩目”有许多讲究。一般是晚辈向长辈先

致色俩目，年轻者向年长者致色俩目，教民先给阿訇致色俩目，少数人先对多数人致色俩目。在甘肃省，因教派和地方不同，回族在相互致色俩目时，礼节也有所不同。有的在致色俩目时相互握手，有的右手抚胸前，有的抱拳作揖，有的平摊双手。甘肃回族不允许说色俩目时表现出不稳重。年轻者见年长者不致色俩目，晚辈不向长辈致色俩目，是一种没有礼貌的行为。听到致色俩目而不回是一种自傲的表现，这些都会遭人们的谴责。在甘肃回族地区，色俩目不仅在相聚见面时说，在相互道别、再见时也说色俩目。这时行者先向送者说，以示道别。另外回族穆斯林之间在写信、打电话时，也先致色俩目，只不过在书面上直写“色俩目”或“色兰”，以示最亲切的问候和祝福。

甘肃回族人诚实憨厚、和蔼可亲、热情好客、有礼有节。当家中来了客人时，主人要尽快迎接，客人进屋时，要主动揭开门帘，让于正屋，进屋后即请客人上炕坐定，立即置炕桌于客人面前。如一位客人，即让于正中，如数位客人即让年长者于正中位置。随即洗净盖碗，放家中最好的茶叶及冰糖、桂圆等，用滚烫的开水沏上，先让客人喝茶，然后立刻准备饭菜。主人一不陪坐，二不陪吃，站在地下不断地劝让、夹菜、添水，让客人吃好，吃饱。甘肃回族人家不论贫富，在待客方面都热情、好客，从不怠慢任何客人。尤其在临夏地区更为突出。

回族人作客时，要求礼貌、大方、庄重。同桌入席时，要请年长者动筷子后其他人才能吃。吃饭时不胡言乱语，不挑不嫌食物，不乱搅乱拨，小口进食。吃烙馍、油香时，不直接大口咬食，而要用手掰着吃。与左右人谈话时，不能一边大口进食一边谈话。对主人的不断谦让、招呼要表示感谢，不能无动于衷。送客时，要和颜悦色，一再挽留，并送客人出大门。

甘肃回族在亲朋、邻居有病人时，都要去看望和慰问，在亲朋、邻居家有喜事时都要去道贺祝愿，在出远门时要讨父母的口

唤（同意），并安排好家中的事务，回来后要向父母讲述出门情况。不私下议论人，不叫别人外号（绰号）。修院盖房时要征得左邻右舍的同意，不能影响左邻右舍。对上门乞讨者不能无任何施舍。

三、服饰习俗

服饰是民族外在的、标志性的特征，所以回族服饰体现了回民族的外在特征，是从外部特征上识别回族的标志之一。甘肃回族服饰具有自己明显的民族特点和地方特色。甘肃回族人称服饰为“衣着”和“穿戴”。根据性别和年龄的不同，甘肃回族服饰男女老幼各有特色。

1. 男子服饰

号帽：也称“巴巴帽”、“礼拜帽”，外族人多称“回回帽”。是一种无檐平顶小帽，一般有白、黑、棕色三种。其中白色号帽非常普遍，黑、棕色多为年长者戴。白色号帽一般由的确良、涤卡、棉布等制成，还有用白棉线钩制成的，而黑、棕色则多用平绒、华达呢制成，也有用粗毛线钩制的。但近年来，甘肃回族号帽在保持原有特点的基础上逐渐趋于精致、美观，有的镶有金边和美丽的花纹，这些大多是由朝觐者从国外带回的，有沙特制作的，也有巴基斯坦制作的，穆斯林多称为“哈知帽”。

在甘肃回族地区，因教派的不同，有些群众所戴的号帽很有特点。如张家川及陇南一带哲赫忍耶穆斯林所戴的号帽，是一种圆边六角号帽，其帽为六角折叠式，不戴时可折叠，顶端有一小疙瘩，也有白黑两种。据说这种号帽是由中国伊斯兰教哲赫忍耶门宦创始人马明心所创制，六角代表六大信仰，顶端代表惟真主独一。这种在服饰中形象地赋予宗教信仰的象征意义，是很特别的。虽然号帽是回族男子非常普遍的服饰，但由于其具有宗教意义，并成为历代沿袭的传统性服饰，所以号帽在回族穆斯林的心

中是崇高、洁净的象征，因而爱护备至。随时用净水洗净，不戴时挂于高处或洁净之处，不与其他衣物混杂。

甘肃回族男子的另一头饰是“代思达尔”，即缠头巾，多为白、黄色细软布料，长一丈左右。缠头时前边缠到发际处，一端留出一截吊于背后，另一端缠定后压至缠巾层里。缠“代思达尔”者多为做礼拜等宗教活动时，平时大多不缠。

准白：意即“袍子”或“长大衣”。这是甘肃回族满拉、阿訇及老人喜爱的服装。一般选用黑、白、灰等颜色的布料制成，有单、夹、棉几种。

除上述几种主要服饰之外，甘肃回族男子普遍喜好穿白衬衣（农村多叫汗褂），黑坎肩，一般在白衬衣上穿黑坎肩，再戴白号帽。显得精干、整洁、大方，干活非常方便。随着时代的发展，回族男子着装也有所变化，制服、西装等也受到人们的普遍欢迎。

在注重着装的同时，甘肃回族男子还喜好留须，认为留须是一种能显示男子气魄的方式，也能增加美感。但回族男子留须与汉族不同，一般单从胡须的特点上就能判断是否穆斯林，可见回族留须有自己的特点。但甘肃回族因教派不同，留须特点也不尽相同，如大多数回族男子留一种全脸胡，而有些只留上唇胡须及下巴胡须。回族男子留须以后，一般要经常洗、梳、剪，进行修饰，上唇胡须不允许太长，以不出唇沿为限，更不留八字胡。一般年长者留全胡，年轻者则多只留上唇胡须。

2. 女子服饰

甘肃回族妇女的服饰以头饰最有特点，这就是不论老幼，一般都戴盖头（也叫搭盖头）。盖头是一种能盖住头、耳朵和脖颈的服饰。回族女子戴盖头的习俗，主要源于宗教信仰。伊斯兰教将妇女的头发、脖颈等列为羞体，必须遮盖起来，所以中国回族妇女普遍戴盖头。甘肃回族妇女的盖头，多用丝、绸、纱、绒等

细料制成，颜色分绿、黑、白三种。绿色盖头多为少女、少妇戴，显得清俊秀丽，中年妇女戴黑色盖头，显得素雅端庄，老年妇女戴白色盖头，显得洁净老成。和“号帽”一样，盖头对甘肃回族女子而言，是洁净、崇高的象征，所以平时戴时都显得整洁、干净，在家中不戴时，也挂于高处，或放于洁净之处，不与其他衣物混杂。

甘肃回族妇女的盖头，以临夏地区最为漂亮、美观，虽然从颜色上大体表现为绿、黑、白三种，但花纹、图案、面料丰富多彩。临夏不仅有许多专门从事制作盖头的人，也有许多从事批发、零售盖头面料的人，所以制作的盖头最为美观、大方，深得回族妇女的喜爱。

戴盖头是回族妇女普遍的服饰现象，但随着时代的发展，近年甘肃城市及聚居区的回族少女，大多喜欢搭盖颜色、品种更为多彩的大方巾或大三角巾，以代替盖头。这种方巾或三角巾和盖头一样，都能遮盖头发、耳朵、脖颈等，颜色以白、绿、金黄居多，间有许多彩色图案和饰物，所以少女们戴上以后，显得更美丽大方，而又不失少女们活泼、可爱的特点。

在服装上，甘肃回族女子喜好大方、朴素的衣物，以宽松、舒适、方便、美观为标准。一般说来，少女、少妇们的衣物颜色鲜亮，中年妇女喜好素雅的颜色，老年妇女以青、蓝、灰色为主。在甘肃的农村地区，回族老年妇女喜穿大襟衣服，有些还扎裤脚。

在甘肃回族妇女的饰品中，金、银首饰是一个很重要的部分。回族女子大都佩戴金银耳环、戒指、手镯等，女孩子七八岁时就扎耳朵眼，戴耳环。还喜欢用凤仙花（张家川等地叫指甲花）染指甲。已婚妇女闲时还经常开脸，以求美观、洁净。

四、饮食习俗

由于甘肃回族是以具有我国西北地域特点的农业生产为经济基础，加上宗教对回族人民的影响，所以甘肃回族饮食大体上表现为以下几个特点：在主食方面以面食为主，其品种多、花样新、味道美、技术精；在菜肴中喜好羊、牛、鸡肉菜，且制作方法独特；喜好饮茶；擅长制作许多风味小吃。

1. 面食

甘肃回族的面食制作丰富多彩，以煮、炸、烙、煎等为主，口味上以香、甜、酥、酸、辣、脆等为特色。在长期的历史发展过程中，甘肃回族形成了一些普遍的、各地都有的面食制品，如：

油馍、馓子：都是用精白面粉，以清油、鸡蛋、蜂蜜、花椒水等和好，经油炸而成。馓子是将和好的面，搓成筷子般细，然后盘成簸箕形，放入油锅炸成，色呈金黄，香酥可口。油馍是将面作成各种造型，如几何图案、花卉等，然后放入油锅炸成。馓子、油香一般为节日食品，做好后除招待客人、自家食用外，还要分送亲朋好友。但由于其香酥可口，近年在兰州等城市出现了专门出售馓子的个体商贩，受到各族人民的喜爱和欢迎。

油香：是回族人的一种特殊称法，凡是回民都有吃油香的习惯和喜好。但炸油香和普通炸油饼也有区别之处，即在下锅前，要在饼中间切一刀或两刀，且甘肃回族油香较小。油香是回族人民过节、待客、举行一些宗教活动时的一种必不可少的食品。油香也有很多种类，如淡味油香、甜味油香、烫面油香、煎炸油香等。

甘肃回族除上述几种特殊面食之外，家常面食也有馒头、面条、包子、饺子等，这是各地都有的。但是由于地区不同，各地回民逐渐形成了一些各有特色的大众化面食制品，如：

河州，面片：有炒面、烩面之分，是临夏回民日常生活中几乎每日不可缺少的主要食品。炒面的做法是将面揪成小片入开水锅，熟后捞出，在净锅内入油，以牛、羊肉及各种菜（如菠菜、粉条、葱、青辣椒等）与面片同炒，佐以各种调料，炒熟即成。烩面即是将下好的面片与炒好的菜烩在一起，吃时放香菜、油泼辣子等。河州尕面片讲究一个“尕”字，以指甲盖大小的面片为最好。

兰州牛肉面：做法是先选小麦精粉和面，然后抻拉成大宽、小宽、三细、二细、毛细、韭叶等状入开水锅，熟后捞出，浇以带萝卜片的牛肉汤，配以牛肉丁，佐以油泼辣子、香菜、蒜苗等，显出一青（萝卜）、二白（面）、三红（辣椒）、四绿（香菜、蒜苗），色佳味美。兰州牛肉面最讲究“汤道”，据说“汤道”调料多达几十种，有名的牛肉面师视此为“秘方”，不轻易示人。在历史上，最有名的是回族厨师马保子的清汤牛肉面。现在，这种由兰州回族创制的食品不仅在甘肃回族地区普遍都有，而且已推广到全省、全国了。

临夏锅盔：是一种用特制锅烙烤而成的圆形馍。临夏锅盔讲究酥、香，有淡味和甜味两种，热食最好。现在临夏锅盔在兰州等地很普遍，成为人们普遍喜欢的大众方便食品。

张家川出汤面：做法是将面和好，然后擀成纸状，用刀切成细丝状，下入开水锅，熟后捞入凉开水中。食时，先将配制好的汤道端上桌，再将长面连盆端上，食者自己将面捞入碗中，佐以陈醋、油泼辣子食用。此面长而筋道，风味独特，是张家川回民普遍喜爱的家常食品。

兰州酸汤面：是兰州回民的家常主要食品之一。做法是先将面擀成纸状，再折叠起来，切成小菱形状，讲究的人切成雀舌大小（因此这种面也叫“雀舌面”），下锅熟后，将炒好的羊肉、萝卜丁等烩入其中，再佐以香菜、油泼辣子、香醋等。此面美味

可口，因面丁太小，筷子捞不起，吃时以喝为主，所以兰州回民将吃酸汤面形象地叫做“喝酸汤”。

除上述几种有特色的面食外，甘肃各地回民还有许多有特色的面食制品，如临夏的河州包子，平凉的酥饼、干面锅盔，以及各地回民的油糕、麻花、酥馍、烧麦、馅饼等。

2. 菜肴

甘肃回民的菜肴以牛、羊、鸡肉类炒菜为主，经发展演变，形成了一些独具特色的菜肴，如：

手抓羊肉：是甘肃回族的传统名菜，一般都是将鲜嫩羊肉煮熟后，切成条块端上，食者手抓而食。手抓羊肉在甘肃回族中比较普遍，但各地风味略有差别。在甘肃，尤以河州手抓羊肉最为有名。河州（临夏）手抓羊肉的做法是：选用肉质细嫩、无腥膻气味的本地羊，即用从羔羊时期就精心饲养的“站羊”，宰后洗净，在开水沸腾时入锅，准确掌握火候，在适当时捞出，老嫩合度，肉鲜味美。调料只选花椒、青盐、干姜等数枚。食时将羊肉趁热切块端上，手抓之并蘸盐佐大蒜食用，细嫩爽滑，清淡可口。

糊羊：兰州等地回民宴席中的一道传统名菜。将鲜嫩肥羊肉切成条块状盛于碗中，配以适当调料，放于笼中蒸熟，食时，趁热从笼中拿出，将碗扣于碟上，取下碗后，碗中羊肉呈馒头状，撒少许香菜、蒜苗等端上即可。此菜以粉糊汤水伴之，食时给人感觉是肥而不腻，酥软可口。

发菜：临夏回民传统名菜。做法是先除去发菜中杂物，洗净晾干，取鸡蛋适量，蛋白、蛋黄分别盛于碗内，用筷子迅速搅拌成糊状，蛋黄与发菜拌匀，置于盆底，覆以蛋白蒸熟，吃时，加入清汤烩制，配木耳、香菜等即可。

辣子鸡块：甘肃回民传统菜肴，但各地略有不同。兰州等地的做法是将鸡块与青辣椒一块炒，鸡肉金黄，辣椒青绿，层次分

明。临夏回民则先将整鸡炖熟，切成大块（讲究者按严格程序切成十三块），再入锅炒成，加少许葱、木耳等，临夏人俗称炒“杂鸡娃”，历史上这道菜以“大盘鸡”命名，传入北京等地，颇受欢迎。

除上述几道影响较大的菜肴外，甘肃回民还喜好并擅长制作许多菜，如：糖醋里脊、烩炒夹沙、烩三鲜、清炖牛羊肉、香酥鸡、凉拌蹄筋、烩丸子、葱爆羊肉、爆炒羊羔肉、糖醋鲤鱼、黄焖羊肉、羊肉泡馍、什锦沙锅、酸汤水饺等等。

3. 饮茶

回族喜好饮茶，也善饮茶，甘肃回民自不例外。茶既是甘肃回族人日常生活的必需品，也是连接友谊、增进感情的纽带。

甘肃回族人饮茶习俗自成特色，从茶的种类看，甘肃回族人喜好春尖、陕青、茯茶、毛尖等，而且以当年产的新茶为好。从饮茶的茶具看，以盖碗较为普遍，讲究盖碗的工艺、造型和图案。盖碗由盖子、茶碗、底座三件构成，以景德镇产的青花、玲珑、粉彩等为上品。泡茶的水以泉水、井水为好，喝时以沸腾的开水（临夏回民俗称“牡丹花水”）为宜。

茶、盖碗、牡丹花水是甘肃回族人饮茶的基本要素，但在饮用时，多在盖碗中放入冰糖、桂圆、杏干、葡萄干、干枣、枸杞、核桃仁等，连同茶叶一起共八样，称“八宝茶”，也可是五样，叫“五香茶”，一般的只加桂圆、冰糖。泡茶时，先用滚烫的水将盖碗冲一下，再放入茶料，倒少许水泡一二分钟，再将水添满饮用。回族人一般都会品茶，尤其老年人更甚，认为鲜、爽、活的茶才是好茶，鲜而不爽、爽而不活的茶都不能称为好茶。

回族人把饮茶作为待客的基本用品，客人坐定后，主人以敬茶为先。先将刚泡上的茶双手捧送于客人面前，随即添水，客人饮用时，随时添水，有的主人添水时，到了客人喝一口，主人添

一些的程度，以表示主人的诚意和尊敬。饮茶者则要有一定的礼节，如喝时不能大口连续喝，而是先用碗盖刮几下，将茶叶刮在一边，小口饮用，不能喝干，也不可一口不喝。待不喝时，用筷子捞出桂圆食之，并向主人感谢后，主人方不再添水。主人敬茶、添水时，以长者优先。

甘肃回族除喜好饮茶之外，有的地方还流行喝奶茶、麦茶等。奶茶一般用茯茶加盐，泡好后加奶烧开即可饮用；麦茶是将麦子炒成半焦后冲开水泡好，特点是有很好的解热消暑作用，农村部分地区多见。

回族人喜好饮茶的同时，还将茶叶看做是上好的礼品，走亲访友多带茶，相亲、定亲、送礼时也带茶，甘肃回族人甚至把定亲称为“送定茶”，可见茶叶在回族人生活中的重要性。

在长期的生活过程中，回族人很好地理解了茶叶的保健功效，注重茶叶、茶具、茶水的洁净，也善于合理有度地饮茶。回族人喜好吃牛羊肉，吃肉后饮茶能去腻、助消化，起到健身的作用。饮茶辅料也大多具有很好的保健和药用价值，因此，回族人大多身体强健、富有朝气，这不能不说与饮茶有一定的关系。

4. 风味食品

酿皮：甘肃回族大众化的风味食品。做法是：将和好的面放在水中反复揉洗成面汁，滴入少许硼灰搅匀后，一勺勺盛入笼篦蒸熟成张，抹上菜油待凉后，切成细条待用。食时，佐以芝麻酱、辣椒油、蒜汁、醋、盐和芥末等调料，吃起来香辣柔筋，别有风味。临夏的酿皮制作精细，佐料品种多。张家川的薄如纸张，柔软筋道。兰州的则以佐料搭配合理，风味独特而见长。酿皮原本是一种风味小吃，但近年来在兰州的一些大饭店、餐厅则以正规凉盘而入席，颇受人们欢迎。

羊杂碎和牛杂割：甘肃回族传统风味食品。选用牛、羊内脏及头、蹄等煮熟烂透，然后佐以调料食之。各地都比较普遍，但

以兰州的羊杂碎和临夏的牛杂割最为有名。兰州的羊杂碎被称作“烂香”，先将羊肚、羊肠、羊头等洗净下锅，煮熟后捞出，食时切成条块状，配以醋、蒜、盐及蒜苗等而食。临夏牛杂割是将牛头、蹄、内脏等洗净下锅煮烂，然后切割成零碎小块装碗盛汤而食，汤是佐以各种调料的肉汤，吃时可在碗内泡入麻花等，风味独特，颇受欢迎。

甜醅：也叫甜麦子，用小燕麦或青稞配制而成，味甜美可口，为消暑佳品，吃时可加凉开水而食，也可不加。还可以晒干而吃，晒干后叫干甜醅，可带走远路作为礼品。干甜醅食时加入开水，浸泡十分钟后可吃，其味如初。

发子面肠：临夏地区回民传统小吃，做法是将白面拌成糊状，加调料后装入羊肠煮熟，然后切成小块与煮熟的羊杂碎合炒而食，香味扑鼻，食者甚众。

除上述几种外，甘肃回族风味小吃还有很多，如凉粉、荞粉、菜包子、糖包子、灰豆子、晶糕等等。

5. 甘肃回族的宴席

甘肃回族的宴席以婚宴为盛，许多回族人称参加婚礼为“吃宴席”。宴席最能体现回族人的饮食习俗，但各地回民宴席在程序和-content上不尽相同。临夏的回族婚宴最为复杂，先上盖碗茶及干果、水果、瓜子等，然后是油香、糖包子、肉包子，稍后是手抓羊肉、大盘鸡、鱼等热菜共十几道，最后是小碗面片等。兰州的回民婚宴程序是：先上茶、干果、瓜子、糖等，再是油香热菜，热菜包括手抓羊肉、辣子鸡块、夹沙、里脊、鱼等十余道，后是醪糟、凉面等。而张家川的婚宴别具一格，规格最高的宴席名叫“十三花”，即在一大方盘内，置以十三种不同的菜肴，在客人坐定并喝茶吃过果盘后，一次端上，并连方盘一起置于桌上，供客人享用。