生活习俗

衣食住行是人类的基本生活方式，在过去的数千年间，石家庄地域的人们布衣粗食，茅屋土房，衣食住行相当简陋。透过这些生活习俗，我们可以了解各个历史阶段人们的生产和生存方式，可以看到其中孕育着的丰富的民俗文化。随着生产方式的变革，衣食住行也不断有所变化，民俗文化的内涵也日渐丰厚。

服饰习俗

服饰是人类文明的标志之一。不同时代和地区，服饰有其不同的特点。它和社会风尚、物质生活基础、意识形态、经济地位等密切相关。从旧社会到现在，石家庄的服饰风格可以说发生了翻天覆地的变化。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

一、衣服款式

清末至民国初期，无论男女老幼，衣色以青、蓝、黑为主。衣料贫富殊异，按其家庭经济状况而定：富户人家多穿绸缎皮纱等，并且绣以花卉。衣式如长袍、长衫为礼服。出门做客，外加马褂，以示庄重，最低也是洋布制作。而广大贫苦者，多用土布加以粗染。衣式：男性不论长衫、短袄内衬外罩，一般都是圆领和大襟，从脖领处至右臂下缀铜扣或结蒜疙瘩扣。劳动者除夏季外，多是短袄、长裤。大襟式有长的——棉的叫袍子，单的叫衫子（或大衫儿）短的——棉的叫袄，单的叫褂子。

民国初年，除少数富户男子穿绸缎和细洋布长衫、马褂外，一般民众的衣料均为当地出产的粗布（又称土布）。夏季男褂多为小圆领，对开襟（少数人沿袭清代的偏大襟），缀 5 对蒜疙瘩扣，口袋（多为双）明缝于前襟下部。女褂仍为清代流传下来的款式：小圆领，偏大襟（一般偏向右侧），自领口顺右前肩、腋下，沿大襟缀 5 对蒜疙瘩或铜制纽扣，并在大襟覆盖的小襟上缝个口袋，右手自腑下向前下侧插进装取东西。男女单裤同式：宽腿大裆，另上五六寸宽的裤腰。穿时于前面折叠掩紧裤腰，系上粗线织成的厚布腰带，俗称“掩腰裤”，前后不分，一样能穿。男子夏装多为原白色或紫花色；女子兼有浅蓝色、蓝色及白底蓝线条或蓝方格诸色。冬季穿棉袄、棉裤（内絮熟棉），肥大臃肿，男女款式悉如夏装，颜色多为蓝、黑，口袋缝于前襟内层左右两侧（女子只留 1 个），开口于腑下的顺手部位，插手很方便。有的男子外套件偏掩大襟、长至脚踝的棉大袍，或是较小棉袄稍肥大而前后左右均留衩口的对襟“扼领带”，老年人还习惯在棉袍或“扼领带”之外系一条粗而长的布腰带，俗称“战带”。经常推车挑担、从事脚力者好穿“衩裤”，其样式如棉裤，裤脚前面及两侧与裤腰连接，后面臀部全部暴露，穿此裤必须内套单裤。女子棉袄外面常套件布衫，其色多为浅蓝色或靛蓝色。春秋穿夹袄、夹裤，其样式、

颜色均如冬装，除夏季年轻人不绑裤腿外，其余季节，人们均习惯用寸宽、二尺半长的黑色绑腿带将裤管下端缠扎，俗称“绑腿”。

婴儿夏季穿“兜肚”，颜色多为红或大绿；冬（棉）及春、秋（夹），穿露屁股的“连衣裤”，上衣后襟带个能护住臀部的大尾马，（或另做一块护臀布，上面系于腰）；三、五岁间，夏穿带松紧绳的裤衩，冬（棉）及春、秋（夹）穿豁裆“连衣裤”，肩上相连，暴露胳膊，另穿小袄；六、七岁开始穿“掩腰裤”，对襟上衣，和大人的服式相同，仅颜色较之鲜艳，“缯花”较普遍。

二十世纪二十年代起，改穿对襟褂的多起来，城镇青年逐步流行西式裤，即“一面穿”带左右兜的裤子；民国二十年（1931年）以后，城镇男子流行列宁装，出现中山装。妇女兴褶子罗裙，但为数较少。

新中国成立后，随着经济的发展，人民生活水平提高，城镇青年男女，特别是干部、职工、中学生衣服式样变化很大。干部男穿中山服、军便服，中学生穿制服，工人穿劳动服，女干部职工穿列宁服。冬季，无论男女多穿翻领短棉大衣。“文化大革命”期间，青年男女夏秋季多穿绿色军服，冬季则穿绿色军大衣。

二十世纪八十年代，服装开始趋向多样化。中青年男子上衣多穿西服、茄克衫、港服，下衣多穿筒裤、喇叭裤、牛仔裤、老板裤等。冬季，中青年男子多穿皮茄克或呢料大衣，中青年女子多穿高档皮衣。夏季，中青年男子多穿短裤，衬衣或带袖汗衫，中青年女子多穿短袖衫、裙子、旗袍、短裤，着长筒丝袜。

进入二十世纪九十年代后，随着改革开放的深入，人们的服装更加丰富多彩，款式追求个性化，面料追求舒适感，而且讲究搭配、协调，款式各异、缤纷多姿的时装充斥着人们的视野，装点着城市的街道。

二、鞋袜

鞋　谚云“男人莫忘秋刹地，女人莫忘伏纳底”，每年伏天，妇女们趁气候潮湿，搓麻绳、纳鞋底，准备作鞋之用。清末民国初期，春秋夏三季，鞋子多为深色、黑色，男子普遍穿低帮、“双脸”鞋，前头平缀两道鼻子，故又称“双鼻子夹鞋”，后跟立缀一道皮脸，线纳鞋底，麻绳纳底儿，底面平直，两脚可以换穿。还有一种深山区流行的类似“双脸夹鞋”的鞋，但前端两鼻子是个钗形，俗称“牛鼻子鞋”。后逐渐为玄色、圆头、低帮的布夹鞋，俗称“馒头鞋”或叫“没脸鞋”。小脚妇女穿尖尖鞋，圆口或尖口，后跟稍高，大脚妇女穿绣花鞋，鞋面和鞋帮绣有各式花朵冬季多为蚌壳形的棉鞋，男女皆同。

从二十世纪二十年代开始‘没脸儿鞋’逐步兴起,较‘双脸鞋”稍显轻便，样式从鞋口上不断更新，如圆口鞋、尖口鞋、方口鞋等等。布料除富裕人家用直贡呢、哔叽外,一般均用黑色土布。

新中国成立后,一度盛行‘绑带鞋”。女子兴‘挎篮鞋”,这种鞋穿着合脚，但绑带系扣麻烦。以后又兴起了带有松紧口的“懒汉鞋”。鞋面的布料有帆布、条绒、平面绒、礼服呢等。六十年代以后,各种式样的塑料底鞋、凉鞋、皮鞋以及雨鞋、球鞋等源源上市

袜子　解放以前，多数人家穿家做的粗白袜子，富有人家的年轻妇女开始穿针织线袜。“穿坤鞋，洋袜袜，里绑腿，外扑拉”，就是形容当时女子穿上线袜，不绑裤腿，故意使其露出来的爱美之态。新中国建立后，针织线袜兴起，初为长达膝盖的高腰袜，需用袜带系住，后变为低腰袜，状如现在的袜头。各种针织线袜，穿着都要上底，“袜子不上底，穷人穿不起”，袜底上绣有各种图案或花草，年轻妇女互相模仿、攀比，显示着她们的针线艺术。二十世纪七十年代后，各种花色的维尼伦丝袜取代了棉线袜子，式样美观，穿着舒适，结实耐用。现在，回归自然和崇

尚舒适的心理使人们对纯棉袜情有独钟，而各种各样的丝袜则为爱美的女士提供了很大的选择余地。

三、帽子、头巾

民国前期，一般男子春、秋只戴瓜皮帽，俗称“瓜壳”；冬季加戴露瓜皮顶部、下护双耳及脖颈的“麻护”，或者戴“毛脸筒”帽，夏季外出和下地时，戴自制的麦秸草帽或苇蔑凉帽。少数士商则戴礼帽、三块瓦皮帽和巴拿马帽。中老年妇女除夏季以外，常戴前缀朴素帽花的箍帽和包包帽（又称老婆帽），或者缠扎五尺多长的黑色手帕。少女戴华丽的箍帽：或红或绿或紫或蓝，前面高起，上绣花朵、云勾，下垂黑丝流苏如发帘，双侧绣有流云、走水等图案，后边带有一个宽约半尺，长六、七寸的帽尾披肩，全帽彩绦裹边，戴上露头顶。小女孩戴仅有刺花、流苏而无帽尾的箍圈；小男孩戴前饰虎面而不露头顶的“麻护”彩帽，上边交叉缀上两条绦带。抗日战争时期，男子不分老少，均戴棕色或白色毡帽。里层剪开，天冷时掀开里层，苫住耳朵。中华人民共和国建立前后，男女都蒙羊肚手巾，男子白色，女子间有花色的。二十世纪五十年代中期，男子开始戴军帽（多为灰色），围针织长围巾，妇女用方形线巾（酱色或蓝色），对折成三角形，蒙在头上。“文化大革命”期间，兴起戴绿军帽之风，年轻妇女戴此帽的亦不少。二十世纪八十年代，男子戴多种呢料蓝、灰色鸭舌帽，青年妇女还围红、蓝、绿等各色毛料长围巾。进入二十世纪九十年代后，花样更是年年翻新，特别是女子礼帽、围巾花色品种层出不穷，新潮不断。

四、发型、首饰

发型　清代，男子留长发，梳单辫于背后。姑娘前额留有“刘海儿”，后梳单辫。出嫁时挽成发髻，用线绞去脸上的汗毛，

需要全本请访问 www.ertongbook.com

俗称“开脸”。民国至新中国成立时期，政府令乡镇女青年剪辫子。辛亥革命后，少数官宦子弟和在外边读书的青年开始剪辫分发。修分头、平头者渐多，城镇男子开始剪成齐脖刷；中老年男子多剃光头，少部分是平顶、圆头，后通行为三七分西发。姑娘们开始由单辫改为短发或梳双辫于背后；媳妇剪去发髻，多为“一刀齐”。女孩子后面剪‘半月亮’或养辫子，后为‘拨浪鼓’、“犄角辫”。

乡村男孩多为“前不丢儿”，或前脑门、后脑勺各留一小片头发，或是头顶、下半部都剃去，绕头留发一圈；迷信者因恐不寿，也有蓄小辫的，以至十二三岁还不剃去。成年男子剃光头者也不少。

旧社会，女子长到 13—15 岁算是到了及笄的年岁，即结婚的年龄。出嫁后梳成“年屎颏”叫盘头，五十岁以上人的人梳成的叫“纂儿”。二十世纪三十年代开始，男女发型增多，绾发髻和剃光头的减少。五十年代，城镇男女青年出现火烫发，六十年代开始有电烫，八十年代后吹风、化学烫传入。而今，各种档次的美容美发屋为人们设计适合自己的发型，而款式繁多的假发则为爱美者提供了追求时尚而又简单易行的方法。

首饰　清代至民国初期，妇女盛行的首饰有簪、钗、耳环（坠子），手戴金戒指（俗为镏子）、银镯子等，这是姑娘们出嫁的必备饰品。耳环、头簪种类繁多，质地相差悬殊，富豪家女孩还有项链等，均因贫富而质地有异。

民国中后期，发髻饰品逐渐减少，“文革”期间绝迹。进入二十世纪八十年代，城镇女青年戴耳环、戒指、项链者大增。现在，除了金、银首饰外，木质的、石质的、塑料的等多种极具个性化的装饰品广为流传，尤为年轻女性所喜爱，还有仿真饰品以其款式新、价格低也风靡市场。

（石丽娟辑）

正定服饰演变

新中国成立前，正定农村属产棉区，人们穿衣戴帽，大都靠自纺自织。姑娘们从八九岁开始，第一件女工，就是要学纺棉花。首先把从棉田里摘回来的棉花放在房屋上晒干，掠去叶子和僵瓣，用手工轧车轧去棉籽（皮棉），再在弹床上弹成棉絮。拿一光滑象指头粗细的小木棍（有用高粱穗头下面一尺长的疙瘩）撕一小块棉絮放在木板或砖上，搓成一尺来长内有空心的象腊烛一样的集结，一把一把扎在一起，准备纺线用。

农村中一般都在村子中央或是空地上挖一个大地窖子，里面能放十几辆甚至二三十辆纺车。不分昼夜，姑娘、媳妇们，还有上年纪的大娘大婶们，坐在自己用稻草或是麦秸编拧的大蒲墩上，一面说，一面笑着各自纺着自己的棉花。那时候，农村没有电，由每个纺线者轮流出灯油（棉籽油）。一般的快手每夜能纺二两棉花，一般的只能纺个一两半两的。

妇女们把纺的一头粗一头细，形似葫芦的棉穗，用竹签挑着慢慢拐在纺车上，拐成一拐一拐的棉线，经过一番打捞就可以织布了。

新中国成立前，农村集市上都有线子市，纺线者也可以拿着自己的线子去卖。也有专门买线子织布的。买线者把秤杆插在脖领里，腾出手来去查看线子的均匀粗细，洁白程度，很象现在的农贸市场，叫卖声、吆喝声此起彼伏，很是热闹。

农村中一般人口多的户大都有织布机（手工操作），完全是用脚蹬手拽，利用梭子来回地穿动，一线一线织成布的。这种布

面宽一般为一尺二或一尺三，长度为三丈六或四丈二，三丈六的谓小布，四丈二的谓大布。

织成布后，就要由妇女裁衣，一般女子在出嫁前得学会做最简单的衣服。那时候没有缝纫机，全靠妇女一针一线的去缝制。

男子一般都是穿粗白布对襟小褂，前襟左右下方各有一个上平下圆的明兜，纽扣是用缝好的布条挽成的，既美观又实用，衣服穿坏了，往往纽扣还是好好的。农村姑娘到十二三岁要学挽扣，为的是长大做媳妇时不受憋。挽扣，是有讲究的，一般上衣必须是五个，象征“礼、廉、智、仁、信”，若是挽成四个或六个，被人耻笑为“四六不知”。有条件的财主、商人则穿平布（洋布），有穿青或蓝长衫，外套马褂，有钱人用麻、纺织品做小褂。

农民穿的裤子则是清一色的紫色布，有 6 至 8 寸的白布裤腰，又肥又大，这种肥大的紫花色裤子很适合农民在田间劳作。后来，农民也有种一种叫小棉花的，棉花就是浅赭石色，不用染色就是紫花色的。紫花裤子的颜色和泥土的颜色基本相同，有一定的实用价值和科学性，是农村劳动人民在服饰上的一个鲜明的特点。

妇女们服装大都把白布送到染房染成蓝色或青色（黑），正定周汉河一带邵同、白店、东汉西汉等村庄的妇女在夏日里把整匹布铺在荷花池畔，让一些男孩子跳下池子去挖藕泥，挖好泥浆以后涂在布上曝晒。干了就洗掉，再敷再晒。待到五六遍以后白布便成了夹褐的灰紫色。村里的女子几乎都穿这种布。

妇女们的裤子除去颜色外，形式基本相同。上衣则是大襟的，即扣在右腋下，纽扣也是五个，领口、肩头、腋下等处。一般也是用小布条挽成，有钱人家也有用铜疙瘩扣的。

到了冬季，有钱的富户穿大褂长棉袍（相当现在的大衣），还要套上一件马褂，以显示阔气，穷人则小棉袄，俗称蹶[illegible]子小

袄。颜色一般为蓝、青、灰三色。后来也有用平布作的。

一般人的小棉袄也是五个扣，左右两侧各留一个暗兜，准备天冷插手或放烟袋火石用。棉裤与单裤基本相同，只是多一层裤里和一些棉絮罢了。上了年纪的人还喜欢青布带子绑腿，走起路来显得轻快潇洒，干起活来也干净利落。直到现在农村中还有绑腿带子，花色品种繁多，青、蓝、灰、白都有。白带子是为披麻戴孝之人准备的。

少年儿童和少女们都穿用粗白布染成的红、绿、蓝三色。随着社会的发展，花色品种日益增多，布料有：平纹布、斜纹布、卡叽、哔叽布、华达呢、条绒、的确良、尼龙，直至全毛、丝织品，颜色更是万紫千红。

服饰的变化也很大，新中国成立后，男女衣着多去长就短。男子穿长衫的越来越少，中山服先在干部中流行，乡下农民把“四个兜”作为工作同志的标志。而女干部、女教师则以穿列宁服为时髦。在中苏友好，学习苏联时，曾穿过一个时期的苏联花布，男青年也有穿的。十年浩劫中，都以穿军服为时髦，还带军帽。工厂里所发放的工作服也曾流行过一阵子。冬季喜穿双排扣带毛领（栽绒）短大衣，后来又流行军大衣。现在，衣服款式有学生服、青年服、军便服、中山服、猎装，布西服、夹克、风雪衣、登山服、连衣裙、羽绒衫、运动服、呢子大衣，名目繁多，举不胜举。

农民穿的鞋袜也有很多特点。一般男子穿圆脸布鞋或尖口鞋。鞋底是用破旧布洗净后沾着面糊一层一层地粘起来的。做鞋底时有用五层、七层的。首先备好鞋样，一片一片剪好，有的为美观还在每片鞋底边缘粘上一层白布条，然后把这几层连在一起，用纳底绳一针一针纳好，俗称纳底子。在人民公社时，人们随时可以看到，在干农活休息时，那些大姑娘、小媳妇们都从自己怀里拿出鞋底一针一针地纳起来。大部分鞋底都是靠在干活空

隙或在饭前饭后纳好的。心灵手巧的妇女还能在鞋底上纳上各种各样的图案，看起来美观匀称。一般这种鞋底能穿三四个月。

鞋帮大都用青布做成，鞋里用白布，脚后跟多垫三两层。冬季穿棉鞋，形式与单鞋大同小异。也有从张北塞上买来的毡鞋，回来后上一个鞋底即可穿，这种鞋行走不便，适合买卖人站柜台脚不冷。

鞋的形式很多，有豆包式、出底式、千层底、皮底。新中国成立后出现五眼鞋、解放鞋、球鞋、力士鞋、塑料鞋、旅游鞋、老板鞋、拖鞋、室内鞋、皮鞋等。现在市场上只要卖的，农民就有钱买来穿在脚上，显示了改革开放后的农民的生活不断改善。过去妇女纳鞋的场面已不多见。

新中国成立前，农民穿的袜子大都是用粗白布自己缝制的。其形式很象舞台上武生们穿的薄底快靴，只是里外两层布罢了。后来有了手摇织袜机，手工可以织白色筒袜，当时农民就感到很知福了。现在农民们都穿着尼龙袜，姑娘们穿着丝袜，有长筒的、还有连裤袜，真是名目繁多。

解放前，农村男子习惯在头上包扎一条白色毛巾。白色表示哀伤，相传包白头巾是纪念常山赵子龙的。正定民间流传着一首歌谣：“常山百姓缠白头，为的是纪念顺平侯。”上了岁数的人兴戴帽壳（瓜皮帽），孩子们大都戴粗布圆帽或毡帽头。妇女们则在头上包一块蓝布或青布。新中国成立后，妇女都包上了围巾，有方形、长方形以至发展到现在的毛围巾、纱巾、马海毛巾、真丝巾等。还有年轻姑娘喜欢戴帽子的，圆形的、八角形的、有檐的、无檐的、头顶有绒球的，有小橛橛的。男青年有学生帽、工人帽、瓜皮帽、太阳帽、大檐帽、礼帽、栽绒帽、绒线帽、钻猴帽……品种多样。

（王京瑞）

饮食习俗

解放前，石家庄境内民众大多生活困苦，主食常年以粗粮为主，伴以糠菜。平原区习惯每日三餐，西部山区到冬闲季节多食两餐。一般以谷子、高粱为主食，逢年过节或麦熟时节，迎亲待客稍用细粮。富裕人家除过节外，伏日多食细粮，平时多食谷物。谷子稍碾，称作“二八米”，用来蒸干粮、做主食。贫苦人家则是‘糠菜半年粮”,但讲究粗粮细做。

饮食品种

粗粮细做的花样食品，主要有以下这些：

锅贴饼子　玉米面或高粱面、谷子面、山药面、谷糠面等和面（玉米面和谷子面都要先用开水泼面），趁热锅贴于锅边，饭熟饼熟，挨锅一面烤焦成黄褐色，酥脆可口。

菜饼子　用玉米面或红薯、玉米混合面掺入萝卜丝、叶，榆钱、榆叶，和面蒸成饼子，蘸蒜或就辣椒食用。

粘饼子　用黍米面做成饼子，将红枣摁在饼子上，蒸熟食用粘甜可口，一般在春节食用。

豆渣饼　豆腐渣掺玉米面或高粱面，再加花椒大料面及少量食盐，和面捏成饼子（比锅贴饼子个小），蒸熟食用。过去每逢过年，家家做豆腐，豆渣饼是春节期间的主食，生活富裕点的加玉米面，生活差点的加高粱面及细糠面。

包甜饼　枣面掺水调合，用“水磨面”、“疙瘩面”或玉米面

需要全本请访问 www.ertongbook.com

做皮，捏成饼子，蒸熟食用。

柿子饼　用玉米面掺黄米面，用软柿子和面，捏成饼子，蒸熟食用，粘甜可口。

菜团子　用玉米面或玉米、高粱面混合做皮，把萝卜丝、南瓜丝、北瓜丝或干菜、白菜剁烂，加油盐做馅，包成圆团，蒸熟后就醋和辣椒食用。

豆包　小豆、豇豆或绿豆，加红枣或山药（红白糖更好），煮烂搅匀糗成馅，用稷米面或白面做皮，包成圆形，上锅蒸熟食用。

稷米面馒头　做法与白面馒头一样。

银裹金花卷　黄玉米面、白面各擀为片，黄在内，白在外，卷好蒸熟，即为花卷。

粘火烧　用黍米面或粘高粱面做皮，枣泥或红糖做馅，包好后压成扁圆状，在煎盘内涂油，煎熟食用。

粘糕　以黄米面或糯米面掺枣摊于笼箅，蒸熟切食，既粘且甜。

缸炉烧饼　以白面为原料，加入鸡蛋，油盐，制成瓦状外撒一层芝麻，在陶土炉中烤贴烙熟。

油酥烧饼　以油和面，制成圆形烧饼，沾上一层芝麻，在铁鏊上烙熟。也有用发面做的，较暄；也有加入火腿肠泥，或糖馅的，称做黄桥烧饼。

煎饼　玉米面、小米面、荞麦面或高粱面调成糊状，在煎盘里摊成薄薄的饼，用肉汤或菜汤烩着吃。

合折　稷米面发酵，加水拌成糊状，倒入合折锅内摊匀，烙成焦黄色，熟后趁热对折起来，挨锅有油的一面在外。

肉合子　以软面为皮，内包肉泥菜类馅，在煎盘上炸煎熟后食用。

苦垒　野菜、青菜、榆钱、榆叶、洋槐花等，掺上玉米面或

高粱面，加水放到锅里蒸，熟后拌蒜泥或辣椒食用。

拿糕　谷糠细面掺少许榆皮面，放入锅内加水成稠糊糊，状如糜，弄到碗内用箸崴着吃。故俗有“拿糕不能拿”的说法。

扒糕　以荞麦面为原料，蒸成饼子形熟食，切小块，加蒜泥、香油、麻酱等佐料，凉用。有独特风味，尚有治糖尿病之功效。

捻捻转　将七八成熟鲜大麦或小麦颗粒蒸熟，然后放入石磨轧成条状而食。

抿絮　也叫“抿蝌蚪”。用玉米面、豆面，掺白面和成软面，用抿絮床抿于开水锅里，边抿边煮，煮熟后捞出，形似蝌蚪，浇卤汤即可食用。也有在咸饭锅里抿抿絮的。如果在开水锅里滚白菜、菠菜或萝卜片再抿上抿絮，喷上葱花（油喷），味道更好。

杂面　绿豆和豇豆，有的配少量黄豆，加些小麦、小米或薯干，磨成细粉即为杂面。吃时和成硬面，擀成极薄，切成极细的面条，做成菜饭或另打汤食用。

菜饭　以小米、鲜薯、蔓菁、蔬菜、杂面同锅煮食。

饸饹　荞麦面、小麦面、薯干面或高粱面等，掺榆皮面和面，放置于饸饹床里压成条状至开水锅内，浇卤食用。

水饭　将小米煮熟，捞于凉开水或冷水中，炎热的夏天中午，配冷菜或饼子食用。

糜　用黄米和小米掺合，加枣、豆或红薯，煮成粥状，辅以凉菜或炒菜食用。

炒面　谷糠面（炒）掺炒黄豆面，再加入煮熟切好的嫩杨叶或柳芽、榆钱等，放进碗内，加少量水，用筷子边拌边吃。

茶面粥　小米或玉米浸透，磨成细面（现多用玉米面），炒熟，拌上杏仁、花生、芝麻、豆腐条，煮成粥喝。

面叶　多以白面为原料，制成薄片，切成角形，煮熟后，加卤汤佐料。

咸食　用小米面，掺上细菜（葱、韭菜等）加水调成糊状，在煎盘上摊成薄饼，两面涂油，就醋蒜食用。

解放后，上述习俗大部分保留了下来，有些延续至今。20世纪80年代以来，人们生活水平有了很大提高，膳食结构有了很大改变，白面、大米已成主食，粗粮细做一般只为调剂口味。鸡、鸭、鱼、肉、海鲜等已成为城市餐桌上常见之物，在富裕乡户中也不少见。现在城市里，膳食讲营养搭配已渐成风尚。

筵席

逢年过节、婚丧事以及招待亲朋贵客都要摆筵席，以示大礼。

筵席分荤席、素席、海菜席三种。荤席以肉食为主体，素席为素菜为主，海菜席以海味为主。筵席的薄丰以碟、碗的数量而定，如“十二碗大荤席”即要上十二碗肉食；“二八席”即要上八碟八碗；“十二八席”即要上十二个碟加八碗。碟内盛凉菜、炒菜。八碟一般为四凉四热，十二碟的要加四炸。凉菜主要有熏猪下水（心、肝、肠、肚、舌等）、猪头肉、肉糕、烧鸡、咸驴肉、酱牛肉、煮花生米、粉丝黄瓜等等；炒菜主要是猪肉、羊肉、牛肉、鸡蛋配各种鲜菜熘炒为热菜凑四个花色。碗菜有炖肘子、条肉、红烧肉、清炖鸡、清蒸鱼、白豆腐、虎皮豆腐、红烧丸子、丸子肉等。“丸子肉”是本市有特色的名吃，在丰盛的筵席上往往要在中间摆一盆“丸子肉”。

过去办筵席的菜多为咸味，近年来甜、酸、辣味均有了。

筵席的上菜程序是：先上凉菜，再上热菜，入席后先饮酒，酒足后上大菜吃饭，最后上丸子汤，以示筵席完毕。

（刘丽新辑）

正定食俗

解放前，正定县农村的大部分土地都被地主、富农占有。贫苦农民含辛茹苦，一年到头汗珠子砸脚面，把收获的大部分好粮都交了租子。除去少得可怜的一星点儿种子外，剩下的尽是些落秸秕子，只得过起那“糠菜半年粮”的悲惨日子。

正定县历史悠久，地处燕赵故土，历有土瘠人众，居民杂处的特点。人民历经战争创伤，又有滹沱河水泛滥，把好端端的一片土地从中隔开，自然形成了河北、河南两个区域。河南岸的土地比较肥沃，水井虽够不上星罗棋布，但一般的土地都能浇上水，一般年景收成较好。再者，河南岸大部分村庄与石家庄市毗邻，有不少人去经商，手里有了钱，在饮食上自然要比河北岸好一些。

河北岸土地贫瘠，又有许多沙薄漏地，尤其是处于老磁河故道的陈家疃、里双店、傅家村、良下、南北二楼，东西慈亭一带村庄，人民生活更是雪上加霜。这些农民，包括一些富裕中农，他们的早饭都没有饼子吃，只能喝些山药干菜粥。

河北片的早饭：大部分农户把秋天刨下来的山药（也有叫红薯、地瓜的）用擦刀擦成巴掌大小的薄片，晒晾在刚犁过的土地上。也有晒在自己屋顶上的。农民把晒干的山药片收拾回来放在囤里（用苇席围成圆筒状），待冬春食用。

做早饭时，拿些山药片用清水洗净后放在锅里煮。等到七八成熟时，再放上一些山药面或是玉米面，做成有稀有稠的山药面粥。

吃糟黄菜冬天可以发暖，夏天可以败火。因糟黄菜是经过发酵的，有一定的健胃壮脾作用。就是在数九寒天吃它也不会闹肚子，在炎热酷暑吃，它还会生津止渴。

糟黄菜的做法也很简单，秋天把收下来的胡萝卜、白萝卜叶，没有裹成心的大白菜，洗净后放在沸水中翻两个滚，赶紧捞出来，晾凉后一码一码地摆在净底瓮里，浇上些热米汤，用干净石头压起来，使其发酵，一个月后便可食用。这种黄菜清脆味美，略带一些酸味，含有大量的氨基酸和维生素。这种菜无论热炒或是凉拌都是农民最喜爱的主菜。

农民用一种特制的大碗（20 世纪 50 年代还有这种碗，相当于现在的两三碗，后被搪瓷盆代替）舀上大碗山药片粥，盛上一大勺子黄菜，到自己的家门口去吃。

农民为什么要端着饭碗到大街上去呢？这里还有一个有趣的风俗。尤其是靠近灵寿、新乐、行唐一带的村庄，这种现象更甚。家庭中主要成员在吃早饭时，必须端着饭碗到大街上去吃。一般村庄在大街上或是农户门前总好支起一块石头或是置放一个碌碡当坐物。大家端着饭碗连吃带说，讲述着本村或是附近村庄的新闻趣事。过去村庄中没有收音机，实际上这些人便是一个小小的广播电台，张三家的事，李四家的事，都会从这里传播出去。

中华民族历来就有省吃俭用，节衣缩食的光荣传统。对于那些大手大脚，大吃大喝，奢侈浪费者一向瞧不起。所以每户家长都不愿意落个好吃懒做的名声，端上饭碗来到大街上吃饭，就是向大家表示自己是勤俭度日的。

正定县处于老磁河故道一带的村庄，农民生活更是处于水深火热之中。有些农户就连这山药片粥也摸不着，只能吃上些萝卜缨子粥。放菜的名曰“菜粥”，不放菜的名曰“瞎粥”。

农户的午饭，一般农户在中午要吃一顿饼子。因为干了一前

晌重活，中午不吃饼子是捱不到下午的。农民吃的饼子大都是玉米面的，也有高粱面、山药面的。蒸饼子用的都是大铁锅（七印锅、八印锅、对口锅），锅盖是用高粱秸豁成蔑子编成的。叫做“拍子”。

蒸饼子时，先用柴木烧开锅，用响水（半开了水）泼面，再用凉水递一下，闷一会儿。手沾水，抓一把面，在手掌来回拍打，然后贴在锅的上半部。盖上拍子，大火烧二十多分钟即熟。这种饼子实际上是一边蒸，一边烙，一面软，一面有咯砟。吃起来又香又脆，是北方农村中农民的主食。这蒸饼也有出笑话的，那些笨媳妇蒸饼子时做成一锅瞎粥的。农村中有句歇后语叫做“新媳妇蒸饼子——出溜了”。

别看这蒸饼子，其中还有许多学问。关键在泼面，水烫了，蒸出来的饼子又腻又粘牙；水凉了，蒸出来的饼子硬得象石头，农民好说用饼子砸死狗的笑话。

那时候有钱的富户也吃饼子，所不同的是他们在磨面时掺上一些青豆、黑豆或是豌豆，这样蒸出来饼子又香甜又暄和。

在平时农民要想吃上一顿白面（小麦）是不容易的。只能在麦收或是立秋大忙时吃上三大顿或是五大顿（即白面馒头、烙饼、面条等）。

一般农户中午都吃饼子，也熬一些米汤。有钱的户也有吃水饭的，把米饭用凉水洗几过，再吃，有点儿象现在冰淇凌。菜一般是汤菜，也有炒菜的，春天炒个小白菜，夏天炒北瓜，秋天炒萝卜，冬天吃黄菜。个别户也有在炒菜时放上些豆腐、粉条的，当然这是极个别户了。更比不上现在这么多的菜了。

农户的晚饭。晚饭一般是两种饭：一盔子菜粥，一盔子杂面条。菜粥是给妇女孩子或是不出工的人准备。杂面条则是让做活的人吃的。

杂面是用少部分小麦，再掺上一些青豆、黑豆或是豌豆什么

需要全本请访问 www.ertongbook.com