

亲手添年味 舌尖品乡味

在京过年也能过出家乡味

华东地区

吃年糕



华东地区过年有“打年糕”的习俗,年糕因为谐音“年高”,有期盼日后生活“年年高”之意,是华东地区春节过年的必备食物。手工打年糕工序繁琐、费时费力,喜欢吃年糕的朋友,可以购买现成的年糕,采用蒸、炸、炒等烹饪方式,制作出你家乡口味的年糕。

华东地区的美食代表有盐水鸭、佛跳墙、瓦罐汤、东坡肉、鸭血粉丝汤等,其中东坡肉以外观色如玛瑙,口感软而不烂、肥而不腻,成为了最受欢迎的美食之一。家常版东坡肉的制作方法比较简单,需要的食材有猪五花、葱、姜、白糖、盐、酱油、黄酒。先将五花肉切成大小均匀的小块放入水中煮10分钟捞出,再在砂锅底铺上姜片和葱片,将肉块皮朝下放在葱姜片上,在锅中放入适量的水、白糖、盐、酱油、黄酒、葱结,盖上锅盖,大火煮开后用小火焖1小时左右。将焖好的肉皮朝上盛入碗中,焖肉的汤汁浇在肉块上面,盖上盖子隔水用大火再蒸30分钟即可。

华北地区

包饺子



春节包饺子、吃饺子是北方人过年时必不可少的一个传统活动。“饺子”又名“交子”或者“娇耳”,是新旧交替之意,“子”为“子时”,“交”与“饺”谐音,吃饺子取“更岁交子”之意,是北方人大年三十年夜饭必须要吃的一道美食。在包饺子时通常会往饺子馅中放一枚硬币,如果吃到含有硬币的饺子就会有福气,现在越来越多的

一直以来,“有钱没钱,回家过年”成为了在外拼搏的游子们的共同心声心愿。今年春节,受疫情影响,很多在外务工、学习的人们无法回到家乡过年,在国家提出的“就地过年”倡议下,不少“打工人”开始了“就地过年”计划。

“人不返乡心回乡”,不论在哪,我们都要把年过好。过好年,家乡美食不可缺,下面,小编根据我国七大地区(华东、华北、华中、华南、东北、西北、西南)划分,为大家分别介绍不同地区具有代表性的春节美食及做法。收藏你的家乡美食,春节期间,可以一边和家人视频,一边制作美食,以解思乡之情。

人出于卫生考虑,选择用杏仁、花生等干果来代替硬币。

饺子的内馅种类非常丰富,可荤可素,可甜可咸,制熟方法也有蒸、烙、煎、炸等。常见的馅料有猪肉白菜、三鲜、酸菜猪肉等,在近几年也逐渐出现红豆沙等新式口味。以猪肉白菜馅饺子为代表,向大家介绍制作方法,需要的食材有面粉、水、猪肉、白菜、葱末、姜末、盐、料酒、酱油。先将适量的面粉和水和成面团,然后放置20分钟,再将适量的葱、姜、盐、料酒、酱油与白菜、肉馅充分搅匀。将面团搓成圆柱形长条,再把柱条切成小段,用手压扁后用擀面杖擀成饺子皮。包饺子时将馅料放置在饺子皮中间,再将合起的饺子皮两端捏紧,煮15分钟后热气腾腾的饺子就出锅了。

华中地区

喝鸡汤



在华中部分地区有过年喝鸡汤的传统,鸡汤象征着“清泰平安”,新年第一餐喝鸡汤,能给家人带来好运与祝福。分食鸡肉也很有讲究,当家做主的人要吃鸡骨头,表示“出人头地”;主要劳动力则吃鸡爪,表示“新年抓财”;被寄予厚望的年轻人吃鸡翅,寓意着“展翅高飞”。有的地区还有过年吃“三全”“三糕”“三丸”的传统,“三全”分别指的是“全鸡、全鱼、全鸭”,“三糕”指的是“鱼糕、肉糕、羊糕”,“三丸”指的是“鱼丸、肉丸、藕丸”。在吃年夜饭时大家喜欢在桌中央放一口火锅,人们围坐着,热气腾腾地吃年夜饭。

华中地区的美食有很多,其中热干面最具代表性之一。热干面制作简单,需要的食材有面条、芝麻酱、生抽、香油、葱末、

盐、醋、榨菜、辣椒油。先将面条下锅煮熟后沥干,在将适量的芝麻酱、生抽、香油、盐、醋、榨菜、辣椒油进行混合,制成调料酱,将调料酱浇在面条上再撒上少许葱末,热干面就制作完成了。

华南地区

吃角仔



华南地区有春节吃角仔的习俗,种类有粘米角、糯米角、酥角、艾角,口味有咸有甜,炸得金黄的是金元宝,蒸的是银元宝,寓意有金有银、家庭幸福。角仔因形状像荷包,亦即钱包,取其钱包饱胀的好兆头。角仔是春节串门送礼、招待客人必备的过年食品。传统角仔的内馅通常为花生、芝麻、白糖、椰丝、豆沙等。

炸角仔也叫酥角,制作酥角要先将面粉加上鸡蛋、猪油制成角皮,再把和好的面团碾成薄片,用圆型玻璃茶杯或用铁皮用成的酥角皮模具切成一片片圆型面皮。碾碎炒熟的花生米,加入白砂糖、椰丝、炒熟的芝麻,搅拌后作为馅料。将馅料放在面皮里包成半月型角子,圆边捏紧并扭上花纹,然后放进油锅炸成金黄色,待出锅后酥脆可口的酥角就制作完成了。

东北地区

吃冻梨



东北地区有年夜饭后吃冻梨的传统。冻梨、冻柿子一直是东北地区的冬季水果,过去由于食品匮乏,加上没有水果保鲜技术和保鲜运输、贮藏条件,冻梨、冻柿子几乎是普通人家冬天能吃到的唯一水果。由于东北天气寒冷,一些水果冻过之后就另有一番滋味,最常见的是冻梨和冻柿子。据了解,最纯正的是冻秋梨,在北方有一种梨叫秋梨,这种梨刚摘下来的时候又酸又涩,于是人们就把这种梨采摘下来直接放在树下,盖上一层树叶,经过冰冻之后的秋梨酸甜可口、果汁充足。冻梨在吃之前要放在水里解冻,年夜饭后吃这种梨能解酒、解油腻。

现在有了冰箱,各个地区的人们想制作冻梨这种食物都非常方便。先把准备好的梨用清水洗净,擦干水分,再把梨放入冰箱冷冻3~4天取出,将梨从冷冻室拿出后室温条件下解冻一天,解冻完成后再次将梨放入冰箱冷冻3~4天,将梨从冰箱里拿出后梨的表皮颜色是黑色或深棕色时冻梨就制作完成了。制作完成的冻梨在室温下解冻或放入水中解冻都可以,需要注意的是冻梨在化冻的过程中,部分果肉可能会成为浆液,吃的时候建议先咬一个小口,将里面的浆液吸着吃。

西北地区

喜面食



西北地区的人们在春节前十多天就着手准备过年的美食了,西北人们喜面食,一般在 大年三十都会蒸一些馒头,来供正月食用。在年三

十的晚上全家会围坐在一起吃团圆饭,在这顿团圆饭里必不可少的食物就是臊子面。大年三十的臊子面做法也有讲究,一定要用上好的麦制面粉做成手工长面,寓意着长长久久。

臊子面的重点就在于臊子汤,臊子汤中的食材有猪肉、木耳、豆腐、胡萝卜、土豆、芹菜、鸡蛋、蒜苗等,可根据自己的口味调整配菜。先将锅中倒油加入葱、姜、猪肉末炒香,当肉炒制六成熟时加醋、酱油、花椒,肉九成熟时加入盐和辣椒面,翻炒均匀后加入水烧开。在烧水时可以将胡萝卜、土豆、豆腐、木耳、蒜苗另起锅炒熟,再摊一个鸡蛋,等肉臊子的水烧开后把炒熟的配菜和摊鸡蛋放入水中,等水再次烧开后臊子汤就做好了。面条煮熟捞出后浇上臊子汤,一碗热乎乎的臊子面就完成了。

西南地区

吃汤圆



俗话说“北吃饺子,南吃汤圆”,西南地区的人们有在大年初一早晨吃汤圆的习俗,汤圆象征团圆吉利,寓意着新的一年圆圆满满。在西南地区,有一种很著名的小食叫做“赖汤圆”,这种汤圆至今已经有过百年历史了。赖汤圆和一般汤圆不一样,有“煮时三不”和“吃时三不”之说,就是煮时不烂皮、不露馅、不浑汤,吃时不粘筷、不粘牙、不腻口,其口感香甜清新、爽滑软糯。

赖汤圆最有名的口味就是黑芝麻馅的。将芝麻去杂质,淘洗干净后用小火炒熟,再用擀面杖压碎,加入白糖、面粉、猪油,搅拌均匀后置于案板上压紧,切成小方块备用。将糯米粉和大米粉以4:1的比例混合,加入适量清水揉匀后分成小面块,再将小面块压扁放入芝麻馅包成圆球状。清水烧开后就可以下汤圆了,煮汤圆时要用小火,等汤圆浮起后放入少许凉水,等汤圆再次翻滚时就可以捞出食用了。

(综合整理)