

敬祝读者们龙年春节愉快 身体健康 万事如意

关于除夕的习俗

由于我国各民族的风俗习惯不同,春节习俗也各有异。例如:

藏族。除夕之夜要举行隆重的“跳神会”,人们在海螺大鼓、唢呐等乐器伴奏下高歌狂舞,以示辞旧迎新,驱邪降福。

哈尼族。在春节聚餐之际放声高歌。男女青年一起唱歌跳舞,并趁此良机选择自己的意中人。

达斡尔族。在农历除夕,青年们通宵达旦跳“鲁格乐舞”,大年初一清早,年轻人双手蘸满锅灰争相往别人脸上涂抹,美丽的姑娘常被小伙涂成“灰姑娘”,以此预祝丰收和幸福。

瑶族。春节这天男

女老少集合,首先由三个青年演出“耕作戏”,一人扮牛,一人扮扶犁农夫,三人载歌载舞,表示丰收、贺新春。随后,姑娘和小伙尽情歌舞、欢乐。

黎族。春节家家户户都要宰猪杀鸡,摆起丰盛的佳肴美酒,“吃年夜饭”,唱欢年歌。

蒙古族。把春节叫做“白节”。除夕时,全家围坐在一起吃饺子、下棋。正月初二举行行绳表演,以象征五谷丰登。

苗族。迎新年最别致的活动是“踩花山”。在村外宽敞的草坪上斗牛、踩鼓、吹芦笙,用手比做牛、羊等牲畜的式样,口里念道:“祝牲畜兴旺。”

布依族。每到除夕,全家守岁。初一天亮,姑娘们争着去挑水,预兆丰收。

朝鲜族。过春节时,家家户户贴对联,做好各样丰富的饭菜,吃“八宝饭”。除夕开始,人们通宵进行各种游艺活动,天亮时,人们穿着各种盛装给长辈拜年。

满族。春节要拜两次年,年三十晚上一次,为辞旧岁;初一再拜一次,为迎新春。春节前后举行跳马、跳骆驼比赛。

国外各地

辞旧迎新,世界各国皆相同。但怎样欢度除夕之夜,各地区、各民族都有自己独特的风尚习俗。例如:

意大利人在除夕之夜,当钟声敲响十二点时,他们便把家中旧坛罐、旧瓶全部扔到户外打碎。

日本人除夕之夜有守岁的习俗,人们都要等到子夜庙钟敲响一百零八下,方可上床就寝。他们视一百零八是幸福之数,可驱除一百零八个魔鬼。

巴西人在除夕之夜

高擎火把登山寻找幸福的“金苹果”。

智利人除夕是狂欢之夜,他们彻夜不眠,狂歌曼舞,爆竹声声。

伊朗人在除夕之夜要到户外点燃一堆火,称“祝火”,男女老少在火堆上跳来跑去。火在伊朗象征幸福、吉祥。

尼日利亚的除夕之夜,人们都要点着火把迎新年,在农村成群结队的姑娘到小河里洗澡戏水,情人们也纷纷下水,一对对情侣谈情说爱直到清晨。

巴拉圭年终最后五天为“冷食日”,待除夕午夜钟声才准点火烹煮佳肴,饱餐一顿。

保加利亚在除夕夜钟声敲响后,熄灯三分钟,以示除旧迎新。

法国人除夕之夜要吃完家中所有的剩酒,这一夜往往要有很多人喝得酩酊大醉。

西班牙人在除夕之夜,全家人团聚在一起,当十二点教堂的钟声敲响时,大家争吃葡萄。如能按钟声吃下十二颗,便象征着新的一年每个月都会一切如意。

古巴人有泼水除旧岁的风俗。每逢除夕之夜,家家户户、男女老少人人准备一碗水,待教堂的钟声敲十二响时,大家便端着自己的一碗水,泼到屋外去。

结 肾 乌 草 汁 中 酿 啤 女 酒 女 所 抑 酿 主 症 状 尤 其 显 著 人 患 者 就 不 宜 饮 用 啤 酒 因 啤 酒 会 减 少 胃 粘 膜 合 成 前 列 腺 素 可 造 成 胃 粘 膜 的 损 伤 引 起 病 人 上 腹 胀 满 萎 缩 性 胃 炎 病 人 烧 灼 感 加 重 暖 气 频 繁 食 欲 减 退

一首通俗歌曲唱道:“美酒加咖啡,一杯接一杯……”

其实,酒与咖啡同饮,会加重酒精对人体的损害。这是因为酒精能毒害人体的一切细胞。喝酒之

兔年已过,龙年来临。在我国劳动人民传统节日来临之际,本版向广大读者致以节日的亲切问候。为了让广大读者过好春节,现奉上几样节日菜谱。

恭贺新禧

用料:鱼肉四百克,鲜橙六个,肥猪肉二百克,汾酒十五克,鸡蛋三只,生粉一百五十克,白醋五十克,白糖二百五十克,茄汁二百五十克,盐、味精适量。

制法①将鱼肉切成长宽5×3厘米,厚4厘米的鱼块,用少许盐、味精拌匀,肥肉切成同样大小,用汾酒及少许盐腌半小时。

②鸡蛋去壳搅匀加生粉开成糊状,分别把鱼和肥肉拌匀;③烧锅落油半斤将锅糖过,将一份肥肉及一份鱼放入锅中慢火半煎炸至两面金黄色,取出放在碟中;④另起锅将白醋、茄汁、白糖、盐加水一两煮沸,再加入两个橙汁,以湿马蹄粉打芡淋在鱼块上,余下四个去皮切成20份排边,撒上生姜片即成。

发财致富

原料:净墨鱼肉3百克,发菜十克,鸡蛋1只,白糖1百克,姜末十克,汾酒15克,肉汁汤2百克,花生油半公斤及少量的盐、酱

以示除旧迎新。

美国在除夕之夜举行野火晚会,天亮时把破旧的衣服全部扔进火堆烧光,以示毁旧迎新。

匈牙利人以铃声送旧迎新。

英国人唱《辞岁歌》迎接新年的到来。

(洪林 译)

主要原料:啤酒、大麦、麦芽、水、酵母、糖、盐、维生素、矿物质、蛋白质、脂肪、碳水化合物、纤维素、灰分、色素、香料、防腐剂、稳定剂、乳化剂、增稠剂、凝固剂、膨松剂、着色剂、调味剂、营养强化剂、食品添加剂、食品包装材料、食品容器、食品运输工具、食品销售场所、食品监管机构、食品行业协会、食品企业、食品消费者。

后,酒精很快被消化系统吸收,进入血液循环系统,进而影响胃、肠、肝、肾、大脑和内分泌器官等的功能和形成体内物质代谢的紊乱,其中受害最严重的是大脑。它使得大脑皮层处于过度兴奋或麻痹状态。而咖啡的主要成分是咖啡因,适当的饮用,具有兴奋、提神和健胃作用,过量也可以造成中毒。长期饮用咖啡的人,一旦停饮,会使大脑高度抑制,出现血压下降、剧烈头痛症状,有的甚至出现精神异常,如喜怒无常、狂躁、忧郁等。如果酒与咖啡同饮,有如火上浇油,使大脑由极度兴奋转入极度抑制,并刺激血管扩张,加快血液循环,这样做对人体造成的损害,超过单纯喝酒的许多倍。

美酒不可加咖啡

岁”,“酒食相邀呼”为“别岁”,至除夜达旦不眠为“守岁”。

我国还有除夕“吃年夜饭”的习俗,这顿年夜饭,鸡、鸭、肉、鱼,样样俱备,全家团聚,共进一顿丰盛的晚餐。这也是人们回顾旧岁,憧憬新年的一种形式。

(洪林 译)

其实,酒与咖啡同饮,会加重酒精对人体的损害。这是因为酒精能毒害人体的一切细胞。喝酒之

油、醋、味精、淀粉、葱段等。

制法(一)将墨鱼肉片成约半公分厚的大片,入碗加少许精盐和鸡蛋、干淀粉上浆拌匀。把发菜用温水泡发,洗净后挤干水份待用。(二)取锅入油烧至四、五成热时,把浆好的鱼片散开入锅,到半生时捞出,将油倒出,留一点油再置火上,先下葱段,随后加入姜末、汾酒、肉汁汤、酱油、白糖、精盐、味精、发菜和滑好的鱼片,试味,烧沸后再用淀粉勾芡,撒胡椒粉拌匀出锅盛于大汤盘中。

(晨星)

五味白菜

用料:黄芽白

四两,白糖一两,

白醋一两,花椒少许,干辣椒少许,姜丝少许,精盐少许,泡辣椒丝少许,麻油一钱二分。

制法:白菜洗净撕成长条(或切成节),放入盐水中泡两小时,取出用冷水洗净,挤干水分,放入盘中,上覆姜丝、泡辣椒丝。然后将麻油放入锅内,用大火烧至八成热时,先放干辣椒炸香,再放花椒继续炸香后,捞出辣椒和花椒,将锅内的沸油倒在白菜上面。再用糖、醋倒入热锅中调成糖醋卤汁,倒入白菜盘内,加盖,隔五个小时左右即好,其味麻辣酸咸甜五味俱全。

(长子)

新年好篆刻 王泽匀



油腻太多可吃粥

春节期间,食品油腻多,许多人喜欢吃粥就咸菜。但在煮米粥时,常会发生溢出锅外的现象,不但洗刷不便,而且浪费很多营养成分。如果在煮米粥时加点食用熟油,即便火急一些,米汤也不会溢出,同时煮出的米粥更加香甜可口。

(林茂)

喝啤酒者戒

并非人人喝了啤酒都是有益的。如慢性胃炎患者就不宜饮用啤酒,因啤酒会减少胃粘膜合成前列

为您春节家宴添两个西菜

炸吉力猪排

原料:选猪大排一块(750克左右),咸面包100克,面粉50克,鸡蛋两只,细盐5克,胡椒粉2分,猪油500克(实耗50克)。

做法:(1)将大排去脊骨,沿肋骨斩成十块,用刀逐块拍平,撒上盐和胡椒粉。两面拍上面粉,蘸上打散的鸡蛋,然后滚上面粉,待用;(2)将炒锅上火烧热,放熟猪油,待烧至六、七成热时将猪排下锅,边炸边搅动煎锅,直到浮起呈金黄色,捞出装盘,盘里配以应时蔬菜即成。此菜色泽金黄,食来味香鲜嫩。

红绘鸡

原料:选完鸡一只,蔬菜100克,桂皮一片,猪油100克,胡椒粉2分,黄酒25克,蕃茄酱100克,油

面酱(用猪油和面粉炒熟后即成)25克。

制法:(1)将鸡斩去头、脚,剖开脊背,并将其斩成十块,放盘加盐和胡椒粉拌匀腌渍片刻待用。(2)旺火烧热煎锅,加猪油后,将鸡块放入,待两面煎黄后盛起,放入钢筋锅内;(3)将蔬菜切成段连桂皮入油锅炒黄,加蕃茄酱炒透后,倒入鸡锅内,加清水(以淹没鸡为度),用大火烧沸,倒入油面酱拌匀,小火焖至鸡块完全熟透,再将鸡块和调料捞出,并用粗网筛滤清原汁;(4)将原汁再倒回锅内,加鸡块、酒,调好咸淡,略烩片刻即可起锅装盘。此菜呈桔黄色,味鲜香、肥酥。

(韦建元)

海米狮子头

用料:猪五花肉、海米、青菜心

制法:1、先把猪肉斩成细粒状,海米用绍酒浸泡30分钟后,切成细粒。把肉粒和海米粒同放入容器内,加入绍酒、精盐、味精、鸡蛋清、干淀粉、葱末、姜末,清水75克,搅拌均匀,分成6份,做成光滑的大肉圆(即狮子头)。

2、把狮子头放在汤碗内,上笼蒸40分钟,使肉质中油脂溢出。将洗净的青菜心,放入热锅中加熟猪油,炒至翠绿色取出。3、取小型砂锅一只,先放入青菜心,再放上狮子头和肉汁,在炉上烧滚后,转小火炖20分钟即可。

漫话“除夕”

“除夕”中的“除”字的本义是“去”,引申为“易”即交替;“夕”字的本义是“日暮”,引申为“夜晚”。因而“除夕”便含有旧岁到此夕而除,明日即换新岁的意思。“除夕”就是一年的最后一天的夜晚。

“除夕”源于先秦时期的“逐除”。据《吕氏春秋·季冬记》记载,古人在新年的前一

天,击鼓驱逐“疫疠之鬼”。这就是“除夕”节令的由来。而最早提及“除夕”这一名称的,则有西晋周处的《风土记》等书。“除夕”在古代还有许多雅称。如,除夜、逐除、岁除、大除、大尽等。

古往今来,我国民间在除夕有很多富有积极意义的习俗。“岁晚相与馈问”为“馈

