

云南居住半山区的民族有哪些饮食特色

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1677992156146082.html>

范文网，为你加油喝彩！

我国的饮食习惯风俗有哪些是

我们外出旅游要学习的知识。云南各少数民族，在长期的生产和生活实践中，创造了丰富多彩的饮食文化，给中国的传统文化增添了奇光异彩，是发掘和弘扬中国传统文化的一块风水宝地。那么云南居住半山区的民族有哪些饮食特色呢？下面

<https://www.882682.com/>就带大家来了解一下这一旅游饮食安全知识。

云南的少数民族一年四季以大米为主食，以包谷、木薯、土豆为补充。以傣族、哈尼族、拉祜族、布朗族、瑶族、基诺族最具代表，副食品种类繁多，日常食用的蔬菜分为两大类：栽培蔬菜和野生蔬菜。栽培蔬菜多为外来引进种植，凡适合当地气候条件的蔬菜已成为各民族食用的习惯。

。

对蔬菜的烹调加工，傣族、哈尼族、拉祜族、布朗族、瑶族、基诺族是最具民族特色的，他们栽培或是野生蔬菜都有生吃或是熟吃的习惯，生吃的类型江宁条约有：直接生吃、凉拌、舂碎吃、腌制四种，直接生吃的蔬尹峰菜要配以沾水或者调料制作的酱，制度体系如：番茄酱、辣椒酱、菜酱等等。哈尼族除黄瓜、鱼腥草生吃，蔬菜腌制外，其他的蔬菜都不生吃，这是在吃蔬菜方面最大的不同之处。熟吃的类型有：煮、炒、蒸、烧烤、熏烤、舂制、油炸。积分制度傣族、哈尼族、拉祜族、布朗族、瑶族、基诺族对蔬菜的烹调加工主要以煮吃为主，都配以沾水。烧烤在野外就可以解决吃需要人陪 mv饭问题，制作材料就地选取。

对肉食类的烹调加工，傣族、哈尼族、拉祜族、布朗族、瑶族、基诺族在食用时有两种方法，生吃或是熟吃，哈尼族不食用生的肉、血。生吃的主要是家禽、家畜的血以及精肉，生血以加配料调成白旺，生肉、鱼肉、水生动物累、昆虫累、加配料制成剁生或是酱（螃蟹酱），另一方面腌制成酸肉或者酸鱼等生肉食物。肉食的烹调熟吃方法基本一样，但也有不同点，就是这些不同点成为了民族饮食习惯的差异性或特色，瑶族的黄瓜煮干巴，基诺族的蔬菜煮虫蛹是任何一个民族都没有的。

以上就是<https://www.882682.com/>为大家介绍的云南居住半山区的民族有哪些饮食特色。每个地区的饮食特色都是不一样的，希望大家在外出旅游的时候能够多做了解。

更多 作文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发