

24节气中立春时节北方的习俗

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/zhishi/a/168629526723835.html>

范文网，为你加油喝彩！



24节气中立春时节北方的习俗

立春北方习俗

立春这天，民间有吃春饼的习俗。如晋代《关中记》记载：“(唐人)于立春日做春饼，以春蒿、黄韭、蓼芽包之。”清人陈维崧在其《陈检讨集》一书中亦说：“立春日啖春饼，谓之春。”

旧时，立春日吃春饼这一习俗不仅普遍流行于民间，在皇宫中春饼也经常作为节庆食品颁赐给近臣。如陈元靓《岁时广记》亦载：“立春前一日，大内出春饼，并酒以赐近臣。盘中生菜染萝卜为之装饰，置奩中。”

其实立春吃春饼的习俗起源于唐朝，也叫“咬春”。立春时，春回大地，万物复苏，各种蔬菜发出嫩芽，人们尝鲜，古人就用面皮包着时令蔬菜，卷成卷蒸熟或者油炸，取名春饼，寓意着五谷丰登，也是春天的象征，并将它互相赠送，

取迎春之意。

最初的春饼是用面粉烙制或蒸制而成的一种薄饼，食用时常常和用豆芽、菠菜、韭黄、粉线等炒成的合菜一起吃，或以春饼包菜食用。清代诗人蒋耀宗和范来宗的《咏春饼》联句

中有一段精彩生动的描写：“……匀平霜雪白，熨贴火炉红。薄本裁圆月，柔还卷细筒。纷藏丝缕缕，才嚼味融融……”清代诗人袁枚的《随园食单》中也有春饼的记述：“薄若蝉翼，大若茶盘，柔腻绝伦。”

立春为什么吃春饼?传说吃了春饼和其中所包的各种蔬菜，农苗兴旺、六畜茁壮。有的地区认为吃了包卷芹菜、韭菜的春饼，会使人们更加勤(芹)劳，生命更加长久(韭)。

老北京人立春吃春饼与普通的烙饼不一样，讲究用烫面，烙出来不仅薄，而且一张春饼要能一分为二地揭开。饼里夹上菜，菜样一定要多，要荤素搭配，有驴肉、熏肚、熏肘子、酱口条、酱小肚等肉菜，还要有炒粉丝、炒菠菜、炒豆芽等素菜，老北京吃春饼还讲究有头有尾，就是吃春饼前用羊角葱丝蘸甜面酱，抹到春饼里，夹上合子菜一卷，从一头吃到另一头，这就叫作“有头有尾”，寓意合家欢乐。

立春吃春饼的原因

民间在立春这一天要吃一些春天的新鲜蔬菜，既为防病，又有迎接新春的意味。唐《四时宝镜》记载：“立春，食芦、春饼、生菜，号菜盘。”可见唐代人已经开始试春盘、吃春饼

了。所谓春饼，又叫荷叶饼，其实是一种烫面薄饼--用两小块水面，中间抹油，擀成薄饼，烙熟后可揭成两张。春饼是用来卷菜吃的，菜包括熟菜和炒菜。昔日，吃春饼时讲究到盒子铺去叫“苏盘”(又称盒子菜)。盒子铺就是酱肉铺，店家派人送菜到家。盒子里分格码放熏大肚、松仁小肚、炉肉(一种挂炉烤猪肉)、清酱肉、熏肘子、酱肘子、酱口条、熏鸡、酱鸭等，吃时需改刀切成细丝，另配几种家常炒菜(通常为肉丝炒韭芽、肉丝炒菠菜、醋烹绿豆芽、素炒粉丝、摊鸡蛋等，若有刚上市的“野鸡脖韭菜”炒瘦肉丝，再配以摊鸡蛋，更是鲜香爽口)，一起卷进春饼里吃。

吃春盘

自唐朝起，民间还普遍流传有吃春盘的立春食俗。如南宋后期陈元靓所撰的《岁时广记》一书引唐代《四时宝镜》记载：“立春日，都人做春饼、生菜，号

春盘。”春盘一词也屡见于唐代的诗词作品中，如诗人岑参在《送杨千趁岁赴汝南郡覲省便成婚》一诗中就曾这样写道：“汝南遥倚望，早去及春盘。”到了宋代这一习俗更加普遍，北宋大词人苏轼曾在其诗词作品中多次提及这一习俗，如“沫乳花浮午盏，蓼茸蒿笋试春盘”、“愁闻塞曲吹芦管，喜见春盘得蓼芽”；而南宋大诗人陆游在其《[感皇恩]伯礼立春日生日》和《[木兰花]立春日

作》两词中亦分别有“正好春盘细生菜”、“春盘春酒年年好”这样的诗句。到了清代，潘荣陛在《帝京岁时纪胜正月春盘》中载：“新春日献辛盘。虽士庶之家，亦必割鸡豚，炊面饼，而杂以生菜、青韭菜、羊角葱，冲和合菜皮，兼生食水红萝卜，名曰咬春。”

据考证，春盘实际上是由魏晋时期的五辛盘发展演变而来。南朝宗懔《荆楚岁时记》引西晋周处《风土记》曰：“元日造五辛盘，正元日五熏炼形。”南朝诗人庾信的《岁尽应令诗》中也有“聊开柏叶酒，试奠五辛盘”这样的句子。所谓五辛即五种辛味蔬菜，据李时珍《本草纲目》载：“元旦立春以葱、蒜、韭、蓼、芥等辛嫩之菜，杂合食之，取迎新之义，谓之五辛盘，杜甫诗所谓春日春盘细生菜是矣。”其实，古时人们吃五辛盘不仅仅如李时珍所说的那样是为了“取迎新之义”，同时也是为了散发五脏之气、健身防疫。按照现代科学观点，春节之际，寒尽春来，正是易患感冒的时候，用五辛来疏通脏气，发散表汗，对于预防时疫流感，无疑具有一定的作用。到了唐宋时期，人们对五辛盘作了改进，增加了一些时令蔬菜，使其从单调的辛辣变为色香味俱佳的翠缕红丝，并名之曰“春盘”。

吃春盘的习俗一直流传至今，但春盘的内容已发生了更大的改变，变为主要以青韭、豆芽、香芹等新春时令菜为主，外加肉丝、豆腐丝等合炒成盘，也可酌加海参、香菇、鸡丝等原料，因人而异，随意搭配。

吃春卷

春卷也是立春日人们经常食用的一种节庆美食。这种食品是以薄面皮包馅、用油炸制而成。其具体制作方法为：面粉和成浆状，放些许在平底锅，用文火烧，时时旋转平锅，制成薄如蝉翼的春卷皮，然后包馅，卷成约二寸长的长筒状，两头以面糊粘住，以浮油煎至外焦里嫩、色香味俱佳。春卷皮一般用麦面，也有用鸡蛋皮、豆腐皮者。至于馅料则分南北两派，北方多用韭菜、豆芽、肉丝等，而江南则多用白菜、肉丝、虾丝、海米、芹菜、豆沙、水果等。

春卷这一食品名称最早见于南宋吴自牧的《梦粱录》一书，该书中曾提到过“薄皮春卷”和“子母春卷”这两种春卷。到了明清时期，春卷已成为深受人们喜爱的风味食品。时至今日，色泽金黄、外皮酥脆、肉馅鲜嫩、香气诱人的春卷已成为

许多大酒店宴席上一道风味独特、备受欢迎的名点。现在人们吃春卷已不再局限于立春，平时也经常可以吃到它。但是，春卷在立春日这一天吃起来还是会别有一番滋味的。

咬春和尝春作为一种传统的饮食文化，原本是立春节庆习俗中不可分割的一个组成部分。可是，现在这种节庆习俗已经淡化了很多，甚至于许多年轻人都已经不知道这一习俗了。

现在，人们更多地用吃面条和饺子代替了吃春盘、春饼、春卷，来迎接春天的到来，故民间广泛流传有“迎春饺子打春面”的说法。

四步学会烙春饼

原料：面粉250克，开水120克，冷水50-60克，植物油少许。配菜根据个人喜好随意，如葱丝、炒肉丝、炒豆芽、黄瓜丝等。

做法：

第一步和面：将面粉加入开水搅拌成散面团状，分次加入冷水，用手揉成软硬适中的光滑面团，盖上保鲜膜放在室温下静置30分钟。

第二步揉面团：将醒好的面团取出切下一块，撒干面粉稍微揉一下，搓成长条，用刀分成约15克重的小面块。

第三步擀面饼：将小面块压成小面饼，在面饼上刷一层油备用，取两个小面块，将刷油的面相对合叠在一起，用擀面棍将面团擀成一张直径约为15厘米的薄饼。

第四步烙饼：加热平底锅，然后放入擀好的生饼胚，中火烙制，饼胚中间有气泡鼓起时，说明一面已经快熟了，翻面烙另外一面，两面都稍微有些淡淡黄色就算烙好了。

更多 在线阅览 请访问 https://www.wtabcd.cn/zhishi/list/91_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发