

## 广州增城客家人制作美食“笼糍” 迎接虎年春节

2022年01月15日 15:45 来源：中国新闻网



笼糍是广州增城客家人春节期间用于祭祀或送礼的一种传统食品。笼糍既可作为走亲戚的“手信”，又可作为点心招待客人，寓意“团圆美满”“幸福甜蜜”。

尽管制作十分费时耗力，但是每年春节前，广州市增城区正果镇黄沙村的客家人都会生起炉灶，全家齐上阵一起制作笼糍。随着2022年传统虎年春节临近，黄沙村的村民们近日纷纷开始准备制作这一独特的地方美食。

据了解，笼糍制作的材料主要有红糖、糯米粉、黑芝麻以及芭蕉叶。据介绍，首先，村民们会将红糖用热水化开成红糖水，与糯米粉充分融合，用力揉搓至粉团有黏性。然后将清洗好的芭蕉叶均匀地铺在圆形竹篮底形成托底，接着在芭蕉叶上撒上黑芝麻，再把揉搓好的糯米粉团放在上面，压实成圆形并黏住底部的黑芝麻。最后，在糯米团顶部再均匀撒上一层黑芝麻，放入蒸锅中，用荔枝木柴火慢慢蒸熟。

增城客家人制作的一个传统大笼糍重量有近10公斤，最少需要8个小时才能蒸熟；较小的也有3至4公斤，也需要蒸上约5个小时。

“蒸好的笼糍并不能马上食用，一般要在常温的环境中放上两天，待其变得够硬后，再切成小块，之后用油煎至金黄色，煎好后蘸上糖或盐直接食用，口感软糯香甜，香气四溢。”黄沙村村民李秀女表示，当地客家人制作笼糍的手艺均为世代传承。

李秀女表示，笼糍不仅仅是增城客家人春节期间祭祀祖先、走亲访友必备的小吃，每逢丰收时节或者搬新家、嫁娶时，他们也都会制作笼糍。

“笼糍寄托了客家人的新春愿景，同时也承载了丰收团圆的喜悦。”她表示，将会把这个手工技艺一代代传承下去。

单词:	lóngcí 笼 糍	jìsì 祭 祀	qīnqi 亲 戚	yùyì 寓 意
	hóngtáng 红 糖	nuòmǐ 糯 米	hēizhīma 黑 芝 麻	
	bājiāo 芭 蕉	lìzhī 荔 枝	jìtuō 寄 托	

- 讨论: 1. 广州增城客家人都会在什么时候制作“笼糍”?
2. “笼糍”寄托了客家人怎样的感情?

源新闻: <https://www.chinanews.com.cn/life/2022/01-15/9652932.shtml>

音声 URL: <http://ttn.co.jp/sound/text/files202201161642329832.m4a>