

### “临汾—广州—槟城”三城联动贺新春之年夜饭

《三国志·吴志·陆凯传》提到“国以民为本，民以食为天”。如今，除夕的年夜饭已成为华人春节期间最隆重、最重要的团圆习俗。一家人围坐在热气腾腾的饭桌旁，喜庆热闹的氛围让年味更浓。那么，在山西临汾、广东广州和马来西亚槟城，三地华人的年夜饭，到底有什么特色风俗和菜品？让我们一起看看三城多样的年夜饭吧！



热气腾腾的临汾铜火锅



年馍是临汾年夜饭不可或缺的一道美食



丰盛的临汾年夜饭



美味的广州年夜饭



广府年夜饭中最有气场的，莫过于盆菜



福建长大的梁顺钟，年年烹饪着自己家乡的传统年菜

# 年夜饭 福运连

年馍 盆菜 炒沙葛

## 临汾 年馍上桌 年味盈桌

在临汾的年夜饭里，除了传统的家乡美食，年馍无疑是家家户户餐桌上必不可少的一道春节限定。

俗语说“二十八，把面发”，就是在腊月廿八这一天，家家户户都要发面蒸年馍。面粉作为年馍“主角”，大多数临汾人喜欢选用自家种植的小麦磨成的面粉，这种面粉做出的年馍麦香浓郁，口感松软。除了选用上好的面粉，和面也是蒸年馍的关键步骤。将面粉倒入盆中，缓缓加入酵母水，双手不停搅拌、揉搓，使原本松散的面粉变成光滑的面团，如同白色绸缎，再将和好的面团放在温暖的地方发酵。这期间，面粉发酵的香气便会弥漫开来，让人忍不住期待年馍出笼的那一刻。

发酵好的面团被分成一个个小剂子，再制作成形态各异的花馍。布袋形状的年馍，寓意着粮食满仓、年年丰收；鱼形的年馍，寓意着年年有余；石榴形状的年馍，寓意多子多福；一层面皮一层枣是登高年馍，寓意步步高升……每一个栩栩如生的年馍，都饱含着临汾人对新春的美好祝愿。蒸年馍，蒸出的是家的味道，品出的是浓浓年味。热气腾腾的年馍更是临汾人对新春的美好期许。

在临汾，年馍端上桌，年夜饭才算圆满。吃年夜饭时，长辈们会先动筷，然后晚辈们依次开始用餐，这是对长辈的尊重，也是尊老爱幼的传统美德。吃饭时，大家互相夹菜，送上新春祝福，欢声笑语中，亲情愈发浓厚。

对于海外华侨常强来说，在家乡吃一顿年夜饭的意义更不一样。“在马来西亚的那几年，每当想起临汾的年夜饭，那些温馨的画面就会在脑海中浮现，熟悉的味道令人回味无穷。特别是想起小时候，年馍一蒸，年味就来了。”他说，即使身处异国他乡，那份对家乡的思念和热爱，也会因为一份独特的味道而更加强烈。

临汾的年夜饭，不仅仅是让全家团聚的一顿饭，也是家人间爱与关怀的链接，更是人间最真挚情感的传递和对中华优秀传统文化的传承与守候。

## 广州 盆菜入席 福气满席

广府年夜饭的历史最早可以追溯到南北朝。“与北方不同，广东的年夜饭，最讲究意头。”知名广府文化学者饶原生说。“意头”是指“讨个好彩头”。广东人天性爱吃，给年夜饭的满桌佳肴取个好“意头”名字，是一脉相承的习俗。比如“鸿运当头”“添丁添寿”“步步高升”等，都是年夜饭中的“角儿”。

广府年夜饭中最有气场的，莫过于盆菜。盆菜，顾名思义，寓意盆满钵满。它汇集鲍、参、肚、虾、冬菇等十几种食材，先将众多食物分开烹制，再放到同一个盆里，佐以粉丝、腐竹、青菜等，可谓是群英荟萃。盆菜过去还有一个名字叫“百鸟归巢”，传递的正是对在外奋斗、漂泊的家人除夕夜归家团聚的殷切期盼。

“盆菜起源于深圳沿海地区，属于客家菜，过年吃盆菜，图的就是阖家团圆的好意头。”饶原生说，由于盆菜烹饪过程较为复杂，一般家庭较难制作，现在只有一些酒店和餐厅才会制作。近年来，为了满足人们的多样需求，盆菜也顺应时代发展，推出了外卖服务。

## 槟城 鱿鱼炒葛 富贵满格

年味，对许多人而言，是记忆深处的一份怀念。对于马来西亚槟城的甜点师梁顺钟来说，这份年味永远藏在他的年菜里。从小在福建长大的梁顺钟，年年烹饪着自己家乡的传统年菜，比如鱿鱼炒沙葛、猪脚醋、炸肉肉、咖喱鸡等，这些菜肴不仅是味蕾的享受，也是团圆的象征，见证着亲情与岁月的流转。

今年50多岁的梁顺钟依然热爱下厨和烘焙。无论生活多么忙碌，年味从未因生活节奏快而淡去。“年味，就是通过舌尖与熟悉的味道相拥。”他说，这是他每年对家的守望与眷恋。无论生活如何变化，梁顺钟始终秉持着传统。他认为，“人间至味是团圆”，年菜不可以简单化，只有坚持繁复的做法，才能让每道菜保有那份久违的味道。其中最让他怀念的便是鱿鱼炒沙葛，这是福建传统年菜之一。沙葛、红萝卜必须手工切成丝，炒制时还需要耐心翻炒，调味则凭借经验来掌握。梁顺钟尤其喜欢这道菜，因为它能让他忆起与母亲一起做年夜饭时的默契与欢乐。

梁顺钟说：“我做年菜，不只是为了给家人吃，更是为了让年味延续。”随着年菜逐渐走进更多家庭，梁顺钟不仅为家人、朋友烹饪，还接到许多来自亲朋好友的年菜订单。这样一份延续着家乡味的传统，逐渐成为别人家的年味、家味。

在快节奏的现代生活中，梁顺钟的年菜故事提醒我们，尽管时代变迁，但传统的味道、家人团聚的那份温馨与记忆，始终未曾改变。