二月二吃什么
十三种传统食物看过来

二月二，又称“龙抬头”，民间习俗多。那么二月二吃什么呢？二月二的饮食习俗可不少，这天要吃有“龙”字的食品来沾“龙气”。具体二月二吃什么？下面就为您介绍。

“龙抬头”又被称为“春耕节”“农事节”“春龙节”，是汉族民间传统节日。“龙抬头”是每年农历二月初二，俗称“青龙节”，传说是龙抬头的日子，它是中国的一个传统节日。人们庆祝“龙头节”，以示敬龙祈雨，让老天保佑丰收。

我国的民俗有很大一部分是食俗，二月二也不例外。龙是二月二最受尊崇的神只，二月二肴馔，无不沾有龙气：用面和糖搓成圆丸炒熟谓之龙蛋，饼称龙鳞饼，面条谓之龙须面，米饭为龙眼，饺子为龙牙，馄饨为龙耳，煎饼为龙皮，黏糕为龙腰，食猪头为龙抬头。日常吃的食物也要叫一个好彩头，比如豆腐叫兜福，芥菜叫借财等。

二月二传统食俗

1.饺子

饺子有的形似元宝，有的形似耳朵，龙抬头这天吃饺子称之为“食龙耳”。“舒服不如倒着，好吃不如饺子”，在“龙抬头”这天，讲究吃“肉菜饺子”，即馅中有肉又有菜，取“肉菜”之谐音“有财”，寄语新年财源滚滚之意。

2.炸油糕

在北京、天津等一些地区，人们有在这天吃油炸糕的习俗，称之“食龙胆”。油炸糕色泽金黄，被称作龙胆是很形象的。做法是把黍子碾成黄米，再把黄米磨成面，即成黄米面，由黄米面做成的黄米糕具有“黄、软、筋、香”四大特点，吃的方法有两种，一是“素糕”，二是“油炸糕”。

3.春饼

立春之日讲究吃春饼，而过二月二同样讲究吃春饼，立春吃春饼叫作“咬春”，而二月二吃春饼则叫作“咬龙鳞”，是因春饼圆且薄的形状好似鳞片而得名。二月二吃春饼的习俗源于清代，饼内卷入酱肘子、猪头肉、樟茶鸭等肉食以及韭菜、萝卜、豆芽等蔬菜。

4.驴打滚

老北京的习俗，人们总喜在农历二月二买“驴打滚”品尝。黄豆粉面裹豆沙馅儿的驴打滚外形圆润，有“财源滚滚”的吉祥含义。

5.面旗子

农历二月二，淄博老百姓有吃炒面旗子的传统习俗。所谓面旗子，就是切成菱形的面片，长、宽3~2厘米。将干后的面旗子用白抗土加热炒制就成炒面旗。

6.面条

北方人喜欢在二月二吃碗“龙须面”讨个好彩头。龙须面由山东抻面演变而来，因抻出的面细如发丝，下滚水如银龙入海，故而得名。相传明代御膳房里有位厨师，在立春当日，做了一种细如发丝的面条，宛如龙须，皇帝胃口大开，龙颜大悦，赞不绝口。从此，这种炸制的面点便成了一种非常时尚的点心。二月二食龙须面有“顺顺溜溜、顺心如意”的美好寓意。

7.爆米花

当年武则天当上了皇帝，此事惹恼了玉皇大帝，玉帝传谕四海龙王，三年内不得向人间降雨，有条黄龙却违背了旨意。玉帝得知后，把它打下凡间，压在舍利塔下，玉帝说如果想回到天庭除非“金豆开花”。人们为了拯救龙王，到处找开花的金豆。到了第二年二月初二这天，人们正在翻晒玉米种子时，突然想到这玉米就像金豆，炒一炒开了花，不就是“金豆开花”吗？于是就家家户户崩爆玉米花，并在院子里设案焚香，供上开了花的“金豆”。

8.炒豆子

二月二在西北，甘肃岷县等地有吃炒豆子的习惯，表示每年春天的开始。岷县的二月二会，前来逛会的人们买大黄梨拿回家孝敬老人，故二月二庙会又称“黄梨会”。

9.猪头

农历二月初二是老百姓的传统节日，有“龙抬头，吃猪头”的习惯。人们纷纷购买猪头肉，希望新年有个好兆头。

10.葱饼

有些地方二月二吃的饼叫“龙鳞饼”，而吕梁地区这天吃煎饼或葱油烙饼，称为“揭龙皮”。太原地区这天除吃烙饼外，还有吃水饺，叫作“吃龙耳”，也有人用饼卷上合菜吃，意谓合龙头。晋南这天则一定要吃麻花、馓子，谓之“啃龙骨”。

11.炒面

在安徽省黄山市歙县北乡一带，每逢农历二月初二，到了中午开饭的时间，家家户户都吃炒面条。炒面条是将面条扯成一小段一小段的，再与肉丝、油豆腐丝、春笋丝、青菜等混合在一起炒。因炒熟的面条外形像虫，寓意大家合力把虫炒熟并全吃掉了。

12.撑腰糕

江浙沪地区在二月二这天保留着吃“撑腰糕”的习俗，有把腰撑住的寓意，意思是吃了糕，当年里就不会腰酸背痛了。

13.芥菜饭

二月二这天有吃芥菜饭的习俗。当地方言里有一句合辙押韵的俗语，意思是这天吃了芥菜饭，一年都不会得皮肤病，这有一定的科学道理，因为芥菜里富含的维生素和叶绿素有益于皮肤。

二月二为何吃“龙”食

农历二月初二是二十八宿中青龙开始露头的日子，根据天象定为“龙抬头”。由于人们对龙的崇拜，这天要吃有“龙”字的食品来沾“龙气”。其中除了管炸糕叫“龙胆”、春饼叫“龙鳞”、面条叫“龙须”之外，还管米饭叫“龙子”、馄饨和饺子叫“龙耳”，等等。

而“二月二，龙抬头”的来历还有一种说法，据专家介绍，农历二月初二恰逢惊蛰前后，此时蛇、蚯蚓等冬眠的动物开始活动，而蛇又俗称“小龙”，蚯蚓俗称“地龙”，蛇和蚯蚓开始露头，就叫“龙抬头”。而与蛇和蚯蚓同时开始活动的也包括一些害虫，故而在明代，二月初二有吃“熏虫”的习俗。人们摊煎饼、做熏肉、炒菜，用油烟熏死害虫并吃掉它们，以保护庄稼，祈求健康。

据新华网

七种饺子馅的做法都太香了 照着做一定好吃

【猪肉芹菜馅】

1.肉馅中加入葱花、姜末、生抽、老抽、蚝油、蛋清、少许香油打匀。如果还觉得干，酌情加些清水。
2.香芹洗净去叶，切成小丁。
3.将切好的香芹加入到肉馅中拌匀。

【猪肉豆角馅】

1.豆角择好洗净，放锅中开水焯2分钟左右，变得软了就可以了。
2.焯完的豆角放凉水中过凉，切成小丁。
3.将切好的豆角加入到肉馅中拌匀。

【猪肉蒜黄馅】

1.肉馅中加入葱花、姜末和盐。
2.再加入生抽、老抽、蚝油、蛋清搅拌均匀。如果觉得肉馅发干，一点一点地加入些清水和食用油再搅拌，直至肉馅软滑。
3.蒜黄洗净，切成小段。和韭菜馅的韭菜大小一样。
4.将切好的蒜黄加入到肉馅中，搅拌均匀。

【猪肉香菜馅】

1.肉馅中加入葱花、姜末、生抽、老抽、蚝油、蛋清、少许香油打匀。如果还觉得干，酌情加些清水。
2.香菜洗净，切成小段。
3.将切好的香菜加入到肉馅中拌匀。

【三鲜馅】

1.将鲜虾剥掉虾皮，去除虾线。倒入适量料酒。
2.胡萝卜切成小丁，香芹切成小段，水发木耳切碎备用。
3.虾肉切成小丁。
4.打入一个蛋清，放1克盐拌匀。
5.一个鸡蛋加刚才剩下的一个蛋黄，打匀。不粘锅中放油，倒入鸡蛋液后，用筷子不断搅拌，打成鸡蛋碎。
6.将虾肉、胡萝卜丁、香芹丁、木耳碎、鸡蛋碎放一起，加3克盐，生抽拌匀。

【猪肉黄瓜馅】

1.黄瓜擦丝，撒1克盐，攥出水分。
2.倒入肉馅中拌匀。

【猪肉豇豆馅】

1.豇豆洗净择好，放热水中焯2分钟左右。
2.焯好的豇豆切成小丁。
3.将切好的豇豆加入到肉馅中拌匀。

据新华网