

認識祖國~中華民族面面觀

維吾爾族

第三組

組員

組長~周曉盈

組員~鄭仲紋

蔡卓研

彭倩儀

王穎彤



目錄

❖ 簡介.....	P. 4
❖ 飲食文化.....	P. 5
❖ 傳統食物：拌麵、抓飯.....	P. 6
❖ 傳統食物：饅頭、薄皮包子.....	P. 7
❖ 問卷調查.....	P. 9 - 13
❖ 問卷分析.....	P. 14
❖ 感想.....	P. 15
❖ 資料來源.....	P. 16
❖ 完.....	P. 17

簡介

- 維吾爾族，古代北亞民族回鶻和中亞中世紀各穆斯林民族的後裔（由九姓烏古斯與十姓回紇組成，畏兀兒的民係為塔蘭奇人、吐魯番（哈密）人、喀什噶爾人，外加薩爾特人）。
- 「維吾爾」是「聯合、團結」的意思，維吾爾族說維吾爾語，使用維吾爾文，信仰伊斯蘭教。

一日三餐



維吾爾族日食三餐，早飯吃饅和各種瓜果醬、甜醬，喝奶茶、油茶等，午飯是各類主食，晚飯多是茶或湯麵等。





飲食特色



- 在一般情況下，大多數維吾爾族羣眾以面食為日常生活的主要食物，喜食肉類、乳類，蔬菜吃的較少，夏季多拌食瓜果。
- 維吾爾族傳統的飲料主要有茶、奶子、酸奶、各種干果泡制的果汁、果子露、多嘎甫（冰酸奶，酸奶加冰塊調制而成）。



維吾爾族的傳統食品：拌麵、抓飯

拉條子就是新疆拌麵的俗稱，製作時不用擀、壓的方法而直接用手拉製成，加入了各色、種蔬菜和牛羊肉是新疆各族羣眾都喜欢的一种大眾麵食。



“抓飯”，維吾爾語叫“波糯”，是維吾爾、烏孜別克等兄弟民族執行賓客禮儀的風味食品之一。



維吾爾族的傳統食品：**饊**、**薄皮包子**



饊的品種有很多,大約有五十多種常見的有肉饊、油饊、窩窩饊、芝麻饊、片饊、希爾曼饊。

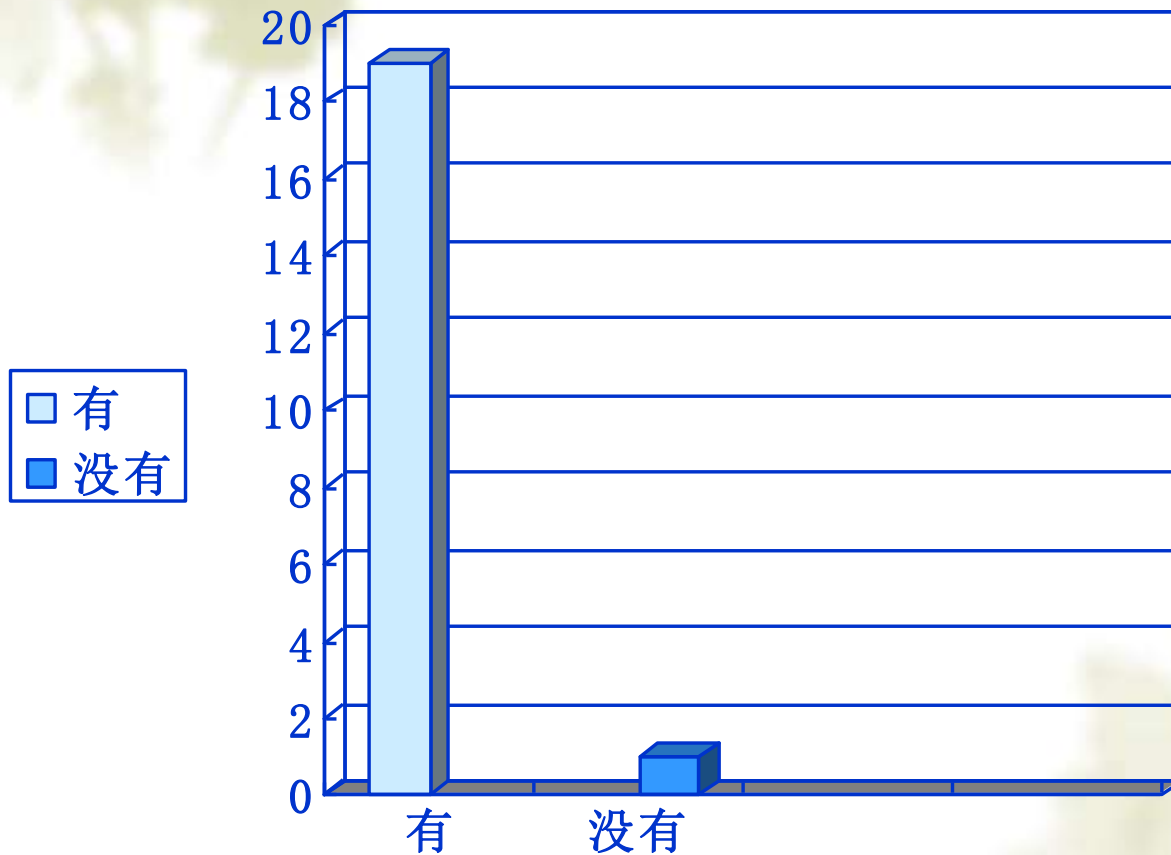
薄皮包子，維吾爾族叫“皮提曼塔”，選用上好的料羊肉做餡制成，是維吾爾族人民喜愛的美食。



問卷分析

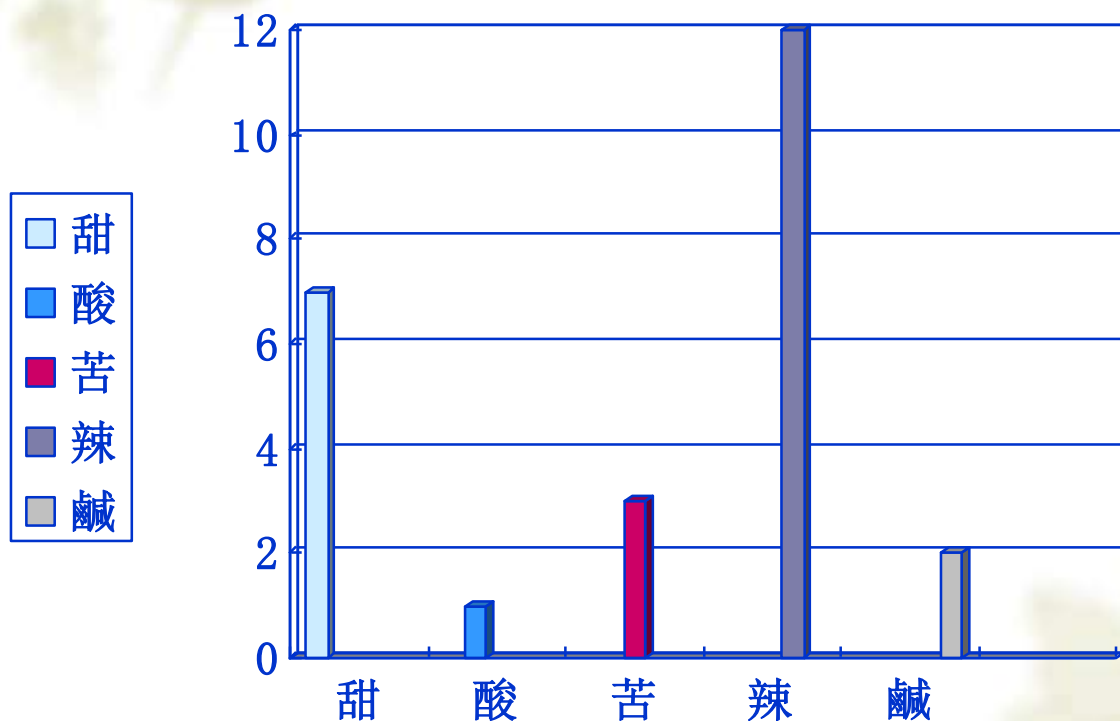


一、你有去過新疆嗎？



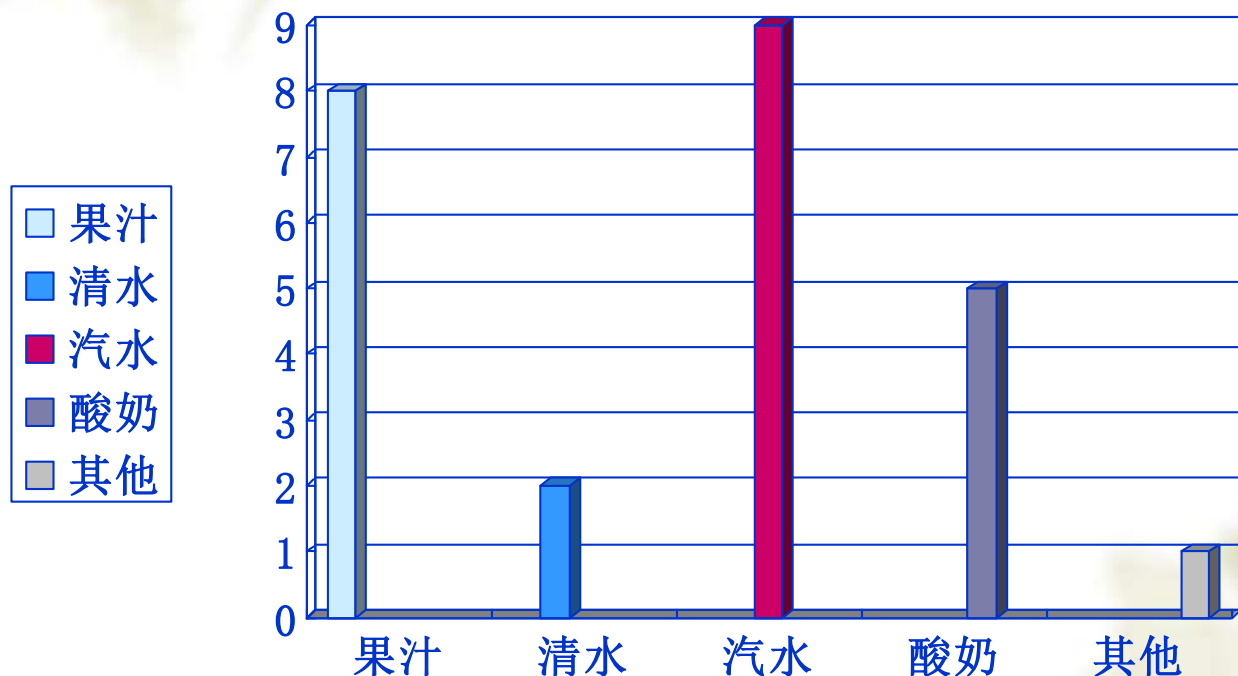
在我們訪問的同學中，只有一人去過新疆，所以我們認為大家對維吾爾族的食物應該也不太瞭解。

二、你比較喜歡吃哪種味道的菜肴？



維吾爾族比較愛吃甜食，和同學的喜好沒那麼相似。

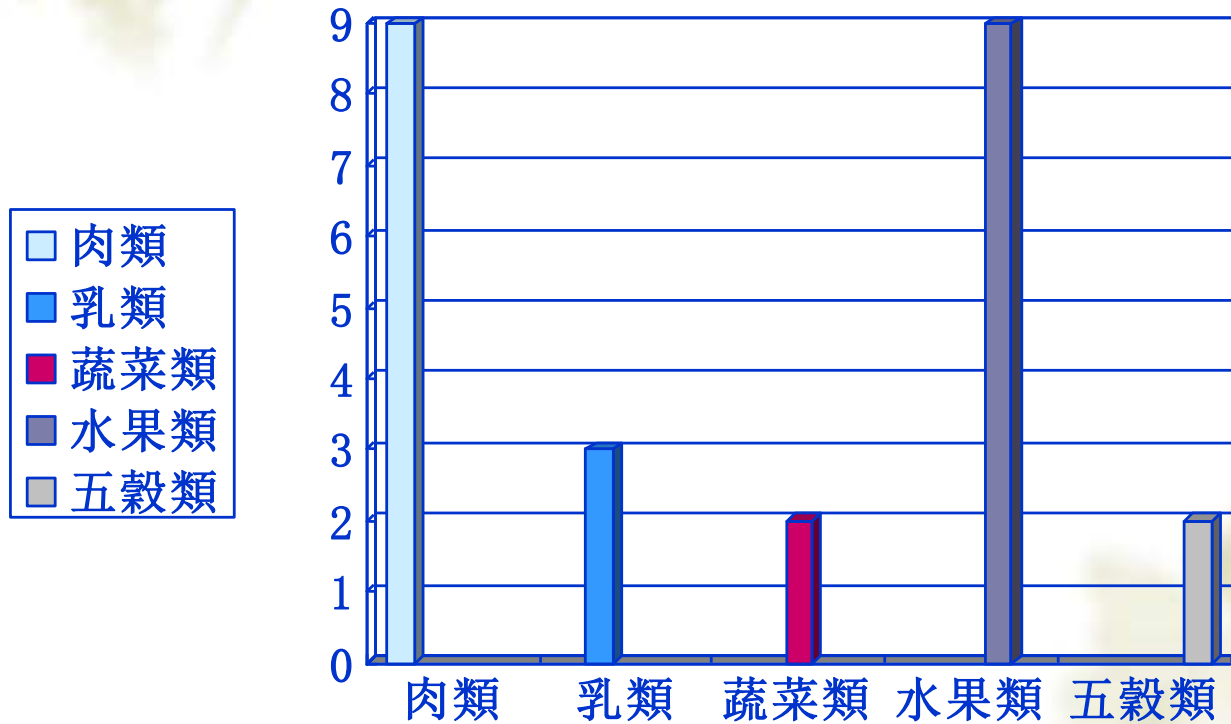
三、你比較喜歡喝哪種飲料？



維吾爾人尤其喜歡喝酸奶，夏季常以酸奶就饅頭吃。在农村繁忙季节，农民们常常带上酸奶、饅頭作为自己的午餐。家里来了客人，好客的主人也会捧出一碗酸奶来招待。

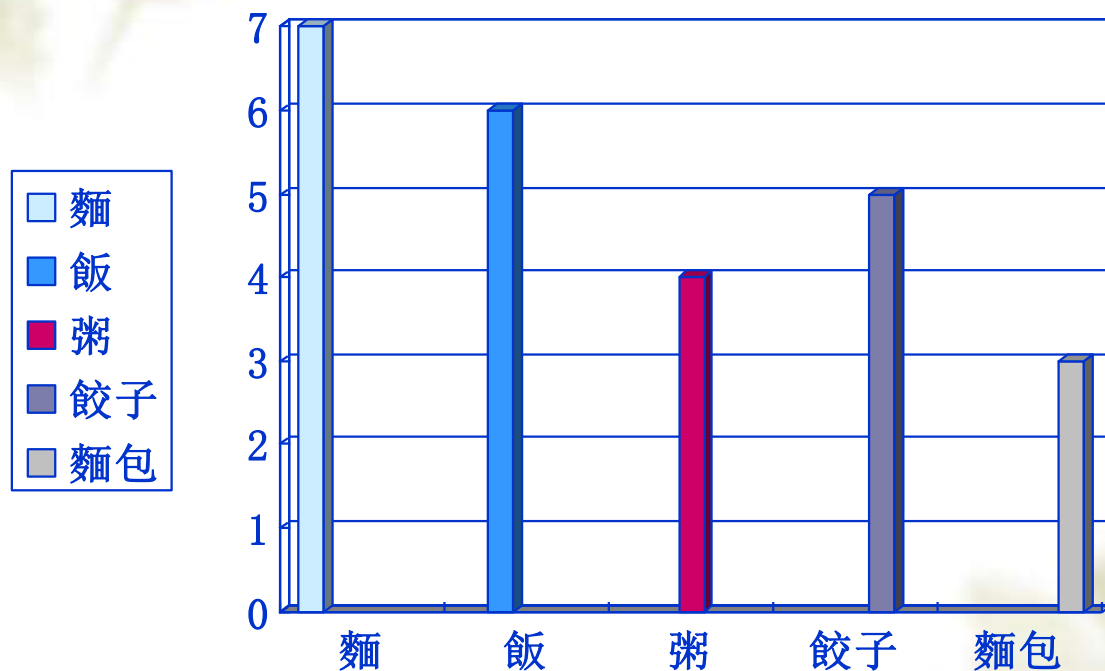
同學也挺喜歡的，大家如果去了維吾爾的家鄉（新疆），應該也會適應。

四、你喜歡吃哪一類食物？



維吾爾人愛吃肉、水果類，最近也常向漢人學習炒菜，和我們的飲食習慣差不多。

五、你比較喜歡吃以下哪一種五穀類食物？



維吾爾人喜食麵，中午為麵類主食，晚飯是湯面或饅頭。可見麵是多數維吾爾人喜歡。

問卷總結

大家的飲食習慣與維吾爾人的習慣相似，如果到了新疆，應該也不會不太適應

感想



- ❖ 我們在這次專題中，認識了更多關於維吾爾族的飲食文化。
- ❖ 我們還分工合作，做好每一個步驟，希望以後可以繼續合作。

完