

# 中国,十二大传统糕点, 南北方都喜欢,作为吃货,你吃过哪几种?

中国糕点恰似一瓮陈酒,在岁时更迭中发酵出万千滋味。

追溯至《周礼》记载的“糗饵粉糈”,古人以谷物研磨塑形,既作祭品亦充干粮。

汉代“稻饼”见于《释名》,唐代“巨胜奴”(芝麻酥)随丝绸之路传入长安,宋代《东京梦华录》更记有“糖煎饼”“梅花汤饼”等数十种。

市井间“点心”之名渐成共识——相传岳飞军中以小食“点”缀“心”神,遂得此称。

文人墨客更将糕点写入风雅。苏东坡在《寒具诗》中咏“纤手搓来玉色匀”,赞的是酥脆的馓子;

陆游“红酥手”词中暗合唐时酥点技法。

明清时,《随园食单》详述“松子糕”“荔浦芋泥”制法,

江南定胜糕寄寓科考顺遂,岭南煎堆象征家宅兴旺,糕点成为承载祈愿的民俗符号。

而今,老字号仍恪守“四季糕点循时令”古训:

春制青团,夏做薄荷糕,秋供自来红,冬备糖火烧。

一块糕点,既是《齐民要术》里的工艺传承,也是市井巷陌的烟火记忆,在蒸炸烘烤间,熬煮着中国人最绵长的味觉乡愁。

今儿,跟诸位聊聊,最传统的“十二大”糕点……

## 京式

### 01 驴打滚

是北京地道的传统小吃,源自满族粘食文化,最早在承德地区用黄米面制作,后因八旗子弟喜爱传入京城。

这个名字的由来还有个趣事,慈禧太后尝鲜时,御厨的新菜被冒失的小太监“小驴儿”撞进了黄豆面盆,

大厨急中生智用“驴打滚”命名,

竟成了宫廷爆款,连香妃都靠它和丈夫传递暗号。

老北京人管这软糯劲儿叫“地道”,金黄的面皮裹着红豆沙,在炒得喷香的黄豆面里一滚,活像驴儿撒了欢儿打滚儿。

现在虽多用糯米替代黄米,但咬一口豆香混着甜馅,还是那股子老味儿。

做法也不难:糯米煮熟擀薄,抹上豆沙一卷,切段撒豆面,三步搞定。

您要是路过护国寺小吃,可别错过这“滚”出来的美味!

## 02 豌豆黄

那可是春末夏初的“顶流”甜点!您猜怎么着?

这金灿灿的小方块最早是胡同口大爷推车卖的糙豌豆黄,

后来慈禧老佛爷在北海乘凉时听见

“豌豆黄儿哎,大块的!”“吆喝,尝了一口直接招进宫当御厨,

这才有了细豌豆黄的讲究,

得用张家口的花豌豆,去皮磨茸加桂花糖,蒸得颤巍巍的,切块时刀面得沾凉水,讲究个“入口即化,甜得透亮”。

如今的豌豆黄仍用老法子,但胡同里也藏着改良版:

有的加蜜枣碎,有的撒山楂糕丁,老北京见了准得说“地道”!

您要尝鲜,记得挑冷藏过的,咬一口冰凉沁脾,豆香混着桂花味直窜鼻腔,配壶茉莉花茶,那叫一个“倍儿美”!

做法倒不复杂:去皮豌豆泡透煮烂,加糖桂花熬成糊,倒模具里晾凉切块。

关键得用文火慢炒,火大了发苦,火小了不成型。

## 苏式

### 03 桂花糕

相传明朝末年,新都小贩刘吉祥从状元杨升庵的桂子书斋得到灵感,

用鲜桂花、米粉和蜜糖捣鼓出这方糕点,后来流传到苏州、南京,成了“糕如玉、香似蜜”的江南名点。

老苏州人讲“桂花糕要趁热切”,刚蒸好的糕体透亮如羊脂玉,撒把干桂花,甜津津的香气直往鼻子里钻。

这糕点的门道可不少。

传统做法讲究“三蒸三晾”:糯米粉和粳米粉按2:1的比例混合,温水揉成松散的面团,过筛后铺上浸湿的纱布,旺火蒸透后撒桂花蜜,再盖盖焖出水汽。

如今窑湾古镇还保留着古法,用百年银杏木案板切糕,每条25厘米的糕要切320片,薄如蝉翼却不断不碎。

当地人讲“云片糕,云片糕,吃了步步高”,逢年过节总要捎上几盒,图个“高升”的好彩头。

## 04 红豆糕

是当地人从小吃到的“心头好”。

这糕点最早能追溯到明朝,那时候江南文人喜欢用红豆寄相思,

后来就慢慢演变成了点心。无锡人说话总带着股软糯劲儿,说这糕“糯笃笃、甜津津”,就像他们讲的话一样温柔。

老底子做法讲究得很,要选本地红皮赤豆,泡一晚上煮到酥烂,再用石臼捣成带颗粒的豆沙。

糯米粉里掺点粳米粉,和着猪油糖桂花一拌,蒸出来香得能勾魂。

现在老字号还保留着古法,不过年轻人也爱搞新花样,

比如加抹茶粉或者夹流心,但老无锡人最爱的还是那口原汁原味的甜。

这糕点不单是吃食,更是刻在无锡人骨子里的乡愁。

## 广式

### 05 萝卜糕

这道用沙地白萝卜和粘米粉“搓”出来的美味,最早能追溯到明代。

当时闽粤移民带着“菜头粿”的叫法一路向南,最终在岭南土地上扎根,成了广式茶楼里的“点心三宝”之一。

老广讲究“冬吃萝卜夏吃姜”,冬季萝卜最清甜,切成丝后和腊肠、虾米、干贝一锅炒香,

再裹上粘米粉浆蒸透,切开时能看到萝卜丝透着光,像块温润的羊脂玉。

广州阿婆做萝卜糕有个秘诀——“落足料,用啲心”。

白萝卜要选重手的,刨成丝后用盐杀出水,和粘米粉按4:1的比例调成糊,腊肠得选广式甜口的,虾米要挑带点海腥味的,连胡椒粉都要现磨的才够香。

蒸的时候得用竹蒸笼,旺火蒸够45分钟,揭盖那刻,满屋都是萝卜的清甜混着腊味的咸香,冷天里闻着就暖乎乎。

老茶客喜欢拿它配普洱,年轻人则爱煎得两面金黄,蘸点XO酱,咬下去外脆里糯,萝卜丝还带着点脆口,那叫一个“正”!

## 06 茶果

是广东中山、广州一带的传统点心,最早可追溯到唐代,

白居易诗里“茶果迎客”说的就是这玩意儿。

以前是祭祀专用,现在成了早茶桌上的“盏鬼”小食,中山三乡的茶果2010年还进了非遗名录,够威水啦!

做法讲究“应节而食”,比如清明用艾草做青团,端午包蕉叶粽。糯米皮裹着咸甜馅料,咸的有五

花肉、香菇、花生碎,甜的多是芝麻、椰丝、腰果碎。

蒸熟后蕉叶飘香,咬一口软糯弹牙,配一盅普洱茶,老广的“一盅两件”就齐活了。

老婆饼 广东潮州的传统名点,堪称粤式糕点里的“甜蜜担当”。

这饼的个头可不小,相传元末朱元璋起义时,他老婆马氏用冬瓜、小麦粉做成干粮,

后来潮州师傅的老婆改良成冬瓜蓉馅,传入广州茶楼后,老板尝了直夸“这饼比你老婆还贴心”,

从此得名“老婆饼”。

传统做法讲究“皮酥馅滑”,用糖冬瓜、糯米粉、椰蓉、芝麻调馅,外皮是油酥面皮,烤得金黄酥脆,咬开直掉渣。

潮州人管它叫“冬茸饼”,广州人则爱它的甜而不腻,配茶一绝。

有意思的是,这饼和“老公饼”是夫妻档,老公饼偏咸香,个头更大,像极了潮州人说的“老公大食”(老公能吃)。

下次吃老婆饼时,不妨学两句潮州话:“这饼真‘杀嘴’(好吃!)”

## 宁式

### 08 宁波豆酥糖

又称三北豆酥糖,是浙江宁波的百年传统名点,起源于清代光绪年间。

陆埠镇“乾丰”南货店的殷师傅为解母亲嗜食之忧,以优质黄豆、严州黑芝麻、英国白糖和隔年糯米饴糖为原料,创制出这款松脆香甜的茶点。

其制作讲究“手拿不碎、入口即化”,黄豆需粒大饱满,饴糖熬制依气候调温,包装更要求棱角分明,封口不用浆糊以防潮。

老宁波人称其“甜滋滋,糯叽叽”,常嵌在年糕团里吃,香糯交织,是冬日里的一口温暖。(未完待续)



## 大华府地区最便宜的价钱 北京烤鸭

上百种美味任你选择 北京烤鸭 韩国烤肉 海鲜火锅

### 特价北京烤鸭套餐

买北京烤鸭套餐,付现金只要\$61.99,包括一只北京鸭和一个菜,葱,瓜,酱,跟12张鸭饼,付信用卡只要\$65.99,再加一个菜是\$15.99。请在以下选菜:

- (1) 香脆全鱼
- (2) 椒盐大虾
- (3) 椒盐龙利鱼
- (4) 韩国牛肉辣不辣
- (5) 麻辣沸腾鱼片
- (6) 干扁四季豆
- (7) 大蒜炒青干菜

请大家打电话到店里订菜,谢谢 只限外卖(301)208-6868

对比其他店可省下一半价钱

需点单其他菜品超过\$20  
不包含所有套餐和其他优惠  
限堂吃 每桌限一只  
超过五位和以上需要订位



# \$38 /只



本店北京烤鸭,是前大北京师傅有30多年经验,皮脆,不肥,多肉,好吃



Free One Dish Crispy Whole Fish \$18.99 全鱼



Free One Dish Crispy Jumbo Shrimp Salty \$18.99 椒盐虾



Free Two Dishes Sliced Meat up To \$16 肉片



## 最新推出

赠送一条全鱼或一盘椒盐大虾或两碟肉片,需要消费超过\$60以上,(不包括北京烤鸭和任何其他折扣优惠)只限堂吃,到11月30日25年止。

电话: 301.208.6868

周日~周四 12pm~10pm  
周五~周六 12pm~11pm

地址: 24 Bureau Dr, Gaithersburg, MD 20878 (Diamond Square Shopping Center, Giant 旁)