最“粘人”的10大美食

软和糯，有一种慈悲的谦和，看似柔弱，却也有韧性。我国幅员辽阔，美食种类甚多，有很多黏乎乎、糯唧唧的美食，以其中10种最具代表性，接下来一起看看十大最“粘人”的美食，你都尝过哪些？

东北粘豆包



粘豆包，又称豆包、馅饼，是一种以黄米面为皮，红豆为馅，蒸熟后外皮粘粘、软糯可口的美食。相传起源于山西长治的“黄蒸”，是山西的闯关东移民带入东北地区的，优点是饱腹感强。在东北地区，粘豆包一般是在冬季开始制作，然后放入户外的缸中保存，是东北人冬季餐桌上不可或缺的食物。

上海条头糕



条头糕是上海传统小吃，始于南宋，距今已有八百多年的历史。据传，条头糕的原型是一种名为“条头粽”的传统食品，粽是古代对糕点的一种称呼。在当时，条头粽是皇室和达官贵人才能享用的甜点。

北京驴打滚



驴打滚，又称豆面糕，是中国东北地区、老北京和天津卫传统小吃之一，其原料有大黄米面、黄豆面、澄沙、白糖、香油等，成品黄、白、红三色分明，煞是好看，做好的“驴打滚”外层粘满豆面，呈金黄色，豆香馅甜，入口绵软，别具风味，豆馅入口即化，香甜入心。

乐山叶儿粑



叶儿粑又叫艾馍、猪儿粑，原是川西农家清明节的传统食品。一种说法是1940年新都天斋小食店将艾馍精心改制，更名为叶儿粑；另一说法认为叶儿粑为四川省崇州市怀远镇的特产，是怀远三绝之一。

朝鲜族打糕



打糕是朝鲜族著名的传统风味食品，因为它是将糯米放到槽子里用木棰砸打制成，故名“打糕”。打糕一般有两种，一种是用糯米制作的白打糕，一种是用黄米制作而成的黄打糕。 打糕的历史比较长，早在18世纪朝鲜族的有关文献中已有记载，当时称打糕为“引绝饼”。

宁波水磨年糕



在江南地区，年糕因其“年年高”的谐音而成为老百姓心中的吉祥食品。宁波制作年糕历史悠久，北宋已有记述。方法有两种，一种为干粉年糕：把粳米浸透后沥干，碾成粉末，再把粉蒸熟、捣密、搓成长条，压制成扁形即成；另一种水磨年糕：把粳米浸透后，带水磨成糊状，再沥干、蒸熟、搓成长条，压扁。

天津炸糕



天津炸糕是天津传统特色小吃，又称耳朵眼炸糕，源于清朝末年，其制作工艺独特，选用优质糯米粉和红豆沙，经揉制、发酵、油炸等工序而成，口感香甜可口，外皮酥脆，内馅香甜。

广式糯米糍



糯米糍是典型广式甜点，也称为“米糍”“状元糍”。相传，南宋名臣邹应龙早年出身贫寒，但自幼勤奋苦读，赴京应试时，邻里纷纷送来糯米糍，以供路上食用。邹应龙不负众望，殿试被封状元，当他把从家乡带来的糯米糍呈献给皇帝品尝时，皇帝赞不绝口，赐名“状元糍”。

苏式双酿团



双酿团是一种苏式糕点，用糯米和芝麻做成。作家沈嘉禄曾在《吃剩有语》中这样描写双酿团：“一口咬下，露出一层浅褐色的豆沙，再咬一口，就会喷出黑洋酥来。双酿团是带有悬念的点心，有更上一层楼的诗意。”

潮汕红桃粿



在潮汕，凡是用米粉、面粉、薯粉等加工制成的食品都称为“粿”。潮汕祖先从中原一直南迁到粤东，北方祭祖的习俗是用面食当果品，但南方不产麦子只能用大米来做，这就是“粿”的来历。

据 大象新闻 河南卫视