# 端午节包粽子活动总结 孩子端午节包粽子心得体会(模板12篇)

来源：网络 作者：空山新雨 更新时间：2024-02-12

*写总结最重要的一点就是要把每一个要点写清楚，写明白，实事求是。什么样的总结才是有效的呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。端午节包粽子活动总结篇一端午节是中国传统节日之一，这天人们会吃粽子、赛龙舟、挂菖蒲，庆祝这个...*

写总结最重要的一点就是要把每一个要点写清楚，写明白，实事求是。什么样的总结才是有效的呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**端午节包粽子活动总结篇一**

端午节是中国传统节日之一，这天人们会吃粽子、赛龙舟、挂菖蒲，庆祝这个传统节日。随着时代的变迁，不少家庭已经不再亲手包粽子，但是这并不影响孩子们爱好这个节日的热情。孩子们通过学校、家庭等途径了解到端午节的由来和文化背景，并且逐渐在学习、包粽子、品尝中体验到了传统文化的魅力，这让人们感受到传统文化的重要性。

第二段：参与活动的准备。

在家庭中，孩子端午节包粽子，需要准备好原材料和相关的工具。首先是粽叶，要选择新鲜、嫩绿、柔软而有弹性的粽叶；其次是糯米，清洗干净后泡水，再加入选择好的五香料，然后掌握好糯米的火候，在蒸锅中加水加热，当水变成蒸汽时送入蒸锅外，再开中火蒸大约一小时即可；最后是食材，可选择猪肉、蛋黄、肉松、红枣、莲子等作为馅料。

第三段：制作粽子的过程。

在制作过程中，孩子们需要精细、耐心地操作，在包粽子的时间里可以与家人相谈甚欢，这也为家人提供了机会与孩子沟通、交流。包粽子时，需要将粽叶洗净晾干、在叶子中间加适量糯米，放入馅料，再用细绳系好粽子，并将粽子放入锅中水煮煮开，再改小火焖煮，大约一小时左右即可。

第四段：品尝粽子的过程。

等大家一起动手包完粽子后，就可以品尝自己做的端午节粽子了。打开精致的粽子，散发出浓浓的芳香，在“吃”的时候尤其注意品尝每一个馅料，以此领略它独特的味道，也可以从食物中感受到了传统文化带给我们的美好和快乐。

第五段：总结。

在这个过程中，孩子们从传统文化中汲取营养，感受到中华文化的博大精深和传承价值。同时，这个过程中，也增强了家庭成员之间的联系，加强了团结的力量，体现了传统文化的融合和传承价值。通过这样的亲手制作，孩子们可以从食物中触摸到的不仅仅是它的美味，更是它背后所蕴含的民族精神和文化传承精髓。这种体验能够给孩子以长久的印象，也让他们在未来的日子里能够更好地传承中华民族的历史、文化和传统。

**端午节包粽子活动总结篇二**

我和妈妈先去超市买糯米、红豆、粽叶、肥肉、蘑菇等材料。这时我已经迫不急待想开始包粽子了，一回到家，我就连忙把材料洗干净，过了没一会儿，材料就都准备好了。

我们开始包粽子了，没想到妈妈可是包粽子的一流高手，只见她把粽叶卷成一个漏斗形，把糯米撒下一层，再把红豆、肥肉填上几个，再撒下一层糯米，把蘑菇等食物再填几个，然后把粽叶一片搭着一片，最后一折，一捏，一捆，很快一个粽子就包好了。

我决定自己也包个大粽子，我学着妈妈把粽叶卷成一个漏斗形，再把糯米倒下去，可是漏斗下面有个洞，“哗”一下糯米全都漏了下来，幸好没漏在地上，不然就要被妈妈骂喽。我又重新卷了个漏斗，认认真真地检查了一遍，把米倒下去，再把红豆等材料，一次一次地填下去，可又太满了，我挖出了一些米，又学着妈妈一折一捏，一个大粽子就被我包好了，妈妈帮我用细绳捆起来。我高兴得手舞足蹈，兴奋地喊到：“我成功了!”

今天我学会了包粽子，也感受到了学习中的快乐。

端午节那天上午7点半，我们一家人去爷爷家过端午节。

我们到了爷爷家后，爷爷就叫我们一起包粽子。

爷爷说：“我早就知道你们会来，我这里早买了一些米和肉，包肉粽子。”爷爷说完，妈妈又开始说：“爸爸，你是不是没有把肉浸浸味?”妈妈话音刚落，爷爷的脸就红了。

我们把肉浸好味后，开始包粽子了。我看妈妈包得这么好，我也来包。我拿了两片粽叶圈成漏斗形，把米放进去，再放一块肉，再把一部分米放上去包成圆柱形，还没开始系绳子，我的粽子就一下子散开了。妈妈看到了，总结说是因为肉很大，米太多，粽子叶就很容易散开。

我第二次包，就弄了一点点的肉，这次粽子没有散开，可是妈妈又说这肉太小了，煮出来就像吃米饭似的。最后，妈妈看不下去了，手把手教我包粽子，包得差不多了，叫我拿着继续包，结果我一下子拿漏了，米撒了一些。

又尝试了几次，我真的学会了包粽子。这时，我知道了：不要懒，要寻找做事的乐趣，认真投入地去做事情。

星期天，爸爸要带着我和弟弟一起去游乐园，我摇了摇脑袋说：“爸爸，我不想去游乐园，我想和妈妈一起包粽子，这样端午节的时候就多了一个帮手了!”

爸爸看我那么想学习包粽子就答应我了，妈妈说：“首先要拿出两片粽叶，接着舀一勺米，放在粽叶中间，包好后再拿出一根线子，把粽子绑住，最后下锅把粽子煮好就行了。”

废话不多说，我们开始吧!首先从冰箱里拿出一叠粽叶，接着我们把米饭煮好，然后往粽叶里面装一点米，一开始我包的粽子不成功，我心想：一开始没包好没关系，再多试几次。

我对妈妈说：“妈妈，你能再给我示范一次吗?”妈妈说：“好啊!”妈妈示范完后，轮到我了，我心里想着妈妈包的过程和要小心的地方。

第二次我成功了，水煮开了，粽子放下去煮，半小时后，出锅了，闻着香喷喷的粽子，我的口水都流了出来，真想吃一口啊!妈妈竖起大拇指说：“你真棒!”爸爸回来了，推开门，“哇!好香啊，”爸爸说，“你真棒。”

我的嘴巴都乐得合不拢了，因为我学会了包粽子。

**端午节包粽子活动总结篇三**

每年农历的五月初五，就是端午节了，这一天，家家户户都要包粽子，还可以观看划龙舟。或许有人问：为什么端午节在农历五月初五呢?为什么这一天要包粽子呢?为什么端午节划的船叫龙舟呢?这其中可是有故事的哦。

在战国时期，总共有七个国家，每个国家都想统治其他六个国家，尤其是秦国，他们野心最大。而楚国的楚王，性格极为懒散，但他有一个忠臣——伟大的爱国诗人屈原。有一天屈原得知秦国要攻打楚国，急忙前去王殿，告知楚王，并提出护国计策。然而，无能的楚王并不领情，还因为屈原影响他睡觉斥责了他。之后，屈原并未放弃，又去进谏了楚王几次，但结果都一样。无奈的屈原走在路上，看到百姓过着贫穷艰难的日子，想到战争即将来临，自己却无能为力，悲愤交加，心灰意冷之下投进汨罗江。人们得知心系百姓安危贫苦的爱国忠臣屈原跳江后，为了不让江里的鱼虾吃掉他的尸体，也为了屈原的灵魂不挨饿，便纷纷把船雕刻成龙的样子来吓走鱼虾，然后往江里扔粽子，来祭祀屈原。

“五月五，是端午。门插艾，香满堂。吃粽子，咸和甜。龙舟下水喜洋洋。”端午节前一天，我唱着端午歌谣，蹦蹦跳跳地提着包粽子的材料，满心欢喜地奔向厨房。

我先帮妈妈把糯米和干香菇泡在水里，再从袋子里拿出干贝撕成条状。与此同时，妈妈带上手套，把切好的五花肉放到大碗里，在上面加入料酒、老抽、五香粉，然后把它们混合起来，用手进行多次的揉搓，这样才能入味。接着盖上保鲜膜，放进冰箱里进行腌制，就等着明天拿出来包粽子。

“叮铃铃”我和妈妈早早地起床“工作”了。我们分工进行，我去收粽叶，妈妈炒干贝、虾仁和泡好的干蘑菇。妈妈炒东西的手法可熟练了，可以让锅里的菜不停翻滚，让我眼花缭乱，不禁佩服得五体投地。整个厨房香喷喷的，估计几十公里外都可以闻到这诱人的香味了。

过了一会儿，配料都制作完成了。要开始包粽子环节。妈妈包着，我在旁边边看边学，先把粽叶卷成勺子状，然后铺上一层糯米，再放上五花肉、虾仁、蘑菇等配料，最后再添上一层糯米。开始进行包粽子环节：先对折，用大拇指压紧，再对折，然后用芦苇草把粽子严实地捆绑起来。我和妈妈连续做了二十几个，最后一步就是把粽子放进锅里煮就行了。

大约过了一个小时，整个房子都是粽子香，我顿时“口水直流三千尺”了。顺手拿起一个粽子，不顾形象地吃了起来。原本在楼上的爸爸妈妈和姐姐都被粽香“叫”了下来，我们一家人围在一起享受着香气四溢的美味粽子，整个房子也盈满了喜气洋洋的端午节节日气氛。

端午节让我感受到了屈原无私爱国的胸怀，也让我学会了如何包出美味绝伦的粽子，更让我感受到了中国传统节日的美妙。

**端午节包粽子活动总结篇四**

端午节时吃粽子再正常不过了。但包粽子，你们一定没有亲自尝试过吧，那就来看看我们四年级二班的“包粽子活动”吧。

老师上午宣布消息时，教室立刻就炸开了锅，你一言我一语叽叽喳喳说个不停，组里也有了明确分工，张瑞瑄、刘子岳带米，孙慧珊带粽叶，许琦俊带枣，我嘛，就只能带一双手了！

好不容易熬到了下午三点十分，活动开始了！“前来助战”的家长也带着一双灵巧的双手教我们如何包粽子。

刚开始时盆、锅、勺“霹雳乓啷”，用妈妈买的话来说“活动开始前，你们就像小鸭子跳下水一样，嘎嘎嘎乱叫唤。”好了，话不多说，快去包吧！

我向孙慧珊要了一片宽大的叶子，绿绿的，一摸，很粗糙，再拿到鼻子前一闻，一股清香味扑鼻而来，口水不由自主的流下来，哎呀，又走神了，心动不如行动，赶紧包吧。首先在叶子根部折一个漏斗形状，这可难不倒我，我握着根部将手一拧，一个秘密实实的漏斗完成了，再一步就是装米了，这件事小菜一碟！我放了一点点米在“漏斗”里面，折起来，翻过去，折好后发现密是挺密的，可叶子松垮垮的，稍不留神米就会往下漏，那真是名副其实的漏斗了，跟粽子完全攀不上“亲”呀！原因在哪儿呢？我很纳闷，我使劲揪了揪叶子，一松手粽子又恢复原样，它就像一个懒惰的小宝宝，懒散的伸伸腰露出白花花的小肚皮来。怎么办呢，妈妈看了看，说：“嘉辰，你的米太少了！多放一点儿鼓涨涨的就不会松垮了。”“哦！”我茅塞顿开，迅速将粽子拆开，装米时我特地装得满满的，正当我折叶子时发现了一个漏洞，嗯，折过去吧，但那是一个角，万一顶破了叶子这个粽子就白包了。我试探着盖住那个角，嘿，真成功了！米漏不出来了！我第一个粽子问世了！可我回头看奶奶包的粽子时，又泄气了，奶奶包的粽子，有棱有角，特标致！我的，小小的，没有规则。这悬殊太大了。

不行，我要学会这门技术，我留神观察奶奶的做法，哦，这样呀，我不动声色的那了四条细长的叶子，将根部折在一起，装上米后四条长叶子一起折，不能分开，哪边有洞就往哪边折，然后拇指托住（不能太用力，否则米会挤出来。）奇妙的是，这粽子不用线系，在粽子皮上用针扎一个洞，将叶梢传过针眼，轻轻一拉，粽叶就把粽子牢牢困住了。

嗯，继续干！我学会了新的包粽子方法，乐的合不拢嘴，可我这第“三包”进行到一半时，我一不留神将“三宝”摔在地上，立刻粉身碎骨，那场面真惨呀！我心疼的将叶子捡起来，可那些白花花的米却无法挽回了！我再一次将“三宝”包起来。

**端午节包粽子活动总结篇五**

端午节就要到了，小姨带回来了好多糯米和红枣，妈妈说既然有这么多材料，我们一起包粽子吃吧，大家一致赞成。

说干就干，糯米泡起来，我们又去超市买了一些粽子叶，甜甜的葡萄干，花生米，红豆。第二天正好是端午节，糯米泡好了，我们三个动手开始包了。只见妈妈把长长的粽叶先做成一个三角形的`漏斗形状，然后依次往这个漏斗里放各种材料，再用手压一压这些材料，用多出来的粽叶把剩余的部分包严实，最后用绳子把它捆起来，一个漂亮的粽子就做好了。看着妈妈做的这么简单，我也跃跃欲试了，拿起粽叶，我就犯难了，漏斗做不好，糯米放不进去，这边装着，那边就漏出来了，看来真是看起来容易做起来难呀！最后还是在妈妈的帮助下勉强做好了三个。

妈妈把做好的粽子下锅煮熟，我们迫不及待地吃起来，自己做的粽子真是好吃极了，我一定要赶紧练习，争取明年的端午能够自己包出漂亮的粽子。

**端午节包粽子活动总结篇六**

每年端午节，家家户户都要包粽子。粽子不仅以它有的形状、颜色和兹味惹人喜爱，而且能引起人们对一位古人的怀念。

粽子的形状很特别，既不是方的，也不是圆的。

粽子的味道更是美极了，大人小孩都喜欢吃。

传说粽子是为纪念古代爱国诗人屈原而流传下来的。因此，每年端午节，人们总是把食物用粽子叶包起来，投入江中，作为敬献给诗人的祭品。

老人们说，吃了粽子要学习屈原的崇高品格，要继承诗人的爱国精神。难怪人们吃粽子时，总是给孩子们讲述屈原的故事呢！

**端午节包粽子活动总结篇七**

我国有许多中华传统文化，可我最喜欢端午佳节了！

端午佳节是在农历的五月五日，到这天时，人们都会喝雄黄酒，洒雄黄水，而且还要包粽子。我想学包粽子，就跟着妈妈学包粽子。我先把碧绿的芦叶折成三角形，再把糯米放进去，然后把鲜红的枣子放进去，用绳子系住。再放进锅里慢慢用火煮熟。煮熟后打开锅盖，顿时，一股芳香扑鼻而来。吃一口，那滋味叫一个美啊！

我一边吃着亲手包的粽子，一边听妈妈讲关于端午佳节的由来。是因为秦王要来攻打楚国，屈原提出抗秦的提议遭到了贵族的反对，并且劝楚王将屈原革去职位，楚王听了子兰的话，就将屈原流放在楚国的各个地方。屈原在流放中写了很多部书。最后跳河而死。楚国的百姓为了纪念屈原，纷纷打捞屈原的身体，一个渔夫把鸡蛋饼抛入水中，说：“为了不让鱼儿们不吃屈原的身体，我决定把食物扔下去。”一个医师把雄黄洒扔下去，说：“我这是让鱼儿们醉倒。”

这就是端午佳节的由来。

**端午节包粽子活动总结篇八**

据说：古代诗人屈原五月五投汨罗江，人们到江上打捞他的尸时体却找不到，人们为了让鱼虾不伤害他，而把粽子投到江里喂鱼虾。现在人们已经不把粽子投到汨罗江里，但是粽子却成了每年端午节不可缺少的习俗。

昨天下课，李老师给我们发一个粽子，让我们品尝品尝，李老师说：“明天，把粽子叶带过来，回家洗一洗就不沾了，把绳子准备好了。晚上把米浸泡好，明天把准备好的材料带过来。”晚上，我按照老师说的去做，把粽子叶洗了一遍，又把绳子放进书包里，我又拿了一勺米，放在小碗里，又把水放在小碗里。第二天，我高高兴兴的来到学校，只见老师走上讲台高兴地说：“有哪位同学会包粽子那？”只见王少航高高兴兴地举起手来，李老师说：“那就有请王少航王老师教我们吧！大家热烈欢迎。”王少航兴奋地走上讲台，举起粽子叶说：“先把粽子叶做成漏斗形，然后再放三分之一的米，再放一些陷，然后再用米把陷给埋住，接着用漏形的上方往下折，最后用绳子把它缠结实，这就ok了。”咦，我的粽子怎么会漏米哪？这使我大惑不解，老师让我继续做。

我包的第一个粽子漏米，又是一个三角形的，我看着第一个粽子，心里又一个个不愿意，我怎么这么笨呀！连一个简单的.不能再简单的一道题，却不会做。看着眼前的这个小小的粽子，我有点想放弃了。当我在放弃时，我想到了妈妈对我说过的话，她说：“你不能在你不知道这道题是怎么做时，或是某件事时你都要坚持下去，绝不能向不会的题或事情低头。我相信世上无难事，只怕有心人。加油！我决不向困难低头，我要战胜困难。

**端午节包粽子活动总结篇九**

中国有着传统的民风民俗，古代诗人就有很多描写的佳句。就如古代宋朝陆游写得“重五山村好，榴花忽已繁。”写的就是农历五月初五的端午节。

今年的端午节，我家来了一位会包粽子的奶奶。这一天早上，奶奶问我：“妹妹，你知道今天为什么要包粽子吗?”我信心十足地回答：“因为今天是纪念投汨罗江而死的爱国诗人屈原流下的习俗。”奶奶继续问我：“你知道端午节的儿歌吗？”我马上站起来，唱起老师教我的那一首：“五月五，是端阳。插艾叶，戴香囊，撒白糖。龙船下水喜洋洋。”奶奶拍手夸我唱得好。

奶奶包得粽子有两种：一种是4个角的，像个长方体；另一个是3个角的，像个小山丘。碧绿的粽叶里要放白色的糯米、红色的赤豆和枣子，这是白粽的馅；当把酱油腌制好得肉和糯米放进粽叶里，这是肉粽的馅。等到煮熟了，我迫不及待地要求打开锅盖，就能闻到那股淡淡的清香，再吃上去有阵阵的香味，馋得我直流口水。

奶奶告诉我，端午节里，有的人家门口挂艾叶、有的人家喝雄酒......端午节的习俗真多啊！

**端午节包粽子活动总结篇十**

“万水千山粽是情，糖馅肉馅啥都行，糯米粘着红枣香，粽叶包着朋友情，鹅蛋伴着艾叶煮，平安健康永一生。”伴着大家的声声祝贺，端午节到来了。

早上，一阵阵艾叶的香味让我从梦中苏醒。大街上已经热闹起来，家家户户插上新鲜的艾叶，开始包粽子、煮鸡蛋、炸菜角，布满了浓浓的节日气氛。看到妈妈在包粽子，我也学着包起来，经由一番“折腾”后，我包的粽子入锅了，我兴奋地蹦了起来。妈妈表扬我说：“你真棒！”中午，我们吃着甜甜的粽子、香喷喷的`烤鸭、厚味的茶叶蛋来纪念爱国诗人屈原。

**端午节包粽子活动总结篇十一**

今天是端午节，是我国的传统节日。

提前几天，奶奶已经准备好了粽叶、糯米、干菜、肉等。这时，开始包粽子了，看上去简单，做起来有点难，我好不容易包好一个粽子，看来看去都不像粽子。

奶奶一看，哈哈大笑，“宝宝，粽子这样包可不行哦！”奶奶拿起粽叶教我“包粽子首先要有耐心，不能急，把粽叶上下叠好，注意别拿反了，把粽叶靠近叶尖的那一半折成三角斗装，手心向上，用拇指压住折过来的叶尖部分，其余四指在粽叶下面拖住，先放肉、干菜，把尖的地方堵严，再放入糯米，盖住肉、干菜，再把粽叶长出来的部分折回来盖住包严，拿绳子捆好扎紧，多余的粽叶和线剪掉。”

我照着奶奶的方法去做，三下两下就把一个粽子包好了，哈哈！一位勇士诞生了，我给它系上皮带，它更加帅气了。

中午吃着自己包的\'粽子，心里美滋滋的，好像吃了蜜一样，这次端午节包粽子可真有趣啊！

**端午节包粽子活动总结篇十二**

二、活动意义：

一年一度的毕业季又如期而至，菁园党建协会也即将送走10

三、活动目的：

一． 1.体现我校青年学生倡导“奉献，友爱，互助，进步”的 精神。

2.能起到宣传我校青年学生优良的精神风貌。

3.有助于培养我校学生勤俭节约，关爱他人关爱社会的优

良品质。

四、活动对象：重庆交通大学学生菁园小区全体学生 五、活动形式：捐赠旧衣服

六、活动时间：202\_年5月7日至8日 七、活动地点：学生菁园小区小树林 八、捐赠相关事宜及活动流程：

（一）前期准备：

1、前期宣传：海报，横幅，宣传单，网上宣传。

空间、新闻等手段进行宣传，以达到绝大多数同学和老师清楚了解捐赠活动。

（二）收集旧衣服：

1、在5月7日至8日（12:00~17:00）在菁园小树林设置收集衣服的收集点，现场登记收集的旧衣服、捐赠者的具体信息，方便活动后期进行对捐赠者进行感谢。

2、对于捐赠的旧衣服进行现场简单归类处理，分为女装上身、女装下身、男装上身、男装下身。

3、收集衣服阶段完成后，在5月9日至5月10日对进行捐赠衣服的捐赠者进行短信答谢，感谢各捐赠者的馈赠。 （三） 旧衣服后期处理：

1、将旧衣服进行挑拣，对于旧衣服中破损程度较为严重的，不符合捐赠条件的旧衣服挑选出来，归还给捐赠者，并予以说明。

2、将旧衣服进行分批水洗晾干。

3、将旧衣服进行精细归类，归类为男士175上下身、男士170上下身、女士165上下身、女士160上下身、另女士裙装套装等。

4、将旧衣服打包整理好，时间规划为5月10日至15日。 （四）、将旧衣服邮寄给接受单位：

1、通过制作大幅表彰海报将捐赠者名单公布出来并附感谢信。

2、在菁院小树林将整个活动进行时的照片制作成照片墙，进行成果展示，让大家感受捐赠的魅力以及同学们浓浓的爱心。

九、经费预算：

1．横幅1条 ：60元

2．宣传单（a4纸张）100份 ：20元 3．便利贴5本 :25元

一、活动主题：

“粽叶飘香，自包米粽，欢度佳节，互赠祝福”。

二、活动目的`：

1. 通过亲手包粽子，让公司同仁能够更真切的去感受中国传统节日的内涵，了解更多

的美食制-作-工-艺，比如包粽子的方法以及配料等等，以轻松愉快的方式享受过程。

2. 在传统佳节—端午节来临之际，让公司同仁一起过节，增进同事之间的交流，也互

相送上节日的问候。

3. 体验劳动的乐趣，分享劳动成果，感受节日的气息。

三、活动时间：202\_年6月21日12:30~15:00

四、活动地点：公司大会议室

五、活动流程：

1. 前期准备：

提出方案，讨论具体事宜，如准备自制的数量（或人均准备多少数量），预计

煮熟的数量，活动过程控制等。

搜索相关资料，如制作方法，制作注意事项等。

确定本次活动的费用预算。

材料准备负责人，含所有自包粽子所需的材料，器具等。

2. 包粽子阶段：

组织公司同仁积极参与活动。

鉴于公司同仁对包粽子的过程或了解或不了解，提供相应的视频或者说明文档

供包粽子过程中学习借鉴。

公司同仁可以给自己所包的粽子贴上标签，画上喜欢的logo，互相赠与。

3. 活动后期：

由负责人将大家包好的粽子集中存放并帮助煮熟分发至各部门品尝。

由人事行政部负责清理剩余的材料以及打扫会议室。

六、包粽子的步骤：

若粽叶太小就用两片放一起，把粽叶左上右下并列成一个大的，用剪刀把根部

剪齐，折成漏斗状，注意捏紧漏斗交界处。

先在漏斗中放上一层糯米，然后加上一层馅，最后在加上一层糯米。

漏斗放满米后，把上面的粽叶折下来，以不漏米为原则把粽子包严实。 用准备好的棉线把粽子绕圈扎紧，这样粽子就包好了。

七、粽的烹煮：

煮粽子一定要水开后才放粽子，水要浸过粽面，待水重新滚起后再用旺火煮3小时左右。 在煮粽过程中不要添生水。煮好后趁热取出。吃时打开粽叶，粽香喷鼻，入口油而不腻，糯而不粘，咸甜适中，香嫩鲜美是为上品。

八、粽子配茶的学问：

如果吃白粽子，没有任何馅料，可以搭配喝玫瑰花茶，它有一股淡淡的清香，还能调理血液循环，十分宜人。清淡的绿茶和薄荷茶能增进葡萄糖的代谢，不让过多的糖分停留在体内。这两种茶属寒性，适合燥热的甜腻粽。如果吃特别甜的粽子，如枣泥、豆沙等，就可以喝这两款茶。如果吃特别油的粽子，如鲜肉、火腿、香肠等，相配的茶有普洱茶、菊花茶。它们可以去除口感上的油腻，尤其是普洱茶，它是上乘的选择，因为它属性甘冷，去脂效果好；而菊花茶能降降吃粽子的火气。咸甜的粽子如椒盐、蛋黄等可配乌龙茶，因为乌龙茶是半发酵茶，有温润的美感，能衬出咸甜口味的幽远口感。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！