

MANTOU
馒头

'Mantou (馒头) adalah sejenis roti kukus Cina yang dijadikan makanan ruji di bahagian Utara China, di mana gandum adalah tanaman utama, dan bukannya beras. Mantou diperbuat daripada tepung gandum, yis, air dan gula. Ia bersifat lembut dan padat, maka sesuai bagi semua lapisan masyarakat. Terdapat dua jenis mantou iaitu mantou berinti dan tanpa inti. Biasanya mantou berinti juga dipanggil Bao Zi (包子). Intinya terdiri daripada hirisan kelapa, kacang, kaya, pes kacang merah atau daging. Bagi mantou yang tidak berinti pula boleh dimakan bersama susu manis pekat.

Mantou (馒头) often referred to Chinese steamed bun, a white and soft steamed bread or bun famous in Northern China, where wheat rather than rice, is grown. The main ingredients are wheat flour, water, yeast, and sugar. It is soft and compact and suitable for everyone. Mantou with savoury or sweet filling is called Bao Zi (包子). There are a variety of fillings, such as sweetened lotus seed paste, grated coconut, peanut, kaya, sweet bean pastes or meat. Plain Mantou is often smaller. It is steamed or fried, and eat with sweetened condensed milk.



LENG CHEE KANG
莲子羹

Leng Chee Kang (莲子羹, dialek Kantonis) adalah pencuci mulut yang menyegarkan dan meredakan panas badan. Ramuan utamanya adalah biji teratai, dimasak bersama halwa kundur kering, kacang ginkgo, longan kering, kurma merah, kulat putih (snow fungus), kembang semangkuk berbentuk agar-agar, barli, gula batu dan sebagainya. Campuran bahan ini dimasak dan direndam dalam sup manis. Leng Chee Kang boleh dihidang panas atau sejuk. Kadang kala ais, selasih, kacang atau cincau ditambah mengikut kreativiti tukang masak.

Leng Chee Kang (莲子羹, Cantonese dialect) is called Lotus Seed Dessert, a sweet soup cooked with several ingredients. It is a refreshing dessert that relieves the body's heat. Ingredients vary greatly, but lotus seed is a must. The soup may include dried longan, white fungus, barley, kembang semangkuk jelly and seasoned with rock sugar. One can drink Leng Chee Kang warm or cold. Ice, basil seed, ginkgo seeds or chives are sometimes added based on the chef's creativity.



DIM SUM
点心

Dim Sum (点心, dialek Kantonis) merupakan hidangan makanan yang bersaiz kecil dan disajikan di dalam bakul pengukus kecil atau di atas piring. Biasanya Dim Sum dimakan sebagai sarapan, makan tengahari mahupun minum petang, dan ia sesuai dimakan bersama minuman teh Cina. Hidangan Dim Sum diperbuat daripada tepung gandum, tepung jagung yang dicampurkan bersama isi udang, daging, ayam dan sayuran. Restoran Dim Sum mempunyai pelbagai jenis hidangan, termasuk dumpling, ladu udang goreng, ladu keladi, ladu kukus, roti kukus seperti Char Siu Bao dll.

Dim Sum (点心, Cantonese dialect) is a collection of bite-sized food served on small saucers, in bamboo steamer baskets and served ala carte. Usually, one eats Dim Sum for breakfast, lunch or afternoon tea, together with Chinese tea. Dim sum can be cooked by steaming and frying, among other methods. Some of the famous dim sums sell in the restaurant include dumpling such as 'Siew Mai' (steamed dumpling with pork and prawn), 'Wu Kok' (crispy yam dumplings), 'Har Gau' (shrimp dumpling) and steamed dumpling. Buns include 'Char Siu Bao' (a steamed bun filled with barbecue pork) and 'Cheong Fun' (rice noodle rolls); as well as side dishes such as steamed meatball, sautéed fried chicken feet, sesame ball, steamed sponge cake, turnip cake, sweet cream bun, preserved egg porridge, spring roll, egg tart, etc.



FATT KOH
发糕

Fatt Koh (发糕, dialek Kantonis) merupakan pastri Cina mirip kek cawan, yang biasanya dimakan pada perayaan Tahun Baru Cina. Namanya membawa makna kekayaan dan kenaikan, maka orang Cina suka menggunakannya untuk menyembah dewa dan nenek moyang. Fatt Koh diperbuat daripada tepung beras, air, yis yang ditapai, gula kastor atau pemanis. Kadang kala pewarna juga digunakan. Ia dikukus sehingga bahagian atas berpecah menjadi empat segmen. Semakin besar retakannya, dikatakan memberi makna lambang bahawa semakin baik nasib pada masa akan datang.

Fatt Koh (发糕, Cantonese dialect) is very similar to cupcake or muffin, but it is steamed instead of baked. This prosperity cake is often consumed during the Chinese New Year celebration or used to worship gods and ancestors. It symbolises good fortune. The main ingredients are rice flour, water, yeast, sugar and colourful food colouring. It is usually steamed at high heat until the top of the cake crack opens into four sections, which means good luck in the future.





YOU TIAO
油条

You Tiao (油条) atau juga dikenali sebagai Youcakoi (油炸鬼, dialek Kantonis) adalah cruller gaya tradisional Cina, di mana doh dibuat dalam bentuk panjang dan digoreng sehingga berwarna perang keemasan. Youcakoi bermaksud "hantu digoreng minyak", menggambarkan cantuman dua sosok manusia yang digoreng. Menurut kisahnya, dua sosok manusia yang dimaksudkan ialah Qin Kuai dan isterinya pada zaman Dinasti Song yang telah bersekongkol dengan musuh untuk mengkhianati dan menganiaya jeneralnya. Ia boleh dimakan bersama dengan minuman seperti kopi dan susu soya, disapu dengan mentega atau kaya, atau dicelup ke dalam bubur nasi atau Bak Kut Teh. Ramuannya adalah tepung roti, yis, gula, garam, soda berkarbonat dan minyak mazola.

You Tiao (油条) or Youcakoi (油炸鬼, Cantonese dialect) is a version of the traditional Chinese crueller, which is a breakfast favourite. Its ingredients include bread flour, yeast, sugar, salt, carbonated soda and Mazola oil. The dough is made in long-form and fried until golden brown. Interestingly, the Cantonese name translates into "greasy fried ghosts", as its shape looks like two humans stuck together. According to folklore, the two long rolls of dough joined in the middle, represents Qin Kuai and his wife from the Song Dynasty. They had collaborated with the enemy to persecute their general. It is deep-fried and eaten as a form of punishment to the traitors. You Tiao can be eaten plain with a beverage like coffee and soy milk, spread with butter or kaya, or dipped into porridge or Bak Kut Teh.





BAK CHANG
粽子

TZong Zi atau Bak Chang (粽子, dialek Hokkien) adalah makanan tradisional Cina yang diperbuat daripada beras pulut, disumbat dengan inti yang berperisa atau manis. Ia dibalut dengan daun buluh atau daun teratai yang rata dan besar dan kemudian direbus. Bak Chang disajikan pada perayaan “Duanwu” atau Festival Perahu Naga untuk memperingati Qu Yuan (屈原), seorang penyair pada zaman kerajaan Chu di China. Menurut kisahnya, Qu Yuan amat sedih kerana gagal memujuk Raja untuk menamatkan perang saudara. Beliau menulis puisi yang sarat dengan kekecewaan, lalu menerjun ke dalam Sungai Miluo untuk membunuh diri. Rakyat yang tidak sampai hati untuk melihat mayatnya dimakan ikan, melempar nasi yang dibalut (Bak Chang) ke dalam sungai sebagai makanan untuk ikan.

Zong Zi or Bak Chang (粽子, Hokkien dialect) is a traditional Chinese food made of glutinous rice stuffed with savoury or sweet fillings and wrapped in bamboo, reed, or other large flat leaves. It takes several hours to cook the sticky rice dumplings. Bak Chang is traditionally eaten during the Duanwu Festival (Dragon Boat Festival), to commemorate the death of Qu Yuan, a famous Chinese poet from the Kingdom of Chu. Known for his patriotism, Qu Yuan tried unsuccessfully to persuade his king to end the civil war. With grave disappointment, Qu Yuan committed suicide by throwing himself into the Miluo River. According to the legend, packets of rice (Bak Chang) were thrown into the river to prevent the fish from eating the poet's body.



YEE SANG
鱼生

Yee Sang (鱼生, dialek Kantonis) adalah sejenis makanan yang terdiri daripada hirisan ikan mentah (biasanya ikan salmon) yang dicampur dengan cebisan lobak, cili kembung, halia, buah abung, parsli Cina, kacang, bijan, keropok udang dan sos beraneka. Makanan ini biasanya dihidang sempena Tahun Baru Cina kerana ia melambangkan kemewahan, kemakmuran dan kekayaan. Campuran kesemua bahan ini menjadikan hidangan ini berwarna-warni dan menarik. Semua ramuan Yee Sang akan digaul bersama dengan menggunakan penyepit. Gaya melambung Yee Sang ini dinamakan “Lo Hei”. Sebagaimana yang dipercayai Cina, semakin tinggi Yee Sang dilambung, semakin melimpah kemakmuran yang bakal dikecapi sepanjang tahun.

Yee Sang (鱼生, Cantonese dialect) is a raw fish salad dish, consists of strips of fresh fish (usually salmon fish) with shredded white radish and carrots, ginger slices, onion slices, crushed peanuts, pomelo, pepper, crispy tidbits and a combination of sauces and condiments. These ingredients make the dish colourful. Yee Sang is considered a symbol of abundance, prosperity and vigour. The mixing and tossing of Yee Sang with chopsticks, and the consumption of the salad is called 'Lo Hei'. The eating of Yee Sang is part of the ritual of the Chinese New Year celebration in Malaysia.



NIAN GAO
年糕

Kuih Bakul dikenali sebagai Nian Gao (年糕) yang membawa maksud “semakin tahun semakin tinggi”. Ia dipercayai membawa tuah kepada si pemakan, dengan maksud setiap tahun yang dilalui dalam kehidupan bererti satu tingkat lagi dilonjakkan ke arah kemajuan. Ia adalah sejenis kuih tradisional Cina yang melekit dan kenyal, biasanya dimakan semasa perayaan Tahun Baru Cina. Kuih Bakul diperbuat daripada tepung pulut yang dikukus selama 12 jam, berbentuk seperti dodol. Ia dipanggil Kuih Bakul kerana diisi di dalam berkas dari daun buluh atau pisang yang dibentuk seperti keranjang atau bakul. Kuih ini sering dipotong dalam kepingan dan dimakan bersama kelapa yang diparut; digoreng dengan ubi keladi atau ubi keledek, juga boleh dimakan begitu sahaja.

PNian Gao (年糕) sometimes translated as year cake or Chinese New Year's cake as the Chinese traditionally consumes it during Chinese New Year. It brings good luck to the consumer because it is a symbol of self-improvement and prosperity in the coming year. The brown sticky and sweet rice cake - made of steamed glutinous rice flour – cooks for 12 hours. In Malaysia, Nian Gao is also known as "Kuih Bakul" because it is wrapped in a basket made of bamboo leaves or banana leaves. Sweet in taste with a chewy texture, it is similar to Dodol (a traditional toffee-like dessert made of sugar palm). Nian Gao can be cut into square pieces and served along with grated coconut. A cook can also deep-fried Nian Gao in a sandwich between slices of taro and sweet potato.



TAU FU FAH
豆腐花

Tau Fu Fah (豆腐花, dialek Kantonis) adalah hidangan yang diperbuat daripada tauhu yang sangat lembut, seperti puding. Variasi hidangan ini disesuaikan mengikut budaya masyarakat masing-masing, dengan perisa pedas, manis, bersama kicap soya, bersantan dan sebagainya. Di Malaysia, Tau Fu Fah dimakan bersama air sirap jernih atau gula merah sebagai manisan. Ia menjadi makanan popular di pasar malam kerana enak dimakan sejuk atau panas. Ramuan utama resipinya adalah kacang soya, gula, tepung jagung dan air.

Tau Fu Fah (豆腐花, Cantonese dialect), a velvety pudding of very soft silken tofu, is traditionally flavoured with brown sugar syrup. The main ingredients are soybeans, sugar, corn starch and water. The flavour of Tau Fu Fah varies according to the local community's taste - spicy, sweet, with soy sauce, coconut milk, and so on. In Malaysia, one consumes Tau Fu Fah with clear sweet syrup alone, with ginkgo seeds in the syrup, or in sugar syrup infused with pandan. It is a popular dessert at night markets because it can be served cold or hot.



KUIH BULAN
月饼

Kuih Bulan (月饼) adalah sejenis pastri bulat atau segi empat yang sering dimakan ketika perayaan Pertengahan Musim Luruh (中秋) bersama dengan teh Cina. Kuih Bulan diperbuat daripada adunan yang manis, mengandungi inti biji buah teratai atau kacang merah, biasanya dengan kuning telur masin di tengah-tengahnya. Perisa intinya divariasikan mengikut peredaran zaman, seperti keladi, pandan dan durian. Malah ada juga kuih bulan yang diperbuat daripada agar-agar. Menurut kisahnya, rakyat yang tertindas di bawah pemerintahan zalim kerajaan Dinasti Yuan telah menyumbat kertas pesanan dalam kuih bulan, membawa mesej untuk menggulingkan kerajaan Dinasti Yuan. Pemberontakan mereka berjaya, dan diraikan setiap tahun oleh Masyarakat Cina sehingga hari ini.

.

Mooncake (月饼) is a round or rectangular pastry filled with a rich, thick filling and consumed during the Mid-Autumn Festival (中秋) with Chinese tea. The fillings are made of red bean or lotus seed paste and may contain salted egg yolk. Over time, the taste of Mooncake is updated with ingredients such as coffee, chocolate, nuts, yam, and durian to give a modern twist to the traditional recipes. There are also non-baked, chilled mooncakes called 'Snow Skin Mooncake' or Jelly Mooncake.According to the folk tale, Mooncake is used by the Ming revolutionaries to overthrow the ruler of the Yuan Dynasty. The rebels stuffed the uprising messages in the Mooncakes and succeeded in dethroning the ruler



TANG YUAN
汤圆

Tang Yuan (汤圆) adalah hidangan yang diperbuat daripada tepung beras pulut berbentuk bebola. Tang Yuan adalah makanan tradisional yang dimakan ketika perayaan Dong Zhi (冬至, Perayaan Solstis Musim Sejuk) dan Chap Goh Mei (hari ke-15 pada tahun baru). Ia juga dijadikan pencuci mulut dalam jamuan majlis perkahwinan. Tepung pulut, gula dan air dicampur sehingga jadi doh. Kemudian doh dibentuk menjadi bebola dan dibiarkan menjadi keras. Doh bebola ini direbus sehingga terapung, lantas dihidang dengan sirap yang dimasak dengan halia. Terdapat Tang Yuan yang berisi, dengan intinya disesuaikan mengikut cita rasa masing-masing. Begitu juga dengan pewarnanya. Tang Yuan dalam bentuk bebola yang berwarna-warni melambangkan keharmonian dan kebahagiaan sesebuah keluarga. Ia merupakan simbolik kesempurnaan dan doa selamat untuk orang-orang tua dalam keluarga Cina.

Tang Yuan (汤圆) is a plain white or coloured sweet ball made of glutinous rice flour. Traditionally homemade and eaten during Dong Zhi (冬至, Winter Solstice Festival) and Chap Goh Mei (the fifteenth day of the first month of the Lunar calendar), Tang Yuan is now available all year round and served as dessert at the Chinese wedding reception. Dry glutinous rice flour and water are mixed into a dough and shaped into a small ball with a diameter of roughly 2 centimetres. Tang Yuan is cooked in boiling water until they are floating on the surface and serve in ginger-infused syrup. It can either be served in a simple form of the plain white ball or stuffed with fillings like black sesame, red bean and peanut paste. Some people add food dye to the dough to give them a pop of colour. Tang Yuan is usually eaten together with family. The round shape of the ball and the bowl symbolize family reunion.



KOMPYANG
光饼

Kompyang (光饼, dialek Hokkien) adalah sejenis “biskut” popular dalam kalangan masyarakat Foochow, China. Menurut sejarah yang dikisahkan, Laksamana Fujian bernama Qi Ji Guang (戚继光) telah mencipta biskut yang berlubang di tengah-tengah ini ketika memimpin tenteranya untuk memerangi lanun. Biskut ini diuntai dengan gelagah yang dikeringkan, digantung pada badan askar sebagai makanan ringan. Ia mudah dimakan pada bila-bila masa, malah dijimatkan masa untuk memasak. Kompyang terbahagi kepada dua jenis, iaitu berinti dan tidak berinti. Doh diperbuat daripada adunan tepung, gula dan garam. Doh berbentuk bulat akan dilekat pada sisi ketuhar, untuk dipanaskan dalam tempoh kira-kira 15 minit. Biasanya daging digunakan sebagai inti biskut ini.

LKompyang (光饼, Hokkien dialect) is a famous bread originates from Foochow, China. It tastes like French Bread, with sesame seeds on it. According to history, the name of Kompyang cames from Admiral Qi Ji Guang (戚继光), who invented Kompyang when he led the soldiers to fight pirates in Fujian. His variation has a hole in the centre to string the bread together so that it is convenient to carry it along. It was a suitable food to eat anytime and saved cooking time. Kompyang divided into two types, with or without filling. The dough is made of flour, sugar, salt, and flattened into a round shape. It is then slapped onto the sides of a traditional vertical oven and baked for approximately 15 minutes. The filling in Kompyang is mostly meat.



JIAO ZI
饺子

Dumpling, dikenali sebagai Jiao Zi (饺子) atau Ladu Cina adalah salah satu makanan yang paling popular ketika Tahun Baru Cina. Ia membawa makna ‘duit mari’ kerana bentuknya mirip sejenis wang buatan emas atau perak pada zaman dahulu. Kulit Ladu Cina diperbuat daripada tepung gandum. Biasanya ia diisi dengan inti udang segar, daging dan juga sayur-sayuran seperti cili, halia, cendawan serta herba. Ia boleh dimasak dengan tiga kaedah, iaitu rebus pada suhu yang perlahan, digoreng atau dikukus.

Jiao Zi (饺子), also known as Chinese dumpling, is consumed during the Chinese New Year. It has the meaning of 'money come' because it looks like 'Yuan Bao' - silver or gold ingots - used as currency in ancient times. The dumpling wrappers are made of wheat flour. Common dumpling fillings include minced shrimp and meat, mixed with chopped vegetables. Finished Jiao Zi can be boiled, steamed or pan-fried, and are traditionally served with black vinegar and sesame oil dip.