

Особенности южно-американской кухни

Южная Америка

Южноамериканская кухня имеет множество влияний из-за этнического смешения Южной Америки. Наиболее характерными являются Индеец, Африканец, испанский, итальянский, португальский и индийский - в Южной Азии.

Однако есть смесь европейской, североамериканской и местной кухни. Обычаи и продукты питания сильно различаются в зависимости от физически разных регионов.



Для кухонь южноамериканских стран характерно обильное использование специй (блюда зачастую приправляют тимьяном, кориандром, чили, напассоте), а также, соусов (холодные, горячие, кремообразные, сладкие, соленые, острые). Соусы (сальсы) готовят из перетертых или порезанных овощей, которые обильно сдабриваются специями и даже текилой (их подают практически ко всем блюдам).



Рацион питания местных жителей составляют фрукты, овощи, кукуруза, рис, бобовые, мясо (свинина, баранина, говядина). В некоторых южно-американских странах кукуруза пользуется огромной популярностью – из нее готовят гарниры, варят каши и пекут тортильяс (лепешки).



В Южной Америке следует попробовать жареных или отварных индеек или кур; ангу (суп на основе кукурузы); аррос-кон-коко (рис, приправленный кокосовым соусом); севиче (сырая рыба и морепродукты, замаринованные в соке лайма); чили-кон-карде (острое блюдо на основе свинины с перцем чили); фридантос (кусочки свинины с солью и перцем, зажаренные на шампурах); блюдо из крокодильего хвоста; жареную или тушеную морскую свинку.

А сладкоежки смогут полакомиться фруктами (папайя, чиримойя, маракуйя, лукума, туна), шоколадным кремом с рисовыми лепешками, кокосовым фланом, фруктовым пудингом (масаморраморара), различными сладкими сырами, посыпанными корицей и какао (их зачастую подают вместе с фруктами).

Ангу

Аррос-кон-коко



Севиче

Чилли-кон-

карде



Десерты



Аргентина

Аргентинская кухня потребляет большое количество мяса, особенно говядины. Бифе (бифштекс), кюрраско (жаркое из говядины) являются ее основными блюдами. Мясо и рыбу для вторых блюд не панируют.

Страна производит много сыра. Здесь можно попробовать не только все основные французские, швейцарские, итальянские и английские его сорта, но и типично аргентинские тафи, тандия и др. Десерты в основном те же, что и в Европе. Очень популярно желе из айвы.



Боливия

Боливийская кухня имеет много общего с кухней Чили и Перу. К национальным блюдам относятся, прежде всего, лада - очень густые супы. Наиболее распространенным вторым блюдом является плато пасено (кукуруза, бобы, жареный сыр, картофель и тунта) подают с острым соусом. Перед едой выпивают стакан пива. В Боливии много речной и озерной рыбы, из которой готовят довольно вкусные кушанья. Очень оригинальное блюдо - конейо эстирадо - из кролика. Тушку кролика сильно растягивают, что придает мясу тонкий вкус.



Бразилия

Для бразильской кухни северного региона характерно использование рыбы, фруктов, корнеплодов и трав. Из фруктов преобладают экзотические - танжеринны, кажу, гуява, араса, гравиола, женипапо, мелансия, купуасу, бакури, тукума, жамбо, тапериба, пекиа, асаи и другие. Из них изготавливают соки, компоты, мармелад, всевозможные муссы, желе и многое другое; так же используются как дополнительные компоненты блюд.

К национальным блюдам бразильской кухни относятся следующие: ватана (рыбное рагу), чурраско (мясо, жаренное на вертеле), фейхоада (мясо с бобами и лиственной зеленью), перу асадо (фаршированная обжаренная индейка), шуту (пюре из фасоли с мукой из маниоки).



Венесуэла

Венесуэльская кухня сходна с бразильской. Из мяса больше всего в ходу говядина и свинина. Из закусок наиболее популярны овощи в натуральном виде, крабы, креветки, ветчина, сырокопчёная колбаса. Наиболее распространенное блюдо - эрвидо (овощной суп с говядиной или курятиной). Нередко готовят пироги из кукурузной муки с мясом, ветчиной, сливами, виноградом, крутыми яйцами, завернутыми в листья бананов (их называют «аллака»), блюда из черной фасоли - караоты. Из кукурузной муки выпекают блины, называемые кашана и хлеб арепа, из маниоки - громадные тонкие хрустящие галеты каза-бе.



Колумбия

Для колумбийской кухни характерно большое количество супов, приправляемых различными травами и бананами. Их готовят довольно своеобразно. Вот как варят картофельный суп: сначала в куриный бульон засыпают первую порцию картофеля и разваривают его до получения пюреобразной массы. Затем добавляют нарезанный ломтиками картофель и приправляют суп травой, по вкусу напоминающей мяту. На Тихоокеанском побережье популярен санкомо-суп, основным компонентом которого является один из шести сортов бананов - зеленый, отличающийся мучнистостью, а потому во многих случаях заменяющий картофель. В Колумбии едят яйца туаны - крупной ящерицы, жареных термитов.



Перу

Перуанская кухня считается одной из самых разнообразных в Латинской Америке и характеризуется прежде всего обильным использованием острого красного перца. Очень популярно блюдо папа ала уанкаина - белый сыр, разведенный молоком с перцем, луком, солью, яичным желтком, лимонным и апельсиновым соком, растительным маслом. Оригинально национальное блюдо - севище. Это - сырая рыба, политая лимонным соком, приправленная перцем и кукурузой. В ходу блюда из белой фасоли, очень ценятся рыба и куропатки. Мясо используется охлажденное и парное. Мясные и рыбные продукты, предназначенные В Перу произрастает фиолетовая кукуруза. Из нее варят компот – маза-марра морада, готовят слабоалкогольный напиток, часто заменяющий вино.



Чили

Самой оригинальной кухней Южной Америки является чилийская, однако она предлагает много блюд, непривычных для европейца. Первой особенностью этой кухни является изобилие блюд из фасоли, лука и чеснока.

Вторая особенность - приготовление разнообразных блюд из рыбы, лангустов, мидий, креветок, морских ежей и водорослей. Из последних готовят суп и пюре.

Чилийцы едят много рыбы, особенно конгрио (морской угорь), употребляют всевозможные эмпанадас (паштеты), любят первые блюда, из которых большой популярностью пользуются казуэла де аве (крепкий куриный бульон) и черга (молочно-хлебный суп с нарезанным на четвертинки крутым яйцом).

Шарукн - это вяленое мясо, молотое или нарезанное широкими полосами. Оно является основой многих блюд, в частности, взбитой яичницы - очень распространенного здесь блюда.



Эквадор

Эквадорская кухня - это питательные и острые супы, широкое применение кукурузы и пряностей. Среди наиболее распространенных супов следует назвать калдо де паток - суп из говяжьих ножек, тимбушка - суп, включающий отваренный целиком картофель, капусту и соус из земляных орехов, самконо - говяжий или куриный бульон с упка (разновидность картофеля) и петрушкой, аррез де сибада - суп из измельченных зерен риса. Наиболее популярное блюдо из кукурузы - шоклотанда (пирог из кукурузной муки, молока и сыра). Его режут на куски, после этого заворачивают в листья кукурузы и в таком виде подают.

На всем тихоокеанском побережье можно попробовать знаменитую рыбу севише, которую едят сырой, поливая лимонным соком с большим количеством перца. В Эквадоре ее подают с жареными зернами кукурузы.



Куба

Кубинская кухня заимствовала от испанской мясные блюда; от африканской - овощи, зеленые бананы и очень сладкий десерт из кокоса; от китайской - рис. Рис, или аррос,- под этим названием скрываются два блюда - просто отварной «белый рис» или тот же рис с черной фасолью, оливковым маслом и различными приправами.

Из мяса больше всего в ходу свинина, преимущественно в тушеном виде с острыми соусами. Кубинцы вообще большие поклонники острой пищи. Для приготовления национальных блюд используют красный и черный молотый перец, красный стручковый перец, порошок «карри», лавровый лист, корицу, чеснок, томат-пюре, лимонный сок, листья розмарина, коньяк, белое натуральное вино, уксус, майонез, маслины. Потребляя много различных специй, они, тем не менее, очень сдержанно относятся к соли. Любят кубинцы фасоль, кукурузу, маниок.

