

# 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.

