

---

# Kuchnia estońska

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 3120 razy.

Jedna z trzech nadbałtyckich republik, w których ryba gościła pod różnymi postaciami na stole. Do czasów rewolucyjnych był to jeden z najbiedniejszych obszarów w carskiej koronie. Nie należy się też dziwić, że w ludowych potrawach rodem z Estonii pozostało wiele przepisów prostych lub z użyciem podstawowych składników odżywczych. Jest to kraina doskonałego żytniego chleba, głogowej herbaty, soku z klonów lub brzoź, grochówki gotowanej na ciepłych nóżkach, zupy z pokrzyw i szczawiu, serników z jajek i twarogu klusek i kszanki. Te ludowe tradycje utrzymano do dzisiaj. Ryby w estońskiej kuchni to rodzaj dań z kręgu "zdrowej żywności". I tak obok mięsa rybiego pojawia się w sałatkach gotowane na twardo jajko i wiele rozmaitych warzyw. Spotyka się zawiesziste sosy do ryb z mleka lub śmietanki. Duże znaczenie mają wykorzystywane jako dodatki do głównego posiłku grzyby, ale te, które zbiera się w lesie: maślaki, kozaki, surojadki lub kurki. W skład przypraw wchodzi nie tylko importowane z dalekich krajów, ale także rodzime prosto z ogródka gałązki: macierzanki, szałwii, majranku i rozmarynu. Do tego wszystkiego obowiązkowo kwaszony ogórek lub wielowarzywna marynata.