
Kuchnia indyjska

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2727 razy.

Wszystkich Hindusów łączy wspólne przekonanie, że żywność jest darem boskim. Przygotowanie posiłku wymaga więc nie tylko należytej uwagi, ale również szacunku i powagi. Kuchnia powinna być porządnie wysprządana, kucharz w czystym ubraniu, a wszystkie produkty dokładnie umyte. W Indiach nie próbuje się potraw podczas gotowania. Proporcje składników dobierane są w ten sposób, aby odpowiadały wszystkim domownikom. W Indiach popularnymi składnikami do wyrobu potraw są: miody, soki cytrusowe, migdały, woda różana. Korzysta się z ponad stu różnych przypraw, podzielonych na przyprawy korzenne, zioła i aromatyczne warzywa. Oddzielną grupę stanowi GARAM MASALA - czarodziejska mieszanka, na którą nie ma stałego przepisu i która jest tajemnicą każdej gospodyni. Zastępuje ona CURRY, będące, wg indyjskich kuchrzy obrazą dla wybrednego podniebienia. Po jakimś czasie staje się bowiem cierpkie i zamiast podkreślać walory smakowe i wzbogacać aromat tłumi oryginalny zapach. Tak, jak istnieją różnice kulinarne u wyznawców różnych religii, tak też państwo z racji na swoje duże terytorium podzielone jest na cztery regiony kulinarne. Północ specjalizuje się w kuchni muzułmańskiej i w potrawach mongolskich, a jej sztandarowym daniem jest np. kurczak pieczony w starym piecu TANDURI. Na południu króluje kuchnia madraska tzn., np. miąższ i mleko kokosowe oraz potrawy ryżowo-jogurtowe. W zachodniej części możemy skosztować przysmaków kuchni bombajskiej i kuchni goa, a w regionie bengalskim będziemy jeść słodkie potrawy z białego sera. Wszystkich obowiązuje tradycja przygotowywania dwóch lub trzech dań, w których swoje stałe miejsce ma soczewica, ryż, marynaty i jogurty /RAJTATA/. Cały posiłek podawany jest na dużych okrągłych tacach, tzw. THAL lub na małych - THALI. Na nich ustawiane są miseczki KATORIS z potrawami mięsnymi /baranina, jagnięcina, kozina/. Hindusi jedząc w domu nabierają wszystko palcami. Posiłek zostanie zakończony podaniem orzechów, świeżych lub surowych owoców, nasion i orzeszków mocno przyprawionych korzeniami. Na koniec posiłku podawany jest napar z korzeni - z kardamonu albo nasion włoskiego kopru /taki napar świetnie wpływa na trawienie/.

Współczesna sztuka kulinarna Indii niewiele różni się od przepisów znanych przed wiekami. Opiera się ona na ryżu, którego aż 25 sposobów gotowania znają nad Gangesem oraz na wykorzystywaniu licznych przypraw, takich jak curry, która do polskiej kuchni wtargnęła przebojem przed kilku laty, a także kolendra, imbir, kurkuma, kardamon, cynamon i wiele innych. Najpopularniejsza curry to również nazwa potrawy - gotowanej w przetopionym i sklarowanym maśle - w zależności od rodzaju: z mięsa, ryb, jaj, warzyw, grzybów i krabów. 60 proc. Hindusów to wegetarianie, którzy bazują w swoich potrawach na fasoli, grochu, soczewicy, owocach mango, bananach i owocach kokosowych. Tylko na północy kraju ryż może być zastępowany przez mąkę. Ziemniaki mają mniejsze znaczenie niż gdzie indziej, albowiem należą do warzyw bardzo drogich i stanowią rarytas. Podobnie, jak inni Azjaci Hindusi przepadają za potrawami słodkimi. Z dań rybnych pierwsze miejsce zajmuje oczywiście curry z ryby. Bardzo dobre i "przystępne" dla polskiego podniebienia są obydwie zupy rybne: bengalska i indyjska. Chociaż karp nosi nazwę "po pakistańsku", to jednakże jest on typowym daniem kuchni indyjskiej. Bardzo często w kuchni indyjskiej podaje się ryby opiekane.