

---

# Kuchnie afrykańskie

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

Język: Polski

Odwiedzono: 4074 razy.

Do dnia dzisiejszego w regionalnych kuchniach afrykańskich ścierają się dwie tendencje: prymitywny sposób przyrządzania potraw, charakterystycznych dla kultury ludności tubylczej oraz narodowych kuchni tych państw, które w czasach kolonialnych dzieliły pomiędzy siebie Czarny Kontynent. Potrawy, jakie docierały na stoły innych krajów, przede wszystkim europejskich i amerykańskich restauracji, to synteza obu tendencji. Wędrowni kulinarni po Afryce można podzielić na podróże po kilku regionach: Najbliżej Europy, po drugiej stronie Morza Śródziemnego, rozciąga się arabski zachód, często zwany Maghrebem, oraz arabski wschód, czyli tzw. Maszrek, którego typowym przedstawicielem jest Egipt. Jeszcze dalej ku Azji zaznaczają się wpływy kultur orientalnych, reprezentowane przez Jordanię, Liban i Cypr. I wreszcie tzw. Czarna Afryka, czyli takie państwa, jak: Madagaskar, Senegal i Wybrzeże Kości Słoniowej. Kultury Tunezji, Maroka i Algierii, a także innych państw arabskich miały bezpośredni kontakt z kulturami: włoską, francuską, hiszpańską, wiele przy tym czerpiąc z religii muzułmańskiej. Również kuchnie tych krajów wywierały na siebie wpływ, co zaowocowało np. potrawami przyrządzanymi na oliwie, z dodatkiem pomidorów, cebuli, czosnku strąków papryki oraz owoców i warzyw południowych. Największe znaczenie mają do chwili obecnej bakłażany i groch włoski czyli ciecierzycy. Tak powstała gastronomia pikantna, aromatyczna o wyrafinowanym smaku. Jednym z przykładów jest arabski kuskus, który zyskał sobie obywatelstwo nawet na francuskim stole. Kuchnia arabska pełna jest dań zawieszistych, z dodatkiem mąki, miodu, cukru, włoskich orzechów, migdałów i daktyli. Dla Europejczyka są one zazwyczaj za słodkie i za tłuste. Ciepłe posiłki spożywa się albo wcześniej rano, albo późnym wieczorem; w dzień obfitemu jedzeniu przeszkadza upał. W jadłospisie ludów Czarnej Afryki głównie miejsce zajmują: ryż, proso, sorgo, fasola, lima, ciecierzycy. Zawierają białko; mięso spożywa się od święta, chociażby ze względu na brak tradycji w hodowli trzody. Dużo jada się owoców, których bogactwo może oszołomić. Ryby w kuchniach afrykańskich zajmują poczesne miejsce, więcej łowi się ich w morzu, stąd na stole pojawiają się gatunki popularne także w Europie. Przyrządza się je smażąc na oleju palmowym lub arachidowym, piekąc na rusztach lub nad ogniskiem, dusząc nawet do dwóch godzin - na bardzo małym ogniu.

---

mniam. kocham czarna afrykańska kuchnie opatrą na ryżu i semolinie i do tego różnego rodzaju sosy w tym pomidorowy ze smaczną rybką, i oczywiście pikantnie przyprawiony specjalną odnianą ostrą papryką. mało który europejczyk potrafi to zjeść . nieźle pali w gębie.i mojego misia też kocham

Nadesłał(a):lucy <lucyna\_bsd@yahoo.com> 2006-02-13 20:02:03

Uwielbiam afrykańską kuchnię,co prawda na początku paliło w buzi, ale da się przyzwyczaić,te dobrze przyprawione sosy,ten ostry smak poprostu delicious...pozdrowienia dla mojego najlepszego przyjaciela:\*\*\*:\*\*\*:\*\*\*:\*\*\*

Nadesłał(a):\*\_Miss-Athina\*\_ <aminkaatix@vp.pl> 2008-08-13 12:08:33