

# Мексика



- *Мексика - родина кактусов, текилы и чрезвычайно острой кухни.*
- Несмотря на это, мексиканская кухня славится своими кулинарными традициями во всем мире. Как правило, национальные блюда не обходятся без по крайней мере одного из трех типичных компонентов: тортильяс (кукурузные лепешки), фасоли и острого перца чили. . Распространены похлебки с морепродуктами, бобовыми, со специями. На столе обязательно должна стоять соль, чили и тортильяс.



- Отличительная черта мексиканской кухни – соблазнительные ароматы пряностей, добавляемых в пищу, что говорит о богатстве вкуса.
- . Если пряности и добавляются, то с чувством меры, так, чтобы вкус был мягок и гармоничен. Не во всех блюдах содержится чилли (острый стручковый перец), и даже те из них, где он есть, могут быть приготовлены в остром или в более мягком варианте, по вашему вкусу.





- Кулинарный стиль, который сегодня называется мексиканским, складывался в течение многих веков. Он представляет собой своего рода сплав различных кулинарных традиций. Этот стиль уходит корнями в древние цивилизации ацтеков и майя.
- В его основе доступный этим народам богатый выбор продуктов: кукуруза (маис), авокадо, свежие и сушеные бобы, сладкий и обычный картофель, помидоры, стручковый перец чили, тыква, утиное и индюшачье мясо, шоколад, а также множество видов рыб, обитающих в прибрежных водах Мексики.



- Самое популярное блюдо мексиканской национальной кухни – тако – кукурузная лепешка с начинкой, обжаренная на углях.
- Начинка зависит от вкуса и фантазии повара – мясо, овощи, фрукты – и кладется сверху. Заведения, в которых подают "такос", называются в Мехико такериями.
- Такерии заполнили весь Мехико, успешно выдерживая конкуренцию с Мак-Дональдсами, пиццериями и китайскими ресторанчиками.



- Самый популярный в Мексике сыр – это легко крошащийся, достаточно соленый на вкус "кесо фреско". Другой распространенный сорт сыра – "кесо де Чихуахуа".
- Стручковый перец чилли – "визитная карточка" мексиканской кухни, его используют и в сыром, и в обработанном виде, чтобы придать блюду специфический аромат и остроту.
- Еще одной "визитной карточкой" является чайот. Чайот – это фрукт, весом от 180 до 360 г, внешне похожий на ребристую грушу, со светло-зеленой довольно толстой кожурой и хрустящей белой мякотью, имеющей нежный вкус. Чайот употребляют в пищу в печеном, тушеном, вареном виде в составе запеканок, а иногда в сыром – в салатах. Очищать от кожуры их можно как до, так и после приготовления. Семена молодого чайота также съедобны.



# Питайя Драконова Фрукт



- Питайя – плод нескольких видов кактуса.
- Плод иногда называют драконовым фруктом, зелёным драконом или даже клубничной грушей .
- Начинается всё – с чудесных цветов. Они большие, белые и ароматные. Патайя цветёт только ночью, поэтому цветы называют Королевой Ночи или Лунными Цветами.
- Плоды можно срывать с кактусов уже через 30-50 дней после цветения.
- Весит плод от 150 до 600 граммов, а некоторые могут достигать даже и килограмма.
- Питайя – в меру сладкая штука, и в меру калорийная. Её почти никогда не смешивают с другой пищей. Плоды принято есть в чистом виде.
- А вот что касается сока, который из патайи делается, то его обычно добавляют в другие соки – для усиления вкуса.
- Делают из патайи и вино.
- Лунные Цветы тоже, кстати, едят. Или делают из них чай.







# Халапеньо: перец

- Халапеньо – разновидность перца чили, одна из самых острых. У нас халапеньо не очень известен, а в Мексике, США без него не представляют себе вкусного обеда.
- Настоящий острый халапеньо – сущий зверь. Острое послевкусие еще долго после него остается во рту. Халапеньо буквально не возьмешь голыми руками. Его рекомендуют готовить в резиновых перчатках, иначе свирепый перец оставит на руках ожоги.





- Халапеньо режут и едят свежим, маринуют, фаршируют. Его добавляют в соусы, маринады для мяса, овощные блюда. Даже – в напитки. Халапеньо – обязательный компонент безалкогольной томатной сангриты, которой запивают текилу.
- Мелко резаный, он – обыкновенная приправа на столе, будь то дома или в ресторане. В Мексике халапеньо занимает огромные плантации, в США его так любят, что перец удостоился чести одним из первых овощей побывать в космосе – в качестве любимой приправы космонавтов.



# Барбакоа – старинное индейское блюдо



- Барбакоа – мексиканское изобретение. Это, в целом, мясное блюдо. Мясо обжаривается на медленном открытом огне. Или, в другой вариации, более традиционной, в яме, вырытой в земле и покрытой листьями агавы.
- Корни этого блюда прямиком ведут к индейцам.
- При приготовлении не используются никаких специй и соусов до тех пор, пока мясо не дожарится. Для придания мясу дополнительного аромата служат листья агавы, как уже упоминалось, или банановые листья. Мясо также едят с луком и посыпают различной зеленью.
- Название блюда, переползая из одной области в другую, постепенно искажалось, и превратилось, в конце концов, в барбекю.



# Арроз кон поло – петрушка на курьих ножках

- Арроз кон поло – значит «рис с курицей». Но к этим базовым продуктам в мексиканском рецепте добавляется зеленый горошек, красный перец, много зелени и специй.
- Из-за того, что все жарится-варится-тушится вместе, арроз кон поло необыкновенно вкусен, сочен, ароматен.



# Мескаль

- Мескаль – традиционный мексиканский напиток. Это самогон, который делают из агавы. В Мексике много различных видов агавы, из каждой из них получается спирт с особым вкусом. Вариант мескаля, который делается из голубой агавы, называется текилой.
- По сравнению с другими спиртами, мескаль старее довольно быстро. Для получения высококачественного продукта, спирт выдерживают в бочках от двух до восьми лет. За это время мескаль приобретает золотой цвет, который с каждым годом становится всё более и более насыщенным. Вкус же во многом зависит от дерева бочек. Чем старше спирт, тем он более тёмный, с более ощутимым вкусом дерева.









# Нопаль



- Есть кактусы на Американском континенте – привычное дело. Но среди других выделяется нопаль. Нопаль – и еда на все случаи жизни, и культ, и предмет гордости мексиканцев.
- Картошка и кукуруза из Америки разошлись по всему миру, а кактусы – остались. И гости с удивлением обнаружат: в Мексике нопаль популярней даже самой картошки. Для этого есть основания: если картошку в больших количествах, а тем более жареную, диетологи не рекомендуют, то нопаль – как раз напротив. Напитки, блюда из нопалья могут стать альтернативным питанием для диабетиков, для здоровых – служить профилактикой разных заболеваний.
- И таким чудом жизнерадостные мексиканцы питаются ежедневно. Нопаль жарят, тушат. Хороши с плоским листом нопалья горячие бутерброды с сыром. Нопаль добавляют в салат, подают просто как гарнир к мясу. И это только листья, а у нопалья есть еще – ягоды. Эти плоды размером со сливу называют в Мексике туны. Из них готовят соки, джемы, мармелад, варенье.





# Цветной рис

- Гарнир порою кажется не самой важной частью трапезы. Но стоит его приготовить «с огоньком», как сразу же все меняется – из разряда вещей вспомогательных и необязательных он превращается в короля стола. Попробуем поколдовать над рисом.











# Национальные блюда

- **Буріто** — пшенична паляничка, фарширована м'ясом-гриль з овочами або з іншою начинкою. Хоча вважається мексиканською стравою, поширена лише серед мексиканської діаспори за межами Мексики.
- **Посоле** (*posole*)- **суп**)- суп з підсмаженої кукурудзи, зі свининою, чілі і спеціями. Сервірують часточками лимона, цибулею, **орігано**)- суп з підсмаженої кукурудзи, зі свининою, чілі і спеціями. Сервірують часточками лимона, цибулею, орігано, **авокадо**. До нього подають теплі тортильяс
- **Тортилья** (*tortillas*)- тонкі коржі, що смажаться на сковороді.
- **Тапа** (*tapas*)- млинці
- **Тако** (*taco*)- кукурудзяна тортилья обгорнена навколо начинки з яловичини, свинини, бобів або моллюсків
- **Торро** - Запечена шматочками картопля з червоною паприкою
- **Чілі** (*chili*)- чілі порошок виготовляють в основному з червоного чілі, також містить багато інших спецій
- **Чілі кон карне** (*chili con carne*, «чілі з м'ясом») - **Рагу**, «чілі з м'ясом») - Рагу гострого смаку з дрібних шматочків яловичини, **квасолі**, перцю й спецій.

- **Сальса** (*salsa*) - **соус**) - соус на **томатній** основі з додаванням чилі і спецій.
- **Моле** (*mole*) - загальна **назва**) - загальна назва кількох **соусів**, поширених у штатах Пуебло і Охака
- **Гуакамолє** - (*guacamole*) - **соус**) - соус з **авокадо**) - соус з авокадо, соку лимона, солі та спецій, відомий з доколумбівських **часів**
- **Орчата** (*horchata*) - солодкий безалкогольний **напій**) - солодкий безалкогольний напій, виробляється з **рису**) - солодкий безалкогольний напій, виробляється з рису та нагадує кольором **молоко**
- **Какао та шоколад** - традиційні мексиканські страви, відомі з доколумбівських часів
- **Пульке** (*pulque*) - слабкий алкогольний **напій** з перебродившого соку агави
- **Текіла** (*tequila*) - результат **дистильованого агави** ержується у



