

Қытай елінің тағамдары

Қытай асханасы

- Қытай асханасы бірнеше ғасырлар бойы қалыптасқан. Бұл асхананың үш мың жылдан астам тарихы бар. Ежелгі заманның өзінде патшалық тұрғындары тағамды дәмді әрі тез дайындауды білген. Қытайлардың негізгі тамақтану принциптерін әйгілі философ Конфуций құрып берген көрінеді. Ол жеткілікті тұздамаған, қайнатылмаған және ашытылмаған тағамды жеу әдепсіздіктің белгісі деп үйреткен. Конфуций қытайлардың дәстүрлі тағам дайындауын жеке бір өнер ретінде қабылдауға негіз қалаған. Онымен қоса ұлы ойшыл қолайсыз көрінетін, жағымсыз иісі бар, қиқы-жиқы туралған тамақтарға тиіспеу керек деп тұжырымдаған. Сол кездегі даостық ұғым бойынша, дұрыс даярланған тағам денсаулықтың кепілі деп танылған. Ал тағамнан қоса жақсылап қайнатылған шай мен үйлесімді тамақ қоспалары кез келген аурудың емі болып саналған.

- Қытай халқының саны көп болғандықтан елдің әр бөлігінің өзіне тән салт-дәстүрлері, әдет-ғұрыптары бар. Сондай-ақ тамақ әзірлеу жағынан да өзіндік айырмашылықтарын байқаймыз. Асханалар оңтүстік және солтүстік болып бөлінеді. Олардың ішінде де жиырма шақты салаға жіктеледі. Бір аймақта тым ащы тағам көбірек құрметтелсе, елдің басқа бір аумағында тәттісіне көбірек мән беріледі. Дегенмен, барлық аспазшыға ортақ кейбір ережелер бар. Тамақ тек дәмді әрі тартымдылығымен ғана шектелмей, міндетті түрде пайдасы, кейде емдік қасиеттері де болуға тиіс. Мәселен, оңтүстік қытайлықтар тағамдары көбінесе тым ащылығымен ерекшеленеді. Қытайлар мейлінше ащы болып келетін тағам адамның көңіл күйін көтереді деп есептейді. Көңілі жай адамның денсаулығы да жақсы болады. Оңтүстік қытайлар арасына жылан еті қосылып жасалатын ащы күріш ботқасын пайдаланады. Бұл тағамның, әсіресе, ер адамдарға пайдасы зор. Ботқа ер адамның күш-қуатын арттырады. Сонымен қатар тұмаудан, жөтелден, бас ауруынан айықтырады деседі.

Қытайлықтар барлық тағам түрлерін арнайы таяқшалармен жейді. Бұл таяқшалар «куайцзы» деп аталады.



Сяо лонг бао



Бұл – сорпада қалқып жүретін тұшпаралар. Оның пішіні хинкалиді еске түсіреді. Алайда оны әртүрлі сұрыптағы етпен бамбук себетіне дайындайды.

Солтүстік қытайлық. Бұл асхананың ерекшелігі – макарон, пельмен, лағман сияқты ұннан жасалатын тағамдарға толы. Сондай-ақ тұздыққа да көп көңіл бөледі.



Кантондық. Теңіз өнімдерінен жиі әзірлейді. Ал тұздықтар мен түрлі ащы дәмдеуіштерді аз қолданады.

Ас әзірлеу үшін аспаздар түрлі өсімдіктер, улы саңырауқұлақтар мен шаяндарды пайдаланады. Осыдан болар дәл осы асхананың терапиялық-профилактикалық қасиеттері бар деген пікірлердің айтылатындығы



Сычуань асханасы. Негізгі өнімдері – күріш пен шошқа еті. Сондай-ақ бұл ең ащы асхананың бірі

