

# Кухня Индонезии

- 17 тысяч островов Индонезии лежат по обе стороны экватора, и, несмотря на географическую разобщенность, имеют общие традиции в подаче и приготовлении пищи. Экзотические вкусовые сочетания, любимые индонезийцами, – смесь, сформировавшаяся под влиянием соседних культур. Кухня Индонезии всегда поражает туристов. Они находят в ней китайские, индийские, нидерландские и португальские корни. И не зря, ведь все эти страны непосредственно взаимодействовали с Индонезией, оставив свой след не только в кухне, но и в истории островов. Конечно, провинции создают собственные кулинарные традиции и блюда, добавляют в них разные ингредиенты, но общего все же больше, чем различий.

# Гигиена приема пищи в Индонезии

- По счастью, современные стандарты гигиены дошли в последние десятилетия и до островов. Однако это не значит, что местная еда, вода и традиции на сто процентов безопасны для гостей. Выбирая место перекуса, не стесняйтесь спросить совета относительно чистоты и репутации заведения у аборигенов или бывалых туристов. В Индонезии даже есть звание «чистый», которое присваивается лишь некоторым точкам общепита. И дорогие рестораны не всегда обладают им. Пища подается на листе банана. А едят ее исключительно правой рукой, не используя приборы. Левая рука, согласно представлениям островитян, нечистая. Нож на индонезийском столе – «персона нон грата», хотя вилками и ложками сегодня там все же иногда пользуются. Перед едой и после приема пищи правую руку надлежит помыть в воде с лимоном.

# Особенности национальной кухни

- Индонезийская кухня – это мясо, много жира и пряностей. Приправы обжаривают в масле, перед тем как заправить блюда, отправляющиеся на гриль или пассерование. Паста из специй – национальная особенность. Соевый и имбирный соус, черный, белый, красный перцы, «карри», тамаринд, арахис, имбирь, соя, чеснок – обязательные компоненты еды. Чили, лук, панданус, тумерик, сок лайма, лимонная трава – пряностей и трав в блюдах азиатов не счесть. Еще островитяне едят много корицы, темного пальмового сахара, мускатного ореха, гвоздики. Особо жгучая диета у жителей Суматры и острова Сулавеси.

# Основные блюда Индонезии

- Наси-горен – дословно жареный рис, смешанный с овощами и мясом.
- Бакми горен – макароны жареные.
- Гадо-гадо – овощной салат с острейшим соусом из арахиса.
- Темпе – выпечка из бобов сои
- Кап чай – жареное овощное ассорти.
- Баби гулинг – молочный жареный поросенок.
- Джайян – пирожки из риса.
- Бебек туту – рис и утка, запеченная в листьях банана.
- Руджак – фрукты, политые соусом на основе пальмового сахара.
- Жареная саранча, жареные лягушачьи лапки.
- Ласточкины гнезда в бульоне.
- Омлет с орехами и зеленью «ваби».
- Запеченная в банановом листе рыба или пюре тунца, крабы.
- Суп из плавников акулы.

# Праздничные блюда

- К Рождеству индонезийцы запасаются фруктовыми и рисовыми десертами, жареным рисом, курицей, жареной с пряностями и кокосовым молоком. Для европейцев готовят молочных поросят и национальные блюда.



# Закуски, салаты

- Овощей на островах много, потому и закусок из них целое море. Салат из творога, огурцов, бобов с острой заправкой на разных островах приправляют разными травами, поэтому его вкус может отличаться. Часто встречается сате в разных вариациях поджаренные бананы писанг-горенг. Нежные бамбуковые побеги тоге, сердцевина бананового дерева, маринованные манго, жареные кабачки, тертые кокосы со специями. Сладкий хлеб роти, которые едят на завтрак, припивая черным кофе.



# Супы

- Европейцам индонезийские супы могут показаться жидкими. Но, несмотря на водянистость, они питательны, благодаря фрикаделькам, лапше, овощам.



# Десерты

- Сладкое в Индонезии любят. Дробленый лед с соевыми бобами и сиропом (эскачанг), натуральное фруктовое мороженое, рисовые пудинги, сладкие пирожки, фруктовое великолепие - папайя, манго, дуриан, рамбутан, помело, сладкий стол способен местной кухни удовлетворит самые





# Индонезийские напитки

- Чай или кофе всегда завершают обед и ужин. Холодную воду и чай со льдом пьют, чтобы сгладить остроту пищи. А вот соки индонезийцы употребляют редко, предпочитая свежие фрукты. Популярно кокосовое молоко, краш с бобами и сладким сиропом, нектар из индонезийского мандарина (эс-джерук), аир-тебу – сок сахарного тростника, имбирный ч

