

ТАЙСЬКА КУХНЯ

Мунтяну А.І., гр. ТОП-24а

Науковий керівник – канд. пед. наук, доц. Михайлова І.С.

Одеська національна академія харчових технологій

У наш час велику популярність мають нестандартні, екзотичні страви, які ніколи раніше не куштували люди країн Європи, а також українці і росіяни. Дуже багато таких страв відносяться до тайської кухні.

Тайська кухня – національна кухня Таїланду. Тайська кухня відома своєю гостротою, а також балансом п'яти основних смаків у кожній страві: гарячий (гострий), кислий, солодкий, солоний і гіркий.

Хоча в народі тайська кухня вважається однією кухнею, більш точно її слід описувати як чотири регіональні кухні, що відповідають чотирьом основним регіонам країни: Північному, Північно-Східному (або Ісан), Центральному і Південному.

Тайська їжа зазвичай складається з однієї страви або рису з великою кількістю додаткових страв, поданих одночасно для всіх.

Тайська кухня відома своїм ентузіазмом у використанні свіжих (а не сухих) трав, таких як кінза, лимонна трава, тайські базилики і м'яти.

Інгредієнт, який використовується майже у всіх стравах кожного регіону країни – nam pla, дуже ароматний і сильний за смаком рибний соус.

Основою тайської кухні є рис. Варений рис подають з дуже ароматичною каррі, іноді включають велику кількість перцю чилі, сік лайма і лимонної трави.

Локшина також популярна, але зазвичай її вживають в якості одиночної страви, як обсмажена Phat Thai або у вигляді супу з локшиною.

Тут використовується широкий спектр трав, спецій і листя, які рідко зустрічаються на Заході, таких як кафорське листя лайма.

Фрукти формують велику частину тайської дієти і звичайно подають після їжі. Хоча багато чого з екзотичних фруктів Таїланду, можливо, неприйнятні в західних країнах, багато азійських ринків імпортують такі фрукти.

І, звичайно ж, у Таїланді їдять комах. Більш м'який смак вони мають, коли обсмажені у фритюрі і чудово підходять для закуски.

Я вважаю, що тайська кухня має гарне майбутнє у ресторанах нашої країни, оскільки українців завжди приваблювало щось нове і незвичайне.