Mesebeli Afrika - Gasztrotúra: Botswana

2010 május 16. Flag

Szöveg méret

90
Mentés

- 0

Értékelés kiválasztása Még nincs értékelve

Mérték

A következ? poszttal sorozatot szeretnék teremteni az oldalon, miután mostanában rendkívüli mértékben túlsúlyba kerültek a politikai-gazdasági jelleg? írások, szükségét érzem, hogy egy teljesen más területen is körülnézzünk, hiszen a mindennapi Afrika, az emberek mindennapi élete nem igazán a politika és a gazdaság körül forog (leszámítva a konfliktus-zónákban él? ártatlanokét).

Tradicionális ételek terén a sokak által kulturális fert?nek tartott Afrika rendkívül gazdag választékkal rendelkezik, európai szemmel (ízlel?bimbóval) szinte fel sem tudjuk fogni, mi minden kerül egy-egy afrikai család asztalára, és ezt most egyáltalán nem negatív értelemben kell érteni.

Els? kitekintésünk állomása a politikai (és durvább) csatározásoktól általában mentes dél-afrikai ország, Botswana, amelynek ételei alapanyagukat tekintve általában nem számítanak annyira különlegesnek, persze az elkészítés módja ezeket az ételeket is egyedivé teszi. Húsokat tekintve egyértelm?en a marhahús a legfontosabb és legnépszer?bb, de a különböz? botswanai népcsoportok általánosságban nem vetik meg a juh-, bárány- vagy csirkehúst sem és ahol a földrajzi lehet?ségek lehet?vé teszik, a halfogyasztás is gyakori. A legkedveltebb és leggyakrabban termesztett gabonafélék a cirok és a kukorica, zöldségek és gyümölcsök tekintetében pedig óriási a skála: spenót, káposzta, hagyma, édesburgonya, paradicsom, görögdinnye, egyéb dinnyefélék, marula és még sorolhatnánk a b?ségesen megtalálható zöldség-, gyümölcsfélék listáját.

A világhír? márkák (Coca-Cola stb.) el?retörése ellenére a nemzeti italok egyáltalán nem szorultak még háttérbe, az ország nemzeti söreinek a helyben gyártott Castle és Lion sörök számítanak, de az otthon készített gyömbérsör és a bojalwa néven ismert, almaborhoz hasonló íz? sörnek is vannak rajongói. A rendkívül er?s pálmabor és az égetett cukorból készült kgadi általában a turisták körében is népszer?, mint helyi különlegesség, ahogy a különböz? helyi növényekb?l készült teák is. És akkor most lássunk néhány hagyományos botswanai fogást.

A seswaa (más néven chotlho) az egyik legnépszer?bb helyi fogás, f?leg ünnepi alkalmakra készítik szinte mindig a férfiak, többnyire marhahúst f?znek lassú t?zön egy üstben kizárólag só és víz hozzáadásával egészen addig, amíg nem puhul teljesen omlósra. Helyt?l függ?en helyi f?szerekkel és gyökerekkel is ízesítik. Jóval különlegesebb étel a serobe, amely általában a levágott állat (kecske, bárány stb.) bels?ségeit, beleit, sokszor lábait tartalmazza, ezeket f?zik szintén lassú t?zön akár órákig, a teljes megpuhulásig. Köretként gyakran fogyasztanak rizst, és a brit hatások is érezhet?ek, népszer?ek a különböz? húspogácsák is. Egyébként egy vendég számára nyílt t?z felett, üstben f?zni a legnagyobb megtiszteltetésnek számít és amúgy is, a botswanai népcsoportok mindegyike rendkívül vendégszeret?.

Fontos napi étel a kása vagy bogobe, amelyet cirokból, kukoricából vagy kölesb?l készítenek forró vízben, folyamatos kevergetés mellett. Ennek b?vebb változata a ting, amely esetében tejet, cukrot is adnak a kissé megerjesztett gabonához. Amennyiben a lehet?ségek engedik, a tinghez és a bogobéhoz mindig fogyasztanak húst és zöldségeket is, így ez az étel általában megfelel a napi f? étkezésnek. Meglep? módon a kenyér és a lisztb?l készült ételek sokáig nem képezték részét a hagyományos botswanai menünek, csak az utóbbi évtizedekben tört el?re ez az étrend és sok régióban (f?ként a s?r?bben lakott vidékeken) a napi étkezés részévé vált, “hagyományos” ételek is vannak már.

A vidéki területeken nagyon népszer? étel a morama, ami egy föld alatt növ? hatalmas gyökér és ehet? gombák “keveréke”. A hernyó kinézetre hajazó mopane féreg fogyasztása is népszer?, hamuban sütik, simán csak f?zik, vagy zsírban sütik ki. A morogo névre hallgató vadspenót és a különböz? hüvelyek is a napi étrend szoros részét képezik, tehát ahogy látható, a korlátozott lehet?ségek ellenére is rendkívül változatos a botswanai hagyományos ételek felhozatala.

Az esetleges érdekl?d?knek szívesen küldök linket/leírást.

www.mindennapiafrika.info - A Flag Polgári M?hely partnere

Ajánló