Arabská kuchyňa :)

Arabská kuchyňa je jednoduchá a zdravá. **Hlavným zdrojom výživy** je mlieko, olej, krupica, ryža, datle, rozličné omáčky, cestá, mnohé druhy korenín a mäsá. Všetky tieto suroviny dodávajú organizmu cenné výživné látky.

Arabi venujú mimoriadnu pozornosť **spôsobu zabíjania zvierat.** Podstata je v tom, že dýchaciu trubicu a dve krčné cievy rozrežú jedným rezom na prednej strane krku. Takto zabité zviera sa úplne vykrví. U Arabov platí zákaz konzumovať krv.

Stravovanie Arabov ovplyvňujú **náboženské zákazy a predpisy**. Tieto napríklad povoľujú konzumovať niekoľko druhov živočíchov žijúcich vo vode, niekoľko druhov hydiny a zveriny, okrem denných a nočných dravcov. Okrem bravčového mäsa a mäsa z diviaka konzumujú ťavie, hovädzie, baranie, oslie a kozľacie mäso.

Arabi vo všeobecnosti **len raz pijú** po jedení, a to zo spoločnej nádoby, ktorá ide z rúk do rúk a obsahuje pramenitú vodu alebo mlieko. Pri pití nesmú vydýchnuť do nádoby.

Každý obed sa ukončí pitím **kávy**.

Korán **zakazuje piť alkoholické nápoje.**

K najvýznamnejším a najpoužívanejším **jedlám** patrí Shish - kebab. Najchutnejšie je, keď sa pripravuje z čerstvého baranieho mäsa, ktoré sa pokrája alebo pomelie, okorení a po pridaní pokrájanej petržlenovej vňate s nadrobno pokrájanou červenou cibuľou sa spracuje na malé knedličky. Upečú sa na ražni nad rozžeraveným dreveným uhlím. Spolu s mäsom sa praží aj neolúpaná červená cibuľa a paradajky. Každá porcia sa kladie osobitne na arabský chlieb (placky), pokvapká sa citrónom a posype sa nakrájanou cibuľou a petržlenovou vňaťou.

Das meza Mezzeh je **predjedlo**, ktoré sa hodí ku každej príležitosti. Pripravuje sa z 30 až 40 druhov surovín. Sú to napríklad zelené a čierne olivy, mäsové plátky, bielená uhorka, lúpaná paradajka, mrkva, kúsky patizónov a pod.

Arabi vo všeobecnosti venujú veľkú pozornosť rozmanitým predjedlám, ktoré podávajú podobným spôsobom ako Číňania.

Copyright © 2013 - 2026 Encyklopédia poznania