

KUCHNIA CHIŃSKA

Paulina Gołdyn

Ariel Wrzos

Adam Ulrych

Wstęp

- *Kuchnia chińska to zbiorcza nazwa wszystkich zwyczajów kulinarnych ludów mieszkających w Chinach, a często również w innych krajach wschodniej i południowo-wschodniej Azji.*
- *Mimo wielu cech wspólnych (np. duża ilość warzyw), między regionami Chin występują bardzo duże różnice pod względem używanych składników, przypraw oraz sposobów przyrządzania. Wyróżnia się cztery główne szkoły kuchni chińskiej : pekińska, kantońska, szanghajska i syczuańska*
- *Najbardziej odmienna jest jednak kuchnia północnych Chin, w której widoczne są wpływy Azji Środkowej. Nie ma tam ryżu, więc używane są różne zboża. W niektórych tych regionach dominuje islam, nie je się tam zatem popularnej na południu wieprzowiny.*
- *Potrawy zwykle je się pączkami z miseczek.*

PAŁECZKI

- *Pałeczki - dwa patyki wykonane z drewna, oszlifowane, czasem pokrywane i ozdobne, używane w niektórych krajach Dalekiego Wschodu jako główne sztuce. Są to najpopularniejsze sztuce na świecie - używa ich ponad dwa miliardy ludzi.*

- **Jak nie używać pałeczek**
- * Pałeczek nie wolno wbijać w miseczkę ryżu
- * Nie wolno nabijać jedzenia na pałeczkę
- * Nie wolno podawać jedzenia z jednej do drugiej pary pałeczek
- * Pałeczki należy kłaść częścią stykającą się z jedzeniem na specjalnej podstawce
- * Nie wolno odwracać pałeczek grubszą stroną do jedzenia
- Wymienione powyżej zachowania mogą zostać uznane za nietakt, lub za śmieszne.

Specyficzne składniki kuchni chińskiej

- Anyż gwiazdkowaty, Kiełki soi, Przyprawa - 5 smaków Cebulka dymka, Makaron mie, Sambal olek Cebulka zielona Makaron ryżowy, Sos hoisin, Curry Makaron sojowy Sos ostrygowy Grzyby mu-err, Olej sezamowy Sos sojowy, Imbir, Pędy bambusa Tofu Kiełki fasoli mung, Pieprz syczuański, Wino ryżowe

■ Sos hoisin

- Ten gęsty, brunatnoczerwony sos sporządzony jest ze śliwek i soi, zawiera również sól, cukier, czosnek, ocet, chili i olej sezamowy. Stosuje się go do pieczenia wieprzowiny i drobiu, a także jako sos (dip) do maczania gotowych kawałków mięsa.

- **Sos ostrygowy**

- **Sos ten jest mieszanką pasty z ostryg, mąki ziemniaczanej, kleistego ryżu. soli i cukru. Nadaje potrawom egzotyczny smak. Stosowany zwykle do przyprawiania dań mięsnych, drobiu i skorupiaków. Po otwarciu należy go przechowywać w lodówce.**

■ Sos sojowy

- **Trudno sobie wyobrazić chińską kuchnię bez sosu sojowego. Jest on podstawowym składnikiem większości dań. Otrzymuje się go w procesie fermentacji nasion soi, ziaren pszenicy lub jęczmienia z dodatkiem drożdży, soli i cukru. Sos sojowy występuje w wielu odmianach, różniących się od siebie smakiem i konsystencją. Na rynku dostępne są dwa podstawowe sosy:**
- **Ciemny - stosowany głównie do potraw duszonych i pieczonych, nadaje potrawom zdecydowany smak i zapach**
- **Jasny - używany do dań krótko smażonych., delikatniejszy od ciemnego w smaku i zapachu.**

■ Sambal oelek

- Ta znana z indonezyjskiej kuchni pasta korzenna jest również bardzo często stosowana w Chinach. Zawiera owoce papryki chili, cebulę, czosnek, imbir, sól i olej. Sambal oelek stosuje się do przyprawiania ostrych sosów. Można ją stosować wszędzie tam gdzie gdzie normalnie stosowane jest chili. Doskonały jako dodatek lub sos stołowy.