

Charakterystyka kuchni różnych narodów



Obsługa konsumenta część 2, R.Jargoń, WSiP 2000, s. 129-138
Vademecum Kucharz&Gastronom, praca zbiorowa, rea 2007, s. 413-423
Obsługa gości część 2, R.Szajna, D.Ławniczak, A.Ziaja, rea 2010, s. 22-47
Culinaria, Kuchnie Europy, Könemann, I wydanie 1995

Kuchnia polska



Charakterystyczne produkty kuchni:

- wiele gatunków kasz,
- groch i bób,
- grzyby suszone i kiszone,
- kapusta i ogórki świeże i kiszone,
- kiełbasy wędzone i surowe podsuszane,
- mięsa wędzone i solone,
- owoce: jabłka, wiśnie, śliwki, czereśnie,
- miód

Charakterystyczne potrawy i dodatki:

- potrawy z grzybów i z dodatkiem grzybów np.: zrazy duszone z grzybami,
- potrawy z kasz i z dodatkiem kasz np.: zupa krupnik, budyń gryczany,
- potrawy z kapusty np.: gołąbki, bigos staropolski,
- potrawy z mięsa i drobiu np.: nóżki w galarecie, drób faszerowany, polędwica z grzybami,
- pikantne kiełbasy – osobliwość polskiej kuchni np.: krakowska, myśliwska, jałowcowa, śląska, kabanosy, polska surowa, salceson, baleron,
- miody pitne (wino podobny napój) półtorak, dwójniak półsłodki, trójniak.

Charakterystyczne napoje i metody ich serwowania:

- miody pitne (wino podobny napój) półtorak, dwójniak półsłodki, trójniak pite w małych kieliszkach do wina lub likieru,
- herbaty ziołowe np.: szalwia, rumianek często dodawane do herbat czarnych,
- wódki czyste o mocy ok. 45% pite z małych kieliszków zwykle czyste na zimno,
- coraz większą popularność zdobywają wina, najczęściej importowane, choć w ostatnim okresie coraz częściej pojawiają się na rynku wina rodzimej produkcji,
- napoje na bazie przetworzonego mleka: mleko zsiadłe, maślanka, kefir. Pija się je do posiłków, często jako napoje orzeźwiające.

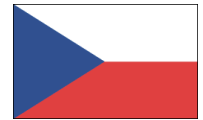
Charakterystyczne naczynia, sztucce, elementy dekoracji potraw i lokali:

- Polska zasnęła znakomitymi wyrobami porcelanowymi i sztukami z okresu międzywojennego – obecnie elementy te są stosowane jako dekoracyjne, często jako sztucce serwingowe.

UWAGI:

Kuchnia polska ze względu na historię narodu polskiego podlegała wielu wpływom, które nie pozostały bez śladu (wpływy: włoskie, francuskie, rosyjskie, węgierskie i orientalne).

Kuchnia czeska



Charakterystyczne produkty kuchni:

- mięso wołowe,
- mięso wieprzowe,
- drób,
- dziczyzna,
- warzywa,
- produkty mleczne

Charakterystyczne potrawy i dodatki:

- knedliky – z mąki i czerstwej bułki, na słono z mięsem lub na słodko z powidłami,
- veprova pecena – pieczeń wieprzowa z kiszoną kapustą przyprawioną kminkiem,
- parky – wieprzowe kiełbaski,
- svickova – pieczona wołowina z warzywami na pikantnie,
- pieczona gęś posypana kminkiem i nadziewana jabłkami,
- gulasowa polevka – zupa gulaszowa z wołowiny z kartoflami, cebulą i kminkiem, podawana z knedlami,
- bramborowa polevka - zupa ziemniaczana z grzybami, koprem i kminkiem podprawiana śmietaną,
- rosół z kluskami, wątróbką, szynką lub kaszą,
- krev husi – zupa podobna do czerniny z mlekiem, słoniną, cebulą, przyprawami i grzankami,
- karp na modro - karp z dodatkiem octu, cebuli, pieprzu włoszczyzny lub karp pieczony.

Charakterystyczne napoje i metody ich serwowania:

- wody mineralne, są podawane do posiłków,
- Pilsner i Budvar - piwa czeskie,
- wina białe i czerwone, ale naprawdę w niewielkich ilościach,
- czarna kawa - ulubiony napój Czechów, raczą się nią po obiedzie.

Charakterystyczne naczynia, sztucce, elementy dekoracji potraw i lokali:

- brak szczególnych elementów

UWAGI:

kuchnia różnorodna, potrawy często są ciężkostrawne

Kuchnia skandynawska



Charakterystyczne produkty kuchni:

- żurawina, borówki i moroszki,
- owoce jałowca,
- mięso fok, łosiów, reniferów i koni,
- sztokfisz,
- kartofle,
- bornholmski ser St. Klemens Danablu,
- mięso wielorybie

Charakterystyczne potrawy i dodatki:

- mięsa pieczone na rożnach i w dołach owijane liśćmi chrzanu np.: mięso renifera,
- zupy przygotowywane na kościach szpikowych,
- ptactwo pieczone w glinie,
- ryby, głównie dorsze i śledzie, jak również łososie,
- mięsa i ryby suszone oraz wędzone, jak również kiszone i zasalane,
- Biksemad – duńska potrawa przyrządzana ze smażonych ziemniaków, cebuli i mięsa,
- Flackesteg – pieczony schab, na którym pozostawiono grubą słoninę, podawany z ziemniakami smażonymi na cukrze, aby uzyskać brązowy kolor,
- Surströmming – szwedzki kiszony za pomocą kwasu mlekowego śledź,
- Laks – łosoś dominujący w kuchni norweskiej, smażony, gotowany w winie i rosole, pieczony na ruszcie w liściach szalwii i chrzanu,
- Torsk – suszony na słońcu dorsz.

Charakterystyczne napoje i metody ich serwowania:

- Tuborg i Carlsberg – skandynawskie piwa,
- miody pitne,
- skyr – sfermentowane mleko.

Charakterystyczne naczynia, sztucce, elementy dekoracji potraw i lokali:

- prosta stylizacja naczyń i sztuczków propagowana na świecie przez firmę IKEA.

UWAGI:

Kuchnia skandynawska charakteryzuje się bardzo dużą ilością przekąsek, które stanowią podstawowe danie każdego posiłku.

Skandynawowie niechętnie jadają ziemniaki w postaci frytek.

Kuchnia włoska



Charakterystyczne produkty kuchni:

- oliwa z oliwek,
- pomidory,
- świeże aromatyczne zioła,
- pasta - kluski i makarony,
- sery twarde – parmeżano, pecorino,
- mozzarella,
- szynka parmeńska,
- pesto

Charakterystyczne potrawy i dodatki:

- spaghetti lub macaroni z sosem np.: bolonese, carbonara, vengole,
- ravioli nadziewane mięsem, serem lub warzywami,
- lasagne – pieczone danie z pasty,
- mięsa z warzywami lub sałatami,
- antipasti – przystawka będąca kombinacją warzyw, serów, wędlin, owoców morza lub ryb,
- minestrone – słynna mediolańska zupa warzywna,
- cannolicchi, tortellini – małe pierożki często stanowiące dodatek do dań,
- chitalini – pszenne placuszki,
- risotto – potrawa z ryżu z mięsem, owocami morza, rybami lub warzywami,
- pizza – drożdżowy placek z mąki pszennej z różnymi dodatkami,
- polenta – potrawa z mąki kukurydzianej serwowana z mięsem, rybami lub warzywami,
- osso bucco – gotowane nóżki cielęce,
- tramisu – deser z namoczonych kawą biszkoptów przełożonych kremem z żółtek, cukru i mascarpone.

Charakterystyczne napoje i metody ich serwowania:

- kawa espresso – mocna kawa podawana w małych filiżankach z dużą ilością cukru i szklanką wody,
- kawa capiccino – kawa z mleczną pianką serwowana przedpołudniem,
- Aperol, Campari – alkohole typu Aperitif serwowane często z wodą lub sokami owocowymi,
- wina czerwone i białe zwłaszcza wytrawne,
- Vin Santi – słodkie wino deserowe konsumowane z twardymi ciastkami Cantucchi.

Charakterystyczne naczynia, sztucce, elementy dekoracji potraw i lokali:

- szczypcy i sztucce przystosowane do makaronów,
- małe indywidualne, ciśnieniowe ekspresy do kawy stawiane na kuchence,
- deski i wałki przystosowane do produkcji makaronów i gnocchi.

UWAGI:

Kuchnia, która wywarła ogromny wpływ na światowe podejście do gastronomii i konsumpcji. Urzeka ona swoją prostotą, a jednocześnie starannością z jaką przygotowywane są poszczególne potrawy.

Kuchnia węgierska



Charakterystyczne produkty kuchni:

- papryka ostra i łagodna,
- cebula i czosnek,
- smalec, słonina wędzona,
- słodka i kwaśna śmietana,
- przyprawy: ocet winny, musztarda, sosy,
- palinka – wódka z moreli lub śliwek,
- salami

Charakterystyczne potrawy i dodatki:

- dania mięsne przyrządzane na wiele sposobów, często z wykorzystaniem bogrács'a – kociołka z lanego żelaza, gulasze,
- dania rybne, tylko z ryb słodkowodnych, przede wszystkim sandacz z jeziora Balaton, zupa rybna Halászlé – węgierska bouillabaisse,
- ostre przekąski np.: kielbasy gotowane, ryby w galarecie i marynacie, bakłażany faszerowane,
- zupy przygotowywane na wywarach warzywnych, do których dodaje się pokrojone mięso, ziemniaki,
- dodatki do drugich dań np.: ziemniaki gotowane, frytki, groszek zielony, szparagi, ryż i makarony,
- desery: owoce świeże i pieczone, kremy śmietankowe, lody, strudle z różnymi nadzieniami, likiery i kawa mrożona.

Charakterystyczne napoje i metody ich serwowania:

- czarna kawa – pita z cukrem i śmietaną,
- woda mineralna – na Węgrzech jest bardzo dużo naturalnych źródeł wód mineralnych,
- wina węgierskie – np.: Tokaj – słodkie, ciężkie wino białe,
- Węgrzy niechętnie piją herbatę,

Charakterystyczne naczynia, sztucce, elementy dekoracji potraw i lokali:

- często na stole w restauracjach pojawia się ostra czerwona papryka w postaci sproszkowanej z charakterystyczną drewnianą szufelką-łyżeczką do posypywania dań.

UWAGI:

Węgrzy niechętnie jedzą dania z mięsa mielonego i ryb, ostre, solone produkty np.: śledzie, a także kasze gryczane i kisiele.

Kuchnia rosyjska



Charakterystyczne produkty kuchni:

- kawior z jesiotra,
- koper,
- ryby różnego gatunku,
- potrawy kuchni azjatyckiej

Charakterystyczne potrawy i dodatki:

- zupy: jarzynowa, rosolnik, barszcz ukraiński i moskiewski, solanka, zupy rybne i grzybowe,
- mięsa: kotlety, befsztyki, zrazy, szaszłyki, boeuf Strogonow z polędwicy wołowej, rumsztyki, siekany stek,
- dodatki: bakłażany, pomidory i ogórki, kabaczki,
- bliny, czyli placki podobne do naleśników, podawane np. z kawiolem lub ze śmietaną,
- pierożki zwane pielmieni wypełnione mięsem wołowym i wieprzowym.

Charakterystyczne napoje i metody ich serwowania:

- herbata - napar w dzbaneczku ustawiany jest na samowarze z wrzątkiem, herbata ta jest niesłodzona, a pić ją należy prawie wrzącą,
- napoje alkoholowe uznawane w Rosji to koniak rosyjski, wina szampańskie oraz rizlingi,
- kwas chlebowy i kumys.

Charakterystyczne naczynia, sztucce, elementy dekoracji potraw i lokali:

- samowar – forma zaparzacza do herbat,
- pozłacane i posrebrzane sztucce i platery.

UWAGI:

Rosja to raj dla każdego kucharza. Współczesna kuchnia rosyjska pełna jest wszystkich aromatów i pysznych dań. Na tę kuchnię miały wpływ także państwa takie jak: Niemcy, czy Francja oraz Polska. Kuchnia rosyjska zyskała sobie dużo uznania.

Kawior to niezaplodnione jaja samic z gatunku jesiotrowatych, oczywiście odpowiednio spreparowane. Ikra tych wędrownych ryb stanowi 1/9 do 1/6 wagi ciała, a trzeba dodać, że największe z nich, bielugi, ważą czasem dobrze ponad tonę. Stolicą kawioru był Astrachań, skąd wywożono najszlachetniejsze jego gatunki, między innymi kawior ziarnisty z bielugi (wyza), Iśniący, prawie czarny, o dużych ziarnach. Przez wiele dziesięcioleci kawior ten nazywano potocznie warszawskim, ponieważ Warszawa była jego portem przerzutowym na Zachód. Istnieje też kawior o drobnym ziarnie z siewrugi i najpowszechniejszy — z jesiotra pospolitego, brązowawy, o ziarnach średniej wielkości. W sprzedaży są również różne mieszanki kawioru oraz kawior prasowany (pajusnyj), przechowywany kiedyś w dębowych lub lipowych beczkach, wyłożonych płótnem, stąd druga jego nazwa: serwetkowy. Tak zwany kawior czerwony, czyli keta, głównie z ryb łososiowatych, uchodzi za pośledniejszy gatunek.

Kuchnia niemiecka



Charakterystyczne produkty kuchni:

- ryby morskie np.: węgorz,
- mięso wieprzowe a zwłaszcza golonka,
- warzywa sezonowe np.: szparagi,
- kapusta i ziemniaki jako dodatki,
- narodowym napojem jest piwo,
- wina Rieslingi,
- precle pszenne,
- szproty kilońskie

Charakterystyczne potrawy i dodatki:

- potrawy z wieprzowiny np.: golonka wieprzowa z dodatkami, kielbaski grillowe, kielbasa w sosie curry,
- słynne Eintopf – potrawy jednogarnkowe, serwowane jako cały posiłek obiadowy,
- zupy – zupa z węgorza na rosole wołowym, zupa piwna gotowana na mleku,
- chleb i bułki – chleby pszenne, żytnie i mieszane, precle, kajzerki, grahamki i bułki pszenne,
- spätzle – kluski kładzione często podawane jako samodzielne danie, obsmażane z masłem lub cebulą,
- kartoffelsalat – słynna sałatka ziemniaczana z dużą ilością majonezu,
- ciasta i torty – czekoladowy tort szwarcwaldzki, placek ze śliwkami, sernik z kruszonką, tort jabłkowy z rumem, pierniki.

Charakterystyczne napoje i metody ich serwowania:

- wino – szczep Riesling do produkcji win białych, szczep Blauer Spätburgunder – wino czerwone, wina niemieckie zwykle są dosyć lekkie i orzeźwiające,
- Ebbelwoi(jabłecznik) – wino jabłkowe z Sachsenhausen – nalewane do szklanek z kamionkowego dzbanka zwanego Brmbel,
- piwo niemieckie – w całych Niemczech istnieje 5000 gatunków piwa i wszystkie produkowane są z czterech składników (słód jęczmienny, chmiel, drożdże, woda źródłana), pija się je najczęściej z kufli o pojemności 1,5 litra.

Charakterystyczne naczynia, sztucce, elementy dekoracji potraw i lokali:

- potrawy serwowane do piwa na gorąco bardzo często w żeliwnych jednoporcjowych patelniach,
- potrawy często dekorowane w kolorach poszczególnych landów,
- dekorowanie potraw elementami wykonanymi z marcepana produkowanego w Lubece.

UWAGI:

Kuchnia niemiecka określana jest za tłustą i ciężką, w rzeczywistości jest bogata.

Kuchnia hiszpańska



Charakterystyczne produkty kuchni:

- *tapas* – nieduże przekąski,
- *sherry* – wino gatunku *fino*,
- *iberyjska szynka* – solona i suszona,
- *gazpacho* – chłodnik ze świeżych pomidorów,
- *owoce morza* – często w formie konserw,
- *paella* – potrawa z ryżu, ryb i drobiu,
- *oliwa z oliwek*,
- *sery twarde*

Charakterystyczne potrawy i dodatki:

- *tapas* – rozmaite przekąski serwowane w setkach wariantów w jeszcze większej ilości barów *Tapas*,
- *kielbasy* – cechują się wyjątkową jakością dzięki świetnej jakości użytego do produkcji mięsa,
- *churros* – smażone w głębokim tłuszczu placuszki podawane na śniadanie lub deser,
- *paella* – potrawa składająca się z ryżu duszonego z mięsem drobiowym i rybą, owocami morza i warzywami,
- *tortilla* – gruby omelet z ziemniaków i jaj, podawany z warzywami, mięsem lub rybą,
- *gazpacho* – zupa jarzynowa na zimno na bazie pomidorów z czosnkiem i papryką,
- *lekkie desery* – *arroz con leche* (ryż na mleku waniliowym), *Crem catalana* – hiszpańska wersja *Crème brûlée*.

Charakterystyczne napoje i metody ich serwowania:

- *Wina Rioja* – znakomite czerwone wino pełne słońca,
- *cava* – musujące wina produkowane według francuskiej technologii,
- *sidra* – hiszpańskie wino jabłkowe, często serwuje się je w kieliszkach jak do szampana, gdyż z dna unoszą się liczne drobne bąbelki,
- *sangria* – orzeźwiający napój na bazie wina, wina musującego i różnych owoców, serwowany w charakterystycznym dzbanku z drewnianą szpatułką, rozlewany do małych szklaneczek,
- *sherry* - wino wzmocnione (ok. 16-20% alkoholu) pochodzące z Andaluzji.

Charakterystyczne naczynia, sztucce, elementy dekoracji potraw i lokali:

- *paella* – podawana w specjalnej dużej patelni z niewielkimi uchwytami i płaskim dnem,
- *tapas* – podawane na papierowych trójkątnych serwetkach przebitych wykałaczką.

UWAGI:

Kuchnia hiszpańska pomimo prostoty jest bardzo smaczna. Dzięki hiszpańskim podróżnikom w Europie pojawiły się pomidory, ziemniaki, kukurydza, ostra i słodka papryka.



Charakterystyczne produkty kuchni:

- *feta* – miękki, biały, kozi, słony ser,
- *fillo* – bardzo cienkie ciasto, podobne do francuskiego,
- *pita* – płaskie, miękkie krążki ciasta wypiekane w piecu,
- *Ouzo i Metaxa*,
- oliwa i oliwki,
- grecka sałatka z serem Feta

Charakterystyczne potrawy i dodatki:

- *mezedes* – przekąski w wersji „coś na ząb” np.: *Feta*, *Saganaki*, *Tzatziki*, *Souvlaki*,
- *zupy greckie* – *Kakavia* (zupa rybna), *Fasolada* (zupa z białej fasoli),
- *warzywa* bardzo często smażone we fryturze lub zapiekane w piecu np.: *frykadelki z cukini*, *warzywa pieczone*, *Moussakas* (sufflet z bakłażanów),
- *potrawy z ryb* – gotowane w winie, *skorupiaki smażone w oleju*, *marynowane*, *grillowane itp.*,
- *mięso* – najczęściej młode mięso – *cielęta*, *jagnięta*, *koźłeta* lub *prosięta*,
- *Grecy słyną z umiejętności przyrządzania baraniny*,
- *słodkie desery* – *Baklawas* (orzechowe paszteciki), *Glika koutaliou* (owoce w syropie).

Charakterystyczne napoje i metody ich serwowania:

- *digestif* – alkoholowe nalewki na trawienie, bez których grecka kuchnia nie mogła by być tak syta i różnorodna: *Metaxa*, *Ouzo*, *Tsipouro*, *Tsikoudia*,
- *retsina* – greckie wina doprawiane sosnową żywicą,
- *wina likierowe* – wina dla koneserów o wyrafinowanym podniebieniu,
- *grecka kawa gotowana w tygielku*.

Charakterystyczne naczynia, sztucce, elementy dekoracji potraw i lokali:

- *tygielk* do parzenia kawy o pojemności jednej filiżanki,
- *kieliszki do Ouzo* – malutkie o grubym dnie.

UWAGI:

Ważną rolę w greckiej kuchni odgrywa jogurt z koziego lub owczego mleka, będący nie tylko ożywczym napojem, ale również składnikiem wielu potraw.

Kuchnia francuska



Charakterystyczne produkty kuchni:

- ślimaki winniczki i żabie udka,
- skorupiaki i owoce morza,
- foie gras – słynna gęsia wątróbka,
- crêpes – naleśniki na słono i słodko,
- wina – dominujący producent na świecie,
- szampan – jedyny i oryginalny,
- sery – zwłaszcza miękkie i śmierzzące,
- croissant – rogalik z kawą stanowiący śniadanie każdego Francuza,
- ostrygi i mule,
- trufle – diamenty wśród grzybów,
- pasztety – pâté,
- nugat – tradycyjna słodycz z migdałów, cukru i miodu

Charakterystyczne potrawy i dodatki:

- zupy – zwykle czyste - consommé, kremy lub przecierane, najslynniejsze: zupa cebulowa, rybna – bouillabaisse,
- potrawy zapiekane – tarta lotaryńska z ciasta francuskiego z boczkiem i parmezanem, ratatouille – zapiekanka z duszonych warzyw,
- potrawy z mięs, zwłaszcza wołowiny – wołowina po burgundzku duszona w czerwonym winie, chateaubriand – polędwica wołowa smażona jako befsztyk podawana z dodatkami,
- potrawy z warzyw – cassoulet – duszona potrawa z fasoli z dodatkami mięs i kiełbas,
- sałatki – sałatka nicejska – warzywna sałatka z rybnymi akcentami,
- słynna deska serów – podawana jako zwieńczenie większości posiłków, stanowi mieszankę reprezentacyjnych serów, najczęściej regionalnych,
- intrygujące ślimaki winniczki, żabie udka jako elementy egzotyki kuchni francuskiej,
- potrawy wzbogacane elementami kolonialnymi i zabarwione smakami kultur funkcjonujących w ramach Republiki Francuskiej.

Charakterystyczne napoje i metody ich serwowania:

- wina czerwone i białe – charakterystyczne dla poszczególnych regionów, najbardziej znane to: Bordoux, Burgundia, Alzacja, doliny Loary i Rodanu,
- szampan - champagne – szczególny rodzaj wina musującego znany na całym świecie i potocznie kojarzony ze świętowaniem i luksusem,
- Pastis – najslynniejszy francuski aperitif, wódka produkowana z anyżu,
- creme de cassis – słynny likier z czarnej porzeczki, na jego bazie powstaje Kir (mieszanka crem de cassis z kwaskowatym białym winem),
- koniak – Cognac (nazwa miejscowości oraz okręgu we Francji), rodzaj alkoholu, najslynniejszy winiak podawany w charakterystycznych pękających kieliszkach,
- armagnac (armaniak) - najstarsza francuska i europejska wódka naturalna z winogron (winiak),
- Calvados - wytrawny winiak francuski, charakteryzujący się wytrawnym smakiem owocowym (jabłkowym) i charakterystycznym jabłkowym bukietem. Wyrabiany jest głównie w departamencie Calvados w Normandii poprzez destylację wina jabłkowego.

Charakterystyczne naczynia, sztuce, elementy dekoracji potraw i lokali:

- praktycznie to z Francji wywodzą się wszystkie elementy zastawy stołowej, zwłaszcza służące do serwisu francuskiego,
- strój obsługi w zakładzie gastronomicznym otrzymał swój współczesny wygląd właśnie we Francji, to tutaj swoje korzenie ma zapaska, z której korzystają kelnerzy na całym świecie.

UWAGI:

Kuchnia francuska uznawana jest za najlepszą na świecie. Od wieków jest przykładem wyrafinowanego smaku i sztuki kulinarnej. Podstawową zasadą stosowaną w tej kuchni jest świeżość i wysoka jakość produktów.

Kuchnia amerykańska



Charakterystyczne produkty kuchni:

- kawa po amerykańsku – lurowata kawa z mlekiem,
- Fast Food – szybkie jedzenie w biegu,
- płatki mączne i zbożowe,
- jajka sadzone na bekonie,
- sandwicze – kanapki z wędliną
- hamburgery – kotlet z mielonej wołowiny smażony na grillu,
- indyk pieczony,
- żurawina w formie suszu

Charakterystyczne potrawy i dodatki:

- indyk faszerowany, pieczony i serwowany z żurawinami – potrawa podawana w Święto Dziękczynienia,
- pumpkin pie - placek z dyni serwowany z różnymi okazji, często jako deser,
- do najpopularniejszych dań kuchni amerykańskiej zaliczamy: hot-dog, hamburger, buffalo, buffalo wings, brownies, apple pie, chicken pot-pie, banana bread, cornbread, cheeseburger, corn dog, fudge, goetta, grilled pizza, jambalaya, moon pie, twinkie, whoopie pies oraz sloppy joe.

Amerykanie jadają na ogół trzy posiłki, do których zaliczamy:

- śniadanie - tradycyjne amerykańskie śniadanie to płatki, naleśniki, jajka na bekonie, sok pomarańczowy oraz kawa,
- lunch to posiłek, w trakcie którego spożywa się na ogół sandwicze i potrawy szybkie w przygotowaniu,
- obiad, jadany w porze europejskiej kolacji, jest to posiłek składający się z minimum trzech gorących dań.

Charakterystyczne napoje i metody ich serwowania:

- Coca Cola, to najbardziej znany amerykański napój wymyślony przez aptekarza,
- kalifornijskie wina – znane szczepy winorośli uprawiane i fermentowane w Stanach dają znakomity efekt smakowy,
- amerykańska whiskey – bourbon,
- Amerykanie piją dużo drinków i koktajli, większość obowiązkowo z lodem i wodą
- w wielu gospodarstwach wiejskich czy farmach pozostał zwyczaj wyrabiania własnej lemoniady, obowiązkowo z lodem lub dobrze schłodzonej, przepisy przekazuje się pokoleniowo,

Charakterystyczne naczynia, sztuce, elementy dekoracji potraw i lokali:

- Amerykanie wprowadzili do masowego użytku jednorazowe naczynia z plastyku.

UWAGI:

Kuchnię amerykańską ukształtowały trzy czynniki: sposób odżywiania się plemion indiańskich, przepisy kulinarne, które przywieźli ze sobą emigranci z Europy i Chin oraz kuchnia afrykańskich niewolników.

Kuchnia indyjska



Charakterystyczne produkty kuchni:

- *masala* – mieszanka przypraw,
- *curry* – potrawa mięsna,
- *samosa* – charakterystyczne pierożki,
- *szafran* i przyprawy korzenne,
- *woda różana* używana zarówno w kuchni jak i w kosmetyce,
- *kardamon* – dodawany do potraw, napojów, a zwłaszcza kawy

Charakterystyczne potrawy i dodatki:

- *większość dań jest ostra, stosuje się do wszystkiego ostre sosy,*
- *większość hindusów to buddyści, a ich religia nie pozwala na jedzenie wołowiny ani wieprzowiny, dużym zainteresowaniem cieszy się baranina, koźlina, drób,*
- *ubodzy hindusi to najczęściej wegetarianie, których menu składa się głównie z ryżu, warzyw strączkowych, mleka i jaj,*
- *charakterystyczne potrawy: dahi – jogurt, tarka dhal – mieszanka warzyw strączkowych, dosa – naleśniki ryżowe, pakora – kotleciki warzywne,*
- *desery to głównie świeże owoce, dania mączne z konfiturami, przecierane owoce z cukrem i galaretki.*

Charakterystyczne napoje i metody ich serwowania:

- *słodka i gorąca herbata pita z gorącym mlekiem podawanym oddzielnie,*
- *pija się kawę z dodatkiem soku z róży,*
- *wszyscy hindusi do posiłków piją soki owocowe,*
- *religia nie pozwala na picie alkoholu.*

Charakterystyczne naczynia, sztucce, elementy dekoracji potraw i lokali:

- *kultura konsumpcji wywodzi się głównie z ubogich warstw społecznych, które przyzwalają na jedzenie rękoma, unika się stosowania sztućców, wyjątek stanowi łyżka w kształcie niedużej chochelki, służąca zarówno ,do picia jak i do jedzenia.*

UWAGI:

Tradycja nakazuje zaczynać posiłek od słodkiego dania.

Kuchnia azjatycka



Charakterystyczne produkty kuchni:

- ziarno soi,
- ryż,
- nori – czarne wodorosty niezbędne do przygotowania sushi,
- sake – wódka ryżowa,
- wasabi – ostra przyprawa tworzona na bazie chrzanu chińskiego,
- trawa cytrynowa,
- sushi – potrawa na bazie ryżu i świeżych dodatków

Charakterystyczne potrawy i dodatki:

- sushi – potrawa japońska złożona z gotowanego ryżu zaprawionego octem ryżowym oraz najróżniejszych dodatków w postaci, przeważnie surowych, owoców morza, wodorostów nori i kawałków ryb oraz warzyw, grzybów, czy jajek,
- zupy – jadane często również jako deser po posiłku głównym np.: zupa z jaskółczych gniazd, zupa z larw pszczoł,
- ryż przyrządza się na parze, jest spożywany 2-4 razy dziennie,
- dużą popularnością cieszą się mięsa i ryby z rusztu zwykle mało solone, choć sól podaje się zawsze na stół,
- w menu znajduje się duża ilość warzyw, lekko przetworzonych termicznie i podanych jako dodatek, warzywa zwykle zachowują swoją kruchość,
- grzyby serwowane w kuchni azjatyckiej to najczęściej blaszkowce,
- kuchnia azjatycka nie uznaje mleka i jego przetworów – Azjaci nie lubią tych wyrobów.

Charakterystyczne napoje i metody ich serwowania:

- zielona herbata – przygotowywana z należyтым pietyzmem,
- wina i wódki produkowane na bazie ryżu, często pija się je podgrzane,
- świeże soki owocowe

Charakterystyczne naczynia, sztuce, elementy dekoracji potraw i lokali:

- kuchnia azjatycka wprowadziła na stoły całego świata pałeczki, którymi obecnie na świecie konsumuje potrawy 2/3 ludzkości,
- naczyniem do smażenia, duszenia i gotowania jest wok – naczynie przypominające miskę z jedną lub dwiema rączkami.

UWAGI:

Kuchnia azjatycka ma ogromny wpływ na zwyczaje żywieniowe całego świata, staje się dominującą.