

Дорогие чревоугодники, гурманы и просто любители вкусно поесть! В сегодняшнем номере нашей газеты вы познакомитесь с удивительной страной Грецией. И, конечно же, вам сразу захочется отправиться туда.

Для начала запомните, что блюда греческой кухни просты в приготовлении, красочны на вид и ароматны. На протяжении своей истории греческая кулинария испытала много различных влияний, в особенности - арабской, турецкой и итальянской кухонь, но, несмотря на это, многие блюда сохранили свое изначальное своеобразие, почти не изменившись. Греческие кулинарные традиции настолько разнообразны, что туристам, решившим провести свой отпуск в Греции, редко удастся полностью "охватить список" местных деликатесов.

В Греции, как и в других странах Средиземноморья, отдают предпочтение пище с низким содержанием животных жиров. В первую очередь это легкодоступные местные продукты: хлеб, выпечка и макаронные изделия, свежие овощи и фрукты, рыба и оливковое масло. Мясо и птица идут во вторую очередь.

Выпекать хлеб греки, как и жители других стран Средиземноморья научились у египтян. В любой пекарне можно увидеть большое разнообразие хлебобулочных изделий, - от плоской питты до изящных плетенки. Существует несколько сортов хлеба, которые готовят в дни особых национальных праздников.

Выращиваемый в Греции рис также является важной составляющей местной кухни. Его используют для приготовления как сладких, так и острых, пикантных блюд.

Торты, пирожные и десерты в Греции обильно поливают медом или сиропом.

День начинается в Греции с раннего завтрака, состоящего из хлеба, оливкового масла, брынзы и оливок. Однако в холодных горных районах крестьяне не выходят на работу, не съев плотного горячего второго блюда.

Обед может состоять лишь из тарелки бобов, иногда с малосольной сельдью или сардинками. Популярна яичница с картофельными чипсами. Непременно подаются салаты.

За обедом обязательно выпивается стакан вина, который весьма способствует сieste.

Ужин тоже может начинаться с супа, после которого обычно подают жареную рыбу или мясо с вареными овощами или салатом. Десерты подаются редко, чаще по выходным и праздникам. Фрукты едят не обязательно после ужина; вместе с чашечкой черного кофе они могут служить превосходным полдником.