



Мальдивы – рай на Земле. Мальдивская республика, находящаяся в Южной Азии и омываемая Индийским океаном. Нет такого человека в мире, который ни разу не мечтал побывать хоть на денёк в этом прекрасном, теплом, уютном месте. Мальдивы манят своей красотой, белыми, как мука, песками, пальмами, кокосами, голубым океаном, теплой атмосферой, жарким климатом. Туристы, приезжающие на отдых, не отмечают большого разнообразия блюд, продуктов, так как мальдивские острова находятся среди океана, и практически всё меню составляют морепродукты. Основу рациона жителей Мальдив составляют такие морепродукты как:

1. Крабы;
2. Моллюски;
3. Креветки;
4. Кальмары;
5. Мидии.

Естественно, не только эти морские обитатели входят в меню мальдивской кухни. Самый главный фаворит в кухне Мальдив – это тунец.

Блюда из тунца

Очень редко, когда обед и ужин на Мальдивах обходится без этой рыбы. Существует большое количество способов приготовления тунца:

1. Сушеный тунец;
2. Запечённый тунец;
3. Блюда из свежего тунца;
4. Паштет и рулет из тунца;
5. Копчёный тунец.

Чаще всего в роль гарнира к блюдам на Мальдивах выступает рис. Рис можно употреблять в варёном или жареном виде. Из риса также жители архипелага пекут мальдивский хлеб «роши».

Главной «изюминкой» в блюдах мальдивской кухни являются различные специи, приправы, соусы, пряности в больших количествах. Самая важная добавка – кокосовое молоко. Оно также составляет основу многих соусов и входит в состав масла. Не обходится мальдивская кухня, естественно, без фруктов, которые растут на островах. Фрукты же жители Мальдив используют для приготовления различных десертов.

Главный напиток Мальдив – это зелёный чай. Его островитяне пьют с большой массой сахара и с добавлением молока. Молоко жители могут употреблять отдельно и также с большим количеством сахара. Так как Мальдивская республика – это государство мусульманское, поэтому очень непросто найти там алкогольные напитки/коктейли. Но всё же существует один слабоалкогольный напиток на Мальдивах, так называемый, «гаа». Приготовлен он из выбродившего молока.

Фирменные мальдивские блюда

Очень распространено на Мальдивах такое блюдо, как тунец с рисом и вермишелью. Оно является самым популярным блюдом среди островитян, которое может употребляться с различными соусами по вкусу. Также распространённым является такое

простое блюдо – это бульон из тунца. Это блюдо относится к первым. Часто в своём меню островитяне используют пасту из тунца, которую мажут на хлеб. Очень вкусное и популярное блюдо – копченый тунец с лаймом, кокосом и перцем чили. Десерты на Мальдивских островах в основном готовят из плодов хлебного дерева, с добавлением сахара и кокосового масла, а также из многочисленных фруктов.

Кухня прекрасных Мальдивских островов очень разнообразна и вкусна. Особенно она будет радовать тех, кто без ума от морепродуктов.