

GRUPPO: MARTINA LICARI
ELENA GALFANO

COLAZIONE IDEALE PER UNA RAGAZZINA CINESE



Sebbene i piatti cinesi siano incredibilmente popolari in tutto il mondo, meno conosciuta è la colazione cinese, che si discosta non poco da quella tipica occidentale a base di latte, biscotti e cereali. La tipica colazione cinese è di base una colazione a base di cibi caldi e salati e si basa sui seguenti principi:

- I cinesi non mangiano uova strapazzate, pane o cereali col latte
- Nessuno legge il giornale mentre fa colazione
- La colazione deve essere sempre calda e veloce da preparare
- Non si beve mai caffè
- Nessuno salta la prima colazione
- La colazione cinese prevede quasi esclusivamente cibi cotti e caldi
- Molte persone preferiscono consumare la loro colazione per strada, acquistandola presso le bancarelle o i negozi specializzati.

Nella provincia di Yunnan, nel sud-ovest della Cina, vanno molto i cibi piccanti, mentre nel Guizhou sono assai diffusi i noodles con grasso di maiale. Nelle regioni settentrionali della Cina la colazione comprende spesso panini al vapore ripieni e vari altri snack al vapore o fritti.



Una costante in molte regioni della Cina è lo Zongzi, ossia riso glutinoso avvolto in bambù e cui si dà la forma di piramide. Zongzi può essere sia dolce che salato: la versione dolce prevede un ripieno di pasta di fagioli, mentre quella salata prevede il prosciutto o il maiale, insieme a uova e funghi cinesi. Zongzi è particolarmente popolare nel basso Yangtze e nella provincia di Zhejiang.



Molto diffuse anche le polpette cinesi (baozi), con vari ripieni. Solitamente sono cotte a vapore o fritte. Il ripieno può includere carne di maiale, manzo e verdure e in aggiunta salsa di soia, peperoncino, aceto e olio di sesamo.



Infine, i Jiaozi, ravioli cinesi a forma di mezzaluna ripieni di carne macinata, solitamente cotti al vapore, bolliti o fritti.