

Europejski Dzień Śniadania 24.04.2020r.

Jakie śniadania ludzie jedzą na świecie



Foto: Kudin / Shutterstock

Śniadanie to zdecydowanie najważniejszy posiłek w ciągu dnia. Upodobania smakowe różnią się jednak w zależności od regionu, kraju czy kultury.

W krajach takich jak Hiszpania, Francja i Włochy, pierwszy posiłek nie jest duży - to zazwyczaj rogalik i kawa, z kolei u Koreańczyków śniadanie przypomina praktycznie obiad.

Oto co ludzie jedzą na śniadanie w różnych krajach na świecie:

Australia



Australijczycy kochają Vegemite (pasta z wyciągu z drożdży z warzywami) i jedzą je codziennie. Jedzą też dużo owoców, czasem pozwalają sobie też na klasyczne śniadanie angielskie.

Brazylia



Foto: toomuchkatherine / Flickr

Typowe śniadanie Brazylijczyków to mocna kawa oraz talerz z szynką, serem i chlebem. Zdarza się też, że na śniadaniowym stole gości feijoada - gęsta zupa z czarnej fasoli i różnych rodzajów mięs.

Chiny



Foto: Lian Cheng / Flickr

Tradycyjne śniadanie może się tu różnić w zależności od regionu, ale najbardziej popularne są tu smażone paluszki zrobione z ciasta zwane "Youtiao" oraz ciepłe mleko sojowe. Popularne są też pierożki dim sum oraz gorące zupy jak np. congee przypominająca ryżową owsiankę.

Francja



Foto: Jeremy Keith / Flickr

Francuzi na śniadanie wybierają zazwyczaj bagietkę lub słodką bułkę i kawę (café au lait).
Lubią w niej maczać pieczywo rozkoszując się porankiem.

Hiszpania

Na stole zawsze znajdzie się tutaj "pan con tomate", czyli pieczywo, w które wciera się świeżego pomidora, skrapia oliwą i posypuje solą. Hiszpanie, jeśli mają ochotę na coś słodkiego, jedzą churros - ciasto w kształcie paluszków smażone w głębokim tłuszczu.

Indie

Śniadania w Indiach różnią się w zależności od regionu, ale często spożywa się tu chutneye, dipy oraz pieczywo np. dosa, roti lub idli.

Jamajka

Bligia pospolita (ackee) to rodzaj owocu, który wygląda jak jajecznica, gdy się go przygotowuje na ciepło. Jest to ulubione jamajskie śniadanie. Do tego podaje się banany, solone ryby i świeże owoce.

Japonia

Tradycyjne japońskie śniadanie to zupa miso, biały ryż, warzywa oraz białek takie jak: ryby i japoński omlet "tamago".

Kolumbia



Foto: Gabriel Garcia Marengo / Flickr

Najpopularniejsze śniadanie w Kolumbii to arepa - gęste, lekko słodkie ciasto kukurydźiane w stylu tortilli, które Kolumbijczycy smarują masłem i jedzą je z jajkami, mięsem lub na słodko z dżemem.

Kuba

Typowe śniadanie tutaj to tostada (grillowany chleb z masłem) serwowana razem z kawą cafe con leche.

Korea Południowa



Foto: Cocoarmani / Flickr

Koreańskie śniadanie wygląda podobnie do koreańskiego obiadu. Na stole króluje tu ryż, zupy, stale obecne kimchi, ryby lub wołowina i resztki z obiadu z poprzedniego dnia.

Meksyk

Pierwszy posiłek dnia jest tutaj obfity i składa się z dań jak Chilaquiles i jajek huevos rancheros (na zdjęciu). Słodkie bułki i kawa są lżejszą ale równie popularną opcją.

Niemcy

Niemcy lubią jeść różne rodzaje świeżego pieczywa z masłem, które podają z wędlinami, lokalnymi serami lub dżemem.

Polska



Foto: Frank Malawski / Flickr

Choć na naszych stołach królują zazwyczaj kanapki z wędliną lub serem, nie sposób pominąć też popularnych parówek czy jajecznicy oraz herbaty z cytryną.

Republika Południowej Afryki

Tutaj króluje owsianka zbożowa lub kukurydziana. Ta druga nosi nazwę "putu pap" jest najbardziej popularnym posiłkiem wybieranym na śniadanie.

Rosja



Foto: Jürg Vollmer / Flickr

Placuszki z sera zwane "syrnikami" to popularne danie śniadaniowe w Rosji. Rosjanie lubią też jeść bliny, które łączą z dżemem i popijają kefirem.

Szwecja

Typowe śniadanie Szwedów to kanapka na chrupkim pieczywie z rybą lub wędliną, serem, majonezem i warzywami np. ogórkami i pomidorami.

Turcja



Foto: Monika Piotrowska / Flickr

Tradycyjne śniadanie składa się z chleba, sera, masła, oliwek, jajek, pomidorów, ogórków, dżemów, miódu, i kajmaku. Na tureckim stole może się też znaleźć sucuk - pikantna turecka kielbaska oraz kawa po turecku lub herbata.

USA



Foto: rob_rob2001 / Flickr

Śniadanie różni się w zależności od stanu. Popularne są tu jajka, ziemniaki, kielbasa i boczek lub pancakes, które mniejszymi i bardziej puszystymi naleśnikami. Często polewa się je syropem klonowym.

Wielka Brytania



Foto: Stefan Wermuth / Flickr

Klasyczne angielskie śniadanie to jajka, kielbasa, boczek, fasola, pieczarki i gotowane pomidory oraz muffiny.

Włochy



Foto: Evelyn Hill / Flickr

Włosi zazwyczaj zaczynają dzień od cappuccino i rogalika lub brioszki z dżemem lub czekoladą.

Źródło

<https://padlet.com/pkrzesinski/i6eggvo25v78z9522fbclid=IwAR0zZ4DUtxG3L-GcOjg67EPiSMMBFjpqmFoGEtiWlx2W4yF4x-xHePQIA9E>

A teraz sami wymyślcie przepis na ulubione śniadanko -)

Małgorzata Han