

GASTRONOMIE FRANÇAISE ET TRINIDADIENNE

L'INTRODUCTION

La cuisine de Trinité et Tobago est indicative des mélanges d'influences gastronomiques d'origine indienne, amérindienne, européenne, africaine, créole, chinoise et libanais. Les Trinidiens aiment de la nourriture - manger, cuisiner, partager de la nourriture. Les Trinidiens n'aiment rien mieux que de savourer un bon repas, profiter de la nourriture comme ils le font de l'entreprise. Cela vous donne une idée de la culture culinaire que Trinité offre. Partager de la nourriture avec des amis est un passe-temps local préféré. -----

Aussi divers que les peuples et l'histoire sont, le paysage culinaire est presque au-delà de «fusion», et juste à sa guise. Imaginez les traditions culinaires de quatre continents mélanges avec la flamboyance Trinidienne et transmises de génération en génération. Les Amérindiens autochtones ont découvert comment enlever le poison du manioc et ont fait des produits à base de maïs, d'ananas, de goyave, de papaye, d'avocat et de cacao. Les tubercules, le pois Congo (Cajanus, Cajan), poisson salé, calalou, boudin noir et sousé ont tous hérité, en tant que nourriture créole,

des descendants Africains locaux. L'ère de plantation européenne a garanti que les agrumes, les mangues, la canne à sucre, le café et les choses conservées au vinaigre sont devenus une partie de la culture locale, pendant que les Indiens, engagés sous contrat, ont introduit plus d'épices, de curry et de compétences de cuisson venant de l'orient.

PLATS DE PETIT- DÉJEUNER

Le petit-déjeuner chaud : Cela inclut rôti sada avec bodi (haricots longs), doubles, bake and shark, fry bake (un pain frit comme un Jonnycake), frit pomme de terre, baigan grillée (aubergine ou mélongène), choka de tomate (souvent servi accompagné de rôti), poisson salé (morue séché et salé), buljol (poisson salé avec du poivron frais , de la tomate, du concombre et des œufs parfois bouillis); boudin noir avec du pain à base de noix de coco préparé à la maison; accra frit (beignets de poisson salé), tannia cakes (gâteau deTaro frit) et yucca bouilli avec du beurre; plantain frit avec poisson salé. Des provisions (légumes-racines comme yucca et Taro) avec du poisson salé, du bœuf salé frit avec de l'oignon et de la tomate.



"Bake and Shark", un sandwich considéré comme un mets délicat, est populaire a la plage de Maracas -----

Petit-déjeuner froid: Différents pains faits maison, y compris, roast bake, coconut bake, warm hops bread et du fromage cheddar, ou les biscuits populaires locales (crackers), «Crix» avec quoi que ce soit. Pain et du saucisson, du fromage ou du poisson salé.

LE DÉJEUNER ET DÎNER



Le Poulet au curry et Rôti

Un plat principal bien connu à l'échelle de la nation de Trinité et Tobago est le curry de poulet et le rôti. Ce plat a été adopté par les travailleurs sous contrat de l'Inde au 19ème siècle, où les autres plats locaux préférés incluent: curry de crabe, curry des crevettes, curry de canard, curry (pomme de terre). Ces repas sont souvent servis avec rôtis divers tels que dhalpuri, buss-up-shot, et bien entendu sada. En outre, les

Trinidadiens ajoutent souvent diverses sauces au piment à leur repas, par exemple «belle-mère», ainsi que le curry de mangue, châtaigne (Breadnut), channa, citrouille, ou Kuchela de mangue. Un autre plat très populaire et bien connue à l'échelle nationale avec des racines distinctement africaines est calalou, un plat crémeux et épicé fait de feuilles de taro, de gombo ou BDPRH, de crabe, de queues de cochon, de thym, de lait de coco et de «Chardon Bénit» (français chardon ou Fitweed) ou bhandhanya, «fermé la coriandre» ou de coriandre. Calalou est souvent servi avec de la semoule de maïs Coo Coo, de la banane plantain, du manioc, de la patate douce, des boulettes et de crabe au curry. Pelau, un plat à base de riz, est un plat très populaire à Trinité et Tobago, ainsi que le ragoût de poulet, breadfruit oil down, le gratin aux macaronis, pepperpot, queues de bœuf, parmi beaucoup d'autres. -----

Les plats Trinbagoniens sont souvent cuits en ragout, en barbecue ou au curry avec du lait de coco. -----



Brochette de poulet au curry servi avec du condiment d'aubergines et de vinaigrette chutney de tomate



Pelau

Pelau est l'un des plats nationaux de signature Trinidadienne et je dirais aussi que c'est «one –pot» repas définitif. C'est le repas que nous faisons lorsque nous avons des rencontres informelles «limes», soit à la maison, à une rivière ou sur la plage. Il nourrit aussi les fêtards affamés à l'heure du Carnaval et fournit un rythme confortable à un dimanche après-midi. Cuit dans du lait de coco et poêlé dans du sucre caramélisé (après

avoir été mariné dans une marinade à l'ail), le poulet, dans un bon Pelau, est doux, tombant de l'os et délicieusement (pas encore irrésistiblement) doux. Un bon Pelau est une œuvre d'art et cette version est une version plus rapide tronquée de la recette classique qui conserve l'authenticité et la méthode de préparation. -----

Un étalage de poissons peuvent être achetés chez des marchands locaux qui sont partout à Trinité et Tobago, c'est le cas de poisson volant, poisson roi, carate , sapatay, poisson rouge, bonito, homard, conque, crabe, tilapia et Cascadura saisonnier. L'alimentation Tobagonienne est dominée par une large sélection de plats de fruits de mer, plus particulièrement, le crabe au curry et de boulettes de pâte. De plus, Tobago est aussi connu pour ses provisions somptueusement préparées, soupe et ragoût, sont également connus sous le nom d'aliments bleus à travers le pays.



Le gratin aux macaronis

Un plat populaire Trinidadien est le gratin aux macaronis, c'est une pâte de macaroni cuite au four composée de l'œuf, du fromage et d'une variété d'autres ingrédients potentiels selon lesquels de nombreuses recettes que vous suivez. Un autre plat local est le cascadu (Cascadura), qui est un petit poisson d'eau douce. Il y a une légende locale à Trinidad celui ou celle qui mange du cascadu retournera à Trinidad pour passer les vieux jours

LES ALIMENTS DE RUE

Les aliments de rue: Les aliments populaires de rue, fraîchement préparés, comprennent doubles, phulourie, bake and shark (en particulier à une baie de Maracas, une plage populaire sur la côte nord), rôti des crevettes au curry, soupe de maïs, de poulet geera (JIRA hindi «cumin») et le porc, les huîtres crues(généralement là où il y a un flambeau allumé) avec une sauce épicée douce/sauce piquante principalement Chadon beni, saheena, kachorie (Hindi kachuri), pâtés aux pommes de terre, au poisson, au fromage, à la viande bovine (de nombreux quartiers de Trinité disposent d'un local Pie-Man, et les prisonniers de guerre (pao cantonais-tzu baaozi, vapeur pain enveloppé avec salés ou sucrés remplissages-vapeur pains cuits à la vapeur farcis de viande généralement, char siu porc.

Les collations froides de rue: Durant les journées chaudes, les habitants savourent souse, crème a la glace, des snow- cones (servie en diverses couleurs, saveurs et formes, souvent avec du lait concentré sucré), glace apparaît, glacées, barbotines de noix de coco et noix de coco fraîche gelée. -----

LES ALIMENTS SPÉCIAUX DURANT LES FESTIVALS

Les aliments spéciaux de Noël comprennent pastelles (appelés hallaca au Venezuela, d'où ils sont originaires), porc à l'ail (carne vinha-d'alhos, un plat portugais), jambon bouilli ou cuit au four, de la dinde, le pois d'Angole, gâteau aux fruits (ou un gâteau noir), bière au gingembre, Ponche de Crème et sorrel.

Les aliments spéciaux à Divali comprennent barfi et Prasad. -----

Les aliments spéciaux à Eid comprennent sawain. -----

LES DESSERTS

Les desserts populaires locaux sont généralement extrêmement doux. Les collations locales comprennent pone de manioc ou pomme de terre, sweetbread, paw paw balls, tamarind balls, bene balls, toolum, fromage goyave (pâte de goyave), jub jub et gâteaux de sucre. Les chocolatiers et confiseurs locaux fabriquent différents types de friandises. Des spécialités indiennes comme khurma, jamoon gulab, laddoo et barfi sont aussi très populaires. -----



Sweetbread



Khurma

LES BOISSONS

Il existe de nombreuses boissons populaires à Trinité. Il s'agit de diverses boissons sucrées (sodas) Chubby, Solo, Peardrax, de Malte, Smalta, Shandy, de jus d'agrumes, de la bière au gingembre, bière Guinness, punch d'arachide, Sorrel, mauby, punch de corossol, punch de seamoss, punch de Barbadine, et ponche de corossol.

L'eau de coco peut être trouvée dans toute l'île. Rhum a été inventé dans les Caraïbes, par conséquent, Trinité et Tobago possède des magasins de rhum sur toute l'île, servant des spécialités locales telles que Ponche de Crème, rhum puncheon et des vins de fruits locaux faits à la maison.

LES FRUITS

Les fruits disponibles à Trinité comprennent: mangues (bastapool, bouton, ventre-BEF, calebasse, le cèdre, coutelas, Doudouce, Graham, de glaces, Julie, long, papaye, Peter, rose, rond, l'amidon, de l'adolescence, de la térébenthine, vert, zabrico), sorrel, fruits de la passion (bissap), les pastèques, sapotille, pommerac, goyaves, pommes de Tahiti (pommecythère ou pomme d'or), caïmite (pomme étoiles), abiu, cinq doigts (carambole), les cerises, Zaboca (avocat), papaye, Chenette (mamoncillo), ananas, oranges, Portugal (clémentines de sélection génétique diverses), de prune gouverneur des Indes occidentales (la Barbade) cerisier (Acerola), les bananes (sikyé, la soie, Gros Michel, Lacatan), Barbadine (grenadille), balata, le corossol, noix de cajou, noix de coco et (plusieurs variétés).

LES DIFFERENCES ENTRE LA GASTRONOMIE FRANÇAISE ET TRINIDADIENNE

La gastronomie française et Trinidadienne sont significativement différentes l'une de l'autre. Alors que la culture traditionnelle française accorde une haute priorité à la jouissance des aliments, les Trinidiens, par contre, accordent une haute priorité à la saveur des aliments. Le fromage et vin sont une partie importante de la cuisine française, jouant différents rôles tant sur le plan régional que national avec leurs nombreuses variantes. Le goût moderne Trinidadien est favorable à une base d'assaisonnement vert: ciboulette, l'oignon, l'ail, le thym, le poivre, et chardon bénit. Fabriqué localement, l'Angusture amère est un autre ingrédient préféré. Les aliments seront souvent offert avec de la sauce au piment fort et un étalage de condiments: sauces à l'ail, chutneys, les choses marinés, garnitures à salade fraîche, même des fruits. Les Trinidiens mettent aussi du ketchup sur presque tout, mais peut-être pas dans un restaurant de luxe.

DES VIDÉOS

Vidéo sur la nourriture Créole à Trinité au «Breakfast Shed»

<http://www.youtube.com/watch?v=EtLNntZjF3I>

Chanson Populaire à propos de «Roti and Kuchela» par artiste trinidadien

Rembunction

<http://www.youtube.com/watch?v=EtLNntZjF3I>

LA CONCLUSION

En conclusion, la gastronomie Trinité et Tobago est indicatifs de la diversité et l'histoire avec des influences de indiens, amérindiennes, européens, africains, créoles, chinois et libanais. Il y a différents plats les gens peuvent choisir de prendre un repas pendant la journée. Pour différents festivals tout au long de l'année il y a des aliments spéciaux et des boissons spéciaux, on peut choisir. Les Trinbagonians sont vu accorder une haute priorité à la saveur des aliments alors que les françaises accordent une haute priorité sur la jouissance des aliments. Bien que les deux cultures place leur priorité sur les différents aspects de la gastronomie ils semblent tous deux avoir une appréciation des alimentaires.