标题：秘鲁有3000种土豆

子标题：健康教育

作者：ggmm spjkw.com
日期：04月02日
网址：http://www.canchinese.com/modules/article/view.article.php/c15/2026

关键词：秘鲁 土豆

摘要：土豆是我们最熟悉的食物之一，常见的有“凉拌土 豆丝”、“土豆烧牛肉”和麦当劳的炸土豆条、土豆泥等。在土豆真正的故乡———南美洲秘鲁的山区里，土豆的品种更是多达3000余种。

土豆是我们最熟悉的食物之一，常见的有“凉拌土 豆丝”、“土豆烧牛肉”和麦当劳的炸土豆条、土豆泥等。在土豆真正的故乡———南美洲秘鲁的山区里，土豆的品种更是多达3000余种。

秘鲁最好的土豆是黄土豆，当地人把它叫“华依罗”，意思是鸡蛋黄。别看黄土豆外形比较难看，状似生姜，凹凸不平，但味 ê茫 Q 煞址浅８撸 负跚敲羋车 ldquo;国菜”。除了自己食用外，秘鲁还向世界各地出口冰冻或者煮熟的黄土豆。而在西方普遍种植的白土豆，虽然个头很大、外形好看，但味道就比黄土豆差远了。

直到今天为止，土豆依然是大多数秘鲁家庭的主食。在秘鲁，光是土豆的烹饪方法就有100多种，包括土豆饼、土豆泥蒸鸡肉等等。其中，知名度最高的要算“巴恰曼卡”大餐。

在安第斯山区土语中，“巴恰曼卡”的意思是“地上的锅”。在做这道大菜前，先要在地上挖出一个大坑，铺上卵石用火烤热，然后在石头上放上各种肉类、土豆及其他调味料，再铺上芭蕉叶或树叶，最后盖上泥土。大约过上两三个小时，这道以大地为锅、带着泥土气息的大餐就制成了。不过，这道美味佳肴一般不适合独自享用，人们往往在亲友相聚或者节庆时，趁着热闹的气氛才一起制做。它在秘鲁所有食物中的地位，和中国北方的饺子颇为相似。

秘鲁另一道有名的土豆菜肴是“洛克罗”，其实就是母鸡炖土豆。原料是土养的母鸡1只，黄土豆1公斤，白土豆1公斤，3个绿辣椒，4个洋葱，一些蒜泥。把母鸡切块炖1个小时后，放入已经去皮的土豆和其他辅料，再煮1小时左右即可。

http://www.spjkw.com/yiyumeishi/yiguofengqing/2008-02-28/5483.html