# 

泰国菜有很独特的调料

美食

浣滆

鍙戝竷浜庯細2008/01/05 11:43

泰国菜以色香味闻名,第一大特色是酸与辣,泰国厨师喜欢用各式各样的配料如蒜头、辣椒、酸柑、鱼露、虾酱之类的调味品来调味,煮出一锅锅酸溜溜、火辣辣的泰式佳肴。招牌菜有冬阴功(酸辣海鲜汤)、椰汁嫩鸡汤、咖喱鱼饼、绿咖喱鸡肉、芒果香饭等。鱼、虾、蟹都是各餐馆的杀手锏,什么炭烧蟹、炭烧虾、猪颈肉、咖喱蟹等等。

泰国是一个临海的热带国家,绿色蔬菜、海鲜、水果极其丰富。因此泰国菜用料主要 以海鲜、水果、蔬菜为主。泰国人的正餐都是以一大碗米饭为主食,佐以一道或两道咖哩料理、一条鱼、一份汤、以及一份沙拉(生菜类),用餐顺序没有讲究,随个人喜好。餐后点心通常是时令水果或用面粉、鸡蛋、椰奶、棕榈糖做成的各式甜点。由于深具得天独厚的优点,因此泰国菜色彩鲜艳,红绿相间,眼观极佳,不管是新鲜蔬菜瓜果的艳丽清新,还是乌贼尤鱼等众海鲜的肉感,都让人们大饱了眼福。

大凡首次品尝泰国菜的人都会觉得泰国菜的调料很独特,有很多调料是东南亚甚至是泰国特有的,在本国找不着。最常用的几种调料有:

#### 1、泰国柠檬(KaffirLime)

泰国柠檬是一种东南亚特有的调味水果,味道和个体都有别于美国柠檬口味的略甜,而泰国柠檬 个小、味酸、香味浓郁,往往使闻过它香味的人终身难忘,它可以拿来做柠檬汁饮品,啤酒香剂,最 主要的用处是用来做泰国菜的调料,泰国人几乎在每一道菜都会挤上柠檬汁,使每一道菜都散发出浓 郁的水果清香,带有典型的东南亚味道。泰国人可以说食无鱼,但不能没有柠檬。

## 2、鱼露(FishSauce)

鱼露是一种典型的泰国南部调料,也有人它叫白酱油,顾名思义它就是像酱油一样的调味品,做 法和中国酱油差不多,主是让一些小鱼小虾发酵滴汁而成。味道可能会让有些人不适,因为它带有一 股浓浓的臭鱼烂虾的味道。让不习惯吃鱼腥的人大倒胃口,掩鼻而逃。

### 3、泰国朝天椒

据说,泰国朝天椒是世界上最辣的辣椒。泰语叫"老鼠屎辣椒",可见这是一种极小但极辣的辣椒。它广泛应用于泰国人的烹调艺术中,做菜不撒上几颗切碎的朝天椒,就像吃川菜不加麻辣一样。

## 4、咖哩酱

以椰乳作为咖哩酱的基本作料,还有许多调味料包括柠檬草、虾酱、鱼酱以及十几种本地种植的香料、辣椒,由温和到极辣的都有,任人挑选。泰国文化深受印度和中国文化的影响,有人说泰国文化的父亲是印度。从泰国菜中咖哩酱的影响便可以感受到。另外,柠檬叶和香茅(Lemon-grass)也是泰国菜常用的配料。

# 做法多样

泰国的饮食深受中国、印度、印尼、马来西亚甚至葡萄牙的影响,但又掺杂着奇怪的风格,独树一帜,吃起来别有风味。它的做法主要有以下几种:

- 1、中国炒锅大火快炒。这是一种近似广东菜的做法,新鲜的蔬菜,佐以泰式调料,可以炒出一道 道口感极其新鲜的菜。主要代表作有:米粉(用虾,猪肉,鸡蛋及甜酸酱合炒的米粉)、泰国咖哩鸡、 椰汁鸡(鸡汁加柠檬加椰奶)与牛肉沙拉。
- 2、YAM。目前尚且找不到可替代的中文。其做法有点像做汤与做凉拌菜的综合。泰国地处热带,因此孕育了许多有名的YAM,比较著名的有一种叫做"SOMTAM"的木瓜沙拉,这种沙拉以木瓜丝、虾米、柠檬汁为主,再伴以鱼酱、大蒜和杂的碎辣椒,口感辛辣。
- 3、炖。亚热带的气候炎热,孕育了丰富的汤文化。汤对于泰国人来说是维持家庭和睦,增进夫妻感情的润滑剂,因此,到泰国要多喝汤、喝靓汤。泰国的柠檬虾汤口味非同一般,一般人可能难以接受,首先是汤味极辣,而且其中又放有大量的咖哩,因此,只有口味非主流的人才能喜欢。

泰国不同地区有不同的菜肴。东北方人爱吃的是糯米饭配烤鸡。而北方人则偏爱一种当地特有的酸肉,叫做"NAEM"。南方的食物深受马来西亚的回教式风格影响,并且有各种生猛海鲜。

#### 基本座位形式

传统的泰国人用餐时是采取席地而坐的方式进餐,不过现在的泰国餐厅都是桌椅的座位形式。因此,在用餐方式上与一般的中餐并无差别。如果一同用餐者有长幼或是辈分之分,则由靠近墙壁或是 离门最远的上手座位起依次落座。

早期的泰国人的传统用餐方式自由随兴,是以芭蕉叶盛饭,再以手取饭菜进食。而今日的泰国餐 具也十分简单,基本餐具为一只汤匙和一双筷子,以及一个圆盘。进餐时将饭盛进圆盘中,并用汤匙 取有汤的菜肴吃饭,而筷子则是用来夹菜。

# 怎样吃泰国菜

由于不习惯用盘子吃饭,很多人刚吃泰国菜时会有一点不习惯。只要懂得正确的方式,就没什么困难了。吃泰国菜时正确的进餐方式是:就座先舀适量的白饭在盘中,再以汤匙将菜肴与饭拌匀,用汤匙以西餐喝汤的方式,由靠身体的内侧向前方舀起,吃完再盛饭。由于菜肴种类多,所以不要一次盛太多的饭,以免各种菜肴混在一堆吃起来五味杂陈也不方便。另外,吃饭时不要为了图方便将盘子端起来往嘴里倒,既不雅观也很失礼。