

Et sinon, qu'est ce qu'on mange ? #Perou



Et sinon, qu'est ce qu'on mange ? #Perou

By Floriane

Dés notre passage au Pérou, on a arrêté de se faire à manger (joiieeee), les marchés sont devenus nos terrains de jeux favoris. Un plat ne coûte généralement pas plus d'1€, difficile de faire moins, même en cuisinant soit même. Un peu réticent au début, dans les guides c'est plutôt conseillé aux estomacs solides, c'est rapidement devenue notre cantine. On y a toujours très bien mangé et on n'a jamais été malade!! (on croise les doigts..)

Rayon jus de fruits

Quelques spécialités, évidemment tout est « muy rico » :

- **Rocoto Relleno**: poivrons farcis de viandes et de légumes généralement servis

Et sinon, qu'est ce qu'on mange ? #Perou

avec un gratin de pommes de terres (spécialité d'Arequipa ville du sud du pays)

- **Lomo saltado**: frites + riz recouverts de bœuf sauté et d'oignons
- **Aroz chaufa**: riz sauté aux légumes
- **Aroz à la cubana**: riz, frites, bananes frites et œuf
- **Millanesa**: escalope de poulet pané

Lomo saltado

Arroz Chaufa

Concernant les sucreries, nous nous sommes beaucoup arrêtés dans les **panaderia** pour essayer de tout goûter. Les **churros** et les **beignets fourrés au Dulce (leur confiture de lait)**, ont été testés et re-testés! **La glace au fromage** saupoudré de cannelle, pas goût roquefort, plus une sorte de glace au yaourt, du marché d'Arequipa a été notre coup de coeur.

Glace au fromage, notre coup de coeur

Et sinon, qu'est ce qu'on boit?

- **les jus de fruits du marché** sont juste excellents puis les quantités sont gigantesques (carrément l'équivalent d'un deuxième repas) pour 1€ la vendeuse nous servait l'équivalent de 4 grands verres. On ne s'est jamais privé!
- **La chicha morada**: boisson nationale à base de maïs violet, c'est bon mais sans plus. On n'a pas toujours tout aimé..
- **Pisco sour**: autre boisson nationale cette fois alcoolisée à base de jus de citron, blanc d'œuf et Pisco, celle là on l'a beaucoup aimé
- **les bières** sont toutes très très légères, la Cusqueña qui n'est pas trop mal, semble être la plus populaire.

On s'est fait également plaisir dans des restaurants vraiment sympas, « Ratatouille » cuisine française & « La petite française » crêperie à Arequipa puis

Et sinon, qu'est ce qu'on mange ? #Perou

La « Bo'm » crêperie & « Green Point » végétarien à Cuzco.

Mamounette & son jus de fruits de folie

Jus de fruits party

Donnez une note à cet article :
0 avis (0/5)

Merci de partager notre article :

- [Partager sur X\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\) X](#)
- [Partager sur Facebook\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\) Facebook](#)
- [Partager sur Pinterest\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\) Pinterest](#)
- [Partager sur WhatsApp\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\) WhatsApp](#)
- [Plus](#)