



E cos'altro mangiamo? #Perù

By Floriane

Appena arrivati in Perù, abbiamo smesso di prepararci il cibo da soli (gioia) e i mercati sono diventati i nostri parchi giochi preferiti. In genere un piatto non costa più di 1 euro, quindi è difficile spendere meno, anche se lo si cucina da soli. Un po' riluttante all'inizio, le guide lo raccomandano per gli stomaci forti, ma è diventato rapidamente la nostra mensa. Abbiamo sempre mangiato molto bene qui e non siamo mai stati male! (incrociando le dita...)

Sezione succhi di frutta

Alcune specialità, naturalmente tutto è "muy rico":

- **Rocoto Relleno**: peperoni ripieni di carne e verdure, solitamente serviti con un gratin di patate (specialità della città meridionale di Arequipa).
- **Lomo saltado**: patatine fritte + riso con manzo e cipolle saltate in padella

E cos'altro mangiamo? #Perù

- **Aroz chaufa**: riso saltato con verdure
- **Aroz à la cubana**: riso, patatine fritte, banane fritte e uovo
- **Millanesa**: scaloppa di pollo impanata

Lomo saltado

Arroz Chaufa

Per quanto riguarda i dolci, ci siamo fermati molto nella **panaderia** per provare e assaggiare tutto. I **churros** e le **ciambelle ripiene di Dulce (la loro marmellata di latte)** sono stati provati e riprovati! **Il gelato al formaggio** cosparso di cannella, non al gusto Roquefort, e una specie di gelato allo yogurt, proveniente dal mercato di Arequipa, è stato il nostro preferito.

Gelato al formaggio, il nostro preferito

E cos'altro beviamo?

- **i succhi di frutta al mercato** sono semplicemente eccellenti, e le quantità sono gigantesche (l'equivalente di un secondo pasto). Per 1 euro, il commesso ci ha servito l'equivalente di 4 bicchieri grandi. Non siamo mai rimasti senza!
- **Chicha morada**: la bevanda nazionale a base di mais viola, è buona ma niente di più. Non sempre ci è piaciuto tutto...
- **Pisco sour**: un'altra bevanda nazionale, questa volta alcolica, a base di succo di limone, albume d'uovo e Pisco.
- **le birre** sono tutte molto, molto leggere, la Cusqueña, che non è male, sembra essere la più popolare.

Abbiamo anche apprezzato alcuni ristoranti molto belli, il "Ratatouille" di cucina francese e la crêperie "La petite française" ad Arequipa e la crêperie "Bo'm" e il "Green Point" vegetariano a Cuzco.

E cos'altro mangiamo? #Perù

Mamounette e il suo succo di frutta
pazzo

Festa del succo

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

Merci de partager notre article :

- [Condividi su X \(Si apre in una nuova finestra\) X](#)
- [Condividi su Facebook \(Si apre in una nuova finestra\) Facebook](#)
- [Condividi su Pinterest \(Si apre in una nuova finestra\) Pinterest](#)
- [Condividi su WhatsApp \(Si apre in una nuova finestra\) WhatsApp](#)
- [Altro](#)