

World Cup 2018: Khám phá ẩm thực phong phú của nước Nga

22:39 11/06/2018

Ẩm thực Nga mang đậm tính chất cũng như đặc trưng của phương Tây. Các loại thực phẩm từ cá, thịt, bột mì và củ quả xuất hiện khá nhiều trong nhiều món ăn. Chính vì thế, trong thời gian diễn ra World Cup 2018, trải nghiệm ẩm thực của xứ sở Bạch Dương cũng là điều hết sức thú vị.

Pelmeni

Bánh Pelmeni với phần vỏ bánh mềm và nhân bánh bên trong. Phần vỏ bánh được làm bằng bột mì, sữa, trứng, muối. Người ta nhồi bột cho kỹ rồi cán bột mỏng ra và cắt thành vòng tròn có đường kính khoảng 5cm. Trong khi đó, phần nhân thường là hỗn hợp thịt lợn băm, hành, tỏi, muối, tiêu... được trộn đều. Ngoài thịt lợn thì người Nga còn sử dụng các loại thịt khác như thịt bò, thịt cừu... để đa dạng hơn hương vị của bánh Pelmeni.



Pirojki

Đây là món bánh nướng với hai loại nhân mặn ngọt khác nhau, có thể là thịt xay, hoặc rau bắp cải, hoặc táo... được nhồi vào trong. Một chiếc Pirojki có thể giúp bạn giảm nhanh cơn đói, ăn khi đang di chuyển và tất nhiên dinh dưỡng cũng rất đảm bảo.



Blini

Bánh xếp Blini là loại bánh đa vị không thể thiếu trong ẩm thực Nga và được chế biến nhiều nhất trong lễ hội Maslenita mừng năm mới của Nga. Bánh xếp Blini là một loại bánh mỏng được tượng trưng một biểu tượng của mặt trời , do bánh có hình dáng tròn người cổ xưa Slavic. Tất cả các loại bột được sử dụng để làm bánh xếp Blini: từ lúa mì và kiều mạch với bột yến mạch.



Borcht

Borsch là một món súp có nguồn gốc ở Ukraina, phổ biến ở nhiều quốc gia Đông và Trung Âu. Ở phần lớn các nước, củ dền là thành phần chính cho món ăn này khiến cho nó có màu đỏ tía. Ở một số nước, cà chua mới là thành phần chính còn củ dền là nguyên liệu thứ 2.



Shchi

Súp cải bắp nấu kiểu Nga - Shchi là một món ăn truyền thống của người Nga. Món này có thể nấu cùng với cà rốt và quả nam việt quất để thưởng thức vào mùa đông. Đây là món rất giàu chất dinh dưỡng.



Ukha

Ukha là món súp cá rất tốt cho đàn ông. Người Nga rất thích câu cá, không chỉ vào mùa hè mà cả mùa đông lạnh giá. Món Ukha có thể nấu bằng nhiều loại cá khác nhau như cá vền, cá nheo châu Âu, cá chó... với khoai tây và các loại rau thơm, cho thêm một chút rượu vodka để tăng hương vị. Món ăn này có thể tìm thấy trong thực đơn của các nhà hàng ở những thành phố lớn.



Olivier Salad

Nếu không thử món salad Nga thì bạn đã mua vé xem World Cup vô ích. Bạn nên thử món Olivier salad - món ăn truyền thống của Nga được làm từ khoai tây, rau củ muối, cà rốt, đậu Hà Lan, ngoài ra còn thêm cua và trứng cá hồi. Món ăn thường được trình bày theo nhiều lớp xếp chồng lên nhau.



Kholodets

Kholodets là một món nấu đông từ thịt lợn hoặc bò, thường ăn kèm với khoai tây và thì là. Từ kholod trong tiếng Nga nghĩa là lạnh vì thế món ăn cũng phổ biến hơn vào mùa đông, đặc biệt là các dịp lễ hội. Tuy vậy, Kholodets vẫn có thể nấu lúc nào tùy thích.



Kvass

Kvass là loại thức uống của Nga được làm từ bánh mì. Kvass làm từ lúa mạch đen hoặc bánh mì lúa mạch đen. Màu đen này làm cho Kvass có màu đen đặc trưng. Vì được làm theo quá trình lên men rượu nên Kvass cũng có cồn.



Sữa lên men

Kefir và ryazhenka là những sản phẩm sữa lên men rất tốt cho hệ tiêu hóa của bạn. Kefir có vị hơi chua và ryazhenka có vị caramel. Uống vào buổi tối trước khi đi ngủ và ngày hôm sau bạn sẽ cảm thấy tuyệt vời.



Huyền Quang *(Theo Russia Beyond)*