

Лечебная и тонизирующая каша якпаб

Автор: ИоаКим

{jcomments on}В Корее основная пища - каша. В основном кашу делят на кашу из риса и из других зерновых. В зависимости от конкретного состава каша делится на десятки видов. Якпаб готовят из клейкого риса и меда. Родина этой пищи - Кэсон, находящийся в центральной части Корейского полуострова.



С давних пор в Корее мед считали тоническим средством. От этого и название Якпаб(в переводе на русский язык - лечебная, тонизирующая каша), поскольку в эту кашу входит мед. Сначала тушат клейкий рис, добавляют к нему мед, кунжутное масло, ююбу, каштан и грибы и еще раз тушат.

В ходе тушения каша приобретает красно-каштановый колорит от ююбы и меда. И все зернышки риса лоснятся, вызывая у людей аппетит. Эту пищу нужно кушать, пока она теплая, чтобы почувствовать присущий ей вкус. Так что ее подают в посуде с крышкой. В каше содержатся разнообразные питательные вещества, в том числе и сахар, масло и белок, поэтому она считается источником здоровья.

Лечебная и тонизирующая каша якпаб

Автор: ИоаКим

Из всех видов каши якпаб отличается своеобразным вкусом, высокой питательностью и тонизирующим действием.

С неолитического периода, когда началось выращивание зерна, корейцы начали кушать рисовую кашу. Сам якпаб имеет более чем тысячелетнюю историю. И в наши дни он широко используется как праздничная и свадебная еда.