

Ερευνητική Εργασία

Β' ΓΕΛ Καλαβρύτων

Σχ. Έτος: 2015-16

ΓΑΛΛΙΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ

Μυλωνά Αγγελική

Στεφανοπούλου Ανδριάννα



Γαλλία, χώρα της γαστρονομίας...

Τη γέννηση της γαλλικής γαστρονομίας εντοπίσαμε σε γραπτό κείμενο του καθηγητή Πανεπιστημίου Πατρών Σ. Παϊπέτη, ο οποίος αναφέρει ότι: “στη Γαλλία του 16ου αιώνα, η προερχόμενη εκ Ιταλίας Αικατερίνη των Μεδίκων, παντρεύτηκε τον Ερρίκο Β΄ της Γαλλίας. Έφερε μαζί της μια ολόκληρη ακολουθία από Φλωρεντινούς μαγείρους, όλοι τους της εξευγενισμένης σχολής της αναγεννησιακής μαγειρικής – ικανοί να φτιάχνουν κομψά πιάτα, όπως πηκτές, γλυκάδια, καρδιές αγκινάρας, τρούφες, κρεπινέτες συκωτιού, κεφτέδες πουλερικού, μακαρόν, παγωτά και σαμπανιόν. Η Αικατερίνη εισήγαγε καινούργια κομψότητα και εξευγενισμό στο γαλλικό τραπέζι. Τα τραπέζια στολιζόντουσαν με αργυρά αντικείμενα φτιαγμένα από τον Μπενβενούτο Τσελλίνι. Οι συνδαιτυμόνες έπιναν κρασί από ακριβό βενετσιάνικο κρύσταλλο και έτρωγαν από όμορφα εμαγιέ πιάτα”.

Το βασικό σημείο της γαλλικής γαστρονομίας καθιερώθηκε: ο σκοπός της μαγειρικής και της χρήσης καρυκευμάτων και μπαχαρικών ήταν να αναδείξει μάλλον παρά να καλύψει τις φυσικές γεύσεις των τροφών. Ο La Varenne μαγείρευε το ψάρι σε ένα fumet, δηλαδή ζωμό καμωμένο με τα μαγειρεμένα κατάλοιπα του ψαριού (κεφάλι, ουρά και κόκαλα). Οι βαριές σάλτσες που χρησιμοποιούσαν ψωμί για να γίνουν παχύρρευστες καταργήθηκαν για χάρη του

roux, που γίνεται από αλεύρι και βούτυρο ή άλλο ζωικό λίπος.

Η κουζίνα τους είναι πλούσια από κάθε άποψη και παρά τις επιρροές και τις αλλαγές που μέσα στο χρόνο έχει υποστεί, εξακολουθεί να είναι από τις καλύτερες ανά τον κόσμο κουζίνες.

Παραδοσιακή

Είναι η πλέον κλασική γαλλική κουζίνα. Με πιάτα όπως είναι η πάπια με πορτοκάλι ή οι βελουδίνες κρεμώδεις σούπες από κουνουπίδι ή μπρόκολο, που σίγουρα αναδείκνυουν το μεγαλείο της γαλλικής κουζίνας. Το ίδιο ισχύει και για την εξαιρετική κρεμμυδόσουπα που είναι και σήμα κατατεθέν της γαλλικής κουζίνας, μαζί με τον κρασάτο κόκορα (coq au vin).

Bistro

Πρόκειται για την καθημερινή και γρήγορη γαλλική κουζίνα που σερβίρεται κυρίως, στα γαλλικά μπιστρό. Γεύσεις λιγότερο ή περισσότερο ελκυστικές και γνωστές συνδυάζονται αρμονικά και σερβίρονται συνήθως, σε χώρους προσεγμένους και κατά μία έννοια αριστοκρατικούς.



Πολυεθνική ή Fusion

Ιδιαίτερα διαδεδομένη και σίγουρα πολύ... της μόδας! Συνδυάζει την παραδοσιακή γαλλική μαγειρική με δόσεις από κοσμοπολίτικες γεύσεις... Για παράδειγμα μια σαλάτα με μαριναρισμένα θαλασσινά με σάλτσα σόγιας, είναι ένα τυπικό δείγμα πιάτου που συνδυάζει την γαλλική παράδοση, αλλά και την ασιατική πικάντικη γεύση. Και πάλι η γαλλική κουζίνα μπλέκεται με γεύσεις του κόσμου...

Υψηλή Γαστρονομία

Είναι η πλέον εκλεπτυσμένη και απευθύνεται στο ακριβό και καλό γούστο. Η συγκεκριμένη κατηγορία σίγουρα κοστίζει κάτι παραπάνω. Τυπικό δείγμα είναι το φουά γκρα, ιδίως το

μαγειρεμένο μέσα σε κρασί. Μια καλή πρόταση είναι και το φιλέ μινιόν που συνδυάζεται με άγρια μανιτάρια, τα οποία προσδίδουν έντονη γεύση και άρωμα.

Η Γαλλία μπορεί να χαρακτηριστεί ως ένας απέραντος γαστρονομικός μπουφές, αντάξιος του Γαργαντούα, όπου αναμειγνύονται κάθε είδους παραδοσιακά προϊόντα μοναδικών προελεύσεων.

ΒΟΡΙΟΑΝΑΤΟΛΙΚΑ Νορ-Πα-Ντε-Καλέ (Nord-Pas-De-Calais) :

Η κουλούρα του ποτ ο φε (pot-au-feu) Στη Λίλη και στο Βορρά, μαγειρεύουν τα πάντα στη μαρμίτα: από το Βατερζόϊ (Waterzoï), είδος μπουγιαμπέσας με διάφορα ψάρια ποταμίσια στο Οσπό (Hochepot) βασισμένο σε κρέατα, ουρά βοδιού και βραστά λαχανικά!

Στα παράλια, μαγειρεύουν το χέλι, με βούτυρο, με κρέμα και με ελαφριά μυρωδικά. Στο Καμπραί, θα βρούν τα γλυκά Μπετίζ και τα λουκάνικα Αντούιγ...αλλά και ένα υπέροχο τυρί, το Τομ ντε Καμπραί, ωριμασμένο στη μπύρα! Σ' αυτή την περιοχή, όλα τα τυριά έχουν χαρακτήρα και πολύ δυνατή γεύση.

Η Πικαρδία (Picardie): ένας λαχανόκηπος Γη του σιταριού, αγροτική πεδιάδα, η Πικαρντί έχει παραδοσιακή και απλή γαστρονομία.

Η Σομ αποτελεί έναν απίστευτο κήπο παραγωγής γεωργικών προϊόντων και λαχανικών. Για να πειστεί κανείς, αρκεί να κάνει ένα κατάλογο με τα γευστικά λαχανικά της περιοχής : καρότο, κάρδαμο, ραδίκι λευκόφυλλο (endive), σαλικόρνια, ραβέντι και μήλο που καλλιεργείται τόσο για το μηλίτη όσο και για τα επιδόρπια. Στη Σομ ψαρεύουν χέλια, πέστροφες, κυπρίνους, λούτσους, ποταμολάβρακα που θα νοστιμέψουν σούπες και φρικασέ. Και στα παράλιά της, ψάρια της θάλασσας όπως η γλώσσα, το φασί ατλαντικού, το λαβράκι και η ρέγκα.

Η Πικαρδία ξεχειλίζει από εκπληκτικά θαλασσινά και μεταξύ άλλων σπεσιαλιτέ. Γνωστή είναι η Φισέλ Πικάρντ (ficelle picarde), ρέγκες μαρινάτες α λα Αμπεβιλουάζ. Φημίζεται για το πατέ από κρούστα πάπιας της Αμιένης και τα Μακαρόν, που φτιάχνονται από αμύγδαλα και μέλι. Συνοδεύοντάς τα με μηλίτη, το παραδοσιακό ποτό της περιοχής.

Η Αλσατία : η παραδοσιακή σουκρούτ (choucroute)

Η σουκρούτ δεν είναι το παραδοσιακό πιάτο της Αλσατίας είναι ΤΟ πιάτο του κάθε

Αλσατού, ο οποίος, όπως λέει η παράδοση, ετοίμαζε προσωπικά τη σουκρούτ και αυτό έως τις αρχές του 20ου αιώνα. Οικογενειακό πιάτο, πιάτο της Κυριακής, έχει ακόμα πολλά χρόνια ζωής μπροστά του.

Σερβίρεται σε όλες τις καλές μπρασερί. Το φουά γκρα αποτελεί επίσης επινόηση της Αλσατίας. Εδώ γεννήθηκε η ιδέα από τον μάγειρα του στρατάρχη de Contades και πολύ σύντομα η συνταγή έφτασε μέχρι τις Βερσαλλίες...

Ένα απεριτίφ της Αλσατίας αποτελείται πάντα από μια μπύρα και από μπρέτζελ (bretzel) - αλμυρά μπισκότα . Το baeckeoffe (πατάτες και χοιρινό), η τάρτα φλαμπέ και τα spratzle (ένα είδος μακαρονιών) που συνοδεύουν τα πουλερικά ή το κυνήγι είναι μερικές από τις σπεσιαλιτέ της περιοχής.

Οι τάρτες είναι ένα σημαντικό μέρος του αλσατικού τραπεζιού : flammekueche ή τάρτα φλαμπέ, με ζυμάρι, κρέμα, κρεμμύδια και λαρδί. Και το περίφημο πεν ντ'επίς (pain d'épices), είδος κέικ με μπαχαρικά πολύ φημισμένο στην περιοχή.



Τέλος το λευκό κρασί, με καταπληκτικές ποικιλίες μοναδικής και αμίμητης γεύσης όπως το Riesling, το Gewurztraminer, το Muscat, το Tokay Pinot Gris, το Sylvaner, το Pinot Blanc και το Pinot Noir.

Νανσύ και Λορραίνη : το τζάνερο και η κενταύρια

Στη Λορραίνη και στα περίχωρα του Νανσύ, η μαγειρική κλίνεται στους χρόνους του παστού, της κονσέρβας, του πατέ, του ζελέ, του ο-ντε-βι (τσίπουρο)...και όλες οι λέξεις ακόμα και οι τίτλοι των συνταγών είναι υπέροχοι και μαρτυρούν τη γευστική ευχαρίστηση που παρέχουν τα εδέσματα της περιοχής.

Όσο για τα υλικά, βρίσκουν εκπληκτικές αναμειξεις παραδοσιακών προϊόντων όπως το κυνήγι, τα αλλαντικά, τα ψάρια, τα μικρά μανιτάρια του δάσους αλλά και άγρια φρούτα του

δάσους.

Η περιοχή προσφέρει ένα πλούσιο κατάλογο οινοπνευματωδών ποτών, το τσίπουρο από τζάνερο, το μαύρο φραγκοστάφυλο, το περλέ ραβέντι. Στην παλιά πρωτεύουσα των Δουκών της Λορραίνης, το Νανσύ, βρίσκουμε ένα περίφημο macaron. Τέλος, η περιοχή παράγει μέλι ελάτης Βοσγίων. Το μέλι αυτό χρησιμεύει στην παρασκευή του πεν ντ'επίς και των φημισμένων καραμελών από μέλι.

Βουργουνδία : μαγειρική με κόκκινο κρασί

Η Βουργουνδία είναι η γη του κρασιού και τα εκπληκτικά της κρασιά επηρέασαν κατά μεγάλο βαθμό την κουζίνα της. Από το κλασσικό μοσχάρι Μπουργκινιόν, με σάλτσα κρασιού, στα μαγειρευτά με λαρδί και κόκκινο κρασί μεταξύ των οποίων τα αυγά ή ο κόκορας κρασάτος, έως τα αλλαντικά και το ζαμπόν με μαϊντανό, όλες οι σπεσιαλιτέ της περιοχής περιέχουν ή τρώγονται συνοδεία ενός από των κρασιών των καλύτερων αμπελώνων της Βουργουνδίας.

Στις πλαγιές του ποταμού Σον (Saône), διαλεχτοί αμπελώνες διαδέχονται ο ένας τον άλλο : Aloxe-Corton, Nuits-St-Georges, Vosne-Romanée, Vougeot, Chambolle-Musigny, Gevrey-Chambertin ...Φτάνουμε στη Ντιζόν, φημισμένη για τη μουστάρδα της και το Κιρ (κρασί βουργουνδίας και λικέρ φραγκοστάφυλου). Στη Μακόν, το Pouilly Fuissé έχει γίνει τραγούδι, αλλά βρίσκουμε και τη γνωστή ράτσα λευκών αγελάδων σαρολέζ (charolaises) εξαιρετικής ποιότητας.

Στην Μπρες (Bresse), έχουν τα περίφημα πουλερικά. Γη πλούσια και καρποφόρα. Στα νερά του ποταμού Σον βρίσκουν όλα τα υλικά για να φτιάξουν μια άλλη σπεσιαλιτέ της περιοχής : την ποσούζ (rauchouse) είδος μπουγιαμπέσας ψαριών του γλυκού νερού όπως το γλύνι, η πέρκα, το χέλι, ο κυπρίνος, ο λούτσος, λευκό κρασί και κρουτόν τριμμένα με σκόρδο. Για επιδόρπιο συνηθίζουν να τρώνε σαρλότα « rigodon » ή τάρτα αχλαδιού; Άλλη μια περιοχή που επιβεβαιώνει τον πλούτο της γαλλικής γαστρονομίας.

Φρανς Κοντέ και Βόσγια Ορη: η περιοχή των τυριών

Στο δάσος της οροσειράς των Βοσγίων, θα βρίσκουν λαγούς, ελάφια και αγριοκούνελα που μαλώνουν μεταξύ τους για μια θέση στα χαμόδεντρα. Η Φρανς Κοντέ είναι γεμάτη με θηράματα, όπως μικρές τσίχλες, πέρδικες, καλημάνες και περαστικά βροχοπούλια.

Στα ριζά των ελάτων φυτρώνουν απίθαναμανιτάρια όπως μορίγιες, αμανίτες και russula. Μέσα στα ποτάμια και τους χείμαρρους, οι καλύτερες γαστρονομικές σπεσιαλιτέ της περιοχής : πέστροφα (που συνοδεύεται με φουντούκια), οι πεντανόστιμες ποταμίσιες καραβίδες, κροκέτες λούτσου, σουβλάκι χελιού, λάμπρενα, κυπρίνος ή σαρδέλα που βρίσκουμε στην τοπική μπουγιαμπέσα την Rauchose. Αλλά υπάρχουν επίσης και φημισμένα αλλαντικά όπως το

λουκάνικο, το Jésu de Morteau.

Για τα τυριά, αρκεί να αναφέρει κάποιος τα ονόματά τους για να καταλάβει την σημασία τους : το Bleu du Haut-jura, το Vacherin, η Cancoillotte, το Comté και το Emmenthal. Στην περιοχή αυτή η σούπα σερβίρεται σε όλα τα γεύματα : σούπα με φακές, κριθαρόσουπα με πουλερικά και βατράχια, σούπα φρούτων με κεράσια, πορτοκάλι και φουντούκια, κρεμμυδόσουπα κλπ.

Είναι επίσης η περιοχή του μικρού κερασιού, απαραίτητο συστατικό της τοπικής κουζίνας. Σα φρούτο, σαν επιδόρπιο, σαν σούπα ή Κιρς, το κεράσι έχει την τιμητική του στις Γιορτές των Χριστουγέννων. Στα Βόσγια Ορη το λευκό κρασί είναι παρόν στο τραπέζι όπως και μέσα στα εδέσματα που το συνοδεύουν, όπως στο κοτόπουλο, για παράδειγμα, που σχεδόν πάντα μαγειρεύεται με κρασί και κρέμα.

Στη ζαχαροπλαστική, βρίσκουμε μια πλούσια ποικιλία τσουρεκιών, ψωμιού/κέϊκ με μπαχαρικά (pain d'érable), γαλέτες, κρέπες και λουκουμάδες. Το νοστιμότερο έδεσμα είναι όμως, χωρίς αμφιβολία, η βιάφλα.

Ωβέρνη (Auvergne): αγροτική γη και κουζίνα

Θρεμμένη με παραδοσιακά προϊόντα της Ωβέρνης, του Καντάλ και του Ανω Λίγηρα, η ωβερνιάτικη κουζίνα, αγροτικής προέλευσης, είναι φημισμένη για το γεμιστό λάχανο μαριναρισμένο όπου προσθέτουν μερικές φορές και αλλαντικά. Γιατί το χοιρινό είναι αναπόσπαστο μέρος της ωβερνιάτικης μαγειρικής : ζαμπόν, σαλάμια, χοιρινά πόδια παναρισμένα ή ψητά, παστό χοιρινό με πράσινες φακές του Ρuy. Φημίζονται επίσης για τα νόστιμα κρεατικά Charolais του Allier όπως και των αγελάδων ράτσας Salers από το Cantal.

Τα πιάτα αυτά συνοδεύονται από "truffade" ή "aligot" (πουρές πατάτας με τυρί tomme του Καντάλ). Την Ανοιξη, το ψάρεμα προσθέτει καταπληκτικές πινελιές στον πίνακα των γαστρονομικών θηραμάτων : άγρια πέστροφα, αρκτοσαλβελίνος, λούτσος, ποταμίσιο λαβράκι. Το φθινόπωρο, στο τραπέζι δεσπόζουν οι δυνατές γεύσεις άγριων θηραμάτων : ελάφι, αγριογούρουνο, υδρόβια και δασικά θηράματα.

Στο δάσος, είναι η εποχή που μαζεύουν τα μανιτάρια και τα φρούτα του δάσους που τρώμε αμέσως πριν σερβιριστούν τα τυριά : Saint-Nectaire, Bleu d'Auvergne, Fourme d'Ambert, Cantal, Salers. Και τα τυριά αυτά συνοδεύονται πάντα με έναν οίνο εκ των 5 διαλεκτών αμπελώνων Côtes d'Auvergne : κόκκινο, λευκό, γκριζο ή ροζέ.

Λυών και γύρω περιοχές :

Η Λυών κατέχει στρατηγική γεωγραφική θέση : σταυροδρόμι μεγάλων ευρωπαϊκών

χωρών, χτισμένη στη συμβολή δυο ποταμών και μέσα σε μια μεγάλη περιοχή παραγωγής κρασιού : το Μποζολέ (Beaujolais).

Η Λυών επωφελείται μιας μακροχρόνιας γαστρονομικής παράδοσης των "μητέρων" που ανέδειξαν και εκμεταλλεύτηκαν την ποιότητα των τοπικών προϊόντων. Χαρακτηριστικό δείγμα της κουζίνας αυτής ο καλύτερος σεφ όλων των εποχών : Paul Bocuse. Υψηλή κουζίνα διεθνώς αναγνωρισμένη, παρέλαβε τους πρώτους τίτλους "ευγένειας" από τα μικρά χαρακτηριστικά εστιατόρια της Λυών "Λε Μπουσόν" που σεργιάζουν διάφορες σπεσιαλιτέ αλλαντικών, κρασιών και τυριών των οποίων η μυρωδιά δε θα περάσει...απαρατήρητη : Saint-Marcellin, Saint-Félicien, Cervelle de Canut, Mont d'Or.

Σαν επιδόρπιο έχουν τις τοπικές τηγανίτες πασπαλισμένες με ζάχαρη άχνη, ένα αχλάδι Μπελ Ελέν (Belle Hélène), ή τα προφιτερόλ με τη σοκολάτα τους. Η τελευταία αποτελεί επίσης σπεσιαλιτέ της Λυών.

Λίγο πιο πέρα, στη Σαιντ-Ετιέν, θα βρούμε την περίφημη γαλέτα "ραπέ" από πατάτες, παχιά και απολαυστική.

Σαβοΐα : οι πατάτες και τα τυριά, έχουν τη τιμητική τους

Στην Σαβοΐα των ορεινών εκτάσεων, των λιμνών και των χειμάρρων αφθονούν τα ψάρια, όπως πέστροφες και ποταμίσιες караβίδες. Τα οροπέδια υποδέχονται πολλά θηράματα και αγελάδες εκτροφής που δίνουν άριστα τυριά όπως το γευστικό Ρεμπλοσόν, το φρουτώδες Μποφόρ, το κεφαλοτύρι, το Βασερέν και το Εμενταλ. Σε όλα αυτά τα τυριά προσθέτουν βραστάς πατάτες έχουν μία φοντύ. Με το τυρί Ρεμπλοσόν φτιάχνουμε tartiflette.

Η κουζίνα της Σαβοΐας είναι μια δυνατή ορεινή κουζίνα βασισμένη στα αλλαντικά. Μερικά κόκκινα φρούτα δάσους ή οπωρώνων όπως φραγκοστάφυλο, σμέουρο, μήλο ή αχλάδι στολίζουν τα πανέρια και γεμίζουν τα βάζα με μαρμελάδες, ενώ άλλα φρούτα χρησιμεύουν στην παραγωγή τσίπουρου όπως το τζάνερο και το κεράσι. Κατεβαίνοντας προς τη Megève, δοκιμάστε το "glacéon" (γκλασόν - φημισμένο γλυκό με μερέγκα και σοκολάτα).

Άνω Άλπεις : ορεισίβια κουζίνα

Η γαστρονομία της Άνω Προβηγκίας βασίζεται στην παραδοσιακή μαγειρική του βουνού, με βάση φυσικά προϊόντα. Μεταξύ των σπεσιαλιτέ της πόλης Gap, οι λουκουμάδες με γέμιση πατάτας ή από σπανάκι, χόρτα ή κρέας. Υπάρχουν και οι γλυκοί λουκουμάδες με γέμιση πη. δαμάσκηνο. Τα τυριά, τα πατέ, τα διάφορα είδη μακαρονιών αποτελούν επίσης σπεσιαλιτέ της περιοχής. Η παραγωγή τυριών είναι μεγάλη. Η περιοχή παράγει μήλα και βερούκοκα και σε πιο χαμηλά υψόμετρα παράγει μέλι ανθέων. Οι Άνω Άλπεις παράγουν πολλά τσίπουρα, με πιο γνωστά το μύρτιλο και το αχλάδι. Στην περιοχή παράγεται και η μπύρα Alphanhand.

ΝΟΤΙΑ

Η παγκόσμια φήμη της Μασσαλίας και της μπουγιαμπέσας της:

Η Μπουγιαμπέσα είναι άμεσα συνδεδεμένη με την εικόνα της Μασσαλίας ακόμα και της Προβηγκίας γενικά, και η απόλαυση που χαρίζει η γεύση της σ' αυτόν που τη δοκιμάζει ταιριάζει απόλυτα με το πάθος για ζωή αυτής της θαυμάσιας περιοχής. Αρχικά τη μαγείρευαν μόνο οι ψαράδες στο τέλος της ημέρας με ψάρια που δεν πουλήθηκαν ή ήταν κακοποιημένα από τη μεταφορά.



Η κουζίνα της Νίκαιας και του Νότου :

Η βάση της μαγειρικής της Νίκαιας είναι το ψωμί. Η διαχρονική χρήση του ψωμιού το κάνει σήμερα να χρησιμοποιείται με όλες σχεδόν τις σπεσιαλιτέ. Και πρώτ'απ' όλα με την pissaladière...σάλτσα από γαύρο που απλώνουν σε μια φέτα ψωμί! Στους φούρνους της Νίκαιας βρίσκουν κάθε είδους ψωμί, με ατζούγιες, με ελιές, με πατέ ελιάς, με θυμάρι, με δεντρολίβανο, με καρύδια... Ανάμεσα στα πιο φημισμένα εδέσματα βρίσκεται και η περίφημη σαλάτα της Νίκαιας, Σαλάντ Νισουάζ, με φρέσκα λαχανικά και τη ρατατουίγ (κολοκυθάκια, μελιτζάνες, τομάτες και κρεμμύδια).

Σημαντική θέση στην κουζίνα έχουν επίσης το κρεμμύδι και το ρεβύθι που τα συναντάμε μέσα στην socca (γαλέτα ρεβυθίων που σερβίρεται ζεστή και πιπεράτη). Τα παραδείγματα αυτά δείχνουν ότι η κουζίνα της Νίκαιας είναι προϊόν των...οπωρώνων. Ενας εξάισιος οπωρώνας, με φανταστικά πορτοκάλια, μανταρίνια, κλημεντίνες και λεμόνια που βρίσκουν και εκτός εποχής μέσα σε βαζάκια σαν τουρσί. Εδώ είναι επίσης η περιοχή του βασιλικού (που συνθέτει τη σούπα με πιστού), του φινόκιου, του σκόρδου με τις μικρές κόκκινες σκελίδες, του δεντρολίβανου, του θυμαριού των οποίων οι μυρωδιές δένουν τέλεια με τις τοπικές σπεσιαλιτέ.

Το παστίς (pastis) και τα κρασιά Châteauneuf du Pape όπως και τα εξαιρετικά ροζέ της Προβηγκίας τις συνοδεύουν γενναϊόδωρα. Τέλος, η κουζίνα του Νότου χρησιμοποιεί πολύ τα αρωματικά βότανα που φυτρώνουν από την Αβινιόν έως τη Μασσαλία. Μια αγνή κουζίνα, που γεννήθηκε από το εξαιρετικό λάδι που χρησιμοποιείται σε πολλές σπεσιαλιτέ: το ελαιόλαδο.

ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΑ

Στην περιοχή των Βάσκων, η καυτερή πιπεριά είναι η αρχή του παντός

Παραδοσιακή κουζίνα παραθαλάσσιας περιοχής, με βάση το ψάρι και τα θαλασσινά, χαρούμενη και πολύχρωμη, κατακόκκινη σαν να την έχει τρίψει κάποιος με την καυτερή πιπεριά της Εσπελέτ (Espelette). Η καυτερή πιπεριά είναι παντού. Ακόμα και μέσα σ' ένα ορεκτικό, την πιπεράντ (riperade) ανάμεικτη με ψητές τομάτες και με κρεμμύδι. Το ζαμπόν που παρασκευάζεται παντού αποτελεί βασικό συστατικό της βάσκινης κουζίνας, χειμώνα καλοκαίρι.

Το φουά γκρα, από πάπια ή από χήνα, ετοιμάζεται εδώ, όπως και στις άλλες μεγάλες περιοχές εκτροφής (Landes, Gers, Lot-et-Garonne), σε φάρμες όπου τα ζώα ταϊζονται και όπου το φουά γκρά ψήνεται με τον παραδοσιακό τρόπο και επενδύεται με το ίδιο του το λίπος για να συντηρείται.

Παραδοσιακό πιάτο και εξίσου νόστιμο το κοτόπουλο αλά Μπασκέζ. Σοταρισμένα κομματάκια κοτόπουλου σερβίρονται με γευστική σάλτσα ντομάτας, κρεμμυδιού, καυτερής πιπεριάς, σιγοψημένα σ' ένα ποτήρι λευκό κρασί. Η περιοχή των Βάσκων είναι επίσης τόπος κυνηγιού και ψαρέματος. Για το κυνήγι, το αγριοπερίστερο είναι το κατεξοχήν θήραμα των Πυρηναίων κατά τη διάρκεια της μεγάλης του μετανάστευσης. Πραγματικά εύγευστος ψητός μεζές καλυμμένος με ένα κομμάτι λαρδί. Όσο για το ψάρεμα, τόνος, σαρδέλες και καλαμάρια γεμίζουν τα δίχτυα και αποτελούν εξαιρετικές ψαριές.

Τα πρόβια τυριά, σερβίρονται φρέσκα ή παλαιωμένα αλλά δυστυχώς διαθέσιμα μόνο τους καλοκαιρινούς μήνες. Τέλος, η σοκολάτα επιφανής σπεσιαλιτέ της πόλης της Μπαγιόν (Bayonne) αρωματισμένη με κανέλλα ή σε ζυμωμένο γλυκό όπως το περίφημο γλυκό σύμβολο της περιοχής το Γκατό Μπερέ Μπασκ (Βάσκιος μπερές

Περιγκόρ (Périgord): μια σωστή ισορροπία

Η κουζίνα του Περιγκόρ είναι προικισμένη από την ίδια τη φύση. Μανιτάρια, (ναι αλλά τί μανιτάρια: τρούφες και μπολέτους!), καρύδια, κάστανα και πουλερικά (χήνες, πάπιες) που συντελούν στην παραγωγή του φημισμένου φουά γκρά της περιοχής αυτής. Αντίθετα με τη γενική γνώμη, το Περιγκόρ είναι μια περιοχή φτωχή, αγροτική. Και η κουζίνα της είναι η αντανάκλαση αυτής της πραγματικότητας.

Μια κουζίνα παραδοσιακών τοπικών προϊόντων, γεμιστών, κονσερβών, μαγειρεμένων και συντηρημένων σε βάζα, παστού κρέατος...Αλλά μιας κουζίνας εξαιρετικής, γενναιόδωρης και γευστικής όπως οι χήνες και οι πάπιες ταϊσμένες με καλαμπόκι και των οποίων το συκώτι, τα φτερά, τα πόδια και ο λαιμός αποτελούν βασικά συστατικά του εορταστικού τραπεζιού. Το λίπος του ζώου χρησιμοποιείται για τα παστά και βοηθά στη διατήρηση της νοστιμιάς των προϊόντων.

Ενα λίπος που αντικαθιστά το βούτυρο και που δίνει εξαίσια γεύση στις σοταρισμένες πατάτες, στο φιλέτο.

Μπορντό (Bordeaux): κουζίνα του νότου αλλά ισπανικά

Το Μπορντό είναι φημισμένο παγκόσμια για τα κρασιά του. Αλλά η περιοχή κρύβει κι άλλες γαστρονομικές εκπλήξεις προϊόντα μιας ανθεκτικής και εξαιρετικής παράδοσης αλλά και ενός ανοίγματος προς τον Ατλαντικό εμπλουτισμένου με πλούσιες και λεπτές γεύσεις.

Πρόκειται για μια παραδοσιακή γαστρονομία, που μοιάζει στην ισπανική κουζίνα. Από τη μια, ψάρια όπως γλώσσες, γόνους χελιών με σκόρδο και μαϊντανό, λάμπρενα αλα μπορντελαίζ, με σάλτσα κόκκινου κρασιού, φρέσκιες ψητές σαρδέλες που τρώγονται στην παραλία.

Από την άλλη, οι νοστιμιές της γης : το φουά γκρά, τα χοιρινά εντεράκια, το αρνάκι γάλακτος, τα σπαράγγια. Και το κανελέ (cannelé) γλυκό με έντονη γεύση από ρούμι και βανίλια, εκπροσωπεί καλά το Μπορντώ, πόλη του νότου ανοιχτή στον κόσμο για τον οποίο αποτέλεσε ένα σημαντικό σταθμό πριν μερικούς αιώνες για το εμπόριο μεταξύ των τριών Ηπείρων, στο δρόμο για το ρούμι και τα μπαχαρικά. Το Μπορντώ είναι επίσης γνωστό για τα εξαιρετικούς του αμπελώνες όπως οι Premières Côtes de Blaye, Entre-deux-Mers, Sauternes en Graves, Saint-Emilion και Pomerol στο Libournais, Saint-Julien, Saint-Estèphe, Pauillac και Margaux στο Médoc.

ΔΥΤΙΚΑ

Σεντρ Βαλ ντε Λουάρ (Centre Val de Loire) : ο κήπος της Γαλλίας

Ανάμεσα στη Λεκάνη του Παρισιού και τις Ατλαντικές ακτές, η Val de Loire προσφέρει μεγάλη ποικιλία κρέατος, ψαριών, φρούτων και λαχανικών.

Από την Μπλουά εως την Τουρ, τα κρασιά είναι περίφημα : Cheverny, Touraine και λίγο πιο μακριά, Chinon, Bourgueil και Saint-Nicolas. "Ο κήπος της Γαλλίας" και οι απέραντοι οπωρώνες του, δίνουν στους καλλιεργητές εκπληκτικά μήλα και αχλάδια που ωριμάζουν στον ήλιο και μικρά φρέσκα λαχανικά. Η Val de Loire είναι η πρώτη παραγωγός περιοχή πράσσου στην Ευρώπη. Το πράσσο, μετά τη γλυστρίδα, είναι το λαχανικό που καλλιεργείται στα

χωράφια της περιοχής της Νάντης.

Στα κυρίως πιάτα, σημειώστε τα ψάρια του Λίγηρα που συνοδεύονται από σάλτσα άσπρου βουτύρου ή μια τοπική ράτσα πουλερικού η *géline poire* με νόστιμο κρέας.

Βρετάνη : η κουζίνα του εύρους

Η κουζίνα της Βρετάνης, είναι η κουζίνα του εύρους, της υπαίθρου και της θάλασσας. Αποτελεί δροσερό μείγμα τόνου και σαρδέλας, παστού χοιρινού και γαλέτας, χωρίς να ξεχνούν τον μηλίτη και τις κρέπες. Στη Ρεν (Rennes) πρωτεύουσα της Βρετάνης, υπάρχει ο κούκος του οποίου τα αυγά και το κρέας είναι περιζήτητα.

Το Petit Gris, φημισμένο σαλιγκάρι που τρώγεται με βούτυρο, μαϊντανό και σκόρδο και βεβαίως η γαλέτα με μαύρο σιτάρι. Στην Κανκάλ (Cancale) βρίσκουν τα περίφημα στρείδια. Βρίσκουν επίσης τα μικρά κέικ μαντλέν (madeleines) με τη λεμονάτη γεύση και μυρωδιά, θαλασσινά, μαλακόστρακα, ψαρόσουπα, τη σάλτσα της ακτής της Αρμόρ, αλλαντικά, καπνιστό ζαμπόν, κρέπες, κέικ, μπισκότα βουτύρου...

Νορμανδία: το μήλο και το γάλα

Η Νορμανδία προσφέρει μια γαστρονομική ποικιλία ερεθιστική και μεγάλης ποιότητας. Όστρακα πολυτελείας : στρείδια ανοιχτής θάλασσας, χτένια (coquilles Saint-Jacques), αστακούς. Κάθε μεγάλη πόλη σχεδόν έχει και από μια σπεσιαλιτέ : η γλώσσα της Διέπης (Dierpe), ο πατσάς "à la mode de Caen", η μαύρη αιματιά της Μορτάν (boudin noir de Mortagne)...Δεν πρέπει επίσης να ξεχνάμε τις καλές νορμανδικές αγελάδες που δίνουν άφθονο γάλα και επιτρέπουν την παραγωγή εκπληκτικών τυριών : το καμαμπέρ (camembert), το πον-λ-εβέκ (pont-l'évêque) και το λιβαρό (livarot). Τέλος στα φρούτα, το μήλο είναι ένα από τα σημαντικότερα ατού της Νορμανδίας. Πράσινο, γλυκό, τραγανιστό, ξυνό ή ώριμο συμβάλλει στην παραγωγή μηλίτη και του διάσημου καλβαντός (calvados)...

ΙΛ ΝΤΕ ΦΡΑΝΣ (ILE DE FRANCE) Η ΙΛ ντε Φρανς : μια αποθήκη...γλυκών γεύσεων

Στην Ιλ ντε Φρανς καλλιεργούνται λαχανικά, φρούτα, καρυκείματα...και η τέχνη των γλυκισμάτων! Ιστορική περιοχή των Βασιλιάδων της Γαλλίας με μεγάλη ποικιλία τοπίων με δάση και χωράφια που κρύβουν μικρούς θησαυρούς.

Το μανιτάρι του Παρισιού που καλλιεργείτο αρχικά στα ανενεργά λατομεία του Παρισιού, τα φρούτα και τα λαχανικά όπως το μήλο Faro, το κεράσι της Montmorency, το αχλάδι της Groslay, το σπαράγγι της Argenteuil ή το φασόλι, η περιοχή καλλιεργεί λεπτές αλλά ουσιαστικές γευστικές απολαύσεις. Η Ιλ ντε Φρανς εκθρέφει πεντανόστιμα πουλερικά και χοιρινά που

δίνουν το περίφημο ζαμπόν Παρισιού αλλά και βοδινό και μοσχαρίσιο κρέας που χρησιμοποιείται σε πολλές σπεσιαλιτέ όπως : Navarin d'agneau (αρνί), βοδινό Mironton, la tête de veau vinaigrette και το rot-au-feu Henry IV.

Η περιοχή ανέδειξε πολλά νόστιμα καρκεύματα όπως τη μουστάρδα, δημιούργησε πολλά τυριά όπως το Μπρι και εξάισια επιδόρπια όπως το Paris-Brest και την τάρτα. Και βέβαια τα γλυκίσματα : καραμέλες, σοκολάτες, ζελεδάκια φρούτων και λικέρ...ότι μπορεί να θελήσει ένας βασιλιάς. Και εφόσον μιλάμε για βασιλιάδες ας σταματήσουμε στις Βερσαλλίες για να δοκιμάσουμε το επιδόρπιο Belle Marquise που φτιάχνει ο Gérard Vié, σεφ στο εστιατόριο Trois Marches, Trianon Palace, 78 000 Versailles.).

Αλλά, γαλλική κουζίνα χωρίς γαλλικές σπεσιαλιτέ γίνεται; Δε γίνεται. Ας δούμε λοιπόν ποια είναι τα πιο χαρακτηριστικά πιάτα της γαλλικής κουζίνας:

Κρεμμυδόσουπα (Soupe à L'aignon)



Η κρεμμυδόσουπα είναι από τα πιο χαρακτηριστικά, απλά και πολύ νόστιμα γαλλικά πιάτα και η φήμη της έχει φτάσει μέχρι τα πέρατα του κόσμου. Είναι η βασίλισσα όλων των σουπών. Σερβίρεται ιδανικά σε φλιτζάνι ή σε πορσελάνινη κούπα και από πάνω τοποθετείται μια μεγάλη φέτα ψημένης μπαγκέτας, σκεπασμένη με λιωμένο τυρί.

Steak Tartare

Ένα από τα πιο γνωστά πιάτα που σπέρνουν διχόνοιες, αφού ή το λατρεύεις ή το σιχαίνεσαι. Η αλήθεια είναι ότι δεν μπορείς να το σιχαθείς στη γεύση, μιας και είναι πολύ νόστιμο, αλλά συνήθως όσοι το σιχαίνονται δεν τολμούν να το δοκιμάσουν καν. Είναι ένα πιάτο που σερβίρει το κρέας όπως θα έπρεπε να τρώγεται: ωμό. Μην φοβάστε, είναι μαριναρισμένο χοντροαλεσμένο κρέας, μαζί με αυγό, πολλά μπαχαρικά, λάδι και κρεμμύδι.



Cassoulet

Το Cassoulet είναι ένα βαρύ μαγειρευτό φαγητό, που φτιάχνεται με κρέας (συνήθως πάπιας και/ή χοιρινά λουκάνικα) και λευκά φασόλια. Και είναι το τέλειο πιάτο για να σε ζεστάνει τις παγωμένες νύχτες και να σε ανακουφίσει από το κρύο, αλλά και από την πείνα, προσφέροντας μοναδική απόλαυση. Το κρέας μαγειρεύεται αργά για ώρα, μαζί με τα φασόλια και στο τέλος χυλώνει υπέροχα. Το όνομά του το πήρε από το πήλινο σκεύος (cassole) όπου μαγειρευόταν στην αρχή.



Bouillabaisse

Η υπέροχη αυτή τύπου ψαρόσουπα είναι από τα πιο νόστιμα πιάτα για όσους αγαπούν τα θαλασσινά, αλλά όχι μόνο. Έχει μπόλικο σαφράν και είναι το σήμα κατατεθέν της Μασσαλίας. Περιλαμβάνει 4 διαφορετικά είδη ψαριού και θαλασσινών, ντομάτα και πολλή αγάπη. Τα μπαχαρικά και αρωματικά του, όπως η δάφνη, το σαφράν, το σκόρδο και το πράσο, δίνουν υπέροχη μυρωδιά. Συνήθως περιλαμβάνει πεσκανδρίτσα, λιθρίνι, μπακαλιάρο, μύδια, αχιβάδες, γαρίδες και ό,τι άλλο θαλασσινό έχετε ή αγαπάτε.



Ratatouille

Το αντίστοιχο δικό μας μπριαμ, στη Γαλλία είναι πολύ δημοφιλές πιάτο, τόσο που έγινε ταινία κινουμένων σχεδίων. Είναι ένα νόστιμο και εύκολο πιάτο που συνηθίζεται στα σπίτια κυρίως της Νότιας Γαλλίας. Για να το φτιάξετε θα χρειαστείτε ελαιόλαδο, φρέσκα μυρωδικά, αρκετό σκόρδο, κρεμμύδι, κολοκύθι, μελιτζάνα, πιπεριά και ντομάτα, όλα κομμένα σε μεγάλα κομμάτια και τοποθετημένα ανά στρώσεις.



Fondue

Αγαπημένο πιάτο από τις γαλλικές Άλπεις. Φτιάχνεται από λιωμένο τυρί μαζί με λευκό κρασί και σερβίρεται σε ειδικό πυρίμαχο σκεύος με φλόγα που καίει από κάτω, για να κρατάει το μίγμα ζεστό και ρευστό. Με ειδικά πιρουνάκια, μικρές μπουκίτσες ψωμιού παίρνουν μικρές δόσεις από το μίγμα. Μια γνωστή γλυκιά παραλλαγή του είναι αυτή με τη λιωμένη σοκολάτα στην οποία βυθίζουμε κομματάκια φρούτων.



Κόκορας κρασάτος (Coq au Vin)

Αυτή ίσως είναι μία από τις πιο δημοφιλείς σπεσιαλιτέ της Γαλλίας στον κόσμο και ειδικά στην Αμερική, μέσω του βιβλίου της γνωστής μαγείρισσας Julia Child «Mastering the Art of French Cooking» που έκανε γνωστή τη γαλλική κουζίνα στα αμερικανικά νοικοκυριά. Συνήθως φτιάχνεται με κόκορα, αλλά επειδή το κρέας του είναι πιο δύσκολο να βρεθεί στην αγορά, συχνά συναντάται και με κοτόπουλο. Το κρέας μαγειρεύεται μέσα σε κόκκινο κρασί, μαζί με βούτυρο, μπέικον και ζωμό κρέατος. Και είναι τόσο νόστιμο...



Κις Λορέν (Quiche Lorraine)

Μια κλασική αλλά και πανεύκολη συνταγή γαλλικού πιάτου. Η κις λορέν είναι ένα πιάτο που τρώγεται όλες τις ώρες, σαν ορκετικό, σαν σνακ, ακόμα και σαν πρωινό. Το σημαντικό στη συγκεκριμένη συνταγή είναι να πετύχεις μια αφράτη και κρεμώδη γέμιση, αλλά κι ένα τραγανό μπέικον. Απλώνετε τη ζύμη για τάρτα και από πάνω της ρίχνετε μπέικον, αυγά, τυρί, κρέμα γάλακτος, αλάτι και πιπέρι.

Boeuf Bourguignon

Όσο δύσκολο είναι να το προφέρουμε, τόσο εύκολο είναι να το καταναλώσουμε. Το Boeuf Bourguignon είναι ένα μαγειρευτό πιάτο, με μοσχάρι σε κόκκινο κρασί Βουργουνδίας. Είναι μάλιστα κι ένα από τα ελάχιστα πιάτα που τρώγονται εξίσου καλά (ίσως και καλύτερα) την επόμενη μέρα.



Σαλιγκάρια (Escargots à la Bourguignonne)

Τα σαλιγκάρια γεμίζονται με ένα μίγμα από βούτυρο, σκόρδο και μαϊντανό και γίνονται ένα υπέροχο πιάτο, όμορφο και νόστιμο (για όσους αγαπούν τα σαλιγκάρια βέβαια). Και τι να πει κανείς για πολλά ακόμα πιάτα που μας έμαθαν οι Γάλλοι να αγαπάμε, όπως τις πατάτες Gratin Dauphinois, το ψητό Camembert, τις κρέπες, το σουφλέ τυριού, το Rot-au-feu, το φουά γκρα, το μιλφέιγ, την κρεμ μπρουλέ και πολλά πολλά ακόμα.



Το ψωμί , ή αλλιώς le pain (ou la baguette).

Οι Γάλλοι παίρνουν πολύ στα σοβαρά το ψωμί τους. Για τη μπαγκέτα για παράδειγμα, υπάρχουν νόμοι που καθορίζουν τη σύσταση, το μήκος και την τιμή της, ενώ για να

αποκαλείται ένα κατάστημα boulangerie (φούρνος) πρέπει να ψήνει το ψωμί επί τόπου.

Τα γαλλικά τυριά / Les fromages

français

Ένα ρητό λέει ότι υπάρχει ένα διαφορετικό γαλλικό τυρί για κάθε μέρα του χρόνου, αλλά στην πραγματικότητα υπάρχουν περισσότερα από ένα για κάθε μία. Στην πραγματικότητα, υπάρχουν πάνω από 1000 είδη τυριών στη Γαλλία και ο μέσος Γάλλος καταναλώνει 24 κιλά τυρί το χρόνο! Pas mal! Δεν υπάρχει καλύτερος τρόπος να γνωρίσουμε την κάθε περιοχή της Γαλλίας από το να δοκιμάσουμε το ξεχωριστό τυρί της καθεμιάς από αυτές. Πλάι στο πασίγνωστο brie και τα πολυαγαπημένα camembert, και roquefort, υπάρχουν αμέτρητα άλλα γαλλικά τυριά (neufchatel, bleu, fourme, emmental, gruyère, rocamadour ...). Όρεξη να έχουμε! Και κάτι ακόμη: στη Γαλλία το τυρί σερβίρεται μετά το κυρίως πιάτο ή ακόμη και ως επιδόρπιο!



Επιδόρπιο



Αν κάποιος προτιμά κάτι κλασικό, τότε ένα σουφλέ σοκολάτας με ή χωρίς παγωτό είναι η ιδανική επιλογή, όπως κι ένα παραδοσιακό μιλφέιγ με χίλια φύλλα σφολιάτας και αφράτη κρέμα ζαχαροπλαστικής ή μια tarte tatin με μήλα και ζύμη για τάρτα. Και η κρέμα καραμελέ είναι ιδιαίτερα διαδεδομένη στη Γαλλία, αλλά και σε άλλες χώρες, όπως η γειτονική Ισπανία, καθώς επίσης και η crème brulée με την καραμελωμένη επιφάνεια.

Για πιο ασυνήθιστες γεύσεις, ένα επιδόρπιο με φράουλες μέσα σε κόκκινο κρασί, ταιριάζουν μετά από ένα καλό γεύμα. Κι ακόμα πιο προκλητικό για τον ουρανίσκο σας, είναι ένα τύπου μιλφειν με γέμιση από φρέσκα φρούτα και ξηρούς καρπούς με σιρόπι και σαντιγί. Αναμφίβολα πρόκειται για δείγμα υψηλής ζαχαροπλαστικής τέχνης.



Αγαπάει το κρέας και τις σάλτσες

Η γαλλική κουζίνα έχει αξιόλογη ποικιλία με διαφορετικές όμως περιφερειακές διαφορές, βασισμένη στην παραγωγή και γαστρονομία από κάθε περιοχή. Μια γαλλική κουζίνα, όμως, διαθέτει πάντα λαχανικά και φρούτα εποχής, κρέατα που καταναλώνονται σε μεγάλο βαθμό, πουλερικά, πάπια, γαλοπούλα και λιγότερο βοδινό και χοιρινό κρέας. Και φυσικά ψάρι, από τα παράλια της χώρας και από λίμνες, που στα χέρια των γάλλων δημιουργών γίνονται ανεκτίμητα γαστρονομικά διαμάντια.

Για του λόγου το αληθές, πολλά και ενδιαφέροντα είναι τα γαλλικά ορεκτικά, από τα περιβόητα φουά γκρα, μέχρι τις άκρως πολυποίκιλες σαλάτες, τις ποικιλίες τυριών (καμεμπέρ, ροκφόρ, κομτέ) και παντός είδους κροκέτες. Στα κύρια πιάτα ενός γαλλικού μενού με διεθνή

απήχηση, θα βρείτε τα περιβόητα σουφλέ με τυρί, λαχανικά, κιμά έως το ωραιότατο κρέας με πατάτες και αλμυρές κρέπες. Το κοκ ο βιν, αρνί Ναβαρέν, κασουλέ, μπιφ μπουργινόν, μπουγιαμπέσα, κτλ. Όσον αφορά στο επιδόρπιο, επίσης μεγάλη είναι η ποικιλία σε υλικά και συνταγές, από τις κικς λορέν, μέχρι την υπέροχη μηλόπιτα με σαντιγί ή παγωτό, τις νοστιμότητες τάρτες και τη μους σοκολάτας.

Γενικά για την γαλλική κουζίνα, θα μπορούσαμε να πούμε ότι είναι μια λιπαρή κουζίνα, αφού στο μαγείρεμα λίπους συναντάμε το βούτυρο, τη μαγιονέζα, την κρέμα γάλακτος. Χρησιμοποιείται ελάχιστο ελαιόλαδο, αλλά περισσότερο ηλιέλαιο και φυστικέλαιο.

Επίσης, αξίζει να σημειωθεί ότι η τάση του φυτοφαγισμού δεν είναι πολύ διαδεδομένη στην Γαλλία.

Απαραίτητος συνοδός σε όλα αυτά τα εδέσματα είναι το γαλλικό κρασί, λευκό ή κόκκινο, από τα διάσημα αμπέλια του Μπορντό και της Βουργουνδίας από γνωστές γαλλικές ποικιλίες, όπως merlot, pinot noir, sauvignon blanc, champagne, bordeaux, κ.ά.

Κρασί



Το κρασί είναι θεσμός στη Γαλλία. Οι απόγονοι των Γαλατών είναι που ανήγαγαν τη παραγωγή κρασιού σε επιστήμη. Αυτοί που έμαθαν στον υπόλοιπο κόσμο, ότι το κρασί δεν είναι απλά ένα ακόμα φυτικό προϊόν αλλά είναι ένας ζωντανός οργανισμός που απαιτεί την αμέριστη προσοχή του παραγωγού, από την αρχή που θα φυτευτεί το σταφύλι μέχρι να βγει το πώμα της φιάλης στο τραπέζι του καταναλωτή.

Στη Γαλλία υπάρχουν 13 οινοποιητικές περιοχές. Περισσότερο ή λιγότερο γνωστές όλες έχουν να επιδείξουν ξεχωριστά κρασιά τόσο στη γεύση όσο και στα αρώματα. Οι κυριότερες από αυτές είναι:

Η πιο γνωστή ποικιλία κρασιού ή καλύτερα οινοποιητική περιοχή είναι η Καμπανία που παράγει τη γνωστή μας σαμπάνια. Η περιοχή αυτή βρίσκεται βορειοανατολικά του Παρισιού

και κρατάει τα σκήπτρα της οινοποιίας χάρη στην τυχαία ανακάλυψη του μοναχού Ντομ Περινιόν (Dom Pérignon).



Μία άλλη περιοχή που χρόνια διεκδικεί τα πρωτεία από τη Καμπανία είναι η περιοχή του Μπορντό. Βρίσκεται νοτιοανατολικά του Παρισιού και περηφανεύεται (όχι αδίκως) για τα κρασιά της. Εδώ συναντούμε ίσως τα πιο ποιοτικά και ακριβά κρασιά της Γαλλίας. Υπάρχουν πάνω από επτά χιλιάδες σατώ (chateaux) (που κυριολεκτικά σημαίνει πύργος) και καλλιεργούνται περίπου εκατόν είκοσι χιλιάδες αμπελώνων. Η ποικιλία αυτή είναι η αγαπημένη των Ευρωπαίων αφού το 67% των εξαγωγών καταναλώνεται εκτός Γαλλίας.

Τα κρασιά της Βουργουνδίας είναι και αυτά από τα πιο φημισμένα κρασιά στον κόσμο. Το 1415 με το βασιλικό διάταγμα τα κρασιά που επιτρεπόταν να ονομάζονται κρασιά Βουργουνδίας καθοριζόταν να είναι τα κρασιά που θα παράγονταν πάνω από τη γέφυρα της πόλης Sens.

Θρησκεία

Από το 1905, το γαλλικό κράτος έπαψε να στηρίζει οικονομικά την Καθολική εκκλησία κατόπιν λαϊκής απαίτησης. Έτσι, σήμερα δεν αναγνωρίζει επίσημη θρησκεία, εξασφαλίζει απόλυτη ελευθερία στην λατρεία και οι διακρίσεις που βασίζονται στο θρησκευτικό δόγμα ή τη λατρεία απαγορεύονται. Ωστόσο η πλεινότητα του πληθυσμού είναι Καθολικοί σε ποσοστό 85%. Υπάρχουν και μουσουλμάνοι (7%), προτεστάντες (2%), εβραίοι (1%) κ.ά. Άρα δεν έχουμε κάποια σύνδεση της γαλλικής κουζίνα με τη θρησκεία τους.

Βιβλιογραφία:

<http://www.nline.gr/2534/>

<http://www.clickatlife.gr/geusi/story/20957>

<http://www.nooz.gr/gourmet-suntages/galliki-gastronomia>

<http://aphroditekarageorgiou.weebly.com/eta-gammaalphalambdalambdaiotakappa942-kappa-omicronupsilonzeta943nualpha.html>