



Pasaporte al Fin de Semana: Mezcla de Quinoa al Estilo Asiático

COMIDAS DEL MUNDO

Cocinar puede ser una aventura y una forma de descubrir los diferentes sabores del mundo. Cada cultura tiene una forma única de combinar ingredientes y sabores. Compare la comida italiana con la china. En estas dos culturas, se usan aceites, especias y hierbas muy diferentes para crear recetas iguales de sabrosas pero muy distintas entre sí.

Cada país tiene una cocina única con diferentes combinaciones de ingredientes y sabores. ¿Alguna vez se ha preguntado qué comen los niños según el país de origen? Muchos de nosotros hemos tenido la suerte de probar las comidas favoritas a nivel global, desde la pizza italiana o el salteado chino hasta las variedades de curri de la India. A continuación, se presenta una lista con los sabores típicos de algunos países.

México: chile en polvo, comino, cilantro y clavo de olor.

Italia: albahaca, ajo, orégano, romero y tomillo.

Grecia: eneldo, limón, perejil y cebollín.

India: comino, curri, cúrcuma y jengibre.

China: jengibre, chile rojo, hinojo y clavo de olor.

África: canela, aceitunas, dátiles y frutas cítricas.

¿Sabía lo Siguiente? Cocina Asiática

La cocina asiática representa la cocina de casi 50 países diferentes. En EE. UU., solemos encontrar recetas que presentan una fusión con la cocina asiática, es decir, determinados aspectos de las recetas o los ingredientes asiáticos se incorporan en los platos estadounidenses. En la receta Mezcla de Quinoa al Estilo Asiático, se incluye edamame, aceite de sésamo, aceite de soja y jengibre.

¡Pruebe la receta!

Mezcla de Quinoa al Estilo Asiático

<https://www.chefsa.org/wp-content/uploads/2019/01/Asian-Style-Quinoa-Medley-Spanish.pdf>

Haga la receta y recuerde compartir la imagen en Facebook, Instagram o Twitter. Etiquete a @chefsanantonio, ¡y tal vez compartamos su foto!

chefsa.org

@CHEFSanAntonio

