"Завтраки школьников мира."

Автор текста , художественное оформление и дизайн: Алина Полодюк,

2 класс МОУ гимназия №3, г. Краснодар

Руководитель проекта Лисун Г.В.

E- mail: babi1959@rambler.ru

Краснодар 2010 год

Германия.

Обычный немецкий завтрак состоит из булочек, масла, джема, ветчины, вареного яйца в смятку и кофе.

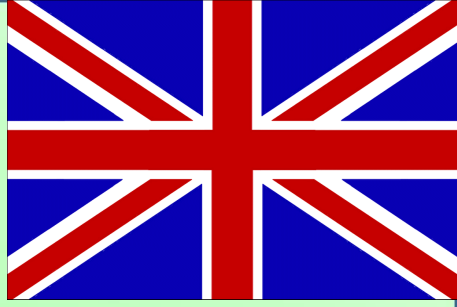
Однако, теперь популярны сухие завтраки, в каждом регионе свои добавки: сыры, колбасы, паштеты и фрукты.

Бельгия.

Бельгийский завтрак похож на завтрак соседей - французов. Бельгийцы не едят свои знаменитые бельгийские вафли на завтрак. На завтрак вместо них подают хлеб, поджаренный или нет, джемы, мармелады, ореховые пасты, которые запивают кофе, какао, водой или фруктовым соком. Сегодня также бельгийцы предпочитают бутерброды с сыром, различными колбасами или что-нибудь сладкое.

Голландия.

Традиционный голландский завтрак состоит из яиц-пашот, бекона, сосиски, выпечки и шоколадной посыпки.



Англия.

Полный английский завтрак также включает помидоры, печеную фасоль в томате, грибы и жареную кровяную колбасу. Такой завтрак уже не принято есть ежедневно, и обычно подают сухой завтрак с соком или молоком и тост с мармеладом.

Также иногда подают половинки грейпфрута.

Шотландия.

Горячий шотландский завтрак состоит из похожих ингредиентов, иногда с добавлением картофельных котлет и белой кровяной колбасы.

Также в Шотландии популярна овсянка.

Дания

В Дании завтрак похож на Германию: хлеб, тост с маслом и датским порезанным сыром, нежный датский белый сыр джем и кофе.

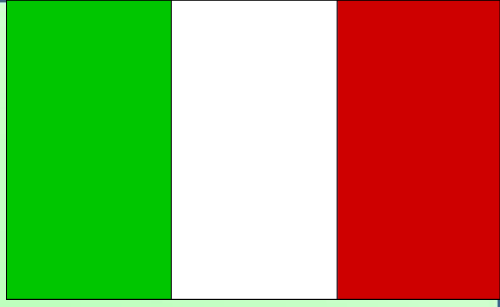
Более обильный завтрак включает колбасы, ветчину, вареные всмятку яйца, мюсли и булочки.

Франция.

Обычный домашний завтрак - глубокие тарелки, нежные чашки, кофе, часто с молоком, или горячий шоколад с тартинками - кусочками багета с джемом, которые окунают в кофе. Также традиционны круассаны.

Греция.

В Северной Греции подают булочки и греческий кофе.



Италия.

Итальянский завтрак - кофе с молоком с булочками или хлебом с маслом и джемом. Часто с утра съедают быструю закуску или булочку с начинкой.

Испания.

Обычный испанский завтрак - палочки из заварного теста в сахаре и сладкий шоколадный напиток. В Мадриде чуррос делают меньше и в форме благотворительной ленточки.

Португалия.

Португальский завтрак бывает двух типов: один на скорую руку перед работой, а второй занимает больше времени, обычно для выходных дней. Если быстро перед работой, то чашка йогурта, молоко, кофе или и то и другое, хлеб и масло, сыр и джем. Если есть время, также подают апельсиновый сок, круассаны, разная выпечка.

Польша.

Польская кухня очень разнообразна и во многом напоминает русскую. Завтрак включает, как правило, молочные продукты.

К завтраку часто подают кефир, простоквашу, причем к простокваше, как правило, подают горячий чай.

Венгрия.

Венгерская кухня – визитная карточка страны и один из ее туристических брендов, настоящий рай для гурманов. Завтрак с обязательным включением жидкой каши и горячего чая без сахара.

Ямайка.

Типичный завтрак на Ямайке - "акки" - растущий на дереве фрукт, который без всяких прикрас напоминает вкус яичницы в приготовленном виде. Днем легко перекусывают хорошо приправленным мясным или овощным пирогом. Во время основного приема пищи подают козлятину или свинину, обычно с приправой кэрри и гарниром из риса и фасоли.

Куба.

На Завтрак подают большие булочки с сырной начинкой, и креветки и картофель-фри или кувшин свежевыжатого и охлаждённого сока из манго, омлет.

Шри-Ланка.

Хопперс – это такой блин, приготовленный из специальной муки. При приготовлении края блина загибаются, образуя чашу. Внутрь можно положить яичницу-глазунью, или просто употребить этот блин с добавлением карри. Стринг Хопперс – это произведенные из того же теста тонкие полоски, похожие на длинную вермишель. Обычно их скручивают в виде комочков и так же подают с карри. Хопперс в любом виде – традиционная еда ланкийской семьи на завтрак.

Румыния.

Румынская кухня весьма оригинальна. На завтрак подают только «утренние» блюда: салатики, омлет и др. закуску.

Турция

В Турции обычный завтрак также сытный: состоит из белого сыра, помидоров, черных оливок, хлеба с медом и вареньями, soujouk и яйца - все со сладким черным чаем.

Израиль

В Израиле завтрак обычно состоит только из кофе (растворимого обычно) и печенья или кусочка кекса. В сытный завтрак могут входить яйца и "израильский салат": порезанный огурец, помидор с оливковым маслом и уксусом или лимоном.

АФРИКА. Алжир.

В Алжире типичный завтрак - это кофе с французским батоном маслом и джемом.

АФРИКА. Камерун.

В Камеруне утренняя еда очень сытная: пышки бенье, которые либо едят с фасолью, либо с сиропом. Также едят жареные яйца, омлеты.

Китай.

Китайский завтрак - паровые хлебцы, рис, кунжутные хлебцы, соевое молоко (сладкое или несладкое), в которое окунают жареные кусочки хлеба. Уличные торговцы продают различные горячие закуски, часто жареные во фритюре. Обычно это рисовые клецки, жареные блины, булочки с мясной начинкой, лапша и супы.

Индия.

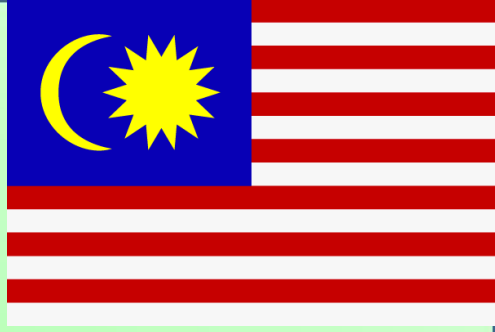
В Южной Индии самый популярный завтрак - ассортимент, включающий несколько блюд, например, идилис, вадас, досас и лепешки чапатис. Подается как минимум с одним соусом чатни и горячим самбаром. В конце выпивают чашку чая или кофе с молоком и сахаром.

Япония.

Традиционный японский завтрак включает суп мисо, рис с нори и другими гарнирами, натто, рыбу на гриле, сырое яйцо и маринованные овощи. Также едят западные блюда. Для туристов в крупных отелях подают традиционный западный завтрак.

Корея.

В Корее нет отдельного понятия "завтрак". Утренняя еда почти не отличается от того, что подают на обед. Кимчи (смесь маринованных овощей) и рис - основа утренней еды. Но в настоящее время корейцы намного чаще едят завтраки западного типа.



Малайзия и Сингапур.

В Малайзии и Сингапуре на завтрак иногда подают популярное малайское блюдо наси лемак. Также популярны такие блюда как роти канак, тост кайя и вонтоновская лапша.

Таиланд.

На завтрак в Таиланде подают кофе с гренками.

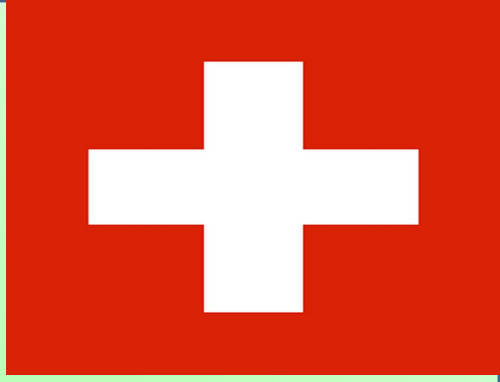
Вьетнам. Камбоджа.

Традиционно едят суп на завтрак.

Уличные забегаловки в Бангкоке продают разнообразные супы на завтрак.

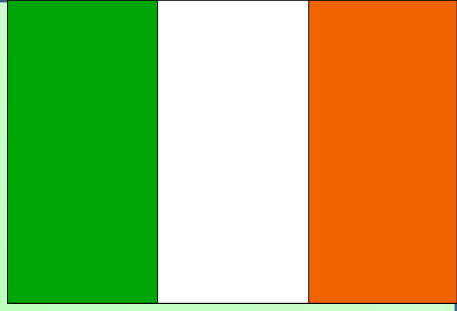
АВСТРАЛИЯ

Обычный австралийский завтрак напоминает завтрак в западных странах. Из-за теплой погоды в большинстве регионов Австралии, обычно завтрак очень легкий, состоящий из сухих завтраков, тоста, фруктов, фруктовых соков. По выходным или в кафе иногда едят горячий английский завтрак, но это не ежедневная традиция.



Щвейцария

В Швейцарии, например, подают колбасы, сыр, йогурт, фрукты, масло, круассаны, хлеб и булочки.



Ирландия

Ирландский завтрак, это горячий завтрак, состоящий в основном из продуктов из свинины. Традиционный ирландский завтрак состоит из следующих ингредиентов: свиные сосиски, кусочки бекона, яйца, кровяная колбаса, белая колбаса, чай или кофе и тост или традиционный содовый хлеб.

Египет

В Египте по традиции подают сытный завтрак ful medames: фасоль фава (иногда чечевица) с оливковым маслом, лимонным соком и чесноком.