



加德满都上演内陆美食乐章

加德满都作为世界各地背包客汇聚的城市,集中了各国风味的特色餐馆,且味道正宗。在 Thamel 和 Jochne 街,可以很容易找到意大利、日本、印度、中国以及加德满都当地的传统美食餐馆等,并且价格便宜,只是酒水花费稍高。尼泊尔的餐厅上菜速度以慢闻名,如果吃晚饭人数多的话可能要等到深夜。

因尼泊尔毗邻中国,所以加德满都的很多传统食物跟中国食物十分相似,比如很受欢迎的蒸饺(momo),还有各类饼和炒饭。在当地,蒸饺多是配着咖喱酱蘸着吃。Dal Bhat 套餐,即一种手抓饭,通常为巨大的圆盘里放置许多小碟,分别装着蔬菜泥、土豆泥、咖喱和米饭等。将它们混合在一起吃,非常美味。

在加德满都,最常见的食物就是蒸饺、Dal Bhat 套餐、炒面以及种类丰富的饼。在餐厅里还能吃到多种多样的菜肴。尼泊尔人不吃黄牛肉,他们相信那是神的坐骑,但是水牛肉(Buff)是尼泊尔的主要肉食。加德满都也有很多素食主义者,所以,素食菜肴在当地的选择范围很广。

街头随处都有的蒸饺,也可油炸,分为水牛肉蒸饺和素的蔬菜蒸饺,食用时浇上酱,20至50卢比一份。老板一般会将蒸饺盛入树叶压制的盘子中,别有一番风味。

Dal Bhat 套餐中有米饭、豆汤、酸奶、咖喱小菜、青菜、咸菜,有的还包含肉食,除了肉食以外其他都可以无限续添。Dal Bhat 套餐带肉一般在170至190卢比左右,不带肉的130至150卢比左右。

这里的饼种类多样,恰巴提薄饼(Chapati)是一种小面饼,味道微辣。其他有叫做 Tapad 的脆薄饼以及 Bhatura、Puri 的薄饼等。另外,添加了蒜蓉的烤馕(Nann)味道也不错哦。



Sekuwa

炭烤的鸡肉、羊肉、水牛肉或鱼肉。在尼泊尔大街小巷随处可见,味道很香。



奶茶

将鲜奶加热,放入红茶后煮开,入口香醇美味,是在加德满都必须品尝的一种饮品。



尼瓦风味

将白米制成片状,放在用树叶缝起来的盘子里,沾辣咖喱的马铃薯及其它各式生腌肉、干豆等配菜一起吃。



Samosa

当地一种带馅的油炸小吃,形状是三角形的,大小类似中国的荷叶粽子。

小贴士:

- 1.尼泊尔地处内陆,经济不是很发达,有些地方比较闭塞,卫生条件也不很理想,所以如果去加德满都的话,尽量不要在路边小摊上吃东西,最好选择旅游区的餐馆或者规模比较大的餐厅。
- 2.在加德满都吃饭不需要用刀、叉、筷子等餐具,一般直接用手抓取,而且一定要使用右手,当地人认为左手是用来如厕时使用的,代表了不洁净,所以禁忌使用左手抓取食物。不过,很多餐馆也会准备餐具供顾客使用。