



伊斯兰堡美食

有点“辣”



伊斯兰堡的美食很多,中国游客对于这里的美味一般会从一开始的不喜欢、吃不习惯,到大快朵颐,实在是曲折又美好的过程。

香辣十足

来到巴基斯坦,估计最开心的就是喜欢吃香辣食品的朋友了,因为巴基斯坦人最喜欢吃香辣菜肴。

一般当地人做菜都喜欢放很多辣椒,他们习惯将牛、羊、鱼肉炖熟后食用。常见的食物有西红柿、土豆沙拉、炖鸡、炖羊肉、生菜等。由于没炒菜的习惯,当地人用的都是平底锅和高压锅,食用油均为葵花籽油、橄榄油等植物油类。

那是一个秋季,我们到了伊斯兰堡,导游带我

们到当地很有名的美食一条街上品尝伊斯兰堡正宗美食。这里的香辣小吃让我们大开眼界,不光有中国人熟悉的土豆,还有当地著名的香辣面食——“恰巴提”。由于是面饼,看不出有多辣,但吃起来辣味十足,其中还加了当地一种特殊的原料,能尝出别样的异域风味。

我们在这条街上还见到了各种各样的巴基斯坦菜肴,各式香辣肉类、豆类、泡菜,还吃了最有特色的油饼。值得一提的是,这里的油饼也是香辣味的,油饼皮用干辣椒和面制作而成,中间夹着泡菜馅,味道很好。

回味无穷

一进入伊斯兰堡当地餐馆,就可以闻到让人

流连忘返的香味儿,在餐馆里我们点了 mutton chop、beef kebab、chicken kebab、bombay rice。mutton chop 是当地菜肴中我最喜欢吃的一道,用小羊的排骨烤制而成,一根细细的肋骨带着一块巴掌大的肉块儿,经过炭火的熏烤,味道别提多香了,鲜美至极。美中不足的是菜量实在太小,吃得不够过瘾。

伊斯兰堡还有一种美食叫馕,跟中国新疆的主食馕差不多,不过伊斯兰堡的馕有以下几种:一是用死面制作的,“甩甩”就可以烤熟吃;二是发面制作的,面发好之后“甩甩”再烤;三是发面加芝麻再加油制作而成的馕。吃馕的时候用牛肉和土豆熬成一种酱,再加上鲜辣椒和生洋葱,将馕撕成块儿后沾着牛肉酱吃。一开

始的时候实在吃不习惯,但后来越吃越香,越香越爱吃。

伊斯兰堡人吃的西点和面包外观不好看,口味偏甜。用各种佐料做成的黄油抓饭和肉抓饭味道很不错。伊斯兰堡人盛饭菜喜欢用浅口盘,吃饭的时候不用刀叉和筷子,一般用手抓着吃,所以一开始来伊斯兰堡的时候特别不习惯。

伊斯兰堡人喜欢喝茶,奶茶馆和奶茶摊在当地随处可见,不论渴了、饿了还是累了,当地人都会去奶茶摊买一杯奶茶喝。而且奶茶还分甜、咸两种,另外还有一种加开心果、水果做成的奶茶,呈淡粉色,很漂亮,口感也不错。

(小米)



恰巴提 Chapatti

一种薄面饼。伊斯兰堡人的日常饮食以肉食为主,不过当地人也非常喜欢吃这种叫“恰巴提”的薄面饼。



馕 Naan

在当地,馕是非常受欢迎的主食之一,这里的馕与新疆的口味稍有差别,当地人通常用其配上炖羊肉或炖牛肉来吃,十分扛饿。



烧烤 BBQ

在伊斯兰堡,人们乐于食用肉类,除沙拉以外,游客很少可以看到蔬菜。这里的羊、牛、鸡、鱼肉均可烧烤,肉质鲜美可口,再配上当地的奶茶,绝了!