

Как едят греки?



Вы хотите узнать больше о жизни в той или иной страны? Тогда загляните в тарелку к ее жителям! Когда, что и как едят греки обусловлено в первую очередь их образом жизни.

Завтрак начинается... в полдень

Начнем наше гастрономическое путешествие в Грецию с полудня, когда греки собираются завтракать, то есть в понимании большинства европейцев - обедать. По убеждениям древних греков, принимать пищу ближе к полудню гораздо полезнее, чем рано утром. Придерживаются этого правила и греки современные.

Рано утром перед тем, как отправиться на работу, греки обычно выпивают чашку кофе с бутербродом или тостом. По пути на работу греки нередко заходят в булочные, пекарни и кондитерские, чтобы купить домашний свежий хлеб или сладости к чаю.

Обед — всему голова

Обед (или поздний завтрак/ланч в понимании российских и европейских туристов) для греков - время основательно погрузиться в гастрономическую идиллию. Обедать современные эллины отправляются приблизительно в два часа дня. Поэтому в 14.00 некоторые магазины закрываются на обеденный перерыв. Если это возможно, обедать греки едут домой. По традиции вся семья усаживается за большой стол и неспешно приступает к трапезе. Помимо холодных закусок первыми на столе появляются салаты. Золотое правило греков: не начинать обед без как минимум одного вида салатов на столе. Далее подают горячее: как правило, мясо или рыбу. К ним обязательно выносят корзинку свежего, ароматного и хрустящего хлеба, нарезанного аппетитными толстыми ломтями. Заканчивается трапеза бокалом хорошего вина.

После окончания обеда любой уважающий себя грек обязательно приляжет отдохнуть на часок — другой. Послеобеденный отдых поможет не только переварить пищу, но и переждать жару. Сиеста продолжается до 5 вечера. Если греки обедают в таверне, они коротают это время за приятной беседой. Запомните: греки всегда едят неспешно.

Ужин — время встречи с друзьями

Ужин обычно бывает с 8.30 или 9 вечера. Он будет намного скромнее обеда, но не менее вкусным и разнообразным. Если греки ужинают дома, они едят омлет, жареные или тушеные овощи, или греческий салат с сыром «фета» и свежим хлебом. Заканчивается ужин сладостями к чаю на десерт.

Если греки планируют ужинать в таверне или на празднестве, они будут довольствоваться куда менее сытным обедом, чтобы вечером

наверстать упущенное. В таверне обычно приносят много тарелок с различными закусками, и все гости делят яства друг с другом, пробуя их из одной тарелки. Как правило, греки приходят ужинать в таверны не раньше 9. Летом, когда жара держится дольше всего, это время увеличивается до 10 – 11 вечера. Нередко посиделки затягиваются глубоко за полночь. Часто в таверны приходят семьями, нередко даже с маленькими детьми. Дети всегда сидят за одним столом со взрослыми. К ним всегда относятся как к полноправным участникам застолья.

Глобализация и традиции

Однако глобализация не обходит Грецию, в том числе, и ее гастрономическую составляющую, стороной. Под влиянием единого европейского стиля жизни в греческом рационе происходят некоторые изменения. В больших городах сиеста сейчас уже практически невозможна: дорога до работы бывает слишком долгой и отнимает много времени. Даже в небольших городах некоторые учреждения сейчас отменяют обеденные перерывы, а магазины работают круглосуточно. Одно остается неизменным: греческая нелюбовь к фастфуду. Греки очень высоко ценят домашнюю еду или старательно приготовленные в таверне блюда.