

Ταξίδι στην Κούβα

Τον Ιανουάριο του 2009 ταξίδεψα στην Κούβα, μία πανέμορφη και ιδιαίτερη χώρα, στην οποία νομίζεις ότι πηγαίνεις πίσω στο χρόνο. Η **Δημοκρατία της Κούβας** είναι νησιωτικό κράτος της Καραϊβικής που αποτελείται από το ομώνυμο νησί καθώς και μικρότερα νησιά. Βρίσκεται στη βόρεια Καραϊβική, ανάμεσα στην Καραϊβική Θάλασσα, τον Κόλπο του Μεξικού και τον Ατλαντικό Ωκεανό.

Η Κούβα είναι η πολυπληθέστερη χώρα στην Καραϊβική. Ο πολιτισμός και τα έθιμά της αντλούνται από διάφορες πηγές, συμπεριλαμβανομένων της περιόδου της ισπανικής αποικιοκρατίας, της μεταφοράς σκλάβων από την Αφρική και, σε μικρότερο βαθμό, της γειτνίασης με τις Ηνωμένες Πολιτείες. Το νησί έχει τροπικό κλίμα το οποίο μετριάζει από τη θάλασσα που το περιβάλλει. Τα θερμά ρεύματα της θάλασσας της Καραϊβικής και η θέση της Κούβας ανάμεσα σε μεγάλα θαλάσσια σώματα προκαλούν συχνά καταιγίδες.

Η τοπική κουζίνα της Κούβας αποτελεί συγχώνευση της κουζίνας της Ισπανίας και της Καραϊβικής. Οι κουβανέζικες συνταγές έχουν μπαχαρικά και τεχνικές από την ισπανική κουζίνα, με κάποιες επιδράσεις από την Καραϊβική στα μπαχαρικά και τη γεύση. Ένα παραδοσιακό κουβανέζικο γεύμα δεν σερβίρεται σε πολλά πιάτα, αλλά όλα τα φαγητά σερβίρονται ταυτόχρονα. Ένα τυπικό γεύμα θα μπορούσε να περιλαμβάνει ένα είδος μπανάνας, μαύρα φασόλια με ρύζι, *ρόπα βιέχα* (μικρά κομματάκια βοδινό), κουβανέζικο ψωμί, χοιρινό με κρεμμύδια, και τροπικά φρούτα. Τα μαύρα φασόλια με ρύζι (τα οποία αποκαλούνται *μόρος υ κριστιάνος* - Μαυριτανοί και χριστιανοί - ή απλώς *μόρος*) και το πλάτανο (συγγενές της μπανάνας) είναι θεμελιώδη στην κουβανέζικη δίαιτα. Πολλά κρεατικά ψήνονται αργά με ελαφριές σάλτσες. Το σκόρδο, το κύμινο, η ρίγανη και η δάφνη είναι τα πιο συνηθισμένα μπαχαρικά.







