

Speisekarte aus Bangladesch



Andere Länder, andere Sitten:

Essen und Trinken ist den Menschen in Bangladesch wichtig. Zum Frühstück gibt es meistens Fladenbrot (Roti).

Das typische Hauptgericht besteht aus Reis, Fisch und Gemüse. Es ist stark gewürzt. Ein traditionelles Gericht, besteht aus: Reis mit Paprika, Zwiebeln, Salz, Kartoffeln und Eiern.

Frischer Limonensaft ist sehr beliebt. Alkoholische Getränke sind nur in Bars und Restaurants erhältlich.

Als Nachspeise werden häufig „Süße Milchbällchen“ zubereitet. Dafür wird Milch mit Zitrone und Sirup eingekocht.

Grundnahrungsmittel:

Brauner Reis, 60 verschiedene Sorten an Hülsenfrüchten, Amaranth und Weizen.

Die wichtigsten Nahrungsmittel:

- **Obst:** Mangos, Litschis, Kathal, Guave, Bananen, Datteln, Sternfrüchte, Wasserfrüchte
- **Gemüse:** Spinat und Blattgemüse, grüne Bohnen, Zwiebeln
- Fisch und Fleisch
- Reichlich Gewürze und Kräuter wie Knoblauch, Ingwer, Koriander, Kreuzkümmel, Kurkuma und Chili