Gastronomía de Tailandia

Tailandia es un paraíso para los amantes de la buena cocina. Todo el país es un territorio de aromas y sabores que cautivan al más exigente de los gourmet.

Arroz

Este producto es la base de la dieta y se concibe en innumerables recetas. Su preparación admite diversas formas: hervido, frito o en sopa. Además del arroz blanco corriente, existe una gran variedad de clases. El de más calidad es el llamado “arroz con perfume de jazmín”, que desprende un dulce y atrayente olor durante su cocción. En la zona del norte el arroz es más gelatinoso y se le conoce como el "arroz pegajoso". Se consume en una mezcla con numerosos alimentos y, al tratarse de su comida básica, los tailandeses son muy exigentes en cuanto a su cocción y temperatura. Los platos de arroz más típicos son aquellos que llevan verduras, gambas o pollo y van acompañados de multitud de salsas. Los tailandeses elaboran con harina de arroz los espaguetis o similares, que allí denominan fideos.

Platos con curry

Una enorme variedad de curry está presente en los platos tailandeses y aporta un extraordinario sabor a los ingredientes. En el sur de Tailandia se cocinan los curry más fuertes. Los hay para todos los gustos y paladares. El Kaeng Tai Plaa es muy picante y está hecho con tripa de pescado, judías verdes, brotes escabechados de bambú y patatas. El kaeng leang es más suave y entre sus ingredientes se encuentran la calabaza verde, la piña, las judías y la papaya verde. Otras variedades que puede probar son el kaeng kari kai, un plato de pollo con curry muy suave al estilo indio, o el kaeng kainaw kai, preparado con bambú. En los numerosos puestos callejeros podrá degustar el salapau, panecillos de levadura rellenos de carne de cerdo, o los khanon djieb, rellenos de langosta. Estos últimos se mojan en salsa de soja antes de llevarlos a la boca. En la región del norte, se prepara el larp, un plato característico hecho a base de hígado, cerdo o pato y hortalizas. También son clásicos de esta zona los khao sawy, fideos al huevo en un suave caldo de curry. Los platos de esta zona suelen prepararse de manera más suave y menos elaborada, mientras que la cocina de la región del sur, que tiene su base en los pescados y los mariscos, es más picante. El nordeste es el lugar ideal para degustar tres platos típicos: kai yaang (pollo a la parrilla y marinado a las hierbas), som tam (ensalada a base de papaya verde) y khao niaw (arroz grumoso). Y el centro elabora el kaeng phet (curry picante o rojo), el kaeng khiaw waan y el kaeng pha naeng, con un toque de hojas de lima.

Desayuno

El desayuno típicamente thai, conocido como khowtom, es de influencia china y se caracteriza por su gran consistencia. Generalmente, se compone de arroz con pollo, cerdo, gambas y ajo, acompañado de un huevo frito y pepinillos en vinagre. La consistencia del desayuno explica que la comida al mediodía sea más ligera y por lo general consista en un sólo plato de arroz frito, tallarines, algún bocadillo frío o sopa de verduras.

Cena

La comida más importante del día es la cena, de ahí que sea muy abundante. En ella se concentran en cantidad variedad y sabor los mejores platos tailandeses. Una comida tradicional consiste en una sopa, un plato de curry con condimentos (o en su lugar una ensalada con especias), pescado con verduras con salsas para mojarlos, a veces incluyen un poco de arroz y suelen acabar con dulces o frutas (mangos, papaya, melón, durinas, etc.). Debe haber armonía en los sabores

(mezcla de especiado, dulce y amargo) y texturas, tanto en cada plato individual como en el conjunto de los platos. Además, debe de ser igualmente satisfactorio a la vista, al olfato y al paladar. Pruebe el khao mangal, un pollo cocido al vapor acompañado con arroz hervido en caldo de gallina y leche de coco salseado; el ped dang, asado con arroz al que se añade jengibre; y el sukijakithai, una especialidad thai a base de diversas clases de carne y pescado, rebozado en huevo y acompañado de verduras y pasta hecha con harina de arroz. Todos los ingredientes se preparan y cocinan en una cazuela a la vista de los comensales. Si prefiere algo más picante, le recomendamos el neuayum, una mezcla condimentada de carne picada con ensalada. Es habitual que se acompañe de pad thai, fideos fritos con brotes de semillas. Para terminar, nada mejor que un buen postre. Pruebe el kluay buat chii, plátano en leche de coco, el sangka yaa (natillas de coco), o el maw kaeng, natillas preparadas a base de huevo. Y si aún se queda con ganas de más comida, puede concluir con una buena fruta.

Zumos de frutas

Es la bebida más común y se puede degustar en los cientos de puestos que encontrará en cualquier parte. La rica variedad de frutas que ofrece la tierra hace que exista un interminable número de sabores para elegir. No deje de probar el zumo de mango, coco verde, guanábana, guayaba o papaya. En Tailandia, los zumos se suelen tomar con un poco de sal. Uno de los favoritos entre los habitantes del país es el zumo de caña de azúcar, un refrescante acompañamiento para platos picantes de curry o arroz. Otra posibilidad es el zumo de jugo de palmera.

Café

El café típico de Tailandia es el café molido, cultivado de forma local sobre todo en las zonas montañosas del norte y del sur. Sólo se filtra momentos antes de servirse. Aunque su sabor no es comparable con el de otros países cafeteros, es muy superior al instantáneo. La manera habitual de tomar el café es mezclado con azúcar y leche condensada, y en los restaurantes es muy frecuente pedir café helado.

Bebidas alcohólicas

El licor de arroz es una de las bebidas favoritas y más asequibles, ya que su precio es asequible y su índice de alcohol es más alto. Posee un sabor fuerte y dulce que se asemeja al ron. El licor hecho de arroz viscoso, por su parte, tiene un sabor puro, dulce, aromático y fuerte. Últimamente se han puesto de moda los licores de hierbas. Se obtienen remojando el licor blanco en diferentes hierbas, raíces, semillas, frutas y cortezas, y a algunos de ellos se le atribuyen propiedades curativas.