

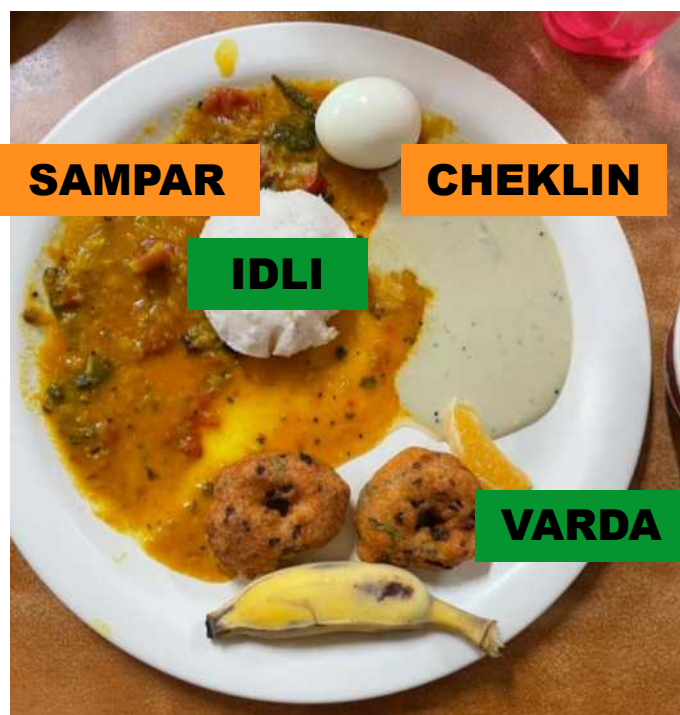
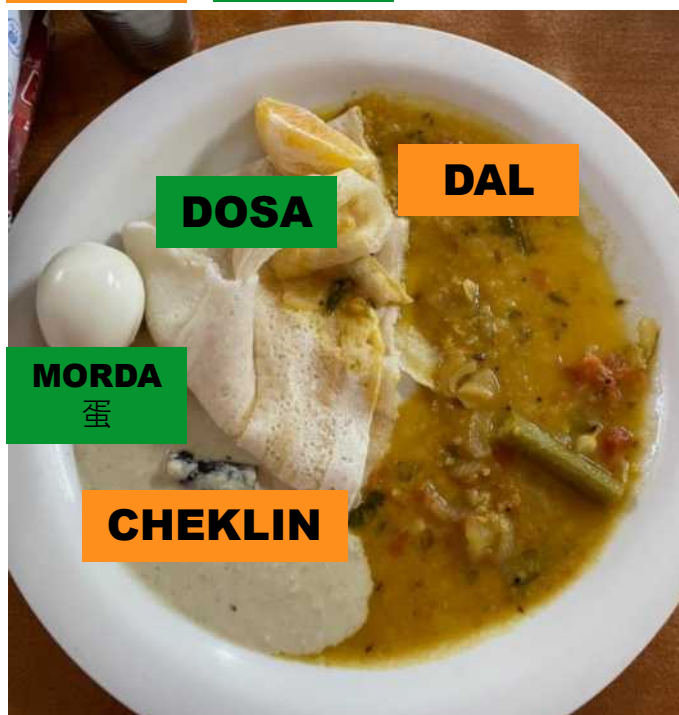
食在印度—— 泰米爾 **Tamil Nadu** 飲食文化

咖哩? **Curry!** 料理千面人

提到印度的代表食物，多數人都會想到咖哩 (curry)，但你知道嗎？對印度人說你想要吃curry 就像是對台灣人說想要吃飯，「吃飯？」是哪一種飯呢？魯肉飯、肉燥飯、炒飯還是稀飯？在印度點餐時，只說 ”I want a curry.” 是一個過於籠統以至於讓人摸不清頭緒的說法，因為curry的種類包羅萬象，彼此在外觀與味道上的差異甚大。就讓我們來透過Yalegiri YMCA Camp的每日早餐，認識Tamil Nadue常見的咖哩吧！

咖哩

主食



不同於日系咖哩渾厚濃稠的口感，印度咖哩的湯水比重較高，油脂相對較少，缺乏乳化作用使香料的原始氣味更加強烈刺激，這也是許多初次嘗試印度料理的朋友會被辣得眼淚直流的原因，建議要去印度的夥伴，身上帶著高可可脂含量的白巧克力，除了甜蜜的口感暫時能轉移注意力之外，正重要的也是，讓令你淚水直流的辣椒素能溶於油脂中。除此之外，印度當地也有一項常出現在餐桌上的解辣秘寶——優格。

優格？！ 意想不到的解辣秘寶

對於把優格當作甜品或是高檔食材單獨食用的台灣人來說，餐桌上的文化衝擊莫過於斯。Homestay的晚餐餐桌上辣到滿頭大汗，想強裝鎮定卻被轟爸一眼識破的我，就是在轟爸的指點下，靠著一杓優格混拌 **Sampar** 把盤子上的飯吃得乾乾淨淨，親驗體驗後，解辣效果滿分，而且，在印度家家戶戶都會自製優格，可謂健康又美味。

除此之外，加入優格的咖哩也會有獨特的新風貌，口感更加柔和，即便是不習慣刺激性食物的朋友也能輕易下嚥。



從牛奶供應鏈

說到優格，就不得不提到作為原料的牛奶了，就來講講親身參與牛奶供應鏈的獨特體驗。首先是做為消費者，在homestay時親身體驗都市中一般民眾取得牛奶的日常；其次為做為生產者，親自體驗擠奶到沖煮奶茶的過程。

在homestay時當六點的早起鳥兒的好處，在於能跟著homema張羅一天的早餐，看著她是如何將各類辛香料混拌熬煮成cheklin和dal。



約莫早上7點左右，homema吩咐我提著鍋子隨鄰居小妹一起在巷口等候，不一會巷口就會傳來輕型打檔車的引擎聲，應和著叫賣人宛若歌唱一般的聲音，車型很像是台灣纖細版的野狼機車，後座載著軀幹尺寸大的錫壺。就像是台灣人一起巷口等垃圾車，印度人的早晨會跟街坊鄰居一起承裝生乳。

販售生乳的小販是社區周遭有養牛的人家，鄰近的居民長期訂購該戶牛奶，不知不覺便經營十餘年了，由於客群穩定，也逐漸形成預付訂閱制度，形成每天早上街坊鄰居聚在一起等牛奶車經過的日常。

在食品供應鏈的角度來看，由於印度一般家庭並未裝設冰箱，也缺乏大型食品殺菌與儲運設備，市場習於當日現榨後直送餐桌的消費習慣，產品供應鏈幾乎是生產者與消費者兩點一線。由於未經殺菌的生乳無法長期保存，印度人發展處許多以牛奶為基底的日常食物，消耗每日都會生產的鮮奶，如前述的優格與一日至少五杯的奶茶。



以營區內有牧場的Yalegiri YMCA Camp而言，每天早上六點，農場的長工就會到牛舍現榨鮮乳，並將新鮮現擠的牛奶送至廚房給廚娘烹煮為熱騰騰的奶茶，於是在每天早上七點時，就有奶茶能享用了！

私房擠牛奶體驗推薦給所來到印度YMCA Camp的夥伴！

