

Kasha là gì? Kasha là món gì? WEBNHACAI.TOP chia sẻ về món kasha cho các bạn cùng biết.

Kasha là gì?

-- -- -- .

Kasha là gì?

Kasha là một loại cháo được làm từ các loại ngũ cốc được làm vỏ và nghiền nhỏ. Ở một số nơi trên thế giới, nó được làm từ đặc biệt mạch kiều, khi ở các quốc gia khác, nó có thể bao gồm các loại ngũ cốc. Hạt ngũ cốc là một loại thực phẩm rất cổ xưa, và WEB NHÀ CÁI là một phần quan trọng trong chế độ ăn uống của con người trong nhiều nền văn minh trước đó. Nhiều người hiện đại thường thức kasha và các món ăn tương tự, đặc biệt là vào bữa sáng.

Từ bản thân có nghĩa là "cháo" bằng tiếng Nga, và nhiều quốc gia Đông Âu có các biến thể trên nó, như Ba Lan kasza, Ukraina Kawa và Slovenia Kasa.

Bằng chứng khảo cổ học cho thấy rằng con người ở những khu vực này đã trồng trọt và ăn ngũ cốc trong hàng nghìn năm, và những người chăn nuôi như kasha có thể đã đặt nền móng cho bánh mì.

Buckwheat kasha được làm từ những tấm tấm mạch nướng. Vừa được tạo ra bằng cách tách vỏ và nghiền nhỏ, nhưng không thể nghiền hoặc bẻ vụn thành các hạt nhỏ hơn. Kiều mạch có hương vị, bổ sung dưỡng chất được tạo ra qua quá trình nướng bánh và kasha kiều mạch có thể rất thú vị, mặc dù nó cũng có thể được kết hợp với sữa, muối, đường hoặc các thành phần khác. Tùy thuộc vào các thành phần mà nó được pha trộn với nhau, nó có thể là một món ngọt hoặc mặn, và nó có thể được phủ bằng trái cây, rau hoặc thậm chí là thịt.

Công thức nấu ăn cho kasha khác nhau, tùy thuộc vào loại ngũ cốc và hương liệu được sử dụng. Về cơ bản, các loại ngũ cốc được đun sôi với nước hoặc sữa đến khi WEB NHÀ CÁI làm mềm. Kasha có thể ở dạng đặc điểm, trong trường hợp này, nó được ăn giống như cháo kem, hoặc nó có thể biến thiên hơn, gần giống như polenta. Trong những trường hợp khác, nó được làm theo cách cho nó nhẹ và dễ vỡ. Dụng cụ nấu ăn thường được sử dụng để tránh bị cháy trong khi nấu.

The post [Kasha là gì? Kasha là món gì?](#) appeared first on [WEBNHACAI](#).

via WEBNHACAI <https://webnhacai.top/kasha-la-gi-kasha-la-mon-gi>