



AS DELÍCIAS DAS BAHAMAS MUITO ALÉM DAS PRAIAS!



Quando se trata de gastronomia, o destino caribenho é um prato cheio. Há opções para todos os gostos e bolsos.

Quando se trata de culinária as Bahamas são um prato cheio. Há opções que você não pode deixar de experimentar em uma viagem para o destino caribenho. E esqueça qualquer dieta durante as férias, o negócio é se permitir e, principalmente, se manter aberto às possibilidades. Assim, será certeza de uma experiência única, além de agradáveis surpresas ao seu paladar.

Conch Salad

Conch é mais ou menos um grande caracol marinho que os bahamenses consomem de diferentes formas. Embora o termo "caracol marinho" possa inicialmente causar estranheza nada de torcer o nariz sem ao menos provar. Ainda mais que, o sabor é surpreendentemente agradável e menos intimidante do que o nome sugere. Entre as variações de preparo, a mais popular é ao natural, cru em uma temperada e refrescante salada onde o famoso molusco é combinando com cebola, pimentão e, a gosto de cada um pimenta, abacaxi, maçã... as opções são infinitas. E, claro, para dar o toque tropical regado com muito limão ou laranja. O resultado é uma explosão de sabor em uma das mais tradicionais iguarias das Bahamas.

Conch Chowder

Indo ao outro extremo, uma versão quente, a sopa de conch é uma queridinha entre os locais e que acaba também caindo no gosto dos visitantes. É o que os afro-americanos chamariam de "comida da alma". Se trata de uma sopa com pedaços de conch, cenouras, batatas e um caldo escuro, porém saboroso. É servida com a opção de Johnny Cake (um bolinho local feito nas ilhas) ou grãos. É uma refeição substancial e pode ser apreciada a qualquer hora do dia. É café da manhã, almoço e jantar, tudo em um dia e, acredite, é fantástico! Em uma noite fria com um ente querido, é a refeição perfeita.

Conch Fritters

Para quem já passou pela versão crua e refrescante do caracol marinho, além da variante quente, é hora de adicionar fritura! O aperitivo pode parecer com um bolinho comum, mas não se engane, nas Bahamas é recheado com conch, cebola, pimentão verde e *goat pepper*. Rápido e fácil de fazer, pode ser encontrado praticamente em todos os restaurantes locais. Servido com um molho Junkanoo (um segredinho delicioso dos bahamenses), é uma ótima opção para abrir o apetite ou quem só quer petiscar



Freeport



Chowder

curtindo as belas praias do destino. Isso porque é perfeito para combinar com uma cerveja gelada ou um clássico, tropical e refrescante Bahama Mama.

Souse

Um prato característico do café da manhã nas Bahamas, também é considerado uma cura para a ressaca por alguns. Souse é meio que a versão bahamense de uma boa e tradicional canja de galinha. A diferença é a adição de várias opções de proteína. Você pode incluir frango, língua de ovelha, pés de porco, costelas ou até peru. O caldo, incrível e picante, inclui batatas, cebolas

e *goat pepper*, que normalmente vem à parte, dependendo do seu gosto por especiarias. Há quem adicione cenouras para um pouco de doçura e cor. É uma boa pedida pós-noitada. Não deixe de saborear acompanhado de um Johnny Cake, ideal para absorver o caldo.

Chicken-In-The-Bag

Depois da salada, sopa, caldo e fritura, é a hora de uma comida substancial. Apesar de um tanto gordurosa, é deliciosa. Trata-se de uma refeição básica nas Bahamas devido à facilidade de preparo. Onde quer que você esteja, há uma opção para essa delícia pecaminosa. O Chicken-In-The-Bag padrão consiste em uma parte da coxa ou peito do frango frito com batatas fritas envoltas em ketchup e molho picante. Quem quiser pode complementar com maionese, cebola, concha frita, etc.

Guava Duff

É uma sobremesa tradicional das Bahamas que oferece um final perfeito para qualquer refeição no destino. Esse doce combina a guava, uma fruta tropical, com uma massa doce, e é regado com um molho especial de manteiga feito com rum ou conhaque. É um prato delicioso que certamente agradará a quem procura um toque final doce para o paladar após se deleitar com a culinária bahamense.

Rum Cake

Outra boa pedida é Rum Cake, o típico bolo de rum das Bahamas, é outra especialidade local que reflete a popularidade do rum na região, sendo uma das bebidas mais consumidas no arquipélago. O bolo, como o nome indica, obviamente leva rum em sua receita, tornando-se uma escolha favorita para quem deseja satisfazer o desejo por algo doce, mas não ao extremo. Ele combina o sabor marcante do rum com a textura suave de um bolo, criando uma experiência única para o paladar.

Todas as opções acima são apenas algumas das muitas possibilidades gastronômicas nas Bahamas, e reflexos da rica tradição culinária bahamense, misturando ingredientes locais com técnicas de preparo que realçam seus sabores únicos. Partiu descobrir o que o destino tem de melhor através do paladar?

Para mais informação sobre como viajar ao país, visite a página em português do site oficial (<https://www.bahamas.com/pt>).



Souse



Fritters