

ムンバイを含むマハシュトラ州や、ガンジーの出生地でベジタリアンの多いクジャラート州、ポルトガル領で、ポルトガル料理の影響を受けた、ゴア州などが含まれ、料理も州によって様々。日本ではゴア地区のポークビンダルー（インドゴア州の名物メニュー。ゴア料理は、20 世紀中頃までポルトガルの植民地であったため、ポルトガル料理の流れを汲む珍しい料理。豚肉を赤ワインと黒胡椒に漬け込んで、運搬したことが始まりと言われ、インドでは赤ワインがビネガーに変化し、スパイスと一緒に料理するようになった。唐辛子の一種で辛味のないカシミーリチリと、丸型で小ぶりの非常に辛いゴアンチリの 2 種類を使用している。マリネのような酸味が特徴的な食欲を増進させるカレー）が有名で、魚介料理なども名物。

そして、クジャラート州はかの、マハナマ・ガンジーの生まれ故郷でもあり、厳格な菜食主義のジャイナ教徒が多く暮らし、ヒンドゥー教徒の間でも菜食が発達し、菜食を中心としたクジャラート・ターリという定食が有名。また、クジャラート州は良質な乳製品の特産地でもあり、パンジャブに次ぐ有数の穀倉地帯でもある。

主食は小麦とお米の両方。ピーナッツオイルや紅花油がよく使われる