

အစားအစာ

အကျယ်တဝင့် ဖော်ပြထားသောဆောင်းပါး - မြန်မာ့ အစားအစာ

ရန်ကုန်မြို့ရှိ လမ်းဘေးစားသောက်ဆိုင်

မြန်မာ့အစားအစာတွင် တရုတ်၊ အိန္ဒိယ၊ ထိုင်းနှင့် အခြားလူမျိုးစုများ၏ လွှမ်းမိုးမှုကို တွေ့ရှိနိုင်သည်။ ဆန်မှာ မြန်မာ၏ အဓိကအစားအစာဖြစ်သည်။[၉၀] ခေါက်ဆွဲနှင့် ပေါင်မုန့်တို့ကိုလည်း စားသောက်သည်။[၉၀] မဟာအစားအစာတွင် မပါမဖြစ်သည်မှာ ငါး၊ ပုစွန်၊ ငါးပိတ်ပြာရည်နှင့် ဝက်သား၊ ဆိတ်သားများ ဖြစ်သည်။ အမဲသားကိုမူ တချို့က ရှောင်ကြသည်။ ဟင်းချက်ရာတွင် မဆလာနှင့် ငရုတ်သီးတို့ကို အသုံးပြုသည်။[၉၁][၉၂] မြန်မာ့အမျိုးသား အစားအစာဟုကျယ်ပျံ့စွာ ယူဆထားသည့် မုန့်ဟင်းခါးချက်ရာတွင် ငါးခူဟင်းရည်တွင် ကလေးပဲမွန့်၊ ဆန်ကြာဆံနှင့် ငပြာရည်များ ရော၍ ချက်ကြသည်။[၉၃] အပူပိုင်း အသီးအနှံများကို အချို့ပွဲအဖြစ် တည်ခင်းသည်။ မြို့ကြီးပြကြီးများတွင် ရှမ်းစာ၊ တရုတ်စာနှင့် အိန္ဒိယအစားအစာများကိုပါ စုံလင်စွာ ရရှိနိုင်သည်။