**俄羅斯：**

**紅菜湯：**

**紅菜湯，**是發源於[烏克蘭](https://zh.wikipedia.org/wiki/%E4%B9%8C%E5%85%8B%E5%85%B0)的濃菜湯

食譜：<https://www.youtube.com/watch?v=VHwmoYn6DAc>

<https://www.csrven.com/main/menu/detail/114114.html>

**日本**：

鹿兒島黑毛和牛：

它像頂級鵝肝，在你的舌尖融化，並留下如同醇厚威士忌的絲綢光滑感。  
原文網址：<https://kknews.cc/food/e45z64y.html>

食譜：<https://www.youtube.com/watch?v=mFBlJ_mpwrg>

https://www.youtube.com/watch?v=ZLdhM3B4GC8

**香港**：

蜜汁叉燒：

歷史記載，早於三千多年前已有叉燒的出現，當年宮廷的御膳以燒烤肉類為主，並以叉插着來燒烤，故稱為「插燒」。

食譜：https://www.youtube.com/watch?v=MR9juZ26rx4

**泰國**：

泰國菜以酸、辣、鹹、甜、苦五味的平衡為特點。用料主要以[海鮮](https://baike.baidu.hk/item/%E6%B5%B7%E9%AE%AE/1318)、[水果](https://baike.baidu.hk/item/%E6%B0%B4%E6%9E%9C/6233)、[蔬菜](https://baike.baidu.hk/item/%E8%94%AC%E8%8F%9C/453)為主。

冬蔭功湯：

相傳在18世紀的泰國吞武里王朝，華人鄭信王當政。某一天，淼運公主不知爲何生病了，整天愁眉不展，食欲不振。無論皇宮裡的御廚端來多少山珍海味，公主還是什麼都不想吃。國王心急如焚，只好召集御廚，命令他一定要琢磨出點開胃的食物給公主吃。御廚苦思冥想，終於想到用泰國當地的鮮蝦，熬製出一碗又酸又辣的蝦湯，並輔以各種香料，藉此喚醒公主的味蕾。後來，此物名爲冬陰功湯！

食譜：https://www.youtube.com/watch?v=HWVyP8mGpzc

**義大利**：

**意大利調味飯**（[意大利語](https://zh.wikipedia.org/wiki/%E7%BE%A9%E5%A4%A7%E5%88%A9%E8%AA%9E" \o "意大利語)：**risotto**），又稱「**意大利燉飯**」或「**意大利燴飯**」，是一道用高湯把米粒煮成奶油般濃郁質地的意大利經典料理。高湯通常以肉、魚、或蔬菜為基底。許多燉飯會加入奶油、酒、以及洋蔥。意大利燉飯起源於盛產[稻米](https://zh.wikipedia.org/wiki/%E7%A8%BB)的北部意大利，是[米蘭](https://zh.wikipedia.org/wiki/%E7%B1%B3%E5%85%B0)地方很有特色的菜餚。正宗的意大利燉飯通常為只有八成熟的[夾生飯](https://zh.wikipedia.org/w/index.php?title=%E5%A4%B9%E7%94%9F%E9%A5%AD&action=edit&redlink=1)，這種口感與[亞洲人](https://zh.wikipedia.org/wiki/%E4%BA%9A%E6%B4%B2%E4%BA%BA)習慣的熟爛米飯不同。

以Carnaroli米為例，其中[直鏈澱粉](https://zh.wikipedia.org/wiki/%E7%9B%B4%E9%8F%88%E6%BE%B1%E7%B2%89)含量高達24%以上，烹飪時難以糊化，這是產生[彈牙](https://zh.wikipedia.org/w/index.php?title=%E5%BD%88%E7%89%99&action=edit&redlink=1)口感的主要原因。

食譜：<https://www.youtube.com/watch?v=HgmCbZyCIAc>