

Suécia

A gastronomia sueca baseia-se em matérias-primas, frescas, do mar e do bosque, segundo a época do ano. Arenque do Báltico, salmão na salmoura, assado de rena defumada, **parfait de mirtilos** e *hoado com camemoros* são alguns dos pratos típicos deste país. A comida caseira sueca é também muito variada e deliciosa, como panquecas, *pettipanna*, *crepé de batata*, *rolemos de col* e sopa de ervilhas brancas com ponche, sem esquecer, o típico prato do dia, "dagems rätt".



Parfait de arándanos



Köttbullar

A gastronomia da Suécia é muito semelhante à gastronomia da Dinamarca e da Noruega. Predominam os pratos com diferentes tipos de pescados, batatas, porco e nabos, como ingredientes predominantes. O prato mais confeccionado da cozinha sueca são os **köttbullar**, que são *albóndigas* cobertas de *salsa*.

A culinária tradicional sueca é rica e multifacetada, mantendo as suas características, apesar das influências estrangeiras.

Os pratos de peixe têm um papel predominante na gastronomia típica. São especialidades da cozinha sueca: o marisco, a sarda, o bacalhau, o lagostim, o arenque, o salmão e a truta. A riquíssima gastronomia não se compõe somente por peixe. Também são confeccionadas deliciosas receitas tradicionais, como o **smorgasbord**, à base de fiambre, arenque, salmão e ovos, ou o saboroso *tunnbord*, espécie de pão branco fino e estaladiço, acompanhado de *langmjolk*, que mais não é que um simples leite coalhado.



Smorgasbord