

巴基斯坦



Islamic Republic of Pakistan / پاکستان جمہوریہ اسلامی

首都：伊斯蘭瑪巴德 / Islamabad / آباد اسلام

氣候：春季炎熱乾燥、夏季多雨，冬季因各地地理位置的不同溫差極大，或涼爽或寒冷。

語言：烏爾都語、英語

宗教：伊斯蘭教 97%、印度教 1.5%、基督教 1.3%

貨幣：巴基斯坦盧比 / Pakistani Rupee (PKR) / روپی (Rs.)

地理位置：位於南亞，東鄰印度，西鄰伊朗及阿富汗，北隔喀拉崙崙山脈和中國為界，有高聳的山脈、乾燥的高原、肥沃的平原與不毛的沙漠，境內的奧斯騰山是世界第二高峰。



飲食文化：巴基斯坦的穆斯林不食豬肉，不飲酒，主食主要是米飯和麵食。巴基斯坦人喜歡吃香辣的食品，他們用胡椒、薑黃等做的**咖喱**食品聞名世界。米麵食中有一種名叫“**恰巴蒂**”的粗面餅最受歡迎，還有油餅、油炸十豆餡“三角”。大米常常加上各種佐料做成黃油抓飯和肉抓飯。

他們吃飯不用刀叉、筷子，而是在洗手後用右手抓著吃（左手認為是不潔的）。巴基斯坦菜，絕大多數是辣的，他們烹調以燉煮為主。常見的菜肴有番茄、十豆沙拉、燉豆、用番茄辣椒汁做成的燉雞。燉牛羊肉、青菜泥、豌豆肉末，肉末加澱粉做成的小肉餅、生菜等。

喝**奶茶**是巴基斯坦人世代的嗜好，奶茶是他們天天不可缺少的飲料。其種類除了甜鹹兩種外，還有加搗碎的開心果和巴達木果仁做成的克什米爾奶茶，一般呈淡粉色。因此，巴基斯坦可以說名符其實的“奶茶王國”。

齋月與開齋節：齋月是伊斯蘭陰曆的第九個月。在齋月期間，穆斯林從破曉到日落都不允許進食、飲水、吸煙和性生活。對穆斯林來說，齋月是為了教育他們靈性、耐心以及獻身於真主。在日落後，穆斯林為慶祝開齋而訪問親戚並分享餐食。

巴基斯坦人的民族習慣，不論多窮，開齋節一定要穿上一身新衣服，一般的家庭在每天傍晚開齋時餐桌上都擺著各色美食數十種，全家圍座享用，食物烹調和在桌面上的佈置都很講究，每天如同一次宴席。齋月期間社會活動和工作基本照常，但所有的人都在黃昏前急忙趕回家參加開齋家宴，每個人都感覺到，一年之中從來沒有這樣重視過家庭團聚和親人溫情。



資料來源

<http://big5.cri.cn/gate/big5/gb.cri.cn/27824/2011/05/10/147s3243175.htm>