

# Approfondimenti: Cucina

---



L'Uzbekistan è un paese in cui cucina tradizionale di molti popoli e nazioni si incontrano e creano un'atmosfera gastronomica unica. Eppure le ricette dello stesso piatto variano in diverse province e persino città. Vale la pena ricordare che il piatto nazionale dell'Uzbekistan, il palov (o pilav), che è stato inserito nella lista del patrimonio mondiale immateriale dell'UNESCO, ha più di 100 ricette differenti. Nelle regioni centrali dell'Uzbekistan il palov viene cucinato senza mescolare i principali ingredienti: riso, carote, carne e cumino come sapore. Il palov è cucinato per ogni importante occasione come matrimoni e celebrazioni nazionali.

Anche la cucina, così come il commercio e la cultura, ha risentito della vicinanza con la Cina. Alcuni piatti di pasta tradizionali come il manti e chuchvara ricordano i ravioli cinesi. Da non perdere la somsa - un piccolo piatto di Pasta rotonda o quadrata riempito con carne e cipolla tritate e cucinata nel tradizionale forno tandur. Un altro piatto tradizionale è shashlik – spiedini di carne tritata o affettata cotta nel barbecue con le tipiche forchette (anch'esso cucinato in più di cento differenti modi). Queste sono solo una piccola parte della ricchezza gastronomica dell'Uzbekistan.

(nella foto: palov - pilav)



# Approfondimenti: Cucina

---



Shashlik

Somsa



# Approfondimenti: Eventi

---



Numerose celebrazioni ed eventi vengono organizzati ogni anno in Uzbekistan. Le celebrazioni principali includono il Giorno dell'Indipendenza - 1 settembre; il nuovo anno - 31 dicembre; Festa della donna - 8 marzo; Navruz - 21 marzo; Memorial Day - 9 maggio. Oltre a queste festività annuali, ogni anno si svolgono altri eventi interessanti e colorati. Uno degli eventi principali è lo Sharq Taronalari International Music Festival, che è un concorso di musica tradizionale e folk, organizzato una volta ogni due anni a Samarcanda. Sono normalmente attesi partecipanti provenienti da oltre 80 paesi per questo festival di musica orientale.

Il Festival della Seta e Spezie è un altro evento colorato che si tiene a Bukhara ogni primavera dove viene esposto ogni tipo di tessuto in seta proveniente da tutte le province dell'Uzbekistan. Se si è abili, si può acquistare seta di alta qualità durante questa fiera.

Il Navruz è una celebrazione tradizionale con una storia risalente al periodo zoroastriano. Navruz è per lo più indicato come un nuovo anno iraniano ed è celebrato il 21 marzo.

(nella foto: celebrazioni per il Navruz)



# Approfondimenti: Eventi

---



Sharq Taronalari – Oriental Music Festival in Samarkand



# Approfondimenti: Folklore

---



L'Uzbekistan è un paese multinazionale e multiculturale con un folklore ricco. Ogni provincia, ogni città, anche ogni villaggio ha qualcosa di caratteristico nella musica, nella danza e nei rituali di tutti i giorni che riflettono la cultura, i costumi sociali, lo stile di vita, le credenze e le aspettative della gente.

La musica nazionale uzbeka è generalmente divisa in 4 stili locali di base: Khorezm, Ferghana-Tashkent, Bukhara-Samarcanda e Surkhandarya-Kashkadarya. Ogni stile rappresenta le caratteristiche territoriali dell'arte musicale.

Maqom è un genere musicale altamente sviluppato, che è diventato un componente chiave nel definire l'idea di musica classica d'Oriente. Maqom è arte e convinzione filosofica espressa attraverso i suoni della musica e poesia. Maqom dell'Uzbekistan, al momento, include stili maqom di "Shashmaqom", "Khoresm maqoms", "Ferghana-Tashkent maqoms", stili locali di maqom, brani maqom strumentali e vocali, nonché pezzi maqom di compositori. Ognuno di questi ha la sua peculiarità e stile di prestazione.

Insieme alla musica, la danza nazionale uzbeka viene tramandata nella danza classica tradizionale e nella danza folkloristica. La danza nazionale è molto diversificata: allegra, lirica o drammatica, ognuna con le sue differenze da regione a regione, è principalmente conservata nei villaggi e aree montuose del paese.



# Perché visitare l'Uzbekistan

---

