

TOP GOURMET



A colunista Dani Hispagnol e Leandro Pereira comandam a agência Gouté-Gourmet Travel Experience



AS ESPECIARIAS MÁGICAS DA ÍNDIA

DESBRAVE UM DOS DESTINOS MAIS SURPREENDENTES DO MUNDO E SINTA OS SEUS SABORES E AROMAS

A Índia é um dos destinos mais complexos e apaixonantes que já visitei. Dentro da Índia, existem tantas Índias e as distâncias são tão longas que uma viagem para lá, na minha opinião, se torna uma jornada de encantamento e descobertas para caminhos milenares do autoconhecimento.

A cozinha indiana é repleta de temperos e especiarias, é uma arte, uma forma de inspiração, sendo os chefs de lá conhecidos como Mahajaj, por seu talento e capacidade de apaziguar ou despertar a alma com um só sabor. Os indianos carregam de geração em

geração o conhecimento sobre cada especiaria, e praticam a espiritualidade no seu dia a dia com grande devoção. O alimento é sagrado, cada região e crença carrega a sua própria tradição, sempre explosiva em temperos e fé. Viajando pelo norte da Índia podemos caminhar e nos hospedar em vilarejos perdidos no tempo, visitar plantações e templos de pedra em montanhas sagradas. A cada dia passamos a salutar com mais naturalidade os moradores



locais que, aos poucos, nos ensinam a fazer o gesto de mãos unidas no peito com o dizer “Namastê” (saudação que significa “meu deus interior saúda seu deus interior”). Dizem que os grandes gurus da Índia tiveram seus momentos de iluminação



nas cavernas e montanhas do norte do país, por isso a região se tornou uma das mais visitadas por quem busca encontrar-se espiritualmente. Já no sul da Índia estão os melhores tratamentos de Ayurveda, que significa “a ciência da vida” dentro da filosofia védica. A teoria diz que essa seria a medicina mais antiga documentada, que deu origem a todas as outras. Ayurveda é um sistema milenar integrado de conhecimento entre o homem,



os alimentos e a natureza. Os tratamentos são a base de ervas e óleos naturais medicinais que rejuvenescem e curam doenças emocionais, físicas e psicológicas. Depois de uma consulta médica são determinados os tipos de sabores próprios para cada indivíduo, o estilo de massagem e combinação de ervas, o ambiente e a atividade física e horário do dia que trarão benefícios para uma vida mais harmoniosa. Aprendemos sobre nós mesmos e sobre os alimentos de uma maneira muito profunda, e muitas das práticas podemos trazer para o nosso dia a dia.

Entre as inúmeras regiões a serem descobertas na Índia, essas duas são as mais recomendadas para quem procura autoconhecimento e um entendimento maior sobre o poder dos alimentos. Os tipos de hospedagem podem variar do mais simples até o de mais alto padrão de excelência, assim como os serviços – é preciso saber escolher bem. Para os que desejam embarcar nessa jornada, podemos

recomendar profissionais amáveis e confiáveis, que poderão fazer de sua viagem uma experiência marcante e inesquecível. Será um prazer compartilhar!



Gouté – Gourmet Travel Experience: goute.com.br
Contato: danihispagnol@goute.com.br