



Angola
Dança
E
Comida

Dança Tchianda.

Tchianda é um estilo musical e, ao mesmo tempo de dança, de origem cultural Lunda-Tchokwe. Falar da cultura Lunda-Tchokwe é falar de uma das culturas angolanas altamente difundida. A região de Angola que reflecte maioritariamente a cultura Lunda-Tchokwe é o território hoje ocupado pelas províncias do Moxico e das

Só para reforçar o que estamos a dizer, em 18 de Setembro de 2012, o historiador e director do Museu de Antropologia, Américo Kwononoca, defendeu, no Luena, durante a realização anual de um festival de dança tradicional Tchianda, que esta dança, além de ser típica da região Leste, que inclui o Moxico, as Lundas Norte e Sul, é também uma dança que reflecte a cultura de alguns países vizinhos, como a República Democrática do Congo e a Zâmbia.

A culinária tradicional de Angola é influenciada pela Culinária de Portugal, tendo também recebido nos últimos anos uma forte influência da culinária brasileira.

Os ingredientes mais comumente utilizados são cereais cultivados há séculos no país, entre eles sorgo, painço e milho, além de feijão frade, lentilha, inhame, dinhungo (abóbora-carneira) e quiabo.

Entre as frutas, os destaques são para a melancia, o tamarindo e a múcua (fruto do imbondeiro). O azeite de dendê (óleo de palma) é importante no preparo de várias receitas.

O prato mais popular em Angola é o funge[1] ou funji, uma massa cozida de farinha de milho ou de mandioca. Pode acompanhar carne ou peixe. Outra receita tradicional é a muamba, que pode ser preparados com galinha, e peixes.