



● LADAKH

- 01-TEMPS
- MANGER
- ALIMENT
- LAIT

- 01-TEMPS
- MANGER
- BOIRE
- THÉ

- ASIE
- HIMALAYA
- TIBET



thé [2]

Le thé au beurre est une boisson emblématique du Ladakh et des régions tibétaines. Préparé à partir de thé noir, de beurre de yak et de sel, il est consommé tout au long de la journée. Riche en calories, il aide à lutter contre le froid, l'altitude et la fatigue. Le po cha joue un rôle central dans les pratiques d'hospitalité : offrir du thé au beurre à un visiteur est un geste de bienvenue fondamental. Dans les monastères comme dans les foyers, il accompagne les conversations, les rituels et les moments de repos. Sa saveur salée et grasse, souvent surprenante pour les étrangers, est indissociable de l'identité culinaire ladakhie.

