亚速尔群岛 (Açores) 的美食

关于

照片: Publiçor

亚速尔群岛 (Açores) 的美食

亚速尔群岛很多传统美食深得美食家喜爱。这里富产鱼和海鲜，因此喜欢品尝刚从海里打捞出来的鲜鱼美食的人会发现亚速尔群岛就是一座美食天堂。

烤鱼、炖鱼或鱼汤，这里做鱼的方法千变万化。但您一定要尝一尝金枪鱼，本地海域产的金枪鱼呈粉红色，味道和质地柔和，略带咸味，而且是使用传统的鱼钩和鱼线钓上来的。用醇香的葡萄酒炖制的章鱼也是极受欢迎的美食。亚速尔群岛产的有些海鲜在别处是吃不到的，如帽贝、藤壶和蝗虫龙虾，这是一种香嫩爽口的龙虾，不尝一尝简直是罪过。

至于肉类，亚速尔有一些经典的菜肴，如火锅宴 (Cozido das Furnas)，是利用圣米格尔 (S. Miguel) 岛上的地热在地下烹制的一道特色菜。如果时间合适，您可以看到在泻湖边上准备盛宴的情况。在特尔赛拉岛 (Terceira)，亮点是 alcatra（鱼或牛肉砂锅），按传统方式腌制，在其他岛上也都有各自不同的山药加香肠的烹制秘方。

富尔纳斯 (Furnas) 的 bolo lêvedo（发酵蛋糕）也很有名，可佐餐食用，也可以单独食用，或抹黄油或加果酱。也可佐以亚速尔蜂蜜，这是一种原产地保护认证产品，本地植物的多样性和丰富性造就了该产品的高超品质。

在甜品中，菠萝因其苦甜味和令人愉快的香气，在本地甜品中占有重要位置，糖果当然也令人难忘。甜面包，圣玛丽亚 (Santa Maria) 的糖衣饼干（cavacas）、维拉弗兰卡多坎普 (Vila Franca do Campo) 的奶酪蛋糕（queijadas）、特尔赛拉 (Terceira) 的蜂蜜纸杯蛋（donas-amélias）和糖糕、法亚尔 (Faial) 的 Fofas（以茴香为主塞有奶油的面点）、格拉西奥萨 (Graciosa) 的奶酪蛋糕（queijadas）、covilhetes de leite（蛋挞）……简直不胜枚举。这些甜品的共同之处就是制作精良并且用心。

亚速尔有广泛而且悠久的乳品生产传统，因此该群岛能够生产出各种牛奶制品，尤其以奶酪著称。最著名的奶酪产地是圣若热 (São Jorge)。整块奶酪重 8 至 12 千克，颇有特色，香味浓郁。奶酪是用未经加工的牛乳加盐制成，色泽微微泛黄，根据成熟时间长短不同分为硬质或半硬质。圣米格尔 (São Miguel) 盛产各种奶酪，质地和味道各不相同。格拉西奥萨 (Graciosa) 奶酪味道香醇，色泽发黄，质地较脆。皮库 (Pico) 出产一种含奶油的软奶酪，质地细密。在科尔武 (Corvo)，您可以品尝到鲜性、半脂、半硬质口感的奶酪。特尔赛拉岛 (Terceira) 奶酪质地细腻，新鲜且成熟度高。最受欢迎的费拉门戈 (Flamengo) 奶酪产自法亚尔 (Faial)。

但是，品尝这些地方风味的同时，怎可不尝当地的葡萄酒？虽然最著名的是韦尔德罗 (verdelho) 葡萄酒，但其他品种，如皮库 (Pico)、圣玛丽亚 (Santa Maria) 和特尔赛拉 (Terceira) 的红、白葡萄酒佐饭也都很不错。在特尔赛拉岛，葡萄园主要集中在皮斯科度产区 (Biscoitos)，您可以参观一下当地的博物馆。那里还有西番莲果和菠萝甜酒可以佐餐。

亚速尔群岛拥有深厚的宗教传统，有各种与圣灵节庆有关的美食。这其中包括圣灵汤 (sopa do Espírito Santo)、cozido（克日多葡式炖菜）、alcatra（臀肉）、餐桌面包、免揉面包和甜面包，佐以醇香的葡萄酒。

2013 葡萄牙旅游局。保留所有权利。
info@visitportugal.com

圣米格尔 (São Miguel) 岛是欧洲唯一的产茶区。自 19 世纪起岛上便有了茶叶种植园，两百多年来制茶工艺一直未变，生产出的是纯绿色产品，没有杀虫剂、除草剂和杀菌剂。亚速尔群岛的绿茶最受欢迎，不过红茶也有很多不同品种。饭后或早上喝上些茶是个不错的建议。

请勿错过

> 参观特尔赛拉 (Terceira) 岛上的皮斯科度葡萄酒博物馆 (Museu do Vinho dos Biscoitos)

> 参观圣米格尔 (São Miguel) 岛上的一个茶博物馆工厂和菠萝种植园

> 在圣若热 (São Jorge) 岛上参观小岛奶酪 (queijo da Ilha) 的制作工艺

> 从任何一个岛上的众多观景点中选出一处野餐

2013 葡萄牙旅游局。保留所有权利。
info@visitportugal.com