

品味葡萄牙美食 (Taste Portugal)

关于



照片: Mário Cerdeira

品味葡萄牙美食 (Taste Portugal)

葡萄牙美食的秘诀得到了悉心保密。葡萄牙的美食用真正高品质的原材料、按照最传统的食谱，或用最时尚并富于创新的方法烹饪而成，即使是最挑食的人也会禁不住大快朵颐。

可以说，葡萄牙美食有五绝。首先

我们从鱼说起，产自我们辽阔的大西洋沿岸的鱼在很多名厨眼中是**世界上最好的鱼**

。鱼类栖息地以及大西洋独特的地形地貌给鱼类的出生和成长提供了独一无二的条件，用这样的鱼做出来的美食之滋味和口感，是其他地方无法与之相提并论的。最好的鱼是用鱼线和传统技巧捕捞的。之后，高科技的储存和派送方法也确保了送抵欧美顶级餐馆的鱼类、贝类的美味保鲜，在餐馆中将由世界上最好的厨师烹饪。不过，这些餐馆缺少葡萄牙美食的另一绝，**砂锅** (cataplana)，这是一种器皿，是美食家和那些喜欢围着桌子体味各种感觉的人的最爱。

葡萄牙美食的第三绝是**波特酒** (Vinho do Porto)

，馥郁奢华而且口感上乘。其独一无二的特性来自于土壤、人类的辛勤劳作和水果成熟离不开的充足的阳光。每每想起在世界上最古老的葡萄酒地区种植的葡萄，我们不禁莞尔一笑，大自然和人类真是知道该如何天人合一，共同创造真正的杰出产品。这一地区，以及盖亚用于葡萄酒陈化的小木屋已被联合国教科文组织认定为世界遗产。



下面我们再来说说葡萄牙的甜品：这些甜品简直就是天赐美食。我们应该感谢上帝，就象当年修女们在隐居的修道院里准备糖、鸡蛋和杏仁等食材时所做的那样。味道、润滑感和脆感之间的平衡造就了葡萄牙美食的另一绝，真正是天赋甜品：pastel de nata（蛋挞）！



葡萄牙美食的第五绝就是做出这些美食的人了。我们的**厨师**技艺超群，获的奖项越来越多，凭借他们在革新中的创造性、胆识和品味，使葡萄牙美食日臻丰富。目前，葡萄牙有很多厨师能够使用古老的食谱或不同寻常的做法来提高当地产品的口味和品质，做出极高水平的美食，这一点令我们非常自豪。



还有很多其他美食，虽然我们没有提到，但也值得一尝。在“**受保护的原产地名称 (DOP)**”类别下的**肉类**是当地品种 – 比萨罗 (Bísaro) 猪和黑猪、奥罗魁沙 (Arouquesa)、马罗尼沙 (Maronesa)、Mertolenga、巴罗萨 (Barrosã) 和 Lafões 牛肉、巴罗苏 (Barroso) 山羊羔 (charnequeiro 和 transmontano)、Terrincho 和 Bragançano 羔羊 – 制作这些菜肴的人都会费尽一切心机地让肉食美味多汁，香气四溢。**新鲜的水果和蔬菜**是葡萄牙美食的基础，更具有地中海风情，是典型的健康、简单和种类繁多的美食。它们产自肥沃的土地，采用新的有机生产过程，对消费者，对环境都很友好。说到调味品，我们还有另一种地中海产品，那就是香纯的**橄榄油**

山奶酪还有待世人去发现。奶油、油性和干的山羊和绵羊奶酪都很美味，我们真应该感谢上天赐给我们这么好的东西。

要与这些美食搭配，我们还有另一个小秘密，是最近才刚被揭出来：**卓越的佐餐酒**

。这是新一代的酿酒师和种植人使用新方法培植葡萄，然后酿出的美酒，葡萄牙的葡萄酒是最适合用于佐餐的酒，您在用餐地总能找到当地产的高品质葡萄酒。

您现在要做的就是坐在餐桌前坐下来举杯欢庆。

请勿错过

- > 品尝 pastel de nata (蛋挞) 和其他葡萄牙糕点的同时品一杯咖啡
- > 品尝葡萄牙橄榄
- > 尝尝烤鱼，用葡萄牙橄榄油调味
- > 享受葡萄牙海鲜的美味
- > 品尝修道院流传出来的甜品：大米布丁、焦糖布丁、松糕、barriga de freira (修女之腹)、papos de anjo (天使的胸膛)、touxinho do céu (天赐培根) 等。
- > 品尝 Rocha do Oeste 的梨或 Bravo de Esmolfe 的苹果，享受多种 PGI 阿尔科巴萨苹果、埃尔瓦斯的李子、科瓦达贝拉的樱桃和亚速尔的菠萝。这些都是受保护的原产地名称 (DOP) 类别下的水果。
- > 夏季品尝冰镇的卷心菜汤或白葡萄酒，配一点鱼或海鲜，或味道浓厚的红酒和肉菜