



吃货们， 意大利美食等着你！

意大利优越的地理条件和自然环境使意大利的农业和食品工业都相当发达,其中面条、奶酪和莎乐美肉肠最为著名。

意大利是一个注重美食的国度,在饮食方面有着悠久历史,如同他们的艺术、时装和汽车,总是喜欢精心制作。意大利餐对欧美国家的餐饮产生了深厚影响,并衍生发展出包括法餐在内的多种派系。其中最典型的要数罗马美食,罗马美食典雅高贵、浓重朴实,讲究原汁原味。罗马菜系非常丰富,菜品多达成千上万种,除了大家耳熟能详的比萨饼和通心粉外,它的海鲜和甜品也闻名遐迩。

注重原汁原味

罗马菜肴最为注重原料本质、本色,成品力求保持原汁原味,总的来说其风格是汁浓味厚。

罗马菜肴比较擅长使用番茄酱、酒类、柠檬、阿里根奴及帕米森奶酪等食材作为调料。对火候的要求很讲究,该熟透的一定要熟透,该煮烂的一定要煮烂。有很多菜肴要求烹制到六、七成熟,比如意式牛排就要求鲜嫩带血才恰到好处,烹制米饭、面条和通心粉时也都要求有一定硬度。

罗马菜肴的烹调方法以炒、煎、炸、红烩、红焖等著称,烧烤类

的菜不多。另外,罗马菜很讲究制作少司,后来少司的制作方法传到了法国,经过法国人的继承与发扬,才发展出现在享誉世界的精湛厨艺。

米面做菜 品种丰富

以米面做菜,是罗马菜肴一个最为显著的特点。罗马人制作的面条至少有几十种,其烹调方法很多,可煮、烤、炒、也可做汤或配佐肉类菜肴。

典型的代表菜肴有焗菠菜面条、奶酪焗通心粉、佛罗伦萨式焗鱼、罗马式炸鸡、比萨饼等。

古罗马美食的贡献

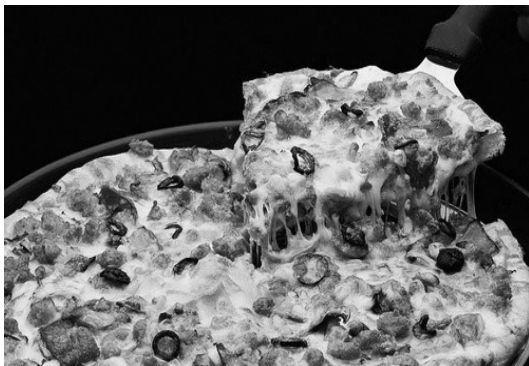
自公元前753年罗马城兴建以来,当地在吸取了古希腊文明精华的基础上,发展出先进的古罗马文明,从而成为当时欧洲的政治、经济和文化中心。以佛罗伦萨城为首的王公贵族们,纷纷以研究开发烹调技艺及拥有厨艺精湛的厨师来展现自己的实力与权威,并将此视为尊贵和荣耀。因此,当时一般的平民百姓认为只要能成为烹调美食的高手,就有进入贵族圈的机会,以至全国上下弥漫着研发烹调技艺的氛围,古罗马人借此顺势将餐饮业发展推向鼎盛时期,进而为古罗马美食奠定了“西餐之母”的神圣地位,并影响了欧洲的大部分地区,被誉为“欧洲大陆烹饪之始祖”。

此外,当地人发明了餐用叉子,为餐桌上的文化写下新的“批注”。

(林晓)



意大利面:也叫意大利粉,名声很响。它分为线状、颗粒状、中空状和空心花式状四个大类。用面粉加鸡蛋、番茄、菠菜或其它辅料经机器加工制成。其中最著名的是通心粉、贝壳粉、蝴蝶结粉、鱼茸螺丝粉、青豆汤粉和番茄酱粉,有白、红、黄、绿诸种颜色。这些粉煮熟后大都有咬劲,佐以火腿、腊肉、哈蜊、肉末、鱼丝、奶酪、蘑菇、鲜笋等各色配料,馨香可口。意大利年产各种面条多达200万吨,每年人均食用30公斤。



比萨饼:将油蘸面胚置于碧莎铁盘中添加多种馅料(如猪肉、牛肉、火腿、黄瓜、茄子、洋葱)烘焙而成,内有干酪番茄酱提味,上面还要点缀橄榄丝和鸡蛋丁。意大利有2400余家专门出售这种薄饼的快餐店,获利甚丰。



沙利托:即意大利米饭。将洋葱丁、牛油与大米同炒,边炒边倒入葡萄酒使之吸收入味;或者是用豌豆、青菜、肉汤和大米同焖,口感香柔。沙利托与中国新疆维吾尔族的手抓饭有异曲同工之处,都是全球著名美食。



莎乐美香肠:莎乐美香肠,形似粗长滚圆的擀面杖。外面有一层粉状的白霉,切开后嫣红欲滴,香气四溢。它与德国的灌肠有一些渊源。



罗马饮料:包括软饮料、低度酒、兴奋饮料、营养饮料几大类型,制作都很考究。像有“最佳使节”之称的香橙酒、价廉物美的“维诺”葡萄酒,都为酒中名品。意大利人无论男女都爱饮酒,甚至喝咖啡时也要掺酒以增加其香味。因为饮酒,一顿饭的时间往往托得很长,所以意大利人有一句口头禅:“不愿花时间就别喝酒”。