

清真风味 席卷耶路撒冷

以色列的清真饭馆居多,绝大多数都价格适中,以供应中东菜肴为主,阿拉伯餐馆在耶路撒冷很受欢迎。

以色列并无特别的名菜,对于犹太人而言,犹太教饮食规定,对烹调术和饮食习惯起着决定性作用。犹太人经营的餐馆多半遵守Kosher戒律,Kosher并非菜名,而是犹太教的用餐规则,在旧约圣经上记载有许多被禁的食物,据最近调查发现,以色列的犹太人中约有60%以上在家里遵守犹太教饮食规定,近40%的人家里和饭店里只吃犹太教规认为清洁可食的食物。

以色列多为移民,所以,在“耶路撒冷餐桌”上,你会看到来自约80个不同国家的菜肴。其中中东、北非、地中海盆地地区的烹调术在耶路撒冷最为流行。此外,当地人也日益开始接受法国、意大利和远东地区的菜肴。不管是在家,还是在饭店,多数耶路撒冷人最能接受的还是他们孩提时期常吃的家乡食物,他们移居以色列时就把自己爱吃的菜肴带到了这里,因此,当地各式各样的菜肴保持了其原有的纯正的味道。

耶路撒冷所有的饮食风格中,最出名的是中东风格。由于中东国家的居民多数是穆斯林,同时他们和犹太人有类似的禁食规定,耶路撒冷人很容易接受这类风格的菜肴。除此之外,来自伊朗、伊拉克、叙利亚、埃及、利比亚和也门的犹太人也各自对以色列的餐饮业作出了独特的贡献。



Azura 餐馆

游客点评:推荐一家叫Azura的老店。店里的主打菜是特色炖菜,为了保证食材入味,清晨4点厨师就要开始炖制各类肉。毋庸置疑,所有菜里的肉味道都极其鲜美。虽然这家店不是所有餐馆里面最便宜的,但绝对物有所值。



法拉费

原料是胡姆斯,一个个小丸子的形状,呈现金黄色,稍带辣味。关于法拉费的起源众说纷纭,有人说它是由埃及人发明的,阿拉伯人把它带入了耶路撒冷;也有人说它是耶路撒冷本地传统食品。两地确实都有这种食品,但两者制作方法有差别:埃及人选用的原料是一种扁扁的白豆,而耶路撒冷人用的是鹰嘴豆。但不管选择什么材料,要想使法拉费酥脆,面粉和胡姆斯的比例至关重要。品尝法拉费的方法,可以是把它们塞入披塔,蘸着酸奶汁吃,或是配合当地特别的一种芝麻酱一起吃,也有人把它单独作为食品,炸出来后直接品尝,十分的酥脆,相当美味。一般法拉费的价格在10至15谢克尔左右。



披塔

披塔在耶路撒冷是非常受老百姓欢迎的主食,外观有点像面包,是一种圆形的面饼,猛一看类似于中国北方小吃肉夹馍,但比夹馍更大更薄,中间是空心的,像个口袋,所以也有人叫它口袋面包。在以色列的面包店,食品店或是超市里都能找到这种保存方便的主食。披塔的制作过程并不十分复杂,当地人家里也能烘制,但前提是必须事先将炉子调到一个很高的温度,先前的加热工作很重要,否则经过发酵的面粉很难蓬松,也很难形成口袋的形状。



葡萄酒

当地葡萄酒酿造业的历史可追溯到《圣经》时代,所以把这里的葡萄酒称之为“古老的美酒”一点也不为过。特殊的地理环境和天气孕育出优良的葡萄品种,随着产业的不断发展,这里的葡萄酒酿造工艺已经达到了炉火纯青的地步。



薄卷饼

它是风靡世界的犹太甜食,由起司和面粉做成。耶路撒冷是典型的移民城市,有来自包括70多个国家的犹太移民,最多的是波兰、匈牙利和俄罗斯的犹太移民,这些来自不同地区的移民带来了不同风格的食物。