

国际著名美食礼仪大师毛永年、林莹夫妇经典著作

欧洲 浪漫美食 之旅



奥地利商务办事处观光组组长 郭思晴
西华饭店意大利餐厅主厨 席泛诺

联合推荐

林莹 毛永年 | 著

在春风沉醉的塞纳河左岸
探寻苏菲·玛索的私房菜
卢瓦尔蜗牛、普罗旺斯鲜汤、波尔多葡萄酒
本书带您游遍欧洲探寻浪漫美食



上海科学普及出版社



欧洲 浪漫美食之旅

林莹 毛永年 著



上海科学普及出版社

图书在版编目(CIP)数据

欧洲浪漫美食之旅/林莹,毛永年著. —上海:上海科学普及出版社,2008.5
ISBN 978-7-5427-3980-3

I. 欧… II. ①林…②毛… III. 菜谱—欧洲 IV. TS972.185

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第036414号

责任编辑 徐丽萍

欧洲浪漫美食之旅

林莹 毛永年 著

上海科学普及出版社出版发行
(上海中山北路832号 邮政编码200070)
<http://www.pspsh.com>

各地新华书店经销	北京燕泰美术制版印刷有限责任公司印刷
开本635×875	1/12 印张28 字数 228000
2008年6月第1版	2008年6月第1次印刷

ISBN 978-7-5427-3980-3/TS.291 定价:39.80元

作者简介.....毛永年 & 林莹

毛永年、林莹夫妇毕业于中国台湾东吴大学，分别在银行、航空公司、HP计算机公司工作13年，后移民奥地利及美国，转而从事餐饮业，不但在奥地利开过中国餐馆，还在中国台湾开过奥德餐厅且在美国开过法式餐厅。之后二人共同总结经验从事餐饮顾问工作，并著书传授西餐知识，接受邀请四处演讲，教授中西式用餐礼仪、餐厅经营管理、餐饮服务训练、葡萄酒、咖啡等专业课程。毛氏夫妇精研法、德、西、意、瑞、奥、美、墨式西餐，不仅品尝美食，研究美食，更进一步将东、西方美食相结合，创造新口味，并以之辅导年轻人创业，以国际性前瞻又独到的眼光，将最健康又经济的经营理念传授给创业者。十余年来辅导帮助无数中国同胞在美国、加拿大等国开设各式西餐馆、咖啡厅、Wine & Tapas Bar、简餐店等。现定居北京，从事餐饮顾问、餐饮教学、移民创业辅导、咖啡加盟连锁事业、连锁餐饮食品设计等工作。

林莹女士曾于2003年第一届中国台湾咖啡节担任台湾咖啡评审委员，并于2006年担任北京第一届咖啡师大赛国际评审委员。毛永年、林莹夫妇合著有《爱恋葡萄酒》、《爱上咖啡》、《西餐礼仪》、《欧洲美食游》、《世界香料之旅》、《旧金山美食游》等书。





推荐序 旅游与美食的结合

我常说奥地利是一个拥有千种风貌的国家，她是拥有闪烁蓝色湖泊、梦幻山丘、罗曼蒂克乡村的国家，她也是拥有音乐、文化、精致美食的国家，她更是一个能让心灵在空中自由翱翔的国家，故而在奥地利休闲极具意义。

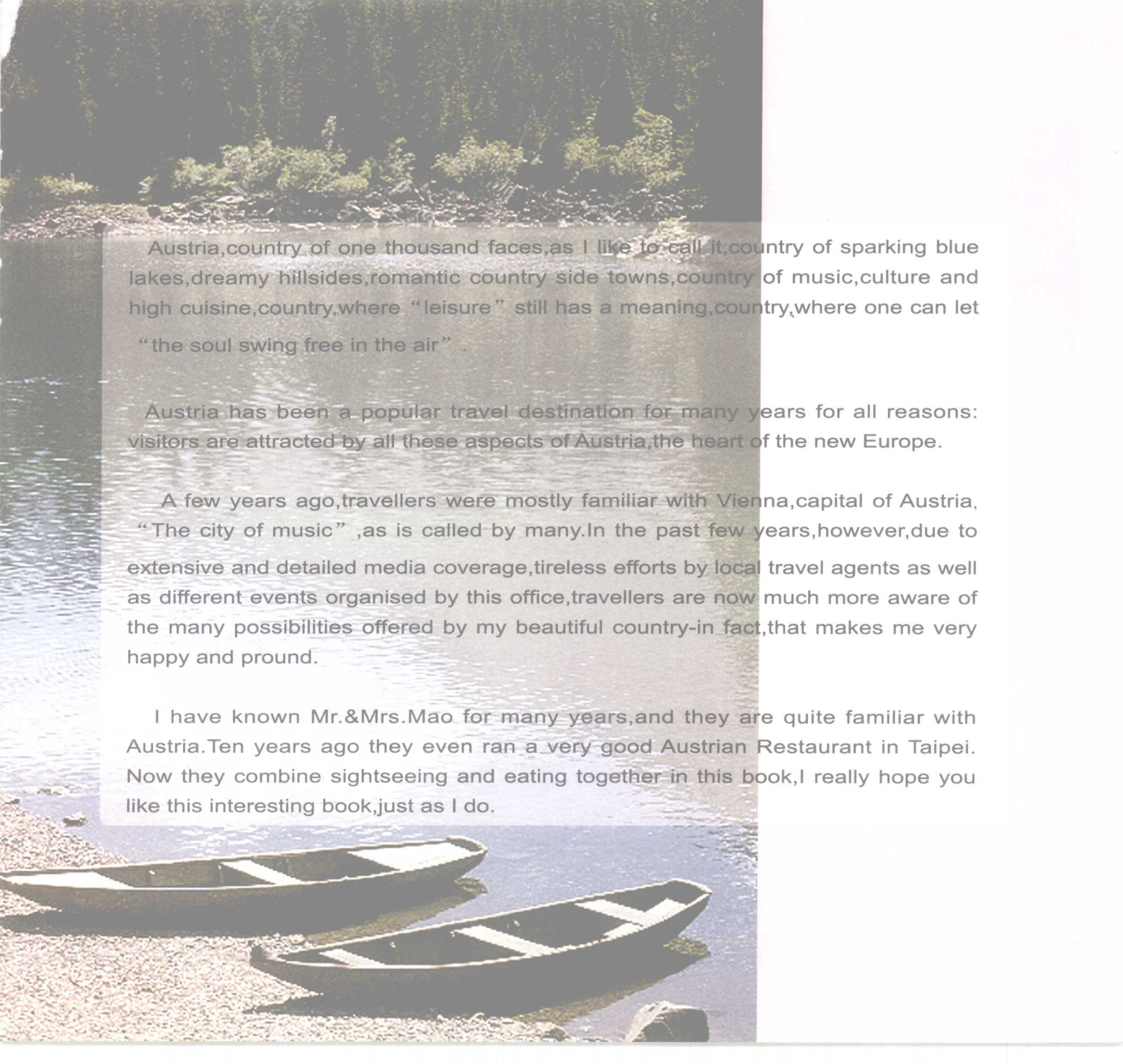
就因为这些，奥地利多年来一直是极受欢迎的旅游地点，观光客深深为这欧洲中心且拥有不同面貌的国家所吸引。几年前，旅游者只对音乐之都维也纳熟悉，这些年来，经由媒体大量报道，加上旅行社及有关部门的努力，使得游客们对我国的其他景点也越来越有所了解，这令我感到十分高兴和自豪。

我和毛先生夫妻认识多年，他们对奥地利非常熟悉，还曾在台北开过非常好的奥地利餐厅。这本书结合旅游见闻和美食，描写生动有趣，非常值得一看，希望大家和我一样地喜欢。

奥地利商务办事处观光组组长 郭思晴



Deu - Graf



Austria, country of one thousand faces, as I like to call it, country of sparking blue lakes, dreamy hillsides, romantic country side towns, country of music, culture and high cuisine, country, where “leisure” still has a meaning, country, where one can let “the soul swing free in the air” .

Austria has been a popular travel destination for many years for all reasons: visitors are attracted by all these aspects of Austria, the heart of the new Europe.

A few years ago, travellers were mostly familiar with Vienna, capital of Austria, “The city of music” , as is called by many. In the past few years, however, due to extensive and detailed media coverage, tireless efforts by local travel agents as well as different events organised by this office, travellers are now much more aware of the many possibilities offered by my beautiful country-in fact, that makes me very happy and proud.

I have known Mr.&Mrs.Mao for many years, and they are quite familiar with Austria. Ten years ago they even ran a very good Austrian Restaurant in Taipei. Now they combine sightseeing and eating together in this book, I really hope you like this interesting book, just as I do.



推荐序 生动的饮食记忆

林莹和毛永年这对夫妻，不但懂得吃、爱尝新，也热爱旅游。每到一个地方，他们夫妻除了游览名胜，品尝当地菜肴外，还喜欢逛菜市场实地考察当地物产。很多意大利的食材和餐饮习惯，在我这地道的意大利主厨看来早已习以为常，视为理所当然，但在作者笔下则被非常生动有趣地描写出来。作者夫妇对欧洲餐饮的了解很深入，本书综合他们在世界各国旅游与饮食的经验，徐徐描绘出来，带领读者们以别样的视角观察其他国家，真是一本值得阅读的休闲好书。

西华饭店意大利餐厅主厨 席泛诺

Andrea Gibano

Besides sightseeing and eating local food, Cindy and Peter love to visit local market when traveling. To me, a typical Italian Chef, many Italian food materials and eating habits are common and natural, but under the writers' writing, everything becomes so interesting. The couple knows deeply about European cuisine. They combine their travelling and eating experience all over the world in this book, and describe vividly, leading all the readers to see other countries from another angle. I think this is a good book worth to enjoy with.



○ 我愿为众人之脚，代大家跑遍世界。

我愿为众人之眼，替大家观察探索。

我愿为众人之口，为大家品尝特异美食。

我愿为众人之心，帮大家细细体会。



自序 游世界吃美食 林莹 毛永年

大多数人喜爱旅游，因为转换一个地方就转换一种心情，从日常规律生活中暂时脱离，让身体放松、让思绪休止，以全新体验激发久已呆滞、迟钝的感官。旅游脱不开生活，除了欣赏美景、古迹、历史文物、各式演出外，其中最重要也是接触最多的就是吃，异国美食的体验，是旅游中不可或缺的重要组成部分。

现代人们收入提高，经济状况改善，出国旅游的风气越来越盛。参加旅行团游玩回来的朋友常向我抱怨，在国外每天四菜一汤的中国菜一成不变；自助旅行回来的朋友也说，每天瞎碰乱逛，三餐不知该吃什么，或是不知怎么点、怎么吃。人生六件大事，食、衣、住、行、育、乐，无论是生活上还是旅游中遇到最多的就是吃这个大问题。如果在出国前对各国食物、饮食习惯、食用方法，甚至如何烹调处理都能先有些概念，再从旅游中得到印证，必然能大大增加旅行的乐趣，更进而深入了解当地风土民情。

我热爱旅行，更深信读万卷书也要行万里路，才能增广见闻，并且调剂身心。又因为本身从事餐饮业，对餐饮工作除了有深入了解又有兴趣外，更因个人爱吃、喜欢尝新，于是在诸多亲友鼓励下，以轻松小品方式把餐饮与旅游结合，并每篇文章配以相关食谱一则，希望读者朋友们在读故事时有所收获，放松心情和我们一同游欧洲吃美食，更可以利用书中食谱尝试自己烹调的乐趣。







BÜCHER * GEROLD * BÜCHER

GEROLDE BUCHER

WIEN

ESPRESSO

STOCK
Architektur, Umwelt
Kunst, Photographie
Musik, Film, Theater
Naturwissenschaften

GEROLD & Söhne
Kunst, Religion
Hobby, Garten, Tiere
Philosophie, Psychologie
Wirtschaft, Lexika

Ab sofort
bis 19.30 Uhr
geöffnet

VÖSLAUER









目 录



● 转动的烤肉——沙威玛	3
▶ 菜单 简易沙威玛三明治 Döner Kebab	
● 最佳选择——意大利的开胃菜	11
▶ 菜单 意大利香草牛肝菌 Sauteed Fresh Mixed Mushrooms Funghi Trifolati	
● 爱之入骨——西班牙生火腿挑逗你的胃	19
▶ 菜单 西班牙烘蛋饼 Tortilla Espanola	
● 海中牛奶——生蚝 (Oyster)	27
▶ 菜单 奶酪焗生蚝 Baked Oyster with Pizza Cheese	
● 耐人寻味的黑钻石——黑松露	37
▶ 菜单 皇室松露肝酱汤 Royal Foie Gras & Truffle Soup	
● 意大利白钻石——白松露	49
▶ 菜单 意大利白松露面 Spaghetti and White Truffle	
● 平易近人的欧洲泡菜——酸包心菜	57
▶ 菜单 德国酸包心菜 German Sauerkraut	
● 一表三千里的——芹菜头	65
▶ 菜单 芹菜头色拉 Celery-Root Salad	
● 夏天的必然——冷汤	73
▶ 菜单 哈密瓜冷汤 Melon Gazpacho	