

 NATIONAL GEOGRAPHIC

一生的 美食之旅

全球500处必访美食胜地

美国国家地理学会 编著
赵萍萍 韩肖倩 译



 NATIONAL
GEOGRAPHIC
华夏地理杂志

中国摄影出版社
China Photographic Publishing House

一生的 美食之旅

全球 **500** 处必访美食胜地



图书在版编目 (C I P) 数据

一生的美食之旅：全球 500 处必访美食胜地 / 美国
国家地理学会编著；赵萍萍，韩肖倩译. -- 北京：中
国摄影出版社，2016.7

书名原文：Food Journeys of a Lifetime – 500

Extraordinary Places to Eat Around the Globe

ISBN 978-7-5179-0469-4

I. ①一 ... II. ①美 ... ②赵 ... ③韩 ... III. ①摄影集

—世界—现代②旅游指南—世界 IV. ① J421 ② K919

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 150390 号

北京市版权局著作权合同登记章图字：01-2016-1491 号

Copyright © 2009 Toucan Books Ltd.

All rights reserved. Reproduction of the whole or any part of the contents
without written permission from the publisher is prohibited.

一生的美食之旅：全球 500 处必访美食胜地

作 者：美国国家地理学会

译 者：赵萍萍 韩肖倩

出 品 人：赵迎新

责任编辑：马 兰

版权编辑：黎旭欢 张 韵

策划引进：《华夏地理》杂志社

<http://nationalgeographic.com.cn/>

装帧设计：胡佳南

出 版：中国摄影出版社

地址：北京市东城区东四十二条 48 号 邮编：100007

发行部：010-65136125 65280977

网址：www.cpph.com

邮箱：distribution@cpph.com

印 刷：北京东方宝隆印刷有限公司

开 本：16 开

印 张：20

版 次：2016 年 8 月第 1 版

印 次：2016 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5179-0469-4

定 价：89.00 元

版权所有 侵权必究



一生的 美食之旅

全球**500**处必访美食胜地

《国家地理旅行者》杂志主编凯斯·贝劳斯精心撰写引言

美国国家地理学会 编著

赵萍萍 韩肖倩 译

 NATIONAL
GEOGRAPHIC
华夏地理杂志

中国摄影出版社

China Photographic Publishing House

引言：舌尖上的旅行

此刻是凌晨 4:00，我和一位朋友来到了东京的筑地（Tsukiji）市场，这里也是全世界最大的海产品批发市场。电锯嘶鸣间，庞大的金枪鱼被分解成小块；水桶里装满了章鱼、海胆、三文鱼和各种奇形怪状的海产品，足以拍上一部科教纪录片。我们在人群中穿梭辗转，最终来到东京最古老的寿司店：大和寿司（Daiwa Sushi）。

我的同伴开始了一长串的点菜。上菜的速度超快：印度洋金枪鱼、鲭鱼、淡水鳗鱼、牡蛎、比目鱼……忽然，在我们两个人面前分别摆上了一只虾。凝神一看，每只虾的身体都呈起伏状，很显然是活的。我朋友咧嘴一笑，吃掉了他的那一只。我则盯着眼前之物长达 30 秒钟，最终在没有呕吐的情况下将其吞了下去。

但也正是这样的美食小探险，让旅行变得如此精彩纷呈。每当我想起某个地点，都会想起一段难忘的经历——或是曾经品尝过的食物，或者与我分享

食物的某个人。比如，我曾在约旦贝都因人帐篷内盘腿坐在地上享用羊肉；曾在亚马逊大嚼新捕捞的食人鱼；曾在泰国的碧蓝海面上晃着双腿啃食甜虾；曾背着行囊穿越法国，沿途以法棍面包、干酪和意大利腊肠度日。

吃在异国他乡，不只是摄入能量那么简单，更是一种文化浸入的体验：那里的人们吃什么？什么时候用餐？用餐地点和食物来源是什么？他们在餐饮方面遵循怎样的传统？等等。探究这些问题，会让您更深入地了解一个地方的风土人情。

本书将为您解读食物与旅行、地点和味蕾之间的独特关系。其无边的魅力仿佛是一场文化和烹饪的饕餮盛宴，丰富您的旅行体验，为您的味蕾带来惊喜连连，还能帮您在自家厨房中打造欢愉。它将让您品尝到旅行的真正味道。

凯斯·贝劳斯
《国家地理旅行者》杂志主编

对页：威尼斯普利亚尼酒店（Hotel Cipriani）中的超豪华道格瑞莎套房（Dogaressa Suite），窗外优美的风光仿佛是卡纳莱托（Canaletto）的油画，营造出世外桃源般的用餐环境。

目录

引言：舌尖上的旅行 7

① 地方特产和食材 8

来自天南海北的特色食品，如同美食地图上的颗颗珍珠

② 熙攘美食市场 42

探遍世界各地精彩纷呈的美食集中地

③ 季节的恩赐 70

在恰到好处成熟季节，品尝各个地区的美食精华

④ 乐怡厨房 100

揭开世界美食的烹饪秘密

⑤ 最爱路边摊 130

从热狗到辣味烤猪肉，街边处处都是令人垂涎的美味小吃

⑥ 伟大的美食之都 160

法国巴黎、中国香港、美国查尔斯顿……全球美食热点一网打尽

⑦ 极致的奢华 214

借此毕生难得一见的机遇，奢华犒赏味蕾

⑧ 美酒佳酿 244

汇聚来自世界各地的玉露琼浆

⑨ 无法抗拒的甜品 286

沉醉在这个由巧克力、糕点和糖果组成的世界中

致谢 314

前页：墨西哥城，工人正在运送新鲜出炉的面包。

对页：维也纳萨赫酒店 (Hotel Sacher) 厨房中，一名甜点师傅用长柄勺将巧克力淋在萨赫蛋糕 (sachertorte) 上，这也是该酒店的招牌奢华甜品。



一生的 美食之旅

全球 **500** 处必访美食胜地







一生的 美食之旅

全球**500**处必访美食胜地

《国家地理旅行者》杂志主编凯斯·贝劳斯精心撰写引言

美国国家地理学会 编著

赵萍萍 韩肖倩 译

 NATIONAL
GEOGRAPHIC
华夏地理杂志

中国摄影出版社
China Photographic Publishing House





引言：舌尖上的旅行

此刻是凌晨 4:00，我和一位朋友来到了东京的筑地（Tsukiji）市场，这里也是全世界最大的海产品批发市场。电锯嘶鸣间，庞大的金枪鱼被分解成小块；水桶里装满了章鱼、海胆、三文鱼和各种奇形怪状的海产品，足以拍上一部科教纪录片。我们在人群中穿梭辗转，最终来到东京最古老的寿司店：大和寿司（Daiwa Sushi）。

我的同伴开始了一长串的点菜。上菜的速度超快：印度洋金枪鱼、鲭鱼、淡水鳗鱼、牡蛎、比目鱼……忽然，在我们两个人面前分别摆上了一只虾。凝神一看，每只虾的身体都呈起伏状，很显然是活的。我朋友咧嘴一笑，吃掉了他的那一只。我则盯着眼前之物长达 30 秒钟，最终在没有呕吐的情况下将其吞了下去。

但也正是这样的美食小探险，让旅行变得如此精彩纷呈。每当我回想起某个地点，都会想起一段难忘的经历——或是曾经品尝过的食物，或者与我分享

食物的某个人。比如，我曾在约旦贝都因人帐篷内盘腿坐在地上享用羊肉；曾在亚马逊大嚼新捕捞的食人鱼；曾在泰国的碧蓝海面上晃着双腿啃食甜虾；曾背着行囊穿越法国，沿途以法棍面包、干酪和意大利腊肠度日。

吃在异国他乡，不只是摄入能量那么简单，更是一种文化浸入的体验：那里的人们吃什么？什么时候用餐？用餐地点和食物来源是什么？他们在餐饮方面遵循怎样的传统？等等。探究这些问题，会让您更深入地了解一个地方的风土人情。

本书将为您解读食物与旅行、地点和味蕾之间的独特关系。其无边的魅力仿佛是一场文化和烹饪的饕餮盛宴，丰富您的旅行体验，为您的味蕾带来惊喜连连，还能帮您在自家厨房中打造欢愉。它将让您品尝到旅行的真正味道。

凯斯·贝劳斯
《国家地理旅行者》杂志主编





1

地方特产和 食材

对于美食爱好者而言，品尝当地特产是旅行中最大的乐趣之一。如果您希望领略一个地方真正的风土人情，触碰其灵魂和脉搏，最好的方法莫过于品尝当地的丰收果实、渔夫辛苦打捞的海产品、面点师精心制作的甜蜜美味，以及那些最大限度展示食材特色的珍贵菜肴。

在接下来的旅程中，我们将徜徉于全球各地令人心驰神往的优美风景之中，比如希腊古老的橄榄树林和美国密歇根州红彤彤的樱桃园。我们还将前往美国马萨诸塞州海滩岩石嶙峋的海湾，在大西洋潮汐的孕育下，这里出产的蛤蜊和牡蛎可煎可炸，其略带海水咸味的肉质也非常适合生吃。无辣不欢者，可在墨西哥心脏地带踏上一场火辣辣的旅程，在墨西哥厨师精心烹饪的菜肴中，感受“烟熏辣”和“甜味辣”的微妙差别。我们当然也不会放过大都市，比如忙中有序的日本东京筑地鱼市，这里每天都会通过拍卖的形式，将最高品质的金枪鱼送到日本寿司制作大师手中，他们也是令人崇拜的烹饪艺术家。

种类令人眼花缭乱的海鲜来自世界各地的海域和海岸线，无论是简单烹制或是与其他食材共享都如此美味，唇齿留香之余，我们还能品到其源起之地的特别味道。



在新不伦瑞克的海滨小镇中，经常可以看到一串串这样的木质捕龙虾器。

加拿大

龙虾和牡蛎

新不伦瑞克 (New Brunswick) 东部海岸出产的海鲜，堪称大西洋最美味的馈赠。

想要寻找价格亲民的地方特产海鲜？蒙克顿市 (Moncton) 东北部的希迪亚克 (Shediac) 再合适不过了。参加这里的出海旅行，大啖新鲜的清蒸龙虾，顺便了解龙虾的捕捉方法。在希迪亚克北部的很多海滨村庄，还有机会享用到炖龙虾、龙虾浓汤、龙虾酱意面，以及散发着蛋黄酱香气、包裹着鲜嫩多汁肉块的龙虾卷。博索莱伊 (Beausoleil) 的龙虾全部捕自近岸海域，布托切 (Bouctouche) 和斯帕甘 (Shippagan) 的龙虾烹饪方式或蒸、或烤、或嫩煎、或制成料足香浓的龙虾汤。在卡拉凯特 (Caraquet) 的阿卡迪亚社区 (Acadian)，可以品尝到从附近的沙勒尔湾 (Chaleur Bay) 捕捞的卡拉凯特龙虾，其肉质带着奶油的甜味。让我们再回到南部，经联邦大桥 (Confederation Bridge) 穿越爱德华王子岛 (Prince Edward Island, PEI) 来到莫尔佩克湾 (Malpeque Bay)，就能享用到超大个头的牡蛎，它产自岛屿西北海岸线的同名海湾，肉质略带甜味，清淡爽口。如果您造访爱德华王子岛中心位置的霍普河 (Hope River)，可以顺便去圣安妮教堂 (St. Ann's Church) 转转，如果教堂当晚提供龙虾晚餐，会显示相关的标志。

海鲜盛事

■ 自1949年起，号称“龙虾之都”的希迪亚克每年七月都会举行龙虾节，活动内容包括吃龙虾竞赛和龙虾晚餐等。

■ 八月将在蒙克顿市举行大西洋海鲜节 (Atlantic Seafood Festival)，速速规划您的美食行程吧！节日期间将举行明星大厨才艺展示、美食佳酿品鉴、烹饪大赛、音乐表演和龙虾剥壳大赛，评选烹饪出最美味海鲜杂烩浓汤的大厨。

■ 九月将在夏洛特敦举行爱德华王子岛国际贝类海鲜节 (Prince Edward Island International Shellfish Festival)，期间将进行三种不同的龙虾剥壳比赛，吸引来自世界各地最优秀的龙虾剥壳手一决高下。其他活动还包括：最佳马铃薯海鲜杂烩浓汤比赛、最佳奶油海鲜浓汤比赛，加拿大烹饪学院 (Culinary Institute of Canada) 还将进行贝类海鲜的烹饪示范表演。



新鲜龙虾是该地区很多菜单上经久不衰的明星。

旅行时间：全年供应新鲜海鲜，但夏季和秋季最为适宜，大多数景点在这两个季节都会开放，气候宜人。

旅行计划：乘飞机抵达蒙克顿国际机场后，租一辆车驶往目的地。至少准备一周的时间品尝各式龙虾和牡蛎，造访知名景点，比如新不伦瑞克的霍普威尔岩 (Hopewell Rocks) 和芬迪国家公园 (Fundy National Park)、爱德华王子岛的夏洛特敦和激发蒙哥马利 (L.M. Montgomery) 创作《绿山墙的安妮》(Anne of Green Gables) 的卡文迪什 (Cavendish) 宅院。

相关网址：www.tourismnewbrunswick.ca, www.peiplay.com, www.lobstertales.ca, www.lobstersuppers.com

枫糖

在冬季即将结束之际造访美国佛蒙特州，如同踏入了枫树天堂。

推开佛蒙特任何一家制糖厂的大门，就会被如云的蒸汽所环绕。采自当地糖枫林的树液被装进大金属盘（又称“蒸发器”）中进行加热。制糖师用长勺舀起琥珀色的液体，观察液体向蒸发器中滴落的状态是否呈“片状”（液体从长勺根部滴落时呈片状），这样的状态表明树液已经浓缩成枫糖，可以从容器中倾倒出来了。每年从二月底至四月初，在经历了连续的严寒天气后气温开始回升，树液开始在树干内流动，佛蒙特的所有制糖厂就会出现以下的景象：为了从树干中提取树液，首先要以略向上倾斜的角度在树干边材处钻洞，洞的大小与喷嘴或龙头相当。树液从喷嘴口中流出，或流入喷嘴处悬挂的桶中，或通过塑料管收集。当地出售大罐的枫糖或枫糖蛋糕，您还可以在当地节日期间或制糖厂的开放周末参加“雪上枫糖”派对：热乎乎的枫糖滴在新鲜的白雪之上，凝结成蕾丝一般的图案；或者用冰棍蘸上枫糖，一口口地舔食享用。如果觉得过甜，可嚼上一块酸爽的苤苳泡菜中和口感。

旅行时间：制糖季节通常需要根据天气而定，但往往从三月的第一个周二开始——这一天也是市民会议日（Town Meeting Day），一直延续到四月。每年一度的佛蒙特枫糖厂开放周末（Vermont Maple Open House Weekend）为春季的第一个周末，届时将有很多制糖企业对公众开放。

旅行计划：很多制糖厂在制糖季节都会欢迎游客参观，但需要提前电话预约，以确认参观日当天会进行枫糖熬制程序。而且要多备御寒衣物，每年一度的“雪上枫糖”派对是早春举行的多个节日之一，详情请留意当地媒体或佛蒙特枫糖制造商协会（Vermont Maple Sugar Maker's Association）网站。

相关网址：www.vermontmaple.org, www.travel-vermont.com



每棵枫树的喷嘴处都挂着一只桶，条件适宜之时，树液就会通过喷嘴流到桶中。

枫糖制品

说到枫糖浆的用途，人们首先想到的就是搭配烤薄饼和华夫饼食用。但这只是它的多种用途之一。这种甜蜜浓稠的液体几乎可以对所有食材进行调味，比如肉类、甜点，甚至是伏特加。此外，就像早期的美国印第安人一样，很多制糖厂都会制作固体的枫糖（又称“印第安糖”），方法是持续煮沸枫糖浆，直到糖浆中的大部分水分蒸发出来，剩下脆硬质地的糖颗粒。

将糖浆加热至质地浓稠时模压成型，硬化后变成了小糖块。枫糖膏也是佛蒙特的热门产品，这种甜甜的奶油状调味品可抹在吐司面包或松饼上。制作方法是：将煮沸的枫糖浆迅速冷却，然后搅动至细腻的状态。