



赠送MP3光盘

一番日本語菁華

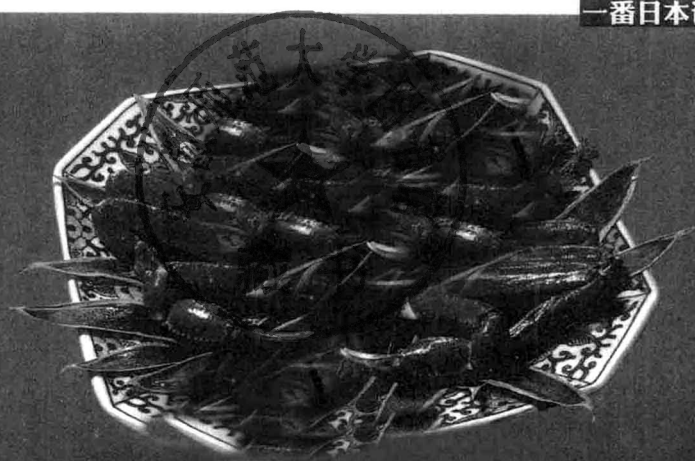
日语达人必知的 东瀛美食



大连理工大学出版社

日语达人必知的 东瀛美食

一番日语菁华



大连理工大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

日语达人必知的东瀛美食:汉日对照/一番日本语编辑部主编. — 大连:大连理工大学出版社, 2011.6
ISBN 978-7-5611-6301-6

I. ①日… II. ①—… III. ①日语—汉语—对照读物
②饮食—文化—日本 IV. ①H369.4: TS

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第126136号

大连理工大学出版社出版

地址:大连市软件园路80号 邮政编码:116023

发行:0411-84708842 邮购:0411-84708943 传真:0411-84701466

E-mail: dulp@dulp.cn URL: <http://www.dulp.cn>

大连日升印刷有限公司印刷

大连理工大学出版社发行

幅面尺寸: 145 mm × 210 mm	印张: 5.5	字数: 123 千字
附件: 光盘一张		印数: 1~5000
2011年6月第1版		2011年6月第1次印刷

责任编辑: 遆东敏

责任校对: 张海宁

封面设计: 董振巍

ISBN 978-7-5611-6301-6

定价: 16.80 元

那最后一丝的寒风挡不住柳絮轻扬的脚步，推开窗，不经意间的一片片会碰巧迷了你的眼。春天又这样的不约而至了。

每年的春天，《一番日本语》杂志都会和全国的读者相约。当今年的迎春花再一次漫山遍野地盛放，我们迷离在春色中，心情摇曳的时候，“一番日本语杂志菁华版图书”这书海中的一簇奇葩也悄然地绽放了。历经一整年的耕耘和积淀，编辑在精心梳理《一番日本语》杂志内容的基础上，根据读者的阅读喜好，从读者的学习需求出发，编辑出版了这套书。本套丛书分三个系列，从听、说、读、译各个方面培养读者的日语技能，提高您的日语水平。

阅读系列 为你呈现一个最日本：潮流东京，与秋叶原的潮人们一起领略光怪陆离的物质世界；游走日本，探访《非诚勿扰》的外景地——迷人的北海道；东瀛美食之旅，与吃家一起愉悦眼球，满足味蕾，唤起你大快朵颐的冲动。

在了解当今日本以后，传统日本故事帮你玩转穿越。回眸之间，时光已经流转了千百年。

这就是：《日语达人必知的东瀛潮流》、《日语达人必知的东瀛美景》、《日语达人必知的东瀛美食》、《日语学习者必知的日本民间故事》。

听力系列 为你准备了最新的NHK的饕餮大餐，全面挑战你的耳鼓。新闻按照专题分类，精心为你设计的听力练习，定会为你的日语能力考助一臂之力。

这就是：《听新闻练听力日语能力考试就这么简单》、《听



NHK新闻轻松突破日语能力考》。

娱乐系列 走进日本乐坛盛事——红白歌会，这里有以指甲彩绘、芭比造型引领亚洲时尚风潮的流行教主滨崎步；这里有叱咤当今日本乐坛的新生代组合——岚、AKB48。了解他们的故事，唱响他们的传奇，用最轻松的方式学习日语。

走进探讨人性伦理的日剧银幕，与你的偶像亲密接触，用最地道的口语讲述最真实的人生。

这就是：《跟日剧明星学流行口语就这么简单》、《日本人的年夜饭——红白歌会精选》。

人们常说，书是一位智者，每一本书都有自己的精神，会引领着你见到内在或不朽的所在。希望爱书的你能在这套图书旁驻足，翻开它，让它带着你进入有滋有味的日本世界。

2011年4月



目 录

- | | | |
|--------------------------|----|-----------------|
| 人気駅弁 | 1 | 受欢迎的车站便当 |
| 280円の牛丼 | 6 | 280日元的牛肉饭 |
| 日本の回転寿司 | 11 | 日本的旋转寿司 |
| 日本一宇都宮の餃子 | 16 | 日本第一的宇都宫饺子 |
| おいしいカップヌードルごはん | 20 | 美味的日清杯饭 |
| 電子レンジで蒸し野菜 | 25 | 微波炉里蒸蔬菜 |
| 15秒であつあつスイーツ | 29 | 15秒钟速热糕点 |
| 和風のお菓子 | 33 | 和风点心 |
| 大阪道頓堀に登場白いタイヤキ | 37 | 大阪道顿堀的白色鲷鱼形豆沙点心 |
| たこ焼のルーツ——絶品「明石
焼」 | 42 | 章鱼烧的祖先——绝品“明石烧” |
| 幸せな気分でスイーツの森をさ
まよっている | 46 | 幸福地迷失在甜点森林之中 |
| 夏目漱石が絶賛した羽二重点子 | 50 | 让夏日漱石赞不绝口的羽二重点心 |
| モチクリーム | 55 | 鲜奶油年糕 |
| 美しい押し花スイーツ | 59 | 美丽压花点心 |

小江戸川越のサツマイモを味わおう	62	品尝小江戸川越的地瓜
合格祈願の食品	66	祈愿合格的食品
おいしいキューブシュークリーム	70	美味的方块泡芙
名古屋の「生ドーナツ」	73	名古屋的“鲜甜甜圈”
斬新な焼きドーナツ	77	新颖烤制甜甜圈
三つの新作どら焼き	81	三款新颖铜锣烧
HELLO KITTYソフトクリーム& こんがり焼き	86	HELLO KITTY蛋卷冰激凌 和人形烧
ピバリーヒルズ発フローズンヨーグ ルト	90	比佛利山的冷冻酸奶
板チョコのベンツ「スマート」	93	巧克力奔驰Smart
内臓料理を楽しむホルモンヌ	97	热衷内脏料理的荷尔蒙女
自然派バイキング	101	天然食品自助餐
東京で見つけたおいしいもの	105	东京的美味小吃
日本ちょっと珍しいグルメ	109	日本出人意料的的美食
食べられる日本食器	114	可食用日本餐具
おいしい黒色フード	117	美味的黑色食品
「幸利団」のお得なキャンペーン	121	“幸利团”超值促销活动
日本のラーメン	125	日本的拉面
インターナショナルそばが人気の店	132	国际型人气荞麦面馆

- アメリカ風のラーメンスクエア 135 美国风格拉面街
- アクアリウムダイニング「新宿ライム」 138 水族箱餐厅“新宿LIME”
- 熱帯魚に抱かれたレストラン 143 拥抱热带鱼的餐厅
- 日本ちょっと変わったレストラン 146 日本特色餐厅
- 世界に進出する「料亭」 150 进军世界的“料亭”
- 人気のサクラカフェ 154 人气樱花咖啡屋
- 逆メイドカフェ 157 逆女仆咖啡店
- 漫画喫茶・インターネットカフェ 162 漫画网络咖啡吧的兴起
- の進化
- 零下5℃のアイスバー 165 零下5℃冰酒吧



にん き えきべん 人気駅弁

日本人にとっては、1時間以上の長距離を電車で移動する場合、駅弁は必須アイテムのようです！乗客が駅弁と缶入りのお茶（あるいはビール）を手にしながらホームで電車を待っている光景をよく見かけます。

6月に新宿から山梨県まで列車で行ったとき、好奇心から期間限定の「島根牛弁当」を買ってみました。どうして東京で島根のお弁当を売っているの？実はこれ、49歳で電車の運転手になった男性を描いた映画「RAILWAYS」の公開記念特別弁当だったんです。

この牛肉弁当は、本当においしかったです！メインのおかずはちょっと甘味のある牛肉のすき焼きで、ご飯の上にはそぼろ肉も載っていて、他のおかずも美味でした。お弁当の包装紙には映画が大きく紹介され、中には映画の割引券も入っていました！

その土地の食材が食べられる駅弁ばかりではなく、最近是这样の商業的な宣伝を兼ねたお弁当も多いようです。例えばNHK大河ドラマ「龍馬伝」の人气が出て、今高知市の駅では土佐料理を集めた「龍馬弁当」が売り出されています。駅弁はとてもよい宣伝の媒体なんです！



以前は長距離列車に乗って
お腹がすくから駅弁を食べる
のだと思っていたのですが、
現代の日本人は電車に乗るため
に駅弁を食べるのか、それとも
駅弁を食べるために電車に乗る
のか、分からなくなっていま



ました。でも、こうしておいしいお弁当を食べながら車窓から風景
を眺めて、列車の中で旅の情趣を味わうのは、本当に楽しいこと
です。

日本人の駅弁に対する思いには、我々の想像を絶するものがあり
ます。誰でも全国各地の駅弁を食べつくす機会がないからかもしれ
ませんが、デパートで「駅弁大会」が開催されると、いつもたくさ
んの人が押し寄せるのです！昨年の実績では、40万個の駅弁が売れ
たのだそうです。日本の駅弁大会で最も有名なものが、1966年に京王
百貨店新宿店で第1回目が行われた、日本国内最大の「元祖有名駅
弁大会」です。今年で45回目を数えるそうです。

受欢迎的车站便当

对日本人来说，搭电车一小时以上的长距离出行时，买车站便当是必需的啦！经常会看到乘客手上拎着车站便当和罐茶（或是啤酒），在车站等待电车的情景。

六月份从新宿搭车前往山梨县时，因好奇买了一个限定期限的“岛根牛便当”。为什么在东京会卖岛根的便当呢？原来它是一部描写一位男性在49岁时成为电车司机的电影《RAILWAYS》的公映纪念特别便当。这个牛肉便当的味道真的很不错！主菜就是带点甜味的牛肉寿喜烧，米饭上还盖着牛肉松，其他配菜也很美味。便当包装纸上还详细介绍了这部电影，里面还附有一张电影票优惠券呢！

除了可以吃到当地食材的便当之外，最近这种配合商业宣传的便当好像也很多。比如，因为NHK大河连续剧《龙马传》很受欢迎，高知市车站推出了集合土佐料理的“龙马便当”。看来车站便当是一个很好的宣传舞台啊！

以前是因为搭长途车肚子饿而吃车站便当的，但现在的日本人是为了搭电车而吃车站便当，还是为了吃车站便当而搭电车？已经无从得知了。不过像这样边吃着美味的便当，边从车窗眺望风景，在车厢里感受旅行的情趣确实是一件快乐的事。

说起日本人对车站便当的热情，真的是超乎我们的想象。可能



是因为大家没机会去吃全国各地的车站便当，所以一旦百货公司举办“车站便当大会”总是人潮爆满。据说去年的业绩是卖出40万个车站便当。日本车站便当大会最有名的是1966年在京王百货新宿店举办的第一届日本国内最大型的“鼻祖有名车站便当大会”。至今已经是第45年了。

单词注释

えきべん
駅弁

车站便当

おかず

小菜

そぼろ

肉松，鱼松

おしよせる
押し寄せる

涌上来，蜂拥而至

かぞえる
数える

数，计算；列举，枚举

豆知识

车站便当的由来

日本人吃便当的习惯由来已久。古代带饭团到田间地头吃自不必说，江户时代也曾流行看戏剧的中场休息时食用“幕之内便当”。说起日本的“车站便当”，时间也不短，上世纪七八十年代就有车站便

当了。最初是在火车站的月台上出售，在停车的短短几分钟时间里，总能看到乘客们争相购买的情景。现在，车站便当已经搬到了车站的小卖部出售，人们可以有足够时间挑选自己喜欢的美食。车站便当种类十分丰富。有用野菜和蘑菇做的“小锅什锦饭”，用新鲜鱼肉做的“寿司便当”，还有味道鲜美的“烤蛤蜊便当”等。不同车站的便当融合了当地与众不同的特色美味，享用车站便当也成为乘客感受各地饮食文化的乐趣。

えん ぎゅうどん 280円の牛丼

日本のサラリーマンは、昼食に平均いくら使うかご存知ですか？
以前は1000円以下なら受け入れられるという感じでしたが、今も
っとひどくなって、500円以下でなければ「経済的」とは言えませ
ん。お腹がいっぱいになるかとか、おいしいかとかいうことは、構
ってはいられないのです。さて、500円で何が食べられるでしょ
うか？

みんな財布の紐がしっかりしているので、飲食店も様々な安上が
りのランチを次々に売り出していて、選ぼうとすると選択肢がなか
なか広いのです。おかずとご飯とスープがついて500円の日替わりラ
ンチを食べてもいいし、マクドナルドで500円以内のセットを頼むこ
ともできます。コンビニに行って100円のおにぎり二つと1本150円
の飲み物を買って、残った150円はスイーツなどを買うのに使うか、
あるいは貯めておいて翌日のおかずを増やすのに使うという手もあ
ります。また、「松屋」か「吉野家」に行って、280円の牛丼でおな
かを満たすこともできるでしょう。残った220円を持ってマクドナル
ドに行き、100円のコーヒーを飲んで、100円のスイーツを食べ、そ
れでも20円貯められますね。おや、こうして計算してみると、500

えんでもかなりつかいであるようですね。

「松屋」と「吉野家」という二つのファストフード店は、実は貧しい留学生や個人旅行をする観光客の救いの神なのです。自身はどちらかというと松屋が好きです。それは吉野家よりメニューの種類が多いからで、牛丼のほかにカレー、ハンバーグ、豚丼、韓国風豆腐チゲセットなどから選ぶことができます。また、すべてのご飯類には味噌汁がついています（吉野家では別途頼まなければなりません）。だから、280円の牛丼は、本当に節約の星なのです！牛丼が、その安さによって放つ「節約の輝き」は、他に比べるものがありません。これからもずっとこの価格（あるいはもっと安い価格）を維持し続けるでしょう。

280日元的牛肉饭

你知道日本上班族的午餐开销平均是多少吗？以前1000日元以下的价位还可以接受，但现在世道更差了，午餐要在500日元以下才算“经济”。至于吃不吃得饱、好不好吃就管不了了。那么500日元可以吃到什么呢？

由于大家钱包都紧，餐饮店也纷纷跟进推出了琳琅满目的便宜午餐，真要挑，其实选择还蛮多的。你可以去吃一份有菜、有饭、有汤



的500日元每日特餐，或去麦当劳点一套500日元以内的套餐，或去便利商店买两个100日元的饭团外加一瓶150日元的饮料，剩下的150日元可以买甜点等，或存起来当明天加菜的钱。此外，你也可以去“松屋”或“吉野家”点一份280日元的牛肉饭果腹，剩下的220日元还能去麦当劳喝一杯100日元的咖啡、点一份100日元的点心，还可以存下20日元。咦？这样算下来，500日元竟然好像也够用。



说到“松屋”与“吉野家”这两个快餐店，其实也正是穷留学生与自助旅行观光客的救命稻草。本人比较偏爱松屋，因为它的菜色比吉野家多样，除了牛肉饭还有咖喱、汉堡肉排、猪肉饭、韩式豆腐汤套餐等可选择，且所有饭类均附有味噌汤（吉野家要另外加点）。所以280日元

的牛肉饭真是省钱之星啊！谁都比不上它因便宜所散发出来的省钱魅力。希望它可以一直维持这个价格（或者更便宜）。

单词注释

ぎゅうどん
牛丼

牛肉饭

うけいれる
受け入れる

接受，接收；接纳，迎接

やすあがり
安上がり

经济实惠，省钱

ひがわり
日替わり

日日新，每天换

吉野家的历史

吉野家是一家享有百年历史的著名日本牛肉饭专卖店，始创于1899年，在日本筑地鱼市场开设了第一家分店。“吉野家”的名字来源于地名。日本的吉野山地区的牛肉饭最为著名。传说12世纪的时候，日本名将源义经的爱妾静在掩护义经避难之时，在吉野山把制作牛肉饭的技巧教给了当地居民。于是牛肉饭成为当地的美味。“吉野家”之所以这样取名，也是为了说明自己的牛肉饭正宗。



松屋的历史

“松屋”创立于1966年6月，在日本是和吉野家平分秋色的一家大型快餐连锁店。当时瓦葺利夫在东京都练马区羽泽的住宅区开设了“中华饭店 松屋”，但此店的经营状况不稳定，其后更于1969年停业。

在经营“中华饭店 松屋”期间，瓦葺利夫尝过当时备受推介的