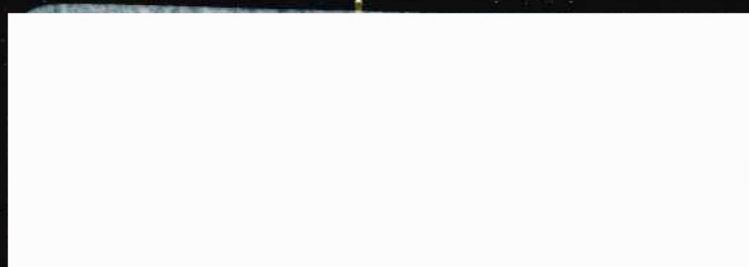


意式风味笔记

[日]岸朝子 主编 张晓寅 译



北京出版集团公司
北京美术摄影出版社

意式风味笔记

Italian Cuisine Encyclopedia For Gourmet

[日]岸朝子 主编 张晓寅 译

北京出版集团公司
北京美术摄影出版社

ITALIAN TECHO by Asako Kishi, Tokyo Shoseki Co., Ltd.

Copyright © 2011 Asako Kishi, Tokyo Shoseki Co., Ltd.

All rights reserved.

First original Japanese edition published by Tokyo Shoseki Co., Ltd., Japan.

Chinese (in simplified character only) translation rights arranged with Tokyo Shoseki Co., Ltd., Japan.

through CREEK & RIVER Co., Ltd. and CREEK & RIVER SHANGHAI Co., Ltd.

Chinese language (in simplified character) copyright © 2015 by BPG Artmeida (beijing) Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

意式风味笔记 / (日) 岸朝子主编 ; 张晓寅译. —
北京 : 北京美术摄影出版社, 2015. 4

ISBN 978-7-80501-675-7

I. ①意… II. ①岸… ②张… III. ①食谱—意大利
IV. ① TS972. 185. 46

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第170522号

北京市版权局著作权合同登记号 : 01-2013-4759

责任编辑: 董维东

特约编辑: 刘 佳

责任印制: 彭军芳

意式风味笔记

YISHI FENGWEI BIJI

[日] 岸朝子 主编 张晓寅 译

出 版 北京出版集团公司

北京美术摄影出版社

地 址 北京北三环中路6号

邮 编 100120

网 址 www.bph.com.cn

总发行 北京出版集团公司

发 行 京版北美(北京)文化艺术传媒有限公司

经 销 新华书店

印 刷 北京国彩印刷有限公司

版 次 2015年4月第1版第1次印刷

开 本 90毫米×160毫米 1/64

印 张 3.125

字 数 150千字

书 号 ISBN 978-7-80501-675-7

定 价 29.90元

质量监督电话 010-58572393

ISBN 978-7-80501-675-7



9 787805 016757 >

定价: 29.90 元

◎ 目录

序言

意大利料理的基础知识

意大利料理概要·····	12
意大利料理店的种类·····	13
意大利料理的基本构成·····	15
地方分类和特征·各区的主要乡土菜肴·····	16

前菜

番茄芝士沙律·····	22
白汁红肉·····	23
腌泡鱼·····	24
沙拉·····	25
面包沙拉·····	26
鼓形饭团·····	27
超大浓汁烧贻贝·····	28
碎茄子什锦蔬菜煮·····	29
菜肉馅儿煎蛋饼·····	30
什锦铁排·····	31
香炸米橙·····	32
雪芭·····	33
热蘸酱·····	34
多汁意式烤面包·····	35
油炸面包片·····	36
炸面饼圈·····	37

汤

蔬菜浓汤·····	40
鸡蛋干酪汤·····	41
意大利面豆汤·····	42

蔬菜汤	43
-----------	----

意式面食料理

意式蒜油辣面条	46
蛤蜊意大利面条	47
奶酪蝴蝶面	48
墨鱼面	49
高甘佐拉奶酪面	50
牛肝菌面	51
波伦亚意式通心粉	52
热那亚意大利面	53
培根番茄辣酱意面	54
鲜嫩番茄笔尖面	55
意式蒜味番茄鳀鱼酱面	56
海鲜细扁面	57
番茄大蒜意大利面	58
煤式意大利面	59
蘑菇培根面	60
意式小方饺	61
意式肉汁面条	62
汤团肉酱面	63
斜方馅儿饺	64

意式烩饭

奶酪烩饭	66
米兰风烩饭	67
阿尔巴牛肝菌烩饭	68
墨鱼汁烩饭	69
渔民风烩饭	70

比萨

玛格丽特比萨	72
四季比萨	73

那不勒斯比萨	74
海鲜比萨	75
奥多兰那比萨	76
帕尔马火腿比萨	77
卡尔佐内比萨	78
什锦比萨	79

面包

佛卡西亚面包 / 意式拖鞋面包	82
棍形面包 / 西西里面包	83
托斯卡纳面包 / 玫瑰面包 / 音乐面包	84

鱼贝料理

鱼贝家常菜	86
海鲜鱼汤	87
阿芙嘉朵 (龙虾煮)	88
海鲜烧烤	89
鲜鱼烘烤	90
香草面包粉烧烤	91
海鲜蒸烧	92
螺形烧	93

肉料理

意大利扒房	96
意式煎肉排	97
意式肉菜卷	98
意式跳嘴肉	99
意式炖牛肘	100
炖煮牛肚	101
猎人风烹肉	102
意式魔鬼烤鸡	103
意式烤鸭	104

那不勒斯比萨	74
海岸比萨	75
奥多兰那比萨	76
帕尔马火腿比萨	77
卡尔佐内比萨	78
什锦比萨	79

面包

佛卡西亚面包 / 意式拖鞋面包	82
棍形面包 / 西西里面包	83
托斯卡纳面包 / 玫瑰面包 / 音乐面包	84

鱼贝料理

鱼贝家常菜	86
海鲜鱼汤	87
阿芙嘉朵 (龙虾煮)	88
海鲜烧烤	89
鲜鱼烘烤	90
香草面包粉烧烤	91
海鲜蒸烧	92
螺形烧	93

肉料理

意大利扒房	96
意式煎肉排	97
意式肉菜卷	98
意式跳嘴肉	99
意式炖牛肘	100
炖煮牛肚	101
猎人风烹肉	102
意式魔鬼烤鸡	103
意式烤鸭	104

猪肉蔬菜烩	105
意式爆炒	106
熟炖牛肉	107
意式炖牛肉	108

甜点

婆婆蛋糕	110
可可布丁	111
意式圆顶蛋糕	112
意式奶油蛋羹	113
苹果甜点	114
意式香炸奶酪卷	115
意式提拉米苏	116
意式奶冻	117
疯狂冰淇淋	118
鸡尾冰糕	119
新兴意式甜点	120
意式甜点卡萨特冰淇淋千层酥	121
什锦水果甜点（马其顿甜点）	122
杏仁意式脆饼	123
潘妮托尼甜点	124

咖啡·水

咖啡	126
浓缩咖啡 / 拿铁咖啡 / 玛奇朵咖啡	126
长咖啡 / 卡布奇诺咖啡 / 冰镇咖啡 / 蜜桃红茶 ...	127
水	128
圣培露柠檬果汁汽水 / 意大利普娜汽水	128
圣碧涛汽水 / 法拉蕊天然气泡矿泉水 / 舒其瓦泉水	129
索来天然水 / 天堂蓝瓶天然水 / 老莱天然矿泉水	130

餐前酒	132
苦艾酒	132
金巴利酒 / 意大利阿佩罗开胃酒 / 起泡葡萄酒	133
餐后酒	134
格拉帕 (果渣白兰地)	134
阿马罗 (苦酒) / 马莎拉酒	135
安摩拉多酒 / 意大利柠檬酒 (丽蒙切洛) / 挪塞伦酒	136
啤酒	137
莫纳迪啤酒 / 佩罗尼蓝带啤酒	137
墨西拿啤酒 / 弗斯特啤酒 / 柏莱迪啤酒	138

葡萄酒

意大利葡萄酒等级	140
关于酒标	141
葡萄品种和主要品牌	142
葡萄酒的主要产地	144
巴罗洛 (红) / 巴巴莱斯科 (红)	146
巴贝拉·阿斯蒂 (红) / 多姿桃·阿尔巴 (红)	147
经典基安蒂 (红) / 布鲁奈罗·蒙塔奇诺 (红)	148
瓦尔波里切拉 (红) / 图拉斯 (红)	149
普罗塞柯起泡酒 (白·起泡) / 苏瓦韦 (白)	150

食材

意大利食材及原产地	152
意大利面	154
意大利长面	154
意大利全麦细长面 / 意大利小号实心粉	154
意式细面条 / 意式天使细面 / 意式细扁面	155
意大利宽面 / 意大利长圆面 / 吉他意大利粉	156
意大利短面	157
意大利斜管面 / 意式粗管面 / 意式蝴蝶面	157

意式贝壳面 / 意式螺旋面 / 猫耳朵面	158
意式笔尖卷面 / 红酱意面 / 意式螺旋扭面	159
手擀面	160
意式扁面 / 意大利细丝面	160
意大利传统宽面 / 意大利烤宽千层面 /	
意大利尖头梭面	161
手捏面	162
意大利花形面饺 / 意大利方形肉饺 / 意大利面耳朵	162
意大利菱形面 / 特洛飞面 / 意式面疙瘩	163
奶酪	164
帕马森奶酪 / 帕达诺奶酪	164
佩科里诺奶酪 / 波罗伏奶酪 / 芳堤娜奶酪	165
马背奶酪 / 他里治奥奶酪 / 里科塔奶酪	166
马苏里拉奶酪(水牛奶) / 马斯卡邦尼软奶酪 / 高甘佐拉 奶酪	167
肉食加工品	168
风干火腿肉	168
猪身肉 / 猪脸肉 / 风干脖肉	169
腊肉肠 / 肉香肠 / 腌肥肉	170
肉类	171
小羊肋排	171
兔子肉 / 珍珠鸡 / 鹿肉	172
野猪肉 / 牛肚 / 肝肉	173
鱼贝类	174
鱼类	174
加吉鱼 / 鲈鱼	174
大菱鲆多宝鱼 / 剑鱼 / 沙丁鱼	175
甲壳类	176
螯虾 / 海螯虾 / 螃蟹(三疣梭子蟹)	176
墨鱼·章鱼	176
墨鱼(长枪乌贼) / 章鱼	176
贝类	177
蛤蜊 / 贻贝 / 虾夷盘扇贝 / 牡蛎	177

鱼贝加工品	178
鱼子酱 / 墨鱼汁	178
乌鱼子 / 盐干鳕鱼	179
蔬菜类	180
番茄 (小番茄) / 芝麻菜	180
西葫芦 / 洋葱 / 大葱	181
朝鲜蓟 / 苞菜 / 苣菜 / 佛罗伦萨茴香	182
芦笋 / 茄子 / 甜椒 / 牛肝菌蘑	183
松露 / 蘑菇 (松伞蘑) / 蒜 / 橄榄	184
豆类 & 米	185
白色扁豆 / 鹌鹑豆 (红纹扁豆) / 鹰嘴豆 / 米 ...	185
香草 & 香菜 & 坚果	186
罗勒 / 意大利荷兰芹	186
撒尔维亚 / 薄荷 / 迷迭草	187
花薄荷 / 月桂 / 百里香 / 龙蒿	188
草茴香 / 茴香 / 细香葱	189
茉乔栾那 / 雪维菜 / 肉豆蔻 / 马槟榔	190
红辣椒 / 核桃 / 松子	191
调味料	192
盐	192
细盐 / 粗盐	192
橄榄油	193
特级初榨橄榄油 / 低级橄榄油	193
醋	194
意大利黑醋 / 酒醋 (红和白)	194

[专栏]

前菜的多个名称.....	38
凯撒沙拉.....	38
原料清汤的汤食.....	44
正宗那不勒斯比萨协会.....	80
质脆罗马比萨.....	80
海胆——海中刺猬.....	94
圣诞节前夜的鳗鱼.....	94

意式风味笔记

Italian Cuisine Encyclopedia For Gourmet

[日]岸朝子 主编 张晓寅 译

北京出版集团公司
北京美术摄影出版社

序 言

与日本一样，意大利也是个国土细窄狭长的国家，山水环绕，富于变化。正因为地域不同，食材、料理方法也就各具变化。我多次拜访那里，每次总会邂逅新的风味。我听说意大利人从孩童时代就有一种意识，把“饭的味道”等同于“母亲的味道”，他们很重视料理中熟悉的味道。

我在东京第一次吃地道的意大利料理，大约已经是40年前的事了。那家店叫“安东尼奥”，是跟从意大利海军最高司令长官的高级厨师——已故的安东尼奥·康切米于第二次世界大战后在东京的麻布开的店。

也许是因为使用鱼和面类的料理很适合日本人的口味吧，许多比萨、意大利面食的专卖店相继出现，现在意大利料理已经完全定居日本了。

意大利料理的第一道菜中有前菜、汤、意大利面、意式烩饭，第二道菜是鱼类和甲壳类、肉、配菜加奶酪等，甜食是水果、点心之类。我记得第一次去意大利时，因为自己是日本人，前菜之后，上了一些面类和粥这种主食类的烩饭，当时我真是大吃一惊。

在这本书里，对意大利料理的名字和做法、经常使用的食材，还有饭桌上不可或缺的红酒及其产地和种类，我会进行详细易懂的说明。

如此美味的料理和红酒，就算是置身于日本，也如正在享受旅行于意大利般的幸福。

岸朝子

2011年1月吉日

做好意大利料理，便可享受意大利料理。熟悉了解意式料理后，再咀嚼其味，便会更加享受其中，发现个中美味。

不过，意大利料理确实难懂。横写文字，异国文化，不少人难以接近，甚至敬而远之。可是真要这样做的话，就多少有些可惜了，因为美味的东西会丰富我们的人生。

因而，做本书于此。这不是一本讲解烹调技法的书，亦不是料理词典、研究书，更不是意大利旅行时的指南书，只是去意式餐厅或者做意式料理时，关于意大利料理多少想要了解一些情况的时候，有此书放在身边，就便利得多了。这便是写此书的目的。

本书内容大体分四部分：①意大利料理的概要；②主要料理；③意大利红酒；④食材。当然，仅靠这些是无法全面讲述意大利料理的。特别是关于料理方面，本书网罗了日本人身边菜单、菜谱中简单易懂的内容，可是这只不过是意大利料理中的一小部分。我希望自己能写出一本有价值的书，其中蕴含着用尽一生也无法追寻到的奥秘。

这是个多样的世界，一些人认为料理是这样的，另一些人又认为是那样的，但到底什么是正确的，我们就不得而知了。要是这样的话，我们只要尽情地享受它就可以了。本书的使用方法也由您自便，望乐在其中。

松尾富美惠（料理及食材内容的采访、写作）

熊野裕子（概要及红酒内容的采访、写作）

2011年1月吉日

◎ 目录

序言

意大利料理的基础知识

意大利料理概要.....	12
意大利料理店的种类.....	13
意大利料理的基本构成.....	15
地方分类和特征·各区的主要乡土菜肴.....	16

前菜

番茄芝士沙律	22
白汁红肉	23
腌泡鱼	24
沙拉	25
面包沙拉	26
鼓形饭团	27
超大浓汁烧贻贝	28
碎茄子什锦蔬菜煮	29
菜肉馅儿煎蛋饼	30
什锦铁排	31
香炸米橙	32
雪芭	33
热蘸酱	34
多汁意式烤面包	35
油炸面包片	36
炸面饼圈	37

汤

蔬菜浓汤	40
鸡蛋干酪汤	41
意大利面豆汤	42

蔬菜汤	43
-----------	----

意式面食料理

意式蒜油辣面条	46
蛤蜊意大利面条	47
奶酪蝴蝶面	48
墨鱼面	49
高甘佐拉奶酪面	50
牛肝菌面	51
波伦亚意式通心粉	52
热那亚意大利面	53
培根番茄辣酱意面	54
鲜嫩番茄笔尖面	55
意式蒜味番茄鳀鱼酱面	56
海鲜细扁面	57
番茄大蒜意大利面	58
煤式意大利面	59
蘑菇培根面	60
意式小方饺	61
意式肉汁面条	62
汤团肉酱面	63
斜方馅儿饺	64

意式烩饭

奶酪烩饭	66
米兰风烩饭	67
阿尔巴牛肝菌烩饭	68
墨鱼汁烩饭	69
渔民风烩饭	70

比萨

玛格丽特比萨	72
四季比萨	73

那不勒斯比萨	74
海岸比萨	75
奥多兰那比萨	76
帕尔马火腿比萨	77
卡尔佐内比萨	78
什锦比萨	79

面包

佛卡西亚面包 / 意式拖鞋面包	82
棍形面包 / 西西里面包	83
托斯卡纳面包 / 玫瑰面包 / 音乐面包	84

鱼贝料理

鱼贝家常菜	86
海鲜鱼汤	87
阿芙嘉朵（龙虾煮）	88
海鲜烧烤	89
鲜鱼烘烤	90
香草面包粉烧烤	91
海鲜蒸烧	92
螺形烧	93

肉料理

意大利扒房	96
意式煎肉排	97
意式肉菜卷	98
意式跳嘴肉	99
意式炖牛肘	100
炖煮牛肚	101
猎人风烹肉	102
意式魔鬼烤鸡	103
意式烤鸭	104