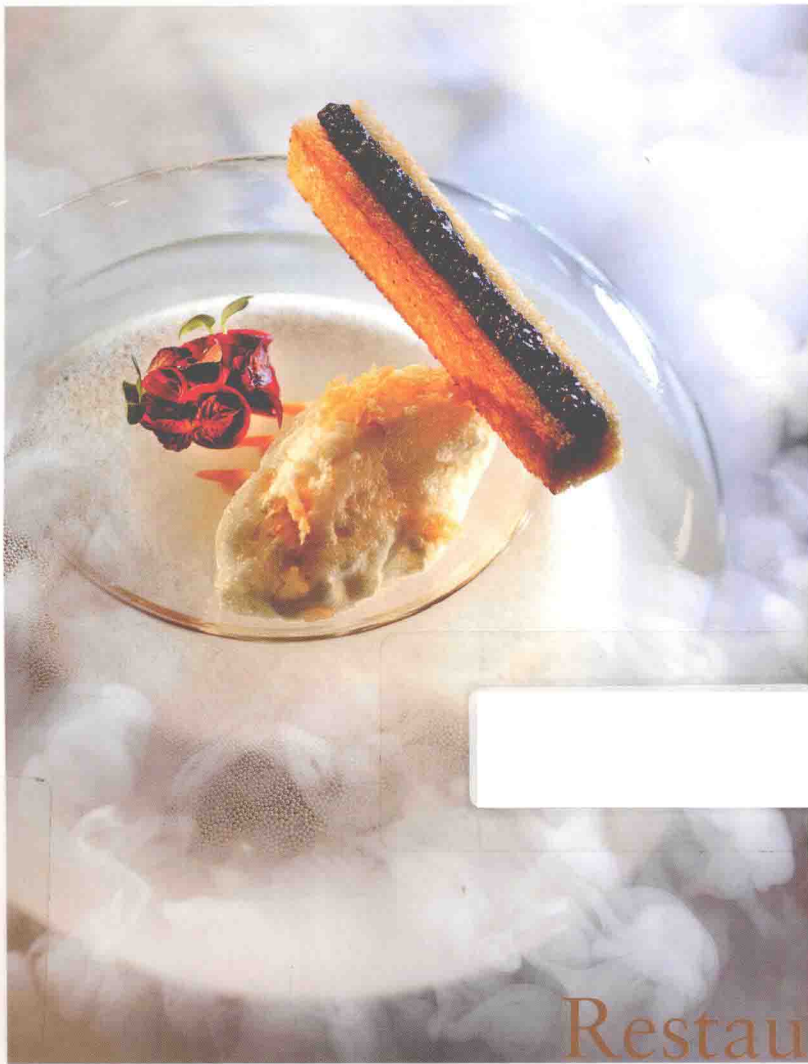


沒有米其林指南在挖掘這些執著於自己的想法、
把自己土地裡的味道感情放在餐盤裡的廚師，
法國的美食地圖不會如此恢弘偉大。
一個好廚師可以不必媚俗於金錢商業的遊戲規則、討好富豪名流，
而能將真正懂得食物精髓的老饕食家不遠千里吸引而來。



【謝忠道的法國米其林筆記】 星星的滋味



Restaurants Etoilés
selon Chung-Tao

作者 謝忠道

造訪法國33家
米其林餐廳，
品嚐美味的故事，
喫遍星級門道。

星星的

滋味 

Restaurants Etoilés
selon Chung-Tao

【謝忠道的法國米其林筆記】 星星的滋味

作者 謝忠道
副總編輯 郭燕如
主編 黃郡怡
封面&版面設計 周慧文
美術設計 周慧文·徐禹晨
特約美術設計 洪玉玲
封面圖片 Sur Mesure 提供
©George Apostolidis/ Mandarin Oriental

發行人 何飛鵬
PCH集團生活旅遊事業總經理 許彩雪
社長 李淑霞
出版公司 墨刻出版有限公司
地址 台北市104民生東路二段141號9樓
電話 886-2-2500-7008
傳真 886-2-2500-7796
E-mail mook_service@hmg.com.tw
網址 www2.mook.com.tw/wp
旅人誌 Blog itraveler.pixnet.net/blog
旅人誌粉絲團 www.facebook.com/travelerluxe

發行公司 英屬蓋曼群島家庭傳媒
股份有限公司城邦分公司
城邦讀書花園 www.cite.com.tw
劃撥 19863813
戶名 書虫股份有限公司
香港發行所 城邦(香港)出版集團有限公司
地址 香港灣仔駱克道193號東超商業中心1樓
電話 852-2508-6231
傳真 852-2578-9337

經銷商 農學股份有限公司(電話:886-2-2917-8022)
製版 藝樺彩色製版股份有限公司
印刷 科樂印刷事業股份有限公司
ISBN 978-986-289-164-3
城邦書號 KY0025

初版2014年6月 定價450元·HK\$150
版權所有·翻印必究

國家圖書館出版品預行編目資料

星星的滋味：謝忠道的法國米其林筆記／
謝忠道作——初版

台北市：墨刻出版：家庭傳媒城邦分公司發行，2014.06
256面 ；18.5*23.5公分——Let's OFF：KY0025
ISBN 978-986-289-164-3 (平裝)
1.餐廳 2.餐飲業 3.法國

483.8

103009685

【謝忠道的法國米其林筆記】

星星的

滋味 

Restaurants Etoilés
selon Chung-Tao

【自序】

每一個經過味蕾 的故事



©Restaurant Yoann Conte

這本書的精神延續2009年出版的《星星的滋味》。不過，我無意寫一本法國餐廳指南，更不想寫一本食記合集。我想把每次餐廳的經驗寫成一則則經過味蕾來述說的有趣故事。

每一家餐廳都因為某些機緣而去過，書中大部份圖片也都是品嚐之前拍下的，也就是說，這些圖片帶著一定的真實性。當然，當餐廳拍照條件並不是那麼好的時候，只好借助公關照來撐出美麗的版面。

然而，無論如何，文字是真實的。

過去幾年我嚐過的星級餐廳遠超過書中選出的數量，個人不愛的都沒收進書中。收在書裡的，也不是每一家我都喜愛，有的不合我口味或是當天經驗不佳，而我仍樂意保留給它一個位子的還是收進來——正因為這種選擇上的偏見，所以書名有我個人名字「忠道」二字，表示濃厚的主觀成分，而不是吹噓個人品味。

我也盡可能在每一篇文章裡，除了寫餐廳裝潢氣氛外，對食材、擺盤、味道的描述可以做到細膩的工筆描繪——雖然我也希望對每件料理作品保留一點神秘感，讓讀者有一天嚐到的時候可以有該有的驚喜與滿足。

有時也加上主廚的學經歷，菜色的演變典故，傳統和創意的互置對換，用我個人淺薄的法國餐廳經驗與知識，抽絲剝繭地找出其中的來龍去脈——如果有的話。

當代法國高料理的演變遠超出觀光客對法國菜的刻板印象，過去那些鵝肝松露魚子醬，早已不再是那些最有創意的廚師們喜愛把玩的元素，而多多少少淪為餐廳炫富驕人的工具，失去美味的本質。

今日法國廚師更追求簡單的在地食材裡，添一點外來技巧或元素做變化；或是以異國文化做基底，將法國的食材融入其中。保住法國料理的基本精神與本質幾乎是所有法國廚師在拿捏思索一盤菜餚的創作時，最戰戰兢兢的顧慮考量。

常被問一個問題：一年吃幾顆星星，或是今年吃了幾顆星星。其實早已不去數這個了。因為星星的等級，不等於驚遇一次愉快愉悅的美食經驗的級數。換句話說，三星未必最美味，一星也不見得不會出現難忘的驚喜。例如書中讓我震懾於當下的兩家餐廳（Yam'Tcha 和 Le Kintessence）都只是一星（後者今年升為兩星）。

像生活中的事物，表面最美麗奢華的，未必最深入生命與記憶。

所以把這本小書當指南的朋友，我想說：別迷信招牌菜或主廚簽名料理。時序有四季，廚師有情緒，餐廳裡有各種可能影響用餐的細節與意外。完美的餐廳並不存在，參考而不要盡信，是一個小小的提醒。

希望這本小書能描繪出當代法國高級餐廳的一點輪廓面貌，即使是帶點寫意的性質。雖不是全貌，也還可以是一個有趣的縮影。

這本不完整的書還有一個小小的缺憾：沒把為這些美食增添無窮魅力的葡萄酒寫出來。

所以美食書寫上，我仍是個力有未逮的作者。所以會繼續吃，繼續寫。



謝忠道

目錄



- 002 【自序】每一個經過味蕾的故事
- 008 **【巴黎星級的日常20+】**
- 010 眾神的美饌
L'Ambroisie de Bernard Pacaud
- 018 世紀大廚的精神
L'Atelier de Joël Robuchon
- 024 三星餐廳裡的螞蟻
L'Astrance de Pascal Barbot
- 032 當代與現代美味的高度
Le Jules Verne
- 040 亞倫杜卡斯學派
Le 39V de Frédéric Vardon
- 046 宮殿旅館裡的廚房
La Cuisine du Palace Royal Monceau
- 054 量身訂做的美味與美感
Sur Mesure par Thierry Marx
- 062 貝殼裡的珍珠
Epicure d'Eric Fréchon
- 068 飲茶·超塵絕俗
Yam' Tcha d'Adeline Grattard
- 074 三星水準的兩星餐廳
Le Cinq d'Eric Briffard
- 082 美食長廊53號
Passage 53
- 090 無國界料理·還在嗎?
Restaurant Kei
- 096 巴黎天空下的日法料理
Sola - Hiroki Yoshitake
- 102 美食廚房藝廊
Ze Kitchen Galerie - William Ledeuil
- 108 什麼都不多·卻什麼都有
L'Abeille de Philippe Labbé
- 116 縮短食材與餐桌時間距離的追求者
L'Arpège d'Alain Passard
- 124 時光停駐的路易十三客棧
Le Relais Louis XIII de Manuel Martinez



©Ze Kitchen Galerie

©Restaurant Kei



CONTINENTAL CUISINE 皇家歐洲美饌饗宴

『餐食』一直是講究旅遊面面俱到的『皇家國際運通』，極為重視的一環，尤其在皇家『歐洲系列』，更強調精挑細選，除安排最具代表性的『米其林指南』餐廳，更同步參考『廚師帽』、『紅龍蝦』等國際級美食評鑑，務求讓您優遊歐洲各國同時，都能吃的道地、吃的尊爵禮遇！



米其林 Michelin推薦&星級餐廳 義大利/法國/西班牙/北歐/捷克/奧地利/希臘/德國/瑞士

Gault Millau廚師帽級美食評鑑 法國/捷克/奧地利/克羅埃西亞

其他歐洲行旅參考美食評鑑 紅龍蝦Gambero Rosso義式料理權威評鑑、Buon Ricordo特色料理評鑑、Bottin Gourmand美食家、Maitres Cuisinier大師料理、英國AA協會玫瑰徽章評鑑

各國經典特色風味餐 海鮮飯、烤乳豬、燉牛尾、布列斯雞、布列塔尼藍龍蝦...等



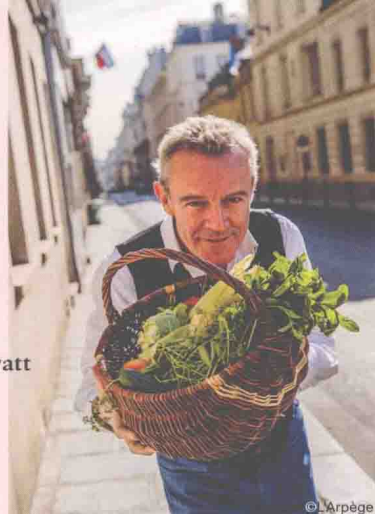
皇家國際運通
Royal Jetway EXPRESS®

皇家國際運通旅行社 (02)2719-5111

www.royaljetway.com.tw 官方部落格 blog.roodo.com/royaljetway

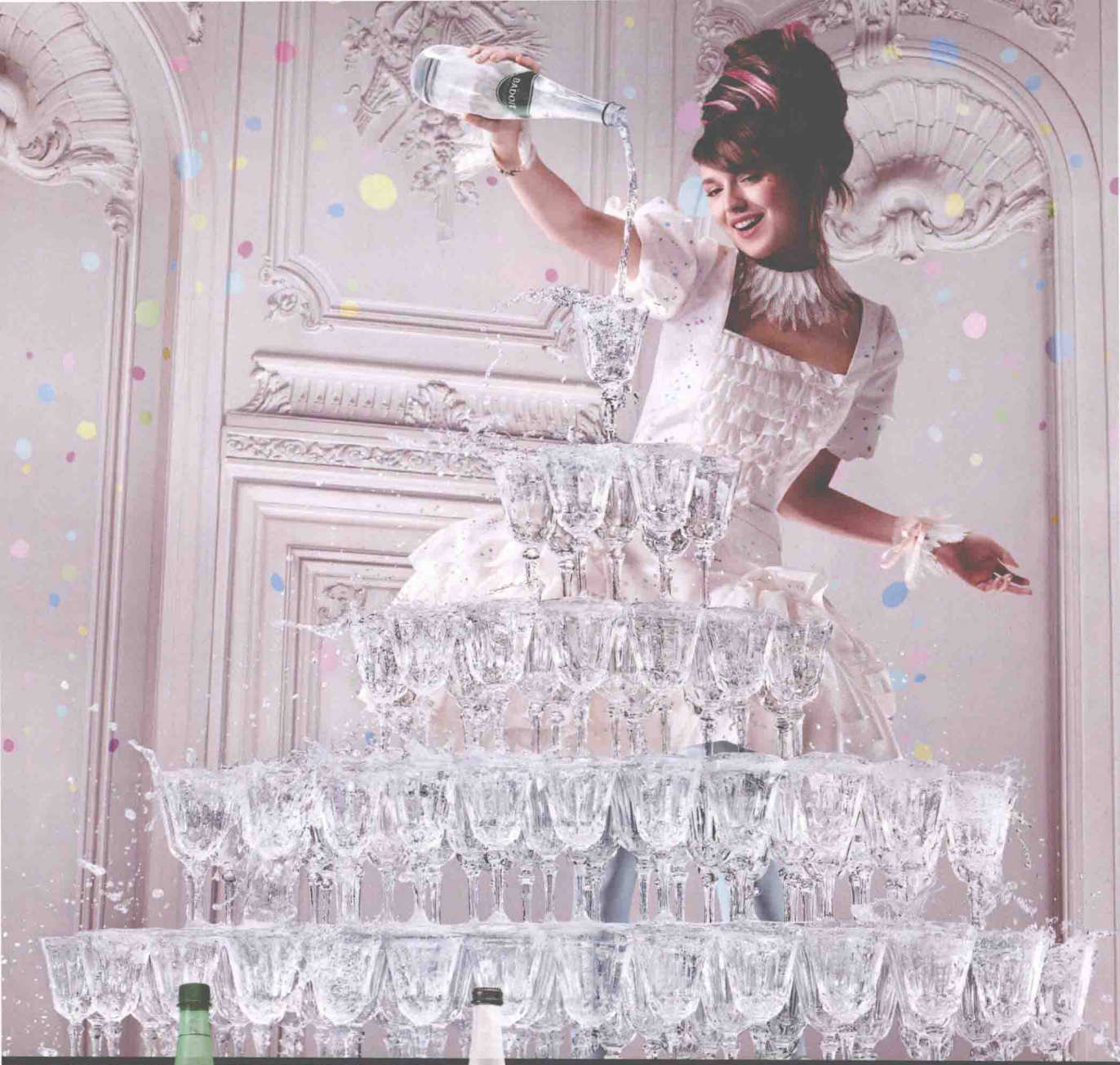
目錄

- 130 好魚先生餐廳
Restaurant Auguste de Gaël Orieux
- 136 食材決定菜單
Thoumieux de Jean-François Piège
- 144 坦率自然，如詩般純淨
Pur' de Jean-François Rouquette au Park Hyatt
- 150 【附錄】甜蜜巴黎，精品甜點新店直擊
- 162 【法國旅途中的美味13+】
- 164 朝聖或懷舊
Le Relais Bernard Loiseau
- 172 在地素材，世界格局
Le Petit Nice de Gérard Passédat
- 178 驚喜，讚嘆與感動
Hostellerie Les Gorges de Pennafort de Philippe Da Silva
- 186 1+1=4，四星主廚Nicolas Sale
La table du Kilimandjaro et Le Kintessence de Nicolas Sale
- 192 香檳美食天堂
L'Assiette Champenoise d'Arnaud Lallement
- 200 離開巴黎最好的方式
La Table du Connétable d'Arnaud Faye
- 206 置身世外的寧靜
La Côte St-Jacques de Jean-Michel Lorain
- 212 瘦身料理始祖三星名廚
Les Prés d'Eugénie de Michel Guérard
- 220 小木屋裡的大餐廳
La Bouitte
- 226 海拔最高的星星
Jean Sulpice
- 232 湖畔有美食
Restaurant Yoann Conte
- 240 世界最佳女主廚
Anne-Sophie Pic
- 246 布列塔尼的美麗海角
Le Domaine de Rochevilaine
- 252 【附錄】解讀米其林——帝國末日？



©La Table du Connétable - Arnaud Faye





1778

SAINT GALMIER

France

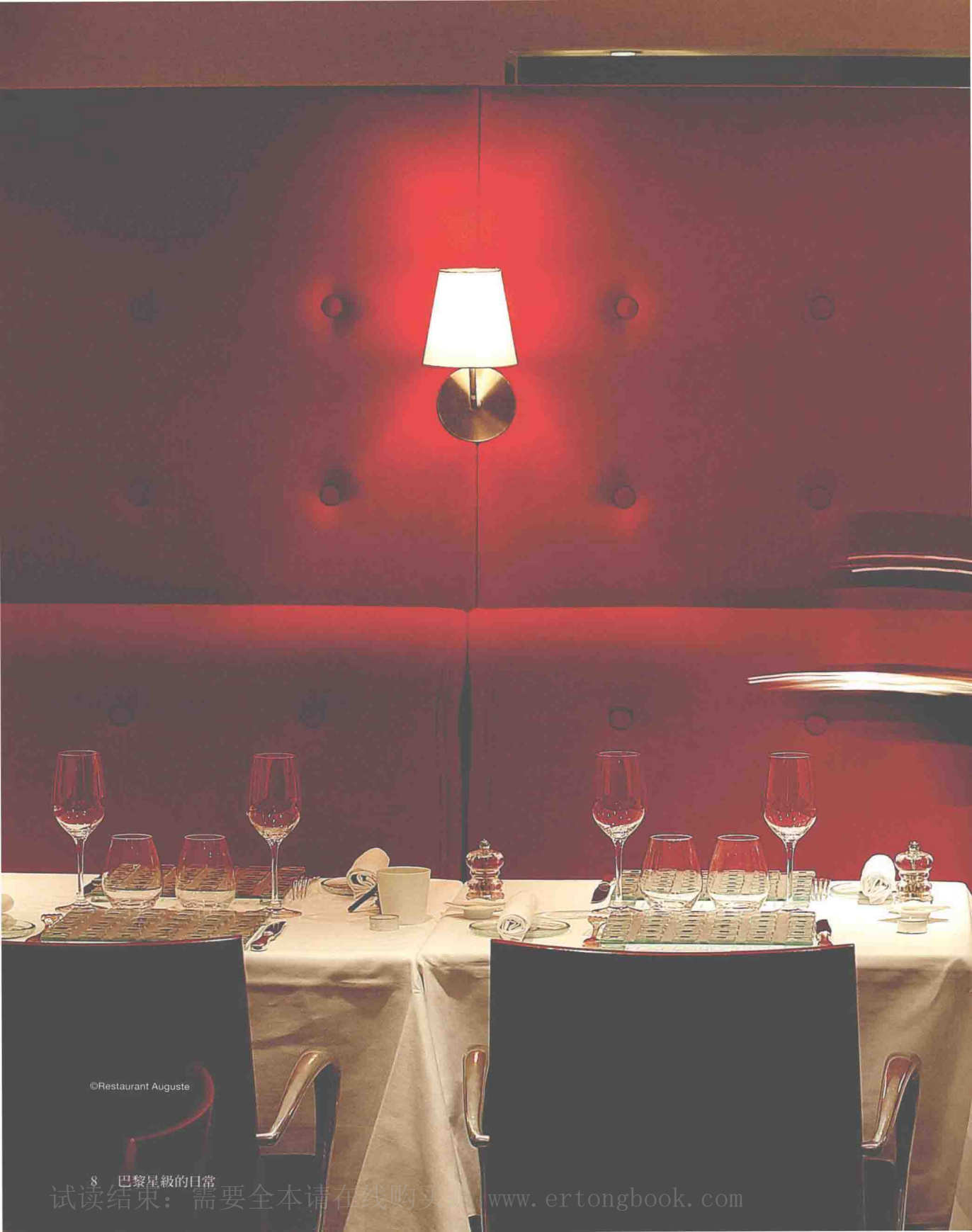
BADOIT

FINE AND DELICATE BUBBLES SINCE 1778

法國波多氣泡天然礦泉水

法國精緻餐飲 氣泡天然礦泉水第一品牌

販售通路：全省百貨超市 / 網路商店 / Agnes b. CAFE / Starbucks 宅配服務專線0800-300-808



©Restaurant Auguste

Paris

巴黎

星級

漫步巷弄間，彷彿一個轉身就能品嚐一家星級餐廳，這是專屬於巴黎人的日常。

日常

Paris



L'Ambroisie de Bernard Pacaud

眾神的美饌

各式香草香料的味層層釋出，舒愉清朗，悠坦暢快。
這是一條味覺彩虹，既抽象又具體，融合起來是一道明亮的白光，
敏感味蕾卻可析出其中夢幻迷人的七彩成分。



1

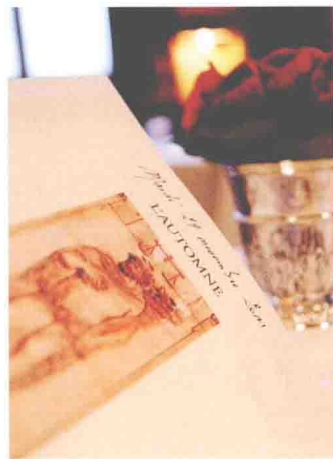


2

1
香草嫩煮帶殼龍蝦。這是餐廳的名作，醬汁水準之高，可算是法國傳統料理的巔峰。

2
餐廳位在巴黎馬黑區的皇家孚日廣場上，是一棟十八世紀的豪宅，雅致的古典法式裝飾與氣氛，有「巴黎最美的餐廳之一」的美譽。

3
L'Ambroisie向來低調，卻是公認法國最好的傳統料理餐廳。



3

這裡有巴黎少見的拱廊建築，羅馬式的十字交拱圓頂由紅磚白石構成，站在拱廊底下，玫瑰紅與乳白相間的參差色調，如兩鏡互照的無止盡的線條，在視線中層層疊疊延伸出去，織出弗日廣場 (Place des Vosges) 輕盈的建築節奏與美感。

以噴泉花園為中心，周圍四翼長型樓房，弗日廣場是方形的密封結構，以一座17世紀的皇家廣場來說，這裡沒有一國統治者的雄偉氣勢，反而有一種高貴的親切感。今日的拱廊已經是巴黎著名的藝廊集中區，知名的現代藝術作品在櫥窗中顧盼生姿，自成一個小小的現代美術中心，遊人如織。

廣場本來就有名，雨果的老家就在廣場西南的角落，這位浪漫主義文學大師在那裡寫下《鐘樓怪人》、《悲慘世界》等巨著。多走幾步是日本設計師三宅一生的全球總店，皺紋布料瘋狂時尚界幾十年，門口狹小，店名隱微難辨，櫥窗擺飾當然是極簡，兩個模特兒兩件套裝而已，低調得令人訝異，如果你經過店前認得出是名聞世界的三宅一生的話。

美食界的雨果榮耀

再走幾步，一戶狹長的綠色木門，門前兩株修剪得格外整齊的球形景觀盆樹，門內是兩扇玻璃門，僅有外側牆上一塊石板上印著帶點古意的斑駁貼金字體：L'AMBROISIE。

L'Ambroisie 這個名字在西方美食界的榮耀絕不下於雨果在文學界或三宅一生在時尚界的地位。單單一樁小事就可證明：數年前美國總統柯林頓來訪法國，就指定這裡和當時的法國總統席哈克用餐。

走進這家18世紀風格的建築內部，分成三間不大的廳，編織著神話故事或蔬果植物的羊毛畫毯懸掛四壁，黃金邊框的古典明鏡、數盆花枝細長的蘭花靜靜地裝飾著這個法蘭西貴族氣息濃厚的空間。

過去幾次在這裡用餐，我總是有一種必須要小心翼翼的感覺，拘謹沉悶的服務，嚴肅不苟的侍者，過於寧靜僵硬的氣氛。這回仍是。

1

廳內牆上掛著各式壁毯，主題以水果植物為主。

2

老母雞高湯嫩蛋佐魚子醬，是法國料理常見的開胃小品，這裡將滋味表現得極有力道。

盛在蛋殼裡的黃金慕斯蛋液上幾顆閃閃發亮，飽滿晶亮的魚子醬陷入其中，幾顆清鹹海味的魚子醬把滋味的複雜度推得更高、更有力道。

最先上來的是香檳，House Champagne，是知名酒廠為餐廳釀製的特別酒款，比一般香檳在地窖中陳放更久，入口清爽又醇美，豐美的蜂蜜與蜂蠟氣息，成熟的蜜桃芒果香氣優雅迷人。然而開場的開胃菜一點都不遜於這款香檳：老母雞高湯嫩蛋佐魚子醬（Oeufs "coque et mollet", émulsion et mouillettes au caviar）。

這是法國料理中常見而平凡的開胃小品。過於平凡的東西稍有差池，往往更容易看出它的缺陷：是否過鹹過膩，高湯與蛋能否充分融合，濃郁的母雞高湯會不會將雞蛋的味道破壞殆盡。盛在蛋殼裡的黃金慕斯蛋液上幾顆閃閃發亮，飽滿晶亮的魚子醬陷入其中，醇厚的老母雞高湯和嫩蛋合為一體，再略打成清淡慕斯狀，小小的牛角湯匙舀起品嚐，高湯與蛋香有著無懈可擊的均衡感，幾顆清鹹海味的魚子醬把滋味的複雜度推得更高、更有力道。



1



2



1