

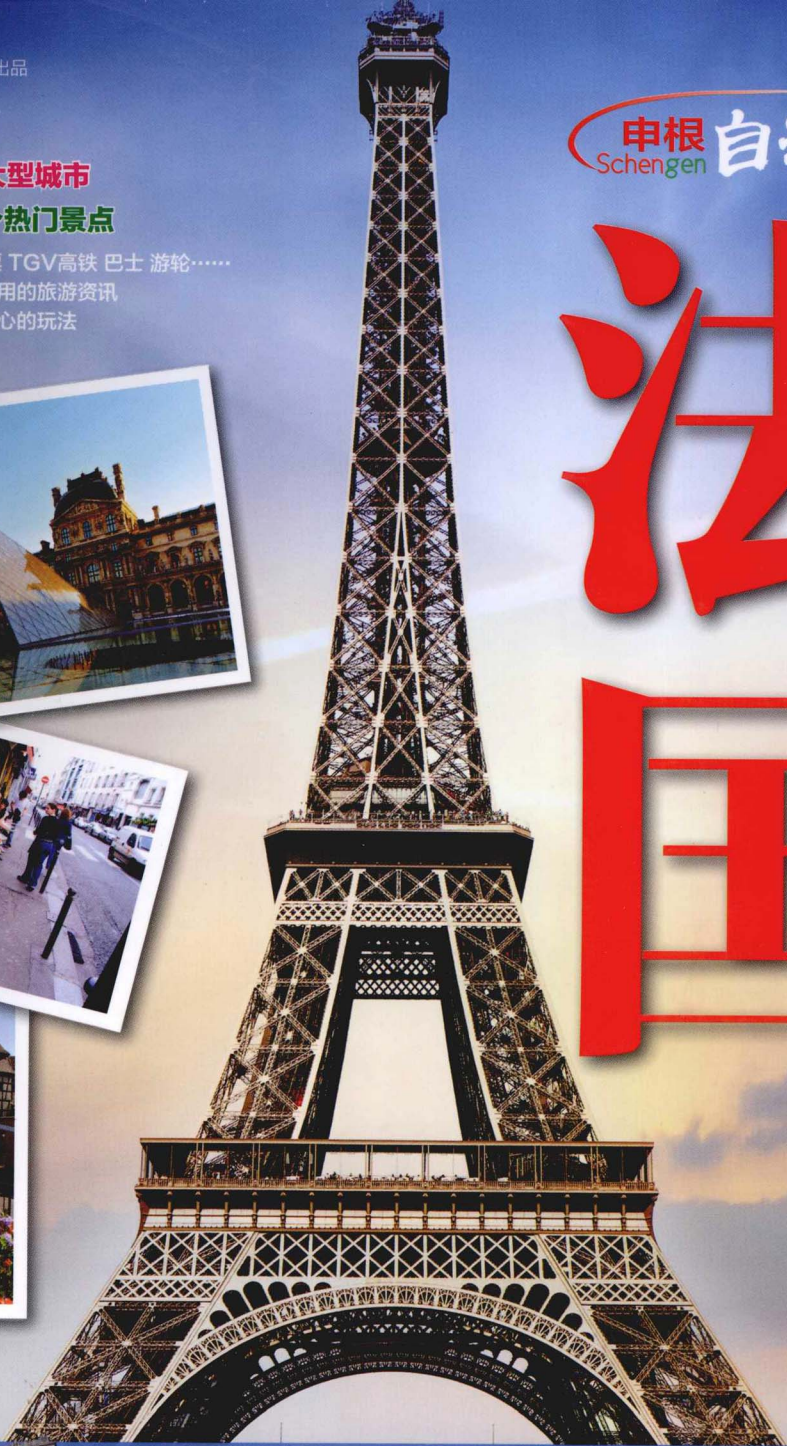
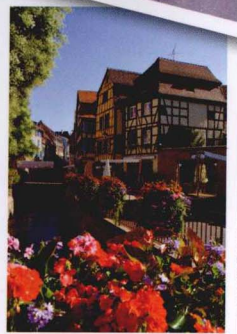
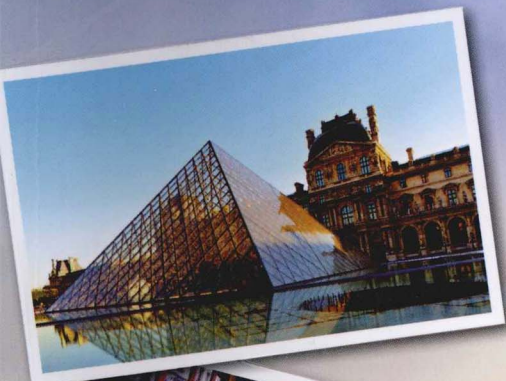


30多座大型城市  
200多个热门景点

申根签证 机票 TGV高铁 巴士 游轮……  
尽揽最新最实用的旅游资讯  
最省钱省时省心的玩法

申根 Schengen 自由行

# 法国



**不可不看** 卢浮宫/凡尔赛宫/枫丹白露/巴黎圣母院/埃菲尔铁塔  
**不可不去** 巴黎/诺曼底/里昂/卢瓦尔河/普罗旺斯/蔚蓝海岸  
**不可不品** 凡·高/塞尚/莫奈/雨果/福楼拜/拉伯雷/伏尔泰  
**不可错过** 巴黎时装周/戛纳电影节/塞纳河游船/法国料理

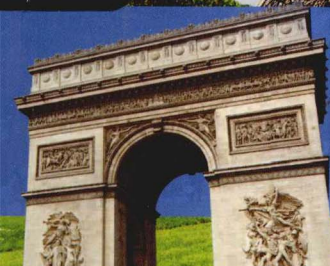
申根签证hold在手，欧洲多国无限游



盛文文化

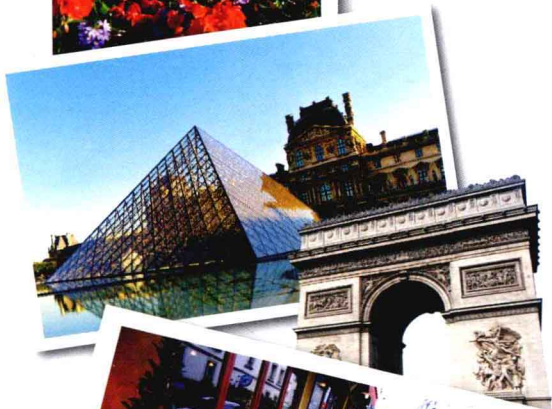
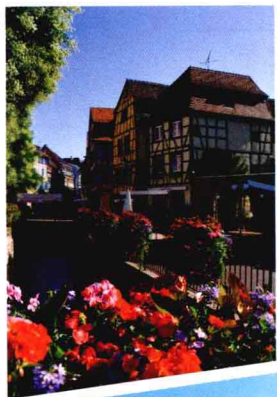
编著

龍門書局





# 法国



京港文化

编著

龍門書局  
北京

图书在版编目(CIP)数据

---

法国 / 良卷文化编著. —北京: 龙门书局, 2013

(申根自游行)

ISBN 978-7-5088-4040-6

I. ①法… II. ①良… III. ①旅游指南—法国  
IV. ①K956.59

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第058133号

---

责任编辑: 周晓娟 王晓婷 马丹 / 责任校对: 杨慧芳

责任印刷: 华程 / 封面设计: 张世杰

龍 門 書 局 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

北京市艺辉印刷有限公司印刷

中国科技出版传媒股份有限公司新世纪书局发行 各地新华书店经销

\*

2013年6月第一版

2013年6月第一次印刷

开本: 16开

印张: 17.75

字数: 240 000

定价: 48.00元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

# 目 录



|                    |    |
|--------------------|----|
| 品读法国               | 5  |
| 快读法国               | 6  |
| 完美体验               | 8  |
| 22条邦规              | 12 |
| 葡萄酒之旅：醉倒在法兰西的优雅甘醇里 | 14 |
| 浪漫之旅：镌刻在岁月里的浪漫故里   | 17 |
| 色彩之旅：彩虹般的视觉盛宴      | 20 |
| 时尚之旅：全世界女人的奢华梦     | 23 |
| 艺术之旅：照耀人生的另一道光芒    | 26 |

## 巴黎及近郊 29

### 巴黎 31

|                                                                                                                                                                                                                                             |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 巴黎协和广场、杜乐丽花园、卢浮宫、橘园美术馆、加尼叶歌剧院、格雷万蜡像馆、香榭丽舍大道、凯旋门、大皇宫、小皇宫、皇家宫殿和花园、玛德莲教堂、塞纳河、圣礼拜堂、巴黎圣母院、巴黎古监狱、圣路易岛、西堤岛、埃菲尔铁塔、夏佑宫、战神公园、德洛卡德罗花园、巴黎荣军院、植物园、国家自然历史博物馆、奥塞博物馆、罗丹博物馆、万神殿、市政厅、巴士底歌剧院、巴士底广场、孚日广场、雨果纪念馆、蓬皮杜中心、毕加索博物馆、帖特广场、圣心堂、红磨坊、圣马丁运河、拉维雷特公园、文生森林、拉德芳斯 |    |
| 吃在巴黎                                                                                                                                                                                                                                        | 65 |
| 住在巴黎                                                                                                                                                                                                                                        | 67 |
| 购在巴黎                                                                                                                                                                                                                                        | 70 |

### 凡尔赛宫 76

### 枫丹白露 80

### 沙特尔 82

## 法国北部 85

### 皮卡第 86

### 亚眠 88

|            |           |
|------------|-----------|
| 亚眠圣母大教堂    |           |
| <b>贡比涅</b> | <b>89</b> |

|                 |           |
|-----------------|-----------|
| 贡比涅宫、市政厅、皮埃尔丰里尔 | <b>91</b> |
|-----------------|-----------|

|       |    |
|-------|----|
| 吃在皮卡第 | 92 |
| 住在皮卡第 | 93 |
| 购在皮卡第 | 94 |

|            |           |
|------------|-----------|
| <b>诺曼底</b> | <b>96</b> |
| 圣米歇尔山      |           |

|           |           |
|-----------|-----------|
| <b>鲁昂</b> | <b>98</b> |
|-----------|-----------|

|                                        |  |
|----------------------------------------|--|
| 圣母大教堂、旧街区、圣女贞德街、圣女贞德教堂、圣马克卢教堂、维勒基耶、吉维尼 |  |
|----------------------------------------|--|

|             |            |
|-------------|------------|
| <b>翁弗勒尔</b> | <b>104</b> |
|-------------|------------|

|                      |            |
|----------------------|------------|
| 圣凯瑟琳教堂、欧仁·布丹美术馆、萨蒂故居 |            |
| <b>卡昂</b>            | <b>106</b> |

|                     |            |
|---------------------|------------|
| 城堡、男子修道院、圣三一修道院附属教堂 |            |
| <b>勒阿弗尔</b>         | <b>109</b> |

|       |     |
|-------|-----|
| 吃在诺曼底 | 111 |
| 住在诺曼底 | 112 |

## 阿尔萨斯·洛林·香槟 115

### 斯特拉斯堡 116

|                                       |  |
|---------------------------------------|--|
| 圣母大教堂、欧洲议会、小法兰西、卢浮宫·圣母美术馆、阿尔萨斯博物馆、罗汉宫 |  |
|---------------------------------------|--|

|           |            |
|-----------|------------|
| <b>南锡</b> | <b>120</b> |
| 斯坦尼斯拉斯广场  |            |

|           |            |
|-----------|------------|
| <b>兰斯</b> | <b>122</b> |
|-----------|------------|

|                  |     |
|------------------|-----|
| 圣母大教堂、兰斯T形宫、埃佩尔奈 |     |
| 吃在阿尔萨斯·洛林·香槟     | 125 |
| 住在阿尔萨斯·洛林·香槟     | 126 |
| 购在阿尔萨斯·洛林·香槟     | 127 |

## 法国中部 130

|            |            |
|------------|------------|
| <b>勃艮第</b> | <b>131</b> |
|------------|------------|

|           |            |
|-----------|------------|
| <b>第戎</b> | <b>132</b> |
|-----------|------------|

|                                            |  |
|--------------------------------------------|--|
| 公爵宫、圣母院、圣贝尼涅大教堂和考古博物馆、丰特奈修道院、摩泽兰河畔弗拉维尼、克卢尼 |  |
|--------------------------------------------|--|

**博讷** 136  
主宫医院、父子家族酒庄、葡萄酒博物馆、武若园城堡、尼伊圣乔治

**夜丘** 140  
夜丘酒庄之旅

**韦兹莱** 142

**欧塞尔** 142  
吃在勃艮第 143  
住在勃艮第 144

**罗纳-阿尔卑斯** 147

**贝桑松** 148  
城堡、时间博物馆  
**里昂** 151

富维耶圣母教堂、贝勒库广场、歌剧院、卢米埃尔博物馆、佩鲁日、维埃纳  
吃在里昂 156  
住在里昂 157

**阿讷西** 159  
小岛宫、阿讷西堡、阿讷西湖、埃维昂、尚贝里  
吃在阿讷西 163  
住在阿讷西 164

**沙莫尼** 166  
南峰、蒙特维冰河列车、冰洞、布莱瓦恩、三峡谷  
吃在沙莫尼 170  
住在沙莫尼 170

**卢瓦尔** 172  
**南特** 173  
圣皮耶圣保罗大教堂、露之塔

## 法国南部 176

**大西洋沿岸** 177

**波尔多** 178  
圣安德烈大教堂、现代美术馆、阿卡雄、圣埃米利永  
**巴约讷** 181

巴斯克博物馆、皮埃尔依拜亚鲁德、博讷美术馆、圣让-皮耶德波尔、圣让-德吕兹、比亚里茨  
吃在大西洋沿岸 185  
住在大西洋沿岸 186  
购在大西洋沿岸 187

**西南部** 190

图卢兹、阿尔比、卢尔德、卡尔卡松、佩皮尼昂、卡奥尔、菲雅克、萨拉  
吃在西南部 199  
住在西南部 200

**普罗旺斯** 204

**阿尔勒** 205  
圆形竞技场、古代剧场、圣特罗菲姆教堂、共和广场、凡·高中心、石棺公园

**阿维尼翁** 211  
教皇宫殿、小皇宫美术馆、阿维尼翁断桥、圣母院、安格拉顿博物馆、阿维尼翁新城、吕贝龙

**尼姆** 217  
古代竞技场、四方形神庙、喷泉花园、加尔桥

**马赛** 220  
伊夫古堡、加尔德圣母院、朗香宫、马赛古救济院、马赛码头、马赛肥皂店

**艾克斯** 226  
米哈博林荫大道、圆亭喷泉、旧城区  
吃在普罗旺斯 230  
住在普罗旺斯 232

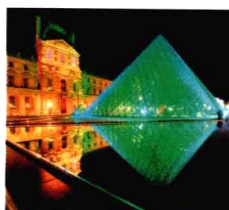
**蔚蓝海岸** 236  
**尼斯** 237

尼斯嘉年华、旧城区、英国人散步道、天使湾、俄罗斯东正教大教堂、马蒂斯博物馆  
吃在尼斯 243  
住在尼斯 244

**戛纳** 246  
戛纳电影节、节庆宫、小十字大道、旧城区苏给  
吃在戛纳 250  
住在戛纳 250

**摩纳哥** 252  
摩纳哥大教堂、亲王宫、海洋博物馆、国家博物馆  
吃在摩纳哥 255  
住在摩纳哥 255

## 法国·资讯 257



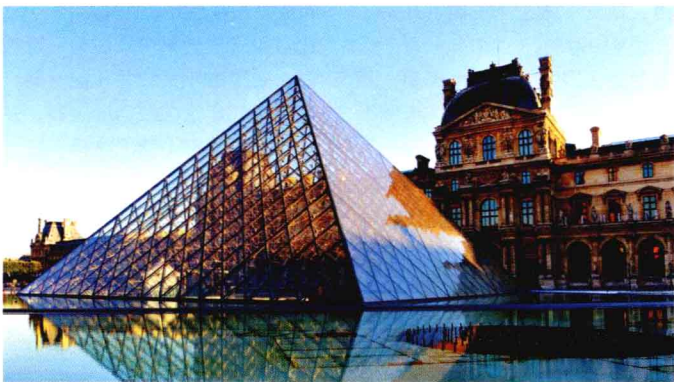
- |    |     |      |      |
|----|-----|------|------|
| 看点 | 传真  | 备注   | 注意事项 |
| 住宿 | 地址  | 交通   | 所需时间 |
| 网址 | 电话  | 特色   | 营业项目 |
| 时间 | 美食  | 休闲日  | 旅游资讯 |
| 距离 | 价格  | 优惠券  | 电子信箱 |
| 购物 | 信用卡 | 如何前往 |      |





# 法国：浪漫与艺术的国度

*France: land of romance and art*



5世纪，墨洛温王朝建立，开始了法兰克王朝的历史。1500多年过去了，也许法国的影响力已经减弱，但它仍然是欧洲上流社会的中流砥柱，仿若端庄、优雅的伯爵夫人，娴熟地周旋于众人之间，让所有人为之倾倒，令人神往。

法国是欧洲大陆上最神奇的国度之一，这里似乎随时随地都能让人感到欢愉。这样的氛围滋生了浪漫，对于法国人来说，活着不仅仅是生存，更是享受。他们会花上好几个小时把自己打扮得漂亮优雅，只是为了出门买菜；将餐食分为十几道，从开胃菜到正餐再到餐后咖啡，并且毫

不吝啬地花费几个小时来享用。这样精致的追求产生了绚丽多彩的法国艺术，从古罗马时代到哥特时期，到文艺复兴时期，到古典主义时期，再到浪漫主义时期……每个时期都留下了无数名人名作，拉伯雷、伏尔泰、雨果、福楼拜、莫奈、凡·高、塞尚……他们将艺术细致地刻入法国，在塞纳河畔，在蒙特马尔高地，在阿尔勒的小乡村，在蔚蓝海岸的沙滩……到处都充满了艺术。

优雅也好，浪漫也好，艺术

也罢，不管怎么说，孕育了这一方奇异法兰西文化的水土是一块神奇的魔地，吸引我们不由自主地走向这片神秘的土地。华丽的皇家城堡，查理大帝、拿破仑在这里书写了一部部传奇；馆藏丰富的博物馆，奥赛美术馆、橘园美术馆，每一个都是凝固了几千年的艺术精华的法国艺术殿堂；壮丽雄伟的地标，埃菲尔铁塔、卢浮宫，神祇般地供无数人瞻仰；优美的自然风光，葡萄园、薰衣草田，成为人们梦中的天堂。

在法国，千万不要忘记去享受法兰西风情。在时尚奢华的香榭丽舍大街，走过一个个设计精美的名牌专卖店，幻想自己变身“时尚女魔头”；在葡萄酒酒庄的地窖里，喝一杯正在酿造中的葡萄酒，品尝它的青涩与酸甜；在充满艺术情调的左岸，啜饮一杯咖啡，悠闲地翻阅一本泛黄的书；在古老的博物馆，看那一幅幅凝固的绝世容颜，想象当初又是如何倾国倾城……



罗佳佳（诗人、旅行达人、本书特约作者）

## 快读法国

Introduce France

## 【正式国名】

法兰西共和国 (République Française)

【地理位置】位于欧洲西部，领土呈对称六边形，三面临海，西北部隔英吉利海峡与英国隔海相望，西南部濒临大西洋，东南部濒临地中海；三面临陆，东北部与比利时、卢森堡、德国接壤，东部与瑞士、意大利、摩纳哥接壤，南部与安道尔、西班牙接壤。

【国土面积】55.16万平方公里

【气候】内陆属于大陆性气候，冬冷夏热，春秋两季昼夜温差较大；西部沿海属于海洋性气候，天气较为湿冷；东部沿海则属于地中海气候，气候温和，夏季阳光尤为充沛。

【时区】位于零时区，采用东一区区时，比北京时间延后7小时；实行夏时令（每年3月最后一个星期日到10月最后一个星期日期间，则比北京时间延后6小时）。

【人口】截至2012年，总人口约为6383万。

【首都】巴黎

【语言】法语

【国旗】■ ■ ■

【国歌】《马赛曲》

【国庆日】7月14日

【国鸟】高卢鸡

【国花】鸢尾花

【政体】法国是半总统共和制，国家元首为总统。

【货币】法定货币为欧元。

【宗教】以天主教为主，其次是新教、东正教、伊斯兰教与犹太教。

## 【历史】

史前时期：

从旧石器时代中叶开始，法国境内就出现了古老的尼安德特人。

罗马统治时期：

大约在公元前1500年~前500年，凯尔特高卢人进入法国。公元前122年，古罗马军队开始征服当时的高卢。

王朝时期：

2~3世纪，法兰克人征服整个高卢，建立了法兰克王国，开始了王朝统治时期。

法兰克帝国共经历五个王朝：墨洛温王朝、加洛林王朝、卡佩王朝、瓦卢瓦王朝、波旁王朝。

共和国时期：

1789年，巴黎民众攻陷巴士底狱。随后法国宣布实行君主立宪制政体，1792年9月，法兰西第一共和国成立，开始了法国的共和国时期。

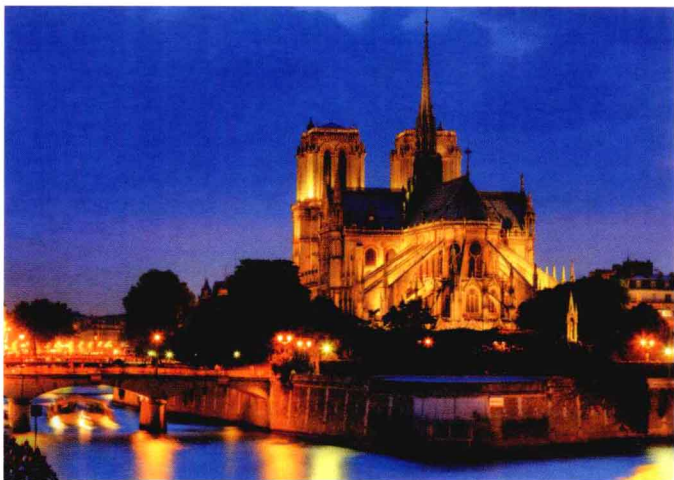
1799年拿破仑·波拿巴推翻了督政府，并于1804年开创了法兰西第一帝国。1814年，反法同盟

攻入巴黎，将拿破仑流放到厄尔巴岛，恢复波旁王朝的统治。但在第二年，拿破仑又逃离厄尔巴岛，集结部队北上，由此而来的百日王朝又因滑铁卢之战失败而告终，法国又处在波旁王朝的统治之下。

1848年，路易·菲利普被罢黜，第二共和国随即诞生，并选举拿破仑的侄子路易·波拿巴为总统，三年后，路易·波拿巴发动政变，宣布成立法兰西第二帝国。

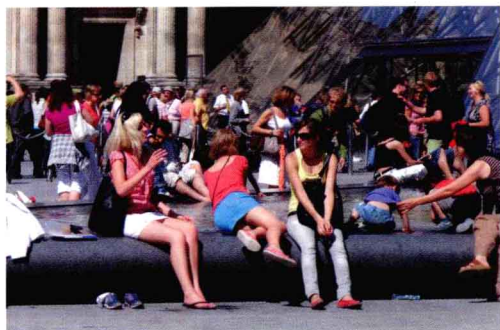
1871年普法战争中拿破仑三世被俘，法国进入第三共和国时期，直到1940年法国被德国占领，开始了维希政府（德国纳粹）统治时期。

1945年建立法兰西第四共和国。被推举为元首的戴高乐发现，人民对他的强硬统治日渐抵触，于是次年辞去了元首职务。1954年，阿尔及利亚独立战争爆发，法国陷入混乱，1958年，戴高乐重掌大局，并通过了新的宪法，法兰西第五共和国成立，直到现在。



【法国全图】

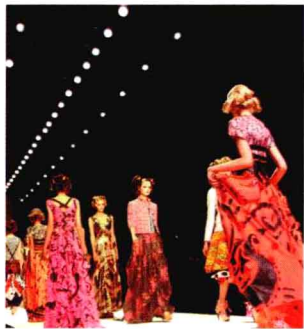
整个法国的行政区划分为大区、省和市镇。法国本土划为21个大区、96个省、5个海外大区、1个地方行政区、2个海外地区、2个海外行政区、1个省级行政区、1个特殊行政区、1个无建制岛屿。全国共有36568个市镇，其中人口不足3500人的市镇有3.4万个，人口超过3万人的市镇有231个，人口超过10万的市镇有37个。





## 非玩不可TOP10

## Top 1 巴黎时装周



举办时间：每年1月和9月

举办地点：卢浮宫、大皇宫、杜乐丽花园、埃菲尔铁塔、Carreau du Temple

巴黎时装周同米兰时装周、纽约时装周、伦敦时装周并称世界四大时装周。

从17世纪开始，巴黎的时装便逐渐积累下了好名声。300多年来，巴黎每年1月和9月举行的两次时

装周从未让全世界的女人失望。

成立于19世纪末的巴黎时装协会为时装周开辟了卢浮宫的官方秀场，每年春夏、秋冬两季的时装展总能在第一时间捕获所有人的眼光，即使在硝烟弥漫的“二战”时期，卢浮宫卡鲁塞勒大厅和杜乐丽花园的T台上，穿着各色品牌衣服的模特们，依旧娉婷地踱着猫步。

每次时装周会持续一周到两周的时间，有近百场发布会，Tsumori Chisato、Louis Vuitton、Christian Dior、Celine、Chloé、Christian Lacroix等数十个国际一线名牌纷纷展开秀场，时尚界人士从世界各地纷至沓来，连一向周末不会在中午前起床的法国本地人也赶了个早来一睹为快。时装周期间，新装预览、开店派对、后台探秘、时装沙龙、媒体晚宴……娱乐节目更是多得让人不知如何取舍。

## Top 2 戛纳电影节

举办时间：每年5月

举办地点：戛纳电影节宫

戛纳电影节是世界上最大最重要的电影节之一，又因为阳光、美女、沙滩被称为“3S”电影节，与柏林国际电影节、威尼斯国际电影节、多伦多国际电影节、卡罗维发利电影节并称为世界五大电影节。充满着电影里热情迷离场景的戛纳，成了人们编织电影梦想的城市。

1939年，法国为了对抗当时受意大利法西斯控制的威尼斯国际电影节，决定创办一个法国电影节，但第二次世界大战的爆发让筹备工作无法顺利进行，直到战争结束后，1946年9月20日，法国南部戛纳举办了首届电影节。此后几乎是每年举办一次，每次为时两周。1951年，为了赶在威尼斯国际电影节之前，戛纳将电影节举办时间改在5月举行。1957年，最高



奖项“金鸭子奖”也改为了“金棕榈奖”。

戛纳国际电影节共分为六个单元：“正式竞赛”、“导演双周”、“一种注视”、“影评人周”、“法国电影新貌”、“会外市场展”，每年有超过30000名制片人、发行商、导演、广告商、明星和追星族等来此，买卖并推销2000多部影片。

## Top 3 去普罗旺斯看薰衣草

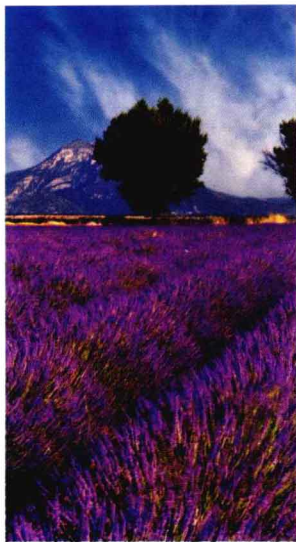
观赏时间：每年7月

观赏地点：普罗旺斯吕贝龙山区

提起薰衣草，人们一定会想到普罗旺斯，那个彼得·梅尔笔下优美迷人的城市，是薰衣草的天堂，总是惹得心性浪漫的人们迷醉不已。

吕贝龙山区是普罗旺斯观赏薰衣草的最佳地。冷峻的山石悬崖上，是大片葱郁的林木，夏日充沛的阳光毫不吝惜地铺洒而下，所以吕贝龙山区被誉为“曙光之国”。绵延低缓的山坡上，种满了薰衣草，如轻盈的浮云，又如在风中起伏的壮阔大海。薰衣草略微有点辛辣的香味，混合着阳光下青草的芬芳，让人产生一种被幸福通体笼罩的迷醉。

美丽的薰衣草给人们带来无尽的遐想，各种各样的传说在有薰衣草的地方流传。这种紫色的小花让人们心醉不已，正如它的花语一般，等待爱情。去普罗旺斯赴一场薰衣草的盛宴，等待一场美丽的爱情吧！



## Top 4 塞纳河游船

游船地点：巴黎塞纳河段

塞纳河流程仅776公里，却是法国极富盛名的一条河，巴黎就是在塞纳河的基础上建立发展起来的。巴黎市区内的塞纳河水道长13公里，将巴黎城区分为左岸和右岸两个不同风格的区域。坐在船上，可将沿河两岸的自然风光与人文景观一览无余，是到巴黎旅游不可错过的游览方式。

河道上是一个个桥梁港口，两岸汇集了众多的名胜古迹，从露天画廊、大皇宫、小皇宫，到大学区、埃菲尔铁塔，再到协和广场、戴高乐广场、荣军院、爱丽舍宫、卢浮宫、奥塞博物馆，还有河中央的西岱岛，岛上的自由女神像与巴黎圣母院，让人目不暇接。河上一座座桥梁，横跨塞纳河，将左岸与右岸连成一体。

在塞纳河乘船游一般在白天进行较好，因为光线充足，可以清晰地观赏两岸建筑，但乘当地的“苍蝇船”夜游也是一个不错的选择。“苍蝇船”不同于其他游船之处是它的晚宴，提供的是真正的法国大餐，且要求游客必须正装出席。在霓虹交替的夜色中，游船缓缓在河面行驶，坐在船舱里，一边享受厨师精心烹制的美食红酒，一边欣赏夜色中休憩的名胜景点，也不失为一种独特的享受。





## Top 5 购物黄金周

时间：每年1月和7月

地点：巴黎各大百货商场和名牌专卖店

人们向往巴黎，一半是因为它的时尚和浪漫，另一半却是因为它的购物黄金周，特别对于喜好逛街的女人来说，每年1月和7月到巴黎购物是必不可少的。

每年1月和7月，巴黎就开始陷入一种莫名的躁动之中，一个个装饰华美的落地橱窗前，都挂着一块巨大的减价横幅。平时比在国内还要贵的高档品，此时价格显然更加贴近平民百姓的生活，LV、香奈儿、CD、GUCCI等名店门前排满了长长的队伍，不知道是减价让购物者更加疯狂了，还是这样的购物气氛让他们疯狂，整座城市都被渲染得虚浮缥缈起来。作为一个购物狂，如果不能来感受巴黎购物黄金周的魔力，那也妄称“购物狂”了。



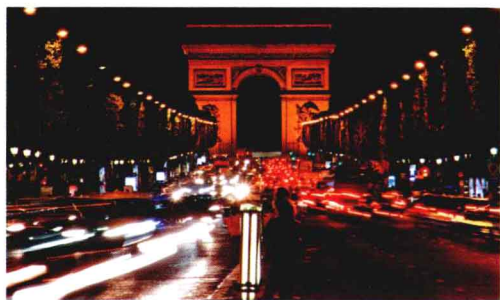
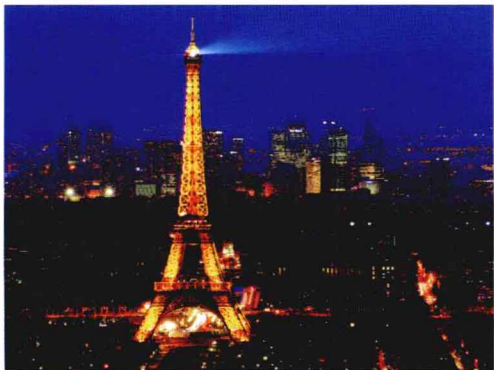
## Top 6 在埃菲尔铁塔俯瞰

观赏地点：埃菲尔铁塔

埃菲尔铁塔是巴黎的标志，324米高的身影伫立在塞纳河南岸。

1885年法国举行第三届世界博览会。法国建筑师居斯塔夫·埃菲尔设计出一座约1305米高的铁塔，耗费金属制件7300吨，钻孔700万个，使用铆钉250万个。

埃菲尔铁塔刚一亮相就震撼了世界。铁塔分为三层，共有1711级阶梯，每一层都设有酒吧、饭馆，供人小憩。每逢晴空万里之时，登上高塔，周围70公里内的景致尽收眼中，颇有君临天下的气势。



## Top 1 香榭丽舍大道

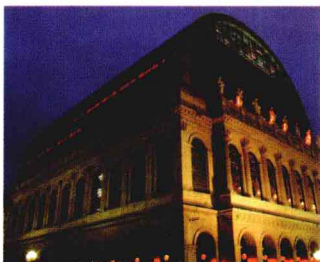
游玩地点：香榭丽舍大道西段

香榭丽舍大道被誉为世界上最美丽的大道，大道上衣香鬓影、霓虹交织。宽阔的大道两旁高楼林立，世界各国的大公司、大银行、大饭店都聚集在此，名饰、时装、电影穿插其中，点缀着纸醉金迷的繁华。

香榭丽舍大道西段是长1200米的高级商业区，是全球高档品牌最集中的地方。大道几乎与塞纳河平行，10道双向行车的街道宽阔明亮，两旁的人行道边种满了高大的法国梧桐，天气晴好的时候，可以直接望到大道尽头的凯旋门。从第二帝国时期开始，这里就是奢侈品、高档咖啡馆、高档酒店云集的豪华大道，后来渐渐发展出银行、保险公司、精品店与百货公司，成为真正的时尚大道。



## Top 8 听歌剧



观看地点：巴黎歌剧院

巴黎歌剧院是世界上最大的抒情剧场，占地面积约11237平方米，有2200个座位。

1671年，巴黎歌剧院的前身是皇家歌剧院，但在1763年毁于一场大火。1875年，新的巴黎歌剧院诞生。

两个世纪以来，巴黎歌剧院已经成为法国上流社会欣赏歌剧的主要场所。演出大厅有着全世界最大的舞台，可以同时容纳450名演员，大厅顶部的悬挂式分枝吊灯重约8吨。休息大厅也装饰得华美无比，雕塑、挂灯、绘画，无一不是艺术精品，这里就像是一个藏满了艺术品的博物馆，可与凡尔赛宫的大镜廊媲美。

历史悠久的巴黎歌剧院充满了神秘色彩，剧院一共有2531扇门和7593把钥匙，地底还有一条长2570米的地下迷宫，著名的侦探小说《剧院魅影》所描述的故事就发生在这个地下迷宫里。

品尝地点：巴黎的Bistrot du Sommelier餐厅、夏朗德堡的La Ribaudière餐厅、里昂的Le Canut et Les Gones餐厅、博讷的Le Charlemagne餐厅、戛纳的Mantel餐厅、萨尔拉的Le Présidial餐厅、蒙彼利埃的Tamarillos餐厅

法国料理是世界三大美食之一，也是众人公认的世界上最高级的菜肴之一。一位资深巴黎食客曾说过，“法国人脑子里一般只想着两件事——他们的午餐和晚餐。”

法国料理选料非常广泛，牛肉、蜗牛、青蛙、鸽子、野兔、鹌鹑、斑鸠、鹅肝、鸭肝、黑蘑菇、鱼子等，都可以在手艺高超的厨师手里变成艺术般的美味。

## Top 9 吃大餐



其中最为经典的便是有“黑钻石”之称的黑菌、有“白钻石”之称的白松露、有“肉中黄金”之称的蜗牛和鱼子酱、鹅肝等。

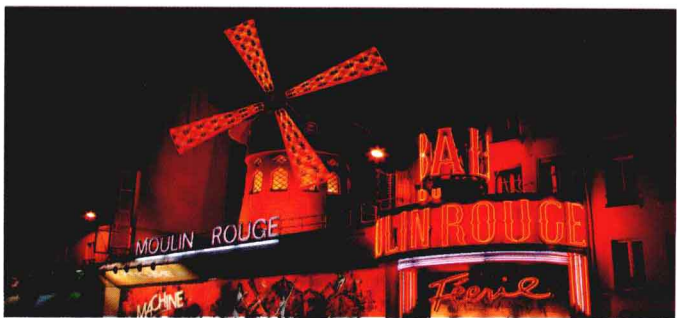
## Top 10 红磨坊

观赏地点：蒙马特尔高地红磨坊

19世纪下半叶，来自世界各地的流浪艺术家在蒙马特尔高地作画卖艺，浓厚的艺术气息带动了当地的咖啡馆和小酒馆的生意。后来，这些小店里来了一些舞女，她们穿着绣有繁复花边的长裙，伴着狂热的音乐扭动

臀部，时不时把大腿抬高指向天花板上的巨大吊灯。这种舞蹈在蒙马特尔高地迅速流行起来，人们称之为“康康舞”。1889年10月，红磨坊歌舞厅就在康康舞的乐声和节奏声中诞生了。

红磨坊开业不到半年，便享誉整个欧洲，印象派大师雷诺阿的一幅《红磨坊》更是让它蜚声国际。今天的红磨坊已是巴黎市著名的旅游景点，诱惑了无数人的康康舞依旧在这里上演。



## 一路畅行法兰西



1 法国无疑是个锻炼生活能力的好地方。把罢工也当做日常工作的法国人，他们常让你不得不在餐馆或是洗车房里自觉提高自己的动手能力。要是去旅游没有遇上罢工，那么你可以去投诉旅游公司了：“你带我去的那根本不是法国”！（当然这是玩笑话）

2 法国街道上的红灯和普通灯的区别就在于：它是代表可以通行的！所以，红灯亮起来的时候，你会看到那些优雅的法国男士们酷劲十足地开着他们的座驾呼啸而过。

3 初次到外地旅游，你肯定会首选当地美食，但是在法国你可千万不要错过中餐馆，因为那些中餐馆里的越南菜会让你觉得原来自己同时到了两个国家。

4 千万别以为那些衣着优雅、谈吐风趣的先生或女士们都有着高尚的职业，或许同你交谈的人极有可能是乞丐，他通常会和你谈论一下天气，再抱怨一下天气让他很苦恼，最后他会说：“您看，能否给我两个硬币，我想去那边的咖啡馆喝一杯呢。”

5 傲慢的不止是法国的贵族，还有法国的地铁。别指望听见报站的声音，更别指望一条轨道上只有一个班次，最不能指望的就是下车的时候车门能自动打开，因为那是手动的。

6 不要因为咖啡或者其他饮品美味价廉就多喝。在法国，没有免费的厕所让你解决痛快畅饮后的生理问题，就连麦当劳的厕所也是需要消费后才能使用的。然而，你总不能因为需要上厕所，就再点一杯饮料！而且，请相信我，上厕所的消费远远高于喝饮品的消费。或许你会花掉2欧元！



7 在香榭丽舍大街上看到一条排得堪比天津“狗不理”买包子队伍的长龙时，不用好奇这里有什么东西值得如此抢购。这条队伍的起点在LV专卖店！而香榭丽舍LV专卖店里的所有高档包包表示：它们其实也很“大众”！

8 在法国，所有的事情都靠预约，理发、吃饭等预约都记在一个小本上。当然，生病也是要预约家庭医生。如果你近视了，需要拿到医生的证明才能配眼镜，那么首先就和医生预约诊断的时间，慢慢地等到时间去诊断，再预约拿诊断书的时间，慢慢地等到拿诊断书，再和眼镜行预约配眼镜的时间，最后再预约取眼镜的时间……通常，这一切需要半年到一年！

9 不要惊讶大街上相互亲吻的人如此多，而且很多还是同性。因为只要你愿意，也可以尽情地 and 身边亲密的朋友体会一把同性亲吻的感觉，反正，那也不过就是个朋友之间表示亲切的问候方式而已！

10 法国人总是觉得祝朋友行好运是一种关系的疏远，于是他们选择了一种更有法国气息的问候及祝福方式来表达朋友之间的亲昵，那就是：祝你行狗屎运！



**11** 因为法国政府出台了同居协议来保证情侣们的利益，让这些相爱又不想结婚的人能享受到婚姻的福利，所以在法国，遇到美丽的单身小姐，先别急着追求，因为有百分之五十的概率她已经是别人孩子的妈妈了。

**12** 当你走进一家美发店之前，请先看看这家店的客人是狗狗还是人，以此类推，餐厅、游乐场等场所都需要注意。当然，公墓也不例外，你肯定不能通过墓碑上的“哦，我最想念的心肝宝贝”、“是你给了我最后的忠诚”等挽词来分辨墓主人，但是别忘记看一看墓碑上的照片是人还是狗。

**13** 在法国，叫一声“托马”或者“安娜”，回头率很高。然而，重名率如此高的6 000万法国人却拥有130万庞大的姓氏，并且包括了“强壮”小姐、“胳膊”先生、“杀人犯”太太等。法国的姓氏基本上是一部解密职业的密码。

**14** 法国的红酒产地有很多，行家辨认它们的产地通常靠味道、色泽。当然门外汉也不用担心，因为就像世界上各民族穿的衣服都有地方特色一样，法国美酒的包装也非常有地方特色，各种酒瓶简直是它们的户口本！

**15** 法国的蒙克拉波小镇真的证明了“三百六十行，行行出状元”，因为这里是“欧洲谎言之乡”。每年举办的骗子大赛，人人争着做骗子状元。而得到的骗子界状元荣耀的奖励则是，在任何时间、任何场合下说谎都有不受处罚的特权。

**16** 法国人牙齿疼的时候，不说“牙齿疼”，说“爱疼”。他们觉得牙齿疼这种虽然不是什么大病，疼起来要人命的特质，和一场没有结果的爱情带来的疼痛从本质上看是一样的。

**17** 去法国旅游，千万不要因为自己能说一口流利的英语就有恃无恐。因为，英语在法国是行不通的。法国人和周围的人交谈，只讲法语，而且他们才不会管你能不能听懂呢！反正他们以为，法语这种高贵优雅的语言，谁都明白！

**18** 虽然全球彩票满天飞，但是我敢打赌，法国才是彩票最多的地方。几乎所有法国人都认为祖国的彩票泛滥成灾了，但是，每一次政府想缩小彩票发行量，他们又坚决反对：“天哪，上帝呀，这可怎么好，简直要命，买不到彩票怎么办！”

**19** 法国人很执着于讲礼仪，不管是认识还是不认识，法国人都会向你打招呼并致以问候。比较麻烦的是每天早上出门前你得准备好充分的谈资，这样才不会因为在咖啡馆或地铁上与对面的人无话可说而显得不礼貌，当然如果你能熟练掌握“小姐（先生），您今天真美丽（帅气）。”这句话也能顺利过关。

**20** 如果你走进一家餐厅，里面静得没有一点声响，千万别担心，那并不是无人光顾的冷清。优雅的法国人，即使是在每餐都少不了的喝酒时间，也能将它进行得像是一场高雅的品酒大会而不是热闹的酒宴！

**21** 作为时尚之都的法国，山寨在这里没有活路。如果你想穿戴着山寨货上街，那首先你得确定自己不会因为省下来的钱却要上交罚款而心疼。即使山寨在日渐精益求精，也别心存侥幸，就算是整过容，还有谁会认不出自己的脸呢？！

**22** 法国人喜欢度假，你很难了解他们到底是不是为了尽情享受那每年五周的年假而去工作。每年长假来临，安排谁留下来值班就成了所有管理者头疼的大问题，甚至是银行的保安也会抱怨：“谁会在度假期间抢银行呢？”





# Wine 葡萄酒之旅

## 醉倒在法兰西的优雅甘醇里

从1世纪葡萄酒的酿造技术传入法国开始，法国就与之结下了不解之缘。古罗马征服法国的同时，也将葡萄的种植技艺和葡萄酒的酿造技艺带了过来。到2000多年后的今天，原本算是葡萄酒发源地的古埃及和古罗马几乎随着时间消失在葡萄酒的洪流中，反而是法国，俨然成为葡萄酒界里一面高高飘扬的旗帜。

法国离不开葡萄酒，无论是作为配餐的佐酒，还是宴会上的饮品，抑或是闲眠时的消遣，葡萄酒与法国人如影随形。

葡萄酒的酿造固然复杂，但归根结底，影响葡萄酒品质的因素却不外四个：品种、气候、土壤和酿酒师的技艺。法国处于温带，阳光充足。岁月更迭，葡萄酒却始终如一地保持着传统工艺，凝聚了几千年来的法兰西式优雅。

法国将葡萄酒分为四级：法定产区葡萄酒（AOC）、优良地区餐酒（VDQS）、地区餐酒（IGP）、日常餐酒（VDF），其中AOC是法国最高级别的红酒。每种葡萄酒，从葡萄品种到酿造过程，再到最后的品质检测都有法国红酒业的专家认证，只有通过严格标准测试的葡萄酒才能贴上AOC标识（A即Appellation，意为产区，O即产地名，地名越小，说明酒的品质越好，C即



Contrôlée，意为系列）。通常来说，标有AOC的葡萄酒就是最好的了，而法国出产的葡萄酒，约三分之一都是AOC级。

### 罗讷河谷，那最古老的甘醇

法国最早开始种植酿造葡萄酒的地方是罗讷河谷。古罗马人征服当时的高卢后，发现罗讷河谷两岸是种植葡萄的宝地，于是将葡萄种植技术和葡萄酒酿造技术传入当地。14世纪时，古罗马教廷纷争不断，教皇移居此处，并先后修建了教皇宫和夏宫教皇新堡。为了满足当时的教皇与教廷所需，罗讷河谷的葡萄酒酿造技术不断改良，酒质突飞猛进，现在罗讷河谷所产的葡萄酒，品

质几乎都高于AOC级，其中13个地区的产地酒被定为Grand Cru，是高于AOC级的葡萄酒。

罗讷河谷位于里昂城与普罗旺斯之间，葡萄酒产区则沿着河谷两岸的狭长地带自北向南呈条状分布，长约200公里。产区分为北部和南部两个地区，有100多个酿酒的村庄，最有名的当属教皇新堡村，它酿制的Châteauneuf-du-Pape，凝聚了数代教皇的心血，酒香醇厚，口感丰满，且酒精度不低于12.5度，高贵中透着力量，有着慷慨大度的皇家之气。

### 酒城波尔多，那醉人的艳红

12世纪中叶，埃莉诺王后嫁给了当时金雀花王朝的亨利二



世，法国西部大部分地区处于英国的掌控之下，自此以后，英国人爱上了醇厚浓郁的波尔多葡萄酒，到18世纪时，英国人已是优质波尔多葡萄酒的最大消费群体。

波尔多是一种被葡萄酒浸染了的城市，光是念着这个词，便已唇齿生香，满是氤氲酒味。波尔多是奇特的，既有端庄典雅的皇家之气，又充满了文化艺术气息。这样的气息也浸染了波尔多的葡萄酒，赋予了它风情万种、温婉动人、回味无穷的魅力，就

像一位高贵的王后，因此波尔多地区的葡萄酒又被称为“葡萄酒之后”。

波尔多冬暖夏凉，适宜葡萄的生长，当地有1100平方公里的葡萄园，是世界上最大的葡萄酒产区，所以又被称为“酒城”。位于波尔多吉伦特河左岸的梅多克是波尔多地区葡萄酒的代表产地，其中波吕亚克区的三大名酒，Chateau Mouton Rothschild、Chateau Lafite-Rothschild、Chateau Latour，如三颗钻石般闪耀葡萄酒界，使

得梅多克被称为葡萄酒中的“凡尔赛”。

### 勃艮第，醉倒了几代帝王

如果说波尔多葡萄酒是酒中之后的话，那么勃艮第的葡萄酒就是酒中之王了。早在查理曼大帝统治时期，勃艮第的葡萄酒就非常出名了。勃艮第是真正的葡萄酒王国，整个城市上空都弥漫着葡萄的甜香和葡萄酒的醇香。

位于勃艮第台地与苏茵河平原交界处的夜丘，是上帝最钟爱的土地。勃艮第共有33个特级葡萄酒园，有25个都是红葡萄酒特级园，其中24个都在夜丘区。这里特产黑比诺，这种变幻莫测难以让人驾驭的葡萄，被人们描绘成世界上最昂贵、最娇贵的酿酒葡萄，酿造出的都是顶级精品红葡萄酒，这让夜丘成了红葡萄酒迷们心中的圣地。

Vosne-Romanée村庄是夜丘区精华中的精华，出产的黑比诺红酒酒质均衡协调，香气层次丰富，口感醇厚。区内有多个世界闻名的葡萄园，如罗曼尼·康帝酒庄、塔希酒庄和李其堡酒庄等。罗曼尼·康帝酒庄更是其中翘楚，出产了世界上最贵的红







酒——La Romanée-Conti，世界著名酒评家Robert Parker就如说是说：“Romanée-Conti是百万富翁喝的酒，但只有亿万富翁才喝得到。”

Gevrey-Chambertin是夜丘区内最大的红葡萄酒村庄，9个特级红酒园都在此村。在法国，没有喝过Gevrey-Chambertin的红酒不足为奇，但若是没有听说过拿破仑与Chambertin的故事就真是孤陋寡闻了。据说当年拿破仑每天都要饮用半瓶Chambertin的红酒，每次出征都要有专车运送红酒随行，甚至他被流放时也对Chambertin念念不忘，这为Chambertin的红酒添上了一抹传奇色彩。现在Gevrey-Chambertin村里最著名的便是

Chambertin酒庄与Chambertin Clos de Beze酒庄，这里出产的特级Chambertin红酒，口感雄浑丰厚，香味层次清晰，不愧为红酒中的王者。

### 香槟大区，丰盈的派对女王

除了红酒，香槟也是法国人日常生活中必不可少的饮品，清晨提神醒脑、下午祛暑解渴、晚上开胃生津、睡觉前喝安神……都离不开香槟。位于巴黎北部的香槟大区，以出产香槟酒而闻名，俨然已成为法国人的骄傲。

香槟酒的酿造是一个漫长而复杂的过程，首先在葡萄种植上，每一棵葡萄树都会经过精心修剪，确保它们能结出产量少品

质高的葡萄，然后酿造时，葡萄酒需要经过无数车间加工和两次发酵才会装瓶储藏，且一般会储藏2~5年之久。传统的香槟是静态没有气泡的，而现代意义上的香槟则始于一位名叫佩里尼翁的修士，17世纪晚期，他成功酿造出气泡丰盈的香槟酒，从此开启了香槟用于派对庆典以示欢庆的历史。

一般来说，为了保持市场占有率和保持价位，当地有关部门会对葡萄的种植量加以控制，并将香槟产量控制在一定范围内，以保证其市场地位。现在最有名的香槟酒庄有：Dom Pérignon、Moët et Chandon、Veuve Clicquot、Mercier、Mumm、Krug、Laurent-Perrier等。