

不出糗！用餐的优雅

编著：[日]渡边忠司 / 绘画：[日]伊藤美树 / 翻译：乔君 潘凤财



如何在汉堡肉上挤上适量的番茄酱或黄芥末酱。



分量超大的汉堡，该怎



可先请店家帮忙切好，这样就不用担心会把手弄脏！



AA制用餐需要各自结账时，先派一位代表付清，再私下处理。



抚摸着发，以口就杯的美眉很制



美眉的坐姿一定要正确哦！

正式场合举杯致意时，不需要特地碰杯发出声音。

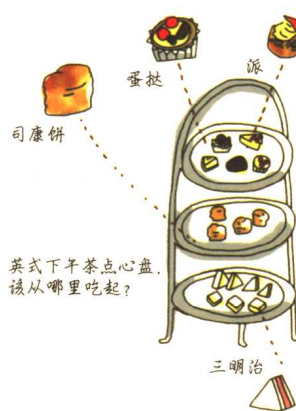
桌面下的双脚也要优雅哦！



学会品尝正统的日式料理！
③炖菜 ②生鱼片



白饭 ①前菜



英式下午茶点心盘，该从哪里吃起？

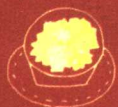
遇到硬要灌酒的人时

已经差不多要结账了，所以……

今天身体不太舒服！

医生要我最近少喝酒。

SHWENBOX 百世文库



用餐是一种愉快而优雅的交流

吃得优雅所必需的聪明方式

名家推荐语

著名作家、文化学者 **刘心武：**

用餐本易，优雅本难——现在好了，用餐也易，优雅不难。



著名评论家、北京大学教授 **张颐武：**

从就餐可以看出一个人的文明程度，这本书就是升华你的就餐礼仪水准的，不可不看。



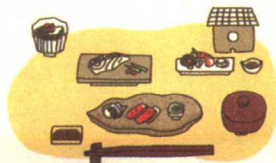
著名青年作家、《青年文学》主编 **邱华栋：**

吃饭虽然是小事，可是里面礼节的学问大着呢。如何不做吃饭的野蛮人，这本书就非常实用。



“80后”作家群领军人物、著名小说家 **张悦然：**

优雅是一种令味觉更灵敏的调料。



用
餐
的
伏
雅



不出糗！

Tabekata no Manner to Kotsu © 2005 GALLEN

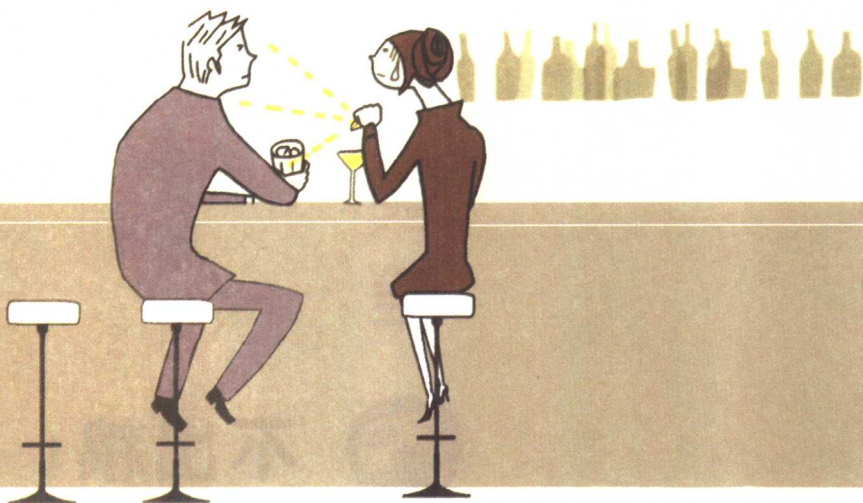
First published in Japan 2005 by Gakken Co., Ltd., Tokyo

Chinese Simplified character translation rights © 2006 by SHIWEN BOOK (H.K.)

CO., LTD. arranged with Gakken Co., Ltd.

Through Beijing International Rights Agency Co., Ltd.

All rights reserved.



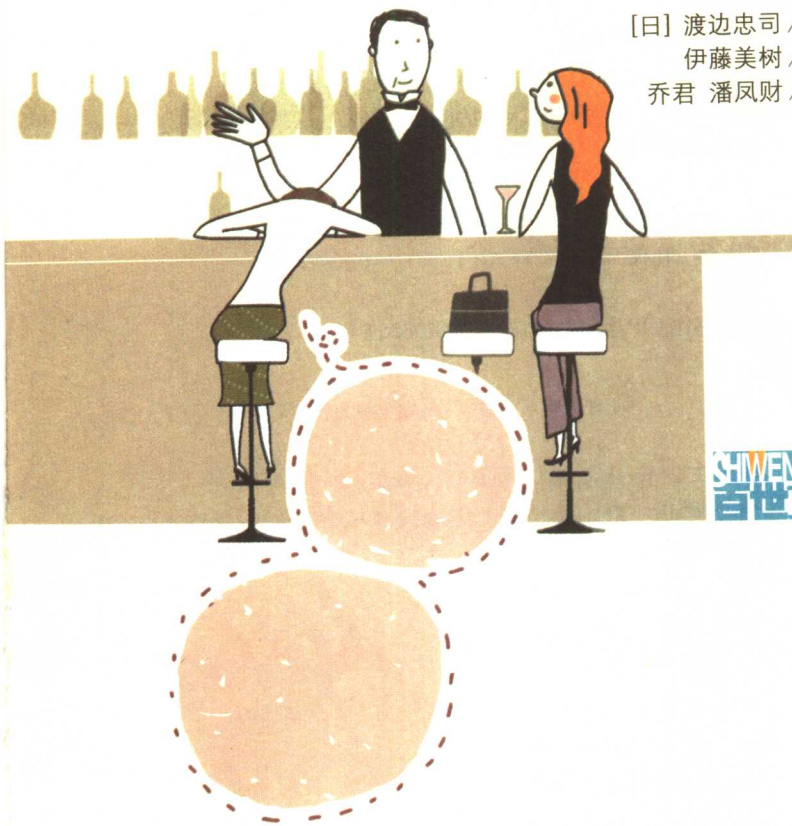
不出糗！

用餐的优雅

[日] 渡边忠司 / 主编

伊藤美树 / 绘画

乔君 潘凤财 / 翻译



SHWENBOOK
百世文库



中国轻工业出版社

□中国大陆中文简体字版出版 © 2006 中国轻工业出版社
□全球中文简体字版版权为世文出版(香港)有限公司所有
□本书中文简体字版版权由北京版权代理有限公司代理

图书在版编目(CIP)数据

不出糗: 用餐的优雅 / (日)渡边忠司主编; (日)伊藤美树绘画; 乔君, 潘凤财译. —北京: 中国轻工业出版社, 2006.9
ISBN 7-5019-5599-9

I. 不… II. ①渡…②伊…③乔…④潘… III. ①饮食—文化—世界 ②饮食—礼仪—世界 IV. ① TS971 ② K891.26

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 103809 号

责任编辑: 李颖 责任终审: 劳国强 装帧设计: 阿元

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印刷: 北京朗翔印刷有限公司(北京大兴区黄村镇李村开发区6号, 邮编: 102600)

经销: 各地新华书店

版次: 2006年9月第1版第1次印刷

开本: 787 × 1092 1/32 印张: 4

字数: 32千字

书号: ISBN 7-5019-5599-9/TS · 3252 定价: 20.00元

著作权合同登记 图字: 01-2006-5202

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部联系调换

发行电话: 010-84831086 84833410

60899SAX101HYW

更多百世文库书讯请登陆: <http://www.shiwenbooks.com>



前言



相信大多数人一听到“用餐礼仪”四个字，马上就会联想到一连串沉闷、麻烦的老套规定。其实，所谓“用餐礼仪”不但是为营造让自己、别人可以愉快用餐的气氛而设计出的小小“魔法”，更是在别人面前表现自己修养气质的一种聪明方式。

现在我们随时都可以享用到来自世界各地的美味佳肴，这些美味佳肴都有来自最初发源地的独特的烹调方法及吃法。但是，为了迎合本地人的口味，多少都被重新进行调味或改良，可能连吃法也不一样了。或许某些部分会被原汁原味地保留下来，不过大部分都经历了“本地化”的过程。于是，掌握不同地域文化下的不同餐饮方式应该是你优雅生活的必需。

“用餐礼仪”就像是河里的水流一样，有着无法违背的自然流向，虽然无法改变其本质，但是它却可以配合周围的环境改变形状、流向……但不管外在形状如何变化，水终究是水，本质并没有改变。适当、正确的“用餐礼仪”是尊重同桌或周围的人的一种表现，而不会让你感到缩手缩脚和拘束。

本书基于这样的理念，为各位读者介绍与料理、美食有关的用餐礼仪，以及如何让餐桌上的佳肴吃起来更加美味的方法。所以，请以最轻松的态度来阅读本书，而不要把它当作生硬的“礼仪教科书”来看。我也衷心期盼这本书能帮助你在用餐时，享受到更多过去从未体会过的乐趣！

用餐礼仪指导专家 渡边忠司

目 录

第一章 和重要人士一起用餐 / 11

正式场合用餐的准备工作 / 12

在饭店里，可以要求与不能要求的事 / 14

西餐厅的用餐礼仪 / 16

聪明美眉的点菜法 / 18

西餐的餐桌礼仪 / 20

时尚的欧美用餐礼仪 / 22

日式料理店的用餐礼仪 / 24

筷子的基本用法 / 26

用餐中应注意的礼仪 / 28

寿司店的用餐礼仪 / 30

中餐馆的用餐礼仪 / 32

自助餐的用餐礼仪 / 34

成人酒吧 / 36

完美掌握分量的诀窍 / 38

对付酒鬼的妙招 / 39

随机应变处理突发状况 / 40

出糗了，记住不要再犯 / 42

用餐即将结束时 / 44

注意！不要成为“不速之客” / 46





第二章 享用无国界的美味佳肴 /47

法式餐 /48

意大利餐 /50

日式会席料理 /52

中餐 /54

寿司套餐 /56

天麸罗 /57

英式下午茶 /58

第三章 气质美眉的优雅用餐法 /59

美食配美酒之一 清酒、啤酒、烧酒 /60

美食配美酒之二 葡萄酒、鸡尾酒 /62

美食配美酒之三 威士忌、白兰地 /64

享受美味的新鲜蔬菜 朝鲜蓟、沙拉拼盘、生菜沙拉、越南生春卷 /66

品尝美味海鲜之一 鱼 /68

品尝美味海鲜之二 烤鱼、盐烤香鱼 /70

品尝美味海鲜之三 虾、龙虾、螃蟹 /72

品尝美味的海鲜之四 生蚝、蛸螺 /74

珍味品尝法 /76

串烧的吃法 串烧、烤鳗鱼 /77



享用肉制品之一 牛肉 /78

享用肉制品之二 烤肉、烤羊肉、鸡素烧、牛肉火锅、泰式火锅 /80

优雅地品尝蛋类餐点 茶碗蒸、水煮蛋、芙蓉蛋 /83

回味悠长的面食之一 荞麦面、乌冬面、河粉、拉面 /84

回味悠长的面食之二 意大利面 /86

热汤及火锅之一 火锅、汤豆腐、酥皮浓汤 /88

热汤及火锅之二 碗菜、沙锅炖菜 /90

煎炸烤面点之一 比萨与比萨饺、松饼、越南煎饼、章鱼烧 /92

煎炸烤面点之二 大阪烧、广岛烧、文字烧、天麸罗 /94

品尝美味的米饭 白饭、纳豆、松花堂便当、西班牙海鲜炖饭、咖喱、

炒饭、寿司 /98

韩国美食指南之一 石锅拌饭 /101

韩国美食指南之二 人参鸡汤、冷面、韩式烤肉、腌螃蟹、辣炒鸡排 /102

面包小档案 黑麦面包、意式硬面棒、汉堡 /104

香浓乳酪大PK 世界级的乳酪、瑞士乳酪锅、Raclette /106

味美香甜的水果与甜点 西瓜、葡萄、橘子、桃、蛋糕、千层派、泡芙 /109

冲一杯浓香的咖啡吧！ /111

轻松泡出香醇红茶 /112

日式茶小讲座 /113

泡壶清香的中国茶 /114

附录：美食大辞典 /115



第一章 和重要人士一起用餐



正式场合用餐的准备工作

选择合适的饭店很重要

选择美味与气氛兼备的饭店非常重要，不妨利用平常时间，多发现一些好饭店吧！



订座的要点

遇到重要的日子，务必要事先订位！

① 需确认的资料

● 姓名 ● 时间 ● 人数

订位时请务必告知饭店上述情况，以免出现准备不周的尴尬场面。



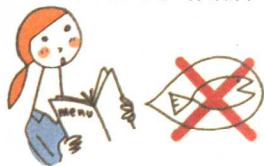
② 事先要确认的事项

- 儿童能否随行
- 能否使用信用卡结账
- 营业时间
- 基本消费
- 是否需穿着正式服装

部分饭店会要求穿西装或系领带。

③ 订餐菜品的确认

预订饭店时如果也订了套餐，最好先确认菜单内容。这样，如果有不敢吃的菜，就可以请饭店帮忙更换。



④ 掌握订位时间

多数饭店一般不接受当天的订位。

即使事先已经预订好饭店，也最好在预订日前一天打电话确认。

去年就预订了这家餐厅……怎么不见啦！



迟到或有事需取消订座

若预约当天临时有事无法前往，需尽早通知饭店取消订位。若是因故需要晚到，也要电话告知！



女士优先？！

男女一同外出用餐，要彼此尊重才不会失礼。所以，女士们请牢记！在对方还没有表现绅士风度时，就大大咧咧地坐下是很不淑女的行为！



和儿童一起用餐

若带需使用儿童座椅的小朋友一起用餐，要事前告知饭店。如此一来，便可以放心地和孩子一起用餐了！



导盲犬

已有不少饭店接受导盲犬随同主人进店用餐。但仍需在订座时确认。

在饭店里，可以要求与不能要求的事

在西餐厅里，要求
使用筷子用餐



对不常用刀叉的老人家，可以让饭店提供筷子方便用餐。

要求更换座位

提出要求前请先确认饭店内座位是否客满，才可向服务生要求更换座位。



请厨师做特殊菜品时……

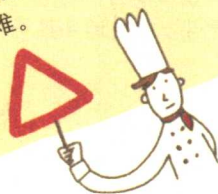


请在订位时告知饭店，方便对方准备！

当着服务生的面要求更换某道菜，是很失礼的喔！



菜单上没有的菜品若有想吃的，可在订位时告知。临时提出要求，会让饭店为难。





想共享一道菜时……

随便动手取用他人的食物，是很不礼貌的。有需要时，可先告知饭店请他们帮忙分菜。



求交换吧！



向饭店要调味料

饭店的每道菜都是出自厨师的巧手，任意改变调味是不礼貌的行为，请三思而后行！



想外带菜品时……

一般饭店不建议顾客这样做。因为菜品外带回去后，多会变冷走味。若是吃剩的量不多时，不妨请饭店以小包装方便你外带。



将喝剩的葡萄酒带回家

想外带喝剩的葡萄酒时，只需说一声：“麻烦您！我想外带喝剩的葡萄酒。”



呵呵，杯子里的就不能外带了……

AA制自结账时……

采取AA制付费者注意，在高级饭店是不能分别去柜台结账的。需各自结账时，请派一位代表付清后，再私下处理。



抵达餐厅后

除了随身携带的手袋外，外套等衣物需放在寄存柜里，或请服务生帮忙保管。



跟随领位人员就坐

让同行女伴或宾客坐在可一览餐厅全貌的座位。



保持“女士优先”，让女士走在前面才是优雅体贴的男性！

到达座位后，站在椅子左侧等待服务生。

就座后不要左顾右盼。



就坐的注意事项

保持优雅的姿势坐下。

挺直腰身，在身体和椅背之间留出空隙，手袋可以放在这里。

手袋的摆放位置

