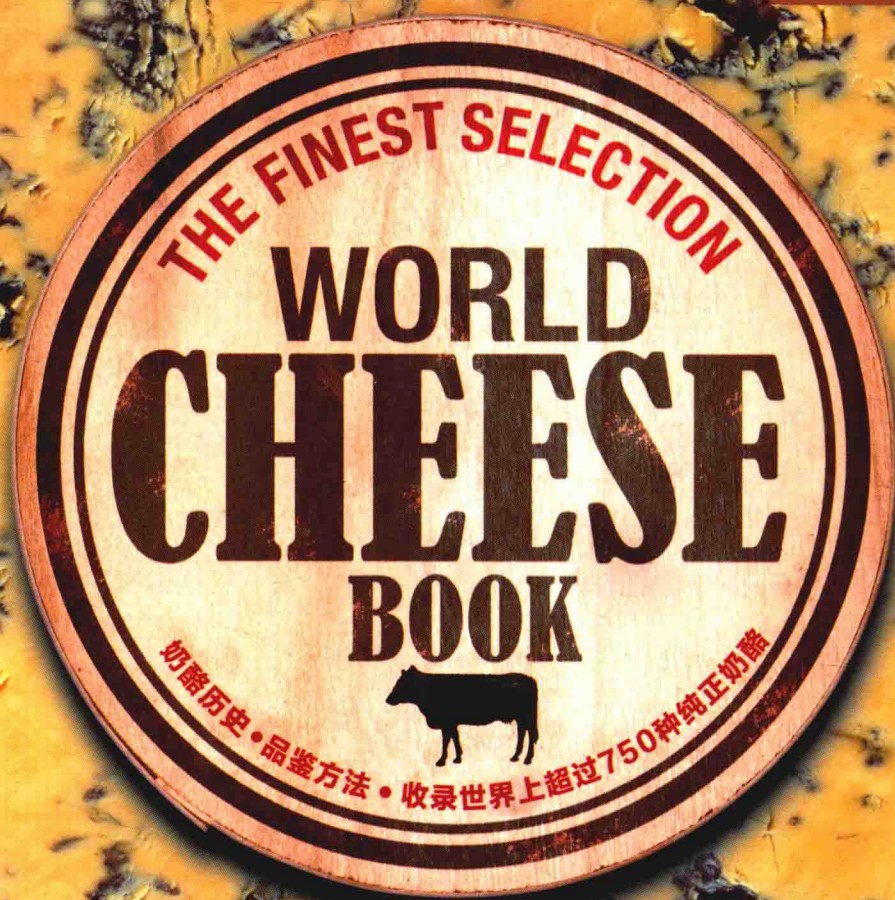




全新版

首次收录荣获世界奶酪大赛金奖的
中国奶酪牦牛多姆和北京红



奶酪百科

[英] 朱丽叶·哈伯特 (Julie Harbert) 主编

“文化生活”
百科丛书

中国工信出版集团

电子工业出版社
<http://www.phei.com.cn>

奶酪百科

〔英〕朱丽叶·哈伯特（Juliet Harbutt）／主编

刘亦觉 等译 刘 阳 审校

电子工业出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京 • BEIJING



Penguin
Random
House

Original Title: World Cheese Book

Copyright © 2009, 2015 Dorling Kindersley Limited

A Penguin Random House Company

本书中文简体版专有出版权由Dorling Kindersley授予电子工业出版社。未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

版权贸易合同登记号图字：01-2017-2793

图书在版编目(CIP)数据

奶酪百科/(英)朱丽叶·哈伯特(Juliet Harbutt)主编;刘亦觉等译.—北京:电子工业出版社,2019.1

书名原文:World Cheese Book

ISBN 978-7-121-31717-0

I. ①奶… II. ①朱… ②刘… III. ①奶酪—基本知识 IV. ①TS252.53

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第121076号

审图号:GS(2018)5331号

本书中的插图系英文版原书插图

策划编辑:张冉(47155730@qq.com)

责任编辑:张冉 文字编辑:冉晓冬 特约编辑:施易含

印刷:鸿博昊天科技有限公司

装订:鸿博昊天科技有限公司

出版发行:电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编 100036

开本:850×1168 1/16 印张:22 字数:1010千字

版次:2019年1月第1版

印次:2019年1月第1次印刷

定价:138.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题,请向购买书店调换。若书店售缺,请与本社发行部联系,联系及邮购电话:(010)88254888,88258888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn,盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

本书咨询联系方式:(010)88254210, influence@phei.com.cn

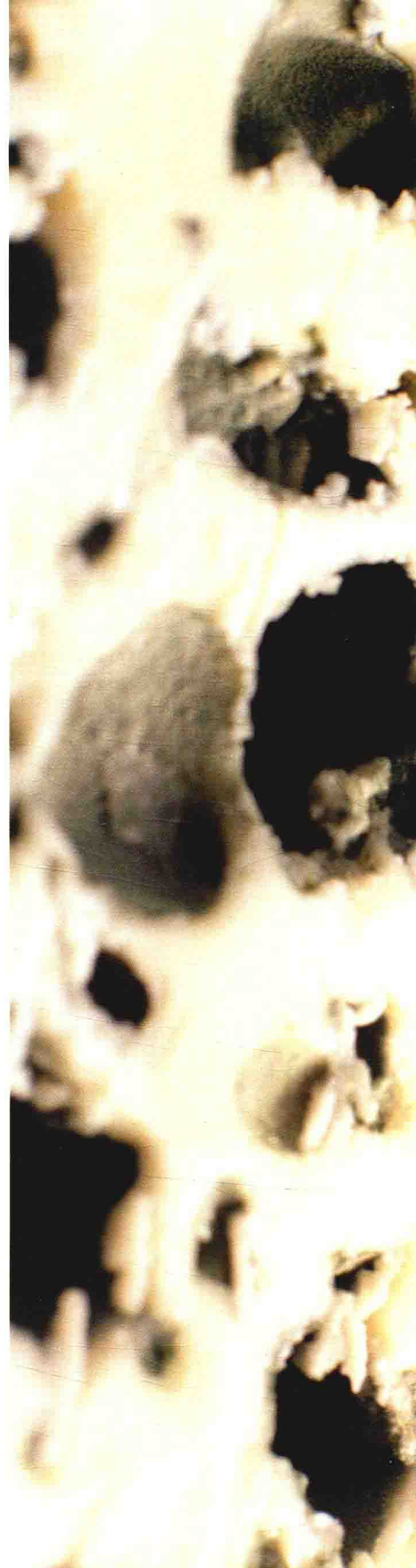
微信:yingxianglibook

A WORLD OF IDEAS:
SEE ALL THERE IS TO KNOW

www.dk.com

本书奶酪多源自欧美国家,为便于读者辨识查找,本书特保留奶酪原文名称,相应中文译名的翻译则按具体情况遵循以下原则:已有并被普遍认可的中文译名、奶酪生产商和销售商的官方译法、恰当地意译/音译。由于个别奶酪不适用上述原则,暂未进行翻译,仅保留原文名称。如有确定且恰当的译名,将在重印时补充,也欢迎读者来信指正与提供中文译名建议,请发邮件至zhangran@phei.com.cn。

参与本书翻译的有刘亦觉、兰思佳、潘若冰、宁钰嘉、刘肖依、韩奕。



目录

引言	6	特色奶酪	
认识奶酪	8	豪达奶酪	230
如何使用本书	9	德国、奥地利和瑞士	232
鲜奶酪	10	德国	233
发酵鲜奶酪	12	奥地利	236
软质白霉奶酪	14	瑞士	238
半软质奶酪	16	特色奶酪	
硬质奶酪	18	爱蒙塔尔奶酪	240
蓝纹奶酪	20	斯堪的纳维亚	244
加味奶酪	22	丹麦	245
完美的奶酪拼盘	24	挪威	247
法国	26	瑞典	248
特色奶酪		芬兰	251
博福尔奶酪	38	拉脱维亚	252
莫城的布里奶酪	46	立陶宛	253
孔泰奶酪	56	东欧和近东	254
勃艮第大区的埃普瓦斯奶酪	64	希腊	256
萨瓦地区的勒布洛雄奶酪	74	罗马尼亚	260
罗克福奶酪	82	斯洛伐克	260
图赖纳地区的圣莫尔奶酪	92	土耳其	261
意大利	100	塞浦路斯	261
特色奶酪		黎巴嫩	264
戈贡佐拉奶酪	108	以色列	264
水牛奶马苏里拉奶酪	118	特色奶酪	
帕马森雷加诺奶酪	128	菲达奶酪	258
塔莱焦奶酪	136	哈罗米奶酪	262
西班牙与葡萄牙	144	美洲	266
西班牙	146	美国	270
葡萄牙	165	加拿大	310
特色奶酪		墨西哥	318
马翁奶酪	152	巴西	319
曼彻格奶酪	160	阿根廷	319
大不列颠和爱尔兰	168	特色奶酪	
英格兰	170	蒙特雷杰克奶酪	286
苏格兰	206	中国和日本	320
威尔士	212	中国	322
爱尔兰	215	日本	323
特色奶酪		澳大利亚和新西兰	326
车达奶酪	178	澳大利亚	328
斯蒂尔顿奶酪	192	新西兰	335
康沃尔雅格奶酪	200	术语表	344
卡博克奶酪	210	索引	347
卡尔菲利奶酪	216		
低地国家	224		
比利时	225		
荷兰	228		

奶酪百科





奶酪百科

〔英〕朱丽叶·哈伯特 (Juliet Harbutt) / 主编

刘亦觉 等译 刘 阳 审校

电子工业出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京 • BEIJING



Penguin
Random
House

Original Title: World Cheese Book

Copyright © 2009, 2015 Dorling Kindersley Limited

A Penguin Random House Company

本书中文简体版专有出版权由Dorling Kindersley授予电子工业出版社。未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书的任何部分。

版权贸易合同登记号图字：01-2017-2793

图书在版编目（CIP）数据

奶酪百科/（英）朱丽叶·哈伯特（Juliet Harbutt）主编；刘亦觉等译。—北京：电子工业出版社，2019.1

书名原文：World Cheese Book

ISBN 978-7-121-31717-0

I. ①奶… II. ①朱… ②刘… III. ①奶酪—基本知识 IV. ①TS252.53

中国版本图书馆CIP数据核字（2017）第121076号

审图号：GS（2018）5331号

本书中的插图系英文版原书插图

策划编辑：张冉（47155730@qq.com）

责任编辑：张冉 文字编辑：冉晓冬 特约编辑：施易含

印刷：鸿博昊天科技有限公司

装订：鸿博昊天科技有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编 100036

开本：850×1168 1/16 印张：22 字数：1010千字

版次：2019年1月第1版

印次：2019年1月第1次印刷

定价：138.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系；联系及邮购电话：（010）88254888，88258888。

质量投诉请发邮件至zts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

本书咨询联系方式：（010）88254210，influence@phei.com.cn

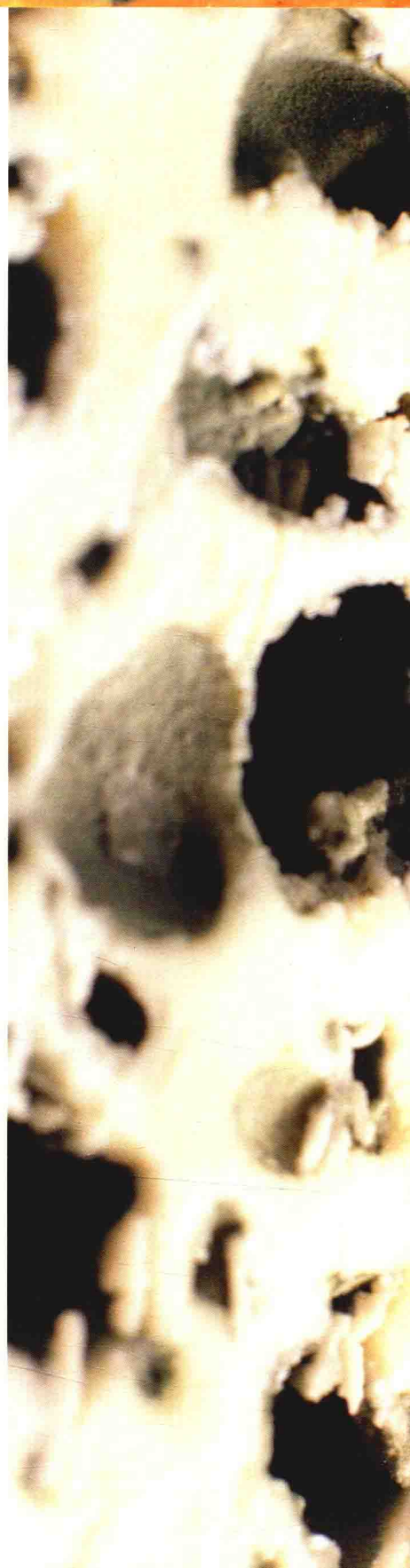
微信：yingxianglibook

A WORLD OF IDEAS:
SEE ALL THERE IS TO KNOW

www.dk.com

本书奶酪多源自欧美国家，为便于读者辨识查找，本书特保留奶酪原文名称，相应中文译名的翻译则按具体情况遵循以下原则：已有并被普遍认可的中文译名、奶酪生产商和销售商的官方译法、恰当地意译/音译。由于个别奶酪不适用上述原则，暂未进行翻译，仅保留原文名称。如有确定且恰当的译名，将在重印时补充，也欢迎读者来信指正与提供中文译名建议，请发邮件至zhangran@phei.com.cn。

参与本书翻译的有刘亦觉、兰思佳、潘若冰、宁钰嘉、刘肖依、韩奕。



目录

引言	6	特色奶酪	
认识奶酪	8	豪达奶酪	230
如何使用本书	9	德国、奥地利和瑞士	232
鲜奶酪	10	德国	233
发酵鲜奶酪	12	奥地利	236
软质白霉奶酪	14	瑞士	238
半软质奶酪	16	特色奶酪	
硬质奶酪	18	爱蒙塔尔奶酪	240
蓝纹奶酪	20	斯堪的纳维亚	244
加味奶酪	22	丹麦	245
完美的奶酪拼盘	24	挪威	247
法国	26	瑞典	248
特色奶酪		芬兰	251
博福尔奶酪	38	拉脱维亚	252
莫城的布里奶酪	46	立陶宛	253
孔泰奶酪	56	东欧和近东	254
勃艮第大区的埃普瓦斯奶酪	64	希腊	256
萨瓦地区的勒布洛雄奶酪	74	罗马尼亚	260
罗克福奶酪	82	斯洛伐克	260
图赖纳地区的圣莫尔奶酪	92	土耳其	261
意大利	100	塞浦路斯	261
特色奶酪		黎巴嫩	264
戈贡佐拉奶酪	108	以色列	264
水牛奶马苏里拉奶酪	118	特色奶酪	
帕马森雷加诺奶酪	128	菲达奶酪	258
塔莱焦奶酪	136	哈罗米奶酪	262
西班牙与葡萄牙	144	美洲	266
西班牙	146	美国	270
葡萄牙	165	加拿大	310
特色奶酪		墨西哥	318
马翁奶酪	152	巴西	319
曼彻格奶酪	160	阿根廷	319
大不列颠和爱尔兰	168	特色奶酪	
英格兰	170	蒙特雷杰克奶酪	286
苏格兰	206	中国和日本	320
威尔士	212	中国	322
爱尔兰	215	日本	323
特色奶酪		澳大利亚和新西兰	326
车达奶酪	178	澳大利亚	328
斯蒂尔顿奶酪	192	新西兰	335
康沃尔雅格奶酪	200	术语表	344
卡博克奶酪	210	索引	347
卡尔菲利奶酪	216		
低地国家	224		
比利时	225		
荷兰	228		

引言

证据显示，人类制作奶酪的历史可以追溯至公元前2800年。然而，奶酪的发现其实是个幸福的意外。无论是放在火堆旁保温，还是储存在用动物的胃制成的袋囊中，奶都会变酸，这会导致奶中的固体（凝乳）和液体（乳清）凝结、分离。人类从这一现象中认识到，他们最宝贵的农产品——奶，可以以奶酪的形式被保存起来；而产奶动物胃中的一种凝乳酶就是促凝剂。

奶酪的故事

今天，世界各地都出产奶酪，使用的乳源也是五花八门，从拉普兰（Lapland，又称萨米 Sápmi）地区的驯鹿奶，到澳大利亚的水牛奶，再到不丹王国的牦牛奶。奶酪的奇妙之处就在于，尽管全世界的奶差不多都是同一个味道，但奶酪的质地、味道和气味却具有无穷的多样性。事实上，无论在哪儿，你都可以制作出任何一种奶酪。然而，某一种特定奶酪的尺寸、形状和乳源，是由多种不同的外界因素决定的，如历史事件、长达几个世纪的实验、修道会、地形等；而其质地和味道的微妙之处则受到原料（如动物的种类和品种、土壤、牧场、气候、微气候等）和奶酪制作者的创造力的影响。

欧洲奶酪的发展很大程度上得益于希腊人的知识及后来罗马人的传播。随着罗马帝国的扩张，罗马人将他们在前者基础上发展出来的奶酪制作配方带到了欧洲各个地方，为罗马军团提供食物。其对整个欧洲的影响直到今天依然清晰可见。中世纪时，修道制度，特别是本笃会（Benedictine）及后来的熙笃会（Cistercian），在整个欧洲传播扩散，还进入了今天的英国和爱尔兰地区。我们如今所熟知的特拉普奶酪（Trappist）或所谓的修道院奶酪就是由熙笃会的修士们最早开始制作的，法国北部的玛华勒奶酪（Maroilles）可能是其中最早的例子。

从历史上来看，奶酪的尺寸是由可用的奶量，以及与最近的集市之间的距离所决定的。所以，山地奶酪一般都偏大。因为农民会将他们的奶合到一起，制成成熟期较长的奶酪，以便在夏末奶牛返回山谷时将其出售。而那些产自山谷并临近大型市集的奶酪则相对较小，成熟期也更短，它们会在每周的集市上出售。决定奶酪形状的是制作者的技艺，以及用来制作模具的原材料，它可以是编织过的牧草，耐火黏土，或者木材。

现在，传统的欧洲奶酪基本上是在指定地区由若干不同的手工制造商制作的，其总产量充足，行销全球。典型的例子包括：仅有十家厂商生产的用生乳制成的诺曼底地区的卡芒贝尔奶酪（Camembert de Normandie，见第44页），以及拥有400家左右制造商的帕马森雷加诺奶酪（Parmigiano-Reggiano，见第128页）。而在过去35年间被开发出来的新的手工奶酪，大多是由单个的奶酪制造商独自发明的，即使产量很大，也很难在出产地或原产国之外的地方觅得踪影。



这幅来自瑞士的彩色版画生动展现了制作奶酪的古老工艺。

原料

每种奶酪独特的身份和个性是由许多不同的自然因素决定的。

气候和地形，包括土壤中的矿物质，决定了一个地方会生长什么样的植物，也就意味着此地的产奶动物会吃什么样的食物，并由此影响了奶味的细微差别。即便是最不善于观察的人，也能分辨出嫩草、野苜蓿、牧场花朵与压缩饲料、青贮饲料、芜菁之间的区别。矿物质的含量也会影响奶酪的成熟速度、质地和味道。

动物和他们所处的放牧环境是另一方面的因素。喜欢享受的奶牛主要生活在草木茂盛的山谷，丰饶的平原及阳光灿烂的山地牧场。与奶牛和绵羊不同，山羊是一种喜吃高处草木的动物；它们在篱笆地里，崎岖陡峭的山顶上，乱石密布的山谷中，或是当机会出现的时候，潜入农户精心修剪的花园里，撕咬着那些稀疏却散发着芳香的植物。这使它们产的奶带有一种草本植物的清香，就像是浸泡过香草植物的清脆的白葡萄酒，愈加成熟时还会发展出类似杏仁膏或是碎杏仁一样的气味。

几千年以来，在欧洲和中东，那种甜得几乎带有焦糖味道的绵羊奶都颇受重视。这种数量众多的动物几乎可以适应任何气候，有些甚至能在看上去寸草不生的地方活下去，每天依旧可以产出几升的奶，里面充满了那些构成它们食物基础的弥漫着清香的野生花草精华。

动物的品种也是一个因素。例如，和高产量的佛里斯兰（Friesian）牛相比，根西（Guernsey）牛和娟姗（Jersey）牛所产的奶量比较少，但有更大的脂肪球，会被用来制作一种更醇厚幼滑的深莫奈黄色奶酪；而蒙贝利亚尔（Montbéliarde）牛甘甜圆润的乳汁在整个萨瓦（Savoie）地区（在法国境内）都非常有名。

奶源地和奶酪坊的微气候增添了最后的细节。对于那些靠风来传播、五颜六色的微小霉菌和酵母来说，每一批新出炉的富含蛋白质的凝乳都像是一幅可以每天在上面创造杰作的画布；而通过奶来进行传播的细菌，则更喜欢在室内温暖封闭的环境中上演它们的魔法。甜味的乳糖就这样被转化为乳酸，于是开始了发酵的过程。这本是自然界的偶发事件，如今已大体被奶酪制造者掌握并利用起来，以确保最终结果更符合预期。这些微生物系统，以及奶本身所固有的那些细微特质，会在进行巴氏消毒的过程中消失，因此，必须通过一种被称为发酵剂培养物的细菌混合物重新引入。遗憾的是，这些实验室中制造出来的培养物并不能完全复制大自然所具有的那种复杂性。

如何制作奶酪

每家奶酪制造商所使用的设备和方法都各有不同，但其中的基本原理几千年来却一直未曾改变。

1 鲜奶处理 在理想状况下，奶应该被直接从挤奶间输送到牧场。在那里，奶在通过检验被确保是纯净的以后，可能会被进行巴氏消毒，通常会在73℃（165°F）下持续15秒。接下来，奶会被转置大桶中加热，直到达到相应种类的奶酪所要求的酸度水平为止。

2 凝结或凝乳化 当酸度达到所要求的水平后，向奶中添加一种特殊的乳酸菌混合物或“发酵剂培养物”。这一步骤不仅将乳糖转化为乳酸，还会影响奶酪的口味、气味和质地。（酸度过高或不足会为奶酪带来瑕疵。）多数奶酪会通过添加（从反刍动物的胃中获得的）凝乳酶或其他促凝剂，来确保奶中的蛋白质和脂肪黏合在一起，而不会随着乳清流失。凝乳化是奶酪制作过程中至关重要的一步，因为凝结的程度决定了奶酪最终的水分含量，而这会影响发酵过程的速度。

3 分离凝乳和乳清 刚刚成形的凝乳看上去像白色的果冻，乳清则是黄绿色的液体。将凝乳从乳清中轻轻分离出来，会得到柔软、高水分的奶酪；而将凝乳切割后则会去掉更多的乳清，也会做出更硬的奶酪。切割的凝乳块越小，最终得到的奶酪就会越硬、纹理也会越细腻。当达到所要求的酸度后，乳清就会被排干。

4 成形及加盐 之后，凝乳会被堆放到模具或环框中，在取出模具前可能还会经过压制。在被放置到冷藏间或地窖中开始成熟过程之前，从模具中取出的奶酪会被涂撒上盐，或是在浓盐水中浸泡。

5 成熟过程与发酵师（affineur） 或叫熟化师，成熟过程是奶酪制作的精髓所在，因为它能将奶的特色及属于牧场的独特风味展现出来。优秀的发酵师不仅掌控奶酪的成熟过程，而且可以从最简单的奶酪中培育出各种味道上的微妙差别。手工制作的奶酪会随着牧场、季节、奶酪坊的条件，以及奶酪制作者的变化而每一天都有所不同。于是，奶酪与葡萄酒的区别就在于，每天都有自己的“年份酒”，这也是为什么奶酪会如此有趣和特别。



鲜奶酪

(见第10~11页)



发酵鲜奶酪

(见第12~13页)



软质白霉奶酪

(见第14~15页)



半软质奶酪

(见第16~17页)

认识奶酪

奶酪的分类并没有一个全球通用的系统。相反，每个产奶酪的国家都有一套自己的系统，使用的是诸如半硬、半熟、压缩未熟、表面成熟型或水洗凝乳型这类对于奶酪爱好者来说毫无意义且令人困惑的术语。

相比之下，本书采用了一套非常易于理解的系统，即通过外皮的类型及奶酪本身的质地来区分奶酪的类型。

该分类方法之所以有效，是因为留在奶酪中的水分或乳清的含量不仅决定了奶酪内部的质地，还会影响奶酪所长出的外皮和霉菌的类型。需要注意的是，也有些偶尔的例外会横跨两种分类，但大部分情况下，类别归属是非常显而易见的。

该系统（见第10~23页）将奶酪区分成七种不同的类型：

鲜奶酪、发酵鲜奶酪、软质白霉奶酪、半软质奶酪、硬质奶酪、蓝纹奶酪和加味奶酪。

使用此系统，你只要迅速观察一下外观并轻轻挤压感受它的质感，就可以将你遇到的99%的奶酪成功归类，无论它是来自法国的市集、纽约的奶酪店还是其他地方。只需稍加练习，你就可以评价某一块奶酪的基本特征、口味上的长处、在烹饪时会如何表现，甚至它的成熟和品质。



硬质奶酪

(见第18~19页)



蓝纹奶酪

(见第20~21页)



加味奶酪

(见第22~23页)

原产地名号或命名

某些奶酪的名字是与其原产地联系在一起，受法律保护的。对奶酪的原产地进行认证是对其风土条件（法语terroir）或典型性（意大利语tipicità）的认可，即承认每一种用传统方式制作的食物所具有的独特特征，都是在土壤、植物和气候的复杂作用下，再结合传统的制作方法和原材料才获得的，而这些条件的组合不可能在别处被复制。对于在欧盟境内生产的传统地区性特色葡萄酒和食物，有若干个相互独立的国家体系为其提供保障，如法国的AOC（Appellation d'Origine Contrôlée，原产地命名保护）和意大利的DOC（Denominazione d'Origine Controllata，原产地命名保护）；与此同时，还有欧盟设立的PDO（Protected Designation of Origin，原产地命名保护）。



1666年，罗克福奶酪（Roquefort）成为第一种被法律保护的奶酪，而该法律就是法国AOC的前身。

如何使用本书

本书会为奶酪爱好者们开启一个激动人心的奶酪世界。其核心章节全面记录了来自不同国家的奶酪，详细描述了它们的由来、基本口味，以及最佳的享用方式。对于著名或重要的奶酪还会进行更深入的探究。在此，为您解释一下每个奶酪条目中所包含的那些信息项，它们是理解相应奶酪特性的关键。

产区

有些奶酪在整个国家都可以生产，而另一些则只能在特定地区由某些制造商生产。如果在某一特定地区仅有三家或更少厂商制作某种奶酪，城镇名也会被列出。产区能在很大程度上透露出某种奶酪的风土条件，因为它决定了此处的动物类型及它们的放牧环境。

成熟期

该信息会给出某种奶酪处于最佳发酵状态时的成熟期。

重量和形状

某些奶酪只有一种重量和形状，但大多数奶酪有多种不同的重量和形状，在这里我们会将所有可能的情况都列出来。

尺寸

该信息会给出某种奶酪的尺寸，根据其形状的不同，通常包含下列量度，如直径、高、长或宽等。当有多种尺寸时，相应的不同尺寸大小会被列出。有些时候并不清楚有多少种尺寸，此时会给出图片中奶酪的大小。

乳源

该信息会指出某种奶酪是使用哪种动物的奶来制作的。随着季节和供给的变化，有些时候，某些奶酪可能是用几种不同动物的奶混合在一起制成的。

类别

每一种奶酪都会按照上文所描述的系统中的七种类型来划分种类（见第10~23页）。

制造商

对每一款手工奶酪，本书会列出最多三家制造商。“多家”意味着有三家以上的制造商在生产这款奶酪。



西西里绵羊奶酪 Pecorino Siciliano PDO

这种奶酪早在公元前900年，在荷马史诗《奥德赛》中写到奥德修斯遇到独眼巨人波吕斐摩斯（Polyphemus）的时候，就有过记载。与古时候一样，这种奶酪在今天依然是用羔羊的凝乳酶手工制作的。

品鉴笔记 通体黄色，有时点缀着完整的胡椒粒，这种坚硬易碎的奶酪有一种饱满持久、尖锐的咸味。

享用方式 成熟较浅的该种奶酪可以与蔬菜进行搭配；较深的则可以与面包和橄榄一起享用，或者碾碎后撒在意大利面上。

意大利 西西里岛
成熟期：4~12个月
重量和形状：9~26.5磅（4~12千克），车轮形
尺寸：直径5.5~15英寸（14~38厘米），高4~7英寸（10~18厘米）
乳源：绵羊
类别：硬质奶酪
制造商：多家



名字

本书会使用奶酪在其原产地语言中的名字，并根据实际情况加上可能的原产地命名认证（对于具有通用中文译名的奶酪，我们也会将其中文名列出。——译者注）。

简介

该部分描述了此种奶酪的特征，并提供了制造者和由来的有用信息。

品鉴笔记

这部分描述了该奶酪的气味、口味、质地及回味。

享用方式

这一部分为如何最好地享用某一款奶酪提供了建议，如烹饪的思路，以及如何与葡萄酒进行搭配。

地图

此处提供了相应奶酪生产国的简略地图。小黑点指出了奶酪制造商所处的大致位置或地区。如果地图上没有特殊标志，则意味着此种奶酪在全国范围内都有生产。

照片

为了易于辨识，此处展示的是奶酪在上市出售时的状态。一般来说，照片会同时显示奶酪的内部及外部。

大小比例

该符号一目了然地展示了最大尺寸的某种奶酪与平均大小的手掌之间的大致比例关系。没有该符号则意味着无法获得此种奶酪的尺寸信息，或是因为这是一种柔软的，以杯装或罐装形式出售的奶酪。

鲜奶酪

无外皮 · 高水分含量 · 口味温和 · 新鲜 · 柠檬香味

鲜奶酪在制成以后的几天甚至几个小时之内就可以食用。这类奶酪的成熟期非常短，以致几乎没有时间发展出奶的更多潜在的味道。因此，它们的味道通常会被描述为带有乳酸味或奶香，甘甜，有柠檬香味，清新，有柑橘香味或是有酸味的。但这并不意味着它们是平淡乏味的。相反，真正的匠人能通过高超的技艺将那些微妙的味道从奶中精心提炼出来：如牛奶中的甘甜草香；带着点白葡萄酒及碎杏仁味道的山羊奶所具有的芳香草本植物气息；醇厚浓郁的绵羊奶带出的巴西果、烤羊肉及经过焦糖化处理的洋葱香味；水牛奶所隐含的皮革及泥土气息。



哈罗米奶酪
HALLOUMI

主要特征

鲜奶酪非常易于辨识。因为它们很白，通常表面光亮，且没有外皮。除了下面介绍的主要特征以外，其实它们的不同点也很多，特别是在质地上（见下页的精选范例）。

味道 奶香中带有鲜柠檬般柔和的酸度，味道略显强烈刺激些的则类似酸奶或酸奶油。

颜色 白色，通常表面光亮。



湿润 鲜奶酪的高水分含量使它们尝起来味道很温和。

质地 不同种类之间的差异很大：它们可以是柔软的、易碎的、易于涂抹的、慕斯似的、类似奶油般软厚平滑的，像马苏里拉奶酪（Mozzarella）那样多纤维质的，或是如哈罗米奶酪（Halloumi）般结实可切片的。

成熟期 1~7天；经过浓盐水或油浸泡处理的，最长可以到12个月。

外皮 无外皮，因此内外差异不大。

脂肪含量 鲜奶酪具有所有奶酪中最低的脂肪含量——19%~21%。

水分 鲜奶酪具有所有奶酪中最高水分含量，这意味着它们的保存期非常短。



如何制作

最常见的鲜奶酪，如法式鲜奶酪（Fromage frais）和农家奶酪（Cottage cheese），都是通过加热鲜奶，再添加一种细菌类的发酵剂培养物使奶凝结而制成的。多余的乳清被排干后，松散的凝乳会被放入奶酪包布或小模具中几个小时，然后再取出来加盐。下面展示的相似流程可以用来从乳清中制作鲜奶酪〔如里科塔奶酪（Ricotta）〕。



首先，向制作硬质奶酪所剩余的乳清中加入少许醋，加热提高其酸度，这会使蛋白质结成小块浮到表面。



变硬以后的凝乳块会被舀到缝隙很大的篮状模具中。



凝乳会被放置在那里缓慢排干。这种方式的奶酪产量非常低，每加仑乳清只会产出几盎司的奶酪。



易碎的凝乳会在篮中被颠倒一次，这样在将其取出时就会留下模具的印痕。

享用方式

生食 鲜奶酪所含有的细微脂肪球能吸收并浓缩其他配菜的味道，可以将最简单的菜肴变为经典：如希腊沙拉中的菲达奶酪（Feta），奶油奶酪（Cream cheese）配熏鲑鱼，以及提拉米苏中的马斯卡彭奶酪（Mascarpone）。于是，在烹饪时，鲜奶酪基本上是被用来增加质感的，而不是为了提供额外的味道。奶酪拼盘中的鲜奶酪经常会被装饰或者卷起来，还会被撒上炭灰、香草植物或香料，以改善外观及味道。

熟食 在经典菜肴中融化或烘烤是享用鲜奶酪的最佳方式：如传统希腊式菠菜馅饼

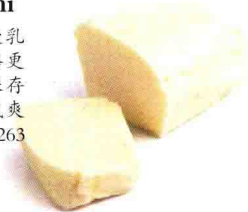
Spanakopita）中的菲达奶酪（Feta），意大利式小方饺（Ravioli）中的里科塔奶酪（Ricotta），以及比萨上的马苏里拉奶酪（Mozzarella）。然而，鲜奶酪的高水分含量及易碎的质地也意味着，它们会在酱汁中碎开，并在烤得过久时变硬。

与酒水搭配 鲜奶酪的高酸度最适合与清新的白葡萄酒或苹果酒配搭。对于非酒精饮料，可以尝试苹果汁或接骨木杂饮（Elderflower cordial）。然而，当鲜奶酪与其他食材搭配享用的时候，应选择与占主导味道形成互补的葡萄酒。

精选范例

哈罗米奶酪 Halloumi

经过“揉捏”处理的凝乳使其具有比其他鲜奶酪更坚硬密实的质地。而保存在浓盐水中又带给它咸爽刺激的味道（见第262~263页）。



里科塔奶酪 Ricotta

一种柔软、湿润、鲜嫩易碎的乳清奶酪（见第134页）。



菲达奶酪 Feta

质地密实鲜嫩易碎，如奶油般浓厚平滑，而保存在浓盐水中又为其带来盐的咸味和质地（见第258~259页）。



马苏里拉奶酪 Mozzarella

因为这种奶酪的新鲜凝乳是被放置在热水中的，所以它非常有弹性，可以被拉伸或做成不同形状（见第120~121页）。



马斯卡彭奶酪 Mascarpone

这种味道甘甜的奶酪是用加热的奶油制成的，而不是奶（见第121页）。

发酵鲜奶酪

有褶皱的细薄外皮·从颗粒状到奶油状的质地·白色、灰色和蓝色的霉菌

顾名思义，这是一类在能控制温度和湿度的特殊洞穴或地窖中，经过熟化和沥干的鲜奶酪，其表皮上长有大量的霉菌和酵母。这种奶酪以法国卢瓦尔地区（Loire）出产的最为著名；在法国市集中那些摇摇欲坠的桌子上，看到的垫满稻草的小木盒子里放着的就是这种小东西，有圆形的、角锥状的、圆锥形的、钟形的，还有原木形的；当然，世界其他地方现在也开始越来越多地制作这种奶酪。这种香气四溢，如奶油般软厚平滑的奶酪大多是用山羊奶制成的，常常覆盖着炭灰、香草植物或香料，或是在霉菌生长的地方包上葡萄叶或栗树叶。用牛奶或绵羊奶制成的同类奶酪，质地更软，霉菌也没有那么活跃，味道更甘甜，奶油味更重。



克洛谢特奶酪
CLOCHETTE

主要特征

它们带有褶皱的细薄外皮极具特色，上面覆盖着大量霉菌和酵母（占主体的是一片片铁灰色或蓝色的灰绿青霉 *Penicillium glaucum*），再盖上薄薄一层白青霉（*Penicillium candidum*）或白地霉（*Geotrichum candidum*）。薄一些的奶酪长出的外皮会略软，霉菌也要少一些，而外皮之下的部分几乎如液体般柔软。随着奶酪愈加成熟，它们的质地会变得“黏稠”，在食用时会黏在上颚上。

水分 在奶酪成熟的过程中，它们会流失水分并缩小在大约四周的时间里，它们会失去原有重量的50%。

成熟期 它们的成熟期被认为是10~30天。



褶皱 随着奶酪愈加成熟，褶皱会变深，内部也呈鳞片状。

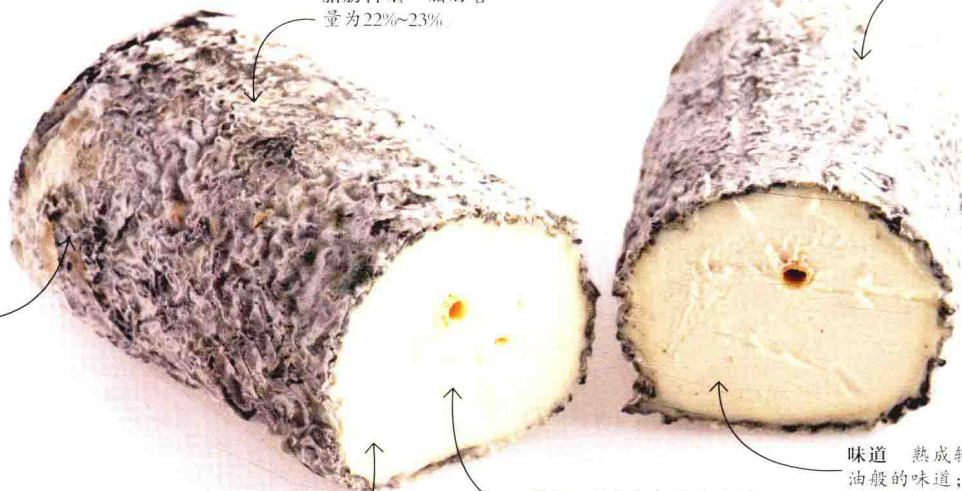
脂肪含量 脂肪含量为22%~23%。

外皮 褶皱的细薄外皮上布满了白色的霉菌和灰蓝相间的霉斑。

质地 随着奶酪愈加成熟，内部的质地逐渐由湿润且易碎，变得密实紧凑、易碎，且呈现鳞片状。

颜色 由于大部分发酵鲜奶酪是用山羊奶制成的，所以它们内部的颜色非常浅，几乎是白色的。

味道 熟成较低时具有奶油般的味道；随着奶酪愈加成熟，它们会呈现类似碎杏仁一样的坚果味，山羊味变得很重，味道非常浓烈。



如何制作

在自然发生的成熟过程中（通常在凉爽的地窖中），鲜奶酪富含蛋白质的表面会吸引一系列天然的微生物群落，它们一起促进了成熟过程。在称职的发酵师的掌控下，奶酪会以优雅的方式逐渐成熟，并根据客户的口味在不同的成熟阶段被出售。每一款发酵鲜奶酪都会在奶酪制作者、动物、牧场、季节及制作和熟成时所处的微气候的影响下形成自己的独特特征。下面就是制作这类奶酪时会经历的不同阶段的概要。



当凝乳的高度降低时，在每块奶酪的底部撒上盐，以加速排出余下的乳清。



渐渐地，在接下来的几天中，奶酪会长出一层柔软的、细薄的、几乎不透明的外皮；它会慢慢收缩并出现褶皱。

享用方式

生食 发酵鲜奶酪的质地和外皮使它们不易涂抹或蘸食；但是对于任何奶酪拼盘来说，缺少了这种外观质朴的诱人奶酪都无疑是不完整的。

熟食 法式山羊奶酪沙拉（Salada Chèvre chaude）在法国随处可见，但它并不像众多厨师所想的那样，只是一种“山羊奶酪沙拉”那么简单。事实上，它是要用某种发酵鲜奶酪来做的，最典型的的就是沙维尼奥的克罗坦奶酪（Crottin de Chavignol，见第54页）；



易碎的纯白色凝乳被小心翼翼地手工舀到一个个模具中，填满到几乎溢出为止。凝乳的质量会逐渐迫使多余的乳清被排出。



几小时后，这些奶酪就会结实得足以保持住它们的形状，并被倒到排水架上。在这一阶段，它们还是鲜奶酪。



9~12天会生成一层白青霉；接下来，浅蓝色的霉菌会覆盖奶酪并加深颜色。

将其切片后，滴上橄榄油，再放在法式长棍分片面包上烘烤。使用任何其他类型的山羊奶酪都只不过是一种拙劣的模仿而已，因为你根本无法从中享受到只有此类奶酪在烘烤时才会散发出的那种特有的美妙坚果芳香。

与酒水搭配 与清新的白葡萄酒，如长相思（Sauvignon Blanc）和维欧尼（Viognier），或桃红葡萄酒搭配最完美，特别是当酒和奶酪来自同一区域的时候。另外，与艾尔淡啤酒（light ale）或普通啤酒搭配则可以将这种奶酪的坚果味和啤酒花的味道都展现出来。

精选范例



瓦朗塞奶酪 Valencay

这种奶酪是用山羊奶制成的，形状就像被截去尖端的小金字塔，外皮被一层厚厚的蓝灰色覆盖，内部则是亮白色的（见第97页）。



克洛谢特奶酪 Clochette

这种钟形奶酪产自法国，外皮上覆盖着一层细密的白色霉菌（见第52页）。

都兰地区的圣莫尔奶酪

Sainte-Maure de Touraine AOC

这种原木形的奶酪产自法国，内部是纯白色颗粒状的，与炭灰色的褶皱外皮形成鲜明对比（见第92~93页）。



凯特姆奶酪

Ketem

这种产自以色列的奶酪是在法式发酵鲜奶酪的基础上发展出来的，也证明了这类奶酪日益增长的受欢迎程度（见第264页）。

圣托拉奶酪 St. Tola

这种爱尔兰奶酪是大原木形的，有着丝滑柔软，如奶油般细腻质地（见第225页）。

