

英国食物恋

A Taste
of Britain

秘密厨房

维多利亚女王的



[英]简·贝斯特·库克/文

[日]佐野智香/图

[日]汤泽 毅/摄影

夏淑怡 赵有为/译



上海遠東出版社

· 英国食物恋 ·

维多利亚女王的秘密厨房

〔英〕简·贝斯特·库克 / 文

〔日〕佐野智香 / 图

〔日〕汤泽 毅 / 摄影

夏淑怡 赵有为 / 译



上海遠東出版社

EIKOKU OISHII MONOGATARI by Jane Best Cooke/YUZAWA Tsuyoshi(photo)/
SANO Chika(ill.)

Copyright © 1994 by Jane Best Cooke/YUZAWA Tsuyoshi/SANO Chika

Originally published in Japan by TOKYO SHOSEKI CO., LTD., Tokyo.

Chinese (in simplified character only) translation rights arranged with

TOKYO SHOSEKI CO., LTD., Japan

through THE SAKAI AGENCY and BARDON-CHINESE MEDIA AGENCY.

All rights reserved.

本书由日本东京书籍授权上海远东出版社独家出版。

未经出版者书面许可,本书的任何部分不得以任何方式复制或抄袭。

版权所有 翻印必究

维多利亚女王的秘密厨房·英国食物恋

著 者/[英]简·贝斯特·库克

绘 图/[日]佐野智香

摄 影/[日]汤泽 毅

译 者/夏淑怡 赵有为

责任编辑/刘丽娟

装帧设计/鲁继德 桑 桑

版式设计/李如琬

责任制作/晏恒全

责任校对/吴明泉

出 版/上海远东出版社

(200233)中国上海市冠生园路393号

发 行/新华书店上海发行所

上海远东出版社

制 版/上海中华印刷股份有限公司

刷/上海市出版印刷有限公司

装 订/上海锦佳装订厂

版 次/2000年10月第1版

印 次/2000年10月第1次印刷

开 本/850×1168 1/32

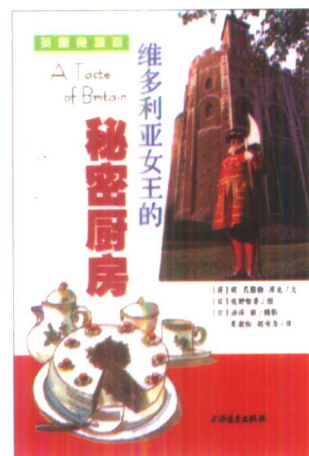
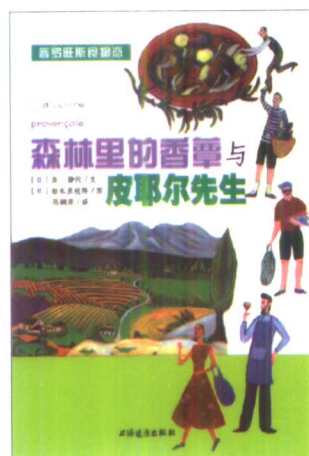
字 数/110千字

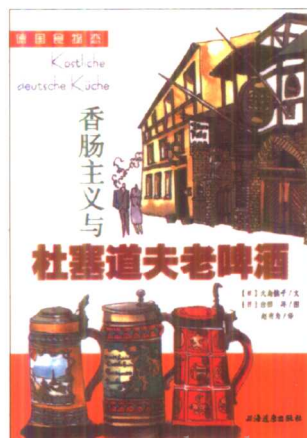
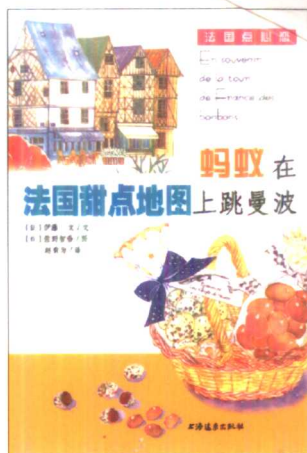
印 张/5

印 数/1-5100

ISBN 7-80661-084-7

TS·10 定价:17.80元





旅行，生命的自我流放

寻找旅行的气味

我们旅行到一个新的地方，最容易进入当地文化的，就是饮食吧！到意大利，不吃几个现烤的比萨，不吃一点香料够重的意大利腌菜，好像对不起自己的胃；到了法国，不来一套法国大餐，好像白花了旅费；飞到德国，吃了几根香肠，灌下几杯啤酒，好像我们才安了心，到此一游。

我们愈来愈依赖我们的舌尖我们的鼻子我们的胃，我们藉由它来告诉自己，台北巴黎，零时差。我们下飞机，急着寻找熟悉的或似曾相识的或还不曾谋面的气味；我们在城市里逛完博物馆，又急于去找一种气味来搭配我们一时还没回过神来的东西，也许是一块蓝莓蛋糕，也许只是一杯香浓的咖啡；我们听完一场歌剧，也许有想喝几口威士忌或是吃一盘洒满乳酪的意大利面的冲动。

因此在纽约街头，我们一边看着街头的艺人表演，一边津津有味地啃着一个冷冷干干的热狗面包。我们到了普罗旺斯，气氛带领我们到森林里找寻香蕈的气味。我们到了德国，参观了这个堡那个堡，似乎就是该喝啤酒的时候了。我们藉着同一文化的食物，来延续刚才的惊叹、欢乐、忧伤或种种气氛，我们藉由食物的气味，来延续还没有走出来的心情。

因此，我们有时会在异地的市场，买一些完全不知如何处理的香料回家；我们也会在故乡的街上，又不断地寻找曾经经验过的气味；我们还不想结束旅程，藉由食物，我们继续行走。

但是，饮食又是最容易让人误入歧途的，我们喜欢拿食物作比较，意大利菜好吃还是法国菜好吃？日本料理精致还是中国菜讲究？我们不只拿食物作比较，还拿文化作比较，一不小心，我们就透露出饮食上的优越感。我们以自己舌尖的标准来评判，而美食最困难的部分就是超越地域的那一部分。美国人真的不懂吃吗？英国人真的只有炸鱼和薯条吗？我们能充分体会小酒馆里的炸鱼和薯条吗？我们想要从饮食了解文化，有时候是最地球村的，有时候又是最有国界的。

因此，我们寻找不同气味的美食，体验不同文化的美食，追寻不同地域的美食。

旅游作家、小说家

王宣一

NA671/03

目录

contents





英国食物恋

What is British food?1

前言 /INTRODUCTION.....2

英国料理的地方特色 /REGIONAL VARIATIONS.....6

伦敦 /LONDON.....8

英格兰南部与东南部 /SOUTH AND SOUTH EAST.....11

英格兰西南部 /WEST COUNTRY.....18

英格兰中部 /THE MIDLANDS.....22

英格兰东部 /EAST ANGLIA.....25

英格兰北部 /THE NORTH OF ENGLAND.....29

威尔士 /WALES.....33

苏格兰 /SCOTLAND.....37

爱尔兰 /IRELAND.....42

饮食习俗 /FOOD CUSTOMS.....48



英国正统料理作法

Authentic British food—How to cook it55

食谱前言 /INTRODUCTION56

汤・前菜 /SOUPS/STARTERS59

番茄奶油浓汤 /*Cream of Tomato Soup*

苏格兰清汤 /*Scotch Broth*

咖喱肉汤 /*Mulligatawny*

扁豆汤 /*Lentil Soup*

18世纪豌豆汤 /*18th Century Pea Soup*

奶油蘑菇浓汤 /*Cream of Mushroom Soup*

乡村奶油焗菇 /*Country Mushrooms*

咖喱蜜瓜盅 /*Melon in Curry Sauce*

鱼杂烩 /*Nombles of Fish*

印度炒饭 /*Kedgeriee*

英式扣肉 /*Potted Meat or Fish*

苏格兰山鹑 /*Scotch Woodcock*

菠菜乳酪糕 /*Spinach Timbale*

主菜 /MAIN DISHES83

炖松鸡 /*Braised Pheasant*

黄瓜酱汁鳕鱼 /*Cod with Cucumber Sauce*



蒸野兔 / *Jugged Hare*

改革俱乐部风的烤羊排 / *Grilled Lamb Chops with Reform Club Sauce*

烤牛肉 / *Roast Beef*

约克夏冻 / *Yorkshire Pudding*

烤羊肉 / *Roast Lamb*

烤猪肉 / *Roast Pork*

炸鱼和薯条 / *Fish and Chips*

猪肉煮杏子 / *Pork and Apricots*

充填烤鸡 / *Roast Stuffed Chicken*

牧羊人派 / *Shepherds Pie*

派 / *PIES* ····· 103

康沃尔蟹肉派 / *Cornish Crab Pie*

牛排腰子派 / *Steak and Kidney Pie*

甜点 / *DESSERTS* ····· 111

苹果派 / *Apple Pie*

剑桥奶酥 / *Cambridge Cream*

巧克力海绵布丁 / *Chocolate Sponge Pudding*

水果克朗勃 / *Fruit Crumble*

斯诺登布丁 / *Snowdon Pudding*

斑点布丁 / *Spotted Dick*

煎饼 / *Pancakes*

夏日布丁 / *Summer Pudding*



乳酒冻 / *Syllabub*
屈莱弗甜食 / *Trifle*

烘焙糕点 / BAKING.....127

面包 / *Bread*
香蕉蛋糕 / *Banana Cake*
甜燕麦饼 / *Flapjack*
水果蛋糕 / *Fruit Cake*
马德拉蛋糕 / *Madeira Cake*
吉尼斯黑啤酒蛋糕 / *Guinness Cake*
柳橙蛋糕 / *Orange Cake*
英式烤饼 / *Scones*
奶油酥饼 / *Shortbread*
奶油派皮 / *Shortcrust Pastry*
约克夏凝乳塔 / *Yorkshire Curd Cheese Tart*

后记.....146

英国食物恋

What is British food?



前言

INTRODUCTION

“英国菜是世界第一美味的料理。”彼得·米沃德（Peter Milward）教授于1983年出版的著作中如此写道。无论称不称得上世界第一，我个人都认为“英国菜绝对是美味的”。可惜的是，英国菜并不像法国菜与中国菜那样令人熟悉。其实每个国家都有其代表性的传统美味菜，很难论定谁才是第一，而且我认为能够去品尝每个国家不同的地方料理，也是旅行的乐趣之一。不过，即使到英国旅游，也很难尝到道地的英国菜，也的确是实情。米沃德教授在所著的书中也一再强调：“只有在英国人的家中才能品尝到道地的英国菜。”

和日本人不一样的是，英国人很少在外用餐，因为长久以来，英国的餐厅卖的不是中国菜、印度菜，就是法国和意大利菜。大约十五年前，大家逐渐开始对传统英国料理感兴趣后，在世界各地才可看到较多的英国餐厅。由于烹调英国菜费时费事，为顾客送上美味佳肴的时机相当不容易掌握，所以很少有人愿意开英国餐厅。不过，我想这是可以克服的问题，对于耗时处理的菜肴，只要在菜单上注明上菜的时间就可以了。那么英国菜为何会如此费事呢？这是因为许多菜

肴都需要用烤箱处理的缘故。所以若说英国的厨房全靠一台烤箱，一点也不为过。

经常有人这样问我：“什么是英国菜？印度是咖喱、日本是生鱼片、中国是面食，英国则有什么代表性的佳肴？”其实，这是很难用一两句话回答的问题，因为许多美味的料理可能会被遗漏。就像日本料理有生鱼片，除此之外还有其他像是寿司、宴席料理、烤肉、天妇罗等具有代表性的传统美味一样，英国菜也不是那么容易下定义的。

像是浓汤、烧烤、派、炖品、面包，和许多种类的蛋糕、饼干等餐点，都可说是英国具有代表性的佳肴。而英国菜的主菜虽然多为肉类及鱼类，但一定也会搭配合口味的蔬菜。现在由于素食主义者的增加，更增添了许多素菜作法。在烹调的方法上，也可看出英国菜的丰富性，有炖煮（即所谓以高汤调煮的方式）、微火慢炖、蒸、炸、炒、串烧、煲、烘焙、烤等，一应俱全。

今日我们所知的英国饮食文化，是已经接受世界各地所传来的素材、烹调方法演变而成的。例如：除了原本由罗马人所引介的各式料理外，英国人本身到世界各地探险，也带回许多不同的素材与作法。而在中世纪广泛被运用的香料和药草，20世纪前半叶虽曾销声匿迹，但后来又再度兴盛。本书中也介绍了很多香料佳肴，另外药草料理也是本书注重的传统菜之一。

现在，连英国当地超市售货架上所看到的杯面、意大利面、总汇三明治等速食商品，也有很多是标榜着英国料理的口味，这代表随着关心传统英国菜人数的增加，喜好传统菜的人也不再只是少数。白天到酒馆里，就可看到菜单上与牧羊人派（Shepherds' Pie）、香肠并列的是羊肉茄子煲

(Moussaka, 一种大约二十年前在英国相当风行的希腊菜)、千层通心面等传统菜肴。

英国的农作物均生长在肥沃的土地上,也是英国人能享有健康的美食生活的原因之一。我的母亲虽然不是一个讲究美食的人,但她所做的菜,简单、健康、营养又丰富,我今天之所以能如此健壮(身高也高),全是母亲的料理所赐。

我刚开始在东京开设1066餐厅,想向日本人引介英国菜时,直觉得是“困难重重”。因为觉得此地的人们会执著于长年习惯的味道,很难接受新的口味或食物。幸运的是,藉由媒体的推荐与人们的好奇心,总算有不少人前来餐厅,尝试道地的英国菜肴。由于店里的生意越来越忙,客人一般对餐点反应也都很好,我因此感到很荣幸,而觉得在令人怀念的味道中多了点说不出的清新感。

我们夫妇俩从一开始就对“英国菜是美味的”有绝对的自信,但当时在这东京大都会里,恐怕真的没几个人品尝过道地的英国菜吧!所以我们希望透过1066餐厅,不仅能向日本人介绍英国菜,也能让不同国籍的异乡客了解“英国菜的美味”。接下来对英国料理的介绍,如果能让各位读者对英国菜有更进一步的认识与了解,那就是我最欣慰的事。