

美味奶酪

[日] 旭屋出版社书籍编辑部 编 毛利剑文 译



上海译文出版社

美味奶酪

[日] 旭屋出版社书籍编辑部 编 毛利剑文 译



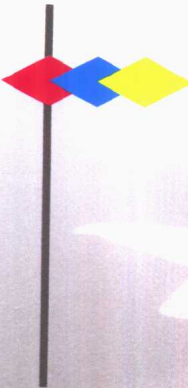
上海译文出版社

旭屋出版書籍編集部
THE BOOK OF CHEESE
〈おいしいチーズの本〉
株式会社 旭屋出版
1998年2月

OISHII CHEESE NO HON
© ASAHIYA SHUPPAN CO.,LTD.1998
Originally published in Japan in 1998 by ASAHIYA SHUPPAN CO.,LTD..
Chinese translation rights arranged through TOHAN CORPORATION,TOKYO.
本书根据日本旭屋出版社1998年2月日文版译出

美味 奶酪
[日] 旭屋出版社书籍编辑部 编
毛利剑文 译
世纪出版集团
上海译文出版社出版、发行
上海福建中路193号
全国新华书店经销
深圳中华商务联合印刷有限公司印刷

开本 787 × 1092 1/20 印张 $4\frac{2}{10}$ 字数 93,600
2001年9月第1版 2001年9月第1次印刷
印数: 00,001-8,000 册
ISBN 7-5327-2635-5/G · 102
定价: 18.00 元
本书由 CTP 技术制作



总 序

改革开放以来,国人生活水平迅速提高。加之西风东渐,西方饮食风尚已逐渐融入我们的生活。饮红茶,喝咖啡,食奶酪,品西点,尝巧克力,诚人生之乐事也。如今好之者早已不限于白领人士,而已普及至城市中广大百姓,尤以青少年为最。其饮用之质量与方式亦日趋精益求精,讲究高雅与趣味。以咖啡为例。回忆80年代初国门开放伊始之时,喝雀巢速溶咖啡被视为时髦。曾几何时,人们已不满足于速溶咖啡,而要求喝香味浓郁现磨现煮之咖啡,且对咖啡盛器、点缀配料、饮用氛围等亦均开始予以重视。近年来,上海陆续出现一些欧陆风情之咖啡店,布置典雅,音乐迷人,烛光摇曳。情侣、朋友于此环境中啜茗幽香咖啡,品尝美味西点,细语漫谈,如登极乐天府。

今有上海译文出版社组织数位日语翻译家将日本旭屋出版社书籍编辑部所编写之“美味丛书”六册全部译成中文,以飨我国读者。计有《美味咖啡》、《美味红茶》、《美味奶酪》、《美味巧克力》、《美味水果》、《美味面包》等六种。译文生动流畅,内容丰富全面,插图精美绝伦。其文趣味盎然,阅之凭添不少知识,而其图则琳琅满目,美不胜收,见者顿感颊齿生香,有如身入美味世界,流连忘返。

即以丛书中《美味咖啡》为例。该书始自历史渊源,介绍了咖啡如何发源自非洲之埃塞俄比亚山区,经由阿拉伯人传入欧洲各国,逐

NAK #2103

渐成为全世界之共同爱好。插图中有1554年出现于土耳其伊斯坦布尔的世界上第一家咖啡店和1683年维也纳首家咖啡店的珍贵照片，有1800年在巴黎由贝洛发明的通过滴滤方式调制咖啡的咖啡壶。继之叙述了咖啡树的品种及其栽培技术、咖啡豆之精心筛选与逐步加工。作者又教读者如何挑选咖啡豆、如何烘焙咖啡豆以至咖啡豆的研磨等等。虽属雕虫小技，然其中学问极大。至于咖啡的冲泡则更因世界各国生活方式之不同而有形形色色之冲泡方式，书中亦有详尽之阐述。而该书之重点则在如何饮用咖啡。赏心悦目之咖啡盛器、花色繁多之咖啡配料、令人眼花缭乱之花色咖啡，观之如入宝山，目不暇接。笔者自解放前进入圣约翰大学后即有喝咖啡之嗜好，至今50余载。亦曾游欧美各国，所饮咖啡品种可谓多矣。阅此书后顿感昨日之孤陋寡闻，今日得以大开眼界也。此书实可谓集咖啡之大成。唐代陆羽曾著《茶经》，被后世尊为“茶神”，则本丛书亦不妨称之为“美味六经”焉。

钱 绍 昌

于上海外国语大学

图书在版编目(CIP)数据

美味奶酪/日本旭屋出版社编;毛利剑文译. —上海:上海译文出版社, 2001.5

ISBN 7-5327-2635-5

I.美... II.①日... ②毛利... III.乳制品—儿童读物 IV.TS252.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第14289号

第一章 奶酪之旅

世界各国的奶酪	2
奶酪的历史	6
奶酪制作过程	12
●帕尔马·勒佐干酪制作过程	14

第二章 美味奶酪

奶酪品种和特点	16
◆新鲜奶酪	18
◆白霉奶酪	20
◆蓝纹奶酪	22
◆清洗奶酪	24
◆山羊奶酪	25
◆半硬质奶酪	26
◆硬质奶酪	28
奶酪成熟度及味道变化	30
美味奶酪品尝知识	32
充分显现奶酪鲜美味道的刀切法	36
奶酪拼盘雅趣	38
●将奶酪切削、拼盆所用工具	40



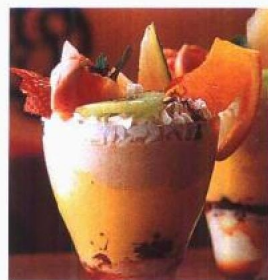
第三章 奶酪手工制作的乐趣

奶酪制作注意事项	42
乳花干酪	44
豪达干酪	48

第四章 奶酪菜谱

法意两国美味奶酪

奶酪蔬菜馅饼	52	油炸罗勒叶熏干酪	53
奶酪吐司	56	火腿拌干酪沙司	56
奶酪沙司肉丸	57	干酪色拉	57
干酪蔬菜	60	奶酪沙司蔬菜	60
奶酪烤土豆、西红柿	61	鱼味色拉奶酪饼	61
罗马风味烤汤团	64	意大利农家面条	65
奶酪通心面	65	奶酪冷冻点心	68
奶酪奶油水果	69	奶酪蛋奶酥	72
奶酪炸糕	73	奶酪水果馅饼	73
奶酪水果冰激凌	76		



CONTENTS

第一章

奶酪之旅



遥远的过去,在东西方交界之地——古代美索不达米亚,奶酪诞生了,并经过漫长岁月传遍世界各地。在阿尔卑斯山区,在蒙古高原,奶酪制作融入了当地风土人情,一直延续到现在。

了解奶酪,也就是了解人们的生活方式。

世界各国的奶酪

日本,从世界各国进口了各种天然干酪。从类型上来看,可以分为新鲜奶酪、白霉奶酪、蓝纹奶酪、半硬质奶酪、硬质奶酪、清洗奶酪、山羊奶干酪。根据奶的品种、制作方法及生产地区的不同,奶酪风味自然也就不同了。为了能够品味到世界各地在不同风土和气候下生产的奶酪,我们在这里走马观花地来了解一下世界上各种奶酪的概况。

欧美各国的奶酪

首先是奶酪生产大国——法国,生产着各种奶酪,最有代表性的是新鲜奶酪——鲜奶酪。质地柔软、色白无盐的新鲜奶酪,特别是布里地区生产的新鲜奶酪闻名遐迩,像日本豆腐坊一样,摆放在店门口销售,它是人们日常生活中不可缺少的一种食品。白霉奶酪中的卡门培尔干酪、蓝纹奶酪中的罗克福尔干酪、清洗奶酪(这种奶酪制作费时,价格略高,味道浓烈)中的蓬莱韦克干酪、山羊奶酪中的瓦朗赛干酪等,都是深受消费者欢迎的奶酪。法国的奶酪人均消费量居世界第一位,真不愧是奶酪王国。

意大利是西欧奶酪的起源之国,生产的奶酪也可与法国相媲美。通心粉、

法国



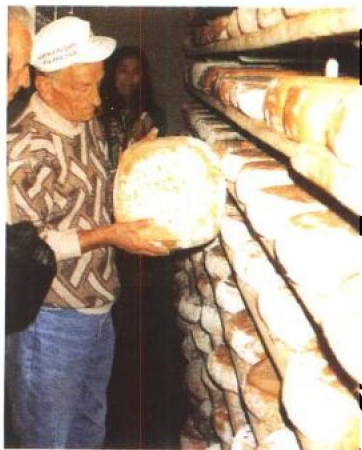
↑ 市场上除了卡门培尔干酪、拉克利特干酪等外,也销售进口奶酪,品种齐全。

← 餐席上,最后上菜的是奶酪。在餐厅里,奶酪种类繁多,任您挑选。



意大利

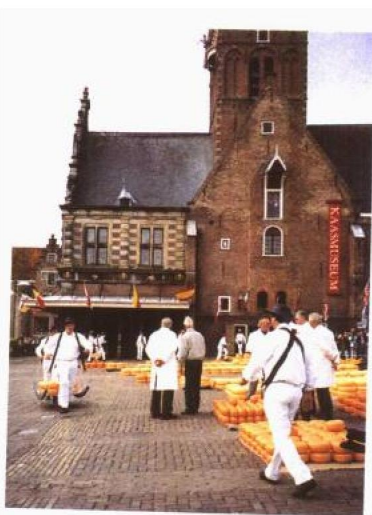
↓ 市场上,“奶酪之王”帕尔马·勒佐干酪一向是热销商品。



↑ 意大利——奶酪的宝库。照片上是名叫大台阶的清洗奶酪成熟室。

荷兰

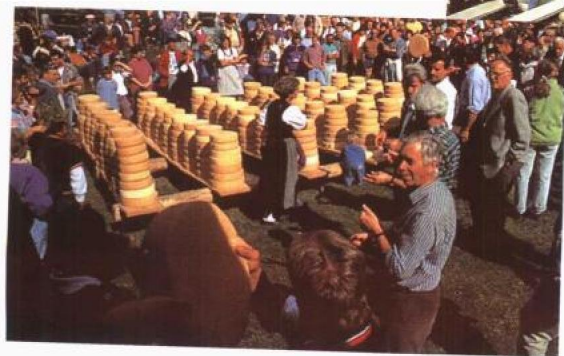
↓ 食品商店门口摊上也陈列着名特商品,琳琅满目。



↑ 阿尔克马尔的土特产奶酪集市。豪达干酪的交易吸引了不少旅游者。

瑞士

➡ “奶酪发放节”,是阿尔卑斯山地区酪农庆祝秋天到来的节日。



◀ 在阿尔卑斯山区,夏季大家一起制作奶酪,到秋天发放,准备度过严寒的冬天。

糕点等菜肴西点大都使用奶酪,形式多样。意大利奶酪的特点是,在北部用牛奶制作奶酪,在南部则用羊奶制作奶酪。“奶酪之王”帕尔马·勒佐干酪是享誉世界的上佳绝品,蓝纹奶酪中的戈尔贡佐拉干酪也毫不逊色。那波利地区生产乳花干酪,是一种新鲜奶酪,也是制作比萨饼必不可少的。制作方法是,在切得细碎的凝乳里加开水搅拌,就像制作年糕一样。牛乳干酪也是如此。

荷兰是世界上屈指可数的畜牧业王国,奶酪大量出口。荷兰产奶酪曾通过日本长崎出岛传入日本。埃丹干酪在荷兰家喻户晓,日本人昵称为“红玉”。豪达干酪也很闻名。

在英国,硬质奶酪种类繁多,切德干酪更是闻名遐迩,世界各地都能见到。蓝纹奶酪中的浓果味白乳酪也是英国引以自豪的优质奶酪。

山国——瑞士,采用传统方法制作硬质奶酪,品质优良,享誉世界。埃曼塔尔干酪、格吕耶尔干酪、施布林茨干酪等世界闻名,产量半数出口。为了便于储存,大都做成像车轮那样大小。

德国奶酪基本上是模仿法国奶酪,只是稍加改变,新鲜奶酪居多。德国大量出口加工奶酪,在欧洲较为罕见。凝乳,奶油味浓重,可以涂在面包上食用,

所以受到消费者欢迎;门策鲁·巴伯特干酪,是一种加入萨拉米软香肠的奶酪,适合制作冷盘,也供出口。

丹麦模仿邻国奶酪制作方法,生产出风味独特的奶酪,也是世界上屈指可数的奶酪出口国。德那布鲁干酪辛香味浓,别具一格,更受欢迎的是丹博干酪。该国的乳脂奶酪也很出名,可用作生产糕点的材料。

在西班牙,主要用绵羊奶和山羊奶制作奶酪,而曼查干酪无人不知。

希腊是最早生产奶酪的国家之一,奶酪用山羊奶和绵羊奶制成,主要是哈洛沃米干酪和费泰干酪等。希腊也是奶酪消费大国。

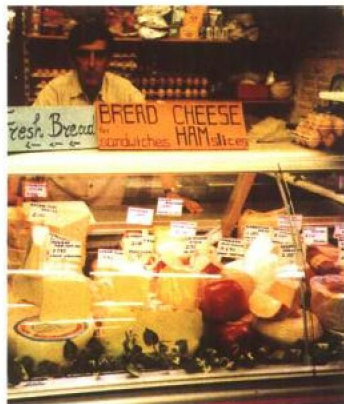
在美国,奶酪生产是由瑞士人后裔开始的,现在产量为世界第一。科尔比干酪人人皆知,加工干酪居多。

在澳大利亚、新西兰,主要是切德干酪,沿袭英国奶酪生产方法。澳大利亚、新西兰是世界上排名靠前的奶酪生产国。

阿拉伯各国,似乎是奶酪制作的发祥地,现在依然是采用传统的制作方法,以绵羊、山羊、骆驼的奶为原料生产奶酪。奶酪几乎是日常饮食生活的主食,如形状像豆腐的吉卜努凝乳,干燥后的

西班牙

◆ 在小说《堂吉珂德》中也出现过奶酪,用羊乳制作的奶酪别具特色,而且品种不少。



希腊

◀ 在奶酪生产历史悠久的希腊,传统的费泰干酪是大众化的食品。

◆ 帕内尔乳酸在印度寻常人家也经常制作,帕内尔乳酸产品也有罐装的。



印度

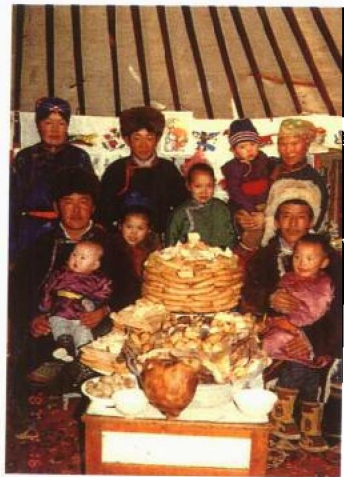
◆ 旧德里的一家奶酪店,正在销售印度典型的奶酪——帕内尔乳酸。



蒙古



↑ 利用生产奶酪后的副产品制作蒸馏酒。奶制品加工技术高超。

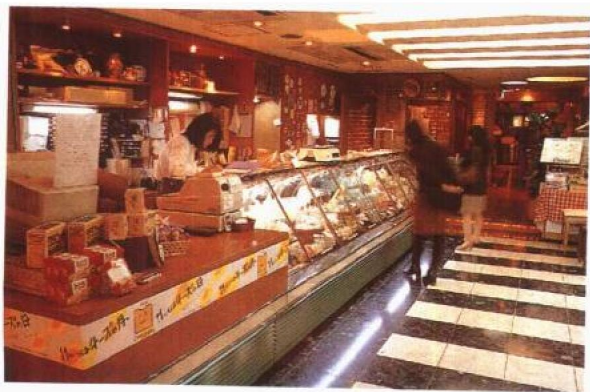


↑ 戈壁沙漠蒙古包里的过年情景。喜庆的宴席上，奶酪必不可少。餐桌上放着各种奶酪。

香港



← 香港市场上，陈列着世界各国的奶酪。奶酪在中国广东话中说出“芝士”。



← 在奶酪专卖店里，从欧美进口的奶酪，应有尽有，整块拆零均有售，还向消费者传授奶酪食用知识。

日本

奥高德干酪，等等。阿拉伯奶酪风味浓烈，咸味十足，辛辣刺激。

亚洲的奶酪

印度的乳制品生产由来已久，有着悠久的历史，利用帕内尔乳酸制作的奶酪则是印度奶酪的代表，而干酪就是将帕内尔乳酸晾干而成。用牛奶做成酸奶、黄油等，这是印度乳制品的一大特色。

蒙古乳制品生产历史也是非常悠久。蒙古民族是游牧民族，他们用绵羊、山羊、牛、马、骆驼、牦牛等奶汁生产奶酪、黄油，还用来酿酒。与欧洲生产的奶酪不同，蒙古奶酪是加热凝缩而成的，品种多样。有的每天都出现在餐桌上，有的便于旅行携带。

奶酪虽然曾经传到中国、朝鲜半岛、日本等，但没有融入人们的饮食生活中。最近，在香港地区、台湾地区韩国、等，欧洲风味的菜肴越来越受到人们欢迎。

日本，天然干酪消费量已超过加工干酪消费量，专卖店里有山羊奶酪、蓝纹奶酪等，也有适合消费者特殊口味的，品种很多。与欧美相比，日本的奶酪人均消费量微不足道，但是能品味出奶酪的美味，区分出世界各国的奶酪味道差异的人与日俱增。

奶酪的历史

奶酪,广义上就是凝聚绵羊、山羊、牛等动物奶中的蛋白质,去除不凝聚液体(乳清),使之发酵成熟的食物。有的使用牛凝乳酶的凝乳酶素制成,也有的加热后凝聚而成;有的是新鲜食用的奶酪,也有的是催熟的熟奶酪。另外,有的在成熟过程中添入霉菌使之发霉,也有的用当地出产的酒清洗而成。

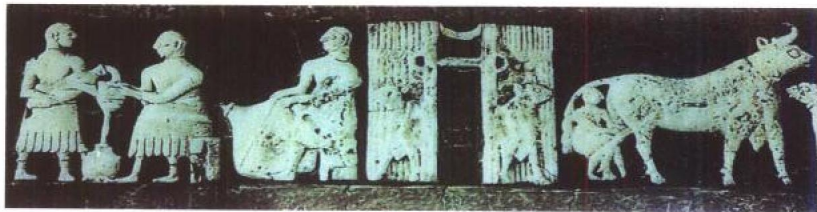
奶酪来自于偶然的发现,又演变成如此繁多的食品。让我们来追溯一下其发展历史。

奶酪何时诞生的?

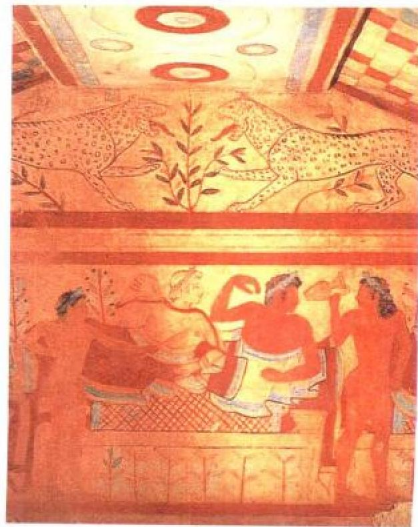
奶酪的诞生还有一段非常有趣的民间故事呢。很久很久以前,有一位阿拉伯商人要横越沙漠。在漫长旅途中,他将牛奶装入羊胃袋做成的水袋里,捆绑在骆驼背上。这位商人想喝牛奶,将袋中的牛奶倒出,发现牛奶已变成了水和白色凝乳了。据说,这种凝乳就是奶酪的起源。这个民间故事里,“高温”、“振荡”、“羊胃袋中的使乳汁凝聚的凝乳酶”是制作奶酪的三种要素,因而具有一定的说服力。

大约在公元前1万年前,人类将野生动物驯服成家畜加以饲养,并将动物

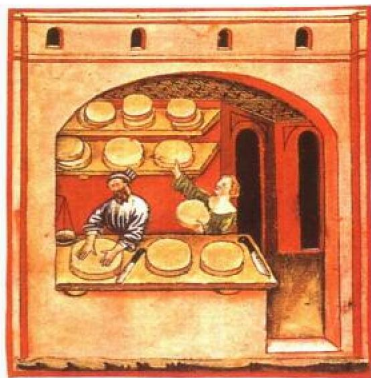
► 公元前2000年左右。埃及第11王朝的王妃石棺壁上刻有挤牛奶的图案。



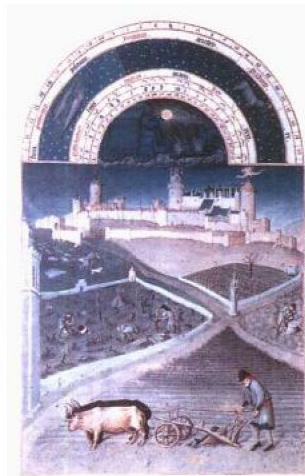
► 美索不达米亚,公元前3500年左右建造的寺院装饰物中的一部分。图案显示正在挤牛奶并进行加工,由此可知当时的技术水平已经相当高了。



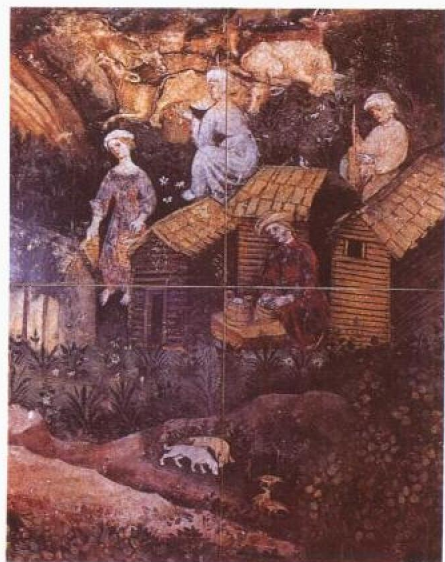
► 壁画上,伊特鲁里亚人是一个神秘的民族,是他们将奶酪制作技术传入了意大利。



↑ 意大利的《健康全书》(写作于14、15世纪)里也有奶酪的记载。



← 《贝里大公爵华时期的祈祷书》(写作于15世纪)。牛有三大功能,即提供牛奶、牛肉和劳力。



↑ 欧洲中世纪之画作,画面上描绘了挤奶以及黄油和奶酪制作。



↑ 《搅拌牛奶的女人》,这是米勒的一幅描绘农民形象的画作,画中女人正在加工刚刚挤出的牛奶。

奶作为食品。想来,奶酪的真正起源就是在那个时候。

奶偶然凝聚成固体,由此有了制作奶酪的设想。其诞生地大概是中、近东地区、古代东方、美索不达米亚一带。

奶酪制作的传播

古代美索不达米亚遗迹显示,人们在公元前6000年时已经将绵羊、山羊、牛作为家畜来饲养了。此后,古埃及以及古代美索不达米亚一带也就成了作为乳制品文化的起源地。

奶酪制作从古代美索不达米亚地区向世界各地传播开来,传播方向大致有三:西边的地中海沿岸,中亚,东南方向。

首先是地中海沿岸,奶酪制作传到了土耳其、希腊、意大利。古希腊史诗《奥德赛》中提到过绵羊、山羊的奶酪,而且在希腊似乎曾经用无花果汁作为凝乳剂使奶汁凝聚。从希腊传到意大利,奶酪制作已经有了一个很大的发展,后来对欧洲奶酪制作影响很大。将奶酪制作技术传到意大利的,是伊特鲁里亚人,他们似乎是用牛凝乳酶凝聚奶汁的。奶酪制作,随着古罗马帝国的繁荣也得到了进一步发展,不久就传遍了欧洲大陆。

其次是中亚,游牧民高度依赖牛奶、

羊奶等,他们自古以来就掌握了乳制品加工技术,甚至可以想像他们在古代美索不达米亚的奶酪制作传来之前就可能制作奶酪了。在蒙古,用绵羊、山羊、马、骆驼、牦牛等家畜奶汁作为原料,加热或加酸凝聚奶汁,这种奶酪制作方法,至今还在流传。

然后是东南方向,其传播途径是先到印度,然后到西藏。在印度,人们不吃牛肉,乳制品成了重要的食品。在印度的古老记载中,记录了印度人曾食用过类似黄油的食物。

令人饶有兴趣的是,包含日本在内的东亚,以及东南亚并没有形成乳制品文化。尽管它曾经也传到这些地方,但没有落地生根,推广开来。

欧洲奶酪重大发展

乳制品文化通过古罗马帝国传到了欧洲大陆。开始是罗马军人,不久便是基督教传教士,主要以牛奶为原料大量制作黄油、奶酪。

中世纪之后,欧洲大片森林遭到砍伐,久而久之变成了农田和畜牧草场,适应牧草生长的地理条件和气候,繁荣了畜牧业,也推动了酪农产业的发展。

在欧洲,瑞士、法国、荷兰、德国、英国的奶酪生产有了长足的发展。原先,



↑ 荷兰制作豪达干酪用的旧模具,直径为40厘米。



↑ 埃及干酪的旧模具,模具壁面上小孔是用来排泄乳清的。



↑ 法国制造,用来制作硬质奶酪的框架,由框架外侧的绳子调整奶酪大小。

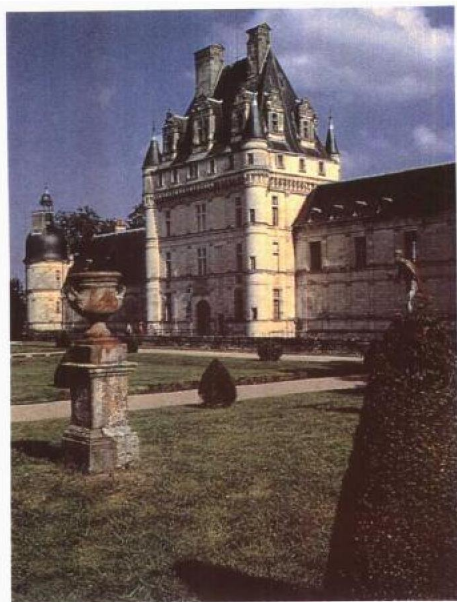


↑ 上图的模具似乎用来制作长方形奶酪的,具体不详。长为29厘米。

← 制作硬质奶酪的模具,也叫作模子,法国制造。

➡ 挤压硬质奶酪的工具。通过加压后排挤出乳清。





↑ 瓦朗赛城堡, 奶酪制作专家塔列朗的居所, 城堡里至今还保存着制作奶酪用的工具。



↑ 拿破仑一世, 有关他与奶酪的传闻很多, 比如将原先金字塔型的瓦朗赛城堡改建成如今所见到的瓦朗赛城堡, 尤为有名。



➡ 玛丽·阿莱鲁石像, 据说是卡门培尔干酪之母。诺曼底登陆战役时, 石像头部给炮火打掉了。为此, 美国赠送了新石像。



修道院中一直是由掌握奶酪制作技术的修道士们制作奶酪, 并使之成熟。后来, 奶酪制作技术传授给了修道院周围农家主妇, 从而迅速传播开了。葡萄酒、啤酒、威士忌等也经历过同样的发展过程, 奶酪成了欧洲人在日常生活中不可或缺的主要食品, 以至于各地区、各村落乃至各家庭都能制作风味独特的奶酪。地理条件不同, 牧草质量不一样, 饲养的牛、产出的奶自然也不一样了。再说, 奶酪制作大都是手工进行的, 即便是同一个农家, 每年做出的奶酪也不一样。

18世纪的法国, 特别是有着浓厚地方色彩的奶酪, 经过农妇们手工制作上市销售, 再经过巴黎美食家们挑剔改良, 演变成更为美味可口的奶酪, 同时也推动了德国、荷兰、丹麦、瑞士、英国等国奶酪制作的发展。

现在, 奶酪品种在世界上据说有1000种, 也有说是2000种。欧洲生产的奶酪虽在世界上占居主流地位, 但在阿拉伯各国、蒙古、印度、西藏地区, 其固有的奶酪制作有着悠久的历史 and 传统, 也受到重视, 沿用流传至今, 并成为世界乳制品文化的一部分。

奶酪与佛教同时传到日本

6世纪前后, 乳制品文化经由中国