



目击者文化指南

# 法国奶酪品鉴

(日) 增井和子 (日) 山田友子 著

韩良忆 译

乔爱尔·侯布雄 撰写前言



旅游教育出版社





目击者文化指南

# 法国奶酪品鉴

## French Cheeses

(日) 增井和子 (日) 山田友子 著

韩良忆 译

前言：乔艾尔·侯布雄

摄影：丸山洋平

葡萄酒顾问：罗伯特·维菲安

本书顾问：蓝道夫·哈吉森



旅游教育出版社

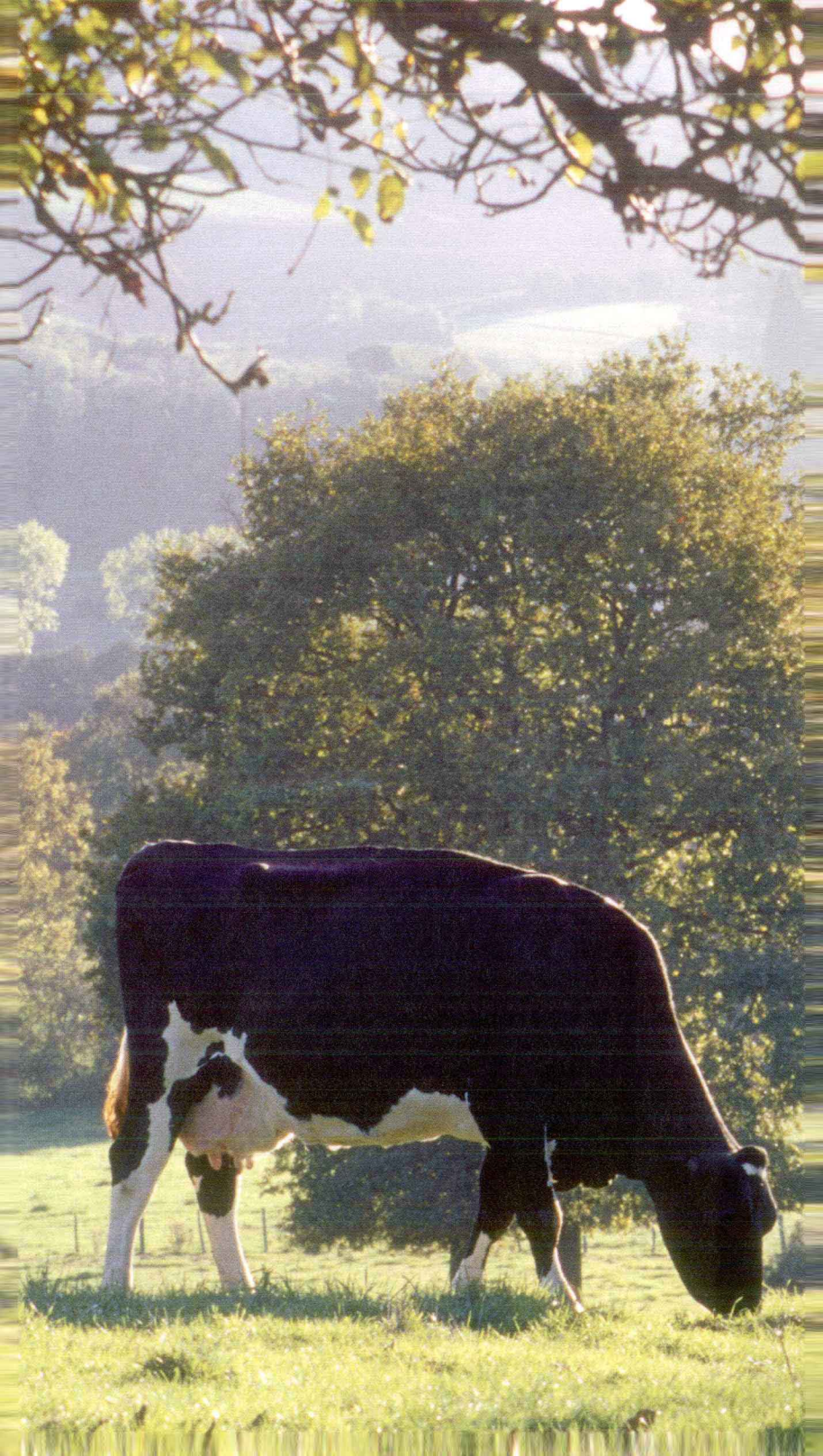
















伦敦, 纽约  
墨尔本, 慕尼黑和德里  
A Dorling Kindersley Book  
www.dk.com

Original title: Eyewitness Companions French Cheese  
Copyright©1996, 2000 and 2005 Dorling Kindersley Limited, London  
Copyright©1993 Bungeishunju Ltd for original Japanese Edition  
English Text Copyright©1996, 2000 and 2005 Chihiro Masui Black and Gerd Christian Seeber

中华人民共和国国家版权局著作权合同登记图  
字: 2010-01-615号

丛书策划: 刘 权 丁海秀

责任编辑: 安颖侠

图书在版编目(CIP)数据

法国奶酪品鉴 / (日) 增井和子, (日) 山田友子  
著; 韩良忆译. —北京: 旅游教育出版社, 2011.5

(目击者文化指南)

ISBN 978-7-5637-1995-2

I. ①法… II. ①增… ②山… ③韩… III. ①干酪—基  
本知识—法国 IV. ①TS252.53

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第099638号

目击者文化指南

法国奶酪品鉴

(日) 增井和子 (日) 山田友子 著  
韩良忆 译

项目策划: 北京时尚博闻图书有限公司

网 址: www.book.trends.com.cn

出版单位: 旅游教育出版社

地 址: 北京市朝阳区定福庄南里1号

邮 编: 100024

发行电话: (010) 65778403 65728372  
65767462 (传真)

本社网址: www.tepcb.com

E-mail: tepfx@163.com

印刷单位: 北京利丰雅高长城印刷有限公司

经销单位: 新华书店

开 本: 920 × 1060 1/32

印 张: 9

字 数: 194千字

版 次: 2011年5月第1版

印 次: 2011年5月第1次印刷

定 价: 48.00元

(图书如有装订差错请与发行部联系)



## 目录



序言

10

如何使用本书

12

导言

15

奶酪的起源

16

法国奶酪的分类

18

奶酪、葡萄酒与面包

22

法国奶酪现状

26

产区名称管制 (AOC)

28

选购、储藏、品尝奶酪

30

法国奶酪指南

33

法国地图

34

A

37

B

45

C

87

D-G

163

L-N

185

O-P

199

R

211

S

221

T

229

V

263

名词释义

276

法国奶酪店

278

AOC 奶酪制造商

280

参考书目

282

作者简介

283

奶酪制造商与销售商

283

致谢

284



# 序言

终于——说到这两个字的时候，我真是满怀欣喜！这是因为，迄今为止出版界有关奶酪的书，其中包括皮埃尔·安图艾（Pierre Androuet）那本令人敬佩的著作，据我所知都没有一本附有这么多宝贵的照片，供读者辨识并选择熟成度恰到好处的奶酪。

这本书是写给关心生活中美好事物的人、喜爱奶酪的业余爱好者以及认真的美食家看的，它带领着各位周游法国许多地区，把一切有关奶酪的知识都教给各位，并协助各位选购奶酪。专门知识乃是鉴赏醇正地道风味的关键，本书正是一本可靠的指南，献给希望和朋友共享美味的人。本书内容清楚简洁且易读，引导读者进入奶酪制作的堂奥。行家读来津津有味，业余爱好者则乐于将其收入藏书行列中，以便随时参考并蒙受其利。

写作这篇序言，令我深感责任重大，从此我将与人分享我所知的一切。没错，我热爱奶酪！它是神奇的产品，和面包以及葡萄酒，同被列为餐桌上伟大的“三位一体”。

人类自有史以来就开始食用奶酪，记忆所及，它一直是法国的国民食品，反映出法国的自然环境和历史。它浓缩自一种赐予人生命的液体，即鲜乳，并使我们得以保存鲜乳的许多特质。早在罗马帝国时代，自然学家大皮理尼（Pliny the Elder）就曾论述过奶酪种类之多之广，奶酪产区多彩多姿的大地面貌、制酪农的巧艺，以及社会和经济发展的时代变迁。修道院制造奶酪的例子，或者以铎姆（tomme）或霍布洛雄（reblochon）等奶酪来替代纳税的事例，正足以说明这一点。

总而言之，知道自己偏嗜哪种奶酪并且去购买，是何等令人心满意足之事。这是出自广博知识而作的选择，是展现理解与喜悦的成果。

乔艾尔·侯布雄（Joël Robuchon）

巴黎高级餐厅经营者兼知名主厨



# 如何使用本书

本书是理想的指南，读者在家、在附近的奶酪店或在法国旅游时，若需选择和辨识奶酪，本书可迅速提供参考。逾 350 种奶酪以英文字母的顺序加以编排，把同一派别或同一类型的相似奶酪分在同一组，并详列奶酪产地、制造方法、外观、气味和味道等细节。全书并列有特别说明栏，提供有用的背景资料。书末附有简明的名词释义，对实用的专业术语提出解释，其后还列有法国专售奶酪的商店及获得“产区名称管制”（AOC）认证的生产者。最后则是完整的索引，也指出本书各种奶酪购自何处。



一个完整的多孔奶酪

## 页眉

单一字母或某一组奶酪的名称，指明本页属于哪一字母顺序。

蓝纹奶酪

B

57

## 拉线图说

说明每一奶酪的外观。

## 地图

书中所载奶酪皆附有地图，以红点标示其产区。

## 区域和省份

地图上标明生产奶酪的行政区。具体可参见34、35页的法国行政区和省份地图。

## 加粗线

加粗线标示出这一组奶酪介绍完毕。

### 特米浓蓝纹奶酪 BLEU DE TERNIGNON

特米浓 (Termignon) 是出产此种奶酪的村庄名称。该村位于法国阿尔卑斯山海拔1300米处。这种美味非凡的奶酪品质优良，含脂量略多，天然且朴质。由于仅有一位妇女在夏季放假山庄中制作，产量相当有限。这位女士在瓦诺瓦 (Vanoise) 国家公园的高山上畜养了9头牛，喂以花草。霉菌传染至乳中，使奶酪散发一种细腻的滋味。奶酪中的青霉是天然的，非人工添加，此点不同于其他大多数蓝纹奶酪。其蓝纹生长扩散较慢，分布也不平均。奶酪外皮白，薄至半，很硬，看起来像石头，内芯则酥脆。在4至5个月的熟成期间，要定时翻面并加以擦拭。



熟成5个月的特米浓蓝纹奶酪



熟成时气态霉菌的堆积

为它裹上，未经压碎

k 直径28厘米，高10厘米

g 7千克

b 50%

y 全年

S 生乳

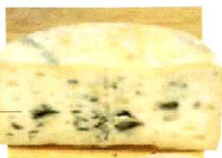
e 泰西高维特选奶源，由瑞士特纳维葡萄酒 (VDN)



罗纳河、阿比斯地区 (伊夫雷)

### 小巴亚 LE PETIT BAYARD

这种农庄奶酪产自多姆 (Dauphine) 地区的巴亚隆 (Col Bayard) 酪农场，熟成约1个月。



内芯裹上，未经压碎

j 直径12~13厘米，高5厘米

g 450克

b 45%

y 全年

S 生乳

d 普罗旺斯丘



普罗旺斯、阿比斯地区 (上阿尔卑斯)

外皮裹上，未经压碎

**朗格勒 (AOC)**  
LANGRES (AOC)

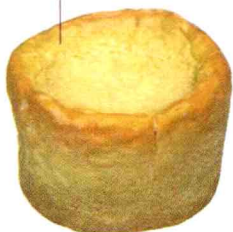
由名称即可看出,这一工艺奶酪源自香槟区朗格勒(Langres)的高原,形状像圆锥,顶端有个5毫米深的凹陷部位,叫泉水池(fontaine),可用未发酵香槟或酒滴白兰地,让奶酪尝来十分可口,这是葡萄酒产区很特别的一种食用法。

奶酪表面黏湿光亮,气味醇浓,内芯结实柔软,入口即融,芳香四溢,咸味亦颇强,不过比勃艮第艾波瓦要温和(见166页)。图示的这个已完全成熟。

朗格勒大小尺寸兼备,熟成需在AOC指明的地区进行,为期5~6星期。奶酪置于湿度95%的储藏室中,定时用手或用湿布沾盐水揉搓,大型奶酪熟成期最少21天,小型为15天。外皮用从美洲獾肝脏中抽取的红色染料染色,这一染料的法文为rocou,亦用于其他奶酪和奶油。



内芯呈白色至浅黄色,靠近中心处较软,未熟透那



大罐式外皮滑嫩细腻,呈暗红色至深褐色

- j 直径16~20厘米,高5~7厘米(大型); 直径7.5~9厘米,高4~6厘米(小型)
- g 至少800克(大型); 至少150克(小型)
- n 每100克奶酪至少42克
- b 至少50%,每100克奶酪至少21克
- y 全年
- s 羊奶乳
- w 香槟区酒滴白兰地



**AOC规定: 朗格勒**

1. 切碎的奶块不得用水洗或揉捏(不得使用葡萄酒及白兰地)
2. 盛装中可以添加防腐剂,用来延缓变质,以便奶酪外皮染上颜色

A.M. 编号为1975年

① 有诺曼底干尔及多斯省香槟日地区盛产的羊奶

**奶酪名称**

奶酪分类与具体奶酪名称都是按字母排列出。有两个或更多名称的奶酪,所列第一个名称是当地的叫法,而其他的则为更为广为人知的常用名。“AOC”表示产区名称管制(见下方)。

**正文**

说明制造地、外观、味道和气味、某些AOC或较重要的奶酪,则也会提供制造法的细节。

**基本要点**

说明奶酪尺寸、形状、重量、含脂率、纯酪量以及购买与食用之最佳季节(见下方符号说明)。

**产区名称管制规定栏**

列出AOC(见28页)的奶酪制造法规中最重要的一些遵行要则。

**使用术语说明**

Affinage是法文,意指奶酪的熟成和腌制。

AOC的全文为Appellation d'Origine Contrôlée(产区名称管制),是负责管理重要奶酪品质和生产的政府机构,有关AOC的完整说明,请参见28页。

农庄、工匠、合作社和工厂奶酪,指的是奶酪制造法,完整说明请参见28页。

Pâte是法文,指的是奶酪外皮之下的内芯。

VDN是Vin Doux Naturel(天然葡萄酒)的缩写,是一种加强型葡萄酒。可参见“名词释义”(见276页)。

**标示奶酪基本要点的符号**

⊖ 形状

⊞ 重量

⦿ 纯酪量——奶酪抽离一切水分后剩余物质的重量

⊞ 含脂率——不含水纯酪量中所含脂肪成分。“未标明”意指未载明含脂比例

✓ 季节代表该种奶酪通常于何时食用

⊞ 所用原料乳为牛生乳、高温杀菌乳等

⊞ 所用原料乳为绵羊

⊞ 所用原料乳为山羊

⊞ 啤酒或苹果酒

⊞ 香槟

⊞ 咖啡

⊞ 红酒

⊞ 白葡萄酒或玫瑰红酒

⊞ 烈酒(如酒渣白兰地[marc])



# 导言





# 奶酪的起源

“与我同歌于绿叶之上：我们享用熟透的果子、丰软的果子，还有许多新鲜的奶酪。”

——古罗马诗人维吉尔（VIRGIL），公元前42年

**奶**酪是人类最早制造的食品之一，第一份有关奶酪记载的真凭实据，保存在古代苏美尔人公元前3000年的文献中，里头记录了约20种的软奶酪。在欧洲和埃及出土的制造奶酪器具遗迹，似乎也可追溯至公元前3000年左右。然而，人类究竟何时开始制造奶酪，我们只能猜个大概。可能性最高的理论为，大约在公元前10 000年，当人类开始驯养绵羊和山羊时，部落先民便开始利用酸羊乳分解为凝乳与乳清的现象。他们沥去凝乳中的水分，加以塑形、晒干，从而造出一种简单且有营养的食物。由于牛只到相当晚期才被驯养，因此在人类开始制作绵羊和山羊奶酪之后的两三千年，才出现牛乳制作的奶酪。

## 牛乳做的奶酪

人类自从数千年前开始驯养牛只以来，即精挑细选地蓄养繁殖牛，以取得量多质精的牛奶来制造奶酪。

## 古希腊的奶酪

有关奶酪和制造奶酪的文字，散见于包括《旧约》在内的古代文献，荷马的史诗《奥德赛》叙述奥德修率领手下藏匿在独眼巨人的洞穴里，巨人替他的羊和山羊挤奶后，让一半的奶水凝结，沥干凝乳的水分，放入柳条篮里，置于一旁。

## 罗马人的奶酪

罗马人喜欢生吃奶酪，也爱吃煮熟做成糕饼状的奶酪，叫做glycinas，它是用甜白葡萄酒和橄榄油制成。罗马时代的农业作家柯鲁梅纳（Columella）在写于公元60年至65年的农业论文中，叙述了如何用新鲜的奶水来制造奶酪：首先要添加凝乳素（coagulum），也就是从羔羊或小山羊第四个胃的内膜中萃取出的一种凝

