



欧洲美食之旅

法国Elle à table杂志社 著
王文佳 译

ELLE à table

北京出版集团公司
北京美术摄影出版社

ELLE
à table

欧洲美食之旅

法国Elle à table杂志社 著
王文佳 译

北京出版集团公司
北京美术摄影出版社

Escapades gourmandes en Europe

© 2010, Éditions Glénat for the adaptation. All rights reserved.
The ELLE® and À TABLE™ are properties of the Hachette Filipacchi Press Group.
© ELLE à table is a magazine published by Hachette Filipacchi Associés.
Simplified Chinese edition arranged through Dakai Agency.

图书在版编目(CIP)数据

欧洲美食之旅 / 法国Elle à table杂志社著; 王文佳译. — 北京: 北京美术摄影出版社, 2015.9
ISBN 978-7-80501-818-8

I. ①欧… II. ①法… ②王… III. ①饮食—文化—欧洲 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第104084号

北京市版权局著作权合同登记号 01-2013-4621

责任编辑: 钱颖

助理编辑: 于浩洋

责任印制: 彭军芳

欧洲美食之旅

OUZHOU MEISHI ZHI LÜ

法国Elle à table杂志社 著 王文佳 译

出版 北京出版集团公司

北京美术摄影出版社

地址 北京北三环中路6号

邮编 100120

网址 www.bph.com.cn

总发行 北京出版集团公司

发行 京版北美(北京)文化艺术传媒有限公司

经销 新华书店

印刷 鸿博昊天科技有限公司

版次 2015年9月第1版第1次印刷

开本 235毫米×300毫米 1/8

印张 20

字数 256千字

书号 ISBN 978-7-80501-818-8

定价 128.00元

质量监督电话 010-58572393

订购电话 010-58572196 18611210188

目 录



8 安特卫普

14 巴塞罗那

20 波尔多

26 布鲁塞尔

34 布达佩斯

42 哥本哈根

48 日内瓦

54 格拉斯哥和爱丁堡

60 里斯本

66 伦敦

72 里昂

78 马德里



84 马赛

90 慕尼黑

96 那不勒斯

102 奥斯陆

110 巴黎

120 波尔图

126 罗马

132 斯德哥尔摩

138 都灵

144 瓦朗斯

150 维也纳

ELLE
à table

欧洲美食之旅

Escapades gourmandes en Europe

© 2010, Éditions Glénat for the adaptation. All rights reserved.

The ELLE® and À TABLE™ are properties of the Hachette Filipacchi Press Group.

© ELLE à table is a magazine published by Hachette Filipacchi Associés.

Simplified Chinese edition arranged through Dakai Agency.

图书在版编目(CIP)数据

欧洲美食之旅 / 法国Elle à table杂志社著; 王文佳译. — 北京: 北京美术摄影出版社, 2015.9
ISBN 978-7-80501-818-8

I. ①欧… II. ①法… ②王… III. ①饮食—文化—欧洲 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第104084号

北京市版权局著作权合同登记号 01-2013-4621

责任编辑: 钱颖

助理编辑: 于浩洋

责任印制: 彭军芳

欧洲美食之旅

OUZHOU MEISHI ZHI LÜ

法国Elle à table杂志社 著 王文佳 译

出版 北京出版集团公司

北京美术摄影出版社

地址 北京北三环中路6号

邮编 100120

网址 www.bph.com.cn

总发行 北京出版集团公司

发行 京版北美(北京)文化艺术传媒有限公司

经销 新华书店

印刷 鸿博昊天科技有限公司

版次 2015年9月第1版第1次印刷

开本 235毫米×300毫米 1/8

印张 20

字数 256千字

书号 ISBN 978-7-80501-818-8

定价 128.00元

质量监督电话 010-58572393

订购电话 010-58572196 18611210188

ELLE
à table

欧洲美食之旅

法国Elle à table杂志社 著
王文佳 译

北京出版集团公司
北京美术摄影出版社



引言

游览欧洲的城市总是令人兴致盎然。虽然各大城市间距离并不是很遥远，但周遭的环境却完全不同。您需要做的只是随意嗅闻，大快朵颐，因为几乎一切都触手可及。跟随我们寻找美食的脚步，在街道转角或是城市近郊随便走走，可以是波尔图附近的杜罗河谷，或者是环绕布达佩斯的城堡区域……这场美食之旅给出了最好的证明：无论是国际化还是欧洲融合，都未能动摇这些独特城市的灵魂。恰恰相反，它们的个性得到了彰显。您在其中任何地方都不会感到缺少异域风情。然而，旅程并非到此为止！在您探索过最好的餐馆、酒馆或是精致香料店之后，*Elle à table*还为您奉上若干特色菜谱，以期延续和分享您的快乐。

声明：本书涉及的所有店铺、餐馆等信息均为作者截稿时的状态。如信息有变化，请查询商家最新状态。

目 录



8 安特卫普

14 巴塞罗那

20 波尔多

26 布鲁塞尔

34 布达佩斯

42 哥本哈根

48 日内瓦

54 格拉斯哥和爱丁堡

60 里斯本

66 伦敦

72 里昂

78 马德里



84 马赛

90 慕尼黑

96 那不勒斯

102 奥斯陆

110 巴黎

120 波尔图

126 罗马

132 斯德哥尔摩

138 都灵

144 瓦朗斯

150 维也纳

安特卫普

魅力古城，丰富多彩的新派美食：这座弗拉芒港口城市充满惊喜，也充满矛盾，值得探索。



海风吹过码头货棚的钢质壁板。大教堂的排钟奏响莫扎特的旋律，音符如丝带般伸展在城市中心的屋顶和狭窄墙壁上。

在克鲁斯特斯特拉（Kloosterstraat）旧货一条街上，保罗·拉南（Paul Lanens）打开了自己老旧旅行车的后备箱，端出一碗碗滚烫的雪维菜汤。多年来，保罗每周5次在午餐时分送来他上午烹制的浓汤。他的客户都是谁？商店老板、老妇人、办公室雇员等，每个人都喜爱他那穿着灰色罩衫的亲切身影，以及他用豌豆、番茄和菊苣做成的美味汤羹。20世纪的缆绳刚刚解开，在欧洲某条街道的拐角，在一座50万人口的城市，遇见一个流动摊贩，一如踏过中世纪城市石板路的那些商贩，这就是安特卫普能够奉上的礼物之一。

尽管极端民族主义侵扰了这座城市，然而这里始终是无与伦比的创意之城。时尚、设计、美食，每个领域都有新的发明和独特创新之处。这座北方都市有一家效仿南方城市的墨维达（Movida）餐馆，安特卫普的夜晚有一种

与里斯本相似的芬芳。两个港口，位于两条河流之上。两座城市，混合了船坞与宫殿、黑暗与美丽、能量与秘密。然而，如此繁多的餐馆、酒吧和咖啡馆，不正是这种创新性最好的诠释吗？推荐您尝试金鱼·德玛特罗特餐馆（Gin-Fish De Matelote），这里的菜肴充满创意，尤其是鱼肉；还有月亮餐馆（La Luna）以及那里设在“T”形台上的厨房、穿着橙色衬衣的新潮服务生和时髦的食客。

无比凶猛的文化欲望，可以通过安特卫普的43家博物馆来填饱。而美食家不会忽略的是，整座城市共有8家登上《米其林指南》的餐厅，还有很多不用掏空腰包也可以吃到吮指回味的小饭馆。

这里都有什么好吃的？冬天，菊苣统率所有菜单，搭配虾、野鸡或鱼。但是这里同时也是港口，全世界的美食似乎都会航行至此。我们可以在一家装潢令人想起勃鲁盖尔（Bruegel）田舍风俗画的咖啡馆，或是最近开张的新潮餐馆里，品尝多宝鱼配小葱泥、咖喱酱烧淡水贻贝、烟熏鳗鱼、雪豆沙拉、香蕉薄荷比萨，还有啤酒烤鸭。在安特卫普，吃的选择有很多……

欧洲美食之旅
安特卫普

1. 非瑞酒店 (Hôtel Firean)，位于一座20世纪30年代的建筑当中。
2. 在城中最受欢迎的时鲜精致香料店 (Primeurs)，可以看到比利时或者澳大利亚出产的酸醋调味汁和水果泥。
3. 吕克·沃特斯 (Luc Wouters) 的现代风格奶酪店共有150多种奶酪，全部采用生奶制成。
4. 大广场 (Grote Markt) 的正面。



欧洲美食之旅 安特卫普

1. 城市北部的船坞有时会被改造成时尚酒吧，比如26号货棚（Hangar 26）。
2. 在城中最好的餐馆之一德玛特罗特（De Matelote），可以品尝到普罗旺斯奶油炆鳕鱼干（brandade de stockfish）配雪豆泥。
3. 奥塔咖啡馆（Café Horta）的内部装潢非常时尚，但是它的新艺术风格屋架上的钢质横梁是从布鲁塞尔人民会堂的废墟里回收而来的。
4. 马利啤酒馆（Brasserie Marly）早餐时的忙碌景象。
5. 比利时：啤酒的故乡，也是杯垫的故乡。
6. 在古森斯面包店（Goossens），有我们能在安特卫普找到的最漂亮的糖粉或葡萄干奶油圆面包。
7. 安特卫普最好的糕点店菲利普斯（Phillips）及其不可错过的焦糖饼干（spéculoos）。
8. 马利啤酒馆的大厨保罗·阿茨（Paul Arts）。
9. 各种包装的比利时啤酒。



烤鳕鱼配啤酒炖菊苣

准备时间：15分钟 / 烹饪时间：35分钟 / 4人份

• 4块圆鳕鱼，每块200克 • 8个中等大小的菊苣 • 150克黄油 • 400毫升莱福一类的啤酒 • 1根迷迭香 • 1个柠檬榨成的汁 • 1小撮磨碎的肉豆蔻 • 半咖啡勺砂糖

将30克黄油放在1个小汤锅中慢慢熔化。将事先洗净的菊苣整个放入锅中。加入肉豆蔻、糖和柠檬汁。加水至锅的一半量。盖上锅盖文火煮20分钟。/ 将鳕鱼块用盐和胡椒粉腌一下。将煮好的菊苣切成两半。/ 烤箱预热6~7档/200摄氏度。将50克黄油在1个大煎锅里熔化。/ 等黄油热时，放入鳕鱼、菊苣和迷迭香。/ 将鳕鱼和菊苣在黄油中均匀搅拌5分钟，直至呈金黄色。/ 从煎锅中取出鳕鱼和菊苣，放在浅底盘中，放入烤箱加热5分钟。/ 在此期间，用啤酒和1杯水溶化去除煎锅底部的残汁。在煎锅里加入70克黄油，搅拌成细腻的液体酱汁。取出迷迭香。/ 在每个盘子里放入1块鳕鱼和几块菊苣，浇上酱汁，立即上桌。





2



3



5

6



榛子洋葱面包

准备时间：30分钟 / 烹饪时间：1小时 / 醒面时间：1大块面包需要3次发酵，每次20分钟

• 550克全麦面粉 • 200克洋葱 • 200克榛子 • 50克黄油 • 20克面包酵母 • 1汤匙糖 • 300毫升水 • 1个大约30厘米长、10~12厘米宽和高的防粘模子

洋葱去皮，切成薄片。用黄油煎至金黄色，然后冷却。榛子稍稍切碎，用平底锅干炒。/ 酵母用温水拌和。将面粉、糖和1小撮盐混合，中间挖坑。坑里放入拌和的酵母，然后慢慢搅拌。用力揉面大约10分钟，直至不再粘手，随后揉成面团。撒上少许面粉，盖上1块棉布，放在温暖的地方（比如放在暖气上）醒20分钟。/ 再次揉面10分钟，同时加入榛子和洋葱。重新醒20分钟。烤箱预热6档/180摄氏度。最后一次揉面，将面放入模子。等待20分钟，以便面团成型，最后放入烤箱。面包脱模，放在架子上冷却。

美食小窍门：将面包切成小丁，用一点儿黄油煎至金黄色，可以用于制作冬季的温热沙拉，比如皱叶菊苣配肥猪肉丁或者芝麻叶配家禽肝酱。



欧洲美食之旅 安特卫普

1. 克鲁斯特斯特拉旧货古玩一条街。
2. 码头上的船坞咖啡馆 (Dock's Café)。
3. 藤编筐篓、石制品和盛开的鲜花：植物幻想 (Plantaardige Verbeelding) 是安特卫普最受追捧的花店。
4. 安特卫普在弗拉芒语中称作Antwerpen，意为“扔掉手臂”。这种巧克力甜食与这座城市的传说有关。
5. 在科尔特·家斯特拉大街 (Korte Gasthuisstraat) 的蔬菜摊上，可以买到直立莴苣 (chicon)，这是来自荷兰北部一个法定产区的菊苣。
6. 始于1905年的蒂莫曼糖果店 (Temmerman) 的小棒棒糖。
7. 马路上售卖的著名的比利时蜂蜜饼 (gaufre)。
8. 德瓦冈商店 (De Vagant) 销售超过400种不同的杜松子酒。
9. 安特卫普是世界上最大的钻石销售中心。



安特卫普焦糖饼干

准备时间：15分钟 / 醒面时间：12小时 / 烹饪时间：30多块
饼干需要大约15分钟

• 125克棕红糖 • 75克细砂糖 • 125克黄油 • 500克筛过面粉 • 1个鸡蛋 • 30毫升牛奶 • 10克桂皮粉 • 5克姜粉 • 3克丁香 • 2克肉豆蔻 • 5克碳酸盐

将黄油慢慢熔化。将面粉放在案板上，中间挖坑。坑里慢慢放入2种糖、2小撮盐、香料和碳酸盐。加入熔化的黄油，然后加入鸡蛋。随后慢慢加入牛奶，揉成结实紧凑的面团。用手心按压两三次，揉成球。裹上一层食品保鲜膜，放入冰箱12小时。烹饪前1小时从冰箱里取出面团，使其稍变柔软。烤箱预热6档/180摄氏度。锡纸上撒上少许面粉，放上面团，擀成3毫米厚。用刀切成大约10厘米长、4厘米宽的小方块。用叉子在每一块上纵向划痕，然后放入烤箱烤至金黄色。将小饼干放在架子上冷却，然后保存在密封的盒子里，避免湿气。

美食小窍门：您可以搭配摩洛哥风味橙子沙拉（桂皮粉和橙花）品尝焦糖饼干。

