

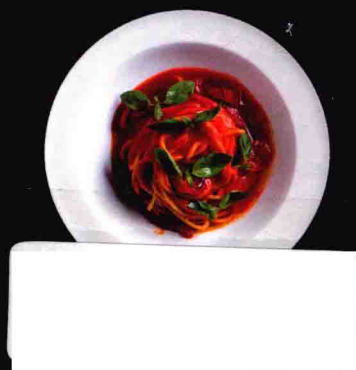
COME TO DISCOVER ITALIAN FOOD

A WONDERFUL CUISINE JOURNEY

来吃意大利菜

一场华丽的美食行走

(意) Marino D'Antonio · 著
张际星 · 译



来吃意大利菜

一场华丽的美食行走

COME TO DISCOVER ITALIAN FOOD

A WONDERFUL CUISINE JOURNEY

(意) Marino D'Antonio · 著
张际星 · 译

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目 (CIP) 数据

来吃意大利菜：一场华丽的美食行走 / (意) 马里诺·安东尼奥 (Marino D' Antonio) 著；张际星译

北京：电子工业出版社，2016.7

ISBN 978-7-121-28923-1

I. ①来… II. ①马… ②张… III. ①饮食 - 文化 - 意大利 IV. ① TS971

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 117147 号

策划编辑：于 兰 王秋墨

责任编辑：于 兰 (QQ1069038421 / 新浪微博 @Ms 老于)

整体设计：周周设计局

印 刷：北京捷迅佳彩印刷有限公司

装 订：北京捷迅佳彩印刷有限公司

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：889×1194 1/16 印张：13.25 字数：340 千字

版 次：2016 年 7 月第 1 版

印 次：2016 年 7 月第 1 次印刷

定 价：98.00 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 zlt@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) 88253801-225

目录

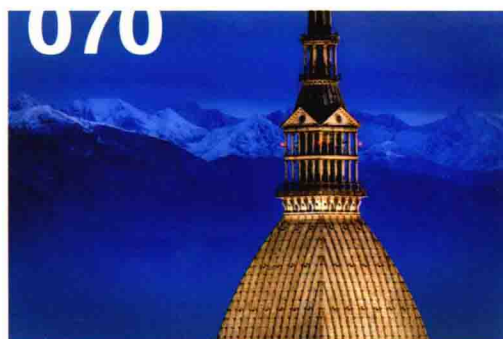
C O N T E N T S

019 概述



意大利东北部

- 035 米兰 MILAN
- 044 威尼斯 VENICE
- 050 贝加莫 BERGAMO
- 061 维琴察 VICENZA
- 065 曼托瓦 MANTOVA



意大利西北部

- 072 都灵 TURIN
- 079 阿尔巴 ALBA
- 083 热那亚 GENOA



意大利中部

- 092 帕尔马 PARMA
- 096 博洛尼亚 BOLOGNA
- 104 乌尔比诺 URBINO
- 108 佛罗伦萨 FLORENCE
- 117 里窝那 LIVORNO
- 120 罗马 ROME



意大利南部

- 134 拿波里 NAPOLI
- 151 苏莲托 SORRENTO
- 156 佩斯卡拉 PESCARA
- 161 泰拉莫 TERAMO
- 166 塔兰托 TARANTO
- 173 巴勒莫 PALERMO
- 180 拉古萨 RAGUSA
- 184 卡利亚里 CAGLIARI



中国·北京

- 200 北京其他意大利名厨及特色菜品

来吃意大利菜

一场华丽的美食行走

COME TO DISCOVER ITALIAN FOOD
A WONDERFUL CUISINE JOURNEY

(意) Marino D'Antonio · 著
张际星 · 译







来吃意大利菜

Come to Discover Italian Food

写给读者

首先，我为能够有机会在中国出版一本介绍我的国家意大利和家乡美食的中文书感到无比荣幸！

我一直清楚地记得那天，我的好朋友 Jessie 和出版社的编辑特地过来 Opera BOMBANA 吃午餐，然后问我有没有兴趣出一本中文美食书。我在北京生活了这么多年，对中国有很深的感情，能够出一本中文书来介绍意大利美食绝对是我的荣幸，所以当时我就毫不犹豫地答应了。

这不是一本纯粹介绍美食的书，它非常实用，甚至可以成为你每天都能够在厨房用到的工具书，因为书里提供的菜谱，你都可以在家完成并且呈现出百分之百意大利的味道。

自从 2006 年我来到中国生活，有一件事情让我越来越觉得神奇，那就是——虽然中国和意大利相距万里，但是食物却同根同源，惊人地相似，比如意大利人喜欢吃 Spaghetti（意大利细长面），中国人喜欢吃面条；意大利饺子有上百种，中国的饺子也同样千变万化。还有一个很有趣的相似之处，就是中国和意大利的饮食文化都是基于对家庭的爱和传统之上的，这也让我很感动。

在我的书里面，也许你会看到一些从未听说过的意大利城市或小镇，我相信，这些地方和相应的美食一定会将你深深地吸引，当你阅读完这本书之后，一定会爱上我的家乡意大利！

这本书里，我会把意大利分为四大区域来进行介绍，带着大家领略这些城市和食物的魅力，那么现在就让我们开启这段意大利的美味之旅吧！





关于我

我先做一下自我介绍：

我出生和成长在意大利北部 Bergamo（贝加莫）一座叫 Cisano Bergamasco 的小镇。

我还清楚地记得第一次来北京是 2006 年，感觉整座城市和我之前生活过的地方有着多么的不同，处处令人惊讶，甚至有些不适应。当然，今天的北京和当年相比，变化简直是太大了，这也是北京的神奇所在。

更加神奇的是，在北京生活了几天之后，我竟然找到了不可思议的归属感，仿佛这座城市对我施了魔法一般，我无可救药地爱上了北京和这里深厚的文化。

虽然说我是个百分百地道的意大利佬儿，但我一直视北京为我的家乡，主要是因为后来我在北京遇到了我美丽的妻子 Fiona。她是个地道的北京人，也是我生命中最重要的人，如果没有她的鼎力支持，我肯定不可能出版这样一本意义非凡的书。

我在北京工作的第一家餐厅是国宾酒店的 Sophia's，后来我又去了广州的香格里拉酒店，但是我发现相比广州，我还是更喜欢北京。于是我又回到北京，在当时京城最潮流时尚的瑜舍酒店地中海餐厅 Sure ñ o 担任主厨，并把餐厅打造成北京首屈一指的西餐厅。再然后，我真心觉得自己特别幸运！我遇到了米其林三星世界名厨 Bombana 先生，他邀请我为他北京即将开业的餐厅工作，并且有机会到他香港的米其林三星餐厅培训了八个月，就这样我成为了 Bombana 先生在北京的餐厅 Opera BOMBANA 的主厨，带领这样一支积极、乐观、传奇的餐饮团队，开始在北京打造意大利美食的神话！

这么多年来，我的烹饪哲学始终如一，那就是保持传统、尊重食材，通过自己的烹饪技法和理念，最大限度地还原和提升大自然赋予食物的最原始最美妙的味道！



感谢

Thanks to Fiona for being at my side all the time.

感谢我的太太 Fiona 一直陪在我身边。

A sincere "Thank you" for making this book possible goes to Yulan, Quimo, and PHEI.

感谢电子工业出版社的编辑于兰、王秋墨对这本书付出的努力和辛劳的工作。

Thank you to the unstoppable Jessie for all what she does to promote Opera and me.

感谢一直以来从不停歇的 Jessie(张际星)为了我和 Opera BOMBANA 餐厅推广所做的一切努力。

Thank you to Alexander, Nancy and George Wong.

感谢 Alexander, Nancy 和 George Wong。

Thank you to Dr. Peter Lam.

感谢 Peter Lam 博士。

Thank you to Chef Bombana, Danilo Nicoletti, Vito and Gian Luca.

感谢 Bombana 主厨、Danilo Nicoletti 主厨、Vito 主厨，以及 Gian Luca 先生。

Thank you to Paola e Alessandro, Sara, Rosanna, Oscar, Jie, Peppino, Letizia, Filomena Giselda, Pietro, Tiberio, Cesare e Italia and Paolo IlCuoco.

感谢 Paola e Alessandro, Sara, Rosanna, Oscar, Jie, Peppino, Letizia, Filomena Giselda, Pietro, Tiberio, Cesare e Italia 和 Paolo IlCuoco。

Thank you to all my Team at Sophia's, La Terrazzo, Sure ñ o and Opera.

感谢我的团队 Sophia's, La Terrazzo, Sure ñ o 和 Opera BOMBANA 的所有合作伙伴们。

Special thank you to Rain and Paolino for the passion and the patience they always had working with me the last seven years.

特别要感谢在过去 7 年里和我一起工作的 Rain 和 Paolino 付出的激情和耐心。

Thank you to Alexis Movio for checking the English in this Book!!!

感谢 Alexis Movio 在我写这本书的时候对我的帮助!!!

Thank you to Joseph for the effort in developing the culinary expertise at Opera.

感谢 Joseph 为 Opera BOMBANA 餐厅作出的杰出贡献。

Thank you to the artist Antonio Chiesa for the Amazing photo of Italy in this Book.

<http://www.village9991.it/>

感谢艺术家 Antonio Chiesa 为本书提供了意大利美丽的风景照片。

Thank you to the great White Fox for all the great work and following me during this months.
感谢摄影师“雪白的狐狸”（江德熙）为本书中所有菜品拍摄了精美照片。

Thank you to Luciano Tona, The man who gave me the chance to start again.
感谢 Luciano Tona 在事业上给了我新的启发和帮助。

Thank you to Stefano, Jack, Ian and all the Aperitivo staff for taking care of me all the time.
感谢 Stefano, Jack, Ian 和 Aperitivo 所有伙伴。

Thank you to Spring, Ingo, Stan, Philip, Evan and all the Presidential Hotel team.
感谢 Spring, Ingo, Stan, Philip, Evan 和国宾酒店团队。

Thank you to Bob and Christopher from Shangri-La Guangzhou.
感谢广州香格里拉酒店的 Bob 和 Christopher。

Thank you to all the amazing Opposite house team.
感谢瑜舍团队。

Thank you to Willem, Roberto Reggie, Leo, Reto Peter and Danny.
感谢 Willem, Roberto Reggie, Leo, Reto Peter 和 Danny。

Thank you to Frank Hao for his dedication to this job.
感谢郝春瑞一直以来的辛劳工作。

Thank You to this amazing refreshing and outstanding Team.
感谢杰出的 Opera BOMBANA 全体同事：

Giuliano Pediconi, Luca Rotatoti, Graziano Vito Caccamo, Diego Bugno, Daniel wong,
Alexis Ludovico Movio, Michael 李虎, Celine 禹彬彬, Tony 尚立峰, Ashlee 张君, Baron 王亮,
Joanna 黄骏, Jonathan 王朋, Jane 李转, Jeffery 林健, Kevin 肖川, Baron 李博, Cinny 李宁,
Cathy 谢亚芳, Mary 马莉云, Emma 袁培, Ms. Zhang 张霞, Ms. Rao 饶旺梅, Ms. Dong 董利敏,
Ms. Sun 孙桂芹, Howar 褚晗, Hans 李浩楠, Enze 姜恩泽, Rain 邢瑞, Arron 丁建平, Owen
王志强, Tim 赵志国, Cherry 陈小敏, Amy 杨金彩, Vivi 陈悦, Tang 唐国健, Owen 贾明月,
Small 杨晓晓, Luke 王璐, Paul 孙盼盼, Dang 党冲, Cathy 吴晶华, William 黄世航, Louis 黄
平, Eric 刘洪学, Candy 陈巧云, Fred 王鑫明, Sarah 李明轩, Conperdalad 王贵龙, Darren
孟明亮, Ms. Ma 马淑云, Mr. Guo 果学良, Mr. Wang 王自存, Ms. Shen 沈桂兰, Ms. Guo 郭金
英, Ms. Ding 丁会云, Ms. Shi 史玉花, Ms. Jiang 蒋香云, Summer 夏梦苓, Jasmine 王宏源,
Albert 刘文韬, Cyrina 何孟园, Crystal 张奥喆婷, Yolanda 闫依琳, Nicole 孙夙。

