

从希腊蔬菜沙拉，Tapas&雪莉酒，捷克烤猪脚、翡冷翠巨排、匈牙利牛肉汤里，大口吃进德国的热情、布拉格的春天、西班牙的阳光、意大利的欢乐吧！



味蕾畅游 欧洲巴

洪绣峦/著

品味**12**国地道美食的深度旅行
分享**51**道在家轻松做的美味食谱
Bon Appétit!



桂图登字:20-2012-165

图书在版编目(CIP)数据

味蕾畅游欧罗巴 / 洪绣峦著. — 桂林: 漓江出版社, 2012.10

ISBN 978-7-5407-5943-8

I. ①味… II. ①洪… III. ①游记—欧洲②饮食—文化—欧洲 IV. ①K950.9②TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第224623号

原作品名: 厨房中的旅行

作 者: 洪绣峦

本书中文繁体字版本由四块玉文化事业有限公司在台湾出版,

今授权漓江出版社在中国大陆地区出版其中文简体字平装本版本。

该出版权受法律保护, 未经书面同意, 任何机构与个人不得以任何形式进行复制、转载。

项目合作: 锐拓传媒copyright@rightol.com

味蕾畅游欧罗巴

作 者: 洪绣峦

编辑统筹: 符红霞

责任编辑: 董 卉 曹 敬

版权联络: 董 卉

责任监印: 唐慧群

出 版 人: 郑纳新

出版发行: 漓江出版社

社 址: 广西桂林市南环路22号

邮 编: 541002

发行电话: 0773-2583322 010-85891026

传 真: 0773-2582200 010-85892186

邮购热线: 0773-2583322

电子信箱: ljcbcs@163.com <http://www.Lijiangbook.com>

印 制: 北京艺堂印刷有限公司

开 本: 965 × 1270 1/32 印 张: 6 字 数: 100千字

版 次: 2012年10月第1版 印 次: 2012年10月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5407-5943-8

定 价: 30.00元

漓江版图书: 版权所有·侵权必究

漓江版图书: 如有印装质量问题, 可随时与工厂调换



味蕾畅游 欧罗巴

洪绣峦 著





- 004 推荐序 戴胜益
005 推荐序 葛 汉
006 自序 把旅行带回厨房 洪绣峦

Part 1 早安,晨光

- 011 我的香槟早餐
025 多Fun的早餐Party
039 旅行中的幸福早餐

Part 2 Bon Appétit!

- 055 12月的欢乐Party
073 料理东西军握手言和
089 美食飞上云端

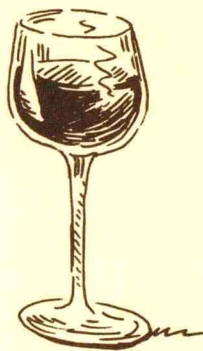




Part 3 味蕾慢游

- 107 匈牙利国宴VS魔术凉汤
- 121 被时光遗忘的青春天堂
- 134 从Ajo开始邂逅西班牙
- 148 布拉格的春天&烤猪脚
- 160 欢乐意大利
- 174 大口吃进德国热情
- 186 食谱索引





有一个记者打电话问我：“幸福是什么？”我一时语塞，想了许久才去电回复：“幸福就是有阿甘的傻劲、阿信的精神和阿Q的幽默。”自认为表达得够简洁有力、清晰入理。

不料，事后听到一位抛开繁华、投入苗栗务农的年轻人说，“幸福就是把喜欢的事，变成快乐的工作”，让我深深感动！

一站又一站地奔波，把忙碌工作当成旅行体验。

一餐又一餐地度过，把品尝美食变成味蕾记忆。

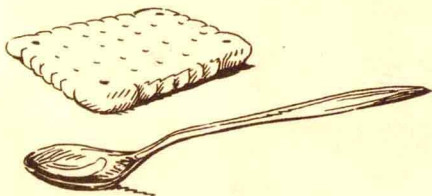
“做喜欢的事，就会充满热情、开心去做”，正如同洪绣峦老师一般，愉悦地周游世界，快乐地把美食经验分享众人。

《味蕾畅游欧罗巴》一书，把世界的佳肴美馐储存在私房食谱中，把幸福的DNA转化在每一篇的文字中，不需出国体验人生，您也能感受到生命中的满满幸福！



王品集团董事长

王品集团董事长 郭勝崙



能够为此烹饪书籍作序,我感到非常荣幸,其中有许多原因。

首先,它写到了欧洲很多地区的美食,通常它们不是被忽略了,就是很少被提及,因为人们知之甚微;然而在此书中却写得如此地道,且充满乐趣。例如《我的香槟早餐》、《12月的欢乐Party》,其中也涵盖了其他国家的美食——包括两个在欧洲我最喜欢的国家,一个是我的故乡德国,另一个我认为是顶级的,与法国或意大利并列,却往往被低估的西班牙。这本书,求求你来个不同的吧!

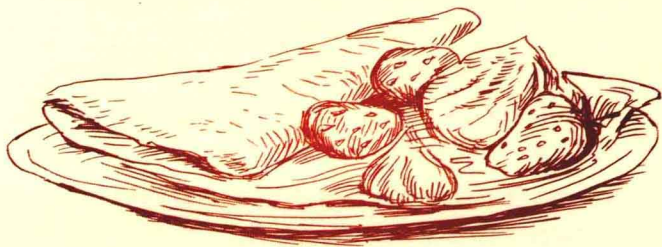
其次,因为它是细心研究写成的书。它提到了不同国家的地道本土美食,且深入地指出鲜为人知的窍门、地区来源及重要的原料成分,因此,得以带领读者进入享受美食的专业途径。

最后但并非唯一,它的照片美极了!这些照片充满诱惑,令人口水直流。看到不同国家、地区的人享受美食、饮酒作乐的描绘,也创造了个人接触认知该国的氛围,不禁让人向往也想飞到那里吃喝玩乐。

因此,细读此书不仅荣幸,而且乐趣无穷。我非常希望这本书能增进它所描绘的不同美食,以及传统烹饪的名声及兴趣。当然,也期待更多读者来购买。

葛汉,台北德国文化中心主任

John Jings Perry





把旅行带回厨房

去年,家里重新装修,我把厨房扩大一倍,设计了一个全白系列的开放厨房,因为,我要把旅行带回厨房。

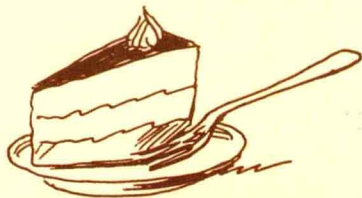
旅行的当下,充满欢乐;旅行的回忆,充满甜蜜。借由食物来记录回味旅行的幸福,我们可以在厨房中宠爱自己的味蕾,让身心再次畅游。

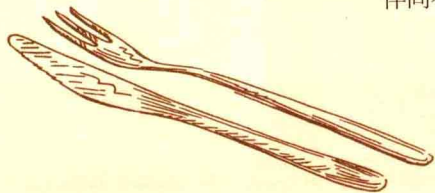
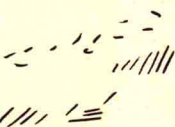
这本书是我厨房旅行的开始,它是绵绵无尽的旅行,除了有可爱的人、感动的事一路相伴,最重要的是有无数美妙的餐食。

每个旅人,对于餐食都有不同的喜好;每个国家,对于自己的食物,都有特殊的习性。试着打开自己的心胸,开阔个人的味蕾,去品味不同民族、不同国家的美食,是一件多么美妙的事。

这本书,以回味第一次在新加坡的香槟早餐开始,从此,香槟早餐变成我旅行中的最爱。倾心感受气泡上升的能量,节假日时,在自家的厨房重建旅行的场景,为自己及家人做个欢乐的早餐吧!

同样的,无论是飞上云端的机上美食,还是匈牙利顶级餐厅的魔术凉汤,或是西班牙的Tapas小点,我们都可在自家厨房回味沉醉。我把每个国家地区的代表性美食,包括食材、用料、做法,在每篇文章中详细叙述,让您也可以轻松做出特殊风味。





本书分为三个单元,第一个单元——《早安,晨光》,将旅行中的幸福早餐发挥得淋漓尽致,希望不吃早餐或不重视早餐的朋友得到启发,我甚至鼓励朋友开早餐party呢!

第二单元——《Bon Appétit》,包括了12月的欢乐party、party饮食的制作、东西方食物料理的比较,以及飞上云端的机上美食。我很开心的是,中华航空公司魏董事长幸雄看了我的《美食飞上云端》之后,赞不绝口,原来细心体会,飞机美食也可以如此美妙。

第三个单元——《味蕾慢游》,我介绍了六个不同的国家,包括匈牙利、希腊、西班牙、捷克、意大利、德国的饮食文化、人文风情以及代表性美食,细品慢游,相信您会与我一样,充满热情。当然,最重要的是,我鼓励您在厨房中旅行,让自己及家人幸福满满。

多年来,我旅行了五十多个国家,旅行是我生命最重要的部分,我会持续飞、不断走,然后,与您分享。

在厨房里的旅行,是无止境的,希望您与我结伴同行。

洪懿豪

于台北



Part
1

早安，晨光

一日之计在于晨。

早餐，除了是健康、享受，

还可以是一种修炼身心的法宝呢！

气定神闲地享用营养均衡的早餐，那份开心满足贯穿全身心，

以此持续一整天的精力，它的能量是很难被侵蚀的。

Part 1





我的香槟早餐

当香槟倒入郁金香水晶杯，
望着柔顺气泡缓缓上升，
一股精气似乎充满全身，
欣喜之情瞬间点燃，
我当下明白这就是Energy。
从此，我爱上了香槟早餐。

Part
1

1990年,新加坡东方大酒店(The Oriental Singapore)正在进行一项服务革新教育训练项目,名为“世界巅峰——我们创造感觉(On Top Of The World — We Create Feeling)”,我应邀为其主持中文授课部分。

既为创造感觉,必然竭尽所能,让顾客惊喜欢欣。我在马六甲为他们上完课后,回新加坡东方大酒店休息两天,亲自体验他们的服务。早上我睁开双眼,前夜预订的送房早餐推进来了,他们为我准备了顶级的香槟早餐。当香槟倒入郁金香水晶杯,望着柔顺气泡缓缓上升,一股精气似乎充满全身,欣喜之情瞬间点燃,我当下明白这就是Energy。

从此,我爱上了香槟早餐。



西方人极为重视早餐，因为它是一日精力之源。宠爱自己由清晨开始，保证一整天都心旷神怡。

用香槟点燃一天能量

搭飞机长途飞行时，最幸福的莫过于闻到浓浓的咖啡香，在迷迷糊糊的睡眠之后，享受美妙的早餐，此刻，更幸福的是先来一杯冰镇的、充满气泡的香槟，真正的Good Morning美好晨光。

吃香槟早餐的旅客可能不是太多，当我笑吟吟地说：“请给我一杯香槟！”空中小姐多半有点意外，我解释：“我吃香槟早餐。”她们脸上的笑容仿佛在说：“真有你的！”

一大早就喝酒似乎不值得鼓励，然而，偶尔来个豪华的香槟早餐却是一种格调。

在欧洲旅行时，如果住进四星或五星级大酒店，千万别忘了来个香槟早餐。

在面对美丽大海的饭店里，左观日出，右赏夕阳，真是美不胜收。

Part 1



在大酒店的自助早餐餐厅巡视一下，你会发现，除了各类果汁和矿泉水之外，还有白酒、红酒，甚至未开封的冰镇香槟摆在台上。记得大方地让服务生为你开封，享受最鲜纯的第一杯香槟，此刻，服务人员会以“你真有品位”的笑容回报。别担心！那是你付的房价中免费早餐的当然赠礼！

如果我住的房间视野极佳，我会选择早餐送房服务。想想穿着睡袍，身披银狐披肩，静静面对美景，享用丰盛的早餐，真是无上的享受。当然，别忘了要一杯香槟，来个悠闲的香槟早餐。

在晨光中与香槟共舞

2005年1月，我经由希腊取得塞浦路斯签证，飞往这个地中海的大岛开会。在阿玛色斯海滩饭店，每个房间都面对美丽的大海，左观日出，右赏夕阳，真是美不胜收。

在五星级酒店吃送房早餐得有派头，除了现榨新鲜果汁、水果、各式面包之外，火腿、几种奶酪是少不了的。在微寒的清晨，来一壶热巧克力加鲜奶更是令人振奋。当然，



在订餐单的备注栏,最重要的是别忘了加上一杯香槟,如此,才可以做人地说“早餐吃得像皇帝”。

每日深夜,在房门手把挂上我的早餐订单之后,幸福的期待伴着我入梦;次日清晨,“叮咚”,房门铃响,拉开向海的落地长帘,黑幕仍然罩着大地,但东方已经微白。服务生推着满载的餐车,在阳台上为我布置餐桌。一朵粉红色鲜花绽开笑容,我望着气泡上浮的香槟,真有限感动。

海风冰冰爽爽,我裹着披肩,在黑幕中紧盯着远方。远方渐渐现出金光,海天之间金鳞闪闪,似一道火炬般。天空由黑而灰而蓝,金光透粉,终于,一轮圆日破云而出。晨曦映着蓝海,白波熠熠,远方轻舟,如许安祥。当金光穿透我的香槟时,我以无限的敬意,轻啜一口,Sa Lu!

是否唯有旅途中,才有如此的心境? 我的答案是否定的。即使在家,每个周末的早晨,挑逗兴奋的神经,与香槟共舞,也是一种格调吧!



在欧洲旅行时,如果住进四星或五星级大酒店,千万别忘了来个香槟早餐。