

海外饮食文化书系



Buon appetito! Italia!

# 意大利饕餮之旅

[日]花园理惠 / 文 [日]朝仓惠 / 图 赵有为 / 译



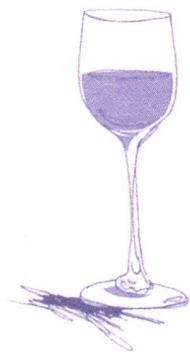
上海远东出版社

# 意大利饕餮之旅

〔日〕花园理惠 / 文

〔日〕朝仓惠 / 图

赵有为 / 译



上海遠東出版社

ITALIA OISHII MONOGATARI by HANAZONO Rie / ASAKURA Megumi (ill.)  
Copyright © 1997 by HANAZONO Rie / ASAKURA Megumi  
Originally published in Japan by TOKYO SHOSEKI CO., LTD., Tokyo.  
Chinese (in simplified character only) translation rights arranged with TOKYO  
SHOSEKI CO., LTD., Japan  
through THE SAKAI AGENCY and BARDON-CHINESE MEDIA AGENCY.  
All rights reserved.

本书由日本东京书籍授权上海远东出版社独家出版。  
未经出版者书面许可，本书的任何部分不得以任何方式复制或抄袭。

责任编辑 / 殷卫星  
装帧设计 / 张志全  
版式设计 / 李如琬

### 意大利饕餮之旅

|                        |          |                  |
|------------------------|----------|------------------|
| 著者：〔日〕花园理惠             | 图：〔日〕朝仓惠 | 印刷：上海市印刷二厂       |
| 译者：赵有为                 |          | 装订：上海市张行装订厂      |
| 出版：上海世纪出版股份有限公司上海远东出版社 |          | 版次：2006年4月第2版    |
| 地址：中国上海市仙霞路357号        |          | 印次：2006年4月第1次印刷  |
| 邮编：200336              |          | 开本：890×1240 1/32 |
| http: www.ydbook.com   |          | 字数：100千字         |
| 发行：新华书店上海发行所 上海远东出版社   |          | 印张：4.375         |
| 制版：上海海峰电脑照排经营部         |          | 印数：1-5100        |

图字：09-2000-555号

ISBN 7-80706-211-8/TS·76 定价：25.00元

版权所有 盗版必究（举报电话：62594779）  
如发生质量问题，读者可向工厂调换。  
零售、邮购电话：62347733-555

## 海外饮食文化书系



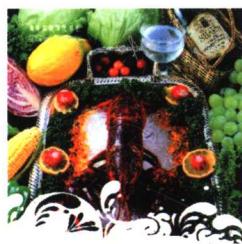
Köstliche deutsche Küche

### 德国老啤酒主义

（德）施密特 / 著 施密特 / 译

生活·读书·新知三联书店

定价：25.00 元



A Taste of Britain

### 维多利亚女王的秘密厨房

（英）史密斯 / 著 史密斯 / 译 史密斯 / 译 史密斯 / 译

生活·读书·新知三联书店

定价：25.00 元



En souvenir de la tour de France des bonbons

### 法兰西甜点地图

（法）施密特 / 著 施密特 / 译 施密特 / 译

生活·读书·新知三联书店

定价：25.00 元

# 寻找旅行的气味

我们旅行到一个新的地方，最容易进入当地的文化的，就是饮食吧！到意大利，不吃几个现烤的比萨，不吃一点香料够重的意大利腌菜，好像对不起自己的胃；到了法国，不来一套法国大餐，好像白花了旅费；飞到德国，吃了几根香肠，灌下几杯啤酒，好像我们才安了心，到此一游。

我们愈来愈依赖我们的舌尖我们的鼻子我们的胃，我们藉由它来告诉我们，台北巴黎，零时差。我们下飞机，急着寻找熟悉的或似曾相识的或还不曾谋面的气味；我们在城市里逛完博物馆，又急于去找一种气味来搭配我们一时还没回过神来的东西，也许是一块蓝莓蛋糕，也许只是一杯香浓的咖啡；我们听完一场歌剧，也许有想喝几口威士忌或是吃一盘洒满乳酪的意大利面的冲动。

因此在纽约街头，我们一边看着街头的艺人表演，一边津津有味地啃着一个冷冷干干的热狗面包。我们到了普罗旺斯，气氛带领我们到森林里找寻香蕈的气味。我们到了德国，参观了这个堡那个堡，似乎就是该喝啤酒的时候了。我们藉着同一文化的食物，来延续刚才的惊叹、欢乐、忧伤或种种气氛，我们藉由食物的气味，来延续还没有走出来的心情。





因此，我们有时会在异地的市场，买一些完全不知如何处理的香料回家；我们也会在故乡的街上，又不断地寻找曾经经验过的气味；我们还不想结束旅程，藉由食物，我们继续行走。

但是，饮食又是最容易让人误入歧途的，我们喜欢拿食物作比较，意大利菜好吃还是法国菜好吃？日本料理精致还是中国菜讲究？我们不只拿食物作比较，还拿文化作比较，一不小心，我们就透露出饮食上的优越感。我们以自己舌尖的标准来评判，而美食最困难的部分就是超越地域的那一部分。美国人真的不懂吃吗？英国人真的只有炸鱼和薯条吗？我们能充分体会小酒馆里的炸鱼和薯条吗？我们想要从饮食了解文化，有时候是最地球村的，有时候又是最有国界的。

因此，我们寻找不同气味的美食，体验不同文化的美食，追寻不同地域的美食。

旅游作家、小说家

王宣一

# 目 录

## 第一章

|      |   |
|------|---|
| 开饭啰! | 1 |
|------|---|

## 第二章

|           |    |
|-----------|----|
| 条条大“水”通罗马 | 11 |
|-----------|----|

## 第三章

|          |    |
|----------|----|
| 提伯里      |    |
| ——罗马之胃   | 17 |
| ★罗马风的佛跳墙 | 25 |

## 第四章

|             |    |
|-------------|----|
| 浅谈深奥的意大利葡萄酒 | 32 |
|-------------|----|

## 第五章

|               |    |
|---------------|----|
| 橄榄与葡萄酒之乡      |    |
| ——托斯卡纳的家庭派对   | 40 |
| ★托斯卡纳乡村风味的烤面包 | 48 |

## 第六章

|            |    |
|------------|----|
| 漫谈深奥的意大利乳酪 | 49 |
|------------|----|



## 第七章

|          |    |
|----------|----|
| 情人专属的威尼斯 | 56 |
|----------|----|

## 第八章

|               |    |
|---------------|----|
| 探寻奇幻松露的温布里亚之旅 | 63 |
|---------------|----|

## 第九章

|           |    |
|-----------|----|
| “无所不能”的酒吧 | 72 |
|-----------|----|

## 第十章

|           |    |
|-----------|----|
| 流行之都      |    |
| ——米兰的瘦身饮食 | 78 |

|           |    |
|-----------|----|
| ★犹太风味的朝鲜蓟 | 81 |
|-----------|----|

|       |    |
|-------|----|
| ★米兰豆腐 | 83 |
|-------|----|

## 第十一章

|             |    |
|-------------|----|
| 意大利式的“甜蜜生活” | 85 |
|-------------|----|

## 第十二章

|               |    |
|---------------|----|
| 吃在那不勒斯，死而无憾矣！ | 92 |
|---------------|----|

|      |    |
|------|----|
| ★红蛤蜊 | 97 |
|------|----|

## 第十三章

|            |     |
|------------|-----|
| 西西里的“浩瀚之蓝” | 100 |
|------------|-----|

|         |     |
|---------|-----|
| ★海胆意大利面 | 103 |
|---------|-----|

## 第十四章

|      |     |
|------|-----|
| 姆妈…… | 108 |
|------|-----|

## 第十五章

|           |     |
|-----------|-----|
| 就因为意大利人吧！ | 114 |
|-----------|-----|





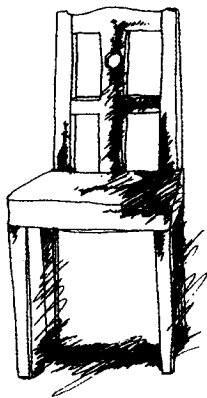
# 第一章 *Italy* 开饭喽!

“意大利是金黄色的!”……这是我的第一声赞叹!

由罗马机场通往旧市区的环状道路,几乎要被淹没在盛开的向日葵花田之中。

一波波的向日葵被微风吹动,仿佛是一大群黄色的雀鸟正飞舞,而那一轮又一轮的花朵,迎着艳阳,带着挑战意味的雄赳赳姿态……我的心中有着莫名的感动。

向日葵正像是意大利女性,她们坚强挺立的仪态,如同电影《苦米》中的希露沃娜·蒙卡诺所呈现出的“扎根于大地,不可动摇的母性”。在如此干涸的大地,仍能结出丰硕的果实,除了此特有的“母性”之外,别无其他了。兼具“高傲”及“大众化”两项矛盾个性的向日葵花,也使我联想起意大利女子的微笑,大轮的向日葵直视那炙人的烈日,在炎夏中为生存而奋斗。此地的夏日,比北国的严冬更难挨。在神话中掌管谷物的女神得墨忒耳(Demeter),因其女





儿佩塞芬尼 (Persephone) 被冥王哈得斯 (Hades) 掳至冥界，所以每逢夏季五谷不生，特别是南部饱受缺水之苦。

现实环境虽然是如此，但因着母性大爱的培育，使得这块称作意大利的土地，改变了风貌，成为“饮食文化的宝库”。希腊人种下了橄榄树苗，哥伦布由中南美洲带回了番茄，以及马可·波罗自中国引进了面条等，经由意大利独特超群的美感，在餐桌上展现出优雅迷人的风姿。

当日至机场的朋友希蒙娜，使我初次体会到所谓的意大





利饮食文化。在信上她便一再强调，要让我实实在在感受到以耕地的双手盛装、用哄骗小孩的温柔调味所做的“意大利式妈妈菜的味道”。她又说“姆妈”（母亲）为了今天要招待我，花费许多心思准备料理。由机场到希蒙娜位于佛罗伦萨的娘家要开三个多小时的车程。一路上，她一边开车一边连声多次问我：“Hai fame?（肚子饿吗？）”

希蒙娜专攻东洋历史，在日本停留了几个月之后，回到意大利已有一年的时间。当她在日本时，我们结识于朋友的



聚会中，因为志趣相投而成为知己。她离开日本之后，我们之间书信往返十分频繁，好像是自儿时即相识的密友一般。

我对佛罗伦萨这个城市的向往，及对意大利艺术的关心，全部因她而起。每次收到她寄给我文艺复兴时期的绘画明信片，或者是看到托斯卡纳（Toscana）地区的农家相片，都使我感觉到希蒙娜的故乡——佛罗伦萨，就好像是我自己的故乡一般地亲切。

当我在日本学习雕刻金属时，就有留学设计的发源地意大利的梦想，而希蒙娜使我的梦想成真。当时我尚不懂意大利文，所以申请以英语教学的美国系统学校。

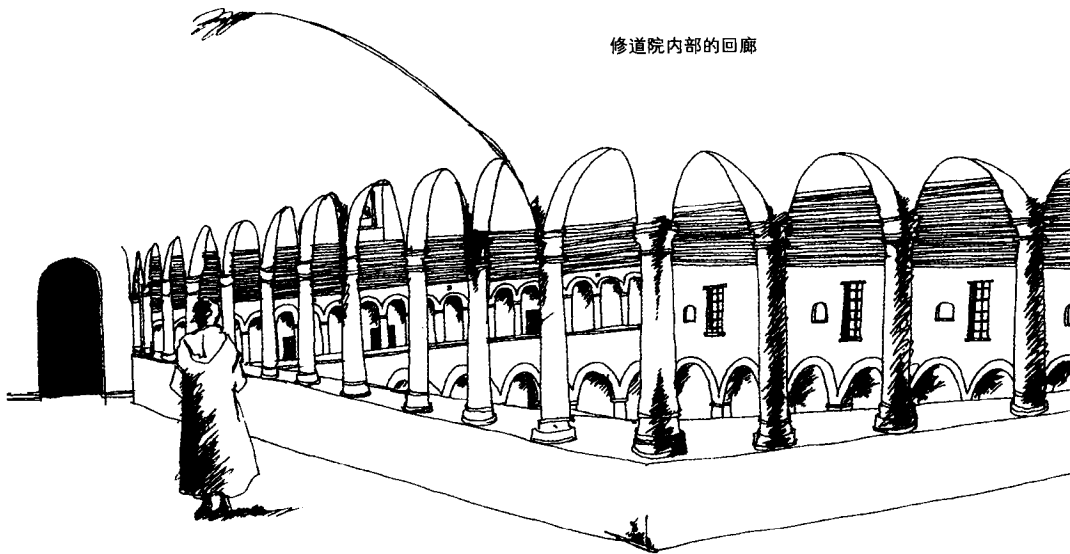
由于我抵达时正逢假期，所以找不到租赁的屋子，通过学校介绍住宿家庭也没有结果，幸好有希蒙娜的热心协助，让我得以至她娘家暂住等候。

由罗马机场出发三小时的车程后，我们抵达希蒙娜位于佛罗伦萨的住处。

姆妈满面笑容地迎接我。一转眼，希蒙娜留下我和姆妈又飞奔而出。在意大利通常在路边停车不需要有停车的证明，但是对于居住在城市的人而言，想得到路边的停车位并不是件容易的事。当天希蒙娜家门口，正好车停得满满的，连一个车位也找不到，因此她赶快另找停车位。但当运气不好时，在同一个地区绕了三十分钟也找不到停车位。因此必须眼明手快，看准哪个车位可能会空出来，便展开车位争夺战。希蒙娜苦笑着说：“不眼明手快、把握机会，是无法生存的。”有关这句话，日后我也有沉痛的感受。

由于希蒙娜的姆妈不会说英语，而我意大利文也不通，此时问题严重了，我们两人都开始坐立不安而手足无措。

首先，姆妈拉着我的手到厨房，虽然语言不通，但是从



比手画脚中，我知道她问我肚子饿不饿！

在我摇摇头之后，姆妈打开冰箱，不论是小碎片乳酪或是前日的剩菜，都用汤匙一口一口喂入我的口中，好像在喂小婴孩吃断乳食品一般，每喂一口，就问一声“Buono?（好吃吗？）”。

意大利文的“buono”与英文的“nice”意义相当。而“这个人很好”的“好”也用“buono”。希蒙娜曾用日文说自己的情人是“很好吃的人”，引来哄堂大笑，我现在终于了解其原因了。

当希蒙娜带着她那位“好吃的人”奥兰多回到家时，厨房的桌上已经堆满了姆妈从冰箱中拿出的食物，而且堆积如山到了不知道该如何收拾的地步了。

几乎是同一时间，希蒙娜的妹妹丽塔和“爸褓”（托斯卡纳方言中，对父亲的称呼）也回到家中。只有高中毕业的丽

塔，负责照顾希蒙娜家所开的糕饼点心店。此时已经过了八点。意大利的晚餐时间一向是很晚。

当姆妈在厨房忙着做菜时，爸禄及奥兰多将厨房的桌子及椅子搬到中庭。在夏天，意大利人多在院子或阳台用餐，即使是餐厅也是多将桌椅搬到马路旁，完全不使用室内的空间。

到了九点左右，外面的天仍然明亮，不久天空被夕阳渲染成茜红色，天色渐暗后，则燃起蜡烛。喜爱柔和光线的意大利人，室内常使用间接照明，街灯也是黄澄澄的，把夜晚点缀得十分罗曼蒂克。

“Mangiare！（开饭啰！）”希蒙娜由中庭出声招呼在屋内打扫房间的丽塔。我刚抵达时，他们忘了为我介绍房屋内部，姆妈连声抱歉，赶忙带我入内参观。

意大利人的习惯，接待客人时，一定将全家每个角落开放，从卧房到浴室，一个个房间逐一介绍，然后才用餐，这是一种礼貌。

我到访时却因姆妈打开冰箱的开场太冗长，而遗忘了之后的参观部分，希蒙娜为此深感抱歉。

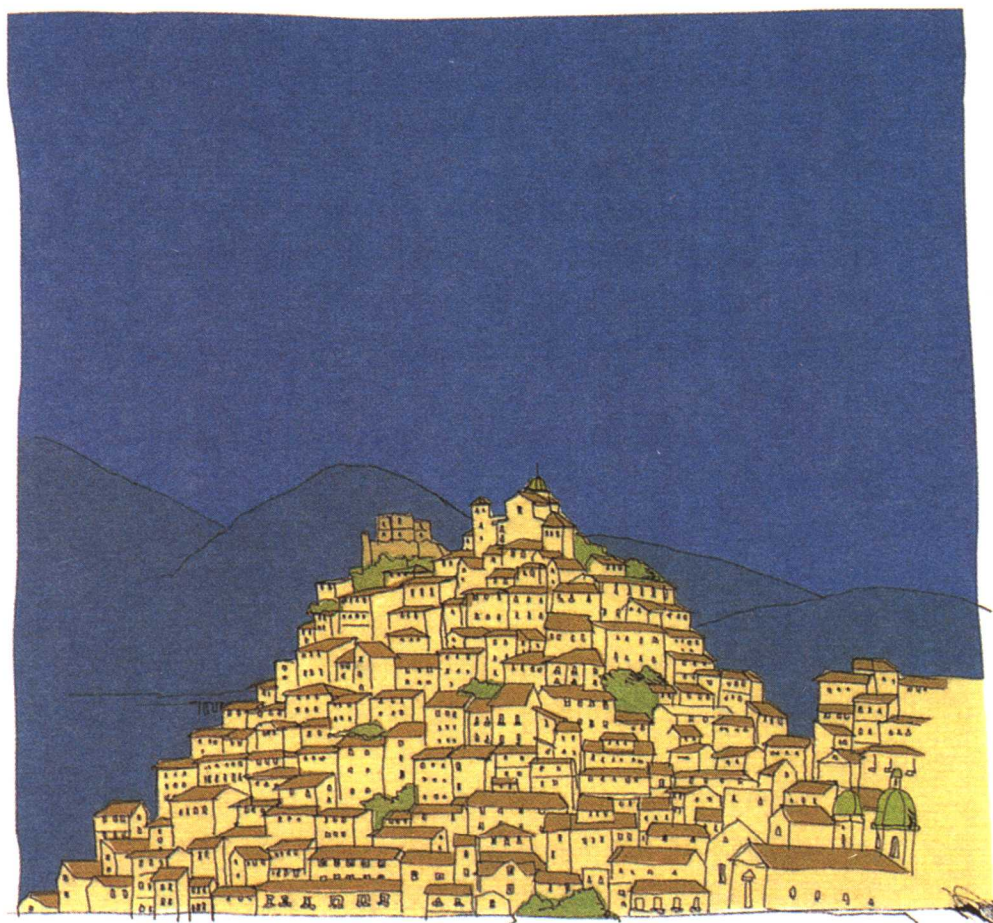
而固守佛罗伦萨传统习俗的爸禄，坚持在晚餐前一定得先参观屋子，所以依惯例带我浏览。爸禄也只会意大利文，我则连一句勉强随声应和的意大利文也挤不出来，虽然如此，介绍却相当漫长，特别是当站在日本造的电器前时，有如导游在介绍特殊的纪念碑一般。正当此时，比我已先不耐烦的姆妈，从中庭喊着：“开饭啰！”

首先由主人为大家斟上红葡萄酒，旁边的玻璃杯则注入矿泉水（意大利人偏好气泡矿泉水）。

意大利菜由前菜开始，然后是意大利面或茄汁烩饭，主菜是鱼或肉（有时也中途上沙拉），接着是甜点及咖啡（绝对







至今仍保持中世纪风貌的山城，正是意大利乡间的魅力所在。

不可以一起端上), 按此顺序, 一道道上菜。每道菜的量都很多, 一般日本人的食量大概无法吃到甜点。

这大约已是十年前的往事了, 当晚详细的菜色已没有印象, 只记得我大概主菜吃了一半就放弃了——“胃容量不同”而不得不认输。而当我一停止进食的动作, 眼尖的姆妈马上就发现了, 问道: “为什么不吃了呢?” 意大利人常问“Perche (为什么)”, 这么问当然是为了知道原因, 但是当他们的自信推翻对方的回答时, 会故意地一再问“Perche”。当我回答“已经吃饱了”之后, 全家人无不露出令人不忍的难过表情, 并且开始议论纷纷。

“意大利菜是全世界最美味可口的,” 有人充满自信地说, “今天的烹调失败了吗?” “不是啦! 这位小姐还不习惯意大利菜, 我们出国还不是只吃意大利餐厅吗?” “是不是身体不舒服?” “如果姆妈将每个素材介绍清楚, 她就不会不敢吃了。”

最后还是由希蒙娜替我解围: “食物很好吃, 只是理惠的食量比较小。”

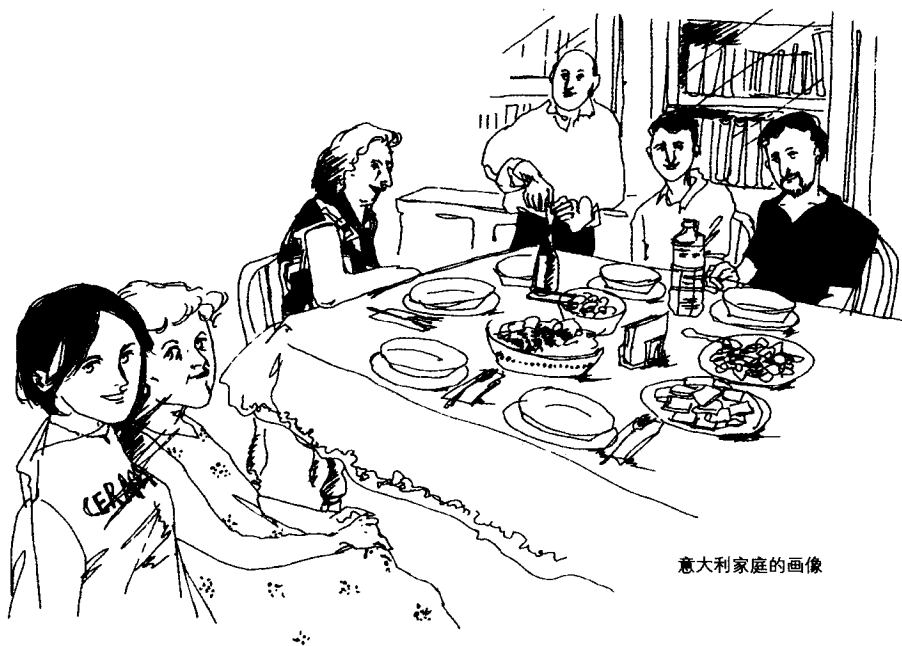
此时空气中的紧张气氛终于缓和下来, 大家恢复笑颜。“所以理惠才这么苗条!” 妹妹丽塔说道, “那么姆妈以后也别让我吃这么多东西了。” 这时话题才转移了。

但是这并不意味着我前面的菜肴会被撤走, “Pian Piano (慢慢来, 不必急!)” 姆妈像是替我加油似地说道, 时间很多, 长夜正开始呢!

“对啊! Pian Piano! (不必慌张喔!)” 大家都异口同声。

“Pian Piano!” 在意大利是常听到的一句话。这句旋律悦耳的话, 带着一种无限宽容的好意, 但是在当时的我听起来, 却有相反的意义。当然大家并没有恶意, 我盘中的食物若最





意大利家庭的画像

后没有吃完，也不会引来不悦。“Pian Piano!”只是一句客套话。

事实上当我盘底见光时，大家都拍手喝彩，并起立大叫：“Brava bambina!（好棒的小姑娘！）”然后从第二个晚上起我盘中食物的分量又增加了许多。

而我又吃光了。人的胃是不可思议的，一天天地、慢慢地被撑大了……如此一来，我和意大利的“Mangiare”已融为一体了。

在这段时间的训练之下，我自认已上了意大利面的瘾，但这真的只是在很短的时间之内发生的……

