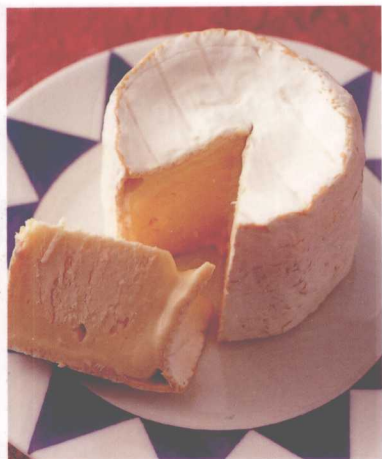
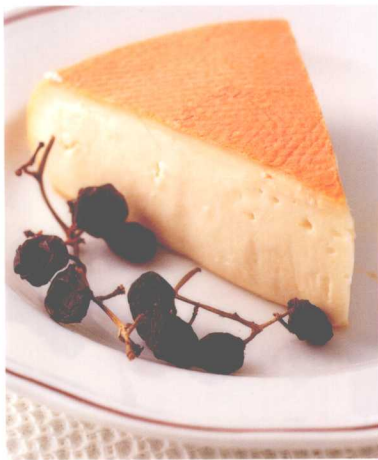




干酪

超级美味干酪的
选择和食用方法

Cheese 精选123款



一本教您100%
地享受干酪的
入门宝典

(日) 主妇之友社 编著
乐 馨 译

TITLE: [チーズの選び方 楽しみ方]

BY: [主婦の友社]

監修: [本間るみ子] (フェルミエ代表)

Copyright ©Shufunotomo Co.,Ltd. 2003

Original Japanese language edition published by Shufunotomo Co., Ltd.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with Shufunotomo Co., Ltd.

Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

© 2009, 简体中文版权归辽宁科学技术出版社所有。

本书由日本株式会社主妇之友社授权辽宁科学技术出版社在中国范围独家出版简体中文版本。著作权合同登记号: 06-2009第32号。

版权所有·翻印必究

图书在版编目 (CIP) 数据

干酪精选123款 / (日) 主妇之友社编著; 乐馨译. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2009.9

ISBN 978-7-5381-6007-9

I. 干… II. ①主…②乐… III. 干酪—基本知识 IV. TS252.53

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第130399号



策划制作: 北京书锦缘咨询有限公司 (www.booklink.com.cn)

总 策 划: 陈 庆

策 划: 蒙明炬

装帧设计: 郭 宁

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印 刷 者: 北京地大彩印厂

经 销 者: 各地新华书店

幅面尺寸: 170mm × 235mm

印 张: 10.5

字 数: 125千字

出版时间: 2009年9月第1版

印刷时间: 2009年9月第1次印刷

责任编辑: 谨 严

责任校对: 合 力

书 号: ISBN 978-7-5381-6007-9

定 价: 36.00元

联系电话: 024-23284376

邮购热线: 024-23284502

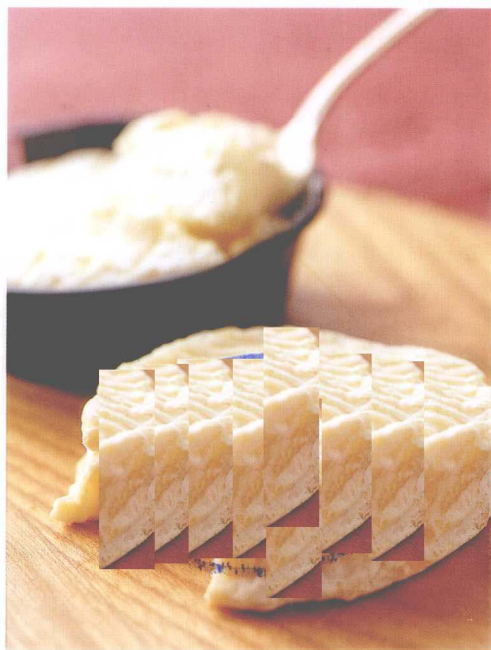
E-mail: lnkj@126.com

http: //www.lnkj.com.cn

本书网址: www.lnkj.cn/uri.sh/6007

干酪 精选 123 款

超级美味干酪的选择和食用方法



(日) 主妇之友社 编著
乐 馨 译

辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·



目录

干酪的基础知识 * 6

干酪的种类 * 8

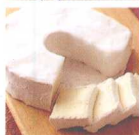
Part 1 鲜干酪 Fresh Cheeses

- 白干酪 [Fromage Blanc] * 12
- 布鲁西干酪 [Boursin] * 14
- 科西嘉岛羊干酪 [Brocciu] * 15
- 圣马尔斯干酪 [Saint-Marcellin] * 16
- 圣费利西安干酪 [Saint-Félicien] * 16
- 奶油干酪 [Cream Cheese] * 17
- 瑞克塔干酪 [Ricotta] * 18
- 马苏里拉·水牛·坎帕纳干酪 [Mozzarella di Bufala Campana] * 21
- 马苏里拉干酪 [Mozzarella] * 21
- 罗比欧拉·罗卡韦拉诺干酪 [Robiola di Roccaverano] * 22
- 马斯卡邦干酪 [Mascarpone] * 23
- 费塔干酪 [Feta] * 24



Part 2 白霉干酪 Bloomy Rind Cheeses

- 比利萨瓦尼干酪 [Brillat-Savarin] * 26
- 卡蒙贝尔·诺曼底干酪 [Camembert de Normandie] * 28
- 布里·莫城干酪 [Brie de Meaux] * 31
- 布里·莫伦干酪 [Brie de Melun] * 32
- 克仑米尔干酪 [Coulommiers] * 32
- 石板立方体干酪 [Pavé d'Affinois] * 33
- 沽董干酪 [Coutances] * 34
- 夏乌尔斯干酪 [Chaource] * 35
- 讷夏泰勒干酪 [Neufchâtel] * 36
- 嘉普隆干酪 [Gaperon] * 37
- 布尔梭干酪 [Boursault] * 38
- 至尊干酪 [Suprême] * 39
- 圣安德烈干酪 [Saint André] * 39
- 探险者干酪 [Explorateur] * 40
- 卡普里斯天神干酪 [Caprice des Dieux] * 41
- 幸运干酪 [Baraka] * 41
- 麦秸圆干酪 [Tuma dla Paja] * 42



Part 3 洗浸干酪 Washed Rind Cheeses

- 曼斯特干酪 [Munster] * 44

- 蒙道尔干酪 [Mont d'Or] * 47
 勒布罗匈干酪 [Reblochon] * 48
 艾波瓦斯干酪 [Epoisses] * 51
 夏布利精炼干酪 [Affiné au Chablis] * 52
 斯曼多兰干酪 [Soumaintrain] * 53
 香贝丹之友 [L'ami du Chambertin] * 53
 皮丹洛娃干酪 [Pié d'Angloys] * 54
 卢瓦石干酪 [Galet de la Loire] * 54
 邦勒维克干酪 [Pont L'évêque] * 55
 朗格勒干酪 [Langres] * 56
 利瓦罗干酪 [Livarot] * 57
 马罗瓦尔干酪 [Maroilles] * 58
 南特干酪 [Nantais] * 59
 塔雷吉欧干酪 [Taleggio] * 60



Part 4 山羊和绵羊干酪 Goat's and Sheep's Milk Cheeses

- 圣莫尔都兰干酪 [Sainte-Maure de Touraine] * 65
 哥洛亨达沙维翁干酪 [Crottin de Chavignol] * 66
 珀里尼圣皮耶干酪 [Pouliny Saint-Pierre] * 68
 圣苏歇尔干酪 [Selles-sur-Cher] * 69
 皮克墩干酪 [Picodon] * 70
 罗卡马杜尔干酪 [Rocamadour] * 71
 瓦朗塞干酪 [Valençay] * 72
 普瓦图山羊干酪 [Chabichou du Poitou] * 73
 摩泰叶子干酪 [Mothais à la feuille] * 74
 夏洛莱干酪 [Charolais] * 75
 马贡内干酪 [Mâconnais] * 76
 巴依干酪 [Banon] * 77
 罗伯加利库干酪 [Roves des Garrigues] * 78
 夏比葡萄干干酪 [Chabis Raisins] * 78
 佩莱优干酪 [Pérail] * 79
 丛林之花干酪 [Fleur du Maquis] * 80
 穆拉查诺干酪 [Murazzano] * 81
 阿斯通干酪 [Azeitão] * 82



Part 5 蓝纹干酪 Blue Cheeses

- 洛克福干酪 [Roquefort] * 84
 奥弗涅蓝纹干酪 [Bleu d'Auvergne] * 86
 吉克斯蓝纹干酪 [Bleu de Gex] * 89
 安波特柱状干酪 [Fourme d'Ambert] * 90
 布列斯蓝纹干酪 [Bresse Bleu] * 91
 高斯蓝纹干酪 [Bleu des Causses] * 92
 卡斯特罗蓝纹干酪 [Bleu Castello] * 93



- 戈贡佐拉干酪 [Gorgonzola] * 95
- 卡布拉勒斯干酪 [Cabrales] * 96
- 巴尔登奥干酪 [Queso de Valdeón] * 97
- 斯蒂尔顿干酪 [Stilton] * 98
- 什罗浦蓝纹干酪 [Shropshire Blue] * 100



Part 6 半硬质干酪&硬质干酪 Pressed Cheeses

- 欧梭伊哈迪干酪 [Ossau-Iraty] * 102
- 康塔尔干酪 [Cantal] * 104
- 萨莱斯干酪 [Salers] * 104
- 煎刮干酪 [Raclette française] * 107
- 圣耐克泰尔干酪 [Saint-Nectaire] * 108
- 茅草干酪 [Chaumes] * 110
- 托姆萨瓦干酪 [Tomme de Savoie] * 111
- 莫比耶干酪 [Morbier] * 112
- 阿齐亚戈干酪 (普雷萨特/达雷沃) [Asiago] * 114
- 科廷干酪 [Crutin] * 116
- 芳提娜干酪 [Fontina] * 117
- 蒙特韦罗内塞干酪 [Monte Veronese] * 118
- 布拉特内罗干酪 [Bra Tenero] * 119
- 布拉多罗干酪 [Bra Duro] * 119
- 卡斯特马诺干酪 [Castelmagno] * 120
- 蒙他西奥干酪 [Montasio] * 121
- 托斯卡纳绵羊干酪 [Pecorino Toscano] * 122
- 拉斯肯刺干酪 [Raschera] * 123
- 希拉诺马匹干酪 [Caciocavallo Silano] * 124
- 撒丁岛之花 [Fiore Sardo] * 125
- 普罗沃罗内·瓦尔帕达纳干酪 [Provolone Valpadana] * 126
- 拉古萨干酪 [Ragusano] * 127
- 修士头干酪 [Tête de Moine] * 128
- 亚宾塞干酪 [Appenzeller] * 129
- 玛利波干酪 [Maribo] * 130
- 萨姆索干酪 [Samsoe] * 131
- 哈瓦提干酪 [Cream Havarti] * 132
- 曼彻格干酪 [Queso Manchego] * 133
- 马弘干酪 [Mahón] * 134
- 伊蒂阿萨巴尔干酪 [Idiazábal] * 135
- 圣西蒙干酪 [San Simón] * 136
- 尼萨干酪 [Nisa] * 137
- 兰开夏干酪 [Lancashire] * 138
- 柴郡干酪 [Cheshire] * 139
- 伯爵干酪 [Comté] * 142
- 波弗特干酪 [Beaufort] * 145
- 阿邦当斯干酪 [Abondance] * 146



- 米摩雷特干酪 [Mimolette] * 147
帕米加诺·雷佳诺干酪 [Parmigiano Reggiano] * 148
罗马绵羊干酪 [Pecorino Romano] * 150
帕达诺颗粒干酪 [Grana Padano] * 151
格鲁耶尔干酪 [Gruyère] * 152
埃曼塔干酪 [Emmental] * 155
斯普林芝干酪 [Sbrinz (TM)] * 156
埃提瓦干酪 [Etivaz] * 157
古达干酪 [Gouda] * 159
埃达姆干酪 [Edam] * 160
温斯利代尔干酪 [Wensleydale] * 161
单格洛斯特干酪 [Single Gloucester] * 161
切达干酪 [Cheddar] * 162



专栏

- 干酪食用小窍门1 干酪的切法 * 62
干酪食用小窍门2 干酪的保存方法 * 113
干酪食用小窍门3 干酪的选择方法和最佳食用期 * 140

品尝干酪的工具 * 164

适合与干酪搭配的食物 * 166



说明

拿破仑蛋糕的灵感，和西西嘉上的特产干酪

科西嘉岛羊干酪 Brocciu

原料：鲜牛奶
原产地：法国科西嘉岛
属性：新鲜、保质期2~3天，室温存放的保质期
规格包装：400g-1kg
特点：质地柔软且富有弹性有嚼劲，吃起来软软的很可爱
参考价：1~4元

◆拿破仑母亲钟爱的干酪
位于地中海的科西嘉岛被法国人称为“美丽的岛屿”，这除了它就是岛上的特产，其它色、味、形、质都让人印象深刻。

拿破仑就出生在科西嘉岛上。据说拿破仑的母亲爱丽萨为了能吃上羊干酪，还特意把山羊从科西嘉岛运往巴黎去，这段故事足以说明科西嘉岛上的羊干酪有多么美味。它的内部细嫩透着自然的甘甜，吃起来就像是一块发味的豆腐。

这种羊干酪是以绵羊奶或山羊奶，或是两者的混合奶，通过乳酸菌的两加工制作而成的。它又细分为两种不同的类型，一种是做好之后两天内必须出售出的新鲜羊干酪，另一种是至少经过15天成熟期的陈年干酪。您如果有机会到岛上去的话，一定要尝一尝那里的新鲜羊干酪。



★表示可口的程度

☆☆☆…没有怪味，适合初尝干酪的朋友

★★☆…比较有个性，适合有一定经验的朋友

★★★★…个性强烈，适合常吃干酪的朋友

国旗标志

表示干酪的生产国

AOC、DOP

AOC：法国面向消费者的品质保证

DOP：欧盟的农产品保护制度

小贴士

食用时的注意事项，如吃法、可搭配的红酒等

35



干酪的 基础知识

几年前，我们只能见到为数不多的几种干酪，而现今大大小小的超市里已经开设了干酪专柜，摆放着几十种干酪。干酪已经为人们所熟知。那么，干酪究竟是什么东西呢？我们先从它的起源和历史讲起。

干酪是什么？

听到干酪这个词，您的脑海里浮现出什么来了呢？是从前就为人所熟知的再制干酪呢，还是备受欢迎的卡蒙贝尔干酪？或者是马苏里拉干酪？干酪可是多种多样的。简单来说，干酪就是将奶用乳酸菌发酵并用酶凝结后的浓缩产品。使用的奶，可以是牛奶，也可以是山羊奶或是绵羊奶，其外形和硬度千差万别。



天然干酪和再制干酪

干酪大致分为天然干酪和再制干酪两种。天然干酪是直接鲜奶制成的，再制干酪是将天然干酪加工后的产品。再制干酪能够保存很长时间，但由于加工的缘故，其味道不够醇厚。假如您想体味干酪的本色滋味，那就请您品尝本书为您介绍的各种天然干酪吧。





干酪的别称

干酪在中国又名芝士、乳酪或奶酪。那世界上主要的国家又怎么称呼干酪呢？干酪的法语为Fromage，意大利语为Formaggio，它们都是从“成型”（Forma）一词演变而来的。另外，干酪在英语里被称为Cheese，西班牙语为Queso，德语为Käse，荷兰语为Kaas，葡萄牙语为Queijo。这些词的词源都是拉丁语中的干酪一词Caseus。

干酪的起源

阿拉伯一个古老的民间传说中提到了干酪的诞生。“过去，阿拉伯的商人在上路前都把羊奶装进一个用羊的胃制成的水壶中，带在路上喝。他们在行进途中口渴时，就打开水壶喝羊奶。这时他们发现羊奶结块了，品尝这些羊奶块后，发现它们十分美味。”这些“羊奶块”其实就是干酪的始祖。多亏了它们，今天的我们才能吃到香喷喷的干酪。



中国干酪

干酪等奶制品在中国传统牧区是一种常见食品。受元朝、清朝统治阶层影响，干酪逐渐从畜牧民族居住区传播到各地。清朝的宫廷食品有松仁干酪、奶豆腐、奶饽饽、干酪干等，主要是由鲜牛奶、白糖、糯米酒烤制而成。这些基本属于鲜干酪类，至今在北京地区的老字号店铺仍可以买到。另外，如贵州小吃“奶皮子”，是将鲜奶煮沸，取出表面凝结的蛋白质和奶脂晾干而成，也可认为属于鲜干酪一类。





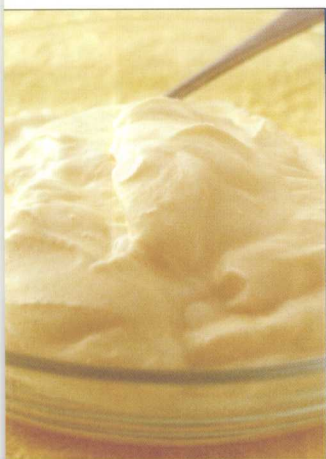
干酪的种类

干酪分为天然干酪和再制干酪两种。本书主要介绍的是带着原始奶香的天然干酪。天然干酪的分类方法多种多样，一般将其分为7种。

鲜干酪

水嫩的清爽风味

一种未成熟的干酪，类似酸奶，以白干酪为代表。将牛奶凝固成酸奶，除去水分就是这种干酪。其口感柔软，味道清淡，酸味恰到好处，而且充满了新鲜的奶香味。这种干酪越新鲜越好吃，可以直接吃，也可以加入蜂蜜或果酱一起吃。它的奶源多样，其中牛奶制成的鲜干酪最为可口。

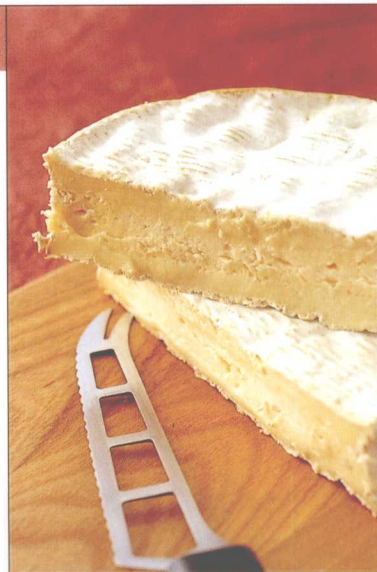


白霉干酪

柔滑温和的人气干酪

最受欢迎的干酪大概就是它了。这种干酪比较柔软，表面覆盖着一层白色的真菌绒毛。我们所熟悉的卡蒙贝尔干酪和布里干酪就属于这种。虽然个别白霉干酪有强烈的个性，但大部分白霉干酪都比较温和，适合初尝干酪者。大多数白霉干酪都比较传统，不过后来出现了奶味更加浓厚的干酪。它们在牛奶中加入了奶油，被称为“二重奶油”或“三重奶油”^{*}。

^{*} “二重奶油”或“三重奶油” 一种在牛奶中加入奶油制成的干酪，在年轻人当中风靡一时。其口感非常柔滑，入口即化，但脂肪含量很高。“二重奶油”中有60%~75%的固体脂肪，而“三重奶油”则达到75%以上。尽管好吃，但不宜多食。





洗浸干酪

独特的味道与酒类十分投缘

洗浸干酪的味道千变万化，聚集了许多个性强烈的干酪。因其在成熟期间须以盐水多次清洗表皮，故被称为“洗浸”。有时候也用当地的葡萄酒、白兰地、马尔酒等酒类清洗。其独特的味道来自表皮，表面上看来好像十分怪异，但却有着意想不到的温和口感，相当好吃。外皮很美味，如果硬就剥掉，倘若还是软的就直接入口吧。洗浸干酪是绝好的下酒配料，与葡萄酒尤为相配。



山羊和绵羊干酪

源于自然的质朴风味

用山羊奶制成的干酪总称为山羊干酪。传统山羊干酪的最佳食用时节是每年的3~11月。其独特的清爽酸味和干巴巴的口感，让有些人疯狂着迷的同时，也令有些人对它敬而远之。这种干酪一般较小，外面涂抹一层木炭粉以防干燥，因此很好辨认。另外，用绵羊奶制成的干酪则称为绵羊干酪。绵羊奶奶香醇厚，制作出来的干酪也以黏糯的口感和绵羊奶特有的收敛滋味为主要特征。



蓝纹干酪

刺激性的美味令人无法自拔

也称“蓝霉干酪”，在青霉素的作用下形成大理石花纹般的蓝绿色纹路。洛克福干酪、戈贡佐拉干酪以及斯蒂尔顿干酪是世界闻名的三大蓝纹干酪。蓝纹干酪的最大特点是具有刺激性的味道。这种干酪的含盐量很高，整体具有强烈的味道。不过，其干酪本身是用牛奶或羊奶制成的，口感温和。如果您还对蓝纹干酪不太习惯，可以选择那些蓝霉少的干酪来尝一尝。

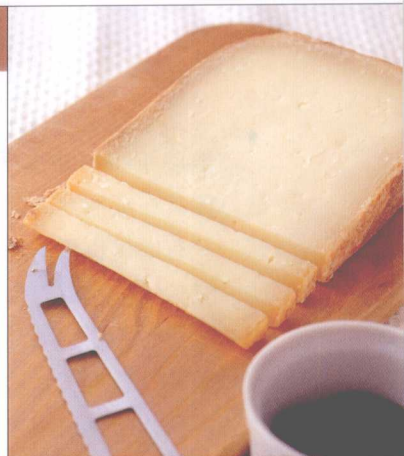




半硬质干酪

品尝成熟干酪的香醇

这种干酪常被夹在三明治和比萨饼中，我们常常有机会吃到。它在制作过程中无需加热即可压榨，本书把非加热压榨的干酪都归为半硬质干酪。这种干酪的保存期很长，而且方便料理。其组织微硬，需要较长时间的成熟过程。此类干酪口味多样，绝大多数都比较温和可口，以古达干酪最为有名。



硬质干酪

浓缩的好滋味

干酪中那些硬实的大个头都可以称为硬质干酪。本书中把加热之后进行压榨的干酪都归为这一类。它是一种山地地区的干酪，那些因漫长严冬无法出门的山地居民都将它储存起来作为食物。因为是在加热的过程中同步压榨的，所以里面所含的水分极少。通过长时间的成熟，浓郁的滋味得到进一步浓缩，因此大部分的硬质干酪都具有醇厚的风味。其代表为帕马森干酪和格鲁耶尔干酪。



商标的说明

商品名称

CAMEMBERT DE NORMANDIE
(来自诺曼底的卡蒙贝尔)

原产地的标准名称

APPELLATION D'ORIGINE
CONTROLÉE (AOC的全称)

产地

DE NORMANDIE
(诺曼底产)

重量

POIDS NET 250g

干酪类别

CAMEMBERT
(卡蒙贝尔干酪)

海外出口许可号

F 50. 207. 01 CEE

关于奶源

au lait cru
(使用非杀菌乳)

厂商名

Th. Réaux

AOC标志



干酪不但吃起来很美味，而且看起来也很开心！它的个性包装丰富多彩，包含了很多信息。刚开始看时会觉得繁琐、一头雾水，看久了就会看出它的雅致和美感来。

Part 1 鲜干酪

Fresh Cheeses

我们将那些未成熟的干酪称为鲜干酪，其爽滑的口感极易为人们所接受。它与果酱、蜂蜜等带甜味的配料十分相配。当然，鲜干酪一定要趁新鲜的时候尽快吃完。

※干酪的脂肪含量

本书干酪产品标签上和“简介”中标示的脂肪含量是依据干燥萃取物的比例算出来的。也就是说，是依据完全去除水分的干酪所算出的比例，和通常的理解并不一样。

以脂肪含量为40%的新鲜干酪为例。它是由20%的干燥萃取物和80%的水分组成的，这里40%的脂肪含量是指20%干燥萃取物中的40%，换算成实际干酪中的脂肪含量应该为：“ $40\% \times 20\% = 8\%$ ”。

白干酪 Fromage Blanc



简介

类别：鲜干酪

原产地：法国

原料奶：牛奶

脂肪含量：0、20%、40%

外形：盛在容器中或在店中称量

季节：整年



●新鲜、净白，做甜品正合适

白干酪介于酸奶与鲜奶油之间，其酸味较酸奶要淡且更具醇香，但没有奶油那么浓厚。清爽淡雅的它适合作为夏日消暑的甜品。

“Fromage Blanc”直译过来就是“白色的干酪”。这是一种在半途中就完成了的干酪，制作方法简易。先将牛奶温热，加入凝乳酶搅拌，凝固之后轻轻地將整块干酪放入模具中，控出水分即完成。有许多干酪都是白色的，但将这款干酪冠以“白干酪”之名是再合适不过了。

●乡村型和摔打型

白干酪又有两种类型，一种是乡村型，一种是摔打型。前者是直接放入模具中制成的，口感有点儿干，而后者是经过反复揉摔过的，口感润滑。它们之间的区别就有点儿像北豆腐和南豆腐。绝大部分的人都偏爱摔打型，只有少数的“干酪通”才能吃出乡村型的美味。

白干酪中脂肪含量一般占40%。考虑到健康因素，有些白干酪中的脂肪含量被降至20%甚至0。那些想吃又怕胖的朋友应该非常开心。它也可以作为孩子的健康零食，据说法国人常常把它给刚刚断奶的孩子食用。所以，白干酪也被人们称为“人生中的第一种食品”，并深得男女老少的喜爱。

小贴士

最普通的吃法就是在里面放点儿细砂糖，不过撒些盐和胡椒也可以。加上果酱和蜂蜜就能轻而易举地变身为一款简单的甜品啦。有时也被作为点缀或菜肴中不易觉察的作料，甚至被用于奶油冻等点心的制作中。



布鲁西干酪 Boursin



简介

类别：鲜干酪

原产地：法国诺曼底地区

原料奶：在牛奶中添加奶油

脂肪含量：70%

外形：直径8cm，高约4cm，重150g

季节：整年



● 法国诺曼底地区的家庭自制食品

布鲁西干酪（又名香草干酪）于1957年诞生，一夜之间便传遍了世界各地。它本是法国诺曼底地区家庭自制的干酪，被认为是香草白干酪的前身。之所以叫这个名字，据说是因为它的制作食谱来自一位叫做弗兰索瓦·布鲁西的人。

● 添加了大蒜和香草的大蒜香草末干酪和黑胡椒风味的胡椒干酪

在牛奶中添加奶油制成的干酪口感都相当润滑，其中最受欢迎的是添加了大蒜和香草的大蒜香草末干酪。

虽然与啤酒十分搭配的胡椒干酪很常见，但一般说到布鲁西干酪通常都是指大蒜香草末干酪。这款干酪也有小片的，可以一次性吃完。可以加在牛排上，也可以代替大蒜黄油塞在食用蜗牛里。



左边是大蒜香草末干酪，右边是胡椒干酪

小贴士

胡椒干酪可与酒体较轻的红葡萄酒和啤酒相配，而大蒜香草末干酪则适合与辛辣的白葡萄酒一起食用。平时可以将它们涂在面包或咸饼干上，作为餐前的开胃小品。也可以与鲜奶油一起搅拌，做成泥状沙拉使用。

拿破仑母亲的最爱，科西嘉岛上的特产干酪

科西嘉岛羊干酪 Brocciu



简介

类别：鲜干酪

原产地：法国科西嘉岛

原料奶：绵羊奶或山羊奶，或是两者的混合奶

脂肪含量：40%~51%

外形：根据控水篮的形状而变化

季节：1~6月

●拿破仑母亲钟爱的干酪

位于地中海的科西嘉岛被法国人称为“美丽的小岛”，这款干酪就是岛上的特产。其色纯白，异常柔软，口感也十分润滑。

拿破仑就诞生在科西嘉岛上。据说拿破仑的母亲莱蒂齐亚为了能吃到羊干酪，还特意把山羊从科西嘉岛运到巴黎去。这段轶事足以证明科西嘉岛上的羊干酪有多么美味。它的内部微微透着自然的甘甜，吃上去就像是一块美味的豆腐。

这种羊干酪是以绵羊奶或山羊奶，或是两者的混合奶，通过对乳清的再加工制作而成的。它又细分为两种不同的类型，一种是做好之后两天内就必须出货的新鲜羊干酪，另一种是至少经过15天成熟的帕苏羊干酪。您如果有机会到岛上去的话，一定要尝一尝那里的新鲜羊干酪。



AOC



小贴士

最重要的是新鲜。您一定要吃那种现做现卖的。据说当地人将砂糖和马尔酒浇在羊干酪上食用。另外，它也可以混在当地的一种叫费亚多（Fiadone）的点心或煎蛋卷里食用。