

大嘴吃四方（之二）

美食之旅，誰是老三？

作者◆蔡惠美

作者簡介

台大牙醫學系學士
日本東京醫科齒科大學矯正
專攻
美國芝加哥大學矯正研究員
美國芝加哥大學解剖學博士
前台大牙醫系副教授
北醫牙醫系兼任教授
吉美牙醫診所負責人

臨床之外

地庫村鎮角線

誰是老三？最近是熱門話題。

旅行在外，除了風景景點令人嚮往之外，如果遇上美食加美酒，心情會更好，尤其是道地的異國佳肴，新鮮加驚喜，讓人齒頰留香，回味無窮。

世界各地的人，有一點是共通的，都很愛吃。旅遊指南裡，除了強調當地高山號稱第一，某某建築最古老，廢墟以前的盛貌等，還會大力推薦在地的名菜。有趣的是，許多文明古國或泱泱大國如希臘、義大利、土耳其、西班牙、美國、日本以及德國等，都謙虛的把自己國家的菜肴排在第三名，而以中國菜與法國菜列居第一與第二。

看來，最有爭議的美食排名，在於誰是老三了。希臘有橄欖油配新鮮果蔬，義大利有美酒配海鮮，日本有沙西米配白米飯，到底誰是第三名呢？而法國菜，又憑那一點與我國菜搶二望一呢？

＜地中海美食＞

希臘人很驕傲自負，因為他們有古老的文字，至今

(圖一)



(圖二)



成為西歐語系的語源，因為他們有神話與傳說，充滿了哲理，成為現代戲劇、文學的基礎，因為他們有美食文明，是西餐的主流。

現代的希臘菜，可以說是土耳其與義大利菜的混合

，事實上，卻是所謂「地中海料理」的根源。希臘海岸線長，陽光又充足，出產各類海鮮，水果蔬菜豐沛新鮮，又盛產橄欖與葡萄，這些食品，加上古老民族對吃文化的執著，當然有不凡的成



(圖三)

客餐(tourist menu)，一般是樣板菜，有烤茄子肉餅(mousaka)加烤肉串(souvlaki)，配上希臘有名的蜂蜜甜餅如Baklava，加上希臘式沙拉。這些菜，大多先烤好或放了很久，當然原味盡失。還會滲出橄欖油，黃黃膩膩的，的確令人倒胃口。

希臘之旅，最讓我津津樂道的，倒是我們吃到的大

就。

我所欣賞的地中海料理，有那鹹鹹乾乾的羊奶酪(Feta Cheese)，配上新鮮的生菜，如蕃茄、黃瓜、青椒、絲瓜，再淋上香菜末(parsley)與橄欖油。愛的就是這些新鮮蔬菜的原味。

其實，希臘人相當懂得把蔬菜煮得恰到好處。不像中國青菜的快炒，希臘菜的煮茄子，煮絲瓜或煮朝鮮薊(artichoke)，都把蔬菜加水煮得軟透，卻仍然十分可口，另人不得不佩服大廚的功力。

希臘的乳酪(yoghourt)，是我所見最細香的一種，加上蜂蜜和核桃末，比冰淇淋還爽口。



(圖四)

▲圖一～四 希臘美食烤大章魚腳。

觀光客到希臘餐館，卻常常失望，覺得希臘菜又鹹又油，甜點太甜，簡直一無是處。這落差在那裡呢？

原來觀光客吃的所謂遊

章魚(octopus)。本來路過菜市場，看到滿櫃子的羊奶酪，就覺得大而有趣，等到看到賣章魚的攤子，才知道這裡的食物不僅人造的，例

(圖五)



▲圖五～六 秘魯美食豬血腸與油豬肉。

(圖六)



如羊奶酪與香腸，連天然產的海鮮，也是巨無霸級。

這路邊賣烤章魚的小飯館，乾脆把大章魚像濕衣服

一般掛曬在路旁。我們只要了章魚小小一隻腳的部分，在炭火爐裡烤過切片，就是一大盤。

烤章魚加上香菜末，淋上橄欖油，配上一盤沙拉，加上法國式硬皮麵包，就是我們當天的中餐。

希臘菜、義大利菜或土耳其菜，都希望成為美食老三，我看是通通有獎，而且還有許多共通之處。法國南部地區，臨地中海岸城市的食物，其實也是類似。



<甜點的精緻文明>

從古到今，人類喜歡甜食習慣不變。而講究甜點，是文明進步的表徵，因為甜點是大家吃得八分飽，想更上一層樓，滿足味蕾與食慾的下一個目標。希臘的甜食



甜漬水果。只要是新鮮水果，諸如桃子、李子、杏子、葡萄或梨，希臘人都有辦法用糖漿熬成又黏又稠的果漬。請客人享用時，會用小盤裝上仍然帶有糖汁的水果。客人用小湯匙送甜果入口後，把小湯匙放入有冰水的玻璃杯裡。湯匙上的糖漿加冰水，一起入肚，又止渴，又帶甜味，一舉兩得。

說到甜點，墨西哥的巧克力，是印地安人最古老，最高尚的待客名品，以後隨著西班牙人傳入歐洲，竟然在大西洋彼岸發揚光大，成了皇家的最愛，也是現代的情人節禮物。

歐洲人士至今仍有飲下午茶之習慣。行旅歐洲時，人潮最多，人看人的場所，當以大街小巷裡的咖啡座莫屬。買個座位，來杯咖啡，加上一小塊甜點，似乎就可以忘憂止渴或暫時放鬆一下。

咖啡館文化，已經成為歐洲的景觀之一，也是旅遊之中不可避免的一環。個中翹楚，當推維也納。

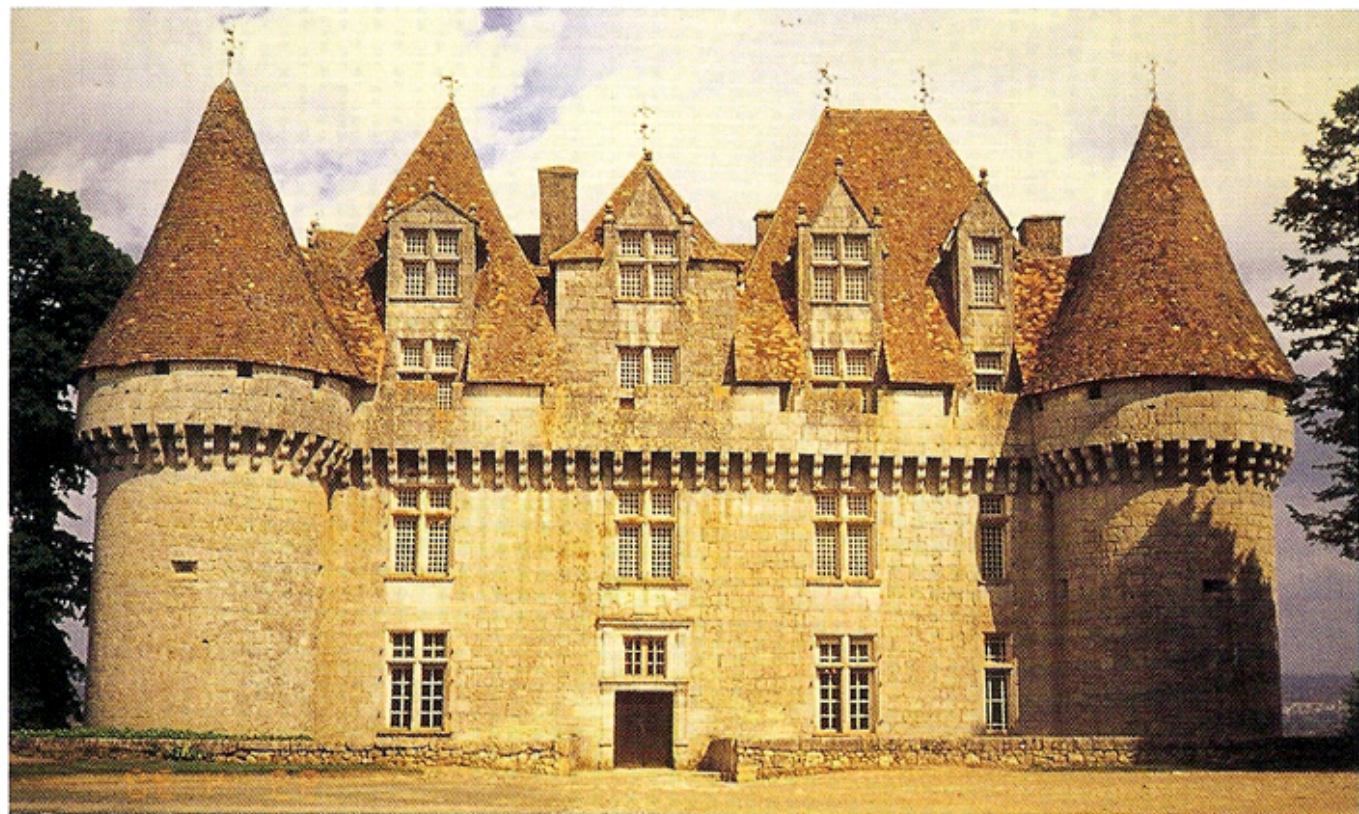
維也納市內，簡直是五步一咖啡館，十步一糖果糕餅屋。而後者，更是賞心悅

種類頗多，說不定還自以為是第一呢！

文明古國，希臘自然當之無愧，不過，有許多希臘的甜點，實在太甜，尤其是摻有蜂蜜加油酥的那一類。

希臘人待客，最有誠意的，是送上甜果加上冰水與湯匙，即他們的spoon sweet，反而最讓人注目。

通常在舖有白色蕾絲的小茶盤上，放著餅乾與一盤



▲圖八 法國古堡餐廳外觀。

目，甜點吃起來，既不俗也不膩，又養眼又好吃。

維也納蛋糕與餅乾，在世界各地名店，多有標榜出售。但如果要吃道地的維也納蛋糕，則非親臨維也納市中心的大旅館莎夏(Sacher)不可。

莎夏旅館是維也納最高級的大旅館之一，維也納糕餅中最著名的黑森林蛋糕就稱為Sacher Tarte，當然以莎夏旅館內小咖啡屋裡的為最正宗與道地。

當年莎夏蛋糕在歐洲皇

室的心目中，可是世界第一的美食。

<印地安人的豬血腸>

印地安人有不少吃的習慣與中國人類似，最讓我們印象深刻的，是街上出售的滷豬肉與豬血腸。

我們在祕魯首都利馬(Lima)郊外，發現有一整條街，都畫有豬的招牌，有些還是卡通造型。空氣裡飄著一陣陣似曾相識的肉香，讓人不得不下車看個究竟。

大塊大塊的豬肉帶骨，



▲圖九 古堡餐廳也是酒廠，出售美酒。

在大鐵鍋裡燉煮，雖然沒有醬油或滷汁，味道還挺香的。我們迫不及待的比手畫腳，點了一塊豬肉，還看著店裡婦女用刀切成一片片，盛在盤裡準備上桌。

老板娘不待我們要求，又切下一小段粗黑的大香腸，用刀斫成三、五塊，然後用一只平底鍋，加了點油，又煎又炸的，和豬肉片一起端上來。

這豬肉片和香腸，味道與我們的滷肉與豬血腸，居然是一般味道。

<法國看填鵝>

對法國人而言，美味莫如松露(truffe)與鵝肝醬(

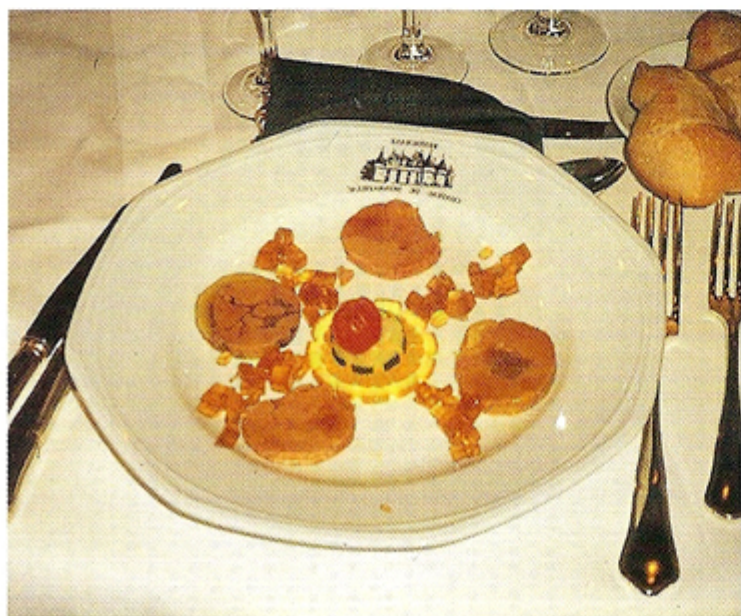


▲圖十一 等待人工餵的鵝。

Foie Gras de Oie)，價位也最高，加有松露的鵝肝醬，當然最高級。

松露與鵝肝醬，大概適

合法國人口味，我們雖然在法國最有名的鵝肝產地白希果(Perigord)品嚐過道地的鵝肝，卻沒有為之傾倒，可



▲圖十 法國美食鵝肝。



▲圖十二 填鵝。

見口味還有民族或個別差異。

反倒是鵝肝的作法，讓我們大開眼界。

在寬廣的農場裡，鴨與鵝是分開飼養的。儘管鴨肉是法國的美食，但因為鴨肝與鵝肝價格差了一倍，在這裡，如果鴨子住的是普通級，鵝住的就是最高級了。

大家來到養鵝的房間，才知道此地鴨與鵝的差別待遇：鴨養在戶外，風餐露宿，只有鵝才養在室內，養尊處優又少運動，難怪一隻隻又壯大，又肥碩。

來到裡間，農場主人正在「填鵝」。我們稱強迫灌輸知識給國中學童叫填鴨，這裡的作法是把飼料用漏斗強行灌入肥鵝的嘴裡。鴨子，還沒有這份榮幸呢。

農莊主人和太太把灌過飼料和沒有灌過飼料的鵝肝向大家展示，果然大小體積相差有一倍之多。看了以後，我們對鵝肝以及鵝肝醬，就再也敬謝不敏了。

<日本菜服務第一>

欣賞日本古都京都，有許多方面可以深入，古剎亭台是一方面，吃則是另一種

。有時，看多了寺廟亭台，京都精緻的吃文化，反而最具吸引力。

京都的吃，據說在日本號稱第一。讓人流口水的湯豆腐，就是道地的京都名菜

之一。味道雖然稍嫌清淡，卻是和老友二三，在安靜的茶亭裡享用時，最具氣氛的美食。

日本菜中，以懷石料理最為尊貴，動輒每人每餐上

(圖十三)



(圖十四)



▲十三~十四 懷石料理食器精美。

萬日圓，可以說是日本的滿漢大餐。來到講究吃的京都，「京懷石」自然最值得嚐試。

我們找到一家四百年老店，先打電話預約。對方的客氣與仔細，令人有些不習慣，從預算多少問起，再問口味是甜是鹹，有什麼不能吃的？牛排需要幾分熟？喝什麼酒？然後約定進餐時間，以便確定事先準備妥當。

到了餐廳門口，發現大門旁的直立式名牌寫著我的大名。真虧了那位在電話裡回應的小姐，我的中文名字竟然寫得一字不差。餐館是老式日本建築，是一位有名畫家的舊居，庭院裡還有日式亭台。

我們就在庭院旁的房間裡用餐。懷石料理除了美食，食器考究也是特色，通常有十道菜左右，由穿著和服的女侍，一道菜接一道菜的端到房間裡來，大家坐在塌塌米上的長桌旁進餐。

除了幾輪精美的瓷碗盤之外，有些盤子的造型奇特突出，最令人難忘。有一次，盤子的形狀是兩隻鴛鴦，顏色與形狀都很可愛，把上半身當蓋子，拉開後，是幾



▲圖十五 京都名產醬菜。

個精美的小點心，等到入了口，才知是海鮮做成的小餅。

甜點的容器，是一間小茅屋，其實是庭院裡亭台的迷你版本。生魚片盛在竹製漆金色的小畚箕裡。有朋友不吃生魚片，取代上菜的小牛排，風味之佳，更讓大家後悔沒換菜。

懷石料理的名稱，不知從何而來，發音則和「會席料理」相同。美食滿足了胃

口，食器之美讓視覺得到享受，而在我們面前辛苦跑了十多趟以上的女侍，動作優雅，聲音輕柔，服務態度特佳。想成為世界美食第三名，日本菜大有希望上榜！

不過，我的京都最愛，是價格平宜，味道獨特卻又清脆可口的京漬物。老店「西利」(Nishiri)出產的漬白蘿蔔，是我再訪京都的理由之一。