

# 法国菜介绍

美食

浣淖

鎏賤戩浜庸細2007/07/30 19:40

世界三大美食之中，法国美食即占有一席之地。法国美食的特色在于使用新鲜的季节性材料，加上厨师个人的独特的调理，完成独一无二的艺术佳肴极品，无论视觉上、嗅觉上、味觉上、触感、交感神经上，都是无与伦比的境界，而在食物的品质服务水准用餐气氛上，更要求精致化的整体表现

在国内，法国菜所代表的是精致浪漫高雅和昂贵，真正名贵的法式料理，吃一餐可能达一人7千元左右，价格全赖菜肴的种类而定，由于法国菜极重视原料素材的新鲜上等，所以国内法国餐厅多半采用空运现吃的方式，吸引了许多老饕慕名而来，也造成了法国菜的价格居高不下的盛况。

法国菜的特色是汁多味腴，而吃法国菜必须有精巧的餐具和如画的菜肴满足视觉；扑鼻的酒香满足嗅觉；入口的美味满足味觉；酒杯和刀叉在宁静安详的空间下交错，则是触觉和味觉的最高享受。这种五官并用的态度，发展出了深情且专注的品味。

近年来，法国菜不断的精益求精，并将以往的古典菜肴推向所谓的新菜烹调法（Nouvelle Cuisine），并相互运用，调制的方式讲究风味、天然性、技巧性、装饰和颜色的配合。法国菜因地理位置的不同，而含有许多地域性菜肴的特法国北部畜牧业盛行，各式奶油和乳酪让人食指大动。南部则盛产橄榄、海鲜、大蒜、蔬果和香料。

## BURGUNDY伯根第地区

产有大量的红、白葡萄酒、过螺、鸡及芥茉酱。著名的菜肴是红烩鸡（COQUAUVIN）、红酒烩牛肉（BOEUFALABOURGUIGNONNE）伯根第烤田螺（ESCARGOTBOURGUGNONNE）。

## NORMANDY诺曼底地区

产有大量的海鲜、牛油、鲜奶油及苹果。较知名的菜肴是诺曼底烩海鲜（NORMANDYSEAFOODSTEWED）。另外在许多菜肴中加入苹果，成为此地区最大特色。

## CLSACE堪萨斯地区

法国最具盛名的鹅肝酱即产自此区。较知名的菜肴是起司培根蛋挞（QUICHELORRAINE）及酸菜什锦熏肉（CHOUROUTE）。

## PROVENCE普凡西地区

因为邻近地中海及意大利，所以其菜肴较偏向意大利口味。在菜肴烹调制造过程中常用多量的橄榄油、大蒜、蕃茄、鱼及各式香料。知名的菜肴是马赛式海鲜（BOUILLABAISSE）及普凡西田鸡腿（SAUTEEDFROGLEGPРОВENCE）等等。

法国菜在材料的选用较偏好牛肉（BEEF）、小牛肉（VEAL）、羊肉（LAMB）、家禽（POULTRY）、海鲜（SEAFOOD）、蔬菜（VEGETABLE）、田螺（ESCARGOT）、松露（TRUFFLE）、鹅肝（GOOSE LIVER）及鱼子酱（CAVIAR）；而在配料方面采用大量的酒、牛油、鲜奶油及各式香料；在烹调时，火候占了非常重要的一环，如牛、羊肉通常烹调至六、七分熟即可；海鲜烹调时须熟度适当，不可过熟，尤其在酱料（Sauce）的制作上，更特别费功夫，其使用的材料很广泛，无论是高汤（Stock）、酒、鲜奶油、牛油或各式香料、水果等，都运用的非常灵活。

法国是世界上引以为傲的葡萄酒、香槟和白兰地的产地之一，因此，法国人对于酒在餐饮上的搭配使用非常讲究。如在饭前饮用较淡的开味酒；食用沙拉、汤及海鲜时，饮用白酒或玫瑰酒；食用肉类时饮用红酒；而饭后则饮用少许白兰地或甜酒类。另外，香槟酒惯用于庆典时较多，如结婚、生子、庆功等。

法国的起司（Cheese）也是非常有名，种类繁多。依形态分有新鲜而硬的、半硬的、硬的、蓝霉的和烟熏的五大类；通常食用起司时会附带面包、干果（例如核桃等）、葡萄等。另外，法国菜在享用时非常注重餐具的使用，无论是刀、叉、盘或是酒杯，因为这些均可衬托出法国菜高贵之气质。

法国近年来受经济不景气的冲击及年轻人饮食习惯的改变，传统昂贵而精致的美食（Gastronomie）整体的价格及水准上皆有日益下滑的趋势。越来越少的法国人愿意花天文数字般的价格只为了吃一餐。法国的两大权威美食评论宝典《米其林》（Michelin）以及《高特米优》（Gaultmillau）自年前开始倡导物美价廉的新饮食文化，很多过去高不可攀的餐厅都试着大幅降价以吸引更多的食客前往。