

精致美食艺术 | 来自西班牙的腌肉制品

提到腌肉，我们都会想到来自家乡的各式美味香肠、腊肠，而西班牙也有着悠久的肉制品腌制历史，几乎每个地区都有自己的祖传秘方。每种腌肉制品都有独特的生产方法、调味配方，连成品的外观都千姿百态。西班牙丰富的腌制肉制品，再配上各地出产的优质葡萄酒，成就了从前菜到主菜不同场合的美食基调。

西班牙按照传统方式生产的腌肉制品品种简直数不胜数。篇幅有限，我们在此介绍三个非常有代表性的类型：西班牙辣香肠（Chorizo）、布蒂法拉瘦肉肠（Butifarra）和布尔戈斯猪血肠（Morcilla de Burgos）。



© ICEX/ICEX

西班牙辣香肠

西班牙辣香肠是用新鲜、较肥的猪肉制成，以盐和熏红椒粉（Pimentón）调味，有可能会加入其他辣味调料、香料及辅助食材等。切成片的辣香肠通常呈现出熏红椒粉所带来的红、橘色泽，其肉质肌理清晰、细腻，并能看到混合其中的米粒大小的脂肪粒。西班牙辣香肠是典型的以生肉制成，并以盐腌制、风干成熟的猪肉制品，其风味标志就是熏红椒粉。



© ICEX/ICEX

有几个地区出产的西班牙辣香肠非常有特点，例如坎蒂帕洛斯辣香肠（Chorizo de Cantimpalos）、潘普洛纳（Pamplona）出产的辣香肠、里奥哈诺辣香肠（Chorizo Riojano）。坎蒂帕洛斯辣香肠除了新鲜肥猪肉外，仅用海盐、熏红椒粉调味；潘普洛纳出产的辣香肠除了猪肉、猪脂肪还有少量牛肉，另外的调味料还包括大蒜等，想想就让人馋涎欲滴。里奥哈诺辣香肠外观很容易识别，告诉你一个Tips，其每根香肠的两端都被绳子连起来形成一个马蹄形状。西班牙辣香肠也有伊比利亚辣香肠产品，所使用的猪肉必须来自至少是50%伊比利亚品种的猪，是品质的保证。西班牙辣香肠的口感多汁、紧实，易于咀嚼，纤维含量不高且不含杂质。享用辣香肠常见的方式是精心切制成薄片在前餐中单独享用，也可以与其他食材，比如里奥哈纳风格土豆（Patatas a la Riojana）一起做成一道菜肴。提到配酒，辣香肠与高酸度的西班牙红酒非常契合，例如产自纳瓦拉产区（Navarra DO）或里奥拉产区（Rioja DO）的酒款。

加泰罗尼亚布蒂法拉瘦肉肠

布蒂法拉瘦肉肠是一种依照传统方法制成的猪肉香肠，主要原料包括瘦猪肉、培根和可食内脏（心、肺及猪腰等），将主料熟制、搅成肉糜，根据口味和习惯加入盐和其他香料，然后塞入猪肠衣中制成香肠。

布蒂法拉瘦肉肠主要出产在濒临地中海的加泰罗尼亚地区，这个地区地域广阔、地貌多样。这种香肠是加泰罗尼亚传统菜肴中的重要部分，既有用瘦肉和少量的猪油制成生肠类型的，切开时呈粉红色；也有熟制好的，不需要任何额外烹制，可以切成薄片直接食用的，能够作为开胃菜或配菜灵活搭配。



© ICEX/ICEX

布蒂法拉瘦肉肠具有熟猪肉的典型香气，口味微辣而咸。这种瘦肉肠是卡瓦产区出产的著名西班牙起泡酒——卡瓦酒的好搭档，或者搭配卢埃达产品（DO Rueda）出产的鲜爽的弗德乔（Verdejo）品种葡萄酒，可以非常好地平衡布蒂法拉瘦肉肠的口味，且不影响肉香。



布尔戈斯猪血肠

这种黑色香肠产品主要出产于西班牙北部卡斯蒂利亚-莱昂地区的布尔戈斯省（Burgos）。猪血肠的主要食材是猪血，另一样重要食材则是大米。典型的猪血肠并不含猪肉，是用猪肠衣灌入猪血、洋葱、大米和猪油并调入香料，再经过文火慢煮而成。调味品包括盐、黑胡椒、熏红椒粉，也可能替换为肉桂、丁香、牛至及百里香。

猪血肠的质地主要依赖于大米，有使用熟制的也有未经熟制的，香气来自洋葱及熏红椒粉。依产地不同而各不相同的猪血肠，其香气风味也不一样，如布尔戈斯省南部地区出产的更具迷人的香气，而北部地区出产的更具熏红椒粉的风味。有意思的是，同一个省份出产的猪血肠还会因海拔高度不同而存在差异。

在海拔较高的布尔戈斯市，大米不经预熟，而是直接灌入肠衣再煮熟；海拔稍低的其他地方，大米是预先煮熟的，洋葱用量较少，灌好的香肠煮制的时间较短；在这个省南部较温暖的地区，为了避免猪血肠在煮的过程中爆裂，煮制时间也比较短。

猪血肠的吃法通常是切成片直接吃或者经油煎，加鸡蛋一起炒，或与经过熟制的苹果、原产地名称保护蒙切哥奶酪(Queso Manchego PDO)一起吃。搭配猪血肠的好选择是产自拉曼恰产区（DO La Mancha）酒体丰满的丹魄（Tempranillo）品种红葡萄酒，果香怡人、口感柔顺，非常适合丰盛的菜肴，宴请宾客时拿出来总没错。



© ICEX/ICEX

西班牙腌肉制品的悠久传统是地理、气候、历史、文化等因素综合作用的结果，使得各地能够出产品种数之不尽的多样产品。这些经典西班牙美食产品的吃法也是西班牙饮食传统的重要组成部分，是前餐必不可少的成分，更是各地经典菜肴的基本食材。而西班牙对食物的开放态度更让享用美食的方法不断翻新，相信您在尝过美味的西班牙腌肉制品之后，也能找到符合自己饮食习惯、口味的烹制方法，期待你和我们一样，爱上这些“独特风味”。