

西班牙美食知多少？去地道西班牙餐厅探索！

沉迷西班牙菜的我，每隔一段时间就要去找家地道的西班牙餐厅，打打牙祭。西班牙美食不胜枚举，虽然西班牙国家不大，但是每个区域的菜都有自己的特点。整个西班牙三面环海，饮食中喜欢用橄榄油、番茄、鱼类、大蒜等地中海食材。今天去的是北京的一家西班牙餐厅，主厨来自安达卢西亚，所以他们的西班牙菜都透着浓浓的西班牙南部风情。

安达卢西亚位于西班牙最南端，三面环海紧邻非洲。喜欢使用各种海鲜，用大量的橄榄油，也有非常多的彩色，其中最有名气的应该就是gazpacho西班牙冷汤了。

因此，我点的第一道菜就是自制烟熏黄狮鱼，配番茄沙拉及冷汤。

Gazpacho就是把面包屑、番茄、黄瓜、青椒，加橄榄油全部捣碎成酱。黄狮鱼和番茄十分新鲜，冷汤喝起来更是爽口，绝对是夏天里不能错过的美味。

#SpainFoodNation



#SpainFoodNation



FWS Foods and Wines from Spain



alimentosdespafia

FWS Foods and Wines from Spain



alimentosdespafia

西班牙还是欧洲主要的蔬菜、水果生产国，皮奎洛（piquillo）甜红椒是其中的明星，是著名的地理标志产品。西班牙传统橄榄油煎甜红椒，使用传统方式烹饪西班牙进口红椒，令其软嫩多汁，别有一番风味。

#SpainFoodNation



FWS Foods and Wines from Spain



alimentosdespafia

炸小鱿鱼配墨汁蛋黄酱，算是西班牙大街上随处可见的经典小吃。外皮酥脆，轻轻一咬就可以感受到小鱿鱼的饱满Q弹，沾上墨汁蛋黄酱，一个一个好吃得停不下来。

#SpainFoodNation



FWS Food and Wines from Spain



alignfoodespaña

另外还有火腿丸子、蘑菇丸子双拼，用火腿、蘑菇、土豆泥、奶酪等等裹成丸子油炸。炸丸子或炸肉饼croquetas 是非常经典、常见的西班牙tapas。

#SpainFoodNation



FWS Food and Wines from Spain



alignfoodespaña

最后就是重头戏海鲜饭啦！西餐界有三剑客——法国蜗牛、意大利面、西班牙海鲜饭。而鲜为人知的是，西班牙海鲜饭本名为“Paella”，起源于西班牙大名鼎鼎的鱼米之乡——瓦伦西亚。如今由于以海鲜为原料的Paella最受欢迎，各类Paella也便统称为“海鲜饭”了，而其最为准确的译法则是“瓦伦西亚杂烩饭”。

海鲜饭卖相绝佳，海鲜新鲜鲜嫩，米饭吃起来颗粒分明，饱满肉汁的浓香，香脆金黄。舀一口初尝，米饭在吸饱汤汁的情况下还能保持很好的嚼劲，满口留香却保持“硬芯本色”。

#SpainFoodNation



FWS Foods and Wines from Spain



alimentosdespaña

嗜酒的西班牙人每餐必配酒，今天选择的是以金酒为基酒的金汤力。西班牙金酒颇具特色，花香、果香浓郁，用来佐餐，更能提升风味！

现在大部分城市都会有不错的西班牙餐厅，大家在闲暇时光也可以去尝尝来自地中海的美味。

#SpainFoodNation



FWS Foods and Wines from Spain



alimentosdespaña

如果您有闲情逸致，也可以DIY西班牙菜，比较容易上手的就是西班牙冷汤，很适合这个炎炎夏日！

#西班牙美食界:见食专栏#

#SpainFoodNation



FWS Foods and Wines from Spain



alimentosdespaña