

## 罐里是西班牙海岸的海洋鲜味



©ICEX/ICEX

西班牙的北、东和南侧有漫长的海岸线，被大西洋和地中海拥抱着，因此西班牙的渔业传统历史悠久，可以追溯到古希腊时期。西班牙在全球属鱼类消费大国，海鲜及海鲜产品也在西班牙饮食中占有重要地位。无论是红遍全球的西班牙海鲜杂烩饭、塔帕斯，还是烤制的鱼肴和西班牙各地的炖菜，都会出现各种海鲜。



©ICEX/ICEX

得益于西班牙罐装食品传统和现代的加工技术，我们现在可以在任何时间吃到西班牙的各种应季海鲜。西班牙的罐装食品技术发展从上世纪上半叶就开始了。西班牙对罐装食品的原料挑选严格，只选最优质的，许多罐装食品还有原产地名称保护认证。任何对罐装食品有保留态度的人，只要尝尝来自西班牙的罐装海鲜美味，就会改变想法。海鲜在被捕捞后的极短时间内加工及装罐，加工过程基本都是手工作业，以橄榄油或盐水浸泡、保存鲜味，不添加任何化学成分。西班牙的罐装海鲜品种非常丰富，鱼类有金枪鱼、鲭鱼、沙丁鱼和凤尾鱼等，软体类则有贻贝、蛤蜊、牡蛎和章鱼等。当中又以贻贝、金枪鱼和凤尾鱼最有代表性。

## 罐装贻贝

西班牙是全球第二的贻贝出口国，其中大部分产自西班牙最大的贻贝生产地加利西亚。加利西亚位处西班牙的西北角，这里的大西洋沿岸有四个深河口，贻贝是该地区最具标志性的海鲜产品。加利西亚的河口周边是罐头加工王国，西班牙145家罐头厂中有60家就位于这里。其中的大部分产品有原产地名称保护加利西亚贻贝 (PDO Mexillón de Galicia)的官方认证，保证了该地区所有新鲜和罐装贻贝的优良品质。

加利西亚独特的大西洋沿岸地理位置、气候和大西洋洋流等综合因素，构成了贻贝的理想生长环境，赋予了它们独到的特征。贻贝以个头大及橙色肉质而著称，口感丰腴多汁、微甜。

这里的贻贝味美而风味微妙，可以是一道完美的单独菜肴，也是一种珍贵的食材。在西班牙的餐厅，新鲜带壳的贻贝通常是与大蒜黄油和一撮新鲜欧芹一起蒸熟，再配以烤面包。现在罐装贻贝作为高档菜肴的市场接受度越来越高，最恰当的上菜方式是直接端上打开的罐头，从罐头里直接吃，因为这些优质贻贝都经过严谨挑拣，再同样以手工方式精心地排在罐头里，重新装盘会浪费了这些努力。另一种广受欢迎的享用贻贝的方式，是搭配橄榄和皮奎洛（Piquillo）甜红椒做成开胃菜。



©ICEX/ICEX

贻贝与西班牙卡瓦酒的搭配非常迷人。产自卡瓦产区（DO Cava）的著名西班牙起泡酒具有平衡的酸度和花香气息，口味不太甜，与贻贝的“海岸风味”相得益彰。

### 罐装金枪鱼

金枪鱼美味可口，且营养丰富，吃法还非常多样，是全球餐饮业中用途最广泛的鱼类之一。西班牙是全球金枪鱼相关产品出口的第二大国家，金枪鱼捕捞和加工方面在欧洲遥遥领先。网捕金枪鱼（almadraba）的名字来源于传统的渔网捕鱼技术，其肉质颜色略深，多汁，味道比其他金枪鱼种类更浓郁。网捕金枪鱼通常也保存在橄榄油中，并装在罐头或玻璃罐内。

在西班牙，金枪鱼的捕捞仍然遵循着网捕这项可以追溯到腓尼基人时期的古老技术。每年春季，在大西洋中生长得极为肥美的金枪鱼要洄游到安达卢西亚的地中海沿岸，渔民们会在水下用渔网布置一个犹如张开大口的迷宫。当金枪鱼到来时，一些体型健硕的大鱼就会落入这个渔网迷宫，被渔民们协力拖上船。这种称为金枪鱼网的捕捞技术有限且有针对性，许多人都认为这是一种可持续的捕鱼方法，因此几个世纪以来一直保持不变。



©ICEX/ICEX

捕捞上岸的金枪鱼会被立即进行切割，切割金枪鱼又被称为“ronqueo”，原意是切鱼时刀发出的声音。金枪鱼经切割后的各个部位多达二十几种，所有部位都会被利用。最肥美的金枪鱼腹肉会以罐装方式保存，以及制作海鲜版本的火腿，即金枪鱼腰肉干（mojama）。

罐装金枪鱼腹肉（conservas de ventresca de atún）在西班牙很受欢迎，金枪鱼腹肉经仔细切片、调味、手工放入罐中，浸在盐水或优质橄榄油中。它在西班牙是一种高端食品，在加的斯海边沿岸受欢迎的酒吧里，会配上一杯凉凉的菲诺雪莉酒（Fino Sherry）。如果尝试过，就会知道它们不是一般的金枪鱼罐头。

## 西班牙凤尾鱼

西班牙凤尾鱼的主要产地有两个，一是位处加泰罗尼亚地中海沿岸的埃斯卡拉（L'Escala），另一个是西班牙北部坎塔布连海岸线上的桑托尼亚（Santoña）。

在桑托尼亚，坎塔布连海为这里的凤尾鱼提供了所有必需的营养，凤尾鱼的脂肪和肉质在夏季之前的几个月达至完美平衡，此时正是捕获凤尾鱼的最佳时机。罐装凤尾鱼可以算是半预制，因为没有经过热加工；经手工加工后还需在桶中熟成一年。



©ICEX/ICEX

坎塔布连海的凤尾鱼很有名，来自埃斯卡拉的凤尾鱼也同样享有盛名。埃斯卡拉是一个美丽的渔村，以出产美味的凤尾鱼而闻名，现在已经成为知名的休闲旅游胜地。该地区与凤尾鱼的渊源可以追溯到古希腊时代，传统和技术虽然随着时间的推移得到了完善，但最重要的方法仍然是挑选最好的鱼、仔细清洗并好好腌制。



©ICEX/ICEX

凤尾鱼肉质细嫩，以浸泡在橄榄油或葵花籽油的方式保存在罐头中。它们的质地丝滑，味道鲜美，盐分恰到好处。西班牙罐装凤尾鱼与啤酒、卡瓦酒、白葡萄酒或味美思酒配搭都很相宜，比如来自下海湾产区（DO Rías Baixas）的阿尔巴利诺（Albariño）品种葡萄酒。这个品种的酒清爽而富有水果气息，能平衡凤尾鱼的浓郁味道，同时增添了清新脆爽之感。



©ICEX/ICEX

如果能尝试一下这些非常有代表性的西班牙罐装美食，相信一定能征服您的胃口，再搭配一些西班牙产的美酒，美食体验将更上一层楼。如果您到访国内一些城市的认证西班牙餐厅，别忘记试试这些西班牙罐装海鲜。下一个季节就是美好的西班牙海鲜季了，一段亲身前往西班牙海岸品尝美食的旅程，实在令人神往。现在就安排上吧？

