

西班牙 Spain

卡斯蒂利亞-拉曼恰

Castilla-La Mancha

卡斯蒂利亞-拉曼恰位於伊比利半島(西班牙)的心臟地帶，是著名探險門士屠吉珂德的故鄉，這裏的每個角落，每座山丘，每片山脈和平原都充滿了驚異與幻想，當中更有大片土地被劃分為自然公園及自然保護區，形成扣人心弦的壯麗景觀，讓每位到訪遊客都難以忘懷。

最佳旅遊景點

香港前往西班牙首都馬德里及巴塞隆納的直航航線現已開通，從此要飛往西班牙就方便得多了，暢遊熱情之都，一去難忘！所有構成卡斯蒂利亞-拉曼恰的元素都值得參觀，其豐富的文化及自然遺產，藝術、節慶、工藝和多样化的美食，每樣都是西班牙的文化精神所在。

托萊多市 (Toledo)

於1986年被聯合國教科文組織申報為世界遺產，托萊多是一個獨特且非常有魅力的城市，一個被保存完好的鐘樓城團鎖的城市，因為歷史，多種三種文化三個信仰糾結的宗教，伊斯蘭教，猶太教和天主教，多少世紀的文明和思想融合開始在這個古老的石壁上——猶如塞萬提斯所寫——它緊抱著塔格羅河。

昆卡市 (Cuenca)

昆卡是一個歷史古城，位於胡卡河畔，在老城區可以欣賞到諾曼哥德風格的大教堂和歷史名聞，特別神祕的“懸房子”，老城區於1996年被聯合國教科文組織列為世界文化遺產。

岱密板塊國家公園 (Las Tablas de Daimiel National Park)

擁有西班牙非常獨特的生態系統，塔格羅河的河流形成中間的濕地，吸引不少珍貴稀奇前來過冬羣鳥，為水鳥提供了高價值的生態環境。

魔法石城 (Enchanted City: CIUDAD ENCANTADA)

大自然遺產，距離昆卡城24公里，大自然在巨大的石灰石城任性的雕刻了令人難以置信的天然石像群，如基督，鯨魚，獅翼等形象。

胡卡城堡 (Alcázar de Juca)

坐落在山上獨一無二的自然環境中，下面是胡卡河形成的峽谷，兩旁保存完好的古堡群沿著陡峭的街道向城堡延伸，從中我們欣賞到峽谷壯麗景觀的全貌。

《西班牙美酒佳餚節》
購物有機會贏取

免費 西班牙 雙人餐餐 (共64份)

詳情請參店內海報或www.759store.com/spain



SPECIAL THANKS



Spain Food Nation

8TH MAR ~ 6TH APR 2021
@ 759 STORE

Spain
A TRIP TO FLAVOUR
Spanish Food & Wine Festival



759 陶信屋

西班牙美食

Spanish Gastronomy

西班牙菜屬於地中海料理之一，菜式美味多變、世界聞名。在西班牙的不同地區，你更可嘗到帶有不同特色的地道美食，包括著名的西班牙小食(tapas)、全球數一數二的葡萄酒和更多創新菜式。

接下來，我們將會教大家烹調一份完整的西班牙午餐，你準備好了嗎？



飲品 (Drinks)

來自西班牙的紅酒、白酒和一系列傳統西班牙菜式，都能做出完美的搭配；另外亦有不少西班牙大廚利用美酒，烹出各式創新佳餚。

前菜 (Starters)

點主菜之前，西班牙人習慣先點一份 "Apertivo" (前菜)，通常是小食、開胃菜、糕點、一口多士或其他精緻菜式。

零食盤 (Snack plate)

取幾個小碗倒入薯片、蔬菜片、脆豬皮及橄欖等零食，亦可預備蘸醬，如混合蜂蜜和醬油等提升口味。

肉醬點心盤 (Pate plate)

預備一些麵包(烤多士、小餐包或薄脆餅乾)，塗上肉醬，非常惹味。

西班牙火腿和曼徹芝士盤 (Serrano Ham & Manchego Cheese plate)

將曼徹芝士切成薄片並排列於火腿片的周圍，製成精美切片拼盤。若想在味道上增添層次，可淋上特級初榨橄欖油。

西班牙香腸盤 (Embutido)

將西班牙香腸(chorizo)和大香腸(salchichon)切片，並排列於盤子周圍，中央可擺放一些醬焗杏仁。

主菜 (Main Dish)

Migas Manchegas (曼切克小点)或Migas de Pastor (牧羊人小点)是拉曼恰美食中最傳統的菜餚之一。migas通常被認為是牧羊人小食，通常會伴隨葡萄、蜜瓜或青瓜；讓甜味與菜本身的鹹味相對應。



我們將學習如何準備這種傳統菜餚。真的很容易做，非常好吃！

Migas Manchegas

所需材料如下 (4人份)：

500克麵包
250毫升水
8瓣大蒜
200克西班牙香腸
4片厚厚的五花肉
1粒辣椒
(或1湯匙甜辣椒粉)
特級初榨橄欖油
鹽



製作步驟：

1. 將麵包切成小方塊，放在碗裡。
2. 在水中加入一些鹽，然後倒在麵包上。將麵包倒在桌布上，包好，放在冰箱中2小時。
3. 將五花肉切成小方塊，並用一些橄欖油在平底鍋裡煎。
4. 香腸切片，當五花肉變成棕色時，將香腸加入鍋中。
5. 將切碎的辣椒切成薄片，炒熟。如果您沒有胡椒，請跳過此步驟。
6. 燒熱3湯匙橄欖油，加入去皮的大蒜，當它們有點棕色時，將麵包倒入鍋中煎至金黃色。
7. 加入香腸、五花肉、壓碎胡椒，然後將其(或辣椒粉)加入鍋中。攪拌並混合所有成分。

¡Buen provecho!
請盡情享用!

