

# 北京漫步

BEIJING WALKER

合作单位：北京交通台  
2022/06-07月刊 第204期

本来  
benlai.com  
生活



生机10周年

品质向未来



RMB10元

ISSN 2095-2821



国际标准刊号 ISSN 2095-2821  
国内统一刊号 CN11-5933/G0

微信搜一搜 本来生活 扫码领90元券

# 西班牙奶酪盘的艺术

#SpainFoodNation

奶酪风味独特、营养丰富，近年来得到越来越多中国消费者的赏识，奶酪的常见吃法也为大家所熟识。而“奶酪盘”作为一种享用西班牙奶酪的传统方式，无论独享还是和朋友共享，都能让大家对异彩纷呈的西班牙生活方式领略一番。

正宗的西班牙奶酪盘，其实还包括腌制肉类、橄榄、水果、坚果和蜂蜜，另有饼干、面包乃至葡萄酒相配。这些美食同西班牙奶酪相得益彰，将奶

酪的美味推至新的味觉层次。

西班牙悠久的历史产生了丰厚底蕴的饮食文化，奶酪就是其中一个显著的例子。西班牙诞生了约200种奶酪，品类可谓数不胜数，仅从奶源方面就分牛奶、羊奶、山羊奶以及不同组合的混合奶。



## 精选西班牙奶酪



奶酪盘的制胜关键是**品类丰富**：软质、半软，或半硬质；风味清淡柔和，或浓郁强烈；牛奶的、羊奶的，或山羊奶的。不同种类都可以来上一些，依照每人平均30-50克的量来准备。

首先介绍一种有“西班牙奶酪之王”之称的奶酪——受到原产地名称保护的**蒙切哥奶酪 (Queso Manchego DOP)**。这是一种压制奶酪，用蒙切哥品种羊的全脂奶制成；重约1.5公斤的奶酪至少需要30天熟化，更重的需要60天。它特有的香气和略带辛辣的浓郁风味会在成熟的奶酪中变得略带刺激口感。蒙切哥羊奶使奶酪具有令人愉悦、不寻常的回味。这种奶酪质地也较为紧实。

再来看受到原产地名称保护的**马宏-梅诺卡奶酪 (Mahon Menorca DOP)**。

这是一种全脂压制的膏状奶酪，由全脂生牛奶制成。这种奶酪传统上是在梅诺卡岛上生产的，以手工成型，包裹在棉布中至少要经21天熟化，可风干达150天。它的味道浓郁而复杂，稍带黄油及榛子气息。马宏-梅诺卡奶酪需要定期刷上橄榄油和熏红椒粉，这个工序赋予奶酪富于个性的颜色和香气。

再有**凯撒蛋糕奶酪 (Torta del Casar)**。其奶源是生羊奶，使用自然植物凝乳酶进行凝乳，再经至少60天的

## 花样配搭

高质量的西班牙火腿是奶酪盘很好的补充，比如受原产地名称保护的基胡埃罗 (Guijuelo PDO) 火腿或者受原产地名称保护的哈布戈 (Jabugo PDO) 火腿。基胡埃罗火腿来自纯种伊比利亚猪火腿或肩肉，甜味和咸味的比例非常出色，并辅以坚果和木香。哈布戈火腿是伊比利亚 (Ibérico) 火腿的一种，用纯种伊比利亚猪或曼查多-德哈布戈杂种猪的肉制成。

还要配上切得美观、精心摆盘的西班牙水果，比如葡萄、无花果、西班牙马尔科纳 (marcona) 杏仁，以及

## 精选葡萄酒

搭配风味柔和的奶酪，可以选择新鲜的中等酒体到丰满酒体的白葡萄酒。典型的选择有轻酒体的阿尔巴利诺 (Albariño) 白葡萄酒，带有酸甜柑橘及未熟核果的香气，产自下海湾产区 (DO Rías Baixas)；中等酒体的格德约 (Godello) 白葡萄酒，是富于风格、酒体结构明显的白葡萄酒，有成熟黄色水果香气，产自比埃尔索产区 (DO Bierzo)。

如果搭配风味浓郁型的奶酪，比如蒙切哥奶酪，可以选健朗、高丹宁的丹魄 (Tempranillo) 葡萄酒，产自里奥哈产区 (DO Rioja)，或者杜埃罗河岸产区 (DO Ribera

del Duero)。各种风味奶酪搭配不同风格美酒，您在亲自尝试中一定会发现自己喜好的口味，也会得出别出心裁的组合。

还有**小乳头奶酪 (Queso Tetilla)**。这是一种用加利西亚地区的牛奶制成的成熟半软质奶酪，至少需经7天熟化。它呈标志性的梨状，顶部带尖，也是它被称为“tetilla”的原因，在西班牙语中意为“乳头”。它的味道特别温和并带有黄油味，具有类似香草和核桃的气息。



© ICEX/ICEX

西班牙果酱和蜂蜜；再配上一样搭配奶酪的必尝款——西班牙传统的椴梓膏。另外一样非常“西班牙”的小吃是橄榄，青橄榄、黑橄榄，去核的或填馅的，随心搭配；配以凤尾鱼及熏红椒粉，锦上添花。

奶酪盘里也不能缺各式饼干、面包棒或面包片，不同形状、风味和质地，配搭奶酪盘里的各样食物，就看您的口味和创意了。

和亲友一起享用西班牙奶酪盘会更美味，大家可以一起发现西班牙奶酪、各种西班牙美食的别样风味。同中餐有异曲同工之妙，团聚、分享也是西班牙饮食文化的基石，领略西班牙风味是一件可以同家人亲朋共度美好时光的乐事。更何况这绝非难事，如今中国消费者已经可以从国内很容易购买到各种西班牙美食产品。

