

Argentina



www.argentinatravel.com.cn

阿根廷，与您随行
葡萄酒与美食之旅

www.argentinatravel.com.cn



阿根廷是一个可以用各种美食呈现出其自然与文化多样性的国家。在国际知名的或是最受欢迎的美食馆里，天才厨师们用每一道菜向您问好，让您一旦选择就成为其回头客。这里的烹饪材料颜色质地多变，造就了一道道独特的美食。这些美味与新大陆最精致的葡萄酒搭配，真是让人垂涎欲滴。变化多样、色彩缤纷、芳香四溢、无敌诱人，还有它们自身的特性……这些就是阿根廷的美食。

在 www.argentinatravel.com.cn 上计划您的旅行吧。



门多萨东部， 葡萄园和历史

门多萨东部的葡萄园讲述着阿根廷共和国建国时期以及当地酿酒行业的故事。美洲解放者——伟大的圣马丁将军曾在这里生活过；这里种植了许多葡萄园，摆上全国人民餐桌的第一批葡萄酒就是在这里生产的。现在，道路两旁的灌溉水道成为这里主要的风景，水道中清澈透明的水源自山上，用于灌溉葡萄园和橄榄种植园。在该地区，解放者的出现只是当地文化的一部分。在农场和葡萄园中辛勤劳作的乡村居民打开了门多萨东部的大门，邀您前来享受一场绝对真实的体验。

门多萨南部， 河流间的葡萄园

在门多萨南部，阿图埃尔河和迪亚曼特河环绕并滋养着葡萄园。这片地区已经成为探险旅游的标志。该地区由圣拉斐尔和阿佛尔将军城（General Alvear）组成，且非常靠近一些自然景观（如阿图埃尔峡谷），这里有100多个葡萄酒庄，生产优质的起泡葡萄酒。其中一些酒庄对游客开放，并邀请游客拿上一杯夏敦埃葡萄酒，为体验过的成功探险而干杯。

马贝克葡萄 原产地的原创菜肴

您可一边眺望遥远地平线上的安第斯山脉，一边在市区的餐厅和烧烤屋（只供应烤肉的餐厅）、山脉附近的大牧场和葡萄园间的美食餐厅品尝门多萨的美食。泥制的炉子上烤着小山羊和羔羊。在最备受赞誉的餐厅厨房，厨师们就像创造艺术品一样制作正宗的美食。享用这些美食时通常会搭配优质的葡萄酒：浅龄和陈年红酒、新鲜的桃红葡萄酒、芳香的白葡萄酒和诱人的起泡葡萄酒。



萨尔塔： 世界上最高的葡萄酒路线

萨尔塔是阿根廷的一个省，有更大规模的酿酒传统：耶稣会士在18世纪将葡萄树带到该地区，其中一些葡萄酒庄自19世纪开始出现在这里。在这片拥有如此多风景的土地上，广为人知的“美丽”酿酒区坐落于高地上，一个拥有丰富的自然、历史和文化的地区：卡尔查基山谷（Calchaqui Valleys）。

在 www.argentinatravel.com.cn 上计划您的旅行吧。

羊肉，令人愉快的巴塔哥尼亚美食

火已准备好。适当的时机是优秀烤肉师的助手。一杯葡萄酒和一些奶酪期待着需求最大的巴塔哥尼亚美食：烤羊肉。每位厨师都有自己的秘密，加入适量的调料和装饰，造就了其自己的风格。该地区最重要的餐厅都供应这道令人愉快的巴塔哥尼亚美食。

圣胡安，席拉葡萄之地

圣胡安拥有悠久的酿酒传统，归因于西班牙和意大利移民。在干旱的土壤上和严酷的烈日下，葡萄酒商的劳作和努力造就了肥沃的葡萄园，葡萄园的组织形式颇具西班牙的风格。该省受佐达风（Zonda）的影响，生态旅游者的旅游方案包括参观传统的葡萄园及其传统和现代的葡萄酒庄，以及品尝其秘制的精品葡萄酒（包括起泡葡萄酒）——其中一些是有机葡萄酒，其他的源自山脉的中心。

科尔多瓦，手工葡萄酒

科尔多瓦葡萄酒的芳香和色彩与居住在该省的耶稣会士和弗留利移民有着密切的关系。正如阿根廷几乎所有的酿酒区一样，耶稣会士将葡萄酒引入该省，主要是为了大规模的庆祝活动。16世纪初，耶稣玛丽亚庄园就种植了葡萄树，该庄园位于卡诺亚殖民地附近，距离该省省会城市33英里。19世纪，来自意大利弗留利的移民将其自己的习俗和传统带到这里，并以非传统葡萄为主要材料开始手工酿造葡萄酒。自此以后，在科尔多瓦西部地区的山谷中，本土葡萄酒成为地方认同和文化遗产的一部分。科尔多瓦葡萄酒的手工艺可通过酒性浓烈来感知，来自卡诺亚殖民地的猪肉、冷切肉和奶酪增加了这种葡萄酒的风味。卡诺亚殖民地集中了当地最大的酿酒产业。





卡塔马卡，“泥巴路线”上的葡萄酒

卡塔马卡的葡萄园分布在安第斯山脉附近的Abaucan山谷和高地（海拔3900至5700英尺）上的卡尔查基山谷中。几乎荒芜的环境和重大的热振幅是生产健康和浓缩水果的重要因素，这是大自然的生态效益。该省的酿酒区位于提诺格斯塔谷（Tinogasta Valley），距离该省首府卡塔马卡186英里。那里发展的酿酒产业有美洲最高峰“Seismiles”为其“加冕”。葡萄酒庄都很古老，且葡萄酒的生产也遵循传统方法。精品酒庄的葡萄酒产量开始增长，巩固了卡塔马卡优质葡萄酒的承诺。最出色的葡萄种类是马贝克、席拉、赤霞珠、伯纳（Bonarda）和瑟蕾莎（Cereza）。



来自布宜诺斯艾利斯厨房的传统和新式风味

布宜诺斯艾利斯的每个角落都反映出折衷主义。在用餐时间，这个城市将多样化转换为一体化。城市的每条街都隐藏着一个烹饪秘密：传统美食，值得一提的是，受19世纪和20世纪欧洲移民影响的克里奥料理。布宜诺斯艾利斯市中心集中了许多传统美食，也拥有一些著名的咖啡馆，这里的每个角落都散发着诱惑。而科连特斯大道（剧院大道）拥有最传统的披萨店，在这里的披萨（pizza）是“按比例”或“等级”享用，或搭配甜葡萄酒和faina一同享用。该市南部地区有许多传统舒适的酒馆和家庭式餐厅。虽然每个地方供应阿根廷牛肉，它被认为是毋庸置疑的女主角，但要品尝传统烤肉，最好还是离开市区，去一些小镇，那里有烤肉和乡村美食，比如圣安东尼奥阿雷科镇、卢汉（Lujan）、Tomas Jofre、Uribelarrea、坦迪尔、圣佩德罗和阿亚库乔（Ayacucho）。在布宜诺斯艾利斯省，美食体验与芳香、风味和色彩有关，这些构成了其人民的特性和文化：除神秘的烤肉和坦迪尔萨拉米（salamis）之外，创新且精妙的新式体验登上舞台：蓝莓路线、橄榄路线和葡萄酒路线。

拉里奥哈，橄榄树间的葡萄酒

拉里奥哈的葡萄酒路线邀请游客发现花香味葡萄酒的果味，品酒时搭配阿劳科的优质橄榄、浓香的羊奶奶酪和美味的坚果。最重要的酿酒区位于菲安巴拉（Chilecito）行政区的法玛提纳（Famatina）和贝肯拉斯科（Velasco）丘陵之间，集中了该省70%的葡萄酒生产。在这里，干旱的山岭地区得到了大量的沙漠慷慨阳光，从而造就了该省的识别卡：拉里奥哈的多伦提斯葡萄酒。

恰卡雷拉（Chacarera）风味

在茂密的植被、田野、丘陵及其历史上的首都（阿根廷最老的城市）之间，在餐桌上，总是充满典型的美食：乌米塔（humitas，用玉米叶包裹新鲜玉米、洋葱和一些调料制成的粽子，不同地区或口味用的调料也不同）、塔马利（tamales，用淀粉面团制成，通常以玉米为主要材料，里面装有肉、奶酪、水果、蔬菜、辣椒或根据口味添加其他材料）、locro（营养丰富的浓汤，主要材料为玉米、某种形式的肉和蔬菜）、炖牛肉，当然还有恩帕纳达斯（empanadas，肉馅卷饼）。一些甜品包括：mazamorra（以玉米为主要材料的传统拉丁美洲甜点）、rosquetes、浓缩葡萄汁和当地alfajores饼干的正宗风味。

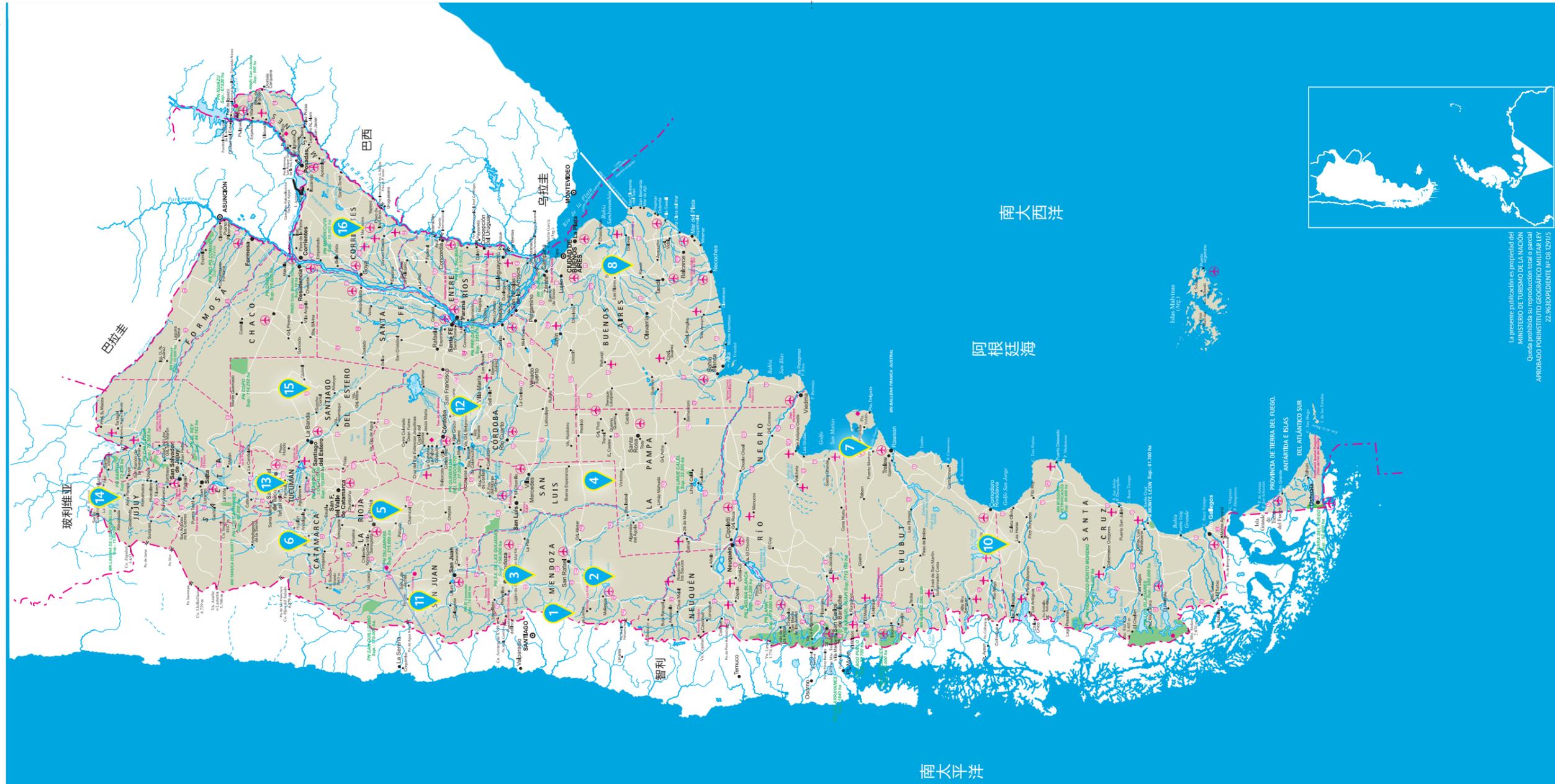


海产美味与丘布特带有历史气息的下午茶

巴塔哥尼亚是个让您所有感官都享受愉悦的地方。您的双眼可能迷失在无尽的地平线和令人惊叹的风景中；您的耳朵保持警觉，以聆听野生动物的声音。而您的嗅觉向海洋空气开放，让您自己享受丘布特美味佳肴的诱惑。在马德里港日落时分，大量的捕鱼渔船，保证餐桌上有新鲜的鱼类和贝类。在罗森港（Puerto Rawson），每天都有小巧但独特的“黄色舰队”出海，寻找鲑鱼、无鳔石首鱼、谷氏鲟鲙和黑鲈。众所周知，附近的小餐馆供应最好的贝类鲜肉。而在大牧场，人们用耐心和奉献精神准备了美味的巴塔哥尼亚羊肉；在茶馆，人们按照外婆流传下来的食谱，烘焙出最精致的糕点。其中，传统的威尔士黑蛋糕带您回到巴塔哥尼亚这些村落的起源。在山脉附近的Trevelin，在丘布特河下游山谷中的Gaiman和Trelew，威尔士茶仪式是神秘且必须停留参加的活动。



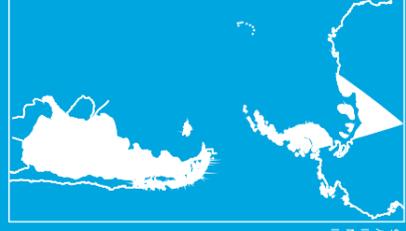
在 www.argentinatravel.com.cn 上计划您的旅行吧。



体验

- 1 门多萨东部，葡萄园和历史
- 2 门多萨南部，河流间的葡萄园
- 3 马贝克葡萄原产地的原创菜肴
 - 4 小山羊肉：圣路易斯风味
 - 5 拉里奥哈，橄榄树间的葡萄酒
 - 6 卡塔马卡，“泥巴路线”上的葡萄酒
 - 7 海产美味与丘布特带有历史气息的下午茶
- 8 来自布宜诺斯艾利斯的传统和新式风味
- 9 萨尔塔：世界上最高的葡萄酒路线
- 10 羊肉，令人愉快的巴塔哥尼亚美食
 - 11 圣胡安，席拉葡萄之地
 - 12 科尔多瓦，手工葡萄酒
 - 13 图库曼风味
 - 14 乌马瓦卡大峡谷祖传美食
 - 15 恰卡拉风味
 - 16 河岸地区美食

葡萄酒和美食之旅 体验参考



La presente publicación es propiedad del
MINISTERIO DE TURISMO DE LA NACIÓN
Queda prohibida su reproducción total o parcial
APROBADO POR INSTITUTO GEOGRÁFICO MILITAR LEY
22.968/DEPENDIENTE N° 08.129/15

图库曼风味

图库曼的美食有其重要且独特的地区标志。在民间节庆期间或在最奢华的餐厅、在小村庄或大城市，都会供应用当地材料精心制作的传统美食。结合前西班牙时期和克里奥传统的美食拥有神秘莫测的名称，如“huaschalocro”（意为“与locro差不多”，是一道炖汤，比经典的“locro”淡一点且绝对便宜）；典型美食，如“塔马利”（tamales，用叶子包裹后蒸或煮的传统美食。在吃之前把叶子剥除。塔马利中可装入肉类、奶酪、水果、蔬菜、辣椒或根据口味添加任何材料。填充材料和烹饪汁都可加作料。）；或无敌诱人的“empanadas”（肉馅卷饼，通过围绕填充材料折叠面团或面包制成，不同的省份其中的填充材料不同，可以是牛肉、鸡肉、玉米等）。手工精巧制作的奶酪是不可错过的真正美味。全省都散发着生长在山谷中的草本香料植物的芳香，和柑橘类植物（柠檬、橘子和葡萄柚）的浓烈香味。甜点和果酱也非常值得一提：由许多甘蔗制成的产品，能满足您最贪吃的味觉，令人愉悦。

乌马瓦卡大峡谷祖传美食

乌马瓦卡（Humahuaca）大峡谷也是传统美食之地。说到有千年历史的美食，不得不提安第斯--印加地区的烹饪遗产了。具有令人惊艳特性的美食是本土居民文化的一部分，并代代相传。现如今，在一些小酒吧、精致的餐馆和著名的美食餐厅还会供应这种美食，当然其中混合了现代美食的新元素。乐可洛（Locros）、玉米粉蒸肉（tamales）、乌米塔（humitas，玉米粽子）是传统烹饪食谱中的部分。在玉米、胡椒、安第斯土豆和牛肉干（把肉放在太阳下晒制而成）基础上烧制的菜肴，虽有些辛辣，但刺激所有感官。所有小镇都供应家庭自制的面包和果酱、手工艺技术制作的奶酪、羊奶奶酪、烤或烘焙的小山羊，当然还有empanadas（肉馅卷饼）。肉类中的首选是美洲驼肉。在典型的饮料中，古柯叶茶是主要用于避免高原反应的推荐饮料。奇查酒（Chicha）是当地特色，是将玉米粉和水放入泥制小壶中酿造而成的酒精饮料。乡村其他地方的上好葡萄酒也不容错过：在Maimara村，有一个葡萄酒庄先驱，生产独家特色葡萄酒。享用甜点的时候，甘蔗蜂蜜、cayote蛋糕、gaznates（里面装有牛奶果酱的蛋糕）、焦糖核桃和quinua alfajores饼也无敌诱人。

小山羊肉：圣路易斯风味

阿根廷的中西部有一个省会举行声势浩大的史前齐哈拉斯（Sierra de las Quijadas）活动，该省还因其正宗的地方美食乳羊而闻名。虽然在阿根廷的其它地方也能吃到，但圣路易斯以其独特的制作方式脱颖而出：把肉放在烤架上，然后将其放在犁型圆盘或是泥炉上烤，期间都是用文火烤。此外，他们选用的肉质来自小动物，以保证口感鲜嫩。结果当然就是一份美味的乳羊，一个不容错过的美食。



在 www.argentinatravel.com.cn 上计划您的旅行吧。



河岸地区美食

大自然选择这片河岸区域来彰显其无限魅力，淡水、绿色原野、红色土壤以及动植物群在这里和谐共处，风味美食也融入其中，展现该地区丰富的文化气息。在早上，巴拉圭冬青茶（mate）是一种仪式性饮料。其中会放入当地草本植物和橘皮，这种浸泡液已成为乡村的象征，这也是朋友和家庭聚会的原因。仪式开始后，他们一边享用美味的“chipá”饼，一边喝着同一杯巴拉圭冬青茶。分享是这个仪式的本质。在河岸地区北部，瓜拉尼人（Gururani）对美食烹饪的影响显而易见。该地区典型的美食使用新鲜的季节性原材料精制而成。他们的底料是煮、炸或烤的木薯，木薯磨成的粉能制成chipá饼、木北钰油炸蛋糕（mbeyú）、caburé饼和revíro，而玉米可制成pororó、yopará和玉米饼（chípa guazú）。河鱼也是一种重要的原料。