

# 瑞士必吃5道傳統料理

「Guten Appetit!」提到瑞士美食，你會想到什麼呢？起司鍋、巧克力！近年來，瑞士為大家的旅遊首選，因為它擁有豐富的旅遊資源、令人著迷的湖光山色、遺世獨立的絕美秘境。名峰美景使旅人忘懷，卻鮮少人提到食物！瑞士有什麼傳統家常菜？當地人都吃什麼？還有什麼是絕對不能錯過的料理呢？以下將介紹五道傳統美食，讓我們一一揭曉！



## #1 蘇黎世小牛肉(Zürcher-Geschnetzeltes) 配 馬鈴薯煎餅(Rösti)

1947年，蘇黎世小牛肉首次出現在一本食譜中，至今被認為是蘇黎世地區最經典的料理之一。傳統的做法是將小牛肉切丁或薄片加上奶油醬和蘑菇燉煮，最後淋上一圈白葡萄酒而製成，最適合與馬鈴薯煎餅一起品嚐。

## #2 琉森派(Luzerner Chügelipastete)



層層疊出的酥皮中，加入奶油白醬的餡料、肉、蘑菇、洋蔥抑或葡萄乾，皮酥餡香，小小的派吃起來卻非常有飽足感。為瑞士美食中著名的肉類菜餚，亦為當地特色菜。



## #3 伯恩盤(Berner Platte)

伯恩盤的出現可以追溯到200多年前一場與法國的戰爭，因戰勝而舉行了盛宴，所有人把能吃的都帶來，而後成為現在的佳餚。由火腿、培根、排骨、豬腳、酸菜、豆類和馬鈴薯等組成，是肉食愛好者絕不容錯過的美食慶典。



## #4 阿爾卑斯山通心粉(Älplermagronen) 配 蘋果泥(Apfelmus)

以前阿爾卑斯山上的牧民們，因麵食攜帶方便且使用各家製成的高山起司，混合作為一餐，往後流傳至山下漸漸加入馬鈴薯、烤洋蔥、培根等。最推薦的是配上蘋果泥，清爽解膩，值得一試這道傳統鄉村菜。

## #5 巴塞爾麵粉湯(Basler Mehlsuppe)

巴塞爾狂歡節是規模最大、最受歡迎的節日，每年吸引超過兩萬名遊客到訪，由早晨三點鐘的第一道料理-麵粉湯，揭開序幕。當地居民只有在狂歡節才會享用這烘烤成棕色的麵粉、洋蔥、奶油和肉湯一同熬製而成的特殊料理。



# 聖路易服務中心

## 翻譯公證服務

- ★各種文件表格合約製作、填寫及翻譯
- ★法院、移民、醫院、商業口頭翻譯

## 國際學生

- ★協助中學生、大學生申請入學
- ★協助安排寄宿家庭及當地交通

## 短期參訪

- ★各種類型團體接待
- ★遊學、考察、短期進修
- ★安排食宿、交通、參觀

## 其它服務項目

- ★個人收入及公司報稅、成立公司
- ★工作傷害及車禍意外律師諮詢
- ★房地產買賣、租賃、管理、餐館買賣
- ★專業顧問諮詢可上網  
[www.bfconsulting.us](http://www.bfconsulting.us)
- ★國際學生可上網  
[www.tyhusa.com](http://www.tyhusa.com)