

義大利國民美食系列（三）：靴子半島的豬美食

義大利人對地方的濃厚情感可以從城市的膩稱看出端倪：他們把水光嶙峋、柔媚多情的威尼斯叫做寧靜之城(La Serenissima)；見證帝國榮光、雄偉大器的羅馬被喚為永恆之城(Roma l'Eterna)；海權時代雄霸一方富足多金的熱那亞(Genova)則是堂皇雄偉之城(La Superba)；位於半島東北方的波隆納(Bologna)在西元十二世紀孕育了全歐洲第一所大學，鼎盛的文風與頻繁的學術交流讓城市獲得了智識之城(La Dotta)的美譽。其實義大利人對波隆納還有個不那麼有氣質但充滿親密感的小名：肥胖之城(Bologna La Grassa)，一切都起因於此城是個不折不扣的美食天堂，而且「豬」在其間扮演了重要的角色。

美食之都波隆納

在義大利，講到豬肉製品大家一定會聯想到波隆納，兩大名菜「肉醬」與「肉腸」不但以城市為名，也被視為地方重要的象徵。波隆納肉醬(ragù alla Bolognese)世界馳名，芹菜、洋蔥、紅蘿蔔三種蔬菜切碎後與豬絞肉、碎香腸一同拌炒，最後加入新鮮蕃茄汁慢燉，不管夾在充滿蛋香的千層麵中或是拌入彈牙的麵條裡，波隆納肉醬總能充分地展現簡單平實的幸福美味。做工繁瑣，堅持頂級用料的波隆納肉腸(mortadella di Bologna)自古至今一直深受義大利人喜愛。從中世紀開始，波隆納一帶的教會修士將一定比例的瘦肉與肥肉用石磨搗碾出嫩粉色、質地極為細緻的肉漿，並加上胡椒、鹽和其他香料調味，灌入腸衣後煮熟，慢工細活地作出俗世美食誘惑的極致。時至今日，法令規定波隆納肉腸僅能以豬肉製作，利用精瘦上好的肩肉與腿肉混合來自喉嚨部位的肥肉，並加上開心果、圓粒胡椒和肉豆蔻等香料，譜出如絲綢般細滑的粉紅樂章，其間綠白黑三色音符跳躍，有開心果爽脆出色的高音、脂肪豐厚飽滿的重低音、胡椒驚喜帶勁的切分音。波隆納肉腸不管是切成薄片或骰子狀，都是義大利傍晚開胃酒時間(aperitivo)相當受歡迎的下酒菜。

一條豬從頭吃到尾

跟台灣人很像，義大利人對豬絕不浪費，一條豬可以從頭吃到尾，每個部位的料理方法各有千秋：豬的前肢做成蹄膀肉袋(zampone)，這可是法拉利跑車故鄉莫典納(Modena)的知名料理。把豬前蹄的肉掏出，剩下的皮成為長形中空的袋子，之後回填入以鹽和胡椒調味的絞肉，這道蹄膀肉袋配上扁豆(lenticchie)是義大利人聖誕節與新年餐桌上的必備佳肴。他們將圓形細小的扁豆視為金錢的象徵，搭着肥潤的蹄膀肉袋，意喻招財進寶，來年豐沛富足。豬的後腿則被製成風乾生火腿(prosciutto crudo)，帕瑪(Parma)與聖丹尼耶勒(San Daniele)是鼎鼎有名的產地。哈密瓜配生火腿(prosciutto e melone)是炎炎夏日的開胃好菜，片薄的火腿肉粉紅柔嫩，凝滑白細的油脂分佈其中，覆蓋在汁水橫流、橙黃甜美的哈密瓜上，是視覺和味覺的雙重享受。乾香腸(salame)義大利各區皆有，配方因地而異，使用豬的部位從頭到腳從裡到外不一而足：後頸肉、里肌肉、三層肉、臉頰肉、內臟甚至豬血，義大利人常笑稱一百個城市就會有一百種不同的乾香腸作法與食譜。拿坡里一帶所產的辣味乾香

腸(salamino piccante)是披薩的明星配料，好吃程度所向披靡；米蘭式乾香腸(salame Milanese)長達三個月的風乾期創造出肥瘦巧妙平衡的細緻口感與鹹香帶勁的滋味，配上醋漬蔬菜，是開胃菜的最佳選擇。

有句諺語這麼形容豬：生於髒死於亂，在我們的餐桌上卻是美味飽滿 (Vive il maiale e muor nella sporcizia, ma sulle tavole nostre è gran delizia)，說起這個對美食百分之百奉獻的動物，難怪義大利人總是滿心感激。

圖片解說



圖一：好酒、好肉、好乳酪是義大利人生活的必需



圖二：琳琅滿目的肉製品永遠能滿足饕客的需求



圖三：義大利每一區都有各自的特色乾香腸，種類之多，不勝繁數



圖四：粉紅色的波隆納肉腸做工繁瑣，卻也美味至極



圖五：波隆納是全義大利公認的美食之都

