

熊城美食飘香地图

图文/陶媛



处处美食的伯尔尼

伯尔尼处处皆美食。就连超市里也能一窥伯尔尼的美食风味,Coop 里面应有尽有,游客们完全可以自己准备一顿佳肴!

一瓶葡萄酒,10个瑞郎上下已经很好了,瑞士本地啤酒才1.25瑞郎一罐,罐身比我们国内的要长,一罐酸奶0.6瑞郎。腌肉有各种各样的,最喜欢那种圆形的,里面如果还有些胡椒颗粒的就更香了。还有各种各样的蔬菜色拉,配好调料包的,价钱也都十分便宜。有种红色的小圆萝卜,据说最去火了,吃起来也是脆甜的。

每周六联邦议会广场及附近的集市上,有鲜花、水果、蔬菜和一些日用品和工艺品,还有一个吃小吃的区域。你可以品尝到不少本地人自己制作的美食,还可以买些果酱带走。逛集市是旅行中接近和了解当地人生活的一个有效方式,也是一种有趣的活动。

Aare 河环绕的伯尔尼老城内有好多餐厅大门的入口很像酒窖的大门,而餐厅又常常在地下室,就像河边的大谷仓的地下室现在就是最著名的餐馆。

在众多餐馆中,有中、法、西、德、意等各种菜式、瑞士风味菜和伯尔尼当地佳肴济济一堂,德国风味的肉肠、咸泡菜、腌肉和奶酪火锅之外,当地最出名的还有用蛋白打出的糕点,吃起来松脆酥软,在超市里有大包出售。遍布全城的酒馆也是值得一游的古迹,有些历史悠久的酒馆距今已有超过400年历史。

熊公园旁喝啤酒听故事

熊城其实并不出产熊,历史上伯尔尼曾是柴林根公爵的封地,某天,他希望用一次狩猎的成果来命名这个地方,结果他猎到了一头熊,伯尔尼自此被称为“熊城”。

现在伯尔尼有个熊公园,靠近著名的玫瑰园。2009年10月29日,新的熊公园落成,和我们平常所看的公园不太一样,熊公园就是将穿过伯尔尼的Aare河两岸隔了一段出来,游客们可以在桥上以及河两边往下看那两只幸运的熊。所有捐助过熊公园的人的名字被镌刻在公园的地砖上,一块块整齐地铺在地上,公园落成典礼那天有来自全世界的4万多人热热闹闹地来看公园里的两只熊。

人们还会给熊寄贺卡,写信,邮寄蜂蜜。

熊公园旁有家餐厅,人们总喜欢过来看看熊,然后进Altes Tramdepot Brauerei & Restaurant 餐厅喝一杯,这家餐厅最出名的就是自酿的啤酒,有多种款式可选,长长的吧台大中午的就已经有很多人坐在那里聊天边喝啤酒。

我们自然也不会错过德语区最著名的黑

瑞士是个多语种国家,伯尔尼餐厅里的服务生通常可以说好几种语言,德语、英语、意大利语。伯尔尼并不大的老城内存密密匝匝地藏着至少150家各种风味的餐馆,茶坊、酒店、披萨店和露天咖啡馆更是数不过来,几乎每个街道的转角,你都可以看到很有个性的小店,可以进去坐坐,喝杯本地特色的德式风味啤酒,配上本地出产的各种奶酪,风味绝佳!



啤,店里经常会有特价啤酒套餐,14.2瑞郎可以点4款啤酒,颜色最浅的最淡,颜色略深些的是标准的德国啤酒味道,还有一款说是没完全发酵还是完全发酵的则有股奇怪的香味,最特别是一杯颜色深到发黑的,苦味最重,苦涩的滋味又带着很特殊的甘香,喝一口,味蕾仿佛都醒过来异样,忙不迭地期待着下一口。

这里的菜肴是典型的瑞士德语区风味。Rosti 是瑞士山地区的特色美食,自然是必不可少的,几乎每张餐桌上都有一份,瑞士人超爱土豆,餐前小点就是水煮小土豆配奶酪,再开一瓶白葡萄酒。

把土豆弄成极小的碎条,上和奶酪和调料用平底煎锅煎成两面金黄色,就是瑞士人最喜欢的Rosti,搭配德国式猪肉肠或者牛肉肠,炒小牛肉和蘑菇,或者现摊的荷包蛋,半生熟的蛋黄,黏糊糊腻嗒嗒,搭配松脆的黄金土豆饼,口感一流!

小牛肉和蘑菇 Rosti 售价最贵,一份35瑞郎。猪肉肠的那份和苹果腌肉一样19.5瑞郎,荷包蛋 Rosti 最便宜只要19瑞郎。这种煎得金黄的土豆饼外层脆香,含着浓郁的奶酪香,小牛肉很嫩,蘑菇鲜香,然而最美味的还是德国猪肉肠,煎得香喷喷,肉质既嫩且肥,一口下去,弹性十足,配啤酒简直绝了!

美食环绕的爱因斯坦家

古色古香的钟楼一直是伯尔尼的著名景

点和标志性建筑,堪称中世纪钟表制作的杰作。准确说来,钟楼上有两个表盘。上面一个大些,表盘是黑底镶金边的,一圈罗马数字标示全部金色,两根金色指针各不相同,一为金色的箭头状,另一根则是一头是太阳,一头是月亮,两根指针都被八角形的金色星星固定在表盘上。而底楼圆形拱门上端还有个看上去比较复杂杂的钟表盘,同样也是黑色底盘金色边框,内里却还有个靓丽桔黄色的框,镶满了23颗金色的菱形星星,按照顺时针方向1-12的金色罗马数字重复了两遍,表盘上还有个略小些的红框玻璃盘,上面标注了12星座的图示。就在这个表盘的旁边则是个凸出钟楼的浮雕型窗户状雕塑。最上面是一个双手举着金色铃铛的小丑,高举双手,踢起一条腿,小丑的下方端坐着被唤作克罗诺斯的时间大神,坐在宝座上的时间大神戴着帽子,还有把大胡子。时间大神右手边有只金色的公鸡,左手边是只站立着的小狮子,右手还举着根权杖。时间大神的脚下则是小熊的雕像,形态各异,有的骑马,有的打鼓。

正对着伯尔尼最出名的钟楼表盘的大街一直往东走,便到了爱因斯坦的故居。这里没有特别明显的标识,只在街边的廊柱的圆形门洞上有几个红色的字-EINSTEIN-HAUS。

1903年秋天,爱因斯坦携爱妻住进克拉姆巷49号3楼的一套公寓,就是现在的爱因斯坦故居。窗外的老街就是歌德盛赞过伯尔



尼最美丽的街道,从窗口探出头去,往左就可以看到时间大神的钟楼。1904年,爱因斯坦的长子汉斯·阿尔伯特出生,今天,我们还能在二楼的故居里看到镶满蕾丝花边的小小白色摇篮。更令人意外的是爱因斯坦的夫人也是极为出色的科学家。

爱因斯坦是不是美食家我不知道,不过爱因斯坦故居旁边倒是开满了美食铺子。隔壁一家巧克力糕饼店在伯尔尼当地十分出名。手工制作的各类巧克力是本地人最喜欢的美味点心,最好吃的是生巧克力,苦苦的滋味带着浓郁的回甘,掩不住的香味,叫人一闻就口水直溢。巧手的师傅甚至还制作了巧克力乌鸦、巧克力熊、巧克力圣诞老人之类,孩子们隔着玻璃橱窗指指点点,间或咬咬手指,毅然去要求一块带走,父母则摇摇头,慨然付钱。这里的巧克力价格比超市里的巧克力贵些,但味道和意义都是不一样的。

在伯尔尼克拉姆巷的几年可以说是爱因斯坦一生中最重要的几年,爱因斯坦在苏黎世、布拉格和柏林进一步完善的广义相对论奖励学和电动力学结合在一个统一的体系中。然而,相对论的第一次提出就在这里——伯尔尼,这个拱廊上的房间。多年以后,爱因斯坦无不感怀地写道:“在伯尔尼的那段日子还是很美好的。”

不知道,那美好的意义里是否还有一缕巧克力的香味呢?

海客乐“蟹”出有名

筛选,确保消费者吃到的每一只蟹都是高品质,同时让送到消费者手中的每一只大闸蟹都“大有来头”。这些“明星”大闸蟹基本都是当晚捕捞、次日便能送到上海消费者手中。据透露,目前,“海客乐”经销的阳澄湖大闸蟹60%以上已被预订。

全营养生肌饮食工作坊
招生啦

活动时间:
九月起 每周四 下午 13:30—15:30
滚动开课
即日起报名 截止至10月中旬 满30人即止 500元/人
活动地点:
海客乐七宝店(客乐之家)

门店地址:上海市闵行区中春路8888弄208号02辅铺(邻里中心商圈内)
咨询电话:021-60643072/60643076

讲师陈美雅简介

台湾生肌营养师、草本植物专家。坚持“全食物、全营养”的健康理念,十几年来致力于生肌饮食健康理念的推广,著有《高纤健康膳食》、《健康五谷蔬食》等,每年应邀到全国各地演讲,为大众的饮食健康做出了巨大贡献。



我们在家庭喝水中,使用纯净水设备净化水中的污染物质势在必行。世界卫生组织指出:世界上大多数的疾病,包括癌症,甚至死亡都与水污染有关。(此段提供相关证明)

上海“梓凌”牌RO反渗透直饮水机采用国际先进的美国宇航技术,与自来水管连接,经过五级过滤后,能有效去除细菌、有害化学物质以及重金属等致癌物质(提供检测报告),所制出的小分子水富含氧分,渗透力强,不仅易于人体的营养吸收,皮肤补水,水质优于国家饮用水检测标准,真正做到无需烧开就可直接生饮,有效杜绝二次污染,让您和全家都能喝到干净安全的饮用水。

本公司采用厂家直销,现推出一款家用型直饮水机,原市场价1980元,特价为980元。公司免费上门安装,15天内使用不满意,可免费退换货。

电话订购或查询 60712609/60712610 或可至鹤旋路26弄(交通121、158、561、安虹线)万达广场4号楼827室展示厅参观。

梓凌净水器让您拥有
干净安全的饮用水

9月22日,国内水产市场期盼已久的阳澄湖大闸蟹正式开捕。今年,阳澄湖产地5家合作社产出的大闸蟹将由申城有机食品品牌“海客乐”连锁专卖店正式代理,目前这一条供应链已聘请农业部渔业科技入户示范工程首席专家、上海海洋大学博士生导师王武教授和多次参加过大闸蟹评比活动的袁道亮老师为顾问,力求让上海市民吃到高品质的正宗阳澄湖大闸蟹。

据了解,通过该渠道供沪的每一只阳澄湖大闸蟹,除了有防伪戒指,还将携带记录了湖区产地、生产合作社、养殖农户、出水时间等可追溯的“身份证”信息上市。在大闸蟹开捕之际,海客乐指定了严格的企业标准来对海客乐大闸蟹的品质进行管控。根据大闸蟹的品质将大闸蟹分为极品大闸蟹、优质大闸蟹以及标准大闸蟹这三个级别,来满足不同消费者的需求。

大闸蟹出水后,除了选择第一道最饱满的蟹源,王武教授等专家还将借助于自身丰富的技术和评蟹经验进一步