

浅析西班牙美食及用餐礼仪

董璐

吉林外国语大学, 中国·吉林 长春 130117

【摘要】本文详细解析了西班牙的饮食文化及餐桌礼仪并系统梳理了其美食特色与常规饮食习惯。通过介绍地方特色菜肴和传统饮食方式,展示了西班牙人的餐桌礼节并阐述了他们对美食的看法与价值观。深刻了解西班牙美食和礼仪有益于明白其文化和促进跨文化交流,对加强国际友好与合作极为重要。

【关键词】西班牙美食;用餐礼仪;交流与融合

引言

西班牙料理被誉为全球极具吸引力的美食之一,其种类繁多的佳肴广受欢迎。位于西班牙这片土地上,餐桌礼仪被视为一项重要的文化遗产,映射出了西班牙人那份充满热情与好客的民族性格。本文简析西班牙美食与饮食礼仪。西班牙美食展示了极其多样的特色,每种料理都展现了各地区的特有风味,这种独特的美食体验主要源于新鲜食材的广泛运用。西班牙的餐桌礼节不仅体现了该国的独特风貌。在西班牙,用餐时间不仅仅是简单地满足口腹之欲,更是一种享受和放松的过程,往往持续几个小时,期间人们可以慢慢品尝美味的食物、轻松地聊起家庭琐事或者欣赏音乐和舞蹈,从而使得整个用餐体验变得更加丰富而愉悦。品尝西班牙美食让我们感受到生活的热爱和对国家传统文化的尊重。不同地区的美食存在差异性。事实上,饮食习惯是动态变化的,饮食文化是流转的。世界多数民族的饮食文化是在持续的传播、渗透、吸收和融合中形成的^[1]。西班牙料理的特异性以及其餐饮礼节逐渐变成了一种理想的文化体验。通过深入学习和细致了解西班牙饮食文化这一独特而丰富的文化现象,我们能够有效地拓宽自身的文化视野。我们能够意识到尽管地域文化有异,全球人民对美食和生活的热爱却普遍存在。

1 西班牙美食概述

1.1 西班牙主要食材介绍

西班牙的主要食材涵盖了橄榄油、火腿、葡萄酒及海洋食品等。橄榄油是西班牙料理常用食用油,火腿是该国标志性美食之一。在西班牙的饮食文化中葡萄酒经常搭配多样的美食,发挥核心作用。西班牙位于地中海蔚蓝色海岸,其地理位置使得丰富的海鲜资源成为烹饪文化中必不可少的原料,海鲜在西班牙菜系中占有重要地位。西班牙饮食传统具特色,主要食材种类繁多。

西班牙以其得天独厚的地理环境孕育出的独特食材,以及历史悠久、多元融合的饮食文化,不仅在本国人民中传承着深厚的饮食传统,更以其独特的风味和烹饪艺术,吸引着全球各地的美食爱好者。除橄榄油、火腿、葡萄酒及海鲜外,西班牙食材还有牛、羊、鸡等肉类,主要用于烤肉和炖肉等传统菜。西班牙,这个充满魅力的国度,不仅以其绚烂的文化和历史而著称,更因其乳制品的丰富多样性而享誉世界,尤其是那些琳琅满目的奶酪,其中 Manchego 奶酪以其深邃的风味和独一无二的口感,成为了西班牙乳制品中的璀璨明珠。西班牙是典型的橄榄和坚果生产大国,种类繁多,鲜美可口,主要用来制作橄榄油和泡菜等佳肴。西班牙丰富的蔬菜和水果产量,其中包括西红柿、辣椒、洋葱和柠檬等,不仅为当地居民提供了丰富多样的食材以丰富其饮食结构,而且也为西班牙的菜肴增添了鲜艳的色彩和独特的口感。

1.2 著名西班牙菜肴

西班牙美食以其繁复多变的味觉体验和独树一帜的烹调技艺而享誉全球。其中,西班牙火腿(jamón)是一款传统的美食,被视为西班牙的国宝。除此之外,人们还喜欢西班牙海鲜饭 paella、西班牙鱼子酱 caviar 和西班牙牛肉酱 carne asada 等美食。西班牙腌鱼汁亦属于最受推崇的美食之列。

除了视作国宝级珍品的西班牙火腿之外,西班牙的海产烩饭亦堪称佳肴典范。该传统菜肴融合了香气四溢的香米饭和色泽金黄的藏红花调料,再辅以各式各样新鲜出水的海产品,最终烹饪完成后散发出令人回味无穷的地中海特有风情。西班牙鱼子酱被视为高尚且美味的象征,其豪华的风味是无限的。西班牙的肉酱不仅风味卓越,而且调味独具匠心,是值得品鉴的美味佳肴之一。

西班牙的酸橘汁腌鱼非常美味,鱼肉在柠檬汁和香料中

腌制，带来独特口感。在西班牙，炸鱿鱼圈作为一种深受欢迎的街头零食充分展现了其独有的美食魅力：那充满诱惑的金黄色外皮在烹饪过程中变得酥脆无比，而内部保持着鱿鱼本身的细嫩口感，令人一闻到其扑鼻而来的香气便欲罢不能。

1.3 西班牙特色烹饪方法

西班牙的传统烹饪主要采用烧烤、炖煮、油炸和炒制等方法，食材种类繁多。西班牙人对食材的选取极为严格，重视食材的新鲜程度与真实性。他们擅长运用多样的香料及佐料，萃取出每种料理的独有气息与味道。西班牙美食因其特殊风味而被广泛赞赏，其中包括了塞哥维亚著名的乳猪、米兰达地区风味独特的埃布罗羊肉、巴戈阿米饭以及瓦伦西亚那富有特色的红色配料，曼恰地区的奶酪和比斯开湾的海鲜同样也深受人们的喜爱^[2]。

伊比里亚火腿味道咸鲜合一，入口后唇齿生香。它的选材非常讲究，一定要用山地散养而且只喂食地中海橡果的黑猪制作。为了保证内质的细嫩，小猪长到两岁时就被宰杀。制作时加上秘制调料，高温风干后再用蜡封上，高温风干的工艺使几乎所有的油脂都流出，可以算是低胆固醇的食物。上好的生火腿配面包，再抿一口西班牙红酒是体验西班牙美食的最佳方式^[4]。

桑格利亚是西班牙深受喜爱的国酒，不仅是饮料也象征着文化。通常以红酒为底酿制的这种酒，斟入汽水和橙汁，再倒入适量的白兰地，并加入新鲜切成小块的多样水果，包括橙子、苹果、柠檬等，因此这样调和出来的饮品，不仅呈现出色泽明亮而诱人的视觉效果，也为品尝者带来层次丰富的味觉享受^[5]。

对于制作桑格利亚，那不仅仅是如饥似渴追求美味的过程，更是身心愉悦的享受。首先挑选一款优质的红酒作为饮品的基础，随后根据个人偏好向其中加入适量的汽水和橙汁，目的是为了在不破坏红酒本身的醇厚口感的同时，引入果香的清新感，以达到口味的平衡和提升。

白兰地的融入使饮品的风味层次变得更加复杂并深化，进而极大地丰富了其整体的口感。接着向饮品中加入切割成小块的橙子、苹果以及柠檬等多种水果，这一步骤不单单是为了让桑格利亚酒呈现出五彩斑斓的视觉效果，更重要的是，这些水果散发出的清新果香和它们所含有天然甜味，极大地丰富了桑格利亚的风味，使其更加令人愉悦。

在西班牙，桑格利亚作为不仅仅局限于其饮品本身意义的存在，而成为社交互动的一种重要形式。无论在享受家庭聚会的温馨，或是陷入朋友聚会的热闹人们都乐于承

担起制作分享桑格利亚这一角色。这款饮品的制作和饮用促进人际交流与互动展现西班牙人的热情好客及对生活的热爱。在西班牙的丰富佳肴中，加利西亚章鱼这道菜以其吸引眼球的特色和广泛的受欢迎程度而格外引人注目。这道来自西班牙西北部的美味佳肴也叫Pulpo a feira，必须要放在木质的盆子里，章鱼片上要撒粗盐、辣椒粉和橄榄油。人们都说，加利西亚的节日里；如果餐桌上少了这道菜，那么整个节日都会变得不完整。

Churros是西班牙非常经典的早餐，国内有些地方叫它“吉事果”，吉事果类似中国的炸油条，但是口感略厚，常配热巧克力。吉事果要吃刚出锅的，并且巧克力也是融化后放在杯子中像咖啡一样被端上来的。然后将Churros裹上肉桂粉，可以用WaxPaper来包裹方便拿取，沾取一些融化的巧克力酱，再沾取杏仁糖粒，也可以挤一些巧克力焦糖酱在上面，或者搭配打发的鲜奶油来食用，最后将剩下的巧克力酱喝完。

在西班牙的餐桌上，人们不仅享受美食带来的味蕾享受，更感受到了浓浓的亲情和友情，用餐过程中的交流与分享让人倍感温馨和幸福。

2 西班牙用餐礼仪

2.1 西班牙用餐时间

西班牙人非常重视用餐时间，通常喜欢在下午吃一顿丰盛的午餐。西班牙人更放松。每天下午小睡一会儿^[3]。西班牙吃饭时间与中国吃饭时间相比有很大差异。早餐时间一般在7:00-8:00之间，主要以果汁、咖啡、饼干、面点等为主。

午餐时间一般在13:00-15:30之间，饭前一般喝些开胃酒，佐以干果、火腿、奶酪、土豆蛋饼、炸小鱼等，午餐头盘一般为蔬菜或汤类，主菜为鱼或肉，甜忘之后，西班牙人有在饭后吸雪茄和喝餐后酒的习惯。晚餐时间一般在20:30-23:00之间，有的餐馆21:00才对外营业。晚餐与午餐相比要清淡一些，但也非常丰盛。此外，一些西班牙人在10:30-11:00之间和在18:00左右有吃小点心的习惯。这也是西班牙人之间交流感情、家庭成员之间团聚的重要时刻。

2.2 用餐礼仪

要听从主人安排桌次和座位。如果邻座是女士，一定要协助对方先入座，尽可能与同桌的人（特别是邻座）交谈。在吃西餐时，可能会出现不知如何食用饭菜的情况，可以先等西班牙人开始用餐，然后模仿对方即可。如遇到打翻酒水或其他意外情况，服务员会处理，但要向左右两边的人说“对不起”。喝汤时一定要不要出声；口中有食物

时, 不要说话; 剔牙时, 用手或餐巾遮口。宴请结束时, 一定不要忘记向主人表示感谢。赴宴时间如果在餐馆宴请外方, 一定要先于客人到达餐馆。如果外方邀请中方人员到家中或餐馆就餐, 建议晚到5-10分钟, 切记一定不要提前到达。

在西班牙, 餐厅文化独具特色, 尤其是对水温度的偏好明显不同于其他国家。在西班牙的饮食文化中, 由于当地居民对冰水的偏好远超过热水, 导致在西班牙众多餐馆内寻觅热水供应成为一项颇具挑战性的任务。这种偏好深刻地根植于西班牙特有的气候条件与其居民的生活方式之中。位于欧洲西南部的西班牙, 由于其气候普遍趋向温暖而且在炎热的夏季温度往往更是高企导致居民尤为需要降温, 因此冰水在本地成为了人们用以消暑和解渴的首要选择。因此, 在餐厅要付费点水时须指定常温且西班牙水必须是瓶装的通常有大瓶小瓶之分。

在西班牙, 饮食习惯展现出一种丰富多彩的特性, 这其中, 敬酒作为西班牙餐桌上的重要环节, 发挥着不可或缺的作用。在西班牙, 人们习惯于用餐时通过敬酒的仪式来展示他们对彼此的尊重与友善之情。宿主和访客将会进行互相祝酒, 透过此一方式来强化彼此间的联结和亲近感。

在西班牙宴会敬酒时其他人会静默以表敬意。这样沉默既是对举杯者的敬意也是对整体聚会气氛的保护。西班牙文化里, 敬酒是须在宁静集中的情况下进行的庄重活动。

此外, 西班牙民众通常不主张在用餐时敦促他人畅饮。在西班牙的文化传统里饮酒被普遍视作享受生活的一种方式, 而非不得已承受的重荷。个体依据个人偏好及饮酒能力决定是否消费酒精, 而不是受他人强制。这种尊重个人选择的态度明确地展示了西班牙人非常重视自由以及个体的独特性。

聚会终结之际, 西班牙人一般会向举办者表达感谢。这种方式既表达了对他人的感激和尊重同时也肯定了主办者的辛勤劳动。在西班牙文化里, 对他人的援助与奉献表达感激被视为一项基础的礼仪。

在品尝美食时, 西班牙人以优雅谦逊的姿态展示对文明礼仪的尊重和对食物及生命珍贵的深刻敬畏。进餐时刻不单是为了满足饥饿, 同样是为了满足心灵与精神的享受。通过摄取食物这一基本行为, 西班牙人不仅有效地满足了其身体对营养和能量的需求, 而且在此过程中实现了精神层面的愉悦感受, 以及通过共享餐食这一社会活动形式, 促进了人与人之间情感的交流与沟通。

无论是在家与家人共享简单的一餐, 或是在餐厅参与盛

大的宴会, 西班牙人总是能够通过他们的用餐经历感受到深深的快乐与幸福。西班牙人深刻理解生活享受, 不仅把用餐时间视为日常中重要的愉悦时光, 还将其看作维系和加强人际关系的珍贵纽带。西班牙的餐桌文化通过对每一顿饭的精心准备和用心享受, 不仅展示了西班牙人对生活美好境界无穷追求的态度, 而且为每位在场的人士提供了一次触动味觉与灵魂的双重盛宴, 从而体现了其独特的文化价值和哲学。

3 结论

我们通过深入分析和探索西班牙美食及其用餐礼仪, 对西班牙在饮食文化和生活习俗方面的认识已经达到了一个更加深刻的层次。对饮食和用餐礼仪的深入研究使我们能够更全面地理解多样文化的内在联系与特性。讨论西班牙美食和用餐习俗能显出西班牙人对传统的敬仰和继承。这种沿袭不仅彰显于他们的饮食习惯之中, 亦彰显于他们的生活哲学之中。

在现今繁忙的社会环境下, 众人往往忽视了进食过程中的细节与仪式性。然而, 正是这些细微元素和礼仪形成了每个国家文化的特有风貌和吸引力。深研各国美食与餐桌礼仪帮助我们更赏文化多样与丰富。其他国家亦有其特有的饮食风格与用餐习俗, 例如法国的饮食文化代表着其精致与优雅的生活态度, 中国的传统饮食文化则体现了丰富多彩的地方特色和深厚的历史底蕴。这些文化遗产的保存与演进离不开民众的勤劳和贡献。我们必须珍视并传播全球多元的饮食文化与用餐礼仪, 让其融合成为一种更广泛、深刻的现象。只有靠大家的共同努力和关怀, 才能让文化多样性和融合带来世界的和谐与进步。愿我们始终沿着这条充满期望与理想的道路前进, 共同奋斗, 共同进步。

参考文献:

- [1] 何宏. 饮食文化对旅游发展的影响[J]. 社会科学战线, 2007(02): 311-313.
- [2] 尚千琳. 西班牙的习俗礼仪[J]. 大经贸, 2006(09): 53.
- [3] RIPPLE. 品尝西班牙(二)——西班牙人与中国人的文化冲突[J]. 中国酒, 2005(04): 74-76.
- [4] 梁容. 西班牙: 欧盟最大的有机食品生产国[J]. 中国果业信息, 2017, 34(12): 30-31.
- [5] 西班牙领跑有机农业食品业[J]. 餐饮世界, 2023(02): 70-71.

作者简介: 董璐(2002.12--), 女, 汉族, 吉林省长春市人, 吉林外国语大学西方语学院西班牙语(中外合作办学)专业2021级本科生, 研究方向: 西班牙语。