

皮蒙特山稜到西西里海岸：義大利料理原點—媽媽們的盤上藝術

行程表

- 5/30-6/5 隆巴底亞 Lombardia：造訪 Andrea 與 Fabio 家
- 6/5-6/9 托斯卡納 Toscana：造訪 Anna、Maria 與 Julianna 家
- 6/9-6/12 拉吉歐 Lazio：造訪羅馬 Matteo 與 Gianluca 家
- 6/12- 6/15 坎帕尼亞 Campania：造訪拿波里 Luigi、Marco 與 Simone 家
- 6/15- 6/21 西西里島 Sicilia：造訪 Danilo 與 Jony 家
- 6/21- 6/30 薩丁尼亞島 Sardegna：造訪 Zeudi 與 Polppa 家
- 7/1- 7/6 普利亞 Puglia：造訪 Gennaro 與 Silvia 家
- 7/7- 7/13 艾米利亞-羅馬涅 Emilia Romagna：造訪 Stefan 與 Gennaro 家
- 7/14- 7/27 皮蒙特 Piemonte：造訪 Chiara 與 Marco 家

前言：

所謂的義大利菜其實並不真正存在。此企劃的由來，在於我實際接觸過義大利料理後，深深著迷於其多樣性：這塊面積有台灣八倍大的土地，光是地方方言數量就無可計算，區域間的飲食習慣，更是過了山頭便是另一番風景。在由北到南實際走訪後，更驚嘆於它的多元：行至南方，與當地人聊到北方用於配菜吃的玉米粥(polenta)時，不少人不但不知道如何料理，更向我詢問其滋味；又甚者，即使位處同一區域，不同省份的飲食又各有所異，相隔不過 10 公里，靠海地區跟靠山區的人，日日吃的竟是完全不同的料理。當「義大利菜」一詞不足以概括我所學的料理精隨，如此一區接著一區行腳旅行，是再適合不過的了。

這趟旅行除了讓我得以尋常生活的姿態，重新瀏覽一個個學過的食譜；如羅馬名菜—胡椒蛋黃培根麵(Carbonara)中，正統作法是要使用羊奶起士(pecorino)，這已不是一個需要記憶的食譜重點而已，而是，當你旅至拉吉歐區(Lazio)，家家戶戶桌上的起士，已從北部的帕瑪森起士(Parmigiano Reggiano)，悄悄轉變為羊奶起士，理所當然的，當地人在做此道料理時，用的也是冰箱裡總是常備的羊奶起士；這麼平凡的事實，卻引起我內心極大的騷動。我終於了解，這將是永無止盡的學習，更何況，此行時節為夏天，到了冬天，又是另一批作物，另一種飲食風景了哪。

因此，此行與此報告，既無法完整概括義大利全區料理，更別說能總結每一區的飲食了，只能以走訪過的鄉鎮，曾看到的、感受到的，在此提供本人渺小的觀察見解。然，這一趟理解「義大利料理藝術」的一小步，對本人的工作領域卻有著深遠的影響。

倫巴底區 Lombardia



「在倫巴底拜訪老媽媽的那幾天，又陸續吃了看似不起眼，卻滋味無窮的菜：甜椒鑲肉，用馬肉、各種火腿、牛肉、香腸等混合而成的鑲料，填入甜椒後再用慢火溫文的煮；內餡中放了杏仁餅乾與芥末水果的手工南瓜餃子，是這區的經典作法，起鍋後再淋上家傳秘方的番茄醬汁，那酸甜融合得恰到好處的質樸風味，在哪都吃不到。」

行至義大利倫巴底(Lombardia)郊區小鎮上，它跟大都市米蘭隸屬於同一省份，在兩小時的車程距離下，景觀與食物卻又截然不同。70 歲的媽媽弓著背在廚房裡忙著，刨大量的格拉娜帕達諾起司(Grana Padana)，從冰箱裡拿出早已熬製好的番茄肉醬，放入鍋中繼續啾啾的續煮。一邊不好意思地說：「都是些家常小菜，跟你們專業廚房做的不能比啦。」不忘把麵包放在暖爐上保溫。家常餐桌，基本上就是餐廳菜單的原型，不缺的總是麵包，一道麵食、肉類，與搭配的蔬菜。那天午餐，我們喝著老媽媽喜歡的 Lambrusco 微甜氣泡紅酒，吃用牛奶煨煮的朝鮮薊、肉醬馬鈴薯麵疙瘩(gnocchi)，跟帕瑪產的生火腿。

做義大利料理的人，很難不對家庭料理產生敬意，它也許不如餐廳料理的細緻，譬如做成沙拉的四季豆，因為燙過後沒立即浸入冰水中，失去原本翠綠的色澤；鑲肉的甜椒籽沒挑乾淨，顯得有些不夠美觀，跟我們在專業廚房裡的基本教條相互牴觸，但對料理投入的時間與熱情，卻是一切的基準。

在倫巴底拜訪老媽媽的那幾天，又陸續吃了看似不起眼，卻滋味無窮的菜：甜椒鑲肉，用馬肉、各種火腿、牛肉、香腸等混合而成的鑲料，填入甜椒後再用慢火溫文的煮；內餡中放了杏仁餅乾與芥末水果的手工南瓜餃子，是這區的經典作法，起鍋後再淋上家傳秘方的番茄醬汁，那酸甜融合得恰到好處的質樸風味，在哪都吃不到。老媽媽的手腳不俐落了，這些費時的菜都是終年在廚房裡累積出來的功力，我津津有味地吃，一邊追問料理細節，老媽媽始終不能理解，在她眼裡如此普通的家常料理，怎麼有人有心想學？



（甜椒鑲肉）

艾米利亞-羅馬涅 Emilia Romagna

城市：摩典那 Modena



摩典那這位於艾米利亞-羅馬涅區的新興小城市，約台北三分之二大，不如佛羅倫斯與米蘭這些觀光區鼎鼎有名，但卻麻雀雖小五臟俱全，走在其中很有文化藝術學城之感，而今這個充斥美味餐廳、時髦酒吧的小城，卻因為擁有幾樣「特產」走紅全球：法拉利跑車、巴薩米克紅酒醋，與主掌米其林三星餐廳「Osteria Francescana」的主廚 Massimo Bottura。

摩典那今年最大的盛事，大概就是今年剛公布的全球 50 名餐廳，去年還是第二名的摩典那名餐廳——米其林三星餐廳「Osteria Francescana」，今年終於登上全球之最，成為全球第一名餐廳。自此這小小的城市，湧進大量各國食客，都想一睹名廚與第一名餐廳的風采。我也將存了整整一年的專欄稿費，全數拿來「朝聖」。並對他對食材味道、溫度與特性的透徹掌握感到印象深刻。其中部分菜餚的味道是合理的呈現，用義大利某菜餚的基本組成，稍加轉換呈現方式；有些則讓料理人忌妒：原來可以這樣組合！



其中讓人印象深刻的，是他對傳統料理的致敬與改造。獵人燉兔是義大利從北到南都受歡迎的料理，通常以番茄醬為底，將兔肉與香料燉煮而成。此行經過三位不同區域的媽媽之手，吃到三種截然不同風味與做法的獵人燉兔，而在「Osteria Francescana」，則在開胃前菜時，得到這顆風味萬千的驚喜【右圖】，番茄口味的馬卡龍，夾了經過燉煮、濃縮、收乾、再打成泥的燉兔肉餡，成了 fine dining 餐廳讓家常菜入大雅之堂的經典範例。

發源於艾米利亞-羅馬涅區的摩典那與波隆那一帶，著名的小餃子 **tortellini**，用新鮮蛋黃麵皮裹著豬肉與香腸的肉餡，以高湯煮過後，最後再灑上帕瑪森起士【下左圖】，此次在「**Osteria Francescana**」也理所當然般地吃到了改造版【下右圖】，不同的是，餐廳將餃子煮過送上桌後，再淋上以帕瑪森起士製作的濃郁起士醬。然這道菜卻引發我與同行義大利廚師友人的討論：這道菜也許能滿足對義大利菜不那麼熟悉的食客，但對於當地居民、與時常在製作這道菜的廚師來說，這也許並不能滿足我們對「世界第一名、米其林三星餐廳」的期待，而不禁產生「媽媽/我們自己做的，比這好吃多了」的想法。

於是，家常菜與高級餐廳菜之間的那條線，究竟該如何拿捏呢？家常菜就無法登上高級餐廳菜單嗎？絕非如此。但如何能滿足人們對高級餐廳的期待，又能同時對傳統致敬，這就是以此為業的我們，該不斷探討的問題了。



託在摩典那土生土長的老友的福，此行我有幸以居民的角度，認識這個小城。在「**Osteria Francescana**」用餐後，我們步行至由朋友掌廚的餐廳喝酒小聚，不久後，剛剛在「**Osteria Francescana**」才見過面的廚師與外場工作人員，也聚集在此，大夥兒熱熱鬧鬧的歡慶一天疲勞工作的結束，高高在上的三星餐廳「**Osteria Francescana**」，顯得不再如此遙不可及。



（剛晉升為全球第一餐廳，「**Osteria Francescana**」掛上布條慶祝）

托斯卡尼 Toscana

城市：佛羅倫斯 Firenze



「回到曾住過一段時間的佛羅倫斯，我與義大利的初戀在此，每次見面仍怦然心動。在抬頭就能看見大教堂的廚房煮了整個下午的菜，重新認識做過好多次的雞肝醬 *crostini*。下午四點，全世界的雨都從天上傾倒下來，倒是很適合煮豆子湯、烤栗子蛋糕 (*castagnaccio*) 的天氣。雨後，我們沐浴在澈亮的陽光下晚餐。明天要做南瓜花來吃。」

像剛出生的小雞對破殼後第一眼看到的人物，產生難解釋的依附那般，我對自己義大利菜的啟蒙地托斯卡尼，有種難以言說的情感，它的脈搏流著葡萄酒液，每一寸土地都嘶吼著對料理的熱愛。托斯卡尼人愛吃也愛料理，一個職業婦女對我說：每到假日就是我能放鬆煮上一頓好餐的時候。她們即使每天都在做菜，到了周末甚至花上六小時細細燉上一鍋肉。

在這裡，我學會了當地人對「土地」(*terra*)的尊敬，托斯卡尼物產豐沃，隨便望進其日常飲食，對土地產物便能有大致理解：以奇亞尼那白牛 (*Chianina*) 為主的佛羅倫斯丁骨牛排，各式鑲填蔬菜做的配菜，配麵包片吃的雞肝醬、牛肚包、濃番茄湯 (*Pappa al pomodoro*)、野兔肉醬……。

始終難忘的是在一個佛羅倫斯名廚主掌的劇場餐廳中的用餐經驗，入場的「觀眾」在表演開場前，有兩小時的用餐時間。就連用餐方式都戲劇十足，每端出一道料理，廚師便扯破嗓子般敲鍋大吼：用番茄燉的牛肚喔，今天心情好為大家加菜的，不要搶慢慢來，等等還有好菜上桌喔！客人們再像在自助餐一樣魚貫排隊取餐，那一盤盤的菜色猶如托斯卡尼的名菜雜燴，當地小酒莊產的山吉歐維列 (*Sangiovese*) 葡萄品種的酒，則像不用錢似的一壺壺自行取用，陌生人們因為一起取餐而產生交流，杯觥交錯間，自己也成了托斯卡尼美食光景下的一片拼圖。



（氣氛熱烈的劇場餐廳）

多年前旅居佛羅倫斯時，便深深感受這是個熱愛飲食、熱愛烹飪的城市，人們熱衷於他們的料理、愛戀他們的土地。此行造訪了幾個當地媽媽，更讓我見識到那種深根於家庭的飲食底蘊。



（媽媽 Gabriella）



（在舉頭便可望見聖母大教堂的餐桌上用餐）

拉吉歐 Lazio



來到拉吉歐，不能不談談 **Carbonara** 培根蛋麵。此行我再度領略了這道看似簡單，製作時卻有諸多「眉角」的經典菜色。據傳是當初礦工以易保存又平民的食材，豬頰肉、蛋、橄欖油與鹽、（大量的）胡椒組成的美味。是義大利 **Lazio** 區的名菜，而羅馬更是進而將之發揚光大的城市。詳盡的歷史就不談了，我們經常在世界各地（包括台灣）所吃到的培根蛋麵，常常是在打散的蛋中加了鮮奶油與帕瑪森起士，但真正的培根蛋麵，不該加入鮮奶油或牛奶，餐廳如此做法，只是因為打散的蛋遇熱，極容易成為炒蛋，加了鮮奶油能降低做成炒蛋麵的風險（不過現在也有義大利餐廳的菜單上出現「失敗的 carbonara」，有些人還偏愛此味呢）。

較為標準的做法，是蛋打散後加入刨絲的 **Pecorino** 羊奶起士（當然很多人也用帕瑪森起士代替，但 **Lazio** 區主要大宗還是羊奶起士）與大量胡椒與適量鹽製成「醬底」備用，用煎鍋將切小條的豬頰肉煎脆後、放入煮好瀝乾的麵，熄火後倒入醬底跟麵攪拌均勻，只要掌握好溫度，就能避免炒蛋麵。留一點煮麵水備用，是做任何義大利麵都該注意的事，麵與醬結合後若變太乾，麵水此時能派上大用場。

而雖然大家都以易取得的培根製作，標準作法則是用豬頰肉。以前同事在她現在掌舵的餐廳裡，做了改良版，即是在麵上放低溫煮過的蛋黃，我認為這做法很妙也貼切，比加了鮮奶油的蛋麵靠譜多了。無論如何都該試試正宗版 **Carbonara**，那質樸強勁的衝擊（切記，大量黑胡椒），將 **Lazio** 這塊土地的滋味，盡呈盤中。



坎帕尼亞 Campania

區域：Cilento



「大海終於聽到我的呼喚，在 Cilento 的第四天，老友馬克騎車買酒的路上，一如往常地，每三兩步便停下來到處串門。遇到廚師朋友正清理早上剛送來的淡菜與白蛤蜊，順手抓了兩袋送他，加上馬克爸一早買的鮮美南瓜花，午餐豐豐盛盛的吃了南瓜花蝦節瓜小管麵、用蒜油烤過的麵包片，配 Campania 區經典的前菜胡椒淡菜跟大蒜辣椒蛤蜊；橄欖油是自家橄欖樹採收、手工壓製，平葉巴西里與青綠的辣椒，則是起鍋前去菜園採的。今天海似乎更藍了，雲一圈圈在天上捲著，男人們一時興起，合力把餐桌搬到門外露台，麵才煮好就連鍋上桌，就著海景吃。」

行旅來到第五站，義大利南方的坎帕尼亞(Campania)區，區間火車悠悠晃晃，經過高樓、經過蘇維農火山、穿過無數山洞，我成為在地圖上緩緩南移的藍色小點。來到以前一起工作過的同事馬克的故鄉，一個離拿坡里 180 公里遠的地方，這一個依山傍海的小鎮，美得令人窒息，卻像是消失在義大利地圖上那樣，不如它的鄰居阿瑪菲海岸那麼知名。這裡家家戶戶都有著不可思議的海景，馬克從火車站載我、我們再開著他父親的農用車，沿路顛簸的回他家，停車上石階後，嘩啦一個露台，遠瞰是山，不遠處則是湛藍的海，那種美很溫柔，卻足以把妳硬生生折斷。

這裡的特色是種叫 fusilli 的義大利麵，自製的麵團，用細細的鐵棍那麼一滾，就形成一個洞口可吸附醬汁。而每家每戶都有各自的黃檸檬樹、番茄以及橄欖樹，馬克這邊摘草莓、那邊採番茄的招呼我，隨手從前方的黃檸檬樹上摘檸檬，將皮厚厚切下來，一吃不得了，鮮甜不已，這裡得天獨厚的天然環境，造就全義大利品質最好的檸檬，皮厚而鮮甜，可直接淋油做沙拉吃！然後喝在冰庫裡冰鎮過的自家製檸檬酒(limoncello)，清香帶勁兒，在北邊喝的完全不一樣，北邊的檸檬沒這麼好咩，他們七嘴八舌的評論。



(朋友家的露臺)

在這的時間裡，造訪了深山中一間完全自給的有機農莊餐廳，在大片山頭上放養豬、雞、牛、羊，餐廳的麵是自製麵粉做的，酒是自有葡萄釀的，更不用提一畝畝有機種植的蔬菜，所有在餐廳吃到的菜，全都來自這座農莊。在此我見識到一道道精彩的菜色，簡單的調味就風味萬千，例如「鹽水」。它源自南義坎帕尼亞區(Campania)、巴斯利卡塔(Basilicata)與普利亞(Puglia)區，是一道未施脂粉的窮人菜（由菜名便能窺知一二），卻在眾多繁複菜色中鶴立雞群，令人一試驚豔。然而出了這幾區，它可說是默默無名，義大利人們只對你聳聳肩，表示不知情也沒興趣。

名字「鹽水」，有個很有趣的由來，過去漁夫們外出捕魚時，帶了經過兩次烘烤以便保存的硬麵包上工。吃飯時間，便把麵包噗通一下，稍微在海水中浸軟，將水擠乾後，再將櫻桃番茄帶皮用手撕開，和著橄欖油、鹽與乾奧立岡一起吃了，既美味又有飽足感。那直撲而來的新鮮滋味至今難忘，但重點當然是淋了該區自家製的上好橄欖油（指的不是價錢），我不禁懷疑，這樣一道構成簡單的菜，靠的是當地風味豐盛的番茄、得天獨厚的橄欖，將之搬到另一個風土環境，出來的成品仍會相同嗎？



(自給自足的農莊餐廳與節瓜花)

西西里島 Sicilia



為了節省旅費，我決定坐火車到西西里島。一小時的飛機，於是變成 12 小時的火車與船的漫長之旅，也因此驚喜的發現，原來所謂的坐火車到西西里島，是坐火車到義大利南部一個叫 **Reggio Calabria** 的城市，再在港口邊，連火車廂帶人，一起被運上渡輪，此時人才下火車，步行登上船廂。



（船上的火車軌）

晃晃蕩蕩，幾乎神智不清地抵達西西里島，這個連義大利人都繃緊神經提醒「出門連包包都不要帶，不要讓人有機會得逞！」的南方島嶼，有著人人嘴裡「最可怕的治安」與「最美味的食物」，「我家鄉的食物很好吃，但無法否認，西西里是全義大利最好吃的地方。」無論走到哪裡，人人幾乎咬牙切齒的這麼說著，似乎要承認某地比自己家鄉的食物好吃，是什麼天大的恥辱一樣。而在這裡，我果然開了眼界，這有著五百萬人口的地中海最大海島，因地理位置因素，飲食受北非、希臘、西班牙等影響，形成其豐富又多樣的迷人料理性格。它的海鮮料理更是一絕，除了著名的章魚沙拉【下左圖】，沙丁魚用醋水泡過後去骨，中間夾了葡萄乾、松子等再油炸的名菜 **Sarde Beccafico**【下右圖】，更是令人驚豔不已。



（章魚沙拉與炸沙丁魚 **Sarde Beccafico**）

此趟追尋義大利媽媽家常食譜之旅，在西西里島則是由承襲了母親食譜的煮夫爸爸，一個退休的大學教授，帶著我在有數百年歷史的廣場、教堂，與各市場間穿梭；在人聲鼎沸的魚市場中，小販聲嘶力竭的叫賣間，帶我一窺西西里島的庶民生活。



薩丁尼亞島 Sardegna



「借住薩丁尼亞老同事家。買菜看到漂亮的鵝鶉，用花園裡的迷迭香跟鼠尾草調味，配煎得外脆內軟的結球茴香吃，吃到大夥嗯嗯啊啊發出奇怪呻吟，油然而生媽媽做飯給孩子吃的成就感。」

離開坎帕尼亞區與西西里島，我日漸粗壯的手臂與被媽媽們幾乎可說是粗暴式的激烈餵食後，渾圓肚子與雙層下巴，已到了慘不忍睹的程度。而薩丁尼亞島轟轟烈烈的陽光，更落井下石般，把我徹底曬成炭。盛夏之際，這個島已經快三個月沒下雨，森林大火的新聞頻傳，日頭毒辣、大地乾裂。這是我對薩丁尼亞的初印象，而島上的人們與食物，也如天氣那般，強烈並帶有個性。老同事的媽媽染了一頭紅髮，她的義大利文中半夾雜薩丁尼亞方言，而這裡大部分的菜名也都是以薩丁尼亞方言命名，不要說我這個外國人，別區的義大利人來，也是聽得一愣一愣。第一次見到被我暱稱為羊毛毯驚喜的 Panada，是一天高溫達到 37 度的早晨，同事媽媽半露酥胸，將麵粉推到我面前，我就這麼一頭霧水的揉起麵來，完全不曉得這麵糰裡，裝的是什麼料理。

這用麵粉、豬油、水與橄欖油揉成的「塔皮」，原來要放入山羊肉、大量的番茄乾、巴西里，再一起進烤箱烤進兩小時，出爐後，為了讓塔皮接觸濕氣軟化，還得用厚毛毯裹起、一旁靜置半小時以上，要是忽略這步驟，那麵皮可會硬到咬斷你牙齒！而烤出的成品濃郁多汁，大夥兒吃肉配上已被湯汁浸軟的派皮，一道菜裡有肉、有義大利人餐餐都得吃的麵包，光吃這道就超級滿足，什麼菜都吃不下了。而這道菜可說是真正區域性菜色的代表，只在薩丁尼亞的這區域吃得到，出了這裡，怕是義大利從北到南問過一遍，都不會有人知道這道菜，媽媽拍拍胸脯，說，這附近也只有她做的用料最講究，成品最好吃，我們則在一旁稀哩嘩啦得邊吃邊附和。



吃完羊毛毯驚喜後，我們差不多飽了三天，老同事的媽媽又說話了，這次，要介紹薩丁尼亞烤乳豬(porceddu)給我認識。跑去熟識的肉舖那，訂了半隻三個月大的乳豬，把柴火烤爐清理過、再把半豬從頭穿過鐵棍，架在烤爐裡，先把剖開的那面烤到焦黃低油、再烤帶皮那面，兩面都烤過後，才啟動轉軸，吱吱作響的烤起來。烤到尾聲時，只用大量的鹽調味，出爐時再放上藍莓(mirto)葉子鋪成的「床」，用餘熱釋放葉子香氣。

滋味跟這裡的太陽一樣，直接、強烈又性感。五人吃 4.5 公斤的乳豬還有剩，配麵包、番茄洋蔥沙拉，水果、薩丁尼亞甜點，與各種自釀酒，撐著肚皮上床睡覺。



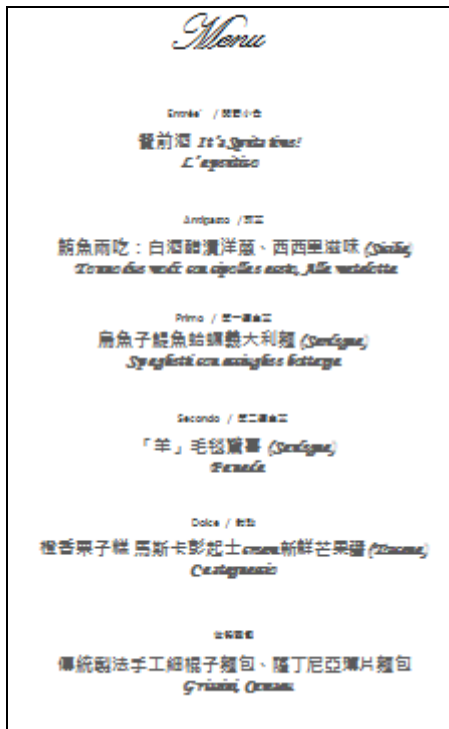
結語

在滿懷熱情策畫這趟旅行時，我忽略了種種可能遭遇到的阻礙，例如在早餐的咖啡與中午的餃子、沙拉與生火腿後，身邊的義大利人們與懶洋洋的陽光，皆召喚你在沙發上打盹，做菜寫食譜？等下再說吧。再來就是，拍照，誰會在飯前放著熱騰騰的菜不吃，像個傻子那樣追逐光線角度呢？麵再不吃是會變乾、變難吃，這種風險誰都不敢承擔的。

在義大利，一切的一切，都變得更百轉千迴，目的地眼看在前方，卻又難以到達，四天後的事無法現在確定，一定要耐心等待，到前一天的傍晚，才能再畢恭畢敬打電話去確認隔天一早的約。只能甩開一輩子的急性子，放慢腳步，跟著過一種眼前的午餐才是大事，其他晚點再說的隨興日子。

這趟我戲稱為「作菜行腳旅」的旅行，用一種一步一腳印的實踐方式，上山下海地溫習過去習得的菜色食譜，也將我對義大利菜的理解，往上提升到另一個階段，然而知道的越多，越感自己的不足、越懂得謙卑面對這無邊無境的飲食藝術。如此走來，我得到的不只是確切的「答案」，而是更多的反思與「疑問」：相同的菜色，在風土不同的情況下，仍能準確的呈現嗎？即使忠實的做出記憶中的味道，在不同的環境下，仍能毫無猶豫地說，這是「道地」的菜色嗎？再來，當今的料理人，該如何呈現以貧窮料理為中心而發展的義大利菜？又，家庭料理與精緻料理間的界線，該如何拿捏呢？這些恐怕是當下的我，無法回答的，只能靠一次次的實踐，一個步伐、一個腳印的尋找了。

回來後我立刻以沿途得到的靈感，設計成一套菜單，當作對自己階段性的成果驗收，得到不少食客熱情的反應，也算是不辜負一路上熱情相挺的媽媽爸爸們。



(以旅途中學到的菜色，設計而成的菜單)



(在西西里島學到的兩種鮪魚的作法【左圖】，用一全熟與半熟的方式詮釋，重新呈現兩種醬汁的精彩【右圖】)



（義大利人習慣在晚餐前 17:00 到 20:30 間，到酒吧或雜貨小店，喝上一杯餐前酒，而因店家而異，搭配的食物也不同。一般來說是供應薯片【左圖】、豐富點則有麵包片、披薩與各種餐點，這樣的餐前酒文化叫做 aperitivo，以此想法構想了一道開胃菜【右圖】，將餐前酒文化搬上盤中。其中有托斯卡尼的酸豆番茄醬、綠醬調味的炸馬鈴薯與蝦、以及用雞肉豬肉與蔬菜煮成的肉醬，將之打碎後再填入橄欖中炸。）



（用薩丁尼亞島帶回的名產烏魚子做的義大利麵。）



（『羊毛毯驚喜』是道完全能代表義大利飲食區域間差異的菜，用豬油與麵粉做成的麵皮，裹上山羊肉與番茄乾等香料後，再進烤箱烤出的美味，只有在薩丁尼亞島的某些區域才能吃到的特色菜餚）



（佛羅倫斯這道栗子糕 Castagnaccio【上圖】並不完全是甜點，我卻對它由栗子粉、核桃、葡萄乾與柳橙皮跟迷迭香所組成的迷人風味深深著迷，用台灣當季的芒果做成泥、配上自製馬斯卡彭起士醬與糖漬柳橙【下圖】）