

Munich Food Recommendations

慕尼黑美食推荐

慕尼黑的巴伐利亚美食——小酒馆、啤酒和传统美食

想尝试一些巴伐利亚美食？那就来慕尼黑吧！巴伐利亚首都有着世界上最著名的酒馆。如果你在慕尼黑期间想要品尝巴伐利亚美食，那么可以去往酒馆 (*Wirtshaus* :传统的酒馆或旅店)，那里能提供丰富的巴伐利亚的经典美味佳肴，当地人经常下班去酒馆喝一两杯或玩几盘扑克。



Biergarten Muenchen Brotzeit © Christian Kasper

接下来让我们回到要介绍的关键部分：巴伐利亚美食。尝尝烤猪肉 (Schweinebraten)、猪肘 (Schweinshaxe)、白香肠 (Weisswurst sausages)，试试各式各样的饺子，最后点一升啤酒作为一天的完美结束，简直不能再惬意！无论你是来自卡塞尔 (Kassel)、吉隆坡 (Kuala Lumpur)、波茨坦 (Potsdam) 或波特兰 (Portland)，多数不在巴伐利亚这个自由州长大的人，提到巴伐利亚美食和服务都会觉得如沐春风。

几乎每一份慕尼黑酒馆的菜单都是烤猪肉配黑啤酒酱、土豆饺子或卷心菜沙拉，即使你的慕尼黑之旅早已结束，酥脆的猪皮、鲜嫩的肉质、味道充足的酱汁会成为你念念不忘的美味。深色木制桌子、拐角座椅、老式穹顶和质朴的桌布，都让我们感受到了这座城市小酒馆的舒适氛围。不要害羞！在典型的慕尼黑酒馆中，你会经常发现自己与陌生人共享一张桌子。尽管酒馆的空间很大，但地方常常会不够用。如果服务员还未安排你入座，你尽管问一下别人能不能拼桌。

在这里，啤酒扮演着重要的角色，通常大多小酒馆都属于巴伐利亚酿酒厂或者至少和酒厂签订了合作合同，因此，你可以根据酒馆的名字，来确定供应的是哪种品牌的啤酒。

例如，奥古斯丁啤酒坊在老城的酒馆有：Augustiner am Dom、Augustiner am Platzl、和 Augustiner Klosterwirt。啤酒坊的总店 Zum Augustiner 位于步行区新豪瑟大街（Neuhauserstrasse）27号，直到1885年也还是酒厂的所在地。如今，游客可以在精心维护过的新艺术风格建筑中体验真正的城市小酒馆。你可以去 Sendlinger Strasse 街的 Alte Hackerhaus 和谷物市场（Viktualienmarkt）的 Der Pschorr 啤酒屋享用 Hacker-Pschorr beer 啤酒，在那里拧开水龙头直接就可以喝到啤酒。



Biergarten Muenchen Mass und Haxn © Christian Kasper

接下来，向你介绍另一家世界闻名的慕尼黑啤酒坊 Paulaner 及其市中心的运营商 Paulaner im Tal 和 Paulaner am Nockherberg。Spaten 啤酒坊在马克斯-约瑟夫广场 (Max-Joseph-Platz) 歌剧院附近有一家以 Spatenhaus an der Oper 命名的啤酒屋，歌剧爱好者可以在演出前后来这里喝上一杯。

当然，我们有世界上最著名的酒馆皇家啤酒屋 (Hofbräuhaus am Platzl)。多年来，皇家啤酒坊一直位于市中心。1607 年，这家啤酒坊搬到了现在的位置，成为了游客和慕尼黑居民心目中慕尼黑啤酒文化的缩影。皇家啤酒屋这栋传统的三层建筑的核心就是酒池，也就是一楼的大型啤酒厅。这里以前放置了 100 多年的酿造设备，现容纳约 1000 人，人们可以在这里边喝啤酒边享用巴伐利亚菜肴(Bavarian dishes)。尽管皇家啤酒屋是巴伐利亚州首都十大旅游景点之一，但只将这个酒馆看作是旅游热门景点并不适合。事实上，这里一半的客人是常客，他们至今坚持着巴伐利亚传统。

这些小酒馆通常拥有自己的啤酒花园。例如，Stiglmaierplatz 广场的 Löwenbräukeller 酒窖、火车总站附近的 Arnulfstrasse 大街，Augustiner Keller 酒窖和位于慕尼黑 Haidhausen 区维也纳广场 (Wiener Platz) 的 Paulaner am Nockherberg 或 Hofbräukeller 酒窖。在慕尼黑，有客人自带食物到啤酒花园的传统，换句话说，你可以带任何你想配着啤酒吃的东西来啤酒花园，你可以从大型自助酒吧自取啤酒。如果你什么都没带，不如选择啤酒花园的特色菜，如 Obatzda (Camembert 干酪和洋葱)、八字面包、烤鸡，或肉饼配土豆沙拉。

在游览慕尼黑的途中，你早晚会被巴伐利亚白香肠 (Weisswurst，一种特别的小牛肉香肠) 诱感到。大多数巴伐利亚小酒馆的菜单上都有这道菜，但说到制作方法和使用的香料，每个慕尼黑的厨师都有自己的配方，其中大多配方都被严格的保护起来，这种当地传统菜要配着甜芥末、八字面包和小麦啤酒吃。自认为是白香肠专家的人认为“白香肠

不应该听到 12 点的钟声”，意思是说白香肠要在中午前食用。因为皇家啤酒屋的白肠是用自家宰杀的牛制成的，每天早上 4 点开始制作，而以前保持食物不坏比较困难，出于卫生，用小牛肉制成的香肠在制作后必须马上食用，就是要在早上吃。尽管许多当地人仍然坚持这一传统，只在早上吃巴伐利亚白香肠，但这一习惯早已打破。



Weisswurst © R. Haas

除了有在 12 点前吃的规定，慕尼黑居民吃这道菜的方式也让人大吃一惊。你是用手握住香肠“吸”呢（把肉吸出来，留下皮--在这个时代这样的吃法确实很令人不舒服）；还是比较正式地使用刀叉？不同的人有不同的吃法，这里没有正确或错误的答案。唯一重要的是香肠上桌时要还冒着热气，这就是为什么香肠通常放在热水里上桌。

当然，说到美食，慕尼黑小酒馆不仅仅只有巴伐利亚白香肠和烤猪肉，也有更独特的菜肴，例如 Schneider Bräuhaus 啤酒坊的菜单。Schneider Bräuhaus 啤酒坊的厨房是传统的风格，在那里可以吃到“Kronfleisch”这道极力保存的传统菜肴。Kronfleisch 用的是牛肉、小牛肉和猪肉的碎肉（在巴伐利亚，这种被认为“剩渣”的碎肉），通常搭配小香葱和辣根。Schneider Bräuhaus 啤酒坊的 Kronfleisch 这道菜里还包括肝脏、肾脏、猪肠和肺。

Schneider Bräuhaus 啤酒坊同样也是小麦啤酒爱好者的天堂，它以前的名字“白色啤酒坊”，自 1872 年就开始供应啤酒，最近正式改名为 Schneider Bräuhaus 啤酒坊。当时慕尼黑皇家啤酒屋，因为需求降低和空间不足而停止生产小麦啤酒后，其酿酒师乔格·施耐德（Georg Schneider）在邻近的麦德布大街（Maderbräustrasse），开了一间只酿制小麦啤酒的啤酒坊，将其命名为“白色啤酒坊”。这位经验丰富的酿酒师坚信，古老的顶级发酵方法依然有前景。事实证明他是正确的，从不含酒精的啤酒到啤酒节上的啤酒，Schneider Bräuhaus 啤酒坊目前供应不少于 9 种小麦啤酒。

Donisl 位于玛丽亚广场（Marienplatz square），是另一个把一道几乎被人遗忘的慕尼黑特色菜肴传承下来的酒馆。这里的菜主要是慕尼黑的烹煮式美食，用上巴伐利亚州 Chiemgau 地区的牛肉制成。肉菜通常装在罐子中端上桌，方便客人们自取，就像在家里吃饭一样。这样看起来，Donisl 似乎是在寻找传统的烹饪方法。毕竟，这家小酒馆在 300 多年前就已经在慕尼黑市中心开业了。当时，这家小酒馆叫做“市场小酒馆”（The Tavern at the Market），1760 年为了纪念当时的承租人多尼兹修·哈 Dionysius Haertl 而改为 Donisl。

虽然当今的小酒馆并不将提供素食作为传统巴伐利亚美食的重心，但这并不意味着你在慕尼黑传统餐馆里找不到好吃的素菜，你经常能看到菜单上“素食”选项下的经典菜有奶油蘑菇饺子和奶酪面条等，这绝对会是个惊喜。如果你喜好甜食，那么你就只管等待那些经典的阿尔卑斯甜点吧，皇帝松饼、苹果蛋糕、发面果酱包（Germknödel）和德式蒸面包（Dampfnudel）等，应有尽有。



Frühling © Muenchen Tourismus Christian Kasper

Beergarden at Viktualienmarkt

谷物市场的啤酒花园

不管是有午休的工人、下班后来喝酒的人，还是慕尼黑的长住居民，他们从四面八方来到谷物市场的啤酒花园。这里的风格是正宗的慕尼黑风格，你坐在板栗树的树荫下享用 Brotzeit（一种有肉类、面包和奶酪的传统快餐）来一升啤酒或更柔和的饮料；你也可以带着自己的 Brotzeit 来，这也是慕尼黑啤酒花园的传统。这里的啤酒主要来自慕尼黑啤酒坊，大约每六周更换一次。

Cafés: 咖啡：

Schlosscafé im Palmenhaus

棕榈屋的城堡咖啡馆

棕榈屋的城堡咖啡馆是慕尼黑最美丽的地方之一，通过玻璃外墙看到的是宁芬堡宫殿（Schloss Nymphenburg）花园的壮丽景色。咖啡馆的位置原本是宁芬堡宫（Schloss Nymphenburg）的温室，由巴伐利亚的第一位国王 Maximilian 一世于 1820 年建造。一起建立的还有另两间温室，用的是当时德国最先进的玻璃墙。正是这些七米高的玻璃墙，

让棕榈屋 (Palmenhaus) 里充满阳光。 如果那天阳光普照，那么咖啡馆的露台是坐着欣赏迷人宫殿花园的好地方。说到菜单，棕榈屋咖啡馆结合了现代烹饪与传统美食。无论你是来这里享用早午餐，还是单点菜肴、蛋糕、点心或特色咖啡，都不会让你失望。小建议：你可以在宁芬堡宫的花园漫步，慢慢参观棕榈屋。

Café Glockenspiel

钟琴咖啡馆

钟琴咖啡馆(Café Glockenspiel)位于五楼,可以欣赏到慕尼黑玛利亚广场(Marienplatz)上著名地标的美妙景色。咖啡馆的后面设有酒吧和温室区，可以通往宁静的室内庭院。天气好的时候,你甚至可以坐在外面享受阳光,从屋顶露台可直接欣赏到慕尼黑最古老的老彼得教堂的景色。

Food - Authentic Enjoyment

美食——真正的享受



Business Lovelace Platzl © Muenchen Tourismus Christian Kasper

当地人用食物和饮料来定义他们的地理位置，这也许是因为他们对这些美食的重视。

如果你正在阅读此内容 恭喜你！你已经迈出了穿过“巴伐利亚白香肠赤道线”的第一步。

这条虚构的赤道将巴伐利亚美食和文化中心从德国其他地区分隔开来。美味饱满的白色小牛肉加草药香肠，是原版的慕尼黑传统美味佳肴，与啤酒和“舒适感”一起成为慕尼黑民间“圣三一”的一部分。这种巴伐利亚生活方式中的悠闲自得的感觉，是用语言无法表达的。

巴伐利亚美食十分丰盛，充分体现了该地区的农业和皇家传统文化。走进老城众多的巴伐利亚餐馆或啤酒馆，除了友好的交谈声，你最先感觉到就是从厨房飘出的令人垂涎的美味香气。慕尼黑经典美食有烤猪膝 (Hax'n)，滋滋作响的猪膝搭配土豆饺子、肉汁和脆嫩的卷心菜沙拉十分美味。炖肉 (Pot roast) 也是道受欢迎的菜：猪肉加大量肉汁配面包或土豆饺子外加红甘蓝。

许多慕尼黑餐厅将国际美食与巴伐利亚的舒适感（当然还有当地酿造的啤酒）结合在一起。在许多慕尼黑传统酒店里，人们还能看到往昔的音乐表演，民间音乐家站上舞台，为顾客表演其创作的音乐。除了传统音乐，年轻演员还创造了新风格：在民间音乐中加入技术节拍和歌词，歌词内容也与时俱进。