

品位法国菜的三大菜系

法国菜是世界上著名菜系之一，已为众所公认。它的口感之细腻、酱料之美味、餐具摆设之华美，简直可称之为一种艺术。法国的烹饪技术一向著称于世界。法国菜不仅美味可口，而且菜肴的种类很多，烹调方法也有独到之处。



按烹调风格而言，法国菜肴可分为三大主流派系。

世界三大美食之中，法国美食即占有一席之地。法国美食的特色在于使用新鲜的季节性材料，加上厨师个人的独特的调理，完成独一无二的艺术佳肴极品，无论视觉上、嗅觉上、味觉上、触感、交感神经上，都是无与伦比的境界，而在食物的品质服务水准用餐气氛上，更要求精致化的整体表现。

按照烹调风格而言，法国菜有三大派系：

1. 古典法国菜派系 (Classic Cuisine/Haute Cuisine)

起源于法国大革命前，皇亲贵族流行的菜肴，后来经由艾斯奥菲区分类别。古典菜派系的主厨手艺精湛，选料必须是品质最好的，常用的食材包括龙虾、蚝、肉排和香槟，多以酒及面粉为汁酱基础，再经过浓缩而成，口感丰富浓郁，多以牛油或淇淋润饰调稠。

2. 家常法国菜派系 (Bourgeoise Cuisine)

起源于法国历代平民传统烹调方式，选料新鲜，做法简单，亦是家庭式的菜肴，在 1950—1970 年间最为流行。



3. 新派法国菜派系 (Nouvelle Cuisine)

自 20 世纪 70 年代冒起，由保罗布谷斯 (Paul Bocuse) 倡导，在 1973 年以后极为流行。新派菜系在烹调上使用名贵材料，着重原汁原味、材料新鲜等特色，菜式多以瓷碟个别盛载 (Plated)，口味调配得清淡。在 20 世纪 90 年代后，人们注重健康，由 Michael Guerard 倡导的健康法国菜 (Minceur Cuisine) 大行其道，采用简单直接的烹调方法，减少使用油；而汁酱多用原肉汁调制，以乳酪代替淇淋调稠汁液。

