

## 來去法國傳統市場——

### 關於你不知道的酪農業大國

說到起司，大家第一個想到的國家一定是荷蘭吧，但其實除了荷蘭以外，法國和瑞士也都有很多好吃的起司。

可能是因為法國的葡萄酒太有名，或是荷蘭的酪農業太專業，以前在地理課上很少學到法國也有酪農業。但事實上，法國的起司產量，不僅可以供應每人年均 24 公斤的消費量，甚至還可以外銷到其他國家。



要怎麼一年吃 24 公斤的起司呢？放在台灣簡直天方夜譚。法國人吃起司的時機非常多，如果是吃正式的法餐，通常在主餐後與甜點前會有一道起司，傳統餐廳更是有服務生推著餐車讓顧客自己選起司呢！除了在餐廳吃起司外，法國人在家也會吃起司，除了入菜外，起司通常是配酒一起吃。

如果你到傳統市場，一定有一攤專門賣起司，即便是便利商店，起司的種類也足讓你認的頭昏眼花。來源上，起司可以分成牛乳酪或羊乳酪，而從成分上來說的話，則可以分為鈣質比較多的，口感較硬、適合配酒的，或是油脂比較多，口感軟綿適合小孩吃的，如果有機會，一定要盡量嘗試，才能不虛此行。

和台灣不一樣，法國的傳統市場反而比一般超市賣的貴，原因是因為傳統市場的品質通常更好，而在購買方法上，法國人比較習慣一口氣告訴小販他的購買清單，小販就會幫忙拿齊所有的蔬菜水果，而不像台灣是由顧客邊看邊挑，最後再一次結帳，因此對於法文不是很流利的人來說，也許超級市場是一個比較輕鬆的選擇。

話雖如此，我還是很建議大家來去傳統市場走一遭，法國的傳統市場豬肉、牛肉、雞肉通常是不混賣的，每一攤都是專賣店，第一次去很容易被玻璃櫃裡琳琅滿目的品項嚇一跳，所以如果身邊剛好有會講法文又會下廚的親友，一定要拜託他陪你來一次，帶你認識攤販的老闆，第二次就算是自己來也會比較有信心，如果你不知道該如何挑起，不如壯大膽子，趁人比較少的時候，向老闆請教，煮什麼料理時該挑什麼肉，由於巴黎的外國人、觀光客眾多，所以很多老闆是能英法混雜的和你溝通。