

托斯卡尼修道院的美酒佳餚

美酒與佳餚向來是最佳拍檔，兩者欠其一總覺得美中不足。來到飲食講究的意大利中部大區托斯卡尼 (Toscana)，當地的市鎮Gaiole In Chianti既可找到廣為世人認識、以黑雞為標記的Chianti Classico葡萄酒，亦有由古老修道院改建而成的Badia a Coltibuono，內裏有專人教授製作幾款地道美食，大家可一邊即場學以致用，一邊摸摸酒杯底暢飲！再到附近Castellina in Chianti小鎮遊逛周末市集，感受古樸風情，夠晒過癮！

星級釀酒區

作為文藝復興發源地，托斯卡尼擁有多項世界遺產，與此同時，這裏亦是著名的釀酒區，出產多款D.O.C.G. (意大利葡萄酒最高級別) 葡萄酒，其中最廣為人知的是Chianti紅酒。1716年當時的統治者下令Castellina、Radda、Gaiole和Greve北部的Spedaluzza所生產的葡萄酒才可稱為Chianti，到了1920年代，該區的酒開始被世人認識，周邊地區也效法種植和釀製，更渾水摸魚標稱為Chianti產區，原有的產區為與後者劃清界線，故採用Chianti Classico的名字並成立了協會，規定必須選用80%當地生長的原生Sangiovese葡萄釀造、酒精含量最低為12%及需要經過7個月橡木桶陳釀才算合格，而協會旗下酒商出品的瓶身會有一個印有黑公雞的圓形標誌作識別。



由古老修道院改建的Badia a Coltibuono提供烹飪班，三五知己一邊暢飲一邊整大餐，真係超正！



Q Badia a Coltibuono於一千年前是一間修道院。



Q 修道院內，擁有自己的小果園和香料園。



Q 葡萄依庭園穹頂生長，據說是最早的葡萄園種植法。



Q 院內仍完好保留昔日的壁畫。

昔日釀製葡萄酒的，除了民間酒莊，修道院亦會自家製作，位於Gaiole In Chianti的Badia a Coltibuono前身便是一間有約千年歷史的修道院，其名字可解作Abbey of the Good Harvest，顧名思義是農民祈求好豐收，而據記載該修道院是首家在當地高山區種植葡萄。直至1810年拿破崙統治時期，僧侶才被迫撤出。1846年，修道院被佛羅倫斯的銀行家買下，並發展酒店和酒莊業務。難得修道院的外觀卻沒有大變動，石建築外牆依舊予人莊嚴的氣派感覺，內牆也保留了不少壁畫和擺設，加上院內的庭園栽種了葡萄、番茄和香料等植物，於溫暖的陽光下遊逛分外舒適。

美酒相伴烹調課

Badia a Coltibuono同時提供烹飪班，導師由來自佛羅倫斯，曾於市內Cibreo餐廳當廚師的Benedetta Vitali擔任。她不走地獄廚神的惡死風格，相反相當和藹可親，深知城市人大多數廚藝一般，便細心地由基本的搓麵粉、切菜和發蛋白等教起，之後一邊享用他們的葡萄酒，一邊拉麵糰和製作意式雲吞，談笑間兩三小時的入廚變得比想像中輕鬆，並合力製作了Focaccia、Ravioli和Biscotti等四五款菜式，更可得到證書，雖不知道認受性有多高，但由主廚或老闆娘Emanuela Stucchi Prinetti親自頒發，已覺得相當隆重。最後大家用嘴巴享受製作成果，並以他們品牌的2011年Chianti Classico來配搭，發現這種微酸兼高丹寧的葡萄酒，經多年樽內熟成後，變得溫柔易親近，配上托斯卡尼出產的番茄和肉類菜式，味道十分夾；加上最後的杏仁甜餅乾再配上自家製的甜酒，更是一絕，為整個烹飪班畫上完美句號，也是我至今最好吃的一頓意大利餐呢！



Q 意大利人和華人一樣愛吃得健康，所以食材都是當日採摘。



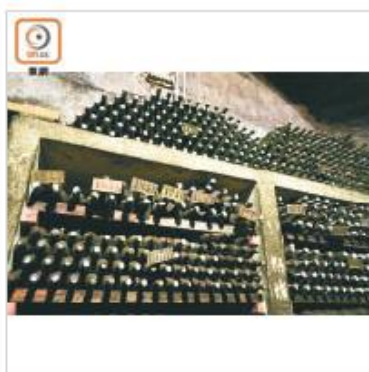
Q 微酸的葡萄酒，配上肉類勁開胃！



Q 我親手搓了5分鐘麵粉製成的番茄洋葱Focaccia，超級鬆軟美味。



Q 學有所成，有得食仲有證書，皆大歡喜。



Q 地下酒窖收藏了1930年代開始釀製，如今有80多歲的老酒。

Badia a Coltibuono

地址：Loc. Badia a Coltibuono, Gaiole In Chianti SI

時間：烹飪班10:00am~2:30pm或5:00pm後（每年3月至11月、需預約）

收費：烹飪班每位€155（約HK\$1,426）（4人成班）

網址：en.coltibuono.com