

舌尖上的马德里

什么时候喝
一杯苦艾酒？

热巧克力和油条：
完美的伴侣

下酒小吃塔帕斯，
常伴友人间

可以
在户外晚餐吗？

必不可少：
炸鱿鱼圈三明治

购买和品尝
美味的市场





舌尖上的马德里

本指南与您分享探寻西班牙美食的所有窍门和秘诀。有了它，您就能在马德里酒吧、咖啡店、餐馆或市场自由自在地享受地道的西班牙美食。

您必须了解，西班牙的作息时间与欧洲其他国家非常不同。在西班牙，人们通常每天吃五顿，这已被证明是更健康的生活方式。早上做的第一件事是吃早餐，西班牙人很多时候在街上解决早餐。十二点左右，人们常常会休息片刻，来点咸的或甜的小吃。然后，在下午14点到16点之间，享受一顿一天中最丰盛的午餐。下午通常还会有下午茶和点心，晚餐则在晚上21点左右。

但您一定会问为什么和其他欧洲人相比，西班牙人吃得这么晚呢？那是因为直到1942年，西班牙仍按照格林威治时间生活。但在战后，许多工人需要在一天内完成两个工作日的工作，西班牙生活在比格林威治标准时间晚一个小时的时区。这就是为什么西班牙人在下午14:30吃饭，而不是在下午13:30。另一方面，也非常适合西班牙今天的生活方式。

早餐

08:00 - 11:00



每天早晨,马德里人都会一大早或十点开始吃早餐,人们常常都会喝一杯咖啡,配上甜味或咸味的点心。但热巧克力和油条的完美搭配,在马德里的经典美食地图中占有绝对重要的地位。

热巧克力配油条

千万别害怕弄脏自己:油锅里刚出炉热气腾腾的油条,蘸上香气四溢的热巧克力,咬上一口,还有什么比这更诱人呢?您在街头摊位和咖啡馆都可以找到它们的身影。你也可以选择在下午茶时享用。



在圣吉内斯 San Ginés (Pasadizo de San Ginés, 5), 每天要卖出2.000杯热巧克力和10.000份油条。

面包配番茄

最健康的选择:烤面包配上番茄,大蒜和橄榄油。可谓最纯净地道的地中海风格早餐。



酥脆面包丁

烘烤过的小面包片,包裹上黄油或经过油炸,配上咖啡和巧克力。是甜食者的最爱!



黑咖啡、小杯咖啡牛奶或咖啡牛奶

在马德里,咖啡既可以放在咖啡杯里,也可以放在一个小玻璃杯子里,就像马德里非常典型的扎啤一样。重要的是:如果你想要浓缩黑咖啡,你得说“Solo”,如果你喜欢咖啡里加一点牛奶,你得说“un cortado”,如果你喜欢一半咖啡一半牛奶,那要得说“uno con leche”。

花园咖啡

位于浪漫主义博物馆 (San Mateo, 13) 花园内的茶室,典雅高贵,坐拥连时间都似乎停下来的宁静。菜单包括手工自制的精美糕点。



艾丽西亚·埃尔南德斯。马德里博客

1. Minchu. 百分之百正宗的马德里早餐,绝对不能少了油条。在这里您能品尝到 特途安小区油条店送上的新鲜出炉热气腾腾的油条!地址 Paseo de La Habana, 27.
2. Mamá Framboise. 十足的法国烘焙风格。在这里你一定得尝尝覆盆子可颂。地址 Fernando VI, 23.
3. Celicioso. 提供无麸质和其他种类糕点。它的杯子蛋糕非常美味 地址 Hortaleza, 3.

午餐

11:00 - 13:00



正如地中海饮食所建议的那样,在西班牙人们习惯每天吃五顿,这非常健康。通常在这个点吃的点心被称为饭前小点。建议:在12点左右吃些点心,是完全适应西班牙生活时间的最佳方式,也是尝试经典的西班牙鸡蛋土豆饼串或炸鱿鱼圈三明治的绝佳时机。

炸鱿鱼圈三明治

虽然马德里距离大海有300多公里,但是几乎从来没有任何一家酒吧的菜单上没有这个经典炸鱿鱼圈。它最受欢迎的吃法就是炸鱿鱼圈三明治,是一道典型的快餐。



在El Brillante (Plaza del Emperador Carlos V, 8)他们每天要供应2000份炸鱿鱼圈三明治

鸡蛋土豆饼

任何食物的一小部分,都可以做成串烧。最常见的有土豆蛋饼串,也被称为西班牙土豆蛋饼,它是西班牙最受尊敬的象征之一。因为每个人都喜欢它!



小食和小三明治

小食是一种香肠或奶酪的袖珍小吃,通常只有一口大小。小三明治比小食要稍大一点。



早午餐

和欧洲其他国家的首都一样,在马德里,周末可以吃个各式甜味和咸味食物组合的丰盛早午餐。



开胃酒

13:00 - 14:00



西班牙人在正餐前还喜欢享受开胃酒的时间。特别是在周末,人们聚集在酒吧喝着扎啤、苦艾酒、葡萄酒或雪利酒,配上各种美味的下酒小食塔帕斯或串烧。千万别错过这个绝佳的机会,向酒保点一份香辣土豆块、蜗牛或奶油炸丸子。

扎啤

用一个高高细细的玻璃杯装上的200毫升啤酒,打杯扎啤——从啤酒龙头里打出来,在马德里的许多酒吧堪称一门艺术。因此马德里扎啤在西班牙也称得上是大名鼎鼎。



苦艾酒

这是一种以葡萄酒和苦蒿为主,与其他特定带苦味的香料和滋补品共同调制而成,一般装在锥形玻璃杯中,有时伴有吸管。人们通常喜欢在中午喝上一杯。在最地道的那些酒吧里是用“酒龙头”打酒的。

香辣炸土豆块

非常流行的下酒小菜，煮熟并油炸的土豆块配上辣椒酱。为保证自家香辣土豆块口味独特，酒吧保留着各自的秘方，绝不外传。



在 Docamar (Alcalá, 337) 他们每周向客人供应 2,000公斤的香辣土豆块

雪利酒

在赫雷斯(安达卢西亚)酿造的白葡萄酒，通常作为开胃酒，想在马德里品尝雪利酒，请去地道正宗的 La Venencia (Echegaray,7)



葡萄酒

低矮的宽口玻璃杯，里面盛上葡萄酒，也就是一根手指，差不多玻璃杯的一半高度。马德里供应本地和西班牙各地产的葡萄酒，品种丰富，品质优异。



奶油炸丸子

内馅可以是火腿、肉或牛肝菌，各种口味的油炸丸子，裹上鸡蛋液炸成金黄色，香气扑鼻，令人垂涎三尺。在西班牙，您能在所有的饭馆酒吧找到它们，从最流行的到最独特的口味，应有尽有。



帕维亚士兵

这道小菜是将鳕鱼切成块，裹上面粉和鸡蛋煎成金黄色，然后在用红椒包裹，据说这道小菜的名字是为了纪念1525年在帕维亚战役中进行战斗的士兵所穿相同颜色的制服。



腌渍蔬菜

在醋和盐的溶液中保存，腌制食品(橄榄、腌菜、茄子或大蒜)保留了它原本所有的味道，它们绝对是美味的开胃小菜。您会惊讶发现在西班牙有着品种如此繁多的橄榄。除此之外，橄榄里还塞满了凤尾鱼或胡椒。



锡条标记的百年餐馆

您可以通过马德里酒吧的瓷砖外墙，液压地板和锡条这些特征上识别马德里百年历史酒吧的悠久岁月。通常在人行道上有一个标明它们历史年龄的牌匾。



玛利亚 马特。
Allardm俱乐部

1.
Txirimiri.
让您享受完美下酒小吃的惬意小酒馆。不容错过焦糖洋葱土豆蛋糕。
地址: Ferraz, 38.

2.
Sala de Despiece.
位于马德里最有趣的街道之一，地方非常小，美食选择众多，且独具风格。
地址: Ponzano, 11.

3.
La Bobia.
Bovia作为马德里80年代"la Movida"新潮派文化运动的经典酒吧，现在被改造成现代风格的苹果酒吧。我特别喜欢那里的奶酪蘑菇玉米饼。地址:
San Millán, 33.

市场

马德里每个街区都有自己的市场,在那你可以买到西班牙公认的最好的新鲜产品,如水果、蔬菜、肉类和鱼类。此外,在菜市场的广场,也有许多供应午餐或小吃的酒吧。



在西
班牙,生产
26个受原产地
认证保护的奶
酪。



腌制肉肠

辣味猪肠、腌肉肠、大肉肠以及长长的猪肉制品的名单,真是西班牙美食多样的最好例子。



奶酪

西班牙每个地区都有自己原产地命名的奶酪。给您举两个例子:以拉曼查地区命名,用羊奶制成的曼彻格奶酪,或者出自西班牙埃斯特雷马杜拉地区的凯撒的蛋糕奶酪,软质奶酪用于涂抹铺开的面包,美味至极。

伊比利亚火腿

这种典型的西班牙腌火腿是马德里人离开西班牙时最为想念的人间美味之一。与塞拉诺火腿不同,伊比利亚火腿用西班牙伊比利亚黑蹄猪制成。这种猪自小在埃斯特雷马杜拉和安达卢西亚的牧场自然放养,吃野生的橡果长大。



橄榄油

西班牙是世界第一大橄榄油生产国,橄榄油也是联合国教科文组织宣布为世界文化遗产的地中海饮食的基本组成部分。

城市市场

近年来,已经成为邻居和美食家的参考点。根据这些市场所提供的产品质量和品种的丰富性,其中最著名的市场有圣安东(Augusto Figueroa, 24) 安东马丁(Santa Isabel, 5)和拉巴斯(Ayala, 28)。



午餐

14:00 - 16:00



在西班牙，人们在14至16点吃午餐，这是一天中最丰盛的一餐。人们喜欢悠闲地坐在桌前，轻松地享受美食和聊天，然后喝杯咖啡结束午餐。因为西班牙的午餐时间比其他国家开始得晚，所以您可得安排好上午和下午的时间。

每日套餐

许多餐馆以合理的价格(从10欧元到15欧元)向客人提供每日套餐，其中包括前菜、主菜、饮料和甜点。这绝对是尝试传统西班牙菜肴的好机会。

按菜单点菜

当然您也可以按照菜单点菜，在餐厅提供的不同菜肴之间进行选择。如果有什么东西您不能吃，不要忘了问服务生菜品原料，他们会耐心解答，帮助您选择。



在卡萨阿尔贝托所在的建筑(Huertas,18)曾经住过西班牙大文豪米盖尔塞万提斯



组合菜

许多酒吧和咖啡厅在当天任何营业时间点，随时向客人提供备受欢迎的“组合菜”，这是一种基本的西班牙菜式，通常有煎鸡蛋、香肠或牛排，配上土豆或沙拉。在许多地方，菜单上都会标上数字方便客人识别。

西班牙国家艺术装饰博物馆

国家装饰艺术博物馆(Montalbán,12)保存了一个全部用瓷砖覆盖的18世纪瓦伦西亚厨房，表现了当地风俗的不同场景，美丽非凡。



艾娃 赛拉达
Conmuchagula.com

1. Treze.
能品尝到马德里最棒的套餐，价格为13欧元。饭馆分为一个正式用餐的空间和一个非正式的休闲小酌区。地址 General Pardiñas, 36.
2. Alabaster.
伊万·多明格斯(Iván Domínguez)向客人提供大西洋风格的菜式，完美的鳕鱼和美味的鱼肉馅饼不容错过。地址 Montalbán, 9.
3. Lago de Sanabria.
他们的特色菜是醋腌料理。店主兼厨师叫胡安罗伦特，Juan Lorente他的拿手好戏是手工烟熏三文鱼。地址 Ayala, 23.



餐厅

马德里还有许多简单而经济的餐厅，供应自制美食。在 Taberna Alfonso (Factor, 8) 或 Casa Paco (Puerta Cerrada, 11)，通常是传统的家族企业，体贴入微地照顾客人。

传统菜肴

在马德里，不仅可以享受传统的卡斯蒂利亚菜肴，还可以享用西班牙其他地区具有代表性美食。餐厅的菜单根据季节而改变。冬季的炖菜、炖肉和热汤，让您能量满满。夏季的米饭、沙拉和醋腌料理，让您胃口大开。



马德里大烩菜

毫无疑问，马德里大烩菜就是马德里的象征。绝对称得上是完整的一餐，简单的说就是二合一，前菜是面条汤，主菜是炖肉、培根、鹰嘴豆等根据个人口味的配料，如胡萝卜、芜菁、卷心菜、土豆、香肠和香肠。来到马德里，只有尝过马德里大烩菜，才算不虚此

行！然后令人吃惊的是，今天的这道传统美味，以前可是不入眼的平民化菜肴，高贵的主人只喝一点汤，其他的由家中的侍从和佣人吃。在家里准备马德里大烩菜时，第二天还要废物利用，用鸡蛋炒剩菜。



马德里牛肚

在马德里，烩菜还要配上番茄、香肠和辣椒粉。许多美食家认为下水可谓人间真正的美味，强力推荐La Tasquería(地址Duque de Sesta, 48号)



2015年，la Cruz Blanca de Vallecas饭店(Martín Álvarez,58)因其马德里大烩菜获得全国大奖。

烤肉

烤乳羊和烤乳猪是两道传统的卡斯蒂利亚菜肴，也在马德里许多饭馆中供应，这里就不能不提著名的博丁餐厅。根据世界吉尼斯纪录，这家世界上最古老的餐厅，同时也是海明威最著名的文学大作《太阳照样升起》(原名：Fiesta)结尾中的饭馆场景。烤肉量大实在，通常只配有沙拉。



曼查戈风味炒蔬菜

炒洋葱、西葫芦、茄子和番茄，常伴有鸡蛋。



佩德罗·阿莫多瓦的喜剧，《神经崩溃边缘的女人们》，让世界各地的人们认识了西班牙蔬菜冷汤。

破蛋

这道非常简单的菜肴是马德里许多酒吧和小酒馆的经典之作：土豆和火腿搭配油炸鸡蛋。著名的饭馆卡萨卢西奥Casa Lucio(Cava Baja,35):来自世界各地的名人都已尝试过这道菜。



西红柿冷汤和西班牙蔬菜冷汤

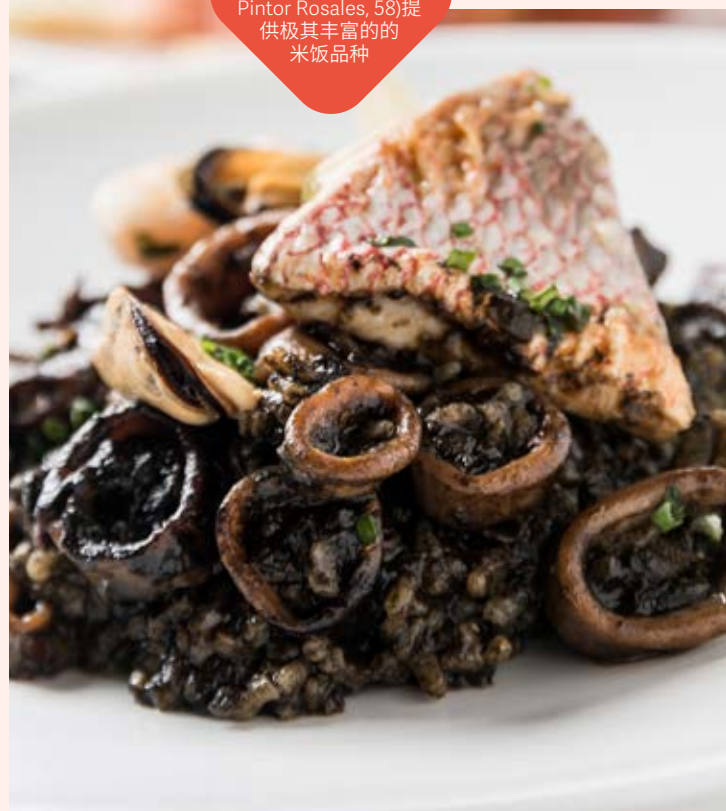
西班牙蔬菜冷汤是有番茄，黄瓜，胡椒，洋葱和大蒜的冷汤。典型的科尔多瓦西红柿冷汤非常厚稠，没有黄瓜也没有胡椒，但有面包屑。两者都可以在马德里许多酒吧和餐馆中找到，作为下酒小菜或第一道开胃菜。

炒面包屑

以前贫穷的牧人吃的一道传统菜肴。把面包屑、辣椒、培根和香肠放在锅里炒，因为原料便宜，它算是穷人平民菜肴的代表，但是它的廉价，一点也不妨碍它的美味。



La Casa de Valencia 瓦伦西亚之家 (Paseo del Pintor Rosales, 58) 提供极其丰富的米饭品种



米饭

除了大名鼎鼎的西班牙海鲜饭以外，还有很多其他的传统的米饭。虽然在地中海米饭是非常典型，特别是在西班牙瓦伦西亚，阿利坎特和穆尔西亚地区，此外还有来自加利西亚的食谱，那里更常用海鲜烹制米饭。其中最受欢迎的是黑米饭，黑黑的颜色是由鱿鱼墨汁制成的，并伴有蒜泥酱（大蒜和橄榄油）、培根、圆椒干和鱼，或烤面包饭。在马德里，您完全可以尝试各种类型的米饭。这要归功于大多数特色米饭餐厅提供的丰富菜单。

世界其他地方的美食



无论您是从地球上其他各个角落来到马德里，除了传统的西班牙美食之外，在马德里还很容易找到来自世界上其他地方的美食店。鸡肉、酸橘汁腌鱼、寿司等菜肴已经完美融入了这座城市的美食地图。

亚洲

马德里的拉帕碧爱思地区的印度餐馆星罗密布，全年开放营业。而乌塞拉地区美食多样性几乎与马德里其他地区不相上下。

在西班牙广场周围，有很多亚洲餐馆。若您想做世界各地的菜肴，可以前往不远处的蒙特森市场购买世界各地的食材原料：各种热带水果、调味品和香料。



拉丁美洲

很多马德里人来自拉丁美洲，马德里有着数一数二的高品质墨西哥、玻利维亚、厄瓜多尔或秘鲁餐馆。毫无疑问，您可以在马德里享受到极其地道的秘鲁生鱼片，厄瓜多尔洋葱或墨西哥炸玉米饼。



如果您对日本料理充满激情，可以选择前往日本料理餐厅 izakayas, 高级美食餐厅 Kabuki 和西班牙日本料理大师李卡多·桑斯 Ricardo Sanz 不会让您失望。



下午茶

16:00 - 20:00

整个下午，一群朋友聚在咖啡店几个小时喝咖啡、聊天。在这样轻松休闲的时刻，甜点扮演着非常重要的角色。马德里甜品店每个月都有变化，人们只要看看甜品店柜台和橱窗里的产品，就能知道马德里的季节和时间。



国王饼

每年都是由传统的覆盖着蜜饯水果和橙花水调味的国王饼开始，西班牙三王节（1月6日）那一天，人们喝着一杯热巧克力或咖啡，吃着国王饼。国王饼里隐藏着一颗豆子：谁吃到豆子，谁买单。

煎吐司和炸糖糕

煎吐司，是把面包用牛奶或者酒浸泡，用鸡蛋液包裹后油炸。炸糖糕，把奶油馅饼在平底锅里油炸，在复活季食用。煎吐司不仅可以在面包房里有卖，也可以在咖啡馆里找到。人们喜欢去那里喝下午茶，点上一份煎吐司，配上咖啡。记住了，千万不要把煎吐司蘸上咖啡吃。



笨笨圈和聪聪圈

聪聪圈，裹着糖霜，柠檬汁和鸡蛋。什么也不加的叫笨笨圈。在春季，特别是圣伊西德罗节（五月15日）时食用。

冰淇淋、欧洽塔和柠檬水

除了冰激凌之外，夏天的时候，马德里人还爱喝西班牙瓦伦西亚地区特有的欧洽塔和柠檬水，马德里的柠檬水里一直都配有白葡萄酒。

奶油糖球和圣骨糖

尽管一年四季都能吃到这两种甜点点。但是马德里人仍有在万圣节（11月1日）时，前往传统甜品店购买奶油糖球的习俗。在那里你也可以买到由传统杏仁面团制成的圣骨糖。



诺贝尔文学奖得主哈辛托·贝纳文特说，不喜欢甜食的人不可信。



蛋卷

在马德里丽池公园，在马约尔广场，在跳蚤市场和所有的节日里，经常可以看到蛋卷货郎的身影。他们带着大圆筒，人们通过转盘小游戏中获取他们心爱的蛋卷，美味的蛋卷由小麦面团烤制而成。

牛乳糖和小杏仁饼

西班牙的很多甜品都是由杏仁制成，如牛乳糖和典型的圣诞小杏仁饼，西班牙甜点深受阿拉伯甜品美食文化影响，惯于使用众多坚果而闻名。您可以全年购买到这些美味。



紫罗兰

这些由一家位于卡娜乐哈广场糖果店制作的小巧手工糖果,已成为整个城市的象征。也许是因为它们唤起了人们对二十世纪初传奇色彩的美好记忆,经典永存。

文艺咖啡馆

如果没有马德里林林总总的咖啡馆,您就不可能了解西班牙十九和二十世纪文学的历史。那里曾有过瓦耶斯科朗·奥特嘉·伊·加塞特或拉蒙·戈梅斯·德拉塞纳的茶聚和文艺谈话。您可探访有名的咖啡馆:马德里艺术中心咖啡馆位于Alcalá, 42



阿莱涵德罗·蒙德斯
Mamá Framboise

1.
Prep' La Crêpe.
在那里,您能尝到马德里最好吃的可丽饼”。当场现做,您可以选择无麸质或全麦的。地址 Génova, 25.

2.
Labonata.
那儿您能享受到正宗的意大利冰淇淋,纯天然原料。好吃极了!水果沙冰和思慕雪也都棒极了!
地址 Plaza de Chueca, 8.

3.
Arzábal Museo.
阿萨芭博物馆。在索非亚博物馆附近散步,我喜欢吃份煎吐司配香草冰淇淋,再来杯咖啡或茶。
地址 Santa Isabel, 52.



LA DUQUESITA 甜品店

这种历史悠久的甜品店位于 Fernando VI街2号,创建于1914年,至今仍保留着原来的石膏像。品种丰富美味的糕点,令人流连忘返。目前店铺中的糕点甜品由甜品大师欧礼巴拉戈主理。

晚餐

21:00 - 23:00



西班牙人午餐吃得丰盛，晚餐通常就相对量少些，一般晚上九点左右吃晚餐。很多时候，几杯葡萄酒和一些零食就足以满足食欲。不过，相约在一个环境舒适愉悦的饭馆吃晚餐也很常见。您如果要外出用餐的话，可以尝试各种不同风格的餐厅，从最经典的，旨在抢救西班牙美食的典型传统饭店，到最具创意，主厨大胆创新、风味独特的先锋派餐厅，应有尽有。

下酒小吃塔帕斯

在马德里以及西班牙其他地区，人们把饮料和酒附赠的小吃或小菜叫做塔帕斯。有种说法是，当时为了防止小飞虫掉到酒里，就用一片面包“盖住”（西语为tapa）葡萄酒瓶，因此就赋予了这种小吃塔帕斯tapas这个名字。实际上，任何传统的菜都可做成塔帕斯，所以你可以找到西班牙牛肚、海鲜饭、炒面包屑、鳕鱼、西红柿冷汤等的小吃...当西班牙人使用动词“tapear”时，指的是前往不同酒馆和酒吧，品尝各种各样的下酒小吃塔帕斯。



尚贝丽小区的Ponzano街，今日最受吃货食客追捧，是尽享美味塔帕斯的地方。



下酒菜

在酒吧，和朋友们分享下酒菜的习俗在地中海地区非常普遍。下酒菜可以是香肠、奶酪、鱿鱼、章鱼、墨鱼、甜椒、肉丸、土豆等等。作为朋友间友谊的象征，大家喜欢一起分享。永远都不要只点一份下酒菜，自己一个人吃哦！

啤酒

人们常说，马德里的啤酒比其他地方都要好喝。除了经典的Mahou啤酒之外，近年来还有一些工厂用工艺技术酿造生产啤酒，比如La Virgen和La Cibeles，这些都可以在啤酒厂和专卖店找到它们的身影。



葡萄酒

马德里有自己的葡萄酒原产地认证，分别在阿刚达、圣马丁德瓦德伊戈莱西亚和纳卡内罗，生产白葡萄酒、红葡萄酒和桃红葡萄酒。此外在马德里，您能轻而易举地找到西班牙其他著名葡萄酒产区的葡萄酒：如埃达、里贝拉杜埃罗和里奥哈。



著名厨师

近年来，马德里的美食经历了一场真正的革命，这得益于那些个性十足的厨师。他们的创意都可以在他们自己开的餐厅里找到。从最经典的到最创新的、令人惊艳、独一无二。你只需要预定一张餐桌就可领略大师的创意！此外，

由著名室内设计师构思用心装扮的这些餐厅，都有着令人心醉神迷的氛围。毫不讳言，这些设计师就是厨师的最佳盟友，为前来就餐的食客共同创造独特的美食体验。



在 Padre Damián 23, DiverXO 餐厅，大卫·穆尼奥斯在 2014 年赢得了米其林三星荣誉

晚餐秀

在马德里的佛朗明哥俱乐部和餐厅,可以享受无与伦比的晚餐秀,这些最棒的美食和表演,为客人带去了独一无二的体验。动听的音乐和令人目不转睛的表演,外加高品质的晚餐,绝对称得上感官的全方位享受。毫无疑问地,享用一次晚餐秀是领略马德里最完整最经典的建议之一!

佛朗明哥俱乐部

像安达卢西亚的城市一样,马德里也能在酒吧和饭馆里探寻到丰富顶级的佛朗明哥艺术。通过弗拉明戈表演俱乐部,人们会知道表演的艺术家,这也是佛朗明哥舞迷们惯

常的聚会点。佛朗明哥舞蹈更是被联合国教科文组织宣布为人类非物质文化遗产,值得一看。在佛朗明哥舞表演俱乐部通常都会提供非常有意思的美食。



西班牙佛朗明哥两位大师巴戈·德露西亚和卡马隆结识于tablao Torres Bermejás(Mesonero Romanos, 11)



其他表演节目

有许多餐厅提供晚餐与表演。此外,由古老影院重新装修,焕发惊人活力的美食天地帕拉特阿,丽池公园里的佛罗里达公园的美食空间中,晚间通常会有现场音乐、戏剧或马戏团的精彩表演为食客助兴。



丽娜蕾丝宫殿

在马德里最豪华的餐厅之一位于丽娜蕾丝宫殿(地址Plaza de Cibeles,2)。据说宫殿里没有厨房,侯爵们总是在Lhardy餐厅(地址Carrera de San Jerónimo,8)点菜。



罗德里戈·瓦罗纳 塔帕斯杂志副主编

1. Sacha. 萨沙 奥玛埃奇的肆意奇妙点子,使追求不拘一格的客人感到宾至如归。地址 Juan Hurtado de Mendoza, 11.
2. Punto MX. 欧洲第一家拥有米其林星级的墨西哥餐厅。主厨罗伯特·鲁伊斯优雅又不失其个人风格,可谓真实地道。General Pardiñas, 40.
3. Taberna Verdejo. 一家极具现代气息的传统饭馆,不容错过。地址 Espartinas, 6.

小酌



如果说马德里之夜是一个神话,那就是因为它永远都不会结束:任何人都知道什么时候开始,但没有人知道它什么时候结束。在马德里想要出去小酌一番的话,有迎合各种喜好的地方:从鸡尾酒酒吧到马德里最有代表性的建筑物的露台,或者甚至是地下秘密酒吧。不管什么时候,西班牙酒文化总是伴随着丰富多样的美味小吃。

鸡尾酒酒吧

马德里最棒的夜间饮品是琴汤尼。您可以有经典或更有趣选择:草莓、黄瓜、甘草...这里的调酒师是灵巧的闻名。而鸡尾酒酒吧不仅有丰富多彩的酒单,而且它的装饰更是令人流连忘返。在马德里女王大街、在格兰比亚大街和曲爱卡街之间,有一些最有名的鸡尾酒酒吧。在特里芭和玛拉萨区,有着最现代的鸡尾酒酒吧。现在很多饭店,特别还开出酒吧区域让享受完甜点的客人继续享用鸡尾酒。



在西班牙,每169个居民就有一个酒吧,这比例要比欧盟的任何地方都要高。

屋顶露台

是时候好好欣赏马德里的天空了!在马德里酒店和一些代表性建筑的露台上,如奥斯卡酒店Oscar Room Mate Hotel(地址Pl Pedro Zerolo,12),可以在浪漫星空下享用鸡尾酒来结束沉醉的夜晚。建议您:早点来,尽情享受迷人夕阳和落日。



露台

夏季,您就是不去屋顶露台,马德里也有很多享受露天的选择。您几乎在任何一个街区的任何一个广场,都会发现露台。他们一般很晚才开,但绝对是和朋友分享最后一个下酒小吃的好地方。



最后一刻

在马德里,您根本不用担心,无论多晚总能找到吃晚饭的地方。要么是因为这个饭馆很晚关门,要么就是因为它很快就要开门。在马德里,您可以从早到晚吃不停!无论白天或晚上,马德里24小时不间断的人间美食,任何时候都可以满足您饥肠辘辘的肚皮。无论深夜或是凌晨,您都可以寻到心仪的饭馆。



奇科特博物馆

这间在格兰比亚大街最著名的酒吧里,可谓星光熠熠。众多明星的光顾使他一直备受瞩目:艾娃·加德纳、格蕾丝·凯莉、弗兰·辛纳屈等大明星都曾在此度过美妙的夜晚。西班牙大导演佩德罗·阿莫多瓦在奇科特博物馆(GranVía,12)录制了他的电影《破碎的拥抱》的一个关键场景。



塞戈玛·本格。拉卡门西塔 & 塞索和马诺洛

1. Dry Martini.

我非常喜欢去那里,放心地让酒保何苏斯·阿毕亚向我推荐。您只需告诉他您是喜欢蒸馏酒还是烈酒,他的推荐永远让人满意。地址Hermosilla, 2.

2. Del Diego.

经典鸡尾酒爱好者的去处。我喜欢喝一杯杜松子酒好好放松。地址 Reina, 12.

3. 1862 Dry Bar.

这里的马丁内斯甜苦艾酒、杜松子酒、黑樱桃酒和苦酒,永远都不会令您失望。地址 Pez, 27.

MERCAMADRID 马德里市场

在东京之后，它是欧洲最大的食品物流中心，也是世界第二大鱼类分销商市场。而马德里可是一个离海有400公里的城市哦！



探寻马德里 美味

在马德里您绝
对不能错过

Gastrofestival 美食节

一月-二月

吃货最爽的节日：餐厅提供特别的菜单，博物馆和文化中心组织各种风格的活动（展览、音乐会等）。

Madrid Exquisito 精美马德里

四月和十月

在春季和秋季，人们在这一周的时间里以非常实惠的价格享受高级美食。

市场日

每个月第一个周六

在马德里原野之家组织的活动，有奶酪、有机草莓、橄榄油等优质产品，一切都是马德里的！快来看看好去填补您厨房！

Madrid Fusión 马德里美食峰会

一月-二月

国际峰会汇聚了当今最有名的大厨，一起探寻即将出现新的美食新趋势。

Tapapiés 塔帕之旅

十月

一切都不要错过！在马德里拉帕比埃斯区举办的美食小吃之旅，让您探寻最具有多样性和多元文化的美味，令您齿颊留香，难以忘怀！

塔帕酒店之旅

六月

可以在酒店里吃到西班牙美味塔帕小吃吗？答案是：对，没问题！您只需按照塔帕酒店之旅的美食路线，即可尽情享受！

Salón de Gourmets 高级美食展

四月

为专业人士提供的优质食品和饮料展览。公众亦可参观。

Mercado de Sabores 美味集市

十月

马德里美食的最佳组合：扎啤和小吃，由最好厨师创意制作的美味，以不可抗拒的实惠价格，征服您的味蕾。

马德里产品

每个月最后一个周末

在马德里玛塔特罗中心举办的马德里美食市场。让您有机会购买季节性产品，并学习良好的饮食习惯。



“奶油炸丸子里真是应该有骨头,那么在结账时我们就能知道我们吃了多少呢!”

拉蒙·戈梅斯·德拉塞纳