



## “萬金油”橄欖油為上海美食增添濃郁風味

據一家知名跨國連鎖酒店駐上海的廚師介紹，橄欖油是一種“萬能”配料，能為各種菜肴增添風味。

国家会展中心上海洲际酒店 (Intercontinental Shanghai Hongqiao NECC) 主廚 Rick Bartram 先生表示，他的團隊通常選擇橄欖油進行煎炸、慢燉，或將其用作調味品以及沙拉醬和麵包的製作。

在與“太極計畫”的對話中，他說橄欖油的高煙點是使其擁有多種用途的重要原因。“加熱後油可以達到很高的溫度，這對於煎炸非常有用。”他解釋道。

事實上，最近的科學研究表明，特級初榨橄欖油在高溫烹飪時仍然非常穩定，其煙點可達到 210°C。

Rick 還談到了廚房採購最佳原料的重要性，包括橄欖油。他說道：“當我們選擇使用哪種橄欖油時，我們會在做出選擇之前對來自義大利和西班牙的幾種橄欖油進行品嚐測試。”

採訪中，Rick 還透露了一些烹飪秘訣，包括如何製作“兩熟章魚”，這是一道以章魚觸手烹製的菜肴，用橄欖油輕輕烹製，配以新鮮的蔬菜配菜。他說海鮮是他最喜歡的食材；“除了清淡的調味料外，他們不需要太多其他味道，”他補充道。

隨著世界各地越來越多的廚師和美食愛好者把重點放在優質，健康和天然的成分上，對橄欖油的興趣不斷增加也就不足為奇了。“太極計畫”擔任了這一獨特任務，使得中國大陸和臺灣地區更好的認識食用橄欖油。



CAMPAIGN FINANCED  
WITH AID FROM  
THE EUROPEAN UNION

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS  
CAMPAIGNS THAT PROMOTE  
A HEALTHY LIFESTYLE.

[www.ouroliveoil.com](http://www.ouroliveoil.com)





“太極計畫”由歐盟共同資助並由義大利人三家橄欖油協會協助推廣，我們向消費者提供有關於橄欖油的消息，比如品嚐指南或是食譜創意。此外，得益於橄欖油行業重量級專家的幫助，您可以就關於橄欖油的選擇和食用的問題找到最佳答案。

如果想瞭解我們最新的活動，您可以在APP Store或Google Play下載OurOliveOil應用程式。

想瞭解更多關於“太極計畫”的資訊，請訪問OurOliveOil.com，也可以通過以下方式連續我們：



CAMPAIGN FINANCED  
WITH AID FROM  
THE EUROPEAN UNION

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS  
CAMPAIGNS THAT PROMOTE  
A HEALTHY LIFESTYLE.

[www.ouroliveoil.com](http://www.ouroliveoil.com)

