

淺談西班牙飲食文化

許方慈

黎明技術學院旅館管理系

fangtzu@mail.lit.edu.tw

摘要

西班牙位處南歐，日照時間相較於歐洲其他國家長，北臨大西洋，東濱地中海，內陸地形錯綜複雜，加上國土幅員遼闊，致使該國氣候變化多端，而此豐富的地形及多樣的氣候，對西班牙各地區的食材及飲食習慣造成了直接或間接的影響。

除了地形及氣候因素外，飲食習慣也會隨著歷史推移而有所演變，自古以來各種不同民族先後或共同生活在西班牙這片土地上，西元八世紀時，來自北非的摩爾人¹入侵，幾乎征服了整個伊比利半島，除了將伊斯蘭教傳入，也將北非阿拉伯人飲食的食材及習慣帶進了西班牙。到了航海時期，哥倫布發現新大陸後，西班牙成為殖民拉丁美洲之海上霸權，當時拉丁美洲這片新大陸的各種作物也被西班牙引進歐洲，改變及豐富了原有的飲食習慣，自1700年起，波旁王朝²開始入主西班牙，更將法式飲食習慣及風味帶進西班牙。

歷史的演變深深地影響著飲食的變化，自古以來「民以食為天」，飲食習慣與生活文化更是環環相扣、密不可分，因此，要了解一個國家或種族，除了可透過歷史事件回顧，更可以從其飲食文化著手。

西班牙多年來歷經多元種族的融合，因此，本文撰寫將以西班牙歷史為基礎，透過歷史的變遷，進而探討西班牙飲食習慣及文化上的演進、改變及現況，再解析描述現今西班牙各地區的飲食差異及特色，以期透過不同觀點，深入了解西班牙及其飲食文化。

關鍵字： 西班牙、飲食習慣、飲食文化

1. 前言

在最初接觸某一較為陌生國家之時，人們往往從不同面向切入，參考書籍、特有文化、當地風俗民情、歷史演變…等，各國特有的特色也成為展現自己的重要管道之一，如同韓國的演藝事業，無論是戲劇的影響力或是演藝人員的推動，皆提升社會大眾對於韓國的興趣，進而帶動觀光餐飲產業。

飲食文化也可成為了解某一民族或國家的管道之一，飲食，為人類生存必須之民生活動，就算在同一個國家內，每個區域、族群皆有屬於自己獨特的飲食習慣，此謂飲食文化。飲食文化涵的範疇很廣，包括從早期人類開拓食材來源、開發食品、飲食相關器材的發明、消費食物的過程，甚至到近代人們對於飲食環境的要求與喜好，更衍伸出以飲食為基礎的習俗、思想與哲學等，飲食與生活是密不可分的相互關係。

近年來部分學者開始以新的詞彙定義飲食文化，「foodways」是近二十年來常使用的單字，根據美國線上辭典Dictionary by Merriam-Webster的解釋為“the eating habits and culinary practices of a people, region, or historical period”，照字面翻譯為一個民族、區域或某一特定的歷史時期，人民的飲食和烹飪習慣。

因飲食文化會受時空及地域變遷的影響，反映人類生活方式與意識型態，同時也展現出社會、經濟、文化及人類精神層面的轉變，使得飲食文化不僅僅是為求溫飽的行為，更可透過飲食文化深入窺探某一群體，了解其歷史演進，亦或是社會興衰的變化現象。

2. 西班牙概述

2.1 地理位置及氣候

2.1.1 地理位置

西班牙位處歐洲西南部伊比利半島上，東臨地中海，北以庇里牛斯山與法國、安道爾為界，西與葡萄牙接壤，南隔著直布羅陀海峽與非洲摩洛哥相望。

海岸線長7921公里，除了綿延的海岸線外，西班牙為多山地形，境內高原及山地相間，為歐洲境內高山國之一，平均海拔660公尺，全國35%的地區海拔則達1000公尺以上，平原百分比只占11%，為歐洲高地勢國家之一，中央的梅塞塔高原（Meseta Central）

¹ 當時西班牙統稱位於北非的柏柏人及阿拉伯人為摩爾人。柏柏人實際上並不是一個單一民族，而是眾多相似文化、政治和經濟生活的部落族人之統稱，此稱謂本不是來自於柏柏人自稱，而是源自拉丁語中的 barbari（野蠻人），柏柏人主要集中於摩洛哥和阿爾及利亞，最東部到埃及，最南部延伸至布吉納法索。

² 波旁王朝，起緣自法國中部的波旁地區，後為一個歐洲跨國王朝，歷史上曾斷斷續續地統治納瓦拉（1555-1848）、法國（1589-1792、1815-1830）、西班牙（1700年至今）、那不勒斯與西西里（1734-1816）、盧森堡（1964年至今）等國和義大利境內數個公國。



為高原及高山的主幹，最高峰泰德峰(Pico del Teide)不在本土境內，而是在離島加那利群島(Islas Canarias)中的特內里費島(Tenerife)，泰德峰為西班牙和大西洋島嶼的最高峰，同時也是世界上第三大火山，為一座活火山。



圖一：西班牙地理位置及各大城市示意圖。
(圖片來源：United Nations Office for the Coordination of Humanitarian Affairs)



圖二：西班牙地勢示意圖。(圖片來源：Wikipedia)

2.1.2 西班牙氣候

西班牙氣候可分為陽光充足、春秋多雨的溫帶地中海型氣候；內陸屬於冬季寒冷、夏季炎熱的溫帶大陸型氣候；北大西洋沿岸的城市則是夏季暖活宜人、降雨集中在冬季的溫帶海洋型氣候；離島的加那利群島則屬於終年溫暖，年均溫攝氏18至24度的溫帶地中海氣候。

溫帶地中海型氣候分佈於南北緯約30至40度間，溫帶地中海型氣候占全球氣候比例較低，包括地中海沿岸地區、黑海沿岸地區、美國加州、澳洲西南部伯斯、南部阿德萊德一帶，南非共和國的西南部，以及智利中部等地區。其氣候特徵為「夏乾冬雨」，

因與其他類型氣候的差異，往往造成作物生長季無法與雨季配合，因此地中海農業區的作物種類以耐旱的蔬果為主，適合生產的農產品包括葡萄、橄欖、柑橘等，此外，世界上著名的葡萄酒產地多集中於此。

溫帶大陸型氣候特徵為冬冷夏熱，年溫差大，與地中海型氣候最大的不同為雨季集中在夏季，四季分明。

溫帶海洋型氣候分佈於南北緯約40至60度間，除了亞洲、非洲和南極洲無此氣候類型外，其餘各大洲都有，又以歐洲大陸西部及不列顛群島最為典型，奇特點為冬暖夏涼，最冷月平均氣溫在攝氏0度以上，最熱月平均氣溫在攝氏25度以下，年溫差小，全年濕潤有雨，冬季尤多，全年無乾季，晴天較少，多陰天，因其氣候不利糧食生長，但有利牧草生長，故此區發展畜牧業比例高。

2.2 簡述西班牙歷史

西班牙可說是歐洲歷史最悠久的國家，在北部的布爾哥斯(Burgos)的阿塔普爾卡山(Sierra de Atapuerca)挖掘到歐洲最早且最豐富的人類化石，這項歐洲人類進化史的重要史實，證實了人類早在一百萬年前就從非洲遷居到伊比利半島。

自鐵器時代³以來，外來民族開始移入，凱爾特人⁴(Celt)移居伊比利半島北部和西北部，而當地主著伊比利人(Iberos)多集中於西部、中南部和東北部，兩種文化融合為「凱爾特伊比利人」，此為西班牙最初的民族融合歷史。凱爾特人統治了西班牙內陸時期，帶來了他們吃肉派和魚派的傳統，影響至今，現在很多西班牙家庭依然會做裡面包著紅蔥頭、草菇、洋蔥的招牌燒雞肉派。

腓尼基人⁵(Phoenician)則在伊比利半島南方加地爾(Gadir, 現在的加地斯“Cádiz”)建地築城，傳入了貨幣使用、採塊煉金術及織布。

希臘人則定居在伊比利半島上的地中海沿岸，引進了葡萄和橄欖。公元前六世紀，迦太基人⁶來到伊

³ 鐵器時代是考古學上繼青銅時代後的一個人類社會發展時代，當時人們已能冶鐵和製造鐵器作為生產工具，與之前時代的主要區別在於農業發展、宗教信仰與文化模式。在公元前1000年左右，歐洲出現了鐵製工具，但由於各地區進入鐵器時代的時間不盡相同，即使同在歐洲大陸，日耳曼地區和羅馬進入鐵器時代的時間亦有所不同，因而難以標示準確的年份。

⁴ 凱爾特(Celt)人指公元前2000年活動範圍為西歐，一些擁有共同文化、語言(拉丁文)特質的有親緣關係的民族之統稱。

⁵ 腓尼基人(Phoenician)是一生活在古代地中海東岸地區的一個古老民族，其活動範圍接近於當今的黎巴嫩和敘利亞。腓尼基人是閃米特人(起源於阿拉伯半島和敘利亞沙漠的遊牧民族)的一支，為猶太人的近鄰，善於航海與經商，全盛期曾控制了西地中海的貿易。

⁶ 迦太基是一個坐落於非洲北海岸(今突尼西亞)的城市，與羅馬隔海相望，在三次布匿戰爭中均被羅馬共和國打敗，於前146年滅亡。



比利半島，迦太基先與希臘爭奪地中海霸權，後又與羅馬爭奪霸權，公元前206年，羅馬人將迦太基人逐出，公元前一世紀，羅馬人已完全統治整個伊比利半島。

西元三世紀開始，羅馬帝國政權漸漸在伊比利半島式微，半島逐漸「去羅馬化」，相反地，當時被認為是野蠻民族的日耳曼部落慢慢「羅馬化」，因匈奴人遷徙而被允許進入帝國領域的西哥德人⁷（Visigoth）是最羅馬化的部落之一。日耳曼部落公元406年入侵羅馬帝國，公元409年進入伊比利半島，直至公元711年，西哥德王國因王位繼承問題，引起北非摩爾人入侵，結束長達三百年的統治時期。

公元710年，西哥德王國因王位繼承人為了爭奪王位，尋求北非摩爾人的幫助，將摩爾人引進伊比利半島，摩爾人在711年入侵半島，取代西哥德人的統治地位，開啟了近八百年的伊斯蘭統治，從711年到1492年被摩爾人統治的區域稱作安達魯斯（Al-Ándalus），即現今西班牙南部的安達魯西亞自治區。10世紀為摩爾人統治鼎盛時期，阿拉伯文化對西班牙文化形成重大影響，阿拉伯數字的使用促進科學、天文、醫藥、數學及建築等多方面發展，阿拉伯人也於此時引進茄子、瓜棗類及柑桔等經濟作物。

中世紀時，伊比利半島北部是天主教的天下，南部則為伊斯蘭教的勢力範圍，面對摩爾人的侵略及佔領，篤信天主教的人開始反抗。原先信奉天主教的各個小諸侯國經過吞併、聯姻後，半島中北部形成卡斯地亞和阿拉貢兩大王國，1469年，卡斯地亞王國的伊莎貝爾公主和阿拉貢王國的費南多王子聯姻，此舉奠定兩王國統一的基礎，因兩人篤信天主教，歷史上稱為「天主教雙王」（Reyes Católicos）。他們即位後聯合兩國軍力，進行收復失地戰役，1492年1月2日，摩爾人首都格蘭納達（Granada）正式淪陷，收復失地運動宣告成功。

1492年，天主教人光復伊比利半島的這年，哥倫布在天主教雙王的支助下出航，發現了新大陸，並開啟了拉丁美洲殖民之路。

1507年至1700年西班牙由哈布斯家族統治，然而，1700年哈布斯王朝國王卡洛斯二世去世後絕嗣，卡洛斯二世的遺囑是傳位於其姊瑪麗亞·德雷莎（Maria Teresa）和法王路易十四的次孫菲利浦（Felipe de Anjou），但同屬哈布斯王朝的奧地利貴族卻認為應該由哈布斯王朝的查理大公爵（Archiduke Carlos）繼位，而不是由法國的波旁王朝之繼承人，當時歐洲各國也因自身的利益，各自擁護不同的繼承人，整個歐洲為了西班牙王位繼承問題打了起來，引爆了達13年之久的王位繼承戰，至1714年，哈布斯堡王軍在西班牙最後一個據點巴塞隆納淪

陷，結束了西班牙王位戰爭，西班牙從哈布斯王朝正式轉為波旁王朝至今。

3. 飲食文化的演變

3.1 外來民族影響

腓尼基人及希臘人於公元前九世紀來到西班牙地中海沿岸，帶來了橄欖、葡萄等地中海沿岸作物。緊接著羅馬人統治時期，當地人生活水平提高，羅馬人將伊比利半島所產的小麥、優質橄欖油、廉價葡萄酒及醃製魚發揚光大成有名的商品，供應廣大的羅馬帝國所需，伊比利半島此時成為重要的貿易區。羅馬人統治期間，確立了歐洲人飲食以麵包為主食的特性，而西班牙也將麵包在飲食中的角色加以變化，將麵包融入湯中的吃法，因而有了麵包大蒜湯（Sopa de ajo）。



圖三：麵包大蒜湯。（圖片來源：Cocina Muy Sencilla）

除此之外，將麵包融入料理中的還有西班牙南部著名的冷湯（Gazpacho），此道菜餚使用隔夜(非剛出爐的)麵包弄成屑狀、番茄、黃瓜、甜椒、洋蔥、大蒜、橄欖油、葡萄酒醋，水和鹽製作而成，在夏季炙熱的西班牙南部安達魯西亞地區，是道著名的夏季料理。



圖四：西班牙冷湯。（圖片來源：Recetas de cocina andaluza. Las típicas recetas caseras de la abuela.）

⁷ 西哥德人（Visigoth）是東日耳曼部落的兩個主要分支之一，另一個分支是東哥德人，在民族大遷移時，摧毀羅馬帝國的眾多蠻族之一。



西班牙四面環海，加上周圍數個離島，漁獲量豐富，羅馬人統治時期，將早已存在的醃製法引進伊比利半島，對魚類保存有很大的貢獻，並融入料理中，影響至今，醃製鱈魚（Bacalao Salado）即為代表之一，另外，羅馬人的炭烤、燒烤等烹飪技巧也在此一時期影響了西班牙人。

而隨著西哥德人入侵西班牙，統治期間他們積極發展畜牧業，特別是豬的養殖，今日享負盛名的伊比利火腿（Jamón Ibérico）正是由西班牙中西部的牧地畜養的伊比利黑蹄豬的腳後腿製成，他們只吃橡樹的果子（bellota）、野草、香草及橄欖，因此肉質含有特殊風味，脂肪滲透到豬的全身組織，形成鮮明細膩的油花紋路。



圖五：西班牙伊比利火腿。（圖片來源：Spain Recipes）

西哥德人除了對西班牙的養殖業有貢獻外，在其統治期間，也將一些原來在歐洲其他地區栽種的蔬菜引進西班牙並廣為種植，例如菠菜、朝鮮薊、蘿蔔及豆類。

歷經西哥德人統治後，西班牙進入到摩爾人入侵時期，此時也是西班牙飲食文化上重大的改變階段，摩爾人到來伊比利半島之前，西班牙人的飲食並不豐富，尤其南部安達魯西亞地區更是缺乏資源，使得飲食並不多樣化，阿拉伯人將原產於中東的柑橘、檸檬等酸性水果，稻米、茄子、甘蔗以及肉桂、茴香、百里香、八角、番紅花、香菜及薄荷等香料引入，其影響在現今傳統西班牙料理使用大量來自中東或由阿拉伯人引進的香料可應證，阿拉伯人也將多種乾果類引進，如無花果，棗子，杏桃，葡萄乾，阿拉伯人對於西班牙的飲食習慣及食材多樣化，尤其是西班牙南部造成了很大的貢獻。另外，阿拉伯人飲食習慣多使用油炸烹調方式，這也顯現在當今西班牙料理中，南部安達魯西亞地區以各式油炸小點聞名，如各式炸海鮮。現今西班牙常見的絞肉混合香料製成的各式肉丸，或是三色彩椒塞肉等料理也是受到阿拉伯人影響。

3.2 美洲殖民地新作物及波旁王朝的法式風情

哥倫布1492年出航發現新大陸後，西班牙進入殖民拉丁美洲之階段，西班牙當時將拉丁美洲的作物輸進歐洲門戶，帶回了辣椒、胡椒、紅椒、玉米、馬鈴

薯、可可等產自美洲的作物，豐富了歐洲人的飲食結構。辣椒引進後，在西班牙的氣候及土壤培植下，改良成了新的品種，並製成紅辣椒粉，此項發明在西班牙的香腸等灌腸類食品中皆可見。

而在西班牙帶回歐洲的美洲作物之中，不能不提由墨西哥阿茲提克帝國引進的可可，也就是現在風靡全球的巧克力的原料，當時哥倫布發現阿茲提克的國王在飲用一種可可豆加水並混合香料的飲料，他品嚐後將其帶回西班牙，並在西非種植可可樹，可可豆磨成粉後，加入水和糖，加熱製成的飲品稱作「巧克力」，因此，最早的巧克力是飲用的，後期才在此項飲品中加入可可脂，加工製成現在可咀嚼樣式的巧克力塊。

1700年起，隨著法國的波旁王朝統治西班牙，法式飲食及習慣也逐漸對西班牙產生影響，此時西班牙傳統飲食規模逐漸縮小，趨向於小型的居家飲食。

4. 現代西班牙飲食文化

自古以來多元文化及種族豐富了西班牙的歷史，加上不同的氣候及地理環境，造就了西班牙人民獨特的生活習性，也因他們特別的生活作息，連帶產生其與眾不同的飲食習慣。

早餐對大多數國家而言，是最應豐富營養的一餐，但西班牙人早餐往往快速又簡便，通常在家吃幾片麵包、餅乾，塗抹奶油或果醬，再搭配一杯咖啡牛奶⁸就解決，若來不及在家吃的人，則會在去工作的途中鑽進酒吧同樣也是快速解決早餐，對於這種早餐只求充飢，對食物質量及營養成分較無要求的飲食習慣，一般人初到西班牙生活或是旅遊往往較難適應。

西班牙人午餐時間通常是下午一點半之後才陸續開始，餐廳下午一點半至兩點營業皆屬正常範圍，在早餐到午餐中間這段時間，有二十分鐘至半小時左右的休息時間，這段時間人們往往會到酒吧喝杯咖啡或啤酒、吃個小點，這種兩餐之間的小點時間，就是西班牙廣為人知且特有的tapas文化。

Tapas指的是正餐之前作為前菜的各種小吃，或當作下酒菜，關於tapas的起源眾說紛紜，tapas不專指稱某類型的食物，更是代表西班牙的飲食文化，透過tapas，可更加了解西班牙的生活文化。享用tapas的時光對於西班牙人來說是種「儀式」，其意義不只是正餐之間充飢而已，更反應出西班牙的人民性格，和三五好友或酒吧員工，一邊享用啤酒或雪莉酒，吃點tapas，天南地北地闊談，在中餐或晚餐前，或獨身，或成群地窩在酒吧的這段時光，造就了西班牙獨特的飲食文化，因此，tapas不僅關乎食物，對於西班牙人來說，更重要的是人與人之間的交流。

如前文所述，西班牙人的用餐時間較其他國家

⁸ 咖啡牛奶，西班牙文為café con leche，西班牙標準的比例為咖啡及牛奶1：1，因此不是一般所認知的拿鐵，通常拿鐵的比例為咖啡比牛奶2：8或3：7。



晚，上午的工作時間會到一點半至兩點之間，兩點到四點通常為午餐時間，午餐是西班牙人最重視的一餐，和台灣或其他亞洲國家不同，台灣或亞洲國家的上班族往往午餐會吃得較急促，通常是訂便當或是中午休息一小時外出迅速解決，就算是自己攜帶便當，也會礙於休息時間的限制，無法好好享用及消化午餐。西班牙人則不同，因中間平均有兩小時的休息時間，若住在公司附近的人往往會回家和家人好好地享用一頓午餐，若趕不及回家的人，也會和同事相約至公司附近的餐廳好好坐下來吃頓飯，兩種模式因人而異，相同的是西班牙人對午餐的講究，從前菜、湯品、主餐至甜點，甚至連最後作為結尾的咖啡都缺一不可，亞洲人所習慣的把午餐帶到辦公桌上，邊吃邊處理公事、追劇或瀏覽社群網站，這類午餐時間不離辦公桌的種種現象，對於西班牙人來說是幾乎不可能發生的。

中午休息過後，從下午四點陸續恢復辦公，因中間工作時間暫停，西班牙人通常會到晚間八點才結束工作，而下班時間晚的緣故，連帶晚餐時間往後推移，往往九點之後才是晚餐時間，通常在晚餐之前西班牙人還會有一次tapas時間，由於晚餐時間晚，西班牙的晚餐內容以清淡及方便準備為主，通常是沙拉及簡易烹煮富含蛋白質的肉類，以及飯後水果，比起午餐精緻烹煮的大魚大肉搭配澱粉主食，晚餐相較之下簡單許多，一來是因為下班回到家時間已晚，不適宜費時費力的備料及烹飪方式，二來是礙於餐後沒多久就是就寢時間，簡單烹調的料理較不會造成身體的負擔。

西班牙按其地理環境而發展出不同的飲食文化，但在菜餚中使用大量的橄欖油則為西班牙飲食的共同特性。西班牙幅員廣闊，北方臨海地區豐富的海鮮及魚類搭配高超且多變的烹調技術，使得此區的精緻菜色屢屢在國際飲食界上受到矚目，例如加利亞西亞的章魚料理、聖塞巴斯提安獨具創意的pintxos⁹。



圖六：西班牙北部地區特有的pintxos，各式以竹籤固定串起的開胃小點、下酒菜。（圖片來源：To travel is to live）

⁹ 不同於其他地區，在西班牙北方巴斯克區的酒吧裡，下酒菜不稱作tapas，這種將小份量的菜類、肉類或海鮮放在法國麵包切片上，並用竹籤固定的小點在此地區稱為pintxos。

西班牙中部高原則多為各式肉類料理，烹調方式則以燒烤聞名，中部許多tapas皆為烤肉串的形式，除此之外，首都馬德里的馬德里大雜燴，則是以各式肉類及豆類燉煮的菜餚，塞哥維亞烤乳豬則也是西班牙中部著名的料理。

西班牙南部安達魯西亞地區受到北非阿拉伯人的影響，料理多加入許多各式香料，香料混合肉類製成的肉丸也成了招牌下酒菜之一，此外，南部的tapas特色也以各式油炸物為特色，炸魚及炸海鮮尤為盛名，為了因應西班牙南部在夏天時動則達四十度的酷熱氣候，西班牙冷湯(gazpacho)則為夏季常見的料理。

西班牙東部的加泰隆尼亞地區及瓦倫西亞區也各自有著其特色料理，加泰隆尼亞區有著各式不同風味的香腸料理及種類豐富的奶酪製品，各類型的燉菜也是其特色之一，而瓦倫西亞則是米的故鄉，現在西班牙廣為人知的代表料理西班牙海鮮飯(paella)，這道混合了海鮮、肉類、蔬菜、米飯及香料製成的著名菜餚則是源自於此區。

5. 結論

飲食與我們的日常生活息息相關，透過歷史及氣候環境不同所造成的飲食差異，更可衍伸出探究一個民族的飲食文化。

2010年，法式料理入選《人類非物質文化遺產代表作名錄》，為第一個「食文化」世界非物質文化遺產，隨後西班牙、墨西哥、土耳其及日本等國也入選，代表食文化的遺產價值得到國際社會的認可，聯合國教科文組織駐華代表處文化項目官員卡貝絲指出，食文化本身包含並體現了很多文化和社會元素，更是各國、各民族尋找身份認同的重要途徑。

「羅馬不是一天造成的」，西班牙料理的特色也不是短時間內就定型，西班牙自身豐沃且多樣化的土地孕育了各種多元的食材，加上歷史上各民族文化的融合，將食材的特色發揮到極致，互相搭配及變化，進而呈現出現在人們所熟知的豐富西班牙飲食。

根據歐洲郵報(Europa Press) 2014年2月16日的報導，美食為西班牙在2013年帶來七百四十萬觀光客，平均每人消費為1170歐元，西班牙本就是長久佔據世界前幾名的觀光大國，再加上豐富多樣的飲食，對於旅客來說具有推波助瀾的吸引力，西班牙也以各區域的獨特飲食文化，結合在地特色及歷史等各類型觀光資源，以期旅客能以不同的觀點進一步認識這個國度或地區。

6. 參考文獻

1. 王昭芳，西班牙，多樣的歷史文化背景帶來觀光賣點，歐洲文化與文化觀光學術研討會，大葉大學，台灣，Nov. 2015。
2. 王儷瑾，西班牙，再發現：跟著中文官方導遊深度旅行，奇光出版，台灣，2015。



3. 何國世, 西班牙文化導覽, 台灣商務出版, 2013。
4. 張玉欣, 飲食文化概論(第三版), 第1-3頁, 揚智出版社, 台灣, 2015。
5. 陳玉箴, 飲食文化, 華都文化出版, 台灣, 2015。
6. Dictionary by Merriam-Webster: America's most-trusted online dictionary
www.merriam-webster.com
7. Spain Recipes
<http://www.spain-recipes.com/>
8. Cocina Muy Sencilla
<http://cocineroandaluz.blogspot.es/>
9. Bios Monthly
www.biosmonthly.com
10. Pura Aventura, to travel is to live.
<http://www.pura-aventura.com/blog/>
11. Europa Press – Agencia de noticias
www.europress.es
12. United Nations Office for the Coordination of Humanitarian Affairs
<https://www.unocha.org/>
13. Cocina Muy Sencilla
<http://cocineroandaluz.blogspot.tw/>
14. Recetas de cocina andaluza.
Las típicas recetas caseras de la abuela.
<https://cocinaandaluza.es/>
15. Spain Recipes. Enjoy the taste of Spain!
<https://www.spain-recipes.com/>

A Study On Spanish Dietary Culture

Fang-Tzu Hsu

Department of Hotel Management,
Lee-Ming Institute of Technology

fangtzu@mail.lit.edu.tw

Abstract

Spain is located in the southern Europe, the daylight hours are longer than most part of European countries, the Atlantic Ocean is on the north side, the Mediterranean Sea is on the east, and the inland is the intricate terrain, with the vast territory, all resulted in the country's fluctuating weather, the rich terrain and diverse climates have a direct or indirect impact on the ingredients and eating habits in various regions of Spain.

In addition to topographical and climatic factors, eating habits also evolve with historical background. Since ancient times, different nationalities have lived together or one after another in this land, the 8th century AD, the Moors from north Africa invaded, almost conquered the entire Iberian Peninsula, not only brought the Islam to the land, but also the ingredients and the dietary habits of the North African Arabs. In the maritime period, after Columbus discovered Latin America, Spain became the maritime hegemony. At that time, the various crops of Latin America were also introduced into Europe by Spain, changed and enriched the original eating habits. Furthermore, since 1700, the Bourbon dynasty has entered Spain and brought French eating habits and flavors to Spain.

The evolution of history has a profound impact on dietary changes, the Chinese proverb "food is the first necessity of the people", eating habits and life culture are closely interrelated and inextricably linked. Therefore, to understand a country or a race, in addition to reviewing historical events, it is also possible to start with its food culture.

Spain has undergone multi-ethnic integration, therefore, this article will be based on the history of Spain, through historical changes, and then explore the evolution, changes and status of Spanish eating habits and culture. Besides, to analyze the dietary differences and characteristics of various regions in Spain, in order to gain insights into Spain and its food culture through different perspectives.

Keywords: Spain, food culture, dietary habit

