

· 第二章 ·

費城飲食文化及媒體形象



P H I L A D E L P H I A

Cheesesteak 由來和歷史

費城的Cheesesteak（起士牛排三明治）是美國經典的街頭美食，起源於費城，並成為這座城市的象徵之一。其起源可以追溯到1930年代，費城知名的起士牛排三明治的創辦人Pat Olivieri在1930年左右開設了自己的一家小餐車，位於費城的9th Street和Passyunk Avenue交叉口。據說有一天，他決定將切碎的牛肉炒在一起，然後放進麵包中，完成品的香氣被一位經過的計程車司機發現，嘗了一口之後，他建議Pat 要開始銷售這款三明治。

隨著生意逐漸增長，Pat的食譜也有了變化。大約在1940年代，他開始將美式起司（融化的Provolone或Cheez Whiz）加入牛肉三明治中，使其更加美味，這樣的搭配才正式成為今天的Cheesesteak。

Pat的餐車後來發展成了著名的Pat's King of Steaks，這也是現在起士牛排三明治的發源地之一。隨著時間的推移，這道美食在費城廣為流傳，爾後在1966年出現了另一家著名的競爭者Geno's Steaks，這兩家餐廳至今仍然是費城cheesesteak代表，並且在費

城擁有很高的知名度和忠實顧客。

現代的cheesesteak通常由細切的牛肉片、融化的起司、和炸至脆皮的長麵包組成。雖然有許多不同的變體，有些人可能會選擇加上洋蔥、甜椒、蘑菇等配料，但最經典的做法還是放入牛肉與起司。

Cheesesteak不僅是一道小吃美食，它也已經成為費城文化的一部分，吸引了大量的遊客和當地人專程前往品嚐這道街頭小吃，而每年費城也會舉辦關於起士牛排三明治的各種活動，進一步鞏固其在當地的經典地位。起士牛排三明治的誕生源自一個偶然的創意，而它逐漸成為費城最具代表性的食物之一，深深融入了當地的文化和歷史。

Reading Terminal Market的介紹和歷史

Reading Terminal Market的名稱來自於附近的Reading Railroad（雷丁鐵路）車站，這是當時通往費城的主要鐵路之一。市場本身於1893年開業，當時是為了提供一個集中的場所，讓當地農民可以直接向城市居民販賣新鮮食材。今天的Reading Terminal Market

不僅是一個傳統的市集，更成為了費城的歷史地標之一。

Reading Terminal Market裡頭充滿了豐富的食物選擇，除了已經料理好的熟食之外，也有賣生鮮食物。這裡的販賣商品內容包含農產品、新鮮海鮮、肉類、乳製品等。有幾間攤位特別的出名：

- DiNic's：以其豬肩肉三明治而聞名
- Beiler's Doughnuts：這家攤位的招牌是其手工製作的甜甜圈
- Miller's Twist：提供手工鹽煎餅
- Termini Brothers Bakery：傳統的義式甜點 Cannoli

不過雖然這幾家店都是市場內赫赫有名的，我倒覺得Beiler's Doughnuts不合我的口味，他的甜甜圈真的是美式道地甜甜圈，非常的甜，甜度是我所能接受的3倍，口感也沒有預期的酥脆，可能吃習慣mister donuts了，所以不太能理解這家店的甜甜圈在夯甚麼，每次經過總是有一堆美國人在排隊。

除了食物外，市集內也有各種商品攤位，提供手工藝品、紀念品、新鮮花卉、醃製品等。讓遊客可以在品

嚐美食的同時，也能買到一些特色商品帶回家。市場內的商品真的琳琅滿目，有各式各樣的選擇，如果是遊客到費城旅遊，那Reading Terminal Market肯定是一個必須要造訪的地方，感受當地的活力和熱情。

費城的米其林評鑑

米其林指南評鑑在美國的擴張發展相對較晚，首次發布評鑑的地區是紐約市，然後逐漸增加其他城市，在美國目前有米其林評鑑的城市有舊金山灣區、芝加哥、華盛頓特區、洛杉磯、邁阿密、奧蘭多、科羅拉多和亞特蘭大。相較於具有悠久米其林傳統的歐洲和已發展至一定規模的亞洲而言，美國的米其林評鑑仍在擴展中，並日益成熟。

根據米其林官方說明和指引，米其林通常會選擇餐飲市場成熟且具有一定規模的城市來進行評鑑。儘管費城擁有豐富的餐飲文化，也具有一定的城市規模，但相較於紐約、洛杉磯或芝加哥等大城市，費城的餐飲市場可能還沒有達到米其林認為的足夠規模和成熟度，因為米其林評鑑需要一定數量的高品質餐廳來維持評鑑的價

值和權威。而在費城能有全國性名聲的餐廳例如 Kalaya 及 Zahav 的出現，都是最近10年內的事，精緻餐廳較晚興起，可能尚須等待時間驗證其市場是否足夠成熟。

米其林評鑑會評估餐廳的品質、創新、技術和整體體驗。費城的餐飲業雖然非常多樣且富有特色，但風格都集中在精緻小而美的區域型餐廳，在高端餐飲和獨特性方面未能像其他米其林已經進駐的城市那樣突顯出全球化的餐飲趨勢。米其林傳統以歐洲烹飪標準為核心，強調精緻餐飲體驗。費城若以平價餐廳或在地特色為主，較難符合米其林對「星級餐廳」的嚴格標準。另一方面，費城鄰近紐約，許多世界一流級的主廚或是經營團隊相較於費城，都會選擇紐約做為落腳處，原因不外乎是紐約的交通易達性，每天吸引無數外國遊客前往遊憩。作為紐約的衛星城市，費城在地理位置上有著極大的劣勢吸引一流餐廳進駐。

在選擇一個城市進行評價時，米其林也會有商業上考量，包括該城市旅遊人流量、潛在讀者市場規模和廣告收入等，這也是為什麼費城在米其林評鑑逐漸受到重視的年代，卻依舊沒有被選為評鑑城市。不過，2025

年5月12日，米其林官方媒體正式宣布將波士頓和費城納入當年度的東北城市版米其林評鑑，而2025年的評鑑將會於9月下旬左右公布，也就是說，今年開始，就能揭曉費城有哪些餐廳獲得米其林的青睞，成功摘星。

主廚的餐桌 Chef's Table第七輯：Nok Suntaranon (Kalaya)

Netflix知名美食紀錄片《主廚的餐桌》（Chef's Table）第七輯中，介紹了位於費城的餐廳Kalaya及其主廚Nok Suntaranon，這一集於2024年11月上線，貼身採訪了Nok，讓觀眾能夠了解她和她的餐廳故事，此紀錄片展現了她對南泰國美食的熱情和創新和她曲折的人生故事。

Nok出生於泰國南部的Trang省，她的童年在母親的咖哩攤中度過，雖然家境清寒，但是家人們卻很重視在一起吃飯的時光，而母親所做的家常菜也對她的烹飪風格產生了深遠影響。在成為廚師之前，Nok曾是一名空姐，這段經歷使她接觸到了世界各地的文化和美食，並在此基礎上發展出自己的烹飪風格。

移民到美國之後，Nok決定去餐飲學校學習，並在2019年時成立Kalaya。餐廳的名字取自她母親的名字，為了紀念母親的辛苦和她對自己的影響。由於想念小時候在家鄉嚐到的滋味，因此Nok的目標是忠實還原泰國傳統風味，而不是調整口味迎合美國市場。與此同時，紀錄片深入探討了Nok的個人旅程，包括她如何通過料理與自己的泰國根源保持聯繫，以及對母親烹飪技藝的傳承。除了在費城當地拍攝之外，製作團隊也跟著Nok飛回泰國，看她如何挑選泰式食材，也回到了家裡，拍攝Nok和媽媽的互動。

Nok同時也在節目中展示了她的招牌菜，如山羊肉咖哩（Kang Pae）、鳥形餃子（Kanom Jeeb Nok）和海鮮冬陰湯（Poh Taek）。她的料理風格大膽，融合傳統泰國風味與創新技術，以其強烈的辛辣、酸甜平衡和多層次香料風味聞名，同時也堅持手工製作咖哩醬、香料和調味料，以確保原汁原味的泰國風味。

在《主廚的餐桌》尚未播出前，Kalaya已經非常熱門、非常難預訂了，我相信在節目播出後，Kalaya這個名字更廣為人知，晉升成為費城超級無敵熱門餐廳，充斥著慕名而來的食客。這一集影片除了展現Nok

的烹飪理念之外，也通過她的故事，向觀眾展示了費城對於多元化美食的包容性和南泰國料理的魅力。

主廚的餐桌 Chef's Table 第三輯：Cristina Martínez (South Philly Barbacoa)

Netflix 知名美食紀錄片《主廚的餐桌》(Chef's Table) 在第五輯介紹了South Philly Barbacoa，一家位於費城的墨西哥餐廳，由主廚Cristina Martínez創立。這一集不僅講述了她如何在美國開創餐飲事業，更深入探討她作為非法移民的奮鬥歷程，以及她如何透過食物為移民社群發聲。

Barbacoa在西班牙語中是「窯烤」的意思，這道料理是墨西哥每一個家庭在週末時都會一起享用的，圍在餐桌前一家人一同吃barbacoa是凝聚家族感情的一種象徵。Cristina Martínez來自墨西哥Capulhuac，是一位非法移民和活躍的移民權益倡導者。Cristina在17歲時結婚，有了自己的家庭，不過丈夫和婆婆待她並不好，整日必須要為了家裡的店工作。她在2009年為了資助女兒的學費，冒險穿越美墨邊境的沙漠偷渡來到美

國後，找到一家義大利餐廳的廚房工作，也同時在廚房裡認識了她後來的先生，Benjamin Miller。

後來，餐廳老闆發現了Cristina非法移民的身分，便解僱了她。然而，已經和美國人結婚的Cristina依舊沒辦法取得綠卡，因為她一開始就是非法移民的身分，除非她原先的雇主願意替她寫推薦信。不過，義大利餐廳老闆卻不願意替Cristina寫移民推薦，他的冷漠與不在乎讓Cristina真正的意識到原來她沒有真正的被接納。有一段話，她的先生Benjamin Miller說得很好，這些義大利餐廳的老闆、主廚，當他們認為這些移民對他們的餐廳事業有幫助時，他們會假裝不曉得對方的非法移民身分，但當這些非法移民會替他們招惹麻煩時，便視而不見，切割關係。後來，失去工作且沒有合法身分的Cristina決定開始與先生為墨西哥移民製作傳統羊肉料理Barbacoa，在家中開始販售。隨著名聲遠播及需求增加，夫妻倆在2015年創立了South Philly Barbacoa餐廳。

Cristina所製作的招牌菜色都是用墨西哥傳統的方式製作，Barbacoa羊肉是傳統的墨西哥風味燉羊肉，每天選用新鮮的現宰羊肉當食材，並且用香蕉葉包裹，