**來趟法國甜點之旅**

**馬卡龍由來**

馬卡龍（法語：macaron），法式小圓餅或少女的酥胸，是一種用色彩繽紛絢麗的法國甜點，外殼堅硬但易碎，內餡黏稠扎實，口感奇妙，因為其極度可愛優雅，馬卡龍色也成為了一種時尚配色方案。

馬卡龍由蛋白或aquafaba、糖粉、蔗糖、扁桃仁粉以及蛋白霜為基礎，在兩塊餅乾之間夾有甘納許、奶油乳酪或果醬等內餡，再依據其品質採用有機、天然或人工的食用色素調色。常會和中文稱為蛋白杏仁餅、杏仁小圓餅、蛋白杏仁甜餅的椰子球甜餅Macaroon（兩個O）搞混，這是種外型圓形的小點心，主要成分是椰子絲，加入砂糖、蛋白、堅果，偶爾調入蜂蜜或香草，烤製而成。外層也會淋上或沾裹巧克力，增加香氣和口感，但外觀和馬卡龍完全不像。

這種甜點的特點是：圓形、平底、圓周有褶邊、口感清脆、入口即化為標誌性特徵；如果它外型臌脹、中央凸起、口感軟綿、需要咀嚼的話，就不能算作是正統馬卡龍。

馬卡龍有著各種各樣的口味，無論是傳統口味（樹莓、巧克力、奶油、焦糖等）還是新口味（鵝肝、抹茶等），都應有盡有，而且此甜品和創新的契合度非常高，每過幾年就有一種流行風味被發明出來。

其名稱源於義大利語單詞macarone、maccarone或maccherone，一種經過法國人改造的義大利果仁蛋白餅。馬卡龍的英文單詞macaroon經常和macaroni（通心粉）弄混，也有很多人已經採用了法語的拼法macaron，導致不注意看的話很容易搞錯。實際上，單詞macaroon僅僅是法語單詞macaron的英語翻譯，因此從嚴格意義上講，這兩個發音都是對的，但在習慣上以法語Macaron代表這種色彩繽粉的小圓餅會更為精準。在有關這一話題的一篇文章中，史丹福大學的食物文化教授Dan Jurafsky指出「Macaron」是這一甜點的正確拼法。

**法國傳統種類**

一些法國城市和地區宣稱他們所產的馬卡龍歷史悠久，種類多樣，尤其是在洛林（南錫和布雷）、巴斯克地區（聖讓德呂）、聖埃米里翁、亞眠、蒙特莫里隆、勒多拉、索村、沙烏地爾、科爾默里茹瓦厄斯和勃艮第的聖克魯瓦。

由法國亞眠出產的亞眠馬卡龍，是一種小而圓形的馬卡龍，麵餅由杏仁糊，水果和蜂蜜製成，最早記載日期在1855年。蒙特莫里隆城因為它的馬卡龍而著名，那裡還有一座馬卡龍博物館。Rannou-Métivier公司是 蒙特莫里隆城裡歷史最悠久的馬卡龍生產者，可以追溯至1920年。 蒙特莫里隆城的馬卡龍配方至今未變，保存了有150年之久。

洛林地區的南錫城有一段關於馬卡龍的有名歷史。傳說，雷米雷蒙修女院的院長創立了一套叫做"Dames du Saint-Sacrement"的修女規矩，這套規矩在飲食方面相當嚴格，禁止吃肉。兩個修女Marguerite和Marie-Elisabeth據說創造了南錫馬卡龍以滿足她們飲食上的需要。她們以「馬卡龍姐妹」而著名。1952年，南錫城為了紀念她們，以她們的名字命名Rue de la Hache，也就是馬卡龍的誕生地。