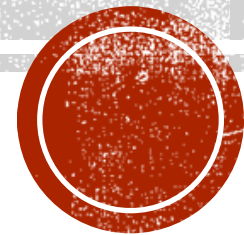
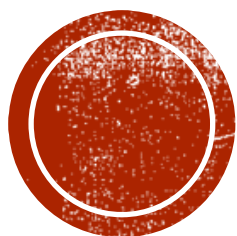


從SDGS到世界50佳餐廳



圖書館 蔡侑倫

2025/12/10



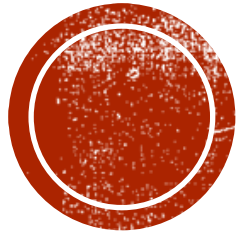
世界50佳餐廳書展 ~2026/04/30

什麼是SDGS





這樣認識SDGs



SDGs的17項目標既然來自MDGs，所以，這些目標也是為了滿足人類更美好的生活而來。

從目標1到5滿足人類生存基本所需，希望大家不要貧窮與飢餓，要能健康生活，人人都能受教育，不要發生性別歧視的情形，尤其是不要再有婦女權力被剝削的問題發生。

目標6與7，滿足有水有電的生活；目標8關注基本經濟，尤其是工作權與工作環境的安全。

目標9到11，在經濟無虞之後，提高生活品質，所以目標9建置更多便利的設施與機制；目標10，減少不平等的現象；而目標11，關心城鄉生活住居的相關議題。

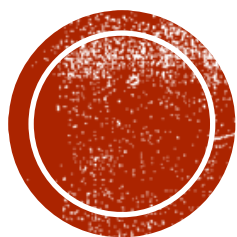
目標12到15才是SDGs關注「永續」的內容，目標12談永續生產與消費的模式；目標13到15，關心氣候、自然環境與海洋資源相關永續的議題。

最後，目標16，從法治與各種制度面，維持相關正義與和平的長久。

而目標17，強化全球夥伴關係，唯有通力合作，才能讓全人類長治久安，也讓地球與自然環境永續生存。

什麼是「世界50佳餐廳」

對世界50佳餐廳已經有基本認識的人，
是否能夠舉出5間以上的世界50佳餐廳？



世界50佳餐廳，由英國媒體公司 William Reed製作，最早在2002年刊登於英國《餐廳》(Restaurant)雜誌，僅在2020年因疫情停辦一次。

評審成員由來自約27個地區，每地區40人的匿名評審團組成，合計共1080人，成員由美食家、廚師等專業人士組成，每年至少應有25%的成員變化。每名評審最多可選出10間過去1年半曾用過餐的餐廳，所有評審的加總後排出前50名次，在部份地區(如亞洲、拉丁美洲等)會另外推出該地區的50佳榜單或100佳榜單。(註：台灣有少數餐廳曾入選亞洲50佳，尚未有餐廳入選世界50佳。)

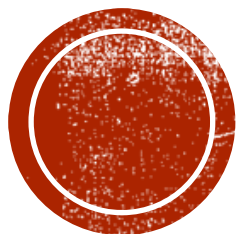
自2019年起，歷年獲得首位者，會進入 **Best of Best** 榜，從此不得再入選。

與米其林指南最大的差異在於，其評選精神更強調「評審的主觀判斷」。它不設立量化或制式的評分標準，且較能反應業界趨勢及創意性。此外，相較受限於米其林指南出版地區的框架，世界50佳餐廳具備更廣泛的全球性——例如澳洲與南美洲雖無米其林餐廳，但在50佳名單中卻佔有重要位置。



至今約有不到150間餐廳曾經入選50佳餐廳

目前全球的米其林餐廳共有



*** 3星餐廳:157間

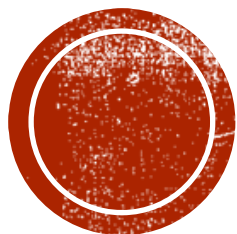
** 2星餐廳:524間

* 1星餐廳:3102間



2025年度世界50佳餐廳第12名(最高第6)，米其林2星
主廚：Junghyun Park / 開業年：2018年

如果食物是了解文化的終極窗口，而韓國文化在國際上越來越普及和受到重視，那麼紐約的Atomix 餐廳就提供了韓流現象的終極美食體現。這是韓國餐飲的最高境界：精緻而美味的食物，菜餚植根於傳統，但又獨特且創新。食物的呈現方式極其注重細節，確保每位用餐者都滿懷驚嘆地離開。
(摘譯自50佳餐廳官網)



Asia's 50 Best Restaurants

[1-50](#)[51-100](#)[Individual Awards](#)

1

Gaggan
Bangkok



2

The Chairman
Hong Kong



3

Wing
Hong Kong



4

Sézanne
Tokyo

如果覺得世界50佳餐廳太遙遠，也可以從亞洲50佳餐廳開始認識

Logy

Taipei

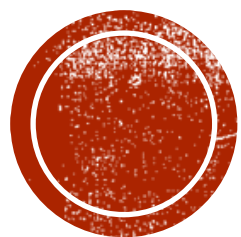
26

50
BEST Accolades

The Best Restaurant in Taiwan 2025

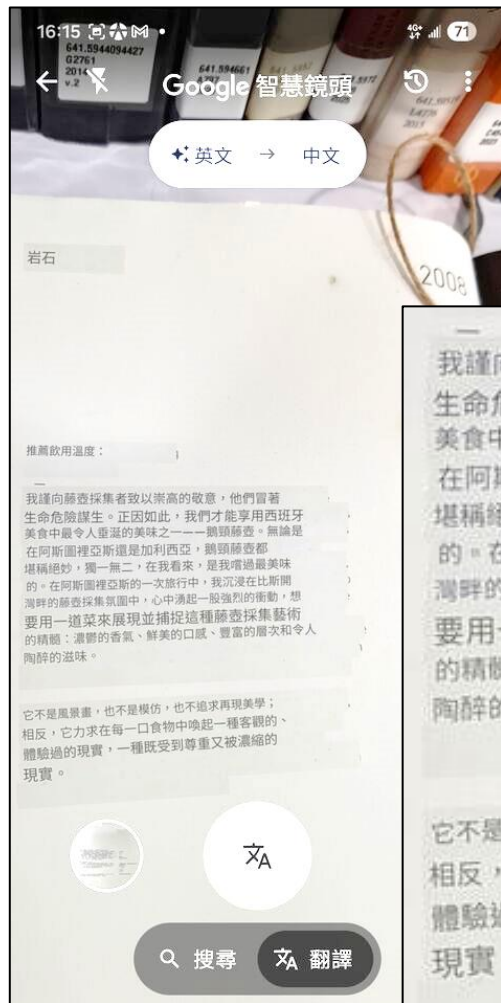
Plating up the Taiwanese larder with pinpoint Japanese precision

The story behind the name: The suffix 'logy' has many meanings in different languages. In Greek it's attached to scientific disciplines like meteorology and geology; in Latin, to spoken word or discourse such as eulogy. In Japanese, it translates to alley, which is where the restaurant sits both geographically and culturally: at a cross section of culinary influences borrowed from across Asia served up in the alleyways of Taipei.

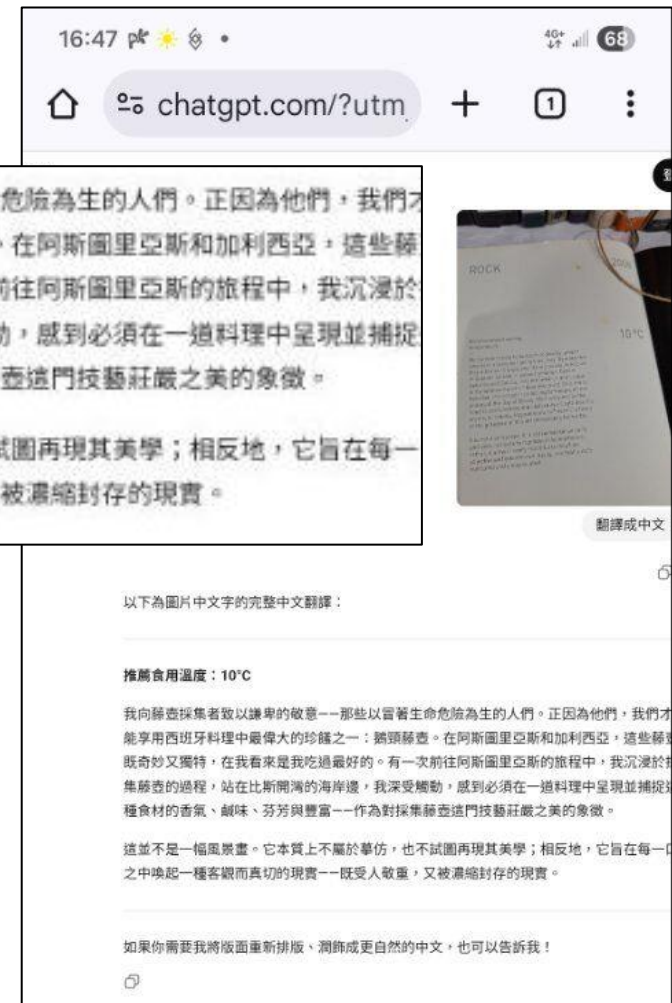


英文不好？ 沒關係！ AI陪你讀

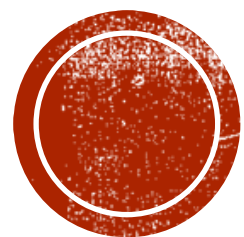
畢竟這次書展仍是以原文書為主體，甚至可能包括少數法文、西班牙文的書籍，總是會有人困於語言門檻而難以閱讀，不過在這個AI迅速發展的時代，已經有很多方法可以降低這樣的門檻。



Google智慧鏡頭(iphone可安裝)及iPhone的鏡頭app等類似的app，可以翻譯後直接顯示在畫面上，但是碰到文字太過密集的時候，可能會比較難閱讀。



若是使用大型語言模型的網頁/app，則可以將拍照後的圖片交給語言模型翻譯，翻譯水準也可能較佳，但是較不即時，且需要每頁分別拍攝，也較容易超出使用額度。



世界50佳餐廳與 SDGS有什麼關係？

不如問，還有什麼行業不會跟SDGS扯上關係

什麼是米其林綠星？

一起來認識米其林倡議永續的獎項——米其林綠星。

Green Star Community

永續



什麼是米其林綠星？

米其林綠星是一項年度獎項，標舉在永續作為上領先的餐廳。他們在道德與環保都有一定的堅持，與注重永續的供應商與生產者合作，減少浪費，或甚至不使用塑膠和與其他無法回收的材料。

這樣的餐廳提供的美食體驗，結合了卓越廚藝與善待環境的承諾，對於美食愛好者與整個業界來說，都深具啟發。

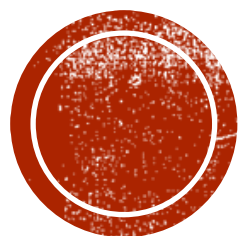
米其林綠星餐廳都在做些什麼？

每一間綠星餐廳都不相同，各自以獨特方式運作，但都對身邊的世界有所影響，成為大家的榜樣。

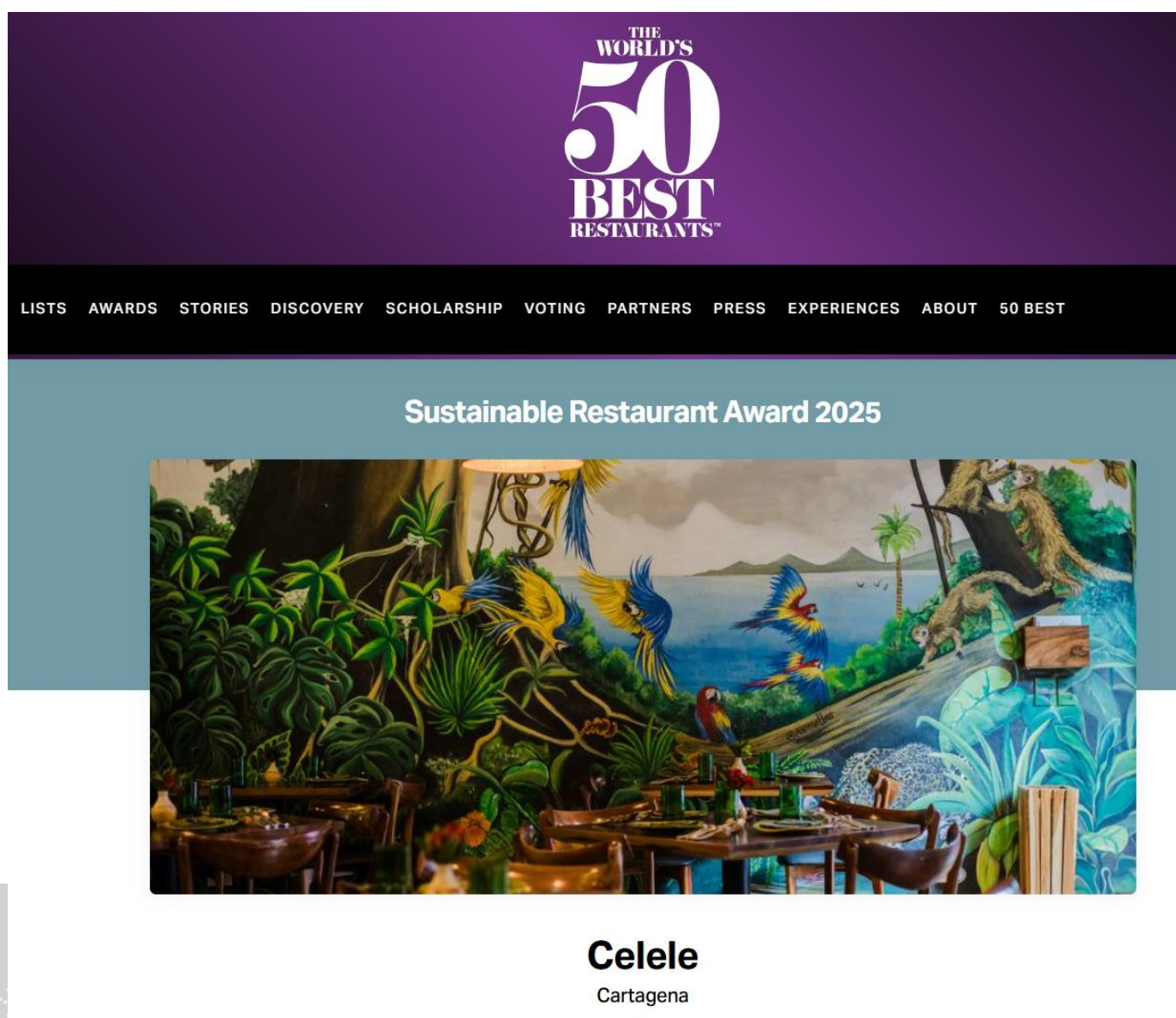
許多餐廳直接與種植者、農夫、漁夫合作；在森林野外採集；種植畜養；採用再生方式，如不翻土菜園、輪流種植覆蓋作物。

他們也經常超越環境考量，關注到道德與福利問題，同時對在地、國家或全球慈善與教育等作出貢獻。

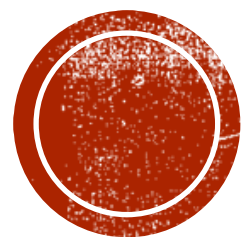
就像米其林在近年推出了米其林綠星



英國永續餐廳協會（SRA）



世界50佳餐廳也有與SRA合作推出的獨立獎項-永續餐廳獎，不過今天並不是要刻意著眼於此



一定要最優先認識的餐廳



■ 光是這兩間餐廳，就佔了本次書展約1/4以上的書



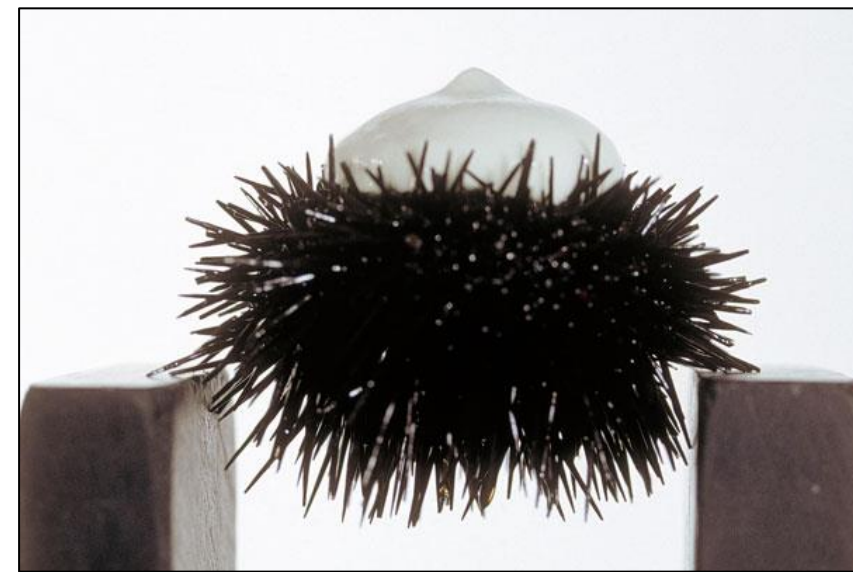


2002, 2005–2009年度世界50佳餐廳第1名 (Best of Best)
 曾獲米其林3星
 主廚：Ferran Adrià / 開業年：1964(現為博物館)

這間革命性餐廳改寫了現代料理的走向，催生出許多劃時代的技術，如泡沫(foam)與晶球化(spherification)，以及啟發無數模仿者的經典料理，如「液態橄欖(liquid olive)」。Ferran與其兄 Albert(糕點主廚)一同成為料理界的傳奇人物。然而，Ferran Adrià原本並未打算成為廚師。

18歲時，他為了籌措前往伊比薩島度假的資金，接下一份洗碗工的工作，後來又在服兵役期間擔任軍中廚工。1983年，他來到El Bulli進行一個月的實習，當時餐廳已擁有二星評價。Ferran從基層做起，直到1980年代末期才開始探索前衛料理，推出如「龍蝦涼湯」等創新菜餚，隨後開創出第一道泡沫料理。2011年El Bulli的結束營業被譽為一個時代的終結，但它透過全球各地受其啟發的主廚與餐廳，其精神與影響力至今仍歷久不衰。

(摘譯自50佳餐廳官網)



■ Twelve iconic dishes of El Bulli

<https://www.theworlds50best.com/stories/News/12-iconic-dishes-el-bulli-ferran-adria.html>





DISFRUTAR
BARCELONA
SPAIN

2024年度世界50佳餐廳第1名 (Best of Best)，米其林3星
主廚：Oriol Castro、Mateu Casañas/開業年：2014
Eduard Xatruch

三位主廚曾於傳奇的El Bulli餐廳與Ferran Adrià共事多年，深受其創意精神影響，也將「創新」視為料理哲學的核心。這裡的獨特之處，不僅在於極具實驗性的菜色設計，還包括對形狀、質地與風味的精巧掌握，展現出極高的技藝水平，餐廳的創意實驗室源源不絕推出突破性的概念作品，整場用餐宛如劇場般演出，互動設計頻繁登場，並以專業與幽默巧妙融合的方式呈現，讓體驗更具娛樂性與沉浸感。
(摘譯自米其林指南及50佳餐廳官網)



ALINEA
CHICAGO
USA

世界50佳餐廳最高名次第6名 (2025未入榜)，米其林3星
主廚：Grant Achatz / 開業年：2005年

將用餐化為前衛表演藝術，是 Alinea 的核心理念，自開幕以來便為美國現代主義料理樹立了全新標準，並以其一貫精準且創新的分子料理風格享譽國際。在這裡用餐如同觀賞一場戲劇，亦是一種純粹的享受；透過香氣蒸氣、巧妙機關與桌邊互動，整場餐宴更成為一場嗅覺盛宴，賓客與餐廳團隊一樣，都是其中的主角，每一道菜皆旨在帶來驚喜與愉悅，當中尤以著名的可食用氮氣漂浮氣球最受歡迎。
(摘譯自米其林指南及50佳餐廳官網)



MUGARITZ
BASQUE COUNTRY
SPAIN

世界50佳餐廳最高名次第3名 (2025未入榜)，米其林2星
主廚：Andoni Luis Aduriz / 開業年：1998

主廚致力於顛覆高端餐飲體驗，餐廳每年僅營業6個月，剩餘的時間都在研發下一年的菜單，年復一年，這些體驗變得更加實驗性和更具挑戰性，但可以說，他比任何其他廚師都更忠於自己的願景，為人們呈現一個令人興奮、有時黑暗、總是出人意料的烹飪世界。
其中一道名菜 "De frente: la piel que habito"
(正面：我棲息的皮膚)是概念性的作品：以蘋果酒凝膠打造出覆於臉上的假皮，搭配佐以辣椒乳化醬的酥炸麵包片。
(摘譯自米其林指南及50佳餐廳官網)



NOMA
COPENHAGEN
DENMARK

2010-2012, 2014, 2021年世界50佳餐廳第1名 (Best of Best)
米其林3星及綠星
主廚：René Redzepi / 開業年：2003

Noma的崛起不僅因其料理風格，更代表極簡的斯堪地納維亞設計美學與餐飲態度。主廚首創讓廚師親自穿越餐廳、為客人上菜的做法。他相信，當廚師與食客四目相交時，能讓對方更直接地理解一道料理的本質與背後的工藝，正如那道現已成為標誌性的「花卉派 (Flower Pie)」。

主廚在2016年，因感到日復一日的營運扼殺了創造力，決定關閉餐廳，並率領團隊前往墨西哥圖盧姆舉辦快閃餐廳，先前在東京與雪梨也舉行過類似活動，2018年主廚在新址重啟了Noma，進一步雕琢餐廳概念，以充滿衝擊力的擺盤激起食客反應，由於這家「新 Noma」與舊址的餐廳在理念與形式上有根本差異，許多人稱其為「Noma 2.0」，並在2021年世界50佳餐廳重新奪冠。(摘譯自50佳餐廳官網)

2023年宣佈永久結束餐廳營業，轉型為食物實驗室及快閃店，但結束時程被推遲至2025年6月，並預計2026年前往洛杉磯推出快閃店，也曾在2025年8月於台灣舉辦短暫的客座餐會。

- El Bulli lives on: Discover 8 restaurants where its chefs are cooking now
- <https://www.theworlds50best.com/stories/News/el-bulli-alumni-the-worlds-50-best-restaurants.html>





資料來源：[天下雜誌知識庫](#)

作者：葉彥君 2012/04/01 CHEERS雜誌 139 期



TIME雜誌封面 MAR. 26, 2012



NATIONAL KAOHSIUNG UNIVERSITY
OF HOSPITALITY AND TOURISM
國立高雄餐旅大學

圖書資訊館
Library and Information

電子書 電子雜誌 有聲書 主題特展 精選文章



電子書行動隨身讀 手機、平板立即安裝 APP「HyRead」

Home / 休閒生活 / 美食食譜



Hungry渴望:Noma傳奇主廚的世界尋味冒險, 帶你深度體驗野地食材的風味、採集與料理藝術

點閱：1138

譯自：Hungry: eating, road-tripping, and risking it all with the greatest chef in the world

其他題名：Noma傳奇主廚的世界尋味冒險, 帶你深度體驗野地食材的風味、採集與料理藝術 Noma傳奇主廚的世界尋味冒險帶你深度體驗野地食材的風味採集與料理藝術

作者：傑夫·戈迪尼爾(Jeff Gordinier)作;洪慧芳譯

出版年：2021

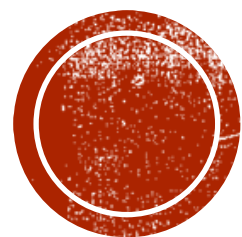
出版社：漫遊者文化事業股份有限公司

出版地：台北市



人們覺得雷澤比應該跟前輩一樣，烹飪法式經典佳餚。有一段時間，他確實那樣做了。然而不久之後，雷澤比突然頓悟出一番道理：他的餐飲不僅要用他在森林裡、海灘上、在地農民的手中找到的東西來烹煮，也要完全用那些東西來塑造。實務上，這表示如果有一種莓果一年只成熟兩週，而且摘採這種莓果的瑞典農民也對出售這種莓果不感興趣，這種食材其實比進口的魚子醬更奢華。他把它們盛在一個近乎毫無裝飾的碗裡。他創造了風土（terroir）——塑造動植物風味的土壤、氣候與土地——而不止是術語。他把那變成他烹飪的焦點所在。



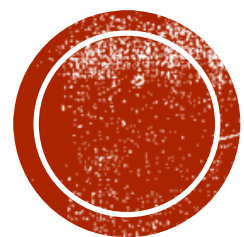


NOMA的 開開關關？

Noma, Rated the World's
Best Restaurant, Is
Closing Its Doors



Ditte Isager for The New York Times



食安議題， 世界50佳餐廳一樣要面對

世界最好餐廳Noma 傳食物中毒

哥本哈根名店 2月中旬廚房員工生病 未及時應變 63位客人嘔吐、腹瀉



2010年起連三年獲選為世界最佳餐廳的Noma餐廳，竟發生數十名顧客食物中毒事件。

取自維基百科

【編譯彭淮棟/綜合報導】

米其林給兩顆星、英國權威雜誌《餐館》(Restaurant)2010、2011、2012連續三年評為世界50最佳餐館之首的哥本哈根名店Noma，驚傳2月中旬有63位客人食物中毒，包括嘔吐和腹瀉，館方同日向各界道歉。

Noma的食物中毒事件，發生在2月12日到16日五天期間，丹麥食物部檢查員表示，原因可能出於一名廚房員工生病。丹麥衛生部批評Noma在發生事情後沒有立即通報相關單位，有員工生病也未能採取充分的因應措施。

Noma高層8日公布檢討報告，表示延誤廚房消毒是由於內部聯絡程序出現漏洞。

上述五天期間，曾有兩團客人上門，各團後來都有人以e-mail向館子申訴，一名員工下班後以e-mail報告說處理食物後嘔吐，Noma都沒有立即採取適當措施。檢討報告說，沒有人看到那位員工的e-mail。

Noma的報告說，「我們做這一行，使命就是要大家快樂，照顧嘉賓，因此我們不應該發生這種事」。

Noma總經理克雷說，館方已和衛生機關合作，徹查原因：「關於這一切，我們抱歉之至，我已親自慰問受影響的嘉賓，討論如何補償他們。」高檔餐館食物中毒，對館衝擊不小。2009年，英國名廚布魯曼索 (Heston Blumenthal)開的米其林三星餐館「肥鴨」(The Fat Duck)傳出數百老饕中毒，停業三周。

Noma創辦於2004年，目前有50位廚師，以創意美食改造北歐烹飪馳名國際，實驗各色新鮮、在地取材的作料，名菜包括苔蘚、蛇、螞蟥和炸蟻、歐洲梭鱸/高麗菜、野鴨/梨，客人從世界各地絡繹而至，每天訂位上千。通常一個不附飲品的套餐要二百歐元(台幣7710元)。有一式12道菜的雙人套餐，包括開胃菜、特別招待、配酒，外帶參觀廚房和廚師見面，要880美元(台幣2萬6400元)。

WORLD

When the World's Top Restaurant Serves Up a Bug

The disturbingly common and discomfiting norovirus hits Noma in Copenhagen — and the culinary world is almost unappetizingly gleeful

By Lisa Abend @lisaabend | March 10, 2013

Share Like 0 貼文 Save Read Later

Correction appended: March 12, 2013

The headline was too good to resist. When Noma, the Copenhagen restaurant that for the past three years has held the top spot on the World's 50 Best Restaurants list, was discovered to have suffered a norovirus outbreak, the media response — both mainstream and social — was vast, immediate and nearly gleeful. "Poisoning at 'World's Best Restaurant,'" reported France's *Le Point*. "World's Best Restaurant Hit by Vomiting Bug," said Huffington Post. "Restaurant Leaves Bad Taste with Guests," giggled the *Financial Times*.



Fabian Bimmer / REUTERS

Cooks prepare some dishes in a preparation kitchen of the Noma restaurant in Copenhagen, Oct. 25, 2012.

餐廳 NOMA 在過去三年一直名列「世界 50 最佳餐廳」榜首，當它爆發諾羅病毒疫情時，主流媒體與社群媒體的反應鋪天蓋地、迅速且帶有幸災樂禍。

《法國觀點》(LE POINT) 報導：「『世界最佳餐廳』發生食物中毒。」

《赫芬頓郵報》寫道：「世界最佳餐廳遭嘔吐病毒襲擊。」

《金融時報》則揶揄道：「餐廳讓客人留下壞印象」

世界50大最佳餐廳之首傳奇

2010	2011	2012	2014
★★★★	★★★★	★★★★	★★★★
第1名	第1名	第1名	第1名

4 度
璀璨全世界
最頂尖
人生美味

柏林影展
美食大觀

西班牙
聖塞巴斯提安國際影展
最佳美食影片

東京美食影展
參展電影

noma
諾瑪：米其林風暴

餐飲界莫札特
丹麥名廚 雷奈瑞哲彼
歷時4年拍攝
從低谷重返 NO.1 榮耀

5/13 超越巔峰

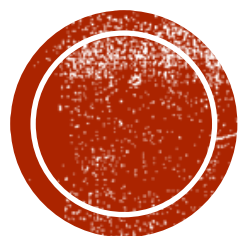
從螞蟻到活蝦，顛覆世界的創新美味！ 法國導演 皮耶狄尚 挑釁味蕾之作

從螞蟻到活蝦，顛覆世界的創新美味！ 法國導演 皮耶狄尚 挑釁味蕾之作

可在 總館 1F 視聽室 (DVD 987.81 8547) 獲得

2013因食安事件停業半年，當年度世界50佳餐廳降至第2名未能四連霸，隔年再次回到NO.1
2017年短暫停業一年，2018年再次以2.0重新開業





精緻餐飲的現實

實習無薪，日做16小時

雖然很多實習生自費前來，是要為履歷鍍金；
但卻有更多人覺醒，發現再多的收穫也彌補不了過勞的痛。

Noma有約100名員工，其中實習生就占約2成到3成。

2022年10月，雷哲皮為了回應批評，

開始對他們支付薪資，每月人力成本至少暴增5萬美元。

摘星餐廳Noma喊收攤 創辦人：精緻餐飲難持續



疫

情讓餐飲業人事成本暴增，就連頂端的精緻餐飲都做不下去。即使拿下全球第一頭銜的餐廳，也宣告將在兩年內停業！

《紐約時報》報導，二〇二一年摘下來其林三星、五度拿到全球最佳餐廳頭銜的丹麥餐廳Noma，將於二〇二四年底，轉型為食品實驗室，餐廳則只營運快閃店。

Noma創辦人雷哲皮（Rene Redzepi），曾因重新定義精緻餐飲（Eric Ripert）聞名於世。在他掌廚下，摒棄法國鵝肝等進口高級食

但一場疫情，也暴露出精緻餐飲要靠「血汗廚房」堆砌出的真相。一道道高級美食有多雕琢，背後就有多少位無薪實習生在犧牲奉獻。

實習無薪，日做16小時

雖然很多實習生自費前來，是要為履歷鍍金；但卻有更多人覺醒，發現再多的收穫也彌補不了過勞的痛。

《紐約時報》揭露，實習生幾乎每天都工作十六小時，做的卻是同一件事，例如手剝核桃、或是把薰衣草葉從莖上面摘下來。

我卻沒學到什麼烹飪知識，就連笑都被禁止。」

另一位實習生則向《金融時報》抱怨糟糕的工作環境，明明有室內空間，他們卻得在下著雨的寒冷室外拔鴨毛，「我們渾身布滿羽毛，全身發抖。」

Noma有約一百名員工，其中實習生就占約兩成到三成。二〇二二年十月，雷哲皮為了回應批評，開始對他們支付薪資，每月人力成本至少暴增五萬美元。

他也坦承，精緻餐飲的模式，無法永久持續。不只是

資料來源：[商業周刊知識庫](#)



By **Julia Moskin**

Julia Moskin has been reporting on the restaurant industry for The Times since 2004.

The decision comes as Noma and many other elite restaurants are facing scrutiny of their treatment of the workers, many of them paid poorly or not at all, who produce and serve these exquisite dishes. The style of fine dining that Noma helped create and promote around the globe — wildly innovative, labor-intensive and vastly expensive — may be undergoing a sustainability crisis.

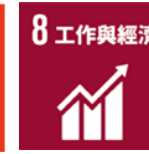
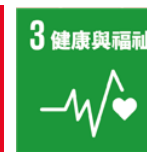
Mr. Redzepi, who has long acknowledged that grueling hours are required to produce the restaurant's cuisine, said that the math of compensating nearly 100 employees fairly, while maintaining high standards, at prices that the market will bear, is not workable.

“We have to completely rethink the industry,” he said. “This is simply too hard, and we have to work in a different way.”

這項決定出爐之際，Noma 和許多其他頂級餐廳正因其對待員工的方式而面臨審查，這些員工中有許多人的薪資很低，甚至沒有薪水，卻生產和供應這些精緻的菜餚。Noma 幫助創建並在全球推廣的精緻餐飲風格——極具創新性、勞動密集且價格極其昂貴——可能正經歷一場永續性危機。

主廚長期以來承認，為了製作餐廳的料理，需要長時間的辛勤工作。他表示，在維持高標準的同時，以市場能夠接受的價格，公平地補償近 100 名員工，在數學上是不可行的。

他說：“我們必須徹底重新思考這個行業。這實在太難了，我們必須換一種方式運作。”



A newly empowered generation of workers has begun pushing back against that model, often using social media to call out employers. The Willows Inn, in Washington State, run by the Noma-trained chef Blaine Wetzel, closed in November, after [a 2021 Times report](#) on systemic abuse and harassment; top destinations like [Blue Hill](#) at Stone Barns and [Eleven Madison Park](#) have faced media investigations into working conditions.



「又沒人付你薪水？」

「為什麼選西班牙？」

「為什麼不留在亞洲？」

但我說，這不是為了錢

這是世界上最頂尖的餐廳

履歷上寫著「穆加里茲」會很好看



世界50佳餐廳最高名次第3名(2025未入榜)，米其林2星
主廚：Andoni Luis Aduriz / 開業年：1998



可在總館 1F視聽室 (DVD 987.81 8423)獲得



Ying C. 陳穎／「永續」的餐飲文化該是什麼樣的文化？在 Noma 宣布停業之後

作者：Ying C. 陳穎 500輯 2023/02/07

Liz 專欄／一個時代的結束 從 Noma 餐廳關門反思 fine dining 產業危機

名家專欄 餐飲趨勢
2023-01-31 by LIZ KAO 高栞雯

作者：Liz Kao 高栞雯 Taster 美食加 2023-01-31



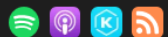
讀饗時光 EP85 | 從Noma轉型看精緻餐飲的未來 ft. MUME

主廚林泉

聯合開Pod

2023-03-26 00:55:45

收聽平台



Play

今年初全球最重要的餐飲新聞，莫過於丹麥Noma餐廳決定關門，轉型成以實驗廚房、電商為主的經營型態。Noma拿過米其林三星、全球最佳餐廳，一個人餐費約新台幣1萬5千元，而且全世界的饕客都在排隊，都覺得為了滿足客人高標準的期待，付出的大量時間、人力和工作壓力，「已經快撐不下去了。」

精緻餐飲（fine dining）目前的經營困境有解嗎？未來大多數客人還能用負擔得起的價錢，吃到Fine dining嗎？

？本集重點

(02:17) 林泉在Noma實習學到什麼？

(09:23) 一天工作16小時的餐廳工作難再？餐飲人要如何更有效率精進廚藝？

(33:00) 閱讀，可以讓學廚事半功倍嗎？

主持人：李承宇

來賓：林泉（MMHG、MUME創辦人暨主廚）

聯合開Pod 2023-03-26

國際名廚
江振誠



吃美食或吃虛榮 精緻餐飲的病態

學廚如學醫，需要長時間投入、高標準要求，實習制度沒有錯，真正令人難過的，是廚師與客人都正迷失對料理的感受。

精 緻餐飲（Fine Dining）界這陣子最大新聞，莫過於五度榮獲「世界五十大最佳餐廳」的丹麥餐廳 Noma，宣布將在二〇二四年底閉門，轉型成實驗廚房。

有人開始討論精緻餐飲不支薪、長工時的實習制度，是否永續與健康？但我認為這樣的實習是必要的。

首先，成為廚師，就如當上醫生，本就需要嚴格的打磨、長時間累積，以及實際上戰場體會，缺一不可，因此才有所謂的廚師、醫生實習體制。

醫生救人，攸關人命，需要大量知識，應該被嚴格要求。廚師做菜也是要被吃下肚，因此也必須嚴以律己，並非應徵五分鐘就可以上

作者：江振誠 2023/03/22 天下雜誌 769 期





五星饗魔 The Menu

IMDb ★ 7.2

家庭教育

品德教育

生命教育

環境教育

驚悚

喜劇

恐怖

語言 英文 上映日期：2022年11月 出品國 USA

導演 Mark Mylod | 演員 Katie Goodson

01h 47mins 輔15級(PG15)

觀看預告片 ▶

《五星饗魔》描述一對年輕的情侶，到了一間遠近馳名、一位難求的頂級餐廳用餐，追尋美食的極致。這間餐廳頗具盛名的主廚除了絕佳的料理之外，極度講求食材所呈現的故事及美感的張力，這次更準備了讓賓客意想不到的偉大傑作…



立即播放

星級主廚的悲劇

其實，比起精緻餐飲的實習制度，我更希望大家把注意力放在另一個地方，一個更令廚師、學子感到心寒的產業現況。我從最近一部黑色喜劇驚悚片講起。

《五星饗魔》(The Menu)在二〇二二年底上映，我已經刷了三次，就怕漏掉任何細節，RAW全體員工也都進戲院看過。

然而，從少了麵包的「餐前面包」、印有每位客人醜聞的墨西哥塔可餅等詭異料理開始，這些客人接著目睹副主廚開槍自殺、天使投資人被淹死等血腥場面。

奇趣又驚悚，這部電影寫實描繪了現今社群媒體普及，食客一味崇尚精緻餐飲的劣況下，料理彷彿只是為了滿足虛榮心而存在的可怕。

錄影資料

五星饗魔 [錄影資料] = The Menu / Mark Mylod導演.

梅洛德 (Mylod, Mark) 導演; 泰勒喬伊 (Taylor-Joy, Anya) 主演; 霍特 (Hoult, Nicholas) 主演
民111[2022]

🔗 目前線上可獲得 >





看見初心， 米其林三星前決定轉身

餐
桌
外
的
哲
學

最近上映的紀錄片《初心》，記錄了2018年時我決定收掉新加坡米其林二星餐廳 Restaurant ANDRÉ、回到台灣的心路歷程。很多人看完電影，都忍不住問我，「為什麼不等拿到米其林三星後再走？明明就在眼前了啊！」

那時我的決定，對所有人來說都非常突然；我心裡也明白，接下來 Restaurant ANDRÉ 就是直接攻頂了，以當時每年躍進的速度，拿到三星不只是十拿九穩，而且是一兩年內的事。

比攻頂更重要的，是「攻頂之後」你要什麼？

但正因為知道接下來就是攻頂了，我思考的，反而是「攻頂之後」呢？

我不斷問自己：米其林三星、世界50大，然後呢？這樣就一切都完美了嗎？如果攻頂之後就只是這樣，那些頭銜、那個分數，難道就是我一生追求的嗎？

我突然覺得一陣空虛。當下，我明白我一直在追求的不是幾顆星星或世界排名，而是「什麼讓我最滿足」，這不是別人給予的，而是我自己的內心。正因為快要到終點了，這件事反而才會特別明白，近在咫尺的那個終點，和我對料理、對這間餐廳的初心並不相同。

很多人問我，這兩件事難道不能並存嗎？再多等一年，拿到三星後再結束餐廳，完美句點不是更好？



可在總館 1F 視聽室 (DVD 987.81 8363) 獲得

資料來源：[遠見雜誌知識庫](#)



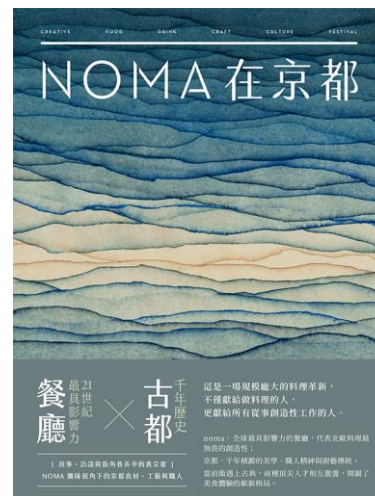
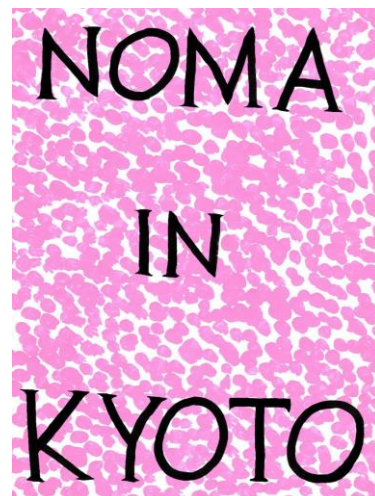
聯合線上

遠見雜誌知識庫



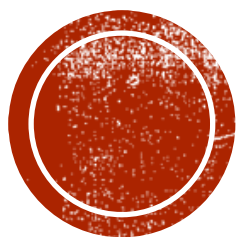
不斷嘗試實驗性快閃店的NOMA

2012	2015	2016	2017	2022	2023	2024	2025	2026	
倫敦(10天)	東京(2個月)	澳洲 (10週)	墨西哥(5週)	紐約(10天)	京都(10週)	京都(10週)	丹麥結束營業	台灣客座晚宴(4場)	洛杉磯



可在總館 1F視聽室 (DVD 987.81 8547)獲得





素食/無肉料理的理念， 是否能套用在頂尖的精緻餐飲餐廳？



畜牧業溫室氣體排放量佔全球排放量14.5%，
約75%農業用地用於生產飼料作物，且許多森林為此被砍伐。



2025年度世界50佳餐廳第45名，米其林3星
主廚：Alain Passard / 開業年：1986

在蔬食尚未風行之時，主廚就毅然將肉類自菜單中剔除，在高級餐飲界掀起一場不小的革命，他不僅是這場綠色革命的先驅，更是其精神象徵，被譽為「**蔬食**料理的大師」。自他於 2001 年發表此一決定以來，雖有部分菜色逐漸重新引入少量蛋白質，但菜單的核心依然無庸置疑地以蔬菜與植物性食材為主角，主要來自他在法國建立的三座有機菜園。2025年7月更進一步宣佈完全移除肉類、魚類及乳製品，除自家農場生產的蜂蜜外，幾乎達成全素菜單。

主廚打造了一場打破常規、拒絕制式化的用餐體驗——一切皆以時令為本，依循食材的最佳狀態即興創作，這種不拘一格的料理哲學，甚至偶爾會脫離既定菜單框架，使得每一餐都充滿獨特性與臨場感。
(摘譯自米其林指南及50佳餐廳官網)

2011年，移除肉類改為以蔬菜為主的菜單，後來仍少量加回

2025年7月，完全移除肉類、魚類及乳製品，除了自家農場的蜂蜜外，幾乎達成全素菜單



2017年度世界50佳餐廳第1名 (Best of Best)，米其林3星
主廚：Daniel Humm / 開業年：1998年

主廚Daniel Humm以其對精湛技藝的熱忱，掌管著這座現代優雅的殿堂。從員工的西裝到手工吹製的玻璃水瓶，所有事物都井然有序，並且都是客製化的。

2021年，主廚捨棄了蜂蜜薰衣草烤鴨等成名菜餚，改為僅供應**全素**菜單，展現了大膽的奢華餐飲願景，將這一理念提升至前所未有的高度。新鮮出爐、外皮酥脆的純素麵包搭配仿奶油，堪稱魔法般的創作。口感紮實的燉製麵筋，以菠菜包裹，配上羊肚菌並佐以濃郁醬汁，風味層次更臻完美。(摘譯自米其林指南及50佳餐廳官網)

但在2025年10月，餐廳決定重新供應肉類料理，同時仍維持提供全素版本的品嚐菜單。

2021年，成為唯一純素的米其林三星餐廳

2025年10月，重新供應魚肉料理，同時仍提供全素品嚐菜單



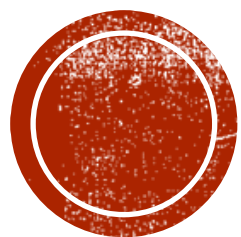
2022年度世界50佳餐廳第1名 (Best of Best)，米其林3星
主廚：Rasmus Kofoed / 開業年：2007

在停止食用肉類五年後，主廚於2022年將陸地上的肉類從菜單完全移除，改以來自有機和生物動力農場的**蔬食**菜單為主，但仍保留符合當地飲食習慣及魚素主義者需求的當地海鮮。「春季宇宙」菜單上的精美創作包括輕度煙燻的圓鱈魚籽配牛奶、羽衣甘藍和蘋果，以及森林蘑菇配啤酒、煙燻蛋黃、醃製啤酒花和黑麥麵包。每道菜都是一件精緻的藝術品，盛放在以大自然為靈感的餐具上。
(摘譯自50佳餐廳官網)



2022年，將陸地上的肉類從餐點中完全移除，但仍保留符合當地飲食習慣及魚素主義者需求的海鮮

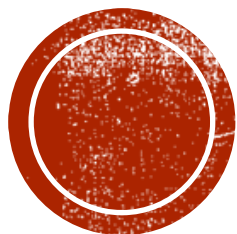




在部份地區作為飲食傳統，並被視為替代性蛋白質候補的食用昆蟲，
在精緻餐飲如何呈現？



特定物種的昆蟲營養成份高，飼料選擇多，養殖面積及成本低，碳排放量遠少於傳統畜牧業，甚至也可以處理廚餘問題



將特定品種螞蟻的蟻酸作為料理調味，很早就成為NOMA的象徵之一，有時甚至需要從丹麥空運新鮮的螞蟻到快閃餐廳舉辦國，不過在東京推出的牡丹蝦配螞蟻，所使用的螞蟻是來自日本長野縣。

ALCHEMIST

Eating

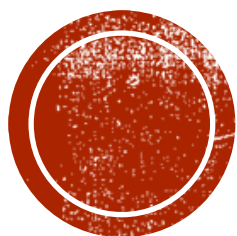
Bugs

Brain

& Heart



同樣位於丹麥的Alchemist餐廳(2025世界50佳餐廳第5名，未在本次書展選介當中)，在其著名的「50道印象」(約6-7小時)體驗中，曾結合許多議題，提供過許多特異的料理，如冷凍蝴蝶、烤麵包蟲，其中甚至也包含以活體鼠婦泡成的湯(3分06秒)。



D.O.M.
SÃO PAULO
9 BRAZIL

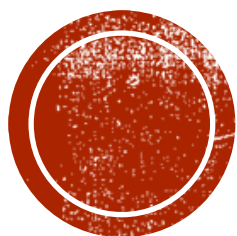
世界50佳餐廳最高名次第4名(2025未入榜)，米其林2星
主廚：Alex Atala / 開業年：1999年

品嚐主廚令人咋舌的12道菜「Maximus」品嚐套餐，引領賓客踏上亞馬遜地區風味之旅，探索多種來自當地小規模生產者的食材，像是木薯、巴西莓、棕櫚心、巨骨舌魚及螞蟥，並透過創意演繹與偶爾帶有歐陸靈感的組合手法，呈現令人驚喜的風味與口感層次，為味蕾帶來全新體驗。

走入那扇意外龐大、氣勢懾人的正門，踏入挑高的用餐空間，你將明白為何D.O.M. 年來始終穩坐拉丁美洲50最佳餐廳前五名的寶座。這是一場不僅突破想像，更引領風潮的用餐體驗。
(摘譯自米其林指南及50佳餐廳官網)



巴西D.O.M.餐廳主廚Alex Atala致力於復興巴西菜，
他曾多次將產自亞馬遜叢林的切葉蟻搬上餐桌。



QUINTONIL

MEXICO CITY

15 MEXICO

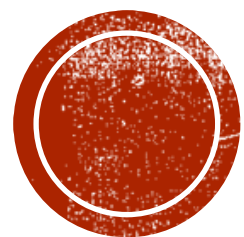
2025年度世界50佳餐廳第3名，米其林2星
主廚：Jorge Vallejo / 開業年：2012年

Quintonil餐廳是主廚突破傳統墨西哥料理，以及卓越款待的舞台。餐廳專注於新鮮的在地食材，並將傳統墨西哥風味與技巧融入現代烹調手法，正迅速成為經典。
(摘譯自50佳餐廳官網)

餐廳所使用的一些植物食材，來自距離餐廳不到30公尺的城市花園，此外也提供原料包含蚱蜢或是螞蟥的料理，靈感來自墨西哥當地傳統料理。



墨西哥原先就有不少食用昆蟲的飲食傳統，墨西哥Quintonil餐廳曾推出Entomophagy Festival菜單，將蚱蜢、蟻卵、椿象等昆蟲作為調味料融入菜餚中，但不在菜餚視覺上強調昆蟲形體。



主廚也可以是倡議家



CHEZ PANISSE

BERKELEY

8

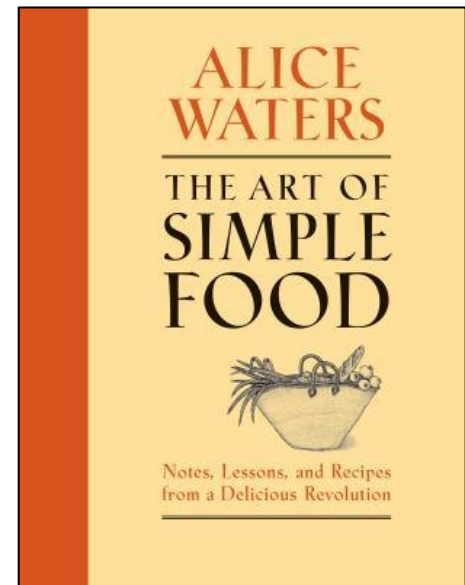
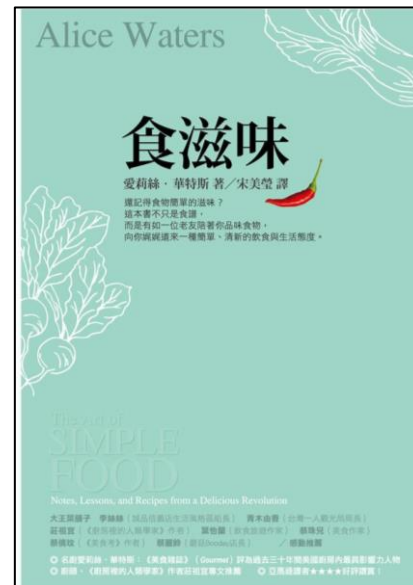
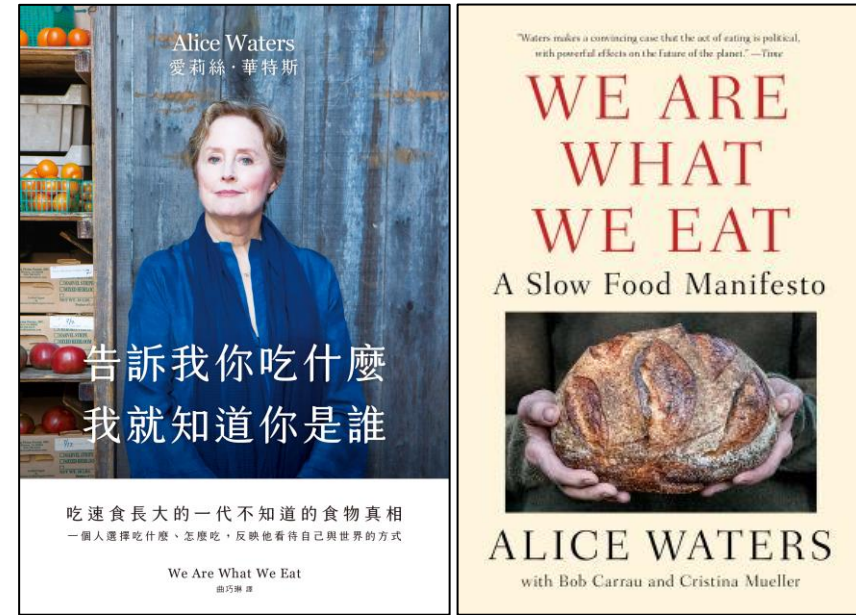
USA

曾入世界50佳餐廳 (2025未入榜)，曾獲米其林1星及綠星
主廚：Alice Waters / 開業年：1971年

自1971年創立以來，主廚與她的餐廳推動了無數的創新做法，如今已成為美國飲食文化一部分，從1980年代普及山羊奶酪，到在每日更換的菜單中標註供應食材的農場與生產者，在「加州菜」及「從農場到餐桌」等飲食運動中發揮重要影響力，料理風格明確地結合了法式精緻與加州特色。
(摘譯自wiki及50佳餐廳官網)

美國名廚，以提倡簡單烹煮，呈現食物的天然美味，強調讓人們認識新鮮、在地、有機食材的重要性，被公認為美國飲食文化與廚房內最具影響力的人物。

在餐廳經營過程中，她追求使用在地有機且永續的食材，卻意外開啟一場飲食革命，不僅帶動北加州的有機農業，打破大經銷商的運銷結構，也在全美推動自產自銷的農夫市集。此外，她於一九九五年發起「學校菜園計畫」(The Edible Schoolyard)，推動飲食教育，帶領學生了解食物來源，以對料理產生全新的感官體驗，同時更認識環境並思考社群。(摘自其自傳中文版的作者簡介)



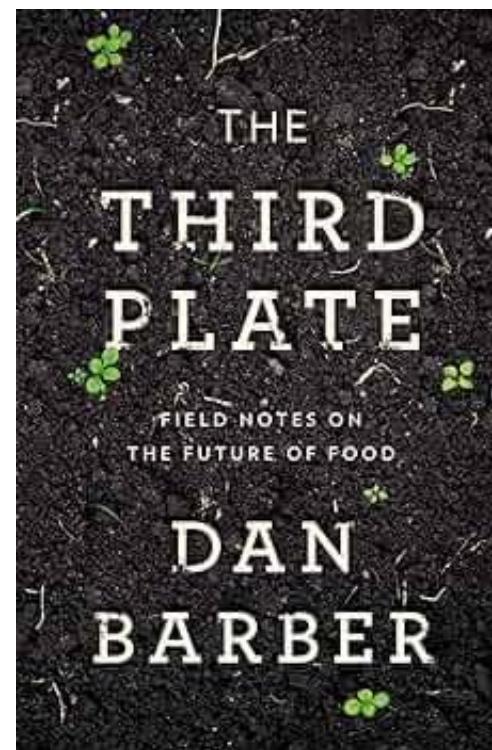
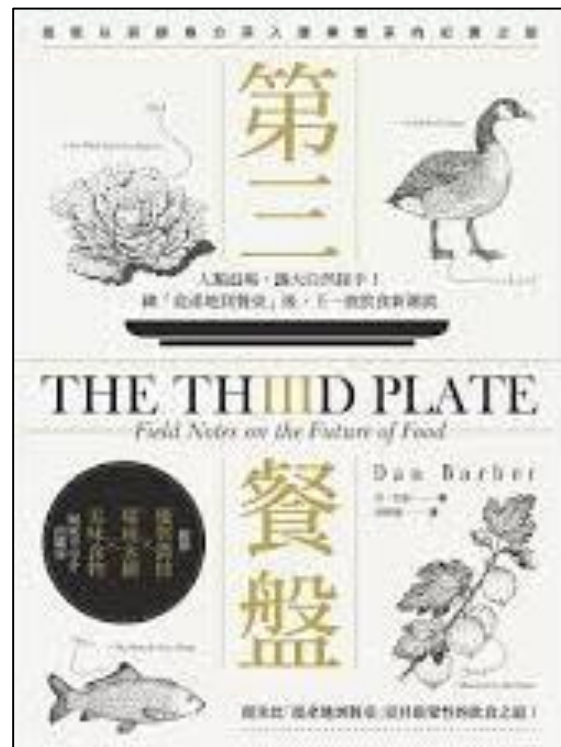


曾入世界50佳餐廳(2024未入榜)，米其林2星及綠星
主廚：Dan Barber / 開業年：2004年

在曼哈頓以北一小時車程的廣闊莊園裡，座落著美國獨一無二的餐廳，在一個裝潢精美的穀倉裡，主廚透過一場長達30道菜的品嚐盛宴，向賓客呈現一幅來自農場的可食風景，每一場用餐體驗，不僅是味覺的盛宴，更是一段深具理念的旅程，緊緊交織著他對改善飲食方式的願景、對土地資源充分運用的實踐精神，以及細膩奢華的細節呈現。

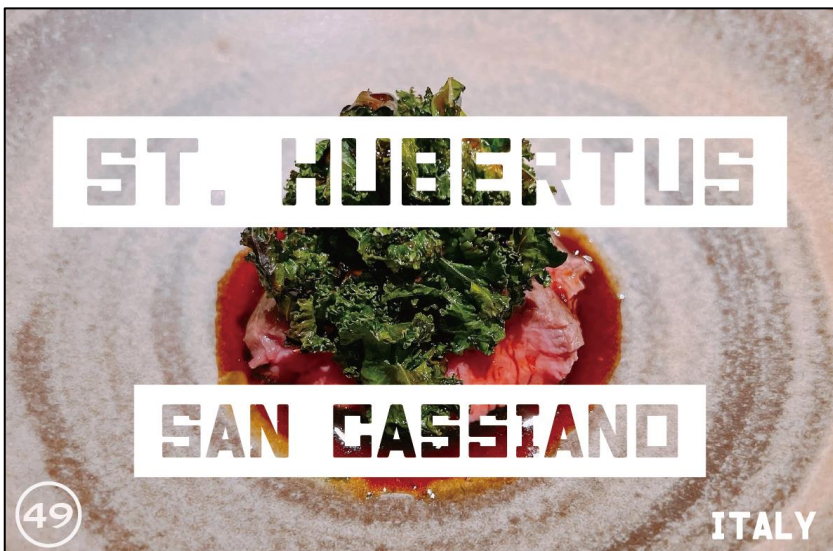
每日從周遭田地現採的農作物、新鮮下蛋的雞蛋、以及來自地窖的醃漬與保存食材，共同串連起四季豐收的輪廓。作為一位不斷試驗與創新的料理人，主廚甚至開發出屬於自己的種子品種——如無辣味的哈瓦那辣椒、極甜小巧的蜂蜜堅果南瓜，乃至以他名字命名的小麥品種，皆成為這間餐廳招牌麵包的原料。

(摘譯自米其林指南及50佳餐廳官網)



美國廚師丹·巴柏 (Dan Barber)，因為吃到遵循美洲原始農耕技法所產出的美味玉米而驚為天人，進而體悟到，真正美味的食物，所涉及的層面遠比食材挑選、烹飪方式更為複雜，我們總以為只要精挑細選最棒的食材，就能創造出對環境和人類最有利的永續飲食，但事實上並非如此，我們不能只想著改變食物系統中的一部分，而是必須積極介入食物生產鏈，重新設計整套系統，才能打造最永續且健康的飲食。於是他提出「第三餐盤」的革新理論，以此做為未來飲食文化的理想典範。(摘自《**第三餐盤**》簡介)

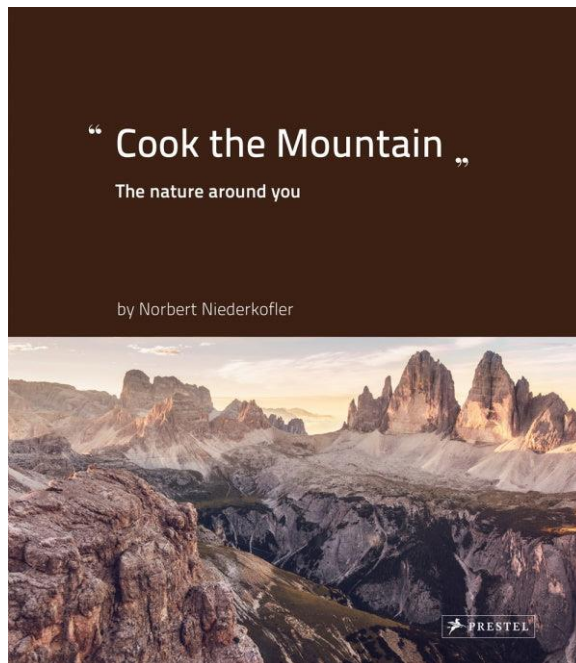




曾入世界50佳餐廳，曾獲米其林3星
主廚：Norbert Niederkofler / 開業年：1996

主廚出身自義大利多羅米提山區，在慕尼黑及紐約等地工作多年後回到家鄉，並接手了Rosa Alpina飯店中的披薩店，1996年在飯店經營者授權下，改造為St. Hubertus餐廳，2023年餐廳因飯店大規模翻修而停止營業後，他所經營的另一間餐廳Atelier Moessmer Norbert Niederkofler，也在2025年世界50佳餐廳獲選第20名。

主廚對大自然及家鄉的熱愛，促使他創立了「Cook the Mountain」計畫，這是一個由當地廚師、農民和葡萄酒生產商組成的食品網絡，他決定只選用多羅米提山區的農產品，烹飪風格直接、清晰，同時又充滿了誘惑。
(改寫自50佳餐廳官網)



素來相信人與自然的關係密不可分的 Norbert，著力把所在地區的農夫及生產商關係拉近，以「依山而煮」(Cook the Mountain) 為烹飪哲學。「靠山吃山，要吃就要吃當地的原材料，是我的原則。我的餐廳，一年用上 25 種不同的蘿蔔，又愛用大量草本植物，例如莧菜葉 (Amaranth leaves)、酢漿草 (Sorrel)、野生洋葱及西芹。用天然食材，是我出色烹飪的秘密。」Norbert說。

摘自 米其林網站

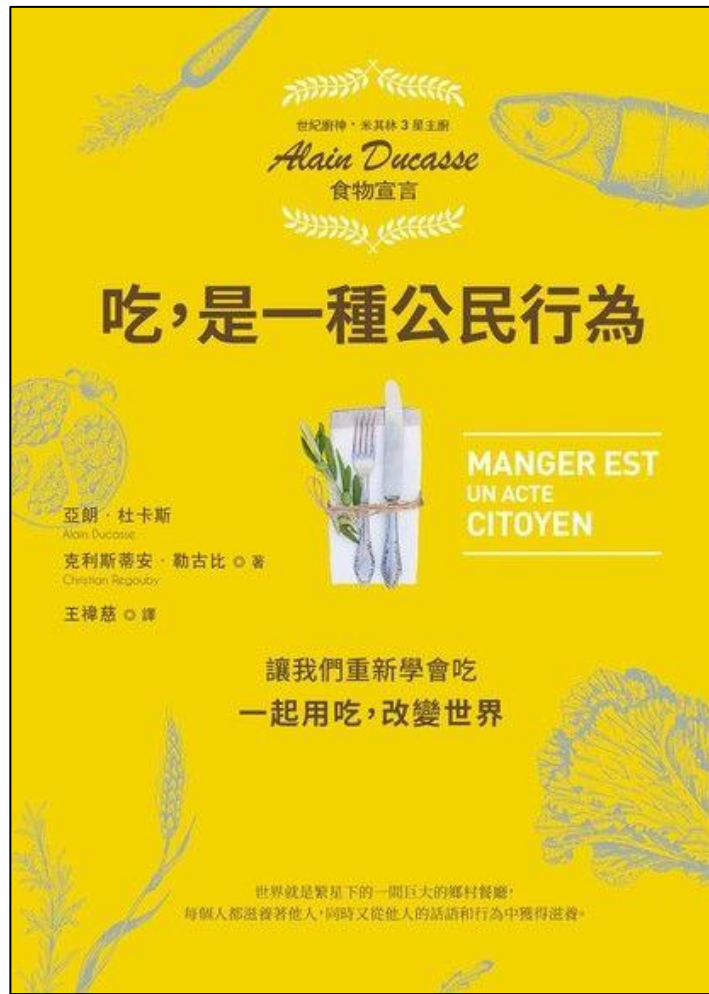
《摘星那一天：St. Hubertus 的 Norbert Niederkofler》





曾入世界50佳餐廳，曾獲米其林3星
主廚：Alain Ducasse / 開業年：2000 (已結束營業)

法國主廚Alain Ducasse經手或創立過許多知名餐廳，例如曾經入選世界50佳餐廳的摩納哥Le Louis XV餐廳、模里西斯Spoon des Iles餐廳等，2012年時他擁有21顆米其林星星，是當時星星總數第2多的廚師。2000年，法國巴黎雅典娜廣場飯店與主廚合作開設Alain Ducasse au Plaza Athénée餐廳，開業後僅5個月就獲得米其林3星，直到2021年結束合作並關閉餐廳。



讓我們重新學會吃
一起用吃，改變世界

世界就是繁星下的一間巨大的鄉村餐廳。
每個人都滋養著他人，同時又從他人的話語和行為中獲得滋養。

Le Louis XV ❀❀❀
Alain Ducasse at The Dorchester ❀❀❀
Alain Ducasse at Morpheus ❀❀
Restaurant Le Meurice Alain Ducasse ❀❀
MUNI Alain Ducasse ❀
BEIGE Alain Ducasse ❀
Blue by Alain Ducasse ❀
IDAM by Alain Ducasse ❀
La Bastide de Moustiers ❀❀
ESTERRE by Alain Ducasse ❀
Il Ristorante Alain Ducasse Napoli ❀
Ducasse au Château de Versailles - Le
Grand Contrôle ❀

維基百科所列出，目前他仍持有的米其林星星

在書中，杜卡斯提出真摯的呼籲。他強調無國界之分，每個人都有權利也有義務正確選擇餐盤裡的食物，從產地到餐桌，延續優質的飲食文化；學會尊重土地和自然規律，就能更好地養育自己、人類並保護未來。

他在法國和全世界推動優質餐飲，發起「優質餐廳」及「優質職人生產者」標章，並透過行動提倡減少垃圾、就近取材、天然食材的飲食思維；他倡議「人文主義美食的普世宣言」（Déclaration universelle de la gastronomie humaniste），出發點是動員一個由各地風土和人民組成的真正「國際社會」，透過美食，我們可以在國際間創造出新的連結的力量——從瞭解食材資訊、促進感官覺醒、尊重土地節律、保護生物多樣性、體驗飲食社交愉悅等五個人文面向，一起用吃改變世界。
(摘自《吃，是一種公民行為內容》簡介)

