

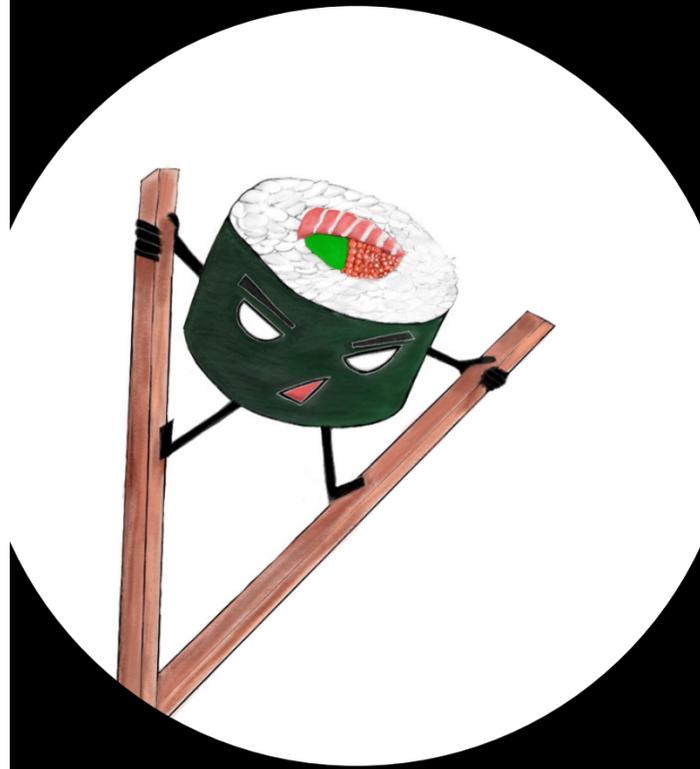
LES METS JAPONAIS!



AUTEUR ET ILLUSTRATEUR
JOHN DIAS



© DIASLEARNING 2021
ALL RIGHTS RESERVED



La nourriture Japonaise

INTRODUCTION

Le Japon est un très beau pays où vivent environ 126 millions de gens. Parmi ses nombreux succès, le Japon est renommé pour son architecture impressionnante, ses divertissements amusants et ses plats savoureux. Cette oeuvre traite de la cuisine japonaise et elle présente une dizaine de mets populaires dégustés partout dans le monde.

Bon appétit!





LE SUSHI お寿司



Le sushi est probablement le plus populaire des mets japonais. Il comprend un riz spécial vinaigré et d'habitude un fruit de mer comme le saumon cru ou un légume. On trempe souvent le sushi dans la sauce soja et on le mange avec un peu de wasabi et de gingembre mariné.

Il existe deux styles principaux de sushi: **le nigiri** et **le maki**. Le style le plus ancien est le nigiri. Il comprend souvent une tranche de poisson cru posé sur un rectangle de riz à sushi. On se sert généralement du saumon ou du thon, mais d'autres fruits de mer sont très populaires comme la crevette, la pieuvre, le calamari, l'anguille, le simili-crabe et le *tobiko* (les oeufs de poisson). Le sushi nigiri peut aussi comprendre le *tamagoyaki*, une omelette grillée japonaise.





LE SUSHI お寿司

Le **maki** est sans doute le style de sushi le mieux connu. Il comprend du riz vinaigré et divers autres ingrédients entourés d'une feuille d'algue. Quelques garnitures populaires sont le thon, le saumon, les crevettes, les concombres, l'avocat, les champignons et le *tobiko*.

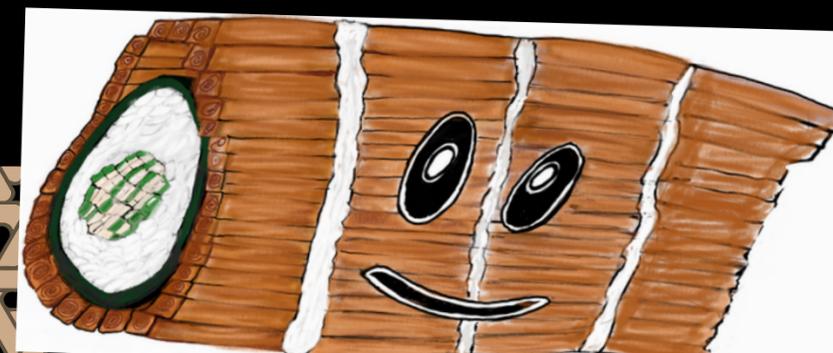
Le rouleau californien est un style de maki particulier. Il porte son nom, car des immigrants japonais l'auraient inventé en Californie. Il se distingue des autres variétés de sushi, car le riz vinaigré se trouve à l'extérieur du rouleau de feuille d'algue.



COMMENT PRÉPARER DES ROULEAUX MAKI



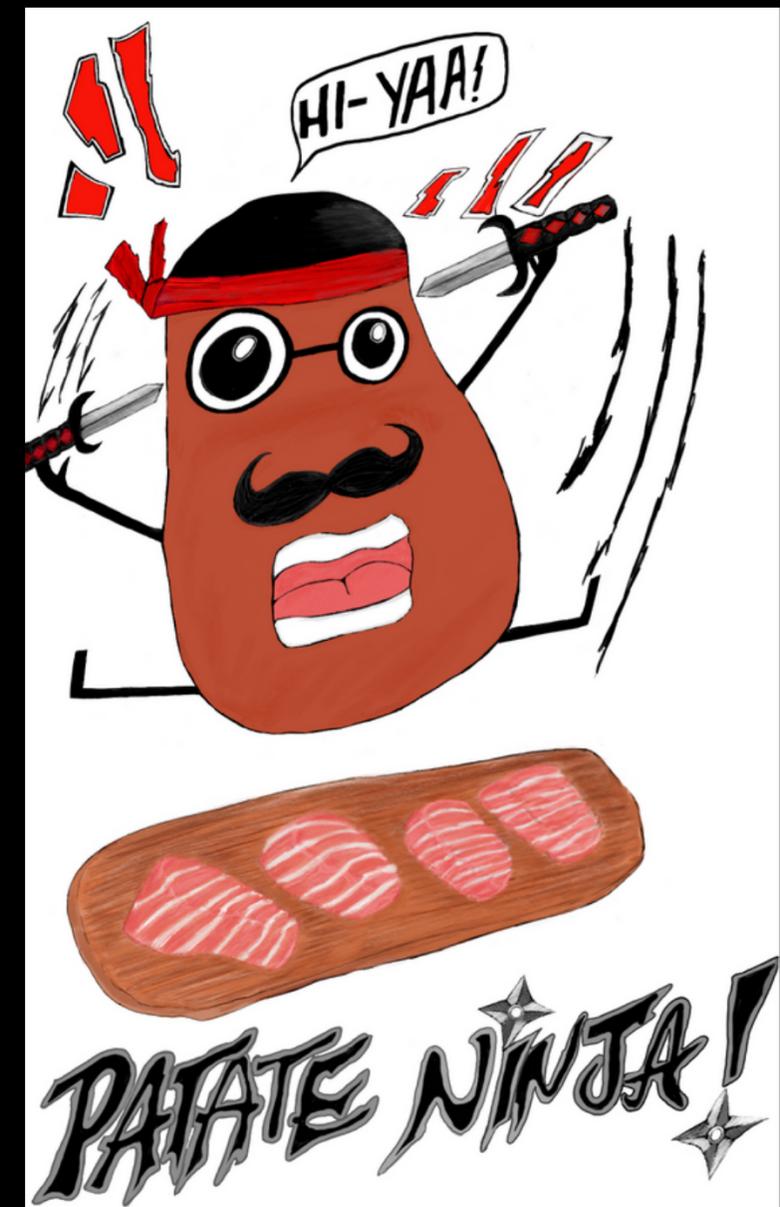
1. En premier, placez un *makisu* sur une table. Un *makisu* est un tout petit tapis japonais faite de lamelles en bambou qui sert à faire du sushi.
2. Déposez ensuite une feuille d'algue sur le *makisu* et recouvrez-le de riz vinaigré.
3. Mettez les autres ingrédients tout au long de la largeur de la feuille d'algue.
4. Enroulez lentement mais fermement le *makisu* vers votre propre corps.
5. Formez un bon rouleau et laissez le pendant quelques minutes.
6. Enfin coupez le rouleau en 6 à 8 tranches de sushi maki!





LE SASHIMI 刺身

Contrairement au sushi, le sashimi ne comprend aucun riz. En fait, le sashimi n'est qu'un poisson cru que l'on coupe en minces tranches. Le saumon sashimi est la variété la plus populaire. C'est une délicatesse japonaise généralement mangée avec la sauce soja.





LES RĀMEN ET LES UDON

Les rāmen et les udon sont deux variétés de nouilles consommées au Japon.



L'UDON

Les rāmen sont d'origine chinoise et sont d'habitude servis chaudes. Les nouilles rāmen sont faites de farine de blé et sont souvent servies dans une soupe chaude à base de poisson ou de viande.



LE RĀMEN

Les udon sont aussi des nouilles de farine de blé blanches. Elles sont plus épaisses que les nouilles rāmen et sont mangées chaudes ou froides.

LES BOÎTES BENTO

Les **boîtes bento** comprennent divers mets séparés par les sections de la boîte. Il y a d'habitude des nouilles ou du riz servi avec de la viande ou du poisson. On y trouve aussi un mélange d'autres mets comme le sushi, de la salade, des boulettes, de **la tempura**, etc...



À noter: **La tempura** est une sorte de beignet frit japonais. Pour le préparer, on trempe les fruits de mer comme les crevettes et les légumes couvertes de pâte dans l'huile bouillante.





LE THÉ VERT

On boit souvent le thé vert avec les repas japonais.

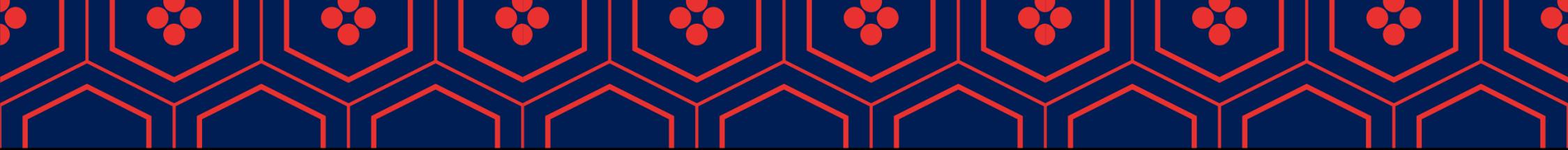
Il existe divers thés verts japonais: trois variétés populaires sont le sencha, le gyokuro et le matcha. Le sencha est la variété de thé vert japonais le plus populaire alors que le gyokuro est une variété de luxe prisée. Le matcha est une forme spéciale de thé vert réduit en poudre qui est mélangée à l'eau bouillante. Le matcha se consomme aussi dans les smoothies et la crème glacée.



茶

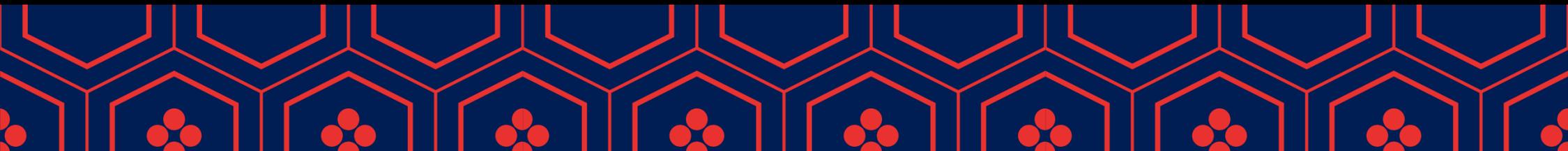
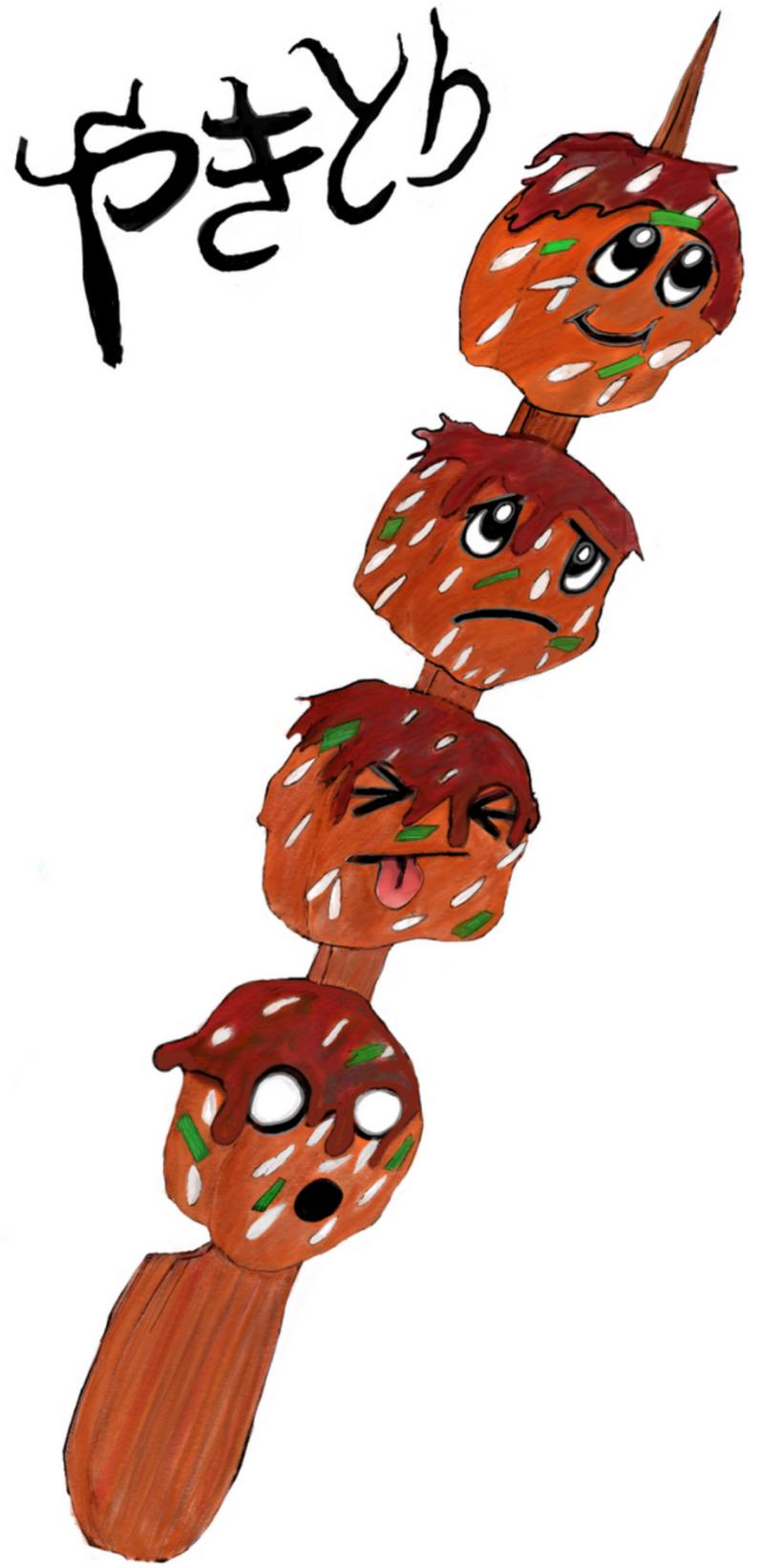


おちゃ
+ hē



LE YAKITORI

Le *yakitori* est une forme de brochette de viande grillée japonaise. On se sert généralement du poulet (après tout, le terme *yakitori* signifie "oiseau grillé"). Cependant, on peut aussi utiliser du boeuf, du porc ou des fruits de mer.



LE THÉ À PERLES



Le thé à perles (aussi appelé le thé à bulles) est une création taïwanaise populaire au Japon. Il se boit soit froid soit chaud et il existe des dizaines de saveurs.

Parfois, on ne mélange que du thé avec du lait, mais plus souvent on y ajoute de la poudre qui simule la saveur d'un fruit particulier. La mangue, le litchi, l'ananas, la fraise, l'avocat et le kiwi sont des saveurs très communs.

Le thé à perles contient presque toujours des boules de tapioca sucrées.





LA CRÈME GLACÉE



On se régale d'une grande variété de sucreries et de galettes au Japon.

Il y a plein de saveurs rares de crème glacée que l'on trouve presque uniquement au Japon dont l'encre de calmar, l'ail et les algues!



Mais si cela n'est pas à tes goûts, tu préférerais peut-être une glacée au thé vert ou aux haricots rouge?

