

Les principaux types de cuisine au Japon



魚

Jolis et raffinés, les sushi se dégustent avec les doigts **Les sushi**

Attrait : La préparation des sushi est un véritable spectacle.

Les sushi sont préparés devant le client. Assis à un comptoir, on peut admirer la technique du sushi-chef: la façon dont il prépare les ingrédients et la dextérité avec laquelle il donne sa forme au sushi en pressant avec sa main sur le riz. C'est cela aussi le plaisir des sushi.

Caractéristiques : Fraîcheur, variété et beauté des ingrédients

Le sushi-chef prépare de superbes sushi en posant sur une poignée de riz vinaigré, "shari", qu'il a pressé dans sa main du poisson ou des fruits de mer, "neta", qu'il a au préalable soigneusement coupés.

La fraîcheur des poissons et fruits de mer ("neta") utilisés est d'une importance primordiale. Le sushi-chef achète donc chaque matin au marché des poissons fraîchement pêchés. Il existe une grande variété de neta. On peut ainsi apprécier des goûts différents selon la saison.

Histoire : Un savoir-faire ancestral

Le sushi a ses origines en Chine, où, autrefois, on conservait le poisson en le salant et en le faisant fermenter dans des boules de riz. Cette méthode de conservation qui permettait l'accès, essentiel, aux protéines, se répandit à travers le Japon. Le sushi est donc le produit d'une idée ingénieuse et de techniques particulières. D'une technique de conservation, il est devenu une spécialité de renommée mondiale. Les petites baraques à sushi que l'on trouvait à Edo (aujourd'hui Tokyo) à l'époque d'Edo étaient les précurseurs d'une tradition qui se perpétue de nos jours. Actuellement au Japon, chaque région possède ses spécialités de sushi qui sont intimement liées aux productions locales.



Découvertes

Le wasabi

Le wasabi est un condiment essentiel de la cuisine japonaise. Cultivé sur des terrains traversés de ruisseaux purs, il possède un arôme original et relevé qui met en valeur la finesse du goût des mets qu'il accompagne. Il est souvent consommé avec du poisson cru (sushi et sashimi) afin de mieux faire ressortir la saveur du poisson tout en ayant un effet stérilisant.

天
婦
羅

Des beignets pour apprécier la saveur de chaque saison **La tempura**

Attrait : Une symphonie de couleurs

C'est un plat extrêmement plaisant visuellement car il se compose d'ingrédients de diverses couleurs: poissons, fruits de mer et légumes de saison. Plus que tout, le plaisir de la tempura, c'est celui de pouvoir goûter aux produits des quatre saisons.

Caractéristiques : Une spécialité extrêmement variée

On trempe légèrement l'ingrédient dans une pâte, puis on le fait frire pour obtenir un beignet. Généralement, celui-ci se mange avec une sauce ou du sel, mais il vient parfois accompagner d'autres plats: riz ou pâtes. Lorsque la pâte du beignet s'imprègne de sauce et s'amollit, celui-ci présente une saveur différente. C'est donc une spécialité très originale qui n'a pas d'équivalent dans les autres pays.

Histoire : La tempura se consommait à l'origine dans des baraques.

A l'époque d'Edo, la tempura était une sorte de snack populaire qui se vendait dans des baraques. Seuls les beignets de poissons et de fruits de mer portaient le nom de tempura. Aujourd'hui, il existe une grande diversité de beignets. La tempura se consomme non seulement chez soi, mais aussi dans des restaurants de luxe où les beignets sont frits devant le client et servis aussitôt.



Découvertes

Le dashi

Le dashi est un bouillon offrant une saveur concentrée, "umami", obtenue en faisant bouillir certains ingrédients. C'est un élément indispensable à la cuisine japonaise. Le composant de base du dashi, c'est une algue nommée konbu. Le konbu est riche en fer, calcium et autres minéraux. Ne contenant aucune calorie et des fibres végétales en abondance, il suscite beaucoup d'intérêt pour ses vertus diététiques. Autres ingrédients utilisés pour le dashi: le katsuo-bushi (bonite séchée) et niboshi (petites sardines séchées). On choisira l'un ou l'autre suivant son goût ou le type de cuisine.