

• Portugal

On peut l'affirmer dès maintenant : Arthur a réussi son petit courrier, il nous met l'eau à la bouche ! Pour tous ceux qui ne la connaissent pas, après cette si appétissante présentation, ils comprendront pourquoi la gastronomie portugaise s'impose parmi les plus grandes ...

9 Merveilles de la Gastronomie Portugaise Arthur O.

Bonjour chères lectrices, chers lecteurs,

Je m'appelle Arthur et je suis né d'un père portugais et d'une mère japonaise. Ainsi, j'ai la chance de pouvoir me rendre souvent au Portugal pendant les vacances.

Dans ce petit courrier dédié à cet étonnant pays qu'est le Portugal, j'ai souhaité partager avec vous 9 merveilles de sa gastronomie...

Pas de panique, le Japon aura droit aussi à son petit courrier. Encore un peu de patience...

Pourquoi avoir choisi comme sujet la gastronomie ?

Ce que j'apprécie particulièrement au Portugal, c'est sa gastronomie. J'aime essayer différents restaurants et comparer des plats similaires, découvrir de nouvelles recettes, de nouvelles saveurs...

Je vous l'annonce : la nourriture au Portugal est **succulente** et **bien servie**, en voici la preuve :

N.D.A. : Je suis l'auteur de toutes les photos que vous voyez là.



À présent, je vous propose de découvrir ces 9 merveilles de la cuisine portugaise, puisque c'est ce pour quoi vous êtes là. Que 9 en effet, mais au moins vous aurez l'essentiel.

Bien que je me considère excellent photographe, j'ai préféré vous illustrer les mets avec des photos trouvées sur Internet, pour une meilleure qualité de l'image.

Entrée n°1 : **Pastéis de Bacalhau**

Pour commencer, je vous présente les *pastéis de bacalhau* (ou *pataniscas de bacalhau*), plat emblématique de la gastronomie portugaise, qui sont des petits **beignets de morue**.



Ils sont principalement servis en apéritif ou en entrée, mais constituent aussi un **délicieux pique-nique**.

Vous pouvez en acheter dans des supermarchés portugais s'il y en a pas loin de chez vous ou bien en déguster dans un restaurant portugais, mais je préfère vous avertir dès maintenant que vous risquez de les trouver (très) salés. Croyez-moi, ayant moi-même essayé, je sais de quoi je parle. Mais cela n'empêche absolument pas de les apprécier (heureusement).

Entrée n°2 : **Caldo Verde**

Place maintenant à une soupe, et pas n'importe laquelle...

Le *caldo verde* est la soupe emblématique de la cuisine portugaise. C'est une **soupe chaude** qui contient des choux et des petites tranches de chorizo (c'est une saucisse).



Étant amateur de soupes, j'aime déguster un *caldo verde* en entrée, et parfois même pour le petit-déjeuner !

Entrée n°3 : **Canja**

La *Canja de galinha*, ou tout simplement *canja*, est une **soupe à base de pâtes et de poule** (*galinha* signifie « poule » en portugais).

En effet, toutes les parties de la poule qui ne sont pas servies au plat, c'est-à-dire les pattes, le cou, le foie, le gésier et les œufs sont utilisées dans la *canja*.



Le *caldo verde* et la *canja* sont sans aucun doute mes soupes préférées, à égalité. Vous pourrez déguster également d'autres soupes, toutes aussi délicieuses, telles que la soupe de légumes (*sopa de legumes*), de poisson (*sopa de peixe*)...

Plat n°1 : **Bacalhau com Broa**

D'abord je vais traduire le nom du plat : *bacalhau*, comme vu précédemment c'est la morue ; et *com broa* se traduit par « avec du pain de maïs ».

Bref, il s'agit d'une **morue au pain de maïs**.



La morue est un plat essentiel au Portugal, il en existe toutes sortes de préparations très variées. Vous pourrez par exemple trouver le *Bacalhau à Bras*, *no forno*, à *Gomes de Sá*, à *Zé do Pipo*, ou encore *com natas*. Le *bacalhau com broa* est ma recette de morue préférée, en raison du pain de maïs.

Il existe même des [chansons portugaises sur le bacalhau](#) !



Bacalhau à Bras



Bacalhau com natas

Plat n°2 : **Cozido à Portuguesa**

La *Cozido à Portuguesa* est un plat traditionnel portugais. Il s'agit d'une **assiette de viandes, saucisses, légumes (dont des choux), accompagnée de riz**, comme vous pouvez le voir sur la photo.



Une assiette bien garnie, n'est-ce pas ?

Plat n°3 : **Leitão**

Le *leitão* est le **cochon de lait portugais**. Servi avec des frites et de la salade, c'est une référence de la gastronomie portugaise.



Dessert n°1 : Pudim Caseiro

Enfin les desserts !

N.D.A. : Je ne suis pas le plus grand amateur de desserts en général mais je sais que certains le sont, c'est pourquoi j'ai consacré les trois dernières places pour des desserts. Vous constaterez qu'ils donnent vraiment envie.

Le *pudim caseiro*, c'est tout simplement du **flan** (*pudim*) maison (*caseiro*).



Dessert n°2 : Pastéis de Nata

Les *pastéis de nata* sont des **petites pâtisseries à la crème, croustillantes**, typique de la cuisine portugaise.



Pour bien commencer la journée, j'ai l'habitude d'en manger quatre (plus ou moins trois selon mon envie du jour...) au petit-déjeuner (lorsque je suis au Portugal, bien sûr). Parfois aussi pour le goûter !

À déguster absolument si vous passez par le Portugal.

Dessert n°3 : Bolo Rei

Le *Bolo Rei* est en quelque sorte l'équivalent de la galette des rois en France. Les Portugais ont l'habitude de consommer cette **brioche de fruits confits** à l'occasion de l'Épiphanie, mais aussi pendant toute la période des fêtes.



Nous voici arrivés au terme de mon petit courrier ! Je vous remercie de l'avoir lu et j'espère que vous l'aurez dévoré avec plaisir.

La première chose que vous allez faire ensuite va sans doute être de vous précipiter chez un traiteur portugais, d'essayer ces plats chez vous, ou qui sait de réserver un billet d'avion pour le Portugal !

Si c'est le cas, alors j'aurai réussi mon article.

Arthur O.
Classe de 2^{de} 4
Lycée Henri-IV, Paris

Crédits photographiques:

- Pastéis de Bacalhau :
https://www.google.com/url?sa=i&url=http%3A%2F%2Frecettecuisineportugaise.fr%2Fpasteis-de-bacalhau-gateaux-de-morue%2F&psig=A0vVaw3jW3y9emjJBqn9SvPOKqAC&ust=1636978073425000&source=images&cd=vfe&ved=0CAqQjRxqFwoTCKDhnNfol_QC_FQAAAAAdAAAAABAD
- Caldo Verde
https://i2.wp.com/cookeoibh.fr/wp-content/uploads/2016/12/15400448_1786729494915027_5526857040883915301_n.jpg?fit=800%2C517&ssl=1
- Canja
<https://www.foodfromportugal.com/content/uploads/2012/11/canja-galinha01.jpg>
- Bacalhau com Broa
https://www.saberviver.pt/wp-content/uploads/2018/04/bacalhaucombroa_destaque.jpg
- Bacalhau à Bras
<https://media-cdn.tripadvisor.com/media/photo-s/16/7a/90/4b/bacalhau-a-bras.jpg>
- Bacalhau com natas
https://thumbs.web.sapo.io/?W=1200&H=627&delay_optim=1&tv=1&crop=center&epic=NiRhcw1K7Q/T89DwtwJ5YVyCpNaa97fE0DloFfAmwZW2wL1C1AtEACHsPMP/ZlrlnXrOv3LHOeoGqK+tDvhclN/65+zwrOK4mdqNroQb+bHmhnw=&.jpg
- Cozido à Portuguesa
<https://www.teleculinaria.pt/wp-content/uploads/2018/03/cozido-a-portuguesa.jpg>
- Leitão
https://img.over-blog-kiwi.com/2/69/50/37/20200505/ob_11e73d_1.jpg
- Pudim Caseiro
https://assets.afcdn.com/recipe/20170214/11179_w1024h1024c1cx1500cy1000.webp
- Pastéis de Nata
<https://www.livingtours.com/public/blog/posts/20200123161347-reQkxvU6.jpg>
- Bolo Rei
<https://bomdia.eu/wp-content/uploads/2018/12/bolo-rei.jpg>