

## • Japon

# Cuisine Japonaise : les Incontournables Arthur O.

Chères lectrices, chers lecteurs,

Vous l'aviez deviné en lisant mon petit courrier sur le Portugal (et si ce n'est pas encore le cas, c'est par ici : [9 Merveilles de la Gastronomie Portugaise](#)), je suis gourmand et toujours à la recherche de nouvelles spécialités à découvrir.

C'est pourquoi il m'est venu l'idée de vous faire goûter à présent les incontournables de la cuisine japonaise !

Vous trouverez dans ce petit courrier une modeste sélection de mes plats japonais préférés, qui je l'espère vous plairont également une fois que vous les aurez dégustés.

*Rappel : cette sélection est **personnelle** et **non exhaustive**.*

### POULET FRIT

- TORI NO KARAAGE 鶏の唐揚げ -



Servis généralement en entrée, le poulet frit japonais, croustillant, peut aussi servir de garniture pour le riz.

Sur la photo ci-contre, ils sont accompagnés de choux blanc émincés.



*Tori 鶏* signifie poulet.

*Karaage 唐揚げ* désigne une technique de friture japonaise qui peut être également utilisée avec de la viande ou du poisson.

**PORC PANÉ**  
- TONKATSU とんかつ -



Voilà encore une recette bien croustillante !

Le *tonkatsu* est le porc pané à la japonaise. Il se déguste avec une salade de chou, qui apporte de la fraîcheur, ainsi qu'avec de la sauce.



*Vitrine d'un restaurant de tonkatsu avec ses reproductions en plastique des plats proposés*

## NOUILLES - SOBA そば -

Les nouilles *soba* sont des nouilles de sarrasin (*soba* そば signifie sarrasin). Elles font partie des nouilles les plus consommées au Japon avec les *ramen* ラーメン et les *udon* うどん.

Sur les photos, ce sont des *zaru soba* ざるそば. Ce sont des nouilles froides, que l'on mange en trempant dans une sauce appelée *tsuyu* つゆ. À consommer en été donc !



Si, comme moi, vous êtes un gourmand, n'hésitez pas à demander une portion *ômorì* 大盛り (en grande quantité) !



**RIZ SAUTÉ**  
- CHAHAN チャーハン -



Le *chahan* est un plat populaire au Japon, d'inspiration chinoise, très appétissant, qui mélange du riz avec des restes de légumes et de viande, et parfois des crevettes.



**CURRY**  
- KARE RICE カレーライス -

Contrairement au curry indien bien épicé, le curry japonais est plutôt sucré, et n'est que très légèrement piquant.

Le plat est constitué de morceaux de bœuf mélangés avec des carottes, des pommes de terre et des oignons ainsi que de la sauce.



Il existe aussi le *katsu curry* カツカレー (photo ci-contre): comme l'indique son nom, c'est tout simplement du curry avec du porc pané.

**BARBECUE DE BŒUF**  
- YAKINIKU 焼き肉 -

Sans aucun doute mon plat préféré de cette sélection...

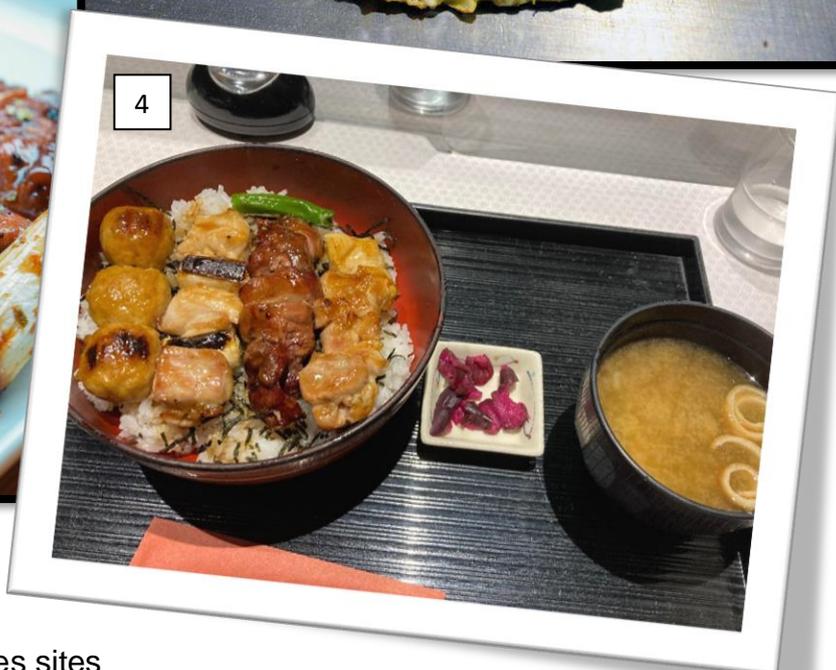
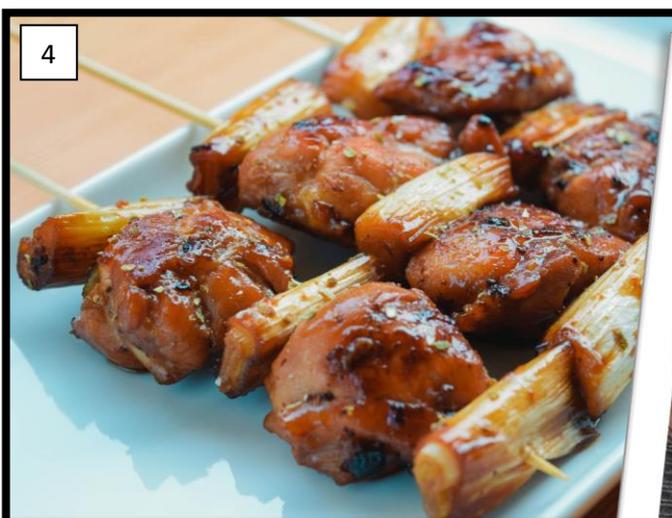
Les tranches de viande sont grillées sur le moment – et dans certains restaurants, vous pouvez le faire vous-même (photos ci-dessous) !



## MAIS ENCORE...

La cuisine japonaise ne se limite pas qu'à ses quelques plats, pour notre plus grand plaisir. Elle compte encore une multitude d'autres incontournables, parmi lesquels...

- le **tempura** 天ぷら (1) : originaire du Portugal, beignet à base de crevette, poisson, viande ou légumes ;
- l'**okonomiyaki** お好み焼き (2) : crêpe salée à base de chou ;
- les **sashimis** 刺身 (3) : mets composé de tranches de poisson frais, à manger cru ;
- les **yakitori** 焼き鳥 (4) : signifie littéralement oiseau **tori** 鳥 grillé **yaki** 焼き, délicieuses brochettes de petits morceaux de poulets cuits et grillés au barbecue.



Pour les plus curieux, je vous conseille les sites <https://www.cuisine-japon.fr/japon/> tenu par deux passionnés du Japon et de sa gastronomie, et <https://www.commeaujapon.fr/> où vous trouverez les recettes de vos plats favoris, et plus encore ; vous allez vous régaler !

La dégustation touche à sa fin... et je vous remercie de l'avoir suivie jusqu'au bout.  
Vous a-t-elle ouvert l'appétit ?  
Vous a-t-elle convaincu de vous rendre un jour au Japon ?  
Ou vous-a-t-elle simplement procuré du plaisir à sa lecture, offert un instant de rêverie ?

Si vous pouvez répondre par l'affirmative à l'une de ces trois questions, alors c'est que j'ai bien rempli mon rôle et réussi mon petit courrier.

**Arthur O.**  
**Classe de 1<sup>ère</sup>4**  
**Lycée Henri-IV, Paris**

---

### **CRÉDITS PHOTOGRAPHIQUES**

Katsu Curry <https://www.recette247.com/wp-content/uploads/2018/06/Katsu-curry-japonais-au-poulet-au-thermomix.jpg>

Tempura [https://rimage.gnst.jp/livejapan.com/public/article/detail/a/00/00/a0000341/img/basic/a000341\\_main.jpg?20200706163250](https://rimage.gnst.jp/livejapan.com/public/article/detail/a/00/00/a0000341/img/basic/a000341_main.jpg?20200706163250)

Okonomiyaki <https://i.pinimg.com/736x/43/f6/d8/43f6d85b3b9c2b1169c9be527f67d584.jpg>

S [https://res.cloudinary.com/serdy-m-dia-inc/image/upload/f\\_auto/fl\\_lossy/q\\_auto:eco/x\\_0,y\\_754,w\\_7360,h\\_4140,c\\_crop/w\\_1200,h\\_630,c\\_fill/v1570111336/foodlavie/prod/recettes/salade-de-sashimis-9e4c31fd](https://res.cloudinary.com/serdy-m-dia-inc/image/upload/f_auto/fl_lossy/q_auto:eco/x_0,y_754,w_7360,h_4140,c_crop/w_1200,h_630,c_fill/v1570111336/foodlavie/prod/recettes/salade-de-sashimis-9e4c31fd)

Y <https://patatipatate.com/wp-content/uploads/2021/02/Poulet-yakitori.jpg>