

culture-gastronomie

ASIA

No 15
01/2016



RIZ du VIETNAM

1. Le Riz dans la cuisine Vietnamienne

2-3/. Le repas d'une
famille paysanne

4/. Hu Tieu : le petit-déjeuner Saïgonnais

5/. Banh tom : le gouter Hanoïens

8-9/. Les spécialités du Centre

Editer: Thu Giang Ngo

--G--

Crédit photo: Thu Giang
Ngo et foodviet.vn

Editions: Licence Pro AIC
Multimédia
26 cours Gambetta Elbeuf



Le riz, référence culturelle essentielle du Vietnam, constitue l'aliment de base des ses habitants du Nord au Sud. Le riz est présent à la table du matin au soir, de janvier à décembre, à la campagne comme en ville. Le repas d'une famille paysanne se composent généralement de trois plats : le riz, les légumes et un peu de viande ou de poisson. Le bon riz est un cadeau précieux que les gens de la campagne offrent à leurs parents et amis citadins lorsqu'ils leur rendent visite et aux grands moments de l'année. On dirait qu'au Vietnam, une longue journée est comme une journée sans riz.

La poudre de riz sert d'ingrédient d'un très grand nombre de plats (nem, raviolis, crêpe, soupe tonkinoise, vermicelle, galette de riz, gâteau de riz etc...). Le riz peut être complet, rond, long, concassé, parfumé, gluant etc. Il peut provenir du delta ou des montagnes, des récoltes d'été ou des récoltes d'hiver. Il peut être ancien (récolté l'année précédente) ou nouveau.

Le riz dans la cuisine vietnamienne

Pour dire, de manière imagée, que quelqu'un est mourant ou très malade, le vietnamien utilise souvent l'expression : «il ne veut plus du riz, il veut goûter la terre». Pour parler d'un mari infidèle rêvant à une autre femme que sa compagne, on dit : «il en a assez du riz, il veut goûter la soupe chinoise». Un homme heureux est comparé à «un rat dans un pot de riz».



Riz à la vapeur

1>Asia - culturel et gastronomie



Nouilles de Riz



'Banh beo'

Tarte de Riz cuite à la vapeur

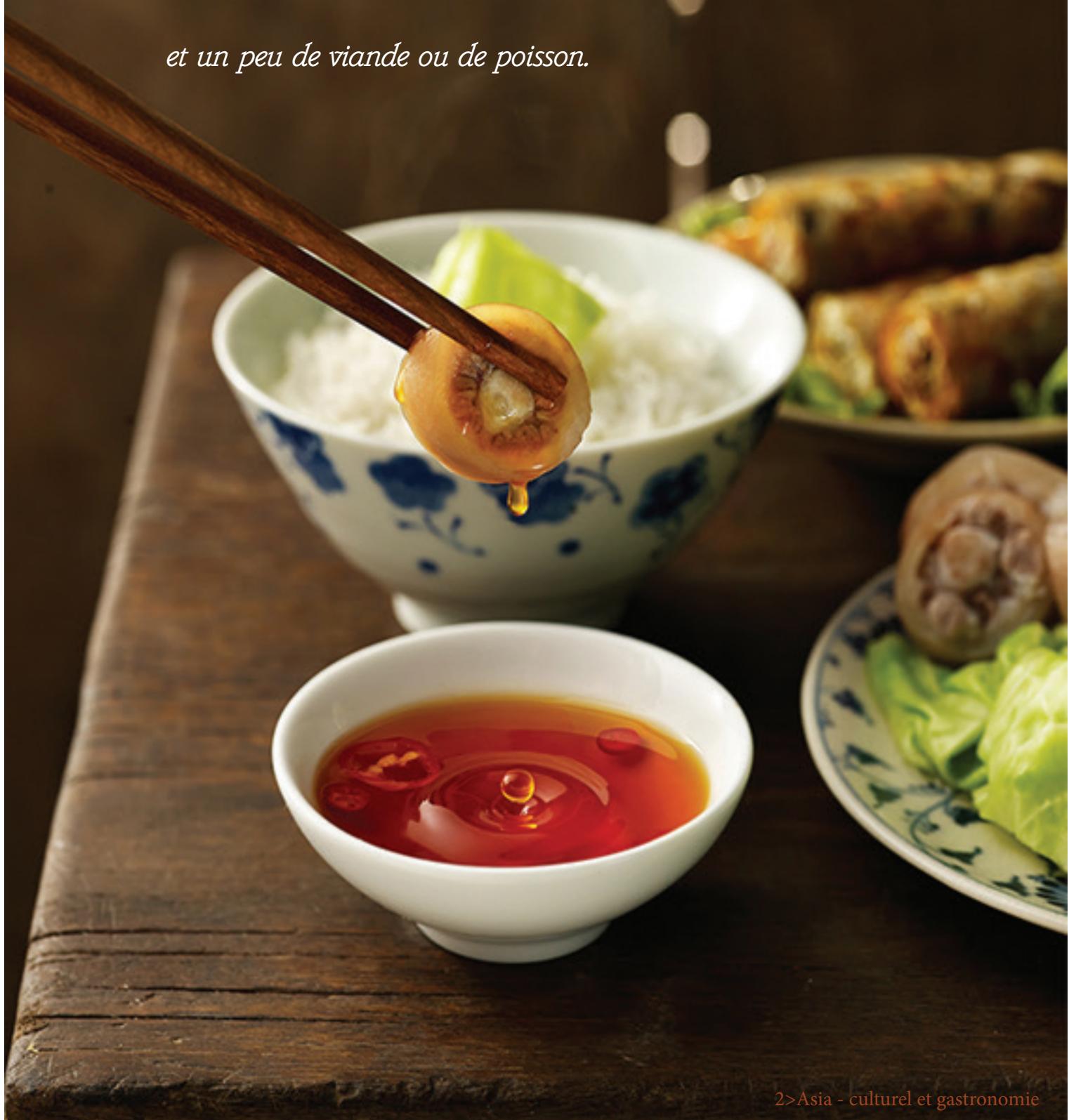
Le repas d'une famille paysanne

...se composent généralement de trois plats :

le riz

les végétaux

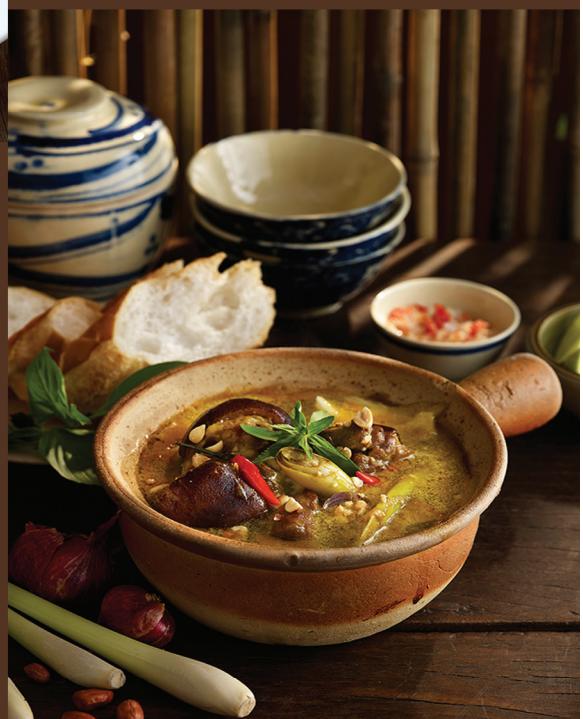
et un peu de viande ou de poisson.



Rhizome de lotus sauté
avec des légumes



Curry d'Aubergine



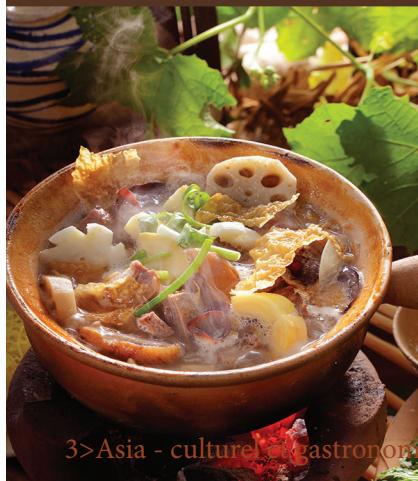
Le 'Mam Tom Chua'
Crevettes Fermentés



Pot au feu de poisson



Calamars frits



Pot au feu des légumes



‘Hu Tieu’

Nouilles du Riz

Hu tieu : spécialité de la ville de My tho (Sud), cette soupe tire son nom des nouilles de riz très fines, presque des vermicelles. Origininaire du delta du mèkong, c'est la soupe la plus populaire du petit déjeuner saïgonnais.



‘Banh Canh Vit’

Soupe de nouille de riz au canard





Banh Tom - galettes de crevettes frites

Originaire de Hanoi (Nord), le *bánh tôm chiên*, est une galette frite à base de crevettes avec ou sans patate douce. Les amateurs de ce plat appréciant la bonne texture farineuse (« *bùi bùi* ») de la patate douce disent qu'il serait dommage de s'en priver. Plat populaire, le *bánh tôm chiên*, au même titre que le '*bún cha*' est un mets qu'affectionnent tout particulièrement les Hanoïens.



Vietnam
CULTURAL HERITAGE ASSOCIATION OF VIETNAM



Heritage



À Dà Nang (Centre), les autochtones n'oublient jamais de présenter, entre autres, le Banh trang cuôn thit heo viande de porc enroulée dans une galette de riz) aux étrangers souhaitant découvrir les spécialités locales. Il s'agit d'un met populaire, facile à préparer et au goût raffiné. Les ingrédients sont simples : galettes de riz, viande de porc cuite à la vapeur, salades, herbes odoriférantes, bananes vertes, caramboles.

Le 'Banh trang cuon thit heo' - rouleau de printemps

le fameux « suong sa hôt luu » ou dessert aux trois couleurs que l'on trouve dans les restaurants, est généralement fait avec la gelée d'agar-agar



Dessert aux trois couleurs



Suong Sa

Hot Luu

Banh Lot

Le 'Banh Da Me Nuong'

Galette de riz avec sésame



Vietnam Heritage
CULTURAL HERITAGE ASSOCIATION OF VIETNAM

Vietnam Airlines



KAYAK®

HOTEL
METROPOLE
HANOI
Depuis 1901