

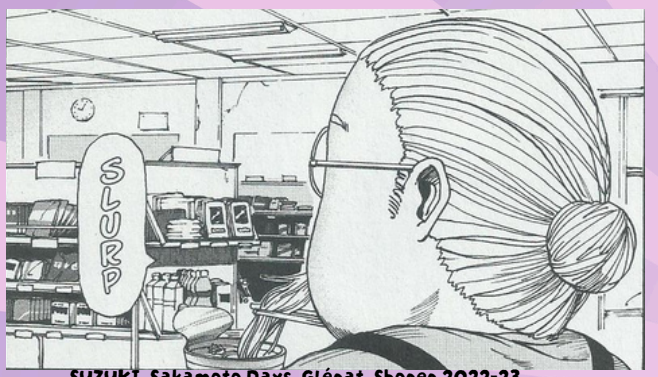
A la table japonaise

Rituels du repas

1 Avant de commencer un repas, les japonais prononcent la formule "Itadakimasu" pour remercier toutes les personnes qui ont participé, de près et de loin, à la préparation du repas (cuisinier, agriculteur, nature...). Cette formule s'accompagne d'un geste de prière, les deux mains jointes.



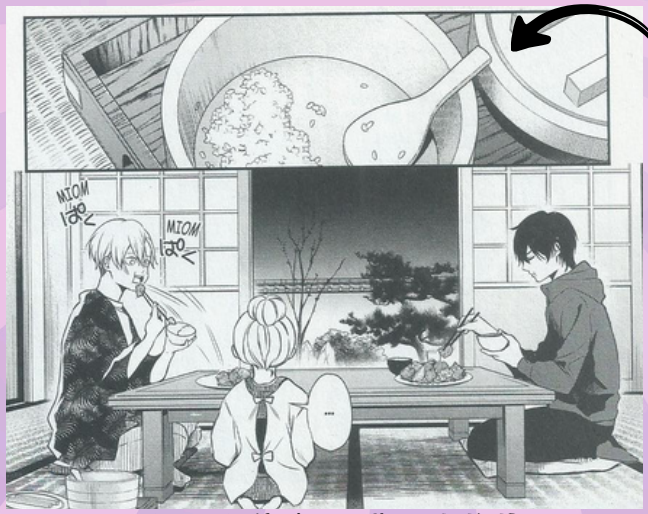
IWASHITA. Une si belle couleur. Pika. Shojo 2022-23



SUZUKI. Sakamoto Days. Glénat. Shonen 2022-23

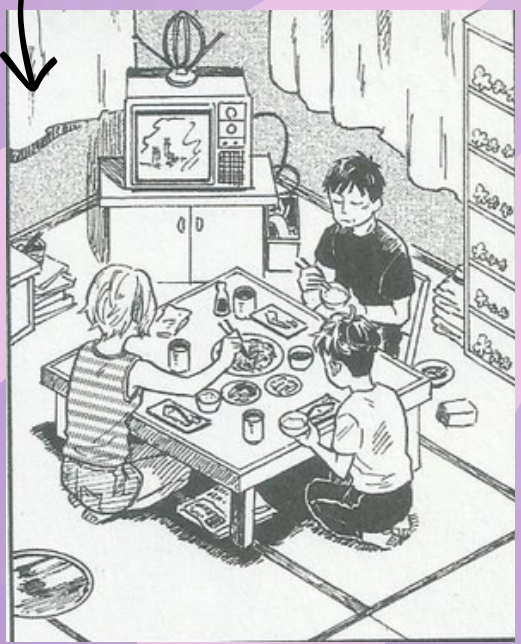
2 Quand les japonais mangent des nouilles (ramen, soba ou udon) ou une soupe, ils font beaucoup de bruit en les aspirant. Cela permet de faire ressortir les saveurs et cela montre au cuisinier que son plat est délicieux.

3 Le repas traditionnel : Les japonais sont assis sur des coussins ou des chaises de sol, autour d'une table basse. Ils utilisent des bols et mangent avec des baguettes en bois.



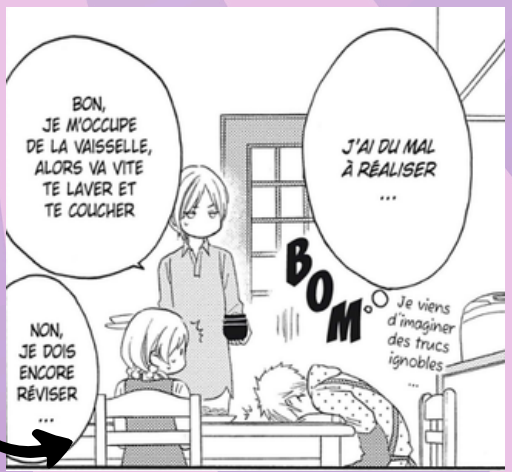
AGI AMAGI. Gifted. Vega. Shonen 2024-25

Le "hangiri" est un récipient en bois traditionnel dans lequel les japonais placent le riz après cuisson. Cela permet de l'aérer avec le "shakushi", une cuillère en bois, et de ne pas l'écraser.



KUROKAWA. Au rythme de mon ruban. Akata. Kodomo 2025-26

4 Le repas moderne : Les japonais mangent aussi assis sur des chaises et utilisent des cuiseurs à riz électriques.



MORINO. Good Morning Little Briar-Rose. Akata. shojo 2018-19

A la table japonaise

Quelques plats typiques

1 Les ramen sont des nouilles de blé servies avec un bouillon, différents légumes et viandes.
Les ramen sont originaires de Chine et sont arrivées au Japon vers 1900. Elles sont devenues populaires après la 2ème Guerre Mondiale car il y avait pénurie de riz.

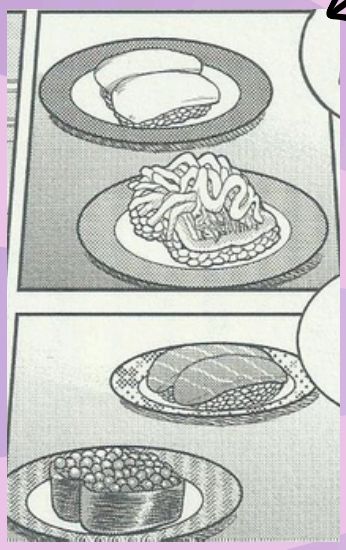


ZD. Space Punch. Ankama. Shonen 2021-22



YASUKO. Tout à fait mon genre. Akata. Shojo 2025-26

2 Il existe de nombreuses sortes de sushi : les nigiri (boule de riz vinaigré pressée sous une tranche de poisson cru) , les maki (rouleau de riz et feuille d'algue nori), les chirashi (couche de riz vinaigré avec poisson et légumes dessus, présentés dans des bols).



MACHIDA. Brigade d'outre-tombe. H2T. Kodomo 2021-22



OZAKI. Our summer holiday. Pika. Shonen 2017-18

Ce plat est originaire de Chine. Au départ, c'était une technique pour conserver le poisson pendant plusieurs mois, entre plusieurs couches de riz vinaigré.

Restaurant de sushi où les plats défilent sur un tapis roulant.



MACHIDA. Brigade d'outre-tombe. H2T. Kodomo 2021-22

3 Le bœuf Wagyu signifie que ce bœuf est issu d'une race japonaise. Le plus connu est le bœuf de Kobe. Il est nourri avec du riz et du maïs de première qualité. Pour que la viande soit tendre, le bœuf ne doit subir aucun stress. Certains éleveurs leur diffusent de la musique douce, d'autres les massent tous les jours. Cette viande est rare donc très chère, mais excellente.



SUZUKI. Une touche de bleu. Glénat. Shojo 2021-22



A la table japonaise

Les en-cas salés

1 Le bento est un repas portable que l'on mange hors de chez soi. Les aliments variés sont placés dans une boîte compartimentée, ce qui permet d'avoir un repas équilibré. Il est utilisé par les élèves, les travailleurs mais aussi lors des festivals.



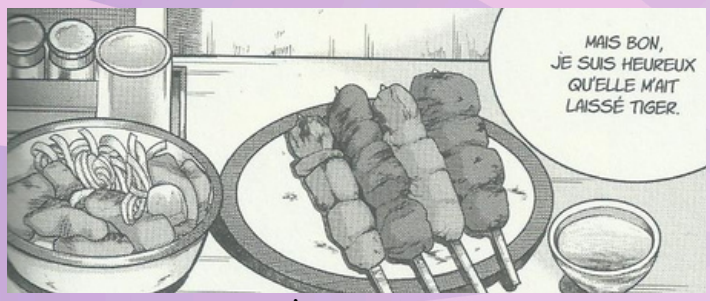
AMMITSU. Jardin secret. Kana. shojo 2019-20

Le kyaraben est un bento qui représente des personnages, des plantes, des objets...



OZAKI. Our summer holiday.Pika. Shonen 2017-18

2 Les brochettes Yakitori sont des brochettes de viande de poulet. Yakitori veut dire "oiseau grillé" en japonais. Mais, on en trouve aussi au porc et au bœuf.
A partir de 1960, ces brochettes sont surtout mangées, en en-cas, par les employés de bureau qui les achètent à des stands installés proches des gares. On en trouve aussi dans les fêtes foraines et lors des festivals (Matsuri).



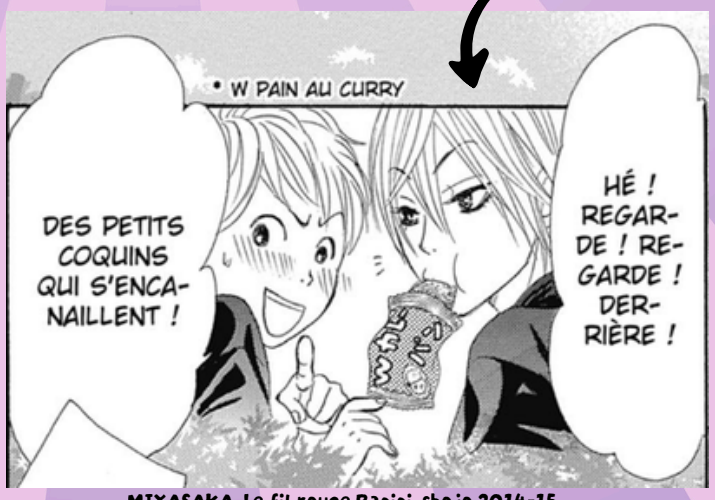
MACHIDA. Brigade d'outre-tombe. H2T. Kodomo 2021-22

3 Les onigiri sont des boulettes de riz farcies, la plupart du temps, de forme triangulaire. C'est en quelque sorte le sandwich japonais.



URASAWA. Asadora. Kana. Seinen 2020-21

4 Le pain au curry ("kare-pan") est un petit beignet fourré avec de la sauce curry et parfois un œuf dur. On en trouve, frais du jour, dans les boulangeries ou, sous emballage, dans les konbinis (superettes).



MIYASAKA. Le fil rouge.Panini. shojo 2014-15



A la table japonaise

Les en-cas sucrés

1 Le mochi est une pâtisserie à base de riz gluant et fourrée au anko (pâte de haricots rouges). On en trouve sur les stands, lors des festivals et lors de la cérémonie shinto du jour de l'an.
Le yomochi mochi (mochi à l'armoise) symbolise l'arrivée du printemps.



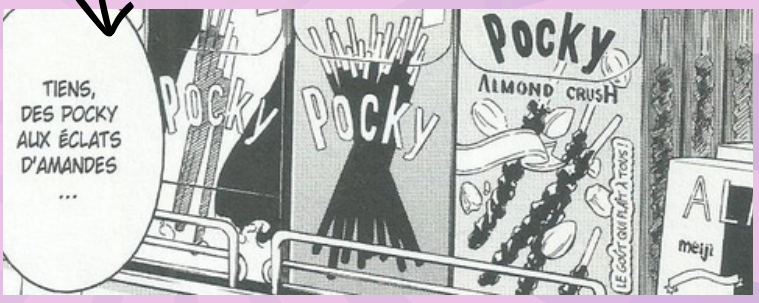
TANAKA. Time shadows. Kana. seinen 2019-20



MACHIDA. Dinosaurs sanctuary. H2T. Kodomo 2024-25

2 Le pain melon est une brioche ronde. Elle est recouverte d'une pâte à biscuits craquelée qui ressemble à un melon (d'où le nom).

3 Les pocky sont des bâtonnets de biscuits recouverts de chocolat. Ils se déclinent à différentes saveurs et ont un joli emballage. Ils sont très populaires au Japon chez les ados car ils se partagent facilement.



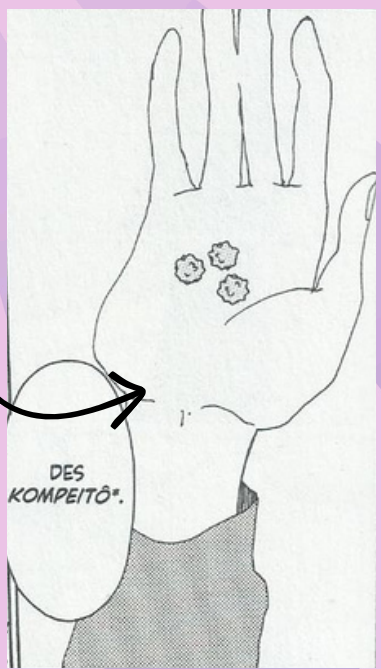
MATSUSE. Rendez-vous au crépuscule. Akata. Shojo 2021-22

4 Le shiruko est une soupe de haricots rouges azuki sucrée, servie généralement avec des mochis. On en trouve aussi en canette chaude, dans les distributeurs automatiques.



AIDA. Le bourge et la cagole. Akata. Seinen 2025-26

5 Les kompeito sont des petits bonbons de toutes les couleurs en forme d'étoile.
D'origine portugaise, ils sont arrivés au Japon au 16ème siècle.
Le cœur de ce bonbon est un minuscule grain à base de riz à mochi écrasé. Il est ensuite enrobé par un sirop à base de sucre coloré.



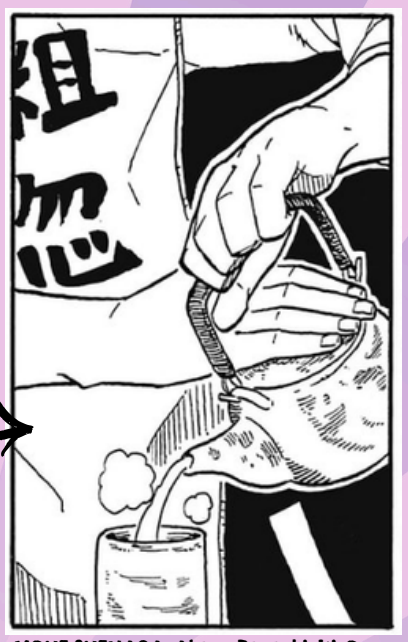
KOMORI. Le secret des écailles bleues. Tonkam. Kodomo 2022-23



A la table japonaise

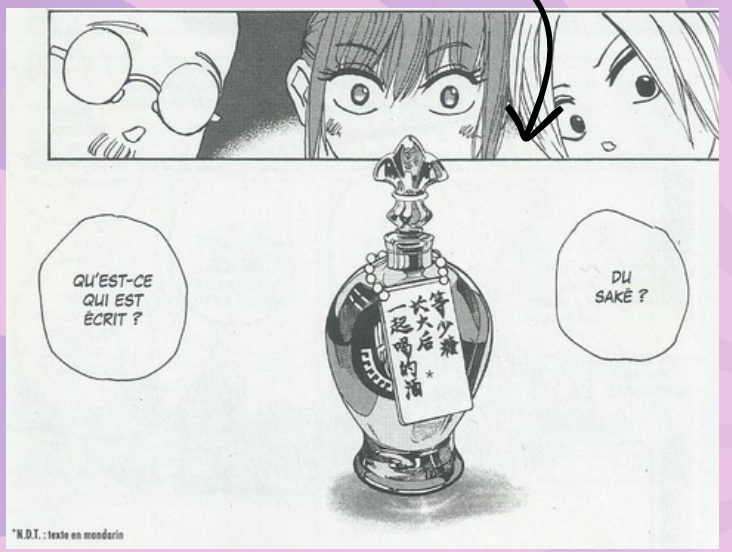
Les boissons

1 Le thé se boit au quotidien et se trouve partout au Japon, dans les distributeurs, dans certains desserts... On le sert, à la place de la carafe d'eau, dans les restaurants. Il en existe une grande variété.



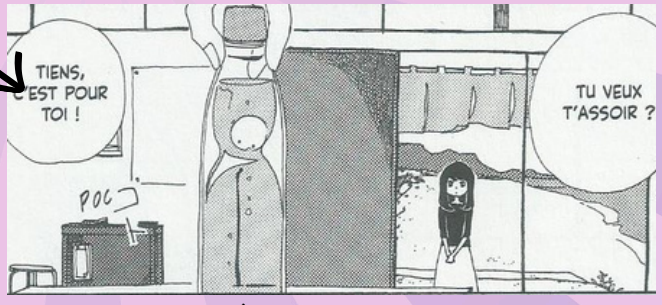
MOUE SUENAGA. Akane Banashi. Ki-Oon. Seinen 2024-25

2 Le saké est une boisson alcoolisée issue de la fermentation du riz.



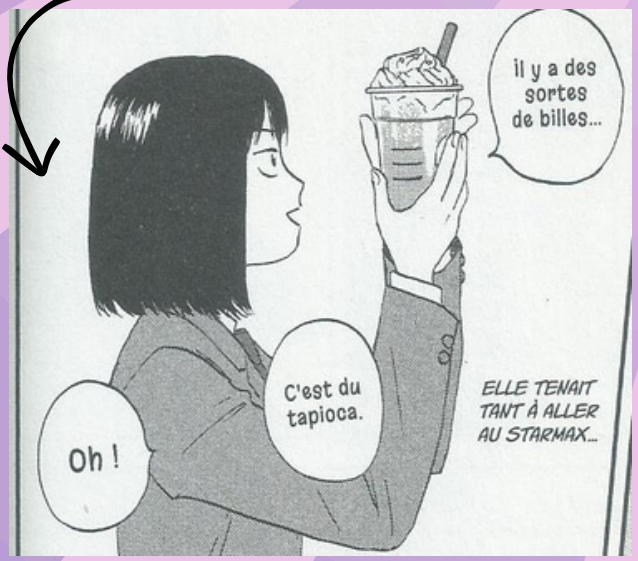
SUZUKI. Sakamoto Days. Glénat. Shonen 2022-23

3 La limonade Ramune, très appréciée par la marine impériale avant la 2ème Guerre Mondiale, se déguste surtout l'été, lors des festivals. Sa particularité : une bille en verre qui scelle la bouteille puis qui reste dedans.



KOMORI. Le secret des écailles bleues. Tonkam. Kodomo 2022-23

4 Le bubble tea est une boisson composée de lait, de thé et de perles de tapioca. Les perles de tapioca sont fabriquées avec de la farine issue de racines de manioc. Très populaire au Japon, cette boisson est originaire de Taïwan.



TAKMATSU. Skip & Loafer. Noeve Grafx. Shojo 2023-24

5 Le calpis est une boisson fermentée, à base d'eau, de lait en poudre et de ferments lactiques. Son goût est proche du yaourt.



TAKANO. Orange. Akata. Seinen 2015-16