

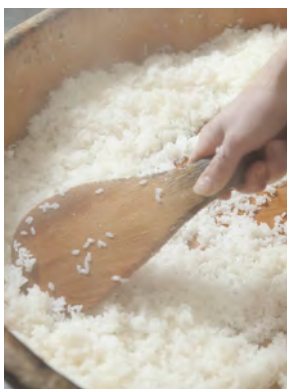
Sushi



Élégant sushi, avec peu de
riz et du thon gras.



Imada dépose des sushis sur le *tsukedai*, la partie du comptoir qui sert d'assiette. Il adapte le service à la vitesse à laquelle les clients mangent.



Le riz vinaigré, clé de voûte de la saveur du sushi. La qualité du *shari* (riz vinaigré) détermine la saveur du sushi. Chez Kyubey, après cuisson dans une marmite d'environ 4,5 litres de contenance, le riz est placé dans un bac en bois et le vinaigre et le sel grossièrement incorporés. Le mélange est ensuite affiné avec la spatule à riz.



Principaux sushis à la mode d'Edo.

Un subtil équilibre entre riz et poisson

IL existe de nombreux types de sushi, mais le plus connu aujourd'hui à l'étranger est le *nigiri-zushi* à la mode d'Edo. À l'origine, le sushi, appelé *nare-zushi*, est un plat fermenté de poisson sur un lit de riz. Le *haya-zushi* («sushi rapide») né au milieu de l'époque d'Edo, au lieu d'être fermenté, est préparé avec du riz vinaigré. Il existe deux grands types de *haya-zushi* : le *hako-zushi* du Kansai, pour lequel les ingrédients sont pressés dans une boîte, et le *nigiri-zushi* d'Edo, où le riz et le poisson sont pressés à la main.

Le *nigiri-zushi* n'est pas un simple morceau de poisson posé sur une boulette de riz. En fonction de la variété de poisson, le chef doit préparer à l'avance les morceaux – *neta* –, par exemple en les faisant macérer avec de l'algue kombu. Quant au riz, appelé *shari*, la façon de le presser est essentielle. Explications de Yôsuke Imada, chef de Ginza Kyubey, un restaurant réputé de sushi : «Le riz doit être suffisamment ferme pour ne pas se déliter quand on le saisit avec les doigts ou avec les baguettes, mais aussi assez

souple pour se déployer en bouche. Il ne doit surtout pas être dur.»

La découpe du poisson est délicate. On ne devient chef qu'au prix de la maîtrise d'un savoir-faire exceptionnel. Imada utilise des couteaux fabriqués sur mesure – poids, longueur et épaisseur de la lame – pour découper des morceaux fins ou épais en fonction des parties et de la fermeté du poisson, afin d'en tirer les saveurs les plus fines. «Dans le sushi, l'équilibre crucial entre *shari* et *neta* relève en grande partie de l'intuition du chef.»

Les poissons de ligne, moins abîmés, se prêtent mieux au sushi que ceux pêchés au chalut. Le pêcheur, le transporteur qui livre le poisson frais, le chef qui en fait du sashimi et du sushi... tous participent à cette culture culinaire, élaborée au fil du temps, qu'est le sushi.

Ginza Kyubey
www.kyubey.jp

Tempura



Mettre en valeur saveurs et couleurs des légumes

LES tempura sont des légumes et morceaux de poisson enrobés de pâte à base de farine, d'eau et d'œuf, passés à la friture. À l'époque d'Edo, les étals en plein air préparaient ainsi les poissons de la baie d'Edo (actuelle baie de Tokyo) ; les tempura sont aujourd'hui, avec les sushis et les *soba*, l'un des mets représentatifs de la cuisine japonaise.

Fumio Kondô du restaurant Tempura Kondô à Ginza est reconnu comme l'un des plus grands chefs de cette spécialité. Du temps où les tempura de poissons et fruits de mer régnaient en maîtres, il s'est concentré sur les végétaux. Ses tempura de légumes issus de l'agriculture biologique, aux saveurs et aux couleurs intenses, sont aujourd'hui très appréciés.

Ce mets, par sa grande simplicité, révèle tout l'art du chef. Pour la friture est utilisée exclusivement l'huile de sésame. Fumio Kondô emploie un mélange de sésame pur et grillé. Ses emblématiques tempura de patate douce, lentement frits – 30 minutes à 170°C –, ou cuits à la vapeur, sont étonnamment croustillants à l'extérieur et fondants à l'intérieur. Les tempura de carottes émincées croquent sous la dent avant de libérer des saveurs sucrées.

« Pour réussir de bons tempura, il faut faire ressortir la saveur des aliments en les gardant bien moelleux. C'est tout l'art du chef », explique Kondô. Les crevettes et le congre aussi doivent être croquants et tendres. Chef expérimenté, Kondô ajuste chaleur et durée de cuisson en fonction des

ingrédients et sait, au crépitement de l'huile, quand ils sont à point. Plus proches d'un mets à la vapeur que frit, d'une grande légèreté, ses tempura offrent leurs saveurs dès la première bouchée.



- 1 : Sous la pâte fine, les crevettes fermement dressées.
- 2 : L'asperge vivement colorée et fondante exhale un doux parfum à la sortie de la friteuse.
- 3 : Sillago frit bien croustillant.
- 4 : Les haricots sont rassemblés en fagot au dernier moment, dans l'huile de friture.
- 5 : Les gros morceaux de patate douce sont agréablement sucrés.



Couper en julienne une carotte détaillée en une fine tranche continue, saupoudrer de farine. Incorporer la pâte en éparpillant les lamelles, frire à 180°C en continuant à les éparpiller avant de les rassembler au dernier moment.



Fumio Kondô
Ancien chef du restaurant de tempura du Hilltop Hotel, chef-propiétaire de Tempura Kondô à Ginza.
Auteur de *Tempura no zenshigoto* (« Tout le travail des tempura »), entre autres.

Tempura Kondô
Sakaguchi Bldg 9F, Ginza 5-5-13,
Chuo-ku, Tokyo
Tél.: 03-5568-0923



Shabu-shabu et sukiyaki



Sashimi, soupe à la laitance

1

Des mets raffinés au bœuf japonais

Shabu-shabu et sukiyaki sont des plats de viande représentatifs de la gastronomie japonaise. Le *shabu-shabu* consiste en de très fines tranches de viande qu'on fait rapidement cuire en les trempant avec ses baguettes dans une marmite de bouillon chaud agrémenté de légumes, de tofu ou encore de *shirataki* (vermicelles de *konnyaku*). La viande, de bœuf ou de porc, se mange assaisonnée de sauce aux agrumes et aromates ou au sésame. Les saveurs de la viande sont au centre de ce plat.

Le sukiyaki, lui, remonte à l'ère Meiji, où la consommation de viande était un signe de modernité; c'est toujours un plat de luxe prisé. Il se déguste soit à la façon du Kansai: la viande est d'abord saisie dans la marmite puis mijotée dans la sauce (*mirin*, sauce de soja, etc.), soit à la façon du Kantô: la viande crue est ajoutée aux ingrédients mijotés dans la sauce.

Chez Echikatsu à Yushima, restaurant de sukiyaki renommé, les serveuses expérimentées préparent le sukiyaki sous les yeux des convives. Après avoir versé la sauce dans la marmite, elles y disposent légumes et tofu, puis y plongent une par une les fines tranches de viande, retournées dès que leur couleur change et servies encore rosées. La viande se déguste trempée dans un bol individuel contenant un œuf battu. Ce plat permet de savourer pleinement la viande persillée et bien tendre.

1: Le *shabu-shabu*, qui élimine la graisse superflue de la viande, est un plat diététique.

2: Chez Echikatsu, les serveuses officient sous les yeux des convives.

3: La découpe des fines tranches de viande pour le sukiyaki demande de l'expérience.

4: La viande de première fraîcheur est meilleure un peu rosée.

Echikatsu
Yushima 2-31-23, Bunkyo-ku, Tokyo
Tél.: 03-3811-5293



2



3



4



Fugu (poisson-globe)

1



2 : Les parties comestibles. En haut, la chair et la peau. En bas, de gauche à droite, bouche, tête,



3 : Le poisson-globe de la mer intérieure de Seto est goûteux.



Kuniyoshi Yamamoto, 3^e génération de propriétaires de cet établissement centenaire, crée aussi de nouveaux plats comme la crêpe à la laitance.

Tsukiji Yamamoto
Tsukiji 2-15-4, Chuo-ku, Tokyo
Tél.: 03-3541-7730

Une licence spéciale nécessaire pour préparer un poisson potentiellement toxique

LE *fugu* est un luxueux poisson à la chair blanche au goût raffiné, dont certains organes contiennent un poison fulgurant, la tétrodotoxine. Les parties comestibles, strictement déterminées, doivent être préparées par un chef possédant une licence d'État. C'est le cas de Kuniyoshi Yamamoto, du restaurant Tsukiji Yamamoto, qui confectionne des plats d'une grande beauté. Le poisson-globe d'élevage est de plus en plus courant, mais à Tsukiji Yamamoto on sert uniquement du *fugu* sauvage de deux ans d'âge, à la chair savoureuse, et pesant 1,5 kg. L'établissement est ouvert en saison, d'octobre à mars.

Le *fugu* de Haedomari, un port spécialisé de Yamaguchi, arrive débarrassé des parties toxiques, mais la préparation du sashimi reste un exploit technique. À Yamaguchi, le *fugu*, dont le nom rappelle le mot bonheur (*fuku*), est un mets de fête. La chair riche en fibres se savoure en tranches d'un blanc transparent, coupées avec un couteau spécial à la lame très fine. La présentation souvent uniforme prend ici du relief : grâce à la chair gélatineuse du poisson-globe sauvage, les tranches sont dressées tels des pétales de fleurs, faciles à saisir une par une avec les baguettes. La peau du poisson est servie en aspic, la laitance en soupe et les ailerons parfument le saké : rien n'est perdu.



1

Cuisine bouddhiste shōjin

La cuisine saine des temples bouddhistes

LA cuisine bouddhiste *shōjin*, mise au point dans les temples zen chinois sous la dynastie Song, a été introduite au Japon par des moines zen il y a environ 700 ans. Dans la salle commune du Daitokuji à Kyoto, les moines déjeunent de riz mêlé d'orge, d'une soupe et d'un plat de légumes mijotés. Les trois repas, petit-déjeuner, déjeuner et dîner, sont d'une grande simplicité, juste de quoi nourrir le corps. Ici, les repas comme leur préparation sont considérés comme faisant partie de la formation spirituelle.

Par ailleurs, la cuisine bouddhiste *honzen* est la cuisine servie de la fin du 16^e siècle au milieu du 19^e siècle aux seigneurs, maîtres de la cérémonie du thé et riches marchands venus méditer

au Daitokuji. À la différence des repas des apprentis moines, composés uniquement de légumes, cette luxueuse version laïque de la cuisine bouddhiste utilise des produits transformés : tofu, peau de tofu, pâte de gluten de blé, soja fermenté... Ces ingrédients apportés par les seigneurs étaient parfois apprêtés par des chefs, chargés des repas de cérémonie.

De nos jours, on peut déguster la cuisine bouddhiste *honzen* chez Daitokuji Ikkyū, un des chefs auxquels le temple faisait appel. Les ingrédients sont plus luxueux que pour les moines, mais l'esprit reste le même : sublimer la nourriture sans rien gâcher. Cette cuisine aurait influencé la cuisine *cha-kaiseki* développée par les maîtres du thé.



2



3

1 : Daitokuji Ikkyū, un établissement fort de plus de cinq siècles d'histoire, sert le *honzen-ryōri* présenté ici, issu de la cuisine bouddhiste.

2 : Le déjeuner des moines (une soupe et un plat) dans la salle commune du Daitokuji (temple Ryōshōji).

3 : Entrée du Ryōshōji, temple annexe du Daitokuji.

Daitokuji Ikkyū
Murasakino Shimo-Monzenchō 20,
Kita-ku, Kyoto
Tél. : 075-493-0019
www.daitokuji-ikkyu.jp



À gauche: Ueno cuisine devant les convives.
À droite: Le restaurant et son large comptoir;
des menus gastronomiques sont également servis.

Naniwa-kappô Kigawa
Dôtonbori 1-7-7, Chuo-ku, Osaka
Tél.: 06-6211-3030

Itamae kappô

La savoureuse conversation du chef

LE terme *kappô*, venu du chinois, signifie couper et faire cuire. Il concerne la préparation des aliments crus comme le sashimi, ainsi que des aliments cuits. À l'origine, dans un établissement *itamae kappô*, les convives sont assis au comptoir et commandent à la carte. Par exemple, si de la daurade fraîche est proposée, après consultation avec le chef, le client décide du plat qui lui convient, daurade en sashimi, mijotée ou grillée.

« Certains plats sont confectionnés à l'avance, mais, dans la mesure du possible, je prépare les mets sur commande », explique Osamu Ueno, propriétaire de 2^e génération de Kigawa, pionnier de la cuisine *itamae kappô*. Les convives au comptoir, tout près du chef (*itamae*), savourent leur repas en le regardant préparer les plats et en conversant avec lui.



1



2

1: Sashimi de daurade, calamar et coque *akagai* joliment disposés.

2: Bol de soupe de navet Tennôji accompagné de daurade grillée

3: Ueno sert du *shiro-amadai* grillé à la poutargue



3