



Vietnam, dans le tourbillon du Nouvel an lunaire



Food & Globe continue son périple sur les routes du Vietnam à la découverte de la culture haute en couleur du pays qui compte le plus de scooters au monde. De Hanoi à Saigon, suivez-nous au rythme effréné de la préparation du Nouvel an lunaire.

Par Food & Globe

Le Vietnam est un pays en plein boom qui offre une gastronomie variée, saine et généreuse, agrémentée d'herbes aromatiques, allant du simple barbecue de rue au célèbre *bo bun* (ici appelé *bun bò*) en passant par le *phò*. L'un de ses secrets est son équilibre de saveurs et de textures. Ici, pas de plats trop épicés, on vous apportera toujours un petit ramequin de fish sauce agrémentée de quelques morceaux de piments qui sauront vous réveiller.

Savourez le Nouvel an lunaire

Le repas au Vietnam est un moment essentiel de partage qui se déguste assis sur un petit tabouret bleu près d'une échoppe de rue ou dans l'un des très nombreux restaurants que compte le pays. Ici on prend le temps de s'installer, de commander et de

manger. C'est donc tout naturellement installés sur notre tabouret, ou en déambulant au rythme de ces villes qui ne dorment jamais, que nous avons admiré l'effervescence du pays en pleine préparation du Nouvel an lunaire, appelé *Têt*. Des champs de fleurs en pleine ville, aux maisons richement décorées en passant par les scooters transportant des arbres, vous allez en prendre plein les yeux. Le *Têt* est le moment de l'année le plus important pour les Vietnamiens qui s'affairent aux quatre coins de la ville pour les préparatifs. Les maisons et les commerces sont décorés d'un arbre de *Têt* aux fleurs jaunes (prunier) sur lequel sont disposées de multiples décorations rouges, à l'image de notre sapin de Noël. Cette fête qui marque la nouvelle année du calendrier lunaire est aussi l'occasion de faire un grand ménage dans sa mai-



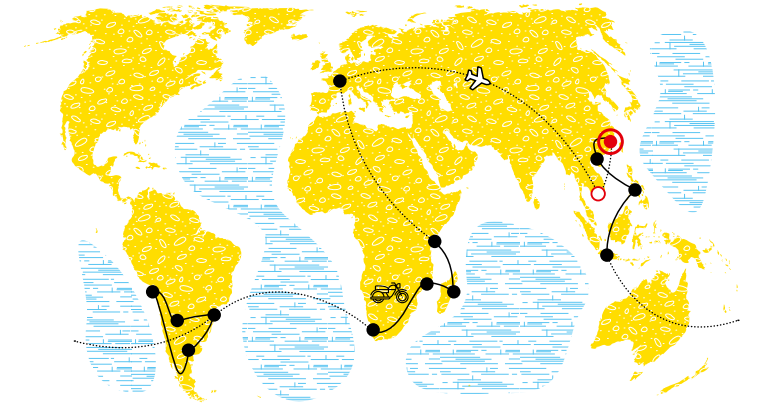
son et dans sa vie. À cette occasion, les Vietnamiens prennent de bonnes résolutions, payent leurs dettes mais donnent aussi leur démission ou ne reviendront pas au travail, après les vacances. Ce grand ménage de printemps revêt également un caractère philosophique important; on chasse la mauvaise chance et les ennuis en brûlant les pages de l'ancien calendrier et on se prépare à accueillir la nouvelle année. Une fois les préparatifs achevés, la ville se transforme. Finis les embouteillages de scooters et concert de Klaxons, chaque habitant est parti rendre visite à sa famille dans son village d'origine.

Les célébrations du Têt

Elles se déroulent sur trois jours à l'occasion desquels des autels sont dressés pour accueillir les ancêtres venus leur rendre visite. Dans le vieux Saigon où quelques familles viennent apporter un peu d'animation dans une ville endormie, flotte une forte odeur d'encens et nombre de petits autels richement agrémentés d'offrandes émergent. Au menu pour la « fête de la première aurore », l'irremplaçable *banh chung* (gâteau de riz gluant aux haricots mungo et porc enveloppé dans une feuille de bananier), riz gluant au gac (fruit orange apprécié pour sa couleur), poulet cuit à la vapeur, oignons et choux marinés et enfin des mut (fruits secs confits). C'est aussi l'occasion de s'échanger les traditionnels paniers de *Têt* remplis de cadeaux. Les enfants ne sont pas en reste, c'est le moment de compléter leur garde-robe pour porter

de nouveaux vêtements à l'occasion des festivités. Ils reçoivent aussi une enveloppe rouge et décorée de petits dessins attachants « li xi » qui contiennent les éternelles apportant chance et santé pour la nouvelle année. Visiter le Vietnam à cette époque est une vraie chance, c'est l'occasion d'admirer la richesse des traditions et de faire un saut dans une culture aux différentes facettes. Ce pays fascinant nous a subjugués par ses paysages et nombreux contrastes.

Retrouvez-nous sur nos pages:
Facebook,
Instagram Twitter
et sur notre blog
foodandglobe.com



Hanoi, le calme au milieu de la tempête

« La ville entre les deux fleuves », capitale administrative du Vietnam, balance entre vestiges du communisme, gratte-ciel, vieille ville, rues bondées, marchés, lacs, traditions et modernité. Il flotte une douceur de vivre certaine à Hanoi. Après une escapade dans la vieille ville à la découverte des vestiges coloniaux, de la cathédrale, des pagodes et de ses nombreux commerces, installez-vous à la terrasse d'un boui-boui et laissez-vous tenter par un *bun bo*, spécialité du Nord. Dirigez-vous ensuite vers le lac Hoan Kiem et appréciez une balade sur les rives piétonnes et le pont rouge menant au temple Ngoc Son renfermant la célèbre tortue d'Hanoi. ■



• Les trois foodies à Dalat
• Le drapeau vietnamien
• Scène de marché de rue à Hanoi





Rencontre avec Didier Corlou, un alchimiste des épices

Didier Corlou vous ouvre les portes
de son restaurant *La Verticale* à Hanoï.

Par Food & Globe



Didier Corlou
Chef

Propriétaire
de *La Verticale*
à Hanoï

Avec un diplôme de cuisine en poche et quelques années d'expérience, Didier Corlou décide de partir à la découverte du monde et de ses saveurs. C'est exactement ce à quoi ressemble sa cuisine, un voyage, une immersion culinaire dans le meilleur de la gastronomie vietnamienne et française. Ce passionné d'épices et d'aromates ne vous fait pas un cours, il vous embarque dans une escapade à travers le Vietnam, qui promet de vous laisser un souvenir haut en saveur. Cette passion pousse ce chef à parcourir le pays à la rencontre des peuples les plus reculés pour dénicher des saveurs oubliées et en créer de nouvelles. Parmi son panel d'épices, il nous parle

du poivre sauvage, du poivre de Phu Quoc (une île au sud du Vietnam), du pollen d'abeilles ou encore des graines d'Ambrette, des saveurs surprenantes et souvent inconnues. Attention ici on ne mélange pas n'importe quoi. Le Chef nous rappelle que l'épice est là pour aider à sublimer les saveurs du produit et non pas à en occulter d'autres. Il nous conseille de les « utiliser avec parcimonie et de toujours les mettre en début de cuisson, c'est là qu'elles se révèlent le mieux ».

Une cuisine saine

Ce Breton aime fusionner les saveurs de son pays d'origine et de son pays d'adoption. Pour lui le secret de la cuisine vietnamienne réside dans sa légèreté, l'utilisation de beaucoup de bouillon, de soupe et d'herbes. « On utilise peu de protéines animales et beaucoup de légumes. Les viandes sont toujours tranchées finement et cuites rapidement avec peu de matières grasses. » Dans le phò, les tranches de bœuf cuisent instantanément en y ajoutant le bouillon en fin de préparation. Tout y est, une cuisine savoureuse, simple, fraîche et saine, on peut se régaler sans complexes.

Un patrimoine culinaire à préserver

Didier Corlou est aussi un grand connaisseur de la culture culinaire vietnamienne. Il tient à en sauvegarder les saveurs tel un gardien face à l'occidentalisation du mode d'alimentation. Il nous explique que les Vietnamiens sortent de plus en plus et que le marché de la cuisine occidentale est en pleine explosion. Ils sont néanmoins très attachés aux traditions et reviennent toujours à la cuisine familiale et la cuisine de rue propre à leur culture. Il est vrai que tous les jours dès 17 heures les petites échoppes s'installent et sont rapidement prises d'assaut. ■



LE PHÒ (PHO BO)

Pour: 4 personnes
Préparation: 20 min
Cuisson: 3 h

- ✓ 400 g de filet de bœuf
 - ✓ 180 g de nouilles de riz
 - ✓ 25 g de gingembre
 - ✓ 2 oignons nouveaux
 - ✓ 1 citron vert
 - ✓ 4 branches de coriandre
 - ✓ 4 branches de menthe
 - ✓ cacahuètes
- POUR LE BOUILLON**
- ✓ 1 à 2 gros os à moelle (environ 1 kg)
 - ✓ 2 oignons épluchés et émincés
 - ✓ 1 échalote épluchée et émincée
 - ✓ 2 anis étoilés
 - ✓ 1 bâton de cannelle
 - ✓ 30 g de gingembre pelé et émincé
 - ✓ 20 g de cardamome
 - ✓ 1 cube de bouillon de poulet
 - ✓ sauce Nuoc Mâm
 - ✓ huile
 - ✓ sel, poivre

1. Préparez le bouillon à la vietnamienne: faites revenir les oignons, les échalotes et le gingembre dans de l'huile. Une fois bien dorés, ajoutez l'os à moelle et faites-le saisir. Poêlez sans matière grasse la cannelle, l'anis et la cardamome sans matière grasse. Mettez le tout dans un faitout et recouvrez d'environ 3 litres d'eau et laissez mijoter 3 heures. À la fin de la cuisson, salez, poivrez et ajoutez la sauce Nuoc Man et le cube de bouillon. Réservez le tout.

2. Émincez les oignons et le gingembre et tranchez le bœuf finement.

3. Juste avant de servir le pho, plongez les nouilles de riz dans de l'eau pour les hydrater, puis déposez 1 portion de nouilles dans 4 bols. Ajoutez les oignons nouveaux, de la coriandre, des feuilles de menthe, le gingembre et les tranches de bœuf crues ou légèrement cuites (pour cela, plongez-les dans le bouillon chaud quelques secondes).

4. Versez le bouillon sur la préparation et ajoutez quelques cacahuètes et 1 filet de citron.

Conseils

Pour le bouillon, vous pouvez ajuster le nombre d'oignon. Plus il y en aura, plus il sera sucré. N'hésitez pas à demander à votre boucher de préparer les tranches de bœuf.