

Bienvenue

欢迎



Jacques-Alain BERNARD
*Directeur Général SOFITEL
Paris La Défense Grande Arche*



Jean HANNEDOUCHE
*Professeur
au Lycée René Auffray
Coordinateur des actions
de formation en Chine*

Former les plus jeunes aux métiers de l'hôtellerie et de la restauration, développer les compétences des professionnels de nos métiers dans le cadre d'un parcours professionnel, sont deux objectifs essentiels que nous partageons et qui nous rassemblent. Cette identité de vue nous permet de rapprocher l'école et l'entreprise et de faciliter ainsi l'intégration des jeunes d'un monde à l'autre en adaptant les méthodes de formation à l'évolution de la profession.

Depuis plusieurs années déjà, le lycée René Auffray organise des stages pour les étudiants de plus de vingt lycées d'hôtellerie et de tourisme français en Chine et particulièrement à Pékin. Il reçoit également chaque année des étudiants et des professionnels chinois en stage de gastronomie française. Accor, fort d'un réseau de près de 20 hôtels en 2005, poursuit son développement à un rythme soutenu en Chine sous différentes enseignes.

La nécessité de préparer les jeunes à la découverte de nouveaux horizons, l'importance de connaître sur place les attentes de nouveaux voyageurs pour mieux les accueillir, voilà deux autres objectifs convergents vers le même but.

C'est ainsi qu'au cours de l'été 2004, onze chefs Accor - Mercure, Novotel et Sofitel -, accompagnés de deux professeurs du lycée René Auffray, ont été accueillis à Pékin par onze chefs chinois. Après quinze jours de travail en commun, les professionnels chinois ont été reçus à Paris pour une période identique en fin d'année par ces mêmes chefs dans leurs hôtels Accor. Ces deux périodes ont permis d'échanger sur des approches et des compétences culinaires différentes mais complémentaires et d'enrichir ainsi chacun d'une autre culture.

Ce recueil élaboré par les chefs français, concrétise cet échange fructueux. Les recettes sont réalisables en France à partir de produits disponibles. Les photos ont été prises au lycée René Auffray où de jeunes élèves ont participé à l'élaboration des plats. Ces derniers, proposés à la clientèle chinoise en voyage en France, permettent de renforcer notre accueil par une attention particulière.

Dans un monde qui s'ouvre et qui bouge, l'enjeu de ces échanges est de préparer les jeunes élèves d'aujourd'hui à s'approprier les postes d'encadrement de demain.



quelques caractéristiques de la cuisine chinoise

L'histoire de la cuisine chinoise commence il y a 5000 ans.

L'art culinaire chinois doit satisfaire la vue, l'odorat. Flatter aussi le palais et convenir à la santé.

Un menu type mêle :

- ♥ cinq saveurs : sucré, salé, amer, piquant et aigre
- ♥ cinq consistances : mou, croquant, liquide, sec et gélatineux
- ♥ trois températures : chaud, froid et bouillant

Les plats alternent le chaud et le froid, une salade et un dessert, un plat croquant et un gélatineux en suivant les règles de l'harmonie des saveurs, des couleurs et des formes afin d'aboutir à l'équilibre parfait qui convient à l'esprit et aux sens.

Confucius disait : *“Un bon repas se mange avec les yeux, puis avec le nez et enfin avec la bouche”*.

La cuisine de pékin

Pékin se situe au nord de la Chine. Sa spécialité est le canard laqué, met central des principaux banquets. Le canard est cuit dans un four au feu de bois d'arbre fruitier. Le Chef l'exhibe et le découpe en une dizaine de morceaux. Les convives saisissent un morceau de magret et de peau qu'ils plongent dans une sauce sucrée à base de soja puis le déposent sur une fine galette. Quelques morceaux d'oignons frais termineront la préparation. La galette roulée est ensuite dégustée.

Les Pékinois mangent beaucoup de raviolis et de spaghettis. Le pain cuit à la vapeur est préféré au riz. La proximité des plaines mongoles favorise la consommation de l'agneau et du mouton. L'utilisation de la sauce soja est très répandue.

La cuisine de SHANGHAI

Une majorité de plats traditionnels chinois provient de Shanghai située au sud du delta du mythique fleuve bleu. Ces plats sont souvent composés de riz et de poissons (dont les yeux sont mangés par les Chinois). Le soja est également très présent ainsi qu'une grande diversité de légumes. Une variété particulière de crabe velu est cuisinée au gingembre et à la ciboulette. La cuisine shanghaïenne privilégie les cuissons à la vapeur et en papillote sucrées - salées. Cette cuisine est probablement celle que les occidentaux préfèrent.

La cuisine de canton

La région de Canton dispose d'un large approvisionnement de produits des fleuves et de la mer. Une grande variété de poissons, fruits de mer, mollusques et d'algues influence nettement cette cuisine. L'environnement est également très propice à l'élevage des canards et à la culture du riz. La cuisine cantonaise est reconnue comme la plus fine de Chine. Les Cantonais y attachent tellement d'importance qu'ils ont l'habitude de dire *"tu as mangé?"* pour saluer quelqu'un. Un proverbe chinois dit également *"naître à Suzhou (la plus belle ville chinoise), vivre à Hangzhou (là où résident les plus belles femmes), manger à Canton et mourir à Liuzhou (où l'on exploite le meilleur bois pour les cercueils)..."* Le riz cantonais est universellement connu. La cuisine de cette région privilégie la cuisson à la vapeur et donc la conservation des goûts et des couleurs.

La cuisine du SICHUAN

Sichuan signifie les quatre fleuves. Située au sud-ouest de la Chine au pied des montagnes bordant le Tibet, cette région très étendue est très fertile. Légumes, champignons et épices abondent dans la gastronomie locale. L'influence des voisins bouddhistes est sensible car peu de plats sont composés de viandes. De nombreuses préparations à base de légumes et de tofu (flan de soja) accompagnent la célèbre fondue du Sichuan (bouillon très piquant dans lequel sont cuits les aliments). La région du Sichuan produit une vingtaine de variétés de poivre dont le plus célèbre porte son nom : baies brun-rougeâtres. Ce poivre grillé et moulu dégage un arôme très puissant. Les Chinois l'appellent *"le feu d'artifice"*.



spécialités RÉGIONALES



BIEN ACCUEILLIR UN CLIENT CHINOIS

qui est-IL ?

Le Chinois est très attaché à son identité culturelle.

Son pays, la Chine, est pour lui au "centre du monde".

La confiance en son pays est illimitée.

Peu de Chinois ont voyagé à l'étranger ces dernières années, en raison d'un manque de moyens. Aujourd'hui l'environnement politique et économique a fortement évolué. Chaque Chinois exprime une soif de découverte du monde et de la France en particulier.

L'honneur est une composante essentielle de la vie sociale. Il est fondamental pour chaque Chinois de ne "jamais perdre la face". Il ne se soumettra donc jamais à une situation déshonorante à ses yeux.

son comportement à L'HÔTEL

L'habitat chinois est souvent structuré en espaces ouverts sur une cour carrée où chacun est accueilli cordialement. C'est pourquoi à l'hôtel les portes des chambres restent souvent ouvertes. Les clients se déplacent de chambre en chambre, jouent, fument ensemble et souhaitent consommer du thé fréquemment.

La peur de ne pas comprendre la langue d'un occidental rend le Chinois un peu distant et peu souriant.

sa Langue

Les Chinois parlent le mandarin, lisent et écrivent en idéogrammes.

Ils ne comprennent que rarement l'anglais et encore moins le français. De ce fait ils ne peuvent donc pas déchiffrer les caractères occidentaux. Ils sont étonnés parfois que leurs interlocuteurs étrangers ne parlent pas le mandarin car 1 milliard 300 millions de personnes parlent leur langue !!

L'accueil spécifique

- ♥ Avoir le souci de rassurer.
- ♥ Prononcer quelques mots en chinois (*voir lexique*).
- ♥ Être patient.
- ♥ Éviter les tensions, ... tout s'arrange toujours !
- ♥ Proposer une alternative de cuisine chinoise, un approvisionnement en eau chaude et du thé de Chine.
- ♥ Quelques repères au petit déjeuner sont des atouts (œufs durs, riz) avec des idéogrammes chinois en rappel sur le buffet.



Le petit déjeuner

La composition du petit déjeuner en Chine est très différente de la conception occidentale.

Pour le Chinois, il est primordial de débiter la journée en consommant en alternance des bouchées de riz et de viande pour respecter un équilibre alimentaire. Un complément est apporté par une soupe ou des légumes.

Sur un buffet "à la chinoise", il est habituel de trouver les produits suivants :

Buffet à La CHINOISE

Salade de concombre à l'oignon - sauce soja

Plats piquants

Soupe gélatineuse

Fritures

Dim Sum

Riz nature ou sauté

Œufs de cent ans

Œufs durs

Bières



Riz nature
白米饭



Œufs durs
鸡蛋



Soupe
汤

Afin de faciliter l'accueil de la clientèle chinoise nous suggérons d'intégrer dans nos buffets occidentaux quelques repères incontournables dont les idéogrammes seront présents sur le buffet.

- ♥ Riz nature ou sauté
- ♥ Œufs durs
- ♥ Soupe
- ♥ Raviolis
- ♥ Sauce soja

Prévoir également en quantité suffisante :

- ♥ Thé de Chine
- ♥ Eau chaude
- ♥ Lait chaud

une équipe de chefs au complet

Xavier Troté - SOFITEL Paris Roissy CDG Aéroport
Christophe Vives - NOVOTEL Aulnay-sous-Bois
Jean-Jacques Albiac - LYCÉE RENÉ AUFFRAY Clichy
Jean-Guy Nemoz - MERCURE Paris Porte de Versailles Expo
Fabrice Franco - MERCURE Paris Montparnasse
Louis-José Bangard - SOFITEL Paris Forum Rive Gauche

Pascal Bourgeois - MERCURE Paris Roissy CDG
Franck Micheletti - SOFITEL La Défense Grande Arche
Arnaud Bauduin - NOVOTEL Roissy Aéroport CDG
Jean-François Rigal - SOFITEL Paris Champs Elysées
Christophe Collet - MERCURE Paris Tour Eiffel Suffren
Jean-Paul Corbillet - MERCURE Paris La Défense Parc

De gauche à droite



sommaire

- 1 Brochettes d'agneau aux graines de cumin 孜然羊肉串
- 2 Dim Sum aux crevettes 虾粤式点心
- 3 Dim Sum aux crevettes et pousses de bambou 竹粤式点心
- 4 Mandarin fish sauce aigre douce 中式鱼
- 5 Poisson poché à la sichuannaïse 鱼四川水煮
- 6 Poisson vapeur sauce soja 蒸鱼
- 7 Tartare de thon rouge poêlé au sésame 芝麻烧金枪鱼
- 8 Calamars sautés aux piments doux 炒鱿鱼
- 9 Crevettes sautées aux noix de cajou 腰果虾球
- 10 Crevettes grises en beignets 虾仁煎饼
- 11 Volaille sauce piquante 辣味鸡
- 12 Ailerons de volaille au gingembre 姜片炒鸡翅
- 13 Poitrine de porc confite au vin de riz 米酒猪肉里脊
- 14 Poitrine de porc au caramel 焦汁猪肉里脊
- 15 Filet de bœuf à la hongkongaise 港式牛柳
- 16 Selle d'agneau rôtie façon nem - Légumes croquants au safran 藏红花烤羊排
- 17 Pois gourmands sautés au bacon et au poivre 猪肉炒青菜
- 18 Salade de chou chinois 生菜沙拉
- 19 Chiffonnade de chou chinois au lait de coco 椰奶大白菜

欢迎

BROCHETTES d'agneau aux GRAINES de cumin

孜然羊肉串



Franck Micheletti
SOFITEL
La Défense Grande Arche

Ingédients pour 10 personnes

*1 kg de bas morceaux d'agneau
blanc d'œuf
fécule
huile de sésame
graines de cumin*

- Prendre des pics en bois à brochette (20 cm de long)
- Hacher en petits cubes les bas morceaux d'agneau et les rouler dans un mélange de blanc d'œuf et d'huile de sésame légèrement lié à la fécule
- Piquer sur les baguettes en bois
- Saupoudrer de graines de cumin frais
- Faire cuire au barbecue



dim sum aux crevettes

虾粵式点心

Ingrédients pour 10 personnes

Pâte

200 g de féculé de riz
200 g de maïzena
150 g de farine de blé
30 cl d'eau
3 cuillères à soupe
de saindoux

Farce

600 g de crevettes
80 g de lard gras
100 g de bambou
20 g de féculé de riz
17 g de sel
poivre
12 g de glutamate
4 gouttes d'huile de sésame
24 g de saindoux
26 g de sucre semoule
14 g de fond de volaille



Louis-José Bangard
SOFITEL
Paris Forum Rive Gauche

👉 Pâte

Dans un cul de poule, verser la féculé de riz, la maïzena et la farine de blé, puis ajouter l'eau tiède. Mélanger rapidement et couvrir 3 à 4 mn. Incorporer le saindoux en pétrissant 1 à 2 mn. Rouler la pâte en boule. L'étaler en cylindre de 1,5 cm de diamètre puis découper des tronçons de 2 cm et les étaler à l'aide d'un couteau chinois. On doit obtenir des cercles de 8 cm.

👉 Farce

Faire réduire les crevettes avec de l'eau et 10 g de féculé pendant 1 heure et égoutter. Mettre les crevettes dans un batteur avec les 10 g de féculé, le sel, le poivre. Mélanger à l'aide d'une feuille. Rajouter le glutamate, le lard coupé en dés, le bambou, le saindoux et quelques gouttelettes d'huile de sésame. Mélanger à nouveau.

👉 Montage

Placer un peu de farce dans le cercle de pâte, plier en 2 et pincer les bords ensemble. Cuire à la vapeur, à forte ébullition, pendant 15 mn jusqu'à ce que la pâte soit transparente.

2

dim sum aux crevettes et pousses de bambou 竹粵式點心



Jean-Paul Corbillet
MERCURE
Paris La Défense Parc

Ingrédients pour 14 personnes

14 pièces de pâte à raviole
1 kg de crevettes sauvages
150 g de porc ou lard gras
20 g de graisse de canard
16 g de sel aromatisé
1 filet d'huile de sésame
10 g de fumet de poisson
en poudre ou volaille
250 g de pousses de bambou
35 g de sucre

(facultatif)

brunoise de carottes
trompettes de la mort
coriandre et/ou citronnelle thaï



- 👉 Hacher les crevettes entières
- 👉 Hacher la viande de porc
- 👉 Incorporer le reste des ingrédients dans la farce des crevettes
- 👉 Ajouter la citronnelle ciselée, la coriandre hachée (facultatif)
- 👉 Farcir la pâte à Dim Sum ou la pâte à raviole (la recette de la pâte à Dim Sum est détaillée dans la recette n° 2)
- 👉 Cuire dans des paniers à la vapeur 3 mn à 0,5 bar
- 👉 Servir avec sauce anglaise et/ou sauce piquante
- 👉 4 Dim Sum par panier, environ 14 paniers

mandarin fish sauce aigre douce 中式鱼



Christophe Collet
MERCURE
Paris Tour Eiffel Suffren



Jean-Guy Nemoz
MERCURE
Paris Porte de Versailles Expo

- ☛ Retirer la tête du poisson, enlever les ouïes puis ouvrir la gueule du poisson et lui introduire un tronçon de concombre de 3 à 4 cm pour maintenir ouverte la gueule du poisson pendant la cuisson
- ☛ Lever les filets par le dos sans détacher de la queue et désarêter les filets
- ☛ Quadriller la chair des filets sans couper la peau, rincer à l'eau froide puis rouler dans la fécule ainsi que la tête du poisson
- ☛ Frire le tout dans un bain chaud pour les blanchir, puis dans un autre bain très chaud pour bien les colorer
- ☛ Faire sauter très rapidement au wok le maïs, la tomate, le concombre en bâtonnets, les petits pois et les crevettes et réserver
- ☛ Confectionner la sauce avec le ketchup, le sucre, le vinaigre de riz, le jus de citron, la sauce soja et la sauce anglaise, puis terminer la liaison avec la fécule
- ☛ Disposer le poisson dans un plat de service, le reconstituer avec la tête, napper de sauce et des garnitures
- ☛ Terminer le tout à l'envoi avec les pignons de pin, persil, coriandre fraîche

Cette recette peut être adaptée avec du bar, du mulot, de la rascasse, de la daurade, du colinot ou du sandre

Ingrédients pour 4 personnes

1,2 kg de mandarin (poisson d'eau douce)
60 g de crevettes crues moyennes décortiquées
1 tomate n°2 mondée
30 g de maïs en grain
30 g de petits pois
10 g de pignons de pin grillés
30 g de sucre
2 cl de ketchup
3 cl de vinaigre de riz
21 d'huile d'arachide (pour friture)
le jus d'1 citron
2 cl de sauce soja
1 cl de sauce anglaise
50 g de concombre
200 g de fécule (pour fariner et lier la sauce)



poisson poché à la sichuanaise

鱼四川水煮

Ingrédients pour 8 personnes

3 kg de perche
100 g de poivre de Sichuan
100 g de piment Fagara
2 l d'huile d'arachide
600 g de germes de soja frais
50 g de sucre - 5 cl de sauce soja
200 g de gingembre - 1 botte de coriandre
100 g de vitelotte - sel

*Les huiles parfumées peuvent être préparées à l'avance
Cette recette peut être confectionnée avec d'autres poissons tel que le sandre, le bar...*



Jean-François Rigal
SOFITEL
Paris Champs Elysées



Jean-Jacques Albiac
LYCÉE RENÉ AUFRAY
Clichy

- ❧ Préparer la perche, lever les filets, désarêter, garder la peau et l'inciser
- ❧ Assaisonner de sel et réserver
- ❧ Porter l'huile d'arachide à 140°C, frire le poivre de Sichuan et les piments Fagara ouverts en 2, laisser infuser doucement sur le coin du feu jusqu'à dessèchement des piments
- ❧ Confectionner des chips de vitelotte à l'huile parfumée et réserver sur un papier absorbant
- ❧ Hacher et confire le gingembre avec le sucre et la sauce soja, et détendre avec un peu d'huile parfumée
Finir avec la coriandre hachée, ceci servira de sauce d'envoi
- ❧ Décanter le poivre et les piments
- ❧ Remettre l'huile à frémir, plonger les filets de poisson et les germes de soja
- ❧ Ajouter le poivre et les piments
- ❧ Laisser pocher doucement
- ❧ Servir le plat avec sa garniture, chaud dans une cocotte en fonte (prévoir une écumoire pour les convives) ou en assiette creuse pour une portion individuelle

poisson vapeur sauce soja

蒸鱼



Pascal Bourgeois
MERCURE
Paris Roissy CDG

Ingrédients pour 1 personne

1 botte de coriandre
10 g de julienne de gingembre
30 g de julienne de poireaux
150 g de poisson blanc
3 cl de sauce soja
5 cl d'huile d'arachide
sel et poivre

- 🍷 Effeuiller la coriandre fraîche
- 🍷 Mélanger les juliennes avec la coriandre
- 🍷 Cuire le filet de poisson vapeur
- 🍷 Dresser le poisson et poser les juliennes dessus
- 🍷 Arroser de sauce soja
- 🍷 Chauffer l'huile
- 🍷 Jeter l'huile sur les juliennes
- 🍷 Garnir de riz blanc



tartare de thon ROUGE poêlé au sésame

芝麻烧金枪鱼



Jean-Paul Corbillet
MERCURE
Paris La Défense Parc

Ingrédients pour 6 personnes

1 kg de thon rouge frais
60 g de jaune d'œuf
20 cl d'huile de sésame
40 g de sauce soja
40 g de sauce oyster
8 g de wasabi (moutarde japonaise)
16 g de gingembre haché
poivre et sel
sésame et nigelle

- Réaliser une mayonnaise à partir du wasabi, ajouter les jaunes d'œufs puis monter avec l'huile de sésame
- Ajouter à la sauce le reste des ingrédients
- Incorporer la chair de thon hachée au couteau ou au hachoir réfrigéré
- Mélanger le tout, assaisonner puis mouler en nonnette inox
- Paner avec le nigelle et le sésame doré
- Saisir à la plancha aller-retour, croustillant sur les 2 côtés et cuisson bleu à cœur
- Accompagner avec du riz sauvage et basmati



calamars sautés aux piments doux

炒鱿鱼

Ingrédients pour 10 personnes

1,950 kg de calamars

360 g de piments doux

360 g d'échalotes

36 g de gingembre

1 botte de coriandre

6 g d'ail

1,5 cl de sauce soja

4 gouttes d'huile de

sésame

25 cl de fond de volaille

200 g de carottes

2 g de poivre de Sichuan

8 g de fécule de riz

1/4 l d'eau

10 cl d'huile d'arachide

- ✎ Tailler le calamar en 2, faire des stries du côté de la chair
- ✎ Ouvrir les piments en 2, retirer les pépins, les tailler en grosse julienne
- ✎ Emincer l'échalote dans le sens de la longueur, hacher l'ail, le gingembre, effeuiller la coriandre
- ✎ Faire sauter les calamars dans le wok sans trop les cuire puis les égoutter
- ✎ Sauter la julienne de piments, de carottes et d'échalotes émincées, cuire pendant 5 mn
- ✎ Rajouter les calamars, l'ail, l'huile de sésame, la sauce soja et le poivre de Sichuan
- ✎ Diluer la fécule de riz dans l'eau avec le fond de volaille, rajouter le tout avec les calamars pour obtenir une liaison
- ✎ Terminer avec les feuilles de coriandre



crevettes sautées aux noix de cajou

腰果虾球

Ingrédients pour 5/6 personnes

300 g de grosses crevettes
grises fraîches
1 branche de céleri
3 pièces de minimaïs (boîte)
1 bâton de citronnelle
1/2 oignon rouge
2 gousses d'ail
100 g de noix de cajou
décortiquées
sel et poivre blanc
glutamate et fécule



Franck Micheletti
SOFITEL
La Défense Grande Arche



Arnaud Bauduin
NOVOTEL
Roissy Aéroport CDG

- ❖ Mettre de l'eau dans le wok pour blanchir les queues de crevettes, égoutter et réserver
- ❖ Faire chauffer une cuillère à soupe d'huile d'arachide, ajouter une branche de céleri en sifflet, un demi-oignon rouge en lanières, 3 pièces de minimaïs en sifflet, laisser rissoler pendant quelques secondes, égoutter
- ❖ Mettre une demi-louche d'huile de citronnelle et des lamelles d'ail grillé à revenir quelques secondes
- ❖ Ajouter les crevettes et les légumes, ajouter une pointe de cuillère à café de sel, une pointe de cuillère à café de sucre, la même chose en glutamate et une pincée de poivre blanc moulu
- ❖ Faire la liaison avec la fécule délayée et enrober l'ensemble des ingrédients
- ❖ Disposer dans une porcelaine plate à rebord
- ❖ Dans une cuillère d'huile d'arachide, faire revenir des noix de cajou fraîches et écosées, égoutter, disposer sur le plat



crevettes GRISes en BEIGNets

虾仁煎饼

Ingrédients pour 6/8 personnes

1 kg de queues de grosses
crevettes grises
8 œufs entiers
1 kg de fécule
5 cuillères à café
de levure déshydratée
ketchup
sauce soja
tabasco
fumet de poisson
huile d'arachide pour friture



Franck Micheletti
SOFITEL
La Défense Grande Arche



Christophe Vives
NOVOTEL
Aulnay-sous-Bois

- ❖ Décortiquer les queues de crevettes et les sécher dans un torchon
- ❖ Passer les crevettes dans les œufs battus puis les enrober dans le mélange de fécule et de levure
- ❖ Repasser les crevettes préparées dans la fécule sèche
- ❖ Bien les séparer en évitant un excès de fécule
- ❖ Plonger les crevettes dans la pâte à beignets
- ❖ Faire frire dans l'huile d'arachide très chaude
- ❖ Réserver sur un papier absorbant
- ❖ L'apparence doit être gonflée et croustillante
- ❖ Servir dans une porcelaine plate avec une sauce épaisse d'accompagnement à base de fumet de poisson, ketchup et sauce soja
Ajouter quelques gouttes de tabasco pour relever



VOLAILLE sauce piquante

辣味鸡



Jean-Paul Corbillet
MERCURE
Paris La Défense Parc

Ingrédients pour 8 personnes

50 g d'ail frais
50 g de vert de poireaux
50 g de gingembre frais
1/2 l d'eau
2 cuillères à soupe
de sauce de viande ou patrelle
1 kg de blanc de dinde
farine de tapioca
2 piments rouges
1 poivron rouge
sel - sucre



11

- ✎ Couper en fines tranches l'ail et le gingembre, détailler le vert de poireaux en petits rectangles
- ✎ Mettre l'ail, le gingembre, le poireau à infuser dans l'eau avec la sauce de viande ou la patrelle en ajoutant le sel et le sucre
- ✎ Faire réduire cette préparation pour la faire épaissir, rajouter en fin de cuisson 100 g d'huile d'arachide bouillante
- ✎ Détailler le blanc de dinde en petits cubes, saler et poivrer, les rouler dans la farine de tapioca, puis les faire frire dans l'huile, égouter et réserver
- ✎ Couper le poivron et les piments en lanières et les cuire à la friteuse, égouter
- ✎ Dans la sauce réduite, ajouter la volaille et les lanières de poivron et les piments
- ✎ Servir avec un accompagnement de riz vapeur

AILERONS de VOLAILLE au GINGEMBRE

姜片炒鸡翅



Christophe Collet
MERCURE
Paris Tour Eiffel Suffren

Ingrédients pour 5/6 personnes

1 kg d'ailerons de volaille
10 cl de vin blanc
50 g d'oignon blanc haché
2 piments verts ciselés
30 g de gingembre frais haché
10 g d'ail haché
sel - poivre blanc - glutamate

Sauce pour enrobage : 100 g de glace de volaille
50 ml de sauce anglaise
50 ml de sauce soja
5 g de poivre de Sichuan
10 ml de vinaigre blanc

- ❖ Faire frire 1 kg d'ailerons de volaille dans de l'huile d'arachide pendant quelques minutes
- ❖ Egoutter et réserver
- ❖ Mettre dans le fond du wok une demi-louche d'huile de citronnelle à feu vif, plonger à nouveau les ailerons pendant quelques secondes puis déglacer avec un trait de vin blanc
- ❖ Ajouter une cuillère à soupe d'oignon blanc haché, une cuillère à soupe de piments verts hachés, une grosse cuillère à café de gingembre frais haché et une demi-cuillère à café d'ail haché
- ❖ Ajouter une pointe de cuillère à café de poivre blanc moulu et la même chose en glutamate
- ❖ Faire revenir l'ensemble pendant 1 à 2 minutes à feu vif
- ❖ Ajouter une cuillère à soupe de sauce maison (glace de viande, sauce anglaise, sauce soja, poivre de Sichuan et vinaigre)
- ❖ Enrober et faire revenir pendant quelques secondes et servir

*Il est possible de les servir
en plat principal avec des légumes
à part à dominante sucrée*

12



poitrine de porc confite au vin de RIZ

米酒猪肉里脊



Christophe Collet
MERCURE
Paris Tour Eiffel Suffren



Jean-Guy Nemoz
MERCURE
Paris Porte de Versailles Expo

Ingrédients pour 8 personnes

2 kg de poitrine de porc fraîche
épaisse de 8 cm de côté
1/2 botte de cive émincée
1/2 bulbe de gingembre écrasé
1 l de vin de riz
1/2 l de sauce soja
500 g de sucre cristal
2 cl d'alcool de riz
fécule de pomme de terre

- ❖ Tailler en gros cubes de 8 cm de côté la poitrine
- ❖ Mettre une nuit sous presse et rincer la poitrine à l'eau froide
- ❖ Mettre en cuisson avec tous les ingrédients de la recette pendant 4 heures à l'étouffée
- ❖ Réserver sur une plaque et couvrir à mi-hauteur de cuisson, réserver 24 heures en chambre froide
- ❖ Détendre avec un peu d'eau froide la fécule de pomme de terre puis lier le jus de cuisson jusqu'à ce qu'il devienne sirupeux et brillant



Dressage

- ❖ Mettre dans un caquelon avec la cuisson et chauffer au four vapeur (filmer)
- Garnitures : servir avec du pain cuit vapeur, riz, nouilles, haricots verts chinois sautés avec des champignons

Adaptation en France

- ❖ Soit en minis portions (petit-déjeuner, cocktail, buffet), soit en plat principal avec des lentilles, chou façon potée, soit en entrée, rillettes, terrine en gelée
- ❖ Cette recette peut être adaptée avec une viande gélatineuse comme le paleron ou la joue de bœuf, ainsi que du jarret de veau, queue de bœuf, etc.

poitrine de porc au caramel

焦汁猪肉里脊

Ingrédients pour 10/12 personnes

3 kg de poitrine de porc fraîche
20 cl d'huile
300 g de sucre
200 g de poireaux
50 g de gingembre
20 g de badiane
10 cl de vinaigre
50 cl de sauce soja
sel et poivre
féculé



Christophe Vives
NOVOTEL
Aulnay-sous-Bois



Arnaud Bauduin
NOVOTEL
Roissy Aéroport CDG

- ☛ Couper la poitrine de porc en gros lardons et la blanchir fortement
- ☛ Mettre à égoutter
- ☛ Faire un caramel coloré avec l'huile et le sucre
- ☛ Ajouter le gingembre et le porc
- ☛ Dès que le porc est coloré, ajouter le vinaigre, la sauce soja et assaisonner (sel et poivre)
- ☛ Mouiller à hauteur avec de l'eau
- ☛ Terminer la cuisson à feu doux pendant 1 heure environ
- ☛ Rectifier l'assaisonnement si besoin puis lier avec de la féculé

Ce plat pourra être servi en assiette avec un légume à part ou dans un wok pour un buffet par exemple



filet de bœuf à la hongkongaise

港式牛柳

Ingrédients pour 1 personne

150 g de filet de bœuf escalopé
poivre noir mignonnette (à votre goût)
50 g d'oignon blanc en cube de 1 cm
35 g de poivron rouge
35 g de poivron vert
15 g de concentré de tomates
4 cl de vin blanc
8 cl de fond de volaille
Cuisson des légumes: croquants
Poivrons: cubes ou julienne



Pascal Bourgeois
MERCURE
Paris Roissy CDG

- ☛ Passer les escalopes de bœuf dans le blanc d'œuf, saler, poivrer et passer dans la féculé
- ☛ Frire dans l'huile la viande et les poivrons, égoutter
- ☛ Sauter les oignons dans l'huile
- ☛ Retirer l'excédent d'huile
- ☛ Pincer (faire revenir) la mignonnette, ajouter le concentré de tomates et le vin blanc
- ☛ Ajouter le sucre, le glutamate et le fond de volaille et ajouter dans la base de la viande les poivrons



SELLE D'AGNEAU RÔTI FAÇON NEM - LÉGUMES CROQUANTS AU SAFRAN



Fabrice Franco
MERCURE
Paris Montparnasse

Ingrédients pour 4 personnes

1 selle d'agneau entière	20 g de gingembre
8 feuilles de brique	5 gousses d'ail
aneth, ciboulette, isope,	curry - sel - poivre
une tige de chaque	4 cl de vinaigre de xérès
5 cl d'huile	1 jaune d'œuf
1 g de safran	
200 g de carottes	
200 g de courgettes	
200 g de gros radis rouges	
200 g de navets blancs	

藏红花烤羊排

- Préparer un jus d'agneau au safran avec la carcasse de la selle
- Désosser la selle d'agneau et confectionner 2 miniselles d'agneau ficelées, assaisonner et les faire colorer à la poêle de chaque côté
- Les passer au four pendant 10 minutes
- Sortir la viande et laisser reposer
- Etaler une feuille de brique, la graisser avec de l'huile d'olive et déposer une autre feuille de brique par dessus
- Mettre les herbes avec les tiges sur les feuilles de brique et poser la miniselle d'agneau dessus
Rouler le tout comme un nem et coller les jointures avec le jaune d'œuf
- Piler l'ail, le sel, le curry, le gingembre avec 2 cuillères à soupe de sauce soja, une cuillère à soupe de vinaigre de xérès
- Faire des tagliatelles de légumes avec carottes, courgettes et radis et les faire mariner dans les épices préalablement pilées pendant une minute
- Au moment de l'envoi, passer la selle d'agneau à la friteuse et laisser cuire en fonction de la cuisson demandée
- Couper les 2 extrémités du nem puis les trancher en 2
- Déposer les 2 médaillons au centre de l'assiette
Dresser le jus d'agneau au safran autour des médaillons puis disposer les légumes marinés en dôme

16

pois gourmands sautés au bacon et au poivre 猪肉炒青菜



Pascal Bourgeois
MERCURE
Paris Roissy CDG

Ingédients pour 1 personne

140 g de pois gourmands
poivre mignonnette (à votre goût)
2 cl d'huile d'arachide
4 tranches de poitrine fumée

- 🍷 Précuire les légumes croquants
- 🍷 Pincer (faire revenir) la mignonnette dans l'huile d'arachide
- 🍷 Dans cette huile, faire sauter le bacon croquant
- 🍷 Ajouter les légumes
- 🍷 Dresser

Cette recette peut être adaptée avec des haricots verts, brocolis, asperges vertes



SALADE de CHOU CHINOIS

生菜沙拉



Fabrice Franco
MERCURE
Paris Montparnasse

Ingrédients pour 8 personnes

1 chou chinois ou chou frisé
1 boule de céleri rave
3 beaux poireaux
5 cl de crème liquide
2 têtes de très gros
champignons de Paris
huile de pépin de raisin
huile d'olive
huile de noix
vinaigre de xérès
sauce soja

18



- ✎ Tailler en julienne le chou, les poireaux et le céleri
- ✎ Faire frire la julienne de poireau et de céleri, réserver sur du papier absorbant
- ✎ Couper à la mandoline 8 rondelles de champignons de Paris, citronner
- ✎ Monter la crème, le sel, le poivre et une cuillère d'huile de noix

Au moment de servir

- ✎ Mettre à mariner 100 g de chou avec 2 cuillères de vinaigre de xérès
- ✎ Mélanger avec 50 g de julienne de poireau frit et 50 g de julienne de céleri frit
- ✎ Assaisonner de sauce soja, sel et poivre
- ✎ Dresser en dôme la salade au centre d'une assiette
- ✎ Mettre une pointe de crème montée sur le champignon et le poser sur la salade

CHIFFONNade de CHOU CHINOIS au LAIT de coco

椰奶大白菜

Ingrédients pour 6 personnes

2 choux chinois
200 g de potiron en brunoise
4 oignons rouges ciselés
5 cl de lait de coco
200 g d'ananas en dés de 2 cm
12 châtaignes d'eau
20 g de gingembre en julienne
20 g de piment rouge en julienne
6 brins de romarin
60 g de beurre - 50 g de sucre
1 cl de vinaigre de riz
sel, poivre de Sichuan



Xavier Troté
SOFITEL
Paris Roissy CDG Aéroport

et BROCHETTE d'ananas et CHÂTAIGNES d'eau CARAMELISÉES

- Garder 18 belles feuilles de chou, les blanchir
- Emincer le reste du chou
- Compoter les $\frac{3}{4}$ des oignons dans 20 g de beurre et 20 g de sucre
- Suer le reste des oignons dans 10 g de beurre, déglacer avec le lait de coco, laisser réduire
- Ajouter le potiron et le chou, laisser cuire 3 mn à feu vif en remuant
- Mouler dans des tasses chemisées avec les feuilles blanchies
- Intercaler 2 dés d'ananas et 2 châtaignes sur les brins de romarin
- Caraméliser les brochettes dans 30 g de beurre et 30 g de sucre
- A mi-cuisson ajouter le gingembre
- En fin de cuisson mettre le piment
- Déglacer avec le vinaigre
- Démouler les choux sur 6 assiettes chaudes, faire une quenelle de confiture d'oignon rouge
- Mettre une brochette en quinconce et un trait de caramel de gingembre

19



quelques notions de vocabulaire CHINOIS

Les mots
et expressions
suivants peuvent
être utiles au
contact de Chinois
dans un hôtel.

Le français
est traduit
en mandarin
grâce au pinyin
(transcription
officielle
en caractères
occidentaux).

Français

Je
Tu
Il
Nous
Vous
Ils
Hôtel
Chambre
Air conditionné
Restaurant
Manger
Menu

Baguettes
Fourchette/couteau
Verre
Bière
Eau
Eau fraîche
Eau chaude
Yaourt
Lait
Vin rouge
Vin blanc
Thé
Pimenté/non pimenté
Poulet
Bœuf
Porc
Canard
Mouton
Poisson
Crevette
Légumes verts
Aubergines
Riz

Pinyin

wǒ
nǐ
tā
wǒmen
nǐmen
tāmen
bīngguǎn ou fàndiàn
fángjiān
kōngtiáo
càiguǎn
chīfàn
càidān

kuàizi
dǎochā
yī bei
píjiǔ
shuǐ
liáng shuǐ
kāi shuǐ
suānnǎi
niúǎi
hóng pútáojiǔ
bái pútáojiǔ
chá
là de/bù là de
jī ròu
niú ròu
zhū ròu
yā ròu
yáng ròu
yú
xiā
qīngcài
qiézi
fàn

Prononciation

wo
ni
ta
women
nimen
tamen
Bingouanne ou fannediane
fangdian
kongtiao
tsai guane
tcheu fane
tsai dane

kouaïdzeu
daotcha
Yi beille
Pijou
choui
liang chouï
caille chouï
souan nai
niou nai
hong poutaojiou
bai poutaojiou
tcha
lade/bou lade
djiro
niouro
djouro
yaro
yangro
yu
xia
singtsai
tsié zeu
fanne

Français

Je veux...
Je ne veux pas...
C'est bon
Bon appétit
Ce n'est pas bon
C'est bon (à manger)
Est-ce bon (à manger)?
C'est beau
Y a-t-il... ?
Il n'y en a pas
Pas de problème
Je ne comprends pas
Je comprends

Je ne me sens pas bien
Je suis malade
Médecin
Hôpital
Attention !

Oui
Non
S'il vous plaît
Merci
De rien
Pardon
Ça ne fait rien
Bonjour
Bienvenue
Au revoir

Pinyin

wǒ yào
wǒ bù yào
hǎn hǎo
mǎnmǎn chī
bù hǎo
hǎo chī
hǎo chī ma ?
hǎo kàn
yǒu
měi yǒu
měi wèntí
wǒ tīng bù dǒng
míngbái le

wǒ bù shǔfū
wǒ bìng le
yīshēng
yīyuàn
xiǎoxīn !

shì
bù shì
qǐng nín
xièxie
búkèqǐ
duìbuqǐ
měiguānxi
nǐ hǎo
huānyíng
zài jiàn

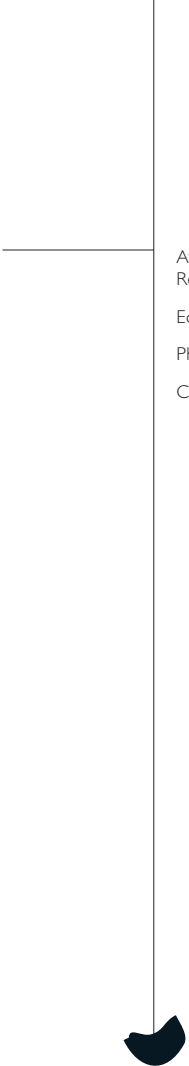
Prononciation

wo yao
wo bou yao
hen hao
Mane mane tcheu
bou hao
haotcheu
haotcheu ma
haocanne
yo
mei yo
mei venti
wo ting bou dong
mingbaille la

wo bou choufou
wo bing la
yicheng
Yi Yuane
xiao sinne

cheu
bou cheu
sing nin
xiéxié
bou keu tchi
dúi bou tchi
mei guanxi
ni hao
houaning
zaidjian





Avec la collaboration de la Communication Interne
Ressources Humaines Hôtellerie Europe, Afrique, Moyen-Orient

Edition mai 2005

Photos Jean-Luc Grillot

Conception et réalisation ID Industry 01 69 36 98 98 Evry