

## **L'ALIMENTATION DES CHINOIS**



Nous avons cherché des informations dans les documentaires sur la Chine et voici ce que nous avons trouvé.

Les Chinois mangent avec des baguettes dans des bols, les aliments sont souvent déjà coupés.

(image de la tenue des baguettes extraite du livre "Ma vie à Pékin au fil des mois ": 1ère page du mois de juin)

Les aliments sont soit cuits à la vapeur dans des paniers comme les raviolis chinois, frits comme les nems et les beignets d'ananas, de banane ou de pomme ou encore sautés comme les nouilles et les légumes comme le chou chinois, les pousses de bambous dans une grande poêle qui s'appelle un wok.

Ils mangent beaucoup de riz, comme le riz gluant et toutes sortes de soupes comme celle aux ailerons de requin.

Ils cuisinent le porc, le canard et le poisson avec des sauces spéciales comme la sauce de soja et aussi de la coriandre, de la citronnelle chinoise, du gingembre.

Ils mangent des fruits comme les mangues, les melons d'eau et les litchis.

Et aussi, ils boivent beaucoup de thé, il en existe plusieurs variétés : vert, noir, blanc, parfumé au jasmin mais les Chinois boivent surtout le thé vert. Il peut se présenter en galette ou en brique.

Au petit déjeuner les Chinois mangent des plats salés.

La Classe 1

(page 2 : copie de la 2ème page du mois de juin de ce même livre qui décrit les plats pris par les Chinois au petit déjeuner.)