

Bienvenue

欢迎



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

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.



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

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*).
- ♥ Etre patient.
- ♥ Eviter 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

### Ingrédients 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

## 虾粤式点心

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



3

- 🍷 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 féculé ainsi que la tête du poisson
- Frirer 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 féculé
- 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 féculé (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

5

- 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

- 🍷 Effeuilier 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



Louis-José Bangard  
SOFITEL  
Paris Forum Rive Gauche

- ✎ 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 GRISSES en BEIGNETS

## 虾仁煎饼



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 féculé et de levure
- ❖ Repasser les crevettes préparées dans la féculé sèche
- ❖ Bien les séparer en évitant un excès de féculé
- ❖ 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

### Ingrédients pour 6/8 personnes

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



## VOLAILE sauce piquante

### 辣味鸡



Jean-Paul Corbilliet  
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 100g 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, égoutter et réserver
- ✪ Couper le poivron et les piments en lanières et les cuire à la friteuse, égoutter
- ✪ 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

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



Christophe Collet  
MERCURE  
Paris Tour Eiffel Suffren

12



- 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*

## 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  
féculé 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 féculé 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



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*

### 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



## 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 1cm  
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

### 藏红花烤羊排

Ingrédients pour 4 personnes

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



Fabrice Franco  
MERCURE  
Paris Montparnasse

- 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





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



Pascal Bourgeois  
MERCURE  
Paris Roissy CDG

## Ingrédients 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 CARAMÉLISÉES

- 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

wó  
nǐ  
tā  
wǒmen  
nǐmen  
tāmen  
bīngguǎn ou fāndiàn  
fángjiān  
kōngtiáo  
càiguǎn  
chīfān  
càidān  
  
kuàizi  
dāochā  
yī bēi  
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  
qíézi  
fàn

## Prononciation

wo  
ni  
ta  
women  
nimen  
tamen  
Bingouanne ou fannediane  
fangdian  
kongtiao  
tsai guane  
tcheu fane  
tsai dane  
  
kouaídzeu  
daotcha  
Yí beille  
Pijjou  
choui  
liang chouï  
caille chouï  
souan naï  
niou naï  
hong poutaoujou  
bai poutaoujou  
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  
méi wèntí  
wǒ tīng bù dǒng  
míngbái le

wǒ bù shǔfū  
wǒ bing le  
yīshēng  
yīyuàn  
xiǎoxīn !

shì  
bù shì  
qǐng nín  
xièxiè  
búkèqǐ  
duìbuqǐ  
méiguānxi  
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 wèntí  
wo ting bou dong  
mingbaille la

wo bou choufou  
wo bing la  
yicheng  
Yí Yuane  
xiao sinne

cheu  
bou cheu  
sing nin  
xièxié  
bou keu tchi  
dui 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