

144. Les différents sushis (le 19 janvier 2023)

Le sushi, plat emblématique de la gastronomie japonaise, est très largement connu dans le monde entier, notamment en France où de nombreux restaurants asiatiques en proposent. Il est même possible d'en trouver dans les supermarchés parisiens, ce qui prouve que les Français ont de plus en plus tendance à en consommer. Lorsqu'il est question de sushi, la plupart des Français ont en tête le *nigiri-zushi* qui correspond à une petite boulette de riz vinaigré surmonté d'un morceau de poisson cru. Il peut également faire référence au *maki-zushi* qui se présente sous forme d'un rouleau d'algue *nori* entourant du riz vinaigré et farci de poisson cru ou d'autres ingrédients comme du concombre ou de l'avocat. Mais saviez-vous qu'il existe toutes sortes de sushis au Japon en plus des deux cités ci-dessus ?

Le sushi japonais aurait une histoire vieille de plus de 1 000 ans et son ancêtre serait le *nare-zushi*. Il s'agit d'un poisson fermenté grâce au sel et au riz (action de la levure du riz et de la production d'acide lactique). A l'époque où la conservation des aliments n'était évidemment pas possible par réfrigération, cette méthode permettait de préserver le poisson pendant une longue période. Le riz servant à la fermentation n'était pas consommé et il était jeté. Nous sommes très loin des sushis d'aujourd'hui, n'est-ce pas ?

Concernant le célèbre *nigiri-zushi*, sa création remonterait à l'époque d'Edo, au XIXe siècle. Originaire de la ville d'Edo (actuel Tokyo), il était aussi connu sous le nom d'*Edomae-zushi*. Les ingrédients typiques des *nigiri-zushi* comprennent une grande variété de poissons et de fruits de mer. On peut citer par exemple le thon, la daurade, la coquille Saint Jacques, le maquereau mariné au vinaigre ou encore l'anguille cuite avec sa sauce sucrée. Il est fréquent que les *nigiri-zushi* soient accompagnés de quelques *maki-zushi* contenant du concombre ou du thon. Il arrive également que le plat soit servi avec un *gunkanmaki*, un maki en forme de « bateau » qui peut être composé d'œuf de saumon sur du riz.



Le Japon vu en France par nos diplomates de l'Ambassade du Japon

Il est possible que certaines personnes parmi vous aient déjà mangé un *chirashi-zushi* (photo ci-dessous à gauche) ou des *inari-zushi* (photo ci-dessous à droite) dans des restaurants japonais en France ou au Japon. Le *Chirashi-zushi* est constitué à partir de plusieurs garnitures sur du riz vinaigré et parfois parsemé de lamelles d'œuf cuit en omelette en guise de dressage. Quant aux *inari-zushi*, ils sont confectionnés à partir de fines tranches de tofu frit et cuit dans une sauce sucrée salée puis rempli de riz vinaigré.



Autre exemple de sushi traditionnel : le *oshi-zushi*. Le riz vinaigré et la garniture sont placés dans un moule en bois puis tassé à l'aide d'une petite planche. Lorsque le *oshi-zushi* est enveloppé dans une feuille de kaki (plaqueminier du Japon), on parle alors de *kaki-no-ha-zushi* (photo ci-contre). Les feuilles ne sont pas consommées mais elles servent à empêcher le sushi de sécher et elles auraient un effet bactéricide.



Comme vous pouvez le remarquer, il existe de nombreuses sortes de sushis au Japon où chaque région dispose de ses propres spécialités. Certains mets régionaux sont aujourd'hui disponibles dans tout le Japon, tandis que d'autres restent des plats assez rares et seulement trouvables dans leur région respective. Entouré par les eaux, le Japon regorge de produits de la mer et le riz est bien sûr l'aliment de base par excellence de la cuisine japonaise. Les différentes spécialités culinaires ont ainsi élargi la diversité des sushis japonais. Les sushis ne sont pas uniquement des plats succulents à savourer mais ils font partie intégrante de la culture japonaise.