

La cuisine espagnole un éventail de diversité

Texte: Anne Julie van Bever

Pour les Espagnols l'alimentation est la chose la plus importante de leur vie. Ils n'ont pas besoin d'innovation ou de design tendance. Il suffit que la nourriture soit bonne. Chaque région de l'Espagne s'accroche fortement à sa cuisine régionale. Une situation liée surtout aux facteurs climatiques et géographiques, mais l'histoire joue également un rôle important.

Des plats qui nous semblent typiquement espagnols sont, en réalité, un mélange de toutes sortes de cultures, qui ont influencé la cuisine espagnole. Les Grecs ont apporté l'huile d'olive en Espagne, les Romains ont intensifié la culture du raisin et les Carthaginois et les juifs ont chacun apporté quelque chose de leur culture. Toutefois, les Maures ont eu la plus grande influence sur la gastronomie espagnole, durant leurs longues années de domination de 700 à 1200 après Jésus-Christ. Ils ont ajouté des fruits et des épices aux repas espagnols et ont fait des combinaisons de fruits, de noix de viande et de poisson. Le riz qui est si typique de la cuisine espagnole vient tout droit de la culture alimentaire maure.

Grâce à la découverte de l'Amérique en 1492, des denrées alimentaires en provenance du Nouveau Monde sont également arrivées en Espagne et on a commencé à les utiliser dans l'alimentation. Les Espagnols ont dès lors commencé à goûter la vanille, le chocolat, la tomate, différents types de haricots et de pommes de terre. Tous ces produits sont aujourd'hui des ingrédients importants de la cuisine espagnole.



Le secteur de l'alimentation et des boissons est le plus grand secteur industriel de l'Espagne et l'un des premiers piliers de l'économie espagnole. Un Espagnol moyen dépense environ 14 % de ses revenus à l'alimentation et aux boissons. Le pays possède le nombre le plus élevé de bars et de restaurants par habitant de l'UE et le totalise quelque 141 restaurants Michelin.

Celui qui propose l'authentique cuisine espagnole doit s'en tenir à ces repas. Les temps de repas sont nombreux, mais il ne manque jamais rien. Un véritable lieu de divertissement espagnol est ouvert nuit et jour et il y a toujours de quoi manger.

El desayuno (07.00-09.00)

Comme beaucoup d'autres peuples du Sud, les Espagnols n'ont pas grand-chose à voir avec le petit déjeuner, mais ils se rendent volontiers le matin dans leur café de quartier, pour une tasse de chocolat chaud et des churros frits.

El desayuno segundo (10.00-11.30)

Parce que le premier petit déjeuner n'est pas suffisant pour tenir jusqu'au repas de midi, pratiquement tout le monde prend entre 10:00 et 11:30, un deuxième petit déjeuner solide avec du pain, des œufs et de la saucisse.

La comida (14.00-16.00)

On peut faire beaucoup de blagues sur le tempo de la vie en Espagne, mais cela fait du repas de midi un moment très important. Même dans les grandes villes avec leurs restaurants fast-food, les gens rentrent chez eux à midi, pour un bon repas et une sieste relaxante. On reste à table longtemps avec trois ou quatre plats, et le pain et le vin ne peuvent pas manquer.

Dans les restaurants on mange volontiers le menu del día. Ce menu à trois plats remonte à l'époque du général Franco, qui avait figé dans une loi, le fait que tous les travailleurs devaient recevoir un repas nourrissant, à un prix raisonnable, les jours ouvrables.

Faits

- Les Espagnols mangent cinq fois par jour, dont deux fois chaud ; au déjeuner et au souper.
- Les Espagnols sont les plus grands consommateurs de poisson au monde, après les Japonais.
- Pendant les mois d'été beaucoup de magasins sont fermés pendant la sieste. Les plus grands supermarchés et les établissements de l'horeca restent ouverts.

La merienda (16.00-20.00)

Si l'appétit revient tout de même l'après-midi, il y a encore la merienda avec ses tartes, ses petits gâteaux, ses douceurs et son café solo ou café con leche (café noir ou café au lait).

La cena (21.00-23.00)

Le repas du soir commence, la plupart du temps, après dix heures. À la maison on se contente d'un repas léger, mais les Espagnols aiment bien profiter de ce moment pour aller flâner. De bar en bar, boire un ou plusieurs verres et manger quelques paires de ces irrésistibles tapas espagnols. Les petits tapas espagnols, ou bien la grande parade des nombreuses spécialités espagnoles, sont la marque d'un style de vie espagnol convivial et varié. Manger des tapas est un rituel qui revient tous les jours. Les petites bouchées ont une place spécifique dans la vie des citadins et épicuriens espagnols.

