



**LA CORÉE DU SUD** est aussi une destination gastronomique.

# Séoul, bien dans son assiette



**TRAITEUR** Tous ces mets sont en vente à l'emporter.



**CANTINES** On vient au marché pour s'approvisionner et se sustenter.



**DÉGUSTATION** Ces bouchées coréennes font office de tapas.



**KINCHI** Préparation traditionnelle du chou fermenté.



**DONGDAEMUN** Le district du prêt-à-porter et du prêt-à-manger.

**BERNARD PICHON**, TEXTE ET PHOTOS

A peine débarqué dans la capitale sud-coréenne, comment ne pas être saisi par les perspectives et la propreté des grandes avenues, les audaces architecturales, le fourmillement d'une population de plus de 10 millions d'âmes intra muros? Moins chaotique que Manille ou Bangkok – plus comparable, au premier coup d'œil, à Singapour ou Hong-Kong – la mégapole invite à une exploration tous azimuts de ses différents quartiers, dans un sentiment de parfaite sécurité.

Au centre-ville, l'arrondissement de Myeongdong constitue l'épicentre du tourisme, du shopping, de la finance et de la culture. Insadong attire plutôt pour son artisanat (céramiques), Sinchon pour sa jeunesse (voisins universités) et Itaewon pour ses bars et discos, pris d'assaut le soir venu. Les yuppies s'éclatent à Gangnam.

Tous ces quartiers – et les autres – ont en commun l'omniprésence des restaurants, fast-foods, steakhouses, aires de stands divers et autres cantines dressées à même le trottoir, témoignant de l'irrésistible habitude – finalement très asiatique – de grignoter à toute heure du jour et de la nuit. Autant dire que le visiteur occidental aura largement de quoi satisfaire la curiosité de ses papilles.

**Subtiles saveurs**

Le pays est salué pour la variété et la qualité de sa gastronomie, distinguée de celle de ses voisins – notamment la Chine et le Japon – par un recours im-

modéré à l'ail, au sésame – sous forme d'huile et de graines – et surtout à l'incantable kimchi, véritable emblème de la cuisine nationale. Il s'agit à l'origine d'une technique de conservation des légumes préparés avec différents ingrédients – plutôt pimentés – soumis à fermentation dans des pots de terre. On trouve partout la recette rougeâtre à base de choux, servie avec des mets intégrant une grande variété de légumes, fruits de mer, champignons sauvages, etc.

Aliment basique, le Bap se compose généralement de riz cuit à la vapeur, alors que le très ancien Juk – à base de céréales longtemps mijotées dans cinq à sept fois leur volume d'eau – est réputé fortifiant. Les nouilles locales sont faites de pâte dont on confectionne de longs rouleaux. C'est leur consommation qui a introduit l'usage des baguettes en Corée. Tous ces plats et accompagnements se partagent sur la table, chaque convive disposant en général d'un bol de riz et d'un autre de soupe.

**Sur le gril**

Les Coréens ont leur propre version du barbecue: le bulgogi, consistant en une viande de bœuf ou de porc marinée puis grillée sur des braises. On l'enveloppe volontiers dans une feuille de salade avec du riz et quelques accom-

pagnements: pâte de soja au chujang, feuilles de sésame fraîches, ail cru entier.

Et la gastronomie internationale dans tout ça? Bien sûr, la nourriture coréenne reste



**À RAMENER DANS LE SAC**

C'est en Corée que l'on cultive le meilleur ginseng, réputé stimulant du système nerveux et tonique pour la résistance physique. La feuille d'algue est également convoitée par les amateurs d'alimentation naturelle. La récente ouverture de nouveaux salons de thé – comme le très design Life Reborn – témoigne de l'engouement permanent pour les différentes variétés coréennes: les nokcha (thé vert), yulmucha (boissons laiteuses aux grains de yulmu), omijacha (à base de baies d'une plante grim-pante), insam tcha (thé au ginseng), etc.

Autrefois, chaque foyer coréen avait pour coutume de faire son vin selon sa propre méthode. Les crus locaux se caractérisent par leur goût frais et leur association harmonieuse avec les mets. On en trouve dans les grands magasins et quelques boutiques hors taxe à l'aéroport. ● BP

**PRATIQUE**

**Y ALLER**  
Souvent distinguée pour l'excellence de sa classe business, Korean Air relie sans escale Zurich à Séoul. On peut y tester des saveurs coréennes.  
www.koreanair.com

**RÉSERVER**  
Tourasia – le spécialiste suisse des destinations asiatiques – vient d'ouvrir une ligne téléphonique spécialement dédiée à la clientèle francophone. www.tourasia.ch

**SE RENSEIGNER**  
www.visitkorea.or.kr

**LIRE**  
Corée du Sud (Editions Lonely Planet)