



Les fruits et les légumes japonais de Madame MO : venez vous régaler !

par [Alice Monard](#) · 14 septembre 2015

Après *Les fêtes japonaises* paru aux éditions Picquier jeunesse en 2013, Madame MO (Agnès Lafaye pour les textes et Pascale Moteki pour les illustrations) revient ce mois-ci avec un très beau livre sur les fruits et les légumes japonais. Avec toujours le même concept : tout au long de l'année, des histoires, des recettes et des petits bricolages pour que les enfants puissent découvrir, goûter et créer. Pour l'occasion, Agnès et Pascale ont accepté de répondre à quelques questions.

Des fruits, des légumes, et la vie nippone qui va avec



Ce beau livre très coloré est découpé en saisons, et comme c'est le cas traditionnellement au Japon, il commence par le printemps. Une double page présente, comme un herbier, les fruits, légumes et herbes de la saison (nom en français, prononciation japonaise et écriture japonaise). Si certains sont connus des enfants français (carotte, brocoli, cerise, radis, fraise ou épinard), d'autres fascineront à coup sûr le jeune lecteur : pousse de fougère (warabi), armoise (yomogi), tiges de pétasite (fuki) et autres plantes bien vertes.

Chaque saison est divisée en mois, chaque mois est introduit par un haïku de Bashô. Puis commence l'histoire qui illustre ce mois. En l'occurrence, le livre est centré autour du restaurant de Norio et Yoko. Norio cuisine les légumes avec soin et passion, Yoko décore ce petit restaurant de quartier et accueille les clients. Il y a les clients réguliers, les amis, la famille. Une ambiance très chaleureuse qui donne envie de venir y déguster des plats simples, frais et de saison.

Au fil des pages, le lecteur découvre le jardin de Norio et Yoko, le marché, la forêt où poussent de délicieux champignons, il croise un vendeur de tofu, une critique gastronomique, le tout dans la joie et la bonne humeur.

Les histoires donnent l'eau à la bouche, et c'est tant mieux, car dès l'histoire finie, les recettes détaillées permettent de réaliser ce que Norio a cuisiné. Avec des ingrédients simples, que chacun peut désormais trouver facilement (épicerie asiatique, magasin bio, maraîcher près de chez soi), les enfants pourront cuisiner les légumes à la japonaise et leur trouver un goût nouveau, surprenant, qui les amènera à savourer épinards, brocolis, aubergines, pêches et bien d'autres délices. De quoi changer leur vision des légumes !

Et il y a même la recette du fameux Melon Pan ...

Il y a également des bricolages simples et nécessitant peu de matériel, qui permettront souvent de décorer la table : fabriquer des champignons à partir de radis, des tulipes à partir de carottes et de concombres, mais aussi réaliser des pompons en forme de fraise, des pêches en origami, des sous-verre ou des étuis à baguettes, des bougies mandarines, sans parler de la leçon de gymnastique ou du bain au yuzu !

Des heures de lecture, de cuisine et de bricolage tout au long de l'année !

Rencontre autour du potager...

Agnès et Pascale ont bien voulu répondre à quelques une de nos questions.

Journal du Japon : Après les fêtes japonaises, comment est venue l'idée des fruits et légumes ?

Agnès : La structure du premier livre (histoires, bricolages et recettes de cuisine) était toute indiquée pour nous lancer dans la cuisine ! Et le travail de Norio est très inspirant. Nous avons choisi les fruits et les légumes pour l'esthétisme, le goût, la diversité, et parce qu'ils occupent une place centrale dans la cuisine japonaise : ils constituent une autre manière de partir à la découverte du Japon.

Les descriptions du travail de Norio, le cuisinier, sont très précises, vous avez dû passer des heures à observer un cuisinier travailler ?

Agnès : Ce fut passionnant !!! Le marché, les producteurs, les fournisseurs qui passent livrer au restaurant, le travail minutieux du chef et la magie de l'inspiration au quotidien. Nous avons passé de longs moments silencieux et vécu avec bonheur les heures tumultueuses du service !

Le livre tourne autour du restaurant de Norio et Yoko, petit restaurant de poche comme il en existe beaucoup au Japon. Avez-vous des souvenirs de petits restaurants japonais à offrir aux lecteurs de Journal du Japon ?

Pascale : Je me souviens d'un mini restaurant tout en longueur dans le quartier de Yoyogi. Pour entrer, il fallait faire glisser une baie vitrée sur laquelle les gens au comptoir étaient adossés !! On tentait de se faire une petite place au comptoir et on était en direct avec les cuisiniers qui s'affairaient à quelques 50 cm de nos yeux ! Soupes miso en tous genres, poissons séchés, riz et autres condiments, c'était simple, délicieux, bruyant, odorant et fumant. En dégustant mon repas, j'ai eu le sentiment durant un instant d'être une vraie Tokyoïte !

Parmi les nombreux fruits et légumes que vous présentez dans le livre, quel est votre préféré ? Et votre recette préférée ?

Pascale : J'aime tous les légumes, sans exception ! J'ai cependant un petit faible pour les champignons et la recette des Gyoza d'automne, un délice !!! Côté fruits, c'est la châtaigne et la recette de Manju qui me ravie à tous les coups !

Agnès : J'aime aussi tous les légumes et j'ai profité de ce livre pour planter quelques légumes japonais dans mon jardin. Je me suis régalée des daikon râpés au gingembre et j'attends avec impatience la récolte des satsuma-imo pour confectionner les douceurs à la patate douce que j'adore !

Quel message voulez-vous faire passer auprès des enfants qui rechignent parfois à manger des légumes ?

Pascale : Il faut être curieux des légumes ! Il existe tellement de variétés ici en France, au Japon ou ailleurs, qu'il est impossible de s'ennuyer en mangeant des légumes ! La forme, la couleur, le goût et mille manières de les préparer, on peut être surpris jusqu'à la fin de sa vie par les légumes !!! Et on ne parle même pas des bienfaits des légumes sur la santé !

Un troisième volume est-il envisagé ? Avez-vous un sujet qui vous tient à coeur et que vous voudriez traiter ?

Pascale : A la fin de ce second volume, on apprend que Plüq et son amoureux Takumi partent en vacances. « *J'aimerais faire découvrir à Plüq la richesse de notre culture et l'exotisme des îles japonaises !* » explique Takumi. Le sujet du troisième volume est donc là : « *Les îles japonaises* » !