



## Nourriture américaine aux Usa Etats Unis

Dire que l'Américain moyen mange mal et trop est à la fois vrai et simpliste. Chaque province a ses particularités culinaires : cuisine plutôt bio et végétarienne en Californie, basée sur les viandes grillées dans les états du Sud, en sauce et avec beaucoup de légumes dans le Tennessee et la Géorgie, créole en Louisiane, cosmopolite et débridée à New York... On trouve de tout et à tous les prix. Sans oublier la foule de snacks.

## Breakfast

Pour le petit déjeuner on peut vous servir un vrai repas, convivial, copieux et varié. La carte est souvent longue comme le bras avec, au choix, jus de fruit, céréales, hash browns (pommes de terre rapées et grillées), pancakes (petites crêpes épaisses) ou pain perdu qu'on appelle ici French toast et non "lost bread", et bien sur des œufs.

## Lunch

Dans certains restaurants, les mêmes repas coûtent beaucoup plus cher le soir que le midi, surtout si le cadre est joli. Il est donc conseillé de bien manger le midi, quitte à casser une toute petite graine le soir.

Les today's specials, sont les plats du jour. En général, il y en a deux ou trois et ils sont affichés à l'entrée du restaurant.

Pensez à goûter aux nombreuses sauces (dressings) qui accompagnent les salades et changent de notre classique vinaigrette (Italian dressing, la French dressing, blue cheese, thousand island, Caesar, Ranch )

Certains restos proposent des All you can eat ("tout ce que vous pouvez manger"). Pour une poignée de dollars, vous vous en mettez plein la lampe et encore plus. Une bonne manière de goûter à tout.

## Brunch

Les samedi et dimanche matin, il est bon de prendre un brunch. Après la grasse matinée, il est trop tard pour le petit déjeuner mais on a trop faim pour attendre l'heure du déjeuner. Ainsi, bon nombre de restaurants servent, vers 11 h, le brunch, formule bâtarde entre le breakfast et le lunch.

## Spécialités

1. La viande : la viande de bœuf est de premier ordre. Le prime rib est la viande la plus tendre dans le boe;uf.  
Quand on souhaite un steak "bien cuit", on le demande well done. En revanche, medium signifie "à point", et "saignant" se dit rare.
2. Le hamburger : il n'a pas là-bas la détestable image qu'on en a chez nous. Les vrais restos de hamburgers servent des viandes fraîches, tendres et moelleuses, prises entre deux tranches de bon pain frais.

3. Le sandwich que nous connaissons en Europe s'appelle en américain cold sandwich. à ne pas confondre avec les hot sandwiches, qui sont de véritables repas chauds avec hamburgers, frites et salade, donc bien plus chers.
4. Le peanut butter : le beurre de cacahuète que les américains utilisent dans tous leurs sandwiches.
5. Les desserts : les plus connus sont les carrot cakes (gâteaux aux carottes), les cheese cakes (gâteaux au fromage blanc) mais aussi les chocolate cakes, apple pies, pecan pies (à la noix de pécan), pumpkin pies à l'automne (tarte au potiron, en période d'Halloween), etc...
6. Il y a aussi la cuisine Mexicaine, très présente dans le sud ouest et délicieuse.

## Boisson

### Alcool

Les Etats-Unis ont, paradoxalement, une politique de l'alcool très prohibitive. On vous demande quasiment toujours votre passeport si vous voulez acheter une simple bière ou une bouteille de vin au supermarché ! Il est d'ailleurs conseillé de ne pas sortir sans son passeport car certains bistrots l'exigeront.

**NB** : Dans les réserve indiennes l'alcool est interdit.

- Age minimum : on ne vous servira donc pas d'alcool si vous avez moins de 21 ans
- Vente et consommation surveillées : de même, dans la plupart des états, il est strictement interdit de boire de l'alcool dans la rue.
- Vins : on trouve de bons petits vins californiens.
- Bière : Il y a beaucoup de bonne bière aux Usa. A vous d'essayer selon vos goûts.

### Boissons non alcoolisées

- Eau glacée : dans les restaurants, la coutume est de servir d'emblée un verre d'eau glacée à tout consommateur.
- Le matin : les traditionnels cafés et thés du breakfast. Demandé plutôt un expresso car le café est, comment dire, "BEURKKKKKKKKK".



## Nourriture américaine aux Usa Etats Unis