

Bibimbap

Apprendre le coréen par la cuisine

40 recettes pour progresser en s'amusant

ARMAND COLIN

Easy & Fun Korean Recipes by Darakwon, Inc.
Copyright © 2022, Yun Ji-yu
All rights reserved.

French Language Translation Copyright © 2023, Armand Colin

This translated version is published by arrangement with Darakwon, Inc.

Les fichiers vidéo et audio sont téléchargeables à l'adresse suivante :
<https://www.dunod.com/EAN/9782200635213>

Mise en pages : Nord Compo

© Armand Colin, 2023
Armand Colin est une marque de Dunod Éditeur
11, rue Paul Bert, 92240 Malakoff
www.dunod.com

ISBN 978-2-200-63840-5

Yun Ji-yu

Bibimbap

비빔밥. 요리로 배우는 한국어

Apprendre le coréen par la cuisine

40 recettes pour progresser en s'amusant

Traduction française de Lucile Rusu

ARMAND COLIN

전 세계적으로 드라마와 가요에서 시작된 한류의 열풍은 음식, 언어, 문화 산업 등 다양한 분야로 확산되고 있습니다. 특히 집에서 여가를 보내며 직접 요리를 하려는 사람들이 많아지면서 한국 음식을 만들어 보고, 맛보고 싶어 하는 외국인들 역시 점점 늘어나고 있습니다.

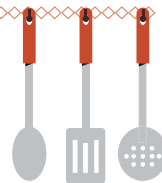
〈Bibimbap. Apprendre le coréen par la cuisine〉는 이러한 경향을 반영하여 한국 음식을 직접 만들어 보면서 한국어를 배울 수 있도록 구성한 책입니다. 앞서 필자가 집필한 〈Hangeul : Lire, écrire, comprendre et prononcer le coréen en s'amusant〉이 전세계 초급 한국어 학습자들로부터 많은 인기를 얻은 것에 감사하며, 초급 한국어 학습자들이 좀 더 재미있게 한국어를 공부할 수 있는 방법을 고민하다가 이 책을 집필하게 되었습니다.

〈Bibimbap. Apprendre le coréen par la cuisine〉는 외국인들의 선호도가 높은 한국 음식을 중심으로 총 40개의 요리 목록을 선정하고 이를 재료별로 나누어 제시했습니다. 그리고 각 요리마다 필요한 재료와 만드는 방법을 상세히 소개하여 관련 어휘를 익히고 한국어 표현을 연습해 볼 수 있도록 했습니다. 또한 한식의 조리법이 낯설거나 자세한 과정을 확인하고 싶은 학습자들을 위해 조리 과정을 동영상으로 제공하였습니다. 교재 구성에 맞춘 조리 과정을 차근차근 따라가다 보면 어느새 한국 요리와 한국어에 익숙해질 수 있을 것입니다.

한국어 교육자로서 요리가 중심이 된 책을 쓴다는 것이 쉬운 일은 아니었습니다. 원고를 쓰고, 그에 맞춰 직접 요리하는 과정을 동영상과 사진으로 촬영하는 것은 많은 시간과 노력을 필요로 하는 일이었습니다. 그만큼 이 책을 통해 한국 음식과 한국어에 관심을 가지고 계신 많은 분들이 '한식'을 직접 만들어 보고 그 맛을 경험할 수 있는 좋은 계기가 될 수 있기를 바랍니다.

이 책이 완성되기까지 용기를 주시고 응원해 주신 부모님께 감사드립니다. 특히 어릴 때부터 재료 다듬는 법부터 요리의 과정을 틈틈이 일러 주셨던 어머니의 가르침에 감사드립니다. 또한 이 책이 출간될 수 있도록 끝까지 함께 해 주신 다락원 한국어 출판부 편집진께도 감사의 마음을 전합니다.

윤지유



La vague coréenne (*hallyu*), qui s'est diffusée dans le monde entier par le biais de séries télévisées et de la musique, continue de s'étendre à divers domaines, notamment l'alimentation, la langue et les industries culturelles. Et de fait, comme de plus en plus de gens passent leur temps libre à la maison et cuisinent pour eux-mêmes, le nombre d'étrangers préparant et goûtant des plats coréens est en nette augmentation.

Reflet de cet engouement, ***Bibimbap. Apprendre le coréen par la cuisine*** est un livre conçu pour vous aider à apprendre le coréen tout en cuisinant des plats coréens. J'ai écrit ce livre encouragée par le succès du précédent, ***Hangeul. Lire, écrire et prononcer le coréen en s'amusant***, auprès des débutants du monde entier dans l'apprentissage du coréen. Je voulais trouver un moyen de rendre l'apprentissage du coréen encore plus divertissant pour ceux qui en commencent l'étude.

J'ai organisé ***Bibimbap. Apprendre le coréen par la cuisine*** autour d'une liste de 40 plats coréens, classés selon leur ingrédient principal, parmi les plus populaires à l'étranger. Pour chaque plat, les ingrédients nécessaires et la méthode de préparation sont présentés en détail pour vous faciliter l'apprentissage du vocabulaire requis et la pratique des expressions coréennes. Et pour les lecteurs qui ne sont pas familiers avec les méthodes de cuisine coréenne ou qui veulent vérifier les étapes plus en détail, des vidéos du processus de cuisson sont fournies. Si vous suivez les étapes des recettes du livre, vous vous familiariserez rapidement avec la cuisine et la langue coréennes.

En tant qu'enseignante de coréen, écrire un livre sur la cuisine n'a pas été une tâche facile. Il a fallu beaucoup de temps et d'efforts pour rédiger le manuscrit et prendre des vidéos et des photos du déroulé des recettes. J'espère que ce livre incitera de nombreuses personnes intéressées par la cuisine et la langue coréenne à s'essayer à la préparation de nourriture coréenne et à en découvrir les saveurs.

Je remercie mes parents pour leur encouragements et leur soutien tout au long de la réalisation de ce livre. Je remercie en particulier ma mère, qui m'a appris dès mon plus jeune âge la préparation des ingrédients et le processus de cuisson. Je voudrais également remercier l'équipe éditoriale de la maison d'édition coréenne Darakwon pour m'avoir soutenue jusqu'au bout afin que ce livre puisse être publié.

Yun Ji-yu

COMMENT UTILISER CE LIVRE



음식 소개 ◆ Présentation du plat

각 요리의 첫 페이지는 완성 음식 사진과 함께 해당 요리에 대한 간략한 설명을 제시하여 요리에 대한 이해를 높였습니다. 총 40가지의 요리는 고유 명사 명칭으로 표기됩니다.

La première page de chaque recette fournit une image du plat terminé et une brève description pour en faciliter la compréhension. Le nom de chacun des 40 plats est proposé en coréen transcrit pour permettre à l'apprenant de découvrir le nom authentique du plat qu'il prépare.

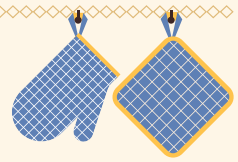
저자가 직접 진행한 해당 요리 영상은 QR 코드를 통해 확인할 수 있습니다.

Une vidéo de l'auteur préparant personnellement le plat présenté est accessible via un QR code.



◆ BIBIMBAP ◆

Le *bibimbap* est un plat de riz garni de divers légumes et viandes et agrémenté de *gochujang* ou de sauce soja. Au lieu de *bibimbap*, on l'appelait autrefois *gol-dong-ban*, ce qui signifie « mélange vertigineux ». Le *bibimbap* est un plat représentatif de la cuisine coréenne, populaire en Corée et à l'étranger. Comme il est laborieux de préparer les légumes assaisonnés, vous pouvez les remplacer par des légumes sautés et du *gochujang*.



한식 요리의 기본 ♦ Les bases de la cuisine coréenne

총 40가지의 요리가 수록되어 있습니다. 각 요리를 배우기 전에 알아두어야 할 한식 요리의 기본인 '썰기, 조리 용어, 계량, 양념' 등에 대한 내용과 한식 상차림의 기본인 '김치'와 '밥 짓기'의 내용을 담았습니다.

Contient un total de 40 plats différents. Comprend des informations sur les techniques de coupe, les termes de cuisson, les mesures, l'assaisonnement et d'autres étapes incontournables avant d'apprendre la confection de chaque plat, ainsi que des informations sur le kimchi et la fabrication du riz, sans oublier les étapes du dressage d'une table coréenne.

재료 INGREDIENTS

2인분 (Served 2)

밥 2공기 (400g) 2 bowls
(400 grams) of steamed rice
소고기 150g 150 grams of beef
당근 1/3개 1/3 carrot
애호박 1/3개 1/3 Korean squash
표고버섯 4개
4 shiitake mushrooms
양파 1/2개 1/2 onion
참기름 1큰술
1 tablespoon sesame oil
달걀 2개 2 eggs
소금 약간 a pinch of salt
식용유 2큰술
2 tablespoons cooking oil

Sauce & Marinade

소고기 양념 BEEF MARINADE

간장 1큰술 1 tablespoon soy sauce
설탕 1/2큰술 1/2 tablespoon sugar
다진 마늘 1/2작은술
1/2 teaspoon crushed garlic
참기름 1/2큰술
1/2 tablespoon sesame oil
후춧가루 조금
a pinch of ground black pepper

시금치 나물 SHIMCHICH NAEMUL

시금치 150g 150 grams of spinach
간장 2작은술 2 teaspoons soy sauce
참기름 1작은술
1 teaspoon sesame oil
깨소금 약간 a pinch of ground sesame

비빔 고추장 비빔 간장 비빔간장 BIBEOM GOCUJANG

고추장 2큰술 2 tablespoons soy sauce
비빔간장 1/2큰술 1/2 tablespoon sugar
참기름 1큰술
1 tablespoon sesame oil

비빔 간장 BIBEOM GOCUJANG

간장 2큰술 2 tablespoons soy sauce
설탕 1/2큰술 1/2 tablespoon sugar
참기름 1큰술
1 tablespoon sesame oil

준비 PREPARATION

- 소고기는 가능케 썰거나 다진 고기를 이용한다.
Cut beef into thin slices or use ground beef.
- 당근, 양파, 표고버섯은 채를 썰고, 호박은 반달썰기 한다. 시금치는 다듬어 씻는다.
Slice the carrots, onions, and shiitake mushrooms, and cut the Korean squash into half-circle slices. Trim and clean the spinach.
- 채소 재료는 다른 채소로 대신하거나 해도 된다.
Vegetables can be substituted with others or omitted.

요리 COOKING



- 1 소고기에 고기 양념을 모두 넣고 무쳐서 재워 둔다.
Add all the marinade to the beef, season it, and leave it to rest.
- 2 시금치는 끓는 물에 1-2분 정도 데쳐서 찬물에 헹구고 물기를 꼭 짤다. 그 다음 간장, 참기름, 깨소금을 넣고 무친다.
Blanch the spinach in boiling water for 1-2 minutes, rinse with cold water, and squeeze well. Then season with soy sauce, sesame oil, and ground sesame.
- 3 당근, 양파, 표고버섯, 호박은 각각 팬에 기름을 두르고 소금을 뿌려 살짝 볶는다.
Cook the pan in oil, then lightly stir-fry the carrots, onions, shiitake mushrooms, and Korean squash separately, sprinkled with salt.
- 4 재워 둔 소고기는 프라이팬에 볶는다.
Stir-fry the marinated beef in a frying pan.
- 5 비빔 고추장 또는 비빔 간장 재료를 모두 섞어 양념장을 만들고, 달걀프라이를 만든다.
Mix all the bibeom gochujang or bibeom soy sauce ingredients to make a sauce, and fry an egg.
- 6 그릇에 밥을 담고 볶은 채소들과 소고기를 담고 달걀프라이를 올린다. 그 위에 참기름을 넣고 비빔 고추장 또는 비빔 간장을 곁들여 비빈다.
Fill a bowl with steamed rice, add the stir-fried vegetables and beef, and place the fried egg on top. Top with sesame oil, and then garnish with bibeom gochujang or bibeom soy sauce and mix.

재료 소개 ♦ Présentation des ingrédients

각 요리의 재료를 한·영 병기로 표기하고, 양념장 등은 따로 하단에 분리하여 제시하였습니다.

Les ingrédients de chaque plat sont écrits en coréen et en français. Les condiments et autres accompagnements sont précisés séparément en bas de la page.

재료별 요리 구분 ♦ Plats classés par ingrédients

총 6가지의 재료 구분은 오른쪽 상단에 숫자와 색상으로 인덱스처럼 구분할 수 있게 했습니다.

Les 6 catégories de mets sont identifiées par un onglet avec un numéro et une couleur dans le coin supérieur droit.

요리 과정 ♦ La préparation

요리는 준비 과정에 이어서 요리 본 과정을 각 단계별로 사진 자료와 함께 제시하여 보고 따라할 수 있도록 했습니다.

Après la sélection des ingrédients, le processus de préparation est détaillé avec des photos à chaque étape, afin que vous puissiez regarder et suivre.

어휘 ◆ Vocabulaire

해당 요리에서 배울 수 있는 재료와 요리 표현 어휘를 제시하였습니다. 각 재료에 대한 사진 자료와 간단한 설명으로 이해를 높였으며, 요리 표현에서는 예문을 함께 넣었습니다.

Nous avons listé les ingrédients et le vocabulaire culinaire à apprendre à l'occasion de chaque plat, avec des photos et de courtes descriptions de chaque ingrédient pour vous en faciliter la compréhension. Des exemples de phrases utilisant les expressions culinaires sont également proposés.

QR 코드로 각 재료명과 표현, 예문의 음성 녹음도 바로 확인할 수 있습니다.

Vous pouvez utiliser les QR codes pour vérifier la prononciation de chaque ingrédient, expression culinaire ou exemple proposés à l'aide d'un fichier audio associé au manuel.



Vocabulaire

재료 INGRÉDIENTS

시금치 [sigeumchi] épinards



note

Les épinards, qui contiennent de nombreuses vitamines variées, sont consommés assaisonnés ou bouillis dans la soupe, et sont également utilisés comme ingrédient mineur dans les japchae, gimbab, bibimbap, etc.

참기름 [chamgireum] huile de sésame



note

Les graines de sésame sont grillées et pressées, ce qui rend leur arôme savoureux et fort. On utilise l'huile de sésame pour aromatiser certains plats.

요리 CUISINE

Forme infinitive	Signification	Exemples
비비다 [bibida]	mélanger	• 비빔밥은 밥에 채소를 넣고 비비세요. Pour le bibimbap, mettez les légumes sur le riz et mélangez. • 국수에 간장을 넣고 비비면 맛있어요. Si vous ajoutez de la sauce soja aux nouilles et que vous mélangez, elles auront bon goût.
무치다 [muchida]	assaisonner	• 소고기를 양념에 무쳐서 재워 두세요. Assaisonnez le bœuf avec la marinade et laissez mariner. • 시금치를 간장과 참기름으로 무치세요. Assaisonnez les épinards avec de la sauce soja et de l'huile de sésame.
만들다 [mandeulda]	faire, fabriquer	• 양념장을 만드세요. Faites la marinade. • 비빔 고추장을 만들어서 곁들이세요. Utilisez la sauce de gochujang comme garniture.

58

부록 ◆ Appendice

본문 요리에서 영어 번역만 들어간 각 요리 소개와 'Parlons coréen !'의 한국어 문법 설명에 대한 한국어 원문을 정리하였으며, 각 요리의 'Vocabulaire' 색인을 제시하였습니다.

Pour compléter les traductions françaises fournies avec chaque recette, nous vous proposons également le texte coréen introduisant chaque plat, ainsi que le texte coréen original de « Parlons coréen ! » donnant des explications relatives à la grammaire coréenne. Nous vous proposons également un index du vocabulaire de chaque plat.



TABLE DES MATIÈRES

Préface.....	4
Comment utiliser ce livre.....	6
Table des matières.....	10
Les bases de la cuisine coréenne	13

Recettes coréennes



김치찌개 Kimchijigae.....	22
김치볶음밥 Kimchi-bokkeumbap.....	26
김치전 Kimchijeon.....	30
김치찌개 Kimchijim.....	34
배추김치 Baechukimchi.....	38



떡볶이 Tteok-kkochi.....	44
떡볶이 Tteokbokki.....	48
궁중떡볶이 Gungjungtteokbokki.....	52
비빔밥 Bibimbap.....	56
김밥 Gimbab.....	60



달걀말이 Dalgymari.....	64
계란찜 Gyeranjjim.....	68
두부부침 Dububuchim.....	72
두부김치 Dubukimchi.....	76
순두부찌개 Sundubujigae.....	80