

Jeudi 02 mars, la cantine du lycée a proposé aux élèves un plat traditionnel ukrainien : Le Borsht.

C'est une élève ukrainienne Alesii Stepanova âgée de dix-neuf ans qui habite à Pertuis avec sa maman et son frère depuis Septembre 2022 qui est à l'origine de ce projet accompagnée de sa professeure de FLE (Français Langues Etrangères), Adélaïde FRANCOIS. Actuellement en classe de terminale, elle suit des cours d'anglais, d'arts plastiques, d'EPS et de FLE. C'est dans cette matière qu'elle a travaillé sur la recette du Borsht et que l'idée de partager ce plat qui a été inscrit en juillet 2022 sur la Liste du patrimoine immatériel de l'UNESCO a fait son chemin.

Ce fût un véritable travail collaboratif avec toute l'équipe de la cuisine chapeautée par « le chef cuisinier Mathieu » qui a réalisé ce plat ukrainien en grande quantité qui eut un véritable succès auprès des élèves et du personnel.

Un peu d'histoire pour présenter ce plat : la première mention documentée du Borsht ukrainien fait référence au journal d'un agent commercial allemand nommé Martin Gruneweg qui, lors d'un voyage d'affaires à Kyiv (Kiev) en 1584 avec ses collaborateurs marchands, s'est arrêté pour la nuit au-dessus de la rivière Borshchivka (Borshchahivka). Les habitants ont expliqué aux invités l'origine du nom de la rivière par le fait qu'un marché destiné au Borsht et à ses ingrédients de fabrication était situé à cet endroit autrefois. Cependant, le marchand doutait de l'existence d'un tel marché dans son journal ; pour lui c'était étrange que les habitants de Kyiv aillent si loin du centre ville pour acheter du Borsht car déjà à cette époque tout le monde préparait son Borsht à la maison, ceci étant la nourriture quotidienne .

Des noms de famille dérivés du mot Borsht sont apparus dans la première moitié du XVIIème siècle : Borshchovskyu, Borshch, Borshchenko. Dans le dictionnaire de la langue ukrainienne de Borys Grinchenko de 1907, il y a plus d'une douzaine de mots qui sont également issus du nom du plat : Borchychook, Borschysko, Borschovnytsia, etc. Il existe de nombreuses références d'archives qui confirment que le Borsht a été apprécié à la fois par les Ukrainiens ordinaires et les responsables gouvernementaux célèbres pendant des siècles . L'histoire du Borsht est donc continue et riche !





Ingrédients pour 4 personnes :

- Choisissez la viande que vous préférez utiliser : 300 g de bœuf, de porc ou de 2-3 cuisses de poulet
- 5 à 7 pommes de terre
- 2 carottes
- 2 oignons
- ½ chou blanc
- 2 betteraves cuites
- Pâte de tomate - 1-2 c. l Vous pouvez remplacer 2 ou 3 par des tomates fraîches ou en conserve, en retirant la peau, en les frottant sur une grande râpe, puis en les passant au tamis.
- 1 cuillère à soupe de sel
- 1 cuillère à soupe de vinaigre
- 1-2 gousses d'ail
- des herbes de Provence
- 1 feuille de laurier
- De l'aneth

PROCESSUS DE CUISSON

- Coupez la viande en petits morceaux, plongez-la dans 2 litres d'eau froide. Écumez dès les premiers bouillons puis ajoutez le bouquet garni et la feuille de laurier. Laissez cuire 1h30 heures à feu régulier, ou 45 minutes en autocuiseur.

Salez et poivrez.

- Pendant ce temps, nettoyez et lavez les légumes. Émincer l'oignon, couper les carottes en julienne, le chou et les betteraves en fines lamelles, et les pommes de terre en petits cubes.

- Faites chauffer l'huile de tournesol dans une poêle versez les oignons et faites les cuire durant 2-3 minutes, ajoutez ensuite les carottes et une betterave râpée puis la pâte de tomate (ou le jus de tomate ou les tomates) et mélangez.

- Avec le bouillon et la viande ajouter les pommes de terre et l'autre moitié des carottes. Lorsque le bouillon recommence à bouillir, ajouter le chou. Cuire à feu moyen puis ajouter l'autre betterave saler, poivrer et cuire pendant environ 10 minutes.- versez le mélange de la poêle dans la casserole avec la viande. Cuire pendant environ 2 minutes. Retirer du feu



et laisser reposer pendant 15-20 minutes.

- Verser la soupe dans des bols, proposez du persil à côté et de la crème fraîche (pas obligatoire la crème fraîche)