

Le petit déjeuner anglo-saxon, tout comme le continental, s'exporte donc dans tous les hôtels internationaux. De quoi est-il composé exactement ?



L'*English breakfast* (qui se traduit en français par « pause rapide ») est devenu un symbole national au Royaume-Uni. On commence par des toasts de pain de mie, du beurre et de la marmelade d'oranges amères. Et on mange ensuite des œufs, du bacon, des petites saucisses, des haricots blancs à la sauce tomate (les fameux *baked beans*), sans oublier les champignons au four ou à la poêle et le pudding salé (sorte de boudin noir).

Tout cela est accompagné de thé, bien sûr, souvent adouci par un nuage de lait, et de jus d'orange ou de pamplemousse. Tous les Anglais ne mangent pas autant tous les jours, le repas type étant souvent réservé au week-end.

LE SAIS-TU ?

Il ne faut pas confondre *brunch* et *English breakfast*. Le premier, inventé aux États-Unis, est une contraction des mots *breakfast* et *lunch* (petit déjeuner et déjeuner, en anglais). Il réunit dans un seul repas petit déjeuner et déjeuner, et peut être composé de tout ce qu'on veut, il se prend généralement tard dans la matinée. Le *brunch* est même devenu à la mode en France, où il se déguste généralement le dimanche, lorsque les gens se lèvent plus tard et ont plus de temps.



Le *breakfast* nord-américain, ou l'*American breakfast*, n'a rien à envier à l'anglais. C'est le repas matinal aux États-Unis et au Canada.

Il peut aussi se composer d'œufs, de bacon et de jus de fruits, mais la touche américaine vient des pancakes (sorte de crêpes épaisses) arrosées de sirop d'érable (sève d'un arbre très répandu dans ces pays). Pour varier, des *waffles* (gaufres américaines) ou des *muffins*, sans oublier les *corn flakes* arrosés de lait, sont très consommés pour leur côté pratique.



On mange à la maison, au bureau et même dans la rue. Aux plus pressés les *coffee shops* (littéralement « boutiques de café ») vendent de grands gobelets très caractéristiques de café américain allongé d'eau chaude, des *donuts* (beignets sucrés en forme d'anneau), des *bagels* (petits pains à la garniture salée, également en forme d'anneau) et d'autres sortes d'amuse-bouches.

LE SAIS-TU ?

Selon une légende, le bagel aurait été inventé au XVII^e siècle par un boulanger viennois en l'honneur du roi polonais qui avait sauvé la ville de Vienne de l'invasion turque. Il a voulu donner au petit pain la forme d'un étrier.

