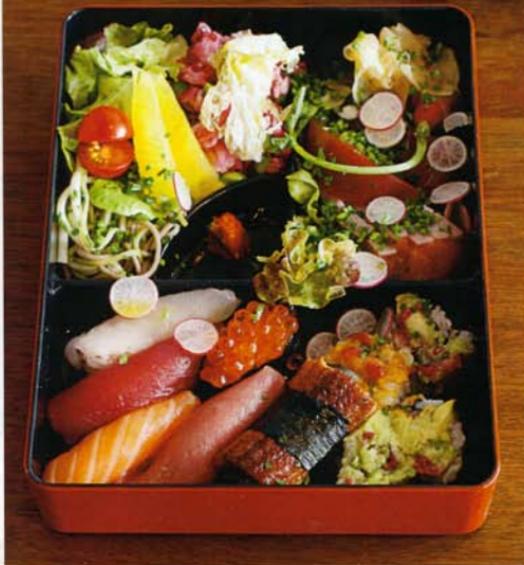
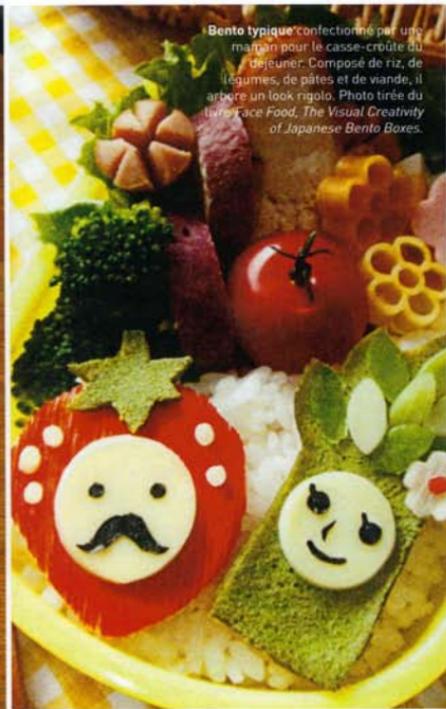


Bento « Kaiseki » composé de sushis, salade, radis, œufs de saumon, tomates jaunes et wasabi maison. Stylisme Hisayuki Takeuchi.



Bento typique confectionné par un maître pour la casse-crûte du déjeuner. Composé de riz, de légumes, de pâtes et de viande, il arbore un look rigolo. Photo tirée de *the Visual Creativity of Japanese Bento Boxes*.



BENTO: L'ART DE LA MISE EN BOÎTE

L'ALTER EGO JAPONAIS DE NOTRE JAMBON-BEURRE, LE BENTO RIGOLO, REVOIT ET CORRIGE NOTRE PAUSE-DÉJEUNER. EN LUI DONNANT DES COULEURS.

PAR LAETITIA RENIEVER • PHOTOGRAPHE CHRISTINE SOLER

Késako ?

Ancré depuis des siècles dans la culture japonaise, le bento est un coffret-repas *stricto sensu*, à emporter au bureau ou à l'école. Comme un jambon-beurre, en beaucoup plus rigolo. Boîte compartimentée sur un ou deux étages, celle-ci est garnie d'aliments rangés avec soin, pour le plaisir des yeux comme des papilles. Au Japon, elles sont partout, que l'on mange sur le pouce ou à restaurant. Beaucoup les confectionnent eux-mêmes, transformant la préparation du déjeuner en « acte créatif ». Les acharnés du genre s'amuse-

nt ainsi à composer de vrais tableaux à base de riz, de concombre, de saumon.

Bentosphère sur blogosphère

Les Françaises en sont folles : il suffit de taper « bento » sur un moteur de recherche pour se rendre compte de l'ampleur du phénomène. Des dizaines de blogs sont en effet consacrés au sujet. Chef de file de ce mouvement mi-artistique mi-gastronomique, Mook alimente quotidiennement le sien sur frenchbento.canalblog.com. Au menu : ses recettes, ses astuces et ses adresses. Cette jeune toquée du bento a fait des

émules. Elles sont de plus en plus nombreuses à confronter leurs créations via leur blog respectif.

Découvrez les très contagieux : audreybento.canalblog.com, pimpandpomme.typepad.fr et dansmonbento.canalblog.com. Certaines puristes s'essaient même au *kyaraben*, bento au contenu minutieusement travaillé reproduisant d'exquis personnages : animaux, mangas ou encore la célèbre Hello Kitty, désormais ambassadrice japonaise (et officielle) du tourisme. À admirer sur bentosdevalou.canalblog.com

ou mybentolunch.com, des blogs délicieusement régressifs.

Le bento parfait

Hisayuki Takeuchi (Hissa pour les intimes), chef du restaurant Kaiseki et du corner éponyme installé au Rendez-Vous Toyota des Champs-Élysées, nous livre sa vision du bento parfait : « Il doit être savoureux et visuel. Si ce que l'on voit dans son bento n'a pas de sens, il manquera également de goût. Les aliments qui le composent seront variés et colorés et offriront les apports nutritifs indispensables à l'organisme. Après, tout est question de... »