



# -FOOD K O R E A

**La Corée  
une des saveurs montantes  
s'expose au Hall 8  
du SIAL Paris 2022**



Ministry of Agriculture,  
Food and Rural Affairs



Korea Agro-Fisheries & Food  
Trade Corporation

# **SOMMAIRE**

**1**

**La Corée au Sial**

**2**

**Le kimchi**

**3**

**Les ingrédients « vegan friendly » et les sauces**

**4**

**La cuisine de rue coréenne**

**5**

**Les chefs présents sur le pavillon de la Corée**

**6**

**Les démonstrations et les dégustations  
culinaires**



# 1

## La Corée au Sial Paris 2022

**Du 15 au 19 octobre, la Corée s'expose  
au Hall 8 du Sial**

Adepte d'une cuisine saine et savoureuse, experte de savoir-faire ancestraux, la Corée offre des réponses inspirantes à un monde en quête de changements bon pour la planète et l'homme. Pour comprendre l'engouement autour de la fermentation, source de textures, de saveurs et de bénéfices nutritionnels incroyables et découvrir des produits vegan friendly, un passage sur le pavillon de la Corée est incontournable.

**La fermentation, l'expertise coréenne** Au cœur de la gastronomie coréenne, il y a la fermentation. La sauce soja, l'alcool de riz et le kimchi, produits stars

tous obtenus par lacto fermentation, sont considérés comme l'âme de la nourriture coréenne. La lacto fermentation qui s'inscrit dans les tendances lourdes du fait maison, du sain, de la lutte anti gaspillage séduit une communauté d'amateurs, de chefs étoilés et d'entrepreneurs de la food tech.

Le pavillon coréen rassemble 98 entreprises, présentes dans les secteurs de l'épicerie, des boissons, de la street food et des produits fresh & vegan et innovants.

## FOCUS SUR QUELQUES PRODUITS

### **Kimchi**

Trechan Hall 8 B162, Sponkey Hall 8 C38, Daesang Corporation Hall 8 B118,  
Stand spécial au kimchi 8 B154

### **Street food**

Udon KSF Co.,LTD Hall 8 B88, soupe Young Poong Co.,LTD Hall 8 C53

### **Fresh & Vegan**

Tofu, Rarasfarm Hall 8 C59, Champignons H&P International, Hall 8 B42

### **Innovative food**

Vegetable colagene Ragwa Hall 8 C38, Ardent Yoon Hall 8 C113

### **Sauces Traditionnelles**

Sempio food hall 8 C115, Wonilfood Hall 8 B56, Woomtree Hall 8 B64

### **Huile de sésame**

Seowondang Food Hall 8 B94

### **Ginseng**

Jangguri Hall 8 B113

### **Thés**

Nokchawon Co.,LTD, Hall 8 B60, Seo Kwang F&B Co.,LTD, Hall 8 C51,  
Korea Natural Food Co, Hall 8 B122, Pure bright and warm cooperative, Hall 8 B154,  
Bohyang Tea. Hall 8 C149

### **Vins & Spiritueux**

Histrade Hall 8 B54

### **Snacks**

Chips à la crevette Sooo Good Co.,LTD Hall 8 B98,  
Pain à la pomme de terre Ecojfood Co.,LTD Hall 8 C117

### **Algues**

Garimi - Hall 8 B126, Daechang Food - Hall 8 C99,  
Kwangcheondasolkim - Hall 8 C141, Stand special au K-Fish 8B 152

## RETROUVEZ TOUS LES EXPOSANTS

<https://www.k-foodtrade.or.kr>  
[www.cxmp.com](http://www.cxmp.com)

*Disponibles pendant le Sial et tout au long de l'année, retrouvez sur les plateformes digitales de K-food Trade et CXMP les marques et les produits présents sur le Pavillon Coréen.*



Vigie de la nouveauté, le Sial sélectionne les produits alimentaires les plus innovants et les plus marquants de la filière agroalimentaire dans le monde. Cette année deux produits coréens ont été sélectionnés.



## **Kimchi V Kimchi Block**

Un kimchi lyophilisé de la marque Spoonkey (catégorie épicerie), riche en probiotique, sans gluten, sans sucre Sélectionné pour la proposition nouvelle de kimchi lyophilisé.

Marque : Spoonkey

Fabricant : open sauce lab

Date de lancement : Mars 2022

Hall 8 Stand accueil (pavillon coréen)

## **Vegetable Collagen (H)**

Un collagène végétal issu de l'hibiscus, de la marque Rawga (catégorie PAI, produit alimentaire intermédiaire), avec une forte teneur en antioxydants et un taux d'adsorption élevé.

Sélectionné pour son origine végétale et son haut taux d'absorption.

Marque : Rawga

Fabricant : Agricultural Corporation  
Rawga

Date de lancement : Janvier 2021

Hall 8 C38



## **Remise de prix SIAL Innovation**

**Samedi 15 octobre à 16h30 à 18h00 - SIAL Talks - Hall 6**

Les 3 grands gagnants de bronze, d'argent et d'or qui distinguent 3 produits ainsi qu'un coup de coeur parmi les lauréats 2022 et ainsi que le prix « Own The Change » et le Prix du public seront révélés sur le salon à l'occasion de la Cérémonie de remise des trophées qui récompense l'ensemble des gagnants de la saison. Un événement à ne pas manquer !



## 2

# Le kimchi

## Une tradition millénaire dans l'air du temps

Le kimchi est un condiment typiquement coréen à base de choux ou de radis assaisonnés, marinés dans du sel puis fermentés. Sa saveur varie selon les saisons, les végétaux, les assaisonnements utilisés et les conditions climatiques. Certains kimchi sont frais, d'autres plus épicés ou plus croustillants. Il existerait plus de 300 recettes de kimchi. On peut le décliner à l'infini.

Présent au quotidien sur la table des

coréens, il accompagne le riz, les nouilles, les crêpes, parfume un ragoût, une soupe, une salade. Pas un repas ne se fait sans lui. Le kimchi permet d'améliorer la cuisine de tous les jours et inspire de nombreux chefs. Rene Redzepi, le chef du Noma a consacré un livre à l'art de la fermentation. Mauro Colagreco a créé une cave de fermentation, David Toutain y a trouvé une source de créativité et un moyen de lutter contre le gaspillage.





## **Le kimchi, un ferment de bienfaits**

La fermentation préserve les nutriments des légumes et produit des milliards de bactéries lactiques aux vertus protectrices. Résultat : le kimchi renforce le système immunitaire, a un effet antioxydant (contre le vieillissement), prévient constipation, entérites et cancer du côlon, protège les artères, aide à garder la ligne, aide à prévenir et combattre le cancer.

## **Le kimjang, préparation et partage du kimchi en Corée**

En dépit de l'urbanisation et de l'occidentalisation généralisée, plus de 90 % des Coréens mangent du kimchi « fait maison », préparé par les membres du foyer ou fourni par des parents proches lors du kimjang. A la fin de l'automne, les coréens se réunissent et préparent collectivement sur de grandes tables installées dans des lieux publics le kimchi. Le but est de confectionner de grandes quantités de kimchi pour avoir des légumes tout au long de l'hiver, rigoureux en Corée. Les ménagères suivent les prévisions météorologiques afin de déterminer à quelle date la température sera optimale pour préparer le kimchi.

La préparation du kimchi est un élément important de l'identité coréenne. Elle apprend à connaître la nature et à vivre en harmonie avec ses rythmes. La fabrication collective et le partage du kimchi stimulent la solidarité et la cohésion de la communauté.

### **Ateliers de cuisine kimchi**

Hall 8 Pavillon Coréen (stand accueil)

**Chef Juliette Ju, restaurant Octave**

Au menu : Penne au kimchi. Un plat fusion où le piment du kimchi est adouci par une sauce crémeuse pour créer ce mélange totalement addictif 17 octobre 11h30 - 13h30 / 15h00 - 17h00

**Chef Young Kyung Lee, restaurant le Misso**

Au menu : Recette au Kimchi Jeon - La galette typique coréenne au kimchi  
15 octobre 11h30 - 13h30

**Kimchi  
QR**







### 3

## Les ingrédients *vegan friendly* et les sauces

Pauvre en viande, riche en végétaux, l'alimentation coréenne est particulièrement adaptée aux végétariens, aux vegans ainsi qu'à tous ceux qui veulent végétaliser leur assiette pour manger plus équilibré et plus éthique. Elle s'inscrit pleinement dans la transition alimentaire nécessaire pour relever les défis climatiques à venir.

## Les aliments utilisables comme substituts à la viande

### Le tofu

Parce que le dubu, (ou tofu) un aliment à base de soja, est riche en protéines on l'appelle parfois en Corée « la viande de bœuf venue de la terre ». Depuis l'antiquité le tofu est essentiel dans l'alimentation des moines et des végétariens en général.



### Les champignons

Pleurote royale : Un champignon, riche en vitamines B, à la texture moelleuse, qui peut être effiloché pour son utilisation en cuisine.

Enoki : riche en fibres, il en contient deux fois plus que le chou. Il contient aussi de la chitosane réputée aider le corps à se nettoyer.

Songhwa : un champignon pauvre en calories mais riche en fibres, en protéines, acides aminés et vitamines.





## Les produits vegan friendly, booster de saveurs

La variété des produits alimentaires à base de végétaux, leur incroyable saveur réveillent les assiettes végétariennes.

### L'huile de sésame

Ingrédient caractéristique de la cuisine coréenne, l'huile de sésame coréenne a un goût riche et distinctif qui donne vie aux plats.

### Le kimchi

Aliment fermenté obtenu en mélangeant des légumes tels que le chou, le radis et le concombre avec différents assaisonnements (piment rouge en poudre, ail, gingembre, oignon vert, radis, etc.). Il offre une variété infinie de saveurs.

### La marmelade de Yuja

Traditionnellement diluée avec de l'eau pour en faire un thé. Les quartiers de Yuja sont comestibles et peuvent aussi être utilisés dans des recettes de desserts ou de snacks.

### Dangmyeon

Les dangmyeon sont des vermicelles à base de fécule de patate ou de patate douce. Leur texture est ferme mais élastique et absorbe bien les saveurs des autres ingrédients d'une recette. Elles ne contiennent pas de gluten.

### Gim, les algues coréennes

L'algue est un aliment important et indispensable dans les repas coréens car il présente un large éventail de vitamines et de minéraux.

### Omija

Cultivée et transformée dans la région de Mungyeong, au sud-est de Corée, cette nouvelle baie rouge antioxydante cumule 5 saveurs (salé, sucré, amer, piquant et aigre). Elle se consomme en salade, en infusion, sous forme de glaces, de jus ou de confitures.



## Les sauces fermentées, élément clé de la gastronomie coréenne



Les coréens sont passés maître dans l'art complexe de la fermentation. Depuis des siècles, ils fabriquent des sauces et des pâtes de soja fermentés aux arômes profonds et complexes, qui relèvent naturellement la cuisine et protègent la santé.

A travers les proverbes coréens « si la sauce soja est bonne alors le plat est bon » ou « une bonne sauce soja apporte à la famille la prospérité », on comprend le soin que chaque famille mettait à produire la meilleure des sauces soja avant de la stocker dans les grandes jarres familiales, les « Jangdokdae » .



### **Ganjang**

La sauce soja traditionnelle est un assaisonnement indispensable aux coréens, qui est produit à partir de graines de soja bouillies fermentées dans de l'eau salée.



### **Doenjang**

Fait à partir de graines de soja et de saumure, cette pâte présente partout dans les mets coréens offre des saveurs complexes et profondes.



### **Gochujang**

Le gochujang est un condiment obtenu grâce à la fermentation d'un mélange de malt de soja, de sel et de poudre de piment rouge avec un mélange de riz en poudre, d'orge, de farine et d'orge maltée.



### **La Ssamjang**

La Ssamjang se compose de Doenjang (une pâte de soja) à laquelle on ajoute du Gochujang (une sauce de piment amère), de l'huile de sésame, des oignons rouges, des oignons nouveaux, et de l'ail.

## Un régime alimentaire parmi les plus sains

Le régime alimentaire traditionnel coréen à base d'aliments fermentés est riche en micro-organismes et réputé comme le meilleur pour renforcer l'immunité.

Avec sa richesse en légumes, en protéines végétales, en produits fermentés la cuisine coréenne est selon l'OMS, l'Organisation mondiale de la santé, une des plus saines au monde. En effet elle se compose majoritairement de riz, poissons, légumes, légumineuses, et contient peu de viandes, les modes de cuisson sont sains (peu de friture, du wok, de la vapeur..). Enfin, à l'heure où l'on compare l'intestin à un deuxième cerveau, elle fait un usage quotidien des aliments fermentés riches en ferments lactiques protecteurs.

### Le Ginseng coréen, la racine de la vitalité

Le ginseng, Insam en coréen, signifie la racine en forme d'homme. Il est classé en différents niveaux de qualité en fonction du temps, entre 4 et 6 ans, qu'il a passé sous terre. Séché puis bouilli au cours d'un long processus, le ginseng perd son amertume et concentre ses principes actifs. Sa surface devient rouge, il prend alors le nom de ginseng rouge. Il se consomme sous forme d'infusion ou de compléments alimentaires de préférence le matin en raison de ses vertus stimulantes. Réputé pour ses vertus anti-fatigue, anti vieillissement et anti-stress, le ginseng renforce la vitalité et l'immunité. C'est enfin un aphrodisiaque naturel utilisé depuis des millénaires !



### Ateliers de cuisine vegan friendly

Hall 8 C Pavillon Coréen (stand accueil)  
11h30 -13h30 / 15h00-17h00

**Chef Juliette Ju, restaurant Octave**

Au menu : Bouillon de sésame sauvage et ses champignons  
17 octobre

**Chef Young Kyung Lee, restaurant Misso**

Au menu : Légumes au ssamjang (pâte de soja fermentée)  
Kimchi -Jeon, la galette typique coréenne au kimchi  
Nouilles fines du marché  
15 et 18 octobre





## 4

# La cuisine de rue coréenne

Apparue après la guerre pour nourrir la population à des prix modérés, la cuisine de rue est extrêmement populaire en Corée. Dans tout le pays on trouve des pojangmaches, des roulottes installées sous une tente où les coréens s'attablent autour d'une bouteille de soju et de petits plats populaires comme le Tteokbokki, un bâtonnet de riz épicé, des Bimbap, sorte de sushis, des ramens, des racines de lotus, des Eomuk (fish cake) reposant dans un bouillon savoureux, etc. Séoul compte plus de 3000 pojangmaches.

*« Lorsqu'on a la chance de visiter le pays du matin calme, il est impossible de résister aux mets que proposent ces roulottes dans les rues bondées de monde. Le bruit et les couleurs de la foule, la chaleur dégagée par la cuisson des pâtes de poisson, l'odeur de la friture, et le goût des délicieux mets des pojangmaches ne participent pas uniquement à l'entretien de la culture culinaire coréenne mais constituent, à l'image de la madeleine de Proust, des souvenirs inoubliables pour les amoureux du pays. » carnetcoreen.com*





## Dégustations Street food

Hall 8 Pavillon Coréen (Stand K-Street Food)

tous les jours

10h30 - 11h30: Le Tteokbokki et Twigim

13h30 - 14h30: Les Ramen

16h00 - 17h00: Eomuk et Hotteok

### TIME 1 10:30 - 11:30



Tteokbokki



Twigim

### TIME 3 16:00 - 17:00



Eomuk



Hotteok

### TIME 2 13:30 - 14:30



Ramyun







## 5

# Les chefs présents sur le pavillon de la Corée

Le Pavillon Coréen (Hall 8) met à l'honneur les métiers de la restauration coréenne au travers d'une programmation d'une grande qualité : une véritable source d'inspiration pour les chefs et la promesse d'expériences gastronomiques uniques, à vivre pour les visiteurs du salon.

### Eric Trochon

Eric Trochon mène plusieurs carrières avec gourmandise : MOF (Meilleur ouvrier de France) en 2011, il a ouvert des restaurants à Paris, Tokyo et Séoul. Pilier de l'école Ferrandi où il enseigne depuis 1997, Eric Trochon a démocratisé le design culinaire et s'est fait le chantre d'une cuisine contemporaine. Il est également auteur de nombreux livres de référence. Passionné par l'Asie, il s'est initié à la cuisine des temples zen en Corée.

*restaurant Solstice, 45 Rue Claude Bernard, 75005 Paris*



**Eric Trochon**



### Juliette Ju

Issue d'une famille de restauratrices, Juliette Ju arrive en France en 2003. Après des études à Ferrandi, elle passe par les cuisines du Bristol, de Joël Robuchon, du Park Hyatt et de Ze Kitchen Gallery avant d'ouvrir Octave son restaurant en 2021. Juliette Ju peaufine une cuisine créative et poétique qui marie techniques françaises et saveurs coréennes.

*restaurant Octave, 23 rue Saint Didier, 75116 Paris*

**Juliette Ju**

### Young Kyung LEE

Née à Séoul, la chef Lee s'installe à Paris en 2003 pour étudier les beaux-arts. En 2006, elle ouvre Misso, un restaurant coréen traditionnel inspiré par la cuisine de sa maman. On y goûte les meilleurs bibimbap de Paris selon le journaliste Fred Chesneau.

*restaurant Misso, 27 rue du Moulin des Prés, 75013 Paris*



**Young Kyung Lee**



# 6

## Les démonstrations et les dégustations culinaires

**Rendez-vous pour 5 jours  
de show culinaires de haute voltige !**

Une programmation de 7 démonstrations et 9 dégustations K-Food sampling réalisées par les trois chefs Eric Trochon, Juliette Ju et Young Kyung Lee et dont les créations font écho aux enjeux de l'alimentation.

Les espaces K-Food, Street Food & Vegan Food mettent à l'honneur les tendances et les produits phares coréens du salon au Hall 8. Chaque jour, visiteurs et exposants pourront déguster des plats.

Consultez ci-dessous le programme des démonstrations et dégustations culinaires.

♦ Cooking Demonstration ♦		
	11:30 ~ 13:30	15:00 ~ 17:00
15 days	<b>Chef Young Kyung LEE</b> Petit Kimbab Kimchi-Jeon	<b>Chef Young Kyung LEE</b> Vegetable with Ssamjang Chicken Gangjeong
16 days	<b>Chef Eric Trochon</b> Menu « Sobane » with 4 petites bouchées	K-FOOD Sampling
17 days	<b>Chef Juliette Ju</b> Wild sesame and Mushroom Soup Kimchi Penne Pasta	<b>Chef Juliette Ju</b> Wild sesame and Mushroom Soup Kimchi Penne Pasta
18 days	<b>Chef Young Kyung LEE</b> Octopus with Chogochujang Banquet Noodles	K-FOOD Sampling
19 days	<b>Chef Eric Trochon</b> Menu « Sobane » with 4 petites bouchées	



# SIAL

The international  
food innovation event

**15-19 OCTOBER 2022**  
**PARIS NORD VILLEPINTE-PARIS**

## À PROPOS DE aT CENTER PARIS

aT Center Paris est le bureau européen du gouvernement en Corée du Sud. Sous l'autorité du ministère coréen de l'agriculture, de l'alimentation et des affaires rurales, sa mission est de promouvoir les produits agroalimentaires coréens et de soutenir leur exportation vers l'Europe.

89 rue du Gouverneur Général Éboué, 92139 Issy-les-Moulineaux, France. [www.at.or.kr](http://www.at.or.kr) / [k-foodfan.com](http://k-foodfan.com)

