Quel est le plat typique de Paris ?

Bibliothèque publique d’information – notre réponse *actualisée* **le 10/12/2024.**



Montage Eurêkoi (Bpi) des photographies de Jean-Pierre Bazard, CC BY 4.0 et de Benoît Prieur, CC0, via Wikimedia Commons

Paris est situé dans la région d’Île-de-France et la cuisine francilienne se nourrit de toutes les autres cuisines régionales. Du fait de ces nombreux restaurants renommés internationalement, la capital parisienne est souvent désignée comme la Capitale de la gastronomie. Il s’avère donc impossible de désigner un unique plat typique. Focus sur une sélection de plats traditionnels parisiens incontournables.

Sélection d’ouvrages pour découvrir la cuisine parisienne

On va déguster Paris de François-Régis Gaudry, Marabout, 2022.
Résumé :
Une présentation des lieux, des personnages et des événements historiques qui ont façonné la gastronomie parisienne, plus de 2.000 adresses de restaurants et de commerces de bouche, les recettes de 88 plats traditionnels, un inventaire des produits du terroir régional (chou de Pontoise, asperge d’Argenteuil, miel du Gâtinais, brie de Meaux, etc.) et un carnet de dégustation. ©Electre 2022

Le goût de Paris : et de la région Ile-de-France de Nathalie Hélal, Hachette Pratique, 2021.
Résumé :
Métropole pâtissière, vigneronne, maraîchère, crémière, Paris s’est doté d’un terroir et d’un patrimoine gourmand à part entière. Des petits pois de Clamart au jambon de Paris en passant par les asperges d’Argenteuil, les pêches de Montreuil, le beurre de Vanves et la volaille de Houdon, l’histoire de ces produits locaux est retracée dans des anecdotes accompagnées de cent recettes. ©Electre 2021

La pâtisserie parisienne : 70 recettes au cœur de l’histoire de Arnaud Delmontel, Éditions de La Martinière, 2024.
Résumé :
Du croquembouche au croissant, en passant par le millefeuille et la religieuse, l’auteur dévoile les origines historiques ainsi que les recettes de 70 pâtisseries emblématiques de la gastronomie parisienne. ©Electre 2024

Le fameux jambon-beurre parisien

Extrait :

> *le sandwich doit sa paternité au lord anglais John Montagu,*

quatrième comte de Sandwich. Un soir de 1762, affamé, ce joueur de cartes invétéré aurait commandé à un domestique du pain garni de viande froide pour garder la main. Bientôt, le concept va traverser la Manche. « Sa version jambon-beurre a été popularisée à la fin du XIXe siècle par les forts des Halles, ces ouvriers qui oeuvraient dans le ventre de Paris. Grâce à ce casse-croûte ultraprotéiné, ils pouvaient tenir le coup », explique François-Régis Gaudry. Il devra surtout son succès à la démocratisation de la baguette dès les années 20 : « Un pain moderne, facile à transporter, dont la farine raffinée tranchait avec la rusticité des miches de campagne et séduisait les aristocrates. »

Jambon-beurre, la renaissance surprise d'un sandwich mythique par Éléonore Colin, télérama.fr, maj le 08/12/2020.

Les bouillons parisiens

Depuis deux ans, Paris redécouvre son histoire culinaire avec la résurrection des bouillons. Le principe d'une cuisine simple et bon marché séduit Parisiens en goguette, touristes en mal d'authenticité et habitants de quartier bien heureux de pouvoir manger pour une dizaine d'euros. Retour sur un concept de restauration rapide vieux de presque 200 ans…

La nouvelle culture du bouillon de via le site aucoeurduchr.fr

Bouillon : les recettes cultes

Résumé :

80 recettes de plats pour au moins dix personnes, à l'occasion de l'ouverture du Bouillon Pigalle, qui s'inspire des bouillons parisiens, ces cantines populaires avec de grandes tablées créées au XIXe siècle, où ouvriers et cadres venaient se restaurer : œufs mayonnaise à la truffe, harengs pommes à l'huile, pot-au-feu de paleron de boeuf, brandade de morue,

crème caramel, baba au rhum, etc.

Sur le site du Guide du routard, une rubrique intéressante sur la cuisine et boissons d'Île-de-France.
Extrait :

> *Jusqu'au XIXe siècle, les cultures maraîchères et fruitières étaient légion dans la périphérie de Paris : certaines ont acquis une renommée bien au-delà des frontières de l'Île-de-France. Puis l'urbanisation est passée par là au XXe siècle, remplaçant les jardins et les champs par du béton. Beaucoup de ces produits ne sont plus que des souvenirs cultivés par quelques irréductibles nostalgiques.*
> *– **Cresson de Méréville** : l'Essonne est le premier producteur français de cresson (production estimée à 7 millions de bottes par an) et Méréville, où il est cultivé depuis la fin du XIXe siècle, s'est autoproclamée « capitale du cresson ». On y célèbre la plante lors d'une foire au cresson, chaque week-end de Pâques. À Méréville, classée « site remarquable du goût », on peut également acheter le Cressonnier, un apéritif à base de vin et de cresson.*
> *– **Petits pois de Clamart** : les cultures maraîchères se sont installées au XIXe siècle dans cette commune des Hauts-de-Seine, et le petit pois de Clamart a vite acquis une renommée internationale. On fait désormais revivre chaque année cette tradition le temps d'un week-end, en juin, lors de la fête des petits pois.*
> *– **Asperges d'Argenteuil** : cultivée à partir du XIXe siècle dans cette ville du Val-d'Oise, elle a rapidement trusté les médailles au concours agricole. On peut observer quelques spécimens énormes conservés dans du formol au musée d'Argenteuil !*

On va déguster Paris de François-Régis Gaudry, Marabout, 2022.
Résumé
Une présentation des lieux, des personnages et des événements historiques qui ont façonné la gastronomie parisienne, plus de

2.000 adresses de restaurants et de commerces de bouche, les recettes de 88 plats traditionnels, un inventaire des produits du terroir régional (chou de Pontoise, asperge d’Argenteuil, miel du Gâtinais, brie de Meaux, etc.) et un carnet de dégustation. ©Electre 2022
