

UNE PRODUCTION FRENCH à LA CARTE

FRENCH

Listen more to speak better

TO GO

EPISODE 35:

A GALETTE IS ALL YOU NEED TO RUIN A RESOLUTION

שלום לכולם! לפני שנתחיל, הבהרה קטנה, אבל די חשובה: אנחנו הולכים לדבר על עוגה. אז אם אתם מקשיבים לפרק הזה לפני ארוחת הבוקר או ארוחת הצהריים, והבטן שלכם כבר מקרקרת (כשהבטן שלכם מקרקרת, זה אומר שהיא עושה רעשים קטנים כדי לאותת לכם, להראות לכם שאתם מתחילים להיות רעבים).

אז אם זה המקרה שלכם, שימו את הפרק הזה בהמתנה, לכו להכין לעצמכם כריך קטן, או קצת שקדים... ובכן, משהו שיאפשר לכם לחכות וליהנות לגמרי ממה שאני עומדת לספר.

Bonjour à tous ! Avant de commencer, une petite précision, mais assez importante : on va parler de gâteau. Donc si vous écoutez cet épisode AVANT le petit-déjeuner ou votre repas de midi, et que votre estomac gargouille déjà un peu (quand votre estomac, votre ventre, gargouille, ça veut dire qu'il fait de petits bruits pour vous signaler, vous montrer que vous commencez à avoir faim).

Donc, si c'est votre cas, mettez cet épisode sur pause, allez vous préparer un petit sandwich, ou quelques amandes... enfin, quelque chose qui va vous permettre de patienter et de profiter pleinement de ce que je vais vous dire.

הכל טוב? אנחנו יכולים להתחיל?
אז זהו זה. אתם זוכרים את הפרק הקודם? ארען
מעט את זכרונכם: דיברתי, בין היתר, על החלטות.
אתם מכירים את ההחלטות הגדולות שאתם מקבלים
בתחילת השנה, כדי לשפר את חייכם. ובכן, השבוע
ראיתי בדיחה בפייסבוק, שבה נכתב (אני מצטטת):
"הגאלט דה רואה - הוא מאפה שנועד להרוס את
החלטותיך מהיום השישי בשנה". וזה בדיוק זה.

אנחנו מתחילים את השנה עם כוונות טובות, במיוחד
אחרי ארוחות החגים: לאכול מאוזן, לאכול בריא,
לאכול יותר ירקות ופירות, לשים בצד חמאה, גבינה,
עוגיות, סוכר וכו' וכו'. הנה, ב-6 בינואר, אז אפילו לא
שבוע אחרי ערב ראש השנה, החליטו להדביק עלינו
עוד חג - הוסיפו חג אחד לרשימה הארוכה ממילא.

בבקשה הבינו אותי נכון. אני בכלל לא נגד חגים. אבל
כאן, ההתגלות, ב-6 בינואר - אני מבינה שאי אפשר
לשנות את התאריך. אבל למה לקשר את החג הזה
לאחת העוגות השמנות מתוך כל חגי השנה? אחרי
הכל, להתגלות - חג נוצרי החוגג את בואו של
המשיח - ישו - וביקור שלושת החכמים, אין קשר עם
העוגה שאנו אוכלים באותו היום. אפשר היה בקלות
לדמיין שביום זה אנו מדליקים שלושה נרות לכבוד
שלושת החכמים. או לתת לילדים שלושה מטבעות. או
להתחפש למלך.

ובכן לא, בצרפת, כדי לחגוג את בואו של ישו ואת
ביקור שלושת החכמים, החלטנו שכולנו נאכל עוגה.
לדיוק, זו לא אותה עוגה בכל רחבי צרפת. בדרום
צרפת, אני חושבת שיש להם יותר מזל, כי זה פשוט
בריוש עם פירות מסוכרים. אז הם בסדר. המשמעות
היא שהמזק (מבחינת כולסטרול, צלוליטיס וק"ג עודף)
אינו קטסטרופלי כמו בשאר צרפת, רובה המכריע של

C'est bon ? On peut commencer ?
Alors voilà. Vous vous souvenez de
l'épisode précédent ? Je vais vous rafraîchir
un peu la mémoire : je vous ai parlé, entre
autres, des résolutions. Vous savez, ces
grandes décisions qu'on prend au début de
l'année, pour améliorer sa vie. Et bien, cette
semaine, j'ai vu une blague (une
plaisanterie) sur Facebook, qui disait (je
cite) : "La galette des rois - pâtisserie
destinée à ruiner - donc détruire - tes
résolutions dès le sixième jour de l'année".
Et c'est EXACTEMENT ça.

On commence l'année avec de bonnes
intentions, surtout après les repas de fêtes
de fin d'année : donc, manger équilibré,
manger sainement, manger plus de
légumes et de fruits, laisser de côté le
beurre, le fromage, les biscuits, le sucre etc
etc. Et voilà que, le 6 janvier, donc même
pas une semaine après le réveillon de la
Saint Sylvestre, ils ont décidé de nous
coller encore une fête - d'ajouter une fête à
la liste, déjà longue.

Comprenez-moi bien. Je ne suis pas du
tout contre les fêtes. Mais là, l'Épiphanie, le
6 janvier - je comprends qu'on ne puisse
pas changer la date. Mais pourquoi
associer à cette fête l'un des gâteaux les
plus gras de toutes les fêtes de l'année ?
Après tout, l'Épiphanie - donc une fête
chrétienne qui célèbre l'arrivée du messie -
Jésus - et la visite des trois Rois mages, n'a
aucun lien, à priori, avec le gâteau que l'on
mange ce jour-là. On pourrait tout à fait
imaginer que ce jour-là, on allume trois
bougies en l'honneur des trois Rois mages.
Ou alors, qu'on donne trois pièces de
monnaie aux enfants. Ou bien qu'on se
déguise en roi.

Et bien non, en France, pour célébrer la
venue de Jésus et la visite des trois Rois
mages, on a décidé qu'on mangerait - tous
- un gâteau. Alors, pour être précis, ce n'est
pas le même gâteau dans toute la France.
Dans le sud de la France, je crois qu'on a
plus de chance, parce que c'est -

צרפת. simplement - une brioche avec des fruits confits. Donc, on s'en sort pas trop mal. Ça veut dire que les dégâts, les dommages (en termes de cholestérol, cellulite et kilos en plus) ne sont pas aussi catastrophiques que dans le reste de la France, la grande majorité de la France.

נולדתי בגרנובל, וכמעט תמיד גרתי בחלק של צרפת שבו, ב-6 בינואר, לרגל חג ההתגלות, אנחנו אוכלים את הגאלט דה רואה. אז מה זה הגאלט דה רואה הזה?

Moi, je suis née à Grenoble, et j'ai presque toujours habité dans la partie de la France où, le 6 janvier, pour l'Épiphanie, on mange la galette des rois. Alors, c'est quoi cette galette des rois ?

תקשיבו טוב: לבסיס יש לנו שני עיגולים של בצק עלים - אז בסיס עם כמות אסטרונומית של חמאה - אני חושבת שאני לא מגזימה - יש לפחות 400 גרם חמאה, רק בבצק. לאחר מכן מוסיפים פרנג'יפאן בין שתי העיגולים. ומה זה פרנג'יפאן? טוב, רק קרם פאטיסיאר (אז חלמונים, חלב, סוכר ומעט קמח) מעורבב עם קרם שקדים. ומה יש בקרם השקדים? אבקת שקדים כמובן, אבל גם סוכר, ביצים ו...חמאה. כן, נו, מה, לא היה מספיק בבצק.

Écoutez bien : pour la base, on a deux pâtes feuilletées - donc une base avec une quantité de beurre ASTRONOMIQUE - je pense que je n'exagère pas en disant qu'il y a au moins 400 grammes de beurre, rien que dans la pâte. Ensuite, on ajoute entre les deux pâtes de la frangipane. Et qu'est-ce que c'est, la frangipane ? Et bien, tout simplement de la crème pâtissière (donc des jaunes d'oeufs, du lait, du sucre et un peu de farine) mélangée à de la crème d'amandes. Et qu'est-ce qu'il y a dans la crème d'amandes ? De la poudre d'amandes, évidemment, mais aussi du sucre, des œufs et... du beurre. Ben oui, quoi, il n'y en avait pas encore assez dans la pâte.

אז הנה אנחנו עם לפחות 500 גרם חמאה - ואני אוותר על הסוכר, הביצים, הקמח וכו'... דברים קלים מאוד, בסדר? אז אנחנו כאן עם עוגה סופר קלה. וזה, רק שישה ימים לאחר שהחלטתנו לשים לב למה שאנחנו אוכלים ולנסות להוריד את רמות הכולסטרול הרע שלנו.

Donc nous voilà avec au minimum 500 grammes de beurre - et je passe sur le sucre, les œufs, la farine etc.. Des choses bien légères, d'accord ? Donc on se retrouve avec un gâteau super léger. Et ça, six jours à peine après avoir pris la résolution de faire attention à ce qu'on mange et à essayer de faire baisser son taux de mauvais cholestérol.

ברור שלכבוד החג המדובר, ולכן כדי להיות בטוחים שהילדים לא ישכחו לחגוג את חג ההתגלות, הוספנו טקס שלם סביב העוגה המפורסמת הזו. כן, מישהו הביאה את הרעיון לשים בה FEVE ולמכור את העוגה עם כתר מלך מקרטון. אני אסביר. FEVE היא פסלון קטן, כמו פסל קטנטן, עשוי במקור מקרמיקה (כיום פלסטיק - יחי המודרניזם), והFEVE היא מוסתרת בתוך העוגה. כשמגיע הזמן לאכול, חותכים את

Évidemment, pour la fête en question, et donc pour être sûr que les enfants n'oublient pas de célébrer l'Épiphanie, on a ajouté toute une cérémonie autour de cette fameuse galette. Oui, quelqu'un a inventé l'idée d'y mettre une fève et de vendre la galette avec une couronne de roi en carton. Alors je vous explique. Une fève, c'est une

הגאלט, הילד הצעיר במשפחה יושב מתחת לשולחן והמארחת שואלת את הילד: "למי החתיכה הזו?" והילד התמים מחליט. "זה בשביל טאטה ג'ולייט". אנחנו עושים את אותו הדבר עבור כל שאר האורחים. כולם קיבלו חתיכה. אנחנו יכולים לאכול. ולמעשה, כולנו אוכלים בזהירות. למה? כי בכל זאת יהיה חבל להוסיף ל-2 קילו שאנחנו הולכים לקחת עם העוגה הזו, אז להוסיף שן שבורה וביקור חירום אצל רופא השיניים, כי נתנו ביש FEVE בלי לשים לב.

לפרוטוקול, מי שמוצא את FEVE בחתיכה שלו הופך למלך (או המלכה) להיום, וכאשר יש הרבה ילדים, או שיש עוד כתר מקרטון, אנו מבקשים מהמלך או המלכה לבחור חתן או כלה. וכשכל זה נעשה, מבוגרים בדרך כלל מסיימים את החתיכה שלהם, בהקלה (אין צורך להיזהר יותר לא לנגוס או לבלוע את FEVE). והילדים, שבכל מקרה, רק חיפשו את FEVE עם האצבעות בחתיכות העוגה שלהם, בלי לטעום ממש, ישחקו יחד בסלון. ולמה? ובכן, בגלל שלאנשים שהמציאו את הגאלט היה רעיון טוב - סליחה, הרעיון הגדול להכניס למתכון של הפרנג'יפן, הקרם בתוך העוגה, כמה טיפות תמצית שקדים מרים (מריר - טעם לא נעים, שילדים בדרך כלל לא אוהבים, כמו בקפה). אפשר להבין שאף ילד אוהב את הפרנג'יפאן הזה. וכך נשאר רק מבוגרים לחלוק את 500 גרם החמאה... אה סליחה, לחלוק את העוגה.

petite figurine, comme une minuscule statue, à l'origine en céramique (aujourd'hui, en plastique - vive le modernisme), et on cache cette fève à l'intérieur de la galette. Au moment de manger, on coupe la galette, le plus jeune enfant de la famille se met sous la table et la maîtresse de maison demande à l'enfant : "Pour qui est cette part ?" Et l'enfant, innocent, décide. "C'est pour Tata Juliette". On fait la même chose pour tous les autres invités. Tout le monde est servi. On peut manger. Et en fait, on mange tous avec prudence. Pourquoi ? Parce que ce serait quand même dommage d'ajouter aux 2 kilos qu'on va prendre avec cette galette, donc d'ajouter une dent cassée et une visite en urgence chez le dentiste, parce qu'on a croqué dans la fève sans faire attention. Pour la petite histoire, la personne qui trouve la fève dans sa part devient le roi (ou la reine) pour la journée, et quand on a beaucoup d'enfants, ou qu'il reste une autre couronne en carton, on demande au roi ou à la reine de choisir un époux ou une épouse. Et, quand tout ça est terminé, en général, les adultes finissent leur part de galette, avec soulagement (plus besoin de faire attention à ne pas croquer dans la fève ou de l'avalier). Et les enfants, qui de toute façon, avaient juste cherché la fève avec leurs doigts dans leurs parts de galette, sans vraiment la goûter, vont jouer ensemble dans le salon. Et pourquoi ? Et bien, parce que les gens qui ont inventé la galette ont eu la bonne idée - pardon, l'EXCELLENTE idée de mettre dans la recette de la frangipane, la crème à l'intérieur de la galette, quelques gouttes d'extrait d'amandes amères (amer, c'est un goût assez désagréable, que les enfants n'aiment pas en général, comme dans le café). Vous pensez bien qu'aucun enfant n'aime ça, la frangipane. Et donc il ne reste plus que les adultes pour se partager les 500 grammes de beurre... heu pardon, pour se partager la galette.

אתם בטח תגידו לי: "אוקיי, נכון, 500 גרם חמאה זה הרבה, אבל היי, כולם אוכלים פרוסה קטנה של גאלט. זה לא סוף העולם..."

זה אם אתה חי בעולם הגיוני שדואג לבריאות שלך. אבל אנחנו חיים בעולם מודרני, קפיטליסטי, מסחרי, שבו אנחנו מעדיפים להאכיל אותך בכפייה בחמאה (GAVER, זה אומר האכלה בכפייה והרבה) ... אז אנחנו מעדיפים להאכיל אותך בכפייה בחמאה ואז לשים אותך על תרופות כולסטרול במקום להגביל את הנזק (לכן ההשלכות הרעות) לפני. למשל, להחליט שביום ההתגלות נאכל סלט פירות. (כן, אני יודעת, בינאר, בצרפת, אין הרבה פירות מלבד הדריים... אז מה? סלט מנדרינות, קלמנטינות ותפוזים, עם קצת מיץ לימון, זה לא רע).

אז, אם נחזור לנושא שלנו - הגאלט והעולם המודרני, דעו שבצרפת, כמו בכל מדינה מערבית שמכבדת את עצמה, אנחנו מוכרים ולכן אוכלים גאלט דה רואה בין ה-2 ל-15 בינואר. במשך שבועיים, זה כל מה שיש בויטרינות של מאפיות. אי אפשר לשים יד על טארט לימון או פטל, או אקלייר שוקולד. לא, זה גאלט, על גאלט, על גאלט. ואתם מוזמנים ל"TIRER LES ROIS" (ככה מכנים טקס הFEVE הקטן): אצל השכנים, אצל החברים, במשרד, בחדר הכושר, באולם של הצופים, בעירייה, במועדון כדורגל של הבן שלכם, באגודה השכונתית, במועדון האופניים של הבעל, בחוג באוניברסיטה, במרכז התרבות השכונתי, במספרה... לא, הנה, אני מגזימה. לא במספרה. הספר, לפחות, דואג למראה שלכם.

Vous me direz : "Bon, c'est vrai, 500 grammes de beurre, c'est beaucoup, mais bon, chacun mange une petite part de galette. C'est pas la fin du monde..."

Ça, c'est si vous habitez dans un monde logique et qui se soucie de votre santé. Mais nous vivons dans un monde moderne, capitaliste, commercial, où on préfère vous gaver de beurre (gaver, ça veut dire faire manger de force et beaucoup)... donc on préfère vous gaver de beurre et ensuite de médicaments contre le cholestérol plutôt que de limiter les dégâts (donc les dommages, les mauvaises conséquences) en amont, c'est-à-dire avant. Par exemple en décidant qu'à l'Épiphanie, il faut manger une salade de fruits. (Oui, je sais, en janvier, en France, il n'y a pas beaucoup de fruits à part les agrumes... Et alors ? Une salade de mandarines, clémentines et oranges, arrosée de jus de citron, ça doit pas être mauvais, non ?)

Donc, pour en revenir à notre sujet - la galette et le monde moderne, sachez qu'en France, comme dans tout pays occidental qui se respecte, on vend et donc on mange des galettes des rois du 2 au 15 janvier. Pendant deux semaines, il n'y a que ça dans les vitrines des boulangeries pâtisseries. Impossible de mettre la main sur une tartelette au citron ou aux framboises, ou sur un éclair au chocolat. Non, c'est galette, sur galette, sur galette. Et vous êtes invités à "tirer les rois" (c'est comme ça qu'on appelle la petite cérémonie de la fève) : chez vos voisins, chez vos amis, au bureau, à la salle de sport, au local des scouts, à la mairie, au club de foot de votre fils, à l'association du quartier, au vélo-club de votre mari, au département de l'université, à la maison de la culture du quartier, chez votre coiffeur... Non, là, j'exagère. Pas chez votre coiffeur. Lui, au moins, se soucie de votre apparence.

אז הנה אנחנו, ב-15 בינואר, עם עוד קילו חמאה בגוף. כמה זה בכולסטרוול?

אבל היי, אל תדאגו לי. ההתגלות היא פעם בשנה. ב-16 בינואר אוכל לחזור לדיאטה שלי... ובכן, עד ה-2 בפברואר. כי ב-2 בפברואר אנחנו חוגגים את חג ה-CHANDELEUR, וחג ה-CHANDELEUR הוא חג הקרפים.

Et vous voilà donc, au 15 janvier, avec un kilo de beurre en plus dans votre corps. Ça fait combien, ça, en taux de cholestérol ? Mais bon, ne vous en faites pas pour moi (ça veut dire "ne vous inquiétez pas pour moi"). L'Épiphanie, c'est une fois dans l'année. Le 16 janvier, je pourrai reprendre mon régime... enfin, jusqu'au 2 février. Parce que le 2 février, on fête la Chandeleur, et la Chandeleur, c'est la fête des crêpes.

* * *

* * *

בואו נסתכל במהירות על כמה מילים וביטויים שהסברתי במהלך הפרק הזה.

Faisons rapidement le tour de quelques mots et expressions que j'ai expliqués au cours de cet épisode.

GARGOUILLER - לקרקר - זה הצליל שהבטן עושה, כשאנחנו רעבים. או כשכואבת לנו הבטן.

Gargouiller - c'est le bruit que fait votre ventre, ou plus précisément votre estomac, quand vous avez faim. Ou quand vous avez mal au ventre.

BLAGUE - זו בדיחה, משהו שמישהו אומר או כותב כדי להצחיק אותנו.

Une blague - c'est une plaisanterie, quelque chose que quelqu'un dit ou écrit pour vous faire rire.

DEGAT - זה נזק, זה אומר תוצאה שלילית. אנחנו מדברים על נזקי מים – כאשר מים דלפו לבית והרסו איזה רהיטים וכדומה.

Un dégât - c'est un dommage, ça veut dire une conséquence négative. On parle de dégâts des eaux - quand de l'eau a coulé dans votre maison et a détruit certains meubles ou autres.

GAVER - האכלה בכפייה - זו המילה המשמשת להתייחסות לאווזים להכנת כבד אווז. אז זה לתת הרבה לאכול ובכוח. אנו משתמשים במילה זו ביום יום כדי להתייחס לאדם שנותן לאחר הרבה לאכול. או, בסלנג, לומר שמישהו מעצבן אותנו, במיוחד כי הוא מדבר יותר מדי, או שמישהו מעצבן אותנו, מעייף אותנו: "CA ME GAVE".

Gaver - c'est le mot qu'on utilise pour parler des oies qu'on nourrit pour faire du foie gras. Donc c'est donner beaucoup à manger et de force. On utilise ce mot au quotidien pour parler d'une personne qui donne beaucoup à manger à une autre. Ou, en français familier, pour dire qu'une personne nous énerve, nous embête, nous ennuie, notamment parce qu'elle parle trop, ou que quelque chose nous énerve, nous fatigue : "ça me gave".

NE PAS S' EN FAIRE POUR QUELQU' UN - לא לדאוג למישהו - זה אומר לא לדאוג לאדם הזה.

Ne pas s'en faire pour quelqu'un - ça veut dire ne pas s'inquiéter pour cette personne.

* * *

* * *
ודרך אגב, אם תרצו את המתכון לגאלט - המתכון
הרשמי ושלי - מעט פשוט יותר - בקרו בבלוג באת
www.frenchcarte.com
Et au fait, si vous voulez la recette de la
galette - la recette officielle et la mienne -
légèrement simplifiée - allez faire un tour
sur le blog sur www.frenchcarte.com

*Crédits : Les podcasts French to Go sont une production French à la carte - Delphine Woda
frenchcarte@gmail.com*

Son : <http://www.freesound.org/people/klankbeeld/>



Creative Commons Attribution – NonCommercial – NoDerivatives 4.0 International License