

REPAS

Vocabulaire thématique

un repas : *un repas abondant, copieux // un repas léger, maigre ; un repas délicieux, exquis, savoureux...*

le petit déjeuner, le déjeuner, le goûter, le dîner

le souper : repas qu'on fait dans la nuit

prendre le petit déjeuner, déjeuner, goûter, dîner, souper

le réveillon : repas de fête que l'on fait la nuit de Noël ou le 31 décembre

réveillonner

casser la croûte, manger un en-cas ou prendre un en-cas : prendre un léger repas

manger sur le pouce : manger en vitesse, debout, parfois dans la rue en marchant

faire la pause-café

Le petit déjeuner

prendre du café noir, du café au lait, du chocolat, du thé, du lait, du jus de fruits

prendre du pain grillé, des tartines (des tranches de pain avec du beurre et de la confiture par exemple de la confiture de cerises, de framboises, de fraises... ou du miel) ; **des croissants**

prendre des céréales

prendre des fruits

Le déjeuner

Le déjeuner est pris vers 12h30, 13h. Il peut comprendre:

- **un hors d'oeuvre (ou une entrée)** : de **la charcuterie** (du pâté, du saucisson), **une salade** (de tomates, de concombres). Les plats de légumes crus s'appellent souvent **des crudités**.

- **le plat principal (le plat de résistance)** qui est à base de viande ou de poisson : **de la viande** (du boeuf, du veau, du porc, de l'agneau, du poulet...) : un steak, une côtelette, une entrecôte, une escalope, etc. La viande peut être **saignante, à point, bien cuite**.

du poisson (une sole, une truite, du saumon...)

La viande ou le poisson peuvent être **grillés, cuits au four, sautés, passés à la poêle**, ou encore **préparés en sauce**.

On sert la viande ou le poisson avec :

des pommes de terre à la vapeur, sautées, ou en purée ; des pommes frites ;

du riz, des pâtes ;

des légumes (carottes, poireaux, haricots verts, céleri, courgettes, petits pois, épinards) ;

une salade verte.

- **du fromage** : du camembert, du gruyère, du brie, du comté...

- **un dessert** :

normalement **un fruit** (une pomme, une poire, une pêche, un abricot, des cerises, des fraises, du raisin, des prunes, une banane, une orange, une clémentine) ;

une glace (à la vanille, au chocolat, aux noisettes, pralinée) ;

un sorbet (citron, framboises, fraises) ;
une tarte (aux pommes, aux abricots, aux cerises) ;
une pâtisserie (un gâteau, un éclair, un mille-feuilles).

Le dîner

Le dîner est pris vers 20h ou 21h.

Le dîner comprend :

un hors d'oeuvre ou **une soupe** (= **un potage**) ;
une viande froide ou de la charcuterie (du jambon par exemple), un légume ;
une salade ;
un fromage ;
un dessert.

Mais un dîner chez des amis ou dans un restaurant peut comprendre tous les plats d'un déjeuner traditionnel.

Et comme boisson ?

Avant le repas : on peut prendre **l'apéritif** / prendre un verre.

A table : on boit de l'eau (du robinet), de l'eau minérale, ou du vin. Les enfants peuvent aussi boire des sodas (boissons sans alcool avec des bulles). Beaucoup de jeunes Français remplacent le vin par la bière.

Après le repas : on peut boire un café noir.

Après le café on peut prendre **un digestif** = une liqueur, un cognac, un calvados... (à l'occasion d'un repas de fête).

Où aller manger ?

un restaurant

un restau "U" (restaurant universitaire) pour les étudiants

un café, une cafétéria

un bistrot (ou bistro)

une brasserie

une cantine

un fast-food, un restaurant rapide

Texte « Les repas en France »

Comme dans la plupart des pays européens, en France, on prend généralement trois repas par jour : le petit déjeuner, le déjeuner et le dîner. Les enfants prennent aussi le goûter.

Avant d'aller travailler (ou aller à l'école), on prend le petit déjeuner. Il se compose souvent d'une boisson chaude (café, café au lait et, plus rarement, chocolat chaud ou thé), de tartines avec du beurre et de la confiture ou du miel, et éventuellement d'un yaourt. Depuis quelques années, on apprécie aussi les céréales. Mais certains n'ont pas envie ou n'ont pas le temps de prendre leur petit déjeuner chez eux, d'autres boivent seulement un café au comptoir d'un bar ou au bureau.

Le déjeuner, pris entre midi et 14 heures, reste le repas principal pour beaucoup de Français. Le déjeuner se compose d'une entrée (salade, charcuterie...), d'un plat principal (viande ou poisson accompagné de légumes), d'un dessert (fruit, gâteau) et d'un café.

Avant, on rentrait à la maison, mais maintenant, on déjeune le plus souvent sur son lieu de travail (une cafétéria, une cantine scolaire, un restaurant universitaire ou un restaurant d'entreprise), ou à côté de son lieu de travail, dans une brasserie, un snack ou dans « un fast-food » (c'est-à-dire une boutique de restauration rapide). Quand on n'a vraiment pas beaucoup de temps, ou peu d'argent, on prend un plat unique ou on mange simplement un sandwich, une quiche, un croque-monsieur. Certains Français (surtout des jeunes) ont des habitudes alimentaires (manger debout et rapidement) qui viennent des USA ou de pays anglo-saxons. En revanche, en province ou à la campagne, les Français rentrent majoritairement chez eux pour le déjeuner.

Entre 16 heures et 17 heures, les enfants prennent leur goûter : un pain au chocolat, ou une tartine, accompagné d'une boisson.

Le dîner, pris en général autour de 20 heures, réunit toute la famille. C'est souvent le seul repas familial de la journée. Mais maintenant, beaucoup de familles mangent devant la télévision. C'est aussi le repas le plus copieux : une entrée, un plat principal, du fromage, un dessert, sans oublier un bon verre de vin ! Quand on est entre amis, avant ce repas, on propose de boire un apéritif.

Le souper (repas pour les plus riches après le spectacle du soir) a presque totalement disparu. Il reste la tradition du réveillon de Noël et de Nouvel An.

Questionnaire

1. Quels sont les repas principaux en France ?
2. Qu'est-ce que les Français prennent d'habitude au petit-déjeuner ?
3. A quelle heure est-ce que le déjeuner est pris ? De quoi se compose-t-il ?
4. Où est-ce que les Français déjeunent le plus souvent ?
5. A quelle heure est-ce que le goûter est pris ? De quoi se compose-t-il ?
6. A quelle heure est-ce que le dîner est pris ? De quoi se compose-t-il ?
7. Quels autres repas existent en France ?

Exercices

1. Complétez avec les mots qui conviennent :

En France, on prend généralement trois **r**_____ par jour : le **p**_____, le **d**_____ et le **d**_____. Les enfants prennent aussi le **g**_____.

Le petit déjeuner se compose souvent d'une **b**_____ chaude, de **t**_____ avec du beurre et de la confiture ou du miel, et éventuellement d'un **y**_____. On apprécie aussi les **c**_____.

Le déjeuner, pris entre midi et 14 heures, se compose d'une **e**_____, d'un **p**_____, d'un **d**_____ et d'un **c**_____.

Quand on n'a pas beaucoup de temps, ou peu d'argent, on mange simplement un **s**_____, une **q**_____, un **c**_____.

Entre 16 heures et 17 heures, les enfants prennent leur goûter : un **p**_____ au chocolat, ou une tartine, **a**_____ d'une boisson.

Le **d**_____, pris en général autour de 20 heures, est souvent le seul repas familial de la journée. Mais maintenant, beaucoup de familles **m**_____ devant la télévision. Quand on est entre amis, avant ce repas, on propose de boire un **a**_____.

Le **s**_____ (repas pour les plus riches après le spectacle du soir) a presque totalement disparu. Il reste la tradition du **r**_____ de Noël et de Nouvel An.

2. Traduisez en français :

- 1) рясна їжа
- 2) легка їжа; нежирна їжа
- 3) смачна їжа
- 4) сніданок; снідати
- 5) обід; обідати
- 6) підвечірок; їсти підвечірок
- 7) вечеря; вечеряти
- 8) пізня вечеря; їсти пізню вечерю
- 9) святкова вечеря напередодні Різдва або 31 грудня; зустрічати Різдво або Новий рік
- 10) перекусити
- 11) їсти на ходу
- 12) зробити перерву на каву
- 13) пити чорну каву, каву з молоком, гарячий шоколад, чай, молоко, фруктовий сік
- 14) їсти тости, тартинки з маслом і варенням або медом
- 15) їсти злаки
- 16) їсти фрукти (яблуко, грушу, персик, абрикос, вишні, полуницю, виноград, сливи, банан, апельсин)
- 17) закуска
- 18) ковбасні вироби (паштет, ковбаса, шинка)

- 19) салат з помідорів, огірків
- 20) сирі овочі
- 21) суп
- 22) основна страва
- 23) м'ясо (яловичина, телятина, свинина, ягнятина, курка)
- 24) м'ясо з кров'ю, середньої прожарки, добре підсмажене
- 25) риба (форель, лосось...)
- 26) приготований на грилі
- 27) запечений в духовці
- 28) тушкований
- 29) обсмажений на сковороді
- 30) приготований в соусі
- 31) подавати м'ясо з овочами, з рисом, з макаронами
- 32) овочі (морква, цибуля-порей, зелена квасоля, селера, кабачки, зелений горошок, шпинат)
- 33) картопля на пару; картопляне пюре; картопля фрі
- 34) сир
- 35) десерт
- 36) морозиво
- 37) пиріг
- 38) тістечка
- 39) пити воду з крану, мінеральну воду, вино, пиво, газовані напої
- 40) обідати в кафе, у студентському буфеті, в їдальні, в ресторані швидкого харчування