

ANGLETERRE



Full English Breakfast - Les anglais vous diront que ce petit déjeuner doit comprendre les fameux « baked beans », des saucisses, du bacon, des œufs, des champignons, des hash browns (rusties de pomme de terre) et des toasts. Peut se boire avec une tasse de thé ou de café, au choix !

POLOGNE



Connu sous le nom de Jajecznica, le petit déjeuner traditionnel polonais comprend des œufs brouillés couverts de rondelles de saucisses et des rusties de pommes de terres.

ESPAGNE



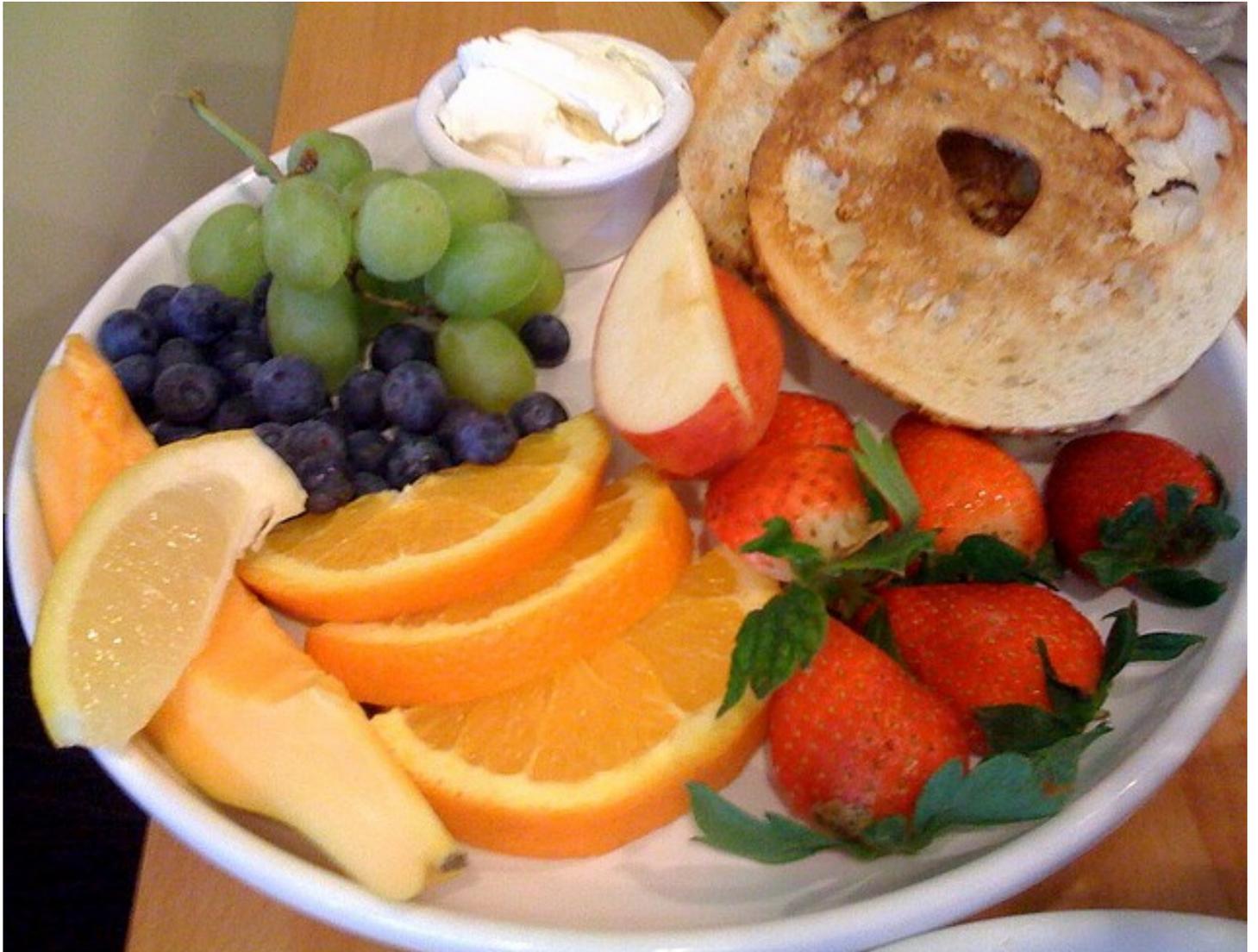
Le Pan a la Catalana, ou le Pan con Tomate, est un petit déjeuner espagnol simple mais délicieux. Imprégnez simplement des tranches de pain d'ail frais et de tomates bien mûres, puis versez un filet d'huile d'olive et ajoutez une pincée de sel et de poivre. Pour ceux qui ont très faim, vous pouvez ajouter du fromage, du jambon ou de la saucisse !

MAROC



Le petit déjeuner consiste en général en différentes sortes de pain avec du chutney, de la confiture, du fromage et du beurre. Les pains traditionnels marocains comprennent un pain qui ressemble aux « crumpets » anglais, et un autre qui ressemble à des pancakes appelé le Baghir...

HAWAÏ



À Hawaï, c'est la fête des fruits ! Ces derniers sont consommés sans modération dès le petit déjeuner, et s'accompagnent parfois d'un bagel ou d'un toast.

SUEDE



Une crêpe suédoise appelée Pannkakor est souvent consommée au petit déjeuner, avec de la confiture ou de la marmelade.

ISLANDE



Voilà un petit déjeuner nourrissant, parfait pour affronter le rude climat islandais ! L' Hafragrautur (flocons d'avoine ou porridge), est préparée avec quelques pincées de sucre brun et de raisins et fruits secs.

PORTUGAL



Une recette simple et délicieuse à base de croissants farcis (salés ou sucrés) et une bonne dose de café pour accompagner le tout, au soleil !

AUSTRALIE



Concurrent du fameux Marmite anglais, le Vegemite est un choix de première classe pour les australiens qui le tartinent copieusement sur leur toast du matin. Attention : cette pâte odorante et salée peut surprendre les non-initiés !

BRESIL



Charcuterie, fromage et pain constituent l'essentiel du petit déjeuner brésilien. Un peu de beurre et de confiture pour agrémenter le tout et voilà !

ITALIE



La nation spécialiste des plats riches qu'on adore comme les pizzas ou les pâtes mange relativement léger au petit déjeuner (pour garder de la place pour les dites pizzas et pâtes, peut-être?) : un croissant et un cappuccino, ou 'cappuccino e cornetto', comme disent les italiens.

PAYS DE GALLE



Le Welsh Rarebit (toast gratiné au fromage) est un petit déjeuner simple mais délicieux pour ceux qui préfèrent le salé au sucré au saut du lit.

Une assiette de petit déjeuner danoise comprendra du pain noir et blanc, un œuf à la coque, du salami, du jambon, du fromage, du pâté, du miel, de la confiture et pourquoi pas quelques céréales ! Très peu de bacon, puisqu'il ne s'agit pas d'un met très populaire au Danemark.

PHILIPPINES



L'un des fruits préférés aux Philippines est la mangue, que l'on mange beaucoup au petit-déjeuner. Ensuite, vous y trouverez du riz, des saucisses (longganisa) et les fameux sinangag (galettes faites de riz, d'œufs, de viande et de haricots). Délicieux !

ALASKA



ALLEMAGNE



De la saucisse de caribou avec un œuf sur le plat, le tout sur une crêpe. Simple et efficace !

ETATS-UNIS



Les allemands aussi ont un petit faible pour les petits déjeuners salés : saucisse, fromage et délicieux pain noir avec une bonne tasse de café constituent le petit déjeuner traditionnel

FRANCE



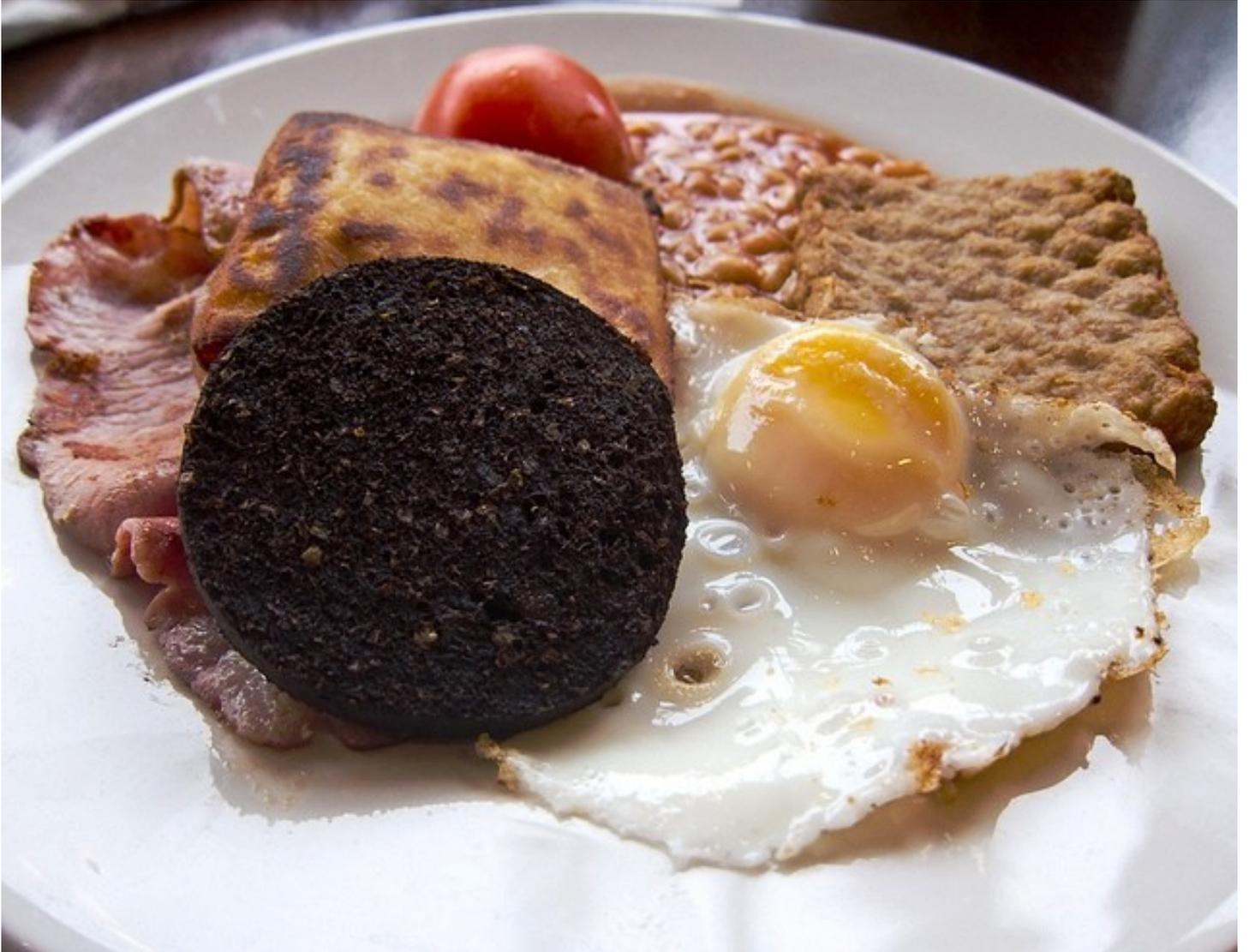
Des pancakes, bien sûr ! Agrémentés de sirop d'érable, de myrtilles et parfois de bacon

INDE



Ah, croissant, pain au chocolat, pain au raisin, pain au lait, brioche... Vive les viennoiseries ! Avec du thé ou du café et voilà, le tour est joué !

ECOSSE



Pommes de terre sautées, tofu frit, lentilles, saucisses végétariennes et toast à la banane et au poivre. Une explosion de saveur !

THAÏLANDE



Tout comme le English breakfast, avec une bonne tranche de « haggis » en plus... Le haggis, qu'est-ce que c'est ? Divers organes de moutons hachés et mélangés avec des oignons, des herbes, de l'avoine et du bouillon (de la panse de brebis farcie, en gros). Il s'agit donc de la version *hardcore* du petit déjeuner anglais.

ARGENTINE



Ce plat vous sera proposé partout en Thaïlande : du poisson épicé à la menthe, du riz et du porc sucré épicé. Il s'agit d'un plat très apprécié des locaux comme des touristes, et est peu cher : 30 Bhat la portion. Les thaïlandais savourent des plats relativement similaires au petit déjeuner, déjeuner et dîner.

IRLANDE



Le petit déjeuner consiste généralement en une infusion à base de mat, accompagné d'un Facturas, un croissant au sucre.

CANADA



On vous a parlé du petit déjeuner anglais puis de l'écossais, c'est maintenant au tour de l'irlandais ! Toujours la même recette que le full english breakfast, mais avec du « white pudding » (une saucisse farcie au porc, au pain et à l'avoine).

MEXIQUE



Ce qui ressemble à des œufs brouillés sont en fait des « perogies », une spécialité venue d'Europe de l'Est mais extrêmement populaire au Canada. Ce sont de petits beignets ou fritures farcis de pommes de terre, de viande, de fromage, d'oignons frits et parfois de légumes qui sont servis au petit déjeuner avec des toasts et des saucisses pour faire passer le tout !

RUSSIE



Cette assiette appétissante est remplie de bœuf, de nachos, fromage et haricots, le tout épicé bien sûr, comme l'aime les mexicains !

VIETNAM



L'Oladi est le petit déjeuner de prédilection en Russie. A mi-chemin entre les pancakes et les crumpets, ils sont servis chauds et frais, fondants au milieu et croustillants à l'extérieur. Ils sont dégustés avec de la confiture, du miel ou des fruits rouges.

PEROU



Il s'agit de viande marinée dans du porridge (flocons d'avoine). La photo représente du porridge au porc avec des donuts chinois, des haricots, de l'intestin de porc farcie au porc ainsi que du cœur et de l'estomac de porc haché. Ça change pas mal des œufs brouillés et des toasts.

BOLIVIE



Le Ceviche est un plat très populaire toute la journée, dès le petit déjeuner ! Il s'agit d'un plat à base de fruits de mer et de poisson cru mariné dans du jus de citron, assaisonné avec du piment. Un vrai festin !

EGYPTE



Les « saltenas » sont un croisement entre des « empanadas » et des « Cornish pasties ». Il s'agit d'un petit déjeuner traditionnel en Bolivie et sont en général fourrés à la viande et aux légumes, avec une pincée de sucre.

JAPON



Le Foul Madamas est un petit déjeuner composé de haricots, de pois chiches, d'ail et de citron. Comme sur la photo, il est possible de le parfaire en ajoutant de l'huile d'olive, du piment de Cayenne, un œuf dur et quelques légumes verts !

CHINE



Comment ça, vous n'avez jamais mangé de tofu pour le petit déjeuner ? Il s'agit d'un choix populaire au Japon, et il se consomme parfois avec du poisson et du riz au saut du lit. Imbibez votre tofu de sauce soja et voilà, c'est prêt !

MALAISIE



Un peu comme au dîner et au souper, au petit matin vous savourerez des nouilles ou du riz sautés assaisonnés dans une sauce collante avec du poulet et des légumes.

MONGOLIE



Un grand bol de Mee. Des nouilles mélangées à des œufs, des légumes et des épices.

BELIZE



Le petit-déjeuner consiste souvent en du mouton bouilli servi avec des produits laitiers et du riz. En Mongolie de l'ouest, il n'est pas rare que le mouton soit substitué par du cheval.

HONGRIE



Ici, on mange des genres de beignets, des petits morceaux de pâte frits à l'huile accompagnés de haricots, d'œufs, de jambon ou de miel pour une version sucrée.

COREE



Le petit déjeuner star hongrois est le Pogácsa, et il y a même des festivals organisés autour de ce plat dans le pays ! Les Pogácsa ont la consistance des scones anglais et sont également utilisés pour accompagner le fameux goulash.

PAKISTAN



Le petit déjeuner ressemble beaucoup à tous les autres repas de la journée en Corée ! Voilà à quoi ressemble le plat en question... Impressionnant !

ESTONIE



Au Pakistan, on vous servira sûrement du Aloo Paratha. Il s'agit d'un pain indien frit à la poêle, et la pâte est souvent fourrée aux légumes. Il est possible de le déguster avec du beurre, du chutney ou d'autres sauces épicées, ou alors de le rouler et de le tremper dans votre thé !

JORDANIE



Du fromage fondu sur du pain, tout simplement. On peut y ajouter une pointe de ricotta ou de fromage frais.

VENEZUELA



En Jordanie, le contenu du petit déjeuner dépend de la région où vous habitez mais le houmous et les fallafels servis avec de l'huile d'olive, de la saucisse d'agneau, du poulet, de la confiture et du beurre sont très appréciés.

COLOMBIE



Des empenadas sont au menu du jour pour le petit déjeuner. Fourrés avec du fromage frais, de la viande hachée et des légumes.

GHANA



Voici un petit déjeuner très populaire en Colombie : une soupe au lait, à l'oignon, à l'œuf et au fromage appelée « changua ».

UGANDA



Le petit déjeuner le populaire dans ce pays africain est le « waakye » : du riz cuit avec des haricots souvent vendu par des vendeurs de rue.

BAHAMAS



Comme dans beaucoup de grands pays, le petit déjeuner dégusté change en fonction de la région. Ceci étant dit, le « katogo » est un petit déjeuner assez courant en Ouganda : des bananes vertes cuites avec du bœuf et des légumes.

COSTA RICA



Une bouillie de maïs qui ressemble beaucoup à du porridge, recouverte de gambas grillées et de différents types de viandes et d'épices pour agrémenter le tout.

REPUBLIQUE DOMINICAINE



Le Gallo Pinto est le petit déjeuner traditionnel local. Il est composé de haricots rouges, de riz, de crème, de salsa et de tortillas. Il arrive que le tout soit dégusté avec de la viande ou un avocat.

TURQUIE



Si vous vous rendez là-bas, essayez le Mangu ! Ce petit déjeuner à base de bananes bouillies, de beurre, de fromage, de viande et d'œufs est très populaire.

Le petit déjeuner turc est souvent composé de fromage, de beurre, d'olive, d'œufs, de tomates, de concombre, de confiture et de viande.