

GENMAÏ SHOBOGENJI

Avertissement :

Cette recette a été expérimentée au Temple Shobogenji pendant le camp d'été 2008 avec succès. Elle se prépare sur un feu de bois avec toutes les règles de sécurité nécessaires. Elle n'est pas applicable dans les dojos ou dans une sesshin où l'on utilise le gaz pour la cuisson. Elle nécessite une marmite solide qui résiste à la pression.

Principe :

Le but premier est d'éviter que la genmaï ne tourne. Pour cela :

- On mélange les légumes seulement 2 heures avant de la servir, et
- On stérilise le riz, en le cuisant à la pression et en ne soulevant pas le couvercle. La genmaï n'accroche pas, car la pression crée un fort mouvement.
- Le 2^{ème} but est de la faire crémeuse, pour cela on utilise une cuisson longue et douce, une fois le riz éclaté.

Après le café de midi vers 13 h 30

- Choisir la plus grosse marmite possible (pour 120 personnes la 42cm convient).
- S'assurer que le couvercle ferme hermétiquement.
- Mesurer un volume de riz (4 kg pour 120 personnes)
- Laver le riz 3 fois.
- Préparer un grand feu de bois dans le foyer destiné à cet effet.
- Y mettre la marmite avec 10 volumes d'eau, mettre le couvercle.
- Lorsque l'eau bout (ça prend ½ heure) verser le riz dans la marmite
- Lorsque l'eau bout de nouveau, mettre un poids d'une centaine de kilos sur le couvercle (une dizaine de grosses pierres, ou bien une autre marmite remplie d'eau.)
- Laisser encore le feu à plein régime.
- Au bout d'un moment, le riz éclate, la pression est telle qu'elle arrive à soulever le couvercle et de la vapeur mélangée à de l'amidon du riz sort sous le couvercle.
Ça n'est pas grave tant que ça fait juste des « petites bulles » et non pas un filet d'eau. On peut quand même baisser un peu le feu ou bien rajouter une pierre.

Il est 16 h 30 (le zazen est à 17 h) :

- il y a beaucoup de braises, enlever le bois non consommé et laisser juste une bûche, avec des braises.
Vous pouvez aller tranquillement au zazen. Si quelqu'un de la cuisine reste, il pourra remettre une bûche.
- Ne soulevez pas le couvercle avant le lendemain car à l'intérieur c'est stérilisé.
- Après le dîner, revenez vérifier qu'il y a toujours des braises.
- Après le zazen du soir, vers 22 h, il y a encore quelques braises.
Mettre à l'abri de la pluie du bois sec, du papier, quelques branchettes et 6 à 7 bûches.
- Mettre le réveil à 6 h du matin.

6 h du matin :

- Enlever les pierres, soulever le couvercle. Ça a dû accrocher un peu mais pas trop. La consistance est plus épaisse en bas de la marmite. Remuer avec la grande cuillère en bois pour homogénéiser
- Verser les légumes coupés dedans sans rajouter d'eau et remuer pour homogénéiser.
- Faire le feu le plus grand possible.
- Remuer énergiquement sur toute la surface du fond pour éviter que ça accroche, au fur et à mesure que cela se réchauffe.

7 heures :

- la clochette du réveil sonne. Couvrir, mettre les pierres, laisser encore le feu (pour faire monter la pression), préparer les récipients pour servir.

7 h 10 :

- Enlever les bûches, laisser juste les braises, la genmaï va encore mijoter 1 h 30 pendant zazen
- Fin du zaz. Servir dans des plats sans couvercle (c'est trop chaud, ça peu refroidir). S'il fait froid, c'est bon chaud. S'il fait soleil, rajouter un peu d'eau froide.