

En Pologne, on travaille 40h par semaine ; pour les matheux, ça fait 8h par jour. Ce qui est assez pratique quand l'entreprise fait tourner sa production 24/24h : ça fait 3 équipes pour couvrir une journée. En France on serait assez em***rdé pour finir les 3 dernières heures...

Bref, les polonais travaillent 8h par jour. Et ça ne rigole pas : 8h au travail, 16h dehors. Si en France on a développé une grande tradition de la cantine ou du resto le midi, ici ce n'est pas vraiment l'usage. Les polonais mangent chez eux, et travaillent au travail...curieux non?

Du coup, il faut prendre des forces au petit-déjeuner pour tenir le coup jusqu'à 16h! Ce n'est pas avec notre petit déjeuner de moineaux que les français pourraient faire ça! Un brave français qui englouti 4 tartines-nutella, 1 orange, 1 yaourt et 1 café est déjà considéré comme un vaillant. Par contre le français est goulé le midi : normal, on fait empiéter la pause déjeuner sur le temps de travail, c'est toujours ça de gagné. Juste avant de quitter le bureau, le bon français se fait un petit goûter, bien sucré, bien diététique.

Une fois rentré à la maison, le seul impératif, c'est la bouffe!

Parce que le soir, en France, c'est festin ; toute la famille se retrouve, donc on ripaille un bon gros plat, juste avant d'aller se coucher. Bref, la diététique bien à la française.

Les Polonais n'ont vraiment rien compris à la vie : dès le matin, ils s'envoient charcuterie et fromage! À midi, 15min de pause, c'est déjà un arrêt de travail ; on grignote un brin, mais c'est tout. C'est seulement une fois rentré à la maison (16h15 à en faisant un détours) qu'on s'envoie une bonne ripaille avec pommes de terre d'ici (À 16h, on appelle ça le dinar)! Et le soir, un petit goûter (style petit dej à la frenchy) fera l'affaire.

L'art de manger à l'envers

Écrit par Flol

Lundi, 08 Février 2010 21:22

Comme le rythme Polonais est de toute évidence bien plus sain, **je me suis amusé à changer l'ordre de tous mes repas :**

Matin : patates vapeurs + bacon + sandwich fromage/salami + bol de muesli au fromage blanc

Midi : soupe + petit plat chaud en 15min au travail

16h30 : repas complet (crudités + plat chaud + dessertsss)

21h : 1 petit sandwich + céréales

Je n'avais pas vraiment le choix, parce qu'il faut s'adapter aux horaires locales ; mais tout compte fait, c'est pas mal du tout! **Le plus dur, c'est sûrement d'attaquer le matin comme un bon allemand, avec de la charcuterie et du fromage!**

Et en bonus : le tableau que j'ai accroché en face de mon balcon pour manger ma patate du matin.

L'art de manger à l'envers

Écrit par Flol

Lundi, 08 Février 2010 21:22



Smacznego!