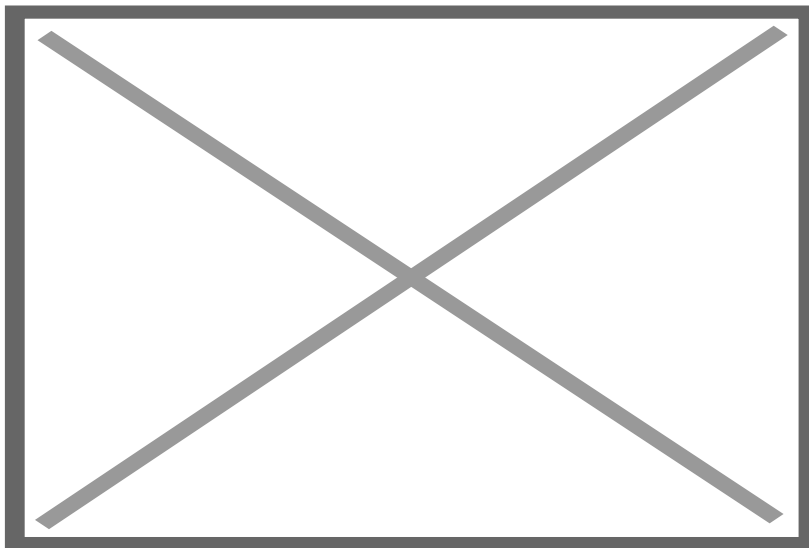


Envie de Palestine : Les recettes les plus appréciées d  une cuisine séculaire

Description

Par Susan Muaddi Darraj, le 22 octobre 2020

Un nouveau livre de cuisine, avec plus de 100 recettes de Palestiniens célèbres de la diaspora, présente une gamme de plats traditionnels et adaptés



Craving Palestine inclut la recette de la mère de la députée américaine Rashida Tlaib,   base de feuilles de vigne farcies et de côtelettes d  agneau (*Craving Palestine*)

L  ann e dernière, lors d  une conférence   San Francisco, un certain nombre de collègues non arabes m  ont parlé avec enthousiasme de Beit Rima, un endroit local qui servait de la nourriture palestinienne. Leur désir d  essayer un authentique restaurant palestinien m  a enthousiasmé.

Comment, me suis-je demandé, notre cuisine culturelle est-elle devenue soudainement   la mode ? Cela m  a rappelé que nous avons parcouru un long chemin depuis mon enfance, lorsque l  emballage de houmous ou de *manoushe zaatar* pour le déjeuner me valait des regards étranges de la part de mes camarades de classe.



La contribution de Susan Abulhawa est une recette pour un Msakhan vÃ©gÃ©talien (Craving Palestine)

Le houmous (disponible en tellement de saveurs qu'il est devenu une plaisanterie courante sur #arabtwitter), le taboulÃ©, le labneh et d'autres aliments de base se trouvent maintenant dans les Ã©piceries les plus modestes.

Lorsque vous avez grandi en entendant que votre origine ethnique est liÃ©e au terrorisme, c'est un peu surprenant de comprendre que les repas et les aliments soigneusement roulÃ©s et mÃ©langÃ©s Ã la table de la cuisine par vos mÃ©res et vos grands-mÃ©res et sont maintenant convoitÃ©s par vos collÃ©gues et vos amis.

Au cours des cinq derniÃ©res annÃ©es, l'industrie de l'Ã©dition a apparemment Ã©crouvÃ© la cuisine palestinienne (heureusement elle a Ã©galement acceptÃ© de l'Ã©tiqueter comme telle). Les gastronomes ne veulent pas seulement manger de la nourriture palestinienne, ils veulent aussi la prÃ©parer chez eux.

Un certain nombre d'excellents livres de cuisine sont apparus sur les Ã©tagÃ©res, notamment *Palestine on a Plate* [La Palestine sur un plateau] <https://www.palestineonaplate.com/>, *The Gaza Kitchen* [La cuisine de Gaza], *The Palestinian Table* [La Table palestinienne] <https://www.reemkassis.com/thepalestiniancookbook>, *Falastin* <https://www.penguin.co.uk/books/111/1114538/falastin-a-cookbook/9781785038723.html> et Zaitoun <https://www.bloomsbury.com/uk/zaitoun-9781408883846/>.

Au dÃ©but de l'annÃ©e, le New York Times est mÃame allÃ© jusqu'Ã publier un article d'Ã©tude, Ã« The Rise of Palestinian Food » [L'alimentation palestinienne en hausse] <https://www.nytimes.com/2020/02/12/t-magazine/palestinian-food.html>, un titre qui a sans aucun doute secouru les familles palestiniennes. Une communautÃ© vieille de plusieurs siÃ©cles dont la cuisine n'est que maintenant en Ã« hausse » ?

Un nouveau livre de cuisine est maintenant paru : *Craving Palestine* <https://www.cravingpalestine.com/>, écrit et organisé par le duo mère-fille palestinien Farrah Abuasad et Lama Bazzari. Un troisième membre de la rédaction est le chef franco-palestinien Fadi Kattan, qui a également contribué à quelques recettes.

Craving Palestine n'est pas tout à fait un livre de cuisine dans le même sens que les autres. Il se présente plutôt comme « un mouvement mondial de collecte de fonds ».

Les contributeurs sont tous issus de la diaspora, notamment de Dubaï, Amman, Koweït, Lisbonne et Paris. L'ensemble des contributeurs dont la députée palestinienne américaine Rashida Tlaib, la romancière Susan Abulhawa et le réalisateur Hani Abu-Assad est à la fois éclairant et étendu.

Les bénéfices de la vente du « livre de cuisine » but non lucratif sont versés à ANERA <https://www.anera.org/>, une organisation fondée en 1968 pour aider à soulager les souffrances des Palestiniens au lendemain de la guerre de 1967. Elle est connue pour fournir des secours et des services aux Palestiniens déplacés et appauvris en Cisjordanie et dans la bande de Gaza, au Liban et en Jordanie, en particulier aux réfugiés.

Les éditeurs déclarent que les bénéfices du livre seront consacrés au financement de programmes d'éducation, de santé et de développement et ils espèrent qu'ils offriront des opportunités à la jeunesse palestinienne, liée par l'amour et une humanité partagée, d'avoir un impact de grande envergure.

Bien qu'il soit structuré comme un livre de cuisine typique (avec des sections comme « Soupes et ragoûts », « Volaille et viande » et « Desserts »), *Craving Palestine* se lit plutôt comme une réunion de famille.

C'est un livre magnifiquement conçu, avec des photos en couleur des aliments qu'il met en valeur, ainsi que des photos en noir et blanc des personnes qui ont contribué à la recette.



La recette de lâ??Ã©crivaine Naomi Shihab-Nye est le ragoÃ©t de lentilles Happy House de son pÃ©re (Craving Palestine)

On y trouve un Â« ragoÃ©t de lentilles Happy House Â» de la poÃ©tesse et romanciÃ©re palestino-amÃ©ricaine Naomi Shihab Nye. Le ragoÃ©t est la recette de son pÃ©re, quâ??il sâ??est empressÃ© de lui fournir en raison de lâ??inclination de sa fille pour le vÃ©gÃ©tarisme. Â« La viande Ã©tait un animal mort Â», explique-t-elle dans son introduction Ã© la recette.

Sa propre grand-mÃ©re, selon la famille, a vÃ©cu longtemps parce quâ??elle Ã©tait trop pauvre pour manger de la viande, ce qui semblait logique Ã© la jeune Naomi : Â« Cela me semblait juste. Mangez moins de viande mortelle et vivez plus longtemps Â». Le pÃ©re de Nye, Aziz Shihab, a Ã©crit son propre livre de cuisine, *A Taste of Palestine : Menus and Memories* [Un goÃ©t de Palestine : Menus et souvenirs] et le Â« ragoÃ©t de lentilles Happy House Â» provient de ce recueil.

Il y a aussi des recettes dâ??autres Ã©crivains, comme la poÃ©tesse Lisa Suhair Majaj, ainsi que dâ??autres artistes comme les acteurs Maysoun Zayid et Waleed Zuaiter et des musiciens comme les frÃ©res du Trio Joubran.

La dÃ©putÃ©e amÃ©ricaine Rashida Tlaib, premiÃ©re femme palestino-amÃ©ricaine Ã© siÃ©ger Ã© la Chambre des reprÃ©sentants amÃ©ricaine, a rendu son Â« yama Â» cÃ©lÃ©bre lors de sa cÃ©rÃ©monie dâ??investiture en portant le thobe [robe longue] que sa mÃ©re a brodÃ© pour elle.

Aujourdâ??hui, dans *Craving Palestine*, elle inclut la recette de sa mÃ©re Fatima avec des feuilles de vigne farcies et des cÃ©telettes dâ??agneau : Â« Câ??est le seul plat qui rÃ©unissait toutes mes tantes et Sity Muftieh autour dâ??une table, oÃ©¹, assises nous racontions des histoires et riions en roulant les feuilles. Â»

Le rÃ©alisateur et producteur Hani Abu-Assad, dont *Paradise Now* et *Omar* ont tous deux Ã©tÃ© nominÃ©s aux Oscars, nous livre sa recette de *makloubi* au poulet, quâ??il prÃ©parait souvent lorsquâ??il Ã©tait jeune, lorsquâ??il a dÃ©mÃ©nagÃ© aux Pays-Bas et que la cuisine de son pays et sa famille lui manquait. Â« La seule faÃ§on de revenir Ã© mes racines Â», explique-t-il, Â« et de renouer avec mon hÃ©ritage Ã©tait de cuisiner mes propres recettes palestiniennes et de les partager avec mes amis nÃ©erlandais Â».

Recette pour la fabrication du poulet Makloubi

pour 4 personnes

IngrÃ©dients

1 poulet biologique, coupÃ© en 4 morceaux

1 cuillÃ©re Ã© soupe (15 ml) dâ??huile dâ??olive et aussi pour lâ??arrosage

1 citron

Sel et poivre

1 chou-fleur de taille moyenne, coupé en bouquets

1 oignon, finement haché

2 gousses d'ail

2 tasses (.5 litres) de riz basmati (ou tout riz long grain)

1 c. à soupe (15 ml) de mélange sept épices (facultatif)

1 c. à soupe (15 ml) de coriandre moulue (facultatif)

½ tasse d'amandes grillées

¼ tasse de persil frais haché

Méthode

Préchauffez le four à 180 °C (350 °F)

Placez le poulet sur une plaque de cuisson. Frotter avec de l'huile d'olive, du citron, du sel et du poivre

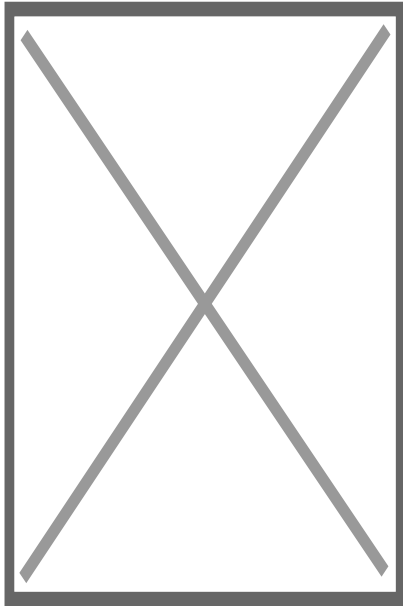
Faites cuire le poulet pendant 45 minutes. Retournez le poulet lorsque la partie supérieure devient brune. De cette façon, vous avez deux faces qui sont brunes et cuites uniformément

Placez les fleurons de chou-fleur sur une plaque de cuisson séparée. Arrosez-les avec de l'huile de cuisson et ajoutez du sel, selon votre goût. Faites-les cuire au four à côté du poulet pendant 25 minutes. Retournez le chou-fleur lorsque la partie supérieure devient brune

Faites bouillir une grande casserole d'eau et placez-y le poulet cuit. Ajoutez le jus de cuisson du poulet. Ajoutez l'oignon et les gousses d'ail hachés. Laisser mijoter 5 minutes.

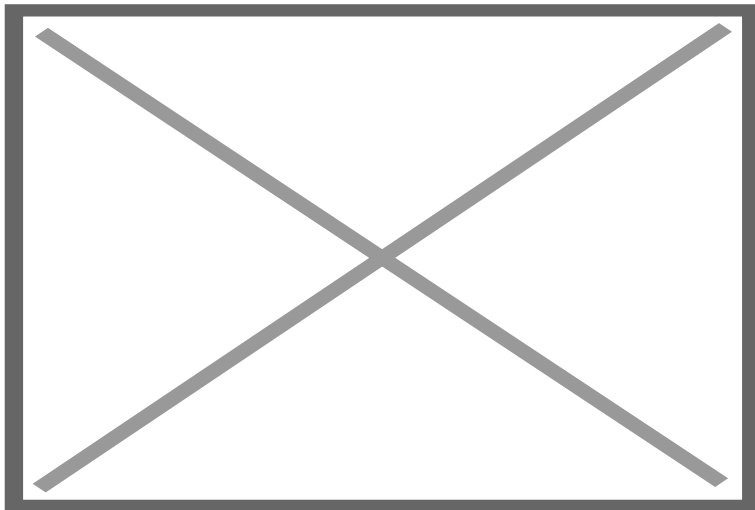
Ajoutez le riz et le chou-fleur cuit. Posez le couvercle sur la casserole et laissez mijoter jusqu'à ce que le riz absorbe toute l'eau et soit cuit. Goûtez l'excess d'eau

Pour servir, mettez une grande assiette de service sur le dessus de la marmite et retournez la marmite (pour vous donner une sorte de riz pilaf). Garnir comme vous le souhaitez



Film director and producer Hani Abu-Assad's Chicken Makloubi (Craving Palestine)

En lisant le livre, les réflexions sur la vie dans la diaspora sont palpables. J'ai été frappé par la nostalgie qui prouve de nombreux contributeurs pour le style de cuisine de leur mère, ou les souvenirs que le repas a déclenchés dans leurs pensées. Les membres du Trio Joubran expliquent comment leur grand-mère, originaire du village de Sirin, a inspiré leur recette de poulet palestinien cuit au four : « Elle habitait tout près à Nazareth et, dès que nous sentions les arômes de ce plat, nous courions la rejoindre ».



Le trio de musiciens Joubran a inclus une recette inspirée par le poulet palestinien cuit au four de leur grand-mère (Craving Palestine)

Mohamed Hadid, un promoteur immobilier qui a contribué au livre et en a fait une promotion active, a écrit : « Deux des recettes de ce livre, je les ai apprises de ma mère, qu'elle a apprises de sa mère ; ma mère a cuisiné pour tout le monde ».

Le livre décrit la merveilleuse créativité d'une alimentation traditionnelle au fur et à mesure de son évolution. L'évolution se produit quand les Palestiniens ont découvert un plat dans un nouvel environnement, avec des ingrédients différents ou en raison d'un changement de leurs normes sanitaires.

Hani Abu-Assad mentionne, par exemple, que sa version du makloubi au poulet implique moins de friture que la version traditionnelle afin d'en faire une variante plus saine pour les régimes modernes.

Craving Palestine comprend une section de ressources utiles pour ceux qui recherchent les bons ingrédients authentiques : il y a un dictionnaire des ingrédients courants, tels que *laban jameed*, *za'atar* et *freekeh*, ainsi que les coordonnées des entreprises et des magasins qui les stockent et les vendent.

Je me souviens que ma propre mère se rendait dans des épiceries d'Asie du Sud pour trouver du cumin et du sumac. De nombreux Palestiniens de la diaspora ont dû se contenter de ce qui était disponible.

Pour d'autres, la cuisine est devenue un moyen de mélanger les cuisines palestiniennes avec les aliments de leur nouveau foyer.

En effet, l'une des caractéristiques les plus remarquables et les plus rafraîchissantes de *Craving Palestine* tient aux nombreuses façons dont les Palestiniens de la diaspora ont fait des expérimentations avec des recettes classiques.

Par exemple, la bloggeuse et auteur Wafa Shami propose son interprétation de l'un des plats préférés de son père : le chou-fleur frit, avec ses Tacos au chou-fleur.

« Cette recette a été inspirée par mon père ; c'est une version moderne d'un taco mexicain, mais avec une touche palestinienne.

Recette de fabrication des Tacos au chou-fleur

pour 4 personnes

Ingrédients :

Pour l'habillage :

3 c. à soupe (50 ml) d'eau

4 c. à soupe (60 ml) de tahini

Jus de ½ citron

Pincée de sel

Pour les Tacos :

1 chou-fleur entier de taille moyenne coupé en bouquets

2 c. À soupe (30 ml) d'huile d'olive extra vierge

1 pincée de sel

½ cuillère À café (2,5 ml) de cumin en poudre

1 tasse de chou rouge râpé (facultatif)

¼ oignon rouge (facultatif)

Concombres marinés (facultatif)

Vinaigrette Tahini

10 coquilles de taco

Méthode

Préchauffez le four À 190°C (375°F)

Faites la vinaigrette : Ajoutez de l'eau au tahini et continuez À remuer, jusqu'À ce que le mélange se transforme en une pâte liquide. Cela ressemblera davantage À une vinaigrette

Ajouter ensuite du citron et du sel et ajuster au goût

Préparez les choux-fleurs en petits bouquets après les avoir rincés. Mélanger avec l'huile d'olive, le sel et le cumin et étaler sur une plaque de cuisson

Cuire au four pendant 45 minutes À une heure jusqu'À ce que les fleurons commencent À devenir dorés

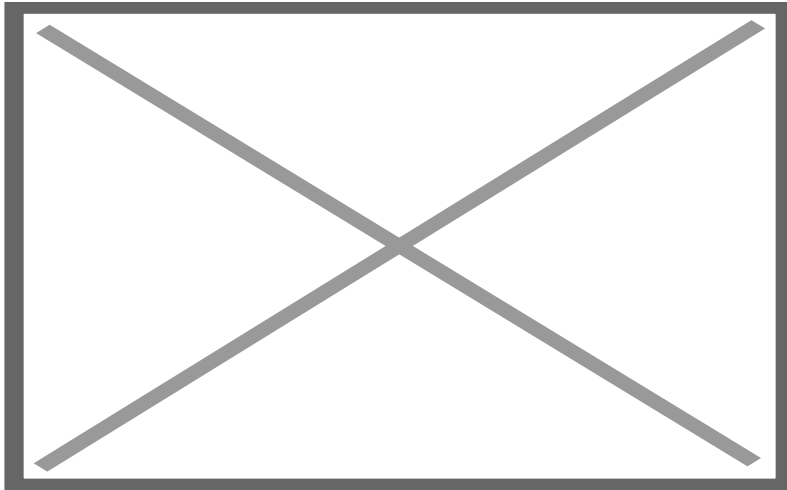
Une fois les choux-fleurs refroidis, remplissez chaque taco de petits fleurons de choux-fleurs grillés et de la garniture de votre choix, comme des oignons, des cornichons et du chou râpé, et arrosez le tout de vinaigrette au tahini. En option, ajoutez un peu de sauce piquante Shatta palestinienne pour un coup de fouet picant

Mais *Craving Palestine* n'est pas seulement un livre de cuisine, c'est aussi un mouvement.

« La nourriture palestinienne est destinée À être partagée entre la famille et les amis et peut donc être dégustée sous forme de *mezze* ou de menu fixe », nous disent les éditeurs. L'un des nombreux aspects liés au livre qui célèbre le sens de la communauté est donc le concept du Supper Club, que l'équipe éditoriale a créé par le biais de son site web.

Ces événements sont organisés dans le monde entier et accueillent entre 20 et 50 invités. Chaque participant achète un ticket pour profiter d'une soirée de nourriture palestinienne, préparée selon les recettes de *Craving Palestine*.

Ces événements, dont certains comprennent des divertissements (Le Trio Joubran a été invité À jouer dans un Supper Club À Dubaï au début de l'année) se sont rapidement vendus et tous les bénéfices ont été versés À ANERA.



Farrah Abuasad (À gauche) et Lama Bazzari (À droite), Éditeurs de Craving Palestine, assis avec la vendeuse de légumes Um Nabil (À droite) au marché de légumes de Bethléem (Craving Palestine)

Dans son introduction À ses recettes de salade de taboulÀ©, Lisa Suhair Majaj mentionne sa propre vie de mÀre occupÀ©e, avec peu de temps libre : À« Jâ??avais peur que mes enfants grandissent en pensant que leur cuisine ethnique À©tait faite de pÀçtes et de petits pois surgelÀ©s.

Elle a commencÀ© À prÀ©parer rÀ©guliÀremment du taboulÀ©, appris de sa grand-mÀre et de ses tantes, et ses enfants ont appris À lâ??aimer.

Son histoire nous rappelle que la vie dans la diaspora comporte de nombreux dÀ©fis pour les Palestiniens ; lâ??un dâ??eux est le stress dÀ©lever des enfants dans un environnement souvent nouveau et peu familier. Les enfants ne parlent peut-Àatre pas arabe, par exemple, ou nâ??aiment pas À©couter de la musique arabe comme leurs parents et leurs grands-parents.

La cuisine palestinienne â?? quâ??elle soit prÀ©parÀ©e de maniÀre traditionnelle ou adaptÀ©e â?? devient un vÀhicule pour transmettre lâ??amour et le respect de sa culture ethnique.

Craving Palestine <https://www.cravingpalestine.com/> : Un livre de cuisine disponible auprÀs de Story Farm Press, À©ditÀ© par Farrah Abuasad, Lama Bazar et Fadi Kattan

Source: [Middleeasteye](#)

Traduction GD pour lâ??Agence Media Palestine

Tags

1. Cuisine
2. IsraÀl
3. palestine

date crÀ©Ã©e
2020/11/02