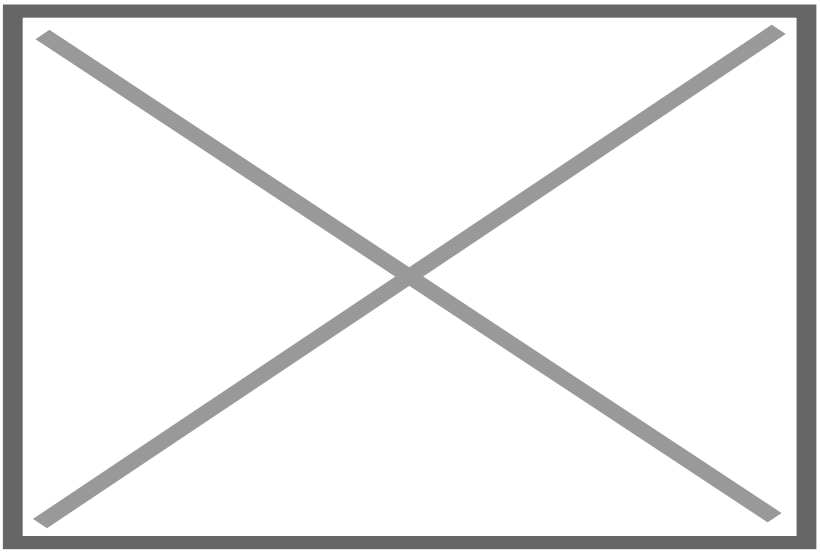
Envie de Palestine : Les recettes les plus apprÃ©ciÃ©es dâ??une cuisine sÃ©culaire

Description

Par Susan Muaddi Darraj, le 22 octobre 2020

Un nouveau livre de cuisine, avec plus de 100 recettes de Palestiniens cÃ©lÃ¨bres de la diaspora, prÃ©sente une gamme de plats traditionnels et adaptÃ©s



Craving Palestine inclut la recette de la mÃ¨re de la dÃ©putÃ©e amÃ©ricaine Rashida Tlaib, Ã base de feuilles de vigne farcies et de cÃ´telettes dâ??agneau (Craving Palestine)

Lâ??annÃ©e derniÃ¨re, lors dâ??une confÃ©rence Ã San Francisco, un certain nombre de collÃ¨gues non arabes mâ??ont parlÃ© avec enthousiasme de Beit Rima, un endroit local qui servait de la nourriture palestinienne. Leur dÃ©sir dâ??essayer un authentique restaurant palestinien mâ??a enthousiasmÃ©.

Comment, me suis-je demandÃ©, notre cuisine culturelle est-elle devenue soudainement Ã la mode ? Cela mâ??a rappelÃ© que nous avons parcouru un long chemin depuis mon enfance, lorsque lâ??emballage de houmous ou de *manoushe zaatar* pour le dÃ©jeuner me valait des regards Ã©tranges 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 quâ??il est devenu une plaisanterie courante sur #arabtwitter), le taboulÃ©, le labneh et dâ??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, câ??est un peu surprenant de comprendre que les repas â?? les aliments soigneusement roulÃ©s et mÃ©langÃ©s Ã la table de la cuisine par vos mÃ¨res et vos grands-mÃ¨res â?? sont maintenant convoitÃ©s par vos collÃ¨gues et vos amis.

Au cours des cinq derniÃ¨res annÃ©es, lâ??industrie de lâ??Ã©dition a apparemment Â« dÃ©couvert Â» la cuisine palestinienne (heureusement elle a Ã©galement acceptÃ© de lâ??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 dâ??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/thepalestiniantablecookbook* *, Falastin* *https://www.penguin.co.uk/books/111/1114538/falastinâ??a-cookbook/9781785038723.html*et *Zaitoun* *https://www.bloomsbury.com/uk/zaitoun-9781408883846/*.

Au dÃ©but de lâ??annÃ©e, le New York Times est mÃªme allÃ© jusquâ??Ã publier un article dÃ©taillÃ©, Â« The Rise of Palestinian Food Â» [Lâ??alimentation palestinienne en hausse] https://www.nytimes.com/2020/02/12/t-magazine/palestinian-food.html , un titre qui a sans aucun doute secouÃ© les familles palestiniennes. Une communautÃ© vieille de plusieurs siÃ¨cles dont la cuisine nâ??est que maintenant en Â« hausse Â» ?

Un nouveau livre de cuisine est maintenant paru : *Craving Palestine* https://www.cravingpalestine.com/ , Ã©ditÃ© et organisÃ© par le duo mÃ¨re-fille palestinien Farrah Abuasad et Lama Bazzari. Un troisiÃ¨me membre de la rÃ©daction est le chef franco-palestinien Fadi Kattan, qui a Ã©galement contribuÃ© Ã quelques recettes.

Craving Palestine nâ??est pas tout Ã fait un livre de cuisine dans le mÃªme sens que les autres. Il se prÃ©sente plutÃ´t comme Â« un mouvement mondial de collecte de fonds Â».

Les contributeurs sont tous issus de la diaspora, notamment de DubaÃ¯, Amman, KoweÃ¯t, Lisbonne et Paris. Lâ??Ã©ventail des contributeurs â?? dont la dÃ©putÃ©e palestinienne amÃ©ricaine Rashida Tlaib, la romanciÃ¨re Susan Abulhawa et le rÃ©alisateur Hani Abu-Assad â?? est Ã la fois Ã©clairant et Ã©tendu.

Les bÃ©nÃ©fices de la vente du Â« livre de cuisine Ã but non lucratif Â» sont versÃ©es Ã ANERA https://www.anera.org/ , une organisation fondÃ©e en 1968 pour aider Ã soulager les souffrances des Palestiniens au lendemain de la guerre de 1967. Elle est connue pour fournir des secours et des services aux Palestiniens dÃ©placÃ©s et appauvris en Cisjordanie et dans la bande de Gaza, au Liban et en Jordanie, en particulier aux rÃ©fugiÃ©s.

Les Ã©diteurs dÃ©clarent que les bÃ©nÃ©fices du livre seront consacrÃ©s au financement de programmes dâ??Ã©ducation, de santÃ© et de dÃ©veloppement et ils espÃ¨rent quâ??ils Â« offriront des opportunitÃ©s Ã la jeunesse palestinienne, liÃ©e par lâ??amour et une humanitÃ© partagÃ©e, dâ??avoir un impact de grande envergure Â».

Bien quâ??il soit structurÃ© comme un livre de cuisine typique (avec des sections comme Â« Soupes et ragoÃ»ts Â», Â« Volaille et viande Â» et Â« Desserts Â»), *Craving Palestine* se lit plutÃ´t comme une rÃ©union de famille.

Câ??est un livre magnifiquement conÃ§u, avec des photos en couleur des aliments quâ??il met en valeur, ainsi que des photos en noir et blanc des personnes qui ont contribuÃ© Ã 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 Maysoon 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, oÃ¹, 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, coupÃ© en bouquets

1 oignon, finement hachÃ©

2 gousses dâ??ail

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

1 c. Ã soupe (15 ml) de mÃ©lange sept Ã©pices (facultatif)

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

Â½ tasse dâ??amandes grillÃ©es

Â¼ tasse de persil frais hachÃ©

MÃ©thode

PrÃ©chauffez le four Ã 180 Â°C (350 Â°F)

Placez le poulet sur une plaque de cuisson. Frotter avec de lâ??huile dâ??olive, du citron, du sel et du poivre

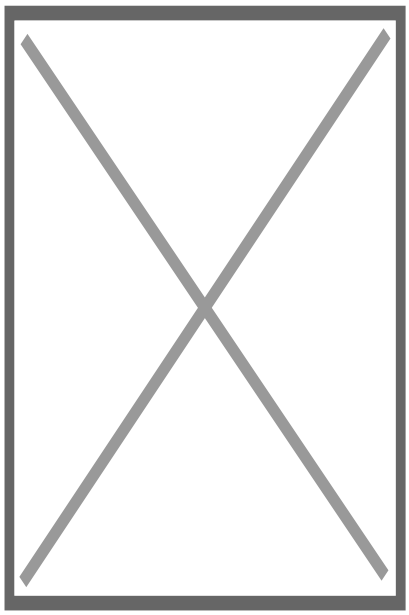
Faites cuire le poulet pendant 45 minutes. Retournez le poulet lorsque la partie supÃ©rieure devient brune. De cette faÃ§on, vous avez deux faces qui sont brunes et cuites uniformÃ©ment

Placez les fleurons de chou-fleur sur une plaque de cuisson sÃ©parÃ©e. Arrosez-les avec de lâ??huile de cuisson et ajoutez du sel, selon votre goÃ»t. Faites-les cuire au four Ã cÃ´tÃ© du poulet pendant 25 minutes. Retournez le chou-fleur lorsque la partie supÃ©rieure devient brune

Faites bouillir une grande casserole dâ??eau et placez-y le poulet cuit. Ajoutez le jus de cuisson du poulet. Ajoutez lâ??oignon et les gousses dâ??ail hachÃ©s. Laisser mijoter 5 minutes.

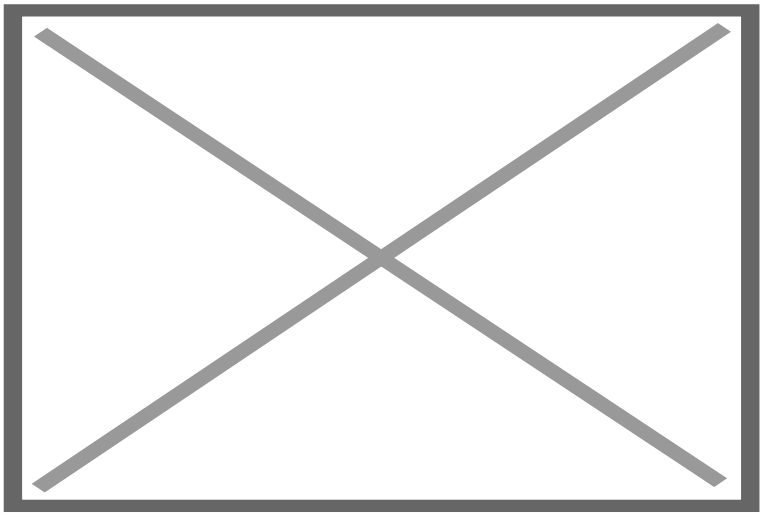
Ajoutez le riz et le chou-fleur cuit. Posez le couvercle sur la casserole et laissez mijoter jusquâ??Ã ce que le riz absorbe toute lâ??eau et soit cuit. Ã?gouttez lâ??excÃ¨s dâ??eau

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-Assadâ??s Chicken Makloubi (Craving Palestine)

En lisant le livre, les rÃ©flexions sur la vie dans la diaspora sont palpables. Jâ??ai Ã©tÃ© frappÃ© par la nostalgie quâ??Ã©prouvent de nombreux contributeurs pour le style de cuisine de leur mÃ¨re, ou les souvenirs que le repas a dÃ©clenchÃ©s dans leurs pensÃ©es. Les membres du Trio Joubran expliquent comment leur grand-mÃ¨re, originaire du village de Sirin, a inspirÃ© leur recette de poulet palestinien cuit au four : Â« Elle habitait tout prÃ¨s Ã Nazareth et, dÃ¨s que nous sentions les arÃ´mes de ce plat, nous courions la rejoindre Â».



Le trio de musiciens Joubran a inclus une recette inspirÃ©e par le poulet palestinien cuit au four de leur grand-mÃ¨re (Craving Palestine)

Mohamed Hadid, un promoteur immobilier qui a contribuÃ© au livre et en a fait une promotion active, a Ã©crit : Â« Deux des recettes de ce livre, je les ai apprises de ma mÃ¨re, quâ??elle a apprises de sa mÃ¨re â?¦ ma mÃ¨re a cuisinÃ© pour tout le monde Â».

Le livre dÃ©crit la merveilleuse crÃ©ativitÃ© dâ??un alimentation traditionnelle au fur et Ã mesure de son Ã©volution. Lâ??Ã©volution se produit quand les Palestiniens ont dÃ» recrÃ©er un plat dans un nouvel environnement, avec des ingrÃ©dients diffÃ©rents ou en raison dâ??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 dâ??en faire une variante plus saine pour les rÃ©gimes modernes.

Craving Palestine comprend une section de ressources utiles pour ceux qui recherchent les bons ingrÃ©dients authentiques : il y a un dictionnaire des ingrÃ©dients courants, tels que *laban jameed, zaâ??atar* et *freekeh*, ainsi que les coordonnÃ©es des entreprises et des magasins qui les stockent et les vendent.

Je me souviens que ma propre mÃ¨re se rendait dans des Ã©piceries dâ??Asie du Sud pour trouver du cumin et du sumac. De nombreux Palestiniens de la diaspora ont dÃ» se contenter de ce qui Ã©tait disponible.

Pour dâ??autres, la cuisine est devenue un moyen de mÃ©langer les cuisines palestiniennes avec les aliments de leur nouveau foyer.

En effet, lâ??une des caractÃ©ristiques les plus remarquables â?? et les plus rafraÃ®chissantes â?? de *Craving Palestine* tient aux nombreuses faÃ§ons dont les Palestiniens de la diaspora ont fait des expÃ©rimentations avec des recettes classiques.

Par exemple, la bloggeuse et auteur Wafa Shami propose son interprÃ©tation de lâ??un des plats prÃ©fÃ©rÃ©s de son pÃ¨re â?? le chou-fleur frit, avec ses Tacos au chou-fleur.

Â« Cette recette a Ã©tÃ© inspirÃ©e par mon pÃ¨re ; câ??est une version moderne dâ??un taco mexicain, mais avec une touche palestinienne.

Recette de fabrication des Tacos au chou-fleur

pour 4 personnes

IngrÃ©dients :

Pour lâ??habillage :

3 c. Ã soupe (50 ml) dâ??eau

4 c. Ã soupe (60 ml) de tahini

Jus de Â½ Ã 1 citron

PincÃ©e de sel

Pour les Tacos :

1 chou-fleur entier de taille moyenne coupÃ© en bouquets

2 c. Ã soupe (30 ml) dâ??huile dâ??olive extra vierge

1 pincÃ©e de sel

Â½ cuillÃ¨re Ã cafÃ© (2,5 ml) de cumin en poudre

1 tasse de chou rouge rÃ¢pÃ© (facultatif)

Â¼ oignon rouge (facultatif)

Concombres marinÃ©s (facultatif)

Vinaigrette Tahini

10 coquilles de taco

MÃ©thode

PrÃ©chauffez le four Ã 190Â°C (375Â°F)

Faites la vinaigrette : Ajoutez de lâ??eau au tahini et continuez Ã remuer, jusquâ??Ã ce que le mÃ©lange se transforme en une pÃ¢te liquide. Cela ressemblera davantage Ã une vinaigrette

Ajouter ensuite du citron et du sel et ajuster au goÃ»t

SÃ©parez les choux-fleurs en petits bouquets aprÃ¨s les avoir rincÃ©s. MÃ©langer avec lâ??huile dâ??olive, le sel et le cumin et Ã©taler sur une plaque de cuisson

Cuire au four pendant 45 minutes Ã une heure jusquâ??Ã ce que les fleurons commencent Ã devenir dorÃ©s

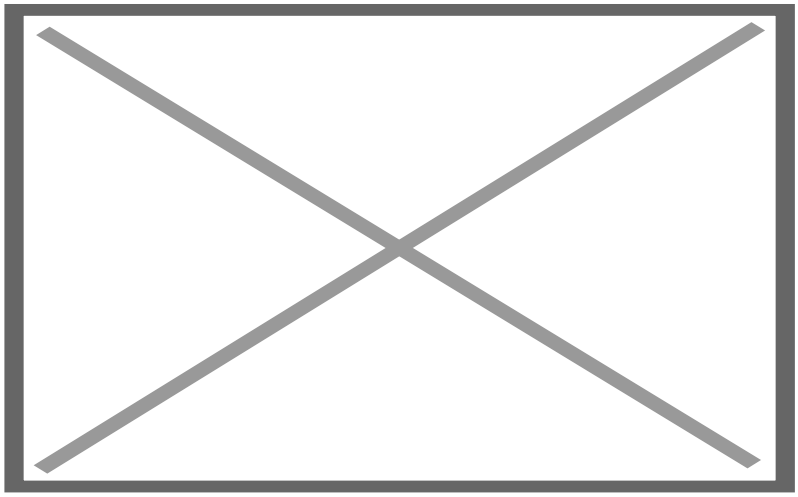
Une fois les choux-fleurs refroidis, remplissez chaque taco de petits fleurons de choux-fleurs grillÃ©s et de la garniture de votre choix, comme des oignons, des cornichons et du chou rÃ¢pÃ©, et arrosez le tout de vinaigrette au tahini. En option, ajoutez un peu de sauce piquante Shatta palestinienne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

Mais *Craving Palestine* nâ??est pas seulement un livre de cuisine, câ??est aussi un mouvement.

Â« La nourriture palestinienne est destinÃ©e Ã Ãªtre partagÃ©e entre la famille et les amis et peut donc Ãªtre dÃ©gustÃ©e sous forme de *mezze* ou de menu fixe Â», nous disent les Ã©diteurs. Lâ??un des nombreux aspects liÃ©s au livre qui cÃ©lÃ¨bre le sens de la communautÃ© est donc le concept du Supper Club, que lâ??Ã©quipe Ã©ditoriale a crÃ©Ã© par le biais de son site web.

Ces Ã©vÃ©nements sont organisÃ©s dans le monde entier et accueillent entre 20 et 50 invitÃ©s. Chaque participant achÃ¨te un ticket pour profiter dâ??une soirÃ©e de nourriture palestinienne, prÃ©parÃ©e selon les recettes de *Craving Palestine*.

Ces Ã©vÃ©nements, dont certains comprennent des divertissements (Le Trio Joubran a Ã©tÃ© invitÃ© Ã jouer dans un Supper Club Ã DubaÃ¯ au dÃ©but de lâ??annÃ©e) se sont rapidement vendus et tous les bÃ©nÃ©fices ont Ã©tÃ© versÃ©s Ã ANERA.



Farrah Abuasad (Ã gauche) et Lama Bazzari (Ã droite), Ã©diteurs de Craving Palestine, assis avec la vendeuse de lÃ©gumes Um Nabil (Ã droite) au marchÃ© de lÃ©gumes de BethlÃ©em (Craving Palestine)

Dans son introduction Ã ses recettes de salade de taboulÃ©, Lisa Suhair Majaj mentionne sa propre vie de mÃ¨re occupÃ©e, avec peu de temps libre : Â« Jâ??avais peur que mes enfants grandissent en pensant que leur cuisine ethnique Ã©tait faite de pÃ¢tes et de petits pois surgelÃ©s.

Elle a commencÃ© Ã prÃ©parer rÃ©guliÃ¨rement du taboulÃ©, appris de sa grand-mÃ¨re et de ses tantes, et ses enfants ont appris Ã lâ??aimer.

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

La cuisine palestinienne â?? quâ??elle soit prÃ©parÃ©e de maniÃ¨re traditionnelle ou adaptÃ©e â?? devient un vÃ©hicule pour transmettre lâ??amour et le respect de sa culture ethnique.

Craving Palestine https://www.cravingpalestine.com/ : Un livre de cuisine disponible auprÃ¨s de Story Farm Press, Ã©ditÃ© par Farrah Abuasad, Lama Bazar et Fadi Kattan

Source: Middleeasteye

Traduction GD pour lâ??Agence Media Palestine

Tags

1. Cuisine
2. IsraÃ«l
3. palestine

date crÃ©Ã©e
2020/11/02