Une cuisine palestinienne pleine de souvenirs

Description

Par Ziad Ali, le 16 septembre 2021

Nous avons tous une chose qui nous ramÃ¨ne Ã nos origines. Pour Ziad Ali câ??est la nourriture, aussi a-t-il recueilli des recettes de famille et, derriÃ¨re ces recettes, des histoires Ã©mouvantes.



Dalal al-Bardawil, 53 ans, prÃ©pare une somaqiya, plat traditionnel de Gaza, dans sa cuisine de Gaza-Ville, le 14 mars 2018. La somaqiya est composÃ©e de viande, dâ??oignons, de farine, dâ??Ã©pices, dâ??huile dâ??olive, de sumac et de tahini. (Photo: Mahmoud Ajour/APA Images)

Nous avons tous une chose particuliÃ¨re qui nous ramÃ¨ne Ã nos origines. Cela peut Ãªtre une chanson qui nous rappelle nos racines ; mÃªme si nous sommes trÃ¨s loin de notre pays natal, les paroles nous donnent lâ??impression dâ??Ãªtre de retour Ã la maison. Pour dâ??autres personnes, ce sera un objet matÃ©riel : branche dâ??olivier, robe brodÃ©e, ou simple photographie. Pour moi, câ??est la nourriture. Pas seulement nourrissante, mais capable, tel un ciment, de maintenir dans chaque recette les rÃ©cits de plusieurs gÃ©nÃ©rations.

Maintes et maintes fois jâ??ai tentÃ© dâ??apprendre Ã cuisiner, pour Ã©chouer lamentablement. Mes faibles compÃ©tences culinaires ne mâ??ont jamais empÃªchÃ© de savourer des repas dÃ©licieux. Et mes lacunes nâ??ont jamais limitÃ© mon Ã©merveillement quand jâ??Ã©coute les gens que jâ??aime Ã©voquer les origines dâ??un plat.

Ce qui me fait aimer la nourriture, câ??est que derriÃ¨re chaque repas, il y a une histoire ; lâ??histoire de la personne qui a prÃ©parÃ© le plat, lâ??histoire de la famille qui sâ??est rassemblÃ©e pour le dÃ©guster. Quand il sâ??agit de lâ??art culinaire palestinien, il y a aussi lâ??histoire dâ??une terre oÃ¹ ont Ã©tÃ© rÃ©unies jadis de nombreuses communautÃ©s.

Mon affection pour la cuisine me pousse Ã partager trois recettes et les histoires qui leur sont associÃ©es, telles que me les ont racontÃ©es les gens qui ont communiquÃ© leur version de chaque plat. Les histoires sont rÃ©digÃ©es comme elles ont Ã©tÃ© contÃ©es. Les plats prÃ©sentÃ©s sont populaires dans la Bande de Gaza, oÃ¹ nous vivons.

Mayssa va vous parler dâ??une dÃ©licate pÃ¢tisserie au curcuma appelÃ©e *musafan*, Ahed Ã©voquera un plat de base, la *maqlouba,* faite de riz et de lÃ©gumes, et Majeda vous fera dÃ©couvrir la *somaqiya*, un plat de viande et de tahini haut en saveur. Jâ??espÃ¨re que vous entreprendrez de les faire et quâ??ils vous inspireront votre propre histoire.



Musafan (photo de lâ??auteur)

Musafan

Mayssa, 34 ans, est peintre. Elle travaille pour une organisation de santÃ© mentale qui soutient les enfants ayant subi des traumatismes. Elle est mÃ¨re de quatre garÃ§ons. Elle vit dans la partie ouest de la Bande de Gaza.

Quand ma grand-mÃ¨re nous racontait des histoires, elle ne parlait ni de Cendrillon ni de Blanche-Neige, mais dâ??un pays oÃ¹ elle a vÃ©cu jusquâ??Ã lâ??Ã¢ge de 12 ans, jusquâ??en 1948. Ce pays sâ??appelait al-Majdal Asqalan. Jâ??ai beaucoup entendu parler dâ??amis quâ??elle nâ??a jamais revus et dâ??une maison perdue pour toujours. Mais il y avait aussi de bons souvenirs. Elle nous parlait des fÃªtes. Les gens des environs se rassemblaient alors, vÃªtus de leur plus beau costume. Les jeunes hommes dansaient la dabkÃ© et jouaient de la flÃ»te (Ã©galement appelÃ©e *shababa*). Les jeunes filles flÃ¢naient en groupes et mangeaient des friandises.

Sa description des gens et des fÃªtes â??les odeurs, le dÃ©corâ??projetait une image vivante pour mes sÅ?urs et moi, destinataires de ces rÃ©cits. Mais câ??Ã©tait toujours la nourriture qui nous faisait la plus vive impression. Je nâ??oublierai jamais le jour oÃ¹ elle nous a dÃ©crit le pain dÃ©licieux quâ??ils dÃ©gustaient lors de ces festivitÃ©s. On lâ??appelle *musafan.* Ma grand-mÃ¨re souriait et fermait les yeux quand elle dÃ©crivait le goÃ»t de lâ??huile dâ??olive mÃªlÃ©e Ã ce pain quâ??on faisait cuire jadis Ã al-Majdal. On le mangeait avec des Å?ufs, du thym, et parfois du fromage.

Tout au long de mon enfance, mes sÅ?urs lâ??ont suppliÃ©e de nous raconter encore des histoires. Plus elle en racontait, plus elle parlait de nourriture, et plus nous apprenions de recettes. Adulte, jâ??ai partagÃ© ses souvenirs et ses repas avec mes enfants.

Je ne suis jamais allÃ©e Ã al-Majdal Asqalan, mais chaque fois que je mange du musafan je ferme les yeux et je vois ma grand-mÃ¨re. Dans mon esprit ce nâ??est pas la femme Ã¢gÃ©e que jâ??ai connue, mais une fillette de 12 ans vÃªtue dâ??une robe aux vives couleurs, regardant timidement les garÃ§ons de sa ville danser la dabka ou Ã©coutant furtivement les bavardages. Elle est heureuse, vivante, et elle est dans le seul lieu oÃ¹ elle sâ??est sentie chez elle.

IngrÃ©dients

- 1,5 kg de farine
- 100 g de graines de cumin noir
- 1 cuillÃ¨re Ã soupe de curcuma
- 1 1/2 cuillÃ¨res Ã soupe de levure
- 3 cuillÃ¨res Ã soupe de mÃ©lange pour pain dâ??Ã©pices (graines dâ??anis, de fenouil, et mahleb moulu, Ã parts Ã©gales)
- 6 cl dâ??huile vÃ©gÃ©tale
- 6 cl dâ??huile dâ??olive
- 130 g de graines de sÃ©same grillÃ©es Ã la poÃªle
- 1 cuillÃ¨re Ã cafÃ© de sel
- 60 cl dâ??eau tiÃ¨de

PrÃ©paration

1. PrÃ©chauffez le four Ã 180Â° C. Sortez la plaque du four.
2. Dans un grand saladier, mÃ©langez la farine, le sÃ©same, le cumin noir, la levure, le curcuma, le sel, et le mÃ©lange pour pain dâ??Ã©pices.
3. Ajoutez lâ??huile vÃ©gÃ©tale et lâ??huile dâ??olive aux ingrÃ©dients secs pour obtenir une consistance sableuse.
4. Ajoutez lâ??eau tiÃ¨de, en pliant doucement la pÃ¢te jusquâ??Ã ce quâ??elle soit molle.
5. RÃ©servez, couvrez et laissez la pÃ¢te reposer pendant 10 minutes.
6. DÃ©coupez la pÃ¢te en 18 boules Ã©gales.
7. Placez une boule sur une surface propre. Ã? lâ??aide dâ??un rouleau Ã pÃ¢tisserie, aplatissez pour obtenir un cercle dâ??environ 15 cm de largeur et 3 mm dâ??Ã©paisseur.
8. Passez de lâ??huile dâ??olive avec un pinceau. Puis repliez la pÃ¢te vers lâ??intÃ©rieur : prenez un peu de pÃ¢te entre vos doigts, section par section, et repliez afin que le bord de la pÃ¢te aille jusquâ??au centre du cercle. RÃ©pÃ©tez cette manÅ?uvre huit fois. La pÃ¢te doit avoir la forme dâ??une fleur.
9. Faites cuire sur la plaque du four pendant 10 minutes.
10. Passez de nouveau un peu dâ??huile avant de servir.

Avec cette recette, on obtient 18 portions de musafan. Cela fait beaucoup, car ma famille palestinienne est nombreuse et parvient Ã tout manger en quelques jours.



Maqlouba (photo de lâ??auteur)

Maqlouba

Ahed, 33 ans, enseignant, vit dans lâ??est de la Bande de Gaza, il a une fille.

Les frontiÃ¨res ont Ã©tÃ© fermÃ©es jusquâ??Ã nouvel ordre et je me suis retrouvÃ© coincÃ© ! Je voulais retourner Ã Gaza mais je ne pouvais pas et je ne savais pas quoi faire. Je suis un gars de Gaza, je nâ??ai jamais voyagÃ©, jâ??ai une expÃ©rience rÃ©duite de la vie et pas beaucoup dâ??argent â?? bref, jâ??avais peur

Je nâ??aurais pas imaginÃ© que jâ??aurais envie de retourner dans la prison Ã ciel ouvert oÃ¹ jâ??ai passÃ© lâ??essentiel de ma vie. Pourquoi un oiseau se percherait-il Ã lâ??extÃ©rieur de sa cage en demandant quâ??on le laisse y rentrer ?

Ma famille me manquait, et en particulier ma mÃ¨re. Je me rappelais que tous les vendredis nous nous retrouvions tous pour un dÃ©jeuner copieux. Dans la semaine, tout le monde est occupÃ© par son travail ou ses Ã©tudes. Le vendredi, câ??Ã©tait le seul jour oÃ¹ nous Ã©tions ensemble. Chaque semaine, ma mÃ¨re prÃ©parait un plat palestinien classique. Elle disait toujours : â??Le vendredi, on nâ??a pas le droit de manger un hamburger. Nous sommes une famille palestinienne, nous avons besoin de vraie nourriture palestinienne.â?•

De lâ??autre cÃ´tÃ© de la frontiÃ¨re, mes amis aussi me manquaient. Je me rappelais leur derniÃ¨re visite avant mon dÃ©part en voyage : ma mÃ¨re nous avait prÃ©parÃ© un *qidra*. Le mot arabe qidra dÃ©signe un rÃ©cipient en argile. Le plat porte ce nom parce quâ??il est fait de riz cuit au four dans le qidra lui-mÃªme. Ma mÃ¨re faisait cuire le riz avec des morceaux de viande mijotÃ©s et agrÃ©mentÃ©s dâ??ail, de pois chiches, de cannelle, de cardamome et de cumin.

Comme je rÃªvais dâ??Ãªtre avec ma famille, jâ??ai dÃ©cidÃ© de faire quelque chose qui me la rappellerait. Je me suis rappelÃ© les plats quâ??elle prÃ©parait pour nous. Le premier que jâ??ai dÃ©cidÃ© de faire Ã©tait la maqlouba, un de mes plats prÃ©fÃ©rÃ©s. Jâ??ai tÃ©lÃ©phonÃ© Ã ma mÃ¨re et elle mâ??a tout expliquÃ©, Ã©tape par Ã©tape.

Le meilleur moment, quand on prÃ©pare une maqlouba, câ??est quand la cuisson est terminÃ©e : on place alors un grand plat sur le faitout et on retourne lâ??ensemble sens dessus-dessous. De lÃ vient le nom *maqlouba*, qui veut dire â??Ã lâ??enversâ?• en arabe. AprÃ¨s avoir bien rÃ©ussi ma manÅ?uvre, je me rappelle Ãªtre restÃ© lÃ tout seul, fier de mon succÃ¨s. Le plat Ã©tait dÃ©licieux.

Jâ??ai entendu des gens dire que, parfois, la nourriture est comme un gros cÃ¢lin. La premiÃ¨re bouchÃ©e de maqlouba mâ??a donnÃ© lâ??impression que ma mÃ¨re mâ??embrassait. Ã? ce moment-lÃ jâ??ai eu lâ??impression que Gaza Ã©tait avec moi, dans mon cÅ?ur.

IngrÃ©dients

- 1 poulet entier coupÃ© en huit morceaux (blancs, ailes, cuisses, pilons)
- 2 aubergines
- 480 g de riz Ã long grain
- 3 oignons
- 2 pommes de terre
- 3 poivrons verts
- 1 tÃªte dâ??ail
- 150 g de pois chiches
- 2 tomates

- 2 1/2 cuillÃ¨res Ã soupe dâ??huile dâ??olive
- du sel â?? selon goÃ»t
- 1 cuillÃ¨re Ã cafÃ© de poivre noir
- 1 cuillÃ¨re Ã soupe de cardamome
- 1 cuillÃ¨re Ã soupe de cannelle
- 1 cuillÃ¨re Ã soupe de curcuma en poudre
- 1 cuillÃ¨re Ã soupe dâ??Ã©pices pour le riz
- 1,5 l dâ??eau (pour la cuisson) ; 50 cl dâ??eau (pou le trempage)

PrÃ©paration

1. PrÃ©voyez un faitout de 16 litres.
2. Coupez lâ??aubergine en tranches de 1,2 cm. Salez, laissez les tranches pendant 30 minutes dans un saladier contenant de lâ??eau. Cela Ã©limine lâ??amertume.
3. Dans un autre saladier, faites tremper le riz dans lâ??eau pendant 10 minutes.
4. Pendant le temps de trempage de lâ??aubergine et du riz, hachez les oignons et les poivrons en morceaux de 0,5 cm. Coupez les tomates en dÃ©s. Ã?mincez lâ??ail.
5. Ã?gouttez le riz. Ajoutez le sel, la cardamome, la cannelle, le curcuma, le poivre noir et mÃ©langez.
6. Mettez lâ??huile dâ??olive dans le faitout et rÃ©glez le feu sur moyen-doux. Faites revenir les aubergines pendant deux minutes de chaque cÃ´tÃ©, puis rÃ©servez. Faites revenir les poivrons, lâ??ail et les oignons jusquâ??Ã ce que les oignons soient translucides. Enlevez les lÃ©gumes, rÃ©servez-les.
7. Mettez le poulet dans le faitout. Faites-le sauter pendant 15 minutes, en le tournant frÃ©quemment.
8. Quand le poulet est prÃªt, enlevez le faitout du feu et montez une couche de 2,5 cm avec une partie du poulet (la peau tournÃ©e vers le bas), des pois chiches et de lâ??aubergine. Montez une deuxiÃ¨me couche de 2,5 cm avec des oignons, des poivrons verts, de lâ??ail et des tomates.
9. Faites la couche suivante avec les 3/4 du riz.
10. Ajoutez ce quâ??il reste de poulet, pois chiches, aubergine, pommes de terre, tomates, oignons, poivrons et ail.
11. Ajoutez le reste du riz.
12. Ajoutez 1,5 l dâ??eau. Tassez le riz et ajoutez plus dâ??eau si nÃ©cessaire pour que le liquide soit juste au niveau du riz.
13. Couvrez le faitout. Mettez Ã feu vif jusquâ??Ã Ã©bullition. Puis baissez le feu, laissez frÃ©mir pendant 20 minutes.
14. Et maintenant, amusez-vous. Enlevez le faitout du feu. Prenez un grand plat de service. Utilisez des maniques ou un torchon pour protÃ©gez vos mains de la chaleur et de la vapeur, et retournez le faitout dâ??un seul geste fluide, afin que son contenu soit mis sens dessus-dessous sur le plat de service.
15. Si du liquide a coulÃ©, essuyez-le avec un essuie-tout. Servez.

Les pois chiches et les poivrons verts sont en option. Cela dÃ©pend des goÃ»ts.



Somaqiya (photo de lâ??auteur)

Somaqiya

Majeda, 30 ans, est une assistante de projet, employÃ©e dâ??un institut pÃ©dagogique. Elle a une fille. Elle vit dans le nord de la Bande de Gaza.

Sâ??il y a une noce Ã Gaza, vous entendrez les youyous des femmes mÃ»res et les chants qui jaillissent des maisons des familles et amis. Et vous mangerez de la somaqiya, parce que les familles de Gaza ne fÃªteraient jamais un mariage sans ce plat.

Il y a plusieurs festivitÃ©s associÃ©es au mariage. Il y a la cÃ©rÃ©monie Ã proprement parler, la fÃªte de la mariÃ©e (appelÃ©e la fÃªte du hennÃ©, dâ??aprÃ¨s la teinture Ã base de plantes quâ??on utilise pour peindre des motifs complexes sur les mains et les bras), et la fÃªte du mariÃ© oÃ¹ les hommes dansent la dabkÃ© dans les rues. Nous prÃ©parons la somaqiya pour la fÃªte du mariÃ©.

La somaqiya est un signe de bonheur. Quand quelquâ??un de notre famille se mariait, ma mÃ¨re commenÃ§ait Ã prÃ©parer les ingrÃ©dients la veille. Le jour des noces, elle se rÃ©veillait Ã lâ??aube pour cuisiner le repas. Ses sÅ?urs, niÃ¨ces et amies se joignaient Ã elle. En faisant la cuisine, elles chantaient et dansaient. Quand elles avaient fini de prÃ©parer le plat, elles le rÃ©partissaient sur des assiettes en plastique et demandaient aux enfants de la famille de les disposer sur le sol pour les laisser refroidir. Nous servons la somaqiya avec des lÃ©gumes marinÃ©s au vinaigre et du pain maison.

La somaqiya doit Ãªtre Ã©picÃ©e ! Sinon, les convives diront quâ??elle nâ??Ã©tait pas dÃ©licieuse. AprÃ¨s les fÃªtes, les femmes de la famille emballent les restes.

AprÃ¨s mon mariage jâ??ai appris Ã prÃ©parer la somaqiya ainsi que dâ??autres plats palestiniens. Mon intÃ©rÃªt pour la cuisine est allÃ© au-delÃ de la cuisine traditionnelle, et jâ??ai commencÃ© Ã en savoir plus sur les repas et les desserts occidentaux. Jâ??ai dÃ©cidÃ© de crÃ©er une page Instagram pour partager tous les plats que jâ??ai appris Ã faire.

Les plats palestiniens font partie de nos traditions. Et je crois que leur partage joue un rÃ´le dans le maintien en vie de notre histoire et de notre identitÃ©.

IngrÃ©dients

- 250 g dâ??Ã©paule dâ??agneau coupÃ©e en cubes de 2,5 cm
- 1 kg environ de cardons
- 8 cuillÃ¨res Ã soupe de sumac
- 5 cuillÃ¨res Ã soupe de graines dâ??aneth
- 1 tÃªte dâ??ail

- 2 oignons
- 60 g de farine
- 5 piments
- 25 cl dâ??huile vÃ©gÃ©tale
- 350 g de crÃ¨me de sÃ©same
- 1,5 l dâ??eau
- 25 cl dâ??huile dâ??olive

PrÃ©paration

1. Versez lâ??eau et le sumac dans un faitout de 4 litres, couvrez, amener Ã Ã©bullition. Enlevez du feu. Laissez refroidir 20 minutes. Puis, avec une passoire Ã mailles fines, filtrez les grains de sumac encore prÃ©sents. RÃ©servez lâ??infusion de sumac. Elle doit Ãªtre de couleur violacÃ©e ou rouge.
2. Coupez le cardon en dÃ©s et hachez les oignons.
3. Dans un autre faitout, Ã feu moyen-doux, ajoutez la viande et mÃ©langez pendant 15 minutes.
4. Ajoutez lâ??oignon hachÃ© et mÃ©langez pendant 15 minutes. Puis ajoutez les morceaux de cardon et mÃ©langez pendant 10 minutes.
5. Ajoutez lâ??ail Ã©crasÃ©, le piment et lâ??aneth. Continuez Ã faire revenir le tout pendant trois minutes.
6. Reprenez lâ??infusion de sumac et intÃ©grez-y la farine Ã lâ??aide dâ??un fouet, en mÃ©langeant jusquâ??Ã dissolution.
7. Combinez le mÃ©lange dâ??infusion de sumac et de farine avec les lÃ©gumes et lâ??agneau sautÃ©s. Remuez sans cesse jusquâ??Ã que le mÃ©lange sâ??Ã©paississe.
8. Ajoutez le sel, le tahini et lâ??huile dâ??olive et mÃ©langez pendant sept minutes.
9. Quand cette soupe prend de la consistance, le plat est prÃªt Ã servir.

Ziad Ali *est le pseudonyme dâ??un Ã©crivain et blogueur de Gaza.*

Source : Mondoweiss

Traduction SM pour Agence mÃ©dia Palestine

Tags

1. Cuisine
2. cuisine palestinienne
3. culture

date crÃ©Ã©e
2021/09/22