

Cuisines d'Orient et d'ailleurs

Traditions culinaires des peuples du monde

Langues'O
1795-1995

I N A L C O

sous la direction de Michel Aufray et Michel Perret

© 1995 Editions Glénat
B.P. 177 - 38008 Grenoble Cedex

Glénat

ISBN : 2.7234.1792.1

LISTE DES AUTEURS ET COLLABORATEURS

Les épices, un Orient imaginaire : Michèle DELACOURT (Université Paris I)

La cuisine sorabe : Jean KUDELA (INALCO)

La cuisine polonaise : Aniela FEO

La cuisine des pays baltes : Suzanne CHAMPONNOIS (INALCO)

La cuisine finlandaise : Anna KOKKO-ZALCMAN (INALCO)

La cuisine des pays tchèques : Dacha HOBZOVA (INALCO) et Pierre HOUSIEUX (INALCO)

La cuisine ukrainienne : Olga CAMEL (INALCO)

La cuisine paysanne russe : Monique SLODZIAN (INALCO)

La cuisine au Kremlin : Tamara KONDRATIEVA (INALCO)

Un vestige culinaire scytho-sarmate, la paskha : François CORNILLON (INALCO)

La cuisine tatare : Elmira Khabiboullina (Université de Kazan)

Les cuisines juives : Lilly SCHERR (INALCO)

La cuisine hongroise : Lajos NYEKI (INALCO)

La cuisine slovène : Vladimir POGACNIK (INALCO), avec la participation de Antonia BERNARD (INALCO)

→ *La cuisine macédonienne* : Victor FRIEDMAN (Université de Chicago) et Veselka PALMER (Université de Chicago) avec la participation de Jordanka FOULON (INALCO) et Alexander POPOVSKI (INALCO)

La cuisine bulgare : Hélène COURTIN (INALCO)

La cuisine albanaise : Odile DANIEL (INALCO)

La cuisine grecque : Laurence de RIPERT d'ALAUZIER (Bibliothèque des Langues Orientales) et Marie-Claude SCHEHADE (INALCO)

La cuisine turque : Marie-Hélène SAUNER-NEBIOGLU (Université de Provence/INALCO)

La cuisine caucasienne : Georges CHARACHIDZE (INALCO)

La cuisine d'Azerbaïdjan : TAJAHMADY

La cuisine d'Asie centrale : Catherine POUJOL (INALCO)

La cuisine mongole : Jacques LEGRAND (INALCO)

La cuisine syro-libanaise : Paul-Alain PRIGENT, Jean-Yves L'HOPITAL (Université de Rennes), Joseph DAGHER (INALCO), Marie-Claude SCHEHADE (INALCO)

La cuisine kurde : Halkawt HAKIM (INALCO)

La cuisine iranienne : Hosein ESMAILI (INALCO)

La cuisine afghane : Marzia RAFFIQUI (INALCO)

La cuisine mogole de l'Inde et du Pakistan : Alain DESOULIERES (INALCO)

La cuisine de l'Inde du Nord : Saraswati JOSHI (INALCO)

Recettes du Népal : Virginie GOSSEZ

La cuisine du Bengale : France BHATTACHARYA (INALCO)

La cuisine de l'Inde du Sud : Joseph MOUDIAPPANADIN (INALCO)

La cuisine tibétaine : Christophe CATANESE

La cuisine chinoise : William CHAN TAT CHUEN et Bin GAO

La cuisine coréenne : Gilles de RIPERT d'ALAUZIER

La cuisine japonaise : Gérard MARTZEL (INALCO)

La cuisine birmane : le repas et la fête au Myanmar (Birmanie) : François ROBINNE et Marie YIN YIN MYINT (INALCO)

La cuisine de Thaïlande : Gilles DELOUCHE (INALCO)

La cuisine cambodgienne : Chhitra IN

La cuisine vietnamienne : Michel FOURNIE (INALCO), avec la participation de Tu Chuong LE OCH MACH

La cuisine des Philippines : Esteban T. MAGANNON (INALCO) et Marina POTTIER (INALCO)

La cuisine indonésienne : Farida SOEMARGONO - LABROUSSE (INALCO)

La cuisine des mers du Sud : Michel AUFRAY (INALCO) et Jacqueline de la FONTINELLE (INALCO), avec la participation de Wamo HAOCAS (INALCO)

La cuisine malgache : Juliette RAZANAMASY-VERIN et Pierre VERIN (INALCO)

La cuisine somali : Suzanne LILIUS (Université de Turku)

La cuisine éthiopienne : Michel PERRET (INALCO) avec Laketch et Jean-Marc JEZEQUEL

La cuisine yéménite : Alain ROUAUD (CNRS / INALCO)

La cuisine égyptienne : Arlette TADIE (INALCO)

La cuisine marocaine : Badiaa ANBARY

La cuisine des berbères Ichlhiyn (Sud Ouest marocain) : Abdallah EL MOUNTASIR (Université d'Agadir), Abdallah BOUMALK et Lahcen OUDAD

Spécificités culinaires des Touaregs : Mohamed AGHALI-ZAKARA (INALCO)

La cuisine sénégalaise : Jean-Yves L'HOPITAL (Université de Rennes)

Recettes du Mali : Gérard DUMESTRE (INALCO)

Aliments de base et nourritures de substitution au Sahel : Marie-José TUBIANA (CNRS)

La cuisine yoruba : Michka SACHNINE (INALCO)

La cuisine igbo du Nigéria : Françoise UGOCHUKWU (Université de Lagos)

La cuisine d'Afrique Centrale : Paulette ROULON-DOKO (CNRS / INALCO)

Les traditions culinaires des Inuit : Michèle THERRIEN (INALCO)

Cuisine et manières de table des Indiens Ojibwé : Eric NAVET (Université de Strasbourg)

La cuisine yucatèque : Michel BOCCARA (CNRS)

La cuisine des Indiens Emérillon de Guyane française : Eric NAVET (Université de Strasbourg)

Les délices de l'Oclani ou l'envers du discours : Humphrey PASCOULA (INALCO).

LA CUISINE MACÉDONIENNE

Comme ses voisines, la Serbie, la Bulgarie, la Grèce et l'Albanie, la République de Macédoine a vécu pendant des siècles sous domination ottomane, mais elle a aussi bénéficié de l'apport de minorités non négligeables, valaque et rom (ainsi que juive, jusqu'en 1943). Tout cela se reflète dans la cuisine macédonienne où l'on retrouve des éléments communs à ces différents pays et groupes ethniques. En dehors du caractère ethnique, la principale influence est apportée par la religion, orthodoxe et musulmane. On peut aussi opposer cuisine urbaine et cuisine rurale, cuisine traditionnelle et cuisine moderne. Dans sa majorité, la population pratique la religion orthodoxe et vit dans des villes, quoique l'exode rural soit un phénomène relativement récent.

En règle générale, la journée est ponctuée de trois repas. Le petit déjeuner (*poiadok*) est pris vers neuf heures par les employés de bureau, plus tôt par les ouvriers et après le début du travail, dans les champs, alors que le soleil est levé depuis longtemps déjà. Le déjeuner (*routchek*) a lieu vers deux heures de l'après-midi et le dîner (*vetchera*) se déroule entre huit et dix heures, après un temps de repos (*odmor*). Les mets sont le plus souvent préparés juste avant d'être servis, bien que le petit déjeuner et le dîner puissent être constitués de reliefs du repas précédent. Un plat chaud doit attendre d'être à température ambiante pour être servi.

L'année est rythmée par l'alternance hiver-été : on boit du vin blanc en été et du vin rouge en hiver. Les principales fêtes et les périodes de jeûne sont liées à la religion, Pâques (*Veligden*), Noël (*Bojék*), la veille de Noël (*Badnik*), mardi gras (*Protchka*), le carême (*Golem post*), Kourban Baïram, Cheker Baïram... Le jour de l'An (*Nova godina*) a pris une grande importance, notamment depuis la fin de la guerre. La Saint-Georges (*Giourgiovden*, - *Hergielezi* en rom-, le 6 mai) est une grande fête, surtout pour les gitans. C'est aussi le début de l'été. L'hiver commence avec la Saint-Dimitri (*Mitrovden*), le 5 novembre. Les chrétiens macédoniens célèbrent aussi la *slava*, jour du saint patron, pour chaque famille, chaque village, chaque église. En dehors de ces fêtes religieuses, on retrouve celles qui célèbrent le cycle de la vie, naissance, baptême (chez les chrétiens), circoncision (chez les musulmans), perte de la première

dent (on offre des bonbons), mariage et deuil. Les mariages sont généralement célébrés en été.

Les paysans prennent le petit déjeuner et le déjeuner dans les champs. A la ville, dans une maison traditionnelle, où les pièces sont disposées autour d'une cour, le repas est préparé dans la cuisine d'été et servi dans la cour. A la campagne, on prépare la nourriture et on la mange dans la même pièce. Les maisons riches possèdent un salon (*gostinska soba*) pour les réceptions. A la ville, on trouve le plus souvent une cuisine (*kouina*) et une *gostinska soba*, parfois une salle à manger (*trpezaria*). Les restaurants ont en général des tables à l'intérieur et à l'extérieur ; certains, qui proposent des grillades, ne servent qu'à l'extérieur.

On cuisine à la maison, quoiqu'en ville on puisse acheter certains plats tout prêts, le *burek*, par exemple. Les marchands de friandises et de *boza* (une boisson à base de millet) sont souvent des Albanais. Dans les villages, les paysannes portent encore au four (*fournia*) les plats de grande dimension, mais cette pratique se perd quelque peu.

Ce sont les femmes qui cuisinent. Dans les familles réunissant plusieurs générations, on désigne du nom de *redarka* la femme dont c'est le tour. Les ordres lui sont donnés par la mère de son mari, *cvekrva*. Les hommes ont pour tâche de tuer les bêtes, de préparer les boissons alcoolisées, de griller les viandes et de tourner la broche. Les bergers, mais aussi les villageois, hommes et femmes, fabriquent les fromages. Les hommes sont plutôt spécialisés dans la fabrication des fromages jaunes, comme le *kachkaval*, alors que les femmes préparent le fromage blanc de type feta, *belo sirenje*. Toute la famille participe à la confection des *zimnitsi*, conserves d'hiver et de la cochonnaille, *celski kolbacitsi*. Les petites filles cassent les noix et pèlent les poivrons.

A la campagne, on utilise encore des cuisinières à bois, mais aussi un feu ouvert. L'électricité est maintenant couramment utilisée. La cuisinière électrique a quatre plaques ; l'une d'entre elles est toute petite et sert exclusivement à la préparation du café turc dans le *djezvé*. Les grillades à la broche (*chich*, *rajén*) sont réservées aux fêtes.

Les récipients les plus courants sont la *tepcia*, large plat rond à bords droits, le *tendjere*, casse-

role, le *pitouolitcharnik*, crêpière, la *tava*, poëlon en terre, mais qui sert aussi de poêle à frire, le *lonets* ou *lontche*, marmite, le *djezvé*, petit pot conique à long manche pour préparer le café turc, le *kazan*, bouilloire, le *giim*, broc à eau. Les principaux ustensiles sont le *vagan*, bol en bois, la *mechalka*, grande cuillère de bois, le pilon *soukalo* et le mortier *tolchnik*, le *rechet*, tamis, le *çatch*, large plaque de métal que l'on met sur le feu pour faire cuire les galettes.

Certains rituels de préparation sont liés à des occasions particulières. Par exemple, lorsque l'on sacrifie un animal pour une fête, les adultes tracent, avec le sang de l'animal, le signe de la croix sur le front des enfants, ce qui leur assurera la bravoure.

On mange les légumes et les fruits en saison. Mais on fait aussi des variantes avec les légumes et des confitures très sucrées (*sladko*) avec les fruits.

La viande est le plus souvent du bœuf, de l'agneau et du poulet. Il y a trois sortes de bœuf : *telechko* qui est un veau très rouge, *iunechko*, du jeune bœuf et *govedsko*, du bœuf adulte. Pour certaines fêtes comme Noël, on prépare une dinde ou une oie. Le gibier est très rarement utilisé. Quant aux poissons, truite, carpe, anguille, ils sont consommés au bord des lacs. On mange aussi des escargots à la saison. Les musulmans ne mangent évidemment pas de porc mais les orthodoxes eux-mêmes ne lui donnent pas la préférence. Toutes les sortes d'abats sont prisées.

Les œufs sont consommés durs, brquillés (*kaigana*) ou frits et sont utilisés dans les préparations culinaires. Les laitages comprennent le lait, la crème, le beurre, le *kaimak* (lait caillé), le *kicelo mleko* (yaourt), la *machtenitsa* (babeurre), *pavlaka* (crème aigre), *ourda* (sorte de crème pâtissière), et les fromages déjà cités, ainsi que des fromages de chèvre, de brebis et de bufflonne.

Les condiments préférés sont le sel et le poivre (noir et vert), le piment, la tomate, l'oignon et l'ail. L'huile de tournesol, le vinaigre et le citron sont aussi utilisés. Parmi les herbes et épices spécifiques, nous trouvons le laurier, le basilic, la marjolaine, le persil, le thym, le romarin, l'aneth, la sauge, la menthe, le cumin, l'anis, la cannelle et les clous de girofle. La cuisine macédonienne ne fait pas grand usage des sauces ; les viandes sont généralement servies avec leur jus. Certaines recettes incorporent de la sauce tomate ou de la *potprchka* (mélange d'oignons, poivrons, farine et huile).

La soupe (*tchorba*) est préparée avec du poulet, du veau, de l'agneau, des tripes, des orties, du poisson, des lentilles, des haricots... ; on peut y ajouter des nouilles, du riz, des carottes, ainsi qu'un peu d'huile et de vinaigre. Le *tarator*, constitué de yaourt, de concombre, d'huile et de sel – on peut y ajouter de la menthe ou de l'aneth et aussi des noix, chez les Albanais – peut être considéré comme une salade quoiqu'il ait le statut de soupe.

En dehors du pain levé courant (*leb*), on trouve la *pogatcha*, sorte de miche ronde de pain blanc, avec levain ou non, le *gievrek* (petites couronnes recouvertes de sésame), *kifli* (sortes de croissants), *mekitsi* (beignets) et toutes sortes de crêpes et pâtes. On fait toute une variété de feuilletés, le feuilletage étant obtenu en superpo-

sant dix à douze feuilles d'une pâte très fine. Pour le *zelnik*, on choisit en général une pâte levée que l'on farcit de légumes ; la *banitsa* contient du fromage et la *pastrmailia* de la viande fumée séchée. Le *burek*, à la pâte non levée, est souvent farci de viande hachée, de fromage ou d'épinards ; c'est un mets favori pour le petit déjeuner.

Les desserts ne sont pas servis quotidiennement, quoiqu'un repas puisse finir par un fruit. Le *slatko* entre dans le rituel de bienvenue, il est offert au nouvel arrivant sur une petite assiette accompagnée d'un verre d'eau froide, mais actuellement, on le remplace parfois par quelques sucreries. A tout moment de la journée, les Macédoniens mâchonnent des graines de citrouille ou de tournesol, dont ils recrachent plus ou moins discrètement l'enveloppe. Les desserts sont d'origine turque ou occidentale, *touloumba*, *lokoum*, crêpes et gâteaux d'inspiration autrichienne. Les desserts traditionnels sont liés aux fêtes religieuses, commémorations de l'année ou de la vie.

Le café est le plus souvent servi à la turque. Les gens font leur propre vin et bien sûr la *rakia*, eau-de-vie, en général de raisin. On consomme aussi de la bière, la *mastika*, sorte d'anisette que l'on n'additionne pas d'eau, le *viniak*, sorte de cognac. Dans les familles musulmanes, on choisira le thé ou des boissons sucrées, parfumées à l'eau de rose ou au citron. La *boza*, décoction au millet, est une boisson traditionnelle.

La famille prend ses repas en commun, quoique les enfants puissent être à une table séparée, dans les grandes familles, mais hommes et femmes mangent en même temps, les hommes d'un côté, les femmes de l'autre. Chez les musulmans, toutefois, les invités sont répartis selon le sexe dans des pièces différentes. C'est la femme qui fait le service, ou la *redarka*, dans les grandes familles. On donne les meilleurs morceaux d'abord aux hommes, puis on sert les femmes et les enfants en dernier.

Dans la maison traditionnelle, on mange autour de la *sofra*, table basse ronde. Les chrétiens sont assis sur des petits tabourets à trois pieds, les musulmans sur le sol recouvert de tapis. Les Roms mangent sur une nappe étalée sur le tapis. La nourriture est placée au centre dans un grand plat et chacun utilise une cuillère et un morceau de pain.

Avant le repas, les hommes prennent souvent un ou deux verres de *rakia* accompagnés du *mézé*, composé de fromage, de rondelles de saucisson et de variantes. Les salades peuvent être servies avec le *mézé* ou avec le repas. Les préférées sont le *aivar*, caviar d'aubergine, le *pindjour*, poivrons, tomates et aubergines en purée additionnés d'ail en grande quantité et parfois de noix, les salades de tomates et poivrons où les poivrons ont été grillés au four et pelés.

En dehors des repas de fête, tous les mets sont servis en même temps. Le plat principal, appelé *mandja*, est servi dans une large coupe en bois ; c'est souvent un ragoût de type *giouvetch*, *kapama*, *turli-tava* ou d'autres mets, comme les feuilles de vigne, de chou aigre, la *moussaka*...

Au début du repas, les chrétiens font le signe de la croix en silence. Les Macédoniens commencent le repas en disant *priatno*, « que cela vous soit agréable » et terminent par *na zdravie da*

ni e, « à notre santé » et *na zdravie da ti e*, « à ta santé », en s'adressant à la femme qui enlève le plat de la table. Lorsque l'on offre un plat, on dit *povelete*, « s'il vous plaît ». Quand un invité a bu le café ou mangé le *slatko* qui lui est offert, son hôte lui dit *na zdravie* « à votre santé » et lui répond *zdravie da imach/da imate* « à ta / votre santé ». Dans les maisons musulmanes, lorsque l'invité a fini sa tasse, il met la cuillère, en travers, sur la tasse, pour indiquer qu'il n'en veut plus. S'il faut jeter un morceau de pain, on le portera d'abord à ses lèvres. Si une femme ou un jeune garçon passe à côté de quelqu'un qui mange, on doit lui en offrir. En général, on dira *priatno*, « bon appétit », à toute personne en train de manger. La tasse de café servie à la fin d'une visite est le signe du départ. On la désigne en plaisantant du nom de *sikterkafe* ou *siktermandja*.

En macédonien, le mot *sikter* signifie aujourd'hui « ficher le camp », mais il vient du turc où il avait une signification plus forte : « Va te faire voir ! »

À la fin du repas, la femme débarrasse, range la *sofra*. Les reliefs seront le plus souvent utilisés pour le repas suivant, en particulier ceux du soir pour le petit déjeuner. Roter n'est pas considéré comme distingué, notamment pour les

femmes mais on ne le fait pas remarquer. Les hommes ont le droit de péter, pas les femmes.

En dehors des interdits spécifiques de la religion musulmane, certaines croyances païennes subsistent encore, notamment à la campagne. On ne boit pas de jus de fruit avant un repas, cela rendrait malade. Il ne faut pas manger de fruit avant *Duovden*, le 10 juin. Une femme enceinte ne mange pas de poisson, de peur que son enfant ne commence à parler tardivement. Lorsqu'on construit une maison, on tue un agneau que l'on mange avec les maçons. La tête de l'animal est alors enfouie dans les fondations. Au lendemain du mariage, si la jeune mariée était vierge, les parents du jeune marié offriront la *blaga rakia*, rakia chaude et sucrée, symbole de nourriture et de sexualité. Dans les récits d'adultère, on présente souvent le repas, constitué d'un poulet rôti et d'une *pogatcha*, comme le prélude à l'acte sexuel. Les hommes mangent des noix et du miel pour renforcer leur vigueur.

La nourriture est signe d'hospitalité et les sucreries de joie. On offre de la *rakia* ou des sucreries à un médecin, à un enseignant et aux officiels lors de cérémonies. Les ouvriers qui effectuent des réparations dans une maison mangent avec la famille, comme ceux qui aident aux champs.

42

Femme vidant
des intestins
de mouton pour
en conserver
la graisse
et les boyaux
(Skoplje).



Tavtche-gravtche

Tavhe-gravhe

Ingrédients (pour six à huit personnes) :

250 g de haricots blancs secs
1 kg d'oignons
2 dl d'huile de tournesol
1 cuillère à soupe de farine
2 à 3 gousses d'ail
1 cuillère à café de piment
4 poivrons rouges
2 feuilles de laurier
sel, poivre, persil et feuilles de menthe.

Préparation :

Laver les haricots et les faire cuire dans de l'eau avec les poivrons. Veiller à garder les haricots entiers. Enlever les poivrons et les peler, enlever les graines, écraser légèrement et réserver. Egoutter les haricots et garder l'eau de cuisson. Faire revenir les oignons coupés en rondelles dans l'huile, ajouter sel, poivre, piment, laurier et farine, ainsi que les poivrons. Dans une marmite de terre, mettre en couches successives un tiers des haricots, puis la moitié des oignons, puis un tiers des haricots, le reste des oignons et le dernier tiers des haricots. Couvrir de l'eau de cuisson, parsemer de persil et de menthe finement hachés. Placer les gousses d'ail entières au-dessus et faire cuire à four préchauffé 30 à 40 mn (180°).

L'anguille façon Strouga

Yagoula na strouchki natchine

Ingrédients (pour quatre personnes) :

1 anguille (1,5 kg)
2 verres d'huile
150 g d'ail
150 g de persil haché
1 verre de vinaigre, sel.

Préparation :

Enlever la peau de l'anguille, faire des incisions à distances égales pour pouvoir la mettre dans un plat rond. Remplir les incisions avec une ou 2 gousses d'ail, arroser d'eau et d'huile et mettre cuire au four (180°). A mi-cuisson enlever l'eau et la graisse et arroser l'anguille avec un mélange composé d'1 verre de vinaigre, 1 verre d'huile, du persil ciselé et le reste de l'ail. Remettre au four jusqu'à ce que la chair devienne tendre et rose.

Chirdène

Ingrédients (pour 4 personnes) :

L'estomac et l'œsophage d'un agneau de lait
le foie et le poumon de l'agneau, éventuelle-
ment les intestins
viande hachée
oignons frais,
huile,
sel.

Préparation :

Laver soigneusement l'estomac et l'œsophage, puis faire une ouverture dans la partie supérieure de celui-ci et le remplir de la préparation suivante : couper les oignons et les faire revenir dans l'huile, puis le foie et les poumons finement coupés.

Certains y ajoutent les intestins coupés finement, d'autres de la viande hachée. Mélanger le tout, saler, poivrer, faire revenir et remplir l'estomac et l'œsophage.

Coudre l'ouverture et mettre le tout dans un plat. Arroser d'huile bien chaude et enfourner.

Pendant la cuisson arroser fréquemment du jus de cuisson.

Truite façon d'Ohrid

Pastrmka na Ohridski natchine

Ingrédients (pour quatre personnes) :

1 truite saumonée d'un kilo
2 cuillerées de farine
3 ou 4 oignons
3 poivrons
150 g de riz
2 citrons
5 branches de persil
sel, poivre,
huile.

Préparation :

Nettoyer le poisson et enlever l'arête dorsale, saler et laisser reposer.

Faire revenir dans l'huile les oignons et les poivrons coupés. Lorsque ceux-ci deviennent tendres, ajouter le riz cuit, le persil, le sel, le poivre et le jus d'un citron.

Mélanger bien le tout, enlever du feu et farcir la truite. La coudre, la rouler dans la farine et la poser dans un plat graissé.

Faire cuire à four chaud une vingtaine de minutes. Servir avec de la salade verte.