

soupes, livres & cailloux



Soupes, livres & cailloux

Terrains de rencontres culinaires
& éditorialisations du témoignage

Mélia Kalina Makri
Mémoire de DNSEP, mention design graphique
décembre 2024



Sommaire

Le caillou	p. 7
La cuisine, des livres pour raconter l'ordinaire	p. 13
Des gestes quotidiens, vers des gestes qui font communauté	
Tenir compagnie, la commensalité et les copain·es	p. 35
Des communautés géographiquement situées et faire des livres pour témoigner d'une expérience collective	
Fin de cuisson	p. 91
Bibliographie	p. 88

Marcher le long des sentiers,
gravir les montagnes,
rythmer nos pas sur les côtes des océans.

Écouter les vagues,
et sur notre chemin nous glanons
tout ce qui peut dire

que nous avons vécu

respiré

chanté

crié



dans nos sacs-à-dos
plus grands que nos corps,

des tas de cailloux hibernent dans le silence.

Le caillou

À l'heure où l'accès aux recettes de cuisine est de plus en plus démocratisé, les livres de recettes, eux, demeurent des objets portant une certaine autorité. Dans les rayons d'une librairie, la cuisine est représentée par des grands livres, souvent à couverture rigide, des livres pour la plupart écrits par des professionnel·les, s'adressant à des lectorats cernés. Cependant, nous avons tous·tes une pratique quotidienne de la cuisine qui, elle, vit loin des livres de recettes, des terrains éditoriaux liés à une pratique professionnelle.

Plutôt que de proposer un regard sur la cuisine et les livres de recettes, je tends à vous partager des terrains où la rencontre se nourrit par ce qui est déjà là : ce sont des livres qui évoquent le soin, la solidarité, la compagnie, chacun de leur manière.

Dans le cadre de ce mémoire, parler de la cuisine et de nourriture est un moyen de retourner aux choses qui nous lient tous·tes, aux choses qui sont déjà là, avec nous. Cet été, lors de ma lecture d'un article sur une cantine solidaire et militante à Athènes¹, un mot a commencé à faire des tours dans ma tête. Il porte une signification me paraissant évidente mais poétique : j'ai eu envie de creuser. Similaire à l'étymologie du mot *compagnie*² en français, en grec, ma langue maternelle, *συντροφισσα-ος* (*syntrophe*) est celui ou celle qui nous tient compagnie, avec qui nous nous réunissons pour se nourrir mutuellement. Ce mot m'appelle à penser qu'on se nourrit lors de la rencontre : on se nourrit de partage, de compagnie, de syntrophie.

Si j'introduis ce mémoire par la cuisine, c'est parce que j'ai eu besoin de retourner aux choses simples. Il y a un an, il était difficile pour moi de me projeter dans l'écriture de ce qui, à présent, est presque abouti. Finalement, il m'a fallu tout simplement observer.

1. « Η Κουζίνα El Chef μαγειρεύει συλλογικότητα και αλληλεγγύη », [traduction française : « La Cantine El Chef cuisine de la solidarité et du collectif »], in *exarchia.gr*, 4 janvier 2019

2. « XIe siècle. Du latin populaire *companionem, proprement, « celui qui partage le pain avec un autre », de cum, « avec », et panis, « pain ». Du cas sujet compain est issu copain. » [source, Dictionnaire de l'Académie française]

Observer voudrait dire, voir ce qui existe autour de moi, ouvrir les yeux plus grand que je n'en avais l'habitude et tourner mon regard. C'est en observant alors, qu'en moi a surgi cette curiosité pour la rencontre, pour tout ce qui est partagé à l'oral et qui est difficilement retranscrit. À la lecture du deuxième tome de *L'invention du quotidien*, Luce Giard, historienne et chercheuse des sciences et de la philosophie, cite un passage prononcé par la cinéaste Chantal Akerman :

« [...] ce qui m'intéresse justement, c'est ce rapport avec le regard immédiat, avec le comment tu regardes ces petites actions qui se passent. Et c'est aussi un rapport à l'étrangeté. Tout est étrange pour moi, tout ce qui ne fait pas surface est étrange. Une étrangeté liée à une connaissance, liée à quelque chose que tu as toujours vu, qui est toujours là autour de toi. C'est ce qui produit un sens. »³

Ce mémoire est une soupe au caillou que je vous invite à partager avec moi. On verra passer tous les ingrédients que j'ai croisé sur ma route, que j'ai glané pour constituer ce plat, en espérant que d'autres choses puissent émerger par la suite.

L'émergence de mon sujet a été marqué par ma rencontre avec la revue *Ingrédient*, à un moment où, moi-même, j'étais partie à la récolte de témoignages autour de la cuisine, à la recherche de ce qui se passe lorsqu'on partage un repas et que l'on cuisine ensemble. Cette revue me permet de cerner et de définir un peu mieux ce dont traitera le mémoire que vous tenez entre les mains, un mémoire dont *Ingrédient* sera le guide, la base : le caillou de cette soupe que je tiens à vous partager.

Ingrédient est une revue quasi trimestrielle éditée depuis 2020 par le Bouillon de Noailles, une association marseillaise qui mène plusieurs actions en lien avec la cuisine et l'alimentation. Ainsi, le Bouillon tente de prendre part dans le renforcement du lien social entre les habitant·es de Noailles et plus largement du centre-ville de Marseille. Le témoignage dans *Ingrédient* se retrouve au cœur de la revue, chaque numéro est composé d'une série d'entretiens récoltés autour d'un prétexte commun : la cuisine. De numéro en numéro, on se tourne vers des thématiques qui vont d'un ingrédient alimentaire, d'un procédé culinaire à une rue, ou bien d'autres lieux en dehors du quartier. Le principe reste cependant le même : aller vers les gens avec un micro, en demandant une recette.

3. Luce Giard, « Seconde partie : Faire la cuisine », Michel de Certeau, Luce Giard, Pierre Mayol, *L'invention du quotidien 2. habiter, cuisiner*, éditions Gallimard, 1994, p.219 [ref. Entretien avec Chantal Akerman, dans *Cahiers du cinéma*, juillet 1977, p.4]

Si la revue était une recette, elle n'en serait pas une à suivre à la lettre car c'est la spontanéité des rencontres qui font d'elle une soupe qu'on a envie de savourer. Le besoin de l'association de faire des livres autour de Noailles est né d'une envie de réunir un grand nombre de voix qui composent ce quartier : des voix populaires qu'on a habituellement du mal à retrouver dans les livres. Par le biais de la revue, Ingrédient va à la rencontre de différentes communautés locales et particulièrement celles qui tentent de résister à la gentrification de plus en plus grandissante à Marseille. Au cours de ce mémoire, vous lirez par moments les voix de quatre personnes constituant la revue, Mo Abbas, Claire Bastier, Zoé Sinatti et Zeynep Perinçek que j'ai rencontré durant les derniers mois.

Ingrédient est une revue qui donne la parole à tous·tes, une tentative de s'éloigner de l'approche exotisante des livres de cuisine : nous ne lisons pas la parole de quelqu'un qui extrait les savoirs d'un lieu afin d'y attribuer une valeur aux yeux d'un public privilégié, au contraire, nous lisons les voix de celle·eux qui habitent le lieu. Dans la revue, les recettes sont presque secondaires, les compétences culinaires mises de côté car tout le monde a des choses à raconter autour de la cuisine, de l'alimentation, de son rapport à celles-ci.

La plupart des livres dont traite ce mémoire m'intéressent davantage par leur écriture éditoriale que leurs qualités graphiques et formelles. Il me tient à cœur de les partager, de les analyser : si ces livres-là voient le jour grâce à des personnes dont faire des livres n'est pas la profession, c'est que quelque part, il existe un besoin de faire appel au livre comme moyen de transmission. Nous ne verrons pas des livres riches en termes de mise en page ou bien des choix graphiques très affirmés, nous verrons des livres plutôt sobres, fruits d'un travail qui, pour la plupart du temps, est amateur. Finalement, il en est un peu de même pour la cuisine car dans ce mémoire les pratiques culinaires sont elles aussi abordées sous ce prisme.

Je voulais imaginer la suite de ma cueillette,
j'ai rêvé qu'elle prenait vie sous un ciel obscur et brumeux,
comme le font souvent les esprits dans les contes que l'on raconte aux enfants

Passé minuit, ma cueillette nous appelait à faire

à *refaire*

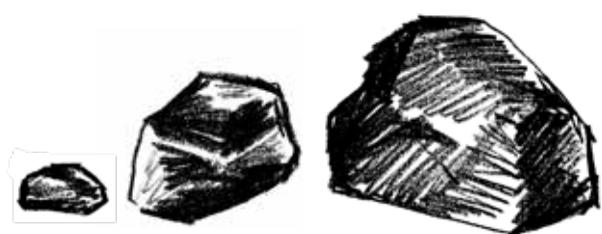
à *défaire*

mais cette fois-ci,

autrement.

Se réunir autour de ce qui a toujours été là,

La cuisine, des livres
pour raconter l'ordinaire



Il semble qu'autour d'une table, que l'on soit en train de manger ou bien d'éplucher des carottes en compagnie, des choses émergent. Ces choses-là sont des mots parfois intimes, des mots douloureux à prononcer, d'autres qui peuvent nous faire rire, des anecdotes : l'âme du repas.

Souvent quand on mêle les mots « cuisine » et « livre », on pense aux livres de recettes, ceux qu'on trouve en librairie et qu'on achète pour plonger dans une culture culinaire, pour mettre les mains dans la pâte et découvrir des nouvelles saveurs. Pourtant, on parle tout le temps de cuisine et de nourriture, c'est un rythme quotidien qui nous est commun, autour duquel on y rattache des souvenirs, des habitudes, des histoires. Ce sont peut-être les histoires de nos mères, de nos grands-mères, les figures nourricières de nos vies, mais ce sont aussi les histoires banales, quotidiennes, sans doute moins embellies et plus proches d'une réalité partagée.

Dans le premier tome de son livre *L'invention du quotidien*⁴, Michel de Certeau nous parle « d'histoire muette », en référence à toutes ces pratiques communes, partagées et ordinaires, qui rythment nos vies. Dans le cadre de ce mémoire, j'ai voulu chercher des livres qui nous permettent de voir la cuisine sous ce prisme-là. J'ai longtemps observé les gestes de ma grand-mère, de ma mère, je sais que ces mêmes gestes-là leurs ont été transmis par d'autres femmes que je n'ai jamais connu. Leurs histoires étaient ordinaires, elles n'écrivaient ni livres, ni récits autour de celles-ci. Dans le deuxième tome de *L'invention du quotidien* 2. *habiter, cuisiner*⁵, Luce Giard, historienne et chercheuse des sciences et de la philosophie, part de sa propre expérience de la transmission des gestes des femmes de sa généalogie :

4. Michel de Certeau, *L'invention du quotidien*, 1. *arts de faire*, éditions Gallimard, 1990

5. Michel de Certeau, Luce Giard, Pierre Mayol, *L'invention du quotidien* 2. *habiter, cuisiner*, éditions Gallimard, 1994

«Femmes sans écriture qui m'avaient précédée, vous qui m'avez légué la forme de vos mains ou la couleur de vos yeux [...], vous dont je ne conserve ni les croyances ni les servitudes, je voudrais que la lente mémoration de vos gestes en cuisine me souffle les mots qui vous seront fidèles, que le poème des mots traduise celui des gestes, qu'à votre écriture de recettes et de saveurs corresponde une écriture de paroles et de lettres. Tant que l'une d'entre nous conservera vos savoirs nourriciers, tant que, de main en main, et de génération en génération, se transmettront les recettes de votre tendre patience, subsistera une mémoire fragmentaire et tenace de votre vie même.»⁶

L'an dernier, alors que je cueillais des histoires de cuisine auprès de mon cercle amical, une amie m'a partagé la recette tunisienne de la mloukhiya⁷. Quelques mois plus tard, Inès Rouatbi, à l'occasion de son projet de diplôme, a présenté son livre *Quand l'huile remonte à la surface, imprécis de cuisine tunisienne*⁸. Durant un mois, Inès rend visite à ses parents en Tunisie et pendant ce temps-là, elle documente les gestes de sa mère en cuisine. À la lecture du livre, s'entremêlent récits, témoignages, gestes, recettes fragmentées et photographies, formant un tout représentatif d'une transmission lacunaire des recettes familiales. Dans la culture tunisienne, la cuisine, tout comme d'autres savoir-faire domestiques, est souvent transmise de mère en fille.

Cet «imprécis de cuisine tunisienne» met l'accent sur le manque de livres de recettes en Tunisie et donc aussi sur la perte de ces savoirs ordinaires. Le livre est accompagné d'un court-métrage : les deux se complètent, là où le geste ne peut être documenté de manière figée, le film nous le transmet par le mouvement. Le titre du projet est lui-même inspiré de la mloukhiya : sa recette ne peut être que très difficilement transmise à l'écrit. Pour savoir si le plat est réussi, que sa cuisson est bonne, il faut attendre le moment où l'huile remontera à la surface. Ces gestes ordinaires sont le plus souvent transmis par le faire, de l'observation à la reproduction : leur transmission ne peut donc pas être linéaire, du moins pas sous la forme structurée d'un livre de cuisine classique.

6. Luce Giard, « Seconde partie : Faire la cuisine », Michel de Certeau, Luce Giard, Pierre Mayol, *L'invention du quotidien 2. habiter, cuisiner*, éditions Gallimard, 1994, p.218

7. La mloukhiya est un plat cuisiné dans plusieurs pays du Maghreb. Ce qui caractérise ce plat est sa sauce, à base d'une poudre de corète et d'huile d'olive.

8. Inès Rouatbi, *Quand l'huile remonte à la surface*, projet de diplôme DNSEP, Toulouse, 2024

figs. a & b : Aperçu de l'imprécis de cuisine tunisienne, *Quand l'huile remonte à la surface*, écrit par Inès Rouatbi, 2024

Je prends un bout.

Tu n'affines pas là.

J'affine,

Tu n'as pas roulé.

je coupe,

et je jette.

Cette main...

Elle affine la pâte.

J'affine,

je roule,

je coupe,

et je jette.

Tu te débrouilles bien.

Par exemple, la madfouna¹⁴, les gens du Sahel ne la connaissent pas et ne l'ont jamais cuisinée. Si tu dis à ton père « goûte la madfouna », il ne la mettra jamais dans sa bouche!

14. biettes

C'est typiquement tunisois.

Parce qu'on ne l'a jamais mangé chez nous. La madfouna... je ne sais même pas ce que c'est.

On a quoi aussi. L'akod¹⁵, mais on ne connaît pas. Je sais que c'est un plat juif. Madfouna c'est aussi juif. Minina¹⁶ c'est aussi juif. C'est un tajine¹⁷ au poulet avec des œufs durs dedans, il est jaune, pas épicé comme nous ici.

15. tripes au cumin
16. omelette épaisse
17. cake salé

C'est vrai que la transmission orale est clairement prédominante en Tunisie et au Maghreb plus généralement, mais aujourd'hui, on a tous les moyens de diffusion et je trouve étrange qu'il n'y ait pas de livres de cuisine.

C'est Internet, les réseaux sociaux! Tu tapes n'importe quelle recette, tu trouves tout.

Mais pourquoi pas sur papier?

Parce que généralement, on veut suivre les recettes que l'on a mangées. Si on ne connaît pas un plat, on ne le mangera pas!

Moi, tu vois, je n'irai pas manger un couscous au restaurant, on le fait très bien à la maison.

La cuisine fait tellement partie du quotidien, d'une sorte de routine, que ça ne paraît pas important de les transmettre ailleurs qu'ici. Les recettes vont disparaître avec le temps. Le osben, par exemple, les jeunes ne le font pas et ça va disparaître. Alors que c'est une recette qui est super importante. Je cherche des livres, mais je ne trouve rien sur Internet ni dans les librairies.

On peut aller regarder demain.

Il faudrait aller voir dans la bibliothèque du centre-ville.

Bon, alors si tu devais faire un livre de recettes tunisiennes pour celles et ceux qui ne connaissent pas, quelles seraient les cinq recettes que tu mettrais dedans ?

Et toi papa, imaginons que tu dois écrire un livre de recettes, tu y mettrais quels plats ?

19. « pâtes »

Mais on n'a jamais fait ça nous ! Pour moi, ça ne fait pas partie de ce que l'on met dans un livre...

Ok, moi je n'aurais pas dit ça, j'ai d'autres réponses en tête. Pour moi, les cinq recettes qui représentent ce qu'il aime, enfin si c'était un livre de ses recettes, je mettrais : la sauce des pâtes, leblebi²⁰, ojja²¹, chakchouka avec poisson et frites, poulet au four et un plat tunisien²².

Le osben, le couscous bien sûr, parce que le couscous d'une personne à une autre, il est différent, d'une région à une autre, c'est différent. Madfouna aussi, c'est à faire découvrir, la mloukhiya aussi, c'est à découvrir. La soupe avec le hlelem et le kadid¹⁸ !

Les pâtes...

Si c'est tunisien, « makrouna »²³...

20. haricots blancs
21. caillotte (estomac)
22. plat au four
23. petits pois
24. ragout

25. pois chiches et pain
26. œuf et tomate
27. assiette composée

18. viande séchée

C'est pas tunisien les pâtes.

Oui, c'est un plat à la tunisienne, mais ce n'est pas tunisien ! Donc, je mettrais déjà un couscous à la viande d'agneau avec des boulettes. On prend l'épaule d'agneau et des morceaux de gigot qu'on écrase et qu'on mélange avec des oignons, du persil. On en fait des boulettes. On fait ensuite la sauce avec la viande et ces boulettes.

Ce n'est pas très connu, mais dans le Sahel, on le fait souvent. Je mettrais la market loubia²⁵ avec kercha²⁶. Koucha²⁷, un plat avec des pommes de terre au four. Le tajine tunisien, market jelbana²⁸ aussi. Il n'y a pas beaucoup de monde qui sait la faire. La tbikha²⁹. C'est avec les fanes de navet.

Quand on observe ce qui nous entoure, ce que l'on considère comme connu ou banal, on s'ouvre aux surprises : Inès dans son livre, observe les gestes que sa maman emploie au quotidien. Parfois il suffit d'observer une personne pour qu'elle se livre à nous. Le repas partagé, au-delà d'être un moment de commensalité, est un moment d'observation.

Dans son film documentaire *Aujourd'hui, dis-moi*⁹, Chantal Akerman retrace des histoires racontées par les voix de quatre femmes juives parlant de leurs grands-mères – d'un passé douloureux et commun. La réalisatrice se soustrait à une présence silencieuse, laissant le public faire face à ces moments d'échange. Accueillie chez chacune d'entre elles, le rythme du film est donné par cette omniprésence de la nourriture, une présence qui se veut tout autant réconfortante qu'étonnante : étonnante car elle nous met face à l'ordinaire. Dans ce film, la nourriture n'est pas le sujet de leurs échanges, mais elle occupe une place tout de même rassurante. À travers le rôle d'Akerman dans *Aujourd'hui, dis-moi*, j'ai beaucoup reconnu celui d'Inès Rouatbi dans son livre mais aussi celui des auteur·ices d'*Ingrédient* : des présences silencieuses et subtiles dans leurs interventions qui nous font parvenir une parole, un témoignage récolté avec tendresse et attention.

Pour un projet éditorial mené dans le cadre de mes études, *Ingrédients manquants*, mon ami Baran m'a partagé la recette de sa famille pour les feuilles de vigne farcies. Tous les deux en train de rouler les feuilles pour former des petits cylindres, il m'a confié les paroles qui suivent :

On faisait des feuilles de vigne, des galettes, des pâtes, enfin des choses très traditionnelles de notre région. Mais je pense qu'autour des feuilles de vigne, puisqu'elles prennent du temps au pliage, on a créé un peu un espace de partage libre. On se fait confiance, tu peux parler de tout et tu peux dire des choses que tu ne partagerais pas peut-être autour d'un verre, tu vois ?

J'ai un moment précis dont je me souviens. Ma famille a perdu deux membres pendant le séisme en 1999, l'année où je suis né - c'était en août et moi je suis né en novembre. Donc, j'ai perdu une cousine, ma tante a perdu son mari et puis tout le monde a perdu sa maison, tout avait été détruit, des décombres partout. Normalement on en parle pas beaucoup, si on en parle on pleure, c'est un traumatisme assez lourd d'avoir perdu toute ta ville, ta fille, ton mari - c'est beaucoup. Et autour des feuilles de vigne on a pu en parler de manière pas vraiment triste.

À la fois prétexte de rencontres mais aussi manifeste d'une hétérogénéité culturelle, la cuisine dans la revue *Ingrédient* est un point d'entrée permettant de traiter un grand nombre de sujets presque inépuisables. La recette d'*Ingrédient* fait preuve d'une simplicité, à travers laquelle émergent un grand nombre de surprises, relatives au lieu où l'on se trouve, à la personne que l'on interview et puis globalement au contexte, autrement dit, la thématique propre à chaque numéro. La retranscription de la parole dans *Ingrédient* nous permet de voir les recettes d'une autre manière. On ne lit pas forcément des recettes - du moins l'intention ne semble pas être une transmission efficace de celles-ci, on trace plutôt des portraits. La revue ne met pas en avant des cuisinier-es professionnel·les, au contraire, la cuisine est dépeinte comme une pratique quotidienne, culturelle et personnelle, autour de laquelle chacun-e a des choses à raconter. On retrouve assez souvent dans la revue, la parole de personnes qui n'aiment pas cuisiner, ou bien qui ne revendiquent pas leurs savoirs culinaires.

La cuisine redevient une culture commune pratiquée par tous·tes, éloignée de toute exotisation.

Quand on lit Ingrédient, on passe par tous les tics de langage possibles qui tressent une lecture marquée par les rencontres, plus que par une maîtrise gastronomique.

Claire Bastier, journaliste, autrice et membre du comité éditorial de la revue, m'a parlé de cette démarche lors de notre rencontre :

À l'initiative du projet, Mo avait sa manière de travailler. Moi je suis arrivée dans le projet en tant qu'autrice, j'ai un passé journalistique de presse papier et je n'enregistre jamais parce que c'est trop long de tout réécouter. Ce qui tenait à cœur à Mo - et après moi c'est devenu aussi ça - c'était de retranscrire dans les entretiens la manière de parler des gens. Bien entendu, pas tout, mais le fait d'avoir cette espèce de patte quand ils ou elles parlent et donnent leur recette. Tu vois, il ou elle peut s'adresser à toi et te dire : «Alors tu prends quatre œufs, donc ok, t'as les quatre œufs» ou des expressions très particulières... Quand on lit une recette on lit quelqu'un et on lit une histoire, la cuisine étant prétexte pour les personnes à se raconter, d'où le fait que c'est un recueil autant de recettes que de personnes et de paroles.

On est toujours en train d'explorer d'un Ingrédient à l'autre, aussi bien l'écriture qui est vraiment une évolution : au départ on retranscrivait plus des recettes pêle-mêle, alors que là on essaye plus de raconter une histoire, notamment une chronologie qui se lie et se relie.

Une des règles pour ne pas louper la recette d'Ingrédient est celle de ne pas aller auprès de personnes qui pratiquent la cuisine de manière professionnelle. C'est grâce à la générosité des témoignages qu'Ingrédient a premièrement attiré mon attention car la revue ne se masque pas sous l'apparence d'un livre de recettes : on peut y retrouver des recettes, mais l'intérêt ne repose pas sur celles-ci.

Même en n'ayant mis qu'une seule fois pied à Noailles, on se souvient de la diversité des odeurs qui ouvrent l'appétit, dont on ne repère pas entièrement les sources et qui, en somme, donnent envie de tout goûter – humainement ceci est impossible. Dans une première catégorie des numéros de la revue, les ingrédients alimentaires ainsi que les procédés culinaires donnent matière à dresser une cartographie de Noailles sous un prisme précis. Les recettes récoltées, même si divergentes entre elles, sont le fruit d'une même quête liée aux cultures culinaires que l'on retrouve dans le quartier. Cette catégorie d'Ingrédient est aussi celle qui tend le plus vers une forme classique d'un livre de recettes car elle pose un cadre à la fois pour l'auteur·ice mais aussi pour les contributeur·ices. L'ingrédient culinaire, qu'il s'agisse de l'aubergine¹⁰ ou bien du sésame¹¹, laisse place à une variété de recettes et de perceptions sur une matière première commune, une matière première qui réunit et rend compte à la fois d'une diversité d'usages mais aussi d'une ressemblance de ces usages parmi différentes cultures. Le procédé culinaire quant à lui, permet de récolter sous un même prisme, des recettes assez différentes, et c'est ainsi qu'est guidée notre lecture dans des numéros comme celui du « Pain »¹² ou bien des « Fermentés »¹³.

À la lecture de l'Ingrédient sur l'aubergine, l'auteur Mo Abbas, traverse Noailles avec nous, en partant à la cueillette de recettes à l'aubergine : ingrédient qui

10. Revue *Ingrédient*, n°2
« Aubergine », Mo Abbas, Camille Gérard, 2020

11. Revue *Ingrédient*, n°13
« Sésame ! », Claire Bastier, Aude Bertrand, 2023

12. Revue *Ingrédient*, n°7 « Pain »,
Claire Bastier, Évane Priou, 2021

13. Revue *Ingrédient*, n°10
« Fermentés », Julie Rouan, Théo Masson, 2022

Si l'hirondelle fait le printemps, alors l'aubergine fait l'été. Quand elle apparaît sur les étals du marché, entre les tomates, les courgettes et les poivrons, je sais. Je sais que vont arriver les repas arrosés de soleil et d'huile d'olive, la vie en plein air, les barbecues, les bains de mer et les températures caniculaires.

À la différence d'autres membres de la famille des solanacées (tomate, pomme de terre, poivron, piment, tabac, etc.), l'aubergine n'est pas originaire du Nouveau Monde mais d'Asie. On la cultive en Inde depuis plus de quatre mille ans. Le nom français viendrait du catalan *alberginia*, qui viendrait de l'espagnol *berenjena*, qui viendrait lui-même de l'arabe *bâdinjân*, qui viendrait lui-même du persan *bâdenġân*, qui viendrait de l'hindustani *baadangan*, qui viendrait lui-même du sanskrit *vaatingan*. Et il existe sûrement des transcriptions sumérienne, phénicienne, araméenne ou hiéroglyphique. Mais je ne les connais pas. Son nom scientifique est « *solanum oviserum* » mais on trouve parfois l'appellation « *solanum sodomeum* » – ça laisse songeur.

Souvent oblongue, l'aubergine est aussi naine, maigre, charnue ou ronde. Elle est pourpre virant parfois au violet sombre, presque noire. Elle est blanche ou orange, verte ou striée, hérissée de piquants ou sinueuse comme un serpent.

Elle a toutes les formes, tous les goûts, amère, douce et sucrée. 341 variétés ! Mais à quelle sauce allons-nous la manger ? Frite, grillée, poêlée, confite ou panée, en ragoût ou en purée ?

Parmi toutes les personnes que j'ai interrogées durant l'été 2020 dans les rues du quartier, il y a ceux qui sont accros, ceux chez qui elle excite le désir, le plaisir, ceux qui, à son évocation s'illuminent et salivent – est-ce sa forte teneur en nicotine qui la rend si addictive ? Mais il y aussi ceux qui ne peuvent pas la voir en peinture, trop molle, trop spongieuse, difficile à cuisiner.

Mais à force d'en parler, le temps a passé et l'automne est arrivé. Sur les étals du marché, elle disparaît. Vite ! Il faut en profiter pour ne pas avoir de regret et ne pas plus tard se lamenter : trop tard ! Hier, c'était l'été, sans crier gare l'automne est arrivé, et l'aubergine s'est envolée !

Mo Abbas

Baba ganoush

Mélanie / rue de l'Académie / 15 septembre 2020

Alors, l'aubergine faut vraiment savoir la cuisiner parce que souvent c'est assez spongieux quand on la fait frire, etc. Et si elle est mal cuisinée j'ai du mal à la digérer. Mais sinon j'aime bien le **baba ganoush***. Mais je suis pas trop fana de l'aubergine.



* **Baba ganoush** : nom que l'on donne à la purée d'aubergine dans certains endroits du Moyen-Orient. On retrouve des variantes dans le monde entier : en Arménie (*patlatchan*), au Maroc (*zaalouk*), en Roumanie (*salatǎ de vinete*), en Turquie (*patlıcan salatası*), en Bulgarie (*kyopolou*), en Grèce (*melitzanosaláta*), en Macédoine (*malidzano*), en Jordanie (*baba ghannouj*), en Iran (*kashk-e bademdjan*), en Israël (*salat khatsilim*), en Syrie et au Liban (*mtabbal* ou *moutabal*), à la Réunion (*rougail bringelle*), en Inde (*baingan bharta*). J'en oublie sûrement.

Les aubergines de Vincent Muel

Zabou / rue de l'Académie / 4 octobre 2020

Tandis que Zabou, en contre-jour devant la fenêtre, me raconte une recette de son époque bordelaise, une de celles que Vincent faisait quand elle allait manger chez lui, un rayon de soleil transperce le ciel nuageux et illumine d'une lumière douce les toits de Noailles. On dirait que quelqu'un veut nous parler. Vincent, c'est toi ?

Tu prends des **aubergines**, tu les coupes en deux – c'est une aubergine pour deux personnes, c'est un accompagnement. Avec un couteau, tu quadrilles la chair en losange, tu fais des rayures bien profondes sans couper la peau. Dans les fentes, tu mets des morceaux de **gousses d'ail**, tu sales, tu **poivres**, tu arroses d'un bon filet d'**huile d'olive** et tu mets au four jusqu'à ce que ce soit tendre. Je sais pas, je dirais au moins vingt à trente minutes. Et sinon tu les piques au couteau pour vérifier qu'elles soient tendres. Et puis après tu les sors et tu les manges en grattant dedans. Ça fait comme un caviar d'aubergine, mais en kit. Tu peux faire la même chose avec les courgettes mais à la vapeur. C'est des recettes simples et bonnes que Vincent connaissait.

permet de faire faire une cueillette à la fois centrée autour de la Méditerranée, tout en laissant place à la surprise. Aux odeurs d'été, ces recettes favorisent la création d'un tout cohérent : si souhaité, le·a lecteur·ice pourrait les reproduire, ou du moins consulter ce numéro-là pour se nourrir en idées. Claire Bastier utilise un processus similaire pour *Ingrédient* sur le sésame, elle emmène le·a lecteur·ice dans une déambulation à travers Noailles, à la recherche de recettes au sésame. Cette première catégorie d'*Ingrédient* me fait penser à la collection de 10 façons de préparer¹⁴ des Éditions de l'Épure : un ingrédient de cuisine, qu'il soit poétique ou alimentaire, permet à un·e auteur·ice d'explorer de différentes manières de l'utiliser. Dans *Ingrédient*, les auteur·ices sont des transmetteur·euses de paroles, les ingrédients permettent à la fois de recueillir des recettes appartenant à une culture culinaire précise et donnant lieu à une récolte plus diverse quand l'utilisation de l'ingrédient est plus subtile.

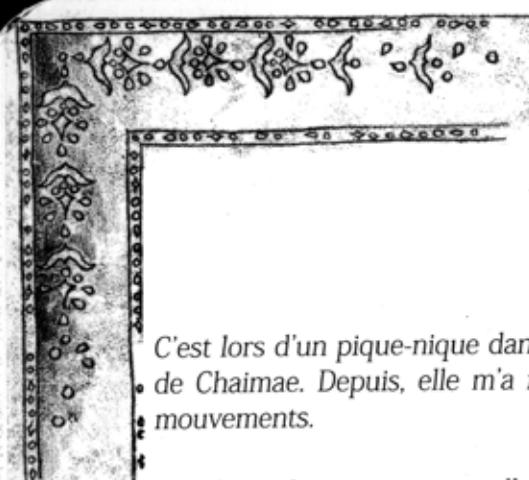
Les procédés culinaires dans la revue agissent un peu de la même manière : ils offrent une porte d'entrée afin de mener une collecte riche dans sa diversité. En effet, *Ingrédient* sur les aliments fermentés¹⁵ s'intéresse à un procédé culinaire que l'on retrouve plus ou moins dans toutes les cultures. Les auteur·ices ne sont pas des cuisinier·es, le savoir-faire de chacun·e n'est pas un critère de sélection des récits que l'on retrouve dans la revue. Par exemple, dans le numéro d'*Ingrédient* autour du pain¹⁶, nous lisons tout autant des témoignages énonçant des recettes élaborées pour la fabrication de pâtes différentes, comme la harcha, les goulas goulas, ou la kesra mtabga, mais nous lisons également des recettes témoignant d'une plus grande simplicité, et donc qui n'ont pas besoin d'un savoir-faire culinaire ou bien d'un temps important afin d'être réalisées, comme par exemple, des tartines au foie de morue.

14. *10 façons de préparer*, Les Éditions de l'Épure, depuis 1994
« De la pomme de terre à l'huître, en passant par le thon, la courgette ou le chocolat, chacun des livrets de cette collection expose en 24 pages dix façons originales d'agrémenter un même aliment, préalablement présenté dans une courte préface. » [extrait du site des Éditions de l'Épure, consulté le 25 nov. 2024]

15. Revue *Ingrédient*, n°10
« Fermentés », Julie Rouan, Théo Masson, 2022

16. Revue *Ingrédient*, n°7 « Pain », Claire Bastier, Évane Priou, hiver 2021

figs. c & d : Aperçu du deuxième numéro de la revue *Ingrédient*, « Aubergine », écrit par Mo Abbas, illustrations de Camille Gérard, 2020



Harcha

.....

Chaimae, rue d'Aubagne, 12 septembre 2021

C'est lors d'un pique-nique dans la calanque de Sormiou que j'ai goûté à la harcha de Chaimae. Depuis, elle m'a montré comment la préparer, en deux temps trois mouvements.

Je te donne la vraie recette, celle de ma mère, car c'est la meilleure. Elle en faisait une par jour, soit le matin pour le petit-déjeuner, soit l'après-midi pour casser la croûte. Elle utilisait de la **semoule fine**, un peu de **sel**, de l'**huile d'olive**, de la **levure chimique** et du **lait** à mélanger, c'est tout. Les quantités, c'est à l'œil. On était quatre à la maison, donc une harcha (حرشة) par jour, ça nous suffisait. Ma mère a appris de sa mère, moi je l'ai toujours vue en préparer du coup, automatiquement, j'ai pris les gestes. À Marseille, j'en fais le matin, surtout le week-end. Faire de la harcha, ça me fait voyager chez moi, à Meknès. J'utilise à peu près 250 grammes de semoule, 1 cuillère d'huile d'olive, 1/2 sachet de levure chimique et après de l'**eau**. Des fois, je mets du lait ou sinon, moitié lait-moitié eau. On ne pétrit pas la harcha, on dit qu'on la « ramasse » juste avec le bout des doigts. La pâte reste collante, car la semoule absorbe beaucoup d'eau. Donc, tu ramasses les ingrédients, tu formes une boule que tu mets directement sur la poêle. Là, tu l'étales. Il faut te mettre avant un peu de semoule sur les mains. Si t'as une bonne poêle, tu n'as pas besoin de la beurrer avant, mais sinon, il vaut mieux mettre du beurre ou de l'huile d'olive. Chez nous, on faisait vraiment dans une poêle. Mais à la campagne, elle est cuite dans un four traditionnel (fqouna : فقونة) et elle a un autre goût. Dans la poêle, tu fais un petit trou au centre de la galette : ma mère, elle m'a toujours montré cette technique pour que la harcha ne gonfle pas et aussi pour que tu puisses voir la cuisson. Quand elle est bien cuite au-dessous, tu la retournes avec une assiette : tu couvres la poêle avec, puis tu retournes. La galette se retrouve dans l'assiette et tu la fais glisser dans la poêle. Le mieux, c'est de la manger chaude, dès qu'elle est cuite : avec un petit peu de **beurre**, c'est trop bon. Et un verre de **thé**, c'est encore meilleur. Avec du **miel** ou de la **confiture** aussi. De l'huile d'olive ou simplement des **olives**, ça marche très bien.

Gwen : « Un repas sans pain c'est comme une femme sans sein »,
je l'ai entendu quand j'étais ado et ça m'a marquée.

Tartine au foie de morue

Gwen, rue Jean Roque, 22 septembre 2021

Le principe de la tartine, c'est que c'est un truc que tu manges sur le pouce, qui te remplit et ne te fait pas perdre trop de temps. Moi, j'adore les tartines de pain de campagne avec du beurre salé et des radis. Des trucs simples. Après, l'hiver, quand tu rentres de rando le dimanche soir, que t'as pas envie de cuisiner, j'ai une prédilection pour la tartine de foie de morue. C'est beaucoup moins débeuctant que l'huile de foie de morue, le goût est assez doux. C'est d'ailleurs un peu trop doucereux, et il faut l'agrémenter de moutarde, sinon ça peut vite devenir écœurant.

Tu prends du pain de campagne classique ou du pain de seigle. Tu te coupes une tranche, un peu épaisse quand même pour bien avoir le goût du pain. Du coup, la moutarde, il faut qu'elle soit forte et bien crémeuse. Tu en mets une bonne couche sur la tartine. Il faut pas que ce soit sec. Et là, par-dessus, t'étales ton foie de morue. Je le prends en boîte, soit bio soit au Carrefour. Y'a du foie de morue fumé au bois de hêtre, c'est pas mal aussi. Pour que ça adhère à la tartine, tu peux l'écraser un peu parce que c'est assez mou comme consistance, mais, en même temps, ne l'écrase pas trop parce que sinon ça perd de son intérêt quand tu croques dedans. Il faut pas que ce soit tout avachi sur la tartine. Tu peux rajouter des radis ou du concombre, selon la saison. Puis tu mets les épices que tu as sous la main, du poivre, pourquoi pas du sumac. Ah si, de la roquette, c'est super bon ! Tu fais une petite couche de roquette entre la moutarde et le foie de morue.

Après, je croque à pleines dents dedans. C'est l'intérêt de la tartine, au-dessus d'une assiette pour ne pas en mettre partout, et voilà. En général, une petite boîte de foie de morue, tu peux faire deux bonnes tartines. En revanche, à partager, c'est un peu compliqué parce que dès tu parles de foie de morue, les gens sont réticents. J'ai jamais essayé de les faire changer là-dessus. C'est mon petit truc à moi.





Aghroum* o tajin

.....

Ourdia, Farida & Leïna, Belle de Mai, 1^{er} octobre 2021

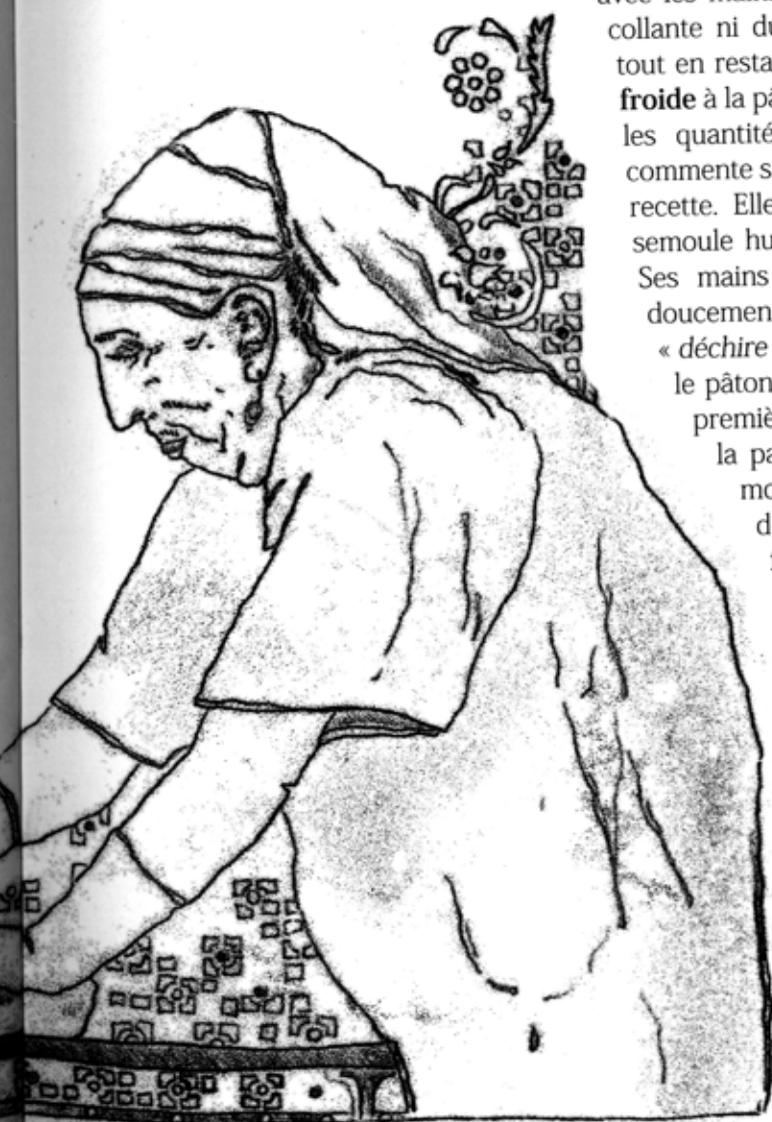
La première rencontre avec Farida eut lieu rue de l'Arc en été. Plutôt que de simplement me donner la recette, elle propose de venir chez elle voir comment préparer l'aghroum. Pour l'occasion, elle invite sa mère Ourdia et sa fille Leïna afin que les trois générations racontent leur lien avec ce pain qui a marqué leur enfance à chacune, en Kabylie ou en France.

« Moi, j'aime manger le pain de ma mère. Et mes filles, elles aiment manger mon pain », résume Farida.



Ourdia remplit de semoule un grand plat en bois (taziwa en berbère, djefna en arabe, حفنة). Au préalable, elle a mélangé deux types de **semoule** Le Renard* : fine et moyenne. Elle y ajoute une petite poignée de **sel**, une autre de **sucré**. Avant de commencer, elle prononce bismillah, « au nom de Dieu ». Pendant toute la préparation, Ourdia parlera peu, consacrée et concentrée sur son ouvrage. Elle verse ensuite de

l'huile de tournesol sur la semoule et la travaille avec les mains. La semoule ne doit être ni collante ni dure : compacte dans la main tout en restant friable. Elle ajoute de **l'eau froide** à la pâte. Petit à petit. « Pour décrire les quantités, ça va être compliqué », commente sa fille. Pas de levure dans cette recette. Elle rassemble les morceaux de semoule humide pour former une boule. Ses mains couvent la pâte et la font doucement rouler dans le plat. Puis elle la « déchire » : ses deux mains empoignent le pàton. L'une, immobile, maintient la première moitié, tandis que l'autre, de la paume, pousse en avant l'autre moitié. Elle répète ce geste avant de « ramasser » la pâte plusieurs fois. « Ce sont des termes que j'ai entendues pendant mon apprentissage avec elle, commente Farida. Ces gestes-là sont pas innés ». Ensuite, d'une manière très spécifique, Ourdia l'aplatit, donnant ainsi au pain sa forme de cercle. Comme un soleil. Les doigts de la main droite enfoncent le bord du disque, la main gauche appuyant dessus



La cuisine dans *Ingrédient*, semble être le fruit de la recherche d'une unité culturelle, au sein du même quartier : un ingrédient ou un procédé permettent de donner à voir de différents gestes, savoir-faire ancrés dans le quotidien de chacun·e des contributeur·ices. Le *Grand Mezzé* est un livre édité par le Mucem à l'occasion de l'exposition homonyme, dans lequel on suit à peu près le même principe, cependant c'est un livre dont la lecture se fait de manière assez différente que celle d'*Ingrédient*.

«Quelle histoire raconter, et en suivant quels fils ? Le titre de l'exposition exprime cette complexité : <Le Grand Mezzé> fait référence à cet <assortiment d'amuse-gueules épicés, le plus souvent froids, que l'on mange en Grèce, en Turquie et dans tout le Moyen-Orient, en buvant de l'alcool anisé. Les mézès peuvent tenir lieu de repas [...]> (Larousse gastronomique, édition 1996, p.672). En dehors du plaisir culinaire que procure la diversité de petits plats à partager entre amis, de nombreux enjeux contemporains se dessinent en lien avec le mode d'alimentation en Méditerranée. Ce titre vise à faire ressortir les diverses tendances simultanées et antagonistes qui sous-tendent le propos de l'exposition, comme de cet ouvrage»¹⁷

Les mezzés sont observés sous le prisme d'une pratique quotidienne en Méditerranée. En Grèce, mon pays natal, les mezzés substituent très souvent le repas, ils permettent une diversité de consommation et n'ont pas vraiment d'horaire pour être consommés. Je croise mon regard avec celui du livre édité par le Mucem : ils divergent. La première chose qui me vient en tête quand je pense aux mézès, sont les assiettes que me préparait ma maman le soir, toujours en me posant la même question en grec : «Tu veux un mezedaki?». Souvent ces assiettes étaient composées de quelques morceaux de concombres, des olives, un peu de pain et un peu de fromage. Il s'agit ici bien évidemment d'une expérience qui m'est propre mais qui m'interpelle dans la distance entre mon expérience banale et celle qui est dépeinte dans le *Grand Mezzé*. Dans ce livre, bien qu'il soit question d'une pratique culinaire ordinaire, elle semble être exotisée par une approche ethnographique et théorique. Cependant, ce livre relève tout de même certains questionnements que j'explorerai avec vous, lors de la prochaine étape de cette soupe au caillou.

17. *Le Grand Mezzé*, Éditions du Mucem & Actes Sud, avril 2021, p.12

figs. e & f : Aperçu du numéro n°7 de la revue *Ingrédient*, « Pain », écrit par Claire Bastier, illustré par Évane Priou, 2021

fig. g : Page extraite du *Grand Mezzé*, livre édité par le Mucem et Actes Sud, suivant l'exposition homonyme en 2021

La feuille de brick

Le mot "brick" désigne à la fois une variété de pâtisserie fourrée, salée ou sucrée, et la feuille qui sert à sa confection. En Tunisie, un brick est une préparation salée, farcie avec du thon, de la viande hachée ou de la pomme de terre et du persil, ou encore des crevettes et un œuf, puis frite dans l'huile. La *brika heloua*, ou brick sucré, constitue une pâtisserie. La technique est connue au Maghreb, mais aussi en Asie. Le mot renvoie au persan *burak* (pâtisserie fourrée), popularisé sous la forme *beurek* puis brick dans les Balkans et au Maghreb, excepté au Maroc qui le connaît sous le nom *warqa* (feuille). En Tunisie, on nomme le brick non cuit *warqa* ou *malsoûqa*, voire *warqet malsouka*. Traditionnellement fabriqué par les femmes, le brick a vu sa production s'industrialiser depuis les années 1980.

C'est à Tunis que Rafika Belaid nous montre la fabrication de la feuille de brick, appelée ici *malsoûqa* (littéralement "collée"). Dans une jatte métallique elle verse de la semoule de blé fine et moyenne, un peu de sel et de l'eau. Avec sa main gauche, elle rassemble tous les ingrédients pour obtenir d'abord des grumeaux, puis, après pétrissage des deux mains, une boule qu'elle met ensuite à reposer dans une jatte, avant de la retirer pour la pétrir avec la paume des deux mains. Pour l'assouplir, elle humecte la pâte avec de l'eau, puis elle la remet dans la jatte, la retravaille avec la main

gauche en la pressant avec le poing et la ramène ensuite vers le centre. Elle répète ce travail de nombreuses fois. En ajoutant un peu d'eau, on rend la pâte plus élastique et molle. Elle allume le feu sous un récipient contenant de l'eau chaude, sur lequel se trouve une plaque de métal rendue chaude par la vapeur. Elle applique la pâte, devenue collante, par tamponnage sur toute la surface de la plaque. Une pellicule extrêmement fine se forme, qu'il faut très vite retirer avec l'ongle sur les bords, pour obtenir une feuille de brick presque transparente, que l'on met à sécher sur un torchon.

fabrication des pâtes
Davide Settecasal
Terme, Sicile, Italie, 2020
Vidéo (extraits) : Christine Coulange - Sisygambis

La fabrication de la feuille
de brick par Rafika Belaid
Tunis, Tunisie, 2020
Vidéo (extraits) : Christine
Coulange - Sisygambis



Pour entretenir le feu

et cuire cette soupe

Il faut l'alimenter
renouveler les combustibles.

Même quand nous ne sommes plus là pour surveiller la flamme,
il faut veiller à ce que les prochain·es aient les outils nécessaires

pour refaire le feu,
chauffer le chaudron,

et faire des soupes,
eux aussi à leur tour.

Tenir compagnie,
la commensalité et les copain·es



La cuisine se situe entre le collectif et le personnel, c'est un territoire qui nous réunit mais qui trouve également son rôle dans l'intimité de chacun·e; des souvenirs de communions, de transmission d'une recette, puis de sa reproduction. C'est de l'ordre de l'évidence, la nourriture nous réunit à des échelles différentes qui peuvent être culturelles, régionales, familiales, de quartier ou bien d'une communauté politique.

À la fois dans le livre et l'exposition, Le Grand Mezzé devient un endroit où se croisent différentes pratiques ethnologiques, appartenant toutes à un patrimoine commun et localisé. On observe que malgré les différences de chaque pays, il existe un appui qui permet de réunir ces cultures culinaires : la diète méditerranéenne. La diète méditerranéenne fait partie depuis 2013, de la liste représentative du patrimoine culturel immatériel de l'humanité de l'UNESCO :

«La diète méditerranéenne implique un ensemble de savoir-faire, de connaissances, de rituels, de symboliques et de traditions qui concernent les cultures, les récoltes, la cueillette, la pêche, l'élevage, la conservation, la transformation, la cuisson et, tout particulièrement, la façon de partager la table et de consommer les aliments. Manger ensemble constitue le fondement de l'identité et de la continuité culturelle des communautés du bassin méditerranéen. C'est un moment d'échange social et de communication, d'affirmation et de refondation de l'identité de la famille, du groupe ou de la communauté. La diète méditerranéenne met l'accent

sur les valeurs de l'hospitalité, du bon voisinage, du dialogue interculturel et de la créativité, et sur un mode de vie guidé par le respect de la diversité.»¹⁸

En réunissant une série de textes autour de quatre grandes parties, le livre traite une variété de sujets, tissant ainsi un fil autour d'une histoire commune en Méditerranée. En passant par les cultures d'oliviers, de vignes et de blé, *Le Grand Mezzé* propose une cartographie des pratiques culinaires et agricoles. Cependant, il est le fruit d'une recherche muséale, institutionnelle et questionne de loin ces pratiques culinaires; comme faisant partie d'un ailleurs auquel nous n'aurons accès qu'à travers la lecture du livre ou bien la visite de l'exposition. La revue *Ingrédient* quant à elle, est moins minutieuse dans sa récolte, porte moins d'attentes sur la beauté de ses ingrédients ou bien leur rareté, elle glane les ingrédients qu'elle trouve sur son chemin.

Lors de mon échange avec Mo Abbas, auteur et membre fondateur d'*Ingrédient*, je lui ai partagé les catégories que je commençais à discerner au sein de la revue: ingrédients culinaires, lieux et contextes dans Noailles à Marseille, puis en dehors du quartier, dans d'autres coins de la ville. Lui-même habitant le quartier depuis maintenant presque trente ans, il lui tenait à cœur de faire parler son quartier au sein d'un livre.

C'est ainsi qu'*Ingrédient* s'est introduit à son public: le premier numéro porte sur les coiffeurs. À Noailles, il semble y avoir de quoi se nourrir et de quoi se coiffer et c'est pourquoi Mo a eu l'envie de pousser les portes des salons de coiffure du quartier, pour parler de nourriture et de cuisine avec les coiffeur·euses, les client·es et les passant·es. Ce premier numéro d'*Ingrédient* nous plonge dans un contexte ne prétendant pas être un endroit où l'on pratique la cuisine. Cependant, il s'agit d'espaces populaires, beaucoup fréquentés par les habitant·es, où l'on parle à longueur de journée. *Ingrédient* emmène ses lecteur·ices au sein de ces espaces-là: non pas forcément ceux où l'on pratique la cuisine, mais plutôt ceux où la discussion occupe une place importante, où l'on construit des liens et se rencontre. En novembre 2024, je rencontre Mo qui me parle un peu plus de la genèse du projet et de son rôle en tant qu'auteur.

18. Extrait de texte tiré du site officiel de l'UNESCO, consulté le 5 décembre 2024 sur unesco.org

Le premier numéro qui est sorti c'est les « Coiffeurs » et c'était le plus dur à faire pour moi. Primo, parce que c'était le premier et que je n'avais encore rien à montrer aux gens que j'interrogeais. Puis aussi parce que le principe c'était d'aller voir des coiffeurs, donc rien à voir avec la cuisine, ils me regardaient avec des yeux comme ça ! Et surtout j'étais allé voir des gens au travail donc c'est un peu embêtant pour eux.

Pour moi, ça a été très formateur de commencer par là, parce que j'ai vu leur réactions quand je suis revenu deux mois après. Quand je leur ai donné un exemplaire (on donne un numéro à tous les participants), j'ai vu comment ils étaient contents, ils ouvraient le livre pour se relire : « Ah oui c'est vrai, je t'ai dit ça, on dirait qu'on y est ! ». J'ai senti que je ne trahissais pas leur parole, c'est très important pour moi de ne pas trahir les gens quand ils se relisent.

Romazava



.....
« Nass Cosmétique »

rue de la Palud /16 septembre 2020

Ambiance familiale et rigolarde. Plusieurs générations évoluent dans le salon. Un carton à pizza passe au milieu de la conversation, on se le partage, à la régalaide. Et les recettes fusent dans tous les sens.

- Vous êtes mal tombé, parce que nous on est toujours à la recherche de nouvelles saveurs ! Syrie, Maroc, Turquie, Pakistan, Vietnam... On voyage comme ça.

- Vous connaissez le **romazava** ? C'est une plante verte avec une petite fleur jaune* qui ressemble à des épinards. Ça s'achète chez Tam Ky, sur la place. On fait une sorte de sauce avec des **tomates**, des **oignons**, de l'**eau**, du **sel**, et une fois que ça a bien bouillonné on rajoute les plantes et on laisse cuire à peu près trente minutes. Et ils mangent ça avec du **riz blanc** et de la **viande de bœuf**. En principe, on fait ça avec de la viande de **zébu** mais ici on en trouve pas. C'est une spécialité malgache.

Là, le tonton arrive.

- Ah ! Tonton, tu tombes bien. Tu nous donnes ta recette du romazava ?

- Le romazava ? Ça commence par la viande en premier lieu, tu vois ? Tu la fais revenir dans un peu d'**huile**, tu rajoutes de l'oignon et de la tomate découpés, tu mets de l'eau suivant la quantité et le nombre de personnes, et quand ça commence à bouillir, on laisse cuire jusqu'à ce que l'eau s'évapore. Là, la viande va être bien tendre. Après vous mettez les **brèdes de mafanes***, les feuilles et les fleurs, avec un peu d'eau et vous laissez cuire encore un petit moment. Si on le fait avec le **poisson**, c'est un peu différent. De préférence on utilise du poisson séché. Les Malgaches, quand ils font ça, ils ferment la porte, hein ! Au cas où quelqu'un arrive. On partage pas ça !

* **Brèdes mafanes** : aussi appelée « cresson du Pará » (état du Brésil), c'est une plante de la famille des Asteraceae (très grande famille comprenant, entre autres, laitue, chicorée, pissenlit, artichaut, topinambour, estragon ou absinthe) dont les fleurs ont une saveur poivrée piquante à l'effet anesthésiant. Elle est très utilisée dans les îles de l'océan Indien mais aussi en Asie et au Brésil. Le mot brède vient du portugais bredo, qui descend du latin blitum (qui a donné blette en français), qui vient lui-même du grec bliton. Il existe des brèdes chou chou, des brèdes manioc, brèdes piment, brèdes cresson, brèdes moutarde, etc.

Attiéké au poisson



.....

Julie / « Salon Julie - Au cœur brisé »
49 rue d'Aubagne / 10 septembre 2020

Contrairement à ce que certains pensent, le « Salon Julie – Au cœur brisé » n'est pas un club de rencontre. Et la patronne n'a pas de peine de cœur non plus. Au contraire. Après vingt-cinq ans de mariage, elle se marie une seconde fois avec le même homme, mais à l'église cette fois. Non, la vérité, selon elle, c'est que la première chose que les femmes regardent le matin dans leur glace, c'est leurs cheveux. Et quand elles se voient décoiffées, là, elles ont carrément le cœur brisé ! Mais une fois passées entre les mains de Julie, elles se sentent belles. Fini le cœur brisé ! C'est ce qu'elle dit.

Pour faire l'attiéké*, traditionnellement, on prend du **manioc**, on l'épluche, on le broie, on l'essore pour enlever toute l'eau qu'il contient. On l'étale sur un plateau et on le frotte. Il devient alors comme du couscous, ça fait des petits grains, et on le met au soleil pour le sécher. Et pour éliminer les morceaux de bois et les fibres qu'il contient, on le verse en penchant le plateau à l'horizontal sur un grand tissu propre, et le vent enlève tous les morceaux de bois. Ça, je l'ai vu faire quand j'étais jeune. Mais ce que la plupart des gens font c'est d'acheter de l'attiéké congelé – je te conseille d'aller chez Papy, rue Pollack, c'est un marchand antillais. Dis-lui que tu viens de ma part et il te donnera un bon attiéké.

Une fois décongelé, il faut bien l'effriter pour ne pas laisser de gros grains, tu mets du **sel** et de l'**huile**, tu mélanges bien tout ça et tu le mets à cuire à la vapeur, exactement comme le couscous. Et quand tu commences à sentir la bonne odeur du manioc, tu sais que c'est prêt, que tu peux le sortir du feu. Si tu le laisses trop longtemps, ça va faire une pâte costaud, avec plein de grumeaux dedans, et ça sera pas bon.

Pour le **poisson**, on prend du **mérou**, c'est l'idéal, mais on peut prendre du **capitaine** ou de la **daurade**, ça sera bien aussi. On le fait mariner avec de l'**ail**, du **citron**, du **piment frais** découpé en rondelles, de l'**oignon** et un peu de **sel** bien sûr. Après, on le fait frire, entier, sans le découper, on l'enlève de la poêle et on le réserve dans un plat. Le jus de la marinade, tu le fais revenir bien comme il faut, tu le verses sur le poisson et tu mets le plat dans le four, mais à feu très doux, pour qu'il cuise doucement doucement. Quand tu vois que ça a bien mijoté, tu coupes le feu. Et ton attiéké au poisson est prêt. Y'en a qui font une sauce en mélangeant des **tomates fraîches**, de l'**ail**, de l'**oignon**, du **piment** en petits dés, du **vinaigre**, du **citron**

La revue *Ingrédient* est une initiative portée par des acteur·ices du quartier de Noailles, et qui au fur et à mesure s'ouvre au reste de la ville. Initialement pensée comme une action à part entière au sein du Bouillon de Noailles, *Ingrédient* est à la fois une revue indépendante dans sa diffusion et qui nourrit les différentes activités de l'association. Elle peut se retrouver à la vente dans plusieurs librairies marseillaises, ainsi qu'à des points de consultation, comme des bibliothèques, ou des commerces du quartier.

La lecture de chaque *Ingrédient* commence par un édito : une introduction du numéro ainsi qu'une remise en contexte du choix de la thématique. L'auteur·ice met une marmite sur le feu, se préparant progressivement pour accueillir tous les ingrédients de cette soupe. L'édito marque donc le début d'un fil narratif et ainsi, nous permet de mieux comprendre et définir le rôle de l'auteur·ice car malgré le fait qu'*Ingrédient* soit composé de paroles glanées, elles nous sont rendues accessibles et lisibles grâce à un travail de tissage et d'éditorialisation singulier à chaque fois. Dans la continuité, les recettes proposées par les contributeur·ices de la revue, sont également introduites par l'auteur·ice, un moyen de renforcer, encore une fois, ce fil conducteur. À travers des descriptions d'odeurs, d'ambiances mais aussi à travers ce regard singulier et poétique qui nous guide, il semble plus facile de se repérer dans la lecture. Le rôle de l'auteur·ice dans cette revue n'est donc pas seulement de composer une suite de mots, mais de nous accompagner en quelque sorte dans ce parcours culinaire.

Claire et Zoé m'ont parlé un peu plus du choix de la forme de la revue :

– Je me souviens aussi de l'envie de Mo d'avoir un côté un peu encyclopédique par la revue. Dans le sens où chaque numéro est consacré à un thème, que ce soit un ingrédient de cuisine ou un lieu dans Noailles – puis finalement on s'est étendu à l'extérieur de Noailles.

19. Revue *Ingrédient*, n°1
« Coiffeurs », Mo Abbas, Louise Azuelos, novembre 2020

20. Revue *Ingrédient*, n°3 « Rue de l'Académie », Mo Abbas, Azad Eurdekian, novembre 2020

21. Revue *Ingrédient*, n°6 « Bar du Peuple », Mo Abbas, Lucile Gautier, septembre 2021

22. Revue *Ingrédient*, n°9 « Rue de l'Arc », Mo Abbas, Jessyca Beaumont, mars 2022

23. Revue *Ingrédient*, n°19 « Halles Delacroix », Clothilde Grandguillot, Zoé Sinatti, septembre 2024

fig. a : Aperçu du premier numéro d'*Ingrédient*, « Coiffeurs », écrit par Mo Abbas, illustré par Louise Azuelos, 2020

- C'est vrai que la revue apporte ça par rapport au livre, ce n'est jamais terminé - enfin si peut-être un jour mais en tous cas il y a cette continuité.

De numéro en numéro, se dessine une déambulation dans le quartier, en partant des coiffeurs¹⁹, on traverse la rue de l'Académie²⁰, on atterrit au Bar du Peuple²¹, le temps de quelques conversations, on passe ensuite dans la rue de l'Arc²², puis on finit par faire un tour aux Halles Delacroix²³. Sur le chemin, on s'arrête, notre balade est fragmentée par les conversations avec habitant·es du quartier. La revue est née du besoin de garder une trace de Noailles, sans pour autant que celle-ci se fige sur une image précise. Mo habite le quartier depuis une trentaine d'années, il connaît bien les habitant·es de Noailles. Lors de notre rencontre il m'a parlé de l'approche qu'il a voulu emprunter à travers Ingrédient.

Claude [membre fondateur du Bouillon] m'avait contacté pour me partager son envie de faire un bouquin de cuisine sur Noailles et tout de suite, j'ai senti qu'il y avait un truc qui ne me convenait pas dans cette idée de faire un livre sur le quartier. Entre autres parce que j'habite le quartier et parce qu'il y a beaucoup de livres sur la cuisine à Marseille, Noailles, etc. Ce sont des livres surplombants qui s'adressent à un public un peu «touristique». Quand j'ai revu Claude,

je lui ai dit que le livre ne m'intéressait pas, mais je lui ai proposé une revue.

Au début, j'avais proposé trois axes : un ingrédient qu'on décline, une rue du quartier qu'on explore et les commerces chez lesquels on va. L'idée était d'aller rencontrer les gens car c'est de la rencontre que l'on fait, c'est notre quartier, ce sont des gens que l'on fréquente et cette fois-ci, on change la focale, plutôt que de parler de pluie et du beau temps, on parle de cuisine. Le fait d'interroger les gens et d'avoir une image arrêtée du quartier, sur un instant, c'est aussi parce que j'ai envie de raconter un monde qui est en train de disparaître. Je fais une sorte de testament, je ne le dis pas trop parce que c'est un peu pompeux. Déjà entre le premier numéro et aujourd'hui, Noailles s'est complètement transformé, ça se transforme tous les jours et pas dans le bon sens, selon mon point de vue. Derrière Ingrédient, il y avait aussi cette idée-là : aller voir des gens qui peut-être dans dix

ans, ne seront plus là parce qu'ils seront chassés. La gentrification c'est un mot que je n'aime pas, il n'est pas très juste je trouve mais c'est l'embourgeoisement du centre-ville qui les fait disparaître.

Ingrédient tente donc de donner la parole à Noailles, de donner la parole aux voix qui habitent le quartier pour en dessiner une image propre à une temporalité précise. En cours de cuisson de ce mémoire, un ami m'a présenté un livre de recettes édité par une association de skaters palestiniens qui a attiré mon attention.

Sahten: the Skatepal Cookbook²⁴ a été édité par Skatepal, une association qui œuvre pour une facilitation à l'accès aux activités sportives et culturelles auprès de la jeunesse palestinienne, notamment à travers la pratique du skateboard. À la fois par la construction de skateparks en Palestine, mais aussi par des actions au Royaume-Uni auprès de migrants palestiniens, Skatepal tente d'offrir un potentiel terrain de jeux, d'amusement et d'apprentissage pour cette communauté affectée par le conflit israélo-palestinien.

Sahten est un livre écrit en anglais, d'un assez grand format, à la couverture rigide, colorée, avec des choix typographiques assez affirmés: un livre que l'on pourrait assez facilement voir dans le rayon « cuisine » d'une librairie, sans être très étonné·es par sa présence. À l'intérieur du livre, la forme tend à s'approcher de celle d'une revue occidentale, avec une mise en page qui mêle photographies en pleine page, titrages très excentriques et illustrations colorées. Sahten est très chargé visuellement, cependant s'avère relativement banal dans sa forme graphique; ce qui a surtout attiré ma curiosité c'est son contenu.

On pourrait se demander: « Pourquoi une asso de skate, édite-t-elle un livre qui parle de cuisine? ». Au-delà du besoin de l'association de récolter des fonds pour alimenter davantage de projets, la cuisine semble être une évidence par sa banalité, sa quotidienneté. En effet, dans Sahten, sont récoltés de nombreux témoignages, des photographies documentaires, des recettes palestiniennes rapides à cuisiner et consommer. Ce livre propose quelques recettes que l'on connaît sans doute déjà de nom, cependant ce sont aussi des recettes qui appartiennent à la culture populaire palestinienne. Leur rôle dans ce livre semble précisément être celui-ci: donner à voir le mode de vie que mène cette communauté de jeunes Palestiniens.

Sahten est un livre voué à sortir du contexte de la communauté palestinienne, afin de véhiculer une expérience commune autour de la nourriture propre à cette communauté-là. Ne serait-ce que par le prix (40 euros) ou bien la langue, ce livre-là m'amène à penser qu'il ne pourrait circuler au sein même de la communauté qui le constitue.

24. Sahten, *the Skatepal Cookbook*, SKATEPAL, auto-édition, 2020

figs. b & c: Aperçu du livre de recettes *Sahten: the skatepal cookbook*, autoédité par l'association Skatepal, en 2020

So, what's food got to do with it?

Upon arriving in Palestine, it quickly becomes clear that food is sacred. Large shared plates bring people together to revel in stories and catch up on family news, whilst enjoying the delights of local produce. Over the past few years, this communal way of living has also come to encapsulate the vibe of the burgeoning local skateboarding scene.

Head down to the skatepark in the village of Asira Al-Shamaliya on a Friday afternoon and you will find the place packed not only with skateboarders of all ages, but families chilling among the hilltops drinking 'shay' (tea) or 'qahwa' (coffee), nibbling on sunflower seeds and smoking 'nargeela' (shisha).

Being a physically demanding sport, skateboarders are known for big appetites to keep their energy levels up, and if you've got a big appetite, then Palestine is the place to be. The culture of food and coffee punctuate every meeting, family occasion and street mission: from a pre-session falafel wrap at Ramallah Plaza, to a mid-session plate of kanafeh when craving a sugar-hit, and finally to a post-session hearty home cooked meal with the entire family.

'Sahten' – which translates literally to 'two healths' – is commonly used when tucking into a meal. The traditional response 'A'la qalbak'

('on your heart') shows just how intertwined food and community are in Palestine.

The recipes in this book have been collected from various figures close to Palestine's growing skateboard community. These are supplemented with a couple of recipes from past volunteers and even by Palestine's own international master chef, Sami Tamimi. Some dishes are easy to make, serving as a quick bite before you hit the streets (SHAKSHUKA, P.40), some are heavier meals that take longer to prepare and are better enjoyed after the session (MAQLUBAH, P.140), and some are perfect anytime of day (FALAFEL, P.60). There's also something for those with a sweet tooth (KANAFEH, P.148) and for the coffee addicts too (QAHWA ARABIA, P.34).

Sandwiched between the recipes are interviews with local and professional skaters, as well as various features that help build a bit more of a picture of Palestine. There is even a yoga sequence designed to help ease any skate-related aches and pains. You don't have to ride a skateboard in order to appreciate these recipes, but for the full SkatePal experience, we'd suggest you give it a try.

Finally, a quick note on dietary requirements... Whilst most dishes are vegetarian, many signature Palestinian dishes include meat.

This book aims to bring an authentic piece of Palestine to your table, directly from the community that we work with, so we've therefore kept the recipes in their true form. However, a little online research will reveal tips that can make classic dishes vegetarian-friendly.

A huge thanks to everyone who has contributed to this book (full list of credits at the back) and to our work in Palestine over the past few years. We would also like to thank you, dear reader; by purchasing this book you are directly helping to ensure that the Palestinian skate scene is sustainable for future generations.

We hope you enjoy the stories and recipes in this book as much as we've enjoyed collecting them, and we'd encourage you to visit Palestine – whether that be as a tourist, a skater (get in touch for tips & contacts), or even as part of our volunteer programme.

OK, introductions over, time to get some water boiling and turn to page 34 to brew yourself some traditional Qahwa Arabia!

Sahten!

SkatePal

Malak Battatt ملاك بطات is a 16 year-old skater from Ramallah. Since picking up a board for the first time in 2018, Malak has been a regular face at SkatePal's sessions held at the Sareyyet Youth Club, quickly becoming one of our Local Volunteers. She's always the first to suggest skating down the city's many hills rather than walking, so if you hear the familiar sound of polyurethane on Ramallah's tarmac, you'll likely find Malak close by.



Malak Battati, local skater and volunteer at SkatePal's weekly sessions at Ramallah Youth Centre. PHOTO BY KEISHA FINAJ.



- 1kg CHICKEN (WINGS & THIGHS)
- 250g LONG-GRAIN RICE
- 150g VERMICELLI NOODLES
- 1 CAULIFLOWER
(CUT IN FLORETS)
- 1 AUBERGINE (DICED)
- 2 CARROTS (DICED)
- 2 POTATOES (PEELED & DICED)
- 1 ONION (CUT INTO WEDGES)
- 4 LARGE TOMATOES (DICED)
- 1 CUCUMBER (DICED)
- 1 LEMON
- 1 TSP CUMIN (GROUND)
- 1 TSP TURMERIC (GROUND)
- 1 TSP CINNAMON (GROUND)
- 1 TSP ALLSPICE (GROUND)
- 1 BUNCH PARSLEY
(ROUGHLY CHOPPED)
- 1L NATURAL YOGHURT
- SALT & PEPPER

SERVES: 5

PREP TIME: 1.5 HR

****There's no secret behind flipping a giant pot of hot food upside down, every family finds their own technique, so the same applies to you. A tip though - it can require more than 1 person!****

1. Start by preparing all the vegetables. Throw them all in a bowl (except the onion), season with a pinch of salt and pepper and let sit for a moment.
2. Place the rice and vermicelli noodles in a bowl, pour over a couple of cups of water and leave to soak for 20 mins before draining.
3. Place all pieces of chicken into a large pot, then add the onions wedges, cumin, bay leaves and a few big pinches of salt and pepper. Pour in enough cold water until the chicken is just covered and set over a high heat. Once the pot begins to boil reduce to a simmer.
4. In a saucepan with a good glug of good quality olive oil, begin frying the vegetables in batches until lightly browned.
5. Once all vegetables are browned and removed, add another splash of olive oil to the pan then chuck in the drained rice and noodles over a medium heat. Give them a stir and be wary of burning them (you're just cooking out the moisture) then add in the remainder of the spices. Stir well until coated and smelling fragrant.
6. Now it's time to add everything to the pot. First, drain the stock from the chicken pot into a separate jug or container. Then, leaving the cooked chicken as the base layer in the pot, add all the browned vegetables on top to make a second layer, then make a final layer with the spiced rice and noodles. Using the back of a spoon, press down and ensure the pot is compact with no gaps, then pour the stock over until it reaches roughly the same level as the rice. Cover the pot with a lid and return to the stove on a medium heat. Cook for approx 30 mins, checking every 10 minutes to give the rice layer a little stir and see if the pot needs topping up with stock. Then comes the moment all this faff has been leading up to...
7. Remove the pot from the heat and leave to stand for a few minutes before placing a large dish / tray / whatever flat object you can find over the pot. Then, in one smooth motion, flip both the pot and the dish upside down, whilst simultaneously shouting 'MACK-LOO-BAA'.
8. Tap the bottom of the pot to loosen any food stuck to it, then carefully lift the pot to reveal a steaming mountain of food. Garnish with a squeeze of lemon and some chopped parsley. Serve with a dollop of yogurt on each portion and some freshly chopped tomatoes and cucumber.

La Cantine des Pyrénées en lutte

de codes et de règles plus ou moins explicites qui demandent un apprentissage et, *in fine*, une certaine maîtrise. Il est évident que nous n'étions pas tous armés de la même façon pour y participer puisqu'elles nécessitaient une initiation qui ne se fait pas en trois jours. Si quelques personnes sans expérience militante ont pu participer régulièrement aux réunions hebdomadaires, il est clair que ces dernières rassemblaient essentiellement des militants, soit à l'origine du projet, soit nous ayant rejoints après l'ouverture. La maîtrise de la forme de la discussion et des enjeux politiques tendait à faire des AG un rituel politique réservé aux initiés. Sans gâcher le tableau général de La Cantine, ce fut là une grande difficulté à laquelle nous avons été confrontés et dans laquelle intervient la temporalité, toujours précaire, du squat.

La Cantine menacée d'expulsion et la lutte pour un relogement

À partir de septembre 2013, La Cantine était, si l'on peut dire, rentrée dans une nouvelle phase. La fin des procédures juridiques approchait et, sans recours supplémentaire possible, le risque d'expulsion se faisait grandissant. Le lieu n'était plus simplement le support de pratiques solidaires, il devenait lui-même un enjeu de lutte. Cela a pu avoir pour effet, spécialement durant cette période, de laisser de côté des questions importantes (notamment sur le processus d'intégration de « non-militants » au collectif) au profit de réflexions et d'actions pour trouver une solution au relogement de La Cantine. Paradoxalement, cette contrainte de taille a pu donner un nouveau souffle au collectif. Le 21 septembre 2013, nous avons organisé une réunion publique au cours de laquelle nous avons réfléchi, avec les habitants du quartier qui y participaient, à une stratégie pour, au pire, retarder l'expulsion, au mieux, obtenir un local subventionné. Un rapport de force fut alors engagé avec la mairie du XX^e avec pour objectif un relogement des activités de La Cantine. Un rassemblement eut lieu avant la trêve hivernale le 12 octobre 2013, suivi par deux manifestations : la première, le 9 mars 2014, la seconde, le 31 mai 2014. Le soutien des habitants du quartier (une pétition qui a recueilli plus de 1 000 signatures),

Que faire

l'appui de nombreuses associations (notamment une forte présence aux différentes réunions, de la part de nombreuses personnes), ont conforté la lutte au sein du XX^e arrondissement.

Après nous avoir fait visiter le lieu, c'est sans surprise, et justement, que la mairie a rompu tout dialogue. Sans accord, c'est peu dire, avec les occupants. À l'été 2014, l'expulsion était imminente, une situation critique : qu'en faire ?



Au-delà des communautés géographiques, j'aimerais également vous présenter des livres qui, de la même manière que Sahten, partent d'autres types de communautés pour les rendre accessibles et lisibles à d'autres

La Cantine des Pyrénées en lutte est un ouvrage retraçant l'histoire d'une cantine autogérée, solidaire et militante, initialement installée dans un squat au 331 rue des Pyrénées dans le XXe arrondissement, à Paris. La Cantine a ouvert pour la première fois en 2013, puis un peu plus d'un an plus tard, elle a fait l'objet d'une expulsion. Les membres fondateur·ices du projet souhaitaient pérenniser ce lieu qui, en dehors de la cantine, était un lieu d'accueil, de soutien à ceux qui en avaient besoin et de luttes locales. Quelques années et réflexions collectives plus tard, la Cantine des Pyrénées s'installe un peu plus loin, rue de la Mare, toujours au XXe arrondissement.

Le livre est divisé en deux grandes parties, offrant des rythmes de lectures différents. La première donne place à un récit collectif par les membres actif·ves et les fondateur·ices de la cantine, alors que dans la deuxième sont recueillis des témoignages, à la fois provenant d'autres collectifs et mouvements de lutte, puis la lecture est conclue par une série de témoignages des personnes qui font vivre le lieu et le fréquentent quotidiennement.

«Le recueil de témoignages des usagers de la Cantine est à l'origine de ce livre. Lors des repas, pendant les cours de français, dans les permanences, beaucoup d'entre eux évoquaient spontanément l'importance d'un endroit comme celui-là. Lors d'une réunion du collectif, il a donc été proposé de récolter ces témoignages de façon à en faire un recueil qui pourrait servir à montrer à quel point La Cantine était devenue un lieu incontournable pour de nombreuses personnes. Un petit groupe s'est constitué dans ce but et a organisé une fête à La Cantine un samedi de mars 2014. À cette occasion, ceux qui le souhaitent ont posé pour une photo et ont enregistré leur témoignage. Après cette fête, d'autres témoignages ont été collectés au fil du temps, jusqu'à l'expulsion brutale de la Cantine le 11 août 2014. Avec ces témoignages comme point de départ, est venue l'idée de faire un livre qui retracerait l'histoire de La Cantine des Pyrénées. Ce sont ces paroles et ces photos qui forment la dernière partie de ce livre.»²⁵

25. Extrait tiré de *La Cantine des Pyrénées en lutte*, Textes et témoignages collectifs, éditions Repas, 2018, p.65

figs. d → g : Aperçu de La Cantine des Pyrénées en lutte, textes et témoignages collectifs, photographies par Sarah Ney, édité aux éditions Repas, 2018

La Cantine par celles et ceux qui la font

Martine*Je m'interdis de Cantine, autrement j'y viendrais tous les jours*

Pourquoi je viens à la cantine ? Pour manger ! C'est bien, comme réponse, non ?

Parce que c'est très très très très bon, et donc c'est pour ça que je n'y viens plus, parce que, quand je viens comme je suis très gourmande, je mange tout et après je mets toute la journée pour récupérer. Donc je m'interdis de Cantine, autrement j'y viendrais tous les jours. Puis, j'y suis venue par différentes associations qui m'ont fait grimper sur la colline, jusqu'aux Pyrénées. C'est un lieu très convivial.



La cuisine est absente dans ce livre-là. Il n'y a qu'un témoignage dans la dernière partie qui évoque les repas délicieux que l'on peut déguster à la cantine des Pyrénées (fig. e). Les témoignages vont bien au-delà des repas : il s'agit d'une collecte de voix, parmi les bénévoles de la cantine, les habitant·es du quartier qui viennent y manger un plat, mais aussi toutes les personnes qui ont été soutenues par la Cantine, à un moment donné. Effectivement, la Cantine des Pyrénées est située dans un quartier populaire, plusieurs de ses habitant·es sont touché·es par des conditions de vie précaires. La cantine se veut un espace de lutte locale afin de résister à l'isolement et aux inégalités d'ordre social, ethnique et de genre.

À la lecture de *La Cantine des Pyrénées en lutte*, on prend conscience des différentes voix qui interviennent, sans pour autant que celles-ci soient signées à chaque reprise. Cette polyphonie permet au collectif de retracer l'histoire commune de ce lieu. L'émergence du livre dans ce contexte-là, semble naître d'un besoin de garder une trace d'une initiative dont la pérennité avait été menacée par son expulsion.

Ce qui m'a particulièrement touchée dans ce livre, est le récit écrit par les personnes à l'initiative du projet. La première partie du livre est intitulée « Que faire de l'idée révolutionnaire quand la situation ne l'est pas ? ». En effet, la cantine des Pyrénées a vu le jour grâce à un groupe de militant·es, cependant, c'est un projet qui a réuni des personnes de milieux très hétérogènes. La lutte, ici, se veut subtile mais essentielle. Marielle Macé, dans son essai *Nos Cabanes*²⁶, appelle à la lutte par un retour à ce qui nous lie, afin d'imaginer de nouvelles manières d'habiter ce monde.

« Braver ici, c'est d'abord < faire >, dans une joie très matérielle - bâtir, ramasser, cultiver, cuisiner, reprendre, fabriquer, jardiner, changer de rythme, assembler, tresser, tracer, dessiner, relever, élever, creuser, prendre l'air, parler, citer...
Bâtir plus vite et partout. Raconter des histoires, inventer des histoires, faire des histoires aussi : poser problème, rendre plus difficiles les gestes saccageurs. »²⁷

Les cantines solidaires incarnent, en quelque sorte, cette résistance, permettant à une échelle locale la création de liens, de rencontres et de luttes. Finalement, quand on cuisine pour les autres, nous faisons avec ce qui est déjà là et pour préserver les choses auxquelles nous tenons. Même en n'ayant jamais franchi la porte de la cantine des Pyrénées, je peux assez facilement croiser ces récits avec ma propre expérience des cantines

26. Marielle Macé, *Nos Cabanes*, éditions Verdier, 2018

27. idem

La Cantine des Pyrénées en lutte

Toufik

Ça m'apporte beaucoup de voir les gens sourire

Je suis dans le quartier depuis 1992. J'ai 53 ans. Je l'ai vu changer. Il y a eu une période de creux, à Ménilmontant, c'était le Sahara. Et puis ça a repris, il y a eu de nouveaux gérants, de nouveaux commerces. Ça a donné un sens au quartier. Je ne dirais pas si c'est un changement en bien ou en mal mais ça a changé. Au départ, je suis venu à La Cantine par besoin, parce que je n'avais pas les moyens. Je l'ai découverte par le bouche à oreille. On m'avait dit : « Si tu as les moyens tu payes, si t'en as pas, tu payes pas. » J'ai trouvé ça agréable car il n'y a pas de facture, on ne vous demande pas de payer. Si vous avez, vous payez. Je suis venu et ça m'a plu. J'avais un peu d'argent alors j'ai « misé ».

Puis, je suis revenu plusieurs fois. Je suis devenu récemment bénévole parce que je me suis dit : « Pourquoi pas moi ? Pourquoi ne pas joindre l'utile à l'agréable, pourquoi ne pas être utile ? » Je n'ai pas de rendez-vous le matin, je n'ai rien à faire. Pourquoi ne pas me lever pour ça ? Parce que c'était agréable de voir comment les gens se décarcassaient... J'avais envie d'être utile, moi aussi. Je suis donc allé voir la référente de l'époque. Elle m'a dit de m'inscrire et de laisser mes coordonnées. Puis, elle m'a envoyé un message me disant : « On a besoin de tant de personnes cette semaine », donc je suis venu aider, c'était il y a deux semaines.

Ce que ça m'apporte ? Je me sens utile. Et surtout le contact humain ! Je vois d'autres gens, j'ai rencontré des gens que je ne connaissais pas. C'est très agréable, voir des gens qui viennent pour manger avec le sourire. Ça apporte beaucoup, et ça m'apporte beaucoup à moi de voir les gens sourire. Cela permet de lutter contre l'isolement. Au lieu de rester dans leur coin, ils arrivent et ils voient des gens avec le sourire, qui sont là pour les servir sans rien leur demander en échange. Ils sont contents : je vois les gens quand ils parlent, ils sont heureux. Mon message aux pouvoirs publics : laissez les associations comme celle-là exister, c'est important.

Sarah

*« Bienvenue dans la galère! » Dans mes moments difficiles,
La Cantine m'a accueillie.*

Je suis arrivée de la Côte d'Ivoire en France en octobre 2009. C'était la première fois que je venais en Europe. J'avais des amies qui y étaient allées et, lorsqu'elles en revenaient, tout le monde leur courait après : « Elle revient d'Europe! » Quelqu'un qui revient d'Europe, en Afrique, c'est comme quelqu'un qui a des diamants sur lui! On s'en fout du boulot qu'elle exerce ici ou de la manière dont elle passe sa vie, mais, ce qui est sûr, c'est qu'elle est venue d'Europe. Nous, on sait que c'est un diamant qui nous est arrivé. Même si la personne ne nous donne rien, on est toujours derrière elle!

J'avais envie de ressembler à ce genre de personnes, par curiosité. Mais les regrets sont vite arrivés. Le premier jour où j'ai mis les pieds en France, j'ai commencé à regretter! Parce que celle qui m'accueillait m'a accueillie avec ces mots : « Bienvenue dans la galère! » J'ai dit : « Quoi?! C'est pas toi qui m'as dit de venir?! Et maintenant que je suis là, c'est ce que tu me dis?! », et je n'ai même pas fait un mois dans sa maison.

Quand j'avais besoin de quelque chose, il y avait toujours quelqu'un pour me rendre service. Je me suis retrouvée sans-abri. J'ai été logée à La Cantine quand elle s'est ouverte. En fait, j'ai fait partie des premiers habitants. C'était en février 2013. Il n'y avait pas de chauffage. Je suis même tombée malade, mais je m'y plaisais, je préférais être là qu'être chez des gens. Avant je dormais un peu partout, au jour le jour.

Je suis partie d'ici il y a 3 mois. Enfin... je ne loge plus ici, mais je ne suis pas partie de La Cantine, c'est important de le préciser! La Cantine, ça m'a apporté beaucoup de choses. Dès qu'il y a une action qui se fait ici, je me sens obligée de venir parce que dans mes moments difficiles, La Cantine m'a accueillie. Et les gens de La Cantine non seulement m'ont accueillie, mais ils m'ont aidée sur tous les plans.

solidaires que j'ai fréquenté en tant que bénévole. Quand je parle de La Cantine des Pyrénées en lutte, j'aime bien l'assimiler à un livre d'or : un recueil d'expériences plurielles, toutes s'appuyant sur un même lieu. Contrairement au livre d'or, La Cantine des Pyrénées en lutte a été bel et bien éditée et diffusée, nous pouvons donc assez facilement le retrouver en librairie. Les récits qu'on y lit témoignent de l'importance du lieu autant pour ses fondateur·ices, que pour les personnes qui l'ont connu en cours de route : le livre permet de réunir toutes ces expériences, pour les transmettre à son tour et peut-être inspirer l'émergence d'autres luttes, d'autres cantines.

La Cantine des Pyrénées est un lieu où la cuisine devient prétexte pour les rencontres, le livre édité par le collectif en témoigne. Ainsi, on explorera d'autres formes de communautés qui font des livres pour y garder leurs expériences.

Le Restaurant Vitruve est un livre que j'ai connu sous forme de fac-similé. Tout comme dans le livre de la Cantine des Pyrénées, ici, est retracée une expérience à travers une écriture plurielle. Initialement écrit, conçu, imprimé et illustré par des élèves de l'école Vitruve, à Paris, en 1975, il a été réédité par Marie Preston, artiste-chercheuse, dans le cadre de son exposition «Marie Preston : Du pain sur la planche» en 2019, en peu d'exemplaires. L'école Vitruve est une école primaire alternative créée en 1962 par une équipe d'instituteur·ices prônant des approches parallèles d'éducation scolaire. Dans son livre *Inventer l'école, penser la co-création*, Marie Preston écrit à propos de cette école-là :

«Ainsi, en 1962, l'école Vitruve devenait expérimentale, avec des classes de deux autres écoles du vingtième arrondissement de Paris. [...] Alors que les familles du quartier dont dépendait l'école souffraient d'une très grande pauvreté et les élèves d'importantes difficultés scolaires, [Robert Gloton] décida d'y installer une nouvelle pédagogie, héritière des mouvements d'éducation nouvelle, notamment par son adhésion au Groupe français d'éducation nouvelle (GFEN) reposant sur des projets spécifiques, un décloisonnement des disciplines et une attention particulière aux différents parcours individuels.»²⁸

Fruit d'un projet pédagogique, ce livre retrace une année scolaire et les expériences qu'ont fait les élèves de CM1 et CM2 de l'école Vitruve. Parmi celles-ci, les enfants ont monté un restaurant de quartier, avec un service tous les samedis, entièrement préparé et organisé par leurs soins dans la semaine. Le livre a été conçu afin de retranscrire cette expérience pour que les enfants puissent en garder la trace. À la lecture de ce livre, on parcourt les différents récits des élèves qui, à travers le dessin ou bien des textes tapés à la machine, décrivent cette expérience vécue collectivement.

«Un jour Liliane nous a annoncé que tous les groupes devaient faire un projet, alors on a fait une liste de projets [...]. Nous avons choisi le restaurant. Sauf un groupe [...]. Ils préféraient la menuiserie. [...] Le premier restaurant a été fait dans le préau de l'école; mais comme on a trouvé que le préau résonnait trop et qu'il y avait trop de problèmes (trop de bruit), on a décidé pendant l'assemblée générale de faire le

28. *Inventer l'école, penser la co-création*, Marie Preston, CAC Brétigny et Tombolo Presses, 2021, p.9

figs. h→j : Pages extraites du livre des élèves Vitruve, réédité par Marie Preston sous forme de fac-similé en 2019

UN JOUR DE CUISINE.

Un jour Sophie V. Jérémie, et moi, on devait faire le groupe cuisine pour un restaurant Français. On devait faire de la ratatouille. D'abord on était pas contents du tout parce qu'on devait éplucher les légumes. Au bout d'un moment Sophie V. et moi on en avait ras le bol parce que Jérémie faisait le con. Après l'épluchage on devait faire sauter les légumes à la poêle. Moi, j'étais vraiment mécontente parce que j'avais reçu de l'huile bouillante sur la main. Après j'ai fait très attention mais j'ai trouvé que Liliane s'en foutait un peu, car elle me disait de passer ma main sous l'eau froide pour soigner ma main. J'ai mis de l'eau froide, après j'ai continué de faire la ratatouille, jusqu'à ce qu'elle soit cuite. Quand j'ai fait le service j'ai vu que les gens avaient apprécié la ratatouille. Il n'y a qu'à regarder le livre d'or. Je suis contente de l'avoir faite. FIN

restaurant dans la classe car il y avait des vols en bas et des tas de problèmes.»²⁹

Dans ce livre-là, le rôle de la cuisine devient secondaire car la cuisine est un réel prétexte à ce projet pédagogique. Ce qui est essentiellement retranscrit dans le Restaurant Vitruve est le cheminement des élèves. En feuilletant ce livre, j'ai eu la même sensation qu'en relisant des carnets annotés de l'époque où j'étais enfant : tous les textes étant écrits et illustrés par les élèves, l'expérience est perçue à travers leur propre parole. Il s'agit d'un livre que l'on ne peut pas réellement lire dans son intégralité et qui de toute manière n'a pas été pensé pour ceci, en tant que compte rendu d'une année scolaire par et pour les élèves. Je ne peux m'empêcher d'imaginer la lecture que feraient de ce livre ses propres auteur·ices qui à l'heure actuelle auraient la soixantaine.

La lecture de ce livre peut s'avérer à la fois ludique et impressionnante. Plein de passages témoignent des problèmes rencontrés par les enfants, leurs désaccords, leurs difficultés ainsi que leur résolutions, parfois manquant de pacifisme :

«[...] Tout le monde n'était pas d'accord. Un jour on a fait une réunion et beaucoup de filles et de garçons ont commencé à dire que ils en avaient marre du restaurant. [...] Alors on a commencé à faire une bataille.»³⁰

Ce livre-là retrace un projet pédagogique s'appuyant sur l'autogestion. Dans les milieux militants, on entend souvent parler de ce terme, aux côtés de l'horizontalité et des prises de décisions collectives. Cantines, précis d'organisation de cuisine collective est le prochain livre que je vous présenterai. Au même titre que La Cantine des Pyrénées en lutte, il émane lui aussi d'un projet militant, s'introduisant par le biais de la cuisine. Cette fois-ci, Cantines fournit des outils pour réaliser des cantines, par une facilitation de la transmission de certains savoirs.

29. Extrait cité dans *Inventer l'école, penser la co-création*, Marie Preston, CAC Brétigny et Tombolo Presses, 2021, p.202

30. Extrait du livre des élèves de l'école Vitruve, réédition du facsimilé par Marie Preston, 2019

COMMENT ON A PU FAIRE LE PROJET DE CETTE ANNEE ? AVEC QUEL

ARGENT ?

On a pu faire le projet de cette année grace à l'aide des maitres et d'autres gens qui viennent travailler à l'école et qui sont payés. Ces gens là ont fait une coopérative où ils mettent tout l'argent qu'ils gagnent en faisant les cantines ou en gardant les enfants, ou en s'occupant des étudiants et des petits travaux comme ça. C'est un maitre qui s'occupe de la coopérative. Alors cette année ils nous ont prêté deux mille francs pour faire notre projet. Ils ont donné les mêmes conditions à toutes les classes. Alors le maitre qui s'occupe de la coopérative (ils appellent ça la banque) a dit à toutes les classes qu'elles devaient choisir deux délégués de banque. Nous avons choisi Anne-Do et Sarah. Anne-Do elle s'occupe toujours de tout, Sarah ne fait jamais rien. Les délégués de banque ont deux réunions par semaine. Avant et après les réunions elles discutent avec nous. On a fait un restaurant comme projet. Tous les samedis on fait un restaurant différent. J'espère qu'on pourra rembourser aux maitres. Voilà, j'espère aussi avoir bien expliqué.

FIN

EST-CE QUE TOUT LE MONDE ETAIT D'ACCORD ?

Non, tout le monde n'était pas d'accord. Un jour on a fait une réunion et, beaucoup de filles et de garçons ont commencé à dire que ils en avaient



LE RESTAURANT

GORGES

gorges

Quand je pense à la transmission d'une expérience pour qu'elle soit renouvelée, *Cantines* me vient en tête : un livre militant fruit d'une écriture collective, réunissant tous les outils nécessaires pour cuisiner à plusieurs et nourrir un grand nombre de personnes. Une grande partie de *Cantines* est occupée par la présence du témoignage, mais contrairement au livre édité par la Cantine des Pyrénées, *Cantines* est un livre que l'on obtient un peu par « chance ». On parvient à le lire soit parce que quelqu'un nous le prête, soit parce qu'on l'a vu par miracle en rayon dans une petite librairie indépendante, soit parce qu'on avait absolument envie de l'avoir dans notre bibliothèque et qu'on a directement contacté les auteur·ices. Il a été réédité plusieurs fois depuis sa première parution en 2012, afin de proposer un contenu de plus en plus enrichi, la dernière réédition datant de 2024. *Cantines* n'a pas d'ISBN et reste anonyme, seuls quelques prénoms sont cités à la toute fin, dans les remerciements. Ce livre se veut un outil écrit par une communauté militante et s'adressant à cette même communauté.

La lecture de *Cantines* est assez semblable à celle d'un livre de recettes, elle est fragmentaire car le contenu de ce livre est essentiellement pratique. Les auteur·ices nous livrent d'abord les astuces à savoir quant à la préparation d'une cantine. En lisant cette première partie, j'imagine qu'elle trouverait bien sa place lors d'une réunion préparatoire à un événement : elle offre une aide pour s'organiser au mieux, économiser le plus de temps et d'énergie possible, tout en menant à bien une cantine. On y retrouve une série de temps de cuisson, des conseils d'organisation des plans de travail, des stratégies de récupération ou d'approvisionnement d'ingrédients auprès de producteur·ices, quelques règles d'hygiène, etc.

La deuxième partie du livre est consacrée aux recettes, des dizaines de pages qui creusent l'appétit. Toutes les recettes sont conçues pour nourrir une centaine de personnes et peuvent aussi s'adapter pour en nourrir plus ou moins selon les besoins. Cette partie-là de *Cantines* sert de ressource pour l'élaboration d'un menu, pour la sélection de recettes uniques proposées à un grand nombre de personnes. Comme le soulignent des auteur·ices dans la préambule du livre : « La cuisine doit répondre à la nécessité de se nourrir. Mais l'enjeu c'est aussi le plaisir des estomacs, des papilles, et de cuisiner ensemble. »³¹ Même si dans *Cantines*, l'enjeu principal est celui de la bonne organisation, les recettes trouvent tout autant leur place dans l'ouvrage.

31. *Cantines, Précis d'organisation de cuisine collective*, collectif et anonyme, édition indépendante, 2024, p.7

figs. k → m : Pages tirées de *Cantines, précis d'organisation de cuisine collective*, auteur·ices anonymes, auto-édité depuis 2012, la présente édition date de 2024

Les céréales

Elles pourront être resservies froides dans un taboulé ou une salade composée.

Les légumineuses

Elles peuvent devenir croquettes ou galettes frites à la poêle. Les écraser, leur ajouter un peu de liquide et/ou de farine en guise de liant. On peut également les rouler dans la farine, puis dans un liquide et enfin dans de la chapelure pour les paner. On peut aussi les mixer pour les intégrer dans un pâté végétal ou en faire une tartinade.

La farce

Les restes mixés grossièrement (ou laissés tels quels) peuvent être incorporés comme farce dans un hachis, des lasagnes, un crumble salé, des empanadas (chaussons salés), une tourte, ou encore dans une tarte salée.

Les légumes

Une bonne façon de recycler des légumes cuits ou les restes d'un plat consiste à les réduire en charpie, ajouter de la farine de pois chiches (ou autre farine) afin que la pâte soit bien collante. Ajouter du bicarbonate de soude et laisser reposer au moins une heure. Former de petites galettes et les faire cuire sur chaque face dans une poêle huilée.

Pour le sucré

Inutile de s'inquiéter pour les restes de dessert, ils trouveront toujours une bouche gourmande pour les dévorer au petit dèj' ou au goûter. Si toutefois le mot « trop » s'avérait un euphémisme, se rappeler que les gâteaux peuvent être transformés dans un pudding, et les compotes, les mousses et les coulis resservir pour des crumbles ou de nouveaux gâteaux.

L'art de cuisiner le compost

La préparation des fruits et des légumes laisse souvent de la matière inutilisée comme les fanes, les épiluchures ou les noyaux. Ces « déchets » peuvent être recyclés avec un peu d'ingéniosité.

- Les fanes de radis, navets, carottes, betteraves, brocolis, navets et panais peuvent être transformées en pesto, mixées avec de l'huile d'olive, de l'ail et des graines (amande, tournesol, noix, pignons...) ou cuites dans une soupe.

Récipients

En guise de contenant : grands saladiers, bacs gastronomes (bacs carrés ou rectangulaires à fond plat, en inox), Sauts.

Ustensiles et accessoires

Prévoir des ustensiles dimensionnés à la taille des gamelles :

- spatules en bois : pour bien remuer le fond des récipients ;
- écumoirs : pour prélever des aliments sans leur jus (également utiles pour goûter et tester la cuisson des morceaux restés au fond de la gamelle) ;
- louches : de différentes capacités, de la petite (pour servir) à celle contenant plusieurs litres (pour transvaser le contenu des gamelles) ;
- maryse (spatule en silicone pour racler les récipients), rouleaux à pâtisserie, fouets... ;
- Pour les préparations : balance, râpe, presse-agrumes, essoreuse à salade, grande passoire, chinois.

Service

- bacs gastronomes en inox, pour cuire des mets ou les garder au chaud, ou en polypropylène (plastique transparent), pratiques pour les grosses salades : ils s'empilent beaucoup plus facilement que les saladiers.
- assiettes, couverts, verres, louches, couteaux et panières, pots à eau, sel, poivre...

Pour un buffet, comme les gens mangent tout de suite et font leur vaisselle dans la foulée, une centaine d'assiettes et de couverts suffisent. Quand les derniers de la file attendent encore, les premiers servis ont depuis longtemps fini leur repas.

- pinces : pour servir les salades et les spaghettis.
- récipients pour le maintien au chaud : bain-marie électrique ou bac en polystyrène pouvant contenir des bacs gastronomes. Il existe aussi des thermos-norvégiennes, qui sont des récipients isolés, avec un revêtement intérieur en inox. On en trouve de différentes qualités et contenances, pouvant permettre de garder de la nourriture, eau ou autre liquide chaud toute une journée, ou de finir paisiblement certaines cuissons (riz, légumineuses, légumes...). Certains sont même munis de vannes. Des surplus militaires en proposent parfois à bas prix.



CONSERVATION

Boîtes en plastique, pots de fromage blanc, pots à confiture, seaux alimentaires... Endroit de stockage frais, à l'abri de l'humidité, de la chaleur et des animaux.

VAISSELLE

Évier, bassines, égouttoirs (ou cagettes en plastique), liquide vaisselle (de préférence, le plus respectueux possible de l'environnement et de la peau, car on en utilise des quantités non négligeables), savon, vinaigre blanc, éponges, éponges métalliques, torchons.

Dans l'idéal, il faudrait réserver chaque point d'eau pour un usage précis : lavage des légumes, vaisselle, lavage des mains. Si possible, prévoir de l'eau chaude pour la plonge de la vaisselle grasse.

Un pistolet à eau multi-réglage, qui se branche sur un tuyau d'arrosage (utilisé en général pour le jardinage), peut s'avérer très pratique pour la vaisselle...

Ramener son propre tuyau pourra éviter d'avoir à porter des bassines sur des distances parfois bien longues.

Toujours disposer d'un point d'eau et d'une évacuation correcte à proximité. Prévoir aussi des bidons d'eau avec robinet.

À défaut d'évacuation dans le tout-à-l'égout, une haie, un fossé ou une tranchée creusée par nos soins feront l'affaire.

PLANS DE TRAVAIL

Ils doivent être suffisamment spacieux pour qu'on ne se gêne pas pendant la préparation du repas et qu'on puisse y poser les plats. En inox, c'est évidemment le top. Mais des toiles cirées (pour faciliter le nettoyage) sur des planches posées sur des tréteaux, ça suffit amplement.



Les recettes sélectionnées répondent à la nécessité de proposer des menus cohérents sans trop de répétitions, convenant à une majorité tout en étant des plats élaborés avec attention pour le plaisir gustatif de tous·tes.

La troisième et dernière partie de *Cantines* est dédiée aux témoignages. Les auteur·ices du livre sont allé·es à la rencontre de collectifs, d'associations et plus globalement, d'initiatives pérennes ou ponctuelles qui agissent sous ce modèle de fonctionnement : nourrir un grand nombre, en étant à plusieurs. À travers cette succession de témoignages, *Cantines* boucle cette transmission ; ces témoignages, suite à une série d'outils d'organisation – recettes et conseils, nous font passer aux expériences telles qu'elles ont été vécues. Cette dernière partie du livre s'ouvre à des regards pluriels car il semble que c'est plus facile de prendre des initiatives, en s'inspirant des expériences des autres. Dans cette dernière partie, on voit aussi des exemples des contextes au sein desquelles *Cantines* s'avère utile : distribution des soupes gratuites dans la rue, cantines solidaires dans des camps d'accueil de réfugiés, aux abords d'une manifestation ou bien dans une zone à défendre. En plus d'être un outil pour s'organiser en cuisine, *Cantines* est aussi un livre qui véhicule des savoirs afin que d'autres puissent s'en emparer par la suite. Cette dernière partie me semble être une ouverture qui laisserait place aux lecteur·ices : maintenant, c'est à nous de s'organiser, mettre les mains à la pâte et faire à manger pour les autres.

Cantines est un livre repère pour les collectifs militants qui font des cantines. Camille Aussibal, graphiste et boulangère qui travaille entre Marseille et la Suisse, fait partie d'un collectif qui organise une cantine solidaire par mois, dans un lieu militant et autogéré à Marseille. Lors d'un appel téléphonique, elle me parle assez rapidement de sa découverte de *Cantines*.

**Quand tu fais des cantines, le livre
Cantines est un outil trop bien à avoir,
parce que tu peux cuisiner en masse avec
les bonnes quantités, les bons conseils.**

**Je crois que la première fois que
j'ai vu ce bouquin c'était dans un squat,**

FOOD NOT BOMBS

Cette présentation du Food Not Bombs de Dijon a été réalisée en 2016 par deux personnes du collectif, qui s'expriment en leurs noms. Enregistrée, elle a ensuite été retranscrite, puis renvoyée par mail, pour être modifiée suite à quelques échanges.

- Le Food Not Bombs (FNB) est né dans les années 80 aux États-Unis. C'était un groupe de personnes impliquées dans des manifs contre un projet de centrale nucléaire, qui voulaient lier la lutte contre l'énergie atomique à celle contre le militarisme. Parmi leurs actions, ils taguaient souvent « Money for food, not for bombs » (« De l'argent pour de la bouffe, pas pour des bombes »). Ils ont fini par abrégé ça en « Food not Bombs », pour transmettre un message plus clair, et ils l'ont pris comme nom de groupe.

Le principe, c'est de récupérer de la nourriture jetée par les supermarchés, de la cuisiner et de la distribuer gratuitement dans la rue, en se réappropriant l'espace public.

Et vous, votre Food Not Bombs, ça existe depuis quand ?

- Il est apparu à Dijon, il y a un peu moins de dix ans. On ne fait pas partie de celles et ceux qui l'ont créé, il existait déjà quand on est arrivé-e-s. Les personnes qui avaient lancé le mouvement n'étaient plus là. On est resté-e-s deux ans, et ça s'est arrêté il y a un an.

Pourquoi et comment avez-vous rejoint ce mouvement ?

- Ben, le FDB, c'est : « On prend la rue. On demande rien à personne. » Et si y a répression, médiatiquement, c'est pas génial de venir dire à des gens qui distribuent de la bouffe gratuite de se barrer : ça donne pas une bonne image. On cuisinait de la nourriture que jetaient les magasins. Utiliser cette bouffe-là, c'est hyper important parce qu'on pourrait nourrir douze fois la Terre si on utilisait toute la bouffe jetée. Et puis ça crée du contact avec le monde de la rue, les zonards, les gens qui viennent trouver de l'attention et un peu de chaleur humaine autour d'une bouffe.

- Pour moi, c'était un acte militant accessible. J'ai découvert le FNB par des affiches qui m'ont permis d'aller au lieu de rendez-vous, puisqu'il était dans la ville et pas dans un lieu clos. Et puis, ça me parlait par rapport au véganisme et à la réappropriation de la rue.

- C'est vrai que t'avais pas besoin de connaître les gens pour y aller, tu te dis juste : « J'veux faire de la bouffe. » T'es vite baigné dedans et tu te sens à l'aise.

- Ce qui est important, c'est que c'est aussi un moment de rencontres. Dans le FNB, y a des personnes qui ne font pas forcément partie du milieu militant local.

C'est qu'o

- Le FNB
- mois, touj
rendez-vo
dans la ru
- Gratuite
FNB. Il n
de monna
et des rep
- Parce q
d'argent p
récupérer

Pour con

- En moy

Vous cha

- Oui. Le
vement,
de touch
endroit.
puis, par
potes qu
À qui ét
- On n'é
de la bo
ça. Effic
elles aus
la repres
voulait
medi, o
festif av
était un

Comm

- On a
cuisine,
des inv
aussi de
- Des p
rait pas

Comm

- On fa

il traînait dans une cuisine et puis ensuite je l'ai vu chez une amie graphiste, il y a quelques années. Mais il n'était plus édité et je l'ai trouvé dans une librairie indépendante, l'an dernier, la dernière fois que je suis venue à Toulouse.

Camille me parle également d'un livre sur lequel elle est en train de travailler. Partant d'une envie de garder une trace de ce projet de cantines solidaires, iels ont décidé de faire un livre avec son collectif, permettant de répertorier les événements organisés, les recettes et globalement, tout ce qui les a réunis autour de cette initiative.

Il y a deux ans, j'ai rejoint un collectif qui fait des cantines dans un lieu autogéré à Marseille qui s'appelle Manifesten. Dans cet endroit, il y a un bar, une cuisine, mais aussi une bibliothèque. C'est un lieu politique et militant où les gens se retrouvent pour faire des réunions, pour des événements publics, etc. En 2021, un groupe d'environ sept personnes a eu envie de faire une cantine dans cet espace. Iels ont donc monté ce projet de cantine qui s'appelle Manifestin. Leur idée était tout d'abord de faire de la bouffe entre potes, mais que ça puisse aussi être

des cantines solidaires, et permettant de soutenir d'autres collectifs. Donc un vendredi par mois, il y avait une cantine à Manifesten avec entrée, plat, dessert, des options végan, et souvent sans gluten.

Ce sont des personnes que je connais par affinité amicale et politique, j'ai rejoint le collectif Manifestin et petit à petit on est devenu une dizaine à s'engager dans cette cantine. Je fais aussi partie d'une imprimerie autonome à Marseille. À la base, Manifestin nous avait proposé de faire une cantine de soutien pour financer l'imprimerie. J'ai élaboré le menu avec elle·eux et c'est à la fin de cette cantine qu'on s'est dit : « Ah ! Ce serait marrant de faire une collaboration cuisine et imprimerie ».

[...]

L'an dernier, on a commencé à être tous·tes un peu fatigué·es, donc on a décidé d'arrêter pour cette rentrée mais, mes potes du collectif m'ont recontacté pour me dire : « Tu te souviens de la proposition que tu nous avais fait

sur le livre, on est chaud». Iels avaient compilé les recettes qui traînaient dans des coins de carnets ou d'ordi et, pour l'instant, ça a été un grand travail de contenu et de répertoire. Mais surtout ça sera un travail d'uniformisation assez intense je pense. Dans le sens où, déjà les recettes on a essayé de les retravailler, c'était un choix parce que tout le monde écrit ses recettes différemment. Il a fallu choisir pour combien de personnes on adapte les quantités, mais aussi choisir la manière de les présenter : mettre les ingrédients avant ou après la recette, présenter chaque étape, etc. Ensuite, il faudra retravailler les images parce que ce sont des personnes très différentes qui ont illustré, donc c'est très divers. Je pense qu'il y aura une petite âme infokiosque dans la forme finale.

Au sein des communautés politiques, la cuisine est un moyen de faire persister la lutte car l'on ne peut pas lutter le ventre vide. La cuisine permet aussi de se réunir, d'une manière plus informelle, pour tisser des liens. Dans les premières pages de *La Cantine des Pyrénées en lutte*, sont retranscrits les phrases suivantes :

« Pourquoi la Cantine ?
 Pour partager,
 pour manger,
 pour rencontrer,
 pour essayer,
 pour confronter
 pour discuter,
 pour rire,
 pour apprendre,
 pour lutter. »

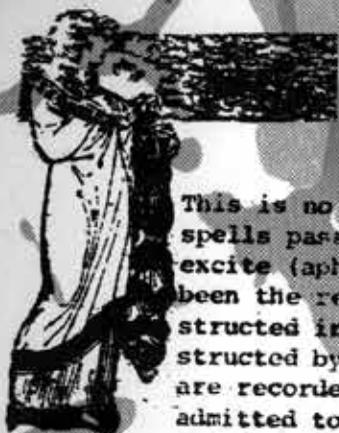
*The Whoever said dykes can't cook cookbook*³² est un petit livre initialement édité en 1983 par Maya Contenta et Victoria Ramstetter aux États-Unis, dans l'Ohio. Cet ouvrage a une forme assez simple, reprenant les codes du fanzine : un cahier au dos agrafé, composé de textes tapés à la machine à écrire et des illustrations tantôt dessinées par les créatrices et contributrices du livre, d'autres puisées dans des sources non identifiées. Ce livre de cuisine a été réédité sous forme de fac-similé par Félix Kazi-Tani, artiste chercheur·euse menant un travail autour des pratiques culinaires et commensales, notamment sous le prisme des communautés politiques. Ici, tout comme pour Sahten, il s'agit d'un livre qui se présente comme « cookbook » et on retrouve bien les codes classiques d'un livre de recettes. Cependant, il me semblait important de l'inclure dans cette soupe que je confectionne car, au-delà d'être un livre transmetteur de recettes, ce livre a été pensé par et pour la communauté queer. Cette édition est le fruit de contributions : plusieurs femmes ont envoyé leurs recettes aux éditrices pour constituer ce recueil.

« Ce n'est pas un livre de cuisine ordinaire, c'est un livre de sortilèges. Ces sorts transmis entre femmes guérissent, rajeunissent, détendent et excitent (aphrodisiaques). La plupart d'entre nous ont été soigneusement initiées à l'art de la cuisine par nos mères, qui ont été initiées par leurs mères... [...] Les recettes inspirent et consolent la cuisinière infortunée lorsqu'elle veut préparer quelque chose de nouveau, de différent et d'excitant pour ses invités. Il est agréable de consulter un livre de recettes de confiance, comme celui-ci. »³³

32. Traduction française : « Le livre de cuisine de ceux qui ont dit que les gouines ne savent pas cuisiner »

33. Extrait de l'introduction de *The Whoever said dykes can't cook cookbook*, Maya Contenta & Victoria Ramstetter, 1983 [trad. française avec l'aide du traducteur en ligne deepl.com]

figs. n→p: Aperçu du *Whoever said dykes can't cook cookbook*, édition originale parue en 1983 par Maya Contenta & Victoria Ramstetter, fac-similé édité par Félix KZ



INTRODUCTION

This is no ordinary cookbook; it is a book of spells. These spells passed between women heal, rejuvenate, relax, and excite (aphrodisiacs). Cooking day to day fare has always been the realm of women. Most of us were carefully instructed in the art of cooking by our mothers, who were instructed by their mothers.... Many of the following recipes are recorded here for the first time. Several contributors admitted to writing down their favorite recipes while cooking them just to submit to WHOEVER SAID DYKES CAN'T COOK? Cooking is an art and a tried and true recipe is a lovely work of art. Recipes inspire and console the hapless cook when she wants to cook something new, different, and exciting for her special quest(s). It's fun to consult a trusted recipe book, such as this one, and select a 7 course meal. We'll sometimes cook a recipe "straight" the first time and try our own variations the second time around (such as substituting broccoli for cauliflower). Of course, it is the mark of a good cook to utilize whatever's at hand and show no fear regarding experimentation. We were inspired to compile this cookbook because lesbians throw such great potlucks. We never expected to receive so many contributions--from near and far. The WHOEVER SAID DYKES CAN'T COOK? cookbook is offered as a sourcebook for the frequenters of those sensual, magnificent feasts; lesbian potlucks. It is also a fundraiser (printed in a limited edition of 300 copies) for Dinah, publication of the Lesbian Activist Bureau, P.O. Box 1485, Cincinnati, Ohio 45201.

In addition to the cooks we would like to especially thank Susan, Newt, Phebe and Vickimac, Vic's friend Nick who once quipped, "What? Everyone knows lesbians can't cook. What's a lesbian's recipe for dessert? Six gallons of ice cream--serves six.", our mothers (spiritual, physical, & emotional), Barbara Earth for the loan of her typewriter and Barbara Deming & Jane Gopen for another typewriter loan, Raven who supplied photographs, and the illustrators: Judith Masur (whose drawings are available as cards from Big Woman Notecards, 1229 Evelyn #4, Berkeley, CA 94706), Diane Ayott, Zana, Jennifer Weston, and Anonymous. Enjoy!

—Naya Contente & Victoria Ramstetter, 1983

o Possum's "Oh My Omelet" (for 2)

2 T sunflower oil, 1 medium spanish onion chopped, 1 medium bell pepper chopped, 1/2 c mushrooms chopped, 4 eggs, 1/4 c milk or cream, salt/pepper to taste, 1 t garlic powder, 2 T tamari sauce, 1 c grated cheese of choice

Get out your 9 or 10-inch cast iron skillet and put it over a very low flame. Put the 2 T oil in & let it heat up while you chop the onion, bell pepper & mushrooms. When the onions are chopped, put them in the skillet, do the same with the bell pepper and mushrooms. Sauté them until the onions are translucent.

While this is happening combine the eggs, milk, garlic powder, and tamari in a (preferably glass or stainless steel) bowl and beat or whip this mixture until the eggs are bubbly. Take the sauteed vegetables from the skillet (don't turn off the heat) & put them someplace else. (Maybe into a small dish or saucer, not on the window sill or in your shoe.) After you've found a place for the sautéed vegetables, slowly pour the egg mixture into a skillet. Check to see that there's enough oil in the skillet. Let the eggs firm up (about 10-15 minutes over low heat).

Now, sprinkle the cheese over half the circle of eggs. Then spoon the sautéed vegetables over the cheese. Allow the whole thing to just sit there for a couple of minutes; then, with a wide pancake turner, fold the bare half of the egg circle over the other half of the circle. Put a lid on the skillet so the cheese can melt and the eggs can finish cooking. (About 10 minutes).

Take the lid off the skillet and look at that omelet (OH MY!) Cut the omelet in half and serve it with toasted garlic bagel halves and juice. Remind your guest to do the dishes.





Zana's Under-the-weather Battle Plan for People Who Live Alone or Just Can't Get Anybody to Wait on Them

When you're not feeling well, cooking can be an awful burden. It would be nice if we all had some loving soul to bring us cups of miso broth, but too often we end up having to look after (and neglecting) ourselves.

I'll never forget one time I thought I'd die of the flu simply because I'd become too weak to wash dishes and prepare food. Without eating, naturally, I got weaker still. A friend came to my rescue--turned the twisted mound of blankets into a smooth bed, washed the dishes, gave me a back rub, made a pot of camomile tea and some warm milk with honey, then left me as I fell into a deep and healing sleep. Ah! If we could be such angels for each other more often!

When you feel illness coming on, and no angel in sight, be your own loving angel. Try to get to a store and stock up on

Maggie's "Out of the Pantry" (Previously printed in Dinah) 37

I am writing in response to the common potluckian query, "What is that?" My first and second responses are, respectively, "What is what?" and "Oh, that." "That" refers to a food item that has confounded the likes of many a potluck-going dyke. The dessert in question has been perceived in a variety of ways, ranging from "lavender paté with cranberry freckles" to "come Jello" the latter describing the taste, the former describing the appearance.

Now that you know what I am talking about (or do you?) I will get to what non-Aquarians often refer to as THE POINT. What follows (eventually) is FROG's famous recipe for Lesbian Jell-A. What precedes that are a few notes about the origin of the name. To begin with, it isn't really Frog's recipe. The recipe belongs to Frog's mom, who calls it cranberry mold. Frog, however, decided to rename it and then call it her own. This may seem a bit pushy, but I assure you that it is an acceptable practice among amphibian mothers and daughters and simply reflects their matrilineal heritage. (I offer this waiver as a warning for all enraged boy tadpoles not to bother wasting their postage on protest mail.)

The first time Frog renamed it she called it Lesbian Jell-O. Jell-O is a trademark that refers to a "gelatin dessert with the flavor and color of fruit." It sounded 99.44% accurate except that Frog was never partial to trademarks. Instead, she decided to follow the Spanish tradition of "ohs" and "ahs" and created the word "Jell-A" to describe the feminine aspect of fruited gelatin. And so...

Empty a three ounce package of yellow gelatin (aka lemon Jell-O) into a bowl. Heat one cup of pineapple juice in a small saucepan until it is hot, but not too hot (churning mildly, not wildly). Use a wisk, eggbeater, several sticks or your own frenzied fingers to coax the pineapple juice and the gelatin to mix together. Now try your hand (or wisk) at blending in a one pound can of jellied cranberry sauce & an eight ounce container of sour cream.* Once the mixture has truly mingled, pour the lavender soup into a ring mold. Refrigerate overnight or some reasonable facsimile thereof. Gingerly unmold the Jell-A onto a bed of lettuce (or a bed of nothing) on a plate. Personal tastes differ, but I find it rather attractive and eye-catching to fill the center of the mold with pitted black olives.

À travers ce texte d'introduction, ainsi que tout le reste de ce livre de cuisine, se dégage l'envie de prendre soin de celles faisant partie de la communauté lesbienne. Chaque recette est introduite dans son titre par le prénom de la contributrice, à la manière des carnets de recettes familiaux. Les plats sont également souvent introduits par une phrase d'accroche, une anecdote ou bien un poème. Les contributrices s'approprient les recettes, afin de les transmettre à leur manière, comme elles le feraient pour des personnes qui leurs sont chères. Contrairement à un livre de recettes classique, *The whoever said dykes can't cook* choisit son lectorat de prime abord.

Étant quelqu'un qui a beaucoup de mal à suivre des recettes, que celles-ci soient sourcées sur internet ou bien dans les livres, ce livre de recettes m'interpelle dans ce qu'il évoque et non pas à travers ses recettes. La cuisine est associée aux pratiques du soin ; en effet, si autant d'initiatives naissent à cet endroit-là, c'est parce qu'il y a parfois un manque. Dans le cas du *Whoever said dykes can't cook* cookbook, cette tentative de transmission des recettes est comme une envie de prendre soin de celles faisant partie d'une famille choisie, au sein même d'une communauté radicale.

Au sein de communautés, que celles-ci soient politiques, scolaires, locales, la cuisine réunit autour de ce qui fait liaison : elle permet de faire communauté. Le Bouillon de Noailles, au-delà d'être un projet mené collectivement, cherche à s'étendre en dehors du quartier de Noailles vers d'autres lieux, communautés, associations et collectifs.

Depuis sa création, le Bouillon de Noailles a reçu plusieurs appels de la part de structures ou d'associations dans le but de faire découler des collaborations. Six numéros sont le fruit de ces collaborations-là, où nous sortons de Noailles. Grâce à celles-ci, une partie du numéro est financée par la structure voisine. Au-delà d'une nécessité liée à l'économie du projet, je vois un réel intérêt éditorial dans ces numéros qui nous sortent du quartier car nous partons à la découverte d'autres lieux, associations et initiatives proches du Bouillon dans ce qu'elles prônent et incarnent. Parmi ces lieux qu'on découvre à travers *Ingrédient* on retrouve par exemple, une cantine associative, une épicerie participative, une ferme urbaine, ou un chantier naval d'insertion où l'on partage des grands repas de mer.

Certains numéros sont un peu plus étonnants, comme celui intitulé « À l'ombre »³⁴, dans lequel Mo Abbas nous emmène avec lui dans l'EPM de la Valentine (Établissement Pénitentiaire pour Mineurs). Il s'agit d'un lieu que Mo connaît plutôt bien car il y propose des

34. Revue *Ingrédient*, n°14
« À l'ombre! », Mo Abbas, Azad
Eurdekian, 2023

ateliers d'écriture. Croisant souvent des jeunes ex-détenus dans les rues de Noailles, il a eu l'envie d'y retourner, et cette fois-ci, non pas pour y proposer un atelier mais pour parler de cuisine. Ce numéro permet bien évidemment d'aller auprès des jeunes, mais d'aller aussi à la rencontre des éducateur·ices, des cuisinières, des agent·es d'entretien ; les conversations retranscrites vont bien au-delà de la cuisine, pour parler d'enfermement, de précarité, d'éducation. Ingrédient n'est donc pas un biais pour lire uniquement Noailles, la revue ne se limite pas seulement aux lieux privilégiant la rencontre de manière évidente : « À l'ombre » fait allusion à ce qui est caché, peut-être s'agirait-il de personnes, de discussions ou bien de recettes.

Un autre exemple serait « Le banquet »³⁵, douzième numéro d'Ingrédient qui réunit des entretiens effectués auprès des habitantes de la cité Air Bel, dans le 11^e arrondissement de Marseille. Air Bel est l'objet d'une opération de renouvellement urbain qui suscite une forte opposition de la part des habitant·es. Mobilisé·es depuis plusieurs années pour l'amélioration des conditions de vie dans Air Bel, deux associations principales mènent cette lutte. Ce sont des associations de femmes qui se battent pour une cité pensée par et pour les habitant·es. Pour fêter les 50 ans d'Air Bel, ces associations ont co-organisé un grand banquet sur une journée, l'occasion d'un moment de partage, festif et convivial. Véronique Manry, autrice de cet Ingrédient, a donc pris son micro et nous a emmené avec elle à la rencontre de ces femmes et de leurs pratiques culinaires, témoignant pour la plupart, de leurs origines culturelles. Dans ce numéro, au-delà de la richesse des recettes partagées par les contributrices, nous sommes exposé·es en tant que lecteur·ices à des questions très actuelles à Marseille, concernant la gentrification de la ville.

Le rapport à Noailles reste cependant toujours présent, nous faisons des allers-retours afin de découvrir d'autres lieux, collectifs et associations qui portent les mêmes valeurs que celles du Bouillon, les appliquant à d'autres endroits de la ville. Pourtant, l'ambition reste toujours la même : nous découvrons ces lieux-là sous le même prisme que le reste de la revue. Les auteur·ices se déplacent un peu plus loin pour faire leur cueillette de voix et de recettes, mais la rencontre reste toujours au centre.

35. Revue *Ingrédient*, n°12 « Le Banquet », Véronique Manry, Charlotte Lafossas, 2022

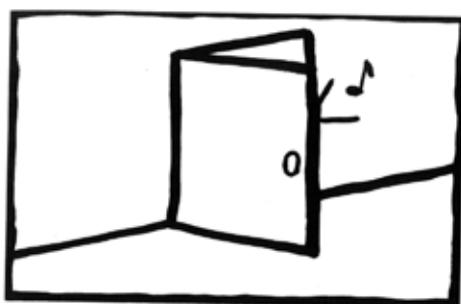
figs. q & r : Aperçu du quatrième numéro de la revue *Ingrédient*, « À l'ombre », écrit par Mo Abbas, illustré par Azad Eurdekian, 2023

figs. s & t : Aperçu du « Banquet », douzième numéro d'*Ingrédient*, écrit par Véronique Manry, illustré par Charlotte Lafossas, 2022

Cuisine en partage

.....

Sonia, 1^{er} juillet 2022



Bibliothèque. J'ai du mal à imaginer ce que serait l'EPM sans Sonia, qui m'accueille depuis le premier jour où j'ai mis les pieds dans la prison. Avec elle, c'est du partage et de la confiance, et pas seulement avec moi. Toujours positive, le regard tourné vers l'avant, ne comptez pas sur elle pour dire du mal de Pierre, de Paul ou de l'institution, en tout cas, pas publiquement. Les gamins l'adorent, les adultes aussi. Ok Sonia, j'arrête de faire ton éloge, je sais que tu n'aimes pas ça...

« L'EPM, c'est vrai que c'était un choix par défaut. Faire de l'éducatif entre quatre murs, pour moi, à l'époque, c'était pas possible. Et en fait, les jeunes cabossés, ils ont besoin de nous, c'est important d'être là et de créer du lien, de la rencontre, de la relation éducative. Depuis que je suis là, des changements, j'en ai vu, mais dans le bon sens. C'est pas toujours satisfaisant mais, par rapport au début, c'est le jour et la nuit. Je le répète, le métier d'éducateur c'est créer du lien, de la rencontre, c'est le b.a.-ba

de notre travail. Et pour moi, justement, la cuisine, c'est un lien, c'est synonyme de convivialité, de partage. C'est ce qui fait que je prends plaisir à cuisiner. Après, ce que je peux dire, c'est qu'on a tous des origines, bien sûr, on a tous été marqués par des repas de famille, des moments de fête, souvent des repas traditionnels. Et moi, j'ai le souvenir des mariages qu'on organisait à la maison, quand j'avais 12-13 ans. Et les souvenirs que j'en garde, c'est les dames âgées qui venaient faire le couscous. Donc des moments conviviaux, avec nos aînées. Bon, la graine, je saurais pas la préparer comme elles, qui transformaient vraiment la semoule en graine; j'achète la graine toute faite, mais je la retravaille derrière. Et le bouillon, par contre, j'ai appris : le fameux bouillon avec les légumes, notamment les pois chiches. Ça, ça m'a marqué : sans pois chiches c'est pas un bouillon, c'est ce qu'on me disait. C'est vrai que le couscous, c'est à la fois un repas pour les événements heureux et malheureux, comme les décès. C'est une manière d'honorer la personne qui est partie. Quand on en parle du couscous, ça fait presque cliché finalement. Mais moi, pour l'avoir vécu et partagé, c'est pas un cliché, c'est vraiment LE repas de partage, un plat très important. Quoi ? Si je vais faire ce boulot encore longtemps ? Pour l'instant, j'ai toujours cette gnaque avec les jeunes, mais je vais pas faire toute ma vie ici quand même !

— Ils te regretteront quand tu partiras, ça, c'est sûr !

— Ah non, ça, je sais pas ! »

Si Sonia, moi, je le sais.

Mataba, pilao, harissa, etc.

.....

Collectif, 9 juillet 2022

Les jeunes s'éparpillent, pas très concentrés. Ils parlent de la dernière bagarre (« Il prend un élan et boum ! Il lui met un gros taquet... »). Je les relance.

« Moi, je pensais que le F il allait me parler de plats mahorais. Du mataba par exemple.

— C'est quoi ça ? demande le R.

— C'est le truc vert, les feuilles de manioc pilées au coco.

— Moi j'aime pas, en plus, après, ça reste sur tes dents, c'est khéné. En vrai, y a deux sortes de mataba, un bon, un autre dégueulasse.

— Et c'est quoi la différence ?

— Y en a un, c'est avec des feuilles ou je sais plus quoi, et y a le mataba mataba le sang !

— Moi, fait le R, mon plat préféré c'est cordon bleu frites. Sinon, c'est le fricassé, un plat de ma maman. J'aime trop ! C'est le pain en fait, il est tarpin bon. Avec du thon, de l'harissa, des olives, des petites patates carrées, de l'œuf. Mais le truc le plus bon, c'est le pain. C'est parce qu'on le fait frire. Sinon, chez moi, on mangeait beaucoup de pâtes tunisiennes. C'est des pâtes avec de la sauce tomate, mais je sais pas c'qui y a dedans. Moi j'cuisine, j'ai déjà fait des trucs à manger. Je sais faire des frites, je sais faire des hamburgers et des œufs brouillés à l'harissa.

— Y a un type à la O, reprend M le mutique, il mange l'harissa à la cuillère. C'est un vrai Tunisien !

— Moi, je sais faire le couscous, lance le N. Bon, y a le couscous déjà fait, je mets la graine, du sel et de l'eau, et voilà. Après, j'fais du poulet avec de la sauce, et je mélange tout.

— Wallah, les Algériens, quand ils font le couscous, ils abusent trop ! Les légumes, zebi ! C'est pas qu'j'aime pas les légumes, mais ils mettent des légumes costauds, des tarpin grands légumes ! Wallah ils sont fous !

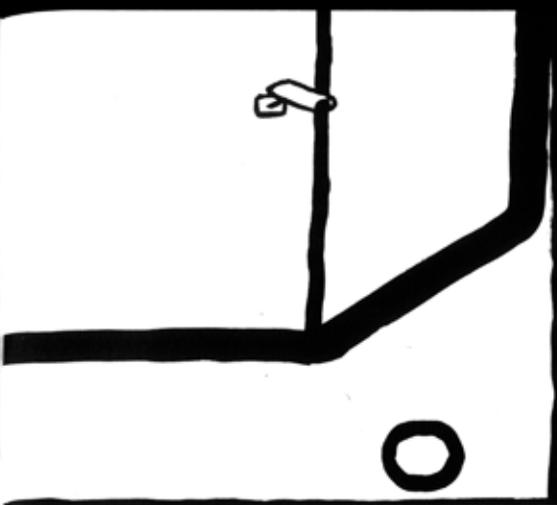
— Non, le pire c'est les Marocains, répond le R ; ils font des sauces sucrées, avec des pruneaux, c'est dégueulasse. Mais, en fait, tu sais ce qui passe crème, un truc énervé, chais pas comment ça s'appelle, mais c'est du pain plat, et dedans il est farci, viande hachée, fromage, c'est des doses ça !

— Ça c'est la mahdjouba !

— Et les bricks aussi.

— Ça, moi je sais faire, dit le M.

— Eh bien moi, je sais faire du poulet. Tchas vu les ailes de poulet ? En mode, tu les prends, tu les sépares, tu mets du sel, un peu d'eau histoire que ça les



lave bien, après tu rajoutes quoi ? De la moutarde, du piment en poudre, vite fait du poivre, tu mélanges tout ça, tu les fais frire, et t'inquiète pas que tu vas te régaler. Par Allah c'est grave bon !

— Après, tu sais c'est quoi ? reprend le F. T'es dans le bloc au 0, moi j'habite au 2, du 0 tu sens le pilao le sang, et tu sais que c'est chez toi. Là, t'es vraiment refait !

— C'est quoi le pilao ? demande le R.

— Comment ? C'est du riz... Mais j'ai jamais compris comment il fai-

sait pour devenir orange. Après, y a du poulet, chais pas... Après on accompagne avec le, tu connais le tchari ? Non ? T'es khéné toi ! T'as mangé du pilao avec quoi ? Bon, comment te dire, c'est une sorte de piment, avec des légumes, mais chais pas c'est quoi en fait...

— Nous, chez nous, on mangeait que du riz et du poulet, affirme le N. C'est vrai, ma daronne elle aime trop ça. C'est pour ça que je mangeais dehors tous les jours.

— Moi, ma mère, la majorité de son temps elle le passe dans la cuisine, dit le M. Et moi, mon plat préféré c'est le couscous, en sauce rouge, avec agneau et légumes. Chaque vendredi, on fait ça chez nous.

— Sinon, les pâtes carbo c'est la tuerie, fait le D, qui l'ouvre pour la première fois depuis le début de cette conversation. Tu connais pas ?

— Putain, les pâtes carbo, ça c'est la base ...

— Moi, je suis jamais rentré dans la cuisine de ma vie, avoue le M.

— Et si tu rentres au majeur, tu vas cuisiner comment ?

— Je sais pas. J'ai aucune idée. Depuis que je suis en France, ça fait un an et demi, je mange dehors. Ce que j'aime c'est le sandwich kebda, au foie, avec l'harissa.

— Il faut se faire à manger. Genre, demain t'as faim, tu crois que tu vas tout le temps dire à ta mère "Fais-moi à manger !" ? Un jour elle va te dire "Je suis KO".

— Oh, on a des bonbons encore ? »

Je regarde dans mon sac, il m'en reste un paquet que je pose sur la table. Mais c'est déjà l'heure. L'un après l'autre, les surveillants arrivent pour ramener les jeunes en cellule. Ils remplissent leurs poches de sucreries Schtroumpfs, on se check et ils s'échappent.

J'avais fait plusieurs fois le bradj... Mon mari fait partie de l'association Il fait bon vivre dans ma cité. C'est Djamila et Zaher qui m'ont demandé de faire le bradj. Ils l'avaient déjà goûté.

On prend environ **3 kilos de semoule moyenne**. On met à peu près **1,5 kilo de beurre fondu** et **1 verre d'huile**, on mélange bien bien pour que le beurre et l'huile pénètrent dans la semoule, on écrase bien. Et puis, un peu de **sel**. Quand je termine tout ça, je prends de l'**eau** et je rajoute jusqu'à ce que cela fasse une pâte. Et puis, on laisse de côté.

Ensuite, dans une grande assiette, je mets de la **pâte de dattes** que j'écrase bien avec l'**eau de fleur d'oranger**. Je mélange jusqu'à ce qu'elle soit bien molle (*mais pas liquide*).

Puis, je prends ma pâte et je la partage en deux. J'étales la première boule en rond, un peu épais (*1 ou 2 cm*) et je mets la pâte de dattes dessus. Après, je prends l'autre moitié, je l'étales pareil que l'autre, je la mets dessus. Après, je ferme les côtés, je pince avec les doigts, comme ça... Jusqu'à ce que cela forme une grande galette.

Après, avec un couteau, tu la coupes. D'abord, tu coupes des bandes de trois doigts de largeur. Puis, tu coupes dans l'autre sens (*en diagonal*) et ça fait des losanges. De la même largeur pour qu'ils aient tous la même taille. Ensuite je les mets dans la poêle. 5, 6 ou 7 en même temps, ça dépend de la taille de la poêle, et après on les retourne. De temps en temps, je les retourne et je regarde si c'est cuit dedans. Quand c'est cuit, on les met de côté. Voilà, c'est tout.

J'ai appris en Algérie, avec ma mère. Normalement, ça, on le fait au printemps. Mais aussi, quand il y a un décès. Chez nous, au troisième jour, on fait le bradj et les dattes pour recevoir les proches. Et sinon, au printemps, toujours. Mais aussi, n'importe quand. Par exemple, ce matin, j'ai envie de le faire, pour manger avec le café. Ou l'après-midi, avec le café aussi ou avec le lait. J'ai appris en regardant ma mère. Elle ne voulait pas que l'on fasse avec elle. Elle me disait : « Non, tu sais pas, tu regardes et c'est tout. ». Et après, quand je me suis mariée, je l'ai fait moi toute seule. Et aujourd'hui, quand je le fais, la petite, elle me regarde.

Le tibwi-tibwi

.....

Ida, 16 novembre 2022

Avec Ida, on s'est un peu couru après pour se parler. Et finalement, c'est par téléphone que l'on a réalisé l'interview. Il faut dire qu'entre ses huit enfants, dont cinq encore à la maison, ses cinq petites-filles et son travail de médiatrice à La Conciergerie d'Air Bel, ses journées sont bien remplies. Mais cela valait le coup d'attendre. La recette d'Ida, c'est une vraie découverte. Ce n'est pas le plat qu'elle avait préparé pour le banquet. La recette qu'elle

a souhaité partager avec nous, c'est un plat qui lui rappelle son enfance aux Comores et l'ambiance festive du ramadan. Le tibwi-tibwi, c'est sa « madeleine de Proust » à Ida, même si elle ne se souvenait pas du nom et que l'on a bien ri à aller le trouver sur Internet.

J'ai une recette qui me tient vraiment à cœur, qui m'a marquée depuis toute jeune. C'est simple, c'est quelque chose qui m'a marqué et que l'on mangeait seulement le mois de ramadan. Je voyais mes parents, mes grands-parents, mes tantes, ils ne le faisaient que pendant le mois de ramadan. Moi, je ne mangeais que ça ! Quand j'étais petite au pays, je ne faisais pas le ramadan, mais j'étais très contente quand il arrivait parce que je savais que



Ekaterin, cette habitante d'Air Bel qui a planté ses racines là dès son arrivée en France il y a 14 ans, m'a expliqué comment réaliser le tchakapouli dans les règles de l'art. Moi, je n'ai pas trop osé l'interroger, mais j'aurais bien aimé qu'elle me raconte aussi comment institutrice en Géorgie, elle a débarqué avec filles et mari dans la cité phocéenne. Une autre fois peut-être.



Alors, j'ai préparé un tchakapouli parce que c'est un plat originaire de Géorgie d'où je viens, que c'est bon et fait avec des produits frais.

D'abord, il faut couper la **viande de veau** en morceaux, puis couper les **oignons verts** et l'**ail**. Après, le **persil** et l'**estragon**, bien frais.

Ensuite, dans une grosse marmite, on met en couches. La première avec la viande, au fond. Puis les oignons, avec le persil, l'estragon et l'ail. Et puis on recommence, la viande, puis le persil, l'estragon et tout... On fait plusieurs couches. Et on couvre avec de l'eau. Et du **vin blanc** aussi. Obligatoire.

Ah, oui, on rajoute des **prunes** aussi par-dessus. Des prunes spéciales. Des... (on cherche sur Google Traduction). Myrobolan. Des prunes myrobolan. C'est obligatoire aussi. Sans ça, il n'y a pas de tchakapouli. Ce sont des petites prunes, un peu acides. On les achète pas trop mûres, presque vertes.

Je laisse cuire 2 heures, tout doucement, tout doucement. Faut pas remuer. Juste à la fin. Le tchakapouli, c'est un plat pour les fêtes, pas pour tous les jours. Quand on invite quelqu'un à la maison pour une occasion un peu spéciale. J'ai appris avec ma grand-mère, ma mère, ma belle-mère... et j'ai expliqué à ma fille.

Faire le tchakapouli ici, c'est vivre en France et vivre en Géorgie.

Mouloukhiya à l'orientale

.....
Djamila, 14 octobre 2022



J-1 avant le banquet. Quelques femmes s'affairent à cuisiner devant le local de l'association Il fait bon vivre dans ma cité, en compagnie de Pascal et Lucie du Bouillon de Noailles, venus prêter main forte pour préparer ce grand repas collectif à Air Bel. Lisa, des Muses Urbaines, coordonne l'ensemble et stresse parce que toutes les courses ne sont pas arrivées, tandis que Pascal et des membres de l'association tentent de mettre en route le réchaud à gaz récalcitrant, censé servir à cuire le tchakapouli d'Ekaterin.

« Il fait bon vivre dans ma cité », c'est l'association de défense des locataires créée et dirigée par Djamila. Djamila, c'est une battante infatigable pour les droits et la dignité des habitants d'Air Bel où elle vit depuis plus de trente ans. Elle est de toutes les luttes et sur tous les fronts depuis des années, face à l'inaction et aux manquements des bailleurs : insalubrité des logements, absence d'entretien des parties communes, eau contaminée à la légionelle, invasion des punaises de lit. Et aujourd'hui elle milite pour que la rénovation du quartier ne se fasse pas sans les habitants. Elle a son franc-parler et ne se laisse intimider par personne, ni les voyous ni les autorités.

Comme ni elle, ni moi, ne cuisinons ce jour-là, nous faisons connaissance et discutons. Je ne sais plus comment, mais nous en arrivons à parler de la mouloukhiya. Nous partageons une aversion commune pour cette préparation à l'odeur et à la consistance peu ragoutante. Mais Djamila me fait part de sa découverte d'une autre manière de la préparer.*

C'est une amie et ma belle-sœur qui m'ont appris la recette de la mouloukhiya à l'orientale. La mouloukhiya orientale, parce qu'il ne faut pas confondre avec celle des Tunisiens avec de la poudre. Là, c'est avec des feuilles. Je ne peux pas vous donner le nom en français, parce que je ne le connais pas, mais ça ressemble à de la feuille d'épinard. Alors moi, comme on me l'a appris, parce qu'il y a plusieurs façons de la faire, on peut la faire à la viande ou au poulet. Moi, on m'a appris au poulet. Mais comme on dit, c'est une recette revisitée.

On prend un **poulet**, on le fait bouillir avec les « **sept-épices** », un **oignon** et du **citron**. Les « sept-épices », je ne sais pas : il y a de la cannelle, du cumin... C'est un mélange tout fait. C'est les Orientaux qui se servent beaucoup de cette épice-là. Dans leur cuisine, le « sept-épices », c'est primordial. Bref ! On fait bouillir ce poulet avec tous ces ingrédients-là.

Chaque Ingrédient est écrit par un·e auteur·ice et illustrateur·ice différent·es car chaque numéro, malgré le fait d'être essentiellement composé d'entretiens, est un travail d'enquête, de rencontres, de documentation, de retranscription, puis aussi de narration. Donc, si l'on imagine qu'Ingrédient est cette soupe au caillou unique à chaque reprise, il y a tout de même une série d'ingrédients nécessaires à sa bonne réalisation. Parmi ces ingrédients-là, il y a les auteur·ices, les illustrateur·ices, les relectrices, les graphistes, les participant·es dont les voix sont éditées mais aussi, tous les papillons gravitant autour du projet qui y contribuent d'une manière ou d'une autre, et que l'on retrouve dans les remerciements du colophon de chaque numéro. Zeynep, membre du comité éditorial d'Ingrédient et du Bouillon de Noailles, m'en a parlé un peu lors de notre rencontre.

Ce qui fait qu'Ingrédient existe sous cette forme-là, ce sont les gens qui se sont réunis autour de cette idée. Mathilde qui est éditrice nous a proposé ce format là permettant de faire rentrer un maximum de pages sur une plaque d'impression. Puis, les entretiens sont venus de Mo qui fait pas mal de choses avec des entretiens qu'il retranscrit et retravaille. C'est un peu comme toi qui voulait enregistrer parce que - toi t'as dit «j'suis nulle en entretiens» mais ce n'est peut-être pas parce que tu es nulle. C'est aussi une manière de tout garder et de garder ton attention sur ce qu'il se passe ici, parce que tu sais que tu n'as pas besoin

de noter, tu sais que c'est enregistré
et que tu pourras retravailler après.

Lors de notre échange, Claire, Zeynep et Zoé ont beaucoup insisté sur leur envie de valoriser le travail d'un maximum d'auteur·ices et d'illustrateur·ices, pour que le projet ne se fige pas et que la parole puisse tourner. Bien que ce renouvellement de chaque numéro soit un choix permettant une non-exhaustivité des visions posées sur Ingrédient, il s'avère aussi être un moyen de faire persister le projet. Cette pluralité de participant·es rend indéniablement le projet plus durable sur le long terme car son écriture ne repose pas entièrement sur les mêmes personnes à chaque reprise, même si certaines personnes gravitent beaucoup plus proche du projet que d'autres.

Il semble que surveiller pendant longtemps notre soupe au caillou peut provoquer des courbatures et nous fatiguer progressivement. Il faut donc se lever, s'étirer, discuter avec d'autres pour s'enrichir en idées, parler de notre soupe à d'autres pour qu'eux aussi nous racontent comment ils font leurs soupes, vers chez elle·eux.



Fin de cuisson

Après ce long cheminement, il est temps de baisser le feu, se servir dans des grands bols, puis souffler un bon coup pour éteindre la flamme complètement. On recommencera une autre fois, ailleurs, avec d'autres personnes réunies autour de ce chaudron.

Ce mémoire tente de s'éloigner de la vision des livres de recettes, telle qu'elle est figée dans l'imaginaire collectif. Pourtant, les recettes et la cuisine ont été des points de départ essentiels à l'articulation du corpus des cas d'étude que je vous ai partagé. Étant enracinée profondément dans nos quotidiens, nos cultures et nos souvenirs, la cuisine fait émaner des récits et des paroles libérés de toute peur, de sentiment d'illégitimité. La recette agit un peu comme ce caillou de la fameuse soupe au caillou : c'est en le montrant aux autres, en leur parlant de cette délicieuse soupe, qu'eux-mêmes sont prêt·es à nous livrer leurs ingrédients, leurs histoires. Ingrédient m'a permis de déployer mon sujet, de tendre chacun des fils qu'elle faisait dégager pour tisser des liens avec d'autres livres, se situant plus ou moins proche de celle-ci. C'est en analysant Ingrédient qu'ont émergé deux grands questionnements : à la fois celui du rôle du témoignage, lié étroitement à la transmission par le livre de cette histoire « muette »³⁶ qu'est la cuisine, ainsi que des questions d'éditorialisation collective et de voix plurielles au sein du livre.

Il semble aussi que le biais de la cuisine permet à ces livres de s'introduire d'une manière plus subtile à leurs lecteur·ices. En effet, quand on lit Ingrédient ou bien *The whoever said dykes can't cook cookbook*, nous rentrons dans une lecture par la recette pour y découvrir d'autres questionnements, qu'ils soient politiques ou sociaux. Malgré le fait que ces livres diffèrent des livres de cuisine classiques, ils se situent au sein d'une approche

36. Michel de Certeau, *L'invention du quotidien, 1. arts de faire*, éditions Gallimard, 1990

sensible du rapport que nous entretenons avec la nourriture. À la fois faisant émerger des questions politiques, ils se présentent semblables aux livres de recettes, se rendant potentiellement plus accessibles à un lectorat plus diversifié.

Les histoires que l'on a croisé le long de cet écrit, font partie de l'ordinaire. Les livres eux aussi ne sont, pour la plupart, pas faits par des graphistes. La cuisine permet de les situer au sein de savoirs perdus et fragmentaires, ceux que l'on ne voit pas dans les livres, si ce n'est souvent dans une approche surplombante quant à ces pratiques. À travers l'exemple de *Quand l'huile remonte à la surface*, nous suivons une approche à la fois documentaire et sensible liée aux gestes qu'une mère transmet à sa fille. Ce sont des gestes qui traversent des générations de femmes mais qui souvent se retrouvent perdus, tout comme les voix et les portraits des femmes porteuses de ses savoirs. Ingrédient au sein de cette première partie, nous ouvre sur une autre forme de transmission, cette fois-ci moins concentrée sur un savoir-faire précis. Des ingrédients permettent de récolter des recettes, mais au-delà de celles-ci, la récolte est marquée par les voix des habitant·es d'un quartier fortement touché par la gentrification ces dernières années, et qui voit ces mêmes habitant·es petit-à-petit disparaître.

Le Grand Mezzé à son tour, malgré son approche muséale, tisse un lien entre ces savoirs et les communautés géographiques au sein desquelles ils circulent. Faire communauté que ce soit dans *Ingrédient* ou bien *Sahten*, the *Skatepal Cookbook* passe par la commensalité et le partage de saveurs connues, pour se tenir compagnie les un·es aux autres. Dans *Ingrédient*, on voit qu'au fur et à mesure des numéros, se dresse une image du quartier de Noailles, laissant à voir ainsi des points de vue pluriels posés sur celui-là, pour les transmettre à d'autres grâce au livre. *Sahten* à son tour, part d'une communauté située dans une zone de conflit, pour la donner à voir en quelque sorte, à un public extérieur.

La Cantine des Pyrénées en lutte est un livre qui cette fois-ci introduit une autre forme de communauté, retraçant l'histoire d'une cantine née d'un besoin de solidarité, par une communauté militante. Le rôle de la cuisine se perd et à sa place, viennent des récits collectifs ainsi que des témoignages glanés auprès des habitué·es de ce lieu. Une autre forme de projet s'introduit alors : au sein d'une école alternative dans un quartier populaire à Paris, des élèves font un livre retraçant leur année scolaire. Particulièrement intéressé·es par la création d'un restaurant autogéré, nous sommes plongé·es dans une écriture plurielle. Encore une fois éloigné de la cuisine en elle-même, le *Restaurant Vitruve* retrace une expérience collective.

D'autres formes de livres de cuisine croisent notre chemin. Notamment, celui proposé par Cantines, précis d'organisation de cuisine collective : un livre écrit par et pour une communauté militante, dans le but de fournir les outils nécessaires afin de nourrir efficacement un grand nombre de personnes. De la même manière, on échange quelques mots avec Camille Aussibal, graphiste et boulangère qui fait partie d'un collectif militant organisant des cantines, et elle-même travaillant sur un livre qui retrace l'histoire de leur projet. Une dernière communauté s'introduit alors par un livre de cuisine. *The whoever said dykes can't cook cookbook* est une réédition d'un livre publié dans les années '80 aux États-Unis, par une communauté lesbienne. Ce livre-là, à son tour, permet de réintroduire la question du soin intrinsèquement liée aux pratiques culinaires.

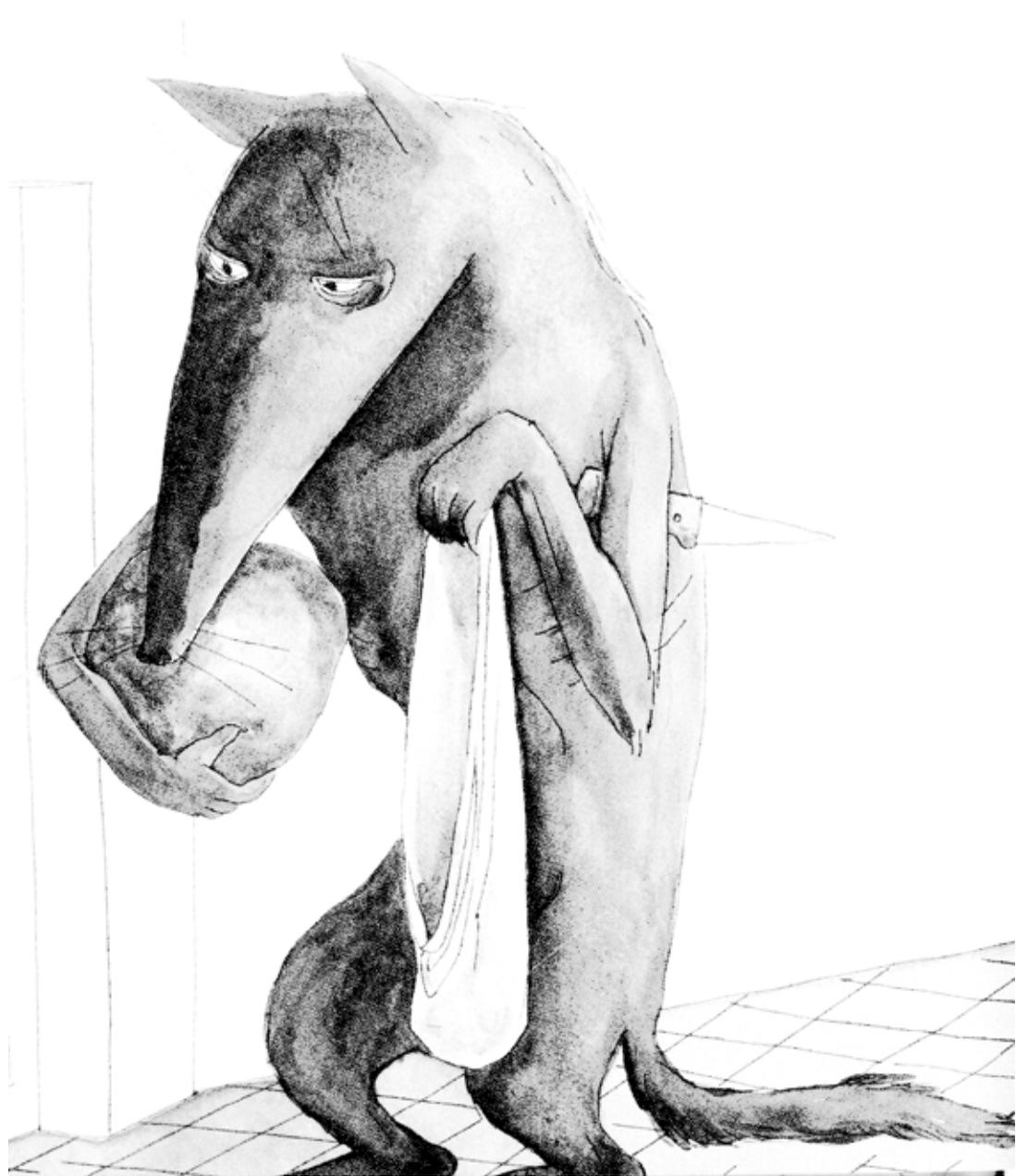
Pendant l'écriture de ce mémoire, je me suis souvent questionnée sur sa légitimité dans le champ du design graphique. Les mots que j'ai articulés pour l'écrit présent, ainsi que mes recherches, m'ont offert un caillou que je transporterai dans l'une de mes poches, pour la suite. Sur l'un des côtés de ce petit caillou est gravé l'envie de construire, de raconter et d'éditer les choses simples, banales, afin de les observer de plus près, en relever leur complexité et tenter de la retranscrire, pour faire perdurer leur transmission. Luce Giard, dans le deuxième tome de *L'invention du quotidien* met les mots sur ce qui est oublié :

«Voix vivantes et diverses qui s'approuvent, s'émeuvent, se souviennent ; voix qui regrettent, se répondent, se contredisent. Voix qui disent sans apprêt, avec des mots de tous les jours, des pratiques ordinaires. Voix [...] qui disent la vie des gens et des choses. Voix.»³⁷

L'approche sensible d'Ingrédient m'a donné envie de construire ce mémoire, petit-à-petit, en regardant des livres porteurs de cette même sensibilité. Finalement, je me considère comme une faiseuse de livres et de formes, je glane des ingrédients que je trouve sur ma route, les accumule, pour ensuite réfléchir à comment ils pourraient être savourés et appréciés. Sur l'autre côté de mon caillou, est gravée l'envie de rendre les livres des espaces plus vivants, animés par des voix « de tous les jours », pour se raconter et pour raconter encore plus d'histoires,

comme on le ferait autour d'une soupe partagée.

37. Luce Giard, « Seconde partie : Faire la cuisine », Michel de Certeau, Luce Giard, Pierre Mayol, *L'invention du quotidien 2. habiter, cuisiner*, éditions Gallimard, 1994, p.228



Textes et ouvrages

- BOUCHET Lucie, Recettes pour un design graphique efficace, le modèle des cantines militantes, mémoire DNSEP, Rennes, 2024
- CONTENTA Maya & RAMSTETTER Victoria, the WHOEVER SAID DYKES can't cook? cookbook, Lesbian Activist Bureau d'Ohio, 1983
- Collectif, Ingrédient, Le Bouillon de Noailles, éditée depuis 2020
- Collectif, Cantines, précis d'organisation de cuisine collective, textes collectifs et anonymes, auto-édition, écrit entre 2012 et 2024
- Collectif, La Cantine des Pyrénées en lutte, éditions Repas, 2018
- Collectif Enoki, Un dîner sans labeurs, JBE Books & Collectif Enoki, 2023
- Collectif Enoki et Jade Tang, Un dîner à semer, JBE Books & Collectif Enoki, 2023
- DAUBANES Nicolas, Cosa Mangiare, La cuisine, centre d'art et de design, 2016
- DE CERTEAU Michel, L'invention du quotidien 1. arts de faire, éditions Gallimard, 1990
- DE CERTEAU Michel, GIARD Luce, MAYOL Pierre, L'invention du quotidien 2. habiter, cuisiner, éditions Gallimard, 1994
- DUPEYRAT Jérôme, SFAR Laurent [La bibliothèque grise], Digressions, La Ferme du Buisson, Captures éditions, 2020
- FARGE Arlette, Le goût de l'archive, éditions Points, 1997
- GAUSSE Claire et DRULHE Louise, Cantines de quartier: la recette du lien, 369 éditions, 2018
- Le grand Mezzé, éditions du Mucem & Actes Sud
- MACÉ Marielle, Sidérer, considérer, éditions Verdier, 2017
- MACÉ Marielle, Nos cabanes, éditions Verdier, 2019
- MÉNDEZ Nelson, Gastronomie & anarchisme, nada éditions, 2023
- PHILIPPI Anna, Des livres paniers, récolter pour transmettre par l'expérience témoignée, mémoire DNSEP à l'isdaT, 2022
- PRESTON Marie, Inventer l'école, penser la co-création, Tombolo Presses et CAC Brétigny, 2021
- PRESTON Marie, POULIN Céline, AIRAUD Stéphanie, Co-création, CAC Brétigny et éditions Empire, 2019
- ROUATBI Inès, Quand l'huile monte à la surface, imprécis de cuisine tunisienne, auto-édition, 2023
- SKATEPAL, Sahten, the Skatopal Cookbook, auto-édition, Royaume-Uni, 2020
- TOKLAS Alice, Le livre de cuisine, Les éditions de Minuit, 1999
- VAUGELADE Anaïs, Une soupe au caillou, L'école des loisirs, 2000

Articles

«La Cantine des Pyrénées : 10 ans de bouffe subversive»,
article paru sur CQDF, Robin Bouctot, 21 juillet 2023,
consulté en novembre 2024

«Les cantines populaires, atout indispensable des
luttés», article paru sur La Mule du Pape, 1er septembre
2020, consulté en septembre 2020

Podcasts

«À Montreuil, la cantine syrienne crée des ponts entre
les peuples», Monde Solidaire, 2021

«Pas de révoltes le ventre vide - Exil et alimentation»,
Avis de Tempête, 2022

Série «Raconter l'évènement : la puissance du
témoignage», La fabrique de l'histoire, France Culture, 2019

«L'appétit politique vient en mangeant», C'est bientôt
demain, France inter, 2019

«Les petites cantines : cuisiner pour créer du lien», Esprit
d'initiative, France inter, 2019

Courts et longs métrages

Aujourd'hui, dis-moi, Chantal Akerman, France, 1980

Jeanne Dielman, 23, Quai du Commerce, 1080 Bruxelles*,

Chantal Akerman, Bruxelles, France, 1975

Quand l'huile remonte à la surface, Inès Rouatbi, 2024

Commune cuisine - la cantine des Pyrénées, Thibaut Jacquin
et Marie-Lys Popeck, 2017

Sites web

lebouillondenoailles.fr

infokiosques.net

cantinesyrienne.fr

Soupes, livres & cailloux
Terrains de rencontres culinaires
et éditorialisations du témoignage

Mélia Kalina Makri

Merci :-)

À Sébastien Dégeilh pour son suivi attentif pendant tout le long de l'écriture de ce mémoire, pour la richesse de nos échanges et toutes les métaphores culinaires.

À Olivier Huz et Jérôme Dupeyrat pour leur enseignement que j'ai eu la chance de suivre lors de ce master.

À Coline Sunier pour ses retours pertinents, toujours aussi riches et inspirants.

À Margot Criséo pour ses conseils bienveillants et pour m'avoir encouragée dans mon écriture.

À Mo Abbas, Claire Bastier, Zeynep Perinçek et Zoé Sinatti de m'avoir si généreusement parlé d'Ingrédient, ainsi qu'à Camille Aussibal pour notre échange autour de son collectif et leur livre en chantier.

À ma famille, pour leur soutien pendant ces années d'études loin de la maison et pour leur confiance.

À Claire Fantozzi pour m'avoir chuchoté un jour l'existence d'Ingrédient, l'an passé.

À Alice Legagne pour la découverte du conte de la soupe au caillou.

À Sarah Salomé Delétain pour les chants polyphoniques, les ballades nocturnes et ses relectures précieuses.

Aux copain·es de la 213, Adria, Cécile, Estelle, Flora, Jérémy, Mathéo, Merry et plus particulièrement, ma sœur Charlotte pour les rires, les larmes et son amitié sans faille pendant ces cinq dernières années.

À Émile pour son amour, sa patience et sa douceur que je chéris.

À Lino pour les câlins, remèdes à toutes les angoisses.

Ce mémoire à été écrit entre septembre et décembre 2024, à l'institut supérieur des arts de Toulouse, dans le cadre du DNSEP en option design graphique.

L'illustration du loup avec son caillou sur la page 97, ainsi que celle de la quatrième de couverture sont tirées du livre pour enfants Une soupe au caillou, écrit par Anaïs Vaugelade et édité à l'École des Loisirs.

Achévé d'imprimer en décembre 2024 à Toulouse, à la Corep, sur du papier recyclé 80 g. Les textes sont composés en Arbutus Slab, dessinée par Karolina Lach et en Apfel Grotesk (Regular et Brukt), dessinée par Luigi Gorlero.

