Épices et condiments

(voir A164, Alimentation, E.B. IV, p. 472-529)

M. Gast

Édition électronique

URL : <http://journals.openedition.org/encyclopedieberbere/2160>

DOI : [10.4000/encyclopedieberbere.2160](https://doi.org/10.4000/encyclopedieberbere.2160)

ISSN : 2262-7197

Éditeur

Peeters Publishers

Édition imprimée

Date de publication : 1 août 1996

Pagination : 2651-2655

ISBN : 2-85744-872-4

ISSN : 1015-7344

Référence électronique

M. Gast, « Épices et condiments », *Encyclopédie berbère* [En ligne], 17 | 1996, document E31, mis en ligne le 01 juin 2011, consulté le 24 septembre 2020. URL : <http://journals.openedition.org/encyclopedieberbere/2160> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/encyclopedieberbere.2160>

Ce document a été généré automatiquement le 24 septembre 2020.

© Tous droits réservés

Épices et condiments

(voir A164, Alimentation, E.B. IV, p. 472-529)

M. Gast

- 1 Les Berbères, traditionnellement grands consommateurs de lait et de viande, n'ont pas de plat spécifique qui donne lieu à des préparations élaborées faisant appel à des produits exotiques ; le couscous, les galettes, les bouillies ne donnent pas lieu à des recherches de goût et de saveur renouvelés, du moins chez les populations à régime économique pauvre. La faim endémique qui a sévi au cours des siècles parmi les populations nomades et rurales du Maghreb et du Sahara, n'a guère favorisé l'enracinement d'une culture culinaire locale, l'urgence étant d'atteindre cette plénitude gastrique que seul un ventre plein, rassasié de viande et de céréales, peut accorder à chaque individu. L'euphorie d'un bon repas déclenche alors les chants, les danses et révèle la créativité spontanée de poètes et chanteurs de tous âges.
- 2 Mais, depuis l'introduction d'une économie de marché et du travail salarié, et avec l'intervention des États dans le choix des importations (c'est-à-dire depuis les années 1950), l'on assiste à de profonds changements des habitudes alimentaires et à certains raffinements qui deviennent irréversibles, malgré la pauvreté, la misère, la faim qui sévissent à nouveau et, cette fois, en relation avec des systèmes à l'échelle de la planète qui dépassent la compréhension des populations locales. On ne s'étonnera pas de constater que la plupart des noms désignant les épices soit d'origine arabe.
- 3 Vers 1950, les nomades du Hoggar, pourtant exportateurs de sel à cette époque (sel gemme de l'Amadrar), ne possédaient en général pas de provision de sel dans leurs campements. Un petit bloc de sel placé au milieu du cratère rempli de lait d'un plat de bouillie de mil, représentait une grande gourmandise qu'on réservait surtout aux invités. Car toute leur alimentation (bouillie de mil, galettes de blé en pâte molle cuite sous la cendre ou viande bouillie) n'était pratiquement pas assaisonnée. Ce sont les cultivateurs arrivés à la fin du XIX^e siècle qui ont amené la tomate, l'oignon, l'ail, le piment puis les autres légumes, lesquels sont entrés lentement dans les préparations des sauces et des bouillons. Alors que les grandes villes comme Fès, Meknès, Tlemcen, Tunis possédaient depuis longtemps leurs traditions culinaires propres, d'origine méditerranéenne (espagnole, italienne, grecque notamment), arabe et turque, le fond

berbère demeurerait étranger à ces enrichissements, replié régionalement sur son économie et ses différences, mais aussi parce que culturellement, il demeurerait encore ici et là, dominant.

- 4 Avec l'affaiblissement des cultures locales, voire leur disparition, un flot d'habitudes nouvelles s'est installé à tous les niveaux, triomphe de la civilisation arabo-musulmane. C'est donc dans ce contexte général qu'il faut percevoir l'évolution et l'usage subtil des épices dans l'alimentation des Berbères.
- 5 Alors que la part du budget consacré au thé vert et au sucre est, dans certaines régions berbérophones du Sahara, dangereusement disproportionnée par rapport aux dépenses alimentaires (le tiers environ du budget total – en France la consommation du thé, du café et du Sucre représente environ 1/20^e d'un budget moyen), les produits qui peuvent représenter un certain raffinement culinaire chez les urbains, restent souvent accessoires, occasionnels, secondaires chez les Berbères des milieux ruraux au regard de la richesse et de la variété qu'offrent les marchés d'aujourd'hui.
- 6 Les épices étant des substances naturelles végétales pour relever la saveur et l'arôme des aliments (voir définition de J. Maistre, 1964, p. 1), nous y ajouterons les condiments qui sont des préparations renfermant un ou plusieurs produits végétaux, animaux ou minéraux ayant subi une transformation chimique et qui concourent à l'assaisonnement des aliments (voir M. Gast, 1968, p. 153).
- 7 D'une façon générale, quelqu'un de peu expert en épices, demande aux commerçants le mélange d'épices appelé en arabe *raç el ḥanut* (« la tête », « l'essence » de la boutique) qui est un mélange de trois ou quatre épices, qu'on a pris l'habitude d'appeler en français « quatre épices » (mélange en général de poivre noir, de girofle, de cannelle et de cumin ou de piment, gingembre, cannelle et laurier auxquels on peut ajouter encore du carvi ou de la coriandre, mais les choix deviennent aujourd'hui très diversifiés). Ce mélange est utilisé spécialement pour la préparation du bouillon de couscous. A l'origine, l'expression « quatre épices » désigne une plante unique produisant des feuilles et des fruits aromatiques, et originaire d'Amérique centrale et des Antilles. Appelée aussi « tout-épices », « piment giroflé », « piment de la Jamaïque », « poivre giroflé », cette plante doit son nom à la saveur de ses fruits comparable à la fois à celle du poivre, du clou de girofle, de la muscade et de la cannelle. Il y a donc conjonction de saveurs et d'appellations entre ce *Pimentas officinalis* Lindley, appelé « quatre épices » et le mélange maghrébin qui n'est peut-être, à l'origine, qu'une imitation du premier.
- 8 Viennent ensuite dans la préparation des *šurba-s* (soupe de légumes, de graisse de mouton, de viande relevée d'aromates) l'usage de feuilles de coriandre fraîches (*Coriandrum sativum* L., *kosbor*, *ikusber* en ouargli, et *kesber* en mozabite) et quelquefois du basilic (*el ḥbôq* en arabe, *Ocinum basilicum* Linné, dont les variétés dépassent la soixantaine), du poivron rouge broyé (paprika, *âkri* ou *felfel'âkri* en arabe, *imerḥiya*, *felfela* en ouargli, *Capsicum annuum* L., gros poivron doux qui devient rouge à maturité), du piment (*felfel ḥâtr*, *šitta wa heggaren* en tamâhaq, *ifelfel atunsi* piment tunisien, *ifelfel aqerhan* en kabyle, *ifelfel tamḥatrut* en tamazirt, *tiyel-labin* en ouargli, *Capsicum frutescens* L.). Cet arbrisseau vivace, originaire d'Amérique du sud et des Antilles, est cultivé dans tout le Maghreb, le Sahara et l'Afrique noire depuis le xvi^e siècle. Ses noms en langage courant sont très variés selon les régions et dans toutes les langues : piment de Cayenne, piment enragé, piment
- 9 <E31_Img_0001.png>

- 10 Marché de Gabès : épices diverses, au premier plan, poulpes séchés. Photo G. Camps
- 11 z'oiseau, piment cabresse, piment caraïbes et en anglais « bird pepper », « bird's eye pepper » (en langues indiennes les appellations de ce fruit sont innombrables). La plupart de ses usagers pensent secrètement qu'il est aphrodisiaque alors qu'il est surtout tonique et inflammatoire ; en revanche, c'est un puissant fixateur de vitamines C et de provitamines A (carotène). Avec le tabac à chiquer (qui fixe aussi la vitamine C), les Sahariens et autres populations qui ne peuvent consommer suffisamment de légumes frais ou de dattes, sont ainsi protégés du scorbut.

Les condiments locaux

- 12 L'ail, *tâm* (arabe), *isin*, *tiššert* (ouargli et kabyle), *teskert* (tamâhaq), *Allium sativum* L., le *bzar*.
- 13 Bien que présent dans les sauces et les soupes, l'ail demeure discret en raison de sa forte odeur quand il est cru (que détestent les nomades et en particulier les Touaregs, ainsi que l'odeur de l'oignon cru). En revanche, les Oasiens du Touat, du Gourara et du Mزاب ont inventé un condiment local très apprécié, composé de pulpe d'oignon frais macérée dans de la poudre de dattes et de l'ail pilé, façonnée en petits pains mis à sécher. Pilé, associé à de la tomate séchée, du piment et du beurre fondu, le *bzar*, représente le fond de sauce de la cuisine saharienne des gourmets. Mais son usage n'atteint guère le Maghreb du nord. Plus économique et moins cher, *tayfert*, en zone berbérophone du Sahara central, est préparé à partir de feuilles vertes d'oignon pilées au mortier de bois ; ce mélange est façonné en grosses boules dans le creux d'une main et mis à sécher. Ce condiment associé à quelques dattes, quelques pêches ou abricots secs, forme un fond de sauce très apprécié et à peu de frais, avec la tomate sèche réduite en poudre, de production locale. La couleur rouge que donne la tomate aux sauces, supplée souvent l'absence de paprika (*'âkri*, *felfel hlû*) que bon nombre de familles obtiennent en faisant sécher des chaînes de poivrons rouges réduits en poudre au fur et à mesure des besoins (et que l'on remarque sur tout le pourtour méditerranéen, dehors, sur les terrasses et dans les maisons).
- 14 Les autres épices qui ont la faveur des consommateurs berbères restent en particulier le cumin (*kemûn*, *Cuminum cyminum* L., acheté en grains et pilé à la demande pour lui conserver son arôme), la cannelle (*karfa*, *Cinnamomum zeylanicum* Ness.), la coriandre (*kosbor*, *Coriandrum sativum* L.) cultivée dans tout le Maghreb et le Sahara et dont on utilise à la fois les feuilles fraîches (dans les soupes) et les akènes piles dans les sauces, le clou de girofle (*kronfel*, *nuwar* en arabe, *anyorfelen* en tamâhaq, *Eugenia caryophyllata* Thunberg) plus utilisé comme remède et encens que comme épice. Ces produits réduits en poudre avant leur utilisation accompagnent surtout les viandes préparées avec des corps gras : *tajîn* (viande revenue avec quelques légumes), rôtis (méchouis les jours de fête) et sont considérés, avec le poivre noir et le piment comme aliments « chauds » aptes à combattre les refroidissements (maux de poitrine, rhumatismes, « froid des os », et « froid du sol », etc.) et la faiblesse des malades. Mais leur abus peut provoquer des maux d'estomac, des engorgements de bile (avec génération de calculs), des échauffements intestinaux (hémorroïdes), auxquels les Sahariens sont particulièrement sensibles, d'où la prudence et la circonspection de bon

nombre d'utilisateurs devant l'introduction systématique des épices dans leur alimentation.

- 15 D'autres épices existent dans le droguier des marchands mais demeurent secondaires. Ce sont le gingembre (musc jbir, eskinjbir, zanzabil en arabe, *Zingiber officinale* Roscoe), le carvi (kerwiya, *Carum carvi* L.), la nigelle (sanudj, ḥabet essuda, bu-nafâ'en arabe, tikamnine en tamâhaq, *Nigella sativa* L.), la noix muscade (tamra, djuz tettib, *Myristica fragrans* Houttuyn) utilisée davantage en remède contre les maladies « froides » que comme épice ; le poivre de Gambie (Gerummi en arabe, ilyen en tamâhaq, *Xylopia aethiopica* Rich.) qui est cultivé en zone tropicale au sud du Sahara et remonte vers le Sahara central. Ses gousses noires, cylindriques (3 à 4 mm d'épaisseur sur 3 à 4 cm de long), broyées au mortier de bois, donnent des sauces très appréciées des Noirs sahariens (les populations du nord ignorent ce produit).
- 16 Le safran et le curcuma (kerkem en arabe) ont des rôles divers en tant que colorants, épice et remèdes pour le premier. Le véritable safran, *Crocus sativus* L. est une plante bulbeuse de la famille des Iridiacées, différente du « safran de l'Inde », *Curcuma longa* de la famille des Scitaminées (Zingibérées), différente du safran bâtard *Cartamus tinctorius* L., plante annuelle de la famille des Composées.
- 17 Le curcuma, rhizome jaunâtre, réduit en poudre, est utilisé quelquefois comme colorant dans certaines sauces, les viandes, soupes (et même dans le bouillon de couscous) mais n'apporte guère de goût particulier (c'est le colorant le plus fréquemment utilisé dans les paëllas en Méditerranée en concurrence avec le vrai safran). Il fournit une couleur jaune d'or appétissante, alors que celle du safran est plutôt orangée (safranée). L'avantage du curcuma est d'abord son prix, très inférieur à celui du safran, et sa force tinctoriale sous un petit volume. Alors que le safran en étamines (il faut cent mille fleurs pour en fournir un kilo) donne la finesse de son parfum mais son usage revient beaucoup plus cher. Les Sahariens en particulier se rabattent sur le safran bâtard qu'ils appellent quelquefois zaâfur en arabe, au lieu de zaâfran ou taneymite en tamâhaq. *Carthamus tinctorius* qui pousse parfois spontanément dans les Oasis, n'a ni le parfum, ni la force colorante du vrai safran ; il faut donc beaucoup plus d'étamines de celui-ci pour obtenir une teinte équivalente à celle de *Crocus sativus*.
- 18 Une étude régionale approfondie sur l'usage des épices et condiments chez les Berbères du Maghreb et du Sahara permettrait probablement de mesurer d'une part, le niveau d'introduction des habitudes alimentaires méditerranéennes, mais aussi leur capacité de résistance, de choix et d'innovations propres à leurs goûts fondamentaux et à leur culture.

BIBLIOGRAPHIE

BOIS D., *Les plantes alimentaires chez tous les peuples et à travers les âges*, 4 vol. ; t. III, Plantes à épices, à aromates, à condiments. Paris, Lechevallier, 1934, 289 p., 71 fig.

GAST M., *Alimentation des populations de l'Ahaggar. Étude ethnographique*, Paris, A.M.G., 1968 (voir p. 152 à 169).

GAST M., « Manger à Tamanrasset » in *Alimentation et régions. Études réunies par J.-M. Pelt et Cl. Thouvenot*, Nancy, PUF, 1989, p. 209-221.

GUILLAUMIN A., *Les plantes cultivées, histoire, économie*. Paris, Payot, 1946, 352 p.

LE MAGNEN J., et coll. « Vocabulaire technique des caractères organoleptiques et de la dégustation des produits alimentaires », *Cahiers des techniques du CNCERNA*, Paris, CNRS, 1962, 86 p.

MAISTRE J., *Les plantes à épices*, Paris, G.P. Maisonneuve et Larose, 1964, 290 p.

MAUNY R., Notes historiques autour des principales plantes cultivées d'Afrique occidentale, *Bull. de l'IFAN*, t. XV, n° 2, avril 1953, p. 684-730.

NAVELLIER P. et JOLIVET H., « Epices aromates, aromates, herbes et condiments modificateurs des caractères organoleptiques des denrées », in *Méthodes subjectives et objectives d'appréciation des caractères organoleptiques des denrées alimentaires*, Paris, CNRS, 1966, p. A449-A473.

PLINE L'ANCIEN, *Histoire naturelle*. Livre XX. Texte établi, traduit et commenté par J. André, Paris, Soc. d'éditions « Les Belles Lettres », 1965, 229 p.

INDEX

Mots-clés : Agriculture, Alimentation