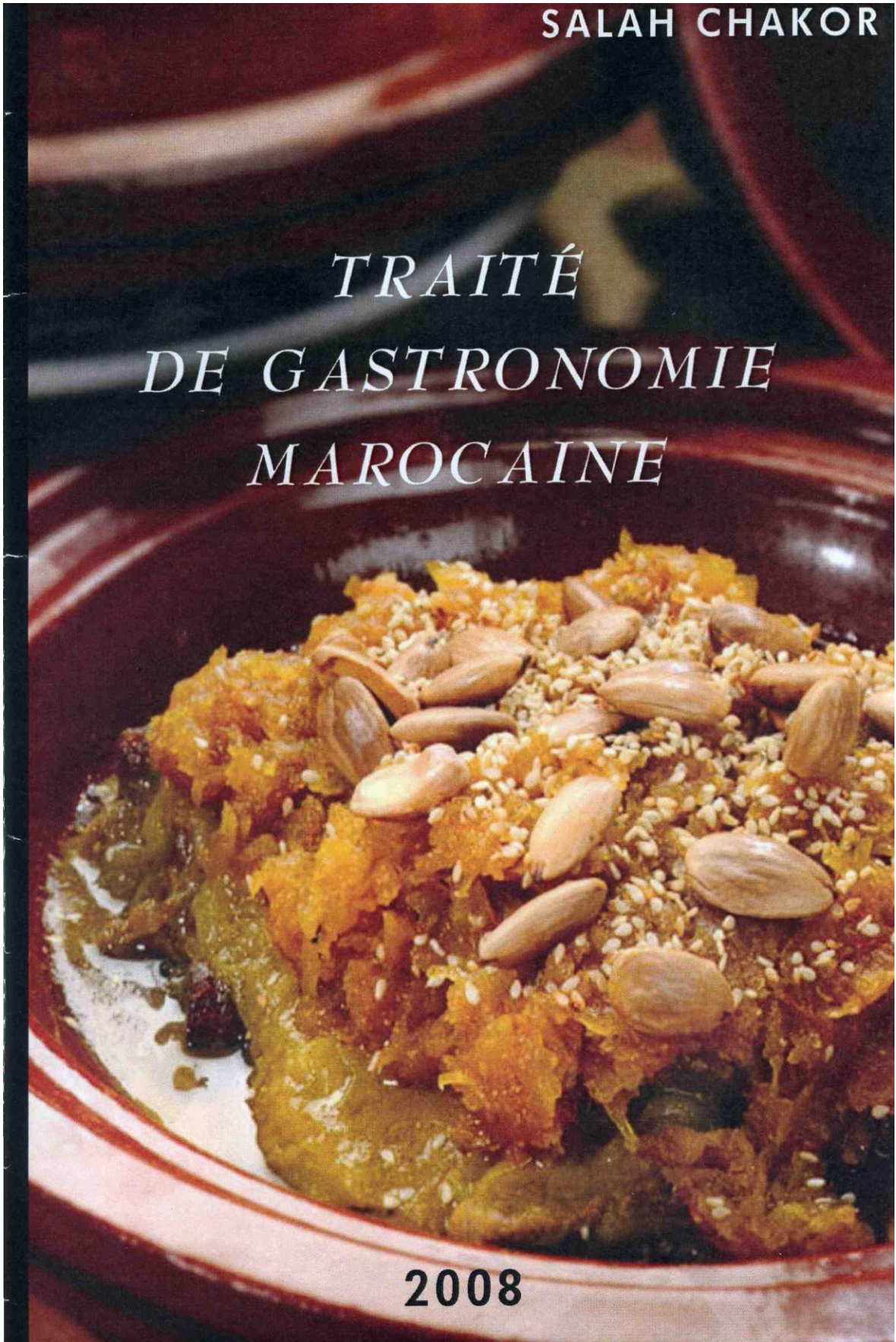


SALAH CHAKOR

*TRAITÉ
DE GASTRONOMIE
MAROCAINE*



2008

Traité de Gastronomie Marocaine

Par Salah Chakor

Avant propos

Mon objectif dans ce traité est de tenter de déclencher un débat sur la cuisine marocaine en sa qualité d'acte purement culturel et civilisationnel, plus qu'un acte de satisfaction des besoins de se nourrir. Je souhaiterai également mettre en rapport des traditions et des savoirs culinaires appartenant à des différentes régions, selon qu'elles soient de grandes ou de petites agricultures ; car la cuisine est née et s'est développée grâce à la révolution de ces richesses en ces produits agricoles, traditionnels et modernes.

Et étant donné que la nourriture est un des champs de cultures et de patrimonial d'une extrême importance, au même titre que la peinture, la musique, l'architecture, elle mérite alors bien d'être reconnue et mieux étudiées et développée. C'est ce qui va nous amener à initier l'installation d'un dialogue entre les chercheurs et les professionnels du secteur du tourisme et de l'hôtellerie pour donner à cet art culinaire la place qu'il lui revient. C'est ce qui est à même aussi de démontrer que la nourriture est un domaine qui nécessite une attention particulière en tant que science humaine.

Car la bonne nourriture est signe de convivialité, l'art culinaire est très significatif dans la vie humaine des individus, chose qui fait apparaître chez eux ce signe d'hospitalité. C'est grâce à cet aspect que la cuisine marocaine est festive

La cuisine est aussi ce moyen le plus efficace pour assurer une bonne santé aux adultes et la croissance des enfants, le développement de l'esprit, de l'intelligence, ce qui a tendance à confondre médecine est la bonne cuisine d'entretien, de réparation, et de régime.

Cuisiner n'est donc pas uniquement faire à manger, ou une fête, mais aussi et surtout répondre à un besoin déclenché par l'organisme en tant nature et prévenir des malaises qui risquent d'arriver, et assurer la croissance de l'organisme.

Introduction.

Si le Royaume du Maroc offre une mosaïque de plats riches et savoureux, ce n'est pas un pur hasard, mais bien évidemment grâce à sa situation privilégiée, à la croisée des cultures et des civilisations, depuis la haute Antiquité.

Le Maroc est gourmand de son authenticité, de ses recettes qui sont à cent pour cent le reflet de la longue histoire riche en traditions, ainsi que des particularités régionales. Le Royaume recèle des secrets gourmands profonds issus d'un savoir-faire ancestral, miroir du patrimoine du terroir. La cuisine est l'art qui témoigne du degré de civilisation dans un pays, car les habitudes alimentaires d'un peuple sont toujours intimement liées à la géographie de sa localité. Une alternance d'austérité et de majesté, de rudesse et de douceur, de mesure et de démesure qu'offrent les montagnes, les plaines, les mers, et les lacs, se retrouve dans sa cuisine, tout à la fois rustique et opulent.

Tout s'enchaîne avec logique : les cimes engendrent les torrents et les lacs qui nous proposent une variété de poissons et particulièrement de la délicieuse truite de l'Atlas, d'Azrou,...Les pâtures, les plaines du Souss, de Doukkala, du Gharb, de Tadla Azilal,...etc, qui gonflent les pis des vaches d'un lait riche et gras qui permet la diversité et la richesse de l'art culinaire marocain. L'agriculture offrant de grandes variétés de légumes et de fruits est aussi et surtout à l'origine de cette richesse culinaire. Cette cuisine qui témoigne de diverses cultures et de civilisations dont est riche le Royaume, Grâce à sa situation de proximité : porte de l'Europe et de l'Afrique, trait d'union entre l'Orient et l'Occident. Les différentes ethnies venues en grandes masses vers Al Maghreb Al Aqsa depuis l'aube de l'histoire, n'ont fait qu'enrichir sa culture, son histoire et son patrimoine culinaire.

La cuisine marocaine est une cuisine berbère, arabe, juive, chrétienne....un vrai amalgame de savoir faire inégalé, ce qui en fait, d'ailleurs, l'une des meilleures au monde avec la française, l'asiatique, l'italienne...

Ce recueil rassemble des articles réalisés au fil des années, selon les circonstances et dans des contextes bien précis et conditionnés. Ce travail est aussi le fruit de discussions menées avec les vieilles personnes, surtout dans des familles qui ont vécu un passé riche de cultures, d'événements, des femmes qui ont fait la cuisine dans des maisons des notables.

Ce qui m'a amené à constater que la cuisine est un patrimoine vivant qui se transmet de mères en filles. Chose qui démontre que dans chaque famille il

existe, bel et bien, des recettes particulières et que chaque maman détient des secrets culinaires qu'elle transmet à ses filles.

Ce qui est écrit dans ce traité est le plus souvent basé sur des contes des vieilles cuisinières qui manipulent avec aisance les secrets de cet art culinaire. Ces dames constituent une encyclopédie gastronomique incontournable. Cette cuisine mérite donc d'être écrite avant de disparaître avec le temps, avec la disparition de ces dames qui en détiennent les secrets.

Cette cuisine laisse présager aussi l'existence d'un cérémonial de service qui diffèrent selon les circonstances, à savoir les repas officiels, les repas des fêtes, les repas du mariage, de fiançailles, ...etc. Chaque circonstance a évidemment ses traditions et modes d'utilisation et de service.

Le service se fait alors de diverses manières dont je cite, à titre d'exemples :

- L'accueil par la cérémonie du service du thé à la menthe et des petits fours, ce cérémonial est très significatif dans les familles marocaines.
- Le service se fait généralement plat sur table (un seul plat au milieu de la table et que tout le monde y mange avec les doigts pour les repas de tous les jours),
- En ce qui concerne les repas officiels les tables sont bien nappées, couverts bien dressés, avec serviettes, ..., les assiettes sont placées sur la table, l'une sur l'autre devant chaque convive, en fonction des plats à servir. Les salades sont dressées dans des petites assiettes et placées sur la table et les invités se servent. L'entrée est placée au milieu de la table et on peut soit se servir, soit manger directement dans le plat, le pain sert parfois de fourchette.
- Pour le plat principal on procède de la même façon.
- Pour le couscous on donne des cuillères et l'on peut manger directement du plat (guesria où servir dans son assiette).
- Après le dessert on passe soit un lave main à la marocaine, soit on donne aux invités des serviettes individuelles trempées dans l'eau chaude, parfumées d'eau de fleurs d'orangers ...
- Le dessert est généralement suivi du service du thé accompagné de petits fours.

Parler de la cuisine marocaine, de son rythme et cérémonie, c'est évoquer une grande culture et une civilisation ancestrale qui ont marqué les populations de ce pays depuis une longue histoire, allant des berbères, au juifs et au arabes musulmans, sans oublier les différents colons dont la civilisation a laissé des traces historiques considérables. C'est ce qui fait que cette cuisine soit si riche et variée.

La situation géographique du pays et sa richesse en produits agricoles, de la pêche et de l'élevage, ont été aussi pour beaucoup dans la confection de cet art gastronomique.

Dans le chapitre suivant je vous invite à réfléchir sur l'importance de cet art culinaire dans la sauvegarde de l'identité et de l'authenticité d'une nation, car c'est à travers des savoirs être et des savoirs faire que l'on peut faire connaissance de sa culture et de sa civilisation. La cuisine est, à juste titre, un témoin d'un passé ancestral important chez les communautés marocaines.

Et puisque la gastronomie touche à tout, elle est un excellent effet de miroir des cultures de nos arrière grands parents.

Sommaire.

Introduction.....

LA SAUVEGARDE DE NOTRE IDENTITE ET DE NOTRE AUTHENTICITE EST LE PRINCIPE GAGE POUR LE DEVELOPPEMENT DE NOTRE

La cuisine marocaine, une mosaïque de traditions et de cultures.

Une cuisine riche de ses influences

Histoire du couscous.....

LES FAMILLES MAROCAINES A TABLE.....

LA CUISINE DE NOS ARRIERES GRANDS -MERES CONSTITUE L'ART CULINAIRE DU TERROIR.

SCIENCE ET L'ALIMENTATION.....

La cuisine marocaine, cet art riche et varié, fait la distinction des régions.

Un Maroc Gourmand : vu par son patrimoine culinaire.

La cuisine juive : Un art culinaire riche et varié.....

La bonne cuisine est comparée à un beau tableau d'art.

La Gastronomie au service de la médecine

« Les métiers de médecin et de cuisinier se complètent»

LE ROLE DE L'ALIMENTATION DANS LE PSYCHISME DE

La cuisine du terroir de Tafilalet.....

FES, BERCEAU DE LA GASTRONOMIE AFRICAINE.

La bonne cuisine est celle qui donne des satisfactions gustatives et spirituelles.

Le retour à la bonne table est motivé par le Slow food.

ETRE BIEN DANS SA PEAU, C'EST BIEN MAINTENIR

La sécurité économique est nécessaire pour un monde meilleur.

La sécurité alimentaire est une condition sine qua non pour le développement du tourisme.....

*Guide d'entretien.....

La sécurité alimentaire est une condition sine qua non pour le développement du tourisme.....

PROPOSITION DE CARTE

Proposition de menus

Le patrimoine gastronomique marocain, gage du développement de son tourisme culturel.

.....

Choumicha, Ambassadrice de la cuisine marocaine.

Nécessité de création d'une académie Nationale de gastronomie.

Conclusion

La cuisine est le signe d'une civilisation, d'une culture. Le mode de vie ou, l'art de vivre d'une nation se traduit par sa façon de se tenir à table et par sa tradition alimentaire. La cuisine marocaine, variée et riche, est le symbole d'une haute civilisation, car elle recèle un savoir faire très fin et très savant. C'est une cuisine riche en saveurs, en goûts, grâce à l'utilisation des condiments et épices extraits d'un espace sain et pur (les montagnes et les plaines qui sont très fertiles et qui abrite cette variété d'épices et de condiments).

La cuisine de nos arrières grands-mères constitue donc un art culinaire du terroir, car faite avec finesse et avec goût dans des ustensiles fabriqués avec des matériaux purement naturels (argile, métal,.....) à base de produits naturels.

C'est pourquoi que l'on peut dire que la cuisine est l'âme d'un peuple, car elle est le miroir de ses traditions ancestrales.

La cuisine marocaine est le résultat d'un mélange des savoirs et du savoir-faire, grâce aux différentes civilisations et cultures qui se sont installées dans le pays au fil des siècles (berbères, juives, chrétiennes,etc.). C'est ce qui a fait de cette cuisine une mosaïque de culture et un tableau artistique de valeur.

La cuisine marocaine est issue d'un grand savoir et d'une grande civilisation. Cette cuisine constitue l'un des atouts touristiques de nos régions, c'est le moyen efficace pour mieux argumenter et consolider notre patrimoine culturel.

Nous avons donc tous la tâche de la sauvegarder et l'apprendre à nos enfants, car c'est le gage de notre authenticité. Pour ce faire nous devons en faire un bon marketing, pour bien l'organiser afin de répondre aux attentes de la clientèle potentielle de notre tourisme. Sa qualité est donc tributaire d'un marketing de pointe

Le marketing est la procédure managériale la plus efficace que les chefs des entreprises de production et de services doivent bien ancrer dans les habitudes

de leurs collaborateurs. Ces procédés scientifiques doivent prendre en considération les attentes des consommateurs afin de mieux cibler le marché pour éviter des stockages importants de marchandises non écoulées.

Le marketing est donc sujet du respect des normes de qualité qu'impose le marché national et international, dont les principales attentes sont : la rapidité, l'adaptabilité, l'efficacité, un coût juste, et un produit juste. Le service après vente ou la garantie du produit doit aussi être prise en compte par un marketing bien fondé ; ce qui va garantir à l'entreprise de continuer à vivre et à fidéliser sa clientèle.

La qualité et l'art du marketing sont donc deux modes de gestion modernes qui doivent aller en parallèle pour mieux rentabiliser son entreprise et afin de se différencier des concurrents. Une touche artistique bien placée, un ajout de génie sur un produit ne peuvent qu'attirer l'attention du consommateur et motiver sa curiosité pour un nouveau produit différent.

La tendance et la création de plates formes de produits nouveaux doit se faire en adaptation avec les exigences personnelles des clients. Et ceci est maintenant rendu possible par l'intermédiaire de l'Internet, car les entreprises importantes disposent d'un site web qui fait l'étalage de leurs différents produits. Les clients sont donc invités à visiter ces pages web et de choisir à partir de là leur produits et/ou de suggérer la façon dont ils souhaitent recevoir une prestation. Et de cette façon de faire, le client est impliqué en quelque sorte dans la conception du produit, et donc convaincu et fidélisé.

Enfin le développement d'une base de données, riche en informations sur les préférences des clients est nécessaire pour tenir compte des attentes individuelles. Cela sert pour personnaliser l'offre, car la qualité en dépend.

