

## **La Cuisine d'Alep**

**travail de recherche réalisé par M. Hassan Khoja**

**traduit de l'arabe par Dr. Ketty Salem**

**droits réservés à l'Académie Syrienne de la Gastronomie**

Hassan Khoja est né à Alep en 1956. Licencié en gestion d'entreprise, M. Khoja est aussi membre de la Société des Sciences Arabes, membre de la Société Archéologique d'Alep; il est également historien de la cuisine syrienne, et nutritionniste.

### **INDEX**

#### **I- Introduction et présentation**

- 1- Introduction de l'auteur
- 2- Histoire d'Alep
- 3- Situation géographique privilégiée d'Alep au carrefour des voies commerciales

#### **II- Les plus belles citations sur la cuisine d'Alep**

#### **III- Les débuts de la réputation de la cuisine d'Alep**

- 1- Les caravanes de marchands
- 2- Les familles commerçantes européennes installées à Alep
- 3- Les missions consulaires
- 4- Les missions religieuses
- 5- Les traités internationaux

#### **IV- Spécificités de la cuisine d'Alep**

- 1- Rencontres de civilisations
- 2- Recettes s'inspirant de mets similaires provenant d'autres civilisations
- 3- L'importance de la cuisine dans la société alépine
- 4- Perfectionnement des recettes
- 5- Le goût raffiné des habitants d'Alep, fruit du progrès et de l'instruction

- 6- La dégustation est le critère du goût par excellence
- 7- Spécificité de l'emploi des condiments chez les marchands d'épices d'Alep
- 8- Différents usages de la table chez les nantis et les classes inférieures
- 9- Complémentarité des mets dans la cuisine d'Alep
- 10- Produits de base et ingrédients :
  - a) faire de la qualité en évitant le gâchis
  - b) créativité et innovation
- 11- Les viandes dans la cuisine d'Alep
- 12- Le bétail et la viande
- 13- Rôle de la viande et du boucher dans l'élaboration des mets

## **V- Plats curatifs et diététiques**

## **VI- Liste des mets et des plats alépins**

## **VII- Liste des céréales, des légumes et des fruits**

## **VIII- Littérature et cuisine d'Alep**

- 1- Les arts à Alep
- 2- La littérature et la cuisine d'Alep
- 3- Description de la nourriture et éloge de ses délices
- 4- Les occasions religieuses et sociales et leurs plats traditionnels
- 5- La sagesse des dictons sur la cuisine d'Alep
- 6- Les cuisiniers alépins les plus renommés
- 7- Les noms de famille dérivés des différents métiers et ingrédients de la gastronomie
- 8- Les cris des marchands
- 9- Les proverbes et les dictons

## I- Introduction et présentation

### 1- Introduction de l'auteur

Alep est l'histoire même. Son peuplement est vieux de plusieurs millénaires et sans interruption - depuis l'homme des cavernes jusqu'au premier astronaute syrien. Des vestiges archéologiques de première importance témoignent de sa grandeur et de sa place de choix tout au long des siècles. Tous ceux qui y sont nés, y ont vécu, ou y ont séjourné sont marqués à jamais par son rayonnement. Leur cœur palpite d'amour, d'enthousiasme et de gratitude pour chaque pouce de cette terre. Nous évoquons son nom et nous en sommes fous d'amour.

C'est pourquoi, nous avons choisi de belles pages, dont certains pensent à tort que cela relève de la routine de la vie quotidienne, dans le but de montrer la grande civilisation de la ville d'Alep. Ces pages peuvent s'appeler : la Cuisine d'Alep.

### 2- Histoire d'Alep

Elle commence en 7000 avant Jésus Christ. De nombreuses civilisations se succèdent sur cette terre :

Les Sumériens	3100 à 2340 av. J-C
Les Akkadiens	2340 à 2150 av. J-C
Les Amorrites	2150 à 1600 av. J-C
Les Cananéens	1900 à 500 av. J-C
Les Hittites	1600 à 1285 av. J-C
Les Araméens	1200 à 1000 av. J-C
Les Assyriens	1012 à 612 av. J-C
Les Chaldéens	605 à 539 av. J-C
Les Perses	539 à 333 av. J-C
Les Grecs	333 à 64 av. J-C
Les Romains	64 av. J-C à 335 apr. J-C
Les Byzantins	330 à 635
Les Sassanides	573 à 636
L'Islam	632
Les Omeyyades	661 à 750
Les Abbassides	750 à 968
Les Hamdanides	944 à 1001
Les Fatimides	969 à 1055
Les Seldjoukides	1055 à 1128
Les Croisés	1096 à 1187
Les Ayyoubides	1176 à 1260
Les Mamelouks	1260 à 1516
Les Ottomans	1516 à 1920
Le Mandat Français	1920 à 1946
L'Indépendance	1946

### 3- Situation géographique d'Alep

Alep se trouve au carrefour de trois continents : l'Europe, l'Asie et l'Afrique. Alep fut le médiateur du commerce mondial entre l'Orient et l'Occident. La ville offrait aux

commerçants venus du monde entier une grande liberté de déplacement, d'échange et de transport de marchandises.

## **II- Les plus belles citations sur la cuisine d'Alep**

Sur le frontispice de la cuisine du Sultan Ahmed un panneau indiquait que son cuisinier était alépin.

Abou-Al-Ala' Al-Maarri, dans son célèbre ouvrage *Le message du pardon*, écrit : «les cuisiniers du Paradis sont d'Alep».

## **III- Les débuts de la réputation de la cuisine d'Alep**

### 1- Les caravanes de marchands

Des empires et des civilisations se succédèrent à Alep et en firent un des centres commerciaux du monde. Des voies commerciales venant de Chine, des Indes et d'Europe passaient par Alep. Des caravanes comptant des milliers de chameaux chargés de marchandises convergeaient vers Alep. Les marchandises étaient vendues sur place ou réexportées vers d'autres contrées. On raconte même que dans les périodes de prospérité ces caravanes comptaient cinquante mille chameaux... C'est la symbiose entre toutes ces races et ces civilisations qui donna naissance à la fabuleuse civilisation d'Alep. Ces commerçants jouèrent donc un rôle important dans l'enrichissement mutuel de civilisations.

### 2- Les familles commerçantes européennes installées à Alep

Suite à des traités internationaux, des familles étrangères s'installèrent à Alep et 40 des 68 khans hébergèrent les missions européennes. Elles y vécurent jusqu'à l'époque du sultan ottoman Mahmoud II qui fit massacrer les Janissaires et réduisit leur influence à Alep. Il permit également aux étrangers d'abandonner les khans pour habiter hors des souks; ils habitèrent ainsi le quartier de Macharka et participèrent à la construction du quartier Azizié en édifiant des habitations à l'europpéenne.

### 3- Les missions consulaires

Les consulats ont existé à Alep depuis le XVIème siècle et pour ne citer que quelques exemples parmi les plus anciens du monde se trouvant à Alep:

Consulat :	- de Venise et de Florence	1548
	- de France	1562
	- de Grande Bretagne	1583
	- de Hollande	1607

### 4- Les missions religieuses

Les missions religieuses ont accompagné les colonies européennes et l'on trouvait à l'entrée de chaque khan une mosquée, une église et une synagogue. Les missions chrétiennes appartenaient aux ordres des Franciscains, des Capucins, des Carmélites et des Jésuites.

## 5- Les traités internationaux

Les découvertes et les fouilles archéologiques et les recherches historiques ont démontré que le royaume de Yamhadh (Alep) a conclu avec le royaume de Mari, au 13<sup>ème</sup> siècle av. J-C. un accord commercial pour l'exportation des marchandises et leur transport via le port d'Imar sur l'Euphrate. Alep a conclu également des traités commerciaux en 1339 av. J-C., avec les Hittites et un traité commercial avec Byzance en 969 de notre ère. Les arrêtés des papes de Rome interdisant les échanges commerciaux avec Alep n'ont eu aucune efficacité, ainsi les villes italiennes se mirent à envoyer leurs messagers pour contracter des accords, contentons-nous de quelques exemples :

Venise avec Al-Zaher Ghazi en 1207

Renouvellement de cet accord : 1225- 1229

Par la suite, le sultan Qalaoun a conclu plusieurs accords avec d'autres villes italiennes et avec l'Espagne, le Portugal, la Sicile, la Corse ....

En 1535 le sultan Soliman II le Magnifique a contracté avec François I<sup>er</sup> un accord qui a réactivé le commerce entre les deux pays.

## **IV- Spécificités de la cuisine alépine**

### 1- Rencontres de civilisations

Suite à cet aperçu historique, nous constatons la structure urbaine de cette grande population ainsi que toute sa diversité gastronomique et sociale, d'autant plus que les relations humaines y sont basées sur le commerce, l'honnêteté et la confiance. Ceci atteint le domaine humain le plus intime et touche les us et les coutumes tenant compte du respect et de l'honneur d'autrui, pour éviter tout malentendu qui pourrait compromettre la relation fondamentale de commerce entre les parties concernées. Partant de là, nous pouvons distinguer la place prépondérante de la cuisine alépine. Il s'agit d'un patrimoine qui s'est accumulé à travers les siècles.

### 2- Recettes s'inspirant de mets similaires provenant d'autres civilisations

Souvent nous constatons certaines variantes comme la présence de l'assiette et de la cuillère chinoises à bord relevé. Cette spécificité alépine est unique dans le monde arabe, elle fut importée de Chine par les caravanes de la route de la soie.

Aussi, rencontrons-nous quelques mets qui ressemblent par leur goût à certains plats chinois: l'acidulé est un procédé chinois que les alépins ont appliqué à un plat exceptionnel : «les brochettes de viande aux griottes», de même que cuisiner des fruits comme le coing et la pomme avec de la viande et accompagnés de riz est bien fréquent.

### 3- L'importance de la cuisine dans la société alépine

Alep, située au carrefour de routes montagneuses, est géographiquement isolée. Ceci a favorisé un art de vivre chez ses habitants qui s'ingénierent à inventer toutes sortes de mets, de boissons et de gâteaux. Toute fête ou rencontre sociale, quelle qu'en soit le niveau, est toujours suivie de plats, dont les alépins tirent beaucoup de fierté.

D'autre part, le logement d'une seule famille dans une vaste maison, la répartition des tâches, la hiérarchie familiale et des sexes, son emprise, ont imposé des

conditions précises pour la préparation des mets et leur importance comme récompense du travail de l'homme, pour fêter le retour du père de famille, devant une table garnie de plats délicieux, signe de bienvenue digne de son labeur. L'épouse reconnaissante s'évertue à préparer et cuisiner les meilleurs plats. Jadis, l'épouse devait être une maîtresse de maison parfaite; cuisiner mal était une honte. C'est ce qui a poussé toute jeune fille à apprendre l'art de bien cuisiner, façon de se valoriser au regard de la société et d'attirer les marieuses. Souvent la jeune fille suit de près sa mère ou sa grand-mère et se renseigne sur les moindres détails et secrets culinaires pour exceller dans ce domaine.

#### 4- Perfectionnement des recettes

La passion culinaire des alépins, cuisiniers ou gourmets, a raffiné leur goût et aiguisé leur imagination. Partant de cette réalité, toutes sortes d'expériences furent tentées. Pour ne prendre qu'un exemple: la tomate, importée d'Egypte depuis presque cent ans. Auparavant les plats se préparaient sans son jus. A sa découverte, on la mangeait verte, puis on s'est mis à la consommer rouge mûre, et concentrer son jus après l'avoir salé, pour en profiter hors saison.

#### 5- Le goût raffiné des alépins, fruit du progrès et de l'instruction

L'épanouissement commercial dont jouissait Alep a fait connaître à ses habitants des ressources riches en aliments et en épices ... ce qui a nécessité essais et dégustations, et ainsi les alépins furent renommés pour la finesse de leur bon goût. Les variantes d'un même plat sont la preuve d'un raffinement supérieur.

Nous trouvons le riz au lait et la vermicelle au lait, ainsi que le kebbé au armane (variété de cuisiner le lait caillé) et le kebbé labanié (autre variante au lait caillé), le kebbé sumakié aux artichauts, et le kebbé sumakié aux aubergines.

Les exemples sont nombreux des variantes d'un seul plat comme le Kebbé qui compte plus de cinquante variétés. Bien entendu, celles-ci sont réparties en groupes qui se distinguent par de petites nuances.

#### 6- La dégustation est le critère du goût par excellence

Le goût raffiné des alépins a constitué un terrain fertile pour inventer de nouveaux plats dont les matières premières, chères ou bon marché, n'ont aucune importance puisque le bon goût et la bonne préparation sont les critères essentiels, non la cherté ou la rareté. On raconte qu'une fois on a préparé un plat de langues de poissons rares d'un prix exorbitant et d'une prouesse culinaire exceptionnelle. Ceci a laissé les alépins indifférents car ils n'aiment que les mets appétissants et tiennent à mettre en relief le goût du produit de base, ce qui explique leur recours aux épices et non aux plantes aromatiques qui occultent le goût. Partant de là, nous constatons tout un art de mélanger les épices et de ne pas employer les herbes aromatiques comme la coriandre, le céleri, l'estragon, le romarin, etc ...

#### 7- Spécificité de l'emploi des condiments chez les marchands d'épices d'Alep

Les alépins excellent dans le choix des épices. Nous trouvons dans la cuisine alépine que le cumin et le poivron rouge ne doivent pas être finement moulus car la granulation sauvegarde leur matière grasse et leur goût frais dès qu'elles fondent dans la bouche, par contre toutes les autres cuisines syriennes les réduisent en poudre. Ils ont compris également que l'essence de la coriandre se volatilise

rapidement, alors ils la pilent avec de l'ail pour retenir son goût. A Alep on constate au souk des épiciers qu'ils broient et réduisent en poudre chaque épice séparément en raison de sa densité, avant de faire le mélange. Car il ne faut jamais moudre la cardamome avec le poivre, ni la cannelle avec la noix de muscade, ni les clous de girofle avec le gingembre, vu leur différence de consistance. Le mélange se fait ensuite à des doses variables selon le savoir-faire de l'épicier et sa renommée dans le souk.

#### 8- Différents usages de la table chez les nantis et les classes inférieures

La vraie différence consiste dans le nombre des plats; la table du riche comprend une grande variété d'entrées, de plats principaux et de fruits. Quant à la table des gens simples, on n'y trouve qu'une seule sorte de plats. Mais la cuisine alépine raffinée est destinée à toutes les couches sociales, la meilleure preuve est l'attachement unanime de cette société à son rituel.

#### 9- Complémentarité des mets dans la cuisine d'Alep

Notre meilleur exemple est la table du mois de Ramadan, célèbre par la variété des plats pour plaire aux goûts de ceux qui jeûnent. Khaïr-El-Dine Al-Assadi, le célèbre érudit, parlant dans son encyclopédie des célébrités occidentales et d'Alep, mentionne que l'attaché commercial français dans son livre «*Souvenirs des pays des mille et une nuits*», raconte qu'il a été invité, au mois de Ramadan 1549 à un banquet au palais de Hassibi situé entre Bab-Al-Ahmar et Bayada (deux quartiers d'Alep) :

Ce fabuleux palais renommé par sa beauté avec son patio qui a en son centre un bassin aux lions de marbre qui crachent l'eau à la lumière des bougies, créant une ambiance de douceur et de bien-être pour une quarantaine de convives dont toutes sortes de notables : des aghas, des chefs des janissaires, des descendants du Prophète, des soufis y compris le mufti et le kadi, et le chef de police, tous richement habillés.

Une grande table dressée au milieu de la salle contenait une vingtaine de variétés de plats : du kebbé cru, des cervelles, des foies, des rognons blancs de mouton, plusieurs sortes de poissons, et d'autres plats dont j'ignore le nom.

Voilà le canon de Ramadan qui retentit de la citadelle, tout près de nous, annonçant la rupture du jeûne; les convives entament la nourriture, au son de la musique de l'orchestre.

- Veuillez passer à la deuxième salle pour dîner, nous invita notre hôte Al- Hassibi
- Quel dîner lui demandé-je ! N'avons-nous pas mangé à satiété ?
- Ce que vous avez mangé n'était que de petites entrées, quant au dîner, le voilà

Et j'y entrai pour trouver dressée une autre table de sept mètres, regorgeant de toutes sortes de plats : des moutons farcis ou sans farce, des plats de poulets, de volailles, des marmites de légumes farcis et des plateaux de kebbé etc...

Vint enfin le tour du dessert : les pâtisseries, les gâteaux, les blancs-mangers (mouhallabié) confectionnés avec du miel, couverts de noix, d'amandes, de pignons, de pistaches, exhalant un parfum d'eau de fleurs d'oranger.

Nous pouvons conclure de cette description que la cuisine alépine contient toutes sortes de plats appétissants commençant par les entrées, passant par des plats principaux et secondaires et finissant par les pâtisseries.

## 10- Produits de base et ingrédients

a) faire de la qualité en évitant le gâchis :

La richesse de la cuisine alépine et sa diversité n'ont pas incité au gaspillage les alépins qui ont vécu des catastrophes. Au contraire, ces malheurs ont doté la nourriture d'une très grande valeur à tel point qu'elle fut appelée « la grâce », ce qui a nécessité l'invention de méthodes pour éviter le gâchis. Ainsi, nous apprenons que si un met reste deux jours dans une maison, on remplace l'élément épuisé (riz ou viande ou sauce) du plat, par un autre élément, le tout étant re-cuisiné pour donner un nouveau plat, au goût différent, chassant l'ennui et la monotonie. Si les épinards traînent, on leur ajoute du bourghol (blé concassé), on cuisine le tout qui deviendra «des épinards macérés». Si jamais il y a des restes de riz au lieu des épinards, on en fait «une omelette au riz». Aussi on cuisine au beurre et à l'ail le cœur des courgettes évidées, au lieu de le jeter, qui sera servi froid comme entrée. Le jus de légumes farcis est versé dans des assiettes à soupe pour accompagner le plat principal. Ainsi on accommode les restes du ragoût d'aubergine, en y ajoutant du bourghol et on laisse mijoter le tout: ce plat s'appelle «le juif errant». Même le jus des navets au vinaigre (cornichons) sera servi comme salade.

b) créativité et innovation :

La cuisine alépine s'est ingéniée à employer un produit de manières innombrables et à inventer tellement de variétés de cuisson que ses plats sont uniques au monde. Pour ne prendre qu'un seul exemple, les aubergines :

- Coupées avec de la viande et des pois chiches = Moussaka
- Farcies de riz et de viande hachée = aubergines farcies au riz
- Farcies aux légumes, au bourghol et épicées = aubergines farcies au bourghol
- Grillées avec de la viande hachée (kébab)
- Farcies de viande et de pignons = le cheikh des farcis
- Couvertes de viande, servies avec du riz
- Cuisinées avec de la sauce (blanche, tomate, viande)

Quant aux aubergines cuites à l'huile, et en ratatouilles :

- Grillées au feu de bois pour en faire une salade d'aubergines
- Moutabbal et Baba Ghannouj
- Bouillies et conservées au vinaigre (condiment d'aubergines)
- Aubergines confites (plongées dans de l'eau à la chaux éteinte)
- Pressées à l'huile et farcies de noix (Makdouss)
- Farcies sans viande et cuisinées, servies froides = yalandji
- Ejjehe, aubergines revenues aux œufs

Nous nous sommes restreints juste à quelques plats d'aubergines.

## 11- Les viandes dans la cuisine d'Alep

La composition des plats est uniquement basée sur la viande de mouton. La viande de bovin constitue un substitut à bon marché, et la viande de chameau encore meilleur marché.

Il arrive parfois que le père de famille apporte discrètement de la viande de bœuf hachée ou pilée, et la maîtresse de maison l'accepte à contrecœur, et en silence, afin de dissimuler aux enfants leur indigence.



## 12- Le bétail et la viande

La race *awass* du cheptel ovin syrien est connue pour ses trois produits de grande qualité: la laine, le lait et la viande. D'excellents pâturages et le climat du pays donnent à la viande son goût exquis. D'où l'importance commerciale des produits de cette activité: viande, cuir, tripes, produits laitiers, etc... Les marchands de bétail importent des moutons et les laissent un mois dans les pâturages de la région d'Alep afin d'améliorer le goût de la viande, et les valoriser. Néanmoins la qualité du cheptel local est inégale.

Les alépins préfèrent la viande de mouton, d'ailleurs plus chère, à celle de brebis qui n'est abattue qu'après avoir été exploitée et 'amortie': lait et agneaux... Cela rend sa viande dure, foncée et bien loin d'être appétissante, sans oublier son vieillissement; elle est pauvre en hormones et bon marché à cause de son mauvais goût, sa mauvaise odeur et sa couleur foncée; elle est tellement peu chère qu'elle pousse certains bouchers à tricher en la faisant passer pour du mouton. Cela explique la raison pour laquelle les bouchers accrochent la carcasse à la devanture de leur magasin, avec les testicules sur la même esse, pour montrer que c'est bien du mouton. Ajoutons à cela que la taille du testicule révèle globalement l'âge du mouton, sans oublier les autres facteurs comme la couleur et l'aspect général.

Ces supercherries donnent matière à des histoires drôles dans les soirées familiales et poussent les jeunes à être vigilants en achetant de la viande. Nous constatons cette vigilance chez les alépins en voyage qui se reconnaissent aussitôt par leur bon choix de la viande qui correspond au plat qu'ils vont préparer.

Nous abordons ici les caractéristiques de chaque partie du mouton qui prouve le raffinement de la cuisine alépine car à chaque plat la partie adéquate. Prenons comme exemple le kébab grillé : il faut qu'il soit composé de viande du cou, des côtes et de la hampe. Et les morceaux de viande grillée doivent être pris d'autour de la colonne vertébrale (filet et faux-filet et une partie du gigot), tandis que la viande des recettes grasses, elle doit être couverte d'une couche de gras, et prise de l'épaule et qui convient aux plats à sauces comme le kebbé au sumac, aux coings, etc... La viande de l'épaule va pour les ragoûts comme les cornes grecques, les truffes, les haricots, etc... la viande battue pour toutes les sortes de kebbés est prise de la cuisse et de la hampe.

## 13- Rôle de la viande et du boucher dans l'élaboration des mets

Vu l'importance de la bonne viande, le boucher est un paramètre primordial dans la réussite des plats. Gare à lui si la cuisson révèle un défaut de la viande; ceci va de la réprimande jusqu'à la rupture de la relation et le changement de boucher, à tel point que celui-ci demande toujours au client pour quel plat il achète cette viande, afin de lui fournir le morceau adéquat.

## **V- Plats curatifs et diététiques**

- 1- La confiture de pétales de rose (jourique), comme laxatif
- 2- Mouaarraka (veineuse), il s'agit de boulettes de kébab, revenues avec beaucoup de persil, de 20 à 25 bottes, destinée à la nourrice
- 3- De la viande battue, à la menthe, et bouillie, pour la convalescente
- 4- Bouillon de viande ou de poulet, pour la convalescente

5- Labba (du riz longtemps bouilli), pour l'estomac malade

## **VI- Liste des mets et des plats alépins**

- 1- Les soupes
- 2- Les entrées froides (mezzés)
- 3- Les salades
- 4- Les moussakas
- 5- Les plats à l'huile d'olive
- 6- Les pâtes
- 7- Les omelettes et les panés
- 8- Les ragoûts au riz ou au bourghol
- 9- Les kebbés
- 10- Les farcis
- 11- Les viandes grillées et poêlées
- 12- Les poissons
- 13- La pâtisserie familiale
- 14- Les confitures
- 15- Les condiments et cornichons

### 1- Les soupes

- Au poulet avec du riz
- Aux vermicelles et sauce tomate
- Au kébab en boulettes et riz (ras-asfour = tête d'oiseau)
- Aux légumes avec de la viande en cubes
- Aux abats
- Aux pieds de mouton
- Aux langues de mouton
- Aux lentilles écrasées
- Aux lentilles avec concentré de jus de grenade
- Aux lentilles, pâtes et oignons
- Kouchk
- Carkoudé, aux fleurs d'hibiscus
- Macérée
- Au pain

### 2- Les entrées froides (mezzés)

- Mortadelle: de la viande battue, cuite à l'eau et au vinaigre, farcie de pistaches
- Basturma (saucisson): viande crue, macérée et épicée, puis séchée à l'air
- Hommos: pois chiches bouillis et moulus, assaisonnés au tahiné (huile de sésame), jus de citron, ail, cumin et huile d'olive
- Mouhammara: concentré de poivrons rouges doux, chapelure, concentré de jus de grenade, noix pilées, huile d'olive, cumin et sucre
- Baba ghannouj: aubergines grillées, épluchées, poivrons verts, ail, jus de citron, tomates, persil et huile d'olive
- Moutabbal (caviar d'aubergines): aubergines grillées, épluchées, huile de sésame, ail, jus de citron et huile d'olive

- Poulet tarator: poulet bouilli, émietté, huile de sésame, ail, jus de citron et persil
- Choux-fleurs tarator: choux-fleurs frits, huile de sésame, ail, jus de citron et huile d'olive

### 3- Les salades

- De tomates
- De concombres
- De concombres, lait caillé, menthe verte hachée ou séchée
- De concombres avec des pommes de terre bouillies
- De courgettes bouillies et persil haché
- D'aubergines grillées
- D'aubergines en condiment
- De chicorée
- De cresson
- De pourpier
- De laitues romaines
- De salade verte
- De radis râpés avec chicorée et salade verte
- De radis râpés au citron, cumin et huile d'olive
- De betteraves
- D'artichauts
- De pommes de terre
- De pommes de terre en purée, cumin, jus de citron et huile d'olive
- Sitt Jalila: navet en condiment, pommes de terre bouillies, sauce tomate et cumin
- De haricots
- De thym
- De navets bouillis
- De navets en condiment
- De verjus, menthe séchée, ail, concombres en dés et huile d'olive
- De grains de grenade, menthe verte, ail et huile d'olive
- De blettes au lait caillé, ail et menthe verte
- De pourpier au lait caillé, ail et menthe verte
- Jajikh: lait caillé, laitue hachée, menthe verte hachée
- Salade arménienne (mixte coupée en dés)
- Biouaz
- Tabboulé
- Fattouch
- Sourké (fromage séché, au thym): oignon haché, huile d'olive et tomate
- Tarator: persil haché, huile de sésame, ail et jus de citron
- De cervelles de mouton
- De truffes noires du désert avec du poivre noir et de l'huile d'olive
- D'olives vertes dénoyautées, concentré de jus de grenade ou jus de citron, concentré de tomate
- Le haricot noir

### 4- Les moussakas

- D'aubergines à la viande hachée
- De courgettes à la viande hachée

- De tomates à la viande hachée
- De courges à la viande hachée
- De citrouilles à la viande hachée
- De choux-fleurs
- De chardons
- De céleris
- De navets
- De pommes de terre
- De carottes
- D'œufs

#### 5- Les plats à l'huile d'olive

- Les sautés ou frits (aubergines, courgettes, choux-fleurs, navets, poivrons, pommes de terre)
- Aubergines étuvées: aubergines avec de la sauce tomate, oignons et ail
- Courgettes étuvées: courgettes frites, puis mijotées avec un peu d'eau, du sel et du poivre, on y ajoute du yaourt et de l'ail
- Fèves à l'huile: oignon, eau, huile d'olive et tomate
- Cornes grecques
- Artichauts: oignon, eau, huile d'olive et tomate
- Blettes: oignon, eau, huile d'olive, ail et persil
- Haricots verts: oignon, eau, huile d'olive et tomate
- Pommes de terre: avec coriandre et ail, huile d'olive

#### 6- Les pâtes

- Lahm bi aajine : aléppin ou antabliote, pâte à pain couverte de viande grasse hachée, assaisonnée et épicée, cuite au four
- Ich el boulbol : pâte feuilletée couverte de viande hachée assaisonnée au concentré de jus de grenade, cuite au four et décorée de pignons
- Beurak : feuilletés à la viande hachée ou au fromage
- Zounkol : de la pâte feuilletée, coupée en ronds, frits au beurre animal, arrosés de sucre fin et de cannelle
- Rehtayé : pâte coupée en tranches, bouillie avec des oignons et des lentilles

#### 7- Les omelettes et les panés

- Au persil : œufs, oignon, ail, piment rouge, persil, menthe verte, hachés, épices, sel
- A l'aubergine : omelette au persil, avec des aubergines en dés
- A la courgette : omelette au persil, avec des courgettes en dés
- A l'artichaut : omelette au persil, avec des artichauts en dés
- Aux choux-fleurs
- Aux cervelles : œufs, cervelle de mouton, poivre noir
- Avec de la viande hachée et du persil : omelette au persil avec de la viande hachée
- Des aubergines panées
- Des courgettes panées
- Des fonds d'artichauts panés
- Des pommes de terre en rondelles panées
- Des choux-fleurs panés
- Des cervelles panées

- Des rognons blancs / amourettes de moutons panées
- Yashellok : du persil avec de la viande hachée frite, pignons et œufs au plat

#### 8- Les ragoûts au riz ou au bourghol

- Cheikh al mehchi : courgettes et/ou aubergines farcies de riz + viande hachée, cuites au concentré de jus de grenade
- Truffes à la viande
- Chou-fleur à la viande
- Coing : du coing cuit à la sauce tomate et au jus de grenade avec de grands morceaux de viande et de la graisse
- Pommes : pommes évidées et farcies de viande hachée et épices
- Armane : lait caillé dilué avec un peu d'amidon, bouilli avec des morceaux de viande
- Armane aux pommes de terre : de grandes tranches de pommes de terre avec de la viande hachée, arrosées de sauce tomate
- Kouayssat : muscle de la cuisse du mouton farci de viande hachée et de pignons et cuit à la sauce tomate
- Petits pois verts, avec de la viande hachée, ou en morceaux, à la sauce tomate
- Haricots verts, avec de la viande en morceaux, coriandre, à la sauce tomate
- Cornes grecques, avec de la viande en morceaux, à la sauce tomate et verjus
- Artichauts, avec de la viande en morceaux
- Poireaux, coupés avec de la viande en morceaux, à l'eau, sel, beurre animal et vinaigre
- Câpres, avec de la viande en morceaux, du beurre animal et du jus de citron
- Epinards, boulettes de kebab avec des épinards et du beurre animal
- Corète : viande de mouton ou de poulet, coriandre et ail
- Aubergines renversées : coupées en grands morceaux, sautées au beurre animal, rangées dans un plat, couvertes de riz, le tout cuit puis renversé dans une assiette. Ajouter une couche de viande en morceaux et de viande hachée, des noix pignons amandes frits, poivre
- Riz au poulet
- Haloub : oignons verts, ail vert avec de la viande en morceaux, concentré de tomate et concentré de jus de grenade

#### 9- Les kebbés

- Au plat : on étend la pâte de kebbé sur le plateau, on ajoute une couche de viande hachée frite, avec des noix et des pignons, on la couvre d'une autre couche de pâte de kebbé, puis on la taillade en losanges et on la recouvre d'une mince couche d'huile d'olive mélangée à de l'huile végétale, on cuit au four
- A la tôle : pâte de kebbé en forme ronde, farcie de viande, de graisse, de noix, d'oignons râpés, des épices, le tout frit, grillé sur une grande plaque convexe
- Frite : pâte de kebbé en boulettes, ovales ou oblongues, farcies de viande hachée, pignons, noix, oignons hachés
- Aux coings : pâte de kebbé en boulettes farcies de viande hachée, de fruits secs, à la sauce tomate, au concentré de jus de grenade, coings, ail et menthe séchée
- A la citrouille : on remplace le coing par la citrouille
- Aux prunes acides /cassis
- Aux nèfles

- Kebbé chakrié ou labaniyeh (à base de lait caillé)
- Kebbé torsadé : même procédé que au plat mais il est roulé au lieu d'être étalé
- Kebbé Choidust : pâte de kebbé en boulettes dans une préparation d'oignons verts et de concentré de tomate
- Au sumac : pâte de kebbé en boulettes farcies de viande hachée et fruits secs dans une sauce tomate, jus de sumac, aubergines et viande en morceaux
- Aux artichauts : même recette que la précédente, mais les aubergines sont remplacées par des artichauts
- Aux navets : même recette que la précédente, mais les aubergines sont remplacées par des navets
- Grillé : pâte de kebbé en petites boulettes farcies de graisse et de noix
- Kebbé aux carottes noires
- Kebbé Hamiss : pâte de kebbé en boulettes oblongues frites au beurre animal, jetées dans le bouillon de viande à la sauce tomate + oignons + concentré de jus de grenade
- Kebbé vert : recette du kebbé hamiss, avec du persil haché au lieu de la sauce tomate
- Kebbé jaune : pâte de kebbé en boulettes vides, frites, saupoudrées d'oignons frits, safran et persil haché
- Kebbé bombé : pâte de kebbé en forme de petits dômes, avec la farce du kebbé frit
- Kebbé étuvé : pâte de kebbé en petites boulettes frites au beurre animal avec des oignons, arrosées d'eau, et mijotées à feu doux
- Kebbé au poisson : pâte de kebbé faite avec de la chair de poisson au lieu de mouton
- Kebbé kuchk : ce plat ressemble au kebbé labaniyeh mais le kuchk est cuisiné avec de la viande et des os
- Kebbé Hilé : le bourghol est pétri avec de la farine. Plat sans viande, c'est le kebbé du Vendredi Saint et le repas des pauvres
- Kebbé aux lentilles : les lentilles broyées sont cuites à l'eau puis mélangées au bourghol, ce kebbé sans viande est ensuite pétri avec des oignons frits au beurre animal. Epicé, puis servi coupé en petits morceaux
- Kebbé en brochettes : le bourghol est pétri avec de la viande grasse modelée à la main sur des brochettes et grillé au feu de bois.
- Kebbé taraboulsiyeh : même que le kebbé frit, mais à la forme différente
- Kebbé bouraniyeh : pâte de kebbé en boulettes farcies de graisse et de viande hachée, bouillies dans du douberké délayé (du lait bouilli au feu en remuant très longtemps avec du sel), avec des courges coupées en petits morceaux.
- Kebbé au riz : riz longtemps bouilli, une fois refroidi, il est pétri avec des oignons râpés, en forme de grosses boules farcies de viande hachée et fruits secs, puis frites
- Kebbé aux pommes de terre : même recette que le kebbé au plat, mais de la purée de pomme de terre remplace la pâte de kebbé
- Le Pacha et ses soldats : du chich baraq avec des boulettes de kebbé
- Kebbé enroulé en forme d'entonnoir : pâte de kebbé coupée en petits morceaux, frits, trempés dans des œufs et frits une deuxième fois
- Kebbé aux épinards : pâte de kebbé en boulettes, farcies de beurre ou de graisse animale, frites, ajoutées à des épinards cuits au bouillon de viande, avec des morceaux de viande
- Kebbé enduit : pâte de kebbé en petits ronds rangés dans un plateau, baignants dans du beurre animal, cuits au four
- Kebbé au fromage : pâte de kebbé en grande boule, farcie de fromage qui remplace au printemps la viande hachée, grillée

- Kebbé « souar al sitt » (le bracelet de la dame) : pâte de kebbé en forme de bracelet, farcie de pistaches pilées
- Kebbé boulettes : pâte de kebbé pétrie avec de la farine, roulée en petites boulettes, frites et servies avec des épinards en accompagnement, aspergées d'oignons et de piments rouges
- Kebbé hamouiyeh : pâte de kebbé en grandes boules bouillies puis frites
- Kebbé des parturientes : pâte de kebbé en boulettes, frites, servies avec de la sauce tomate et beaucoup de persil
- Kebbé foncé (couleur d'encre) : pâte de kebbé en boulettes, cuisinées avec le jus de grenades acides
- Kebbé sautillant : pâte de kebbé en petites boulettes, frites, qui se mangent en une bouchée
- Kebbé éclaté : kebbé sans viande en boulettes, sans farce, frites, puis jetées dans une sauce de tomates et d'oignons
- Kebbé pavané : pâte de kebbé en boulettes, cuisinées avec des aubergines, tomates et oignons
- Kebbé ourfali ou antabi : pâte de kebbé en grandes boules oblongues, frites, se fait à la machine
- Kebbé labaniyeh : du lait caillé dilué dans l'eau avec un peu d'amidon, bouilli avec du poulet ou de la viande de mouton, on y jette les boulettes de kebbé farcies de beurre animal, ail, on saupoudre de menthe séchée, et on sert avec du riz bouilli
- Kebbé armane : comme le kebbé labaniyeh, le lait caillé est cuit avec de la viande sautée
- Kebbé d'Izmir
- Kebbé zingliyé : pâte faite de farine avec un peu de blé concassé et d'épinard, puis frite à l'huile.
- Kebbé aux œufs : œufs bouillis enrobés de pâte de kebbé
- Kebbé nayieh : la viande crue est pilée dans un grand mortier en pierre puis pétrie avec le bourghol déjà trempé et des épices. Se mange crue.

#### 10- Les farcis

- Aubergines farcies à la sauce tomate avec du jus de citron ou du verjus ou du jus de grenade acide, avec de l'ail, de la menthe séchée, du sel, du jus de tomate ou du concentré de tomate dilué
- Aubergines farcies au ragoût d'aubergines (hob al 'ob)
- Courgettes farcies :
  - avec du lait caillé
  - avec de la sauce tomate
  - avec des haricots
  - avec les feuilles de vigne farcies
  - Le cheikh el-mehchi (cheikh des farcis) de courgettes farcies de viande sautée, cuisinées à l'eau ou au concentré de jus de grenade ou au concentré de tomate
- Courges farcies au verjus, menthe séchée et ail
- Courges farcies avec les feuilles de vigne farcies
- La ronde des farcis : courges, courgettes, aubergines au verjus ou jus de citron, avec de la sauce tomate, de la menthe séchée, de l'ail

- Feuilles de choux farcies, cuites au jus de citron, ail, et menthe séchée; ou cuites au jus de tomates concentré et au concentré de jus de grenade
- Feuilles de blettes farcies à la sauce tomate ou à l'eau
- Feuilles de vigne farcies
- Concombres chatés (ajjour) farcis au riz ou au friké (blé vert grillé)
- Carottes noires farcies
- Tomates farcies
- Oignons farcis
- Poivrons verts farcis
- Pommes de terre farcies
- Truffes farcies cuites à l'eau
- Tripes farcies
- Yalandji (farci froid, sans viande, de feuilles de vigne, d'aubergines, de courgettes, de blettes)
- Dinde farcie de friké, de riz avec de la viande hachée et des fruits secs
- Poulet farci de riz avec de la viande hachée et des fruits secs
- Volailles farcies de riz avec de la viande hachée et des fruits secs
- Pigeons farcis de riz et de friké avec de la viande hachée et des fruits secs
- Abats farcis de riz avec de la viande hachée
- Rôti de mouton à l'ail et aux épices

#### 11- Les viandes grillées et poêlées

- Coupée en petits morceaux : assaisonnés de sel, de poivre et d'épices
- Kébab : de la viande grasse, finement hachée, assaisonnée de sel et de poivre
- Kébab ourfali
- Kébab antakli
- Kébab aux aubergines : on superpose les morceaux de kébab et les tranches d'aubergine sur la brochette
- Foie (foie, cœurs, reins, rates, abats, etc.)
- Entrecôtes avec ou sans os
- Saucisses : viande hachée, assaisonnée d'épices et de pignons, farcie dans un boyau, la saucisse a la taille d'un petit doigt
- Kadid : viande grasse hachée gros, épicée, farcie dans un boyau, séchée à l'air
- Filets
- Krass naanaa : viande hachée très fin ou pilée, pétrie avec de la menthe séchée, épicée, frite au beurre, étouffée au jus de citron, ail, sel et huile d'olive
- Toutes sortes de volailles et de pigeons
- Poulet
- Agneau

#### 12- Les poissons

Les plats de poisson et de fruits de mer sont rares vu la situation géographique d'Alep, loin de la mer. Citons quand même quelques plats :

- Poisson de rivière (frit, macéré, au four, en daube, en kebbé)
- Grillé au four avec tarator (huile de sésame + jus de citron + persil haché + ail, huile d'olive)
- Cuit avec de l'huile d'olive et des oignons
- Poisson de mer (frit, grillé, avec tarator)



- Anguilles grillées
- Poisson-chat ou silure, frit

### 13- La pâtisserie familiale

- Khabissa : mélasse de raisin diluée dans l'eau, cuite avec de l'amidon et du sucre.
- Riz au lait : le riz est cuit avec le lait, de l'amidon et du sucre
- Vermicelle au lait : le lait est cuit avec la vermicelle, très peu d'amidon, du sucre
- Balouza : jus d'orange avec de l'amidon
- Moubattané : riz au lait sans sucre couvert de balouza
- Houboub : du blé cuit avec du lait et du sucre
- Céréales : du blé cuit avec du sucre, sans lait
- Zenkol : pâtes feuilletées sautées au beurre animal, sucre et cannelle
- Sayyalat : grands blinis, frits au beurre animal, saupoudrés de sucre fin et de cannelle
- Katayefs aux noix : blinis farcis de noix, fermés en calzone, frits à l'huile, servis arrosés de sirop et saupoudrés de cannelle
- Katayefs à la crème de lait : comme 'aux noix', mais farcis de crème de lait
- Kenafé mafrouké : pâte filée découpée, frite au beurre animal, farcie de noix, amandes et pistaches, sucre
- Zarda : riz au safran, eau de rose et amidon
- Haytalié : du lait cuit avec de l'amidon, versé dans des plateaux, baigné dans de l'eau froide, il s'épaissit. Découpé en cubes, il est servi dans des bols, sans eau, arrosé de sirop et d'eau de fleurs d'oranger. Il est généralement consommé avec de la glace au lait.
- Mouhallabié : blanc-manger
- Ronds aux dattes : pâte de galette farcie de dattes et de beurre animal, cuite au four
- Carabiges : pâte sablée faite de semoule de blé farcie de noix ou pistaches pilées, en forme de boules oblongues, servies avec du natef tiède (sauce épaisse faite à base de bois de panama, d'eau de fleurs d'oranger et sucre), saupoudrées de cannelle
- Maamoul : pâte farcie de pistaches, cuite au four et consommée froide
- Ghraybé : pâte cuite au four et consommée froide
- Galettes de fêtes : cuites au four
- Galettes aux dattes : cuites au four

### 14- Les confitures

- Cerises acides (griottes)
- Abricots : entiers ou pilés
- Oranges amères (bigarades) (écorce)
- Cédrats (écorce)
- Aubergines (entières)
- Noix vertes (entières)
- Pommes (entières)
- Pétales de roses
- Pétales de roses laxatives
- Figs (entières)
- Dattes (entières)

- Pastèque (écorce)
- Prunes (entières)
- Pêches (entières)
- Coings (entiers)
- Arassyé (prune noire acide)
- Citrouilles
- Citrons (écorce)
- Mandarines (écorce)

#### 15- Les condiments et cornichons

##### **Cornichons**

- Navets et betteraves
- Tomates vertes
- Concombres
- Concombres d'Egypte (Etteh)
- Concombres chatés (Ajjour)
- Poivrons verts
- Cœurs de laitues
- Choux-fleurs (seuls ou avec betteraves)
- Feuilles de chou
- Aubergines
- Cœurs d'artichauts
- Amandes vertes
- Raisins verts
- Ail vert
- Oignon
- Haricots verts
- Carottes
- Prunes vertes

##### **Condiments**

- Thym
- Olives
- Câpres

### **VII- Liste des céréales, des légumes et des fruits**

#### 1- Les plantes et les céréales

Le blé occupe la place d'honneur parmi les céréales cultivées dans la région d'Alep; il constitue la plus importante de ses exportations et la ressource primordiale de ses habitants, tout comme le coton. Citons d'autres céréales d'Alep aussi:

- |                  |                 |                              |
|------------------|-----------------|------------------------------|
| - Les lentilles  | - Les fèves     | - Le sésame                  |
| - Le ricin       | - Les haricots  | - Les petits pois            |
| - L'orge         | - Le riz        | - L'avoine                   |
| - Le maïs jaune  | - Le maïs blanc | - Les haricots noirs         |
| - Le pois chiche | - Le myrte      | - Les grains de nigelle      |
| - Le pavot       | - Le chènevis   | - Le carthame de teinturiers |

- L'anis
- Le sumac

## 2- Les légumes

- Les pommes de terre
- Le concombre
- La citrouille
- La menthe
- La laitue
- Le céleri
- Le fenouil
- L'artichaut
- Le navet
- Le poireau
- Le chou-fleur
- La tomate
- La courge
- La courgette
- L'aubergine noire
- Le persil
- La laitue romaine
- Le pourpier
- La carotte
- Le radis
- L'oignon
- Les câpres
- Le romarin
- Le thym
- Le concombre d'Égypte
- L'épinard
- La blette
- La chicorée
- La corète
- La betterave
- La corne grecque
- L'ail
- Le concombre chaté (légume uniquement cultivé dans la région d'Alep)
- Le poivron rouge en forme de corne, doux et piquant, le poivron vert doux

## 3- Les fruits

- Le raisin de diverses variétés et ses nombreux dérivés : l'arak, la mélasse, le bastik (pâte à base de jus de raisin), le vin, le vinaigre, le raisin sec, le raisin vert, le verjus
- L'olive
- La pistache
- La figue (on raconte que l'historien Ibn-Al-Chahné a ainsi décrit le figuier d'Alep: «Il porte des figues uniques au monde, par leur forme, leur valeur nutritive, leur goût et leur nombre»
- L'amande douce et amère
- L'amande verte (= akkabié)
- Le pignon
- L'aubépine
- La pomme (9 variétés)
- La poire avec ses 3 variétés portant chacune le nom de sa provenance
- Le coing
- La mirabelle (6 variétés)
- L'abricot (6 variétés)
- La pêche (6 variétés)
- La groseille: très douce = l'europpéenne, acide = d'Alep
- La prune
- La grenade (5 variétés : 1- la jaune pâle à la peau mince, aux grains blancs = la meilleure et la plus rare, 2- la jaune-vert aux grains rosés, 3- la rouge de peau et de grains, 4- la jaune de peau aux grains blancs, 5- la noire de peau, inconsommable mais qui soigne la diarrhée)
- La noix
- La cerise (4 variétés: 1- l'istanbouliote, la cerise blanche au trait rouge qui est très douce, 2) la persane, rouge foncé, douce, 3) l'europpéenne, rouge foncé, acide, 4) la weshna, noire, qu'on cuit avec le kebab, dont on fait une confiture exquise, et une liqueur)
- La mûre (3 variétés)
- La noisette

- L'orange douce, sanguine, amère et acide
- Le cédrat
- La mandarine et la clémentine
- Le pamplemousse
- La nèfle
- Le citron acide et doux
- La pastèque
- Le melon jaune (plusieurs variétés: le sultan, l'anadani, le samarquandais, le camali, le babi, le deyri, l'ananas)
  - La rose (jouri) qui donne la délicieuse confiture de pétales de roses
- Le sumac

#### 4- Les jus et les sirops

	<u>Jus</u>	<u>Sirop</u>
D'orange	x	x
De mandarine	x	x
De citron	x	x
De raisin vert	x	x
De pamplemousse	x	
De pomme	x	
De carotte	x	
De cédrat	x	
De cerise		x
De mûre	x	x
De grenade	x	x (mélasse)
De rose		x
De graines grillées de melon et de pastèque	x	
D'amande		x
De tamarin (trempé dans l'eau)	x	
D'abricot		x
De réglisse		x
De carkoudé		x

### **VIII- Littérature et cuisine d'Alep**

#### 1- Les arts à Alep

Les alépins ont joué un rôle prépondérant dans des domaines culturels variés; citons la musique et le chant. Alep a excellé dans l'évolution de cet art en l'enrichissant des siècles durant, grâce à de grands maîtres et de brillants compositeurs qui ont transmis ce patrimoine d'une génération à une autre.

Alep est unique dans le monde arabe pour accueillir les plus grands chanteurs et musiciens arabes, les apprécier, et reconnaître leur génie: Saïd Darwich, Abd El-Wahab, Oum Kalthoum, Nour Al-Houda et tant d'autres.

En architecture, Alep a taillé dans ses pierres un langage typique dont témoignent jusqu'à aujourd'hui ses monuments et ses constructions. Le rapport de l'UNESCO sur Alep au XXe siècle le signale; contentons-nous de ne citer que cette phrase: «étant

donné la beauté architecturale de cette ville sauvegardée à travers les siècles, Alep se classe au rang de Venise et de Florence, elle fait partie du patrimoine culturel mondial auquel nous tenons».

Les grands maîtres de la calligraphie ont excellé à Alep comme Hussein Husni, scribe du sultan, ainsi que Al-Rifai, Al-Mawlaoui, Al-Sabouni, Al-Idilbi, Al-Jawich, Al-Houri, Fares et tant d'autres ...

Quant aux poètes, ils sont légion pour ne citer que Al-Moutanabbi, Abou-Al-Ala'-Al-Maarri, Abou-Firas Al-Hamadani et tant d'autres. Si nous poursuivions notre propos sur tous les créateurs de la civilisation dans tous ses aspects, ce serait un sujet inépuisable.

Malgré tous ces domaines culturels à Alep, aucun art n'a inspiré l'art populaire alépin autant que la cuisine.

## 2- La littérature et la cuisine d'Alep

Notre objectif est de démontrer que la littérature populaire d'Alep a été largement inspirée de la renommée de sa cuisine. Nous voudrions souligner qu'Alep est la plus vieille cité habitée sans interruption depuis l'âge de pierre, et plusieurs civilisations s'y sont succédées. Si nous regardions de près la variété de ces civilisations, nous pourrions imaginer l'étendue de son authenticité, ce que nous constatons dès que nous citons Alep dans une conversation ou un discours.

Nous voudrions éclaircir un point important sur la littérature inspirée par la cuisine alépine. On trouve à Alep toutes sortes de créations artistiques, quant à sa cuisine, elle en a fourni les meilleurs exemples.

Les alepins ont pu, grâce aux sensations gustatives, olfactives, visuelles et auditives, atteindre une certaine profondeur de la nature humaine, ainsi que par la rhétorique notamment les comparaisons et les métaphores employées pour les fruits, leur parfum et leur bon goût.

## 3- Description de la nourriture et éloge de ses délices

Ils ont parlé de la viande à la pâte  
Ce plat nécessite une préparation  
Sept sultans ont promulgué un firman à ce sujet.

Le kébab aux cerises, quelle merveille  
Introuvable, pas même en rêve  
J'en mange jusqu'à satiété maximale  
Même si j'en crève.

On m'a dit : il y a du pain et des olives  
J'ai répondu : la satiété est impossible  
J'en mange neuf assiettes  
Et je reste toujours sur ma faim.

(NDLT : il est très difficile de traduire fidèlement des vers et nous avons dû nous contenter de 3 exemples uniquement)

#### 4- Les occasions religieuses et sociales et leurs plats

Noël :

- Yabrak (feuilles de vigne roulées, farcies de riz + viande hachée, cuites à l'eau + jus de citron ou verjus, et de l'ail en bonne quantité), avec côtelettes d'agneau et pieds de mouton
- Dinde farcie (de viande hachée + riz, garnie d'amandes, pistaches, pignons et châtaignes). Plat importé.

Nouvel An : (plats à tendance blanche)

- Kebbé Labaniyé (kebbé, riz bouilli et lait caillé chaud, saupoudré de menthe séchée)
- Katayef (genre de blinis farcis de crème de lait et arrosés de sirop parfumé à l'eau de fleurs d'oranger)
- Mouhallabié (lait épaissi à l'amidon, sucré et parfumé à l'eau de fleurs d'oranger), Moubattané (riz au lait surmonté d'une couche de jus d'orange épaissi à l'amidon et sucré) et Khabissa (mélasse de jus de raisin + amidon + gingembre, décorée de cerneaux de noix grillées, servie dans des assiettes parfumées à l'encens)
- Carabiges (pâte sablée faite de semoule de blé farcie de noix ou pistaches pilées, en forme de boules oblongues, servies avec du natef tiède (sauce épaisse faite à base de bois de panama, d'eau de fleurs d'oranger et sucre), saupoudrées de cannelle)
- Confitures variées (cédrat, aubergines, noix, citrouille), liqueur de griottes et masepain.

Epiphanie :

- Samboussacs (feuilletés à la viande ou au fromage frits). Il est de tradition d'introduire dans l'une d'elles quelque chose de dur (fève ou haricot blanc) pour tirer le roi
- Khabissa (voir plus haut)
- Katayef (genre de blinis farcis de noix + sucre + eau de rose, ou crème de lait, fermés en calzone et frits au beurre ou à l'huile, puis baignés dans le sirop parfumé à l'eau de fleurs d'oranger)

Samedi de Lazare :

- Hariré (douceur à base d'amidon bouilli dans l'eau, puis refroidi et arrosé de mélasse de raisin, diluée dans l'eau de fleurs d'oranger)

La période précédant le Carême :

- Krass (genre de pains à base de farine et de beurre + levure + mahlab moulu. Fourrés de dattes, ils portent le nom de Kata)

Premier jour de Carême & Vendredi Saint :

- Moujaddara (riz + lentilles cuits, garnis d'oignons en lamelles frits à l'huile)

- Adess Hamod (lentilles + feuilles de blettes + céleris + carottes + ail pilé, cuits, on y ajoute du concentré de jus de grenade et l'on garnit d'oignons frits)
- Kebbé zenglié (kebbé sans viande, à base d'épinards, persil, oignons verts, coriandre verte, le tout haché, lié avec une pâte à pain, frit à l'huile)

#### Période de Carême :

- Rehtayé (lentilles cuites à l'eau auxquelles on ajoute des pâtes sèches et du sel. Garniture d'oignons hachés et frits à l'huile)
- Kebbé Hilé (kebbé sans viande avec de la farine, en boulettes, bouilli, puis jeté dans la sauce tomate qui contient du verjus + oignons frits à l'huile)
- Kebbé 40 martyrs (même kebbé que Hilé, farci de noix, persil haché, concentré de jus de grenade et oignons hachés et frits, bouilli)
- Kebbé Arassyé (même kebbé que Hilé, farci de 1 arassyé - genre de prune, bouilli)
- Makhkouta (lentilles rouges cuites, avec un peu de bourghol, parfumées avec du cumin, de la coriandre séchée moulue, garnies avec des oignons hachés et frits à l'huile)
- Il existe par ailleurs une grande gamme de plats à base d'huile

#### Pâques :

- Brioches (doit nécessairement être parfumée avec un mélange de mahlab et de mastic pur moulu)
- Yabrak (voir plus haut)
- Kebbé Taraboulsiyé (kebbé farci de viande hachée + oignons + noix frits au beurre, puis le kebbé est poêlé)
- Agneau pascal (plat importé)
- Tatbil (lait caillé, laitue, persil et menthe hachés)
- Ejjé (omelette aux fines herbes: persil, menthe, oignons verts, hachés fin)
- Maamouls (pâte sablée faite de semoule de blé + beurre, farcie de noix grillées grossièrement pilées + sucre, ou de dattes + beurre, ou de pistaches grillées + sucre, toutes les farces parfumées à l'eau de fleurs d'oranger)
- Galettes de Pâques (tradition arménienne)
- Klija (petits pains aux épices)

#### Le mois de Chaabane :

- Ghraibet Chaabane (genre de sablé fourré à la crème de lait et cuit au four puis garni de pistaches)
- Maarouk (genre de pain assez épais parfumé à l'eau de fleurs d'oranger)
- Houboub (blé bouilli avec du lait sucré, une fois refroidi on le décore avec des noix + pistaches + amandes)

#### Le mois de Ramadan :

- Tamer Hindi, Sousse, et Kamareddine (jus de tamarin, jus de réglisse et jus d'abricots, indispensables après toute une journée de jeûne)
- Tous genres de soupes, surtout à base de lentilles
- Yashellok (omelette avec de la viande hachée, frite dans du beurre animal)
- Naem (berne de pâte très fine à base de maïs gonflé, frite à l'huile)

- Maarouk (voir plus haut)
- Khchaf (abricots secs trempés dans de l'eau pendant plusieurs heures jusqu'à ce qu'ils soient tendres et qu'ils gonflent, puis cuits avec du sucre à volonté et décorés d'amandes émondées)
- Nahech (pâte feuilletée en forme de cercle farcie de crème de lait puis garnie de crème de lait et de pistaches pilées)
- Kellage (pâte d'amidon très fine trempée dans du lait et farcie de crème de lait, en forme de boulettes qui seront garnies de pistaches et sucrées au sirop de sucre)
- Ghazel Banat (barbe à papa, farcie de pistaches ou de crème de lait, ou des 2 à la fois)
- Carabiges (farcis de crème de lait)

Nouvel An de l'Hégire :

- Sh'aybiyates (Pâte feuilletée farcie de crème de lait de brebis ou de noix ou de pistaches, cuite au four et sucrée au sirop, saupoudrée de sucre fin et cannelle)

Retour du Pèlerin de la Mecque

- Raha (loukoum à la pistache)

Eid Al-Adha :

- Le plat principal du déjeuner doit nécessairement être à base de viande de mouton
- Maamoul (voir plus haut)
- Ghraybé (voir Ghraybet Chaabane plus haut)

Mariage :

- Glace au lait ou aux pistaches
- Mouhallayé (lait bouilli auquel on verse d'un coup un genre de crème appelée malfaha et qui le rend plus ferme tout en lui donnant un goût spécial. Refroidi, il sera garni d'une bonne quantité de noix et d'amandes pilées)
- Kechké (lait épaissi avec de l'amidon, sucré, parfumé à l'eau de fleurs d'oranger, puis garni d'amandes et de pistaches pilées)
- Sirop d'amandes (spécialité d'Alep)
- Raha (loukoum à la pistache, doit peser pas moins de 100gr la pièce)
- Ghraybé Stambouliyé = macarons (blanc d'œuf + amandes en poudre + sucre, pâte en forme de petites soucoupes cuite au four)
- Zouroud (eau, sucre, safran, garni d'amandes)

Naissance :

- Moughli (riz moulu, bouilli dans l'eau puis sucré, auquel on rajoute cannelle + clous de girofle + carvi + un peu d'anis que l'on fait bouillir dans l'eau pendant une heure puis on sucre et on verse dans de petits bols. On laisse refroidir puis on décore avec des amandes et pistaches épluchées)
- Dragées fraîches (dragées aux amandes grillées mais elles doivent être nécessairement fraîches : préparées au maximum trois ou quatre jours avant)



Première dent de bébé :

- Slika (blé longtemps cuit à l'eau, puis on passe l'eau s'il en reste, on sucre, on y ajoute du fenouil pilé, on garnit avec un mélange de noix + amandes + pistaches le tout grillé, des raisins secs, des grains de grenades et de la cannelle)
- Houboub (voir plus haut)

Décès :

- Ouzi (feuilles de brick, farcies avec de la viande hachée cuite avec du riz et des petits pois + amandes + pistaches + pignons, roulées en petits dômes. Ces boules seront badigeonnées de beurre et dorées au four)
- Ich-al-boulboul = nid de rossignol (pâte feuilletée plate en forme de petite pizza, garnie de viande hachée assaisonnée au concentré de jus de grenade, cuite au four et décorée de pignons)
- Café arabe très concentré, longtemps bouilli, avec de la cardamome

Début du Printemps :

- Riz aux fèves vertes (viande de mouton très tendre cuite à l'eau parfumée du bouquet garni traditionnel dans laquelle on fera cuire le riz et les fèves vertes fraîches, le plat sera garni d'amandes + pistaches + pignons frits)
- Haloub (viande de mouton préparée avec des oignons verts, de l'ail vert et du concentré de jus de grenade)
- Kechk (bourghol que l'on trempe chaque jour dans du yaourt nature jusqu'à ce qu'il devienne comme une pâte puis on le mélange avec de l'ail vert pilé + un peu de sel + noix râpée, le plat sera garni d'huile d'olive)

Fête de la Vierge - Assomption (15 août) :

- Harissé. Coutume arménienne (coq et viande de mouton + blé, longtemps bouillis jusqu'à se transformer presque en purée)

Sainte Barbe :

- Slika (voir plus haut)
- Knafé Ash = paille (pâte à kenafé séchée au four, que l'on arrose de sirop parfumé à l'eau de fleurs d'oranger, puis garnie d'amandes + pistaches + noix grillées et saupoudrée de cannelle)
- Tous genres de pâtisserie arabe comme le baklawa, le kenafé mabroumé, etc... faits à base de pâte feuilletée ou de filaments de pâte à kenafé

##### 5- La sagesse des dictons sur la cuisine d'Alep

Les métaphores de la cuisine alépine sont parvenues à une grande finesse d'expression. Elles évoquent une sagesse digne du parler des animaux dans le célèbre ouvrage «Kalila wa Dimna» d'autant plus que cette rhétorique, fort loin de la poésie, de l'essai ou de la philosophie qui nécessitent un potentiel culturel élitiste et de la gastronomie, reste le dénominateur commun de tous. Par ailleurs, nous constatons que les dictons de la gastronomie résument l'art de vivre des alépins, leurs expériences et leur vision du monde. Ils ont été des avant-gardistes, accusés de gourmandise et de glotonnerie, et de leurs conséquences : «un tel a un rat au ventre» comme si le gourmand nourrissait un rat tapi dans son estomac. «La

nourrice mange autant que quatre» ce qui signifie que l'homme mange normalement mais que la nourrice a besoin de bien plus. Voilà un autre dicton : «réduis ton manger, tu te préserveras de la maladie». Ils ont donné un dicton concernant l'hygiène : «évacuez ce que votre estomac contient, cessez de manger et vous recouvrirez la santé».

«Manger salé, n'est pas bon pour la santé».

Ces dictons réfutent les accusations selon lesquelles les alépins ne savent que manger et cuisiner car l'art culinaire représente la civilisation du peuple. Dans une interview télévisée du célèbre compositeur Assi Al-Rahbani, on a constaté qu'il usait de comparaisons gastronomiques, l'intervieweur a protesté en disant : «à chaque question, vous répondez par des comparaisons culinaires». Le summum de la civilisation d'un peuple est dans sa cuisine, répondit-il, en donnant l'exemple du Taboulé (la célèbre salade libanaise) : un vrai génie, réunissant les légumes, les céréales, les fruits (tomates et citrons), les épices, les protéines, l'huile d'olive, un vrai tableau, beau à voir et à déguster; telle fut sa réponse.

#### 6- Les cuisiniers alépins les plus renommés

Kachajem, cuisinier du prince Saïf-Al-Daoula-Al-Hamadani

#### 7- Les noms de familles alépins dérivés de différents métiers et ingrédients de la gastronomie

##### **Noms dérivés de plats**

Kadid (viande séchée)	Kebbé
Kaskassoun	Moghrabié (couscous au poulet)
Moujaddara (plat à base de lentilles)	Mehchi (farci)
Lahm bi Ajine (pizza arabe)	Makhlouta (soupe aux lentilles)
Sikh-kebbé (brochette de kebbé)	Labanié (plat au yaourt)

##### **Noms dérivés des animaux**

Kabaoué (tripe)	Arnab (lapin)
Jamous (buffle)	Kharouf (agneau)
Jadi (chevreau)	Jamal (chameau)
Ghazal (cerf)	Al-Akkouch (toile d'araignée)
Al-Ghanam (brebis)	Ijlé (génisse)
Chkourok (grenouille)	Zafar (gras)
Habra (viande rouge pilée)	Douhné (graisse)
Chahmé (lard)	Azem (os)
Adoumié (relatif aux os)	Lahmouni (charnu)
Habraoui (relatif à la habra, viande pilée)	Houchkol (abats)

##### **Noms dérivés des volailles**

Houjayli (relatif aux perdrix)	Hamam (pigeons)
Jajé (poule)	Dick (coq)
Al-batta (canard)	Jaj (poulet)
Hamamé (pigeon/tourterelle)	Douj (grive)
Souss (poussin)	Farkh (oisillon)
Asfour (oiseau)	Zakzouk (sorte d'oiseau)

Balek (traquet)

### **Noms dérivés des laitages**

Loubé (crème de lait)

Zoubdé (beurre)

Jibné (fromage)

Samné (beurre animal)

### **Noms dérivés des douceurs**

Ka'aké (galette)

Halaoué (douceur/pâtisserie)

Sukkar (sucre)

Asal (miel)

Hélou (doux)

Debs (mélasse)

Karbouj (sorte de pâtisserie)

### **Noms dérivés des ingrédients**

Bourghol (blé concassé)

Bamé (cornes grecques)

Bassalé (oignon)

Battikh (melons)

Boundouki (couleur de noisette)

Jabas (pastèques)

Tamer (dattes)

Khassé (laitue)

Hountayé (grain de blé)

Homméda (sorte d'herbe)

Zaitari (relatif au thym)

Zouroura (azerole)

Zétouni (relatif aux olives)

Ziouan (ivraie)

Soumsom (sésame)

Soumakié (plat au sumac)

Ajjourri (relatif au concombre chaté)

Oudaïs (petite lentille)

Koronfol (girofle)

Kabbad (cédrat)

Moukhallalé (cornichon)

Lawzé (amande)

Ward (roses)

Yansoun (anis)

Fijlé (radis)

Bizré (graine)

Bassal (oignons)

Battikha (melon)

Bakdounes (persil)

Jabassé (pastèque)

Housrom (raisin vert)

Khoudra (légumes)

Rouz (riz)

Zaatar (thym)

Zaarour (aubépine)

Naanaa (menthe)

Zétouné (olive)

Soulk (blette)

Chaouk (épinas)

Chaouké (épine)

Adés (lentilles)

Foustok (pistaches)

Konboz (chênevis)

Karazé (cerise)

Coussa (courgettes)

Mechmech (abricots)

Wardé (rose)

### **Noms des métiers**

Dabbah-Al-Bakar (égorgeur de bœufs)

Samman (épiciers)

Moukhallalati (marchand de condiments)

Achi (cuisinier)

Bassal (marchand d'oignon)

Tinaoui (marchand de figues)

Halwani (pâtissier)

Khabbazé (boulangère)

Farran (boulangers)

Assal (fabricant de miel)

Moussafi Al-Asal (vendeur de miel)

Mallah (marchand de sel)

Tabbakh (cuisinier)

Hallab (laitier)

Houloubi (laitier)

Halwagi (marchand de douceurs)

Khabbaz (boulangers)

Mahroussé (nom de plat)

Homsani (marchand de hommos)	Ra'i (berger/pasteur)
Khoudari (marchand de légumes)	Ghannam (marchand de mouton)
Zayyat (marchand d'huile)	Sakka (porteur d'eau)
Sahlabji (marchand de sahlab)	Sakakini (marchand de couteaux)
Sammak (poissonnier)	Ka'kaji (fabricant de galettes)
Dabbas (fabricant de mélasse)	Tahhan (meunier)
Saouwas (marchand de jus de réglisse)	Ousta (cuisinier)
Tawaf (marchand ambulante)	Attar (épicier)
Addas (marchand de lentilles)	Faouwal (marchand de fèves -foul)
Koudaïmati (marchand de pois chiches)	Kassab (boucher)
Kalla (celui qui frit)	Shawwa (rôtisseur)
Jarra (jarre)	Ibrik (carafe)
Kahwati (gérant d'un café)	Kahwaji (qui sert le café)
Kababji (marchand de kébab)	Knéfati (marchand de kénafé)
Maaliki (marchand de foie)	Haitalani (marchand de haïtalié)
Satel (seau)	Kabrité(allumette)
Fahmé (un charbon)	Fahm (charbon)
Ajjan (pétrisseur)	Soussani (boulangier de Soussan)

Etc... plus de 200 noms de familles, d'autres en citent encore plus...

#### 8- Les cris des marchands

##### • **L'aubergine**

Plus délicieuses que la truffe, ces aubergines !

C'est le temps des provisions d'aubergines

C'est de la truffe, l'aubergine de Tatef (village de la région d'Alep)

C'est le temps des provisions d'aubergines de Tatef

##### • **Les feuilles pour les farcis**

Aux blettes farcies

De la soierie farcie

##### • **La truffe**

Brunette la truffe

##### • **L'artichaut**

Ces artichauts tendres valent le prix de l'eau (pour rien) !

Il est vert et tendre, cet artichaut !

C'est de la truffe, cet artichaut

Venez-en acheter en guise d'adieu (en fin de saison)

##### • **Le concombre chaté**

Quel délice le concombre farci !

##### • **Les fèves**

Aux fèves vertes et tendres, venez-en acheter

- **La pomme de terre**

Elle est de Nabk, cette pomme de terre

Elle est récente et fraîche, cette pomme de terre

- **La pastèque**

Ne l'achetez qu'après l'avoir coupée

La pastèque au cœur rouge

- **Le melon**

C'est du miel ce melon !

Melon de Deyr-El-Zor, c'est du miel pur !

Melon de sirop, par sa douceur !

Des jarres de miel, ce melon !

- **Les laitues**

Qu'elles sont grandes, ces laitues !

- **Le concombre**

Doigts de bébés, ces concombres !

Quelle fraîcheur, et quelle verdure, le concombre !

- **Les tomates**

Rouges et dures, ces tomates !

Maquillée, elle va en promenade, cette tomate !

- **Les pistaches**

D'Achour (village de la région d'Alep, célèbre pour ses pistachiers) Oh, richesse d'Alep !

- **Les mûres**

Quelle douceur à déguster !

Il est temps de manger ces mûres, c'est de la pâtisserie !

Karabij (une pâtisserie d'Alep renommée pour sa douceur) !

Plus délicieux que la Mamounié (une pâtisserie à base de sucre, de beurre et de semoule).

- **La pamplemousse**

Meilleur remède.

La pamplemousse de la santé !

- **Le citron**

Ce citron est à presser

Jaune ce citron, acide ce citron !

(NDLT : il est difficile de traduire fidèlement et « poétiquement » les cris des marchands ambulants)

## 9 - Proverbes et dictons

- 1- Ton père est l'oignon, ta mère est l'ail, comment veux-tu, malheureux, exhaler une bonne odeur ?
- 2- Si plusieurs personnes surviennent à ta table, cuisine gras !
- 3- Un plat d'adieu de cette saison !
- 4- Tu manges autant que tu aimes celui qui t'a invité
- 5- Il a mangé à en crever puis il a protesté en disant : la nourriture n'est pas bien cuite !
- 6- Il s'est écrasé un oignon sur le nez (il a agi malgré lui, contre sa dignité)
- 7- Il suffit d'une bouchée pour exciter l'appétit, et d'un mot pour déclencher une querelle
- 8- Son corps est comme les blettes : elles sont cuites en une minute (signe d'impulsivité et d'émotivité)
- 9- Il est comme les noix, pour les manger il faut les casser
- 10- Ceux qui mangent le raisin vert ne sont pas les mêmes qui ont les dents irritées
- 11- Le pois chiche ne tient pas une seconde dans sa bouche (l'indiscrétion)
- 12- Si la viande de mouton te manque, tourne-toi vers le fabricant de hommos (la purée de pois chiche bon marché est aussi nourrissante que la viande)
- 13- Un tel grossit en mangeant du pain vendu au kilo (le pain se faisait en grande quantité à la maison. S'acheter du pain au kilo veut dire manger très peu)
- 14- Garde le fromage dans la grande jarre en verre (il faut toujours faire des provisions pour l'avenir)
- 15- S'il te donne de l'huile en échange de l'eau, tu es perdant (car il va te demander tout le temps de l'eau = un don précieux est toujours payé trop cher)
- 16- Le rehtayé est léger (à digérer)
- 17- Ce que tu mets dans la marmite, sort dans la louche
- 18- Ne cherche pas ce qui est bon marché, car tu en jetteras la moitié
- 19- Toi qui achètes de la viande à bon marché, tu le regretteras à son bouillon
- 20- Comme beurre et miel (signe d'une entente harmonieuse)
- 21- Ne mange pas le raisin vert, tu le mangeras raisin (la patience)
- 22- S'il te dit que le yaourt est noir, tu ajouteras qu'il est plein de suie (ne pas contredire les idiots)
- 23- Son visage ne rit même pas à la vue du pain chaud (toujours renfrogné)
- 24- Un bon plat se reconnaît à sa bonne odeur
- 25- Tout ce que la malvoyante cuisine, son mari le mange (l'homme qui aime sa femme ne critique jamais son comportement)
- 26- Il dit à sa femme : fais de la bonne cuisine, elle répondit : apporte beaucoup de viande et de beurre (la bonne cuisine nécessite de la générosité)
- 27- Pourquoi me brûler les doigts tant qu'il y a un cuisinier ? (chaque tâche n'est bien faite que par ses spécialistes)
- 28- Si tu ne donnes pas à manger aux neuf, tu ne mangeras pas en tant que dixième (partager le butin avec les autres pour avoir sa part)
- 29- Grand et élancé comme la corne des cornes grecques
- 30- Il est comme le concombre chaté amer, celui qui le goûte le crache (à la fréquentation tu connais les gens)
- 31- Si je voulais manger de ma poche, je ne t'aurais pas pris comme époux

- 32- Comme l'arak, il est blanc dans le verre, et noir à la tête (boisson alcoolisée très forte et très traître)
- 33- Qui veut manger du miel doit supporter les piqûres d'abeilles
- 34- Déjeune-le avant qu'il ne te dîne (prendre les devants/prévoir)
- 35- Mille oiseaux ne remplissent pas une marmite
- 36- Installe-moi à la cuisine des années durant et ne me fais pas entendre tes plaintes (on préfère accomplir soi-même le travail que d'entendre les autres se plaindre et grogner de l'avoir fait)
- 37- Celui qui s'est habitué à ton pain, à chaque fois qu'il te voit, il se lèche les babines (ta cuisine est délicieuse)
- 38- La poêle à frire a snobé le grilloir, l'autre a répondu : notre place, nous deux, est à la cuisine (à éviter de dédaigner ceux qui sont du même rang)
- 39- Prends des radis les feuilles; de la viande la sauce; et du bain la transpiration
- 40- Oh mon ventre, réjouis-toi on cuisine des plats farcis
- 41- Prends le matin joyeusement ton petit déjeuner, ne serait-ce que par deux éclats de rire, étends-toi après ton déjeuner ne serait-ce que deux minutes, marche le soir après dîner ne serait-ce que deux pas
- 42- Il n'y a que les os qui font beaucoup de bruit dans la marmite
- 43- Le boucher n'a pas d'amis (il trompe tout le monde)
- 44- Ses paroles sont comme les pistaches vides, elles craquent mais elles sont dénuées de sens
- 45- Celui qui a beaucoup d'épices arrose sa soupe aux lentilles avec (signe de richesse)
- 46- Le kebab n'est bon à manger que lorsqu'il transpire, et le foie que lorsqu'il brûle
- 47- S'il voit le foie il pousse des cris d'admiration (pour quelqu'un qui n'a rien vu dans sa vie et qui s'extasie sur n'importe quoi)
- 48- Un tel a le foie qui traîne (personne molle et antipathique)
- 49- Le sel est le sucre de tous les plats (l'importance du sel)
- 50- Il s'est transformé en sel et a fondu (la fuite discrète de quelqu'un)
- 51- Meurs rassasié et ne meurs pas affamé
- 52- Comme c'est dur de rouler les feuilles de vigne pour les farcir, et comme c'est facile de les avaler rapidement
- 53- Cuisiner ne nécessite pas de l'habileté, il exige de la patience
- 54- Mange ce dont tu as envie, et habille-toi conformément à ta société
- 55- Il est comme l'aubergine : farcie, grillée et en purée (d'une grande compétence, et bon à tout faire)
- 56- Après le mariage, plus de pâtisserie (si les promesses ne sont pas réalisées avant le mariage, il ne faut s'attendre à rien par la suite)
- 57- Celui qui mange sur sa dent, ne rend service qu'à soi-même
- 58- Plus tu as faim, plus tu trouves le repas délicieux
- 59- Celui qui mange et partage, mange joyeusement
- 60- Heureux les parents de celui qui travaille dans la restauration
- 61- Tant que tu es invité, mange et regarde avec des yeux exorbités (mange au maximum chez les radins, puisque l'invitation t'est comptée)
- 62- Il a prétendu la maladie et il a mangé 100 grands ronds de pain
- 63- Après avoir mangé et s'être étendu il dit : ma femme, tes plats n'ont aucune saveur (signe d'ingratitude et de critique sans fondement)
- 64- Ta fumée nous a aveuglés, et ta nourriture ne nous est pas arrivée

- 65- Un tel mange comme un ogre
- 66- Combien ont cuisiné sans en manger et combien ont construit sans y habiter
- 67- Donne ton pain au boulanger même s'il en mange la moitié (il faut s'adresser aux spécialistes même s'ils coûtent cher)
- 68- Que le bon Dieu nous donne de la farine pour que vous entendiez le bruit du pétrin
- 69- Celui qui prend une grande bouchée s'étouffe
- 70- Ce sont des arêtes qu'on ne peut avaler
- 71- Le bon Dieu donne des poires à ceux qui sont dépourvus de dents
- 72- Il bout en un clin d'œil (il accourt dès qu'on l'invite)
- 73- Il n'a que le pain et il invite les voisins (excès de générosité)
- 74- Nourris la bouche, tu intimideras l'œil (si tu es généreux avec les autres, ils fermeront les yeux sur tes défauts ou tes actes)
- 75- Ce visage a une couche de yaourt (signe de beauté)
- 76- On a demandé à l'affamé : combien font 2 x 2, il répondit quatre pains
- 77- Meilleur marché que le radis (qui ne coûte presque rien)
- 78- Que Dieu prenne les gens de bon goût (les raffinés) pour les sauver des insensibles (des sans-gêne)
- 79- Aies l'obligation d'avoir du bon goût (arrête tes grossièretés et pense aux autres que tu déranges)
- 80- Le sucre n'est pas tombé dans l'eau (il n'y a rien qui presse)
- 81- Il est comme le noyau amer, ni profitable ni préjudiciable
- 82- Ô voisine, sers-moi (à manger). Elle répondit : dans mes mains ou dans tes assiettes empilées sur mes étagères ? (critique de l'avarice)
- 83- Son œil a faim (gloutonnerie, avidité)
- 84- Quand les cuisiniers sont nombreux, le plat est brûlé (raté)
- 85- Sens et ne goûte pas (description d'une quantité faible)
- 86- A l'odeur (idem)