

Culture & Développement asbl

RÉSEAUNANCES

Trimestriel de Culture & Développement - n° 89



GRATUIT

SOMMAIRE

Édito	3
La Cigogne des Aurès : chants d'amour et de résistance Théâtre de la Parole	4
Les gens de peu Un seul en scène de Thierry Müller	6
8 mars 2022 - Journée internationale des luttes pour les droits des femmes Marche féministe avec les femmes du GAFFI	8
Recettes de l'atelier cuisine interculturelle de Pascale	13
Maqlouba aux aubergines Cheffe Amal	
Riz sauté vietnamien Cheffe Pascale	
Recettes marocaines cheffe Zaynab	
Molokhia, une recette syrienne Cheffe Amal	



RÉSEAUNANCES - revue trimestrielle publiée avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles

Crédits photos/illustrations : Photographies © Culture & Développement

Editeur Responsable : Thibaut Creppe, rue du Beau-Mur 50 - 4030 Liège
communication@cultureetdeveloppement.be

CULTURE & DÉVELOPPEMENT asbl

Réseau associatif reconnu en Education Permanente réunissant six associations de Bruxelles et de Wallonie.

Siège social : Rue du Beau-Mur 50, 4030 Liège - T 04 358 04 27

www.cultureetdeveloppement.be



ÉDITO

Les vagues de covid nous laisseraient-elles un peu de répit ? Au cours du premier trimestre, en tout cas, chez Culture & Développement, des activités ont refait encore un peu plus surface.

Dans le pays de Herve, le réseau De Bouche à Oreille a proposé plusieurs ciné-débats, notamment autour des films *Bigger than us* de Flore Vasseur et *Animal* de Cyril Dion, films que l'on vous présentait dans le numéro précédent de notre revue Réseanances.

En outre, les jauges imposées dans les salles de spectacles n'ayant plus lieu d'être, le GAFFI a accueilli le Théâtre de la Parole au centre culturel de Schaerbeek pour la pièce *La cigogne des Aurès : chants d'amour et de résistance* (p. 4) et le Centre Liégeois du Beau-Mur a accueilli le spectacle de Thierry Müller : *Les gens de peu* (p. 6).

Au mois de mars, deux dates importantes rythment chaque année les mouvements associatifs et militants. Ainsi, le 8 mars, journée de lutte pour les droits des Femmes, le GAFFI a mené une action dans les rues de Schaerbeek, on vous en parle en page 8. Le dimanche 20 mars, Les Amis d'Aladdin et le Gaffi ont rejoint, avec des groupes de participant-es, la grande manifestation « Lève-toi contre le racisme », portée par la Platform/e 21/3 à l'occasion de la journée internationale contre le racisme et la discrimination.

Du côté de Charleroi, le potager collectif a passé l'hiver sous la paille et s'apprête, nous l'espérons, à vivre un bel été. Les participant-es aux ateliers de cuisine interculturelle vous font part ici de leurs recettes (p. 13). En espérant vous inspirer !

Bonne lecture

Thibaut Creppe
Rédaction
Communication



théâtre
de la
parole

LA CIGOGNE DES AURÈS

CHANTS D'AMOUR ET DE RÉSISTANCE

LE GAFFI | LES AMIS D'ALADDIN

Mardi 29 mars dernier, le GAFFI invitait le Théâtre de la Parole au Centre Culturel de Schaerbeek pour y accueillir un projet pluridisciplinaire : *La cigogne des aurès : chant d'amour et de résistance*. Le projet s'inspire de la figure féminine de La Kahina, reine guerrière berbère zénète des Aurès qui combattit les Omeyyades lors de l'expansion islamique en Afrique du Nord au VIIe siècle.

A partir des Izrans, forme particulière de poésies chantées propre à la région du Rif au Maroc, les artistes explorent le territoire de la résistance des femmes en s'inspirant de la figure de la Kahina mais aussi des relations filles/pères vues sous le prisme multiple des femmes d'aujourd'hui : mères, sœurs, amantes, épouses, amies. Elles vont pour ce faire à la rencontre de femmes d'âges divers, d'origines multiples pour collecter une part de mémoire, de pensées, d'idées et de réflexions sur la résistance hier et aujourd'hui.

Fatoum Abgar : chants, percussions, guitare
et composition

Nina Eeklaer : Paroles et jeu

Patricia Van Cauwenberge-Hernandez :
Percussions, bruitages et effets

Benoît Leseure : violon, et composition

Magali Mineur : Paroles, chants

Astrid Wauters : violoncelle et composition

Nicholas Yates : contrebasse et composition

Auteur : Hamadi

Gea Hernandez : regard scénographique et
lumières

Manu Lurquin : focus rythmique

Thierry Duirat : focus mouvement

La Kahina

Kahina (7e siècle) était une reine-guerrière et une voyante berbère (Imazighen) qui mena son peuple contre l'invasion arabe en Afrique du Nord au VIIe siècle. Elle est également connue sous les noms de al-Kahina, Dihya al-Kahina, Dahlia, Daya et Dahia-al-Kahina. Bien qu'elle ait été finalement vaincue, sa résistance servit ensuite de modèle à d'autres combattants de la liberté.

Son nom de naissance était Dihya, ou une variante de celui-ci (« la belle gazelle » dans la langue tamazight des Imazighen) tandis que « Kahina » est un titre arabe signifiant « prophétesse » ou « voyante » ou « sorcière ». On dit qu'elle avait des pouvoirs surnaturels qui lui permettaient de prédire l'avenir. Bien qu'elle soit une championne du peuple indigène nord-africain des Imazighen, elle est surtout connue sous le titre que lui ont donné ses ennemis arabes: al-Kahina.

Source : <https://www.worldhistory.org/>



Après la pièce, les artistes ont proposé un moment d'échange. Dans la salle, des femmes ont parlé de leur histoire, des chants qu'elles avaient reconnus, des origines qu'elles ont en commun. On s'est échangé des savoirs, des histoires et des sourires.



théâtre
de la
parole

Le Théâtre de la parole diffuse par le biais de son association des œuvres de littérature orale. Celles-ci sont portées par des artistes professionnels sous forme de spectacles, conçus pour la scène, pour les adultes et pour le jeune public. Il abrite aussi l'École internationale du conte qui regroupe des ateliers d'initiation, une formation longue au métier de conteur-acteur et des formations destinées aux professionnels. Il comprend enfin un Centre de documentation qui reprend plus de mille ouvrages. Recueils, revues, essais et publications propres...



LES GENS DE PEU

Un seul en scène de Thierry Müller

LE CENTRE LIÉGEOIS DU BEAU-MUR

LES GENS DE PEU
UN SPECTACLE D'ACTEURS DE L'OMBRE
ÉCRIT ET JOUÉ PAR
THIERRY MÜLLER
MIS EN SCÈNE PAR
SARAH PUMA

LE VENDREDI
25 MARS
À 19H30
ET LE SAMEDI
26 MARS
À 19H

AU
CENTRE
LIÉGEOIS DU
BEAU-MUR
15 RUE DU BEAU-MUR
1010 GIVÈGNEE

ENTRÉE : 10 EURO / PRIX RÉDUIT : 5 EURO
INSCRIPTION OBLIGATOIRE
RESERVATIONS ET INFO : 0434860000
TEL : 04 348 61 44

Parcours d'insoumissions, rythmé de doutes, de velléités, d'acharnements, d'enthousiasmes à transformer le monde, « LES GENS DE PEU » est un spectacle plein de vitalité et d'audace inspiré par la vie même de celui qui le joue. Il interroge la désobéissance comme mode de lutte, voire d'existence au quotidien, et son corollaire nécessaire : la solidarité, la vraie, pas la condescendante mais celle où s'ancrent la réciprocité, le désir et l'amitié. Des échanges de sourires aux moqueries bienveillantes en passant par les coups de mains clandestins ou illégaux, « LES GENS DE PEU » nous balancent debout quand on se sent devenir paralytiques. Parce que l'histoire des gens de peu n'est pas un détail dans l'histoire, ... c'est l'Histoire.

Auteur et jeu : Thierry Müller

Dramaturgie : Thierry Müller et Sara Puma

Mise en scène : Sara Puma

Son et lumière : Marino Pol

Costumes : Nicole Coulon

Thierry Müller n'est pas un inconnu dans le monde militant liégeois, loin s'en faut. Qui a un jour pris part à des luttes sociales dans la cité ardente aura sans doute croisé sa route. Et c'est de cette route, justement, dont il est question ici. **Les gens de peu**, c'est le récit d'une existence jalonnée par les engagements, personnels et collectifs. Thierry Müller se raconte et, chemin faisant, nous parle de la société où « les gens de peu sont aussi des gens créatifs, dignes et debouts ».

Ce qui fait sens dans l'existence, c'est la lutte

Avec une exigence de sens, Thierry Müller relate ses expériences, propose un autre rapport au travail et à l'argent - en témoigne d'ailleurs aussi ses livres sur le sujet : *Choming out* (Marc Monaco, Thierry Müller et Grégory Pascon, Ed. D'une Certaine Gaieté, 2013), *Pour une réduction collective du temps d'emploi* (collectif Riposte CTE, 2017), *Petit manuel de discussions politiques ; réflexions et pratiques d'animation à l'usage des collectifs* (Cédric Leterme, Gaëlle Jeanmart et Thierry Müller, Editions du commun, 2018).

Thierry Müller relate ses réussites et ses échecs, ses motivations comme ses découragements. Paraphrasant Simone De Beauvoir, qu'il lit adolescent, entre Benoitte Groult, Lenine et Marx (dont il avoue à vingt ans « ne rien comprendre »), il déclare : « on ne naît pas groupe, on le devient ». C'est toute l'histoire des mouvements associatifs et des collectifs qui trouve ici un écho. Lors de l'échange avec le public, après la représentation, le comédien revient sur cette idée et ajoute que « tant qu'on ne modifie pas les structures sociales qui produisent les inégalités, on ne s'en sortira pas ».



Ce qui rend visible l'oppression, c'est la lutte qui la dénonce

Sur scène, à travers les propos du comédien, les gens de peu, les invisibles trouvent une voix. Une voix scandée, fragile aussi, poétique et musicale, aux frontières du spoken word poétique par moments, une voix enragée, engagée, une voix parfois fragile, toujours sincère. Le théâtre rend visible l'existant des situations précaires, à la marge : « Nous, tout ça, on le prend et on le fout sur scène ».

Après la représentation, Thierry Müller abordera l'importance du théâtre action qu'il a beaucoup pratiqué durant son parcours. « A la base, on voulait donner des outils aux gens pour s'exprimer. Pour construire leur propre vision du monde, il fallait leur donner le moyen de s'appropriier les outils artistiques.» De quoi inspirer les actions d'éducation permanente, à coup sûr.

« Il y a toujours, chez nous les gens de peu, quelqu'un pour nous mettre une claque au moment opportun », déclare le comédien. C'est peut-être surtout de cette claque dont il est question avec *Les gens de peu*. Quand on lutte, quand on milite, il y a toujours des découragements, des victoires trop petites, des combats qui semblent trop longs, comme perdus d'avance, puis quelqu'un se met debout, monte sur une scène, prend la parole et vous dit : *On les croit toujours plus grands qu'ils ne sont, et l'on se croit toujours plus petits.*



Après la représentation, Thierry Müller échange avec le public (Beau-Mur, Liège, mars 2022)



8 MARS 2022 - JOURNÉE INTERNATIONALE DES LUTTES POUR LES DROITS DES FEMMES MARCHE FÉMINISTE AVEC LES FEMMES DU GAFFI

Le matin du 8 mars 2022, à l'occasion de la journée internationale des luttes pour les droits des femmes, les femmes du GAFFI se sont réunies en nombre pour parcourir les rues de Schaerbeek et scander des slogans féministes. Dans un quartier où la prostitution prend une place importante, l'action avait une résonance toute singulière.

Le saviez-vous ?

La décriminalisation du travail du sexe en Belgique a été approuvée par le Parlement fédéral le 18 mars.

Jusqu'à présent, la loi belge visait à rendre la pratique du travail du sexe aussi difficile que possible et donc à décourager le travail du sexe ou à le faire disparaître. (...) Dans le cadre de la politique de tolérance belge, la publicité et les services destinés aux travailleu(r)ses du sexe étaient autorisés de façon vertigineuse. Cela a conduit à une situation où plusieurs banques et compagnies d'assurance étaient réticentes à faire affaire avec des travailleurs du sexe, et à l'arbitraire et au manque de clarté des règles relatives à la publicité.

En Belgique, toute forme de gestion était criminalisée et qualifiée de proxénétisme. Pendant ce temps, le secteur de la gestion était toléré dans le cadre de la politique de tolérance belge. Cela a conduit à une situation où aucune différence n'a été faite entre la gestion et l'exploitation, car il est impossible d'imposer des règles à un secteur qui a été criminalisé dans son intégralité. Entre-temps,

les villes et communes ont élaboré leurs propres réglementations, ce qui a entraîné un manque de clarté, le chaos et la fragmentation du secteur.

En outre, la criminalisation de toute forme de gestion a rendu très difficile, des fois impossible, l'obtention d'une protection sociale pour les travailleu(r)ses du sexe qui travaillaient en tant que salariés et, souvent, n'était guère constitués de droits sociaux comme les autres travailleurs (congé annuel, assurance maladie, congé de maternité, droit à un revenu de remplacement, allocations de chômage, pension, etc.).*

*source : www.utsopi.be

Le cortège a marché dans les rues avec un buste à l'effigie de l'héroïne de *La servante écarlate* (The Handmaid's tale, série américaine inspirée du roman de Margaret Atwood). Sur celui-ci, les femmes avaient attaché des souhaits et revendications. On pouvait y lire par exemple : arrêter la violence faite aux femmes et aux enfants ; être mariée à un homme sans être mariée à sa famille ; arrêter les viols ; que les hommes arrêtent de donner des ordres aux femmes ; sortir, se former et travailler ; faire appliquer leurs droits ; être aussi présidentes et directrices ; l'accès au travail pour toutes ; s'autoriser à prendre soin d'elles-même ; s'ouvrir ; que ça change ; respirer ; continuer la lutte pour leurs droits ; s'habiller comme elles veulent ; la solidarité ; être libres.

L'action avait aussi pour but de renommer symboliquement les rues du quartier :

Rue de la Fraternité

Rue de la sororité (ou rue des frangines du GAFFI).

La rue de la Fraternité est la rue où se trouve le bâtiment du GAFFI. C'est donc tout naturellement que les femmes l'ont renommée « rue de la sororité » (ou, alternative : rue des frangines du GAFFI).



LA SORORITÉ, C'EST QUOI ?

Sororité : vient du latin « soror », signifiant sœur. En latin médiéval, ce mot désignait une « communauté religieuse de femmes ».

C'est à partir du XVI^e siècle, grâce à Rabelais, que sa définition est revue. Le terme de « sororité » est entendu comme « une communauté de femmes ayant une relation, des liens, qualité, état de sœurs ». Il n'est plus cantonné et restreint à la structure familiale, et exempt de toute domination masculine.



Plus tard, les militantes féministes des années 1970 font (ré)apparaître le terme de « sororité », longtemps oublié, voire « invisibilisé », dans l'espace public et militant, en proposant un substitut « sorore » au terme de « fraternité ».

source : <https://www.oxfamfrance.org/>

Rue de l'école égalitaire

Au GAFFI, beaucoup d'activités sont tournées vers l'éducation, l'aide à la parentalité, le soutien et l'accompagnement scolaire. Dès ses débuts, d'ailleurs, le GAFFI a accueilli des enfants pour répondre à la demande des parents et au manque d'infrastructures dans le quartier. Il s'agissait d'organiser des activités de soutien et/ou de remédiation scolaire ainsi que des animations éducatives, ludiques, culturelles et sportives. Avec des groupes de parents, le Gaffi développe depuis plusieurs années un projet visant la reconnaissance des familles de milieux populaires immigrés au sein de l'école et soutient la création d'un comité de parents dans l'école Sainte-Marie-Fraternité situé juste en face de ses locaux.

Une rue de l'école égalitaire est donc apparue ce 8 mars.



Chemin des sans-papiers

Parc Botanique

Dans le parc Botanique, au pied de la statue Le lierre (ou L'amitié) du sculpteur Arthur Cra-co, une pancarte « chemin des sans-papiers » a été posée. Une manière de ne pas oublier toutes ces personnes et rendre hommage à tous les citoyens, collectifs et associations qui luttent pour l'aide aux sans-papiers !



On rappellera ici que Culture & Développement soutient la campagne **IN MY NAME** et vous invite à signer la proposition de loi citoyenne pour la régularisation des personnes sans-papiers :

Après 60 jours de grève de la faim, après la récolte de plus de 46 000 signatures par la pétition We Are Belgium Too, après des années de luttes pour la dignité et des manifestations rassemblant des milliers de personnes, il est clair que le gouvernement ne veut pas trouver de solution pour les personnes sans-papiers. Mais si nous parvenons à récolter 25 000 signatures de citoyens et citoyennes avant le 17 mai, notre proposition de loi sera la première proposition de loi citoyenne déposée au parlement et débattue publiquement. Nous pourrions ainsi forcer le débat sur la régularisation des personnes sans-papiers.





Rue contre les féminicides

Les femmes du Gaffi ont tenu à renommer la rue Linné en «rue contre les féminicides». Dans cette rue, a été assassinée le 5 juin 2018 une jeune femme, travailleuse du sexe, Eunice Osayande.

En 2021, le nombre recensé de féminicides en Belgique était de, au moins, 22 ! En mars de cette année, on en comptait déjà 9.

La sociologue Diana Russell a proposé la définition suivante, dans les années 90 : « meurtre de femmes commis par des hommes parce que ce sont des femmes », ce meurtre étant « motivé par la haine, le mépris, le plaisir ou le sentiment d'appropriation des femmes ». De son côté, l'Organisation Mondiale de la Santé, définit le féminicide comme ceci : Tout meurtre de filles ou de femmes au simple motif qu'elles sont des femmes.

La Convention d'Istanbul, qui a été ratifiée par la Belgique en 2016, prévoit un certain nombre d'obligations pour lutter contre les violences faites aux femmes. Parmi elles, le recensement des féminicides par l'État.

Rue du collectif des Madrés

Dans la rue du commissariat de Police, les femmes du GAFFI ont rendu hommage à toutes les mères de famille qui luttent au quotidien pour leurs enfants et leur famille.



Elles ont mis à l'honneur le Collectif des Madrés fondé par Latifa Elmcabeni et Julia Galaski en janvier 2018. Interpellées par le nombre de témoignages de jeunes subissant des violences policières à Saint-Gilles de la part de la brigade de proximité « UNEUS » (UNion pour un Environnement Urbain Sécurisé), les deux femmes décident de réunir des mamans du quartier et des travailleurs-euses en milieu jeunes. Ensemble ils se mobilisent et interpellent les élus locaux, la presse et leurs concitoyen-ne-s.

Depuis, rejointes par une vingtaine de femmes de tous horizons, le Collectif des Madrés est l'histoire d'un engagement citoyen avant tout, mais aussi celle d'une grande amitié.

Aujourd'hui, le travail du Collectif s'étend à toute la région de Bruxelles et participe à des réflexions et des actions à l'échelle européenne pour un monde plus juste et égalitaire.

Source : <https://www.collectifdesmadres.be/>

Les femmes du GAFFI ont rendu hommage en particulier à Ibrahima, jeune guinéen de 23 ans, décédé en janvier 2021 au commissariat dans des circonstances qui n'ont pas été clarifiées, et à Mounir, jeune homme qui avait fait une hémorragie suite à des coups donnés par des policiers lors d'une arrestation dans le quartier en juillet 2021. Mounir est décédé à 26 ans.

Place contre l'islamophobie

Le CIB, collectif pour l'inclusion et contre l'islamophobie en Belgique, était présent le 8 mars et a offert des fruits et de l'eau en début de matinée aux femmes du GAFFI.

Une place contre l'islamophobie a été symboliquement inaugurée non loin des bâtiments de l'association. L'occasion de rappeler, dans ce quartier où vivent beaucoup de musulmans, l'importance de travailler collectivement sur ces discriminations.



A noter que le dimanche 20 mars, des groupes du GAFFI et des Amis d'Aladdin ont rejoint la grande manifestation « Lève-toi contre le racisme », portée par la Platform/e 21/3 à l'occasion de la journée internationale contre le racisme et la discrimination.



Les femmes du Gaffi ont réalisé, avec l'aide de l'artiste **Axelle Vanoli** (Instagram : axelle.vno), un visuel représentant le GAFFI. Des todbags décorés de ce visuel ont été distribués aux femmes après l'activité du 8 mars.





RECETTES DE L'ATELIER

CUISINE INTERCULTURELLE DE PASCALE

Maqlouba aux aubergines Cheffe Amal

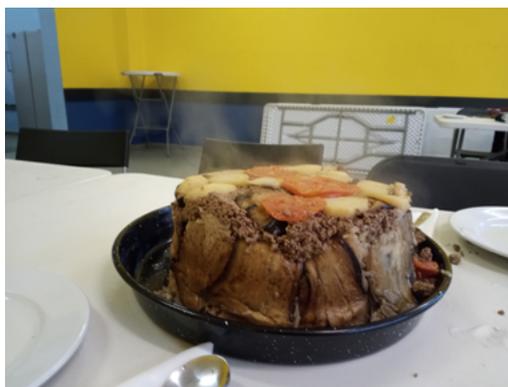
«Maqlouba» signifie littéralement en arabe que le plat est « sens dessus dessous », car le plat est retourné au moment du service. C'est un plat consommé régulièrement en Syrie, mais aussi en Irak, au Liban, en Palestine et en Jordanie.

Ingrédients pour 10 personnes :

- 2kg500g d'aubergines
- 9 verres de riz long
- 18 verres d'eau
- 1l d'huile de tournesol
- 1kg de haché de boeuf
- 1 grande pomme-de-terre
- 1 tomate
- Sel, poivre noir, bouillon en cube
- Noisettes

Coupez les aubergines en tranches dans le sens de la longueur. Faites les griller à la poêle dans l'huile. Faites cuire la viande dans une casserole avec un peu d'huile, de sel et de poivre noir.

Mettez dans le fond d'une casserole la tomate et la pomme-de-terre coupées en tranches (pour éviter que le reste ne brûle), puis par-dessus les aubergines frites (comme pour dessiner une fleur dont les pétales seraient redressées le long de la casserole), puis mettez par dessus la viande hachée cuite, et enfin le riz lavé. Faites bouillir à côté un bouillon constitué d'eau, de sel, de poivre noir et de bouillon en cube. Versez le bouillon bouillonnant sur le riz, fermez le couvercle et faites cuire à feu moyen pendant 30 minutes environ. Laissez ensuite la casserole fermée hors du feu pendant 20 minutes. Retournez enfin délicatement la casserole dans un plat et garnissez le tout de noisettes concassées. Bon appétit !



Pour accompagner le maqlouba, vous pouvez également préparer de l'ayran et de la salade (voir Réseanances 88), mais aussi un plat de pommes-de-terre et de pignons de poulet mélangés à une sauce aux poivrons, ainsi qu'à de l'ail, du sel, du cumin, du paprika, du poivre noir et de l'huile, le tout cuit au four pendant 1 heure .

Riz sauté vietnamien

Cheffe Pascale

- riz thaï (1/2 verre de riz par convive)
- carottes
- jeunes oignons ou la partie verte des poireaux
- oignons
- ail
- huile (pour cuisson à haute température, au choix selon le goût qu'on veut donner)
- oeufs (1 par convive)
- sauce de poisson (nước mắm en vietnamien) ou sauce de soja salée
- sel
- sucre

Ustensile important : un wok culotté (avec une couche d'huile qui se sera imprégnée dans le métal au fil des cuissons pour le rendre anti-adhésif)

Laver le riz 3 fois. Ensuite, pour un verre de riz, ajouter un verre et demi d'eau. Porter à ébullition puis mettre sur feu faible jusqu'à ce que l'eau soit absorbée et que le riz soit al dente.

Etaler le riz sur autant d'assiettes que le nombre de convives, afin de le faire refroidir. (traditionnellement, le riz sauté se faisait avec des restes de riz froid de la veille)

Pendant ce temps, couper en tout petits morceaux les légumes (les morceaux doivent avoir environ la taille d'un grain de riz).

Préparer l'omelette : ajouter aux oeufs un peu de sauce de poisson (1/2 cuillère à café par oeuf) et de sucre (1/3 de cuillère à café par oeuf), mélanger et mettre de côté.

Disposer les ingrédients sur le plan de travail par ordre de cuisson pour vous aider lors de la cuisson qui sera très rapide.

Faire chauffer à feu vif le wok, une fois chaud ajouter un bon fond d'huile et le répartir sur le wok. Quand elle est chaude, faire sauter rapidement les ingrédients en les ajoutant dans le wok un par un.

Note sur la technique de sautage : utiliser deux palettes en bois et faire sauter les ingrédients afin qu'aucun ingrédient ne reste en contact prolongé avec le wok (pour ne pas qu'il brûle). Le but est d'obtenir un aliment qui soit croquant à l'extérieur mais reste juteux à l'intérieur. On ne saute qu'une assiette à la fois (en fonction cependant de la taille du wok).

L'ordre d'ajout des ingrédients est fonction de la durée de cuisson de ceux-ci. On commencera par les carottes, puis les oignons, puis l'ail, puis l'assiette de riz froid. A ce moment, bien faire attention à casser les grumeaux de riz pour que les grains soient les plus séparés possible. Ensuite, mettre tous les ingrédients d'un côté du wok, et faire cuire l'omelette sur l'autre. Une fois partiellement cuite, mélanger et faire sauter avec le reste. Ajouter ensuite les verts de poireaux, puis un peu de sel, de sucre et de sauce de poisson. Faire sauter le tout encore une minute puis mettre de côté dans une casserole fermée (ou servir directement le convive !) et passer à l'assiette suivante.



Salade marocaine

- Riz à long grain
- Pommes-de-terre
- Carottes
- Betteraves rouges précuites
- Haricots en conserve
- Concombre
- Tomates-cerise
- Maïs
- Thon en boîte
- Cornichons
- Olives vertes
- Mayonnaise
- Fromage de vache turc en boîte
- Salade
- Poivron rouge
- Sel
- Poivre noir
- Citron
- Huile d'olive

Laver le riz 3 fois. Cuire le riz avec 1,5 tasse d'eau par tasse de riz, et un peu de sel, pendant 15 minutes. Peler les pommes-de-terre et les couper en carrés. Les cuire dans de l'eau bouillante salée pendant 10 minutes. Faire mariner les pommes-de-terre avec du jus de citron, du sel et du poivre. Peler les carottes et les couper en rondelles. Les cuire dans de l'eau salée bouillante pendant 15 minutes. Couper tous les autres légumes en morceaux. Mélanger le riz avec le poivron rouge, le maïs, les olives, le thon, la mayonnaise, un peu de sel et de poivre noir et 1 cuillère à café d'huile d'olive. Sur un plateau, mettre des feuilles de salade. Puis placer par-dessus des boules de riz et disposer les autres légumes et le fromage en lamelles autour.

Poulet mhamer

- Pignons de poulet (un à deux par personne)
- Oignons
- Ail
- Olives
- Curcuma
- Paprika
- Poivre noir
- Gingembre en poudre
- Sel
- Persil plat
- Coriandre fraîche
- Huile d'olive
- Huile de tournesol
- Vinaigre marocain
- Pain (baguette)

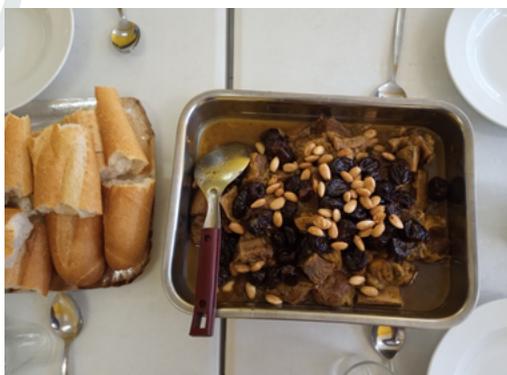
Faire mariner le poulet avec de l'eau, du sel et du vinaigre pendant 15 minutes puis bien le laver. Mettre le poulet dans une grande casserole avec un peu de sel, du curcuma, du paprika, du poivre noir, du gingembre. Mixer l'ail avec la coriandre et le persil plat et ajouter. Couper les oignons en petits morceaux et ajouter. Mettre aussi un peu d'huile d'olive et de tournesol. Mélanger, ajouter de l'eau et porter à ébullition pendant 30 minutes. Enlever les pilons de poulet de la sauce et les faire rôtir au four jusqu'à ce qu'il dorent. Rajouter les olives à la sauce et cuire encore quelques minutes. Servir le poulet avec sa sauce et accompagner de pain.

Tajine de bœuf aux pruneaux et aux amandes

Ingrédients pour 20 personnes

- Amandes entières (un sachet)
- 2kg de viande de bœuf
- 2 gros oignons
- Ail (une gousse)
- Pruneaux secs (un sachet)
- Persil plat (une botte)
- Coriandre (une botte)
- Gingembre en poudre
- Curcuma
- Paprika
- Poivre noir
- Sel
- Huile d'olive
- Huile de tournesol
- Cannelle
- Sucre
- Pain (baguette)

Laver le bœuf à l'eau. Le faire cuire avec un peu d'huile de tournesol à la cocotte-minute pendant 5 minutes. Couper 2 oignons en petits morceaux et les ajouter au bœuf. Mixer l'ail avec le persil plat et la coriandre et ajouter. Ajouter une cuillère à café de sel, les épices (gingembre, curcuma, paprika, poivre noir), de l'huile d'olive et de l'eau, mélanger. Faire cuire à la cocotte-minute pendant une heure. Laver les pruneaux, les mettre dans une casserole avec un peu d'eau, du sucre et de la cannelle et faire cuire 15 minutes jusqu'à ce que cela caramélise. Cuire les amandes dans l'eau, enlever leur peau et les faire dorer à la poêle dans de l'huile de tournesol. Servir le bœuf avec sa sauce, les pruneaux, les amandes grillées et accompagner de pain.



Molokhia, une recette syrienne

Cheffe Amal

La molokhia est à la fois le nom du plat et le nom de la plante à partir de laquelle ce plat du Moyen-Orient est basé. Il s'agit d'une plante ayant besoin de chaleur et dont on mange seulement les feuilles. Les feuilles sont séchées pour pouvoir être utilisées toute l'année. En français, elle est appelée **corète potagère** et a d'ailleurs été utilisée en France jusqu'au 18^e siècle. Les tiges fibreuses sont parfois utilisées dans l'industrie textile pour fabriquer des toiles de jute, notamment en Asie.

Ingrédients pour 10 personnes :

- 400g de molokhia séchée (à acheter dans un magasin arabe)
- 1kg de poitrine de poulet
- 1 tête d'ail
- graines de coriandre en poudre
- 1 verre d'huile de tournesol
- sel
- feuilles de laurier séchées

Pour l'accompagnement :

- riz
- amandes entières
- citrons
- poivrons verts longs

Laver le poulet. Le mettre dans une casserole d'eau avec du sel, des feuilles de laurier et un oignon entier, afin de constituer un bouillon. Cuire à feu fort pendant 20 minutes. Retirer le poulet de la casserole en conservant le bouillon et déchiqueter le poulet en petits morceaux à la main.

Pendant le temps de la cuisson du poulet, trier les feuilles de molokhia pour retirer celles qui sont abîmées (par exemple celles qui sont jaunes).

Mettre les feuilles en bon état dans une grande casserole et recouvrir d'eau tiède. Laisser les feuilles se gorgier d'eau pendant 5 minutes.

Ensuite, essorer petit à petit les feuilles à la main et les mettre dans un autre récipient. Couper les gousses d'ail en petits morceaux.

Mettre 1 verre d'huile dans une casserole et faire chauffer à feu moyen. Ajouter un peu d'ail et faire griller jusqu'à ce qu'ils jaunissent.

Ajouter petit à petit les feuilles de molokhia en mélangeant. Ajouter ensuite un peu d'huile et environ 6 louches de bouillon de poulet.

Ajouter également le reste de l'ail, le poulet, une cuillère à soupe de coriandre et un peu de sel. Faire cuire le tout pendant 40 minutes à feu doux.

Accompagner ce plat de riz parsemé d'amandes grillées, d'une salade fraîche, d'une soupe de lentilles, de citrons à presser et de poivrons (voir recettes syriennes précédentes).



Désormais, suivez-nous sur Facebook pour rester informé de nos activités !

Culture et Développement asbl

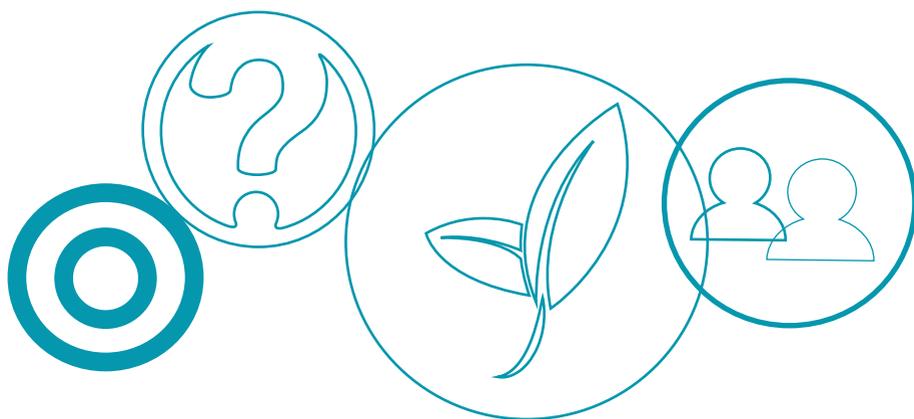


**Parler d'un événement, d'une activité,
d'un projet dans notre revue ?**

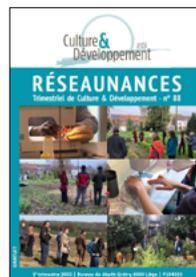
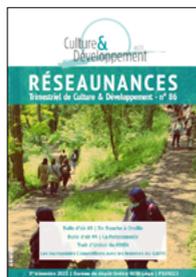
Contactez-nous

communication@cultureetdeveloppement.be

04 358 04 27



Pour consulter les numéros précédents de Réseanances, rendez-vous sur le site de Culture et Développement : www.cultureetdeveloppement.be, dans l'onglet « Notre revue ».



CULTURE & DÉVELOPPEMENT



Les Amis d'Aladdin

Rue Destouvelles 18 - 1030 Bruxelles
02/203 95 84
amis.aladdin@yahoo.fr



Le Centre Liégeois du Beau-Mur

Rue du Beau-Mur 48 - 4030 Liège
04/349 01 44
info@beamura.org



De Bouche à Oreille

Verte Voie 13 - 4890 Thimister
087/44 65 05
secretariat@dbao.be



El Maujone

Rue du Mayeur, 71 - 6200 Châtelet
071/50 57 48
elmaujoneasbl@gmail.com



GAFFI

Rue de la Fraternité 7 - 1030 Bruxelles
02/221 10 10
coordination@gaffi.be



Groupe Belge Education Nouvelle