

BABA GHANNOUJ بابا غنّوج

Atelier cuisine

Syrie

6-11 ans / 1h30



Matériel requis

- Globe et carte du monde arabe
- Pilon/mortier
- Casse-noix
- Plat à four
- Ciseaux
- Fourchettes Couteaux Grandes cuillers
- Saladier
- Écuelles Bols
- Images d'autres mezzés
- Images des plantes (aubergine, sésame, grenadier, noyer, olivier) et de la façon dont on les cultive, récolte et conditionne en Syrie.

Ingrédients pour 4 assiettes

- 10 aubergines
- 5 c. à soupe de tahina* (crème de sésame)
- 3 cuillers à café de sel
- 3 grosses gousses d'ail
- 8 cuillers à soupe d'huile d'olive
- 1 grenade (10 grains / assiette)
- 5 noix
- 4 cuillers à café de mélasse de grenade*
- 4 cuillère à café de grains de sésame
- Pain pita = pain dit « libanais »*
- * vendu dans les épiceries orientales

Préparé en amont par l'animateur-trice :

- Disposer les ingrédients (¼ grenade égrenée, une aubergine fumée, 2 noix écosées, des grains de sésame, de l'ail, de la tahina) dans des bols et les recouvrir d'un grand tissu.

NB : Il se peut que la durée de la cuisson rallonge la durée de l'atelier.

Avant de démarrer

Le Baba Ghannouj est un mezzé nous vient du Moyen Orient (montrer sur le globe puis la carte). On ne sait pas bien d'où vient son nom بابا غنّوج, mais il on peut le comprendre comme « le papa chouchouté », parfait pour prendre soin de son père, et de toute la famille avec ! Dans cet atelier, vous allez préparer un baba ghannouj beau et bon, grâce à votre ami le pilon.

Déroulement de l'atelier

Découverte des ingrédients

- ┌ **Blind test** : Passer les mains sous le tissu sans le soulever, toucher les ingrédients, les décrire et tenter de les identifier. Puis soulever le tissu et goûter à tout. Formuler ensuite des hypothèses sur comment combiner et cuisiner tous ces ingrédients. Répéter les noms des ingrédients en arabe.

Les mezzés

- ┌ Les mezzés sont de nombreux plats en petite quantité (images à l'appui). Le mot désignait les restes des repas de la semaine, améliorés et dégustés lors des repas de famille ou lors d'occasions particulières en Syrie, en Jordanie, en Palestine ou au Liban.
- ┌ On les sert chauds ou froids, pas de portion individuelle (images à l'appui), tout le monde pioche dans les écuelles avec son pain. En France, on appelle le baba ghannouj « caviar d'aubergine » et on le tartine pour l'apéritif.

Les ateliers de l'association Beyti Pour faire pétiller les cultures du monde arabe avec les enfants.

Préparation

- ┌ **Préparation aubergine** : Enlever la queue de l'aubergine, la piquer à la fourchette, la couper en 2 puis la disposer dans un plat à four (enfourné par l'adulte pour une cuisson de ± 20 min, selon la taille de l'aubergine).
- ┌ **Préparation ail, noix, grenade et pain** : Éplucher l'ail puis le piler, casser les noix puis les piler, découper la grenade et l'égrener, couper les pains en 4 avec les ciseaux et les empiler.
- ┌ Observer, images à l'appui, les plantes dont sont issus les ingrédients du baba ghannouj et leur parcours de la terre à l'assiette. Situer leurs aires de culture en Méditerranée.

Le conte du pilon

- ┌ Pendant la cuisson, les enfants écoutent *l'histoire de Badreddine* حكاية بدر الدين, conte populaire de la tradition orale syrienne, en pages 3 à 6 de ce document.

Fabrication

- ┌ Une fois les aubergines sorties du four, les passer à l'eau froide, les éplucher et les écraser au pilon puis les mélanger avec l'ail, le sel et la tahina dans un grand saladier jusqu'à obtenir une pâte onctueuse.

Dressage du plat

- ┌ Les enfants s'inspirent des images de mezzés observées pour présenter leur Baba Ghannouj :
 - soit de manière traditionnelle, dans une écuelle, avec une spirale d'huile d'olive et une autre de mélasse de grenade, le tout garni de graines de sésame, de noix pilée et de grains de grenade ;
 - soit de manière créative, dans une assiette, décoré avec les mêmes ingrédients à l'image d'un "papa" imaginaire...



Cet atelier est libre de droits, déposé par l'association Beyti sous licence Creative Commons



A bientôt, avec les tutos d'ateliers pédagogiques de Beyti !

www.beytimamaison.org



beyti ma maison

L'histoire de Badreddine, ou la trahison du pilon

Conte populaire syrien, adapté par Dounya Moussali

Il était une fois il y a bien longtemps, un petit boulanger nommé Badreddine, qui habitait une ville au bord d'un bois.

Un beau jour, il vit entrer dans sa boulangerie le vizir du roi, qui lui demanda un pain jaune à l'intérieur, blanc à l'extérieur et au goût sucré.

- Un pain jaune à l'intérieur, blanc à l'extérieur et au goût sucré ? Mais ça n'existe pas ! C'est très difficile à faire, remarqua Badreddine.

- C'est le roi qui l'exige, et si tu ne t'exécutes pas...

- Bon, bon, d'accord... je vais essayer... revenez dans une semaine monsieur le vizir, et vous aurez votre pain, si tout va bien...

- Dans une semaine ? Mais mon pauvre ami, le roi le veut pour aujourd'hui ! Sinon... il coupera ta tête et la mienne !

- Quoi ?! Ma pauvre tête !

- Ouvre le sac de farine que voilà, il faut t'y mettre immédiatement !

- Bien, dit Badreddine en versant de la farine sur sa table, mais pourquoi diable le roi...

Le vizir coupa Badreddine et commença son histoire :

"Un beau jour, notre princesse était assise sous un jasmin et entendit un très joli chant. Elle vit dans l'arbre un oiseau étonnant : sa tête était blanche, son corps était jaune et son chant était doux comme le sucre...

- Comme tu es belle, princesse ! lui dit l'oiseau. Ton visage est blanc, tes cheveux sont jaunes, serais-tu douce comme le sucre ?

Surprise, la princesse le questionna :

- Toi, l'oiseau... tu parles le langage des humains ? Comme c'est étrange !

- Je vais t'emmener dans mon château, dit l'oiseau, et tu sauras mon histoire...

- Mais comment m'emmènerais-tu ? s'étonna la princesse. Tu es tout petit... et moi je n'ai pas vraiment la taille d'une graine !

C'est alors que la terre se mit à trembler, et le tout petit oiseau se transforma en un immense génie qui empoigna la princesse et l'emporta, loin dans les airs, très loin, jusqu'à son château.

Alerté par les hurlements de sa fille, le roi se mit à sa fenêtre et appela :

- Au secours ! Au secours ! Le génie a enlevé ma fille ! Mais où l'emporte-t-il donc ?

Le magicien, son conseiller, lui répondit :

- Inutile de crier ainsi, votre majesté. La princesse a été enlevée par le génie qui n'aime que ce qui est jaune à l'intérieur, blanc à l'extérieur et qui a le goût du sucre."

Le vizir arrêta là son récit et Badreddine, qui pétrissait déjà sa pâte, soupira :

- Pauvre princesse ! Pauvre roi ! Nous le savons bien, aucun humain ne saurait reprendre ce que les génies leur ont pris...

- C'est tout ce que tu trouves à dire ? N'as-tu rien dans les entrailles ?

- Mais, quelqu'un a-t-il déjà essayé de se rendre au château du génie ?

- Bien des hommes y sont allés, mais, à ce jour, personne n'en est jamais revenu... Et dans une demi-heure c'est toi qui partiras, avec ton pain, sur ton cheval.

- Ah ça non ! Pas question, protesta Badreddine... Moi, je fais le pain, ni plus ni moins ! Vous le donnerez à qui voudra l'emporter, et qu'on me laisse en paix !

Les ateliers de l'association Beyti
Pour faire pétiller les cultures du monde arabe avec les enfants.

- Qu'on te laisse en paix ?... Manquerais-tu de courage, mon ami ? Et ne voudrais-tu pas épouser la princesse ? Tu deviendrais sultan après son père...

Badreddine regarda longuement le vizir dans les yeux, et comme le pain était cuit, il demanda :

- Dites-moi, monsieur le vizir, sait-on où se trouve le château du génie ?

- Ah ! Comme te voilà brave à présent ! Se réjouit le vizir. Prends ton pain précieux, monte sur ton cheval vigoureux et vas vers le bois mystérieux ; tu y trouveras quelqu'un qui t'indiquera le chemin...

Le vizir regarda Badreddine s'en aller, et soupira :

- Espérons qu'il reviendra sain et sauf avec la princesse, et que nous pourrons fêter leurs noces et manger, nous aussi, le pain qui est jaune à l'intérieur, blanc à l'extérieur et qui a le goût de sucre.

Monté sur son cheval, avec son pain dans un couffin, Badreddine chemina dans le bois une journée et une nuit entières. Epuisé, il s'endormit sous un arbre.

Lorsqu'il se réveilla, il se trouva face à un grand loup. Aussitôt, il saisit son couteau, mais le loup le coupa net dans son élan et le rassura :

- N'aie pas peur, mon enfant ! Que cherches-tu ?

- Je vais chez le génie qui n'aime que ce qui est jaune à l'intérieur, blanc à l'extérieur et qui a le goût du sucre, bredouilla Badreddine.

- Mmmm... le château du génie est loin, très loin...ta route sera longue, très longue...

- Peux-tu m'indiquer le chemin ?

- Je vais te montrer comment aller chez l'ogresse... Tu iras la voir et tu lui demanderas ton chemin. Mais... Sois prudent !!! Tu devras la saluer d'abord, puis tu lui baiseras la main et tu téteras son lait à son sein... sinon...

- Sinon ?

- Sinon... elle te dévorera !!!

- Oh mon dieu !

- Suis mes conseils et tout ira bien. Prends cette bobine et suis le fil de soie qui te conduira jusqu'à la maison de l'ogresse. Allez, vas, et tâche de sauver la princesse !

Badreddine baisa la main du loup et le remercia bien. Il monta sur son cheval et suivit le fil de soie longtemps, longtemps, jusqu'à sortir du bois.

Il aperçut alors une petite maison devant laquelle une ogresse aux cheveux très longs, nourrissait un dromadaire.

Il s'approcha d'elle et la salua :

- Bonjour madame l'ogresse...

Il baisa sa main et téta son lait à son sein.

- Si tu ne m'avais pas saluée avant de me parler, lui dit l'ogresse, je t'aurais dévoré ! Que me veux-tu, mon petit ?

- Je veux me rendre au château du génie qui a enlevé la princesse.

- Le château du génie est loin, très loin ! Ta route sera longue et difficile, tu dois traverser le désert de soleil. Monte sur mon dromadaire : sur son dos tu ne craindras ni la chaleur du soleil, ni le froid de la nuit, ni la soif mortelle. Il t'emmènera chez ma sœur, qui est plus grande et plus savante que moi, elle pourra t'aider.

Badreddine baisa la main de l'ogresse et la remercia bien. Il monta sur le dromadaire et traversa le désert de soleil en une journée et une longue nuit.

Au petit matin, il arriva devant un feu gigantesque... On aurait dit l'enfer ! Il eut tellement peur qu'il en tomba évanoui...

Les ateliers de l'association Beyti
Pour faire pétiller les cultures du monde arabe avec les enfants.

Lorsque il revint à lui, il vit un croc immense : c'était l'unique dent d'une ogresse effrayante, qui riait d'un grognement atroce et tendait vers lui ses mains aux ongles longs et fourchus... prête à l'avaler tout cru !

Heureusement, Badreddine se souvint des conseils du loup et s'écria :

- Bonjour madame l'ogresse...

Il baisa sa main et téta son lait à son sein.

- Si tu ne m'avais pas saluée avant de me parler, lui dit l'ogresse, je t'aurais dévoré ! Que me veux-tu, mon petit ?

- Je veux me rendre au château du génie qui a enlevé la princesse.

- Le château du génie est encore loin ! Derrière la montagne de feu... J'ai vu tant d'hommes s'y aventurer... mais personne n'est revenu... Crois-moi, petit, il vaut mieux que tu rebrousses chemin.

- Non madame l'ogresse, je regrette, je veux poursuivre. Je vais sauver la princesse et l'épouser. J'ai déjà parcouru tout ce chemin, il est trop tard pour renoncer.

- Brave petit ! Ton courage t'honore et me réjouit ! Dans ce cas, laisse le dromadaire ici et monte sur mon oiseau. Il s'envolera avec toi vers le château du génie. Mais... attention ! Là-bas, il ne t'attendra qu'une heure, pas plus... Quand tu seras arrivé, appelle la princesse. Si elle t'entend et apparaît à sa fenêtre, tu es sauvé... sinon... tu seras changé en pierre, comme tous ceux qui s'y sont aventurés avant toi. Allez mon enfant, envole-toi et reviens sain et sauf, avec la princesse.

Badreddine baisa la main de l'ogresse et la remercia bien.

Il s'envola au-dessus de la montagne de feu et arriva enfin devant le château du génie qui s'élevait haut, très haut ! Il regarda autour de lui et vit des hommes par milliers, tous changés en pierre !

Badreddine leva les yeux vers le château et appela :

- Ô princesse, ma beauté ! Tends tes cheveux à ton beau boulanger, qui veut monter se reposer. Pas de princesse... Badreddine se changea en pierre jusqu'au nombril !

Il cria une seconde fois, à pleins poumons :

- Ô princesse, ma beauté ! Tends tes cheveux à ton beau boulanger, qui veut monter se reposer. Mais toujours personne à la fenêtre... Badreddine se changea en pierre jusqu'au cou !

Il appela une troisième fois, à bout de souffle :

- Ô princesse, ma beauté ! Tends tes cheveux à ton beau boulanger, qui veut monter se reposer.

A cet instant, il sentit quelque chose de doux et léger lui chatouiller la main. C'était la princesse qui lui tendait ses cheveux, ses très longs cheveux ! Il s'y agrippa et son corps reprit vie. Il escalada le mur du château jusqu'à la fenêtre de la chambre de la princesse et entra.

La princesse l'accueillit en lui demandant :

- Le pain ! As-tu apporté le pain qui est jaune à l'intérieur, blanc à l'extérieur et qui a le goût de sucre ?

- Oui princesse, j'ai fait pour toi le pain qui est jaune à l'intérieur, blanc à l'extérieur et qui a le goût de sucre, le voici !

La princesse prit le pain et le coupa en petits morceaux qu'elle distribua autour d'elle au lit, au tapis, au coffre, à la table, aux verres, aux assiettes... et à tout ce qui se trouvait dans sa chambre.

- Dépêche-toi ! dit Badreddine, l'oiseau nous attend en bas et va bientôt s'en aller.

Pressée par Badreddine, la princesse quitta sa chambre en oubliant de donner un bout du pain au pilon à ail ! Aïe ! Aïe ! Aïe !

Elle descendit avec Badreddine, ils grimpèrent tous deux sur l'oiseau et s'envolèrent, traversant les airs au dessus de la montagne de feu...

De retour de la chasse avec son chien, le génie entra dans la chambre de la princesse et s'arrêta tout net :

- Ne sens-tu pas l'odeur de l'humain dans mon château, mon chien ?

Les ateliers de l'association Beyti
Pour faire pétiller les cultures du monde arabe avec les enfants.

- Oui mon maître, confirma le chien. Un humain est venu, je le sens.
Ils interrogèrent alors le lit, le tapis, le coffre, la table, les verres, les assiettes... et tout ce qui se trouvait dans la chambre, mais aucune réponse... jusqu'à ce qu'un son de plus en plus percutant se fasse entendre :

- Je suis le pilon à ail ! Un homme a enlevé la princesse. Aïe aïe aïe... Je suis le pilon à ail ! Un homme a enlevé la princesse. Aïe aïe aïe... Je suis le pilon à ail ! Un homme a enlevé la princesse. Aïe aïe aïe...

- Aïe ! Entends-tu, mon chien, ce que dit le pilon ? Allons, pas te temps à perdre, lançons-nous à leur poursuite !

Un moment plus tard, Badreddine entendit japper le chien et regarda derrière lui : c'était le génie qui les poursuivait et se rapprochait ! Aïe aïe aïe !

Vite, il atterrit chez l'ogresse avec la princesse, ils rendirent l'oiseau et montèrent sur le dromadaire, qui entama la traversée du désert d'un bon pas...

Au bout de quelques instants, la princesse regarda derrière elle et vit le génie qui les suivait, avec son chien.

- Badreddine ! s'écria-t-elle, le génie est à nos trousses ! Qu'allons-nous devenir ?

A ces mots, le dromadaire se mit à chanter : « Ô désert de sable mouvant, couvre toi de ronces qui blessent jusqu'au sang. Ô désert de sable mouvant, couvre toi de ronces qui blessent jusqu'au sang. »

Et le sable se couvrit de ronces aux aiguilles pointues, fines et menaçantes, sur les pas du dromadaire qui traversait le désert...

Mais le génie ne capitula pas, il encouragea son chien :

- Des ronces ? Mangeons-les, mon chien, allons, mangeons-les ! N'as-tu pas faim ?

Et ils se mirent à avaler les ronces, tant et si bien qu'une épine très fine et bien longue, finit par s'enfoncer dans la gorge du génie, et une autre dans la gorge de son chien, et tous deux s'étranglèrent, et moururent en plein désert...

Tandis que Badreddine et la princesse arrivaient chez la première ogresse et y échangèrent le dromadaire contre le cheval. Ils montèrent et traversèrent le bois jusqu'à rejoindre la ville, et le palais du roi...

A la vue de sa fille, le roi ne se tint plus de joie. Il la serra contre son cœur et embrassa aussi Badreddine en lui disant :

- Merci mon cher Badreddine, ô le plus brave, le plus valeureux des hommes ! Tu es chez toi dans ce palais car je te donne la main de ma fille.

Et c'est ainsi que notre petit boulanger épousa la princesse. Et tout le monde mangea, le jour de la noce, du pain jaune à l'intérieur, blanc à l'extérieur et dont le goût est sucré.

FIN



BABA GHANNOUJ