

**Module Culture & art skills**  
**Elément : Anthropologie du patrimoine marocain**  
**Art culinaire marocain**

**Capsule : La cuisine marocaine : histoire et identité**

<i>Module</i>	<i>Culture &amp; art skills</i>
<i>Elément</i>	<i>Anthropologie du patrimoine marocain</i>
<i>Partie 1</i>	<i>Art culinaire marocain</i>
<i>Capsule éducative 2</i>	<i>La cuisine marocaine : histoire et identité</i>
<i>Intitule du capsule</i>	<i>La cuisine marocaine : histoire et identité</i>
<i>Axes</i>	<i>L'identité de la cuisine marocaine</i> <i>L'histoire de la cuisine marocaine</i>
<i>Objectifs</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Faire comprendre la richesse et la diversité de la cuisine marocaine</i></li> <li>• <i>Identifier l'identité de la cuisine marocaine</i></li> <li>• <i>Faire connaître l'histoire de l'art culinaire marocain</i></li> </ul>
<i>Durée</i>	<i>8 minutes</i>
<i>Texte</i>	<p><i>L'identité culturelle marocaine est une mosaïque de diversité et de richesse, et surtout au niveau du patrimoine culinaire, où on constate des multiples facettes de gastronomie qui offre une diversité culturelle étonnante. Cette diversité des plats et des manières de table est le résultat d'une histoire riche et complexe, marquée par la coexistence et l'interaction de différents groupes ethniques et religieux.</i></p> <p><i>La cuisine marocaine est le miroir réel de notre identité composite,</i></p> <p><i>Cela veut dire que le registre culinaire est fortement influencé par l'histoire de notre nation et ses composantes identitaires.</i></p> <p><i>La culture culinaire au Maroc se caractérise par une hospitalité légendaire, un mode de production et exposition créatif et des plats d'une immense saveur tels que la tanjia de Marrakech, le tajine Amazighe, le khliaa Fassi....</i></p> <p><i>La richesse et la diversité de la cuisine marocaine se voient principalement en saveurs et en traditions, qui ont forgé un savoir culinaire basé sur des ingrédients clés comprennent des épices telles que le cumin, le safran, la cannelle et le gingembre, ainsi que des herbes fraîches telles que la coriandre et le persil. Les légumes, les fruits secs, les olives, l'huile d'argan et les viandes (notamment de mouton et de poulet) sont également largement utilisés</i></p> <p><i>Le Maroc a également été influencé par des cultures, civilisations et religions, en raison des liens commerciaux et des migrations au cours de l'histoire. Ces influences se manifestent dans l'art culinaire marocain, qui est né de la fusion des traditions amazighes, arabo-islamiques, africaines, hassani sahraouis, juives et moresques, faisant du table marocaine un véritable carrefour culturel entre l'orient et l'occident d'une part</i></p>

	<p><i>et le sud et le nord d'autre part.</i></p> <p><i>Les pratiques alimentaires, les arts et les modes de conservation et production des aliments au Maroc ont également été enrichis par les contributions de la mondialisation et certaines transformations sociétales.</i></p> <p><i>Au fil du temps les marocains ont développé une culture culinaire unique basée sur la collectivité, la festivité et le savoir-faire, qui a contribué à façonner la société marocaine moderne. Ils ont contribué à la préservation et à la diffusion de l'art culinaire et ont également favorisé les échanges intellectuels entre le Maroc et d'autres cuisines internationales. Leur expérience et leurs connaissances ont été intégrées dans le patrimoine humain, enrichissant ainsi la diversité culturelle de notre planète.</i></p> <p><i>Généralement chaque plat marocain a une histoire, des valeurs et des rites de préparation, présentation et exploitation dans la vie sociale des gens et collectivités, affirmant en fin de compte que tous ces plats sont la traduction culturelle et sociétales de nos principales composantes de l'identité culturelle marocaine, notamment amazighe, arabo-islamique, hassani sahraouie, africaine, juive et moresque.</i></p>
<p><b>Documents Annexes</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Maalama Al Maghreb (معلمة المغرب)</i></li> <li>• <i>Malhoun (قصيدة الزردة)</i></li> <li>• <i>Sources documentaires sur l'art culinaire marocain (Films, Documentaires, Interviews, Récit de vie,)</i></li> </ul>
<p><b>Bibliographie</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Houbaida (Mohamed), Le Maroc végétarien, 15e-18e siècles. Histoire et biologie, Editions Wallada, Casablanca, 2008.</i></li> <li>• <i>Poulain (Jean-Pierre), Manger aujourd'hui : Attitudes, normes et pratiques, Editions Privat, Paris, 2002.</i></li> <li>• <i>Poulain (Jean-Pierre), Corbeau J.P, Penser l'alimentation : entre imaginaire et rationalité, Editions Privat, Paris. 2002.</i></li> <li>• <i>Poulain (Jean-Pierre), Sociologie de l'alimentation, Edition Quadrige, Paris.2005.</i></li> <li>• <i>Thelma) Barer-Stein), You Eat What You Are : People : Culture and Food Traditions, Firefly Press. Ontario, 1999.</i></li> <li>• <i>نعيمة المدني، تحول العادات الغذائية بالمغرب القروي: دراسة أنثروبولوجية، دار الأمان، الرباط. 2015.</i></li> <li>• <i>عبد الرحيم العطري، قرابة الملح: الهندسة الاجتماعية للطعام، دار المدارس، الدار البيضاء، الطبعة الثالثة، 2018.</i></li> <li>• <i>فاروق مردم بك، مطبخ زرياب، ترجمة: جان ماجد جبور، مراجعة: كاظم جهاد، نشر مشروع "كلمة"، أبو ظبي، 2015.</i></li> </ul>

## قصيدة الملحون الموسومة بـ "الزردة" من نظم: الشيخ محمد بن علي المسفيوي الدمناتي<sup>1</sup>

ضيفك أجارى شبعني\*\* وليس تعمل بشوار\*\* زيد بي للدار  
بلحسان كرمني\*\* ولا تكثر هدره  
تعرف وصفي مولوع بالزرادي\*\* دايم فكل يوم  
نحب الزردة لو تكون فبغداد\*\* قريية نقول  
وكثير إيلا كانت\*\* عند واحد مثلك  
وافي كريم جيد صبار\*\* برُّ يرفد بالعار  
هات لي فالأول سكسو\*\* ولا تخلي حد يمسو  
يكون في شي طبسيل كبير\*\* بالزبادي راوي  
واعمل عليه غنمي\*\* وخضاري رايقة نفيسة  
دير تفاية مع الزبيب\*\* ولوز وبصلة  
كذاك سفة بفراخ من الحمام\*\* مردومة وسخونة  
مع الشعرية للغاها عشيق\*\* والروز يطيب مليح\*\* بالحليب الصافي  
أرى من الفداوش شربة\*\* وتكون راوية وسخونة  
إلى دخلت وسط القبة\*\* أرى طواجنك وصحونة  
لي تكون تقول مرحبا\*\* هاك لبساط للمحسونة  
واللوز في وسطها ينبا\*\* وكذاك بالسمن مدهونة  
ومحنشة نحب فرغبة\*\* وتكون رايقة وسخونة  
طبسيل جيب لي من بغرير\*\* وكذاك سير للسفاج الوافي  
تجيب عشرة كيلو\*\* وتكون بالسمن والعسل  
ومخرقة وشباكية\*\* وحدة نديرها متنية\*\* في كل جيه  
المقروط الباهي\*\* ورزة القاضي\*\* كعب غزال ولكعاك  
مية من لغريية\*\* تقد للفطار\*\* والمرق بالييزار  
جيب خبز السميد الصافي\*\* عجب للنظرة  
هات لي كباب المغدور\*\* ضد فاللي غدار\*\* فيه بيض بتعفار  
وكذاك جيب المشوي\*\* يقامتو معتبرة  
ومن الكفتة وجد لي\*\* ميات قطيب عل النار\*\* كذاك تدير كوار  
بالفلفل ويكونوا\*\* في طواجن كثرة  
هات القلية فصحونة\*\* مزوقة من بلار\*\* كتند لفكار  
والخليع المقيوم\*\* ترييع به الفكرة  
هات الطواجن عل الأشكال\*\* من لحم الغنمي يقبل  
دير طاجين مخضر يا لبيب\*\* بالزيتون وليمون  
دير واحد لمروزية\*\* مع البطاطا واللفت ولوبيا والملوخية  
ذاك الشوا يعجبني\*\* منو خروف جيب معمر وأخر بعد منو يعني\*\* فالفرن طايب ومتحمر  
خمسین راس بها نثني\*\* والهركمة عليها نفطر  
وكذاك جيب لي المعسل\*\* نبغي تكون عايق فايق  
وسط النهار\*\* نعطيك خبار\*\* جيب قصعات كبار  
بشي تشيشة كرداس\*\* يكون الطواجن كثرة  
باداز سخون نحبو\*\* في يمين أو يسار\*\* كان هطلت لمطار

<sup>1</sup> أنظر: موسوعة الملحون: ديوان الشيخ محمد بن علي المسفيوي الدمناتي، إشراف وتقديم: عباس الجراري، سلسلة التراث، مطبوعات أكاديمية المملكة المغربية، الرباط، 2018، ص. 737.

عل البيصار موجد\*\* ما نصيب عنها صيرة  
هات لي فول مدمس\*\* من هواه هيج لفكار\*\* من الحمص قنطار  
والباقي تقيه\*\* دون الشهرة  
جيب لي بركوكش بالحليب\*\* طايب عل المقدار\*\* فيه نفيديوا الثار  
من الصغر يعجبني\*\* ما صبت عنو صبيرا  
هات لي خمسين دجاجة\*\* ردت بها نقضي حاجة  
بالنوى عمر لي عشرة\*\* وبالسمن عشرة حمرهم  
زيد عشرة بالمعدنوس والفلافل\*\* طيب عشرة مزعفرين\*\* ومرق لخرين  
هات لي بيبي والوز\*\* جيب لي خمسين دجاجة  
على التمام طاجين من الزرزور\*\* كنجب يوجد لفطور\*\* لا تكون مغشم  
وغزال طايبة مقيومة\*\* وإلى تجيبها توقف تم  
نوصيك لا تكثر لومة\*\* ومية من القنية تقدم  
وتكون بالشحم منعمومة\*\* ومية من القنafd سلم  
فيها جوارحي مغرومة\*\* وكذلك لحجل به انتم  
الأرنب صورتو منعومة  
ثم تجيب عشرين من الشابل\*\* طايبة وذكية\*\* وخرين كيفها مقلية  
فيها نضرب غلقة تشكار\*\* لا تحضر لي جار  
تركني وحدي وصغى\*\* للاقوال بجهرة  
هات شرغو والبوري  
جيب فرخ من سبع شبار\*\* والمرينة تذكار  
ساركنة مقيومة\*\* جيب منها عشرة  
والقرب والنون فأكلو لذيق\*\* يصلح لصيار\*\* ليس تنسى البحرار  
كان بي برد\*\* بطعمو ضراري تبرى  
جيب لي سردين ينقلى\*\* ويتجمر فشهد النار\*\* ليس تعمل توخار  
كن محزوم ومني\*\* ليك حق السخرة  
هات الشلايظ مولاتي\*\* على الأشكال تلذ لذاتي  
والتراقد فخلول\*\* محمضة ولطيفة  
حضر سكرة من العنب\*\* وحمل دلاح  
هات بطيخ كبير\*\* وما يماثلو\*\* من فكوس ولينكاوس  
مشماش مع التفاح\*\* من العرصة شامي  
والليم كان يحضر فالحين\*\* مية نجبها قدامي  
كرموس النصارى والتين\*\* رمان به لذ طعامي  
برقوق ما يلي عنه لين\*\* فيكل يوم قنطار يجي معلوم  
والتمر قنطارين على الدوام  
وكركاع مع اللوز\*\* والزبيب الابيض مع الموز  
جيب لي كوز من بلاد الهند  
وبلوط وقسطال\*\* والشراب الطيب لحلال  
جيب لقوالب من سكر\*\* دير شاي\*\* دير الزردة  
ختمتها باستغفر الله\*\* استغفر الله من عثرة لسان  
نطلب رب الورى يبسط عنا\*\* على الدوام نعمتو  
ونهاية اللغا يا حفاظ\*\* خذها خريدة\*\* برزت فخلول رايقة ونفيسة  
صعبة على الجحيد الدامر\*\* وعلى كل داعي\*\* ما يقوى للحراب  
ساعة الابحار\*\* بالحسام البتار

كان طاح فيدي\*\*ويحو نقطعو بالشفرة  
كان يجحدني يعرفني\*\*فقلب عينو زنجار\*\*ليه نسقي لمرار  
لو تكلم باسل\*\*وثقيل عند الشعرا  
لويصر صر بازي تخمد\*\*موكة فلقفار\*\*والسلام للخبار  
لشياخ وطلبة\*\*وعلى اولاد الزهرة  
من ابن علي مسفيوي\*\*في تراجم الفن عبار\*\*زار نعم المختار  
سيدنا محمد لحبيب\*\*تاج العشرة  
الصلاة والسلام عليه\*\*دايمة كل نهار\*\*من الحي القهار  
قد ما خلق الله\*\*ميات ألف مرة