



## Aurillac → Vivre sa ville

**INITIATIVE** ■ Le Secours populaire invente des ateliers pour échanger les savoir-faire culinaires

# La richesse culturelle passe à table



**RÉCETTE.** Fadoua a partagé la recette transmise par sa grand-mère : le couscous. PHOTO JÉRÉMIE FULLERINGER

« Découvrir un pays par le prisme de sa gastronomie »

**Le Secours populaire a lancé les ateliers cuisine, un mardi par mois, qui permettent aux bénéficiaires de préparer un repas avec d'autres personnes, pour transmettre leurs recettes et leurs traditions culinaires. Hier, Fadoua, mère de quatre enfants, a cuisiné le couscous pour quinze personnes.**

**Anna Modolo**  
 anna.modolo@centrefrance.com

**L**e poulet mariné au curcuma, gingembre et paprika dore au four. Les oignons caramélisent dans l'huile d'olive, le sucre et la cannelle. Il est 10 h 30 et le repas mijote. Aux fourneaux, Fadoua, 28 ans, livre les secrets de la recette de sa grand-mère. « Je suis toujours en cuisine. Je fais tout moi-même, je n'achète rien tout fait, même le pain. C'est meilleur et moins cher. » Elle sourit en égrenant la semoule.

Hier, Fadoua a partagé ce savoir-faire transmis par sa grand-mère, au Secours populaire.

« Cuisiner tout soi-même, c'est meilleur pour la santé. Quand ils mangent à la cantine, ou même au McDonald's, parfois ça arrive, ils disent "maman, j'aime pas !" » C'est que, depuis leur enfance, elle leur fait goûter toutes les saveurs.

Mère de quatre enfants et enceinte d'un cinquième, Fadoua ne tient pas en place. « Au Maroc, le couscous, c'est tous les vendredis midi, indique-t-elle. C'est une tradition. On commence dès le matin. » Et pour cause, la recette est longue. Navets, carottes, courgettes, potirons, choux, pois chiches... « Il y a plein de légumes, c'est mer-

veilleux, j'essaie de tout mémoriser mais je ne suis pas sûre d'arriver à le refaire à l'identique », plaisante Françoise Vidal, bénévole au Secours populaire, en lui donnant un coup de main. Marie-Claire Chazette note tout. « Nous avons édité un livre pour toutes les recettes de nos bénéficiaires », ajoute-t-elle. Dahl de lentilles corail par Valérie, poulet aux épices par Hafiza, bortsch par Galina et le fameux couscous de Fadoua.

L'ouvrage ne donne qu'un mince aperçu de la richesse de ce moment d'échanges que propose l'association. « L'idée est de rassembler différentes cultures culinaires autour des bénéficiaires », ajoute Marie-Claire Chazette. « C'est passionnant de découvrir un pays par le prisme de sa gastronomie », ajoute une bénévole. Ce que tente de faire le Secours populaire est déjà quelque chose qui, spontanément, émerge dans l'immeuble de Fadoua.

« C'est important, les recettes traditionnelles des différents pays, observe-t-elle. Ça ouvre l'esprit, on découvre d'autres façons de cuisiner, d'autres ingrédients. Je suis voisine avec deux Afghanes et une famille de Mayotte. Très gentilles. Quand nous faisons à manger, nous nous donnons un plat, à l'une, à l'autre. C'est toujours délicieux. » Fadoua est arrivée en France, il y a deux ans. Son mari y est né, il a toujours travaillé en France. Les enfants réclamaient leur père, alors elle a pris la décision de le suivre. Aujourd'hui, elle prend des cours de français.

« Au Maroc, nous avions un petit potager. Cela permet de cultiver ses légumes, c'est important. » Ici, le logement n'est pas adapté. Comme beaucoup

d'autres, elle ne peut plus le faire et donc dépend des services, comme ceux du Secours populaire, pour l'aider à nourrir sa famille. « Aujourd'hui, les mamans n'ont plus le temps, travaillent tard. Il existe des recettes faciles, rapides à faire, et qui permettent de couvrir plusieurs goûters... Heureusement que je les connais parce que mes enfants sont gourmands ! », rit-elle. Passionnée de cuisine, ce qu'elle aimerait, c'est proposer un service de traiteur de cuisine marocaine. Et au regard des expressions gourmandes, elle trouverait vite une clientèle. ■

**Pratique.** Pour participer aux ateliers, il suffit de s'adresser au Secours populaire, 16, rue Méallet-de-Cours, à Aurillac. Tél. 04.71.43.67.63. Il est aussi possible de se procurer le livre de recettes.