

The Quest for Food and the Genius of Resource:  
A Resilient Agrarian World through the Hardship of Scarcity

**La quête de nourriture et le génie de la ressource:  
Un monde agraire résilient passé par l'épreuve des disettes**

**Jamal Bellakhdar**

Chercheur en ethnobotanique

**Abstract:** Over the centuries, up to the 1940s, the Maghreb has experienced, on a recurring basis, many episodes of great food insecurity that put a strain on the supply of food to families and their subsistence economy. The phenomenon of dearth is generally described by historians as the worst scourge – after epidemics – that the population of the Maghreb has suffered during its history, a reality that no one, of course, will dispute. But if we study this phenomenon a little more in depth, we are forced to admit that it was also for this people, in particular rural communities, a binding test of their intelligence, which led them to seek alternatives to the shortage of conventional foodstuffs. They were therefore led to explore in a more methodical way – necessity compels – the nutritional potential of their regional biodiversity. Thus, over time, a genius of the resource was developed which ended up enriching the North African culinary art with many recipes of basically peasant inspiration. This successful integration is credited with the indisputable nutritional value of these food finds, a deserved success that can be seen in the renewed interest that we observe today among our fellow citizens, all social classes combined, for the “wild taste” and for the Ancients’ food standards. This trend towards a return to peasant tradition has been accentuated by an increasingly assertive quest for “natural,” “real,” “authentic” foods, all qualities that the reassuring name of “terroir products” covers in the minds of Maghrebians, but also by the growing distrust of consumers towards industrial products, placing the issue of food security and affirmation of identity at the center of the debate.

**Keywords:** Maghreb, Ethnobotany, Scarcity, Foods, Biodiversity, Resilience, Subsistence, Agrarian World, Terroir Products, Affirmation of Identity, Food Security, Nutritional Value, Culinary Art.

Parmi les nombreux rapports de l'homme à son environnement, il y en a un qui fut certainement le phénomène social fondateur de la civilisation humaine, c'est celui par lequel l'homme a d'abord vu dans les ressources prodiguées par la nature – qu'elles fussent végétales ou animales – une nourriture susceptible de calmer sa faim. C'est par la recherche d'aliments que l'homme fut mis à l'épreuve de l'intelligence et c'est grâce à une certaine connaissance de la ressource acquise au cours de cette recherche qu'il parvint à s'élever au-dessus de sa condition primitive, s'extrayant du coup de l'Histoire naturelle pour inaugurer une Histoire humaine. L'apprentissage de la biodiversité fut par conséquent pour lui l'école de ses premiers talents et le génie de la subsistance aura été la toute première manifestation de sa capacité nouvellement acquise à assumer une existence qu'il ne se contente plus de subir mais qu'il maîtrise un peu plus et dans laquelle il s'accomplit.

### Subsistance et connaissance de l'environnement

Bien entendu, les populations du sous-continent maghrébin sont elles aussi passées par ce processus historique qui est le chemin obligé menant de l'état de nature à l'état de civilisation, car – précisons-le ici – au début de l'implantation de ces populations, il n'y avait que la campagne, rien que la campagne. De ce fait, cet homme – né dans ce pays ou que les péripéties de l'histoire ont conduit à s'y installer – observateur, attentif, déductif, capable de mémoriser une expérience favorable ou funeste et perspicace dans ses choix, fut forcément un rural, un rustique, un enfant de “la brousse,” qu'il soit nomade ou sédentaire, car les cités ne vinrent que bien après.

Le niveau initial de son savoir naturaliste ne reposa au début que sur une connaissance empirique des végétaux sauvages agréables au goût et des animaux à chair comestible. Son premier réflexe fut de partir à la prospection du potentiel alimentaire de plantes qu'il ne connaissait pas en les éprouvant, en quelque sorte, sur lui-même: c'est ce qu'on appelle l'apprentissage par essai-erreur. Mais ses besoins devenant croissants et les aliments naturels directement consommables en l'état étant limités, il s'ingénia, dans un deuxième temps, à mettre au point des techniques permettant de récupérer pour ses besoins nutritionnels des productions sauvages indigestes ou même toxiques à l'état brut et d'améliorer le goût des viandes et des végétaux en les transformant. En somme la “palatabilité” (ou “appétibilité” ou encore “acceptabilité”) fut le thème-clé autour duquel s'organisèrent désormais tous les efforts. On connaît l'exemple des graines de coloquinte (*Citrullus colocynthis*), du Sahara et du Sahel, et des tubercules du gouet (*Arisarum vulgare*), des plaines du Nord du Maghreb, que les hommes apprirent à rendre comestibles sans encourir de dangers, en dépit de leur toxicité naturelle. Le lessivage, l'épluchage, la torrification, la cuisson, l'assaisonnement des mets ne visaient pas, à l'origine, d'autres buts que celui de gagner sur l'environnement des denrées de second ordre, probablement par suite de la raréfaction des aliments de cueillette de première qualité. Comme le dit très justement Léonard (2003): “les caractéristiques les plus remarquables de l'évolution humaine sont d'une part la variété des stratégies élaborées pour trouver une nourriture adaptée à nos exigences métaboliques et, d'autre part, l'efficacité toujours croissante avec laquelle nous parvenons à extraire énergie et nutriments de l'environnement.”<sup>1</sup> Ainsi est né, sûrement, l'art culinaire.

C'est aussi dans le cadre de ces stratégies visant à faire face à la raréfaction progressive des ressources alimentaires obtenues par simple prélèvement sur la nature sauvage – en raison de la pression démographique exercée sur elle par une population sans cesse croissante – qu'il faut inscrire

---

<sup>1</sup> William Leonard. “Ressources alimentaires et évolution,” *Pour la Science* 304 (fév. 2003): 47-52.

la naissance de l'agriculture. Économiquement, socialement et culturellement, cette toute dernière stratégie mise au point par l'homme pour rendre sa subsistance moins aléatoire et sa vie moins erratique fut une véritable révolution.<sup>2</sup> La céréaliculture et l'arboriculture fruitière, en particulier, ont apporté aux premiers agriculteurs une assurance, en quelque sorte, sur l'avenir de leur sédentarisation. Sans elles, l'impérieuse quête de nourriture aurait probablement amené les hommes à emprunter des chemins d'errance les menant de plus en plus loin. Facilement stockables d'une année à l'autre, les céréales, les légumineuses et les fruits secs ont libéré les hommes de la servitude d'avoir à chercher sans cesse de quoi manger. Mais, en même temps, l'agriculture a rendu l'homme dépendant de ses productions et ne l'a pas mis définitivement à l'abri du risque de disette, notamment dans des régions où climat et hydrographie font l'objet de grandes variations. Elle a seulement permis de passer à un état de moindre précarité dans lequel des périodes plus ou moins fortunées de suffisance alimentaire ont contribué à atténuer les conséquences dramatiques de la pénurie chronique.

De plus, ce passage d'une économie primitive de chasse, de cueillette ou d'élevage, à l'agriculture modifiera foncièrement la relation de l'homme à son environnement. En l'occurrence, nous aurons ici un appauvrissement du savoir naturaliste, un désapprentissage. Certes, l'agriculture permettra à l'homme d'obtenir des productions beaucoup plus importantes que celles résultant d'une économie basée seulement sur la chasse et la cueillette. Elle permettra aussi, par sélections progressives, de favoriser les lignées des variétés les plus tendres, les plus charnues, les moins amères, c'est-à-dire de réduire le travail de détoxification ou de préparation des aliments. Mais ce passage à une production alimentaire programmée demandera de l'homme davantage de travail, et exigera des sols et des milieux une productivité accrue ce qui sera la cause plus ou moins rapide de la fragilisation des nouvelles biocénoses ainsi organisées par l'homme.

Cet appauvrissement sera encore plus grand lorsque naîtront les cités et que l'homme passera du mode de vie rural à l'urbanité. À l'inverse, le retour au pastoralisme, par exemple, pour une raison ou pour une autre, rétablira la proximité de cette connaissance avec la nature sauvage.<sup>3</sup> Cela veut dire – pour ce qui concerne le territoire que nous étudions – que le savoir naturaliste du nomade est indiscutablement plus riche, plus diversifié que celui de l'agriculteur sédentaire et l'est encore plus que celui du citadin.

Ces différentes configurations du mode de vie des gens, nous les rencontrons aujourd'hui toutes au Maghreb, sous des formes diverses,

---

<sup>2</sup> Vere Gordon Childe, *L'aube de la civilisation européenne* (Paris: Editions Payot, 1949).

<sup>3</sup> Jamal Bellakhdar, *Hommes et plantes au Maghreb-Éléments pour une méthode en ethnobotanique* (1<sup>ère</sup> édition: Lulu.com, 2008, 2<sup>ème</sup> édition: Casablanca: Éditions Le Fennec, 2023).

traduisant chacune d'elles une adaptation réussie à l'environnement au sein duquel elles se sont organisées. Dans ce sous-continent, pour faire simple, deux ensembles de milieux ont donné lieu à deux grands types de subsistance: d'une part les déserts et les zones arides, d'autre part les plaines et les montagnes.

D'un point de vue strictement écologique, cinq grandes catégories de ressources naturelles fondent en principe la subsistance humaine: 1. les ressources en eau (pour la consommation humaine, celle du bétail et éventuellement l'irrigation des cultures); 2. les ressources vivrières existant spontanément dans le milieu ou provenant de cultures; 3. les ressources en pâturages; 4. les ressources en combustible, en bois d'œuvre et en matériaux naturels pour les usages domestiques et les productions artisanales; 5. les ressources en terres cultivables.

Examiné sous cet angle, le milieu le plus caractéristique de ce sous-continent est incontestablement le désert du Sahara parce qu'il est le plus original et qu'il représente un cas très particulier de l'adaptation de l'homme à son environnement, qu'on peut d'ailleurs considérer – à partir des critères que nous avons énumérés plus haut – comme le type même de l'équilibre de subsistance, en situation climatique normale. Ce type de milieu ne procure toutefois que des ressources limitées, vulnérables à la moindre menace, installant les populations qui choisissent d'y vivre dans une précarité permanente mais avec laquelle elles ont appris à composer.

Le Maghreb comprend aussi des régions où la nature offre des conditions plus propices à l'occupation humaine. Les plaines littorales, les chaînes montagneuses de l'Atlas, de l'Aurès, de la Kabylie, le Tell et les hauts plateaux du centre sont couverts de forêts, de garrigues, de prairies et de steppes dans lesquelles la végétation est diversifiée, l'eau présente à peu près partout grâce aux cours d'eau qui les traversent et les sols favorables à l'agriculture. Mais la densité d'occupation humaine y est aussi plus importante et, de ce fait, l'exploitation des ressources naturelles plus grande.

Ces équilibres, aussi bien le premier que le second, sont néanmoins très fragiles: le moindre changement climatique, édaphique ou biologique brusque, en particulier la survenue de longues périodes de sécheresse ou d'invasions acridiennes entraînant une stérilisation plus ou moins rapide du biotope et la raréfaction des ressources alimentaires, peut devenir préjudiciable à la pérennisation de l'établissement humain.<sup>4</sup> Et c'est probablement ces calamités naturelles qui furent l'une des causes importantes des nombreuses migrations signalées au cours de l'histoire du Maghreb.

---

<sup>4</sup> Voir à ce sujet: Howard Brabyn, "Comment se créent les déserts," *Impact, science et société* 27/3 (juil.-sept. 1977): 365-68.

Des causes humaines peuvent aussi être à l'origine de graves pénuries: une fiscalité trop lourde, un état d'insécurité, des pillages ou des exactions d'une armée en mouvement qui "se nourrit" sur les régions traversées ont en effet bien souvent de graves répercussions sur la production agricole.<sup>5</sup>

L'homme qui y vit a donc dû apprendre à utiliser au mieux son milieu, se dotant pour cela de quelques règles simples d'économie optimisée. En même temps, la nécessité l'obligeait à parfaire sa connaissance de la nature, en la réactualisant au fur et à mesure des changements qui pouvaient affecter son mode de vie, par rapport d'une part à ses besoins propres, par rapport d'autre part aux ressources comptées que l'environnement lui offrait.<sup>6</sup>

Car une société de ce type ne repose pas sur la seule force physique. Elle requiert déjà plusieurs aptitudes intellectuelles. Des qualités indiscutables d'observation, d'expérience des choses, de mémoire et d'ingéniosité concourent à forger l'intelligence pratique des hommes tributaires de ces milieux en équilibre fragile. Sur cette intelligence repose en grande partie la plasticité biologique des communautés qui y sont implantées, sans laquelle une bonne accommodation de l'homme au milieu ne saurait se faire. Pour une société écrasée par la toute puissance de la nature, posséder les capacités de prévoir les phénomènes atmosphériques, de parer aux rigueurs du milieu en les esquivant ou en les atténuant, de détecter le moindre signe révélateur de bénéfice ou de danger pour l'homme, savoir enfin tirer le meilleur parti de toutes les ressources naturelles, constituent les fondements mêmes de l'action.

Dans ces sociétés, en effet, la connaissance n'a d'autre fonction que de donner aux activités de l'homme l'efficacité attendue d'elles. D'où la grande importance accordée à l'expérience vécue – la sagesse (*hikma*) des personnes d'âge mûr – et au savoir fixé, accumulé, mémorisé sous forme de règles simples, de recettes, de proverbes, d'aphorismes, d'interdits, de coutumes. D'où aussi le temps énorme consacré à l'information, à l'échange de nouvelles et d'expériences.<sup>7</sup> D'où enfin une très grande sensibilité aux choses de la nature, à leur sémiologie réelle ou supposée, à la causalité des phénomènes et des changements.

Naturellement, à ce niveau de la subsistance, les exigences végétales de l'homme organisent l'essentiel de son activité. Entouré de plusieurs

---

<sup>5</sup> Bernard Rosenberger, "Cultures complémentaires et nourritures de substitution au Maroc (XV<sup>e</sup>-XVIII<sup>e</sup> siècles)," *Annales Histoire, Sciences Sociales* 35/3-4 (1980): 477-503; Bernard Rosenberger, *Société, pouvoir et alimentation: nourriture et précarité au Maroc précolonial* (Rabat: Editions Alizés, 2001); Mohamed Houbaida, *Le Maroc végétarien, 15<sup>ème</sup>-18<sup>ème</sup> siècles* (Casablanca: Editions Wallada, 2008).

<sup>6</sup> Jean-François Leroy, *Les fruits tropicaux et subtropicaux* (Paris: PUF, 1968).

<sup>7</sup> Théodore Monod, "Part I, Introduction," in *Pastoralism in tropical Africa*, International African Seminar, Niamey, Dec. 1972, ed. Théodore Monod (London: Oxford University Press, 1975), 3-98.

végétaux et animaux, l'homme ne cherchera à connaître ceux-ci que par rapport à lui: comestibles, remèdes, prédateurs, signalisateurs d'autres ressources moins bien en vue, produits dangereux, etc. Toute la gamme des productions naturelles n'est appréhendée que du point de vue d'une utilité, d'une destination, et rares sont les plantes inoffensives, aussi peu attrayantes qu'elles puissent être, qui ne sont pas considérées comme susceptibles de fournir quelque chose à manger, ne serait-ce qu'un masticatoire à ruminer ou un trompe-la-faim qui occupe. Il en est de même du règne animal qui peut procurer d'intéressantes ressources alimentaires d'appoint. D'ailleurs, même en dehors des périodes de disette, chasse et cueillette revêtent une grande importance dans les économies de subsistance: lézards, escargots, petit et gros gibier, truffes, graines, menues baies, drupes décharnées, tout est récupéré pour la consommation humaine. Ce rapport, il va de soi, est bien souvent indirect. Le nomade, par exemple, qui dépend beaucoup de son dromadaire, s'intéressera également de près à tout ce qui touche à la subsistance de ce dernier: pâturages, maladies, etc. Ainsi, il apparaît bien que la connaissance de la flore, de la faune, des comportements animaux, l'expérience des soins médicaux et vétérinaires, constituent avant tout une science de nécessité, patiemment élaborée au fil de vies entières d'hommes et de femmes, se relayant en une chaîne ininterrompue, un apprentissage à la survie dans la lutte incessante de l'homme pour s'approprier la nature.

### **Survivre: les activités de cueillette**

Que ce soit en zone aride ou dans les environnements naturels moins défavorisés, les activités de cueillette, de chasse ou de pêche pour la subsistance humaine, sont loin d'être de simples expédients dont usent les populations pour pallier une situation de pénurie alimentaire lorsque la survenue d'un fléau vient dévaster les productions agricoles de l'année. Elles visent aussi, en situation normale, à se procurer divers comestibles à des fins variées: diversification de la ration alimentaire habituelle, complémentation nutritionnelle, aliments à valeur culturelle, amuse-gueules et masticatoires, coupe-faim et coupe-soif de bergers, vivres de route pour les voyageurs, etc. Chez les nomades, la prospection de l'environnement à la recherche de produits bons à manger fait même partie de leurs préoccupations quotidiennes. En période de transhumance, les parcours sont littéralement passés au crible par les chameliers, à la recherche de comestibles, de fourrages, de plantes médicinales ou techniques, de bois d'œuvre, de combustibles, de fibres pour la sparterie, de sel et de divers autres produits, utilisés sur place ou soigneusement stockés pour des usages futurs. Et dans les steppes à graminées, au moment de la grenaison, les troupeaux ne sont jamais lâchés avant que la cueillette des graines sauvages ne soit faite.

Certes, en période de disette, cette quête de nourritures “sauvages” devient impérieuse et les critères de sélection des cueillettes moins rigoureux. Ces épisodes de grande précarité alimentaire, qui furent récurrentes au Maghreb jusque dans les années 1940, seront d’ailleurs enregistrés dans la mémoire collective comme des années où les populations ne durent leur salut qu’à la consommation d’herbes, de racines et de tubercules sauvages. Ces années-là, les familles partaient au grand complet – hommes, femmes et enfants – chercher dans la nature de quoi se remplir le ventre: fruits, graines, plantules, souches, champignons, escargots, lézards, œufs, oisillons, poissons de vase, tout devenait bon à manger, même des animaux habituellement dédaignés. On arpentaient les steppes et les forêts à cette fin, on courait même le risque de goûter à tout, en dérogeant aux règles de prudence les plus élémentaires et même aux interdits consacrés par la tradition, dans l’espoir de découvrir de nouvelles ressources alimentaires non connues des Anciens. Quant aux chats, aux chiens et aux ânes, en ville comme à la campagne, ils n’étaient plus perçus que comme du gibier.

Nous apprenons ainsi par Mohamed Es-Seghir Al-Oufrānī, le chroniqueur de la dynastie saâdienne, que l’an 987 de l’hégire (1579 J.-C.), année de grande famine, devint célèbre sous le nom de *‘ām al-buqūl* (année des plantes potagères sauvages) en raison de la grande consommation qui en fut faite par les gens. En-Naciri Es-Slaoui, quant à lui, rapporte que l’année 1266 de l’Hégire (1849-1850 J.-C.) fut nommée par les campagnards *‘ām ‘irnī* (l’année du gouet à capuchon, *Arisarum vulgare*) car, cette année-là, en raison d’une grande sécheresse, on disputa aux sangliers les tubercules de cette plante qu’on avait appris à détoxiquer.<sup>8</sup> D’autres années furent surnommées *‘ām el-khubayz* (l’année de la mauve) car on consomma beaucoup de feuilles de mauve (*Malva sylvestris*, *M. rotundifolia*, *M. parviflora*) pour faire face à la pénurie alimentaire. Sur le même mode de déclinaison, la mémoire populaire se souvient aussi de *‘ām el-kelkh* (l’année de la fêrûle, *Ferula communis*) dans la Mitidja,<sup>9</sup> de *‘ām el-bellūṭ* (l’année du gland, *Quercus suber*, *Q. rotundifolia* et *Q. ilex*) chez les Aït Souab (Anti-Atlas) et en Kabylie et de *‘ām el-kersenna* (l’année de l’erse, *Vicia ervilia*) dans le Rif et les Beni Snassen. Plus près de nous, nos parents et grands-parents se souviennent tous de *‘ām al-jū* (l’année de la faim), correspondant

<sup>8</sup> Les populations maghrébines rurales connaissent plusieurs techniques pour détoxifier le gouet à capuchon (*Arisarum vulgare*) qui contient des alcaloïdes et des principes âcres toxiques. La préparation traditionnelle consiste à torréfier les tubercules sur un plat d’argile puis à les cuire à la vapeur avant de les sécher et de les réduire en farine. On peut aussi les faire bouillir trois fois dans de l’eau. Une bonne dessiccation, et surtout la cuisson, leur font perdre, en effet, leur toxicité. Jamal Bellakhdar, *La pharmacopée marocaine traditionnelle* (Paris: Ibis Press, 1997), 2<sup>ème</sup> édition, 2 Vol. (Casablanca: Editions Le Fennec, 2020).

<sup>9</sup> La consommation des côtes de feuilles et des bourgeons de fêrûle, durant les années de disette, a provoqué chez les populations une maladie grave (le fêrulisme) caractérisée par des troubles de la coagulation et pouvant entraîner la mort. Bellakhdar, *La pharmacopée*.

à l'année 1947 au cours de laquelle on mangea beaucoup d'herbes et de racines pour compenser le déficit alimentaire provoqué par le rationnement de l'après-guerre. Et lors de nos enquêtes de terrain, nous avons souvent entendu des vieillards ayant vécu ces temps difficiles raconter leurs expéditions quotidiennes dans la brousse, une première fois, une seconde fois puis une troisième fois, avec à chaque ratissage, un peu moins d'exigences et une prise de risque un peu plus grande qu'au précédent passage. “*Au dernier ratissage* – nous disait l'un d'entre eux – nous finissions par ne ramener à la maison que des souches de tabūda [massette, *Typha latifolia* et *T. angustifolia*] et de smar [jonc, *Juncus maritimus*], dures comme du bois, avec parfois, si nous avons de la chance, des grenouilles et des pique-bœufs que nous chassions à la fronde, histoire de manger quand même un peu de viande. Confrontées à ces aliments potentiels qu'elles ne connaissaient pas, nos mères prenaient le soin, par précaution, de les cuire à gros bouillon dans de l'eau salée, de jeter cette première eau puis de les recuire une seconde fois avant de nous les servir. Certaines fois, cette nourriture passait bien, faute de mieux. D'autres fois, elle était immangeable, même avec la meilleure volonté du monde, et nous la jetions. En revanche, si nous ramenions un hérisson échappé jusque-là aux fureteurs qui nous avaient précédé, notre pitance du jour se transformait en festin.” Nous avons là, dans le récit de ce respectable chikh, passé dans sa prime jeunesse par l'épreuve de la disette, un exemple typique de ce que nous avons appelé plus haut “l'apprentissage par essai-erreur.”

### **Précarité et résilience**

#### **La nature sauvage, ultime secours dans la quête de nourriture**

Les épisodes de disette, qui se produisirent de manière récurrente dans l'histoire du Maghreb, furent indiscutablement des moments très difficiles pour les populations maghrébines. Celles-ci firent preuve toutefois d'une remarquable résilience grâce à une bonne connaissance de leur environnement et au potentiel nutritionnel que celui-ci leur offrait. En effet, la nature a toujours été perçue dans nos pays comme une réserve de nourriture dans laquelle on se sert à volonté en cas de besoin. “*jbernā kul al-‘anāya wal-ghawth fī al-tabī‘a*” (litt.: nous avons trouvé providence et secours dans la nature), disent les Sahariens en évoquant les épisodes de disette qu'ils ont connus.

De ce point de vue les régions de montagnes et de plaines situées au nord de l'Atlas, couvertes de forêts, de garrigues et de prairies, ont bénéficié d'un avantage certain sur les régions arides et désertiques du Sud, certains arbres et arbustes répandus dans cette zone climatique furent même des espèces pionnières qui favorisèrent l'anthropisation des milieux naturels. Quatre végétaux indigènes y ont joué un rôle civilisateur très important, en



pourvoyant aux besoins nutritionnels des premières communautés humaines qui s'y sont installées: le chêne (dans ses différentes espèces), le caroubier, le jujubier et l'arganier. Le palmier-dattier, l'olivier, l'amandier, le noyer, le figuier, qui sont des espèces cultivées, sont venus après, au même titre que les céréales, la vigne et les légumineuses.

Les chênes (*Quercus* divers), producteurs de glands riches en féculé; le caroubier (*Ceratonia siliqua*), aux gousses sucrées; le jujubier (*Ziziphus lotus*) dont les drupes sont très nutritives; le palmier doum (*Chamerops humilis*), à moelle douce et croquante; et l'arganier (*Argania spinosa*), qui produit une amande oléagineuse; toutes ces espèces ont très vraisemblablement été à l'origine de la fixation des premiers groupements humains de chasseurs, de cueilleurs et de pasteurs. Outre les ressources nutritionnelles qu'ils ont fournies à l'homme, ces végétaux lui ont procuré du combustible, du bois d'œuvre, du tan et du fourrage pour ses animaux d'élevage. Aujourd'hui encore, dans leurs aires respectives de répartition, ces cinq espèces continuent d'être considérées par les populations locales comme des providences auxquelles s'attachent parfois des droits d'usufruit collectifs inaliénables. À titre d'exemple, l'arganier est traité dans le Sud-Ouest marocain comme un arbre de verger et représente un exemple de système écologique harmonieux reposant sur trois partenaires: l'arbre, l'homme et le caprin. De fait, il est au centre d'un cortège de coutumes, de croyances et de mythes qui montrent bien l'intimité de la relation qui s'est établie au cours de l'histoire entre l'homme et l'arbre.

Dans la ration alimentaire quotidienne de ces premières implantations humaines et, par la suite, après la naissance de l'agriculture, lors des débâcles de celle-ci causées par diverses calamités, glands, caroubes, jujubes et noix d'argan sauvèrent de la mort par inanition des communautés entières d'agriculteurs installées dans le confort de denrées vivrières produites régulièrement d'année en année dans les champs.

On a mangé aussi durant ces années difficiles des figues avortées et des pépins de raisin broyés et mélangés aux céréales pour faire de mauvais pains; des noix de terre (*Bunium incrassatum*, *B. bulbocastanum*, *B. fontanesii*, *B. alpinum*) au goût de châtaigne, cuites sous la cendre ou bouillies dans l'eau; des tubercules crus, à saveur douceâtre, de souchet rond (*Cyperus rotundus*), d'érodiums (*Erodium glaucophyllum*, *E. hirtum*, *E. guttatum*) ou de romulée (*Romulea bulbocodium*); des bulbes d'aux et de poireaux sauvages (*Allium roseum*, *A. triquetrum*, *A. ampeloprasum*, *A. sphaerocephalum*, etc.) et de muscari (*Muscari comosum*); des racines de panicaut (*Eryngium campestre*), de bette (*Beta vulgaris*), de maceron (*Smyrniolum olusatrum*) et de scorzonère (*Scorzonera undulata*); des rhizomes d'iris (*Iris germanica*, *I. florentina*); des pois de gesses sauvages (*Lathyrus*

*clymenum*, *L. aphaca*, *L. ochrus*, *L. cicera*, *L. sativus*) et de vesces des friches et des prairies (*Vicia monantha*, *V. lutea*, *V. onobrychioides*, etc.) sous forme de purées. On récupéra aussi pour l'alimentation les tiges renflées et les parties souterraines des orobanches (*Orobanche cernua*, *O. muteli*, etc.), des scirpes (*Scirpus maritimus*, *S. lacustris*, etc.) et des massettes (*Typha latifolia*, *T. angustifolia*) que l'on faisait préalablement bouillir dans de l'eau. Et pour pallier la pénurie de matières grasses, on tritura les fruits du pistachier lentisque (*Pistacia lentiscus*) ou du pistachier de l'Atlas (*Pistacia atlantica*) pour en extraire des huiles très siccatives, mais qui convenaient néanmoins à un usage alimentaire.

On s'est rabattu également sur divers produits végétaux qui se sont maintenus de nos jours, où la famine n'est plus qu'un lointain souvenir, comme des amuse-gueule d'enfants: les *ghuzzayez* (litt.: "herbes à croquer"), fournies par *Ridolfia segetum*, *Smyrniolum olusatrum*, *Ammi majus*, etc.), tiges tendres et juteuses qui se mangent crues après pelage; les fruits du myrte (*Myrtus communis*), de l'aubépine (*Crataegus laciniata* et *C. monogyna*), du prunellier (*Prunus spinosa*), du genévrier de Phénicie (*Juniperus phoenicea*); la sous-écorce du cèdre (appelée métaphoriquement *lahm el-arz*, *Cedrus atlantica*); les pois sauvages, appelés péjorativement "pois de serpent" (*jelbânat lehnâch*), fournis par des astragales (*Astragalus baeticus*, *A. caprinus*, *A. sesameus*, *A. hamosus*) ou par le lotier (*Lotus edulis*); les graines à torréfier (*galyat*) provenant des pavots cornus (*Glaucium corniculatum* et *G. flavum*), de l'onopordon (*Onopordon arabicum*) ou de cistes (divers *Cistus*), graines qu'on grillait sur une pierre plate placée au feu; les boutons floraux de la scorsonère (*Scorzonera undulata*) au goût chocolaté, de la romulée (*Romulea bulbocodium*), de l'aphyllante de Montpellier (*Aphyllantes monspeliensis*) et de l'érodium (*Erodium hirtum*), tous de saveur sucrée; les gommes de l'amandier (*Prunus amygdalus*), de l'abricotier (*Prunus armeniaca*), du prunier (*Prunus domestica*), du cerisier (*Prunus cerasus*); les sécrétions caoutchouteuses de l'andryale (*Andryala pinnatifida*), de la cotonnière d'Allemagne (*Filago germanica*) ou du chardon fausse-serratule (*Atractylis serratuloides*)<sup>10</sup> qu'on mastiquait comme chewing-gums.

Autant dire que la nature dans ces régions septentrionales à climat méditerranéen tempéré offre effectivement aux populations locales, par sa richesse et sa diversité, une bonne assurance contre le risque de pénurie, à la seule condition de savoir en tirer parti.

Les Sahariens, quant à eux, et d'une manière plus générale toutes les communautés habitant les zones arides à biodiversité beaucoup moins luxuriante, par le fait qu'ils ont longtemps vécu en autarcie de ce que leurs

<sup>10</sup> Ajoutons à cette liste de plantes à chewing-gums, le chardon à glu (*Atractylis gummifera*) dont toutes les parties sont hautement toxiques à l'exception de sa glu.

territoires pouvaient leur fournir, ont accumulé, au fil des siècles, une expérience encore plus étendue du potentiel alimentaire de leur environnement. Cette expérience vécue, qui repose essentiellement sur une bonne connaissance des végétaux à la fois non nocifs et palatables,<sup>11</sup> est aujourd'hui fixée dans la tradition et se transmet au sein des familles.

Ainsi, rien ne leur échappe de la valeur alimentaire (ou non alimentaire) d'un certain nombre de racines et de tubercules qui sont souvent des organes de réserve en glucides. C'est d'ailleurs elles qu'ils récolteront en priorité en raison de la masse utile pouvant être prélevée en quelques opérations d'arrachage. Trouvée dans ces récoltes, la truffe du désert (*Terfezia ovalispora*), ramassée après les premières pluies, est très appréciée, préparée en ragoût ou passée sur la braise. Les parties souterraines de la cistanche (*Cistanche phelypaea*) sont mangées bouillies à l'eau ou cuites sous la cendre. On en fait aussi une farine par broyage, après trempage plusieurs jours dans de l'eau pour réduire leur amertume<sup>12</sup> suivi d'un séchage. Le champignon de Malte (*Cynomorium coccineum*), le cœur des racines et les jeunes pousses de *Pituranthos scoparius* et *P. chloranthus*, les racines d'*Alhagi maurorum*, d'*Emex spinosa*, de *Launea acanthoclada*, du scirpe (*Scirpus holoschoenus*) et du jonc (*Juncus maritimus*) sont pilés pour faire des moutures farineuses. Les Sahariens tirent également des jeunes pousses de *Calligonum comosum*, mises à sécher puis pulvérisées, un aliment de survie.

Les feuilles, les nervures, les tiges charnues, les jeunes pousses ou les boutons floraux d'un certain nombre d'espèces végétales sont aussi consommés comme légume, vert-manger (du type *bqūla*)<sup>13</sup> et salade, ou servent à faire des sauces et des potages. Outre quelques plantes à large distribution, déjà mentionnées pour les régions septentrionales, sont récoltées plus spécialement en milieu aride: *Rumex vesicarius*, *Corchorus tridens* et *C. trilobularis*, *Eremophyton chevallieri*, *Moricandia arvensis*, *Oudneya africana*, *Beta pattelaris*, *Schouwia purpurea*, *Trichodesma calcaratum*, *Neurada procumbens*, *Portulaca oleracea*, *Diploaxis harra* et *D. acris*, *Eruca vesicaria*, *Launea nudicaulis* et *L. resedifolia*, *Medicago sativa*, *Picris coronopifolia*, *Echinops spinosus*, *Asphodelus refractus*, *Koelpinia linearis*, *Atriplex halimus*, *Caralluma europaea*, pour ne citer que les plus consommées.

<sup>11</sup> La palatabilité (ou "appétibilité" ou encore "valeur hédonique"), mot emprunté à l'anglais, est la caractéristique du goût et de la texture des aliments agréables au palais et, dans un sens plus large, acceptables en alimentation humaine ou animale.

<sup>12</sup> Dans l'eau de trempage de la cistanche, les Sahariens ajoutent des feuilles de pulicaire (*Pulicaria crispa*) qui aident à l'adoucir.

<sup>13</sup> Sur le vert-manger, voir plus loin à *bqūla*.

Divers autres produits végétaux sont récoltés à des fins alimentaires: d'abord bien entendu les dattes du palmier-dattier (*Phoenix dactylifera*), y compris les variétés sèches du tout-venant habituellement réservé à l'engraissement du bétail et les brisures ainsi que les noyaux qui sont moulus et mélangés aux céréales pour faire du pain; le bourgeon terminal et la moelle du tronc du même palmier-dattier que l'on consomme au naturel; la matricaire du Sahara (*Matricaria pubescens*) qui est utilisée pour filtrer et conserver le beurre fondu; la gomme d'*Acacia raddiana* qui est mangée comme aliment énergétique au cours des déplacements; la gutta-percha du *Periploca laevigata* qui sert de masticatoire; la graine de l'*Ammodaucus leucotrichus* qui est le cumin du désert. C'est le cas aussi de la cotule du Sahara (*Brocchia cinerea*) utilisée pour parfumer le thé et dont les nomades font grande provision au printemps; des parties aériennes de *Paronychia arabica* et de *Salvia aegyptiaca*, des fleurs de *Zygophyllum gaetulum* et des feuilles d'*Acacia seyal* utilisées comme succédanés de thé. Quant au sucre, denrée primordiale au Sahara, les nomades le remplacent, si par malheur il venait à manquer, par de la manne recueillie sur les branchettes des régimes de dattes (*Phoenix dactylifera*), sur les rameaux de tamaris (*Tamarix* divers) ou encore sur les tiges d'*Imperata cylindrica*, de *Saccharum ravennae* et d'*Indigofera semitruja*. Un autre moyen qu'ils ont trouvé pour obtenir une solution édulcorante consiste à tremper dans de l'eau des fleurs de *Pituranthus scoparius* et *P. chloranthus*.

En ce qui concerne les aliments carnés, le Saharien ne méprise absolument aucune viande. Même de petits animaux, dédaignés ailleurs, sont considérés ici comme de véritables festins: hérisson, porc-épic, goundi, kanga, lézard, fouette-queue, etc. Les nomades ont d'ailleurs acquis la réputation de manger n'importe quelle chair animale y compris celle d'espèces généralement jugées impures ou porteuses de mauvais sorts, tels les chacals et les renards. Dans certaines oasis, on élevait même autrefois des chiens et des chats pour la consommation humaine. Seuls les produits de la mer répugnaient autrefois aux nomades continentaux, comme c'était aussi le cas pour les Amazighs des montagnes, avant que les mœurs ne changent à partir des années 1950. Il faut cependant faire exception des tribus du Sahara atlantique (Imraguen, Chnagla, Oulad Delim, Oulad Bou Sba', etc.) qui possèdent de vieilles traditions de consommation de poissons frais ou séchés, de poulpes, de crabes, d'oursins, de moules, etc. Signalons aussi la consommation de criquets comme dans d'autres régions du Maghreb.

Certains groupements nomades sont aussi, déjà en situation climatique normale, de grands chasseurs de gibier noble. A fortiori lorsque la disette sévit. Leurs terrains de chasse traditionnels sont les steppes, autrefois très giboyeuses (gazelles, antilopes, autruches, outardes, pigeons, tourterelles, etc.), les contreforts montagneux (mouflons) et les mares permanentes

(bécasses, sarcelles, canards sauvages, etc.). Mais la désertification progressive de la contrée, aggravée par la surexploitation du biotope, en faisant disparaître les abris végétaux favorables à la nidification et en rompant les écosystèmes faune-flore-milieu, a entraîné ces dernières années un appauvrissement de la faune.

En fin de compte, dans un environnement relativement pauvre, les Sahariens ont néanmoins su tirer de leur flore et de leur faune sauvages de très nombreuses ressources alimentaires d'appoint, grâce à leur longue expérience de la subsistance, de leur mode de vie en prise directe avec la nature, un savoir qui s'est transmis de génération en génération, devenu au fil des siècles leur meilleur secours dans les moments de grande précarité alimentaire et auquel ils doivent leur remarquable résilience. La proximité, la familiarité des Sahariens avec la nature, la pratique sociale et le mode de vie se voient aussi au niveau du langage. Il n'est pas surprenant que ce soit précisément le dromadaire, le palmier-dattier, l'acacia, le sable, que les Sahariens expriment avec le plus d'aisance, le plus de variété, le plus de précision. L'expérience pratique n'a fait ici que se fixer dans la langue en épousant de très près la forme et les modalités de l'activité du groupe. Car la richesse d'un lexique dans un registre donné ne reflète rien d'autre que la richesse de la perception humaine dans le domaine qui lui correspond. Et cette acuité particulière dans l'observation et la description ne fait elle-même que rendre compte de la qualité et du niveau atteint dans la relation hommes/choses.

### **Comportements de consommation et valeur nutritionnelle des aliments**

À la base, la plupart des aliments d'appoint que nous venons d'évoquer furent des aliments de disette. Il ne faut cependant pas croire que la cueillette ne fournit que des aliments de misère, des aliments de bourrage, dont on se contente faute de mieux et n'apportant aucun bénéfice nutritionnel. Beaucoup de produits ainsi cueillis sont très prisés et tout spécialement recherchés au cours des déplacements. C'est le cas, par exemple, des graines des panics (*Panicum turgidum* et *P. laetum*) dont les nomades font une farine très nourrissante (l'âz des Reguibat) ou des graines de ficoïdes (*Mesembryanthemum theurkaufii*, *M. nodiflorum*, *M. cristallinum*) qui servent aux Tekna à préparer des galettes ou des bouillies à haute valeur calorique. Les graines d'aristides (*Aristida pungens*, *A. plumosa*, *A. ciliata*, *A. adscensionis*), de mil sauvage (*Pennisetum dichotomum*), de cram-cram (*Cenchrus biflorus*), sont, elles aussi, soigneusement récoltées pour les mêmes usages. Cette cueillette est très méticuleuse et les nomades vont jusqu'à retourner les fourmilières pour y prélever les provisions de graines engrangées par les fourmis. Passé à la meule, le tout-venant de ces graines (le

*lûl*) s'emploie pour faire du pain et des bouillies en lieu et place des céréales habituelles ou en mélange avec elles. On récolte aussi pour l'alimentation humaine les graines d'*Asphodelus refractus*, de *Salvia aegyptiaca*, de *Plantago ciliata* et *P. coronopus*, de *Portulaca oleracea*, de *Reseda villosa*, d'*Aizoon canariense*, de *Chenopodium murale* et *C. vulvaria*, d'*Atriplex halimus*, de *Boerhavia viscosa* et de nombreuses autres espèces. La technique de ramassage consiste à passer les épis et les inflorescences dans un panier en feuilles de palmier muni de peignes qui, refermé après chaque opération de ratissage, retient les grains. On les consomme mélangées généralement à d'autres céréales ou à des dattes sèches pulvérisées (*sfūf*). Le but recherché de toutes ces cueillettes est en effet d'économiser les réserves familiales de céréales en attendant des jours meilleurs. Ces graines constituent donc, en situation de pénurie, des aliments de soudure.

La variété douce de coloquinte (*Citrullus colocynthis*) dont les graines sont très utilisées – comme nous l'avons précédemment dit – pour faire de la farine dans certaines régions du Sahel et du Sahara, où elle aurait même été cultivée autrefois – fait parfois l'objet d'accords spéciaux entre tribus répartissant équitablement les droits de ramassage. Il arrivait même que la steppe à coloquintes soit divisée en parcelles familiales jalousement surveillées par leurs usagers. Pour détoxiquer les graines, les Sahariens les font bouillir pendant une journée en changeant l'eau plusieurs fois, puis ils les font sécher. Rendues ainsi consommables sans dangers, ces graines serviront à faire des farines.

La pulpe des fruits du balanite (*Balanites aegyptiaca*), une fois désamérisée, et les jujubes (*Zizyphus lotus*) dénoyautés ont servi eux aussi à faire des galettes et des bouillies très nourrissantes que les voyageurs emportaient lors de leurs déplacements.<sup>14</sup>

Il faut dire que les Sahariens ont acquis un sens aigu de la valeur nutritive et diététique des aliments. Ils savent, par exemple, qu'une bouillie lactée de mil à chandelle (*Pennisetum typhoides*) – qui s'est avérée, à l'analyse, riche en calcium, en fer, en bore et en phosphore avec aussi des glucides (63%), des protides (11,2%), des lipides (4,5%), des vitamines B et PP, des minéraux et de la cellulose – est un aliment complet convenant spécialement aux nourrissons, aux femmes enceintes, aux fracturés et aux convalescents.<sup>15</sup> De même, ils préféreront le sorgho et l'orge au blé car,

<sup>14</sup> Jamal Bellakhdar, *Médecine traditionnelle et toxicologie ouest-sahariennes* (Rabat: Éditions Techniques Nord-Africaines, Rabat, 1978); Bellakhdar, *La pharmacopée*; Marceau Gast *Moissons du désert: utilisation des ressources naturelles en période de famine au Sahara central* (Paris: Ed. Ibis Press, 2000); Anne-Catherine Benchelah, Hildegard Bouziane, Maka Maria et Ouahès Colette, *Fleurs du Sahara* (Paris: Ed. Ibis Press, 2000).

<sup>15</sup> Lina Tazi, "Évaluation des ressources génétiques des mils du Maroc" (Thèse de doctorat en sciences, Université Paris Sud, Centre d'Orsay, 1991); Bellakhdar, *La pharmacopée*.

disent-ils, le blé “*reste moins longtemps dans le ventre*” (et de fait, il est moins riche en glucides lents). D’expérience, ils utilisent, pour la préparation des sauces, des plantes mucilagineuses (graines de plantains, feuilles de certaines malvacées, etc.) qui corrigent idéalement une alimentation à base de céréales à tendance constipante. Ils savent également associer les légumineuses (haricots niébé, fèves, etc.), riches en protéines végétales, aux céréales qui apportent de l’amidon et des sucres. Dans ces régions qui ne se prêtent pas à la culture des plantes oléagineuses, ils connaissent les végétaux sauvages pouvant servir de source d’huile, amandes de balanite (*Balanites aegyptiaca*), en particulier. Ils consomment sans aucune aversion les criquets, notamment les femelles portant des œufs, une source remarquable de protéines. En l’absence de sel marin, ils utilisent des sels de cendres obtenus par incinération de plantes halophytes contenant souvent de l’iode. Les feuilles et racines qui sont récupérées pour l’alimentation (voir plus haut) ne sont pas choisies au hasard mais en parfaite connaissance de leur valeur nutritive, ce qui sera démontré a posteriori par les nutritionnistes (richesse en amidon ou en inuline).

Un exemple typique de ces préparations à base de plantes sauvages choisies à bon escient est celui du vert-manger qui porte chez nous le nom de *bqūla* ou *khubbayza* ou encore *īghdiwen*. C’est un mets, très intéressant sur le plan nutritionnel, qu’on retrouve partout en région méditerranéenne: dans sa version améliorée, les plantes (jeunes feuilles, plantules et parties tendres) sont cuites à la vapeur, à la façon des épinards, puis hachées et recuites rapidement avec un assaisonnement d’huile d’olive, d’olives, de citron confit, de sel et d’épices. C’est du moins ainsi qu’on le prépare aujourd’hui au Maghreb mais, à l’origine, il n’était constitué que de plantules, d’un peu d’huile et de sel. Les espèces végétales sélectionnées pour cette préparation culinaire sont souvent des plantes à protéines (orties, luzerne, etc.), des plantes à mucilage (mauves, corètes, etc.) et des plantes condimentaires (brassicacées). Dans ces mélanges d’herbes tendres et de plantules, on trouve, en fonction de ce que rapportent les cueillettes: *Malva sylvestris*, *Malva rotundifolia*, *Portulaca oleracea*, *Cichorium intybus*, *Helosciadum nodiflorum*, *Sonchus oleraceus*, *Scorzonera undulata*, *Tragopogon porrifolius*, *Reichardia picroides*, *Taraxacum obovatum*, *Beta vulgaris*, *Atriplex halimus*, *Papaver rhoeas*, *Silene inflata*, *Amaranthus angustifolius*, *Erodium malachoides*, *Veronica aquatica*, *Veronica beccabunga*, *Hedypnois cretica*, *Leontodon hispidulus*, *Hyoseris radiata*, *Anchusa azurea*, *Sisymbrium erysimoides*, *Borrago officinalis*, *Echium plantagineum*, *Convolvulus arvensis*. Ces plantes servent aussi à faire des sauces, des potages, des salades vertes et des garnitures pour le couscous.

Enfin, les Sahariens ont appris à tirer un profit maximum de certains produits riches en glucides, en protides, en oligo-éléments ou en vitamines

(apport de vitamine C notamment), malgré leur goût peu attirant au naturel: fruits amers, acides ou astringents de diverses espèces, notamment *Balanites aegyptiaca* (5% de protéines dans la pulpe et jusqu'à 27% dans l'amande), *Salvadora persica*, *Zizyphus lotus* et *Z. mauritiana*, *Nitraria retusa*, *Rhus tripartita*, *Capparis decidua*, *Maerua crassifolia*, *Beta pattelaris*, *Asparagus altissimus*, etc. Tous ces fruits sauvages assurent une fonction de complément alimentaire, à la fois volumique et nutritionnelle, même si ce dernier rôle n'est pas énoncé explicitement dans le discours des consommateurs. Des études réalisées sur ces divers aliments de cueillette ont démontré que ces produits présentaient un réel intérêt diététique car ils permettent de réduire les carences alimentaires. Ces études sont le thème de l'ethnobotanique nutritionnelle.<sup>16</sup>

### **Le monde agraire porteur de créativité et de talents**

Ces quelques exemples que nous venons de donner montrent à l'évidence que le savoir empirique des sociétés rurales, fixé au sein de la tradition, a permis de faire émerger de la biodiversité locale des ressources alimentaires nouvelles rapidement passées du statut d'aliment de disette à celui de spécialité culinaire digne des plus belles tables ou de complément nutritionnel aux bienfaits bien établis. Ce savoir a donc contribué au progrès. Deux exemples illustreront cette avancée redevable à l'étude des traditions alimentaires locales: celui du Quinoa (*Chenopodium quinoa*) des Hauts-Plateaux d'Amérique du Sud, céréale sans gluten, riche en protéines et en fer, et de l'huile d'Argan (*Argania spinosa*) du Maroc, contenant des teneurs élevées en Vitamine E et en substances anti-oxydantes.

Dans le domaine de l'agriculture, les fellahs des zones arides ont fait preuve de la même perspicacité, bien que cette activité, à l'exception de la phœniciculture pratiquée dans les oasis, ne couvre qu'une faible partie de leurs besoins alimentaires. Ils ont su en effet sélectionner des variétés rustiques adaptées à l'aridité et à la salinité. À la belle carotte du littoral, rouge et juteuse, les oasisiens préféreront tous, sans la moindre hésitation, cultiver la variété locale (*beldiya*), petite, rabougrie et jaune, mais délicieuse quand même et, surtout, complètement adaptée à leur biotope. Idem pour les variétés locales de sorgho, de navet, de chou cavalier et de quelques autres espèces potagères. Les palmiers-dattiers sont eux-mêmes bien souvent des cultivars sélectionnés localement dans certaines oasis par les fellahs avant de connaître une plus large diffusion vers d'autres oasis. Pour revenir sur le sens inné qu'ont les Sahariens de la valeur nutritionnelle de certains aliments, signalons ici une de leurs traditions: la *guetna*. L'automne, qui est l'époque à laquelle les dattes sont récoltées, voit en effet arriver dans les oasis les nomades des alentours pour des séjours plus ou moins longs. C'est alors l'occasion pour

---

<sup>16</sup> Jamal Bellakhdar, "Doctrine de la nutrition et diététique chez les Arabes," *Horizons Maghrébins* 79 (2018): 215-39.



eux de se gaver de dattes vertes (*l-blah*) et de légumes frais, de reconstituer leurs stocks de provisions, de faire les comptes avec leurs *khemmas* (métayers) ou leurs alliés et de prendre quelque plaisir. Ce séjour saisonnier dans les oasis, qui correspond à un changement de mode de vie et de régime alimentaire, est perçu par les nomades comme une véritable cure de santé.

De manière un peu confuse, au Maghreb, comme d'ailleurs dans beaucoup de pays, c'est à toutes ces caractéristiques du monde agraire évoquant la tradition, l'authenticité, le naturel et l'inventivité paysanne, que les gens pensent lorsqu'on leur parle de "terroir." Du coup, ce mot est utilisé aujourd'hui un peu n'importe comment. On le rencontre, par exemple, désignant un miel en rayons sensé être pur fleurs, même si rien ne garantit sa provenance; ou des olives en saumure aromatisées à l'origan, sans que l'on connaisse quoi que ce soit de l'histoire du produit; ou même une plante médicinale poussant spontanément qui a été simplement cueillie dans la nature. Ainsi, des productions campagnardes, des produits sauvages de cueillette, des recettes de grand-mère, des spécialités régionales sont souvent dites "de terroir" pour signifier simplement qu'elles ne sont pas issues de l'industrie, et sans pour autant que l'historique et le processus de leur fabrication soient bien documentés. Dans tous ces cas, à une vraie traçabilité du produit, vient se substituer une marque suggérant soit une origine naturelle, soit une production à petite échelle, soit encore le fait-main: un rayon de cire dans un pot de miel, un contenant en poterie, une ligature d'emballage en fibre végétale, des étiquettes à l'ancienne, un nom de produit en amazigh, etc. Il est clair que nous sommes là en présence d'une confusion de genre ouvrant la porte à tous les abus de langage car elle s'appuie sur une interprétation à géométrie variable du mot terroir. Ici, le terroir a perdu sa qualité de réalité tangible, définissable avec précision, pour devenir une représentation idéologique qui joue sur l'imaginaire collectif.

Certes, la définition du mot terroir a varié au cours des siècles, passant d'un sens étroit, celui d'entité sociale rurale de petites dimensions, ne dépassant pas la taille d'un village, au sens plus large d'espace agraire, de province, de "pays," un sens qui s'est imposé à partir du XVIII<sup>e</sup> siècle. Ce concept a néanmoins toujours associé dans une même catégorie ce qui relève du naturel et ce qui relève du culturel, pour finir, au XIX<sup>e</sup> siècle, par s'affiner encore davantage en conjuguant une ressource particulière, des procédés de production singuliers et un territoire physiquement circonscrit et bien identifié. De ce fait, le mot terroir renvoie aux particularités du milieu telles que le climat, le sol, la région, l'histoire de ses habitants, l'économie traditionnelle, le savoir-faire local.

L'action de l'homme de la campagne a donc été déterminante dans la détection de ressources alimentaires précieuses mais non évidentes; dans

l'apparition de nouveaux cultivars et de nouvelles races animales, plus productifs, plus résistants, plus goûteux, plus précoces, plus tardifs ou désaisonnés; dans l'élaboration à partir de toutes ces denrées vivrières brutes de spécialités et de mets appétissants et nutritionnellement efficaces; et dans l'accompagnement par une belle histoire de toutes ces innovations. L'homme rural a aussi fait preuve d'une grande ingéniosité pour arriver à trouver les bonnes techniques de conservation des excédents de production. C'est de toute cette intelligence humaine, passée et présente, que rend compte le terroir, un espace anthropisé qui fonctionne comme un système expert. Le terroir c'est bien ce "livre du monde" porteur d'une mémoire, tout à la fois objective et subjective, dont aucun autre livre ne saurait rendre compte.

### **La ruralité, un nouvel art de vivre**

Devenue de nos jours activité secondaire, la cueillette n'en est pas moins demeurée une source de complémentation alimentaire, notamment pour les populations rurales sur lesquelles est suspendu en permanence le risque de débâcle agricole. Il suffit de peu, en effet, pour que cette occurrence se produise: une vague de grande sécheresse, des inondations destructives ou une invasion acridienne, et voilà que la précarité s'installe à nouveau, avec la hausse des prix, renvoyant les populations à leurs activités traditionnelles de cueillette. C'est pour cette raison que le savoir relatif à l'économie de subsistance se maintient vivace chez les populations du Maghreb. D'une certaine manière, on peut considérer qu'il s'agit d'une science élémentaire de survie qui s'apprend et qui se transmet.

Ces aliments de cueillette font même l'objet d'un petit commerce sur les marchés et sur les bords de route, car leur usage est sorti du simple cadre de l'alimentation d'appoint et leur demande dans les villes est en accroissement constant. D'une certaine manière, la recherche de saveurs nouvelles et "authentiques," aujourd'hui à la mode chez les citadins, se raccorde ici à la redécouverte des ressources alimentaires des Anciens. Ce "retour aux sources" est aussi une manière d'affirmer son identité culturelle, attitude qu'on observe fréquemment chez les populations expatriées. La *bqūla*, notamment, qui était chez les ruraux une sorte d'aliment de "dépannage," fait de diverses herbes tendres, a trouvé aujourd'hui des lettres de noblesse dans la cuisine bourgeoise et fait partie désormais des nourritures raffinées. Idem pour le tajine de *guernina* (nervures de feuilles de scolymes) ou le *khorchef dial khla* (artichaut sauvage) en sauce, pour ne citer que les mets les plus populaires. Soulignons ici que la consommation de plantules et de pousses tendres (en salades, en soupes, en tourtes, en hachis cuits à l'eau ou à la vapeur), disponibles en hiver et au printemps, se retrouve dans toutes les sociétés rurales qui les utilisent comme des aliments de soudure

permettant d'économiser les provisions de céréales et de tenir jusqu'à la prochaine moisson.

Quelque part, ce regain d'intérêt pour le "goût sauvage" et les standards alimentaires des Anciens est une revanche de ces plantes qu'on considère à tort comme des mauvaises herbes, simplement parce que l'homme, un jour, a choisi de favoriser par l'agriculture, parmi toutes les espèces disponibles dans la nature, celles qui donnaient les meilleurs rendements pour un minimum de travail. Qualifier ainsi ces espèces d'herbes sauvages, c'est oublier un peu vite qu'elles furent les premières compagnes de l'homme sur son long chemin vers la civilisation et qu'elles seront très probablement, au moment où nous nous engageons dans la voie du génie génétique, les dernières gardiennes de la biodiversité de notre planète.

À partir des années 1960, avec la pénibilité grandissante de la vie en milieu urbain et la perte des repères identitaires qu'elle provoque, un véritable engouement pour la campagne a commencé à se faire sentir chez les citadins devenus nostalgiques de leurs racines. Dès lors, l'image négative qu'ils avaient du monde rural, longtemps assimilé à un monde archaïque, s'est inversée du tout au tout: le "bled" est devenu un espace où l'identité trouve encore à s'exprimer, une nature et des paysages préservés du mitage industriel, un lieu de retraite et de calme loin des nuisances de la société moderne, un patrimoine à valoriser. L'espace rural est désormais perçu par les citadins comme un lieu de détente et de ressourcement, une réserve de nature, et, souvent même comme un cadre de vie idéalisé.

Ce désir de campagne, antérieur, dans nos sociétés du Sud, à l'écologie moderne mais renforcé par elle, s'accompagne d'une envie de découvrir, à la manière d'un voyage dans la tradition culturelle paysanne, l'ensemble des savoirs populaires, mineurs ou majeurs, témoignant de la créativité d'hommes et de femmes qui ne disposaient pour s'accomplir que de leur intelligence et des ressources de la nature. Car le monde paysan est bien, en définitif, aujourd'hui, le dernier musée vivant des activités et des technologies de subsistance que les Anciens ont inventées. Ce qui est mis en avant ici, c'est, bien entendu, la connaissance qualitative, sensible, de l'économie rurale, y compris (et surtout) dans ses aspects non mesurables comme les goûts, les critères du bon et du beau, les représentations, les croyances, les légendes, les activités ludiques ou rituelles, les interdits et consignes qui entourent chaque acte, chaque objet de l'existence paysanne, un ensemble de données socio-culturelles dont les terroirs constituent très souvent une très belle synthèse.

Cette tendance de retour à la tradition paysanne a été accentuée par la méfiance grandissante des consommateurs vis-à-vis des denrées industrielles du fait des nombreux scandales qui survinrent ces dernières décennies,

plaçant au centre du débat la question de la sécurité alimentaire, mais du fait également d'une quête de plus en plus affirmée d'aliments "naturels," "vrais," "authentiques," "à l'ancienne," autant de qualités que recouvre dans leur esprit, comme nous l'avons précédemment dit, l'appellation rassurante de "produits du terroir," une quête répondant au besoin d'en savoir davantage sur le contenu de l'assiette. Ce désir raisonné d'une alimentation de qualité est soutenu chez la plupart des consommateurs par une démarche affective idéalisant la vie simple d'autrefois, perçue, même si ce n'est pas toujours exact, comme plus attachée à l'essentiel, plus saine et plus conviviale, en somme plus humaine.

### **Conclusion**

Arrivé aux termes de cette étude, nous pouvons donc dire que la connaissance du potentiel nutritionnel de la flore spontanée des pays du Maghreb peut être approchée à partir de l'étude ethnographique des périodes de disette qu'a connues cette région du monde au cours de l'histoire, périodes qui reproduisent de manière assez fidèle les comportements alimentaires des premières colonies humaines installées là à l'époque préhistorique. De ces comportements, toutes les enquêtes de terrain montrent qu'ils restent vivants chez les gens de la campagne, en raison de l'imprévisibilité climatique qui sévit au Maghreb, installant l'activité agricole dans une situation fragile. On peut les observer notamment chez les jeunes bergers dont une bonne partie des activités récréatives porte sur la recherche de nourriture: racines, tubercules, fruits sauvages, feuilles acidulées, tiges croquantes, gommages, bref tout ce qui peut se manger cru, sans préparation préalable. La suffisance alimentaire ne signifie pas en effet abondance, situation exceptionnelle au Maghreb, et les enfants sont généralement les moins capables d'assumer une certaine tempérance alimentaire qui est de règle chez les adultes.

Durant les siècles écoulés, et ce jusque dans les années 1940, le Maroc a connu, en effet, de manière récurrente, de nombreux épisodes de grande précarité alimentaire qui mirent à rude épreuve le ravitaillement des familles en vivres et leur économie de subsistance. Ces événements furent, certes, une période de grande souffrance pour les populations, notamment dans les campagnes, mais si on analyse ces épreuves sous tous les angles, on est bien obligé d'admettre qu'elles furent aussi des occasions forcées d'apprentissage à la nature en vue de trouver des alternatives à la raréfaction des denrées alimentaires conventionnelles en explorant de manière méthodique le potentiel nutritionnel de leur biodiversité régionale. Ainsi s'est développé au fil du temps un génie de la ressource qui a fini par enrichir l'art culinaire maghrébin de nombreuses recettes d'inspiration fondamentalement paysanne. Cette intégration réussie de la tradition alimentaire rurale, forgée à l'épreuve du feu, dans la culture citadine n'aurait pu se faire si son contenu n'avait eu

une réelle valeur nutritionnelle, un succès mérité, perceptible dans le regain d'intérêt que l'on observe de nos jours chez nos concitoyens, toutes classes sociales confondues, pour ce qu'on pourrait appeler le "goût sauvage" et pour les standards alimentaires des Anciens préservés presque intacts dans le monde agraire. Il faut dire qu'une tendance aussi marquée de retour à la tradition paysanne n'aurait pu se consolider si elle n'avait pas été soutenue par une quête de plus en plus affirmée d'aliments naturels, mais aussi par la méfiance grandissante des consommateurs vis-à-vis des denrées industrielles, plaçant au centre du débat la question de la sécurité alimentaire et l'affirmation identitaire.

Cette évolution est un acquis sûr de l'histoire concrète des hommes. Autant le monde réel que l'image que les humains s'en font, renseigneront l'historien sur la qualité de ses pratiques coutumières. Pratiques actuelles, mais aussi pratiques anciennes, car la science des générations passées, des époques révolues, est toujours là, en filigrane, derrière le premier plan du savoir contemporain pour témoigner de la dette des vivants aux morts. Il faut s'en souvenir: un peu à la manière dont la phylogenèse pèse sur l'ontogenèse, l'expérience des multitudes conditionne les expériences singulières de tout le poids de la pratique historique des hommes

### Bibliographie

- Al-Oufrânî, Mohammed Esseghir Ben Elhadj Ben Abdallah. *Nuzhat al-hâdi (histoire de la dynastie saâdienne au Maroc, 1511-1670)*. Traduction O. Houdas. Paris: Ed. Leroux, 1889.
- Bellakhdar, Jamal. *Hommes et plantes au Maghreb-Éléments pour une méthode en ethnobotanique*. 1<sup>ère</sup> édition: Lulu.com, 2008, 2<sup>ème</sup> édition: Casablanca: Éditions Le Fennec, 2023.
- \_\_\_\_\_. "Doctrine de la nutrition et diététique chez les Arabes." *Horizons Maghrébins* 79 (2018): 215-39.
- \_\_\_\_\_. *La pharmacopée marocaine traditionnelle*. Paris: Ibis Press, 1997; 2<sup>ème</sup> édition, 2 Vol., Casablanca: Editions Le Fennec, 2020.
- \_\_\_\_\_. *Médecine traditionnelle et toxicologie ouest-sahariennes*. Rabat: Éditions Techniques Nord-Africaines, 1978.
- Benchelah, Anne-Catherine; Bouziane, Hildegard; Maka Maria et Ouahès Colette. *Fleurs du Sahara*. Paris: Ed. Ibis Press, 2000.
- Brabyn Howard. "Comment se créent les déserts." In *Impact, science et société* 27/3 (juil.-sept. 1977): 365-368.
- Childe, Vere Gordon. *L'aube de la civilisation européenne*. Paris: Editions Payot, 1949.
- En-Naciri Es-Slaoui, Ahmed Ben Khaled. *Kitāb El-Istiḡsā*. Traduction française par Fumey. *Archives Marocaines*, vol. 9 et 10. Rabat-Paris: Ed. Leroux, 1905-1908.
- Gast Marceau. *Moissons du désert: utilisation des ressources naturelles en période de famine au Sahara central*. Paris: Ed. Ibis Press, 2000.
- Houbaida, Mohamed. *Le Maroc végétarien, 15<sup>ème</sup>-18<sup>ème</sup> siècles*. Casablanca: Editions Wallada, 2008.
- Leonard William. "Ressources alimentaires et évolution." *Pour la Science* 304 (fév. 2003): 47-52.
- Leroy, Jean-François. *Les fruits tropicaux et subtropicaux*. Paris: PUF, 1968.

Monod, Théodore. "Part I, Introduction." In *Pastoralism in tropical Africa*, International African Seminar, Niamey, Dec. 1972, ed. Théodore Monod, 3-98. London: Oxford University Press, 1975.

Rosenberger, Bernard. *Société, pouvoir et alimentation: nourriture et précarité au Maroc précolonial*. Rabat: Editions Alizés, 2001.

\_\_\_\_\_. "Cultures complémentaires et nourritures de substitution au Maroc (XV<sup>e</sup>-XVIII<sup>e</sup> siècles)." *Annales Histoire, Sciences Sociales* 35/3-4 (1980): 477-503.

Tazi Lina. "Evaluation des ressources génétiques des mils du Maroc." Thèse de doctorat en sciences, Université Paris Sud, Centre d'Orsay, 1991.

العنوان: البحث عن الطعام وعبقرية البحث عن الموارد:

عالم زراعي مرن على المحك أمام النقص الغذائي في مواجهة المجاعات

**ملخص:** على مدى القرون الماضية، وحتى الأربعينيات من القرن العشرين، شهدت البلدان المغاربية بصورة متكررة، حلقات عديدة من انعدام الأمن الغذائي الكبير، الأمر الذي فرض ضغطاً شديداً على الإمدادات الغذائية للأسر وعلى اقتصاد الكفاف. يصف المؤرخون ظاهرة المجاعة بشكل عام، بأنها تمثل أسوأ آفة - بعد الأوبئة - التي عانى منها سكان شمال إفريقيا على امتداد تاريخهم، وهي حقيقة لن يجادل فيها أحد بطبيعة الحال. ولكن إذا دفعنا تحليل هذه الظاهرة إلى مستوى أعمق بعض الشيء، فإننا نصبح مضطرين إلى الاعتراف بأنها كانت أيضاً بالنسبة لسكان شمال أفريقيا، وخاصة سكان المناطق الريفية، بمثابة اختبار مفيد لدكائهم، مما دفعهم إلى البحث عن بدائل لتعويض النقص الحاصل في الموارد التقليدية ذات الصلة بالمواد الغذائية. ونتيجة لذلك، اتجهوا بطريقة أكثر منهجية - اقتضتها الضرورة - نحو استكشاف الإمكانيات الغذائية للتنوع البيولوجي الإقليمي في بيئاتهم. وهكذا حدث مع مرور الوقت ما يمكن وصفه بالتطور العبقري في البحث عن الموارد، مما أدى في نهاية المطاف إلى إثراء فن الطهي المغاربي بالعديد من الصفات ذات الإلهام الفلاحي بصورة أساسية. ويتعين علينا هنا أن نحدد تجليات هذا التكامل الناجح الذي يُحيط للثام عن حقيقة القيمة الغذائية التي لا جدال فيها للاكتشافات التي تم إدخالها بعد ذلك على صعيد تغذية الإنسان، وهو نجاح مستحق ملموس في الاهتمام المتجدد الذي نلاحظه اليوم بين مواطنينا، ولدى كافة الطبقات الاجتماعية برمتها، لما يمكن أن نسمة "الدوق البري"، وللمعايير الغذائية المتداولة عند القدماء. وقد تفاقم هذا الاتجاه نحو العودة إلى التقاليد الفلاحية من خلال السعي الحازم بشكل متزايد للحصول على الأطعمة "الطبيعية" و"الحقيقية" و"الأصيلة"، وجميع الصفات المغذية في أذهان سكان شمال إفريقيا تحت مسمى "المنتجات المحلية"، الذي يبعث على الاطمئنان، ولكن أيضاً بسبب تزايد الارتباب ونمو مشاعر انعدام الثقة لدى عامة المستهلكين تجاه الأغذية الصناعية، مما يسهم في وضع مسألة الأمن الغذائي وتأكيد الهوية، في صميم النقاش.

**الكلمات المفتاحية:** بلاد المغرب، علم النباتات العرقية، الندرة، الغذاء، التنوع الإحيائي، الصمود، الكفاف،

العالم الزراعي، المنتجات المحلية، تأكيد الهوية، الأمن الغذائي، القيمة الغذائية، فن الطهي.

**Titre: La quête de nourriture et le génie de la ressource: un monde agraire résilient passé par l'épreuve des disettes**

**Résumé:** Durant les siècles écoulés, et ce jusque dans les années 1940, le Maghreb a connu, de manière récurrente, de nombreux épisodes de grande précarité alimentaire qui mirent à rude épreuve le ravitaillement des familles en vivres et leur économie de subsistance. Le phénomène de la disette est généralement décrit par les historiens comme le pire fléau - après les épidémies - que les populations maghrébines ont subi durant leur histoire, une réalité que personne, naturellement, ne contestera. Mais si on pousse l'analyse de ce phénomène un peu plus en profondeur, on est bien obligé d'admettre qu'il

fut aussi pour les populations maghrébines, notamment rurales, une mise à l'épreuve contraignante de leur intelligence qui les poussa à chercher des alternatives à la pénurie en denrées alimentaires conventionnelles. De ce fait, elles furent amenées à explorer de manière plus méthodique – nécessité oblige – le potentiel nutritionnel de leur biodiversité régionale. Ainsi s'est développé au fil du temps un génie de la ressource qui a fini par enrichir l'art culinaire maghrébin de nombreuses recettes d'inspiration fondamentalement paysanne. Précisons ici que cette intégration réussie est à mettre au crédit de la valeur nutritionnelle indiscutable des trouvailles alimentaires qui furent alors introduites en alimentation humaine, un succès mérité perceptible dans le regain d'intérêt que l'on observe de nos jours chez nos concitoyens, toutes classes sociales confondues, pour ce qu'on pourrait appeler le "goût sauvage" et pour les standards alimentaires des Anciens. Cette tendance de retour à la tradition paysanne a été accentuée par une quête de plus en plus affirmée d'aliments "naturels," "vrais," "authentiques," autant de qualités que recouvre dans l'esprit des Maghrébins l'appellation rassurante de "produits du terroir", mais aussi par la méfiance grandissante des consommateurs vis-à-vis des denrées industrielles, plaçant au centre du débat la question de la sécurité alimentaire et l'affirmation identitaire.

**Mots-Clés:** Maghreb, ethnobotanique, pénurie, aliments, biodiversité, résilience, subsistance, monde agraire, produits du terroir, affirmation identitaire, sécurité alimentaire, valeur nutritionnelle, art culinaire.