

Flavors of History: Notes on Food and Table Practices  
among Moroccan Jews (XV<sup>th</sup>-XX<sup>th</sup> Centuries)

**Saveurs d'histoire: Notes sur l'alimentation et les pratiques de table  
chez les Marocains juifs (XV<sup>e</sup>-XX<sup>e</sup> siècles)**

**Omar Lamghibchi**

Université Hassan II de Casablanca

**Abstract:** Our contribution aims to delve into the complex intricacies of food and table practices among Jews between the XV<sup>th</sup> and the XX<sup>th</sup> century. Structured into two distinct phases, the first seeks to shed light on the interaction between food and Jewish cultural identity. Through a meticulous examination of these dynamic interactions, we will uncover the cultural and social markers of this cuisine. In the second phase, we delve into certain aspects of the Jewish dietary process through a variety of writings, as well as the culinary and alimentary peculiarities associated with the major festivals and rituals unique to the Jewish communities of Morocco.

**Keywords:** Food, Jews, Table Practices, Culture, Minority, Religion.

### **Introduction**

Contrairement à ce que l'on pourrait croire, l'histoire de l'alimentation<sup>1</sup> n'est pas une invention récente de "la nouvelle histoire." Elle est née avec l'histoire et peut être considérée comme l'histoire elle-même. Toutefois, son essor moderne a été catalysé au XX<sup>e</sup> siècle, principalement pendant l'entre-deux-guerres, par des historiens comme Lucien Febvre et Marc Bloch, en France. Depuis lors, cette discipline a évolué vers une approche sociale et culturelle,<sup>2</sup> devenant un domaine d'étude crucial dans des disciplines variées telles que l'histoire, l'économie, la sociologie, la géographie et l'anthropologie. Au Maroc, cependant, l'exploration de l'histoire de l'alimentation est encore peu développée,<sup>3</sup> en particulier celle liée à la composante juive, ce qui laisse un domaine largement sous-exploré.

En effet, les connaissances historiques disponibles ne renseignent que d'une façon épisodique et laconique, voire même sporadique et superficielle

---

<sup>1</sup> Lorsque nous nous aventurons dans le domaine culinaire, nous découvrons au moins cinq concepts distincts mais étroitement liés: la table (et ses pratiques), la cuisine, la nourriture, l'alimentation et la gastronomie. Les pratiques de table incluent les normes sociales et les traditions entourant la manière de servir et de consommer les repas, tandis que la cuisine concerne les techniques de préparation des aliments. Quant à la nourriture, elle répond aux besoins nutritionnels, et l'alimentation englobe les choix individuels et les dimensions culturelles de la consommation. Enfin, la gastronomie élève l'appréciation de la nourriture en explorant les traditions culinaires, 'les régions gastronomiques' et les aspects artistiques. Claude Fischler, "Présentation," *Communications* 31 (1979): 2; Priscille Touraille, "L'alimentation: arme de genre," *Journal des anthropologues* 140-141, 1-2 (2015): 19-49.

<sup>2</sup> María de Los Ángeles Pérez Samper, "La historia de la historia de la alimentación," *Chronica nova: Revista de historia moderna de la Universidad de Granada* 35 (2009): 105.

<sup>3</sup> Mohamed Houbaida, *Le Maroc végétarien 15<sup>e</sup>-18<sup>e</sup> siècles: histoire et biologie* (Casablanca: Editions Wallada, 2008), 7; Mohamed Houbaida et Mohamed Monkachi, "Histoire de l'alimentation au Maroc: Etat bibliographique," *Horizons Maghrébines* 55 (2006): 166-73.

sur l'alimentation chez les Juifs. Pour certaines périodes, dont celle s'étalant du XV<sup>e</sup> et XVIII<sup>e</sup> siècle, des informations sont presque absentes, à l'exception de quelques fragments trouvés dans des ordonnances ou *taqqanot* et *responsa*, dans des annales judiciaires rabbiniques,<sup>4</sup> des chroniques,<sup>5</sup> des récits autobiographiques<sup>6</sup> et des rapports israélites.<sup>7</sup> Pour les autres périodes allant du XVIII<sup>e</sup> au XX<sup>e</sup> siècle, les données demeurent dispersées, anecdotiques, souvent lacunaires, mais elles existent dans des récits de voyage et des notes de route, en particulier ceux rédigés par des femmes voyageuses,<sup>8</sup> des guides de voyage, des rapports des médecins, ainsi que des études fournies par des Européens.

---

<sup>4</sup> Les *taqqanot* sont des décrets législatifs émis par les autorités rabbiniques pour réguler les pratiques communautaires, tandis que les *responsa* sont des réponses données par des autorités rabbiniques à des questions halachiques spécifiques posées par des individus ou des communautés. Dans diverses communautés du Maroc, telles que Meknès, Séfrou, Tétouan, Salé et Marrakech, il s'est avéré qu'il était impératif d'avoir des *taqqanot*. Les plus significatives ont été rassemblées et publiées à Livourne en l'an 5631 (1871), à la fois dans leurs langues d'origine et traduits en hébreu par Rabbi Abraham Anqawa, en particulier dans le deuxième tome de son livre *Kerem Hemer* (Bar-Asher, 1990). Les restrictions alimentaires étaient un problème pour certaines *taqqanot*, tels que la *taqqana* de Tétouan de 1822 qui rappelle la communauté tétouanaise de prendre des mesures restrictives lors de la célébration de leurs fêtes (Yaakov Bentolila, "Une *taqqana* tétouanaise de 1822," *La linguistique* 55 (2019/1): 300-26). Quant aux annales judiciaires rabbiniques, elles consignent les détails des cas soumis au tribunal, y compris les plaintes, les témoignages, les arguments présentés par les parties concernées, ainsi que les décisions et les jugements rendus par les rabbins. Ces documents sont fondamentaux pour comprendre la jurisprudence rabbinique et l'application pratique de la Loi juive dans divers contextes, y compris les pratiques de table.

<sup>5</sup> Voir à ce propos, Georges Vajda, "Un recueil de textes historiques judéo-marocains (1<sup>re</sup> partie)," *Hespéris* XXXV, 3-4<sup>ème</sup> trimestres (1948): 311-58; Georges Vajda, "Un recueil de textes historiques judéo-marocains (2<sup>e</sup> partie)," *Hespéris* XXXVI, 1<sup>er</sup>-2<sup>ème</sup> trimestres (1949): 139-88; Y. D. Sémach, "Une chronique juive de Fès, le Yahya Fès de Ribbi Abner Hassrfaty," *Hespéris* XIX, fasc. I-II (1934): 79-94.

<sup>6</sup> Parmi ces ouvrages: 'The Book of Jewish Food' de Claudia Roden, 'Eating Jewish: A Global History' de David Kraemer et 'Une enfance pas comme les autres' de Chantal Knafo et 'Saveurs de mon enfance, La cuisine juive du Maroc' de Fortunée Hazan-Arama.

<sup>7</sup> La plupart de ces rapports sont publiés dans les "Archives Israélites de France" (3472 numéros entre 1840 et 1935). D'autres archives, spécifiques au Maroc, sont également accessibles, notamment les "Archives de l'Alliance Israélite Universelle" entre 1860 et 1940. Récemment, nous avons traduit le rapport de Herman Cohen "Mœurs des Juifs et Arabes de Tétouan" et travaillons actuellement sur d'autres.

<sup>8</sup> De nombreuses femmes ont choisi d'écrire des récits ou des notes de voyage, tels que Marie Bugéja, Maryse Périale, Jeanine Berthel, Henriette Célarié, Alice Louis- Barthou, Alice La Mazière, Françoise de Sourdon, Marie-Thérèse Gadala, Mathilde Zeys et La Doctresse Françoise Légey-Entz. Leurs écrits sont significatifs car elles ont eu la possibilité de pénétrer dans les maisons marocaines et de découvrir leurs secrets, en particulier ce qui concerne la cuisine et la vie des femmes, aspects qui étaient souvent dissimulés aux voyageurs. Omar Lamghibchi, "Le Maroc vu par des voyageuses françaises: Notes de route-Voyage à Marrakech" de La Doctresse Françoise Légey-Entz comme exemple," in *Imaginaire(s) féminin(s): symboles et stéréotypes*, coord. Abdelatif Makan et Laure Lévêque (Beni Mellal: Université Sultan Moulay Slimane, 2020), 153-76.

Quant aux livres de cuisine, véritable “littérature grise,” ils ont longtemps laissé les chercheurs indifférents.<sup>9</sup> Le manque de données et le retard enregistré dans la recherche historique dans ce champ est encore considérable. Bien que la sociologie et l’anthropologie, en particulier en Occident, aient étudié depuis quelques décennies les pratiques alimentaires des Juifs,<sup>10</sup> l’historiographie marocaine n’a pas encore beaucoup progressé dans ce domaine. En dehors de ce constat méthodologique et référentiel, l’histoire de l’alimentation a fini par trouver sa place dans le champ de l’histoire culturelle.<sup>11</sup> Qu’en est-il donc de l’histoire de l’alimentation chez la minorité religieuse juive au Maroc? Peut-on parler d’une alimentation distinctement ‘juive,’ ou y a-t-il des similitudes/différences avec la cuisine musulmane? Quels facteurs contribuent à une cuisine judéo-marocaine? De quelle manière les célébrations religieuses et les événements culturels influent-ils sur les repas des Juifs marocains?

Afin d’élucider les complexités inhérentes au contexte du thème choisi et d’apporter des éléments de réponse, bien que partiels, aux interrogations posées, notre démarche initiale consiste à mettre en lumière les liens entre l’alimentation et l’identité culturelle juive, afin de comprendre l’évolution des pratiques alimentaires et des rituels de table. En examinant les interactions entre ces éléments, nous offrons un éclairage sur les marqueurs culturels et sociaux qui les caractérisent. Dans une deuxième phase, nous explorons succinctement quelques plats et mets spécifiques des Juifs du Maroc du XV<sup>e</sup> au XX<sup>e</sup> siècle. Nous nous concentrons notamment sur ce que la chercheuse Joëlle Bahloul identifie comme les “aliments mémoire,” c’est-à-dire les aliments imprégnés d’histoire et de mémoire juives. Nous examinons également les particularités culinaires à travers l’étude de quelques fêtes (festins) et des principaux rituels propres aux Juifs du Maroc.

---

<sup>9</sup> Valérie Assan et Sophie Nizard, “Les livres de cuisine juive: à la recherche d’un monde perdu?,” *Archives Juives* 47 (2014/1): 113.

<sup>10</sup> Joëlle Bahloul, *Le Culte de la table dressée. Rites et traditions de la table juive algérienne* (Paris: Métailié, 1983); Claudine Fabre-Vassas, *La Bête singulière: les juifs, les chrétiens et le cochon* (Paris: Gallimard 1994); Freddy Raphaël, *La cuisine juive en Alsace: histoire et traditions* (Strasbourg: Éditions La Nuée bleue, 2005); Lucine Endelstein, “Une géographie du renouveau religieux. Judaïsme et expérience urbaine en quartier cosmopolite. Paris, 19<sup>e</sup> arrondissement” (Thèse de Doctorat sous la direction d’Emmanuel Ma Mung et William Berthomière, Université de Poitiers, 2008); Joëlle Allouche-Benayoun et Doris Bensimon, *Les Juifs d’Algérie. Mémoires et identités plurielles* (Paris: Éditions Stavit, 1998); Anny Bloch-Raymond, “L’invention de la cuisine casher créole à la Nouvelle Orléans,” *Diasporas, Histoire et sociétés* 7 (2005): 120-35; Sophie Nizard, “L’Économie du croire. Une anthropologie des pratiques alimentaires juives en modernité” (Thèse de sociologie sous la direction de Danièle Hervieu-Léger, EHESS, 1997).

<sup>11</sup> Jean-Louis Flandrin, Massimo Montanari (dir.), *Histoire de l’alimentation* (Paris: Fayard, 1996); Jean-Louis Flandrin, Jane Cobbi, *Tables d’ici, tables d’ailleurs: Histoire et ethnologie du repas* (Paris: Odile Jacob, 1999).

## I. L'alimentation chez les Juifs du Maroc: racines et marqueurs

Il n'est pas inutile de rappeler que l'alimentation représente un enjeu significatif pour les Juifs. Elle contient diverses expressions, allant de l'intimité familiale aux prescriptions religieuses, et implique des investissements émotionnels, symboliques, esthétiques et économiques considérables. Elle traduit également les moments de joie et de tristesse et témoigne d'une grande diversité qui englobe tous les événements de leur histoire.

De manière générale, la "table juive" est conçue à la fois sous l'angle de la loi religieuse et des pratiques socioculturelles qui en découlent au fil de l'histoire des Juifs. De ce fait, cette table est vue comme un espace où se forgent et se transmettent les identités religieuses, culturelles et familiales. Cette conception est illustrée par les questions rituelles posées lors du *seder* de la nuit de Pâque, qui mettent en lumière l'importance des aliments et des rituels autour de la table. La *Haggada*, récit de la Pâque, évoque la libération des Hébreux du joug de l'esclavage et de la sortie d'Égypte et lie mémoire, identité et alimentation, montrant ainsi que les aliments revêtent un sens symbolique crucial dans la construction des identités individuelles et collectives des Juifs.<sup>12</sup>

En dépit des différentes mutations, les pratiques culinaires chez les Juifs du Maroc ont conservé une certaine unité, rythmée par des fêtes religieuses et des traditions familiales. Les recherches universitaires, initiées dès les premières décennies du XX<sup>e</sup> siècle à Vienne, ont permis d'explorer en profondeur une partie importante de l'histoire et des spécificités de la cuisine juive, révélant son importance dans la préservation de l'identité culturelle.<sup>13</sup>

### 1. Les racines d'une 'identité culinaire juive'

Les racines de l'alimentation chez les Juifs remontent à des millénaires d'histoire et sont profondément enracinées dans leurs traditions religieuses, culturelles et historiques. Une de ces racines principales se trouve dans les prescriptions alimentaires de la Torah, qui établissent les lois *cacheroute*, "les lois alimentaires juives" régissant ce qui est permis et interdit de manger. Ces lois dictent non seulement les types d'aliments autorisés, mais aussi les méthodes de préparation et de consommation, créant ainsi un système alimentaire distinctif et ritualisé. De plus, les migrations et les diasporas juives à travers les siècles ont apporté des influences culinaires

<sup>12</sup> Gérard Haddad, *Manger le livre: rites alimentaires et fonction paternelle* (Paris: Grasset, 1984): "Le lien entre mémoire, identité et nourriture semble une évidence culturelle juive inscrite dans le Texte, les nourritures constituent un langage symbolique disponible pour la construction des identités individuelles et collectives. Il s'agit même dans certains rites de "manger le Livre."

<sup>13</sup> John Cooper, *Eat and be Satisfied: A Social History of Jewish Food* (Northvale: N.J. Jason Aronson, 1993).

variées des différentes régions du monde où les communautés juives se sont installées, enrichissant ainsi la diversité et la complexité de leur alimentation. Malgré les contraintes et les changements de contexte, les pratiques alimentaires juives continuent de susciter l'engouement et l'intérêt, offrant un témoignage vivant de l'histoire et de la diversité de la culture juive.<sup>14</sup>

### 1.1. Essence d'identité

Il est maintenant admis dans les études portant sur la cuisine et d'autres aspects culturels que la culture d'un groupe donné est le résultat d'évolutions découlant des phénomènes d'adoption. Les processus de contournement, de glissement de signification, de sélection, de réappropriation et d'innovation sont tous impliqués dans ces adoptions à divers niveaux. Par conséquent, la culture ne se compose pas d'une culture unique et figée, mais plutôt d'un ensemble de traits qui sont influencés et modelés par une série de faits et d'événements historiques. Comme l'a souligné Fernand Braudel, "Aucune civilisation ne vit sans mouvement propre, chacune s'enrichit des échanges, des chocs qu'entraînent les fructueux voisinages."<sup>15</sup>

Dans un contexte de repli identitaire résultant de l'appréhension d'une homogénéisation des cultures,<sup>16</sup> il est crucial de reconnaître et d'assumer le paradoxe de l'identité juive malgré les divergences et les oppositions religieuses, culturelles, historiques et économiques. Par conséquent, une analyse des pratiques devient de plus en plus indispensable aux côtés de l'étude des représentations en histoire culturelle. Il ne s'agit pas d'examiner simplement "les pratiques culturelles" telles qu'elles sont mentionnées dans les textes historiques, dans des récits de voyage ou dans des textes religieux qui portent sur un certain nombre d'habitudes, d'ingrédients, de comportements des communautés, ou encore de pratiques de certains cultes dans des occasions (deuil, vénération des saints, fêtes, etc.), etc. Il s'agit plutôt d'étudier certaines pratiques, parfois inconscientes, parfois délibérément orientées, qualifiées de "pratiques de table juive" à la lumière de l'héritage ancestral imprégné par le Texte Sacré. À ce sujet, Haim Zafrani met en avance l'influence prépondérante de la Loi écrite dans la vie quotidienne des Juifs, régissant chaque aspect de leur existence. Cette doctrine, basée sur le Talmud

---

<sup>14</sup> A en croire John Cooper, l'histoire de la nourriture juive était un domaine de recherche pionnier par des universitaires à Vienne, une ville qui était elle-même un foyer intellectuel dans les premières décennies de ce siècle. Samuel Krauss (1866-1948) a notamment apporté une contribution exceptionnelle à ce sujet dans son ouvrage "Talmudische Archeology." John Cooper, *Eat and be Satisfied*, XIII. L'année 1929 a également vu la publication, pour la première fois, de plusieurs ouvrages intéressants en français dédiés à la cuisine juive, parmi lesquels figurent: *Cuisine juive. Ghettos modernes* d'Édouard de Pomiane et ses deux autres ouvrages: *Cuisine et restrictions* (1940) et *Manger... quand même* (1941).

<sup>15</sup> Fernand Braudel, *Grammaire des civilisations* (Paris: Flammarion, 1993).

<sup>16</sup> Muze'on Yisra'el, *La vie juive au Maroc* (Musée d'Israël, 1986), 10.

et la Bible, guide les pratiques alimentaires depuis la naissance jusqu'à la mort, exigeant une stricte observance des préceptes religieux.<sup>17</sup> Cette observance est notamment illustrée dans le "*Choulhan Aroukh*," œuvre majeure du talmudiste Rabbi Yossef Caro 'Qaro' (Safed XII<sup>e</sup> siècle),<sup>18</sup> qui a servi de référence pour comprendre ces pratiques alimentaires, dépeintes avec subtilités par Joëlle Bahloul dans son ouvrage "Le culte de la table dressée."<sup>19</sup> Paru en 1983, c'est le premier ouvrage anthropologique qui prend pour objet les représentations, la culture matérielle et les rituels des Juifs contemporains dans leur rapport à la nourriture, offrant ainsi une perspective enrichissante sur cette dimension essentielle de leur vie quotidienne.

## 1.2. L'identité 'passe à la table'<sup>20</sup>

Il est avéré que les plats traditionnels de l'Europe de l'Est tels que le gefilte fish, le cholent et le kugel présentent peu de similitudes avec les mets populaires chez les Juifs d'Afrique du Nord, comme le couscous, les boulettes de viande, les pois et le tajine. Les saveurs et les arômes caractéristiques d'un type de cuisine juive semblent souvent étranges, voire peu appétissants, pour les Juifs d'une autre région du monde.<sup>21</sup> Ces énormes différences régionales pourraient nous faire croire que la cuisine ashkénaze ou la cuisine juive marocaine ne diffèrent en rien de la cuisine musulmane marocaine. Mais ce n'est pas le cas puisque les modes de préparation alimentaire juive sont souvent distincts de ceux de leurs voisins non-juifs. Ces distinctions découlent non seulement des restrictions imposées par les lois

<sup>17</sup> Haim Zafrani, *Deux mille ans de vie juive au Maroc* (Casablanca: Editions Eddif, 1998), 221.

<sup>18</sup> Le "*Choulhan Aroukh*" est un ouvrage majeur de la loi juive (Halakha). Il se présente sous la forme d'un code de lois religieuses, couvrant divers aspects de la vie juive, notamment les rituels religieux, les pratiques quotidiennes, les fêtes et les observances. Il est organisé en quatre sections principales: Orach Haïm (les lois du quotidien et des fêtes), Yoreh De'ah (les lois relatives à la casheroute, à l'abattage rituel des animaux et à d'autres prescriptions alimentaires), Even Ha'ezer (les lois du mariage, du divorce et de la famille), et Hoshen Mishpat (les lois civiles et commerciales).

<sup>19</sup> Sophie Nizard, "Introduction," *Archives Juives* 47 (2014/1): 4; Bahloul, *Le Culte de la table*; Roden, *The Book of Jewish*, 189; Lucie Bolens, *La cuisine andalouse, un art de vivre XI<sup>e</sup>-XIII<sup>e</sup> siècle* (Paris: Éditions Albin Michel, 1990), 41; Martin Gilbert, *In Ishmael's House: A History of Jews in Muslim Lands* (New Haven, Conn: Yale University Press, 2010); Philippe-Efraïm Landau, "Les comportements alimentaires des 'poilus' Juifs. Le reflet de l'identité franco-israélite," *Archives Juives* 47 (2014/1): 37.

<sup>20</sup> Nous empruntons ce terme de l'ouvrage de: Pascal Ory, *L'identité passe à table... L'avenir gastronomique de l'humanité en général et de la France en particulier* (Paris: Presses Universitaires de France, 2013), 29.

<sup>21</sup> Joyce Goldstein, *The New Mediterranean Jewish Table: Old World Recipes for the Modern Home* (Los Angeles: University of California Press, 2016), 98, 242; Pamela Grau Twena, *The Sephardic Table: The Vibrant Cooking of the Mediterranean Jews: a Personal Collection of Recipes from the Middle East, North Africa, and India* (Boston: Houghton Mifflin, 1998); Joyce Goldstein, *Sephardic Flavors: Jewish Cooking of the Mediterranean* (San Francisco: Chronicle Books, 2000); Hélène Jawhara Piñer, *Sephardi: Cooking the History. Recipes of the Jews of Spain and the Diaspora, from the 13<sup>th</sup> Century to Today* (Boston: Academic Studies Press, 2021). Voir aussi: Mary L. Zamore (ed), *The Sacred Table: Creating a Jewish Food Ethic* (New York: CCAR Press, 2011); Robert Sternberg, *The Sephardic Kitchen: The Healthy Food and Rich Culture of the Mediterranean Jews* (New York: HarperCollins, 1996).

alimentaires juives, mais également des schémas de migration différents et des contacts culturels entre les populations juives et non-juives. Même lorsqu'ils adoptaient des recettes de leurs voisins, les Juifs les adaptaient pour les rendre conformes aux lois de la *cacheroute* ou les associaient à une fête ou à un rituel juif. Ce faisant, ils 'judaïsaient' le plat emprunté et en faisaient une partie intégrante de la culture juive.<sup>22</sup>

L'adage "Dis-moi ce que tu manges, je te dirai qui tu es" reflète parfaitement la culture alimentaire des Juifs. En d'autres termes, l'alimentation est souvent utilisée parmi les Juifs pour identifier l'autre et surtout se différencier de soi, ce qui revient finalement à se définir soi-même.<sup>23</sup> De plus, ce qui peut sembler exotique pour un Juif du Haut Atlas peut paraître différent pour un Juif du nord du Maroc.<sup>24</sup> Il est donc remarquable que lorsqu'on évoque les différences entre les pratiques alimentaires des différentes communautés juives dispersées à travers le Maroc, les écrits présentent plusieurs écarts.<sup>25</sup> Cela signifie-t-il que ces différences, imprégnant les cultures de ces communautés, ont des limites, et que dès qu'on s'éloigne du nord, par exemple, les pratiques changent davantage? Les facteurs tels que l'environnement et le climat n'expliquent-ils pas partiellement ce "décalage culturel"? Quelles sont les particularités de cette cuisine au sein de ces communautés, et dans quelle mesure influencent-elles la perception des différences?

En règle générale, l'alimentation des Juifs a été soumise à plusieurs séries de contraintes, de conditions et de paramètres, qu'ils soient religieux, anthropologiques, sociaux, géographiques ou historiques.<sup>26</sup> Il est donc inutile de s'appesantir davantage sur l'idée de "cultures culinaires uniques," car le passage historique de l'intention à la pratique, et de l'idée à l'action, a contraint les Juifs du Maroc à naviguer dans les dédales de multiples voies et pratiques culinaires partagées avec les populations qui les ont accueillis depuis au moins deux mille ans. Quelle que soit la date exacte, il est certain que la cuisine était considérée pour eux comme un espace matériel révélateur

<sup>22</sup> Steven M. Lowenstein-Isadore Levine, *The Jewish Cultural Tapestry* (Oxford: Oxford University Press, 2000), 120: "In so doing, they 'judaized' the borrowed dish and made it an integral part of Jewish culture."

<sup>23</sup> Isadore Levine, *The Jewish Cultural*, 120.

<sup>24</sup> Il suffit d'observer les noms des plats pour identifier les différences entre les traditions culinaires et les préférences alimentaires des Juifs du Nord et du Sud. Ces dénominations reflètent souvent les particularités régionales, les influences culturelles et les ressources disponibles. Par exemple, les Juifs de Larache avaient une préférence notable pour un poisson appelé "*sabaló*" (*Prochilodus lineatus*, communément appelé Prochilode rayé). On raconte que ce poisson était abondant dans la rivière Loukkos et migrait en mer pour frayer à certaines périodes de l'année. Les pêcheurs disposaient leurs filets à travers l'embouchure de la rivière pour le capturer. Les œufs de *sabaló* étaient aussi très appréciés et ce poisson était spécialement utilisé dans la préparation du poisson *cocho* (Le baliste cabri '*Balistes capricus*'), un plat souvent servi pour le dîner du vendredi soir.

<sup>25</sup> Garzon, *Los judíos*, 267-71.

<sup>26</sup> Assan et Nizard, "Les livres," 113.

des rapports sociaux de genre et de génération, de la répartition des rôles, ainsi qu'un lieu de sociabilité quotidienne.<sup>27</sup>

Bien que l'islamisation du Maroc ait commencé au VII<sup>e</sup> siècle, les relations entre Juifs (*Toshavim*) et Musulmans ont perduré. Les Juifs ont progressivement été confinés dans des *mellah-s*, des quartiers réservés avec leurs propres institutions religieuses, mais ils ont tout de même bénéficié d'une certaine autonomie. Malgré les séparations physiques, les interactions entre les deux communautés sont restées étroites, facilitées par des similitudes culturelles, notamment au niveau de plusieurs pratiques culinaires. Les Juifs séfarades (*Mégorashim*), arrivés après leur expulsion d'Espagne, principalement en 1492, ont finalement fusionné avec leurs coreligionnaires autochtones.<sup>28</sup> L'arrivée de ces nouveaux Juifs au Maroc a donné lieu à la formation de diverses communautés, enrichissant l'expérience juive dans ce pays.<sup>29</sup>

De manière brève, la cuisine judéo-marocaine, qui est une combinaison de différentes cultures, peut être divisée en deux grandes branches: ashkénaze et séfarade, originaires respectivement d'Europe centrale et orientale, et d'Espagne, du Portugal, du Moyen-Orient et d'Afrique du Nord. Ces deux branches ont développé des traditions alimentaires distinctes influencées par leurs origines géographiques.<sup>30</sup> Or, il est évident que toute discussion sur cet héritage commun ne peut être pertinente sans prendre en compte les recherches anthropologiques et culturelles, en particulier l'étude de la culture des diverses communautés juives du Maroc.<sup>31</sup> Il est donc impératif de rappeler, encore une fois, que la cuisine des Juifs du

<sup>27</sup> Anny Bloch-Raymond (dir.), "Cuisines en partage," in *Diasporas, Histoire et Sociétés*, 7 (2005): 240.

<sup>28</sup> Nous citons à titre d'exemple, sans exhaustivité, que les juifs séfarades ont introduit les salaisons, une technique de conservation des aliments grâce au sel. Ghillie Basan, *Irrésistibles saveurs du Maroc* (Paris: Larousse, 2008), 7-8.

<sup>29</sup> On distingue au moins quatre types de cultures communautaires juives entre le XV<sup>e</sup> et le XX<sup>e</sup> siècles: les communautés mixtes, qui intégraient des *Mégorashim* avec des tensions initiales, adoptant ultérieurement le judéo-arabe; les communautés proches des rives espagnoles, où le judéo-espagnol hybride (*hakitia*) est maintenu dans des villes telles que Tétouan, Tanger, Asilah, Chefchaouen, Larache et El Qsar-Kébir; les communautés unilingues, caractérisées par la pratique exclusive du judéo-arabe avec une influence limitée des *Mégorashim*; et enfin, les communautés judéo-berbérophones, comprenant des dizaines de communautés rurales disséminées dans les régions de l'Atlas et de l'Anti-Atlas.

<sup>30</sup> Ce melting-pot "diasporique" reflète également l'empreinte des diverses traditions culinaires juives à travers le monde, notamment ashkénaze (*gefilte fish*, *matzah*, *cholent* et *latkes*), séfarade (*pastilla*, *couscous*, *tajine* et boulettes de viande aux épices), mizrahi (*falafel*, *houmous*, *shawarma*, *sabich* et *kebab*), yéménite (*malawach*, *jachmun*, *zhoug* et *saluf*), et parfois grecque (*bakalao*, *Dolmades*, *Matzah*, *Feta* et *Baklava*). La coexistence des Berbères, des Juifs, des Arabes et des Musulmans venus d'Orient, des Andalous, des Africains, sur la terre marocaine a favorisé des échanges sur le plan culinaire, donnant naissance à une riche cuisine marocaine, dont fait partie intégrante la cuisine judéo-marocaine.

<sup>31</sup> Ici, par culture, nous entendons la culture dans son sens large, qui inclut le mode de vie dans la société, y compris les héritages matériels et immatériels, ainsi que l'influence et l'impact que les communautés juives ont eu tout au long de leur présence au Maroc.

Maroc ne peut pas être définitivement appelée ‘cuisine juive,’ car elle n’est ni complètement indépendante, ni distincte des autres aspects de la société marocaine et de ses différentes cultures (amazighe, arabe, hassanie, etc.). Bien que nous puissions trouver de nombreuses particularités dans les pratiques de tables et de coutumes propres aux Juifs du Maroc, cela reste limité comme nous le verrons après. C’est un fait que nous constaterons par l’interférence entre les cultures juive et musulmane, même de manière marginale, en raison de la limitation de la portée de cette recherche.

## 2. Les marqueurs de la cuisine judéo-marocaine

Il est évident que l’alimentation joue un rôle crucial en tant que marqueur culturel et social, représentant un acte chargé de symboles et de significations culturelles et culturelles. Son importance est d’autant plus marquée lorsqu’elle est abordée dans le contexte du non-respect des prescriptions religieuses ou lors de périodes de crise et de pénurie. Dans l’espace méditerranéen, l’alimentation rappelle la complexe stratigraphie des cultures, des gestuelles, des tabous, des goûts et des niveaux sociaux,<sup>32</sup> depuis l’acculturation aux modes palatiales de l’Orient abbasside, jusqu’au resurgissement des savoirs et des plaisirs patoisants à travers la cuisine des élites cordouanes<sup>33</sup> ou perses et ottomanes. De ce fait, il est donc crucial de définir la notion de marqueur culturel et d’explorer les circulations culturelles afin de saisir pleinement les particularités de l’alimentation chez les Juifs du Maroc.

Dans ce contexte, les Juifs, en tant que minorité religieuse, étaient confrontés à deux phénomènes contradictoires: d’une part, la crainte d’une homogénéisation générale des cultures exogènes, et d’autre part, la manifestation de résistances entraînant des frictions voire des conflits à des échelles locale et globale. Pendant leur diaspora, les Juifs étaient tenus de s’abstenir surtout de la viande et du vin des ‘goyim’: ‘personnes non juives.’<sup>34</sup> Les tendances prédominantes du droit rabbinique marocain, qui se manifestent dans les rapports avec la *halakha* représentée notamment par l’école des anciens maîtres espagnols puis par celle du talmudiste Rabbi Yossef Qaro, sont elles-mêmes traversées par des constantes immuables et indélogeables que nulle autorité ne peut infléchir, pas même l’auteur du “*Choulhan Aroukh*,” qui était pourtant vénéré par les érudits marocains. Ces constantes se traduisent par la fidélité aux coutumes et aux usages anciens

<sup>32</sup> Jacques Le Goff, *La civilisation de l’Occident médiéval* (Paris: Arthaud, 1964), 292. “L’alimentation est la première occasion pour les couches dominantes de la société de manifester leur supériorité; elles adoptent, avec le luxe et l’ostentation alimentaires, un vrai et propre ‘comportement de classe.’” Montanari Massimo, “Valeurs, symboles, messages alimentaires durant le Haut Moyen Age,” *Médiévales* 5 (1983): 57-66.

<sup>33</sup> Henri Bresc, “Cultures et nourritures de l’occident musulman,” *Médiévales* 33 (1997): 5.

<sup>34</sup> Salomon D. Goitein et Shelomo Dov Goitein, *Juifs et Arabes* (Paris: Editions de Minuit, 1957), 199.

sanctionnés par les *taqqanot*.<sup>35</sup>

## 2.1. L'alimentation e(s)t l'Empire de la Loi divine

Comme on vient de le dire auparavant, la cuisine occupe une place centrale dans le judaïsme en raison de l'observance des prescriptions alimentaires, connues sous le nom de *casheroute*, ce qui nécessite une attention particulière lors de la préparation des repas. Selon ces règles, les ustensiles de cuisine doivent être séparés pour les produits laitiers et la viande, et il est crucial de prévenir toute contamination croisée. De plus, les produits alimentaires doivent être certifiés comme étant cachères, une validation généralement délivrée par des organismes religieux spécialisés, tels que les *Vaad Hacherout*.<sup>36</sup> Fondamentalement, l'ensemble des règles alimentaires juives sont énoncées dans la Torah, la plupart des interdictions étant mentionnées dans les 613 *mitsvots*, parmi lesquelles une partie (de 176 à 205) traite de la nourriture et l'alimentation. En général, les sept principes fondamentaux de la *casheroute* sont les suivants.<sup>37</sup>

- Les animaux doivent avoir des sabots fendus et être des ruminants. Par conséquent, le porc ne fait pas partie de ce groupe et n'est donc pas *casher*;
- Les poissons doivent posséder des écailles et des nageoires. Les crustacés tels que les homards, les crabes, les seiches et les anguilles sont donc exclus;
- Les rapaces ne sont pas *casher* mais d'autres types d'oiseaux comme les poulets, les canards, les oies et les dindes peuvent être consommés;
- Les animaux doivent être abattus par un rabbin qualifié et leur sang doit avoir été drainé. L'étiquetage officiel *casher* doit être clairement visible;
- Il est interdit de mélanger de la viande avec des produits laitiers. Un laps de temps adéquat doit s'écouler entre la consommation de ces deux types d'aliments pour éviter toute interaction;
- Dans une cuisine *casher*, les ustensiles employés pour cuisiner la viande doivent être séparés de ceux utilisés pour les fromages et les produits laitiers;
- Les matières premières ne doivent pas contenir d'insectes ni de vers pour être considérées comme *casher*.

Il en découle que dans cette cuisine, un ensemble de directives détaillées oriente le choix des aliments acceptables. Tout d'abord, la viande est autorisée, qu'il s'agisse de bœuf, de veau, de poulet, de dinde ou de canard,

<sup>35</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 222.

<sup>36</sup> Assan et Nizard, "Les livres," 113.

<sup>37</sup> Isadore Levine, *The Jewish Cultural*, 120-21.

à condition que ces animaux aient été abattus selon les règles strictes de la cacheroute.<sup>38</sup> Les poissons avec des écailles sont également autorisés, parmi lesquels le colin, les anchois, le saumon, le merlu, le hareng, la morue, le flétan, le thon, la sardine, le bar, la dorade, le brochet, le pageot, le cabillaud, la truite, le rouget et le maquereau. Les produits d'origine animale comme le lait et les œufs doivent également être certifiés casher, tout comme le vin. Quant aux fruits et légumes, ils sont permis à condition qu'ils ne contiennent aucun insecte. Le miel, le café et le thé sont également autorisés, à condition qu'ils n'aient pas été mélangés à des substances non casher.

Force est de constater qu'en dépit d'une certaine réticence à l'égard de ces coutumes, même marquée par une hostilité déclarée, les autorités rabbiniques se trouvaient parfois contraintes de les accepter. L'écrasante majorité de la population adhéraient fermement à la Loi ainsi qu'à ses traditions, ces dernières étant parfois empreintes de magie et de mythologie commune à toutes les ethnies locales, indépendamment de leur confession religieuse. Certaines pratiques alimentaires, comme la consommation de couscous accompagné de volaille ou de produits laitiers, étaient particulièrement ancrées dans la tradition, surtout à l'approche de fêtes religieuses telles que Sukkot, Yom Kippur ou encore Pessah. Bien que la présence de *hames* (aliments fermentés interdits pendant Pessah) représentât un risque, ils devaient être éliminés de chaque foyer juif dès le lendemain de la fête.<sup>39</sup>

La consommation de criquets illustre également ce dilemme. Au XVII<sup>e</sup> siècle, Rabbi Hayyim Ben 'Attar, l'une figure éminente du judaïsme marocain, s'est insurgé contre le libéralisme de ses congénères en interdisant la consommation de ce qu'il qualifiait de "bestioles impures," bien que ces dernières aient toujours été appréciées en tant que nourriture dans la culture juive ainsi que dans l'environnement musulman du Sud du Maroc. Les criquets, bouillis ou préparés de différentes manières, étaient en effet une source alimentaire très prisée à la fois par les Juifs et les Musulmans, surtout en période de pénurie. Malgré son autorité considérable, Rabbi Hayyim Ben 'Attar a été largement ignoré, et son interdiction de consommer des criquets a simplement été contournée. De même, lorsqu'il a remis en question la méthode traditionnelle d'inspection des poumons des animaux abattus, connue sous le nom de "l'insufflation du poumon" (*nefihah*), pour détecter d'éventuelles adhérences ou lésions de cet organe, il a rencontré une forte opposition du rabbinat marocain qui a rejeté ses prétentions à la rigueur et à

<sup>38</sup> Arlette Berdugo, *Juives et juifs dans le Maroc contemporain: images d'un devenir* (Paris: Librairie orientaliste Paul Geuthner, 2002), 227. "Viande casher: celle des animaux autorisés à la consommation abattus rituellement, débarrassée du sang, du suif, de certains nerfs et membranes prohibés, doit être lavée et salée avant consommation."

<sup>39</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 223.

la censure en matière d'usages alimentaires.<sup>40</sup> Ainsi, certains "interdits alimentaires" étaient assouplis ou violés en période de pénurie ou de forte hausse des prix, avec l'engagement de revenir à une stricte observance de la Loi dès que la situation économique s'améliore. Ces circonstances sont désignées dans les textes rabbiniques comme étant un 'détriment majeur'.<sup>41</sup> On se contentera dans ce qui suit de deux témoignages cités par H. Zafrani pour illustrer cette situation:

"Un rabbin de Fès (XVII<sup>e</sup>/XVIII<sup>e</sup> siècles), Jacob Aben Sur, autorise la consommation à Pâques, d'une céréale appelée anili, terme berbère désignant une espèce de millet. Il recommande, par contre, de se garder de manger ce qu'il appelle *trid* 'galette mince,' une nourriture pascale que les Juifs de Fès eux-mêmes ont pourtant coutume de consommer."<sup>42</sup>

Le deuxième témoignage provient d'un rabbin de Meknès, R. Yossef Messas, qui a été appelé à exercer les fonctions de juge à Tlemcen, entre 1924 et 1940. Il rapporte dans le récit de sa mission rabbinique:

"j'ai eu fort à faire dans le domaine de la *kashrut*. Je commençai par réunir tous les traiteurs et marchands de grillades de foie, viande, rate et saucisses. Je constatai qu'ils n'étaient pas avertis des lois relatives aux opérations de salage et nettoyage rituels de la viande et faisaient leurs grillades dans un ustensile non percé de trous. Je leur enseignai les notions élémentaires de la loi relative à cette opération et les mis en garde contre tout péché à cet égard. Une fois par mois, j'allais inspecter leurs gargotes et les sermonner."

Dans la même veine, il ajoute:

"Tous les habitants de la ville mélangeaient viande et rate dans la même marmite, pendant la cuisson, particulièrement dans la préparation du 'plat de samedi,' en arabe *dafina* ou *skhina*. Je les mis en garde contre de telles pratiques. Par ailleurs, les bouchers avaient une connaissance imparfaite des règles concernant les graisses interdites. Deux fois par semaine, j'allais les inspecter aux abattoirs."<sup>43</sup>

En ajoutant à cela quelques particularités rituelles caractéristiques de la culture juive marocaine, nous rencontrons les repas sabbatiques désignés

<sup>40</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 224.

<sup>41</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 224: "Le législateur décide en fonction de la conjoncture; il est habilité à en apprécier la clémence ou la rigueur, à évaluer l'étendue et la portée du détriment ou à le personnaliser, le cas échéant. Ainsi, certains interdits alimentaires peuvent être levés en période de pénurie, de hausse considérable des prix (...). Quitte à ce que l'on revienne à une stricte observance de la Loi sitôt que la situation économique s'améliore."

<sup>42</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 225.

<sup>43</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 225.

par la “table royale” qui impose dix prescriptions, allant des ablutions à la consommation de trois repas rituels. Chaque action, de l’allumage des lampes à la prolongation du repas, est chargée de significations profondes, symbolisant la restauration du mystère divin des dix *sefirots*. Les deux pains servis à chaque repas représentent les tables de la Loi, tandis que le Shabbat lui-même est vénéré comme un jour béni où les forces du mal sont neutralisées, permettant une expérience spirituelle enrichie. Cette journée spéciale est honorée avec une table ‘royale’ richement parée, avec des mets délicieux et une atmosphère festive.<sup>44</sup>

## 2.2. Instance de contrôle

Face aux transgressions et violations des règles alimentaires imposées aux Juifs, le pouvoir rabbinique a instauré une “instance de contrôle” au sein de l’enceinte du *mellah*. Aucun manquement à la discipline éthico-religieuse n’échappait à l’attention des *muqaddemim*, chargés de signaler et de sanctionner les comportements répréhensibles au nom du rabbinat et du *ma’amad*. Cette surveillance contribuait ainsi à maintenir un niveau élevé de moralité et d’ordre, conformément aux principes du judaïsme traditionnel. L’inspecteur des marchés juifs effectuait des rondes régulières pour vérifier spécialement la qualité des produits et aliments vendus. Dans ces cercles, une grande importance était accordée au respect des normes morales et à la pureté des produits alimentaires, des animaux abattus et de la viande casher.

Cependant, malgré cela, quelques individus égarés choisissaient de transgresser ces règles et de s’écarter du chemin de l’éthique et de la Loi. Plusieurs *responsa* évoquent des cas de fraude, sévèrement condamnés par les autorités rabbiniques. Ces écarts de conduite étaient souvent attribués aux conditions précaires et à la misère, qui poussaient certaines personnes à agir de manière contraire aux principes moraux établis. Par exemple, certains rapports font état de prostitution pendant les périodes de disette, comme le cas où une femme s’est livrée à un homme non juif pour sauver sa fille lors d’un pillage du *mellah* de Meknès au XVIII<sup>e</sup> siècle.<sup>45</sup>

Les beuveries, qui parfois rassemblaient juifs et non-juifs dans le *mellah*, favorisèrent la débauche et la corruption. Cela a conduit le rabbinat, en collaboration avec les autorités locales, à mettre en place une réglementation sur le commerce des boissons alcoolisées. Les Juifs furent ainsi interdits de vendre de l’alcool à leurs voisins non-juifs ou de leur en offrir lors d’invitations à des repas.<sup>46</sup> Toute violation de ces règles, établies

<sup>44</sup> Haim Zafrani, *Juifs d’Andalousie et du Maghreb* (Paris: Maisonneuve et Larose, 2002), 378-79.

<sup>45</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 137-38.

<sup>46</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 137-38. Voici la substance d’une *taqqanah* datée de 1602: “Réunies, sur ordre de sa majesté le roi, dans la maison du *nagid*, Abraham Roti, et avec l’autorisation du *nagid* Moïse Halévi, les autorités rabbiniques confirment une *taqqanah* ancienne qui interdit à tout juif de vendre du vin ou de l’eau-de-vie à quiconque, juif ou non-juif, homme ou femme, Iduméen, Israélite, Parsi,

par les *taqqanot* et les *responsa*, était passible d'excommunication et d'une amende. De nombreux textes rédigés en hébreu, en arabe ou en castillan évoquent en sus une pléthore de règlements somptuaires qui imposaient des restrictions sur les dépenses lors des festivités familiales. Ces directives interdisaient également l'excès dans les cérémonies, les coutumes et les rituels associés à ces occasions, notamment lors des mariages et des circoncisions. Ces mesures législatives, principalement motivées par des considérations éthico-religieuses, traduisent le souci de la communauté de préserver ses valeurs. Un exemple de telles réglementations peut être trouvé dans un texte daté de 1688:

“En raison des circonstances (pression fiscale, marasme économique, malheurs qui frappent la communauté...), les autorités rabbiniques, le *ma'amad* et les *negidim* condamnent la pratique des repas fastueux offerts à l'occasion des cérémonies familiales... et prennent les mesures suivantes, applicables, sous peine d'amendes, aux riches comme aux pauvres, ces derniers empruntant à des taux usuraires pour respecter les usages et imiter leurs coreligionnaires plus fortunés (...). Quiconque a l'habitude d'organiser, pour ses enfants, à la veille de *Shabuot*, des festivités, appelées *al-khtayem* (cérémonie marquant la fin d'un cycle d'enseignement au *heder* ou à la *Yeshibah*, comparable à la *khatma* musulmane célébrant l'achèvement de la lecture du Coran) n'est autorisé à faire qu'un seul et unique repas dont il doit bannir poulets, pigeons et volaille d'aucune sorte. Il doit en être de même pour les repas de noce, de circoncision, de rachat du premier né (...) Sont également prohibés dans les *sbut u-shawi*, collations de 'samedis et soirées' de la semaine de mariage, les envois de plats de volaille, à l'exception des plats destinés aux nouveaux mariés et consommés dans l'intimité familiale, exclusivement.”<sup>47</sup>

De même, les aléas climatiques et les catastrophes naturelles figuraient parmi les facteurs les plus déterminants dans le processus alimentaire des Juifs du Maroc. Par exemple, lors des périodes de sécheresse et de famine, ces communautés se retrouvaient dans l'incapacité de venir en aide à la masse croissante des Juifs démunis. Elles étaient alors confrontées non seulement à la triste réalité de la pauvreté et de la mortalité, mais également au phénomène des miséreux, parfois encouragés par leurs proches, qui se tournaient vers la charité des Musulmans voire se convertissaient à l'Islam. Les chroniques relatent qu'une telle situation s'est produite entre

---

renégat, Européen ou Juif converti à l'islam (*meshummad*), durant les dix années à venir à compter de ce jour, sous peine d'excommunication, d'anathème (...). Les mêmes sanctions s'appliquent à ceux qui en offrent gracieusement aux non-juifs ou qui laissent ces derniers se livrer à la boisson, en leur présence.” Une autre ordonnance datée de 1617, prise en présence du *nagid* et sur ordre du gouverneur, interdit également toute transaction sur le vin et l'eau-de-vie.

<sup>47</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 137-39.

1603 et 1608. Malgré cette désolation généralisée, une infime minorité de nantis, ou du moins leurs femmes, continuaient d'adopter une attitude de déni face aux ravages qui les entouraient, que ce soit parmi leurs coreligionnaires ou parmi les populations musulmanes.<sup>48</sup>

## II. Spécificités et rituels de l'alimentation chez les Juifs du Maroc

On n'a pas besoin de rappeler que les pratiques culinaires incarnent les traditions alimentaires qui ont perduré au sein du peuple juif à travers le temps. Cette évolution, s'étendant sur plusieurs siècles, a été façonnée par les préceptes alimentaires juifs, tels que la cacheroute, les célébrations des festivités traditionnelles, les rituels du Shabbat, ainsi que par les réalités économiques, agricoles et culinaires spécifiques aux différentes régions du Maroc où les communautés juives se sont installées. Les Juifs du Maroc, tout comme ceux d'autres régions du monde, ont su/pu s'adapter aux cultures culinaires et aux contraintes de leur environnement, tout en observant strictement les lois de la cacheroute. Cependant, ils ont également dû faire face à la famine et aux restrictions imposées, rendant leurs conditions de vie extrêmement difficiles. Malgré cela, ils ont préservé une grande partie de leur identité culinaire tout en intégrant des éléments de la cuisine locale.<sup>49</sup>

Ce n'est donc pas anodin de mettre en avant les défis auxquels les communautés juives du Maroc ont été confrontées, notamment la famine et les restrictions imposées, qui ont rendu les conditions de vie extrêmement difficiles. Dans cette perspective, la cuisine judéo-marocaine a souvent revêtu un caractère domestique et économique, privilégiant l'utilisation ingénieuse des ressources disponibles pour concocter des repas nourrissants et réconfortants. Pour cela, nous explorerons trois aspects fondamentaux de cette cuisine. Dans un premier temps, nous étudierons quelques fragments alimentaires tirés des textes consultés pour dégager les éléments essentiels qui caractérisent cette cuisine. Ensuite, nous plongerons dans l'analyse de ce que l'on désigne communément comme la "mémoire des festins," afin de comprendre les pratiques et rituels ayant marqué l'histoire culinaire de la composante juive. Enfin, nous entreprendrons l'analyse des particularités culinaires judéo-marocaines en nous focalisant principalement sur deux éléments distinctifs: la dafina et la Mimouna, qui ont contribué à façonner cette cuisine singulière, résultat de la convergence de diverses traditions culinaires.

---

<sup>48</sup> Mohammed Kenbib, "Études et recherches sur les Juifs du Maroc: Observations et réflexions générales," *Hespéris-Tamuda* LI, 2 (2016): 31; Vajda, "Un recueil de textes (1<sup>re</sup> partie)," 311-58; Vajda, "Un recueil de textes (2<sup>e</sup> partie)," 139-88; Sémach, "Une chronique juive," 79-94; Mohammed Naciri, "Calamités naturelles et fatalité historique," *Hespéris-Tamuda* LII, 1 (2017): 25-48.

<sup>49</sup> Gainsburger, *La cuisine juive*, 21.

## 1. Traces de cuisine: quelques fragments alimentaires chez les Juifs du Maroc

Dans une société historiquement complexe comme celle du Maroc, où l'alimentation revêt de tous temps une importance cruciale, les Juifs du Maroc étaient profondément influencés par les circonstances historiques et culturelles. Pendant des périodes de crise et de guerre, l'alimentation posait des défis multiples, touchant aux aspects culturels, culturels, économiques, sociaux et psychologiques. Sous l'influence du Maroc, qui exerçait sa domination sur plusieurs régions méditerranéennes, y compris la péninsule ibérique, du XI<sup>e</sup> au début du XIV<sup>e</sup> siècle, les Juifs s'adaptaient aux cultures et pratiques alimentaires locales. Ils faisaient face aux crises alimentaires en utilisant des plantes de secours et des techniques de stockage pour les grains, le vin et les fruits secs. Cette adaptation alimentaire se manifestait différemment selon les régions, le statut social, l'appartenance religieuse et les relations avec le pouvoir (Makhzen).

Les récits des géographes, explorateurs et particulièrement des voyageurs qui ont visité les quartiers juifs confirment cette vérité. Leurs témoignages ont parfois donné des descriptions détaillées de quelques plats et mets caractéristiques de la cuisine juive, dévoilant les ingrédients utilisés, les techniques de préparation, ainsi que les saveurs uniques qui les rendent distincts. En même temps, ces écrits ont également mis en lumière les rituels alimentaires, comme les bénédictions et les repas festifs associés aux célébrations religieuses.

En effet, des chercheurs tels que Michaux-Bellaire et George Salmon s'efforcent de décrire minutieusement les habitudes et les coutumes des populations, fournissant des informations détaillées sur certains produits, recettes et plats. Dans cet esprit, les deux auteurs ont accordé une attention particulière à l'alimentation des Marocains, consacrant trois pages de leur article sur la ville de Ksar el Kébir à ce sujet et distinguent, en 1905, les repas "des classes aisées" et ceux de "la classe pauvre." Selon leurs observations, les gens aisés font quatre repas par jour. Le premier, consommé de très bonne heure, était une soupe, *harira*. Le deuxième repas, appelé *ftor* (déjeuner) comprenait principalement de la viande *qâbab* (viande coupée en petits morceaux et cuite en brochette) ou *qafta* (petites saucisses de viande en brochette, fortement épicées et aromatisées), suivis de beignets (*sfenj*), et de thé avec du pain et du beurre. Le troisième, *r'da*, pris vers 2 ou 3 heures, était le plus copieux de la journée, il comprenait *qâbab*, *qafta*, volaille et thé. Enfin, le quatrième repas, *'acha*, pris de 7 à 8 heures du soir, consistait en un tajine ou un couscous. Quant aux pauvres – ajoute la référence – ils ne mangeaient de la viande qu'une fois par an, au moment de la fête de l'Aïd el kébir, et ne faisaient, selon les auteurs, qu'un repas par jour, *'acha*, lequel "peut être

composé d'une variété de mets dont la liste est très intéressante au regard des pratiques actuelles."<sup>50</sup>

Malheureusement, les études des ethnologues et des explorateurs se limitent souvent à des zones géographiques restreintes et peu diversifiées, ce qui ne permet pas de rendre compte des variations des recettes selon les régions. En revanche, les récits de voyage, comme on a souligné auparavant, offrent une vision souvent simpliste mais importante mettant parfois en avant des plats déjà connus, tels que le couscous et le thé à la menthe, que les voyageurs, en quête d'exotisme oriental, perçoivent comme des traditions ancrées depuis des siècles. Quoi qu'il en soit, ces voyageurs ont décrit les conditions de vie des Juifs et les *mellah-s*, avec fascination et répulsion. Ils ont aussi révélés les différences de niveau social et culturel des Juifs rencontrés. Fin observateur, Léon l'Africain retrace une partie concernant les Juifs de Badis:

“Les habitans sont divisés en deux parties, dont les uns sont pescheurs, et les autres corsaires (...). Le froment y est rare, qui cause que les habitans n'usent d'autre pain que d'orge, mais ils ont des sardines en grande quantité, et d'autre poisson qu'ils prennent en telle abondance, (...). Dedans la cité, il y a une fort belle rue et large, là où se tiennent les juifs, entre lesquels se vend le vin, qui semble aux habitans (après en avoir arrousé leur langue) une divine et supernaturelle liqueur; et s'en vont, quasi tous les soirs, sur leurs barquettes, avec lesquelles ils s'éloignent assés de terre, ne se delectans à autre chose qu'à boire et à chanter.”<sup>51</sup>

Le texte souligne clairement la propension des Juifs à la consommation de boissons alcoolisées, en particulier la *maħia*, qui était reconnue comme leur “boisson nationale.”<sup>52</sup> Cette habitude ne se manifestait généralement que lorsqu'il y avait une occasion, une raison, comme l'a si bien noté Pascale Saisset.<sup>53</sup> La même observation est également corroborée chez les Juifs de Beni Buseibet dans la région du Rif, qui avaient l'habitude de

<sup>50</sup> Edouard Michaux-Bellaire et Georges Salmon, “El Qçar El Kébir, une ville de province au Maroc septentrional,” *Archives marocaines*, II, fascicule 2 (1905): 64-6.

<sup>51</sup> Léon l'Africain, *Description de l'Afrique*, vol. II (Paris: Ernest Leroux, 1897), 273-74.

<sup>52</sup> Joseph Tolédano, *L'esprit du Mellah: humour et folklore des Juifs du Maroc* (Editions Ramtol, 1986), 114: “Autant que le thé à la menthe, sinon plus, la *maħia* était la boisson nationale des juifs du Maroc, un élément du folklore du *mellah*, avec ses drames, ses bonnes histoires, ses excès, ses légendes et ses miracles. Enfermé dans son *mellah*, le juif trouvait sa raison de vivre dans la fidélité à la Loi et son appétit de vie terrestre dans la bonne chair et la boisson. A petites doses la *maħia* était une bénédiction, un euphorisant qui vous fait oublier les misères de la vie; à doses excessives une plaie. Les raisons de boire ne manquaient pas.”

<sup>53</sup> Pascale Saisset, *Heures juives au Maroc* (Paris: Rieder, 1930); Cohen Pinhas, *Langue et folklore des juifs marocains* (Rabat: Bouregreg, 2014), 68.

mélanger leur pain avec du vin et des sardines.<sup>54</sup> Les Juifs de Velez de Goumara sont aussi réputés pour leur attrait pour le poisson et la production de vin de qualité, ainsi que pour leur propension à se réunir en mer pour boire et manger.<sup>55</sup> Ainsi, il est clair que le poisson occupait une place importante dans la cuisine judéo-marocaine. Cette affinité pour le vin est également corroborée par plusieurs témoignages. Léon l'Africain mentionne l'abondance de "l'alcool juif," en particulier à Taza, où les vignobles étaient prolifiques,<sup>56</sup> une observation partagée par Marmol Carvajal<sup>57</sup> et Braithwaite,<sup>58</sup> qui ont fait l'éloge du vin des Juifs du Maroc. Alexandre Joly, qui décrit en détail sa fabrication à Tétouan, offre également une liste exhaustive des vins casher, blancs (muscat) ou rouges, du vin d'oranger, ainsi que de l'alcool (*mahya*) obtenu par distillation de raisins, de l'*arbouze*, de figes ou de résidus de cire. Il avance en sus l'absence d'une industrie spécifique à cette époque: "chaque famille en fait ce qu'il faut pour sa consommation et vend le surplus."<sup>59</sup> Sans cette abondance, les Juifs ne pourraient pas élaborer d'aliments à base de vin. Dans cette perspective, Léon l'Africain discute des conditions propices à une telle production pour les Juifs de Taza:

"Autour de cette cité, y a de grandes valées avec plusieurs beaux jardins sur les rivages où sont produits des fruits fort savoureux et en grande abondance. Il y aussi un beau vignoble, qui rend les raisins blancs, rouges et noirs, dequoy les Juifs (qui font cinquante maisons dans la cité) font merveilleusement de bons vins (...) les meilleurs et plus exquis qui soyent en ces régions."<sup>60</sup>

Ce produit alimentaire était omniprésent dans presque tous les récits. Certaines villes étaient même autrefois réputées pour la fabrication du *maħia*

---

<sup>54</sup> Auguste Mouliéras, *Le Maroc inconnu: étude géographique et sociologique. Exploration du Rif (Maroc septentrional)* (Paris: Libr. Coloniale et Africaine, 1895), 293. "En temps d'yver, les marchans de nois et raisins confis se transportent en cette montagne, là où ils ne trouvent ny pain ny chair, mais à force oignons, sardines salées qui s'y vendent bien chèrement. Ils usent de vin cuit et potage de fèves qu'ils estiment la meilleure viande qui soyent entre eux, et mangent leur pain dans le vin."

<sup>55</sup> Léon l'Africain, *Description de l'Afrique*, 467-68. "Le pays est si stérile, qu'on n'y recueille que peu d'orge, et encore moins de bled, parce que ce ne sont que des rochers, et la plupart des habitans ne mangent que de l'orge. Ils sont de la tribu de Gomère, et aiment fort à boire, car il y avoit autrefois dans Vêlez plus de cent maisons de juifs, où l'on vendoit d'excellent vin, et toute la réjouissance de la ville estoit d'entrer dans des barques sur mer, et de s'y mettre à boire et à manger."

<sup>56</sup> Léon l'Africain, *Description de l'Afrique*, vol. II, 339-40.

<sup>57</sup> Marmol Carvajal, *L'Afrique de Marmol, avec l'Histoire des Chérifs*, t. II (Paris: Thomas Jolly, 1667), 268. "La plupart des habitans (de Taza) sont riches, et se piquent de valeur. Il y a force jardinages dans les valons d'alentour, que l'on arrose de l'eau des fontaines qui descendent des montagnes, et qui portent de meilleurs fruits que ceux de Fez."

<sup>58</sup> Jhone Braithwaite, *Histoire des révolutions de l'empire du Maroc depuis la mort du dernier empereur Moulay Ismail* (Amsterdam: 1731) 95: "A Tétouan, les juifs font d'excellent vin."

<sup>59</sup> Alexandre Joly, "L'industrie à Tétouan," *Archives marocaines* VIII (1906): 229.

<sup>60</sup> Léon l'Africain, *Description de l'Afrique*, vol. II, 339-40.

en raison de la qualité des raisins et des figes, telles que Taza,<sup>61</sup> Debdou, Demnat, Fès, Meknès et Tétouan.<sup>62</sup> La consommation de *maḥia* était répandue dans tout le *mellaḥ*, même parmi les femmes et les enfants, et même par les rabbins, et ce, en toute occasion. A tel point qu'il n'y avait pratiquement aucun foyer pauvre qui ne possédât pas sa propre réserve de *maḥia*, utilisée pour toutes sortes de célébrations, du simple Shabbat aux grandes fêtes rituelles, en passant par les circoncisions et les mariages. De plus, le vin était parfois considéré comme un remède par les Juifs, qui en buvaient pour soulager les coliques, la fatigue ou les douleurs dentaires. Mélangée avec du cumin, la *maḥia* était également utilisée comme un onguent pour soigner les plaies.<sup>63</sup>

Edmond Doutté et Braithwaite, parmi d'autres, appréciaient tant cette boisson juive, adorée aussi par les Musulmans<sup>64</sup> (considérés comme les "meilleurs clients").<sup>65</sup> Certains auteurs, comme Eugène Aubin, ont émis des critiques sévères à l'égard de l'excès de la consommation de boissons alcoolisées et de *maḥia* au sein des communautés juives, mettant en avant les effets néfastes de l'alcoolisme sur la santé physique et mentale, ainsi que sur le bien-être familial. Ils ont également souligné que cette boisson devient souvent un moyen d'échapper aux difficultés de la vie et de trouver du réconfort et de la joie pour les Juifs:

"L'alcoolisme prospère chez les hommes: la *maḥia* est la plaie du *mellaḥ*; c'est une eau-de-vie distillée sur place, avec des figes, des dattes et divers autres fruits; et qui forme la principale ressource de l'existence, en l'absence de toute distraction sociale ou intellectuelle. Ce sont là des conditions favorables pour qu'une population s'abandonne au laisser-aller plus complet."<sup>66</sup>

La Chronique de Fès (Yahas Fas) a également rapporté les avertissements des autorités contre le commerce illicite et les *taqqanot*

<sup>61</sup> Marmol Carvajal, *L'Afrique*, 268. "Il y a aussi de grans vignobles sur les costes, et les Juifs font le meilleur vin de toute la Mauritanie. Car il y a une juiverie composée de plus de cinq cens maisons, et près d'elle une belle forteresse où est le palais du prince."

<sup>62</sup> Selon les recherches de Jacobo Garzon, une boisson emblématique de la tradition culinaire des Juifs du nord du Maroc, le rosoli, a graduellement disparu au cours du premier tiers du XXe siècle. Cette boisson était élaborée à partir d'eau-de-vie mélangée à des fruits macérés, de la cannelle et de la menthe, sublimée par l'ajout de sirop. Son déclin marque ainsi la perte d'un élément significatif de l'héritage gastronomique de cette communauté. Garzon, *Los judíos*, 271: "El rosoli era una bebida que dejó de utilizarse hacia el primer tercio del siglo XX. Consistía en aguardiente con alguna fruta macerada, canela y hierbabuena, añadiendo almíbar."

<sup>63</sup> Cohen, *Langue*, 68.

<sup>64</sup> Edmond Doutté, *En tribu* (Paris: Paul Geuthner, 1914), 349: "On fait ici une grande consommation de raisin; les juifs fabriquent, avec ce raisin, ou avec les figes, de l'eau-de vie ou *mah'ya*; les musulmans ne fabriquent pas la *mah'ya*, mais ici le plus grand nombre en boivent."

<sup>65</sup> Cohen, *Langue*, 68. "Mais pour les professionnels de la distillation – et il ne fallait pas un grand équipement, outre un alambic rudimentaire – le musulman était le meilleur des clients."

<sup>66</sup> Eugène Aubin, *Le Maroc dans la tourmente: 1902-1903* (Casablanca: Eddif, 2004), 349.

interdisant formellement la fabrication de quantités excédant les besoins familiaux, afin de tarir l'approvisionnement du marché noir. À titre d'exemple, en 1736, les notables et les rabbins de la communauté de Meknès habilitèrent leur Grand Rabbin Rabbi Yaacob Tolédano, à fixer à chaque famille un quota suffisant à ses propres besoins et qu'il était interdit de dépasser sous peine d'amendes.<sup>67</sup> D'autre part, plusieurs textes ont essayé de décrire les principaux "aliments mobiles" consommés par les Juifs dont ceux à base de blé et d'orge surtout parmi les pauvres vivant dans les villes et ceux résidant en milieu rural, notamment au sud et au Haut-Atlas. Pour ces couches sociales défavorisées, le pain comme l'huile constituaient la base et le fondement de leur subsistance. C'était, selon Bolens, "l'aliment du plus pauvre, le tranchoir qu'il peut manger, père et mère réunis, le luxe des grands rois." C'était aussi l'offrande que les Hébreux "offrent à Dieu."<sup>68</sup>

En général, trois types de pain étaient fabriqués: du pain de semoule pour les hommes, du pain de farine inférieure pour les femmes et les servantes et du pain de *tchich* (son et farine) pour la domesticité. La chronique de Ben Danan regorge de passages traitant ce sujet.<sup>69</sup> Cet aliment, soumis à un traitement de base, se transformait en '*asida* ou *zemmita*,<sup>70</sup> une "céréale grillée, moulue et mélangée avec un peu d'eau."<sup>71</sup> Braithwaite a également évoqué la présence de moulins à eau utilisés pour moudre du blé dans les quartiers juifs, soulignant ainsi l'importance de ces installations dans la vie quotidienne des communautés juives pour préparer leurs aliments.<sup>72</sup> Souvent, la *zemmita* était mangée au déjeuner et était appréciée pour sa capacité de conservation et sa facilité de transport, comme le notent Thomas Pellow et Charles de Foucauld.<sup>73</sup> La *harisa* était aussi un "mets que les Juifs marocains mangeaient le dimanche; faite de pois cuits au four pendant environ 24 heures avec quantité d'os moelleux de bœuf qu'on brisait en morceaux."<sup>74</sup>

Il est parfois mentionné dans quelques textes certains aliments que l'on retrouvait chez les Juifs, comme le *hessoua*, également connu sous le nom de *medechecha* en Algérie. Il est aussi notoire de mentionner que la viande ne figurait pas comme mets habituel dans les repas des pauvres et des

<sup>67</sup> Cohen, *Langue*, 69.

<sup>68</sup> Bolens, *La cuisine andalouse*, 55; Michaux-Bellaire et Salmon, "El Qçar El Kébir," 64-6.

<sup>69</sup> Vajda, "Un recueil de textes (1<sup>ère</sup> partie)," 311-58; Vajda, "Un recueil de textes (2<sup>e</sup> partie)," 139-88; Sémach, "Une chronique juive," 79-94.

<sup>70</sup> Charles de Foucauld, *Reconnaissance au Maroc: 1883-1884*, vol. I (Paris: Société d'éditions géographiques, maritimes et coloniales, 1888), 140. "Les pauvres (de Tazenakht) se nourrissent de farine d'orge, mais tout ce qui était aisé mangeait du blé; à partir d'ici, on ne voit plus de blé (...) personne ne connaît que l'orge; c'est l'orge qui compose et le pain, et le couscoussou de chaque jour, et la *zemmita* qu'on emporte en voyage."

<sup>71</sup> Houbaida, *Le Maroc végétarien*, 44-5.

<sup>72</sup> Braithwaite, *Histoire*, 206.

<sup>73</sup> Houbaida, *Le Maroc végétarien*, 46.

<sup>74</sup> A. Dozy, *Supplément aux dictionnaires arabes* (Leyde: Brill, 1881), 639; Bolens, *La cuisine andalouse*, 59.

juifs habitant dans la campagne; même les riches en consommaient rarement lors des fêtes religieuses. Si la famille est aisée, elle sert le matin, à la place de *hessoua*, des galettes chaudes avec du miel et du thé. S'il y a de la viande, on sert du couscous au dîner, tandis qu'au déjeuner, on sert un *tajine* avec des fruits ou des poulets, tout dépend du niveau économique de la famille. Mouliéras nous décrit une partie de l'intérieur de la demeure d'un Juif du Rif nommé Mchichou, mettant particulièrement en avant le(s) met(s) servis au derviche Mohammed, surnommé le faux rabbin. Ce repas comprenait des gâteaux appelés *mek'rout'* et du miel pour le déjeuner, ainsi qu'une poule pour le souper.<sup>75</sup> D'ailleurs, le thé, comme dit Mouliéras, était une friandise très appréciée par les Marocains et constituait "la seule boisson de ce type largement consommée, à l'exception de Marrakech, de Fès et des ports, où le café est également populaire"<sup>76</sup> grâce évidemment aux négociants juifs: les principaux fournisseurs de ce genre de produits.<sup>77</sup>

Le couscous était également un élément essentiel de la cuisine juive, tout comme chez les Marocains arabes et amazighs, bien que sa préparation puisse varier. Par exemple, Marcel Mirtil affirme en 1918 que dans le *mellah* de Casablanca: "quelques restaurants algériens, marocains, tunisiens, attirent leur clientèle par l'appât du couscous préparé de manière différente, suivant la nationalité du cuisinier."<sup>78</sup>

Le riz et les pâtes étaient pareillement fréquents dans les foyers juifs, en particulier dans la région du nord, limitrophe de Ceuta et de Melilla, reflétant des influences hispaniques et occidentales plus prononcées. D'ailleurs, beaucoup de pâtisseries juives portaient des noms hispanisants: *rosco azuerada*, *pasta real*, *boca de dama*, *fasouelos*, *fertalejos*...etc. À ce propos, Alexandre Joly en évoque la fabrication de la *pasta real* à Tétouan:

"Cette pâte royale, ainsi désignée à Tétouan, est appelée à Alger et à Tunis *biscotcho*, c'est le *bizcocho* espagnol ou la madeleine française. On la fait avec de la semoule, du sucre, du beurre et des œufs pétris ensemble avec un peu d'eau de fleurs d'orangers. C'est une excellente pâtisserie, mais les juifs, qui n'ont en vue que la vente à des Chrétiens ou à des Musulmans, n'apportent aucun soin à leurs

---

<sup>75</sup> Mouliéras, *Le Maroc inconnu*, 78-80. "Le derviche s'accroupit sur une vieille natte avec toute la famille, homme, femme, enfants; on mangea des gâteaux (*mek'rout'*) et du miel (...). L'hôtesse, très dévote et ravie de posséder chez elle un rabbin, grand bonheur extrêmement recherché par tous les juifs marocains, ne cessait de baiser humblement l'habit et les mains du bon apôtre. Elle lui prodiguait ses soins les plus empressés, le bourrant de nourriture, lui reprochant de ne pas manger assez, lui demandant à chaque instant si sa cuisine lui plaisait (...). Mchichou, ayant à sortir, tua une poule pour le souper (...). La prière finie, on soupa et l'on se coucha pêle-mêle sur un unique tapis."

<sup>76</sup> Mouliéras, *Le Maroc*, 125-26.

<sup>77</sup> Daniel J. Schroeter, *The Sultan's Jew: Morocco and the Sephardi World* (Stanford: Stanford University Press, 2002), 82.

<sup>78</sup> Marcel Mirtil, "Le mellah de Casablanca," *Revue France-Maroc* 12 (1918): 358-60.

procédés.”<sup>79</sup>

Sans reprendre dans le détail, de nombreux plats de cette cuisine sont préparés en les faisant bouillir ou mijoter avec des saveurs aigres-douces et sucrées, ce qui leur confère une palette de goûts riches et variés. Ces plats sont souvent très épicés, ce qui surprenait les étrangers.<sup>80</sup> Les voyageuses ont également remarqué cet aspect relevé, soulignant l’importance des épices dans cette cuisine. Elles ont observé que les épices jouent un rôle central, conférant à chaque plat une profondeur de goût et une dimension aromatique distinctive. Des mélanges d’épices tels que le *ras el hanūt*, le cumin, le paprika, le safran et le gingembre sont abondamment utilisés pour enrichir les saveurs des plats. Henriette Célarié durant son passage à Meknès, rend visite à des familles juives au *mellah* où elle décrit certains mets qu’on lui offre à goûter: “des aubergines conservées dans du sucre et dont le goût excellent rappelle celui des prunes confites,” du vin fait avec du raisin sec: “celui que nous buvons est exquis. On croirait du Frontignan.”<sup>81</sup> Enfin, à peine Marie-Thérèse évoque-t-elle, dans sa *Féerie marocaine*, les “gâteaux, figes confites, le rituel poisson qui procure l’abondance, l’eau de vie, faite à la maison, et ce pain azyme qui vient de Jérusalem.”<sup>82</sup> De plus, il est notable que ce sont principalement les Juifs qui consomment des légumes au Maroc, comme le confirme Mathilde Zeys, qui souligne avoir du mal à s’adapter aux souks, où elle ne trouve pas toujours des denrées à son goût.<sup>83</sup>

Cependant, il est intéressant de noter que certains auteurs ont véhiculé des perceptions stéréotypées à leurs lecteurs, projetant parfois des antagonismes supposés dans le domaine alimentaire. Par exemple, Georges Salmon mentionne que seuls les Juifs et les Chrétiens de Tanger consomment du cresson.<sup>84</sup> Cette note, comme le dit Caquel, donne aux Juifs une image d’une population “assimilable” ou en voie d’assimilation, étant donné que les Européens fréquentaient davantage les marchés juifs pour s’approvisionner, la nourriture semblant plus proche de la leur que celle des Musulmans.<sup>85</sup> Il est aussi intéressant de relever l’attention accordée dans son article sur les herbes, Salmon mentionne par exemple que “les Juifs notamment ont l’habitude de

<sup>79</sup> Joly, “L’industrie à Tétouan,” 226.

<sup>80</sup> Gainsburger, *La cuisine*, 21.

<sup>81</sup> Henriette Célarié, *Un mois au Maroc* (Paris: Hachette, 1923), 136.

<sup>82</sup> Marie-Thérèse Gadala, *La féerie marocaine* (Grenoble: Arthaud, 1931), 42-3.

<sup>83</sup> Mathilde Zey, *Une Française au Maroc* (Paris: Hachette, 1909), 229.

<sup>84</sup> Georges Salmon, “Sur quelques noms de plantes en arabe et en berbère,” *Archives marocaines* 8 (1906): 70. “On ne doit pas s’étonner de trouver, au cours de cette nomenclature, des légumes consommés au Maroc, par les Juifs seuls. Le fait que les Juifs affectionnent telle ou telle nourriture suffit à la rendre exécration aux Musulmans: aussi les légumes vendus sur les marchés de Fès par exemple, sont en très petit nombre, tandis qu’on trouve beaucoup plus de variétés au Mellah, quartier juif, où les Européens trouvent plus facilement à s’approvisionner.”

<sup>85</sup> Marie Caquel, “Transferts culturels et gastronomie: Les relations entre la France et le Maroc de la fin du XIX<sup>e</sup> siècle jusqu’à nos jours,” (Thèse de doctorat d’histoire contemporaine dirigée par M. Didier Francfort, 2018), 119.

manger la graine de lin avec du miel dans certaines fêtes.”<sup>86</sup> De même, il souligne que “plusieurs plantes portent le nom de légume juif. Au Maroc, ce nom paraît s’appliquer à la *mouloukhia*, petite cucurbitacée analogue à la courgette, qui est la nourriture préférée des Juifs,”<sup>87</sup> ou *las turmas* (*terfesse*, truffes ou *criadillas de la tierra*), qui étaient abondants au début du printemps, surtout dans la région du nord. Ces derniers étaient largement appréciés et pouvaient être consommés soit pelés et bouillis avec du sel, soit mijotés avec de la viande.<sup>88</sup>

Encore ne faut-il pas oublier que les fruits avaient aussi leur place dans la table juive. C’est pourquoi ils sont largement mentionnés chez les juifs de chefchaouen, de Taza, de Sefrou, de Beni-Mellal, de Tadla et de Bou Djad qui ne mangeaient que des fruits (raisins, figues, grenades, pêches, citrons et olives).<sup>89</sup>

Il reste à dire que les Juifs étaient considérés comme étant en possession de produits alimentaires de base tels que le sucre et le thé: “ces derniers [les juifs] s’approvisionnent périodiquement dans les souks de l’intérieur et viennent échanger leurs marchandises dans les fondouks des villes contre du thé, du sucre, des bougies et tous les autres produits importés qu’ils revendent ensuite dans les souks.”<sup>90</sup> Cependant, cette image est parfois contrastée. Par exemple, Charles de Foucauld décrit une réalité où les Juifs sont maltraités et dominés par les Musulmans,<sup>91</sup> soulignant leur misère et le manque de nourriture dans les *mellah-s* visités, notamment à Beni Mellal et Meknès,<sup>92</sup> mais rappelle, en même temps, son abondance chez les Juifs riches.<sup>93</sup> Mouliéras rapporte de son côté que les Juifs du Maroc en général, et du Rif en particulier, étaient méprisés, frappés de bannissement dans presque toutes les régions indépendantes de l’Empire,<sup>94</sup> à l’exception de ceux de Mest’açá. Pire encore, Mauchamp ne voit dans les Juifs que des “gourmands.” Ils aiment la viande abondante et sont “goinfre(s), gourmand(s), jamais

<sup>86</sup> Salmon, “Sur quelques noms,” 70.

<sup>87</sup> Célarié, *Un mois au Maroc*, 21.

<sup>88</sup> Garzon, *Los judíos*, 270.

<sup>89</sup> De Foucauld, *Reconnaissance*, 140.

<sup>90</sup> Trinquier, “Le commerce de Casablanca,” *France-Maroc* 8 (1917): 24-8.

<sup>91</sup> Mouliéras, *Le Maroc inconnu*, 398-400.

<sup>92</sup> De Foucauld, *Reconnaissance*, 396. “il arrive au marché: de la viande, des légumes, beaucoup d’eau-de-vie, quelques denrées communes, tels sont les objets qu’on y trouve; les belles choses sont dans la ville musulmane. Le juif fait ses achats et, reprenant sa route, il gagne sa maison; s’il est pauvre, il se glisse dans une chambrette où grouillent, assis par terre, des femmes et des enfants: un réchaud, une marmite forment tout le mobilier; quelques légumes la semaine, des tripes, des œufs durs et un peu d’eau-de-vie le samedi, nourrissent la famille.”

<sup>93</sup> De Foucauld, *Reconnaissance*, 396.

<sup>94</sup> Mouliéras, *Le Maroc inconnu*, 29: “Le juif marocain lui-même n’est pas plus instruit que les Chrétiens de la vie intime de ses maîtres méprisés, frappés de bannissement dans presque toutes les régions indépendantes de l’Empire, c’est-à-dire dans les cinq sixièmes du Maroc, à peine toléré dans les quelques localités où il se trouve, il est tenu à distance du Seigneur Musulman qui le parque, avec sa femme et ses enfants, dans d’ignobles ghettos, connus là-bas sous le nom injurieux de mellah.”

gourmet(s).”<sup>95</sup>

De toute manière, en observant la diversité des plats, certains mets emblématiques se démarquent aisément, notamment le tajine et le couscous, qui occupent une place centrale dans la gastronomie juive. D’autres plats, ancrés dans les traditions régionales depuis des générations, enrichissent également la palette culinaire dont *’asida* et *zemmita*. Il est cependant essentiel de reconnaître que certains plats et aliments sont le fruit de constructions identitaires, influencées par les relations historiques variées entre les différentes communautés. Cette évolution se reflète également dans la production agroalimentaire et l’adoption de nouvelles pratiques, qui montrent une tendance à se rapprocher des normes occidentales depuis le XIX<sup>e</sup> siècle. Parallèlement, on observe l’introduction de nouveaux aliments (riz, pâtes, café par exemple) dans les plats préparés par les familles juives à travers le Maroc, témoignant d’une adaptation constante aux évolutions culinaires. Cependant, la manipulation de ces “traits identitaires” peut parfois s’avérer complexe, car ils sont le résultat de multiples origines, comme le soulignent les récits de voyage étudiés.

## 2. Mémoire des festins: rituels culinaires du passé

Au sein de la dispersion (la diaspora), “la cuisine des minorités” devient pour l’élément juif un moyen de rassemblement, favorisant l’idée d’un authentique “culte de la table dressée.” Suivant un calendrier lunaire, les Juifs célèbrent les fêtes religieuses à des dates consacrées. Pour que ces célébrations aient lieu chaque année à la même saison, ils insèrent, tous les quatre ans, après les douze mois de vingt-huit jours, un treizième mois nommé Véadar (et Adar),<sup>96</sup> également appelé Adar-bis. Car chaque fête est destinée à maintenir la mémoire juive et à marquer l’originalité de la communauté, non seulement par rapport à la majorité musulmane ou à l’altérité ashkénaze, mais également vis-à-vis des autres judaïcités séfarades. Tel est le cas de la fête de la Mimouna qui est célébrée exclusivement au Maroc.

Ces fêtes religieuses juives, telles que la Bar Mitzva et la Bat Mitzva, Hanukkah, Purim, Pessah et Rosh Hashana sont autant d’occasions pour les communautés juives du Maroc de manifester la somptuosité de leur cuisine

---

<sup>95</sup> Emile Mauchamp, *La Sorcellerie au Maroc. Œuvre posthume, précédée d’une étude documentaire sur l’auteur et l’œuvre, par Jules Bois* (Paris: Dorbon-Ainé, 1911), 79. “Autre différence bien tranchée: le juif ignore totalement les délicatesses d’imagination, la sensibilité de l’Arabe. Il n’est que pratique. Les raffinements de sensualité n’existent pas pour lui; tout le laisse impassible: poésie, musique, beautés naturelles (...). Il n’a pas la moindre imagination artistique; toutes ses facultés sont tendues vers le but pratique de la vie matérielle, ses jouissances ne sont que positives. Il n’est jamais un affiné, un dilettante, un délicat. Il aime la chair abondante à table et au lit et en use grossièrement, car il recherche la satiété et satisfait son goût, son désir, son appétit sans préparation lente, préalable: c’est un goinfre, un gourmand, jamais un gourmet.”

<sup>96</sup> Alfred Goldenberg, “Traditions marocaines attachées au calendrier juif,” *Cahiers de la Méditerranée* 38, 1 (1989): 121.

sur les tables de fêtes. Cette cuisine, gorgée de saveurs et de traditions, comme nous le verrons par la suite, illustre un exemple remarquable de préservation d'un héritage culinaire singulier et profond.<sup>97</sup>

Compte tenu d'une analogie entre le Texte Sacré et l'acte de manger, le partage d'un certain nombre de rituels culinaires et de festivals, parfois même de nature carnavalesque, revêt une importance capitale pour les Juifs. Cela permet à chaque individu, sans considération de son statut social, "d'apprendre son histoire et de forger son identité,"<sup>98</sup> à travers une série de rituels associés à l'alimentation au sein de chaque communauté juive. Même pendant les périodes de deuil, l'alimentation demeure d'une importance particulière, comme en témoigne le "repas de consolation" offert à la famille endeuillée, où les participants se réunissent dans la tristesse et expriment leurs condoléances en partageant des œufs crus et des olives noires. Une ancienne coutume de distribution de nourriture, passée de main en main, est observée pour reconforter les endeuillés.<sup>99</sup> Ce rituel persiste même lors des phases successives du deuil, qui suivent naturellement un processus en trois étapes, chacune avec ses propres interdictions et rituels spécifiques. L'événement se conclut par une triple commémoration incluant des éléments liturgiques, des sermons, des prières, des éloges funèbres, un repas spécial, des offrandes et des aumônes.

Ancré dans une perspective mystique, ce rituel accorde une place centrale à l'alimentation, symbolisant un cycle de vie ordonné et rythmé où chaque acte est accompagné d'une bénédiction rituelle. Parmi les principales fêtes religieuses du calendrier juif, on retrouve le Shabbat, le Rosh Hashana et le Yom Kippur. Le Shabbat, observé chaque septième jour de la semaine, commémore la création de l'univers. Le Rosh Hashana, le Nouvel An juif, et le Yom Kippur, la journée du pardon, ainsi que Pessah et Sukkot sont des moments qui rappellent le pèlerinage des Juifs lors de leur sortie d'Égypte, tout en symbolisant le jugement et le pardon. Ces occasions festives s'accompagnent naturellement d'un ensemble de rituels propres à chaque fête. Chacune est associée à des plats ou des menus spécifiques, souvent typiques d'une région, d'une ville, voire d'une famille. Pour la fête de Shabbat, que les Juifs célèbrent chaque samedi, les festivités débutent le vendredi soir par un repas familial.

---

<sup>97</sup> Uriel Macías Kapón et Ricardo Izquierdo Benito (coord.), *La mesa puesta: leyes, costumbres y recetas judías*, XVI Curso de Cultura Hispanojudía y Sefardi de la Universidad de Castilla-La Mancha Universidad de Castilla-la Mancha (Cuenca: 2010), 10: "Las múltiples y complejas prescripciones alimenticias del judaísmo y el desarrollo de platos típicos propios convierten la cocina y la mesa en un rasgo destacado de la identidad judía. Recetas y sabores tradicionales hacen del comer un deleite. No hay que olvidar que en la tradición judía se considera una obligación alegrarse y regocijarse en la celebración de los momentos festivos del ciclo litúrgico."

<sup>98</sup> Fanny Bijari, "Saveurs et rituels, le goût de la mémoire," *Tribune Juive* 13 (2005-2006): 50-4.

<sup>99</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 225-27.

Ce rituel inclut la préparation du pain maison appelé ‘Hala’ ou ‘Halot,’ des pains briochés tressés pouvant être agrémentés de graines de pavot ou de sésame. Le repas du Shabbat comprend généralement des salades, de la soupe, du poisson frit et des boulettes de viande avec des légumes. Le plat favori des Juifs du Maroc pour le déjeuner du samedi était souvent la dafina. Ce mets, que nous examinerons plus en détail par la suite, nécessite une préparation dès le vendredi et mijote pendant 15 à 20 heures.<sup>100</sup> Il rappelle la spécificité des cuissons lentes du Shabbat, où les marmites demeurent sur un feu couvert du vendredi soir jusqu’au repas du lendemain midi. Les arômes des plats ainsi mijotés se répandent dans la maison, apportant une atmosphère festive d’un goût particulier.

De surcroît, les Juifs célèbrent trois fêtes de pèlerinage: Pessah, Shabu’ot et Sukkot. Pour Pessah, également connue sous le nom de Pâque juive, qui commémore la sortie d’Égypte, elle est célébrée chaque année en mars ou en avril, selon le calendrier hébraïque et dure sept jours. Pendant cette fête, les règles alimentaires juives proscrivent la consommation de levain, obligeant ainsi à substituer le pain par de la *matza* (pain azyne) et à utiliser des substituts de farine tels que la fécule de pomme de terre ou la poudre de *matza*. Un mois avant Pessah, les femmes se réunissent pour préparer un gâteau spécifique à la pâtisserie juive marocaine *rqaqa*, une sorte de pâtisserie sucrée cuite dans un four et saupoudrée d’anis.

Lors des deux premiers dîners rituels, appelés *Seder*, les familles consomment de la *matza*. Ce repas est accompagné de six aliments symboliques, chacun portant une signification spécifique: les herbes amères évoquant les conditions difficiles de l’esclavage et un légume non amer symbolisant le renouveau. Les repas de Pessah comprennent traditionnellement la fameuse soupe de Pessah, du poisson frit ou cuit, des salades, un plat d’agneau avec des truffes et des boulettes de viande avec des légumes. Si Pessah coïncide avec un vendredi, les Juifs préparent la dafina de Pâque. Pour accompagner ces mets, une variété de gâteaux, de confitures d’oranges, de raisins secs (*rozia*), de pruneaux, d’argan et de noix sont servis, ainsi que la *moufleta* avec du beurre et du miel, du couscous au lait caillé, ou encore du *berkoukch* au beurre et au lait et le thé à la menthe.<sup>101</sup> L’abattage d’un agneau est une pratique rituelle pendant cette fête, bien que la tradition juive interdise la consommation de graisse de mouton et en évite l’utilisation dans toutes les préparations culinaires.

Le Shabu’ot, deuxième des fêtes de pèlerinage pour les Juifs, est caractérisé par la consommation de nourriture symbolique comprenant du lait

<sup>100</sup> Rosa Amar, *La cuisine juive marocaine: la cuisine de Rosa* (Quintin: Editions Jean-Paul Gisserot, 2005), 6.

<sup>101</sup> Amar, *La cuisine*, 8.

et du miel, représentant la Torah. Un plat traditionnel lors de cette fête consiste en une préparation spéciale de vermicelles.<sup>102</sup> Quant à la troisième fête de pèlerinage, Sukkot, elle débute le 15 Tichri et dure huit jours, pendant lesquels les Juifs construisent des cabanes rappelant le séjour des Israélites dans le désert du Sinaï sous la direction de Moïse. Cette période est également marquée par la joie et les festivités. Les familles se réunissent pour des repas festifs et des danses traditionnelles, comme la danse des *Simhat Torah*, afin de célébrer la gratitude envers Dieu pour les bénédictions de la récolte et la protection divine.

Outre les trois fêtes de pèlerinage et les différents cultes alimentaires qui les accompagnent, deux solennités commémoratives revêtent une signification particulière et profonde dans le processus alimentaire des Juifs du Maroc: Hanukkah et Purim. Commençons d'abord par la fête des lumières, la Hanukkah, que les Juifs célèbrent chaque 25 du mois de Kislev pendant huit jours. Durant cette fête, les Juifs mangent des beignets, ce qui conduit les femmes à veiller la nuit pour pétrir la pâte à *Sfenj* et la laisser reposer jusqu'à ce qu'elle double de volume. Ensuite, elles les font frire dans de l'huile et les servent chauds au petit-déjeuner du jour de Hanukkah.<sup>103</sup> D'ailleurs, les Juifs du Maroc sont connus par la préparation d'un couscous la veille de Hanukkah.<sup>104</sup> En tant qu'expert, H. Zafrani a accordé une grande attention à cette fête. Il la décrit comme suit:

“Une fois au moins, pendant les huit jours que dure *Hanukkah*, on a coutume de manger des beignets au miel dans tous les foyers juifs d'Essaouira (Mogador) et d'autres agglomérations de la côte marocaine. La grande affaire, dans certains milieux, c'est donc la préparation de cette délicieuse nourriture, en quantité suffisante pour la consommation de la famille, pour la distribution aux parents et unis, pour l'offrande aux pauvres aussi, et aux enfants des écoles à titre de *marat* (don pieux). Un sac de farine de froment blanche et pure (*al-khals*) et un grand bidon d'huile attendent dans la cuisine depuis quelques jours. La pâte est minutieusement préparée dans de grands plats creux en terre ou en cuivre (*qasriyya/ qşari*) où on la laisse lever longtemps, recouverte de mousseline. On veille toute une nuit et à l'aube on commence la friture dans de grandes bassines, sur les grands réchauds à charbon (*mjamer*). Dans l'huile bouillante les rondelles de pâte frissonnent, gonflent et prennent une couleur d'or. Pour réussir cette délicate cuisson, il arrive qu'on loue les services d'un homme de la profession, un *seffaj* de grande réputation. Des plateaux de beignets sont prêts, avec les pots de miel à côté. Ils circulent d'une maison à

<sup>102</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 252.

<sup>103</sup> J. B. Meakin, “The Jews of Morocco,” *The Jewish Quarterly Review* 4 (1892): 387-89.

<sup>104</sup> Amar, *La cuisine*, 7.

l'autre, portés par les aînés des enfants, les serviteurs et les servantes.”<sup>105</sup>

Quant à la fête de Purim, célébrée au mois de mars en commémoration de l'histoire d'Esther, qui a sauvé les juifs de Perse de l'extermination planifiée par Aman, les familles et les amis se réunissent autour de mets sucrés après un jeûne. Les femmes préparent des galettes, des cornes de gazelle, parfois des Oreilles d'Aman<sup>106</sup> et tous ces gâteaux passent en friture et au miel. Le vin est l'instrument de la réalisation de tout le miracle de Purim, il est donc la boisson la plus recherchée et consommée pendant cette fête.<sup>107</sup> D'autres Purim-s spéciaux marocains furent aussi célébrés, nous citons à titre d'exemple, le Purim Sebastiano (Purim de los Cristianos) institué après la bataille des Trois Rois, et est célébré le 14 Adar de chaque année. De même, le Purim de Tanger (Purim de las Bombas) est célébré le 21 Ab chaque année pour commémorer le jour où, en 1844, la population juive a été épargnée lors du bombardement de la ville par la flotte française.<sup>108</sup> Les fêtes juives ne se limitent pas à cela; d'autres sont d'une grande importance et commémorent les moments de tristesse, comme Yom Kippur, ou (le Grand Pardon) et Rosh Hashana (la fête du Nouvel An).

Pour le premier (Yom Kippur), qui se déroule également en septembre ou octobre, c'est une fête marquée par l'austérité et le jeûne, où d'importantes privations sont observées. La frugalité règne et les tables sont abandonnées au profit du jeûne et de la faim pour les Juifs pratiquants et ascètes. La privation totale de nourriture pendant une période pouvant dépasser 26 jours caractérise toutes les formes d'ascétisme sous forme de pénitence. C'est également la période des *selihot*, des séances nocturnes de “prières pénitentielles.”<sup>109</sup> Toutefois, cette fête est aussi caractérisée par l'égorgeage de poulets pour chaque membre de la famille de sexe masculin, et d'une poule pour chaque personne de sexe féminin, ainsi que deux poules pour les domestiques. Elle implique également un jeûne de 26 heures. Le repas qui suit le jeûne propose des mets festifs, mais le menu reste ouvert aux

<sup>105</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 260.

<sup>106</sup> Les Oreilles d'Aman ou de Haman est une spécialité culinaire juive préparée exclusivement à l'occasion de la fête de Purim, une célébration juive qui commémore les événements décrits dans le livre d'Esther “Meguila d'Esther.” Ce sont, en général, des sablés traditionnels qui peuvent être garnis avec une variété d'ingrédients, y compris de la pâte de dattes, de la confiture, de la pâte à tartiner, de la pâte d'amande, et bien d'autres encore. Bien qu'elles soient principalement associées à la tradition ashkénaze, les Oreilles d'Aman sont également préparées et appréciées dans certaines communautés séfarades. La recette peut varier légèrement en fonction des traditions et des préférences régionales, mais l'idée fondamentale reste la même: des petits gâteaux remplis de différentes garnitures sucrées. Sylvie Jouffa et Annick Champetier de Ribes, *La cuisine juive au régime minceur* (Paris: l'Archipel, 2007), 23; Olivier Kaepelin et Gérard Garouste, *Le Banquet de Garouste: autour d'un triptyque* (Paris: Editions Seuil, 2022).

<sup>107</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 262-63.

<sup>108</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 266-67.

<sup>109</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 277-68.

préférences de la famille. La veille de la fête, un égorgeur spécialisé, le *shohet*, visite chaque famille et, moyennant une rétribution, procède à l'abattage rituel des volailles. Ce sacrifice expiatoire est appelé la *kapara* (plu. *kapparat*). Chaque volaille égorgée est ensuite jetée dans une bassine de terre cuite où elle s'ébat tandis que le sang est recueilli. Bien entendu, le repas de la veille du jeûne ainsi que celui du lendemain soir est essentiellement composé de volaille, mais dans certaines familles, on y ajoute le plat du samedi, la *dafina*.

Si les Juifs se mortifient, jeûnent et s'infligent toutes sortes de pénitence à Yom Kippur; par contre "ils mangent, ils boivent et ils se réjouissent à Rosh hashanah."<sup>110</sup> Célébrée en septembre ou octobre, cette fête est traditionnellement marquée par la préparation d'un tajine aux sept légumes comprenant des carottes, des courgettes, des coings, des poireaux, des navets, du chou blanc, des blettes, du potiron et des pommes de terre douces. Le lendemain, pour le déjeuner, un grand couscous est servi, symbolisant l'espoir d'une année féconde. En dessert, un plateau de sept fruits est présenté, comprenant notamment l'anis, le jujube, la grenade, symbolisant la douceur et la joie.<sup>111</sup>

### **3. À la croisée des cultures: les spécificités culinaires judéo-marocaines**

Outre les marqueurs religieux et sociaux mentionnés précédemment, il est désormais établi que la composition des recettes constitue le pivot central de l'art culinaire des Juifs du Maroc. Cela offre une précieuse porte d'entrée pour appréhender les particularités alimentaires/culinaires des différentes communautés. En effet, la tradition culinaire judéo-marocaine se distingue de facto par un corpus de recettes ancestrales, enrichies par l'adjonction d'ingrédients autochtones, et affinées au fil du temps par des techniques intrinsèques et endogènes à la culture africaine, notamment amazigh, africaine et musulmane. Ces pratiques culinaires, élaborées au moyen d'ingrédients tant locaux qu'importés, illustrent l'essence même du concept de 'mélange.' Cette notion révèle l'adaptation des pratiques gastronomiques au cours de l'évolution de la société marocaine et de son histoire. Toutefois, bien que témoignant d'une certaine influence syncrétique, l'héritage juif du Maroc demeure par moments prépondérant et marquant, comme en attestent la prévalence de plats emblématiques tels que la *dafina* et la *Mimouna*.

---

<sup>110</sup> Zafrani, *Deux mille ans*, 279.

<sup>111</sup> Amar, *La cuisine*, 6. "Autrefois, les Juifs avaient l'habitude de présenter une tête de mouton sur la table, mais actuellement, ils préfèrent une tête de poisson."

### 3.1. La dafina ou shkina: un plat mémoriel et typique des Juifs du Maroc

Certains plats restent indéniablement emblématiques de la cuisine judéo-marocaine. Dans un contexte où Juifs et Musulmans cohabitent souvent dans des conditions similaires depuis des siècles, l'élaboration de recettes spécifiques ne peut pas être attribuée à une prétendue culture différente déconnectée de sa dimension religieuse. La dafina, par exemple, représente un plat traditionnel juif, fréquemment préparé pour le repas du Shabbat. Sa conception permet une cuisson lente pendant la nuit du vendredi au samedi, sans nécessiter de travail pendant le jour saint. Cette recette s'adapte parfaitement à la règle interdisant aux Juifs de travailler ou d'allumer le feu du vendredi soir jusqu'au samedi soir, dès le coucher du soleil. Ainsi, elle est préparée le vendredi après-midi, mise à cuire à feu vif deux heures avant le Shabbat, puis maintenue au chaud sur une plaque pour être servie sans brûler jusqu'au repas du samedi midi.

Une recette de dafina, également connue sous les noms de tafina ou shkina (du terme arabe 'skhoun' signifiant 'chaud'), illustre la complexité de certains plats, similaire à ceux décrits dans les livres de cuisine.<sup>112</sup> Fortunée Hazan-Arama consacre pas moins de 17 pages à la description de ce plat, détaillant les différentes méthodes de préparation, ainsi que la composition de chacun des éléments pouvant y être ajoutés, chacun constituant une recette à part entière.<sup>113</sup> Vivianne et Nina Moryossef proposent une version simplifiée avec une recette de base de 'shkina simple aux pois chiches' et des recettes optionnelles d'éléments à ajouter, tels qu'un poulet farci, un pudding sucré, une farce de riz et viande, une farce de blé ou encore une langue de bœuf. La description de ce plat donne souvent lieu à des souvenirs nostalgiques de moments d'échanges avec la population musulmane, puisque les dafina étaient apportées les vendredis soir au four 'public,' là où le boulanger faisait cuire pour tout le quartier, puis récupérées le samedi pour le déjeuner.

La préparation de ce plat traditionnel commence généralement dès le vendredi matin de chaque semaine. Dans une grande marmite en terre cuite ou en aluminium avec couvercle, la ménagère dispose d'abord des pois chiches au fond, puis des morceaux de viande, de préférence de la poitrine ou du jarret de bœuf. Souvent, un pied de bœuf est ajouté pour donner au plat un liant velouté. Dans certaines régions, les Juifs y ajoutent également des

<sup>112</sup> Chantal Knafo, *Une enfance pas comme les autres* (Lulu.com, 2015), 14-5.

<sup>113</sup> Fortunée Hazan-Arama, *Saveurs de mon enfance: la cuisine juive du Maroc* (Paris: Robert Laffont, 1987).

haricots, des œufs durs, des pommes de terre et des truffes blanches.<sup>114</sup> Ensuite, on assaisonne avec du *ħarkom* (curcuma) en poudre, du paprika, du safran, de l'ail, de la cannelle, de l'huile et du sel; cela dépend généralement de l'aire géographique et du niveau de vie du ménage.<sup>115</sup> Pour une version plus riche, on peut ajouter une langue de bœuf, un poulet ou une farce composée de viande hachée, d'amandes pelées et de raisins secs sans pépins, mélangée avec un ou deux œufs et enveloppée dans de la gaze fine. Marcel Mirtil donne plus d'explication de ce plat:

“Comme il est interdit de faire du feu le samedi, les ménagères font cuire dès le vendredi dans un four spécial et bouillir dans l'eau un amalgame de légumes et de viande: pois chiches, pieds de bœuf, œufs, pommes de terre, langue, poulet farci, boyau. Le samedi à midi, dans les familles riches, les tables croulent sous l'appareil de ce mets succulent et varié. On le mange chaud sans avoir enfreint la loi mosaïque qui consacre le repos du jour sanctifié.”<sup>116</sup>

Il faut rappeler finalement que ce mets est très similaire à un autre plat fait par les Musulmans marocains qui s'appelle “*Lhargma belħemms*” ou ‘*Kari'ine bel-ħemms*,’ d'où une similitude quasi-identique due à la coexistence et au voisinage.

### 3.2. La Mimouna, une fête religieuse spécifique aux Juifs du Maroc

La Mimouna est une fête célébrée le soir du dernier jour de Pessah, durant laquelle il faut s'abstenir de manger tout aliment contenant du levain, pour commémorer la sortie d'Égypte et le début de la saison de la moisson de l'orge qui inaugure le cycle agricole annuel. On a vu que la Pâque juive dure une semaine, durant laquelle il faut manger des *matzot* et bannir le *ħames*. Là encore, les récits sur la tradition de la Mimouna sont l'occasion d'aborder les relations avec les voisins musulmans. Il existerait une tradition de voisinage au Maroc selon laquelle le premier pain d'après la Pâque introduit dans la maison est une offrande des voisins musulmans qui apportent à leurs voisins juifs un aliment qui ne peut être fabriqué dans une maison juive tant que la fête de Pessa'h n'est pas complètement terminée. Cette fête est donc également le symbole d'une vie nostalgique au Maroc où Juifs et Musulmans vivaient ensemble. Azuelos rapporte:

“Le dernier jour de Pessah, à partir de 3 ou 4 heures de l'après-midi, des centaines d'indigènes musulmans venaient pour nous vendre

<sup>114</sup> Jamal Bellakhdar, *Hommes et plantes au Maghreb: éléments pour une méthode en ethnobotanique* (Casablanca: Editions Le Fennec, 2023), 78-80.

<sup>115</sup> Knafo, *Une enfance*, 15.

<sup>116</sup> Marcel Mirtil, “Le mellah de Casablanca,” 358-60; Édouard de Pomiane, *Cuisine juive. Ghettos modernes* (Paris: Albin Michel, 1929), 73.

du blé, de la farine, des gerbes de blé, du fromage. Grâce aux populations arabes qui savaient que c'était la Mimouna ou pouvait préparer les *moufletas*.”<sup>117</sup>

Pendant la Mimouna, la table est richement garnie de plats traditionnels: du poisson cuisiné ou parfois un poisson vivant dans un bocal qui orne le centre des mets, des bouquets de blé pour saluer l'arrivée du printemps, une variété de soupes, de couscous et de crêpes telles que *msemen*, *beghrir* et *moufleta*. Les *moufletas*, similaires aux *msemens*, sont généralement dégustées avec du beurre et du miel. Selon Azuelos: “Il y a plusieurs sortes de *moufletas*. Il y a les *moufletas* qui sont simples, rondes, il y a les *moufletas* qui sont carrées et épaisses, l'une sur l'autre, et il y a encore les *moufletas* qui ont 1000 trous, les *beghrirs*.”<sup>118</sup> Le *jaban* ne se trouve pas sur toutes les tables de la Mimouna selon les familles mais retrouve sa recette dans le livre d'Evelyne Azuelos<sup>119</sup> et dans celui de Fortunée Hazan-Arama<sup>120</sup> sous le nom de '*jaban*.'

### Conclusion

L'histoire de l'alimentation chez les Juifs du Maroc offre un témoignage riche et profondément captivant de la cohabitation et de la collaboration entre les deux confessions. Malgré les différences religieuses, les échanges entre Juifs et Musulmans étaient monnaie courante, notamment sur les marchés où recettes et ingrédients étaient partagés. Le système alimentaire juif, complexe et profondément enraciné dans la vie quotidienne, est le fruit d'une diversité de traditions et d'influences culturelles, notamment musulmanes, amazighes et arabes. Cette richesse alimentaire-culinaire, reflet des interactions entre les variantes communautés et circonstances, a évolué sans cesse, imprégnée des pratiques alimentaires des cultures voisines. Les femmes, notamment, ont joué un rôle crucial dans ces échanges culinaires, souvent en préparant des repas ensemble dans les cours des maisons. Cette interrelation a donné naissance à un art culinaire raffiné, distinctif de celui des Musulmans marocains et de leurs coreligionnaires ailleurs dans le monde, mais partageant des similitudes. Cependant, l'influence coloniale française et l'émancipation progressive des Juifs ont introduit des changements significatifs, modifiant certaines traditions tout en préservant l'essence de la cuisine judéo-marocaine. Alors que certains ont maintenu les traditions ancestrales, d'autres ont adopté de nouvelles pratiques et remis en question les normes religieuses établies. Cette évolution a été amplifiée davantage par des bouleversements culturels et politiques du XX<sup>e</sup> siècle.

<sup>117</sup> Evelyne Azuelos, *La table juive marocaine* (Bègles: Aviva, 1996), 153.

<sup>118</sup> Azuelos, *La table juive*, 153.

<sup>119</sup> Azuelos, *La table juive*, 187.

<sup>120</sup> Hazan-Arama, *Saveurs*, 359.

Néanmoins, malgré ces évolutions, la cuisine judéo-marocaine maintient une forte ressemblance avec la cuisine marocaine dans son ensemble. Des plats emblématiques tels que le couscous et le tajine sont partagés entre les deux communautés, bien que des différences subsistent en termes de pratiques religieuses et de préparation des plats. Ainsi, l'histoire de l'alimentation chez les Juifs du Maroc met en lumière non seulement son rôle dans la construction de leur identité culturelle, mais également comment elle reflète les dynamiques complexes de la société. En explorant ce passé culinaire, un héritage vivant et diversifié émerge, témoignant des échanges culturels et de la richesse de la tradition marocaine dans son ensemble, ce qui souligne l'importance et la nécessité d'entreprendre d'autres études plus approfondies sur ce sujet.

### Bibliographie

- Allouche-Benayoun, Joëlle et Doris Bensimon. *Les Juifs d'Algérie. Mémoires et identités plurielles*. Paris: Éditions Stavit, 1998.
- Amar, Rosa. *La cuisine juive marocaine: la cuisine de Rosa*. Quintin: Editions Jean-Paul Gisserot, 2005.
- Assan Valérie et Sophie Nizard. "Les livres de cuisine juive: à la recherche d'un monde perdu?." *Archives Juives* 47 (2014/1): 113-31.
- Aubin, Eugène. *Le Maroc dans la tourmente: 1902-1903*. Casablanca: Eddif, 2004.
- Azuelos, Evelyne. *La table juive marocaine*. Bègles: Aviva, 1996.
- Bahloul, Joëlle. *Le Culte de la table dressée. Rites et traditions de la table juive algérienne*. Paris: Métailié, 1983.
- Basan, Ghillie. *Irrésistibles saveurs du Maroc*. Paris: Larousse, 2008.
- Bellakhdar, Jamal. *Hommes et plantes au Maghreb: éléments pour une méthode en ethnobotanique*. Casablanca: Editions Le Fennec, 2023.
- Bentolila, Yaakov, "Une *taqqana* tétouanaise de 1822." *La linguistique* 55 (2019/1): 300-326.
- Berdugo, Arlette. *Juives et Juifs dans le Maroc contemporain: images d'un devenir*. Paris: Librairie orientaliste Paul Geuthner, 2002.
- Bijari, Fanny, "Saveurs et rituels, le goût de la mémoire." *Tribune Juive* 13 (2005-2006): 50-4.
- Bloch-Raymond, Anny (dir.). "Cuisines en partage." In *Diasporas, Histoire et Sociétés*, 7 (2005).  
 \_\_\_\_\_. "L'invention de la cuisine casher créole à la Nouvelle Orléans." *Diasporas, Histoire et sociétés* 7 (2005): 120-35.
- Bolens, Lucie. *La cuisine andalouse, un art de vivre XI<sup>e</sup>-XIII<sup>e</sup> siècle*. Paris: Éditions Albin Michel, 1990.
- Braithwaite, Jhone. *Histoire des révolutions de l'empire du Maroc depuis la mort du dernier empereur Moulay Ismail*. Amsterdam: 1731.
- Braudel, Fernand. *Grammaire des civilisations*. Paris: Flammarion, 1993.
- Bresc Henri. "Cultures et nourritures de l'occident musulman," *Médiévales* 33 (1997): 5-8.
- Caquel Marie. "Transferts culturels et gastronomie: les relations entre la France et le Maroc de la fin du XIX<sup>e</sup> siècle jusqu'à nos jours." Thèse de doctorat d'histoire contemporaine dirigée par M. Didier Francfort, 2018.
- Carvajal, Marmol. *L'Afrique de Marmol, avec l'Histoire des Chérifs*. Paris: Thomas Jolly, 1667.
- Célarié, Henriette. *Un mois au Maroc*. Paris: Hachette, 1923.

- Cooper, Jhon. *Eat and be Satisfied: A Social History of Jewish Food*. Northvale, NJ: Jason Aronson, 1993.
- De Foucauld, Charles. *Reconnaissance au Maroc: 1883-1884*. Paris: Société d'éditions géographiques, maritimes et coloniales, 1888.
- Doutté, Edmond. *En tribu*. Paris: Paul Geuthner, 1914.
- Dozy, A. *Supplément aux dictionnaires arabes*. Leyde: Brill, 1881.
- Endelstein, Lucine. "Une géographie du renouveau religieux. Judaïsme et expérience urbaine en quartier cosmopolite. Paris, 19<sup>e</sup> arrondissement." Thèse de Doctorat sous la direction d'Emmanuel Ma Mung et William Berthomière, Université de Poitiers, 2008.
- Fabre-Vassas, Claudine. *La Bête singulière: les juifs, les chrétiens et le cochon*. Paris: Gallimard 1994.
- Fischler, Claude. "Présentation." *Communications* 31 (1979): 1-3.
- Flandrin, Jean-Louis et Jane Cobbi. *Tables d'ici, tables d'ailleurs: Histoire et ethnologie du repas*. Paris: Odile Jacob, 1999.
- Flandrin, Jean-Louis et Massimo Montanari (dir.). *Histoire de l'alimentation*. Paris: Fayard, 1996.
- Freddy, Raphaël. *La cuisine juive en Alsace: histoire et traditions*. Strasbourg: Éditions La Nuée bleue, 2005.
- Gadala, Marie-Thérèse. *La féerie marocaine*. Grenoble: B. Arthaud, 1931.
- Gainsburger, Esther. *La cuisine juive: toutes les recettes et traditions de la cuisine ashkénaze*. Quintin: Editions Jean-Paul Gisserot, 2005.
- Garzon, Jacobo Israël. *Los judíos hispano-marroquíes (1492-1973)*. Madrid: Hebraica Ediciones, 2008.
- Gilbert, Martin. *In Ishmael's House: A History of Jews in Muslim Lands*. New Haven, Conn: Yale University Press, 2010.
- Goitein, Salomon D. et Shelomo Dov Goitein. *Juifs et Arabes*. Paris: Editions de Minuit, 1957.
- Goldenberg, Alfred. "Traditions marocaines attachées au calendrier juif." *Cahiers de la Méditerranée* 38, 1 (1989): 121-127.
- Goldman, Marcy. *A Treasury of Jewish Holiday Baking*. The 10<sup>th</sup> anniversary. Edition-Softcover, 2011.
- Goldstein, Joyce. *The New Mediterranean Jewish Table: Old World Recipes for the Modern Home*. Los Angeles: University of California Press, 2016.
- \_\_\_\_\_. *Sephardic Flavors: Jewish Cooking of the Mediterranean*. San Francisco: Chronicle Books, 2000.
- Gottdiener, Michel. *La grande cuisine française casher*. Paris: Albin Michel, 2000.
- Haddad, Gérard. *Manger le livre: rites alimentaires et fonction paternelle*. Paris: Grasset, 1984.
- Hazan-Arama, Fortunée. *Saveurs de mon enfance: la cuisine juive du Maroc*. Paris: Robert Laffont, 1987.
- Houbaida, Mohamed. *Le Maroc végétarien 15<sup>e</sup>-18<sup>e</sup> siècles: histoire et biologie*. Casablanca: Editions Wallada, 2008.
- Houbaida, Mohamed et Mohamed Monkachi. "Histoire de l'alimentation au Maroc: Etat bibliographique." *Horizons Maghrébines* 55 (2006): 166-73.
- Joly, Alexandre. "L'industrie à Tétouan." *Archives marocaines* VIII (1906): 196-329.
- Jouffa, Sylvie et Annick Champetier de Ribes. *La cuisine juive au régime minceur*. Paris: l'Archipel, 2007.
- Jouffa, Sylvie. *Le petit livre de recettes juives*. First Éditions, 2005.
- \_\_\_\_\_. *La cuisine juive à-travers le monde*. Le Castor Astral, 2001.

- Kaepelin, Olivier et Gérard Garouste. *Le banquet de Garouste: autour d'un triptyque*. Paris: Edition Seuil, 2022.
- Kakon, Maguy. *L'Oriental marocain: des siècles d'art culinaire juif*. Casablanca: La Croisée des chemins, 2018.
- \_\_\_\_\_. *La Cuisine juive du Maroc de mère en fille*. Ed. Daniel Briand, 1996.
- Kapón, Uriel Macías et Ricardo Izquierdo Benito (coord.). *La mesa puesta: leyes, costumbres y recetas judías*. XVI Curso de Cultura Hispanojudia y Sefardi de la Universidad de Castilla-La Mancha Universidad de Castilla-la Mancha. Cuenca: 2010.
- Kenbib, Mohammed. "Études et recherches sur les Juifs du Maroc: observations et réflexions générales." *Hespéris-Tamuda* LI, 2 (2016): 21-55.
- Knafo, Chantal. *Une enfance pas comme les autres*. Lulu.com, 2015.
- L'Africain Léon, *Description de l'Afrique*. Paris: Ernest Leroux, 1897.
- Lamghibchi, Omar. "Le Maroc vu par des voyageuses françaises: 'Notes de route-Voyage à Marrakech' de la doctresse Françoise Légey-Entz comme exemple." In *Imaginaire(s) féminin(s): symboles et stéréotypes*, coord. Abdelatif Makan et Laure Lévêque, 153-76. Beni-Mellal: Université Sultan Moulay Slimane, 2020.
- Landau, Philippe-Efraïm. "Les comportements alimentaires des 'poilus' Juifs. Le reflet de l'identité franco-israélite." *Archives Juives* 47 (2014/1): 37-56.
- Le Goff, Jacques. *La civilisation de l'Occident médiéval*. Paris: Arthaud, 1964.
- Levine, Steven M. Lowenstein Isadore. *The Jewish Cultural Tapestry: International Jewish Folk Traditions: International Jewish Folk Traditions*. Oxford: Oxford University Press, 2001.
- Levy, Faye. *Healthy Cooking for the Jewish Home*. New York: William Morrow Cookbooks, 2008.
- Marcel, Mirtil. "Le mellah de Casablanca." *Revue France-Maroc* 12 (1918): 358-360.
- Mary, L. Zamore (ed.), *The Sacred Table: Creating a Jewish Food Ethic*. New York: CCRAR Press, 2011.
- Massimo, Montanari. "Valeurs, symboles, messages alimentaires durant le Haut Moyen Age." *Médiévales* 5 (1983): 57-66.
- Mauchamp, Emile. *La Sorcellerie au Maroc. Œuvre posthume, précédée d'une étude documentaire sur l'auteur et l'œuvre, par Jules Bois*. Paris: Dorbon-Ainé, 1911.
- Meakin, J.B. "The Jews of Morocco." *The Jewish Quarterly Review* 4 (1892): 369-96.
- Michaux-Bellaire, Edouard et Georges Salmon. "El Qçar El Kébir, une ville de province au Maroc septentrional." *Archives marocaines*, II, fascicule 2 (1905): 64-6.
- Moryoussef, Nina et Viviane. *La cuisine juive marocaine*. Paris: Jacques Grancher, 1995.
- Mouliéras, Auguste. *Le Maroc inconnu: étude géographique et sociologique. Exploration du Rif (Maroc septentrional)*. Paris: Libr. Coloniale et Africaine, 1895.
- Murat, Andrée Zana. *De mère en fille - La cuisine juive tunisienne*. Paris: Albin Michel, 1998.
- Naciri, Mohammed. "Calamités naturelles et fatalité historique." *Hespéris-Tamuda* LII, 1 (2017): 25-48.
- Nizard, Sophie. "Introduction." *Archives Juives* 47 (2014/1): 4-10.
- \_\_\_\_\_. "L'Économie du croire. Une anthropologie des pratiques alimentaires juives en modernité." Thèse de sociologie sous la direction de Danièle Hervieu-Léger, EHESS, 1997.
- Notice sur le Protectorat français du Maroc*. Protectorat de la République française au Maroc, direction de l'agriculture, du commerce et de la colonisation, 1916.
- Ory, Pascal. *L'identité passe à table... L'avenir gastronomique de l'humanité en général et de la France en particulier*. Paris: Presses Universitaires de France, 2013.
- Piñer, Hélène Jawhara. *Sephardi: Cooking the History. Recipes of the Jews of Spain and the Diaspora, from the 13<sup>th</sup> Century to Today*. Boston: Academic Studies Press, 2021.

- Pinhas, Cohen. *Langue et folklore des juifs marocains*. Rabat: Bouregreg, 2014.
- Pomiane, Edouard de. *Cuisine juive. Ghettos modernes*. Paris: Albin Michel, 1929.
- Richardson, James. *Travels in Morocco*. London: Charles J. Skeet Publisher, 1860.
- Roden, Claudia. *The Book of Jewish Food*. Paperback-International Edition, 1999.
- Saisset, Pascale. *Heures juives au Maroc*. Paris: Rieder, 1930.
- Salmon, Georges. "Sur quelques noms de plantes en arabe et en berbère." *Archives marocaines* 8 (1906): 1-98.
- Samper, María de Los Ángeles Pérez. "La historia de la historia de la alimentación." *Chronica nova: Revista de historia moderna de la Universidad de Granada* 35 (2009): 105-62.
- Schroeter, Daniel J. *The Sultan's Jew: Morocco and the Sephardi World*. Stanford: Stanford University Press, 2002.
- Schwartz, Arthur. *Jewish Home Cooking: Yiddish Recipes Revisited*. Hardcover, 2008.
- Schwarzfuchs, Simon. *Du Juif à l'israélite. Histoire d'une mutation 1770-1880*. Paris: Fayard, 1989.
- Sémach, Y. D. "Une chronique juive de Fès, le Yahya Fès de Ribbi Abner Hassrfaty." *Hespéris* XIX, fasc. I-II (1934): 79-94.
- Sheraton, Mimi. *From My Mother's Kitchen: Recipes and Reminiscences*. New York: HarperCollins Publishers, 1991.
- Sternberg, Robert. *The Sephardic Kitchen: The Healthy Food and Rich Culture of the Mediterranean Jews*. New York: HarperCollins, 1996.
- Tolédano, Joseph. *L'esprit du Mellah: humour et folklore des Juifs du Maroc*. Editions Ramtol, 1986.
- Touraille, Priscille. "L'alimentation: arme de genre." *Journal des anthropologues* 140-141, 1-2 (2015): 19-49.
- Trinquier. "Le commerce de Casablanca." *France-Maroc* 8 (1917): 24-8.
- Twena, Pamela Grau. *The Sephardic Table: The Vibrant Cooking of the Mediterranean Jews: A Personal Collection of Recipes from the Middle East, North Africa, and India*. Boston: Houghton Mifflin: 1998.
- Vajda, Georges. "Un recueil de textes historiques judéo-marocains (2<sup>e</sup> partie)." *Hespéris* XXXVI, 1<sup>er</sup>-2<sup>ème</sup> trimestres (1949): 139-88
- \_\_\_\_\_. "Un recueil de textes historiques judéo-marocains (1<sup>ère</sup> partie)." *Hespéris* XXXV, 3-4<sup>ème</sup> trimestres (1948): 311-58
- Yisra'el, Muze'on. *La vie juive au Maroc*. Musée d'Israël, 1986.
- Zafrani, Haim. *Juifs d'Andalousie et du Maghreb*. Paris: Maisonneuve et Larose, 2002.
- \_\_\_\_\_. *Deux mille ans de vie juive au Maroc*. Casablanca: Editions Eddif, 1998.
- Zeitoun, Edmond. *250 recettes classiques de la cuisine tunisienne*. Paris: Jacques Granchier, 1977.
- Zey, Mathilde. *Une Française au Maroc*. Paris: Hachette, 1909.

العنوان: مذاقات وملذات من التاريخ: ملاحظات حول التغذية وطقوس المائدة عند المغاربة اليهود

ما بين القرنين الخامس عشر والعشرين.

**ملخص:** تروم مساهمتنا البحث عن الروابط المعقدة للتغذية وطقوس المائدة عند يهود المغرب بين القرن الخامس عشر والقرن العشرين. وللوصول إلى ذلك، وضعنا هذه الدراسة في قسمين: قسم أول حاولنا فيه تسليط الضوء على الروابط العضوية بين التغذية والهوية الثقافية لليهود عبر معالجة التفاعلات والمحددات والرموز الثقافية والاجتماعية الخاصة بذلك. أما

القسم الثاني، فقد خصصناه لتناول أهم الجوانب المرتبطة بالتغذية والطبخ اليهوديين وخصائصهما المميزة، انطلاقاً من استعراض نماذج من الاحتفالات والطقوس الدينية والعادات الخاصة بالجماعات اليهودية المغربية.

الكلمات المفتاحية: التغذية، اليهود، المائدة، الثقافة، الأقلية، الدين.

**Titre: Saveurs d'histoire: Notes sur l'alimentation et les pratiques de table chez les Marocains juifs (XV<sup>e</sup>-XX<sup>e</sup> siècles)**

**Résumé:** Notre contribution vise à étudier les subtilités complexes de l'alimentation et les pratiques de table chez les Juifs du Maroc du XV<sup>e</sup> au XX<sup>e</sup> siècle. Structurée en deux phases distinctes, la première vise à éclairer l'interaction complexe entre les pratiques alimentaires et l'identité culturelle juive. À travers un examen méticuleux de ces interactions dynamiques, nous mettrons en lumière les marqueurs culturels et sociaux de cette alimentation. Dans la seconde phase, nous abordons certains aspects du processus alimentaire juif à travers une variété d'écrits, ainsi que les particularités alimentaires et culinaires afférentes aux principales fêtes et rituels propres aux communautés juives du Maroc.

**Mots-clés:** Alimentation, Juifs, pratiques de table, culture, minorité, religion.