

RÉCITS ET RECETTES D'ÉCOLOGIE POPULAIRE

COLLECTÉS À SEVRAN LE 9 NOVEMBRE 2019



P. 5 Introduction par le Théâtre de la Poudrerie

P. 7 Écologie populaire ? par GONGLE

P. 8 Règles du jeu

P. 11 Récits et recettes

Entrées : tartes à la tomate / pignons des collines / l'artichoc / tomates / coton à l'eau / fleur d'artichaut

Plats : chevreuil aux lentilles / lapins aux légumes / la terre crue / tourin à l'ail / le briquet / kigele aux pommes / repas vite-fait

Laitages et desserts : les yaourts / compote toute pomme / pains, viennoiseries, gâteaux / fromages et desserts

Boissons : diabetic'soda / sirop de fruits / oasis paysan

Promenade digestive

P. 19 Remerciements



Depuis sa création en 2011 à Sevrans, le Théâtre de la Poudrerie a fait du travail avec les habitants et les artistes sa spécialité. À travers ses créations participatives, à domicile ou sur scène, les débats qu'il organise après les représentations, il souhaite interroger la société actuelle, avec les plus proches experts du territoire, ses habitants.

Pour pousser plus loin cette réflexion, le Théâtre a décidé d'y associer d'autres types d'experts, des chercheurs, des scientifiques, des sportifs, des urbanistes, des sociologues... C'est ainsi que sont nées les premières Rencontres du Théâtre de la Poudrerie à l'automne 2018.

Aujourd'hui, la réflexion sur l'écologie est d'ampleur nationale. Les initiatives se multiplient, du film *Demain*, jusqu'à la marche pour le climat. Le Théâtre de la Poudrerie est évidemment sensible à tous ces questionnements et les habitants du territoire aussi. En effet, depuis longtemps nous constatons la présence d'initiatives locales et citoyennes ayant une visée écologique : l'existence des jardins partagés dans les quartiers de grands ensembles de Sevrans, des jardins biologiques et de réinsertion de l'association Aurore, d'ateliers pour apprendre à fabriquer ses produits ménagers ou ses cosmétiques, de « plogging » (événement qui mêle entraînement sportif et ramassage des déchets)... Néanmoins la notion d'écologie semble encore pour beaucoup, être réservée à une frange plus aisée de la population. Existe-t-il une écologie populaire ?

La Ville de Sevrans va connaître de grands bouleversements urbains : rénovations sur le quartier des Beaudottes, développement du projet Sevrans Terre d'eaux et de culture à Montceaux, arrivée de deux gares du métro du Grand Paris etc. Ces grands changements impliquent forcément de nouvelles réflexions sur la ville, la ville de demain qui ne peut s'extraire de la question de son inscription dans son environnement. Dans ce contexte, il nous a paru intéressant d'interroger les pratiques écologiques des habitants pour les mettre en lumière d'une part, et de l'autre casser les préjugés liés à la notion même d'écologie.

Pour ce faire, nous avons invité le collectif artistique GONGLE, qui partage avec nous ces questionnements sur l'existence d'une écologie populaire... Nous avons élaboré une conférence artistique et culinaire pour interroger cette question.

Ces premières Rencontres de l'écologie populaire lancent une dynamique, qui se poursuivra à l'automne 2020 lors de la 2^e édition des Rencontres du Théâtre de la Poudrerie.

Le Théâtre de la Poudrerie



*« Au début ils ne se connaissent pas,
petit à petit, ils apprennent
des plantes et des autres. »*

L. Guenouche, responsable des jardins
biologiques Aurore à Sevran

*À l'association Rougemont Solidarité,
mesdames, vous ouvrez le chemin.*

ÉCOLOGIE POPULAIRE ?

Salle des fêtes de Sevran, le samedi 9 novembre 2019.

Sept tables rondes sont dressées : nappes, ustensiles de cuisine où sont notées des phrases un peu énigmatiques... Une table de buffet attend qu'on la couvre de plats et de pensées.

Les participants arrivent, ils sont deux fois plus nombreux que prévu. Il y a soixante-dix Sevransais à peu près, et, parmi eux, quelques acteurs de la vie locale, des militants, des chefs de projets.

Le Théâtre de la Poudrerie a invité GONGLE, groupe d'artistes et de chercheurs qui mène des projets à la frontière de l'art, du sport et de la participation citoyenne. Ils se sont alliés à Rougemont Solidarité, une association sevranaise qui donne vie à la cité et connaît les secrets de la cuisine collective.

Et si les habitants des quartiers pouvaient nous donner des clefs pour vivre dans ce monde fragile qui est le nôtre ? Et si on regardait la débrouille et la bricole comme des actes de création ? Et si on travaillait ensemble sur la notion d'« écologie populaire » depuis Sevran ?

Pour discuter de leurs idées et de leurs pratiques d'écologie populaire, les Sevransais vont préparer à manger ensemble, avec des fruits et des légumes récupérés, puis partager les mets. Manger, c'est une façon de rentrer dans l'écologie populaire avec des questions très importantes. Que mange-t-on ? Est-ce pollué ? Est-ce qu'il y en a assez pour tout le monde ? Comment s'accommode-t-on de ce qu'il y a ? Comment partage-t-on le feu, l'énergie ?

C'est une première, vouée à se prolonger et même être réitérée.
Ce recueil de recettes et de récits est à enrichir.

Les participants se répartissent les rôles, les mêmes pour toutes les tables. Chaque personnage s’empare d’un ustensile symbolisant sa fonction.

Dans chaque équipe, il y a :

1 - LA-LE CHEF-FE (TOP), LE COUTEAU

Il-elle tranche, prend les décisions, coordonne la réalisation des plats et s’assure que l’équipe sert au moins deux plats à la table de buffet. Il-elle est la-le gardien-ne du temps.

2 - LA-LE CONTEUR-EUSE, LE VERRE DOSEUR

Il-elle récolte des récits de l’écologie populaire et les recettes élaborées à sa table pour les conter aux scribes.

Les scribes, Thomas Avakian et Chloé Bonjean, sont à chaque bout du banquet et recueillent les récits que les conteurs leur apportent. La collecte d’histoires grandira à mesure que les fruits et légumes seront débités. Ils écriront en direct les récits qui seront lisibles, projetés sur un écran derrière le buffet.

3 - LA-LE GLANEUR-EUSE

Il-elle va chercher ingrédients, ustensiles, idées, récits aux autres tables pour les rapporter à la sienne.

4 - LA-LE DRESSEUR-EUSE DE PLATS

Il-elle s’occupe de la présentation des plats et les apporte au fur et à mesure à la table du buffet.

Là, il-elle fait la mise en place avec Nil Dinç et Charlotte Arnaud et complète sur la nappe le schéma de l’écologie populaire.

Ce schéma, c’est un peu, pour GONGLE, le moyen de faire le portrait collectif et théorique de ce qu’est l’écologie populaire à Sevrans, ici le samedi 9 novembre 2019.

RÈGLES DU JEU

5 - LA-LE CHEF-FE INGÉNIEUR-E

Il-elle trouve la bonne logistique du plat en fonction des contraintes de matériel, de temps et de cuisson. Il-elle envoie la-le glaneur-euse chercher les outils électriques. Il-elle est la-le seul-e à avoir accès à la cuisine.

À la cuisine il y a Sarah Garlbarg, qui coordonne la micropolitique électrique. Le nombre de feux est limité, il faudra composer.

6 - LA-LE DÉNICHEUR.EUSE

Il-elle trouve des idées de recettes et des astuces sur internet ou sur la documentation disponible.

7 - LA-LE COMMIS

Il-elle vient en aide à toute personne de l'équipe qui en a besoin.

1 heure et 10 minutes de préparation. Pendant ce temps, des invités partageront au micro des récits d'écologie populaire. Espérons que ça nourrira les participants dans leur cuisine et dans leurs discussions.

Les participants sont en place.

Top chrono, vous avez 1 heure 10 pour préparer le buffet que nous partagerons tout à l'heure !





ENTRÉES

TARTE AUX TOMATES

« À Rougemont Solidarité, on organise des maraudes. Une équipe récolte des dons. Avec ces dons on regarde ce qu'on peut acheter, ce qu'on ne peut pas acheter. Il faut décider d'un menu. Après on a une équipe de cuisinières, parce ce que ce sont des femmes pour le moment, qui cuisinent. Entre temps, une autre équipe de jeunes prépare les sacs avec des choses qui peuvent être consommées plus tard. Les femmes y ajoutent l'entrée, le plat et le dessert. La distribution se fait par une autre équipe, celle des hommes. Une fois, on avait en entrée, une tarte aux tomates. On s'était organisées pour mettre deux tartes par personnes. Et, quand on a fait la distribution, en fait, il y'en a un, quand il a vu deux tartes, il a dit : "non non non, je ne prendrai qu'une tarte. Il faut en laisser pour les autres". Donc on avait beau insister, lui dire : "Mais non ! Ça a été fait pour, ne vous inquiétez pas...". Il n'a rien voulu savoir, et il a eu gain de cause. C'est un peu normal. Alors, on a récupéré la tarte qu'on a donnée à quelqu'un d'autre. Ça nous a marqués. Ça nous a tellement marqués, qu'on en a fait un débat. On s'est dit, finalement : "Moins tu as, plus tu es généreux". »

PIGNONS DES COLLINES

« Quand j'étais petite avec mes copines, on récupérait tous les pignons de pins qu'on trouvait dans la colline et on passait des après-midis entiers, avec une grosse pierre, assises en tailleur, à ouvrir les pignons. »

L'ARTICHOC

« En jardinant, on va partir de la culture de l'artichaut pour aller vers la culture générale. Dans le jardin biologique de l'association Aurore, il y a des salariés qui se côtoient. Au début ils ne se connaissent pas. Petit à petit, ils apprennent des plantes et des autres. Ce jour-là, ils plantent des pieds d'artichaut. Ils travaillent ; chacun est à sa tâche. Au bout d'un moment, un des salariés prend la parole et il dit : L'artichaut, c'est l'ancêtre des cardes. Il vient du moyen-orient, on dit artichoc. Qu'est ce que ça veut dire ? Regardez l'artichaut, c'est une plante pleine d'épines, ça veut dire "la terre aux épines". »

TOMATES

« J'ai des tomates, dont je récupère les pépins. Puis je les mets à sécher dans du journal, jusqu'au mois de mars, où je fais des semis. Pour faire des semis on laisse tremper les graines dans l'eau, jusqu'à temps que ça germe. Et quand elles ont germé, je les repote dans un tout petit pot de yaourt, et quand elles font 15-20 cm, je les plante dans mon jardin. Il faut les planter au mois de mai après les Saints de glace, pour éviter le gel. Et là on les arrose tous les jours. Il faut les attacher à un tuteur quand elles grandissent, pour pas qu'ils se cassent. Pour avoir des grosses tomates, il faut couper ce qu'on appelle le gourmand : la petite pousse juste en dessous de la fleur de tomate. »

COTON À L'EAU

« Un ami m'a parlé d'un verset du Coran, qui dit que le jour du jugement, on rend compte de ses actes, bons comme mauvais, aussi minimes soient-ils. Je me suis demandé si moi en tant qu'ingénieur, j'avais une part de responsabilité dans l'impact négatif de l'usine textile dans laquelle je travaillais : la pollution des sols où était cultivé le coton en Afrique ; le gaspillage d'eau pour irriguer le coton ou teindre les vêtements. Et le fait même de produire des vêtements à la mode ! C'était un gaspillage, travailler pour permettre à des riches de s'habiller à la mode, alors qu'ils avaient assez de vêtements. »

FLEUR D'ARTICHAUT

« Le jardin biologique de l'association Aurore est sur la Cité du Pont Blanc. C'est un jardin urbain qui jouxte la cité. Un jardin ouvert : il y a des grands des petits. Aujourd'hui, un jeune traverse le jardin, il s'arrête et nous parle. Il dit : "Ce jardin-là m'inspire. Quand j'étais enfant, je venais aux animations, il y avait une animatrice, c'est là que j'ai découvert que l'artichaut était une fleur". »

PLATS

CHEVREUIL AUX LENTILLES

« J'étais en stage chez un agriculteur pendant mon bac agricole, chez un agriculteur qui fait ce qu'on appelle des grandes cultures : céréales, lentilles et d'autres plantes destinées à l'alimentation des animaux. On était dans ses champs, et on voyait des chevreuils au loin, et je lui ai demandé : "Est-ce que les chevreuils vous causent beaucoup de dégâts dans vos cultures ? Est-ce que ça vous pénalise pour pouvoir vivre correctement de votre métier ?". Et il me répond : "Bah c'est plutôt l'inverse, ce serait plutôt aux chevreuils à qui il faudrait poser la question. Moi je cultive leurs terres à eux, ça leur appartient et c'est moi qui me suis installé chez eux". »

LAPINS AUX LÉGUMES

« Moi, j'ai commencé à glaner dans les marchés parce que je n'avais pas beaucoup de sous. Au début, c'était pas facile... le regard des autres. Et puis finalement... j'ai ramassé des bananes et des légumes. Comme j'ai des lapins, et bien maintenant, ils ont toujours à manger. »

LA TERRE CRUE

« Cycle Terre crée une fabrique de matériaux de construction en terre crue à Sevran, à partir de déblais de chantier. La construction en terre présente un grand intérêt, car il s'agit de matériaux peu transformés, constitués à partir de ressources locales, donc avec une faible dépense énergétique et peu de transport. La terre crue a aussi la capacité de stocker du carbone dans les murs de nos bâtiments.

Au mois de novembre dernier j'étais à un forum de l'emploi organisé à Beau Sevran. Une femme d'une trentaine d'années d'origine ivoirienne est passée au stand de Cycle Terre. Quand elle a su qu'il s'agissait de travailler dans le bâtiment, elle a tout de suite dit que ce n'était pas adapté à une femme, qu'elle ne pouvait pas porter de lourdes charges, etc. Pendant qu'elle parlait, elle regardait et touchait les matériaux terre qui étaient exposés sur notre stand. Elle ne semblait pas pressée de partir, elle a fini par nous saluer et est allée continuer son tour.

Au bout d'une heure, elle est revenue. Elle nous a dit que finalement, si, le bâtiment pouvait l'intéresser, s'il s'agissait de travailler avec des matériaux naturels comme la terre. »



TOURIN À L'AIL

« La recette du tourin à l'ail ! C'est une soupe qui est faite avec des choses qu'on a forcément dans la maison à la campagne : des œufs (la poule s'en charge), de l'eau (la fontaine s'en décharge), de la farine (y en a toujours dans une maison), de l'ail et du gras, le meilleur qu'on ait (le top c'est la graisse d'oie). La recette ensuite : tu épluches tes gousses d'ail que tu fais blondir dans un peu de gras. Lorsque l'ail est blond, tu rajoutes l'équivalent d'une cuillère de farine pour deux assiettes. Tu fais cuire rapidement ça, et là tu ajoutes l'eau (un demi litre par personne). Tu fais cuire au maximum 30 minutes pour que le tourin ait un peu épaissi. Là tu mets un jaune d'œuf dans un plat froid, tu y ajoutes un peu de vinaigre, tu mélanges, et tu verses doucement ton liquide chaud. Il ne faut pas que l'œuf cuise, mais qu'il se mélange au liquide. Tu transvases du plat vers la casserole, tu montes en température, quand ça bout, tu jettes ton blanc d'œuf. Il doit se figer. C'est une soupe un peu épaisse, tu sers en début de repas, comme ça, ça évite de consommer toutes les réserves. »

LE BRIQUET

« Vous savez ce qu'on appelle le casse-croûte du mineur, ou le briquet ? Dans les années 50, le mineur prenait le pain de la veille, il était dur, mais comme le pain c'était sacré on en jetait pas une miette. Il prenait aussi une gousse d'ail, et c'était son repas du midi jusqu'à son retour à la surface. Le pain c'était vraiment sacré, on ne quittait pas la table sans avoir terminé la dernière miette de pain, et avec les restes on faisait de la chapelure. »

KIGELE AUX POMMES

« Dans les plats populaires, il y avait ma maman qui faisait un gâteau de pâtes avec des coquillettes. Elle faisait griller des pommes, elle mélangeait avec de la cannelle et un œuf battu et elle faisait cuire dans un moule à charlotte. Ça s'appelle un kigele aux pommes, c'est un plat yiddish. Ça fait un vrai plat complet. »

REPAS VITE-FAIT

« Recette pour un repas "vite-fait" : comme on a toujours des pommes de terre à la maison, on épluche les pommes de terre en frites et on ajoute une sauce tomate avec toutes les épices possibles (cumin, paprika, harissa pour le piquant, curcuma) on fait revenir, avec une gousse d'ail et de l'huile d'olive. C'est ultra bon. »



LAITAGES ET DESSERTS

LES YAOURTS

« - Pourquoi t'as commencé à changer ton alimentation ?

- Parce que j'ai eu mon premier enfant et du coup je me suis plus intéressé à l'alimentation. Par exemple, j'ai arrêté de jeter les yaourts périmés et je les mange même si la date est passée de quelques jours.

- Comment tu sais qu'on peut dépasser la date ?

- Parce que je travaille dans une cuisine collective et le chef de cuisine m'a dit qu'on subissait énormément les normes très strictes d'hygiène. Elles sont censées nous protéger mais on peut un peu les dépasser si on connaît l'alimentation. Le fait que ce soit un chef de cuisine qui m'ait dit ça m'a rassuré. »

COMPOTE TOUTE POMME

« L'objectif c'est de faire une compote de pomme, mais aussi d'utiliser tout le fruit. On utilisera aussi les pelures, pour les faire caraméliser, ça fera une jolie décoration qu'on peut manger. Et on mettra des morceaux d'autres fruits pour avoir d'autres goûts et d'autres textures. »

PAINS, VIENNOISERIES, GÂTEAUX

« Il y a trois ans en arrière, j'ai connu un moldave, un gadjo. Une fois, il m'a dit de l'accompagner pour aller chercher du pain dans une boulangerie. Je l'ai accompagné. Il a attendu que la boulangère ferme la boutique. Et puis, on est entrés ; il avait le code parce qu'il avait une cousine qui travaillait dans la boulangerie. Dans la cour, qu'est-ce qu'on voit ? Cinq grands sacs poubelle remplis de pain : des pains au chocolat, des gâteaux, des machins énormes. On prend tout ça, on rapporte dans la voiture. Je me demande ce qu'il va faire avec tout ça. Il dit : Écoute, moi j'ai pas besoin de tout ça. Je vais en prendre quatre ou cinq, et le reste tu peux le prendre pour toi parce que tu es venu me donner un coup de main. J'ai dit oui. Je suis là tous les jours, depuis ! »

FROMAGES ET DESSERTS

« Avant, je travaillais à Serv'air à l'aéroport. À Serv'air, je nettoyais les assiettes. La bouffe arrivait avec les avions. Il fallait mettre les plateaux, les assiettes, les cuillères sous la machine à laver et tout le reste il fallait le jeter. Il y avait des gâteaux impeccables. Personne n'y avait touché ! Moi, jeter ? Impossible ! Ça fait mal au cœur ! Ils savent tous à Sevrans combien j'ai rapporté de fromages. Moi je ramassais, je volais ça. Je mettais dans mes poches, dans mon casier, après je revenais encore une fois je mettais de côté et quand j'arrivais à Sevrans, je donnais à tout le monde ! »

BOISSONS

DIABETIC' SODA

« Depuis peu, je fabrique mes boissons. Il y a quinze jours j'ai appris que j'avais du pré-diabète. Du coup depuis quinze jours je mange bien équilibré, et en quinze jours j'ai perdu trois kilos.

Ma boisson préférée désaltérante, c'est du gingembre frais qui infuse dans un jus de citron. Je met à peu près un quart de citron et trois quart d'eau. »

SIROP DE FRUITS

« Voici une recette de sirop de fruits naturel : il faut faire bouillir ses fruits avec de la cannelle, du citron vert et du poivre de Sichuan. »

OASIS PAYSAN

« Avant, l'agriculteur qui m'accueillait pour mes études, il était en agriculture dite "conventionnelle", mais qu'on pourrait qualifier de "chimique" ou "industrielle". Il utilisait des engrais chimiques des pesticides etc. Et un jour, il a fait un voyage au Maroc, et il a vu que dans une petite oasis, où ils étaient peut-être trois ou quatre familles sur trois hectares, ils arrivaient à cultiver assez pour nourrir tous ceux qui vivaient sur l'oasis. Alors que lui, avec le fruit de sa grande exploitation, il peinait à nourrir sa famille. Ça l'a marqué : les agriculteurs marocains n'utilisaient aucun produit chimique mais des techniques du "bon sens paysan", comme on dit. Ce jour là, il a entièrement changé sa façon de travailler. »

PROMENADE DIGESTIVE

« Mon frère est coach sportif. À l'époque, il y avait un squat dans un hangar dans lequel on organisait des événements. Mais il y avait plein de déchets après chaque soirée ; du coup on a commencé, avec mon frère, à vouloir les ramasser et il a eu l'idée, comme il était coach, de faire à la fois un entraînement et un ramassage de déchets. C'est-à-dire lutter contre la pollution et faire du sport en même temps. Alors on fait des courses dans le quartier, on appelle ça le "dark training." Moi aussi, je suis coach et je faisais mes entraînements dans des salles de sport, mais quand les gens peuvent faire des entraînements dans la rue, ça leur donne l'occasion de faire autre chose en même temps. En plus, il y a de l'ambiance : comme mon frère est DJ, il y a de la musique. »

REMERCIEMENTS

UN GRAND MERCI À :

Lamri Guenouche, responsable des Jardins Biologiques Aurore à Sevrans ; Chamsi Douss, paysan sans terre, agriculteur du 93 ; Sylvia Devescovi, cheffe de projet Cycle Terre à Paris Terres d'Envol ; Valérie Suner, directrice du Théâtre de la Poudrerie à Sevrans, Nil Dinç, metteuse en scène, Bruno Almosnino du GDRA ; Music Brahim de l'association Ternikano Berno, pour la rencontre des roms et des gadjé ; Thierry Boutonnier et Sylvain Gouraud, artistes visuels ; Cherifa Bounoua, responsable associative Rougemont Solidarité, Ibrahima Balde et son association DarkTraining, Franck Misson et Sabrina Toulgoat de la maison de quartier Marcel Paul, aux commerçants du marché de Sevrans qui nous ont laissé récupérer fruits et légumes.

Ainsi qu'aux participants, cuisiniers et glâneurs qui se sont joints à nous.

Un projet de GONGLE et du Théâtre de la Poudrerie.

Conception, animation, scénographie : Nil Dinç, Charlotte Arnaud et Sarah Garlbarg

Assistante scénographie/photographe : Lucile Poirat

Scribes : Thomas Avakian, Chloé Bonjean

Entremetteuses : Charline Fortin, Valérie Suner, Henriette Morisson.

Photographies : Nataniel Halberstam et Lucile Poirat

L'ensemble des textes ont été compilé par Chloé Delaporte et Nil Dinç.

Remerciements à l'association Rougemont Solidarité pour ses précieux conseils son soutien et son incroyable générosité, au GDRA de nous avoir courageusement accueillis dans le très beau décor de « Vives ».

Ouvrage mis en page par le service communication de la Ville de Sevrans et imprimé par l'imprimerie municipale.



Théâtre de la Poudrerie
6, avenue Robert-Ballanger 93270 Sevrain
01 41 52 45 72

www.theatredelapoudrerie.fr

