

Que mangeaient-ils ?
Que buvaient-ils ?
Quelle fut leur cuisine,
leur gastronomie ?...

Au menu !

(5)

en Égypte ancienne !



Les jardins de l'Égypte antique.
Avec des canards dans un étang...

Des lotus plantés...

Des palmiers dattiers...

Des arbres fruitiers...

Hypogée de Nebamun.

Thèbes, 18^e dynastie, 1400 avant notre ère.

Source / Lien

Kemet...

Le pays de la terre noire,
Celui du lit du Nil,
Mais aussi des arts,
De l'architecture,
Des sciences,
De la médecine,

...

Elle fut également le berceau de l'agriculture ! Vous savez bien, les romains considéraient cette contrée romaine comme "**le grenier de l'empire**".

Cela fut bien significatif :

- De l'importance de cette agriculture,
- De la richesse de ce sol,
- De la qualité du travail des paysans.

Kemet fut avant tout un pays agricole et non militaire, comme d'aucuns seraient peut-être tenté de penser !

Le système socio-économique fut donc basé sur les travaux des paysans, la caste certainement majoritaire de Kemet, comme du reste, de la Nubie voisine !

- La géologie,
- La géographie,
- ...
- La crue de l'Itérou...

Couplé bien évidemment aux travaux des paysans à travers les digues, la régulation hydraulique,...
Tous cela permirent l'existence d'une très grande culture ! Et ce bien paradoxalement au fait que ce territoire fut pratiquement désertique, avec une population concentrée au sein même de ce ruban limoneux et particulièrement fertile.



Voici une représentation du préchauffage des moules à pain avant cuisson.

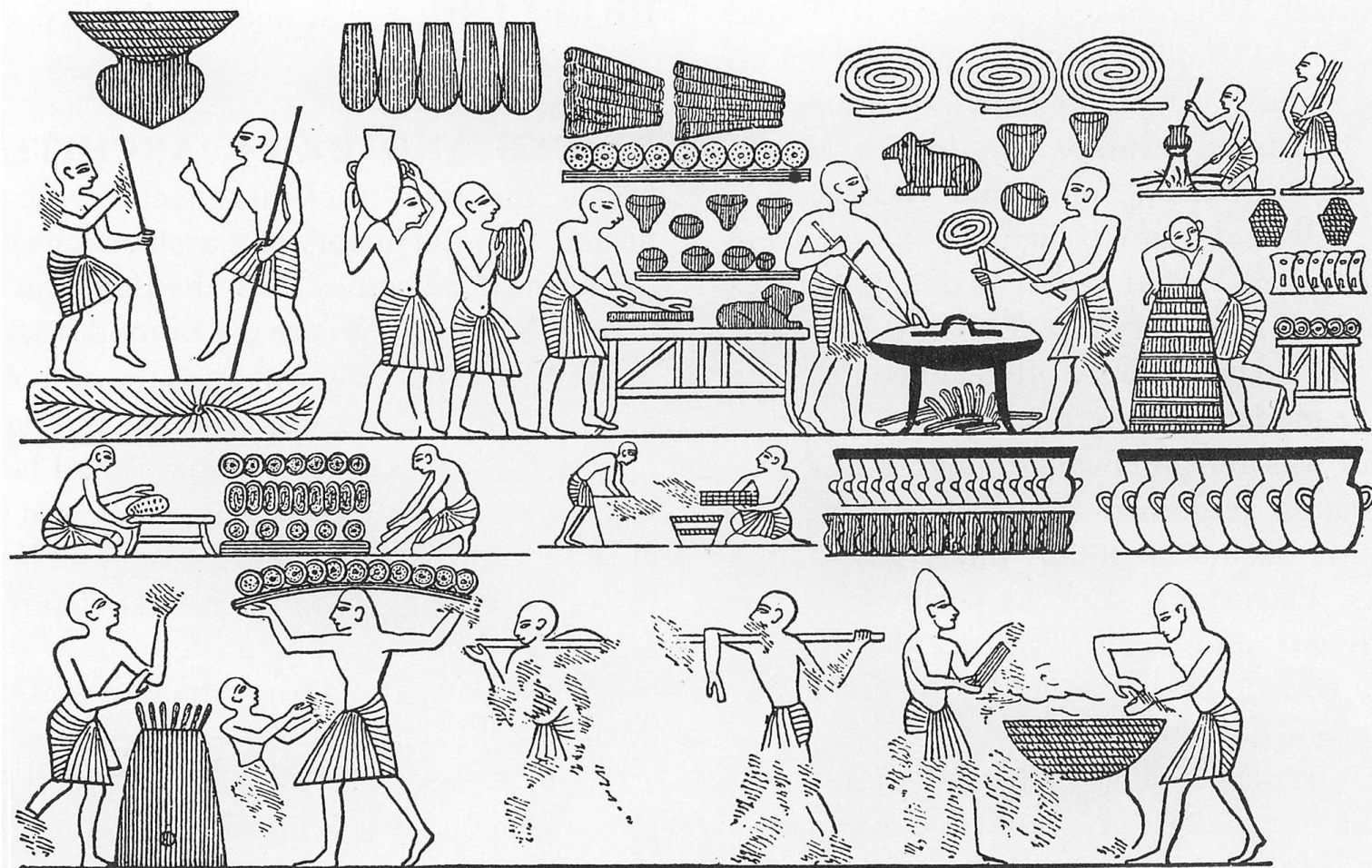
Le four est un modèle à voûte en forme de dôme.

Hypogée de Ti.

Source

[Plan de l'article...](#)

- Grâce à la richesse de cette terre noire...
- Alors, tout cela fut-il éloigné de la réalité de chaque jour ?
- Cela ne pouvait être qu'un univers parfait !
- Mais bien évidemment...
- Alors...
- Au menu...



La boulangerie de la cour de **Ramsès III** !

**"Différentes formes de pain,
y compris les pains en forme d'animaux, sont présentés.**

**De la tombe de Ramsès III dans la Vallée des Rois,
20e dynastie."**

Encyclopédie d'Oxford de l'Égypte ancienne.

Source

Grâce à la richesse de cette terre noire...

Nos anciens furent parfaitement en mesure de produire de nombreuses cultures !

De cela, nous pouvons parfaitement nous en rendre compte à travers :

- Les écrits notamment d'Hérodote, témoins quelque peu indirecte,...
- Des inscriptions...
- Des fouilles
- ... Mais, à contrario des autres civilisations anciennes, la Kemet des pharaons ne nous a légué aucune recette de cuisine !

De nombreuses représentations apparaissent comme vous savez dans les hypogées mais, bien évidemment, cela correspondaient à des personnages importants !

Nonobstant...

Nous pouvons ainsi y noter quand même des descriptions quant à certaines techniques concernant la préparation d'aliments.

Alors tout cela fut-il si éloigné de la réalité de chaque jour ?

Des allégories qui avaient quand même un objectif, celui de donner !

Non pas à nous...

Restons humble devant cette grande histoire.

Mais bien à l'éternité,

Aux défunts,

Aux netjerou(t),

A la vie d'après celle dite terrestre.

Ce fut en quelque sorte une vision idéalisée, une image,..., celle d'un paradigme tellement désiré, à la manière d'un espoir qui leur permettait, peut-être, de mieux combattre l'adversité, les peurs, de survivre,... !

Y virent-ils ainsi une sorte de monde meilleur en comparaison à leur propre vie terrestre ?

Cela ne pouvait être qu'un univers parfait !

Dans lequel la nourriture n'aurait jamais manqué !

Pains, au moins dix-neufs variétés,...

Bières, élaborées avec du froment, de l'orge et des dattes. Ce fut bien le sucre qui assurait la bonne fermentation.

...

Alors...

Nous comprendrons bien pourquoi tout cela était le plus souvent retrouvé gravé sur les murs des hypogées !

Il fallait bien que le défunt puisse jouir d'une deuxième vie des plus agréables... D'autant plus, qu'elle devait être éternelle celle-ci !

Mais bien évidemment...

Je subodore que les diverses représentations que nous pouvons admirer, ne devaient pas représenter leurs consommations réelles et terrestre celles-là !

Ce devait être probablement leur idéal, à la manière de leur représentation physique, toujours jeune.

On sait qu'ils devaient consommer comme base le pain, l'ail, l'oignon et la bière :

- La viande rouge,

- Les volailles,

- Les poissons...

Ceux du Nil bien évidemment, ils furent certainement grillés, crus, conservés dans la saumure, séchés sous les rayons de Râ,... !

- Les légumes,
- Les fruits,
- ...

Quant-ils mangeaient de la viande, cela devait être principalement des volailles comme le canard, l'oie,...

Le **bœuf** fut bien la viande réservée aux jours de fête ! N'oublions pas qu'il devait être difficile de conserver la viande en raison de la chaleur, des insectes,...

Et particulièrement :

- Des gazelles du désert,



Environ 945 avant notre ère...

© Richard Barnes

Source

- Des antilopes,
- Des lièvres,



Source

- Des cailles,
- Des pigeons,
- ...

Alors...

Utilisaient-ils le sel de l'oasis de Siwa ?
Trempeaient-ils leur pain, dans des "ragoûts" ?

Mais en tout état de cause :

- Ils mordaient bien à pleines dents, dans les volailles rôties... Rappelez-vous de Néfertiti...
- Ainsi, ils devaient manger avec leurs doigts !



Un boeuf gras et des offrandes carnées...

Mission permanente à Karnak...

Cour à portique de Thoutmosis IV.

[© CNRS / © CHENE Antoine laboratoire : UPR1002.](#)

[Au menu...](#)

Les grillades...

Elles donnaient à la viande un goût savoureux comme vous savez pertinemment ! De plus, l'odeur devait être appréciée, mettant en valeur diverses viandes comme celles des **porcs**, des chèvres, ainsi que des gazelles.

Le poisson, nous l'avons déjà souligné, fut aussi grillé, mais on le consommait volontiers séché ou confit.

Le préféré des Égyptiens fut visiblement le mulet !

Le poisson-chat, perches, carpes entraient aussi dans l'alimentation.

Les plats étaient accompagnés de légumes ! Eh oui, ils mangeaient des légumes alors que maintenant il nous faut nous "battre" avec nos enfants,..., mais vous savez bien, tout évolue !

Fèves,

Pois chiches,

Lentilles,

Ainsi que des plantes cueillis dans les marais, les lotus et papyrus.

On cuisinait le tout avec de l'ail et des oignons à profusion !
 De l'huile d'olive, *Olea europaea*, L. (Oleaceae), ...
 De l'huile de moringa, *Moringa peregrina*, (Forssk.) Fiori (Moringaceae),...
 Du beurre clarifié qui avait été chauffé.

Des condiments aussi, dont une grande variété fut déjà disponible : notons que nos anciens avaient accès très tôt au sel.

Cumin,
 Cannelle,
 Coriandre,
 Moutarde,
 Anis,
 Menthe,
 Persil ou encore basilic, sésame, thym, aneth,...

Enfin, nos anciens, surtout les plus aisés, consommaient du lait et du fromage !

Les œufs de poule n'apparaîtront qu'à la période Ptolémaïque ! On consommait déjà exotique i.e. des œufs d'autruche, d'oie,...

A suivre prochainement...

"La vie d'un homme qui contrôle l'excès est la vie d'un homme au cœur sage.

Les légumes

et

le natron

sont les meilleures nourritures qui peuvent être trouvées.

La maladie arrive à un homme lorsque que la nourriture lui nuit.

Lui qui mange trop de pain souffrira de la maladie.

[...]

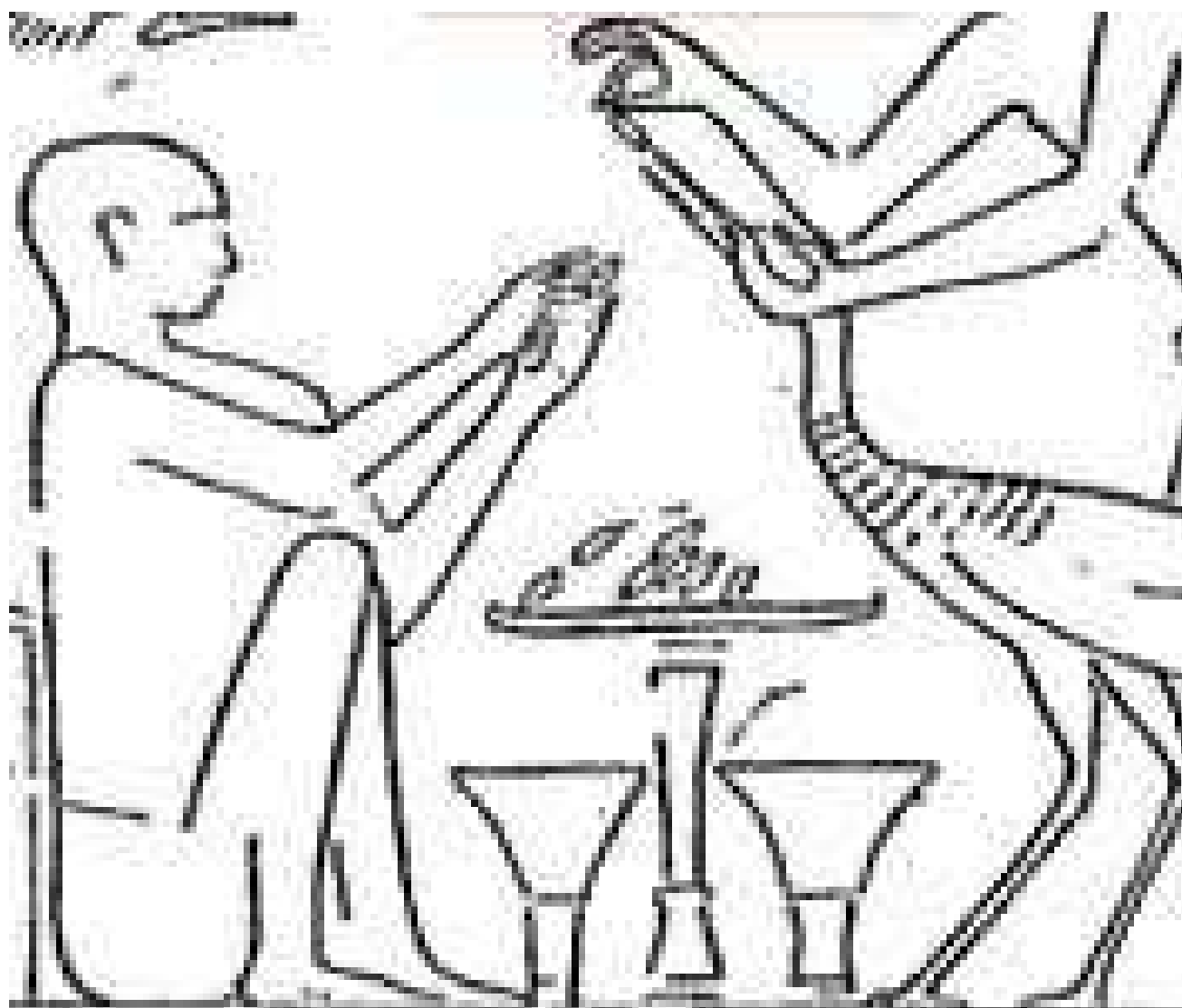
Toutes sortes de maux sont dans les membres à cause de la nourriture en excès.

Lui qui est modéré dans sa façon de vivre,
 sa chair n'est pas dérangé.

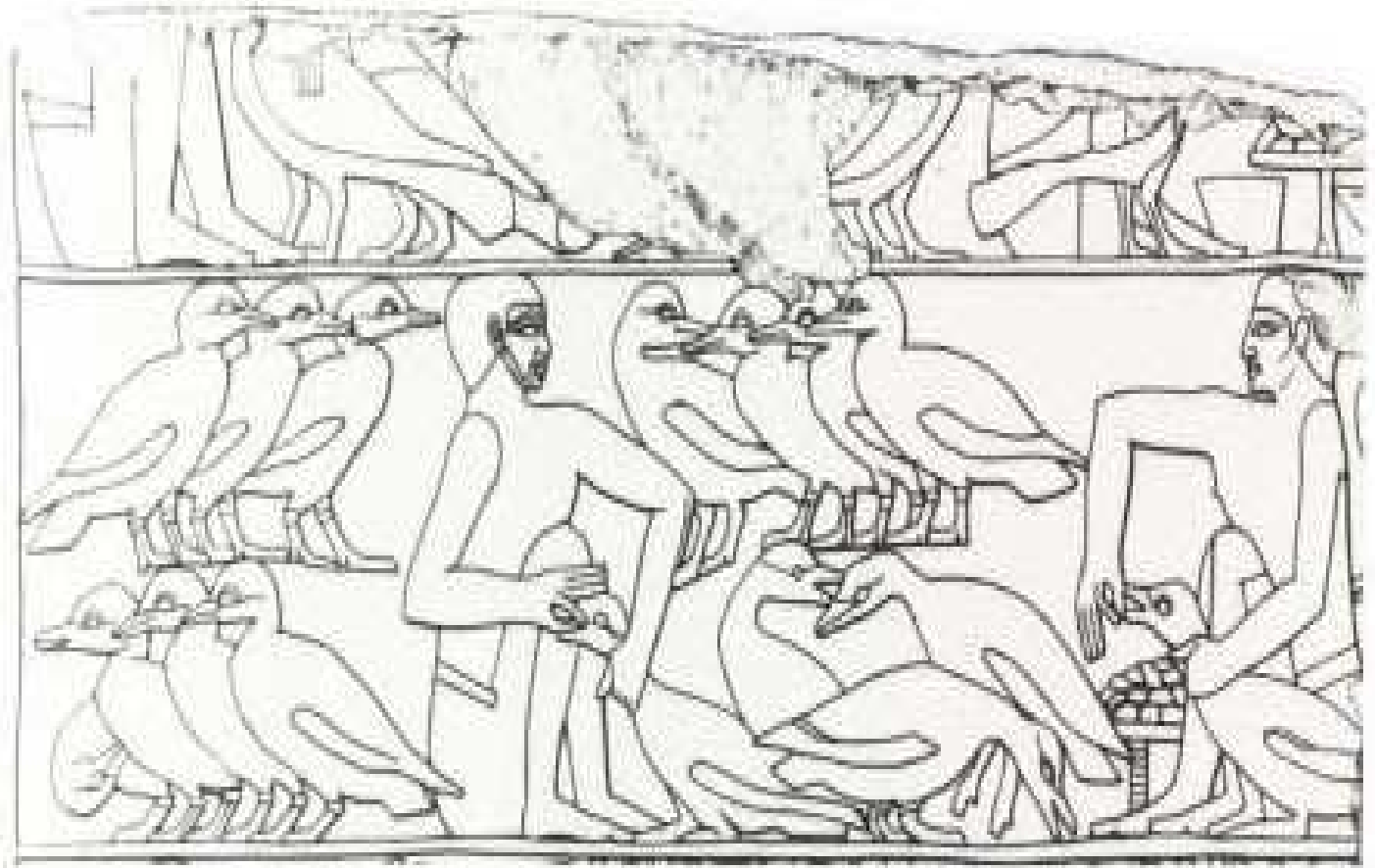
La maladie ne le brûle pas, lui qui s'est modéré sa nourriture.

[...]"

Papyrus Insinger



Mastaba de TY...
Gavages des oies.
2 815 - 2 400 av. J.-C.



Une fresque égyptienne montrant le gavage des oies !

**"Le foie gras est le "foie gras" des gavés,
les oies
et
les canards.**

**Il a été fait et apprécié depuis l'époque romaine
et
probablement bien avant,**

**le gavage des oies est clairement représentée dans l'art égyptien de 2 500
av."**

(Mc Gee 2004 , p. 167)

Désinences... Prochainement sur le même sujet... **Que mangeaient-ils... ?**

- Recette de dessert,
- Pain et bière, la base de l'alimentation,
- ...

Afin d'en connaître davantage, je vous invite à consulter :

• **Sources...**

Collection "**Passion de l'Égypte**" Editions Atlas 2003.

Grimal, **Histoire de l'Égypte ancienne.**

Pierre Tallet "**La Cuisine des pharaons**" Actes Sud - L'Orient gourmand 2003...

Pierre du Bourquet, **Le temple de Deir al-Médîna**, éd. par Luc Gabolde, dessins de Leïla Ménassa, Le Caire, 2002 (Mémoires publiés par les membres de l'Institut français d'archéologie orientale du Caire, 121).

R.H Wilkinson, **The Complete Temples of Ancient Egypt** .



Croix de vie...
Temple d'Horus à Edfou.

Aphorisme...

Ceci pour autoriser et provoquer d'autres pensées !

Aucune prétention...

Ne prétend pas tout dire...

Instruction du prêtre Ankhchechoqy...

**"Si tu fais le bien à cinq cent hommes
et
qu'un seul d'entre eux le reconnaît,
ce n'est pas chose perdue"**

