



**Mémoire**  
**Présenté par**  
**MADJELE**  
**philomène**

**UNIVERSITE DE NGAOUNDERE**  
**FACULTE DES ARTS, LETTRES ET**  
**SCIENCES HUMAINES**  
**DEPARTEMENT D'HISTOIRE**

**REPAS ET SOCIETES DANS**  
**L'EXTREME-NORD DU CAMEROUN :**  
**PERMANANCES ET MODERNITES**

---

**Année académique :**

**2006/2007**

**UNIVERSITE DE NGAOUNDERE**

*THE UNIVERSITY OF NGAOUNDERE*

**FACULTE DES ARTS, LETTRES  
ET SCIENCES HUMAINES**



**FACULTY OF ARTS, LETTERS  
AND SOCIAL SCIENCES**

**DEPARTEMENT D'HISTOIRE**

*DEPARTMENT OF HISTORY*



**CODESRIA**

**Council for the Development of Social Science Research in Africa  
Conseil pour le développement de la recherche en sciences sociales en Afrique**

**REPAS ET SOCIETES DANS  
L'EXTREME-NORD DU CAMEROUN :  
PERMANANCES ET MODERNITES**

**Mémoire présenté en vue de l'obtention du Diplôme d'Etudes  
Approfondies en Histoire**

Par :

**MADJELE philomène**

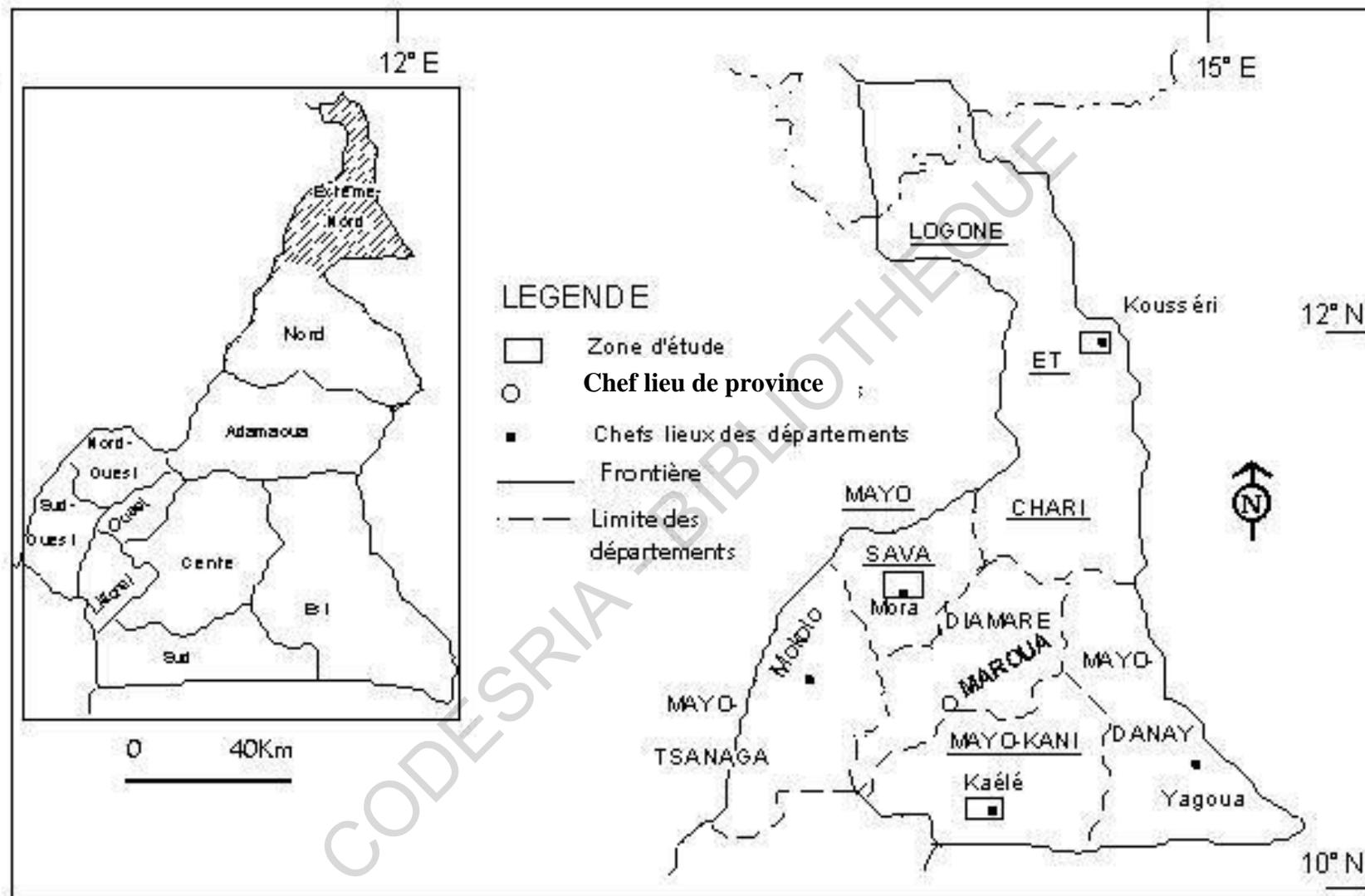
*Titulaire d'une maîtrise en histoire*

Sous la direction de :

**Nizésété Bienvenu Denis**

*Chargé de Cours*

Année académique 2006/2007



Source : Roupsard Macel, 1987, p 13

Figure 1 : Carte de localisation de la zone d'étude

**Ce mémoire de D.E.A. a bénéficié du financement du programme des petites subventions pour la rédaction des mémoires et thèses du CODESRIA pour la session 2008 2007/2008**



**CODESRIA**

**Council for the Development of Social Science Research in Africa  
Conseil pour le développement de la recherche en sciences sociales en Afrique**

**Avenue Cheikh Anta Diop Canal IV**

**BP 3304, Dakar, CP 18524, Sénégal**

**Tel : +221 33 825 98 22 / 33 825 98 23 +221 864 01 36/8**

**Fax : +221 33 824 12 89**

**Email : [codesria@codesria.sn](mailto:codesria@codesria.sn) / [publications@codesria.sn](mailto:publications@codesria.sn)**

**Web : [www.codesria.org](http://www.codesria.org)**

## DEDICACE

Je dédie ce travail a :

- Mon père Boubou Victor, qui n'a cessé d'investir pour que j'aie de l'avant dans mes études. Qu'il trouve en ce travail l'expression d'une légitime fierté ;
- Ma mère Massang Marguerite, pour sa tendresse et ses conseils qui ne cessent de m'orienter ;
- A mes sœurs Ndiéba Boubou Chantal et Dalhatou Danyié Raïssa ;
- Au père Christophe et à Mamie Jeannine Bézier qui n'hésitent point à m'assister quand les circonstances l'exigent. Qu'ils trouvent en ce mémoire l'expression d'une sincère reconnaissance.

CODESRIA - BIBLIOTHEQUE

## Résumé

Le repas est un domaine de recherche qui permet de comprendre l'histoire d'un peuple et pose surtout la question du genre et de représentation sociale. En étudiant le sujet sur « Repas et société dans l'Extrême-Nord du Cameroun : Permanence et mutation », il est question de montrer comment à travers le repas, on peut reconstituer toute l'histoire culturelle et naturelle des peuples du Nord- Cameroun en insistant sur le domaine de l'exploitation de la culture alimentaire, de la mise en valeur des ressources naturelles, des recettes culinaires et de la dynamique alimentaire.

De cette problématique découlent plusieurs objectifs que nous voulons atteindre à l'issue de cette analyse. Il s'agit de montrer l'impact du milieu naturel sur les ressources et les choix alimentaires des populations de l'Extrême Nord du Cameroun ; de faire un inventaire des ressources vivrières qui sont constituées des ressources végétales et animales ; d'étudier l'histoire des quelques peuples de l'Extrême-Nord Cameroun pour apporter notre contribution à l'historiographie du Nord Cameroun ; d'analyser les repas comme outil privilégié pour commémorer les grands moments de l'existence humaine comme la naissance, le mariage et les rites funéraires; de recenser les tabous et interdits alimentaires afin de pouvoir mieux les comprendre et les expliquer ; de comprendre les modifications culinaires et alimentaires en temps de famine ; de connaître les rythmes de saison et cuisine ; de cerner la pédagogie qui se dégage autour des repas et d'évaluer la dynamique des habitudes alimentaires sous l'influence de la modernité.

La réalisation de ce travail nécessite l'exploitation des sources écrites, orales et iconographiques. La confrontation de ces différentes sources nous amènera à adopter une approche d'analyse combinatoire basée sur : l'approche diachronique, pour rendre compte de la trame des événements dans leur évolution dans le temps ; l'approche systémique pour ressortir simultanément l'impact de l'environnement, les changements climatiques, les conjonctures économiques sur les repas en général et l'approche genre pour mieux ressortir l'apport des femmes dans ce domaine. A cela s'ajoute l'interdisciplinarité telle que la sociolinguistique et la sociohistoire.

## REMERCIEMENTS

Nous voudrions tout d'abord exprimer notre sincère reconnaissance au directeur de ce mémoire en l'occurrence le Dr. Bienvenu Denis Nizésété dont les conseils pratiques et les orientations scientifiques ont permis la conception et la réalisation de ce travail.

Nous remercions l'ensemble du corps enseignant du Département d'Histoire qui a assuré notre formation. Nous pensons notamment aux Prs Hamadou Adama et Saibou Issa, aux Drs Gilbert Lamblin Taguem Fah, David Mokam, Martin Mbengué Nguimè.

A l'enseignant Christophe Bring du Département de Géographie pour avoir donné de son temps pour les incorrections de ce travail.

Nous disons merci à Mme Acham et toute la famille Abouya pour m'avoir réservé un accueil chaleureux lors de mon séjour à Kousseri.

Nous disons merci à ma tante et homonyme Madjilé Zoua pour son affection et sa tendresse.

Nous disons merci à la famille Sadou Sali pour leur encouragement et leur soutien permanent.

Nous saisissons cette occasion pour remercier les Drs Ndi Koungou sylvère, Nkoum Gilles et à nos aînés académique Wassouni François, Woudammiké Joseph, Gigla Garakcheme, Djomdi, Dapakbo simplexe, Tegua Jean Blaise, Desobgo Steve, Bouba Haman pour leur soutien matériel et leurs conseils dans la conduite de ce travail.

A mes sœurs et amies Doudou Léonie Chantal Ndieba Bouba, Dalhatou Danyiéré Raïssa, Boukiem Bouba Pélagie Baida Kada Suzanne, Rouzonne Rose, Salamatou Baré, Aissata Alifa, Doudou Françoise, Mamma Diallo, Djabou Madeleine, Hadja Mairama, Dairou Michel.

Ma gratitude à l'endroit de mes camarades de promotion.

Mes remerciements aux divers informateurs dont les témoignages ont enrichi et permis la production de ce travail.

Que tous ceux qui, de près ou de loin ont contribué à la réalisation de ce travail et qui n'ont pas été cités, y trouvent l'expression de notre profonde reconnaissance.

Sommaire	Pages
Dédicace	i
Remerciements	ii
Liste des tableaux	
Carte de localisation	
<b>Première partie : projet de thèse</b>	
I-    Cadre conceptuel et théorique	6
II-   Cadre théorique	9
III-  Présentation du cadre spatial	11
IV-   Cadre chronologique	14
V-    Revue de la littérature	15
VI-   Problématique	18
VII-  Objectifs	19
VIII- Méthodologie	20
IX-   Bibliographie	23
X-    Plan provisoire	30
XI-   Chronogramme	32
<b>Deuxième partie : Aspect a développé</b>	<b>33</b>
Résumé	36
Abstract	37
Introduction	38
I- Les Ressources alimentaires et consommation des repas au Nord-Cameroun	40
I-a- Ressources végétales (sauvages et domestiques)	42
I-b- Ressources animales (sauvages et domestiqués)	42
II- Les préparations des repas : cas des Kotoko, Podokwo, et Moundang	43
II-a- Assemblage des ingrédients	46
II-b- Technique de cuisson	47
II-c- Modes de consommation	49
III- La pédagogie autour des repas	49

III- a- Initiation de la jeune fille à l'art culinaire	49
III-b- L'éducation du garçon	51
Conclusion	54
Bibliographie	55
A- Sources orales	56
B- Sources écrites	56
C- Ouvrages généraux	56
D- Articles et Revues	56
E- Thèses et Mémoires	57

CODESRIA - BIBLIOTHEQUE

CODESRIA - BIBLIOTHEQUE

**PREMIERE PARTIE  
PROJET DE THESE**

CODESRIA - BIBLIOTHEQUE

## I- CADRE CONCEPTUEL ET THEORIQUE

Le sujet qui fait l'objet de la présente étude renferme des concepts clés. Il importe dès lors de procéder à des clarifications pour une meilleure intelligibilité des termes. Le terme « repas » est entendu comme une nourriture, qui, elle-même, est composée d'un ensemble d'aliments divers, de mets et de boissons pris une fois à heures réglées. Il peut aussi se comprendre comme l'action de se nourrir répétée quotidiennement à heures réglées plus ou moins conformes aux usages imposés par la société<sup>1</sup>.

Eric de Garine donne une définition du repas d'après des explications recueillies au Nord-Cameroun. Le « repas » est constitué d'un ensemble de deux plats servis simultanément : l'aliment de base, qui est une « boule de farine cuite » de sorgho (*Sorghum bicolor*) ou de mil (*Pennisetum sp. Eleusine coracana*) et de la sauce<sup>2</sup>. Loin de se démarquer de cette définition d'Eric de Garine, le concept de repas, dans le cadre de notre travail, renvoie à tout aliment qui rentre dans la nutrition des populations du Nord Cameroun

Pour une large et bonne analyse de ce sujet nous aurons à faire à des mots liés au repas tels que : « aliment », « alimentation », « besoins alimentaires », « ingrédients », « essences », « mets », « boisson », « art culinaire » qu'il faudra également définir ou éclaircir pour avoir une bonne compréhension du sujet.

Il convient de relever que le terme « aliment » est complexe vu la multiplicité des sens qu'on lui donne. Ainsi, l'aliment est entendu comme toute substance utilisée par l'homme pour apaiser sa faim. Le caractère universel des aliments est d'être nourrissant, mais il ne suffit pas qu'une substance soit nourrissante pour constituer un aliment<sup>3</sup>. Un aliment comporte un certain nombre de caractéristiques susceptibles d'apporter au consommateur diverses satisfactions. Il a des caractéristiques nutritionnelles, diététiques, hygiéniques, économiques, socioculturelles car chargées de symbolismes<sup>4</sup>. Quant à la qualité, c'est un

---

<sup>1</sup> *Dictionnaire alphabétique et analogique de la langue française*, 1976, Paris, Ed. Société du Nouveau Littéré.

<sup>2</sup> Eric de Garine, 1996, « Une bonne sauce de mauvaises herbes. Notes sur les repas des Duupa du massif de Poli (Nord-Cameroun) », in François Cousin et M.C Bataille (dir.), *Cuisines, reflets des sociétés*, Paris, Ed. Sépia/Musée de l'Homme, p. 80.

<sup>3</sup> Malassis Louis et Gheris Gérard (dir.), 1992, *Initiation à l'économie agro-alimentaire*, Paris, Hatier, p. 329.

<sup>4</sup> Ibid.

mot multidimensionnel et le consommateur choisit en fonction de l'aspect qu'il privilégie<sup>5</sup>. L'aliment a donc une double signification : nutritionnelle et sociale, matérielle et culturelle. Il y a donc une grande variabilité dans ce que chaque culture pense être comestible, ce qui n'a rien à voir avec le métabolisme humain. Nous choisissons nos aliments en fonction des systèmes culturels alimentaires que l'on peut appeler aussi cuisine. Par exemple, quand nous parlons de la cuisine camerounaise c'est l'ensemble des représentations, des croyances, des pratiques qui sont partagées par une grande partie de la population camerounaise. Et donc chaque culture, chaque groupe trie, classe ce qui est comestible ou non, et crée ses propres catégories d'aliments<sup>6</sup>.

On entend par « besoins alimentaires », les quantités et les qualités d'éléments nutritifs nécessaires pour qu'une personne vive en bonne santé et qu'elle mène une activité normale. Quant à « alimentation », c'est l'action de se nourrir qui est traduite par la consommation des produits, laquelle peut se faire directement c'est-à-dire à l'état brut ou après avoir subi des transformations plus ou moins complexes<sup>7</sup>. Cette notion d'alimentation en appelle une autre pour mieux se faire comprendre : la base alimentaire. Elle est constituée principalement pour ce qui est de ce travail de la boule du mil, de l'ensemble des produits de la cueillette, de la chasse, de la pêche, de la culture et de l'élevage. Le mil qui est connu sous divers noms : grand herbe de guinée en Afrique de l'ouest, blé *kafir* en Afrique du sud, *dura* au Soudan *ontana* en Afrique orientale, *jowar* en Inde, *kaoliang* en chine,<sup>8</sup> *gaouri* en fofoulde, *souoré* en moundang au Cameroun).

Les « mets » se définissent comme tout aliment apprêté qui entre dans la composition d'un repas, par exemple le met de termite *djia souli* en moundang.

A l'Extrême Nord, la bière de mil (*bili-bili*) est la boisson la plus consommée par tout le monde. Elle a une signification sociologique particulière ; c'est la boisson du groupe. Se réunir avec ses amis autour de larges cruches de bière de mil, en boire à pleines Calebasses et dans l'euphorie, parler, danser et chanter, c'est la joie de vivre du paysan qui ne connaît point tant d'autres distractions<sup>9</sup>.

---

<sup>5</sup> Malassis Louis et Gherzi Gérard (dir.), 1992, p. 24.

<sup>6</sup> Montagne Karen Charente, « Initiation à l'anthropo-sociologie de l'alimentation », in [http:// www. Aofood. Org](http://www.Aofood.Org), site consulté le 28/10/2007.

<sup>7</sup> *Le Petit Larousse illustré*, 1998, Paris, Montparnasse.

<sup>8</sup> Purseglove John William, 1972, *Tropical crops: monocotyledons*, Vol. 1. Londres, Longman Group Limited, p. 334.

<sup>9</sup> Pour plus de précision sur le rôle de la bière du mil dans les sociétés du Nord-Cameroun, le lecteur pourra consulter avec profit Seignobos Christian, 1976, « La bière de mil dans le Nord-Cameroun: un phénomène de mini-économie », in *Recherche sur l'approvisionnement des villes et la croissance urbaine dans les pays tropicaux*, Mémoire du Ceget- CNRS, pp. 1-39.

Ainsi, on ne saurait parler véritablement de repas sans nous appesantir sur certains éléments fondamentaux qui lui donnent un sens, une importance et qui rehaussent son goût. Il s'agit de toute évidence des ingrédients. L' « ingrédient » est un produit qui entre dans la composition d'un mélange par exemple les ingrédients d'une sauce.

«L'art culinaire » renvoie à un ensemble des procédés utilisés pour confectionner des plats. Cet art met en relief toutes les recettes gastronomiques de génération en génération. Alors manger ce n'est pas seulement se nourrir, car la nourriture est aussi porteuse de sens et de valeurs.

Au terme de cet essai de clarification des termes, il en ressort que le repas est un appoint nutritionnel et social, organisé, avec des préséances et des manières bien structurées. C'est-à-dire les lieux de consommation, la façon de mettre la table, la répartition des convives, la façon de manger sont les reflets des structures sociales, des disparités de moyen des traditions et traduisent les rapports de production, les rapports entre les sexes et les générations. On distingue chez les peuples de l'Extrême-Nord, des repas ordinaires qui sont pris quotidiennement et des repas de cérémonies pris dans des circonstances exceptionnelles tels que les repas de naissance, d'initiation, de mariage, etc.

Le mot « société », se définit comme un ensemble des hommes vivant sous des lois communes soumis à un règlement commun ou réunis pour une activité commune comme la défense de leurs intérêts. C'est un milieu humain dans lequel chaque personne est intégrée et auquel la loi reconnaît une personnalité morale considérée comme propriétaire du patrimoine social<sup>10</sup>.

Les sociétés de l'Extrême-Nord se sont organisées pour assurer leur subsistance dans un environnement soumis à la récurrence des aléas climatiques provoquant sans cesse des risques permanents de récoltes insuffisantes<sup>11</sup>. Les conditions climatiques annuelles proches de l'aridité ne se révèlent pas toujours favorables aux activités pastorales, piscicoles et agricoles<sup>12</sup>. Le retrait rapide des eaux et la faible teneur en eau, entraînent une

---

<sup>10</sup> *Dictionnaire universel*, 1995, Paris, Hachette, p. 810.

<sup>11</sup> Garine Igor de, 2002, « Nourriture de brousse chez les Mussey et les Massa du Nord-Cameroun », in *Ressources vivrières et choix alimentaires dans le Bassin du Lac Tchad*, Communication présentée au XI<sup>e</sup> Colloque Méga Tchad, Nanterre.

<sup>12</sup> On observe une irrégularité des pluies dans la région dégénéralant parfois en famine. Parfois, ce sont des oiseaux granivores ou des criquets migrateurs qui détruisent les récoltes.

diminution des productions vivrières diverses<sup>13</sup>. La recherche des moyens de survie est alors prioritaire dans la vie des populations du Nord Cameroun. Toutefois, dans ce milieu marqué par l'aridité et les aléas climatiques, l'environnement offre tout de même aux hommes ainsi qu'aux animaux des graines, des feuilles, des fruits, des produits de pharmacopée et du bois de chauffage essentiel et utile à leur subsistance. Dans cet environnement, les populations ont identifié des substances qu'elles jugent utiles et comestibles. Ainsi, comme le note Eric de Garine au sujet du choix et du savoir-faire des Duupa par exemple que:

Les aliments, leur goût, leur texture, leur couleur, les façons de les mélanger et de les cuire, les modalités de leur production, mais aussi, les contextes sociaux ou rituels de leur consommation se combinent de façon différente selon les cultures pour constituer des systèmes culinaires originaux. L'ethnographie de l'alimentation des Duupa au Nord-Cameroun révèle un exemple de la diversité de ces cuisines traditionnelles<sup>14</sup>.

## II- CADRE THEORIQUE

Des études relatives à l'histoire alimentaire semblent être apparemment un domaine en friche. Cependant, un certain nombre d'auteurs se sont appesantis sur l'histoire des aliments, des plantes comestibles, oubliant que le repas en soi est un sujet tout aussi captivant. Aujourd'hui, la question de nutrition, de repas reste une des préoccupations constantes des pays, d'organismes internationaux au rang desquels l'ONU qui d'ailleurs ne déroge pas à la règle.

Eric de Garine<sup>15</sup>, à travers une étude menée chez les Duupa, dans la région de Poli au Nord-Cameroun, essaye d'appréhender la spécificité du repas chez ce peuple. Pour lui, le repas-type est constitué de la boule de mil, de la sauce composée à base de brèdes et de la bière de mil. Le prétexte de cette étude est une entrée dans la compréhension de l'histoire de ce peuple.

Henry Tourneux<sup>16</sup> par rapport à l'approche précédente apporte un autre élément entrant dans l'alimentation des populations du Nord Cameroun : le lait. Montrant de manière spécifique que le lait consommé avec la boule du mil constituent la base de

---

13 Djanabou Bakary, 2006, « Marchés, marchandises, et marchands dans les abords sud du lac Tchad: XIXe-XXe siècles ». Mémoire de DEA d'Histoire, Université de Ngaoundéré.

14 Garine Eric de, 1996, p. 22.

15 Garine Eric de, 1996, « Organisation saisonnière du système de subsistance des Duupa du massif de Poli (Nord-Cameroun) », in Seignobos Christian et al, *Taurins du Nord-Cameroun et Nigéria*, Paris, ORSTOM, p. 4.

16 Seignobos Christian et Tourneux Henry, 2002, *Le Nord-Cameroun à travers ses mots : Dictionnaire de termes anciens et modernes*, Paris, IRD / Karthala.

l'alimentation traditionnelle des Peuls. Selon lui, il s'agit d'un des repas typiques propre à ce peuple, même si au cours de leur longue migration les Peuls ont appris à se nourrir autrement et ont enrichi leur répertoire culinaire. A travers ces emprunts se dégage la dynamique culinaire de ce peuple. Or, comme le note Charente Karen Montagne « le principe de contiguïté veut que les choses qui ont été en contact les unes avec les autres, ne serait-ce qu'une seule fois, continuent à agir l'une sur l'autre, alors même que tout contact a cessé ; il y aurait dans ce cas véritablement contamination, phénomène que l'on retrouvera par la suite<sup>17</sup>.»

Au regard du processus d'évolution, les repas deviennent un outil essentiel pour la géographie des migrations et pour des recherches archéologiques. Dans la géographie des migrations, les repas mettent en exergue les vagues migratoires en étudiant la diffusion de certaines habitudes alimentaires à travers le territoire.

Dans la recherche archéologique les repas permettent de recenser tout lieu habité, un ensemble végétal ou naturel préalablement identifié.<sup>18</sup> Les repas permettent aussi de déceler des habitats disparus, à découvrir des vestiges les plus anciens à l'instar des ustensiles et ingrédients de cuisine. Dans cette logique Michèle Delneuf et Thierry Otto montrent comment de macro- restes carbonisés à utilement conduit les archéologues à rechercher et observer leurs relations possibles avec l'alimentation et l'économie, voire l'environnement, des groupes humains révélés par les vestiges de leur habitat. Aussi plusieurs prélèvements de graines et de fruits, tous carbonisés ont été effectués pour identifier la relation avec, d'une part la nature de ces habitats et d'autre part, l'environnement présent à l'époque de leur mise en place.<sup>19</sup>

Les repas apparaissent comme un moyen indispensable pour la rédaction des études historiques contemporaines. Ils apparaissent pourtant comme une science secondaire qu'une branche historique indépendante. Elle fait naturellement partie intégrante de la linguistique. Il existe donc une interaction entre le nom d'un repas et le système linguistique. C'est dans ce sens que Roulon- Doko paulette ne se contente pas seulement de présenter les matières et les gestes de la cuisine, elle étend sa description à tous les faits qui dans l'univers gbaya, entretiennent une relation plus ou moins directe dans l'art culinaire. Pour cuire les aliments il faut faire du feu, et par conséquent connaître les bons

---

<sup>17</sup> Montagne Karen Charente, « Initiation à l'anthropo-sociologie de l'alimentation », in [http:// www. Aofood. Org](http://www.Aofood.Org), site consulté le 28/10/2007.

<sup>18</sup> Hubert Emmanuelle, 1983, *Origine des noms de famille*, Genève, Ed. Cremlle.

<sup>19</sup> Michèle Delneuf et Thierry Otto, 2002, « L'environnement et les usages alimentaires en vigueur à l'époque protohistorique dans l'Extrême-Nord du Cameroun », in *Ressources vivrières et choix alimentaires dans le Bassin du Lac Tchad*, Communication présentée au XI<sup>e</sup> Colloque Méga Tchad, Nanterre.

combustibles. L'analyse fine des savoirs sur les bois de feu, sur l'appréciation de leurs qualités et sur les modalités de leur obtention. L'acte culinaire se résumerait à peu de chose s'il n'était qu'un corpus de techniques de transformation. Il faut encore envisager les plats eux-mêmes, et la manière de les apprécier, selon les critères et dans les termes des acteurs eux-mêmes. Roulon- Doko offre à cette fin une étude de la terminologie des goûts, des odeurs, des qualités tactiles des aliments, ou encore des fonctions physiologiques et des représentations du corps. Chaque thème abordé fait une mise en ordre du monde telle qu'elle apparaît dans la langue et la pensée gbaya.

Des travaux réalisés ailleurs sur les repas nous apprenons autant sur l'importance de ces derniers dans l'appréhension de l'histoire des sociétés. Dans cette perspective Ruelland Suzanne<sup>20</sup> conçoit qu'autour du repas, dans la société Toupouri, sont enseignés des contes qui font souvent mention des cultures vivrières qui constituent un motif souvent associé aux conflits interpersonnels. Par conséquent ces cultures introduisent la compétition et la jalousie entre les hommes mais aussi leur lutte contre la nature et des éléments surnaturels hostiles. L'analyse des cultures citées dans les contes, mène à un recensement des différentes techniques agricoles employées, à comprendre à travers les conflits les valeurs morales proposées comme modèles aux enfants auxquels les contes sont destinés, à dégager les croyances sur la structure cosmique.

Il ressort de ces différents travaux que les repas occupent au sein des sociétés humaines une place capitale. Car pour vivre il faut d'abord se nourrir, c'est aussi un moyen de communication car dotés de symboles, un outil de solidarité, de pédagogies etc.

## **II- PRESENTATION DU CADRE SPATIAL : MILIEU NATUREL, CONTEXTE CULTUREL ET CHOIX ALIMENTAIRE**

La compréhension des civilisations humaines en général et de l'histoire alimentaire en particulier, passe nécessairement par la connaissance du milieu géographique dans lequel ce l'Homme a évolué. Thierno Mouctar Bah dans cette dynamique note à ce sujet que :

---

<sup>20</sup> Ruelland Suzanne, 2002, « Les cultures vivrières dans les contes tupuri », in *Ressources vivrières et choix alimentaires dans le Bassin du Lac Tchad*, Communication présentée au XI<sup>e</sup> Colloque Méga Tchad, Nanterre.

L'histoire est en effet dans une perspective évolutive sanctionnée par une infinité d'éléments naturels et géographiques qui lui ont servi de cadre géographique et de support. Le cadre géographique a une importance dans la dynamique sociale lorsqu'il s'agit de l'histoire des civilisations<sup>21</sup>.

Milieu naturel et civilisation sont deux concepts étroitement liés dans les recherches en histoire. Aucune étude de civilisation, aucune étude de peuple ne saurait être appréhendée en dehors de conditions naturelles, en dehors du milieu écologique dans lequel a lieu l'étude<sup>22</sup>. Ainsi une bonne compréhension du milieu naturel de la région de l'Extrême-Nord, de ses ressources vivrières, de sa faune et de sa flore, est fondamentale car c'est dans ce milieu qu'on prélève l'essentiel des ingrédients pour confectionner les repas.

Sur le plan géographique et administratif, la région dans laquelle se déroule l'étude épouse les contours de l'actuelle province de l'Extrême-Nord du Cameroun. Avant la période coloniale cette région correspond à une partie ou une province de l'empire peul de Sokoto appelé Adamawa<sup>23</sup> qui est une terre d'occupation ancienne où se sont installées depuis des siècles des populations entraînées dans divers courants migratoires<sup>24</sup>. Au fil des temps, ces populations ont construit des ethnos culturels spécifiques en rapport avec leur environnement floral, faunique ou aquatique<sup>25</sup>.

Christian Seignobos<sup>26</sup> classe les ethnies de l'Extrême-Nord en cinq grands groupes. Le groupe des monts Mandara septentrionaux constitué des Mafa, Podokwo, Muktéle, etc. Le groupe des monts Mandara centraux avec les Kapsiki, Gude, Njegn et Fali, etc. Les groupes des plaines constitués des Guiziga, Guidar, Mundang, Tupuri, Musey, Masa, etc. Les groupes formés des Foulbés, Bornouans, Mandara, Kotoko, Arabes choa et Hausa, et les groupes comprenant les Ngambay, Kabalay, Kim et Gabri<sup>27</sup>.

---

<sup>21</sup> Thierno Mouctar Bah, 1985, « Guerre, pouvoir et société dans l'Afrique précoloniale (entre le Lac Tchad et la côte du Cameroun) », Thèse de Doctorat d'État ès Lettres, Vol I, Université de Paris I, p.16.

<sup>22</sup> Essomba Jean-Marie, 1992, *L'archéologie au Cameroun*, Paris, Karthala.

<sup>23</sup> Fadibo Pierre, 2005, « Les épidémies dans l'Extrême-Nord du Cameroun XIX<sup>e</sup> XX<sup>e</sup> siècles », Thèse de Doctorat d'Histoire, Université de Ngaoundéré.

<sup>24</sup> Nizésété Bienvenu Denis, 2001, « Symbolisme de l'eau dans les sociétés traditionnelles du Nord-Cameroun », in *Palabres*, Actes du premier colloques des Ecrivains du Nord-Cameroun.

<sup>25</sup> Nizésété Bienvenu Denis, 2002, « Les repas et leurs messages chez les peuples du Nord-Cameroun. Le cas des (Dii, Mboum, Guidar, Moundang, Toupouri et Kotoko) in *Ressources vivrières dans le bassin du Lac Tchad*, Actes du XI<sup>e</sup> colloque Mega -Tchad, Nanterre.

<sup>26</sup> Seignobos Christian, 2002, « Répartition et densités de la population » in Seignobos Christian et Iyebi-Mandjek Olivier, *Atlas de la province de l'Extrême-Nord Cameroun*, Paris, IRD.

<sup>27</sup> Seignobos Christian, 2000, p. 61.

Sur le plan physique cette région comporte trois régions naturelles que sont les Monts Mandara, la plaine du Diamaré et les zones inondables du Logone. Chaque sous région a des caractéristiques naturelles qui jouent un rôle important dans les habitudes alimentaires.

Les monts Mandara sont des régions constituées des hauts massifs aux pentes brutales dont l'altitude varie entre 500 et 1500m<sup>28</sup> qui sont multipliés et isolés les uns des autres par un compartimentage dus à la tectonique. Ils sont également une région aux précipitations relativement abondantes par rapport aux autres régions de l'Extrême-Nord. Les moyennes annuelles varient entre 600 et 1100m<sup>29</sup>.

Les plaines du Diamaré et de Kaélé sont une zone marquée par une série d'inselbergs notamment les massifs de Moutourwa, Boboyo, Lara et de Gadas au Sud et la Dent de Mindif, le massif de Bogo et les chaînes montagneuses longeant la ligne Maroua-Mora. C'est une région caractérisée par l'extension des dépôts argileux localement appelés *karal* favorables à la culture du mil repiqué *mouskouari*. Ces vertisols côtoient souvent des sols érodés riches en sodium impropres aux cultures localement appelées *hardé*. A l'Est de Mindif, les milieux naturels sont très variés. Les bandes sableuses sèches propices aux cultures dessaisonnées. Au nord de la plaine du Diamaré s'étend une large région inondable appelée la dépression tchadienne. Cette région de plaine appelée *yaéré* est constituée de sols homogènes, hydromorphes et argileux. Les *yaéré* portent des savanes herbeuses à graminées vivaces<sup>30</sup>.

Bien plus une étroite corrélation règne entre un environnement écologique et l'alimentation des populations locales, et ce particulièrement en milieu rural comme le souligne Eric de Garine : « [...] dans toutes les sociétés agraires de l'Afrique [...] l'aliment de base est en général représenté par la plante qui domine dans le système agricole : le mil pénicillaire, le sorgho, le fonio ou l'éleusine. A chaque société son « pain quotidien »<sup>31</sup>.

Malgré quelques bouleversements naturels a l'instar de crues, d'invasions de sauterelles ou d'oiseaux granivores, des crises épisodiques de sécheresse, on s'aperçoit qu'ils exploitent judicieusement les ressources végétales et animales, que leur offre leur environnement en particulier la brousse et c'est pourquoi ils parviennent à préparer « de bonnes sauces avec des mauvaises herbes<sup>32</sup> ».

---

<sup>28</sup> Fadibo Pierre, 2005, p. 96.

<sup>29</sup> Ibid.

<sup>30</sup> Ibid.

<sup>31</sup> Garine Eric de, 1996, p.83.

<sup>32</sup> Ibid.

La diversification de la production agricole et pastorale y est évidente. On y cultive les céréales toute l'année, avec en prime les deux variétés de sorgho (*Sorghum bicolor* rouge et jaune, le mil (*Pennisetum typhoides*) et le maïs (*Zea mays*), le riz (*Oryza sativa*). Les céréales constituent les aliments de base du menu quotidien et surtout de la farine des céréales confectionnée selon les habitudes traditionnelles appelée communément la « boule ».

Les légumes-feuilles, ingrédient principal des sauces qui accompagnent la boule sont cultivées dans les champs mais davantage cueillis en brousse. Ces feuilles à cuire proviennent en général du baobab (*Adansonia digitata*), du fromager (*Ceiba pentandra*), de l'oseille de guinée (*Hibiscus sabdariffa*), de la morelle noire (*Solanum nigrum*), du niébé (*Vigna unguiculata*), du gombo (*Hibiscus esculentus*), de nombreux ficus (*Ficus sycomorus*, *Ficus platyphylla*) et des arbres sauvages comme les (*Daniella oliveri*), (*Detarium microcarpum*), (*Parkia biglobosa*), *Tamarindus indica*)<sup>33</sup>. Les feuilles de quelques plantes cultivées comme le manioc *Manihot esculenta* et le taro *Colocasia esculenta* font partie des légumes. L'apport de ces végétaux en vitamine C n'est pas négligeable dans la pharmacopée<sup>34</sup>.

Il existe trois grandes catégories de « sauces » composées à base des ressources vivrières existantes dans notre zone d'étude:

Celles qui sont préparées avec des feuilles requérant l'addition de la pâte d'arachide, telles que les feuilles de manioc (*Manihot esculenta*), les feuilles de niébé (*Vigna unguiculata*) les feuilles d'*Hibiscus sabdariffa*, *Morenga oleifera*, *Momordica charantia*, *Amaranthus*, *Vernonia*, *Curcubita maxima*, *Cassia obtusifolia*, *Hibiscus cannabinus*, *Cleome gynandra*, *Solanum nigrum*<sup>35</sup>

Celles qui sont préparées à partir des feuilles séchées : feuilles de baobab, feuilles de *Corchorus fascicularis*, feuilles de *Hibiscus articulatus*, feuilles de *Celtis integrifolia*.

#### IV- CADRE CHRONOLOGIQUE

Les délimitations chronologiques de ce sujet vont de 1850 à 2005. L'année 1850 se situe dans le Cameroun traditionnel avec une forte influence de l'isolement avec les autres peuples. En effet l'art culinaire des peuples de l'Extrême- Nord n'est fondamentalement pas bouleversé par les cultures étrangères.

---

<sup>33</sup> Garine Eric de, 1996, p.83.

<sup>34</sup> Bergeret Anne et Ribot Jesse, 1990, *L'arbre nourricier en pays sahélien*, Louvain, éd. Maison des Sciences de l'homme.

<sup>35</sup> Seignobos Christian et Tourneux Henry, 2002, p. 18.

L'année 2005 marque le Nord Cameroun qui en contact depuis le XX<sup>e</sup> avec la colonisation, fait son entrée dans la modernité. L'instruction, les contacts avec les autres peuples du Cameroun, l'ouverture aux recettes culinaires du monde, les progrès de la science agronomique et diététique, par le biais de l'éducation, des médias etc. modifient les habitudes alimentaires traditionnelles avec des apports nouveaux. Par ailleurs, les termes permanences voudraient noter que les habitudes alimentaires n'ont pas fondamentalement changé au Nord Cameroun. Car les traditions alimentaires en relation avec les rites funéraires demeurent. On constate que les changements sont mineurs en milieu rural qu'en zone urbaine. Il faut noter que les changements sont en relation avec les moyens et le statut social des individus. Pour ce qui est du changement, on peut répondre par l'affirmative en fonction de la modernité, de l'appartenance religieuse, des maladies etc.

## V- REVUE DE LA LITTÉRATURE

Notre thème tire certaines de ses données fondamentales sur la base des travaux d'historiens, d'anthropologues, d'archéologues, des géographes, des diététiciens, des théologiens et dans quelques ouvrages botaniques, agronomiques, agro-alimentaires ; ainsi que des travaux sur l'environnement, sur les ressources vivrières et les choix alimentaires à l'Extrême-Nord Cameroun. Des auteurs se sont investis, chacun à son époque, à sa manière et dans son but dans des thèmes précis.

Certains auteurs se sont attachés à présenter les origines et les étapes de l'alimentation les plus anciennes du monde. Les festins égypto-pharaoniques soulignent que la crue annuelle du Nil donnait aux anciens Egyptiens un avantage agricole car ils pouvaient faire pousser un ensemble de céréales et de légumes en abondance. Le Nil fournissait du poisson et des oiseaux sauvages, et les anciens Egyptiens domestiquaient du bétail pour la viande<sup>36</sup>. A partir de la période prédynastique<sup>36</sup>, les céréales transformées en pains devinrent la base de l'alimentation des anciens Egyptiens. La farine était mélangée avec de la levure, du sel, des épices, du lait et parfois du beurre et des œufs. La pâte était pétrie à la main ou parfois avec les pieds, dans de grands récipients.

O'déyé Michèle et Sautier Marc<sup>37</sup> mentionnent que les préparations alimentaires africaines sont inadaptées aux modèles de la vie urbaine et que le modèle occidental de consommation devrait se développer dans les villes. Leur ouvrage nous sert d'élément de

---

<sup>36</sup> Budgen Sidonie, « La cuisine romaine », in <http://www.clioetcalliope.com>, site consulté le 22 juillet 2007.

<sup>37</sup>O'déyé Michèle et Sautier Marc, 1989, *Mil, maïs, sorgho. Technique et Alimentation au sahel*, Karthala-PUSAR.

critique par rapport aux préjugés qu'ils ont des aliments africains pourtant qualifiés de riches par certains nutritionnistes.

L'ouvrage collectif dirigé par Alain Froment<sup>38</sup> porte sur l'anthropologie alimentaire et le développement en Afrique intertropicale. Ce document contient des contributions importantes sur l'art culinaire au Nord-Cameroun dont celle d'Eric de Garine-Wachatitsky qui éclaire sur les modalités de cueillette de quelques plantes sauvages et leur utilisation dans l'alimentation des Gimbe et des Duupa, peuples du Nord-Cameroun.

Igor Garine de<sup>39</sup>, en tenant en considération la vulnérabilité du système économique de la région habitée par les Muzey et les Masa du Nord-Cameroun, pense que les repas ne doivent pas seulement être composés des ressources domestiques. Il propose des solutions dans le maintien de l'utilisation des ressources sauvages. Ainsi, les repas doivent être composés en même temps des ressources tant domestiques que sauvages. Au delà de la portée nutritionnelle, le même auteur pense que les repas dégagent également une portée pédagogique. A travers les repas, il préconise d'ailleurs l'élaboration d'un programme d'éducation destiné à restaurer l'image des ressources sauvages en démontrant leur valeur nutritionnelle, culturelle et dont le but est la préservation de l'écologie dont dépendent les brèdes, base de l'alimentation locale.

Mokam David<sup>40</sup> s'attèle à présenter les types de nourriture consommée, la façon de les consommer, de les préparer et les instruments pour la préparation. Dans son analyse il s'attarde sur un élément du repas qui est la bouillie. Elle est prise comme repas en général, car c'est cela qui est bu le matin. Elle est aussi considérée comme un digestif. Traditionnellement, il est attribué à la bouillie des vertus thérapeutiques. C'est dans ce sens qu'elle est recommandée à la femme qui vient d'accoucher. La bouillie possède d'autres significations dans certaines sociétés du Nord-Cameroun. Chez les toupouri et les moundang on exprime sa compassion envers une personne endeuillée en lui apportant de la bouillie qu'elle fait boire à l'assistance.

---

<sup>38</sup> Froment Alain, 1993, « Bien Manger et Bien Vivre. Anthropologie et Développement en Afrique Intertropicale : du biologique au social », in *Actes du Colloque tenu à Yaoundé, Cameroun du 27 au 30 avril 1993*, Paris, ORSTOM/ Ministère de la Coopération.

<sup>39</sup> Garine Igor de, 2002, p 8.

<sup>40</sup> Mokam David, 2002, « Restaurants par terre et la culture alimentaire au Nord- Cameroun d'hier à demain: le cas de Ngaoundéré », in *Ressources vivrières dans le bassin du Lac Tchad*, Actes du XI<sup>e</sup> Actes de colloques Mega Tchad, Nanterre.

Réné Jaouen<sup>41</sup> montre dans son ouvrage, l'apport du mil comme source essentiel de l'alimentation des populations du Nord-Cameroun. C'est un document important qui aborde les dimensions sociale, religieuse, économique et mythique de cette céréale.

Henry Tourneux<sup>42</sup>, fait un récapitulatif des ingrédients et des différents repas qu'on rencontre dans la société peule et s'intéresse aux différents noms des repas. Ce document nous renseigne sur tous les noms des plantes, des mets, etc. en langue locale.

Calixthe Bélyala, étudie le rôle des repas dans l'attrait et la « conservation » de l'homme. Elle analyse la nature, les manifestations et l'impact des repas dans le processus de la séduction en Afrique.<sup>43</sup> C'est dire que les repas sont aussi des moyens par lesquelles les femmes utilisent pour conserver leur mari et par ricochet leur foyer.

Paulette Roulon-Doko<sup>44</sup>, traite de la cuisine proprement dite, d'abord de l'acquisition des éléments essentiels pour la préparation, ensuite de la conception physiologique du boire et du manger. Enfin elle présente les manières de faire et les savoirs attachés aux techniques de production par la chasse, la cueillette. Cet ouvrage livre des connaissances sur les techniques des arts de la cuisine et les manières de les manger.

Tubiana Jérôme<sup>45</sup>, démontre que si la faune sauvage joue un faible rôle matériel, notamment dans l'alimentation (par le biais de la chasse), sa place est essentielle dans les domaines de l'immatériel : l'organisation sociale, l'imaginaire collectif et les croyances religieuses anciennes. Chez ces éleveurs Teda-Daza et Beri (Tchad, Niger, Soudan) de dromadaires et de chèvres, l'animal domestique est cantonné au domaine matériel et au réel tandis que l'animal sauvage est « maître de l'imaginaire ».

Anne Bergeret, et Jesse Ribot<sup>46</sup> montrent que l'arbre en pays sahélien, a multiples usages, entre autres les rôles producteurs de nourriture, par ses feuilles. Comment au long de siècles de familiarité avec un climat erratique, les populations sahéliennes ont appris à tirer profit d'un vaste ensemble d'arbres et d'autres espèces pérennes telles les arbustes, les lianes, les tubercules. Les produits de cueillette constituent un élément important des stratégies paysannes permettant d'assurer la subsistance dans un environnement à haut

---

<sup>41</sup> Jaouen René, 1995, *L'Eucharistie du mil*, Paris, Karthala.

<sup>42</sup> Seignobos Christian et Tourneux Henry, 2002, p. 58.

<sup>43</sup> Bélyala Calixthé, 2000, *Comment cuisiner son mari à l'africaine*, Flammarion, Paris.

<sup>44</sup> Roulon-Doko Paulette, 2001, *Cuisine et nourriture chez les gbaya de Centrafrique*, Paris, l'Harmattan.

<sup>45</sup> Tubiana Jérôme, 2006, « Représentation de l'animal sauvage chez les éleveurs Teda-Daza et Beri (Tchad, Niger, Soudan) », Thèse de doctorat d'études africaines, Paris.

<sup>46</sup> Bergeret Anne et Ribot Jesse, 1990.

risque en misant sur la diversité complémentaire des espèces, la succession de leur récolte et la constitution de réserves par les femmes.

Jesse Ribot montre que la contribution de l'arbre à la nourriture humaine surtout en ce qui concerne l'apport des feuilles d'arbres est largement ignorée, alors que la valeur fourragère des feuilles de nombreuses espèces d'arbres est beaucoup mieux connue pour l'alimentation des animaux.

Saïdou<sup>47</sup> montre que la sauce de l'*Hibiscus Sabdariffa* est un aliment consistant. A cet effet, il affirme que les couscous préparés à base de la farine de céréales dans le grand Nord-Cameroun ont une valeur nutritive évidente.

Abordant dans le même sens, Djomdi<sup>48</sup> mentionne que les céréales demeurent la base essentielle de l'apport protéique de l'alimentation infantile et constitue un complément important dans l'équilibre protéique des adultes. Et à côté des problèmes de déficience, se situe l'importance des acides aminés indispensables dans l'organisme à différents stades.

Dans la même logique Yadang Germaine<sup>49</sup> ressort dans ses travaux que les mets consommés à l'Extrême Nord du Cameroun ont une valeur nutritive très variable. Car ils sont riches en protéines, en sels minéraux etc.

C'est au regard de ces recherches et vu les rôles importants des aliments consommés que nous envisageons l'analyse de ces éléments dans les mets consommés à l'Extrême-Nord du Cameroun.

La lecture de tous ces documents dont l'apport est indéniable pour comprendre la place des repas dans les sociétés septentrionales du Cameroun n'a pas comblé nos attentes. Les repas sont étudiés essentiellement sur le plan biochimique, diététique ethnobotanique et anthropologique. Le repas dans sa dimension socio-culturelle, dans sa pédagogie bref repas comme source de l'histoire d'un peuple n'est pas été totalement évoqué. Notre contribution vise donc à combler cette lacune et en apportant un plus en étudiant les repas dans une approche évolutive.

## VI- PROBLEMATIQUE

---

<sup>47</sup> Saïdou, 2001, « L'identification et estimation de la teneur en monosaccharide et disaccharide de quelques mets de l'Extrême Nord-Cameroun », mémoire de Maîtrise de Biologie Appliquée, Université de Ngaoundéré.

<sup>48</sup> Djomdi, 2001, « Identification et estimation de la teneur en acides aminés indispensables de quelques mets du Nord-Cameroun », mémoire de Maîtrise de Biologie Appliquée, Université de Ngaoundéré.

<sup>49</sup> Yadang Germaine, 2000, « Etude de la valeur nutritive de quelques mets de l'Extrême Nord Cameroun », Mémoire de Maitrise en biologie Appliquée, Université de Ngaoundéré, Faculté des sciences.

Le problème que soulève ce travail est celui de savoir comment d'une part, mettre à contribution les repas pour appréhender toute l'histoire culturelle et naturelle des peuples du Nord- Cameroun dans le domaine de l'exploitation de la culture alimentaire, de la mise en valeur des ressources naturelles, des recettes culinaires et de la dynamique alimentaire? et d'une part d'étudier les symboles et les messages qui se transmettent à travers les repas ; et de voir en quoi le repas est un outil de socialisation, de convivialité, et de fraternité.

## VII- LES OBJECTIFS

L'étude que nous entreprenons ici vise des objectifs bien définis qui consiste à :

- Montrer l'impact du milieu naturel sur les ressources et les choix alimentaires des populations de l'Extrême Nord du Cameroun.
- Faire un inventaire des ressources vivrières qui sont constituées des ressources végétales (plantes sauvages et domestique) et animales (faune et animaux d'élevage)
- Étudier l'histoire des quelques peuples de l'Extrême-Nord Cameroun pour apporter notre contribution à l'historiographie du Nord Cameroun.
- Analyser les repas comme outil privilégié pour commémorer les grands moments de l'existence humaine. A l'instar des repas de naissance, de mariage, de deuil et des repas de règlement de conflit comme le repas fait à base des feuilles de l'Hibiscus Sabdariffa appelé aussi folléré en langue vernaculaire .
- Recenser les tabous et interdits alimentaires afin de pouvoir mieux les comprendre et les expliquer.
- Etudier les modifications culinaires et alimentaires en temps de famine.
- Etudier les rythmes de saison et cuisine.
- Faire une problématique des repas ; culture physique et hygiène alimentaire à un moment ou obésité « mal bouffe » OGM font débat.
- Voire l'évolution des méthodes du « manger », « des habitudes écoeurantes, le manger ensemble etc, »
- Étudier la pédagogie qui se dégage autour des repas.
- Evaluer la dynamique des habitudes alimentaires sous l'influence de la modernité.

Une telle étude devrait aboutir à l'identification des similitudes et des différences des types de repas entre les peuples ciblés pour une meilleure compréhension des rapports entre les différents peuples et les diversités culturelles.

Par ailleurs en mettant en exergue les images contradictoires relatives que véhiculent les repas, source de vie, de convivialité, de solidarité, ce travail doit contribuer à une meilleure connaissance des comportements des peuples du Cameroun septentrional à l'égard des repas.

### **VIII- METHODOLOGIE DE RECHERCHE**

Une telle entreprise scientifique nécessite la présentation de notre démarche en rapport avec l'objectif principal qu'est l'atteinte du résultat escompté. En rapport donc avec le but première c'est-à-dire la contribution des repas dans la compréhension de l'histoire et des civilisations des peuples de l'Extrême Nord Cameroun. Cette démarche méthodologique vise la facilitation de la collecte des éléments qui permettront d'élaborer ce mémoire. Elle précise les sujets, elle spécifie les principales étapes de la collecte, du traitement et de l'analyse, c'est-à-dire : identifier leur origine ethnique et leur religion afin de déterminer leurs besoins alimentaires, ce qui permettra de connaître les différentes habitudes alimentaires. Identifier les différents espaces de production (origine géographique).

#### **SOURCES ET METHODE DE LA COLLECTE DES DONNEES**

Les outils de travail dans le cadre de cette étude sont nombreux et constituent une gamme variée en fonction de la typologie des instruments. Il s'agit d'emblée des documents généraux et spécifiques qui ont constitué jusqu'ici l'essentiel de nos lectures. Les ouvrages généraux nous ont situé sur des théories existantes, tandis que les documents spécifiques nous ont permis d'orienter notre problématique, de cerner les différentes approches méthodologiques logiques.

Nous avons collecté les premières données quantitatives et qualitatives sur la consommation dans les localités cibles. La recherche documentaire nous a conduit jusqu'ici dans les centres de documentations de l'Université de Ngaoundéré, au département d'histoire. Nous pensons précisément aux publications scientifiques (ouvrages et articles scientifiques), des archives, des mémoires et thèses, des articles de presse et en dernier ressort toutes brochures susceptibles de nous fournir des informations sur la recherche dont il est question. La consultation de ce groupe de sources nous permettra sans doute d'établir un répertoire des productions scientifiques relatives à l'histoire culinaire des peuples au sud du Sahara en général, et en particulier à celle du Nord Cameroun. De même, l'examen de ces sources nous permettra, évidemment, d'exposer le répertoire

thématique qu'elles abordent. Elle s'effectue également sur l'Internet dans les centres de recherche agronomique de l'IRAD de Maroua, et à la MEADEN de Garoua.

Quant aux documents administratifs, ils concernent les rapports d'étude et d'actualités, les publications des organismes publics et privés intervenant de quelque manière que ce soit dans le domaine agroalimentaire.

Plus est pour une meilleure appréciation de l'évolution de la consommation des populations de l'Extrême-Nord, nous nous sommes rapprochée des services provinciaux de la programmation et de l'aménagement du territoire de l'Extrême-Nord, de la division économique de l'Extrême-Nord, des services de l'agriculture pour évaluer la production locale.

Nos données provenant de différentes sources mentionnées ci-dessus pourront être complétées quand nous exploiterons le domaine des ressources orales. Il s'agira pour l'essentiel d'interroger d'une part une catégorie de personnes cibles capables d'enrichir nos informations en terme de qualité, et d'autre part, il sera question d'approcher toute personne susceptible de nous fournir des renseignements sur notre question de recherche.

L'enquête c'est effectué a l'aide d'un questionnaire bien élaboré. Nous retenons comme unité d'enquête pour les consommateurs le ménage. Nous considérons le ménage comme un ensemble composé d'une ou plusieurs personnes (unité socio-économique) ayant un lien de sang, de mariage ou non ,vivant dans un ou plusieurs logements de la même concession (cet ensemble de logements constituant une unité d'habitation), mettant en commun tout ou partie de leurs ressources, pour subvenir aux dépenses courantes, prenant le plus souvent leur repas commun, et reconnaissant l'autorité d'une seule personne connue chef de ménage (ou personne de référence). Il faut également mentionner les enquêtes personnelles ou celle effectuées par des organismes divers et les structures de recherche, portant très souvent sur l'aspect nutritionnel.

Nous consulterons les boutiques, les alimentations, les magasins, les supermarchés, pour analyser et voire ce que les populations de la zone d'étude consomment, quelles sont leur préférence ? Ont-ils le choix? Etc.

La présence des jeunes et des vieux dans notre échantillonnage sera justifiée par le fait que les premiers seront entretenus au sujet des repas récents ainsi que sur les différents procédés d'obtention et de cuisson. Quant aux personnes âgées ils nous aideront à comprendre les manœuvres anciennes et nous donnerons leurs idées par rapport à l'évolution de la consommation des repas des populations du Nord- Cameroun depuis leur temps jusqu'à nos jours.

Notre échantillonnage prend en compte plusieurs catégories d'informateurs ceci en tenant en compte leur statut social, leur religion, leur sexe et leur origine ethnique afin de jauger la façon de se nourrir de chaque groupe social.

La méthode d'observation sur le terrain a été indispensable pour la rédaction de ce projet de thèse. Par exemple nos descentes dans les soirées au village, les journées gastronomiques organisées lors des semaines culturelles nous ont été très enrichissantes. Les observations ont joué un rôle important dans notre collecte de données dans la mesure où elle nous permis d'appréhender les non-dits ou alors de confirmer certains écrits. Les entretiens exploratoires, nous ont permis de répertorier les produits vivriers consommés par les différentes familles, identifier les mets spécifiques qu'on confectionne pendant les repas de naissance, d'initiation, de mariage, et de décès. Il s'agit d'une action qui s'effectuera tout au long de l'étude, et ceci concomitamment avec la recherche documentaire.

Une confrontation de ces différentes sources nous amènera à adopter une approche d'analyse combinatoire : l'approche diachronique, pour rendre compte de la trame des évènements dans leur évolution dans le temps ; l'approche systémique pour ressortir simultanément l'impact de l'environnement, les changements climatiques, les conjonctures économiques sur les repas en général et l'approche genre pour mieux ressortir l'apport des femmes dans ce domaine des données statistiques seront prélevées dans le temps et l'espace afin de ressortir les différentes phases de la dynamique en matière de gastronomie de la région étudiée.

Les photos que nous aurons prises ou pu entrer en possession (pour les plus anciennes), nous permettront d'illustrer les différents repas, leurs compositions, les maîtres de cuisson, les méthodes de consommation.

## X- Bibliographie indicative

### A- Ouvrages généraux

- 1) Adler Alfred, 1982, *La mort est le masque du roi. La royauté sacrée des Moundang du Tchad*, Paris, Payot.
- 2) Ariès Paul, 1997, *La fin des mangeurs : les métamorphoses de la table à l'âge de la modernisation alimentaire*, Desclée de Brouwer, Paris.
- 3) Aurenche Christian, 1981, *Mil, Mil, reviens-moi, Contes et poèmes du Nord Cameroun, Zouglo, Mada, Mouyang*, Paris, SERIEP.
- 4) Baroin Cathérine et Boutrais Jean, 1999, *L'homme et l'animal dans le bassin du lac Tchad*, Paris : IRD.
- 5) \*Beauvillain Alain, 1989, *Nord-Cameroun : Crises et peuplement*, Tomes I et II. Alain Beauvillain, Caen, 19.
- 6) \*Bergeret Anne et Ribot Jesse, 1990, *L'arbre nourricier en pays sahélien*, Belgique, Louvain, éd. Maison des Sciences de l'homme.
- 7) Bessis Sophie, 1995, *Mille et une bouche, cuisine et identités culturelles*, Paris, collection Autrement, série Mutations.
- 8) \*Bergeret Anne, 1965, *Une enquête alimentaire et nutritionnelle chez les Toupouri de Golonpui*, Yaoundé, Ed. IRSC.
- 9) Boutrais Jean et al, 1984, *Le Nord Cameroun, des hommes, une région*, Paris, ORSTOM.
- 10) Bouvenot et al, 1994, *Pathologie médicale Tome 1. Pneumologie, néphrologie, Cancérologie, Nutrition*, Paris, Editions Masson.
- 11) Certeau Giard Mayol de, 1994, *L'invention du quotidien, habiter, cuisiner*, Gallimard, Paris.
- 12) Chapelle Jean, 1986, *Le peuple tchadien : ses racines et sa vie quotidienne*, Paris, l'Harmattan.
- 13) Chrétien Jean Pierre et al 1989, *les ethnies ont une histoire*, Paris, Karthala.

- 14) \*Deschamps Henri et al, 1955, *Populations du Moyen-Logone (Tchad et Cameroun)*, Paris, Collège de Bongor, ORSTOM.
- 15) Deschamps Henri, 1970, *Les religions d'Afrique noire*, PUF, Paris.
- 16) Dupriez Hugue et Leener Philippe de, 1987, *Jardins et verger d'Afrique*, Paris, L'Harmattan.
- 17) \**Encyclopédie de la République Unie du Cameroun*, 1981, NEA, Douala.
- 18) \**Encyclopédique Larousse*, 1984, Vol.6, Edition complète librairie Larousse.
- 19) Essomba Jean-Marie, 1982, *Civilisation du fer et société en Afrique central: Le cas du Cameroun méridional*, Paris, L'Harmattan.
- 20) Flandrin Jean-Louis, 1996, *Histoire de l'alimentation*, Fayard, Paris.
- 21)\* Garine Eric de, 1996, *Cuisine : Reflets des sociétés*, Paris, Edition Sépia, Musée de l'Homme.
- 22)\* Garine Eric de, 1996, *Bien manger et bien vivre –Anthropologie alimentaire et développement en Afrique tropicale : du biologique au social*, Paris, ORSTOM/ L'Harmattan.
- 23) Gide André, 1961, *L'alimentation et la cuisine à Rome*, Paris, Payot.
- 24) Goff Jean le et Nora Pierre, 1974, *Faire de l'histoire. Nouveaux objets*, Paris, Gallimard.
- 25) \*Guengant Jean-Pierre, Seignobos Christian, Sodter Francois, (éds). 2006, *La jachère en Afrique occidentale, l'apport des sciences sociales*, Paris : L'Harmattan, collection Ressources renouvelables.
- 26) \*Guillard Joanny, 1965, *Golonpui Nord-Cameroun. Analyse des conditions de modernisation d'un village du Nord Cameroun*, Paris, Mouton.
- 27) \*Jaouen René, 1995, *L'Eucharistie du mil*, Paris, Karthala.
- 28) \*Ki-Zerbo Joseph, 1992, *Histoire de L'Afrique noire*, Paris, Hatier.
- 29) Lestringant, 1964, *Les pays Guidar au Cameroun, Essai d'histoire régionale*, Paris, Edition le Seuil.
- 30) \*Lévi-Strauss Claude, 1964, *Le cru et le cuit. Mythologiques 1*, Paris, Hermann.

- 31) \* Marliac Alain, 2006, *De l'Archéologie à l'histoire. La fabrication d'histoires en Afrique subsaharienne et au-delà*, Paris, L'Harmattan.
- 32) Mohammadou Eldridge, 1990, *Traditions historiques des peuples du Cameroun central*, vol1, Mbéré, Mbum et Tikar, Tokyo, ILCAA.
- 33) Natchigal Gustav, 1881, *Sahara et soudan (tradition des J. Gourdault)*, Paris, Hachette.
- 34) Obenga Théophile, Cheikh Anta Diop, 1996, *Volney et le Sphinx*, Khépera, Paris, Présence Africaine.
- 35) Poulain Jean Pierre, 2002, *Penser l'alimentation, entre imaginaire et rationalité*, Privat, Toulouse,
- 36) \*Seignobos Christian et Iyebi-Mandjek Olivier, 2000, *Atlas de la province de l'Extrême Nord Cameroun*, Paris, IRD.
- 37) \*Zeltner Jean -Claude, 1980, *Pages d'histoire du Kanem*, Paris, l'harmattan.

## **B- ARTICLES ET CHAPITRES D'OUVRAGES**

- 1) Cloarec-Heiss et al, 1998, « Des noms et des routes: la diffusion des plantes Américaines en Afrique centrale (RCA- Tchad) », in *Plantes et paysages d'Afrique, une histoire à explorer*, pp.243-263.
- 2) Corbeau Jean-Pierre, 1997, « Socialité, sociabilité ... Sauce toujours » in *Cultures, nourriture*, Maison des cultures du Monde, Paris, pp. 255-272.
- 3) David Nicholas, 1976, « History of crops and peoples in north Cameroon to AD/900 », in *Origins of African plant domestication*, la Haye, Mouton, pp.116-139.
- 4) Feckoua Laoukissam Laurent, 2001, « les hommes et leurs activités en pays tupuri du Tchad », in *Palabres*, Organe d'information du cercle de réflexion sur la culture tupuri (CRCT), Université de Ngaoundéré, pp.61-85.
- 5) Frobenius Léo, 1987, *Peuple et société traditionnelle du Nord-Cameroun*. Traduit par Eldridge Mohammadou. Wiesbaden, Frank Steiner Verlag (Studien zur Kulturkunde 83), pp. 141-152.

- 6) Garine Eric de, 1996, « Contribution à l'ethnologie du taurin chez les Duupa de massif de poli (Nord Cameroun) », in Seignobos Christian & Thays (dir.), *Taurins du Nord-Cameroun et du Nigeria*, Paris, ORSTOM/HEMV, pp.123-181.
- 7) Garine Igor de, 1996, « Aspects psychoculturels de l'alimentation : Motivations des choix- Interdits alimentaires » in *Bien manger et bien vivre : Anthropologie alimentaire et développement en Afrique intertropicale : du biologique au social*, l'Harmattan, Paris, pp. 83-88.
- 8) \*Garine Igor de, 2002, « Nourriture de brousse chez les Moussey et les Massa du Nord-Cameroun», in *Ressources vivrières et choix alimentaires dans le bassin du Lac Tchad* Communication présentée au colloque Mega-Tchad Université de Paris X-Nanterre, les 20, 21 et 22 novembre 2002, pp.295-318.
- 9) Morin Serge, 2000, « Géomorphologie », in *Atlas de la province de l'Extrême-Nord*, Paris, édition IRD, pp.46-57.
- 10) \*Mokam David, 2002, « Restaurants par terre et la culture alimentaire au Nord-Cameroun d'hier à demain: le cas de Ngaoundéré », in *Ressources vivrières dans le bassin du Lac Tchad*, Actes du XI<sup>e</sup> Actes de colloques Mega Tchad, Nanterre, pp.1-15
- 11) Moustier Paule, 1996, « le maraîchage : un diagnostic agroéconomique », in *Agriculture des savanes du Nord-Cameroun : vers un développement solidaire des savanes d'Afrique centrale*, communication présentée à l'atelier des changes du 25-29 Novembre à Garoua, Cameroun, T1, pp. 207-223.
- 12)\*Nizésété Bienvenu Denis, 2001, « Symbolisme de l'eau dans les sociétés traditionnelles du Nord-Cameroun », in *Palabres*, Actes du premier colloques des Écrivains du Nord-Cameroun, pp.83-101.
- 13) \*Nizésété Bienvenu Denis, 2002, « Les repas et leurs messages chez les peuples du Nord-Cameroun. Le cas des (Dii, Mboum, Guidar, Moundang, Toupouri, Kotoko), in *Ressources vivrières dans le bassin du Lac-Tchad*, Communication Mega- Tchad 2006, pp.1-14.
- 14) Roulon- Doko Paulette, 2005, « Le sésame en pays gbaya », in Christine Raimond, Garine Eric de, et Langlois Olivier, *Ressources vivrières et choix alimentaires dans le bassin du lac tchad*, Paris, ed IRD, pp.177-285.

15) Rousard, Marcel, 1983, « La culture spéculative de l'igname en pays dourou : Gamba ». In Beauvillain Alain, *Atlas aérien du Cameroun*. Yaoundé, Université de Yaoundé, pp.191-204.

## **C- THESES ET MEMOIRES.**

### **THESES**

1) Beauvillain Alain., 1989, « Nord-Cameroun: crises et peuplement » Thèse de Doctorat ès Lettres et Sciences Humaines, Université de Rouen.

2) Chantal Collard, 1977, « organisation sociale des Guidar ou Baïnawa », thèse de 3ème cycle, université de Paris V, Sorbonne.

3) Domo Joseph, 1964, « Identité sociale et transformation des représentations sociales : culture du mil et culture du riz au Cameroun », Thèse de Doctorat de 3<sup>e</sup> cycle en Sociologie, Université d'Aix-en-Provence.

4) Gormo Jean, 2004, « Les plantes et l'homme dans les sociétés Toupouri et Massa du Nord-Cameroun du XIXe au XXe siècle », Thèse de Doctorat /Ph.D. en Histoire, Université de Ngaoundéré.

5) Laoukissam Feckoua Laurent, 1977, « Les Hommes et leurs activités en pays Toupouri du Tchad », Thèse de Doctorat de 3<sup>e</sup> cycle de Géographie, Université Paris VII.

6) Rousard Marcel, 1987, « Nord-Cameroun Ouverture et développement », Thèse de Doctorat ès Lettres et Sciences Humaines, Université de Paris X-Nanterre.

7) Taguem Fah Lamblin Gilbert, 1992, « Islam et politique au Cameroun sous administration française: 1916-1960 », Projet de Thèse de 3e cycle en Histoire, Université de Yaoundé.

8) \*Tubiana Jérôme, 2006, « Représentation de l'animal sauvage chez les éleveurs Teda-Daza et Beri (Tchad, Niger, Soudan) », Paris, Thèse de doctorat d'études africaines, INALCO (sous la direction du professeur Alain Rouaud).

## MEMOIRES

- 1) \*Aïssatou Kitikil, 1997, « Données ethno-nutritionnelles sur l'utilisation et la consommation des légumes dans la localité de Bini-Dang (Ngaoundéré) », Rapport de Licence en Biologie appliquée, Université de Ngaoundéré.
- 2) \*Djomdi, 2001, « Identification et estimation de la teneur en acides aminés indispensables de quelques mets du Nord-Cameroun », Mémoire de Maîtrise de Biologie appliquée, Université de Ngaoundéré.
- 3) \*Fanta, 1999, « La femme moundang du Nord-Cameroun: traditions et mutations », Mémoire de Maîtrise en Histoire, Université de Ngaoundéré.
- 4) \*Madjélè Philomène, 2006, « Repas et sociétés dans l'extrême -nord du Cameroun : permanences et modernité », Mémoire de Maîtrise en histoire, Université de Ngaoundéré.
- 5) Haman Nestor, 2001, « le hawi chez les Guidar des origines à nos jours », Rapport de Licence en Histoire, université de Ngaoundéré.
- 6) \*Saïdou, 2001, « L'identification et estimation de la teneur en monosaccharide et disaccharide de quelques mets de l'Extrême Nord-Cameroun », Mémoire de Maîtrise de Biologie appliquée, Université de Ngaoundéré, 2001.
- 7) Tchone 1984, « Etude nutritive de quelques plats camerounais », Mémoire de Maîtrise de Biochimie, Université de Yaoundé.
- 8) \*Yadang Germaine, 2000, « Etude de la valeur nutritive de quelques mets de l'Extrême-Nord Cameroun », Mémoire de Maitrise en biologie Appliquée, Université de Ngaoundéré, faculté des sciences.
- 8) \*Youdom, 1994, « Etude des traitements traditionnels des légumes, feuilles de Ngaoundéré », Mémoire d'ingénieur des travaux, option production industrielle, ENSIAAC, Ngaoundéré.

## **XI- PLAN PROVISOIRE**

### **INTRODUCTION**

#### **CHAPITRE I : RESSOURCES ALIMENTAIRES ET CONSOMMATION DES REPAS AU NORD CAMEROUN.**

- 1- Ressources végétales (sauvages et domestiquées)
- 2- Ressources animales (sauvages et domestiquées)
- 3- La consommation des repas chez les peuples du Nord Cameroun.

#### **CHAPITRE II : FONCTION ET ORGANISATION DES REPAS**

##### **A- FONCTION DES REPAS**

- 1- l' histoire de la nutrition au quotidien
- 2- Les messages autour des repas
- 3- Apport en nutrition des aliments de consommation

##### **B- ORGANISATION DES REPAS**

- 1- Préparation des repas
- 2- Le service
- 3- Les maîtres de cuisson.

#### **CHAPITRE III : LES REPAS ET LES GRANDS CYCLES DE L'EXISTENCE**

##### **A- REPAS DE NAISSANCE**

- 1- Repas d'une accouchée
- 2- Repas du nourrisson

##### **B- LES REPAS INITIATIQUES**

- 1- Le cas du repas du « Gourna »
- 2- Le cas du repas du « Kane »

## **C- LES REPAS DE MARIAGE**

- 1- Les repas de dote
- 2- Repas nuptial

## **D- LES REPAS DE FUNERAILLE**

- 1- Cas de l'homme
- 2- Cas de la femme

## **CHAPITRE IV : LES INTERDITS ALIMENTAIRES**

- 1- Pour l'homme.
- 2- Pour la femme.
- 3- Les interdits religieux.

## **CHAPITRE V : PEDAGOGIE AUTOUR DU REPAS**

- 1- Repas comme signe de solidarité.
- 2- Repas comme moyen de réconciliation
- 3- Repas comme un moyen de communication

## **CHAPITRE VI : LA DYNAMIQUE DANS LES REPAS**

- 1-La problématique de repas entre culture physique et hygiène alimentaire
- 2-L'évolution des méthodes du « manger » et habitudes écoeurantes
- 3-L'impact des religions étrangères sur les habitudes alimentaires.

## **CONCLUSION GENERALE**

## XII- LE CHRONOGRAMME DE RECHERCHE

<b>PERIODE</b>	<b>DUREE</b>	<b>NATURE DU TRAVAIL</b>
Janvier-février 2008	2 mois	Recherches dans le logone et chari et le Mayo-Tsanaga
Mars-mai 2008	3 mois	Recherches dans le mayo-kany et le Mayo-Danay
Juin- août 2008	3 mois	Recherches aux alentours de notre zone d'étude
Septembre-octobre	2 mois	Transcription des informations et organisation des données recueillies
Novembre- décembre	2 mois	Exploitation de sources officielles et lectures complémentaires des archives
Janvier- août 2009	8 mois	Rédaction de la première mouture de la thèse
Septembre- octobre 2009	2 mois	Soumission de la première mouture de la thèse à la correction du directeur
Novembre- décembre 2009	2 mois	Recherches complémentaires sur le terrain
Janvier- juillet 2010	7 mois	Revue et corrections diverses de l'ensemble de la thèse
Août- décembre 2010	5 mois	Soumission de la deuxième mouture de la thèse à la correction du directeur
Janvier- juin 2011	6 mois	Mise au point et dépôt de la thèse pour soutenance

**DEUXIEME PARTIE  
ASPECT DEVELOPPE**

CODESRIA - BIBLIOTHEQUE

**CHAPITRE I :**  
**RESSOURCES ALIMENTAIRES ET**  
**CONSOMMATION DES REPAS AU NORD-CAMEROUN**

CODESRIA - BIBLIOTHEQUE

Résumé

Abstract

## **Introduction**

Chapitre 1: les ressources alimentaires et consommation des repas au Nord- Cameroun.

I-a- Ressources végétales (sauvages et domestiques)

I-b- Ressources animales (sauvages et domestiqués)

## **II- Les préparations des repas : cas des Kotoko, Podokwo, et Moundang**

II-a- Assemblage des ingrédients

II-b- Technique de cuisson

II-c- Modes de consommation

## **III- La pédagogie autour des repas**

III- a- Initiation de la jeune fille à l'art culinaire

III-b- L'éducation du garçon

## **Conclusion**

## RESUME

Les Moundang, Podokwo et Kotoko offrent l'exemple des sociétés agraires de zone soudano-sahélienne, où la production du mil domine largement l'organisation économique, religieuse et culturelle. Au-delà, c'est cette activité qui polarise l'ensemble du système social. Un examen détaillé du système alimentaire permet d'une part de recenser les ressources vivrières de la zone d'étude, d'appréhender la place des repas dans la vie nutritionnel, sociale, communautaire, religieuse, culturel etc. des Moundang, Podokwo, et Kotoko. Et d'autre part d'analyser les préparations dans sa composition et ses modes de consommation. Enfin nous allons étudier l'importance de la pédagogie qui se dégage autour du repas. C'est ainsi qu'on appréhende le rôle du couscous, de la bière de mil *bili-bili*, chez les Podokwo et Moundang ; de la bouillie et du thé pour ce qui est des Kotoko dans la consommation alimentaire.

**Mots clés :** *Repas, Mil, couscous, Bili-Bili, Société agraire, Système alimentaire.*

## ABSTRACT

Moundang, Podokwo and Kotoko are some people of the Far-north province of Cameroon who give an example of a dynamic farmer society. The economic, religious and cultural organisations of these ethnic groups are largely dominated by millet production. Moreover, this agricultural activity is the main preoccupation of these people. The studies of the balance diet give us more evidences about these communities and explain how they prepare and consume meal. In addition, we studied the importance of the pedagogic rule during food eating. Among elements which are important for a community we have food and local beer called (*bili-bili*) in Moundang and Podokwo's societies, gari and tea in Kotoko's society.

**Key words:** *Meal, Reflections, Agrarian society, food System, Bili-Bili wine.*

CODESRIA - BIBLIOTHEQUE

## INTRODUCTION

Il est question dans cette partie du travail donc les bornes chronologies vont 1850 à 2005, de montrer d'une part le savoir-faire culinaire des populations du Nord-Cameroun et d'autre part d'étudier la pédagogie qui se dégage autour de ce savoir traditionnel. Pour cela nous avons choisi trois peuples les Moundang, les Podokwo et les Kotoko. Cela n'est pas un fait du hasard, il ya dans un premier temps un souci de comparaison et dans un second volet d'étudier les influences étrangères sur l'art culinaire des populations cibles. Toutefois les rapports que les hommes entretiennent avec leur environnement s'expriment directement dans les consommations alimentaires ; les grains, les légumes, les fruits, la viande et les laitages viennent de terres cultivés ou de pâturage ; la cueillette apporte les champignons et certaines des plantes utilisées pour aromatiser les repas ; le poisson et le gibier résultent de prélèvement effectués sur la faune naturelle. Les produits alcoolisés sont issus de la fermentation de grains ou de fruits qui y séjournent en décoction ou a fait l'objet d'infusion. Les produits qu'offrent spontanément la nature sont pour la plupart impropres à la consommation. L'homme a donc imaginé une gamme variée de techniques pour produire en abondance des denrées qu'il puisse ingérer, et pour les rendre appétissantes.

Les résultats sont souvent étonnants : rien n'appelait apparemment la racine du manioc à devenir une des grandes bases de l'alimentation humaine. La fécule que l'on en tire est toxique à cause de l'acide cyanhydrique qu'elle contient. Celui ci est éliminé par diverses manipulations : rouissage ou longue cuisson en Afrique, compression de la pâte pour en expulser le liquide en Amérique. L'écart entre le produit brut dangereux et la ressource alimentaire essentielle qu'il est devenu est si surprenant que les mythes indiens s'étendent longuement sur la façon dont les dieux ont appris aux hommes le secret du traitement<sup>50</sup>.

L'alimentation reflète les structures de la société. Ceux qui sont au sommet de la pyramide sociale, qui disposent de pouvoir, sont influents ou jouissent de hauts revenus, échappent d'habitude à la famine, aux disettes ou aux périodes de pénurie. A l'abondance s'ajoutent la qualité, la variété et l'exotisme des produits consommés.

---

<sup>50</sup> Thaladidia Thiombiano, 1992, « Les outils d'analyses », in Malassis Louis et Ghersi Gerard, *Initiation à l'économie alimentaire*, Paris, Hatier-AUPELF, p.45.

## I - Ressources alimentaires et consommation des repas au Nord-Cameroun.

Le Nord Cameroun possède une culture globale composée de plusieurs éléments dont la culture alimentaire. Elle se définit comme étant l'ensemble d'activités alimentaires soumises à des normes socialement et historiquement différenciées des modèles de comportements alimentaires particuliers à un groupe social bien déterminé<sup>51</sup>. Ces peuples ont sélectionné dans leur environnement un nombre de substances qu'ils jugent comestibles. Eric de Garine<sup>52</sup> recense une cinquantaine d'espèces de ces brèdes dont beaucoup ont un nom qui rappelle leur fonction. On distingue trois classes des plantes comestibles dans la région : les plantes cultivées, les plantes protégées, les plantes spontanées<sup>53</sup>.

On considère comme plantes cultivées celles qui sont produites par un acte délibéré sans lequel elles ne pourraient se développer. Il peut prendre plusieurs formes. Certaines espèces sont semées dans les champs ou au début de chaque cycle agricole par exemple le tamarin, *Amaranthus Spp*, le pois de terre, (*Vigna unguiculata*) l'oseille de guinée (*Hisbiscus sabdariffa*), le gombo (*H esculentus*), le sésame (*Sésamun spp*), une des espèces pérennes est semée une fois pour toute dans les enclos, (*Moringa oleifera*). Plusieurs de ces plantes sont cultivées en vue d'une autre production que celles de leurs brèdes (*Sesamun spp.*, *Cucurbitacae*, *Vigna unguiculata*, les feuilles de manioc *Manihot esculenta*, la patate, *Ipomoea batatas*, *Colocasia esculenta*)<sup>54</sup>

La catégorie des espèces « protégées » présente un éventail des techniques complexes. Certaines plantes sont épargnées à l'occasion des sarclages car leurs feuilles sont utilisées pour confectionnées les sauces, pour les herbacées (*Crotalaria ochroleuca*, *Corchorus spp* la corète potagère) ou des défrichages pour les ligneux (*Ficus dicranostyla*, *Pterocarpus lucens...*). Elles sont parfois préservées pendant leur croissance (*Adansonia digitata*, *Ceiba pentandra*, *Momordica cissoides*, *Tamarindus indica...*) et certaines font l'objet d'une appropriation individuelle (*Tamarindus indica*, *Ficus spp*, *Adansonia digitata*,<sup>55</sup>)

---

<sup>51</sup> Dictionnaire encyclopédie, 1995, Paris Hachette, p.301.

<sup>52</sup> Garine Eric de et al, 1997, « Sauvage ou domestique ? Remarques sur l'inventaire des plantes à brèdes chez les Gimbe et les Duupa du Nord - Cameroun. », in *Bien Manger et Bien Vivre – Anthropologie alimentaire et développement en Afrique tropical: du biologique au social*, Paris, ORSTOM, L'Harmattan.

<sup>53</sup> Garine Eric de et al, 1996, p.77.

<sup>54</sup> Ibid

<sup>55</sup> Ibid

Nous considérons comme « plantes sauvages » toutes plantes spontanées, celles qui apparaissent, puis croissent indépendamment d'actions humaines. Il s'agit des plantes des zones de végétation naturelle (*Merremia pterygocaulos*, *Psophocarpus palustris*, *Vernonia sp*, *Asystasia sp*, *Bombax costatum*, *Hibiscus articulatus*,...), ou des friches les plus anciennes, des abords de cours d'eau, mais aussi des plantes adventices (*Justicia insularis*, *Aspilia africana*, *Corchorus spp*, *Portulaca oleracea* ou *Ipomoea eriocarpa*, *Solanum nigrum* *Hibiscus asper*, *Aspilia africana*...)

Au regard de la provenance de ces légumes-feuilles nous observons que les ménagères Podokwo Moundang et Kotoko cueillent plus volontiers dans les champs les feuilles des espèces d'arbres qui sont pourtant communes en brousse (*Ficus spp*, *Pterocarpus lucens*...). Il en est de même pour les herbacés adventices (*Hibiscus asper*, *Solanum nigrum*, *Justicia insularis*...). Il s'agit pourtant de brèdes que l'on peut trouver dans la plupart des biotopes, mais qui poussent avec un certain bonheur dans les zones anthropiques<sup>56</sup>. Pourtant on ne consomme qu'avec beaucoup de répugnance ces brèdes lorsqu'elles ont été récoltées près des villages, où elles sont considérées comme impures étant donné qu'elles poussent dans ce qui constitue la zone de défécation des humains et des animaux domestiques<sup>57</sup>.

### **I - a- Ressources végétales domestiques et sauvages**

La végétation de l'Extrême-Nord en général est une savane arbustive arborée. L'on rencontre des arbres introduits pendant la colonisation sur les sols sableux: *Cassia siamea* et *Dalbergia sisso* qui longent les routes des villages. Le *Saidherbia albida* tend à dominer les autres espèces et est conservé pour sa vertu fertilisante. Il y a également *l'Angeissus leocarpus* et le *Ziziphus maritiana* dont les branches épineuses permettent aux paysans de protéger leurs champs ou leurs plantes contre les animaux domestiques en divagation dans les villages. L'on note l'existence d'espèces comme : *sterculia setigera*, le *Bombax costatum*, le *Gardenia, erubescens*, le *Scherocaya birrea*, et quelques caillécdrats.<sup>58</sup>

---

<sup>56</sup> Garine Eric de et al, 1996, p.7.

<sup>57</sup> Ibid.

<sup>58</sup> Fenworé Daïta Marie Pascal, 2006, « Organisations paysannes et gestion de l'insécurité alimentaire dans l'arrondissement de Taibong », Mémoire de Maîtrise de Sociologie, Université de Ngaoundéré, p.22.

**Tableau I- Nourritures végétales sauvages les plus fréquemment consommées par les populations du Nord-Cameroun (en ordre alphabétique).**

\*Produit donc l'usage a été observé.

<i>Acacia sieberiana</i>	<i>Ficus gens</i>
<i>Afzelia africana</i>	<i>Ficus platyphylla</i> *
<i>Amaranthus sp</i>	<i>Gardenia erubescens</i> *
<i>Amaranthus viridis</i> *	<i>Grewia mollis</i> *
<i>Amorphophallus aphyllus</i> *	<i>Grewia villosa</i> *
<i>Anchomanes difformis</i>	<i>Gynandropsis gynandra</i>
<i>Annona senegalensis</i> *	<i>Hexalobus monopetalus hibiscus asper</i> *
<i>Anogeissus leiocarpus</i> *	<i>Hygrophila spinosa</i> *
<i>Asparagus pauligulieri</i>	<i>Hymenocardia acida</i>
<i>Balanites aegytiaca</i> *	<i>Hyphaene thebaica</i> *
<i>Bombax costatum</i> *	<i>Jathrophas curcas</i>
<i>Borassus flabellifer</i> *	<i>Leptadenia hastata</i>
<i>Brachiaria sp</i> *	<i>Leptadenia lancifolia</i> *
<i>Capparis afzelii</i> *	<i>Mitragyna inermis</i>
<i>Cassia obtusifolia</i> *	<i>Momordica charantia</i>
<i>Cassia occidentalis</i> *	<i>Mormordica foetida</i>
<i>Cassia sieberiana</i>	<i>Moringa oleifera</i>
<i>Cassia singueana</i>	<i>Nymphaea lotus</i> *
<i>Cassia tora</i> *	<i>Oryza barthii</i>
<i>Ceiba pentandra</i> *	<i>Panicum sp.</i>
<i>Celtis integriflorus</i> *	<i>Parkia biglobosa</i> *
<i>Cenchrus biflorus</i>	<i>Parinaria curatellifolia</i>
<i>Cissus adenocaulis</i> *	<i>Pennisetum sp.</i>
<i>Cissus palmatifida</i>	<i>Pilostigma reticulatum</i> *
<i>Cochlospermum planchonii</i>	<i>Pilostigma reticulatum</i> *
<i>Cochlospermum tinctorium</i>	<i>Piliostigma thonningii</i>
<i>Corchorus aestivans</i> *	<i>Prosopis africana</i> *
<i>Corchorus oltorius</i> *	<i>Sesamum alatum</i> *
<i>Cordia gharaf</i>	<i>Setaria sp.</i>
<i>Cucumis melo var. agrestris</i> *	<i>Solanumaethiopicum</i>
<i>Cyperus rotundus</i> *	<i>Sorghum arundinaceum</i>
<i>Dactyloctenium aegyptium</i> *	<i>Sporobulus sp.</i>
<i>Daniella olivieri</i> *	<i>Sterculia setigera</i> *
<i>Detarium microcarpum</i> *	<i>Strychnos innocua</i> *
<i>Digitaria ascendens</i>	<i>Stylochiton wameckii</i>
<i>Digitaria ciliaris</i>	<i>Tacca leontopetaloides</i> *
<i>Dioscorea bulbifera</i>	<i>Tamarindus indica</i> *
<i>Dioscorea dumetorum</i> *	<i>Trapa bispinosa</i> *
<i>Diospyros mespiliformis</i> *	<i>Vetiveria nigriflora</i> *
<i>Echionochloa stagnina</i> *	<i>Vetellaria paradoxa</i> *
<i>Eleusine indica</i>	<i>Vitex doniana</i> *
<i>Eragrostis sp</i> *	<i>Z. mauritania</i>
<i>Ficus dekdekana</i>	<i>Z. mucronata</i>
<i>Ficus glumosa</i>	<i>Z. spina christi</i>
<i>Ficus sycomorus</i> *	<i>Z.jujuba</i> *

Source : Igor Garine de, 2002, « Nourriture de brousse chez les Muzey et les Massa du Nord- Cameroun », in *Ressources vivrières et choix alimentaires dans le Bassin du Lac Tchad*, Nanterre, Communication présentée au XI<sup>e</sup> Colloque Méga- Tchad du 20-22/11/02. p. 2

### **I – b- Ressources animales sauvages et domestiqués**

La faune est variée mais peu abondante. La forte densité de la population est peu propice à la multiplication des espèces sauvages : les éléphants, les phacochères, les girafes, les lions, les singes, les gazelles, les antilopes, les buffles, les hyènes, les chacals, les lièvres, les civettes, les écureuils, les hérissons, les grenouilles, les porcs-épics, les oiseaux granivores, les pintades, etc. A coté de cette faune sauvage, il existe des animaux domestiques. Nous pouvons dire à ce sujet que l'animal a une fonction/finalité chez les peuples du Nord-Cameroun. Les animaux domestiques sont composés du gros bétail (bœufs, moutons, chèvres, cochons et des volailles (canards, poulets, pigeons, pintade etc.), les champignons, les termites, les chenilles, les batraciens, les reptiles font parties des produits de la chasse et du ramassage.

### **II- Préparation des repas chez les peuples Moundang, Podokwo, et Kotoko.**

Le système culinaire moundang, podokwo, kotoko partage avec beaucoup d'autres sociétés de par le monde la nature « dualiste » du repas, qui combine l'aliment de base avec un accompagnement qui est une sauce ou soupe. Ce rôle majeur de l'aliment de base se remarque presque partout. Mais dans tous les cas, le plat principal, généralement le couscous est présenté de façon plus ou moins « solide » n'est pas servi seul. Il est accompagné d'une sauce consistante en général liquide qui constitue l'élément sapide du repas.

Pour les Moundang, les Podokwo, les Kotoko, le repas se constitue en général du couscous de mil appelée *Wollé* en moundang ; *Nklassé* en kotoko ; et *Dafa* en podokwo ; et d'une sauce *na'a* en moundang, *blii* en kotoko et *Dala* en podokwo. Si l'aliment central est la boule, tant en ce qui concerne sa contribution nutritionnelle au régime que son caractère symbolique, le repas n'est pas complet qu'une fois accompagnée de la sauce, sauf en cas de famine<sup>59</sup>. Toutefois la boisson traditionnelle la bière de mil occupe une place importante dans les repas, surtout pour ce qui est des repas de groupe ou de fête pour les Moundang et les Podokwo.

Il faut cependant mentionner que chez les Podokwo quand il ya déjà un regroupement de personnes en plus de la bière de mil il faut absolument boire une variété de boisson simple constituée de la farine diluée tout simplement à l'eau. La farine sans eau se disperse

---

<sup>59</sup> Mabiang Hilé, entretien, du 24 avril-2006 à Lara.

sous l'effet du vent, mélangée à l'eau elle se rassemble au fond de laalebasse Ce qui symbolise dans l'imagerie populaire podokwo la cohésion sociale l'entente entre les membres d'un groupe ou d'une famille<sup>60</sup>.

## II- a- Assemblage des ingrédients

La sauce est composée d'un « ingrédient principal » et de plusieurs condiments (*Fa'a pah na'a*) en moundang et (*Uzhe uzhe*) en podokwo, qui signifie littéralement ce qui opère la sauce. L'ingrédient peut être la viande, coupée en petits morceaux. Mais le fait est occasionnel, dans la majorité des cas, on se sert des légumes et de quelques poissons. L'utilisation des feuilles ou des brèdes est une caractéristique importante des modes alimentaires des peuples du Nord Cameroun.

Les Moundang, podokwo, kotoko utilisent une trentaine d'espèces de ces brèdes dont beaucoup ont un nom qui rappelle leur fonction. Aucune de ces espèces ne fait l'objet d'une culture intensive. Certains légumes sont cultivés pour l'utilisation de leurs feuilles (comme le manioc dont on consomme le tubercule aussi bien que les feuilles ou les citrouilles autant que leurs fruits). Il s'agit surtout des plantes anthropophiles, des adventices dont on connaît les qualités nutritionnelles et dont on favorise souvent la multiplication, ainsi que les feuilles, arbres protégés du parc arboré. Des herbacés comme la morelle (*Solanum nigrum*), la corète potagère (*Corchorus olitorius*) ou le pourpier (*Portulaca oleracea*) appartiennent à la première catégorie. Certains petits tubercules comme ceux de *Satirium carsonii* ou certains fruits comme le gombo appartiennent à la catégorie des condiments<sup>61</sup>.

Les condiments au sens large du mot peuvent être désignés par l'expression «*Fa'a pah na'a*»). On y trouve plusieurs types de condiments ainsi regroupés. Le premier est constitué des mucilages. On s'y réfère par le terme gluant «*loua*» en moundang. La deuxième série est constituée par l'oléagineux, et le gras «*fa bona*». En guise de matière grasse alimentaire, Podokwo, Moundang, Kotoko, n'utilisent que rarement de l'huile. L'usage du karité (*Vitellaria paradoxa*), source du beurre et des graisses animales est fréquent. Mais la pratique qui consiste à conserver la graisse des animaux domestiques sacrifiés notamment le péritoine<sup>62</sup> tend aujourd'hui à disparaître. Chez les Moundang, Podokwo le « gras alimentaire » prend la forme d'une patte oléagineuse. Plusieurs plantes

---

<sup>60</sup> Chétima Melchisedek, entretien du 25 octobre 2007 à Ngaoundéré.

<sup>61</sup> Garine Eric de et al, 1996, p.11.

<sup>62</sup>Ibid.

sont cultivées pour leur teneur en matières grasses. Nous avons le sésame (*Sesamun spp*) dont il existe plusieurs variétés, les arachides qui sont généralisées depuis la période coloniale et qui constituent aujourd'hui l'oléagineux le plus utilisé, les graines d'une espèce de melon, *citrullus lanatus*. Les graines obtenues à partir de ces plantes sont grillées, puis écrasées à la pierre. C'est la pâte obtenue que l'on ajoute aux sauces. Il faut retenir de même que le sésame chez les Podokwo est le moyen par lequel une femme peut librement déclarer son amour à un homme. Par exemple lors des festivités la jeune fille fait griller du sésame et offre cela au jeune garçon qu'elle désire, du coup le message est passé, alors ce dernier comprend que la jeune fille a de l'affection pour lui.

Le niébé (*Vigna unguiculata*) est une légumineuse bien connue des Moundang, et de Podokwo. En dehors de la brède appréciée que fournit cette plante, les graines en général à demi concassées sont fréquemment ajoutées aux sauces. Il est à noter que chez les Podokwo il n'y a pas de sauce sans haricot sauf en cas de disette<sup>63</sup>. Par ailleurs les Podokwo se nomment « Parkwa dira » ce qui veut dire les podokwo du haricot.

La dernière catégorie des condiments concerne les produits qui transforment le goût de la sauce. Les fleurs de la crotalaire (*Crotalaria ochroleuca*) ont un goût apprécié. Il existe aussi des condiments qui sont l'objet d'une longue préparation. Notamment les graines de néré (*Parkia biglobosa*) fermentées, écrasées séchées. Elles confèrent aux plats un goût apprécié de beaucoup de personnes.

Le plus important des condiments est sans doute celui qui donne le goût salé. Les Moundang, Podokwo et Kotoko n'ont accès au sel marin que depuis peu de temps. Mais ils se servaient du sel de cendre qui continue même aujourd'hui à jouer un rôle important. Ils sont obtenus par lixiviation des cendres de plusieurs plantes parmi lesquelles la balle de mil *Pennisetum*, plusieurs espèces de Rubiacée ou de crottes de chèvres<sup>64</sup>. Après la calcination des feuilles et des petites branches, les cendres sont gardées par les ménagères et le lessivage à lieu au moment de la préparation : on verse de l'eau sur les cendres dans une poterie spéciale percée d'un petit trou et garnie de paille fine. Le liquide salé est ajouté à la sauce<sup>65</sup>.

Pour confectionner ces repas, on procède de la manière suivante : on prépare successivement la sauce et l'aliment de base, le couscous. Puis on consacre près d'une

---

<sup>63</sup> Chetima Melchisedek, entretien du 25 octobre 2007 à Ngaoundéré.

<sup>64</sup> Roulon-Doko Paulette, 2001, p.93.

<sup>65</sup> Massing génèviève, entretien du 22 Avril 2006 à Lara.

heure à composer la sauce, qui de par la diversité des ingrédients et des recettes s'opposent à la préparation stéréotypée de l'aliment de base

**Tableau II : Liste des légumes- feuilles entrant dans la préparation des sauces des peuples du Nord Cameroun.**

Noms scientifiques	Noms locaux		
	Moundang	Podokwo	Kotoko
<i>Bombax costatum</i>	Na'a tébékame		
<i>Abelmoschus esculentus</i>			Gallow
<i>Ceratotheca sesamoides</i>	Na'a lli		
<i>Corchorus olithorus</i>			Lougoum
<i>Manihot esculenta</i>	Na'a gouobay		
<i>Vigna unguiculata</i>	Galadi		Mohli
<i>Hibiscus sabdariffa</i>	Na'a sin		Iri
<i>Moringa oleifera</i>		Giligannjaaho	Ngogno
<i>Momordica charantia</i>		Habirou	
<i>Balanites aegyptiaca</i>	Na'a tébékamé		
<i>Vernonia sp.</i>		Bgube	
<i>Cassia obtusifolia</i>		Uvdka	
<i>Hibiscus cannabinus</i>			
<i>Cassia tora</i>			Gourdangodi
<i>Solanum suprium</i>		Gouozom	
<i>Corchorus fascicularis</i>		Huma	
<i>Hibiscus articulatus</i>		Mandaha	
<i>Celtis integriflorus</i>		Zhdhe	
<i>Hibiscus diversifolus</i>	Na'a sego		

Source : Madjèlè Philomène.

## II- b - Techniques de cuisson

L'eau est posée sur le feu dans une marmite en céramique, lorsqu'elle boue la cuisinière y ajoute l'ingrédient principal, des brèdes le plus souvent. Puis on laisse bouillir à nouveau avant d'y ajouter le mucilage, (le plus souvent du gombo sec écrasé ou des feuilles de corète). L'ensemble est à nouveau porté à ébullition, avant que l'on ajoute de la pâte d'arachide (ou de sésame) préalablement dilué. Ce n'est qu'après que l'ensemble a bouilli une nouvelle fois que la sauce est prête. Le sel est ajouté avant la dernière ébullition et la cuisinière passe ensuite à la préparation de l'aliment de base

C'est en principe une bouillie épaisse, qui est obtenue en versant en pluie de la farine du mil dans une marmite en céramique où de l'eau est entrain de bouillir. L'ensemble est ensuite tourné au moyen d'un bâton jusqu'à obtenir une pâte homogène. Cette préparation prend une demi-heure quand le bois de chauffe est de bonne qualité. Mais, il faut y ajouter des longues heures consacrées par les femmes à moudre les graines de céréale mil ou fonio car pour les traditionnistes le moulin enlève au mil sa saveur. On valorise plutôt la sensation de satiété que procure la meule à mil<sup>66</sup>.

**Tableau III** liste des plantes dont la farine est utilisée pour préparer la boule au Nord Cameroun.

Noms scientifiques	Noms en français	Noms locaux		
		<b>Moundang</b>	<b>Podokwo</b>	<b>Kotoko</b>
<i>Oryza sativa</i>	Riz			<i>Gatdo</i>
<i>Zea mays</i>	Maïs			<i>Yambalwé</i>
<i>Panicum laetum</i>	Fonio	<i>Kagni</i>		
<i>Pennisetum typhoides</i>	Mil blanc		<i>Hiya</i>	
<i>Sorghum</i>	Mil rouge		<i>Tserge</i>	

**Source :** Yadang Germaine, 2002, « Etude de la valeur nutritive de quelques mets de l'Extrême-Nord (Cameroun) », Mémoire de maîtrise en sciences biologiques, Université de Ngaoundéré, p. 124.

<sup>66</sup>Garine Eric de et al, 1996, p.84.

### III- c)-Mode de consommation

Le repas est généralement préparé et servi le soir. On mange souvent les restes le lendemain matin, en guise de petit déjeuner. Toutefois, cette organisation horaire n'est pas automatique et on peut préparer des repas à la mi-journée ou au champ plutôt qu'à la maison<sup>67</sup>. Les groupes de consommation sont peu étendus : les épouses mangent avec leurs petits enfants, les chefs de famille mangent seuls ou avec leurs grands garçons.

La « *boule* » est servie dans une assiette et la sauce dans une autre. On les pose sur le sol, devant les consommateurs à genoux qui se servent de leur main droite pour faire des petites boulettes d'aliment de base qu'ils trempent ensuite dans la sauce avant de les ingérer : les deux éléments du repas sont dégustés ensemble.

Il faut cependant noter que de ces trois peuples les Kotoko ont une particularité qu'on ne peut perdre de vue. Il ressort de leur repas une forte dose des épices qui entrent dans l'alimentation telles: le piment, l'oignon, l'ail, gingembre. Les repas sont accompagnés de bouillie et thé toujours fortement épicé. Pour ce qui concerne l'aliment de base faite à base du mil les Kotoko et Podokwo se distinguent des Moundang dans le choix de la variété du sorgho ils consomment le sorgho blanc et cela n'est pas le fait du hasard. Le sol argileux du Logone et Chari et les sols rocailleuse de la région des Monts Mandara ne produisent pas bien la variété du sorgho rouge par contre le sorgho blanc y rencontre moins de difficultés. Nous observons dans le repas de l'homme kotoko la fréquence du poisson frais ou sec. Cette prédominance du poisson dans la nutrition est favorisée par la présence du fleuve Logone qui a une multitude de variété de poissons.

Ces trois peuples bien distincts à plus d'un titre ont curieusement une culture culinaire similaire aussi bien sur la forme que le fond. Au sujet de la forme, il est à souligner que ces derniers faisaient usage des ustensiles traditionnels fabriqués à partir de l'argile cuite, pour la cuisson des aliments.

Quant au fond il convient de souligner qu'autrefois la notion de variété alimentaire n'était pas fréquente. C'est dire que les Moundang, Kotoko, Podokwo, mangeaient presque toujours les mêmes mets.

Cependant on remarque aujourd'hui que le contact de ces trois peuples avec l'Islam et le christianisme a favorisé l'introduction de certains ingrédients dans le répertoire de leur art culinaire. Il en est de même des cultures de rente et de l'utilisation du numéraire

---

<sup>67</sup> Acham Alifa, entretien du 16 mai 2007 à Kousseri.

qui ont favorisé d'importantes mutations sociales et alimentaires à partir des années 50. L'action des missionnaires chrétiens sera déterminante dans la diffusion des arbres fruitiers sans oublier les efforts consentis par le gouvernement camerounais pour vulgariser ces plantes exotiques. Ces espèces vulgarisées étaient constituées de manguiers, citronniers, orangers, pamplemoussiers, mandariniers, goyaviers, papayers.

En effet l'introduction des cultures de rentes (coton, arachide riz), l'amélioration du sort des habitants et la mise en valeur des colonies considérées comme arriérées par les européens ont été le principal leitmotiv des défenseurs de la colonisation. Richard Vacquier le remarque en ces termes que :

L'Administration incitait à des cultures nouvelles par la promesse d'un profit rapide et plus encore par une dure pression fiscale : les paysans noirs devaient consacrer une partie de leur champ à des cultures rémunératrices dont le revenu leur était indispensable pour payer les impôts<sup>68</sup>.

En dehors des cultures de rentes qui ont contribué à améliorer les conditions de vie des populations du Nord Cameroun il faut aussi mentionner l'introduction des boissons embouteillées par les colonisateurs. Ainsi nous retrouvons de la bière, des liqueurs, des vins, du champagne, des jus de fruits, des boissons gazeuses...entrant dans la consommation.

Toutefois, il est judicieux aujourd'hui de relever qu'avec le brassage des peuples et avec la modernité on assiste à un changement progressif tant sur la forme que le fond en ce qui concerne les habitudes alimentaires et festives de ces trois peuples. Il faut cependant mentionner et ceci à raison que nonobstant l'irréversibilité de ce changement on observe ci et là des réticences et résistances de la part de certains conservateurs surtout lorsqu'il s'agit des repas sacrificiels.

En définitive, ces peuples lentement mais sûrement quittent le sentier tracé par leurs ancêtres pour s'arrimer à la modernité tous azimuts.

---

<sup>68</sup> Vacquier Richard, 1986, *Au temps des factories (1900-1950)*, Karthala, Paris.



**Photo 1:** *Sorghum Bicolor* : Le mil rouge, aliment de base des populations du Nord-Cameroun.

**Source :** Cliché Madjélé, Mazang, 01/09/06.

### **III - Pédagogie autour des repas**

L'instruction est fondamentale dans la société traditionnelle moundang, podokwo, et kotoko. Les valeurs sociales et culturelles sont transmises oralement ou par des gestes des parents aux enfants. En fait, la famille est le cadre privilégié de l'encadrement des enfants même si la principale responsable de l'éducation de la fille reste sa mère. Pendant les six premières années, la petite fille reste attachée à sa mère qui lui administre des soins. Elle l'initie progressivement aux constituants des repas, et à la préparation de ceux-ci.

#### **III-a- Initiation de la jeune fille à l'art culinaire**

Dans le processus d'éducation et de formation, la mère réveille sa fille très tôt le matin pour balayer la cour, moudre le mil, chercher de l'eau au marigot ou au puits et à faire la vaisselle. Ainsi la mère veille et surveille sa fille constamment au point de se rendre compte à temps de l'apparition de ses premières règles<sup>69</sup>. Dès lors, elle sait que sa fille est déjà en âge de se marier et accélère de ce fait le processus de son éducation culinaire. La jeune fille est tenue de passer davantage de temps à la cuisine en vue de maîtriser les préparations des repas. Sa mère lui indique progressivement les ingrédients requis pour un met précis et elle doit être capable à terme d'apprêter toute seule un repas commandé. Les principaux repas préparés par la nubile sont la bouillie, le couscous avec la sauce composée du sésame pour les grandes manifestations comme la fête des pintades « *fin loo* », elle doit aussi maîtriser la préparation des repas prévu pour les travaux

<sup>69</sup> Acham Abouya, entretien du 16 mai 2007 à Kousseri.

champêtres qui se nomme « *pee poo* »<sup>70</sup> en moundang. Les recettes culinaires spécifiques pendant ces occasions festives sont généralement composées de trois sortes de légumes d'*Hibiscus Diversifolus* appelés « *naa tambele* », « *naa segoo* », et du *Solanum Suprium* « *naa bii* »<sup>71</sup> en moundang. Ces légumes sont préparés avec du haricot blanc mélangé à la patte d'arachide et gombo, assaisonné à la potasse. Ils se mangent sans sel accompagné du couscous de mil, c'est un repas apprécié dans la société moundang. Pour améliorer le goût, les femmes commencent la préparation dès la veille et ne l'achèvent que le lendemain, compte tenu du temps que prend le traitement des ingrédients et la cuisson requise.

Nous constatons que lorsque les femmes sont réunies autour du repas, c'est la fille la plus jeune qui maintient le récipient du début jusqu'à la fin du repas. Elle ne doit pas prendre les morceaux de viande contenus dans une sauce sans l'autorisation préalable de sa mère. Elle ne doit non plus fixer le regard sur d'autres femmes pendant qu'elles mangent faute de quoi on lui verse la sauce sur le visage afin qu'elle ne commette plus jamais la même faute. Manger avec modération ni trop vite ni trop lent, couper la boule avec mesure ni trop petit ni trop gros. Ne jamais chanter en mangeant ni s'amuser avec la nourriture dans la bouche, dans l'assiette, ou dans les mains. Ne jamais manquer du respect à la nourriture car c'est grâce à elle qu'on vit c'est du repas qu'on retrouve la joie de vivre, la force, l'énergie et la bonne humeur. La jeune fille doit toujours s'asseoir les pieds joints, cuisses fermées et ne doit par conséquent ne jamais dormir sur le dos c'est pour cacher et protéger son sexe qu'elle doit adopter cette position.

Sur le plan culinaire, la tradition a des consignes encore très rigoureuses car une femme qui ne connaît pas faire la cuisine est un échec pour sa famille d'abord et ensuite un drame pour la société. C'est pourquoi on organise une initiation des jeunes filles chez les moundang qui se nomme le « *roo woo san* »<sup>72</sup>. C'est un rite d'éducation réservé aux jeunes filles nubiles. Il se fait au cours d'une retraite à l'écart du village, loin des regards des hommes. Il constitue un moment où toute jeune fille Moundang en âge de mariage apprend tout ce qu'il faut pour devenir une femme adulte et gérer convenablement son foyer. La fille s'exerce pendant ce temps à toutes les tâches domestiques. Ce séjour

---

<sup>70</sup> Beidi Magna, 2004, «La chasse en pays moundang : tradition et changements.», Mémoire de maîtrise d'Histoire, Université de Ngaoundéré. p.26.

<sup>71</sup> Fanta, 1997, p. 17.

<sup>72</sup> Fadibo Pierre, 1998, « Matedeuré : Gardienne des Traditions moundang (1860-1961) » in Thierno Mouctar Bah (ed.), *Revue Ngaoundéré- Anthropos*, No spécial 1, *Revue de Sciences Sociales*, Université de Ngaoundéré, p. 26.

initiatique dure sept jours et se déroule dans une case isolée. Maghou<sup>73</sup> tient les propos suivants :

Lors de *roo woo san* nous étions soumises aux dures épreuves relatives à la vie du foyer telles se lever à l'aube pour moudre une grande corbeille de mil sur la meule dormante afin de mesurer notre capacité à résister et à supporter les tâches difficiles du foyer.

Après sept jours, la fille quitte le lieu de la retraite, regagne le village où elle se lave et se pare de tous ses colliers en perles autour des hanches, du cou et des nouveaux habits qu'elle n'a jamais porté pour signifier qu'elle a changé de cadre et ne se comporte plus comme une adolescente mais comme une future femme. Tout ce qu'elle portait pendant l'initiation est considéré comme souillé et par conséquent amené et lavé au marigot. On égorge alors une chèvre qu'on considère comme l'animal qui met rapidement bas et en peu d'années peut se multiplier par rapport aux bœufs et aux moutons. De cet image on voudrait que la fille ait beaucoup d'enfants à l'instar de cette chèvre qui, seule peut mettre bas au point de remplir une étable.

Les femmes confectionnent des sauces faites à base du sésame, des feuilles d'oseilles aux haricots blancs avec la pâte d'arachide. Le tout accompagné de la boule faite à partir du mil. Une grande quantité de bière de mil (bili-bili) est apprêtée afin de marquer l'évènement.

### **III- b- L'éducation du garçon**

Pour ce qui est de l'éducation du garçon au niveau du respect et des interdits que l'on doit observer lorsqu'on mange, est identique à l'éducation de la jeune fille. Seulement il est à retenir qu'on inculque lors du manger au jeune garçon qu'un homme ne doit jamais terminer son plat quand il sera père de famille. Il est aussi à noter que chez les peuples de l'Extrême Nord en particulier, il est très inconvenant, par exemple pour un homme, de proposer de la nourriture à une femme mariée même en présence de son mari. En aucun cas il ne peut faire partager son repas à une femme, ou à une jeune fille si elles n'appartiennent pas directement à sa « maisonnée » ou à sa famille restreinte. Le don de quelques « friandises » à une jeune fille (arachides dans leur coque, noix de cola) correspond à une véritable déclaration d'amour.

Partager sa nourriture, son repas avec l'autre peut signifier respect, égalité ou soumission ; cela dépend des circonstances, de la nature des aliments et du lieu de leur prise.

---

<sup>73</sup>Fadibo Pierre, 1998, p. 35

Le don de la nourriture non préparée, du mil en grain, arachides décortiquées ou non, viande de chasse ou d'élevage sur pied ou tuée peuvent être dons de révérences ou d'amitié.<sup>74</sup>

L'octroi à un tiers d'une nourriture préparée est un signe d'affection. La nature des aliments joue considérablement dans la valorisation du don.

### **La nature des aliments**

Le couscous et les sauces habituelles, corète potagère, feuilles de haricot, oseille de guinée, etc. base alimentaire normale, n'engage en rien donateur et receveur, mais dès qu'un élément étranger vient s'y mêler ; viande, poisson parce qu'il ne relève pas de ce qu'on mange quotidiennement en joignant aux qualités nutritives utilitaires habituelles l'agrément d'un goût « nouveau », la nourriture prend alors un caractère plus ostentatoire<sup>75</sup> qui nécessairement va modifier le comportement du receveur.

### **Circonstances**

La participation à une cérémonie avec refus de consommation serait injurieuse même dans les cas d'interdits alimentaires personnels. L'invité est tenu d'accepter la calebasse qui lui est offerte. Il peut se récuser quant à l'absorption des aliments et en faire don à une autre personne. La bienséance veut que ce soit en premier l'hôte lui-même qui se serve.

### **Le lieu**

La prise des repas avec un tiers à l'extérieur de l'habitation est pour celui-ci signe d'égalité ou de soumission envers le maître de maison<sup>76</sup>. Égalité s'il s'agit d'un parent ou d'un ami pour lequel les préséances sont estompées par la qualité des relations affectives ; soumission pour tout étranger au clan qui concrétise ainsi une dépendance temporaire mais dont il subsistera toujours des traces. Égalitaire encore si les repas sont pris assis sur la même natte, dans les mêmes calebasses<sup>77</sup>. Les repas marquent la distance d'âge ou de rang social lorsque par exemple le personnage occupe un rang très élevé dans la hiérarchie socio-politique, il prend seul son repas tandis que le maître de maison se retire, feignant une tâche urgente à accomplir.

---

<sup>74</sup> Alifa Aboukar, entretien du 03 juillet 2007, à Ngaoundéré.

<sup>75</sup> Guilmain-Gautier, 1969, « Les fali de Ngoutchoumi, montagnards du Nord Cameroun », in *Anthropological Publication*, Oosterhout, p. 272.

<sup>76</sup> Boubou Yénié, entretien du Juillet 2006, à Lara.

<sup>77</sup> Guilmain-Gautier, 1969, p.45.

C'est ainsi que les parents inculquent chacun de son côté pendant la prise du repas des valeurs aux enfants. Par exemple, de tous les végétaux mis à part les gros arbres, le mil est sans doute le seul qui ait une « âme » tout comme les humains. On attribue cette âme<sup>78</sup> qu'au mil rouge. Par ricochet le mil est sacré, il est donc interdit d'être distrait pendant le manger, interdit de jeter le repas sur quelqu'un bien plus, on ne mange pas les pieds tendus encore moins le bras appuyé par terre, on ne mange pas tout seul ; on ne mange pas n'importe comment ; on ne joue pas avec la nourriture par conséquent un morceau ne doit pas tomber parce que c'est la nourriture qui nous donne la vie et la vitalité.<sup>79</sup>

Il existe des positions et comportements à adopter face au repas : la tête doit être courbée, la main gauche attrape bien laalebasse pour qu'elle ne bouge pas (extrême discipline), sans soulever la tête, sauf, les bouts de doigts seulement qui doivent rencontrer le repas sans se faire salir par la sauce. On s'abstient de prendre les morceaux de viande sauf avec permission des anciens. En mangeant on apprend aux enfants la mesure dans toute chose ne pas beaucoup manger, savoir partager sa nourriture avec les autres c'est pourquoi toute personne qui arrive lors de la prise du repas est naturellement invité. Il est conseillé d'apporter de la nourriture à ton voisin quand il dans le besoin. C'est autour du repas que beaucoup d'informations sont reçues de parents par les enfants et des enfants par les parents, car tout le monde est présent et l'environnement est propice par le calme qui règne du fait que seules les bougent travaillent.

Cependant de nos jours avec l'évolution et la modernité qui nous imposent certaines contraintes les parents n'assistent plus les enfants lors de la prise de leur repas. C'est alors que nous assistons à certains dérives des enfants lors du manger : certains qui luttent, qui chantent d'autres qui parlent qui s'injurient qui se lancent avec de la nourriture qui était auparavant sacrée. Les préoccupations ont fait en sorte que les gens mangent seul dans leur plat l'enfant se débrouille seul de son côté les parents de même et il y'a plus du temps pour se retrouver avec ses propres enfants ni avec les voisins pour prendre les repas.

Bien plus il faut de même noter que ce phénomène est plus accentué en ville qu'au village. Les ruraux prennent encore leur temps pour manger en famille parfois avec les voisins et quelques connaissances.

---

<sup>78</sup> Jaouen René, 1995, p. 23.

<sup>79</sup> Alifa Aboukar, entretien du 03 juillet 2007, à Ngaoundéré.

## CONCLUSION

Il en ressort de ce travail que dans le processus d'exploitation des végétaux, les peuples de l'Extrême-Nord du Cameroun ont développé tout un ensemble de mode et de technique qui leur permet de satisfaire leurs besoins les plus essentiels. Le registre culinaire est donc un signifiant privilégié de moral. Car la nourriture ne répond pas seulement à un besoin physique de première nécessité, c'est à dire satisfaire aux besoins biologiques de résister aux différentes maladies et à la survie de la famille. Alors elle devient une manière spécifique d'être homme. C'est pourquoi Claude Lévi-Strauss l'appelle médiation. L'animal et l'homme de la cueillette se nourrissent de façon immédiate, mais l'homme digne de ce nom le fait de manière médiate, toutefois la nourriture apparaît comme un phénomène socioculturel car tous les processus alimentaires permettent l'établissement et le maintien des relations humaines. C'est pourquoi on dit qu'il est un médiateur privilégié de la culture : C'est ainsi qu'un dicton stipule que « Dis-moi ce que tu manges et comment tu manges, je te dirai qui tu es, d'où tu viens, et à quel monde tu appartiens. » La détermination de sens va plus loin que la simple utilité biologique. La boule joue un rôle dans les relations humaines et reçoit un sens symbolique : symbole de vie de joie, de joie de vivre, de vie fraternelle, de solidarité, d'intimité interpersonnels. C'est dans cette multiplicité de significations que s'élabore le sens substantiel, et total de la boule.

Il n'en demeure pas moins vrai que l'alimentation des peuples de l'Extrême-Nord pose quelques problèmes de variétés. Nous avons constaté que cette alimentation est pauvre en matières grasses, il serait souhaitable d'introduire des corps gras dans la nutrition. Leur haut pouvoir calorique permettrait d'épargner une certaine quantité de mil qui serait fort utile au moment de la soudure. Un gros effort devrait être fait pour développer la culture des arbres fruitiers et la consommation des fruits. Un autre aliment traditionnel, le poisson mériterait de voir sa diffusion augmenter dans de grandes proportions puisqu'on se trouve près de lieux de pêche. La ration de vitamine A s'en trouverait relevée, comme, bien entendu, celle des protéines de haute valeur biologique. Il serait illusoire de dissocier l'évolution de l'alimentation du reste de l'évolution. Les progrès sont solidaires les uns des autres et c'est pourquoi les uns sont parfois lents. Il faut, pour le progrès alimentaire, comme tout autre progrès, attendre de la compétence, de la persévérance, et surtout de la volonté consciente des intéressés eux-mêmes.

## BIBLIOGRAPHIE

### I – Sources orales

Noms et prénoms	Statut matrimonial	Age	Ethnie	Date et lieu d'entretien
Acham Abouya	Comptable matière	49 ans	Kotoko	19/05/2007 à Kousseri
Acham Alifa	Contrôleur des Impôts	46 ans	Kotoko	16/05/2007 à Kousseri
Adam Alifa	Célibataire	34 ans	Kotoko	19/05/2007 à Kousseri
Adidja	Veuve	47 ans	Kotoko	15/10/2007 à Ngaoundéré.
Aissata Alifa	Célibataire	31 ans	Kotoko	22/ 10/ 2007 à Ngaoundéré
Aissatou wassou	Commerçante	44 ans	Moundang	04/06/2007 à Figuil
Alifa Aboukar	Ancien administrateur	64 ans	Kotoko	03/07/2007 à Ngaoundéré
Amabouwa	Agent de la Camair.	43 ans	Kotoko	19/ 05/2007 à Kousseri
Amaya	Mariée	44 ans	Kotoko	20/05/2007 à Kousseri
Batma Alifa	Ménagère	46 ans	Kotoko	15/10/2007 à Ngaoundéré
Boussoura	Commerçante	48 ans	Moundang	05/06/2007 à Figuil
Bring Daibe	Cultivateur	46 ans	Moundang	30/05/2007 à Mazang
Chetima Melchisededek	Etudiant	26 ans	Podokwo	25/10/2007 à Ngaoundéré
Dickviday Siwa	Religieuse	31 ans	Podokwo	23/10/2007 à Ngaoundéré
Djabou Madeleine	Étudiante	31 ans	Moundang	05/06/2007 à Figuil
Djibrilla Gaikwa	Cultivateur	53 ans	Moundang	02/06/2007 à Lara
Dikna Askadai	Cultivateur	67ans	Podokwo	28/10/2007 à Ngaoundéré
Falmata Ali	Marié	28 ans	Kotoko	17/05/2007 à Kousseri
Falmata	Célibataire	31 ans	Kotoko	23/10/ 2007 à

Mahamat				Ngaoundéré
Fenwore Marie	Étudiante	28 ans	Toupouri	25/10/ à Ngaoundéré
Harouna Barka	Étudiant	30 ans	Kotoko	27 /10/2007 à Ngaoundéré
Iya Maguyra	Temporaire Impôts	33 ans	Kotoko	03/07/2007 à Ngaoundéré
Katchoua Samuel	Oisif	62 ans	Moundang	02/06/2007 à Lara
Lassiri	Ménagère	58 ans	Moundang	29/05/2007 à Lara
Mahamat Masao	Célibataire	30 ans	Kotoko	20/05/2007 à Kousseri
Malou	Veuve	76 ans	Moundang	02/ 06/2007 à Lara
Mamma Bouba	Marié	46 ans	Moundang	05/06/2007 à Figuil
Mapaing	Mariée	58 ans	Moundang	29/ 05/ 2007 à Lara
Teri Kay	Militaire	43 ans	Podokwo	21/10/2007 à Ngaoundéré
Vendeu	Étudiant	29 ans	Podokwo	21/10/2007 à Ngaoundéré
Yénié Thérèse	Mariée	54 ans	Moundang	02/06/2007 à Mazang

## II- Sources écrites

### Ouvrages généraux

- 1- Garine Eric de, 1996, *Cuisine : Reflets des sociétés*, Paris, Edition Sépia, Musée de l'Homme.
- 2- Garine Eric de et al, 1996, *Bien Manger et Bien Vivre. Anthropologie alimentaire et développement en Afrique tropical: Du biologique au social*, Paris, ORSTOM/ l'Harmattan.
- 3- Seignobos Christian et Tourneux Henry, 2002, *Le Nord Cameroun à travers ses mots : Dictionnaire de termes anciens et modernes*, Paris, IRD/ Karthala.
- 4- Vacquier Richard, 1986, *Au temps des factories (1900-1950)*, Karthala, Paris.

### Articles de revues

- 1- Guilmain-Gautier, 1969, « Les falis de Ngoutchoumi, montagnards du Nord Cameroun », in *Anthropological publication*, Oosterhout.
- 2- Garine Igor de, 2002, « Nourriture de brousse chez les Moussey et les Massa du Nord Cameroun », in *Ressources vivrières et choix alimentaires dans le Bassin du Lac Tchad*, Nanterre, Communication présentée au XI<sup>e</sup> Colloque Méga- Tchad du 20-22/11/02.
- 3- Thaladidia Thiombiano, 1992, « Les outils d'analyses », in Malassis Louis et Gheris Gerard, *Initiation à l'économie alimentaire*, Paris, Hatier-AUPELF.
- 4- Eric Garine de, 1997, « Sauvage ou domestique? Remarques sur l'inventaire des plantes à brèdes chez les Gimbe et les Duupa du Nord - Cameroun. », in *Bien Manger et Bien Vivre – Anthropologie alimentaire et développement en Afrique tropical : du biologique au social*, Paris, ORSTOM, L'Harmattan.
- 5- Fadibo Pierre, 1998, « Matedeuré : Gardienne des Traditions moundang (1860-1961) » in Thierno Mouctar Bah (ed), *Acteurs de l'histoire au Nord- Cameroun au XIX<sup>e</sup> siècle*. No spécial 1, Ngaoundéré- Anthropos, Revues de Sciences Sociales, Université de Ngaoundéré.

### Mémoires et thèses

- 1- Beidi Magna, 2004, «La chasse en pays moundang: tradition et changements.» Mémoire de maîtrise d'Histoire, Université de Ngaoundéré.
- 2- Fanta, 1997, « Parures et femmes dans la société Moundang du Cameroun du XVIII<sup>ème</sup> siècle à 1997: Permanences et Mutations, Rapport de sensibilisation à la recherche en histoire, Université de Ngaoundéré.
- 3- Fenworé Daïta Marie Pascal, 2006, « Organisations paysannes et gestion de l'insécurité alimentaire dans l'arrondissement de Taibong », Mémoire de Maîtrise Sociologie, Université de Ngaoundéré.
- 4- Madjélè Philomène, 2006, « Repas et sociétés dans l'Extrême -nord Du Cameroun : Permanences et changements », Mémoire de Maîtrise en histoire, Université de Ngaoundéré

CODESRIA - BIBLIOTHEQUE