

17 février 2005

## **L'alimentation, les ingrédients, la préparation, la conservation**

**Maryvonne Chartier-Raymond**

### Les sources :

«Une offrande de pain et une offrande de bière...»

Les offrandes funéraires et les scènes de banquet sont une source d'information sur les aliments des anciens Egyptiens. Parmi les scènes des tombes, les tableaux très précis de la faune et de la flore nous renseignent souvent de façon très précise. Les autres sources d'information sont les dépôts d'offrandes alimentaires dans les tombes. L'archéologie peut également être une source précieuse d'informations ainsi que les textes.

### L'alimentation :

L'Egypte vit de l'agriculture, de l'élevage ainsi que de la chasse et de la pêche.

L'aliment de base est le pain et les préparations variées et nombreuses à base de céréales. L'orge et plusieurs variétés de blés (l'amidonnié et l'en grain, puis l'épeautre) sont les premières céréales utilisées en Egypte. L'orge sert aussi à la préparation la bière. D'autres céréales apparaîtront dans le courant de l'histoire.

La viande (bovins, chèvres, moutons, porcs, oies, pigeons) est une nourriture de fête que l'on partage. Les poissons, souvent tabous selon les témoignages des Grecs, sont une source importante de protéine en particulier pour les plus pauvres. Les Egyptiens ont essayé de domestiquer et d'engraisser un certain nombre d'espèces au cours de l'ancien Empire. La chasse, courante dans les temps les plus reculés, devient de plus en plus un passe-temps.

Les légumes secs sont les lentilles, les fèves et les pois chiches. Les légumes étaient nombreux ainsi que les fruits. Ce sont en particulier les poireaux, radis, oignons, ail, concombres, melons, pastèques, figes, dattes, grenades, raisins.

Le lait et ses dérivés (beurre, fromage) étaient appréciés.

Le miel sauvage et des élevages étaient utiles à l'alimentation comme dans les préparations pharmaceutiques.

La graisse vient du beurre ou d'autres animaux (suif, saindoux), l'huile d'olive est rarement utilisée avant les Ptolémées.

### Les boissons :

La bière préparée à partir d'orge est avec le pain la base de la nourriture. Les vins de raisin et de datte sont aussi appréciés. Nous avons des descriptions valant les étiquettes d'appellation contrôlée de nos vins modernes.

### Les préparations :

La viande et le poisson étaient consommés frais, cuits, séchés, salés, marinés ou conservés dans l'huile.

Les pains étaient cuits à la maison ou dans des ateliers de panification.

Les cuisines avaient des feux ouverts ou des fours en terre cuite dans les cours des maisons. Les récipients de cuisson sont nombreux et bon marché.

### L'évolution de la faune et de la flore et son influence sur l'alimentation :

Un certain nombre d'animaux et de plantes ont disparu des paysages nilotiques (éléphants, lions, hippopotames, crocodiles, pythons; papyrus), mais d'autres espèces ont été introduites par l'homme (cheval, gallinacés au Nouvel Empire, olivier, grenadier à la fin du premier millénaire avant J.-C., dromadaire également; ultérieurement buffle, coton, riz, maïs, sorgho, agrumes, canne à sucre).

### Le savoir-vivre :

Pas de longues tablées pour les banquets, plutôt des guéridons individuels ou à partager à deux. Hommes et femmes sont invités, en général séparés. Pas de couverts, ni de verres mais des coupes à boire.

### Divinités et monde animalier :

Les offrandes sont un témoignage de la gradation dans l'importance des éléments composant l'alimentation des Egyptiens. Les divinités à apparence animale nous montrent leur importance dans la vie quotidienne.

L'alimentation était donc variée et riche même si pourtant souvent frugale. Le plaisir et l'importance des repas partagés caractérise une vie sociale étroitement tissée.

## **Bibliographie :**

Guillemette Andreu, Patricia Rigault, Claude Traunecker, *l'ABCdaire de l'Égypte ancienne*, Paris, 1999.

Douglas J. Brewer, Donald B. Redford, Susan Redford, *Domestic Plants and Animals. The Egyptian Origins*, Warminster, England, 1994.

Karl W. Butzer, *Early Hydraulic Civilization in Egypt. A Study in Cultural Ecology*, Chicago, 1976.

Lise Manniche, *An Ancient Egyptian Herbal*, Austin, U. of Texas Press, 1989.

Georges Posener, avec la collaboration de Serge Sauneron et Jean Yoyotte, *Dictionnaire de la civilisation égyptienne*, Paris, Fernand Hazan, 1988.

Ian Shaw and Paul Nicholson, *The British Museum Dictionary of Ancient Egypt*, London 2003.