

Patrimoine culinaire et vulnérabilité alimentaire en Centrafrique

Valérie Blandine Tanga et Simon Narcisse Sakama
Université de Bangui.

Submitted: 2023-12-03

valued: 2024-11-20

validated: 2024-12-10

Résumé : La vulnérabilité alimentaire en contexte centrafricain est une situation conjoncturelle qui s'est développée ces dernières décennies, suite aux nouvelles formes de consommation des produits surgelés importés des pays occidentaux. Cette situation est également due à la méconnaissance du patrimoine culinaire du pays, des opportunités et potentialités en termes de disponibilité et de fréquence de la consommation des produits alimentaires. Cet article tente modestement de souligner qu'il existe dans le pays et à la portée de tous et surtout des ménages à faibles revenus, une diversité de plats locaux, dont les ingrédients sont disponibles en toutes saisons et à moindre prix.

Dans un passé récent, les centrafricains qui consommaient beaucoup plus des plats locaux, jouissaient de bonne santé et souffraient difficilement des maladies cardiovasculaire, l'hypertension artérielle ou le diabète. A ce titre, la consommation de ces aliments patrimoniaux peut améliorer les conditions d'existence et réduire les maladies liées à la mauvaise alimentation des populations centrafricaines sous régime des produits surgelés. En partant d'une démarche empirique à travers des entretiens individuels et des observations réalisées dans certains ménages, nous avons pu recenser un certain nombre de plats issus de nos traditions culinaires qui peuvent être consommés. La patrimonialisation de ces cuisines locales peut être rendue possible par une volonté politique et une prise de conscience individuelle et collective des consommateurs.

Mots clés : Patrimoine culinaire, vulnérabilité, alimentaire.

Abstract:

Food vulnerability in the Central African context is a cyclical situation which has developed following new forms of consumption of frozen products imported from Western countries. This situation is also due to the lack of knowledge of the country's culinary heritage, opportunities and potential in terms of availability of food products. This article modestly attempts to emphasize that there is in the country and within the reach of everyone, especially low-income households, a diversity of local dishes, the ingredients of which are available in all seasons and at lower prices.

The consumption of these heritage foods can improve living conditions and reduce diseases linked to poor nutrition among Central African populations on a diet of frozen products.

The consumption of these heritage foods can improve living conditions and reduce diseases linked to poor nutrition among Central African populations on a diet of frozen products. Based on individual interviews and observations carried out in certain households, this empirical and random approach made it possible to list a certain number of dishes from our culinary traditions which are still relevant today. The heritage of these local cuisines can be made possible by political will and individual and collective awareness among consumers.

Keywords: Culinary heritage, vulnerability, food.

Introduction

Le patrimoine culinaire est un objet important du savoir anthropologique, du fait qu'il est un canal privilégié permettant la saisie de l'organisation et de fonctionnement des sociétés humaines, constituant ainsi un patrimoine matériel et immatériel. Manger n'est pas seulement un acte culturel ni symbolique, mais un indicateur d'appréciation du bien-être physique et social. La cuisine est révélatrice des systèmes de savoir et des savoir-faire, des techniques spécifiques, également un marqueur identitaire des groupes sociaux (Mancina, 1993). Nous consommons tout ce que notre tradition culturelle nous a légué en terme de patrimoine culinaire. En effet, la cuisine est le reflet des sociétés, car chaque société humaine dispose d'un patrimoine alimentaire qui la définit. Autrement dit, les groupes humains possèdent chacun une identité culturelle à travers des gammes d'aliments qu'ils peuvent consommer pour lutter contre l'insécurité alimentaire (Bataille-Benguigui *et al* (1996). L'alimentation est passée de nos jours du local au global, faisant du manger un fait géographique d'une grande actualité (Fumey, 2010).

Cependant, depuis plusieurs décennies, la République centrafricaine est confrontée à une série de crises sociale, politique et économique qui ont eu des conséquences négatives sur le panier de la ménagère, faisant de sorte qu'il est un peu difficile d'avoir de la nourriture à moindre coût, malgré les potentialités naturelles importantes dont dispose le pays. L'identification et la collecte des ingrédients pour la préparation des plats locaux qui sont souvent biologiques et très nourrissants, semblent être oubliées par les ménages. La consommation des produits alimentaires importés a modifié l'habitude alimentaire, hypothéquant ainsi la santé des consommateurs, surtout en milieu urbain. L'augmentation du taux des maladies

cardiovasculaires, l'hypertension, le diabète, etc. est due à la consommation de ces produits surgelés, souvent avariés mais sur lesquels aucun contrôle n'est exercé. Les statistiques à ce sujet sont inquiétantes.

La vulnérabilité alimentaire, selon Droy et Rasolofo : « peut être définie comme la probabilité pour un individu ou un groupe de voir sa sécurité alimentaire menacée par la survenue d'un événement climatique ou économique » (Droy et Rasolofo 2004). Même si nous appréhendons le phénomène de la vulnérabilité alimentaire dans cette perspective, il faut retenir que selon le contexte urbain centrafricain, cela n'est pas le fait pour un individu de manquer de nourritures de qualité, mais c'est la situation d'une personne qui n'arrive pas à faire le bon choix parmi les produits alimentaires locaux dont elle dispose. Elle se caractérise par la résilience de l'individu obligé de consommer des aliments avariés, représentant un véritable danger pour la santé humaine. Dans notre entendement, la vulnérabilité alimentaire ne comprend pas seulement les facteurs de risque et de fragilité auxquels un individu est soumis, mais porte également sur le fait que celui-ci n'arrive pas à bien s'alimenter à moindre frais, malgré qu'il ait la possibilité. Autrement dit, la vulnérabilité s'entend comme « l'existence de facteurs qui exposent l'individu à l'insécurité alimentaire ou à la sous-alimentation » (FAO, 2022).

Du point de vue empirique, la vulnérabilité alimentaire correspond au risque d'insécurité alimentaire qui est entendu comme : « la possibilité de ne pouvoir accéder pour un individu, en temps opportun, à une ration adéquate, en quantité et qualité, pour qu'il soit en bonne santé dans le respect de ses choix culinaires » (Cambrezy et Janin, 2003 : 3). Nous voulons insister sur la qualité qui est un facteur important d'appréciation de la nourriture consommée par l'homme dans sa société. C'est cette question de la qualité des aliments qui se pose dans le contexte centrafricain et qui explique la vulnérabilité des ménages. Dans cette optique, un ensemble de questionnements s'impose pour nous permettre de comprendre : Comment la consommation des aliments locaux à moindre frais, peut-elle être un facteur indispensable de lutte contre la vulnérabilité alimentaire à laquelle le Centrafricain est confronté aujourd'hui ? Quels sont les facteurs de vulnérabilité alimentaire dans les ménages à Bangui et les logiques qui leurs sont rattachées ? Comment les ménages peuvent-ils s'alimenter à moindre frais avec des produits alimentaires locaux bien nourrissants pour éviter de tomber dans la vulnérabilité alimentaire ?

Traiter un tel sujet, s'avère important sur le plan anthropologique car de cette démarche dépend la mise en exergue de notre art culinaire.

Cependant, notre objectif n'est pas d'étudier la vulnérabilité alimentaire dans les ménages en milieu urbain à Bangui, comme cela a été abordé par Droy, Pascual et Bidou (2014), Chastanet (1991), Gado (1993) et Janin (2006). Nous essayerons, dans cet article, de présenter les aliments qui constituent le patrimoine culinaire en Centrafrique et qui sont susceptibles d'être vulgarisés comme réponse à la vulnérabilité alimentaire. Ensuite, nous tenterons de démontrer les stratégies susceptibles de faciliter la consommation des aliments locaux à moindre frais et présenter comment l'ensemble de cet art culinaire peut contribuer au développement de l'expression de nos identités culturelles.

1. Les cuisines locales : une réponse à la vulnérabilité alimentaire

Les savoirs et savoir-faire rattachés à la production des aliments consommés dans les sociétés humaines, constituent des patrimoines culturels qui se transmettent de génération en génération et marquant, comme nous l'avions ci-dessus souligné, l'identité des groupes sociaux. Autrement dit, l'alimentation est un fait social et ne peut pas être réduit à une simple consommation de nourritures, pour la satisfaction des besoins physiologiques (Garrigues-Cresswell et Martin, 1998). Au-delà des fonctions symboliques et culturelles, les cuisines peuvent être des facteurs de bien-être, de longévité ou des sources de maladies si elles sont mal consommées. En effet, dans les pays du nord et ceux du sud, l'anthropologie alimentaire a aussi pour objectif, de chercher à comprendre les pratiques et habitudes alimentaires en lien avec les problèmes de santé créés par ceux-ci (Crenn et Delavigne, 2010). En quoi et comment certains aliments provoquent-elles des maladies chez l'homme ? En effet, l'alimentation peut être sources de bonheur ou du malheur dans les sociétés humaines. Dans cette perspective, notre démarche vise à démontrer qu'il y a des aliments locaux en Centrafrique qui permettraient aux ménages d'éviter les risques d'insécurité alimentaire.

Les nourritures consommées par l'homme et les savoirs et savoir-faire qui leur sont liés sont des objets de connaissances scientifiques qui ont été abordés sur les plans théorique et méthodologique par les spécialistes des sciences humaines et sociales, ainsi que ceux des sciences naturelles, notamment les biologistes et nutritionnistes. Parmi ces auteurs, nous pouvons citer Bataille-Benguigui *et al.*, (1996), De Garine (1969), Froment *et al.*, (1996), etc. Ceux-ci ont essayé de démontrer dans leur analyse, les processus de construction identitaire entre l'alimentation et les différentes cultures humaines. Autrement dit, nous comprenons en partant de ces travaux que l'être humain ne mange pas seulement pour s'alimenter sur le plan

biologique, mais également pour exprimer sa culture. C'est l'interaction entre le biologique et le culturel. Aussi, ces auteurs ont prouvé que l'identité culturelle alimentaire, les techniques culinaires et les pratiques d'alimentation d'un groupe social, sont définis et déterminés en fonction de l'écosystème dans lequel il vit (Hladik et *al.*, 1996). C'est une analyse intéressante, mais ce n'est pas dans cette perspective que nous souhaitons inscrire notre problématique. L'étude du patrimoine culinaire comme réponse à la vulnérabilité alimentaire ne pourra pas être appréhendée dans cette démarche qui semble occultée les dynamiques socioéconomiques internes et externes qui présentent des influences sur les pratiques d'alimentation.

En revanche, la vulnérabilité alimentaire a été abordée sur les plans épistémologique et théorique par Droy et Rasolofo (2004), Bidou et Droy (2007), Droy, Pascual et Bidou (2014), Gwenn Pulliat (2014), ainsi que Janin (2003 ; 2006), comme un facteur qui sous-tend l'insécurité alimentaire. Ils ont essayé de traiter la question en rapport avec la production, aux disponibilités et à l'équilibre entre l'offre et la demande alimentaire. Dans cette logique, Droy, Pascual et Bidou (2014), partant de l'exemple du contexte béninois, estiment que la vulnérabilité alimentaire est due à l'insuffisance ou aux faiblesses des ressources financières, ou encore, à la faiblesse de la capacité financière des ménages. Cette situation correspond au cas centrafricain. En d'autres termes, ils ont démontré que ce sont les dynamiques socioéconomiques qui expliquent la dégradation de la situation alimentaire d'un individu ou d'un ménage, le conduisant dans l'insécurité alimentaire. Ainsi, les mécanismes de résilience que les ménages adoptent, comme réponse à leur situation y sont corrélatifs. Cette conclusion, aussi d'actualité dans le contexte centrafricain, nous pousse à une analyse descriptive d'autres réponses possibles, susceptibles de justifier la persistance de la vulnérabilité alimentaire des ménages en milieu urbain. C'est dans ce contexte, que nous voulons chercher à comprendre : comment la vulnérabilité alimentaire s'exprime-t-elle dans le quotidien des individus ? Quels sont les déterminants de dégradation de la situation alimentaire des Banguissois ? Quelles sont les cuisines locales pouvant faciliter l'alimentation à moindre ?

Partant de ces questionnements, nous voulons, à travers une ethnographie réalisée de juin à septembre 2024 à Bangui et les périphéries, expliquer quelques exemples de cuisines locales, et les stratégies adaptatives et contextualisés pouvant permettre aux ménages de bien s'alimenter et à moindre frais.

2. Ethnographier les cuisines locales dans un contexte de résilience alimentaire

Les cuisines locales font partie des patrimoines culinaires des sociétés humaines, porteurs des systèmes de savoir, des savoir-faire et savoir-être qui, se transmettent de génération en génération. Elles constituent un objet de savoir anthropologique abordé à travers les perspectives théoriques et méthodologiques de l'anthropologie alimentaire, dont les fondements ont été posés par Richard (1932), Mead et Guthe (1945), Mauss (1950) et Lévi-Strauss (1964), puis développer par De Garine (1969 ; 1984), Hladik et *al.*, (1996), Bataille-Benguigui et *al.*, (1996) et Froment (1996). Les démarches utilisées par ces auteurs, qui se situent dans une perspective d'altérité, reposaient sur des observations participantes et cherchaient à mettre en exergue les logiques relationnelles entre les cuisines, l'environnement naturel et les cultures humaines. L'anthropométrie était également utilisée dans le cadre de ces recherches pour déterminer les qualités nutritionnelles des aliments consommés.

En nous inscrivant dans cette traditionnelle démarche, nous avons voulu répertorier quelques cuisines locales qui possèdent des qualités nutritionnelles avérées et accessible aux ménages. Pour cela, nous avons fait usage des entretiens et observations directes comme techniques d'enquête. Cela nous a permis avec les ménages, d'identifier dans un processus participatif, environ cinq cuisines locales riches en nutriment et bons pour la santé humaine, contrairement aux nourritures à base des produits surgelés (poissons de mer, poulets, viande de porc) provenant des pays étrangers et vendu sur les marchés à Bangui. En effet, les entretiens ont été réalisés avec les ménages à faible revenu, identifiés de façon aléatoire dans deux quartiers du 8^{ème} arrondissement de la ville de Bangui et dans les zones périphériques notamment à Bégoua et Bimbo. Au total, douze entretiens de groupe (focus group de discussion), à raison de trois interviews ont été réalisées, avec les chefs de ménage, les femmes au foyers, les vendeuses de denrées alimentaires, les jeunes filles mères célibataires ou vivant maritalement. Ces interviews visaient à identifier les « cuisines moins chères¹ » et à analyser les facteurs explicatifs de la vulnérabilité alimentaire dans les ménages. Par la même occasion nous avons pu déterminer la disponibilité et la fréquence de certains des produits alimentaires sur le marché, ainsi que le rapport avec le pouvoir d'achat. L'analyse de ces informations a été renforcée par les données des observations directes, qui consistaient à apprécier la qualité de certaines préparations dont

¹ Les « cuisines moins chères » sont des aliments dont les ingrédients sont accessibles aux femmes et qu'elles peuvent avec 2000 FCFA préparer pour un ménage de 4 à 6 actifs.

les effets peuvent être négatifs pour la santé. Les facteurs de risque de l'insécurité alimentaire ont également été répertoriés.

3. Les déterminants de la vulnérabilité alimentaire dans les ménages

Selon les enquêtes réalisées sur le terrain, la vulnérabilité alimentaire dans les ménages en Centrafrique, se justifie par plusieurs facteurs dont les plus importants sont de deux ordres notamment, le revenu faible de la famille et l'envahissement des marchés par les produits alimentaires importés. En effet, le premier aspect s'explique par le fait que le revenu familial est relativement faible par rapport à l'inflation et le coût élevé de vie. Beaucoup de chefs de ménage sont des fonctionnaires moyens ou des personnes travaillant dans le secteur privé. À ce titre, leurs revenus mensuels sont faibles pour être à la hauteur des dépenses de santé, de la scolarité des enfants, de la nourriture, du transport et du loyer. En rapport à ces charges, les membres du ménage ne peuvent manger qu'une seule fois par jour. Un chef de ménage, cadre moyen de l'administration souligne :

« Vous savez, c'est par miracle que ma famille arrive à survivre, jusqu'à la fin d'un nouvel mois de salaire. Je suis administrateur civil, chef de service dans le ministère où je travaille. Le salaire que je gagne, ne me permet pas de subvenir à tous les besoins de la famille. J'ai les scolarités mensuelles des enfants à payer, les frais de transport des enfants pour aller à l'école à payer, les frais médicaux à payer, le loyer à payer, les crèmes et laits pour le corps de mon épouse à payer, mon transport pour aller chaque jour au travail à payer. Combien me reste pour le petit déjeuner et surtout la nourriture de la famille pour le mois ? Rien. C'est pourquoi le peu qui reste que je donne à madame, elle se débrouille pour que nous ayons à manger. Pourvu que les enfants arrivent à manger quelque chose dans la journée et surtout à leur retour de l'école » (Jean Bertrand, 55 ans, Chef de Service).

En partant de ce discours, le salaire faible a été évoqué par plusieurs chefs de ménage, comme facteur déterminant qui justifie la vulnérabilité alimentaire. Dans ces propos, la « débrouille » devient le mécanisme de résilience, lequel se traduit par la référence aux produits alimentaires surgelés. Avec la petite somme d'argent qu'elle possède, la femme préfère acheter 1kg ou 1,5kg de thon, de dorade ou de chinchard, bien apprécié par les enfants au lieu des légumes qui les rebutent. Au fait, il y a quand même une petite contradiction dans le rapport entre salaire faible et produits alimentaires à consommer par la famille. Le fait de ne pas consommer les aliments locaux ne le justifie presque pas du tout. C'est la nouvelle habitude alimentaire qui peut être

considérée comme stratégie d'adaptation du ménage à l'insécurité alimentaire. Généralement, ces produits alimentaires sont chers et de mauvaise qualité, mais le ménage déploie des efforts pour s'en procurer même en petite quantité. Dans cette optique, une réflexion sur la nature des aliments locaux peut permettre de mieux comprendre la situation de cette vulnérabilité.

4. Les aliments patrimoniaux

Manger est un acte naturel qui fait appel à la connaissance des plantes et légumes en lien avec l'héritage culturel. L'alimentation est un élément important de l'identité et du patrimoine. Nous définissons le patrimoine alimentaire comme l'ensemble des éléments matériels et immatériels constituant les cultures alimentaires. Selon Bessière et Tibère (2011), le patrimoine alimentaire se compose de l'ensemble des produits agricoles, bruts et transformés, des savoirs et savoir-faire mobilisés pour les produire, ainsi que des techniques et objets culinaires liés à leur transformation. Il se définit dans un lien avec le territoire, en termes de produits alimentaires et de cuisines localisés dans des traditions culturelles spécifiques.

L'acte de manger met en jeu, l'appartenance culturelle et la volonté de se nourrir. L'individu dans son être alimentaire est façonné par la combinaison de savoir, savoir-faire culinaire et de connaissances sur l'environnement naturel. Il place tout ceci dans le panier de l'identité alimentaire qu'il considère comme son patrimoine parce qu'il l'a hérité de ses ancêtres.

Aborder la question des aliments patrimoniaux renvoie à la question de l'identité alimentaire qui est la première revendication des individus qui prend en compte l'appartenance à une communauté culturelle et ethnique. Sachant que : « l'alimentation constitue le biais par lequel une société donnée définit des champs importants de réciprocité, d'échange et de contrôle social, et manipule des positions politiques, y compris le prestige y afférant » (Devisch, De Boeck et Jonckers, 1995). C'est dans ce contexte que le Centrafricain se revendique une identité culturelle et alimentaire qui n'est pas en conflit avec l'autre mais c'est une manière d'exprimer sa particularité. L'identité est prise dans ce contexte comme une reconnaissance personnelle de l'individu qu'il veut que l'autre le prenne comme tel.

La société centrafricaine est composée d'une diversité ethnique. Chaque groupe ou communauté ethnique présente des particularités en ce qui concerne l'alimentation. Il existe

plusieurs mets² culturels ou patrimoniaux dont les individus s'en revendiquent. Au sein des groupes culturels ou communautés ethniques, les individus font référence à des aliments qu'ils considèrent comme patrimoniaux. Ces aliments patrimoniaux mettent en exergue, la transmission des cultures alimentaires à l'œuvre au sein des sociétés humaines. L'identification des aliments patrimoniaux sont de deux ordres. D'une part, c'est à travers les éléments constitutifs pour la préparation c'est-à-dire, l'ingrédient de base et d'autre part, la recette présentée en termes de plat à consommer.

Concernant le premier aspect, il faut retenir que dans certains groupes sociaux, ce sont les légumes qui constituent le facteur déterminant d'identification de la forme d'alimentation. C'est le cas des Banda avec l'amarante amère le *ngago*, les Mandja de leur côté sont reconnus par la consommation de *bôlé*, les Gbaka-Mandja par le *siri* et les Sara-Kaba, groupe ethnique du nord de la République Centrafricaine qui souvent est identifié par le *dongo*. La présence de ces produits alimentaires renvoie à une identification ethnique en milieu centrafricain. Alors que la consommation de ces aliments, en combinaison avec d'autres ingrédients ne souffre d'aucune barrière entre les groupes ethniques.

Pour le second aspect, c'est le plat présenté qui constitue le facteur déterminant d'identification notamment : le *Gbôto- koundja* chez le groupe Nbgandi (yakoma, Sango ou Gbaziri, selon la texture du plat présenté) et *Lôkô-Kpaguidi* chez les Gbeya. La technique culinaire et la combinaison des ingrédients qui sont des produits de consommation courante donnent l'identité ethnique à un plat. Nous comprenons alors que le choix de l'alimentation répond à une exigence culturelle qui influe sur la manière de faire. Aux premiers abords, l'alimentation n'est pas une réponse à un besoin environnemental immédiat. Dans la plupart des cas, les individus considèrent les ingrédients comme appartenant à leur groupe tout en ignorant les raisons ou les conditions dans lesquelles ceux-ci ont été choisis (Tanga, 2018).

Il existe plusieurs mets identitaires dont les dépenses pour la préparation sont relativement faibles, par rapport au coût des produits alimentaires importés. Nous pouvons retenir environs cinq présentés dans la matrice qui suit :

² Mets : plat cuisiné que l'on mange au cours d'un repas

N°	Nom du plats	Ingrédients	Forme de présentation	Cout estimatif
1	<i>Kpâ-ngou</i>	Aubergine sauvage ; Gombo frais ; Tomate fraîche; Pâte d'arachides.	Sauce d'aubergine sauvage avec du gombo frais et des tomates fraîches, à base de pâte d'arachides.	2000F CFA soit 3,50€
2	<i>Makongo na coco</i>	Chenilles fumées-séchées; <i>Gnetum africanum</i> ; Pâte d'arachides.	Sorte de sauce de chenilles fumées-séchées, avec les feuilles émiettées de <i>gnetum africanum</i> , à base de pâte d'arachides	2000F CFA soit 3,50€
3	<i>Gougou na coco</i>	Champignons fumées-séchées; <i>Gnetum africanum</i> ; Pâte d'arachides	Une sauce à base de pâte d'arachides avec des champignons fumées ou séchées et les feuilles émiettées de <i>gnetum africanum</i> .	2000F CFA soit 3,50€
4	<i>Solo base</i>	Poisson fumé pilé; Gombo séché en poudre; Pâte d'arachides ou de sésame (selon l'appartenance ethnique).	Sauce de poisson fumée au gombo en poudre séchée, à base de pâte d'arachides.	3000F CFA soit 4,50€
5	<i>Dôre bé</i>	Pâte de graines de courges (<i>kôssô</i>) ; Poudre de gombo séché ou feuilles de jute, mélangée avec l'amarante amère.	Sauce gluante de poudre de gombo avec des boulettes de courge.	2000F CFA soit 3,50€

Source : les auteurs

Bien qu'il existe des mets identitaires, le régime alimentaire dans les différents groupes ethniques est étroitement lié aux ressources alimentaires disponibles selon les saisons. Il existe de mets patrimoniaux qui sont considérés comme des repas de disette par des individus n'appartenant pas à la communauté culturelle ou ne partageons pas les mêmes codes ou habitudes alimentaires. Ainsi, nous pouvons aussi noter que les saisons ont des influences sur les habitudes alimentaires. Il y a des produits alimentaires qui sont bien disponibles soit en saison des pluies ou en saison sèche. La consommation courante de la viande de bœuf à tous les niveaux et dans toutes les familles à un impact sur la bourse à cause du prix élevés de celle-ci sur le marché.

5. S'alimenter à moindre frais

Il est possible en tout lieu de bien manger sans engager une dépense importante même si le prix des denrées alimentaires est élevé. Mais, est-ce une utopie de penser avec le temps qui court que l'on peut manger à moindre frais en République Centrafricaine ? Autrement dit, s'alimenter à moindre frais est encore possible dans ce pays fragilisé par les conflits militaro-politiques ? Pour le Centrafricain lambda, le prix des denrées alimentaires augmente tous les jours. C'est

une réalité que l'on doit prendre avec beaucoup de réserve. Il y a lieu d'interroger l'assiette des ménages quant à leur habitude alimentaire pour comprendre.

L'habitude alimentaire est un indice permettant de faire le lien entre la cherté du marché et la possibilité ou la volonté de se nourrir à moindre coût. Le prix des denrées alimentaires ne peut pas être abordé en termes de l'offre et de la demande. Loin de nous cette approche économiste qui va nous amener sur la politique du prix sur le marché. Notre analyse met en exergue l'habitude alimentaire culturelle et aussi les comportements alimentaires d'emprunt qui amènent les individus à faire des choix sans tenir compte ni des valeurs nutritives des aliments, ni de leurs capacités financières.

Manger à moindre frais rime avec d'une part la notion de réserve. Et d'autre part, à la volonté de varier son alimentation selon la disponibilité des produits alimentaires locaux. Faire de réserve ne revoie pas forcément au fait d'avoir un congélateur ou un réfrigérateur chez soi. Premièrement, il est question d'avoir du non périssable et des ingrédients tels que : le manioc, le sel, l'arachide en pâte, les graines de courges, le gombo séché, pour ne citer que ceux-là qui sont de consommation courante; au lieu de les acheter tous les jours au marché pour une famille à modeste revenu. En second lieu, apparaît la question de la variation des mets que les femmes préparent et qui sont consommés par les membres de la famille. Signalons que bien manger chez le Centrafricain (en tout cas pour une majorité) renvoie à un plat composé de la viande de bœuf et de la boule de manioc. Les légumes et autres ingrédients qui accompagnent la préparation du met n'ont pas d'importance. L'essentiel consiste à ce que le plat présenté comporte de la viande de bœuf et de la boule de manioc. Sachant qu'un kilo de viande coûte 2000 FCFA³ sur le marché et que cela ne peut pas suffire pour une famille de 4 personnes. Devant cette situation, les individus se rabattent sur le poisson et les poulets surgelés alors qu'il existe d'autres possibilités.

Le marché local offre plusieurs gammes de denrées et aussi des produits alimentaires saisonniers. On peut citer entre autres :

- le poisson frais, fumé ou séché ;
- la viande boucanée que certains consommateurs pensent que le prix sur le marché est souvent excessif ;

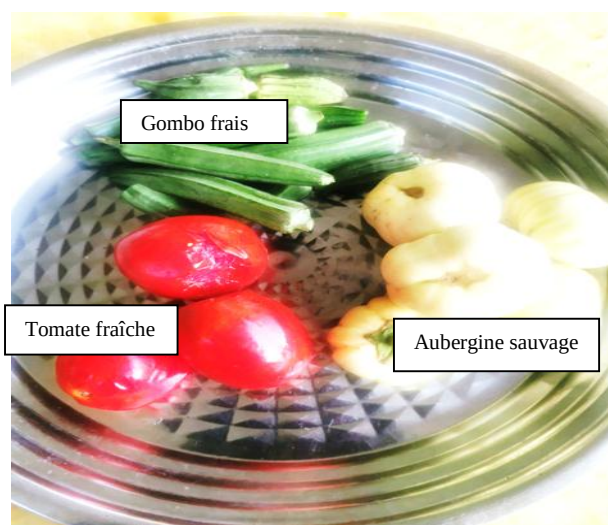
³ Franc des colonies françaises d'Afrique, une monnaie coloniale imposée aux Etats africains, anciennes colonies françaises après la seconde guerre mondiale.

- les chenilles fraîches pendant la saison des pluies ;
- les chenilles fumées-séchées consommées en toute saison ;
- les champignons avec plusieurs variétés tout le long de l'année, fumés et séchés consommés en toute saison ;
- les escargots ;
- les sauterelles ;
- les termites, etc.

Il existe dans les cultures centrafricaines des « mets identitaires » qui sont passés à la table de la consommation nationale et sont à moindre coût. Aussi, des combinaisons des ingrédients qui facilitent la préparation et la bonne consommation de ces plats. C'est l'exemple des plats que nous avons identifiés lors des enquêtes auprès de certains ménages dans les quartiers de la ville.

- **Le *Kpâ-ngou***

Le *kpâ-ngou* est une sorte de sauce préparée à base de la pâte d'arachide et du gombo. Ce dernier est un légume que nous trouvons dans presque toute l'alimentation africaine. C'est dans le sud de l'Europe, en Inde, au Moyen-Orient, aux Antilles et en Amérique du Sud que ce légume est disponible. En RCA, le gombo est consommé frais pendant la saison des pluies et très souvent séché et en poudre en saison sèche. Même s'il est présent sur le marché pendant les douze mois de l'année, le gombo frais coûte cher pendant la saison sèche. Ce qui renvoie à la consommation du séché en poudre car, moins chers et à la portée de bourse des ménages moins nantis.



L'aubergine sauvage, appelée communément « *liyo* » ou « *lé ngago* » est considérée comme une plante appartenant à l'ethnie *Gbeya*. Elle est consommée fraîche chez les Banda et séchée en milieu *Mandja*, *Gbeya*, *Sara* et *Kaba*. Séché ou fraîche, l'aubergine sauvage est présente sur le marché toute l'année et est aussi mangée crue. Elle constitue le principal ingrédient dans la préparation du *kpâ-ngou*.

La tomate est souvent utilisée dans la cuisine comme condiment que l'on frit avec la viande. Alors que dans la préparation du *kpâ-ngou*, elle est ajoutée comme un légume après que le gombo et l'aubergine sont bien cuits, la femme l'ajoute au contenu de la marmite. En outre, la pâte d'arachides très consommée en milieu centrafricain constitue la base de la préparation. La cuisine centrafricaine fait toujours recours à l'arachide qui donne la saveur au repas familial. Dans le langage alimentaire centrafricain, on distingue le « *yabanda* »⁴ ou le « *kpokpongo* » qui signifie que le plat qui sera présenté n'est pas fait avec de la pâte que cela soit de l'arachide, de sésame ou autre.

- La préparation du *kpâ-ngou*

La préparation et la cuisson de cet aliment durent environ 2 heures et 30 minutes. Généralement, la ménagère prend 15 minutes pour apprêter et rassembler les ingrédients. Après cette opération technique, elle met une marmite au feu, avec de l'eau à laquelle elle ajoute du sel et du natron. Le mélange est porté en ébullition pendant quarante et cinq minutes de cuisson. Le gombo frais, dont les extrémités sont coupées, tout en faisant des petites tracées sur celui-ci pour faciliter la pénétration du sel y est ajouté. Ensuite, la ménagère y ajoute l'aubergine sauvage et va laisser cuire vingt minutes après, avant d'ajouter la tomate pour laisser au feu pendant quinze minutes supplémentaires. La pâte d'arachides diluée dans l'eau est versée sur la cuisson, puis descendu du feu après 30 minutes au maximum.

- Le *solo base*⁵

Le *solo base* est un repas de disette. Sa préparation ne prend généralement pas beaucoup de temps, environ une heure à la rigueur. La qualité de ce repas se justifie pour la simple raison que, les différents ingrédients qui entrent dans la préparation sont conservés à la maison, faisant

⁴ Feuille de gnetum préparées avec du poisson séché ou fumée, sans pâte d'arachide et une petite quantité d'eau.

⁵ Une sauce à base de pâte d'arachide et de poudre de gombo. L'appellation « *solo base* » est donnée par les enfants car c'est au fond de l'assiette que se trouvent les morceaux de poisson fumé pilé qui a servi de base à la préparation. Le « *solo base* » est un plat de résilience.

partie de la petite réserve alimentaire du ménage. Le poisson séché est pilé et gardé dans un bocal. Il en est de même pour le gombo séché en poudre et la pâte d'arachides ou de sésame.

- La préparation du *solo base*

Pour préparer le plat de *solo base*, il suffit pour la ménagère ou la jeune fille dans le ménage, de mettre au feu la marmite dans laquelle elle versera la quantité d'eau nécessaire à sa cuisine, en y ajoutant un peu de sel et du natron, avant de porter en ébullition. A quinze minutes, la femme ajoute la poudre de gombo, en laissant cuire pendant quinze minutes de plus, avant d'ajouter la pâte d'arachide diluée dans une petite quantité d'eau. La ménagère laisse cuire quinze minutes au feu puis elle y ajoute la poudre de poisson séché ou fumé. Elle laisse cuire quinze minutes de plus, avant de descendre la marmite du feu. La cuisine est donc présentée sous forme d'une sauce un peu gluante à cause de la pâte d'arachides.

6 La particularité des plats à moindre frais

Le *Makongo na coco* est un plat composé de chenilles séchées avec les feuilles de *gnetum*. Aussi les champignons séchés appelés *Gougou*, peuvent aussi être préparés avec le *gnetum*, avec ou sans pâte d'arachide. Ces deux mets préparés avec la pâte d'arachide donnent la connotation d'un repas familial. La présence de la pâte d'arachides donne la possibilité de les préparer en grande quantité mais à moindre coût. Le *Makongo na coco* » et le *Gougou na coco* sont aussi préparés sans la pâte d'arachides. Dans ce contexte, c'est du *yabanda* qui dans la consommation courante est du registre de non repas.

Il y a lieu de signaler que les chenilles et champignons séchés peuvent aussi être préparés avec la poudre de gombo. Cette préparation souvent bien maîtrisée par les enfants dans les ménages à Bangui, est considérée comme un aliment de soudure. Dans tous les cas, ces mets sont toujours accompagnés par la boule de manioc. Ils peuvent être mangés avec la boule de maïs ou bien avec la boule de maïs mélangée avec du manioc⁶. L'igname, le tarot et la banane plantain peuvent également accompagner ces plats. La boule de manioc est omniprésente dans tous les plats consommés au niveau national en tant qu'aliment de base. Les autres aliments cités ci-haut sont consommés comme non repas y compris le riz.

⁶ Cette boule est souvent préparée dans le cas où le ménage n'a pas assez de farine de maïs ou de manioc. Le mélange permet d'avoir un volume assez important de boule pour la consommation des enfants.

6. Vers une patrimonialisation des plats locaux

L'alimentation reste un élément important pour le développement du bien-être physique, psychologique et social d'un individu. Il fait partie intégrante de la gestion des moyens d'existence (Pulliat, 2014), conditionnant ainsi la sécurité alimentaire des individus. En effet, il ne suffit pas de nos jours, d'avoir assez d'argent pour bien manger, comme cela est le cas dans la pensée populaire, par rapport au coût élevé de la vie. Beaucoup de personnes ayant les moyens financiers pouvant leur permettre de consommer des aliments sains et équilibrés, sont rendus vulnérables par la qualité de leur alimentation. Elles sont également devenues diabétiques, hypertendues et vivent avec des maladies comme la goutte, parce qu'elles estiment que les plats locaux ne sont pas assez nutritifs.

Selon les enquêtes réalisées auprès des ménages, nous avons remarqué que la vulnérabilité alimentaire est un état d'esprit, une pensée issue des changements de comportements relatifs aux habitudes alimentaires. Celles-ci ont été développées en rapport avec la prolifération des marchés urbains par les produits alimentaires surgelés en provenance des pays occidentaux. L'envie de consommer les produits alimentaires occidentaux a créée de nouvelles habitudes alimentaires en milieu urbain et même rural, de telle sorte que les déchets (pattes de volaille, gésier, dos de poulets, etc) sont vendus par les sociétés d'alimentation tenue pour la plupart des cas par les commerçants étrangers et consommés par la population centrafricaine.

La lutte contre la vulnérabilité alimentaire dans le contexte centrafricain, passe par une reconnaissance individuelle et collective, ainsi que la valorisation de la consommation des plats locaux, dont les ingrédients naturels et biologiques peuvent contribuer à l'amélioration des problèmes de santé des populations. Ces dernières souffrent souvent du manque d'accès à une alimentation équilibrée. Dans cette perspective, un questionnement peut retenir notre attention, celui de savoir, comment les populations peuvent développer de nouvelles habitudes alimentaires en consommant les aliments locaux ? Les réponses à cette interrogation peuvent être définies aux niveaux social et politique.

Le niveau social renvoie à ce que nous pouvons considérer comme la communication pour un changement de comportement alimentaire, visant à développer une prise de conscience des populations sur la consommation des produits alimentaires locaux. Cette stratégie peut être portée par les ménages, les vendeuses, les commerçantes et les restauratrices de rue. Ces

dernières peuvent encourager la consommation de ces plats locaux à travers des campagnes de dégustation à faible prix.

Au plan politique, les médias peuvent organiser des émissions radiophoniques avec les spécialistes nutritionnistes et les chercheurs anthropologues afin de faire la promotion médiatique de ces plats nationaux. Le ministère en charge de développement du tourisme, en tant qu'acteur institutionnel, peut faire de cette préoccupation, une activité dans le cadre du tourisme gastronomique au niveau interne, pour encourager les fonctionnaires et toutes les autres couches sociales à la consommation des aliments locaux. Il y a beaucoup d'opportunité à envisager dans l'optique de la patrimonialisation des plats locaux.

Conclusion :

L'espérance de vie des Centrafricains est de plus en plus en baisse, presque chaque décennie, à cause d'une part, de la vulnérabilité sociale, politique et économique qui, constituent les conséquences des conflits militaro-politiques qu'a connus la République centrafricaine. D'autre part, la vulnérabilité alimentaire est le facteur déterminant de cette situation. En effet, la santé humaine dépend de la disponibilité et de la qualité des aliments que doivent consommer les individus. C'est dans cette optique que la présente étude a démontré l'existence dans le pays, d'un ensemble de patrimoine alimentaire divers et varié qui, peut contribuer de façon substantielle, au bien-être de la population, tout en cherchant à éradiquer les conséquences de la vulnérabilité alimentaire en termes de maladies qui sont citées ci-dessus.

Selon les résultats de cette étude, la vulnérabilité alimentaire en Centrafrique est une situation de fait. Elle est conjoncturelle et a émergé suite à une dégénérescence de la culture alimentaire ou une faible consommation des plats locaux. Comme cela a été souligné tout au long de cette analyse, l'envie de la consommation des produits alimentaires étrangers par les centrafricains, développés par l'importation des produits surgelés et avariés a été un élément justificatif important. Même les déchets d'abattoirs dans les pays occidentaux (gésiers, pattes de poulets et de dindes, tripes de bœufs, etc) sont importés, vendus et consommés dans les ménages, surtout en milieu urbain du pays.

Les aliments ou plats locaux, en tant que patrimoine culinaire dans nos cultures, sont une condition non négligeable de lutte contre la vulnérabilité alimentaire. En effet, nous avons compris à travers cette étude que, la promotion des cuisines des groupes sociaux sur toute l'étendue du territoire centrafricain, peut faciliter l'éradication de la vulnérabilité alimentaire et

ses conséquences. Les plats comme : le *kpâ-ngou*, le *makongo na coco*, le *gougou na coco*, le *solo base*, le *dôre bé*, etc, même s'ils sont considérés comme des aliments de résilience par certaines personnes, sont moins coûteux et présentent moins de risques pour la santé humaine. En outre, ils mettent en exergue notre identité culturelle et peuvent contribuer au développement du tourisme gastronomique dans le pays.

L'alimentation centrafricaine comme celle de beaucoup de pays en voie de développement reste mal connue de nos jours (De Garine, 1988), malgré son intérêt épistémologique et social important. Dans cette perspective, la patrimonialisation de ces plats locaux que nous savons ne sera pas facile, peut passer par l'approfondissement des recherches sur le système alimentaire centrafricain, lesquelles peuvent être portées par les anthropologues de l'alimentation, les anthropobiologistes, les nutritionnistes et les économistes. Les résultats de ces recherches pourront être mis à contribution, dans l'élaboration des stratégies de communication pouvant faciliter la prise de conscience des populations pour un changement de comportement alimentaire et susciter en elles la promotion de la consommation des aliments et plats locaux.

Références bibliographiques

Bataille-Benguigui M.C., et *al.*, 1996, Cuisines, reflet des sociétés. Paris, Edition Sépia, Musée de l'Homme.

Bessiere J., et Tibère L., 2011, « Innovation et patrimoine alimentaire en Midi-Pyrénées. Formes d'innovation et lien au territoire ». *Anthropology of Food* n°8, OpenEdition Journals.

Bidou J-E., et Droy I., 2007, « Pauvreté et vulnérabilité alimentaire dans le Sud de Madagascar : les apports d'une approche diachronique sur un panel de ménage ». In *Monde en développement*, n°140, Edition De Boeck Supérieur, pp. 45 à 64.

Cambrezy L., et Janin P., 2003, « Le risque alimentaire en Afrique ». Yvette Veyret, *Les risques*, SEDES, Col. Dossiers des images économiques du monde (DIEM), IRD. pp.88-103.

Chastanet M., 1991, « Crise et régulation en pays soninké (Sénégal) depuis le début du XIX^e siècle ». *Cahiers des sciences humaines*, vol. 27, n°1-2, pp. 131-145.

Crenn C., et Delavigne A-E., 2010, « Les méthodes de l'anthropologie sociale dans les études sur l'alimentation », *L'anthropologie du vivant : objets et méthodes*, pp. 63-66.

- De Garine I., 1969, « Pour une anthropologie de l'alimentation », *L'Homme*, IX (4) : 125-126.
- Garrigues-Cresswell M., et Martin M.A., 1998, « Dynamique des pratiques alimentaires », *Techniques et cultures*, n° 31-32.
- De Garine I., 1988, « Anthropologie de l'alimentation et pluridisciplinarité », *ECOL. HUM.*, Vol.VI n°2, pp. 21-40.
- Devisch R., De Boeck F., et Jonckers D., 1995, *Alimentations, traditions et développement en Afrique intertropicale*. Paris, L'Harmattan, 303 p.
- Droy I., et Rasolofo P., 2004, *Les approches de la vulnérabilité alimentaire dans le sud de Madagascar*. Bordeaux, Centre d'économie du développement, IFRéDE-GRES ;
- Droy I., Pascual C., Bidou J-E., 2014. « Inégalités de genre et vulnérabilité alimentaire en milieu rural béninois : des interactions complexes ». In Guetat-Bernard H., et M., Saussey M., (eds) *Genre et savoirs. Pratiques et innovations rurales au Sud*. IRD éditions, collection A travers champs: 85-115.
- Froment A., (sous la dir. de), 1996, *Bien manger et bien vivre : Anthropologie alimentaire et développement en Afrique intertropicale : du biologique au social*. Paris, L'Harmattan, 520 p.
- Fumey G., 2010, *Manger local, manger global. L'alimentation géographique*. Paris, Edition CNRS.
- Gado B.A., 1993, *Une histoire des famines au Sahel. Étude des grandes crises alimentaires (XIX^e - XX^e siècle)*. Paris, L'Harmattan, 201 p.
- Gwenn Pulliat, 2014, « Vulnérabilité alimentaire et trajectoires de sécurisation des moyens d'existence à Hanoi : une lecture des pratiques quotidiennes dans une métropole émergente », *Carnets de géographes* n°7. En ligne, URL : <http://journals.openedition.org/cdg/512>.
- Hladik C.M., Hladik A., Pagezy H., Linares O.F., Koppert G.J.A., et al., 1996, *L'alimentation en forêt tropicale: interactions bioculturelles et perspectives de développement. Les ressources alimentaires : production et consommation*. Volume I, Paris, UNESCO, 852p.
- Janin P., 2003, *Analyse spatio-temporelle de la vulnérabilité alimentaire*. Paris IRD.
- Janin P., 2006, « La vulnérabilité alimentaire des Sahéliens : concepts, échelles et enseignements d'une recherche de terrain ». *L'espace géographique*, n°4, Edition Belin, pp. 355-366.
- Lévi-Strauss, 1964, *Mythologiques 1, Le Cru et le Cuit*, Paris, Plon.
- Mancina P., 1993, *La cuisine comme marqueur identitaire. Etude archéologique de l'évolution des pratiques culinaires en Mésio-Amérique*.

Mauss M., 1950, *Essai sur le Don, Forme et Raison de l'Echange dans les Sociétés Archaïques*, Paris, PUF.

Mead M., Guthe C.E., 1945, *Manual for the Study of Food Habits*, Bull. of Nat. Res. Counc. (National Academy of Sciences) II.

Richard A.I., 1932, *Hunger and Work in a Savage Tribe a Functional Study of Nutrition among the Southern Bantu*, London, Routledge.

Tanga V-B., 2018, *Le patrimoine alimentaire en Centrafrique*, Edition Universitaire Européenne.