

Anthropologie de la cuisine chinoise à Tahiti

Robert SHAN CHING SEONG¹

I. La pratique alimentaire dans la culture chinoise

1. Bref rappel historique²

a) La période néolithique : l'invention de pratiques alimentaires chinoises

A partir de 6 000 avant notre ère, l'agriculture apparaît et se développe dans l'espace chinois jusqu'aux frontières de l'herbe, domaine des nomades. Les cultures céréalières (millet, riz) constituent les fondements de la civilisation des *han*. Cinq millénaires permettent de passer du cru au cuit grâce à l'émergence de l'agriculture et la maîtrise de la poterie. Les pratiques alimentaires chinoises se singularisent donc par une nourriture basée sur les céréales et la transformation de leurs aliments par le feu dans de la vaisselle en céramique. Près des villages, des jardins permettent une alimentation complémentaire (premiers légumes comme le chou chinois toujours consommé aujourd'hui) grâce aux débuts de l'horticulture. Cuisiner à cette époque c'est mijoter à l'eau ou à la vapeur, une bouillie de céréales à l'aide de récipients tripodes. Se nourrir alors, c'est manger ou boire dans de grands bols circulaires.

Les textes anciens rapportent ces éléments sous forme de chroniques mythiques dominées par des souverains fondateurs. Par exemple, le roi Yandi, surnommé « le Divin laboureur », aurait inventé les cinq céréales et aurait été le premier à les avoir cuites à la vapeur. Ces documents littéraires, en grande partie rédigés à la fin des Zhou (-1045-221 av. J.-C.), concentrent cinq millénaires de découvertes culinaires.

b) La gastronomie chinoise à l'âge du bronze : autels des ancêtres et tables princières

La civilisation chinoise naît véritablement à l'âge du bronze quand apparaît le premier Etat centralisé au cours du II^e millénaire avant notre ère. Le bronze donne au souverain le pouvoir sur les hommes (grâce aux armes et aux outils en métal) et lui permet de communiquer avec les dieux (grâce à la vaisselle de bronze utilisée lors des banquets rituels). Les longues inscriptions sur la vaisselle donnent de précieux renseignements sur les rites d'offrandes et la nourriture qui les accompagne. Viandes, céréales et alcools sont préparés dans des récipients spécifiques pour être présentés dans le temple des ancêtres. Plus que le goût c'est le parfum que l'on recherche pour ces mets qui doivent faciliter la communion avec les esprits. La fine fleur de la cuisine dans la plus belle des vaisselles est donc destinée au culte dans le cadre de fêtes qui établissent à travers la nourriture un lien

¹ Diplômé d'Anthropologie – Université de Polynésie française - 2003

² Les séductions du palais. Cuisiner et manger en Chine. Musée du quai Branly

entre les vivants et les morts. Le mets le plus apprécié de ces banquets est le bouillon sacrificiel composé habituellement de viande, de légumes ou de céréales. Avec les Shang (1570-1045 av. J.-C.), l'alimentation carnée se développe et se diversifie, les préparations s'enrichissent, les céréales sont cuites à la vapeur et la consommation de vin augmente. Avec les Zhou (1045-221 av. J.-C.), les manières de table se codifient, les récipients à nourriture tendent à se spécialiser, les vases tripodes deviennent les emblèmes du pouvoir. La gastronomie chinoise façonnée sur les autels des ancêtres gagne progressivement les tables princières.

c) Les premières dynasties de l'empire : naissance d'un art culinaire

La dynastie Han (206 av. J.-C.- 220 apr. J.-C) correspond à quatre siècles d'unité nationale et de prospérité. Dans l'empire bien administré, l'art culinaire gagne de nouvelles couches de la population, notamment les fonctionnaires et les propriétaires fonciers. Les laques délicats et élégants remplacent les bronzes pour la vaisselle de table. Les coupes, plus ou moins grandes, correspondent à des usages différents, pour l'alcool ou les sauces, voire les bouillons ou les ragoûts. Un petit réchaud portatif rempli de braises accompagne les convives à table prenant désormais leurs repas avec des baguettes et des assiettes. La poterie se trouve surtout dans les cuisines et constitue la vaisselle des classes pauvres.

La cuisine bénéficie du perfectionnement des outils et du souci de plus grande qualité. L'introduction de graisse animale et d'huile végétale permet la cuisson à haute température : la possibilité de rôtir, de frire, de rissoler, d'étuver...prouve la maîtrise du fourneau devenue totale. Le gril qui permet de dorer les viandes à feu vif devient un ustensile courant. Dans chaque grande maison, les cuisines tiennent une place importante avec le fourneau, les combustibles, les étagères réservées à la vaisselle et aux provisions, les bâtis pour accrocher les viandes séchées. Le décor des tombes contemporaines donne des renseignements précieux sur les pratiques alimentaires et les arts de la table de cette période. C'est une cuisine savante qui s'est mise en place, probablement sans équivalent nulle part ailleurs à cette époque.

d) L'âge d'or des Tang : luxe et exotisme

La dynastie Tang (618-907) est souvent présentée comme un âge d'or de la civilisation chinoise : plusieurs siècles d'unité et une ouverture aux influences extérieures favorisent l'épanouissement d'un art de vivre qui n'épargne pas la gastronomie. Un élément fondamental de l'art culinaire se met en place avec la technique de la mouture qui permet la confection des pains, des gâteaux et des pâtes. Apparaissent notamment les petits pains ronds briochés cuits à la vapeur et les raviolis que l'on plonge dans de la soupe bouillante. Toutes ces recettes à base de farine entrent aussi bien dans les menus du palais que dans les préparations vendues directement dans les rues par les marchands ambulants. Le succès de ces mets va stimuler la production de blé dans la Chine du Nord tandis qu'au cours des VIIe et VIIIe siècles, les produits d'Asie centrale se répandent sur les tables des palais comme les fruits et légumes des oasis de l'Ouest ou les denrées tropicales venues du Sud par le grand canal. La mode de ces produits étrangers, renforcée par les religions (bouddhisme, islam),

diminue l'importance de la consommation de viande et stimule la créativité des chefs végétariens.

Les manières de table subissent elles aussi l'influence occidentale. Une véritable révolution des mœurs se produit au cours du VIII^e siècle avec l'adoption par les aristocrates Tang des chaises et des tables hautes garnies avec une vaisselle raffinée et des mets joliment présentés. Les pièces en orfèvrerie et la création d'une véritable porcelaine (réservée en priorité au thé) donnent une idée du luxe parfois extravagant des élites de cette époque.

e) La période classique : diffusion et diversification des pratiques alimentaires

Sous la dynastie des Song (960-1279), l'empire se transforme sous l'effet de l'urbanisation et de l'essor des activités commerciales. Les villes se multiplient et la rue devient une des réalités typiques de ce monde urbain avec ses gargotes et son afflux de paysans. Le développement de la riziculture dans la Chine du Sud favorise les échanges intra régionaux, l'essor de l'artisanat et celui des grandes villes. Une nourriture variée est disponible en toutes saisons, le développement des classes moyennes stimule la restauration et l'hôtellerie, la concurrence stimule l'éclosion des cuisines régionales. En réaction à cet essor urbain, le choix d'une vie retirée en communion avec la nature par de nombreux lettrés aboutit à une recherche culinaire orientée vers la simplicité et l'authenticité, le souci de la diététique et même l'esprit poétique lié par exemple à la consommation du thé.

La vaisselle des Song reflète ces changements : des grès rustiques et des porcelaines sobres en sont des exemples caractéristiques même si les goûts de la cour restent déterminés par la qualité et la perfection comme en témoignent de belles pièces à décor ciselé de cette époque. Evoquons également un événement important rattaché aux arts de la table : la mise en place dans le Jiangxi (Chine méridionale) du premier complexe porcelainier du monde produisant pour un marché intérieur immense ainsi que pour l'exportation.

f) Les dernières dynasties de l'empire : la plénitude de la gastronomie chinoise

Quand Khubilai, petit-fils de Gengis Khan fonde la dynastie des Yuan en 1271 et établit sa capitale à Pékin, il introduit en Chine de nouvelles habitudes alimentaires propres aux Mongols. Mais un siècle plus tard, la dynastie Ming (1368-1644) correspond à un rapide redressement économique et à un retour au pouvoir des lettrés. La cuisine reprend sa place au sein du monde des arts. Un véritable tourisme culturel pour les élites savantes se met en place en direction des montagnes sacrées et des temples célèbres, les visiteurs rapportent chez eux des spécialités locales. Lorsque les Mandchous établissent la dynastie Qing (1644-1911), la gastronomie chinoise a déjà atteint sa plénitude mais elle va connaître malgré tout quelques transformations, en particulier dans l'organisation du service de bouche de la Cité interdite qui privilégie les collations à la place des repas traditionnels en dehors des grands banquets liés aux fêtes familiales et saisonnières ou aux réceptions d'Etat.

2. Techniques alimentaires et culture chinoise³

a) L'alimentation quotidienne

Cette alimentation à dominante végétarienne (les produits animaux n'apportant que 5% des calories) est un choix de civilisation. Non pas pour des raisons idéologiques ou religieuses, mais par suite de contraintes pratiques : l'alimentation chinoise reflète en effet largement une civilisation agraire qui a opéré pour les solutions techniques capables de faire vivre le maximum d'hommes et de femmes sur un terroir limité. La Chine compte plus d'un milliard d'habitants pour seulement cent millions d'hectares cultivés : chaque hectare, cent mètres sur cent mètres, doit donc nourrir en permanence pas moins de dix personnes...Le choix des céréales comme base de l'alimentation était ainsi dicté par l'écologie : seules en effet les céréales, et en particulier les plus productives d'entre elles –riz et blé- peuvent fournir à l'hectare un nombre élevé de calories, alors que l'élevage exigerait des superficies bien plus grandes ou impliqueraient un gaspillage calorique important de par la transformation des grains en viande (on compte qu'il faut sept calories végétales pour produire une calorie animale...).

La place dominante des céréales dans l'alimentation est consacrée dans la langue chinoise elle-même qui distingue deux composantes inégales du repas ; le « *fan* » (mot à mot le « riz »), élément principal et le « *cai* » (mot à mot les « légumes »), élément secondaire. L'appellation *fan* recouvre en fait tous les grains consommés tandis que *cai* désigne aussi bien les viandes et autres plats cuisinés que les seuls légumes. Dans les repas ordinaires, ceux que par exemple le paysan mange quotidiennement, le *fan* est donc beaucoup plus important que le *cai*. Il ne peut y avoir de repas sans *fan* et « manger » se dit d'ailleurs « manger le riz » (*chi fan*), ce riz, ou autres céréales, dont on reprendra plusieurs bols. Le « légume » n'est au contraire qu'un mets d'accompagnement, accessoire, disposé dans un plat au centre de la table conviviale et dans lequel chacun vient piquer avec ses baguettes.

b) L'alimentation festive

Autant l'alimentation quotidienne est placée sous le signe de l'économie, voire de la parcimonie, autant les repas de fête se distinguent par leur richesse et leur prodigalité.

Alors que la règle quotidienne veut que l'on mange beaucoup de bols de riz ou de bouilli et le minimum de *cai* ou de plats cuisinés, l'hôte des grands festins –lors des mariages, des enterrements, de la nouvelle année...- ne cesse pas de harceler ses invités, les servant même avec ses baguettes : « ***Bu guang chi fan, duo chi cai*** » (« Il ne faut pas manger que le riz, prenez plus des plats »).

Les *cai* sont en effet l'élément dominant des grands repas, et l'on en propose en grand nombre à chaque fois : pas moins d'un plat différent par convive pour les tablées de huit à neuf personnes. Et ces *cai* sont moins des légumes que des viandes.

³ Extrait d'article de la Revue « Paysans » n°174 – janvier 1986

Le premier principe de la cuisine chinoise est de devoir satisfaire d'abord le plaisir des yeux. Les légumes crus, que l'on ne mange pas, ne sont là que pour les pointes de couleur (exemple rouge des tomates, vert des concombres...). Tous les plats ne témoignent pas forcément d'une recherche visuelle raffinée, mais toujours une harmonie de couleurs sera soulignée : petits pois verts avec le rose des crevettes, ciboule verte, piment rouge dans un plat de viande brune...L'art du découpage des viandes cuites, de leur assemblage avec légumes et condiments est là essentiel et n'est pas l'un des aspects mineurs du talent du cuisinier.

Le second principe de la gastronomie chinoise est de réaliser, pour chaque plat, un mélange harmonieux et caractéristique de plusieurs goûts, en général deux par deux : aigre-doux, sucré-salé, pimenté-salé, aigre-pimenté, etc. La présence des champignons noirs et de fromage de soja (doufu) dans certains plats servis méritent d'être soulignée : ce sont, en effet, des « absorbeurs » de goûts. Par lui-même, le fromage de soja n'a guère de saveur : outre son apport nutritionnel, sa principale fonction dans les plats est de s'imprégner du goût présent dans les autres ingrédients ou les condiments et de les véhiculer ainsi jusque sur le palais du consommateur. Il en est de même des champignons noirs (*hei muer* qui sont des champignons de bois) : conservés séchés, on les fait tremper avant utilisation et ils gonflent en grandes lamelles, ultérieurement découpées, à la texture très spongieuses.

D'autres légumes ont aussi des fonctions de « capteurs » : quand il ne s'agit pas de capter, concentrer son goût, il s'agit d'absorber la graisse de la viande. Ainsi la moutarde séchée et salée (*meigan cai*) cuite avec la viande grasse de porc ou les courges (*dong-gua*) cuites dans les bouillons gras et très épicés...

Parallèlement à l'usage d'ingrédients sans saveur propre, et qui se chargent de l'ensemble des saveurs du plat, la technique culinaire fait en sorte que les viandes elles, perdent leur goût particulier pour se fondre dans la tonalité d'ensemble des autres composants. Ce principe gastronomique, faut-il le souligner, est radicalement opposé à la cuisine française qui s'efforce au contraire de faire ressortir, de mettre en valeur, la coloration gustative propre à chaque viande.

Pour ce faire, le goût fort d'une viande peut être « tué » par l'utilisation lors de la cuisson de condiments ou d'épices très puissants.

La qualité de la viande, dans le mets achevé, est donc moins son odeur propre, masquée par le mélange harmonieux des goûts de l'ensemble des ingrédients, qu'au contraire sa consistance. Et nous retrouvons là le troisième grand principe de la gastronomie chinoise : la recherche du point exact de cuisson. C'est en effet le but de la cuisson, ou des différentes cuissons successives, que d'aboutir à cette consistance exacte de la viande et des légumes qu'exige chaque plat.

La difficulté est aussi d'arriver aux différentes consistances recherchées pour les multiples ingrédients des plats qui ont chacun leur point de cuisson idéal. Le cuisinier devra jouer là simultanément sur les différents modes et temps de cuisson possibles ainsi que sur la grosseur des morceaux à cuire.

L'on observera que le raffinement de la technique culinaire ne porte pas là sur l'outillage. Celui-ci reste fort simple, celui-là même de la simple ménagère : un billot et un large fendoir pour préparer et couper légumes et viande, la large poêle hémisphérique (*wok*) sur le fourneau, la spatule qui sert à remuer vivement les aliments dans la poêle, une louche, les éléments de la « cage à vapeur » (*zhenglong*)...Toute la technique est en fait dans l'art de faire du cuisinier, cet art qu'il déploie avec brio devant le public même, puisque, très souvent, les fourneaux sont situés bien en vue, à l'entrée du restaurant. Et c'est un spectacle peu banal que de le voir ainsi officier, dans le rougeoiement des flammes, le crépitement de l'huile et les volutes de fumée.

Qu'il soit pris au restaurant, ou consommé en famille, le repas de fête verra ainsi se succéder un certain nombre de plats, six, huit, ou plus...suivant une ordonnance convenue, plats dans lesquels on se servira simultanément au fur et à mesure qu'ils arrivent et s'accumulent sur la table. La qualité des mets proposés, tout autant que leur nombre, témoignera de l'attention de l'hôte pour ses convives. Tous auront été préparés selon les règles précitées : qualité esthétique, équilibre des saveurs, justesse de la cuisson.

Pourtant, comme dans toute grande tradition gastronomique qui se respecte, il y a des exceptions. Et des exceptions de marque. C'est ainsi que certains repas sont au contraire organisés autour d'un seul plat, plat qui en général ne suit pas les règles canoniques. Le plus célèbre d'entre eux est certainement le « canard laqué de Pékin ». Ce plat est exceptionnel à bien des égards. Tout d'abord par son mode de cuisson : alors que la cuisson classique joue essentiellement sur les cuissons à l'eau ou à l'huile, cuisson éminemment économe en combustible, le canard est là rôti. Il est rôti d'une seule pièce : alors que c'est l'assemblage artistique des pièces découpées qui est d'ordinaire proposé à l'admiration des convives, c'est le canard laqué tout entier, à la peau gonflée bien tendue et dorée, que l'on montre aux personnes attablées avant que de le couper. Chaque partie du canard sera ensuite dégustée pour elle-même : la peau d'abord que l'on roule soi-même, avec une petite pousse de poireau fendue en longueur, dans une mince galette de froment que l'on trempe dans un peu de sauce brune sucrée (*tian mian jiang*) ; la chair est mangée ensuite de la même façon ; les abats, enfin, sont souvent préparés en soupe.

c) Alimentation et croyances populaires

Une bruyante convivialité est précisément la marque des repas de fête. Alors que les repas ordinaires se prennent sans façon, promptement expédiés quand ils ne se résument pas au bol de riz avalé debout, sur les pas de la porte, en bavardant avec les voisins, les festins sont au contraire des événements marquants de la vie sociale. L'on y invite beaucoup de monde, parents ou voisins, qui doivent pouvoir remplir plusieurs tablées. Celles-ci sont animées et les hommes y boivent ferme : invitations réciproques de politesse au début, joutes à boire à la fin avec des jeux de mourre (le perdant devant vider d'un trait le verre d'alcool de riz ou de bière).

La chaude animation des banquets est le lieu privilégié pour réactiver de vieilles amitiés, pour réaffirmer les solidarités familiales ou claniques. Ces banquets se tiennent à

date fixe, à l'occasion de grandes fêtes calendaires, ou lors des grands événements familiaux : mariages, anniversaires, enterrements...

Le choix des mets n'est pas indifférent aux circonstances mêmes des festins. Les plats, en effet, ou certains d'entre eux au moins, ont une signification propre qui dépasse leur simple intérêt gastronomique. Ainsi pour un anniversaire, l'on servira, en Chine du Nord, un plat de nouilles bien longues à l'image de la longue longévité souhaitée à la personne âgée.

La signification des plats ne se borne pas aux vœux de richesse, nombreuse postérité ou longévité associés aux fêtes familiales, elle peut s'étendre au souvenir d'événements historiques, commémorés chaque année à date fixe. La plus célèbre de ces commémorations, faite le cinquième jour du cinquième mois lunaire, est celle de la mort du poète Qu Yuan qui, exilé dans le sud de la Chine, se suicida en se noyant dans le fleuve Miluo, au troisième siècle avant notre ère. Ce jour-là, l'on mange des *zongzi*, sortes de pudding de forme pyramidale, faits de riz gluant enrobant quelques friandises, jujube ou pruneau sucré, viande de porc salée...ils sont enveloppés dans une feuille de bambou avant d'être cuits à la vapeur, et évoquent les aliments jetés dans les eaux du Miluo pour appâter les poissons et les détourner ainsi du corps de Qu Yuan.

Les « galettes de lune » (*yuebing*), consommées le quinzième jour du huitième mois lunaire, ne commémorent pas, elles, un événement historique mais célèbrent la pleine lune : par cette chaude soirée de septembre, on mange, en effet, ces délicieux gâteaux ronds, fourrés, en contemplant l'astre céleste, alors dans toute sa splendeur.

En fait, l'alimentation est étroitement associée aux croyances, aux cultes populaires qui sont partie intégrante de la culture chinoise, une culture qui, dans le petit peuple des campagnes ou des bourgs, s'exprime dans une religion où une cosmologie savante s'allie avec un panthéon foisonnant de dieux et démons.

Qu'il s'agisse de concilier des démons, de fêter un dieu ou, simplement, d'honorer les ancêtres, il y a toujours offrande de nourriture.

Les mets offerts doivent aussi symboliser, génériquement, l'ensemble des aliments. Ainsi, pour les offrandes importantes faites aux dieux ou aux défunts, il faut que soient au moins présents les produits des « trois animaux » : porc, volaille, poisson...Les couleurs, non plus, ne sont pas oubliées : la couleur préférée est celle, propice, du rouge.

La nature, la couleur des aliments offerts, le nombre de plats qu'ils composent...tous ces aspects rituels des offrandes sont associés, en de savantes correspondances, avec les éléments, les nombres de base de la cosmogonie chinoise.

De manière générale, et cela indépendamment de leur fonction rituelle, les aliments sont classés dans l'une ou l'autre des deux grandes catégories fondamentales de cette cosmogonie : soit dans le *yin*, l'élément féminin, associé à l'eau et au froid, soit dans le *yang*, l'élément masculin, associé au feu et à la chaleur. Toute nourriture sera donc « froide » (*liang*) ou « chaude » (*re*) suivant la nature de ses ingrédients, ou le mode de

cuisson. Cette dichotomie est universellement connue du moindre Chinois, pour qui elle tombe sous le « sens commun » : les aliments froids sont ceux, faiblement caloriques, qui contiennent beaucoup d'eau comme les fruits, les courges, la plupart des légumes... tandis que les nourritures chaudes seront constituées des viandes ou des épices. La chair du poisson sera plus froide que la viande de porc, la chair frite à l'huile plus chaude que la viande bouillie...

Il y a en fait beaucoup de bons sens dans cette classification sur un continuum froid-chaud qui, par ailleurs, se rattache aux sources les plus anciennes de la philosophie chinoise. Bon sens qui fonde les principes de la diététique chinoise, elle-même étroitement associée à la pharmacopée traditionnelle. Pour les Chinois, toute nourriture doit en effet contribuer à l'équilibre de l'être, les maladies étant au contraire l'expression d'un déséquilibre chaud/froid qui pourra être éventuellement corrigé par un régime approprié, sinon par une médication *ad hoc*. **Aliments et médicaments ne se distinguent parfois que fort peu.**

Certaines recettes, certains interdits alimentaires propres à des étapes de la vie, à des états physiologiques donnés ne s'expliquent pas autrement. Ainsi la femme accouchée, qui a perdu beaucoup de sang, beaucoup de force...est donc censée être déficiente en principe **yang** et elle devra prendre une alimentation « chaude » afin de recouvrer le « feu » perdu. Le « plat-médicament » indiqué traditionnellement sera le « poulet à l'huile de sésame »⁴ (**mayou ji**) : une fricassée particulièrement grasse et reconstituante. Inversement, les interdits du « premier mois » après l'accouchement écarteront les nourritures « froide ».

D'autres prescriptions diététiques viseront, elles, à remédier à un déséquilibre passager. Une personne, qui aura pris un coup de froid, se verra ainsi interdire certains légumes, comme les choux chinois et surtout les navets ; on lui prescrira par contre une décoction de gingembre qui sert dans la cuisine pour enlever le goût prononcé des poissons, et qui passe pour être un condiment très « chaud » (l'absorption de ce remède très âcre provoque d'ailleurs immédiatement une forte suée). Inversement, si l'on a consommé trop de viandes, et que l'on a la langue chargée et l'estomac contrarié, on prendra une soupe claire de maïs (**yumi shui**), censée absorbée le surplus de chaleur des viandes.

Bouillons, soupes...ce sont en effet très souvent les potages (**tang**) qui, mêlant alimentation et médication, s'avèrent les plats les plus utilisés pour la prise des remèdes. Une catégorie très répandue de ces remèdes pris en bouillons est celle des « fortifiants » (**buyao**). Un exemple très commun en Chine en est la « soupe de canard au **danggui** ». Le **danggui** (*Ligusticum acutilobum*) se présente sous forme de longues racines que l'on conserve séchées et qui sont vendues exclusivement dans les pharmacies traditionnelles.

⁴ Les Chinois de Tahiti remplacent le poulet à l'huile de sésame par la soupe de poulet à l'alcool de riz (*Chao Kai Keou*)

d) Alimentation et médecine traditionnelle chinoise ⁵

En Chine, on ne peut dissocier l'alimentation et la médecine traditionnelle chinoise. Il est utile de décrire l'esprit de la médecine traditionnelle chinoise avec un concept occidentalisé. Les explications ci-dessous vont reprendre certains concepts décrits plus haut (*Alimentation et croyances populaires*).

Selon la médecine traditionnelle chinoise, l'alimentation est un élément fondamental. Les principes de la médecine traditionnelle chinoise, les aliments se classent selon plusieurs catégories.

Tout d'abord selon leur nature, c'est-à-dire s'ils sont Yin ou Yang, de nature froide, chaude ou neutre. Et chaque nature possède des vertus médicinales et thérapeutiques.

Les aliments de nature froide (Yin), refroidissent le corps et ralentissent les fonctions organiques. Il convient de les consommer par temps chaud, ou par signe de chaleur dans le corps : fièvre, soif excessive, teint rouge, constipation, agitation, irritabilité, éruptions cutanées rouges, états inflammatoires. Il convient dans ces types de cas d'éviter les aliments de nature chaude. Exemples d'aliments de nature froide : tomate, canard, lapin, blanc d'œuf, crabe, kiwi, melon, pamplemousse, pastèque, asperge, aubergine, céleri, champignon de Paris, chou, concombre, épinard, laitue, radis cru...

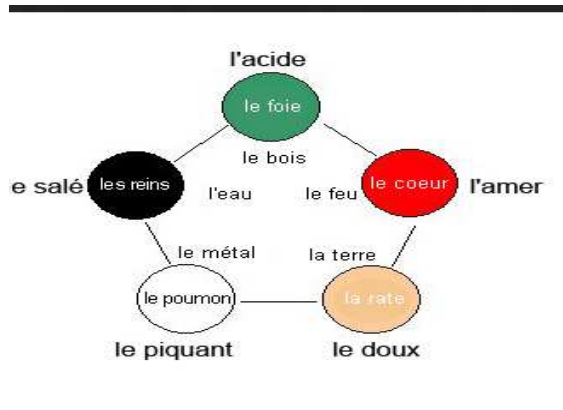
Au contraire, les aliments de nature chaude (Yang) réchauffent l'organisme, stimulent les fonctions vitales et augmentent le métabolisme. Il convient de les consommer par temps froid, ou signes de froid dans le corps : frilosité, mains et pieds froids, refroidissement dû au climat... Mais ils conviennent également en cas de ralentissements des fonctions du corps, comme la lenteur et la lourdeur digestive, ou même la fatigue. Exemples d'aliments de nature chaude : ail, cèpe, fenouil, oignon, châtaigne, litchi, noix, pêche, crevette, agneau, poulet, jaune d'œuf, café, cannelle, clou de girofle...

Les aliments à caractère neutre quant à eux, sont indifférents lors de maladies à caractère froid ou chaud. Il s'agit par exemple de la carotte, de chou, d'haricot vert, de pomme de terre, de riz, d'ananas, de figue, de prune, de carpe, de pigeon, de porc ou encore de lait de vache.

Les aliments se classent également selon leur saveur. Les 5 saveurs sont **l'acide, l'amer, le doux, le piquant et le salé**. Chacune possède un impact sur l'organisme, tout comme la nature des aliments. De plus, il faut ajouter que chaque saveur correspond à un organe sur lequel elle agit de façon plus spécifique, car consommée en quantité modérée, elle nourrit l'organe. Ainsi, l'acide est associé au foie, l'amer au cœur, le doux à la rate, le piquant au poumon et le salé est associé aux reins. Cependant, consommer avec excès l'une de ses saveurs, amène au dysfonctionnement de l'organe et provoque des troubles de

⁵ L'alimentation selon le Yangsheng

l'organisme. Il est conseillé lors des repas, de consommer de chaque saveur et de respecter ainsi l'équilibre.



La saveur acide tend à retenir ce qui échappe du corps de façon pathologique ou excessive. Ainsi, les aliments de la saveur acide sont souvent utilisés pour aider à arrêter les diarrhées, la transpiration incessante, les leucorrhées, les hémorragies, les toux, provoqués par une déficience de l'organisme. La saveur acide est associée au foie, qui lui est associé aux tendons, aux muscles et aux yeux. Ainsi, une

consommation modérée de saveur acide tonifie le foie, nourrit les tendons et les muscles et permet de conserver une bonne vision. A l'inverse, une consommation insuffisante ou excessive d'aliments acides entraîne une perturbation du foie, et provoquant tendinites et crampes. Exemples d'aliments acides : tomate, abricot, cerise, fraise, kiwi, mandarine, orange, pamplemousse, pêche, pomme, prune, raisin, vinaigre, viande de cheval.

On attribue à la saveur amère plusieurs propriétés. Elle évacue la chaleur se manifestant en excès dans le corps : teint rouge, inflammations oculaires, aphtes, éruptions cutanées, constipation, cystites, soif excessive, insomnie, agitation, irritabilité, colère... La saveur amère favorise les fonctions du cœur et de l'intestin grêle et stimule également l'estomac. Consommer trop ou trop peu de ces aliments amène également à des dysfonctionnements de ces organes. Il est important de préciser que cette saveur tend à assécher le corps. Exemples d'aliments amers : poivron, endive, asperge, cèleri, chicorée, laitue, scarole, foie d'agneau, de mouton, de poulet...

La saveur douce nourrit, tonifie et humidifie. Elle agit comme un fortifiant, et favorise la production de l'énergie, du sang, et des liquides organiques. La plupart des légumes et des céréales sont des aliments doux, ils sont riches en sucre lents et ont un riche apport énergétique, le lait et de nombreux fruits le sont également, ils humidifient l'organisme et apaisent la soif. La saveur douce a également pour effet de relâcher les tensions, notamment lors de stress émotionnel, comme les aliments sucrés, elle atténue les spasmes et soulage les douleurs, tout comme le sucre de canne dans le cas de douleurs abdominales ou de douleurs de règles. La saveur douce est associée à la rate et à l'estomac, la consommation modérée de saveur douce tonifie et harmonise les fonctions digestives. Si l'on consomme avec excès des aliments doux ou sucrés, cela peut amener au surpoids et à l'obésité, mais également à des troubles du transit, à l'hyperglycémie et à l'hypercholestérolémie. Exemple d'aliments doux : carotte, champignon de Paris, fenouil, patate douce, pomme de terre, potiron, tomate, pois cassé, petit pois, blé, maïs, millet, riz, agneau, bœuf, caille, canard, porc, poulet, œuf, lait...

La saveur piquante est extériorisante, c'est-à-dire qu'elle amène l'énergie et les liquides vers la surface du corps, vers la peau. Ainsi, elle induit la transpiration. De plus, la saveur piquante est dispersante, c'est-à-dire qu'elle fait circuler l'énergie (qui à son tour

peut faire circuler le sang et les liquides organiques). On la consomme donc notamment en cas de stagnation d'énergie (oppression de poitrine, distension abdominale, douleurs de l'épigastre et de l'abdomen, soupirs fréquents, irritabilité, douleurs articulaires, par exemple) ou en cas de stase de sang (douleurs en coup de poignard dans la poitrine ou l'abdomen, douleurs des règles, douleur traumatique, certaines migraines par exemple). En petite quantité, cette saveur tonifie le poumon et le gros intestin, mais en excès elle disperse et affaiblit leur énergie. Exemples d'aliments piquants : ail, céleri, ciboule, fenouil, oignon, radis cru, aneth, coriandre, gingembre, menthe, muscade, origan, piment de Cayenne, poivre noir, etc.

La saveur salée assouplit, ramollit ce qui est dur, et disperse les indurations. D'un point de vue plus médical, elle a la propriété de ramollir ce qui est anormalement dur comme les kystes, nodosités, goitres, lipomes. Un exemple en est l'action de certaines algues pour aider à traiter le goitre. L'eau salée a une action intéressante en cas de constipation, car elle ramollit les selles et favorise leur évacuation. Consommer une petite quantité de cette saveur salée nourrit l'énergie des reins. Mais un excès de cette même saveur affaiblit les reins et les os, et a une action défavorable également sur le cœur. Il est donc déconseillé de manger salé en cas de troubles rénaux ou cardio-vasculaires. Exemples d'aliments salés : algues, avoine, orge, crabe, crevette, huître, moule, poulpe, viande de canard, de pigeon et de porc, sauce de soja, sel de cuisine, etc.

II. Les Hakkas

1. Ses origines

⁶Les **Hakkas** (chinois: 客家人 ; hakka : *hak-ga-ngin* ; pinyin mandarin : *kè jiārén*, littéralement « familles invitées ») sont des Chinois Han vivant dans le sud de la Chine, qui se considèrent comme les lointains descendants de réfugiés originaires des provinces du Henan, du Shanxi et du nord du Hubei. Chassés en vagues successives à partir du III^e siècle par les guerres accompagnant les changements dynastiques dans la région environnant les anciennes capitales de Luoyang et Chang'an, les ancêtres des Hakkas auraient fini par s'installer, après une migration interrompue de haltes, dans une zone située à la rencontre des provinces de Guangdong, Fujian, Jiangxi et Guangxi, où ils reçurent leur nom actuel. Il existe également des habitats hakkas dans le Hunan, le Guizhou, le Guangxi et le Sichuan. Constamment à la recherche de meilleures terres, certains sont repartis pour Hainan et Taïwan ou l'une des nombreuses enclaves chinoises à travers le monde. Ils constituent, par exemple, la majorité de la population d'origine chinoise des départements et territoires français d'Outre-mer, comme Tahiti ou l'île de la Réunion.

Voyageurs immigrés venant de la lointaine Chine du Nord, les Hakkas emportaient souvent leur nourriture, la conservation se faisant sous forme de salaisons ou de séchage. La cuisine Hakka est nourrissante : salée, aromatique, grasse, huileuse et bien cuite. Elle est sobre et se limite à une saveur par plat : douce, salée, aigre, amère. La cuisson est simple

6 Wikipedia : Hakka

sans beaucoup de décoration ; le temps de cuisson peut être long. La production de riz étant limitée en montagne, ils utilisent beaucoup les patates douces, les racines de taros et les ignames. Les plats les plus typiques comportent beaucoup d'abats. Le bœuf et le poisson sont assez rares.

La cuisine Hakka n'est donc pas une cuisine régionale mais plutôt une cuisine ethnique. Cette cuisine est répandue dans le sud-est de la Chine ainsi qu'à Hong Kong, Singapour, Taiwan et en Malaisie.

2. Les Chinois de Tahiti (Hakkas et Puntis)

Les Chinois de Tahiti sont tous à majorité des Hakkas. Ainsi on fera plus référence aux Hakkas quand on parle de « Chinois de Tahiti ».

La véritable installation chinoise en Polynésie française et sa constitution en communauté provient de l'immigration « massive » de la deuxième vague (1907 à 1914 et 1922 à 1927)⁷.

Pourquoi Tahiti ? : *« A l'époque coloniale comme aujourd'hui d'ailleurs, Tahiti est un coin perdu dans le Pacifique. Bien qu'elle fasse rêver l'Europe, il nous semble évident qu'elle n'évoque rien pour des paysans chinois dont le seul horizon est celui de ses champs...Les coolies chinois étaient engagés dans les plantations par l'intermédiaires des recruteurs. Ces derniers promettaient monts et merveilles à des pauvres bougres. En voici un exemple cité par Alfred Jacobs dans un passage relatant les promesses et les conditions de l'engagement offertes par des agents anglais chargés de recruter des coolies pour les Antilles.*

« Un climat chaud, la même que dans la Chine méridionale ; la distance est grande, mais on le franchit dans des bâtiments commodes et bien disposés. Les usages des travailleurs ne subiront aucun changement, l'engagement est de cinq ans. Après une expérience de un an ou de dix-huit mois, on sera rapatrié si le travail déplaît. Seront alloués quatre dollars par mois, deux habillements complets par an ; dix livres et demie de riz blanc ou de blé par semaine, quatre de bœuf, porc ou de poisson salé, une de sucre, une once de thé. Chaque Chinois aura un coin de terre pour y cultiver des légumes ; il n'y aura pas de travail le dimanche, à moins que l'on soit pressé, et alors on recevra une paye exceptionnelle. Les femmes et les enfants auront le passage libre. »

Beaucoup, alors, s'engageaient pour des destinations qu'ils croyaient paradisiaques. Mais parmi les coolies, tous n'étaient pas volontaires. Certains avaient été kidnappés et embarqués pour une destination inconnue d'eux. En résumé, les Chinois ne connaissaient

⁷ L. SHAN CHING SEONG : La communauté chinoise à Tahiti. Implantation et premiers développements 1860-1930. Mémoire de maîtrise - 1988

absolument pas l'endroit où ils seraient expédiés. Ils se vendaient aux plus offrants. Voilà comment ils atterrissaient dans des lieux comme Tahiti, par pur hasard. »⁸

3. L'émergence de la cuisine chinoise à Tahiti : 1864 -1874

La cuisine chinoise ou un semblant de la cuisine chinoise a vu le jour dès l'arrivée des premiers Chinois à Tahiti pour la plantation de coton d'Atimaono dirigée par William Stewart pour le compte de la société Soarès en 1864, 1865 et 1866 soit 1 010 hommes.

Les coolies chinois de Tahiti étaient tous originaires de la région de Guangdong dont les habitants se répartissent en deux groupes principaux, les Puntis et les Hakkas.

A Atimaono, les Chinois étaient formés par compagnies de 80 à 90 hommes. Ils étaient logés dans des baraquements. Un chinois choisi parmi ceux de chaque baraquement était responsable de toutes les infractions aux règlements. Les baraquements étaient tenus avec une grande propreté et pourvus de lits de camp foncé en rotin. Autour de chacun de ces logements, il existe de petits jardins entretenus par les engagés qui y cultivent pour eux-mêmes des plantes potagères.⁹

Les Chinois recrutés pour la plantation étaient des paysans. Ainsi de par leur origine, le mode alimentaire est « **fan** », c'est-à-dire une alimentation en céréale tel que le riz. Il est plus important que le « **cai** » (légumes, viandes). La ration journalière des travailleurs était la suivante :

- Riz.....1 livre et demie
- Viande ou poisson.....250 grammes
- Farine de maïs.....à discrétion
- Bananes.....à discrétion

A partir de la ration journalière, les Chinois complétaient leur ration par les légumes qu'ils ont plantés ou en se procurant de la viande vendue par les locaux. Ils trouvaient ainsi un moyen de manger des légumes sachant que la ration de la viande n'est que de deux cent cinquante grammes par jour. De plus l'alimentation chinoise est une alimentation à dominante céréalière (« **fan** ») et reflète une civilisation agraire.

Ainsi avec les moyens dont les Chinois disposaient, ils arrivaient à faire une alimentation quotidienne comme en Chine. Le soir, la grande rue du village (Atiamaona) était très animée : certains Chinois débitaient le porc acheté aux locaux pour revendre à leurs camarades plus paresseux et trouvaient là un moyen d'augmenter leurs revenus.

Le messenger de Tahiti relatait un déroulement d'une fête qui s'est passée à la Plantation :

8 Ibid. p.15-16

9 Ibid p.46

« Pendant les 3 jours de fête qu'ils viennent d'avoir, il serait difficile de se rendre compte de la quantité de victuailles de toutes sortes qui a été absorbée. Depuis la pointe du jour jusqu'à minuit, les tables étaient mises et les convives ne faisaient pas défaut... »¹⁰

4. Alimentation chinoise et l'économie des E.F.O à partir de 1875 : Spécificité culinaire

L'année 1874 est marquée par la faillite de la plantation. Elle est mise aux enchères et la situation financière ne permettait pas de rapatrier les travailleurs chinois, arrivés en fin de contrat. Tahiti se retrouvait avec 900 Chinois. Ils étaient autorisés à rester dans la colonie. En 1878, selon le recensement officiel, il n'en restait que 500.

Les Chinois demeurés à Tahiti se firent agriculteurs ou maraîchers et fournissaient Papeete en légumes frais, fruits. L'article du journal «l'Océanie Française » du 12 juin 1883 décrit que «*Autrefois, le marché de Papeete eût le désespoir d'un légumiste : la moindre botte de radis valait un franc, le chou était inabordable pour les petites bourses, et nous n'exagérons rien en assurant que la plupart du temps, des relations personnelles et mêmes amicales avec le maraîcher étaient nécessaires pour pouvoir acheter sa marchandise. (...) Les Chinois ont profondément modifié cet état de choses. »*

Ces détails sont importants pour la suite et permettent de comprendre le rôle des agriculteurs ou maraîchers dans la découverte de la cuisine chinoise par les Polynésiens. En effet, durant l'immigration chinoise de 1907 à 1914, trente-cinq pour cent des Chinois qui débarquaient à Tahiti, se déclaraient agriculteurs.

Toujours à la recherche de revenus plus importants pour faire vivre leur famille ou envoyer de l'argent à leurs proches restés en Chine, les Chinois en plus de la vente de leurs produits, ouvraient un petit restaurant ce qui permettait également d'écouler les invendus. Par la force des choses, certains ouvraient un magasin.

Ainsi, les Chinois se tournèrent de plus en plus vers le secteur du petit commerce (vente de produits alimentaires, quincaillerie, tissus) surtout pendant la période d'immigration 1921-1928. Il n'était pas rare que ces mêmes commerçants chinois, fabriquaient du pain et du «*firi-firi*» le soir pour le lendemain.

Durant ces périodes, «*la nourriture était simple et la mère de famille choisissait toujours, pour les repas, les produits les moins chers. Dans certains cas, un sachet de thé, un peu de lait et du pain, c'était tout ce que l'on pouvait s'offrir pour la journée. Quant à la boîte de beurre, elle devait durer toute la semaine. »*¹¹

Pour pouvoir vendre les produits cuisinés par les Chinois, il fallait que la cuisine chinoise soit adaptée aux Tahitiens. Il n'est pas difficile de les satisfaire car leur cuisine est pauvre et n'est composée principalement que de féculents. Les Chinois proposèrent des

10 Ibid . p.51

11 Wenfa et Bernard Hermann : Histoire et portrait de la communauté chinoise de Tahiti. p. 77

plats qui maintenant sont devenus des plats incontournables dans les snacks ou restaurants tels que le « *chao men, maa tinito*, ragoût de bœuf au curry...). C'est durant ces périodes (1907-1914 et 1921-1928) qu'est née le fameux « *maa tinito* », le plat « emblématique » ou le « plat totem » selon l'expression d'Emmanuel Calvo¹².

Le « *maa tinito* » est une spécificité culinaire des Chinois de Tahiti. Il est « *cai* » car les haricots, les vermicelles chinois, le chou chinois (*choi sim*), la viande de porc qui composent ce plat sont « *cai* ».

Le « *chao men* » (pâte chinoise sautée) existe en Chine mais sans l'apport de viande. Les Chinois de Chine utilisent le « *chao men* » comme accompagnement au même titre que le riz. Il est « *fan* » alors que les Chinois de Tahiti l'utilisent comme plat principal de type « *cai* » et « *fan* ». Il est à la fois « *cai* » et « *fan* » car il est composé de : pâte chinoise, légumes, poulet...Ainsi, selon les familles chinoises, le « *chao men* » peut être « *fan* », « *cai* » ou les deux à la fois.

Un autre plat spécifique dans la cuisine chinoise à Tahiti, le « *Kai fan* » ou d'une manière populaire le « riz cantonnais », bien que différent du « *Kai fan* ». Ce plat est composé de riz, légumes, de petits morceaux de poulet... Il est spécifique de la cuisine chinoise à Tahiti. Le « *Kai fan* » par sa composition est à la fois « *cai* » et « *fan* ». Le nom « *Kai fan* » provient probablement du comportement alimentaire « *cai* » et « *fan* ».

« Les Chinois se sont mis aux besoins des Polynésiens, ils se sont rendus utiles et nécessaires pour se faire une petite place, assurant une dynamique de négociation économique et quasiment de dépendance alimentaire des Polynésiens à leur égard. »¹³

5. Alimentation chinoise avec l'implantation du Centre d'Expérimentation du Pacifique (C.E.P) en 1962

a) Appropriation ou adaptation du plat emblématique polynésien ? : le poisson cru tahitien ou au lait de coco

L'implantation du C.E.P a eu des répercussions aussi nombreuses que profonde en Polynésie française (bouleversements économiques, politiques et sociaux). Cette implantation a accentué considérablement le processus de modernisation à Tahiti.

S'agissant de l'alimentation, la cuisine chinoise s'est modifiée très rapidement à Tahiti. Cette modification s'est faite en parallèle avec le commerce tenu par les Chinois. L'augmentation du pouvoir d'achat des Polynésiens depuis l'installation du C.E.P a fait que le commerce au détail doit répondre aux attentes d'une clientèle plus nombreuse.

C'est durant cette période qu'est né le fameux plat « emblématique » ou « plat totem » le « poisson cru à la chinoise » par opposition au « poisson cru au lait de coco ».

¹² Emmanuel Calvo. C'est le premier auteur, et un des seuls auteurs qui prennent en compte spécifiquement le problème de l'alimentation des migrants

¹³ Ernest Sin Chan : Identité Hakka à Tahiti, p.185

Pourquoi le poisson cru à la chinoise a été créé bien après les autres plats (*maa tinito, chao men*) ? Son explication se trouve dans la culture chinoise et dans l'esprit de la médecine chinoise traditionnelle.

En effet, le cru n'est pas une catégorie culinaire chinoise. Tout aliment, pour paraître à table, doit avoir subi une préparation conduisant à son « élaboration au point juste et souhaité », une cuisson pour un plat chaud intégré dans un menu, ou une transformation par macération, saumurage ou conserve s'il s'agit d'un condiment ou d'un encas.

« Selon la médecine chinoise, l'estomac est un peu comparable à une casserole qui a besoin de feu pour décomposer le bol alimentaire. Ce feu est assuré par la rate aidée par les reins. Si la rate est faible ou si nos reins sont déficients (ou les deux) nous aurons durant la digestion des lourdeurs, des flatulences, des gonflements abdominaux ou froid aux pieds et aux mains (signes que l'énergie est complètement concentrée sur l'assimilation des aliments), une fatigue après le repas, des selles molles, voire lientériques... Nous avons donc besoin de chaleur pour digérer. Pour qu'un aliment soit effectivement transformé en énergie, il faut qu'il soit, au moment de son absorption, à la température de l'estomac.

Tout aliment absorbé cru va demander au corps une plus grande quantité d'énergie. Celle-ci aurait pu être économisée si la nourriture avait été cuite. Et ceci est d'autant plus vrai que l'aliment n'aura pas été au préalable découpé finement et correctement mastiqué.

En outre, il est vrai que la cuisson dénature et détruit une partie de ces éléments (surtout la cuisson à haute température). Une alimentation trop cuite n'est pas saine, car elle dévitalise l'aliment et fait perdre les éléments subtils, déjà largement mis à mal par des moyens de production intensifs et des modes de transformation industriels.

La cuisine chinoise résout le dilemme « cru/cuit » de manière fort élégante. Il suffit de cuire partiellement la plupart des aliments. Manger l'aliment semi-cru, croquant ou saisi peut être une règle de base, à l'exception des céréales qui doivent impérativement être complètement cuites pour être digérées. »¹⁴

Une autre question mérite d'être soulevée : Les Chinois de Tahiti se sont-ils **appropriés** le poisson cru au lait de coco, plat « national » des tahitiens ?

L'appropriation est l'action de s'approprier ou d'approprier, c'est-à-dire adapter, usurper, accaparer. En partant de cette définition, les Chinois ont-ils adapté ou accaparé la recette du poisson au lait de coco ? Qu'est-ce qu'il y a de commun entre le poisson cru à la chinoise et le poisson cru au lait de coco ? Mis à part le poisson qui est cru, il n'y a rien de commun aussi bien dans la saveur que dans les ingrédients qui composent le plat.

¹⁴ Philippe Sionneau (Diplômé d'état officiel de Chine Populaire de la Hubei University of Chinese Medecine) : Diététique Chinoise

A partir de cette analyse, les Chinois ne se sont pas appropriés le poisson cru au lait de coco. Ils ont créé une recette afin de proposer aux locaux ou aux *T'u sang* un plat qui est devenu un « plat totem » à l'échelle de la Polynésie française et même en France.

Il n'y a pas eu d'appropriation du « poisson cru au lait de coco », mais appropriation de la culture culinaire polynésienne par substitution « du plat totem ».

Par contre, les Polynésiens se sont appropriés par la suite de la recette du poisson cru à la chinoise en rajoutant des légumes comme la carotte par exemple dans le poisson cru au lait de coco. Egalement, ils se sont appropriés de la cuisine chinoise dans leur vie quotidienne (utilisation des condiments et des sauces chinoises telles que sauce de soja, sauce huîtres...). Maintenant, la cuisine chinoise fait partie intégrante de leur comportement alimentaire comme le « *pu'a chou* » (porc au chou), un des plats entrant dans la composition du « *maa tahiti* ».

b) Substitution par des produits locaux

Un exemple de substitution est la fabrication des *zongzi* (Voir *Alimentation et croyances populaires*). A Tahiti les *zongzi* sont appelés *tsung* (sorte de pudding, faits de riz gluant enrobant de la viande de porc et de pois). Les *tsung* sont consommés pour fêter le double cinq (cinquième jour du cinquième mois du calendrier lunaire). A Tahiti, les Chinois qui fabriquent les *tsung* utilisent des feuilles d'*auti* (*Cordyline*) à la place des feuilles de bambou qui étaient introuvables à Tahiti.

Contrairement à la croyance des Chinois de Tahiti, le porc au taro (morceaux de poitrine de porc alternés avec des morceaux de taro et cuits à la vapeur) n'est pas une création culinaire propre aux Chinois de Tahiti. C'est une recette Hakka bien connue en Chine, appelée « *Woo Tau Yoke* », (胡头村九鞭 (蒸五花肉和芋头). Les méthodes de préparation et de cuisson utilisées par les Chinois de Tahiti sont identiques à celles pratiquées par les Hakkas de Chine. La confusion provient de l'utilisation du taro (*Colocasia esculenta*) dans la recette.

6. Conclusion : La construction identitaire par l'alimentation

« La façon dont chacun mange est, de tous les comportements, celui que les hommes choisissent le plus volontiers pour affirmer leur originalité en face d'autrui »¹⁵

Comment l'alimentation peut-elle être source d'identification ? Si on se définit soi-même par son alimentation, il faut noter que le processus permet également de définir l'Autre, l'étranger par le fait qu'il ne mange pas pareil que soi. Par exemple, le nom de *maa tinito* était donné aux immigrés chinois de Tahiti. C'est lorsqu'on quitte son pays, que l'on saisit l'importance de « sa » cuisine, toute mesure de tours de main qui sécurisent, des odeurs, des goûts familiers qui réconfortent. Leur spécificité et leur dimension culturelle

¹⁵ C. Lévi-Strauss, *Mythologiques*

apparaissent par leur manque, dans le pays d'accueil, les plats inconnus, rares voire introuvables.

L'altérité alimentaire est le sentiment de différence dans la pratique alimentaire. Ce sentiment d'être différent peut être vécu de façon positive ou négative, et reconstituer un des éléments d'une dévalorisation de l'identité. Le migrant peut avoir envie d'estomper les différences perçues par les autres ou au contraire avoir envie de manifester ces différences.

Les comportements alimentaires sont un instrument explicite dont disposent les émigrants pour recréer leur identité dans l'émigration.