

AYITI

Histoires de chefs
55 RECETTES HAÏTIENNES



*Cheval
à la Citadelle*

SOMMAIRE

PRÉFACE ~ 7

Fierté! ~ 9

CHAPITRE 1 – L'INDÉPENDANCE ~ 10

Avec Fabiola Geneste

CHAPITRE 2 – LE CARNAVAL ~ 26

Avec Frénie Jean-Baptiste

CHAPITRE 3 – LA SEMAINE SAINTE ~ 42

Avec Lindsay Brun

CHAPITRE 4 – LES SEMENCES ~ 58

Avec Jouvens Jean

CHAPITRE 5 – LA FÊTE DU DRAPEAU ~ 74

Avec Sylvie Castera Linge

CHAPITRE 6 – LE RETOUR AUX SOURCES ~ 92

Avec Sébastien Joseph

104 ~ CHAPITRE 7 – LES FÊTES CHAMPÊTRES

Avec Jason Pierre

116 ~ CHAPITRE 8 – PLAISIRS D'ÉTÉ

Avec Rick-Andy Jean-Baptiste

128 ~ CHAPITRE 9 – LA RENTRÉE

Avec Dany Jacques

144 ~ CHAPITRE 10 – JEAN-JACQUES DESSALINES

Avec Duckens Ernest

156 ~ CHAPITRE 11 – LA FÊTE DES MORTS

Avec Olivier Louissaint

170 ~ CHAPITRE 12 – LE TEMPS DES FÊTES

Avec Wadensky Fontaine

183 ~ DU DÉBUT À LA FIN

Avec Paul Harry Toussaint

186 ~ AYITI SE

189 ~ INDEX DES RECETTES

190 ~ REMERCIEMENTS

Palais Sans Souci



PRÉFACE



Existe-t-il une plus grande preuve d'amour que de cuisiner pour quelqu'un? Y a-t-il une plus grande joie que celle de partager un repas avec ceux que nous aimons? Et comment surpasser la pureté du plaisir de refaire le monde autour d'une bonne table? *Se gou bouyon ki mete lang deyô**.

La nourriture rassemble et alimente le cœur comme l'âme. En Haïti, elle est aussi porteuse de traditions et de fierté. L'incontournable soupe joumou, par exemple, est un symbole de la liberté si chèrement payée. Et comme les accents qui se distinguent à travers les départements, notre gastronomie a ses particularités régionales. Mes allergies m'empêchent de goûter au poulet aux noix, la spécialité du nord du pays, mais mes origines capoises font que je demeure fière de ce plat unique et emblématique de la patrie du premier roi d'Ayiti, Henri Christophe.

La nouvelle génération de chefs haïtiens et d'origine haïtienne se joint aux nouveaux ambassadeurs de facto – comme les créateurs de contenu, par exemple – qui permettent de faire rayonner une autre image du pays, loin de l'instabilité politique si souvent dépeinte. Ces chefs font découvrir le meilleur d'Haïti, sa diversité, sa vitalité, sa richesse et son histoire, à travers sa cuisine classique et réinventée.

Cette gastronomie demeure un outil diplomatique insoupçonné! Continuons tous à utiliser les bonnes tables haïtiennes et leurs délices épicuriens comme tremplins pour parler d'Haïti différemment et mieux.

– MARTINE ST-VICTOR

MARTINE ST-VICTOR est directrice générale du bureau montréalais de l'agence de relations publiques Edelman. En tant que stratège en communication, Martine collabore aussi à *La Presse*, à la *Montreal Gazette*, ainsi qu'à Radio-Canada et à la CBC. Elle a créé la marque « Je Love Haïti » dans le but de véhiculer une image positive du pays.

* La bonne nourriture mène à de bonnes conversations.



*Pêcheur sur
le lac de Péligre*

FIERTÉ !

Voilà le mot qui incarne le mieux Haïti selon moi : une fierté teintée de complexité, façonnée par les épreuves et malgré tout inébranlable. Les Haïtiens disent souvent qu'Haïti est trop riche pour être pauvre, et pour cause. Trésor inexploité, elle détient un héritage historique que le monde peine à voir au-delà des clichés, tout en étant peuplée de gens dont la force et la détermination demeurent inégalées.

Mon lien avec Haïti a été scellé lors d'un premier séjour en 2007. Les larmes versées au départ annonçaient la promesse de mon retour. C'est en 2013 que j'y ai enfin posé mes valises. Pendant trois ans, j'ai fait de cette terre ma maison, me lançant dans une aventure à la découverte d'un pays, et d'une partie de moi, qui m'étaient jusque-là méconnus.

Ce livre est né de mon immersion dans le monde culinaire haïtien, une incursion entamée à l'époque aux côtés d'amies passionnées : Chilandre Patry, Ingrid Enriquez-Donissaint, Johanne Buteau et Nathalie Angibeau. Ensemble, nous avons porté des initiatives comme le Dîner en Blanc de Port-au-Prince, le projet *Konsome Lokal* et divers festivals culinaires thématiques. Ces expériences m'ont permis de rencontrer des chefs extraordinaires et des artisans inspirants, qui m'ont aidée à comprendre la valeur inestimable des produits locaux et du patrimoine culturel haïtien.

Par la suite, en collaboration avec deux amis chefs, Paul Harry Toussaint et Jouvens Jean,

j'ai contribué à faire naître d'ambitieux projets de restauration en Haïti, dont le Asù Rooftop Lounge de l'hôtel Karibe, qui me rendent profondément fière. Nos escapades à travers le pays et nos visites dans les marchés à ciel ouvert ont nourri mon désir de rendre hommage à ma terre d'origine et à son héritage. L'ouvrage que vous tenez entre vos mains en est l'aboutissement.

Ayiti: histoires de chefs se veut une célébration de l'âme d'Haïti, une exploration de son histoire, de ses traditions, de ses festivités et de son quotidien vus à travers le prisme de sa cuisine. Vous découvrirez non seulement les plats emblématiques des chefs invités, mais aussi le lien qu'ils entretiennent avec ce pays ensoleillé et vibrant. Qu'ils soient chefs professionnels ou passionnés autodidactes, tous ont d'abord appris en observant avec admiration les femmes de leur famille. Les véritables *poto mitan* (pionnières) de notre gastronomie, ce sont elles, nos *manmies*.

En plus des recettes alléchantes, chaque chapitre dévoile un volet de l'histoire d'Haïti, une facette de sa culture à travers mon regard, mes réflexions et mes expériences – le tout magnifiquement illustré par les clichés de photographes talentueux. J'aime Haïti, elle m'a tant donné et j'ai tant à raconter. Je suis fière de mes origines haïtiennes.

Que vous soyez un amoureux d'Haïti ou un passionné de gastronomie, ou simplement curieux de découvrir de nouvelles cultures, *Ayiti: histoires de chefs* vous lance une invitation à imaginer Haïti autrement. Je suis honorée de vous présenter ce livre.

– CARLA BEAUVAIS

*Citadelle Henri Christophe
(Laferrrière)*

patrimoine reconnu

En 2021,
l'Organisation
des Nations Unies pour
l'éducation, la science et la
culture (UNESCO) a annoncé
l'inscription de la soupe joumou, ou
soupe au giraumon, sur la Liste
représentative du patrimoine
culturel immatériel de
l'humanité.

CHAPITRE 1

L'INDÉPENDANCE

L'UNION FAIT LA FORCE*

L'indépendance d'Haïti est bien plus qu'un fait historique pour nous; elle jette les fondements de notre identité haïtienne et est la source de notre fierté collective. Les Toussaint Louverture, Jean-Jacques Dessalines, Henri Christophe et Victoria «Tante Toya» Montou font partie des figures emblématiques de notre histoire. En 1804, ces architectes de notre liberté ont guidé Haïti vers son indépendance et son statut de première république noire indépendante du monde.

Au cœur de ce fier héritage trône la soupe joumou, un puissant symbole de liberté autrefois interdit aux personnes esclavagisées sous le joug colonial français. Tous les 1^{er} janvier, alors que nous célébrons l'indépendance d'Haïti, ce mets s'inscrit au sein d'un rituel de partage unique.

Ce jour-là, nous visitons les maisons de nos familles et de nos amis pour, à chaque adresse, savourer leur version de la soupe joumou et

proclamer, avec un brin de partialité, que celle préparée par notre mère surpasse toutes les autres. Dans ces moments de convivialité, notre devise nationale de «Liberté, Égalité, Fraternité» prend tout son sens.

En 2017, ma fille Eva est née. Cette année-là, j'ai donc préparé ma première soupe joumou, marquant ainsi le transfert d'un héritage inestimable à la prochaine génération. J'avais à cœur que ma fille saisisse pleinement la richesse de notre culture, l'importance de notre indépendance et le legs de nos traditions. Ce rituel annuel est devenu une belle occasion de solidifier la construction identitaire d'enfants qui, comme Eva, naviguent entre deux cultures.

Une expérience profonde me lie à l'histoire de l'indépendance d'Haïti. Le 31 décembre 2021, sur l'invitation de mon ami Carel, j'ai passé une nuit à la Citadelle Laferrière avec un petit groupe d'influenceurs. Dans ce bastion de notre liberté, j'ai vécu un moment hors du temps qui a été et (demeure) surréel. J'ai pu rêver entre ces murs, édifiés au début du 19^e siècle pour protéger notre indépendance encore récente. La légende raconte que les esprits de nos héros et héroïnes d'indépendance veillent toujours sur les lieux. Cette nuit-là, sous la voûte étoilée, j'ai ressenti leur présence presque tangible, tissant un lien magique et éternel avec le passé d'Haïti.

* Cette légende, écrite en français, fait partie de l'emblème d'Haïti et figure sur le drapeau national.

Fabiola
GENESTE



Bourik fè petit
se pou dol poze*.

Née en Haïti, Fabiola se rappelle encore les couleurs, l'énergie, l'ambiance et la joie de vivre du pays. Son souvenir des rituels entourant les repas est toujours aussi vif: «On échangeait sur nos journées. On discutait, on riait et, surtout, on se mettait à jour sur les plus récents potinages du quartier!»

Maintenant installée à Montréal, Fabiola a commencé à cuisiner par curiosité et n'a jamais arrêté. «Je me souviens de mon premier plat: un macaroni au fromage, *Haitian-style*. Ma mère m'avait dit que je pouvais ajouter les épices que je voulais. C'est ainsi que l'étincelle est née!» À 17 ans, elle relève son premier vrai test culinaire: «J'allais cuisiner pour la première fois la fameuse soupe joumou et j'étais nerveuse. Ma mère était partie en Haïti, alors je m'étais donné comme mission de faire cette soupe pour mon père. Ce fut un succès, mon papa a adoré.»

* La bourrique fait des petits pour se reposer plus tard. Explication du proverbe: En Haïti, les parents utilisent souvent ce proverbe pour dire que, maintenant, c'est au tour de leurs enfants de prendre soin d'eux.

Sur son radar haïtien

ENDROIT

À VISITER

Croix-des-Bossales, parce qu'on y capte toute l'énergie d'Haïti.

GROUPE OU ARTISTE

Zin

AUTEURS

Dany Laferrière, Edwidge Danticat

LA CUISINE HAÏTIENNE EN TROIS MOTS

Épicée

Rassembleuse

Traditionnelle

Par la suite, Fabiola a décidé de suivre sa passion culinaire et a commencé à offrir informellement ses services. Pour elle, toutes les occasions de perfectionner son art étaient bonnes: «J'offrais des cours de cuisine à mes amis et je concoctais des plats pour mon entourage, gratuitement, juste pour le plaisir.» Aujourd'hui cheffe pâtissière diplômée, Fabiola Geneste se distingue en combinant les arts culinaires haïtiens avec des techniques de pâtisserie française.

Sa boutique en ligne Cuisine Lakay Lola propose une gamme de produits écologiques et locaux ainsi que des aliments caribéens prêts à manger, une offre ancrée dans la tradition qui réussit simultanément à projeter la culture gastronomique haïtienne dans l'avenir.



Soupe joumou

Soup joumou

Portions 8 à 10

Préparation 30 min

Repos 10 min

Cuisson 1 h 15 min

Mon petit déjeuner. Mon lunch. Mon souper. Je me remémore l'indépendance haïtienne chaque fois que je la savoure.

VIANDE

1 Dans un grand bol, nettoyer la viande de bœuf avec le jus de citron, le vinaigre et le sel. Laisser reposer 10 minutes. Rincer et égoutter.

2 Dans une grande casserole, combiner la viande, l'eau, l'épis, l'ail, le sel, le poivre, les branches de persil et de thym, les piments Scotch Bonnet, le cube de bouillon de poulet, l'assaisonnement tout usage, la pâte de tomates et le beurre. Porter à ébullition à feu moyen-vif. À feu doux, cuire 45 minutes. (Une partie de l'eau se sera évaporée, c'est normal; ne pas en rajouter.) Réserver dans la casserole.

Suite de la recette à la page suivante...

VIANDE

450 g (1 lb) de bœuf dans l'épaule, coupé en cubes

125 ml (½ tasse) de jus de citron

125 ml (½ tasse) de vinaigre

½ c. à café de sel

1,4 litre (6 tasses) d'eau

2 c. à soupe d'épices haïtiennes (épis) (voir recette p. 165)

1 c. à café d'ail, haché

½ c. à café de sel

¼ c. à café de poivre

2 ou 3 branches de persil frais

2 ou 3 branches de thym frais

2 piments Scotch Bonnet entiers

1 cube de bouillon de poulet

2 c. à soupe d'assaisonnement tout usage Adobo de Goya

1 c. à soupe de pâte de tomates

60 g (¼ tasse) de beurre non salé

INDEX DES RECETTES

Acassan.....	57	Maïs grillé.....	162
Acras de hareng saur.....	21	Maïs moulu aux épinards.....	101
Bananes plantains pesées.....	169	Omelette épicée au hareng fumé.....	38
Beignets de carnaval.....	31	Pain aux patates douces.....	32
Beignets de plantains (<i>marinades</i>).....	50	Pain de maïs.....	180
Brochettes de crevettes au citron vert, sauce créole.....	134	Panna cotta à la noix de coco et à la mangue marinée.....	73
Cailles grillées, sauce ti-malice.....	102	Pintade djon djon.....	114
Carré d'agneau à l'haïtienne.....	122	Poisson frit dans sa sauce.....	47
Chiquettaile de hareng fumé avec guacamole.....	138	Poisson grillé.....	110
Chiquettaile de morue.....	98	Poisson gros sel.....	70
Choucroute haïtienne (<i>pikliz</i>).....	161	Poulet aux noix de cajou.....	176
Couscous perlé au djon djon et ses pétoncles au beurre citronné.....	83	Poulet grillé.....	166
Crème brûlée à la banane plantain.....	54	Punch au rhum.....	41
Crème de plantain.....	125	Ragoût haïtien.....	64
Drink MaCaLola.....	25	Ratatouille haïtienne.....	63
Empanadas à l'haïtienne.....	153	Risotto de petit mil aux épinards et aux artichauts.....	79
Épices haïtiennes (<i>épis</i>).....	165	Riz blanc parfumé et sauce aux haricots noirs.....	150
Feuilles de jute (<i>lalo</i>).....	149	Riz collé.....	133
Frites de manioc, mayonnaise épicée.....	53	Riz djon djon.....	18
Gâteau caramélisé renversé à l'ananas.....	22	Salade russe haïtienne.....	69
Gâterie à la noix de coco.....	143	Salade tiède de crevettes et de lambis grillés.....	97
Gratin de lambis.....	185	Soupe joumou.....	15
Gratin de patate douce et d'aubergine.....	175	Tarte à l'oignon.....	35
Griot avec choucroute haïtienne (<i>pikliz</i>).....	109	Tarte aux abricots et au chanm chanm.....	87
Jus de papaye et de citron vert.....	126	Tassot de chèvre.....	137
La lasagne de Nicole.....	179	Ti Carole au corossol.....	154
Langoustes grillées.....	121	Ti punch au rapadou et au rhum.....	90
Macaroni gratiné.....	113		