

Soirmagazine

Animé par Naïma Yachir
Numéro 158
soirmagazine@yahoo.frL'ENTRETIEN
DE LA SEMAINE«C'est faux de dire
que plus on
mange, plus on
est productif»Dans cet entretien,
Dr Mohammed Tahar
Zerouala diagnostique
l'assiette des Algériens
et dresse son bilan.
Il donne, aussi, des
conseils sur un bon
régime alimentaire.

Lire en page 12

C'EST MA VIE

Setti Boutchiche,
une colombe
dans le ciel
de TlemcenToute petite, elle rêvait
de l'altitude, de la
nature vue du ciel. Setti
a finalement pu exaucer
son rêve en 2010.
Elle pratique depuis le
parapente et le para-
moteur. Elle a ainsi
bousculé toutes les idées
reçues en choisissant un
sport réservé aux
cascadeurs.

VOYAGE CULINAIRE

Chorbet el djben,
une soupe pour
tous les tempsNous allons partager
une vieille recette
traditionnelle de notre
patrimoine culinaire qui
se cuisine depuis des
générations. Il s'agit
d'une soupe de saison
très prisée durant les
soirées froides de l'hiver.

Lire en page 13

La chaîne TV culinaire Samira fait le buzz



Photos : D.R.

Par Soraya Naili

D'autres émissions sont consacrées à la couture et à la décoration d'intérieur mais l'art gastronomique occupe la première place. L'engouement pour cette chaîne est tel que les sujets de conversation des femmes ne tournent actuellement qu'autour de recettes vues sur Samira TV.

De la chorba fric, au qalb ellouz en passant par les boureks, makroun ou dziriat, Samira TV est devenue une référence en matière d'art culinaire algérien. Un véritable phénomène de société qui méritait, à notre sens, une petite enquête de notre rédaction.

Hommes ou femmes, coiffés de leur toque, les chefs cuistots se relayent devant la caméra pour concocter, sous nos yeux, des recettes en nous expliquant, par le menu, les différentes étapes à suivre pour être des top chefs à notre tour. Le décor est moderne, les ustensiles colorés et notre soif d'apprendre sans limites. Alors, on note scrupuleusement les ingrédients, les tours de main et les astuces et on se jette à l'eau afin d'épater nos amis et notre famille.

Hamida, 45 ans

C'est ma belle-sœur qui m'a parlé de cette chaîne en premier. Je prenais un café chez elle un jour et je lui demandais le secret de ses

makroun fondants. Elle m'a dit : «Quoi ? Tu ne connais pas la chaîne Samira ?» En rentrant à la maison, je l'ai cherchée sur Nilesat et voilà comment j'ai commencé à découvrir de nouvelles recettes avec mes deux filles. Ce que j'aime, c'est que contrairement aux recettes que l'on trouve dans les livres, la préparation se déroule sous nos yeux. Comme chacun le



sait, en cuisine, rien ne remplace une démonstration directe. Chaque détail compte. On profite d'astuces en temps réel et très vite, les préparations qui nous paraissaient les plus compliquées s'apparentent à un jeu d'enfant. D'ailleurs, mes deux adolescentes ont appris à cuisiner des plats du terroir et des gâteaux traditionnels devant l'écran. C'est très diversifié : salé, sucré, desserts... Grâce à

A moins d'habiter sur la planète Mars, impossible de ne pas avoir entendu parler de cette chaîne TV. Née récemment, et figurant sur le satellite Nilesat, Samira TV est la première chaîne culinaire algérienne. Elle diffuse en boucle des recettes de cuisine traditionnelles et modernes.

cette chaîne, je peux varier mes plats au quotidien et offrir une table raffinée à mes convives lorsque je reçois des invités. J'en suis devenue vraiment accro», conclut Hamida.

Manel, 28 ans

«Une chaîne TV consacrée uniquement à la cuisine, il fallait y penser ! Je suis mariée depuis 6 mois et grâce à la petite lucarne j'ai arrêté de téléphoner à ma mère toutes les cinq minutes pour lui demander les détails de telle ou telle préparation. Je n'ai qu'à appuyer sur la télécommande pour voir le déroulement étape par étape de toutes sortes de recettes traditionnelles ou actuelles. Mon mari, en parfait gourmet, a même acheté une secon-

est plus simple. C'est peut-être cela le succès de cette chaîne satellitaire.»

Djamel, 43 ans

Accro à la cuisine et doté d'un bon coup de fourchette, Djamel a toujours aimé passer du temps derrière les fourneaux. Les casseroles, ça le connaît ! Ce quadragénaire est un bon vivant qui aime manger et partager des moments de convivialité à table avec ses amis.

Pour parfaire ses connaissances dans ce domaine, lui aussi s'est branché sur Samira TV : «On dit que c'est une chaîne dédiée uniquement aux femmes mais je peux vous affirmer qu'il y a pas mal d'hommes qui en sont devenus accros.

Je parle évidemment de ceux qui

aiment les plaisirs de la table et le partage en famille ou entre amis. Pendant le Ramadhan, je mets toujours la main à la pâte surtout durant les week-ends. Je note en détail les ingrédients, suis religieusement la préparation et attaque à mon tour la popote au grand bonheur de ma femme et de mes enfants qui décou-

«On dit que c'est une chaîne dédiée uniquement aux femmes mais je peux vous affirmer qu'il y a pas mal d'hommes qui en sont devenus accros. Je parle évidemment de ceux qui aiment les plaisirs de la table et le partage en famille ou entre amis.»

de télévision qui reste continuellement branchée sur ma chaîne préférée. Ça nous évite aussi de nous chamailler lorsqu'il veut voir un film ou un match de football.

En très peu de temps, je suis devenue un véritable cordon-bleu. Avant, j'essayais de refaire des recettes lues sur internet ou copiées de magazines féminins, sans grand succès hélas. Le fait de visualiser la préparation de A à Z

vrent de nouvelles saveurs à l'heure d'el iftar. Nous avons souvent des amis à notre table. Ils apprécient mes petits plats et me demandent de leur communiquer mes recettes.» Avec la multiplication des chaînes thématiques, Samira TV fait le buzz. Entre les débutants, les marmiteux en herbe et même les top chefs, décidément tout le monde y trouve son compte.

Et si cuisiner n'était finalement qu'un jeu d'enfant ? ■

ATTITUDES

Par Naïma Yachir
naiyach@yahoo.fr

Rebelle

Elle est sur ses gardes, elle la suit d'un regard discret. Elle surveille ses moindres gestes. Pas facile d'être éducatrice dans un centre de rééducation pour jeunes filles mineures. Sassia, la cinquantaine bien entamée, exerce dans cette institution depuis 20 ans. Elle en a vu et continue de voir de toutes les couleurs.

«Le plus important c'est de les mettre en confiance. User à la fois de douceur, leur donner toute l'affection dont elles ont été privées, savoir les écouter mais aussi être ferme et avoir l'autorité morale, qui, seule, peut nous sauver d'un quelconque dérapage.» Celle qui demande le plus d'attention et de vigilance, c'est Souad. Sa mère l'a confiée au centre il y a dix ans. Elle ne pouvait plus la nourrir. Le père, alcoolique, disparu depuis la naissance de sa fille, n'a plus donné signe de vie. Il a aban-

donné ses huit enfants et son épouse.

Huit enfants sur les bras, ce n'était guère une mince affaire pour cette jeune maman, qui a dû recourir à la prostitution et à d'autres petits boulots pour subvenir aux besoins de sa progéniture. En vain.

Un jour, elle a tapé à la porte du centre et nous a déposé ses cinq filles. «Débrouillez-vous avec. Moi je n'ai pas de sous pour leur offrir à manger. Je n'ai même pas un toit pour les abriter.» Vous ne pouvez pas imaginer dans quel état était Souad. Elle était vêtue de haillons, de son corps frêle émanait une odeur d'urine insupportable. Ses cheveux étaient tellement crasseux qu'ils avaient formé une pâte sur sa tête. Elle était pitoyable. Nous avons vite détecté chez cette gamine des signes d'un enfant caractériel. Rebelle, elle refusait de se laver. On s'est mise à deux

pour la shampooiner et mousser son corps. Elle hurlait, se débattait comme une forcenée. Elle nous a donné du fil à retordre. Celles qui ont le plus souffert ce sont les nouvelles éducatrices, les plus jeunes. D'ailleurs il y en a qui ont vite abandonné. Prise en aparté par les pensionnaires qui refusaient de se plier au règlement, rouée de coup jusqu'au sang, Fahima en a fait les frais, nous l'avons sauvée in extremis. Avec moi ce n'est pas pareil, mon âge impose le respect, elle me considère comme sa maman. Mais avec elle il ne faut pas baisser la garde. Au fil des ans elle a réussi à avoir de l'assurance, et de l'influence sur ses camarades.

Ce n'est plus celle qui a franchi le seuil de l'établissement il y a une décennie. Quand elle veut obtenir quelque chose elle l'obtient, quitte à recourir à la violence.

Mais elle sait aussi faire preuve de gentillesse, de compassion et d'attention avec la docile, la silencieuse petite Ouarda, âgée de 15 ans, enceinte jusqu'aux dents.

Le plus difficile pour Sassia, c'est le soir. Ce sont les célibataires, ou les femmes divorcées qui assurent la sur-

veillance de nuit. Le plus pénible c'est surtout en hiver quand la neige s'abat sur la région, que les routes se bloquent.

Il lui est arrivé d'assurer trois jours de suite la garde car ses collègues n'ont pas pu se rendre à l'établissement. Il faut s'armer de patience, et faire preuve de psychologie pour assurer des nuits paisibles sans incident. Comme par exemple la tentation de faire le mur et sortir en vadrouille.

«Bien qu'elles jouissent d'une certaine intimité, puisqu'elles dorment chacune dans sa chambre, profitent de sorties organisées, mais l'évasion, la rue, «la liberté» leur manquent surtout à un âge critique comme l'adolescence. C'est un peu légitime. Mais c'est dangereux pour des filles qui ont été livrées à elles-mêmes et qui ont une enfance dévastée. C'est un métier difficile, mais quand on est maman on l'exerce souvent avec notre cœur. Sans ça, et avec les 9 000 DA que l'on perçoit, on aurait abandonné depuis longtemps. Mais on remercie Dieu d'avoir un emploi.»

Aujourd'hui, la rebelle, mais néanmoins ambitieuse, potasse pour décrocher son bac. ■