



Research Article

GASTRONOMIE TRADITIONNELLE ET TRANSMISSION DES RECETTES LOCALE À BASE DE MORELLE ET LA TÊTE DE CHÈVRE

^{1,*} MADUA SEFU Fidèle, ²LUKEKA KASESHI Wenceslas, ³KAIMBA YAGELEBO Clarisse and ⁴NYAKULINDA NDURU Jackson

¹Assistant de la recherche à l'Institut Géographique du Congo, Chercheur en développement du Tourisme durable et en cartographie, Doctorant à l'université de Lubumbashi, Congo

^{2, 3, 4} Assistants et doctorants à l'université de Lubumbashi, chercheurs en gestion des entreprises hôtelières, Congo

Received 09th May 2026; Accepted 12th June 2026; Published online 17th July 2026

Abstract

La gastronomie traditionnelle du Kasaï Oriental constitue un patrimoine culturel et thérapeutique majeur, intégrant à la fois des savoirs culinaires ancestraux et des vertus médicinales reconnues par la communauté locale. L'étude a porté sur deux éléments emblématiques de cette tradition : la morelle (*Solanum nigrum*) et la tête de chèvre. Ces plats sont non seulement préparés pour leurs qualités gustatives, mais également pour leurs effets perçus sur la santé, la vigueur et la performance physique et sexuelle, illustrant une relation complexe entre alimentation, culture et médecine traditionnelle. Cette étude souligne l'importance de préserver les recettes ancestrales et les savoirs associés, en particulier face à la modernisation alimentaire et aux changements socioculturels. La morelle et la tête de chèvre incarnent l'intersection entre alimentation, santé et culture, et leur valorisation contribue à la promotion d'un patrimoine immatériel riche et unique. L'étude ouvre des perspectives futures pour des recherches interdisciplinaires, combinant anthropologie, nutrition, ethnopharmacologie et tourisme, afin de mieux documenter et promouvoir les pratiques culinaires traditionnelles du Kasaï Oriental dans un contexte contemporain.

Keywords: Gastronomie traditionnelle, Transmission des recettes, Patrimoine culinaire, Morelle et tête de chèvre.

INTRODUCTION

La gastronomie traditionnelle constitue bien plus qu'un simple ensemble de pratiques culinaires : elle est l'expression vivante d'un patrimoine culturel, thérapeutique et social transmis de génération en génération. Dans la province du Kasaï Oriental (République Démocratique du Congo), certaines recettes traditionnelles méditent sur les vertus curatives des ingrédients locaux, parmi lesquels la morelle (plante médicinale aux nombreuses propriétés) et des préparations spécifiques à base de tête de chèvre et de peau de chèvre. Ces recettes ne sont pas seulement des mets de consommation, elles s'inscrivent dans un système holistique de santé et de bien-être, pour répondre aux maux du corps humain hémorroïdes, troubles rénaux, douleurs dorsales, hernies, faiblesse sexuelle tout en étant intégrées à des contextes festifs ou rituels¹. Dans les sociétés traditionnelles du Kasaï, la gastronomie thérapeutique a un double rôle : soigner et renforcer l'endurance physique, notamment chez les hommes. Parallèlement, l'Europe antique, et plus particulièrement la Grèce antique, nous offre un exemple fascinant de relation entre alimentation et consommation d'alcool. Les Grecs pratiquaient la symposion, des banquets rituels où le vin, souvent dilué avec de l'eau et accompagné de préparations gastronomiques, était consommé en grande quantité sans conduire systématiquement à l'ivresse. Ces pratiques alimentaires et sociales, associées à des régimes traditionnels, renforçaient l'endurance, la convivialité et même certaines vertus physiques chez les participants.

Dans ce travail, il s'est posé un parallèle entre deux traditions culinaires l'une africaine, l'autre européenne antique afin de mieux comprendre comment certains régimes alimentaires traditionnels peuvent influencer le métabolisme, la tolérance à l'alcool et la santé globale, à travers des ingrédients spécifiques et des rites alimentaires. La morelle utilisée dans le Kasaï Oriental est reconnue localement non seulement pour ses vertus thérapeutiques, mais aussi pour sa place centrale dans des recettes complexes associées à la vigueur masculine. De même, la consommation gréco-antique, fortement liée à des régimes traditionnels et l'utilisation d'accompagnements culinaires particuliers, montre comment une culture peut structurer une relation saine et contrôlée à l'alcool.

Ce phénomène n'est pas uniquement alimentaire : il est culturel, sanitaire, rituel et social, ce qui justifie une étude approfondie dans une perspective pluridisciplinaire. Nous cherchons ainsi à comprendre comment des savoirs ancestraux périssent ou se transforment, comment ils s'inscrivent dans la mémoire collective, et comment ils influencent encore aujourd'hui les pratiques culinaires et sociales dans leurs contextes respectifs. En établissant une comparaison avec la Grèce antique qui, malgré les distances géographiques et chronologiques, présente des pratiques alimentaires complexes liées à l'endurance physique et à la modération, cette analyse sera enrichie ethnoculturellement et élargir la compréhension des fonctions sociales de la gastronomie traditionnelle au-delà du simple plaisir gustatif. Si certaines sociétés traditionnelles d'Afrique et d'Europe antique semblent développer des pratiques gastronomiques influençant la tolérance à l'alcool ou améliorant l'endurance physique, comment comprendre ces phénomènes à la lumière des savoirs locaux et historiques. Comment se transmettent ces recettes et leurs vertus supposées. Les traditions culinaires sont-elles simplement des croyances populaires renforcées par l'expérience, ou reposent-elles sur des effets physiologiques mesurables. Dans

*Corresponding Author: MADUA SEFU Fidèle,

Assistant de la recherche à l'Institut Géographique du Congo, Chercheur en développement du Tourisme durable et en cartographie, Doctorant à l'université de Lubumbashi, Congo.

¹ « La gastronomie traditionnelle est une mémoire vivante qui nourrit le corps, apaise l'esprit et transmet, de génération en génération, des recettes locales porteuses de bien-être physique et de vertus thérapeutiques » (MADUA SEFU Fidèle)

le Kasaï Oriental, l'association de la morelle avec d'autres plantes ou ingrédients animaux pour traiter une série de maux pose la question de la validité scientifique ou empirique de ces pratiques : quels sont les mécanismes biologiques en jeu. S'agit-il uniquement de croyances renforcées par l'ancrage culturel, ou existe-t-il des bases nutritionnelles justifiant ces vertus. Par ailleurs, en s'inspirant de l'Europe antique notamment la Grèce antique où des régimes et des pratiques alimentaires traditionnelles permettaient une consommation importante de vin sans ivresse rapide, il convient de s'interroger : quelles analogies peut-on établir entre ces systèmes culturels. Peut-on penser que l'alimentation influence la capacité à métaboliser l'alcool. Et si oui, de quelles manières ces traditions gastronomiques structurent-elles des comportements sociaux et physiques. Pour répondre à ces enjeux, l'étude s'articule autour des deux questions suivantes : Quels sont les fondements culturels, thérapeutiques et physiologiques des recettes traditionnelles à base de morelle et de tête de chèvre au Kasaï Oriental ? Dans quelle mesure peut-on comparer ces pratiques aux phénomènes observés dans la Grèce antique concernant la consommation alimentaire et la tolérance à l'alcool ?

DÉVELOPPEMENT

Plusieurs auteurs ont penché leurs études sur la gastronomie traditionnelle et savoir culturels comme :

Kristberg Kristbergsson & Jorge Oliveira (2016), dans l'« *Approche globale des aliments traditionnels dans différentes cultures, leurs perceptions, usages et fonctions sociales* », offrent une revue interdisciplinaire des aliments traditionnels à l'échelle mondiale. Leur ouvrage s'attache à définir ce qu'est la nourriture traditionnelle non seulement comme un ensemble de recettes, mais comme un phénomène social et culturel façonné par l'histoire, l'environnement et les préférences des communautés. Les auteurs abordent les perceptions des consommateurs vis-à-vis des aliments traditionnels, leur rôle dans la conservation des identités culturelles, et comment ces aliments survivent ou s'adaptent face aux transformations modernes. Parmi les aspects présentés, on trouve les produits laitiers traditionnels, les céréales, les plats végétariens et carnés, ainsi que les boissons locales, chacune explorée à travers des études de cas de différents pays européens et non européens. Le livre met en lumière la complexité des transitions alimentaires et souligne l'importance de la transmission des connaissances locales pour maintenir la diversité culinaire.

Ils montrent que les traditions alimentaires ne peuvent être comprises de façon isolée : elles sont liées à des environnements sociaux, politiques et économiques, et elles évoluent sous pression des normes contemporaines tout en gardant des éléments du patrimoine immatériel. Ce cadre théorique est précieux pour analyser comment des recettes spécifiques notamment celles associées à des plantes médicinales ou des parties animales sont perçues et vécues dans des communautés.

Ils adoptent une perspective large et comparative à l'échelle mondiale, notre mémoire se focalise sur une pratique culinaire très spécifique les recettes à base de morelle et de tête de chèvre dans le Kasaï Oriental et leur dimension thérapeutique. Leur approche est plus générale en ce qu'elle ne se concentre pas sur les fonctions médicinales d'ingrédients particuliers ni

sur des croyances de résistance à l'alcool, comme le fait notre travail. Notre étude s'inscrit donc plus profondément dans l'anthropologie symbolique de la santé au sein d'une communauté locale plutôt que dans une analyse générale des rôles sociaux des aliments.

Sabine Parrish et al. (2025), dans « *Histoire et développement de l'anthropologie de l'alimentation comme discipline scientifique* », retracent l'évolution de l'anthropologie de l'alimentation comme sous-discipline de l'anthropologie culturelle. Ils expliquent que, historiquement, l'étude de l'alimentation a intégré des questionnements sur l'identité sociale, les fonctions symboliques de la nourriture, les structures économiques et les hiérarchies sociales. L'article met en évidence comment des pionniers tels que Franz Boas, Bronislaw Malinowski, Claude Lévi-Strauss ou Pierre Bourdieu ont contribué à faire de l'alimentation un objet d'étude anthropologique central, capable de révéler les valeurs symboliques, les systèmes de classification, les rituels et les relations de pouvoir dans une société. Par exemple, Bourdieu montre comment les choix alimentaires reflètent des structures sociales et des capitaux culturels, tandis que Lévi-Strauss explore la logique mythique derrière la transformation des aliments.

Les auteurs soulignent également les trajectoires contemporaines de la discipline, notamment l'intérêt croissant pour les questions de globalisation, de patrimoine culinaire, de développement durable et de diversité alimentaire. L'anthropologie de l'alimentation intègre désormais des analyses sur la façon dont les traditions alimentaires survivent face à la modernisation et aux flux culturels mondiaux. Ils montrent que la nourriture est à la fois un produit matériel (nutritif) et un objet symbolique, porteur de significations profondes sur l'identité et les pratiques sociales.

L'article de Parrish et al. se situe au niveau macro-théorique, envisagent l'alimentation comme une clé pour comprendre des structures culturelles larges. Notre mémoire, au contraire, vise un terrain spécifique et concret les recettes traditionnelles du Kasaï Oriental analysant non seulement leurs significations culturelles, mais aussi leurs impacts perçus sur la santé physique et les croyances populaires. Alors que Parrish et al. parlent de traditions alimentaires en général, notre étude place au centre l'élément thérapeutique de recettes locales rarement abordé dans la littérature anthropologique dominante.

Brigitte Sébastia (2017), dans les « *Dimensions sociales, identitaires et politiques des pratiques alimentaires traditionnelles* », explore comment la notion de "tradition" appliquée à l'alimentation est façonnée par des processus politiques, sociaux et identitaires. Le livre dépasse la simple description de recettes et examine comment les sociétés construisent, valorisent et instrumentalisent leurs pratiques alimentaires. Les chapitres donnent des exemples concrets montrant que ce qui est considéré comme "traditionnel" n'est pas un ensemble figé, mais un concept en constante négociation entre héritage culturel, représentation symbolique et intérêts économiques ou idéologiques. Les études de cas incluent des contextes variés de l'Inde à l'Europe en passant par le monde autochtone illustrant comment les aliments traditionnels servent de marqueurs identitaires, d'objets de revendication sociale ou de résistance culturelle face à la mondialisation.

Sébastia met l'accent sur le fait que la transmission des traditions culinaires ne se limite pas à la simple reproduction de recettes : elle engage des processus complexes de reconstruction, de redéfinition et de politisation des pratiques alimentaires. Ainsi, des aliments peuvent être réinterprétés, réinventés ou valorisés pour renforcer des récits nationaux, locaux ou communautaires. L'intérêt principal de Sébastia est centré sur les aspects politiques et identitaires des aliments traditionnels, plutôt que leur rôle thérapeutique ou fonctionnel sur la santé physique. Bien que notre mémoire aborde aussi la transmission culturelle, il met davantage l'accent sur les vertus médicinales attribuées aux recettes spécifiques (morelle, tête de chèvre) et les croyances populaires associées, ce qui n'est pas au cœur de l'analyse de Sébastia. De plus, notre approche comparative avec les pratiques grecques antiques introduit une dimension historique et physiologique absente de cet ouvrage. Ainsi cette recherche a pour objectif d'analyser la gastronomie traditionnelle du Kasaï Oriental, en particulier les recettes à base de morelle et de tête de chèvre, afin d'identifier leurs fonctions thérapeutiques, leur transmission culturelle et leurs similitudes éventuelles avec les pratiques alimentaires de l'Europe antique en lien avec la tolérance à l'alcool et la santé physique².

Gastronomie traditionnelle

La gastronomie traditionnelle désigne l'ensemble des pratiques, savoirs, recettes, techniques culinaires et usages sociaux liés à la préparation et à la consommation d'aliments spécifiques à une communauté ou à une région donnée. Elle est le produit d'une histoire culturelle, d'expériences collectives et d'un environnement naturel qui façonnent des choix alimentaires distincts. Selon Montanari (2006), la gastronomie traditionnelle est une expression culturelle profondément ancrée dans l'identité d'un peuple, reflétant des croyances, des valeurs et des modes de vie transmis de génération en génération. Elle n'est pas seulement une question de goût ou de nutrition, mais aussi de symbolisme social, religieux et historique.

D'un point de vue nutritionnel, la gastronomie traditionnelle englobe des pratiques alimentaires héritées qui intègrent des aliments locaux disponibles, des modes de cuisson ancestraux, ainsi que des associations d'ingrédients qui répondent à des besoins physiologiques spécifiques. Selon Pilcher (2012), ces traditions résultent de décennies de sélection empirique de ressources comestibles et de procédés culinaires favorisant autant la santé que la survie. Les repas traditionnels sont souvent conçus pour optimiser l'usage des ingrédients disponibles tout en respectant des normes sociales et climatiques propres à chaque culture.

Dans une perspective anthropologique, la gastronomie traditionnelle n'est pas seulement une pratique alimentaire, mais une pratique sociale intégrée aux rituels, aux rites de passage et aux contextes communautaires. Goody (1982) soutient que ce type de gastronomie sert à structurer les échanges sociaux, les hiérarchies et les liens communautaires, en particulier lors de fêtes, de cérémonies ou d'événements rituels. Elle est une forme de communication culturelle codifiée qui donne du sens aux relations sociales.

Transmission des recettes

La transmission des recettes désigne le processus par lequel des savoirs culinaires sont appris, partagés et perpétués d'une génération à une autre. Selon Sutton (2001), ce processus implique non seulement des éléments techniques (ingrédients, préparation, cuisson), mais aussi des éléments symboliques et culturels, tels que les histoires, les contextes rituels ou festifs associés à la recette. Ainsi, la transmission des recettes est un acte social et éducatif inscrit dans les dynamiques familiales et communautaires. D'un point de vue cognitif et pédagogique, la transmission des recettes est un processus d'apprentissage implicite et explicite, impliquant la mémorisation, l'imitation et l'ajustement des gestes culinaires. Lave et Wenger (1991) décrivent ce processus comme une forme de « communauté de pratique », où les novices apprennent auprès des experts dans des contextes réels d'usage, façonnant ainsi leurs compétences à travers l'expérience et l'interaction sociale. La transmission des recettes peut être comprise comme une construction symbolique de la mémoire collective d'une société alimentaire, appelée « mémoire gustative ». Selon Counihan & Van Esterik (2013), cette mémoire est intégrée dans des récits familiaux, des célébrations et des rituels, qui préservent et adaptent les recettes au fil du temps. La transmission devient ainsi un acte identitaire et un moyen de conserver une dynamique culturelle face aux influences exogènes.

Morelle

La morelle (famille Solanaceae) est un genre de plantes comprenant plusieurs espèces, connues pour leurs fruits et feuilles parfois toxiques. La plus connue est la *Solanum nigrum* (morelle noire), une plante herbacée qui pousse spontanément dans de nombreuses régions tropicales et tempérées. Selon Mabberley (2017), la morelle est caractérisée par ses fruits en baies, ses feuilles alternes et son cycle de vie annuel ou bisannuel, et fait partie d'une famille qui inclut aussi la pomme de terre et la tomate.

D'un point de vue nutritionnel et toxicologique, certaines espèces de morelle sont reconnues pour contenir des alcaloïdes, des composés bioactifs qui peuvent être toxiques à forte dose mais bénéfiques à faible dose selon la préparation. Certaines traditions culinaires africaines et asiatiques intègrent la morelle soigneusement traitée pour réduire les toxines et tirer parti de ses qualités nutritives (fibres, vitamines, minéraux). Selon Fakeye et al. (2008), des extraits de *Solanum nigrum* ont montré des activités pharmacologiques potentielles, notamment anti-inflammatoires et antioxydantes.

Dans de nombreuses sociétés africaines, la morelle n'est pas seulement une plante alimentaire mais aussi un remède traditionnel. L'ethnobotanique étudie cette utilisation des plantes dans des contextes culturels spécifiques, y compris les croyances, les préparations et les usages associés à la santé. Etkin (1994) souligne que la « medicinalisation » des plantes comme la morelle reflète une connaissance empirique accumulée sur plusieurs générations, intégrant l'observation, la pratique culinaire et les récits de guérison.

La tête de chèvre et la peau

Dans de nombreuses traditions culinaires africaines, la tête de chèvre désigne la partie anatomique incluant les muscles faciaux, les joues, la langue et parfois le cerveau, cuite selon

² « Préserver et transmettre les recettes locales, c'est protéger un patrimoine culinaire où chaque plat traditionnel dévient à la fois une source de santé un remède naturel et un héritage culturel offert aux générations futures. » (MADUA SEFU Fidèle)

des techniques spécifiques qui varient d'une région à l'autre. Selon Douglass & Connel (1999), l'usage des têtes d'animaux dans l'alimentation est courant dans des contextes où chaque partie de l'animal est valorisée, réduisant ainsi le gaspillage et maximisant l'usage des ressources disponibles.

D'un point de vue nutritionnel, la tête de chèvre est riche en protéines, en collagène, en graisses, ainsi qu'en nutriments essentiels comme le fer, le zinc et certaines vitamines. Selon Marinova et al. (2010), les tissus musculaires et conjonctifs présents dans la tête contiennent des acides aminés et des composés qui peuvent contribuer à la satiété et à la reconstruction musculaire après un effort physique.

Dans certaines cultures africaines, dont celles du Kasaï, la consommation de la tête de chèvre possède une dimension symbolique associée à la force, à la virilité et à l'endurance. Les narratifs ethnographiques montrent que cet aliment est souvent associé à des rituels festifs ou à des moments où l'on valorise la masculinité et l'endurance physique (Adebayo & Adeyemi, 2014). La tête devient ainsi un marqueur social puissant au-delà de sa valeur strictement nutritionnelle.

Savoir traditionnel

Le savoir traditionnel désigne l'ensemble des connaissances, pratiques et représentations élaborées collectivement par une communauté sur la longue durée, souvent transmises oralement et intégrées à des pratiques quotidiennes. Ces savoirs englobent des domaines variés tels que l'agriculture, les plantes médicinales, les rituels, les techniques culinaires et la gestion des ressources naturelles. Selon Berkes (1999), ces connaissances ne sont pas seulement utilitaires, mais sont également inscrites dans une vision du monde holistique, où nature, culture et spiritualité sont interdépendantes. Le savoir traditionnel constitue un héritage immatériel façonné par l'expérience, l'observation empirique et la transmission intergénérationnelle, ce qui le rend difficile à formaliser selon les standards scientifiques modernes, mais essentiel pour la durabilité écologique et sociale de nombreuses communautés.

Dans l'ethnobotanique, le savoir traditionnel désigne la compréhension des usages, des propriétés et des contextes de gestion des plantes tels qu'ils sont conceptualisés par des communautés locales. Ces savoirs se construisent à partir de l'observation, de l'expérience et de la narration, et peuvent impliquer des pratiques de traitement des plantes pour des usages thérapeutiques ou culinaires. Johns et al. (1990) soulignent que ces systèmes de connaissances sont dynamiques, évoluant avec l'expérience et les interactions entre différentes sociétés, tout en restant ancrés dans des pratiques locales spécifiques. Le savoir traditionnel est aussi défini comme une construction sociale partagée, intégrant des normes, des valeurs et des pratiques qui structurent les rapports sociaux, les rituels et les rapports à l'environnement. Il n'est pas seulement un ensemble d'informations, mais une forme de capital culturel qui confère identité et cohésion sociale. Selon Agrawal (1995), ce savoir sert à négocier les relations entre communautés et ressources, et est souvent valorisé ou marginalisé selon les rapports de pouvoir entre groupes.

Patrimoine alimentaire

Le patrimoine alimentaire est un élément du patrimoine culturel immatériel, reconnu comme les savoirs, les pratiques, les expressions culturelles liées à la préparation, à la consommation et à la préservation des aliments dans une

communauté donnée. Selon l'UNESCO (2003), ce patrimoine inclut non seulement des recettes spécifiques, mais aussi les savoirs-faire, les technologies, les rituels et les traditions associés aux aliments. Il est un marqueur d'identité collective qui nécessite une sauvegarde face aux menaces de globalisation et de perte des traditions locales. Dans une perspective socio-anthropologique, le patrimoine alimentaire comprend les pratiques culinaires, les récits, les symboles et les normes sociales reliés à l'alimentation. Appadurai (1988) soutient que la nourriture n'est pas seulement un objet, mais un phénomène socio-culturel dynamique qui structure les relations entre individus, groupes sociaux et environnement. Le patrimoine alimentaire, dès lors, devient une fenêtre ouverte sur l'histoire, la mémoire et les valeurs d'une société. Du point de vue gastronomique, le patrimoine alimentaire fait référence à un ensemble de recettes, techniques et savoirs qui définissent un style culinaire propre à un territoire ou à une communauté, avec un accent sur la diversité des ingrédients, des pratiques et des modes de transmission. Bessière (1998) y voit une forme de résistance culturelle face aux modèles alimentaires standardisés, préservant ainsi des héritages culinaires locaux.

Théorie du capital culturel de Pierre Bourdieu

La théorie du capital culturel, formulée par Pierre Bourdieu dans les années 1970 et consolidée dans son ouvrage *Les formes de capital* (Bourdieu, 1986), constitue un outil fondamental pour comprendre la distribution des ressources culturelles et la reproduction sociale. Bourdieu distingue le capital culturel du capital économique et du capital social, et montre que ce type de capital peut se manifester sous trois formes principales : le capital incorporé (compétences et savoirs), le capital objectivé (biens culturels matériels) et le capital institutionnalisé (reconnaissance officielle de compétences, diplômes).

Le capital culturel est ainsi une ressource qui influence la position sociale d'un individu ou d'un groupe dans une société. Il ne se limite pas à la possession de connaissances abstraites, mais inclut la maîtrise des pratiques valorisées culturellement, la capacité à les utiliser de manière socialement reconnue et la possibilité de transmettre ces savoirs aux générations suivantes. Cette théorie s'applique particulièrement à l'étude de la gastronomie traditionnelle, car la maîtrise de certaines recettes, le savoir sur leurs vertus médicinales, et leur transmission intergénérationnelle constituent un capital culturel concret et socialement valorisé.

Capital incorporé

Le capital incorporé représente les compétences, habitudes, savoirs et capacités acquises par l'éducation et la socialisation. Dans le contexte de la gastronomie traditionnelle du Kasaï Oriental, le capital incorporé correspond à la maîtrise des techniques de préparation de la morelle et de la tête de chèvre. Cela inclut :

- La connaissance des plantes médicinales et des ingrédients locaux, et leur transformation en plats comestibles et thérapeutiques.
- La capacité à doser précisément et à la cuisson appropriée, pour réduire les risques de toxicité ou maximiser les effets bénéfiques.

- L'expérience pratique acquise par observation, imitation et répétition, souvent dès l'enfance, auprès des anciens et des cuisiniers expérimentés.

Ce capital incorporé n'est pas seulement technique : il inclut aussi la compréhension des significations culturelles et sociales des plats. Par exemple, la consommation de la tête de chèvre dans des contextes festifs ou rituels symbolise la virilité, la force et la vigueur masculine.

Capital objectivé

Le capital objectivé se réfère aux biens matériels qui matérialisent le capital culturel. Dans le domaine de la gastronomie traditionnelle, cela peut inclure :

- Les ustensiles spécifiques utilisés pour la préparation et la cuisson de la morelle ou de la tête de chèvre.
- Les recettes écrites ou enregistrées, même si la transmission reste majoritairement orale.
- Les livres, herbiers et supports pédagogiques sur les propriétés médicinales et nutritives des ingrédients.
- Ces biens culturels permettent de standardiser, préserver et transmettre le savoir, tout en conférant un statut symbolique à ceux qui les détiennent.

Capital institutionnalisé

Le capital institutionnalisé désigne la reconnaissance officielle du savoir, par exemple des diplômes ou des certifications. Bien que dans le contexte traditionnel du Kasaï Oriental, la gastronomie ne soit pas reconnue par des institutions formelles, on peut considérer que le prestige social accordé aux cuisiniers experts joue un rôle similaire. Ceux qui maîtrisent les recettes de manière authentique et peuvent démontrer leurs connaissances sont valorisés par la communauté, ce qui crée une forme de capital institutionnalisé informel, reconnu par des pairs et des aînés.

Application à la gastronomie traditionnelle du Kasaï Oriental

L'application du concept de capital culturel à la gastronomie traditionnelle et aux recettes spécifiques du Kasaï Oriental révèle plusieurs dimensions importantes :

Transmission et prestige social

La capacité à préparer correctement la morelle ou la tête de chèvre confère un prestige social important. Les individus qui détiennent ce savoir sont respectés pour leur compétence et leur rôle dans la préservation de la santé et de la culture locale. Par exemple, les guérisseurs et cuisiniers qui maîtrisent les vertus thérapeutiques de la morelle sont considérés comme des figures d'autorité dans leur communauté.

Savoir thérapeutique intégré au capital culturel

Les recettes étudiées ne se limitent pas à des fonctions gustatives. Elles sont perçues comme ayant des effets sur la santé, la virilité, la force physique et la résistance à l'alcool. Cette dimension thérapeutique ajoute une valeur supplémentaire au capital culturel, car elle relie la maîtrise culinaire à la capacité de répondre à des besoins essentiels de la communauté.

Rituels et événements sociaux

Les plats traditionnels ne sont pas consommés de manière isolée ; ils sont intégrés dans des cérémonies, fêtes et rites de passage, ce qui renforce leur importance culturelle. La participation à ces événements et la connaissance des usages associés augmentent le capital culturel des individus.

Résilience culturelle face à la modernité

Dans un contexte de globalisation et de modernisation alimentaire, la gastronomie traditionnelle peut être menacée par la perte de savoir-faire ou par l'introduction de pratiques étrangères. Le capital culturel permet à la communauté de préserver et valoriser ses recettes ancestrales, en transmettant le savoir aux jeunes générations et en adaptant certaines pratiques sans perdre l'identité culturelle.

Comparaison avec d'autres théories

Contrairement aux théories centrées sur la transmission directe des recettes ou sur les systèmes alimentaires (comme la théorie des communautés de pratique ou la théorie des systèmes alimentaires), le capital culturel met l'accent sur la valeur sociale et symbolique du savoir culinaire, et sur la manière dont la maîtrise de recettes traditionnelles peut affecter le statut social et la reconnaissance au sein de la communauté. Cette approche enrichit la compréhension des pratiques alimentaires au-delà de la simple dimension nutritionnelle ou technique.

Exemples concrets

Morelle : La maîtrise du dosage précis et de la cuisson pour éviter la toxicité constitue un capital incorporé crucial. Le fait de préparer correctement la plante pour soulager des maladies ou renforcer la virilité augmente le prestige de l'individu.

Tête de chèvre : Savoir choisir les morceaux appropriés, cuire correctement et présenter le plat selon les usages sociaux reflète un capital culturel objectivé (ustensiles, recettes) et incorporé (compétences pratiques).

Transmission intergénérationnelle : Les enfants observant et participant à la préparation apprennent progressivement, ce qui correspond à la constitution d'un capital incorporé et à une forme informelle de capital institutionnalisé.

La théorie du capital culturel de Bourdieu permet de comprendre la complexité des pratiques culinaires traditionnelles dans le Kasaï Oriental, en liant savoir-faire technique, valeur symbolique, transmission et prestige social. Elle offre un cadre pour analyser comment la gastronomie traditionnelle devient un vecteur d'identité culturelle, un outil thérapeutique et un marqueur social, tout en mettant en lumière la nécessité de préserver ce patrimoine face aux influences externes.

Théorie de la transmission culturelle et des communautés de pratique

La théorie des communautés de pratique a été développée par Jean Lave et Etienne Wenger (1991) pour expliquer la manière dont l'apprentissage se produit dans des contextes sociaux réels, à travers l'expérience et la participation à des activités partagées. Contrairement aux modèles traditionnels

d'apprentissage formel, cette théorie met l'accent sur l'apprentissage situé, c'est-à-dire l'acquisition de connaissances et de compétences dans des contextes pratiques et sociaux, où les participants interagissent avec des experts et apprennent par observation, imitation et pratique graduelle.

Dans le cadre de la gastronomie traditionnelle, cette approche est particulièrement pertinente. La préparation de plats comme la morelle ou la tête de chèvre, connus pour leurs vertus thérapeutiques et leur dimension symbolique, ne peut être pleinement comprise ni transmise par des instructions abstraites. Elle repose sur des savoirs implicites, des gestes précis et des connaissances contextuelles, transmis dans des situations de pratique réelle : cuisines familiales, cérémonies, fêtes ou initiations communautaires.

1. Communauté de pratique

Une communauté de pratique est un groupe de personnes partageant un intérêt commun, interagissant régulièrement et développant un ensemble de pratiques, de savoirs et de normes autour de cet intérêt. Dans le cadre de la gastronomie traditionnelle, la communauté inclut les membres d'une famille, les cuisiniers expérimentés, les guérisseurs ou herboristes, et parfois des apprentis qui aspirent à maîtriser les recettes et les pratiques associées. La communauté fonctionne comme un espace de transmission, de validation et de perfectionnement des savoirs, où le respect des traditions et des normes de préparation est crucial.

2. Apprentissage situé

L'apprentissage situé repose sur l'idée que le savoir n'est pas simplement acquis dans l'abstrait, mais dans le contexte de sa pratique réelle. Les jeunes observateurs apprennent à préparer la morelle en participant aux différentes étapes de la préparation, à reconnaître les feuilles saines, à comprendre les combinaisons de plantes pour traiter des maladies, et à appliquer les techniques culinaires appropriées. Pour la tête de chèvre, l'apprentissage inclut la sélection des morceaux, les méthodes de cuisson, le rôle des épices et des ingrédients locaux, et la compréhension des effets supposés sur la santé et la virilité.

Participation périphérique légitime

Selon Lave et Wenger (1991), l'apprenant débute par une participation périphérique légitime, c'est-à-dire qu'il observe et participe de manière marginale avant d'assumer progressivement un rôle actif. Par exemple :

- Un enfant observe un aîné préparer la morelle, mais ne touche pas immédiatement aux feuilles ou aux instruments tranchants.
- Progressivement, il participe à la cueillette, au lavage, à la coupe et enfin à la cuisson, sous supervision.
- À terme, il devient capable de préparer seul le plat, maîtrisant à la fois la technique et le symbolisme culturel associé.

4. Transmission implicite et explicite

L'apprentissage dans une communauté de pratique inclut à la fois :

La transmission explicite : instructions verbales sur les étapes, quantités, cuisson et dosage.

La transmission implicite : gestes précis, astuces, signes non verbaux, respect du rituel ou de l'ordre de préparation.

La combinaison des deux modes est essentielle pour la préservation des recettes traditionnelles et de leurs vertus.

Application à la gastronomie traditionnelle

La morelle et ses usages thérapeutiques

La morelle (*Solanum nigrum*), utilisée dans le Kasai Oriental, est connue pour ses effets supposés sur les hémorroïdes, les reins, le dos, l'hernie externe et la faiblesse sexuelle masculine. Son utilisation repose sur des connaissances précises :

- Sélection des feuilles et des fruits : seules certaines parties de la plante sont utilisées pour éviter la toxicité.
- Préparation des combinaisons : certaines recettes associent la morelle à d'autres plantes locales pour renforcer ses effets thérapeutiques.
- Cuisson et dosage : le contrôle de la température et de la durée de cuisson est crucial pour rendre le plat comestible et efficace.

Les enfants et apprentis cuisiniers apprennent ces techniques à travers la participation active aux préparations, en observant et en répétant sous la supervision des aînés. Chaque étape est associée à des règles culturelles et symboliques, renforçant à la fois la compétence technique et le respect des traditions.

La tête de chèvre et la dimension sociale

La tête de chèvre est valorisée pour ses effets sur l'endurance à l'alcool, la vigueur sexuelle, le renforcement musculaire et rénal. Sa préparation suit des étapes spécifiques :

Choix des morceaux : joues, langue, cerveau selon la recette et l'effet recherché.

Méthodes de cuisson : rôti, bouilli, ou braisé selon la tradition locale.

Rituels sociaux : consommée lors de cérémonies, fêtes ou événements festifs, elle est un vecteur de cohésion et de symbolisme social.

L'apprentissage de la préparation de la tête de chèvre illustre parfaitement la participation périphérique légitime : les novices assistent, participent progressivement, puis deviennent eux-mêmes détenteurs de ce savoir.

Transmission intergénérationnelle et préservation des savoirs

La théorie de Lave et Wenger permet de comprendre la durabilité du patrimoine culinaire. Les jeunes apprennent dans un cadre où :

- La connaissance est contextualisée, liée à des événements sociaux, rituels et festifs.
- La pratique répétitive assure la maîtrise technique et la mémorisation des effets thérapeutiques.
- Le respect des aînés et des normes culturelles garantit l'authenticité des recettes.

Dans le Kasai Oriental, cette approche explique pourquoi certaines recettes, malgré la modernisation et la mondialisation

alimentaire, continuent d'être pratiquées et valorisées. Par ailleurs, contrairement à la théorie des systèmes alimentaires, cette approche s'intéresse moins aux flux alimentaires et aux interactions environnementales, et davantage à l'apprentissage et à la transmission du savoir culinaire dans des contextes sociaux et culturels spécifiques. La théorie de la transmission culturelle et des communautés de pratique de Lave & Wenger offre un cadre holistique et pratique pour analyser l'apprentissage et la préservation des recettes traditionnelles du Kasai Oriental. Elle montre comment les savoirs sur la morelle et la tête de chèvre sont acquis, pratiqués et transmis dans des contextes sociaux réels, intégrant à la fois la dimension technique, symbolique et culturelle. Cette approche permet de comprendre la résilience des traditions culinaires, leur rôle dans la cohésion sociale et leur adaptation aux changements environnementaux et culturels.

Théorie des systèmes alimentaires

La théorie des systèmes alimentaires propose que l'alimentation ne peut être comprise comme un simple acte individuel ou isolé, mais comme un système complexe et interconnecté. Cette approche, popularisée par Peter Ericksen (2008), considère la nourriture comme le résultat de l'interaction entre plusieurs composantes : production, transformation, distribution, consommation, et gestion des déchets. Ces composantes ne fonctionnent pas de manière autonome ; elles sont influencées par des facteurs économiques, sociaux, culturels et environnementaux, formant un écosystème alimentaire dynamique. L'application de cette théorie à la gastronomie traditionnelle du Kasai Oriental permet de comprendre comment les recettes à base de morelle et de tête de chèvre s'insèrent dans un système plus large, combinant aspects nutritionnels, médicaux, sociaux et culturels. Les pratiques alimentaires traditionnelles, loin d'être simplement culinaires, interagissent avec l'environnement local, les savoirs ancestraux, les ressources disponibles et les rituels communautaires.

Composantes alimentaires interconnectées

Un système alimentaire comprend plusieurs éléments liés entre eux :

Production : culture des plantes comestibles et médicinales (comme la morelle), élevage et sélection des animaux (comme la chèvre).

Transformation et préparation : méthodes culinaires, techniques de cuisson, préparation des plats selon des standards culturels et médicaux.

Distribution et accès : échanges locaux, marché communautaire, transmission des recettes au sein de la famille ou de la communauté.

Consommation et effets sociaux : ingestion des plats, effets sur la santé, partage lors de cérémonies, intégration dans des rituels sociaux et culturels.

Gestion des déchets et durabilité : valorisation des restes, respect des pratiques écologiques, limitation du gaspillage.

Ces composantes interagissent de manière dynamique : un changement dans la production affecte la transformation et la

consommation, illustrant l'interdépendance caractéristique des systèmes alimentaires.

Interactions dynamiques

Dans un système alimentaire, les éléments ne sont pas fixes : ils évoluent selon les contraintes environnementales, économiques et sociales. Par exemple :

La disponibilité de la morelle dépend de la saison, du climat et des connaissances sur la culture et la cueillette. La qualité et la quantité de chèvres élevées influencent la préparation des plats traditionnels et leur consommation lors des cérémonies. Les changements dans les pratiques sociales ou la modernisation alimentaire peuvent modifier la transmission des recettes et leur valeur culturelle.

Cette dimension dynamique permet de comprendre comment certaines pratiques culinaires traditionnelles perdurent malgré les transformations sociales et économiques, grâce à leur adaptabilité au système alimentaire local.

Systèmes locaux et globaux

La théorie distingue également les systèmes alimentaires locaux (basés sur les ressources et pratiques spécifiques à une communauté) et globaux (influencés par les échanges commerciaux, la modernisation, et la mondialisation). Dans le Kasai Oriental :

Le système alimentaire local inclut la culture et la cueillette de la morelle, l'élevage des chèvres, et la transmission de recettes par la famille et la communauté. Les influences externes, comme l'introduction d'ingrédients modernes ou de techniques culinaires étrangères, modifient le système mais ne suppriment pas nécessairement les pratiques traditionnelles, grâce à la résilience et à l'adaptation des communautés locales.

Application à la gastronomie traditionnelle du Kasai Oriental

1. Morelle : un élément clé du système

La morelle joue un rôle central dans le système alimentaire kasaiens pour plusieurs raisons :

Production et récolte : la plante pousse naturellement ou est cultivée, nécessitant des connaissances sur le sol, le climat et le moment optimal de cueillette.

Transformation et cuisson : la toxicité potentielle de certaines parties de la plante exige une préparation soignée. Les techniques de cuisson et les combinaisons avec d'autres plantes sont cruciales pour assurer l'efficacité thérapeutique.

Consommation et effets thérapeutiques : la morelle est consommée pour traiter les hémorroïdes, les problèmes de reins, les douleurs dorsales, l'hernie externe, et la faiblesse sexuelle masculine.

Transmission et culture : les recettes sont transmises au sein des familles et des communautés, intégrant à la fois savoir-faire technique, connaissances thérapeutiques et normes culturelles.

L'analyse systémique montre que la morelle n'est pas seulement un aliment, mais un composant intégré d'un système culturel et alimentaire complexe, reliant production, transformation, consommation et transmission culturelle.

Tête de chèvre : intégration dans le système

La tête de chèvre et sa peau complètent le système alimentaire kasaiens :

Production et élevage : les chèvres sont élevées selon des pratiques locales, garantissant la disponibilité pour des événements sociaux et festifs.

Préparation et cuisson : des techniques spécifiques permettent de renforcer les effets attendus : résistance à l'alcool, vigueur sexuelle, renforcement des muscles et du dos.

Consommation et effets sociaux : consommée lors de cérémonies et banquets, elle assure cohésion sociale, symbolisme de la force masculine et renforcement des liens communautaires.

Transmission intergénérationnelle : la préparation de la tête de chèvre est enseignée à travers la participation et l'observation, garantissant la continuité du savoir.

Ainsi, la tête de chèvre est un élément intégral du système alimentaire, illustrant la complexité des interactions entre culture, alimentation et santé.

Intégration des aspects sociaux et culturels

La théorie des systèmes alimentaires souligne l'importance des dimensions sociales et culturelles : Les plats traditionnels ne sont pas consommés isolément, mais dans des contextes festifs et rituels, où chaque ingrédient et chaque geste ont une signification symbolique. La transmission des recettes contribue à la préservation du patrimoine culturel et à la cohésion sociale, assurant la survie des pratiques alimentaires traditionnelles face aux influences modernes. Les effets thérapeutiques perçus des recettes renforcent leur importance et leur légitimité dans le système alimentaire local.

4. Résilience et durabilité

Le concept de résilience est central : un système alimentaire durable doit être capable de s'adapter aux changements environnementaux et sociaux sans perdre son identité. Dans le Kasaï Oriental : La morelle et la tête de chèvre continuent d'être utilisées malgré la mondialisation alimentaire et la modernisation des techniques culinaires. Les savoirs traditionnels s'adaptent, par exemple en intégrant de nouveaux ingrédients ou en ajustant les méthodes de cuisson, tout en préservant les effets thérapeutiques et symboliques. La transmission des recettes à travers les communautés garantit la pérennité culturelle et la résilience du système alimentaire.

La théorie des systèmes alimentaires permet d'analyser la gastronomie traditionnelle du Kasaï Oriental de manière holistique et intégrée, en considérant la morelle et la tête de chèvre comme des composantes d'un système complexe reliant production, transformation, consommation, transmission et durabilité. Elle éclaire les interactions entre alimentation, santé, culture et société, et met en évidence la résilience des pratiques culinaires traditionnelles face aux changements

externes. Cette approche complète les deux premières théories en offrant une vision systémique et interconnectée de la gastronomie, enrichissant la compréhension de son rôle dans la culture et la vie communautaire.

Résultats, discussion et recommandation

Cette partie expose les résultats obtenus lors de l'enquête menée auprès de 100 participants concernant la gastronomie traditionnelle du Kasaï Oriental et la transmission des recettes à base de morelle et de tête de chèvre. L'objectif est d'analyser la prévalence des pratiques culinaires, la connaissance des vertus thérapeutiques, les modes de transmission et la participation intergénérationnelle. Les données collectées ont été organisées en tableaux pour permettre une interprétation claire des tendances observées au sein de la communauté.

L'échantillonnage a été réalisé de manière non probabiliste, par choix raisonné, afin de sélectionner des individus connaissant ou pratiquant la gastronomie traditionnelle du Kasaï Oriental. L'échantillon final comprend 100 individus, répartis en plusieurs catégories : cuisiniers expérimentés, anciens de la communauté, jeunes apprenants et consommateurs réguliers. Cette diversité permet de couvrir différentes perspectives sur la préparation, la consommation et la transmission des recettes. Cette analyse quantitative est complétée par des observations qualitatives issues des entretiens et de l'observation participante, qui mettent en évidence les aspects culturels, symboliques et sociaux de ces pratiques. Les résultats permettent d'identifier les variations selon l'âge, le genre et le rôle dans la préparation des plats, tout en soulignant l'importance des recettes traditionnelles dans la santé, le prestige social et la cohésion communautaire.

RESULTATS

Tableau 1. Connaissance et consommation de la morelle selon l'âge

Groupe d'âge	Nombre de participants	Connaissent la morelle (%)	Consomment régulièrement (%)
18–30 ans	35	65%	40%
31–50 ans	40	90%	80%
51+ ans	25	100%	95%

Source : traitement des résultats

Le tableau 1 montre que la connaissance de la morelle est largement répandue, en particulier chez les participants de plus de 30 ans. Tous les individus de plus de 50 ans connaissent et consomment régulièrement cette plante, ce qui souligne le rôle des anciens dans la préservation et la transmission des savoirs culinaires. Les jeunes (18–30 ans) présentent une connaissance moindre (65 %) et une consommation régulière plus faible (40 %), suggérant un déclin progressif de l'usage quotidien de la morelle parmi les nouvelles générations.

Cette tendance peut être liée à la modernisation alimentaire, la disponibilité d'ingrédients alternatifs et la migration vers les zones urbaines, qui réduisent l'exposition des jeunes aux pratiques traditionnelles. Cependant, le fait que la majorité des jeunes connaissent tout de même la plante indique que la transmission intergénérationnelle se maintient, principalement par le biais de la famille, des cérémonies et de l'apprentissage pratique. Ces résultats confirment l'importance des pratiques communautaires pour maintenir la gastronomie traditionnelle, tout en mettant en évidence un besoin d'efforts ciblés pour

renforcer l'engagement des jeunes dans la consommation et la préparation de la morelle.

Tableau 2. Connaissance et consommation de la tête de chèvre selon le genre

Genre	Nombre de participants	Connaissent la tête de chèvre (%)	Consomment régulièrement (%)
Hommes	50	95%	85%
Femmes	50	70%	55%

Source : traitement des résultats

Le tableau 2 indique que les hommes connaissent et consomment davantage la tête de chèvre que les femmes. Cette disparité reflète la dimension symbolique et thérapeutique de ce plat, traditionnellement associé à la vigueur, à la résistance à l'alcool et à la force masculine. La consommation plus élevée chez les hommes (85 %) confirme le rôle de la tête de chèvre dans les rituels sociaux et les fêtes masculines, où elle est valorisée pour ses vertus supposées sur la santé et la performance sexuelle.

Chez les femmes, bien que la connaissance soit relativement élevée (70 %), la consommation régulière est plus faible (55 %), ce qui peut être expliqué par des rôles culturels et sociaux distincts dans la préparation et la consommation des plats. Les résultats montrent également que la transmission du savoir culinaire se fait de manière différenciée selon le genre : les hommes héritent de la maîtrise de la cuisson et des effets thérapeutiques, tandis que les femmes participent surtout à l'accompagnement et à la préparation des plats pour la famille et les cérémonies. Cette observation souligne l'importance de considérer le genre dans l'analyse des pratiques gastronomiques traditionnelles, pour mieux comprendre les dynamiques de transmission et de préservation des recettes locales.

Tableau 3. Modes de transmission des recettes

Mode de transmission	Nombre de participants	Pourcentage (%)
Observation des aînés	80	80%
Participation active	60	60%
Enseignement verbal direct	45	45%
Documentation écrite	10	10%

Source : traitement des résultats

Le tableau 3 met en évidence que la transmission des recettes traditionnelles repose majoritairement sur l'observation des aînés (80 %) et la participation active (60 %). Ces résultats confirment la pertinence de la théorie des communautés de pratique, selon laquelle l'apprentissage se fait par l'expérience directe et l'intégration progressive aux activités culinaires. L'enseignement verbal direct est utilisé par 45 % des participants, souvent sous forme de conseils ponctuels, tandis que la documentation écrite est rare (10 %), soulignant le caractère oral et pratique de la transmission. Cette dynamique explique la résilience des savoirs culinaires malgré la modernisation : les techniques de préparation, les dosages précis et les effets thérapeutiques sont préservés par la pratique plutôt que par les supports formels. Cependant, la faible utilisation de supports écrits suggère un risque de perte des connaissances si la transmission intergénérationnelle venait à se réduire. Les résultats soulignent l'importance de programmes d'enseignement, ateliers ou documentation audiovisuelle pour renforcer la préservation et la diffusion des recettes traditionnelles, tout en respectant leur dimension culturelle et symbolique.

Tableau 4. Effets perçus de la morelle et de la tête de chèvre sur la santé et la vigueur

Plat	Effets principaux perçus	Nombre de participants	Pourcentage (%)
Morelle	Renforce les reins, dos et muscles	75	75%
	Traite les hémorroïdes	60	60%
	Lutte contre la faiblesse sexuelle masculine	50	50%
Tête de chèvre	Résistance à l'alcool	80	80%
	Renforce les reins et le dos	70	70%
	Vigueur et performance sexuelle	65	65%

Source : traitement des résultats

Le tableau 4 révèle que les participants attribuent de multiples vertus thérapeutiques et énergétiques à la morelle et à la tête de chèvre, confirmant leur rôle central dans la gastronomie traditionnelle du Kasai Oriental. La morelle est perçue principalement comme bénéfique pour le renforcement des reins, du dos et des muscles (75 %), tout en traitant certaines affections comme les hémorroïdes (60 %) et la faiblesse sexuelle chez les hommes (50 %). Ces résultats illustrent la dimension médicinale et fonctionnelle de cette plante, qui dépasse la simple valeur nutritionnelle.

La tête de chèvre est surtout reconnue pour sa capacité à renforcer la vigueur masculine et la résistance à l'alcool (80 %), en plus de ses effets sur les reins et le dos (70 %) et la performance sexuelle (65 %). Cela montre l'importance de ce plat dans les rituels sociaux, les célébrations et la transmission de la force symbolique, notamment chez les hommes. L'analyse des résultats confirme que ces recettes ne sont pas consommées uniquement pour leur goût, mais pour leurs effets thérapeutiques et symboliques, reflétant une intégration holistique de l'alimentation, de la santé et de la culture. Ces perceptions justifient l'importance de préserver et transmettre ces savoirs culinaires, tant pour la santé que pour la cohésion sociale et culturelle au sein des communautés kasaiens.

DISCUSSION

La présente discussion analyse les résultats obtenus sur la gastronomie traditionnelle du Kasai Oriental, en particulier la morelle et la tête de chèvre, en mettant en relation les données quantitatives et qualitatives avec les théories et recherches existantes. L'analyse porte sur quatre aspects principaux : la connaissance et la consommation des plats, la différenciation par âge et genre, les modes de transmission des recettes et les effets perçus sur la santé et la vigueur.

Connaissance et consommation des recettes traditionnelles

Les résultats des tableaux 1 et 2 montrent que la connaissance et la consommation de la morelle et de la tête de chèvre varient selon l'âge et le genre. La morelle est connue de 100 % des participants de plus de 50 ans et consommée régulièrement par 95 % d'entre eux, tandis que chez les jeunes (18-30 ans), la connaissance tombe à 65 % et la consommation régulière à 40 %. Ce constat rejoint les observations d'Etkin (1994), qui souligne que les savoirs culinaires et médicaux traditionnels sont majoritairement détenus par les générations plus âgées, et que la transmission intergénérationnelle est un facteur clé pour la préservation des pratiques. La baisse de la consommation chez les jeunes reflète un phénomène de transition alimentaire, accentué par l'urbanisation, l'accès à des aliments modernes et

la diminution du temps consacré aux pratiques culinaires traditionnelles (Bessière, 1998). De même, la tête de chèvre est plus consommée et mieux connue des hommes que des femmes, avec respectivement 85 % et 55 % de consommation régulière. Cette différence souligne le rôle socio-culturel et symbolique de ce plat dans la société kasaiens, où il est associé à la vigueur masculine, à la tolérance à l'alcool et à la performance sexuelle. Counihan et Van Esterik (2013) rappellent que dans de nombreuses cultures africaines, certaines recettes sont genrées, reflétant des attentes sociales et des normes de genre, ce qui explique les variations observées dans la consommation et la maîtrise des recettes.

Transmission intergénérationnelle et communautés de pratique

Les résultats du tableau 3 révèlent que l'observation des aînés (80 %) et la participation active (60 %) constituent les modes principaux de transmission des recettes, tandis que l'enseignement verbal direct est moins utilisé (45 %) et la documentation écrite quasi inexistante (10 %). Ces données confirment l'importance de la théorie des communautés de pratique de Lave et Wenger (1991), selon laquelle l'apprentissage se fait principalement dans le cadre de l'expérience directe et de la participation progressive à des activités partagées. L'apprenant commence par une participation périphérique légitime, observant d'abord les gestes, puis participant progressivement à la préparation, jusqu'à atteindre la maîtrise complète. Cette observation rejoint également les travaux de Berkes (1999), qui souligne que dans les sociétés traditionnelles, la transmission orale et pratique des savoirs culinaires et médicaux est essentielle pour la préservation du patrimoine culturel et thérapeutique. Les gestes, les dosages et les combinaisons de plantes ou de morceaux de viande, comme dans le cas de la morelle et de la tête de chèvre, sont difficiles à codifier par écrit et ne peuvent être pleinement appris que par l'expérience pratique. La faible utilisation de supports écrits reflète cette réalité et souligne l'importance d'une documentation audiovisuelle ou d'ateliers pratiques pour renforcer la pérennité des connaissances.

Effets perçus et dimension thérapeutique

Le tableau 4 montre que les participants perçoivent des effets significatifs des plats sur la santé et la vigueur. La morelle est associée au renforcement des reins, du dos et des muscles (75 %), au traitement des hémorroïdes (60 %) et à la lutte contre la faiblesse sexuelle (50 %). La tête de chèvre est reconnue pour sa résistance à l'alcool (80 %), son renforcement des reins et du dos (70 %) et sa contribution à la performance sexuelle (65 %). Ces perceptions confirment que les pratiques culinaires locales ne sont pas uniquement alimentaires, mais intégrées dans un système de santé traditionnel, en accord avec la théorie des systèmes alimentaires (Ericksen, 2008).

Bessière (1998) et Sutton (2001) soulignent que dans les sociétés rurales africaines, la nourriture joue un rôle médicinal, symbolique et social : elle renforce la santé, la cohésion communautaire et l'identité culturelle. Dans le contexte kasaiens, la morelle et la tête de chèvre incarnent cette dualité entre nutrition et médecine traditionnelle, avec des effets perçus qui justifient leur consommation lors des événements sociaux et rituels. Ces résultats illustrent la résilience des savoirs culinaires malgré les changements environnementaux et la modernisation alimentaire.

Influence du genre et de l'âge

L'analyse des données montre des variations significatives liées au genre et à l'âge, confirmant l'importance des facteurs socio-culturels dans la pratique et la transmission des recettes. Les hommes sont plus impliqués dans la préparation et la consommation de la tête de chèvre, tandis que la morelle est largement consommée par toutes les générations, mais avec une participation plus faible chez les jeunes adultes. Selon Counihan et Van Esterik (2013), les recettes traditionnelles sont souvent codifiées par des rôles sociaux, reflétant les attentes culturelles et les normes de genre. Les résultats de cette étude confirment cette observation et indiquent que les programmes de préservation des savoirs culinaires devraient tenir compte de ces différences pour encourager la participation des jeunes et des femmes dans la transmission des recettes, tout en respectant les pratiques culturelles.

Transmission et préservation des savoirs

L'ensemble des résultats met en évidence la centralité de la transmission intergénérationnelle dans la préservation des recettes et de leurs vertus thérapeutiques. L'observation et la participation active sont les principaux vecteurs de transmission, permettant aux jeunes d'acquérir des compétences techniques et des connaissances symboliques. L'enseignements verbal direct et les supports écrits sont moins répandus, ce qui pose un risque potentiel de perte des savoirs si la transmission est interrompue. Selon Berkes (1999), la durabilité des connaissances traditionnelles dépend de la continuité des pratiques et de l'engagement communautaire. Les résultats de cette étude montrent que la communauté kasaiens maintient ces savoirs grâce à des pratiques rituelles, des fêtes et des cérémonies, où la préparation et la consommation de la morelle et de la tête de chèvre constituent des rituels sociaux et médicaux intégrés.

Comparaison avec d'autres contextes

Les résultats obtenus dans le Kasaï Oriental présentent des similarités avec d'autres études sur la gastronomie traditionnelle africaine et mondiale. Etkin (1994) et Sutton (2001) montrent que la nourriture à vocation thérapeutique est un phénomène commun dans de nombreuses cultures, où les ingrédients locaux sont utilisés pour renforcer la santé et la vigueur. De plus, la dimension symbolique des plats, en particulier ceux associés à la masculinité et aux rituels sociaux, se retrouve dans d'autres sociétés africaines et européennes antiques, où certaines recettes étaient préparées pour permettre aux hommes de boire sans s'enivrer et conserver leurs performances physiques et sexuelles (Bessière, 1998). La combinaison d'une approche systémique, basée sur le système alimentaire local, et d'une perspective socio-culturelle, centrée sur la transmission et les communautés de pratique, offre une analyse complète et multidimensionnelle des résultats, confirmant que les pratiques culinaires traditionnelles sont résilientes, adaptables et essentielles à la santé et à la cohésion sociale.

Synthèse des résultats et implications

La discussion montre que :

- La morelle et la tête de chèvre sont des éléments centraux de la gastronomie traditionnelle du Kasaï Oriental, avec des

vertus thérapeutiques reconnues et des effets symboliques forts.

- La transmission intergénérationnelle repose principalement sur l'observation et la participation active, conformément aux théories des communautés de pratique et des systèmes alimentaires.
- Le genre et l'âge influencent significativement la connaissance et la consommation, soulignant l'importance de stratégies ciblées pour préserver ces savoirs.
- La résilience des pratiques traditionnelles est assurée par l'intégration des recettes dans les rituels sociaux et festifs, leur dimension symbolique et leur efficacité perçue sur la santé.

Ces observations ont des implications pratiques et scientifiques, notamment pour la préservation des savoirs culinaires, le renforcement de la cohésion communautaire et la valorisation des pratiques thérapeutiques traditionnelles.

RECOMMANDATIONS STRATEGIQUES

À partir des résultats et de la discussion, plusieurs recommandations peuvent être formulées pour valoriser la gastronomie traditionnelle, préserver les savoirs culinaires et tirer parti des recettes à base de morelle et de tête de chèvre dans le contexte urbain :

Renforcement de la transmission intergénérationnelle

Organiser des ateliers culinaires et des démonstrations pratiques dans les écoles, centres communautaires et événements culturels, pour impliquer les jeunes générations. Documenter les recettes à travers des supports audiovisuels et écrits, incluant les dosages précis et les effets thérapeutiques, afin de réduire le risque de perte de savoirs.

Promotion des vertus thérapeutiques et culturelles

Mettre en place des campagnes de sensibilisation sur les effets bénéfiques de la morelle et de la tête de chèvre pour la santé masculine, la force musculaire et la résilience au stress ou à l'alcool. Collaborer avec des professionnels de la santé traditionnelle pour certifier certaines pratiques et combinaisons d'ingrédients, renforçant la crédibilité scientifique et culturelle.

Développement du tourisme gastronomique

Créer des circuits culinaires et des événements gastronomiques, mettant en avant les plats traditionnels lors des mariages, cérémonies et festivals culturels. Intégrer la gastronomie Kasaienne dans les offres des restaurants locaux et des lodges, en valorisant la morelle et la tête de chèvre comme spécialités uniques de la région.

Soutien aux producteurs locaux

Encourager la culture durable de la morelle et l'élevage raisonné de chèvres pour assurer la disponibilité des ingrédients. Former les jeunes agriculteurs et éleveurs aux techniques traditionnelles et modernes, garantissant qualité, sécurité et continuité des ressources alimentaires.

Recherche et documentation scientifique

Promouvoir des études interdisciplinaires sur la gastronomie Kasaiens, combinant anthropologie, nutrition,

ethnopharmacologie et tourisme, afin de créer un savoir validé et transférable. Ces recommandations visent à préserver, valoriser et moderniser les pratiques culinaires traditionnelles, tout en créant des opportunités économiques et culturelles pour la ville de Lubumbashi.

CONCLUSION

La gastronomie traditionnelle du Kasaï Oriental constitue un patrimoine culturel et thérapeutique majeur, intégrant à la fois des savoirs culinaires ancestraux et des vertus médicinales reconnues par la communauté locale. L'étude a porté sur deux éléments emblématiques de cette tradition : la morelle (*Solanum nigrum*) et la tête de chèvre. Ces plats sont non seulement préparés pour leurs qualités gustatives, mais également pour leurs effets perçus sur la santé, la vigueur et la performance physique et sexuelle, illustrant une relation complexe entre alimentation, culture et médecine traditionnelle.

Mettant en œuvre un échantillonnage de 100 participants répartis par âge et genre, afin d'obtenir des données représentatives. La collecte a combiné questionnaires, entretiens semi-structurés et observation participante, garantissant à la fois la rigueur scientifique et la contextualisation culturelle. Les recettes de morelle et de tête de chèvre ont été détaillées pour illustrer les techniques culinaires, les combinaisons thérapeutiques et les pratiques rituelles. Le traitement des données a combiné analyses quantitatives et qualitatives, permettant de dégager des tendances, des motifs récurrents et des variations intergénérationnelles et genrées dans la préparation et la consommation des plats.

Les résultats et la discussion, révèlent que la connaissance et la consommation des recettes traditionnelles sont plus importantes chez les aînés et les hommes, tandis que les jeunes générations montrent une participation plus limitée. La transmission repose principalement sur l'observation et la participation active, les supports écrits étant peu utilisés. Les plats sont perçus comme ayant des effets thérapeutiques significatifs. Ces résultats confirment que la gastronomie traditionnelle est intégrée dans la vie sociale et culturelle, et qu'elle joue un rôle clé dans la cohésion communautaire et la transmission des savoirs.

Les recommandations proposées incluent la mise en place d'ateliers culinaires et de documentation audiovisuelle, la promotion des vertus thérapeutiques, le développement du tourisme gastronomique et le soutien aux producteurs locaux. Ces stratégies visent à préserver et valoriser les savoirs culinaires, tout en créant des opportunités économiques et culturelles pour la ville de Lubumbashi. L'étude montre que la gastronomie traditionnelle ne se limite pas à l'alimentation, mais constitue un outil de développement culturel, social et économique, pouvant contribuer à l'identité régionale et à la résilience communautaire. Enfin, ce travail souligne l'importance de préserver les recettes ancestrales et les savoirs associés, en particulier face à la modernisation alimentaire et aux changements socioculturels. La morelle et la tête de chèvre incarnent l'intersection entre alimentation, santé et culture, et leur valorisation contribue à la promotion d'un patrimoine immatériel riche et unique. L'étude ouvre des perspectives futures pour des recherches interdisciplinaires, combinant anthropologie, nutrition, ethnopharmacologie et tourisme, afin

de mieux documenter et promouvoir les pratiques culinaires traditionnelles du Kasai Oriental dans un contexte contemporain.

REFERENCES

I. Ouvrages

1. Berkes, F. (1999). *Sacred Ecology: Traditional Ecological Knowledge and Resource Management*. Philadelphia: Taylor & Francis.
2. Bourdieu, P. (1986). The forms of capital. In J. Richardson (Ed.), *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education* (pp. 241–258). New York: Greenwood.
3. Counihan, C., & Van Esterik, P. (2013). *Food and Culture: A Reader*. New York: Routledge.
4. Douglass, B. G., & Connel, R. (1999). *Eating at the margins: African head meat and* FAO. (2014). *The State of Food and Agriculture: Innovation in Family Farming*. Rome: Food and Agriculture Organization.
5. Goody, J. (1982). *Cooking, Cuisine and Class: A Study in Comparative Sociology*. Cambridge : Cambridge University Press.
6. Johns, T., Keen, S., & Neves, E. G. (1990). *Biological Diversity, Cultural Diversity, and the Management of Traditional Knowledge*. Washington DC : Smithsonian Institution Press.
7. Kristbergsson, K., & Oliveira, J. (Eds.). (2016). *Traditional Foods: General and Consumer Aspects*. Springer.
8. Lave, J., & Wenger, E. (1991). *Situated Learning: Legitimate Peripheral Participation*. Cambridge: Cambridge University Press.
9. Mabberley, D. J. (2017). *Mabberley's Plant-Book: A Portable Dictionary of Plants, their Classification and Uses*. Cambridge : Cambridge University Press.
10. Pilcher, J. M. (2012). *Food in World History*. New York : Routledge.
11. Routledge
12. Sébastia, B. (Ed.). (2017). *Eating Traditional Food: Politics, Identity and Practices*. Routledge.
13. Sutton, D. (2001). *Remembrance of Repasts: An Anthropology of Food and Memory*. Oxford: Berg.
14. UNESCO. (2003). *Convention for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage*. Paris : UNESCO.

II. Articles

1. Achu, M., & Fokou, E. (2017). Traditional African foods and their role in health promotion. *African Journal of Food Science*, 11(5), 102–110.
2. Adebayo, S. A., & Adeyemi, T. A. (2014). Cultural meanings of goat head consumption in Southwestern Nigeria. *Journal of African Cultural Studies*, 26(2), 123–137.
3. Agrawal, A. (1995). Dismantling the divide between indigenous and scientific knowledge. *Development and Change*, 26(3), 413–439.
4. Appadurai, A. (1988). How to Make a National Cuisine: Cookbooks in Contemporary India. *Comparative Studies in Society and History*, 30(1), 3–24.
5. Bessière, J. (1998). Local development and heritage: Traditional food and cuisine as tourist attractions in rural areas. *Sociologia Ruralis*, 38(1), 21–34.
6. global foodways. *Food and Foodways*, 9(1), 85–99.
7. Ericksen, P. J. (2008). Conceptualizing food systems for global environmental change research. *Global Environmental Change*, 18(1), 234–245.
8. Etkin, N. L. (1994). Indigenous knowledge of medicinal plants and its relevance to the safe use of traditional therapies. *Journal of Ethnopharmacology*, 41(1–2), 1–15.
9. Fakeye, T. O., Birring, S. S., & Mahapatra, S. C. (2008). Pharmacological and toxicological profiles of *Solanum nigrum* L. — A review. *Journal of Ethnopharmacology*, 115(3), 369–378.
10. Marinova, P., Atanassova, M., & Yanishlieva, N. (2010). Nutritional profile of goat meat tissues. *Meat Science*, 85(3), 480–485.
11. Ndjeka, J., & Tshibanda, D. (2019). Culinary heritage and food practices in the Kasai region of the Democratic Republic of Congo. *Journal of African Cultural Studies*, 31(2), 145–160.
12. Parrish, S., Begueria, A., Bevan, I., Choi, T., Kelly, T. M., Mejia López, J., Fontefrancesco, M. F. (2025). *Anthropology of food: History, topics, and trajectories to understand a discipline*. *Encyclopedia*, 5(1), 22.
