



International Symposium
“Eating in African, Latin American and Asian Cities”
3rd edition “Gender and Foodways under Urban Lifestyles”
30 September – 1 October 2020

Cuisiner les légumes feuilles – *keerai* - et soigner les corps
D'une déconsidération des pratiques et dévalorisation des
savoirs féminins à leur remobilisation.

(Pondichéry, une « petite ville » du pays tamoul en Inde du sud-est)

Hélène Guétat-Bernard and Indhubala Kesavan

French Institute of Pondicherry
Helene.guetat@ifpindia.org

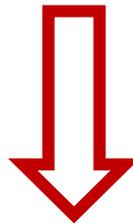


Introduction

Des inégalités alimentaires persistantes

(Valoriser la qualité des aliments dans les politiques publiques)

- Une “Inde qui brille” : forte croissance économique des décennies 2000
- 1 femme / 2 anémique et 1 enfant de 5 ans /sur 3 à un poids inférieur à son âge (Global Nutrition report 2020)
- Un taux de mortalité infantile de 41 /1000 (NFHS 4, 2015-16)



A l'échelle nationale, pas de corrélations entre la croissance des revenus, la consommation de calories et le statut nutritionnel (Sujatha 2017), le maintien de fortes inégalités de genre et d'exaction envers les femmes.

Configurations alimentaires

Stade 2 de la transition

1960-90 : la Révolution verte oublie les mils (et les *keerai*), base de l'alimentation (Fuller et al. 2004). Une politique de sécurité alimentaire (PDS) basée sur le riz et le blé

1990 : la décennie du basculement (forte baisse de la consommation des mils et des *keerai*, érosion des diversités variétales cultivées)

2010 : les classes moyennes (rurale et urbaine) recherchent une alimentation fraîche et de qualité pour des raisons de santé et de plus en plus pour des raisons environnementales.

Covid : nouvel éthos qui questionne le modèle de transition alimentaire linéaire. Revendication d'une conscience autour des liens alimentation/santé. Mils et *keerai* sont des "acteurs critiques": de nouvelles narrations pour changer en faveur du "bon et du bien".

Le temps du Covid est un contexte favorable pour repenser les relations et les émotions liées aux *keerai* via une analyse de genre : qui fait quoi, quelle reconnaissance, quelle considération des savoirs mais aussi quelle charge (morale/temps) ?

Problématique

La société indienne est traversée d'injonctions contradictoires adressées aux femmes : nécessité de travailler et de valoriser leur rôle de « mère-nourricière » : contraintes des temps versus préservation des savoirs féminins sur les plantes (légumes feuilles) consommables pour leurs bienfaits alimentaires et de soin au corps.

Comment penser une agentivité et une « politicalité des femmes-mères-soignantes » (Kunin, 2020) dans un contexte de préoccupations conjointes pour les liens alimentation/nature ?

Une marge étroite entre assignation et « *reclaim* » autour des héritages précieux des savoirs de soin.

Cuisiner les légumes feuilles – *keerai* - et soigner les corps : d'une déconsidération des pratiques et dévalorisation des savoirs féminins à une remobilisation.

(Pondichéry, une « petite ville » du pays tamoul en Inde du sud-est)

1 – Ecologie politique féministe sur l'agriculture urbaine et sociologie féministe de l'alimentation : références et cadrage théorique

2 – Les *keerai*, à la fois insignifiants et précieux

- les initiatives de jardins à Pondichéry : des classes moyennes en quête de nature et d'alimentation saine
- des jardins aux cuisines : la (re)découverte des légumes feuilles, les *keerai*
- l'inquiétude du Covid 19 et les conseils de santé des médecins du Siddha

3 – Des situations observées, cadre des premiers pas d'une analyse

- La culture alimentaire tamoule des cuisines du quotidien ou comment réapprendre ce qu'on a laissé en chemin :
- les cuisinières, gardiennes des savoirs sur les plantes qui soignent reconnaître la complexité des savoirs culinaires féminins

Les légumes feuilles tropicaux

Enjeux socio-culturels, alimentaires et environnementaux

Grande diversité sauvage et cultivée (amaranthe, cive, cresson, épinard, échalotte, liseron d'eau, gombo, morelle, mouroungue, moutarde, niébé, roselle (hibiscus), pourpier etc.)

Valeurs nutritionnelles (arguments de santé publique) : micro-éléments, vitamines, minéraux.

Légumes délaissés : considérés comme la nourriture des basses castes/classes, d'origine paysanne, des classes besogneuses.

Déconsidérés par les jeunes générations – filles et garçons (goûts, temps de préparation) au profit d'une *junk food* (permet de se démarquer quelle que soit sa communauté)

Agriculture urbaine : facile à produire, peu d'eau, supportent les fortes pluies tropicales, peu d'espaces nécessaires

Forte signification sociale : associé à la culture alimentaire tamoule

Accessible économiquement : une alimentation « ordinaire » à peu de frais

1 - Ecologie politique féministe sur l'agriculture urbaine et sociologie féministe de l'alimentation

Repenser les liens à partir des légumes feuilles.

Fil conducteur de critiques pour un plaidoyer féministe

1- Projet moderniste en agriculture: dénigrement d'une vision organiciste, relationnelle et holiste (complexité du rapport au vivant) et à une nature vivante (diverse et adaptative), selon les milieux et les territoires.

Les *keerai*, qu'ils soient sauvages ou cultivés, sont un marqueurs de la préservation de la biodiversité à toutes les échelles : *écologique* (selon les différents milieux et leur évolution) ; *des espèces variétales* dans les écosystèmes; *génétique* – intra variétale (sélection, selon les rôles sociaux dont celui de cuisinière) (Pionetti 1998, Ravera et al. 2019 ; P. Howard 2001 ; K. Sumi).

2 - Economie formelle : oublie des différents principes de comportements économiques et de leur importance (Hillenkamp ; Guérin)

Les *keerai* interrogent les dichotomies et les articulations du marchand et du non marchand, du productif et du reproductif (explique invisibilité). Sont le reflet des inégalités de genre/castes/classes (les espaces et les savoirs/compétences négligés, déconsidérés)

3 - Vision du politique qui ignore l'importance des espaces, notamment subalternes, dans les luttes contre les inégalités et pour la démocratisation : politisation de questions cantonnées à la sphère privée, comme le travail de *care*. Reconnaître la cuisine comme un espace politique (Jalil, 2013; Guétat et al. 2014; Hillenkamp et al. Nobre, 2016) ; reconnaître les droits aux « ressources » (terres, zones humides, forêts, lande, friche) et préserver les Communs et les droits d'accès (lieu de cueillette). *Reclaim* (E. Hache) (alimentation/soin).

4 - division du travail : l'assignation des femmes aux tâches domestiques et de *care* reproduit les inégalités/asymétries de genre structurant les sphères économique et politique. Partage des responsabilités: le travail de soin par l'alimentation est un précieux héritage à valoriser et partager.

2 – Les *keerai*, à la fois insignifiants et précieux

- les initiatives de jardins à Pondichéry : des « classes moyennes » en quête de nature et d'alimentation saine.
- [Plate-forme d'analyse du Projet alimentaire de Pondichéry](#) (IFP, Fair Trade town, Social Entrepreneurship Association)
- des jardins aux cuisines : la (re)découverte des légumes feuilles, les *keerai*
- l'inquiétude du Covid 19 et les conseils de santé des médecins du Siddha

25 variétés de *keerai* sur le marché des producteurs



Vendre des *keerai* dans la rue : juxtaposition des discriminations

Entre ville et campagnes, de (vieilles) femmes paysannes malmenées qui vendent et transmettent les connaissances, conseillent sur les plantes et la manière de les consommer.

Echanges, conseils entre classes (caste) sociales.

Un revenu de survie.

De rudes conditions d'existence et de travail.



Des jardins alimentaires



Une génération de femmes qui connaît la valeur des *keerai* : des savoirs qui s'effritent. *Patti Marunthu* (les plantes des grand-mères)

Une question de génération (éloignement des liens au rural), d'âge et de conditions sociales.

La maternité : le temps des réapprentissages.



Les femmes de basses/classes castes ont la maîtrise des savoirs.



Côtoiement du sauvage et du domestique: préserver le sauvage et le valoriser

Engouement pour les jardins sur les toits



Un espace de détente, d'espace à soi et pour soi.
Manger à peu de frais et faire valoir ses connaissances

Le jardin (ou le champs, le bord de chemin) : source pérenne de nutrition de base pour la famille.

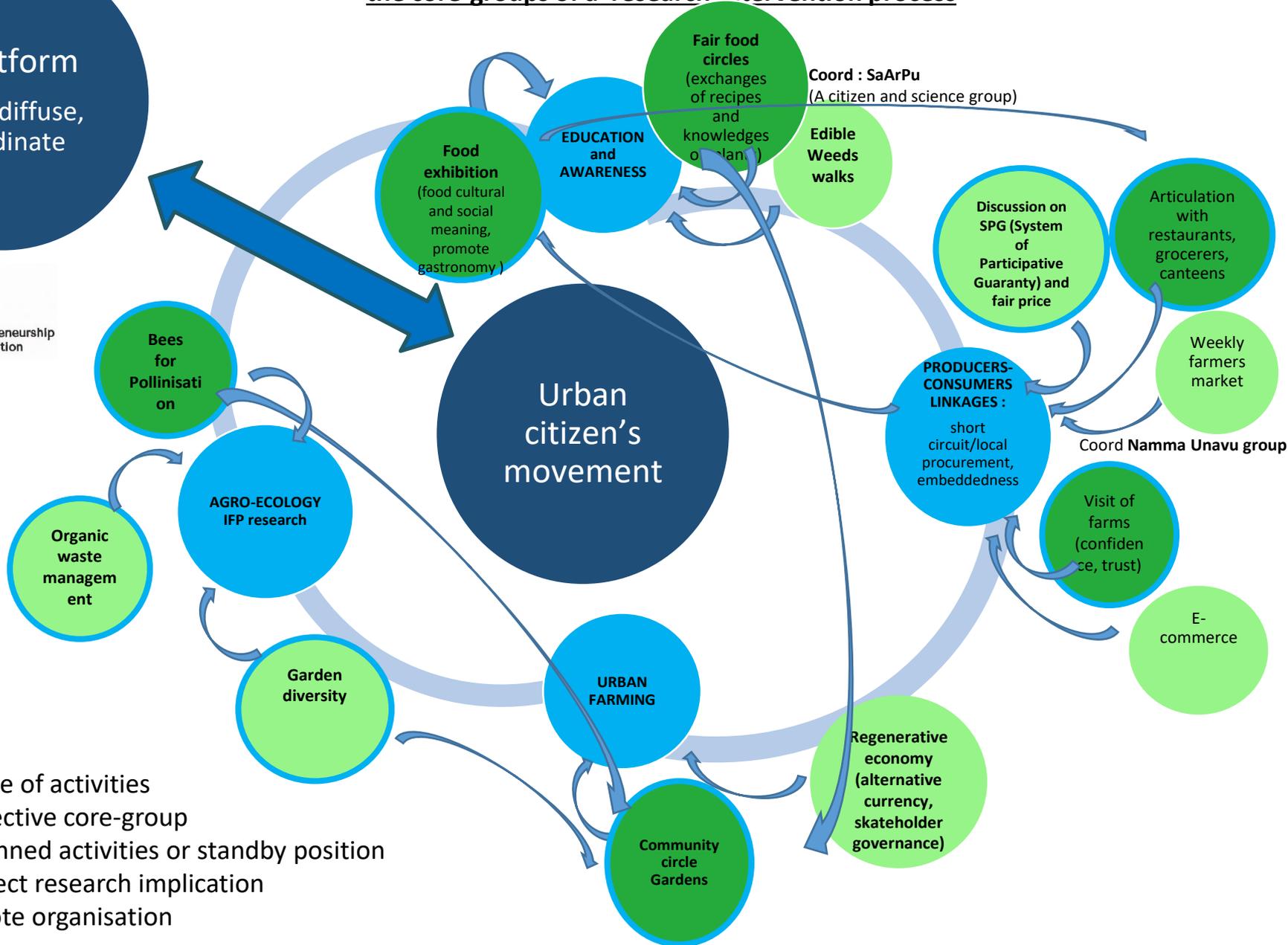
Souveraineté et justice alimentaire (//en milieu rural : préservation des communs et préoccupation de l'enclosure des champs)



Sophistication des jardins :
Se reconnecter à la nature, se préoccuper de son bien-être,
Une préoccupation des classes moyennes urbaines.

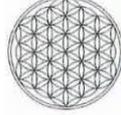
The keerai, at the center of many preoccupations :
the mapping of actions and coordination of Pondicherry city-region food system :
the core-groups of a research-intervention process

a Platform
 Think, diffuse,
 coordinate



Coord : SaArPu
 (A citizen and science group)

Coord Namma Unavu group



Les jardins urbains et les cercles de nourriture dans le cadre de la plate-forme alimentaire de Pondichéry

- Basé sur la permaculture, intégrant une diversité de plantes aux physionomies et durée de culture différentes
- Des citoyen.ne.s qui apprennent à reconnaître les plantes et qui explorent de nouvelles attitudes pour expérimenter leurs relations à la nature et les liens à leur alimentation.



- Cuisiner, partager, manger ce qui a été cultivé autour de recettes locales à base de *keerai*.
- Encourager des **conversations** sur les manières de produire moins agressives pour l'environnement et plus juste pour les communautés paysannes.
- Introduction du concept de **circularité** dans la chaîne alimentaire.



Réapprendre les savoirs : les *keerai* dans les cuisines des classes moyennes

Valorisation des savoirs
des femmes cuisinières
de toutes conditions :
(ré) apprendre en
valorisant les
compétences et les
cultures alimentaires des
« femmes populaires ».



Des hommes qui
« aident » et désirent
bousculer les normes.
Des masculinités en
transition?

Confinement et produits innovants autour des *keerai*

Prêt à cuisiner : les *keerai* drappés dans des feuilles de bananes (*Nallakeerai's* (good greens) – Chennai city)



“We started this ready-to-cook format only after the lockdown. **Some people don't buy *keerai* saying that it is a tedious process to clean it. But this product saves a lot of time.** All *keerai*s are cleaned, sorted and packed in banana leaves,” says Jagannathan.

Start-up de Ecommerce introduit des sachets pour favoriser l'immunité (Coimbatore)



“From 400 entries, we won the first prize for promising innovation, especially during the COVID-19 crisis as **soups are said to help build immunity,**” says Sriram, founder of Keerai kadai (Greens shop start-up)

Narrations sur les réseaux sociaux : Combattre le Covid 19 en mangeant plus des #keerai



17 Jul at 8:33 pm

Corona : im very very dangerous !

Me (who's been eating all types of keerais all my life) : ha ha, ok

Must watch 🌩️⚡️🌱



YOUTUBE.COM

KEERAI GANG | எந்த நோயும் வர Chance - ey
இல்ல | 100% IMPROVES IMMUNITY



18 Jul at 1:07 pm

Lets Fight against CORONA and eat all these
keerai i mentioned in my last uploaded video



#indiafightscorona #coronavirus
#coronaimmunity #staysafe



தமிழ் பாட்டி வைத்தியம் Tamil
Paati Vaithiyam

4 Jun at 10:10 am

https://youtu.be/b_iz8MI6-4M



YOUTUBE.COM

இந்த கொரோனா சமயத்தில் கட்டாயம்
சாப்பிட வேண்டும் முருங்கை கீரை ... ஏன் ?

Innovations culinaires durant le confinement et injonctions morales faites aux femmes



The Grand Sweets and Snacks Adyar

17 Mar at 3:45 pm

During time of crisis lets eat healthy and boost our immunity..Vendhaya Keerai (Methi Leaves) Thokku, made from freshly picked, hand ground leaves and... See more



Sankalp Restaurant

5 Jun at 6:05 pm

Everyone is focused on ways to stay healthy right now, so when this immune boosting our Keerai Cheese Garlic Dosa + Rasam are proven the best immunity... See more



All **Posts** People Events Groups Phc



Bawa Masala Company

5 Apr at 2:09 pm

We hope all of you are staying home and staying safe! Here is a delicious, unusual South Indian recipe to keep you engaged and happy!

Adai is a heal... See more



Keerai Adai

#LockDownCooking



3 – Des situations observées, cadre des premiers pas d'une analyse

- La culture alimentaire tamoule des cuisines du quotidien ou comment réapprendre ce qu'on a laissé en chemin : les cuisinières, gardiennes des savoirs sur les plantes qui soignent
- reconnaître la complexité des savoirs culinaires féminins

Les Keerai et la culture alimentaire tamoule des cuisines familiales

- Relation alimentation/corps/esprit/environnement : le dualisme entre les approches biologiques (digestion, métabolisme, maladie) et les approches de sciences sociales (consommation, comportement, langage alimentaires) est inopérante en Inde (savoirs savants des médecines traditionnelles et savoirs populaires)(V. Sujatha, 2015).
- *Unnavae marunthu* : l'alimentation est conçue comme corporelle, c'est une médecine - lien avec les fonctions vitales du corps (Sujatha 2002).
- *Recouvrement des usages* : *Keerai* (usage alimentaire) et *Mooligai* (usage médical)
- Savoirs populaires (ont leur propre cohérence, entre les mains des femmes – peuvent connaître les propriétés de 40 *keerai*) et savoirs “savants” des docteurs (hommes) du Siddha.



Alimentation et santé des corps (humains et non humains) et des paysages : fondements des savoirs alimentaires populaires et domestiques

Adaptabilité : aux identités entremêlées et aux facteurs extérieurs

Saisons et météo quotidienne, jours (de la semaine, auspiceux, selon la lune), la nature des aliments et leur correspondance au jour le jour avec l'état de chaque personne dans la famille, l'âge, le sexe. Chaque aliment possède des propriétés qui sont bonnes ou mauvaises selon qu'elles conviennent ou non avec la constitution du corps de chacun.e (qui lui-même peut varier au cours du temps – semaine, saison, type d'activités, au cours de la vie.

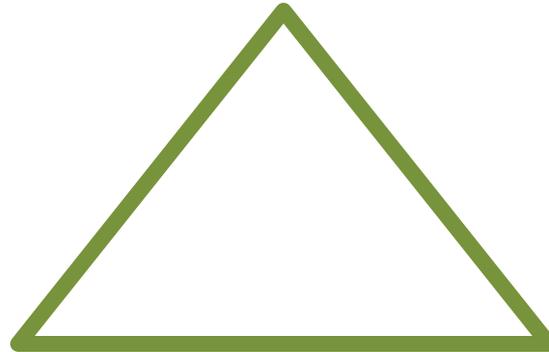
Diversité, combinaison et fraicheur

Pela kadiya marunthu : préparation de 40 feuilles pour les enfants.

Assurer une variété d'ingrédients est l'assurance que le corps s'adapte au milieu dans lequel il vit (lien corps/environnement).

Le corps est toujours affecté par des maladies, mais la diversité de ce qui est mangé permet les équilibres.

(S. Yesudas ; Sujatha 2002 ; S. Narain)



Ecologie/localité

(là où l'on vit/là où on est né.e)

"Andathil ullathuthan pindathil pinidathil ullathuthan anadathil" (ce qui est sur terre est dans le corps et ce qui est dans le corps est sur terre)"

Manger ce qui est proche, autour de soi, pour s'acclimater au mieux au milieu dans lequel on vit.

La relation alimentation/corps est étroitement liée au milieu dans lequel on vit : les corps, les aliments (plantes et animaux comestibles), les milieux sont de manière identique affectés individuellement et collectivement par les stimulus. De la même manière que les non-humains sont affectés par ce qu'ils mangent là où ils vivent – raison pour laquelle ils peuvent s'adapter – les humains doivent consommer ce qui se trouve autour d'eux (importance des plantes sauvages).

"Sontha ur" : là d'où la famille vient (Chera 2017)

En Inde, et en pays tamoul, des différenciations existent dans les pratiques alimentaires selon les communautés et leur localisation (Appadurai 1988, Khare 2004). Les considérations de classes sociales distinguent aussi ce qui est mangé en ville (et en campagne).

Savoirs, compétences, préoccupations sur les corps et les paysages

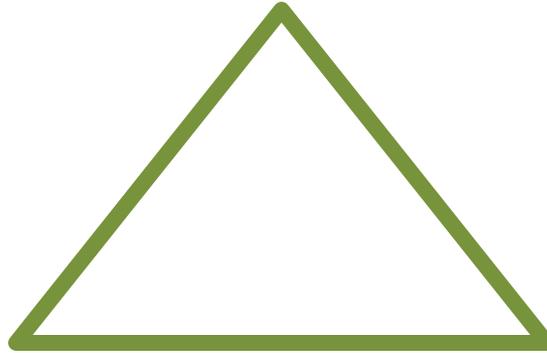
Adaptabilité

- Être attentive à toutes les personnes : prendre des décisions, négociation familiale, gestion hebdomadaire
- Préparer des plats différents pour chacun selon les goûts (sucré, salé, âcre, acide, astringent, amer) et selon la classification du chaud et du froid (liée au ressenti des organes – l'estomac)

Diversité, combinaison et fraîcheur

(S. Yesudas ; Sujatha 2002)

- Achat au quotidien (les hommes aux courses, les femmes préparent)
- Ne pas gâcher : savoir doser pour ne rien perdre
- Préservation de la biodiversité cultivée et de la diversité des associations alimentaires
- Valorisation des plantes majeures et celles dites mineures (*keerai*)



Ecologie/localité

"Andathil ullathuthan pindathil pindathil ullathuthan anadathil" (ce qui est sur terre est dans le corps et ce qui est dans le corps est sur terre)"

- Manger ce qui est proche
- Relocalisation des pratiques alimentaires ?
- Inquiétude sur l'usage de la chimie

Reconnaitre la complexité et la spécificité des savoirs culinaires féminins à propos des keeraï

- Jamais choisi au hasard : les keeraï sont prophylactiques et thérapeutiques

Anticiper la consommation de *keeraï* : ni trop ni trop peu (2 ou 3 fois par semaine, jamais le soir, certain 1 fois par mois)

- **Maitrise des étapes** (tordre, séparer, nettoyer, cuisiner : les bonnes combinaisons (choix des ingrédients : lentilles, tamarin, ail), temps et modes de cuisson (sauce, fris, bouillis, soupe, *dosai*). Jamais consommés seuls.

- **Donner du goût, préserver les saveurs** (amertume et poison potentiel). Préserver les qualités nutritionnelles.

- « **Cuisiner avec plaisir** » sinon la nourriture est affectée et affecte à son tour le mangeur

- Rituel de passage : **se faire apprécier** par les beaux parents, le mari (la nourriture reste un marqueur social)

- long **temps de travail** : au quotidien 4 h dans la cuisine (savoir organiser ses tâches, partage entre femmes, parfois avec les enfants – les filles - le mari)



Séquences de préparation

Achat de *keerai* organique



Séparer, garder les feuilles : 20 mn



Nettoyer 2 ou 3 fois



Bouillir les légumes d'accompagnement



Ajouter les *keerai* aux légumes



Vérifier qu'ils sont à point



mixer



Ajout des épices Masala
(faites maison ou pas)



Déguster



Conclusion provisoire d'un travail exploratoire

- Les pouvoirs publics devraient **accompagner la revalorisation** des millets et des *keerai* pour des raisons de valeurs alimentaires et culinaires (échelle des ménages) ET de soutien aux petites paysanneries, aux vendeur.se.s. Ces personnes doivent bénéficier de l'engouement nouveau et en particulier les femmes qui produisent (agriculture urbaines des champs et jardins), collectent et qui vendent. Nombreuses initiatives citoyennes : liens producteurs/consommateurs.
- Entre idéaux sociétaux et réalité quotidienne : des **femmes surmenées**, une crise de l'endettement, des dépenses qui pèsent sur les budgets familiaux au dépend de l'alimentation.
- Un équilibre difficile : préserver les plaisirs culinaires et les sociabilités associées, questionner le rôle/place de l'industrie agro-alimentaire dans les cuisines domestiques, **alléger les tâches et les partager**.
- Les femmes rejouent, renouent le corps collectif de la communauté pérennisée par la cuisine (v. Verdier, D. Pucio-Den).
- Les pratiques, savoirs, compétences associés n'aliènent pas toujours les femmes. Elles peuvent leur conférer des facultés, des qualités et des reconnaissances (des pouvoirs ?). Comment les soins aux plantes/semences/animaux domestiques/corps/paysage peuvent construire celles (et ceux) qui les donnent comme sujets politiques ?
- Dans une société qui demeurent très hiérarchisées, comment les *keerai* peuvent bâtir le support de nouveaux sujets et espaces politiques : il ne s'agit pas seulement de mieux manger mais de reconnaître au long de la chaîne alimentaire qui sont ceux.celles qui produisent, distribuent, cuisinent ? La question des droits, des reconnaissances des sujets (ceux.celles qui donnent et ceux.celles qui reçoivent) est centrale.