

PEPE IGLESIAS

# LA CUISINE FRANC-MAÇONNE



# LA CUISINE FRANCMACONNE

2

---

<b>0. Plan de l'ouvrage</b> .....	5
Travaux sur la cuisine maçonnique.	
Un peu de Franc-maçonnerie sans gastronomie.	
La gastronomie comme expression culturelle et comme méthode d'étude historique.	
Les phases de la gastronomie.	
Ce que je prétends montrer dans ce livre.	
L'argumentation finale et la métaphore de l'escalier.	
<hr/>	
<b>1. Histoire de la Franc-maçonnerie et de sa gastronomie</b> .....	24
1.1. Brève histoire de la Franc-maçonnerie.	
1.2. L'alimentation dans les différentes religions.	
1.3. Les cuisines orientales.	
1.4. L'Inde, la Perse et leurs dérivations vers l'Occident.	
1.5. Le régime hippocratique et les sept cuisiniers de Grèce.	
1.6. La cuisine des Collegiae.	
1.7. La cuisine Espagnole	
• 1.7.1. La cuisine séfardi	
• 1.7.2. La cuisine mozarabe.	
• 1.7.3. La cuisine du Chemin de Saint-Jacques.	
• 1.7.4. La cuisine hispano-américaine.	
1.8. La gastronomie dans la Franc-maçonnerie spéculative	
<hr/>	
<b>2. Le jeûne</b> .....	81
2.1. La fonction stimulante du jeûne.	
2.2. Les jeûnes Franc-maçonniques:	
• 2.2.1. Les jeûnes pour la réflexion.	
- Le jeûne de préparation aux tenues.	
- Le jeûne de préparation aux initiations et aux exaltations.	
• 2.2.2. Les jeûnes de dépuración.	
- Le jeûne annuel (cycle solaire).	
- Le jeûne trimestriel (changement de phase solaire).	
- Le jeûne mensuel (cycle lunaire).	
- Le jeûne hebdomadaire	

---

### 3. Les agapes ..... 104

#### 3.1 Les agapes maçonniques

- 3.1.1. Les agapes des solstices.
- 3.1.2. Les agapes des équinoxes.
- 3.1.3. Les agapes d'initiation.
- 3.1.4. Les agapes de célébration ou « exaltations ».
- 3.1.5. Les agapes d'allumage des feux d'une nouvelle loge.
- 3.1.6. Les célébrations familiales.

#### 3.2 Les toasts.

- 3.2.1. Les toasts obligatoires.
- 3.2.2. Les toasts libres.
- 3.2.3. Les toasts du tuilier.
- 3.2.4. Les toasts des tenues funèbres.

---

### 4. Le cénacle ..... 134

#### 4.1 Les énergies du cénacle.

- 4.1.1. L'emplacement.
- 4.1.2. La décoration.
- 4.1.3. L'éclairage.

#### 4.2. La table: dressage et protocole.

- 4.2.1. La chaise vide.

---

### 5. L'étude ésotérique des produits ..... 149

#### 5.1. Les boissons et les libations.

- 5.1.1. Les boissons que l'on peut consommer et celles que l'on doit refuser.
- 5.1.2. Comment effectuer les libations.
- 5.1.3. A quelles fins boire.

#### 5.2. Le sacrifice des animaux.

#### 5.3. La cueillette des légumes.

#### 5.4. L'alimentation énergétique.

- 5.4.1. Les principes de l'alimentation énergétique.
- 5.4.2. Les aliments macrobiotiques.
- 5.4.3. L'alimentation végétarienne.
- 5.4.4. L'alimentation méditerranéenne.

#### 5.5. Les aliments sacrés.

- 5.5.1. L'huile d'olive, l'or liquide de la Méditerranée.
- 5.5.2. Le riz, mana des peuples orientaux.
- 5.5.3. Le cheval sacré des anciens habitants des Asturies.
- 5.5.4. La viande sacrée du christianisme.
- 5.5.5. Le miel, ambrosie et nectar des dieux.
- 5.5.6. L'oie des Jars.
- 5.5.8. Le sel, exorciste et fraternel.
- 5.5.9. Les coquilles Saint Jacques, les « Concheiros » et les « Kjiokenmöddings »
- 5.5.10. Le vin chrétien.

#### 5.6. Les aliments pour l'esprit.

#### 5.7. Le symbolisme des aliments

#### Glossaire ésotérique des aliments.

---

<b>6. La cuisine rituelle</b> .....	294
6.1. De l'importance du rituel.	
6.2. La transmission du cuisinier.	
6.3. Les techniques de la cuisine rituelle.	
• 6.3.1 Les aménagements.	
• 6.3.2. Les ustensiles de cuisine.	
• 6.3.3. Les types de cuisson.	
• 6.3.4. Les formes de présentation.	

---

<b>7. Recettes maçonniques</b> .....	313
7.1. Entrées.	
7.2. Poissons.	
7.3. Viandes.	
7.4. Desserts.	
7.5. Libations	

---

<b>8. Menus maçonniques</b> .....	391
-----------------------------------	-----

---

<b>Annexes</b> .....	399
I. Index des plats.	
II. Index des ingrédients.	
Bibliographie	

© José Juan Iglesias del Castillo  
Composition et création graphique: dDC  
Traduction: André Keusses <andre@swiftcom.net>

**Notice Légale:** Toute reproduction intégrale ou partielle, quel qu'en soit le procédé, des pages publiées dans le présent ouvrage, faite sans l'autorisation formelle de l'auteur est illicite et constitue une contrefaçon, sanctionnée conformément à la Loi 19/2006, du 5 juin, qui détermine les moyens de tutelle des droits de la propriété intellectuelle et industrielle, et établit les normes judiciaires pour faciliter l'application des différents règlements communautaires (BOE num 134, du 6-6-2006)].

**Notice Fraternelle:** Nous comptons sur l'honnêteté de nos chers frères pour éviter la copie et la distribution de cet ouvrage. Chaque livre est crypté avec un numéro d'identification qui permet de suivre sa trace en cas de distribution non autorisée. La poursuite des contrefaçons est une obligation de tous et encore plus des Francs-maçons.

Recevez ma T.·. A.·. F.·.  
Pepe Iglesias.  
Past Master.

CHAPITRE 0

# PLAN DE L'OUVRAGE



# HISTOIRE DE LA FRANC-MAÇONNERIE ET DE SA GASTRONOMIE



Le but de cette brève synthèse est de guider les profanes qui désirent connaître un peu de notre histoire, de tirer au clair quelques points obscurs que les détracteurs de notre obédience allèguent pour nous accuser d'iconoclastes et d'hérétiques, quand la Franc-maçonnerie a toujours été un mouvement pacifiste, libre et tolérant avec les autres cultures, avec lesquelles elle a toujours essayé de coexister dans l'harmonie et parmi lesquelles elle s'est même forgée.

Des centaines de livres, plus de 60.000 selon Paul Naudon, plus ou moins profonds, étendus, orthodoxes ou simplement bâtards, ont été écrits sur l'histoire de la Franc-maçonnerie et ses différentes étapes et lieux de travail. Je crois que si des chercheurs si qualifiés tels Naudon, Benimelli, Boos, de la Cierva, Cordier, Chevallier, Francovich de la Fuente, Gould, Hannah, Hewitt, Jouaust, Lantoine, Lennhoff, Mola, Rebold, Anderson lui-même et tant d'autres, ont écrit leurs propres « Histoires de la Franc-maçonnerie », il serait prétentieux et stupide d'essayer d'y apporter quelque chose de nouveau. Dans le suivant paragraphe de ce chapitre je prétends donc simplement situer le lecteur chronologiquement dans le monde Franc-maçon, pour lui faciliter la postérieure compréhension du rôle de la gastronomie dans l'Ordre.

Avant tout je veux citer trois écrivains dont les livres contiennent une étude complète sur ces sujets, bien qu'ils n'aient pas été considérés comme un résumé historique: Humberto Eco, Gérard de Sède et Rafael Alarcón, en mettant l'accent sur ce dernier dont les livres sur le Chemin de Saint Jacques ont apporté des données essentielles que les Franc-maçons, surtout les espagnols, devraient connaître et étudier car ils ouvrent des nouvelles voies d'étude sur notre propre histoire.

1.1.

# Brève histoire de la Franc-maçonnerie

26



**ous allons reproduire, en résumé, l'histoire de la Franc-maçonnerie à travers dix étapes essentielles, que je considère différenciées entre elles en fonction des grands événements qui ont transformé l'humanité.**

Pour cela, nous commencerons avec les « Constitutions » d'Anderson puisqu'elles délimitent bien ces époques primitives, tout en faisant abstraction des précisions propres du début du XVIIIème siècle et qui ont été utilisées à maintes reprises par les détracteurs de la Franc-maçonnerie pour ridiculiser ces écrits, ce comportement déqualifiant celui qui l'exerce, car prendre les données littéralement comme s'il s'agissait d'une encyclopédie ferait aussi de la Bible un recueil d'anachronismes pour enfants.

Avant de procéder à la description de ces dix étapes et pour une meilleure explication de ce que l'on connaît comme l'histoire de la Franc-maçonnerie, je crois qu'il convient de procéder à un groupement général en trois grande époques : la maçonnerie légendaire ou philosophique, la maçonnerie opérationnelle et la maçonnerie spéculative.

## LA MAÇONNERIE LÉGENDAIRE OU PHILOSOPHIQUE

C'est une période reconstruite par l'homme actuel dans laquelle toutes les données observées sont symboliques. C'est la genèse des grandes cultures, des religions. Les documents écrits ne décrivent pas la réalité de l'homme, mais le contemplent dans un monde de dieux qui se battent entre eux pour dominer le monde, qui est toujours fini et limité aux frontières établies par ce groupe social. C'est là que finit le monde physique et que commence le monde magique. Cette époque est indéfinie dans le temps et varie en fonction des différentes cultures, en fait, en plein XXIème siècle des régions qui vivent dans la Préhistoire existent toujours et en conséquence nous pouvons les considérer comme appartenant à cette période légendaire, mais dans notre entourage nous pouvons la situer depuis les origines de l'homme jusqu'aux anciennes cultures de la Méditerranée : Grèce, Egypte, Rome, Carthage, etc.

Nous pouvons inclure dans cette époque toute la tradition constructive de l'ancien Egypte, le premier temple de Salomon, Babylone, etc., et tout en ayant des preu-

## Le Jeûne



Commençons par dire que la pratique du jeûne dans la franc-maçonnerie actuelle est presque complètement tombée en désuétude, malgré avoir été pendant des siècles, avec la méditation et la prière, et unie de façon indissoluble à celles-ci, un des rituels le plus sacré et indispensable dans toute les religions ou formes philosophiques. Aujourd'hui, sauf dans quelques loges qui maintiennent l'obligation de jeûner dans les cérémonies de passage de grade, et seulement à partir de la condition de maître, on recommande à peine cette pratique importante qui devait s'exercer déjà depuis l'initiation, comme nous verrons plus en avant. L'explication de cette négligence est due à la réaction négative envers l'obligation, et postérieure commercialisation par les vigiles du jeûne dans la religion chrétienne des dénommées « bulles » qui convertirent les jeûnes en des conduites hypocrites de mortification, dépossédées de tout sens ésotérique et hygiénique.

L'Eglise catholique conçoit le jeûne comme une forme de souffrance et d'auto flagellation, dont le seul but est l'expiation des péchés multiples que l'on suppose commis par les paroissiens pendant leur vie mondaine, malgré que cette idée aille à l'encontre des écritures sacrées. Une des phrases de l'Evangile qui nous illustre le mieux sur cette question est celle de Saint Mathieu, quand il recommande à ses adeptes de jeûner pour atteindre des objectifs dépuratifs, si différents de ceux de la mortification physique comme moyen de pénitence : « Et quand vous jeûnerez, ne soyez pas tristes, comme les hypocrites, qui défigurent leur visage pour nous montrer qu'ils jeûnent... Toi, au contraire, quand tu jeûneras, parfume ta tête et lave ton visage... » (Saint Mathieu 6, 16, 7). Zacharie dit aussi : « Ainsi dit Yahvé sur les armées : Le jeûne du quatrième mois, le jeûne du cinquième mois, le jeûne du septième mois, et le jeûne du dixième mois se transformeront pour la maison de Judas, en plaisir, en joie et en solennités festives » (Zacharie 8, 19).

Il est vrai qu'on doit se situer dans le temps et comprendre que même si le jeûne a dégénéré en cruauté gratuite, comme le dernier acte de foi célébré en Espagne, sur la place du marché de Valence, le 31 juillet 1826, et au cours duquel le frère Gaietà

Ripoll i Pláo fut pendu, accusé « de ne pas aller à la messe et d'avoir l'habitude de manger de la viande les jeudis et les vendredis saints... », Les normes d'hygiène qui n'étaient pas imposées à coup de fouet n'étaient pas respectées même pas par le Roi en personne. Comme anecdote à se sujet, et sans que cela serve de justification de la conduite sauvage de l'Inquisition, espagnole, je reproduis le paragraphe des normes conseillées par le Docteur Luis Lobera de Avila dans son traité « Banquets de Nobles Chevaliers », écrit en 1530, pour ces messieurs qui allaient faire le pèlerinage : « Et il loue la quiétude du bain comme aide au repos, c'est comme dit Hippocrate, que soient les ongles coupées et les plantes des pieds raclées, en dessous des genoux et à jeûne, et qu'il soit fait une première chambrée... ».

Malgré cela, la pratique volontaire du jeûne a deux fonctions primordiales complètement différentes des messages de mortification : comme moyen d'hygiène corporelle et comme moyen de préparation à la méditation. La pratique volontaire du jeûne suppose pour quiconque le pratique, une vraie cure de santé et de bien-être corporel.

En ce qui concerne sa fonction comme aide à la méditation, il est presque indispensable car il induit vers un état de veille, mot normalement utilisé comme synonyme de jeûne, mais qui en réalité veut dire une attitude intellectuelle de grande attention et de perception. Ces états de veille sont parfois critiqués parce que les jeûnes prolongés et sans contrôle médical peuvent nuire à la santé de ceux qui le pratiquent, c'est pour cela que dans ce livre nous ne traiterons pas cette question polémique et délicate, pour ne pas inciter nos frères à des expériences qui pourraient nuire à leur santé physique et mentale.

Les jeûnes proposés dans ce chapitre ont une durée d'un jour, et même, nous ne recommandons par l'abstinence totale, car pour obtenir les résultats souhaités même une diète frugale est aussi valable.

A ce sujet il convient de nous rappeler que les différentes religions ont leurs propres critères, même dans le christianisme il y a d'importantes controverses et nous pouvons distinguer trois classes d'abstinence :

1. **Celle des aliments humides** qui, selon Saint Epiphane, permettait seulement l'ingestion de sel, du pain et d'eau.
2. **Celle de la viande et du vin**, décrite par Saint Cyrille à Jérusalem.
3. **Celle du sang et de la viande étouffée**, qui est en réalité une prolongation de l'abstinence juive.

Selon Saint Jérôme, l'abstinence date de la venue du Christ sur la terre. Saint Grégoire Nacianceno soutenait que Saint Pierre s'alimentait exclusivement de lupin. Tertullien racontait comment, au IIème siècle, les chrétiens ne consommaient pas de viande ni de vin. Saint Epiphane, au IVème siècle, témoigne de l'existence de plusieurs formes d'abstinence et c'est lors du Premier Concile de Jérusalem, où Saint Jacques régleme, pour la première fois, les jeûnes à suivre par les gentilshommes convertis au catholicisme, si bien ce qu'à partir de 325, lors du Concile de Nicée, que le Carême est établi, c'est-à-dire le temps du jeûne annuel du christianisme.

Tertullien nos décrit de façon ponctuelle comment dans l'Eglise chrétienne primitive, les catéchumènes devaient observer une abstinence de vingt jours avant de recevoir le Baptême, ce qui était une vraie initiation alchimiste, puisque celui qui recevait le baptême vivait une véritable épreuve de passage par la mort.

## Les agapes



**'étymologie du mot agape illustre suffisamment le sens de ces banquets : ça veut dire, amour ou amitié en grec.**

Ces fêtes n'étaient pas des gueuletons où l'on recherchait un plaisir mondain, mais plutôt elles avaient comme but primordial l'exaltation des sentiments les plus nobles de l'être humain parmi les convives réunis autour d'un lien comme la religion, ou en l'honneur d'un ami ou d'un parent décédé. L'encyclopédie Espasa les définit ainsi : « Repas en commun célébré entre les chrétiens aux temps primitifs de l'Eglise.// Un des noms de l'Eucharistie.//Aumône entre les premiers chrétiens.//Entre les franc-maçons, repas rituel, spécialement dans l'atelier appelé Chapitre de Chevaliers de Rose-Croix. » (Enc. Univ. Espasa, ágape).

L'origine de ces célébrations remonte jusqu'à la nuit des temps, le caractère cérémonial des repas collectifs coïncide avec les premiers signes de l'intelligence de l'homme.

Les premiers documents écrits qui décrivent avec le plus de précision certains rituels, proviennent du judaïsme primitif. Dans les cinq livres du Pentateuque il y est bien spécifié comment on doit sacrifier les animaux, ceux qui peuvent être mangés et ceux qu'il faut mépriser, quels sont les jours pour célébrer ces banquets, quand manger avec du pain fermenté et quand avec du pain azyme, etc. La plupart des documents retrouvés évoquent que les agapes étaient des repas rituels dédiés à l'honneur des défunts, ou en tant qu'offrande ou sacrifice religieux, mais il y a aussi des témoignages qui décrivent un autre genre d'agapes dans le but de stimuler le sentiment de charité et de solidarité entre les membres des communautés païennes des races indo-aryennes. Dans les anciens livres de la Torah on voit comment, lors de la célébration de la Pentecôte et des Tabernacles, le rituel religieux s'adresse à la Mère Terre et ses

fruits sont offerts à Yahvé, l'agape est partagé avec les pauvres : « Tu célébreras la fête des Tabernacles pendant sept jours, une fois récolté le produit de ton champ et de ton pressoir ; cette fête sera la joie pour toi, ton fils, ta fille, ton serf et ta serve, et aussi pour le fils de la tribu de Lévy, l'étranger, l'orphelin et la veuve qui habitent ta ville. » (Deut. 16, 13, 14). Cette coutume fut maintenue pendant de longues années par le christianisme, et lors de la célébration des agapes de la Saint Jean l'Évangéliste, aujourd'hui appelée Noël, il était obligatoire d'inviter un pauvre ou de faire dîner les gens de la communauté qui en avaient besoin. Aujourd'hui dans les milieux ruraux, où l'homme vit avec une certaine dignité humaine et sociale, il est fréquent pendant ces fêtes que les plus pauvres partagent la table des familles les plus fortunées.

Le principe de se réunir autour d'un repas pour consolider une communauté et remercier la Mère Terre pour les aliments qui nous maintiennent en vie, est commun dans toutes les cultures, et bien que dans notre société occidentale, saturée d'aliments et de produits de consommation, le caractère sacré de cet acte est complètement dénaturé, nous devons le récupérer avec toute la vigueur et la profondeur de nos anciens ancêtres constructeurs : « Tu célébreras la fête en l'honneur de Yahvé, ton Dieu, à l'endroit choisi pour que Yahvé, ton Dieu, te bénisse pour toutes tes récoltes et pour tout le travail de tes mains, et tu prendras tout dans la joie. » (Deut, 16, 15).

En ce qui concerne le sens de l'agape comme culte funèbre, nous n'allons pas approfondir ce sujet davantage, car dans notre culture actuelle occidentale, il ne semble pas pieux de célébrer un banquet en l'honneur de la mort d'un frère, et la franc-maçonnerie en général ne l'inclut pas dans ses rituels funèbres. Toutefois il est important d'indiquer que ça se faisait jadis, dans l'Antiquité. Dans le christianisme primitif, ces agapes se célébraient dans le même tombeau où l'on avait enterré le défunt et il y avait normalement un cénacle sur la partie supérieure destinée à cette fin.

En fait, comme nous allons voir plus tard au chapitre 4, Le Cénacle, dans les évangiles de Saint Luc et de Saint Marc, le mot *anagaion*, utilisé pour parler de l'endroit où se célèbrent les banquets, veut dire « au-dessus de la terre », c'était l'étage supérieur des panthéons consacrés à la prière et aux banquets rituels. Du vin était versé sur le cercueil, comme une partie du cérémonial, et des mets étaient introduits dans le sarcophage, cette coutume est décrite par des classiques tels Homère et Virgile dans leur œuvres *l'Odyssée* et *l'Eneïde* où est décrit le *manium jura*, ou rituel funèbre. L'importance de ces banquets dans l'antique Etrurie fut dévoilée par les magnifiques peintures, les bas-reliefs et les mosaïques qui nous montrent ces événements et qui se trouvaient dans le tombeau du défunt, le souvenir de cette grande fête l'accompagnera vers sa nouvelle vie comme la preuve de l'amitié et de l'affection de ses proches sur terre. Des exemples de ces œuvres peuvent être vues dans les cimetières d'Ostie, de Pretextato, d'Orvieto ou dans celui de Corneto en visitant les tombes de Vincentius, celle de Golini, celles des « *dei vasi dipinti* », ou celle du « *triclinio* », avec d'authentiques démonstrations de fastes gastronomiques.

Les agapes funéraires furent suivies par des cultures telle l'égyptienne jusqu'à une période relativement récente. Dans d'autres cultures, comme la chrétienne, les anciens rituels juifs, décrits par l'Ancien et le Nouveau Testament, furent remplacés par la messe elle-même, qui est en réalité une synthèse liturgique du banquet lui-même. Mais en fait, l'évolution du christianisme se centra sur la modification des anciens cérémoniaux, en les condensant autour du sacrifice du Christ, jusqu'au

## Le cénacle



Dans le langage maçonnique la « salle humide » est l'endroit de l'immeuble de la loge où l'on prépare et l'on célèbre les agapes. Toutes les loges ne disposent pas de l'espace nécessaire et désiré pour ces fonctions et elles font parfois appel à des salles profanes pour la célébration des agapes, mais ce n'est pas très recommandé, car on ne peut pas y célébrer des banquets rituels et on risque d'être découverts avec les possibles ennuis qui s'en découleraient.

Dans cet espace des pas perdus, que nous appelons « salle humide », se trouvent la cuisine et la salle à manger, que nous appelons normalement « Salle des banquets ». Toutefois je trouve le mot cénacle plus approprié pour les raisons que j'expose par la suite.

Le premier aspect qui me permet de me réaffirmer dans ce critère, est la propre définition de la Real Academia, qui dans son deuxième sens ou acceptation, le décrit comme : « Réunion, peu nombreuse, de personnes qui professent les mêmes idées ». Il me semble aussi plus approprié que le terme « Salle des banquets » qui aujourd'hui a un sens profane et vulgaire, d'autant plus qu'il est associé vulgairement à des actes de multitude en relation avec des célébrations sociales sans contenu spirituel, ce qui dénature le message ésotérique de nos agapes. Par contre, le mot cénacle a été utilisé traditionnellement depuis les temps anciens avec un certain caractère sacré et hermétique.

Dans les réunions primitives chrétiennes, tenues dans la clandestinité pendant des siècles, les paroissiens se réunissaient et appelaient ainsi l'endroit où ils célébraient la Sainte Cène avec l'Eucharistie, ce fut le mot toujours utilisé pour définir la salle où Jésus célébra sa Dernière Cène, et postérieurement, des faits paranormaux

se produisirent, en rapport avec sa Résurrection, comme l'attente de l'arrivée du Saint Esprit et l'apparition du Christ aux Apôtres en forme de langues de feu. Je pense donc que la coïncidence des deux définitions fait que ce mot soit idéal pour définir la salle à manger où on réalise ces banquets, indépendamment qu'ils soient ou non placés dans la salle humide de la loge.

Selon l'étymologie du mot *anagaion*, utilisé par Saint Marc et Saint Luc, le cénacle devait être placé à l'étage supérieur, généralement au-dessus de la crypte, pratique encore conservée en Orient. Cette pièce d'honneur réservée pour rendre hommage aux invités illustres, était généralement séparée du reste des pièces de la maison et on y accédait par un escalier extérieur ; la famille se réunissait dans cette pièce pour prier, pour sanctifier leurs morts et bien sûr pour célébrer des banquets protocolaires.

Nous ne savons pas grand chose sur les spécifications ponctuelles concernant la forme du cénacle, car avec le fil du temps, les salles à manger maçonniques ont souffert des différentes tendances architecturales et c'est ainsi que depuis l'époque du roi Salomon jusqu'à l'époque victorienne, les Franc-maçons ont célébré leur agapes dans des cénacles complètement différents : allongés sur les chaises longues des *collegiae* romaines, assis sur des longs bancs dans le loges des *commancini*, dans des petites maisons adossées aux cathédrales pendant le Moyen Age, même dans les tavernes bruyantes londoniennes comme l'Auberge du Pommier où se forgea la formation de la Grande Loge d'Angleterre.

Nous allons exposer les conditions les plus importantes pour qu'un cénacle, en coïncidence avec les règles qui décrivent nos loges comme justes et parfaites, puisse s'arranger avec les limitations imposées par les salles où nous faisons notre travail franc-maçon, et avec celles des budgets acceptables et raisonnables.

5.5.

## Les aliments sacrés



Les hommes en tant qu'animaux rationnels et pensants, capables de distinguer entre le bien et le mal, ont sacralisé tout ce qui leur était bénéfique, et la nourriture fut ainsi adorée, en symbolisant chez certains aliments de base la force magique que leur apportait l'Être Suprême qui leur donnait la vie. Nous allons expliquer certains de ces produits, les plus communs peut-être, ainsi que leur relation avec la franc-maçonnerie.

Pour ne pas répéter à nouveau les mêmes concepts, le lecteur trouvera une explication complète au chapitre 5.7. « Symbolisme des aliments », qui lui permettra de connaître en profondeur le symbolisme de tous ces produits qui furent sacrés dans les différentes cultures.

### 5.5.1. L'HUILE D'OLIVE, L'OR LIQUIDE DE LA MÉDITERRANÉE

Elle est la partie intégrante de la triade sacrée des aliments originaires primitifs, le pain, le vin et l'huile, et toutes les anciennes cultures s'octroient leur découverte. Les grecs qui suivaient et connaissaient les traditions du culte d'Isis, où l'huile avait le rôle rituel principal, n'hésitèrent pas à l'introduire dans leur mythologie par le biais de Pallas Athénée qui l'avait créée pour protéger Erecton dans sa fuite de Poséidon « ...capable d'illuminer les nuits, de calmer les blessures et de le nourrir avec un aliment riche et générateur d'énergie ».

Rome, adepte à son tour de l'ancienne Grèce, attribuait à Hercules la diffusion dans toute la Méditerranée de l'élément doré. Mais le fait que dans la Genèse on parle déjà de la colombe qui apporta à Noé une branche d'olivier comme message de la fin du déluge, indique que cet aliment se trouvait déjà présent à l'aube de l'humanité.

Sur les planches trouvées au nord du palais de Babylone, estimées temporairement au règne de Nabuchodonosor et attribuées à La-Ku-U Ki-Ni, prince de Ka-Ku-Du, c'est à dire le prince Jakin, fait prisonnier en 1597 avant J.C., il y a avait des restes d'huile qui provenaient sûrement d'un procédé sacré pour rendre le bois imperméable et incorruptible pendant très longtemps, 3.500 ans pour le moins.

Sans entrer dans des polémiques dont on n'a que faire ici, nous pouvons affirmer que dans les alentours de l'Himalaya, c'est-à-dire l'Inde actuelle, il existe une variété d'olivier sauvage (olla chrysophilla) qui pourrait être l'arbre primitif, ainsi que des restes archéologiques de moulins qui prouvent que l'on y produisait déjà de l'huile.

Plus récemment, il y a cinq mille ans, il y avait de nombreux moulins autour de la Méditerranée, c'est-à-dire la zone d'expansion de l'Inde primitive, et nous pouvons déduire que l'huile accompagna les cultures primitives originaires de l'Inde dans leur périple européen et qu'elle fut implantée dans tous les pays qui se configurèrent postérieurement autour de ces côtes.

Nous avons déjà signalé sa présence dans le peuple primitif d'Israël et dans le chapitre 5.7. « Le symbolisme des aliments » j'expose de nombreuses citations extraites des livres sacrés du Pentateuque qui en parlent continuellement, ainsi que de son usage alimentaire et de son utilisation magique, je ne vais donc pas insister davantage sur ces aspects.

Son emploi pouvait être considéré magique car il était utilisé en médecine, comme produit alimentaire et même pour l'éclairage, raison pour laquelle on faisait des offrandes d'huile aux dieux dans tous les rituels.

En Grèce, on destinait le jus du premier pressage de l'huile à la cuisine, le deuxième comme onguent pour embellir le corps, et le troisième comme combustible pour illuminer. Pendant la guerre du Péloponnèse, les fameux et presque mythiques oliviers de l'Attique furent rasés, et comme il faut compter au moins une quarantaine d'années pour que cet arbre atteigne sa maturité, Athènes ne put attendre si longtemps et son économie s'effondra en entraînant avec elle l'une des plus florissantes civilisations méditerranéennes.

Rome, comme fidèle disciple de la culture hellénique, avait aussi ses oliviers sacrés, mais pour ne pas souffrir les mêmes conséquences qu'avaient subies leurs voisins grecs, ses studieux chroniqueurs cherchèrent des alternatives possibles. Pline parle des oliveraies espagnoles comme quelque chose de sublime : « Après cette huile d'Italie, le débat se centre entre l'huile d'Istrie et celle de Bétique, débat encore non résolu. Après arrivent les qualités d'huile des provinces, sauf d'Afrique, dont le sol ne produit rien d'autre que du grain ». Parmi ces diatribes nous voyons comment Strabon affirmait que l'huile d'Hispanie était la meilleure pour la consommation alimentaire, et réservait celle d'Afrique pour l'éclairage et l'italienne pour les baumes. Comme une preuve de l'importance qu'avait l'huile pour Rome, nous pouvons que Julio Moderato Columela, de Cadix, dans son livre « De Agricultura » lui consacre plusieurs chapitres, concernant non seulement sa culture, mais ses techniques d'extraction, sa conservation et même son utilisation dans la cuisine.

Actuellement, grâce aux récentes découvertes de son action réductrice des taux de cholestérol, à ses qualités nutritionnelles et à sa cuisine, nous pouvons lui dédier un chapitre tout entier. Simplement noter que l'huile d'olive est l'un des meilleurs fixateurs d'arômes, et son application dans une cuisine telle la franc-maçonne qui doit s'adapter aux règles de la cuisine sacrée, naturelle et à la fois sophistiquée, est absolument indispensable.

Un bon cuisinier méditerranéen, et aussi franc-maçon, doit disposer dans sa cuisine de plusieurs fioles ou petites bouteilles avec de l'huile d'olive de différents degrés d'acidité et d'intensité aromatique, parfumées aux différents arômes, selon les plats qu'il voudra préparer. Par exemple, une huile forte et vigoureuse pour macérer de l'ail, du curry, de safran ou du basilic ; d'autres plus jeunes et fruitées pour des épices comme l'estragon, la ciboulette, le thym ou le laurier, pour préparer de délicieux poissons et fruits de mer au grill. Actuellement, des jeunes cuisiniers très osés utilisent l'huile plus délicate, aux arômes florales, pour macérer des épices douces

# Glossaire ésotérique des aliments

## Absinthe

« Absinthe » veut dire absent et si l'on observe l'effet que produit cette boisson sur les personnes, nous comprendrons parfaitement son étymologie.

L'absinthe est une plante au goût amer, avec un léger parfum qui lui donne son attrait si particulier, comme dit Jean Chevalier, plus pour son absence que par le plaisir en soi que suppose sa jouissance. Quelque chose comme l'héroïne, car c'est à peine si sa consommation produit du plaisir, de l'euphorie, ou des états de conscience supérieurs, mais par contre sa carence est un enfer.

Déjà dans l'ancienne Grèce, elle était consommée comme un stimulant que l'on donnait habituellement aux athlètes et dans la Bible on lit cette référence curieuse: « Quand l'agneau avait ouvert le septième sceau... Et le troisième ange joua la corne : une grande étoile tomba du ciel, en brûlant comme une torche, les rivières et les sources perdirent un tiers de leurs eaux, et le nom de l'étoile est « absinthe » ; et la troisième partie de leurs eaux se transforma en absinthe : beaucoup d'hommes périrent à cause des eaux, elles devinrent amères » (Ap. 8, 10, 12).

En tenant compte du symbolisme de l'eau comme origine de toute vie, cette parabole, évidemment, doit être considérée comme l'annonce de la fin du monde par la corruption des eaux, déjà prévue par beaucoup de scientifiques. Les eaux d'Hiroshima ont été venimeuses pendant plusieurs années, à cause de la radioactivité, l'abus d'insecticides et de pesticides a pollué les couches phréatiques en empoisonnant beaucoup de fontaines sans savoir exactement pourquoi.

Nous pouvons dire que cette plante, ainsi que toutes les boissons qui en sont dérivées, a été considérée dangereuse, destructrice et pressage de la mort, je ne crois pas nécessaire de me prononcer sur sa consommation mais je signale qu'elle avait eu une certaine reconnaissance parmi quelques intellectuels français de la fin du XIXème siècle et du début du XXème siècle, mais la franc-maçonnerie réproouve l'utilisation dégradante des boissons alcoolisées.

## Acacia

Pour un Franc-maçon, il n'est pas nécessaire de se rappeler le symbolisme profond de cet arbre qui est présent tous les jours dans nos loges, comme l'un des signes les plus représentatifs du grade de maître. Il convient d'agrandir le symbolisme de l'histoire de notre maître Hiram avec d'autres histoires qui coïncident avec l'esprit de l'immortalité et de l'incorruptibilité, liés parfois au processus alchimique de la résurrection, et d'autres, simplement avec la froideur et la permanence dans le temps.

L'Arche de l'Alliance était fabriquée en bois d'acacia pour que les hommes sachent qu'elle allait durer toute une éternité, comme les « sruck », les cuillères rituelles de Brahma dans la mythologie indienne, qui ne se corrompaient ni ne s'abi-

maient jamais : « Yahvé parla à Moïse en disant : Dis aux fils d'Israël de m'apporter des offrandes... Vous allez vous adapter à tout ce que je vais vous montrer comme modèle du sanctuaire et de tous ses ustensiles. Tu feras une arche en bois d'acacia... Tu feras une table en acacia... » (Exode 25, 1, 9, 10, 23).

La couronne d'épines que portait le Christ, participait davantage de l'esprit maçonnique en illustrant le processus alchimique : l'homme va mourir, mais sa tête, son esprit, vont renaître glorifiés. Ce sont toujours des signes solaires en relation avec le cycle de la mort et de la résurrection. René Guenon disait que les épines qui jaillissent de la couronne de l'Ecce Homo, signifient les rayons du soleil, l'illumination de l'initié.

Une légende Bambara parle de l'acacia comme l'origine du Rhombo, l'instrument de musique sacré par excellence, un genre de fronde qui émet, quand on la tourne, un bruit lugubre qui semble venir des enfers.

Parmi les védas, on conserve toujours la tradition d'allumer les feux sacrés en frottant une canne en bois de figuier contre un disque en bois d'acacia.

Il semblerait, paraît-il, que ce produit ait été introduit ici un peu avec un chausse-pied, à cause du profond sens maçonnique qu'il a, sans rien à voir avec la cuisine, mais ce n'est pas ainsi. En premier lieu, si l'on veut faire une agape en suivant le rituel avec toute l'orthodoxie, le feu devrait être allumé comme nous l'avons décrit, c'est l'un des éléments sacrés qui a l'un des rôles les plus importants dans la majorité des sacrifices et qui doit être, par conséquent, respecté d'une façon si scrupuleuse comme l'allumage des feux de la loge.

Je profite ici pour dire à quelques frères qui exercent comme M.. de Cér., que bien qu'il soit plus facile d'allumer les bougies avec un briquet, il est obligatoire de le faire avec une écharde en bois d'acacia, ou à la rigueur en bois d'olivier ou en bois de chêne ou de figuier, qui aura été, préalablement, allumée avec la Flamme du Feu Eternel qui doit toujours illuminer l'atelier, même une fois les travaux terminés.

Le feu est l'élément purificateur et, en conséquence, tous les aliments qui vont être consommés pendant une agape doivent être cuisinés avec un feu qui respecte toutes les normes sacrées ; les contingences imposées par la vie urbaine seront tenues en compte, mais il faudra toujours cuisiner sur cette source d'énergie pure.

L'acacia sert pour faire un feu sacré et pour préparer un délicieux dessert, nous pouvons donc en parler comme d'une denrée ; ses fleurs sont un vrai délice que les grands maîtres de la cuisine française, tel Marc Veyrat, savent utiliser.

Voir, dans le livre des recettes, les beignets de fleur d'acacia au miel de fleur d'orange.

## Agneau

Avant d'étudier cet animal, sacré par excellence dans les religions judéo-chrétiennes, il faut noter que tout comme l'image du bélier se croisait avec celle du bouc émissaire expiatoire, celle de l'agneau s'associe avec la brebis, servant tous les deux aux mêmes fonctions si celle-ci est blanche, mais si elle est noire, elle est condamnée au rôle du bouc.

La douceur et la tendresse qu'inspire un petit agneau nouveau né a fait de cet animal, la représentation zoomorphique par excellence de la pureté immaculée, du

## La cuisine rituelle



**a cuisine rituelle est le véhicule pour procurer aux convives toute l'énergie positive apportée au plat par le cuisinier initié, qui à son tour, a acquis de ses antérieurs maîtres de la confrérie toute la connaissance et la magie découvertes tout au long de milliers d'années par les anciens enseignements.**

Le rituel de la cuisine, pratiquement inconnu parmi les professionnels occidentaux est l'ensemble des normes qui se sont perfectionnées tout au long de plusieurs siècles, jusqu'à obtenir une forme parfaite, et qui se conserve, depuis lors, inamovible comme le signe d'identité d'une culture supérieure.

La majorité des livres de cuisines actuels indiquent quelques proportions qui donnent théoriquement une recette comme résultat, mais un plat doit aussi comporter une certaine charge d'énergie, anciennement on disait « avoir une bonne main... », mais en réalité, c'est l'âme, le souffle de la vie que le cuisinier lui a donné.

Juan G. Atienza disait dans son livre « Les secrets de l'alchimie » : « Nous ne devons pas perdre de vue, une fois encore, les livres de cuisine ; ils nous aideront à mieux comprendre les intentions des alchimistes, même si nous devons leur concéder l'avantage supposé de travailler « dans le divin », comme c'est la règle. (...) La touche de l'épice préférée, le temps exact de cuisson, même le mélange de certaines substances que d'autres ne sauraient pas combiner, peuvent être la vertu d'un cuisinier, celle qu'il ne saurait même pas enseigner ni même pas transmettre à un disciple préféré, il serait conscient, d'une part, que certaines manipulations ne peuvent pas être répétées, et que chacun apporte sa propre personnalité au travail qu'il réalise, s'il veut se voir à son tour, réalisé dans sa création (...) En plus, je dis : que l'authentique maîtrise du seigneur des fourneaux n'est pas de combiner rigide-ment ce que les gens croient objectivement correct – le sel avec le sucre, comme exemple- mais celle de bien savoir trouver la quantité de chaque substance qui, même si cela semble peu approprié au premier abord, peut s'ajouter au plat cuisiné pour atteindre l'harmonie du goût, ce qui constitue le but principal de la gastronomie ».

Il est clair que tout mouvement culturel, toute révolution sociale, tout changement des structures d'un peuple, implique une certaine perte d'identité, certains oublis lamentables et le technicisme de l'ère industrielle a terminé avec cette magie qu'avait la cuisine, avec le rituel qui s'était forgé au fil des siècles.

Le Moyen Age a interrompu une évolution dans laquelle les romains avaient beaucoup avancé, et que les pays orientaux avaient développée jusqu'à obtenir une cuisine absolument parfaite, maintenue, rigidement, dans un complexe rituel hermétique pour les profanes, surtout les occidentaux. La sauvagerie des pays barbares ruina une cuisine qui, au III<sup>ème</sup> siècle, pouvait être considérée comme l'un des arts les plus complexes du monde occidental, et même si nous, les espagnols, sommes des méditerranéens, il est évident que notre culture, actuellement, est nettement marquée par des coutumes saxonnes : les repas rapides, précuits, des plats emballés et bien d'autres cochonneries.

Pour récupérer les anciens rituels de cuisine, il est nécessaire de recourir aux pays les moins pollués par la publicité yanqui, les moins agressés par les multinationales de l'alimentation, peut-être bien les plus pauvres, où un morceau de pain azyne est encore béni comme un don divin à cause de sa rareté, et n'est pas méprisé par rapport à un snack en plastique au goût de maïs frit avec du fromage et un ersatz chimique au goût barbecue.

Les cuisines telles la hébraïque, la libanaise, la turque, la maghrébine, la pakistanaise, l'indienne, la vietnamienne, la chinoise, la japonaise, la balinaise ou la malaysienne, conservent encore une bonne partie de leur magie, de ces traditions que nous interprétons comme un métier, mais eux savent qu'elles cachent beaucoup de science ésotérique, comme nous le montrait de façon graphique et romantique Laura Esquivel dans son roman « Comme de l'eau pour le chocolat ».

Les bons cuisiniers traditionnels espagnols maintiennent des secrets corporatifs, malheureusement, pour un cuisinier de paella qui sait contrôler les mystères du riz, une science qui, en Espagne, a plus de mille ans, on trouve plus de cent mille pseudo-restaurateurs de cabanon, pour qui, une paella signifie trente euros de bénéfice, et si en plus ils peuvent économiser encore cinq euros avec les ingrédients, tant mieux pour eux.

Dans notre nourriture il n'y a aucun genre de limitation, notre évolution sans contrôle fit table rase de toutes les normes d'hygiène et de respect envers la table, tandis que les juifs maintiennent les interdits du Lévitique, les arabes ceux du Coran et les orientaux ceux de Bouddha, nous les occidentaux, la culture soi-disant la plus avancée de la terre, nous dévorons les immondices les plus répugnantes qu'aucun peuple, même très misérable, ne mangerait, tout en sachant ce qui est contenu dans ces produits préfabriqués et emballés dans des sachets attractifs.

Peut-être que les cuisines qui respectent le plus les rituels, sont les indiennes, je le dis au pluriel car dans ces pays, les coutumes alimentaires sont différentes selon la région que nous étudions et il serait stupide de prétendre les grouper en une seule idée. Comme disait le fameux poète et grand chercheur de la gastronomie exotique Joaquín Buxó : « L'Inde est la cuisine des grands interdits. Des raisons religieuses, culturelles et de tout genre avalisent ces restrictions, en établissant des normes dont le respect est suivi de la façon la plus stricte, au long et en large de tout le subconscient ».

CHAPITRE 7

# RECETTES MAÇONNIQUES



# Introduction au livre de recettes



ans le premier chapitre, j'ai expliqué qu'il n'existe pas une vraie cuisine maçonnique traditionnelle ni donc un livre de recettes reconnu comme tel, et que cet ouvrage essaie de combler cette lacune au sein de l'ensemble complexe des activités de notre Ordre. Je veux donc insister sur le fait que les recettes répertoriées ne sont pas un recueil de plats considérés comme propres à la franc-maçonnerie, mais le résultat d'une étude des civilisations anciennes où nos ancêtres travaillèrent dans toute leur splendeur et où la nourriture avait un sens profondément religieux, magique et ésotérique.

Il existe plusieurs documents de menus servis lors des agapes maçonniques, la plupart d'entre eux datant du XIXème et XXème siècles, une époque où la nourriture n'avait plus ce caractère sacré et qui n'avaient donc pas été créés par des cuisiniers franc-maçons cherchant à respecter le symbolisme de l'événement à travers les aliments, mais simplement à satisfaire le goût des convives et n'hésitant pas, parfois, à transgresser des lois écrites sur notre code de conduite, en préparant des banquets absolument fastueux.

Je ne cacherai pas que ce livre de cuisine est issu, à titre exclusif, de mon propre cru et qu'un frère très orthodoxe pourrait le considérer comme apocryphe; toutefois, les différents symbolismes et assomptions de nos Landmarks et des différentes religions qui ont coexisté pacifiquement avec notre Ordre y ont été évalués. En fait, ce livre fut conçu lors de la recherche d'ouvrages donnant des informations sur les célèbres dîners des Grandes Fêtes de la Saint Jean mentionnés par Anderson et Payne

**Libations:** s'il est pris en accompagnement, comme salade, il n'y a pas intérêt à considérer la boisson, puisque l'aubergine se marie mal avec les bons vins. S'il est pris rôti, le mieux c'est de l'arroser d'un vin rosé frais, par exemple un vin de Navarre ou du Penedés.

## Anchois au vinaigre

Il va sans dire que la sainteté de ce plat demeure dans son caractère racé et savoureux parmi nos apéritifs classiques ou "tapas", qui commence déjà à se faire connaître dans tout le monde et dont l'origine se trouve dans las mezzés séfardis.

Cette préparation est tellement ancienne qu'il est impossible de déterminer avec précision son origine quoiqu'on la trouve, avec de légères variations, sur quasiment toute la côte septentrionale méditerranéenne.

### Ingrédients

- 1 kg d'anchois
- 1 l de vinaigre de vin
- 4 gousses d'ail
- Huile d'olive, persil et sel

1. Laver les anchois, les évider, enlever leur tête ainsi que l'arête centrale. C'est bien là une tâche délicate, laborieuse, sale et même dangereuse car il n'est pas difficile de se piquer les doigts aux arêtes. Si nous pouvons convaincre notre poissonnier, plus expérimenté, de le faire à notre place, le plus difficile est accompli.



2. Disposer les filets d'anchois sur un plat en verre ou en faïence - jamais métallique - et les saupoudrer d'un peu de sel; les napper de vinaigre et les laisser ainsi reposer pendant deux heures, à température ambiante pour que le vinaigre puisse agir efficacement.

3. Entretemps, préparer un hachis avec l'ail et le persil, que l'on fait mariner dans de l'huile d'olive vierge.

4. Pour finir, égoutter les anchois et les assaisonner avec l'huile de marinade, l'ail et le persil. C'est ainsi qu'ils peuvent être parfaitement conservés pendant trois ou quatre jours, il suffit simplement de bien les couvrir avec l'huile.

5. Comme accompagnement, ce qu'il se trouve de mieux, tout bêtement, c'est des chips, à condition qu'elles proviennent d'une "churrería". Les olives font également très bien l'affaire.

**Variations du plat:** cette même recette, préparée avec du thon, fut en vogue à Castropol, sous le nom de "ceviche" ou marinade de thon, bien qu'il ne s'agisse pas, à proprement parler, de ce plat qui doit être préparé avec du maigre ou de la courbine et du jus de citron. La recette est la même mais on la prépare avec du thon cru coupé en fines lamelles.

**Libations:** Cet apéritif exige la bière comme boisson, toute autre combinaison ne rime à rien.

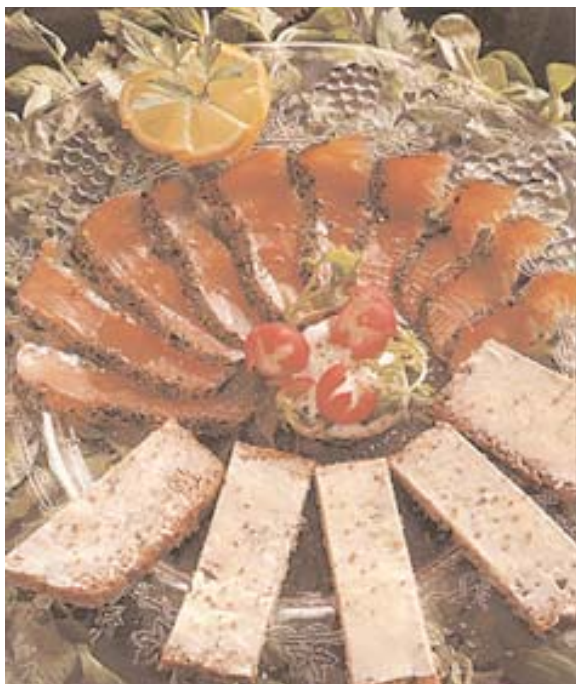
350

2. Une fois que les deux filets sont bien nettoyés, les placer à plat sur la table et en couvrir la chair avec les épices: d'abord le sel, puis le sucre, ensuite le poivre fraîchement moulu et, pour finir, l'aneth haché. Disposer les deux filets l'un contre l'autre, en sandwich, placer sur une planche fine en bois ou métallique et les presser avec un poids, afin de les faire rendre leur eau. Pour garantir une bonne pression, on peut utiliser une planche en bois et placer dessus des poids de cuisine. Laisser ainsi les filets pendant vingt quatre heures, les retourner toutes les six heures et les débarrasser de l'eau rendue.

3. Au moment de servir, on nettoie l'excès d'épices (ceci est facultatif, moi je l'aime tel quel) et on découpe en filets fins, comme si c'était du saumon fumé. On le sert accompagné de tranches de pain intégral beurrées et avec deux sauces, à la moutarde (allégée avec de la crème ou déliée avec du vin) et à l'aneth frais battu avec du yaourt ou avec de la crème fouettée.

**Variations du plat:** j'ai goûté le Gravad lax, ou Gravlax selon le pays, préparé avec des truites saumonées à la place de saumon et il n'en est que plus délicat bien que, forcément, moins savoureux. Quant au mélange d'épices, on peut obtenir une saveur plus méditerranéenne en utilisant du romarin et du basilic à la place de l'aneth. Il vaut la peine d'essayer cette variation.

**Libations:** un vin du type Riesling est approprié, mais le mieux c'est de l'accompagner avec une bonne bière d'abbaye, belge par exemple.



## Plaki de bonite

Ni les livres de cuisine séfardis, ni les vieux recueils culinaires de Castille, tels celui de Ruperto de Nola, n'utilisent le nom de bonite, pas même celui de thon, mais celui de « palamida », du turc « palamut, ce qui a prêté à confusion certains gastronomes, qui croyaient qu'il s'agissait de chinchard (« palometa »). C'est peut-être là la raison pour laquelle certains le considèrent indigne comme un poisson, mais il satisfait toutes les exigences du Talmud et en Israël on le consomme traditionnellement avec grand plaisir.

Plaki signifie cuit à l'étouffée avec de l'huile et des oignons est c'est sans aucun doute une succulente façon de consommer les parties les plus desséchées de ce poisson.

### Ingrédients

- 4 filets de bonite
- 2 oignons
- 1 tête d'ail, entière
- 3 carottes
- 1 poivron vert
- Huile d'olive et vinaigre de cidre ou citron
- Laurier, romarin, sel et poivre du moulin

Cette variation avec des essences est très proche de la recette des cailles à la fleur d'oranger, qui se prépare de la même façon mais en remplaçant les roses par de l'eau de fleur d'oranger.

**Libations:** un vin rosé très jeune et parfumé, de Navarre peut-être, ou même un Gewürztraminer du Somontano.

### Cailles rôties à la façon du désert

Dans tout le Moyen Orient l'arrivée des cailles est une fête car elles arrivent par milliers, tapissent le désert et offrent à ses habitants des banquets insolites, comme nous le décrit Moïse dans son Exode.

Il est essentiel de préparer ce plat avec des cailles sauvages car la préparation met en valeur toutes leurs saveurs et les cailles d'élevage pueraient la farine de poisson avec laquelle elles sont alimentées.

#### Ingrédients

- 4 cailles sauvages
- 2 citrons
- 2 gousses d'ail
- Huile d'olive, gros sel et grains de poivre

1. Une fois nettoyées et roussies, couper les cailles par le milieu sans toutefois séparer chaque moitié.

2. Piler dans un mortier les gousses d'ail, le sel, le poivre, ajouter le jus des citrons, bien mélanger et en badigeonner les cailles (à l'intérieur et à l'extérieur), les placer dans un plat, les couvrir d'un linge humide et les laisser ainsi mariner pendant au moins trois heures.

3. Enfiler les cailles sur deux brochettes, à partir de la cuisse droite jusqu'à l'aile gauche et depuis la cuisse gauche jusqu'à l'aile droite, en forme de skis, de façon à pouvoir les manipuler aisément. Faire griller au barbecue.

4. Récupérer le jus de la marinade, ajouter de l'huile d'olive, bien fouetter le tout et en badigeonner les cailles jusqu'à ce qu'elles prennent une belle couleur dorée.

5. Accompagner d'ailloli ou sur un lit de feuilles de céleri sauvage.

**Variations du plat:** si l'on ne dispose pas d'un feu de bois ni d'un barbecue, on peut également enfile les cailles sur la broche du four et la cuire comme un poulet rôti, mais à la puissance maximum du four car elles doivent être bien dorées à l'extérieur mais juteuses à l'intérieur.

**Libations:** on peut les accompagner de n'importe quel vin, rouge ou rosé, mais il serait préférable de choisir un vin jeune qu'un Grand Cru. Curieusement, ce plat combine mieux avec un vin blanc Albariño parfumé qu'avec un vin rouge.



375

### Ingrédients

- 1 tasse de riz à grain rond
- 2 litres de lait entier, si possible naturel, non pasteurisé
- 100 g de pistaches
- 100 g d'amandes grillées
- Sucre, cannelle, citron et orange

1. Dans une cocotte antiadhésive placer tous les ingrédients sauf les pistaches et les amandes qu'il faudra piler et réserver. On n'utilisera qu'une partie des zestes d'orange pour parfumer.

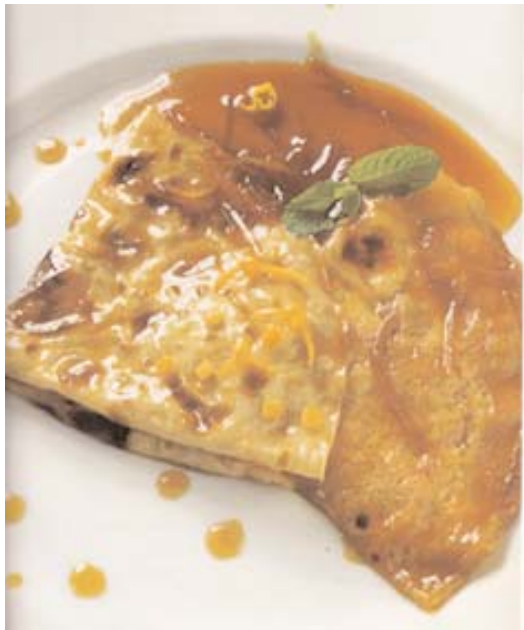
2. C'est une recette facile, mais très laborieuse car, à partir du moment où le lait est porté à ébullition, il faut bien remuer sans arrêt à l'aide d'une cuillère en bois, jusqu'à la fin de la préparation, et cela peut prendre une bonne heure. A mi-cuisson, quand les grains de riz sont ramollis, on doit les écraser avec la cuillère à mesure qu'on les remue car ils doivent être parfaitement écrasés à la fin de la cuisson. Ceci n'est pas un riz au lait, mais une crème.

3. Quand le riz est bien crémeux, on retire le bâtonnet de cannelle et les zestes, on ajoute les amandes et les pistaches et on mélange bien le tout.

4. Avant de laisser la crème refroidir, il convient de la répartir dans les bols où elle sera servie car il est très difficile de la manipuler par la suite car elle devient très compacte. Elle doit reposer jusqu'à ce qu'elle soit complètement refroidie et rester au frigo pendant au moins un jour avant d'être consommée.

**Variations du plat:** en Turquie et dans la Perse antique, on aromatisait ce dessert avec des gouttes d'eau de roses d'Ispahan ou de la fleur d'oranger. On peut aussi le décorer avec des fruits par dessus, comme de fines lames de fraises ou des graines de grenade.

**Libations:** il est difficile de trouver un vin qui aille avec cette préparation, aux parfums si subtils et si personnels. Le mieux serait peut-être de la limonade ou un sorbet au céleri, par exemple.



## "Filloas" ou crêpes au sirop de "orujo" (eau-de-vie de Galice) et à l'orange amère

Je ne cacherai pas que ce dessert n'est qu'une variation des mondialement célèbres Crêpes Suzette. J'eus l'idée de cette préparation lors de journées de chasse passées à Foz, et c'est pour la rendre plus proche de la cuisine de Galice que j'utilisai de l'orujo (ou eau-de-vie) de Orense, et la personnalisai davantage avec la région où je me trouvais en utilisant les célèbres oranges amères (pratiquement introuvables de nos jours) de la Mariña de la province de Lugo. J'ai trouvé le résultat tellement exquis que j'inclus cette recette dans tous mes livres de cuisine, sous le nom originel avec lequel elle fut baptisée.

# Menus maçonniques



ans le chapitre 3. "Les agapes", sont expliquées les motivations de chaque célébration et je ne les répéterai pas, mais je parlerai cependant du message de chaque menu. **Le Maître des banquets de chaque loge se fera ainsi une idée de la façon dont il peut confectionner son propre menu, en tenant compte de mes orientations générales, qui ne sont pas du tout dogmatiques et qui n'obéissent à aucune tradition.**

## Menu d'initiation

Il est important de considérer que l'initié aura été soumis à un jeûne important et que, par conséquent, l'agape devra être initiée en tenant compte de l'état délicat de son estomac.

L'esprit de fête doit donc provenir de l'attitude des frères, mais il ne doit pas pour autant être accompagné d'un faste somptueux, plutôt le contraire, c'est le premier contact d'un nouveau frère avec l'Obédience et celle-ci doit se montrer comme elle est: discrète.

Le menu doit donc être sobre et austère et en même temps délicat et exquis. N'oublions pas qu'il vient de recevoir la Lumière et tout le symbolisme du repas doit se centrer sur ce principe et, bien sûr, sur les attributs du Premier Degré.

- Consommé aux palourdes
- "Almodrote" d'aubergines
- Thon séché aux oignons et aux amandes
- Riz en "paella" aux escargots, lapin et champignons
- Carciofi alla giudia
- Beignets aux pommes au sirop de "moscatel"
- Sorbet de grenade

Comme boisson, on peut servir un vin blanc doux et parfumé, par exemple un Gewürztraminer.