

SOUP JOUMOU SOUPE AU GIRAUMON



Pour tous les Haïtiens, le 1^{er} janvier est inséparable de la "soup joumou", la soupe au giraumon. Elle fait partie du patrimoine culturel et historique d'Haïti.

Autrefois, Haïti était une colonie française et cette soupe était servie uniquement aux maîtres de plantations, elle représentait un idéal inaccessible aux esclaves, malgré le fait qu'ils étaient les seuls à semer et cultiver ce précieux fruit, de la famille des cucurbitacées et qui ressemble au potiron.

La lutte pour l'Indépendance, commencée avec Toussaint Louverture, a été concrétisée par la révolte des esclaves qui avaient vaincu, le 18 novembre 1803, les troupes de Bona-

parte à Vertières, dans le nord du pays. Le jour de la proclamation de l'indépendance, le 1^{er} janvier 1804, Claire-Heureuse, la femme de Jean-Jacques Dessalines vainqueur de la révolution haïtienne, autorisa la consommation de cette soupe à tous, aux esclaves comme aux passants dans le but de montrer au monde entier, particulièrement à la France, que Haïti était devenu un peuple libre et indépendant !

Avec la soupe giraumon, les Haïtiens fêtent donc en même temps le 1^{er} janvier et l'anniversaire de l'indépendance d'Haïti, la première république noire.

La soupe giraumon est devenue le symbole de la liberté. Aujourd'hui, on partage ce plat dans le pays et également dans la diaspora, en France ou ailleurs. Pour les Haïtiens qui ont dû quitter leur pays, c'est incontournable : sur les réseaux sociaux, les photos circulent qui ressemblent à celle-ci. C'est la soupe que j'ai réalisée et que nous avons partagé avec une amie.



Bien qu'apprêtée différemment d'un foyer à l'autre, toutes les « soup joumou » ont cette texture veloutée et ce goût inoubliable qui donne juste envie de vivre le premier janvier tous les jours.

Si vous voulez réaliser la vôtre, voici une recette de base :

" Soupe joumou "

Ingrédients avec mes commentaires :

• Ce dont vous aurez besoin **pour assaisonner la marinade pour la viande** :

- 2 livres de viande de bœuf
- 2 limes ou citrons ou oranges sûres pour nettoyer la viande
- 1 cuillère à table d'épice haïtienne tout-trempé (*recette ci-dessous*)
- 1 cuillère à thé d'ail en purée
- 1 cuillère à thé de sel
- ¼ de cuillère à thé de poivre
- 1 bouquet garni (persil et thym) + quelques feuilles d'oseille
- 1 piment fort scotch bonnet (*je mets un petit piment séché*)
- 4 clous de girofle piqué dans le piment (*je les pique dans un oignon*)
- 1 cube de bouillon de poulet Maggie ou autre
- 1 échalote coupée en petites rondelles
- 3 cuillères à table d'huile pour la cuisson

• **Pour le Giraumon** :

- 2.5 livres (1,250 kg) de Giraumon grossièrement coupé en cube
- 1 cuillère à table d'épice haïtienne tout-trempé
- 1 cube de bouillon de poulet (Maggie ou autre)
- 1 cuillère à thé de sel
- 3 gousses d'ails sans peau.

• **Pour la " soupe joumou "** :

- La viande cuite lors de l'étape 1
- La purée de giraumon de l'étape 2
- 3 tasses de choux coupés grossièrement (couper en carrés d'approximativement 1 pouce par 1 pouce)
- 2 carottes de grosseur moyenne coupées en rondelle
- 2 branches de céleri avec leurs feuilles (si possible) coupés en rondelle
- 1 navet coupé en cube
- 1 oignon coupé en rondelle puis en deux
- 2 patates de grosseur moyenne
- ½ jus de lime ou citron
- 1 piment scotch bonnet piqué de 4 clous de girofle
- 1 tasse de pâtes alimentaire (penne) ou de votre choix
- 1 cuillère à table d'épice haïtienne (tout-trempé)
- 1 cube de bouillon de poulet (Maggie ou autre)
- sel et poivre au goût

J'ajoute les légumes-racines que je trouve : bananes plantain, taro, igname, manioc, patate douce, ...

La recette

ÉTAPE 1 :

La viande de bœuf :

Tout comme le griot, la viande de bœuf de la "soup joumou" se doit d'être bien assaisonnée ; non seulement la marinade donnera un bon goût à la viande mais son assaisonnement se mariera au bouillon de la soupe et lui donnera beaucoup de sa saveur :

- Après avoir nettoyé et assaisonné la viande, laisser reposer au minimum 1 heure (24 heures est encore mieux) dans la marinade.
 - Mettre les 3 cuillères à table d'huile dans le fond d'une casserole à feu moyen et y ajouter les morceaux de viande. Lorsque tous les morceaux de viande sont dans la casserole, baissez à feu doux et laisser suer la viande quelques minutes. Ajoutez de l'eau jusqu'à recouvrir la viande. Mettre à cuire à feu doux 20 mn environ jusqu'à ce que la viande soit tendre. On peut y ajouter les carottes et les bananes plantain qui cuisent plus longtemps.
- Ensuite mettre de côté et réserver

ÉTAPE 2 :

Préparation du giraumon :

- Pendant la cuisson de la viande, faire bouillir les morceaux de giraumon dans approximativement 8 tasses d'eau.
- Assaisonner l'eau avec la cuillère à table d'épice haïtienne, le cube de bouillon de poulet, la cuillère à thé de sel, ainsi que les 3 gousses d'ail.
- Après approximativement 15-20 minutes, retirer le giraumon du feu et mettre les morceaux incluant l'ail dans un robot culinaire.
- Mélanger et réduire en purée.

NB : CONSERVER L'EAU DE CUISSON POUR LA SOUPE

ÉTAPE 3 :

Pour la "soup joumou» :

- Utiliser la casserole de viande cuite de l'étape 1 et y ajouter la purée de giraumon ainsi que le reste des ingrédients pour la soupe sauf les pâtes alimentaires que vous allez ajouter approximativement 10 minutes avant la fin de la cuisson de la soupe.
- Utiliser l'eau de cuisson des giraumons et totaliser approximativement 6 tasses de liquide. Cuire à feu moyen approximativement 30 minutes.
- S'il vous manque du liquide ou si la soupe semble trop épaisse, ajouter de l'eau jusqu'à consistance désirée.

LA MARINADE HAITIENNE – LE TOUT-TREMPÉ

mai 1, 2014 by Philippe <https://manmieettatie.com/la-marinade-haitienne/>

La marinade haïtienne est l'un des secrets le moins bien gardés de la cuisine haïtienne. Affectueusement appelée le tout trempé, la marinade haïtienne n'est plus vraiment un secret, car on la retrouve partout dans la cuisine de chez nous ; dans la volaille, le bœuf, le poisson, les œufs, les différents riz, etc. Si vous avez déjà mangé de la nourriture haïtienne, c'est que vous avez sans aucun doute goûté au tout trempé.

LE RÔLE DE LA MARINADE.

En plus de donner du goût, la marinade haïtienne a comme mission d'attendrir la viande et d'augmenter le temps de conservation.

LA MÊME MARINADE, MAIS APPRÊTÉE DE FACON DIFFÉRENTE

Même si Haïti est un petit pays, souvent la nourriture va être apprêtée de façon différente d'une région à l'autre. La marinade n'y échappe pas. Alors, sachez que la recette que Manmie et Tatie vous donnent est la recette de base, mais sentez-vous libre d'y ajouter certains ingrédients facultatifs que vous retrouvez au bas de cette recette.

L'important est de vous assurer d'avoir un bon équilibre entre les huiles, les acides et les épices.

LA MARINADE HAITIENNE / TOUT-TREMPÉ / EPIS

INGRÉDIENTS :

- 1 paquet d'échalotte (approximativement 7-8)
- 1 oignon de grosseur moyenne
- 3 têtes d'ail
- 1 botte de persil
- 1 poivron vert
- 1 poivron rouge
- 1/3 tasse d'huile d'olive
- 1/4 de tasse de vinaigre blanc
- facultatif :
- 1 piment fort (scotch bonnet) ou un piment séché
- 2 cubes de maggi ou (1 cuillère à table de bouillon de poulet)

INSTRUCTIONS :

1. Couper tous les ingrédients grossièrement, afin de faciliter l'insertion de ceux-ci dans le robot culinaire.
2. Ajouter l'huile et le vinaigre
3. Mélanger jusqu'à consistance homogène

Vous pouvez en remplir des petits moules et mettre au congélateur. Vous ressortirez les blocs de tout-trempé au fur et à mesure des besoins.