

PAULE MASSON,  
CRÉATRICE DES JARDINS DE MALA

# « Construire des lendemains qui changent »

Paule Masson, journaliste indépendante, spécialiste de l'alimentation et de la gastronomie durables, a créé dans le Cher Les Jardins de Mala, une résidence d'écotourisme où se ressourcer et découvrir, ou renouer avec, cette « cuisine fertile » qui lui est chère.

ENTRETIEN LOUISE KATZ

**GGB.** Les Jardins de Mala, qu'est-ce que c'est ?

**PAULE MASSON.** C'est une maison d'hôtes d'écotourisme, installée à La Borne, dans un village de potiers. Il y a d'abord trois chambres d'hôtes. Elles sont grandes, calmes et vouées à aider à lâcher prise au milieu de la nature. C'est aussi le jardin, qui va devenir de plus en plus un jardin entièrement comestible et mellifère. Je dis « va devenir de plus en plus », car il faut le temps d'implantation des variétés végétales qui vont venir le peupler dans une pratique de permaculture et d'agroforesterie, sans aucune chimie, sans aucun intrant et ça, ça prend un petit moment. Dedans, il y aura un jardin à tisanes qui permettra aux hôtes de venir cueillir et fabriquer leurs propres tisanes, entendu qu'il y aura dans chaque chambre une bouilloire et une théière fabriquée dans les

ateliers des potiers du village. Et enfin il y aura des stages de cuisine. Je ne suis pas cuisinière, mais j'adore cuisiner. Il s'agit plutôt de stages de culture culinaire, pour comprendre

*“J'ai eu envie de passer de la théorie journalistique au concret”*

comment cuisiner dans le respect de la santé, des humains, de la planète et d'un écosystème local, en travaillant sans gaspillage, avec les

saisons, les centaines de végétaux qu'on trouve autour de soi et des produits naturels, comme le levain, pour faire le pain, qui sera au cœur de nombreuses activités.

**Le pain est d'ailleurs au centre de votre campagne de financement participatif. Pourquoi avoir choisi de le mettre en avant ?**

Le pain, c'est un aliment très caractéristique des évolutions de notre époque. Il a été pris en main par une industrie, pas forcément celle qui crée le plus mauvais goût, parce qu'on a de bonnes baguettes, mais elles sont fabriquées avec des farines de blé hybride, bourrées d'additifs et dont les meuniers envoient les recettes toutes prêtes aux boulangers qui, eux, deviennent des techniciens du pain et ont perdu beaucoup de savoir-faire dans leur métier. C'est important pour moi



Paule Masson, créatrice des Jardins de Mala.

qu'on réapprenne à faire du pain au levain, qui est le pain vivant. Depuis le début, on avait envie de construire un four à pain, mais sans en avoir les moyens financiers. Et puis, Tourisme et Territoire du Cher a lancé un appel à projets pour aider à monter des projets touristiques et les financer avec un financement participatif sur la plateforme KissKissBankBank. On a postulé et on a fait partie des sept lauréats. Si on récolte la somme visée, le projet c'est d'autoconstruire un four à pain, cuisson bois, en briques, avec son fournil de plein air et sa cuisine d'été. Cela permettra

non seulement d'organiser des stages de panification naturelle, mais aussi de faire foyer commun avec les habitants du village ou des alentours, pour retrouver toute la convivialité de l'utilisation d'un four.

**Comment êtes-vous passée de votre métier de journaliste à l'élaboration de ce projet touristique et culinaire ?**

D'abord, je reste journaliste ! J'écris notamment pour *La Grenouille à Grande Bouche (rires)*. Et aussi pour *Îlots* et *180 °C*, des revues qui s'intéressent à la cuisine durable

et au lien entre alimentation et enjeux de société. Journaliste, c'est un métier de curiosité, c'est magnifique, on rencontre des gens tout le temps, on travaille des sujets, on s'éduque et on s'informe. Ce qui m'a fait basculer, c'est un moment de ma carrière. J'ai passé plus de dix ans comme cadre de la presse, où j'étais sur tous les sujets à la fois. Mon boulot, c'était de faire travailler d'autres journalistes, c'était une expérience merveilleuse, mais j'avais très envie de retrouver un sujet d'expertise. En parallèle de mon travail d'encadrement,

je me suis mise à travailler sur la gastronomie et je dois dire que ce sont les chefs que j'ai rencontrés qui m'ont amenée à m'interroger sur les enjeux alimentaires. On dit souvent qu'ils sont au bout de la chaîne, qu'ils s'intéressent assez peu à ce qui se passe avant eux – c'est vrai pour beaucoup d'entre eux –, mais ceux que j'ai rencontrés m'ont emmenée dans les champs, m'ont montré que la très belle cuisine, ce sont d'abord de très beaux produits, que ce n'était plus possible que les agriculteurs soient la catégorie de population qui gagne le moins. Donc j'ai plongé dans ce milieu et j'ai découvert que l'alimentation, c'est un fil directeur pour travailler les transitions de société. Ça m'a amenée à m'interroger sur les questions de santé humaine, d'écologie et sur le climat, car le système alimentaire est responsable d'un quart des émissions de gaz à effet de serre dans le monde. Quand on se met à réfléchir à cette question, on se rend compte qu'il faut tout changer. Et puis j'ai eu envie de passer de la théorie journalistique au concret.

**Quelles ont été vos inspirations ?**  
Il y a de nombreux projets que je trouve inspirants. L'école comestible, dont je fais partie, Le Marché Vert, qui propose une carte interactive des producteurs en circuits courts, Écotable, qui labellise les restaurants écoresponsables, ou encore le Recho, qui a eu le courage de s'installer à Calais pour cuisiner pour et avec les migrants. Et puis bien sûr beaucoup de chefs. Les plus importants en termes d'écolieu, ce sont Nadia Sammut, avec laquelle j'ai écrit un livre, et Hugo et Olivier Roellinger. Ils sont cohérents et ils vont au bout. Pas seulement dans la cuisine mais aussi dans leur pensée d'un tourisme qui n'est pas d'abord un tourisme de consommation, mais un tourisme conscient. Je suis aussi très inspirée par la cheffe Chloé Charles, qui pousse une réflexion sur l'anti-gaspi,



ADBT

*“La cuisine fertile, c'est une pratique de la cuisine qui ne nourrit pas seulement notre estomac, mais aussi notre conscience”*

mais aussi sur une cuisine populaire et simple et avec qui j'ai des projets aux Jardins de Mala.

**Vous dites des Jardins de Mala qu'ils sont une « maison de cuisine fertile ». Qu'est-ce que cela signifie ?**

J'aime bien cette expression. Je ne sais pas si je l'ai inventée, mais j'aimerais bien la faire connaître. La fertilité, c'est ce qui donne la vie. Et la cuisine, ça doit donner la vie. La cuisine fertile respecte la fécondité de la terre et de la mer. Elle préfère l'humus aux pesticides, se nourrit d'une agriculture naturelle, privilégie les produits locaux, bio, de saison et le bien-être animal. Elle achète au prix juste et permet aux agriculteurs et aux maraîchers de vivre de leur travail. Beaucoup de gens m'ont conseillé d'utiliser plutôt

l'expression de « cuisine durable » comme *baseline*, mais je préfère l'idée de fertilité et expliquer ce que c'est. La cuisine fertile, c'est une pratique de la cuisine qui ne nourrit pas seulement notre estomac, mais aussi notre conscience, une cuisine qui construit des lendemains qui changent. ★

Les Jardins de Mala  
4 Le Grand Chemin, La Borne d'en Haut,  
18250 Henrichemont



Campagne de financement participatif jusqu'à la mi-novembre sur KissKissBankBank.  
Plus de renseignements :  
[www.jardinsdemala.fr](http://www.jardinsdemala.fr)

# Eva Doumbia

## « Comprendre ce que c'est que manger »

Dans son spectacle « Autophagies (histoires de bananes, riz, tomates, cacahuètes, palmiers. Et puis des fruits, du sucre et du chocolat) », coécrit avec Gauz et présenté l'été dernier à Avignon, l'autrice et metteuse en scène française, d'origine malienne et ivoirienne, invite le public à réfléchir aux implications de l'acte de manger en partageant un plat. Au menu de cette sorte d'eucharistie où le mafé remplace le pain : de l'histoire, de la spiritualité et de la lucidité.

ENTRETIEN GLADYS MARIVAT

**GGB. Depuis quand travaillez-vous sur le thème de l'alimentation ?**

**EVA DOUMBIA.** J'ai travaillé quatre ans sur « Autophagies », mais ma réflexion a commencé bien avant l'écriture de ce spectacle. En 2012, j'ai monté une lecture d'un extrait de ce qui allait devenir le roman *Blues pour Elise*, de Léonora Miano, avec une comédienne qui lisait à voix haute, et moi qui cuisinais un mafé. Pour ce travail, j'avais réalisé des entretiens sur la nourriture avec des femmes africaines vivant en France ou afrodescendantes, ainsi qu'avec une sociologue. Cela a été le point de départ d'une interrogation sur la cuisine précoloniale. Ensuite, il y a eu d'autres spectacles, à Tours, à Arcueil puis à Avignon en 2017, qui alliaient lectures de textes sur la cuisine et performances culinaires autour de la banane, du riz et de la tomate. Avignon s'intéressait depuis 2019 à « Autophagies », que nous avons pu présenter en 2021. Dans ce spectacle, Gauz – qui a

écrit trois textes – et moi cherchons les origines historiques des plats, mais nous voulons également comprendre ce que c'est que manger, d'un point de vue symbolique. Le plat que le chef Alexandre Bella Olla prépare sur scène fait partie du spectacle. Les gens sont imprégnés de ce qu'ils ont entendu quand ils mangent. Nous voulons proposer une cérémonie collective au public qui, après avoir pris conscience des implications de l'acte de manger au niveau historique, environnemental, géopolitique, se réunit pour manger. Car, de toute façon, nous sommes obligés de manger pour vivre.

**Vous parlez même à ce sujet d'eucharistie...**

Oui, on partage. C'est cela le sens premier de l'eucharistie. Sauf que nous, on ne partage pas le pain, on partage le mafé. Le mafé est un plat créole. Rien n'est endogène dans ce plat. La cacahuète est américaine, le riz asiatique, la tomate italienne.

C'est le plat de la mondialisation. Mon père a ouvert un restaurant au Havre en 1984, qui était sans doute un des premiers restaurants africains de France. Les spécialités étaient le couscous – que préparait son associé tunisien – et le mafé. J'ai vraiment été hallucinée quand j'ai découvert l'histoire du mafé, c'est cela la vraie origine du spectacle. Cette histoire est méconnue. On dit que l'arachide est amenée par les Portugais en Afrique, mais des observateurs remarquent que les Malinkés cultivaient déjà l'arachide, qu'ils appelaient la « pistache ». Comme peu d'historiens se sont intéressés à la gastronomie précoloniale, on décide qu'elle n'existe pas. C'est ce qui a été compliqué dans les recherches : trouver ce que les gens mangeaient avant. On sait qu'il y a du riz en pays bété en Côte d'Ivoire, qu'il y en a aussi au Sahel, mais on ne sait pas comment il est arrivé. L'histoire est façonnée par ceux qui gagnent.