

Zeitschrift:	Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse
Herausgeber:	Aînés
Band:	16 (1986)
Heft:	4
Rubrik:	Les coups de coeur de Colette : un tourment d'amour... comme je les aime!

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 16.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



LES COUPS DE CŒUR DE COLETTE

COLETTE JEAN

Un tourment d'amour... ...comme je les aime!

«Lorsque je suis las(se) du monde et du bruit, j'y viens à pas lents...» (comme dans la chanson de Paul Delmet.)

Pèlerinage annuel qui n'a pas lieu dans une «petite église», mais cependant en un lieu saint, plus précisément «Les Saintes»... pour moi un «Etat de grâces».

En quête de recueillement, j'y trouve l'offrande de la nature en cure silence plus du soleil, et surtout des «tourments d'amour» (j'y reviendrai plus loin!) Laissez-moi d'abord situer pour vous ce lieu de mes retraites annuelles. Sur votre atlas cherchez la Guadeloupe puis, à la loupe, repérez cet archipel qui fait face au volcan de la Soufrière. Ce que les Caraïbes autrefois désignaient en leur idiome du nom de «Caoucaera».

Terre-de-Haut, Terre-de-Bas, deux îlettes peu habitées flanquées de trois îlets déserts.

Quelques centaines de maisons, une rue centrale, un fouillis de fleurs exotiques, un décor de mornes et de pitons, des iguanes, des colibris, des «cabrettes» et leurs petits en pâturage, des cactées diverses, du bonnet à robes nommé tête d'Anglais, aux cactus

Cierges, cela ne manque pas de pi-quant.

Les Saintois? Un peuple de pêcheurs, descendants d'un savoureux mélange historique. C'est le résultat d'un cocktail premier de pacifiques Arawacks absorbés par de cannibales Caraïbes. Ils ont tâté ensuite des marins de Christophe Colomb, de visiteurs espagnols, d'occupants anglais, puis ont enfin goûté aux galanteries françaises. Ce qui se résume aujourd'hui par une descendance métissée clair, aux cheveux blond filasse, tressés «rasta», des yeux clairs, une démarche nonchalance, chaloupée style relax.

Dans les boutiques, le vacancier achète le Salako, un chapeau typique de l'île: armature de bambou de forme conique, fabriqué avec habileté par les Saintois de Terre-de-Bas et qui prouverait l'existence d'une communauté annamite autrefois dans l'archipel.

Mais c'est à Florelle, une doudou cordon bleu que je dois la découverte de mes «tourments d'amour» préférés. Une gourmandise absolument saintoise, qui parfume les quais de Terre-de-Haut, le matin, dès l'arrivée des bateaux-navettes.

Cette odeur flotte en ce moment dans ma cuisine, provoque mes papilles

gustatives et va surprendre agréablement tout à l'heure les troupes gourmandes que j'aime et que j'attends. Donc, si je vous dévoile mes occupations, c'est surtout pour vous permettre de constater que les mots et les appellations n'ont en fait que l'image qu'on veut leur donner! Un «tourment d'amour», par exemple, peut être aussi un moment euphorique et savoureux que je vais vous faire partager.

Pany pobème? (traduction de pas de problème) et voici la recette. En trois épisodes: confiture coco, pain doux = résultat.

Confiture coco: très simple. Une noix de coco. Râpez finement la pulpe que vous mêlez à de la cannelle et à de la vanille et que vous faites cuire en un sirop de sucre de canne jusqu'à l'épaisseur.

Pain doux: 4 œufs que vous battez avec un poids égal de sucre jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène. De la farine que vous ajoutez (moitié du poids du sucre) avec une pincée de levure. Ajoutez un verre de rhum blanc, 1 zeste de citron râpé, de la cannelle et muscade, une pincée. La pâte doit reposer 15 minutes.

Pendant ce temps beurrez de petits moules «Tefal», tapissez le fond de votre pâte de pain doux et étalez ensuite une première couche de crème pâtissière (recette européenne), puis une couche de votre confiture coco, et terminez par votre masse de pain doux. C'est tout. Cuisson four chaud pendant environ 20 minutes. Vous constatez alors que le vrai «tourment» de l'affaire est d'attendre le moment de la dégustation... tiède!

C. J.

Sans paroles
(Dessin de Mandzel
Cosmopress)

