

Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2012)
Heft: 37

Artikel: Les 1001 nuits d'Istanbul enchantent les palais
Autor: Luque, Jean-A.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-831547>

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: 21.02.2026

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

Les 1001 nuits d'Istanbul

Istanbul est un ravissement pour les yeux. Mosquées, églises, musées, bazars, et les saveurs des cuisines s'emmêlent... l'héritage des civilisations asiatiques,

enchantent les palais

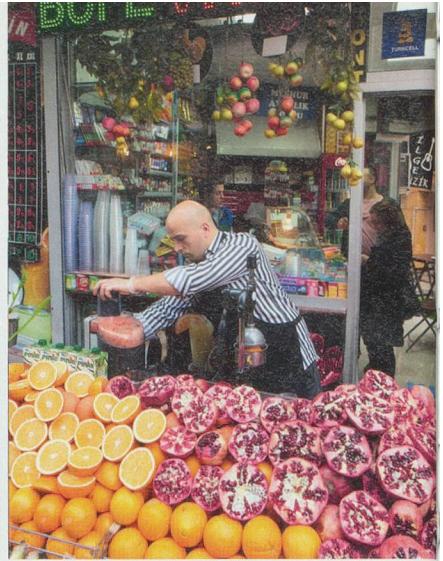
caravansérails envoient les chasseurs d'images. Mais quand les odeurs orientales et méditerranéennes envoûte définitivement le voyageur.



Ortaköy est devenu un des lieux les plus branchés de la capitale turque. Sur les rives du Bosphore qui relie la mer Noire aux mers chaudes de Marmara et de la Méditerranée, ce quartier est situé au carrefour de la modernité et de la tradition ottomane. Pas étonnant que le premier pont à relier l'Europe et l'Asie ait été placé ici.



Les sympathiques *meyhanes*, la version stambouliote des bars à tapas, sont prises d'assaut chaque soir.



Grenades, oranges... Sitôt choisies, sitôt pressées.

La nuit commence à peine à tomber sur Istanbul. L'Occident flamboie de ses derniers feux que déjà les étoiles illuminent le bleu profond de l'Orient. Serein, maître des lieux, le Bosphore apaise les températures. Assis à une terrasse, le voyageur s'avoue conquis. Repu d'images et d'odeurs, comblé par les merveilles de Constantinople et de Byzance, son palais est à son tour pris d'assaut par les mille et une merveilles de la gastronomie turque. L'aventure ne fait que commencer...

A cheval entre Europe et Asie, Istanbul la tentaculaire est la seule capitale à marier si harmonieusement cultures islamique et européenne. Sainte-Sophie et Sultanhammet, la mosquée bleue, se font face pour mieux imprimer l'espace de leur majesté. Fièrement dressée, la Tour de Galata, appelée la Tour du Christ par ses constructeurs génois, se marie par delà la Corne d'Or aux voûtes féminines de Süleymanye, la mosquée chef-d'œuvre de Sinan. Quant au chant des muezzins, il se confond parfois avec le brouhaha des nouveaux quartiers piquetés de gratte-ciels, minarets modernes érigés en l'honneur du dieu dollar.

Dans les rues, les Stambouliotes à foulard coloré croisent aussi bien des touristes en short que des femmes en tchador noir, venues des Emirats arabes pour s'étonner aux frissons de la modernité. Et partout, dans tous les coins et recoins des restaurants de luxe ou des gargotes, des marchands ambulants ou des salons de thé et pâtisseries. Car Istanbul, aux carrefours des civilisations, a su marier avec délectation les saveurs et produits de toutes ses histoires passées.

Dans la fraîcheur des citerne

La cuisine turque a hérité des saveurs asiatiques, orientales et méditerranéennes. Des migrations d'Asie centrale, elle a gardé le goût du yaourt ou de la *yufka*, cette pâte feuilletée à la base du *baklava* et des *börek*. Du Proche-Orient, elle a su préserver la fraîcheur des *mezze* et des taboulés, ainsi que la saveur de l'*humus*, la purée de pois chiche.

Sur la presqu'île historique d'Eminönü, les vanciers, toutes nationalités confondues, se pressent aux portes des plus grands monuments. Là, les restaurants proposent des menus insipides, communs

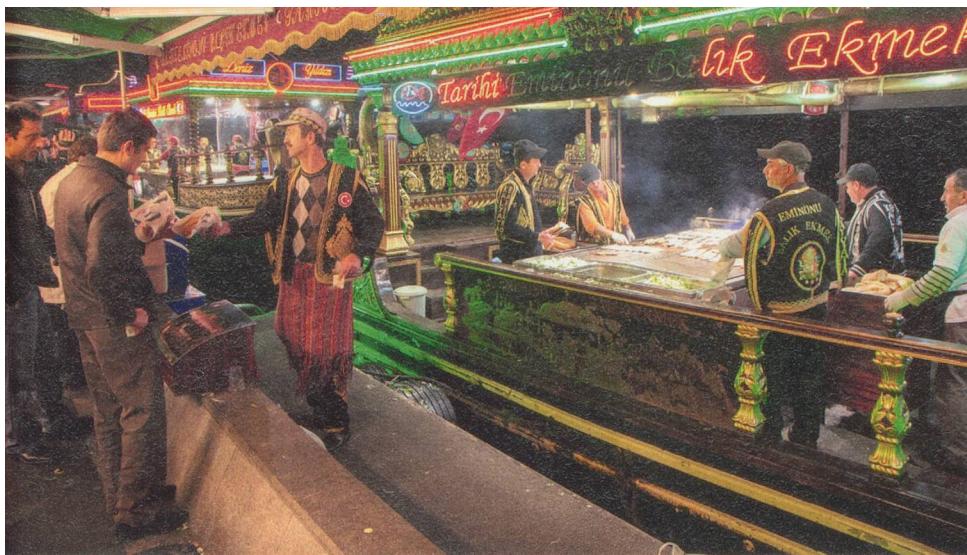
à toutes les villégiatures. Mais l'espoir n'est pas perdu de trouver le bon plan. Certains cuisiniers ou rotisseurs sont capables de vous emmener jusqu'au septième... étage de leur immeuble pour déguster leurs kebabs, le nez dans le ciel, avec vue sur Sultanahmet. Ou alors, ils vous guident dans les tréfonds d'anciennes citernes byzantines. Là, dans la fraîcheur de ces réservoirs désaffectés, les plats les plus variés et délicieux se marient aux sons envoûtants qui se réverbèrent contre les parois millénaires. Tous les sens sont en émoi.

En contrebas d'Eminönü, sur les quais de Kumkapi, le long de la mer de Marmara, le petit peuple d'Istanbul se réunit tous les soirs. On y joue au foot, au volley; on y danse; on y fait de la musique. D'innombrables pêcheurs lancent leurs lignes en quête de sardines. Les feux et les grillades crépitent de partout. L'humeur est à la fête. De loin en loin, des dizaines de bouteilles vides se dressent sur les rochers. Pour leur régler un sort définitif, des marchands forains proposent carabines et pistolets à plomb. C'est là, à quelques encablures, que se trouve le marché aux poissons. Offerte au regard des gourmets, la pêche du jour dévoile calamars, moules et crevettes, mais aussi rougets, turbots, merlus ou rascasse.

Chaque quartier d'Istanbul a ses particularités. A chacun de les parcourir selon ses goûts, son sens de la fête ou plus prosaïquement son budget. Ceux qui ne comptent pas et raffolent d'ambiances colorées et de musique savent que les derniers lieux branchés se trouvent dans le quartier de Pera, entre la place Taksim et la Tour de Galata. C'est ici qu'on embarque dans le monde des *meyhanes*. Ces bars restaurants traditionnels remontent à la période byzantine. Ils étaient tombés en désuétude. Désormais, ils retrouvent une seconde jeunesse endiablée.

Le mot a des origines perses: *mey* veut dire vin, *hane* signifie maison. Tout un programme. Aujourd'hui, le raki a remplacé le vin. Dans une ambiance très espagnole, on y sert des tapas locales dégustées avec du melon. Tous les plats sont sur les tables, chacun se sert, partage, rit aux éclats.

De l'autre côté du Bosphore, Usküdar est le plus ancien faubourg résidentiel d'Istanbul. Depuis l'Asie,



Frais mon poisson! Une petite faim? Rien de plus agréable qu'un sandwich poisson grillé à la minute.



Istanbul est indissociable des épices et de leurs odeurs.

la vue sur Topkapi et les mosquées qui découpent l'horizon y est unique. Un autre continent. Une tout autre ambiance. Loin de la cité interlope, le quartier fleure bon l'Anatolie, une Turquie profonde, moderne, mais plus calme.

Des parfums de la mer Noire

Ici les restaurants, les *lokantasis*, n'ont que faire des décors clinquants ou pompeux. Seules priment la qualité et l'efficacité. A côté d'une Migros, avatar de notre coopérative orange, on découvre la *Kamaal lokantasi*. Il ne faut pas s'y tromper, sous ses airs de cantine, les plats qui s'y dégustent sont juste succulents. Et quel choix! Toutes les spécialités sont disponibles: entrées, hors-d'œuvre, soupes, brochettes, viandes, desserts... Et avec le débit imposé par la clientèle, nul doute que les aliments sont de première fraîcheur.

Décrire ces mets aussi simples que délicieux prendrait trop de temps. Mais comment résister à la multitude de sucreries, crèmes, pâtisseries, baklavas, glaces ou autres yaourts qui s'offrent au dessert. Juste deux propositions aussi surprenantes qu'originales. D'abord, le *tavuk gögsü*, le pouding à base de volaille. Vous avez bien lu, cette spécialité connue depuis la Rome antique se compose de blanc de poulet, de riz au lait, de sucre et de cannelle. Etonnamment bon.

Et puis pour finir ces flâneries gustatives, rien ne vaut le *kaymak*, la crème de buffle. Une spécialité des abords de la mer Noire à l'arôme crémeux, aussi subtil que riche. Il est servi tant au petit déjeuner avec du pain et du miel qu'en dessert pour napper généreusement crêpes ou *baklavas*. Un conseil: oubliez le temps d'une dégustation vos soucis de cholestérol et partez définitivement à l'aventure de tous ces goûts et saveurs.

Jean-A. Luque

Glace aux «testicules de renard»

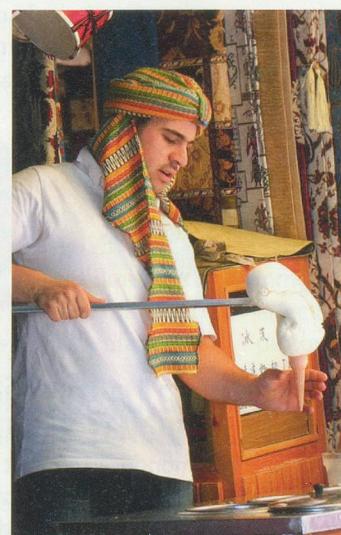
Ne vous étonnez pas à Istanbul si de nombreux hommes font la file devant les glaciers traditionnels. En effet, ils raffolent d'un dessert à ne manquer sous aucun prétexte: la Maras dondurması, la glace de Maras connue aussi sous le nom de glace aux «testicules de renard». Ce dessert confectionné à partir de lait, de sucre et de salep, des bulbes d'orchidée sauvage, a la réputation d'être un puissant aphrodisiaque. Irrésistible.

De prime abord, cette pâte glacée ressemble à une glace vanille. Mais sa texture est particulièrement onctueuse, presque gommeuse, et son arôme légèrement sucré dégage des saveurs

sauvages de noix.

Rassurez-vous, il n'y a nulle trace de testicules dans sa composition. En fait, le mot salep vient de l'arabe saleb qui fait référence aux attributs du renard. Les paires de bulbes d'orchidées sauvages qui sont ramassées une à une par les villageois de la province de Maras, dans les contreforts du plateau anatolien, ont en effet une forme ovoïde présentant des ressemblances frappantes avec l'anatomie masculine.

La fabrication de cette glace remonte à trois siècles. Mais la réputation des bulbes d'orchidées était déjà connue des Grecs anciens. Avant même de s'inté-



Bumihills

resser aux fleurs, ils consommaient les bulbes pour leurs effets érotiques. D'ailleurs en grec, orchis signifie simplement testicule.

J.-A. L.

Le Club

Dégustez les saveurs d'Istanbul, notre offre en page 79.