



## JQuiz

**1** Comment appelle-t-on les habitants de Jérusalem ?

- Les Jérusalmites
- Les Yérouchalimois
- Les Hiérosolomitains

**2** 2/ Dans quel sport trouve-t-on l'équipe « Israel Start-Up Nation » ?

- Cyclisme
- Hand-ball
- Beach-volley

**3** 3/ Quelle série américaine est tirée de la série israélienne Hatufim ?

- Homeland
- The walking dead
- Games of Thrones

**4** 4/ Combien d'années Joseph Haïm Sitruk a-t-il occupé le poste de grand rabbin de France ?

- 14 ans
- 18 ans
- 21 ans

**5** Qui a écrit la bande dessinée *Lucky Luke, la Terre promise* ?

- Joann Sfar
- Jul
- Xavier Metoudi

**6** Qui est l'aîné des 12 enfants de Yaacov (représentant les 12 tribus) ?

- Levy
- Reouven
- Chimon

**7** Parmi ces pays, un seul n'est pas frontalier avec Israël. Lequel ?

- Syrie
- Libye
- Jordanie

**8** Si nous vous invitons à manger un Rugelach, qu'allez-vous déguster ?

- Un croissant au chocolat
- Un ragoût d'agneau aux carottes
- Un plat à base de patates douces

## RECETTE

# Le couscous au poisson de Josette



## Ingrédients Pour 8 personnes

2 gros oignons  
1 tomate  
Epices : sel, poivre, cumin, poivre rouge, fenouil en poudre, boutons de rose, 1 botte de coriandre, 1 botte de persil  
4 carottes  
4 courgettes  
1 tranche de courge moyenne  
500 g de pois chiches  
Pulpe de tomates  
1 kg de poisson (tranches ou filets de mérrou, ou autre poisson)  
1 tête de poisson

Pour les boulettes :  
1 kg de filets de merlan  
1 œuf  
1 oignon  
Mie de pain (équivalent d'une baguette)

Pour le couscous  
1 kilo de semoule + huile et sel  
Verser un verre de semoule pour un verre d'eau bouillante et couvrir 5 mn

1 zeste de citron vert, voire des raisins marinés



## Préparation

### Le bouillon :

Faire revenir 1 oignon haché et une tomate dans un peu d'huile

Rajouter l'eau, les épices (sel, poivre rouge, cumin), 1 tête de poisson enroulée dans une gaze

Puis, ajouter les légumes : carottes, courgettes, courge, et pois chiches (Maman mettait des fèves qu'elle laissait tremper la veille, le « fowl », moi j'ai « algérianisé » avec les pois chiches)

### Le poisson :

Cuire au four les tranches ou filets de mérrou en sauce rouge (huile, pulpe de tomates, poivre rouge, sel, poivre, fenouil en poudre)

### Les boulettes (qu'il vaut mieux préparer la veille) :

Mélanger les filets de merlan à peine cuits au micro-ondes hachés, la mie de pain trempée et essorée, l'oignon, les herbes et épices hachés : persil, coriandre, sel, poivre, boutons de rose, fenouil et un œuf.

Former les boulettes avec les mains humides et les faire frire

Au moment de la préparation du plat complet, faire chauffer les boulettes en les arrosant avec le bouillon et ajouter la semoule cuite

Bon appétit !

La transmission d'un patrimoine culinaire à travers quatre générations de femmes « wizeennes » : c'est la belle idée du livre *La cuisine en héritage*, écrit par les femmes de la Wizo pour célébrer les 100 ans de leur organisation.

Ce livre réunit plus de 180 recettes de toutes origines. Un livre de la Diaspora, imprégné de l'origine des familles, avec des témoignages, de l'émotion, de la transmission et de l'amour.

Recettes de fêtes ou du quotidien, elles nous invitent à ces grandes tables familiales que nous connaissons. On y retrouve l'esprit « balagan » (désordre, en hébreu) propre à la culture juive qui génère parfois de la cacophonie (allez choisir parmi les six différentes recettes de hallot proposées !), mais qui est aussi une source de générosité, de discussion et de créativité.

Ces femmes « wizeennes » qui ont pour seule action de protéger la jeunesse, donner accès à l'éducation et soutenir le statut des femmes ont réalisé avec bonheur ce premier livre associatif. Quelle fierté pour leur présidente Diana-Paola Lévy d'avoir vécu cette passion qui nous unit et nous réunit autour de la table, de nos valeurs et des nôtres !

Pour vous mettre en appétit, voici une recette extraite du livre, dont le style « parlé » nous fait pénétrer immédiatement dans la cuisine et le cœur des cuisinières. Quel plaisir ! Nous vous proposons ici le couscous au poisson de Josette, d'autres recettes suivront dans les prochaines semaines. Bonne dégustation !

« La cuisine en héritage »

133 pages,  
30€

En vente sur le site wizo.fr



## TIKOUN OLAM



Par Jean-François Strouf

Président de l'association « Judaïqual - Réparons le monde » [www.judaiqual.org](http://www.judaiqual.org)  
[reparonslemonde@gmail.com](mailto:reparonslemonde@gmail.com)

## Un institut dans le désert

Lors de sa mission en Israël, le bateau français Energy Observer, « ambassadeur du développement durable », a fait connaître au public un institut pas comme les autres. Au Kibboutz Ketura, dans le désert de la Arava, se situe l'institut Arava des études environnementales, le plus en pointe en Israël en matière de solutions écologiques. Dans ce climat très aride, les étudiants (qui viennent du monde entier mais aussi des régions les plus voisines d'Israël) sont confrontés sur le terrain aux situations les plus difficiles en matière d'énergies renouvelables, de gestion de l'eau, d'agriculture durable, de l'organisation du leadership environnemental, etc. La plupart des établissements d'enseignement des États occidentaux sont focalisés sur la nécessité d'organiser la transition énergétique.



L'institut Arava, quant à lui, met aussi l'accent sur des communautés humaines qui ne sont, à ce jour, ni reliées à un réseau électrique, ni à un réseau d'eau potable.

L'institut offre donc des solutions directement utilisables dans la coopération locale, notamment entre chercheurs israéliens et jordaniens, ainsi que dans des pays qui ont des pans entiers de leur territoire non encore reliés. À côté d'un enseignement théorique, le terrain est particulièrement propice à des groupes de travail, tels que celui du « Centre d'adaptation au changement climatique ».