

## Recette LA SOUPE DE L'INDEPENDANCE (SOUP JOUMOU)

Cette soupe est devenue populaire lorsque, à l'occasion du 1<sup>e</sup> janvier 1804, Marie Claire Heureuse Félicité Bonheur Dessalines, se souciant de la santé de la population récemment libérée, invita toutes celles qui en avaient les moyens de la préparer dans d'immenses barils en bois placés aux carrefours des grands chemins et d'en servir à tous ceux qui en voudraient. Ce, de l'apparition à la disparition de la lumière du jour, du 1<sup>e</sup> au 7 janvier. La Félicité, comme elle était affectueusement dénommée dans la région de l'Artibonite, proposait cette soupe comme un repas nourricier bourré d'éléments capables de préserver le niveau nutritif de nos corps. Afin de nous protéger, en particulier, contre les infections du système respiratoire. La recette de Claire Heureuse la nomma la Soupe de l'Indépendance. Elle insista pour qu'elle soit la soupe de l'indépendance, elle doit être partagée. Sa recette n'incluait point de viande.



2 livres de pumkin (journou)  
1 livre de chou vert  
5 à 7 tiges de céleri  
3 bâton de poireau  
1 bouquet d'orrole  
3 à 7 dents d'ail  
3 navets moyens  
8 grosses pommes de terre  
2 mirliton  
5 grosses carottes  
2 malanga /igname blanc (Bozo)  
2 gros oignons  
3 clous de girofle cousus dans chaque oignon  
1 poivron entier  
1 grande cuillerée de jus de citron  
1 botte entière de persil, à ajouter plus tard, après avoir éteint le feu  
(1/4 livre vermicelles/macaroni)

Remove vegetables once cooked. Once the meat is cooked, add pumkin, celery, leek, garlic, sorrel; allow to cool, then crush well and strainer after cooking. Return this colored liquid to the heat, add the other vegetables except the leaves: parsley, losey. When everything is half cooked, add the pasta, a little later, the sweet pepper. When the soup is ready, turn off the heat and add the lemon juice, mix well then, place the parsley bouquet and cover. Leave well covered for at least 15 minutes.

KOMITE SOUP LENDEPANDANS (KSL) at FONDASYON FELICITEE, Ayiti  
Tel : 509 22.48-22.38 ; 29 40 08 69 ; [hetherou6@gmail.com](mailto:hetherou6@gmail.com)  
[www.fondasyonfelicitee.com](http://www.fondasyonfelicitee.com); Instagram@bayyinhbello

\*La Félicité n'utilisait pas de viande dans sa recette.

8 Novembre 2019