# Cuisine : Quelle est l’origine du couscous ?

**Bibliothèque de l’Institut du monde arabe – notre réponse du 11/02/2019.**



By Iasalarzai – Own work, CC BY-SA 4.0,

« L’invention » du couscous est difficile à dater précisément et divise les historiens.
Ce qui semble le plus communément admis c’est que ce plat est d’origine berbère (**couscous = seksu en berbère**) et existait dès l’antiquité, bien avant l’arrivée des arabo-musulmans en Afrique du Nord.

Rappelons que les pays du Maghreb et surtout la Numidie (Algérie actuelle) constituaient le grenier à blé de la Rome antique, ce qui fait dire à certains que l’origine de la semoule et du coucous daterait de la période romaine.

« L’invention » du couscous est difficile à dater précisément et divise les historiens.
Ce qui semble le plus communément admis c’est que ce plat est d’origine berbère (**couscous = seksu en berbère**) et existait dès l’antiquité, bien avant l’arrivée des arabo-musulmans en Afrique du Nord.

Rappelons que les pays du Maghreb et surtout la Numidie (Algérie actuelle) constituaient le grenier à blé de la Rome antique, ce qui fait dire à certains que l'origine de la semoule et du coucous daterait de la période romaine.

L'historienne culinaire Lucie Bolens décrit des pots primitifs de couscous trouvés dans des tombes qui remontent au règne du roi berbère Massinissa, c'est-à-dire entre 238 et 149 avant Jésus-Christ.
Les berbères, premiers habitants de cette région, seraient donc les inventeurs de la technique de la cuisson à la vapeur de la semoule de blé et d'orge, qui donne le plat de couscous.

Sorti ensuite de son berceau d'origine le couscous se répandit dans d'autres régions du monde, de l'Afrique au sud du Sahara jusqu'en Andalousie musulmane, puis en Europe. Rabelais est le plus ancien écrivain à parler du couscous (surnommé « couscoussou ») dans son roman Pantagruel de 1532.

**Sources :**
**Blog Kabylie-Djurdjura** : histoire ancestrale d'un grain magique
**Extrait :**
« *Le couscous (en berbère seksu) est le plat de référence des habitants de l'Afrique du Nord. C'est aussi leur plus grande et plus belle création culinaire. Les Amazigh furent les premiers à faire cuire à la vapeur les semoules de blé et d'orge. Le couscous dont l'invention remonte vraisemblablement à la fin de la période romaine, n'est mentionné que vers la fin du VIII ème siècle par les auteurs musulmans qui firent l'éloge de ses qualités nutritives et médicales. Il parvient à sortir des frontières et à être prisé selon Rabelais dès le XVIème siècle sous le nom de Coscoton à la moresque. Ce n'est qu'avec l'arrivée des Hafsides que le nom de couscous est évoqué.* »

## Ouvrages sur le coucous

**Le livre du couscous**
Fatéma Hal, Éditions Stock, 2000.

**Manger au Maghreb**
Mohamed Oubahli, Éditions Presses Univ. du Mirail, 2006.
*Approche pluridisciplinaire des pratiques de table en Méditerranée du Moyen-Âge à nos jours*.

## Sur la même thématique

- *Cuisine : Quelle est la différence entre la graine de couscous et la semoule ?*

Eurêkoi – Bibliothèque de l'Institut du monde arabe