

**« Atṭayr»¹ (Les Oiseaux) dans
l'œuvre nutrithérapeutique
D'Isāac Ben Solomon Al Isrā īlī
« Al adwiyah wa-l aġḍiyah»**

Sanae Dahrouch & Ahmed Aarab

Faculté des Sciences et Techniques de
Tanger.
Equipe de recherche en Biotechnologies
et en Génie des Biomolécules

Résumé :

Dans le chapitre consacré aux oiseaux, l'auteur étudie, ce groupe alimentaire et décrit avec détails, aussi bien les individus qui le composent, que les facteurs intrinsèques et extrinsèques, qui influencent selon lui, la qualité nutritionnelle de leur chair.

Dans cet étude, aussi bien la conceptualisation de l'auteur, que son traitement des données et ses conclusions et interprétations, suivent, le long du chapitre, le même *modus operandi* que dans tous les autres chapitres de l'œuvre, et se modèlent suivant les idées Hippocratiques, Galéniques et Dioscoridiennes, sur l'apport nutritionnel, la digestibilité, la pénétration dans les organes du consommateur et la transformation en sang des aliments, pris comme indicateur de leur qualité nutritionnelle.

1. Généralités :

L'auteur introduit le chapitre consacré aux *ṭayr* (Oiseaux), par une citation d'Hippocrate, dans laquelle le médecin grec avait comparé les oiseaux avec le Bétail et avait affirmé que « *La chair des oiseaux est moins nutritive que celle du bétail car elle*

¹الطير.

en est plus adoucissante, plus rapidement digestible et moins persistantes dans les organes ».

أما الطير فهو في جملته، بالإضافة إلى لحم المواشي، أقل غذاء كثيرا لأنه أنطف وأسرع انهضاما، وأقل لبثا في الأعضاء"

Il souligne ensuite qu'en effet, la viande des oiseaux est moins humide, moins visqueuse et mieux digestible que celle du bétail, mais qu'elle en est beaucoup moins nutritive et moins rassasiante, à cause de son action « adoucissante » intense, de sa rapide dissolution et de son court séjour dans les organes.

2. Facteurs de variabilité de la qualité nutritionnelle de la chair des oiseaux :

L'auteur décrit plusieurs facteurs, aussi bien intrinsèques qu'extrinsèques, qui influencent selon lui, la qualité nutritionnelle de la viande des oiseaux, comme leur nature et humeur, leur âge, leur sexe et leur corpulence, ainsi que leur mode d'élevage et les actions et effets de leur chair.

2.1. Mode d'élevage :

L'auteur affirme que la viande d'un « oiseau sauvage » est toujours plus sèche et mieux digeste, grâce à la perpétuelle activité et à la sécheresse de l'air que respire ce dernier, que celle des « oiseaux domestiqués »², et ajoute que celle de l'oiseau domestiqué, en est – bien que plus rassasiante - plus humide, plus épaisse, plus indigeste, et de moindre qualité à cause de son embonpoint et de sa sédentarité.

2.2. Les différentes humeurs des « Oiseaux » :

²L'auteur désigne par oiseaux domestiqué, les volailles.

La nutritivité, la digestibilité, la « Pénétrabilité dans les vaisseaux » et la « Transformation en sang »³ de la chair d'oiseau, dépendent grandement selon l'auteur, de son humeur, et décrit cinq types d'oiseaux selon ce critère :

- Oiseaux à humeur « équilibrée », comme le coq ou la poule.
- Oiseaux à humeur « déviée vers la froidure », comme le Francolin et les coquelets.
- Oiseaux à humeur « chaude et sèche », comme les alouettes ou les moineaux.
- Oiseaux à humeur « très sèche », comme les tourterelles, les perdrix, et les pterocles.
- Oiseaux à humeur « très humide », comme les canardset les autruches.

L'auteur déclare ensuite, qu'au sein d'une même espèce d'oiseaux, le type « sauvage » est toujours d'humeur plus chaude et plus sèche que le « domestiqué », élevé et engraisé dans les fermes et les basses cours. Il ajoute qu'aussi, l'humeur d'un oiseau « femelle » - surtout si elle est pondeuse - est toujours moins chaude et plus humide que celle du mâle.

2.3. L'Age de l'oiseau :

La viande d'un oiseau en bas âge est toujours, selon l'auteur, plus humide que celle d'un oiseau plus âgé. Il ajoute qu'aussi, si l'oiseau appartient à une espèce d'humeur sèche et chaude, sa viande serait donc selon l'auteur, meilleure, lorsqu'il est en bas âge. Par contre, s'il est d'humeur humide et froide, sa

³Ces caractéristiques sont, le long de l'œuvre, évoquées par l'auteur comme principaux indicateurs de la qualité d'un aliment.

viande s'améliore et devient plus sèche et plus chaude lorsqu'il devient plus âgé.

2.4. La corpulence de l'oiseau :

L'auteur associe la carrure de l'oiseau avec son humeur, et affirme que la chair d'un oiseau d'humeur humide, est meilleure lorsqu'il est maigre, alors que la chair d'un oiseau d'humeur sèche est meilleure lorsqu'il est dodu et engraisé, car la graisse atténuerait - selon lui - sa sécheresse, et équilibrerait son humeur.

L'auteur ajoute qu'à la différence des autres critères, celui-ci varie suivant les saisons, et explique que certains oiseaux, comme les francolins et les merles, grossissent plus en hiver et en printemps, et leur chair devienne donc selon lui, plus nutritive et plus savoureuse. Autres espèces, comme les cailles ou les gaies lancéolées, grossissent et s'engraissent plus selon l'auteur, en été et en automne, et leur viande devienne plus nutritive et plus savoureuse durant ces saisons.

2.5. L'action de la viande de l'oiseau :

L'action « adoucissante » ou « épaississante » - sur les aliments antérieurement consommés durant le processus de la digestion - de la chair d'un oiseau, dépend selon l'auteur, de l'espèce de l'oiseau considérée. Il décrit quatre types :

- Oiseaux dont la chair est « très adoucissante », comme celles des merles et de francolins.
- Oiseaux dont la chair est « moyennement adoucissante », comme celles des gélinoites et des poulets de chairs.

- Oiseaux dont la chair est « peu adoucissante », comme celles des tourterelles et des tétaras.

- Oiseaux dont la chair est « épaisissante », comme celles des grues et des paons.

3. Examen des parties et des organes des « Oiseaux » :

L'auteur passe ensuite à l'examen des parties et des organes des oiseaux suivant leur qualité nutritionnelle et digestibilité, et affirme que celles-ci varient - au sein d'un même oiseau - d'une partie à une autre selon trois critères :

La dureté et la tendreté : L'auteur distingue selon ce critère, les parties « dures et fibreuses », et donne comme exemple, la peau et les viscères ; les parties « tendres et molles », et donne comme exemple, la graisse et la cervelle ; et enfin, les parties de « dureté moyenne », et donne comme exemple, les cuisses.

La mobilité : Selon ce critère, l'auteur distingue les parties « très mobiles », et donne comme exemple, les ailes, le cou et les pilons, qu'il décrit comme tendres, digestibles, très savoureuses et assez nutritives ; les parties « peu mobiles », et il donne comme exemple, les épaules et les côtes qui sont selon lui, savoureuse et nutritives, mais moins tendres que les précédentes ; et enfin, les parties « immobiles », qu'il décrit comme immangeables et sans aucun intérêt nutritionnel, et il donne comme exemple, les viscères.

L'emplacement : L'auteur décrit selon ce critère, deux types de quartiers dans le corps de l'oiseau, suivant leur proximité - ou éloignement - de son cœur, qu'il désigne par « source de la chaleur instinctive » :

-Les parties « proches du cœur » : L'auteur donne comme exemple, la poitrine, et affirme que ces parties sont peu grasses, peu humides et peu savoureuses, à cause de leur texture fibreuse qui résulte selon lui, de l'action dessicative qu'exerce le cœur sur elles, et à cause de l'absence d'un os protecteur.

-Les parties « éloignées du cœur » : Il donne comme exemple, le bassin et les cuisses, et les décrit comme savoureuses et engraisées, grâce à leur éloignement de l'action dessicative qui résulte de la chaleur qui émane du cœur, et aussi grâce à leur ossature épaisse, qui les protège selon lui, desdites chaleur et de l'action dessicative.

L'auteur affirme ensuite que, grâce à sa texture non fibreuse et peu innervée, et aussi à l'activité perpétuelle qui lui procure selon lui, la tendreté et la digestibilité, la viande des cuisses est meilleure que celles de tous les autres quartiers du corps d'un oiseau.

4. Examen de quelques types d'oiseaux :

L'auteur étudie par la suite, les espèces d'oiseaux les plus couramment consommées, et décrit leur qualité nutritionnelle, leur digestibilité, ainsi que leurs vertus médicinales.

- **Les poulets de chairs⁴, les poules et les coqs :**

Selon l'auteur, la chair des poulets de chair est la plus digeste et la plus nutritive de toutes les autres espèces d'oiseaux « domestiques », et la décrit comme orexigène et laxative, et affirme qu'elle produit un sang de bonne qualité, « équilibre »

⁴الفرايح

l'humeur, évacue la bile et arrête la diarrhée bileuse, surtout si l'oiseau est un mâle, jeune et dodu.

La chair des poules est selon l'auteur, plus humide, plus épaisse et moins digeste que celle des poulets de chair, mais qu'elle en est aussi – selon lui - plus nutritive, et plus abondante.

La chair des coqs est selon l'auteur, plus épaisse, moins humide et moins digeste que celle des poules. Il précise que la chair d'un coq âgé, bien qu'elle soit aussi indigeste et difficilement transitée que celle du coq jeune, est néanmoins, plus tendre et plus molle. La chair du vieux coq, cuite dans une eau très salée, offre selon l'auteur, un jus très laxatif, car elle devient - selon lui - coupante et acrimonieuse, surtout lorsqu'on lui ajoute quelques grains du carthame, d'aneth ou du cumin. Cuite avec le polypode et le crambe maritime, la chair du vieux coq, ainsi que sa sauce, provoqueront selon lui, une diarrhée flegmatique, qui évacue les résidus épais et atrabileux, et guérit l'asthme et les fièvres durables et périodiques.

L'auteur cite par la suite les vertus médicinales des coqs, des poules et des poulets de chair, et affirme que leur sang, appliqué sur le front et les tempes, guérit les céphalées, que leur cervelle guérit les morsures de vermines, que leur graisse guérit les douleurs de l'utérus et dissout ses tumeurs, et que leurs crottins, mélangés avec le vinaigre ou avec le *Sakanjabine*, guérissent - selon lui - l'empoisonnement par les champignons toxiques et l'inflammation du colon.

- **Les coquelets et les pigeons⁵:**

L'auteur affirme que les coquelets jeunes, à côté de leur humeur chaude, renferment une « humidité résiduelle » qui épaisse et durcit leur chair, mais que celle-ci disparaît lorsque le coquelet atteint l'âge adulte, et sa chair devient alors selon lui, plus légère et plus tendre. L'auteur affirme ensuite que la chair des coquelets est plus convenable aux personnes d'humeur flegmatique et équilibrée qu'à celles d'humeur chaude.

- **Les alouettes⁶ :**

L'auteur formule la polémique soulevée sur l'effet sur le transit de la chair des alouettes, et explique que, bien que certains « anciens » l'aient décrit comme constipante, Dioscoride avait toujours affirmé qu'elle est laxative, surtout si elle est grillée. Il ajoute que Galien n'avait, ni confirmé ni infirmé cet effet, mais avait simplement indiqué que la chair des coquelets devient laxative lorsqu'elle est consommée avec sa sauce. L'auteur conclut que la chair des alouettes est constipante, et que sa sauce est laxative.

L'auteur donne ensuite une classification des espèces d'oiseaux les plus couramment consommés selon lui, suivant la qualité nutritionnelle de leurs chairs, et de sa convenance à la consommation humaine, et affirme que les coqs⁷, les poules⁸,

⁵ الفراخ والحمام

⁶ القنابر

⁷ الديوك

⁸ الدجاج

les poulets de chair⁹, les Tétras¹⁰ et les perdreaux¹¹, sont les oiseaux les plus appropriés à la consommation, grâce à leurs humeurs harmonieuses avec celles des personnes. Viennent ensuite – toujours selon la classification de l’auteur - les gangas¹², le francolin¹³, le faisan¹⁴ et le passereau dodu¹⁵, dont la chair est selon lui, de moindre qualité, mais aussi digestible et nutritive. A la fin de la liste, l’auteur cite en premier, les colombes¹⁶ et les tourterelles¹⁷, dont la chair est selon lui, très sèche et de mauvaise qualité, puis les grues¹⁸ les oies¹⁹, les canards – surtout du type « *Khachenkar* »²⁰ -, les autruches²¹, les pigeonneaux engraisés²², et les paons²³, qui sont selon l’auteur, les oiseaux les moins appréciés et les moins recommandés pour la consommation, à cause de leur chair épaisse, dure, indigeste, fétide et très peu nutritive.

⁹ الفرائج

¹⁰ الطهيوچ

¹¹ فراخ الحجل

¹² القطا

¹³ الدراج

¹⁴ التدرج

¹⁵ الشحرور في غاية السمن

¹⁶ الورشا

¹⁷ الفواخت

¹⁸ الكركي

¹⁹ البيط

²⁰ البط المعروف بالخشنكار

²¹ النعام

²² فراخ الحمام المسمنة

²³ الطواويس

A la marge de sa liste descriptive de la qualité nutritionnelle des oiseaux, l'auteur ajoute les moineaux²⁴ et les locustes²⁵ - qu'il étudie comme une espèce d'oiseaux -, dont la chair est selon lui, très chaude, très sèche et très peu nutritive, et affirme qu'elle altère le sang, et le transforme en atrabile.

5. Examen de quelques quartiers dans le corps d'un oiseau :

L'auteur passe ensuite à l'examen des différents quartiers dans le corps d'un oiseau, et commence par une citation Galénique : « Selon Galien, le « rapport » entre les entrailles des oiseaux et leur viande, est le même que celui entre les entrailles du bétail et sa viande ».

قال جالينوس أن نسبة أحشاء الطير إلى لحمه كنسبة أحشاء المواشي إلى لحمها

Dans cette étude, l'auteur examine non seulement les entrailles des oiseaux, mais aussi leurs parties et organes les plus consommés. Le bassin est selon lui, gras et savoureux, grâce à son distancement du cœur, et aussi grâce à la porosité de son os, qui permet selon l'auteur, la concentration de la graisse dans la chair.

Les pilons sont selon l'auteur, très savoureux et très nutritifs, grâce à leur mobilité, et aussi à la texture « musculaire et très peu innervée »²⁶ de leur chair.

Les ailes sont selon l'auteur, plus digestes et plus nutritives que toutes les autres parties, grâce à leur intense activité, qui réduit

²⁴ العصافير

²⁵ الجراد

²⁶ لحم عضلي قليل العصب

selon lui, leur humidité et leur épaissement, et ajoute que celles des oiseaux jeunes et dodus, sont meilleures que celles des oiseaux maigres et âgés, grâce à leur chaleur instinctive plus élevée.

Le cou des oiseaux est selon l'auteur, tendre et très digeste, grâce à sa grande mobilité, et aux frottements perpétuels des vertèbres sur sa chair.

La cervelle des oiseaux est selon l'auteur, plus nutritive et savoureuse - malgré sa taille plus petite - que celle du bétail, et en est aussi, moins humide, moins visqueuse et moins rapidement putrescible. Il ajoute que la cervelle de l'oiseau sauvage est mieux digeste et plus nutritive que celle de l'oiseau domestique, grâce à son humidité et viscosité moins abondantes, qui font qu'elle soit moins nauséuse et émétique. Il affirme enfin que la meilleure cervelle est celle des coquelets et des perdrix.

Les testicules des oiseaux sont selon l'auteur, plus nutritifs et plus facilement digestibles que ceux du bétail, surtout ceux des coqs, meilleures selon l'auteur, que ceux de tous les autres oiseaux.

L'auteur décrit le gésier des oiseaux comme épais et indigeste chez toutes les espèces, et ajoute qu'il devient toutefois, très nutritif et très rassasiant après sa digestion. L'auteur souligne que la croûte du gésier est non consommable, mais qu'elle possède plusieurs vertus médicinales, comme la fortification de la vessie et l'arrêt de l'incontinence. Le meilleur gésier est selon l'auteur, celui des oies et des poules.

Le foie est selon l'auteur, très épais et très indigeste chez tous les oiseaux, mais il souligne que toutefois, celui des oies et des poules est très savoureux, digeste et bien transité, surtout, précise-t-il, celles qu'on nourrit avec du lait et du jus des figues cuites.

Enfin, les tripes des oiseaux sont selon l'auteur, très peu nutritifs, sauf ceux des oies et des poules, qui sont selon lui, un peu plus humides et plus nutritifs que les autres.

Analyse et discussion:

Tout le long du chapitre, l'auteur compare la chair des oiseaux à la viande du bétail, et la décrit comme « moins épaisse, moins humide et moins rassasiant » que celle-ci, vu que, dans l'œuvre originale, le chapitre sur le « Bétail », dans lequel il décrit sa viande comme généralement « épaisse, humide et indigeste, mais nutritive et bourrative », précède celui sur les « Oiseaux ». Ces caractéristiques que l'auteur a attribuées à la chair des oiseaux sont, en grande partie, associées à sa teneur en graisse, beaucoup plus réduite que celle de la viande du bétail. En effet, la différence – assez grande - de la teneur moyenne en lipides, entre la chair des volailles et de celle du Bétail, a été illustrée par l'équipe de Favier au cours de leurs travaux sur l'aviculture, puis résumée dans le tableau suivant :

	Bœuf (Flanc)	Veau (Rouelle)	Agneau (Gigot)	Poulet	Dinde	Canard
Lipides (en g)	13	9	16	2,7	1,9	3

Valeur énergétique et composition lipidique de différentes viandes crues (Favier et al., 1995)²⁷

Aussi, les facteurs cités par l'auteur, comme déterminants des caractéristiques nutritionnelles et organoleptiques de la viande des volailles, ont été tous évoqués comme tels, dans la littérature scientifique associée à ce thème. Selon Favier et al., des facteurs comme l'âge et le sexe, mais aussi l'alimentation ou le mode d'élevage, influent grandement sur les caractéristiques nutritionnelles et organoleptiques de la viande des volailles, notamment sur le profil en graisses des muscles (Favier J. C. et al., 1995). Particulièrement, l'effet de l'âge de la volaille sur ses caractéristiques nutritionnelles et organoleptiques a été largement étudié par Touraille et Ricard (de 1977 à 1987), qui avaient clairement démontré dans leurs travaux que, à poids égal (environ 1 500 g), la viande de la volaille mâle et âgée, est toujours moins tendre et plus sèche, mais de meilleur goût, que celle de la volaille femelle jeune.

²⁷ FAVIER J.C., IRELAND-RIPPERT J., TOQUE C., FEINBERG M., 1995. Répertoire général des aliments — Table de composition, 2^{ème} édition, Ed TEC & DOC-INRA, Paris, France

Ces chercheurs avaient aussi conclu, que les caractéristiques organoleptiques de la viande de la volaille - au moins pour le mâle - ne sont pas liées au poids, mais à l'âge de l'animal, en relation directe avec le développement testiculaire. Aussi, à âge égal, les volailles femelles montrent classiquement - selon Ricard et Touraille - un engraissement plus élevé que les mâles, tout en affirmant l'effet du sexe sur les caractéristiques nutritionnelles et organoleptiques de la viande des volailles n'est pas aussi élevé qu'on pourrait le penser (Ricard F.H., Touraille C., Marche G., 1986)²⁸.

Ainsi, en examinant le plan et l'analyse de l'auteur, on remarque le rigoureux respect des indicateurs de qualité de la viande des « Oiseaux », dicté par son mentor Galien et utilisé jusqu'aujourd'hui dans les travaux de recherche en aviculture, ainsi que la grande similitude de ses interprétations avec les résultats des travaux modernes.

Il est aussi à noter que le mot «*routoubah* », qui signifie littéralement en arabe « humidité », et que l'auteur utilise dans son étude de qualité, n'a pas toujours dans ce chapitre, la même signification. La «*routoubah* » plus élevée dans la chair des oiseaux en bas âge, décrite par l'auteur, peut correspondre à la teneur plus élevée de celle-ci en eau, alors que la «*routoubah* » supérieure de la chair de la volaille dodue est certainement liée,

²⁸ RICARD F.H., TOURAILLE C., MARCHE G., 1986a. Influence des méthodes d'élevage sur la qualité de carcasse du poulet. Proc. 7th Europ. Poultry Conf., Paris, 870-873.

bien que non mentionnée par l'auteur, à sa teneur élevée en graisse.

En revanche, si l'influence de certains facteurs décrits par l'auteur - comme l'âge, le sexe, l'alimentation et le mode d'élevage de la volaille, ou encore, son activité ou celle de l'un de ses quartiers - est corroborée par les données scientifiques modernes, autres facteurs décrits par l'auteur, comme l'action « adoucissante » de la chair des oiseaux sur les aliments consommés antérieurement, ou encore, la variabilité de la qualité nutritionnelles des quartiers selon leur proximité ou éloignement du cœur de l'oiseau, n'ont été retrouvés dans aucune référence consultée.

On remarque aussi que l'auteur privilégie dans cette étude, les espèces de volailles qualifiées par la littérature avicole comme « à chair blanche », tels les coqs, les poules et les coquelets, alors qu'il manifeste une claire dépréciation envers celles qualifiées par la littérature avicole, comme « à chair brune », comme les oies, les canards et les pigeons. Toutefois, les qualités de digestibilité, nutritivité et transit différents, que l'auteur attribue à la viande des oiseaux à chair « blanche » ou « brune », n'ont pas pu être justifiées par les données scientifiques vu, qu'à la différence de la couleur et de l'aspect, la teneur en macronutriments et en micronutriments est très variable au sein de la même catégorie de volailles, et dépend surtout de la race, de l'âge, du sexe et de la corpulence de la volaille, comme dans le cas de la chair des coquelets qui est, selon lui, plus « humide » lorsque le coquelet est jeune.

Aussi, dans sa description des qualités des différentes parties et organes d'une volaille, l'auteur s'intéresse surtout à leur mobilité, qui leur procure selon lui, plus de digestibilité et de nutritivité, et moins d'humidité, de viscosité et d'épaississement.

En revanche, les vertus médicinales de certains quartiers des oiseaux - comme l'effet antalgique du sang et de la graisse des coqs, et l'effet anti poison de leurs crottins - décrites hâtivement par l'auteur, n'ont pas pu être corroborés par les données de la littérature.

Aussi, l'effet laxatif de la chair des alouettes, et qui a toujours été selon l'auteur, sujet à caution, n'a pas pu, lui non plus, être vérifié ou justifié.