



Jun 2024

Communiqué de presse

La richesse de la gastronomie mauricienne

L'Île Maurice : paradis tropical où règne une douceur de vivre incomparable, est connue pour son charme et son cadre idyllique entre climat tropical, plages de sable blanc et une gastronomie riche.

Les Mauriciens sont à l'image de leur mode de vie : accueillants, chaleureux et composés de nombreuses origines ethniques et culturelles. Cette diversité se reflète également dans la cuisine mauricienne, délicieux mélange de saveurs par ses influences africaines, indiennes, chinoises, créoles et européennes.

Découvrir l'Île Maurice, c'est aussi découvrir sa gastronomie hors du commun.

Origines et influences de la gastronomie mauricienne



La cuisine traditionnelle mauricienne est une **fusion de saveurs**, d'épices et de créativité. Elle est un vrai témoignage de la diversité culturelle de l'Île Maurice.

Au fil des siècles, l'île a été façonnée par différentes vagues d'immigration et par les rencontres entre les peuples. Son histoire est empreinte d'échanges et d'influences venues du monde entier.

L'influence française

À partir du XVIII^e siècle, les Français introduisent une grande variété d'ingrédients, d'épices et de techniques de cuisson sophistiquées. Ils apportent avec eux la culture de la gastronomie. **De nombreux plats et desserts français sont intégrés à la cuisine locale** et donnent naissance à un mélange unique de saveurs européennes et tropicales.

Au XIX^e siècle, l'abolition de l'esclavage aura lui aussi un impact important. De nouveaux travailleurs arrivent sur l'Île Maurice en provenance d'Inde, de Chine ou d'Afrique, pour travailler dans les plantations sucrières de l'île. Ces immigrants apportent avec eux leurs traditions culinaires, qui seront peu à peu intégrées à une cuisine mauricienne en constante évolution.

L'importance de l'immigration indienne

Les nombreux travailleurs indiens ont introduit une vaste gamme de céréales, d'épices et de techniques de cuisson qui ont exercé une influence durable sur la cuisine locale. Des plats tels que le curry, le dhol puri et le biryani sont devenus des éléments incontournables de la cuisine mauricienne, et reflètent **l'importance de l'immigration indienne** dans la société de l'Île Maurice.

Les influences créole, chinoises et africaines sur la cuisine traditionnelle



L'immigration chinoise a également laissé une marque durable sur la cuisine traditionnelle mauricienne. Les Chinois ont apporté avec eux les nouilles, la cuisson au wok et une variété de condiments et de sauces qui sont maintenant largement utilisés dans la cuisine locale. Des plats incontournables aujourd'hui à l'Île Maurice, tels que les nouilles sautées (mine frit) et les boulettes de viande ou de poisson, sont des parfaits exemples de l'influence chinoise dans la gastronomie mauricienne.

Les communautés africaines et malgaches, de leur côté, ont contribué à inclure l'utilisation du manioc et du taro comme ingrédients de base de la cuisine locale.

Enfin, la population Créole de l'Île Maurice, qui est le résultat du mélange des différentes cultures présentes sur l'île, a développé sa propre cuisine traditionnelle aux multiples saveurs en fusionnant des éléments des différentes traditions culinaires.

Les spécialités culinaires de l'île Maurice

L'Île Maurice nous offre une diversité culinaire hors du commun.

La cuisine de rue à l'Île Maurice

Il suffit de parcourir les rues de n'importe quelle ville ou village de l'Île Maurice pour découvrir ces plats typiques de la street food locale comme :

- Le Dhol Puri, création locale, une authentique spécialité culinaire mauricienne ! Ces gros pains plats sont réalisés à partir de farine de pois chiche, puis farcis de cari de gros pois, de rougail, de chatini et d'un piment confit de Rodrigues.
- Les Boulettes : originaires d'Asie, elles sont accompagnées d'un bouillon chaud.
- Les « Gato Pima » : petites boulettes de pois cassés parfumées à la coriandre et au piment et frites à l'huile.

Les plats typiques mauriciens

- Le Cari : préparé avec de la viande, du poulet ou du poisson et cuit dans une sauce épicée à base de curry et de piment et consommé avec du riz ou du pain.
- Le Vindaye de poisson : frit à l'huile avant d'être mélangé avec des épices, de l'oignons, de l'ail, des piments et du vinaigre pour en relever les arômes. On l'accompagne également de pain ou de riz.
- Le « Briani » : composé de riz safrané et de viande d'agneau, de poulet ou de poisson, et ensuite mélangé avec des épices et des légumes. Il existe également une version végétarienne.
- Le Mine Frit : adaptation mauricienne des nouilles chinoises sautées aux légumes, à la viande ou aux fruits de mer. Il est relevé par une sauce à l'ail, du piment et une sauce... à l'huître.

Découvrez les saveurs mauriciennes de Station A, le restaurant du Domaine d'Anbalaba



Le Domaine d'Anbalaba, est le nouveau lieu de vie incontournable du sud de l'Île Maurice.

Tout y est réuni pour répondre aux besoins et attentes des résidents, des locaux comme des visiteurs saisonniers, et assouvir leur envie de [découvrir la gastronomie mauricienne](#). Grande maison créole accueillant un marché mensuel sur son esplanade, notre [restaurant Station A](#) est le rendez-vous incontournable pour des aventures culinaires hautes en couleurs.

Alors, sur la varangue, avec vue sur le lagon, prenez le temps d'une pause gourmande pour déguster quelques assiettes d'une délicieuse cuisine mauricienne revisitée.

A propos du Domaine d'Anbalaba :

Le Domaine d'Anbalaba est le nouveau lieu de vie développé pour les investisseurs étrangers et les acquéreurs mauriciens dans le sud de l'Île Maurice. Il est le seul programme immobilier de l'île à être intégré dans un village de pêcheurs et propose à la vente, des villas, des appartements et des terrains à bâtir. Il offre plusieurs infrastructures touristiques comme un écolodge, un spa, un restaurant, etc.

Acteur engagé, le Domaine d'Anbalaba œuvre pour le développement économique et social de Baie du Cap à travers sa fondation ASC et travaille avec des architectes et paysagistes à la conservation de la nature tropicale endémique pour préserver l'écosystème de la région.

Contact Presse : Alison Gorrity - +230 5423-1124 - alison.gorrity@anbalaba.com

www.anbalaba.com