

### Moroccan Arabic transcript:

ب: المطبخ المغربي معروف انه غني و يعني الطبخ المغربي معروف عالميا يعني. و ألي ذاق الطبخ المغربي كيعجبه آآ الاكل هو اساسي, حاجة ألي هي اساسية و لكن ماشي أي حاجة آآ انا في المغرب ما كناكلش ال fast foods, ما ناكلش, فما يمكنش ن فكر أنني... يعني كناكلو ذاك الشي حتى الطبخ ديالنا كيكون متنوع, تلقى الخضرة, كتلقى اللحم, كتلقى الفواكه يعني كتلقى الفيتامينات مختلفة يعني الحاجة ألي كتغذي الجسم. مثلا في الكسكسو عندنا كتستعمل فيه بالزاف ديال الخضروات, خلاص الي ستعملتي هذاك ديال سبع خضاري نحن كنقولو كسكسو بسبع خضاري فكتستعمل الماطيشة, كتستعمل خيزو, كتستعمل اللفت و اللفت فيه جوج الانواع ديال اللفت, كتستعمل البنجان يعني eggplant, كاين ألي كيسعمل فيه البطاطا, كتستعمل, نحن نقولو لها القرعة و لكن هي pumpkin و عاد كنستعملو حتى الكوسة ألي هي القرعة الصغيرة الخضرة, يعني كنستعملها. هو يعني أكلة وحدة و فيها شحال من الخضرة, كنستعمله فيها الحمص, كاين ألي يستعمل فيه الزبيب و كاين ألي يدير البصلة و عاد يخلي ذاك الكسكس ألي هو... و كتكون فيها ياما اللحم, ياما الدجاج. فهذي حاجة وحدة

ن: حاجات أساسية في المطبخ المغربي...؟

ب: انه يكون الخضرة و يكون اللحم. و من وراهم كتكون الفاكهة.

ن: طيب, الاكل المغربي المشهور ألي هو اكل spicy or mild او...؟

ب: هو على حساب دابا... يعني المهم, أنا لما جيت ل US جربت الطبخ الهندي, فالطبخ الهندي هو ألي فيه توابل بالزاف. فكتلقى نفس التوابل في جميع الاطباق. نحن في الطبخ المغربي لا, كتلقى كل طبق و العطرية ألي فيه, يعني التوابل ألي فيه. فمثلا أنا غادي نطيب لعدس, ما يمكنش غير نستعمل نفس التوابل غادي نستعمل في طبق اخر. اولا مثلا غادي نطيب, ابسط ميثال غادي نطيب مثلا شي خضرة, مثلا لباططة و معها اللحم, ما نستعملش الكمون, ما يمكنش نستعمل الكمون, ما يمطنش نستعمل القرفة, ما يمكنش نستعملها فيها لانها حلوة. ما يمكنش... يعني كل طبق و العطرية اولا التوابل ألي كتكون فيه. فهو الاغلبية ما يكونش spicy بالزاف و لكن كتكون فيه توابل, كتحس بالتوابل و كتحس بوحد اللذة فيه.

ن: في أمريكا هينا تلاقى الاكل sour و يعني sweet الاثنين, يعني مش عندنا في مصر...

ب: لا نحن تقدرى تلقاي حلو و مالح في نفس الوقت... حلو و مالح. بحال مثلا الطبق...

ن: بضيفو سكر لاكل؟

ب: لا, مثلا الطبق ديال اللحم بالبرقوق. كطبيبي اللحم عادي ما فيهبش السكر. و لكن دابا هذاك البرقوق كيكون معسل. هذاك البرقوق كتعسله, منين كتعسله في الحطة كتحطه كامل مع بعضياتهم, فهو حاجة حلوة جا مع حاجة مالحه. كاين و حد الاكلة ثانية كنعسلو فيها السفرجل, الي كنت تعرفي شنهوا؟ المهم, هو خضرة شي كيما تفاح و هو ماشي تفاح. هو خضرة. هو من نوع من الخضر. هذا كنعسله لان لا ما عسلتيهش, يبقى حامض. فكطبيبي اللحم حتى هو وحده,

تشدي ذلك السفرج تعسليه, الديري معه السكر و ذاك الشئ حتى يتعسل و من بعد كتحطيه معهم. يعني هذا مطبخ ألي  
كيجمع لحم مالح مع لحلو في نفس الوقت.

ن: نحن ما عندنا في مصر, يعني... مثلا, أمي تكره حاجة محلية مع حاجة مالحة, يعني ذا وحده و ذا وحده.  
ب: علي حساب, مثلا أنا الي كان اللحم بالبرقوق ما كان نأكلش البرقوق طايب. علاش؟ لانه معسل و طايب. البرقوق  
بوحد ما نأكلش لان البرقوق كيكون يابس فإذا درتبه ما غادي... خصه يتعسل عاد يتحط. أنا ما كنتقدرش علي الماكلة  
ألي هي حلوة و مالحة في نفس الوقت, ياما تكون حلوة و ياما تكون مالحة.

### English translation:

**B:** The Moroccan cuisine is known for its richness and Moroccan dishes are known internationally. Whoever tastes Moroccan food, she/he will like it. Food is something essential but it does not mean that it can be anything. For instance, in Morocco I do not eat the fast foods because our food is diverse. One could find vegetables, meat and fruits; you could find different vitamins and the necessary nutrients for the body. For example, couscous has many different vegetables – like in couscous with seven vegetables. We use tomatoes, carrots, kale, eggplants, some people use potatoes, pumpkin and we even use zucchini. In one dish there are many vegetables. We also use chickpeas, raisins and sometimes there are onions; in addition to that, there could be either meat or chicken.

**N:** What is the most essential thing in the Moroccan cuisine?

**B:** The most essential thing is for the dish to have vegetables and meat, and after those there are fruits.

**N:** Is the Moroccan food mostly spicy or mild?

**B:** It all depends. When I came to the US, I tried Indian food, which has a lot of spices. The same spices are used for all dishes. The Moroccan cuisine is not the same; for every dish there are different spices. For instance, if I want to cook lentils, I cannot use the same spices as the ones I use for another dish. Another simple example, if I want to cook vegetables with meat, I do not use cumin or cinnamon because it is sweet and it does not work. For each dish, we use specific spices. For the most part, the food is not too spicy but it has spices that one could taste.

**N:** Here in the USA, one could find sweet and sour foods, which we do not have in Egypt.

**B:** For us, you could find sweet and salty foods.

**N:** You add sugar to the food?

**B:** No. For instance, in the meat with damsons dish, the meat does not have sugar but the damson gives it a sweet flavor because they are mixed together. We put something sweet with something salty. There is another dish where we use plums. For this one, we extract the sugar from the fruit until it becomes sour. We take the skin of the fruit and add sugar to it and then put it with the meat. This is another dish that mixes sweet with salty.

**N:** In Egypt, people do not like that. For instance, my mother does not like something sweet with something salty – each is separate.

**B:** But it is nice to experiment!

**N:** Do you like it?

**B:** It depends. When we make meat with damsons, I do not like to eat the damsons cooked – why? Because it becomes too sweet when cooked. I just do not like to eat it even if it has been dried. It also has to be softened for it to be added to the cooked food. I do not like dishes that are sweet and salty at the same time; I like it to be either sweet or salty.

**About CultureTalk:** CultureTalk is produced by the Five College Center for the Study of World Languages and housed on the LangMedia Website. The project provides students of language and culture with samples of people talking about their lives in the languages they use every day. The participants in CultureTalk interviews and discussions are of many different ages and walks of life. They are free to express themselves as they wish. The ideas and opinions presented here are those of the participants. Inclusion in CultureTalk does not represent endorsement of these ideas or opinions by the Five College Center for the Study of World Languages, Five Colleges, Incorporated, or any of its member institutions: Amherst College, Hampshire College, Mount Holyoke College, Smith College and the University of Massachusetts at Amherst.

© 2007-2010 Five College Center for the Study of World Languages and Five Colleges, Incorporated