



«Le bénévolat est une évidence»

La pasteure et présidente de l'Église réformée de Suisse Rita Famos prépare une tresse maison chaque dimanche. Elle évoque pour nous son menu de Noël, ses péchés gourmands et ses résolutions pour l'année 2025.

Texte: Angela Obrist

Rita Famos, quel est le repas le plus important de la journée pour vous?

Le souper. C'est une occasion de terminer la journée en compagnie d'une personne de confiance et de me détendre. Les autres repas passent plutôt au second plan dans mon quotidien, car mon esprit est souvent déjà accaparé par le travail.

Quel est votre plat préféré?

J'aime la cuisine traditionnelle et les plats réconfortants, comme le papet vaudois, les cornettes à la viande hachée avec de la compote de pommes, mais aussi les currys. C'est ce que je cuisine. Les plats plus sophistiqués, je préfère les savourer au restaurant.

Quel est le plat de votre enfance?

De la purée de pommes de terre avec du ragoût et un peu de sauce, des petits pois et des carottes. Ce plat est ma madeleine de Proust: il me rappelle les dimanches de mon enfance, passés en famille autour de la table.

Quelle importance accordez-vous aux repas en famille?

Ils comptent beaucoup pour moi, car partager un repas, c'est aussi se tourner les uns vers les autres. J'aime me souvenir des repas quand nos enfants étaient petits. Nous chantions un chant avant le repas, mangions ensemble, partagions des moments joyeux ou plus difficiles. Après cela, les enfants repartaient dans le monde, nourris et réconfortés, autant dans leur corps que dans leur âme.

Aimez-vous cuisiner?

Oui, quand j'en ai le temps, cela me détend. Je suis alors entièrement concentrée sur la préparation et j'ai hâte de partager le repas avec des personnes qui me sont chères.

À quelle fréquence cuisinez-vous?

En semaine, mon travail m'occupe beaucoup ou me mène à travers le pays, et je trouve rarement le temps de cuisiner. Je prépare quelque chose de rapide, comme une salade de lentilles ou de couscous pour le bureau, ou encore une assiette de spaghetti avec du pesto maison, que j'ai toujours en réserve, lorsque je travaille à domicile. Le week-end, je cuisine une ou deux fois de manière plus élaborée, et j'aime inviter des amis à partager ce que j'ai préparé.

Aimez-vous pâtisser?

Je fais toujours mon pain moi-même et je le congèle ensuite. Quant à la tresse du dimanche, je la prépare aussi, c'est une question d'honneur. J'utilise une recette classique de tresse bernoise sans sucre que ma mère m'a transmise.

Que mangez-vous avant de diriger un office?

Un petit-déjeuner simple, comme un muesli, accompagné d'un café.

Comment fêtez-vous Noël?

Dans ma famille, nous célébrons Noël de manière très classique, avec un sapin,

des chants et un repas partagé. Un autre aspect qui me tient à cœur est de le fêter avec ma famille religieuse, notamment en assistant à un office. À l'église, nous veillons à ce que celles et ceux qui n'ont pas de proches pour célébrer ce moment puissent s'asseoir à une table bien garnie.

Que mangez-vous à Noël?

La bûche glacée étoilée est un incontournable depuis des décennies. Pour la préparer, on alterne des couches de glace au chocolat et de la crème fouettée déposée avec une douille en étoile dans un moule à cake. Une fois congelée, lorsqu'on coupe la bûche, chaque tranche révèle un motif en étoile.

Et pour le plat principal?

Cela varie. Si nous sommes nombreux, mon mari aime préparer une dinde. D'autres années, c'est un plat plus simple. Ce qui compte pour moi, c'est le temps partagé ensemble, pas seulement les jours de fête.

Quelle place occupe la prière avant le repas?

Pour moi, elle fait partie intégrante du repas. Contrairement au judaïsme ou à l'islam, le christianisme n'a pas de prescriptions alimentaires, mais la gratitude pour la nourriture est une pierre angulaire. Le bénédicité, sous la forme d'un chant le plus souvent chez nous, est l'expression d'un état d'esprit: ce que nous sommes et ce que nous avons est un cadeau.

Quelle est l'importance des repas pour vous en tant que pasteure?

La table occupe une place centrale dans la Bible et le christianisme. À table, on se rassemble, on partage le pain et on passe un bon moment. Une des images bibliques du royaume des cieux est d'ailleurs celle d'un banquet où tout le monde est invité. Selon la tradition, Jésus mangeait avec des gens simples, mais il assistait aussi à des mariages où il transformait l'eau en vin. Lors de l'Eucharistie, nous nous rassemblons pour nous rappeler ce qui nous porte: la présence de Jésus et la communauté.

Quels sont vos péchés culinaires?

Je suis une «dessertarienne»: j'aime les desserts et j'adore en créer. Mais je ne parlerais de péché que si j'en abusais.

Avez-vous des résolutions pour 2025?

L'année qui se termine a été très chargée pour moi. L'an prochain, j'aimerais prendre davantage de temps pour inviter des amis et cuisiner pour eux. Cela leur fait du bien et à moi aussi.



Rita Famos (58 ans) est pasteur et présidente de l'Église évangélique réformée de Suisse depuis 2021. Elle est la première femme à occuper cette fonction. Depuis 2024, elle préside également la Communion d'Églises protestantes en Europe et, à partir de 2025, elle assumera la présidence du Conseil suisse des religions. Rita Famos vit avec son mari à Uster (ZH) et est mère de deux enfants adultes.