



Siddha Coffee

Recette (pour 8 personnes)

Ingrédients (une tasse équivaut à environ 25 cl) :

5 tasses d'eau

8 cosses de cardamome, fendues

4 à 6 cuillères à soupe de sucre (ou selon votre goût)

2 ½ tasses de lait ou de mélange (10 % de matière grasse) de lait et de crème légère, chauffé.

1/8 à 1/4 de cuillère à café de muscade râpée

1/4 de tasse de café moulu

1/2 cuillère à soupe de café instantané

Dans une grande casserole, versez l'eau, les cosses de cardamome et le sucre et faites bouillir à feu moyen. Ajoutez le lait (ou le mélange lait-crème) et faites bouillir à nouveau pendant 5 minutes pour dégager les arômes.

Ajoutez la muscade, le café moulu et le café instantané et laissez mijoter environ 30 secondes.

Éteignez le feu, couvrez et laissez le café et les gousses de cardamome macérer dans le lait pendant 5 à 7 minutes.

Goûtez et ajustez le dosage des épices.

Filtrez à l'aide d'une mousseline de coton ou d'une passoire fine, et servez.

Remarque : cette recette est réservée au plaisir à la maison ; elle ne doit pas être utilisée à des fins commerciales. Par conséquent, veuillez vous abstenir de publier la recette dans d'autres endroits. Soyez également conscient de tout problème de santé que vous pourriez avoir et qui vous oblige à éviter de consommer des aliments spécifiques. Veuillez suivre les instructions de votre médecin et votre connaissance personnelle des besoins de votre corps.



Siddha Coffee

Présentation de Swami Kripananda

Au cours de certains des *satsangs* « Soyez dans le Temple » qui ont eu lieu depuis le début de 2020, le ou la *pujari* – la personne accomplissant la *puja* – a fait une offrande de *naivedya* ; elle a fait une offrande sacrée de nourriture à Bhagavan Nityananda. Dans cette offrande de nourriture, le ou la *pujari* a offert à Bade Baba une boisson très spéciale, une boisson qu'on est venu à beaucoup aimer sur la voie du Siddha Yoga – un *Siddha Coffee*.

Le Siddha Coffee a été créé par Baba Muktananda en hommage à Bade Baba, son Guru. Bade Baba venait du sud de l'Inde, où l'on cultive le caféier et où le café est une boisson traditionnelle que beaucoup de gens boivent. Baba a fait un Siddha Coffee pour la première fois en 1975 dans la cuisine de l'Ashram de Siddha Yoga à Oakland. Au début, on l'appelait « Café de Baba » et il se distinguait par l'ajout d'épices indiennes – cardamome et muscade – au café au lait sucré. Ce fut un succès immédiat ! Mais ce n'était pas inhabituel pour la cuisine de Baba.

Baba était un maître cuisinier et il *adorait* nourrir les gens. Au cours de ses voyages de jeune chercheur à travers l'Inde, Baba avait été assistant en cuisine à l'Ashram de Siddharudha Swami. Plus tard, quand Baba était devenu Guru et s'est engagé dans ses tournées mondiales, il nourrissait les gens, où qu'il aille.

C'était une grande joie et un grand privilège de regarder Baba quand il était en cuisine, de voir avec quelle révérence il traitait la nourriture et comment il amenait tout le monde à avoir conscience que la *Nourriture Est Dieu*. Baba cuisinait avec exubérance, efficacité et une ingéniosité incroyable. Il mélangeait des parfums dont on n'imaginait pas qu'ils s'accorderaient, mais ils le faisaient à coup sûr – et c'était plus merveilleux qu'on aurait pu l'imaginer. Il savait toujours quand un plat nécessitait plus d'une certaine épice, ou encore quelques gouttes de citron. Et avec Baba, rien de ce qui était mangeable n'était jamais perdu – pas même les tiges de brocolis.

L'assemblage de tout cela était, bien sûr, très supérieur à ses composants. Dans la nourriture de Baba, vous ne goûtiez pas seulement des parfums d'ambroisie, vous sentiez sa grâce, son amour. Les recettes de Baba ne satisfaisaient pas seulement l'estomac ; elles satisfaisaient l'âme. Vraiment, dans la cuisine de Baba, il y avait une alchimie divine.

Cette recette pour le Siddha Coffee représente les meilleurs efforts de personnes qui ont fait longtemps la cuisine avec Baba, pour traduire par écrit sa création spontanée. L'ajout d'épices est là pour le goût mais aussi pour aider la digestion. Vous voyez, Baba avait une grande connaissance de l'ayurvêda et savait comment transformer la nourriture en médicament, comment choisir et doser les épices pour aider à digérer des mets spécifiques, selon les principes de l'ayurvêda. Il en était ainsi de ce café, *son* café, le Siddha Coffee. Nourrir, de toutes les manières possibles.

