



Punam

Documentaire, dès 10 ans

Scénario et réalisation : Lucian et Nataša Muntean

Production : Lunamdocs, Serbie 2005

Image : Lucian Muntean

Montage : Nataša Muntean

Son et musique : Vladimir Moritz

Langues : népalais, français, allemand

Sous-titres : français, allemand, anglais

Durée : 27 minutes

Matériel pédagogique : Maya Rechsteiner ; traduction : Martine Besse

Thèmes : Responsabilité des filles ; travail des enfants dans le ménage, dans les carrières et les tuileries ; niveau de formation au Népal

Contenu

Punam Tamang, une fillette de neuf ans, vit dans la partie ancienne de Bhaktapur, la troisième ville la plus importante du Népal après Katmandou et Patan. Depuis le décès de sa mère, Punam est chargée de nombreuses tâches : c'est elle qui s'occupe de sa petite sœur Rabina (5 ans) et de son frère Krishna (7 ans) et elle tient seule le ménage. Comme le père est accaparé toute la journée par son travail, de manière à gagner l'argent pour payer les frais de scolarité, le loyer et la nourriture, les enfants sont livrés à eux-mêmes. Ainsi, chaque matin, Punam prépare le repas de la famille, lave et habille ses cadets puis se rend avec eux à l'école. Malgré ses nombreuses obligations, Punam se sent privilégiée, contrairement à beaucoup de ses copains et copines. Certains d'entre eux ne peuvent pas aller à l'école, car leur famille n'est pas en mesure de payer les frais de scolarité. Ces enfants doivent travailler dans les carrières et les tuileries des environs pour aider leurs familles. Punam raconte qu'elle a aidé un jour un copain à finir son travail pour qu'il puisse partir plus tôt et venir jouer avec elle. Ensuite, elle a eu des courbatures dans les bras mais son copain lui a dit que c'était une question d'habitude. Quand elle sera grande, Punam aimerait devenir enseignante, afin de pouvoir faire quelque chose pour des enfants comme elle et ses amis.

Les réalisateurs

Les auteurs, Lucian Muntean et Nataša Muntean-Stankovic, ont fait la connaissance de Punam Tamang lors d'un séjour au Népal, en tombant par hasard sur la « Wisdom English School », l'école que fréquente Punam. Dans leur film qui observe les gens et les choses avec beaucoup de finesse, ils accompagnent Punam dans ses occupations quotidiennes, du lever au coucher du soleil. La

fillette parle de sa vie, de sa famille, de ses copains et copines et de l'avenir comme elle l'imagine. Ce film a été présenté lors de nombreux festivals internationaux et a été récompensé entre autres par un prix de l'UNICEF.

Informations générales

Les conditions de vie des enfants au Népal

Le Népal est situé dans l'Himalaya ; c'est l'un des pays les plus pauvres du monde. La majorité des gens doivent vivre avec moins d'un euro par jour, c'est pourquoi de nombreuses familles ne peuvent pas se passer de la main-d'œuvre de leurs enfants. Ainsi, près de deux millions d'enfants népalais travaillent (2008). Dans des conditions proches de l'esclavage, des milliers d'enfants travaillent pour rembourser les dettes de leurs familles. De nombreuses familles doivent en effet emprunter de l'argent aux propriétaires terriens pour pouvoir survivre ; elles se trouvent prises ainsi dans le piège de l'endettement qui se maintient fréquemment pendant des générations. Les enfants travaillent souvent entre 14 et 16 heures par jour comme bergers ou domestiques chez les paysans. Généralement, ils ne reçoivent pas le moindre salaire ; dans le meilleur des cas, on leur donne de la nourriture et des vêtements usagés. Le travail des enfants comprend le travail dans le contexte de la famille, dans les tuileries et les carrières, les fabriques de tapis et les plantations de thé. Le trafic d'enfants et la prostitution infantile sont également un mal très répandu. On estime que 5000 à 7000 fillettes népalaises sont vendues chaque année par des trafiquants d'humains sans scrupules à des bordels, en Inde surtout. Mais au Népal aussi, des milliers de filles travaillent comme prostituées dans des bordels, des hôtels et des bars. Les enfants appartenant à la caste des Badi sont particulièrement victimes d'exploitation sexuelle. Le danger d'une contamination par le sida est grand. Des projets sont réalisés par l'OIT — l'Organisation internationale du travail — afin de libérer des milliers de personnes du travail forcé, dont de nombreux enfants. Le gouvernement du Népal a établi un plan d'action national pour combattre la traite des personnes. Il existe aussi des programmes de lutte contre le trafic d'enfants et l'exploitation sexuelle. Plus de la moitié des fabricants de tapis du Népal respectent les critères du label « Rugmark » et s'abstiennent de faire travailler des enfants.

La situation de l'instruction et de la formation

Les deux tiers de la population masculine et le tiers de la population féminine bénéficient d'une instruction de base. Ces dernières années, les efforts déployés par le pays en matière de formation ont porté leurs fruits. Selon le rapport de l'Unicef 2005 concernant les différents pays, 83% des garçons et 73% des filles sont scolarisés. Mais 14% des enfants abandonnent l'école au cours de la première année. Seule la moitié des enfants terminent leur scolarité primaire. Dans les régions rurales, il y a trop peu d'écoles, les enseignantes et les enseignants sont mal formés ; le matériel scolaire – cahiers, livres et stylos – manque. De nombreux parents refusent d'envoyer leurs enfants dans une école éloignée du foyer familial. Le conflit violent qui a secoué le Népal a eu un fort impact sur l'instruction scolaire : de nombreuses écoles ont dû fermer et des enseignants et des enseignantes ont été menacés ou même tués. Si on le compare à d'autres pays d'Asie, le niveau de formation est très bas au Népal. Le taux d'alphabétisation n'atteint que 48 pour cent. Les femmes ont des chances de formation particulièrement faibles : les filles doivent souvent abandonner l'école car on les marie à l'âge de dix ou onze ans. Près de la moitié des filles de 15 à 19 ans sont déjà mariées. Le manque de toilettes pour les filles et le fait que le personnel enseignant est aux trois quarts masculin constituent également des obstacles à la fréquentation de l'école par les filles. L'Unicef a lancé le programme « Bal Shiksha ». Chaque année, 23 000 filles âgées de 10 à 15 ans apprennent à lire, à écrire et à calculer en suivant ces cours. Deux heures de cours sont dispensées à raison de six jours par semaine. Chaque cours réunit environ 25 élèves et dure neuf mois. L'enseignement est ajusté à la vie quotidienne des enfants : ils apprennent à lire, à écrire, à

calculer, reçoivent de précieuses informations concernant la santé et l'hygiène et sont encouragés à s'exprimer. Après avoir suivi ce cours, les enfants peuvent rejoindre la troisième année de l'école primaire publique ou suivre un cours plus exigeant.

Autres informations sur les sites Internet : www.unicef.ch, www.unicef.org, www.unesco.ch

Le Népal



Superficie	147 181 km ²
Population	27,6 millions (2006)
Capitale	Katmandou
Revenu national brut	290 \$ par habitant (2006)
Monnaie	Roupie népalaise, 70 roupies = à peu près 1 CHF (2009)
Espérance de vie	63 ans (2006)
Langue officielle	le népali
Taux d'alphabétisation	Hommes : 63%, femmes : 35% (2005)
Religions	80,6% hindouisme, 10,7% bouddhisme, 4,2% islam

Axe prioritaire de l'étude

Ce film se focalise sur le travail des enfants dans le ménage, dans les carrières et les tuileries, ainsi que sur la situation de l'instruction et de la formation au Népal.

Objectifs d'apprentissage

- Apprendre à mieux connaître la situation des enfants au Népal
- Mettre en parallèle l'emploi du temps des protagonistes du film et son emploi du temps personnel
- Identifier les raisons du travail des enfants
- Comprendre les démarches visant à faire changer la situation des enfants

Approche didactique

Objectifs partiels	Méthode	Temps prévu	Matériel
Regarder le film	Tous	30	DVD
Déroulement d'une journée de Punam	Compte rendu en plénière. Lire, transcrire (le cas échéant en parallèle) son propre emploi du temps et comparer	90	Fiche pratique 1 Fiche pratique 2
Les travaux domestiques que l'on voit dans le film ne sont pas les mêmes que chez nous et ne sont pas accomplis par les mêmes personnes	Attribuer les différents travaux. Il y a des tâches que Punam n'a pas besoin d'effectuer et des travaux que les enfants européens n'accomplissent qu'en partie.	45	Fiche pratique 3
Travail des enfants	Plénière : <ul style="list-style-type: none"> • Quels travaux voit-on dans le film ? • Lesquels paraissent particulièrement difficiles ? • Lesquels sont effectués par des enfants de moins de 12 ans ? • Quels sont les travaux particulièrement dangereux ? 	15	
L'enseignant-e présente le contexte général du travail des enfants au Népal	Expliquer le contexte à l'aide des informations	10	Informations générales
Apprendre quelles sont les conditions du travail des enfants	Le travail dans les tuileries, les carrières et la fabrication de tapis	30	Fiche pratique 4
Discuter des raisons du travail des enfants au Népal	Former des groupes ; chaque groupe discute en détail d'une ou deux raisons puis présente les résultats au groupe entier	30	Fiche pratique 5
Comparer les différentes formes plus ou moins dures du travail des enfants	Comparer le texte de Mainya à la vie de Punam	30	Fiche pratique 6
Les moyens d'action chez nous	Recenser les idées concernant les moyens d'action chez nous : par ex. se renseigner auprès des commerçants sur les produits, acheter des produits régionaux, soutenir les placements financiers sensés, soutenir des projets de formation	20	Au tableau noir
Le travail des enfants dans la production	Etudier la question de la relation entre les produits à bas prix et le travail des enfants		Fiche pratique 7

Quelques idées pour poursuivre le travail

- Apprêter un plat de « bhat-dal » de manière simple, éventuellement sur un feu. La recette se trouve sur la fiche pratique n° 8.
- Cherche les points communs entre la ville de Bhaktapur et la localité où tu habites.
- Cherche les différences entre Bhaktapur et ton lieu de domicile.
- Cherche d'autres images de Bhaktapur.
- Concevoir un prospectus de voyage concernant Bhaktapur avec des illustrations.
- D'autres fiches pratiques en rapport avec les droits de l'enfant voir texte d'introduction.

Fiche pratique 1 : La vie quotidienne de Punam



des rideaux de séparation, il est parfois difficile d'entendre ce que dit l'enseignante. Je vais à l'école depuis sept mois, j'arrive déjà à épeler en anglais et j'apprends chaque jour un mot nouveau en anglais. Je suis en deuxième année, Krishna est en classe enfantine et Rabina à la garderie. L'école coûte 100 roupies par mois (l'équivalent de 1 Euro). Pour la plupart des gens, c'est une grosse somme, surtout pour les familles où il y a plusieurs frères et sœurs qui vont à l'école. La plupart des écoles demandent entre 350 et 500 roupies par mois. Si notre école était aussi chère, nous ne pourrions pas y aller, nous devrions travailler dans une tuilerie ou une carrière.

Je souhaiterais que mes amis Shyam et Purnya puissent eux aussi étudier ici avec moi. Les élèves viennent tous de familles comme la mienne. J'aime bien ça, car je ne suis pas différente des autres. La plupart de mes amis habitent près de l'école, car leurs parents ne travaillent pas loin d'ici dans des tuileries, des fabriques de tapis, des rizeries ou des carrières. Ici, nous pouvons aller partout à pied. D'autres de mes amies travaillent dans une tuilerie. La semaine, elles restent même là-bas pour dormir. Mon rêve le plus cher est d'apprendre le plus possible, d'être toujours une bonne élève ; ainsi, je pourrai aider ma famille quand je serai grande. Ce que je souhaite par-dessus tout, c'est devenir enseignante dans mon école pour aider plus tard des enfants comme moi. Quand l'école est finie, je vais au marché acheter des légumes pour le jour suivant. Je me fais beaucoup de souci pour Rabina. Mon frère Krishna trouvera certainement du travail quand il sera grand. Mais ma sœur s'est cassé deux fois la jambe et a du mal à marcher. Demain, nous fêtons la nouvelle année ; c'est pourquoi j'ai acheté un peu de viande.

Transcris les phrases de ton récit personnel dans la colonne de droite :

- Pourquoi les enfants comptent-ils en anglais et pas en népalais ?
- Pourquoi Punam a-t-elle du mal à comprendre ce que dit l'enseignant ?
- Punam ne va à l'école que depuis sept mois. Pourquoi est-elle donc en 2^e année ?
- Pourquoi les enfants ne vont-ils pas tous à l'école, au Népal ?
- Comme se présente le travail dans une carrière ou une tuilerie ?

Fiche pratique 3 : Qui travaille dans le ménage et dans la famille ?

Demande-toi qui exécute les différents travaux cités et note-le dans le tableau.

Le travail	Dans la famille Tamang	Dans ma famille
Réveiller les enfants		
Peler et couper les légumes		
Faire le feu		
Soigner les enfants malades		
Mettre son uniforme pour aller à l'école		
Passer l'aspirateur		
Passer la serpillière		
Nettoyer le réfrigérateur		
Laver les habits à la main		
Suspendre le linge lavé		
Repasser		
Acheter des légumes		
Faire ses devoirs écrits		
Tondre le gazon		
Raccommoder l'uniforme scolaire		

Comparez les résultats concernant vos familles. Est-ce pareil dans toutes les familles ou y a-t-il des différences ?

- Quels travaux y a-t-il dans votre famille mais pas dans la famille Tamang ?
- Quels sont les travaux exécutés autrement chez vous que dans la famille Tamang ?
- Qui gagne l'argent dans la famille Tamang – et qu'en est-il chez vous ?
- Compare l'aménagement intérieur de la famille Tamang et le vôtre.
- Les filles et les garçons exécutent-ils les mêmes travaux chez vous ?
- Quelles sont les tâches dont vous êtes responsables chez vous ?

Fiche pratique 4 : Le travail dans les carrières, les tuileries et la fabrication de tapis

Ces textes vous fournissent encore d'autres informations concernant les conditions de travail des enfants au Népal.

Le travail dans les carrières



En Allemagne, de très nombreux pavés et pierres tombales sont d'origine indienne. Les enfants vivent dans les carrières où ils effectuent des travaux pénibles et bruyants. L'utilisation des marteaux pneumatiques provoque de graves lésions de l'ouïe. Par ailleurs, l'utilisation d'outils très lourds et l'effort physique occasionnent des lésions des articulations et des ligaments. Au Népal, les pierres sont utilisées pour la construction des routes. Ce travail est fatigant et beaucoup trop dur pour de jeunes enfants. Comme les enfants travaillent sans masque, ils souffrent souvent de maladies pulmonaires en raison de la poussière à laquelle ils sont exposés. En outre, les enfants se blessent fréquemment, en tombant, en raison des chutes de pierres, des éclats de pierres tranchants et de l'usage d'outils et de machines sans protection. L'espérance de vie des enfants qui travaillent dans les carrières se situe entre 35 et 38 ans. L'interdiction de ce travail très dur s'étend lentement.

Le travail dans la tuilerie



Au Népal, les enfants travaillent souvent dans des tuileries. Les briques ainsi produites sont utilisées pour construire des maisons. Les conditions de travail sont très mauvaises, la rémunération varie en fonction du nombre de briques produites. Pendant les pluies de la mousson, le travail doit être interrompu, si bien que les travailleurs et les travailleuses n'ont plus de revenu. Ils n'ont pas d'assurance sociale.

Depuis 2007, une fondation soutient l'instruction des enfants avec le concours de Népalais. A proximité d'une tuilerie située au sud de Katmandou, un local a été loué à cet effet ; les enfants assistent aux leçons dans deux classes différentes. Ils apprennent à lire et à écrire afin de pouvoir rejoindre ensuite les écoles de l'Etat. A l'avenir, ce centre de solidarité devrait offrir une formation professionnelle et servir de lieu d'échange aux groupes d'entraide.

Fabrication de tapis

Selon les estimations, plus de 150 000 enfants népalais travailleraient dans la production de tapis. Ils travaillent généralement à la maison, dans leurs familles derrière un métier à tisser. Dans les régions très pauvres, les enfants sont achetés par des trafiquants d'enfants et emmenés ensuite dans des fabriques de tapis. Ils travaillent alors sous le régime de la « servitude pour dettes ». Ils sont exploités au travail et reçoivent en contrepartie un logement et de la nourriture. En travaillant, ils paient les dettes de leurs parents. Le travail dans l'industrie du tapis a de graves effets sur la santé. Les fibres de laine provoquent des lésions durables des voies respiratoires. En raison du mauvais éclairage, de nombreux enfants ont une mauvaise vue.

A d'autres endroits, les enfants travaillent quelques heures et bénéficient en même temps d'une formation scolaire financée par les fabricants de tapis. Le label « Rugmark » est, depuis le milieu des années 90, la garantie que les tapis ont été produits sans faire intervenir le travail des enfants. Cette initiative commune du commerce de tapis et de quelques organisations d'entraide a permis jusqu'à maintenant de libérer plus de 2 000 enfants de la servitude pour dettes ; ils peuvent ainsi aller à l'école ou effectuer un apprentissage.

Le label du commerce équitable STEP défend lui aussi des conditions de production et de commerce équitables pour les tapis manufacturés (et lutte contre l'exploitation des enfants au travail).

Fiche pratique 5 : Pourquoi le Népal compte-t-il autant d'enfants au travail ?

Il y a de nombreuses raisons pour expliquer le travail des enfants. Quelles sont les raisons qui concernent Punam et ses amis ?

Trace une croix dans la colonne correspondante pour chacune des raisons indiquées

Raisons	juste	faux	je ne sais pas
1 Il y a trop peu d'écoles pour accueillir tous les enfants.			
2 Les paysans sont très pauvres parce qu'ils reçoivent trop peu d'argent pour leur récolte et leurs produits.			
3 Les enfants travaillent à plus bas prix que les adultes, c'est pourquoi on les engage.			
4 Les enseignantes et les enseignants sont mal formés.			
5 Les enfants ne font pas partie d'un syndicat et ne peuvent donc pas se défendre.			
6 Il y a des personnes que l'on considère comme « de moindre valeur ». C'est pourquoi elles ne bénéficient pas de tous leurs droits. Le droit de s'instruire, par exemple, ne leur est pas reconnu.			
7 Les taxes scolaires sont trop élevées pour les enfants pauvres.			
8 Comme il y a peu de spécialistes de la santé et très peu de médicaments, beaucoup d'adultes meurent. C'est pourquoi les enfants doivent assumer des tâches d'adultes.			
9 De nombreux parents ne trouvent pas l'emploi qui leur permet de nourrir toute une famille.			
10 Le temps de travail est très long, si bien que les parents ne peuvent s'occuper ni des travaux ménagers ni de la garde des petits enfants.			
11 Quand on a des enfants, ce sont eux qui s'occupent des personnes âgées de la famille.			

Fiche pratique 6 : Mainya noue des tapis



Mainya a tout juste 14 ans. Elle n’est jamais allée à l’école et ne sait ni lire ni écrire. Elle travaille depuis plusieurs années dans le sud du Népal à Katmandou, la capitale du pays, comme noueuse de tapis dans une fabrique. Sa journée de travail est de 16 heures. Chaque jour, elle prend place derrière son métier dans une exigüité oppressante. De nombreuses autres personnes travaillent avec elle dans ce petit local. La plupart sont des enfants. Beaucoup d’entre eux sont plus jeunes que Mainya. Dans cette fabrique dont la direction présente de graves défaillances, l’air est vicié. Souvent, Mainya ne mange pas à sa faim. La poussière de laine lui irrite les voies respiratoires. Le jour, elle n’a au total qu’une seule heure de pause. « Souvent, je n’ai même pas le droit de sortir pour jouer et profiter de l’air frais. », regrette la jeune fille. « Parfois, nous devons passer toute la nuit à tisser. Et le matin suivant, nous continuons en commençant un nouveau tapis. Il n’y a guère de temps pour se reposer. » Mainya ne voit même pas le salaire de son dur labeur. Son employeur lui a expliqué qu’elle devait travailler pour rembourser ses dettes. Mainya ne sait pas de quelles dettes il parle, à moins qu’il s’agisse de ses maigres repas – généralement du riz et des lentilles, rarement accompagnés de légumes – et de l’endroit où elle dort, une pièce minuscule qu’elle partage avec trois autres filles.

(Source: www.aktiv-gegen-kinderarbeit.de)

Compare avec les conditions de vie de Punam

- Le déroulement de la journée
- La famille
- Le travail
- L’école
- Les loisirs

Punam dit dans le film qu’elle est heureuse de pouvoir aller à l’école. Quel est ton avis à ce sujet ?

En faite, Maynam vit en « servitude pour dettes ». Qu’est-ce que cela peut bien être ?

Fiche pratique 7 : A qui profite le travail des enfants ?

Chez nous, beaucoup de gens cherchent à faire leurs achats au prix le plus bas, c'est le prix qui compte ! En produisant à bas prix, il est possible d'assurer un meilleur écoulement de la marchandise. Les enfants constituent une main-d'œuvre bon marché. Dans le commerce, la priorité est donnée aux prix ; les destins humains associés au produit acheté suscitent souvent peu d'intérêt.

Les effets du travail des enfants

De nombreux enfants tombent malades parce que les travaux qu'ils effectuent sont trop durs pour leur constitution physique. Ils souffrent aussi intérieurement parce qu'ils n'ont pas la joie de découvrir le monde et de jouer, mais sont contraints d'effectuer des travaux pénibles de nombreuses heures par jour. Beaucoup de ces enfants ne savent ni lire ni écrire. Après avoir passé entre 14 et 16 heures à travailler dans une plantation, un ménage ou une fabrique, les enfants n'ont plus qu'une seule envie : dormir ; il ne leur reste guère de forces pour étudier. Souvent, ils sont en outre mal nourris et le travail les rend malades.

Que peut-on faire face à cela ?

Si l'on cesse d'acheter les produits de ces entreprises, la situation des enfants risque encore d'empirer. Les parents et les enfants perdraient leur travail. La pauvreté et le dénuement ne feraient qu'augmenter. Une possibilité consiste à soutenir financièrement des projets qui contribuent à réduire le travail des enfants en mettant en place des programmes scolaires sur place. Il existe de nombreuses entreprises de commerce équitable, identifiables par leur label, qui permettent aux adultes d'obtenir un salaire correcte et aux enfants d'avoir du temps à disposition pour fréquenter une école. Le travail des enfants est un véritable engrenage. Si les enfants ne peuvent pas aller à l'école, ils ne pourront pas non plus obtenir un emploi mieux rémunéré par la suite. Ainsi, ils ne pourront pas entretenir leur famille et auront besoin à leur tour du travail de leurs enfants.



Soutenir le commerce équitable

Les produits munis du label « fair trade » ont été fabriqués dans le respect des principes du commerce équitable. On peut acheter ces produits dans de nombreux pays européens. Les gens qui fabriquent ces produits – par exemple du café, du thé ou du coton – obtiennent en contrepartie un prix plus élevé, si bien qu'ils gagnent suffisamment pour pouvoir envoyer leurs enfants à l'école et non pas au travail. Une partie du gain doit être utilisée par les paysans pour le développement de leur village, c'est-à-dire pour l'aménagement d'écoles ou de dispensaires. Les gens reçoivent un soutien pour se développer par leurs propres moyens sans devenir dépendants financièrement des banques ou des pays riches.

Tu trouveras d'autres informations sur le site www.maxhavelaar.ch et www.transfair.org

- Où trouvez-vous des produits « fair trade » ?
- Connaissez-vous d'autres labels ? Quelle est leur signification ?
- Pourquoi les prix sont-ils plus élevés ?
- Réunissez cinq objets dans votre classe et essayez de trouver quelle est leur provenance ?
- Quelles autres possibilités voyez-vous de soutenir la formation et d'abolir le travail des enfants ?

Fiche pratique 8 : Le bhat-dal – le plat principal népalais



BHAT (riz) :

2 bols de riz (ris basmati ou riz à longs grains)
4 bols d'eau
évent. 1 cuillère à café de beurre

DAL (lentilles) :

1½ bol de lentilles (par ex. des lentilles noires « Dal Kalo » ou des lentilles jaunes « Dal Pahelo », etc.)
4 - 5 bols d'eau
½ cuillère à café de curcuma
1 cuillère à café d'ail haché
50 g de beurre
des oignons finement coupés
du paprika (doux)
du sel (vérifier l'assaisonnement)



PREPARATION

BHAT (riz) :

Faire cuire le riz à feu doux 10-15 minutes jusqu'à ce qu'il soit presque tendre, puis le remuer. Ajouter le beurre et laisser fondre. Réduire le feu au minimum, couvrir le riz à l'aide d'un couvercle puis achever la cuisson durant à peu près 5 minutes.



DAL (lentilles) :

Faire cuire les lentilles avec de l'eau. Ajouter toutes les épices et réduire le feu. Laisser cuire 20 à 30 minutes jusqu'à ce que les lentilles soient très tendres (sorte de bouillie). Dans une poêle, faire chauffer le beurre et ajouter les oignons, le curcuma et l'ail. Ajouter ces ingrédients aux lentilles et bien mélanger.