

Changement de gras !

Par Eric Roux

En complément de notre dossier consacré à l'innovation, la création et l'évolution des cuisines populaires, nous mettons à votre disposition un dossier ayant pour sujet les matières grasses traditionnellement utilisées en cuisine en France depuis le début du XX^{ème} siècle.

C'est un thème que les études sur l'alimentation ont souvent mis en avant : quelles sont les matières grasses utilisées comme base de cuisine ?

Cette question est loin d'être anecdotique. C'est ce qu'avait bien vu Marcel Mauss quand, dans son célèbre *Manuel d'ethnographie*, il nous invite à nous intéresser à la diversité des matières grasses dans le cadre de l'alimentation :

«Les différentes huiles, graisses. Beurre animal, beurre végétal (beurre de karité). Les sociétés se divisent aisément en gens qui mangent le beurre frais et gens qui le préfèrent rance ; ces derniers sont beaucoup plus nombreux. » (Cette dernière remarque sur le rance est d'ailleurs particulièrement importante. Nous y reviendrons dans l'avancé de notre propos. Marcel Mauss, *Manuel d'ethnographie*, 1926, coll. "Les classiques des sciences sociales").

Or, depuis les premiers travaux menés par le Musée des Traditions Populaires et ceux des folkloristes de la première moitié du XX^{ème} siècle, nous avons la chance de disposer de plusieurs enquêtes sur les matières grasses utilisées en France durant le XX^{ème} siècle. Mais quelle actualité conservent-elles ? Compte tenu des profonds changements survenus dans notre alimentation au cours des cinquante dernières années, nous pourrions imaginer que la valeur de ces enquêtes ethnographiques est plus d'ordre historique que réellement indicative pour nos pratiques actuelles. En réalité, elles peuvent être mises en relation avec nos dernières enquêtes pour apporter un éclairage passionnant sur la dimension fortement culturelle des préférences

gustatives qui guident nos choix jusque dans celui des matières grasses de base de notre alimentation.

Ainsi, cette déclaration de [Mireille Imberty](#), diététicienne auprès de la cuisine centrale de Lons-le-Saunier, tirée d'une des enquêtes de l'OCPop, nous apporte des précisions d'ordre qualitatif :

«C'est vrai que notre public est très marqué par la cuisine au beurre et par une forte consommation de pommes de terre. Mais à l'hôpital, il y a une demande pour de la cuisine à l'huile d'olive. Sur ce terrain, je crois qu'il faut avancer à petits pas, car ce goût d'huile d'olive n'est pas apprécié par notre public. Alors oui, il faut aller dans ce sens, mais sans se couper des habitudes alimentaires. Et puis, il y a aussi une manière d'utiliser le beurre. Ça c'est un discours que je tiens aux cuisiniers : moins de beurre cuit, mieux vaut essayer de donner du goût avec du beurre cru. Et surtout ne jamais oublier que notre objectif est de faire manger les gens, avant tout.»

Nous avons donc décidé de réunir et d'analyser ce type d'indications *qualitatives* concernant les goûts pour tel ou tel fond de cuisine, présentes dans les entretiens que nous avons réalisés avec des cuisiniers et des cuisinières, professionnels ou amateurs.

Et de les situer par rapport aux données plus *quantitatives* apportées par des documents comme les "cartes des graisses" publiées au cours des années 1900, ceci pour répondre à différentes questions :

- Existe-t-il toujours une France du beurre, une France de l'huile et une France des graisses animales ?
- Le goût du rance évoqué par Marcel Mauss recouvre-t-il toujours une réalité contemporaine en France ?
- Comment les modes culinaires et les recommandations santé jouent-elles sur notre goût des graisses ?
- Les matières grasses sont-elles toujours utilisées comme conservateurs dans les pratiques de conservations domestiques ?

Les enquêtes.

En 1961, Fernand Braudel, insistant pour aborder la cuisine dans les études historiques, proposait une excellente synthèse des réflexions et enquêtes des historiens et des ethnographes de la première moitié du XX^{ème} siècle à propos des habitudes alimentaires des graisses en France (pour connaître par le détail ces propos, vous pouvez vous reporter aux articles en format pdf disponibles sur internet grâce au site Persée : [Annales. Économies, Sociétés, Civilisations. 16e année, N. 4, 1961](#)). Les apports de ce travail sont eux-mêmes très bien résumés par Patrick

Rambourg, dans son article « Manger gras. Lard, saindoux, beurre et huile dans les traités de cuisine du Moyen-Âge au XX^{ème} siècle » :

« On put dès lors établir, en cartographiant les données de l'enquête, les aires de répartition des principales graisses de cuisine. On observa deux zones de saindoux dans le Nord-Est et le Midi, et entre les deux une « coulée de beurre » qui recouvre la Bretagne, suit la vallée de la Loire jusque dans le Lyonnais, pour ensuite se perdre dans les Alpes où elle se retrouve en conflit avec le saindoux. L'huile d'olive règne sur le littoral méditerranéen et la Provence « jusqu'au contrefort des Alpes », mais remonte curieusement les vallées du Rhône et du Doubs où elle entre en concurrence avec le beurre et le saindoux. Quant à la graisse d'oie, elle se limite à l'Alsace et au Midi languedocien, mais pas de façon homogène. Et il y a aussi l'huile de noix que l'on utilise dans le Centre et l'Est du pays. » (Patrick Rambourg, "Manger gras. Lard, saindoux, beurre et huile dans les traités de cuisine du Moyen-Âge au XX^e siècle", in Julia Csergo *Trop gros?*, Autrement/Mutations, 2009, pages 75-91.)

Dans ce même article, Patrick Rambourg étudie l'utilisation des matières grasses dans la littérature culinaire. Il note ainsi que dans *La grande cuisine minceur* de Michel Guérard, le beurre n'est plus utilisé que dans 6% des recettes et laisse la part très belle à l'huile d'olive.

Et en effet, l'huile d'olive, très localisée dans les enquêtes du siècle dernier, a fait une percée remarquable depuis les années 80. Culte du corps, préoccupations nutritionnelles, et peut-être désir de goût, les structures d'utilisation des corps gras que le siècle dernier croyaient presque immuables sont souvent aujourd'hui bousculées et se transforment sous nos yeux. Face au paradoxe français, mélangeant graisses animales, beurre et huile, le régime crétois et son huile d'olive offrait un argument santé que les consommateurs étaient prêts à entendre pour infléchir leurs habitudes.

De ce point de vue, il est certain, comme le remarque Jean-Pierre Poulain (5), que « *les relations aux aliments, mais probablement plus encore aux matières grasses, sont chargées de représentations symboliques* ». Ce dernier met ainsi en évidence que les Français sont « *complètement déconnectés de la teneur réelle en lipides* », puisque, lorsqu'on leur demande de préciser quelles sont les matières grasses qui font le plus grossir, arrivent, en ordre décroissant :

- les corps gras animaux avec 78%;
- les beurres avec 61%;
- les crèmes avec 53%;
- les huiles avec 36% pour l'ensemble des huiles, l'huile d'olive n'étant citée que par 4%;

- enfin les margarines avec 21%.

(in "Les matières grasses, une représentation particulièrement complexe", in Jean-Pierre Poulain, *Manger aujourd'hui. Attitudes, normes et pratiques*, Privat, 2002, pages 134-135.)

Pourtant, s'il est évident que le propos santé est moteur dans le choix et le goût pour telle ou telle matière grasse aujourd'hui, et qu'ici, « *il est clair qu'il y a confusion entre ce qui est bon pour la santé et ce qui est bon pour la ligne* » (Poulain), les goûts et dégoûts culturels sont toujours primordiaux pour expliquer et comprendre nos choix.

Ce sont ces dimensions du goût, plongeant ses racines dans notre éducation et nos habitudes familiales jusqu'à devenir un véritable marqueur d'identité, que nous allons nous efforcer de mettre en évidence à travers cette étude des matières grasses utilisées dans notre cuisine quotidienne.

Entre disponibilité et recherche du goût.

En relisant avec attention les différentes enquêtes citées, il apparaît que ces matières grasses cristallisent des tensions de choix et de consommation, en fonction de leur disponibilité régionale et saisonnière, des moyens à les acquérir, mais aussi des marqueurs du goût. En citant Jean Pierre Poulain, les « matières grasses, sont chargées de représentations symboliques » (ouvrage déjà cité).

Il est vrai que les travaux et enquêtes de l'historien Lucien Febvre nous donnent à voir une organisation de la consommation, avec des régions du beurre, des graisses animales et de l'huile, etc. («[Essai de cartes des graisses de cuisine en France](#)») Dans une vision très fonctionnaliste, ces relevés invitent à penser que les régions d'élevage bovin mangent du beurre, la zone de l'olivier aime l'huile, et les éleveurs d'oie sa graisse.

Mais ces conclusions doivent impérativement être affinées par les éclairages d'autres disciplines. Ainsi, se basant sur l'enquête de 1957, Jean-Jacques Hémardinquer («[Essai de cartes des graisses de cuisine en France](#)») a apporté des nuances sociologiques à cette lecture : en réalité, la consommation des graisses n'est peut-être pas uniforme sur l'année, ni mono-choix face aux contraintes économiques. La consommation de beurre fonctionne ainsi comme un véritable marqueur d'élévation sociale. À l'époque de cette enquête, il apparaît que les paysans bretons, grands producteurs de beurre, le consommaient peu et le réservaient au contraire à la vente aux élites rurales et à la bourgeoisie urbaine ; pour leur consommation personnelle, ils se tournaient plutôt vers le saindoux, produit du sacrifice du ou des cochons familiaux (source presque unique de viande du régime paysan). Par ailleurs, ce beurre embourgeoisé pouvait constituer une

alternative en période de carême au fameux saindoux, afin de respecter l'abstinence en viande. Enfin, dans d'autres cas, le saindoux pouvait fonctionner comme une graisse d'hiver et le beurre un gras d'été.

Hémardinquer cite également dans son analyse des descriptions de l'alimentation paysanne sous Louis-Philippe (milieu du XIX^{ème} siècle) où le gras, qu'il soit beurre, saindoux ou huile, est très peu disponible dans la ration journalière. La fameuse galette de sarrasin, que nous ne saurions imaginer aujourd'hui sans beurre, marqueur breton, était arrosée de lait ribot (aigre)...

Ces quelques remarques et analyses expriment bien à quel point la question des matières grasses est bien plus complexe en termes de forme, de goût et d'utilisation, qu'il n'y paraît en première approche.

D'ailleurs, nous parlons de beurre, de quel beurre s'agit-il réellement ? En effet, si la mode s'emballerait aujourd'hui pour le beurre d'un seul producteur breton d'Ille-et-Vilaine ([Jean-Yves Bordier](#) fait du beurre de très très bonne qualité), il existe en réalité des beurres très différents, correspondant à un certain nombre de savoir-faire distincts. Il existe des Appellations d'Origine Contrôlée pour des beurres comme celui de Poitou-Charentes, qui n'est pas le même que celui des Deux-Sèvres, que le beurre d'Échiré ou d'Isigny, et certainement pour l'année 2012, que celui de Bresse. Mais, au-delà de ces réglementations et labels, il existe d'autres fabricants, dans d'autres régions, tout aussi remarquables, comme la SARL Deleu en Artois, ou l'ENIL de la Roche-sur-Foron en Savoie, sans oublier l'ensemble des producteurs fermiers souvent présents sur les marchés locaux, véritables révélateurs de ces différences de fabrication qui peuvent induire des goûts très divers dans le beurre.

Sur ce point, nous nous contenterons d'un exemple, qui rejoint d'ailleurs celui qu'évoque Hémardinquer au sujet du beurre fabriqué à base de petit lait de reblochon. Aujourd'hui, dans le Cantal, existe toujours une production de beurre dit "beurre de lactosérum" (nous connaissons au moins trois producteurs de beurre de lactosérum lié au Salers : celui du Buron des Fages à Loupiac, celui du GAEC Prax à Laroquevieille, et celui du GAEC d'Anglars le Pommier à St Cernin). De quoi s'agit-il ? Lors de la fabrication du fromage Salers en estive, le petit lait extrait du caillage et de son pressage est encore très riche en matière grasse. Celle-ci est récupérée pour être barattée, ce qui donne un beurre plus gras (M.G. sup. à 82%) mais surtout possédant un goût marqué. Comment décrire ce goût ? Certains informateurs évoquent à la dégustation des parfums d'étable ou de vache, notions assez péjoratives mais qui, chez les consommateurs de ce type de beurre, semblent soigneusement recherchées. Un goût fort et marqué.

Nous sommes dans une de ces zones complexes de cette "carte des graisses" élaborée au milieu du XX^{ème} siècle, où se côtoient huile de noix, huile de faines, beurre, saindoux et graisse

d'oise. Un regard contemporain permet de constater que presque toutes ces matières grasses sont toujours produites et consommées sur ce territoire. Dans l'ensemble culturel complexe du sud du Massif Central, le sud de l'Auvergne et ses marges méridionales, existent toujours conjointement, une production d'huile de noix (Ainsi, cinq moulins artisanaux sont encore recensés dans le Puy de Dôme), une forte tradition charcutière de petites entreprises et de particuliers où le lard, le jambon et le saindoux sont abondamment produits, et une production beurrière importante liée à la production fromagère. Nous avons déjà parlé du goût du beurre, mais arrêtons-nous sur les autres matières grasses. Chez les huiliers artisanaux de ce sud du Massif Central, comme chez leurs acheteurs d'huile, nos enquêtes nous ont permis d'assister à de vives discussions sur la force gustative de la production. Ainsi, concernant la fabrication de l'huile de noix, nous avons noté une volonté de bien faire "cuire" la pâte de cerneau avant pressage, ceci afin d'avoir un produit exempt d'humidité et, par voie de conséquence, fort en goût. L'huile est aimée forte, puissante, comme nous l'ont expliqué nos informateurs. Il existe d'ailleurs une recette, pas forcément toujours pratiquée aujourd'hui, pour concentrer ce goût d'huile de noix marquée : la pâte épaisse qui s'est décantée au fond des jarres à huile sert à élaborer une tarte salée, très grasse mais surtout nécessitant une certaine habitude culturelle pour pouvoir être absorbée... Beurre fort, huile forte, mais aussi gras de porc fort, puissant. Car il est également très répandu sur ce terrain d'observation de consommer le lard salé (sec ou pas) légèrement marqué de rancissement (Un texte découvert en ligne, très révélateur de l'attrance pour le lard rance sur le [blog](#) de Zorba).

Comme si l'unité gustative et culturelle de ce territoire n'était pas tant l'origine du gras, beurre, huile ou lard, que son goût ou, du moins, sa perception gustative, caractérisée par sa puissance rude et franche.

Michel Bras lui-même, cuisinier très attaché aux notions de mémoire et de souvenirs gustatifs, n'élabore-t-il pas dans son restaurant trois étoiles de Laguiole en Aubrac une huile rance pour accompagner une purée de panais, réalisée en faisant infuser des crosses de jambons secs dans de l'huile de pépin de raisin ?

Etrange goût du rance

Déjà en 1926, Marcel Mauss remarquait que « *les sociétés se divisent aisément en gens qui mangent le beurre frais et gens qui le préfèrent rance* » (ouvrage déjà cité).

La notion de rance est pourtant, semble-t-il, très péjorative. Les dictionnaires décrivent tous le rance comme un goût désagréable, non désiré, voire comme un goût à combattre (définition du *Larousse de poche* à propos du rance : « *se dit d'un corps gras qui a contracté une odeur forte et une saveur âcre* », ou celle du *dictionnaire des synonymes Robert* : « *rance : aigre* »). Les recettes pour redonner sa fraîcheur au beurre sont d'ailleurs nombreuses, du croûton de pain

trempé dans le beurre fondu aux décoctions d'herbes destinées à le laver. Mais parallèlement, les recettes pour favoriser le rance sont tout aussi nombreuses, en particulier dans la cuisine d'Afrique du Nord avec le *smen* (quelques liens de recettes de *smen* [ici](#) et [là](#))

S'esquisse alors une véritable dichotomie du monde, opposant le frais au rance, le nouveau à l'ancien, et, peut-être, l'immature au mature.

Mais quel est ce rance que certaines cultures semblent préférer ? Et surtout, quelle place a-t-il encore aujourd'hui ?

Il est remarquable que des chefs comme [Michel Bras](#) ou Régis [Marcon](#) puissent explicitement cultiver des notes de rance dans certains de leurs plats. Très attentifs à une cuisine marquée par le souvenir, ils puisent dans leur mémoire et dans leurs connaissances de cette frange méridionale de la montagne centrale, pour mieux capter le goût très particulier du gras, du lard et du jambon légèrement jaunis.

Bien plus au sud, un autre cuisinier, Jean Paul Artmann, qui était installé au Canet en Roussillon, marquait également certains de ses plats, notamment ses palourdes, de *sagì*, (voir photo) une panne de porc spécialement salée, liée et mise à sécher jusqu'à devenir jaune de rancissement. Faut-il considérer que ces chefs étoilés, comme certainement d'autres ailleurs dans le midi, ne sont que les conservateurs de goûts rares et passés de mode ? Il faut pourtant bien des artisans pour produire ces parcelles de gras de porc rance et surtout des clients prêts à accepter ce goût si particulier...

Loin d'être un effet du hasard, le rance est ici le résultat d'un véritable savoir-faire. Les charcutiers de l'Aveyron, de la Haute-Loire, des Pyrénées Orientales savent ainsi maîtriser cette pointe de rance nécessaire à la caractéristique de leurs productions. Un jambon sec, un lard, au gras légèrement jauni, ou encore ces *sagis* fièrement exposés dans les vitrines des charcutiers catalans sont bien dans l'actualité de productions charcutières artisanales. De même, dans les très vieux jambons espagnols, ce relief donné par le rance n'est-il pas indispensable ?

Mais c'est un rance subtil, compliqué à définir, dans sa force et sa particularité : une dame assez âgée, originaire de Savoie (pays de beurre frais), avouait dans un entretien son dégoût pour la charcuterie et le beurre goûtés dans la région du Puy-en-Velay au cours d'un voyage. Or, elle utilisait pour parler de ce goût un vocabulaire tout à fait révélateur : les produits goûtés étaient « forts », « sentaient la ferme », « l'étable », « la vache, la porcherie ». Dans sa volonté de dénigrer ce goût, elle nous donnait des éléments de compréhension, en insistant sur une perception animale, voire sauvage.

Pourtant, tout comme l'huile de noix très ou trop cuite, déjà citée, ces produits "sauvages" semblent être utilisés pour accentuer le goût, le renforcer. Les matières grasses ne sont plus ici de simples fonds de cuisine, mais de véritables exhausteurs de goût. Le rance devient un moyen de parfaire et mettre en évidence.

Pour approfondir notre étude, nous ne pouvons oublier l'importance de ce goût du rance maîtrisé dans la cuisine du Maghreb. Le beurre rance, appelé *smen*, est indispensable à l'imaginaire gustatif du couscous et de nombreuses pâtisseries. Or, en France, le *smen* est en partie absent de la proposition commerciale. Il est parfois remplacé par le *ghee*, un beurre clarifié d'origine indienne vendu en boîte, mais ce n'est qu'un produit de remplacement. La seule solution pour avoir du *smen* en France est de le rapporter du pays, ou de le faire soi-même : la recette est relativement simple, le beurre étant salé légèrement, avant d'être lavé avec une décoction chaude d'origan, et surtout mis à vieillir au minimum un mois dans un bocal, pour acquérir son goût caractéristique, indispensable à la cohérence gustative des plats d'Afrique du Nord.

Une manière de conserve qui, laissant apparaître l'indispensable oxydation du rancissement, devient, comme pour d'autres le lard, le jambon, certaines huiles, et peut-être de manière générale comme pour toutes les conserves dans le gras, le savoir-faire "maison" de ces univers gustatifs.

Dès lors, les conserves ne sont plus seulement là pour mettre en réserve et favoriser l'économie, mais constituent bien des recettes à part entière, une réponse à des typicités gustatives recherchées. Dans un prochain dossier l'OCPop abordera ces goûts parfois si particuliers liés à la conserve, certes faites pour pouvoir profiter «plus tard» de produits très saisonnés, mais aussi ayant leur propre profil gustatif.