

MINISTÈRE DE LA CULTURE
DIRECTION DU PATRIMOINE
ÉTHNOLOGIQUE

PARC NATIONAL DU MERCANTOUR
ATELIERS MÉDITERRANÉENS
EXPÉRIMENTAUX

LES PLANTES ALIMENTAIRES

DE LA VALLÉE DE LA ROYA

Danielle Musset

Novembre 1983

SOMMAIRE

INTRODUCTION p.1

1ère partie : PRESENTATION GENERALE DE LA VALLEE DE LA ROYA

I- LE MILIEU ET LES HOMMES : QUELQUES DONNEES SUR LA VALLEE p. 8

- 1- Le milieu p. 8
 - le relief p. 8
 - les sols p. 9
 - l'hydrographie p. 9
 - le climat p. 9
 - la végétation p.10

- 2- Les aspects humains p.12
 - la vallée de la Roya,, lien entre Méditerranée et Piémont p.12
 - une histoire mouvementée p.13
 - la population : son évolution p.15
 - les migrations saisonnières p.18
 - l'implantation de la voie ferrée : une date importante dans l'histoire de la vallée p.19

II - LE SYSTEME AGRO-SYLVO-PASTORAL TRADITIONNEL ET SON EVOLUTION p.21

- 1- Les principaux traits de l'économie de la Roya entre les deux guerres mondiales p.21
- 2- L'organisation de l'espace cultivé..... p.25
- 3- La double résidence p.27
- 4- En quelques chiffres : l'évolution du système.. p.31
- Conclusion de la 1ère partie p.34

2ème partie : LES PLANTES ALIMENTAIRES DE LA ROYA

I- PLANTES ET TRADITIONS ALIMENTAIRES p.39

- 1- Tableau récapitulatif des plantes : présentation et analyse p.44

| | |
|--|-------|
| - les plantes mangées en salade | p.129 |
| - les plantes utilisées en "plats d'épinards" .. | p.133 |
| - les asperges | p.136 |
| - les plantes aromatiques | p.138 |
| - baies et fruits sauvages | p.140 |
| - les champignons | p.144 |
| 3- <u>Plantes sauvages / plantes cultivées : une relation de complémentarité ?</u> | p.147 |
| III- <u>TRADITIONS ET CHANGEMENTS</u> | p.150 |
| 1- <u>Les plantes sauvages : perte du savoir et évolution de la cueillette</u> | p.150 |
| 2- <u>Les plantes cultivées : anciennes variétés, nouvelles cultures</u> | p.153 |
| CONCLUSION | p.157 |
| BIBLIOGRAPHIE | p.159 |
| Table des figures et illustrations | p.164 |
| ANNEXES 1- Convention de Turin du 7 mars 1860.... | p.165 |
| 2- Fichier des principales recettes de la vallée | p.167 |

INTRODUCTION

Recenser les plantes sauvages et cultivées utilisées traditionnellement dans leur alimentation par les habitants de la vallée de la Roya, dans les Alpes-Maritimes, étudier les modes de transformation et de consommation de ces plantes ainsi que les pratiques et les représentations qui leur sont attachées : voilà le point de départ de notre recherche.

Il s'agit donc à la fois de faire un inventaire des plantes alimentaires de la vallée mais aussi de recueillir les savoirs pratiques et symboliques qui leur sont liés, et par là de tenter une approche du rapport homme / nature à travers son alimentation.

Le terrain

Dans un but comparatif, nous avons choisi d'étudier deux villages de la vallée de la Roya. Située à l'Est du département des Alpes-Maritimes, la vallée de la Roya est disposée suivant un axe nord-sud le long de la frontière italienne. Cette position lui confère un intérêt particulier tant au point de vue géographique (différenciations bioclimatiques entre le haut et le bas de la vallée), qu'historique (partition de la vallée entre la France et l'Italie) et culturel (linguistique entre autres).

Aussi, l'étude des deux villages - Breil dans la Moyenne vallée et Tende dans la Haute-vallée -, outre les données bioclimatiques, doit-elle nécessairement prendre en considération l'ensemble du contexte socio-économique et culturel dans lequel ils ont évolué. A partir de ces données diversifiées, la comparaison de l'utilisation des plantes dans ces deux villages, nous permet de mettre à jour la complexité des interrelations homme - milieu naturel.

La richesse de ce terrain en fait aussi la difficulté sur-

tout en ce qui concerne la Haute-vallée : nécessité de se rendre en Italie pour consulter certaines archives, nombre très réduit de documents de synthèse sur la vallée, nécessité de tenir compte d'une population d'immigrés Piémontais très nombreuse à Tende, problèmes dus au dialecte et aux influences qui le marquent, etc...

Méthode

Notre intention est de replacer la consommation des plantes dans un contexte historique, économique et social, de faire émerger des relations entre les pratiques agricoles et les pratiques de cueillette, de dégager des éléments de réflexion sur les différences d'aménagement et d'utilisation du milieu au sein d'une même vallée.

La méthode employée combine plusieurs approches complémentaires qui permettent à la fois de réaliser un inventaire des plantes mais aussi de recueillir des données plus qualitatives sur les conditions de leur utilisation et leur évolution.

Dans un premier temps, il fallait pouvoir dresser un tableau général des plantes cultivées et sauvages connues et employées dans l'alimentation. Un questionnaire plante par plante nous a semblé trop limitatif, entre autres parce que si l'on interroge directement certaines personnes sur leur savoir concernant les plantes, elles prétendront ne rien connaître et vous renverront aux quelques "spécialistes" locaux, souvent désignés comme "ayant le livre" (manuel de vulgarisation sur l'usage des plantes), mais s'avèreront en fait de précieux informateurs si on aborde le sujet de façon plus globale, par exemple en les questionnant sur le mode de vie dans les "campagnes".

Notre travail a donc commencé par des entretiens semi-directifs avec des personnes âgées ou des agriculteurs encore en activité dans les villages étudiés, à partir d'une grille d'enquête assez large, centrée autour de trois thèmes principaux :

- les cultures autrefois pratiquées dans le village (les différents lieux de culture -les jardins, les oliveraies, les champs-, les pratiques culturelles, les cultivars, les cultures en temps de guerre,...
- la cueillette de plantes sauvages (les différentes "herbes" cueillies, leur utilisation, les lieux de cueillette...)
- l'alimentation traditionnelle (alimentation quotidienne / alimentation festive, cuisine au village / cuisine dans les campagnes, alimentation en fonction des saisons, recettes et tours de main, mode de conservation des aliments végétaux...).

Cette approche nous a permis de dresser un premier bilan des plantes utilisées dans l'alimentation avec les recettes qui leur sont attachées, leur nom vernaculaire, les utilisations faites d'une même plante. On a pu aussi mettre en valeur un certain nombre de données importantes pour la compréhension du rôle économique et culturel de ces plantes : fréquence de citation des différentes espèces, rôle de certaines plantes dans le système des échanges, liens entre activités agricoles et activités de cueillette, importance de la double résidence au village et dans les "campagnes", influence des saisons, différenciation sexuelle dans les pratiques agricoles et de cueillette, mode de transmission du savoir botanique, évolution des cultures et de la cueillette, etc...

Dans un deuxième temps, les informations ont été complétées pour chaque plante citée en utilisant une fiche d'inventaire que nous avons établie. Des échantillons de ces plantes ont servi à leur identification par un botaniste de la Faculté des Sciences de Nice dont nous avons sollicité la collaboration.

Il est bien entendu pour nous que ces deux approches, entretiens et inventaire par plante, ne peuvent être dissociées si l'on veut arriver à une connaissance approfondie du sujet et pas seulement à un catalogue de plantes. Dans cette démarche, l'observation sur le terrain est également essentielle : parti-

ciper à des cueillettes avec les informateurs, visiter des jardins, étudier les parcours, observer les tours de main, voir réaliser des recettes, etc...

D'autre part, dès le début de l'enquête, les sources d'archives ont également été mises à profit et ont permis de dresser un tableau de la situation historique, économique et sociale des villages étudiés depuis 1860 (date du rattachement du Comté de Nice à la France) : évolution de la répartition des terres et des cultures, principales productions (étude comparative des cadastres, tableaux des statistiques agricoles...). Sur la cueillette, les procès-verbaux de mise en adjudication de certaines récoltes donnent, par exemple, des éléments intéressants.

Ainsi cette enquête nous permet à la fois d'éprouver une méthodologie et de dresser un premier inventaire des végétaux alimentaires de la vallée. Etant donné la richesse du terrain et le délai d'enquête assez bref (un an), nous souhaitons vivement que ce travail puisse avoir une suite qui permettra d'approfondir les diverses pistes mises à jour au cours de l'étude.

NOTE SUR LE DIALECTE DE LA VALLEE DE LA ROYA

Le dialecte de la vallée de la Roya est un dialecte occitan appartenant à l'ensemble provençal-alpin mais qui tire son originalité des influences qu'il a subies du fait de la situation géographique de la vallée. Suivant la position des villages, ce dialecte est plus ou moins influencé par le Ligure ou le Piémontais.

Pour la transcription dans le texte des termes dialectaux, nous avons utilisé la graphie classique du provençal qui permet une lecture plus facile au lecteur non averti que la graphie "occitane". Mais devant la difficulté à retranscrire certains mots dont plusieurs sont d'origine ligure ou piémontaise, et certaines formes de prononciation particulières à la vallée, pour pouvoir mettre aussi en évidence les différences entre le haut et le bas de la vallée, nous avons décidé d'utiliser aussi la transcription phonétique. Nous l'ajoutons entre [-] après certains mots et nous l'utilisons dans le tableau récapitulatif des plantes au chapitre I de la 2ème partie. Nous employons la notation phonétique de l'Atlas Linguistique et Ethnographique de la Provence, de JC.Bouvier et C.Martel, qui est celle de G.Straka adaptée aux besoins de l'Atlas.

lère Partie :

PRESENTATION GENERALE DE LA VALLEE DE LA ROYA

I- LE MILIEU ET LES HOMMES : QUELQUES DONNEES SUR LA VALLEE DE LA ROYA

Située le long de l'actuelle frontière franco-italienne, la vallée de la Roya déroule ses 58 kms suivant un axe nord-sud qui va du col de Tende à Vintimille et couvre une superficie de 502 km². Les facteurs de relief, le climat, la végétation, l'histoire même permettent de diviser la vallée en deux grands secteurs : la Moyenne Roya qui comprend le bassin de Breil, Fontan et Saorge et la Haute Roya avec Tende et La Brigue (1).

1- Le milieu

Le relief

Il est caractérisé par une extrême complexité, des dénivellations très fortes, un cloisonnement en petites cellules.

La vallée de la Roya est une succession de bassins coupés de gorges : gorges de Paganin, de Berghe, de Saorge, de Fanghetto. Ces bassins ont constitué autant de compartiments calfeutrés, longtemps repliés sur eux-mêmes. Les villages s'y sont installés souvent au confluent de deux rivières : Breil au confluent de la Roya et de la Lavina, Tende à proximité de la Roya et du Rio Freddo. Les contrastes d'altitude y sont importants et dressent aux abords des villages de véritables murailles :

"Tende est accroupie sous la falaise de Ripa di Berna dressée à 1000 m au dessus ; à Berghe, les rouges obélisques de la Traia hérissent une muraille de 700m de portée ; quant au bassin de Breil, c'est un abîme étranglé de crêtes : 270m d'altitude au fond, 1100 à 1200m en haut des falaises" (BLANCHARD, 1949, p.289)

La variété des altitudes est grande sur une même commune : le finage de Breil est compris entre 150m à la frontière italienne et 2080m à la Pointe des Trois Communes, celui de Tende a 550m

(1)- La partie basse de la vallée est située en territoire italien et ne fait pas partie de notre étude.

en aval de St Dalmas et comprend les montagnes de l'extrémité orientale du Mercantour qui culminent à 3000m. Les différences bioclimatiques entre les hauteurs et le village sont considérables et mettent à la disposition des hommes un territoire aux paysages variés dans lequel les activités et les implantations pourront tirer partie de cette diversité. La vie, sous toutes ses formes est soumise dans la Roya à ce phénomène.

Les sols

On note d'importantes masses de gypse au centre du bassin de Breil, recouvertes d'une couche peu épaisse d'alluvions sur les bords de la Roya. Les côteaux qui font face au village sont à dominante calcaire. A Tende, le terrain dominant est argileux et calcaire.

Hydrographie

La Roya draine vers la mer les eaux de l'extrémité orientale de l'Argentera-Mercantour. Son cours s'enrichit d'une succession de torrents : sur la rive gauche, le Rio Freddo à Tende, la Levensa qui arrose La Brigue et se jette dans la Roya à St Dalmas, la Bendola en aval de Saorge. La rive droite reçoit le torrent de Bieugne à St Dalmas, le Caïros en aval de Fontan, la Maglia et la Lavina à Breil. La déclivité du bassin est forte (30m au km entre Tende et St Dalmas, 40m en dessous des falaises de Berghé) et le débit important (on enregistre 28,8 l au km de bassin à Breil). C'est pourquoi la rivière a reçu très tôt un équipement hydroélectrique important : on y compte 8 usines dont les premières ont été réalisées dès le début du siècle (les Italiens équipent la Haute-Roya à partir de 1907, les Français construisent la centrale de Fontan en 1914).

Le climat

Malgré des différences entre la Moyenne et la Haute Roya, c'est dans ses grands traits un climat de type méditerranéen. Grâce aux influences adoucissantes de la mer, les étés sont chauds et les hivers doux : la neige tombe rarement à Breil et

ne reste pas plus de 15 jours à Tende. La moyenne annuelle des températures est de 13°53 à Breil, 11°87 à Fontan et 11°33 à Tende (St Dalmas). L'ensoleillement est très fort dans toute la vallée. Le printemps et l'automne surtout sont les saisons les plus arrosées. A Breil, plus de 38% des pluies annuelles tombent en automne et plus particulièrement en novembre. La moyenne des précipitations y est de 1013mm par an. Printemps et automne connaissent également le problème des gelées.

"Ces quantités modérées de neige, combinées aux conditions favorables de température, ont pour corollaire un relèvement général de ce qu'on appelle les limites d'altitude, relèvement favorable à l'exploitation du pays" (BLANCHARD, p.320)

La végétation

Grâce à la variété des altitudes, des expositions, des terrains, grâce à son climat, la vallée de la Roya dont une partie est englobée dans le Parc National du Mercantour (1), présente une végétation d'une grande richesse, aux interpénétrations complexes. Si l'on veut schématiser, on peut distinguer deux secteurs dont Fontan serait la limite :

- le fond de la Moyenne vallée (bassins de Breil et de Fontan) où croît une végétation de caractère méditerranéen, dominée par la culture de l'olivier.
- les hautes vallées qui comprennent non seulement la Haute-Roya (région de Tende) mais toutes les zones d'altitude.

a- La végétation des bassins de Breil et Fontan

De 400 à 800m on y trouve la série du chêne pubescent sou-

(1)- 3000 espèces parmi les 5000 présentes en France se retrouvent dans le Parc du Mercantour.

vent associé au Pin mésogéen. Sumac (1), oxycèdre, genêt d'Espagne sont les espèces arbustives dominantes ainsi que la lavande. "Cette série occupe fréquemment les terres abandonnées et notamment les anciennes cultures en terrasses où le chêne trouve un sol meuble" (OZENDA, 1956). C'est dans cette zone que s'est implantée la culture de l'olivier. Les oliveraies occupent les vallons à l'adret de Breil, autour de Fontan ainsi que le site de Saorge :

"Le plus beau domaine d'oliviers des Alpes-Maritimes est le bassin de la Roya (...). Refoulés des basses pentes après Fontan par le retrécissement de la vallée, ils s'accrochent au dessus, atteignent 850m au hameau du Petit Berghe ; quelques uns se sont glissés à l'amont de l'ancienne frontière, au dessus des gorges, jusqu'aux abords de Saint Dalmas de Tende". (BLANCHARD, p.324)

Le charme-houblon (*ostrya*) déborde le cadre de l'olivier. Il couvre les versants à l'ubac de 200 à 900m et remonte jusqu'à Fontan (forêts de la Bendola et du Caïros). Enfin, de 800 à 1300m, on trouve le pin sylvestre en association avec le chêne pubescent. Le pin sylvestre qui est l'essence la plus répandue des Alpes-Maritimes descend jusqu'à Fontan et Saorge où il forme l'essentiel des forêts. Les châtaigniers prospèrent autour de Fontan et Saint Dalmas entre 400 et 900m.

b- La végétation des hautes vallées

Blanchard la qualifie de végétation méditerranéenne de montagne car on y rencontre les plantes méditerranéennes adaptées à la montagne, s'élevant à de fortes altitudes : le genêt cendré, le thym vulgaire, la lavande. On y trouve également le chêne pubescent, le pin sylvestre. Ce dernier est parfois en association avec le noisetier (entre 1000 et 1400m) comme dans la forêt du Caïros ou dans la région de Tende et de Vievola dans la Haute Roya.

(1)-"Saorge cueille le sumac expédié à Nice, la même localité ravage les buis de la vallée du Caïros très prisés en Piémont" (BLANCHARD, p.428). La cueillette du sumac a constitué une activité d'appoint importante pour les Breillois jusqu'à la deuxième guerre mondiale.

Le sapin est répandu dans le massif de l'Authion, la forêt du Caïros, le Bois Noir de Breil, la forêt de Cabanes Vieilles. Il occupe les stations les plus humides mais peut descendre très bas, jusque vers 700 m. Il forme 75% du peuplement de Breil. Enfin, le mélèze occupe l'étage subalpin entre 1600 et 2300 m dans le Mercantour et ses contreforts. On y rencontre également le pin à crochets.

Vallée complexe de par la structure de son relief, sa végétation variée, son cloisonnement en cellules plus ou moins indépendantes et cependant voie de pénétration ancienne malgré les obstacles de son parcours, la Roya comprend donc deux zones : la Haute-Roya autour de Tende et la Moyenne Roya qui inclue le bassin de Breil. Nous verrons que cette distinction a été renforcée encore au cours de l'histoire. A cette partition bio-géographique, viendra s'ajouter une partition politique.

2- Les aspects humains

La vallée de la Roya, lien entre Méditerranée et Piémont

Dès l'Antiquité, la vallée de la Roya est une des voies de pénétration du trafic méditerranéen vers la plaine du Pô. Elle assure le transport du sel des Salins d'Hyères en Piémont et permet l'accès des Etats de Savoie à leur seul débouché vers la mer : Nice. La vallée a donc une grande importance stratégique et économique. Cette vocation déterminera en partie son histoire et les activités des hommes : Tende, jusqu'à la fin du XIXe siècle, vit du trafic des marchandises et du transport des hommes qui franchissent le col de Tende. La corporation des muletiers y est toute puissante. Fontan doit sa création à une ordonnance de 1616 qui installe une halte sur la route.

La route du sel reste pendant longtemps un chemin muletier et ne devient praticable aux attelages qu'en 1782. Elle va de

Nice à Turin en passant par le col de Brouis et, de Breil, remonte la vallée jusqu'à Tende. Le passage du col se fera à dos de mulets ou en chaises à porteurs jusqu'à l'ouverture du tunnel en 1882 qui permet le franchissement par des voitures à cheval. La Basse-Roya ne sera reliée au reste de la vallée qu'en 1893 avec l'ouverture de la route Breil-Vintimille.

En 1928, c'est la mise en service de la voie ferrée Nice-Turin qui passe par Sospel et Breil et confère à cette dernière ainsi qu'à St Dalmas de Tende, le rang de gare internationale. La Roya se voit ainsi confirmer son rôle de voie de communication.

Parallèlement à ce grand axe, il existe aussi depuis les temps les plus anciens, des routes transversales qui assurent par les crêtes les échanges entre les vallées et sont essentiellement liées aux activités pastorales. Des chemins unissent Breil à Moulinet, Saorge à Belvédère dans la vallée de la Vésubie, ou à Pigna par le col de Muratone, La Brigue à l'arrière pays de Vintimille.

Une histoire mouvementée

L'importance stratégique de la route, sa situation à la frontière de deux états, ont fait de la Roya un enjeu entre les différentes puissances. Aussi son histoire est-elle le théâtre de bien des conflits et des vicissitudes.

Les Ligures sont à l'origine de l'occupation humaine de la vallée. A l'époque romaine, les villages de la Roya appartiennent au Municipie de Vintimille. En 1258, Saorge, Breil et La Brigue sont cédés à la Provence puis passent à la Maison de Savoie en 1388 comme le reste du Comté de Nice. Tende, par contre, seigneurie des Vintimille-Lascaris, ne sera cédé au duc de Savoie qu'en 1581.

De 1388 à 1860, la Roya fait donc partie du Comté de Nice et dépend du Duché de Savoie. On assistera cependant à diverses

tentatives des Français pour prendre possession de la région à la fin du XVIIe et au début du XVIIIe siècle puis durant la période 1792-1814 durant laquelle le Comté de Nice est annexé à la France. Toutes ces années seront marquées pour la Roya par de nombreux troubles, le passage des armées, la misère (1). En 1860, tout le Comté de Nice est rattaché à la France sauf Tende et La Brigue qui continueront à dépendre du Piémont jusqu'en 1947, date à laquelle les populations des deux communes voteront massivement leur rattachement à la France. La Brigue se sépare alors des hameaux d'Upega, Carmino, Piaggia et Realdo qui restent à l'Italie, tandis que Breil s'accroît des hameaux de Libre et de Piene, situés en aval.

De 1860 à 1947, la Roya est donc coupée en deux et même en trois :

- la haute vallée avec Tende et La Brigue dépend du Piémont
- la moyenne vallée - Breil, Fontan, Saorge - fait partie du département des Alpes-Maritimes
- la basse Roya est liée à Vintimille et à la Côte Ligure.

Chacune de ces zones subira l'influence des choix économiques et politiques du pays dont elle dépend. La région de Tende - La Brigue, par exemple, verra son agriculture orientée entre autres par la politique d'autarcie menée par le régime fasciste en Italie à partir de 1928.

Mais il existait des liens séculaires entre la Haute-vallée et la partie du Comté désormais française et, malgré les frontières, le déplacement des hommes de Tende et La Brigue continuera à se faire surtout vers la région niçoise et la Provence, que ce

(1)- Pendant la 2e guerre mondiale, la Roya sera aussi le théâtre de violents combats. la population sera évacuée une première fois en 1941 vers la Côte française puis une 2e fois par les Allemands en 1944-45 vers Turin.

soit pour la transhumance inverse, le travail saisonnier, les échanges commerciaux, les liens avec Cuneo étant plutôt d'ordre administratif. A cause de cette situation particulière, les villages de la Roya se voient d'ailleurs accorder par la Convention du 7 mars 1861 un statut préférentiel qui les autorise à échanger les produits de leur terroir - avec la France pour Tende et La Brigue, avec l'Italie pour Saorge et Fontan - sans payer de taxes douanières (Cf. en annexe le texte de la Convention). Cette Convention ne sera pas sans conséquence sur le milieu car elle encouragera la culture de produits exportables (pommes par exemple) et favorisera le trafic entre les deux régions.

La population : son évolution

L'évolution démographique de la vallée de la Roya est comparable à celle que connaissent la plupart des zones rurales françaises et plus particulièrement les zones de montagne des Alpes-Maritimes : après avoir atteint son maximum au milieu du XIXe siècle, le chiffre de la population décroît fortement sous l'effet de l'exode rural, avec parfois des périodes de rémission et même de poussée, généralement pas suivies d'effets à long terme.

La période du rattachement à la France d'une partie de la vallée de la Roya correspond pour la plupart des villages à une période de grande expansion démographique. Elle est suivie d'un déclin plus ou moins grand suivant les communes avec une remontée notable autour de 1911 sauf en ce qui concerne Fontan et Saorge. Breil, peuplé de 2706 habitants en 1860, est touché par l'exode rural de façon plus ou moins sensible suivant les périodes. Les temps forts de cet exode sont les périodes 1861-1881 puis 1920-1940 et entre 1954 et 1962. Mais c'est en 1911, au moment où débute la construction de la voie ferrée Nice-Coni que Breil atteint son apogée. Il en est de même pour Tende qui passe de 1680 habitants en 1881 à près de 4000 en 1911. A partir de cette année-là, et jusqu'après 1920, la Roya va connaître une brusque poussée démographique due à l'arrivée d'une population immigrée très nom-

Tableau n°1

POPULATION DE LA ROYA ENTRE 1800 ET 1975

| | | | | | | | | | | | | |
|-----------|------|------|-------|-------|------|------|-------|-------|-------|------|------|------|
| | 1800 | 1822 | 1848 | 1861 | 1881 | 1901 | 1911 | 1921 | 1936* | 1954 | 1962 | 1975 |
| BREIL | 1419 | 1969 | 2637 | 2706 | 2538 | 2610 | 2804 | 2608 | 2562 | 2029 | 1994 | 2230 |
| SAORGE | 1720 | 2197 | 3037 | 3356 | 1528 | 1094 | 954 | 988 | 558 | 588 | 520 | 330 |
| FONTAN | | | | | 1205 | 1184 | 964 | 1441 | 731 | 525 | 437 | 257 |
| LA BRIGUE | 2895 | 3300 | 4047 | 2380 | 1586 | 1561 | 2633 | 1930 | 1306 | 768 | 670 | 493 |
| TENDE | 1491 | ? | 2659 | 2495 | 1680 | 2274 | 3975 | 2882 | 2493 | 2080 | 1858 | 2049 |
| TOTAL | 7525 | - | 12380 | 10937 | 8537 | 8723 | 11330 | 12377 | 7650 | 5990 | 5479 | 5359 |

* Recensement effectué en 1931 pour Tende et La Brigue

breuse, originaire généralement du Piémont, embauchée pour les travaux de la ligne de chemin de fer. Tous les villages situés sur la ligne sont touchés par ce phénomène : Breil, par exemple, avec une population autochtone de 2608 habitants, va accueillir 2522 ouvriers immigrés dont 2342 étrangers pour la plupart Italiens. Mais ce bond démographique ne sera pas suivi d'effets à long terme en ce qui concerne la population : dès la fin des travaux, on assiste au départ des ouvriers et même d'une partie de la population locale, facilité par le chemin de fer, et une nouvelle chute démographique s'amorce, irréversible pour Saorge, Fontan et La Brigue (Saorge et Fontan perdent plus des 3/4 de leur population de 1860 à 1975), plus ou moins stabilisée pour Tende et Breil (1).

Breil et Tende vont être en effet relativement épargnés par l'hémorragie démographique et font figure de centres d'attraction pour le reste de la vallée. Breil connaît même une situation tout à fait originale puisque globalement sa population n'a guère varié de 1880 à 1975.

Les migrations saisonnières

Les habitants des régions de montagne des Alpes-Maritimes avaient coutume l'hiver de descendre travailler sur la Côte. La Roya, une des vallées les plus proches du littoral, n'a pas failli à cette règle.

L'émigration hivernale touche en premier lieu et depuis des temps fort reculés, les bergers de Tende et surtout ceux de La Brigue qui pratiquent la transhumance inverse et font paître leurs troupeaux sur les collines côtières de San Remo à Cannes. En 1919-1920, sur 6305 ovins qui transhument dans les Alpes-Maritimes, 5500 sont originaires de ces deux communes situées alors

(1)-De 1911 à 1921 surtout on assiste au remplacement progressif des partants indigènes par des étrangers rapidement assimilés car originaires des vallées piémontaises voisines.

en Piémont. Sur les marchés de la Côte où ils ont leurs bancs attitrés, les bergers peuvent vendre les produits de leur élevage et la bergère Brigasque avec sa louche et son seau de lait fait partie de l'imagerie populaire du Comté. Ceux qui n'ont pas de troupeaux s'embauchent pendant les 6-7 mois d'hiver pour les travaux agricoles (plantation des boutures d'oeillets, taille de la vigne dans le Var...) puis avec la naissance du tourisme vont travailler dans les hôtels de la Côte ou dans les villas des riches hivernants, que ce soit comme simples garçons de courses, jardiniers, maîtres d'hôtel parfois. D'autres s'emploient dans le bâtiment, chez les commerçants. Les femmes participent à ce mouvement : on les retrouve comme femmes de chambre, serveuses dans les salons de thé, etc... Peu de paysans de Breil émigrent l'hiver car la culture des oliviers et de la vigne ne leur en laisse guère le temps, mais Tende et La Brigue fournissent de gros contingents de travailleurs saisonniers qui acquièrent dans les hôtels de nouvelles habitudes, y compris alimentaires, comme celle de boire du thé. On dit qu'avant la deuxième guerre mondiale, plus de 100 Tendasques étaient employées à l'hôtel Negresco de Nice.

Ces phénomènes migratoires ont leur importance car d'une part ils continueront à maintenir le lien entre Tende et La Brigue et le reste du Comté dont ils sont politiquement et administrativement séparés, d'autre part, ils favoriseront l'exode définitif de certains et leur installation dans les centres urbains des Alpes-Maritimes.

L'implantation de la voie ferrée : une date importante de l'histoire de la vallée

Si l'apport de main d'oeuvre pour les travaux du chemin de fer n'a pas servi à stopper la chute démographique, il semble par contre qu'il ait eu des conséquences relativement importantes pour la vie de la vallée. L'implantation du chemin de fer, ce sont bien sûr des emplois nouveaux pour la population locale et nombreux seront les jeunes du pays à devenir cheminots. Ce sont aussi les dé-

parts vers la ville plus faciles et cela favorisera de nouvelles migrations. Mais c'est également la confrontation de populations différentes même si la culture des Piémontais qui forment la majorité de la main d'oeuvre immigrée n'est pas très étrangère aux habitants de la Roya, un brassage nouveau, l'implantation parfois définitive de familles entières, une vie sociale soudainement intense : on ouvre des cafés, des boulangeries, des commerces se multiplient, proposent des légumes et des denrées inconnues jusqu'alors (dattes, oranges, jambon...), offrent des débouchés aux produits locaux et suscitent de nouvelles habitudes de consommation. Les mémoires fourmillent d'anecdotes à ce sujet : de la vente du lait par les enfants sur les chantiers, au souvenir laissé par les Russes Blancs qui se baignaient dans la Roya à Noël.

Le chemin de fer va donc favoriser la mobilité, les échanges entre cheminots, l'abandon des terres par les gens du pays qui choisissent la sécurité d'un emploi stable aux chemins de fer, le rachat parfois ou la prise à ferme de ces terres par des familles de migrants venus du Piémont tout proche (Bovès, Vernante...) et qui se spécialisent dans l'élevage bovin ou bien vont s'employer dans le secteur secondaire (1).

L'implantation de la voie ferrée dans la vallée de la Roya est un des temps forts du changement social.

(1)- On raconte à Breil que la construction de la voie ferrée a provoqué un changement dans le système foncier. A partir de cette date, les gros propriétaires terriens vont avoir des difficultés à trouver de la main d'oeuvre pour les travaux agricoles car beaucoup de paysans préfèrent s'embaucher sur la ligne. Beaucoup vendront alors leurs terres qui seront rachetées par des paysans du village qui augmentent ainsi leurs propriétés foncières. Notons aussi que la construction de la voie et de la gare a supprimé des terres agricoles. Tende perd 34 ha de prés irrigués, terres labourables, vignes, châtaigniers et bois pour permettre la construction de la gare de St Dalmas. Les meilleurs prés de Breil disparaissent aussi sous la gare.

II- LE SYSTEME AGRO-SYLVO-PASTORAL TRADITIONNEL ET SON EVOLUTION

1- Les principaux traits de l'économie de la Roya entre les deux guerres

Associant les ressources complémentaires de l'agriculture, de l'élevage et de la forêt, le système traditionnel se maintient tant bien que mal jusqu'à la veille de la seconde guerre mondiale. Il repose sur un mode de faire-valoir direct, généralement combiné avec des pratiques de fermage ou de métayage.

A Tende comme à Breil, les terres sont extrêmement morcelées, de petites dimensions (1). Les terrasses construites à flanc de collines permettent de cultiver les terroirs les plus pentus (2). Ces terrasses sont souvent très étroites et les murs de pierres ont besoin d'un entretien permanent. Sur de tels terrains, le travail ne peut souvent se faire qu'"à bras" : on utilise le "magalh" (houe dentée) à trois dents, pour retourner la terre, la "sapa" (bêche) pour faire les raies. La moisson se fait à la faucille qui sert aussi à couper l'herbe des talus. Lorsque la taille des planches le permet, on laboure à l'araire tirée par des boeufs ou par un mulet (3).

(1)- En 1929, à Breil, sur 1107 propriétés :

| | | |
|-----------------------|----------------------------|---------|
| 450 ont moins de 1 ha | | = 84,4% |
| 534 ont de 1 à 3 ha | | |
| 70 | 3 à 5 ha | |
| 30 | 5 à 10 ha | |
| 20 | 10 à 20 ha | |
| 1 | 20 à 50 ha | |
| 1 | 50 à 100 ha (non cultivée) | |
| 1 | + de 500 ha | |

A Tende, le "Catasto agrario" de 1929, donne les chiffres suivants, pour un total de 404 exploitations agricoles :

| | | |
|-----------------------|------------------|-----------|
| Jusqu'à 0,50 ha | 73 exploitations | } 66,83 % |
| De 0,51 à 1 ha..... | 44 " | |
| 1,01 à 3 ha..... | 153 " | |
| 3,01 à 5 ha..... | 77 " | |
| 5,01 à 10 | 36 " | |
| 10,01 à 20 | 11 " | |
| 20,01 à 50 | 1 " | |
| 50,01 à 100 | - | |
| 100,01 à 500 | 6 " | |
| + de 500 | 3 | |

Pour pouvoir fumer les terres, chaque famille élève quelques bêtes : 1 ou 2 vaches pour les mieux lôtis, ou quelques chèvres, parfois seulement un âne, quelques poules, des lapins. On utilise même les déjections humaines pour enrichir les jardins ou les oliviers. Certains gros propriétaires donnent l'hiver leurs vaches à nourrir à des paysans pauvres. En échange, ceux-ci gardent le lait et le fumier. On paye aussi les bergers à l'automne pour qu'ils mènent leurs troupeaux dans les champs.

Comme dans tout le bassin méditerranéen, le problème de l'irrigation se pose avec acuité et a poussé les hommes à créer tout un réseau de canaux, de citernes, de puits. A Breil, plusieurs canaux collectifs permettent d'arroser par gravité les terres cultivables. Le plus long est le canal de Gan qui fait près de 12 kms mais est abandonné dès la guerre de 14. Par contre, le canal de Bancau, le canal de Campé, celui du Mont, créés en 1931, fonctionnent toujours suivant un règlement collectif qui fixe les heures d'arrosage de chaque utilisateur et les journées de travail dues pour son entretien. A Tende, les prés le long de la Roya ou de la Pia, certaines campagnes, sont arrosés par des canaux mais il n'y a pas de société organisée pour l'irrigation.

Malgré cela les terres restent pauvres et les rendements sont faibles. Au XIXe siècle, les communes de la Roya doivent importer des céréales (4). Quant à l'assolement, on pratique en général la rotation des cultures suivante (La Brigue) :

(2)- Les terrasses sont appelées [fæa] à Tende et [fæya] à Breil. On dit dans le langage courant "une planche".

(3)- A Tende et à Breil seuls les plus riches possèdent des boeufs. Sinon on paye des laboureurs à la journée ou on utilise les mulets. On peut aussi se regrouper pour acheter un boeuf en commun. A Breil, on pouvait être propriétaire d'une "jambe de boeuf" ou de la moitié d'un boeuf. L'hiver, les copropriétaires se partagent le soin d'entretenir les bêtes.

(4)- Une enquête de 1882 montre que Breil produit 10hl de froment à l'hectare soit un total de 2500hl, inférieur aux besoins annuels qui seraient de 3283hl. Il faut donc faire venir du blé soit des Alpes-Maritimes, soit du Piémont (Arch.Dép. des AM, Liasses 17250 à 17254, "Récoltes en grains et autres farineux" (1860 à 1893).

1ère année - Pommes de terre au printemps

Blé à l'automne

2ème année - Blé

3ème année - Seigle, avoine ou lentilles

ou bien : pommes de terre après un nouveau fumage

Quelles sont les principales cultures à Breil et à Tende ?

La culture de l'olivier est l'essentiel de l'activité de Breil. La production d'huile donne lieu à un commerce important avec les villes de la Côte (Nice, Menton). Les autres cultures sont destinées essentiellement à l'autoconsommation familiale : céréales surtout (blé, orge, seigle), pommes de terre et légumes (haricots, choux, courges...) que viennent compléter les productions de la vigne et des arbres fruitiers (le figuier est alors considéré comme l'arbre nourricier de Breil).

L'élevage n'a pas ici l'importance qu'il revêt dans le nord de la vallée sauf en ce qui concerne les chèvres qui, avec les vaches, forment l'essentiel du cheptel. Avant la 2ème guerre mondiale, Breil compte le plus gros troupeau de chèvres des Alpes-Maritimes(1). Certains bergers possèdent jusqu'à 400 chèvres. D'autres élèvent des bovins : 12-13 vaches permettent de vivre de la vente du lait ou des veaux. L'élevage des bovins progresse à partir du début du siècle. Dès 1905, les éleveurs de Breil s'associent pour créer la première fuitière. En 1929, l'enquête agricole dénombre 428 bovins dont 165 vaches laitières et 59 boeufs de travail, 125 ovins répartis en 5 troupeaux et 3540 caprins.

Tende développe aussi une agriculture vivrière basée sur les céréales, la culture des pommes de terre et des légumes secs (lentilles, pois chiches, gesses). Malgré le climat, on y entretient des vignes. Les châtaigniers procurent un appoint important à la nourriture familiale et permettent même la commercialisation des châtaignes sur les marchés de Nice.

(1)- Avant 1914, il y avait à Breil 6 bergers pour mener les chèvres du village.

L'activité principale de Tende reste l'élevage : si chaque paysan possède quelques bêtes pour la consommation familiale et pour le fumier (1 vache ou 2, 1 mulet, 1 chèvre, poules et lapins); il existe des familles de bergers qui depuis les temps les plus anciens possèdent des troupeaux de moutons (race dite "fea de la Briga) qu'ils font paître en été sur les pâturages de la commune et emmènent l'hiver sur les "bandites" (1) de la Côte, de Menton à Cannes, suivant le système de la transhumance inverse. Là, les bergers peuvent écouler leur production sur les marchés des grandes villes : lait, fromage, "brous" (2). En 1929, on trouve à Tende 220 bovins, 1826 ovins, 654 caprins (3000 ovins à La Brigue). Les foires qui se tiennent à Tende et à La Brigue, au printemps et à l'automne (celle du 21 septembre surtout pour Tende) sont liées à ces activités pastorales et favorisent les échanges avec le Piémont et la Ligurie.

La forêt

Elle donne lieu à une activité importante. Le bûcheronnage est pratiqué dans les grandes forêts de la Roya, celle du Caïros en particulier. Le bois est transporté par flottage sur la rivière. La forêt joue en outre un rôle non négligeable dans l'économie locale : elle fournit le bois d'oeuvre et de chauffage et les "menus produits du sol forestier" sont mis en adjudication jusqu'à la guerre de 40.

Artisanat et industrie

Les activités de type industriel sont peu développées dans la vallée : scieries à Saorge et à La Brigue, fours à chaux, carrières d'ardoise de Tende. Seule l'exploitation de la Miniere de

(1)- "Sous le nom de bandite (...) on désigne dans l'ancien Comté de Nice, une étendue de territoire grevée du droit de pâturage d'hiver. Cette étendue est d'un seul tenant, comprenant indistinctement des terrains communaux ou particuliers (...). Le droit de bandite s'exerce généralement de novembre à mai". (Ch. d'Agric. des A-M : Usages locaux à caractère agricole, p43-44)

(2)- Petit lait recuit qu'on mange frais ou fermenté

Vallauria (St Dalmas) jusqu'en 1927, revêt quelque importance. Elle assure la production de concentré de zinc et de concentré de plomb. Moulins à farine et moulins à huile sont complémentaires des activités agricoles. On en compte 6 à Breil en 1929. On trouve également des distilleries de lavande à Breil et La Brigue.

2- L'organisation de l'espace cultivé

A Breil, toutes les terres autour du village jusqu'à 700m sont consacrées aux oliviers (1). On trouve quelques jardins irrigués le long des cours d'eau mais la majeure partie des terres cultivables est plus éloignée en altitude et en distance.

Les jardins

On distingue deux catégories de terrain où sont plantés des légumes : l'"òrt" [òrt] et le "cairoun" [kayrũ].

Le "cairoun" est un jardin potager de très petites dimensions, n'excédant pas une centaine de m², où sont plantés les légumes précoces et ceux qu'on utilise en hiver comme les carottes, quelques poireaux... C'est là également qu'on prépare les semis qui seront repiqués dans les "campagnes". Ces jardins sont situés aux abords immédiats du village, le long de la Roya (lieux-dits l'Eigara et l'Isola) ou de la Lavina. Bien irrigués et entretenus avec minutie, les jardins étaient autrefois plutôt travaillés par les femmes. Aujourd'hui, ce sont les retraités qui cultivent volontiers ces petits carrés.

L'"òrt" : ce terme désigne certains jardins du village et les planches arrosables dans les campagnes plus éloignées. De dimensions plus grandes, on y plante toute sorte de légumes : pommes de terre, haricots, fèves... Avant l'installation de la gare SNCF, on plantait dans les "orti" qui s'y trouvaient alors, les choux pour l'hiver. Un dicton rappelle cette distinction entre les deux jardins : "A l'Ascension ni si vai ni a l'òrt, ni ar cairoun" (A l'Ascension, on ne travaille ni à l'òrt, ni au "cairoun").

(1)- Autrefois, on ne jardinait pas dans le domaine des oliviers faute d'eau d'arrosage. Le canal qui dessert le quartier de La Croix-Ciaus, à partir de 1931, a permis d'y implanter des jardins.

"I siti"

Ce sont des propriétés cultivables situées "à demi", c'est à dire vers 600-700m. On y fait pousser le gros de la récolte de légumes et un peu de blé qui permet une moisson précoce avant le 14 juillet. On y trouve parfois quelques oliviers en bordure de planches, des arbres fruitiers . C'est dans les "siti" qu'on fait pousser la vigne. Morga, Morgella, Cougou, sont quelques uns des "siti" de Breil.

"I campi"

Au dessus des "siti", de 700 à 1200m, se trouvent "i campi" essentiellement réservés à la culture du blé et des pommes de terre. On peut aussi y cultiver certaines espèces de courges qui poussent bien à cette altitude. Ici, le blé sera moissonné à la Mieij Agoust, la mi-août. Les "campi" sont situés par exemple au col de Brouis, à Morghé, Tenché, Campé...

L'étagement des cultures permet une utilisation maximale du terroir. Il permet de jouer sur l'espace et sur le temps pour accroître et diversifier la production. Par exemple, les pommes de terre hâtives seront plantées dans les "bas-jardins", une partie de la récolte proviendra des "siti" mais le gros de la production sera fait dans les "campi". Grâce à ce système, Breil peut se permettre d'avoir des légumes toute l'année ou presque.

Il faut cependant noter que tout le monde ne possède pas toute la gamme des terrains : certains n'ont pas de "caïroun" dans le village et les émigrés Piémontais ont rarement des oliviers. La différence des statuts sociaux est reflétée par la qualité différente des terres possédées. Les meilleures sont situées autour du village : emplacement de la gare, le Château, oliviers du bas des collines. La "bassura" appartient aux "messieurs". Par contre les terres cultivées en montagne sont le lot des plus pauvres.

A Tende aussi la complémentarité des terres permet d'assurer la variété des cultures. Outre les "campagnes" où on pratique une agriculture vivrière, des terrains offrent un complément indispensable : vignes à Paganin, châtaigneraies à St Dalmas, prairies. La principale distinction se fait entre la "grande campagne", "i campi", où on cultive les céréales, les pommes de terre et les légumes secs et le jardin, "ortou" dont l'existence dépend des possibilités d'irrigation. "Où il y avait de l'eau, il y avait des jardins" dit-on ici. On les trouve plutôt dans et autour du vieux village : derrière la cathédrale, au Riou, à Ste Catherine... Par contre les terrains irrigables situés le long de la Roya sont réservés à la production de fourrage, importante dans cette région d'élevage.

Chacun possède donc dans le village un petit carré de jardin souvent enclos de murets, où sont plantés des poireaux, des navets, quelques tomates qui mûrissent à grand peine. Mais l'essentiel de la production de légumes se fait dans les "orti" des campagnes où on réside à la belle saison, suivant les capacités d'arrosage. Ceux qui avaient leur campagne à Cagnourine où seul un système de citernes permet d'avoir de l'eau, ne pouvaient guère y cultiver autre chose que du blé et des pommes de terre. A Tende, les paysans sont souvent obligés d'acheter les légumes.

3- La double résidence

L'éloignement des zones de culture et le morcellement de la propriété ont favorisé le système de la double résidence. L'hiver, on vit au village, du printemps à l'automne, vers la Ste Catherine, on part s'installer dans les "campagnes" situées parfois à plusieurs heures de marche en emmenant chèvres, poules, lapins, etc... Une fois par semaine, une personne descend faire les courses, cuire le pain, arroser les jardins. Seuls ceux dont les campagnes sont à moins d'une heure du village rentrent tous les soirs dormir au bourg.

Une "campagne", "a campagna", comprend un domaine cultivable et

des éléments d'habitation pour les hommes et les animaux. Il y a en général une pièce où on vit et où on fait le repas, une grange pour le foin, une écurie pour les bêtes. A Tende, les maisons de campagnes sont appelées "chabôti" [təaboʝeti]. A Breil, s'il s'agit de constructions voûtées, la pièce pour les hommes s'appelle un "casoun" [ar kazũ], celle pour les animaux "crota" [krɔta]. S'il s'agit d'une maison plus récente, on dit une "logia" [lɔdja] (1).

Cette alternance entre village et campagne existe aussi bien à Breil qu'à Tende et dans les autres villages de la Roya. Son existence est liée au système agricole beaucoup plus qu'au système pastoral. La montée dans les campagnes se fait au moment des gros travaux de printemps et se termine avec les dernières semailles. C'est là que se fait l'essentiel des cultures : céréales, pommes de terre, légumes. "On plantait tout là-haut". L'hiver au village correspond à d'autres types d'activités : travail des oliviers à Breil, entretien des petits jardins et des vignes dans les autres villages (2). Il n'est donc pas nécessaire d'avoir des troupeaux pour avoir une "campagne". On y tient juste les quelques bêtes indispensables pour la production du fumier qui sera utilisé sur place. Ceux qui pratiquent un véritable élevage, utilisent également ces campagnes dans le système pastoral : à Tende on y tient les moutons au printemps avant la montée à l'alpage. A Breil, ceux qui ont des troupeaux vivent parfois toute l'année dans les campagnes (Borgemo, la Pinéa, la Maglia) qui revêtent alors le rôle de fermes à caractère permanent, ne descendant au village où ils ont leur maison qu'en fin de semaine ou même très rarement. D'autres enfin, tout en vivant au village, laissent leurs bêtes dans les campagnes proches, leur assurant nourriture et entretien par un va-et-vient quotidien.

Garder les troupeaux dans les campagnes est lié au manque de place dans le village mais cela évite aussi d'avoir à y des-

(1)-Une maison au village, à Breil, est "una cà".

(2)- Les enfants ne vont à l'école que de la Toussaint à Pâques, seul moment où ils résident au village.

cedre les réserves de fourrage et procure sur place le fumier dont on a besoin.

Ainsi à Breil toute personne, quel que soit son mode de résidence, a une maison dans le village à proximité des oliviers et une campagne où se fait le gros des cultures. Seuls les immigrés ne possèdent en général pas de maison au village et vivent à l'année dans les campagnes éloignées de la Maglia ou de l'Agandon (le tableau suivant donne une idée de ces différents modes de résidence). A Tende également, l'alternance se fait entre la maison du village et les campagnes : Speggi (1380m), Pont Pauvre (900m), Pont Riche (1000m), Varna (1300m), Casterino (1500m),...

QUELQUES EXEMPLES DE DOUBLE RESIDENCE A BREIL

HIVER

DU PRINTEMPS A L'AUTOMNE

| | |
|--|--|
| village | N.D. des Grâces (460m) |
| village | Tenché (750m environ) |
| village | Ornéglia (600m) (certains en descendent tous les soirs pour dormir au village) |
| village | la Maglia (800m) |
| village | la Marth (1000m) |
| village | col de Brouis (800m) |
| village | la Pinéa (500m) |
| village (vaches laissées dans une campagne louée à la Maglia, Ste Anne) | Pezza Maurina (1400m) |
| village | Morgella et village (par phases de 3 ou 4 jours) |
| village | Campi de Bosc (700m) |

La Pinéa toute l'année

(avec fins de semaine au village et 15 jours par an à La Maglia pour les foins)

| | |
|-----------------------------|----------------------|
| village | Morghé (1100m) |
| Borgemo (élevage de bovins) | La Tour (700m) |
| Borgemo | Campé (800m) |
| Borgemo (élevage de bovins) | La Maglia - Ste Anne |

4- En quelques chiffres : l'évolution du système

Répartition de l'occupation des terres et évolution du secteur agricole :

Le tableau ci-après, malgré ses incertitudes (1) donne une idée de l'évolution de l'occupation des terres dans les deux secteurs de la Roya qui nous intéressent (voir tableau p.36-37).

La régression de la surface occupée par les terres labourables est très nette : à Breil, on passe de 927 ha en 1905 à 7 ha en 1980 et le déclin est amorcé dès le lendemain de la Première Guerre Mondiale. A Tende, la chute serait encore plus brutale si l'on en croit les chiffres : 3000 ha de céréales recensés en 1904 (2), les terres labourables ne couvrent plus que 4 ha en 1980.

Dans toute la vallée la lande progresse. Partout les terres abandonnées en premier ont été les plus éloignées du village : vallons sans possibilité d'accès par la route, champs situés en altitude. Aujourd'hui à Breil, tous les "campi" sont délaissés ou livrés au pâturage des bêtes. Lorsqu'elles n'ont pas été transformées en résidences secondaires ou abandonnées, les campagnes ne sont cultivées que dans la mesure où on peut y accéder en automobile et où les facilités d'arrosage permettent d'y entretenir des jardins potagers.

En 1980, sur une superficie totale de 8131 ha, Breil a une SAU de 360 ha soit 4,42% des terres. La S.A.U. de Tende est de 433 ha pour une superficie de 17 747 ha, soit 2,43%. Elles se décomposent ainsi :

S.A.U. de Breil : 360 ha dont prairies : 190 ha
vergers-oliveraies : 146 ha
vignes : 8 ha

(1)- Il est difficile d'établir un tableau comparatif des données de Tende et Breil car les relevés statistiques dans chacun des deux villages sont faits pour des rubriques et des unités de mesure différentes : surfaces données tantôt en hectares, tantôt en "journées", arbres fruitiers estimés en nombre de pieds ou en hectares ou suivant la production de fruits, etc... Cela nous a obligé à choisir des années de référence différentes pour la répartition des terres et pour les productions (1905 et 1890). D'autre part, suivant les sources statistiques, les chiffres varient assez fortement.

(2)- On ne possède pas le chiffre pour les terres labourables.

S.A.U. de Tende : 433 ha dont prairies : 413 ha
vergers : 5 ha
vignes : 0 ha

La surface utilisée pour l'agriculture se réduit pour les deux communes. Une certaine variété dans l'utilisation du sol demeure pour Breil, par contre, les prairies occupent la plus grande part à Tende. Le nombre des exploitations agricoles est aujourd'hui de 132 à Breil (dont 120 ont moins de 5 ha) et 31 à Tende (14 ont moins de 5 ha). A Breil, on en comptait encore 277 en 1955 et plus de 1000 en 1929. Tende avait 108 exploitations en 1955 et 404 en 1929. Sur une population totale de 2089 habitants, la population agricole de Breil est de 348 personnes, soit 16,6 %. Tende, avec 1951 habitants, compte une population agricole de 91 personnes, soit 4,7 % (en 1930, la population agricole représente 32,5 % du total à Tende). Cette population est souvent âgée : à Breil, plus de 58 % des chefs d'exploitations ont plus de 55 ans et les double-actifs représentent près du tiers. Il faut cependant noter, malgré la faiblesse de ses effectifs, un dynamisme relativement plus grand de la population de Tende où les plus de 55 ans représentent 32,2 % et la population comprise entre 35 et 54 ans est égale à près de 55 % du total (36,4% à Breil).

Les productions de l'agriculture :

On constate dans ce domaine une régression en quantité et en diversité (voir tableau). Les céréales qui occupaient la première place dans les deux communes ont quasiment disparu. Il en est de même pour les légumes secs. La vigne est abandonnée à Tende mais n'occupe plus que 8 ha à Breil (elle occupait respectivement 27 et 51 ha en 1890 dans ces deux villages). La production de pommes de terre a relativement peu diminué à Breil où elle passe de 11 ha en 1929 à 5 ha aujourd'hui. Par contre à Tende, elle chute vertigineusement. Si on en croit les chiffres de 1930 (1), de 327 ha elle se réduit à 2 ha en 1980.

(1)- Les chiffres du "Catasto agrario" de 1929 sont peut-être à lire à la lumière de la politique fasciste de mise en culture maximale des terres dans un but d'économie autarcique, à partir de 1928.

Vergers et châtaigneraies sont également peu à peu abandonnés. Seuls les oliviers gardent une place de choix dans l'agriculture breilloise : 123 ha d'oliviers sont encore entretenus, soit 40 000 arbres déclarés (en 1929, pour 300 ha, on cultive 75 000 pieds d'oliviers).

L'élevage a aussi régressé dans tous les secteurs sauf en ce qui concerne l'élevage ovin qui occupe à Breil un rang qu'il n'avait pas autrefois.

En fait, aujourd'hui, à Breil comme à Tende, en dehors de quelques exploitations dont la survie repose surtout sur l'élevage, l'essentiel des cultures se concentre dans les petits jardins à usage familial dont on vend parfois le surplus en été. A Breil, l'olive n'est plus exploitée que comme un apport au budget familial, le plus souvent à temps partiel, en fonction de l'activité professionnelle. Dans les deux communes, l'extension de l'habitat (résidences principales ou secondaires) se fait sur les terres autrefois les plus rentables : prairies à Tende, oliveraies à Breil.

Malgré le caractère agricole nettement plus accusé de Breil, dans les deux communes qui nous intéressent le secteur primaire est aujourd'hui extrêmement minoritaire. En 100 ans, Breil est passé du rang de gros village agricole où la majorité des habitants vivent des oliviers et d'une agriculture de subsistance, au rang de centre de services. Le secteur primaire y est de moins en moins important économiquement et socialement par contre le secteur commercial et technico-commercial est en expansion.

Quant à la population, elle présente dans ce village une certaine stabilité et semble même en voie de rajeunissement. Cependant, le nombre des retraités reste important : en 1975, ils représentent 16,2 % de la population.

L'évolution de Tende présente des caractères similaires même si le village a eu dès l'origine des fonctions commerciales importantes du fait de sa situation au pied du col de Tende. Dès 1930 (1), on note que l'agriculture est en train de devenir une activité secon-

(1)- Lo Spopolamento montano, tome 1, Milano, 1932

daire. Le secteur tertiaire à cette époque est déjà important (présence de la douane, personnel ferroviaire...). De plus l'attrait touristique de Tende commence à orienter ses activités. Station d'altitude et de haute montagne, Tende est fréquenté l'été par une population d'estivants.

Ces traits se retrouvent aujourd'hui où le rôle commercial et touristique de Tende se développe (1). La présence du Parc du Mercantour dont Tende est une des voies d'accès, la célébrité de la vallée des Merveilles, y sont pour beaucoup.

En conclusion :

Des conditions bio-climatiques un peu différentes ont orienté les choix économiques et l'organisation sociale des deux villages. Nous avons pu ainsi déterminer deux zones :

- la Moyenne Roya qui comprend le bassin de Breil, a un caractère plus méditerranéen : Breil est jusqu'à la seconde guerre mondiale un gros bourg agricole qui tire sa principale ressource de l'olivier.

- la Haute-Roya qui appartient au domaine sub-méditerranéen, est plus nettement montagnarde : Tende est un village d'éleveurs et de commerçants dont la vie est liée à l'existence du col de Tende.

Ces différences ont encore été renforcées par les circonstances historiques qui ont séparé la vallée en deux : Breil, avec le Comté de Nice, dépendra de la France à partir de 1860. Tende reste à l'Italie jusqu'en 1947 et suivra les choix économiques et politiques de ce pays.

Les migrations saisonnières qui déplacent chaque année une partie des Tendasques vers la Côte, tout en maintenant les liens avec le Comté de Nice et la Provence, ouvrent

(1)- En 1980, il y a à Tende 505 résidences secondaires pour 676 résidences principales et la capacité d'accueil du village est de 4812 personnes. Breil a seulement 351 résidences secondaires pour 762 résidences principales. Sa capacité d'accueil est de 2807 personnes. (Statistique de l'inventaire général 1979-1980 de la D.D.A. des Alpes-Maritimes)

(2)- Arch. Comm. de Tende, période 1860-1947, Fasc.31

très tôt la Haute-Roya aux influences urbaines et étrangères, favorisées en outre par le tourisme et la situation de ville de passage de Tende. Breil par contre mène une vie plus repliée, essentiellement en contact avec Nice et Menton pour le commerce de l'huile.

Ainsi, malgré une organisation agro-pastorale semblable dans ses grands traits, malgré une évolution socio-économique et l'exode des populations qui laissent l'agriculture à l'état relictuel dans les deux villages, bien que possédant une culture et parlant des dialectes très proches, Tende et Breil, distantes à peine de 20 kms, présentent des personnalités différentes qui sont à l'origine d'un fort sentiment d'identité. Les Tendasques surtout ne se reconnaissent ni dans une entité nicoise ni dans une entité Piémontaise et affirment avec force leur individualité. L'alimentation est un des domaines de la culture toujours vivant dans lequel cette identité continue à s'affirmer.

Tableau n° 2

REPARTITION DES TERRES ET DES CULTURES

| | BREIL S/ROYA | | | TENDE | | |
|--|--------------|----------|-----------|-------------|-------------------------------------|-----------|
| | 1905 (1) | 1929 (1) | 1980 (2) | 1904 (3) | 1929 (4) | 1980 (2) |
| Terres labourables | 927 ha | 174 ha | 7 ha | 3000 ha (?) | 1345 ha | 4 ha |
| Prés naturels | 35 | 1395 | 190 (STH) | 1000 | 294 | 413 (STH) |
| Herbages | 27 | 34 | | | | |
| Pâturages et pacages | 222 | 650 | 2594 | 8000 | 8000 | 4750 |
| Landes - terres incultes | 1624 | 2299 | - | 5712 | 1129 | - |
| Bois - forêts | - | 1410 | 1834 | 2000 | 6067 (bois + châtaigne-raies) | 5539 |
| Superficie totale des terres cultivées | - | 3451 | 419 | - | 18634 (sup. agricole et forestière) | 462 |
| Superficie totale de la commune | 5800 | 5800 | 8131 | 19762 | 19762 | 17747 |

(1) - Recensements agricoles de Breil s/Roya, Archives Dép. des Alpes-Maritimes
(2) - Chiffres du RGA, complétés par ceux de l'Inventaire général 1979-1980 de la DDA des Alpes-Maritimes
(3) - Recensements agricoles de 1890 et 1904, Archives communales de Tende
(4) - Catasto agrario de 1929, Turin, 1935 (document de synthèse)
(5) - Statistique de 1882, "État des grains et farineux", Arch. dép. des Alpes-Maritimes

| | BRELL S/ROYA | | | | TENDJE | |
|---------------------------------|--------------|----------|----------|----------|--------------|----------------|
| | 1889 (1) | 1929 (1) | 1980 (2) | 1890 (3) | 1929 (4) | 1980 (2) |
| CEREALES | | | | | | |
| - Froment | 250 ha | 58 ha | 1 ha | 95 ha | 453 ha | 1 ha (Blé dur) |
| - Seigle | - | - | - | 50 | 27 | - |
| - Orge | 50 | - | - | 8 | - | - |
| - Avoine | - | 3 | - | 20 | 4 | - |
| - Maïs | 10 | - | - | 1 | - | - |
| POMME DE TERRE | 3 | 11 | 5 | 35 | 327 | 2 |
| LEGUMES SECS | 40 (5) | 17½ | - | 13 | 3 (haricots) | - |
| OLIVIERS | - | 300 | 123 | - | - | - |
| VIGNE | 51 | 54 | 8 | 27 | 3 | - |
| CHATAIGNIERS | 4 (5) | 60 | - | 160 | 307 | - |
| VERGERS | - | 360 | 23 | - | 3 | 5 |
| CULT. MARAICHERE (vente) | - | 13 | 1 | - | - | 2 |
| JARDINS FAMILIAUX | - | 45 | - | - | 6 | - |
| <u>ELEVAGE</u> | | | | | | |
| - bovins | 440 | 428 | 60 | 1360 | 220 | 173 |
| - ovins | 215 | 125 | 1487 | 7270 | 1826 | 1095 |
| - caprins | 1000 | 3540 | 213 | 2645 | 654 | 355 |
| - équidés | 169 | 175 | 21 | 241 | 125 | 3 |
| - porcins | 8 | 0 | 1 | - | 3 | 0 |

2ème Partie :

LES PLANTES ALIMENTAIRES DE LA ROYA

I- PLANTES ET TRADITIONS ALIMENTAIRES

Par plantes alimentaires, nous entendons tous les végétaux utilisés dans la cuisine locale qu'ils aient un rôle vivrier, aromatique ou condimentaire. Nous excluons les plantes médicinales qui n'ont qu'une fonction thérapeutique ou même celles qu'on utilise pour faire des boissons. Mais nous avons conscience des difficultés ou même de l'artifice qu'il y a à séparer ces différentes fonctions : les liqueurs digestives faites à base de plantes médicinales comme le génépi ou l'absinthe peuvent faire partie du cycle du repas. La plupart des plantes aromatiques, les condiments et même beaucoup de légumes sont aussi des plantes médicinales.

D'autre part, où doit-on classer les salades sauvages ?

Leur fonction alimentaire est indéniable : on les mange en salade, en "plat d'épinards", en omelette, etc... mais n'est-ce pas à cause de leurs fonctions dépuratives que beaucoup les utilisent au printemps ? Et où doit-on classer ces plantes, comme la pimprenelle, qu'on consomme en salade mais m lang es à d'autres et en petites quantités, car leur goût trop fort ne permet pas d'en faire une consommation massive. Salade ou condiment ?

De la même manière, nous verrons que la distinction plantes cultiv es / plantes sauvages n'est pas aussi évidente qu'il n'y paraît. La bourrache, par exemple, dont on dit " a pousse tout seul, c'est sauvage", mais aussi "c'est une plante de jardin", était autrefois cultiv e dans les jardins de la basse vallée.

D'autres plantes domestiqu es sont également à la frontière du sauvage : celles qu'on a semé un jour mais qu'on laisse ensuite se reproduire librement sans leur accorder de soins particuliers : le persil, les blettes, certains oignons, les navets. On semait par exemple des navets dans les oliviers : "s'il pleuvait, ils venaient, ils avaient un goût fort parce qu'ils n'avaient pas d'arrosage". On dit généralement que "ces plantes à moi-

tié sauvages, poussent plus haut, plus fortes". De la même façon, ce qu'à Breil on appelle le "basilic sauvage", est en fait de la menthe poivrée cultivée. Les catégories sauvage / cultivé nécessiteraient une étude particulière. Nous mentionnerons pour chaque plante, quel statut lui est accordé.

Nous nous référons d'autre part à une tradition alimentaire qui nous amène à exclure de notre enquête un certain nombre de plantes de culture récente, à inclure des plantes dont la culture est abandonnée depuis de nombreuses années, à exclure aussi les plantes sauvages consommées par un seul individu.

Par tradition, nous entendons une certaine permanence dans le temps. Ce temps peut être révolu et n'exister qu'au niveau de la mémoire ou bien durer encore. Ce sont ensuite des pratiques - de culture, d'alimentation -, partagées par le plus grand nombre et qui ont une valeur normative, dont l'apprentissage est effectué oralement, de génération en génération, au sein du groupe ou de la famille. Pratiques et représentations sont donc liées à une durée, à un milieu, à un modèle particulier d'organisation sociale et économique, à une culture, à un type de transmission.

Ainsi, nous analyserons en priorité les plantes ^{cultivées} / ~~qui font~~ partie du corpus culinaire traditionnel de la vallée, qu'on utilisait dans l'alimentation courante entre les deux guerres mondiales. Au sein de ce groupe, les "plantes stratégiques" sont essentiellement les céréales, les légumes secs, la pomme de terre, certains légumes verts comme la courge, la blette, le chou..., certains fruits et l'olivier auquel nous réservons une place à part dans la mesure où on ne le trouve que dans le bas de la vallée où il a une importance économique, symbolique et sociale indéniable.

Par contre, les plantes dont on connaît la date d'apparition dans le système cultural local et qui n'ont pas de fonction précise dans le système des recettes traditionnelles, n'auront leur place que dans l'étude des changements récents intervenus dans la vallée. Nous les citons cependant dans le tableau récapitulatif des plantes alimentaires de la Roya : cela permet de comparer la place

qu'elles occupent avec la place occupée par les plantes traditionnelles : pas de nom particulier dans le dialecte local, pas de recette particulière, etc...

En ce qui concerne les plantes sauvages, nous ne mentionnons que celles qui ont été citées par plusieurs personnes. Un certain nombre d'autres plantes sont consommées mais dans la mesure où une seule personne, deux parfois, les utilise, il est difficile de vérifier si leur savoir provient d'une tradition ancienne ou s'il est puisé dans les livres de vulgarisation botanique de plus en plus en vogue dans la vallée. Comme ce savoir passe pour une exception ou même un signe d'originalité aux yeux des autres personnes, nous n'en avons pas tenu compte dans notre inventaire. Citons cependant ici les plantes consommées : la pulmonaire (toute la plante), le plantain, les "bourgeons" de prêle, la pâquerette, la moutarde sauvage, la primevère, en salade ; les bourgeons de tilleul et d'églantier en soupe ou en beignet ; la racine de bardane bouillie, la patience sauvage en "plat d'épinard", le pois de senteur dans la soupe. La plupart de ces plantes sont mangées en mélange avec d'autres.

Malgré cette sélection, beaucoup de plantes que nous citons sont loin d'être connues de tous, même parmi les personnes les plus âgées, même parmi ceux qui détiennent un certain savoir botanique. En fait, on se trouve devant différents niveaux de savoir qui ne coïncident pas nécessairement avec l'âge ou le sexe des informateurs. Nos deux meilleures informatrices pour les plantes sauvages ont respectivement 60 et 73 ans et parmi les plus vieux qui ont "passé toute leur vie à la campagne", certains en connaissent très peu. On peut classer les plantes suivant trois niveaux de connaissance :

- les plantes qui sont connues et utilisées par une majorité de gens : pissenlit, "laitue vivace" à Breil, noisettes, framboises, etc... (usage courant signalé par un "c" dans le tableau)

- les plantes qu'on connaît sans les utiliser et/ou qui sont utilisées par une minorité : ortie, bourrache, lilas d'Espagne. On les considère comme appartenant à une époque ancienne. (Usage peu courant "pc").

- les plantes dont la majorité ne connaît ni le nom ni l'usage alimentaire. Seules quelques personnes âgées peuvent témoigner de leur utilisation ancienne : "navet sauvage", chardons, clématite, etc... (Survivance : "s").

A ces différents degrés de connaissance, s'ajoutent des savoirs souvent partiels, parfois erronés, des confusions de plantes qui rendent difficile leur identification. Par exemple, certaines plantes ne sont connues que sous leur nom dialectal. Lorsqu'on vous donne le correspondant français, il est rarement juste : la "sandrau", la laitue vivace, est désignée comme la "cousteline" (nom niçois de la Picridie), la "dent de lion vraie", le "carou", la "chalèbre" (nom niçois du *Leontodon taraxacum* L.). Un même nom dialectal est utilisé dans le même village par deux personnes pour désigner deux plantes différentes : la "trouvaca" à Breil est le Lilas d'Espagne ; mais certains l'emploient comme synonyme de "mauvaise herbe". Le "pairin", à Breil, est à la fois le pissenlit (*Taraxacum officinale* Web.) et le *Hyoseris radiata*. Beaucoup ne font pas le rapprochement entre le nom français d'une plante et la même plante qu'ils connaissent et utilisent : peu de gens sauront dire ce qu'est le houblon, mais beaucoup mangent les pousses d'une "ronce sans épine qui pousse au bord de l'eau", qui n'est autre que le houblon.

Il est donc très important d'aller sur le terrain pour voir et récolter les plantes afin de pouvoir les identifier correctement. On ne peut absolument pas se contenter de faire appel au savoir des gens, même dans le cas d'informateurs très compétents.

Le problème se pose un peu différemment en ce qui concerne les plantes cultivées. S'il n'est pas difficile d'identifier les espèces, la détermination des variétés est plus aléatoire. D'abord

parce qu'il s'agit là aussi d'un savoir inégal suivant les individus et très parcellisé : telle personne connaîtra plusieurs variétés de pommes, rien sur les blés ; telle autre a des connaissances sur la vigne mais ne connaît pas les variétés de haricots. Une même variété sera nommée différemment par deux personnes : les haricots "quarantin" sont appelés "boumbouniti" ou "boumboulin" par d'autres et il faut être attentif à ne pas y voir des variétés différentes. La mémoire prête souvent à confusion : il semble que la "pamoula" désignée comme un blé, soit en fait de l'orge.

Il est donc difficile de repérer des variétés anciennes dans la mesure où on ne peut plus se procurer les semences de ces variétés dont beaucoup ont disparu. On doit donc se fier aux noms donnés et aux descriptions souvent vagues des informateurs, sans possibilité de vérification si ce n'est à travers des ouvrages et des sources d'archives assez rares.

Enfin, toute recherche concernant les plantes dans la vallée de la Roya doit d'intéresser à ce qui se passe de l'autre côté du col de Tende, en Piémont, d'où sont originaires bien des habitants de la vallée. Il n'est pas indifférent de voir qu'au marché de Cunéo, aujourd'hui encore, des paysans viennent vendre un certain nombre de plantes de cueillette consommées aussi dans la Roya : ortie, bourrache, pousses de houblon, silène, laitue vivace, etc...

1- Tableau récapitulatif des plantes ? présentation et analyse

Ce tableau présente les plantes utilisées couramment dans la cuisine de Breil et de Tende entre les deux guerres mondiales. Certaines de ces plantes (céréales surtout) ne sont plus cultivées aujourd'hui, on se les procure par achat (blé, maïs). D'autres ne sont plus ni cultivées, ni utilisées (gesse, orge, seigle) mais elles gardent une importance symbolique comme témoins d'un mode de vie disparu. Quant aux plantes de culture récente (aubergines, asperges, poivrons, artichauts), elles sont apparues en général dans les années 30 ou même plus tard dans la région de Tende.

Le tableau donne la liste des plantes cultivées, classées par catégories :

- céréales
- légumes secs
- légumes verts
- fruits

la liste des plantes sauvages et des champignons.

Pour chacun, nous donnons le nom vernaculaire breillois et le nom tendasque en utilisant la notation phonétique de l'Atlas linguistique et Ethnographique de la Provence.

Viennent ensuite divers renseignements concernant les parties utilisées dans l'usage alimentaire (feuilles, fleurs, fruits,...), le mode de consommation (si la plante ou le fruit sont consommés crus ou cuits et quel type de cuisson), le mode de conservation, l'utilisation du végétal comme aromate ou condiment.

La colonne "Recettes principales" rend compte de la place de la plante dans la cuisine traditionnelle de la vallée. Le chiffre renvoie au type de recette qui l'utilise. A cette description échappe cependant un mode d'utilisation quotidien et banal, sans préparation élaborée et qui ne reçoit aucun nom dans

l'inventaire des recettes locales : par exemple, une des préparations les plus répandues consiste à faire cuire ensemble dans la même eau, des légumes (haricots, chou, pommes de terre...) et des pâtes, qu'on mange assaisonnés de sauce et de fromage après égouttement. On ne retrouve pas cette recette dans le tableau.

Nous signalons enfin les usages autres de la plante : utilisation pour l'alimentation des animaux, usage médicinal, technologique. Les parties de la plante utilisées dans ce cas ne sont pas forcément les mêmes que dans l'alimentation : bois, paille, feuilles, etc...

Le tableau présente 51 plantes cultivées
51 plantes sauvages
7 champignons

- Les plantes cultivées

Huit d'entre elles seulement ne sont plus cultivées : 5 céréales et 3 légumineuses. Sauf en ce qui concerne le blé qui est acheté en quantités importantes, il y a correspondance entre alimentation et culture : les plantes qui ne sont plus cultivées, ne sont plus (ou rarement) consommées.

Avant la guerre de 40, l'alimentation repose en effet sur l'autoconsommation. Cependant, à Tende où la production est moins diversifiée qu'à Breil (39 plantes domestiquées sur les 51 recensées), on doit échanger ou acheter un certain nombre de végétaux : le maïs par exemple, dont on utilise la farine en "polenta" et les feuilles pour bourrer les matelas, est importé du Piémont. Fèves, figues, olives, amandes, pêches, etc... viennent également de l'extérieur, de même que les tomates dont la production est peu importante et irrégulière. La consommation de tous ces végétaux non produits sur place est en général réduite.

La fréquence des recettes qui les utilisent reflète en par-

tie l'importance des différentes cultures. En tête vient le blé avec 8 recettes. C'est la base de la nourriture à Breil comme à Tende, on l'utilise quotidiennement pour le pain, les pâtes (pâtes alimentaires ou pâtes farcies comme les tourtes ou les raviolis), les bouillies, les desserts, etc... Il est complété par l'utilisation des autres céréales.

La pomme de terre est utilisée dans 8 recettes à Breil, 6 à Tende, sans compter les nombreuses préparations dont elle est l'objet qui ne correspondent pas à un plat traditionnel précis : pommes de terre bouillies, frites, cuites à la cendre...

La blette est de tous les légumes verts celui qui à le plus d'importance (7 recettes à Breil et à Tende), avec l'épinard (6 recettes dans les deux villages), le poireau, le chou, l'oignon. La courge, d'un emploi fréquent, est utilisée dans un nombre de recettes limité mais nous verrons que son importance sociale et symbolique est plus grande que le tableau ne le laisse paraître. Il en est de même pour les haricots qui sont employés quotidiennement en soupe ou dans la cuisson des pâtes mais ont peu de recettes spécifiques où ils sont employés.

Les fruits sont en général mangés crus, à la saison. Les deux utilisations principales dont ils sont l'objet, sont les boissons (vins, eaux de vie) et les confitures.

Mode de consommation : le procédé de cuisson le plus largement employé dans la vallée, aussi bien à Breil qu'à Tende, est la cuisson bouillie (citée 26 fois pour Breil, 27 fois pour Tende). On fait également cuire les légumes à l'étouffée, entre 2 feuilles de pâte ou au four (8 plantes à Breil, 7 à Tende). La friture est un peu moins employée (10 fois à Breil, 7 fois à Tende) et seules 2 plantes (orge et châtaigne) donnent lieu à une préparation grillée. Quant à la consommation crue, elle a aussi une place importante (23 plantes à Breil, 22 à Tende dont une majorité de fruits).

Fréquence des recettes utilisant des plantes cultivées :
Une réserve s'impose : une recette citée souvent n'est pas né-

cessairement une recette faite souvent mais c'est une recette qui emploie un grand nombre de légumes différents. Son nom reviendra donc souvent dans le tableau, par exemple, la soupe. Inversement, les pâtes alimentaires qui n'emploient que du blé ne seront citées que pour cette plante, bien qu'elles soient beaucoup consommées dans la vallée. Malgré ça, le tableau présente l'intérêt de donner une idée du mode d'utilisation de chaque plante (préparation élaborée ou pas, emploi dans une seule recette ou dans des recettes différentes) et de permettre de dégager des régularités dans l'utilisation des plantes entre Breil et Tende, et des régularités dans la part relative de chaque recette dans l'ensemble du corpus culinaire.

On remarque que les deux postes privilégiés à Breil et à Tende sont occupés par les soupes et les salades. Viennent ensuite les préparations utilisant une pâte farcie de légumes, qu'elle soit cuite au four (tourte), pochée (ravioli) ou frite, ainsi que les pétrissages de légumes et farine.

La principale différence entre les deux villages réside dans la part relative très importante des bouillies à Tende (elles viennent en 2e position des recettes, en 7e seulement à Breil) qui reflète une utilisation prépondérante des céréales dans ce village. A Breil, les préparations à base de légumes verts ont un rôle majeur. Nous verrons que l'utilisation des plantes sauvages -beaucoup plus ramassées dans la Moyenne que dans la Haute vallée- s'inscrit complètement dans ce système culinaire dont soupes et salades forment le fonds.

Mode de conservation : la conservation par dessiccation est de loin le procédé le plus répandu, surtout pour les céréales et les fruits. On l'utilise plus à Breil qu'à Tende, certainement en raison d'un ensoleillement plus fort dans la Moyenne vallée qui permet le séchage au soleil de plusieurs espèces de fruits (figues, prunes, pommes, tomates). On conserve aussi plusieurs légumes et certains fruits à l'ombre d'une cave ou d'un grenier tant à Breil qu'à Tende (courge, pomme de terre, carotte, pomme, poire). L'emploi de "bocaux" (conservation par stérilisation)

est assez récent. Il s'est répandu après la deuxième guerre mondiale et a longtemps été limité aux tomates et aux haricots verts. Aujourd'hui, on peut mettre en bocaux presque tous les légumes et les fruits fragiles comme les pêches ou les cerises mais le congélateur qui prend peu à peu sa place dans tous les foyers de la vallée, est en train d'évincer cette technique et favorise un nouveau type de consommation végétale qui ne tient plus compte des saisons.

Autres usages : la plupart des légumes, les fruits plus rarement, sont utilisés pour l'alimentation des animaux : céréales dont on donne la graine aux poules (maïs) ou au bétail (orge, avoine), plantes après arrachage utilisées comme fourrage (fèves, haricots,...), légumes abîmés (pomme de terre) ou plantés en partie pour l'usage des animaux (choux, betteraves, blettes), épluchures de légumes donnés aux lapins. Dans une société basée sur l'économie et l'autoconsommation, rien de ce qui est planté ne reste inutilisé : tout ce que l'homme ne mange pas, est en général récupéré pour la nourriture des bêtes. On ne jette quasiment rien des déchets végétaux laissés par l'homme.

Peu de ces plantes ont une utilisation médicinale : 6 en tout dont deux d'entre elles sont plutôt destinées aux soins du bétail (orge et courge). Quant à l'emploi technologique, il est aussi réduit et repose essentiellement sur les céréales (pour la paille) et les arbres fruitiers (pour le bois d'oeuvre ou de chauffage).

- les plantes sauvages

Sur 51 plantes dénombrées, on en trouve 50 utilisées à Breil et 29 à Tende, dont plus de la moitié dans l'un et l'autre village est d'usage courant. On voit déjà que la situation quant à la cueillette et à l'utilisation alimentaire de plantes sauvages, est très différente dans les deux villages.

Mode de consommation : les plantes sauvages ne donnent lieu qu'à deux types de consommation : consommation crue, avec ou sans assaisonnement, ou bouillie.

C'est en salade que ces plantes sont le plus souvent accomodées : 23 plantes sur 50 sont mangées en salade à Breil, 7 sur 29 à Tende. Vient ensuite l'utilisation en "plat d'épinards" (tourtes, raviolis, omelette...) : 17 plantes à Breil, 14 à Tende. Les baies et fruits sauvages permettent de confectionner des confitures (7 plantes à Breil comme à Tende). Une différence notable entre les deux villages, est la confection de soupes avec des "herbes sauvages" : 12 d'entre elles sont utilisées à cette fin à Breil, 3 seulement à Tende. Cela reflète entre autres le fait qu'on cueille proportionnellement beaucoup plus de salades à Breil, beaucoup plus de fruits sauvages à Tende.

Cueillies durant un temps assez bref (début du printemps), la plupart des plantes de ramassage ne font pas l'objet de pratiques de conservation. Le séchage des plantes aromatiques est seul effectué, avec celui de certains fruits (noisettes, myrtilles). C'est d'ailleurs parmi les plantes sauvages qu'on trouve la majorité des plantes aromatiques : on en dénombre 13 dont une seule est nécessaire à la confection d'un plat particulier, la sauge, dont on fait une soupe à Breil, l'"aïga buïa". La plupart d'entre elles ont aussi un usage médicinal.

Quant aux utilisations autres que l'alimentation des humains, on en compte deux principales :

- l'alimentation des animaux : la plupart des salades sauvages d'usage courant pour l'homme sont recherchées aussi pour la nourriture des lapins. C'est même dans cette cueillette pour les animaux que s'est réfugié aujourd'hui une grande partie du savoir sur les plantes. Quinze plantes sont utilisées à cette fin à Breil dont certaines étaient consommées autrefois par l'homme.
- l'emploi médicinal : 20 plantes sauvages à Breil et 16 à Tende sont employées pour leurs vertus thérapeutiques.

L'utilisation technologique est assez réduite en dehors du bois de certains arbres et arbustes.

Les champignons :

Sept champignons seulement étaient cueillis entre les deux guerres mondiales. leur nombre s'est beaucoup accru depuis. La cueillette des champignons permet de constituer des réserves pour l'hiver. Aussi, si une partie est consommée à la saison, cuits à la poêle ou en ragoût, le gros de la cueillette est réservé à la conservation. C'est dans ce domaine que les procédés de conservation sont les plus variés : séchage pour les champignons destinés à parfumer les sauces, au sel pour les sanguins qu'on apprêtera ensuite comme les champignons frais, à l'huile après cuisson si on veut les utiliser comme condiments. Ce dernier procédé est d'usage courant à Breil surtout où l'huile est produite sur place.

EXPLICATION DU TABLEAU

* : plantes qui ne sont plus cultivées dans la vallée

Noms vernaculaires soulignés en pointillés : noms_tendasques

Utilisation : c = courante
pc = peu courante
s = survivance

Mode de consommation : B = bouilli
C = cru
E = à l'étouffée entre 2 feuilles de pâte
Fo = au four
Fr = frit
G = grillé

Codage des recettes : 1 = Pain
2 = Pâtes alimentaires
3 = Bouillie
4 = Soupe
5 = Tourte
6 = Préparation de type "ravioli" (farce enrobée de pâte), frite ou pochée
7 = Légume pétri avec de la farine, frit (barbagioan) ou cuit au four (mnardoun)
8 = gratin
9 = omelette
10 = beignet
11 = sauce
12 = salade
13 = dessert sucré
14 = confiture
15 = boisson

USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS

AUTRES USAGES

| PLANTES CULTIVEES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | culture avant 1940 | USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS | | | | | AUTRES USAGES | | |
|-------------------|---------------------------|--------------------------|--------------------------------------|-------------------------|---------------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------|---------------|
| | | | PARTIES UTILISEES | Mode de consommation | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNOLOGIQUE |
| * AVOINE | a byava a_byava | oui oui | grains " | - B | - 1-3 (exceptif tignonel) | séchage " | - - | + + | - - | - - |
| * BLE | ar grã ar_grã | oui oui | grains (farine) " | B-Fo- Fr " | 1-2-3-5-6-7 10-13 idem | " " | - - | - - | - - | + - |
| MAIS | a mèlya | oui | grains (farine) | B | 3 | " | - | + grains feuilles | - | + feuilles |
| * ORGE | a mèya òerdi òerdi | oui oui oui | " grains " | B B-G B-G | 3 1-15 3-15 | " " " | - - - | - + + | - + animaux | + - |
| * SARRASIN | frumëti | oui | grains (farine) | B | 3 | " | - | + - | + - | - - |
| * SEIGLE | ar sege a_sega | oui oui | grains (farine) " | Fo Fo | 1 1 | " " | - - | + + | - - | + + |

| PLANTES CULTIVEES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | culture avant 1940 | USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS | | | | | AUTRES USAGES | | | |
|-------------------|---------------------------|-----------------------------|--------------------------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|---------------|--|
| | | | PARTIES UTILISEES | MODE DE CONSOMMATION | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNOLOGIQUE | |
| FEVE | a fava | oui | graines | C-B | 4-12 | séchage | - | + | - | - | |
| | a fava (achat) | non | feuilles | C-B | 2-4-5 (excep tionnel) | - | - | + | - | - | |
| * GESSE | gaye | non XIXe et guerre 14 | - | - | - | - | - | + | - | - | |
| | gæe | oui | graines (Farine) | l-Po | 1-3 | séchage | - | + | - | - | |
| HARICOT | fayjɔɔ | oui | graines gousses | B | 4-12 | séchage | - | + | - | - | |
| | fayjɔɔ | oui | " | B | 4-12 | " | - | + | - | - | |
| * LENTILLE | lentille | très peu | graines | B | 4-12 | séchage | - | - | - | - | |
| | lentye | oui | " | B | 4-12 | " | - | - | - | - | |
| * POIS CHICHE | šizi | oui | graines | B | 4-12 | séchage | - | - | - | - | |
| | teizi | oui | " | B | 4-12 | " | - | - | - | - | |

USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS

AUTRES USAGES

| PLANTES CULTIVEES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | culture avant 1940 | USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS | | | | | AUTRES USAGES | | |
|-------------------|-----------------------------|--------------------------|--------------------------------------|-------------------------|------------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|---------------|
| | | | PARTIES UTILISEES | MODE DE CONSUMMATION | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNOLOGIQUE |
| AIL | qy ayy | oui oui | bulbe " | C-R-Fr C | 4-11 11 | séchage " | + | - | + | - |
| ARTICHAUT | arteikôta arteikôta | depuis 1920 non | réceptacle " | B B | 12 12 (peu con- sommé) | - - | - - | - - | - - | - - |
| ASPERGE | spârqi aspârqi | depuis 1930 peu | jeunes pousses " | B B | 12 12 | - - | - - | - - | - - | - - |
| AUBERGINE | meledzane melëndjane (?) | peu non | fruit " | Fr " | peu consommé " | - - | - - | - - | - - | - - |
| BASILIC | beyjaliko | oui | Feuilles | C-B-Fr 4-11 | | - | + | - | - | - |
| BETTERAVE | bêterave bêterave | non non | racine " | B B | peu consommé " | - - | - - | + | + | - - |
| BLETTE | êrbe êrbe | oui oui | Feuilles " | B-L " | 2-4-5-6-7-9 10 idem | - - | - - | + | + | - - |

| PLANTES CULTIVEES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | culture avant 1940 | USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS | | | | | AUTRES USAGES | | | |
|-------------------|---------------------------|--------------------------|--------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|---------------|--|
| | | | PARTIES UTILISEES | Mode de consommation | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNOLOGIQUE | |
| CAROTTE | karòtte / gij karòtte | oui | racine | B | 4 | dans des joursaux, du sable | - | + | - | - | |
| CELERI | sèlaru sèlaru | peu | feuilles | B | 4 | - | + | - | - | - | |
| CHOU | kaqur kaqur | oui | feuilles | B-E-Fr | 4-5-6-7 | - | - | + | + | - | |
| CHOU-FLEUR | kaqiffyq kaqiffiey | peu | fleur | B | 12 | - | - | + | - | - | |
| COURGE | kaqurda kaqurda | oui | fruit | B-E | 4-5-8 | ombre | - | + | + | + | |
| ECHALOTTE | tearlòtte tearlòtte | non | bulbe | C | 12 | - | + | - | - | - | |
| | | non | " | C | 12 | consommée | + | - | - | - | |

USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS AUTRES USAGES

| PLANTES CULTIVEES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | Culture avant 1940 | PARTIES UTILISEES | MODE DE CONSOMMATION | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | AUTRES USAGES | | |
|-------------------|---------------------------|--------------------------|----------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|-----------|
| | | | | | | | | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNIQUE |
| EPINARD | spinardi spinasi | oui | feuilles | B - E | 2-5-6-7-8-9 idem | - | - | - | - | - |
| NAVET | raba raba | oui | racine | B-Fo | 4-8 idem | - | - | + | - | - |
| OIGNON | seba sebula | oui | bulbe | B-Fo Fr-C | 4-5-8-9-11-12 idem | - | + | - | + | - |
| PERSIL | djuverd djavardu | oui | feuilles | C-Fr | 7-9-12 | - | + | - | - | - |
| POIREAU | pbr pbr | oui | feuilles bulbe | E-Fr | 4-5-6-8-11 4-5 | - | - | + | - | - |
| POIVRON | poevoertj pevertj | peu | fruit | C | 12 | - | - | - | - | - |
| POMME DE TERRE | tartifa tarti / patate | oui | tubercule | B-Fo Fr-J | 3-4-5-6-7-8 9-12 | ombre | - | + | - | - |
| | | oui | " | " | 3-4-5-6-9-12 | " | - | + | - | - |

USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS AUTRES USAGES

| PLANTES CULTIVEES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | culture avant 1940. | PARTIES UTILISEES | MODE DE CONSOMMATION | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | AUTRES USAGES | | |
|-------------------|---------------------------|---------------------------|----------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|-----------|
| | | | | | | | | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNIQUE |
| RADIS | ravanṭti | oui | racine | C | 12 | - | - | feuilles | - | - |
| | ravanṭ | oui | " | C | 12 | - | - | " | - | - |
| SALADE | salata | oui | feuilles | C | 12 | - | - | - | - | - |
| | salata | oui | " | C | 12 | - | - | - | - | - |
| TOMATE | tumat | oui | fruit | C-E-Fr | 5-11-12. | - | + | séchage et "bocaux" | - | - |
| | tomat | peu achat | " | C-Fr | 11 | - | + | "bocaux" | - | - |
| ----- | | | | | | | | | | |
| FRUITS | | | | | | | | | | |
| ----- | | | | | | | | | | |
| ABRICOT | abrikṭ | peu | fruit | C | - | - | - | - | - | - |
| | abrikṭ | peu | " | C | - | - | - | - | - | - |
| AMANDE | mēḍula | oui | fruit | C | 13 | - | - | séchage | - | - |
| | amēḍula | non | " | - | - | - | - | - | - | - |

USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS

AUTRES USAGES

| PLANTES CULTIVEES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | culture avant 1940 | PARTIES UTILISEES | MODE DE CONSOMMATION | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS | | AUTRES USAGES | |
|--------------------------|---------------------------|--------------------------|----------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|-----------|---------------------------------------|--------|
| | | | | | | | | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNIQUE | |
| CERISE | si'eyja teereyja | oui oui | fruit " | C-B C-B | 14 14 | séchage "bocaux" " | - - | - - | - - | fruits queues " | - - |
| CHATAIGNE | kastagna kastana | oui oui | fruit " | B-G B-G | 3-4 3-4 | séchage " | - - | + | - | bois feu" | - |
| COING | krudj krudj | oui oui | fruit " | B-Fc B | 14 14 | - - | - - | - | - | - | - |
| FIGUE | figa figa | oui non achat | fruit fruit | C C | - - | séchage - | - - | - | - | "lait" pour parfume les armo | - - |
| KAKI (Plaqueminier) | kaki kaki | oui non achat | fruit " | C C | - - | - - | - - | - | - | - | - |
| MURE (Morus nigra L.) | sajusa sajusa | oui oui | fruit " | C C | 14-15 14 | - - | - - | - | - | - | - |

USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS AUTRES USAGES

| PLANTES CULTIVEES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | culture avant 1940 | PARTIES UTILISEES | MODE DE CONSOMMATION | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | AUTRES USAGES | | | |
|------------------------------|--------------------------------|--------------------------|----------------------|-------------------------|-------------------------|---------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|-----------|---|
| | | | | | | | | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNIQUE | |
| NEFLE spilus germanica L. | nespu nespu ou pitou moy | oui | fruit | C | - | - | - | - | - | - | - |
| NOIX | nôz ngeyjé | oui | fruit | C | 11-13 | suçage | + | - | feuille | bois | - |
| OLIVE | oliva oliva | oui | fruit | C-Fo | 7- huile | salage | + | + | feuille | bois | - |
| PECHE | perzgu perge | oui | fruit | C | - | - | - | - | feuille | - | - |
| POIRE | pius perusu | oui | fruit | C | 15 (rare) | ombre | - | - | - | - | - |
| POMME | mêra mêra | oui | fruit | C-B-Fo | 13-14-15 | séchage ombre ombre | - | - | - | + | - |

| PLANTES CULTIVEES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | culture avant 1940 | USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS | | | | | AUTRES USAGES | | | |
|-------------------|---------------------------|--------------------------|--------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|---------------|--|
| | | | PARTIES UTILISEES | MODE DE CONSOMMATION | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNOLOGIQUE | |
| PRUNE | fātūfa suẏẏ | oui oui | fruit " | C-B C-B | 14-15 14-15 | séchage - | - - | - - | - + | - - | |
| SORBE | sōrba sōrba | oui oui | fruit " | C C | 15 1-15 | - - | - - | - - | - + | - + | |
| RAISIN | razime ra | oui oui | fruit " | C C | 15 15 | - - | - - | - + | - - | - - | |

USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS

AUTRES USAGES

| PLANTES SAUVAGES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | utilisa tion | PARTIES UTILISEES | Mode de consommation | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | AUTRES USAGES | | |
|--|-----------------------------------|-----------------|--------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|--------|
| | | | | | | | | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | |
| ACACIA | a kasya | pc | fleurs | Fr | 10 | - | - | - | - | + |
| AMELANCHIER Amelanchier vulgaris Moench. | bağdrage mağdage | s s | fruit fruit | C C-B | - 14 | - - | - - | - - | - - | - + |
| ARBOUSIER Arbutus Unedo L. | lâmburse | pc | fruit | C-B | 14 | - | - | - | - | - |
| ASPARAGUS Asparagus acutifolius L. | spârqo aspârqo | c pc | jeunes " pousses " | B B | 12 12 | - - | - - | - - | - - | + |
| BOURRACHE Borrago officinalis | burqaja burqajju | pc s | feuilles " | B-E B-E | 2-4-5-6 2-9 | - - | - - | - - | - + | - - |
| CAROTTE SAUVAGE Daucus carota L. | pastnağa | s | racine rosette | B C | - 5-12 | - - | - - | - - | + | - |
| CHARDON BENI Cnicus benedictus L. | kaşya | s | feuilles tendres | B | 12 | - | - | - | - | + |
| CARLINE Carlina acaulis L. | (pl) kârđi sarvađđi teyastruşa | s s | réceptacle " | B B | 12 12 | - - | - - | - - | + | - |

USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS

AUTRES USAGES

| PLANTES SAUVAGES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | utilisa tion | USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS | | | | | AUTRES USAGES | | |
|--|------------------------------|-----------------|--------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|-----------|
| | | | PARTIES UTILISEES | Mode de consommation | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNIQUE |
| CHICOREE SAUV. Cichorium Intybus L. | raditee teikorya sarvayga | C C | Feuilles " | C C | 12 12' | - - | - - | + + | + - | - - |
| CLEMATITE Clematis vitalba L. | vansəya vensəya | S - | jeunes pousses | B | 9-12 | - | - | + | - | - |
| COQUELICOT Papaver rhaeas L. | padəna | S | rosette | C-B | 4-12 | - | - | - | + | - |
| CRESSON Nasturtium officina- lis R.Br. | kresə kreə | C C | feuille " | C-B C-B | 4-12 4-12 | - - | - - | - - | - - | - - |
| DOUCE-AMERE Solanium dulcamara L. | duka mərə duəa mərə | S S | tige " | C C | - - | - - | - - | - - | - - | - - |
| EPINARD SAUVAGE Chénopode Bon-Henri | spinardi sarvəđji ğri | C C | feuille " | B B | 2-5-6-9 2-5-6-9 | - - | - - | - - | - + | - - |

USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS

AUTRES USAGES

| PLANTES SAUVAGES | NOM(S) (1) VERNACULAIRE(S) | utili- sation | PARTIES UTILISEES | Mode de consommation | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | AUTRES USAGES | | |
|---|-------------------------------|------------------|----------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|-----------|
| | | | | | | | | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNIQUE |
| FENOUIL Anethum foeniculum L. | fnyx fènyxu | C | graines | - | 13 13 | séchage | + | - | - | - |
| FRAISE DES BOIS | murañ | C | fruit | C-B | 14 | - | - | - | - | - |
| | marañ | S | feuille | C | 12 | - | - | - | + | - |
| | žpra | C | fruit | C-B | 14 | - | - | - | - | - |
| | žpra | C | fruit | C-B | 14 | - | - | - | - | - |
| FRAMBOISE | žpra | C | fruit | C-B | 14 | - | - | - | - | - |
| | žpra | C | " | C-B | 14 | - | - | - | - | - |
| FUMETERRE Fumaria officinalis L. | oèy de gat | S | plante entière | C | 12 | - | - | - | - | + |
| GENIEVRIER Juniperus communis L. | agayjela | C | fruit | C | - | - | + | - | - | + |
| | agayjñ | C | " | C | - | - | + | - | - | + |
| GROSEILLIER A MA- QUEREAU Ribes uva-crispa L. | grispj | pc | fruit | B | 14 | - | - | - | - | - |
| HOUBLON Humulus lupulus L. | ? nyvertj ou livertj | s pc | jeunes pousses | B B | 12 12 | - | - | - | - | + |
| | | | | B | 2-9-12 | - | - | - | - | - |

USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS AUTRES USAGES

| PLANTES SAUVAGES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | utili- sation | PARTIES UTILISEES | | | | | AUTRES USAGES | | | | |
|---|---------------------------|------------------|----------------------|----------------------|----------------------|-----------------------------------|--------------------------|---------------|-----------|---|--|--|
| | | | Mode de consommation | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNIQUE | | | |
| HYOSERIS radiata L. | páyrí ou dent de lion | C | feuilles | C | 12 | - | - | + | - | - | | |
| LATERON MARAICHER Sonchus oleraceus L. | kardèla | C | feuilles | C-B-E | 4-9-12 | - | - | + | - | - | | |
| LAITUE VIVACE Lactuca perennis L. | sãndraü | C | feuilles | C-B-E | 4-5-6-12 | - | - | + | - | - | | |
| LAURIER Laurus nobillis L. | lãuru lãuru lãuru | C | feuilles | - | - | sechage | + | - | - | - | | |
| LILAS D'ESPAGNE Centranthus ruber | truvlãka | pc | feuilles | C-B | 12-4 | - | - | - | + | - | | |
| MENTHE POIVREE Mentha piperata L. | beyjaliko sãrvãygo | C | feuilles | - | 11 | - | + | - | - | - | | |
| MOURON DES OISEAUX Stellaria media | galinèta | S | feuilles | C-B | 9-12 | - | - | + | - | - | | |
| MYRTILLE | burgũñũ bãgnũ | C | fruit | C-B | 14 | - | - | - | + | - | | |
| | | C | " | C-B | 14 | sechage | - | - | - | - | | |

| PLANTES SAUVAGES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | utili- sation | USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS | | | | | AUTRES USAGES | | | | |
|--|---------------------------|------------------|--------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|--------|--------|---|
| | | | PARTIES UTILISEES | Mode de consommation | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | | | |
| NAVET SAUVAGE Brassica nigra | rāba sarvāyga | s | racine | B | - | - | - | - | + | - | - | |
| NOISETTE | līsoīa līsoīa | c c | fruit " | C C | 13 | - | séchage " | - - | - - | - - | - - | + |
| ORIGAN Origanum vulgare L. | madjurāna origā | c c | feuilles " | - - | - | - | séchage " | + | + | + | + | - |
| ORTIE Urtica dioica L. | ortīga urtīgāta | c pc | feuilles " | B-E B-E | 2-4-5-6-9 2-4-5-6-9 | - | - | - - | - - | + | + | + |
| OSEILLE SAUVAGE Rumex acetosa L. | erba bruska | pc | feuilles | B | 4 | - | - | - | - | - | - | - |
| PICRIDIE Reichardia picroides | kaspirū | c | feuilles | C-B | 4-12 | - | - | - | - | + | + | - |
| PIMPRENELLE Sanguisorba minor Scop. | pīpinēla ou pūpinēla | c | feuilles | C | 12 | - | - | + | + | - | - | - |

USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS

AUTRES USAGES

| PLANTES SAUVAGES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | utili- sation | PARTIES UTILISEES | Mode de consommation | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | AUTRES USAGES | | |
|--|---------------------------|------------------|------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|--------|
| | | | | | | | | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | |
| PISSENLIT Taraxacum officina- le Web. | payrɣɿn djirasu | c c | feuilles plante ent. " | C B C-B | 12 6-9-12 | - - | - - | + | + | - |
| POIREAU SAUVAGE Allium porrum L. | pòr sarvådje | pc | feuilles bulbe | B | 4 | - | - | - | - | - |
| PRUNELLE Prunus spinosa L. | bòsu bosà | pc pc | fruit " | C C | 15 15 | - - | - - | - - | - - | + |
| ROQUETTE Diplotaxis tenui- folia L. | rikèta | pc | Feuilles | C | 12 | - | - | - | + | - |
| ROMARIN Rosmarinus officini- nalis L. | rumanj rujmarɿ | c c | feuilles " | - - | - - | séchage " | + | - | + | - |
| RONCE Rubus fruticosus L. (sensu lato) | mura | c | fruit jeunes pous- ses | C-B C-B C-B | 14 4-12 14 | - - | - - | - - | - + | - + |
| SARRIETTE Satureia montana L. | frigula djàka sarjèta | c c | feuilles " | - - | - - | séchage " | + | - | + | - |

USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS

AUTRES USAGES

| PLANTES SAUVAGES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | utili- sation | PARTIES UTILISEES | Mode de consommation | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | AUTRES USAGES | | |
|----------------------------------|---------------------------|------------------|----------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|-----------|
| | | | | | | | | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNIQUE |
| SAUGE Salvia officinalis | sarvya sarvya | C C | feuilles " | - - | 4 - | séchage " | + | - | + | - |
| SENECON Senecio vulgaris L. | ? | S | feuilles | B | 4 | - | - | - | + | - |
| SERPOLET Thymus serpyllum L. | friguleta | C | feuilles | - | - | séchage | + | - | - | - |
| STËNE ENFLE Silene inflata L. | kruzynj | C | feuilles | C | 12 | - | - | + | - | - |
| SUREAU Sambucus nigra L. | sabyg sabygo | S S | leurs fruit leurs fruit | C B - B | 10 14 - 14 | - - - - | - - - - | - - - - | + | + |
| THYM Thymus vulgaris L. | frigula frigula | C C | feuilles " | - - | - - | séchage " | + | + | + | - |
| VIOLETTE Viola odorata L. | vyuleta ? | pc s | plante entièrè | C C | 12 12 | - - | - - | - - | + | - |

USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS AUTRES USAGES

| PLANTES SAUVAGES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | utili- sation | USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS | | | | AUTRES USAGES | | | |
|--|---------------------------|------------------|--------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|--------|
| | | | PARTIES UTILISEES | Mode de consommation | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TEC... |
| VIORNE LANTANE Viburnum lantana L. | qatŕi ou tãtŕu muljêsk | S | fruit | C-B | 14 | - | - | - | + | + |
| CHAMPIGNONS | buljêt bure | | | | | | | | | |
| LACTAIRE DELICIEUX ou SANGUIN (Lacta- rius deliciosus) | sãgi sãguĩ | C | - | - | {cuits à la poêle ou en ragoût | huile sel séchage | + | - | - | - |
| CEPE DE BORDEAUX (Boletus edulis) | buljêt pũpũĩ | pc C | - | - | " | huile séchage | + | - | - | - |
| ROSE DES PRES Psalliote champêtre | padrĩ | C | - | - | " | - | - | - | - | - |
| MOUSSERON (Marasmius oreades) | brĩngeli | pc | - | - | " | séchage | + | - | - | - |

| PLANTES SAUVAGES | NOM(S) VERNACULAIRE(S) | utili- sation | USAGES ALIMENTAIRES POUR LES HUMAINS | | | | | AUTRES USAGES | | |
|---|---------------------------|------------------|--------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-----------|-----------|
| | | | PARTIES UTILISEES | Mode de consommation | RECETTES PRINCIPALES | MODE DE CONSERVATION | Usage aromatique et/ou condiment. | ALIMENTATION DES ANIMAUX | MEDICINAL | TECHNIQUE |
| CHAMPIGNON DES OLIVIERES (Armillaire couleur de miel) | Bulèt de olivye | c | - | | cuits à la poêle | huile | + | - | - | - |
| BAVEUX (Foletus granulatus) | bavus bavugeli (pl.) | c | - | | " | séchage | + | - | - | - |
| PETIT GRIS Tricholome terreux | teikoti | pc | - | | " | huile | + | - | - | - |

2- L'alimentation traditionnelle de la vallée de la Roya :
brève présentation

L'alimentation de la Roya est peu variée. Faisant appel à l'autoconsommation, elle repose essentiellement sur les végétaux : céréales en farine (blé surtout) et légumes. Dans toute la vallée la nourriture quotidienne est à base de soupes et de bouillies, de plats de pâtes cuites avec des légumes, de tourtes. Elle est totalement liée aux saisons dont dépendent la gamme des légumes disponibles et le choix des recettes. Beaucoup de recettes d'ailleurs peuvent être réalisées avec des légumes différents suivant l'époque de l'année.

La viande est très rare en dehors des poules et surtout des lapins qu'on élève soi-même et qu'on mange les jours de fête. La Roya ne connaît même pas l'élevage du cochon, base de la nourriture carnée dans les campagnes françaises. "On faisait Carême toute l'année" disent les gens de la vallée.

On ne cuisine pas tout à fait de la même façon au village et à la campagne. La cuisine dans les campagnes est encore plus simplifiée en raison de l'archaïsme des ustensibles disponibles : chaudron, trépied et feu de bois orientent les façons de faire et exigent des recettes où "tout cuit ensemble". Pour travailler aux champs, on se contente souvent de pain et noix, pain et figues, parfois un peu de fromage.

Les recettes sont simples. La farine est la base de presque tous les plats et "pétrir" est la tâche quotidienne de toutes les femmes. La planche de bois, le "taiau" (1) et le rouleau pour étaler la pâte qu'on offre en cadeau de mariage aux filles, témoignent de l'importance de cette activité. On les trouve dans toutes les maisons de la vallée.

(1)- Le "taiau" est une grande plaque ronde de 75 cm de diamètre environ, généralement en bois de pin. Deux lattes de bois fixées sur une face permettent de la caler sur le pétrin. On pétrit toute les pâtes sur le "taiau", on y sert la polenta, on l'utilise pour le transport des pains et des tourtes quand on les amène au four du boulanger. Le rouleau est le plus souvent en bois de noisetier et mesure un mètre de long (voir photo p. 73).

On pétrit pour faire le pain, les pâtes, les tourtes. Beaucoup de recettes locales nécessitent la confection préalable d'une pâte faite de farine, d'eau et d'un peu d'huile, qu'on farcit d'un ou plusieurs légumes. Les différentes appellations et de goût sont liées à un mode de cuisson différent et à une différence de taille plus qu'à la diversité des ingrédients. Par exemple, à Breil :

| | Frit | Bouilli | au four |
|---|--|---------|-----------------------------------|
| Pâte + farce à base de légumes (Poireau, pommes de terre/ blette / épinard) | BOURSOUZE carré de 10 cm environ | - | TOURTE taille de la planche |
| Pâte + légume + anchois + viande | BOURSOTOU | RAVIOLI | - |
| Farine pétrie + légume cuit | BARBAGIOAN | | MNARDOUN |

De la même façon, les pâtes alimentaires (farine + eau + sel + huile), suivant qu'on rajoute tel ingrédient et qu'on leur donne telle forme, auront des dénominations différentes.

(Voir tableau page suivante).

| Base | Ingrédient Sup. | Forme | Nom |
|-------------------------------|--|--|--------------------------|
| Farine + eau + sel + huile | - | papillons | CROUSITI ou PARPAIOUN |
| | - | découpage large et irrégulier | LAUSAGNE |
| | - | frotté entre les mains pour former des grains | MENOUN ou MNOUITI |
| | - | en forme "d'oreille" | SUGELLI |
| | Blette | roulées à la main à Tende, découpées en lamelles à Breil | QUIQUE |
| | Blette ou épinard (fa- cultatif) et oeufs | en lamelles | TAIARIN |
| | Pomme de terre | roulé ou non sur la fourchette | GNOCCHI |

Les tours de main sont donc relativement peu nombreux mais ils sont importants car ils différencient les recettes. Les plats de la cuisine quotidienne reposent sur une base commune peu diversifiée aussi bien dans la moyenne que dans la haute vallée. Entre Breil et Tende, la principale différence réside dans l'utilisation des graisses de cuisson - huile d'olive à Breil et préparation frites nombreuses, beurre ou huile de noix à Tende - et sur l'utilisation beaucoup plus grande des bouillies (farine de céréales, de gesse ou de châtaigne) dans ce dernier village, à relier peut-être à l'économie pastorale : "C'est un peu berger là-haut, ils mangent de bergers", disent les Breillois à propos des Tendasques.

Quant à la cuisine festive, elle repose sur quelques recettes dont la réalisation est souvent longue, plus élaborée que dans la cuisine quotidienne et qui font appel à des ingrédients plus coûteux ou non produits sur place : viande, sucre, huile. A Tende, les jours de fête, on fait les raviolis servis le plus souvent avec du lapin, des "ganses" et des beignets. A Breil aussi, les raviolis ont la première place mais aussi les "boursòtou", la "crichtenta", les "ganses".

Aujourd'hui, ces plats de la cuisine traditionnelle font toujours partie de l'alimentation quotidienne : tourtes, pâtes de différentes sortes, gratins de légumes, etc... sont toujours la base de la cuisine. Pas de grande fête sans raviolis ou sans "boursòtou" à Breil. Ces plats jouent encore un rôle important dans le système du don - contre-don : on offre facilement à un parent, un voisin, un étranger au village, des portions de tourte, des "boursouse", des "boursòtou".

Cependant les tours de main les plus compliqués, les recettes les plus longues à réaliser se perdent. Rares sont les jeunes femmes qui prendront du temps pour faire elles-mêmes les plats les plus élaborés comme raviolis ou "boursòtou". D'autres recettes ne se font plus faute des végétaux nécessaires à leur réalisation ou parce que rejetés comme appartenant à un temps de pauvreté et de privation : pain d'orge, polenta aux poireaux, "chuchurli", "mnardoun de-i- aigasse". Paradoxalement, ce sont ces plats là qui sont les plus valorisés par le souvenir et présentés comme symboles d'un mode de vie disparu et regretté.



Préparation des "boursouse" de pommes de terre

LES PRINCIPALES RECETTES

* Le chiffre de la première colonne du tableau renvoie au code des recettes utilisé dans le Tableau des plantes alimentaires de la vallée (p.52 à p.69).

Chaque recette est expliquée en détail dans le fichier "Recettes" (classement par ordre alphabétique) donné en annexe (voir p.167 et suivantes)

| de | Nom de la recette | lieu | plante(s) principale(s) | plante(s) secondaire(s) | plante(s) de remplacement | autre(s) ingrédient(s) | Mode de cuisson | saison | occa sion |
|----|-----------------------------------|------|--------------------------------|-----------------------------|---|---|--|-----------------|-----------|
| 7 | BARBAGIOAN | B | Chou Blé (farine) | ail persil | Blette ou épinard (prin- temps-été) | Fromage oeufs | Friture | hiver | quoc |
| 6 | BOURSOTOU | B | Poireau Blé | épinard ou blette riz | non | Fromage Anchois | Friture | toute saison | fête |
| 6 | BOURSOUSE de pom- nes de terre | B | Pomme de terre Blé (farine) | poireau | non | Fromage Lait | Friture | hiver | quoc |
| 6 | BOURSOUSE | B | Blette Blé (farine) | oignon | Epinard tomate | Fromage Oeufs | Friture | été | quoc |
| 8 | CAPOUN | B | Chou | oignon riz | non | Fromage Oeufs Viande hachée | Bouilli autrefois) au four aujourd'hui) | hiver | quoc |
| - | CHUCHURLI | B | Courge | Blette Oignon riz | non | sang de veau Fromage Lait | ébouillan- té puis frit | hiver | quoc |
| 13 | CRICHENTA | B | Blé (farine) | non | non | Beurre Levure Huile Sucre Parfums | au four | toute saison | Fête |
| 2 | CROUSITI | B | Blé (farine) | non | non | Eau - sel Huile | poché | toute saison | quoc. |

| de | Nom de la recette | lieu | plante(s) principale(s) | plante(s) secondaire(s) | plante(s) de remplacement | autre(s) ingrédient(s) | Mode de cuisson | saison | occasi |
|----|-------------------------------|--------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------|-------------------------------------|--|---------------------------------------|--------------|
| 13 | GANSES ou BAIJIE BAUIE | B T | Blé (farine) | non | non | Beurre Oeufs Sucre Parfums | Friture | toute saison | Fête |
| 2 | GNOCCHI | B T | Pomme de terre | Blé (farine) | non | Sel Oeufs (facult.) | Poché | toute saison | quôt Fête |
| 8 | GRATIN DE COURGE | B | Courge | Oignon Riz | non | Fromage Oeufs huile | au four | hiver | quôt |
| 8 | GRATIN DE NAVETS | B | Navet | Ail Persil | non | Fromage Huile | au four | hiver | quôt |
| 2 | LAUSAGNE | T | Blé (farine) | non | non | Eau - sel | poché | toute saison | quôt |
| 7 | MNARDOUN DE-I- AIGASSE | B | Olive (dépôt de l'huile) | Blé (farine) Ail Persil | non | sel | au four | quand on trans- vase l'huile | |
| 7 | MNARDOUN DE POMME DE TERRE | B | Pomme de terre | Blé (farine) Ail Persil | non | oeufs (facult.) | au four | hiver | quôt |
| 2 | MNOUITI MENOUN | B T | Blé (farine) | non | non | Eau - sel | poché dans toute la soupe ou saison dans du lait | | quôt |

| du | Nom de la recette | lieu | plante(s) principale(s) | plante(s) secondaire(s) | plante(s) de remplacement | autre(s) ingrédient(s) | Mode de cuisson | saison | Occ. si. |
|----|-------------------|--------|---|----------------------------|------------------------------|--|--------------------|-----------------|----------------|
| 13 | NOUGAT | B | Noix | Amandes Noisettes | non | Miel Beurre Feuilles d'ostie | Bouilli | hiver | Noël |
| 1 | PAIN D'ORGE | B | Orge (farine) | non | non | Eau - sel | au four | toute saison | rafé |
| 3 | PANISSE | B T | Pomme de terre Pomme de terre Poireau | Blé (farine) " " | non " " | eau - sel huile huile ou beurre | bouilli " " | hiver " " | quct " " |
| 1 | PISSALADIERE | B | Oignon Blé (farine) | Tomate | non | Beurre Lait Huile Levure Anchois | au four | été | quct |
| 3 | POLENTA | B | Maïs (farine) | non | non | Eau - sel Fromage | bouilli | toute saison | quct. |
| | | T | Maïs (farine) | Blé (farine) | non | Lait - huile Fromage | bouilli | " | " |
| 2 | QUIQUE | B T | Blé (farine) | Blette | Epinard | huile | poché | été | quct |

| id | Nom de la recette | lieu | plante(s) principale(s) | plante(s) secondaire(s) | plante(s) de remplacement | autre(s) ingrédient(s) | Mode de cuisson | saison | Occasi |
|----|-----------------------------|--------|-------------------------|---|---|---------------------------------------|-----------------|--------------------------|--------|
| 6 | RAVIOLI | B | Blé (farine) Blette | non | Epinard Ortie Bourrache Laitue | Viande Oeufs Fromage | poché | toute saison | Fête |
| 11 | SAUCE AUX NOIX | B T | Noix | Ail | non | Viande Oeufs Fromage | poché | hiver | Fête |
| 11 | SAUCE DE POIREAUX | B | Poireau | non | non | huile | friture | hiver | quot. |
| 11 | SAUCE TOMATE | B T | Tomate | Oignon | non | huile | frit | toute saison | quot. |
| 4 | SOUPE A L'ERBETTA | B | Plantes sauvages | pommes de terre poireau (facult.) | non | Oeufs Fromage | bouilli | printemps la campagne | |
| | " " | B | Blettes tendres | Oignon Bourrache Epinard (facultatif) | non | Vermicelles Oeufs Fromage | bouilli | Mai | quot. |
| 4 | SOUPE CHIARA (AIGA BUTA) | B | Ail | Sauge | non | Huile d'olive Vermicelles Oeufs | bouilli | toute saison | rare |

| Id | Nom de la recette | Lieu | principale(s) | secondaire(s) | remplacement | ingrédient(s) | cuisson | saison | si |
|----|-----------------------------|--------|--------------------------------|-----------------------------|--|---|---------|-----------------|----|
| 2 | SUGELLI | B T | Blé (farine) | non | non | Eau - sel huilz | poché | toute saison | qu |
| 2 | TAIARIN | B T | Blé (farine) | non blette | non épinard | Eau - sel Huile Oeufs | poché | toute saison | qu |
| 3 | TOURTE DOUCE | B | Blé (farine) | Fruits ou confiture | non | Sucre Oeufs Levure Huile Lait | au four | toute saison | qu |
| 5 | TOURTE DE BLETTE | B T | Blé (farine) Blette | non | Epinard ou mélange + ortie et bourrache (printemps) | Oeuf Fromage Lait Huile | au four | été | qu |
| 5 | TOURTE DE COURGE | B | Blé (farine) Courge | Oignon Riz | non | Fromage Huile | au four | hiver | qu |
| 5 | TOURTE DE POMME DE TERRE | B | Blé (farine) Pomme de terre | Poireau | non | Fromage Lait Huile | au four | hiver | qu |
| 5 | TOURTE | T | Blé (farine) Pomme de terre | Poireau Courge Oignon | non | Huile Fromage | au four | hiver | qu |

| code | Nom de la recette | lieu | plante(s) principale(s) | plante(s) secondaire(s) | plante(s) de remplacement | autre(s) ingrédient(s) | Mode de cuisson | saison | oc si |
|------|-----------------------|------|----------------------------|------------------------------------|------------------------------|---------------------------|--------------------|--------|----------|
| 5 | TOURTE A LA TOMATE | B | Tomate Blé (farine) | Ail Persil Basilic Oignon | non | Oeufs Fromage Huile | au four | été | quel |

II- LES PLANTES "STRATEGIQUES" DE LA VALLEE

1- Les plantes domestiquées

L'OLIVIER

La grande affaire de Breil est l'olivier. Breil est un des grands centres de production d'olives du département des Alpes Maritimes. On y déclare 60 621 oliviers en 1911, 31 382 en 1934 mais le nombre d'oliviers plantés est bien supérieur. On l'estime à 78 000 en 1939. La liste des déclarants de 1911 (1) laisse apparaître de grandes inégalités : chaque exploitant déclare de 8 à 3 000 oliviers mais la majorité des Breillois en ont de 50 à 200.

Une seule variété est cultivée : le cailletier dont le fruit est connu aujourd'hui sous l'appellation "olive de Nice". Toutes les terrasses qui montent en gradin du village vers le col de Brouis et même les quartiers de la rive gauche de la Roya, ont leurs oliviers. Les meilleurs terrains d'oliviers sont les plus ensoleillés (Bancau, Mieja Sora). On dit aussi que les olives du Levant sont meilleures que celles du Couchant.

L'olivier a une très grande importance dans l'économie locale : c'est l'unique source de richesses. Aussi est-il à l'origine d'un certain nombre d'usages particuliers qui reflètent cette importance. Par exemple, si les olives tombent à l'extérieur de la propriété, le propriétaire peut aller les ramasser sur le fonds voisin, sans indemnité (2). Les oliviers font partie de l'héritage et sont en général divisés de façon strictement égalitaire entre les enfants. Les anecdotes montrant que chaque olivier avait son importance sont nombreuses.

La culture des oliviers

Elle nécessite essentiellement trois types de travaux :

(1)- Arch.Dép. des Alpes-Maritimes : Oléiculture, primes (1912-1920) et (1933-1940), n°17272

(2)- Usages locaux..., op. cit.

labourer, fumer, tailler les arbres. On laboure les oliviers 4 fois par an. Pour la fumure, ceux qui ont des bêtes emploient le fumier animal et jusqu'il y a une trentaine d'années, on utilise les déjections humaines dont on se sert aussi pour les légumes du jardin. On ne fume pas directement au pied de l'arbre mais à la tombée des feuilles.

L'élagage se fait à la fin de la récolte. On laisse l'olivier pousser en hauteur mais on l'éclaircit. Un dicton rappelle cette pratique : "Fai-mè pau que te faissi ric" (Fais-moi pauvre, je te ferai riche, fait-on dire à l'olivier, c'est à dire, fais-moi pauvre de branches, je te ferai riche d'olives). Il y avait autrefois 3 ou 4 spécialistes dans le village qui élaguaient pour les gros propriétaires. Les autres le faisaient eux-mêmes.

La récolte des olives

C'est le temps fort du cycle agricole à Breil. La récolte commence à la fin novembre : "Quand le vin est dans le tonneau, l'huile est dans l'olive" ("Quora ar vin es un la tina, l'òli es un l'ouliwa") disait-on. Elle dure jusqu'au début du mois de juin. Tous les jours, on part récolter les olives.

"Quand il tombait les olives, il fallait les ramasser et alors, on regardait pas si c'était dimanche".

Toute la famille y participe, y compris les enfants pendant leur temps libre. Ceux qui ont beaucoup d'oliviers embauchent quelques personnes "à la moitié" (1). Ceux qui n'ont pas d'oliviers vont en effet travailler à la journée chez les gros propriétaires ou prennent des oliviers en métayage.

"Mes parents n'avaient pas d'oliviers. Ils allaient gauler chez les autres. L'hiver, j'allais ramasser les olives par terre, chez les gens avec ma mère... On faisait l'huile"(Mme C., 79 ans).

Les parents de Mr C. avaient 999 oliviers en métayage à Sospel :

"L'huile manquait. On n'avait pas d'oliviers car on habitait la Maglia... Ils prenaient les arbres à gauler à la

(1)- Un "double" sur deux va au récolteur, l'autre au propriétaire (un double = 13 kgs)

moitié. L'hiver, ils descendaient les vaches pour fumer les oliviers".

Cette pratique est souvent rappelée comme témoin de la misère et de l'exploitation des plus pauvres :

"Autrefois, le seul salaire des ouvriers, c'était du pain frotté d'huile". "Les Vernantins (1) étaient très pauvres, ils allaient ramasser les olives par terre. On gardait une mesure sur cinq. En paiement, on recevait une tartine d'huile".

En fait les règles locales du métayage fixent ainsi le partage : le produit des oliviers se partage en trois parts dont une seule pour le métayer, les bonnes années de récolte. Sinon on partage par moitié (2).

La tâche est répartie suivant l'âge et le sexe : aux femmes et aux enfants est réservé le soin de ramasser les olives tombées par terre avant l'installation des draps. Munis de petites poches de tissu nouées à la taille, "a tasca", et de paniers en noisetier, ils effectuent ce travail pénible de ramassage à même le sol. Lorsqu'on a étendu les draps sous les oliviers, les olives qui y tombent sont retirées régulièrement pour être amenées au moulin. Ce n'est qu'à partir du 15 mars ou du début avril que commence le travail de gaulage. On gaule de préférence de lune vieille mais on ne peut gauler lorsqu'il neige sur les sommets qui dominent Breil sous peine de voir l'arbre se dessécher et devenir stérile. Les gaules sont en sorbier sauvage (*Sorbus aucuparia* L.) car c'est un bois très léger. On va les couper au mois d'août dans le massif de l'Authion, de préférence de lune vieille. Certains les passent au feu pour les rendre plus solides. On les taille en laissant un crochet à la base pour pouvoir les suspendre aux branches.

Gauler les olives est le travail des hommes. Il faut monter dans l'arbre, parfois très haut, et faire tomber les olives en frappant les branches de petits coups secs. Feuilles et olives

(1)- Originaires de Vernante dans le Piémont

(2)- Usages locaux..., op.cit.

tombent sur les draps (remplacés aujourd'hui par des filets de nylon). Ce sont les femmes qui déplacent les draps et regroupent les olives dans des carrés de jute qui servent pour le transport. A elles aussi de sélectionner les plus belles olives qui seront destinées au salage.

Il faut ensuite vanner les olives où se sont mêlées feuilles et branchettes. Il existe plusieurs techniques pour vanner. A partir de 1914, les plus riches achètent des tarares qui servent pour le blé et les olives. On les utilise encore aujourd'hui mais certains prétendent que ce procédé abîme les olives. Dans les endroits où on ne peut transporter le tarare et pour ceux qui n'en possèdent pas, il existe d'autres solutions : comme pour le blé, on peut vanner les olives en les mettant dans un panier qu'on tient sur sa tête pour l'exposer au vent. Mais c'est surtout le système du "lit" qui est utilisé : on tend un drap entre deux arbres, on couvre le sol de toiles et d'une distance de 8m environ, on envoie olives et feuilles contre le drap. Les feuilles plus légères s'envolent à peu de distance, tandis que les olives, suivant leur poids et donc leur qualité, vont frapper le drap ou bien tombent moins loin. Ce procédé a l'avantage d'effectuer un tri et de ne pas endommager les olives. On peut aussi utiliser une grille qu'on appuie en biais contre un arbre : on y fait glisser les olives qui courent sur la grille tandis que les feuilles passent au travers.

Les olives nettoyées sont alors prêtes à être amenées au moulin pour le pressage. Pendant longtemps, la seule production de l'olivier a été l'huile. Jusqu'à la deuxième guerre mondiale à peu près, on ne pratiquait pas la salaison des olives pour la vente. Il existe 7 moulins à huile à Breil en 1905, 3 en 1929 qui marchent tous pendant trois mois au moment de la récolte. Ces moulins fonctionnent grâce à l'eau de dérivation de canaux qui actionne les meules. Régulièrement, lorsque la quantité d'olives récoltées est suffisante, on les amène au moulin sans tarder pour éviter la fermentation.

La qualité de l'huile dépend en premier lieu de la date de la récolte : les olives tombées, ramassées en début de saison, donnent une huile de qualité inférieure ; celles qu'on gaule à maturité, en mai, fournissent une huile meilleure, plus fruitée et qui se conserve plus longtemps. On produit trois sortes d'huile :

- l'huile vierge, "òli vierge" : c'est l'huile qui résulte du simple tassement des olives avant le pressage. On en recueille une très petite quantité à même le bac de trituration. On la considèrerait comme un médicament. C'est cette huile qu'on apportait, dit-on, en redevance aux riches propriétaires.
- l'huile ordinaire, après une première pression.
- l'huile lavée : le meunier qui "travaille l'huile", est payé avec le grignon qui sert à fabriquer, en le passant à l'eau chaude, une huile de qualité inférieure, "l'òli lava".

Il faut environ un "double" (soit 13 kgs) pour fabriquer 2 litres d'huile d'olive. En 1945, année exceptionnelle pour les olives, on est arrivé à faire 4kgs d'huile par double. Les meilleures années, on peut récolter jusqu'à 17 doubles sur un olivier mais généralement de 8 à 10 doubles. Un producteur moyen en 1948 pouvait récolter 500 doubles d'olives pour l'huile (soit 1000 litres).

Une partie de l'huile est destinée à la vente, l'autre est gardée pour la consommation familiale. Quand l'huile est faite, on laisse passer deux lunes puis on la transvase de "bonne lune" (lune vieille) et par temps clair sinon elle risque de devenir trouble. On la conserve dans des jarres en terre de Vallauris ou dans des estagnons. Si l'huile est "bien travaillée", "faite avec des olives de bonne qualité", on peut la garder 4 ans.

La fin de la récolte - lorsque les olives sont ramassées et l'huile faite -, est marquée par un grand repas appelé "li oulaure" [li ulau[↑]re]. On fait ce jour-là un "repas huileux" : "Ce jour-là, c'est la poêle qui marche". C'est en fait un repas familial qui clôt la saison de l'olive. On y mange les plats de fête breillois : "boursòtou", "crichente", "ganses", "fruchau".

Lorsqu'on transvase l'huile, on a aussi coutume de faire des "mnardcun de-i aigasse" en pétrissant le "fond de l'huile" avec de la farine, que l'on fait cuire au four (A Libre, cette préparation s'appelle "tourtound'òli", tourtons d'huile).

La fin de la récolte correspond à la fin de travaux pénibles et à une rentrée d'argent frais.

"Pour nous donner du courage, on nous promettait de nous acheter "a roba oumcha", une robe "huilée", à la fin de la récolte".

L'olive est la principale richesse de Breil, la source essentielle de revenu. On disait : *"Lorsque l'olive donne, Breil est riche"*

Un ancien meunier ajoute : *"Avant, avec les olives, on gagnait des sous : quand il y avait des olives, on faisait la réserve pour l'année d'après quand il n'y en avait pas" (1).*

C'est grâce à l'olive que tout s'achète : les champs et les maisons et même les enfants comme on le racontait alors aux petits Breillois.

Pendant longtemps, toute la production est transformée en huile. On ne vend pas d'olives à saler. Les acheteurs de la Côte (Peille, Peillon, l'Escarène, Menton, Nice) montent à Breil au moment de la récolte :

"Les acheteurs de Nice venaient à Breil. Ils montaient voir les gens dans les oliviers pour se réserver la production d'olives".

L'huile part aussi vers Vintimille par chariots. Les huiles sélectionnées seront vendues jusqu'en Suisse et en Norvège (2). Tende achète en partie huile et olives à Breil.

L'olivier aujourd'hui à Breil

La production de l'olive a été stoppée dans les années 60 à cause de la fumagine des arbres. Mais d'autres facteurs, causes du déclin antérieur de cette production, viennent se greffer là dessus : mévente de l'huile (la mode est alors aux huiles d'arachide jugées plus digestes), concurrence des autres pays méditerranéens, problèmes de main d'oeuvre, etc... Beaucoup d'oliviers sont alors abandonnés.

(1)- L'olivier ne donne qu'une année sur deux.

(2)- Une statistique de 1852 montre que Breil exporte vers Nice et un peu en Piémont.

Aujourd'hui, grâce à la lutte biologique organisée par l'équipe pédagogique du CES en collaboration avec l'INRA, la fumagine a été enrayerée (1).

En 1981, 391 oléiculteurs (dont 124 agriculteurs et une majorité de retraités, commerçants, etc...) déclarent pour la prime communautaire à l'huile d'olive, 224 ha d'oliviers et 40 000 arbres. L'olive n'est plus qu'une activité d'appoint. On ne ramasse plus les premières olives tombées par terre comme autrefois. On se contente de mettre de grands filets de nylon et de recueillir les olives qui y tombent, puis de gauler les autres à partir du mois de mars. La récolte dure aujourd'hui moins longtemps. Une partie des olives sert à fabriquer l'huile destinée à la consommation familiale. Le surplus est vendu à la Coopérative ou directement par le producteur. Mais c'est la vente d'olives fraîches à saler, sous le label Reine du Mentonnais, qui est aujourd'hui l'activité la plus rentable.

Même s'il n'est pas rare de voir de nos jours des Breillois consommer de préférence de l'huile d'arachide car l'huile d'olive "c'est trop fort, trop gras", "c'est mauvais pour le cholestérol", "c'est indigeste", etc... l'olivier garde à Breil une importance sentimentale très grande. Sa culture est liée à la période de pleine expansion du village. C'est l'olivier qui accordait à Breil renommée et richesse. Le respect de cet arbre continue d'être inculqué aux jeunes générations, témoin cet olivier planté dans le village : "Symbôle de Paix et du Labeur des Générations Breilloises", comme il est gravé sur la plaque de marbre.

Quelques autres utilisations de l'olivier

Le bois de l'olivier sert à la fabrication de meubles et objets et au chauffage. Pour le chauffage, on utilise aussi le

(1)- On lutte contre la cochenille noire responsable de la fumagine par des lâchers d'insectes parasites et de coccinelles. Dans ce but, les élèves du CES ont construit un insectarium en collaboration avec des oléiculteurs qui fournissent les courges où vont se fixer les parasites.

grignon réduit en mottes après les ultimes pressages.

Autrefois, on donnait les branches d'olivier aux boeufs comme fourrage. Les jeunes feuilles d'olivier, les "pointes", sont "bonnes pour la tension" (on en fait une décoction contre l'hypertension). L'huile "vierge" est considérée comme un remède (pour le foie entre autres). C'est aussi avec l'huile d'olive qu'on fabrique l'huile de millepertuis, "òli de pelico", en y laissant macérer pendant 40 jours au soleil des fleurs de millepertuis. Cette huile est considérée dans la vallée comme une véritable panacée. Quant aux rameaux d'olivier, ils sont bénis à Pâques et servent à protéger les maisons.

LE BLE

"Ar gran" à Tende et à Breil.

Jusqu'à la deuxième guerre mondiale, le blé est la culture principale dans toute la vallée. Il couvre les planches de l'adret jusqu'à 1200m à Breil et même 1500m à Tende (Granile). Le blé est cultivé en plein champ. A Breil, on dit que la meilleure terre à blé est Zouayné, à 1100m, sur la rive gauche de la Roya.

Il existe plusieurs variétés de blé anciennement cultivées. A Breil, on cultive surtout la "tusela" (*Triticum diccocum* Schrk.). La touzelle est une vieille variété de blé très répandue autrefois surtout à l'Est du département des Alpes-Maritimes. C'est un blé d'automne, sans barbe, aux épis très longs, qui a tendance à prendre la rosée et à verser. Mais c'est un blé apprécié car il donne "de la farine très fine, très blanche, très souple". On cultive aussi mais en faible quantité du blé de printemps et du blé "barbu" sur les hauteurs, qu'on appelle "ar froument". Il résiste bien à l'humidité, procure une paille haute et donne une farine noire, peu facile à pétrir.

A Tende, on distingue essentiellement le blé d'automne, "ar gran d'autunnò" avec et sans barbe et le blé de printemps, "ar gran marchò", qui est un blé à barbe semé plutôt en montagne. On ne leur donne pas de nom particulier. On dit parfois le "noustral", le "blé d'ici", pour indiquer une origine locale. Le blé dur d'hiver à barbe donne une farine recherchée pour la panification, la farine de blé de printemps est utilisée plutôt pour faire les pâtes.

Les semences conservées d'une année sur l'autre, sont lavées dans une solution de sulfate de cuivre pour éviter le charbon : *"On faisait fondre du vert-de-gris dans un peu d'eau. On en arrosait le blé en mélangeant bien et le lendemain on semait comme ça"*.

Le blé est semé en septembre après plusieurs labours. Au printemps, c'est le travail des femmes d'ôter à la main les mauvaises herbes. Partout, la moisson se fait à la faucille : à partir du début juillet et jusqu'à la mi-août à Breil suivant que le

blé est planté dans les "siti" ou les "campi", à partir de la mi-juillet à Tende. A Tende, on fait dans les champs des "cappalli" avec plusieurs gerbes de blé. A la taille et au nombre des "cappalli", on jugeait de la richesse de la personne. Après séchage, les gerbes sont transportées à proximité de l'aire à battre et sont rassemblées en gerbier, "a garbea". A Breil aussi, les gerbes de blé sont groupées en meules qui seront rapidement défaites pour le battage.

A Breil, le blé est battu à la main. Les gerbes sont frappées sur une planche de bois inclinée appelée "batau" ou sur une grande ardoise dans une aire de toiles de sac maintenues par des pieux. Les épis tombés, le "pällus", seront battus au fléau. A Partir de 1914, on achètera des tarares pour séparer le grain de la balle, mais certains continuent de vanner le blé dans des tamis exposés au vent.

A Tende, le battage se fait sur une aire de terre battue enduite de terre argileuse, "e arie". En son centre, on fixe un pilier auquel on attache le mulet qui tourne en tirant le rouleau de bois, le "rubatou" pour écraser les épis. Le blé écrasé est ensuite retourné à la fourche pour séparer la paille puis vanné dans un endroit ventilé. Seuls les riches utilisent le mulet. Les plus pauvres battent au fléau, "a cavalega".

Il y avait des aires tout autour du village et dans les campagnes. Dans le village, une aire pouvait appartenir à plusieurs propriétaires qui l'entretenaient en commun mais le battage se faisaient individuellement. Il était aussi possible avant la guerre de 40 de faire battre son blé à Tende par des batteuses mais les gens préféraient exécuter le travail sur place dans les campagnes pour ne pas avoir à descendre le blé et remonter la paille qui servait de litière aux animaux.

Le blé récolté est en général uniquement réservé à l'auto-consommation familiale et ne donne pas lieu à un commerce. On le range dans des coffres en bois à l'abri des bêtes. La production varie entre 15 et 30 sacs, de 700 à 1500 kgs de blé par famille.

Chaque village possède plusieurs moulins où on porte son blé à moudre après l'avoir lavé. Pour 50 kgs de blé on obtient environ

30 kgs de farine, "farina choura" 10 kgs de rapasse, "farineta" ou "sourdoulin" et le reste en son, "bren". Le blé est la base de l'alimentation dans les deux villages. Il sert à faire la plupart des préparations consommées quotidiennement : le pain, les pâtes alimentaires, les bouillies (panisse). Le son sert à nourrir les bêtes, la paille est utilisée comme litière et parfois même peut servir à couvrir les toits de chaume à la place du seigle.

Dès avant 1940 la culture du blé est cependant abandonnée. En 1938 une jeune enseignante Breilloise pouvait écrire :

"Autrefois, le plus mauvais champ avait ses "planches" de blé pour le pain familial. Maintenant avec la farine et le pain achetés chez les boulangers, il y a bien peu de paysans qui sèment abondamment (...). Beaucoup de paysans éleveurs ne sèment que pour avoir dans leur grange une provision de paille qui servira de litière(...)".

La fermeture des moulins, les ravages des sangliers, ont fini par décourager les derniers paysans qui cultivaient encore du blé ces dernières années. Aujourd'hui, à Tende, quelques personnes plantent du blé "pour renouveler la terre" en alternance avec des pommes de terre. A Breil, deux ou trois personnes ont conservé des semences de touzelle et sèment chaque année une planche ou deux "par idéal", pour perpétuer une tradition plus que par nécessité. Le blé, pour les habitants de la Roya, reste le témoin d'une époque où "tout était cultivé", associé à l'image d'une vallée animée et vivante.

LES AUTRES CEREALES

Elles revêtent une importance économique et symbolique beaucoup moins grande que le blé.

LE SEIGLE

Le seigle, "a sega" à Tende, "ar segue" à Breil, est semé dans les champs situés en altitude ou à l'ubac. A Breil, on en trouve à Pezza Maulina, dans la Maglia, mais on le cultive surtout à Tende : Casterino, Vievola, Rio Freddo, les pentes du col de Tende, sont semés de seigle.

Comme le blé, on sème le seigle à l'automne, on le récolte en juillet. Avec la farine, on confectionne du pain. Il sert aussi à nourrir les animaux. Mais c'est surtout pour ses qualités technologiques que le seigle est cultivé. A Breil, "On semait chaque année deux ou trois planches de seigle pour réparer ou faire les cabanes". Sa paille, longue et solide, sert en effet à la confection des toits de chaume. On s'en sert pour faire les bâts des mulets, pour rempailler les chaises, pour protéger les meules de foin. A Tende, on plante aussi du méteil, mélange de blé et de seigle appelé "barbariau", dont la farine sert à faire du pain.

L'ORGE

"Ordi" à Tende et à Breil.

L'orge est cultivé en petites quantités dans toute la Roya. Il n'est pas semé dans les champs. On lui réserve une planche ou deux dans les "campagnes". Outre l'orge vulgaire (*Hordeum vulgare* L.) on cultive une variété à la paille plus courte et au grain plus petit, appelée à Breil "parmoulin" qu'on retrouve ailleurs sous le nom de "palmoula", "paumoula", "pomoula", etc... (1) à Nice et en Provence qui est l'orge distique (*Hordeum distichum*). Les informateurs distinguent en général les deux variétés mais le "parmoulin" est souvent décrit comme "une sorte de blé", rarement comme une

(1)- Dictionnaire Provençal-Français d'Honorat

variété d'orge. Les deux s'emploient de la même façon.

L'orge est semé au printemps. Récolté comme le blé à la faucille, il est par contre battu au fléau, "ar batoui", à Breil et non frappé sur une planche car "l'épi accroche".

On l'utilise d'abord comme succédané de café. Le grain grillé est soit mélangé à la chicorée et au café, soit mélangé à la chicorée seule. Pendant la 1ère et même la 2ème guerre mondiale, beaucoup de personnes qui ne cultivaient plus cette céréale, l'ont redécouverte pour cet usage. En farine, l'orge sert aussi à faire un pain rond, très dur, qui se conservait longtemps et qu'il fallait faire tremper pour pouvoir le consommer frotté d'ail avec un filet d'huile et un anchois, l'été avec une tomate. Ce pain d'orge, "pan d'ordi", est en général évoqué avec nostalgie par ceux qui l'ont connu. Il garde un petit goût d'enfance et de vie à la campagne : "C'était délicieux", "On en garde l'eau à la bouche". En 1929, Casimir Jean signale cet emploi de l'orge : "Ce n'est que dans la région de Breil qu'on l'emploie encore quelque peu en panification" (1).

A Breil, on utilise aussi la farine d'orge dans les panisses (Voir fiche recette n°20) ; à Tende, on la mange en bouillie avec du lait le matin.

Dans tous les villages de la Roya, l'orge sert de nourriture pour les bêtes. On en fait également une bouillie reconstituante qu'on donne à la vache ou à la brebis qui vient de mettre bas.

Aujourd'hui, cette céréale a quasiment disparu de la vallée. On en trouve encore un peu au hameau de Libre où quelques vieilles personnes en font encore du pain.

L'AVOINE

"A biava" à Breil comme à Tende.

L'avoine est semée en février-mars dans le champ et récoltée en juillet de la même façon que le blé. On en plantait aussi "quand on voulait nettoyer un champ". Elle sert surtout de nourriture pour les animaux, mulets et poules. A Tende, on dit que les gens qui

(1)- Monographie agricole des Alpes-Maritimes, (p.54)

n'avaient pas assez de blé, la moulaient et la mélangeaient à la farine du pain. On la mangeait aussi en bouillie.

Aujourd'hui l'avoine est encore un peu cultivée. On la donne verte comme fourrage aux bêtes.

LE SARRASIN

Dans la région de Tende, on cultive aussi du sarrasin, appelé "froumentin" et présenté généralement comme une variété de "blé noir". On le sème à l'automne dans les campagnes éloignées comme Castérino ou Vievola jusqu'à la 2ème guerre mondiale. Aujourd'hui, on en trouve encore à Limone, sur le versant italien du col de Tende. La farine de sarrasin est mangée en bouillie - "On en faisait de la polenta avec du beurre" - et sert aussi à nourrir les animaux. On l'utilisait aussi pour faire des cataplasmes contre les refroidissements, on faisait un "papin de froumentin" (un cataplasme de sarrasin).

LE MAÏS

On l'appelle "a melia" à Breil et "a meia" à Tende. Le maïs est cultivé à Breil mais pas à Tende à cause de l'altitude et du manque de terres irrigables (1). Semé en avril-mai, le maïs est récolté en octobre-novembre. On accroche les épis par les feuilles pour les faire sécher. Les plus beaux seront égrénés sur une râpe et moulus en farine pour faire la "polente". Le moulin à blé sert également pour le maïs. Avec le reste de la récolte, on nourrit les poules. Quant à la plante elle-même, on l'utilisera comme fourrage l'hiver pour les bêtes. On cultive toujours un peu de maïs à Breil aujourd'hui pour nourrir les volailles.

Si le maïs n'est pas cultivé à Tende, on achète par contre la farine pour faire la "polente" et les feuilles qu'on se procure au marché de Cunéo servent à la confection des paillasses.

(1)- Un recensement agricole de la fin du XIXe siècle dit que le maïs n'est plus cultivé à partir de 1892 par manque d'irrigation.

LES LEGUMES SECS

Leur facilité de conservation et leurs qualités nutritives font que les légumes secs sont largement consommés dans toute la Roya. Ils occupent une place de choix dans les cultures de Tende mais elle est beaucoup moins importante à Breil sauf en ce qui concerne les fèves et les haricots. Aujourd'hui, synonymes de pauvreté, ces légumes secs sont abandonnés (gesse, pois chiches, lentilles) ou consommés seulement à l'état frais ou après congélation (haricots, fèves).

LES FEVES

On dit "a fava" à Tende et à Breil.

Pratiquement pas cultivée à Tende en dehors de quelques terrasses bien exposées dans la zone des vignes, vers St Dalmas, la fève occupe une place importante à Breil. C'est le premier légume du printemps : pas un jardin qui ne possède une planche ou deux de fèves ou au moins quelques raies. Les fèves sont plantées à l'automne dans les jardins d'altitude, vers 700m plutôt que dans les "cairoun" du fond de la vallée, faute de place. On les récolte au printemps à partir du mois d'avril.

Fraîches, les fèves peuvent être mangées crues avec du sel ou bien, débarrassées de leur peau, elles sont bouillies et consommées en salade ou en ragoût. On les conserve pour l'hiver après les avoir décortiquées et mises à sécher. Elles seront alors cuites dans la soupe.

En dehors de la graine, plusieurs personnes signalent l'utilisation assez rare des "cimes de fèves" (jeunes feuilles) au printemps ou en période de pénurie alimentaire. On les mettait dans la soupe ou bien en mélange avec d'autres végétaux dans la farce de la tourte. A Breil, la fève a aussi sa place dans le gâteau des Rois. A Tende, on ne consomme pas de fèves fraîches mais on en achète des quantités importantes dans la région de Vintimille pour la nourriture des mulets.

LA GESSE (Lathyrus sativus)

"Gache" à Tende et "gaiche" à Breil

Tous les Tendasques interrogés sur les anciennes cultures vous parleront de la gesse. On en parle comme d'une culture particulière au pays, très répandue autrefois, liée à une tradition alimentaire très ancienne :

"la tradition ici, c'était le petit pois sauvage, les "gache" dont on faisait la panisse".

On distingue "gache" et "gachoun" de taille plus petite. On les plante au printemps au dessus de 800m, sur des recoins de terrain qu'on travaille à la main, sans fumure. Un fois récoltée, la gesse est battue au fléau sur l'aire. Puis on l'apporte au moulin où elle est transformée en farine. La gesse est d'abord destinée à nourrir les bêtes : aux vaches "pour qu'elles aient du lait" et aux veaux. Mais, pénurie ou pauvreté ("Il y en a qui en mettaient parce qu'ils manquaient d'autre chose"), l'alimentation humaine l'utilise aussi. La farine de gesse est mélangée à celle du blé pour faire le pain, les pâtes. On en fait surtout la "panisse" (Voir fiche recette n°20). Cependant, considérée comme très indigeste, la gesse est exclue de l'alimentation des nourrissons (1)

A Breil, peu de personnes connaissent la gesse. Seuls les plus vieux en ont entendu parler mais cela renvoie à une époque ancienne, à une vie très dure :

"On en mangeait dans l'ancien temps, quand ils étaient métayers chez les métayers. Les patrons mangeaient le blé et les métayers mangeaient les "gaiche".

"C'était les pauvres gens qui en mangeaient. On les plantait sur les terres pauvres, à plus de 1000m d'altitude".

Il semble cependant que la gesse a été consommée à Breil pendant la Première guerre mondiale et que son usage pour la nourriture du bétail (pour engraisser les agneaux) a été répandu dans toute la vallée. C'est une culture qui a totalement disparu aujourd'hui.

(1)- La gesse est responsable d'une maladie, le lathyrisme.

LENTILLES ET POIS CHICHES

Les lentilles, "lentilhe", font la réputation de Tende et de La Brigue. En 1843, Roubaudi peut écrire : "Les meilleures lentilles sont celles qu'on apporte du territoire de Tende et de celui de La Briga". Jusqu'à la 2ème guerre mondiale, la production est vendue sur le marché de Nice. Comme les gesses et les pois chiches, les lentilles sont semées au printemps sur des terrains pauvres, en altitude. A Tende, les lentilles de Campeuy et Bergiorin sont réputées. La récolte se fait à la main : les plantes sont coupées à la faucille ou plus souvent arrachées, mises à sécher puis battues au fléau ou sur une planche avec un bâton. On les nettoie ensuite en les vannant.

Une partie de la production est gardée pour la consommation familiale. On les mange de diverses façons : salade, soupe, ragoût. Par contre, à Breil, les lentilles sont peu cultivées. On en plante pendant la deuxième guerre mondiale mais en général, on achète les lentilles. Ni la Statistique agricole de 1889, ni celle de 1929 ne signalent cette production à Breil.

C'est le cas aussi des pois chiches beaucoup plus cultivés à Tende et dans la Haute-Roya et dont une partie de la récolte est vendue. A Breil, on en plante un peu sous les oliviers car cette culture n'a pas besoin d'arrosage. Mais beaucoup de Breillois n'en ont jamais cultivé qu'en temps de guerre. Par contre c'est une production relativement importante au hameau de Libre.

LES HARICOTS

"Faijòu" à Breil et "faijò " à Tende.

A Breil comme à Tende, ils occupent la première place parmi les légumes du jardin. Leur facilité de conservation, les différentes possibilités offertes par des variétés nombreuses, leur bon rendement, etc... expliquent leur importance. Aujourd'hui encore, les haricots sont largement cultivés. C'est un des rares légumes dont on a conservé quelques unes des anciennes variétés.

A Breil, on cultive avant la deuxième guerre mondiale plusieurs variétés de haricots qu'on classe entre haricots à rame ("faijõu a rama") et haricots sans rame ("faijõu sensa rama"). La "qualité" la plus répandue est le haricot coco blanc, nain ou à rame qui, d'après les Breillois, se distingue du coco cultivé dans le reste du département par sa taille, il est petit et rond. On le consomme sec en hiver. Une partie de la production est réservée à la vente.

On plante aussi le "Mascarade" qu'on dit "spécial à Breil". C'est un haricot à rame dont la gousse est plate, la graine bicolore : une moitié blanche, une moitié beige-rosé tâchetée de brun. On les mange verts ou en grains. On dit qu'il y avait autrefois des Mascarade ronds dont la graine se serait perdue. On les plantait en premier puis on mettait l'autre "qualité" de Mascarade.

Le "quarantin", appelé ainsi "parce qu'il met 40 jours à pousser", porte aussi le nom de "boubouniti". Il est considéré comme une variété breilloise, "c'est une vieille semence". C'est un haricot sans rame dont la graine est petite, vert-jaune (1). C'était autrefois le seul haricot nain cultivé à Breil ; précoce, il craint peu le froid et peut être planté au printemps avant les autres pour obtenir une récolte rapide. On en plantait aussi une raie en juillet pour la semence. On mange ces haricots de préférence verts.

Le haricot-fève est un gros haricot blanc, plat, cultivé dans toute la vallée.

Au hameau de Libre, on trouve une variété qui a la réputation d'être particulière à ce lieu : le haricot "Ceba", d'après le surnom d'un Librasque qui avait été fait prisonnier en Autriche pendant la guerre de 14 et en avait ramené quelques semences de haricots, dix grains dit-on, qui depuis ont fructifié et sont plantés par tous les habitants de Libre. C'est un haricot à rame dont la gousse est blanche avec des tâches rouge-brun et la graine grise tâchetée de brun.

Le "haricot à la mouche" appelé aussi "haricot de l'oeil"

(1)- Gustave Heuzé décrit le "haricot flageolet jaune" qui semble être le "quarantin" (in Les Plantes alimentaires)

("ar faijõu de l'oeil" ou "oeil nè") est de culture plus récente mais on le présente souvent comme une spécialité du village bien qu'il soit cultivé dans tout le département. La graine est blanche avec une tâche noire au niveau de l'ombilic. Il est excellent mangé sec.

Les différentes variétés de haricots signalées ici sont encore cultivées dans la vallée. Il est donc assez facile de s'en procurer les graines. Par contre certains informateurs évoquent des variétés plus anciennes qui auraient disparu et sont donc difficilement identifiables : "les haricots de la Vierge" (tâchetés), les "haricots rouges" (marbrés), les "haricots de Monsieur Rey" sans doute du nom de la personne qui a procuré les semences dans le village.

A Tende, on cultive les haricots "noirs" ("nigri"), haricots nains mangés plutôt fins, les haricots "gaie", à la graine blanche avec un trait rouge pâle, qui sont des haricots grimpants, les cocos, les haricots-fèves et une qualité de haricots du Piémont, les haricots rouges ou de la reine, "faijoi da regina" dont la graine est rouge foncé. On trouve aussi ces derniers à Breil. A Mairise, on plante aussi des "babau", de gros haricots noirs à rame dont on fait même le commerce avant la guerre.

Aujourd'hui, toutes ces variétés sont peu à peu remplacées par des variétés "modernes". Les graines sont achetées à la Coopérative agricole ou par l'intermédiaire de groupements d'achats : sous le nom de "lagramua" on trouve à Breil les "Pelandron" cultivés dans tout le département. On cultive aussi les "croquets", les "contanders", les "gris de Paris", les "cocos de Sophie", etc...

Pendant longtemps on ne plantera dans les campagnes de la Roya que des haricots à rame dont le rendement est bien supérieur aux haricots nains. A Breil, les haricots sont plantés dans les jardins des "campagnes" surtout puisque c'est là qu'on vit au fort de la production, mais aussi tout autour du village. Les haricots sont plantés en raies et arrosés par un système de rigoles. A Libre où on n'a de l'eau que par des citernes recueillant

l'eau de pluie, les haricots sont plantés en rond afin qu'on puisse les arroser d'un seul seau d'eau. Les semences sont gardées d'une année sur l'autre - "on se faisait la semence nous-mêmes"-, ou échangées entre voisins. Certains conseillent de prendre pour semence les haricots du bas de la rame qui auraient un meilleur rendement. En tout cas, les haricots qu'on destine à la semence doivent être plantés assez tard pour éviter qu'ils se charançonent.

On sème de mai à août, à toutes les lunes. On a ainsi des haricots du printemps à l'automne, les derniers étant récoltés fin octobre.

A Tende, les haricots sont cultivés dans les jardins arrosables de la région du Riou (vieux village) surtout : "dans tous les jardins, là où il y avait de l'eau, il y avait des haricots". On en met aussi dans la plupart des "campagnes". Les haricots de Tende sont réputés car "ils poussent sur le sable" et sont vendus sur le marché de Nice. Mais en général, la plus grande partie de la production est réservée à la consommation familiale. Les haricots sont mangés frais en été (en salade ou cuits avec des pâtes), secs en hiver.

Certains considèrent cependant que manger des haricots verts est un luxe que bien peu peuvent se permettre :

"Manger les haricots verts c'est les gâcher".

"Anciennement, les haricots, c'était pour l'hiver, pas plus. Manger les haricots en vert, c'était un péché mortel ou alors, on mangeait les derniers, qui n'arrivaient pas à sécher".

Ce n'est qu'après la 2ème guerre mondiale que cette pratique s'est répandue dans le haut de la vallée, renforcée encore par l'usage des "bocaux" puis du congélateur qui permettent d'avoir des haricots verts toute l'année, et par la déconsidération générale dont sont l'objet les légumes secs.

LA BLETTE

Autrefois comme aujourd'hui, les blettes -"e erbe"- ont leur place dans tous les jardins de la vallée. La couleur des feuilles et la taille des côtes permettent de distinguer à Breil comme à Tende, deux qualités de blettes :

- la vert clair, qui "fait de l'herbe", très tendre et difficile à transporter donc à commercialiser. A Breil, on la dit "spécifiquement breilloise". C'est elle qu'on cultive plus volontiers car ce sont les feuilles qu'on utilise dans la plupart des recettes.

- la vert-foncé, "plutôt niçoise", à cote large.

En principe, les blettes sont semées de février à avril, repiquées en mai. La récolte s'effectue à partir du mois de juin. On a soin lorsqu'on les ramasse, de ne prendre que les feuilles du pourtour de la plante et de laisser "l'oeil". A Breil, suivant les anciennes pratiques, certains laissent croître les blettes de façon plus ou moins spontanée. Quand on laboure les planches, on laisse les blettes de la bordure. Lorsqu'elles monteront en graine, les semences tomberont au hasard sur toutes les planches où on laissera pousser les blettes au milieu des autres cultures.

"De sa vie, je n'ai jamais vu ma mère semer des blettes et des salades. Il y en avait partout. Quand ça montait en graine, elle éparpillait les graines partout. Il y en avait qui poussaient, il y en avait qui attendaient l'année d'après".

Certains pensent que "ces plantes à moitié sauvages poussent plus haut et plus fortes".

A Tende, la blette est un légume d'été mais à Breil, si le jardin est bien exposé et s'il ne gèle pas, on arrive à avoir des blettes toute l'année. Au printemps, lorsqu'on n'a pas d'autres légumes, on fait une soupe d'herbes sauvages dans laquelle on met des feuilles de blette, ou bien une soupe de blette pure (Cf. Fiches recette n°30 et 29). La blette a le même statut que l'épinard,

la bourrache et l'ortie. Ses feuilles entrent dans la confection d'un grand nombre de recettes : tourtes, raviolis, pâtes vertes, farces, etc... On en donne aussi aux poules qui vivent enfermées "pour qu'elles aient un peu de verdure".

LE CHOU

Le chou, "caur", est le légume d'hiver par excellence. On en cultive beaucoup dans toute la Roya. On les plante tard pour en avoir tout l'hiver : repiqués en juin-juillet, ils sont récoltés de septembre à décembre.

A Tende, avant la guerre, la production locale ne suffit pas à couvrir les besoins de la population : on importe des choux du Piémont (Bovès) que les gens repiquent dans leurs jardins pour l'hiver.

Le chou, meilleur lorsqu'il a été attendri par les gelées, est largement utilisé dans la cuisine : en soupe, en tourte, avec les pâtes, farcis, en raviolis, au four, etc... A Piene, on disait : "A la Saint Maur, on mange 7 pitances de chou" (A Santi Mauri, sèt pitense de cauri). C'est une fête d'hiver où on consommait le chou de sept façons différentes, puisqu'il n'y avait pas d'autre légume : choux bouillis, choux rôtis, choux à l'ail, choux en salade, choux farcis, choux en beignets, soupe au chou.

LA COURGE

La courge, appelée "cougourda" dans les deux villages, occupe une place importante dans le système alimentaire de la vallée. Légume d'été, ses facultés de conservation permettent d'en prolonger la consommation pendant plusieurs mois. Elle est donc à la base d'un grand nombre de plats.

Aujourd'hui, les variétés cultivées se sont multipliées (petites courgettes rondes niçoises, courgettes longues, potirons...) et sont consommées en général en début de maturité. Mais autrefois,

quand "manger des courgettes était un péché", on connaissait surtout la courge dont il existait une variété à Tende - courge ronde, résistant bien au froid, qu'on conservait l'hiver sur les armoires, abandonnée au profit de la courge longue niçoise- et deux à Breil.

A Breil, on cultive plus particulièrement :

- la violine, courge longue, vert pâle, à la chair blanche et douce qui est en fait la courge de Nice. Sa saveur un peu fade la fait préférer pour la soupe, les omelettes. On la désigne aussi comme la "courge pour la soupe".
- la "courge de Breil", appelée couramment "courge de la tourte", "courge breilloise" ou plus simplement "la courge", utilisée en exclusivité dans les tourtes et les gratins. Cette courge appartient à la tradition culinaire breilloise. Elle a une très grande importance non seulement au niveau alimentaire mais aussi à un niveau plus largement culturel. (voir photos 15 et 16)

- La courge de Breil

Ses différentes appellations font référence à la fois à une appartenance locale et aussi à une place particulière dans le système culinaire breillois.

"C'est une qualité qu'on a ici, ancienne..."

"C'est local"

"Nous disons les courges breilloises mais il se peut que dans la vallée aussi ils en aient"

"C'est vraiment breillois"

"C'est des courges spéciales pour la tourte".

Les tentatives d'identification avancées par certains spécialistes agricoles qui travaillent sur la vallée - courge de Nice hybridisée, clone d'une variété ancienne autrefois cultivée dans tout le département...- sont toutes repoussées comme autant d'atteintes à une tradition fortement ancrée. Preuve de cette spécificité : les courges breilloises qu'on plante dans d'autres régions que la Roya, donneraient des graines stériles. Les graines de semence ne peuvent provenir que des courges cultivées au vil-

lage, disent certains Breillois.

Les semences de courge sont gardées d'une année sur l'autre. On pratique aussi des échanges entre voisins. Certains pensent qu'il existe des courges mâles et des courges femelles reconnaissables à la marque laissée par la fleur. Seules les graines de la courge "femelle" seraient productives. Mais beaucoup n'accordent aucune valeur à cette distinction. On dit aussi qu'il vaut mieux choisir les semences plutôt vers la queue que vers la fleur de la courge.

Les courges sont semées après Pâques. Un dicton rappelle : "Si tu veux que tes courges soient bonnes, attends que la cloche sonne" (c'est à dire, attends le retour des cloches de Rome). Comme elles demandent beaucoup de place, on les place plutôt en bordure de terrasse ou sur une planche de terrain qui leur est réservée. La courge de Breil vient sur tous les terrains, même dans les "campi" mais il faut que la terre soit bien fumée. On protège les semis avec des branchettes et on a soin de bien les arroser.

Les courges sont récoltées à partir du mois de juin-juillet. Si on veut les conserver longtemps, il faut les cueillir "de bonne lune" (lune descendante) avant qu'elles aient commencé à jaunir et ne pas les cogner. On les place à l'ombre dans une cave ou un grenier, sur des toiles de sac ou de la paille. Les courges se gardent ainsi jusqu'au mois de mars.

La courge de Breil ne se consomme pas sous forme de courgette. A maturité elle est de forme oblongue et peut peser de 15 à 20 kgs. Sa chair est jaune pâle, assez parfumée. On la réserve pour la confection des tourtes ou des gratins surtout. Les fleurs, à la belle saison, peuvent être farcies ou mangées en beignets ou en omelette. Vue sa taille, toute courge entamée est en général partagée entre les membres de la famille ou avec les voisins car une seule tourte ne peut en venir à bout.

En dehors de son utilisation culinaire, la courge, quelle que soit sa variété, est aussi utilisée en fin de saison pour l'alimentation des animaux (lapins, vaches...). On en fait aussi

un bouillon pour purger les bêtes malades, à Breil comme à Tende.

La courge est donc un des légumes les plus importants de la cuisine breilloise. Pas tant au vu des quantités consommées que par le rôle particulier qu'elle joue. Sa place est bien marquée, elle ne peut être remplacée par un légume équivalent. Il y a adéquation entre un type précis de plat et une variété particulière de légume : la "violine" ne peut être utilisée qu'en soupe, la courge de Breil est indispensable à la réalisation de tourtes. D'autre part, la "courge de la tourte" joue un rôle important au niveau de l'affirmation d'une spécificité locale, d'une tradition en tant que lien entre une culture et une terre.

Ce phénomène se retrouve plus ou moins dans les autres villages de la Roya. A Fontan : *"La seule chose particulière à Fontan, c'est la courge spéciale pour la tourte. On garde les graines pour la semence"*. A La Brigue : *"Il y a une courge qu'on appelle 'courge de La Brigue' et qui sert à faire la tourte, plus petite que la courge à soupe, les gens disent que c'est spécial à La Brigue"*. Une autre femme parlant de cette courge l'appellera "noustrale", qui veut simplement dire "la notre", celle du pays. A Tende, la "cougourda" que certains appellent du nom piémontais "coussa", est une grosse courge ronde qu'on réserve pour la tourte tandis que la courge longue, "cougourdoun" entre dans la confection des soupes.

D'après les descriptions, il ne s'agit pas tout à fait de la même variété dans chacun des villages, mais il est intéressant de noter que, quelle que soit la variété de courge, l'association courge / tourte, association entre une recette traditionnelle et une variété particulière de légume, renvoie partout dans la vallée à une tradition alimentaire, à un fort sentiment d'identité.

LE POIREAU

Partout dans la vallée, le poireau, "por", est cultivé pour être consommé en hiver. Utilisé surtout dans la soupe, il entre aussi dans la composition d'un certain nombre de recettes particulières : "boursotou", "mnardoun" à Breil, tourte de pommes de terre à Tende, sauce de poireaux dans toute la Roya. (Voir Fiches recettes n°2-15-28-36-37). Certains pensent qu'il existe une variété de poireau particulière à la Roya mais sans pouvoir la nommer ou la décrire :

"Les poireaux de la vallée sont plus tendres que ceux qui viennent de Nice, alors ça doit être une qualité particulière".

Ce sont les poireaux qui ont fait la réputation des modestes hameaux de Berghe, au dessus de Fontan. La qualité du terrain étant favorable à cette culture, les poireaux étaient cultivés pour la vente. Les paysans en faisaient des ballots de 50-100kgs qu'ils descendaient au pied du village, au bord de la Roya. Là, des grossistes venaient les acheter pour les commercialiser sur la Côte.

Ailleurs dans la vallée, les poireaux sont cultivés uniquement pour la consommation familiale. Sa qualité de "légume d'hiver" en fait un élément important de l'alimentation. A Breil, un proverbe insiste sur l'importance du poireau : "Lauda-ti por, non ti laudon" (Flatte-toi poireau sinon on ne te flatte pas).

A la fête de la Stacada (1), le seigneur condamne le bayle à aller planter des poireaux la racine en l'air à la Cruella (2).

(1)- La Stacada : fête qui a lieu tous les 5 ans à Breil en juillet. On y reconstitue la révolte des Breillois contre un bayle qui voulait user du droit de cuissage. Cette fête avait lieu autrefois au mois de février avec tous les caractères d'un rite de changement de saison.

(2)- Ancienne tour dominant le village qui aurait fait partie d'une chaîne de "tours à feux" qui signalaient aux populations l'arrivée des Sarrasins. C'est un élément de la tradition breilloise.

LA POMME DE TERRE

On l'appelle "tartifa" à Breil, "tarti" ou "patata" à Tende. Dans tous les villages de la Roya, on classe les différentes variétés de pommes de terre en fonction de leur couleur.

A Tende, les "vieilles qualités" sont cultivées jusque vers 1947. On trouve la pomme de terre rouge, "a tarti rochie", bonne pour la salade, la pomme de terre blonde, "a tarti bionda" qu'on utilise en ragoût, la pomme de terre blanche, "a tarti janca", en soupe. Toutes ces variétés sont cultivées dans les champs en montagne et sont destinées à la consommation familiale.

A Breil, jusqu'à la guerre de 40, tout le monde cultive deux variétés qu'on dit "spéciales à la Roya" : la blanche, "a janca", ronde et un peu aplatie et la "rouge de campagne", la plus courante. Ces pommes de terre sont "très productives, très bonnes et résistent bien aux maladies".

Le gros de la production est planté dans les champs en montagne, vers 1000m. C'est là qu'on récolte les pommes de terre qu'on conservera pour l'hiver. Autour du village, on met les pommes de terre hâtives et les pommes de terre de semence. Les semences produites au village seront replantées en montagne et inversement.

"On met une planche de pommes de terre à la Maglia pour se faire la semence. Alors celles qu'on a mis là-haut, l'année prochaine, la semence on la met ici [vers 450m], la semence d'ici, on la monte là-haut. Alors elle change de terrain, elle fait mieux".

Certains échangent avec Saorge et Tende "pour changer de terrain et de climat". A Casterino, on conserve les pommes de terre de semence jusqu'au printemps en les déposant dans un trou creusé dans la terre, calfeutré de paille, pour éviter le gel.

On fume le terrain à l'automne, on laboure en mars. Les pommes de terre sont semées à partir du mois de mars "en regardant la lune" (lune vieille) et sont plantées "au trou" ou à la raie pour permettre l'arrosage au moyen de rigoles. La récolte se fait de mai à septembre.

Cueillies de "lune pleine", les pommes de terre peuvent se conser-

ver jusqu'en juillet de l'année suivante. Comme le blé et les autres aliments de base, les pommes de terre ne sont pas vendues mais sont destinées uniquement à la consommation familiale. Elles sont utilisées dans l'alimentation quotidienne (en soupe, cuites avec des pâtes, etc...). Deux personnes disent avoir vu leur mère se servir des "cimes" de pommes de terre (jeunes feuilles) pour faire des pâtes vertes ou mélangées à la farce de la tourte. Il semble que cette utilisation soit tout à fait exceptionnelle et sans doute liée à une période de pénurie. En général, les feuilles de pommes de terre sont réputées nocives et ne sont même pas données aux bêtes.

Aujourd'hui, les pommes de terre occupent toujours une place importante dans l'alimentation de la Roya. Les variétés anciennes ont presque toutes été abandonnées au profit de nouvelles variétés dont on achète chaque année les semences à la Coopérative : Bindge, Claustar, Certema... Quelques rares personnes cultivent encore la pomme de terre blanche à Breil. A La Brigue, on trouve les "patate rochie" cultivées plus par sentimentalisme ("elles ne sont pas trop bonnes, mais j'y tiens") que pour une véritable production.

LA TOMATE

Son nom est "toumat" à Breil, "tomat" à Tende. On trouve les tomates dans tous les jardins de Breil. Les tomates sont en général semées sous châssis dans les "cairoun" proches du village pour être repiquées plus haut dans les campagnes au mois de mai. La récolte s'effectue de juillet à novembre : les dernières mûriront à l'abri dans les maisons.

On en cultive plusieurs variétés de taille plus petite que les tomates actuelles. Entre autres, on cultive beaucoup les "quarantin", des tomates précoces dont la variété est aujourd'hui abandonnée, les tomates "Roma" qu'on appelle "balòtoule" à Breil et des petites tomates rondes qu'on fait sécher à l'automne à même les branches, suspendues dans les cuisines. Ces tomates séchées servent à confectionner des sauces.

Ce n'est qu'à partir de la Première guerre mondiale environ qu'on a commencé à faire des bouteilles de coulis de tomate qu'on recouvre d'huile pour le conserver. Ces pratiques de conservation autorisent la mise en culture de nouvelles variétés de tomates. Peu à peu, les anciennes "qualités" souvent acides et aqueuses sont abandonnées au profit des variétés nouvelles - coeurs de boeuf, tomates-prunes...- dont on achète les plants à la Coopérative ou au marché de Vintimille ou même chez certains commerçants du village.

A Tende, dès le début du siècle, la tomate est largement consommée mais peu produite. Le climat du haut de la vallée n'autorise guère ce type de culture ; seuls les jardins bien exposés produisent des tomates et encore doit-on souvent les faire mûrir à l'intérieur des cuisines car les premiers froids surviennent avant leur complète maturation. Là aussi on cultive surtout des petites tomates rondes. Utilisées en sauce dans la cuisine, les tomates sont donc achetées par les paysans au moment où elles sont bon marché. On confectionne des conserves pour en avoir toute l'année.

LES FRUITS

On trouve une quinzaine d'espèces différentes d'arbres fruitiers cultivés à Tende et à Breil. On les plante en général en bordure des terrasses, plus rarement en vergers comme à La Brigue ou à Tende (Pommiers, poiriers). Le mûrier est souvent planté devant l'écurie ou la maison de campagne "pour l'ombre et pour manger".

Certains arbres sont de culture récente : plaqueminer, néflier du Japon ont été plantés après la guerre de 14. Leur place dans l'alimentation locale est réduite. On peut même cultiver des agrumes -orangers, citronniers- dans les endroits bien protégés de Breil.

On classe les fruits en fruits d'hiver (pommes, noix, nèfles d'hiver, certaines variétés de poires...) et fruits d'été. Cette classification se retrouve aussi au sein de chaque espèce : pommes d'été - pommes d'hiver, nèfles d'été - nèfles d'hiver... On les mange crus à la saison. Jusqu'à la Seconde guerre mondiale, les conserves sont peu courantes : quelques confitures mais pour beaucoup le sucre est cher. A Breil, grâce à l'ensoleillement, on peut faire sécher les fruits pour les conserver : figues, prunes surtout mais aussi pommes et cerises.

La plupart des fruits sont consommés dans la famille. On n'en achète pas, on en vend peu. A Tende cependant, et plus encore à La Brigue, pommes, poires et châtaignes donnent lieu à un commerce important favorisé par le statut particulier de ces deux villages en ce qui concerne les échanges entre la France et l'Italie.

En 1929 (1), Breil cultive : 500 pieds de pommiers, 1000 pieds de poiriers, 1000 pieds de pêchers, 50 abricotiers, 800 cerisiers, 800 pruniers, 100 amandiers, 100 noyers, 200 néfliers, 1200 figuiers. Un quart de la production de pommes est destiné à la vente. On vend aussi en moindre quantité pêches et cerises.

(1)- Statistique agricole de 1929, Arch.Dép. des Alpes-Maritimes

En 1904 (2), Tende produit 399q de poires et de pommes, 40q de pêches, 1784q de châtaignes, 29q de noix, 594q de raisin pour le vin.

CERISE

A Tende comme à Breil, le cerisier est un des arbres fruitiers les plus répandus. Il croît jusqu'aux plus hautes campagnes à 1500m. On distingue plusieurs variétés :

- les "grafioun" bigarreaux rouges ou blanches tardives existent dans toute la vallée, ainsi que les griottes, "engriote".

- A Breil, on cultive aussi les "jancaïne", cerises blanches, et les "nere", les noires : *"On disait les cerises noires et les cerises blanches, elles n'avaient pas d'autre nom"*. On les trouve aussi bien à 600m qu'en montagne.

- Les "pitijin" sont des petites cerises sauvages rouges. Ce sont les plus tardives. Ce sont ces cerises là qu'on faisait sécher de préférence car elles sont plus sucrées que les autres.

Les cerisiers sont greffés sur merisier. A Tende, on va chercher les greffons au hameau de Vievola où ils sont réputés.

Les cerises sont consommées fraîches sur l'arbre surtout par les enfants. On en ramasse aussi un peu pour la vente ou pour les échanges entre voisins. Quelques uns font des confitures ou des "bocaux". Mais le plus souvent on les récolte sèches pour l'hiver :

"On laissait les cerises sécher sur l'arbre et on les ramassait quand elles étaient tombées".

Plus rarement on les met à sécher sur des claies. L'hiver, on fait bouillir ces cerises pour en faire de la tisane. On utilise aussi les queues de cerises en infusion pour leurs propriétés diurétiques.

(2)- Tende, Archives communales, Recensements agricoles

CHATAIGNE

On trouve des châtaigniers un peu partout dans la Roya mais ils n'ont une réelle importance économique et alimentaire que dans la Haute-vallée, à Tende et à La Brigue et dans les hameaux de Berghe au dessus de Fontan. A Breil, on trouve quelques châtaigniers dans la Maglia (Campi de Bosc, Péoudé) et sur le chemin de Libre. Beaucoup de Breillois achètent à Berghe les châtaignes qu'ils consomment.

A Tende, les châtaigneraies sont à Saint-Dalmas (celles de La Brigue aussi), Speggi et Campi de Boschi. Les châtaignes de Granile sont réputées pour leur douceur et leur bonne conservation. On cultive plusieurs variétés de châtaignes dont les principales sont les "genti", les plus recherchées, plutôt grosses, ambrées et douces, on pouvait les utiliser comme marrons. On trouve aussi les "caroun" longues et noires et les "caroun rouchou" plutôt rouges et longues (1).

Le ramassage est en général effectué par des femmes payées à la journée. Les châtaignes de Tende et La Brigue sont vendues sur les marchés de Nice, Menton et Monaco. Certains produisent jusqu'à 1000 kgs de châtaignes.

Dans toute la vallée, on fabrique la "châtaigne blanche" : les châtaignes sont mises à sécher sur des grilles sous lesquelles on allume un feu. A Tende, on construit dans les châtaigneraies des petits "chabòt" pour cet usage. Puis les châtaignes sont mises en sac et battues pour ôter les peaux, avant d'être vannées. On peut ainsi les conserver tout l'hiver. "Blanches",

(1)- En 1922, les principales variétés de châtaignes cultivées à La Brigue sont :

- "Gentile di Morignolo", les plus précoces
- "Rossaire"
- "Carroni rossi" (Carrons rouges)
- "Gentili"

A Tende, on trouve aussi les "Carrone nere" (Carrons noires). Toutes ces variétés, sauf les "Gentili de Morignolo" (hameau de La Brigue) se retrouvent partout dans le Piémont. Lors d'une exposition, un producteur de Tende présente des "Fertighegne, Carroni di Corsica, Carroni comuni, Gentili, Marroni, Rughere, Rossine, Siné".

Cf. "Settimana del castagno", 1922

les châtaignes sont en général mangées dans du lait ou simplement dans leur eau de cuisson, légèrement sucrée, qu'on appelle "ai-guetta" à Berghe. On en fait aussi de la farine. A L'automne, les châtaignes fraîches peuvent être consommées bouillies à l'eau, grillées à la poêle ou rôties au four. On en mange aux veillées.

A Breil (La Maglia) : *"A l'automne commençaient les veillées. On faisaient cuire des châtaignes, on buvait du "barbarous" (1), on chantait"*.

A Tende, c'est à l'automne que les jeunes gens se réunissent dans les maisons pour faire la "paella" : on fait rôtir des châtaignes à la poêle et on boit du vin nouveau. On faisait aussi une "paella" le soir du Jour des Morts, en famille, après cloches sonnées. Avant la deuxième guerre mondiale, ce jour là, on servait aussi des châtaignes grillées dans tous les cafés de Tende.

A Saorge, *"le matin de la Toussaint, les pauvres du village passaient dans les maisons pour demander l'aumône. La mère de famille leur remettait une poignée de châtaignes ou à défaut d'autres denrées alimentaires"* (GAZIELLO, 1977, p.174) (2).

Le châtaignier procure aussi son bois pour fabriquer des tuteurs et pour le chauffage. Les feuilles sont utilisées pour faire des matelas.

(Suite de la note précédente) - Dans une enquête réalisée par le Parc National du Mercantour, en 1981, auprès des enfants des écoles primaires, sur les arbres et arbustes fruitiers de leur commune, on cite 8 variétés de châtaignes pour Tende : les "Garoun" (grosses), les "Genti" (grosse et claire), "Caron" (petite et foncée), "Rouchaire" (petite et claire), "Lerfe" (petite et pointue), "Baste" (grosse à peau frippée), "Parteguegne" (grosse brillante), "Cirie" (très petite foncée).

(1)- Vin nouveau

(2)- "En Aragon, le soir de la fête [de la Toussaint], les adolescents vont s'installer dans une grotte de la montagne au dessus du cimetière pour manger ensemble des châtaignes et des pommes de terre cuites dans le feu qu'ils y allument". Cette association entre corps de jeunesse et groupe des défunts existe aussi dans les Alpes Savoyardes où les conscrits se regroupent dans le clocher pour "assurer la Toussaint" pour sonner le glas en dégustant des châtaignes arrosées de vin blanc" (Lucienne Roubin, in "Les Hommes et la mort, p.47)

Aujourd'hui, la plupart des châtaigneraies ne sont plus entretenues. La récolte est abandonnée aux passants et aux promeneurs. Quelques personnes ramassent encore les châtaignes pour leur propre usage ou pour offrir, bien plus rarement pour en vendre. Malgré ça, on continue d'organiser chaque année à Tende la fête des châtaignes, au mois d'octobre, avec "paella" et vin nouveau.

(Suite de la note 2 de la page précédente)

"En Piémont, [les châtaignes] constituent le repas rituel de la veille du Jour des Morts ; et dans certaines maisons, on en laisse encore exprès sur la table à l'intention des pauvres morts, qui sont censés venir la nuit pour s'en rassasier"
(A. de Gubernatis, 1882, t.II, p.63)

LA FIGUE

C'est l'arbre fruitier le plus cultivé de Breil. Il existe plusieurs variétés de figues :

- la figue fleur est appelée "michia"
- les "bourfe" ont la réputation d'être une "variété spéciale à Breil". Ce sont des petites figues blanches, très douces. Elles sont beaucoup cultivées dans le village ainsi qu'au hameau de Libre.
- les "Caiane" sont des figues rouges, plus grosses (1).
- la Bellone est une grosse figue qu'on retrouve dans tout le département. Elle est très recherchée.
- la "grosse grise"
- les "jancaïne", figues blanches
- les "brigasque", grosses figues "ni blanches, ni rouges"

Toutes les variétés sont bonnes à sécher mais on choisit plutôt la Bellone, la Caiane, la grosse grise. Le séchage des figues est une activité importante à Breil. Les figues sont disposées sur des claies de cannes d'un mètre sur un mètre cinquante environ, appelées "i grai" (voir photo n° 8). Les claies, posées sur 4 pieds de 50cm, sont exposées au soleil sur les "planches". Le soir on rentre ces claies par crainte de la rosée ou de la pluie. Au dessus du village, à Casté, toute une série de "crotte" (constructions en pierre) ouvertes au midi et appartenant à la commune, abritent les séchoirs à figues (voir photo n° 7). Dans les campagnes, on construit parfois des abris en planches ouverts au soleil pour protéger les claies. Tous les 8 jours, on renouvelle les figues à sécher. Lorsque les figues sont presque sèches, on les roule dans les cannisses pour les aplatir ou bien on les écrase une à une. On les conserve dans des caisses en bois avec des feuilles de laurier ou des feuilles de pêcher, pour les parfumer

(1)- La CAIANA au fruit rouge violacé est signalée par Risso dans son Histoire naturelle, t.II : "Quoique cette variété soit peu répandue dans nos campagnes, ceux qui la cultivent font assez de cas de ses fruits. On les conserve très bien étant desséchés convenablement". Il signale aussi la Bellone et la Figue grise.

et les préserver des charançons.

Chaque famille essaie d'avoir sa caisse de figues qu'on n'ouvre qu'à Noël car les figues constituent une réserve de nourriture pour l'hiver. Certains estiment de 60 à 100 kgs la consommation de figues d'une famille, en hiver. Les figues sèches constituent le repas de midi lorsqu'on travaille à l'extérieur, le goûter des enfants : *"Quand on allait travailler dans les oliviers, on emportait pain, brous, une poignée de figues et la "boucharde" de vin" (1).*

A Tende, il existe quelques figuiers dans les vignes, vers Paganin, mais sans importance économique et alimentaire. Les quelques figues qui viennent à maturité sont consommées par les enfants. Par contre, on en mange beaucoup : pain, figues et noix constituent le repas "des champs" en hiver. On les achète sèches à Breil et Fontan ou bien on les fait venir du Sud de l'Italie. Il est aussi de tradition de manger des figues fraîches le jour de la foire, le 21 septembre. Un commerçant de Tende raconte :

"A Tende, il n'y avait pas de figues mais il y avait une spécialité, le jour de la foire : tous les gens mangeaient des figues. J'allais à Breil et à Fontan, j'achetais presque 1000 kgs de figues..."

En dehors de cette utilisation alimentaire, on se sert du "lait" de figue pour soigner les verrues.

(1)- "Boucharde" : grosse bouteille qui fait un peu moins de 3l.

NEFLE ET SORBE

Il nous semble intéressant de présenter ensemble ces deux espèces car elles sont souvent associées par les informateurs eux-mêmes : mêmes types de soins, même type de consommation des fruits, même déconsidération actuelle.

Néflier et sorbier sont deux arbres dont la culture est aujourd'hui totalement abandonnée. Rares sont les personnes qui ramassent encore leurs fruits pour les consommer. leur statut est complètement dévalorisé, leurs fruits jugés médiocres.

On trouve deux variétés de néfliers à Breil, classées suivant l'époque de maturation des fruits :

- le "néflier d'été", appelé aussi à Breil "néflier d'Espagne", est en fait le néflier du Japon ou Bibassier. On en trouve dans la plupart des campagnes jusque vers 500m. Les nèfles sont mangées crues en été

- Plus haut, en montagne, pousse le "néflier d'hiver", "nespou d'hiver" (*Mespilus germanica* L.). les fruits du néflier d'hiver sont cueillis à l'automne et mis à mûrir sur un lit de paille. On ne les consomme que très mûrs, presque blets.

On trouve aussi quelques néfliers (*Mespilus germanica* L.) à Tende, dont on ramasse les fruits appelés "nespou" ou "puciu moi", nom piémontais qui désigne les fruits blets. On greffe les néfliers sur l'aubépine (*Crataegus monogyna* Jacq.).

Le sorbier est présent dans toute la vallée. A Breil, certaines personnes en distinguent deux variétés :

- le sorbier qui a "la sorbe-poire" ("prussina") qui mûrit l'automne

- le sorbier qui a la "sorbe ronde" qui mûrit en hiver.

Mais la plupart ne font pas cette distinction.

Le sorbier est très souvent cultivé dans les oliviers. Comme la nèfle qu'on lui compare souvent ("la nèfle a la couleur de la sorbe, ça a plutôt le goût de la sorbe"), la sorbe est cueillie

à l'automne. On la laisse mûrir sur la paille et on la consomme blette.

A Breil, mais aussi à Berghe, Fontan, Saorge, avec le jus des sorbes vertes, on fabrique un vin mousseux : *"Il fallait laisser "échauffer" les sorbes pour qu'elles fermentent. Puis on les portait au moulin pour les écraser"*. On peut aussi écraser les sorbes dans un tonneau, on les presse, on les met à décanter et on filtre. On met ensuite le vin de sorbe en bouteille : *"On ne pouvait conserver ce vin ni celui de pommes dans des tonneaux car cela les abîmaient"*.

Le vin de sorbe est bu plutôt frais car plus doux, mélangé parfois avec le vin rouge dans le verre (quand on n'avait pas assez de vin rouge). Chaque année, certains faisaient de 10 à 15 l de vin de sorbe à 17-18°.

On a fait aussi du vin de sorbe pendant la guerre, parfois en mélangeant sorbes, pommes et poires comme à La Brigue. Cette pratique est quasiment abandonnée bien que le vin de sorbe ait laissé le souvenir d'un goût apprécié :

"C'était du champagne".

"Toutes les années, le voisin nous apportait le vin de sorbe, on était heureux".

"C'était bon, c'était naturel".

A Tende, il ne semble pas que le vin de sorbe soit aussi répandu. Par contre on utilise les sorbes "dans le pain, mélangées à la farine pour faire du pain de sorbe", destiné surtout aux enfants. Sinon, on mange les sorbes telles quelles après les avoir laissées mûrir.

Quant au bois du sorbier, il est apprécié comme bois d'oeuvre pour faire des outils.

LA NOIX

On dit à Breil "nōz" et à Tende "noije". Le noyer est appelé "nougera" à Breil et "noijera" à Tende.

Répandu partout dans la vallée, le noyer a une importance plus grande à Tende du fait de l'absence de certaines autres espèces (par exemple, l'huile de noix remplace l'huile d'olive) mais ses produits sont utilisés plus ou moins de la même façon à Breil comme à Tende.

A Tende les noyers sont nombreux surtout à Vievola et à Breil dans la Maglia. Les fruits sont gaulés à l'automne. Une coutume veut que le glanage des noix soit autorisé après la Toussaint (1). Comme dans beaucoup de régions, on considère que l'ombre du noyer endort, qu'elle n'est bonne ni pour les hommes, ni pour les cultures. On dit aussi à Tende "Pan e nous, roba da spous" (pain et noix, affaires d'époux).

Considérée comme un fruit d'hiver, la noix permet de constituer des réserves. Comme la figue, elle est la nourriture du repas de midi pris à l'extérieur. Jusque vers 1930, on en fait de l'huile à Tende pour la consommation familiale ou bien, pilées avec un peu d'huile, les noix forment une sauce pour assaisonner les pâtes. A Breil, on l'utilise dans le nougat de Noël et avec les noix vertes, on fait du vin au mois de juin. On en vend aussi une partie.

Les feuilles du noyer servent à faire "l'eau de noix", une infusion dont on se lave les cheveux pour les fortifier et la peau pour l'assainir. A Saorge, avec l'"épluchure" du noyer lorsqu'il est en sève, on fabrique un pansement pour souder la patte cassée d'un animal.

Le noyer est enfin un bois d'oeuvre apprécié pour fabriquer des meubles. C'est ce qui expliquerait sa disparition pendant la deuxième guerre mondiale, à la suite de coupes intensives dans le haut de la vallée.

(1)- in Atlas ethnographique et linguistique de la Provence, vol.2, Cf.506

LA POMME

Les variétés de pommes cultivées sont très nombreuses à Tende comme à Breil. La loi du 7 mars 1861 sur l'exemption des taxes douanières va encourager les villages de la Haute-Roya, Tende et surtout La Brigue qui possède des terrains plus adaptés, à cultiver des produits commercialisables. Cette date marque le début des plantations intensives de pommiers dans la haute-vallée, soit en bordure de champs, soit dans les prés (prés-vergers) (1).

A partir de 1880 surtout, on se met à cultiver des reinettes Canada, "a reinetta", que ses qualités de conservation font choisir pour la vente. Elles supplantent la pomme rouge de La Brigue qui est alors la variété la plus largement répandue. A Tende, on l'appelle "pomme de La Brigue" ou "rouge de La Brigue", "a rochia de a Briga". De petite taille, c'est une pomme qui se conserve tard (mai-juin). On peut encore en trouver quelques unes aujourd'hui.

A Tende, on cultive aussi la Carla, "a mera Carla", qu'on trouve aussi à Breil. C'est une pomme blanche ou jaune pâle, avec une face rosée, à la peau très mince, savoureuse, qui vient assez haut en montagne. On la cultive beaucoup à Morignole (hameau de La Brigue). Elle est destinée à la consommation familiale, mangée en dessert mais pas très bonne à cuire. On peut la conserver de septembre à juin. Une sous-variété est appelée Carla Napoléon, elle est plus longue que la précédente.

On cultive encore la Calville, "grosse pomme jaune qui ressemble à la Golden"(2), la "Champagne", la pomme d'automne, "a

(1)- En 1939, selon Blanchard, La Brigue exporte 300t de pommes sur Nice (in Les Alpes Occidentales, t.V., p.480)

(2)- Casimir Jean, dans sa Monographie agricole des Alpes Maritimes cite la Calvi ou Calville (p.268) : "Parmi les anciennes variétés les plus fréquentes : la Calvi ou Carvi, également désignée sous d'autres noms. On l'appelle aussi Calville de Pays (...). Elle est cultivée dans les vallées de la Vésubie et de la Tinée (...). Une des meilleurs variétés locales(...). Peau fine, lisse, jaune, rose dans la partie exposée à l'insolation, chair blanche très fine (...). Cette variété semble avoir une certaine analogie avec la CARLA, variété de Ligurie".

mera d'autunno" ou "Contessa". Toutes ces variétés anciennes se caractérisent surtout par leurs bonnes qualités de conservation.

A Breil, comme à Tende, les pommes sont classées en pommes d'été et pommes d'hiver. "Celle qui donnait le plus" était la pomme "prussina" : "un peu pointue avec la face rose" et "un parfum de banane". On pouvait la garder jusque fin mai. Après, commençaient les "pommes douces", les pommes d'été : "a luna d'agoust", assez grosses, roses. Ce sont ces pommes, émincées, que l'on met à sécher pour l'hiver.

On cultive aussi la pomme d'Api, rouge avec des striures roses, la chair très blanche, douce, qui se conservait jusqu'au printemps; la "vraie blanche", "a janca", une pomme un peu plate; la "mera Carla" comme à Tende ; la "Carpondu" ; les "Bruttebone", une pomme "pas très jolie, avec une peau de crapaud, mais de bonne conservation".

On arrive à avoir des pommes presque toute l'année, mais on les garde surtout pour l'hiver quand les autres végétaux manquent. On vend aussi une partie de la production. A Breil, avec les pommes les moins belles, on fabrique du "vin de pommes".

Les variétés locales autrefois cultivées à Breil ont presque toutes disparu par absence d'entretien des pommiers. La situation est un peu la même à Tende. A La Brigue, les pommes ont toujours une place importante dans les cultures mais les variétés anciennes ont souvent dû céder la place à des variétés plus rentables : Golden, Reinettes, ou même à d'autres espèces d'arbres fruitiers comme les pêchers.

LA VIGNE

Elle est cultivée partout dans la Roya, jusqu'à Tende et La Brigue où elle occupe les terrasses bien exposées. A La suite du phylloxéra, les anciennes variétés ont souvent été abandonnées pour être remplacées au début du siècle, par des plants américains et par la suite par des vignes qu'on a fait venir de Provence.

A Breil, les variétés réputées locales sont :

- le Barbarous, "une ancienne qualité qui avait les feuilles rouges et le raisin rouge".

- le "Craveirõu". On distingue le "Craveirõu blanc" (" janc") et le "Craveirõu noir" ("nere"). On trouve encore quelques pieds de Craveirõu blanc toujours cultivés. C'est "une espèce de Sainsot", "une des seules variétés qui aient résisté au phylloxéra". On le laissait pousser sur les arbres : à La Maglia, on en trouvait sur les pommiers.(1)

- On cultive aussi au quartier de Lantourasca une variété qui vient de Berghe, le "fruchalin". Réputé "spécial à Berghe", le "fruchalin" est un plant direct à petits raisins noirs qu'on cultive depuis 1910 environ. Cette variété n'est plus cultivée aujourd'hui.

Les treilles sont plantées de Baco, de Framboise et de Jaquet, variétés importées d'Amérique. La vigne Framboise, malgré l'arrachage de nombreux plants (elle occupait par exemple toutes les treilles à l'Eigara, au bord de la Roya), est encore entretenue. Quelques personnes utilisent ce raisin dans le vin "parce qu'il donne un parfum". On dit cependant aussi que le vin de Framboise et de Baco "rend fou". Par la suite, on cultivera surtout Aramont, Sainsot, Carignant, Olivette, etc...

A Tende, les variétés cultivées sont moins nombreuses. La principale est le "Caillan" (1), qu'on trouve surtout sur les

(1)- Barbarous, Craveirou et Caillan sont décrits dans "Vignes et raisins niçois", de P.Isnard, Nice-Historique, 1925

côteaux de Granile. Il donne un raisin de table "gros, noir, sucré, très bon" qui, avant la guerre de 40, est expédié à Milan et Turin. C'est d'après les Tendasques une variété qu'on retrouve dans tout le Piémont. Certains en font un vin médiocre de 7-8° pour usage familial. On trouve aussi un raisin blanc, sans nom particulier, qu'on considère comme une variété locale.

A Granile, le "Santa Maria", que certains appellent "amaria", est un raisin à grosses grappes rosées, utilisé pour le vin et comme raisin de table. Enfin, comme à Breil, on trouve quelques plants de Framboise en treille, du Chasselas.

A Tende, la vigne pousse en quelques endroits bien localisés : dans le vieux village, à côté du cimetière ("vignes du Château"), à Paganin (vignes appartenant aux habitants de Granile), à Granile. A Breil, on trouve des pieds de vigne dans toutes les campagnes en bordure de terrasse ou en treille mais les coins réputés sont le haut de Borgemo et surtout Li Bancau dont les vignes donnent un vin réputé localement, vendu dans le village. Dans la vallée, le meilleur vin vient du hameau de Piene dont les côteaux bien exposés du quartier "Mategna" donnent un vin blanc doux, très bon, qu'on fabrique jusque dans les années 50 en le filtrant à plusieurs reprises dans une toile fine.

Les vignes sont labourées au "magalh". La taille s'effectue en mars. Le raisin permet de faire le vin pour l'année. Ceux qui n'ont pas de pressoir utilisent un moyen plus rudimentaire : le raisin est mis dans un sac et est écrasé avec une pierre sur une meule façonnée pour laisser écouler le jus. Outre le vin, on fabrique à Breil de l'eau de vie. En hiver, on donne des fagots de sarments aux bêtes de bât.

Aujourd'hui, même si beaucoup de vignes sont abandonnées, les Breillois continuent à en entretenir quelques pieds dans les campagnes. Certains en cultivent suffisamment pour faire leur propre vin de consommation courante. Tende et La Brigue, par contre ont complètement délaissé cette culture.

2- Les plantes sauvages

LA CUEILLETTE

La cueillette des plantes sauvages à usage alimentaire s'effectue au printemps, pendant une période de temps assez limitée pour celles qu'on mange en salade qu'on recherche tendres et "pas piquantes". Plus tard dans la saison, on les utilisera plutôt cuites. Les fruits sont cueillis en été, les plantes aromatiques un peu toute l'année mais on a soin de les récolter par temps sec et clair, au plein de leur maturité.

Le temps de la cueillette correspond en fait au moment où la population occupe les "campagnes" et c'est dans les campagnes qu'on récolte le plus grand nombre de plantes. Le rôle des campagnes en tant que lieu intermédiaire entre le village et la "nature" nous semble déterminant pour la cueillette. On cueille non seulement autour de l'espace cultivé mais la "campagne" permet de rapprocher aussi les villageois des zones de cueillette plus éloignées : bois, alpages.

"Ma mère ramassait dans les prés. Elle n'allait jamais, jamais en montagne. On avait les plantes sauvages dans le jardin, dans le pré, en bas. Et parce que la campagne était assez grande, partout on trouvait des plantes [...]. On avait du légume sauvage et cultivé abondamment toute l'année".

"Quand nous étions là-haut à la Maglia, on avait tout sur place. Des herbes, il y en avait partout".

Et si aujourd'hui la cueillette des plantes sauvages est un savoir qui se perd, c'est, pensent certains, parce qu'on n'habite plus les campagnes. C'est aussi parce que celles-ci ne sont plus cultivées et que beaucoup de plantes liées aux cultures sont devenues introuvables.

Liée à un temps et à un espace précis, la cueillette est aussi en relation étroite avec une activité déterminée : le tra-

vail agricole. Cela signifie non seulement que ce sont les paysans qui récoltent et utilisent en priorité ces plantes mais qu'ils le font dans le cadre de leurs occupations : fenaison, gardiennage des troupeaux, entretien des canaux, etc... A propos de la cueillette des framboises, myrtilles, noisettes :

"On y allait quand on allait au foin ou quand on menait les bêtes sur les alpages". (Mme R., Breil)

"Mon père n'avait pas le temps d'y aller parce que ce n'est pas dans le pré. Quand nous allions couper le foin, les gosses en ramassaient un peu pour manger sur place". (Mme C., Tende)

Les épinards sauvages :

"Quand mon père allait à la montagne, il en descendait un peu. Quand il allait au foin ou pour arranger l'eau à la Varne". (Mlle C., Tende)

La cueillette est un véritable travail qui demande du temps et nécessite donc d'être intégrée aux autres activités du cycle agricole. Souvent d'ailleurs les informateurs insistent sur le fait qu'eux-mêmes n'avaient pas de temps à consacrer à cette activité. Un certain type de cueillette (framboises, myrtilles, mangées en dessert) perçue comme non directement utilitaire, est considérée comme un luxe. D'autre part, la cueillette demande une bonne connaissance du milieu : chaque plante se trouve dans un contexte précis dont la connaissance facilite le repérage. Chaque variété de champignon a ses lieux de cueillette (dans les pins, dans les châtaigniers, sous les noisetiers, dans les "ronds de sorcière", dans telle planche), le houblon pousse de préférence le long de la Roya, telle salade dans les vignes ou dans les oliviers, etc... A cette connaissance du milieu s'ajoute un savoir indispensable sur les limites juridiques de l'espace de cueillette : terrains communaux ou privés, propriétés à respecter, etc...

Si la fréquentation quotidienne du milieu favorise un certain savoir botanique, tous ceux qui vivent dans les campagnes ne possèdent pas ce savoir de façon équivalente. Celui-ci dépend souvent d'un contexte familial dans lequel la mère a une importance réelle : c'est elle qui cueille pour la nourriture quotidienne, c'est d'elle qu'on apprend le repérage des plantes, leur

nom, la façon de les utiliser, leurs propriétés. En effet, si hommes et femmes ont leur place dans le système de la cueillette, ils ne nous semblent pas partager tout à fait les mêmes domaines. Les femmes cueillent d'abord tout ce qui appartient à la catégorie des "salades", dans l'espace cultivé autour de la maison, rôle qu'il convient de rapprocher de celui de cultivatrices des jardins. Ce type de cueillette très quotidienne n'intéresse guère les hommes. Ceux-ci cueillent plutôt dans le cadre de leurs activités agricoles ou pastorales, dans les zones d'altitude ou en forêt : champignons, baies, noisettes, c'est à dire, des plantes dont on peut faire des réserves ou qu'on peut commercialiser, ce qui n'est pas le cas des salades. Ces cueillettes sont parfois effectuées comme activité unique, elles sont alors considérées comme un véritable travail.

Mais cette division au sein de la cueillette qui range les femmes du côté de la nourriture quotidienne, d'un espace familial cultivé, à proximité de la maison et renvoie les hommes au lointain (forêt, montagne), au labeur, à l'exceptionnel, n'est pas aussi rigide qu'on pourrait le croire : les femmes peuvent aussi participer à ces cueillettes lointaines à caractère plus nettement économique dans la même mesure qu'elles prennent part aux activités agricoles qui se déroulent dans ces mêmes lieux. Et il semblerait que la recherche de plantes médicinales qui leur est souvent dévolue, leur procure l'occasion de sortir de ce cercle familial et quotidien.

Il convient également de nuancer ces catégories en considérant les différences entre la moyenne et la haute vallée de la Roya. Nous avons vu qu'on cueille beaucoup plus de plantes utilisées en salade ou "plats d'épinards" à Breil qu'à Tende. Il nous faut rapprocher cela du fait que la cueillette nous semble très liée à l'activité dominante dans chaque village : à Breil, aux activités agricoles (jardins, oliveraies...), à Tende, aux activités pastorales. Dans ce village, il s'agit d'une cueillette de montagne et même de haute montagne qui accorde une importance plus

grande à certaines espèces comme les myrtilles, les épinards sauvages, les framboises, et en ignore d'autres. Dans ce cadre, il faut noter aussi la place de la cueillette de plantes médicinales à caractère économique (génépi, gentiane, absinthe...) qui ne se retrouve pas avec la même importance dans la moyenne-Roya. On aurait donc une certaine spécialisation du savoir concernant les plantes sauvages de cueillette dans chacun des deux villages.

LES PLANTES MANGÉES EN SALADE

Au printemps, lorsque les feuilles sont très tendres et parfois à l'automne en cas de repousse, un certain nombre de plantes sont cueillies pour être accomodées en salade. Quelques unes peuvent être mangées seules, sans mélange, avec parfois un oeuf ou des anchois : pissenlit, "sandrau" (laitue vivace), "cardela", chicorée sauvage, "dent de lion", "caspiroun"(Picridie), "galineta" (mouron des oiseaux). D'autres, par contre, ne s'emploient qu'en mélange, dans une salade composée de plusieurs plantes : la pimprenelle n'est jamais mangée seule mais est plutôt utilisée pour sa saveur piquante qui parfume la salade, le lilas d'Espagne, la feuille de ronce, la "rosette" du coquelicot, la roquette, la violette, etc... sont dans ce cas. Une vingtaine de plantes sont ainsi susceptibles d'entrer dans la composition de ces salades. Parmi celles-ci, nous signalerons celles qu'on peut également utiliser cuites en "plat d'épinard" ou qu'on peut ajouter aux légumes de la soupe.

- Le pissenlit

On l'appelle "pairin" à Breil, ce qui signifie parrain. A Tende, on l'appelle "girasou"(tournesol) ou même plus simplement "salata", salade. Il est cueilli dans les prés et "là où il y a du fumier". C'est la plante comestible la plus connue, même des jeunes générations. Elle est couramment employée en salade au printemps, aussi bien à Tende qu'à Breil.

On fait blanchir les pissenlits pour en faire des omelettes, des pâtes vertes, en mettre dans la farce des raviolis. Le pissenlit a une action thérapeutique reconnue : c'est "bon pour le sang", "bon pour la circulation", "c'est un dépuratif". Leur consommation est considérée comme une "cure de printemps", aussi l'eau de cuisson des pissenlits est-elle bue et non jetée. Certaines personnes à Breil, outre les feuilles, utilisent toute la plante : "la racine, c'est délicieux, c'est exactement les salsifis... L'hiver, on les mangeait en salade et au printemps et en été, on faisait de petits bouquets, on faisait une sauce, on les cuisinait comme les endives". Mais le pissenlit, comme bien d'autres plantes liées aux cultures, est considéré comme en voie de disparition.

- la laitue vivace (Lactuca perennis L.)

Plus encore que le pissenlit, la plante la plus ramassée et la plus appréciée à Breil, est la laitue vivace, la "sandrau". On ne la connaît pas à Tende.

La "sandrau" est cueillie en mars-avril : "Pour Pâques, on fait la salade de sandrau, ce sont les premières". On la trouve plutôt sur les terrains calcaires : "Vers Bancau, dans le terrain rocheux, à Vesaire, à Granile, où il y a du gravier", "il faut aller dans les pierres", "ça vient dans les terrains incultes plutôt secs", "où ça a brûlé" (Certains cherchent l'éthymologie de son nom dans le mot "cendre"). Mais d'autres pensent que ça pousse plutôt "dans les jardins, les champs labourés", "si on ne travaille pas, elle ne vient pas", "dans les oliviers, il y en a mais du côté au soleil, à l'ubac, ça ne pousse pas", "dans les vignes" et disent qu'on trouve moins de "sandrau" aujourd'hui du fait de la disparition des cultures : "Quand les vignes étaient entretenues, elle venait plus haute, comme il y en avait beaucoup, on pouvait en faire des tourtes".

Comme le pissenlit, la "sandrau" s'utilise seule en salade ou bien en tourte, mélangée à des blettes ou des orties ou même pure, en omelette, en ravioli, dans la "soupe à l'erbeta" (Cf.

Fiche N°29). Les Breillois en sont très gourmands et certains en mangent journallement au printemps : "ça a un goût incomparable par rapport à la salade cultivée".

- Laiteron maraîcher (Sonchus oleraceus L.)

Le laiteron maraîcher, "cardela", est assez couramment ramassé à Breil. On le considère comme une espèce de chardon. On l'utilise de la même façon que la "sandrau" : en salade, dans la "soupe à l'erbetta" et les "pointes tendres" en omelette. Aujourd'hui, moins de personnes le ramassent par contre c'est une plante toujours très recherchée pour les lapins : "elle fait faire du lait aux lapines qui ont les petits". Les femmes vont en chercher des brassées à cette fin en toute saison.

- Silène enflée (Silene inflata Sm.)

C'est le "crousilloun" de Breil, inconnu à Tende (1). Certains le désigne aussi du nom de "suzeli" (sifflets). Le silène est cueilli au printemps, lorsque les feuilles sont très tendres, de préférence sous les oliviers. On le mange cru en salade, plus rarement cuit. On en donne aussi aux lapins. Bien qu'elle semble peu connue dans le haut de la vallée, cette plante est vendue au printemps sur le marché de Cunéo par petites bottes de pousses tendres, destinées à être mangées "en omelette comme les épinards"

- Lilas d'Espagne (Centranthus ruber DC) ou Valériane rouge

A Breil, on cueille au printemps les "cimes" de Lilas d'Espagne, appelé ici "trouvlaca". On l'utilise en salade, mélangé à

(1)- A Tende, nous avons rencontré une seule personne qui utilise les pousses de silène. Elle connaît cet usage d'une bergère de Tende originaire du Piémont.

d'autres plantes ou dans la "soupe à l'erbetta". Elle a aussi des usages médicaux comme plante laxative. Il faut la cueillir très tôt au printemps "avant qu'il y ait du lait dans la tige". "Vous les mettez dans votre salade (...). C'est encore presque fermé comme une endive. C'est à ce moment là. Après, ça a un goût un peu agressif mais il y en a qui les mangent quand même".

Le Lilas d'Espagne semble avoir été consommé couramment au début du siècle. Beaucoup le savent mais seules quelques personnes l'utilisent encore.

- La pimprenelle (Sanguisorba minor)

La "pimpinela" ou "poumpinela" est connue à Breil et à Tende. On en trouve un peu partout : "en montagne, dans les oliviers, au col de Brouis", etc... Elle parfume les salades."On la met dans les salades quand elle est un peu tendre, mélangée avec les "cardela" et les "sandrau", ou avec toute autre salade". C'est une plante qui a la réputation d'être "très riche" mais on ne l'emploie pas en tisane. Plusieurs dictons l'associent à la beauté et à la féminité :

"Si tu veux que ta fille soit belle, fais lui manger de la pimprenelle" [sé ti vo k'a maṅaṅa sii bèla, fay li mandja d'a pūpinèla] et aussi :

"pour faire l'amour, il faut la femme belle et pour une bonne salade, il faut la pimprenelle" (1).

(1)- Dans sa Mythologie des plantes (p.289), de Gubernatis dit :
"On croit dans le Piémont que la pimprenelle ajoute à la beauté des femmes. Un chant populaire du Canavais compare la pimprenelle à la beauté : "A fè salata, ai va d'la pampanela
A fè l'amour, ai va na fia bela"
(Point de salade sans la pimprenelle, Point d'amour sans une belle demoiselle)

LES PLANTES UTILISEES EN "PLAT D'EPINARDS"

Certaines plantes sont mangées de préférence cuites. Lorsqu'ils les citent, les informateurs insistent moins sur leur goût, comme pour les salades, que sur le fait qu'il s'agit de plantes de remplacement, qui peuvent se substituer aux plantes cultivées dans un certain nombre de recettes. Le fait qu'on en trouve beaucoup sans trop de difficultés, permet un emploi assez large. On parle aussi de leurs vertus curatives. Ce sont surtout l'ortie, l'épinard sauvage, la bourrache. Mais nous avons vu qu'un grand nombre de salades sauvages peuvent aussi se consommer cuites, seules ou en mélange.

- L'ortie

On l'appelle "òrtiga" à Breil, "ourtiga" à Tende. Son emploi semble être moins courant dans la haute vallée où son usage est considéré comme une survivance de temps très anciens et où certaines personnes nient même que la plante ait jamais été utilisée dans l'alimentation, que dans la région de Breil-Fontan où l'ortie était très couramment utilisée jusqu'à la Deuxième Guerre Mondiale. Mais le mode d'utilisation de la plante est plus ou moins le même partout.

On ramasse les "pointes" d'ortie au printemps et à l'automne si elle repousse. Sa présence à proximité des lieux habités, fait qu'on ne la considère pas vraiment comme une plante sauvage :

"C'est une plante pas tout à fait de jardin mais ça pousse autour des maisons. Ca ne vient pas dans la nature (...)."

Cependant, on la cueille rarement dans le village car "il faut un endroit propre" : à la campagne, près de la rivière, dans les oliviers. On l'utilise cuite après l'avoir faite blanchir à l'eau ou même dans du lait bouillant pour en ôter l'amertume. En principe, dans la tourte, on la préfère en mélange, "pas pure" : on en met une poignée avec de la bourrache, ou avec des jeunes blettes, des épinards. On fait la soupe d'orties comme la soupe

de cresson, on les utilise en omelette, dans la soupe de légumes, dans les pâtes vertes, les "boursouse",

L'ortie, "c'est bon, c'est sain", "on ne la mangeait pas par faim mais parce que c'était bon", "dans la tourte, ça relève". On l'utiliserait donc pour ses qualités gustatives et nutritives. Mais d'autres personnes la mangeaient "du temps qu'il n'y avait pas d'herbage, pas de blette ou de courge". En fait, il semble que ce soit sa disponibilité au printemps quand les légumes du jardin ne donnent pas encore, le fait qu'elle puisse se substituer à d'autres espèces (blette, épinard) qui l'ont faite rechercher. L'ortie serait donc utilisée beaucoup plus par nécessité que par goût. Ce qui expliquerait son abandon quasi général aujourd'hui où les moyens de conservation modernes permettent d'avoir des légumes toute l'année (alors que les salades sauvages du printemps sont toujours volontiers recherchées). De plus, l'environnement villageois immédiat est aujourd'hui perçu comme "sale", on ne peut donc s'y approvisionner et les campagnes sont abandonnées.

Cependant, si son rôle alimentaire est dévalorisé, on lui reconnaît des propriétés bénéfiques pour la santé. Ceux qui continuent à en manger le font dans le cadre de "cures de printemps". Dans ce but, on boit l'eau de cuisson des orties. On les dit "bonnes pour les rhumatismes", le psoriasis, le prurit. Se faire piquer par des orties active la circulation du sang. Autrefois, un emplâtre de feuilles d'ortie pouvait guérir d'une blessure à la tête.

A La Brigue, on les utilisait mélangées à du son pour faire une pâtée destinée aux volailles. Remarquons aussi que les orties, seules ou mélangées à d'autres plantes, sont vendues au marché de Cunéo.

- La bourrache

La bourrache, "bouraija" à Breil, "bouraijo" à Tende est utilisée dans les mêmes recettes que la blette, elle est d'usage cou-

rant à Breil avant 1940. A Tende, on l'emploie moins couramment sauf comme plante médicinale pour soigner les rhumes. La bourrache a un statut ambigu : plante cultivée ou plante sauvage ?

La bourrache est "une plante de jardin", "on la cultive beaucoup dans les jardins au bord de la Roya", on la trouve dans les vignes à St Dalmas. On peut se procurer des graines à la Coopérative ou en Italie où la bourrache, d'usage courant, est même vendue sur les marchés (marché de Cunéo par exemple). Mais c'est une plante qui "pousse toute seule", "ça vient tout seul dans les jardins", "quand vous avez labouré, 15 jours après ça sort, "c'est sauvage mais ça fait bien dans le jardin. On les cultive comme les blettes". Comme la blette dans certains jardins, "on ne s'en occupe pas, ça se ressème automatiquement". Semée une première fois dans le jardin, la bourrache demande ensuite un minimum de soin. Cependant, certains pensent qu'il ne faut jamais la repiquer car la plante meurt.

Comme l'ortie, la "pointe" de bourrache, c'est à dire les jeunes feuilles, est utilisée dans les tourtes, les farces, la soupe, etc... seule ou en mélange avec d'autres plantes. les fleurs servent en hiver à faire des infusions contre le rhume et les maux de gorge.

Considérée aujourd'hui comme en voie de disparition, la bourrache est de moins en moins utilisée dans la cuisine : "On n'en trouve plus et on ne se dérange pas pour aller chercher ça" dit-on à Breil.

- Les épinards sauvages (Chénopode Bon-Henri)

Appelés "ingri" à Tende, "spinardi sarvagi" à Breil, c'est un des rares légumes sauvages beaucoup plus consommés dans la haute vallée de la Roya que dans la région de Breil. Cela s'explique bien sûr par l'habitat de cette plante qu'on trouve plutôt en montagne à proximité des parcs à bestiaux. A Breil, on peut en cueillir autour des vacheries de l'Authion, à Tende, à

Casterine, dans la vallée des Merveilles et autrefois sur tous les alpages. On cueille les épinards sauvages au printemps entre la fonte des neiges et la montée des bêtes à l'alpage, lorsqu'ils sont encore jeunes et tendres. Les épinards sauvages sont utilisés de la même façon que les épinards cultivés : en omelette, en tourte, pour faire des pâtes vertes (quique, tagliarini), dans la farce des raviolis, dans la soupe. Les épinards sauvages sont jugés "très gras car ils poussent directement dans le fumier", "très bons mais ils font mal au foie", "très forts", "ils ont un goût un peu sauvage", "meilleurs que les cultivés". Certains leur prêtent des vertus médicinales : "ils sont bons pour l'intestin". Il paraît évident que l'épinard sauvage est une plante de remplacement : "A partir du mois de mars-avril, il n'y a plus rien jusqu'en juillet. Les seuls légumes qu'on cueillait dehors, c'était les épinards sauvages".

Aujourd'hui, ce rôle de substitut laisse la place à une cueillette exceptionnelle, faite pour le plaisir et qui témoigne toujours d'un véritable engouement. A Tende, certains qui apprécient beaucoup ce végétal, vont jusqu'à le conserver en congélateur pour en avoir toute l'année.

LES ASPERGES

Sous le nom d'asperge, on trouve trois végétaux :

- les pousses d'*Asparagus acutifolius* L., à Breil
- les pousses de Houblon, *Humulus lupulus*, à Tende et à Breil
- les pousses de Clématite, *Clematis vitalba* L., d'une utilisation beaucoup plus rare, à Breil.

Aucune de ces trois plantes d'ailleurs ne donnent lieu à une cueillette intensive, même l'asparagus qu'on ramasse beaucoup dans la région niçoise.

- l'Asparagus

La jeune pousse de l'asparagus est appelée asperge, "spargui".

A Tende, son utilisation est pratiquement inconnue. Sous le nom "asperge sauvage" on désigne généralement le houblon.

Ceux qui les ramassent, les mangent en vinaigrette comme les asperges cultivées ou dans le soupe. La plante elle-même sert à boucher les cuves lorsqu'on fait le vin : on en fait une boule qu'on glisse dans la cuve et qu'on coince avec le robinet ou une pierre. Cela permet de filtrer le vin, "bouchinar". D'où le nom de la plante d'asparagus, "bouchinera", qui désigne en même temps sa fonction. En général, on pense que les asperges sont moins nombreuses aujourd'hui : autrefois, grâce au pâturage des chèvres et au feu, les broussailles étaient supprimées et la repousse favorisée.

- Le houblon (Humulus lupulus L.)

Les "pointes" ou pousses de houblon sont appelées "livertin" à Tende mais on les désigne beaucoup plus fréquemment sous le nom d'asperges sauvages, "aspargo sarvaigo". La plupart des personnes ne connaissent pas le nom français de la plante, décrite comme "une ronce sans épine" dont "on prend seulement la pointe". A Breil, on ne leur connaît pas de nom particulier et peu de personnes les utilisent. Leur emploi semble plus fréquent dans la haute vallée. C'est une plante très répandue, "il y en a partout", dit-on, au bord des chemins, près des murs et surtout le long de la Roya.

Récoltées au printemps, les pousses de houblon sont mangées bouillies en vinaigrette comme les asperges cultivées. A Tende, on peut en faire aussi des "sugelli" verts (Cf. Fiche n°33), des omelettes, des "plats d'épinards". On les juge généralement d'un goût agréable et à Breil, on les dit "bonnes pour les reins". A Breil, il semble qu'on ait utilisé le houblon pour faire de la bière :

"Ma mère en a planté parce qu'elle faisait de la bière de maison à l'époque, alors elle avait quelques plantes de houblon. Quand les plantes étaient trop nombreuses, on mangeait les pousses, comme les asperges, pareil. C'était très bon".

Les pousses de houblon sont vendues par bottes sur le marché de Cunéo et leur emploi semble très courant dans le Piémont.

- la Clématite

Son usage est exceptionnel à Breil, inconnu à Tende. On l'appelle "vanseia" à Breil, "venseie" à Tende. Son nom vulgaire français est souvent ignoré, on la désigne comme "la liane" :

"Les pousses de liane, vous les mangez comme les pousses de houblon, en omelette aussi, exactement comme les asperges"

Mais cette utilisation est rare. On la ramasse par contre pour les lapins et les enfants autrefois la fumaient en guise de tabac.

LES PLANTES AROMATIQUES

Elles sont nombreuses dans cette région influencée par le climat méditerranéen : les feuilles du laurier , souvent planté dans le jardin, sont utiles pour chasser les insectes des fruits secs qu'on veut conserver, le thym est indispensable à la cuisson du lapin. On cueille aussi la sarriette, le romarin, l'origan. Mais leur utilisation culinaire, pour parfumer les sauces, semble relativement récente. La plupart de ces plantes qui servent aujourd'hui à agrémenter les plats, sont plutôt estimées comme plantes médicinales et consommées en tisane. Seuls le "basilic sauvage", la sauge, le thym, le fenouil, semblent avoir eu une utilisation plus large et plus ancienne.

- le "basilic sauvage"

Ce qu'on appelle le "basilic sauvage" à Breil, "beijalico sarvaigo", est en fait une variété de menthe, la menthe poivrée. La plupart des personnes qui utilisent cette plante, ignorent sa parenté avec la menthe, ou préfèrent en rester à l'appellation traditionnelle. Quelques exceptions cependant : "C'est la menthe poivrée, c'est pas du tout du basilic sauvage... ça c'est les Breillois qui ont baptisé... A Mme X, je lui ai dit cent mille fois que c'était la menthe poivrée, mais il n'y a rien à faire, c'est du basilic !" dit une Breilloise. Une autre : "le

basilic sauvage, c'est une menthe qui n'est pas sauvage, mais cultivée (...)" . Mais la majorité fait la distinction entre le basilic cultivé (*Ocimum basilicum* L.) et le "basilic sauvage" qu'on garde parfois en pot au village, "meilleur que le cultivé" : "c'est une plante qui court", "elle pousse là où c'est humide", "si on l'arrose bien on peut en avoir toute l'année, tandis que le basilic domestique sèche". Ce "basilic sauvage" reste aujourd'hui témoin d'une époque ancienne où "on n'avait même pas celui qu'on repique". On l'emploie dans les sauces en général avec de l'huile d'olive et de l'ail, mais son usage est de moins en moins courant.

- La sauge (*Salvia officinalis* L.)

Son nom est "sarvia" à Breil comme à Tende. C'est une des plantes aromatiques et médicinales les plus utilisées dans la vallée. On en plante un pied dans chaque jardin et dans chaque campagne.

Dans la cuisine, la sauge sert à parfumer les sauces, les viandes. On en met un bouquet lorsqu'on fait cuire des légumes secs pour éviter les flatuosités. Mais la sauge est surtout citée parmi les "herbes à tisane". "Qui a de la sauge dans son jardin, ne connaît pas le médecin", ce dicton célèbre est aussi connu à Breil. En tisane, on l'utilise pour le mal au ventre, l'estomac, les règles douloureuses. On en fait aussi un bouillon, l'"aiga buia" pour chasser les effets des excès de nourriture et d'alcool (Cf. Fiche recette N° 31).

- le thym

On trouve le thym - "frigoula" à Breil et à Tende - à l'état sauvage dans toute la vallée et il est largement utilisé aussi bien comme plante aromatique que médicinale. Dans la cuisine, le thym parfume les sauces et accompagne obligatoirement la cuisson du lapin. En tisane, on en boit pour digérer, contre le rhume.

On en ramasse des sacs entiers à Breil comme à Tende pour

nourrir les lapins et parfumer leur chair. Mais le thym ne peut être cueilli lorsqu'il est en fleur, disent certains Breillois, car il est alors nocif : "les animaux ne le mangent pas quand il est fleuri. Si ce n'est pas bon pour les bêtes, ce n'est pas bon pour les hommes". Au début du siècle, la récolte du thym, en même temps que la lavande, l'absinthe et le serpolet, faisait l'objet d'une mise en adjudication à Fontan (1).

- Le fenouil

On l'appelle "fnoui"[fnɔi] à Breil, "fenoulhou"[foenɔyɔ] à Tende. L'usage aromatique du fenouil est connu dans toute la vallée. Le fenouil y pousse à l'état sauvage. Ce sont surtout les graines qu'on utilise dans la cuisine. A Breil, les graines de fenouil parfument un gâteau, la "crissante" (Cf. Fiche recette n° 7) à la place de l'anis. A Tende, on en utilise parfois dans la fabrication d'un pain appelé "pan chacau", une espèce de fougasse destinée aux enfants. Lorsque l'on fait cuire les châtaignes en automne, on y met des grains de fenouil pour les parfumer.

BAIES ET FRUITS SAUVAGES

Ils n'ont pas une importance alimentaire très grande et donnent rarement lieu à une cueillette systématique. On dit en général que du fait du grand nombre de fruits cultivés dont on disposait autrefois, on n'accordait pas une grande attention aux fruits sauvages. De plus, la cherté du sucre ne permettait guère d'en faire des confitures, seul moyen de les conserver. Nous pensons cependant que les fruits sauvages connus et utilisés devaient être beaucoup plus nombreux autrefois et jouer un rôle important dans les périodes de pénurie alimentaire. Les enfants qui souvent sont les seuls à goûter encore certains

(1)- Archives départementales des Alpes-Maritimes, Séries modernes, Aff. Communales, N°5621

d'entre eux au cours de leurs jeux, sont sans doute les déposi-
taires d'un savoir ancien.

On peut distinguer deux catégories :

- les baies et fruits sauvages qui ont pu donner lieu à des cueil-
lettes à caractère commercial ou cueillis dans le but de consti-
tuer des réserves : framboises, fraises des bois, myrtilles, mû-
res, noisettes, groseilles à maquereaux.

- ceux qui sont "grappillés" plutôt que cueillis, que ce soit par
les enfants au hasard des promenades ou des jeux, par les paysans
à l'occasion des travaux des champs ou par les villageois lorsqu'
ils vont à la chasse ou à la pêche. Ce sont les fruits de l'amé-
lanchier, de l'arbousier, du viorne lantane, de l'églantier, du
prunellier.

- Framboises, fraises, myrtilles, mûres, noisettes

A Saorge, jusqu'à la guerre de 1914, le droit de récolter
fraises et framboises sur certains terrains communaux, faisait
l'objet d'une adjudication (1). Avec les myrtilles, ce sont les
seuls fruits sauvages qui ont pu donner lieu à un commerce dans
la plupart des villages de la vallée :

*"A Tende, on les récoltait, on les vendait aux gens en été,
aux touristes et même à des gens qui n'allaient pas aux frai-
ses des bois".*

raconte une vieille Tendasque. Cette autre femme se souvient
d'avoir "descendu un seau ou deux de framboises de la campagne
pour vendre aux riches qui faisaient des confitures". Beaucoup
plus récemment, à La Brigue, il y a une vingtaine d'années, frai-
ses et framboises étaient vendues à un commerçant qui fabriquait
de la glace.

En dehors de ces personnes qui pratiquent la cueillette par
nécessité économique, la plupart cueillent ces fruits pour leur
usage personnel, pour confectionner confitures et sirops. Mais
souvent, les paysans n'ont guère de temps à consacrer à ces ré-

(1)- Arch. Dép. des Alpes-Maritimes, Aff. Communales, Saorge,
n°6584

coltes. Ils mangent fraises et framboises sur place, lorsque la fenaison ou la garde des troupeaux les amènent en montagne. On utilise aussi les feuilles de framboisier et de fraisier en infusion contre les maux de gorge ou au printemps dans les salades. Avec les myrtilles, on fait à Breil un sirop contre la coqueluche et de la confiture (la plante entière est coupée à la faucille, on recueille les fruits en la secouant). A La Brigue, les myrtilles sont mises à sécher comme les cerises. On les fait tremper dans de l'eau sucrée avant de les utiliser.

Aujourd'hui, la confection de desserts sucrés et de confitures avec ces fruits est devenue une pratique très répandue. La cueillette de framboises et de myrtilles est souvent le but des promenades dominicales des villageois et des citadins. D'autre part, on s'est mis à cultiver des framboisiers dans bon nombre de jardins de la vallée. C'est même une activité commerciale importante à La Brigue.

- la mûre

A Breil, on raconte la légende suivante :

"Un jour, Dieu rencontre un homme ivre car il avait bu trop de vin. Il lui demande alors quel est le secret de sa gaîté car il voudrait rendre tous les hommes heureux comme lui. L'homme, voulant tromper Dieu, lui dit qu'il a bu du vin de ronces. Dieu dit alors : "puisque c'est comme ça, je ferai que les ronces poussent sans qu'on ait besoin de les soigner et de les entretenir. Dieu dit à la ronce : "chaque fois que tu baisses la tête, que tu prennes racine". Depuis ce jour, la ronce pousse à volonté dans la vallée."(1)

Les fruits servent à confectionner un sirop contre la toux et aujourd'hui on en fait gelées et confitures. Mais autrefois, c'est surtout comme plante médicinale que la ronce était appréciée, que ce soient ses fruits ou ses jeunes pousses :

(1)- L'informateur, âgé de 50 ans, tient cette légende d'une vieille femme aujourd'hui décédée.

"A la campagne, il y avait beaucoup de mûres. A l'automne, on allait en manger un peu tous les jours pour se préserver des maux de gorges l'hiver. On ne faisait pas de confiture car on n'avait pas de sucre". (Mme A., La Brigue)

Ce sont surtout les pousses tendres qu'on désigne comme les "pointes" ou les "cimes" qui sont appréciées. On les mange au printemps en salade ou on en fait de la tisane contre les maux de gorge. La "cime" de ronce entre aussi dans la composition de la soupe "à l'erbetta".

- La noisette

On la désigne du nom de "linsola" à Breil et "linsora" à Tende. A Breil, on ramasse les noisettes sur les terrains communaux dans la vallée de la Maglia jusqu'en dessous de Cabanes Vieilles. A Tende, on en trouve à Loubayra, à la cime de Campeuy, à la cime de Mayma, etc... On trouve aussi beaucoup de noisetiers plantés dans les campagnes.

Les noisettes sont gardées pour l'hiver. Comme les noix, on les mange à Tende avec du pain. A Breil, elles entrent dans la confection du nougat et partout dans la vallée, elles font partie des menus dons lancés aux enfants lors de la cérémonie du baptême. Outre ses fruits, le noisetier procure son bois pour la confection des paniers, corbeilles et hottes, à Breil. C'est aussi avec du noisetier qu'on fabrique le bâton utilisé pour tourner la panisse, "ar mnau", le rouleau à pâtisserie et certains outils comme les manches des fléaux. Les petites branches de noisetier servent à maintenir la paille des toits de chaume. Sucrer une branche de noisetier étanche la soif, dit-on aussi à Breil.

Le noisetier, souvent présent dans les campagnes sert à marquer le cycle agricole : "On montait à la Maglia quand les noisetiers commençaient à bourgeonner et on redescendait quand les noisetiers perdaient leurs feuilles".

Aujourd'hui, la cueillette des noisettes n'est plus qu'occasionnelle. Elle permet les dons à la famille et aux amis. Les noisetiers, en montagne, gagnent du terrain, marquant l'emplacement des anciennes cultures.

- Autres baies et fruits utilisés

Dans toute la vallée, on utilise les prunelles, "i bõssou" pour faire de la liqueur en les mettant à macérer dans l'eau de vie. On attend pour cela les gelées afin que les baies soient bien mûres. Les prunelliers servent en général de clôture ou pour délimiter les champs.

L'amélanchier donne de petits fruits noirs mangés par les enfants, plus rarement utilisés en confiture. Son bois très dur est recherché à Tende pour faire le battant du fléau. L'amélanchier est appelé "baudragne" à Breil et "maudagne" à Tende.

Le viorne lantane, "gatoun" à Tende ou "tatou" (nom piémontais) semble être utilisé surtout dans la Haute-Roya. On mange ses fruits "bons pour les intestins" en été. Certains autrefois en faisaient des confitures. Son bois, très flexible, sert à attacher les fagots. A Breil, c'est le "moulesc", utilisé aussi comme attache.

L'églantier est connu sous le nom d'agourensa" à Breil et "grata cu" à Tende. Seuls les enfants s'amuse à en goûter les fruits ou à en faire des colliers. Quelques personnes font au printemps la cure de feuilles ou de bourgeons d'églantier. Quant à la confiture, c'est un usage inconnu, révélé depuis peu par les "néo-ruraux" installés dans la vallée.

LES CHAMPIGNONS

La cueillette des champignons nous semble avoir une place à part dans la mesure où elle donne lieu très souvent à une recherche systématique. Elle est connotée comme un véritable travail avec un caractère de contrainte : avoir du temps ou pas en est la première condition. On doit se lever tôt, rentrer tôt, on en ramasse un maximum dans des hottes ou des paniers, il faut beaucoup marcher. Ce n'est pas une promenade ou un jeu. Comme les

autres activités agricoles, elle exige fatigue, ardeur à la tâche et bonne connaissance du milieu. D'autre part, elle est marquée par un aspect passionnel que revêtent rarement les autres cueillettes : secret dont on entoure les "bons coins", qualité du cueilleur ("il faut être doué pour ça"), compétition, survalorisation de certaines variétés, "espionnage", excitation en cas de cueillette fructueuse, etc...

Pendant longtemps, les espèces ramassées dans la vallée restent peu nombreuses : on connaît essentiellement le "sanguin" et le cèpe, certains cueillent aussi "baveux", mousserons, rosés des prés et, à Breil, les "champignons des oliviers" très prisés dans le village (pour les noms scientifiques de ces champignons, voir le tableau p. 68).

"Autrefois, les anciens ne connaissaient que le cèpe et le sanguin. Ils ne ramassaient rien d'autre". (Mr R., Tende.

"Ici, il n'y avait qu'une variété ou deux qu'on connaissait : le cèpe et le sanguin, mais les autres on ne connaissait pas... et un peu les mousserons pour faire sécher". (Mr F., La Brigue)

"On cueillait surtout les sanguins. J'étais grand quand j'ai connu le cèpe". (Mr C., Breil)

On cueille les champignons pour la consommation familiale mais aussi pour la vente. Jusqu'à la deuxième guerre mondiale, la récolte des champignons sur les terrains communaux, à Fontan, Saorge (forêts du Cairos et de la Bendola) et à Breil (Bois Noir), est soumise à l'adjudication. Les habitants de ces villages ne peuvent y ramasser de champignons que pour leur usage personnel, le reste de la récolte va à l'adjudicataire qui seul a le droit de la commercialiser :

"Chaque année, le Bois Noir allait aux enchères pour la récolte des sanguins. On avait droit de cueillir un seul panier de champignons. Le reste devait obligatoirement être vendu à l'acquéreur de l'enchère". (Mr C., Breil)

Ce sont les sanguins qui sont concernés par ces mesures. Pour les autres champignons, la cueillette reste libre. A La Brigue où on cueille cèpes et sanguins, ce sont également des ramasseurs qui collectent la récolte des paysans :

"Il y a eu un moment qu'on en faisait beaucoup de commerce mais c'était juste avant la guerre de 40. Il y avait des commerçants qui les achetaient, des ramasseurs qui les envoient en Ligurie. Ceux qui avaient le temps allaient ramasser les champignons et les apportaient". (Mr R., La Brigue)

Le système de l'adjudication fonctionne à La Brigue jusqu'il y a une vingtaine d'années. La cueillette des champignons reste une activité importante et rémunératrice. Ceux qui travaillent à la journée dans les campagnes essaient de se libérer à l'automne pour exercer cette tâche à temps plein. Le commerce des champignons est aussi une activité d'appoint, bien que modeste, pour les bergers qui hivernent sur le littoral.

"Autrefois, on ne ramassait que les cèpes qu'on faisait sécher. L'hiver, ma mère en vendait sur la Côte en même temps que le "caillé". Quand il n'y avait pas de cèpes, on faisait sécher les "baveux". Ceux-là, on ne les vendait pas. On les échangeait contre des petits poivrons rouges". (Mme A., La Brigue)

On ramasse aussi beaucoup de champignons pour l'usage familial. On les mange à la saison ou on les conserve de différentes façons : séchés, dans du gros sel, à l'eau salée, à l'huile après les avoir cuits au vinaigre et plus tard dans des bocaux, stérilisés. Ils servent surtout à parfumer les sauces et les ragoûts.

Pendant longtemps, la cueillette est restée plus ou moins liée au monde paysan. Elle exige le respect des propriétés de chacun : on cueille dans le communal - dans les limites de la réglementation - ou sur son propre terrain. Elle est donc limitée dans l'espace et dans le temps imparti par les activités agricoles, mais aussi elle ne concerne qu'un nombre restreint de variétés, essentiellement sanguins et cèpes.

Son développement actuel est souvent dû à l'impulsion de personnes étrangères à la vallée. Les fonctionnaires (douaniers) qui en font leur passe-temps à l'automne, amènent avec eux la connaissance d'espèces nouvelles et l'enseignent aux habitants de la Roya ; les chasseurs, souvent citadins et qui ont une bonne connaissance du milieu, en profitent pour ramener quelques champignons, les promeneurs du dimanche en font le but de leurs sorties. La cueillette des champignons est donc devenue le fait d'une population très nombreuse. Elle concerne des espèces beaucoup plus variées qu'autrefois : on cueille aujourd'hui chateignes, "petits gris", morilles, vesses de loup, coulemelle, coprins chevelus, russules, etc... qu'on ne connaissait pas autrefois. L'utilisation de livres consacrés aux champignons donne à de nombreuses personnes accès à cette cueillette et favorise le développement de cette activité.

Même si leur savoir s'est enrichi de nouvelles connaissances grâce à l'apport des étrangers, les gens de la vallée se sentent dépossédés des ressources de leur milieu par l'intrusion des gens des villes. Partout, on pense que les champignons qu'on trouvait à profusion autrefois sont en train de disparaître. Dans tous les villages de la Roya, une réglementation a été mise en place qui vise à réserver l'accès aux champignons aux gens du pays.

3- Plantes sauvages / plantes cultivées : une relation de complémentarité ?

La dimension diététique et curative de la consommation des plantes sauvages alimentaires est bien mise en évidence par les informateurs. Il en est de même de la relation de complémentarité qui existerait entre plantes sauvages et plantes cultivées.

Les plantes sauvages, en période de pénurie, permettent de subsister, assurent la continuité dans la consommation des végétaux, qu'il s'agisse de pénurie saisonnière (il s'agit de faire

le lien entre deux saisons), annuelle (on recherche dans les végétaux sauvages la plante dont on ne dispose pas à l'état cultivé) ou exceptionnelle (en période de guerre, par exemple).

"Ce sont des herbes qui viennent quand il n'y a plus rien, que les légumes d'hiver sont finis".

"Ces herbes là, c'est le printemps... Le printemps, vous avez pas grand chose, la récolte tire à sa fin, alors on ramasse les choses sauvages".

"Il s'est passé des années où il faisait très très froid, il n'y avait plus rien dans les campagnes au printemps, alors ils ramassaient ça".

"Pendant la guerre, ceux qui n'avaient pas de jardin cueillaient les herbes sauvages".

On rechercherait donc dans la nature des plantes qui peuvent se substituer à des légumes cultivés et entrer dans les mêmes recettes. Ortie, bourrache remplacent blette et épinard dans les farces, les pâtes vertes..., les épinards sauvages remplacent les cultivés, asperges sauvages et asperges cultivées s'utilisent de la même façon, etc... La disponibilité de ces plantes dans le milieu où on vit, est la première des conditions qui orientent le choix de leur utilisation. Mais cela ne semble pas être la seule.

Nous constatons en effet que certaines plantes disponibles à Tende ne sont pas ou peu ramassées. A Breil aussi certaines espèces sont plus ou moins négligées. En règle générale, on cueille plus de plantes sauvages à Breil que dans le haut de la vallée.

Ainsi, là où le climat permet des cultures de légumes variés, où la saison de récolte est très longue et la période de pénurie brève, où de plus l'ensoleillement permet de pratiquer la conservation par séchage de certains légumes et fruits, on cueille beaucoup de plantes sauvages. Là où par contre les espèces de plantes cultivées sont moins nombreuses et où le cli-

mat réduit la production, où on doit acheter une partie des légumes consommés, on note une pratique moins large de la cueillette. Cela semble à priori paradoxal. On doit donc se poser la question du rôle joué par la cueillette au sein du système culturel et dans l'alimentation locale. S'agit-il seulement, comme le disent les informateurs, de relations de complémentarité (compléter par des plantes sauvages le manque de légumes cultivés, auquel cas Tende devrait faire plus largement appel aux plantes sauvages que Breil) ?

Ne faudrait-il pas plutôt inverser la proposition et voir non pas les plantes sauvages comme succédané de plantes cultivées, mais la culture des plantes comme la continuation de pratiques antérieures très anciennes de cueillette, complètement dépendantes du milieu, seules sources alors de végétaux alimentaires et créatrices d'un certain nombre de coutumes alimentaires que la culture de légumes a dû perpétuer et renforcer ?

Quelle que soit l'antériorité et l'importance respective des végétaux sauvages et des végétaux cultivés, aujourd'hui la cueillette de plantes ne nous semble pas orientée seulement par leur disponibilité dans un système bioclimatique donné, ni liée à l'absence de plantes de culture équivalentes. Deux faits doivent être considérés. D'une part, l'activité dominante dans chacun des deux villages semble avoir un rôle déterminant quant au choix des plantes de cueillette : activités pastorales à Tende (Cf. cueillette d'épinards sauvages), activités agricoles à Breil (beaucoup de salades sont cueillies dans les oliveraies). D'autre part, l'activité de cueillette répond moins à une nécessité (pouvoir compenser une carence) qu'à un certain nombre d'habitudes alimentaires. Elle doit s'intégrer au système alimentaire existant. A Breil, où l'alimentation est largement végétarienne, surtout à base de légumes verts, on a une forte intégration des plantes de cueillette. A Tende, où l'alimentation repose plutôt sur un système de bouillies à base de céréales et de légumes secs, on utilise moins de plantes sauvages.

De nos jours, on consomme donc beaucoup de végétaux sauvages là où on consomme déjà beaucoup de végétaux cultivés. La cueillette fait partie, contribue à un "habitus culinaire" et n'a pas seulement un rôle de remplacement dans un système de pénurie.

III- TRADITION ET CHANGEMENTS

1- Les plantes sauvages : perte du savoir et évolution de la cueillette

la transmission du savoir sur les plantes

*"C'était un don, c'était une science qui se légait de mère en fille. Alors par exemple, ma mère, quand on était jeune, elle nous montrait, ... pas exprès, ... on la voyait faire, on la voyait chercher ses plantes. Comme c'était souvent, c'était pas une fois de temps en temps, c'était une chose naturelle, on prenait l'habitude (...). Maintenant tout ça c'est oublié parce que les gens ne vivent plus près de la nature".
(Mme C., Breil)*

Ces propos tenus par une Breilloise de 60 ans, nous semblent très bien résumer comment s'acquerrait et comment s'est perdu un certain savoir sur les plantes.

La cueillette de plantes sauvages correspond en premier lieu à un mode de vie particulier où les gens vivent en contact permanent avec le "milieu naturel". Elle entre dans les pratiques quotidiennes d'alimentation et de gestion de l'espace.

La connaissance des plantes est transmise oralement et visuellement. Elle appartient en priorité aux femmes qui se communiquent leur "science" de génération en génération en fonction d'un mode de vie et d'un goût familial. Les plantes sauvages dont on se nourrit appartiennent en général à cette tradition familiale. Il est très rare qu'on adopte des plantes hors de ce contexte et dans ce cas, la personne appartient toujours à la parenté ou au voisinage immédiat (1).

(1)- Même si on sait qu'une plante est comestible, on ne l'adopte pas d'une personne éloignée. Seul le pharmacien a une autorité suffisante pour avoir une influence à ce niveau là. D'autre part, nous nous sommes rendu compte à plusieurs reprises que des personnes qui utilisent une même plante peu connue dans la vallée, sont souvent des personnes apparentées.

Outre l'importance de ce contexte familial pour l'apprentissage des plantes, il existe aussi dans les villages, des personnes désignées comme des spécialistes. Ce sont souvent des personnes qui allient un savoir familial important (leurs mères déjà étaient réputées pour leurs connaissances en ce domaine) à une curiosité et une pratique plus grandes que les autres villageois. L'utilisation de livres vient aujourd'hui parfaire leur savoir :

"Ma mère faisait beaucoup de tisanes et elle avait le livre. Et nous, comme on connaît les plantes, on a acheté les livres. Avec les livres, on voit ce pour quoi elles sont bonnes" (Mme M., Breil)

"Mme M., elle sait tout, d'abord elle a le livre des plantes".

Le livre est là pour confirmer et garantir le savoir populaire. C'est une caution aux yeux des villageois. Dès le début du siècle, de nombreuses familles possèdent "Le Médecin des pauvres" du docteur Beauvillard (1), consacré surtout à l'utilisation des plantes médicinales. Aujourd'hui, de nombreux ouvrages ont cours dans la vallée, à commencer par ceux de Maurice Mességué. Cependant, ce sont les personnes qui possèdent déjà un savoir important qui s'y intéressent. De ces personnes, on acceptera plantes et conseils. Mais il faut noter que leur enseignement concerne plutôt les plantes médicinales que les plantes alimentaires dont la majorité des habitants fait assez peu de cas aujourd'hui. Et il semble bien que pour ce qui touche la cueillette, des distinctions soient à faire entre plantes alimentaires, plantes médicinales et champignons, aussi bien en ce qui concerne le mode de connaissance que pour ce qui est de l'évolution des pratiques actuelles.

Pour les champignons, par exemple, les villageois ont beaucoup appris de personnes étrangères - vacanciers, fonctionnaires, etc...- et de l'utilisation de manuels (A Breil, un receveur des

(1)- Ed. Féron et Beauvillard, 1913

douanes a joué il y a quelques années, un très grand rôle en tant que connaisseur et initiateur). Il en est de même des plantes médicinales dont l'utilisation correspond en partie à une mode actuelle répandue jusque dans les campagnes et qui semblent connaître un regain de faveur. Les plantes alimentaires, par contre, ont de moins en moins d'importance dans la nourriture quotidienne et le savoir les concernant est en train de disparaître car il semble que ce soit un savoir figé, qui n'accepte pas de s'enrichir d'apports étrangers ou d'innovations.

Plantes alimentaires de cueillette : la situation actuelle

N'ayant pas évolué en fonction de nouvelles conditions de vie, il semble que le savoir sur les plantes alimentaires disparaisse en même temps que les cultures et la société rurale traditionnelle auquel il est directement lié.

D'une part, on ne vit plus dans les campagnes et nombre de plantes liées aux cultures ont disparu ou sont devenues rares. D'autre part, la connaissance du milieu et des lieux de cueillette nécessaire au repérage des plantes régresse. A cela s'ajoute bien sûr le fait que ces plantes ne sont plus indispensables à l'alimentation du groupe même à titre exceptionnel : les procédés de conservation et les possibilités du commerce se sont développés, l'alimentation s'est qualitativement modifiée, le niveau de vie s'est accru, ... De nombreuses conditions sont réunies pour que l'utilisation des plantes sauvages ne soit plus considérée aujourd'hui que comme une pratique révolue.

Le discours sur les plantes alimentaires sauvages est souvent dévalorisant. On nie parfois que certaines plantes aient jamais été utilisées ou bien on les renvoie à un lointain passé de disette : *"Tout ça, c'est passé de mode... Ca fait pas bien de raconter qu'on s'attarde auprès des plantes"*, *"Moi, mes voisines me disent : "tu vas t'empoisonner"*.

Entachées de suspicion, liées à un certain "attardement", "passées de mode", on continue pourtant dans la Roya, à cueillir

un certain nombre de plantes dans un but alimentaire. Lesquelles ?

On peut penser que les plantes dont on abandonne la cueillette sont celles qui sont liées à la fois à une activité (agriculture, élevage), à un mode de vie (résidence dans les campagnes), à une nécessité (pénurie de printemps) : l'ortie, la bourrache qui de plus ont leurs correspondants parmi les plantes domestiquées, ne sont plus beaucoup utilisées. De très nombreuses salades autrefois consommées par les gens, sont ramassées seulement pour les lapins. Par contre, on continue de ramasser celles qui allient à la fois le plaisir de la recherche, le caractère exceptionnel et le goût : certaines salades comme la "sandrau" à Breil, les épinards sauvages, les baies qu'on peut offrir en dessert ou en confiture (framboises, myrtilles), les différentes variétés de champignons. Ce sont les plantes d'une seule saison, qui marquent l'année et les promenades.

Car la cueillette est de plus en plus considérée aujourd'hui comme une activité de loisir, qu'on pratique en famille et où les hommes, grâce à la chasse et à l'utilisation de l'automobile -surtout en ce qui concerne les champignons-, acquièrent une importance nouvelle. Face à la désaffection de la cueillette des "herbes sauvages" bonnes à manger, les plantes aromatiques et certaines plantes médicinales, jouent toujours un rôle important dans les deux villages. Quant aux champignons, ils sont l'objet d'un véritable engouement.

2- Les plantes cultivées : anciennes variétés, nouvelles cultures

Au lendemain de la deuxième guerre mondiale, les cultures de plein champ ont presque toutes été abandonnées : céréales, légumes secs, pommes de terre. Certaines espèces ont disparu de la vallée, d'autres se sont réfugiées dans les jardins potagers irrigables qui seuls continuent de bénéficier de soins réguliers et attentifs. Situés généralement dans le village ou dans ses

abords immédiats, les jardins potagers sont plus nombreux, plus riches d'espèces qu'autrefois. Leur entretien constitue une activité d'appoint pour la famille et/ou de loisir pour les nombreux retraités qui les cultivent. L'eau autrefois distribuée parcimonieusement et soumise à de sévères règlements, ne fait plus défaut aujourd'hui et chacun, dans la vallée, peut avoir son jardin.

Les jardins d'autrefois devaient servir à assurer l'approvisionnement annuel en légumes. On en plantait deux catégories : les légumes d'hiver (choux, poireaux, navets...) et les légumes d'été (haricots, courgettes, tomates, blettes...). Outre leur adaptation au climat et au terrain, une production importante et la facilité de les conserver, étaient deux des critères de choix de ces cultures. Ils ne permettaient donc pas une grande diversité. De plus l'habitude de faire soi-même ses propres semences ou de procéder à des échanges entre voisins, ne favorisait pas l'innovation.

Pourtant, dans les années 30, un certain nombre de changements vont avoir lieu dans la vallée, qui vont directement influencer ces cultures.

Un facteur de changement important est la construction puis l'ouverture de la ligne de chemin de fer après la Première Guerre mondiale : parce qu'elle suscite l'ouverture de commerces qui vont offrir de nouveaux légumes dont certains seront ensuite mis en culture, parce qu'elle provoque un brassage de population favorable à des échanges et à la modification, entre autres, des habitudes alimentaires. Les fonctionnaires qui s'installent dans la vallée (cheminots, douaniers) cultivent de petits jardins pour améliorer leur ordinaire plus que pour le caractère économique de ces cultures : ils apportent leurs propres coutumes de jardinage, des espèces nouvelles et favorisent ainsi l'innovation culturelle. Beaucoup d'hommes originaires de la vallée vont s'embaucher au chemin de fer ; leur mobilité professionnelle facilite aussi découverte et échange : échanges de semences entre cheminots, découverte d'autres espèces de légumes dans les régions visitées. Le "Jardin des Cheminots" qui offrent conseils de culture et proverbes, est lu par tous. Par ce biais, on se

procure parfois de nouvelles variétés ou de nouvelles espèces de légumes.

A partir de 1930 environ, un certain nombre de plantes font leur apparition dans la vallée : artichauts, asperges, aubergines, poivrons, choux-fleurs ; plus récemment, melons, endives... C'est aussi à cette époque qu'apparaît une utilisation nouvelle de cultures anciennes, grâce entre autres à la diffusion de nouvelles variétés : haricots verts mangés fins, courgettes remplaçant peu à peu les courges, etc...

L'origine des graines et des semences change. Pendant longtemps, il s'agit de variétés plus ou moins locales dont on garde les semences d'une année sur l'autre ou qu'on échange au sein de la communauté villageoise. Les achats sont très rares. Mais cette situation va changer après la guerre de 40. L'évacuation des populations de la vallée pendant la guerre a, entre autres conséquences, pour effet la perte de semences anciennes. A Breil, la vallée de la Maglia qui ne sera pas évacuée, jouera le rôle de conservatoire des variétés locales. Ailleurs, la guerre marque un changement qualitatif important en ce qui concerne les plantes domestiquées.

Les sources de diffusion de graines vont se diversifier. On achète de plus en plus souvent plants et semences chez les commerçants du village ou à la Coopérative agricole. A Breil, aujourd'hui, les pommes de terre de semence proviennent en grande majorité de la Coopérative (ce sont des variétés récentes telles la Claustar, la Certema, la Bindge, etc...). Dans toute la vallée, on achète aussi volontiers sur les marchés de Vintimille ou de Cunéo, en Italie, ou par correspondance dans les grandes maisons de grainetiers (Clauze, Vilmorin...). Enfin, les coopératives de fonctionnaires jouent aussi un rôle qui n'est pas négligeable : Coopérative de la SNCF, Coopérative EDF, par exemple.

Quelques personnes maintiennent les pratiques anciennes qui

ne passent pas par le canal commercial : semences de haricots qu'on garde d'une année sur l'autre, semences de courge qu'on échange volontiers entre voisins. Plus rarement, on produit soi-même les semences de pommes de terre. C'est d'ailleurs parmi ces catégories de légumes qu'on pourra retrouver encore de ces vieilles variétés réputées d'origine locale.

Ainsi, à une agriculture des champs et des jardins qui repose sur quelques espèces limitées et des variétés nombreuses de plantes domestiquées, se substitue un jardinage minutieux, plus réduit en surface et en quantité, plus diversifié quant aux espèces de légumes cultivés, moins riche en ce qui concerne les variétés et sans doute moins adapté à une certaine spécificité locale.

CONCLUSION

En insistant sur le rapport de la cueillette des plantes sauvages et la culture des végétaux domestiqués avec un mode de vie particulier - alternance de la résidence entre le village et les campagnes alliée à un type précis d'activités agricoles dans chacun des deux villages - nous souhaitons mettre à jour toute la complexité des interrelations entre cueillette, agriculture et alimentation, en même temps que nous les replaçons dans un contexte précis : la société rurale de l'entre-deux-guerres. Cette société a évolué et au terme de l'enquête, un bilan s'impose donc quant à l'usage des plantes alimentaires dans la vallée de la Roya. Deux faits se sont révélés rapidement et ont orienté ce travail : la perte générale des savoirs et des pratiques concernant les plantes sauvages de ramassage et la disparition des anciennes variétés de légumes et de fruits, plus évidentes encore dans la haute-vallée que dans la moyenne Roya. Il fallait donc un travail de terrain très patient et minutieux pour réunir les éléments de ce savoir souvent diffus, parcellisé, imprécis.

Les habitants de la Roya sont tout à fait conscients de cet état d'abandon dont sont l'objet les plantes et plus globalement le "milieu naturel" dans lequel ils évoluent : abandon physique dû à l'inculture des terres et à la disparition d'un certain mode de vie, abandon dû à la perte de mémoire des générations actuelles. La disparition des savoirs concernant les plantes sauvages fait partie de ce processus. Elle leur paraît irréversible mais pour eux n'a pas à être regrettée : la cueillette des plantes alimentaires sauvages est liée à un âge révolu, elle est inadaptée au mode de vie actuel (manque de temps, éloignement des zones de cueillette, inutilité face aux possibilités actuelles de consommation alimentaire, etc...).

Par contre, les anciennes variétés de légumes et de fruits

sont considérées par beaucoup comme un véritable patrimoine dont la possession est jalousement gardée : on se dit "fier" d'avoir telle "qualité" de légume, on "y tient", on les cultive "par idéal", les semences sont données avec parcimonie, on regrette généralement leur disparition actuelle. Plusieurs variétés de plantes domestiquées sont présentées comme "spéciales" à la vallée et s'accompagnent d'un certain nombre de savoir-faire culturels et culinaires particuliers, porteurs d'un fort sentiment d'identité. La "courge de la tourte" à Breil, dont nous avons longuement parlé, en est un des meilleurs exemples.

Dans ce contexte, le choix de deux villages nous a permis de mettre à jour tout un jeu d'oppositions et de ressemblances riches de significations. Distants de 20 kms à peine mais différenciés par des conditions bioclimatiques, des circonstances historiques et des choix économiques, les deux villages se vivent dans un rapport sensiblement différent au milieu naturel. La place qu'occupent certaines plantes de cueillette dans chacun des deux villages, l'existence de variétés particulières de plantes domestiquées, l'utilisation alimentaire qui en est faite, sont autant d'éléments sur lesquels s'appuient les habitants de ces villages pour affirmer et justifier une spécificité. Afin de les comprendre, ne devrait-on pas relier le maintien ou la disparition de certaines pratiques de cueillette et de culture à l'image que les gens se font d'eux-mêmes, de leur appartenance à un groupe et à une terre ?

BIBLIOGRAPHIE

- Archives départementales des Alpes-Maritimes

- * Dénombrements de population, 1872-1962, pour les communes de la Roya (Breil, Fontan, Saorge)
- * Statistiques agricoles 1889 - 1905 - 1913 - 1926 - 1929 (liasses n°17189 à 17199)
- * Oléiculture, primes (1912-1920) et (1933-1940) (liasse n°17272)
- * Récoltes en grains et autres farineux (1860 à 1893) (liasses n° 17250 à 17254)
- * Livre terrier des Alpes-Maritimes (1878) - n° 12601
- * Affaires communales - Breil (Forêts communales, pâturages, bandites), n°5202
 - Fontan (adjudications), n°5621-5622
 - Saorge (adjudications), n°6584-6586

- D.D.A. des Alpes-Maritimes

- * Recensement général de l'agriculture 1955 et 1980
- * Inventaire communal, 1979-1980

- Archives communales de Tende

Période 1860-1947 :

- * Dossier (11-1-4) : Censimenti et statistiche agricole dal 1861
- * Fasc.31 : Arboricoltura
- * Fasc. 33 : Raccolta della lavanda ed altre piante officinali

- Ouvrages et articles

ARBOS (Philippe) : La vie pastorale dans les Alpes françaises. Paris : A.Colin, 1922

ARDOINO (H.) : Flore analytique du département des Alpes-Maritimes. Nice, 1879 (réed. Laffitte)

Association des Amis du Parc du Mercantour : Le Massif du Mercantour et des Alpes-Maritimes. Nice, Serre, 1978

BARRAU (Jacques) : Plantes vivrières et patrimoine culinaire : une réflexion sur le cas provençal. Social Science Information, 1981, 20 (6), pp.925-946

BELTRUTTI (G.) : Briga et Tenda, storia antica et recente. Capelli, Bologna, 1954

BENOIT (Fernand) : Histoire de l'outillage rural et artisanal. Paris, Didier, 1947

BLANCHARD (Raoul) : Les Alpes occidentales. T.V. Les grandes Alpes françaises du Sud. Paris, Grenoble, Arthaud, 1950, 2 vol.

BOIS (D.) : Les plantes alimentaires de tous les peuples et à travers les âges. Paris, 1927, 4 vol.

BONIFACE (L.) : Cultures dans les Alpes-Maritimes sous le Consulat et l'Empire. Nice Historique, 1941, pp.66-89

----- : Cultures et produits de remplacement dans les Alpes-Maritimes au temps du Blocus continental (1806-1814). Nice-Historique, 1941, pp.27-46

BONIFACI (abbé) : Les productions de la campagne nicoise au début du XIXe siècle. Nice Historique, 1956

BONNIER (G.) et LAYENS (G.de) : Flore complète portative de la France, de la Suisse et de la Belgique. Paris, Lib. Gén. de l'enseignement, 1962

BOUVIER (J.C.) et MARTEL (C.) : Atlas linguistique et ethnographique de la Provence. Paris, C.N.R.S., 1975, 2 vol.

BRAVARD (Yves) : Le dépeuplement des hautes vallées des Alpes Maritimes, ses caractères et ses conséquences démographiques, économiques et sociales. Grenoble, 1961

CANESTRIER (Paul) : Fête populaire et tradition religieuse en pays nicois. Nice, Serre, 1978

----- : La magie et la sorcellerie dans le Comté de Nice. Nice Historique, 1943, pp.120-143

CAPPATTI (Louis) : La Haute vallée de la Roya : Tende, La Brigue. 1950

CASTELLANA (Georges) : Dictionnaire français-nicois. Nice, Serre, rééd., s.d.

----- : Dictionnaire nicois-français. Nice, Serre, reprint 1952

- CATASTO AGRARIO 1929, VIII. Compartimento del Piemonte, Provincia di Cuneo, Fasc.3. Roma, 1935
- CHAMBRE D'AGRICULTURE DES ALPES-MARITIMES : Usages locaux à caractère agricole. Nice, 1962
- CHARTE CULTURELLE DES ALPES-MARITIMES : Fêtes traditionnelles à Saorge et dans la vallée de la Roya. Nice, 1978
- : Breil, une étape sur la route de la Méditerranée au Piémont. Nice, 1980
- COBBI (Jane) : Le végétal dans la vie japonaise. Paris : POF, s.d.
- COMPAN (André) : Notes de géographie humaine et économique sur les territoires italiens rattachés aux Alpes-Maritimes en 1947, in Ass. française pour l'avènement des sciences, Congrès de Cannes, sept.1952
- : Le milieu rural en 1860. Nice-Historique, 1961
- : Histoire de Nice et de son Comté, 1978
- D.D.E. des Alpes-Maritimes : Commune de Breil s/Roya, rapport de présentation du POS, mai 1982
- FENOGLIO (Jacques) : La Haute-Roya du début du XVIIIe siècle au début du XIXe siècle. Thèse de 3e cycle : Nice, 1980, 2 vol.
- FOCQUET (Patrick) : le Massif du Mercantour, guide botanique. Nice, Serre, 1982
- FODERE (Francois-Emmanuel) : Voyage aux Alpes-Maritimes. Paris, Levrault, 1821. 2 vol.
- FONTAN, genèse de notre village, 1970 (brochure de la commune de Fontan)
- GAROLA (C.V.) : Céréales. Paris, J.B.Baillière, 1920
- GAZIELLO (Francois) : Histoire de Saorge, 1976
- GOTTSCHALK (Alfred) : Histoire de l'alimentation et de la gastronomie depuis la préhistoire jusqu'à nos jours. Paris : Le Francois, 1948. 2 vol.
- GUBERNATIS (A.de) : La Mythologie des plantes. Paris, 1978. 2 vol.
- HAUDRICOURT (A.G.) et HEDIN (L.) : L'origine des plantes cultivées. Paris, Gallimard, 1943
- HEUZE (Gustave) : Les plantes alimentaires. Paris, s.d., 3 vol.
- HILDESHEIMER (E.) : Atlas historique du Comté de Nice, in Atlas de Provence, 1969
- HONNORAT (S.J.) : Dictionnaire provençal-français. Digne, Repos. 1947. 2 vol.
- IMBERT (Gaston) : A la découverte d'une population : étude démographique des Alpes-Maritimes. Aix-en-Provence, 1960 (?), CRDP
- IMBERT (Louis) : La route de Nice en Piémont du XVe au XIXe siècle. Nice-Historique, 1938, pp.104-113 et 146-173
- ISNARD (Pierre) : Les Noms dialectaux nissards pour l'étude des sciences naturelles dans le Comté de Nice. Nice, in Annales du Comté de Nice, 1933, pp.174 à 178

- ISNARD (Pierre) : Vignes et raisins nicois, Nice-Historique, 1925, pp.23-36 et 93-104
- ISTITUTO NAZIONALE DI ECONOMIA AGRARIA : Lo Spopolamento montano in Italia, I- Le Alpi Liguri-Piemontesi, vol.2. Milano-Roma, 1932
- JEAN (Casimir) : Monographie agricole du département des Alpes-Maritimes. Nice, Soc. gén. d'Imprimerie, 1937
- LIEUTAGHI (Pierre) : Le Livre des bonnes herbes. Paris : Marabout, 1966
- LOUIS-PALLUEL (J.) : Chavailles, village de Haute-Provence : Essai d'écologie humaine. Thèse de doctorat, Univ. de Provence, 1978
- MAESTRI (Robert) : L'Urbanisation de la montagne : le cas de Breil sur Roya, in Les Annales de la Fac. des Lettres et des Sc. Humaines de Nice, n°26, 1975, pp.101-136
- MATTIROLO (O.) : I vegetali alimentari del Piemonte. Torino, 1919
- MAURIZIO (A.) : Histoire de l'alimentation végétale. Paris : Payot, 1932
- MONTOLIVO (Abbé Justin) : Liste des plantes du Comté de Nice, in Roubaudi (Louis) : Nice et ses environs. Paris, 1843. Pp.301 à 316
- MOURGUES (Marcelle) : L'Estacada de Breil, in Annales Scientif. et Litt. de Cannes, 1962-63, tome XVI, pp.183-194
- MUSSET (Danielle) : Etude d'un ensemble de "granges" situées dans la vallée du Cairros, in Ethnologie française, 3, juillet-sept.1979, pp.281-288
- OZENDA (P.) : La Végétation de la Haute-Roya. Bull. Soc. Bot. Fr., 96 (1-3), 24, 1949, pp.24-27
- : Carte de la végétation de la France au 1/200 000, feuille 68, Nice. Paris, CNRS, 1961
- PARC NATIONAL DU MERCANTOUR : Cartographie des impacts humains : propositions méthodologiques d'après l'étude des communes de Breil sur-Roya et de Belvédère. Nice, 30 p. dactylo., par P. Cherbouy
- RAYBAUT (Paul) : Les Sources régionales du pays de Nice. Paris, Fayard, 1979
- : Autoconsommation et société traditionnelle. Thèse de doctorat, Fac. des Lettres de Nice, 1882. 2 vol.
- RISSO (Antoine) : Histoire naturelle des principales productions de l'Europe méridionale et particulièrement celles des environs de Nice et des Alpes-Maritimes. Paris, 1826
- ROLLAND (Eugène) : Flore populaire de la France. Paris, 1896-1914, XI vol.
- ROUBIN (Lucienne) : Espèces végétales, éléments de médiation entre vivants et défunts en Méditerranée septentrionale, in Les Hommes et la mort. Paris, Le Sycomore, 1979, pp. 49-58

- ROUX (Joseph) : Statistique des Alpes-Maritimes. Nice, Cauvin, 1862
- SASSI (Josephine) : Quelques recettes de Breil. Breil, 6p. dactylo.
- SAUVAIGO (Dr.E.) : Note sur les figuiers introduits et cultivés dans les environs de Nice. Nice, Impr. Ventre, 1889
- : Cultures sur le littoral de la Méditerranée, 1913
- Settimana del castagno (24-29 ott. 1922). Atti pubblicati a cura della Camera di commercio ed industria di Cuneo, 1923
- SUPPO (J.) : Les Miracles de l'olivier, l'huile d'olive de Nice, les vieux moulins à huile. Nice-Historique, 1928, pp.42-49
- TENDE et LA BRIGUE, n° spécial de Nice-Historique, 1948
- VILMORIN-ANDRIEUX et Cie : Les plantes potagères. Paris, 1883

TABLE DES FIGURES ET ILLUSTRATIONS

| | |
|--|-------|
| - Carte de la vallée de la Roya | p.7 |
| - Tableau n°1 : Population de la Roya entre 1800 et 1975. | p.16 |
| - Courbe démographique des villages de la Roya | p.17 |
| - Tableau n°2 : Répartition des terres et des cultures ... | p.36 |
| - Tableau récapitulatif des plantes | p.52 |
| - Tableau des principales recettes | p.74 |
| - Photographies | p.207 |

Annexe n° 1

CONVENTION DE TURIN du 7 mars 1860, entre France et Sardaigne

Articles 1 et 2 : délimitation de la frontière

Art. 3 : Il est entendu que la fixation de la limite de souveraineté ne portera aucune atteinte aux droits de propriété et d'usage, non plus qu'aux servitudes actives et passives des particuliers, des Communes et des établissements publics des pays respectifs.

Les Piémontais propriétaires, à la date du traité d'annexion de la Savoie et du Comté de Nice à la France, de terres situées en France dans le demi-myriamètre de la nouvelle frontière, et les Français propriétaires à la même date et dans les mêmes limites de terres situées dans les Etats Sardes et en France, jouiront de la liberté d'importer dans les Etats Sardes, sans avoir à acquitter aucun droit de douane ni à la sortie ni à l'entrée soit du Piémont, soit de la France, les denrées provenant de la récolte de ces terres, ainsi que les coupes des bois, le lait, le beurre, les fromages et la laine ayant la même origine.

Dans les limites qui viennent d'être indiquées les Piémontais propriétaires en France et les Français propriétaires dans les Etats Sardes seront admis à transporter en franchise d'un pays dans l'autre les engrais destinés à l'amendement de leurs terres et les grains nécessaires aux semences.

Art. 4 : Les produits ci-dessus mentionnés provenant, dans le Comté de Nice, des territoires Piémontais compris entre la frontière et la crête des Alpes et appartenant soit à des populations Françaises soit aux hameaux de Mollières, de la Lionne et de la Guercia, soit aux deux Communes de Tenda et de Briga, entreront en France librement sans avoir à acquitter aucun droit de douanes.

Art. 5 : Les Communes françaises dont les territoires s'étendent au delà de la crête des Alpes jouiront, pour l'exploitation de la

partie de leurs biens situés en arrière de cette crête, de toutes les immunités mentionnées dans les articles 3 et 4.

Art. 9 : Les propriétaires, Piémontais ou Français, qui voudront profiter des immunités sus-indiquées seront tenus de déclarer aux bureaux des douanes sardes et français les plus voisins, l'étendue, la valeur, le genre de culture des terres et le nombre de têtes de bétail dont ils auront à importer ou exporter les produits. (...). Chaque année des déclarations seront faites dans la saison des récoltes pour indiquer au moins approximativement les quantités de produit qu'on devra importer.

Art. 10 : Les délais pour l'exportation et l'importation en franchise des produits énoncés en l'article 3 provenant de propriétés limitrophes sont fixés ainsi qu'il suit :

Pour les bois, le lait, le beurre, les fromages, la laine et les engrais, durant toute l'année;

Pour le produit de vendanges (le moût encore muet et le vin en fermentation) à partir de la récolte jusqu'à la fin de novembre;

Pour les olives fraîches, les oranges, les fleurs et les feuilles d'oranger, à partir de la récolte jusqu'au 1er juillet de l'année suivante;

Pour tous les autres produits de la terre dits produits naturels, depuis la récolte jusqu'au mois d'avril de l'année suivante.

(...)

FICHER DES RECETTES

Nom de la recette : BARBAGIOAN
[barbajuã]

Plante(s) utilisée(s) : Chou vert
Blé
Ail
Persil

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Chou
Farine
Ail - persil
Oeufs (facultatif)
• Fromage (type Sbrinz ou Hollande)
Sel - poivre - un peu d'huile

Mode de préparation :

Faire blanchir le chou, bien l'égoutter en pressant, hacher bien fin. Mettre l'ail et le persil hachés, les oeufs, sel, poivre et fromage râpé. Pétrir le tout en ajoutant de la farine et un peu d'huile. Quand on peut faire une boule, on étend la pâte au rouleau sur $\frac{1}{2}$ cm environ et on découpe des carrés.

Mode de cuisson : faire frire dans l'huile bouillante

Occasion et mode de consommation :

Recette traditionnelle qu'on faisait en hiver. Cuisiné quotidienne : "Ma mère en faisait quand les choux montaient et qu'il n'y avait pas autre chose". Aujourd'hui, on en fait plutôt le dimanche ou en hors d'oeuvre à l'occasion d'une fête.

Nom de la recette : BOURSOTOU
[bursòtu]

Plante(s) utilisée(s) : Poireau
Epinard ou blette
Riz
Blé

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Pour la pâte : farine, eau, sel, huile
5 ou 6 poireaux suivant la grosseur
½ kg de riz
Epinards ou blettes
Anchois
Fromage râpé (Hollande ou Sbrinz)
Poivre - sel

Mode de préparation :

Faire bouillir le riz à part dans l'eau salée, bien l'égoutter. Hacher les épinards (blettes) très fin, les presser et les ajouter au riz. Couper les poireaux en petits morceaux, les mettre à frire dans l'huile à feu doux (il ne faut pas qu'ils rousissent). Quand le poireau est frit, y mettre les anchois qu'on a nettoyés et dont on a ôté l'arrête. Les faire fondre à petit feu en tournant à la fourchette. Mettre le tout dans le riz, ajouter le fromage, sel et poivre. Faire une pâte avec la farine, eau, sel, huile. La laisser reposer puis l'étendre. Y déposer des petits paquets de farce froide, rabattre la pâte et découper à la roulette des petits carrés en forme de "raviolis".

Mode de cuisson : Faire frire dans l'huile bouillante

Occasion et mode de consommation :

Plat de fête traditionnel considéré comme spécifiquement breillois. On en faisait autrefois de grandes corbeilles pour

la fête des Conscrits, la St Antoine, la fête des Rois (des Rey), pour le Coutiz (1), la Stacada (2), la veille de Noël, les mariages, les baptêmes, pour le repas marquant la fin de la récolte des olives, etc... Pas de grande occasion sans "boursòtou". Aujourd'hui on en fait toujours pour les fêtes familiales, les apéritifs d'honneur, lorsqu'on veut fêter quelqu'un.

Remarques : Considéré comme un plat "très long à préparer, à faire et à cuire", beaucoup n'en font plus qu'une ou deux fois par an. Certaines personnes, au lieu de faire frire le poireau, le font bouillir mais c'est généralement regardé comme une hérésie par les tenants de la tradition breilloise.

(1) - Le "Coutiz" (kutiz) est une fête d'hiver qui marque la fin du Carnaval

(2) - La "Stacada" : reconstitution historique qui se déroule actuellement tous les 4 ans en juillet mais se passait autrefois en hiver au moment du Carnaval.

Nom de la recette : BOURSOUSE de blette
[bursuze]

Plante(s) utilisée(s): Blette
Oignon
Blé

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Blette
Oignon
Fromage râpé (Hollande ou Sbrinz)
Fromage blanc
2 oeufs
Sel - poivre
Pâte : farine, eau, sel, huile

Mode de préparation :

Bien hacher la blette, la presser, y ajouter un oignon, le fromage, les oeufs, sel, poivre, un peu d'huile. Faire la pâte, la laisser reposer puis l'étaler. Garnir avec la farce sur la moitié de la pâte puis recouvrir avec le reste de pâte. Couper à la roulette des carrés d'une dizaine de centimètres.

Mode de cuisson : Frits dans l'huile à la poêle

Occasion et mode de consommation : cuisine quotidienne, on emportait des boursouse lorsqu'on allait travailler aux champs.

Remarques : On peut aussi les faire en été avec des blettes ou à la tomate, en hiver avec des poireaux et des pommes de terre (voir fiche).

Nom de la recette : BOURSOUSE de pommes de terre
[bursuze]

Plante(s) utilisée(s) : Pommes de terre
Poireaux
Blé

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Poireaux
Pommes de terre
Lait
Fromage râpé
Sel - poivre
Pâte : farine, eau, sel

Mode de préparation :

Faire revenir les poireaux coupés très fin dans de l'huile. Faire cuire les pommes de terre à l'eau puis les écraser au moulin à légumes. Mélanger cette purée avec le poireau, un peu de lait, le fromage râpé, sel, poivre. Faire une pâte un peu à l'avance avec les ingrédients ci-dessus pour qu'elle ait le temps de reposer. L'étaler ensuite au rouleau, y déposer des paquets de farce, recouvrir d'une autre "feuille" de pâte et découper des carrés d'une dizaine de centimètres, à la roulette.

Mode de cuisson : Faire frire à la poêle

Occasion et mode de consommation : Plat traditionnel qu'on fait en hiver avec des pommes de terre vieilles. On emportait les "boursouse" à la campagne, aux champs.

Nom de la recette : CAPOUN (choux farcis)
[kapũ]

Plante(s) utilisée(s) : Chou
Oignon
Riz

Localité : Breil s/ Roya

Ingrédients : Un chou
500 grs de riz
250 grs de viande hachée
250 grs de chair à saucisse
ou : petit salé, fond de jambon, daube
Fromage râpé (Hollande ou Sbrinz)
1 oignon
Sel, poivre

Mode de préparation :

Faire blanchir légèrement les grosses feuilles du chou. Les égoutter. Faire bouillir le riz à l'eau, égoutter. Faire revenir la viande hachée avec l'oignon. Faire une farce en ajoutant le riz, la viande, le fromage, sel, poivre, le coeur du chou haché et les oeufs. On prend les feuilles du chou et on met deux ou trois cuillères à soupe de farce dans chaque feuille. Huiler un plat à four, y mettre les choux et arroser d'un filet d'huile (on ne ficelle pas les choux).

Mode de cuisson : au four. Autrefois , on attachait les "capoun" avec un fil et on les mettait à bouillir ou bien on les faisait cuire dans la soupe. Aujourd'hui, certains font bouillir les choux farcis (la farce n'est alors pas cuite au préalable) puis les mettent à gratiner au four.

Occasion et mode de consommation : Cuisine quotidienne, l'hiver

Remarques : autrefois, on les faisait aussi "au maigre", sans viande, avec de l'ail et du persil.

Nom de la recette : CHUCHURLI
[teuteurli]

Plante(s) utilisée(s) : Courge
Blette
Oignon
Riz

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Sang de veau
Blette
Courge
Riz
Oignon
Fromage (Sbrinz)
Lait
Sel - poivre
Boyaux

Mode de préparation :

Faire un peu cuire le riz. Couper la courge en petits dés, couper le vert de la blette et l'oignon. Mélanger les légumes avec le sang, le lait, le fromage râpé, sel et poivre. Au moyen d'un entonnoir spécial, remplir les boyaux de cette farce. Fermer avec un bout de ficelle.

Mode de cuisson : Faire cuire à l'eau bouillante en piquant avec une aiguille pour que la peau n'éclate pas, puis faire frire à la poêle et servir avec une sauce.

Occasion et mode de consommation : Plat traditionnel qu'on faisait en hiver quand le boucher tuait des bêtes. Ne se fait pratiquement plus aujourd'hui.

Autrefois, on en mangeait le Mercredi des Cendres et à Piène Haute pour la fête de San Mauro.

Nom de la recette : CRICHENTA
[krie`nta]

Plante(s) utilisée(s) : Blé

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Farine
Levure de boulanger
Lait
Beurre
Sel - Sucre
Raisins et/ou grains d'anis
Parfum : vanille ou citron ou eau de vie

Mode de préparation :

Faire un puits dans la farine, y mettre le beurre tiédi dans un peu de lait, une pincée de sel, du sucre en poudre et la levure. Ajouter le parfum choisi et les grains d'anis. Pétrir en "ramassant" la farine de façon à former une boule. Laisser lever la pâte à la chaleur pendant une heure ou deux. L'étaler sur une plaque à four. Saupoudrer de sucre.

Mode de cuisson : au four, 20mn à ½ heure.

Occasion et mode de consommation : Plat de fête, on la faisait pour Noël surtout mais aussi pour Pâques, le 15 août, un évènement familial. On peut la manger comme brioche dans la café au lait.

Remarques : On peut aujourd'hui acheter la "crichènta" chez le boulanger où on la présente comme une spécialité du village. A Saorge et à Fontan, on trouve le même gâteau sous le nom de "picore". On dégustait jadis la "picore" après la messe de Minuit, à Noël. De nos jours, elle est servie après bénédiction à la fin de la messe de la fête patronale de la St Roch, au mois d'août.

Nom de la recette : CROUZITI ou PARPAIOUN (papillons)
[krúziti] [parpayũ]

Plante(s) utilisée(s) : Blé

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Farine
Eau
Sel

Mode de préparation :

Faire une pâte avec les ingrédients ci-dessus. L'étaler au rouleau après l'avoir laissée reposer une heure. Couper au couteau des lanières de pâte, les pincer pour former des petits "papillons".

Mode de cuisson : pochés à l'eau bouillante

Occasion et mode de consommation : cuisine quotidienne. Autrefois servis avec une sauce aux noix et du fromage ou une sauce tomate.

Nom de la recette : GANSES ou BAIJIE (Breil) - BAUIE (Tende)
[bayjye] [baujye]

Plante(s) utilisée(s) : Blé

Localité : Breil s/Roya et Tende

Ingrédients : Farine
Oeufs
Sucre
Beurre
Parfums : citron, vanille, rhum

Mode de préparation :

Mettre la farine sur la planche. Y faire une fontaine et mettre au milieu les oeufs, un peu de sucre fin, un peu de sucre vanillé, une noix de beurre, un peu de rhum, une pincée de sel, un citron râpé. Pétrir le tout pas trop dur. Etendre la pâte assez fine. Couper des rectangles de pâte, les nouer.

Mode de cuisson : Faire frire à l'huile bouillante. Il faut que les ganses soient juste dorées.

Occasion et mode de consommation :

On consomme les ganses après les avoir arrosées d'eau de fleur d'oranger et saupoudrées de sucre glacé.

Dessert de fête : on les fait à Tende pour la Noël ; à Saorge, elles figuraient jadis au repas de Carnaval, pour Noël aussi ; à Breil, on en faisait pour la fête des Conscrits, la St Antoine, les Rey, pour Noël, les fêtes familiales, Pâques...

Nom de la recette : GNOCCHI

Plante(s) utilisée(s) : Pomme de terre
Blé

Localités : Breil s/Roya et Tende

Ingrédients : Pommes de terre (vieilles)
Farine
Huile
Sel

Mode de préparation :

Faire bouillir les pommes de terre avec leur peau. Les éplucher et les passer à la moulinette. Mettre une goutte d'huile, un peu de sel. Ajouter la farine peu à peu en pétrissant. Faire une boule un peu souple. En faire des petits rouleaux qu'on débite en petits cubes. Rouler les cubes un à un sur une fourchette.

Mode de cuisson : Cinq minutes à l'eau bouillante, "un bouillon et c'est cuit"

Occasion et mode de consommation :

Consommés autrefois avec de la sauce tomate en été, de la sauce de poireaux en hiver. Aujourd'hui, avec de la viande, de la daube, de la sauce tomate, du lapin...

Plat du dimanche et des jours de fête.

Remarques : Certains laissent les petits cubes tels quels sans les rouler sur la fourchette. On ne peut utiliser que des pommes de terre vieilles, écrasées au moulin à main et non au moulin électrique.

Nom de la recette : GRATIN DE NAVETS

Plante(s) utilisée(s) : Navets
Ail
Persil

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Navets
Huile d'olive
Fromage
Ail
Persil

Mode de préparation :

On fait blanchir les navets, on les coupe en rondelles. On les égoutte, on les met dans un plat au four. Une rangée de raves, le fromage, l'ail et le persil hachés et de l'huile dessus, une autre rangée de raves, etc...

Mode de cuisson : au four

Occasion et mode de consommation :

Plat traditionnel, "les anciens faisaient comme ça". Cuisine quotidienne d'hiver. Maintenant on agrmente ce plat de petit salé, de sauce de viande,...

Nom de la recette : GRATIN DE COURGE

Plante(s) utilisée(s) : "Courge de la tourte"
Oignon
Riz

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Courge
Oignon
Riz
Huile d'olive
Fromage râpé
Oeuf

Mode de préparation :

Même préparation que la farce de la tourte (voir recette n° 35)
On coupe la courge en très petits cubes, on ajoute un oignon coupé, du riz cru, un filet d'huile, sel, poivre. On fait cuire à moitié dans une cocotte, puis on ajoute un oeuf battu et du fromage râpé. On met dans un plat à gratin et on parsème de chapelure.

Mode de cuisson : au four

Occasion et mode de consommation :

Cuisine quotidienne

Nom de la recette : LASAGNES ou LAUSAGNE

Plante(s) utilisée(s) : Blé
Pommes de terre, chou, navets, haricots...

Localité : Tende

Ingrédients : Farine de blé
Eau
Pommes de terre, chou, navets, haricots plats, ...
(suivant la saison)
Sel

Mode de préparation :

Faire une pâte avec la farine et l'eau, l'aplatir au rouleau et la couper de façon irrégulière pour former les lasagnes. Dans l'eau de cuisson, on met des pommes de terre, navets, feuilles de chou, haricots plats et peu avant que les légumes soient cuits, on rajoute les lasagnes.

Mode de cuisson : à l'eau bouillante

Occasion et mode de consommation :

On égoutte les lasagnes et on les sert dans un plat avec un peu de fromage ou du "brous". Autrefois, on mettait le plat sur une petite table et les gens s'asseyaient autour sur de petits tabourets. Tout le monde mangeait à la fourchette dans le même plat. Cuisine quotidienne, plat habituel de Tende jusqu'à la deuxième guerre mondiale.

"C'était le vrai plat de Tende et non les "sugelli", plat de La Brigue, plus riche".

Nom de la recette : MNARDOÛN DE I AIGASSE
[mnardũ de i aygase]

Plante(s) utilisée(s) : Olive
Blé
Ail
Persil

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : "Fond de l'huile" (dépôt)
Farine de blé
Ail
Persil

Mode de préparation :

"On prenait "le fond noir de l'huile d'olive", on la mettait dans la planche, on pétrissait avec la farine et on ajoutait de l'ail et du persil".

Mode de cuisson : au four

Occasion et mode de consommation :

Recette ancienne qui ne se fait plus aujourd'hui. On faisait les "mnardoun" chaque fois qu'on transvasait l'huile d'olive. Plat qui a laissé un bon souvenir : "c'était très bon, c'était de la crichente" dit une Breilloise.

Nom de la recette : MNARDOUN de pommes de terre

Plante(s) utilisée(s) : Pomme de terre
Blé
Ail
Persil

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Pommes de terre
Farine de blé
Ail et persil hachés
Un peu d'huile
Un oeuf (facultatif)

Mode de préparation :

On fait bouillir les pommes de terre avec leur peau, on les épluche et on les écrase au moulin à légumes. On pétrit les ingrédients ci-dessus comme pour faire les gnocchi. On étale cette pâte sur l'épaisseur d'un doigt. On la met sur une plaque (comme pour une tourte ou une fougasse).

Mode de cuisson : Cuit au four, communal ou du boulanger autrefois, de la cuisinière aujourd'hui

Occasion et mode de consommation :

Plat traditionnel qu'on faisait beaucoup autrefois.

Nom de la recette : MNOUITI
[mnuyti]

Plante(s) utilisée(s) : Blé

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Farine de blé
Eau

Mode de préparation :

Dans un saladier, on met la farine, on la frotte entre les mains en ajoutant peu à peu un peu d'eau de façon à former comme des grains de riz plus ou moins réguliers.

Mode de cuisson : On versait ces "mnouiti" dans la soupe de légumes et on les laissait cuire quelques minutes, ou bien on les faisait cuire dans du lait

Occasion et mode de consommation :

Plat traditionnel qui ne se fait plus aujourd'hui. Cuisine quotidienne. On les appelle "granelli" à Saorge. Le mot "mnouit" en breillois signifie "nombril".

Nom de la recette : MENOUN
[menũ]

Plante(s) utilisée(s) : Blé

Localité : Tende

Ingrédients : Farine de blé
Eau

Mode de préparation :

On mélange la farine à de l'eau en frottant entre les mains de façon à former des grumeaux plus ou moins gros. Au mieux, ils doivent être comme des grains de riz.

Mode de cuisson : On les faisait cuire dans la soupe le soir ou à midi ou dans du lait pour le petit déjeuner.

Occasion et mode de consommation :

"Plat de pauvres", fait jusqu'à la deuxième guerre mondiale et aujourd'hui abandonné. Cuisine quotidienne.

Suivant la taille des "menoun" on jugeait de l'habileté de la ménagère. A La Brigue, on employait l'expression "grossière comme un menoun" pour critiquer une femme.

Nom de la recette : NOUGAT
[nugat]

Plante(s) utilisée(s) : Noix
Noisettes
Amandes

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Noix (surtout)
Noisettes
Amandes
Miel
Feuilles d'ostie
Parfum : zeste d'orange, Rhum

Mode de préparation :

Râper un zeste d'orange dans un verre de rhum. Préparer les noix, noisettes, amandes. Les couper en petits morceaux. Mettre le miel à bouillir dans un faitout. Quand le miel est chaud, ajouter les noix, noisettes, amandes. Laisser cuire tout doucement en remuant sans arrêt. Lorsqu'une cuillerée de mélange se fige sur le bord d'une assiette, c'est cuit. Retirer du feu. Mettre le zeste d'orange et le rhum. Tourner. Très rapidement avec une louche, étaler le mélange sur les feuilles d'ostie. Couvrir d'une autre feuille. Mettre une planche par dessus avec un poids et laisser jusqu'au lendemain.

Occasion et mode de consommation :

Plat traditionnel qu'on faisait à Noël. Tradition qui existe aussi à Fontan et Saorge.

Nom de la recette : PAN D'ORDI (Pain d'orge)
[pã̃n d'oẽrdi]

Plante(s) utilisée(s) : Orge

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Orge
Eau
Sel

Mode de préparation :

On pétrissait l'orge avec l'eau et le sel, sans levure. On faisait une pâte longue qu'on coupait en tranches fines avec un fil. On mettait ces tranches sur une plaque pour les passer au four.

Mode de cuisson : au four

Occasion et mode de consommation :

Pain très dur qu'il fallait tremper pour pouvoir le manger, l'été avec une tomate; l'hiver, on le frottait d'ail avant de la tremper et on y mettait un filet d'huile d'olive, parfois un anchois.

On en faisait au moins une fois par mois. Ne se fait plus car l'orge n'est plus cultivé, sauf à Libre. Recette qui a laissé un très bon souvenir : "C'est très très bon", "c'est sain parce qu'il n'y a rien que de l'orge, de l'eau et du sel", "c'était délicieux, ça se gardait".

Nom de la recette : PANISSE

Plante(s) utilisée(s) : Pomme de terre
Blé

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Pommes de terre
Farine de blé
Huile d'olive
Eau - Sel

Mode de préparation :

Faire bouillir l'eau. Mettre à cuire les pommes de terre épluchées, coupées très fines. Quand elles sont cuites, ajouter la farine en tournant avec un bois. Il ne faut pas que ça fasse des grumeaux. Mettre un peu d'huile d'olive. Tourner jusqu'à ce que le mélange épaississe. C'est prêt "quand c'est bien épais".

Occasion et mode de consommation :

Se mange chaud avec un peu d'huile et du fromage ou avec du lait. Cuisine quotidienne d'hiver. On faisait la panisse surtout à la campagne, tout le monde mangeait ensemble dans le chaudron. On pouvait la faire en rajoutant un peu de farine d'orge. S'il en restait, le soir, on la faisait frire à la poêle.

A Libre, on fait la panisse avec de la farine de maïs, du chou et des pommes de terre.

Remarques : pour tourner la panisse, on utilise un instrument spécial, "ar mnau", un morceau de bois taillé dans du noisetier, muni d'un crochet pour le suspendre .

Nom de la recette : PANISSE

Plante(s) utilisée(s) : Blé
Courge
Pomme de terre
Poireau

Localité : Tende

Ingrédients : Farine de blé
Courge
Pommes de terre
Poireaux
Huile ou beurre
Eau - sel

Mode de préparation :

Faire cuire dans l'eau bouillante de la courge coupée fine, des pommes de terre en tranches, beaucoup de poireaux (on peut aussi les faire frire avant de les ajouter au mélange). Quand tout est cuit, on jette peu à peu de la farine en tournant avec un bâton en bois. Rajouter à la fin un peu d'huile ou de beurre.

Mode de consommation :

Se mange tel quel avec du fromage ou avec du lait. Le reste de panisse est frit dans l'huile pour le repas du soir.

Remarques : Recette traditionnelle faite surtout par les bergers. Autrefois, on faisait la panisse à Tende avec un mélange de farine de blé et de farine de gesse.

Nom de la recette : PISSALADIERE

Plante(s) utilisée(s) : Blé
Oignon
Tomate
Thym - laurier

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Farine de blé
Levure
Lait - sel
Beurre
Huile
Oignons
Sauce tomate
Anchois
Thym -laurier

Mode de préparation :

Pour pétrir on met de la farine, de la levure de boulanger, du lait, un peu de beurre, un peu d'huile. Il faut que la pâte reste bien souple. On laisse lever la pâte. Pendant ce temps, on prépare la sauce : on fait cuire tout doucement l'oignon. On prépare une sauce tomate en y ajoutant thym, laurier, anchois. On étend la pâte et on la recouvre avec les oignons et la sauce tomate.

Mode de cuisson : au four

Occasion et mode de consommation :

Cuisine quotidienne, l'été. C'est un plat complet "on dîne avec ça".

Remarques :

La pissaladière n'est pas considérée comme un plat local car on en trouve partout : "la pissaladière, ils en font à Paris". A Libre, on fait la pissaladière "verte" avec de la blette et de l'oignon.

Nom de la recette : POLENTA

Plante(s) utilisée(s) : Maïs

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Farine de maïs
Eau - sel
Fromage

Mode de préparation :

Jeter en pluie la farine dans l'eau bouillante salée et tourner avec une spatule en bois jusqu'à ce que ce soit cuit (40 minutes environ).

Occasion et mode de consommation :

La polenta ne se mange pas dans une assiette mais à même la grande planche en bois, le "taiau" où on étale la polenta à l'aide d'une cuillère trempée dans la sauce. On verse ensuite la sauce dessus. Chacun mange en se découpant des portions sur la plaque, après y avoir ajouter du fromage.

C'est une recette de la cuisine quotidienne. On la sert avec une sauce aux poireaux, une sauce tomate ou, aujourd'hui, de la daube. Autrefois, il était de tradition de la servir le Mercredi des Cendres avec une sauce aux poireaux et des anchois ou bien avec du fromage et une crème d'anchois.

Remarques : pour tourner la polenta on utilise "ar mnau", un bâton en forme de crochet, en général en noisetier.

La polenta se fait dans toute la vallée. A Tende, on mélange farine de maïs et farine de blé.

Nom de la recette : QUIQUE
[kɪke]

Plante(s) utilisée(s) : Blé
Blette

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Farine de blé
Blette
Huile
Sel

Mode de préparation :

Couper la blette bien fine. Mettre du sel pour faire rendre l'eau. Faire la pâte : mettre les blettes sur la planche avec la farine autour, un peu de sel et un peu d'huile. Pétrir. La pâte doit rester bien souple. Etaler la pâte au rouleau et couper les "quique" en lamelles (un peu comme des nouilles).

Mode de cuisson : A l'eau bouillante

Occasion et mode de consommation :

Cuisine quotidienne. On sert les "quique" avec une sauce tomate ou à la viande.

Remarques : Certaines personnes font préalablement bouillir les blettes mais cette pratique est considérée comme "pas breilloise". A Tende, les "quique" se font aussi mais elles sont roulées à la main et non aplaties (CF. les "Merda di can" à Nice).

Nom de la recette : RAVIOLI

Plante(s) utilisée(s) : Blette ou épinard
Blé

Localité : Breil s/ Roya

Ingrédients : Farine
Sel - eau
Huile
Blette
Oeufs
Fromage
Viande

Mode de préparation :

Faire une pâte avec la farine, l'eau et un peu d'huile. La laisser reposer. Faire blanchir légèrement les blettes, les hacher après les avoir bien pressées. Préparer une daube avec de la viande de boeuf, un oignon, du vin, un bouquet garni. Laisser cuire 3 h. Mélanger la daube hachée avec les blettes, deux oeufs battus, sel, poivre et fromage râpé. Etaler la pâte au rouleau et y déposer des petits paquets de farce de la grosseur du pouce. Couvrir d'une autre feuille de pâte et découper les raviolis.

Mode de cuisson : Faire cuire 10 minutes à l'eau bouillante salée puis égoutter.

Occasion et mode de consommation :

Mettre du fromage dessus et servir avec le jus de la daube. Les raviolis se faisaient pour les grandes occasions : surtout à Noël, le 15 août, pour un mariage, un baptême, pour Carnaval. Aujourd'hui pour un repas de fête.

A la Stacada, c'est un plat de raviolis que le Bayle et ses acolytes sont en train de manger quand les paysans révoltés les surprennent.

Remarques : On fait les raviolis soit carrés, découpés à la roulette, soit fermés à la main en forme d'anneau ou de bonnet d'évêque.

Nom de la recette : RAVIOLI

Plante(s) utilisée(s) : Blé
Chou vert frisé
Ail - persil

Localité : Tende

Ingrédients : Farine
Eau - sel
oeuf (facultatif)
Viande (daube ou rôti)
Chou
Fromage
Oeuf
Sel-poivre
Ail- persil

Mode de préparation :

On fait une daube ou un rôti. On ajoute le chou, le fromage, un oeuf, sel, poivre, ail, persil. On hache le tout très menu. (Le chou a été préalablement blanchi et bien égoutté). La farce doit être consistante, pas mouillée. On fait une pâte avec la farine, l'eau, le sel. Etaler au rouleau. Couper des ronds. Mettre la farce sur la moitié des ronds. Plier en deux chaque rond et le retourner pour former un petit chapeau.

Mode de cuisson : à l'eau bouillante.

Occasion et mode de consommation :

"Plutôt pour une fête car il faut beaucoup de temps pour les faire" : pour le Jour de l'An, la Noël, Carnaval, Pâques, une fête familiale, le 21 septembre, le 15 août, la St Eloi (fête des muletiers).

Nom de la recette : SAUCE AUX NOIX

Plante(s) utilisée(s) : Noix
Ail

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Noix
Ail
Huile d'olive

Mode de préparation :

On pile les noix. On fait roussir de l'ail dans l'huile puis on ajoute les noix pilées.

Mode de consommation :

Sauce servie avec les pâtes. Cuisine quotidienne.

Remarques : Plus personne ne fait cette recette aujourd'hui.

Nom de la recette : SAUCE DE POIREAUX

Plante(s) utilisée(s) : Poireau

Localité : Breil s/Roya et Tende

Ingrédients : Poireaux
Huile d'olive
Sel

Mode de préparation :

Couper les poireaux en petits morceaux. Les faire cuire dans l'huile à petit feu en évitant qu'ils roussissent.

Mode de consommation :

Cuisine quotidienne. On faisait la sauce de poireaux surtout en hiver pour accompagner la polenta, les gnocchi de pommes de terre.

Remarques : Ne sa fait plus aujourd'hui.

Nom de la recette : SOUPE A L'ERBETTA

Plante(s) utilisée(s) : diverses plantes sauvages

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : "Sandrau"
"Cardella"
Epinards sauvages
Cimes de ronce
Coquelicot avant floraison
Jeunes pousses de Lilas d'Espagne
Etc...
Oeufs
Fromage

Mode de préparation :

Faire bouillir toutes ces herbes dans beaucoup d'eau pour faire une soupe. Lorsque c'est cuit, avant de servir, on bat 2 oeufs avec du fromage râpé et on les verse dans l'eau bouillante. On laisse cuire quelques instants puis on sert.

Occasion et mode de consommation :

Soupe faite à la campagne au printemps. On peut y mettre aussi pommes de terre et poireaux, on ne met pas alors le fromage et les oeufs.

Remarques : Peu de personnes à Breil connaissent et font cette recette mais on peut penser qu'elle était courante autrefois. Bois citant Mattiolo (voir biblio.) parle de la "Minestra d'er-bette", "fameuse soupe printannière aux herbes sauvages très appréciée des Piémontais" dans laquelle entreraient 64 espèces de plantes locales. Risso (1826) : "L'entian sauvage est le nom d'un composé des premières tiges et feuilles de papaver rhoeas, picridium vulgare, brassica oleracea, cichorium endivia, hyeracium sanctum, raphanus raphanistrum, sonchus oleraceus, scabiosa vulgaris, taraxacum officinale, (...) que les pauvres gens mangent bouilli pendant l'hiver jusqu'au milieu du printemps et principalement dans les années de disette" (p.375)

Nom de la recette : SOUPE A L'ERBETTA

Plante(s) utilisée(s) : Blette

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Blette
Vermicelles
Oeufs
Fromage

Mode de préparation :

Faire bouillir de l'eau. Couper la blette et la mettre dans l'eau avec les vermicelles. Lorsque c'est cuit, avant de servir, on ajoute deux oeufs battus. Rajouter du fromage râpé dans l'assiette.

Occasion et mode de consommation :

On faisait cette soupe en mai, "quand il y avait les blettes nouvelles et qu'il n'y avait pas d'autres légumes".

Remarques : On peut aussi mettre de la bourrache, des épinards ou d'autres plantes. Ne se fait plus aujourd'hui.

Nom de la recette : SOUPA CHIARA ou AIGA BUIA

Plante(s) utilisée(s) : Ail
Sauge

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Deux ou trois gousses d'ail
Huile d'olive
Sauge
Pâtes à potage
Deux oeufs

Mode de préparation :

On écrase deux ou trois gousses d'ail qu'on met à cuire dans l'eau avec quelques feuilles de sauge. Quand l'eau bout, on ajoute une "raiade" (un filet) d'huile, des pâtes et deux oeufs battus qu'on verse doucement en remuant.

Occasion et mode de consommation :

Consommée après une fête ou un gros repas pour digérer.

Remarques : certaines personnes ne mettent pas de sauge dans la soupe.

Nom de la recette : SUGELLI

Plante(s) utilisée(s) : Blé

Localité : Tende, Breil, La Brigue...

Ingrédients : Farine de blé
Sel - eau
Un peu d'huile

Mode de préparation :

Faire une pâte avec les ingrédients ci-dessus. Pétrir à la main ou à la fourchette. Quand la pâte est prête, la laisser reposer. Puis on la roule à la main, on fait des petits rouleaux de pâte qu'on découpe en petits dés. On écrase chaque dé avec le pouce en rajoutant un peu de farine, de façon à pouvoir former des plis à la surface.

Mode de cuisson : A l'eau bouillante

Occasion et mode de consommation :

Cuisine quotidienne. Les "sugelli" sont servis avec une sauce au brous (fromage frais) et à l'ail dans le haut de la vallée. Dans l'eau de cuisson on met des navets, du chou, des pommes de terre... Aujourd'hui, on les sert plutôt avec une sauce tomate, du lapin ou une sauce à la viande. On ajoute également du fromage râpé. Tradition de la Haute Roya, les "sugelli" sont réputés originaires de La Brigue mais on les fait dans toute la vallée. A Tende, on dit que "c'est le plat national".

Remarques : Tout le secret de la réussite des "sugelli" réside dans le coup de pouce pour leur donner leur forme particulière : arrondie, plate et plissée, "comme une oreille ou un chapeau". Plus on réussit à faire de plis, meilleurs ils sont.

Nom de la recette : TOURTA DOUCA
[túrta dúsa]

Plante(s) utilisée(s) : blé
fruits

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Farine de blé
Sel - Sucre - Sucre vanillé
Deux oeufs
Levure
Huile d'olive
Beurre - un peu de lait
Confiture ou pommes

Mode de préparation :

Faire un puits dans la farine, y mettre une pincée de sel, une cuillère à soupe de sucre, deux jaunes d'oeuf. A part, faire tiédir légèrement trois cuillerées de lait et la valeur d'un oeuf de beurre . Verser sur les jaunes, ajouter le sucre vanillé et la levure. Tourner avec la main en rajoutant un peu d'huile. Rajouter les blancs d'oeuf montés en neige pas trop ferme. "Faire ramasser" tous les ingrédients en tournant toujours dans le même sens. A la fin, si c'est sec, mettre un peu d'huile. Huiler la plaque. Etaler la pâte à la main, couvrir de confiture ou mettre des quartiers de pommes. Décorer de croisillons de pâte.

Mode de cuisson : au four

Occasion et mode de consommation : Recette traditionnelle breilloise : plat de fête ou dessert du dimanche.

Remarques : beaucoup de personnes ne mettent plus d'huile d'olive dans cette tarte car son goût est jugé trop fort. Pour d'autres au contraire, "c'est l'huile d'olive surtout qui fait son bon goût"

Nom de la recette : Tourte de blette ou d'épinards

Plante(s) utilisée(s) : Blette ou épinard
Blé

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Farine de blé
Eau - sel
Huile
Blette ou épinard
Oeufs
Fromage râpé
Fromage doux
Lait (facultatif)

Mode de préparation :

Faire la pâte avec la farine, l'eau, le sel et un peu d'huile. Couper les blettes ou les épinards (ne pas faire cuire). Y incorporer un oeuf ou deux, du lait, le fromage, sel, poivre. Etaler la pâte dans un moule. Remplir de cette farce. Recouvrir d'une autre feuille de pâte. Huiler un peu le dessus et piquer avec une fourchette.

Mode de cuisson : au four ; autrefois cuite au four du boulanger ou au four communal, à même la dalle

Occasion et mode de consommation :

Cuisine quotidienne. On en faisait une fois par semaine.

Remarques : Autrefois, on mettait du brous frais qu'on allait acheter chez les bergers. On met aujourd'hui des carrés de Gervais. On mélangeait parfois de la bourrache ou des orties aux blettes, au printemps.

Nom de la recette : TOURTE DE COURGE

Plante(s) utilisée(s) : Courge
Oignon
Blé
Riz

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Courge
Riz
Fromage râpé
Un oignon cru
Sel - poivre
Farine
Eau - sel - huile

Mode de préparation :

Faire une pâte ordinaire avec farine, sel, eau et un peu d'huile. La laisser reposer. Couper la courge en petits dés et mélanger courge, oignon, fromage, riz, sel, poivre, le tout cru. Etendre la pâte au rouleau, très fine. La garnir de farce. Couvrir d'une autre feuille de pâte. Huiler un peu le dessus et percer des trous pour que la tourte ne gonfle pas.

Mode de cuisson : Au four très chaud. Autrefois au four communal puis au four du boulanger.

Occasion et mode de consommation :

Cuisine quotidienne. On la fait surtout en hiver, une fois par semaine. Aujourd'hui certaines personnes la font en été avec des courgettes mais en principe, la tourte ne peut se faire qu'avec la "courge de la tourte". Considérée comme un plat spécifiquement breillois.

"Plat complet", lorsqu'on en faisait autrefois, on ne mangeait rien d'autre. Aujourd'hui, on la sert plutôt en entrée.

Nom de la recette : TOURTE DE LA BRIGUE ou TARTIFOULOUSA

Plante(s) utilisée(s) : Pomme de terre
Poireau
Courge
Chou
Blé

Localité : La Brigue

Ingrédients : Pomme de terre
Poireau
Courge
Chou
Lait
Fromage râpé
Farine de blé
Eau - sel - huile

Mode de préparation :

"Vous faites bouillir des pommes de terre, vous les passez à la moulinette, vous y mettez un peu de lait dedans puis vous les mettez à refroidir. Vous hachez du poireau, de la courge, du chou crus et vous mélangez ça avec le fromage râpé. Vous faites la pâte, la feuille, vous mettez la farce dessus et puis une autre feuille dessus. Avec une fourchette ou un ciseau, on fait des trous et on met un peu d'huile".

Mode de cuisson : au four

Occasion et mode de consommation :

Cuisine quotidienne. "C'est un plat complet, il y a tout... On faisait des planches grosses comme ça et on mangeait que ça".

Remarques : avant, on ne mettait pas de chou dans la farce.

Nom de la recette : TOURTE DE POMMES DE TERRE

Plante(s) utilisée(s) : Courge
Pomme de terre
Poireau
Oignon
Blé

Localité : Tende

Ingrédients : Courge
Pomme de terre
Poireau
Oignon
Sel - poivre
Huile
Lait
Fromage râpé
Farine de blé - eau - sel

Mode de préparation :

Faire cuire les pommes de terre à l'eau. Les écraser en purée. Dans une poêle, faire revenir dans l'huile, du poireau coupé en petits morceaux et l'oignon. Quand tout est cuit, ajouter le poireau et l'oignon aux pommes de terre, mettre la courge crue coupée en petits dés et bien du fromage. Saler, poivrer et bien mélanger. Faire la pâte avec de la farine, de l'eau et un peu d'huile. L'étaler au rouleau. La mettre dans une tourtière. Remplir de farce, couvrir de pâte. Mettre un peu d'huile et piquer le dessus avec une fourchette.

Mode de cuisson : au four. Autrefois, mise directement dans le four à pain, sans tourtière.

Occasion et mode de consommation :

On la faisait les jours où on cuisait le pain. Considérée comme "une spécialité de Tende".

Nom de la recette : TOURTE DE POMME DE TERRE

Plante(s) utilisée(s) : Pommes de terre
Poireaux
Blé

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Farine de blé
Eau -sel - Huile
Pommes de terre
Poireaux
Fromage râpé
Lait

Mode de préparation :

Faire bouillir les pommes de terre, les tourner au moulin à légumes. Faire frire les poireaux. Quand ils sont cuits, les ajouter aux pommes de terre, mettre une grosse poignée de fromage, le lait, sel, poivre. Mélanger bien. Il faut que le mélange soit onctueux. Faire la feuille de pâte. L'étaler au rouleau. Mettre la farce. Recouvrir de pâte. Mettre un peu d'huile dessus et percer des trous à la fourchette.

Mode de cuisson : au four

Remarques : Plat d'hiver. On fait de la même façon les "bourse" mais on découpe la pâte en gros rectangles et on fait frire (voir fiche n°4).

Nom de la recette : TOURTE A LA TOMATE

Plante(s) utilisée(s) : Blé
Tomate
Ail - persil
Oignon
Basilic

Localité : Breil s/Roya

Ingrédients : Farine de blé
Eau - sel - huile
Tomates
Trois oeufs
Ail - persil - basilic - oignon
Fromage

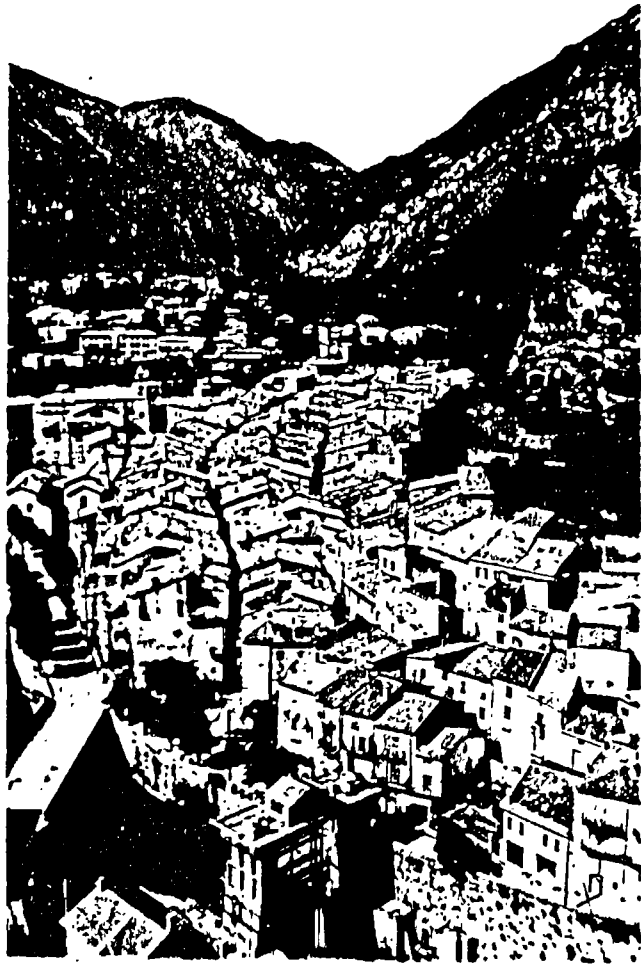
Mode de préparation .:

Eplucher les tomates, les couper très fines, les mettre dans une passoire pour qu'elles égouttent. Rajouter trois oeufs, beaucoup de fromage râpé, de l'ail et du persil hachés fin, un peu d'huile, un bouquet de basilic et un oignon coupé fin. Faire une pâte avec la farine, l'eau, le sel et un peu d'huile. L'étaler au rouleau, garnir de farce et couvrir de pâte. Huiler légèrement le dessus et percer des trous avant d'enfourner.

Mode de cuisson : au four

Occasion et mode de consommation :

Cuisine quotidienne, l'été.

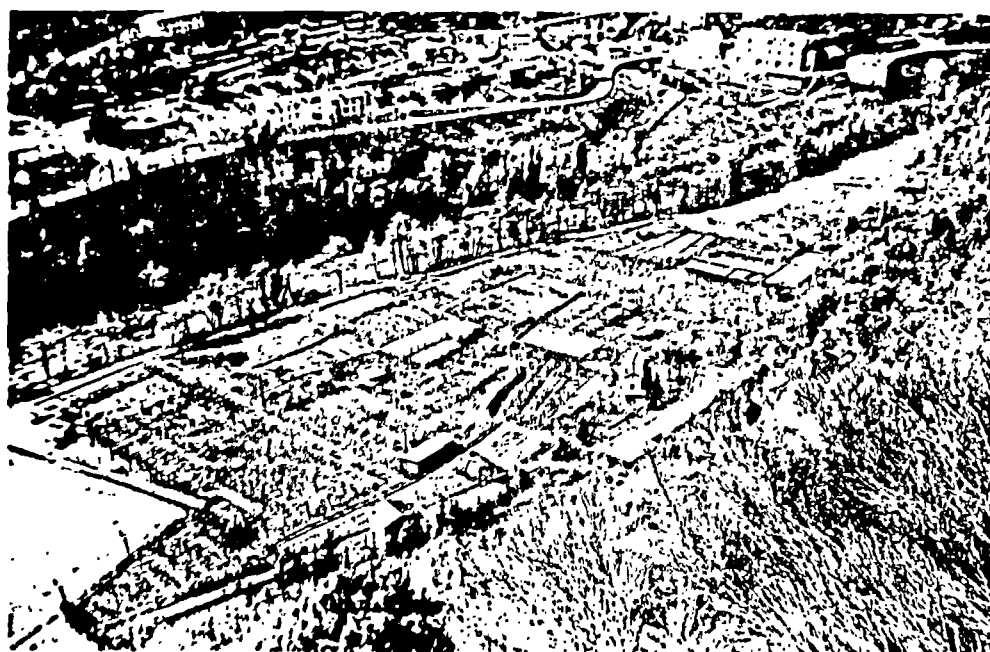


1- BREIL S/ROYA - vue générale
à droite, les séchoirs à figues de
Casté.



2- TENDE - vue générale

BREIL S/ROYA

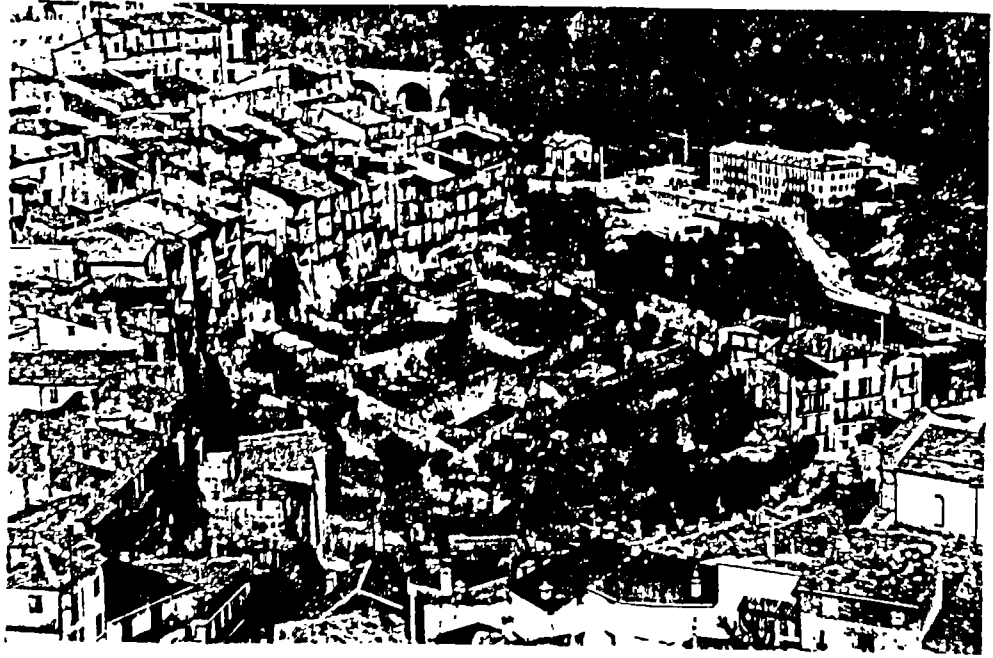


3- Les jardins potagers, "cairoun", de l'Eigara



4- Une "campagne" : la Pinea

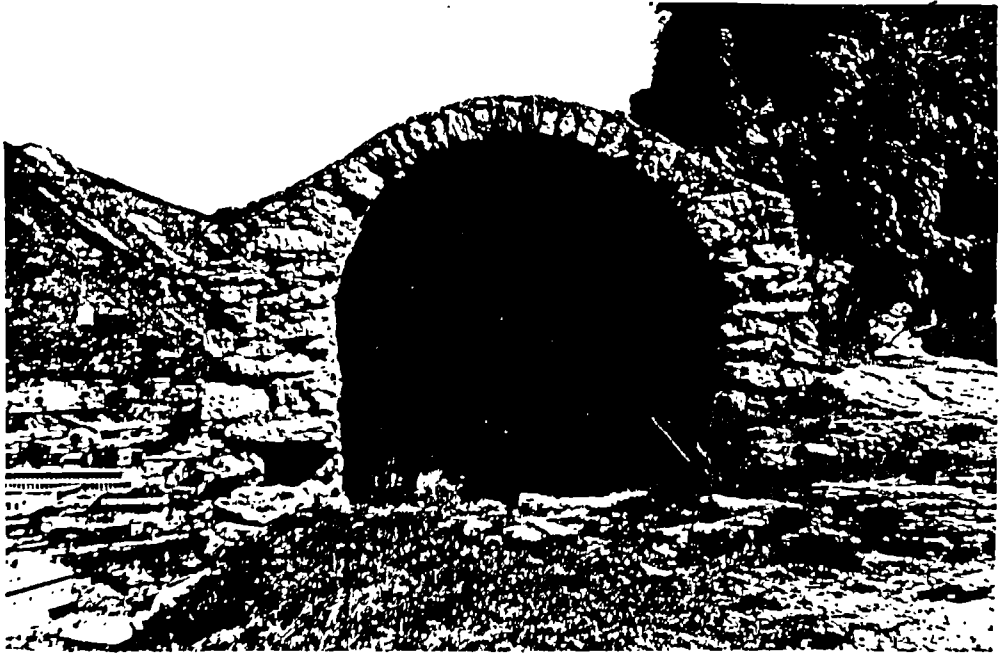
TENDE



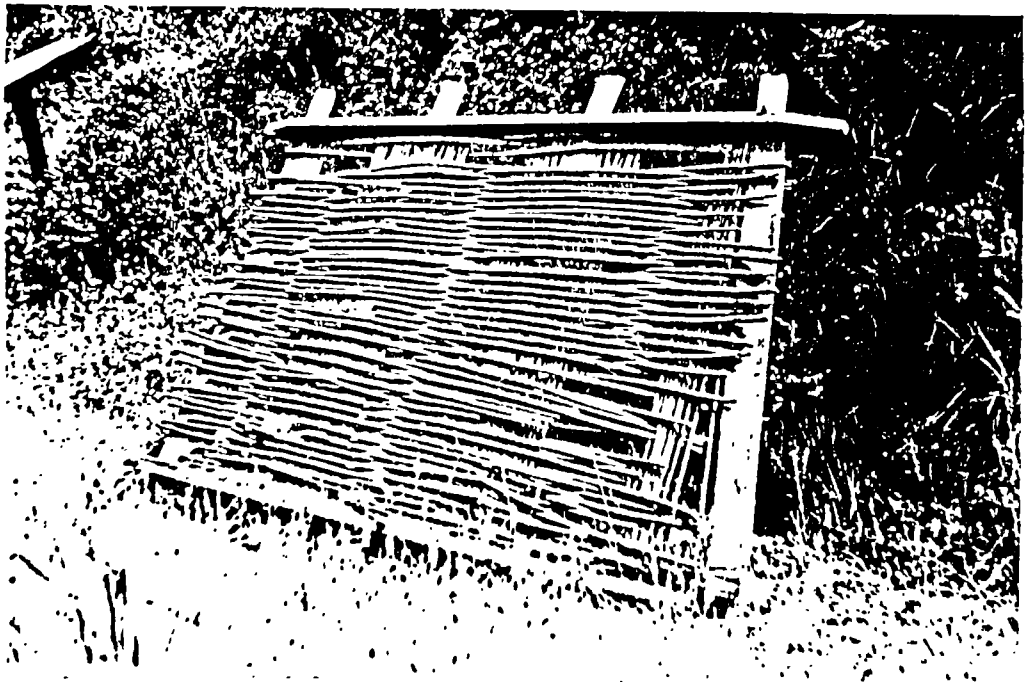
5- Les jardins au centre du village



6- Les jardins du Riou



7- Construction pour abriter les séchoirs à figues au Casté



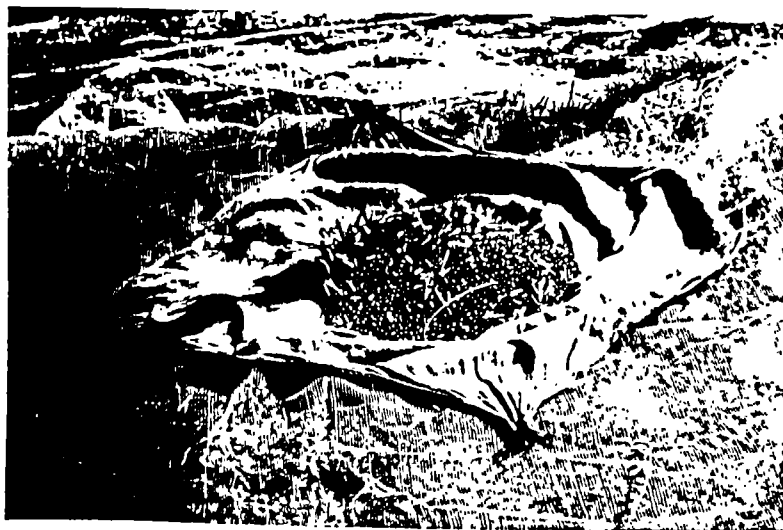
8- Claie pour sécher les figues



9- Les filets sous les oliviers



10- Ramassage des olives dans les filets

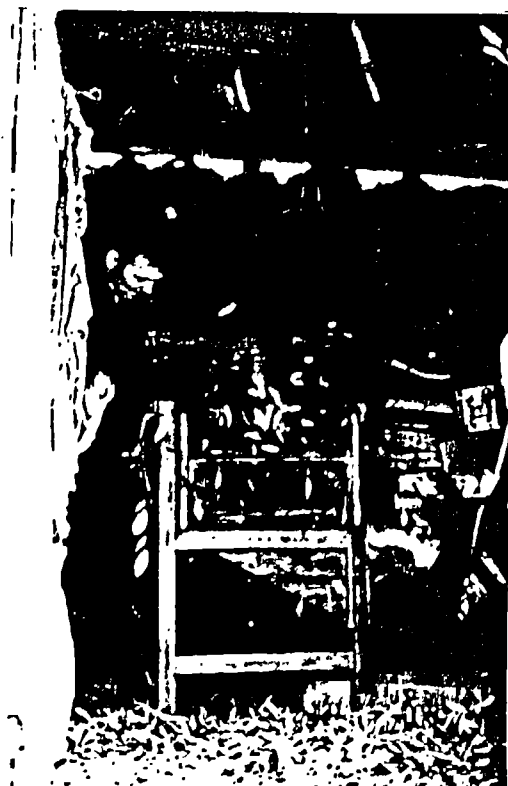


11- Olives prêtes au transport

BREIL : LA RECOLTE DES OLIVES



12- Le gaulage des olives



13- Vannage avec un tarare

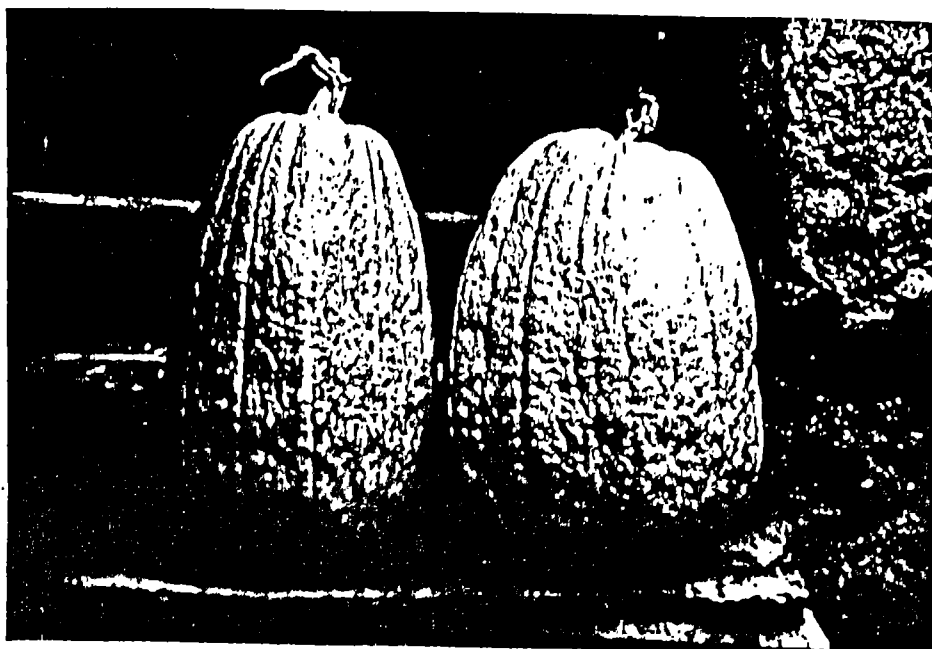


14- L'ancien moulin à huile de Breil

BREIL : LA "COURGE DE LA TOURTE"



15-



16-