

*Panegyrique d'une espèce en voie de disparition
ou réhabilitation d'un mets de base de notre province :*

La soupe forézienne

Le mot soupe vient de l'allemand Supp : potage et le mot potage du latin potagium, du radical potus, boisson ou potare, boire. La base du potage est le liquide appelé bouillon. La soupe est faite de bouillon de légumes ou de viandes versé sur des tranches de pain ou des farineux. Ce mets est servi au début du repas ou en constitue l'essentiel. Le potage est constitué de bouillon où sont cuits du riz ou des pâtes. Le comte Benjamin de Rumfort né aux Etats-Unis en 1753, mort en 1814, créa la "soupe économique composée de légumes variés nourrissants et bon marché" distribuée aux pauvres. Ce fut le début des soupes populaires qu'on appelait à l'époque "soupe à la Rumfort".

Il y a environ 70 à 80 ans le plat de résistance des habitants de la campagne et de nos villes était la soupe. A Saint-Etienne, dans les quartiers ouvriers, lorsque venait le soir, les gens sortaient sur le pas de leur porte, avec leur chaise ou bien s'asseyaient sur une marche d'escalier face à la rue. Armés de leur pittoresque "bichon" rempli de soupe, ils savouraient en causant ce dernier repas de la journée.

A la campagne, sur le seuil de la cuisine, le maître lançait la phrase : "A la soupe !... et venaient alors les grands et petits valets, les bouviers et le berger s'installer autour de la table pour la "soupe" du soir. La maîtresse du domaine et les servantes servaient les hommes mais ne partageaient pas le pain à la même table. Elles mangeaient à part, sur une petite table, veillant à ce que rien ne manque au repas des travailleurs.

*
* *

Pour préparer ce mets venu du fond des âges on prenait la marmite destinée à cet usage qui contenait la quantité nécessaire au repas de la maisonnée. Dans l'eau froide et salée on mettait des pommes de terre éplu-

chées et coupées en menus morceaux avec des légumes de saison. De l'automne au printemps les poireaux étaient de rigueur une bonne partie du temps. Lorsque la soupe était cuite on écrasait les légumes avec une fourchette sur l'écumoire. Ce bouillon conservait ainsi toute la qualité visuelle et savoureuse des éléments qui le composaient. A la même époque on écrasait aussi les légumes avec un pilon de bois ou le presse-purée. Celui-ci conserve son utilité jusqu'au moment de l'apparition du moulin à légumes vers 1950-1952. Si la soupe y a gagné en velouté elle y a perdu sa saveur originelle. La soupe était prête à être consommée avec un peu de beurre ajouté au moment de la servir.

On avait préparé à l'avance de minces tranches de pain dont on remplissait à moitié la soupière. A la maison, ma mère mettait les tranches de pain dans des bols. Chacun avait son bol suivant l'appétit que commandait ce plat de résistance. Au moment de passer à table, la maîtresse de maison trempait la soupe. Elle versait avec la louche le mélange bouillant dont l'odeur stimulante emplissait la cuisine, sur les tranches de pain. La mie de pain s'amollissait dans le bouillon fumant,

tandis que la croûte dorée répandait un parfum mêlé de légumes et de pain rôti. C'était le plat important de la fin du jour avec du fromage ou de la confiture. De temps en temps on y ajoutait un œuf à la coque ou des restes du repas de midi.

Bien sûr, les mois d'automne et d'hiver voyaient apparaître les **soupes de courge**. Préparées avec des pommes de terre ou du riz, ces énormes potirons dorés de la plaine du Forez étaient un régal, agrémentés de lait ou de crème. La **soupe de raves** et de pommes de terre avait son époque. On disait avec humour qu'à la ferme de l'Isle (à Boisset-lès-Montrond) on mangeait au même repas : des raves à la soupe, des raves à la poêle et des raves cuites au four !...

Lorsque arrivait le mois de mars les pissenlits qu'on appelle chez nous *barabans* pointaient leurs feuilles lancéolées dans les prés. Les taupinières surtout, et les fagotiers, recelaient ces délicieux légumes dont la tige blanche était si tendre. On remplaçait alors les poireaux par des *barabans* dont le parfum avait un goût de renouveau.

A cette panoplie variés j'ajouterai la **soupe de pois secs**¹. Lorsque les haricots avaient fini leur croissance et que les plantes garnies de gousses étaient sèches, on les mettait au grenier. En hiver on battait les pois, les grains couleurs d'ivoire ou bien ronds comme des perles étaient mis en sac et à l'abri des charançons, ces insectes mal-faisants qui en faisaient leur logis et leur nourriture. On faisait alors de la soupe de pois (cocos ou riz) extrêmement nourrissante et savoureuse avec du lait ou de la crème.

Octobre et novembre amenaient les châtaignes. On se régalaient de la **soupe de châtaignes**. Cuits à l'eau ces petits fruits bruns et lisses étaient épluchés par toute la famille réunie autour de la table. On en remplissait nos bols que l'on couvrait ensuite de lait, trait fraîchement du soir. Bien sûr, les plus adroits aidaient les retardataires ! Car si

la première pelure s'ôtait facilement, la deuxième, duveteuse et fragile, était difficile à sortir, surtout si elle s'était logée à l'intérieur du fruit ! Parfois, souvent même, c'était le travail de l'aïeule qui pouvait passer une heure ou deux à ce méticuleux épluchage !

En été, à la période des fenaisons ou des moissons, après une grande journée de labeur au soleil, on faisait une **trempotte**. Cette soupe particulièrement rafraîchissante se faisait ainsi. Dans un grand bol on mettait deux ou trois morceaux de sucre à dissoudre dans un peu d'eau (un grand verre). On y versait ensuite un peu de vin de pays... ce vin, de chez nous, pas très capiteux, mais bien frais. Puis on y faisait tremper des tranches de pain. Imbibées de ce liquide sucré et parfumé, les tranches de pain ordinaire étaient un délice !... Certains, au lieu du vin préféraient utiliser du lait froid, non sucré... La **soupe de pain et de lait** était l'unique nourriture du soir.

Je n'aurai garde d'oublier la **soupe aux choux** faite avec des choux cabus ou des cœurs de bœuf (nommés ainsi à cause de leur forme), des pommes de terre et un morceau de lard, elle servait de support à toutes les fatigues de la journée.

La **soupe aux vermicelles** étaient réservée au dimanche. Là encore ce n'était pas le potage actuel. On faisait cuire le vermicelle dans l'eau salée, on y ajoutait un peu de beurre et on versait ce bouillon sur les tranches de pain, dans la soupière ou les bols.

Quant aux **panades**, ces soupes de pain rassis, cuit et mijoté sur le fourneau, c'était presque une spécialité réservée aux grands-parents et aux jeunes enfants. En quelque sorte le pain était présent à tous les repas de notre existence. Ce pain, que l'on entamait avec respect, après y avoir tracé de la pointe du couteau un signe de croix pour remercier Dieu du pain quotidien... Ce pain que l'on ne posait jamais à l'envers sur une table parce *qu'on ne gagne pas son pain en étant couché*...

Lorsqu'on faisait cuire un pot-au-feu, que l'on appelle en Forez un **bouilli** et qui

¹ En Forez comme dans de nombreuses provinces de France on nomme "pois" les petits pois et aussi les grains de haricots secs.

était la nourriture du dimanche de Pâques par excellence, on prélevait du bouillon qu'on servait au début du repas comme apéritif. Ce bouillon parfumé était couvert d'yeux dorés et tremblants que l'on poursuivait du bout de la cuillère... On y ajoutait une légère rasade de vin rouge, une pincée de poivre. C'était un prélude revigorant aux festivités culinaires de la fête pascale.

Lorsqu'on consommait du bouillon gras de pot-au-feu, la rasade de vin et le poivre ajouté à cette finale s'appelait "faire chabrot". Lorsque les hommes s'étaient régalés de cette apothéose, ils se lissaient les moustaches avec une satisfaction qui me laissait ravie !...

On prépare encore en pays forézien la **soupe à l'oignon** qui est la soupe des "après-festivités", utile pour se ragaillardir et alléger l'organisme après un banquet copieux et trop arrosé ! Et aussi la **soupe aux orties**, la plus économique de nos soupes. Elle se prépare avec des pommes de terre et de jeunes orties bien vertes et bien tendres. La saveur à la fois poivrée et épicée de cette plante devient veloutée grâce aux pommes de terre qui apportent leur douceur féculente.

Le bouillon de poule, c'est-à-dire le bouillon parfumé d'un bouquet garni et d'un poireau où l'on avait mis à cuire une poule était d'un goût plus fin, et réservé aux accouchées, les mamans, autrefois, mettaient leurs enfants au monde, dans la maison familiale.

Ce bouillon-là, augmenté d'une cuillerée de vin, était un remontant apprécié et qui ne contrariait pas la "montée de lait" des

futures nourrices. On y mettait cuire parfois, pour l'épaissir, du tapioca ou du vermicelle.

Et si je vous parlais de la **soupe des mariés**. Concoctée par les garçons et les demoiselles d'honneur de la noce, elle était servie au réveil des nouveaux époux, le lendemain matin, en grande liesse !...

Il fallait trouver le lieu où avait eu lieu leur premier sommeil conjugal... et tous les jeunes leur portaient le mélange de champagne, biscuit, chocolat dans un pot de chambre neuf !... Après qu'ils avaient goûté cette soupe de leurs noces, toute la bande partageait les restes dans l'allégresse...

*
* *

Voilà un bel éventail de nos soupes d'hier... La diététique et les régimes spécialisés ont changé les habitudes que nos parents avaient gardées et qu'on a conservé aussi longtemps que possible. Mais enfin, aujourd'hui, avec les impératifs de la vie moderne, une jeune femme a-t-elle encore le temps d'élaborer ces mystérieux bouillons qui nous ont servi à fabriquer muscles, cerveau et cœur... C'était pourtant encore cela les racines de notre province et le patrimoine d'amour de nos parents.

Car, comme le faisait si bien dire Molière à un de ses personnages :

Je vis de bonne soupe et non de beaux langages.

Marie Grange

*La soupe est délicieuse, la soupe est nourrissante
La soupe peut allumer votre feu intérieur
La soupe peut être chaude ou froide, épaisse ou claire
La soupe est saine, légère, stimulante.
... presque tout le monde en convient*

Bernard Clayton Fils

Barscz

(recette polonaise pour 4 personnes)

Après avoir lavé et épluché des betteraves rouges, coupez-les en rondelles et laissez-les macérer dans de l'eau tiède pendant 3 jours. Mettez ensuite dans une grande marmite :

500 g de boeuf,
125 g de porc,
100 g de champignons,
un oignon,
un poireau,
une carotte,
un céleri
5 cuillérées de jus de betteraves.

Faites cuire 2 heures. Ajoutez une grande louche de jus de betterave et faites bouillir 20 minutes. Avant de servir jetez dans le bouillon 2 blancs d'oeufs battus. Le bouillon sera alors limpide comme un vin clair. Ce bouillon se sert avec de petits raviolis à la viande ou aux herbes et de la crème fraîche !

Bon appétit !...

Ouvrages consultés :

- Marguerite Gonon (sous la direction de) *Coutumes de mariage en Forez*, CNRS Lyon, Centre d'études foréziennes, St-Etienne, 1979.
- *Les bonnes soupes du Monastère* (Edition de l'homme, Transcontinental impression, imp. Gagné, Canada).
- *Encyclopédie de la grande et petite cuisine* (Club de la Femme, bd St-Germain, Paris 7^e, 3^e trimestre 1959).

(extrait de *Village de Forez* n° 89-90 d'avril 2002)