

Journée Découverte à la Ferme de Trielle 29 juillet 2016



Conférence : « Les plantes sauvages dans la cuisine paysanne traditionnelle »

Le patrimoine culturel de l'Auvergne, c'est aussi ses recettes culinaires régionales dont l'origine est très lointaine. Sous les noms patois, diverses espèces de légumes sauvages sont encore glanées dans la nature, au printemps : les responsous, les moureyous et autre pissenlit et aspergette font les délices des gourmets connaisseurs qui ont été enseignés par les anciens. Tour d'horizon de ces plantes sauvages comestibles et de leurs usages traditionnels: les conditions de récolte et de préparation ne sont pas le fruit du hasard et demandent d'être initiés. Aujourd'hui des légumes cultivés ont souvent pris le relais des « herbes sauvages » dans les farcis verts, mais les archives attestent une proportion importante de plantes sauvages dans l'alimentation paysanne depuis le Moyen-Age. L'origine du mot « blette » semble attester cet héritage. Faisant le parallèle avec les pratiques d'autres régions, l'utilisation des légumes sauvages apparaît universelle et si l'on en croit les résultats de l'ethnobotanique, le régime crétois permet de retrouver des usages disparus sur le continent, qui seraient responsables de la fameuse longévité des insulaires. Revenir à leur usage dans la cuisine moderne sans nostalgie, ni excentricité, ...pourquoi pas ? et... pourquoi faire ? Proposition de quelques pistes en faveur de la santé individuelle et de la protection de l'environnement.