

LES RICHESSES DU TERROIR PHOCÉEN

Le Languedoc-Roussillon, la Provence et la vallée du Rhône

Découvrons les paysages du littoral dans l'arrière-pays de Marseille : la nature est belle et généreuse même si les parties sauvages paraissent arides. Marseille ne se résume pas à ses plages, ses îles, ses calanques, ses spécialités. Des différences, il y en a beaucoup entre la côte marseillaise et toulonnaise, la Côte d'Azur touristique, le Languedoc viticole, le Roussillon des primeurs et des anchois, le vieux comté de Nice, profondément marqué par sa parenté italienne. Marseille a su aussi transmettre à ses habitants, citoyens de la plus vieille ville de France, une identité... Le terroir a aussi inspiré l'art et les plus grands artistes.

Par **Rosine Lagier**.

La cuisine de Marseille est liée au terroir par ses produits de la mer, ses plantes aromatiques, ses légumes et ses fruits mûrs à point : elle est vigoureuse, goûteuse, généreuse. C'est le pays de l'huile d'olive, de l'ail, des tomates, des aubergines, des fenouils, des citrons et des poissons...

Entre terre et mer : gastronomie et vins

Le terroir de Cassis – qui s'implante entre le massif des Calanques à l'ouest, le mont Gibaou au nord et le massif de Canaille à l'est – est fortement marqué par la présence de bois de pins d'Alep et de plus de 200 hectares de vignes.

La production de vins est reconnue par une AOC depuis le 15 mai 1936, avec quatre autres vignobles français, plaçant Cassis en tête des vins classés de France. Selon Frédéric Mistral, « le vin blanc de Cassis brille comme un diamant limpide, sent le romarin, la bruyère et la myrte, qui couvrent nos collines et dansent dans le verre ».

La soupe de poissons et la bouillabaisse, plats emblématiques

La soupe de poissons se prépare le plus souvent avec des poissons de roches, comme la girelle, la rascasse,



le roucaou, la vieille. On peut y ajouter du congre (fielas), des crabes à grosses pinces (des fioupélans). À l'origine de cette recette, ce sont les pêcheurs qui, à leur retour de pêche ou du marché, ramenaient à la maison les invendus ou les invendables pour en faire une soupe servie avec des croûtons frottés d'ail. Chaque famille a ses petits secrets!

La bouillabaisse est un autre plat emblématique de Marseille. Elle doit aussi son origine aux pêcheurs qui, en triant le poisson destiné à la vente, mettaient de côté certaines pièces qu'ils gardaient pour eux. La recette s'est améliorée au fil du temps avec un ajout d'un fond liant et de crustacés. Son appellation viendrait de la cuisson : « Quand ça bout, on abaisse »!

On peut choisir aussi du rouget-grondin (galinette), de la lotte (baudroie), de la vive (araignée), de la rascasse, du saint-pierre, de la langouste... De façon générale, la bouillabaisse se sert dans deux plats : le poisson d'un côté et le bouillon de l'autre mais, selon les convives, les deux peuvent être mélangés dans une assiette creuse et servis avec rouille ou aïoli, accompagnés de croûtons frottés à l'ail.

▼ **Marseille, le marché aux poissons** du Vieux-Port.



Quelques alliances mets-vins, selon Joanna Simon

Servie avec de l'ail, de la rouille et des croûtons, la bouillabaisse se marie bien avec les rosés secs de la vallée du Rhône, de Provence, du Languedoc. On pourra les remplacer par des blancs aromatiques, pleins et ronds, de la vallée du Rhône et de Provence.

Avec une anchoïade ou une tapenade, les rosés secs au bouquet aromatique seront parfaits. Ils conviennent bien aux poissons, tout comme les blancs, moins nombreux en raison de la chaleur du climat. Bellet, cassis, côtes-du-lubéron ou de provenance s'imposent même face à un aïoli.

La ratatouille froide s'associe à un blanc ou un rosé de Provence. Chaude, elle s'allie à un rouge, tel un costières-de-Nîmes. Les rouges du Languedoc-Roussillon s'harmonisent souvent bien avec la palette aromatique de ce plat. Pour un blanc, on préférera un sauvignon.

Pour certains, si les plats les plus alléchants sont issus du bassin méditerranéen, c'est de la vallée du Rhône que proviennent beaucoup de vins. Au nord, la syrah donne de puissants vins rouges, tels l'hermitage et le côte-rôtie. La vallée du Rhône méridionale donne des vins rouges chaleureux et épicés, comme le châteauneuf-du-pape et le gigondas, quelques rosés secs et puissants...

Quand le terroir inspire l'art

En 1837, Stendhal s'étonne de la transparence de l'air. Paul Cézanne, en 1876, écrit que le soleil est si effrayant que les objets semblent s'enlever en silhouette, non pas en blanc et noir, mais en bleu, rouge, brun, violet.

En 1889, Paul Signac – qui parcourt la côte avec Henri Person et qui incarne le pointillisme – écrit à Van Gogh : « Du blanc, du bleu, de l'orange, harmoniquement dispersés dans de jolis mouvements de terrain. Notre vert Véronèse et notre bleu de Cobalt sont de la merde à côté de ces flots méditerranéens. »

D'autres peintres seront fascinés par les couleurs qu'offrent Cassis, les calanques, le bec de l'aigle ou Figuerolles : Charles Camoin, Othon Friesz, Henri Manguin, David Dellepiane, Georges Braque... Francis Picabia dessinera des arbres cubistes à Cassis. Winston Churchill, peintre estimé, élève de Louis Audibert, sera, lui aussi, fasciné par les couleurs et les paysages de la région.

L'accent et le parler marseillais !

Un véritable Marseillais se reconnaît par son accent, par sa « tchatte », par ses expressions. La cuisine comme l'accent sont le soleil de la cité phocéenne ! Le parler marseillais est fondé sur la langue provençale, mais ►

photo Philippe Allès, licence Creative Commons.



▲ Les marchandes de légumes
au grand marché, début xx^e siècle.

▲► Le vignoble de Cassis.

▲►► La bouillabaisse au cabanon,
début xx^e siècle.

► La calanque de Morgiou.

▼ Humour : l'accent
marseillais, carte postale
du milieu du xx^e siècle.

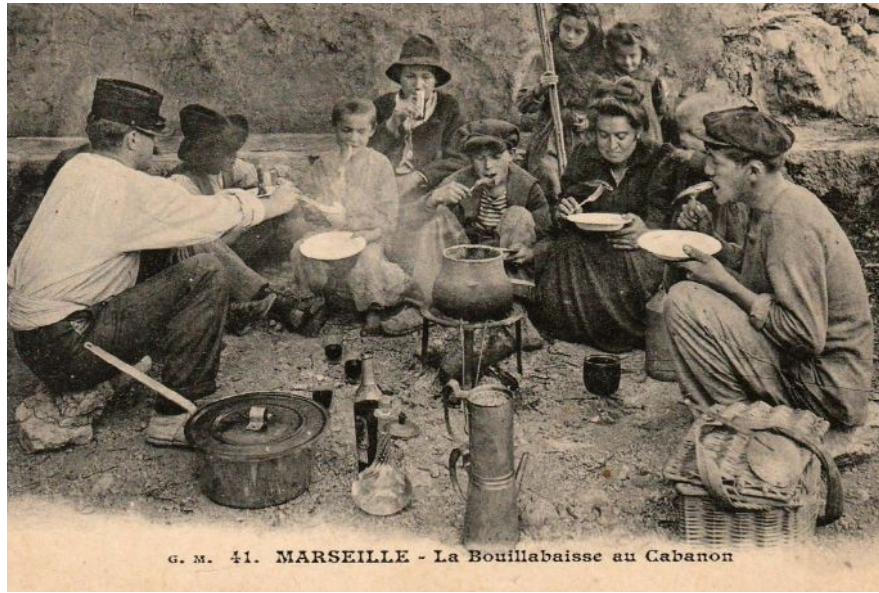


UN VÉRITABLE
MARSEILLAIS SE
RECONNAÎT PAR SON
ACCENT, PAR
SA « TCHATCHE »,
PAR SES EXPRESSIONS.
LA CUISINE, COMME
L'ACCENT, SONT LE SOLEIL
DE LA CITÉ PHOCÉENNE !



— Voyons, combien y a-t-il d'accents ?
— Papa, il y en a trois : l'assent grave, l'assent aigu,
l'assent circonflexe...
— Et l'assent de Marseille ? pour quoi que tu le comptes.

Marseille, 16-1-40



- ▶ avec certains mots ou expressions tellement «singularisés» façon Vieux-Port que même les Toulonnais, pourtant voisins, ont parfois du mal à le comprendre.

Si le vocabulaire marseillais s'approprie pour 90 % la langue provençale, il intègre des mots italiens, corses, arabes, comoriens... C'est l'accent le moins standard et, d'après certains chercheurs, celui qui s'éloigne le plus des normes. Jugé chantant et agréable pour les uns, jugé comique pour d'autres, le parler marseillais a été mis au centre de nombreuses œuvres, aux scènes cocasses de Marcel Pagnol ou par les chansons déjantées de Massilia Sound System. Depuis 2006, l'académie de Marseille édite son propre dictionnaire du parler marseillais !

La pétanque, sport emblématique

La pétanque est ici un sport pratiqué dans les familles – du plus jeune au plus ancien – et il y aurait ici «autant de terrain de boules que de villages». Chaque terrain dispose d'une statuette représentant une dame friponne présentant son postérieur : lui embrasser les fesses est une tradition que se doivent de respecter ceux qui ont fait un score à zéro.

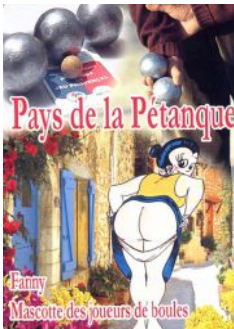
Jouer à la pétanque, c'est un moment de plaisir et de vivre ensemble, peu importe le résultat : «Tirer, pointer, avec pieds tanqués, faire carreau sur carreau et perdre, c'est faire Fanny!» Marcel Pagnol retranscrit parfaitement la scène dans son livre *Le temps des amours*.

Bien plus qu'un sport provençal occasionnel ou régulier, la pétanque se classe au 11^e rang des sports de France, grâce à son nombre de licenciés. Son nom vient de l'expression «pés tanqués» qui signifie pieds joints. Ce serait en 1908 que Jules dit «Le noir» inventa

LE NOM DE LA BOUILLABAISSE, PLAT EMBLÉMATIQUE DE MARSEILLE, VIENDRAIT DE LA CUISSON : «QUAND ÇA BOUT, ON ABAISSE» !

la «pétanque», à La Ciotat près de Marseille, et c'est en 1923 que l'on trouve la première boule métallique réalisée en alliage de bronze et d'aluminium. On la doit à Vincent Mille et Paul Courtieu, fondeurs dans une usine de menottes à Lyon.

Depuis 2021, Philippe Quintais et Philippe Suchaud sont les Français qui, avec 14 titres de champion du monde chacun, détiennent le plus grand nombre de titres de champion du monde tous sports confondus !



Le code des usages des produits de la mer

S'il n'y a pas de couverts à poisson (c'est une invention du début du XX^e siècle), en s'aidant d'un petit morceau de pain, on sépare la chair des arêtes que l'on dépose sur le bord de l'assiette. Les huîtres, les palourdes, les praires se mangent avec la fourchette dite à huîtres. La chair est détachée de la main droite tandis que la gauche maintient le coquillage. Il est permis de boire élégamment et sans bruit le jus de la coquille.

Cuites, les moules se séparent de la coquille à l'aide de la fourchette. On peut saisir les coques à la main. En revanche, il est interdit d'aspirer la moule à même la coque. Le jus se boit avec une cuillère.

TOUR DU MONDE

de la gastronomie & des us et coutume

Rien n'est immuable: le monde de la gastronomie a subi de profonds bouleversements et a évolué en même temps que l'histoire, la société, les civilisations. Comme les hommes, la cuisine, les vins et les épices ont voyagé, se sont mélangés. Comment les marier? Quelle vaisselle et quels verres utiliser? Le savoir-vivre? Ce terme est délicat, car il renferme une quantité de règles de bienséance qui évoluent avec le temps et diffèrent selon les pays d'Europe et du monde! Quelques conseils sages nous éviteront stress et faux pas qui peuvent mettre mal à l'aise l'autre comme soi-même, chez soi comme au restaurant!

Par **Rosine Lagier**.

▼ **Comus, le dieu des festins,**
gravure du XVIII^e siècle.

La France est le pays du monde où la richesse des cuisines de terroir est la plus grande. Elle le doit à la variété des produits qui ont leur origine dans une mosaïque de provinces, ayant chacune sa géographie et son climat, ses coutumes et le savoir-faire de ses habitants... Nous ferons un tour du monde de la gastronomie, des vins, des coutumes.

Pour recevoir à la maison, on abordera des astuces, les règles essentielles et les écueils à éviter pour réussir des accords gourmands sans se fatiguer, dans une ambiance simple mais harmonieuse, autour d'une table chaleureuse en toute occasion.

Des siècles ont façonné l'art de la table, dont nous sommes les héritiers

Les anciens personnifiaient l'invitation sous les traits d'un beau jeune homme, l'air riant et la tête couronnée de fleurs. L'allégorie tenait à la main un flambeau, emblème de Comus, le dieu des festins: la beauté, le rire, les fleurs, la convivialité étaient les symboles forts de l'invitation à partager sa table.

Du tranchoir est née l'assiette, de la corne à boire naîtra le verre. Le banquet





▲ Une mosaïque conservée au Château de Boudry (Musée de la vigne et du vin), V^e siècle.

▼ L'enluminure d'un banquet de mariage au XV^e siècle, extrait du livre de Philippe Camus, *Histoire d'Olivier de Castille et d'Artus d'Algarbe*.

courtois a fait place au tête-à-tête, le retour de chasse a cédé le pas au déjeuner d'affaires, le déjeuner d'affaires protocolaire se partage aujourd'hui en terrasse... sans être pour autant moins raffiné. La salle à manger a remplacé l'antichambre éphémère. La table à allonges, la crédence, le vaisselier, le bahut, le buffet s'y sont installés peu à peu selon les modes du moment.

Tout a pu être si différent ! L'homme était couché sur un lit, la boisson servie seulement sur demande... Le savons-nous encore lorsque nous nous asseyons sur une chaise devant une table, la serviette sur les genoux, notre assiette encadrée par des couverts individuels et nos verres différents selon les boissons ?

La France, détentrice d'une tradition

« Les miroirs, les métaux, les étoffes, l'orfèvrerie et la faïence y jouent pour les yeux une symphonie muette et mystérieuse... », selon Charles Baudelaire, ►



▼ Un cabinet particulier,
L'illustration, 1893.

► dans *L'Invitation au voyage*. Au fil des siècles, la table devient le théâtre de la gastronomie. Le goût, l'odorat, la vue, tous les sens excités par l'appétit doivent s'éveiller autour d'elle. L'art de la table, c'est aussi un geste culturel qui mobilise les savoir-faire de maîtres-artisans : orfèvres, argentiers, porcelainiers, verriers, cristalliers qui « mettent en scène » la table.

Au XVIII^e siècle, les tables royales d'Europe imitent les fastes de Versailles. En Russie, Catherine II commande en France un somptueux service de table de 4 000 pièces en vermeil. Il est conservé actuellement au musée du Kremlin. Au Portugal, aucune belle pièce de Thomas Germain (orfèvre à Paris, 1673-1748) n'a survécu à l'incendie de Lisbonne en 1755 : trois tonnes d'argent ont ainsi disparu. Joseph I^{er} le remplace en commandant 900 pièces en argent doré. Les terrines demandent 18 mois de travail, chaque couvercle pèse 25 kilogrammes.

Le XIX^e siècle, la « Belle Époque » de la cuisine française

Une cuisine de qualité, servie à la carte, sur des tables séparées, voici la grande nouveauté du XIX^e siècle ! Fini les entassements de viande, place aux sauces et leurs variantes, aux truffes, aux soufflés et aux fabuleuses pièces montées. Place aussi à la prolifération de restaurants dont certains deviennent de véritables temples de la gastronomie.

Le mot « restaurant » date de 1765 et la restauration « moderne » de la fin de l'Ancien Régime. Anthelme Brillat-Savarin, dans son célèbre ouvrage, *Physiologie du*



goût, définit dans les moindres détails les caractéristiques d'un restaurant, d'un restaurateur et d'une carte.

En 1850, 400 restaurants ont pignon sur rue à Paris, ils seront 1 600 en 1895. « L'art culinaire descend dans le peuple et l'aristocratie en prend ombrage ». À *La Grande Californie*, pas le moindre luxe, mais une propreté parfaite et on y sert une nourriture réputée saine. « De sept heures du matin à midi et de quatre à neuf heures du soir, plus de quinze cents mangeurs s'y attablent par jour. On crie, on hurle, on chante. Ces endroits bruyants sont fréquentés par des petits-bourgeois, provinciaux pour la plupart, cibles des caricaturistes... »

Chaque jour on y débite trois cents kilogrammes de haricots et autant de pommes de terre ; chaque mois, on y cuit deux mille lapins, trois ou quatre cents veaux et quatre-vingt-dix bœufs.

Mais le chemin de fer arrive, ainsi que les touristes !

Les Goncourt repèrent un certain Gustave Claudin, chroniqueur au *Figaro* et au *Moniteur*, ancien secrétaire de Lamartine, qui critique la baisse de qualité des menus : « Paris, livré par les chemins de fer aux étrangers, a reçu une foule de mangeurs dans ses murs... Sait-on à quel chiffre les statisticiens évaluent le nombre de voyageurs amenés



◀ Une assiette octogonale, service Arabesque, Sèvres, 1783.

▼ Une assiette Haviland & Co., 1876-1888.

▼▼ Une assiette Haviland & Co. Décorateur FBM, 1885-1887.



▼▼ Des couverts en vermeil, Louis-Joseph Lenhendrick, 1767-1771.



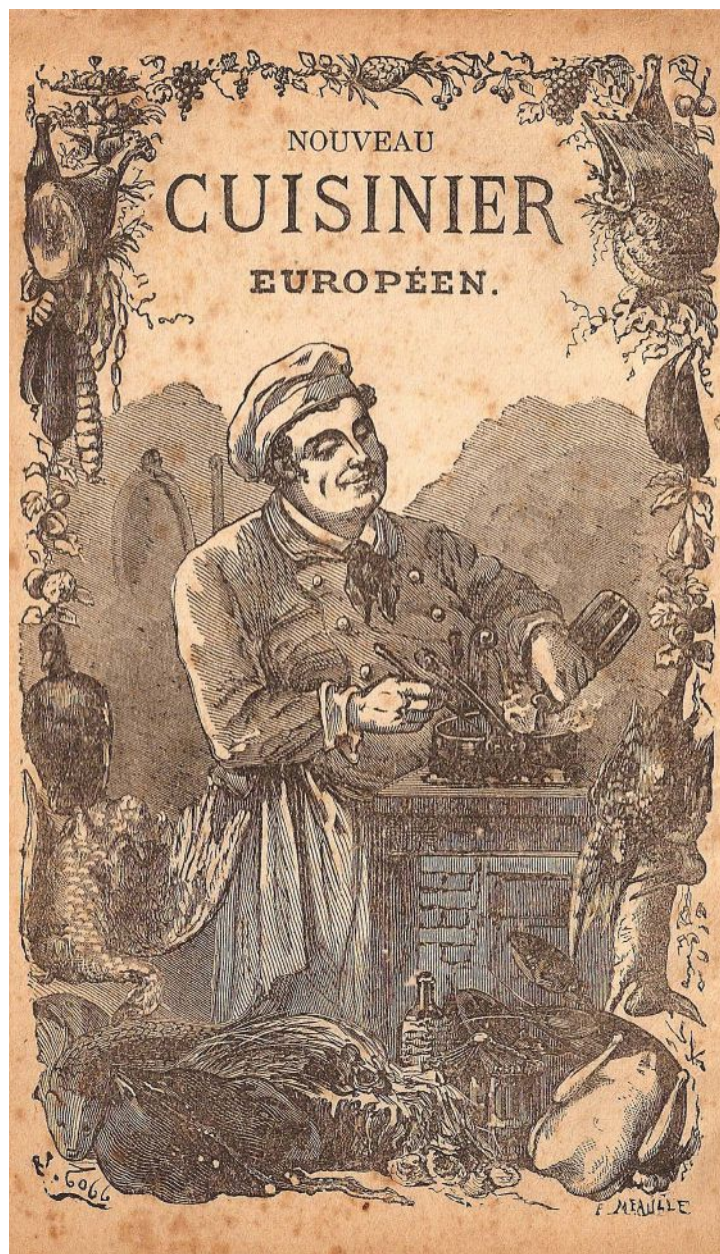
à Paris pour le 14 juillet, puis ramenés par les trains de plaisir ? À six mille ! On sert à ces affamés des sauces manquées, des viandes mal cuites, des vins suspects... et ils s'imaginent que ces médiocrités sont nos friandises ! »

En revanche, les années 1880-1900 représentent pour les buffets de gare un véritable âge d'or. Fréquenté par les voyageurs de commerce, le buffet est aussi l'endroit chic où les autochtones aiment se rencontrer le dimanche. Repas d'associations, d'affaires ou de mariages ont lieu au buffet de la gare des moyennes bourgades, souvent seule salle pouvant offrir un service de grande ampleur. « La destinée des nations dépend de la manière dont elles se nourrissent », lança hardiment un jour Anthelme Brillat-Savarin, surnommé le pape des gastronomes.

Savoir habiller le quotidien, qu'importe l'occasion !

Au fil du ^{XX}e siècle, avec la réduction des espaces et de la domesticité, la solennité disparaît au profit de la commodité. Les ►





LE MOT « RESTAURANT » DATE DE 1765 ET LA RESTAURATION « MODERNE » DE LA FIN DE L'ANCIEN RÉGIME. ANTHELME BRILLAT-SAVARIN, DANS SON CÉLÈBRE OUVRAGE, *PHYSIOLOGIE DU GOÛT*, DÉFINIT DANS LES MOINDRES DÉTAILS LES CARACTÉRISTIQUES D'UN RESTAURANT, D'UN RESTAURATEUR ET D'UNE CARTE.

◀ *Nouveau cuisinier européen*, 1901, réédition de 1860.

▲ *Le menu* d'un dîner de mariage en 1925.

LE SAVOIR-VIVRE ?
NON, CE TERME N'EST
PAS SURANNÉ : LES
BONNES MANIÈRES
ET LA COURTOISIE
NE SONT PAS D'UN
AUTRE TEMPS ! ELLES
PERMETTENT « LE MIEUX
VIVRE ENSEMBLE »,
D'ÊTRE À L'AISE EN
TOUTES CIRCONSTANCES,
SANS STRESS, ET
SANS LE FAUX PAS
QUI PEUT FROISSER
L'AMI ÉTRANGER.

- couverts en argent, coûteux et d'entretien spécifique, s'effacent pour laisser place à de beaux couverts en acier inoxydable, signés de grands noms comme Degrenne ou Ercuis.

Les assiettes, les verres et les tasses s'empilent, s'emboîtent et se calibrent pour faciliter leur rangement. Les nappes blanches, « d'un trousseau de famille », monogrammées, brodées, ajourées et amidonnées sont détrônées par des nappes de couleur, faciles d'entretien, mais avec l'élégance et le raffinement de Beauvillé, l'art du tissage du Jacquard Français, le luxe à la française d'Alexandre Turpault, l'authenticité de Garnier-Thiébaud.

Aujourd'hui, la table décor, la bonne humeur, la convivialité sont de mise pour un repas pris au jardin comme à la salle à manger, autour de la piscine comme en pique-nique, en tête-à-tête comme avec des amis, chez soi comme au restaurant.

Face à nos nouvelles habitudes de vie, le marché des ustensiles de cuisine a évolué. On trouve de jolies casseroles et de jolis plats qui peuvent passer directement du four à la table. Chaque saison nous offre de nouvelles collections, sympathiques et



◀ Un verre à vin du Rhin en cristal de Baccarat, service Harcourt.



▼ Un verre en cristal de Baccarat, service Harcourt.

d'un prix accessible. Les brocantes peuvent dévoiler des articles à recycler.

Il faut oser : oser avec discernement, enthousiasme, imagination. Oser les nappes de couleur, les verres, les assiettes et les couverts dépareillés, les bouquets de fleurs ou de légumes.

L'enseignement agricole forme des éleveurs, des agriculteurs et des viticulteurs qui savent donner à leurs produits la qualité la plus élevée. L'enseignement hôtelier met au service des restaurants, des cuisiniers, des sommeliers, des serveurs performants... Les labels et les guides nous informent.

Harmonie et savoir-vivre !

Le savoir-vivre ? Non, ce terme n'est pas suranné : les bonnes manières et la courtoisie ne sont pas d'un autre temps ! Elles permettent « le mieux vivre ensemble », d'être à l'aise en toutes circonstances, sans stress, et sans le faux pas qui peut froisser l'ami étranger. Elles placent entre individus une sorte de barrière qui les empêche de se nuire ; elles facilitent leurs rapports et contribuent à développer des relations harmonieuses entre eux, que ce soit en famille, entre amis, entre collègues entre citoyens du monde.

Et surtout, n'oublions pas le sourire ! Quand il est à propos, il agit comme un charme, il éclaire le visage, libère de la bonne humeur, engendre une bonne ambiance et de la confiance ! L'essentiel est que personne ne se sente gêné ni ne s'ennuie en notre compagnie. —