

LES ECHOS DE SAINT-MAURICE

Edition numérique

Georges de MONTENACH

Un Problème Social : Notes et réflexions en marge
d'un livre récent : II : La vie chère, l'alimentation
autrefois et aujourd'hui (Suite)

Dans *L'Eveil (Echos de Saint-Maurice)*, 1908, tome 10, p. 164-172

© Abbaye de Saint-Maurice 2010

Un Problème Social

Notes et réflexions en marge d'un livre récent

II

La vie chère, l'alimentation autrefois et aujourd'hui

(Suite)

Beaucoup de produits qui étaient autrefois exclusivement *ménagers* et *familiaux* sont devenus *industriels*, des usines s'élèvent partout qui nous fournissent sous toutes espèces de noms et de formes, notre potage, notre pot-au-feu, notre dessert.

Il est donc difficile d'établir une comparaison entre

l'ancienne manière de vivre et la nôtre puisque les conditions générales se sont si radicalement modifiées.

N'oublions jamais que le café, le thé, le sucre, le chocolat, la pomme de terre, toutes choses qui tiennent aujourd'hui dans le monde culinaire une place prépondérante, sont d'un emploi relativement nouveau. Nos arrière-grands-parents remplaçaient cela par des ragôts, des bouillies, des soupes épaisses dont nous avons perdu le souvenir et la formule.

La prédominance prise par la pomme de terre dans l'alimentation générale a quelque chose de fabuleux, quand on songe à l'entrée tardive de ce précieux tubercule dans l'histoire de l'humanité. Le pain, qui était autrefois la nourriture essentielle de l'homme, a été détrôné par lui dans un grand nombre de pays, et le blé n'est plus, grâce à ce fait, le principal objet de consommation alimentaire.

En effet, comme nous le fait remarquer M. Georges B. Waldron auquel nous empruntons les détails statistiques qui vont suivre, la récolte totale des pommes de terre, dont les sept huitièmes se font en Europe, monte annuellement à environ 1500 millions d'hectolitres, tandis que celle du blé atteint à peine 1 milliard d'hectolitres, chiffre que le maïs dépasse de près de 37 millions encore. Après viennent le seigle (473 millions d'hectolitres) et l'orge (273 millions).

C'est le pauvre paysan irlandais qui consomme le plus de pommes de terre, puisqu'on compte que dans ce pays dépeuplé, chaque habitant en absorbe par an 620 kilogrammes.

L'Anglais, gros mangeur de viande, se contente pour sa part de 170 kilogrammes, un tel écart est plus révélateur à lui seul de deux états sociaux différents que toute une suite de conférences économiques. Après l'Irlandais, c'est l'Allemand qui mange le plus de

pommes de terre, quant à l'Italien, on peut dire qu'il ignore cet aliment, puisqu'il en absorbe moins de 23 kilos par an.

Le Français est resté fidèle au pain, et il demeure par conséquent le plus gros consommateur de blé, il en mange 212 kilos par année, tandis que l'Allemagne avec une population deux fois plus considérable, n'arrive pas au tiers de ce chiffre.

L'homme dispute de plus en plus au cheval son aliment favori, l'avoine, et la fait entrer dans une foule de préparations culinaires : farine, sucre, bouillie, cacao, que les médecins recommandent beaucoup, surtout pour les enfants.

En Amérique, le maïs est un des principaux éléments de l'alimentation populaire, et les ménagères du nouveau monde savent confectionner avec ce produit, une quantité de plats succulents dont la valeur nutritive est de premier ordre, et qu'on ferait peut-être bien d'acclimater chez nous. On l'emploie de cent façons différentes, bouilli, rôti, en pouding avec du lait, en purées mélangées. Sec, on en fait de la farine pour de délicieux gâteaux, des galettes, des crêpes.

Le thé dont nos grands mères ne voulaient que quand elles étaient malades, est en train de se faire partout une place plus grande comme en témoignent les nombreux établissements publics qui s'ouvrent à côté des pintes et des cafés, pour la vente quasi exclusive de ce breuvage.

C'est l'Hollandais placide et calme qui boit le plus de café, il lui en faut chaque année *10 kilos 461 gr.*, tandis que le Français demeure fidèle à sa soupe matinale et n'en consomme qu'1 kilo 600 gr., la différence paraît énorme, elle l'est en effet. En général, la France, l'Espagne, l'Italie paraissent avoir subi moins fortement que les autres peuples, dans l'alimentation populaire,

l'influence des produits nouveaux, ils sont restés plus fortement attachés à leurs anciennes habitudes en cette matière, tandis que les pays anglo-saxons et germaniques dans lesquels il faut comprendre la Suisse, se sont laissés aller depuis un siècle à des changements profonds.

M. Lahor ne nous a pas dit toutes ces choses, qui ont cependant leur importance pour le sociologue qui doit profiter de tous les facteurs nouveaux et essayer d'en tirer parti, avant d'établir ses conclusions.

Je crois que nous *mangeons* mieux à présent que jadis, d'une manière plus délicate et plus variée, mais que nous nous *nourrissons* moins bien. C'est du reste l'avis du Docteur Combes à Lausanne, et du Docteur Armand Gautier de l'Académie de médecine tel qu'il l'a exposé dans son étude : « L'Alimentation et les régimes ».

Dans son livre la *Vie Rurale dans l'Ancienne France*, M. Albert Babeau consacre tout un chapitre à l'alimentation, et il y a réuni un grand nombre de faits et d'exemples dont toutes les sources sont soigneusement contrôlées, pour nous prouver que l'alimentation du paysan et de l'homme du peuple n'était point sous l'ancien régime aussi détestable que l'on veut bien le dire. Le porc était alors par excellence l'aliment populaire, et aussi le lait, le fromage qui sont devenus aujourd'hui presque un luxe et que refusent à leurs enfants, des fermiers possédant une écurie pleine de vaches ; partout on mangeait du pain bis ou noir, bien préférable aux produits raffinés de la boulangerie moderne et bien plus nutritif qu'eux. On faisait de grandes tartes rustiques que les femmes cuisaient dans les fours.

On consommait énormément de choux, d'oignons et surtout des fruits secs, des pois, des haricots blancs,

des lentilles, toutes choses trop négligées de nos jours, dont les médecins à la mode ne cessent de préconiser l'emploi et qui contiennent d'après eux, des éléments fortifiants les transformant en rivales de la viande la meilleure.

Certes, la viande était jadis excessivement rare sur la table de la famille populaire. Dans certaines contrées, elle n'apparaissait qu'aux grandes fêtes, dans d'autres, une ou deux fois par semaine seulement.

Les paysans usaient bien moins de viande de bœuf et de mouton que de lard ; dans certaines contrées, la viande fraîche était pour eux, un régal exceptionnel :

« Pour de la chaire, disent, en leur jargon, les paysans du Vermandois, on en mange le jour du Mardy gras, le jour de Pasques et la fette patron, lorsqu'on va au pressoir pour le Maître et lorsqu'on va aux noces. »

Dans le Berry les paysans donnaient le nom *d'habit à la viande* à leur costume du dimanche, parce que c'était le seul jour où ils mangeaient de celle-ci.

Par contre il existait en France, terre privilégiée et classique de la bonne nourriture, des coins, comme la principauté des Dombes ou le Roussillon, dans lesquels les habitants faisaient entrer la viande dans leurs quatre repas quotidiens. Dans certaines villes d'Allemagne on se gorgeait de viande pendant le Moyen-Age, en quantités telles que cela nous paraît incroyable.

Le paysan suisse a pendant des siècles emprunté surtout sa nourriture au lait et aux produits dérivés du lait ; il devait à ce fait la fraîcheur de son teint, sa constitution robuste et saine, son humeur agréable et paisible. La farine, le lard, les fruits secs jouaient également un rôle considérable dans les foyers populaires.

Tout cela est remplacé aujourd'hui par le café, les pommes de terre et l'alcool, et en moins d'un siècle la

race a perdu une bonne partie des qualités qu'elle avait acquises. Ces faits sont connus et archi-connus, et cependant par quels moyens lutte-t-on contre une situation aussi néfaste, quelles sont les dispositions du pouvoir? A l'ombre propice de quelques lois animées de bonnes intentions on continue tous les errements les plus nuisibles et nos meilleurs gouvernements cantonaux octroient sans se lasser de nouvelles patentes à de nouveaux aubergistes !

Depuis une cinquantaine d'années le régime carné s'est, dans les villes principalement, substitué à tous les autres, au grand désavantage de la santé publique, paraît-il, puisque ces Messieurs de la Faculté nous disent aujourd'hui sur tous les tons, qu'on mange trop de viande et qu'il faut revenir au végétarisme.

« Le régime végétarien, et surtout lacto-végétarien, nous dit le Docteur Armand Gautier, est celui qui apporte tous les avantages de la sobriété. Grâce à lui, la tendance aux diathèses goutteuses rhumatismales, arthritiques, nerveuses, disparaît ou s'affaiblit, le caractère s'assouplit, l'esprit semble jouir de plus d'acuité. » Les Japonais et les Chinois sont nos maîtres, ajoutait-il, dans un récent article ; à leur école, le bourgeois devrait apprendre qu'il mange trop de viande et l'ouvrier qu'il boit trop d'alcool.

On sait que l'illustre Cuvier a proclamé que l'homme est organisé pour un régime essentiellement végétal, et Milne-Edwards, le fameux naturaliste, est arrivé, en étudiant la denture humaine, aux mêmes conclusions. Encore aujourd'hui les végétariens l'emportent par le nombre sur les mangeurs de chair, puisqu'ils comptent environ un milliard d'individus. Vrai est-il de dire que beaucoup d'entre eux mangent de la viande, mais très rarement et à petites doses, comme c'est le cas de tous les musulmans d'Afrique et d'Asie ; seuls l'Européen,

l'Américain, et l'Australien civilisé en font la véritable base de leur nourriture.

M. Lahor a consacré un chapitre spécial de son livre au végétarisme, mais cette partie de son étude rentre dans un domaine scientifique que je n'ai pas l'intention d'aborder dans ces pages. Il croit pour sa part fermement au succès prochain de cette nouvelle méthode alimentaire, et en voit la preuve dans la fondation de plusieurs restaurants où la viande comme l'alcool sont proscrits. M. Lahor rend hommage à l'Eglise catholique qui, avec sa science profonde de l'être, avait su voir que pour apaiser l'esprit grossier et parfois féroce de la bête humaine, pour l'adoucir, il fallait recourir à certains moyens comme le jeûne et l'abstinence, moyens qui doivent être bons, puisque sous le nom de *régime* on vient aujourd'hui nous recommander, au nom de l'autorité scientifique, les privations régulières que l'Eglise imposait jadis, au nom de l'autorité religieuse.

On pourrait rappeler ici que certains Ordres religieux célèbres sont végétariens, mais nous n'avons pas à insister, ayant suffisamment démontré que nos ancêtres, en mangeant moins de viande que nous, n'en étaient pas plus à plaindre, puisque nous sommes obligés d'en revenir à leurs pratiques alimentaires.

En réalité, faute de communications et de moyens d'échange, la répartition de bien-être alimentaire était autrefois très inégale. Dans certaines régions, on nageait dans l'abondance et dans la surabondance, alors que tout à côté, on n'avait presque rien à se mettre sous la dent. De nos jours, la répartition se fait mieux, tout tend à amener une moyenne de production et de consommation plus régulière.

Jadis on employait sur place ce qu'on ne pouvait vendre au dehors, et les familles ne se privaient pas d'une foule d'aliments à cause du prix qu'ils atteignent

sur nos marchés et du bénéfice qu'on trouve à s'en défaire.

Le revers du tableau, c'était alors les disettes, les famines qui prenaient de grandes proportions et qui, dans notre Europe centrale du moins, sont devenues presque impossibles. Mais nous avons, nous, par contre à notre actif, la *falsification*, effroyable entreprise, génératrice de la maladie et de la mort, qui se manifeste tous les jours sous des formes inédites, et qui atteint sans cesse de nouveaux produits. La falsification, à laquelle M. Jean Lahor consacre dans son livre tout un chapitre que nous n'analyserons pas, est une des plaies de notre état économique, car ce sont les masses populaires qui en sont surtout victimes.

Pour gagner quelques sous, elles achètent les aliments les moins chers, sans se douter de ce qu'ils renferment de nocif et de frauduleux. Anémiées déjà par le travail de l'atelier et de l'usine, elles ingèrent des substances capables de produire dans l'organisme les plus dangereux ravages ; et c'est ainsi que les races s'affaiblissent et dégénèrent, que la mortalité infantile s'accroît, que la tuberculose élargit ses conquêtes.

Heureusement que nous sommes, en Suisse, armés contre la fraude par une nouvelle loi fédérale qui a fini par triompher de toutes les résistances. Dans chaque canton, un laboratoire spécial est consacré à l'analyse des denrées avariées et falsifiées, enfin la police est devenue plus vigilante lors des foires et des marchés.

On visite inopinément les brasseries, les laiteries, les charcuteries, etc., etc., et on y prélève des échantillons de marchandises qui sont ensuite soigneusement vérifiés.

Malgré tout cet ensemble de précautions, la tromperie sévit toujours et contre elle, la bataille est loin d'être gagnée.

On a obligé en outre les vendeurs de ces produits fabriqués qui visent à remplacer le vrai beurre, l'huile, le saindoux, etc. par des équivalents, de proclamer la composition de leurs denrées douteuses et de s'interdire toutes dénominations pouvant amener une confusion avec des aliments naturels. Mais beaucoup de petits ménages qui visent avant tout au bon marché et à l'économie, ne se laissent arrêter par rien, et ce sont eux, avec quelques gargotiers, qui font la fortune d'une foule d'inventions comestibles, qui ne valent pas le diable.

Jean Lahor, dans un chapitre de son livre, a fait le procès de l'alimentation malsaine. Nous ne pouvons pas le suivre dans tous les enseignements qu'il donne et qui, pour la plupart du reste, ne sont pas nouveaux.

Il a soulevé cependant un point intéressant de la question traitée par lui, en faisant voir l'influence de la nourriture donnée aux animaux, aux volailles, sur la qualité de la viande, sur la valeur du lait, et il a montré comme un scandale l'emploi de certains résidus industriels, soit pour l'élevage des animaux de basses-cours, soit pour celui des porcs. Il a groupé sur ce point, une foule de détails probants, et il en arrive à conclure qu'il y a un abaissement général dans la valeur de la nourriture qu'on donne aux animaux dont nous tirons notre subsistance et que cet abaissement a sa répercussion sur nos tables et par conséquent dans notre santé.

M. Lahor constate ici que la cuisine moderne est en décadence, qu'elle est obligée de remplacer par toutes espèces de sauces et d'apprêts compliqués, la finesse disparue soit de nos volailles, soit de nos bestiaux.

G. de MONTENACH.