

LES PAINS DU MONDE AVEC DU BLÉ FRANÇAIS ?

Il est devenu banal de constater que la France est exportatrice de blé. Mais c'est une banalité récente. Il n'y a pas trente ans, en effet, que commençait la formidable poussée de nos rendements céréaliers qui devait aboutir à multiplier la production par quatre et la collecte par cinq. Jusqu'à la fin des années 1940, la France était importatrice nette de céréales, et cela depuis aussi longtemps qu'il est possible de remonter dans le temps. Rappelons-nous Jean Bart et Forbin au XVII^e siècle: la protection de convois de blé destinés à la France, ou la capture de convois ennemis, sont parmi leurs exploits les plus célèbres. Dès le XVIII^e siècle, et alors même que l'Ouest expédie régulièrement ses grains et ses farines vers les Iles à sucre de l'Amérique par La Rochelle, Bordeaux et Nantes, le reste du pays dépend de plus en plus des blés de la Baltique et du Levant pour pallier les disettes qui continuent à sévir tous les dix ou douze ans. Le bilan de ces échanges, bien mal connu du reste, est peut-être équilibré en volume: il ne l'est pas en valeur. Nous achetons cher et vendons bon marché, au profit semble-t-il des Hollandais surtout, qui dominent le commerce du Nord. Au XIX^e siècle, la balance pencherait plus encore en défaveur de la France, n'était que le coût des importations baisse considérablement avec l'arrivée massive sur le marché des blés coloniaux et américains. Sur cent années, on n'en trouve pas vingt pour lesquelles la France soit exportatrice nette de grains. Et après 1880, nos exportations tombent pratiquement à zéro: elles y resteront jusque dans les années 1950.

Et aujourd'hui ? Nous sommes devenus exportateurs malgré nous, pour ainsi dire. Situation toute nouvelle à l'échelle de notre histoire, et en tous cas contraire à des habitudes nées d'une hantise pluri-séculaire de la famine. Cette situation est-elle appelée à durer ? Ce n'est pas ici le lieu d'en discuter. Mais si oui, il faudra bien que les producteurs français de céréales fassent comme tous les producteurs de céréales du monde: qu'ils se soucient davantage d'aller au devant de la demande de leurs clients. Que devient le blé français dans le monde ? Qu'en fait-on ? Sous quelles formes le consomme-t-on ? Les Français sont d'autant plus mal préparés à se poser ces questions que, pour des raisons qui nous échappent encore, la France est un des pays les plus pauvres du monde en formes de consommation céréalière. Nous n'en connaissons guère qu'une à vrai dire: le pain. Mais tout l'avenir

du marché du blé passe-t-il par le pain, sous la forme bien particulière que nous lui connaissons aujourd'hui ! Un coup d'oeil sur le passé va peut-être nous aider à nous faire une opinion moins ... nationaliste !

QUE FAIT-ON AVEC DU BLE ? PRENONS UN PEU DE REcul.

Et d'abord, de quoi parlons-nous lorsque nous parlons de 'blé' ? Dans l'ancienne France, le blé, c'était la céréale de base de l'alimentation humaine, quelle que soit par ailleurs l'espèce botanique de cette céréale. Nos partenaires allemands, américains et anglais ont conservé cette habitude, on le sait, avec les mots Korn, corn. Mais même chez nous, le blé, c'est encore du seigle dans le Cantal et ailleurs. Nous reviendrons ici à cette habitude bien commode, qui aide en tous cas à réagir contre un monopole abusif: le blé, c'est souvent du froment, mais pas toujours.

Que fait-on donc avec le 'blé' ?

Les formes de consommation, dans le monde, sont innombrables. Mais il n'est pas impossible d'essayer de les ordonner suivant quelques principes simples. A un premier niveau, par exemple, on peut distinguer les formes de consommation liquides, ou plus ou moins solides, et suivant qu'elles sont considérées comme aliment ou comme boisson. Cela nous donne donc le tableau suivant:

Formes de consommation	Aliments	Boissons
Liquides	Potages	Bières
Demi-solides	Bouillies	
Solides	Galettes, etc.	
Granuleuses	Couscous, etc.	

Il existe en réalité toutes sortes de transitions entre potages et bières proprement dits. Car avant d'être faites de graines germées, les bières ont été faites de grains cuits (Egypte et Mésopotamie anciennes, Sud-Est asiatique d'aujourd'hui), voire de grains mâchés et enduits de salive (la tchitcha de maïs de l'Amérique du Sud). Il faudrait en outre distinguer les bières suivant le type de fermentation qu'elles subissent: à côté de la fermentation alcoolique, on a aussi utilisé la fermentation lactique (le kvass russe). Pratiquement, toutes les céréales -et même d'autres féculents comme le manioc- ont servi à faire des bières. Le monopole de l'orge chez nous dans cet emploi est sans doute assez récent. Les bières

de seigle et d'avoine n'étaient guère appréciées à vrai dire. Mais il est plus difficile de s'expliquer pourquoi la bière de blé (froment) n'est plus qu'une spécialité berlinoise, au demeurant connue des amateurs (on peut en trouver à Paris).

Les potages de céréales sont largement tombés en désuétude. On les faisait en général avec des grains entiers simplement débarrassés de leurs enveloppes (mondés), l'orge notamment. En Haute-Provence, on consomme encore de la soupe d'épeautre (encadré n°1).

Pour les aliments non liquides, la typologie devient nettement plus complexe. Il faudrait distinguer:

- les aliments d'occasion, friandises, pâtisseries, etc., dont l'importance est parfois considérable, mais qu'on ne peut faire plus qu'évoquer ici: le maïs, par exemple, offre de nombreuses formes de consommation de ce type (pop corn, épis grillés, grains verts en hors d'oeuvre, etc.); nous ferons également une mention particulière pour les breakfast cereals, si caractéristiques des pays anglo-saxons (encadré n° 2). Personne n'a étudié leur histoire, mais il est vraisemblable que leur apparition est liée à l'industrialisation précoce de l'alimentation dans ces pays.

- les aliments de base, destinés à fournir l'essentiel de la ration calorique des repas principaux.

Pour identifier ces aliments de base qui, à la différence des précédents sont tous obtenus à partir de grains arrivés à maturité complète, il faut repartir du tableau que nous avons établi précédemment. La distinction fondamentale entre aliments demi-solides (ou demi-liquides, comme on voudra) et aliments solides coïncide avec deux autres distinctions d'égale importance:

- la présence ou l'absence d'un stade intermédiaire, la pâte, obtenue par malaxage.

- le mode de cuisson, par l'intermédiaire ou non d'un récipient.

Les bouillies se définissent alors comme des aliments demi-solides obtenus à partir de gruaux, semoules ou farines par cuisson à l'eau ou au lait, donc dans un récipient. Cuisson au cours de laquelle le mélange 'prend' à un certain moment, ce qui lui donne sa consistance. Il existe bien entendu d'innombrables variétés de bouillies de par ce monde: la kacha de sarrasin en Russie; la polenta de châtaigne ou de maïs en Italie (d'orge dans l'Antiquité); le porridge d'avoine en Ecosse, en Irlande et dans le Nord-Ouest de l'Angleterre; les gaude, cruchade, rimotte, millas ou millade, etc., de millet ou de maïs chez nous. Dans toute l'Europe moyenne, du Golfe de Gascogne à la Caspienne, les millets (Panicum, Setaria) étaient autrefois les céréales à bouillir par excellence. Leur place fut prise, à partir du XVI^e siècle, par le maïs, puis au XIX^e siècle par le riz, ce dernier étant bien sûr importé d'autres régions.

En général, on recherche pour les bouillies des grains entiers mondés (millets, riz, ...) ou des gruaux aussi gros que possible; les semoules et farines trop fines conviennent mal. D'où l'emploi d'instruments spéciaux, moins brutaux que le moulin traditionnel. C'est pour cette raison que la pile à mil en bois, très semblable au mortier-pilon qu'on peut voir partout en Afrique, s'est maintenue chez nous jusqu'à la fin du siècle dernier dans les régions consommatrices de millets (Maine, Anjou, Sud-Bretagne, Vendée, Manche, ...).

Quant aux aliments solides dont la préparation passe par la confection d'une pâte, ils donnent lieu à des formes de consommation d'autant plus nombreuses qu'ils se prêtent à des modes de cuisson infiniment plus divers que les bouillies. Nous ne mentionnerons que pour mémoire les pâtes liquides (crêpes) et de pâtisserie, et les pâtes dites 'alimentaires' (nouilles, spaghetti, etc.), malgré l'importance de ces dernières; il s'agit en effet de produits bien connus. Rappelons seulement que les 'pâtes' ne sont pas faites que de blé dur, mais aussi, en Extrême-Orient, de riz.

Les pâtes moyennes, c'est-à-dire du type 'pâte à pain', sont faites de farine plus ou moins fine, rarement de semoules. Avec ou sans fermentation préalable, elles donnent les produits suivants:

- cuisson sur plaque (tourtière): galette
- cuisson au four : pain
- cuisson à l'eau : knödel
- cuisson à l'huile : beignet

En principe, seul le pain subit une véritable fermentation avant cuisson, et encore pas toujours. Mais dans la pratique, il est parfois bien difficile de savoir si une pâte préparée le soir et cuite le matin, par exemple, doit être considérée comme 'fermentée' ou non. Il y a évidemment toutes les transitions possibles.

Il y a également des transitions possibles entre cuisson sur plaque et cuisson sur four. Du Maghreb aux Turkestans et à l'Inde, le four à pain appelé tandour, tanour, tanir, etc. en est le meilleur exemple. C'est une enceinte de terre cylindro-conique entourant le foyer, mais ouverte au sommet. La ménagère plaque les pâtons aplatis sur la paroi intérieure du four, où ils cuisent à la fois à la chaleur de l'air et à celle de la paroi. Il est évidemment impossible de décider si le produit obtenu doit être appelé 'galette' ou 'pain'.

Nous n'insisterons pas davantage sur tous ces produits, sauf sur les knödel, knedlik, spécialité d'Europe centrale, Tchécoslovaquie, Autriche, Allemagne du Sud, totalement inconnue en France (quoique nous en ayons fait le mot quenelles). Les pâtons, pour lesquels on préfère employer une farine

plus grossière que la farine ordinaire, sont cuits à l'eau. On les sert en tranches de 5 à 6 cm de diamètre et de 1 à 2 cm d'épaisseur, en accompagnement de viande, choucroute, etc.

Reste à dire un mot des aliments granuleux. Ils ne sont pas les moins importants. Les principaux modes de cuisson sont:

- à l'eau (riz essentiellement)
- en ragoût (riz "créole", "sénégalais", etc.)
- en pilaf (cuisson à l'eau et au beurre combinés)
- à la vapeur (riz, couscous de blé, de mil, etc.)

De tous ces produits, un des plus originaux est sans conteste le couscous que les Français ont appris à connaître depuis une vingtaine d'années. S'il peut être fait de semoule, en effet, le 'vrai' couscous est plutôt fait de farine roulée avec les doigts, de façon à obtenir des grains d'un peu plus de 2 mm de diamètre - des 'micro-pâtons' en quelque sorte -. Ce sont eux qu'on fera cuire à la vapeur.

Une technique importante, développée sans doute en connexion avec les formes de consommation des céréales en grains isolés, est celle de l'étuvage (anglais, parboiling); on en trouvera une description pour l'avoine dans l'encadré n° 3. Il s'agit d'un traitement à l'eau chaude, suivi d'une dessiccation, du grain entier avant décorticage. L'étuvage est surtout important en Inde, pour le riz. Le procédé a été repris par les industriels américains qui en ont fait un de leurs principaux arguments de vente, car le riz étuvé ne 'colle' pas. Mais on étuve aussi le blé tendre, au Proche-Orient surtout. Le produit obtenu, appelé bulgur ou burgul, est consommé en potage ou en pilaf. Il se distingue par sa bonne conservation, et aussi parce que l'amande est enrichie en éléments hydrosolubles (vitamines) qui ont migré depuis les enveloppes. L'étuvage du riz diminue considérablement les dangers d'un usinage excessif (béri-béri).

LES CHANGEMENTS PASSES ET FUTURS

Depuis que l'homme a commencé à se nourrir de grains de Graminées sauvages, il y a quelques dizaines de milliers d'années, les changements n'ont pas cessé de se produire, à un rythme toujours accéléré, dans son alimentation. Nulle part dans le monde la situation n'a jamais été statique. Opposer formes et techniques 'traditionnelles' et 'modernes' est un abus de langage. Il n'y a pas de 'tradition': il n'y a que des modernités qui se succèdent ... et ne se ressemblent pas !

Vue de très haut, l'évolution qui s'est produite dans le monde depuis 10 000 ans peut se ramener à l'action de deux forces antagonistes: une tendance

à l'uniformisation en période de progrès technique rapide, une tendance contraire à la diversification quand le progrès se ralentit. Depuis quatre ou cinq siècles, la victoire est allée incontestablement à l'uniformisation, au profit du blé-froment à l'Ouest de l'Indus, au profit du riz plus à l'Est. Blé d'une part et riz de l'autre, grâce à des progrès considérables dans les techniques de préparation (mouture, usinage, ...), ont acquis une supériorité indiscutable, qui s'est traduite par un prestige immense sur le plan social, presque un impérialisme. En Extrême-Orient, la victoire du riz est plus récente qu'on ne croit, et bien des paysans n'en avaient jamais mangé encore à la fin du siècle dernier. En Europe occidentale, nous avons vécu depuis le XVI^e siècle dans l'obsession du pain blanc de froment, pain des riches, dont la consommation est longtemps restée un signe essentiel de promotion sociale. L'Angleterre a gagné cette course dès le XVIII^e siècle, plus d'un siècle avant la France. L'Allemagne, les pays scandinaves, sont restés en arrière. Mais c'est peut-être parce qu'entre temps, la course a pris fin. Dès le début du XX^e siècle, le pain blanc, trop blanc, soulevait les objections des nutritionnistes aussi bien que des 'nationalistes'. Les premiers y voyaient un danger pour la santé des populations, les seconds une perte d'identité culturelle. Très tôt, l'Allemagne a cherché à revaloriser son pain noir -ses pains noirs plutôt-, avec un succès réel, quoique la consommation de seigle dans ce pays continue à baisser au profit de celle du froment. Aujourd'hui, ce sont les écologistes et les régionalistes qui ont pris la relève. Leur action n'est peut-être pas encore très sensible dans les statistiques globales: elle l'est déjà à l'étalage des supermarchés. L'impérialisme du pain blanc est probablement mort. De plus en plus, il va devenir (ou redevenir ?) une spécialité parmi d'autres. Et si les Anglo-Saxons, suivis maintenant par les Japonais, découvrent avec délices les mérites du pain français, c'est comme une spécialité exotique, curieuse et 'différente', mais sûrement pas comme l'aliment de base qu'il n'est plus, même chez nous.

Un des termes du problème, pour les producteurs français de blé, c'est peut-être justement cette dépendance trop exclusive vis à vis d'une seule forme de consommation, celle du pain blanc. Les aléas de l'histoire ont fait de la France un des pays les plus pauvres du monde en formes de consommation céréalière\$. Les formes locales ont pratiquement disparu, victimes d'une espèce de "jacobinisme" alimentaire pas moins pernicieux que le jacobinisme tout court. Une industrialisation tardive n'a guère poussé à l'innovation -celle-ci, qu'il s'agisse de viennoiseries, de breakfast cereals, de riz 'incollable' ou de biscuits pour apéritif, semble toujours venir de l'étranger. Le contraste est saisissant avec l'activisme commercial des industriels américains. Sait-on que dès les années 1950 ils s'organisaient pour la production de bulgur à destination des marchés du Proche et du Moyen-Orient ?

En 1950, il est vrai, la France sortait à peine d'une situation d'insuffisance pluri-séculaire. Les Américains, eux, avaient déjà derrière eux une longue tradition d'exportation -le premier "élévateur" à grain des Grands Lacs est construit à Buffalo en 1842. Mais ils avaient aussi une longue tradition de diversité. Les premiers colons, déjà, avaient dû se mettre au gruaud de maïs à la mode indienne (hominy) pour échapper à la famine: la fête de Thanksgiving commémore l'évènement. Par la suite, les immigrants venus de toutes les régions d'Europe apporteront avec eux leurs habitudes alimentaires. Après une période d'"américanisation" à outrance, ces ethnic foods connaissent aujourd'hui un regain d'intérêt spectaculaire. Quoi d'étonnant que dans ce milieu, les chances de la diversité soient mieux comprises ? Lorsqu'ils cherchèrent à se documenter sur le bulgur, les industriels américains trouvèrent chez eux les premiers renseignements dont ils avaient besoin ... dans la communauté arménienne !

C'est pour des raisons purement historiques -purement accidentelles si l'on veut- que le pain blanc de froment a pris chez nous la place presque exclusive qu'on lui connaît. Mais il n'y a pas de raison "objective" à cette préférence. Toutes les autres formes de consommation des céréales gardent leurs chances. Y compris, bien sûr, celles qui restent à inventer. Or, chacune d'elles exige une céréale ayant des qualités physico-chimiques bien particulières, que souvent d'ailleurs nous connaissons fort mal, faute de connaître l'existence même de la forme de consommation en question ! On peut toujours vendre un blé tout venant aux pays qui n'ont pas d'autre choix. C'est là, après tout, un créneau comme les autres, et qui risque même, malheureusement, de croître et embellir. Seulement, est-ce le plus sûr à long terme ? Est-il prudent de se désintéresser de la nature de la demande solvable ? Ce n'est pas du blé ou du riz que demandent les consommateurs, mais de la polenta, des croissants, du bulgur, des flocons d'avoine, du pain ou des biscuits d'apéritif. Tout cela ne se fait pas, ou pas de façon satisfaisante, avec les mêmes qualités de céréales.

Connaître l'histoire est un des seuls moyens que nous ayons de prendre du recul par rapport au présent. De nombreux signes tendent à indiquer qu'après plusieurs siècles d'uniformisation, nous entrons dans une période durable de diversification des formes de consommation céréalière. Si cette hypothèse devait se confirmer, on voit mal comment les producteurs français de blé pourraient ne pas avoir à s'adapter en conséquence.

par François SIGAUT. Ecole _____ des Hautes Etudes en Sciences Sociales
Marie-Christine AUBIN. Conservatoire National du Machinisme et
des Pratiques Agricoles

Janvier - février 1982

LA SOUPE D'ÉPEAUTRE

La soupe d'épeautre a été largement consommée dans toute la Provence et les Alpes du Sud. Elle l'est encore, mais dans une faible mesure. On observe toutefois une certaine reprise de sa consommation dans les milieux néo-ruraux. T

En réalité, on consomme sous le nom d'épeautre deux blés différents: l'épeautre vraie - Triticum spelta et le petit épeautre ou engrain - Triticum monococcum. Ces deux blés sont vêtus; il faut donc les monder avant la cuisson. C'est la seule préparation qu'on leur fait subir.

Pour faire la soupe d'épeautre, on met à tremper le grain toute une nuit avant de le mettre à cuire le matin; la cuisson doit durer toute la journée. On obtient alors un potage consistant. Selon les goûts et les possibilités, on peut assaisonner ce potage d'huile d'olive, y faire cuire os, couanne, voire viande de porc, sans oublier quelques légumes. Certains passent le potage à la moulinette pour obtenir une véritable crème d'épeautre, dont la consistance peut atteindre celle d'une bouillie.

T On trouve de l'épeautre, sur des marchés de Haute Provence, à 13 Fr. le kilo.

LES CEREALES DE BREAKFEAST

Pour le seul froment, un article de 1947 ne recensait pas moins d'une demi-douzaine de formes. Il y en aurait sans doute autant pour l'avoine, le maïs, etc.

"Le Torn wheat ou blé déchiré est cuit à la vapeur sous pression, puis laminé entre des cylindres, façonné en petites galettes et recuit jusqu'à légère torréfaction.

L'Inflated wheat ou Puffed wheat ou blé expansé est cuit sous pression à 200° environ pendant 7 minutes; on décomprime brusquement pour provoquer l'expansion des grains et on sèche jusqu'à une teneur en eau de 2%.

Le Toasted whole wheat est torréfié légèrement après concassage.

Le Flaked wheat ou flocons de blé est cuit à la vapeur à 106° environ, on lui ajoute du sucre, du sel et de l'extrait de malt, puis on sèche sur cylindres sous forme de flocons et on recuit pendant 1 minute au four à 230° environ.

Le Granulated whole wheat est une fine semoule de blé entier, de cuisson rapide et enrichie de 5% de germes de blé. Il ne subit pas d'autre traitement thermique qu'une stérilisation pour destruction des oeufs de charançon.

Le wheat Endosperm correspond à une très fine semoule de blé sans son ni germe, simplement chauffée pour stérilisation. "

R. JACQUOT & al. - Influence de traitements thermiques industriels sur la valeur protidique des aliments". Annales de la Nutrition et de l'alimentation. 1947, 1-2.

UN BLE OUBLIE : L'AVOINE

" Le gruau d'avoine torréfié, nommé dans le pays Haberkern et Habermehl, se prépare indistinctement avec toutes les variétés blanches de l'Avena sativa. Mr. Schnyder, architecte distingué de cette ville [Berne], en a formé depuis dix-sept ans un grand établissement et c'est à lui que je suis redevable de tous les renseignements sur la préparation du gruau d'avoine torréfié.

Il choisit l'avoine la plus lourde, la fait mettre dans une grande cuve carrée, percée au bas de l'une de ses faces d'un trou bouché par un bondon. On verse de l'eau bouillante sur cette avoine jusqu'à ce qu'elle dépasse l'avoine, puis on laisse couler l'eau, qu'on remet dans la chaudière, elle est ensuite versée pour la seconde fois sur l'avoine et on continue ainsi la lixiviation jusqu'à ce que les grains soient entièrement pénétrés par l'eau, qu'ils soient réduits en mucilage transparent, et que l'on ne découvre plus de trace blanche au centre. Plus cette lixiviation approche de sa fin, plus l'eau devient foncée, et à la fin, elle ressemble assez à de la bière, du moins quant à la couleur. On laisse entièrement couler l'eau, puis on fait glisser l'avoine toute mouillée par un trou pratiqué au milieu d'un four, qui se trouve au-dessous, et qui est ensuite fermé par une pierre carrée. Le four, qui sert à la torréfaction de l'avoine, est grand, mais bas, et est chauffé rapidement à blanc par une large bouche avec du bois de sapin fendu en très petits morceaux et très sec. Quand le four est suffisamment chaud, on en retire la braise, on le nettoie comme pour enfourner le pain, et on y fait entrer l'avoine lessivée, qu'on a soin d'agiter souvent; sans cela les grains éclateraient et se réduiraient à rien. On réitère ensuite moins souvent cette agitation à mesure que le four se refroidit; puis on en ferme la bouche, que l'on rouvre de temps en temps pour répéter cette agitation. Quand l'avoine est à un degré de torréfaction convenable, on la retire du four, puis on la met en tas dans un grenier ou dans des sacs. Elle peut se garder longtemps dans cet état.

On passe ensuite cette avoine lessivée et torréfiée entre les deux meules écartées, dont on se sert pour débourrer l'épeautre; puis on tamise les graines ainsi privées de la bourre; celles qui sont bien entières forment le gruau de première qualité, ou Haberkern, et les graines plus ou moins brisées forment

la seconde qualité ou Habermehl. Les portions trop petites et presque réduites en farine, sont séparées et employées cuites avec de l'eau, pour nourrir les veaux et pour engraisser les bestiaux.

Il se fait une grande consommation de ce gruau d'avoine torréfié, il est envoyé dans toute la Suisse, même en Allemagne et en France. Cuit dans du bouillon, ou dans l'eau avec du sel et du beurre, il forme des soupes très bonnes et fort nutritives, que les paysans assaisonnent assez généralement avec des feuilles hachées d'Allium schoenoprasum (civette, grande ciboule ou branlettes des Vaudois)!"

SERINGE Nicolas Charles. Monographie des céréales de la Suisse. BERNE, chez l'auteur. 1818 - 244 p.

— — — — —

"Voici comment on prépa-re, en Bretagne, le gruau concassé: après la cuisson du pain, on enfourne de l'avoine qu'on laisse dans le four pendant douze heures environ. Quand elle est bien sèche, on la retire et on la vanne, puis on la décortique à l'aide d'un moulin. Alors on la vanne de nouveau pour séparer la pellicule de l'amande, et on utilise celle-ci sous forme de gruau ou on la réduit en farine.

Le gruau d'avoine, depuis le quinzième siècle, sert, en France, à faire d'excellentes bouillies. Les noces qu'on mange avec tant de plaisir dans la Basse-Bretagne, sont faites avec du gruau concassé. Il en est de même de la bouillie que les Irlandais et les Ecossais appellent porrage et qu'ils regardent comme très agréable, très nourrissante et d'une digestion facile. Pline, du reste, raconte que la bouillie d'avoine servait à la nourriture des anciens Germains. "

HEUZE G. - Les Plantes Alimentaires. Paris. Librairie Agricole de la Maison Rustique - 1873 - pp. 551-552

LES PREMIERS BOULANGERS A ROME

"Manifestement, les Romains ont longtemps vécu de bouillie (puls), et non de pain, puisque, aujourd'hui encore, nous appelons pulmentaria certains mets, et qu'Ennius, ce très ancien poète, pour peindre la famine dans une ville assiégée, parle de pères arrachant les bouchées de puls à leurs enfants en larmes. Aujourd'hui encore les rites antiques et ceux des anniversaires se célèbrent avec des gâteaux de puls."

.....

"Il n'y eut pas de boulangers à Rome jusqu'à la guerre contre Persée, plus de 580 ans après la fondation de la Ville. Autrefois les Romains faisaient leur pain eux-mêmes et c'était surtout le travail des femmes, comme aujourd'hui encore chez la plupart des peuples. Plaute parle déjà de tourtières à cuire le pain, dans sa comédie de la "Marmite". (...) C'étaient alors des cuisiniers qui cuisaient le pain pour les riches, et on réservait le nom de pistores à ceux qui pilaient (pisere) l'amidonner. Mais on n'avait pas de cuisiniers parmi ses esclaves et on les louait au marché."

PLINE L'ANCIEN.- Histoire Naturelle - Livre XVIII - § 83-84-107