

Ce pain, né sur les rives du Nil

Il y a plus de trois mille ans, grâce aux eaux du fleuve sacré des pharaons, la pâte s'est mise à lever : de la galette on passait au pain. D'abord offrande divine, il a longtemps constitué la base de notre alimentation. Certains aujourd'hui retrouvent les recettes d'un passé qui n'est pas si lointain.

C'est une petite route tout entière jalonnée de haies d'aubépines en fleurs, de primevères sauvages et de jacinthes bleues, qui nous mène vers un domaine, tout droit sorti de la vieille Gaule celtique, à Kerveguen : le domaine du bon pain. Là, (c'est en Bretagne, vous l'avez deviné) officie un druide des temps modernes qui vit dans une maison aussi recouverte de tuiles de bois qu'un poisson l'est d'écailles. Ce druide s'appelle Youenn Le Gall et redonne au pain sa magie d'autrefois.

La maison ne serait rien (bien qu'elle soit ravissante) sans son atelier, sa «boulange...rie», comme l'indique le panneau de bois rustique, aux lettres un peu effacées, qui vous introduit chez lui. Dans son jardin, un alignement sévère, tout napoléonien, de bûches de chêne pour la plupart, servant à la mise en marche du four à l'ancienne. C'est là que cuit son pain. Tout de suite l'on est pris par cette odeur indéfinissable, et pourtant fort reconnaissable, de la pâte qui lève et dore à point. La génération née entre 1930 et 1934, qui a connu enfant les rationnements et les cartes de pain, crie encore au miracle, en voyant tourner sur la sole – la plaque –, à présent mobile, les niches rondes et les pains longs, les brioches aussi, piquetées de

raisins ou de graines de sésame. Il a parcouru un long chemin – bien plus rude et bien plus impressionnant que celui de Kerveguen – à travers les âges de l'humanité, ce bon pain qui s'est multiplié, depuis le temps où les maisons des premiers sédentaires ont fait frémir l'écorce terrestre encore vierge, habitée par le vent et les blés sauvages. Récemment un paysan retrouvait, dans les gorges de la Nesque, en Provence, auprès d'un bois d'élan sculpté, un grain de blé fossilisé. Témoins, parfois aussi de ces temps immémoriaux, des meules de pierre servant à broyer les céréales. Et sur son parcours, ce pain miraculeux a connu de multiples aventures et transformations.

Dans les boulangeries d'Athènes

Le blé d'abord, qui a subi toutes sortes de croisements au cours des âges et s'est adapté un peu partout, même en Suède (les découvertes de Gregor Mendel, en matière de génétique, ont été tout particulièrement profitables pour le blé).

L'un des premiers miracles de l'Histoire, en ce qui concerne le pain, s'est produit en Egypte, il y a plus de trois mille ans de cela, quand les eaux du Nil¹, le fleuve sacré des pharaons, ont fait lever la pâte des dieux qui jusqu'alors



De la farine de froment pour le pain blanc ou de seigle pour le pain noir, de l'eau de source, du levain naturel... et, pour le secret du croustillant, le four.

PHOTOGRAPHIE CULINAIRE

était plate. On est passé de la galette au pain – ce dernier de forme ovale, ronde ou conique, était enrichi de miel, de beurre, d'œufs ou de lait. C'était avant tout une offrande, comme le représentent les fresques tombales.²

Offrandes aussi que ces pains grecs, dont les noms sont évoqués par Aristophane. Le « keibanitos », moulé; le pain au lait à la « cappadocienne », également moulé; le « boletos », sorte de gros champignon saupoudré de graines de pavots; le « streptice » ou pain tressé; le « blos milos », pain quadrillé³. Sans oublier aussi ces pâtisseries aux formes suggestives, réservées à Dionysos. Athènes au II^e siècle avant Jésus-Christ ne comptait pas moins de soixante-douze variétés de pains et de gâteaux dans ses boulangeries.

Mais hélas! sur son parcours, le pain a aussi croisé nombre de drames et de tragédies: pain et pénurie commencent par la même lettre. Dououreux parcours de l'Histoire. Le pain romain a connu les fameuses « tessera », jetons de gratuité que les empereurs, par peur des émeutes, faisaient distribuer aux plus nécessiteux.

Déjà en 59 avant Jésus-Christ, Jules César obligeait les boulangers à céder gratuitement de la farine de blé d'Égypte à 200 000 sans-ressources. Saint Bernard au XII^e siècle, n'agissait pas autre-

ment quand il engrangeait, dans ses abbayes cisterciennes, le blé pour les pauvres, défiant l'abbé Suger qu'il trouvait trop dépensier. C'est que le pain de farine, qui déjà existait dans les campagnes, était dans les années noires confectionné à partir d'avoine, de paille, de fougères, d'écorces, d'argile, et que cela perdurera jusqu'au XVII^e siècle

Que dire alors des tribulations du célèbre Antoine Augustin Parmentier qui cherchait en vain à faire du pain, à base de pommes de terre, pour remplacer le blé! Ce fut un échec, les sans-culotte l'injuriaient: « Qu'il avale lui-même ses pommes de terre... Nous, nous voulons du pain!... »

C'est au bon pain aussi que rêvaient en ce cruel XX^e siècle les affamés des camps de la mort. Les rares survivants, à leur retour, prenaient des colères terribles lorsqu'on ne recueillait pas devant eux les miettes de pain sur la table.

Le blé, au cours des siècles, a été plus généreux que nous. Il a su croître et se multiplier pour les besoins de la Terre. Nous n'avons pas été aussi prévoyants, et surtout nous ne savons pas assez partager. M. M.

1 Riches en ferments saccharomyces.
2 *Le Livre du pain*, de Jérôme Assire (Flammarion).

3 *Histoire naturelle et morale de la nourriture*, Maguelonne Toussaint-Samat (Bordas).

LES RECETTES DE PAINS DE YOUENN LE GALL

Ingrédients : blé non traité, farine dans laquelle on a conservé le germe de blé (ce qui donne sa saveur naturelle au pain), eau de source, levain naturel, c'est-à-dire un certain dosage de pâte que l'on incorpore à la farine.

Dosage : pour 100 kg de farine de blé, il faut compter 40 kg de levain, sous forme de pâte conservée la veille; 90 l d'eau de source; 2,7 kg de sel de Guérande (marin). Pour 240 kg de pâte, on obtient environ 200 pains.

La technique à l'ancienne : pour le pain de seigle, le four – identique à ceux des paysans – fonctionne avec des fagots. Pour le pain de froment, Youenn Le Gall se sert d'un four plus récent équipé d'une sole (plaque tournante) et d'une pétrisseuse mécanique.

La recette paysanne de pain noir est propre au Finistère Sud, et il n'existe plus que deux ou trois boulangers qui la préparent. Jadis cette pâte était cuite dans les fours des paysans. Il fallait 70 kg de farine de seigle broyé grossièrement, 70 l d'eau et 2 kg de sel gris de Guérande. Ce pain se faisait une fois par semaine. Youenn Le Gall est un de ceux qui a repris la tradition. Le jeudi soir, il prépare sa pâte à laquelle il incorpore 1,5 kg de pâte de la semaine précédente, non cuite, et dont il se sert comme levain naturel. Il mélange tous les ingrédients, les laisse reposer toute la nuit et le lendemain matin, à 5 heures, il remélange la préparation en ajoutant un peu de farine. Il ne reste plus qu'à façonner la pâte et à la faire cuire.