Zeitschrift: Folklore suisse : bulletin de la Société suisse des traditions populaires = Folclore svizzero : bollettino della Società svizzera per le tradizioni popolari

Herausgeber: Société suisse des traditions populaires

Band: 49 (1959)

Artikel: Le régime alimentaire dans un village des Préalpes vaudoises avant 1900

Autor: Nicolier, Henri

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1005552

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 03.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Le régime alimentaire dans un village des Préalpes vaudoises avant 1900

par *Henri Nicolier*, La Forclaz VD

Les changements extraordinaires survenus partout, mais surtout dans nos villages montagnards depuis 1900, n'ont pas manqué d'affecter le régime alimentaire de nos populations des Alpes. Dans mon village de la Forclaz, situé dans la vallée des Ormonts, à 1260 m. d'altitude, sur le flanc nord du Chamossaire, il n'y avait, à la fin du siècle dernier, pas de route carrossable, pas d'éclairage public, pas d'eau sous pression, pas de WC dans les chalets, pas même dans la vieille maison d'école. Point de fourneaux-potagers, seulement des foyers servant pour la plupart à deux ménages, attendu que presque tous nos chalets comportaient deux appartements situés sur le même étage, alors qu'en Valais c'était et c'est encore, la copropriété par étages.

Sur le même foyer, on cuisait donc le même jour deux dîners différents. S'il arrivait qu'un mur mitoyen séparât la cuisine en deux, un trou rond ménagé dans ce mur permettait aux ménagères de lier conversation.

Au village, pas de boulangerie, ni épicerie, ni boucherie, point de téléphone, un dépôt de poste. On se ravitaillait au Sépey, chef-lieu de la Commune d'Ormont-dessous, et cela le dimanche, au sortir du culte paroissial. La paroisse comprenait alors, outre le Sépey, Cergnat, la Comballaz, les Voettes, les Mosses et la Forclaz.

Les Forclains, tout comme les Mouessérins et les Voettérins, possédaient en commun, au Sépey, des greniers à plusieurs compartiments où l'on serrait jadis les habits du dimanche et un stock de provisions. Le plus beau de ces greniers, actuellement monument historique, donc propriété de l'Etat, a été démoli et reconstruit non loin du temple, en bordure de la route Sépey-Leysin. Il comprend 16 cachets et appartenait donc, à l'origine, à 16 propriétaires différents.

Une «pompe aux Hommes de la Forclaz» était stationnée au Sépey pour la défense de ces greniers contre l'incendie, et une section d'une dizaine de pompiers forclains, sous les ordres de mon arrière grand-père maternel, Pierre David Marlétaz, était chargée du service de cette pompe qui n'a, Dieu merci, jamais dû lutter contre le feu. Les incendies dûs aux imprudences ou aux défectuosités des cheminées ont été très rares aux Ormonts, et il n'y en a jamais eu, de mémoire d'homme, à la Forclaz où tous les chalets sont en bois.

Tout ce qui précède, direz-vous, n'a aucun caractère gastronomique. Minute, j'y arrive. Il fallait bien montrer à quel point nous étions en dehors de la grande circulation, à trois heures d'Aigle. La route actuelle des Grands Rochers, qui relie le Sépey à Aigle, date de 1837; celle des Mosses

de 1868. La route Sépey–Diablerets est de 1867, celle de Sépey–Leysin de 1874 et la nôtre, Sépey–La Forclaz de 1923. Avant la construction de ces artères, Ormont-dessus était ravitaillé par des chevaux de bât passant par le Bois de la Cheneau, sur la rive gauche de la vallée, soit par Exergillod, les Granges, la Forclaz, les Aviol..ts, Vers l'Eglise.

Les relations avec l'extérieur étant rares, on n'achetait que le strict nécessaire; le sel, le sucre, le café, le vin, le maïs, les macaronis. On pratiquait l'autarcie, se nourrissant de ce qu'on produisait. Les fruits des vergers étaient considérés comme un luxe, et quand je suis entré en classe, en 1892, à une bonne demi-heure de notre demeure, ma mère me donnait ¼ de pomme, 2 noix et un morceau de pain pour mon dîner à l'école.

A la Forclaz, on cultivait, outre les pommes de terre, du lin, du chanvre, de l'orge, de l'avoine et du blé qu'on battait au fléau ou dans deux battoirs à «rebatte». Chacun vannait sa récolte et l'apportait au moulin situé au bord du ruisseau, au centre du village. Un particulier, menuisier de son état, possédait un four où les ménagères, une fois ou deux par trimestre, cuisaient elles-mêmes leur pain, galettes circulaires plates de la grandeur d'une roue de char d'environ 50 cm. de diamètre. On perçait chaque galette ou «flange» d'un trou, près du bord, au moyen d'une corne de vache évidée et polie, ce qui permettait de les suspendre au grenier tout comme des saucisses.

Un pince-sans-rire de chez nous conta à Alf. Cérésole qu'on les mettait à la cheminée, et notre excellent écrivain marcha puisque dans un de ses contes il dit que les Ormonans fument leurs «flanges» pour les conserver.

On avait de bonnes dents dans ce temps-là. Ces «flanges» prenaient assez vite la dureté de la pierre, mais on s'en nourissait sans les tremper dans le lait ou le café, du moins les jeunes.

L'automne, on achetait un ou deux quarterons de châtaignes dont on déjeunait chaque matin avec du beurre ou du fromage pendant qu'elles duraient. (Les paysans déjeunent le matin.)

Le soir, et cela du 1er octobre à fin mai de l'année suivante, on soupait de petit-lait pris à la laiterie où l'on fromageait chaque soir, de séré et de pommes de terre en robe des champs. C'était peu varié, mais excellent et sain.

Dans chaque ménage on faisait, après la période des châtaignes, la boucherie d'un ou deux porcs. Le sang des victimes était recueilli avec soin. Mélangé aux «greubons» et à des choux finement hachés, on en faisait des «saucisses de sang» bien supérieures aux boudins de la plaine qui se mangent avec de la purée de pommes. Ces saucisses, fumées pendant trois ou quatre jours, constituaient, avec des pommes de terre, l'élément principal d'une nouvelle série de déjeuners. Ça s'est maintenu jusqu'à nos jours.

Sans châtaignes et sans saucisses de sang, c'était les pommes de terre fricassées, les reuchtis si vous préférez, auxquelles on incorporait un peu de betterave, de rutabaga et de nantaises.

Ces déjeuners substantiels convenaient aux bûcherons, à ceux qui schlittaient les bois ou le foin des nombreuses meules qui n'avaient pu, à la fenaison, être engrangées.

Un autre aliment extrêmement nourrissant était le «frecasson». Farine rôtie dans du saindoux ou du beurre bouillant et fortement sucrée. Les gens dont le foie était normal mangeaient le frecasson avec de la crème. Il est vrai que jadis on ne parlait guère de maladies du foie, alors que maintenant...

Le frecasson ne donne aucune vapeur et ne se mange chaud qu'avec précaution. Il se prépare en quelques minutes. Froid, il est délicieux.

Et le dîner, direz-vous? C'était des soupes variées dans lesquelles on cuisait de la viande fumée. La principale, celle des grands jours, était la soupe à l'orge, aux choux, aux choux-raves, aux cocolettes avec un bon morceau de jambon, de lard, une boucle de saucisse, le tout agrémenté de fromage râpé au moment de servir. C'est là une spécialité de chez nous avec la soupe au «tsaptha-bou» (bûcheron), la soupe fourrée et les fèves encoublées.

A ces quatre derniers mets, on est resté fidèle. Les essayer, c'est les adopter.

La soupe au «tsaptha-bou»

C'est simplement une soupe au pain (si possible de la «flange» bien dure) et au fromage mi-gras ou tiers-gras, le tout émincé et arrosé d'eau bouillante. Quand tout est bien trempé et bien mélangé, on verse là-dessus du beurre ou du saindoux dans lequel on a fait roussir un oignon haché fin. Une gousse d'ail, un peu de persil et de cerfeuil, une giclée d'arome Maggi ou Knorr terminent la préparation. Veiller à ce que le liquide dépasse l'épais de deux travers de doigt au moins. Saler et poivrer à volonté.

Cette soupe se mange comme la fondue, sans assiette, et si elle est réussie, il doit y avoir, à chaque cuillerée, entre le baquet de bois et la bouche du convive, un téléférique de fromage (sic).

La soupe fourrée

Même matière première que pour la précédente, moins l'oignon et les herbettes, mais après que pain et fromage ont été bien imbibés d'eau bouillante, il faut verser le liquide en excédent après quoi on mélange l'épais restant qu'on pile avec soin de manière à obtenir une pâtée homogène qu'on jette dans un caquelon où l'on a fortement chauffé du beurre ou du saindoux. On brasse jusqu'à ce que le tout ait pris une belle teinte brun-pâle. Il n'y a plus qu'à déguster.

C'est une soupe sans liquide, sans téléférique, et singulièrement plus nourrissante que la précédente.

Les fèves encoublées

Elles se mangent en septembre surtout, avant leur maturité, quand l'échancrure qui marque la séparation des cotylédons est encore verte. Si la raie est noire, la fève est dure alors, et doit être pelée.

Les fèves sont d'abord cuites à l'eau, puis versées dans du beurre bien chaud et abondamment recouvertes de fromage. On peut y ajouter du lait à volonté. C'est là un mets de roi qui ferait revenir un mort.

La culture de cette excellente légumineuse est malheureusement en forte régression, non seulement chez nous, mais aussi en plaine. Dommage car la soupe aux fèves, liée avec des pommes de terre, est une merveille. Bien épaisse, c'est une soupe à manger et non à boire comme les potages et consommés des hôtels.

Lors des fêtes du Nouvel-an, de la St-Jean qui était la mi-été du village, et des mi-été de Perche et des Chavonnes, grand branle-bas des ménagères au four du village où l'on confectionnait et cuisait, à grand renfort de beurre, de lait, de crème, de blanc d'œuf, force gâtelets et salées à la cassonade, alors que dans les chalets on s'affairait à bricelets, beignets (qu'on appelait beugnets) à la rose ou au genou.

Au Nouvel-an, où l'on dansait carrément trois ou quatre jours dès 14 h., il y avait mascarade. Les «masqués» parcouraient la Seyte en quête de saucissons, de saucisses, de bricelets, de beignets, de gâtelets, même de monnaie.

Le dernier soir de la fête, tous les villageois se rencontraient dans la salle de bal, depuis les gosses en âge de scolarité jusqu'aux vieillards à la tête chenue, et là, on dégustait «sur le pouce» tout ce que les «masqués» avaient récolté, le tout arrosé de vin chaud sucré relevé de canelle. Les filles du village faisaient le service et puisaient ce liquide onctueux contenu dans des seilles de cuivre déposées au milieu de la salle, à même le plancher.

A la St-Jean, c'est dans les petits chalets des alpages entourant le village qu'on faisait bombance. Il y avait bal deux jours, et les armaillis avaient congé pour la circonstance, remplacés par leurs patrons.

Les danseurs ornaient volontiers leur chapeau de fleurs en papier et de bricelets placés entre le ruban et la coupe. Ils les offraient galamment à leur «tsermalâire» après une danse.

Au hameau des Granges, où se trouvait jadis un four, toutes les femmes cuisaient leur pain le même jour. On confectionnait pour le dîner de tous les habitants un gâteau monumental qu'on appelait le «thon» (th anglais).

De tout cela, il ne reste quasiment rien depuis la dissolution de la Société de Jeunesse en 1946, société fondée en 1882, et qui était en quelque sorte la gardienne, sans s'en douter, de notre folklore local. Elle possédait et exploitait le seul établissement public du village, et tous les hommes en avaient fait partie, mais en étaient exclus d'office par leur mariage.