



## LES CHEVALIERS RABELASIENS

Association amicale récréative, sans but lucratif, de durée illimitée, apolitique et de confession neutre. régie par la Loi du 1<sup>er</sup> juillet 1901 déclarée le 29 mai 2006 à la Préfecture du Var à Toulon et enregistrée au Journal Officiel n°25 du 24 juin 2006 sous le numéro 1440.

*C'est l'amitié de quelques gourmets, amateurs des cuisines traditionnelles et produits authentiques de nos terroirs, qui se réunissaient régulièrement pour quelques découvertes culinaires, qui donna l'idée de formaliser officiellement par une Confrérie bachique et gastronomique cette passion commune. Confrérie placée sous l'égide de Rabelais ambassadeur du bien vivre, Esprit curieux, humaniste, Rabelais prend son bien partout et apparaît comme un penseur éclectique qui emprunte aux stoïciens l'idée d'une collaboration active avec la Providence, aux épicuriens les bienfaits du plaisir, à Platon et Socrate la valeur du dialogue, à Aristote une confiance en la nature.*

**L**e siège de la Confrérie se trouve à la Commanderie de Provence des Mas de la Garde à LA GARDE, première Commanderie créée.

**C**orrespondance au Grand Commandeur : [afumaz@aol.com](mailto:afumaz@aol.com)

**L**a Confrérie des chevaliers Rabelaisiens a pour but de pratiquer et promouvoir l'art de la table, la recherche et l'approfondissement des cuisines traditionnelles tout en alliant l'accord des mets et des vins. Dans cette quête esthétique et gustative les chevaliers Rabelaisiens puisent leurs sources dans les cuisines régionales.

A cet effet les chevaliers développent l'art culinaire lors des réunions où sous le signe de la joie, de la gourmandise et surtout de l'amitié le goût de la table est mis en honneur. Par ce plaisir de se réunir entre amis autour d'une table bien dressée, agréablement décorée, accueillante et bien garnie, les membres de la confrérie vivent des moments de convivialité et d'amitié en suscitant humeur et bon esprit.

Gardiens des traditions ils veillent au maintien du savoir-faire gastronomique et de la qualité et défendent en les promouvant les produits du terroir.

**A**ucune limite géographique n'est fixée pour la création d'une Commanderie.

**L**a confrérie regroupe toutes les Commanderies dont les membres, animés d'un authentique esprit d'amitié, s'intéressent à la gastronomie et à l'art de la table et l'expriment en se réunissant pour réaliser eux-mêmes des repas où sont pris en considération tous les éléments liés à la qualité, à la présentation et au perfectionnement, comme à la recherche des harmonies gustatives les plus élaborées.

Confrérie gastronomique et bachique, elle entend promouvoir tant l'art civilisateur du bien manger que celui du bien boire, en étudiant et accordant la place prédominante des vins au repas, en soutenant et faisant connaître les cuisines et bons vins des provinces françaises, associant dans un plaisir commun, les produits de nos terroirs à la gastronomie, comme à toute autre forme d'expression se rapportant aux domaines liés aux arts de la table.

**U**ne Commanderie se compose de cinq membres au moins qui prennent les fonctions et titres suivants :

- Grand commandeur
- Grand chancelier
- Grand échanson
- Grand argentier
- Grand tabellion

Si l'effectif le permet les fonctions et titres suivants sont créés :

- Grand maître de cuisine
- Grand maître de chais
- Grand maître de musique
- Grand Hérault d'armes
- Grand archiviste
- Grand ordonnateur des cérémonies

**L**e grand tabellion de chaque Commanderie est chargé de tenir à jour sur le livre d'or de la Commanderie, la liste des membres, ainsi que le programme des activités de chaque Commanderie (compte-rendu de réunions – présence – menu – vins ...).

**L**e grand chancelier de chaque Commanderie est responsable de la bonne application des principes de la Confrérie.

**C**ommanderies au 1<sup>er</sup> janvier 2013

- Commanderie de Provence à La Garde
- Commanderie du Baillage de Cuers Pierrefeu à Pierrefeu
- Commanderie du Baillage de Solliès-Pont
- Commanderie du Baillage des Pyrénées à Tarbes
- Commanderie du Baillage de Gascogne à Auch
- Commanderie du Baillage de Bretagne à Brest
- Commanderie du Baillage de la Seine à Paris
- Commanderie du Baillage de Papeete à Tahiti
- Commanderie du Baillage de Casablanca au Maroc
- Commanderie du Baillage de Lima au Pérou

## **S**YMBOLS ET RITUELS

La tenue de cérémonie est inspirée de celle que portait Rabelais quand il enseignait la médecine à Montpellier.

Elle se compose d'une ample cape lie de vin bordée de parements or, d'une toque de même couleur et en cérémonie du port de gants blancs.

L'ensemble est complété par un sautoir de couleur bordeaux portant une médaille gravée à l'effigie de Rabelais avec la devise de la Confrérie « Amitié et Traditions ».



## **D**EVISE

**Amitié et Traditions**



## Recette adaptée à la tristesse du temps présent

### La soupe aux cailloux

L'histoire que je vais vous conter se situe dans les âges sombres et obscurs où les seigneurs étaient très riches et le peuple très pauvre.

Les chemins sont peu sûrs dans cette France qui n'en porte pas encore le nom, les villes guère plus grandes que les bourgades et la campagne n'est faite que de forêts profondes. Dans ces temps reculés, des hommes vont par les chemins, les places fortes, pour divertir et colporter les nouvelles. Parmi ces aventuriers traînant guenilles, il en est un très astucieux, Rodrigue ...

Bonjour, je suis Rodrigue. Je suis ce que l'on appelle en langue d'oc un troubadour, mes coreligionnaires du pays d'oïl sont les trouvères ; bref, génériquement on nous appelle ménestrels.

Je suis né en ces temps troublés où la superstition et le chaos règnent en maître, l'empire romain venait de s'écrouler après les invasions barbares. Dernier des huit enfants d'un paysan des environs de la Roche-de-Glun, je n'avais comme choix de vie que moine ou soldat de mon seigneur. La chasteté ne m'intéressait pas et mourir pour gagner ma vie... ! Mon père allait me mettre de force au monastère, lorsqu'un événement extraordinaire se produisit dans mon village. Un homme grand, à l'allure dégingandée et dépenaillée, arriva un soir à l'auberge du village.

Mon père, à son passage, cracha par terre en maugréant contre ces va-nu-pieds qui ne produisent rien de bon pour le pays.

L'homme s'assit auprès de l'âtre, et commença à raconter milles merveilles : les seigneurs qu'il avait divertis, les contrées faites de plaines et de forêts qu'il avait traversées et de bien d'autres choses qui me firent rêver. Ce soir là, je décidai de partir à l'aventure et de vivre de ma verve. Ce qui me fit suivre cet homme, hormis la perspective de finir chez les curés, c'est l'esprit dont il fit preuve une fois nous avoir émerveillés de ces contes ! Un troubadour vit de ses histoires, il est payé en nourriture ou en monnaie sonnante et trébuchante, le problème c'est que notre aubergiste s'appelle Auvergne et pour lui « un chou, ch't'un chou, ch'est rond et ch'a roule ». Alors, pas question d'offrir le repas au mécréant.

« Oh là vilain ! Auras-tu de quoi me payer ?

- non messire.... Mais je puis divertir vos voyageurs !

- si tu n'as point d'argent, débrouille-toi dans la grange, avec les bêtes !

- attendez messire ! Je puis vous faire partager une recette qui fit courir le duc du Grésivaudan

- et qui ne coûte rien à préparer !

- fais-moi ce plat et s'il me plaît, tu pourras manger et dormir à l'œil ! »

Le troubadour sort dans la cour, ramasse trois pierres, puis revient dans la cuisine

« Voyez messire, il s'agit de la soupe aux cailloux : vous mettez trois beaux cailloux dans une marmite d'eau que vous mettez à bouillir tout en assaisonnant. Bien, bien ! Voilà ! L'eau bout... » ; Le baladin goûte sa soupe ; il marque son contentement à grand renfort de « mmm ! ». L'aubergiste veut à tout pris tremper ses lèvres dans ce nectar mais l'homme l'arrête : « cela serait bien meilleur avec quelques poireaux... ». Et notre tavernier court chercher des

poireaux et les jette aussitôt dans le bouillon. « Mmm ! Je pense qu'en ajoutant un morceau de lard, le goût en serait plus fin ! » ; L'hôtelier ramène le lard. « Des haricots épaissiraient le tout ! », il descend à la cave ramasser quelques flageolets. Lorsque la cuisson s'achève, le bateleur goûte à nouveau la soupe, puis l'avale goulûment, ne laissant à l'aubergiste que le fond pour tester.

« C'est vraiment très bon, s'extasie l'aubergiste, mais ne crois pas que je vais t'offrir le dîner. Débrouille-toi avec les bêtes, dans la grange ! ». Le ménestrel sort en haussant les épaules et s'en va dormir avec les animaux...

On reparlera longtemps de la soupe aux cailloux... Mais qui s'avéra le plus rusé des deux ? L'aubergiste pensant qui venait d'apprendre une recette à « l'œil » ou le conteur qui mangea la soupe et dormit au chaud à l'étable ?