

Les paysans haut-alpins au 19ème siècle : mode de vie et alimentation

Aurélie Rousselot-Pailley¹

L'approche globale de l'alimentation privilégiée dans cette étude prend en compte les données environnementales et les facteurs socio-économiques dans le but d'identifier les déterminants physiques et culturels des modes de production, de transformation, de conservation et de consommation des denrées alimentaires de première nécessité. Nous utiliserons dans ce cadre le terme de « système alimentaire », car nous voulons comprendre comment le milieu géomorphologique, le mode de vie et la culture des communautés qui nous intéressent conditionnent ou se plient aux exigences de la survie dans un environnement montagnard, et ce, à une époque caractérisée par une économie de subsistance généralisée. À travers l'analyse de documents archivistiques et monographiques, nous décrirons les éléments constitutifs du système alimentaire haut-alpin (département des Hautes-Alpes, France) et l'alimentation à laquelle ces communautés alpines pouvaient prétendre grâce à leurs efforts incessants tout au long du 19ème siècle.



Estampe : vallée de Vars, Louis HAGHE, vers 1840. © Collection Musée dauphinois

Le territoire des Hautes-Alpes, qui se situe dans la partie méridionale de la chaîne alpine, est occupé essentiellement par des montagnes. Le tiers de sa superficie se trouve au-dessus de 2000 mètres et un dixième au-dessus de 2500 mètres d'altitude (Chauvet et Pons, 1975). Nous sommes donc sur un territoire où la moyenne des altitudes est élevée, le relief escarpé et le climat contrasté. Le nord du département est caractérisé par un relief plus élevé qu'au sud et un climat plus continental. Ainsi, la population haut-alpine peut être considérée comme montagnarde.

¹ Aurélie Rousselot-Pailley - Adaptabilité Biologique et Culturelle, UMR 6578, Marseille, France - a.rousselotpailley@gmail.com.

L'auteur et l'OCHA remercient le Musée Dauphinois de les avoir autorisés à reproduire les photos qui illustrent cet article.

Les sociétés montagnardes haut-alpines, et plus spécifiquement celles du Briançonnais (arrondissement du nord du département), se sont en général installées dans les fonds de vallée où les terres sont les plus fertiles, ou sur les versants les mieux exposés, c'est-à-dire sur les adrets qui sont plus chauds et secs, et parfois sur quelques promontoires des versants nord (à l'ubac), où l'irrigation est plus aisée (Rousselot-Pailley, 2005). Dans ces milieux difficiles, les hommes se sont efforcés de mettre tous les atouts possibles de leur côté. Les paysages de montagne cultivée d'autrefois étaient entretenus constamment, aucun espace n'était laissé au hasard, la moindre surface recevait les soins appropriés à ses caractéristiques, tantôt exploitée et enrichie, tantôt laissée au repos ou au pâturage. La terre était à la fois la mère et l'enfant de l'homme. Ces communautés ont adopté un mode de vie caractérisé par une exploitation du milieu des plus variée : à chaque saison est associé un nombre bien défini d'activités qui font suite et qui en précèdent d'autres afin d'assurer la survie des familles tout au long de l'année ; chaque étage altitudinal est exploité à des fins agro-pastorales différentes afin d'optimiser les productions ; la majorité des matériaux utilisés est issue du milieu environnant : pierres, bois, minerais, produits végétaux et animaux, etc.

Jusqu'au début du 20^{ème} siècle, le mode de vie des haut-alpins était basé sur une économie dite de subsistance (ADHA2, 7M 121). Le foncier était divisé en d'innombrables petites parcelles où la polyculture était dominante et dont l'exploitation était de type familial. La grande majorité de la population, alors presque toujours paysanne, avait les mêmes besoins et vivait dans les mêmes conditions (Mallé, 1999). Tous devaient produire les mêmes denrées agricoles (blé froment, blé seigle, orge, avoine, légumineuses, légumes de plein champ, etc.) et devaient élever un petit cheptel de bestiaux (une bonne dizaine de brebis, une ou deux vaches, et quelques chèvres) leur garantissant un apport en viande et en produits laitiers. Il s'agit en fait d'une économie fermée et basée sur les productions caractéristiques d'un mode de vie quasiment autarcique. Une fois prélevé sur la production totale ce dont la famille avait besoin pour l'année à venir, les paysans se rendaient sur les marchés locaux ou les foires saisonnières pour y vendre leurs produits (laine, moutons et agneaux, céréales, fromages). L'argent ainsi obtenu leur permettait de constituer le pécule nécessaire à l'acquisition de marchandises indispensables et qu'ils ne pouvaient produire eux-mêmes (Han, 1977), tels les métaux, le cuir, le sel, le café, le sucre, la morue salée, les pâtes, le riz, les épices ...

Milieu et mode de vie des haut-alpins au 19^{ème} siècle

La difficulté d'exploitation des territoires de montagne a obligé les communautés d'habitants à occuper de façon optimale l'espace qui leur était imparti. Les plaines étant rares, les roches jaillissant de toutes parts, il leur a fallu prendre possession de la moindre parcelle cultivable, mais aussi développer un type d'élevage spécifique aux milieux alpins. Puisque les fonds de vallée, bien que fertiles, étaient si avares en terre et en herbe, les montagnards développèrent ce qu'on appelle l'élevage extensif à une altitude élevée, entre 1800 et 2500 mètres d'altitude, là où se trouvent les alpages³. Ceux-ci offrent, au moment où l'herbe fraîche peut manquer en plaine, une ressource immense en herbe verte et nutritive. Ils constituent en définitive un complément aux faibles superficies des exploitations indispensable à leur survie économique.

² Archives Départementales des Hautes-Alpes

³ Sont considérés comme alpages, les surfaces à vocation pastorale dominante, généralement situées au-dessus de la zone d'habitat permanent, et sur lesquelles le bétail séjourne de manière prolongée pendant la période de végétation

Au 19^{ème} siècle, l'ensemble des habitants du Briançonnais vivait, tant bien que mal, grâce à une économie de subsistance basée sur l'auto-production et assurée par un mode d'exploitation familial de la terre. Cette économie, commune à la grande majorité des habitants, était fondée sur la céréaliculture et l'élevage, elle leur garantissait, en dehors des périodes de disette, une grande autonomie (Mallé, 1999). Les familles de cette région devaient conserver, en quantités relativement comparables, les mêmes denrées : grains, farine et pain ; viande salée ou fumée ; sel ; beurre et fromage ; légumes et pommes de terre.

La nécessité pour les haut-alpins de vivre en autarcie presque complète est due à l'enclavement des hautes vallées du département. De nombreux villages sont éloignés et isolés des grandes voies de communication de la région (dont l'axe principal est formé par le parcours de la rivière de la Durance). Pour rejoindre les centres urbains des plaines, les bourgs, ou communiquer d'une vallée à l'autre, les habitants devaient parcourir des dizaines de kilomètres ou passer par des cols élevés. Ces contraintes territoriales réduisaient de manière relativement importante les échanges commerciaux, ainsi que la diffusion des produits et des idées nouvelles (technologiques et culturelles).

Finalement, pour la plupart des haut-alpins, les seuls lieux connus en dehors de leur vallée étaient les foires et marchés locaux auxquels ils se rendaient pour vendre les denrées produites en excédent et acheter celles qui leur manquaient. Néanmoins, une partie des hommes quittaient les villages afin d'aller gagner en Provence, ou plus loin dans le Nord, quelque rémunération en échange de leurs services. Ils se louaient comme ouvrier agricole, berger, instituteur, d'autres encore revêtaient les attributs du colporteur. Ainsi, ces personnes qui migraient chaque année pendant les mois d'hiver caractérisés dans ces villages de montagne par l'inactivité et l'improductivité, ramenaient de leur séjour de l'argent mais aussi des produits alimentaires tels que du sel, de l'huile d'olive, du vin, des matériaux, enfin, toute sorte de choses qui manquaient à la production locale.

L'agriculture et l'élevage de montagne

Jusqu'en 1830, les modes de culture rencontrés dans les Hautes-Alpes étaient ceux qui existaient au Moyen Âge, en France et en Europe. Les cultivateurs des montagnes ne se détachaient que difficilement des anciens préjugés et des vieilles méthodes (Thivot, 1995). Les premières innovations agricoles commencèrent à être appliquées dans la deuxième moitié du 19^{ème} siècle, mais les grandes améliorations n'arrivèrent que bien plus tard, entre les deux guerres, avec la mécanisation des techniques agricoles.



Labours à Puy Saint-Vincent © Studio Pogneaux, 05120 L'Argentière-La Bessée

Au cours de la seconde moitié du 19^{ème} siècle, l'élevage extensif se développa et l'augmentation du cheptel accru considérablement la quantité de fumier disponible, ce qui permit en conséquence d'améliorer les rendements des cultures. Parallèlement au développement de l'élevage, on constate une diminution des surfaces consacrées aux céréales. Ceci est à mettre en relation avec le fait que l'on peut dorénavant facilement importer du blé de Provence ou du Piémont italien. La diminution des surfaces dédiées aux céréales se fit au profit de nouvelles cultures devenues prioritaires : à partir de 1852 se développent d'une part, la culture de la pomme de terre, plante bien adaptée à l'altitude et dont les rendements élevés protègent la population des disettes, et d'autre part, les prairies artificielles qui fournissent dès lors une grande partie du fourrage aux animaux d'élevage pendant les longs mois d'hiver. Notre climat autorise la culture de la pomme de terre jusqu'à 1800 mètres d'altitude, ce qui constitue un avantage non négligeable pour des pays de montagne. L'augmentation de la surface dédiée à la pomme de terre se fit au détriment des céréales qui formaient jusqu'alors l'essentiel de l'alimentation des paysans, et ce depuis le Moyen Âge, époque caractérisée par une période climatique plus chaude (Leroy Ladurie, 1983) favorable à la céréaliculture. Ainsi, au cours du 19^{ème} siècle, la superficie cultivée en pommes de terre, et en conséquence leur production, augmenta rapidement jusqu'à devenir la nourriture principale des montagnards.

Au 19^{ème} siècle, se développe aussi la culture des légumes verts que l'on trouve dans les jardins-potagers situés le plus souvent à proximité des habitations, ainsi que la culture de la betterave fourragère destinée aux bestiaux. La production des légumes secs (lentilles, fèves, pois, haricots blancs, etc.) cultivés en plein champs (soit sur des parcelles qui leur sont entièrement dédiées) augmente également. Alors que les potagers assurent un apport en légumes frais en été, les légumineuses représentent une source de protéines et d'acides aminés indispensable pendant les mois d'hiver. Les vergers, eux aussi, sont en nette amélioration depuis le début du siècle. On y trouve les classiques pommiers, poiriers, cognassiers, pruniers, cerisiers, en complément des quelques arbustes de fruits rouges que l'on trouve au coin des jardins ou dans la nature : framboisier, groseilliers, cassissier, etc. Les cultures fruitières sont en net progrès depuis le début du siècle mais ils ne répondent encore qu'aux besoins familiaux et des marchés locaux des bourgs et petites villes du département. Il faudra attendre l'installation de la voie ferrée en 1875 pour que se développe la culture plus intensive des poires et des pommes qui seront dès lors exportées. Les noyers sont également très répandus dans le

Briançonnais car ils peuvent être plantés jusqu'à 1200 mètres d'altitude. Ils fournissent une huile végétale qui rentre dans la consommation domestique.

Quant aux vignobles qui existaient dans la Haute-Durance, et qui étaient remarquables par l'altitude à laquelle ils étaient cultivés dans le Briançonnais car celui-ci accueillait alors les plus hautes vignes d'Europe, ils furent progressivement abandonnés dès la fin du 19^{ème} siècle. À partir de 1857, le climat alpin alterne entre réchauffement et glaciation, et au cours de la fin du siècle, les vignes subissent les attaques répétées du Phylloxéra. Ces disparités ne sont pas sans conséquences sur les cultures, dont la vigne qui figure au premier plan (Pogneaux, 2001).

L'alimentation : expression d'une étroite relation « homme-milieu »

Le système alimentaire haut-alpin, bien que relativement simple, est articulé autour d'un principe récurrent : l'équilibre. Et cet équilibre est atteint grâce à une gestion rigoureuse et économe des ressources disponibles. Comme nous l'avons évoqué, les populations alpines ont choisi de vivre dans un environnement dur, souvent hostile et dangereux, qu'elles ont dû dompter au fil des millénaires en développant des techniques et des savoir-faire adaptés aux territoires de montagne. Les milieux montagneux sont par excellence des milieux fortement contrastés, du point de vue du relief et du climat au travers des saisons. Les populations montagnardes ont dû apprendre à composer avec cet environnement et adapter les rythmes sociaux aux exigences du milieu.



Repas de vendanges. Les familles Godet et Müller. Noyarey, Isère. Cliché Hippolyte MULLER, 1897.
© Collection Musée dauphinois

Dans ces régions, la prégnance des quatre saisons est fortement marquée. Elles transforment le paysage de façon importante et imposent aux populations de se plier aux contraintes résultantes (cycle de croissance des végétaux, période de cueillette, de

chasse, rythmes agricoles, émigration des hommes en hiver, etc.). Bien évidemment, les productions et le mode d'approvisionnement ne sont qu'une étape dans le système alimentaire, une fois les récoltes rentrées, l'animal abattu, l'huile, le beurre ou le fromage fabriqués, il faut se donner les moyens de conserver ces denrées indispensables pendant de longs mois, quitte à transformer l'aliment dans sa forme, sa consistance et son goût :

- Au printemps, alors que la neige fond progressivement et remplit les torrents d'une eau vive, les différents étages alpins se libèrent un à un de leur couverture neigeuse. Le montagnard sait qu'il rentre dès lors dans une période d'activité intense. Plus les jours rallongent, plus ses nuits raccourcissent. Il lui faudra au fur et à mesure labourer, fumer, sarcler, ensemercer, biner les terres fertiles ; curer et remettre en eau les nombreux canaux d'irrigation pour arroser tout au long de la croissance des semences les parcelles de céréales (dont le blé froment, le seigle, l'avoine et l'orge), de légumineuses, de pommes de terre, de choux et de raves ; préparer le potager qui fournira à la famille une bonne partie des aliments composant les repas de l'été. Pendant ce temps, les prairies naturelles qui se trouvent à une moindre altitude (dans les fonds de vallée et à flanc de montagne) croissent et fourniront bientôt la première coupe de foin. À cette époque de l'année, tout se passe autour du village permanent, hommes, femmes et enfants sont réunis sous le toit familial et participent aux tâches domestiques et agricoles. Les quelques moutons, chèvres et bovins qui composent le troupeau familial peut enfin retrouver la bénéfique lumière printanière après plusieurs mois passés dans l'obscurité de l'étable. Les voilà qui bondissent dans les hermes⁴ aux alentours des hameaux, les brebis et leurs agneaux tout juste nées se nourrissent des herbes et des fleurs de l'année renaissante. Chaque jour, une personne ou un enfant du hameau emmène le troupeau communal en montagne, réunissant pour cela les bêtes de tous. Les « tours de garde » se font au prorata du nombre de bêtes détenues par chaque famille. Chaque soir, lorsque le troupeau revient au village, un membre de la famille récupère son petit cheptel, le rentre à l'écurie pour qu'il y passe la nuit, sans oublier de traire les animaux dont le lait peut être utilisé (chèvres et vaches). Tôt le matin, c'est la ménagère qui descend à l'écurie pour effectuer la traite matinale et s'occuper des animaux de la basse-cour (volailles et lapins), tandis que les hommes préparent les rations alimentaires du cheptel. Puis, ils passeront la journée dehors à préparer les parcelles qui porteront les fruits de l'été, rejoints tantôt par les enfants, tantôt par les femmes.
- En été, les heures passées à travailler les champs dépassent notre conception actuelle du travail agricole. Les hommes et les femmes de tous âges se lèvent dès quatre heures du matin, boivent un café ou une chicorée avec un morceau de pain et s'en vont pour être au travail le plus tôt possible afin de profiter de la fraîcheur et de l'ombre matinale. Alors que les hommes et les enfants vont aux champs, les femmes s'affairent aux nombreuses activités domestiques : aller chercher l'eau à la fontaine à l'aide de seaux pour abreuver les bêtes et fournir l'eau nécessaire à la cuisine, préparer le casse-croûte qui sera porté aux champs en milieu de matinée et la soupe qui, été comme hiver, midi et soir, est l'élément constitutif des repas paysans ; ensuite elles rejoindront les hommes affairés en pleine chaleur estivale afin de les aider sur les parcelles mises en culture. Tout à la fois, il faut organiser la récolte du foin dans les nombreux prés de fauche. À cette époque, alors que la pression démographique est à son maximum, aucune parcelle pouvant être fauchée n'était négligée. Ceux-ci sont répartis à des

⁴ Prés herbeux qui se situent à proximité des habitations

altitudes différentes, variant de 1000 mètres en fond de vallée à 2000 mètres sur les pentes des montagnes. Et comme chaque étage montagnard a une période de fauche déterminée par l'altitude, les paysans doivent jongler entre toutes leurs cultures afin de ne pas manquer le moment propice à chaque récolte, sans oublier les contraintes liées aux intempéries. Même dans la haute montagne, presque jusqu'aux rochers, il était fauchée une herbe très courte, qui, une fois séchée, s'appelait « foin de montagne » ; très nourrissante, elle était distribuée parcimonieusement. Il fallait aussi monter quotidiennement aux alpages pour compter le nombre de bêtes présentes, leur donner du sel, assurer la traite du soir qui se fait sur place ou à l'écurie si les bêtes sont redescendues chaque jour au village, et enfin fabriquer le beurre et le fromage. Ce travail était réservé aux femmes, et l'argent rapporté de la vente du beurre et des fromages revenait à leur bourse personnelle. Après avoir été fauchée et séchée en plein champ, chaque récolte doit être rentrée et stockée dans la grange en économisant au mieux la place disponible, car la quantité de céréales, de plantes fourragères et de foin, nécessaire pour nourrir les animaux comme les membres de la famille tout au long de l'année à venir est énorme. Pendant cette saison, les produits du jardin-potager qui arrivent à maturité (salades, chicorée, blettes, herbes, haricots, radis, etc.) sont utilisés quotidiennement dans l'alimentation, complétés par quelques plantes et herbes sauvages récoltées de-ci, de-là, dans la montagne (Delcour, 2004).

- A l'automne, il faut passer au fléau les céréales (froment, seigle, orge, avoine) mises en gerbes aux champs et séchées au grenier afin d'en faire tomber les grains. Il fallait être au minimum deux, et mieux valait être trois ou quatre au moment du battage au fléau⁵ pour frapper les gerbes étalées sur les planches alternativement selon un rythme très précis. Le grain poussiéreux se détachait de la tige et était récupéré pour être passé ensuite au « ventoir » afin de le purifier. Une partie du grain était immédiatement moulue en farine et conservée dans des sacs de peau de chèvre ou de brebis pour la fabrication du pain de l'automne et de l'hiver (Arnaud, 1983). Le reste était conservé dans des silos de bois ou des écrins⁶ pour être moulue au printemps. La paille du blé servait à nourrir les animaux durant l'hiver ou à rembourrer les matelas. Le cheptel est descendu des alpages vers la fin septembre ou la mi-octobre, selon les vallées. Il sera gardé aux alentours des habitations jusqu'à l'arrivée des premiers froids, après quoi elles seront rentrées à l'écurie jusqu'au printemps prochain. On sélectionne les bêtes qui vont être vendues à la foire d'automne (chaque vallée vend ses productions sur les marchés locaux et lors de grandes foires qui se tiennent dans les bourgs plus importants) et celles qui constitueront le cheptel familial d'une année sur l'autre. Par ailleurs, on finit d'engraisser le ou les cochons (il peut y en avoir deux ou trois par famille) achetés comme porcelets à la foire de printemps. Le cochon a passé six mois à l'écurie, nourrit de bouillies composées de pommes de terre, de farine, d'« ers »⁷, d'épluchures de toutes sortes, de plantes fourragères comme la luzerne ou la betterave blanche. Il atteint à l'automne une centaine de kilos et parfois davantage. Traditionnellement, il est mis à mort entre la mi-novembre et la fin décembre, cela dépend des habitudes des communautés et de la première chute de neige. Toutes les parcelles qui ne sont pas cultivées en céréales le sont en légumes ou tubercules. La saison est venue de récolter les

⁵ Les fléaux étaient de taille et de diamètre différents, les uns étaient destinés aux hommes, les autres aux femmes.

⁶ Ces sont des coffres à grain, « écrins » en patois.

⁷ Écrit ainsi en 1830 sur le cadastre de l'Argentière, correspond à une catégorie de lentilles destinées essentiellement aux animaux d'élevage.

légumineuses -lentilles, pois, haricots blancs, « ers », fèves, etc.-, les indispensables et immenses quantités de pommes de terre, les choux cultivés eux aussi en grande quantité, les oignons, les raves, les navets, les fruits - pommes, coings et poires-, et les noix qui serviront à faire de l'huile. Certains légumes cultivés au jardin comme les carottes, les poireaux, les courges, sont récoltés tardivement et conservés en cave en étant repiqués en terre. Ils seront consommés progressivement jusqu'à épuisement des réserves. Les pommes de terre sont également conservées en cave au frais et dans l'obscurité. Les choux, quant à eux, peuvent être conservés de diverses manières : comme les pommes de terre, ils sont gardés en tas dans la cave, ou bien ils sont placés la tête en bas et suspendus à une barre afin qu'ils ne pourrissent pas grâce à l'air circulant (il en est de même pour les oignons), et enfin, ils peuvent être conservés à l'extérieur, placés en tas sous une couche de paille et de neige qui forme un isolant naturel tout au long de l'hiver. Et enfin, il faut tailler les arbres fruitiers qui en ont besoin. L'automne est une saison cruciale. On fait le bilan des productions. On sait si l'on passera l'hiver sans difficultés ou s'il faudra se « serrer la ceinture ». Et puis, c'est un des seuls moments de l'année où l'on sort de la vallée afin d'aller vendre sur les marchés et les foires l'excédent des productions (soit ce qui n'est pas strictement indispensable à la survie de la famille). On vend essentiellement les produits de l'élevage des ovins, c'est-à-dire les agneaux et les moutons, achetés par les maquignons venus de Provence. On achète ou on vend également quelques bœufs, encore utilisés pour leur force de travail nécessaire aux labours et au transport, bien que les équidés soient de plus en plus fréquemment utilisés pour ces tâches car ils sont bien plus maniables. Les veaux et les vaches, en revanche, font l'objet d'un commerce important et se vendent aisément, les premiers pour leur viande, les secondes pour leur potentiel en tant que productrices de lait.

- Une fois arrivé l'hiver, le calme revient. Tout est prêt pour supporter l'inaction et le froid. La nature s'endort, les habitants aussi. L'importance des chutes de neige paralyse les voies de communication et les activités extérieures. Tout se passe donc à l'intérieur. Dans certains cas, les hommes sont partis pour l'hiver vendre leurs services dans le midi : ils sont colporteurs, instituteurs, bergers, ouvriers agricoles, scieurs de long, etc. Ceux et celles qui restent s'occupent à casser les noix pour fabriquer dès le printemps suivant l'huile à partir des cerneaux pressés, à filer la laine au rouet, tisser des draps de chanvre ou de lin, réparer les outils agricoles, fabriquer des meubles, réparer les chaussures, tresser des paniers avec de la paille de seigle ou avec de l'osier, etc. Pour les enfants, vient le moment privilégié d'aller à l'école.

Ces descriptions de l'organisation sociale et économique des communautés peuplant le Briançonnais, rendent compte de l'intimité des rapports que l'homme entretient avec son environnement. Entendons par intimité les relations « hommes-milieu », relations de dépendance mais aussi et surtout de symbiose, basées sur un principe de « donnant-donnant ». La nature est rendue généreuse par la main de l'homme pour l'homme, à condition que celui-ci trouve et entretienne un équilibre qui évolue à tout instant, et qui peut disparaître lorsque les conditions climatiques sont trop aléatoires.

Conclusion

Nous avons décrit les éléments déterminant le système alimentaire haut-alpin du point de vue des contraintes environnementales (géographique et climatique) ; de

l'enclavement caractéristique des vallées de la Haute-Durance ; de la nécessité pour les habitants de développer une économie de subsistance basée sur la polyculture céréalière et l'élevage extensif. Nous avons vu aussi que si la population produisait la majorité des denrées alimentaires qui entrait dans son alimentation, elle ne les consommait pas entièrement car une partie était vendue, et inversement, les habitants étaient contraints d'acheter les aliments qu'ils ne pouvaient produire eux-mêmes.

Bien que des changements économiques et technologiques soient amorcés dès le milieu du 19^{ème} siècle, l'alimentation des haut-alpins restera assez similaire à ce qu'elle était jusqu'alors. Pain et pommes de terre constituaient comme nous l'avons vu les éléments principaux de la consommation alimentaire journalière des paysans montagnards du nord des Hautes-Alpes. Avec ces aliments de base, la soupe était consommée quotidiennement. Elle était composée de pommes de terre et de légumes divers, choux, raves, etc., on y ajoutait un peu de lait, de farine, ou de pain détrempe, et un morceau de lard salé. Cette soupe, appelée la « soupe di bastoun » qui veut dire la « soupe de bâton » car la cuiller y tenait debout, était, pour bien des gens du pays le meilleur repas : « Lou meilhoun médecin es lou toupin »⁸, disaient les paysans. Le reste de la nourriture se composait de gratins de raves, de pâtes fabriquées à la maison, de laitages, d'œufs, de quelque viande salée de porc ou de chèvre.

Lorsque les inventaires mobiliers des 17^{ème} et 18^{ème} siècles mentionnent des provisions de viande, il s'agit toujours de vache ou de brebis, dont certaines parties étaient placées sur les pans de la grange pour être naturellement congelées, et d'autres, salées, étaient placées dans le charnier. Le porc ne semble avoir joué un rôle important, et ensuite primordial, dans l'alimentation qu'assez tard dans le 19^{ème} siècle, dès lors il devient indispensable à l'économie de subsistance des paysans haut-alpins. En effet, comme le proverbe le dit « dans le cochon tout est bon », ce qui le rend extrêmement rentable. La quasi totalité de la bête, dans ses différentes parties, est conservée de longs mois grâce à la salaison.

À la fin du 19^{ème} siècle et jusqu'aux années 80, les pommes de terre et la viande de cochon constitueront les éléments caractéristiques de l'alimentation du paysan haut-alpin. La viande fraîche, quant à elle, était surtout consommée dans les localités importantes (bourgs et villes) ou lors des repas dominicaux et pour les jours de fête (repas des jailles⁹, noces, baptêmes et autres galas). Le gibier assez abondant permettait de varier les menus (sangliers, chevreuil, chamois, marmottes, perdrix, coqs de bruyère, etc.). La chasse représentait en cela un apport en viande fraîche bienvenu au cours des mois les plus froids alors que la seule viande disponible est salée. Les dimanches et jours de fête, au repas du midi, les familles rurales remplaçaient la viande de boucherie trop cher par les produits de la basse-cour (la fameuse poule au pot).

Les milieux de montagne se prêtent naturellement à l'élevage car la nature fournit ici tout ce qui est nécessaire pour engraisser les bêtes à peu de frais : l'espace, l'eau et les vastes étendues d'herbe nourrissante. L'exploitation des alpages exige de l'homme un investissement en temps et en effort significativement inférieur à ce qu'exige l'agriculture : l'homme choisit le moment et le lieu où mener son troupeau paître plusieurs mois d'affilé sous l'œil attentif d'un gardien. Les alpages offrent effectivement

⁸ « Le meilleur médecin est le toupin ». Le toupin est un marmiton de cuisine.

⁹ C'est le repas qui fête l'abattage du ou des cochons. Lorsqu'une famille, avec l'aide des parents et amis, a mis à mort les cochons élevés plusieurs mois durant, un repas tout à fait particulier est offert aux personnes présentes : on y mange les « tourtos de sang » qui ressemblent à des crêpes faites avec le sang recueilli lors de la saignée et frit avec des oignons et de la farine dans une poêle. Avec cela, on trouve d'autres pièces de viande à consommer fraîches : côtes, filets, abats, etc.

une ressource naturelle immense et disponible à volonté. L'élevage extensif du bétail est donc d'un excellent rapport car il constitue pour le propriétaire une monnaie d'échange de grande valeur. Cependant, l'économie alpestre est restée pendant de longs siècles une économie avant tout agricole, c'est seulement à partir de la deuxième moitié du 19^{ème} siècle que l'élevage des bovins pour la production laitière et des ovins pour leur viande a dominé l'agriculture du point de vue économique. Il est assez étonnant que les montagnards se soient donnés tant de mal pour instaurer une économie agricole là où l'économie pastorale paraissait toute indiquée. C'est la raison pour laquelle la majeure partie de l'alimentation des alpins dépendait des céréales qu'ils cultivaient, et essentiellement des blés, et ce jusqu'à la fin du 19^{ème} siècle. Mais le choix des paysans montagnards de développer conjointement l'agriculture et l'élevage s'explique aisément si l'on pense, d'une part, à la nécessité où se trouvait celui-ci de produire sur place tout ce dont il avait besoin (Cézard, 1981), et d'autre part, à la précarité de l'agriculture de montagne où les catastrophes climatiques n'étaient pas rares.

Bibliographie

ADHA, 7M 121, Lettre du 14 octobre 1857 de Monsieur le Sous-préfet d'Embrun à Monsieur le Préfet des Hautes-Alpes.

ARNAUD (C.) 1983, Une mémoire de Saint-Véran, vie traditionnelle et patois queyrassins. Le monde alpin et rhodanien n°3/1983, Éditions du Centre alpin et rhodanien d'ethnologie, Grenoble.

CÉZARD (M-M.) 1981, La Vallouise à travers l'histoire, Edité par la Société d'Etudes des Hautes-Alpes, Gap.

CHAUDET (P.) et PONS (P.) 1975, Les Hautes-Alpes, hier, aujourd'hui, demain. Tome premier : La Nature – L'Homme, Edité par la Société d'Etudes des Hautes-Alpes, Gap.

DELCOUR (D.) 2004, Plantes et gens des Hauts, Usage et raison de la flore populaire médicinale haut-alpine, Les cahiers de Salagon 9, Éditions Les Alpes de lumière, Forcalquier, Haute-Provence.

HAN (A.) 1977, La Vallouise par un de ses fils. La Vallouise touristique. Imprimerie Louis-Jean, Gap.

LEROY LADURIE (E.) 1983, Le climat depuis l'an mil. Editions Flammarion, Paris.

MALLÉ (M-P.) 1999, L'habitat du nord des Hautes-Alpes, patrimoine architectural et mobilier, Edité par l'Association pour le patrimoine de Provence et la Société d'Etudes des Hautes-Alpes, Impression : Val de Loire, Saint-Aignan-de-Grand-Lieu.

POGNEAUX (N.) 2001, Le Vignoble d'altitude, Éditions du Fournel, L'Argentière-La Bessée.

ROUSSELOT-PAILLEY (A.) 2005, Les activités humaines liées à l'eau dans la vie quotidienne des habitants de la vallée de Vallouise (Hautes-Alpes), dans L'homme et l'eau en milieu montagnard, Éditions des Hautes-Alpes, Gap.

THIVOT (H.) 1995, La vie privée dans les Hautes-Alpes vers le milieu du XIXe siècle, Editions Louis-Jean, Gap.