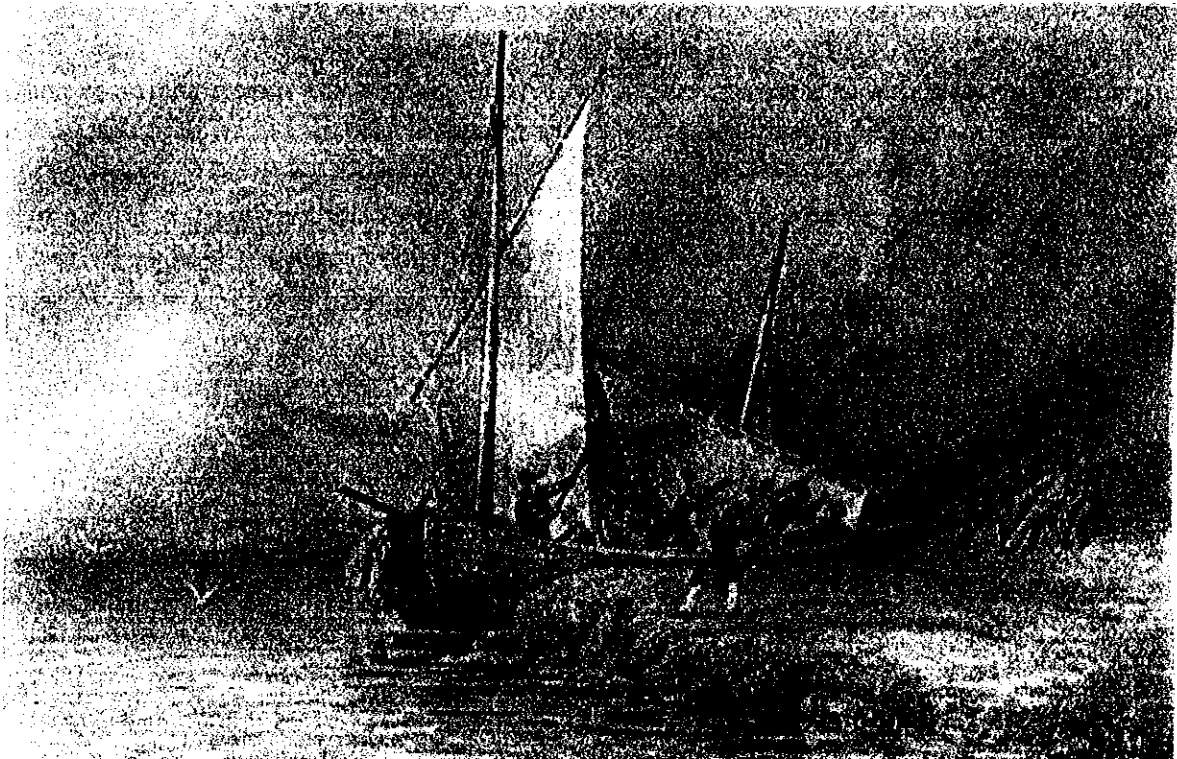




# Gruissan d'Autrefois

Janvier 2011  
N° 264

*Cabrera, et si c'était nos Gruissanais?*



*Chaloupe de pêcheurs majorquins enlevée par des prisonniers français à Cabrera*

Madame Faussac nous a parlé à plusieurs reprises, de cette île devenue prison pour les soldats de l'Armée de Napoléon et des supplices qu'ils y endurèrent.

Le numéro 248 de septembre 2009, relate l'évasion de quelques prisonniers à l'initiative de deux Gruissanais. En relisant ce récit et en observant cette gravure nous pouvons voir la similitude de l'action. Nous savons que ces départs clandestins furent très rares et que peu réussirent. Alors plaignons nous à penser que ce dessin représente nos deux pêcheurs J. B. Sibert et F. Gaubert.

Document communiqué par notre ami J. Cortes.

Jenny Blanch.

## A LA SOUPE !

A la soupe ! Cet appel quotidien de ma mère résonne encore joyeusement à l'oreille de mon souvenir... Il précédait le rituel du repas du soir pris impérativement à 19h. Le liquide n'était pas toujours riche de parfums, de goût, de consistance, avec ses petits vermicelles ou ses lettres de l'alphabet, car il y a soupe et SOUPE ! Et un simple bouillon n'est en rien comparable à la délicieuse gourmandise qu'est la soupe de Francette ; souvenez-vous, c'est celle que, lors du « Printemps des sens », se disputent gruisanais et touristes après avoir longtemps patienté dans la file d'attente (jusqu'à 100 personnes !)

Francette vous le racontera : avec Titou, elles constituent la 5<sup>e</sup> génération de l'Horto de Nadalet à maintenir la tradition ancestrale du ramassage des herbes sauvages. De tout temps les maraîchers, la famille Galy et les parents de Francette, les vendaient au poids. Parallèlement, des personnes, des bouscaïres dirons-nous, qui glanaient partout où cela est possible de quoi agrémenter le menu ou le bien-être familial, connaissaient très bien les plantes, les cueillaient et, panier au bras, les vendaient à la poignée dans les rues du village, ceci pour améliorer leur ordinaire en obtenant quelque argent. N'oubliez pas que c'était le temps où, parfois, le sucre l'huile et le café s'achetaient à la tasse...

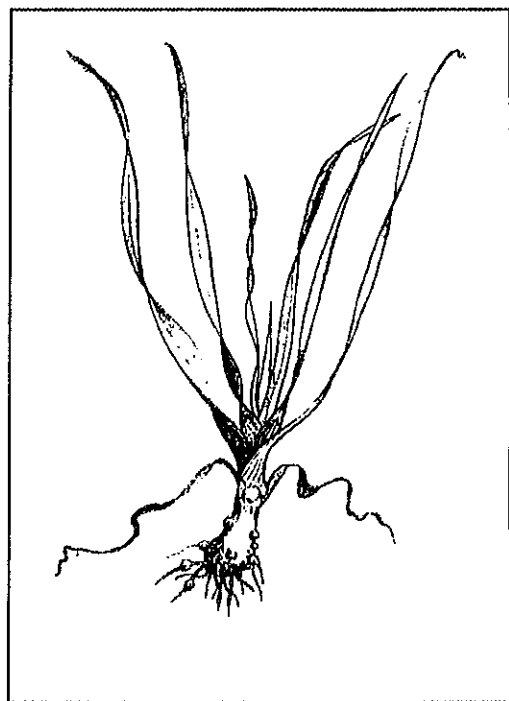
La cueillette des herbes sauvages se déroule de la deuxième quinzaine de novembre à février, et pour certaines, se prolonge en mars. Elle est variable parce qu'elle dépend de l'impact des pluies d'automne sur la végétation.

Avant de vous révéler les secrets de la recette de la soupe, je vous demande d'écouter avec vos oreilles mais aussi votre cœur, les noms vernaculaires de ces plantes venues du sein de la terre vous apporter leurs couleurs, leurs forces, leurs vertus :

La Couscounille (*Reichardia picroides*) doit être cueillie le plus vite possible dès qu'elle apparaît car elle ne supporte pas la gelée. Elle est très recherchée pour son goût parfumé et donne de la douceur à la soupe. Le botaniste Gérard Ducerf affirme que c'est certainement une des dix meilleures plantes sauvages comestibles de France.

Les Penches (*Lactuca serriola*) donnent une légère amertume à la préparation. Seules les rosettes de jeunes feuilles ou les très jeunes pousses en hiver et au printemps sont consommables.

Le Razanabre (*Rumex pulcher*) porte le joli nom de « Patience violon », car sa feuille évoque la forme de l'instrument de musique. Il pousse dans les lieux où la terre a été tassée par l'homme et les animaux.



Le Tarradel

Le Laitissou (*Sonchus oleraceus*) contient du latex blanc dans toute la plante.

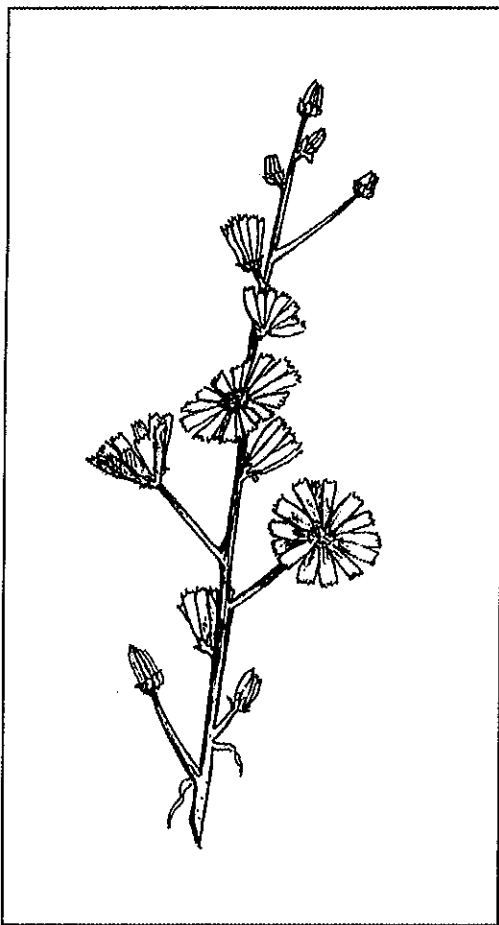
Le Tarradel (*Allium polyantum*), ou poireau sauvage, possède des vertus médicinales diurétiques et stimulantes. Toutefois il devient hautement toxique s'il est prélevé sur des terrains traités aux produits chimiques.

La Langue de bœuf (*Hypochoeris radicata*) se doit d'être cueillie toute petite. La plante entière est utilisée en cure de printemps pour éliminer les toxines accumulées pendant l'hiver.

Le Coquelicot (*Papaver rhoeas*) a été introduit en France à la Préhistoire. Il se consomme, sous forme de jeunes rosettes, cru en salade, ou cuit dans la soupe. Il calme les insomnies.

Le Bouchocrabo ou salsifi (*Scorzonera laciniata*) doit se ramasser très jeune car il devient rapidement dur. Sa racine est comestible comme les feuilles.

La Chicorée douce (*Cichorium intybus*) donne à maturité de belles fleurs bleues qui



La Chicorée

illuminent les bords des chemins. Mais c'est jeune qu'elle doit être cueillie. Les feuilles blanchies forment la « Barbe de Capucin » proche des endives cultivées. Les racines torréfiées font un excellent succédané de café au goût agréable de caramel.

L'Arrucat (*Crepis vesicaria*) se fait rare aujourd'hui. Son nom rappelle sa tendance à « s'arrucar » se recroqueviller, à se plaquer au sol dès qu'on le cueille.

Le Mal d'Uèlhs (*Crepis sancta*) l'Herbe sainte a, l'hiver, une rosette des plus recherchées.

La Mastegueyro ou Fausse gerbe (*Chondrilla juncea*) devient introuvable ; elle donnait à la soupe une grande amertume. On pouvait rajouter ses capitules fleuris dans les salades composées.

Le Plantain « pata de pol » est le *Plantago coronopus*. Ses parties tendres et ses fleurs rappellent le goût du champignon.

La Poirée sauvage (*Beta vulgaris*) pousse de préférence dans les terrains salés. Elle est très riche en sels minéraux, en oligoéléments (en particulier le fer) et en vitamines.

A toutes ces plantes s'ajoutent, à la faveur de leur rencontre, l'Herbe de Nostre Sénher dont le suc rouge évoque le sang du Christ, le Pétarel : Silène enflé, (*Silene vulgaris*) etc.

Et maintenant, qu'allons-nous faire de tous ces dons de Dame Nature ?

D'abord les nettoyer avec beaucoup de soin, ce qui est la première difficulté ; puis les laisser tremper au moins deux heures jusqu'à ce que tombe toute la terre qu'elles renferment. Les changer d'eau quatre fois, les égoutter et les faire blanchir pendant environ dix minutes. Les égoutter à nouveau. Prendre une grande marmite (si vous voulez régaler beaucoup de convives !) Y mettre des talons de jambon que vous faites revenir avec un morceau de petit salé et très peu d'huile. Cuire le jambon dans de l'eau environ demi-heure. Ajouter dans le bouillon les herbes bien égouttées. Laisser mijoter de une à deux heures. Ajouter des pommes de terre, une par personne, et laisser cuire doucement pendant au moins deux heures. Éviter d'ajouter trop de sel car il faut tenir compte de celui contenu dans le jambon sec. Lorsque les herbes sont bien cuites et moelleuses, les retirer du bouillon ainsi que le jambon et les pommes de terre. Egoutter le tout et servir séparément avec de la vinaigrette. On peut, si l'on veut, récupérer un peu de bouillon et y faire cuire quelques vermicelles pendant une dizaine de minutes. Une omelette élaborée avec les herbes cuites constitue aussi un mets très apprécié.

Mis en appétit par ce récit, vous vous préparerez peut-être, dès la fin de l'automne, à parcourir les sentiers à la recherche des précieuses plantes. Ne vous hâtez pas de les cueillir n'importe où et n'importe comment. Évitez les bords de vignes ou de champs ayant fait l'objet de traitements chimiques, car ce remède dépuratif et énergisant qu'est la soupe d'herbes pourrait se révéler pire que votre mal ! Et surtout, soyez respectueux de ce sol vers lequel vous allez vous pencher. N'arrachez pas les plantes mais cueillez-les avec reconnaissance, avec amour.

Francette, Titou, Claire, et leurs ancêtres.

Illustrations : Jean-Claude

