

## Fiche thématique

### Poste n°14 : Jardin médiéval

#### Les saveurs

Parler du manger médiéval, c'est assez vite avoir l'impression d'un monde à deux vitesses. D'un côté, on a les riches : bourgeois aisés des villes, religieux bien lotis, aristocrates, châtelains et seigneurs évidemment. Pour eux, la cuisine fine, les traités de gastronomie, les ingrédients recherchés, les épices chers venus d'orient, les festins somptueux. De l'autre, les pauvres gens : la plus grande partie de la population qui, au-delà des disettes, vivent chichement et se contentent souvent de potées de céréales, de potages, de soupes et d'un quignon de pain. Un domaine semble pouvoir les réunir : l'usage des plantes aromatiques et condimentaires qu'on cultive facilement dans un jardin ou qu'on ramasse, à défaut, directement en nature pour certaines d'elles.

#### Plantes condimentaires et aromatiques

Très utilisés durant tout le Moyen Age, les condiments sont indispensables à la cuisine. Deux familles de plantes fournissent l'essentiel des espèces aromatiques : les **labiées** avec la **sauge**, la **sarriette**, le **thym**, le **romarin**, le **basilic**, l'**origan**, la **menthe**, la **mélisse** ou encore l'**hysope**, plante répandue sur les coteaux secs et ensoleillés du Valais et les **ombellifères** comme le **fenouil**, la **coriandre**, l'**aneth**, l'**ache** ou l'**anis**...

Outre les divers **Allium** (échalote, ail, oignon, ciboulette) de nombreuses crucifères piquantes améliorent l'ordinaire: **cerfeuil**, **moutarde**, **raifort**, **cresson**, **radis noir** ou **roquette**. Cette dernière est très commune sur tout le coteau de Saillon.

D'autres plantes plus insolites sont recherchées pour varier les goûts : la **petite pimprenelle**, l'**oseille**, l'**orpin blanc** ou la **sauge sclarée**. On a souvent prétendu que l'usage des plantes aromatiques, aussi bien que celui des épices d'ailleurs, correspond à la nécessité de masquer de mauvais goûts ou des viandes peu fraîches. C'est encore une fois méconnaître le savoir-faire médiéval.

Voici deux recettes : l'une, un vin herbé aux herbes qui n'a de valeur, en principe, que par son goût contrairement au philtre de Tristan et Iseult. Enfin ! je vous laisse essayer. L'autre, pour les plus peureux, une salade aux plusieurs herbes, qui ne devrait pas mettre en danger notre vie sentimentale.

#### Le vin à la sauge

Il est idéal en début de repas pour stimuler l'appétit. Prendre 50 gr. de sauge sclarée et les mettre dans un chiffon. Nouer ce chiffon avec une ficelle et la plonger dans un litre de vin blanc durant quelques heures. Plus la macération sera longue, plus vous aurez un goût prononcé. Adoucissez ensuite le breuvage avec du miel. 2 à 3 cuillers selon votre goût. Vous pouvez également préparer d'autres vins herbés avec du romarin, du laurier,...).

### De la salade de plusieurs herbes

Salade de plusieurs herbes se fait de laictues, borraiges, mente, calamente (sarriette), fenail, persil, origan, cerfeuil, escarioles (scarole), de la fleur de fenail, et de plusieurs autres bonnes et semblables herbes odorantes, bien lavées, essuyées et mise en un grand plat, et inspargies par-dessus de sel et meslees bien avec luyle, finalement gette le vin aigre et ainsi un peu reposeses les manger, briser et macher bien a bonnes dens pource que la plus part des herbes sont saulvaiges et dures.

*De honesta voluptate (De l'honnête volupté)* écrit par Bartolomeo Sacchi, dit Battista Platina, vers 1470 et traduit en ancien français



Platine en francoys, livre de la Bibliothèque Municipale de Lyon, publié à Lyon en 1505

### Des goûts et des couleurs

Il est intéressant de voir que les médiévaux ne s'intéressent pas seulement aux goûts des plantes aromatiques mais les utilisent aussi pour leur couleur. On trouve par exemple quantité de sauces vertes obtenues par adjonction d'une très grande quantité de persil. La couleur ouvre à la symbolique et parfois est un élément essentiel pour rendre honneur à un hôte comme le démontre une recette tirée du *Fait de cuisine* de Maître Chiquart : *la hure de sanglier*. Juste avant de finir le rôtissage du sanglier à la broche, on le retire du feu pour le blasonner à l'image d'un manuscrit.

*Préparer une glaçure dorée avec les jaunes d'œufs battus, le safran et 30 g. de farine. Et confectionner une glaçure verte avec le persil broyé mélangé à des blancs d'œufs et 30 g de farine. Enduire un pied et la moitié de la hure de glaçure dorée et l'autre pied et l'autre moitié de hure de glaçure verte. Tenir le tout embroché à quelque distance du feu pour faire sécher les glaçures sans les brûler. Quand un côté est séché, exposer l'autre. On peut remettre de l'une et l'autre glaçure et refaire sécher à plusieurs reprises pour qu'elles soient solides et de couleur franche.*



*Après avoir désembroché, tracer une ligne fine sur le pourtour des oreilles avec un pinceau trempé dans du blanc d'œuf battu; puis verser sur ce blanc d'œuf la poudre d'or. Fixer dans le pied droit un étendard aux armes de la personne que l'on est censé honorer.*

Voici aussi une recette de blanc-manger aux quatre couleurs tirée du *Viandier* de Taillevent

*Prenez amendes eschaudées et pelées, et le broyez très bien, et les deffaictes d'eau boulu; puis, pour faire la lieure pour les lyer, fault avoir du ris batu ou de l'amydon. Et quandt son layt ara esté boulu, le fault partir en plusieurs parties, en deux potz, qui ne veult faire que de deux couleurs, et, qui le veult, faire en trois ou quatre parties; et convient qu'il soit fort lyé autant que seroit froumentée, tant qu'il ne se puisse reprendre quant il sera drecié ou plat ou en l'escuelle; Préparation des diverses couleurs : puis prenez orcanet (**l'orcanette des teinturiers**) ou tornesot (**l'héliotrope**), ou asur fin (garance ou lapis lazuli ?), ou **persil**, ou salmonde (**la benoite commune**), ou ung petit de saffren (**le safran**) coullé avec la verdure, affin qu'il tienge mieulx sa couleur quant il sera boullu; et convient avoir du sang de porc et mettre tremper dedans l'orcanet ou tournesot, et l'azur pareillement. Et gectez du sucre dedans le lait quand il bouldra, pour tirer arrière, et le sallez, et remuez fort, tant qu'il soir renforçy et ayt prins sa couleur telle que luy vouldrez donne.*

**La vidéo liée :** <http://www.youtube.com/watch?v=6fzTPfyl67I>

#### **Références / Pour en savoir plus :**

- *La cuisine sauvage, encyclopédie des plantes comestibles de l'Europe*, François Couplan, Debard, Paris, 1984.
- *Les plantes aromatiques* in *Histoire médiévale*, no 20, août 2001.
- *Fait de Cuisine de Maître Chiquart*.

© Jean-Marc Pillet et Stéphane Roduit 2010