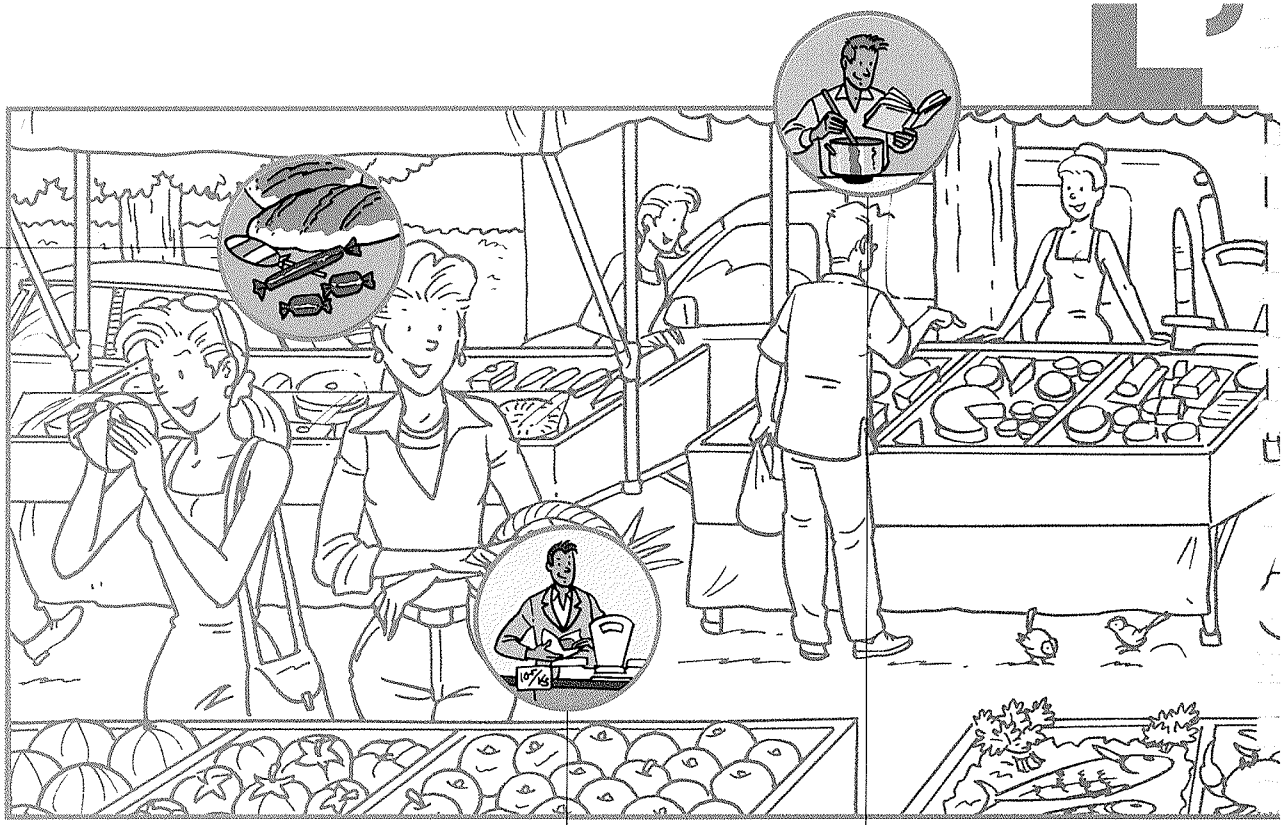


Les Aliments de la région
Il s'agit des aliments qui sont cultivés, élevés, pêchés, cueillis et consommés sur place ou dans d'autres régions, d'autres pays : la viande, les fruits et légumes, la boisson, le pain et la confiserie, les poissons et crustacés ainsi que les produits de la cueillette.

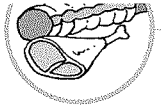
Les Produits emblématiques
Il s'agit souvent des produits en voie de disparition, commercialisés et issuent de la sphère familiale. Ce sont par là même des produits régionaux traditionnels qui même s'ils ne sont plus souvent consommés, car en voie de disparition, ont une valeur identitaire.

Les Recettes traditionnelles
Ces recettes sont régionales ainsi que leurs modes de préparation ou les occasions pour lesquelles on les prépare mais leur diffusion peut dépasser le niveau local.

alimentation

"Dis-moi ce que tu manges, je te dirai qui tu es", écrivait en 1826 le célèbre gastronome Brillat-Savarin dans la *Physiologie du goût*. En effet, l'homme effectue un choix parmi les nombreuses possibilités alimentaires que lui offre le milieu.
C'est pourquoi, l'alimentation a tout naturellement sa place dans ce guide. Bien sûr, ici, l'alimentation concerne tout autant les habitudes alimentaires que les produits régionaux et du terroir commercialisés et/ou participant de la renommée du territoire étudié.

L'Alimentation traditionnelle
Il s'agit des habitudes alimentaires ; préparation, modes de consommation,



Viandes

Fruits et légumes

Boissons

Pain et confiseries

Poissons et crustacés

Produits de la cueillette

On peut se procurer facilement ces produits, leur prix est accessible, leur qualité et les efforts qui sont réalisés pour les améliorer sont particulièrement notables.

L'abandon progressif de leur consommation et la raison pour laquelle les populations s'en détournent sont les premiers points négatifs a étudier.

Les Produits de la cueillette
La myrte, *baie aromatique divine pour les Grecs, se cueille sur les arbrisseaux poussant dans le maquis corse. Contenant des huiles essentielles, elle est utilisée surtout dans la fabrication de liqueur. On peut aussi en faire de la confiture, de la gelée, du ratafia ou du sirop. Elle est également un condiment parfumant, entre autres, les pâtés.*

Produit de l'eau
Le Céteau, *sorte de petite sole, est un poisson très abondant dans l'estuaire de la Gironde et vivant dans le golfe de Gascogne. Consommé par les populations locales, il n'est plus pêché que par une dizaine de pêcheurs de Charente-Maritime, du printemps à la fin de l'été. Il entre également dans la composition de la chaudrée*

Questionnement commun
Noter le mot qui désigne la variété, l'espèce ou la race. Le produit est-il présent uniquement dans la région ? Est-il représentatif de l'alimentation de la population ? Comment est-il consommé ? Quotidiennement, couramment, rarement, uniquement lors d'occasions particulières (lesquelles ?) ? Pourquoi ? Rentre-t-il (elle) dans la composition de recettes traditionnelles ? Y a-t-il une histoire liée au produit ?

La Viande
L'animal est-il élevé uniquement dans la région ? L'espèce ou la race sont-elles présentes uniquement dans la région ? Ont-elles été introduites à une époque particulière ? Pourquoi ?

Les Fruits et légumes
Sont-ils cultivés uniquement dans la région ? Depuis quand sont-ils produits ? Ont-ils été introduits à une époque particulière ? Pourquoi ?

La Boisson
Est-elle fabriquée artisanalement ou industriellement ? A-t-elle une histoire ? Laquelle ? Existe-t-il des techniques, des savoir-faire particuliers ?

Le Pain et la confiserie
Sont-ils fabriqués artisanalement ?

Le Poisson et le crustacé
Comment sont-ils pêchés ou élevés ?

Le Produit de la cueillette
Où est-il cueilli et comment ?

Le produit en voie de disparition

Le produit commercialisé

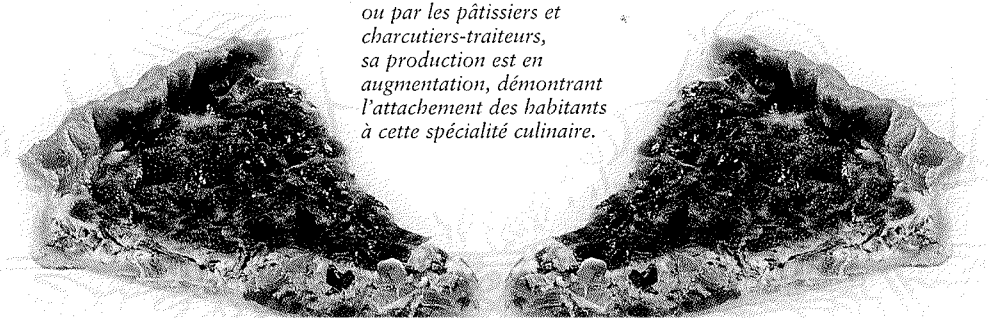
Le produit de la sphère familiale

Etudiez l'étendue des pratiques culinaires englobant ces produits emblématiques, l'attachement des populations concernées, les mesures prises pour valoriser leur consommation, l'existence de producteurs locaux dynamiques.

L'essentiel des points négatifs se résume au manque de soutien en faveur des producteurs locaux, le nombre infime de ces derniers qui ne permettra plus le maintien d'une production marchande.

Produit en voie de disparition
Roux foncé avec des bulles fines et une mousse abondante de longue tenue, **la cervoise** *a pratiquement disparu au cours du XXe siècle. Seuls quelques brasseurs permettent encore de découvrir la Cervoise dont l'origine se perd, paraît-il, dans la nuit des temps...*

Produit de la sphère familiale
La flamiche *est une tarte traditionnellement aux poireaux (mais faite aussi au fromage, à l'oignon, à la citrouille) typique des pays du Nord de la France puisqu'on la trouve dans le Nord-Pas-de-Calais (pâte briochée) mais aussi en Picardie (pâte à pâtisserie). Plat préparé dans les familles ou par les pâtissiers et charcutiers-traiteurs, sa production est en augmentation, démontrant l'attachement des habitants à cette spécialité culinaire.*



Questionnement commun

Quelle est la notoriété du produit dans la région de production ? Ailleurs ?

Le Produit en voie de disparition

Pourquoi est-il en voie de disparition (mode de vie différent, élévation du niveau de vie, changement de goût de la population, disparition de la plupart des producteurs, etc.) ? Qui le fabrique encore ? S'agit-il des producteurs traditionnels ou de nouveaux venus passionnés ? Est-il fabriqué de la même manière qu'autrefois ou a-t-il été adapté pour convenir au goût actuel ? Où et comment est-il commercialisé ? Y a-t-il des mesures de sauvegarde ou de relance qui sont prises en sa faveur ?

Le Produit commercialisé

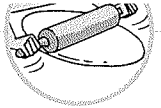
Qui le fabrique ? Est-ce une industrie locale ou un grand groupe, voire une multinationale agro-alimentaire ? Le trouve-t-on uniquement dans la région ? Sa composition a-t-elle évolué au cours du temps ? Si oui, pourquoi ? Sa nature de produit emblématique en fait-il un produit cher ?

Le Produit de la sphère familiale

Où est-il encore préparé ? Dans la sphère familiale ou par des artisans de métiers de bouche (pâtissiers, charcutiers-traiteurs) ? A-t-il encore un lien avec une tradition ?
Si oui, laquelle ? Le mange-t-on essentiellement par goût ou pour respecter une tradition ?
Sa composition a-t-elle évolué au cours du temps ? Si oui, pourquoi ?

Recette

Ingrédients



Préparation

Occasion

Prenez en compte la mise en valeur des traditions culinaires du territoire ou de la communauté choisis, l'importance de l'enracinement actuel, la mise en valeur des occasions, ainsi que la production locale des ingrédients.

Etudiez l'oubli des traditions culinaires, la récupération de ces traditions comme alibi commercial ou culturel, l'utilisation de produits ne se trouvant pas originellement dans la composition de ces recettes, l'oubli des raisons de leur préparation par les populations concernées.

Recettes
Soupe de légumes au jambon et au confit, **la garbure béarnaise** *est un plat traditionnel de l'Aquitaine. Si, aujourd'hui, on ne la mijote plus dans le toupin, une marmite spéciale, et si l'abondance de la graisse n'est plus un signe de richesse, on utilise les mêmes ingrédients – variant selon les saisons – avec, toujours, du jambon de pays et un confit (d'oie, de canard ou de porc).*

Occasions
En Provence, à Noël, avant la messe de minuit, se tient **le "Gros Souper".** *Il se termine immuablement par la pompe de Noël et les treize desserts. Les produits peuvent varier d'un village à l'autre. Généralement, sont servis amandes, noisettes, figues, raisins, noix, pruneaux, pommes, poires, oranges, nougats blanc et noir, biscuits secs ainsi que la "pompe à huile", un biscuit trempé le*

La Recette

Est-elle régionale ou locale ? Est-elle une variante d'une recette adaptée d'une autre région ? Est-elle encore préparée ? Par qui ? Est-elle écrite ou se transmet-elle par tradition orale ? Est-elle identique partout ou varie-t-elle en fonction des terroirs ? Est-elle connue de tous ou seulement d'initiés ou de professionnels ? A-t-elle évolué au cours du temps ? Quelles sont les raisons de cette évolution ? Est-elle aussi préparée par l'industrie agro-alimentaire ?

Les Ingrédients

Viennent-ils de la région ? Sont-ils encore cultivés, élevés ou cueillis sur place ? Le sont-ils spécialement pour cette recette ? Ont-ils subi des transformations au cours du temps ? Sont-ils rares ? Pourquoi ? Cela valorise-t-il la recette ?

Le Mode de préparation

Est-il encore largement répandu ou ne concerne-t-il qu'une partie de la population (personnes âgées) ou des professionnels ? Est-il le même qu'autrefois ou a-t-il évolué ? Si oui, pourquoi ? Est-il essentiellement en vigueur dans les restaurants ou plutôt dans la sphère familiale ? L'industrie agro-alimentaire l'a-t-elle adapté pour une production de masse ?

L'Occasion

Est-elle un repas festif familial ou une fête locale, régionale, nationale, etc. ? A-t-elle un caractère exceptionnel ou quotidien ? A-t-elle un lien avec l'Histoire ? Est-ce une tradition bien établie ou s'agit-il d'une initiative commerciale, touristique, de mise en

Aliments

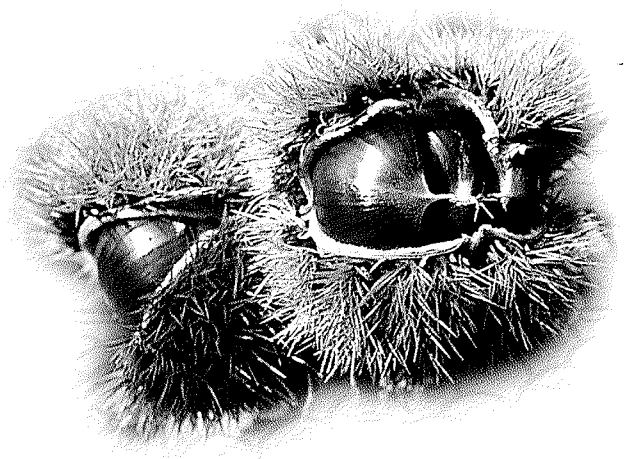
Modes de consommation

Manières de table

Plantes médicinales

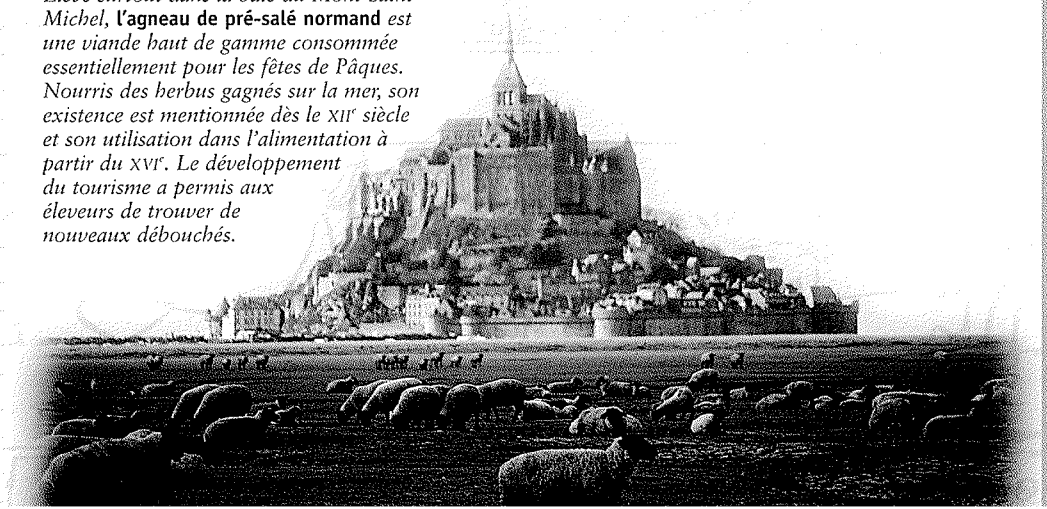
La conservation des traditions en tant que pratiques vivantes, la pertinence de ces traditions, leur insertion dans l'époque actuelle, la valorisation d'un point de vue culturel, touristique, économique et communautaire.

Constatez l'absence d'une alimentation traditionnelle propre à la région du fait de l'oubli, volontaire ou non, de cet aspect de son identité par les populations locales. Analyse la superficialité de pratiques soi-disant traditionnelles mais n'ayant comme existence qu'une base commerciale...



Les Modes de consommation
Nourriture de base de la population au XVIIIe siècle, **la châtaigne blanchie** *est indissociable du Limousin. Une personne pouvait en ingérer jusqu'à deux kilos par jour ! Châtaigne verte épluchée puis cuite, elle pouvait être accompagnée de lait ou de petit-lait. Aujourd'hui, elle entre dans la composition de nombreuses charcuteries mais est également dégustée comme crème de marrons. De même, elle continue d'être consommée nature accompagnée de cidre.*

Les Aliments
Elevé surtout dans la baie du Mont-Saint-Michel, **l'agneau de pré-salé normand** *est une viande haut de gamme consommée essentiellement pour les fêtes de Pâques. Nourris des herbus gagnés sur la mer, son existence est mentionnée dès le XIIe siècle et son utilisation dans l'alimentation à partir du XVIe. Le développement du tourisme a permis aux éleveurs de trouver de nouveaux débouchés.*



L'Aliment
Est-il typique de la région ? Est-il commercialisé partout ou uniquement dans certains lieux ? Quelle est la raison de sa consommation (vivrière, festive, autre) ? A-t-il subi des transformations au cours du temps ?

Le Mode de consommation
Cet aliment est-il consommé nature ou accompagné de condiments, d'épices, de sauces, mélangés avec d'autres produits ? La consommation de cet aliment a-t-elle évolué au cours du temps ? Au cours de quel(s) repas cet aliment est-il consommé ? Pourquoi ? En a-t-il toujours été de même ? Existe-t-il un rituel particulier de consommation ? Si oui, pourquoi ? Le mode de distribution des différents morceaux répond-il à une habitude ?

Les Manières de table
Quels sont les objets utilisés lors d'un repas normal ? Un repas festif ? Y en a-t-il de typiques de la région ou du terroir ? Dans quelle pièce mange-t-on, quotidiennement, pour une fête ? Quelle évolution avec le passé ? Existe-t-il des rituels alimentaires liés au repas festif ? Quelle est la décoration et l'ordonnancement de la table (Etudiez ces points pour les repas quotidiens et les repas festifs) ? Qui participe au repas quotidien, au repas festif ? Quelle est la place des enfants ? De la famille élargie ? Des invités ? Quelle évolution avec le passé ?

Les Plantes médicinales
Sont-elles cultivées ou cueillies dans la région ? Qui les cultive ou les cueille, qui les commercialise ? Sont-elles encore utilisées ? Pourquoi ? Par qui ?