

**L'ALIMENTATION EN PROVENCE
ORIENTALE
A LA FIN DU MOYEN-AGE**

par Marie-Christine GRASSE

Les textes mentionnent assez rarement les aliments eux-mêmes. En revanche, ils explicitent le mobilier les contenant, comme la table à pain par exemple. Cette dernière indique clairement que l'on mange du pain, sinon à tous les repas, du moins suffisamment régulièrement pour posséder un meuble spécifique ou encore le gril à huile... La table à pain ou le pétrin indiquent également que la fabrication du pain se fait à domicile et sa cuisson à l'extérieur.

Le pain et le vin étaient primordiaux dans l'alimentation provençale, donc dans la vie quotidienne des personnes au Moyen Age. On rencontre les mentions de pain et de vin dans toutes les couches sociales.

En Sicile, la viande et les légumes constituent les aliments de base à la même période. Ils restent étroitement liés à l'environnement géographique (1). Rien d'aussi clair n'a pu être mis en évidence en milieu urbain provençal.

Comme pour la viande et le poisson frais, les inventaires restent muets au sujet des fruits et légumes frais. Non pas qu'ils soient absents de la nourriture quotidienne, mais tout simplement conservés dans les meubles de stockages, mentionnés dans les inventaires après décès, il n'est pas certain que toutes les provisions alimentaires soient énumérées. Nous ne traiterons donc ici que des produits secs.

Pourtant, la possession des vergers et des jardins étant très répandue, les produits frais doivent être largement consommés. Les jardins aixois de la même période comportaient des pommiers, poiriers, pruniers, cerisiers, abricotiers.(2)

Seules les personnes aisées semblent consommer des amandes, alors que l'on rencontre les figues, certainement sèches, dans différents milieux sociaux, ainsi que les noix et les noix de cajou.

Si les noix sont consommées telles quelles, on en extrait également de l'huile. Nous avons remarqué l'existence de mobilier également en noyer. Il s'agit de l'arbre de la montagne provençale réservant l'amandier à la Provence des bassins (3) ?

Comme en Sicile (4) ou en Provence (5) les principaux légumes semblent être les fèves, les pois chiches, les lentilles s'ajoutant à la consommation du riz.

On utilise les fèves, pour les potages, souvent accompagnées d'oignons (6), mangées fraîches, sèches ou cassées (7)

Les lentilles et les pois, consommés, cuits seuls, ou cuits dans un potage, font également partie de la nourriture du bas Moyen Age. Les lentilles se vendent plus cher que les fèves.

Le riz est un élément particulier qui semble être largement utilisé dans la cuisine de l'époque. Consommé cuit dans un chaudron ou une marmite, on le transforme aussi comme le blé en semoule.

Les récipients contenant de l'huile sont souvent cités ainsi que la grille à l'huile...

Ils attestent tous de sa large utilisation de l'huile comme condiment végétal dans la vie quotidienne.

Il s'agit certainement d'huile d'olive, la terre provençale étant largement complantée d'oliviers depuis l'antiquité. Mais nos textes ne le mentionnent pas. En effet, un champ d'olivier est cité comme simple champs dans les textes de tutelle. Seule la terre semble compter, et non la production des arbres y poussant. Le même problème se pose d'ailleurs pour les fruits frais.

Les épices sont utilisées dans la cuisine. On trouve la muscade, le poivre, diverses plantes aromatiques comme le thym, la cardamome mais également des plantes laxatives et des remèdes.'

La présence d'un mortier dans un très grand nombre de maisons indique une consommation assez répandue d'épices.

Les textes révèlent également la consommation de confitures d'abricot, de miel, de sucreries diverses, dragées, gommées...mais aussi de sirops, l'unique source de sucre avec le miel. En effet, le sucre à proprement dit, importé de Sicile, coûte beaucoup trop cher (8). Nous ne pouvons dire si ces dragées et confitures viennent proprement de Sicile, grande productrice de douceurs dès le XIVe siècles (9).

A travers cette présentation d'un des aspects de l'alimentation quotidienne en Provence Orientale apparaît celui concernant les produits secs ou se conservant dans le temps. On constate que les aliments ont un emplacement déterminé dans la demeure, dans les pièces spécifiques. De plus, certains aliments demeurent courants, alors que d'autres sont réservés aux personnes les plus aisées. Par ailleurs, en se rapprochant des ustensiles de cuisine, on arrive à percevoir les modes de cuisson et donc de préparation de certains aliments.

L'alimentation paraît variée et très hiérarchisée suivant le niveau social. Si tous mangent du pain, il n'en est pas de même pour la viande ou le poisson. Mais il ne faut pas oublier que les listes alimentaires dressées à partir des inventaires dépendent des moments de l'année où les actes ont été passés. Cela n'est pas sans incidence sur le témoignage qu'ils laissent. La quantité de vin dans une maison dépend de la date de l'inventaire par rapport aux vendanges, celle des grains varie par rapport aux moissons, celle du sel à la perception de la gabelle etc.

Ces divers aspects aident à mieux percevoir la vie des habitants des demeures urbaines, sans qu'il soit pour autant possible d'établir le budget mobilier ou alimentaire d'une famille, car le nombre de nos textes demeure trop faible.

Maison d'un apothicaire de Grasse en 1474 (1 J 321)

Répartition du mobilier d'une demeure à douze espaces distincts

12 pièces + une boutique + 1 cellier + 1 étable

Carrerìa Reeta Ermentari Rossanti

Magister apothicaire

LES PLUS HAUTES RÉCOMPENSES AUX EXPOSITIONS
MÉDAILLE D'OR A L'EXPOSITION UNIVERSELLE INTERNATIONALE DE BRUXELLES 1897

SOCIÉTÉ DES HUILES D'OLIVE DE NICE

ANONYME - CAPITAL ENTièrement VERSÉ 350,000 FR.
ANCIENNE MAISON FÉLIX AUDEMARD - FONDÉE EN 1870

ADRESSE
TÉLÉGRAPHIQUE
S H O N
N I C E
TÉLÉPHONE
N° 53



ENTRÉE
par Parc de St
M. BON PRA
NÉCESSAIRE
N° 5014
TÉLÉPHONE
N° 5014

Pour PROVINCE et ÉTRANGER adresser la Correspondance au SIÈGE SOCIAL, Avenue Asier à NICE.

1.° 5698
Duplicata

Nice le 24/3/99
Monsieur François Audas
Boulangier - Boulevard du Canal
à Cannes

Doit le montant des Marchandises ci-après désignées et expédiées par chemin de fer à votre adresse Franco de port et d'emballage en gare de
à l'adresse de M. *Audas*
d'après commande de M. *Frastour*

Payable en notre traite de Fr. 19.25 au 27 Mars prochain

RANGUÉS	NUMÉROS	POIDS NET A RÉCOMPTER EN GROS	TARE	NET	DESCRIPTION	PREX	SOMMES
3057	61.3	11.3	50 ^{cl}	50 ^{cl}	18 litres d'huile d'olive supérieure	1.30	65
3058	24.1	4.6	19 ^{cl}	19 ^{cl}	18 litres d'huile d'olive à brûler	2.90	17
					1 barrique		4
					1		2
<p><i>Certifié conforme à nos échantillons</i> SOCIÉTÉ DES HUILES D'OLIVE DE NICE Anonyme, Capital: 350,000 fr. libéré L'Administrateur</p>						<p>19</p>	

NOTE IMPORTANTE. On ne peut se représenter les poids des unités à l'import en gros. En cas de manque en France, être avisé par le public de réception, les souscriptions pour être responsables. Le cas de la S. A. L. L. souscrits. Les 100 engagements, souscrits en vertu de ce reçu par le bureau de la poste prouve les analyses réalisées de la division des liquidés.

NOTE: Nous demandons aux Clients de faire analyser nos HUILES D'OLIVE, afin que leur pureté soit scientifiquement démontrée (L'adresser aux Bureaux Agronomiques, le Laboratoire Municipal de Paris ou à un Chimiste Expert)
EXTRAIT DE L'ART. 2 DES STATUTS DE LA SOCIÉTÉ DES HUILES D'OLIVE DE NICE.

Pièces	Eclairage	Foyer	Alimentation
In aula dicte domus	1 candelabre (chandelier pendants) 1 lampe en fer	1 chaudron 1 broche 1 trépied toile devant la cheminée	
In dispensa tam in aula quam in apotheca	5 candelabres en laiton 3 candelabres en fer 1 lanterne	1 chaudron 1 poêle 1 broche	
In studio Un aula			
In camera contigua dicte aule			
Ad camera contigua dicte aule			
In garda raupa existente juxta dictam camera			
In latrinis		1 chaudron	pois lentilles
In camera existence retro dictam garda raupam		1 chaudron	fèves
In solerio superiori		1 anse de chaudron	

In coquinam	7 chaudrons	1 marmite en cuivre 5 poêles 3 bouilloires 1 réchaud cassé 1 trépied 1 caisse en fer 2 bassines à faire la cire avec couvercles	miel pain farine seigle
In graniero			avoine
In camera oleorum	2 petites lampes en verre lampes	1 chaudron	huile poisson
In apotheca dicte domus In parte superiori dicte domus		huile	
In penore dicte domus		huile	
In stabulo			
In camera existens super dictum stabulum			
In prima astagiera dicte apotheca partis destre semoule			
In secunda astageria ascendendo			

Pièces	Eclairage	Foyer	Alimentation
In tertia astageria dicte appotheca ascendendo			
In quarta astageria appotheca ascendendo			
In quinta astageria			
In astageria prima existens in medio dicte appotheca			
In secunda astageria			
In tertia astageria			
In quarta astageria			
In tertia partis sinistre dicte appothece			
In prima astageria dicte partis sinistre dicte appothece			
In dicta appotheca de cirapis	lampes		riz

Maison de type 2

Répartition du mobilier d'une demeure à deux espaces distincts.

(Antibes, 1453. 3 E 79/111 f 43-44)

Johannus Ferrandi de Antipolis

Pièces	Eclairage	Foyer	Alimentation
In aula		1 chaudron 1 marmite 1 poêle 1 caisse en fer 1 crémaillère	avoine farine

NOTES

- 1) AYMARD (M.), BRESCH (H.), Nourritures et consommation en Sicile entre XIVE et XVIe siècle, dans M.E.F.R.F., 1975, n° 87, pp. 535-581
- 2) COULET (N.), Pour une histoire du jardin, vergers et potagers à Aix-en-Provence 1350- 1450, in Le Moyen-Age, 1967, T. 73, p. 239-270
- 3) STOUFF (L.), Ravitaillement et alimentation en Provence, aux XIVE et XVe siècles, Paris- La Haye, 1970, p. 107.
- 4) BRESCH (H.), Les jardins de Palerme 1290-1460, in M.E.F.R.M., 1972, P. 56, T.1, n° 84, p. 55-127.
- 5) STOUFF (L.), Ravitaillement et alimentation en Provence aux XIVE et XVe siècles, Paris-La Haye, 1970
- 6) STOUFF (L.), Ravitaillement et alimentation en Provence aux XIVE et XVe siècles, Paris-La Haye, 1970, p.59.
- 7) STOUFF (L.), Ravitaillement et alimentation en Provence aux XIVE et XVe siècles, Paris-La Haye, 1970, p. 105.
- 8) STOUFF (L.), Ravitaillement et alimentation en Provence aux XIVE et XVe siècles, Paris-La Haye, 1970 p. 197.
- 9) BRESCH (H.), Les jardins de Palerme 1290-1460, in M.E.F.R.M., 1972, p. 79, T.1 n° 84, p. 55-127.