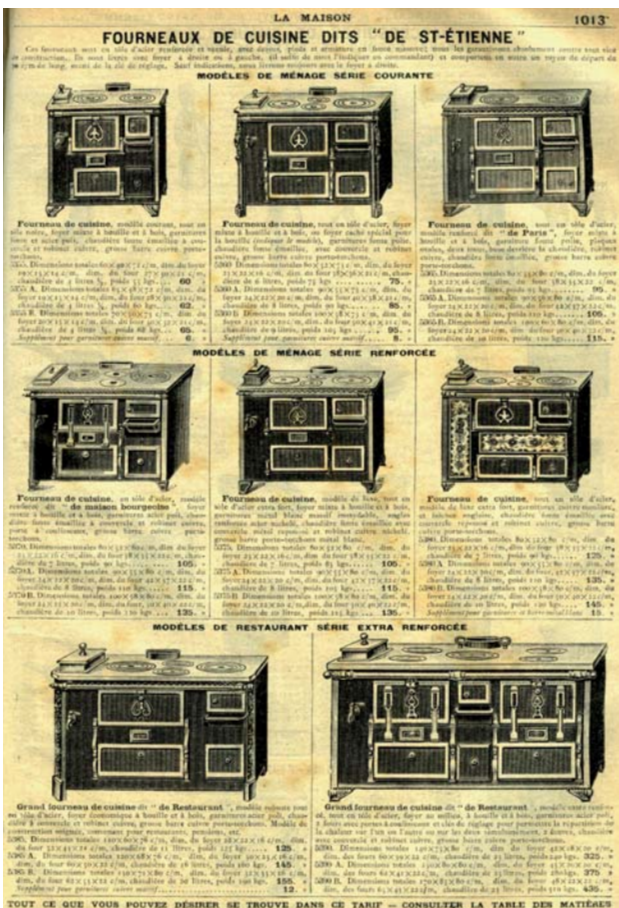


Les recettes de ménage

par Gérard Saint-Paul

Les recettes de ménage sont celles du ménage, c'est-à-dire de la famille. Le verbe ménager, d'après Le Petit Robert, signifie dans son sens premier « employer avec mesure, avec économie, de manière à conserver, à utiliser au mieux (1) ». La bonne ménagère est donc avant tout économe. En effet, à la fin du XIX^e siècle, dans une France encore essentiellement rurale, on s'efforce d'acheter le moins possible en utilisant au maximum les produits de la ferme, du jardin, voire de la nature, de conserver le plus longtemps possible les denrées périssables et aussi de ne rien jeter. Pour cela, on valorise les déchets tels que les épluchures, les os ou les noyaux et on donne même une nouvelle jeunesse aux aliments altérés comme le beurre rance, le bouillon aigre ou la bière éventée. À la fin du siècle, les almanachs, le supplément dominical du Petit Troyen et le livre 3 200 recettes, édité à Troyes en 1911 (2) fournissent aux cuisinières tous les conseils nécessaires pour une bonne gestion de leur ménage.



Élaborer ses aliments

L'alimentation de la famille passe par l'utilisation des produits du terroir. On fabrique souvent son pain et de nombreuses maisons rurales possèdent un four à pain. Voici un pain présenté comme deux fois moins cher que celui du boulanger : pour faire la pâte, on mélange à parts égales de la fécule de pomme de terre, de la farine de froment et de la farine de seigle blutée (3). On obtient ainsi un pain d'une saveur agréable, digestif et très nutritif, qui se conserve frais beaucoup plus longtemps que le pain ordinaire. La fécule de pommes de terre, qui entre pour un tiers dans sa composition, peut évidemment être préparée à la maison : il suffit de râper les pommes de terre aussi fin que possible et de jeter la râpüre dans un seau d'eau claire. La râpüre est ensuite lavée plusieurs fois sur un tamis à mailles serrées : le

Fourneaux de cuisine proposés par le catalogue Manufacture de 1909.

(Coll. particulière)