

# Le pain et la culture

Informations aux enseignants



1/1

## Informations de fond: le pain et la culture

Les hommes mangent du pain depuis une époque étonnamment lointaine.

Nous savons que toutes les variétés actuelles de céréales ont un jour été des graminées dont les grains ou les semences ont nourri les plus anciennes civilisations. Autour des habitats de ces chasseurs-cueilleurs primitifs, les semences perdues germaient et trouvaient des conditions plus favorables que dans les régions sauvages arides. L'homme a commencé à prendre soin de ces plantes, s'est saisi d'un bâton pour retourner la terre et est ainsi devenu un cultivateur sédentaire. Cette période remonte à l'an 11 500 av. J.-C., au néolithique.

Des découvertes archéologiques situent l'origine des céréales au Proche-Orient, plus particulièrement dans les régions limitrophes de l'Irak actuel (Mésopotamie). Dans cette région, on sème et on récolte des céréales depuis l'an 10 000 av. J.-C. environ.

À l'époque, les céréales arrivées à maturité étaient concassées sur des meules en pierre puis cuites avec de l'eau pour donner une bouillie qui servait de repas. C'est également à ce moment-là qu'on a commencé à développer l'art de cuire du pain, d'abord sous la cendre ou dans un moule creusé dans une plaque de foyer, puis dans des fours construits à cet effet. Les chercheurs estiment que l'artisanat boulanger s'est développé entre l'an 6000 et l'an 5000 av. J.-C. dans plusieurs régions de l'Asie Mineure, comme le confirme la découverte de fours à pain dans ces régions.

Les premiers pains étaient des galettes plates cuites sans levure ni levain. Le levain a été découvert fortuitement en Égypte, lorsqu'un morceau de pâte fermenté a été utilisé dans la fabrication de galettes. Loin d'être gâché, le produit s'en est trouvé aéré et donc beaucoup plus facile à mâcher et particulièrement goûteux.

Le pain et les céréales sont présents dans le monde entier sous les formes les plus diverses.

Plus de la moitié de la population mondiale, principalement en Afrique et en Asie, ne consomme pas les céréales sous forme de pain, mais de bouillies. Lorsque les céréales sont mangées sous forme de pain, celui-ci diffère en fonction du pays. De l'Afrique du Nord au Pakistan en passant par le Moyen-Orient, le pain plat à la farine de blé sans levain reste le principal aliment. Au Mexique, la tortilla, une galette de maïs qui accompagne tous les repas, constitue l'aliment de base pour de nombreux agriculteurs. En Afghanistan, en Inde et au Tibet, on consomme différents types de galettes qui ne sont pas cuites au four, mais frites dans un bain de graisse. Dans de nombreux pays d'Europe et d'ailleurs, la galette d'origine a donné naissance au pain de blé et de seigle au levain, levé à la levure depuis le XIX<sup>e</sup> siècle.

Aujourd'hui, le pain fait partie des nombreuses denrées alimentaires bon marché et toujours disponibles. Il y a quelques décennies encore, il jouissait pourtant d'un autre statut: c'était un aliment profondément respecté. Le pain était un symbole de vitalité car il était l'aliment par excellence. Notre culture conserve de nombreuses traces de cette conception.

En effet, de nombreuses coutumes sont liées aux récoltes et au pain. On pense par exemple à la fête des récoltes, au pain et au sel comme cadeaux symboliques lors d'un emménagement dans une nouvelle habitation ou aux pains spéciaux confectionnés les jours de fête (les bonshommes en pâte, la couronne des rois, le pain cuit pour un baptême). Dans la religion chrétienne, le pain a également valeur de symbole, par exemple dans le rituel de la Cène de l'Église réformée ou dans divers textes de la Bible. L'importance du pain a également eu une incidence sur le langage. Différentes expressions qui ont toujours cours à l'heure actuelle témoignent de l'importance majeure du pain.

Enfin, les contes font eux aussi partie de notre patrimoine culturel. Comme le pain et les céréales, les contes existent depuis la nuit des temps. Étant donné que le pain était un aliment de base de première importance jadis, son évocation dans de nombreux contes n'a rien de surprenant.

Depuis que les hommes cultivent des céréales, le pain a toujours été un aliment de base essentiel et a donc joué un rôle majeur, puisqu'il garantissait la survie. Aujourd'hui encore, le pain est un aliment naturel, traditionnel et doté d'un ancrage régional. Il fait partie de la culture alimentaire suisse et d'une alimentation équilibrée.

Deux des trois unités d'enseignement qui servent d'introduction abordent ce thème, afin d'expliquer l'importance culturelle du pain aux élèves. Dans la première, les élèves sont confrontés à des extraits de divers contes qui évoquent le pain. Dans la seconde, ils découvrent différentes coutumes et expressions en rapport avec ce dernier.