

TERRE PROVENÇALE

LE MAGAZINE DU PATRIMOINE, DE L'HISTOIRE ET DE L'ART DE VIVRE

Les couleurs de l'argile

en pays d'Aubagne

PATRIMOINE

Ludovic Brea

DESTINATION

Les trois corniches
de la Côte d'Azur

SAVEUR

Le pois chiche

NOUVEAU

cahier **VIVRE ici**



AU DÉTOUR DE Cotignac.
NUANCES PROVENÇALES : le rouge.
FUGUE : le circuit de l'ocre
dans le Vaucluse.
GASTRONOMIE à l'Auberge
de Cassagne.

L 9021 - 10 - 35,00 F - RD



LA CADE D'OLIVIER



Olivier Wohlwend est l'un des derniers fabricants de cade à Toulon. Jeunes et moins jeunes s'en régalaient tout autant. C'est bon signe !

Si on la déguste encore sur les marchés, à quelques encablures du théâtre de Toulon se dresse la Cade à Dédé, l'un des derniers ateliers de fabrication de la ville. Olivier Wohlwend, Toulonnais pure souche, a repris cette enseigne en 1995 pour « redynamiser cette spécialité locale en voie de disparition ». Cuites en quelques minutes au feu de bois dans de larges plateaux de cuivre étamé, les cades sont alors livrées encore brûlantes sur les trois points de vente en ville. La cade nature est la spécialité d'Olivier, dont la recette demeure inchangée depuis des lustres. Celle-ci se mange chaude, tiède ou même froide le lendemain. Parfaite aussi en garniture, elle accompagne remarquablement les viandes, poissons, gibier, ainsi qu'une salade, de l'anchoïade ou encore de la tapenade. A la demande, Olivier concocte d'autres cades, au choix : olives, anchois, figues ou cébettes... Au milieu de toutes ces variantes, ne pas oublier la cade sucrée, mélange de deux farines (pois chiche et blé), à laquelle on ajoutait jadis un peu de fleur d'oranger. « La sucrée, qui ressemble à une crêpe, est nettement moins demandée qu'autrefois, constate Olivier, en revanche, la cade nature suscite toujours le même engouement ! »

J. HUET



Depuis son four à bois, Olivier alimente trois points de vente.

La Cade à Dédé

Atelier de fabrication (visite le matin sur rendez-vous exclusivement), 17, rue Charles-Poncy, 83000 Toulon. Tél. : 04.94.89.32.32.

Place Louis-Blanc (près de la poissonnerie), du mardi au samedi de 9 à 13 heures.

Petit cours Paul-Landrin, du mardi au samedi, de 8 heures à 12 h 30.

Centre commercial Mayol, tout le mois de décembre, du lundi au samedi.

Recette

Pour le plateau traditionnel de 70 centimètres

700 g de farine de pois chiche

3 l d'eau

10 cl d'un mélange d'huile d'olive et d'arachide

1 cuillère à café de sel

Bien mélanger, placer le tout sur un plateau de cuivre ou d'étain et enfourner durant 7 à 8 minutes dans un four à 400 degrés minimum !



© SEBASTIEN VERDIÈRE



© PATRICE AÏM

Similaires dans leur conception de base, la socca et la cade diffèrent cependant par la densité de leur pâte et l'épaisseur des galettes obtenues.

► impatiente de Marseillais et de touristes. On vient ici attendre son cornet de panisses, mais on y trouve aussi les fameux « chichis frégi », ces beignets frits, moelleux et dégoulinants de bonheur, qui, dans le temps, étaient également faits, ne l'oublions pas, à la farine de pois chiche ! A déguster autour d'un apéro dans les bistrottois voisins ou à emporter chez soi – excellentes du reste sur un lit de frisée aillée à souhait –, peu importe, les panisses restent pures merveilles.

Il en va de même pour la cade à Toulon, cette spécialité d'origine génoise qui, depuis le XIX^e siècle, s'est imposée en saveur varoise. Distribuée à la criée dans les rues, la cade était jadis le casse-croûte matinal – voire le déjeuner – favori des ouvriers des chantiers navals de La Seyne. De nos jours il n'y a bien plus que sur quelques marchés et chez les tout derniers et peu nombreux fabricants comme la Cade à Dédé, près du théâtre de Toulon, qu'on puisse encore en goûter.

Cauda, cauda la socca !

A l'inverse des panisses et de la cade, toutes deux à une bouchée d'être englouties dans les méandres de la mémoire, la traditionnelle socca niçoise, elle, régale toujours autant de monde, à commencer par les Niçois eux-mêmes, pour qui elle reste le mets de tous les instants.

Le matin de bonne heure en faisant son marché ; à l'heure de la *mérendà* (temps de pause des travailleurs d'antan en milieu de matinée), l'après-midi parce que, par hasard, on passe devant un kiosque à soccas, pans-bagnats et castagnes ; à l'heure de l'apéro, accoudé au zinc du bistrot du coin ; le soir, atablé serré dans le brouhaha d'un restaurant de quartier ; l'été en revenant de la plage ; l'hiver, avant ou



© Sébastien Verdier

Chacun son tour, gare aux resquilleurs, y'en aura pour tout le monde !

**Arme au poing,
six, sept, huit
taillades à fleur
de peau
bien dorée,
et la socca
se fait
se fait
la part belle.**

après le ciné ; par faim, par gourmandise, comme ça... par caprice ! Voilà qui est dit. La socca qui, dans le temps, n'était que le mérite des pauvres – un peu d'eau, de farine, une rasade d'huile d'olive, et on s'enlevait la faim – est aujourd'hui devenue un péché délicieux pour lequel tous les prétextes sont bons !

Faut dire...

L'odeur douceâtre du pois chiche, mêlée à celle, plus corsée, de l'huile d'olive chaude, ferait baver d'envie le plus raisonnable de tous les sages ! Alors, comment résister à cette belle, grasse et grésillante socca, qui vous attire par le bout du nez et vous tente en un clin d'œil ?

Au sortir du four, encore frémissante dans sa plaque de cuivre noirci, fine et croustillante à souhait sur le dessus, onctueuse, moelleuse dessous, la socca est tailladée d'un tour de poignet sûr et agile. Une dizaine de morceaux empilés vite fait sur une petite assiette ou dans un cornet de papier, deux, trois secousses de poivre en prime et le tour est joué. Les plus gourmands ne craindront pas de se brûler, car, tradition oblige, la socca se mange bien évidemment avec les doigts !

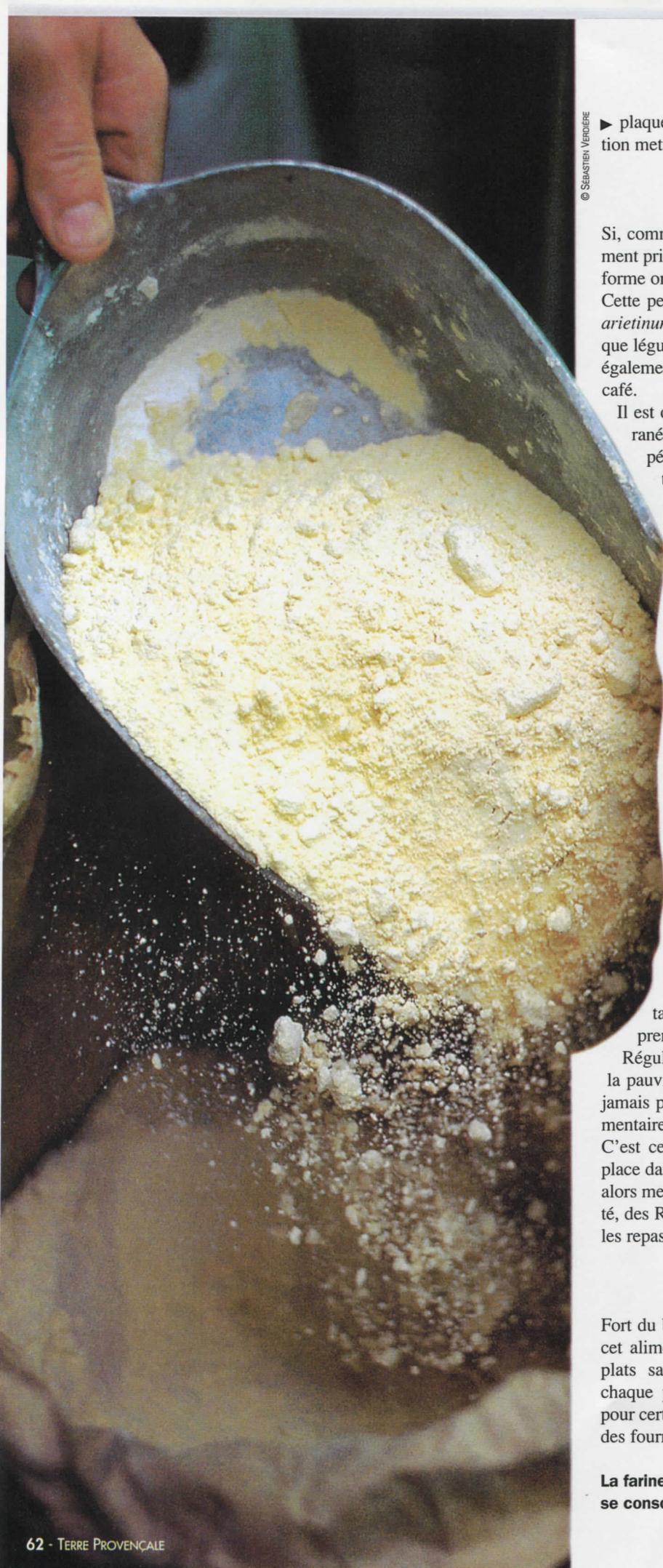
Si quelques piliers comme la cave Ricord (vieux Nice), Chez Pipo (quartier du port) ou Thérèse Socca (cours Saleya) sont toujours référence en la matière, depuis quelques années d'autres enseignes clignotent : la Socca d'or (au port), Nissa socca (vieux Nice), Chez Pino (Saint-Roch), sans compter les camions ambulants qui entre pizzas et pissaladières, enfourment eux aussi quelques belles ▶

© Sébastien Verdier

Au nom de la forme

Le *Cicer arietinum*, sphère bosselée, a inspiré une liste incroyable de surnoms des plus évidents aux plus saugrenus ! « Tête de bélier » est l'un des plus répandus, il vient de ses racines à la fois grecques (*krios*) et latine (*aries*), toutes deux signifiant « bélier ». Effectivement, en regardant de très près, la radicelle ressemble étrangement à un museau d'où partent deux superbes cornes enroulées ! Par extension, et selon les régions, on parle aussi de « pois cornu », de « pois bécu » ou de « pois à bec », « pois pointu », « pois citron »... Ou bien encore « petit cul », une autre appellation courante en Languedoc. Une dénomination qui, selon l'angle de vue, se passe aisément de commentaire ! Non ? □

© Sébastien Verdier



© SEBASTIEN VERCIÈRE

► plaques ! Un réel plaisir que de voir une si vieille tradition mettre hors jeu toute incursion « hamburguérisée » !

Petit pois et belle lurette

Si, comme on vient de le voir, le pois chiche est grandement prisé en farine, il n'est en pas moins délaissé sous sa forme originelle.

Cette petite graine bosselée, du nom botanique de *Cicer arietinum*, se consomme tout au long de l'année en tant que légume sec, sans compter qu'autrefois on l'appréciait également frais, ainsi que torréfié comme substitut du café.

Il est originaire de la zone orientale du bassin méditerranéen, et sa culture daterait du début du mésolithique, période à laquelle la science attribue près d'une trentaine de végétaux domestiqués. Quant à sa présence en pays d'Oc, de nombreuses fouilles, notamment celles de la grotte de l'Abeurador, dans l'Hérault, la situent en 6800 avant Jésus-Christ.

Essaimé sur tout le pourtour de la Méditerranée, le pois chiche gagne rapidement le Moyen-Orient et le continent indien, cette terre qui, de nos jours encore, lui sied à merveille, puis s'éprend de l'Afrique, et comme tout le monde, attendra Christophe Colomb pour découvrir l'Amérique.

Graine de tradition vivace

Voilà donc un pois voyageur, qui, depuis la préhistoire, roule sa bosse dans toutes les traditions du monde ! Un parcours intéressant qui n'a cependant pas toujours été facile tant la concurrence fut forte. Mais, tenace, il a su résister à la lentille et à ses atouts bibliques, puis, au XVII^e siècle, à faire front au haricot du Nouveau Monde, ainsi qu'au joli petit pois vert italien. Patient, il a encaissé tous les caprices gustatifs et les fluctuations commerciales des « je te prends, je te laisse ».

Régulièrement dénigré, dévalorisé, longtemps associé à la pauvreté, au mépris et à la laideur, le pois chiche n'a jamais pour autant cessé d'apporter son tribut au bol alimentaire.

C'est cette même réputation de frugalité qui lui donna place dans les calendriers religieux. Le pois chiche devint alors mets rituel des jours maigres, de pénitence, de charité, des Rameaux, de la Toussaint, des Morts, sans oublier les repas de deuil et bien évidemment ceux du ramadan.

Le pois dans l'estomac

Fort du bon sens populaire et d'une évidente ingéniosité, cet aliment de base par excellence a suscité nombre de plats savoureux, nourrissants et peu onéreux. Ainsi, chaque pays, chaque région avait ses propres recettes, pour certaines malheureusement échappées de la mémoire des fourneaux.

La farine de pois chiche, entre panisse, socca et cade, se consomme en abondance sur tout le littoral.

C'est ainsi que depuis des lustres, au Liban par exemple, les pois chiches se marient subtilement au sésame dans le fameux *hoummos*. Outre leur indispensable présence dans tous les coucous du Maghreb, c'est encore eux qui rendent la *lharira*, cette soupe marocaine qui demande du mouton, des oignons, des tomates, de la coriandre, du safran et du gingembre, si velouteuse et satinée... En Crète, en Grèce, en Espagne et au Portugal, ils adoucissent magistralement la morue salée et, en Italie, ils se mêlent intimement aux pâtes fraîches, ail et huile d'olive en prime ! Au hasard de la Provence, du côté de Martigues, en salade avec de la poutargue, des poivrons, et des anchois, les pois chiches relèvent là, franchement, du génie des goûts !



Indissociable de la tradition, le gros poivrier en fer blanc est copieusement secoué sur la portion de socca brûlante. De quoi reculer le plaisir quelques secondes de plus !

Ils sont également excellents du côté nutritionnel, notons à ce sujet qu'ils sont riches en fibres, en protéines, en calcium, en vitamine B, en oligoéléments (cuivre, zinc, iode et manganèse) et qu'ils contiennent des matières grasses tout en étant pauvres en cholestérol ! Cependant, ils sont quelque peu lourds et indigestes de par leur faiblesse en acides animés soufrés, mais il suffit de les associer à des protéines animales pour les rendre parfaitement assimilables.

Autant dire que ces petites boules biscornues et mal tournées ont toujours, et convenablement, nourri les hommes.

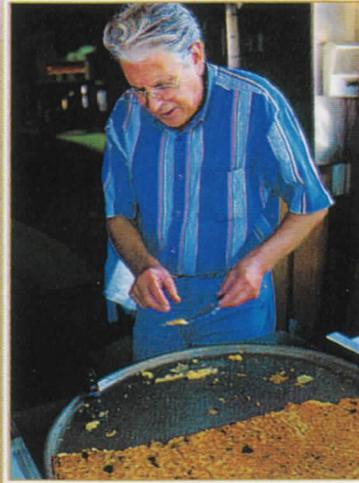
Et bientôt le pois chic

Loin de disparaître, le pois chiche, qui occupe près de 10 millions d'hectares sur l'ensemble de la planète, dont 80 % dans le sous-continent indien, gagne à présent le Canada. Incroyable, pour cette légumineuse qui ne supporte que le sec et le chaud, mais vrai, par le biais de la recherche agronomique, qui a donné de nouvelles variétés résistantes au froid ! Sur le pourtour méditerranéen, la culture du pois chiche se maintient avec près de 100 000 hectares en Espagne, plus de 150 000 au Maghreb, 20 000 au Portugal et tout de même 7 000 hectares en Italie. La France a, quant à elle, quasiment abandonné l'exploitation de cette légumineuse. Mais, au vu des penchants actuels, et de la gastronomie enclive au bio et à l'authentique, ce rustique petit grain ne devrait pas tarder à reflourir en terre provençale. On parie ? Chicche !

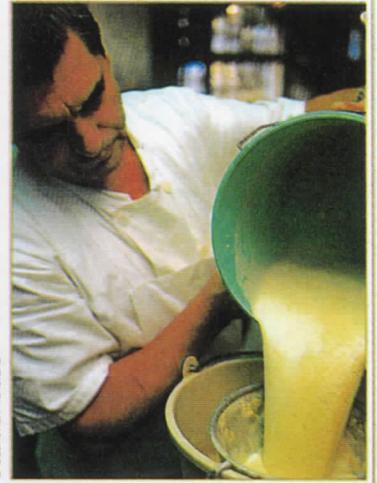
M. S.

A lire absolument : Traité du pois chiche, Robert Bistolfi et Farouk Mardam-Bey, aux éditions Actes Sud.

UNE INSTITUTION ? QUE DIANTRE, UNE ÉGLISE !



Emmanuel Ros-Montiel.



Christian Segard.

La Cave Fortuné, en plein quartier de la Libération et de son marché quotidien, existe depuis 1887.

Depuis bientôt dix ans, la notoriété de cet établissement relève de la responsabilité de Consuella et d'Emmanuel Ros-Montiel. Inconnue aux bataillons transhumants des tour-opérateurs, cette adresse reste propre, et de fait chère, aux Niçois.

Ici, la fabrication de la socca reste une affaire d'hommes, réglée tantôt par « Manu » le patron, tantôt par Christian Segard, le chef cuisinier. « Une affaire de cœur, s'entendent-ils à dire. Aimer. Aimer la faire, la manger, la voir régaler les clients... Vous en voulez du bonheur ? C'est toute l'âme niçoise qui est là, sur la plaque. » Et de poursuivre : « La socca, c'est comme le pain, c'est vivant... » Alors, pas étonnant qu'avec tous ces éléments, ils n'aient plus qu'à rajouter un peu de farine, de l'eau et de l'huile pour obtenir une socca tout simplement fabuleuse !

À coups de curiosité et de portions de soccas englouties, ils vous livreront peut-être leurs tout simples et petits secrets techniques... Que, de toute façon, vous ne pourrez jamais reproduire, puisque, vous l'aurez compris, la socca est une histoire de sensibilité personnelle.

Comment doser, jusqu'à la juste limpidité, la pâte ? Comment sentir, à la lourdeur de la louche, si elle est ou non réussie ? Et comment comprendre à l'œil, à l'oreille et au nez qu'elle est cuite à point dans son four de boulanger spécialement adapté ? Déjà faudrait-il en posséder un !

Et c'est tant mieux, car le secret du maintien de cette communion populaire tient certainement à l'ambiance d'un bistrot de quartier, à des individus entichés de travail bien fait, et d'un vrai bon four... Cinq à six coup de couteau sur la plaque de cuivre, et une portion de mieux, une. « Attention ! chaude la socca, chaude ! »

M.S.

Portion de socca : 10 francs.

Carte : plats des familles, du marché et du jour, mijotés par un chef pointilleux concernant la tradition.

La Cave Fortuné, 4, avenue Borriglione, 06100 Nice. Tél. : 04.92.09.12.30.

Recette

Pour trois plaques de socca (quantité variable selon que le temps est au chaud, au vent ou à l'humidité !)

1,6 kg de farine

de pois chiche

5 l d'eau

1 l d'un mélange d'huile d'olive

et de tournesol (bonne

proportion à trouver

soi-même !)

Sel et poivre

Tamiser la farine dans l'eau salée, mélanger jusqu'à obtention d'une pâte limpide (au fouet manuel et non électrique, ce dernier casserait le grain de la farine). Filtrer deux fois pour l'homogénéiser, l'aérer et enlever le moindre grumeau.

Laisser « gonfler » au frais une heure environ. Verser ensuite sur les plaques de cuivre étamé et délayer alors avec le mélange d'huile.

Enfourner à four très, très chaud, jusqu'à obtention d'une socca bien grillée dessus et bien souple dessous !

Découper, poivrer et déguster.