



## Les potages de santé

Les potages de santé ? Le dictionnaire général moderne est bien faible, puisqu'il ne donne comme sens que celui de potages qui conserveraient la santé. C'est négliger que la langue professionnelle a ses définitions, qu'il faut aller chercher dans les livres de cuisine anciens.

C'est ainsi que François Pierre de La Varenne, en 1651 dit des « potage de santé » qu'ils se font de chapons, empotés avec du bouillon et des herbes.

Quelques années plus tard, en 1655, Nicolas de Bonnefons écrit : *« Je vous dirai, pour votre instruction, qu'il n'y a rien qui plaise plus à l'homme que la diversité & surtout le Français qui a une inclination toute particulière ; c'est pourquoi essayez-vous le plus que vous pourrez à faire diversifier & distinguer par le goût & la forme ce que vous ferez apprêter : qu'un potage de santé soit un bon potage de Bourgeois, bien nourri de bonnes viandes bien choisies & réduit à peu de bouillon, sans hachis, champignons, épiceries, ni autres ingrédients ; qu'il soit simple puisqu'il porte le nom de santé. »*

Ici, on voit que le potage de santé contient de la viande et des herbes, mais il se caractérise par sa simplicité.

Puis, en 1722, Massialot donne des précisions : *« Il faut remarquer à l'égard des Potages, qu'il y en ait la moitié en beau Bouillon clair, que l'on appelle Potage de Santé, soit avec des petites herbes ou autres, & l'autre moitié en coulis, mais fore legers, afin qu'ils ne paroissent point plutôt Ragoûts que Potages, sans être trop chargez de Viandes. »*

Il signale d'ailleurs un bouillon maigre pour le Potage aux herbes : « Mettez toutes sortes de bonnes herbes avec de l'eau dans une marmite avec deux ou trois croûtes de pain, assaisonnez de sel, beurre, & un bouquet de fines herbes. Ayant cuit une heure & demie, passez le bouillon par un linge ou étamine. Il vous servira pour le Potage de Santé sans herbes, & pour beaucoup d'autres, comme Potages de Laitues, d'Asperges, de Chicorée, d'Artichaux, de Cardes, &c.

Mieux encore, il évoque des potages de santé aux oignons, et aussi en maigre, ce qui signifie qu'il ne contenait pas de viande. Mais ordinairement, il y fallait des tissus animaux : poules, chapons, poulets, pigeonneaux, poitrine de boeuf, les « bouts saigneux » de mouton, les jarrets de veau

Bien plus récemment, on voit que l'usage s'est perpétué, notamment avec le dictionnaire de Joseph Favre (1889), qui l'évoque à propos de « chiffonade » : « On appelle ainsi une préparation de laitues, oseille, cerfeuil et ciboules, qu'on lave et passe cinq minutes au beurre frais, pour enlever l'âcreté ; cette préparation est déposée dans une soupière avec des croûtons, sur lesquels on verse du bouillon ou du consommé; lorsque cette préparation est liée avec de la crème fraîche, du lait et du beurre frais, elle prend le nom de potage à la chiffonnade ; arrosée avec de l'eau bouillante salée et liée, elle constitue le potage de santé. » C'est là une déformation, et l'on conservera donc la recette la plus ancienne répertoriée : un potage simple fait d'eau, de viande et de végétaux.

**Par Hervé This**