

## La farine et le pain

*Extrait de "Mes souvenirs de jeunesse" par Amédée Lagriffoul, né le 16 avril 1814,  
Capitaine en retraite, Chevalier de la Légion d'Honneur, ancien Maire de Cazouls l'Hérault.  
Imprimerie G. Firmin, Montane et Sicardi  
à Montpellier, rue Ferdinand-Fabre et quai du Verdanson,  
1904*

Autrefois, dans toutes les familles, on pétrissait et on faisait son pain ; ceux qui récoltaient le blé allaient tous les ans au moulin faire moudre le blé pour la provision de toute l'année, ceux qui ne récoltaient pas de blé achetaient des balles de farine et faisaient également leur pain ; mais les gens pauvres et économes ajoutaient à la farine de blé, de la farine de paumelle, et même de la farine de seigle, on appelait ça, en patois, pain de *mescla* ; mais ceux qui ne faisaient le pain qu'avec la farine de blé, y ajoutaient le petit son ; à cet effet, il y avait, dans presque toutes les maisons, un moulin pour passer la farine, et ce moulin séparait la farine, le petit son et le gros son. Cette farine s'appelait alors fleur de farine. On pétrissait ordinairement pour huit jours, et on faisait un pain de ménage, savoureux et substantiel, qui fortifiait l'estomac. Il y avait, un four banal dans chaque commune, et c'est à ce four que chacun allait faire cuire son pain, on donnant une petite rétribution au fournier ; c'était, ordinairement un morceau de pâte, mais ce fournier ne faisait pas du pain pour vendre ; ceux qui voulaient en acheter étaient obligés d'aller à Pézenas ou à Paulhan, où il y avait un seul boulanger qui en vendait, je me rappelle que lorsque ma mère ne pouvait pas pétrir le jour voulu et que nous étions courts de pain, elle m'envoyait à Paulhan et je portais deux gros pains un sous chaque bras.

Aujourd'hui, il y a peu de gens qui pétrissent leur pain, on préfère l'acheter chez le boulanger ; aussi, il y en a deux dans Cazouls et tous les deux gagnent leur vie, le pain qu'ils vendent est très blanc, c'est comme de la mousseline il faut en manger beaucoup pour rassasier l'estomac ; mais les ménagères de nos jours, qui sont devenues très paresseuses pour ne pas employer un autre mot, prétendent qu'on ne gagne rien à pétrir son pain, et qu'il vaut mieux l'acheter chez le boulanger. Le bien-être a fait perdre toutes tes bonnes habitudes économiques d'autrefois.