



# Panier de légumes du 24 juillet

## La fève et la galette des rois

Légumineuse originaire d'Afrique et d'Asie, la fève apparue en Egypte vers 2000 avant JC, et fut longtemps la base de la nourriture populaire. Sa forme embryonnaire et sa primeur lui conféraient un fort pouvoir symbolique. Liées à la fécondité de la terre, les fèves sont d'une manière générale considérées comme le symbole des bienfaits et de la prospérité des morts. Elles faisaient partie des aliments offerts au cours des rites lors du mariage.

Chez les anciens Égyptiens, le «champ de fèves» est le lieu où les morts attendent leur réincarnation. Les fèves symbolisent le fœtus; elles sont le premier don de la terre au printemps, des morts aux vivants. Elles contiennent les âmes des morts. C'est pour cette raison que Pythagore et les orphiques, dont la doctrine est dominée par la préoccupation de la vie future, en interdisent la consommation. Pythagore se laissera tuer par ses ennemis plutôt que de traverser un champ de fèves.

Au Moyen-Age la fête des fous, en décembre, se manifeste par un défoulement collectif, qui permet, une fois la fête terminée, d'accepter les contraintes imposées par les autorités ecclésiastiques. Dans les églises, un pape, un évêque, ou roi des fous officie. Assis sur un trône, une palme à la main, il prononce des sermons burlesques. Les cérémonies du culte sont tournées en dérision. Les jeunes clercs se livrent à maints excès.

S'inspirant des Grecs qui votaient à l'aide d'une fève blanche ou noire indiquant l'acquiescement ou la condamnation, les fèves servent de jetons de vote. Au Moyen-Âge, les corporations de métiers utilisent la fève comme jeton de vote pour choisir "un roi" chargé de les représenter auprès de l'autorité seigneuriale ou ecclésiastique. Parfois, la fève est cachée dans un pain, celui qui la découvre devenant le « roi ».

Le peuple copia ce qu'il voyait. Le pain devint gâteau; une fève, symbole de vie, possédant déjà par ailleurs une fonction électorale, remplace dans les milieux modestes la pièce de monnaie. Elle promet à celui qui la trouve : chance, richesse, pouvoir et vertu. Et c'est durant le XVe siècle que se répand la coutume du gâteau traditionnel.

Dans la seconde moitié du XIXe siècle on voit arriver sur le marché français de minuscules poupées de porcelaine, les "baigneurs", fabriquées en Saxe. En 1874, un pâtissier eut l'idée de remplacer la fève végétale par ces sujets.

Après la 1ere Guerre Mondiale, la ville de Limoges va prendre le relais de la production allemande et ce jusqu'à l'arrivée de la fève en plastique qui remplaça quasi complètement les fèves en porcelaine.

## A cuisiner : crème de fève

### Ingrédients (pour 2 personnes)

- 400 g de fèves
- 25 cl de bouillon dégraissé
- 1/3 petit pot de crème fraîche
- poivre

### Préparation

- Écossez les fèves et faites-les bouillir 3 minutes dans le l'eau salée.
- Passez-les sous l'eau froide puis retirez la seconde peau. Elle se détache facilement.
- Portez le bouillon dégraissé à ébullition puis plongez-y les fèves épluchées durant environ dix minutes. Elles deviendront tendres.
- Mixez le tout et poivrez. Disposez un peu de bouillon dans chaque récipient. Ajoutez une cuillère à soupe de crème fraîche dans chaque récipient et servez immédiatement.

Bon appétit !