

En quête des parfums de Haute-Provence, respirant les champs de lavande et de sauge, nous avons croisé des chèvres, des alambics, mais surtout, des hommes et des femmes. Et dans nos têtes résonnaient les phrases de Jean Giono...



FORCALQUIER

VOYAGE AU PAYS

D'ÉPICURE

« **Forcalquier** était le plus beau pays du monde et, Dieu merci, personne d'autre que nous ne s'en avisait »

Pierre Magnan

Dehors, « c'est l'orage, mais l'orage tout massif, serré en bloc, épais comme un fleuve, qu'on aurait dit avoir des gestes d'homme ». On ne peut décrire mieux que ces lignes, tirées d'*Un de Baumugnes*, de Jean Giono, ce qui nous attend quand nous arrivons, tard le soir, à Forcalquier. Le village a un air de paquebot dans la tempête et, comme un fait exprès, le seul restaurant ouvert à cette heure est une crêperie ! Belle entrée en matière dans ce pays des premiers romans de Jean Giono qui, tout en se faisant le chantre de la Haute-Provence, confessait sa préférence pour le froid et la pluie. Belle, mais un peu déconcertante quand on vient ici à la recherche des parfums puissants de ce territoire... Le vent a chassé les nuages.

Le lendemain matin, « le ciel débarbouillé montre un peu de sa joue bleue fleurie d'un épi de soleil », poursuit Giono. Un champ piqué de coquelicots et tout scintillant de gouttes s'avance devant le prieuré de Salagon, à Mane, à un battement d'ailes de Forcalquier. Un musée, un jardin racontent la relation particulière que les Basses-Alpes, comme on les a appelées jusqu'en 1970, ont nouée avec leur territoire, les plantes en premier lieu. Herbes médicinales, voire magiques, légumes des potagers médiévaux, plantes sauvages glanées à la porte de la ferme ou sur le parcours des brebis. « Ces sociétés pastorales avaient un rapport quotidien, intime et vital avec la flore. Ici, 50 à 160 espèces étaient nommées, connues et utilisées comme médicinales, et plus d'une soixantaine pour l'alimentation, ce qui est considérable », observe Pierre Lieutaghi, grand ethnobotaniste, concepteur et conseiller scientifique des jardins de Salagon. Alors que la terre sèche et se réchauffe, on s'étourdit encore une fois des odeurs entremêlées des basilics, menthes, sauges, géraniums et roses.

Forcalquier, l'une des plus petites sous-préfectures de France, mais qui accueille un des plus grands marchés de toute la Provence.

Le prieuré de Salagon (ci-contre) abrite le musée départemental ethnologique et possède une riche collection de jardins ethnobotaniques.



PARFUMER ET SOIGNER

Direction Simiane-la-Rotonde, capitale des plantes à parfum. De part et d'autre de la route, les rangs de lavande commencent à peine à bleuir. Personne n'aurait imaginé le fabuleux destin de ce modeste buisson d'altitude. Sa culture, à partir des années 1920, avait été préconisée comme remède à la pauvreté de ces terres et à l'exode rural. Avec un certain succès. Aujourd'hui, à elle seule, la coopérative des plantes à parfum de Simiane-la-Rotonde, qui fait vivre plus de trois cents producteurs, représente le tiers de la

production française de lavande vraie et 40 % de celle de lavandin, mais propose aussi la sauge sclérée (qui sert de fixateurs aux parfums), l'hysope, la menthe poivrée, l'estragon... Le village apparaît, lové dans un plateau entre Ventoux, montagne de Lure et Luberon. Au sommet, un château médiéval à la pierre blonde abrite le laboratoire de phytoaromathérapie Sainte-Victoire. Alain Tessier, botaniste et pharmacien, tient des conférences régulières sur l'usage des huiles essentielles. Pédagogue, il met en garde contre les approximations d'une aromathérapie de bazar qui « confond sent-bon et action thérapeutique: la plante est un être vivant qu'il faut respecter. Selon le climat, le sol, la période de récolte, elle n'aura pas les mêmes composantes. C'est ce qui rend la lavande de Provence différente. Nous avons sous les pieds tous les remèdes nécessaires. »

SPÉCIALITÉS CULINAIRES UNIQUES

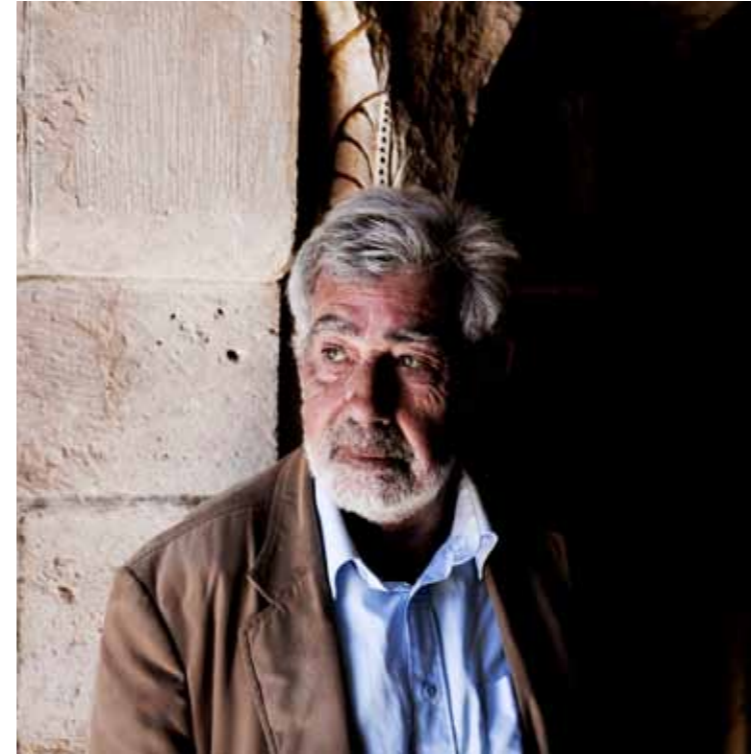
À Saint-Michel-l'Observatoire, les 85 chèvres de Thierry Yernaux n'ont pas eu besoin d'un cours pour savoir quoi faire de la sarriette. Cet ex-mécanicien belge, devenu un des seize producteurs fermiers de fromage de Banon en Haute-Provence, vient nous chercher dans une Jeep rafistolée des années 1960. Les ornières du chemin auraient eu raison du châssis de notre petite voiture de location. « Les chèvres s'écartent de la sarriette toute l'année, mais se jettent

dessus en août, explique-t-il. Elles l'utilisent comme aphrodisiaque. Selon la saison et ce que mangent les bêtes, le goût du lait change. Suivant les producteurs, les fromages ont des parfums différents. » Sur le conseil d'un ancien, Thierry a suspendu une branche de houx au plafond de la chèvrerie pour contrer une maladie: « Je ne sais pas si c'est ça ou le traitement homéopathique que je leur ai donné, toujours est-il que les chèvres ont guéri! » Thierry Yernaux, « l'étranger », a été pendant quatre ans le président de l'AOC Banon, jusqu'en 2012. Il a même transporté un jour ses petits fromages emballés de feuilles de châtaignier dans une glacière et dans le TGV jusqu'à la table de l'Élysée, dont il est devenu le fournisseur.

« Les gens que l'on rencontre sont sans appareil, modestes, mais c'est le royaume d'Épicure. Aucun nabab ne mange nourriture plus saine et plus noble que ces gens », remarquait Jean Giono. Nous voici donc repartis avec un mets de président de la République dans le coffre. Ce voyage dans le royaume d'Épicure nous mène sur chemin de cailloux blancs, vers la ferme de Véronique et Thierry Baurain, à la sortie de Forcalquier. Ils ont quitté les Hautes-Alpes et leurs métiers respectifs pour un vallon entouré de collines arides où, depuis plus de dix ans, ils font revivre la culture multiséculaire du petit épeautre. « C'était la première céréale cultivée, il y a onze mille ans, dans le croissant fertile, précisent-ils. Les Romains

La coopérative des plantes

à parfum fait vivre plus de trois cents producteurs, représente le tiers de la production française de lavande vraie et 40 % de celle de lavandin



À Simiane-la-Rotonde, Alain Tessier anime le laboratoire de phytoaromathérapie, qui propose des ateliers, des conférences et des visites (ci-dessous, à gauche).

Véronique et Thierry Baurain font revivre la culture du petit épeautre, ancêtre de tous les blés, dans leur ferme de 20 hectares (en bas, à droite).

ont découvert le blé, le petit épeautre a reculé dans les montagnes, en Atlas, ou en Haute-Provence. Sa culture a été abandonnée dans les années 1960 : il y avait trop peu de rendement pour trop de travail. Ici, elle n'a jamais été interrompue, et les variétés locales se sont maintenues.» Tous deux hyperactifs et impliqués dans une foule d'associations bio, paysannes, ils ont aussi replanté de la vigne, de jeunes chênes truffiers, des oliviers pour l'huile et peu d'apiculture. «Nous voulions être les plus autonomes possible», explique Véronique, qui propose des parcours de découverte botanique parmi les genévriers, le cade, le thym et les amélanchiers.

Les plantes aromatiques de Haute-Provence sont depuis longtemps prisées, réputées pour leurs propriétés, nous apprend le livre de Jean-Michel Royer, *Un alambic au pied de la montagne*. À partir du Moyen Âge, tout un petit peuple de ramasseurs, de distillateurs, de droguistes et d'apothicaires a envoyé loin les herbes de la montagne de Lure. Certains ont fait fortune, au pays ou dans les terres de leur commerce où ils se sont installés : Lyon, Nancy, Autun, et même Constantinople. Dès le XVII^e siècle, les parfumeurs de Grasse installent leurs distilleries dans l'arrière-pays, et deux siècles plus tard, ils représentent le premier débouché des plantes aromatiques de Haute-



TERRE DE LITTÉRATURE

L'œuvre de Jean Giono, né et mort à Manosque, est habitée par la Haute-Provence. «La Colline de Jean Giono, c'est tout simplement la montagne de Lure», résume Norbert Darreau, qui tient une librairie ancienne à Forcalquier et possède une collection de documents originaux de l'auteur de *Que ma joie demeure*. Utiliser les romans de Giono comme guide touristique serait cependant un contresens : Giono revendique le droit d'avoir tout inventé. «Je n'ai le droit de parler de ce pays que pour en donner l'envie», écrit-il. Il a également guidé dans ses premières lectures Pierre Magnan, ouvrier typographe «asocial, atrabilaire, agnostique», comme lui-même se décrit. Auteur de *La Folie Forcalquier*, décédé au printemps 2012, il est surtout connu pour ses romans policiers. Enfin, une expérience s'impose : se perdre dans l'entrelacs d'escaliers et d'entresols de l'étonnante librairie du Blicuet, sixième librairie de France en nombre de références, qui peut vendre jusqu'à mille livres par jour dans un village de mille habitants!

Une librairie
où l'on se promène
comme dans un
champ de lavande,
à Banon. Oasis
de mots au pays
de Giono.

Fabrice Menc
(ci-dessus)
fabrique depuis
plusieurs années
des sirops
uniquement
à partir de baies,
épices, fruits
et plantes, cueillis
dans la région.



À partir du Moyen Âge, tout un petit peuple de ramasseurs, de distillateurs, de droguistes et d'apothicaires a envoyé loin les herbes de la montagne de Lure. Certains ont fait fortune...

Douceur de la Haute-Provence, où l'on aime s'attabler à une terrasse, en se remémorant les textes de Giono.

Thierry Yernaux, éleveur de chèvres et producteur de fromages de Banon, affinés dans des feuilles de châtaignier brunes, liées par un brin de raphia naturel.

Provence. «La filière Senteurs et saveurs représente de 1 200 à 1 500 emplois, avec de grandes entreprises, comme L'Occitane. Elles exportent les deux tiers de leur production, font connaître la Haute-Provence dans le monde entier. Aucune campagne de publicité n'aurait pu en faire autant», remarque Olivier Baggari, le directeur de l'Université des senteurs et saveurs.

LE DERNIER ALAMBIC DE LA VILLE

Les Japonais qui achetaient à Arles les pastis Henri Bardouin et les absinthes des Distilleries et Domaines de Provence seraient certainement stupéfaits de découvrir l'homme et la machine qui en expriment les essences. Jean Augier, dit Jeannot, 77 ans, possède le seul et ultime alambic de la ville, construit par son grand-père dans les années 1890. Une machine qui semble sortie de l'imagination de Jules Verne. Le

grand-père de Jeannot fabriquait de l'absinthe de Lure. «À l'époque, chacun avait son petit alambic. Quand l'absinthe a été interdite, on a envoyé des charrettes d'absinthe brûler sur la place du Bourguet», la principale place de Forcalquier. Jeannot forme un jeune pour prendre la relève, mais l'alambic devra rester sur place. «Nous avons essayé des alambics en inox. Ils ne donnent pas le même goût. L'alambic de Jeannot fait partie du patrimoine. Nous l'utiliserons tant que ce sera possible», observe Frédérique Brion, chargée de communication des Distilleries et Domaines de Provence. Le patron, Alain Robert, confie sa joie de «faire perdurer et rayonner une culture, un art de vivre». Fierté légitime: depuis 1974, la société est passée de trois à plus de trente emplois. «Le pastis a pris la suite de l'absinthe. Chacun avait sa recette. Comme beaucoup de bergers, d'alors, mes grands-pères et oncles faisaient leur pastis avec les plantes qu'ils cueillaient derrière les brebis et laissaient macérer au soleil.» Lui-même a connu la récolte de la lavande sauvage, à midi, lorsqu'il fait chaud. «Au retour, on prenait un peu d'eau d'une source dans notre quart, avec une goutte de pastis. C'est ainsi qu'il est le meilleur: quand on a soif et qu'il développe toute sa complexité. Le pastis n'est pas fait pour s'enivrer.»

PAYSAGES PARADISIAQUES

C'est du côté des druides et des sorcières qui s'affichent sur les étiquettes de leurs sirops et bières que Nathalie Michel et Fabrice Menc puisent leur inspiration. Héritiers des ramasseurs bas-alpins qui couraient la montagne, ils glanent la lavande fine, les baies de rosiers sauvages, les fleurs et les fruits du sureau noir, le thym, le romarin, et les sorbes. Les balles de plantes sauvages enserrées dans de grandes toiles peuvent peser jusqu'à trente kilos. «Mes aïeux distillaient la lavande, la sauge sclarée, et la menthe poivrée. Je me suis beaucoup promené dans la région», observe Fabrice Menc. Le sureau vient d'un petit champ près d'une chapelle. Le romarin de la forêt de Ganagobie, et la lavande, cueillie du lever du jour jusqu'à midi, d'un coteau «à 1 500 mètres d'altitude. Plus la lavande pousse haut, plus son parfum est subtil. C'est un lieu paradisiaque. La beauté des paysages compte beaucoup dans le choix de nos sites de cueillette», reconnaît-il. «Forcalquier était le plus beau pays du monde et, Dieu merci, personne d'autre que nous ne s'en avisait». C'est devant un café place du Bourguet et sur ces lignes du regretté Pierre Magnan, formé par Giono et père du fameux commissaire Laviolette, que ce voyage s'achève. §

« C'est quand on a soif

et qu'il développe toute sa complexité que le pastis est le meilleur »



LAVANDE OU LAVANDIN ?

La lavande vraie (*angustifolia*) est une plante de montagne, qui pousse au-dessus de 600 ou 800 mètres, sauvage ou cultivée. Le lavandin est un hybride de culture, issu d'un croisement avec la lavande aspic. L'épi est plus fourni, compact, et le rendement très supérieur: un hectare de lavande vraie produit dix à vingt kilos d'huile essentielle, contre plus de cent pour le lavandin. Une astuce imparable pour le reconnaître: il possède une légère odeur de camphre, dont la lavande vraie est dépourvue. Ses usages sont aussi très différents: la lavande entre dans la composition des parfums (90 % des fragrances pour homme en contiennent), le lavandin dans celle des détergents. La première a des propriétés calmantes; le second, au contraire, est tonique! La Haute-Provence est le premier producteur national d'huile essentielle de lavande vraie (vingt tonnes par an, dont plus de la moitié en AOC Lavande fine de Provence) et de lavandin (près de 600 tonnes par an). 70 % de la production de lavande française est exportée.



mémento

PRATIQUE

Office du tourisme intercommunal
Pays de Forcalquier-Montagne de Lure.

www.forcalquier.com

13, place du Bourguet, Forcalquier,
Tél. : 04 92 75 10 02

MANGER

■ L'Aïgo Blanco

5, place vieille, Forcalquier,
Tél. : 04 92 75 27 23

Côté carte, des assortiments de plats provençaux, des spécialités de pâtes (morilles, pesto). Côté décor, une agréable terrasse ombragée et, à l'intérieur, une décoration sobre et chic.

■ La crêperie

4, rue des Cordeliers,
Forcalquier,
Tél. : 04 92 75 26 65

Ambiance chaleureuse autour de menus roboratifs, goûteux et d'inspirations diverses (salade landaise, crêpes à la brousse de chèvre, foie gras). Autre vertu : l'établissement sert jusqu'à une heure du matin.

■ Les vins au vert

Rue Pasteur, Banon,
Tél. : 04 92 75 23 84

Une cave, un bar à vin et un restaurant en même temps. Très large sélection de crus de toutes les régions, pour accompagner des assiettes de dégustation composées avec les produits de la région et de saison.

■ Les bistrot de pays

www.bistrotdepays.com
Association bistrot de pays,
Le Grand Carré, Forcalquier,
Tél. : 04 92 77 68 86

Un réseau d'une vingtaine de cafés et restaurants de villages qui propose également des randos-bistrot associant balade guidée, déjeuner et rencontre avec les producteurs de la région.

DORMIR

■ Bergerie de la Beaudine

www.gite-labeaudine.com
Route de Limans, Forcalquier,
Tél. : 04 92 75 01 52

Chambres dans une belle maison et gîte indépendant au sein d'un grand jardin avec piscine. Petits déjeuners gourmands et prix doux.

■ Prieuré de Salagon

www.musee-de-salagon.com
Mane, Tél. : 04 92 75 70 50

Musée ethnologique et jardins.

■ Abbaye de Valsaintes

www.valsaintes.org
Boulinette, Simiane-la-Rotonde,
Tél. : 04 92 75 94 19

Un jardin de 500 roses botaniques, anciennes et modernes.

■ Prieuré de Ganagobie

www.ndganagobie.com
Ganagobie, par la petite route de Lurs,
Tél. : 04 92 68 00 04

Un ensemble roman du x^e siècle, toujours occupé par des moines bénédictins. Seule l'église se visite.

■ Marchés à Forcalquier

Grand marché les lundis (400 exposants).

Marché des producteurs les jeudis après-midi.

Marché des artisans créateurs les mercredis après-midi, de juin à septembre.

FROMAGES

■ La Musardière

Thierry Yernaux,
Saint-Michel-l'Observatoire,
Tél. : 06 81 94 48 85
gaec.lamusardiere@orange.fr
Tommes de chèvre, Banon.

■ Écomusée Fromagerie de Banon

Route de Carniol, Banon,
Tél. : 04 92 73 25 03

BOISSONS

■ Distilleries et Domaines de Provence

www.distilleries-provence.com
Avenue Saint-Promasse, Forcalquier,
Tél. : 04 92 75 15 41
Absinthe, pastis Henri Bardouin...

■ Cueilleur de douceurs

www.cueilleur-de-douceurs.fr
Nathalie Michel et Fabrice Menc,
11, parc de Pitaugier, Mane,
Tél. : 04 92 74 68 85

COSMÉTIQUES, PARFUMS, HUILES ESSENTIELLES

■ Laboratoire S^{te}-Victoire

www.laboratoiresaintevictoire.com/
Château de la Rotonde, Simiane-la-Rotonde, Tél. : 04 92 75 98 90

■ Terre d'Oc

www.terredoc.com
Zone artisanale de la Tranche,
Villeneuve, Tél. : 04 92 79 40 30
Thés, cosmétiques bio et équitables.

■ Essentielles

www.essentielles.fr
8, parc de Pitaugier, Mane,
Tél. : 09 65 31 69 39
Huiles essentielles pour la cuisine.

■ L'Occitane

fr.loccitane.com
Manosque, Tél. : 04 92 70 19 00
Visite de l'usine, musée et boutique.

HUILES D'OLIVE

■ Oliviers & CO

www.oliviers-co.com
Parc de Pitaugier, Mane,
Tél. : 04 92 70 83 32

■ Écomusée de l'Olivier

www.ecomusee-olivier.com
Ancienne route de Forcalquier, Volx,
Tél. : 04 92 72 66 91
Huiles d'olives de Provence, et exposition sur la culture de l'olivier.

ET AUSSI

■ Le petit épeautre de Haute-Provence

www.saveursdestruques.com
Véronique et Thierry Baurain,
Ferme des Truques, Forcalquier,
Tél. : 04 92 74 30 01

■ La bergerie des abeilles

Yves Dutruel, allée de la Gendarmerie,
Saint-Étienne-les-Orgues,
Tél. : 06 17 13 74 95

■ Unis-Verts Paysans

5, place de Verdun, Forcalquier,
Tél. : 04 92 78 19 75
Magasin collectif de producteurs.

■ Itinéraires paysans

www.cpie04.com
Centre permanent d'initiatives à l'environnement, Château de Drouille,
Manosque, Tél. : 04 92 87 58 81
Une quinzaine d'agriculteurs font partager leur savoir-faire.

■ L'université des senteurs et saveurs

www.uess.fr/
Couvent des Cordeliers, Forcalquier,
Tél. : 04 92 72 50 68

LIVRES

■ Librairie ancienne Robert Darreau

www.forcalire.com
2, rue Plauchud, Forcalquier,
Tél. : 04 92 74 26 98 ou 06 78 65 39 18

■ Librairie le Bleuet

www.lebleuet.fr
Place Saint-Just, Banon,
Tél. : 04 92 73 25 85

■ À lire

Colline, Un de Baumagnes et Regain, qui forment la trilogie de Pan, de Jean Giono.
La Folie Forcalquier, Le Commissaire dans la truffière, Ma Provence d'heureuse rencontre, de Pierre Magnan.

PUB