

Zeitschrift: Générations
Herausgeber: Générations, société coopérative, sans but lucratif
Band: - (2018)
Heft: 107

Artikel: Quand les anciens ravissent nos papilles
Autor: Monnard, Bertrand
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-830963>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Quand les anciens ravissent nos papilles

Un véritable conte de Noël : 22 pensionnaires du home de Bulle (FR) se sont remis aux fourneaux pour créer un livre de recettes. Le projet a été porté à bout de bras par Hedwige Jaquet, une assistante en soins, et par toute l'équipe du Foyer. Bravo !

Rien qu'à les lire et voir les photos, ces recettes, pleines de poésie, vous mettent l'eau à la bouche. On respire les parfums d'autan, des vrais plats mijotés. Pour son lapin au vin blanc, Michel recommande de faire «rissoler lentement le lapin et de faire revenir l'oignon, les gousses d'ail, les échalotes, le thym et le romarin.» Pour son papet vadois, Marie-Thérèse fait «suer les oignons et les poireaux dans la poêle.» Et, concernant sa tarte à la crème, Irma conseille de «faire des trous d'amour avec votre pouce et une rigole sur les bords, puis d'étaler la crème double et saupoudrer avec du sucre.»

Ce sont trois des vingt recettes qu'ont mitonnées les résidants du Foyer de Bouleyres (1^{er} Sud) à Bulle. Sorti en octobre et tiré à 700 exemplaires, le livre *Les aînés nous régalent* est en train de se tailler un joli succès. «Si ça continue, on devra en rééditer à Noël», se réjouit Hedwige Jaquet (54 ans), assistante en soins communautaires, l'âme, la cheville ouvrière de ce magnifique projet, totalement inédit.

Bien sûr, les livres de recettes de grands-mères, de cuisine d'autrefois, ne manquent pas. Mais ce que celui-ci a de totalement original, c'est que ce sont les pensionnaires eux-mêmes,

âgés souvent de plus de 90 ans, qui se sont remis aux fourneaux, ont choisi chacun leur recette, leur spécialité, celle qui les a le plus marqué, qu'ils faisaient en famille lorsqu'ils étaient encore à la maison.

PAR AMOUR

Au printemps de 2017, l'idée est venue de Carla Madaleno, une aide-

«*Les plus belles choses, on les fait par amour quand on a envie de faire plaisir*»

HEDWIGE JAQUET



Pour les pensionnaires et l'équipe, représentée ici par l'animateur Claude Lovato (à droite), ce projet a suscité une réelle émulation.



soignante. «Un tel projet avait réuni des enfants dans le milieu scolaire. Alors, pourquoi ne pas en faire de même avec des aînés? C'était une manière de les valoriser, de donner un sens au Foyer.»

Dynamique et bourrée d'énergie, Hedwige Jaquet a alors empoigné le projet et l'a mené à son terme avec l'aide de Carla, de Claude Lovato, l'animateur, le boute-en-train, ainsi que de toute l'équipe du 1^{er} Sud, l'un des secteurs du Foyer de >>>



Dans le regard de Marie-Thérèse, toute la fierté d'avoir fait partie de ce beau projet qui a abouti à ce livre de recettes, plein de charme et de bonnes idées pour les amoureux d'une cuisine à l'ancienne.

Bouleyres, Carla, Martine, Valérie, Anne et les autres. Le photographe, le graphiste, tout le monde a travaillé bénévolement, sans compter leurs heures.

« Les plus belles choses, on les fait par amour quand on a envie de

faire plaisir », souligne Hedwige Jaquet. On l'a retrouvée ainsi que les résidants, les héros de l'aventure, et l'équipe un après-midi d'automne au Foyer. En commun, on sent une immense fierté et beaucoup de complicité, dans les gestes échangés. Il y

de la tendresse, des rires.

« Au début, on sentait un certain scepticisme chez les résidants, relève Hedwige Jaquet, ils pensaient qu'ils n'alleraient pas y arriver, il y a longtemps qu'ils n'avaient plus été aux fourneaux. Parmi eux, il y avait une majorité de femmes qui avaient cuisiné toute leur vie. A tous, on a fait comprendre qu'on allait les coacher, les accompagner. »

Et d'ajouter, avec un sourire plein d'empathie : « J'aime profondément nos résidants, j'aime cet univers, j'aime avoir des projets avec eux. La plupart ont dû lâcher beaucoup de choses pour venir au Foyer. Mais, malgré l'âge, il leur reste tellement de facultés. Ils ont été comptable, chef d'entreprise, assistant social. On ne leur a imposé aucune recette, ils les ont choisies eux-mêmes, celle de leur vécu. »

« ILS SE SOUVENAIENT DE TOUT »

Chaque recette proposée possède sa propre histoire, et le livre est d'autant plus émouvant que neuf des vingt-deux résidants qui ont participé à l'aventure ne sont plus de ce monde, aujourd'hui. Pour l'occasion, les familles ont ressorti les livres de recettes, souvent écrites de la propre main de leur papa ou maman. « Mais certains ont cuisiné de tête, ils se souvenaient de tout. » Comme Marie-Thérèse qui, sans hésiter, a opté pour le papet vaudois, le plat préféré de ses trois garçons. Décédée aujourd'hui, Adeline, la centaine passée, a choisi les pains d'anis qu'elle confectionnait tous les samedis à la maison. « Elle voulait à tout prix voir le livre avant de partir vers l'infini. Alors qu'elle était alitée, on lui l'a montré sur un écran, car il n'était pas prêt, et elle s'en est allée deux jours plus tard », raconte Hedwige Jaquet.

Disparue aussi aujourd'hui Yvonne, en chaise roulante, a pu aller, bien accompagnée, cueillir les épices et les herbes dans le jardin du Foyer pour son ragoût d'agneau, qu'elle a cuisiné avec l'aide de sa fille. Victime d'un AVC, Francis a pu apprêter ses chers fricandeaux grâce à l'aide de son épouse. « Ce livre a créé beaucoup de liens entre l'équipe et



IRMA ET SON GÂTEAU À LA CRÈME

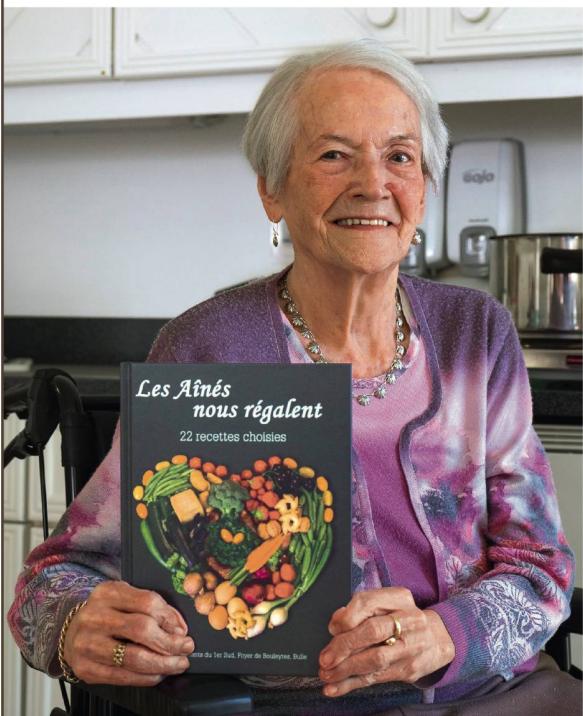
Même en chaise roulante à 94 ans, Irma reste une optimiste invétérée qui aime la vie. « Il y a en a qui sont déjà vieux à 24 ans. A tout âge, c'est

le cœur et la tête qui comptent. » La vie ne l'a pas épargnée. « Ma mère est morte alors que j'étais toute petite, il a bien fallu se débrouiller. » Son caractère, cette Bulloise le doit aussi au travail qu'elle a tant aimé. « J'ai été vingt-huit ans assistante sociale aux Câbleries de Cossonay, j'adoreais le contact avec les ouvriers. »

Pour le livre, elle aurait voulu choisir le papet vaudois, mais l'idée était déjà prise par Marie-Thérèse. Alors, Irma s'est rabattue sur le gâteau à la crème qu'elle a réalisé tant de fois en famille.

« J'ai eu deux filles, le vendredi, on mangeait sans viande. C'était la soupe aux légumes, suivie du gâteau à la crème. Et, s'il en restait, on en mangeait encore le soir, tant c'était bon. J'ai toujours aimé faire la cuisine. »

Sa fille de 74 ans aurait voulu que sa maman vienne vivre chez elle à Strasbourg, mais Irma n'a pas voulu. « Avec les escaliers, cela aurait été très compliqué. Je suis ici depuis deux ans et demi, et je suis bien. Sans compter que j'aime Bulle. Quand on est Dzozet, on est Dzozet. »



« Il y en a qui sont déjà vieux à 24 ans. A tout âge, c'est le cœur et la tête qui comptent »

IRMA

les familles, ce qui est réjouissant», souligne Claude Lovato.

Les résidents ont préparé leur plat dans la petite cuisine de l'étage, à raison d'un ou de deux par mois. Ensuite, tous les autres le dégustaient, le salé comme apéro et le sucré à l'heure du goûter. Et, chaque fois, la fête se terminait avec des chansons grâce au talent de Carla, de *L'hymne à l'amour* à *La vie en rose*, repris en choeur par tous. Pendant quelques jours, la recette et la photo des auteurs étaient affichées sur le panneau de l'étage. «Ils avaient les yeux pétillants de fierté, c'était juste magnifique», raconte Hedwige.

À L'IDENTIQUE

Dix-sept mois plus tard, une fois toutes les recettes engrangées, Hedwige les a toutes refaites à l'iden-

tique dans sa cuisine pour permettre au photographe et vidéaste Pierre Repond, un ami proche, de les im-



«Ce livre a créé beaucoup de liens entre l'équipe et les familles»

CLAUDE LOVATO, ANIMATEUR

«J'ai été très honoré d'avoir pu participer à ce projet, j'ai eu un immense plaisir, dit-il. Quand on travaille bénévolement, cela prend une autre dimension humaine.» Et de souligner l'extraordinaire investissement de son amie, Hedwige. «Elle a tout pris à son compte, financièrement aussi. Elle tenait vraiment à faire quelque chose pour ces résidants qu'elle aime tant.»

Mêmes éloges chez Michel Savary, le graphiste, qui a apporté la touche finale au projet. «Hedwige a déplacé des montagnes, elle a tenu sur la durée grâce à son enthousiasme, sa générosité. Et, autour d'elle, tout le monde a joué le jeu.» Le père de ce jeune retraité, ancien prof à l'Ecole des arts visuels de Bulle, était mort au Foyer voilà quelques années et participer à ce projet était, comme il le dit, une «manière de lui >>>

mortaliser, avec Claude, le «boute-en-train» du Foyer, transformé en assistant photographe, déplaçant soit un bouquet de persil ou une feuille de salade. Le plat était posé par terre pour permettre à Pierre Repond de profiter de la lumière de la verrière.



HENRI ET SA BLANQUETTE DE VEAU

Henri, 85 ans, rêvait de faire carrière dans la musique classique, qui est toujours

son hobby. Longtemps directeur d'une entreprise de métallurgie à Bulle, il a eu six enfants. La passion de la cuisine qu'il garde intacte à son âge est un héritage familial. «Quand ma grand-mère faisait de la langue de bœuf au madère, tout le monde se précipitait. Et la rognonnade de bœuf de mon père est la meilleure que j'aie jamais mangée. Un jour, à Paris, j'en ai goûté une dans un bistrot de Montmartre, et elle ne valait pas celle de mon papa.» «Quant Henri est arrivé au Foyer, il avait avec lui *Le Larousse des recettes de Marie Saint-Ange*. Je sais que, après la mort de son épouse, il se faisait à manger lui-même à la maison», raconte Hedwige Jaquet.



«Pour réussir une bonne blanquette, il faut déjà la commencer à 8 heures le matin»

HENRI

Pour le livre, l'ancien patron a choisi la blanquette de veau, un vrai plat d'antan qui a bercé toute son enfance. «Ma grand-mère en faisait, ma mère aussi. J'ai toujours adoré ce plat.» Extrêmement détaillée, sa recette est d'ailleurs la seule à occuper deux pleines pages, et pas une seule comme les autres. De la préparation à l'accompagnement en passant par la sauce, tout y est détaillé.

«Pour réussir une bonne blanquette, il faut déjà la commencer à 8 heures le matin», assure-t-il. Rien ne doit être négligé. «Les 16 oignons doivent être cuits 15 minutes dans trois cuillères à soupe de bouillon et avec 20 grammes de beurre, en les retournant de temps en temps délicatement.»

rendre hommage ainsi qu'à tous ces aînés. J'ai dû y consacrer quelques dizaines d'heures et j'ai eu un monstre plaisir. On a opté pour une typographie simple et lisible pour mieux mettre en valeur les recettes. Ce sont elles qui comptent. Quelques photos ont été retouchées et, pour la couverture, on a opté pour un gris anthracite plutôt que pour le noir prévu qui faisait un peu funèbre.»

Tout ce petit monde s'est retrouvé au Foyer, un samedi de la fin d'octobre, juste après la parution, pour le vernissage du livre. La plupart des familles étaient présentes, même celles des résidants décédés pour partager ce moment très fort. Ce jour-là, Pierre Repond a été bouleversé par le geste d'une résidente. «Elle est venue vers moi et m'a offert le livre dédicacé avec des larmes dans les

yeux. Cela valait tous les salaires.» Le directeur du Home de Bouleyres, Christian Rime, qui a donné son feu vert au projet, se dit bluffé par le

«C'était une manière de les valoriser, de donner un sens au Foyer»

CARLA MADALENO, AIDE-SOIGNANTE

résultat. «J'y ai cru depuis le début, mais je n'osais pas imaginer un si bel objet. Je suis très content, très fier. Ce livre, c'est la transmission d'un

patrimoine. Hedwige a des rêves et une formidable capacité à «embarquer» les autres. C'est merveilleux.» Les exemplaires, qu'il a envoyés dans d'autres homes du canton, on se les est arrachés.

Quelques articles dans la presse régionale et le bouche-à-oreille ont rapidement fonctionné. Dans les librairies de Fribourg et de Bulle, la vente de *Les aînés qui nous régalent* dépasse toutes les attentes.

Au Foyer, chaque membre de l'équipe s'est engagé à en vendre au moins cinq. Carla, la chanteuse, en a toujours plein dans son sac à dos. Au début de novembre, lors de notre rencontre, Hedwige Jaquet en avait déjà écoulé une bonne trentaine. «Les gens ont vu ma tête, ils en ont entendu parler.» Et de



ANNE-MARIE ET SON RÔTI DE VEAU



Avec son mari, décédé voilà quelques années, Anne-Marie a tenu plusieurs commerces bien connus de la région, notamment La Vairessière à Bulle et le Café de la Montagne à La Roche, où l'un de ses fils s'occupait



de la cuisine. «J'avais une grande famille, cinq enfants, j'aimais bien leur faire à manger.» Pourtant, elle a longtemps hésité avant de choisir une recette pour le livre. Finalement, ce sont ses deux filles qui l'ont说服ée d'opter pour le délicieux rôti de veau que, petites, elles adoraient. «Le dimanche, c'était ou le rôti ou la fondue chinoise», se rappelle la maman. Alors, avec l'aide de ses filles, Anne-Marie s'est remise aux fourneaux et a réussi un petit chef-d'œuvre, comme au bon vieux temps,

«A la maison, on devait manger de tout, sinon notre papa nous grondait»

ANNE-MARIE

qui nécessite du temps et de la patience. «Placez le rôti au four à 200 degrés, conseille-t-elle, puis laissez mijoter environ une heure à une heure trente. Ensuite, coupez le rôti en fines tranches et placez les carottes autour.» La vie lui a pourtant appris à ne pas pécher par gourmandise. «A la maison, on devait manger de tout, sinon notre papa nous grondait. On avait peu de choix, mais ça allait quand même. Fallait bien!»

Le livre et les articles de presse consacrés à cette publication figurent en bonne place dans le home bullois.



conclure : « Parmi les acheteurs, il y a plein de jeunes qui sont friands de ces recettes du passé, où on laissait

encore mijoter les plats doucement — des recettes porteuses de vraies valeurs. »

BERTRAND MONNARD

Les aînés nous régalaient par les Résidants du 1^{er} Sud, Foyer de Bouleyres, Bulle (FR)



MARIE-THÉRÈSE ET SON PAPET VAUDOIS

Femme de paysan à Vuisternens-devant-Romont, Marie-Thérèse (87 ans) a toute sa vie été « une bonne cuisinière », comme elle le dit elle-même.

Ses spécialités ? La fondue, le jambon à l'os, mais, surtout, le papet vaudois. « Mes trois garçons m'en réclamaient tout le temps. Cependant le problème, avec eux, c'est qu'ils ne voulaient manger que la saucisse », sourit-elle au Home de Bouleyres.

Alors, quand on lui a demandé une recette pour le livre, son choix n'a pas fait un pli. « Cela fait deux ans et demi que je suis au Foyer et que je n'en avais plus fait. Et j'avais encore la recette bien dans la tête, et c'est allé tout seul. »

Ses enfants ont ressorti le livre de cuisine où on trouve sa recette écrite de sa propre main, mais devant les fourneaux, Marie-Thérèse n'en a pas eu besoin. Ce que confirme Hedwige Jaquet. « Elle l'a fait de sa propre main et elle a reçu plein de compliments. » Marie-Thérèse ne cache pas sa satisfaction : « Je l'ai fait et il était bon. » Elle recommande de « couper les saucisses en tronçon de 5 centimètres environ et de napper le papet d'un trait de vinaigre au moment de servir. » Elle a beaucoup apprécié ces mois où la genèse du livre, scandée par les recettes, « a mis beaucoup d'ambiance dans le home ». Et, comme tous les autres résidants, elle est très fière du résultat. « Il est réussi. La preuve ? Toutes mes belles-filles l'ont acheté. »

« J'avais encore la recette bien dans la tête et c'est allé tout seul »

MARIE-THÉRÈSE

