

Zeitschrift:	Histoire des Alpes = Storia delle Alpi = Geschichte der Alpen
Herausgeber:	Association Internationale pour l'Histoire des Alpes
Band:	13 (2008)
Artikel:	"Manger comme des Souysses" : Vorstellungen über die Lebensweise in frühneuzeitlichen Bergregionen
Autor:	Ferrières, Madeleine
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-2250

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: 31.01.2026

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

«Manger comme des Souysses»

**Vorstellungen über die Lebensweise
in frühneuzeitlichen Bergregionen**

Madeleine Ferrières

Résumé

**«Manger comme des Souysses». L'image du régime montagnard
aux temps modernes**

En 1593, Paris est aux mains des Ligueurs, qui refusent de reconnaître le nouveau roi protestant, Henri IV. Dans la ville assiégée par les troupes royales, les vivres manquent et la situation devient difficile à tel point que les habitants sont «réduits au lait et au fromage blanc, comme les Souysses!» Ce n'est pas encore la famine, mais c'est déjà la disette, et le «régime suisse» apparaît comme une des formes de la pénurie.

L'article se penche sur l'image que l'on a, depuis Paris, ou de la France en général, aux temps modernes (XVI^e–XVIII^e siècles), du régime montagnard. Ce régime est-il pensé comme bon pour la santé? Et quel est le statut accordé à ces produits phare du régime montagnard que sont le lait et les produits laitiers? Ces questions se situent sur le plan de l'histoire des représentations. Et les représentations, comme les pratiques, ne sont pas immobiles, elles évoluent. Au long de l'époque moderne on observe un changement du regard sur le lait et les produits laitiers. Aussi, dans un premier moment sont étudiées les représentations que l'on avait du «régime suisse» dans les années 1550–1600; dans un second temps on tachera d'apercevoir comment, et pourquoi, cette image se modifie lentement dans les périodes successives.

1593 befindet sich Paris in den Händen der Heiligen Liga, die es ablehnt, Heinrich IV., den neuen protestantischen König, anzuerkennen. Die Stadt wird von königlichen Truppen belagert, Lebensmittel fehlen, die Situation wird schwierig. Einer der Eingeschlossenen drückt sein Bedauern so aus: «N'avons-nous pas consommé à peu près toutes nos provisions, vendu nos meubles, fondu notre vaisselle, engagé jusqu'à nos habits pour vivoter bien chétivement? [...] Où sont nos festins et nos tables friandes? Nous voilà réduits au lait et au fromage blanc, comme les Souysses!»¹

Es herrscht noch keine Hungersnot, aber doch eine Nahrungsknappheit, und die «schweizerische Lebensweise» erscheint wie eine Art Leben in grosser Not. Dieser Hilfeschrei aus dem Herzen – oder eher aus dem Bauch – leitet den Blick auf die folgenden Punkte.

Welches Bild hat man aus der Sicht von Paris oder aus Frankreich allgemein in der Frühneuzeit (16.–18. Jahrhundert) von der Lebensweise in den Bergen? Anders gefragt: Hielt man diese Lebensweise für vorteilhaft für die Gesundheit? Welche Bedeutung schrieb man insbesondere der Milch und den Milchprodukten zu, den Hauptprodukten der alpinen Lebensweise?²

Es geht hier wohlgemerkt um die Geschichte der Wahrnehmungen und nicht um jene der Ernährungsgewohnheiten selbst. Und diese Wahrnehmungen waren, wie auch die Ernährung, nicht in Stein gemeisselt, sondern sie entwickelten sich vielmehr. Im Rahmen der genannten drei Jahrhunderte, unseres Untersuchungszeitraums, lässt sich ein Wandel in Bezug auf Milch und Milchprodukte feststellen. Ebenfalls scheint es uns nützlich zu untersuchen, welche Vorstellungen man erstens von dieser «schweizerischen Lebensweise» zwischen 1550 und 1600 hatte, und dann zu vergleichen, wie und warum sich das Bild davon langsam änderte.

Die «schweizerische Lebensweise» um 1590: Einschätzung und Abwertung

Drei Vorbemerkungen sind hier notwendig, um sowohl den Umfang als auch die Grenzen des obigen Zitats zu markieren:

- Das Zitat geht über das Anekdotenhafte hinaus. Es drückt ein individuelles Missfallen aus, allerdings handelt sich es dabei auch um ein kollektives Missfallen grosser Bevölkerungsteile, und das Zitat ist darum Teil der Wahrnehmungsgeschichte.

- Vorbehalte gegenüber Lebensmitteln wurden in Texten in der frühen Neuzeit oft geäussert; es ist dabei aber zu beachten, dass diese Texte, ungeachtet ihrer Gattung, von und für Zeitgenossen geschrieben wurden, die lesen und schreiben konnten: für die obersten Schichten der französischen Gesellschaft, insbesondere für jene in den Städten also. Der Eingeschlossene von 1593 ist Pariser Bürger und kann seine Erlebnisse aufschreiben. In Frankreich isst und trinkt man in vielen Gebirgsregionen Milch – aber die dortige Bevölkerung hat uns keine schriftlichen Quellen über ihre tägliche Ernährung hinterlassen, und noch viel weniger darüber, was sie davon hielt.
- Schliesslich wollen wir, da wir uns mit Bildern und Stereotypen befassen, unzutreffende Auslegungen vermeiden. Wir wissen natürlich, dass die Nahrung der anderen jeweils ziemlich seltsam und wenig wert ist, und auch, dass dies zur Konstruktion von nationalen Stereotypen beitragen kann. Wir – «wir Froschschenkel essenden Franzosen» – wissen, dass die Engländer Fleisch essen und daher ziemlich grausam sind. Aber das hier hat nichts zu tun mit einem abschätzigen Bild von den Schweizern im Allgemeinen. Das Frankreich der 1590er-Jahre pflegt vielmehr seine Beziehungen mit einigen Schweizer Kantonen. Die Schweizer Einwanderer sind als Söldner und später als Angestellte der grossen Pariser Handelshäuser willkommen. Es ist unsinnig, hier im Bereich nationaler Stereotype eine Erklärung zu suchen. Vielmehr deutet alles auf die Ernährung und auf die zentrale Frage hin, ob die «schweizerische Lebensweise» gut für die Gesundheit sei.

Nein. Das sagen ziemlich geschlossen die Ärzte und Ernährungsfachleute der französischen Renaissance, wenn wir Jérôme de Monteux lesen oder Bruyerin Champier oder auch Jean-Jacques Wecker, einen Basler Arzt.³

Wecker wurde 1528 geboren und zog 1566 nach Colmar. Seiner Witwe verdanken wir eine der ersten Rezeptsammlungen, geschrieben von einer Frau. Im Vorwort schreibt Anna Wecker, ihr Mann sei ein bekannter Ernährungs-spezialist gewesen. Seiner Ansicht nach sei die Küche wichtiger gewesen als die Mittel der Apotheker, und zwar für Kranke wie für Gesunde. Er hatte bemerkt, dass seine Frau durch Gottes Gnaden eine natürliche Gabe besass, für Kranke die beste Behandlung zu finden. Er hatte sie darin bestärkt und sie bei Behandlungen beigezogen und ihr schliesslich geraten, all die nützlichen Rezepte zu notieren. Diese Erfahrungen wollte sie mit der Veröffentlichung ihrer Sammlung, in welcher alle Kochrezepte auch gut für die Gesundheit seien, streuen.

P. 23, *Ein steinmilch so die Kühemelker auff den Alpen machen : Préparation du lait des vaches des Alpes.*

Prends du bon lait entier, le plus crèmeux est le meilleur,
mets-le sur un petit feu, place dans le feu de beaux galets, pour qu'ils deviennent
brûlants, retire-les avec des pincettes, pour qu'ils ne se salissent pas, plonge-les dans
le lait, jusqu'à ce qu'ils refroidissent, recommence jusqu'à ce que le lait forme des
rides par l'action des pierres,
ensuite mets le lait dans un pot propre, pour qu'il se refroidisse
Ce lait est très agréable pour l'été et il n'entraîne aucun inconvénient,
mais ce doit être une pure crème.

P. 59-60, *Ein stockmilch, wie die Melker machen : Lait caillé à la manière des vachers.*

Prends environ une demi-mesure de bonne crème, que tu mets sur le feu,
quand elle frémît ajoute le blanc de 10 à 12 œufs,
verses-y de l'eau de rose,
quand le lait bout, remue vite, sucre-le et verse-le dans un récipient (in ein blatten),
alors il a la consistance d'une gelée (sultz)
si tu veux avoir un caillé, mets-le dans un pot, travaille-le et ajoute un peu de crème,
alors ce sera comme du caillé.

Ces deux préparations sont utiles dans la "courante" et aussi l'hémorragie, cela
rafraîchit et traite les abcès dans les intestins. Mais je préfère les produits prescrits.
Pour les maladies internes, je ne compte pas beaucoup sur le blanc d'œuf, mais
dans les (traitements) externes, j'admet son efficacité.

P. 60, *Auff ein andere weiss = Un autre procédé* (suit immédiatement la recette
précédente).

Pile finement des amandes, prends de la crème, travaille le mélange ainsi à chaud,
consistance épaisse, sucre suffisamment,
si tu veux, ajoute de l'eau de rose aussi,
mets (la pâte) dans un plat, laisse refroidir, on obtient une sorte de gelée, sur
laquelle tu peux aussi disposer des blancs battus en neige.

Abb. 1: *Milch, Küche und Gesundheit. Drei Rezepte von Anna Wecker. Aus: L. Baillet, Au XVI^e siècle à Colmar, cuisine et santé: le recueil d'Anna Wecker. Annuaire. Société d'histoire et d'archéologie de Colmar, 1942, S. 46.*

Die Sammlung von Anna Wecker birgt eine Überraschung in Bezug auf die Rezepte mit Milch: man findet nur drei Stück;⁴ ihre heilende Wirkung sei bescheiden und Anna Wecker rät bei einem der drei sogar, es sei besser, hier auf den Rat der Apotheker zu hören. Und wenn dann doch Milch als Zutat für andere Rezepte verwendet wird, handelt es sich um Mandelmilch, häufig vermischt mit Zucker, Gewürzen und Trauben aus Damaskus. Die milchhaltigen Rezepte von Anna Wecker entfernen sich von einer Pflanzenheilkunde, die hauptsächlich einheimische Rohstoffe verwendet, hin zu einer anderen Kultur.

Doch zu welcher Kultur? Die Kultur von Jean-Jacques Wecker und allen Ärzten jener Zeit basierte auf den Grundsätzen von Galenos von Pergamon und folgte der Tradition von Hippokrates von Kos. Das Grundwissen über die Ernährung stammte aus der Antike und die Renaissance fügte nur wenig Neues hinzu, der

geistige Horizont war durch dieses sehr lang anhaltende Paradigma eingeschränkt. Die Grundsätze der Ernährung basierten daher auf einer mediterranen Ernährung, in der Milch nur einen geringen Stellenwert hatte. Aus dieser Herkunft erklärt sich das grosse Misstrauen der Ärzte gegenüber der Milch. «Dickflüssiger Saft», «Kälte», das sind die häufigsten Vorwürfe. «Schwer verdaulich», Milch ist für den Magen nur warm verträglich. Eine Vorstellung taucht bei den Ärzten häufig auf: Milch ist ein verderbliches Produkt, die innert eines Tages bricht und darum ständig kontrolliert werden muss, vor allem im mediterranen Klima. Es wird angenommen, dass sich der gleiche Prozess während des wichtigen – und mysteriösen – Verdauens von Milch auch im Magen abspielt. Das Unsichtbare ist also nur eine Wiederholung des Sichtbaren. Milch müsse vermieden werden, sagt daher Bruyerin Champier, «damit sie nicht im Magen gerinnt». Der *Thrésor de santé* präzisiert zur Milch weiter, «wenn sie in den kalten Magen gelangt, bricht sie und verdickt und wird sogar sauer. Der Magen schwollt an und verursacht Blähungen im Darm».⁵

Der Analogieschluss geht von einer Feststellung aus, endet aber bei einer falschen Schlussfolgerung. Er setzte ein medizinisches Bild in die Welt, welches die Vorstellungen stark prägen sollte.

Ein weiterer, ebenfalls «wissenschaftlicher» Grund unterstützte das Misstrauen. In der damaligen Klassifikation wurde Milch als «kalt» und «feucht» kategorisiert. Das ist die schlechtestmögliche Kombination, denn als «kalt» und «feucht» galten auch Pilze und gewisse Früchte, die als gefährliche Lebensmittel eingestuft wurden.

Milch wird kaum empfohlen. Man empfiehlt sie kleinen Kindern, und zwar ohne Einschränkung; aber nicht den Älteren (die von Natur aus als «kalt» gelten) und auch nicht Kranken. Gesunde Erwachsene dürfen davon essen und trinken, aber sie müssen gewisse Vorsichtsmassnahmen befolgen. Jérôme de Monteux schreibt dazu:⁶

- Nur gute Milch trinken. Was «gute Milch» bedeutet, ist nicht einfach zu definieren. Die Ärzte waren sich, kurz gesagt, der Bedeutung des Rindviehs als Lebensmittellieferant immer bewusst und auch der Schwierigkeiten, sich mit guter Milch zu versorgen, vor allem in den Städten. Und ihre Patienten lebten in den Städten ...
- Nur frische Milch trinken, also warme: «Muss warm direkt vom Euter genommen werden, weil sie schnell verdorbt und schlecht wird an der Luft.»
- Kuhmilch enthält mehr Fett als Muttermilch, es wird daher empfohlen, sie mit Wasser zu verdünnen.

- «Rahm, kleine Käse, die unter anderem in einem Schilfkörbchen produziert werden (<jonchées>), [...] und allgemein alles, was aus Milch hergestellt wird, sind kalte Lebensmittel.» «Jede Art Käse ist aus dickflüssigem Saft.» Käse gilt als schwer im Magen, es wird empfohlen, ihn erst am Ende der Mahlzeit zu essen, damit das Essen ungehindert in den Magen gelangen kann.
- Um die Kälte der Milch zu verringern, ist es besser, sie mit anderem «Fleisch» (also anderen Lebensmitteln) zu mischen. Allerdings ist rustikal Gekochtes auch schwer zu verdauen: «Gekochte Milch schäumt auf und wird dickflüssig, vor allem wenn sie zusammen mit Weizenmehl, Hirse oder Stärke gekocht wird.»
- Um die Feuchte der Milch zu vermeiden, wird meist die Zugabe von Salz, Zucker oder Honig empfohlen.
- Milch darf man nicht kochen lassen: Es liegt nicht in der Natur der Milch, dass sie kocht, wie das Überkochen zeigt.⁷

Man weiss, dass es von der Vorschrift ein weiter Weg hin zur Realität ist; die Frage ist denn auch offen, ob diese Empfehlungen im Umgang mit Milch wirklich befolgt wurden. Einige Indizien deuten darauf hin, beispielsweise jene Sprichwörter aus der Renaissance, die – als Teil der nichtschriftlichen Kultur – die Mahnungen der gelehrteten Welt übernehmen; oder gebräuchliche Ausdrücke wie jener, der den letzten Teil der Nachricht bezeichnet: «entre la poire et le fromage», «zwischen der Birne und dem Käse». Wenn man sich gern am Ende der Mahlzeit «zwischen der Birne und dem Käse» unterhält, dann hält man sich an die ärztlichen Ratschläge. Davon zeugen auch die kommunalen Regelungen in ganz Frankreich, vor allem aber in den Städten des Südens, wonach die Verteilung der Milch wegen des Melkens zwingend am Morgen zu erfolgen habe, weil der städtische Konsument dadurch die Milch frisch vom Euter trinken könne.⁸

Fett und mager

Zwei Kriterien ermöglichen die Einschätzung des Wertes eines Nahrungsmittels. Das erste stützt sich, wie gezeigt worden ist, auf die Primäreigenschaften «warm» oder «kalt», «trocken» oder «feucht»; das zweite auf die Eigenschaften «fett» und «mager», zwei fundamentale Begriffe in alten Ernährungssystemen, in denen alles Fette geschätzt, alles Magere hingegen minderwertig war.

In Bezug auf Milch und Milchprodukte sind diese Begriffe mit Vorsicht zu

verwenden, so variabel sind sie in zeitlicher wie örtlicher Hinsicht. Kurz: Es gibt zwei Definitionen: eine kanonische religiöser Herkunft und eine ernährungsorientierte, mehr «wissenschaftliche».

Bei der Einteilung der Milch in die Kategorie der fetten beziehungsweise mageren Nahrungsmittel zögerten die Theologen – und es scheint, als ob sich die Einteilung in der frühen Neuzeit änderte: Milch und Milchprodukte, im Mittelalter immer dem Fett zugehörig, wurden nun dem Mageren zugeteilt.⁹ Man kann diesen Kategorienwechsel als Folge der erweiterten Nahrungsbasis unter dem Druck der Reformen verstehen, da das Magere ein Zeichen der Freiheit der Ernährung ist: man kann jeden Tag davon essen, fett oder mager.

Eine andere Unterscheidung überlagert diese Kategorisierung aber, nämlich jene einer profan-populären Ernährungslehre – die wir selbst übernommen haben, wenn wir von fettem Käse oder von magerem (oder weissem) Käse sprechen. Dort, wo die katholische Definition bestimmend ist, führt sie eine neue Abgrenzung zwischen mager und fett ein, da sie einfach alle Milchprodukte als mager einstuft. Diese Einstufung bewirkt auf bemerkenswerte Art und Weise eine Aufsplitterung der Verwendung von Milch und Milchprodukten in Frankreich.

Bruyerin Champier sagt dies so: In Frankreich konsumieren alle Gesellschaftsschichten Kuhmilch, aber sie verwenden sie nicht auf die gleiche Art. «Die meisten Bauern ernähren ihre Familie mit Molke oder Sauermilch. [...] Die anderen (das heißt die Bürger oder die Stadtbewohner) essen den Schaum, den sie Blume oder Rahm nennen. Dieser ist sehr genussvoll, im Sommer, und die Damen schätzen ihn zum Dessert, mit Erdbeeren und Zucker.»¹⁰

Das gilt auch für den Käse. Der fette geht an die Reichen, während der magere – wie auch das Fladenbrot aus Buchweizen oder der Haferbrei – zu Zeichen der ländlichen Armut werden.¹¹

Champier unterscheidet bei der Milch einen käsigen Teil – von ihm stammt der Magerkäse – und einen «buttrigen», aus dem Butter und Fettkäse produziert wird. Magere Käse, «grob, kaum [mit anderen Lebensmitteln] zusammenpassend und schnell sauer», «werden der Landbevölkerung überlassen». Die anderen hingegen sind «weich, fett, geschmackvoll und werden kaum sauer» und «finden nur in den Städten Absatz». Rahm und Käse verbindet also das Bürgertum mit der Milch. Die heftigen Vorurteile gegenüber der Milch sind im Grunde dem Begriff Fett zuzuschreiben.

Veränderung im Gebrauch

Der wissenschaftliche Hintergrund und die Rahmenbedingungen der Ernährungsgrundsätze scheinen in Bezug auf Milch und Milchprodukte unveränderlich zu sein, doch ab 1650 ändert der Gebrauch langsam, und die Eliteschichten in Frankreich beginnen, Milchprodukte zu essen und Milch zu trinken.

Zunächst wird Butter auf erstaunliche Weise gefördert. Sie wird Teil der modernisierten französischen Küche, welche ab der Mitte des Jahrhunderts mit der Lancierung des *Cuisinier françois* einsetzt.¹² Der *Cuisinier françois* bricht vollständig mit der mittelalterlichen Kochtradition und bevorzugt milde Gerichte und eine dezentere Abstimmung. Im Bereich der Gewürze zeigen sich die Änderungen am deutlichsten und weisen auf einen Geschmackswandel hin. Die Gewürze des «Geschmacks der Oberen», für die Küche des Mittelmeers charakteristische Gewürze und Säuren, werden von der gesellschaftlichen Elite zunehmend ersetzt durch fette Zugaben, welche als geschmackvoller und zurückhaltender bezeichnet werden, als geeigneter, um den Eigengeschmack der Lebensmittel zu betonen: daher die Verwendung von Butter und Rahm. Der zunehmende Gebrauch dieser beiden Zutaten ist messbar, die Rezeptbücher nach 1650 sprechen eine deutliche Sprache. Während für Saucen im Mittelalter nie Butter verwendet wurde, benötigt man diese um 1650 schon in 40 Prozent aller Saucenrezepte, um 1674 gar in 60 Prozent. Jean-Louis Flandrin, dem wir diese Berechnungen verdanken, spricht davon, dass «die Verwendung von Butter in den Kochbüchern eine der wichtigsten Änderungen in der frühen Neuzeit war».¹³ Die Eliten gewöhnen sich daran, Butter zu konsumieren (allerdings gekocht, nicht roh), und zwei Generationen später führt die zunehmende Popularität exotischer Getränke zum Konsum von Milch. Man trinkt diese zunehmend, und zwar nicht pur, sondern als ernährungsbedingtes Korrektiv, das die Bitterkeit und die Hitze des Kaffees dämpfen soll. Die Modeerscheinung wird innert kurzer Zeit zur geläufigen Praxis, und zwar zeitlich synchron in Frankreich und in der Schweiz.

Tatsächlich habe ich für Frankreich 1714 die erste Erwähnung eines Kaffeesurrogates gefunden: zweifellos ein Zeichen, dass der Bedarf an Kaffee anstieg; im gleichen Jahr wies *Les délices de la Suisse* auf die schädigende Wirkung des Exotischen hin: «Il faut avouer que le luxe, qui s'est introduit dans la Suisse, commence à déranger considérablement la constitution des corps. Avant l'an 1690, on ne savoit guère parmi nous ce que c'est que *caffé*, *que thé*, *que chocolat*, et autres liqueurs étrangères, et l'on s'en portoit mieux. Aujourd'hui

Laitières

(270)

trois liards de lait. Si les laitières manquoient d'arriver à l'heure, ce seroit une famine dans les déjeunés féminins. A neuf heures, tout le lait aqueux est distribué.

Cette consommation est devenue considérable, depuis que le peuple, ne sachant plus que boire vu les impôts & la falsification, a pris un goût effréné pour le café ; c'est une habitude journalière dans les trois quarts des maisons de la ville. (1)

(1) Dans les montagnes de la Suisse, sur les rochers escarpés, où le luxe le plus ordinaire n'a pas encore pénétré, l'on trouve l'usage du café au lait poussé jusqu'à l'excès. De quel étonnement ne fus-je pas frappé en voyant chez des patres la *cafetiere*, le *moulin à café*, le *sucrier*, parmi les ustensiles de première nécessité ! D'où vient que le goût de cette boisson a pris si généralement & presqu'à la même époque dans des climats différents ? C'est une fureur. Mais que la Suisse pauvre paie un tribut aussi considérable à l'opulente Amérique, n'y a-t-il pas lieu d'admirer la fortune de cette fave qui donne à la canne à sucre un débouché nouveau & prodigieux ? Les harengers

de la Halle, les vendeuses de marée, ces femmes robustes prennent le matin leur café au lait, comme la marquise & la duchesse. C'est aux gens de l'art à déterminer en dernière analyse l'effet de cette boisson sur les tempéramens. Je ne vois plus personne à Paris déjeuner avec un verre de vin.



Vaches

Vaches.

ELLES arrivent aux barrières, l'échine maigre & le pis desséché. Voyez les vaches dans les gras paturages de la Suisse : elles levent fièrement la tête, elles ne se dérangent point quand vous passez. On diroit qu'elles sentent que leurs pieds foulent une terre de liberté, que l'impôt onéreux ne greve pas. Leur robe est superbe, leur démarche sûre ; ce n'est plus un animal dégradé. La vache aux flancs arrondis semble partager l'affiance de son maître. Io ne fut pas plus belle que ces belles genisses.

Les vaches entrant à Paris tête baissée, rappellent les vaches maigres & dévorantes du songe de Pharaon ; elles ont l'air affamé, & elles viennent pour être mangées. [...]

On avoit annoncé avec beaucoup d'emphase une laiterie de vaches Suisses, & tous les bons Parisiens disoient : nous boirons du bon lait de Suisse. Les poitrinaires se regardoient déjà comme guéris ; les tempéramens usés comptoient sur le rétablissement de leurs forces : mais on ne songeoit pas que les entrepreneurs n'avoient pas les épaules assez fortes pour transporter aux Champs-Élysées les montagnes couvertes de sapins, où croissent les végétaux substantiels.

Les vaches maigrissent dans de maigres paturages, donnerent un lait commun, & finirent par être livrées aux bouchers. L'entreprise échoua, à la grande surprise des badauds qui demandoient toujours du bon lait des vaches Suisses.

Abb. 2: *Die Milch in Paris: zwei Blicke vor der Revolution.* Aus: L.-S. Mercier, *Tableau de Paris*, Amsterdam 1782.

à force de se choyer, se ménager, se traiter délicatement, méprisant les fruits du Pays comme grossiers, pour ne vivre que de ceux des Etrangers, il se trouve au bout du compte qu'au lieu de fortifier sa santé, on la ruine, on s'attendrit, et l'on devient si délicat, qu'il n'y a plus moyen de revenir à ce bon et vigoureux tempérament, qui fait les trois quarts et demi des douceurs de la vie.»¹⁴

Die chronologische Parallelität darf uns allerdings nicht an eine völlige Analogie glauben lassen. Wahrscheinlich haben die Franzosen gelernt, Milch in ihren Kaffee zu gießen, während die Schweizer gleichzeitig damit begannen, Kaffee in die Milch und den Käsekessel zu gießen.¹⁵

Drei Generationen später bezeugt der Text von Mercier einen wachsenden und verbreiteten Kaffeekonsum, und zwar in Frankreich wie in der Schweiz.¹⁶ Dabei stellte sich auch das Problem der Milchversorgung in vorrevolutionären Städten mit 400'000–500'000 Einwohnern. Die durchschnittliche Schweizer Kuh des 18. Jahrhunderts gab 2000 Liter Milch jährlich, die französische Kuh hingegen, die ihr Kalb selbst säugte, zur Zeit Ludwigs XIV. lediglich 500 Liter.

Milchprodukte werden also in den Städten wie in ländlichen Gebieten rehabilitiert, vor allem in den Ebenen, wo man den mageren Käse schätzen lernt, wie in jenem Dorf des Haut Maine gegen 1750. Aussergewöhnlicherweise spricht für einmal ein gewöhnlicher Esser, ein Bauer: «J'ai vu aussi le commencement des fromages faits dans ce pays ci. Je pouvais avoir quinze ans quand une femme de la Suze vint demeurer dans le bourg de la fontaine. Ce fut la première qui vendit du lait caillé, car avant on le donnait aux pauvres ou aux cochons. Elle inventa aussi de faire des fromages qu'elle vendait un sou [...].»¹⁷

Der neue ernährungswissenschaftliche Diskurs

Neue Gewohnheiten, neue medizinische Überlegungen, die sich von Galenos und seiner Ernährungslehre abheben – all das trägt dazu bei, dass auf Milch und Milchprodukte ein neuer und interessanter Blick geworfen wird. Wir erleben im 18. Jahrhundert neue Töne in der medizinischen Literatur, die nicht mehr systematisch gegen die Milch opponiert. Louis Lémery, eine Autorität in seinem Jahrhundert, bestätigt: «Man kann sagen, dass sich grundsätzlich jede Art von Milch [...] leicht verdaut und wohltuend ist.»¹⁸

Die Milch wird durch diesen völligen Perspektivenwechsel zur leicht verdaulichen und sogar vorteilhaften Nahrung, da Milchkuren empfohlen werden gegen Schwindssucht und alle Lungenkrankheiten. Diese Meinung nehmen, Lémery folgend, andere medizinische Enzyklopädien ebenfalls auf: «ein mildes und gut verdauliches Produkt» (*Dictionnaire méthodique*); «Milch mit diesen Eigenschaften ist ein hervorragendes Produkt, welches leicht verdaut wird, welches wieder aufbaut, nährt, stärkt, anreichert [...]» (Aulagnier). – Mit diesen «Eigenschaften»? Zuerst tut Milch gut, dann verläuft die Verdauung sehr un-

terschiedlich je nach Individuum; sie bekommt heiklen Mägen besser als rauen Naturen. Die Neubewertung der Milch ist also relativ. Weder ihre Bedeutung noch ihre Hierarchie in der Ernährung wird infrage gestellt, aber die Auswirkungen werden in einigen Fällen, für gewisse Individuen, als vorteilhaft und nicht als gefährlich dargestellt. Und selbst diese Meinung wird nicht von allen geteilt: Der Artikel zur Milch in der *Encyclopédie* von Diderot von 1765 klassiert sie noch immer unter den sehr zweifelhaften Lebensmitteln.¹⁹ Im Gegenzug wird sie in der *Encyclopédie d'Yverdon* einige Jahre später als liebliches und vorteilhaftes Produkt bezeichnet.²⁰

Diese konträren Blicke sind nicht belanglos. Im Gegenteil spielen sie eine Rolle bei der Neubewertung der Milch. Jede klassische ernährungswissenschaftliche Überlegung endet nämlich in einem Paradox, in einem hartnäckigen epistemologischen Hindernis: Wenn eine Ernährungsweise, die der Milch und den Milchprodukten einen wichtigen Stellenwert zugesteht, als schlecht betrachtet wird, wie erklärt sich dann, dass die Schweizer so robust sind?

Die Frage blieb lange unbeantwortet. Im 18. Jahrhundert begannen sich aufgeklärte Ärzte mit der Frage zu befassen. Aus der neohippokratischen Perspektive, welche die Ärzte innehatten, spielt die Luft eine wichtige Rolle: Ist die Luft nicht ebenso ein Lebensmittel, das man schluckt und aufnimmt?

Guersent, Verfasser des Artikels «Milch» im *Grand dictionnaire des sciences médicales*, geht vom stereotypen, medizinischen Gegensatz zwischen Wein- und Milchtrinkern aus. Das Klischee ist hartnäckig, es stellt «die schweren und ruhigen Bauern der Schweiz und der Auvergne» den «trockenen, schnellen und lebensfreudigen Winzern des Burgunds und der Champagne» gegenüber. Guersent ergänzt aber: «Ces habitants de la Suisse et de l'Auvergne, parce qu'ils vivent dans l'air vif des montagnes et parce qu'ils mangent des viandes salées, sont aussi <des hommes forts>.»²¹

Auch findet sich im traditionellen Theoriekanon ein Argument, das eine Neu-einschätzung der Lebensweise ermöglicht: der Begriff des Ausgleichs, der Korrektur. Dieser Ausgleich vollzieht sich einerseits dank der gesalzenen Lebensmittel, welche von Natur aus als trocken und warm gelten, und anderseits dank der Luft, welche die schlechten Eigenschaften der Milch mildert und abschwächt. Natürlich scheint dieses Argument etwas weit hergeholt. Man fragt sich jedenfalls, wie denn Bergluft, also kalte Luft, ein natürlicherweise ebenfalls kaltes Lebensmittel ausgleichend beeinflussen könne.

Doch die Ärzte haben gleich mehre Erklärungen dafür: Erstens ertrage Milch gar keine Wärme, darum sei sie für hitzige, cholerische Personen nicht ratsam

«wegen dem sauren Saft, welcher diese Zustände verursacht und, wenn er mit der Milch gekocht wird, zu einem unsichtbaren Fieber führt».²² Zweitens äussern sie sich zu den subtilen Eigenschaften der Luft: «Le concours des circonstances extérieures modifie aussi la valeur et l'efficacité du régime lacté: Dans les lieux élevés où la raréfaction de l'eau, la diminution de la pression, l'abondance de la lumière, la sécheresse et l'agitation de l'air, contribuent à exciter les organes, à précipiter les mouvements de la vie, la nourriture tempérante du lait sert de contrepoids à l'excessive stimulation de l'atmosphère. Là, l'air et l'aliment se compensent mutuellement et produisent, comme chez les montagnards de la Suisse, la vigueur du corps et l'harmonie du physique et du moral.»²³

Dieser Text stammt aus dem Jahr 1844, er fällt also – das muss man unterstreichen – in die Anfänge der schweizerischen Tourismusindustrie und erlaubt einen neuen Blick auf die Berge, seine Bewohner und ihre Lebensweise. Die Reise in die Schweiz hinterlässt bei den französischen Ärzten gute Erinnerungen: «La nature des pâturages influe puissamment sur les qualités du lait [...] je me souviens d'avoir bu avec un plaisir infini, dans quelques montagnes de la Suisse, un lait embaumé, enivrant, et probablement rendu tel par les plantes aromatiques de toute espèce dont les vaches font leur nourriture habituelle.»²⁴ «Le lait qu'on vend dans les grandes villes n'est pas celui qu'on doit employer. Il faut mieux aller le prendre à la campagne, où les vaches font de l'exercice au grand air et y sont bien nourries. On n'a qu'à voir les habitants des montagnes de la Suisse pour s'en convaincre. Le lait ne convient pas à ceux qui habitent les pays humides, peu aérés, marécageux [...] le mauvais lait est la plus détestable de toutes les substances qui peuvent servir à la nourriture.»²⁵

Zwischen 1590 und 1850 wurde der Wert von Milch und Milchprodukten neu eingeschätzt. Dieser Wandel war aber um 1850 noch lange nicht abgeschlossen. Natürlich wurden die Praktiken verbessert, Butter wurde zum Rückgrat der bürgerlichen Küche, die Verwendung von Milch wurde zum Normalfall, aber bei einer durchschnittlichen Jahresration von zwei Kilogramm Käse je Einwohner, wie das 1815 der Fall war, kann man noch lange nicht von einer Nationalspeise reden, vielmehr ass man selten am Sonntag davon, nach dem Apfelkuchen. Natürlich entwickelten sich auch die therapeutischen Anwendungen weiter, so etablierte sich etwa die Milchkur. Aber trotz allem wurde der theoretische Diskurs über die Milch nicht grundsätzlich infrage gestellt. Im Handbuch von Payen, der eigentlichen Bibel der Ernährungslehre des Zweiten Kaiserreichs, finden sich Milch und Milchprodukte unter der Rubrik: «Reste und diverse tierische Lebensmittel». ²⁶

Anmerkungen

- 1 «Haben wir nicht bald all unsere Vorräte verbraucht, unsere Möbel verkauft, unser Tafelgeschirr zu Geld gemacht, uns bis zu den Kleidern verschuldet, um kümmerlich unser Leben zu fristen? [...] Wo bleiben unsere Festessen, unsere Tische voll Leckereien? Wir leben hier von Milch und Frischkäse, beschränkt wie die Schweizer!» Zitiert bei L. Febvre. Siehe P. Breton (sous la dir. de), *Encyclopédie française*, Bd. 14: *La civilisation quotidienne: l'alimentation*, préface de L. Febvre, Paris 1955, Kap. 34/7.
- 2 Diese Frage wurde teilweise behandelt bei M. Ferrières, *Nourritures canailles*, Paris 2007, S. 235–265.
- 3 J. de Monteux, *Commentaire de la conservation de la santé, et prolongation de vie, faict en latin par noble Hierome de Monteux [...] et nouvellement traduict de latin en françois par maistre Claude Valgelas*, Lyon 1559; J.-B. Champier, *De re cibaria libri XXII omnium ciborum genera: omnium gentium moribus, & usu probata complectentes*, Lyon 1560; L. Baillet, «Au XVI^e siècle à Colmar, cuisine et santé: le recueil d'Anna Wecker», *Annuaire de la Société d'Histoire et d'archéologie de Colmar*, 1982, S. 41–53.
- 4 Vgl. Anhang 1.
- 5 Champier (wie Anm. 3), Bd. XIV, Kap. 4; *Le Thrésor de santé, ou mesnage de la vie humaine, divisé en dix livres [...] faict par uin des plus célèbres [...] médecins de ce siècle*, Lyon 1607.
- 6 Monteux (wie Anm. 3), S. 41–43.
- 7 Diese Vorschriften finden sich in den bis ins 19. Jahrhundert *unter dem Volk* verbreiteten Handbüchern zur Gesundheitslehre: Man soll sie gleich nach dem Melken trinken, vgl. F.-Ch. Willich, *Hygiène domestique: ou l'Art de conserver la santé et de prolonger la vie humaine: Mis à la portée des gens du monde*, traduction libre et élaguée de l'ouvrage anglais du [Dr.] Willich; à laquelle on a joint un grand nombre de Notes critiques et explicatives, par E. M. Itard, Paris 1802, S. 240 f. (A. F. Aulagnier, *Dictionnaire des substances alimentaires indigènes et exotiques, et de leurs propriété [...] ouvrage utile à ceux qui désirent connaître l'origine, la nature, le caractère spécifique, l'analyse, les falsifications et les moyens de les reconnaître, ainsi que les usages des alimens qui conviennent aux divers tempéramens*, 2 vol., Paris 1830, Artikel «Lait»). Die Milch nicht zum Kochen bringen: «die besten und nahrhaftesten Partikel verschwinden dadurch» (Willich), «sie erhält dadurch einen säuerlichen Geschmack und riecht nach Harn» (Aulagnier). «Um die Milch zu verbessern, braucht man Salz, Eigelb, Zucker, Honig, Schnaps, Rum» (Aulagnier).
- 8 In den 1840er-Jahren stört man sich in Marseille an dem Verbot, [...] Kühe auf der Strasse zu halten, weil es zu sehr die Essensgewohnheiten ändert, und es treffen deshalb zahlreiche Proteste beim Gemeinderat ein. M. B. Régis de la Colombière, *Sophistications et altérations des principaux objets comestibles*, Marseille 1854, S. 29.
- 9 Diese Verallgemeinerung ist wahrscheinlich übertrieben. Im Fall der Schweiz wird bis ins 17. Jahrhundert um den Dispens vom Milchfasten während der Fastenzeit gebeten.
- 10 Champier (wie Anm. 3), XIV, 23.
- 11 Im 16. Jahrhundert verachteten die wohlhabenden Bauern geronnene Milch, die Molke und Magerprodukte, die hauptsächlich zur Fütterung der Schweine gebraucht werden. Siehe Ph. d'Alcipe, *La nouvelle fabrique des excellens traits de vérité; livre pour inciter les resveurs triste et merancoliques [sic] à vivre de plaisir*, nouvelle éd. rev., corr. et augm., Rouen 1730.
- 12 F. P. de La Varenne, *Le Cuisinier françois, enseignant la maniere de bien apprester et assaisonner toutes sortes de viandes grasses et maigres, légumes, patisseries [...]*, Paris 1651.
- 13 J.-L. Flandrin, *Histoire de l'alimentation*, Paris 1996, S. 667.
- 14 «Man muss zugeben, dass der Luxus in der Schweiz langsam die Gesundheit deutlich zu schädigen beginnt. Vor 1690 wusste man kaum, was Kaffee, Tee, Schokolade und andere ausländische Spirituosen waren, und es ging einem besser. Heute sind wir so weit, dass wir vor lauter Verwöhnen und Schonen die einheimischen Früchte als grob bezeichnen und nur noch von ausländischen leben möchten, und darob unsere Gesundheit ruinieren, statt sie zu stärken. Es ist kaum mehr möglich, zum

guten, starken Empfinden zurückzukehren, das drei Viertel und ein halbes der Annehmlichkeiten des Lebens ausmacht.» A. Ruchat, *Les délices de la Suisse[...] où l'on peut voir tout ce qu'il y a de remarquable dans son pays et dans celui de ses alliez qui composent avec elle le [...] Corps helvétique*, Leide 1714, Bd. 4, S. 776. Zitiert von E. Olivier, *Médecins et santé dans le pays de Vaud*, Lausanne 1939, 2. Teil, S. 658.

- 15 Im Saanenland, in den Alphütten des Pays d'Enhaut, wird der Kaffee mit viel Rahm und Zucker in grossen Käsekesseln vorbereitet. Nach Bonstetten, *Lettres sur un peuple de bergers en Suisse*, 1781, abgedruckt in Rougemont: *9e centenaire: choix de textes, 1080–1980* (Bibliothèque historique vaudoise, 65), Lausanne 1980, S. 1–93. Zitiert von A. Radeff, *Du café dans le chaudron: économie globale d'Ancien Régime (Suisse occidentale, Franche-Comté et Savoie)*, Lausanne 1996, S. 352.
- 16 Siehe Anhang 2.
- 17 «Ich habe miterlebt, wie man begonnen hat, Käse in diesem Land zu produzieren. Ich war wohl etwa 15 Jahre alt, als eine Frau aus Suze in die kleine Stadt mit dem Brunnen zog. Sie war die erste, die geronnene Milch verkaufte, zuvor hatten wir diese den Armen gegeben oder den Schweinen verfüttert. Sie wusste auch, wie man Käse macht, und verkaufte diesen für einen Sou [...].» A. Fillon, *Louis Simon: étaminier, 1741–1820, dans son village du haut Maine au siècle des Lumières*, Le Mans 1984, S. 67.
- 18 L. Lémery, *Traité des aliments ou l'on trouve par ordre et séparément, la différence et le choix qu'on doit faire de chacun d'eux en particulier*, Paris 1709.
- 19 Über die Nuancen dieser Wiedereinschätzung siehe P. Guillaume, *Histoire sociale du lait*, Paris 2003, S. 19–21.
- 20 Über die Encyclopédie von Yverdon siehe F. de Capitani, *Soupes et citrons: la cuisine vaudoise sous l'Ancien Régime*, Lausanne 2002, S. 8 f.
- 21 «Auch die Menschen der Schweiz und der Auvergne sind kräftige Menschen, weil sie in der belebten Bergluft leben und Trockenfleisch essen.» Zitiert von Guillaume (wie Anm. 19), S. 15.
- 22 B. Martin, *Traité de l'usage du lait*, Paris 1684. Zitiert von Guillaume (wie Anm. 19), S. 17.
- 23 «Die äusseren Umstände ändern auch den Wert und die Wirkung der Milchprodukte: In höheren Lagen, wo die Knappeit des Wassers, die Abnahme des Luftdruckes, das viele Licht, die Trockenheit und die Unruhe der Luft dazu beitragen, die inneren Organe zu stimulieren und das Leben zu beschleunigen, bildet warme Milch einen ruhenden Gegenpol zur intensiven Stimulation. Die Luft und die Nahrung kompensieren ihre Wirkung, kräftigen den Körper und sorgen für Harmonie im Körper und Geist.» Dr. Lévy, *Traite d'hygiène publique et privée*, Paris 1844, Bd. 1, S. 762.
- 24 «Die Art der Weiden beeinflusst die Qualität der Milch sehr [...] ich entsinne mich, wie ich mit unendlichem Vergnügen auf einigen Alpen der Schweiz wohlriechende, berauschende Milch getrunken habe, die vermutlich mit würzigen Pflanzen jeglicher Art angereichert war, wie das für die Kühe dort tägliche Nahrung ist.» E. Sainte Marie, *De l'huître et de son usage*, Lyon 1827, S. 24, Anm. 1.
- 25 «In die gleiche Zeit wie diese Neubewertung der Milch und ihrer Wirkung fällt auch die Einsicht, dass man Ernährungsgewohnheiten nicht einfach übertragen kann: «Die Milch, die man in grossen Städten zu kaufen erhält, sollte man nicht verwenden. Besser ist es, sie auf dem Land zu holen, wo die Kühe an der frischen Luft und gut ernährt sind. Man muss sich ja bloss die Bewohner der Schweizer Berge ansehen, um sich davon überzeugen zu können. Milch ist schlecht für jene, die in feuchten Ländern mit Sümpfen und schlechter Luft leben [...]. Schlechte Milch ist das schlechteste aller Nahrungsmittel.» Aulagnier (wie Anm. 7), Art. «Lait».
- 26 A. Payen, *Précis théorique et pratique des substances alimentaires et des moyens de les améliorer: de les conserver et de reconnaître les altérations*, Paris 1865, S. 270.