

La cuisine sous l'Occupation

Dans les pays belligérants comme dans les États occupés, de nombreuses restrictions alimentaires sont mises en place dès les premiers mois de guerre. En France, les ressources principales sont réquisitionnées par l'occupant et envoyées vers le front pour améliorer la vie des soldats. Un autre combat se livre alors dans les villes et les campagnes : trouver de quoi manger. Les femmes seront en première ligne dans cette bataille.



Affiche éditée par la Croix-Rouge française (Service social) et réalisée par R. Rocher afin d'inciter les Français à économiser la nourriture.

A lors que les hommes sont au front ou prisonniers de guerre, les femmes reprennent le travail agricole. Pourtant, la production de biens de consommation baisse. En février 1940, Paul Reynaud, alors ministre des Finances, annonce à la radio que « le rationnement de la population française est envisagé ». (1) Un mois plus tard, un décret puis un arrêté interministériel imposent aux Français de se faire recenser auprès des mairies afin d'établir des cartes de rationnement. En juin 1940, neuf mois après la déclaration de guerre, la France capitule. Le gouvernement du maréchal Pétain signe un armistice le 22 juin dans lequel sont décrites, entre autres, les conditions d'occupation de la France ainsi qu'une clause particulière concernant le ravitaillement de l'armée allemande par le pays vaincu.

aucunement la monnaie. » (2) Ils ne garantissent pas davantage l'approvisionnement.

L'Allemagne nazie occupe désormais la France divisée en plusieurs zones. Les échanges commerciaux entre les pays d'Europe et le reste du monde, mais également entre certaines zones françaises sont désorganisés ou interdits. La France doit donc apprendre à vivre en autarcie. Ce pays agricole et viticole devient le « garde-manger » du Reich. Les prélèvements de l'occupant atteignent 15 à 20 % de la production agricole française. Les restrictions alimentaires vont s'intensifier jusqu'à la fin de la guerre, et même au-delà. Dès le mois d'août 1940, des cartes de rationnement et des tickets d'alimentation sont distribués pour le fromage, le pain et la viande. Ces tickets sont un « droit à acheter et ne remplacent

Pour mettre en place un système de rationnement complexe, le ministère du Ravitaillement est créé le 20 octobre 1940. Attribués par les mairies, les tickets sont distribués selon la composition des familles, divisée en plusieurs catégories, elles-mêmes déterminées par l'occupant : les enfants de moins de 3 ans, ceux de 6 à 13 ans (J2), les jeunes de 13 à 21 ans (J3), les femmes enceintes et les femmes allaitant, les adultes de 21 à 70 ans, les travailleurs de force suivant la dureté du travail, les personnes de plus de 70 ans, etc. Chaque catégorie a droit à une quantité précise de pain, de viande, de beurre et autres denrées.

L'usage obligatoire des tickets n'est pas le seul moyen de limiter la consommation. Ainsi, les boulangers vendent uniquement le pain de la veille : le pain étant moins bon, le consommateur le mange en plus petite quantité, et moins rapidement. Ce pain est également de plus en plus noir, la farine étant de mauvaise qualité et la quantité d'eau plus importante.

Les pâtisseries et les boucheries ne sont ouvertes que certains jours de la semaine, selon la législation des « jours sans ». La vente de croissants et de brioches dont les recettes sont basées sur le beurre, produit devenu rare et coûteux, est interdite.

De la même manière, dans les cafés et les restaurants, il y a des « jours sans alcool », alors que la consommation



Distribution de vivres organisée à Wissembourg, en Alsace, par l'entraide marocaine à la France. ©ECPAD, reporter Jean Leroy



Affiche concernant une mise à jour des catégories pour les cartes d'alimentation.

©Archives municipales de Meudon

(1) GRANIER Raymond, *Histoire du rationnement de la dernière guerre*, Ed. Scriba, 1983, p.10

(2) ALARY Eric, *Les Français au quotidien, 1939-1945*, Ed. Perrin, 2006, p. 211



Queue pour se ravitailler devant une boulangerie.

Collection ECPAD, Bibliothèque Nationale de France/collection SAFARA - Archives de la Documentation Française

►► de boissons alcoolisées à hauteur de 16 degrés est illégale. Les journaux de l'époque accordent une place importante aux mesures de restrictions. C'est par eux qu'en août 1940, les Niçois apprennent qu'ils n'ont plus le droit de consommer glaces et sorbets. À la même époque, ces mêmes journaux leur annoncent que « la tomate est devenue un produit de luxe, étant vendue 4 à 5 francs le kilo au lieu de 45 centimes un mois auparavant (3) ». La faim pousse les Niçois à manger des coquillages ramassés au port ou sur les piliers de la jetée-promenade, alors qu'ils ne sont pas comestibles. En Camargue, la salicorne remplace les haricots verts ; dans la région lyonnaise, les corbeaux entrent dans la préparation des bouillons...

En 1941, le blocus maritime britannique sur l'Europe continentale empêche l'importation de denrées alimentaires

venues des colonies comme le café, le poivre et les fruits. En 1942, la météo s'en mêle : la rudesse de l'hiver détruit bon nombre de récoltes. Chaque Français lit assidûment les journaux qui annoncent les dates de distributions exceptionnelles d'aliments comme la pomme de terre, la viande ou le poisson. Malgré l'interdiction d'augmenter les prix, les tarifs s'envolent. La faim fait désormais partie du quotidien d'une grande majorité de la population française. Le règne du « système D » commence alors.

Durant la guerre, les bombardements ennemis sur les axes de circulation routière (ponts) et ferroviaires (voies ferrées et gares) ainsi que la pénurie de carburants rendent difficile voir impossible l'acheminement des denrées entre régions et l'approvisionnement des villes.



Un exemple de la pénurie alimentaire.

Les problèmes de ravitaillement s'intensifient à quelques semaines du débarquement en Normandie, quand les sabotages se multiplient. Dans les grandes villes, les balcons accueillent désormais poulaillers ou clapiers à lapins. Les carottes et les poireaux remplacent les géraniums dans les bacs à fleurs.

À Paris, une partie des jardins des Tuileries, se transforme en potager collectif, tout comme l'hippodrome de Saint-Cloud et la cour du Louvre. En province, les grandes étendues de Sologne et de la Crau sont mises en culture. Le retour à la terre est préconisé.

Le mot allemand *ersatz* fait son apparition pour désigner les succédanés : le café pur, dont la vente est interdite au début de l'année 1941, est remplacé par des glands (avec lesquels il est également possible d'extraire de l'huile), du maïs grillé ou encore des pois chiches. Les topinambours et les rutabagas se substituent à la pomme de terre, plus énergétique et réservée en priorité aux soldats allemands. Les rutabagas « sont sans tickets et on n'a même pas besoin de faire la queue pour les acheter, parce que ce n'est pas vraiment bon. Ce sont de gros navets qui servent d'habitude à

Le pain est d'abord rationné, puis le sucre (août 1940), le beurre et le lait (octobre 1940), la viande, les pommes de terre (novembre 1940) enfin le riz, les pâtes et de nombreux autres aliments.

Les confiseries sont interdites mais, en 1945, la politique familiale du maréchal Pétain offre 2 kilogrammes de dragées aux nouveaux-nés. Tout au long de la guerre, les restrictions alimentaires se durcissent.

En 1940, la ration de pain est de 350 grammes par jour alors qu'en 1941, elle passe à 275 grammes. Cette même année, un adulte a droit à 350 grammes de viande par mois.

En 1943, la quantité n'est plus que de 260 grammes. Les tickets proposent alors les deux tiers d'une ration calorique normale pour un adulte et à peine plus aux enfants.



©ECPAD, Comité d'Histoire de la Seconde guerre mondiale - Archives de la Documentation Française

nourrir les bêtes à la campagne » (4), explique Jean-Louis Besson dans ses souvenirs d'enfance. La guerre se prolongeant, le rationnement devient de plus en plus strict et certains aliments rares et onéreux. Les Français maigrissent ; les carences importantes perturbent la croissance des enfants. C'est pourquoi, dans certaines écoles, des biscuits vitaminés ou des fruits secs sont distribués aux élèves. Les livres de cuisine s'adaptent à ces nouvelles conditions. Les Français apprennent à réaliser « des potages avec de l'ortie blanche, du mouron, de la luzerne. » De nombreux livres paraissent pour aider les ménagères à cuisiner différemment. En 1940, H.P. Pellaprat signe *340 recettes de cuisine pour les restrictions alimentaires*, chez Flammarion. La même année, Edouard de Pomiane, médecin et ancien chef de service à l'Institut Pasteur, écrit *Cuisine et restrictions* indiquant, en plus d'idées recettes, les aliments à privilégier en raison des calories

qu'ils apportent. Il donne également quelques astuces pour ne rien perdre : récupérer les croûtes de pain pour en faire du pain perdu ou les écraser une fois sèches pour les transformer en chapelure : « elle servira à faire de la pâtisserie ou des potages. » (5) Raymond Granier explique : « On devait faire cuire les légumes le moins possible, une cuisson prolongée détruisant les vitamines. » (6) Les journaux et les emballages des produits alimentaires proposent également des recettes adaptées. Une recette de Maïzena propose de préparer une omelette bien épaisse avec un seul œuf, un peu de lait et du

saindoux auquel est ajoutée une grosse cuillère de maïzena. Encore faut-il trouver du lait...

Des recettes s'échangent durant l'attente, souvent très longue, devant l'épicerie ou la boucherie. On s'enquiert de la préparation du « pâte sans viande » dans laquelle « un cube de Viandox » apporte, mélangé à la farine, à l'œuf et à l'eau, le goût du bœuf, si rare en ville. (7)

Pour le dessert, il est proposé une crème de rhubarbe : éplucher les tiges de rhubarbe, les faire cuire dans l'eau et la saccharine (succédané du sucre, vendu en pharmacie) puis incorporer la crème d'orge diluée dans l'eau à la compote de fruits ainsi obtenue et laisser refroidir.

Pour préparer les confitures, le sucre, faisant défaut, est remplacé par du moût de raisin ou de pommes concentré, ou encore du sucre de citrouille. Le

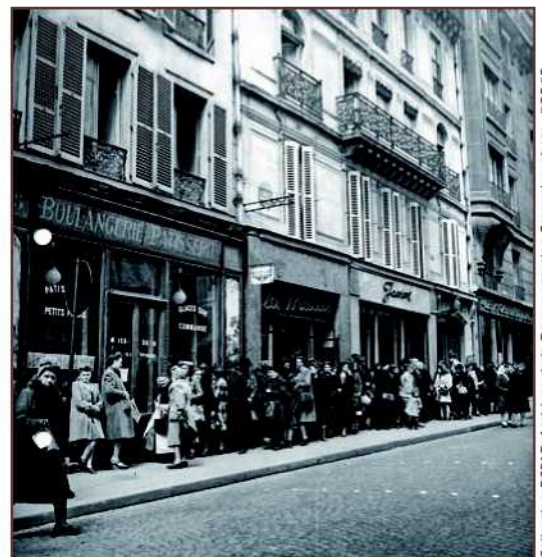


Ouvrage consacré aux restrictions alimentaires, publié en 1940.

nombre de pots est restreint. La saccharine va, à son tour, être rationnée. Pour en obtenir, certains vont même se faire passer pour des diabétiques... La saccharine n'ayant pas les mêmes qualités nutritives que le sucre, elle ne sera bientôt réservée qu'à ces malades.

En Corse, occupée par l'armée italienne, le blé est remplacé par la châtaigne dans la fabrication de la farine. En raison de la pénurie de viande sur l'île, le braconnage se développe : le gibier remplace le bœuf alors qu'à Paris, ce même gibier est introuvable sur les marchés. En Bretagne, certains fours à pain traditionnels, construits dans les campagnes au Moyen-âge, sont restaurés afin de permettre aux familles de cuire leurs pains. À Lyon, la traditionnelle quenelle à chair de brochet ou de volaille se transforme, pour la première fois depuis 1830, en quenelle nature.

En ville, chanceux sont ceux qui reçoivent les colis agricoles de la



Les Parisiens font la queue pour le ravitaillement devant les commerces.

(3) Nice historique, organe officiel de l'Academia nissarda, *Les Années de guerre 1939-1945*, avril-juin 2004, p. 77

(4) BESSON Jean-Louis, *Paris Rutabagas, souvenirs d'enfance 1939-1945*, Ed. Bayard, 1995, p. 40

(5) ALARY Eric, *Les Français au quotidien, 1939-1945*, Ed. Perrin, 2006, p. 231

(6) GRANIER Raymond, *Histoire du rationnement de la dernière guerre*, Ed. Scriba, 1983, p. 17

(7) ALARY Eric, *Les Français au quotidien, 1939-1945*, Ed. Perrin, 2006, p. 229

► famille, restée vivre à la campagne. Œufs frais, gigots, fromages, huile d'olive deviennent de véritables trésors. Tout cela envoyé en petite quantité, les réfrigérateurs étant encore inconnus de la majorité des foyers français. Perdre ces denrées pour des problèmes de conservation eût été impensable !

Conséquence du manque de carburant, d'engrais, de main d'œuvre et de la pénurie de pièces détachées pour les machines agricoles, les restrictions alimentaires se font également ressentir dans les campagnes. De plus, l'armée allemande réquisitionne les animaux des fermes. Le cheptel diminue d'autant plus vite que la sous-alimentation et la malnutrition des animaux réduisent le taux de natalité. La production de viande et de lait s'amenuise tout autant. Le beurre se faisant de plus en plus rare et coûteux, il est remplacé par le saindoux fabriqué à partir du lard de porc. Parfois, ce même beurre est étiré : une petite quantité, laissée à température ambiante, est mélangée à une quantité égale d'eau tiède.

Il est toutefois plus facile de trouver de la volaille, des œufs ou de la farine. Entre villes et campagnes, entre zone libre et zone occupée, s'organise alors un marché noir.



Distribution en Alsace, par le personnel féminin du Service Social de la 1^{re} armée française. ©ECPAD

Les mairies sont cambriolées, des paquets de cartes d'alimentation disparaissent sur le marché noir malgré le risque de peine de mort ou de travaux forcés pour les malfaiteurs. Un nouveau trafic apparaît, celui des fausses cartes de rationnement.

Entre juin 1940 et juin 1944, l'armée allemande a emporté « 2 845 000 tonnes de blé (soit la moitié d'une récolte annuelle) et presque autant d'avoine, 845 000 tonnes de viande (soit plus que la consommation des 40 millions de Français pendant l'année 1941), 711 000 tonnes de pommes de terre, 220 millions d'œufs... » (8)

Les Français, qui espéraient que les problèmes de ravitaillement et les restrictions alimentaires disparaîtraient avec le dernier occupant, ont dû utiliser leurs tickets de rationnement jusqu'en 1949. Le premier et dernier aliment rationné sera le pain, si cher aux Français. Les problèmes de ravitaillement se prolongeront, quand à eux, jusqu'en 1952. ■



Reprise d'un détail de la page de couverture. Coll. ECPAD, Bibliothèque Nationale de France/coll. SAFARA - Archives de la Documentation Française



Distribution de vivre à la population civile alsacienne. ©ECPAD

AVIS

La collecte des métaux cuivreux (cuivre, bronze, laiton, tombac, maillechort) aura lieu sur le territoire de la commune :

MEUDON du 3 au 22 Novembre inclus de 11 heures du matin à 19 heures, dans le local : au **Garage Municipal** - 2 Rue du Ponceau

Il sera remis à chaque déposant, par 200 GRAMMES DE MÉTAL, un timbre lui donnant droit gratuitement à UN LITRE DE VIN.

Ces timbres seront honorés immédiatement et jusqu'au 1^{er} Décembre chez n'importe quel détaillant de SEINE-&OISE et de SEINE-&MARNE.

Le cuivre ainsi mobilisé est destiné à la fabrication de sulfate de cuivre indispensable à la sauvegarde du vignoble français, l'un des plus importants éléments de notre patrimoine national.

DRAFF V. 2 219

Lieutenant Flora Cantin

Avis à la population de Meudon.

(8) AMOUROUX Henri, *La vie des Français sous l'Occupation*, Ed. Fayard, 1961, p. 139