

DU RAISIN AU VIN



Peut être, certains d'entre vous se souviennent ou du moins ont entendu parler de l'heureux temps du raisin de table quand celui-ci encombrait les marchés estivaux et permettait aux gares de GIGNAC et de CLERMONT L' HERAULT de faire partir vers PARIS des wagons chargés, donnant lieu à une animation vespérale et des échanges verbaux : « Tu as vendu combien ? »



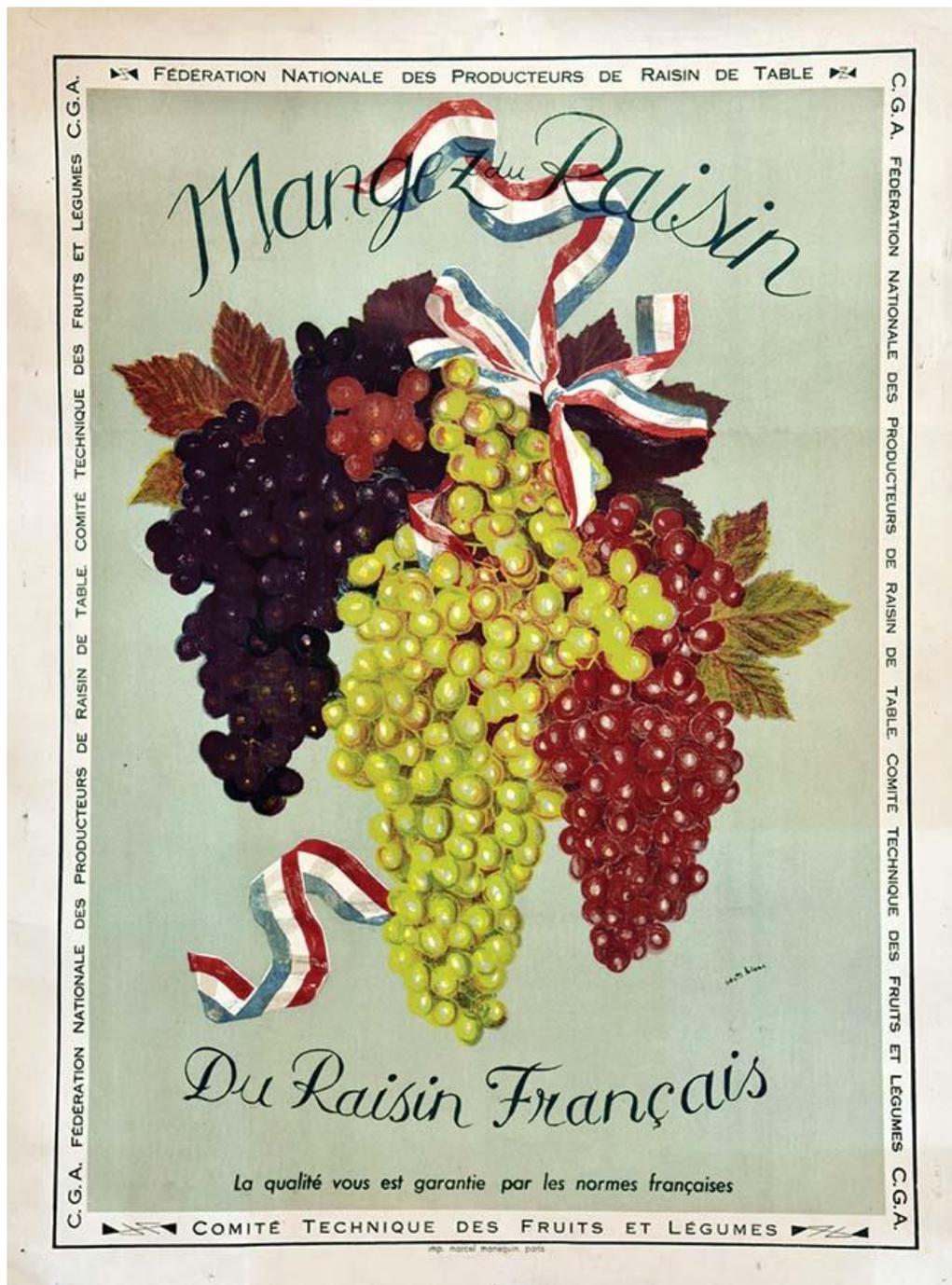
Des Chasselas, de l'Alphonse Lavallée ou du Muscat de Hambourg qui commençait à déborder de la Provence, sans oublier le Servant, et dont nos vaillants viticulteurs s'étaient emparés pour pouvoir gonfler leur bas de laine, échappant à l'impôt et leur permettant de pouvoir payer les études à leurs enfants. Puis la route a remplacé le rail, les camions sont venus à domicile, les ateliers de tri et d'emballage se sont écornés dans les années 1970, surtout ceux du petit propriétaire qui employait famille et quelques jeunes femmes, jusqu'à l'expéditeur qui alignait, dans le magasin qu'il louait, plusieurs dizaines de trieuses et d'emballeuses. Ce temps béni n'existe plus. On trie sur souche, on conditionne dans des caissettes ou des plateaux en carton, quelques négociants s'emparent de la marchandise, quelques particuliers vendent en grande surface ou assurent quelques étals sur les marchés locaux,



mais le nombre se dilue et dans nos villages on ne trouve plus que quelques solitaires qui se défendent pour essayer de maintenir une production.

De 50 à 60 000 tonnes de raisins de table produits dans notre petite région dans les années 1960, il ne reste que quelques producteurs opiniâtres qui sont arrivés à produire à peine 2700 tonnes en 2015 et seulement 600 tonnes en 2018.

Cette histoire du raisin de table, différente, perdure. Il y a eu 10 ans cette année, que la fête du raisin de table initiée par le syndicat du raisin de table de l'Hérault, redynamisée, s'est déroulée le dernier weekend du mois d'août pour essayer de faire le point, pour voir si on ne pourrait pas donner un nouvel élan, une confrérie a été envisagée pour pouvoir mieux le défendre,, des conférences diverses données, des expositions, une soirée festive, toutes avec succès, mais qui ne doivent pas masquer l'inquiétude d'un avenir meilleur mais nécessaire pour encourager ceux qui espèrent, car il ne faut jamais désespérer quand la situation devient inquiétante, on doit toujours croire et envisager une continuité constructive.



Le raisin de cuve assure aujourd'hui sa domination. Doit-on pour cela baisser les bras ? Il y a une harmonie possible à entrevoir, à espérer et à bâtir. Car le raisin est un vestige culturel du passé et un gage pour l'avenir.

Il y a 65 millions d'années naissait la vigne.

La preuve ?

Les recherches archéologiques agrémentées de fouilles ont permis d'affirmer cette ancienneté.



Empreinte de feuille de vigne trouvée dans du travertin à CEZANNE dans la MARNE appelée depuis VITIS SEZANENSIS et une feuille fossilisée trouvée à CAIRON en ARDECHE.



Ce raisin ancestral ne ressemblait pas à celui d'aujourd'hui. Il était plus petit-pas plus de 10 cm-avec des grappes aux grains noirâtres, quelques fois pourpres, rarement rosés ou blanchâtres.



Il poussait sur des lianes ascendantes qui s'accrochaient aux arbres par des vrilles en lisière de forêt d'où le nom de VITIS SYLVESTRIS, VITIS étant le nom savant d'origine latine qui désigne la vigne, ce nom aurait été donné par le grand naturaliste suédois LINNE.



Ces lianes pouvaient atteindre 40 mètres et vivre plus de 100 ans.

On les appelait des LAMBRUSQUES.

Il en existe encore éparpillée dans le monde entier, réfugiées surtout après la quatrième glaciation de l'ère quaternaire dans l'espace périméditerranéen et en Asie mineure.

On les classe aujourd'hui :

- Lambrusques spontanées autochtones.

Elles sont génétiquement sauvages, n'ayant jamais connu la culture. C'est la forme ancestrale de la vigne cultivée qui s'est progressivement différenciée en :

Sylvestris typica – ancêtre du raisin de cuve -

Sylvestris aberrans – ancêtre du raisin de table –

- Lambrusques spontanées métissées

Issues de croisements plus ou moins complexes entre sauvages et cultivées.

- Lambrusques post culturelles

Ce sont celles retrouvées à l'état sauvage par voie végétative ou par semis, mais qui font encore partie de VITIS VINIFERA ou bien, en Amérique, d'autres espèces porte-greffes.

Si l'on fait l'étude chronologique depuis leur apparition on a :

1° lambrusques

2° cépages primitifs

3° cépages anciens

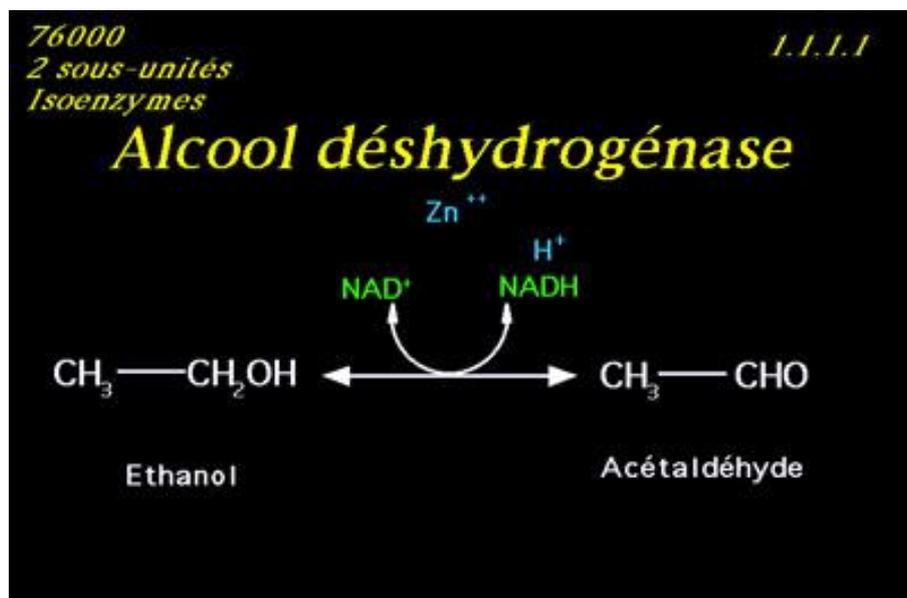
4° cépages récents eux même séparés en contemporains et modernes.

Ces lambrusques sauvages se rencontrent encore en France en Languedoc Roussillon, Midi Pyrénées, Pays Basque, Corse et viennent d'être retrouvées récemment en Charente.

Leur disparition progressive a été due à la déforestation et surtout aux maladies importées d'Amérique au XIX^e siècle ce qui a entraîné dans notre pays, sa protection depuis 1955.

Pendant ces millions d'années, la vigne a évolué. Elle s'est d'abord étendue sur la Terre entière permettant à certaines espèces animales de s'en nourrir. L'homme n'y a pas échappé. Il a du copier son ancêtre, l'Histoire ne nous révèle pas encore qui il fut vraiment, et, chose étrange et interrogative – il a connu l'alcool avant le vin.

Le singe, qui selon DARWIN nous a précédé et dont nous descendrions, se délectait de fruits, en particulier ceux tombés à terre et oubliés. Ils avaient un goût différent des fruits frais. En effet, au bout de quelques jours, grâce aux levures invisibles qui recouvrent la peau, le jus sucré se transforme en alcool. Le premier singe qui a fait ce constat a transmis à ses congénères ce nouveau goût si bien qu'aujourd'hui les singes se shootent à l'alcool et ont développé au cours de ces milliers de siècles une diastase : l'alcool déshydrogénase



qui leur permet de detoxiquer l'alcool dans leur foie et chose curieuse, cette diastase nous a été transmise, si bien que par l'alcool nous pourrions bien descendre du singe.



Et ce vin, quel est il ? Quel a-t-il été ? Apparu quand ?

Il est habituel de dire qu'il a fallu que l'homme chasseur cueilleur de vienne sédentaire pour le produire. Est ce si sûr ?

On dit aussi, que c'est à ce moment, il y a environ 10 000 ans, que le loup devint chien, l'urus devint bœuf, le bois devint poutre, l'argile devint récipient ; l'homme commença alors à entasser ses cueillettes pour les mettre en réserve. Cette appréciation est malmenée par des enquêtes et découvertes récentes car on pense que le loup a été en réalité domestiqué il y a 20.000 ans et on vient de découvrir en Chine des céramiques et des morceaux de poterie datées de 27.000 ans. Quand on sait aussi qu'il y a 400.000 ans, l'homme mangeait déjà du raisin, puisqu'on a trouvé en France, sur le site de Terra

Amata près de Nice des amas de pépins et de peaux de raisin séchées et pareillement à Castelnau le Lez près de Montpellier. Quand tout récemment, on vient de découvrir en ISRAEL, des débris alimentaires avec des pépins de raisin datés de 780 000 ans, se pose alors une question.

A-t-il vraiment fallu attendre seulement 10 000 ans, pour qu'apparaisse le vin ?

Un savant aujourd'hui disparu, Emile LOCQUIN dans un ouvrage paru chez Albin MICHEL : « Préhistoire et histoire de la vigne et du vin », dit qu'il y a 35000 ans, on en faisait déjà commerce autour de la méditerranée en même temps que le blé et l'or.

Absurde ? Inexact ?

On vient de découvrir en ITALIE, dans une grotte de la région des POUILLES, un pressoir à avoine daté de moins 32.000 ans.



Si on savait à cette époque presser le grain pour en faire de la farine, pourquoi n'aurait on pas pressé le raisin pour en cueillir le jus et ce jus se transformer en vin ? C'est plus facile et ça coule tout seul. Et ce, d'autant que diverses légendes attribuent cette naissance au hasard et à l'observation qui a suivi. Je ne vais pas vous les citer toutes : il y en a plusieurs et elles se ressemblent. Je me contenterai de vous en citer deux.

Une, très ancienne, rapportée dans un livre sacré de l'ancienne PERSE, l'AVESTA :



Une servante du palais, lasse des réprimandes et des sarcasmes qu'elle subissait, décida d'en finir avec la vie. Elle avait remarqué une grande jarre pleine d'un liquide moussant, faisant du bruit, qu'on avait mise à l'écart pensant que le liquide qu'elle contenait était devenu toxique. Elle s'y jette, en boit, trouve qu'il a bon gout, elle crie, on la sort, elle commente, on goute, on confirme : ce jus de

raisin écarté pour devoir être jeté, était devenu un liquide nouveau, meilleur que le jus qui l'avait produit ; le premier vin venait de naître. Un Dieu clément, caché, avait voulu sauver une pauvre servante et révéler aux hommes un liquide nouveau qu'ils devaient respecter.

Une seconde plus récente et un peu plus poétique met en scène BACCHUS :



On dit qu'en promenant, un jour, il remarque une petite plante qui lui plait tellement que précautionneusement il l'arrache et pour la conserver il la met dans un os d'oiseau. Elle grandit. Il est obligé de la changer dans un os de lion. Poussant toujours, elle devient tellement puissante qu'il la transplante dans le gros os du fémur d'un âne. Elle se met à produire des fruits qu'il goute et apprécie tant qu'il en fit du vin. C'est pourquoi depuis, si on boit un peu de vin, on

devient gai et on chante comme un oiseau, un peu plus, on devient fort comme un lion et trop, entêté et bête comme un âne.

Est-ce ainsi que naquit la première vigne ? Toujours est il qu'à à la fin de chaque vendange, une fête particulière fut célébrée pour remercier les Dieux puissants, généreux, cachés, mystérieux.

Célébrations multiples, dans chaque civilisation, de la Mésopotamie à l'Égypte ancienne



où le pharaon possédait sa vigne particulière dont le vin devait l'accompagner dans son voyage pour l'éternité après avoir fait des libations à Osiris, le dieu de la vigne et du vin, de la Grèce avec Dionysos, jusqu'a Rome où on fêtait Bacchus dans des fêtes somptueuses et quelque peu dévoyées, telle ces Bacchanales interdites un moment, parce que devenues trop licencieuses et



vite remplacées par les débauches du Carnaval, comme celui tout proche de Cournonteral où les déversements de lie de vin perdurent encore et subsistent jusqu'à nos jours malgré la modération prônée



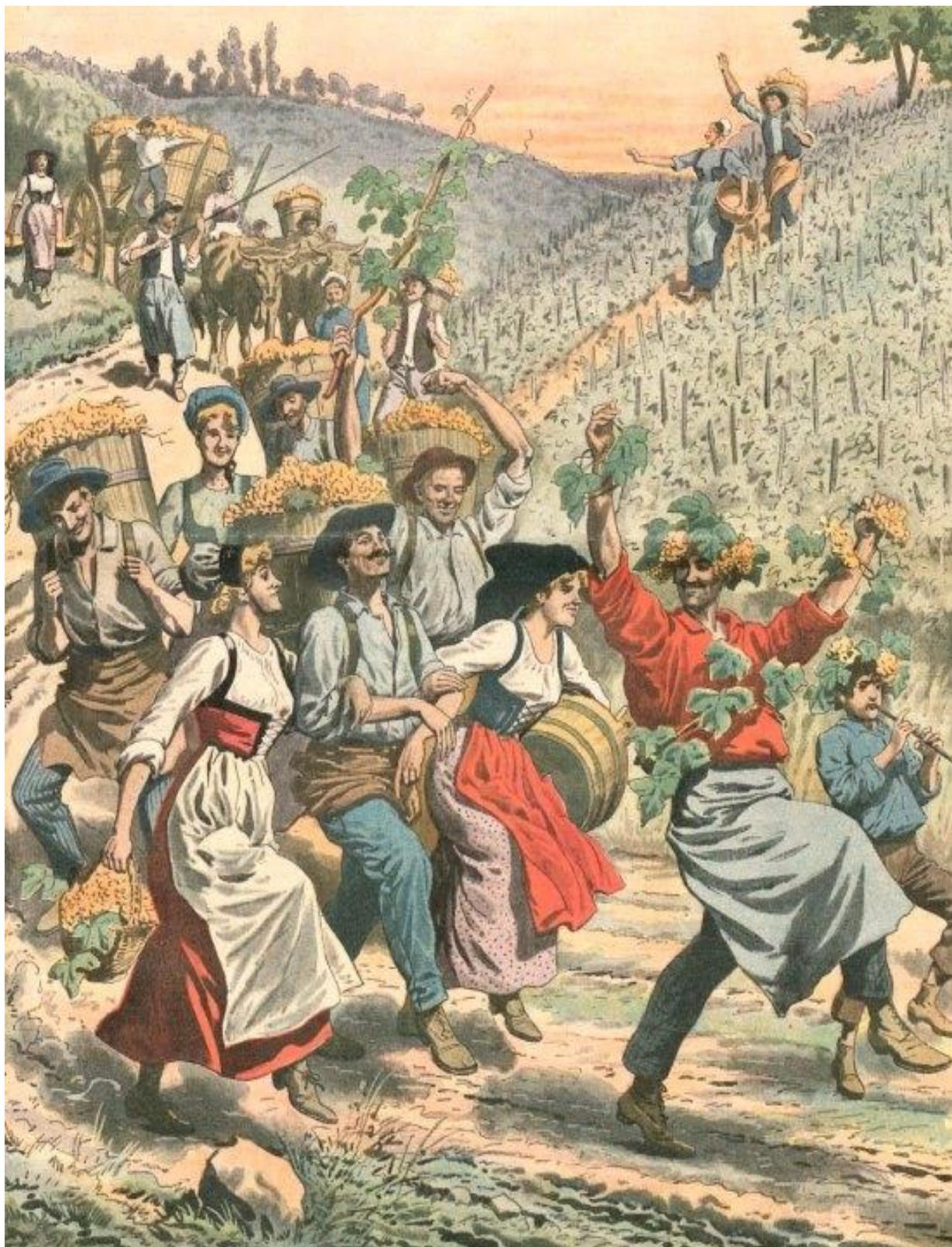
par le Christianisme où le vin est devenu le sang du Christ à moins que ce ne soit le contraire ne soit le contraire et que l'on retrouve dans le pressoir sacré.



Et au repas austère et frugal que les vendangeurs prenaient à midi pendant les vendanges,



à la fin de celles là, soit le dernier jour ou dans les jours suivants se déroulaient



et se déroulent toujours des manifestations ludiques accompagnées d'un repas.



FÊTE DES  **2017**
VENDANGES



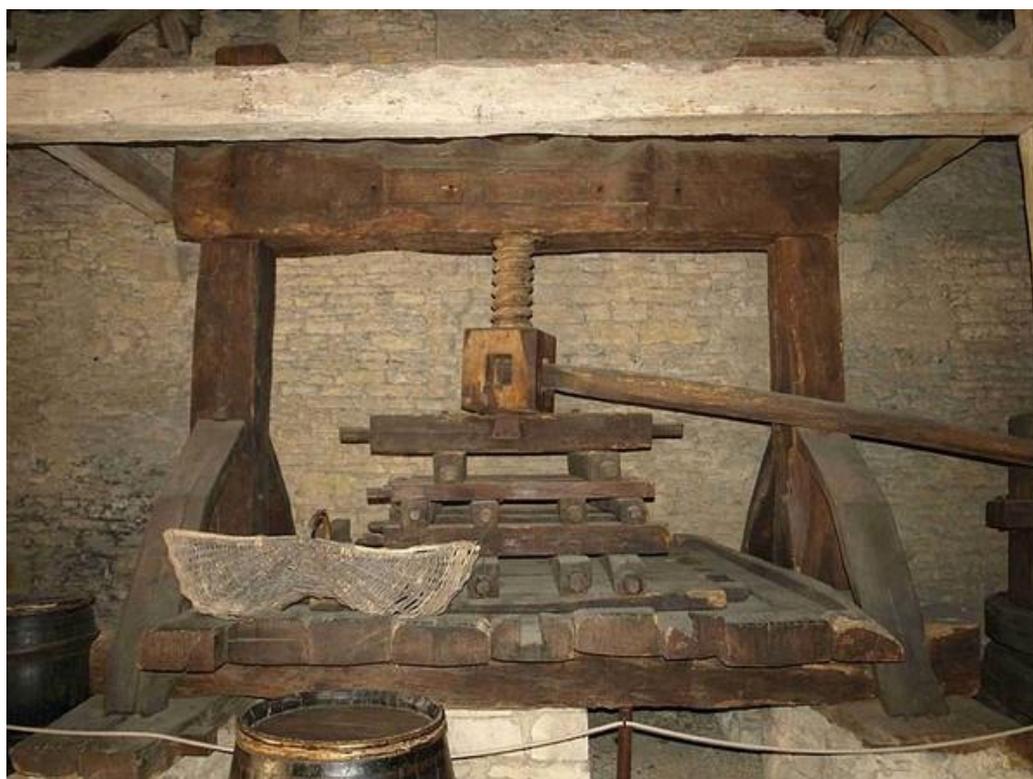
Ce repas des vendanges est le repas que j'ai plaisir à partager chaque année avec les vendangeurs et plusieurs autres invités. C'est une fête joyeuse pleine de rythme et de chansons qui n'a plus la même résonance aujourd'hui mais qui se maintient malgré ce.

Pourtant les vendanges ont changé, la mécanique a remplacé la main, mais heureusement les traditions demeurent même si elles

sont évolutives. D'autres légendes attribuent la taille de la vigne à une chèvre aventureuse ou plus tard à l'âne de Saint MARTIN, mais pour limiter les dégâts, désormais la main de l'homme se chargea de tailler cette vigne nouvelle.



Il inventa ensuite le pressoir



pour moins se fatiguer après une vendange pénible et de vigne en vigne, de vin en vin, , chacun voulut développer ce qu'il apprenait en sélectionnant des cépages comme furent aussi individualisés des

miels différents, la vigne se répandit sur la terre entière avec des terroirs peu à peu constitués, les prêtres furent secondés par des thérapeutes pas encore médecins qui établirent des prescriptions codifiées en tenant compte de la qualité des vins produits, comme HIPPOCRATE plus tard qui attribua des qualificatifs aux différents vins : rouges : anti diarrhéiques , blancs : diurétiques, vieux : nutritifs, jeunes : désaltérants et nous en sommes aujourd'hui à avoir reconnu mille éléments différents dans le vin avec des propriétés démontrées et plus qu'intéressantes.

Ce vin du début, né du hasard comme semble accepter la majorité des chercheurs, est peut être né bien avant que la vigne soit cultivée. Nos ancêtres que beaucoup considèrent comme des êtres frustes, ne devaient pas être si idiots que ça. Quand on considère –mais il pourrait y avoir d'autres exemples- que les Pyramides encore élevées ont été construites il y a 4 800ans, que le Sphinx au nez coupé l'a sans doute été à la même époque, immense sculpture érigée à l'entrée d'un port artificiel comme des dernières recherches semblent le confirmer, allez demander à un architecte et un maçon de construire aujourd'hui la même chose ,vous aurez vite une réponse négative sauf s'ils s'emparent d'arguties. Les cathédrales modernes bâties à coup de béton, à part quelques exceptions telle la Sagrada Familia à BARCELONE,



ressemblent davantage à des maquettes géantes et n'ont plus le cachet, l'esthétique, la finesse, l'inclusion de la foi du bâtisseur dans la pierre comme on construisait autrefois. Puisque on sait qu'on mangeait déjà du raisin il y a 400 000 ans dans ce qui n'était pas encore la France et qu'on vient d'en trouver en ISRAEL dans des débris alimentaires (pépin de raisin daté de 780 000 ans), il aurait fallu attendre 8 à 10 000 ans pour que le Hasard se manifeste ? Le hasard n'existe-t-il que depuis 10 000 ans ? Ah, on peut hypothéquer, invoquer des circonstances, élaborer des hypothèses, dire que oui mais ce n'est pas la même chose, etc. etc...on a le droit de penser que du vin ,un jour, est né du hasard contrarié par un futé qui a remarqué que quand il mangeait du raisin dégoulinant ,ce jus était intéressant et s'il a voulu en conserver un peu dans unealebasse ou tout autre récipient d'époque , peut être s'est il rendu compte que gardé quelques jours, il était en train de devenir autre, un précurseur du vin !!!Mais cela je ne peux que l'évoquer et ne pas le prouver, comme d'autres d'ailleurs. Je ne suis, qu'un passionné qui essaye de comprendre, de me poser des questions puisqu'on ne m'amène pas de réponses, de preuves.

Je pourrais continuer mais il y a tant de livres savants écrits par des auteurs de haute culture, chercheurs émérites qui ont façonné l'Histoire-les histoires ! –du raisin et du vin que je dois par respect, les remercier de m'avoir appris et les laisser par leur lecture continuer d'instruire les autres qui me permettront sans doute d'en savoir un peu plus, car quand on sait, quand on croit savoir, on ne sait pas grand-chose.

Je me dois tout de même en tant que médecin



et avant de terminer cet exposé, vous dire que le vin bu modérément n'est pas si mauvais pour notre santé car il est une source d'éléments bénéfiques.

Le vin contient environ 1000 éléments différents :

- L'eau représente 85 à 90 %
- L'alcool : 10 à 15%
- L'acide éthylique ou acide acétique

Tout vin contient de l'acidité qui est provoquée par les acides organiques dont l'acide tartrique caractéristique du raisin.

La composition minérale est originale

- Potassium, calcium, magnésium, sodium, Fer, sulfates, phosphore.

qui sont autant d'éléments pour couvrir les besoins quotidiens, les sels de potassium et les sulfates favorisant la diurèse.

Le vin contient des :

Polyols parmi lesquels le glycérol qui donne cette saveur sucrée,

Des substances azotées en faible quantité,

20 acides aminés (il est étonnant de constater que leur concentration se rapproche de celle observée dans le sang humain)

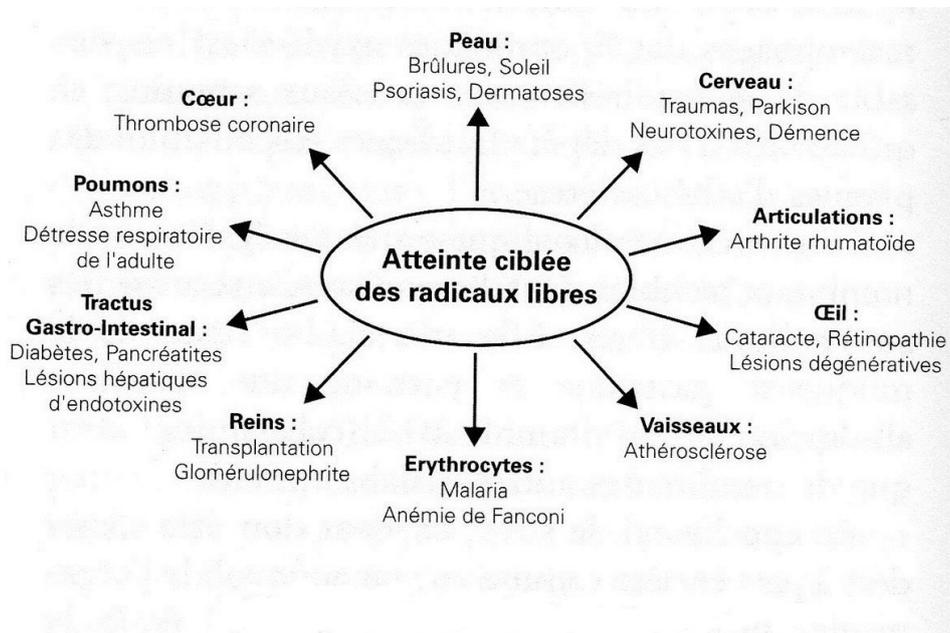
Des vitamines B, A, C, et E.

Les vitamines B jouent un rôle important et principalement la vitamine P qui renforce la paroi des capillaires sanguins s'opposant ainsi aux hémorragies et aux œdèmes.

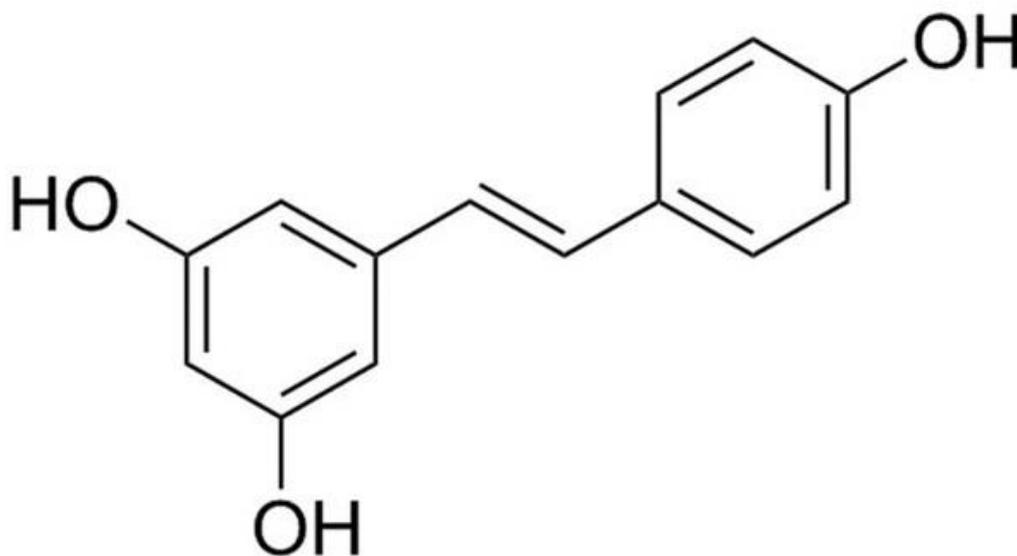
Des composés Phénoliques comme les anthocyanes et les tanins et des pro anthocyanidines qui jouent un rôle important pour la santé.

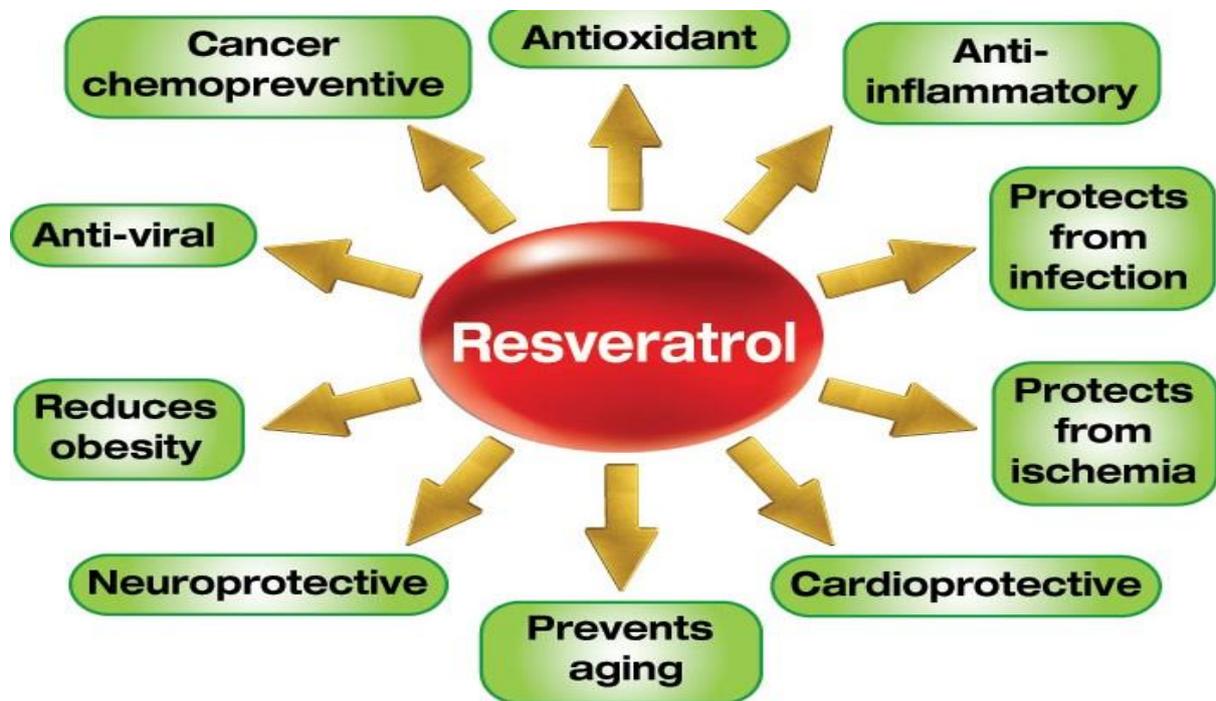
Des polyphénols, ces antioxydants qui font la chasse aux radicaux libres agressifs dont la prédominance entraîne plusieurs troubles

graves heureusement combattus par ces polyphénols dont je veux parler un peu plus longuement.



L'un d'eux, on en a parlé et on en parle beaucoup encore parce qu'il joue un rôle important et confère au vin une propriété utile, multiple : Le **Resveratrol** découvert en 1939 par un japonais tire son nom d'une plante, le veratrum alba, utilisée depuis des millénaires en médecine chinoise pour combattre les symptômes inflammatoires et protéger comme les maladies cardio circulatoires.





Il a été retrouvé dans le raisin en 1976 et seulement en 1992 dans le vin. 1992, c'est l'année où paraissent 2 articles qui vont faire le tour du monde et parler du French Paradox, ce paradoxe français qui révèle que les consommateurs de vin en particulier ceux du midi de la France sont plus protégés que les autres des atteintes des artères coronaires qui irriguent le cœur.

Le French Paradox

Le paradoxe français (French Paradox) : expression pour désigner une **apparente contradiction** entre la pratique alimentaire des français et leur santé

Terme inventé en 1992 par l'équipe de Serge Renaud, **Michel De Lorgeril** et Patricia Salen, trois spécialistes français de l'alimentation méditerranéenne et des oméga-3

D'autres « paradoxes » : la population d'Honolulu, de Madras (Inde) les Masaï et les Samburu (Afrique de l'est), les habitants de Pakapukan et Tokelaun (îles du Pacifique Sud)

Sylvain DUVAL, 2012



Débat d'idées, enquêtes multiples, recherches, découvertes.

Oui, ce Resveratrol qui est un antibiotique naturel secrété par le raisin quand la vigne est agressée, inhibe l'oxydation du mauvais cholestérol d'où son effet protecteur sur les vaisseaux.

Les travaux qui suivent mettent en évidence ses effets protecteurs :

- Contre l'inflammation
- Dans l'activité plaquettaire
- Le maintien de la masse osseuse
- La réduction de la masse graineuse
- La neuroprotection
- Il retarde le vieillissement
- Il protège la peau
- Et contre l'apparition de certains cancers (leucémie et cancer de la prostate)

Les vins rouges renferment 5 à 10 fois plus de polyphénols que les vins blancs et parmi les 200 polyphénols contenus dans le vin, le Resveratrol est le plus intéressant.

Parmi les vins rouges, ceux qui en contiennent le plus sont par ordre de grandeur :

Le pinot noir, le merlot, le mourvèdre, le grenache, et celui qui en contient plus que tous les autres, c'est le jacquet, cépage hybride condamné en 1934 et réhabilité depuis 2003.

On en trouve moins dans les vins blancs, plus dans les rosés, mieux dans les rouges ; c'est dans les vins français qu'on en trouve le plus, puis viennent les vins australiens avant les italiens.

Suivent les vins espagnols, enfin les américains.

C'est pourquoi on recommandait de boire préférentiellement du vin rouge plutôt que du vin blanc.

Mais Il y a souvent un mais qui vient non pas pour contredire mais pour modifier les choses.

Il y a peu, les américains qui poursuivent beaucoup de travaux sur le vin, ont révélé qu'une molécule très étudiée dans l'huile d'olive à qui elle confère des qualités particulières avait été retrouvée dans les vins blancs.

D'éminents scientifiques américains de FARMINGTON de l'université du CONNECTICUT ont déclaré, je cite...(le vin blanc peut apporter une protection cardiaque similaire à celle du vin rouge s'il est riche en tyrosol et en Hydroxytyrosol)

Poursuivant :

(Le vin rouge avec le Resveratrol et le vin blanc avec ses tyrosols ont montré tous deux, différents degrés de protection cardiaque.)

Ajoutant :

(La teneur des antioxydants varie d'un vin blanc à l'autre, mais les plus riches sont les vins français, allemands, et italiens)

Le vin blanc assurerait une protection sur les cancers du sein et du poumon selon une étude de 2012 menée dans l'état du Wisconsin.

La présence du phosphore, du potassium, fluor qui aident au bon fonctionnement du cerveau, à la formation des dents, à la prévention des caries, fait qu'en boire un peu apporte ces nutriments.

Le vin blanc diminue l'effet néfaste du tabac en agissant sur la paroi des vaisseaux. Il joue un rôle antiallergique par son pouvoir antihistaminique. Il réduit la formation des calculs du rein. Il combat

l'Alzheimer et prévient de la démence sénile. Il assurerait une action préventive contre le rhume et la grippe.

Il soulage les varices, est bon pour la peau, améliore la vision et réduit les douleurs hémorroïdaires. Il assure une protection contre le cancer de la prostate.

Tous ces travaux récents qui rejoignent les travaux anciens tendent à prouver que le vin n'est pas si mauvais que ça, si on le boit avec plaisir, en faible quantité.

Je ne vais pas vous dire que ceux qui n'en boivent pas, se mettent à en boire. Non, il faut être raisonnable en tout, surtout dans ses propos. Je ne suis pas un dithyrambique du vin, j'essaie de montrer qu'un bon usage n'est pas un facteur de risque, au contraire.

Tous les chercheurs et les médecins s'accordent à dire que le vin n'est pas mauvais si on ne dépasse pas 3 verres par jour, chacun devant se montrer raisonnable et mettre désormais en pratique :

Buvez du jus de fruits sans oublier le jus de raisin et le raisin lui-même surtout celui avec pépins car le pépin de raisin a des propriétés multiples trop souvent négligées, mais il faut les croquer plutôt que les avaler car ils entraînent alors des désordres digestifs désagréables.

En quoi les pépins de raisin sont-ils bénéfiques ?



Vous consommez du vin, continuez sans dépasser les limites fixées peut être arbitrairement mais indispensables.

Ce vin tant décrié par les ligues antialcooliques et les addictologues, bafoué par certains politiques qui s'acharnent à le vilipender parce qu'il contient de l'alcool et s'obstinent à ne pas vouloir y discerner autre chose, n'est pas cette boisson maudite qui crée l'alcoolisme de la même façon que le sucre n'engendre pas le diabète ou l'automobile la mortalité sur route, sinon il faudrait tout supprimer, non, ce sont celles et ceux qui boivent trop sans respecter les règles du bien boire, qui se goinfrent de pâtisserie ou qui se complaisent dans l'excès de vitesse. Le sage MONTAIGNE a écrit : « La coutume a tort de condamner le vin parce que quelques uns s'en enivrent. »

Aussi chaque fois que j'ai l'occasion d'en parler, je réitère, j'insiste, il faut être raisonnable en tout, avec le vin en particulier, répétant à qui veut l'entendre cette recommandation célèbre édictée par l'Ecole de SALERNE la première école de médecine : « Bois un peu de vin mais qu'il soit bon : le bon vin sert en médecine, le mauvais vin est un poison. »

Je suis sur que vous savez faire la différence et je vous remercie d'avoir eu la patience de m'écouter.

