

A detailed still life painting in a classical style. In the foreground, a large wheel of white cheese, possibly Brie or Camembert, sits on a dark, reflective surface. To its right is a shallow, wide wooden bowl filled with a white liquid, likely milk or cream. In the lower right corner, a cluster of red apples and a few green ones are visible. In the background, a bunch of fruit, including apples and pears, hangs from a branch. The lighting is dramatic, coming from the upper right, creating strong highlights and deep shadows. The overall composition is balanced and rich in detail.

ÉRIC BIRLOUEZ

FROMAGES

Toute une histoire

éditions
Quæ

ISBN : 978-2-7592-4243-6

ÉRIC BIRLOUEZ

FROMAGES

Toute une histoire



Éditions Quæ

Du même auteur aux éditions Quæ

Le pain. Une croustillante histoire

Beau-livre, 160 p., 2024

Petite et grande histoire des légumes

Beau-livre, 168 p., 2023

Petite et grande histoire des céréales et légumes secs

Coll. Carnets de science, 192 p., 2022

Thématique Alimentation aux éditions Quæ

Café. La grande épopée

Michel Barel, Christophe Montagnon, 128 p., 2024

Du cacao au chocolat. L'épopée d'une gourmandise (3^e éd.)

Michel Barel, 168 p., 2021

Fruits tropicaux. Invitation au voyage

Valérie et Fabrice Le Bellec, 168 p., 2020

Pour citer cet ouvrage :

Birlouez É., 2026. *Fromages. Toute une histoire*,
Versailles, Éditions Quæ, 160 p.

Les éditions Quæ réalisent une évaluation scientifique des manuscrits
avant publication dont la procédure est décrite ici :

<https://www.quae.com/store/page/199/processus-d-evaluation>

Le processus éditorial s'appuie également sur un logiciel de détection des similitudes
et des textes potentiellement générés par intelligence artificielle.

Éditions Quæ

RD 10

78026 Versailles cedex

www.quae.com - www.quae-open.com

© Éditions Quæ, 2026

ISBN (papier) : 978-2-7592-4242-9

ISBN (PDF) : 978-2-7592-4243-6

ISBN (ePub) : 978-2-7592-4244-3

Le code de la propriété intellectuelle interdit la photocopie à usage collectif sans autorisation des ayants droit. Le non-respect de cette disposition met en danger l'édition, notamment scientifique, et est sanctionné pénalement. Toute reproduction même partielle du présent ouvrage est interdite sans autorisation du Centre français d'exploitation du droit de copie (CFC), 18, rue du Quatre-Septembre, Paris 2^e.

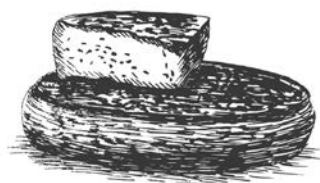
Si sa fabrication s'est industrialisée, le roquefort est toujours affiné dans les caves naturelles creusées au cœur de la montagne du Cambalou, dans le village aveyronnais de Roquefort-sur-Soulzon.



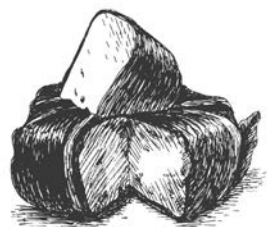
SOMMAIRE



Chèvre



Le Saint-Nectaire



Banon

Le fromage, une passion française

7

DU FROMAGE DES ORIGINES À LA FRANCE, TERRE DE FROMAGES

15

Les premiers fromages de l'humanité

16

Le fromage dans l'Antiquité

24

Spécialités fromagères de Gaule

30

Le Moyen Âge fromager : moines et paysan(ne)s

32

Du XVI^e au XVIII^e siècle : fromages de l'époque moderne

41

De l'orée du XIX^e siècle à la Seconde Guerre mondiale

50

Des Trente Glorieuses à nos jours :
un nouveau paysage fromager

62

DU LAIT AU FROMAGE

73

Au commencement, le lait

73

Ce qui fait prendre : la présure

77

Les goûts et les couleurs... des ferments

78

L'art du fromager

81

Familles nombreuses

91

LES FROMAGES AUJOURD'HUI

95

Le plateau de fromages : une exception française récente

95

La consommation de fromages par les Français

96

Le fromage : comment le présenter

98

Fromage et santé : le point sur quelques questions

100

LA FRANCE FROMAGÈRE

Pourquoi tant de fromages ?

Des labels officiels pour garantir l'origine

Le tour de France des fromages

Massif du Jura : ses fromages et ses fruitières

Alpes : à chaque massif son fromage

Massif central : des fourmes, mais pas que...

Pyrénées : sous le signe de la brebis

Bourgogne et fromages : une affaire de femmes

Vosges : le munster y pose sa patte (molle)

Île-de-France : des bries qui ne laissent pas de glace

Flandres : leur légendaire mimolette

Champagne : version chaource

Val de Loire : du chèvre, rien que du chèvre (ou presque)

Normandie : ses fromages de légende

Thiérache : peu connue, excepté pour ses fromages

Bretagne et Pays de la Loire : une terre de lait plus que de fromage

Charentes et Poitou : le fromage de chèvre est roi

Cévennes et sud de la vallée du Rhône : petits chèvres en pagaille

Causses : territoire d'une célébrité

Provence : ses fromages issus de l'aridité

Corse : ses fromages... corsés !

Fromages d'ailleurs

Les fromages à l'épreuve des temps à venir

Bibliographie

Crédits iconographiques

107

107

109

110

113

116

120

124

126

128

129

129

130

131

135

138

139

141

142

143

144

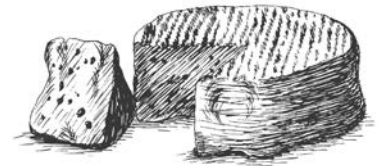
146

147

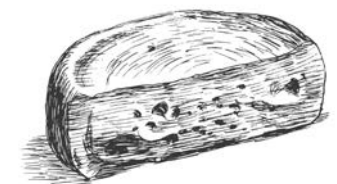
153

159

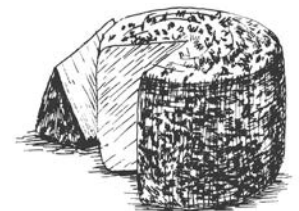
160



Camembert



Reblochon



Cantal



Cette enluminure italienne de la fin du XIV^e siècle présente la boutique d'un marchand de fromages. Elle est issue du *Tacuinum sanitatis*, ce manuscrit étant la traduction en latin d'un recueil arabe du X^e siècle consacré à la santé.

LE FROMAGE, UNE PASSION FRANÇAISE

Le fromage est bien plus qu'un simple aliment. On ne peut le réduire à ses seules caractéristiques sensorielles et nutritionnelles ni le définir uniquement par le plaisir qu'on éprouve à le déguster et à le partager. Dès les premiers textes littéraires du monde occidental, il est *d'abord* présenté comme le fruit d'un travail méthodique. Au VIII^e siècle av. J.-C., un texte de *L'Odyssée* d'Homère ne décrit pas autrement le labeur quotidien du cyclope Polyphème : « Il faisait cailler le lait, et le pressait dans des corbeilles tressées. » Huit siècles plus tard, dans son *Histoire naturelle*, Pline l'Ancien, le grand naturaliste de l'Empire romain, y voit le produit du mariage entre le travail, le génie humain et le temps : « Les peuples les plus industriels ont su tirer du lait des formes durables, que le temps améliore. » Son contemporain Columelle, grand spécialiste de l'agriculture romaine, insiste sur les deux qualités qui doivent présider à la fabrication des fromages : la vigilance et la patience. Dans son *De re rustica*, il note : « Rien ne doit être fait avec hâte dans le soin du lait, car la moindre négligence corrompt tout l'ouvrage. »

Le fromage est aussi le fruit de savoir-faire identifiés, comme le mentionne le *Capitulare de villis*, un édit de Charlemagne promulgué vers l'an 800 :

« Que dans chaque domaine on veille aux fromages, et à ceux qui savent les faire selon l'usage. » Au XII^e siècle, l'abbesse Hildegarde de Bingen revient sur la notion du temps long pendant lequel le lait se transforme en un aliment précieux pour la santé humaine : « Le fromage, s'il est préparé avec mesure et laissé au temps nécessaire, nourrit l'homme et le fortifie. » Quatre siècles plus tard, Rabelais souligne lui aussi l'importance du temps ; dans son *Gargantua*, il évoque ces « fromages de toute façon, faits à loisir et non à la hâte ». Olivier de Serres, l'auteur du *Théâtre d'agriculture* publié en 1600, résume les conditions d'élaboration d'un fromage de qualité : « Le bon fromage se fait par main diligente, propre et patiente. »

Derrière cet aliment, les auteurs des XIX^e et XX^e siècles reprennent à leur compte ces notions de labeur réitéré, de savoir-faire hérités, de patience et d'attention constantes. Dans *La Terre* (1887), Émile Zola écrit que « le fromage, fait de leurs mains, avait demandé des semaines de soins, de silence et d'attente ». Cet aliment phare de notre gastronomie n'est donc pas seulement un

Le fromage n'est pas né en France mais il y est apprécié très tôt. Au Moyen Âge, sa production est répandue sur une grande partie de notre territoire. *Tacuinum sanitatis*, X^e siècle.



La race bovine Heck cattle a été créée en Allemagne vers 1930. En croisant différentes races (vaches highland, taureaux espagnols, vaches corses, etc.), les frères Heck espéraient « ressusciter » l'aurochs, l'ancêtre sauvage de nos bovins, dont le dernier survivant a été tué en Pologne en 1627.



« produit fini » : il est avant tout un cheminement tranquille, un processus lent et précis. Le fromage condense cette éthique de l'attente qu'évoquait en 1935 Jean Giono dans *Que ma joie demeure* : « Ils savaient attendre. Le fromage, comme la joie, ne se donne pas à ceux qui sont pressés. »

Dans notre actuelle « société d'accélération », comme la qualifie le sociologue allemand Hartmut Rosa, nos concitoyens ont-ils encore conscience de cette vertu fondamentale qui fait le bon fromage : *savoir attendre* ? Mais même s'ils l'ont oubliée, les Français se montrent toujours très fiers de leur patrimoine fromager. Nous nous enorgueillissons de nos fromages autant que de nos vins et de notre pain. Les étrangers eux-mêmes reconnaissent volontiers notre supériorité fromagère (même si l'odeur puissante de certaines spécialités au lait cru les rebute parfois). Winston Churchill n'avait-il pas assuré, lors de la Seconde Guerre mondiale, qu'un « pays capable de donner au monde 360 fromages ne peut pas mourir » ? En réalité, cette phrase n'est attestée par aucune preuve historique, à l'image du propos attribué au général de Gaulle qui, pour sa part, aurait déclaré qu'on « ne peut pas gouverner un pays qui compte 246 variétés de fromages ». S'ils avaient vraiment formulé ces affirmations, l'un comme l'autre auraient de toute façon été très en deçà de la réalité puisqu'on estime que notre pays compte au moins 1 200 fromages, voire 2 000 comme le prétendent certains auteurs !

Malgré cette profusion, le fromage n'est pas une invention française. Il est né au Proche-Orient, peu de temps après la domestication, il y a un peu plus de 10 000 ans, de trois espèces sauvages de mammifères herbivores (l'auroch, le mouflon et la chèvre sauvage). Bien plus qu'une source de

nourriture parmi d'autres, le fromage a joué un rôle d'aliment *essentiel* dans les groupes d'éleveurs néolithiques, puis dans les premières civilisations. Il leur a permis de transporter aisément et, surtout, de conserver longtemps (y compris dans les régions chaudes) un liquide nourricier très sensible à la contamination bactérienne. Il les a également dotés d'un aliment très nutritif et... digeste, à la différence du lait animal que les premiers éleveurs ne digéraient pas à l'âge adulte ! C'est seulement trois millénaires après leur domestication que vaches, brebis et chèvres sont entrées sur le territoire de la France actuelle. Elles y ont été introduites par des paysans néolithiques qui avaient débarqué sur les côtes du Languedoc avec ces animaux dans leurs pirogues et, dans leur tête, leurs savoir-faire fromagers.

Nous étudierons, dans la première partie de l'ouvrage, l'histoire du fromage, depuis ses origines jusqu'à nos jours. Elle nous fait parcourir la Préhistoire, l'Antiquité et le Moyen Âge, puis l'époque dite « moderne » et, enfin, la période contemporaine. Elle nous montre comment les fromages se sont diversifiés, échangés et améliorés au fil des millénaires. Elle nous apprend aussi que ce concentré de lait, pendant longtemps considéré comme un aliment de paysan et de berger, a fini par devenir — seulement à partir du ^{xx}e siècle ! — un aliment emblématique de notre culture alimentaire française et de notre gastronomie. Et, au-delà, un véritable symbole national.

Dans le deuxième chapitre, nous revenons aux bases de la fabrication du fromage. Celle-ci semble simple *a priori* : elle ne demande en effet que



Les brebis ont été, aux côtés des chèvres, les premiers animaux que l'homme a domestiqués à des fins alimentaires. Leur ancêtre sauvage était le mouflon. Scène issue du *Tacuinum sanitatis*.



Le général de Gaulle aurait prétendu que la France de son époque comptait 246 fromages. Il était bien loin du compte : on estime qu'il en existe au moins 1 200 variétés différentes, voire 2 000, comme l'affirment certains auteurs !

quatre ingrédients — du lait, des ferments, de la présure et du sel —, ainsi que le respect d'un protocole en plusieurs étapes. Toutefois, le plus important reste l'art subtil et complexe du fromager et de l'affineur (ainsi que leur patience !). Tout aussi essentielle est la qualité de la matière première : le lait. Une qualité qui dépend étroitement de celle des fourrages, déterminée par le terroir, c'est-à-dire le type de sols, le relief, l'exposition, le climat et les savoir-faire paysans.

La troisième partie du livre parle du fromage au quotidien. Elle souligne le fait que notre plateau de fromages est une « exception culturelle » française, apparue récemment. Elle fait le point sur sa consommation en France et ailleurs. Elle délivre des conseils pour bien le déguster, le couper et le conserver, et l'associer au vin et à d'autres breuvages (bière, cidre).

Le dernier chapitre propose l'incontournable « tour de France » des spécialités fromagères. Nous nous sommes limités, pour des raisons de place,



Le fromager, cet arbre tropical géant d'Afrique et des Amériques, ne produit pas de fromages ! Mais ses découvreurs européens ont jugé que son bois en rappelait la texture tendre et légère, ainsi que la couleur blanche. La fibre de ses fruits, le kapok, servait jadis à rembourrer les coussins.



à celles qui ont acquis une reconnaissance des pouvoirs publics au travers d'une appellation d'origine protégée (AOP ou IGP) ou qui, sans posséder un label officiel, présentent des caractéristiques que nous avons jugées intéressantes. Ce voyage fait toucher du doigt l'incroyable diversité de nos spécialités au point de vue des tailles, des formes et des aspects, des textures, des arômes et des saveurs. Parler d'un fromage ou, mieux encore, le déguster, c'est s'immerger dans un paysage, c'est découvrir une mémoire toujours vivante, car transmise de génération en génération, c'est explorer un patrimoine technique et matériel autant que culturel et immatériel... c'est comprendre la manière dont des femmes et des hommes ont su transformer un produit naturel, le lait, en un produit culturel, façonné par le génie et le travail humains.

Avant de nous plonger dans l'univers du fromage, interrogeons-nous sur l'étymologie du mot... La première occurrence de « fromage » remonte au XII^e siècle : elle figure dans une chanson de geste écrite en 1135. Le mot vient du latin *formaticus*, dérivé de *forma* qui désignait le moule percé de petits trous (pour l'égouttage) dans lequel était déposé le caillé, qui prenait alors la *forme* de ce récipient. L'italien *formaggio* a la même origine, tout comme les fromages que nous nommons fourmes (comme celle d'Ambert, en Auvergne). Pour autant, dans d'autres pays voisins du nôtre, le mot signifiant « fromage » ne vient pas du contenant mais du contenu : il est issu du latin *caseus*, qui désignait explicitement le fromage (venant lui-même de l'indo-européen *kwat* signifiant « fermenté »). On retrouve ce *caseus* latin dans l'anglais *cheese*, l'allemand *Käse*, l'espagnol *queso*, le portugais *quejo* ou encore le néerlandais *kaas* (les principales protéines du fromage sont les *caséines*). Enfin, il existe en Europe une troisième racine (proto-indo-européenne disent les linguistes) qui a donné *sirene* en bulgare, *sir* en slovène et en croate, *syr* en slovaque, *ser* en polonais et *skir* en islandais (que nous relierons au *skyr* de nos supermarchés, cette spécialité laitière islandaise riche en protéines). Notons aussi qu'en grec ancien « fromage » se disait *tyros* : on retrouve cette origine dans le mot scientifique « tyrosine », un acide aminé qui cristallise sous la forme de petits points blancs dans les vieux fromages de comté.

Le mot « fromage » fait aujourd'hui l'objet d'une définition officielle régie par un décret de 2013. Celui-ci stipule que cette dénomination « est réservée au produit fermenté ou non, affiné ou non, obtenu à partir [de certaines] matières d'origine exclusivement laitières [...] et coagulées en tout ou en partie avant égouttage ou après élimination partielle de la partie aqueuse ». La définition est sans équivoque : à l'instar du lait, c'est un produit exclusivement d'origine animale : les préparations végétales (par exemple, celles à base de noix de cajou fermentées) ne peuvent légalement se revendiquer comme « fromages ».



En latin, le mot *forma* désignait le moule (ou faisselle) dans lequel était versé le lait caillé et qui conférait au fromage sa forme définitive. En français, *forma* a donné *fromage*, puis *fromage*. Cette fourme d'Ambert a conservé l'appellation initiale.





Les chasseurs-cueilleurs du Paléolithique qui ont peint cet aurochs il y a 21 000 ans dans la grotte de Lascaux n'avaient pas accès au lait animal. Il faudra attendre la domestication de l'aurochs sauvage, initiée lors de la mise en place de l'élevage, 10 000 ans plus tard au Proche-Orient.



Avec ses formes généreuses,
la domestique représentée dans
La Laitière de Johannes Vermeer
(vers 1658) nous immerge dans
l'ambiance paisible de son
activité nourricière.

DU FROMAGE DES ORIGINES À LA FRANCE, TERRE DE FROMAGES

Dans l'histoire de l'humanité, le fromage a joué un rôle essentiel, parfois vital. Au début du Néolithique, lors de la domestication des brebis, chèvres et vaches au Proche-Orient, cet aliment a permis aux premiers éleveurs de tirer profit des bienfaits nutritionnels du lait. En effet, ils perdaient à l'âge adulte la capacité physiologique de digérer ce breuvage : seule sa transformation en fromage (ou en lait fermenté) rendait possible son assimilation par leur organisme. Second avantage majeur : la fabrication fromagère permettait de conserver un liquide nourricier qui, une fois sorti du pis, était très sensible au risque de contamination microbienne. Cette transformation du lait en fromage a ainsi permis aux premiers éleveurs de disposer d'une précieuse réserve de nourriture pour les temps de pénurie.



La brebis a été le premier animal domestiqué par l'homme, pour son lait, sa laine et sa viande. Cette domestication a été opérée il y a 11 000 ans, au Proche-Orient, à partir du mouflon sauvage (ici sur la photo).

LES PREMIERS FROMAGES DE L'HUMANITÉ

La fabrication de fromage n'a été possible qu'à partir du moment où les hommes sont parvenus, pour la première fois de leur histoire, à domestiquer certaines espèces de mammifères sauvages susceptibles de leur fournir du lait. Ce lent processus de domestication animale a été initié il y a 10 500 ans au Proche-Orient avec les chèvres sauvages et les mouflons (d'où sont issues les brebis), puis avec les aurochs, ancêtres de nos actuels bovins. Outre leur capacité à produire du lait à partir de ressources alimentaires non consommables par les humains (l'herbe et les broussailles), ces animaux procuraient également de la viande, des abats, de la graisse, des peaux, de la laine, des os, ainsi que, dans le cas des bovins, une force de traction.

La domestication de ces trois espèces laitières a été l'œuvre de petits groupes appartenant à la culture natoufienne (du nom de la vallée du Wadi en-Natouf en Cisjordanie). Ces chasseurs-cueilleurs avaient commencé, il y a un peu moins de 14 000 ans, à se sédentariser dans cette région du Levant et avaient entrepris, deux milliers d'années plus tard, de cultiver des céréales et des légumes secs. Ainsi, l'élevage et la consommation de lait sont des pratiques

En Mongolie, on traite des vaches ainsi que des animaux résultant du croisement entre les vaches et les yacks. Ces hybrides portent le nom de *hainag* ou *khainag* et combinent robustesse et bonne production de lait.





Le renne fait partie des animaux dont le lait est traditionnellement consommé par les éleveurs des zones arctiques et subarctiques d'Asie et de Scandinavie. En revanche, la production de fromages est rare, car difficile à réaliser.

extrêmement récentes si on les rapporte à la très longue histoire de l'humanité, celle-ci ayant débuté il y a 2,5 (ou 2,8) millions d'années avec l'apparition des premiers *Homo habilis* sur le continent africain.

Ailleurs dans le monde, d'autres espèces animales sauvages ont fait l'objet, quelques siècles ou millénaires plus tard, d'une domestication et d'un élevage pour leur lait (et pour d'autres produits et services). Ce fut le cas du lama au Pérou, du cheval puis du chameau en Asie centrale, du buffle en Thaïlande, du yack au Tibet et, plus tardivement, du renne en Europe, Asie et Amérique du Nord.

Avec le lait animal, les premières communautés d'éleveurs du monde ont pu bénéficier d'un aliment d'une grande valeur nutritionnelle, riche en protéines de qualité et en matières grasses, ainsi qu'en vitamines et en minéraux comme le calcium.

Du lait produit par des éleveurs qui ne le digéraient pas !

Aussi surprenant que cela puisse paraître, les premiers éleveurs ne digéraient pas le lait ! Comme les autres humains de cette époque, ils avaient en effet perdu, en devenant adultes, leur capacité à dégrader le lactose, le principal sucre du lait. Heureusement, ces adultes « intolérants au lactose » ont découvert qu'il existait un moyen pour assimiler malgré tout le lait, et profiter ainsi de ses bienfaits pour leur santé. Il consistait à transformer le breuvage en lait fermenté ou en fromage. En effet, le processus naturel de fermentation et le caillage du lait éliminent en grande partie l'indigeste lactose.

Si beaucoup d'humains digèrent aujourd'hui sans désagrément le lait des vaches ou des brebis, ce n'était pas le cas des premiers éleveurs qui, sauf exception, étaient intolérants au lactose, le principal sucre du lait.
La traite du troupeau, David Teniers le Jeune (1610-1690).

Par ailleurs, les chercheurs ont montré qu'au fil du temps les premières populations d'éleveurs ont compté en leur sein de plus en plus d'individus capables de boire, à l'âge adulte, de grandes quantités de lait sans souffrir de troubles digestifs. Cette évolution pourrait être liée à un processus d'adaptation présentant, entre autres composantes, une part génétique. L'hypothèse est la suivante... Si, à l'époque de la domestication animale, la très grande majorité des éleveurs ne digérait pas le lait, quelques individus avaient subi (par hasard) une mutation de leur ADN leur permettant de continuer à produire au-delà de l'enfance de la lactase, une enzyme digestive spécialisée dans la dégradation du lactose. Cette particularité génétique leur aurait conféré un *avantage adaptatif* : ces sujets « mutants » pouvaient tirer profit des atouts nutritionnels du lait frais, dès sa sortie du pis de l'animal.

