

TOUTE L'HISTOIRE DE LA FABRICATION DU YAOURT

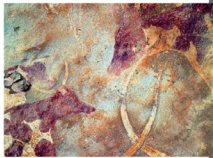
Le yaourt est un aliment très ancien. Les premières traces de son invention remontent à l'époque néolithique, entre 10 000 et 5000 av. J.-C. Le yaourt est entré dans l'histoire de l'alimentation humaine comme un produit traditionnel. Il permet de conserver le lait et a de nombreux effets bénéfiques pour la santé

TIMELINE

5000 av. J.-C.

Une découverte par accident ?

Au Moyen-Orient, les gardiens de troupeaux conservaient leur **lait dans des sacs en peau de chèvre** qu'ils accrochaient sur le dos de leurs chameaux. Après avoir voyagé sous le soleil brûlant, le lait était transformé en une crème piquante. **Les sucs intestinaux** qui se dégageaient du sac, **la chaleur** et **l'agitation** causée par les mouvements du chameau formaient la combinaison idéale pour produire le tout premier yaourt¹



Peinture rupestre représentant du bétail domestique, datant de 5 000 à 8 000 ans, Wadi Imha, Sahara libyen (Roberto Ceccacci)

2000 av. J.-C.

Une méthode traditionnelle pour conserver le lait

Les humains ont compris que le yaourt pouvait servir à **conserver le lait**. À l'époque, le "yaourt" était déjà utilisé régulièrement **comme ingrédient** en Inde et en Perse (Iran)²

100 av. J.-C.

La première trace écrite

Les plus anciens écrits mentionnant le "yaourt" sont attribués à **Pline l'Ancien**, qui avait remarqué que certaines tribus nomades savaient comment "épaissir le lait pour le transformer en une substance à l'acidité agréable".

Toutefois, dans la Bible, et plus précisément dans le livre de Job, rédigé entre 600 et 400 ans av. J.-C., le passage évoquant une "**terre de lait et de miel**" a été interprété par certains historiens comme une référence au yaourt³



Pline l'Ancien

1072 ap. J.-C.

Le "Yogurmak" et ses propriétés médicinales

Le terme "yaourt" vient du mot turc "Yogurmak". Les Turcs ont été les premiers à mentionner les **propriétés médicinales** de ce produit pour soigner bon nombre de maladies et de symptômes - comme la diarrhée et les coups de soleil - dans un dictionnaire complet, intitulé *Diwan Lughat al-Turk* et rédigé par Mahmoud de Kachgar. Le yaourt était également utilisé comme **produit de nettoyage** et comme **lotion de beauté**⁴

1208

La légende de l'armée de Gengis Khan

Gengis Khan, le fondateur de l'Empire mongol, aurait imposé à son armée un régime à base de yaourt - un aliment essentiel chez les Mongols - car il était convaincu que cet ingrédient donnerait **force** et **bravoure** à ses guerriers



Gengis Khan, Empereur mongol, Shutterstock ©

1542

Le yaourt arrive en Europe grâce au Roi François I^{er}

Produit traditionnellement utilisé dans les Balkans et dans de nombreuses régions d'Asie (Empire russe et Inde), le yaourt a été ramené plus tard en Europe par le Roi de France François I^{er}, que cet aliment avait guéri de ses **diarrhées sévères**

François I^{er}, Roi de France (François Clouet)



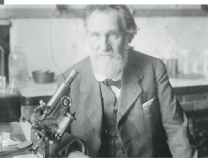
Carte de l'Empire achéménide (William Robert Shepherd)



Mahmoud de Kachgar



François I^{er}, Roi de France (François Clouet)



Elie Metchnikoff
(Bibliothèque du Congrès)

La théorie de Metchnikoff sur les propriétés miraculeuses du yaourt

Elie Metchnikoff* a élaboré une théorie selon laquelle le vieillissement serait dû à une bactérie toxique présente dans l'intestin, tandis que l'acide lactique pourrait prolonger la durée de vie. Dans un de ses trois livres, intitulé *The Prolongation of Life: Optimistic Studies*, Metchnikoff étudie les propriétés potentielles de *Lactobacillus bulgaricus*, un micro-organisme présent dans le yaourt, **pour prolonger l'existence**

* Elie Metchnikoff (1845-1916) était un biologiste, zoologiste et protozoologiste ukrainien, plus connu pour ses travaux de pionnier sur le système immunitaire. En 1908, il a partagé avec Paul Ehrlich, le Prix Nobel de médecine pour ses recherches sur la phagocytose



2015 : Le yaourt aujourd'hui

Le yaourt est aujourd'hui un produit défini par la FAO (Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture). Il est largement reconnu comme un **aliment sain**. Ce sont les pays européens, y compris la Russie, qui consomment les plus grandes quantités de yaourts traditionnels. Des recherches menées dans 15 pays montrent que les plus grands consommateurs de yaourt au monde sont les Pays-Bas, la Turquie, la France, l'Espagne et l'Allemagne. De nos jours, la consommation de yaourt est profondément **ancrée dans nos habitudes alimentaires** et les amateurs de yaourt du monde entier adoptent généralement un comportement alimentaire et un mode de vie plus sains.

1905

Découverte du *Lactobacillus bulgaricus*, responsable de la fermentation du lait

À l'âge de 27 ans, un étudiant bulgare du nom de Stamen Grigorov* a découvert une souche de bacille particulière, **responsable de la fermentation du lait**-le processus à l'origine du yaourt. Cette souche est aujourd'hui appelée *Lactobacillus bulgaricus* par la communauté scientifique et elle est toujours utilisée dans les cultures de yaourt

* Stamen Grigorov (1878-1945) était un célèbre médecin et microbiologiste bulgare, inventeur du vaccin contre la tuberculose



Stamen Grigorov

1919

Première commercialisation du yaourt en pharmacie

Isaac Carasso* a été inspiré par les travaux d'Elie Metchnikoff, qui avait **popularisé le lait fermenté** comme aliment sain. Comme le yaourt n'était pas encore très connu en Europe occidentale à l'époque, Carasso a d'abord commercialisé ce produit comme un médicament vendu en pharmacie

* Isaac Carasso (1874-1939) était issu de la célèbre famille de Juifs séfarades Carasso, de la ville ottomane de Salonique (aujourd'hui Thessalonique, en Grèce). Après avoir émigré à Barcelone, il a ouvert une usine de fabrication de yaourt qui allait devenir le Groupe Danone



Au milieu, 7e en partant de la gauche, Isaac Carasso (Gaudiclub)

2015

Pour voir une **chronologie interactive de l'histoire du yaourt**, [cliquez ici](#)



► Pour en savoir plus sur le yaourt, rendez-vous sur www.yogurtinnutrition.com

Suivez-nous! @YogurtNutrition

Abonnez-vous à notre newsletter

Sources:

1. The Yogurt Council, The History of Yogurt, 2013.
2. Batmanglij N., A Taste of Persia: An Introduction to Persian Cooking, Mage Publishers, 2007
3. The Natural History of Pliny, tr. John Bostock, Henry Thomas Riley, London: Bell, 1856-93, Vol. 3, p. 84
4. Encyclopaedia Britannica, Mahmud-Kashgari. Islam Etkisindeki Türk Edebiyatı