

## **Le kouign des Gras est un élément incontournable. Rencontre avec deux spécialistes de cette brioche.**



Alain Le Berre et Thierry Lucas, de l'Association des artisans fabriquant le véritable kouign aman de Douarnenez, nous ont donné la recette du kouign des Gras.

En Pays bigouden le pain doux (« bara dous » en breton), au Cap-Sizun le « kouign ened » (pain de carnaval) et à Douarnenez le kouign des Gras ! Ce dernier n'est donc pas une spécialité de Douarnenez, mais provient de la longue tradition des pains briochés en Bretagne. Mais attention, comme l'indique Thierry Lucas, « on ne mélange pas un Capiste et un Bigouden ! C'est comme si on mélangeait un Trébouliste et un Douarneniste ! Malheur ! ». Chacun garde sa spécificité locale.

### **Une origine religieuse**

À Douarnenez, le carnaval marque le début de la pêche, mais il a aussi des racines religieuses. Le mot carnaval vient de « carne » en latin, qui signifie « viande ». « Le carnaval est un contre-pied au Carême qui commence au mercredi des Cendres et qui marque le début du jeûne, explique Thierry Lucas. Durant le carnaval, on s'enrichit et on mange de la graisse animale ». Le kouign des Gras était ainsi parfois cuit dans le four avec des têtes de cochon, poursuit Alain Le Berre. Le carnaval était aussi la « fête à l'envers », durant laquelle les pauvres se déguisaient en riches pour les parodier. Mais attention, la première trace écrite du carnaval à Douarnenez date d'un arrêté municipal de 1835, où il est stipulé que tout individu « masqué, déguisé ou travesti, ne pourra porter ni bâton, ni épée, ni autre arme ».

### **Le plus grand kouign des Gras du monde !**

Le kouign des Gras « tient au corps », comme le rappelle Alain Le Berre. La première recette apparaît selon lui en 1865. Au pain traditionnel, on y ajoute beaucoup d'œufs, du rhum, de la cannelle et des raisins. « C'est une pâte tassée qui se conserve longtemps, poursuit Alain Le Berre. Les familles se réunissaient pour faire la pâte et l'envoyaient cuire chez le boulanger. Les élèves partaient avec le kouign des Gras en pension où ils le mangeaient en cachette ». Afin de donner des forces aux festivaliers, le Comité des Gras a demandé à l'Association des artisans fabriquant le véritable kouign aman de Douarnenez de préparer « le plus grand kouign des Gras du monde ». Il sera distribué le samedi, lors de l'intronisation du Den Paolig. De quoi tenir jusqu'au mercredi des Cendres !

*Pratique Le kouign des Gras est disponible dans toutes les boulangeries de la ville.*