

Introduction

Cette brève histoire de l'alimentation des Français vise à combler une lacune de l'historiographie. En effet, malgré les développements récents de la recherche historique et la multiplication de publications et de travaux spécialisés, il n'existe pas encore sur ce sujet de synthèse accessible à un vaste public.

Cet ouvrage traite à la fois de l'alimentation, de la cuisine et de la gastronomie. Pourquoi ?

Fait social total, pour reprendre un concept défini par l'anthropologue Marcel Mauss¹, l'alimentation est un sujet qui se dérobe et se démultiplie dès qu'on essaie de le cerner. Loin de se limiter à la production et la consommation alimentaire, l'étude de l'alimentation ne peut ignorer en effet les multiples significations symboliques et collectives de l'aliment ni les pratiques et usages de table dont on sait depuis Norbert Elias qu'ils sont un élément essentiel de la définition des civilisations². Mais l'alimentation, c'est aussi la cuisine entendue aussi bien du point de vue des techniques de cuisson et de conservation des aliments que des hommes et des femmes qui la font. Ce sont enfin les

1. Dans son *Essai sur le don* (1925) Marcel Mauss définit le fait social total comme tout fait social « qui met en branle la totalité de la société et de ses institutions et dans d'autres cas seulement un très grand nombre d'institutions [...]. Tous ces phénomènes sont à la fois juridiques, économiques, religieux et même esthétiques et morphologiques ».

2. Norbert Elias, *La civilisation des mœurs*, Paris, Calmann-Lévy, 1973.

représentations et les croyances alimentaires qui jouent un si grand rôle dans les comportements de consommation.

Commençons par définir les notions d'alimentation, de cuisine et de gastronomie.

Alimentation

Dans alimentation, il y a aliment, un mot qui n'a pas le même sens en français et en anglais. L'aliment, en français, c'est ce qui nourrit et entretient l'esprit. Il s'agit d'un très vieux mot apparu en 1120. *Alimentum* vient du latin *alere* : nourrir.

Le grand nutritionniste Jean Trémolières (1913-1976) disait : « Nous appelons aliment une denrée comportant des nutriments, donc nourrissant, susceptible de satisfaire l'appétit, donc appétant et accepté comme tel dans la société considérée » et il opposait deux conceptions différentes de l'aliment : l'aliment objet, conquête de la science et de la technique et l'aliment, symbole de ce qui fait vivre l'homme :

En anglais, on mange des « foods » et en français des « aliments ». Le mot aliment existait dans l'Encyclopédie britannique de 1848. Il désignait très exactement comme en français une denrée qui nourrit et qui comporte des nutriments, qui est appétant c'est-à-dire qui stimule le désir de nos sens et est coutumière. Il a pris un sens évocateur symbolique dans la société. Le mot a disparu de l'anglais actuel. Le mot food ne désigne plus que l'apport nutritionnel. La note de plaisir et d'évocation symbolique a disparu. Une éthique puritaine et une science refusant le subjectif sont probablement en cause. Mais en France on semble refuser obstinément de nier le sens du désir et du symbole. On reste fidèle au vieux Montaigne qui remarque que « Nature a maternellement observé que les actions qu'elle nous a enjointes pour notre besoin nous fussent

aussi voluptueuses et nous y convie, non seulement par la raison mais aussi par l'appétit ». Mais il ne s'agit pas d'un épicurisme gaulois car il ajoute aussitôt : « Y a-t-il quelque volupté qui me chatouille, je ne la laisse pas friponner aux sens. L'âme doit y venir non pour s'y engager mais pour s'y agréer, non pour s'y perdre mais pour s'y trouver... La tempérance n'est pas la peste de la volupté mais son assaisonnement... »

Au pluriel, les aliments¹ désignent les moyens d'existence nécessaires à une personne. Dans alimentation, apparu en 1412, on retrouve à la fois l'objet et l'action de se nourrir². Primitivement on disait « viande » qui vient de *vivanda* pour désigner les choses nécessaires à la vie ou ce qui sert à vivre comme le rappelle Littré. D'ailleurs un des premiers livres de cuisine rédigé par Taillevent en 1375 s'appelle *Le Viandier*³.

Du point de vue physiologique, la définition de l'aliment a soulevé bien des problèmes : par exemple, l'alcool et le vin sont-ils des aliments ? Littré le pensait qui écrit :

Aliment est un terme générique qui sert à désigner toutes les matières, quelle qu'en soit la nature, qui servent habituellement ou peuvent servir à la nutrition. Au point de vue des besoins qu'ils satisfont, les aliments sont divisés en boissons, condiments ou assaisonnements et aliments proprement dits, composés surtout de principes d'origine végétale ou animale.

Dans la médecine ancienne, le mot « nourrir » a un sens plus large qu'aujourd'hui : pour Sylvius, médecin de la

1. Le mot apparaît en 1690.

2. Le radical de *alere* (nourrir) signifie faire croître.

3. *Cy commence le viandier Taillevent, maistre queux du Roy de France, ouquel sont contenues les choses qui s'ensuyvent* : tel est le titre du manuscrit dit du Vatican. Il existe trois autres versions du *Viandier* (un manuscrit à la Bibliothèque nationale et un autre à la Bibliothèque Mazarine ainsi qu'un texte imprimé vers 1486 et réédité jusqu'en 1604).

Renaissance¹, comme pour ses confrères, l'air, les bonnes odeurs nourrissent le corps tout comme l'eau. Pour éviter qu'elle ne refroidisse l'estomac, on peut même la faire bouillir.

Toutefois l'aliment ne se définit pas seulement par les nutriments qu'il contient. Il a aussi une signification sociale et culturelle. Comme le note le psychiatre Yves Pélicier :

(L'aliment est) le signe du travail humain, que l'on cueille, que l'on chasse, que l'on cultive ou que l'on achète. Mais il est aussi le signe de la bienveillance de la divinité qui s'exprime dans la nature... l'aliment possède enfin une signification collective : la cuisson est signe de culture, la cuisine marque le groupe humain et en est marquée.

Les trois sources de la civilisation sont des repas ou des façons de manger. Il faut penser ici au *Banquet* de Platon et au symposium qui permet de boire et de converser entre convives. Ou à la Cène dans le christianisme, archétype du repas reproduit dans toute la peinture occidentale².

Paul Valéry a montré ainsi, à propos du pain et du vin, les liens étroits qui unissent l'aliment à la civilisation à laquelle il appartient :

Aire chrétienne

Le christianisme tient au pain et au vin.

Le catholicisme les exige. Pain, vin et la notion de substance.

L'opération essentielle qui définit le catholicisme est le changement de substance de deux produits élaborés par l'industrie

-
1. Jacques Du Bois dit Sylvius (1478-1555) fut l'un des grands médecins de la Renaissance. On lui doit, entre autres, un ouvrage de conseils alimentaires à l'intention des étudiants pauvres intitulé : *Victus ratio, scholasticis pauperibus partu facilis et salubris* (1549).
 2. On a pu recenser rien qu'en Italie quelque trois cents peintures de « Repas du Seigneur » entre 1250 et 1497, date de la célèbre Cène peinte par Léonard de Vinci pour le réfectoire de Sainte-Marie-des-Grâces à Milan.

de l'homme... Or pain et vin sont blé et vigne, et procédés de panification et de vinification... Tout ceci définit sur le globe une certaine région qui se dispose autour du bassin de la Méditerranée : région dont les limites sont celles de la vigne et du blé. À l'intérieur de cette frontière naturelle, furent inventés le pain et le vin. Et c'est dans cette même enceinte que vécurent les populations pour lesquelles le pain et le vin furent des nourritures si communes, si incertaines, si représentatives de la nourriture essentielle et en quelque sorte élémentaire que le choix de ces aliments s'imposait s'agissant d'instituer un sacrifice non sanglant que l'on pût offrir, à peu de frais, en toute saison, et au moyen des choses qui se consomment le plus répandues. Le pain est qualifié expressément de quotidien¹...

Enfin le jeûne et le végétarisme définissent un troisième type de rapport à l'aliment et sont souvent associés à des systèmes de croyances et de pratiques très divers. Dans l'Occident chrétien le jeûne a été une forme de pénitence. Quant au végétarisme il y a souvent recoupé à l'époque contemporaine d'autres courants tels que le naturisme et le nudisme tandis qu' en Orient il était lié à l'hindouisme.

Au-delà de l'évolution de la production et de la consommation d'aliments, l'attention de l'historien doit donc se porter sur le régime alimentaire des Français c'est-à-dire sur la manière dont ont été associés et combinés au fil des siècles les aliments consommés². Après avoir connu des siècles de

1. Paul Valéry, *Rhumbs*, Gallimard 1933, p. 95-97.

2. Régime vient de *regere* : régir, gouverner. Le roi ordonne le régime de vie de son peuple et ce régime dépend tellement de la façon dont sont produits et consommés les aliments que le mot régime s'applique aussi bien à la politique qu'à l'alimentation. La diététique, notion souvent associée à celle de régime et de restrictions avait chez Hippocrate le sens de sens de régime de vie. Le mot régime a aussi un autre sens qui lui a été donné par référence aux notions de ration — la ration du soldat ou du marin — et de calorie définie au XIX^e siècle par Atwater. Le régime

stabilité, le régime alimentaire a changé à l'époque contemporaine et la viande, essentiellement la viande rouge, a pris la place des céréales et du pain quotidien.

Cuisine

L'histoire de la cuisine est d'abord celle d'un espace qui n'a pas toujours existé sous sa forme actuelle de pièce spécialisée.

En effet dans premiers siècles de l'ère chrétienne le feu était installé au centre de la pièce souvent unique de la maison et la fumée s'évacuait par le toit puis le feu s'est déplacé vers les murs. Apparues au X^e siècle les cheminées murales se répandirent assez lentement dans les siècles suivants et transformèrent la maison médiévale. Dans l'âtre on suspendait par une crémaillère placée dans le conduit de la cheminée le chaudron de la soupe et on installa aussi des tournebroches mécaniques pour rôtir viandes et volailles.

Il a fallu attendre le XVII^e siècle pour voir apparaître le « potager » de brique, fourneau surélevé qui facilitait le travail du cuisinier puisque celui-ci n'avait plus besoin d'être courbé ou penché sur l'âtre. Le potager allait donner naissance dans les premières décennies du XIX^e siècle à la cuisinière et au fourneau en fonte. Il était désormais possible de cuire des rôtis, chauffer et réchauffer des plats. Le gaz ne remplaça que très progressivement le charbon et le bois : d'abord dans les hôtels et les restaurants à la fin du XIX^e siècle puis chez les citoyens dans l'entre-deux-guerres.

définit alors la quantité d'énergie nécessaire pour faire fonctionner le moteur humain.

Pendant des siècles la cuisine a été tout à la fois une pièce où l'on préparait les repas et une pièce à vivre : on y mangeait et l'on s'y tenait en famille au chaud. Puis l'espace de la maison s'est spécialisé et la cuisine s'est séparée des autres pièces du logis. Au XVII^e siècle la salle à manger est devenue la pièce principale et la cuisine est restée longtemps la pièce des cuisiniers, cuisinières et domestiques.

Le mot renvoie aussi aux techniques de préparation et de cuisson des aliments et à leur évolution historique. Mais faut-il alors parler de technique ou d'art ?

Dans le *Gorgias*, Platon fait dire à Socrate que ce n'est pas un art mais un savoir-faire qu'il oppose à la médecine¹. Non seulement le cuisinier ne sait pas ce qu'il fait mais il singe le médecin qui sait ce qui est bon pour le corps et la santé. La cuisine est condamnée aussi bien au nom de la morale parce qu'elle flatte les mauvais instincts de l'homme que de la connaissance parce qu'elle est un pur empirisme. Cette condamnation a eu la vie longue.

Le chevalier de Jaucourt dans l'*Encyclopédie* la définit comme un « art de flatter le goût, ce luxe, j'allois dire cette luxure de bonne chère » et il l'oppose à « la cuisine des gens sobres ou pauvres (qui) ne signifie que l'art le plus commun d'apprêter les mets pour satisfaire aux besoins de la vie ». La cuisine dénature, corrompt et trompe :

1. Gorgias, 463-464 : « (avec la flatterie) voilà que sous la médecine s'est insinuée la cuisine, qui fait mine de savoir quels sont pour le corps les aliments qui valent le mieux, au point que, supposant, devant un jury d'enfants ou d'hommes aussi déraisonnables que le sont les enfants, une compétition qui mettait aux prises un cuisinier et un médecin, sur le point de savoir qui des deux, du médecin ou du cuisinier, a compétence quant aux aliments utiles ou nuisibles le médecin n'aurait plus qu'à se laisser mourir de faim ! Or c'est là ce que j'appelle "flatterie" ; et je déclare que c'est une chose vilaine, Pôlos, car ceci, c'est pour toi que je le dis : une chose vilaine parce que c'est l'agréable qu'elle conjecture, sans s'inquiéter de ce qui vaut le mieux ».

On s'accorde assez à défigurer de cent manières différentes les mets que donne la nature, lesquels par ce moyen perdent leur bonne qualité et sont si l'on peut le dire, autant de poisons flatteurs préparés pour détruire le tempérament et abréger le cours de la vie.

Face à ces critiques, les cuisiniers affirmèrent haut et fort que la cuisine est un art. *L'Art culinaire* de novembre 1883, revue professionnelle qui venait d'être créée par les cuisiniers n'hésitait pas à écrire :

La cuisine est de tous les arts celui qui a rendu de plus importants services à la vie civile et son histoire à travers les âges et les siècles fournirait le sujet de précieux enseignements.

La cuisine est aussi l'auxiliaire de la médecine, n'ayant d'autre but que d'entretenir ou rétablir la santé, elle n'y peut parvenir que par le sage discernement des diverses substances alimentaires qu'elle emploie, conditionnées en raison directe des individus et des tempéraments.

Est-ce un art ou une science ? Ou les deux à la fois, comme le pensait Édouard Nignon qui fut chef du Tsar et de l'empereur d'Autriche :

La cuisine est digne du beau nom de science; au même titre que la chimie, uniquement empirique jadis, ne réclame-t-elle pas une connaissance des proportions, des réactions et des mélanges? Elle est aussi un art par son imprécision, la constante invention qu'elle exige, l'apport individuel du cuisinier lui-même, dont l'intelligence et la sensibilité transposent les données universelles à la façon du peintre qui traduit un paysage sur une toile. Bien plus l'envisageant comme l'instrument d'une fonction primordiale, on peut y voir le seul art vraiment nécessaire à l'homme, celui dont Rabelais faisait découler tous les autres. Tandis que la peinture, la musique, la sculpture et l'architecture n'affectent physiquement que l'un