

Table des matières

Chapitre I

Faire l'histoire de l'alimentation 9

Les enjeux de l'histoire de l'alimentation : un fait biologique,

un fait social et un fait culturel pour une histoire totale et identitaire 10

L'histoire de l'alimentation et l'idéal d'une histoire totale et vivante 10

L'histoire de l'alimentation répond à une forte demande sociale 11

*Pourquoi centrer cette histoire de l'alimentation
sur une large époque moderne (XV^e-XIX^e siècles) ?* 13

De nombreuses sources disponibles pour faire l'histoire de l'alimentation 14

Les sources manuscrites : des comptabilités aux affaires de justice 14

Les sources imprimées et iconographiques, du livre de cuisine à la nature morte 15

Les traces matérielles, du pot de terre aux débris osseux 16

Du pittoresque au scientifique : les manières de faire l'histoire

de l'alimentation du XVIII^e siècle à nos jours 18

Une approche anecdotique et pittoresque (XVIII^e-début XX^e siècle) 18

*L'école des Annales et l'arrivée de l'alimentation
dans la recherche historique universitaire française* 19

« Le désir et le goût », une nouvelle approche de l'histoire de l'alimentation 21

Chapitre II

Du pain, de la soupe et un peu de lard : l'alimentation ordinaire des masses populaires rurales 25

Les céréales, le cœur d'une culture alimentaire 26

Une civilisation des « bleds » 26

Le pain quotidien, « une prison de longue durée » (Fernand Braudel) 27

Bouillies et galettes 29

Le « companage » 30

À la soupe, matin, midi et soir 30

Autres repas, autres cuissons 33

Des produits laitiers et carnés difficilement saisissables par l'historien 34

Faut-il reconsidérer le dossier de l'alimentation paysanne ? 38

Un régime alimentaire déséquilibré et débilitant 44

Un apport quantitatif globalement suffisant 44

Une alimentation qualitativement déséquilibrée 45

Un régime alimentaire fragile 47

Chapitre III

Du broc de piquette à la tasse de café, boire à l'époque moderne	51
Le vin, un peu plus qu'une simple boisson	51
<i>La forte présence du vin</i>	51
<i>La couleur et le goût du vin des Temps modernes</i>	53
<i>Du vin à l'eau-de-vie</i>	57
<i>Le pot de vin, une culture de l'alcool</i>	58
Les succédanés du vin.....	61
<i>Bière, cidre et poiré</i>	61
<i>De la piquette quotidienne</i>	63
<i>Et surtout de l'eau</i>	64
Enfin des boissons stimulantes et non enivrantes	66
<i>Le chocolat, une boisson aristocratique</i>	66
<i>Le thé, une boisson peu courue</i>	67
<i>Le café, une réussite exceptionnelle</i>	68

Chapitre IV

L'alimentation des élites françaises et la naissance d'une nouvelle cuisine	71
L'alimentation extraordinaire, celle des livres de cuisine, des banquets et des princes de la fin du Moyen Âge et de la Renaissance	72
<i>La passion des épices</i>	72
<i>Le goût pour les plats colorés</i>	74
<i>Le fantastique bestiaire des banquets</i>	74
La nouvelle cuisine française, celle des XVII ^e -XVIII ^e siècles	75
<i>Une tendance à respecter le vrai goût des aliments</i>	75
<i>Les viandes et les poissons</i>	80
<i>L'ennoblissement des légumes et des fruits</i>	81
Les origines culturelles de cette révolution culinaire française	83
<i>Les Européens, la France et le reste du monde</i>	83
<i>Une nette amélioration qualitative des aliments consommés ?</i>	85
<i>L'émergence d'un nouvel art de vivre, celui de « l'homme de goût »</i>	88
Repas des élites.....	90
<i>L'ordre des mets, le service à la française</i>	91
<i>Le spectacle aristocratique de l'abondance alimentaire</i>	93
<i>Collation, ambigu et souper intime</i>	95

Chapitre V

Lieux de repas et manières de table	99
Les lieux de repas paysans et des classes populaires urbaines.....	100
<i>La pièce à vivre</i>	100
<i>Une pièce sombre et enfumée organisée autour du foyer</i>	101
<i>Des postures animales stigmatisées par le processus de civilisation des mœurs</i>	103
Les lieux de repas des élites	106
<i>Une cuisine nettement identifiée</i>	106
<i>Le potager, une nouvelle façon de cuisiner</i>	107
<i>La naissance de la salle à manger</i>	108

Se restaurer hors de chez soi	111
<i>De l'auberge à l'aristocratique café</i>	111
<i>La naissance du restaurant gastronomique</i>	114

Chapitre VI

Entre abstinence et abondance, une alimentation cyclique..... 119

De la terre à la bouche, le cycle saisonnier des aliments	119
<i>De fortes contraintes climatiques et techniques</i>	119
<i>L'art de conserver les aliments</i>	122
<i>L'art de forcer la nature</i>	125
Du gras et du maigre, un cycle alimentaire marqué par la religion	126
<i>L'Église catholique et l'alimentation</i>	126
<i>L'alimentation des jours maigres</i>	128
<i>La table protestante, l'éloge de la sobriété</i>	132
Ripailles, kermesses et noces, le spectacle de l'abondance alimentaire.....	134
<i>Bruegel l'ancien (? -1569), peintre des festins, des ripailles et des kermesses paysannes.</i> ..	134
<i>Des repas de fête</i>	135
<i>Des excès alimentaires compensatoires</i>	137

Chapitre VII

**Le don, le domaine et le marché :
les approvisionnements alimentaires**..... 141

L'approvisionnement alimentaire non pécuniaire	142
<i>Une forte culture du don alimentaire</i>	142
<i>L'autoconsommation, un idéal sociétal</i>	145
<i>Le vol d'aliments</i>	150
L'approvisionnement alimentaire pécuniaire	151
<i>L'essor du marché</i>	151
<i>La marée, un approvisionnement particulièrement délicat</i>	153
<i>Les lieux urbains du commerce alimentaire</i>	156
Une préoccupation majeure : garantir les approvisionnements sensibles.....	158
<i>Du pain pour les villes, du « pacte de subsistance » au « complot de famine »</i>	158
<i>Le pain des soldats</i>	161
<i>Garantir le moral et la santé des marins</i>	163

Chapitre VIII

Le sain et le malsain, alimentation et santé..... 169

L'alimentation et le discours médical de la fin du Moyen Âge au XVII ^e siècle.....	169
<i>L'alimentation et la théorie humorale</i>	169
<i>Une cuisine sous le joug de la diététique</i>	171
<i>De la terre au Ciel, une hiérarchie des aliments</i>	174
Une alimentation libérée du discours médical (XVII ^e -XVIII ^e siècle)	175
<i>Un net recul de l'ancienne diététique</i>	175
<i>Les vestiges de l'ancienne diététique</i>	177
<i>Pourquoi une tradition diététique multiséculaire a-t-elle vacillé à l'époque moderne?</i> ... 178	

La notion de sécurité alimentaire à l'époque moderne	179
<i>Proximité, visibilité et valorisation du travail pour un aliment sain</i>	179
<i>La viande de chat et les rumeurs alimentaires</i>	181
<i>L'estomac du riche, l'estomac du pauvre, une ségrégation alimentaire</i>	183
L'alimentation des « faibles »	184
<i>L'alimentation des jeunes enfants et des femmes en couches</i>	184
<i>Vieillesse ennemie, n'ai-je tant vécu que pour ce régime?</i>	186
<i>Le régime alimentaire des malades hospitalisés</i>	187

Chapitre IX

Nouveau Monde-Vieille Europe, les timides prémices d'un métissage culinaire (XVI^e-XVIII^e siècles) 191

La rencontre Europe-Nouveau Monde, l'épopée des espèces vivrières.....	191
<i>La découverte de nouveaux aliments</i>	191
<i>Du Nouveau Monde au jardin : l'introduction des nouvelles espèces vivrières</i>	193
<i>Du Nouveau Monde au plein champ, un périple difficile à suivre</i>	195
La canne à sucre, le dindon et le maïs, des acclimatations réussies.....	195
<i>Les Antilles et le boum sucrier</i>	195
<i>Le dindon, le seul animal du Nouveau Monde plébiscité par les tables occidentales</i>	197
<i>Le maïs à la conquête du Sud-Ouest</i>	198
<i>La clef de l'intégration : un aliment assimilable à une culture préétablie</i>	199
La pomme de terre, « Cendrillon devenue fée »	200
<i>La rapide diffusion européenne de la pomme de terre</i>	200
<i>La mauvaise réputation française de la pomme de terre</i>	202
<i>Vaincre un préjugé culturel</i>	204

Chapitre conclusif

L'invention de la cuisine française (XVII^e-XVIII^e siècles) 209

Les livres de cuisine et la diffusion de la cuisine française	210
<i>Les années Gargantua, les fastes du Grand Siècle et la prospérité du Beau XVIII^e siècle</i>	210
<i>Les auteurs : des cuisiniers professionnels et des maîtres d'hôtel</i>	211
<i>Une question essentielle : le public concerné</i>	212
La culture culinaire française, un trait de civilisation imité	218
<i>Cuisine et cuisiniers français en Europe (XVII^e-XVIII^e siècles)</i>	218
<i>L'individualisation codifiée d'une cuisine française hissée au rang des Beaux-Arts</i>	221
<i>L'imitation de la cuisine française : l'affirmation d'un idéal sociétal</i>	224
Les cuisines régionales, une invention de l'époque contemporaine?	227
<i>Des cuisines régionales largement occultées par les livres de cuisine français</i>	227
<i>Des cuisines régionales par défaut?</i>	228
<i>L'invention des cuisines régionales (XIX^e-XX^e siècles)</i>	229
Lexique	233
Annexe	237
Bibliographie	241
Index	251