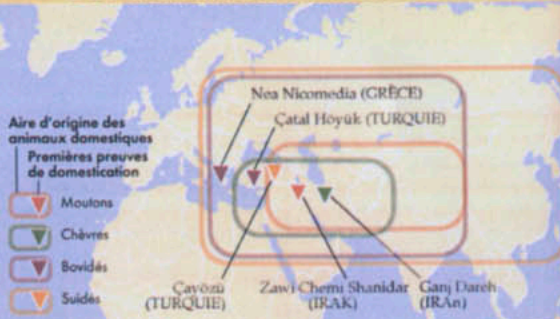


La période contemporaine voit la croissance de la consommation de viande dans le monde. Pourtant, celle-ci ne va pas de soi ; elle a constamment été réglementée par des restrictions ; elle a parfois été totalement interdite. La viande est un produit fortement transformé dont la consommation a été longtemps ritualisée, comme l'attestent les sacrifices impliquant dans l'Antiquité un partage avec les dieux.

“ La viande est l'aliment le plus recherché par l'homme, mais aussi le plus abhorré. ”

C. FISCHLER, L'HOMINIVORE, PARIS, O. JACOB, 2001.

D'OÙ VIENNENT LES ANIMAUX D'ÉLEVAGE ?



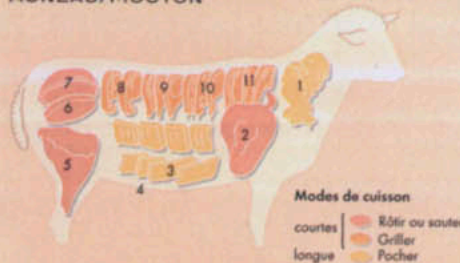
Les viandes : une longue sélection dans le temps et l'espace

Depuis le paléolithique, la viande a été transformée par salage et à partir des Grecs, voire avant, par la cuisson. Dès le haut Moyen Âge, l'abandon de ces rituels a renforcé l'usage de la viande qui devint la nourriture principale pendant près de huit cents ans, avant de décliner, puis de s'accroître à nouveau avec les élevages industriels. La consommation moyenne en Europe est passée de 19 kg par personne et par an

dans les années 1800 à 110 kg dans les années 1990. Le gibier fut longtemps la principale ressource, avec une hiérarchie subtile de sa consommation entre les groupes sociaux. Aujourd'hui, les animaux domestiques dominant avec un cheptel bovin qui dépasse le milliard de têtes par an. Le cheptel porcin atteint les 900 millions de têtes et il fournit la première viande

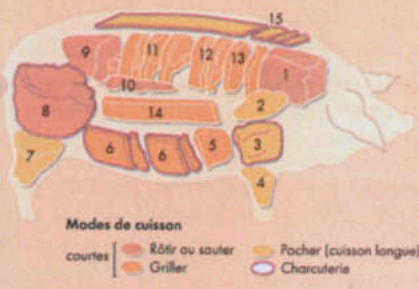
consommée dans le monde, en dehors des pays musulmans où il est limité par les interdits alimentaires. Les volailles, élevées elles aussi en batteries, fournissent la source protéique la meilleure marché du monde, grâce à des cycles de production très courts. Quant aux ovins (un milliard de têtes dans le monde), ils sont aussi bien élevés pour la viande que pour les autres sous-produits que sont le lait et la laine.

AGNEAU/MOUTON



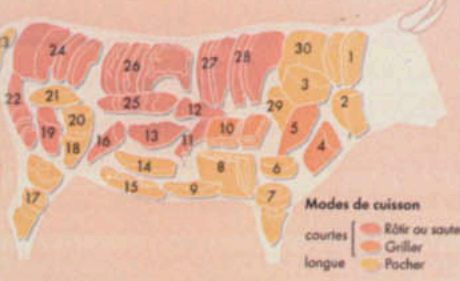
- 1^{re} catégorie : muscle tendre et juteux**
- 2: épaule
 - 5: gigot (raccourci)
 - 6: côte de gigot
 - 7: selle
- 2^e catégorie : muscle moins tendre, présence d'os et de gras**
- 1: côtelette dans le filet
 - 3: côtelette première
 - 4: côtelette seconde ou couverte
 - 11: côtelette découverte
 - 1: collier / collet
 - 3: poitrine
 - 4: haut de côtelette

PORC



- 1^{re} catégorie : muscle tendre et juteux**
- 1: échine
 - 8: jambon
 - 9: pointe de filet
 - 10: filet mignon
- 2^e catégorie : muscle moins tendre, présence d'os et de gras**
- 3: plat de côtes
 - 6: poitrine et lard maigre
 - 11: carré de côtes premières
 - 12: carré de côtes secondes
 - 13: grillade
 - 14: travers
 - 2: palette
 - 4: jarret avant
 - 7: jarret arrière
 - 6: poitrine et lard gras
 - 13: lard gras / bardo / bardière
 - 8: jambon
 - 1: épaule ou noix de hachage

BŒUF



- 1^{re} catégorie : muscle tendre et juteux**
- 11: hamppe
 - 12: anglet
 - 13: bavette
 - 16: aiguillette baronne
 - 19: gîte à la noix
 - 22: rond de gîte
 - 24: rumsteck
 - 25: filet
 - 26: faux-filet
 - 27: contre-filet
 - 28: entrecôte
 - 29: côte
 - 24: aloyau
- 2^e catégorie : muscle moins tendre, présence d'os**
- 4: grille
 - 5: jumeau
 - 10: plat de côtes
 - 30: basse côte
 - 1: veine maigre
 - 2: veine grasse
 - 3: macreuse
 - 6: charolaise
 - 14: bavette à pot-au-feu
 - 18: tranche grasse
 - 20: rond de tranche
 - 21: tendre de tranche
 - 29: paleron
- 3^e catégorie : bas morceaux, osseux, gras et/ou gélatineux**
- 8: poitrine
 - 9: tendron
 - 7: gîte, gîte avant
 - 15: flanchet
 - 17: gîte, gîte arrière
 - 23: queue

LA VIANDE : UNE CONSOMMATION « CULTURELLE »



Source : C. Fischler, L'Hominivore, Odile Jacob, Paris, 2001.

La viande : plaisir ou dégoût ?

Les règles restrictives alimentaires touchent principalement les viandes : en Inde, les brahmanes, la caste des prêtres hindouistes, s'abstiennent en général de consommer viandes et poissons. Le poulet et les œufs sont souvent prohibés dans une grande partie de l'Afrique et de l'Asie. Certaines castes inférieures de l'Inde se contentent de consommer la viande des bêtes mortes. En outre, il convient de tenir compte des dégoûts individuels, qui sont propres à chacun : abats, gras de la viande, sous-produits du lait. La liste des espèces jugées non consommables est si longue qu'on serait tenté de voir la prohibition comme une règle plutôt que comme une exception. Sans doute du fait de la proximité entre l'homme et l'animal (domestique). « La chair animale porte en elle une contradiction insoluble : manger, c'est à la fois tuer et aimer » (Claude Fischler, L'Hominivore, Odile Jacob, 2001).

Les manières de consommer en Europe

Depuis l'Antiquité, ceux qui mangent des viandes leur attribuent des qualités différentes : les oiseaux légers et secs sont bons pour les malades, le porc est adapté au grand nombre alors que le bœuf est destiné au travailleur de force... À l'origine, on faisait bouillir les viandes pour lutter contre l'altération, puis elles furent rôties à même le feu jusqu'au XVIII^e siècle chez les aristocrates à la recherche de saveurs. Les paysans optèrent pour le bouilli pour récupérer le bouillon gras.

AUX XIX^e S^ÈCLE, s'est mise en place la distinction des morceaux chez les consommateurs de bœuf qui adaptèrent au mieux les cuissons. AUX XIX^e ET XX^e S^ÈCLES, les chairs plus tendres des animaux conservées par le froid ont permis de généraliser le grillé et le rôti, jugés plus naturels et rapides à cuisiner.

AUX XIX^e S^ÈCLE, les abats furent écartés : ils rappelaient trop l'animalité. Les morceaux préférés viennent des muscles sans graisse ; les boucheries désanimèrent la viande par le précoupage que les ethnologues expliquent par le retour des vieilles défiances à l'égard des viandes relevant d'antiques règles diététiques.

LES PLATS DE VIANDE EN EUROPE

Viande constituant la base du plat (à l'exception de la volaille) :

- Bœuf
- Porc
- Agneau, mouton



- | | | |
|---|---|---|
| <p>1 FRANCE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tourmedas Rossini ● Bœuf bourguignon ● Daube de bœuf provençale <p>2 ROYAUME-UNI</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Roast beef ● Steak, kidney and oysters pie <p>3 BELGIQUE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Carbonade de bœuf à la flamande ● Filet de porc à la blakenberghe <p>4 LUXEMBOURG</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Gehöck (fricassée d'abats aux pruneaux) ● Judd mat gardebau'nen (ragoût de collier aux fèves) <p>5 SUISSE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Fricassée genevoise <p>6 ITALIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Carpaccio de bœuf <p>7 PORTUGAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Porc à l'alentejana (porc aux palourdes et coriandre fraîche) | <p>8 ESPAGNE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Estafado de vaca a la catalana ● Solomillo a la sevillana <p>9 SUÈDE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Kroppkator (crêpe au porc) <p>10 ALLEMAGNE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Bœuf au raifort ● Leberknödel (boulettes de foie) ● Kasseler Rippchen <p>11 TCHÉQUIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Kneřlky de pommes de terre farcis à la viande de porc fumée <p>12 HONGRIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Goulash de bœuf au paprika <p>13 SLOVÉNIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Sara (potée aux pieds de cochon et légumes) <p>14 BULGARIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pot de Lidia (compote de porc aux oignons) <p>15 ALBANIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tovë elbasani/Tovë kosi (agneau au yaourt) | <p>16 GRÈCE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Arnaki fricassée (agneau aux romaines et oignons nouveaux) ● Prassato (mouton aux poireaux) <p>17 RUSSIE, UKRAINE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Bœuf Stroganoff <p>18 CAUCASE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Makheuri q'aouma (ragoût montagnard) <p>19 AZERBAÏDJAN</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tobriz koftasi (ragoût de mouton aux pois chiches, pruneaux et œufs durs) <p>20 TURQUIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Kadın budu köfte (boulettes d'agneau au riz) ● Begendili kebab (gratin d'agneau aux aubergines) |
|---|---|---|

Le Nouveau Monde et le bœuf : une cuisine des pionniers

Le goût pour la viande rouge de bœuf aux États-Unis, au Canada, en Argentine, en Uruguay, au Mexique ou encore en Australie date de la conquête et repose sur le système du *ranching*, organisation en structures d'abattage hypercentralisées et mécanisées. Ces « pionniers » consomment quotidiennement de grosses portions de viande rouge simplement huilées ou marinées avec des épices, puis cuites au grill ou au barbecue : les morceaux sont entiers ou débités en cubes enfilés sur des brochettes et accompagnés d'une sauce. En Argentine, la sauce *chimichuri* se compose d'un mélange de 22 herbes. Aux États-Unis et au Mexique, le *t-bone* (côte à l'os avec filet) et le *poterhouse* (chateaubriand) sont des plats de choix. Argentins et Uruguayens préparent des bœufs entiers cuits à la broche.

L'agneau et le mouton au Moyen-Orient : des viandes hallah

Les habitants du Moyen-Orient se révèlent particulièrement gourmands de viande d'agneau et de mouton, autorisée par les autorités religieuses et le Coran et dont des plats marquent symboliquement les fêtes sacrées.

Lors de la fête de l'Aïd-el-Kébir, chaque chef de famille achète un mouton qu'il doit sacrifier rituellement après la prière du matin du premier jour. L'animal est égorgé après avoir été décoré de henné. Les meilleurs morceaux sont donnés aux pauvres, les abats sont cuisinés pour le repas de midi, la tête et les tripes pour celui du soir.

Le porc en Asie

Le cochon est un mammifère non ruminant dont l'une des deux espèces est originaire de l'Asie du Sud-Est. Aux Philippines, le plat national, le *dinuguan*, est un ragoût de porc au boudin noir. En Chine, l'idéogramme du mot « maison » représente un cochon sous un toit. C'est aussi l'un des douze signes de l'astrologie chinoise. Le cochon de lait rôti est le plat traditionnel des fêtes de mariage dans le sud de la Chine.

LES AIRES CULTURELLES DES PLATS DE VIANDE DANS LE MONDE



- | | | |
|---|--|--|
| <p>1 CANADA</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Roulade de bœuf <p>2 ÉTATS-UNIS</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Mrs Richardson's tamale pie (gratin de bœuf et maïs aux olives) ● Barbecue hamburger steak's <p>3 MEXIQUE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Carne de rez en adobo (ragoût de bœuf au chocolat) ● Enchiladas de bœuf à la sauce rouge ● Tortillas (galettes de maïs à la viande de bœuf) <p>4 HAÏTI</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Griot haïtien (ragoût au citron, racouyer et bois d'Inde) <p>5 CARAÏBES</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Porc aux papayes vertes ● Curry de porc <p>6 VENEZUELA</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pabellon (sauté de bœuf aux haricots noirs et banane) <p>7 BRÉSIL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Chili con carne ● Pastéis (friands au bœuf et œufs durs à la tomate) <p>8 PÉROU</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Anticuchos (brochettes de cœur de bœuf) <p>9 BOLIVIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Charquekan (ragoût de viande séchée et salée) <p>10 CHILI</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Empanadas (chaussons à la viande de bœuf épicée) <p>11 ARGENTINE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pastel de choclo (hachis au bœuf et maïs) | <p>12 MAROC</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tajine ● Couscous <p>13 ALGÉRIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Méchoui <p>14 TUNISIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tripes de mouton (farcies) ● Brochettes de rognons d'agneau ● Mermez <p>15 ÉGYPTE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Coftas (brochettes d'agneau) <p>16 SÉNÉGAL</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tere (couscous peul) <p>17 SOMALIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Beer (foie de mouton, oignon et piment) <p>18 MADAGASCAR</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ravin-toto sy hena kisoa (porc aux feuilles de manioc pilées) ● Ramazana (ragoût de porc à la tomate et au cresson) <p>19 LIBAN</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Bergol be-fin (ragoût au boufgour et pois chiches) <p>20 IRAK</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Fardā pilaw (agneau au riz, amandes et œufs) | <p>21 IRAN</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tchelov khoreshi-é karafs (agneau au céleri et riz) ● Tah-chin esfenaj (gratin d'agneau au riz et aux épinards) <p>22 AFGHANISTAN</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Qabili palaw (agneau au riz, raisins et carottes) <p>23 TADJIKISTAN</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Plav de Boukhara (ragoût de mouton au riz, raisins secs, parfumé au curcuma) <p>24 CORÉE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Shin sal lo (ragoût de bœuf, de foie de bœuf et de poisson aux œufs) <p>25 JAPON</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Sukiyaki (ragoût de bœuf, konnyaku, tofu, shiitake et cresson des fontaines) <p>26 CHINE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Dongpo rou (ragoût au vin et sucre roux) <p>27 INDE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Colombo de porc <p>28 THAÏLANDE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Thi keo kha (porc au caramel) <p>29 CAMBODGE</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Brochettes « sapak d'or » <p>30 PHILIPPINES</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Gulay na lada (porc à la noix de coco et piment chili) ● Dinuguan (filet mignon de porc au boudin noir) |
|---|--|--|

Au sens biologique, les interdits alimentaires n'existent pas pour les êtres humains parce qu'ils sont omnivores. Néanmoins, la plupart des sociétés humaines ont poussé leurs membres à abandonner volontairement un certain type de consommation, pour des raisons religieuses ou philosophiques.

OÙ SONT-ILS COMESTIBLES ?

- Insectes (fourmis, abeilles et guêpes, papillons et mites, coléds, araignées, larves de papillon, etc.)
- Chien
- Grenouille
- Cheval
- Lapin et escargots



Pourquoi des aliments tabous ?

Selon les ethnologues, c'est l'appartenance à un groupe qui explique les interdits alimentaires. Ceux-ci tiennent au caractère sacré de l'espèce (la vache dans le monde hindou ou bien la plante et l'animal totémiques pour les membres d'un clan) ou, à l'inverse, peuvent être motivés par le caractère impur de l'animal (le porc dans le judaïsme ou l'islam).

Interdits alimentaires et crises sanitaires

Avec l'industrialisation, les sociétés ont perdu l'identité de leurs aliments carnés, jadis maîtrisée par les rituels d'abattage. On ne sait plus d'où viennent nombre de nos aliments, tant ils sont « dénaturés » par les conditionnements (barquette, conserves, congélation). Cette perte d'identité a été fortement ressentie avec l'épidémie d'encéphalite spongiforme bovine : les bovins, herbivores, ont été nourris de farines animales ! Les industriels avaient osé transgresser un ordre originel, « naturel ». Il est sans doute nécessaire de rétablir un respect de la chaîne alimentaire dans la production industrielle des aliments.

Des interdits alimentaires pour tous

En Chine, l'idée que le lait maternel est une nourriture qui peut être corrompue et dangereuse pour l'enfant en fonction du régime alimentaire adopté par la mère est très répandue. Ce sont alors des nourritures identifiées comme « masculines » - le vinaigre, le gibier, etc. - qui sont interdites à la mère. La « couvade », pratiquée dans les sociétés indiennes d'Amérique, s'inscrit dans un pôle opposé aux pratiques chinoises. La relation consubstantielle entre l'enfant et ses deux parents qui contribuent à sa formation, se poursuit après la naissance, l'enfant étant alors perçu comme « incomplet » et devant être « achevé » par le lait maternel. Pendant toute la période qui suit la naissance, l'homme comme la femme doivent suivre de stricts interdits alimentaires et sexuels, sous peine d'attenter à l'intégrité de cet être inachevé.

« L'alimentation est le domaine de l'appétit et du désir gratifiés, du plaisir, mais aussi de la méfiance, de l'incertitude, de l'anxiété. »
C. FISCHLER, L'HOMINIVORE, ODILE JACOB, PARIS, 2001.



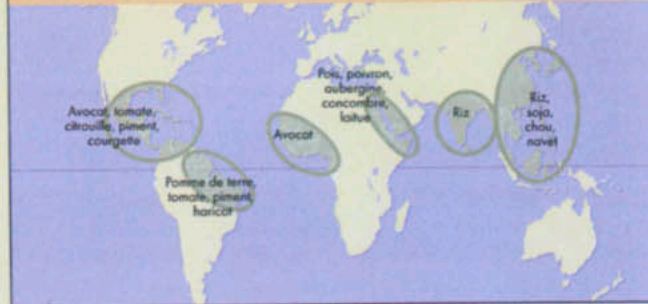
- Islam majoritaire (plus de 50% de la population) : consommation de mouton et volailles, produits halal
- Catholicisme majoritaire (plus de 75% de la population) : consommation de poisson le vendredi dans de nombreux menus
- Hindouisme : consommation de bœuf interdite
- Communautés juives (plus de 100 000 personnes) : nourriture casher

Le judaïsme, le christianisme et l'islam

Les trois religions du Livre manifestent toutes des interdits (pour le judaïsme et l'islam) ou des réserves (pour le christianisme) sur la viande. Le JUDAÏSME dit répondre au besoin de spiritualité de l'homme, qui veut se détacher de son animalité en appelant sa religion à réglementer ses fonctions biologiques. D'où une sacralisation de l'art de manger et une nourriture qui soit conforme à la Loi, dite *casher* (littéralement, « apte »). Le judaïsme exige aussi qu'une distinction soit faite entre les fidèles et les autres, soudant ainsi les fidèles en un seul « peuple ». En outre, le sang étant une « force vitale », il convient de combattre la cruauté de l'homme envers l'animal en pronant l'abattage rituel qui réduit les souffrances de l'animal.

DANS LE CHRISTIANISME, les interdits disparaissent mais le jeûne et l'abstinence sont encouragés comme autant de victoires sur le corps. Pendant des temps plus ou moins longs (le mercredi des Cendres et le vendredi saint qui encadrent le carême durant quarante jours), l'Église catholique recommande de ne pas consommer de viande. Les Églises protestantes ont rompu avec cette vision des choses. DANS L'ISLAM, les interdits sont fondés sur l'hygiène alimentaire et la sobriété. Est déclaré licite (*halal*) ce qui peut protéger l'homme de l'« impur » (le sang ou le vin).

DES CUISINES VÉGÉTARIENNES ?



Les zones où les cuisines se composent essentiellement de légumes et de fruits correspondent, d'une part, aux aires de la civilisation du riz et, d'autre part, aux grands foyers de domestication de nombreux légumes et fruits couramment consommés. Le riz est, en effet, une céréale si complète sur le plan nutritionnel qu'elle ne nécessite pas de complément carnée, contrairement au blé ou au maïs.

La Chine et l'Inde végétariennes ?

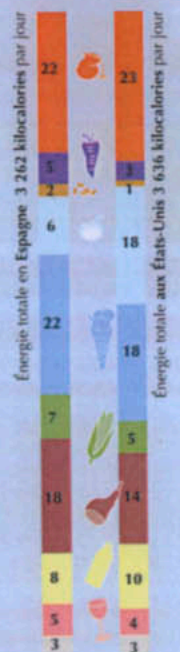
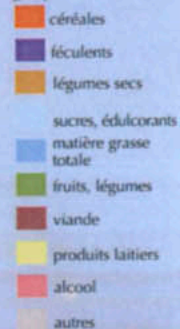
EN CHINE, la cuisine végétarienne remonte à la dynastie des Song (960-1279). Elle se compose de légumes à feuilles vertes, de fruits, de champignons, de tofu et d'huiles végétales. Très souvent, les plats végétariens sont baptisés du nom d'un plat de viande car ils en possèdent le goût (porc au maigre à la sauce de tofu ou bien poisson au cèdre chinois). EN INDE, en particulier dans la partie sud à majorité hindouiste, la population est très largement végétarienne. La recherche de pureté interdit en effet de consommer les aliments d'origine animale et les œufs (embryons en devenir). En revanche, les produits laitiers sont considérés comme purs. La culture culinaire végétarienne indienne s'appuie sur l'Ayurvêda, texte védique traitant des qualités médicinales curatives et préventives des aliments. Elle ne cherche pas à pallier l'absence de viande en imitant celle-ci mais à sublimer les légumes et les épices.

L'ASSOCIATION CÉRÉALE/LÉGUMINEUSE structure l'alimentation végétarienne, en Chine comme en Inde. Deux techniques sont alors employées pour maximiser l'absorption des légumineuses. La première (surtout en Inde) consiste à faire tremper ensemble les céréales et les légumineuses afin de provoquer la germination (permettant notamment une meilleure assimilation du fer). La seconde (surtout en Chine) vise à servir avec le plat cuisiné des sauces fermentées (sauce de soja, par exemple).

32 L'ÉVOLUTION DU RÉGIME ALIMENTAIRE

Calories journalières

Pourcentage de calories fourni par chaque groupe d'aliments, 1999



LES RÉGIMES ALIMENTAIRES varient largement dans le monde et ont évolué au cours des millénaires, principalement influencés par des facteurs liés à l'environnement comme le climat et l'écologie. Les facteurs sociaux jouent aussi un rôle important : le régime dépend du groupe social. La situation économique, le développement des technologies et les possibilités commerciales contribuent également à influencer le régime alimentaire. Alors que beaucoup de régimes traditionnels dans les pays en voie de développement sont dominés par un seul aliment de base, ce n'est plus le cas depuis longtemps dans les sociétés industrialisées, où la variété de la nourriture vendue n'a jamais été si grande.

Le régime des pays industrialisés contient en général plus d'aliments d'origine animale et moins d'aliments d'origine végétale que celui des pays en voie de développement. En termes de nutriments, il contient plus de protéines, plus de graisses (y compris des graisses saturées) et relativement peu de fibres, de glucides et d'antioxydants. Aux États-Unis, par exemple, seulement 20 % de l'apport énergétique total provient des céréales, et presque autant est fourni par le sucre et les édulcorants, et par les corps gras. On trouve un mode d'alimentation similaire au Canada, en Europe occidentale et en Australasie. Le régime de certains pays d'Europe du Sud, comme l'Espagne, diffère de ce modèle en ce qu'il contient plus de fruits et de légumes et que sa source principale de matière grasse est l'huile végétale, notamment l'huile d'olive. On l'a surnommé le « régime méditerranéen ».

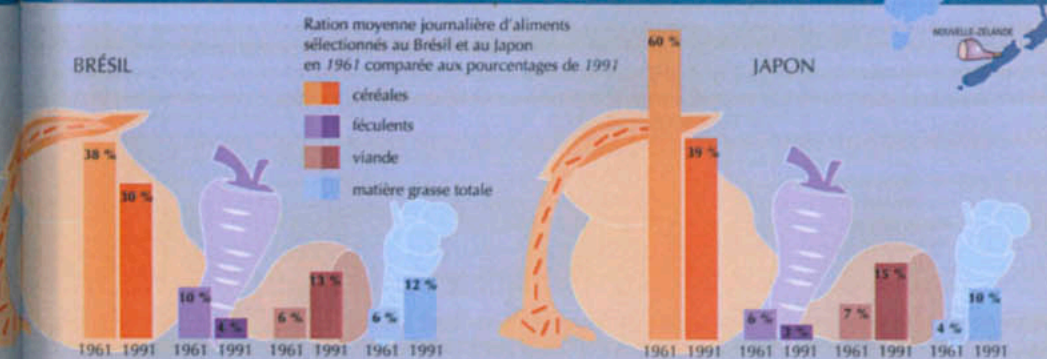
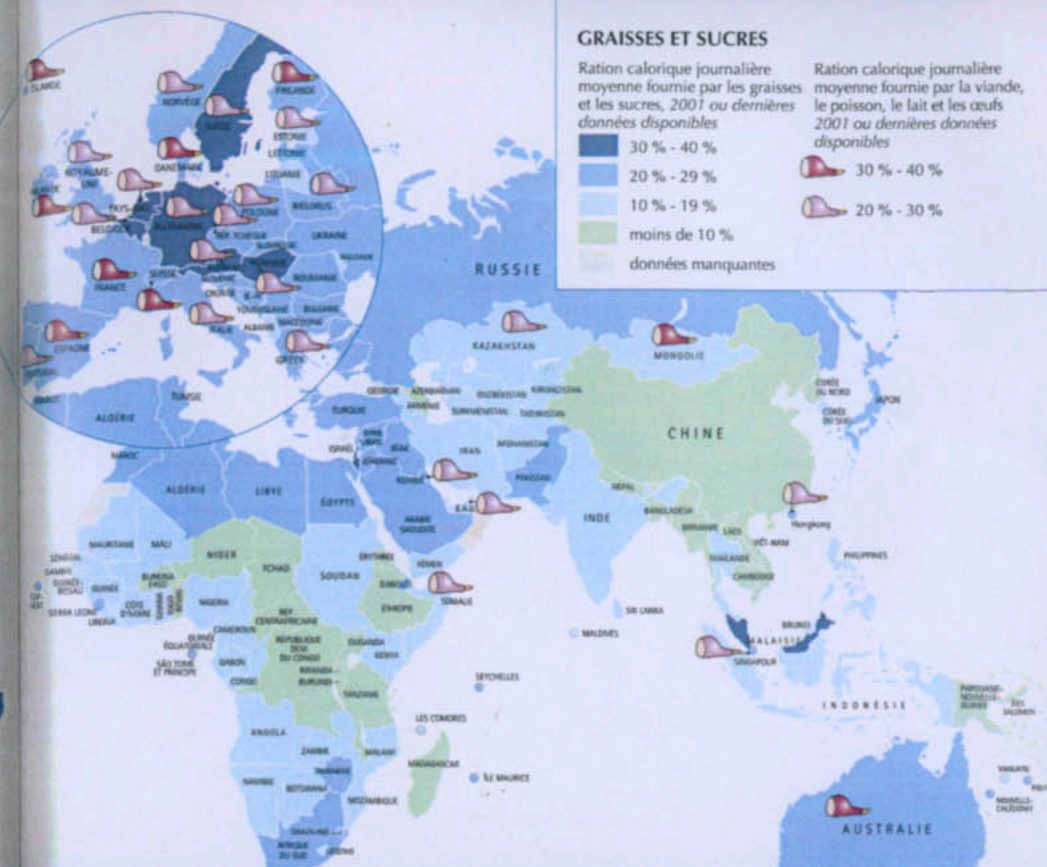
Bien qu'une pénurie de produits alimentaires de base frappe toujours certains secteurs de la population dans de nombreux pays, l'expansion du commerce alimentaire, l'amélioration des communications mondiales et la pénétration des nouveaux marchés par des sociétés alimentaires influent aujourd'hui sur le régime. Une « alimentation de transition » s'instaure parmi les populations urbaines de nombreux pays en voie de développement, touchant aussi les traditions alimentaires de pays comme le Brésil et le Japon.

Régime de transition

Le régime de transition se caractérise par :

- un déclin de la consommation des aliments de base traditionnels et d'autres plantes vivrières traditionnelles, comme les légumes secs ou le colza
- une augmentation de la ration de graisse, de sucre, de sel et souvent d'aliments carnés
- une augmentation de la consommation d'alcool dans les pays non islamiques
- un accroissement de la consommation d'aliments raffinés et transformés
- une diminution générale de la diversité des aliments

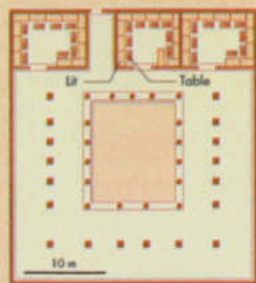
Ces changements alimentaires ont des répercussions sur la santé, entraînant une augmentation des maladies liées à la nourriture, comme le diabète de type II, certains cancers et les affections cardiovasculaires.



LES REPAS

S'il y a mille et une manières de s'alimenter, les repas restent néanmoins l'un des moments privilégiés de l'alimentation par leur fonction de sociabilité mais aussi par la mise en scène des mets et des plats qu'ils impliquent.

LIEUX DES PRISES ALIMENTAIRES DANS LA GRÈCE ANTIQUE



Ce plan représente l'hestiatorion (édifice pour les banquets) du sanctuaire d'Héra, près d'Argos en Grèce. Il est composé de trois salles comprenant chacune douze lits avec huit ou neuf tables - celles des angles étant communes à deux personnes. Des lits supplémentaires peuvent être installés sous le vaste portique qui borde la cour de l'hestiatorion.

La géographie des repas

Les repas ont une géographie qui varie dans l'histoire. Ainsi, en Europe, au Moyen Âge et à l'époque moderne, le repas se prend dans une pièce commune centrée sur la cheminée et le foyer.

Au XIX^e siècle, au cours duquel se développent les restaurants et les brasseries, la bourgeoisie invente la salle à manger tandis que la paysannerie mange dans une cuisine équipée de fourneaux.

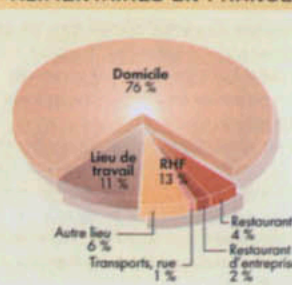
Les États-Unis diffusent au XX^e siècle un autre modèle de pièce dans lequel cuisine et salle à manger coexistent dans le même volume (la « cuisine américaine »).

Le repas sur le lieu de travail, dans une « gamelle » ou sur un plateau, ou encore en service en salle de restaurant appelée cantine, s'est généralisé avec l'éloignement entre le lieu de travail et le domicile qui a commencé avec l'industrie.

Les repas dans les trains, les avions et les bateaux de ligne, voire les automobiles (*drive in* américains), sont de plus en plus faciles à pratiquer avec la modernisation des conditionnements.

Des siècles passés, il reste des moments festifs à l'anglaise comme les *garden parties* et les pique-niques, les dîners-spectacles, les buffets et banquets, mieux appropriés pour les grands nombres d'hôtes.

LIEUX DES PRISES ALIMENTAIRES EN FRANCE



Le banquet, entre bombance et abondance

Que l'on soit invité à celui de Platon, d'Érasme ou de Kierkegaard, au banquet, on parle autant qu'on mange. La fonction du banquet est en effet superlatrice : elle offre l'abondance au regard et à l'estomac, elle fait couler le vin comme à Cana pour réjouir le cœur de l'homme, elle socialise les plus sauvages des hommes, emportés par les conversations, les chansons et les toasts. Les banquets se déroulent autour d'une bête sacrifiée pour l'occasion, puisque la viande ne se conserve pas.

Les hommes politiques en ont fait un lieu de pêche électorale, usant de cette tradition médiévale du repas tenu avant la croisade. Entre bombance et abondance, la France a tenu son plus prestigieux banquet (le magistrat et gastronome Brillat-Savarin, 1756-1825, disait « gouvernement ») le 22 septembre 1892 avec... 29 605 invités, les maires de France célébrant le centenaire de la République, dans le jardin des Tuileries, à Paris.

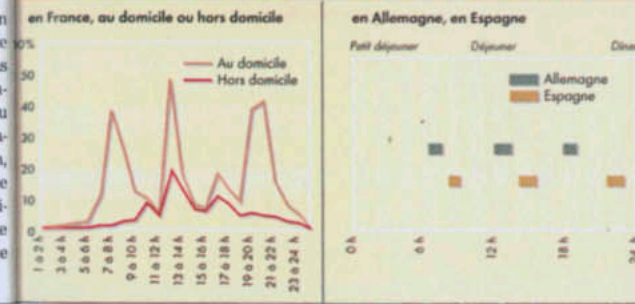
BOIRE, PENDANT OU HORS DES REPAS



COMBIEN DE REPAS PAR JOUR ?



HORAIRES DES PRISES ALIMENTAIRES



Pour les repas nomades, le sandwich

Très tendance au début des années 2000, la consommation du sandwich, qui croît de 6 % par an, a dépassé en France celle du hamburger : plus de 1,1 milliard en 2003. Cette guerre du « pain nomade » tourne à l'avantage du petit en-cas que John Montagu, comte de Sandwich, s'est fait servir en 1762 à sa table pour ne pas quitter son jeu préféré. Le sandwich a beaucoup de qualités par rapport à son concurrent américain qui ne se consomme que dans un *fast-food* ou chez soi : le sandwich se fabrique avec de multiples variétés de pains ; il s'achète dans les boulangeries, les distributeurs et les supérettes ; il se mange debout, dans la rue, au bureau ou dans le train ; ses garnitures fleurissent nos terroirs (jambons, beurre, rillettes, fromages, etc.) ou satisfont notre soif d'exotisme avec des recettes ethniques (pesto et tomates séchées, guacamole, écrevisses, etc.). Mais ce que les Français aiment le mieux, c'est son petit prix. Un Français sur quatre en fait son « déjeuner ».

“
Le peuple déjeune,
la bourgeoisie dîne,
la noblesse soupe.
L'estomac se lève plus ou
moins tard chez l'homme
selon sa distinction.
”

J. ET E. DE GONCOURT,
JOURNAL, ROBERT LAFFONT,
PARIS, 1864.

Le repas va-t-il disparaître ?

Aujourd'hui, les familles citadines peinent à se retrouver tous les jours autour de la table pour un repas composé. Aux États-Unis, on observe ce phénomène depuis les années 1980. En Europe et au Japon, il se répand au fur et à mesure que la chaîne du froid domestique (réfrigérateur, congélateur) peut être brisée très rapidement par le four à micro-ondes. Ce nouvel outil fait alors entrer dans le foyer les plats préparés par l'industrie.

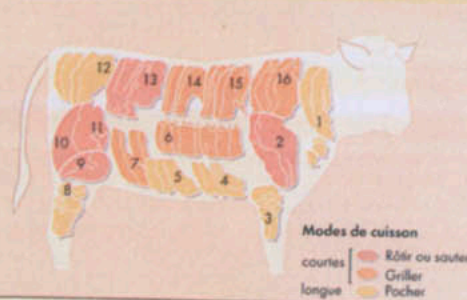
Cette baisse du contrôle social par le repas est marquée par l'augmentation du nombre de prises alimentaires (une vingtaine par jour aux États-Unis), ce qui s'oppose au rythme traditionnel des trois repas de moins en moins prégnant. Ces nouveaux comportements alimentaires s'acquièrent souvent hors du domicile, pendant les vacances par exemple.

TROIS REPAS PAR JOUR : UN MODÈLE RÉCENT DÉJÀ EN VOIE DE DISPARITION ?

On peut rappeler que le modèle des trois repas ne s'est imposé comme norme qu'au XX^e siècle. Les Européens ont copié les modes aristocratiques, valorisé le mythe égalitaire de la Révolution en abandonnant le service à la française (voir p. 74-75) pour le service à la russe où les mangeurs partagent tous le même menu. L'ethnologue de la cuisine Jean-Pierre Poulain attribue aussi un rôle à l'école et à l'armée (auxquelles on pourrait ajouter le travail salarié), qui imposent des rythmes de vie assez draconiens.

La couleur n'est pas un critère déterminant pour appréhender la viande dans les cuisines, mais cette distinction a parfois été utilisée pour séparer les viandes « saignantes » des autres. Les volailles (poulets, canards, oies, dindes) sont, pour la plupart, des viandes blanches (veau, porc, agneau de lait, chevreau) qui ont, comme toutes les viandes, les mêmes quantités de protéines, de fer, de zinc et de vitamines. La géographie montre des aires de consommation privilégiée uniquement par les interdits alimentaires (voir pages 12-13) ou par la difficulté à élever le bœuf en Chine pour de multiples raisons. Les volailles sont partout appréciées pour les œufs.

À CHAQUE MORCEAU DE VEAU SA CUISSON



- 1^{re} catégorie : muscle, tendre et juteux
- 2 épaule
 - 9 noix
 - 10 sous-noix
 - 11 noix pâtissière
 - 13 longe et filet
- cuisseau ou cul-de-veau
- 2^e catégorie : osseux, peu tendre et gras (collagène)
- 6 haut-de-côte
 - 7 flanchet (à farcir)
 - 14 côte première
 - 15 côte seconde
 - 16 côte découverte
 - 1 coller / collet
 - 3 jarret avant
 - 4 poitrine
 - 5 tendon
 - 8 jarret arrière
 - 12 quasi-culotte

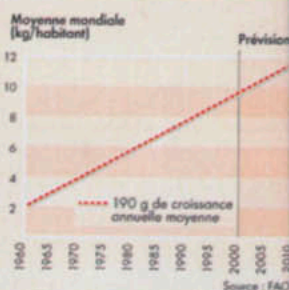
LES PRINCIPAUX PLATS DE POULET DANS LE MONDE



Les œufs, aliments magiques

Symboles de fécondité depuis la préhistoire, les œufs ont fasciné les hommes pour leur forme, leurs saveurs, leurs richesses nutritives. Peints depuis la Rome antique, ils ont été interdits par les Églises chrétiennes pendant le carême et célébrés à Pâques. Les œufs ont été précieux dans l'enrichissement de la cuisine en Europe à partir de la Renaissance où la pâtisserie, avec le sucre, a connu un boom spectaculaire. Aujourd'hui, la Chine consomme 40% des œufs dans le monde. Les États-Unis et le Japon viennent derrière, l'Europe un peu plus loin encore, surtout du fait de la pâtisserie. La consommation mondiale progresse, notamment dans les pays pauvres où les circuits courts et l'absence d'industrialisation limitent les problèmes de santé comme les salmonelles. Il n'existe quasiment pas de marché mondial des œufs.

LA CONSOMMATION DE VIANDE DE VOLAILLE



Les oiseaux des repas de fête

Dès l'Antiquité, les oiseaux domestiqués pour leur chair tinrent une place centrale sur les tables des repas de fête. Les festins seigneuriaux regorgeaient de grands oiseaux rôtis tels que le cormoran, le cigogne, le cygne, la grue, le butor, le héron, la spatule ou encore le paon. Progressivement remplacés, d'une part, par le canard et l'oie - connus sous nos latitudes - et, d'autre part, par le dindon et la pintade - exotiques -, les volailles conservent une place de choix sur les tables de fête. Ainsi en est-il de l'incontournable dinde de Noël farcie de marrons ou du familial poulet rôti au jus du dimanche. Cette tradition dominicale du poulet familial remonte au règne d'Henri IV qui souhaitait que tous les laboureurs de son royaume aient une poule à mettre dans leurs pots chaque dimanche. Les Américains, eux, savourent avec délectation la dinde du Thanksgiving Day. Christophe Colomb rapporta une dinde d'Amérique, la poularde de Bresse qui, élevée en liberté puis engraisée, est appréciée pour sa chair blanche nacrée, persillée et moelleuse, et qui fut servie au cours du repas de Noël du roi Charles VIII. Aujourd'hui, la dinde est concurrencée par le chapon (coq castré) et la poularde (poulette n'ayant pas atteint l'âge de la maturité sexuelle et n'ayant pas pondu).

Le succès du veau en Europe

La France est le premier producteur mondial de veau. Les Français et les Italiens en sont les plus grands consommateurs. La viande de veau doit être bien blanche : « élevée sous la mère », il s'est exclusivement nourri du lait maternel. Une glande, le thymus, située dans la partie inférieure du cou et qui disparaît à l'âge adulte, donne le ris de veau, mets exceptionnel.

EN ITALIE, À CHAQUE RÉGION SON PLAT



- GÈNES : braciola vitello alla genovese (veau braisé) ; cima alla genovese (poitrine farcie aux légumes verts et ris de veau).
- MILAN : escalope alla milanese (escalope panée).
- FLORENCE : polpettina alla fiorentina (boulette de veau).
- ROME : saltimbocca alla romana (paupiette de veau).
- PIÉMONT : vitello tonnato (veau servi avec une sauce au thon).
- LOMBARDIE : ossa bucca alla milanese.
- ÉMILIE-ROMAGNE : polpettone alla modenese (pain de veau au parmesan).

La consommation croissante des volailles et des viandes «exotiques» : une évolution ou une révolution alimentaire ?

La viande de grands oiseaux tels que l'autruche ou l'émeu est apparue il y a cinq ans environ et sa consommation s'accélère. En effet, grâce à leur arrière-goût de canard, ces viandes sont de plus en plus cuisinées à la maison comme au restaurant. Aussi, depuis décembre 2000, les cafétérias Casino proposent-elles des tournedos d'autruche. La viande d'autruche est à la fois diététique (0,03% de cholestérol), énergétique (22% de protéines) et tendre. Les Français en consomment environ 200 tonnes par an. Dans le même esprit, le kangourou, le renne et le bison commencent à entrer dans nos cuisines.

