

14H & 17H ⌚ 45 MIN.

ESPACE 3

« PLACE ET STATUT DES FRUITS ET LÉGUMES DANS NOTRE HISTOIRE CULINAIRE »

Conférence animée par Jean-Michel Truchelut
Contributeur de l'ouvrage (à paraître) :
La cuisine végétale de référence. Éditions BPI.



Cuisinier/Ancien professeur de cuisine

Diététicien nutritionniste

Qualiticien

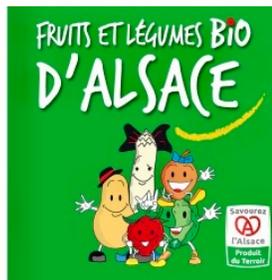
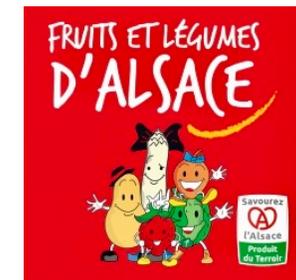
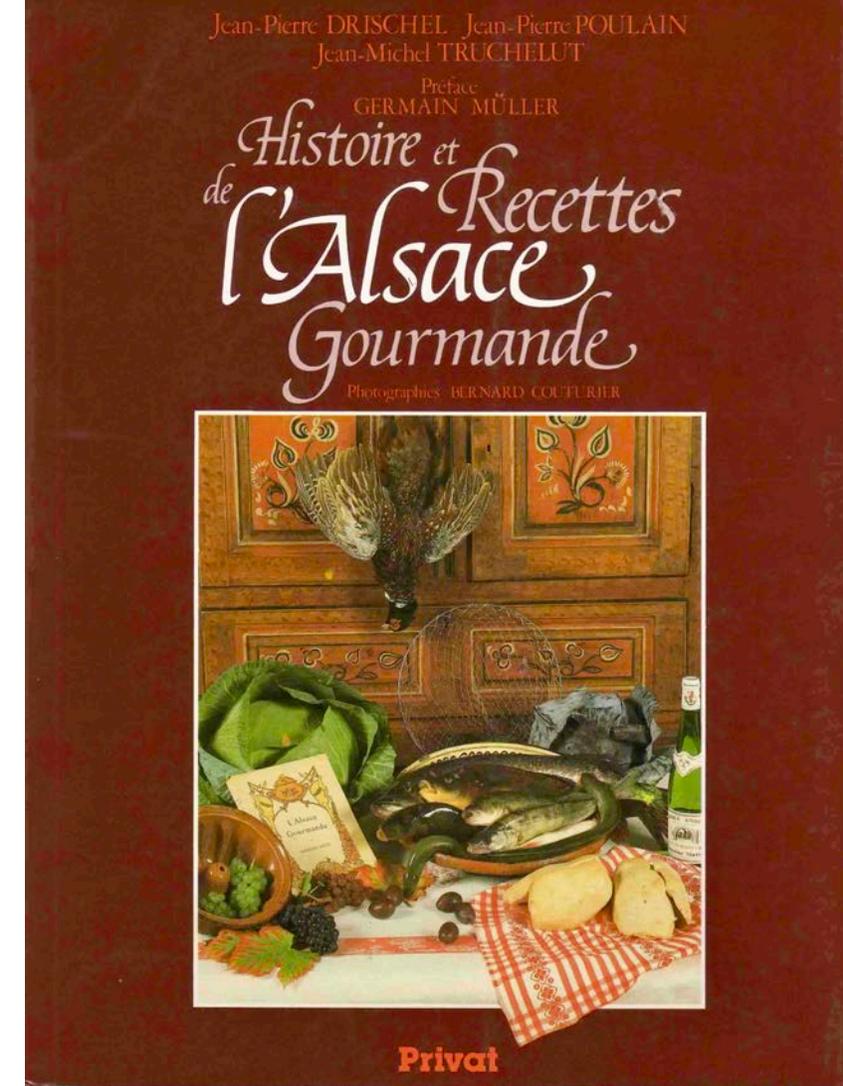
Ingénieur en restauration collective

Master de Sciences Sociales Appliquées à l'Alimentation

Coauteur **Histoire et recettes de l'alsace gourmande**

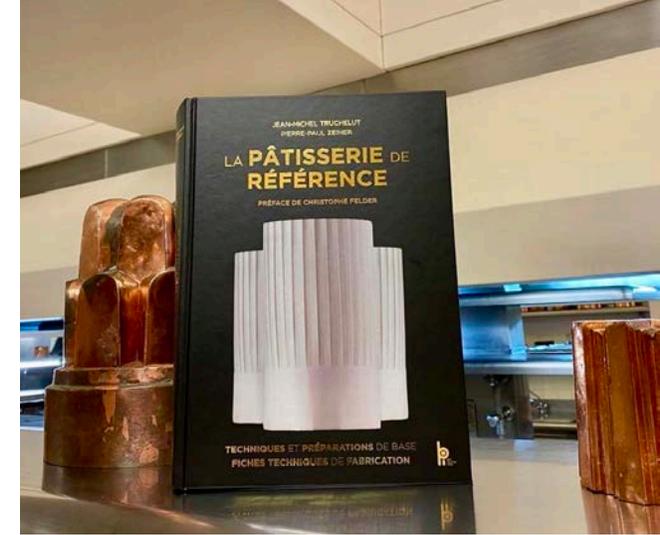
Pas de conflit d'intérêt à déclarer

En préparation : **La Cuisine végétale de référence**. Éditions BPI



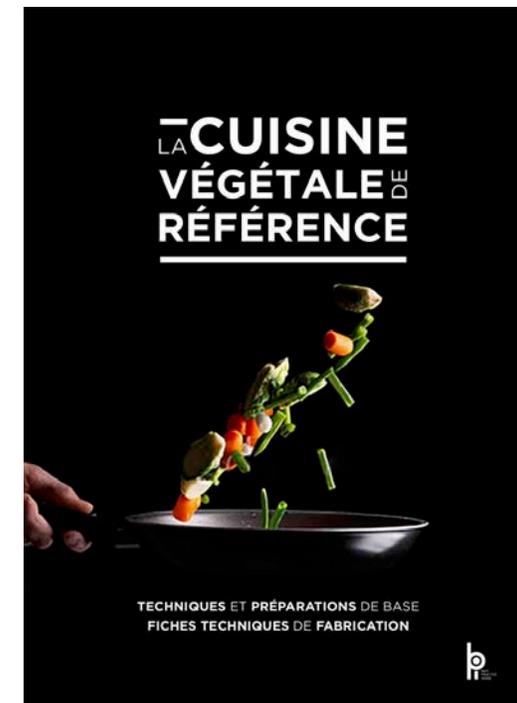
« **CONNAÎTRE SON PASSÉ**

C'EST INNOVER PLUS VITE ! »



Pour retrouver l'intervention...

- <http://www.chefsenligne.com>



3 parties :

1 En guise d'introduction

Une déferlante : vive le végétal !

Crises et transitions

2 Place et statut des Fruits & Légumes.

Ce que nous raconte l'histoire...

**LA DIÉTÉTIQUE ANCIENNE / LE SERVICE À LA FRANÇAISE /
LA CUISINE CLASSIQUE**

- Ce qui s'est fait
- Ce qui peut être remis au goût du jour
- Ce qui peut s'envisager..
- Ce qui peut aider à construire d'autres discours



3 Sous l'égide de Vertumne & Pomone

Partie 1 : Une déferlante

Sous l'angle de la santé : des arguments très largement médiatisés à défaut d'être (toujours) appliqués

- Des apports nutritionnels fort intéressants :
 - Les éléments minéraux, les vitamines (groupe B)
 - Les fibres
 - L'index glycémique / Charge glucidique
 - Les antioxydants, les polyphénols (resveratrol, lycopène,...)
 - Le microbiote
 - Les probiotiques, les prébiotiques.
 - Les protéines : recours aux céréales et légumineuses

- Des recommandations très actuelles :

Les « 5 fruits et légumes par jour »

- Relais des institutions : jusqu'au Nutriscore (particularité fruits et légumes)





| Les + (3) | Les – (4) |
|--|----------------------------------|
| Protéines | Calories (kilojoules) |
| Fruits, légumes , fruits à coques | Acides Gras Saturés |
| Fibres | Sucre |
| | Sel (sodium, chlorure de sodium) |

- Instances internationales : FAO OMS se sont préoccupées depuis fort longtemps des recommandations nutritionnelles
- Au niveau des pays des politiques nombreuses sont déployées
- Recommandations sous forme : Les pyramides, Les trèfles à quatre feuille, les roues font florés pour nous, les arc en ciel, les assiettes et plateaux..
- En France
 - **PNNS PNA loi(s) Egalim**
- Tout va au mieux dans le meilleur des mondes. Un consensus semble s'être imposé et pourtant tout ne se passe pas exactement comme prévu.
- On pourrait s'arrêter là mais on sent confusément que ce n'est guère possible
- **Il semble que l'on ait un peu oublié que le consommateur ne réagit pas que de manière rationnelle**
- Les cultures, les manières de table important également.

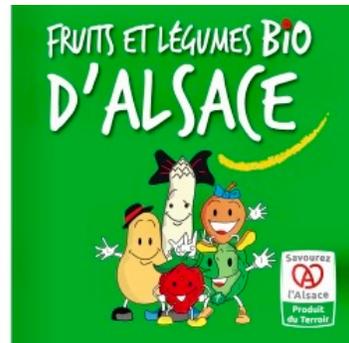
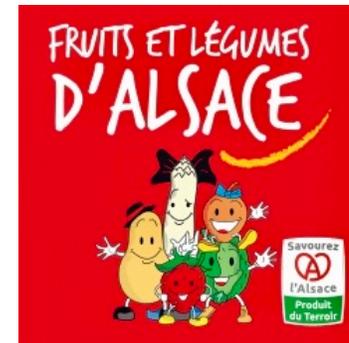


- Des courants « anciens » :
 - La morale, la religion, la philosophie (rapport au monde, aux autres...), le pouvoir politique
 - Le problème de la disponibilité
- Des courants émergents :
 - Agriculture plus responsable
 - Développement durable. Sustainability
 - Éthique(s) alimentaire(s)

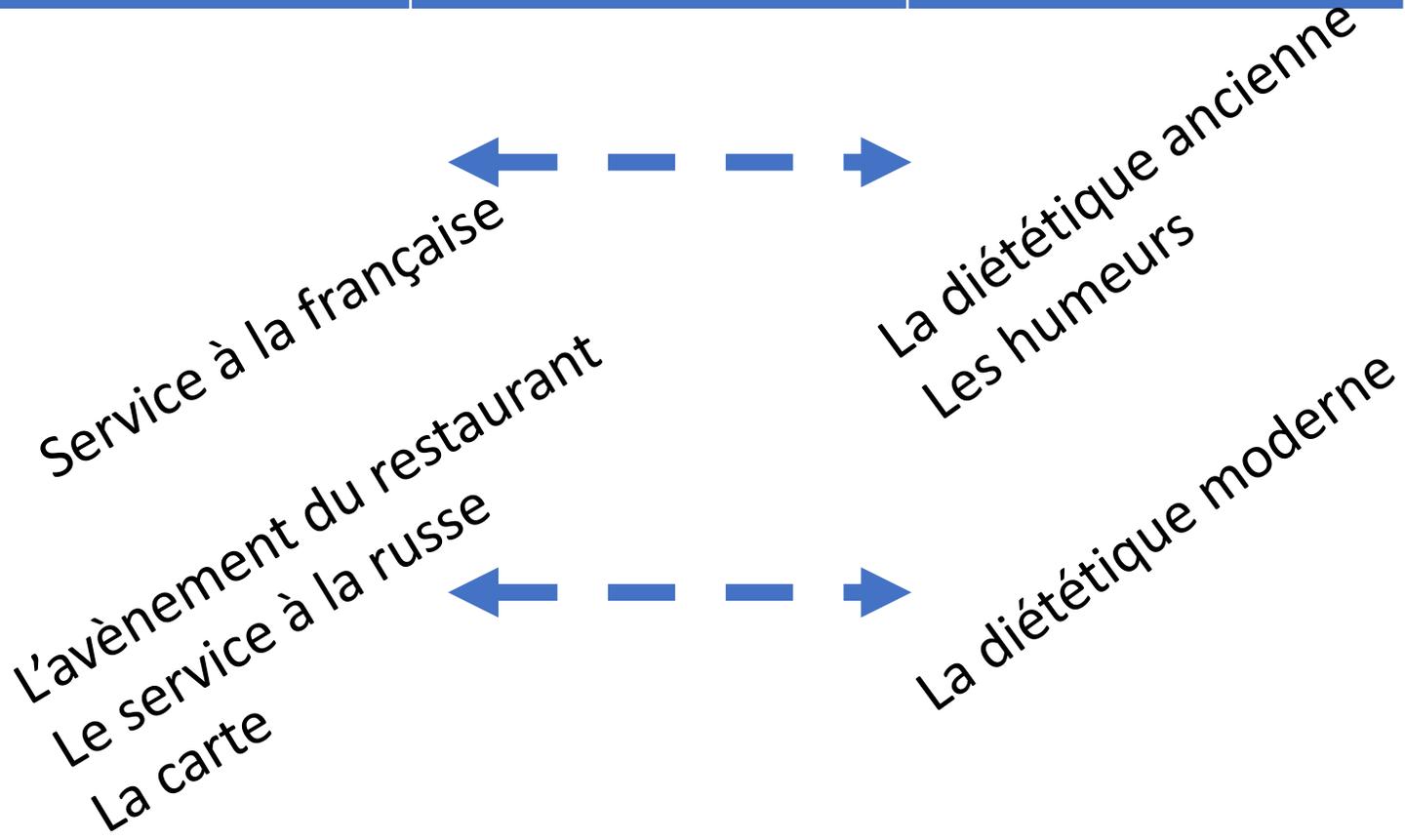
« Si l'homme a besoin de nutriments (...) qu'il trouve dans des produits naturels faisant partie de son environnement, il ne peut les ingérer, les incorporer que sous forme d'aliments, c'est à dire de produits naturels culturellement construits et valorisés, transformés et consommés dans le respect d'un protocole d'usage fortement socialisé. », (Jean-Pierre Poulain, socio-anthropologue français, page 11, 2002a).

Partie 2 : Place et statut des Fruits & Légumes

- **Statut social** : ce que l'on en pense, ce que l'on mange, quels enjeux de société; quelle importance...)
 - Médical : Quel type de diététique ?
 - Ancienne diététique DIATA dont la base : la théorie des humeurs
 - Diététique moderne (Lavoisier)
 - Alimentations particulières, les « dissidences alimentaires », les « croyances... »
 - Politique : la distinction sociale
 - ...
- **Place** (existence physique dans la ration), place dans le menu.
 - Notification écrite ou suggérée



| Époque(s) | Ce qu'en disent les <u>élites</u> et ce qu'ils mangent | Ce qu'en disent et ce que mangent <u>le(s) peuple(s)</u> | Ce qu'en dit <u>le corps médical</u> | Ce qu'en disent <u>les religions...</u> |
|-----------|--|--|--------------------------------------|---|
|-----------|--|--|--------------------------------------|---|



| Époque | L'aliment / nutriment | Faits et acteurs | Ouvrages / mouvement |
|---------------------------------------|--|---|--|
| Moyen Âge | Mépris | Le végétal nourrit et soigne | <i>Le viandier</i> <i>Le mesnagier de Paris</i> |
| Renaissance (1450- fin XVIème siècle) | Fin des épices | Le terroir est à l'honneur La recette, le savoir-faire | <i>Le « Platine »</i> |
| | | Olivier de Serres | |
| Le XVIIème siècle | Le bon goût Les aliments du levant et du ponent | Louis XIV | <i>Le cuisinier François</i> <i>Le Jardinier François</i> <i>Les délices de la campagne</i> <i>Le Kochbuch de Buchinger</i> |
| XVIIIème siècle | | Végétarisme du siècle des lumières (1715-Révolution) | Voltaire Rousseau |
| XIXème siècle | On découvre les protéines | Le restaurant | <i>Physiologie du goût</i> G de La Reynière |
| XXème siècle | On découvre les vitamines Les 30 glorieuses 1968 | - On gagne son pain (sa croûte) - On gagne son beefsteak | - La cuisine classique - La nouvelle cuisine - La nouvelle cuisine du terroir |
| XXIème siècle | Crises (vache folle) scandales Transition alimentaire | | La word cuisine La cuisine du cru... |

- Les premières civilisations. Le végétal par nécessité, par conviction : les grands penseurs sont végétariens : Rama, Krisna, Hermès, Pythagore, Orphée, Platon
- Les philosophes de l'antiquité sont également plutôt végétariens mais :
 - Contestation de la société // Cuisine du sacrifice (profane et sacré mélangés)
 - Tabou : la fève
- La diététique, la chirurgie et la pharmacopée : les trois branches fondamentales de la thérapeutique médicale
- **La diététique ancienne**, issue d'une rencontre des philosophes et des médecins grecs, a pour ambition d'intervenir sur les « humeurs », afin de maintenir ou de restaurer un équilibre garant de santé en accord avec un système mis au point par Hippocrate.
- Elle correspond à une hygiène de vie qui recouvre également le repos, l'exercice physique, le savoir être...



La **théorie des humeurs** comme point de départ...**Première(s) diététique(s) ?**

- **Une œuvre fondatrice : EMPÉDOCLE**

Philosophe grec du Ve s., né à Agrigente

Auteur d'un poème l'Univers (400 vers), qui expose

la **théorie des « quatre éléments »**

Les 4 éléments : **le Feu, l'Air, la Terre, l'Eau** (ou plutôt "racines ») - tout vient de leur réunion (amour) ou de leur séparation (haine)

Le monde est appréhendé à travers une classification :

- le **chaud**, le **froid**, le **sec** et l'**humide**.

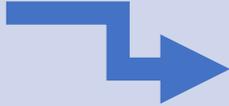
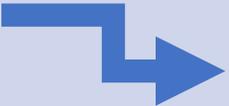
Ces éléments caractérisent les **quatre humeurs** qui coexistent dans le corps humain. L'organisme de chaque personne est dominé par une humeur qui détermine son tempérament. On distingue ainsi :

les sanguins, les colériques, les flegmatiques, les mélancoliques

La santé idéale résulte de **l'équilibre entre les humeurs**.

Les produits végétaux sont largement mis à contribution. Chacun est affublé de caractéristiques aux intensités plus ou moins importantes. « Ce système classificatoire de base quatre s'édifie à partir des entrées feu, eau, air, terre (éléments), auxquelles se rapportent respectivement les « qualités » chaud, froid, humide et sec. Chacune des qualités peut se manifester à quatre niveaux d'intensité, les « degrés » (le premier représentant l'intensité minimale du chaud, du froid, etc. ; le quatrième, l'intensité maximale). Comme les qualités sont associées par paires (chaud et humide, froid et sec, etc.), on dispose de soixante-quatre combinaisons pour exprimer la nature précise de toutes les substances alimentaires et médicinales. L'homme est « chaud et sec », la femme « froide et humide ».



| Humeur | Élément | Qualité | Saison | Organe | Tempérament |
|------------|---|-----------------|-----------|---------|-----------------------------|
| Sang | Air  | Chaud et humide | Printemps | Cœur | Sanguin |
| Bile jaune | Feu  | Chaud et sec | Été | Foie | Colérique ou bilieux |
| Bile noire | Terre  | Froid et sec | Automne | Rate | Mélancolique ou atrabilaire |
| Flegme | Eau  | Froid et humide | Hiver | Cerveau | Flegmatique ou lymphatique |

Humide

LE SANG

TEMPERAMENT SANGUIN
HUMIDE ET CHAUD

A SON SIEGE DANS LE FOIE

PRINTEMPS

LA COLERE

COLERIQUE OU BILE JAUNE
CHAUDE ET SECHE

AGIT SUR LE COEUR

ETE

Chaud

HIVER

AUTOMNE

Froid

LE FLEGME

OU PITUIITE

TEMPERAMENT FLEGMATIQUE

FROID ET HUMIDE

QUI TOURMENTE LA TETE ET L'ES-
TOMAC PUIS DESCEND DANS LES
REINS ET LA VESSIE

LA MELANCOLIE

OU BILE NOIRE

T. MELANCOLIQUE

FROIDE ET SECHE

A SON SIEGE DANS LA RATE

Sec

**Qualités des divers aliments végétaux
selon Aldebrandin**

Sec

| | | | | | | | | |
|---------------------------------|------------------------------------|--|--|----|--|--|---|--------------|
| | | | | 4 | | | <i>Ail ; Sénévé ; Poivre ; Pouliot sauvage</i> | |
| | | <i>Lentilles</i> | | 3 | | <i>Genièvre</i> | <i>Clou de girofle ; Cardamome ; Garingal ; Sauge ; Curcuma ; Persil ; Pouliot ; Poireau ; Cresson de jardin ; Hysope de montagne</i> | |
| | | <i>Pois chiches ?</i> | | 2 | | <i>Cubèbe ; Cannelle ; Muscade ; Cumin ; Pignon ; Fenouil ; Cerfeuil ; Menthe ; Roquette ; Cresson de rivière ; Amande amère</i> | <i>Noix sèches ; Carvi</i> | |
| | <i>Raisins verts</i> | <i>Nèfles</i> | <i>Poires ; Millet</i> | 1 | | | | |
| | | | <i>Sorgho ; Orge ; Avoine ; Lupin ; Pois ; Épeautre ; Fèves sèches</i> | 1 | | <i>Vesces</i> | <i>Sel</i> | 4 |
| Froid | | | | | 1 | | | 3 |
| -4 | -3 | -2 | -1 | | | | | Chaud |
| | | | <i>Laitue ; Eau ; Fèves fraîches ; Épinards -1 Blettes</i> | -1 | <i>Froment ; Amandes douces ; Safran ; Radis ; Canne à sucre</i> | <i>Lait frais ; Panais</i> | <i>Gingembre ; Semence de radis</i> | |
| | <i>Pourpier</i> | <i>Citrouille ; Concombre ; Courge ; Abricot ; Jus de citron</i> | | -2 | | <i>Fasoles ; Dattes</i> | <i>Échalote</i> | |
| <i>Champignons vénéneux</i> | <i>Champignons comestibles</i> | <i>Prunes</i> | | -3 | | | | |
| | | | | -4 | | | <i>Oignon</i> | |

Humide

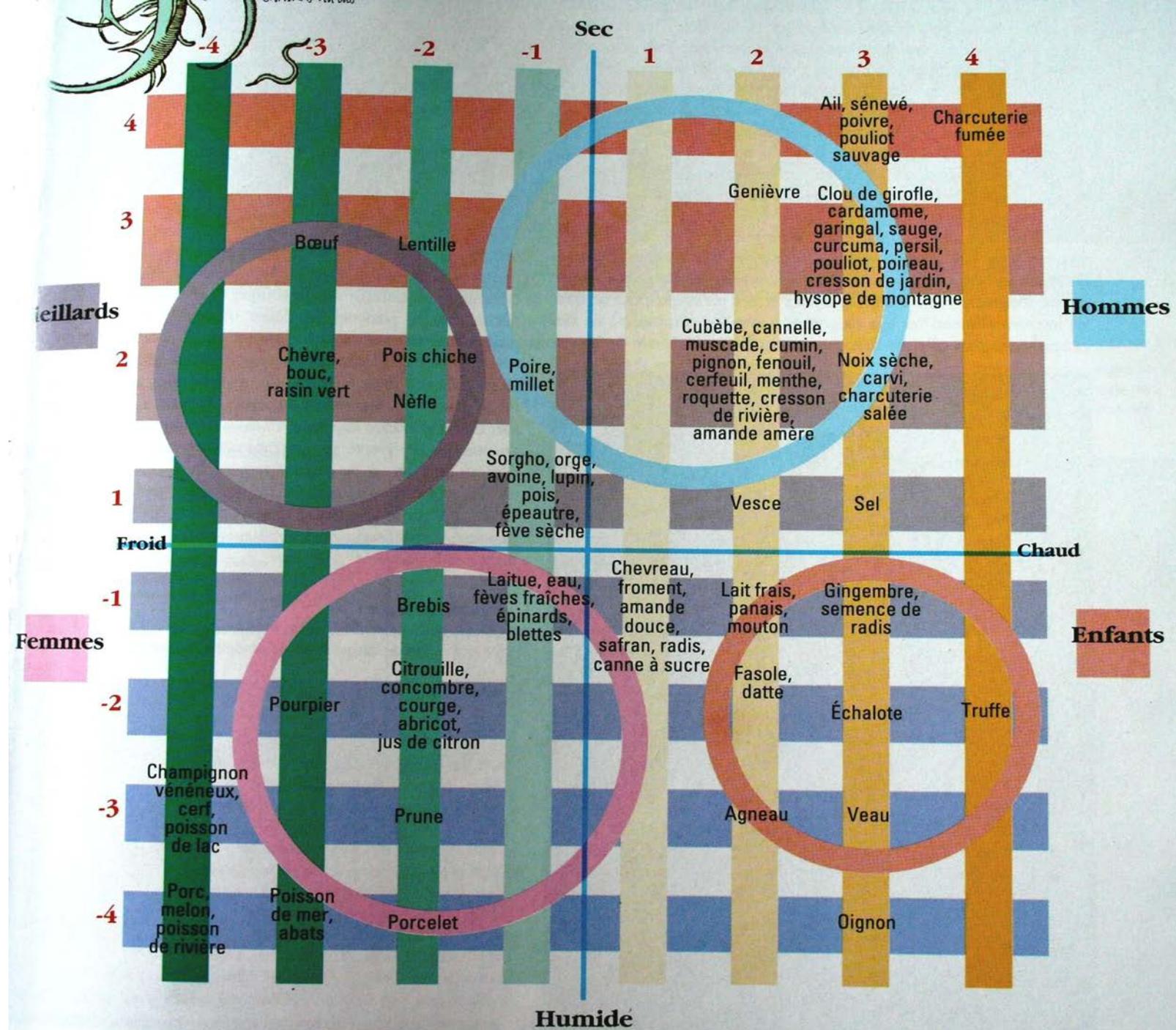
• Théorie des humeurs

• Doc selon

ALDÉBRANDIN DE SIENNE

(XIII^{ème} siècle)

Régime du corps en 1256



GRANDE CHAÎNE DE L'ÊTRE

Dans cette approche le végétal est < à l'animal.
Cependant c'est dans le nid du mythique phénix, oiseau qui symbolise l'immortalité, qu'il faut chercher la précieuse cannelle...

Au contact de l'air,
les céréales flottent
au gré du vent

Les âmes des défunts
fuiant l'enfer
(problème des
céréales à nœud)

Liées à la fertilité

Orge
Blé

Lentilles

Artichaut
Petits pois grimpant

Plantes herbacées

Épinard

Chou

Asperge verte

Racines

Carotte

Navet

Rave

Panais

Bulbes

Oignon

Ail

Échalote

Pomme de terre
Truffe

Arbres

Pomme

Cerise

Poire

Arbustes

Raisin

Framboise

Groseille

Suspects

Melon

Fraise

CÉRÉALES
LÉGUMINEUSES

LÉGUMES
FÉCULENTS

FRUITS

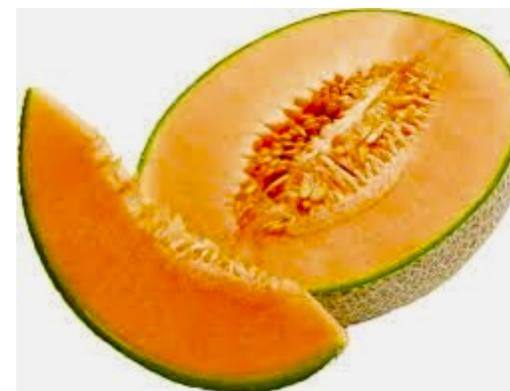
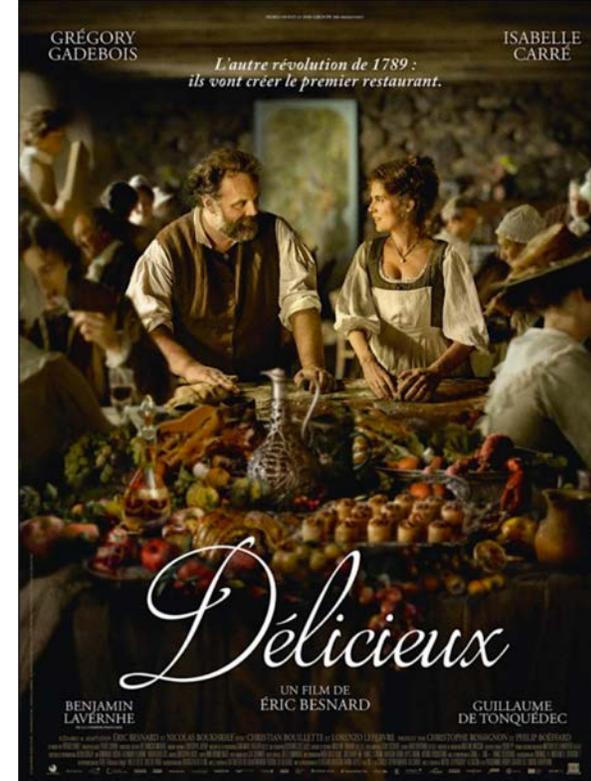
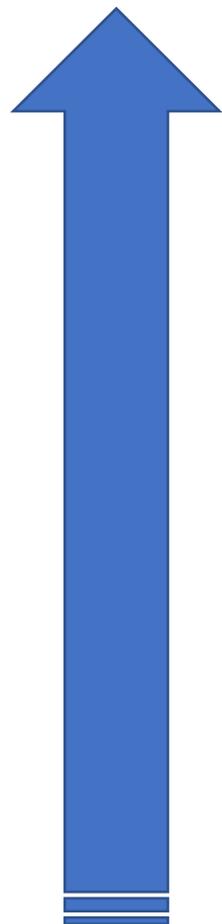
FEU

AIR

EAU

TERRE

DU TERRESTRE ... AU SPIRITUEL
DE L' ENFER... AU PARADIS
DU CORPS... À L' ÂME



Soupe de cerises, de fraises dans un menu.
La cuisinière du Haut-Rhin de Marguerite Spöerlin



NAVET SALÉ D'ALSACE SÛRI RUEWE

NOVETS

BLANCS CONFITS
prêts à cuisiner

bande dessinée du Tacuinatus (Schachtafel der Iheit): apologie de l'effluves des plantes.

1492, Schott, 1531.
1492 de Weiditz.



Morus. Quies. Exercitium. Equitatio. Venatio. Ludus pilæ. Luctatio.



Purgatio. Constipatio. Coitus. Sperma. Mundificatiua. Ebrietas. Foca.



Ebrietas. Vomitus. Raphani. Somnus. Confabulator. Loquens in somnis. Vigilia.

Les plantes à signature

la noix : bonne pour le cerveau,

l'hépatique a des feuilles en lobes semblables au foie,

la mandragore et son anthropomorphisme des racines,

le chou fleur et les poumons,

les haricots pour les reins



Livret réalisé par l'interprofession
des Fruits et Légumes d'Alsace.

Recettes proposées par les élèves et
leur professeur de la Mention Complémentaire
« Employé Traiteur » du lycée Hôtelier
Alexandre Dumas d'Ilkirch-Graffenstaden.

www.fruits-legumes-alsace.fr



Produit et transformé
en Alsace



| HIER | AUJOURD'HUI |
|--------------|----------------------|
| Herbes | Légumes |
| Racines | Légumes (racines) |
| Char (chair) | Viande |
| Viande | Aliments comestibles |
| | |

DE LA SANTÉ...

AU STATUT SOCIAL

Et le 6 novembre 1543 au mariage de Georges de BIEBAUPIERRE et Elisabeth de HELFFENSTEIN :

Premier service

- 1 Un pâté contenant trois perdrix vivantes
- 2 Chevreuil moucheté de raisins de Carinthe
- 3 Soupe aux œufs
- 4 Une enorme tête de brochet au bleu, tenant dans la bouche un lys blanc, image de l'innocence de la jeune mariée
- 5 Un brochet lardé
- 6 Boeuf accompagné de raifort
- 7 Une tarte surmontée des figures d'Adam et d'Eve ; le costume officiel des cours allemandes remplaçait le costume biblique.
- 8 Pâtés chauds au poulet
- 9 Chapons rotis

Second service

- 1 Une tour laissant échapper du vin blanc et des petits poissons
- 2 Carpe en sauce
- 3 Tête de porc dorée
- 4 Choucroute ornée de foie
- 5 Pâtés de chevreuil
- 6 Un mouton entier ; d'une ouverture qui lui avait été faite au cou, s'épanchait, en guise de sang, du vin rouge
- 7 Tarte chaude au lard
- 8 Saumon froid

Troisième service

- 1 Pâté de mésanges
- 2 Venaison en sauce
- 3 Une maison en pâtisserie
- 4 Ecrevisses
- 5 Cochons de lait
- 6 Marmelade aux œufs
- 7 Un aigle en pâtisserie dorée, rempli de gelée
- 8 Tarte aux pommes
- 9 Soupelette aux poissons

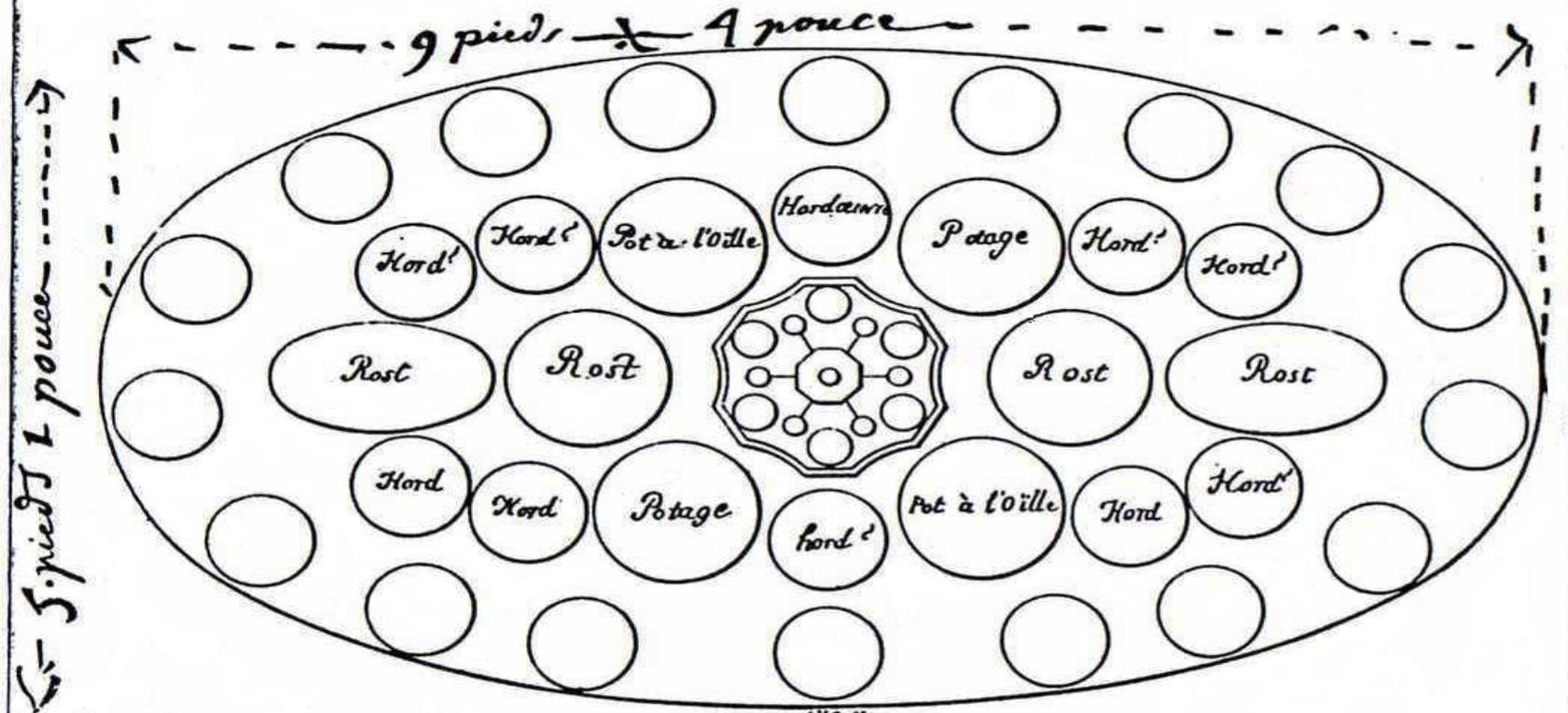
Il faut rajouter à ce menu la consommation de 9 boeufs, 18 veaux, 300 moutons, 100 chevreuils, 152 chapons, 200 poules, 120 pièces d'autres volailles, 90 oies, 60 perdrix, 70 bécasses, 200 autres volailles, 3 000 œufs...

Pendant les repas, les convives se livraient à des jeux de hasard.

Le grand service à la française



Plan du service de viande d'une des deux tables du Roy
qui sera servie à Marly lorsque Sa Majesté ira demeurer
arresté par Elle le 24. 9^{bre} 1699



En Tout 18. Plats
Savoir
4 .. Potages (A.D.)
4 .. Plats de Rost
11 .. Hordoeuvres

ces mesures sont bonnes



- La viande prime : **distinction sociale**, distinction médicale (la goutte)
 - Le **gibier** (animal libre comme la personne qui le mange)
- La viande se découpe : l'amphitryon, l'écuyer tranchant marque sa capacité à manier l'épée, donc d'être légitime à la guerre et donc en assurer des fonctions de commandements
- Des **produits se mangent mais ne sont pas mentionnés**
 - le fromage (le saint-nectaire)
 - les légumes comme les petit pois (Louis XIV)
- Si la viande distingue, le **végétal nourrit et soigne**



POSITION SOCIALE AUTOUR DE LA TABLE Répartition autour de la table selon son rang. Pb d'accès sauf à solliciter son voisin



Distinction entre le haut de cuisse et le pilon, les ailes

ON EST CATHOLIQUE On ne mange pas tout. Le regrat

ON RESPECTE SON ETAT DE SANTE

Entre les services : LES ENTREMETS

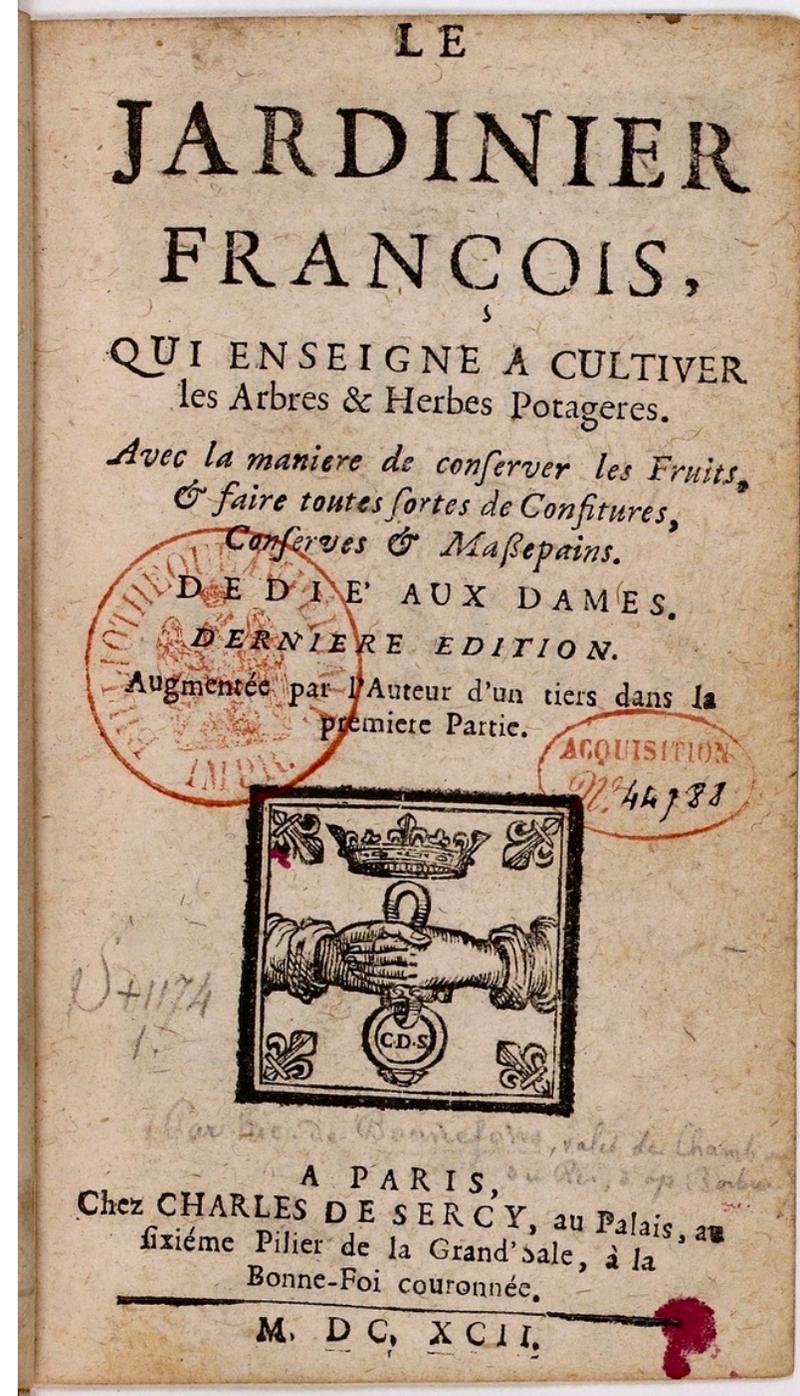
Les entremets qui désignent des morceaux de choix. Mais aussi des légumes : fritots , attéraux, hattelets, cromesquis, ce qu'on appellerait toast aujourd'hui. Ce qui sera l'**entremétier** (légumes , les œufs)

Mais aussi des distractions : troubadours, danses....

| SUR LE « MENU » | A DISPOSITION SUR TABLE | CONSOMME / NON CONSOMME |
|------------------------|--------------------------------|--|
| OUI | OUI | CONSOMME |
| | OUI | NON CONSOMME « SCHAUESSEN » |
| NON | OUI | CONSOMME LEGUMES FROMAGES |

1651

- Le titre du *Cuisinier François* fut si bien trouvé que NICOLAS DE BONNEFONS, premier valet de Louis XIV publie, quelques mois plus tard, un titre qui s'en approche : **Le Jardinier François**





- 1654 : les délices de la campagne.

- Le jardinier françois en est à sa troisième réédition en 4 ans. 5 autres allaient suivre jusqu'en 1741

- ***« J'entends que le potage aux choux sente entièrement le chou ; aux poireaux, le poireau ; aux navets, le navet et ainsi des autres (...) Ce que je dis des potages, j'entends qu'il soit commun et serve de loi pour tout ce qui se mange »***

- NB / Mais aussi l'influence de la religion : faire maigre... sans se priver d'être gourmand

1690

- LA QUINTINIE et le potager du roi
- Instruction pour les jardins fruitiers (1690)

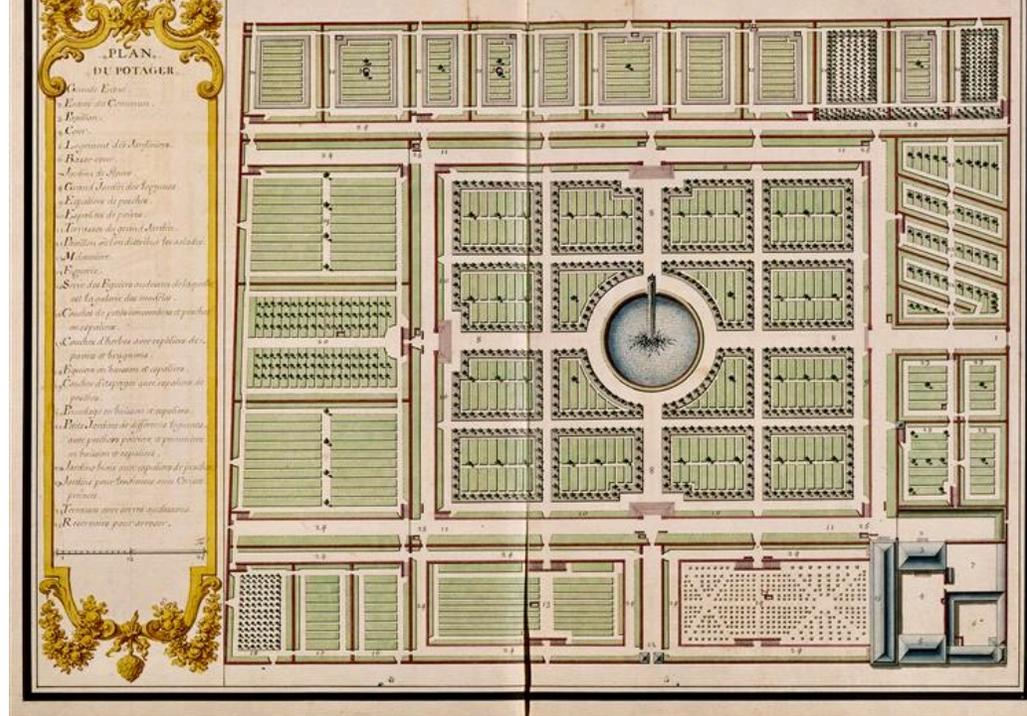


Habit de Jardinier.



Habit de Fruitiere.

Paris au Gr. S. Rempr. l'Empre. des Mathurins.



Les aliments du ponent et du levant

- 1 - **La toxicité de certaines « à l'état naturel »** : les tomates consommées avec la tige, la pomme de terre (ses germes) sont des solanacées, c'est-à-dire qu'elles contiennent des matières toxiques. La pomme de terre est difficilement digeste consommée crue.
- 2 - **L'acceptation** de ces produits suppose, soit que l'on importe également la technique culinaire appliquée par « les sauvages », soit que le potentiel technique local puisse s'adapter à ces nouveaux produits. Cette mésaventure est bien identifiée pour la pomme de terre à partir de laquelle on souhaitait faire du pain. Sort bien différent pour les haricots qui vont subir avec bonheur le traitement des légumineuses locales : fève, *fazeols*, *mougettes*...
- 3 – **La taxonomie** : la pomme de terre va souffrir de son classement dans la grande chaîne de l'être. C'est un aliment du « sous-sol », le domaine du diable, une baccade...tout juste bonne pour nourrir les cochons.
- 4 – Aucun texte de l'Antiquité ou du Moyen Âge ne parle de ces nouvelles espèces et, ce qui est beaucoup plus perturbant, **la Bible ne les mentionne pas** non plus...

• Début XIX^{ème} siècle LA DIETETIQUE MODERNE



- On découvre les protéines. **Avènement de la diététique moderne**
 - Les fruits et légumes ne disposent plus d'une constitution spécifique (chacun avait un rôle particulier) , ils partagent avec d'autres aliments les protéines et autres macronutriments.
- **Le restaurant / Littérature gastronomique**
 - Fin de la profusion immédiate / Profusion qui va s'étaler dans le temps
 - Égalité d' accès à la nourriture
 - L'argent impose l'information (la carte)
- **Fin progressive du service à la française**
- Innovation technique : La conserve (accusée de toucher aux principes vitaux des aliments)

Brillat-Savarin : La physiologie du goût

- Les éprouvettes gastronomiques.
- 1^{ère} série (revenu 5,000 F) :
 - Dindon...farci de marrons de Lyon
 - Un plat de choucroute
- 2^{ème} série (revenu 10 000 F) :
 - Quartier de chevreuil....sauce hachée aux cornichons
 - Des petits pois en primeur
- 3^{ème} série (revenu 15 000 f) :
 - Cent asperges,..., sauce à l'osmazôme

Nb : utilisation de la garniture à la provençale (sans autre précision)



• Début XX^{ème} siècle

2-3 LA CUISINE CLASSIQUE

On découvre les vitamines, les éléments minéraux

LA DIETETIQUE MODERNE ET LA CUISINE CLASSIQUE

- De l'influence des guerres
- **JEAN TRÉMOLIÈRES** / YVONNE SERVILLE / LUCIE RANDOIN : recommandations
 - Groupe 1 (viande et légumes secs), le « tonus émotif »
- **La cuisine classique** prend son essor après-guerre : la viande ses garnitures et les appellations culinaires
- Florence Bernard / Ginette Mathiot la cuisine ménagère
- Légumes : Statut d'accompagnement : cf le cumpanage

de la 25^e réunion ou



Gunzighheim le 31 janvier 1901



SCHING

CMU

crème subarry.
 cotelettes de grives à la st. hubert.
 roastbeef anglais. timbale milanaise.
 royal parfait de foie gras.
 pudding ambassadeur. fromages. dessert. fruits



LES GARNITURES SONT DÉSIGNÉES PAR LES APPELLATIONS CULINAIRES



Entre autre rôles, elles « camouflent » et « ennoblissent »

CREME DUBARRY

cf La Comtesse Jeanne Dubarry, dernière favorite de Louis XV

POTAGE CONTI

FRUIT CONDÉ

Les garnitures / Les appellations culinaires



Gigot d'agneau, **Garniture Renaissance**

la garniture *Renaissance* nous révèle à titre d'exemple, les produits traités et les techniques à mettre en œuvre :

« Fonds d'artichauts garnis carottes et navets tournés à la cuillère à légumes, haricots verts, petits pois, pointes d'asperges, choux fleurs nappés sauce hollandaise. Disposer en alternant les couleurs. Pommes nouvelles fondantes ».

Et donc présentés en bouquetières.



Les exigences de la cuisine en général et la cuisine classique en particulier

- Connaissances théoriques : les garnitures
 - Le « Gringoire & Saulnier », en fait le répertoire de la cuisine : 7 000 appellations, soient autant de garnitures (essentiellement de légumes)
- Connaissances pratiques :
 - La royale (de céleri, de tomates) dans un consommé
 - Bouquetière de légumes, jardinière
 - Les tailles : Tourner un légume (7 faces), dès, brunoise, paysanne, mirepoix, mirepoix bordelaise, julienne, bâtonnets, jardinière, porte-maillot, ...

Chartreuse de légumes
Jules GOUFFE



Pomme parisienne et
gelée de macédoine de fruits



Jusqu'à la pomme de terre

- Pour exemple, la **pomme *cocotte*** est une pomme de terre tournée à 7 faces, blanchie, égouttée, rissolée, dégraissée, passée au beurre frais, assaisonnée.
- Le terme *cocotte* fait allusion (avec respect) aux demi-mondaines d'autrefois. L'évocation de la **pomme *Anna*** (en référence à Anna Deslions, célèbre courtisane) et sa réalisation devraient interpeler le lecteur cuisinier.
- Il est difficile d'affirmer que le végétal n'était pas aussi bien considéré que le carné. D'aucuns pourraient évoquer une consommation « érotique » de la pomme de terre...



Quelques bémols (3): quand la science avance...

1

En France, Eugène Lefebvre relègue les légumes verts au rang d'aliments « **insuffisants pour soutenir la vie** » ; les fruits présentent des « **inconconvénients réels** » ; « **ils sont chargés d'eau, fermentescibles et peu nourrissants** ».

Les aliments, Paris, Hachette 1882. Pages 107,109,141,164.

Marcellin Berthelot déclare, en 1894, lors de son discours au banquet de la chambre syndicale des produits chimiques : « On a souvent parlé de l'état futur des sociétés humaines ; je veux, à mon tour, les imaginer, telles qu'elles seront en l'an 2000 (...) (...) Nous trouverons la solution économique du plus grand problème peut-être qui relève de la chimie, celui de la fabrication des produits alimentaires Le jour où l'énergie sera obtenue économiquement, on ne tardera guère à fabriquer des aliments de toutes pièces avec le carbone emprunté à l'acide carbonique, avec l'hydrogène pris à l'eau, avec l'azote et l'oxygène de l'atmosphère (...) Un jour viendra où chacun emportera pour se nourrir sa petite tablette azotée, sa petite motte de matière grasse, son petit morceaux de fécule ou de sucre, son petit flacon d'épices aromatiques, accommodés à son goût personnel (...) L'homme gagnera en douceur et en moralité, parce qu'il cessera de vivre dans le carnage et la destruction de créatures vivantes » .

2

Molécules. La science dans l'assiette. Christophe Lavelle. Éditions les ateliers d'Argol. 2021.

1930, aux USA, une « *évidence based health policy* », soit  une recommandation santé, est promulguée. Le contexte politique de l'époque, la crainte d'une récession font craindre des problèmes alimentaires.

Deux messages simples et « efficaces » sont proposés :

« Évitez les fruits et les légumes... » car ça ne contient que de la cellulose non digestible et de l'eau ».

« Achetez plutôt les bas morceaux de viande » car ils sont gras et contiennent plus de calories ».

La nouvelle cuisine : les « petits légumes »

En cuisine collective : PAI, « Convenance food » // Nouveautés de l'industrie AA

Une classification spécifique : les gammes / Disparition des légumeries qui nous manquent bien aujourd'hui

- Gamme 1 : produit brut
- Gamme 2 : produit en conserve
- Gamme 3 : produit surgelé
- Gamme 4 : produit cru / découpé / taillé emballé sous atmosphère contrôlée
- Gamme 5 : produit cuit emballé , souvent sous vide
- 6 ème gamme : sec
- En contrepoint : les légumes moches

Partie 3 : Sous l'égide de VERTUMNE & POMONE



Vertumne : Dieu des jardins

Arcimboldo Giuseppe (1525-1593) 1590, représentant l'empereur Rodolphe II, son ami / Les tableaux rigolos...



Pomone : nymphe aimée de Vertumne, divinité des vergers et des fruits

Déambulation gourmande qui (dé)montre



- La « relative » rationalité des mangeurs pour ne pas dire une irrationalité « totale »
 - Politique
 - La religion / la morale / Les manières de table
 - Niveau de connaissance scientifique / L'idée que l'on a de la santé
 - Les disponibilités

Nous sommes héritiers de cette histoire et elle a donc des conséquences dans les représentations, dans les manières de manger
Manifestement nous ne mangeons pas que des protéines , des calories...

• 1 Médicalisation

- Souhait d'une démedicalisation ?
- Il semblerait que l'on s'en éloigne
- Nouvelle diététique / Proximité d'une révolution ?
 - Épigénétique
- Des alimentations particulières

TENDANCES...

Sources : Jean Pierre
POULAIN

• 2 Judiciarisation

- Scandales alimentaires

• 3 Patrimonialisation

- Des questions à se poser sur le local / Mais si tout le monde fait pareil...
- Les circuits courts (définitions)
- Des variétés bien de chez nous, des variétés nouvelles (pomme)
- Des variétés nouvelles (anciennes) : topinambour, rutabaga



- **4 Politisation**

- Politique publique pour les incitations à divers types de consommation
- Dernière disposition la loi EGalim (programme de diversification des protéines)

TENDANCES...

- **5 Environnement**

- **6 Ethique alimentaire**

- **7 Relation Homme / Animal / Végétal**

- Certains ne préconisent-ils pas de consommer ce qui ne détruit pas la plante définitivement (en // à tuer ou utiliser sans trop nuire) ?
- La perspective de la viande « cultivée », « artificielle »

- 8 ...
 - La cuisine moléculaire (mise en évidence des propriétés fonctionnelles des aliments)
 - Food-pairing
 - La cuisine note à note
 - La question des aliments ultra-transformés (NOVA, SIGA)
 - Cuisine de rue, dark-kitchen
 - « Fait-maison » & Batchcooking...



Y' A PLUS QU' À...



- Réapprendre à cuisiner

- Intégrer des nouvelles techniques
- Des techniques qui ont fait leur preuve : Lacto-fermentation (cf AERIAL)
- Réinventer le *cumpanage* (qui a donné le nom accompagnement).

| | |
|-----------------------|---|
| 19-20 NOV. 2021 | 17 ^{ES} RENCONTRES FRANÇOIS RABELAIS |
| | FRUITS ET LÉGUMES, LES NOUVEAUX ROIS DE LA CUISINE ? |
| | SALLE THÉLÈME, UNIVERSITÉ DE TOURS, RUE DES TANNEURS, TOURS |

- Réapprendre à payer le prix des choses

- Cf coût matière en restauration collective et en restauration commerciale

Y' A PLUS QU'A...

- Réapprendre à vivre avec la notion de danger/risque
 - Services vétérinaires
- Réapprendre à retisser le lien avec le producteur
 - A ne pas suspecter systématiquement la mauvaise foi des hommes
- Réapprendre que la nouveauté, la technique n'est pas obligatoirement aliénante
- Un optimisme raisonné

Des initiatives nombreuses pour la promotion du végétal

Des avancées : le végétal comme épreuve spécifique des grands concours culinaires

Lycée hôtelier de Bazeilles Lycée des métiers de l'Hôtellerie, du tourisme et de la diététique



Des chefs : Alain PASSARD, Régis MARCON, JEROME GOMEZ/ FREDERIC JAUNAULT



Des chefs et personnalités alsaciennes

**ALAIN KLEINBECK / ALEXIS ET JEAN ALBRECHT / DANIEL ZENNER
HUBERT METZ** (La cuisine naturelle des plantes d'Alsace). **SIMONE
MORGENTHALER / OLIVIER NASTI** (Comment faire la cuisine des
légumes)

Liste non exhaustive.....

Les professionnels veillent au grain. Je tiens à remercier l'interprofession de leur heureuse initiative de nous rassembler. Pour un nouvel imaginaire, un nouveau récit autour des fruits et des légumes d'Alsace.

MERCI DE M'AVOIR ÉCOUTÉ
MERCI À L'I(interprofession)F(fruits et légumes)d' A(Alsace)

