

Trabajo Fin de Grado

La gastronomie française et sa consolidation à
travers le temps
French cuisine and its consolidation through history

Autor/es

Paola Botto Málaga

Director/es

José Ortiz Domingo

Filosofía y letras / Lenguas Modernas
Septiembre 2017

Table des matières

Introduction	2
1. De la survie à la quête du plaisir	3
1.1. Les premiers pas vers la cuisine	3
1.2. Les célébrations culinaires.....	3
1.3. La fonction sociale du repas.....	4
1.4. Charlemagne et le christianisme.....	6
2. Vers l'esthétique et les nouveaux goûts	9
2.1. L'italianisation gastronomique.....	9
2.2. Les apports du Nouveau Monde	10
3. La poursuite du raffinement	11
3.1. La naissance de la Grande Cuisine	11
3.2. La haute cuisine pour le bas peuple.....	13
4. Science et cuisine – apparition des premiers restaurants	14
4.1. Une approche scientifique et sociale.....	14
4.2. Les débuts de la restauration	15
5. Les nouvelles vagues gastronomiques	15
5.1. L'industrialisation	15
5.2. La cuisine dans la rue	16
6. La diversité de la gastronomie française.....	17
6.1. L'apogée de la cuisine régionale	17
6.2. La Nouvelle Cuisine.....	18
6.3. Les nouvelles vagues	20
Conclusion	21
Bibliographie	23

Introduction

Si la France brille dans bien des domaines, il en est un où sa bonne réputation ne peut nullement être mise en question : la gastronomie. La Tour d'Argent, L'Auberge du Pont de Collonges, Les Prés d'Eugénie, L'Ambroisie, La Bouitte, etc..., autant d'endroits sacrés que tout bon gastronome aimerait bien connaître. Paul Bocuse, Paul et Marc Haeberlin, Michel Gérard, Alain Passard, Yannik Alléno, etc..., autant de dieux culinaires pour tout dévot de la bonne cuisine voudrait côtoyer.

Il est indiscutable que la gastronomie est une des multiples merveilles que la France possède, un pilier solide sur lequel s'appuie une bonne partie de sa culture.

D'après la définition du mot « gastronomie » donnée par le *Petit Robert*, c'est « l'art de la bonne chère (cuisine, vins, ordonnance des repas, etc. » (Le Robert, 2010, p. 1034). Le terme ne se réfère pas uniquement aux mets, il englobe tout cet ensemble qui gire autour d'eux et qui va de la présentation au raffinement, en passant par la qualité et la décoration.

Le but de notre étude n'est pas de présenter ni de louer la grandeur de la gastronomie française, mais de voir comment des événements de tout ordre, historiques, sociaux, culturels, etc..., répercutent sur les français, et tout particulièrement sur leurs habitudes culinaires.

Pour mener à bon terme notre étude nous l'avons divisée en six parties que nous avons ordonnées chronologiquement. Partant de l'antiquité, nous nous proposons d'analyser et de montrer comment l'être primitif se sent pris dans un tourbillon de faits (les invasions, les mariages, les voyages, les moyens de locomotion, les mesures sociales, le progrès social, etc...), parfois anodins, mais qui sont susceptibles de jouer un rôle important dans son processus évolutif et transformationnel.

Nous traverserons les siècles en présentant les différentes écoles et courants culinaires ainsi que les apports et les nouveautés proposés. Mais, comme la gastronomie ne se réduit pas uniquement aux mets, nous étudierons la répercussion et l'étendue sociale de l'art culinaire, les effets qu'il provoque, les normes qu'il établit et l'usage qu'en font certaines classes sociales.

1. De la survie à la quête du plaisir

1.1. Les premiers pas vers la cuisine

Pour bien comprendre la raison de la création de la cuisine, nous devons découvrir la raison que nous mène à cuisiner, l'alimentation, et pour ce, nous devons remonter aux origines de l'homme. Il est vrai qu'autrefois, l'homme primitif avait d'autres inquiétudes que de bien se nourrir. Nous croyons que les difficultés auxquelles il était soumis étaient tellement importantes et nombreuses que sa préoccupation n'était autre que de chercher tout simplement de quoi manger afin de pouvoir survivre.

Nous pouvons considérer l'âge du fer comme l'époque où l'homme commence à trouver le plaisir de déguster des aliments ; il essaie de découvrir de nouveaux produits à consommer.

Le matériel pour étudier l'alimentation pendant l'âge du fer fait défaut. Cependant nous constatons que la découverte du fer, de même que le passage de la vie sédentaire à la vie nomade, permettent à l'homme d'agrandir son champ d'action. La chasse d'animaux plus imposants lui est désormais possible. En plus, le nomadisme lui livre des techniques de conservation telles que le séchage, le salage ou l'enfumage et lui offre la possibilité de découvrir de nouvelles textures et d'expérimenter des sensations gustatives qui lui étaient jusqu'alors méconnues. C'est donc à cette époque et grâce au fer et au nomadisme que commence à germer chez l'être humain son inclination pour la bonne nourriture.

1.2. Les célébrations culinaires

L'année 450 av. J-C s'avère être une date cruciale non seulement point de vue historique mais aussi gastronomique. Nous savons que les Gaulois arrivent de la mer du Nord et du nord de l'Allemagne actuelle et occupent la région qui se trouve au nord de la Garonne et du Massif Central. Quelques années plus tard ils arrivent à conquérir tout le territoire qu'on appelle de nos jours la France (Corcuera, 2017). Ils occupent un vaste domaine et y imposent leurs normes et leurs habitudes culinaires. Leur base alimentaire se compose principalement de céréales et de viande. L'abondance de céréales les mène à élaborer des produits dérivés, comme le pain. L'invention du pain marque un tournant dans l'alimentation tout au long de l'histoire. La domestication d'animaux suscite la consommation de viande et en conséquence, la création des premières spécialités

gastronomiques. « Ce qui caractérise la Gaule, célèbre pour ses porcheries, ce sont ses charcutiers et les œuvres qui n'ont rien à envier aux étals d'aujourd'hui. » constate Anthony Rowley (1997 : 24). La domestication d'animaux laitiers entraîne la consommation habituelle de lait, et par extension, la fabrication de fromages. Signalons aussi, grâce aux Gaulois, la découverte de la bière, descendante de son ancêtre gauloise la cervoise. Le triomphe de cette boisson est dû en partie à des raisons sanitaires, car « elle pouvait présenter moins de risques d'infection que l'eau » (Cuisine à la française, 2017).

Mis à part l'apport de nouveaux aliments et de leurs dérivés, ils professent également la culture des réunions gastronomiques: « les Gaulois ne manquent jamais une occasion pour s'assembler autour d'une table. Anniversaires, fêtes familiales, naissances ou morts, départ en voyage ou retour, tout est prétexte pour manger ou boire » (Rowley, 1997 : 25). Cette conception propre des Gaulois se maintient tout au long de l'histoire et c'est encore aujourd'hui la norme habituelle. Ils ne mangent donc pas pour survivre ; ils ont découvert le plaisir de manger et le désir de trouver de nouvelles saveurs est de plus en plus tangible.

1.3. La fonction sociale du repas

Au II^e siècle avant Jésus-Christ les envahisseurs d'antan se voient à leur tour envahis. Une partie de leur territoire, la Narbonensis, la partie sud-est du territoire gaulois, se trouve soudain sous la tutelle des Romains. Mais, ce ne sera qu'au I^{er} siècle après Jésus-Christ que toute la Gaule sera conquise et que commence la période de romanisation (Corcuera, 2017). Il va de soi que tout conquérant impose ses normes non seulement politiques, sociales, culturelles, mais aussi gastronomiques et alimentaires.

Rien d'étonnant donc de voir que la base nutritionnelle de la toute nouvelle société gallo-romaine connaît certaines modifications. Il est vrai que la grande variété de céréales, produite par les Gaulois, leur permet d'élaborer divers types de pain. Ce produit sera toujours au centre de leur alimentation. Mais leurs habitudes nutritionnelles vont changer et s'enrichissent grâce aux Romains. Ces derniers introduisent dans leur cuisine, d'une façon générale, l'utilisation de l'huile d'olive. Leur culture les pousse à avoir et à cultiver généralement leur propre potager, ce qui leur permet de consommer habituellement des légumes comme les fèves, les pois chiches, la laitue ou les poireaux. Avec la culture de légumes et de fruits la viande perd de l'importance. Disons, en

utilisant des termes modernes, que l'alimentation prend des tonalités végétariennes. L'une des caractéristiques des recettes romaines était l'utilisation d'épices et de condiments; leurs mets étaient très assaisonnés.

L'arrivée des Romains dans le territoire de la Gaule entraîne aussi la normalisation de la consommation du vin, premièrement « en Gaule Narbonnaise, puis il gagna très vite les autres provinces » (Musées Bourgogne, 2017 : 11).

Si l'utilisation de l'huile, du vin, des légumes, des épices ont changé les habitudes alimentaires des habitants de la Gaule, il n'est point dédaignable non plus de signaler « l'importance accordée [chez les Romains] à la convivialité du repas » (Rowley, 1997 : 26). C'est grâce à ces repas, à ces mets que la classe aisée s'offrait, que certains hôtes obtenaient des privilèges sociaux considérables. C'est au tour de la table que se jouait parfois l'avenir brillant de certains convives. Comme Rowley le signale (1997: 26), « la *cena* est une sorte de défi social ».

L'importance de ces repas fait que l'on établisse et que l'on conforme une cérémonie qui leur soit propre et qui les distingue. On assiste donc à « la division tripartite du repas en entrées, services et desserts » (Rowley, 1997 : 26). Le repas, transformé en facteur d'intégration et de progression sociale, entraîne le développement de l'art culinaire ; l'on se voue à la recherche de nouveaux raffinements et on introduit des produits novateurs et des saveurs inédites.

L'utilisation de miel, de pignons, de la friture, du vin, de nombreux légumes, d'huile d'olive, de fromage, de pudding, d'omelette sucrée et salée, de fruits, de viandes et d'épices venus de toute la zone d'influence de l'Empire et même de plus loin contribua à étendre la gamme de plats (Cuisine à la française, 2017)

Ce n'est point étonnant que l'on assiste à l'apparition du premier gastronome romain, Marcus Gavius Apicius. C'est grâce à lui que la société romaine a des traités culinaires et des recettes écrites. Son ouvrage *De re coquinaria* est considéré comme « l'un des premiers manuels d'art culinaire de l'histoire de l'humanité, il rassemble une collection de recettes classées par ingrédients et par plats » (Cuisine à la française, 2017).

Nous constatons que la romanisation de la Gaule a contribué à l'évolution de l'art culinaire et que l'alimentation n'est plus une nécessité quotidienne, pour certains, mais une quête du plaisir et de puissance sociale.

Au IV^{ème} siècle, de nouvelles invasions ont lieu. Les armées germaniques pénètrent en territoire gaulois. Les Francs envahissent la partie Nord de la Gaule, puis au V^{ème} siècle les Wisigoths occupent le Midi et les Bourgondes l'actuelle Bourgogne-Franche-Comté. En général, les Germaniques se sont adaptés à la culture du peuple envahi, mais leurs habitudes alimentaires ont été transmises aux Gaulois (Corcuera, 2017).

Les Barbares sont, en ce qui concerne l'alimentation, à l'opposé des Romains. « Un nouveau modèle alimentaire fondé sur la viande se trouve confronté au modèle romain, largement végétarien » (Rowley, 1997 : 28). On assiste donc à un premier choc gastronomique entre Romains et Germains aux conséquences importantes. Il divise la Gaule en deux. Le Nord devient territoire barbare, et le Sud territoire romain. Chaque territoire garde ses habitudes et ses coutumes alimentaires.

On voit donc pendant cette période un certain retour en arrière. Le raffinement et l'art culinaire que les Romains avaient pris soin de développer sont estompés par ce nouveau modèle rustique barbare.

1.4. Charlemagne et le christianisme

Le Moyen Âge, et son organisation féodale en trois ordres: les oratores (ceux qui prient, le clergé), Les bellatores (ceux qui font la guerre, la noblesse) et les labratores (ceux qui travaillent, le tiers-état) vont jouer un rôle considérable dans les habitudes alimentaires des Gaulois (Histoire pour tous, 2010).

Nous devons signaler que les invasions germaniques ont contribué assurément à l'appauvrissement du pays. La faim touche de plein feu la population en entier, tout particulièrement les couches les moins aisées. « On peut donc parler de régression alimentaire et culinaire » (Cuisine à la française, 2017). Conscient de cet appauvrissement général, Charlemagne, une fois couronné roi, consacre une partie importante de son temps à l'organisation de l'agriculture et il foment la création et l'exploitation des fermes. La culture de légumes et l'élevage d'animaux ont permis au peuple français de surmonter plusieurs étapes de famine. L'église catholique est omniprésente ; elle a un pouvoir énorme et influence les Français.

Les céréales sont d'une importance vitale pour l'homme au Moyen Âge. Pour certains c'est la base de leur alimentation, pour d'autres, la seule chose qu'ils ont à mettre sous la dent. Le pain constitue, comme auparavant, un aliment indispensable

pour chaque repas. Il sert de tranchoir où on dépose la nourriture. Le pain sert d'assiette pour les classes aisées et d'aliment unique pour les démunis: « les paysans les mangeaient ensuite, alors que les riches donnaient leurs tranchoirs aux pauvres » (Château de la Hunaudaye, 2017 : 2). Charlemagne, voyant l'importance croissante qu'acquiert le pain dans l'alimentation des Francs, réglemente sa fabrication en fours communs et instaure le métier de boulanger.

Le clergé, un des composants du monde féodal va jouer un rôle primordial dans la nutrition au Moyen Âge. Ses normes, ses règles dogmatiques et très strictes limitent beaucoup la liberté de choix d'aliments. « L'obligation du jeûne a donné naissance à une cuisine spécifique », signale Rowley (1997 : 48). « Pendant les jours maigres, c'est-à-dire les vendredis, les samedis et les périodes de jeûne comme le Carême, on ne peut pas consommer de la viande ni des graisses animales ». (Château de la Hunaudaye, 2017 : 1) « La proposition monastique était de trouver le signe de distinction et de force – non pas physique, mais spirituelle – dans le fait de manger peu, de macérer son corps par le jeûne, de s'abstenir de la viande » (Montanari, 1983 : 59) L'imposition ou la non permissibilité de manger ces aliments certains jours pousse la consommation de poisson à des cotes considérables.

Par ailleurs, les raids vikings, « spécialistes de la pêche » (Rowley, 1997 : 28), en l'an 820, ont également favorisé la consommation de saumon et de hareng. Ce dernier est pêché en abondance et consommé par toutes les couches de la société, raison pour laquelle « le hareng devient le mets-symbole de carême » (Rowley, 1997 : 32). Des techniques de conservation, comme le séchage, le salage ou le fumage se développent, et une vraie industrie du hareng s'établit.

Mais l'église va beaucoup plus loin et classe les aliments d'après les quatre éléments de la nature : Le feu, l'air, l'eau et la terre. Le feu est l'élément le plus considéré, puis viennent l'air, l'eau et finalement la terre, l'élément le plus éloigné de Dieu. L'église professe que les végétaux qui poussent sous terre, comme les oignons, les pommes de terre, les carottes, etc., doivent être méprisés; par contre les légumes qui poussent vers le haut, comme les salades ou les petits pois, les asperges, etc..., doivent, eux, être considérés comme des aliments très dignes. Or, les premiers sont consommés par les classes délaissées et les seconds par les classes aisées (Histoire pour tous, 2010). Au fond, c'est une belle façon non seulement d'établir une frontière entre classes sociales, d'innocenter les uns et de culpabiliser les autres, mais aussi d'anoblir la

richesse et de crucifier la pauvreté. L'église instaure l'absurde comme norme cléricale: le lait (aliment primaire des couches sociales appauvries) est maudit et méprisé, par contre le fromage (élaboré par les abbés et consommé par les couches aisées) est béni. Certes, la permissivité et cette largeur d'esprit envers les abbés contribuent en partie à la naissance de l'industrie fromagère. N'oublions pas que c'est à cette époque que commence la production de fromages très habituels et consommés de nos jours, tels le roquefort et le brie.

Il en va de même avec la volaille : les festins à base de paons ou de faisans, grands oiseaux associés à la haute société (Histoire Pour Tous, 2010) sont, non seulement, permis, mais aussi loués. Par contre, la consommation d'oiseaux de petite taille (aliment hasardeux des pauvres) est mal vue.

Mais qu'importent la famine, la pauvreté générale du pays et le manque d'aliments, les nobles, eux, se doivent aux plaisirs du festin et à l'art de manger. Le principe de Charlemagne dictait qu'« un grand prince est un gros mangeur » (Rowley, 1997 : 36). Les Germains, grands mangeurs, proclamaient bien avant que le fit l'Empereur, que manger beaucoup et bien dénotait un signe de noblesse et la force physique (Montanari, 1983 : 62). Les festins occupent une place primordiale au sein de la haute société ; ils sont considérés comme une façon d'étaler la richesse, de étaler le pouvoir, d'exhiber la puissance politique. Les mets sont stratégiquement disposés sur la table, pour que chaque convive ne consomme que les aliments qu'il a devant lui et qui sont disposés en accord avec son rang social.

Une autre façon de manifester le talent et la richesse était d'assaisonner les mets avec des épices venues d'Orient. Les épices jouent un rôle très important dans la haute cuisine médiévale, elles sont « la mesure du goût, de la richesse et de la réputation culinaire » (Rowley, 1997 : 45). Il n'est point difficile de trouver des épices comme le gingembre, la cannelle, le safran ou la muscade pour les gens fortunés : « les épices, signe de luxe et de diététique sont préférées aux plantes aromatiques, plus populaires » (Old Cook, 2017).

Un autre aspect crucial pour la propagation et l'épanouissement de la cuisine française médiévale est la littérature. Les gens étudient la cuisine, incluent des descriptions de banquets et de festins dans leurs œuvres, et rédigent des recueils de recettes. C'est le cas du Guillaume Tirel, dit Taillevent, le premier grand cuisinier français qui, ayant travaillé dans de nombreuses cuisines royales, rédige *Le Viandier*, un

livre de recettes recueillies tout au long de sa vie où apparaissent tous ces produits venus du Nouveau Monde (Histoire Pour Tous, 2010). L'apparition de ce genre de recueils permet une diffusion certaine de recettes culinaires.

Le besoin de trouver de nouvelles saveurs, la recherche et l'emploi de produits venus d'ailleurs afin d'éveiller les goûts cachés, l'importance sociale des festins, les apports de la tradition gallo-romaine et des peuples barbares, ont contribué à l'évolution de la gastronomie médiévale et que celle-ci acquière une identité certaine.

2. Vers l'esthétique et les nouveaux goûts

2.1. L'italianisation gastronomique

La Renaissance offre un panorama séduisant. Des événements historiques, sociaux et politiques entraînent la gastronomie dans des sentiers inédits et permettent aux Français d'ouvrir leurs esprits vers de nouveaux horizons. La période de la Renaissance est très marquée par l'influence italienne issue du mariage en 1533 entre la florentine Catherine de Médicis et Henri II.

L'introduction de la culture italienne dans la vie française laisse des vestiges évidents concernant l'esthétique, car « l'estampille italienne est la marque du bon goût » (Rowley, 1996 : 58). Le premier changement distinctif et visible se réfère à l'art de la table. Catherine de Médicis y introduit son empreinte personnelle: elle utilise les verres en verre de Murano, la fourchette et l'assiette, qui remplacent le tranchoir médiéval (Site du Maître Queux, 2003).

L'influence italienne se voit également favorisée par l'imprimerie, car elle permet de diffuser à grande échelle de nombreux ouvrages italiens, anciens et contemporains, souvent traduits en français. C'est ainsi que les idées écrites de certains auteurs comme Bartolomeo Sacchi, dit Platine de Crémone sont arrivées en France. « Il est le premier à promouvoir le plaisir que procurent des plats savoureux » (Histoire Pour Tous, 2011). Il faut signaler également l'œuvre de Nostradamus, *Le traité des confitures*, où sont publiées « des recettes des gelées, des confitures sèches à l'orange ou au citron et des pâtes de fruit, toutes inspirées de livres vénitiens » (Rowley, 1997 : 58). Nous voyons également que les artistes pâtisseries italiens sont pour quelque chose dans le bon savoir-faire de la pâtisserie française.

De la Renaissance datent de nombreuses tourtes et tartes, le gâteau de riz, la pâte d'amande et le massepain, les dragées, le pain d'épices, la pâte à choux, les biscuits à la cuillère, les pâtes de fruits (confitures sèches), les fleurs confites (ancêtres des violettes en sucre), les écorces de fruits confits, le nougat et la crème glacée (Cuisine à la française, 2017).

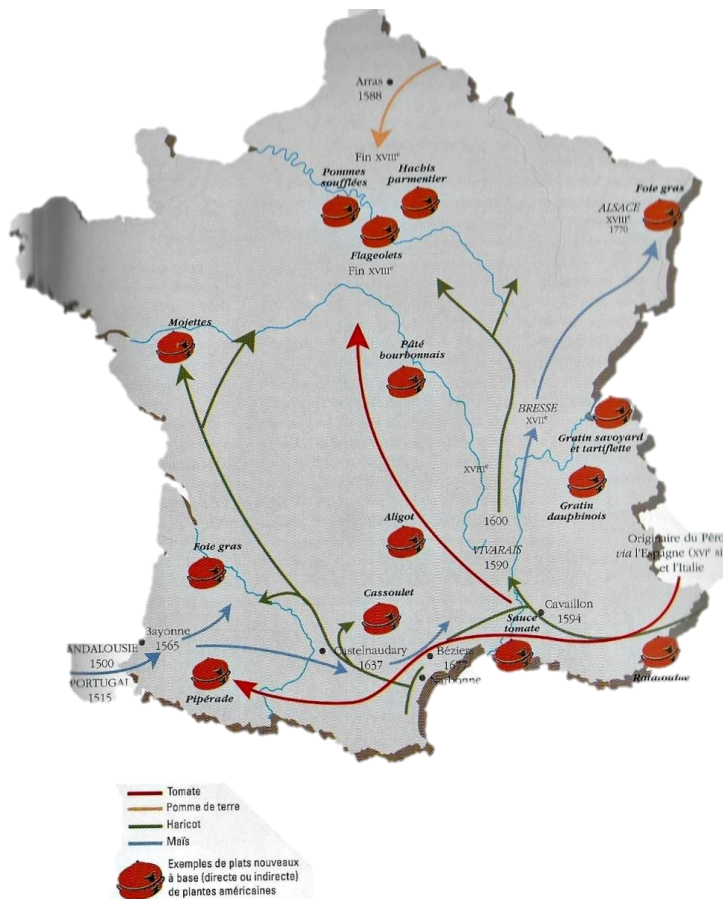
Malheureusement, la pâtisserie n'est pas un mets savouré par le peuple, il est réservé de manière générale à la haute société, car tout ce qui dérive de l'Italie se rattache à la cour et concerne les gens fortunés. « La Renaissance consacre un goût irrépensible des élites sociales pour la pâte d'amande, les confitures et les confiseries » (Cuisine à la française, 2017).

Mais l'influence italienne ne se limite pas à la pâtisserie. La famille Médicis, porteuse du bon goût, exerce un tel pouvoir en France que la noblesse ne cesse d'imiter ses manières et elle fait sienne son alimentation : « Les asperges, les concombres, les pois chiches, les brocolis ou les artichauts, que les duchesses d'Italie transportent dans leurs fourgons, suscitent un effet de mode à la Cour qui se toque de ces produits de reines » (Rowley, 1997 : 58). Or, ces aliments que l'on vénère ont été longtemps méprisés. La nouvelle mode dicte que des aliments, propriété des pauvres et bannis autrefois, comme les carottes, les laitues ou les épinards sont désormais présents sur les tables princières. La volonté de « respecter l'intégrité gustative et visuelle des ingrédients au lieu de chercher à les masquer » (Cuisine à la française, 2017) fait que les épices, pièces essentielles de la gastronomie médiévale, soient subitement délaissées. Le souci de recherche de finesse transforme le gibier (mets succulent jadis) en pièce anodine et peu sollicitée par les élites sociales.

2.2. Les apports du Nouveau Monde

Il faut souligner que la découverte de l'Amérique, fait historique sans précédent, permet de découvrir le sentiment de méfiance qui règne chez les Français envers toute une série d'aliments venus du Nouveau Monde.

La pomme de terre apparut dans les Alpes puis dans le Vivarais, mais ce tubercule sombre et cabossé qui s'apparente à la famille des « solanacées » au même titre que la belladone, la mandragore la jusquiame toxique, le datura (hallucinogène et mortel) fera l'objet d'une méfiance et sera longtemps absente de la cuisine française (Histoire Pour Tous, 2011).



La diffusion des produits d'origine américaine et les plats qui en sont issus (Rowley, 1997 : 53)

La tomate suscitait la même peur; on disait qu'elle pouvait causer la lèpre. Mais peu à peu ces deux aliments, comme beaucoup d'autres, tels que le maïs, le café, le piment ou le chocolat ont conquis les Français, qui les ont intégrés dans leurs habitudes culinaires. La carte à gauche illustre bien comment ces aliments du Nouveau Monde ont permis d'élargir et d'enrichir la gastronomie française.

Une différenciation entre les cuisines régionales commence à se manifester. Les produits cultivés dans le Nord de la France diffèrent de ceux qu'on fait pousser dans le Midi ou dans le Sud du pays. Ainsi, la consommation de

légumes est plus abondante dans le Midi que dans le Nord, de même que le vin, dont la production est quasi limitée au Sud, car le climat est plus favorable pour la culture. « Le vin devient donc un luxe au nord d'une ligne Nantes-Reims » (Rowley, 1997 : 60). Les conditions météorologiques conditionnent aussi la production de beurre, plus répandu dans le Nord, « où le climat doux et humide favorisait les herbages et l'élevage bovin » (Histoire Pour Tous, 2011).

3. La poursuite du raffinement

3.1. La naissance de la Grande Cuisine

La famille Médicis est toujours présente dans le panorama français au XVII^e siècle, cette fois grâce au mariage entre Marie de Médicis et Henri IV. Le goût pour les légumes, déjà remarquable au XVI^e siècle, y trouve maintenant son apogée. Cet essor et cette passion pour les légumes, mais aussi pour les fruits, sont dus, en grande partie, au

célèbre Potager du Roy Louis XIV à Versailles, géré par La Quintinie, jardinier et agronome français qui « invente des techniques de transplantation (...), d'amélioration du sol et de production hors-saison » (Rowley, 1997 : 66). Cet énorme potager pousse à la consommation démesurée de végétaux à la Cour, exemple que suivent une grande partie de citoyens. Les nouvelles techniques de culture élaborées et diffusées par La Quintinie provoquent que les Français imitent la Cour et cultivent leurs propres potagers.

Dans cette course effrénée à la recherche suprême du raffinement, mise en marche déjà au siècle précédent, « la gastronomie est à l'image de la monarchie [du Roi Soleil], somptueuse et raffinée » (Cuisine à la française, 2017), les mets surchargés et trop épicés vont disparaître. Les épices sont remplacées par des plantes aromatiques, tels que le persil, le thym, le romarin ou le laurier, qui respectent davantage le côté naturel des produits. Cette idée farouche de réduire l'emploi d'épices, initiée par la Cour, est reprise et revendiquée par La Varenne, célèbre cuisinier du XVII^{ème} siècle et auteur de *Le cuisinier françois*. Dans son livre il expose les bases de cette « Grande cuisine » qu'il vient de lancer. Ses nouvelles techniques visent à créer des mets plus légers, modestes et moins épicés. Les mélanges salé-sucré ou aigres-doux, courants auparavant, se voient désormais également rejetés.

Dans cette nouvelle façon de cuisiner, La Varenne met l'accent sur l'organisation dans la préparation des mets. « Le grand bouillon nourricier » est le fondement essentiel de toutes ses recettes. Cuisiné à base de viandes, il ajoute tout simplement quelques pincées de farine comme agent de liaison pour obtenir un coulis, ancêtre des actuels fonds. Les mets sont accompagnés de garnitures qui ont à la fois une mission nutritionnelle et ornementale (Plouvier, 2010 : 98). L'objectif est de créer des mets fins, simples et raffinés. D'où le paradoxe qu'entraîne la « Grande cuisine », car « les artifices les plus sophistiqués sont utilisés pour assurer la magnificence du repas; plus encore qu'au siècle précédent, il doit être un éblouissant et fastueux spectacle » (Plouvier, 2010 : 102). Le retour au naturel et à la simplicité des mets se voit troublé par le désir d'ostentation. Un autre reproche que l'on émet à cette nouvelle cuisine est l'homogénéité des recettes. L'utilisation d'une base commune, le grand bouillon, fait que « les magnifiques préparations élaborées avec une infinité de soins par les queux finissent ainsi par se ressembler à l'œil comme au goût » (Plouvier, 2010 : 102).

3.2. La haute cuisine pour le bas peuple

Ces critiques ont été à l'origine d'un mouvement de contestation représenté surtout par L.S.R. et Bonnefons, deux écrivains, agronomes et intéressés par la gastronomie. Ils critiquent dans leurs ouvrages l'extravagance et les excès baroques de cette nouvelle cuisine. L.S.R. défend le classicisme culinaire, le vrai respect du naturel et la réflexion sur les innovations, car d'après lui « il existe des règles générales et des choses en ce monde qui nécessairement doivent être ainsi qu'elles sont » (Plouvier, 2010 : 103). Bonnefons et le célèbre Massaliot vont jouer un rôle de tout premier ordre dans le panorama gastronomique du XVII^{ème} siècle. La publication de leurs recettes a permis à la bourgeoisie d'accéder à la cuisine noble. Les bourgeois, point considérés comme des membres de la haute classe sociale, trouvent dans ces publications la façon de s'introduire dans le monde clos de la noblesse, d'accéder à ses secrets culinaires, d'imiter ses habitudes, en un mot, de rompre les frontières alimentaires qui les différenciaient. Grâce à cette nouvelle façon de transmettre le savoir culinaire se développe une nouvelle gastronomie bourgeoise où les recettes régionales gagnent du poids : « La cuisine française abandonne ce qui l'avait jusque-là distinguée de la cuisine ordinaire, les épices, et puise son inspiration, au moins en partie, dans les cuisines régionales, donc bourgeoises ou populaires » (Rowley, 1997 : 69).

Le public, lecteur des recettes, est de plus en plus large et les couches les plus basses sont capables, elles aussi, d'accéder à une cuisine plus élaborée et plus riche.

La cuisine sucrée entre dans les demeures humbles grâce à deux ouvrages de La Varenne: *Le pâtissier françois* et *Le confiturier françois*. La nouveauté de ces deux publications est la divulgation des secrets de fabrication de certaines pâtes. Certes, les pâtissiers n'avaient pas l'habitude de révéler les secrets de l'élaboration de leurs produits. La fabrication de la pâte, de la pâte à choux, de la crème pâtissière ou la recette du feuilletage n'est plus une énigme pour personne (Plouvier, 2010 : 100, 101). Les pâtissiers professionnels, de même que la haute société, se voient dépouillés d'un bien fictif qui semblait leur appartenir.

4. Science et cuisine – apparition des premiers restaurants

4.1. Une approche scientifique et sociale

Le XVIII^{ème} siècle, connu comme le siècle des Lumières, est « un siècle inventif même en matière de gastronomie » (Rowley, 1997 : 74). Le désir de progrès, d'innovation, de recherche scientifique et de savoir vont être les ingrédients qui vont nourrir les compositions culinaires.

La prédominance de la pensée scientifique qui caractérise ce siècle fait qu'un parallélisme s'établit entre l'art culinaire et la science. Les maîtres queux ressentent la nécessité de créer, de trouver de nouvelles saveurs et de renouveler le domaine culinaire. Ils travaillent sans relâche pour atteindre le goût parfait, pour que les yeux puissent caresser du regard le raffinement absolu, pour que les mets puissent présenter des décompositions, des montages et des mélanges innovateurs. Une nouvelle cuisine est née. Au fond, cette « nouvelle vague » ne diffère pas beaucoup des mouvements culinaires précédents, car elle propose, comme les autres, la légèreté des mets et le respect de la diététique. La différence vient du fait que les nouveaux cuisiniers basent tout leur art cuisinier sur la science.

Leur but : ne pas limiter leurs créations culinaires uniquement à l'aristocratie et faire en sorte que le plus grand nombre possible de la population puisse y avoir accès. Pour mener à bon terme ces propos, plusieurs cuisiniers de l'époque proposent la publication de leurs mets. Vincent de la Chapelle rédige des recettes adressées aux couches les plus défavorisées et « explique de façon ingénieuse comment réaliser le plus de repas possible sans grand coût de revient » (Académie Culinaire de France, 2017).

Cependant les belles et bonnes intentions ne sont pas toujours réalisables. Ces auteurs élaborent une cuisine sophistiquée et luxueuse. Les garnitures sont à base de produits très raffinés et coûteux, tels les huîtres, les truffes ou les écrevisses. Les nouveaux plats sont souvent composés de produits exotiques importés d'Outre-mer. Le champagne, promu par le Régent Philippe d'Orléans, fait aussi acte de présence sur les tables royales.

Ces paradoxes font qu'une division entre cuisiniers se produise et que deux courants culinaires apparaissent: les modernes et les traditionalistes. Les premiers,

dignes continuateurs de la philosophie culinaire du XVII^e siècle, cherchent la simplicité et la pureté, mais les mets qu'ils élaborent sont extrêmement complexes et luxueux. Les traditionalistes, eux, considèrent que cette nouvelle vague n'a rien de révolutionnaire, car leurs mets rappellent trop souvent l'ancienne cuisine.

4.2. Les débuts de la restauration

Vers la moitié du siècle, nous assistons à la naissance des restaurants. Le promoteur de cette nouvelle mode n'est autre que le « Champ d'Oiseaux », lieu où l'on servait « des bouillons, des mets délicats comme le chapon au gros sel, les biscuits du Palais Royal, fruits de saison, le fromage à la crème » (Cuisine à la Française, 2017). Le changement du mode de vie qu'entraîne la consommation d'un repas complet à la mie journée donne naissance au concept du « restaurant ». Il faudra attendre quelques décennies pour l'apparition des restaurants tels qu'on les considère de nos jours, car ces premières tavernes ou auberges n'ont pas le droit de servir des mets tels le ragoût ou des plats en sauce. « L'existence des restaurants est officialisée en 1786 lorsque pour la première fois un arrêt autorise "les traiteurs et restaurateurs à recevoir des clients dans leurs établissements et à y donner à manger" (...) » (Rowley, 1997 : 81).

La Révolution française va jouer, elle aussi, un rôle déterminant dans le panorama gastronomique français. L'abolition des privilèges et des corporations des métiers fait que beaucoup de cuisiniers doivent s'exiler avec leurs maîtres. Ceux qui ne quittent pas le pays offrent leurs services aux nouveaux bourgeois où ils ouvrent leurs propres restaurants. C'est ainsi qu'une partie importante de citoyens peuvent jouir désormais de cette gastronomie fine et sophistiquée, jusqu'alors réservée aux aristocrates.

5. Les nouvelles vagues gastronomiques

5.1. L'industrialisation

Au XIX^{ème}, le patrimoine culinaire français se consolide et il traverse les frontières grâce à des évolutions industrielles et professionnelles, et à travers certaines figures emblématiques, telles que Carême et Escoffier, deux cuisiniers qui ont bouleversé le panorama gastronomique français.

L'introduction du froid dans la conservation des aliments, l'invention du fourneau en fonte et de l'appertisation, méthode de conservation découverte par Nicolas Appert, qui permet de maintenir des produits périssables dans des récipients hermétiques, donnent naissance à l'industrie agroalimentaire et modifient les pratiques culinaires.

L'avènement de la pomme de terre est aussi quelque chose de révolutionnaire, « elle devient une des perles du trésor gastronomique français » (Cuisine à la Française, 2017). Ce produit, chassé, par crainte, des cuisines françaises, devient au XIX^{ème} siècle un aliment clé pour la gastronomie française grâce à Antoine-Auguste Parmentier, un pharmacien nutritionniste. « Parmentier avait pu apprécier les vertus nutritives de la pomme de terre pendant qu'il était en captivité en Prusse. Il les recommande donc pour résoudre le problème des famines endémiques qui ravageaient encore la France à cette époque » (CNIPT, 2013).

5.2. La cuisine dans la rue

Ce petit restaurant qui vit le jour vers la fin du XVIII^{ème} « devient au XIX^{ème} siècle une véritable institution » (Superprof, 2017). Le nombre d'établissements se multiplie à grande vitesse. La prolifération d'établissements divise ces derniers en catégories selon la clientèle qui les côtoie. Les restaurants réputés s'adressent à un public fortuné, les restaurants modestes s'adressent à une population moins favorisée.

L'intrusion du restaurant dans la vie quotidienne des Français donne lieu à la naissance du critique gastronomique. Grimod de la Reynière, considéré comme le premier critique gastronome de France, dans son *Almanach des Gourmands*, « diffuse les formes et le fond de la haute cuisine » (Cuisine à la Française, 2017). Brillat-Savarin, autre critique important et auteur de *La physiologie du goût*, s'intéresse aux notions de saveur, de goût et analyse le processus de la dégustation, la mécanique du goût.

Or, cette littérature gastronomique va avoir son influence chez Carême et Escoffier, grands cuisiniers de l'époque. Carême, qui se dit « moderne », porte une attention spéciale aux formes. L'esthétique dans ses compositions est hautement considérée. L'une de ses passions est de créer des structures architecturales gastronomiques d'une inconcevable difficulté. Des compositions où les effets clair-obscur et les transparences se marient à la perfection à la couleur. Comme le signale

Liliane Plouvier (2010 : 111) « la cuisine de Carême doit pouvoir se manger des yeux ». Cependant, cette sophistication et cette complexité des plats ne font qu'enrichir les mets. Escoffier, lui, fuit la complexité excessive de Carême et cherche avant tout la simplicité et la sobriété. Comme l'explique Plouvier (2010 : 112), « Escoffier se borne à restituer à la Grande Cuisine son authenticité et sa pureté initiales ». Deux écoles, deux tendances gastronomiques que cette bourgeoisie triomphante après la révolution va utiliser à son profit. Elle n'abandonne pas la cuisine populaire, mais elle fréquente les restaurants bien cotés et chers afin d'étaler leur richesse et leur pouvoir naissants.

À ces deux tendances, il faut en ajouter une troisième : la « cuisine des restes ». Issue du besoin et de nécessités, elle devient très populaire et crée des recettes qui font le bonheur de la gastronomie actuelle, tels le hachis Parmentier ou le gâteau au riz.

6. La diversité de la gastronomie française

6.1. L'apogée de la cuisine régionale

Le XX^{ème} siècle soude l'union entre le tourisme et la gastronomie. L'automobile, les chemins de fer, l'instauration et la consolidation des congés payés poussent les Français à voyager, à découvrir les différentes régions de leur pays et leurs traditions culinaires : « C'est au cœur de la France que l'on recherche et découvre désormais les trésors gastronomiques jusque-là quelque peu négligés » (Cuisine à la Française, 2017). « En France, dès le début du 20e siècle (...) on cultive la nostalgie du monde rural et l'intérêt pour le régionalisme. Cela se traduit en cuisine par le goût pour les produits du terroir et les recettes traditionnelles des régions de France » (Old Cook, 2017).

Cet intérêt pour la France profonde donne lieu à la naissance d'une puissante industrie hôtelière. Des restaurants spécialisés en cuisine régionale fleurissent, des livres louant les merveilles des produits de terroir affluent et la notion d'appellation d'origine est créée afin de mettre en valeur les produits locaux.

Maurice Edmond Sailland, dit Curnonsky, et Marcel Rouff, grands gastronomes et défenseurs de la cuisine faite maison et élaborée avec des produits locaux, contribuent avec leur publication *La France gastronomique, Merveilles Culinaires et des bonnes auberges* à mettre en lumière la gastronomie régionale.

L'essor des restaurants et de la cuisine régionale contribue à la création du guide rouge Michelin en 1900, un guide publicitaire, au début offert avec l'achat de

pneumatiques, qui fournissait des informations pratiques sur des villes en général. En 1920, les restaurants apparaissent dans le guide pour la première fois et ce sont les clients de Michelin et des inspecteurs anonymes qui évaluent la qualité des mets des restaurants qu'ils ont visités. Quelques années plus tard, « les étoiles de bonne table » pour classer les meilleurs restaurants apparaissent. Le Guide Michelin est actuellement le plus ancien et le plus connu des guides gastronomiques européens. Sa naissance, l'essor de la critique gastronomique et l'importante considération de la cuisine en général ont mené certains restaurateurs français à leur apogée.

6.2. La Nouvelle Cuisine

Le début du siècle coïncide avec la révolution industrielle, et cela entraîne de grands changements dans les habitudes alimentaires. L'industrie agro-alimentaire, déjà développée au XIX^{ème} siècle, offre des produits prêts à être mangés. Cette tendance qui essaie de venir en aide aux Français et qui prétend leur faciliter la tâche dans la vie quotidienne en leur offrant des plats précuits, banalise, grâce à des produits périssables tels les œufs en poudre, non seulement les matières premières, mais aussi l'idée de gastronomie dans son essence propre. L'évolution des électroménagers, comme les réfrigérateurs et la cuisine au gaz, marque un tournant dans la conservation des aliments et dans la préparation des mets.

Le jour à jour des français est plus rapide à chaque fois, et cela fait que l'on cherche la rapidité et la simplicité dans la cuisine. La cuisine traditionnelle se maintient lors des événements spéciaux et festifs, tels que le repas du dimanche ou le jour de Noël. Mais cette nouvelle nécessité de rapidité dans la cuisine fait qu'un nouveau mouvement culinaire se dresse dans le panorama national : « la Nouvelle Cuisine ». Les responsables de cette dénomination ont été les journalistes culinaires Henri Gault et Christian Millau, auteurs du guide Gault-Millau, pour faire référence à la cuisine des chefs des années 60. Ce mouvement surgit comme une sorte de contestation à la cuisine d'Escoffier et se transforme aussitôt en mouvement gastronomique. Les têtes d'affiche de cette tendance sont, entre autres, Paul Bocuse ou Michel Guérard.

Les caractéristiques principales de la Nouvelle Cuisine sont « l'allégement des menus, la suppression des sauces et le respect du produit » (Tous au restaurant, 2017). Au fond, en utilisant des produits nationaux frais, peu caloriques, cuits à la vapeur, afin de conserver les saveurs originaires, refusant le mélange d'ingrédients et l'excès de

viandes rouges, la nouvelle cuisine propose des plats libres de graisses. Certains ont dénommé cette tendance « La cuisine minceur » (ImChef, 2010). La simplicité et le retour au naturel, dans une société qui se sent tiraillée par les tendances et les mouvements culinaires et où l'artificiel est quotidiennement présent dans la vie des Français, deviennent le souffle vital que cette nouvelle cuisine nécessitait.

Tout cela rappelle les intentions affichées par Vincent La Chapelle en 1735, le véritable « inventeur » de la nouvelle cuisine : se débarrasser des complications culinaires qui paraissent insupportables, parce qu'elles rappellent un monde englouti par le progrès. Mais il y a plus. Le goût de feuilletages, des nourritures « légères », des saveurs sucrés, dévoile, ce qui est d'ailleurs contradictoire avec la vision progressiste, l'attrance pour un temps privilégié, celui des saveurs d'enfance (Rowley, 1997 : 127).

Pour certains, la Nouvelle Cuisine s'inspire de la cuisine régionale. Ils affirment même que « la nouvelle cuisine est en fait un assemblage de toutes les spécialités régionales et étrangères » (Chefs & Wines, 2017) et que par conséquent il n'y a pas vraiment une renaissance culinaire. Pour d'autres, c'est tout simplement une façon de répondre aux nouveaux besoins des consommateurs à travers la diététique, la légèreté et la créativité. Gault et Millau ont rédigé les 10 commandements de la Nouvelle Cuisine :

- 1« Tu ne cuiras pas trop. »
- 2« Tu utiliseras des produits frais et de qualité. »
- 3« Tu allégeras ta carte. »
- 4« Tu ne seras pas systématiquement moderniste. »
- 5« Tu rechercheras cependant ce que t'apportent les nouvelles techniques. »
- 6« Tu éviteras marinades, faisandages, fermentations, etc. »
- 7« Tu élimineras les sauces riches. »
- 8« Tu n'ignoreras pas la diététique. »
- 9« Tu ne truqueras pas tes présentations. »
- 10« Tu seras inventif. » (Gault & Millau, 2010)

Le triomphe de la part des Américains du fastfood et du junkfood en Europe, dans les dernières décades du XX^{ème} siècle, qui se sont répandus très vite en Europe, provoque en France un mouvement de rejet contre cette médiocrité alimentaire et pousse les cuisiniers à détester et reconquérir les goûts anciens et les recettes de leurs ancêtres : « Les cuisiniers essaient de retrouver la saveur des aliments de nos aïeux, et de satisfaire une mémoire culinaire, même de reconstruire *a posteriori* » (Rowley, 1997 : 134).

Ce retour à la cuisine à l'ancienne s'est vu accompagné, à partir des années 70 de la publication de nombreux livres qui recueillent, non seulement les recettes, transmises oralement, des différentes particularités gastronomiques des régions françaises, mais aussi tout un ensemble de mets cuisinés à base de ces produits

« incontournables sur la scène nationale : les huîtres et le foie gras à Noël, les noix de coquilles Saint-Jacques au Nouvel An... » (Superprof, 2017).

A la fin du XX^{ème} siècle « cohabitent de manière plus ou moins harmonieuse les tenants de la cuisine classique modernisée et allégée et les champions de la cuisine du terroir, les missionnaires de la nouvelle cuisine ... » (Le site web Old Cook, 2017). La cuisine française est devenue au fil du temps un référent gastronomique mondialement connu et apprécié. Rien d'étonnant donc de constater que le repas gastronomique français ait été inscrit sur la liste du patrimoine immatériel de l'Humanité de l'UNESCO en 2010.

Le repas gastronomique des Français est une pratique sociale coutumière destinée à célébrer les moments les plus importants de la vie des individus et des groupes (...). Il s'agit d'un repas festif dont les convives pratiquent, pour cette occasion, l'art du "bien manger" et du "bien boire". Le repas gastronomique met l'accent sur le fait d'être bien ensemble, le plaisir du goût, l'harmonie entre l'être humain et les productions de la nature. Parmi ses composantes importantes figurent : le choix attentif des mets parmi un corpus de recettes qui ne cesse de s'enrichir ; l'achat de bons produits, de préférence locaux, dont les saveurs s'accordent bien ensemble ; le mariage entre mets et vins ; la décoration de la table ; et une gestuelle spécifique pendant la dégustation (humer et goûter ce qui est servi à table) (UNESCO, 2017).

6.3. Les nouvelles vagues

Pendant ce dernier siècle la cuisine française ne cesse d'évoluer. Soumise aux influences étrangères diverses, elle déploie tout un éventail de mets fidèles à la cuisine traditionnelle, à ses origines et à son passé. Elle se base sur les traditions régionales et favorise l'emploi de produits locaux et saisonniers.

Parfois la tradition sert de point de départ à de nouvelles créations et à des transformations. Des produits de haute qualité, « des aliments dits "nobles" tels que la truffe, le foie-gras ou encore certains poissons rares » (Koifaire, 2016) sont utilisés pour remplacer les ingrédients quotidiens et médiocres. C'est ainsi que naît la cuisine gastronomique, présente, de nos jours, dans bien des restaurants français de rang élevé.

La tendance la plus innovatrice au XXI^{ème} est la cuisine moléculaire, développée par deux scientifiques passionnés de la cuisine, Nicholas Kurtis et Hervé This. Ils ont fusionné l'art culinaire et la science pour créer une nouvelle cuisine basée sur « les réactions chimiques et physiques des aliments lors de leurs cuissons » (Koifaire, 2016). Cette nouvelle tendance a été très promue dans le restaurant « El Bulli », du chef espagnol Ferrer Adrià, qui a reçu trois étoiles Michelin, et a été développée en France par Pierre Gagnaire et Thierry Marx.

Conclusion

La gastronomie française est le résultat de faits importants et anodins, d'invasions, d'événements historiques, etc... qui se sont produits tout au long des siècles et qui ont eu des répercussions importantes.

Chaque époque s'est vue imposer des normes, des idées, des croyances ou s'est sentie sollicitée par des tendances nouvelles, des écoles culinaires, qui ont contribué à faire de la cuisine française un référent universel du raffinement et du savoir-faire.

Que se soient les Gaulois, les Romains, les Francs, les Wisigoths, les Vikings, avec les apports de leur culture dans le domaine alimentaire, Charlemagne avec l'intérêt qu'il porte à l'agriculture et à l'organisation de celle-ci, la famille Médicis, en introduisant le raffinement et l'élégance à table à la cour, l'église, avec ses interdictions et ses normes absurdes et contradictoires, la révolution française, avec l'abolition des privilèges et des corporations des métiers, mais donnant naissance aux restaurants, l'industrialisation, avec l'apport d'appareils révolutionnaires, le train, la voiture et les congés payés, offrant la possibilité de découvrir des horizons nouveaux et la richesse culinaire régionale, la littérature, en diffusant par écrit les trésors alimentaires d'antan, les cuisiniers et les gastronomes, en consacrant leur vie à créer des mets pour le plaisir d'autrui, le guide Michelin, le Gault et Millau, en diffusant les endroits culinaires qui méritent d'être fréquentés, tous, absolument tous, consciemment ou pas, de façon intéressée ou non, ont favorisé, à des degrés divers, le renforcement et la consolidation de la cuisine française et l'ont élevée au summum de l'art culinaire.

Il est vrai que la cuisine française a non seulement survécu à des étapes douloureuses, mais elle s'est quelque peu démocratisée. Elle était jadis réservée exclusivement à une élite sociale très concrète (la noblesse, la haute bourgeoisie et les gens fortunés) ; or, grâce aux événements historiques, et tout particulièrement à la révolution française, le peuple a droit aux mets qui leur étaient interdits autrefois. Il arrive même que des produits, jusqu'alors damnés et réprouvés et uniques aliments d'une classe modeste, pauvre et délaissée, se voient subitement occuper une place primordiale dans la composition de plats de cuisiniers réputés.

Mais, face à cette cuisine soignée naît une autre: la « cuisine de restes ». Ces plats, élaborés à partir de restes que l'on mélange, ont fait fortune et occupent une place de tout premier ordre dans le patrimoine alimentaire des Français.

La cuisine française actuelle se débat entre deux tendances : la cuisine traditionnelle ou régionale et la nouvelle cuisine. L'entente entre elles est cordiale et toutes deux ont leurs admirateurs et leurs détracteurs. Cependant, une troisième tendance, sous la tutelle de Pierre Gagnaire et Thierry Marx, a surgi dans le panorama gastronomique français : la cuisine moléculaire.

Nous ignorons ce que l'avenir réserve à la cuisine française, mais nous doutons fort que le pays le plus étoilé d'Europe et le second le plus étoilé du monde puisse succomber face aux tentatives malsaines venues de l'étranger ou à l'agro-alimentaire. Nous espérons que les nouvelles technologies et les progrès scientifiques et techniques sauront lui venir en aide et que les nouveaux cuisiniers, dignes héritiers des maîtres queux d'antan, grâce à l'amour, à la passion et à l'esprit de recherche dont il ont toujours fait preuve contribueront à ce que la gastronomie française soit et reste un des porte-drapeaux distinctifs de la France.

Bibliographie

Académie Culinaire de France (2017), « Éloges » [en ligne] Disponible sur : http://www.academieculinairedefrance.com/index.php?option=com_content&view=featured&Itemid=101&lang=fr [consulté le 22/08/2017]

Old Cook (2017), « Histoire de la cuisine et de la gastronomie en Europe » [en ligne] Disponible sur : <http://www.oldcook.com/histoire-gastronomie#classiq> [consulté le 24/07/2017]

Château de la Hunaudaye (2017), *Manger au Moyen Âge* [en ligne]. Plédéliac - Côtes d'Armor : Service éducatif du Château de la Hunaudaye. Disponible sur : http://www.la-hunaudaye.com/fileadmin/users/hunaudaye/scolaires/Manger_au_Moyen_Age.pdf [consulté le 11/07/2017]

Chefs & Wines (2017), « La cuisine française, patrimoine culinaire mondial » [en ligne] Disponible sur : <http://chefsandwines.com/fr/parole-expert/la-cuisine-fran%C3%A7aise-patrimoine-culinaire-mondial> [consulté le 24/07/2017]

CNIPT (2013), « Une histoire riche et mouvementée » [en ligne] Disponible sur : <http://www.cnipt-pommesdeterre.com/histoire/> [consulté le 22/08/2017]

Corcuera, F. (2017), *30448 Historia de la lengua francesa*. Universidad de Zaragoza, Cours de 4e année de Diplôme en Langues modernes [non édité].

Cuisine à la française (2017), « Histoire de la cuisine » [en ligne] Disponible sur <http://www.cuisinealafrancaise.com/fr/articles/17-histoire-de-la-cuisine> [consulté le 15/06/2017]

Gault & Millau, (2010), « Gault & Millau, découvreur de talents depuis 40 ans » [en ligne] Disponible sur : <http://www.gaultmillau.fr/mvc//page/history.jsp> [consulté le 26/08/2017]

Histoire Pour Tous (2010), « À la table du Moyen Âge ». [en ligne] Disponible sur : <http://www.histoire-pour-tous.fr/dossiers/95-moyen-age/2954-a-la-table-du-moyen-age.html> [consulté le 11/07/2017]

Histoire Pour Tous (2010), « Cuisine au Moyen Âge et recettes médiévales » [en ligne] Disponible sur : <<http://www.histoire-pour-tous.fr/dossiers/95-moyen-age/3033-cuisine-au-moyen-age-et-recettes-medievals.html>> [consulté le 11/07/2017]

Histoire Pour Tous (2011), « Festins et cuisine de la Renaissance » [en ligne] Disponible sur : <<http://www.histoire-pour-tous.fr/livres/182-beaux-livres/3649-arts-de-la-table-du-moyen-age-jusqua-nos-jours.html>> [consulté le 17/07/2017]

ImChef, (2010), « Quién es Michel Gérard ? » [en ligne] Disponible sur : <<http://www.imchef.org/quien-es-michel-guerard/>> [consulté le 25/08/2017]

Junod, C., Tous au Restaurant (2017), « Un peu d'histoire... Les pionniers de la gastronomie française » [en ligne]. Disponible sur : <<https://www.tousaurestaurant.com/dossiers/un-peu-dhistoire-les-pionniers-de-la-gastronomie-francaise/>> [Consulté le 24/07/2017]

Montanari, M. (1983), « Valeurs, symboles, messages alimentaires durant le Haut Moyen Age », *Médiévales. Nourritures*, sous la direction de Odile Redon, n° 5, pp. 57-66.

Koifaire (2016), « Les différents types de cuisine » [en ligne] Disponible sur : <<http://www.koifaire.com/articles/2016/04/05/les-differents-types-de-cuisine/>> [consulté le 30/08/2017]

Site du Maître queux (2003), « Histoire de la cuisine » [en ligne] Disponible sur : <<http://maitrequeux.free.fr/histoirecuisine/histoire.htm>> [consulté le 24/07/2017]

Laurent, P. et Zimmermann, M., Musées Bourgogne (2017), « Cuisine et gourmandises à l'époque gallo-romaine » [en ligne] Disponible sur : <http://www.musees-bourgogne.org/fic_bdd/dossiers_fichier_pdf/1167309052.PDF> [consulté le 29/06/2017]

Le Site du Chef (2017), « L'histoire de la cuisine. Evolution au cours des diverses époques jusqu'à nos jours » [en ligne] Disponible sur : <http://www.lesiteduchef.info/Files/Other/histoire_de_la_cuisine_et_evolution_prof.pdf> [consulté le 15/06/2017]

Le Robert (2010), *Le Nouveau Petit Robert : Dictionnaire alphabétique et analogique de la langue française*. Paris, LR.

Plouvier, L. (2010), « L'Europe se met à table » [en ligne] Bruxelles. Disponible sur : <http://www.oldcook.com/doc/plouvier_europe_table.pdf> [consulté le 15/08/2017]

Superprof (2017), « La tradition culinaire de l'Hexagone à travers les âges » [blog] Disponible sur : <<http://www.superprof.fr/blog/cuisiner-a-travers-les-ages-en-france/#la-truculence-du-moyen-age>> [consulté le 10/07/2017]

Rowley, A. (1997), *Les Français à table. Atlas historique de la gastronomie française*. Paris, Hachette.

Szarzecová, K. (2010), « La gastronomie française » [en ligne] Masarykova Univerzita. Disponible sur: <https://is.muni.cz/th/152869/pedf_m/DP.pdf> [consulté le 10/07/2017]

UNESCO (2017), « Le repas gastronomique des Français » [en ligne] Disponible sur : <<https://ich.unesco.org/fr/RL/le-repas-gastronomique-des-francais-00437>> [consulté le 25/08/2017]