



*La
gastronomie
et
les cuisines*

Alain Renoncourt 2024

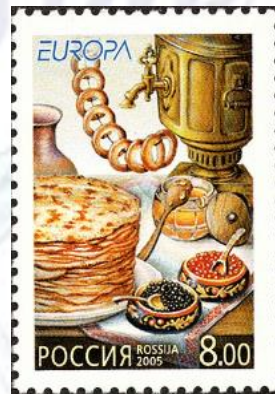
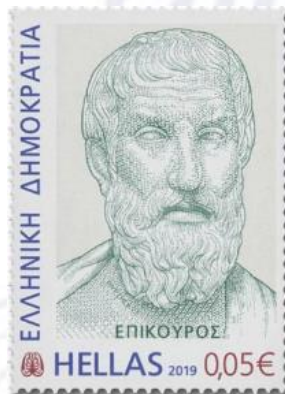
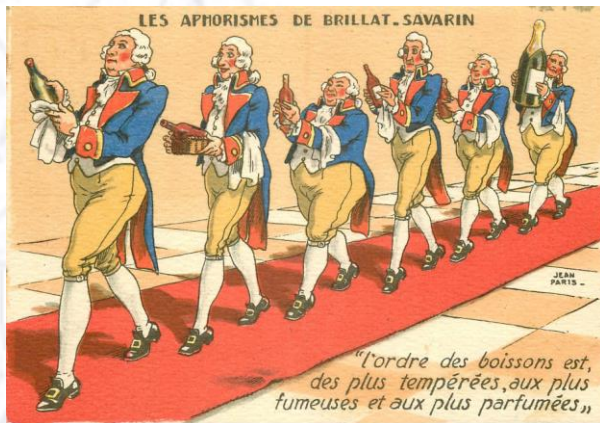
La **gastronomie** (étymologie: art de régler l'estomac) est la connaissance raisonnée de l'ensemble des règles qui définissent l'art de faire bonne chère (cuisine, vins, ordonnance des repas).

Nota : faire bonne chère signifie initialement faire bon accueil.

"gastronomie" et «gastronome», ont été popularisés dans le monde entier par l'ouvrage de Jean-Anthelm **Brillat-Savarin**, *Physiologie du goût*, publié en 1825.

Ziryab(789-857), kurde vivant à Cordoue fut considéré comme celui qui fixa l'ordonnance des repas : entrée, plat principal, desserts .

Au 20^{ème} siècle, on définit généralement et vaguement la gastronomie comme une manière particulièrement attentive, souvent considérée comme élitiste, de cuisiner et, surtout, de déguster des aliments, « avec pour piliers l'art de la cuisine et l'épicurisme - Le plaisir, dit **Épicure**, est le principe et la fin de la vie heureuse- »



La notion de **dégustation** varie avec le contexte (convivialité joyeuse ou réunion d'experts s'érigeant en juges). Il s'agit d'apprécier et de pouvoir analyser les accords de saveurs, les nuances de préparation, les harmonies entre mets et boissons d'accompagnement, la présentation même des mets, la qualité du service.

En 2010, le repas gastronomique des Français est inscrit sur la liste représentative du **patrimoine culturel immatériel de l'humanité**, par l'**UNESCO**

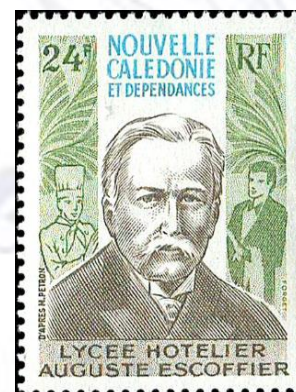
La gastronomie

Auguste Escoffier (1846-1935) est un chef cuisinier, restaurateur et auteur culinaire français. Il a codifié, modernisé et professionnalisé la cuisine raffinée des palaces hôteliers (en mettant en place par exemple les brigades de cuisine et mise en place du fourneau en long avec la plaque coup de feu et le poste d'envoi). Il a créé dans des établissements de prestige de nombreuses recettes (ex : poire belle Hélène, les fraises Sarah Bernhardt, la timbale **Garibaldi** ou le suprême de poulet **George Sand.**, crêpe Suzette, pêche **Melba**...), reprises ensuite par d'autres chefs, il a fait connaître internationalement la cuisine française.

La collaboration d'Escoffier et de Ritz va avoir pour conséquence la création de l'hôtellerie de grand luxe fréquentée par l'aristocratie européenne et les plus célèbres artistes.

Il invente les menus à prix fixes pour minimum quatre personnes et y promeut des produits qu'il fait venir de France.

Escoffier a également mis en évidence le problème du droit d'auteur. Le plagiat n'existe pas en cuisine



Le **premier restaurant** du monde voit le jour en France au milieu du 18^{ème} siècle. Avant, il était possible de manger à l'extérieur mais les auberges (tables communes), tavernes (pour le vin) et relais de poste (dormir et souper) servaient un repas unique, à heure fixe pour respecter la **loi des traiteurs** (professionnels de métiers de bouche) seuls habilités à vendre des plats préparés.

En 1765, le mot restaurant était **un bouillon de viande** destiné à restaurer les forces puis c'est devenu un mot générique qui proposait plusieurs plats servis à table à différentes heures.

Les 1ers restaurants haut de gamme apparaissent dès 1780 dans le quartier du palais royal à Paris (cadre luxueux, service de qualité, cuisine raffinée).

La **révolution de 1789** a accéléré la multiplication des restaurants car de nombreux cuisiniers, libérés des familles nobles exécutées ou émigrées, ont ouvert des restaurants et ont donc démocratisé (vu leur nombre) la cuisine auprès d'une bourgeoisie montante. (Paris 1789 : 100 restaurants, 1819 :3000)



Le Roi de France **Henri IV** établit et démocratise la **poule au pot** au 17^{ème} siècle en réponse aux famines issues des longues guerres de religions opposant protestants huguenots et catholiques. Il impose alors la poule au pot comme le «plat national français».

La **pomme de terre** nous vient d'Amérique du Sud. Elle est originaire des Andes du Chili et du Pérou. Elle débarque en Espagne en 1534 mais elle ne sera autorisée à la consommation en France par l'apothicaire du roi **Parmentier** qu'après la famine de 1785, avec le soutien du roi Louis XVI... soit plus de 150 ans après l'Angleterre et les Flandres!

Depuis toujours, toutes les protéines animales disponibles ont été utilisées, mais étaient trop rares pour être négligées. D'où une utilisation de la faune disponible, en particulier des petites espèces à forte densité dans certains habitats, faciles à attraper, avec un taux de reproduction élevé et une croissance rapide comme le sont, par exemple, **les grenouilles ou les escargots**. Dans d'autres parties du monde, **les insectes, les araignées, les mille-pattes**



Le **haggis**, plat emblématique écossais, remonte probablement au 15^{ème} siècle et était préparé avec des abats de mouton (cœur, foie, poumons), mélangés avec des oignons, de l'avoine et des épices, puis cuits dans l'estomac de l'animal... Beurk!!!

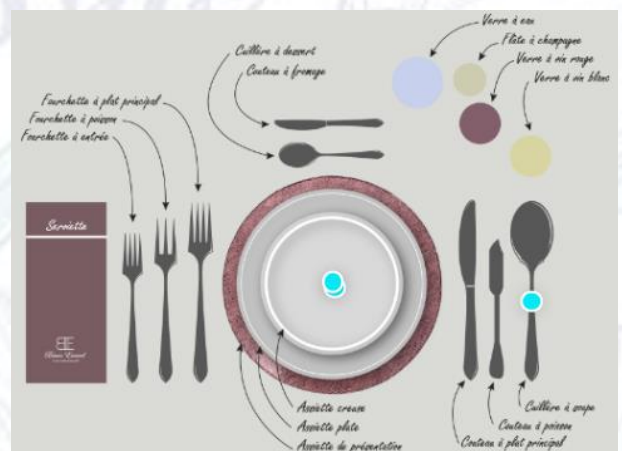
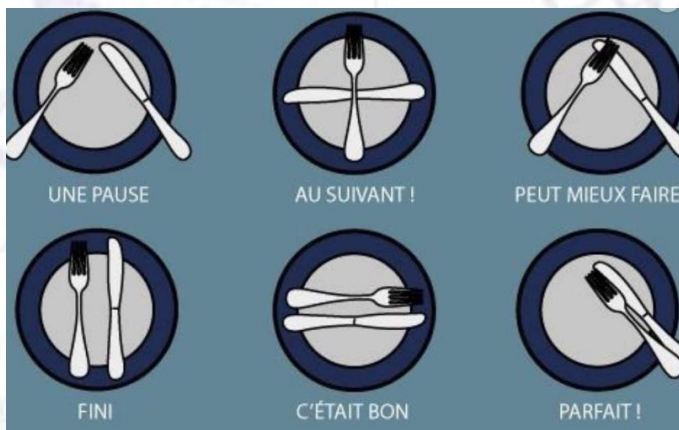
Tout s'explique!

Depuis le Moyen Âge, les dîners de l'aristocratie étaient servis « à la française », avec un summum de luxe au 17^{ème} siècle. Ce type de service sera remplacé à partir du 19^{ème} siècle par le service dit **service à la russe** : les hôtes, assis autour d'une table, sont servis à la portion et peuvent manger chaud, ce que le service précédent ne permettait pas d'atteindre réellement.

Dans le **service à la française**, pratiqué au 18^{ème} siècle les plats étaient tous présentés en même temps, du plus consistant au plus léger .

Les majordomes doivent maîtriser trois techniques de service:

- le « service à l'assiette », qui débarrasse l'assiette vide, prépare et replace le plat suivant, et ressert l'assiette du convive depuis le plat à l'aide d'une pince,
- le « service au guéridon », le plat étant d'abord présenté aux yeux du convive, puis placé sur un guéridon, pour la préparation et la découpe,
- le « service à la pince » présenté du coté gauche du convive.



Les différents services

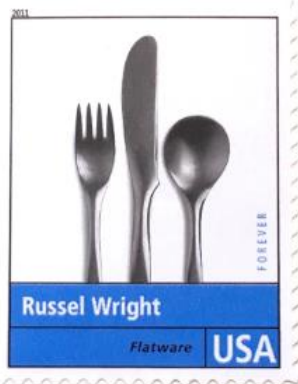
*Autrefois, tous les invités à la même tablée mangeaient dans un plat unique. Les seigneurs médiévaux, puis les aristocrates, furent les premiers à être servis individuellement avec des plats présentés « **à couvert** », et aussi pour rassurer un vassal au Moyen Âge ou à la Renaissance contre tout risque d'empoisonnement des plats : le service « à couvert » consistait alors à distribuer à l'aveugle la nourriture dans les écuelles.*

La fourchette et la cuillère étaient présentées avec les armes gravées visibles. La fourchette est avec les dents en l'air chez les anglais car ils ne mettaient pas de nappe et voulaient éviter de griffer leur table en bois massif.

*Le **couteau** à poisson (argent, inox) a été inventé pour éviter l'oxydation immédiate sur l'acier (la chair du poisson était plus agressive sur l'acier).*

Au Moyen-Âge, les couverts individuels n'existent pas, il faut attendre le 19^{ème} siècle pour les couverts et surtout la suppression du couteau individuel.

Nota: au 21^{ème} siècle : 25% couverts/ 25% baguettes/50% doigts !

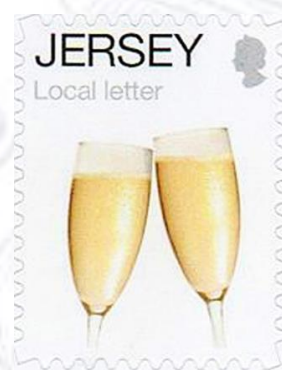


Les couverts

La brigade de cuisine :

- *Le chef cuisinier (ou chef de brigade) assume la responsabilité de l'ensemble de la cuisine d'un restaurant. Il compose les menus et la carte des mets, organise et répartit le travail, annonce les commandes et contrôle les plats prêts à être servis. Parfois, il engage ses collaborateurs ;*
- *les chefs de parties ont la responsabilité des différentes branches culinaires au sein d'une cuisine (garde-manger, saucier, entremétier, rôtiisseur, poissonnier, pâtissier) ;*
- *l'aboyeur (annonce les plats) ;*
- *les plongeurs et aide-cuisiniers, chargés du nettoyage de la vaisselle, de la pluche, du lavage des locaux ;*
- *le commis assiste le chef de partie dans chaque branche culinaire ;*
- *le communard, chargé de la préparation des plats destinés à l'alimentation du personnel*

*La brigade de salle : Le premier maître d'hôtel, le maître d'hôtel de carré, le premier chef de rang, le chef de rang, le demi-chef de rang, le commis de rang ou de suite, le commis débarrasseur, le trancheur, le chef sommelier, qui aidera à accorder les plats avec les vins, le **sommelier**.*



Les métiers de la gastronomie

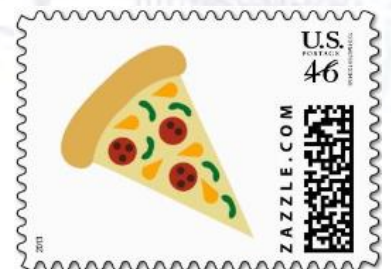
Les trois éléments de base de la cuisine méditerranéenne sont *l'olive, le blé et le raisin*, qui donnent de *l'huile d'olive, du pain, des pâtes et du vin*

La cuisine de la région ne doit pas être confondue avec le régime méditerranéen, rendu populaire en raison des bienfaits pour la santé d'une alimentation riche en huile d'olive, céréales, fruits et fruits à coque, légumes et légumineuses, herbes aromatiques, modérée en produits laitiers, œufs et poissons, et limitée en viande.

La région couvre une grande variété de cultures avec des cuisines régionales distinctes, en particulier maghrébine, égyptienne, levantine, turque, balkanique, grecque, italienne, française, chypriote, maltaise, espagnole et portugaise.



Présence de l'olivier



La cuisine méditerranéenne

La cuisine chinoise est une des plus réputées au monde et sans doute celle qui comporte le plus de variations (8 grandes cuisines régionales) . Il faut plutôt parler des cuisines chinoises car l'aspect régional est fondamental.

La première grande division régionale est celle du blé, plus anciennement du millet au nord et du riz au sud.

Les différents aliments sont placés le long d'une échelle, dont les deux pôles sont le yin et le yang.

• Les aliments yin , féminins, humides et mous, donc rafraîchissants, sont la majorité des légumes, des fruits et des légumineuses, ainsi que certaines racines.

• Les aliments yang , masculins, frits, épicés ou à base de viande, ont un effet réchauffant, voire revigorant.

Les Chinois partagent les plats, qui sont souvent mis en commun. Ils mangent à l'aide de baguettes, ou de cuillères chinoises en bois. Aucun couteau n'est présent à table.

Le thé est la boisson la plus bue. Il est consommé pour ses vertus digestives et décongestionnantes.



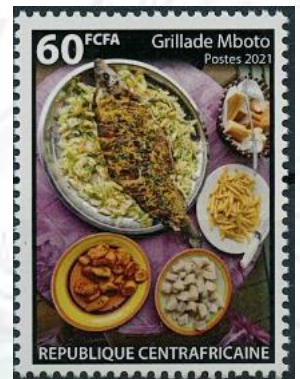
La cuisine asiatique

Les différentes cuisines africaines utilisent une combinaison de produits locaux tels que les fruits, céréales et légumes, ainsi que le lait et la viande. Le régime alimentaire traditionnel intègre le lait, le lait caillé et le petit lait.

Cependant dans une grande partie de l'Afrique tropicale, le lait de vache est rare et ne peut être produit localement (en raison de diverses maladies qui affectent le bétail).

Il existe aussi des différences, très importantes, dans les habitudes et les préférences de boissons ou alimentaires en fonction des différentes régions (géologie et de climats très variés - grands lacs, corne de l'Afrique, Afrique du nord, Afrique centrale et Afrique australe) des cultures, des ethnies et historiquement de la traite arabo-négrière et des colonisations.

La taguella est le plat de base des Touaregs, le pain du désert cuit sous la cendre.

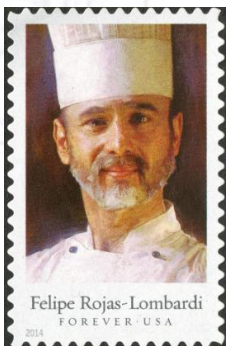


L'Amérique latine est très diversifiée sur le plan racial, ethnique et géographique. Le riz, le maïs, les pâtes, le pain, le plantain, la pomme de terre, le yucca et les haricots sont les aliments de base.

Les **principales influences culinaires**, au fil du temps, sont **amérindienne** (pain de maïs, haricots), **européenne**, **africaine**, **asiatique** puis du **moyen orient**.

Pour l'anecdote, les **Africains** ont apporté et préservé bon nombre de leurs traditions et techniques de cuisson. On leur donnait souvent des morceaux de viande moins désirés, y compris l'épaule et les intestins. Cela était issu de l'habitude des **Espagnols** de donner **aux esclaves** des intestins de vache. Les esclaves africains ont mis au point un moyen de nettoyer les abats et de les assaisonner au goût. Idem pour la création de l'andouillette du porc.

Nota : la cuisine **américaine** est une synthèse des cuisines du monde, mais cependant, les recettes traditionnelles des **Autochtones** d'Alabama sont préservées et protégées comme un patrimoine culturel



La cuisine latino américaine

Depuis 50 000 ans, la cuisine des **aborigènes** d'Australie est à base de **kangourous** ou **émeu grillés**, fruits de mer, miel, baies etc. Les vers, les lézards, les serpents et les chenilles étaient également une nourriture très prisée.

Depuis 1788, la **cuisine australienne** est basée sur la cuisine britannique apportée dans le pays par les premiers colons avec depuis 50 ans, une cuisine influencée par une variété de plats méditerranéens et asiatiques originellement introduits par les immigrants.



La cuisine de **Polynésie française** est traditionnellement **maohi** mais la société polynésienne est devenue cosmopolite, et s'est ouverte aux influences occidentales (en particulier françaises) et asiatiques. La **chasse traditionnelle à la baleine** s'est arrêtée au milieu du 20^{ème} siècle, et sa chair n'est plus consommée, au contraire de la **Tortue verte**, malgré les interdictions.



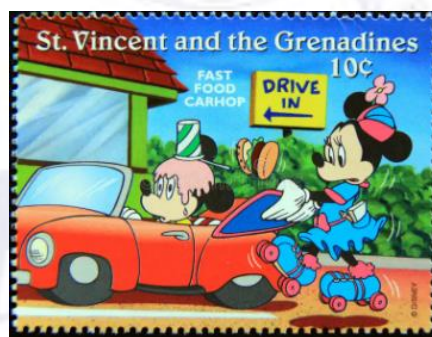
La cuisine océanique

La restauration rapide (fast food) a été initialement créée pour que les travailleurs puissent prendre de la nourriture plus rapidement et avoir le temps de manger pendant leur travail.

Les mets servis sont le plus souvent des hamburgers ou des sandwiches, accompagnés de frites et d'une boisson. On peut aussi y manger un hot-dog, une pizza, un club sandwich, des frites-saucisses, un tacos, un kebab, des pâtes ou des sushis.

La première chaîne était White Castle en 1916 et maintenant plus de 140000 enseignes dans le monde souvent associées à la malbouffe, au diététiquement néfaste, à l'exploitation des salariés et à l'obésité!

En 1961, l'industriel Jacques Borel crée la version française des restaurants Wimpy qui furent un échec.

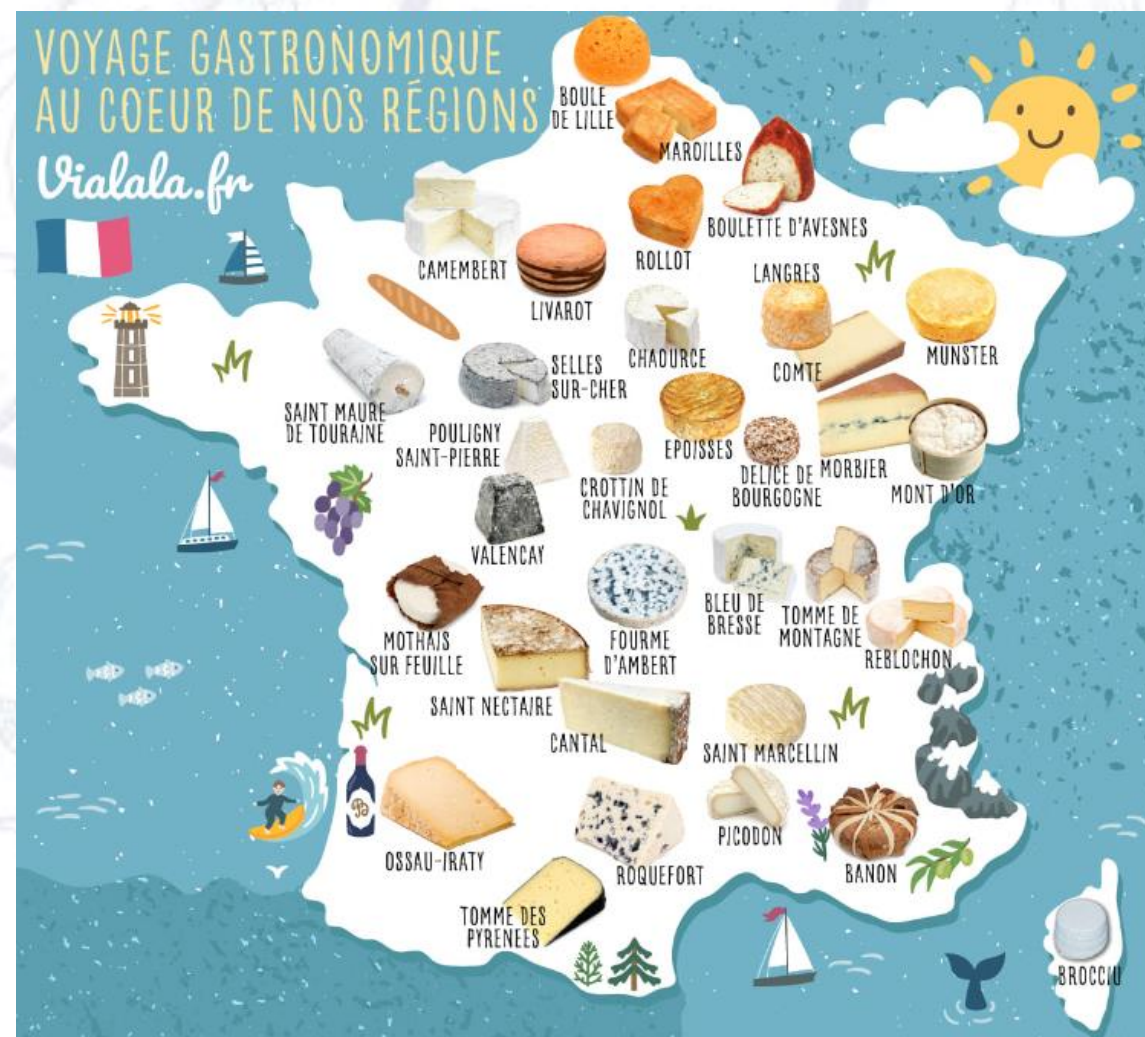


La fast food

Jusqu'au début du 20^{ème} siècle, **le fromage**, pouvait être consommé après le dessert, à la fin du repas. Cette habitude était héritée du Moyen-Age. On pensait à cette époque, pour des raisons diététiques, que si on mangeait à la fin du repas, un fromage bien fort, bien affiné, cela allait empêcher les aliments ingérés juste avant de remonter dans l'œsophage et dans la bouche.

L'argument du fromage avant le dessert est que les fromages neutralisent l'astringence du vinaigre ou du citron et préparent l'appareil gustatif aux sensations plus suaves des desserts.

Les britanniques consomment leur fromage après le dessert



Dès le début du Moyen-Âge, dans la tradition monastique occidentale, l'abstinence de viande était vivement encouragée, voire imposée, car stimulatrice de la sexualité et en contradiction avec les principes d'ascétisme.

Les abbayes devinrent alors de hauts lieux pour le développement de pâte dure, mi-dure. Consommé par les moines mais aussi par les pèlerins de passage dans les abbayes, il est peu à peu diffusé jusque dans les plus hautes sphères, et arrivera jusque sur la table des seigneurs !

Au même titre qu'une **bière trappiste**, un **fromage trappiste** est produit par des moines trappistes au sein d'une abbaye rattachée à l'ordre cistercien de la Stricte Observance.

Il ne reste que 5 trappes belges reconnues pour leurs bières et leurs fromages (Chimay, Orval, Rochefort, Westmalle, Westvleteren) et Mont des cats en France. Toutes les autres marques sont des bières ou des fromages d'abbayes.

Nota : il existe en Belgique des restaurants spécialisés: « bière et fromage »



Bières et fromages trappistes

Les Mayas, puis les Aztèques, furent les premiers à cultiver rationnellement le cacaoyer, d'ailleurs inconnu dans le monde jusqu'au 16^{ème} siècle.

Les fèves de cacao étaient utilisées pour payer des impôts et acheter des esclaves.

En 1828, le chimiste néerlandais **van Houten** découvrit un moyen de traiter les fèves de cacao avec des sels alcalins pour en faire une poudre de cacao plus facile à mélanger à l'eau.

En 1875, la Suisse a inventé les chocolat au lait, après des années d'expérimentation, en ajoutant avec succès du lait en poudre au chocolat noir afin de l'adoucir et d'en limiter les coûts de production. Pionniers : Philippe Suchard, Henri Nestlé ou Rodolphe Lindt)



DE LA FÈVE DE CACAO AU CHOCOLAT

1
CONCASSAGE



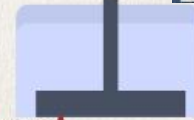
2
SÉCHAGE
& TORRÉACTION



3
BROYAGE



4
PRESSAGE



BEURRE DE CACAO

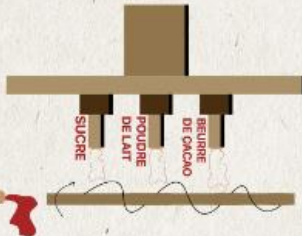
PARTIE SOLIDE =
TOURTEUX

FILTRAGE

PRESSAGE

POUDRE DE CACAO

5
MALAXAGE



PÂTE DE CACAO

6
BROYAGE



7
CONCHAGE



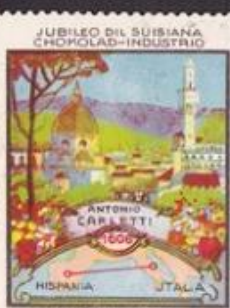
8
TEMPÉRAGE



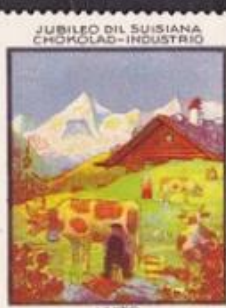
9
MOULAGE OU ENROBAGE



Conchage rendre le chocolat fluide, onctueux et non granuleux



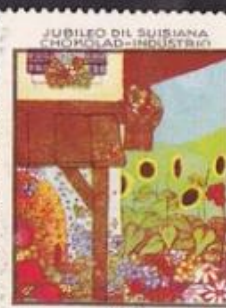
HISPANIA-ITALIA
TOBLER
SUISIANA LARTO
CHOKOLADO
UNIQLO INTERNACIONA 100°
N°208 SERIO XVII NT 205-216



LARTO
TOBLER
SUISIANA LARTO
CHOKOLADO
UNIQLO INTERNACIONA 100°
N°214 SERIO XVII NT 205-216



FONDARIO
TOBLER
SUISIANA LARTO
CHOKOLADO
UNIQLO INTERNACIONA 100°
N°210 SERIO XVII NT 205-216



MIELO
TOBLER
SUISIANA LARTO
CHOKOLADO
UNIQLO INTERNACIONA 100°
N°210 SERIO XVII NT 205-216



JUBILEO
TOBLER
SUISIANA LARTO
CHOKOLADO
UNIQLO INTERNACIONA 100°
N°216 SERIO XVII NT 205-216

Le chocolat

Le goût ou la gustation, est le sens qui permet d'identifier les substances chimiques sous forme de solutions par l'intermédiaire de chémorécepteurs (cellule sensible à des stimulus chimiques) situés sur la langue.

Aux 4 goûts élémentaires (sucré, salé, acide, amer) a été ajouté au 20^{ème} siècle l'umami (savoureux).

Les réponses gustatives varient selon un seuil de détection et de concentration; Les saveurs amères sont celles qui ont le seuil de détection le plus bas (ce qui procure un avantage adaptatif potentiel si l'on considère que la plupart des poisons végétaux sont amers).



Carnet de 12 timbres-poste autoadhésifs à validité permanente au tarif de la lettre verte pour vos envois à destination de la France. Avec ce carnet, affranchissez tous vos courriers, quel qu'en soit le poids. Utilisez le nombre de timbres nécessaire à votre envoi.

Jusqu'à 20 g ----- 1 timbre
 Jusqu'à 100 g --- 2 timbres
 Jusqu'à 250 g --- 4 timbres
 Jusqu'à 500 g --- 6 timbres
 Jusqu'à 8 kg ----- 8 timbres

LA POSTE

Création et conception graphique : Cécile Gambini

Le goût

les sens

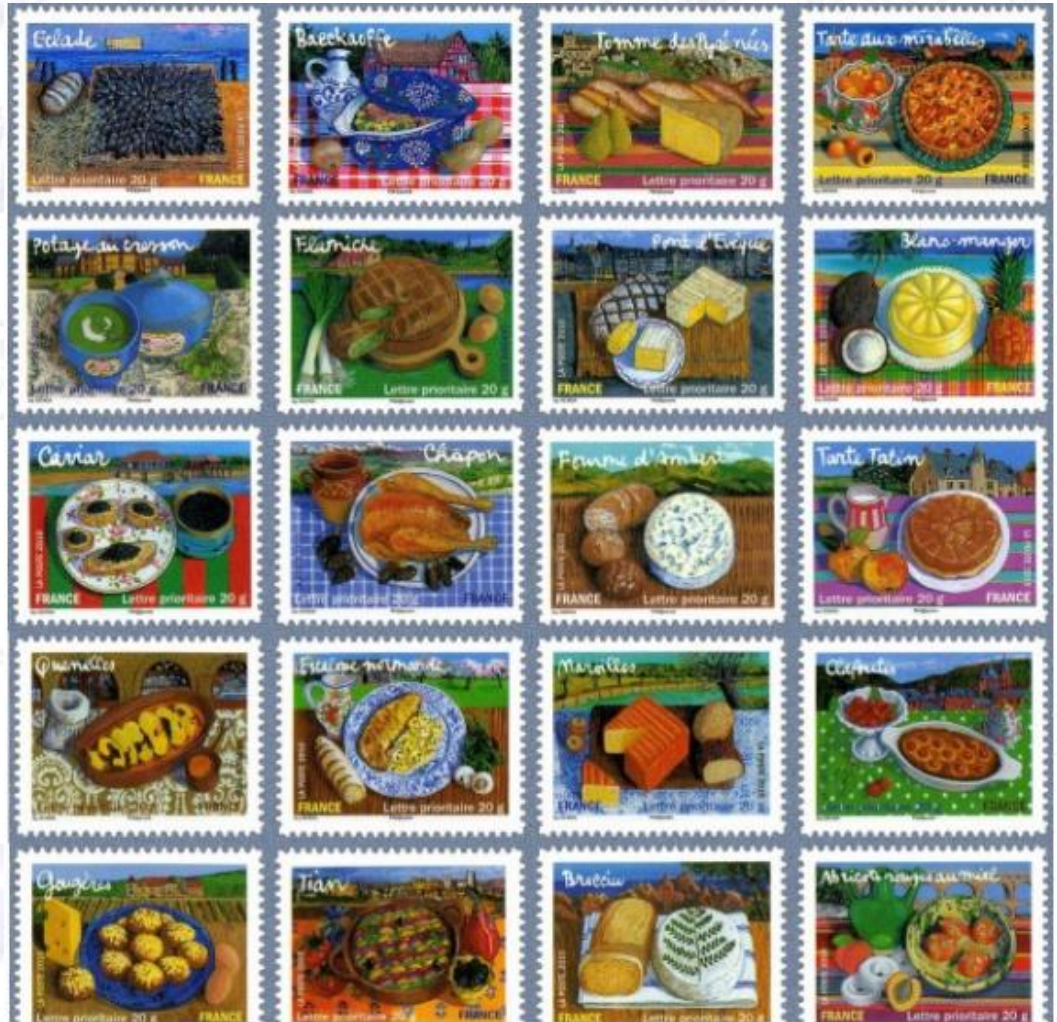


Le goût peut être: acidulé, aigre, aigre-doux, alcalin, amer, amer, beurré, brûlé, doux, épicé, fade, fait (au sens de maturité, un fromage fait par exemple), fort, fruité, huileux, insipide, métallique, moelleux (du vin par exemple), piquant, poivré, pourri, prononcé, salé, sirupeux, sucré, vinaigré.

En utilisant les verbes: (se) délecter, apprécier, déguster, goûter, jouir, savourer, se gargariser, se pourlécher, se régaler, se repaître, siroter.

De quoi juger à bon escient ce que vous mangez ou buvez!!

Les saveurs de nos régions.



Léchez le timbre et la saveur (mandarine et jambon ibérique) se déposera sur vos papilles.

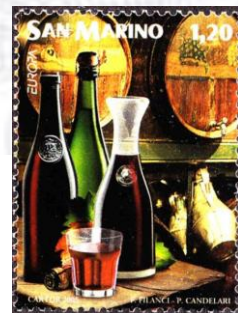
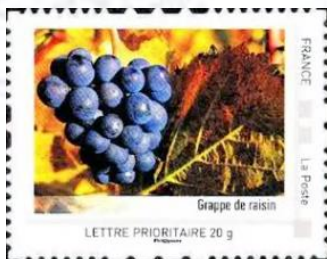
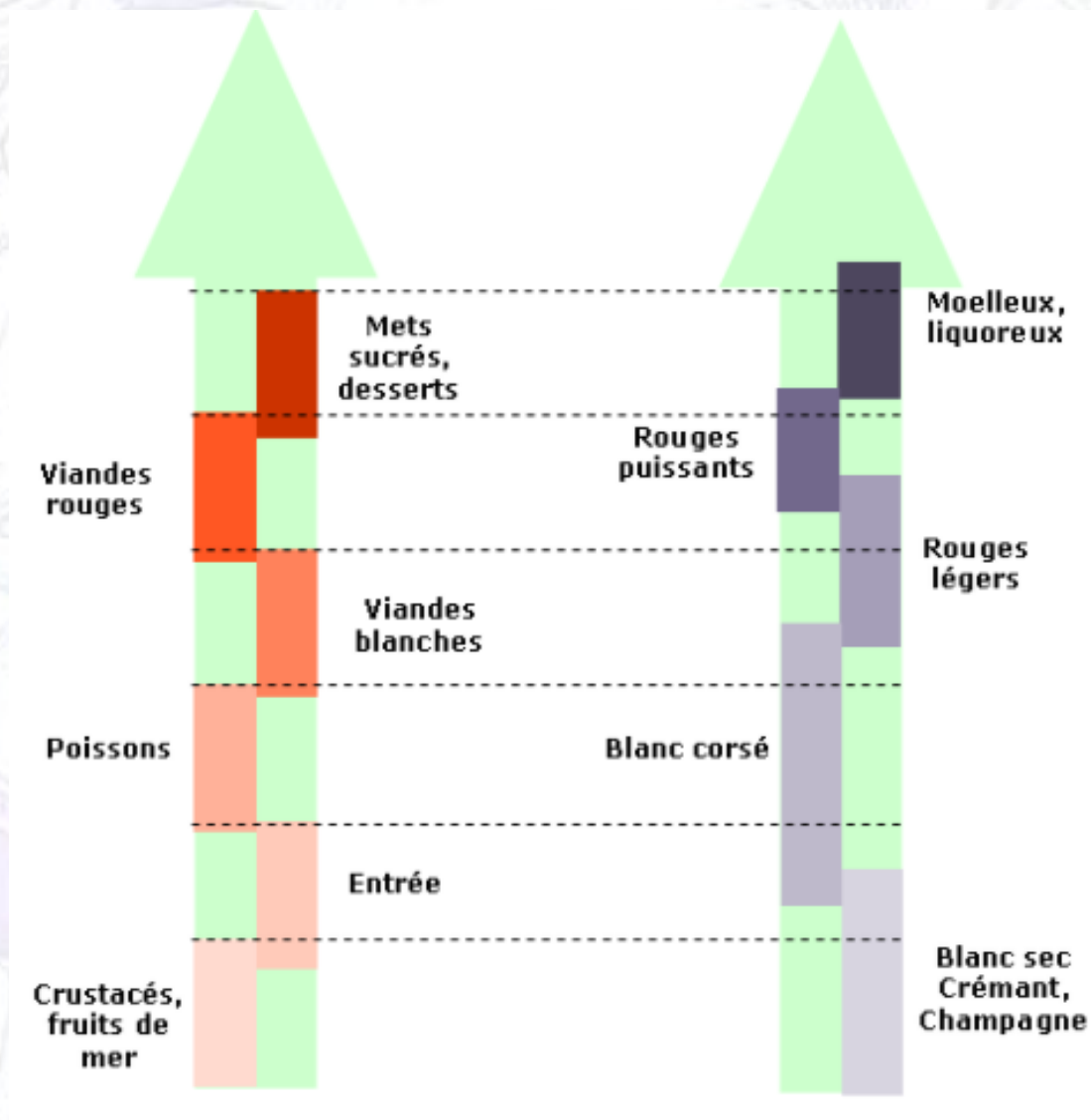
Le langage du goût

*Le mariage **vin et cuisine** remonte à l'Antiquité. Il va traverser le Moyen Âge, s'enrichir à la Renaissance et devenir un véritable classique de nos jours.*

Lors d'un repas, on respecte généralement l'ordre des plats, du bas vers le haut : fruits de mer, entrée, poisson, viande, dessert.

Ceci permet de faire un enchaînement progressif, de monter en puissance.

Pour le vin, c'est pareil, mais on l'oublie trop souvent. Il faut commencer par le bas, puis remonter vers le haut.



Vin et cuisine

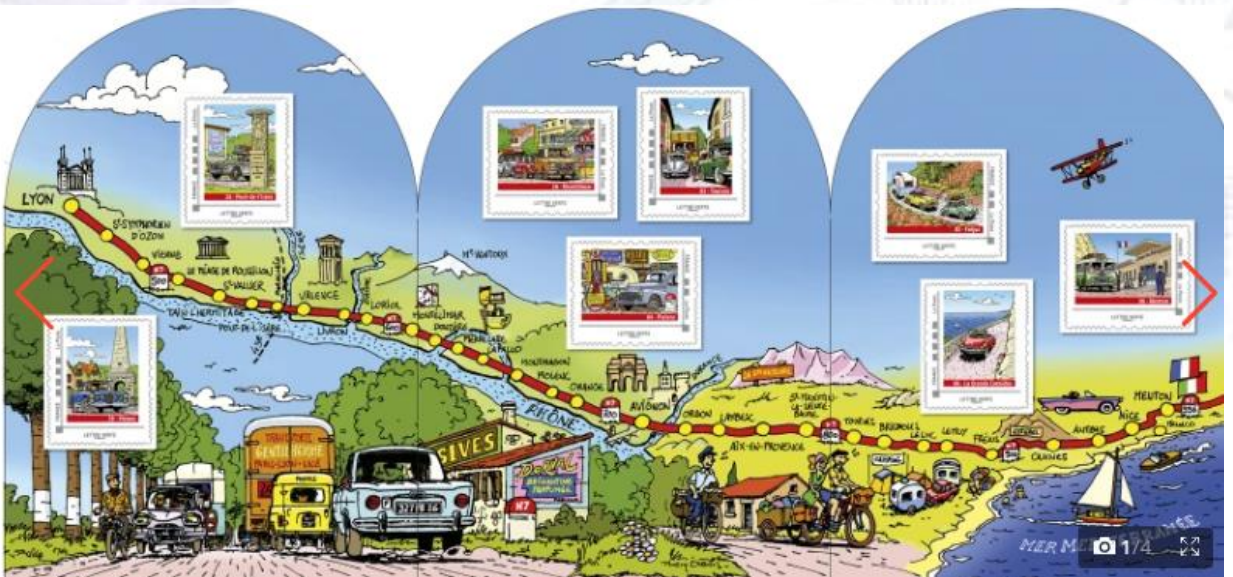
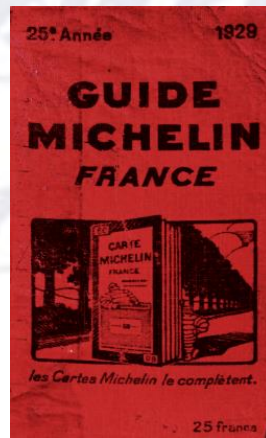
En 1548, l'humaniste milanais Ostenson Lando publie un guide de voyage indiquant les principales spécialités culinaires régionales de l'Italie qui peut être considéré comme le premier guide gastronomique.

L'Almanach des gourmands, publié en 1803, est considéré comme le tout premier guide gastronomique en France.

Le **Guide Michelin** est créé en 1900 par André Michelin et son frère Édouard. Publié à l'occasion de l'exposition universelle de 1900, c'est alors un guide publicitaire offert avec l'achat de pneumatiques. La France comptant alors 2 400 conducteurs, pionniers de l'automobile et à qui le guide fournit des informations précieuses : liste des rares garagistes, des médecins, carte routière avec le plan de quelques villes et une liste des curiosités dont les hôtels avec les prix puis les restaurants en 1920.

Le Guide, qui distribue des étoiles aux grands restaurants est sujet à de nombreuses critiques sur sa légitimité et ses critères d'évaluation.

Autres guides : le bottin gourmand, Gault et Millau, Guide du routard, Petit futé, des relais routiers...et autres conseils de particuliers sur internet (trip advisor...).



Les guides gastronomiques



L'art de préparer un repas gastronomique est celui du cuisinier et l'art de le bien déguster est celui du gastronome.