

# Sommaire

PRÉSENTATION . . . . .	1
------------------------	---

## PREMIÈRE PARTIE LA RAISON CULINAIRE

1 - AUX ORIGINES DE LA CUISINE . . . . .	15
Cuisson et cuisine. . . . .	16
La nutrition et le goût. . . . .	18
La cuisine antibiotique . . . . .	21
Schizophrénie culinaire . . . . .	25
Le mangeur inoxydable . . . . .	28
Médecine et cuisine . . . . .	32
Le paradoxe de l'amer . . . . .	35
2 - LES BONNES HISTOIRES DE L'ORIENT . . . . .	39
Blessures, offrandes et momies. . . . .	40
Le feu digestif . . . . .	43
Producteurs et grossistes. . . . .	46
Une clientèle en or. . . . .	51
La fin du système. . . . .	54
3 - TOUTES LES CUISSONS DU MONDE . . . . .	59
Les pierres chaudes. . . . .	60
Techniques de base . . . . .	62
Les arts du feu et la terre cuite. . . . .	66
Le métal et la friture . . . . .	70
L'acier des Chinois. . . . .	74

4 - SUR LES CHEMINS DE MEXICO . . . . .	77
Plaisirs aztèques.... . . . . .	78
... et régimes andins . . . . .	82
L'Espagne d'Occident.... . . . .	85
... et celle d'Orient . . . . .	88
Le goût des <i>conquistadores</i> . . . . .	90
Les Amérindiens et la friture. . . . .	94
Les colons et leurs cuisinières . . . . .	98
Métissage et cohabitation . . . . .	100
Des cuisines créoles figées. . . . .	103

DEUXIÈME PARTIE  
LES FORCES D'EXPANSION

1 - LES PREMIÈRES ZONES DE RICHESSE. . . . .	109
L'origine des ressources alimentaires . . . . .	110
Sédentaires et agriculteurs . . . . .	114
La poussée proche-orientale . . . . .	118
La constitution d'un pôle asiatique. . . . .	121
L'Amérique et l'Afrique hors jeu . . . . .	124
Relations Est-Ouest. . . . .	127
La première cuisine mondiale . . . . .	129
2 - LES FANTÔMES DE LA CUISINE ARABE. . . . .	133
L'Orient culinaire. . . . .	134
Les vestiges de l'Antiquité . . . . .	137
La culture du banquet et du vin . . . . .	141
Mille cuisiniers. . . . .	144
Les Arabes en Méditerranée.... . . . .	147
... et les califes en cuisine. . . . .	150
Le goût de Bagdad.... . . . .	153
... et l'héritage de Ctésiphon. . . . .	156
Le coffre à trésors . . . . .	159
Les deux banquets d'Orient . . . . .	162
Le goût perdu des plats aigres. . . . .	165
Les gardiennes de la mémoire. . . . .	168

3 - L'EMPIRE DES PROTÉINES .....	171
L'activité secondaire des agriculteurs.....	172
L'expansion des pasteurs .....	174
Festins nomades.....	176
... et goûts barbares .....	180
Du Niger au fleuve Jaune .....	184
4 - LES <i>EAST-FOODS</i> DU GRAND TURC .....	189
L'industrie du poisson à Byzance .....	190
Le goût grec oriental .....	193
Régimes chrétiens .....	196
La migration turque .....	198
Le goût des Ottomans .....	201
Introuvable grande cuisine .....	205
Un repas du sultan .....	207
La steppe et le <i>fast-food</i> .....	211
5 - LA NOUVELLE PLANÈTE ALIMENTAIRE .....	215
Le lent progrès des techniques .....	216
La transformation des campagnes .....	219
Une autre carte des ressources .....	221
L'industrialisation agroalimentaire .....	225
Nouveaux régimes .....	228
<u>Le monde protéiné</u> .....	231
6 - LE THÉÂTRE CULINAIRE FRANÇAIS .....	235
Le repoussoir médiéval... ..	236
... ses sauces et ses condiments .....	239
La cuisine nouvelle du XVII <sup>e</sup> siècle .....	243
Multiplier les préparations... ..	247
... et les stabiliser .....	250
De la cheminée au fourneau... ..	254
... et du mortier à la casserole .....	257
La mise en scène culinaire .....	259
Brillants décors .....	265
Une cuisine de glace .....	268
Contre-courant .....	270
Un bien national .....	275
La gastronomie contre la diététique .....	279
L'expansion culinaire française .....	282
Le luxe alimentaire .....	285

TROISIÈME PARTIE  
DANS LA TÊTE DES MANGEURS

1 — LE SAVOIR PAR LA SAVEUR . . . . .	291
Les sens et la raison . . . . .	292
Le malade et son monde . . . . .	295
Le rôle thérapeutique des aliments . . . . .	298
Prescrire des saveurs . . . . .	301
Le savoir diététique minimum . . . . .	304
2 — À L'ASSAUT DE LA MONTAGNE CHINOISE . . . . .	307
Longévité culinaire . . . . .	308
Profusion et flexibilité . . . . .	311
Extraire la vie . . . . .	315
Chercher l'harmonie . . . . .	318
La santé par la cuisine . . . . .	320
Rationalités chinoises . . . . .	323
D'une invasion à l'autre . . . . .	327
L'appétit des industries occidentales . . . . .	331
Le socle de la famille . . . . .	334
3 — LA SCIENCE QUI NOURRIT . . . . .	339
La cuisine des dieux . . . . .	340
... et la part des hommes . . . . .	343
La fin du sacrifice en Occident . . . . .	347
La transmission du savoir grec . . . . .	349
Le déclin de la théorie des humeurs . . . . .	351
La nutrition scientifique . . . . .	354
4 — LE PARTI MORAL ANGLO-AMÉRICAIN . . . . .	359
Une belle cuisine disparue . . . . .	360
<i>Gravy</i> et beurre fouetté . . . . .	362
Cuissons rousses et cuissons blanches . . . . .	364
La nouvelle cuisine anglaise . . . . .	368
« Goût et beauté » . . . . .	370
... rapidité et modernité . . . . .	373
Le moral et le pernicieux . . . . .	377
Les singes au piano . . . . .	382
Marée blanche . . . . .	385

Coupeurs de toques . . . . .	387
La cuisine d'élevage . . . . .	389
Le nouveau pouvoir domestique . . . . .	391
Travaux pratiques de chimie. . . . .	393
La sauce des femmes . . . . .	396
La nutrition contre la cuisine . . . . .	398
5 - LA SOCIÉTÉ LIBÉRALE-DIÉTÉTIQUE . . . . .	403
La disparition de la cuisine domestique . . . . .	404
Médecins et industriels . . . . .	407
Ancienne médecine et nouveaux marchés . . . . .	409
Collaborations et divergences . . . . .	412
Déséquilibre de pouvoirs . . . . .	415
Éducation et consumérisme . . . . .	419
De l'élevage au pâturage . . . . .	422
CONCLUSION: LA GUERRE CULINAIRE . . . . .	425
Le moteur expansionniste. . . . .	426
La neutralisation du centre oriental . . . . .	429
Un jeu à trois . . . . .	431
Cohabitation et destruction. . . . .	434
Une culture de la diversité . . . . .	437
BIBLIOGRAPHIE . . . . .	441