

## Histoire du goût

### Les graisses et le gras.

par

Jean-Louis Flandrin

#### **La cuisine au beurre.**

Au XIV<sup>e</sup> siècle le beurre était presque absent des livres de cuisine, en France et en Angleterre aussi bien qu'en Italie et en Espagne. Les jours gras on lui préférait le lard ou le saindoux ; et les jours maigres on lui préférait l'huile. Certaines régions semblent pourtant avoir cuisiné au beurre dès le Moyen Age : la Flandre, la Normandie, la Bretagne, l'Aunis et la Saintonge, par exemple. Mais cette graisse et cette cuisine étaient qualifiées de paysannes et ont été méprisées jusqu'au XVI<sup>e</sup> siècle. (On lit dans Thresor de la langue française de Nicot (1606), ancêtre des dictionnaires français, l'article Burrier autrement dit, l'adjectif « beurrier » - « *Pline marque [...] que les nations barbares faisaient grand cas du beurre, et que les riches seulement en mangeaient. En France, l'usage en est commun, et plus de pauvres que de riche* ». Notation étonnante pour nous, puisque face aux margarines, aux huiles industrielles et à toutes sortes de graisses dites « alimentaires », le beurre caractérise aujourd'hui la bonne cuisine et la bonne pâtisserie..) Alors la Réforme protestante semble avoir changé la donne. Dans tous les pays du Nord de l'Europe où elle avait triomphé, elle a autorisé le beurre en Carême ; et pour éviter qu'elle ne gagne tous les pays qui ne produisaient pas d'huile d'olive et ne l'aimaient pas, la Papauté s'est empressé d'y autoriser la consommation de beurre en Carême, favorisant une cuisine plus beurrière et plus grasse qu'au Moyen Age.

## La cuisine grasse

**Tableau 1 : Les graisses dans les recettes de cuisine**

Traités	Date	Nbr de Recettes	Graisses	Huile	Beurre	Total GBH	Crème
TVt. B.N <sup>1</sup> .	v.1350	185	29,73%	5,40%	1,10%	<b>36,20%</b>	0%
TVt.Vatican <sup>1</sup> <sup>ère</sup> partie <sup>2</sup>	v.1450	167	24,60%	9,00%	1,80%	<b>39,00%</b>	
TVt. Imprimé <sup>3</sup>	1486		35,30%	3,10%	7,60%	<b>42,90%</b>	1,80%
Livre Ft. Excel. <sup>4</sup>	1545	346	31,50%	6,10%	33,20%	<b>58,70%</b>	1,40%
Cuisinier français. <sup>5</sup>	1651	sur 614	22,20%	2,60%	40,60%	<b>55,70%</b>	2,40%
Art de b.Traiter <sup>6</sup>	1674	189	52,40%	4,20%	54,50%	<b>61,40%</b>	2,60%
Cuisine. Bourgeoise. <sup>7</sup>	1746	270	24,80%	11,50%	39,30%	<b>62,00%</b>	8,50%
Nelle.Mais. Rust. <sup>8</sup>	1755	178	12,40%	2,20%	53,40%	<b>62,40%</b>	7,30%

Pour la proportion des recettes grasses, le tableau 1 montre qu'elle est passé de 36 % au XIV<sup>e</sup> siècle à 62 % aux XVII<sup>e</sup> et XVIII<sup>e</sup>. Si la crème semble garder encore, au XVII<sup>e</sup> siècle, son statut provincial - ne se rencontrant guère que dans des recettes normandes - le beurre, lui est définitivement adopté par la grande cuisine - et il va en devenir caractéristique au XIX<sup>e</sup>. Une cuisine où, d'une manière générale, les graisses jouent donc un rôle nettement plus important qu'au Moyen Age.

<sup>1</sup> Le Viandier de Taillevent, Manuscrit de la Bibliothèque nationale, publié dans le Viandier de Guillaume Tirel dit Taillevent [...] par le baron Jérôme Pichon et Georges Vicaire, Nouvelle édition augmentée et refondue par Sylvie Martinet, Slatkine Reprints, Genève, 1967, p. 1-34.

<sup>2</sup> Le Viandier de Taillevent, Manuscrit de la Bibliothèque vaticane, 1<sup>ère</sup> partie, dans le Viandier de Guillaume Tirel dit Taillevent op. cit., p.71-110.

<sup>3</sup> Le Viandier de Taillevent. Edition du XV<sup>e</sup> siècle. Ibid, p. 141-199.

<sup>4</sup> Livre fort excellent de Cuyssine « Très utile et profitable contenant en soy la manière d'abiller toutes viandes. Avec la manière de servir les banquets et festins. Le tout veu et corrigé oultre la première impression par le grand Escuyer de Cuyssine du Roy ». Olivier Arnoullet, Lyon, 1555, 72 p.

<sup>5</sup> Le Cuisinier français. « Enseignant la manière de bien assaisonner toutes sortes de viandes grasses et maigres, légumes, pâtisseries et autres mets qui servent tant sur les tables des grands que des particuliers. » Par le sieur de La Varenne, Escuyer de Cuisine de Monsieur le Marquis d'Uxelles. A Paris, chez Pierre David, 1651, 309 p.

<sup>6</sup> L'art de bien traiter. « Divisé en trois parties. Ouvrage nouveau, curieux et fort galant, utile à toutes personnes et condition. Exactement rechargé et mis en lumière par LSR ». Paris, chez Jean DuPuis, 1674, 414 p. (réimpression à 250 ex. pour D, Morerette., Luzarches, 1978)

<sup>7</sup> La cuisinière bourgeoise suivie de l'Office. « A l'usage de tous ceux qui se mêlent de dépenses de Maisons, contenant la manière de disséquer, connaître et servir toutes sortes de viandes » François Foppens, 1774, 480 p. (Réimpression Temps Actuel, Paris, 1981)

<sup>8</sup> La nouvelle maison rustique ou « Economie générale de tous les biens de campagne, la manière de les entretenir et de les multiplier » Louis Liger, Paris, 1755, vol 2, livre 4.

## Les sauces grasses

La transformation est encore plus nette dans les recettes de sauces (tableau 2).

**Tableau 2. les sauces grasses en France du XIV<sup>e</sup> au XVIII<sup>e</sup> siècles**

<u>Livres</u>	<u>Date</u>	<u>Graisses</u>	<u>Huile</u>	<u>Beurre</u>	<u>Total GBH</u>	<u>Crème</u>	<u>Lait</u>
Taillevent. B.N. (19 sauces)	13XX	5,3%	0%	0%	<b>5%</b>	0%	5,3%
Ménagier de Paris <sup>9</sup> (41 sauces)	1393	19,5%	0%	0%	<b>19,5%</b>	0%	2,4%
Livre ft. excellent (26 sauces)	1555	15 à 23%	0%	7,7%	<b>23,1%</b>	0%	7,7%
Cuisinier françois (13 sauces)	1651	7,6%	0%	38,5%	<b>46,2%</b>	0%	0%
L'art de bien traiter (7 sauces)	1674	0%	14,2%	71,4%	<b>85,7%</b>	0%	0%
Cuisinière Bourgeoise (31 sauces)	1777	3%	29%	55%	<b>83,9%</b>	6,5%	6,5%

La plupart des sauces médiévales ne comprenaient aucune graisse : sur les 60 que mentionnaient, au XIV<sup>e</sup> siècle, Le Viandier de Taillevent et Le Ménagier de Paris, aucune ne comportait d'huile ni de beurre, alors qu'aujourd'hui - et déjà au XVII<sup>e</sup> siècle - la plupart des sauces françaises comportent l'une ou l'autre. Certaines comportaient un peu de la graisse du rôti ou du bouilli qu'elle devait assaisonner. Mais leur proportion n'était jamais très forte (5 à 20 %).

Lorsque les cuisiniers médiévaux utilisaient de la graisse de rôti dans une sauce, d'autre part, ils veillaient à n'en pas mettre trop. Ainsi, pour assaisonner une poule ou un chapon le Ménagier de Paris, à la fin du XIV<sup>e</sup> siècle, donne exceptionnellement des proportions : « *quatre parties de vertjus et la cinquième de la graisse de la poule ou du chapon* ». Au contraire, dans nos actuelles mayonnaises, béarnaises, hollandaises, etc., les proportions du gras et de l'acide sont totalement inversées : Ginette Mathiot, en 1932, (Je sais cuisiner) met dans la mayonnaise 225 g. d'huile pour 2 cl. de vinaigre, c'est à dire environ 20 g. soit moins d'un 1/10<sup>e</sup> de la matière grasse, sans compter le jaune d'œuf<sup>10</sup>! Déjà les sauces liées au beurre du XVII<sup>e</sup> siècle - comme la « sauce blanche » qui était une sorte de beurre blanc ou de béarnaise - avaient inversé le rapport de l'acide au gras.

A l'attrait des sauces acides et épicées du Moyen Age a donc succédé, dès le XVII<sup>e</sup> siècle, l'attrait des sauces grasses, plus douces et plus respectueuses de la saveur propre des aliments. Cette préservation du goût des aliments a d'ailleurs été un des thèmes favoris des partisans de la *nouvelle cuisine* du XVII<sup>e</sup> siècle.

<sup>9</sup> Le Ménagier de Paris. « *Traité de morale et d'économie domestique, composé vers 1393, par un bourgeois parisien* ». Paris, 1847, 2 vol. Le traité de cuisine occupe les pages 124 à 277 du second volume

<sup>10</sup> Ginette Mathiot, Je sais cuisiner, Albin Michel, Paris, 1932, p. 89, n° 72.