



La lettre

INSTITUT BENJAMIN DELESSERT

numéro 15 | Janvier 2012

L E T T R E D ' I N F O R M A T I O N

RENCONTRE

La gourmandise est un péché capital au statut ambigu depuis des siècles, entre plaisir et culpabilité, discours moralisateur et quête d'identité. C'est autour de ce thème que l'Institut Benjamin Delessert a organisé sa conférence du 24 novembre avec un programme riche en saveurs. Le Professeur Besnard a évoqué le "goût du gras" et l'impact sur le comportement alimentaire de la perception des lipides au niveau des récepteurs de la langue. Laurence Schmitter, professeure des écoles et consultante en pédagogie, a témoigné de son expérience auprès des enfants pour leur donner envie de découvrir les aliments et les différentes saveurs. Isabelle Bianquis, professeure à l'université de Tours, a présenté une toute autre façon de vivre la gourmandise à travers son expérience en Mongolie. Enfin, le lauréat du Prix Trémolières 2011, Florent Quellier, a retracé l'histoire de la gourmandise du Moyen-Age à nos jours. Ce voyage gourmand dans le temps a été l'occasion de décoder certaines représentations dans des tableaux, de s'arrêter sur l'évolution du champ lexical de la gourmandise ou encore de comprendre l'évolution des identités des gourmands.

L'Institut Benjamin Delessert a également le goût de la science. Comme chaque année, vous trouverez dans ce numéro, le palmarès des Prix de Projets de Recherche qui ont récompensé des projets faisant avancer la recherche en nutrition humaine.

Nous vous souhaitons de bonnes fêtes de fin d'année, riches en gourmandise.

Le 24 novembre dernier, le Prix Trémolières a été décerné à Florent QUELLIER, historien, maître de conférence à l'Université

François Rabelais de Tours, titulaire d'une chaire CNRS d'histoire de l'alimentation des mondes modernes et auteur de l'ouvrage « Gourmandise – histoire d'un péché capital »



Remise du Prix Benjamin Delessert avec de gauche à droite : Florent Quellier, Isabelle Bianquis, Philippe Besnard, Claude Fishler

paru récemment aux Editions Armand Colin. Il a bien voulu développer avec nous quelques points clés de ce livre, doté par ailleurs d'une très riche iconographie :

IBD : Florent QUELLIER bonjour. La lecture du titre de votre ouvrage a suscité notre première question : en effet, comment la gourmandise peut-elle devenir un sujet d'étude pour un historien de l'alimentation ?

FQ : C'est un sujet d'étude parce que la gourmandise pose encore aujourd'hui clairement la question du rapport au plaisir et au péché. Ce livre s'inscrit dans le contexte actuel d'un discours culpabilisant. Si l'on prend le discours médical sur l'alimentation, on observe que très fréquemment le plaisir est totalement exclu ; les campagnes de communication pour le Programme National Nutrition Santé ne laissent, elles aussi, que peu de place au plaisir de manger. En tant qu'historien, je me suis interrogé sur ce que pouvait être ce rapport au plaisir gustatif au Moyen Age ou au XVIIème siècle : est-ce que la société de ces époques acceptait (ou non) le plaisir de manger, qu'entendait-elle par « faire bonne chère » et comment était définie la notion de gourmandise. Était-ce obligatoirement un péché ou une forme de gourmandise pouvait-elle prétendre à la politesse ?

IBD : En effet, vous décrivez dans votre livre une relation étroite et néanmoins très ambiguë de la gourmandise avec la religion...

FQ : En fait, au sein des péchés capitaux, la gourmandise (la traduction en français du latin gula) pose relativement peu de problèmes, c'est juste un péché véniel. L'Eglise n'a jamais condamné le plaisir de manger mais la goinfrerie, la glotonnerie et l'ivresse. Néanmoins l'enseignement des sept péchés capitaux a fortement associé la notion de péché à la gour-

➔ suite page 2

RENCONTRE

Interview de Florian Quellier

pages 1, 2 et 4

ÉVÈNEMENT

Conférence de l'Institut Benjamin Delessert

pages 2 et 3

ACTUALITÉ

Palmares des Prix de Projets de Recherche 2011

page 4

AGENDA

- Journée Annuelle Benjamin Delessert

page 4



RENCONTRE

→ suite de la page 1

mandise dans la culture occidentale. Aujourd'hui, dans une société pourtant laïcisée, on se positionne encore par rapport à cette notion de péché. Il ne s'agit plus de pêcher vis-à-vis de la religion mais contre son corps et contre la société. Compris comme un individu qui ne se contrôle pas, le gourmand devient un quasi délinquant nutritionnel.

IBD : Vous évoquez aussi l'opposition qui existe entre la relation à l'alimentation des catholiques et l'austérité observée chez les protestants...

FQ : Cette opposition concerne naturellement la conception religieuse de l'alimentation, mais pas seulement. Elle s'envisage sur un plan beaucoup plus général et distingue historiquement l'Europe du Nord de celle du Sud. La géographie est importante du fait des terroirs qui sont plus nombreux et variés dans les contrées du Sud que dans le Nord. On l'observe d'ailleurs encore aujourd'hui avec un plus grand nombre d'Appellations d'Origine Contrôlée en Italie ou en France, que dans les pays nordiques. L'aspect politique entre aussi en ligne de compte dans cette opposition culinaire Nord-Sud, puisque la table des monarques absolus reflétait, par le nombre et la diversité des plats, la richesse du souverain et par là même celle du pays. Avec l'imitation de cette culture de

table par l'aristocratie, la noblesse puis la bourgeoisie, s'est véritablement créée une cuisine nationale. Ce phénomène n'est pas du tout observé lorsque l'on remonte vers les pays Anglo-Saxons. Par ailleurs, cette relation à la gourmandise, particulière à la tradition latine, ne s'envisage que parce qu'il y a la table et sa convivialité. En effet, la « bonne » gourmandise a, de tout temps, exclu et même condamné le grignotage.

IBD : En vous écoutant, on s'aperçoit que l'alimentation véhicule un grand nombre de messages...

FQ : Justement, ce qui est passionnant pour un historien de l'alimentation c'est de pouvoir, grâce à sa problématique de recherche, approcher des thèmes aussi différents que l'histoire religieuse, l'histoire médicale ou l'histoire politique et sociale. De plus, mon travail s'attache à tous les imaginaires liés à l'alimentation. On ne mange pas que des aliments, on s'approprie aussi des valeurs telles que l'échange, la convivialité, une identité. S'intéresser à la gourmandise, c'est étudier les valeurs ajoutées à l'alimentation.

IBD : Dans votre livre, vous développez une donnée surprenante quand vous avancez que la gourmandise est sexuée, en d'autres termes qu'elle n'est pas considérée de la même

façon chez l'homme que chez la femme...

FQ : Même si les choses ont sensiblement évolué, la culture française a longtemps vécu sur les principes d'un discours gastronomique qui considérait que seul l'homme était en mesure d'apprécier correctement les mets et les vins. Cela reposait sur un apprentissage typiquement « masculin », impensable chez la femme et on se plaçait même dans une sorte de prédisposition congénitale à savourer la bonne chère ! La femme était, elle, censée goûter avant tout le sucré, et cela n'était en aucune manière valorisant.

IBD : La consommation de sucre est pourtant relativement récente (au XIX^e siècle) à l'échelle de l'Histoire

FQ : Pour le sucre de betterave oui, mais le sucre de canne était déjà consommé par les élites dans les derniers siècles du Moyen Âge et on peut retrouver, dès cette époque, des traces d'une gourmandise féminine « critiquable » pour les sucreries dans des discours cléricaux et moraux. Apprécier le sucré a longtemps correspondu à un sorte d'immaturité associée au féminin et à l'enfance, et cela n'a été accepté pour l'homme que dans un passé relativement récent. Le sérieux gastronomique concernait avant tout le salé et les vins, le dessert n'étant

ÉVÉNEMENT

2

Chaque automne, l'Institut Benjamin Delessert organise une après-midi de rencontres sur un sujet de nutrition, envisagé dans une démarche transversale. Ainsi, le jeudi 24 novembre 2011, la conférence avait pour thème fédérateur « Goût et gourmandise ». Se sont succédés au pupitre, des intervenants issus d'un large horizon comme une anthropologue, une professeur des écoles, un physiologiste, et, le lauréat du Prix Trémolières 2011, un historien.

La première intervention a porté sur la relation qui peut exister entre la perception oro-sensorielle des lipides et le comportement alimentaire. Le Professeur **Philippe BESNARD** (Physiologie de la Nutrition, UMR U866/Université de Bourgogne/AgroSup Dijon) a fait pour nous, un tour d'horizon des connaissances actuelles dans ce nouveau domaine d'investigation scientifique. L'attrance pour le gras a abondamment été étudiée sur le plan comportemental mais ses ressorts intimes sont encore mal

connus. Le rôle joué par la gustation a récemment été décrit chez le rongeur ; cette perception s'ajoutant à celle de la texture et de l'odeur des lipides, déjà connues depuis longtemps. En substance, il semblerait que chez la souris, les acides gras à longue chaîne soient détectés par certains lipidorécepteurs linguaux et que le signal généré



Pr Philippe Besnard

emprunte par la suite les voies gustatives périphériques puis centrales. Si ce goût, du et pour le gras, se voyait confirmé chez l'Homme, cela ouvrirait de nouvelles perspectives d'explication dans les inégalités physiologiques des individus face au surpoids et à l'obésité. Le second orateur,

Laurence SCHMITTER, professeure des écoles et auteure d'ouvrages pédagogiques, a témoigné d'un travail réalisé dans le cadre d'un enseignement en école maternelle. Enseignante et mère de famille, elle s'était fixé trois grands objectifs pour son projet pédagogique : éveiller réellement et de façon durable la curiosité de l'enfant, faire en sorte que celui-ci se sente impliqué personnellement dans le processus de découverte et promouvoir une démarche basée sur l'échange, le plaisir, le partage. Dans sa mise en œuvre, le projet a permis de se rapprocher le plus possible du mode de pensée des jeunes enfants, par la création d'outils pédagogiques ad hoc, créant un climat de confiance propice à leur épanouissement. Il a aussi stimulé la curiosité des élèves autour de questionnements variés (Oser goûter un aliment ou pas ? Pourquoi ? D'où vient-il ? C'est quoi le goût ? Comment identifier les saveurs, les textures ?...). Enfin, cette démarche s'est voulue participative, afin d'amener chaque enfant à être acteur de son processus de découverte, en « mettant la main à la pâte » au cours de chaque expérience. Au final, cette « éducation alimentaire » a semblé porter



Laurence Schmitter

ses fruits en conduisant, au fil de l'année scolaire, les jeunes élèves du statut de « néophobes » à celui de « mangeurs/dégustateurs », capables de découvrir de nouveaux aliments et prêts à apprendre à jardiner, à cuisiner... Changement d'horizon avec la troisième intervention de l'après-midi, puisqu'**Isabelle BIANQUIS**, professeur

d'anthropologie à l'Université François Rabelais de Tours, nous a invité à un voyage de la gourmandise en pays mongol. En effet, si l'on se réfère aux écrits des voyageurs occidentaux s'étant aventurés sur la terre de Gengis Khan, on note souvent l'interprétation péjorative qui



Isabelle BIANQUIS,

est faite de la notion de friandise en vigueur chez ce peuple de nomades. Pour l'ethnologue contemporain, intéressé par cette culture, le tableau peut être tout autre ; il se trouve ainsi confronté non seulement à « la gourmandise » mais aussi à « des gourmandises ». Cette dichotomie entre un défaut (manger trop) et des nourritures succulentes, résulte de nombreuses influences telles que des traits culturels issus de la langue, des épopées et de la tradition bouddhiste. Ces « gourmandises », objets d'une ritualisation tant dans leur préparation que dans leur partage et leur consommation, constituent pour les Mongols de véritables symboles du plaisir gustatif.

Le dernier exposé fut celui du lauréat du Prix Trémolières 2011, **Florent QUELLIER** (voir aussi notre interview dans la rubrique Rencontre) qui s'est attaché à nous montrer comment un historien pouvait envisager la gourmandise en tant qu'objet d'histoire. Il a tout d'abord développé l'intérêt d'une histoire de la gourmandise, des premiers chrétiens jusqu'à nos jours, qui témoigne pour l'époque récente en particulier, d'une résistance au plaisir gourmand, par la recherche des produits de terroir, la multiplication des AOC, et des cours de cuisine, à un discours éthico-médical moralisateur et culpabilisant en vigueur depuis les dernières décennies du XX^{ème} siècle. Il a ensuite détaillé

comment pouvait s'appréhender la gourmandise. C'est tout d'abord une histoire de signifié et de signifiant, avec une ambiguïté de sens pour la gourmandise, traduction du latin gula, à la fois gosier et péché de gourmandise pour les religieux. La gourmandise fait ainsi l'objet d'un vaste champ lexical, pour parler tantôt de la bonne gourmandise (gourmet / gastronome...) et tantôt de la mauvaise gourmandise (goinfre / glouton...). C'est ensuite une histoire du plaisir, puisque celui-ci est indissociable de la gourmandise, elle-même définie par des normes alliant idéal de tempérance et stigmatisation des déviations. C'est enfin une histoire totale, qui s'intéresse à toutes les strates de la population, qui intègre l'analyse politique, économique et médicale, l'étude du genre (le discours gastronomique français du XIX^{ème} siècle



Florent QUELLIER

ayant été particulièrement misogynne), la dimension religieuse et culturelle. Tout ce travail est par ailleurs mené avec pour fil rouge la notion de péché contre Dieu, son corps, ou la société. Florent Quellier a terminé son intervention en envisageant la gourmandise en tant que fait historique, autrement dit en la repensant comme une construction culturelle, soumise à un contrôle social, religieux, moral ou encore politique, mais à considérer en permanence comme un dialogue norme / déviance. Son mot final a fait écho à l'intervention précédente, puisqu'il a retracé brièvement l'historique des friandises en Occident, en montrant que le gras et le pain bien blanc étaient les deux gourmandises préférées et que le goût pour le sucre est en revanche très récent à l'échelle de l'Histoire. ■



RENCONTRE

→ suite de la page 2

qu'une politesse concédée aux femmes.

IBD : Je vous propose de terminer en évoquant la relation de la gourmandise avec l'image du corps. La gourmandise a-t-elle toujours été synonyme d'embonpoint ?

FQ : Etre « en -bon-point », en trois mots, signifiait être dans un juste milieu, plus

proche néanmoins du gras que du maigre. C'était un signe de bonne santé physique mais aussi économique et morale jusqu'au XIX^e siècle. Quant au gourmand, il n'a pas toujours été gros, cela dépend des époques et des sociétés. Si le glouton médiéval est effectivement doté d'un gros ventre, Héraclès, dieu grec éminemment gourmand voire glouton, n'est jamais représenté gros.

Dans le monde antique, l'éthique du corps était très présente car celui-ci était montré. Avec la christianisation de l'Occident le rapport au corps sera modifié. Au XX^e siècle, les corps sont libérés, un nouveau rapport à la corpulence s'installe et avec lui une nouvelle vision de la gourmandise. ■

ACTUALITÉ

Palmarès des Prix de Projets de Recherche 2011

Cette année, les Prix de Recherche ont été attribués aux projets suivants :

- Efficacité du régime sans fructose chez les patients ayant un syndrome de l'intestin irritable et un test respiratoire au fructose positif (**Anne-Marie**

Leroi, Service de physiologie digestive, Hôpital Charles Nicolle de Rouen) ;

- Influence de la leptine du lait et d'une dénutrition maternelle périnatale sur le développement du tractus digestif du rongeur nouveau-né (**Didier Vieau**, Unité EA 4489 de l'Université Lille Nord de France) ;

- Relations alcool, glucides, sucres et syndrome métabolique (**Boris Hansel**, Service Endocrinologie-Métabolisme, Hôpital Pitié-Salpêtrière de Paris) ;

- Programmation épigénétique nutritionnelle du syndrome métabolique : analyse des mécanismes et recherche de biomarqueurs (**Anne Gabory**,

Unité de Biologie du Développement et Reproduction, INRA de Jouy-en-Josas) ;

- Etude de la sensibilité centrale de la leptine après Gastric Bypass chez le mini-porc (**Marie Pigeyre**, Service de Nutrition, Hôpital Claude Huriez de Lille).

AGENDA

Journée Annuelle Benjamin Delessert



Vendredi

3 février 2012

CNIT

Paris-la Défense

(Accueil des participants

à partir de

8 heures)

« **Système digestif et cerveau : quel dialogue au cours de la prise alimentaire ?** »

Modérateurs : Dr Frédéric Dadoun, Pr Jean-Michel Oppert

9h00 : Introduction
Frédéric Dadoun, Luxembourg

9h15 : Signaux périphériques
Fabrizio Andreelli, Paris

9h45 : Rôle des neuromédiateurs
Emmanuel Disse, Lyon

10h15 : Pause café

10h45 : Que nous apprend l'imagerie ?
Charles-Henri Malbert, Rennes

11h15 : Remise du Prix Benjamin Delessert par M. Claude Fischler et Lecture Benjamin Delessert : « Goût et coût des aliments » Adam Drewnowski (PhD, MA), Seattle (U.S.A.)

12h00 : Déjeuner

« **Les oméga 3 : des données scientifiques aux recommandations pratiques** »

Modérateurs : Pr Eric Bruckert, Pr Sébastien Czernichow

14h00 : Les oméga 3 :
origines et rôle métabolique
Sébastien Czernichow, Paris

14h15 : Fonction cognitive et dépression : les oméga 3 ont-ils un bénéfice ?
Sophie Gillette, Toulouse

14h45 : Que penser de l'impact des oméga 3 sur le risque cardiovasculaire ?
Sybil Charrière, Lyon

15h15 : Intérêt des oméga 3 en pédiatrie
Dominique Turck, Lille

15h45 : Comment proposer en pratique une alimentation riche en oméga 3 ?
Marianne Eole, Paris

16h15 : Que faire en pratique ?
Eric Bruckert, Paris

16h30 : Fin de séance

Secrétariat des inscriptions : JABD 2012 / M EVENT - 33 avenue du Roule - 92200 Neuilly-sur-Seine - Tél. : 01 75 43 44 62 - Fax : 01 47 38 13 71
e-mail : jabd2012@m-event.fr - www.jabd.fr

