

Culture et alimentation : petit tour d'assiette à travers les continents



Numéro 11, mars 2009

Par Sandrine Monnery-Patris, chercheur à l'INRA

Que mange-t-on dans le monde ? Pourquoi les pratiques culinaires sont-elles si différentes selon les régions du monde ? La mondialisation est-elle en train de gommer les particularités et les traditions culturelles en matière d'alimentation ? La liste des questions sur la relation entre culture et alimentation pourrait encore s'allonger indéfiniment... L'objet du présent article est de proposer un petit voyage culturel autour de la planète afin de connaître les aliments et les recettes qui, selon les cultures, séduisent ou effraient nos papilles gustatives. Nous examinerons aussi pourquoi nous éprouvons des réticences à goûter certains aliments « exotiques » à notre culture.

On entend souvent dire que les goûts s'uniformisent, ou que l'on mange un peu partout la même chose. Or, il existe des différences considérables entre les aliments consommés et les recettes concoctées d'une région à l'autre, ou d'un pays à l'autre. Comme le fait très justement remarquer le sociologue C. Fischler¹, nous sommes en fait très loin de consommer tout ce que notre organisme serait prêt à nous

¹ Fischler, C. (1990). L'Homnivore. Paris, Odile Jacob.

laisser absorber. Et le seul fait d'avoir à disposition certains aliments ne les rend pas pour autant comestibles.

Des insectes au menu !

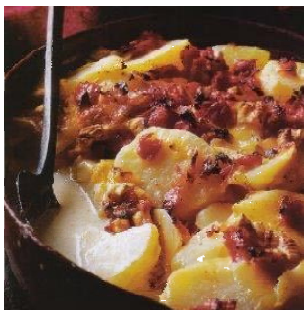
Prenons quelques exemples. Il ne viendrait pas à l'esprit d'un Français de consommer des insectes, ni des rongeurs, encore moins des animaux domestiques comme les chiens ou les chats. Pour autant, en France, nous avons coutume de consommer des aliments qui suscitent le dégoût dans d'autres cultures : les escargots, les cuisses de grenouilles (*voir photo en 1^{ère} page*), les huîtres, mais aussi les tripes, la fameuse tête de veau, ou encore les pieds de porc etc. Les Anglo-Saxons s'étonnent que le



lapin soit au menu des cartes italiennes ou françaises. De même, la consommation de fromages particulièrement forts fait frémir de dégoût les Asiatiques. Inversement, les Français sont généralement réfractaires au fruit nommé **le durian**²(ci-contre), très apprécié des Asiatiques, mais qui dégagerait pour le nez français une forte odeur fécale...

On peut être surpris d'apprendre qu'il existerait au moins autant de cultures consommatrices d'insectes que de cultures non consommatrices de ces petites bêtes ! A titre d'exemple, les fourmis sont consommées en Colombie, Thaïlande, Afrique du Sud, Australie. Les cafards sont appréciés en Chine, Thaïlande, et chez les Aborigènes d'Australie. Les araignées sont dégustées en Nouvelle-Guinée Papouasie, en Thaïlande et en Birmanie, au Cambodge, à Madagascar, etc. Les abeilles et les guêpes sont considérées comme comestibles en Chine, Birmanie, Malaisie, Sri Lanka, et dans certaines régions du Japon. Quant aux larves de papillon, elles sont très recherchées au Mexique...

²Le durian (prononcer dourian) est un fruit comestible qui pousse sur un arbre tropical portant le même nom. Ce fruit est récolté dans le sud-est de l'Asie. Il se présente comme un gros ovoïde, pesant jusqu'à 5 kg, avec une carapace d'épines. Il est connu pour son goût et son odeur très particuliers... Les compagnies aériennes asiatiques interdisent son transport en avion.



La tartiflette

Ce petit tour de la planète permet d'illustrer la variabilité du comestible selon les cultures. Une question se pose alors : pourquoi mangeons-nous ce que nous mangeons ? En d'autres termes, pourquoi ne mangeons-nous pas d'insectes en France et pourquoi, encore aujourd'hui, les fromages suscitent-ils autant de répulsion en Asie ?

La variété des aliments dans le monde

Les différences observées sont sans doute de nature et d'origine multiples - historiques, économiques, symboliques, sociales, religieuses, etc. Si nous consommons certains aliments, c'est avant tout parce qu'ils sont disponibles dans notre environnement, que nous apprécions leur goût devenu familier, et parce qu'ils présentent des avantages pour notre corps.

A ce titre, certains auteurs croient même pouvoir trouver dans la consommation des insectes l'une des solutions possibles aux problèmes alimentaires de certains pays émergents. Les insectes sont en effet disponibles, familiers et riches en protéines, limitant ainsi les risques de carences. De plus, leur consommation limiterait d'une pierre deux coups la destruction des récoltes par ces mêmes insectes !

Mais la simple disponibilité de certains aliments ne suffit pas à expliquer pourquoi un produit sera considéré comme comestible ou non comestible. Certains aliments très rares et peu rassasiants sont même souvent très recherchés et appréciés des consommateurs (par exemple, le caviar en Occident). La culture joue de ce point de vue un rôle essentiel sur les choix alimentaires. Cette pression s'exerce principalement à travers un système de règles plus ou moins conscientes et de représentations (par exemple, l'image de luxe rattachée au caviar) qui tendent à orienter l'éventail des aliments dont l'homme, selon son

appartenance culturelle, pourra faire l'expérience dès son plus jeune âge.

Entre culture et nature

La culture et la nature entretiennent des relations complexes. Dans certains cas, la culture renforce une prédisposition naturelle. Prenons le cas de la fève de cacao. La nature a donné un produit amer et peu aromatique. A partir de cette fève, la culture a créé un aliment très apprécié (à l'aide des techniques de torréfaction, d'ajout de sucre, de mélange et de chauffage etc.). Cet aliment va alors pouvoir satisfaire différents penchants naturels présents chez l'homme : l'attrait pour le gras et le sucré.

Cependant, la culture ne renforce pas nécessairement la satisfaction d'un besoin vital. Au contraire, elle peut parfois contrarier une prédisposition biologique ! Examinons le cas du piment : l'irritation de la bouche lors de la consommation de piment entraîne naturellement l'aversion. Cette aversion biologique s'est culturellement transformée en penchant, par répétition des tentatives de consommation, et par mimétisme social. A tel point que le piment est utilisé chaque jour dans le monde par des millions de personnes qui ne peuvent plus s'en passer...

Le paradoxe de l'omnivore

L'être humain partage avec le rat ou le cochon le privilège d'être omnivore ! Ce terme signifie qu'il a l'obligation de puiser les nutriments nécessaires à sa survie (protéines, glucides, lipides, vitamines, minéraux...) à différentes sources alimentaires variées (produits carnés, laitiers, fruits et légumes...). La nécessité de choisir entre de nombreux aliments place le mangeur devant ce que Fischler appelle le « paradoxe de l'omnivore ». L'homme est poussé à la diversification de ses choix alimentaires, à l'innovation, au changement pour satisfaire tous ses besoins nutritionnels. Mais simultanément, il est contraint à la prudence, au conservatisme car tout aliment nouveau, inconnu, est un danger potentiel !

De cette oscillation entre ces deux tendances décrites respectivement sous les termes de *néophilie* (recherche de nouveauté et de variété) et de *néophobie* (crainte de la nouveauté) résulterait un sentiment d'angoisse, lié à l'incertitude sur les conséquences de nos choix alimentaires. Même si dans nos cultures occidentales, les conditions d'hygiène sont bonnes et les risques d'intoxication faibles, les récentes crises alimentaires (comme la crise de la vache folle par exemple) ravivent régulièrement nos peurs ancestrales liées à notre condition d'omnivore ...

Parallèlement, le fait d'être omnivore offre l'extraordinaire avantage d'une grande souplesse dans le régime alimentaire. A la différence des mangeurs spécialisés (comme le grand panda qui se nourrit presque exclusivement de pousses de bambous), l'omnivore peut subsister à partir d'aliments ou de régimes très différents. Il suffit pour s'en convaincre de regarder la multitude des régimes humains : le régime alimentaire des Inuits repose essentiellement sur des protéines animales (viandes et poissons) alors que celui des Asiatiques du Sud-Est en est pratiquement dépourvu. Le régime du bassin méditerranéen (en particulier le fameux régime crétois) s'appuie sur nombre de légumes, alors que les tables islandaises n'en offrent que rarement. Contrairement au panda qui risque de disparaître si sa principale source d'alimentation s'éteint, l'être humain peut se déplacer et s'adapter à de nouveaux régimes en cas de pénurie.

Le principe d'incorporation

Non seulement nous devons diversifier notre alimentation pour satisfaire nos besoins nutritionnels comme nous venons de le voir, mais en plus il apparaît que les aliments participent à l'identité même des individus et des groupes sociaux. Manger n'est jamais un acte anodin : « Nous sommes ce que nous mangeons » dit la sagesse populaire.

Pour le sociologue, ceci renvoie au principe d'incorporation. Manger, c'est incorporer un aliment tant sur le plan imaginaire que réel. C'est incorporer tout ou partie de ses propriétés : nous devenons ce que nous mangeons. Ce principe s'illustre dans différentes expressions

quotidiennes comme « Tu as mangé du lion ! », ou dans la définition même de groupes humains : les Français sont des « *frogs* » (grenouilles) pour les Anglais, et les Anglais des « *rosbifs* » pour les Français ! Par extension, en Inde, la structure hiérarchique de la société transparait clairement à travers les aliments que chaque caste peut, ou non, consommer. Dans certains groupes ethniques comme par exemple la tribu des Massai, on ne mange pas de hérisson. Le hérisson, lorsqu'il est attaqué, prend une posture de défense en se repliant sur lui même. Ce comportement est jugé par les Massai de « lâche ». Ils ne le consomment donc pas pour ne pas incorporer ses attributs de lâcheté et de faiblesse, incompatibles avec l'image de combattant véhiculée par la tribu. Là encore, l'acte d'incorporation peut être associé à une forte angoisse (dans ce cas, l'angoisse de perdre la force nécessaire au combat).

L'omnivore d'hier et d'aujourd'hui

Dans le cours de l'histoire humaine, c'est surtout l'aspect vital de l'alimentation qui a retenu l'attention. Trouver de quoi se nourrir fut une préoccupation envahissante de notre existence. Encore à ce jour, pour les chasseurs-cueilleurs, c'est le gibier qui vient à manquer. Aussi l'augmentation de la production alimentaire à l'échelle mondiale ne parvient-elle pas à éradiquer la sous-nutrition qui reste chronique dans de nombreux pays en développement. Mais pour un Occidental du XXI^{ème} siècle, la dernière disette remonte à la moitié du XIX^{ème} siècle. Seules les guerres ont ramené l'angoisse de la pénurie.

Aujourd'hui, en Occident, nous sommes dans une situation inédite et récente d'abondance de l'offre alimentaire. Devant cette abondance, la question des choix ravive l'angoisse primitive de l'omnivore. L'alimentation semble plus que jamais nous préoccuper. Mais ce ne sont ni la peur de manquer ni l'obsession de l'approvisionnement qui occupent les esprits. De nos jours, l'inquiétude est double : celle des excès de la modernité, et devant ce danger, celle du choix et de ses critères. Et dans la cacophonie diététique actuelle du monde occidental, nos doutes et nos angoisses n'en sont qu'augmentés.

OPALINE au fil du temps...

Petit inventaire à la Prévent

OPALINE depuis 2005, c'est :

309 familles dévouées,
299 bébés évidemment merveilleux, dont 139 filles, 160 garçons, et
4 paires de jumeaux,
17 abandons,
1375 entretiens effectués,
2900 questionnaires remplis,
3824 carnets et 159 cahiers de diversification remplis,
7464 biberons en jeu des odeurs, soit 60,84 L de préparations
odorantes et 669 m de papier absorbant découpés
14500 biberons distribués en jeu des saveurs, soit 580 L de
boissons aux différentes saveurs en 1208 séances,
27120 minutes de films des jeux, soit 452h

OPALINE jusqu'en 2011 c'est encore :

17 nouveaux bébés, dont une paire de jumeaux,
375 entretiens,
2000 questionnaires,
1073 carnets et 130 cahiers de diversification à récupérer,
6468 biberons en jeu des odeurs et 410 m de papier à découper,
8592 biberons en jeu des saveurs à servir sur 716 séances...

Suite en forme d'exercice :

Étant donnés tous les éléments fournis ci-dessus :

- Calculez le nombre d'appels téléphoniques passés pour prendre les rendez-vous
- Donnez une estimation du nombre d'aliments différents consommés par l'ensemble des mamans pendant leur dernier trimestre de grossesse
- Calculez en km la longueur des films déjà tournés et estimez la longueur restante
- Calculez ensuite le nombre de couches remplies par les bébés OPALINE après les séances de jeux depuis le 28 février 2005
- En déduire la date et l'heure de présentation des résultats de l'étude au cours desquels les réponses à ces questions absurdes seront dévoilées et la gagnante (ou le gagnant) récompensée... !

MERCI A TOUTES ET A TOUS

Lettre d'OPALINE. N°11 mars 2009

Bienvenue à :



Matthieu	29-oct.	Silas	25-janv.
Till	28-nov.	Timéo	25-janv.
Dorian	29-nov.	Clara	28-janv.
Emma	30-nov.	Anthime	29-janv.
Ombeline	6-déc.	Vincent	2-févr.
Ayman	12-déc.	Thomas	4-févr.
Justine	13-déc.	Augustin	5-févr.
Pauline	15-déc.	Estelle	11-févr.
Owen	16-déc.	Baptiste	16-févr.
Marion	17-déc.	Apolline	1-mars
Ferdinand	19-déc.	Malo	2-mars
Ethan	26-déc.	Jules	3-mars
Céleste	13-janv.	Hugo	3-mars
Clément	19-janv.	Esteban	9-mars
Axel	20-janv.	Yaëlle	12-mars

Et au revoir aux grands de 2 ans !



On parle d'OPALINE : au Congrès Vitagora Goût Nutrition Santé (Dijon, 18-20 mars 2009), à l'Institut Français de la Nutrition (Paris, 2 avril 2009), à la journée 'Nutrition de la mère et l'Enfant : de la théorie à la Pratique' (Paris, 9 avril 2009).

Pour nous joindre :

Recrutement, suivi des mères et des bébés : Caroline Laval (03 80 68 16 37 - laval@cesg.cnrs.fr)

Aspects scientifiques et institutionnels du projet: Pascal Schlich (03 80 68 16 38 - schlich@cesg.cnrs.fr)

Sophie Nicklaus (03 80 69 35 18 - nicklaus@di.jon.inra.fr)



Lettre d'OPALINE. N°11 mars 2009