

Selon un préjugé répandu, la cuisine médiévale serait redevable à celle du monde musulman. En fait, les types de préparations ne se ressemblent que superficiellement de part et d'autre de la Méditerranée. Certes, les dénominations de quelques plats du répertoire culinaire occidental sont incontestablement d'origine arabe et se sont diffusées jusqu'en Angleterre : les *Mawmenee* anglaises (ragoût de poulet) riches en vin (quelquefois même flambées à l'eau de vie) tirent leur nom de la *mammuniya* arabe. Parmi les rares ingrédients que le monde chrétien emprunta au monde musulman, citons l'épinard cultivé, les aubergines et aussi les pâtes sèches filiformes, les *tria*. Les influences arabes se cantonnent surtout aux zones de contact entre les deux civilisations.

Potages, rôtis et entremets

Le potage, le rôti et les entremets sont les trois services principaux qui ponctuent les repas. Les aliments peuvent être bouillis, rôtis ou « mis en pâté ». Le potage est réalisé à partir d'une viande, d'un poisson – voire de légumes – cuisinés dans une sauce plus ou moins épaisse. Le résultat peut être aussi bien une soupe, au sens où nous l'entendons aujourd'hui, qu'une purée ou encore un ragoût (brouet). L'épaisseur et la richesse aromatique du bouillon déterminent la différence entre les potages non liés et sans épices, et les potages liés et épicés. Comme leur nom l'indique, beaucoup de ces potages ou brouets médiévaux sont cuits dans des pots, même si les viandes qui en forment la base ont été soumises à des cuissons préparatoires. Notons que l'on a longtemps cru à tort que ces cuissons préparatoires étaient complètes, leur faisant perdre toute saveur. Il s'agissait plutôt, en plongeant la viande dans l'eau bouillante, de l'attendrir et de la nettoyer avant de la faire mijoter (c'est ce que l'on nomme « parbouillir » dans les traités français).

Comme son nom l'indique, le service des rôtis se compose de viandes rôties, le plus souvent de volatiles, sauvages ou domestiques. Il suit immédiatement le potage. En temps de carême, ces viandes sont remplacées par des

poissons grillés ou bouillis. On les mange sur un tranchoir, c'est-à-dire une large tranche de pain elle-même éventuellement posée sur un tailloir de bois ou de métal. Avant d'introduire un morceau dans la bouche, on le trempe dans une coupelle de sauce. La découpe est un véritable cérémonial. Pratiquée par « l'écuyer tranchant » (souvent un noble), elle doit être élégante et précise et présenter les « morceaux de maîtres », les « meilleurs morceaux » et autres « bons morceaux ». Plusieurs dizaines d'espèces d'oiseaux sont servis dont certaines, tels les paons, les cigognes ou les cygnes, ne sont plus consommées depuis longtemps. Le rôti est un facteur de distinction sociale : plus que tous les autres aspects du repas médiéval, il signale une table noble.

Le service des entremets n'a pas cette cohérence et rassemble des mets qui résultent de divers modes de cuisson, par exemple la cuisson au four. Les pâtés (des plats cuits en pâte à l'instar de nos pâtés en croûte) s'imposent dans les recettes du XV^e siècle. La cuisson au gril est également peu répandue et semble réservée aux seuls poissons. Autre mode de cuisson rare, la friture : elle apparaît déjà comme une spécialité plutôt méditerranéenne.

La passion des épices

Les cuisiniers médiévaux utilisaient beaucoup d'épices. Toutefois, les interprétations de cette pratique sont souvent erronées. N'en citons qu'une : un lieu commun veut que les cuisiniers du Moyen Âge aient utilisé les épices pour couvrir le goût des viandes avariées ! Comment comprendre alors que de riches gourmands capables de faire venir à grands frais des épices d'Orient n'aient pu se procurer de la viande fraîche ? En fait, l'emploi médiéval des épices est si riche et si complexe qu'il constitue un « monde perdu ». Dans un livre de cuisine médiévale, on rencontre une variété de saveurs, de couleurs et d'odeurs, aujourd'hui oubliées. À l'origine, le terme « épices » désigne pour les marchands médiévaux les produits du grand commerce avec l'Orient (étymologiquement, le terme vient du latin *species* qui signifie espèce ou denrée). À partir du XIII^e siècle, il désigne les condiments aromatiques que vendent les « épiciers ».

L'engouement du Moyen Âge pour les épices s'explique notamment par leur charge symbolique. Venues d'un Orient contigu au Paradis terrestre, elles étaient réputées transmettre les vertus (immortalité, longévité) venant de leur région d'origine. On rapportait volontiers, encore au XIII^e siècle, que le nid du Phénix était fait d'écorces de cannelle. L'une des épices les plus en vogue à la fin du Moyen Âge ne fut-elle pas précisément dénommée « graine de paradis » ?

Très nombreuses, les épices sont également d'une grande variété. La citation suivante du *Viandier*, un manuscrit aujourd'hui conservé au Vatican le montre bien :

Épices qu'il faut à ce présent viandier : gingembre, cannelle, girofle, graine de paradis, poivre long, spic, poivre rond, fleur de cannelle, noix muscade, feuille de laurier, galanga, macis, lores, cumin, sucre, amandes, auls, oignons, ciboules, échalote.

Loin d'être complète, cette liste est hétéroclite, car elle mêle les aromates poussant dans les jardins d'Europe aux produits du commerce avec l'Orient. Quelles que soient leurs provenances, les épices entrent dans toutes les préparations, celles des plats mijotés comme celles des sauces associées aux poissons ou aux viandes. Ces produits très divers concourent à une palette de saveurs épicées qui n'eut aucun équivalent dans l'histoire occidentale. Ni avant,



2. DES SERVITEURS spécialisés assistaient les convives. Ici, un « écuyer-tranchant » découpe la viande d'un seigneur que l'on fait patienter en le divertissant.

lorsque le poivre, assisté de quelques autres épices comme le silphium, régnait sur la gastronomie romaine ; ni après, puisque, à partir du XVIII^e siècle, la cuisine française s'est détachée des épices exotiques, pour se recentrer sur les aromates indigènes, tels l'ail ou le persil.

Les quantités utilisées sont impressionnantes. On a calculé que les membres de la cour du Dauphiné consommaient plus de un kilogramme d'épices par an et par personne vers 1330, ce qui est très au-dessus des maigres quantités que s'autorisent actuellement les Occidentaux. Disposant en abondance d'épices variées, les maîtres queux des grandes maisons les combinent, associant gingembre et cannelle, par exemple, et les utilisent avec discernement soit avec les viandes, soit avec les poissons.

Ainsi, le poivre long était un fleuron de la cuisine de Guillaume Tirel, qui, sous le sobriquet de Taillevent, tint les fourneaux d'au moins trois rois de France. Les palais aristocratiques préféraient le poivre long à son cousin le poivre rond (le nôtre). Il fallait le faire venir de plus loin encore que le poivre rond (qui venait de la côte occidentale de l'Inde), c'est-à-dire de l'Inde du Nord-Est ou d'Insulinde. Pour cette raison, le poivre long n'était vendu qu'en «menues épices», c'est-à-dire en petites quantités. Si les maîtres d'hôtel de Charles V ou ceux de Charles VI consentaient à dépenser ainsi des fortunes, c'est parce que les rois – et les nobles qui mangeaient à leur table – goûtaient fort l'âpre chaleur du poivre long, la plus piquante des épices. On peut en comparer la force à celle du piment qui remplaça le poivre long dès que commença son importation d'Amérique.

La consommation d'épices était un signe de distinction sociale hérité de l'Antiquité romaine. Toutefois, durant le haut Moyen Âge (juste après l'Antiquité), la gamme des épices utilisées s'est notablement élargie, avec, par exemple, la noix de muscade ou le galanga (gros rhizome noueux de saveur légèrement piquante). Nombre d'épices, tels la maniguette et le cubèbe ont, nous l'avons évoqué, été utilisées comme substances thérapeutiques avant de l'être en cuisine. Étant censées favoriser la digestion des viandes, elles constituaient la base des sauces médiévales.

Cuisine grasse et cuisine maigre

Au Moyen Âge, la sélection des aliments dépend non seulement de facteurs régionaux et sociaux, mais aussi culturels. Facteur culturel d'importance, la religion impose deux types de cuisines médiévales, qui coexistent : l'une pour les jours «gras», l'autre pour les jours «maigres». Comme le désir de bien manger ne disparaissait pas les jours maigres, les cuisiniers tentaient de le satisfaire. Ils devaient combler la gourmandise des princes qu'ils servaient tout en respectant les interdits religieux. La nourriture des temps ordinaires s'opposait à celle des temps d'abstinence, où l'on ne mange pas de viande.

Pour réaliser à quel point la tension entre «maigre» et «gras» est constamment présente à l'esprit des cuisiniers médiévaux, rappelons que l'Église romaine encadre la quasi-totalité de la population médiévale, à l'exception de quelques petits noyaux hérétiques (qui se réclament du christianisme) et des communautés juives. Les occasions de faire «maigre» abondent : entre le carême, la veille des grandes fêtes religieuses, le vendredi et le samedi de chaque semaine, c'est au total souvent pendant plus de 100 jours que l'on doit se contenter de pain, de légumes ou de poisson !



3. CES ÉPICES, parmi beaucoup d'autres dont l'usage s'est perdu aujourd'hui, agrémentaient les mets du Moyen Âge : on reconnaît l'ail (à gauche), la muscade (au centre) et le poivre rond (à droite).

Ainsi, lorsque le temps du carême arrive, les aristocrates doivent remplacer les volailles rôties par des poissons grillés ou bouillis. Pour les pauvres, la cuisine maigre se confond avec le hareng ou avec les merlus séchés de Bretagne, qui alimentent par exemple la Navarre enclavée dans les Pyrénées. Au contraire, à la table des riches, c'est l'occasion de goûter une cuisine raffinée, à base de produits coûteux : des poissons de mer frais, acheminés en une nuit de Dieppe à Paris par les Chasse-maree, des convois constitués d'attelages de quatre à six chevaux tirant de longs véhicules, ou des carpes tirées régulièrement des étangs. Cette cuisine «maigre» se veut souvent l'exacte réplique de celle des jours gras. Beaucoup de livres de cuisine présentent ainsi des recettes doubles : une version pour les jours gras et une pour les jours maigres, comme si l'on voulait éviter toute rupture dans les habitudes alimentaires.

Les règles qu'édictait l'Église varient d'une région à l'autre ; elles tiennent compte des mœurs et des ressources locales, et l'Église tolère les 1000 ruses inventées par les fidèles (ou plutôt par leurs cuisiniers) pour rehausser les plats des jours maigres, voire pour les maquiller en plats de jours gras. Certains de ces usages sont peut-être nés dans des abbayes, où le maigre était la règle et où tout l'art du cuisinier consistait à donner l'illusion de plats riches. Les obligations dictées par l'Église ne sont pas absolues : elles varient en fonction des ressources et des cultures. Certains aliments deviennent emblématiques des fêtes, tels les gâteaux des fêtes pascales ou la galette des rois qui a autant de formes qu'il y a de régions.

Au Moyen Âge, le mot «gras» s'entend surtout au sens de «riche». Ainsi, cuisine des jours gras ne veut pas dire cuisine grasse. Les fritures n'en sont pas absentes, mais sont peu utilisées, sauf en pays méditerranéen : effet de la mauvaise qualité des huiles ou de leur coût ? Le cas des sauces que concoctent les cuisiniers donne la mesure de la légèreté de la cuisine des jours «gras». Ainsi, le fond des sauces qui accompagnent les rôtis ou les poissons grillés ou bouillis est constitué d'une combinaison