

# S.A.C.S.A.

## Section généalogie



**Les us et  
coutumes  
de la table  
Au Moyen-Âge**

**Evelyne et André  
Joly**

**L'expression :**

**« METTRE LA TABLE »  
a tout son sens au  
Moyen-âge**

**Pourquoi dit-on  
« mettre le couvert »?**





**Mettre la table, pourquoi dit-on mettre le couvert ?** *Il n'existe pas de salle à manger. La table est dressée sur des planches et des tréteaux qui sont apportés indifféremment dans la chambre ou une autre pièce.*

*Le plus souvent les bourgeois et les nobles mangent dans leur chambre, le sol étant au préalable recouvert de pétales de roses et de fleurs odorantes.*

*A la campagne et chez les gens les plus pauvres on mange tous ensemble dans une pièce commune. A cette époque, seuls les monastères possèdent des salles à manger avec des tables. Les moines mangeaient dans ces réfectoires en écoutant la lecture de textes sacrés.*

*Les salles à manger n'ont fait leur apparition dans les châteaux qu'après la Renaissance quand les demeurent devinrent vastes et agréables à vivre.*



# Pièce dite « le poêle »

**La pièce dite le poêle**  
*Dans les campagnes la vie s'organise autour du feu qui dispense chaleur et lumière, la pièce est appelée « poêle », le lit se trouve dans un coin, on y mange, on y veille, on y dort on y meure.*



# A la campagne ou parmi le peuple



## **Repas dans le peuple**

*En principe on fait deux vrais repas par jour. Le repas le plus copieux à la campagne est à 7 h du matin car la journée sera longue, le dîner vers 13h (souvent pris sur le pouce dans les champs), on soupe entre 17 et 20 heures selon la saison.*

*Le repas des paysans est essentiellement composé de pain et de soupes. La famille rurale fait cuire son pain au four banal et ne possède pour la cuisson de ses repas que d'un chaudron accroché dans l'âtre. Peu d'écrits permettent de connaître plus précisément le déroulement des repas chez les plus démunis. Ils doivent faire face les mauvaises années de récoltes à la disette et se nourrissent alors chichement de ce qu'ils trouvent. Mais dans les temps plus cléments la ration de pain par personne et par jour peut atteindre 1 kilo, ce qui cause un déséquilibre nutritionnel.*



# Composition du repas chez le paysan

- Pain frotté d'oignon
- Lard et pain dans la soupe
- Bouillie d'avoine ou d'orge
- Poisson salé
- Un peu de fromage
- Vin coupé d'eau

Les jours de fête :  
une poule ou une omelette



# Les fast-foods du Moyen-Âge





## **Les fast-foods existaient au moyen-âge**

*En effet, en ville il était très courant de s'alimenter dans la rue. De nombreux marchands ambulants proposaient des poêlons de tripes, des petits pâtés de viande, des saucisses, des gaufres et des petits gâteaux. Tous les foyers de la ville ne disposaient pas d'une cuisine.*

*Et puis au moyen-âge bon nombre de personnes menaient une vie itinérante : les marchands, les pèlerins, les colporteurs...*

*Il n'est pas rare de voir les gens se restaurer d'une carbonée, lamelle de lard sur une tranche de pain.*

**C'est dans les  
tavernes que les gens  
du peuple concluaient  
leurs plus grosses  
affaires**





## Repas dans les monastères



**Les religieux  
bravaient les règles  
strictes de leurs  
ordres pour  
organiser des  
banquets pendant  
lesquels ils  
aplanissaient les  
difficultés  
existantes entre les  
différentes  
congrégations**





Repas chez les  
nobles et les  
bourgeois



# La nappe - Les serviettes de table





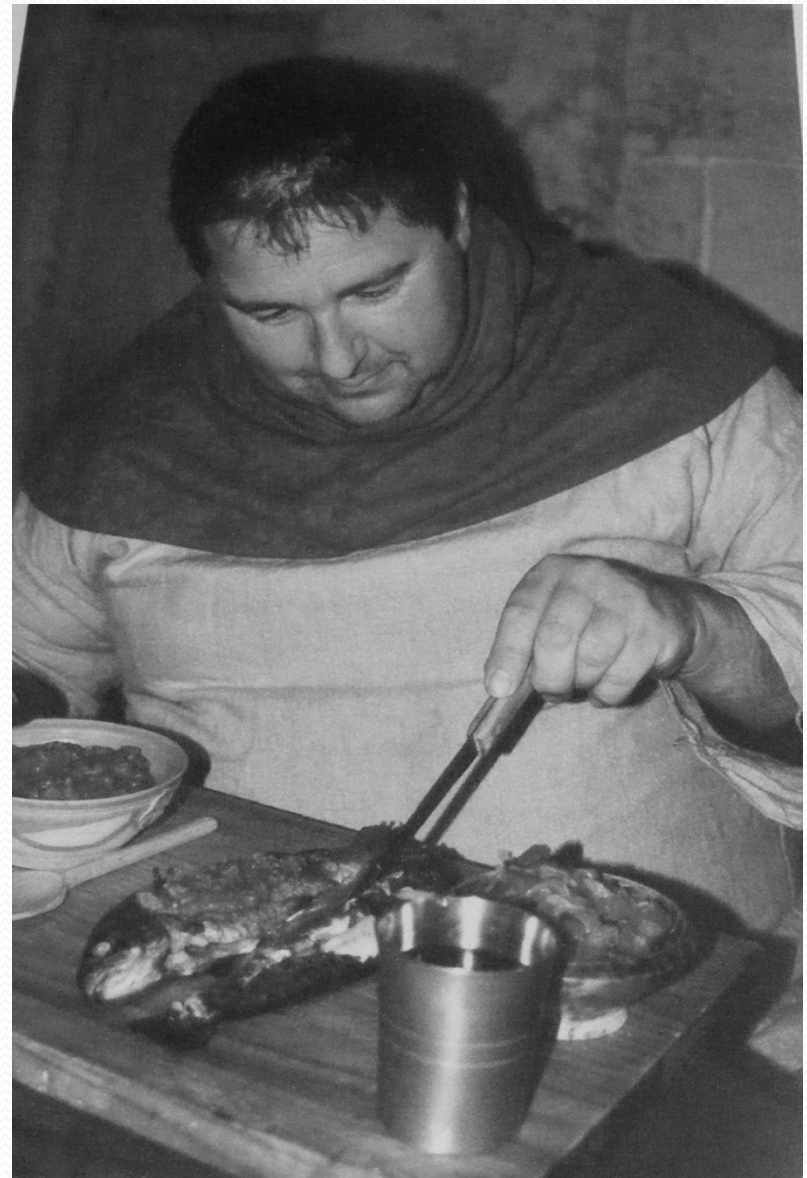
## **La nappe les serviettes de table**

*Les nappes sont grandes et pliées en deux, on les appelle alors des « doubliers ». Elles sont aussi recouvertes d'une seconde nappe très longue et étroite, placée en bordure de table qui permet de s'essuyer la bouche, c'est la « longière ». Bien des gentilshommes s'essuient sur leurs propres vêtements, les pourpoints étaient alors entachés des sauces des repas pris.*

*Il existe également des « touailles » qui sont des sortes de torchons pendus aux murs et que les convives utilisaient. On mangeait alors avec les doigts. Cependant on se lavait les mains avant de se mettre à table.*

**3 suite La serviette de table** date du règne de Charles VII (qui a régné de 1422 à 1461), les serviettes étaient alors renouvelées plusieurs fois durant le repas. Elle était utilisée avant de porter le verre à sa bouche et à chaque fois que la bouche était salie par un met. Il n'était d'usage de l'attacher autour du cou que pour manger des fruits de mer à décortiquer.

# L'assiette (le tranchoir)



## ***L'assiette, le tranchoir***

***L'assiette*** : Au début, on n'utilisait pas d'assiette. Au moyen-âge, les convives se servaient dans un plat commun au centre de la table et déposaient le morceau choisi sur un tranchoir : une planche à découper constituée d'une tranche de pain rassis. Le morceau de pain rassis, imbibé de sauce était recueilli dans la corbeille à aumônes pour être distribué aux pauvres ou jeté aux chiens. Chaque invité avait son tranchoir, pain rassis de 4 jours pour les repas ordinaires mais de deux jours pour les festins.

Comme on le croit souvent, l'écuelle en bois, terre cuite ou étain, apparue au XIIe siècle, n'est donc pas l'ancêtre de l'assiette. Certaines de ces écuelles pouvaient être en métal précieux, or ou argent parfois incrusté de pierres précieuses. Les soupes, sauces et autres mets liquides étaient servis dans ces écuelles, elles étaient partagées en général par deux personnes.

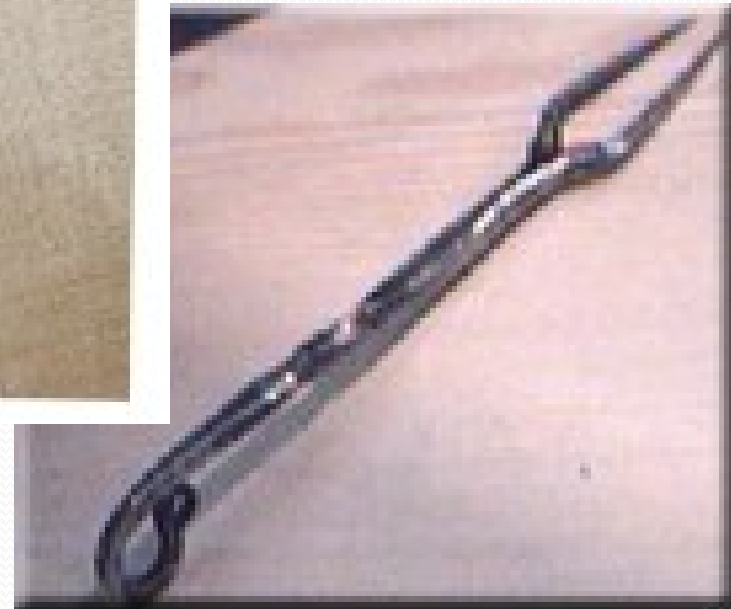
A la fin du XVIe siècle, l'utilisation de l'écuelle se rapproche peu à peu de l'usage de notre assiette contemporaine : chaque convive possède la sienne, même si les tranchoirs sont toujours présents sur la table. C'est François Ier qui lance la mode de l'assiette.

Le peuple mange dans des poteries alors que les nobles ont des assiettes en argent en or en attendant que la faïence et la porcelaine se généralise.



# Les couverts

- La cuillère
- Le couteau
- La fourchette



**la cuillère** *Pendant la préhistoire on se servait de coquillage comme cuillères. Le paléolithique voit arriver des cuillères en os et en bois*

**Le couteau** : A table chacun découpait sa viande avec son poignard mais le cardinal de Richelieu était très agacé de voir les gentilshommes se curer les dents avec leurs coutelas. Il fit donc arrondir les lames, ce fut la naissance du couteau, tel qu'on le connaît aujourd'hui.

**5 La fourchette** : *au début elle possède deux longues dents pour saisir la nourriture, ce qui permet de ne plus utiliser les doigts. Dès le XIème siècle elle est utilisée en Italie, surtout pour manger les pâtes. Elle a été introduite en France par Henri III qui avait découvert cette coutume à Venise. En France au début, elle fait peur, les membres du clergé estiment qu'on offense Dieu de ne plus vouloir utiliser les doigts qu'il nous a donné. Catherine de Médicis tente d'en répandre l'usage. Si à la table de Louis XIV chaque convive avait une fourchette à la gauche de son assiette, on ne l'utilisait pas car le roi préférait manger avec ses doigts qu'il posait sur une serviette humide entre chaque plat.*

*On peut préciser que dans la bonne société on saisissait les aliments avec 3 doigts alors que dans le peuple on utilisait les 5 doigts.*

*Si on pose la fourchette à gauche avec les pointes vers le bas, c'est uniquement parce que les nobles familles faisaient graver leurs armoiries sur le dos de la fourchette et souhaitaient ainsi qu'on les voit. La coutume étant contraire en Angleterre, où il est d'usage que la fourchette soit présentée les pointes en l'air.*

*Le couteau est placé à droite, partie tranchante vers l'assiette la cuillère, face retournée également.*

# Le verre



*Le verre : jusqu'au milieu du XVIe siècle, il y a souvent qu'un seul verre sur la table. Puis on compte le plus souvent 1 verre pour deux convives. Il faut vider entièrement son verre avant de le passer à son voisin, le prendre avec 3 doigts, le lever d'une seule main et le vider d'un trait.*



# Modes de cuisson



## FAÇON DE CUISINER

- Bouillons : de bœuf, de poule, de pois
- Cuisson dans le vin, le verjus et le vinaigre  
(Le verjus est fait avec des raisins pas mûrs et même aigres. Il est particulièrement utilisé au moyen âge)
- La matière grasse : le saindoux, l'huile, le lard. Le beurre est très peu employé.
- Le sucre est considéré comme une épice, il est coûteux, son utilisation en est donc restreinte



# Sécurité alimentaire

- fraîcheur des aliments
- Bétail élevé en ville, abattu sur place
- Recherche d'une eau « propre », les puits
- Les mets ébouillantés avant d'être cuisinés
- La conservation : salage, séchage, fumage pour viandes et poissons
- Les légumes conservés dans le vinaigre ou le miel.





## Les différents intervenants :

- Le maître d'hôtel
- Le panetier
- L'échanson
- L'écuyer tranchant



# Emplacement des convives

*Lors de repas de fête et de festins, la plupart du temps les gens ne sont assis que d'un seul côté de la table ainsi le service est plus facile et la visibilité meilleure pour le spectacle qui accompagne ce type de repas.*

*Il peut y avoir plusieurs tables et la table d'honneur se trouve alors sur une estrade. Les invités sont placés en fonction de leur rang dans la société.*



**L'expression :**  
**« entre la poire et le fromage »**



## ***L'expression entre la poire et le fromage***

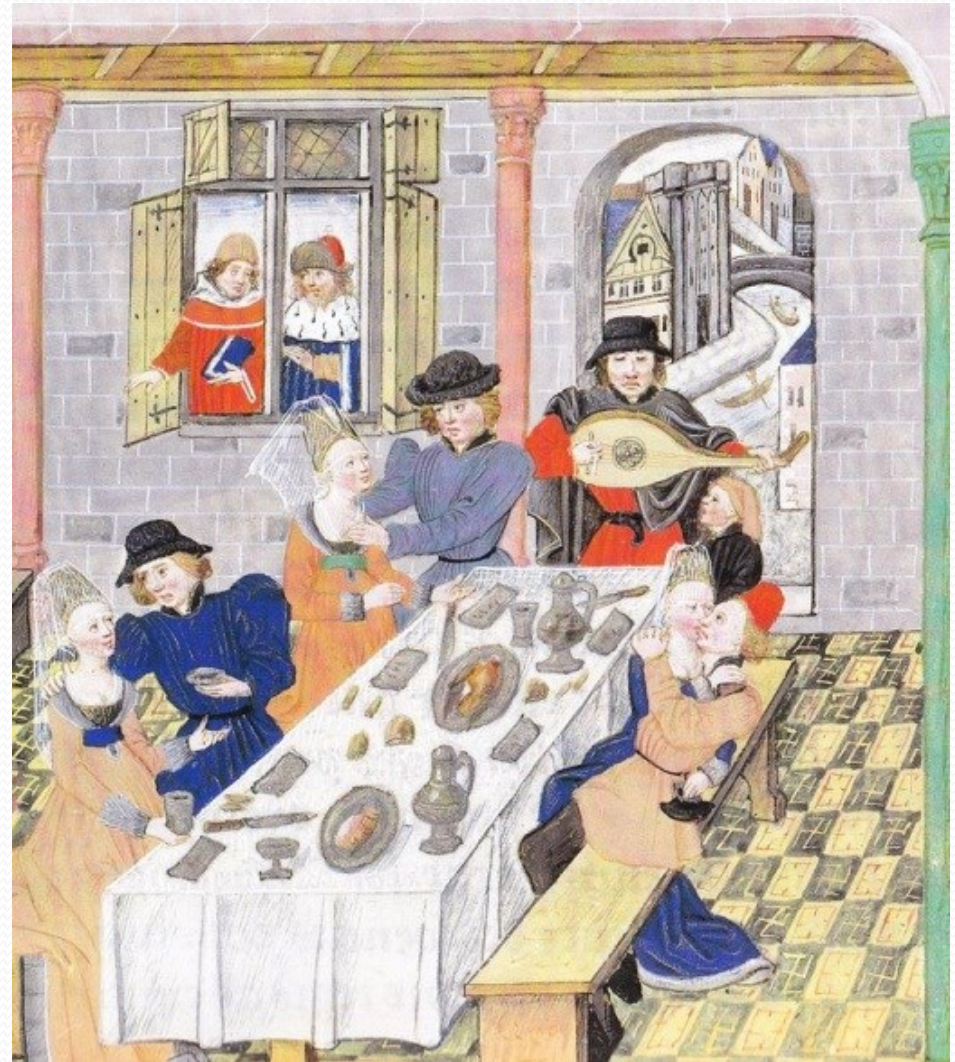
*Au XVIIe siècle, le fromage se mangeait après les fruits, souvent des poires et des pommes.*

*A l'origine, l'expression signifiait donc "vers la fin du repas", à un moment où l'on commence à être repu et détendu, instant plus convivial et propice aux discussions.*

*Puis elle s'est généralisée pour indiquer "à un moment libre entre deux événements". On tient une discussion entre la poire et le fromage.*



# Service et déroulement du repas



# Déroulement du repas

- Annonce du repas
- Lavage des mains
- Le bénédicité avant l'arrivée des premiers plats

Les plats sont « goûtés » au préalable



## Composition du repas chez le bourgeois ou le noble

- Les potages
- Les « rôts »
- Les entremets
- Les différents « services »

Suivis de

- « la desserte », 3<sup>e</sup> ou 4<sup>e</sup> service précédent « l'issue »
- « L'issue » : fruits (poire) hypocras, fromages, pâtisserie
- « le boute-hors » : petites gâteries permettant de purifier l'haleine et faciliter la digestion,

## **composition du repas chez le bourgeois ou le noble**

*On a longtemps pensé que le repas médiéval était une accumulation sur la table de plats posés sans règle, c'est une erreur.*

*Il existe au moyen-âge, un service « à la française » très différent de celui observé chez nos voisins anglais qui se contentent alors de deux ou trois services, sortes de repas identiques accolés les uns aux autres.*

*Le service à la française commence par un premier service qui est une sorte d'apéritif composé de toasts trempés, de pâtés, de saucisses et autres charcuterie servies avec de l'hypocras (vin sucré aromatisé à la cannelle et au girofle) blanc.*

*Le second service est plutôt réservé aux grosses chairs et potages, c'est-à-dire des viandes et poissons en sauce.*

*Puis sont servis les « rôts », petit gibier et volaille rôtie.*

*Viennent ensuite deux ou trois plats supplémentaires composés le plus souvent d'oiseaux.*

*Le début du repas est annoncé par une sonnerie de cor qui signale le moment de se laver les mains, puis les convives se placent selon leur rang ou leur valeur.*

*Puis vient le bénédicité qui précède l'arrivée des premiers plats.*

*Chaque plat doit être « goûter » au préalable car on craint les empoisonnements.*

*A la fin du repas après les compotes et les fruits est servi l'hypocras rouge accompagné d'oublies, sortes de fines gaufres roulées, on récite les grâces avant de se laver à nouveau les mains.*



# Les banquets



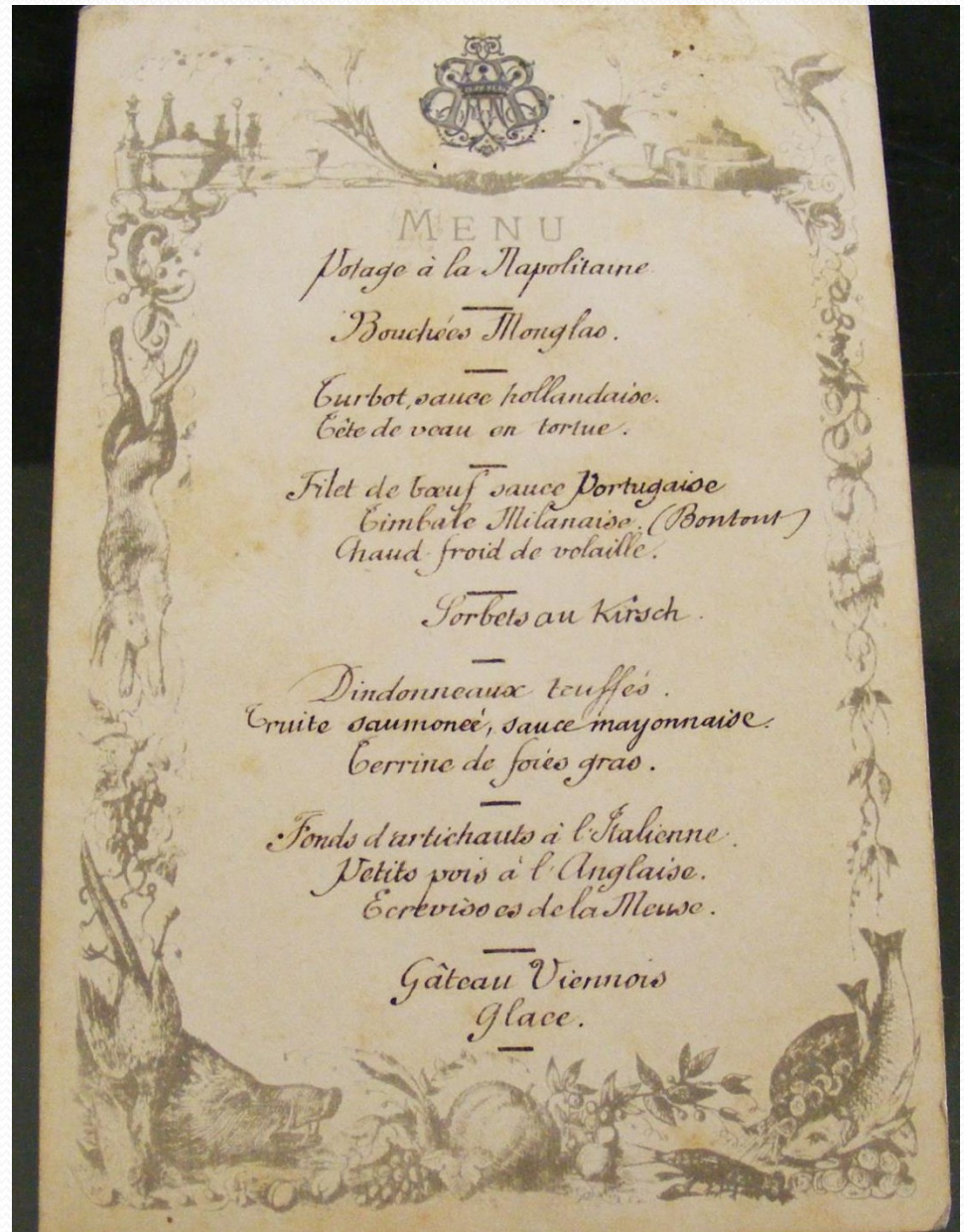
## Exemple de « DISNER »

### Beüveries

- **1<sup>er</sup> Service – LAVE-MAINS** - Dragées. \_ Vin de Grèce
- **2<sup>ème</sup> Service – POTAGES** \_ Chapons au blanc mangier. - Gramose. Dragées vermeilles. - Cerveoise
- **3<sup>ème</sup> Service – POISSON MARIN** \_Huîtres de chasse - Harencs sor et fres pouldrés.
- Vin blanc gascon sec
- **4<sup>ème</sup> Service – POISSON D’EAU DOULCE** - Lamproies de Dordogne – Oranges -
- Vin de Montargis
- **5<sup>ème</sup> Service – ROSTS** - Rosts de chevrel, de counins, d’oyes, d’écureuils et de hérissons (saulce cameline). - Vin rouge gascon
- **6<sup>ème</sup> Service – ENTREMÉZ** - Riz et amandes frictes dessus. Tourtes et tartes.
- Pasté de perdrix. Gelées. Fromages rostis. - Cerveoise
- **7<sup>ème</sup> Service - Galimafrée.** Tourifaz. - Vin blanc gascon doux
- **8<sup>ème</sup> Service – HAULTE VENAISON** -Paons et hérons (saulce de trahison, saulce eaux benoite). -Salade et soupe dorée.- Godale
- **9<sup>ème</sup> Service – DESSERTÉ** - Poires cuites. Dattes. Noix pelées. Avelines. -Dragées blanches et vermeilles. - Hydromel
- **10<sup>ème</sup> Service – ISSUE DE TABLE** - Gaufres. Oublies.- Ypocras
- **11<sup>ème</sup> Service – BOUTE-DEHORS** -Espices diverses. Fruits conficts. Pates sèches.
- Boites de Cotignac. -Vin Champenois
- **12<sup>ème</sup> Service – LAVE-MAINS**
- **13<sup>ème</sup> Service – EPICES DE CHAMBRE** - Epices très digestives.- Eaux d’or



Il y a quelques années on faisait encore concurrence aux repas du Moyen-Age....





## LE BANQUET DU FAISAN

Le banquet du faisan organisé à Lille par le duc de Bourgogne, Philippe le Bon, avait pour but de donner envie aux seigneurs de repartir en croisade, après la chute de Constantinople face aux Turcs en 1453.

C'est probablement le banquet le plus somptueux que l'histoire ait retenu avec une suite de scénettes toutes les plus extraordinaires les unes que les autres. Un décor grandiose et les convives les plus prestigieux.



# Hippocrate (460- 370 avant J.C.) et la théorie des humeurs :

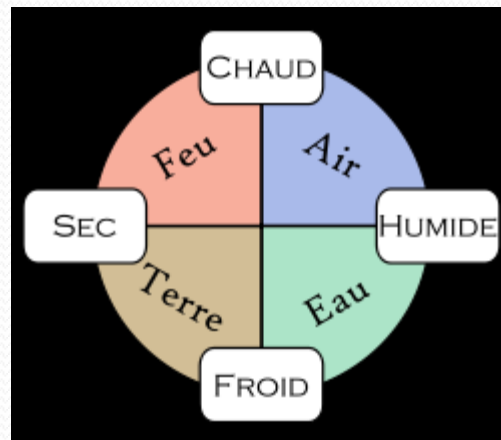
4 éléments :

le feu : le chaud

L'air : le sec

La terre : le froid

L'eau : l'humide



*Hippocrate a ouvert la voie à la diététique en prônant l'utilisation des légumes et des fruits. L'alimentation doit varier selon le climat et les saisons qui influent sur les humeurs,*

*l'hiver, le froid et humide domine, il est préférable de consommer des viandes en sauce, cuisinées avec des épices qui réchauffent,*

*Au printemps période où le sanguin chaud et humide domine, il est conseillé de passer peu à peu du bouilli au rôti et de commencer à manger davantage de légumes verts,*

*l'été, période où le colérique chaud et sec domine, c'est le moment de manger des viandes et des poissons grillés, plus légers, et de préférer des aliments froids et humides comme les melons ou les cerises,*

*l'automne, période où le mélancolique sec et froid domine, il faut manger des aliments appétissants et acidulés pour chasser la mélancolie et diminuer le vin et les fruits.*



Des mets sont interdits comme le poivre pour les colériques et par exemple : les volailles, les poireaux, les fèves et les épices sont déconseillés aux jeunes filles et aux veuves....



# La composition du repas - dépend de plusieurs facteurs

## Selon la saison

L'hiver sera pauvre en légumes et fruits mais se composera de gibier en abondance

La fin du printemps et l'été sont les périodes où la nature est en pleine production



Le chaudron de porc-é-  
sant dans une marmite  
tripode en bronze. 16/17

## Selon le calendrier liturgique

Environ 100 jours de jeûne (et d'abstinence sexuelle)





# Aliments et Ingrédients au moyen-âge

## Le pain



**L'aliment principal est le pain.**

**Le pain des nobles est blanc, celui des pauvres a gardé le son**

# Les légumes

Les légumes nobles

Et ceux pour les pauvres



Les « racines » :  
oignons, poireaux,  
navets, carottes,  
asperges sont plus  
dévolus aux  
pauvres





## **La viande et les volailles**

**Le porc est consommé en premier, le bœuf (pour les classes aisées), également le mouton, le lapin, les volailles : poules, chapons, oies mais aussi les cygnes et les paons.**

**Les abats sont très utilisés**



# Le gibier





# Le poisson

Le clergé recommande  
le poisson 1 jour sur 3  
pour faire « maigre »

# Les œufs et laitages





# Les fruits

Pour les nobles ceux qui  
poussent sur les arbres  
(cerises, noix, noisettes,  
figues, raisins, pommes et  
poires)

Pour les pauvres ceux qui  
poussent près de la terre  
(les fraises, les melons...)



# les épices

Safran, gingembre, poivre et autres épices sont appréciés des nobles pour leur goût mais aussi leurs vertus digestives.



# Les fleurs

roses, violettes et aubépines donnent de la couleur aux plats.



# Les boissons



## Une recette d'Hypocras

Pilez dans un mortier 50g de gingembre, autant de cannelle, 30 graines de cardamome, 5 graines de maniguette. Remplissez une bourse d'étamine de ce mélange d'épices, et laissez infuser dans 5 litres de vin rouge où vous aurez dilué 250g de miel brun. Retirez la bourse d'épices lorsque l'hypocras est à votre goût, après 3 heures environ.



# La présentation et le goût

Les plats en croûte appréciés et pratiques

La population apprécie les saveurs acides.

Le sucré et le salé cohabitent.

Il faudra attendre la Renaissance pour voir les goûts se modifier.

# Aliments appréciés au moyen-âge qui ne sont plus consommés de nos jours

Paons, cygnes,  
tortues, hérissons,  
ours, cigognes,  
hérons, outardes,  
grues, oies sauvages,  
butors, cormorans,  
baleine....



# Aliments que l'on ne connaissait pas encore :

- Le maïs : viendra des Incas après 1535
- le thé : arrivera de Chine en 1606
- le chocolat : en 1492 avec Christophe Colomb
- La tomate : viendra du Pérou au XVIe siècle
- La pomme de terre (d'Amérique au XVIe mais longue à se faire accepter)
- Le café (rapporté par les vénitiens) vers 1600

**Mais aussi : Les fruits exotiques, le piment et l'aubergine que Catherine de Médicis nous fera connaître**





# Naissance des bonnes manières grâce à Erasme « la civilité puérile »



## **Erasme**

*Le bénédicité doit être récité avec recueillement*

*On ne doit pas se bourrer de victuailles*

*On sourit discrètement aux plaisanteries mais pas aux obscénités*

*Le silence est l'ornement des femmes et des enfants*

*On ne remet pas dans le plat des aliments à demi mâchés*

*Boire et manger la bouche pleine est incivil*

*On ne ronge pas les os comme un chien*

*On ne lèche pas les restes dans le plat*

*La passion du vin provoque les dents noires, les joues pendantes et la vieillesse prématurée*

*On évite de tousser, éternuer et cracher à table*

*On n'offre pas à un autre convive un morceau dont on a mangé une partie*

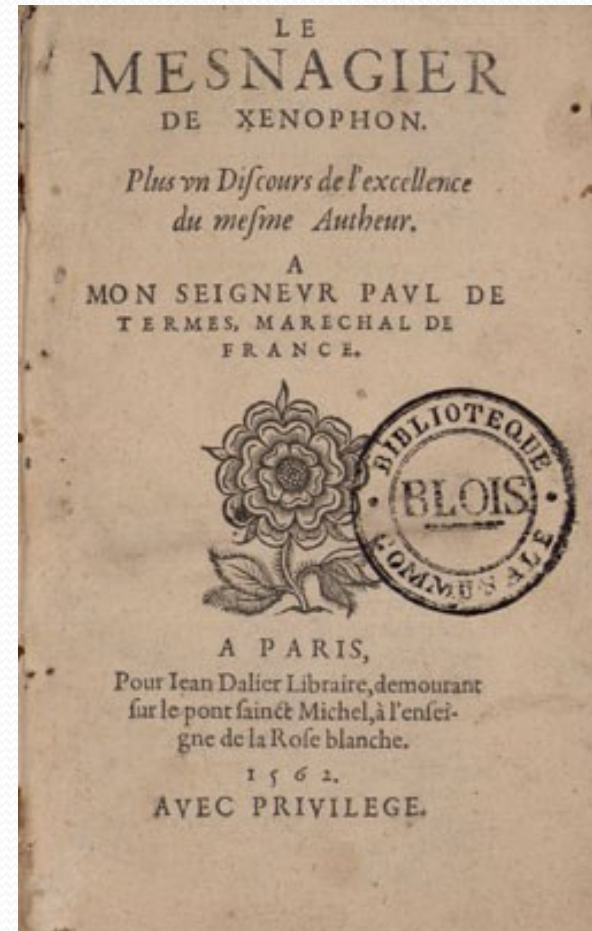
*Lécher ses doigts sales, les essuyer sur ses habits est inconvenant.*

# Livres de cuisine au moyen âge



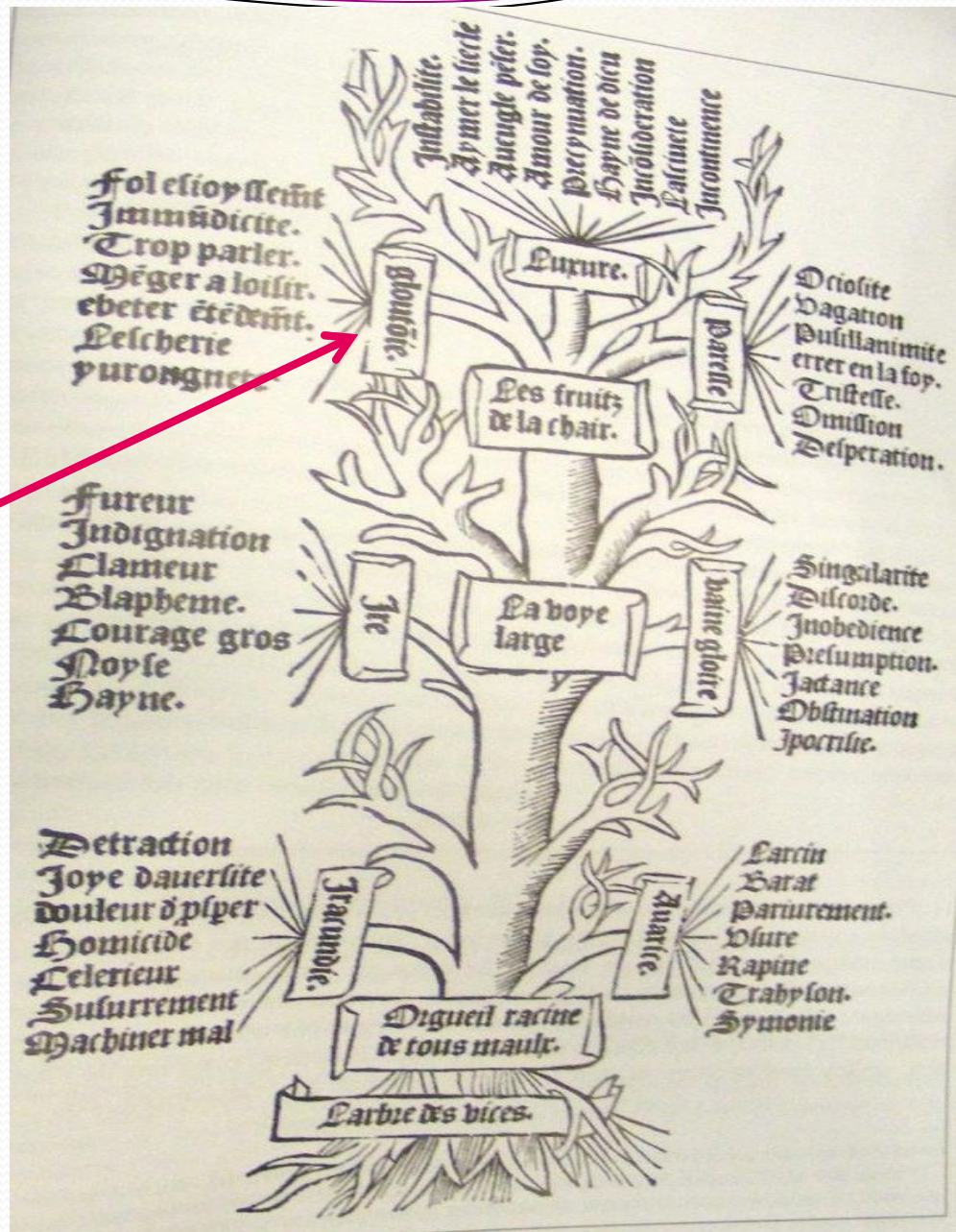
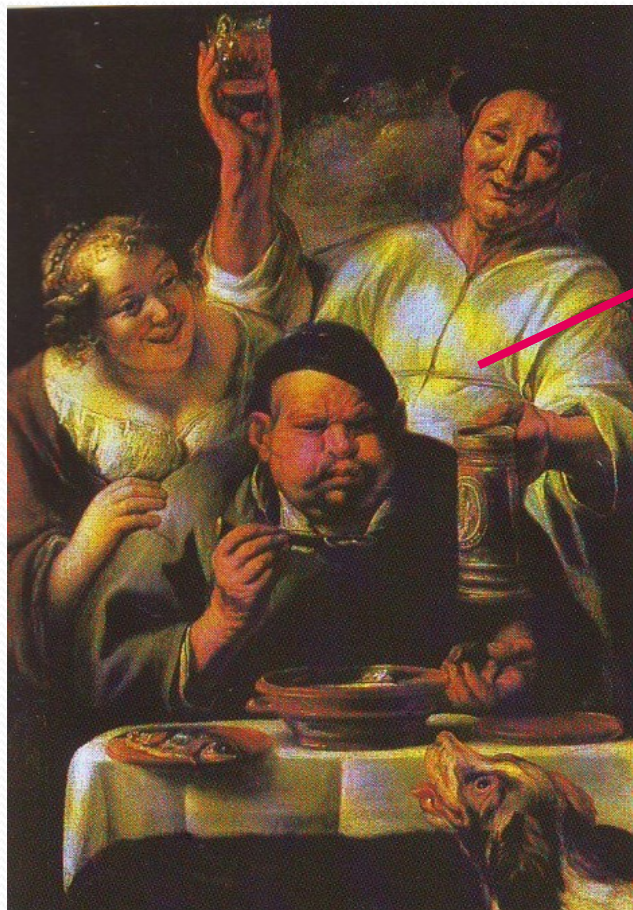


# Le mesnagier





# L'arbre des péchés d'après le mesnagier





**Le péché qui nous  
intéresse est celui lié à  
la cuisine : la  
gloutonnerie**





## DEFINITION DE LA GLOUTONNERIE D'APRES LE MESNAGIER

« *Quant l'en prent des viandes trop habondamment* »

« *Parler trop gouliardeusement et oultrageusement* »

### GLOUTONNERIE

Manger avant l'heure sans nécessité

Manger plus souvent qu'on ne le doit et sans en avoir besoin

Manger trop (ce qui entraîne l'ivresse et des maladies)

Manger avec trop d'avidité

Manger des nourritures trop délicieuses ou trop chères

*Le péché qui nous intéresse est celui lié à la cuisine : **la glotonnerie***

*Manger une fois par jour est angélique,*

*Manger 2 fois par jour est humain*

*Manger 3 fois, 4 fois ou davantage est bestial*

*Trop boire et trop manger est le péché du diable.*

*La bouche, c'est la porte par où le diable entre pour combattre les bonnes vertus.*

*L'antidote de la glotonnerie ? La sobriété. Grâce à elle, l'âme y gagne la vie éternelle.*

*N'oublions pas non plus qu'au contraire de la luxure, la chasteté amène à la lumière de Dieu....*

**A titre d'exemple, voici le conseil du mari pour le menu d'un dîner dit « de tous les jours » :**



**Repas comportant pas moins de 6 services faisant 24 plats. On se demande à partir de quel moment intervient la notion de glotonnerie !**



*Le repas débute avec les pâtés de veau et d'anguilles accompagnés de boudins et de saucisses.*

*Après, cette « petite entrée », on passe au civet de lièvre avec purée, viandes salées de bœuf et de mouton.*

*Vient ensuite le plat de résistance, constitué de rôti, chapon, lapin, veau et perdrix sans oublier les poissons d'eau de mer et d'eau douce.*

*Le 4<sup>ème</sup> service était composé de riz, de bouilli et de crêpes.*

*Le repas se termine par de petits flans, des nèfles, des poires cuites et quelques dragées.*

Un cuisinier connu :  
**TAILLEVENT**  
(Guillaume Tirel  
1310-1395)

Son célèbre « Viandier  
de Taillevent »  
avec 145 recettes

 **Cuisinier  
taillevent**



Pour terminer ; une légende  
transmise par les ménestrels  
de Flandre à.... Champlitte :

Celle de Raoul de Coucy et  
du dernier repas de la belle  
Gabrielle de Vergy....

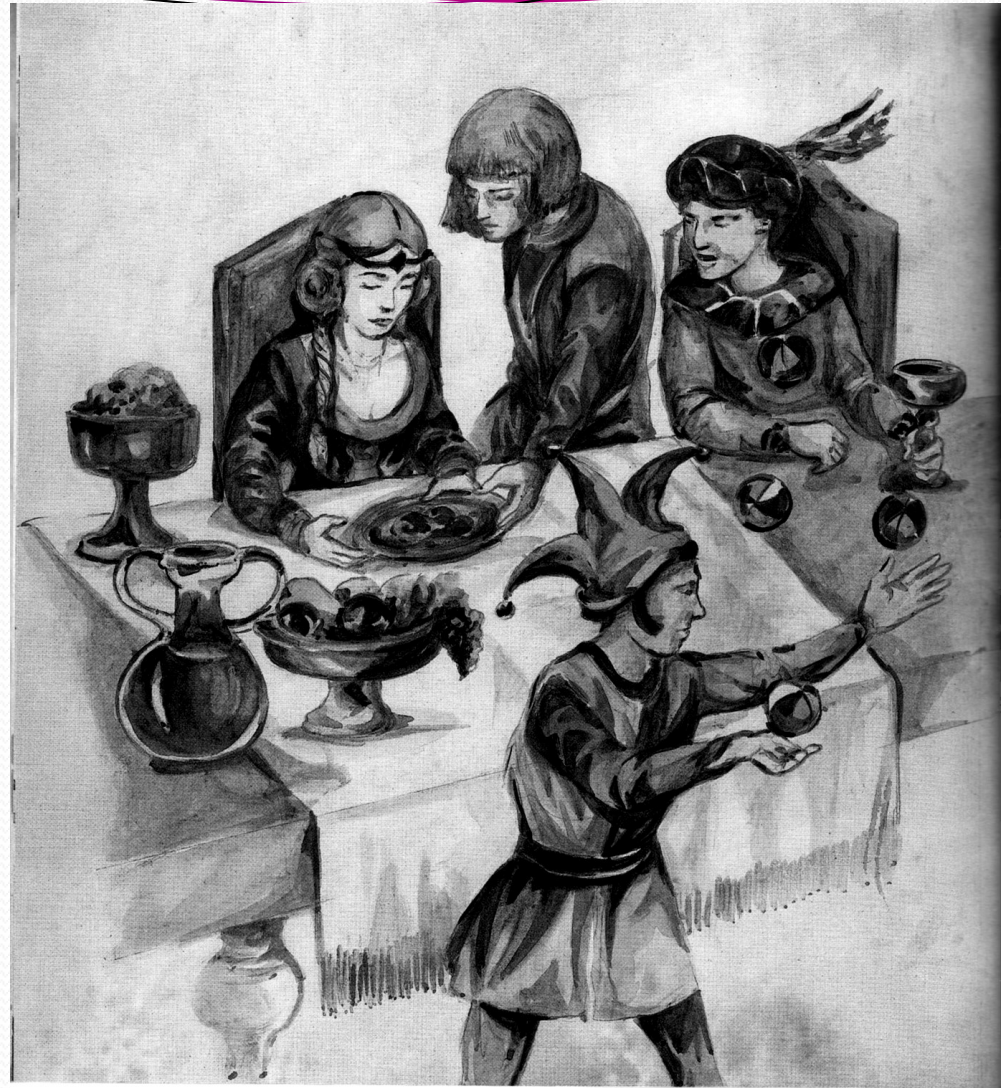




Raoul de Coucy était parti en croisade où il trouva la mort.

On dit qu'avant de rendre le dernier soupir, Raoul de Coucy, chargea son écuyer de porter, après sa mort, son cœur à Gabrielle de Vergy la dame qu'il aimait,

Mais voilà que le mari intercepte l'étrange présent et conçoit un plan machiavélique...



*Je dois indiquer la chute :*

*Le méchant mari avait fait cuisiner le cœur de l'amant que Gabrielle de Vergy avait mangé « gouliardeusement »*

*A la fin du repas lui annonçant triomphant son infamie....*

*Celle-ci résolut de ne plus jamais avaler la moindre nourriture*

*Elle se laissa mourir de langueur.... Et de faim !*



**Merci de votre attention**