



Diffuseur :
CEDIF
Distributeur :
Pollen

Feu sur le breakfast !

Gilles Fumey

Que disent la géographie et l'histoire culturelles sur le petit-déjeuner ? Que ce repas matinal en Europe et à l'international résulte grandement de l'urbanisation des sociétés contemporaines; mais qu'il n'est peut-être pas si essentiel que l'opinion publique semble le laisser entendre...

Et si le petit-déjeuner n'était pas nécessaire ? Presque partout sur la planète, il est promu comme le principal repas de la journée, mais absent en Italie où l'on ne suit pas les conseils des nutritionnistes. Que dit la géographie culturelle ? Que ce repas matinal en Europe et dans le monde résulte grandement de l'urbanisation des sociétés contemporaines !

Autrefois, l'on ne mangeait rien en se levant, mais seulement après plusieurs heures d'activité, le paysan cassait la croûte, le maçon et le mineur prenaient un en-cas arrosé d'un verre de vin ou d'une soupe, tout comme le bourgeois. Les plus raffinés buvaient une tasse de ces nouveaux breuvages (le café, le thé, le chocolat) recommandés par la médecine et confortés par la mode. L'école va diffuser, tardivement, la nouvelle rythmique alimentaire en quatre temps, alors nommés : le déjeuner, le dîner, le goûter et le souper, à laquelle toute la société va adhérer. « Déjeuner » signifie « rompre le jeûne » (en anglais *breakfast*), et « dîner », « manger à dix heures ». Toute collation appartient à une culture donnée et dispose de son rituel, avec ses horaires qui évoluent au fur et à mesure des siècles et des pays. Les Athéniens se contentaient d'un morceau de pain trempé dans un verre de vin pur, pris debout à peine réveillé, tout comme

les Romains avec le jentaculum... La pureté du vin était indispensable pour garantir une bonne journée ! Dorénavant, l'on ingurgite des produits aux origines inconnues, au kilométrage extravagant, à la saisonnalité détraquée...

La géographie culturelle de ce repas matinal en Europe éclaire d'un jour nouveau le petit-déjeuner qui n'est peut-être pas aussi essentiel qu'on le dit. Les médecins signalent, en effet, l'existence d'un pic de cortisol le matin au lever, qui prépare nos corps aux tâches de la journée et qui se produit sans que nous ayons besoin de manger. Contrairement aux Allemands et aux Français, qui petit-déjeunent avec application et conviction, les Italiens aujourd'hui, comme tous les humains hier avant cette « invention » urbaine, nous mettent devant une réalité pas très orthodoxe : non, le petit-déjeuner n'est pas forcément nécessaire pour tout le monde ! Pire, il s'avère être une catastrophe sanitaire pour certains qui souscrivent le matin à cette injonction.

Et si cet ouvrage était un apport décisif de la géographie culturelle à ce qui pourrait bien être une hérésie alimentaire ?

NOUVELLE PARUTION

Septembre 2020

130 pages, 16 €

Coll. *L'Esprit des Villes*

9782491546038, Broché, 13 x 19,5 cm

L'AUTEUR



Gilles Fumey

Professeur de géographie culturelle (Sorbonne Université), Gilles Fumey est membre du laboratoire Sirice (Sorbonne, identités, relations internationales et civilisations de l'Europe) au CNRS. Il a fondé les Cafés géographiques et présidé l'Association pour le développement du festival international de géographie de Saint-Dié-des-Vosges. Il est notamment l'auteur de : *L'Atlas global* (Les Arènes), *Atlas de l'alimentation* (CNRS-éditions), *Géopolitique de l'alimentation* (Sciences humaines), *L'alimentation demain* (CNRS-éditions).

Thèmes : Alimentation, culture, consommation éco-responsable, géographie culturelle et de la santé.

Auteur reconnu et incontournable sur le thème de la géographie alimentaire.

TERRE URBAINE
AsM Éditions

Attachée de presse : Estelle Guilmet
contact@terreurbaine.com - 06 81 60 86 37

