

BIRLOUEZ, Éric (2022). *Histoire de l'Alimentation des Français*. Editions Ouest-France, 283 pp., ISBN: 978-2-7373-8652-7.

O livro *Histoire de l'Alimentation des Français* convida-nos, nas palavras do próprio autor, a empreender uma “grande viagem no tempo, por campos e hortas, à volta dos fogões e dos pratos, limitada geograficamente ao território que constitui atualmente a França” (p.10). Trata-se de uma proposta ambiciosa e de responsabilidade: ambiciosa, desde logo, pelo extenso recorte cronológico visado, que se estende do Paleolítico até ao século XXI, e pela multiplicidade de dimensões de análise, que se intercetam na História da Alimentação; de responsabilidade, pela relevância da cultura alimentar enquanto marcador identitário dos franceses e pela influência que teve, e continua a ter, a nível internacional. A inscrição da “refeição gastronómica dos franceses” na lista do Património Cultural Imaterial da Humanidade pela UNESCO em 2010, realça o papel que a alimentação tem na vida social do país.

O autor, Éric Birlouez, é engenheiro agrónomo de formação, especialista em sociologia e história da alimentação, com vasta obra publicada em França. A evolução dos hábitos alimentares, das tradições culinárias, a evolução da agricultura, as inovações tecnológicas e as tendências culturais na alimentação humana, são os temas privilegiados nos seus trabalhos, que se orientam para a divulgação junto do grande público.

O livro está estruturado em seis capítulos, além da introdução e da conclusão. Os temas apresentados obedecem a uma sequência cronológica, que se estende da Pré-história até à atualidade. Em cada período histórico examina-se como fatores sociais, económicos, políticos e tecnológicos influenciaram a dieta e as práticas alimentares dos franceses. As inúmeras ilustrações, criteriosamente selecionadas, enriquecem a experiência de leitura.

No primeiro capítulo do livro, Éric Birlouez discorre sobre a dieta dos primeiros habitantes da região que viria a tornar-se a França, recorrendo a estudos nas áreas da arqueologia e da paleontologia, como por exemplo, as análises realizadas aos fósseis humanos encontrados no sítio arqueológico de Caune de l'Arago, no sul francês. Sobre a dieta do Homem de Tautavel, até hoje o representante mais antigo do género *Homo* que habitou França, sabe-se que incluía carne, gordura e medula de bisontes, renas ou cavalos que caçava. Depois de alguma reflexão acerca do papel do domínio do fogo e da cozedura dos alimentos na evolução da espécie humana, a atenção volta-se para o desenvolvimento da agricultura e criação de animais ao longo do Neolítico, salientando a importância do cultivo de cereais, que constituiriam a

base da alimentação por um longo período.

Avançando na linha cronológica traçada, o autor toma lugar à mesa dos gauleses, dando a conhecer os principais aspetos dos banquetes e das refeições quotidianas dos povos que habitavam o solo francês quando da presença dos romanos. Excelentes agricultores e criadores de gado (ovino, caprino, bovinos, aves e porcos) trataram de aumentar a área arável para o cultivo de cereais, leguminosas, vegetais, bem como plantas oleaginosas. A produção agropecuária, a par dos recursos silvestres e da caça disponíveis, permite deduzir que os gauleses teriam uma alimentação mais diversificada. Não existindo fontes escritas que elucidem sobre o menu gaulês, deve-se à arqueozoologia e à carpologia algum conhecimento sobre os hábitos alimentares destes povos. O vinho era apreciado pelas elites, que o importavam da península itálica, talvez em troca das charcutarias que Estrabão referiu serem muito apreciadas na capital do império romano.

O terceiro capítulo, “Comer na Idade Média”, analisa três modelos alimentares distintos: o modelo aristocrático, o modelo monástico e a alimentação das comunidades populares (rurais e urbanas). A mesa reflete o estatuto social, o poder e a cultura das diferentes camadas da população. Os fatores de diferenciação não se limitam aos alimentos, à sua maior ou menor abundância, qualidade, diversidade e riqueza, mas também, às técnicas de preparação, às formas de servir, à etiqueta ou cerimonial a seguir e, não menos importante, às dimensões dietéticas e simbólicas do alimento que definem o lugar a atribuir a cada um na grande mesa medieval. Este capítulo, e parte do seguinte, no que se refere à alimentação renascentista, não aporta um conhecimento das especificidades da alimentação dos franceses, sobressaindo na síntese apresentada pelo autor, os traços comuns que definem a alimentação deste período histórico na generalidade dos países da Europa ocidental.

As mudanças na alimentação que se desencadearam a partir do início do século XVI são o tema central do quarto capítulo, sublinhando algumas tendências que deixaram marcas profundas no desenvolvimento da cozinha francesa. Em primeiro lugar, Éric Birlouez aborda as influências externas, nomeadamente da cultura italiana renascentista nos hábitos alimentares, etiqueta e protocolo à mesa da aristocracia francesa. Sem que haja neste período uma rutura com os elementos fundamentais da alimentação medieval, como sejam a valorização da carne e o uso abundante de especiarias, começam, porém, a reposicionar-se outros alimentos, como por exemplo, os legumes e as frutas, que passam a integrar as refeições dos mais abastados. Alcachofras e espargos são apenas alguns dos mais apreciados. A introdução de novos produtos alimentares, numa época de grandes navegações e descobertas, trou-

xe transformações duradouras na alimentação dos franceses. Mereceu ainda destaque a mesa opulenta de Versalhes durante o reinado de Luís XIV, bem como o nascimento da “nouvelle cuisine”. Esta expressão, hoje mais associada a um movimento do século XX, foi usada no início do século XVIII por François Marin, no livro *Les Dons de Comus*, para designar um novo modelo culinário aristocrático alicerçado no respeito pelo gosto natural dos alimentos. A redução do emprego de especiarias e dos tempos de cozedura, a valorização dos legumes, das ervas aromáticas, e da manteiga como gordura de eleição, são traços desta corrente gastronómica. O facto de a literatura culinária francesa ter sido traduzida para outras línguas a partir no século XVII, ao mesmo tempo que os cozinheiros franceses assumiam o comando da cozinha nas casas aristocráticas europeias, foram fatores decisivos para a difusão do modelo culinário francês a nível internacional. A encerrar este capítulo, que percorre toda a Época Moderna, algumas páginas dedicadas à monótona dieta das classes populares, que em pouco se distingue das épocas anteriores. O pão na base da alimentação, leguminosas, vegetais, frutas e pouca proteína animal constituíam a base de uma alimentação que aportava um valor calórico suficiente sem garantir a diversidade de nutrientes essenciais.

No quinto capítulo, Éric Birlouez concentra-se nas transformações alimentares ocorridas ao longo de todo o século XIX e na primeira metade do século XX. Segundo o autor este foi o período de viragem, que finalmente começou a beneficiar as camadas populares, quer nos meios urbanos quer nos meios rurais. O contexto socioeconómico da revolução industrial, a crescente produtividade agrícola, a urbanização bem como os avanços tecnológicos no campo dos transportes (caminhos de ferro) e da indústria alimentar (conservas, refrigeração, produtos alimentares industriais) expandiram os recursos em termos de quantidade e de diversidade. Era a época da ascensão dos restaurantes e dos cafés, de diferentes categorias, instituindo novas formas de sociabilidade.

No início do século XX, este trajeto seria interrompido pelos dois conflitos mundiais, que trouxeram escassez, racionamentos e a necessidade do uso mais eficiente dos recursos nas cozinhas francesas. No entanto, os franceses estariam em vésperas de mudanças profundas, mudanças essas descritas no derradeiro capítulo do livro, intitulado “A grande mudança: dos anos 1950 até à pandemia de COVID 19”. Neste ponto o autor aborda a modernização da agricultura francesa após a Segunda Guerra Mundial, e o desenvolvimento da indústria agroalimentar, um setor que ganhou grande importância na economia francesa. O comércio de bens alimentares sofreu igualmente profundas mudanças ao longo da segunda metade do século XX. Os supermercados e

os supermercados instituem-se como o lugar conveniente onde tudo se pode encontrar. Os produtos congelados e as refeições pré-cozinhadas, os produtos transformados industrialmente, o *fast-food* difundem-se numa sociedade onde cada vez mais mulheres trabalham fora de casa e gastam menos tempo a cozinhar. Os comensais transformam-se progressivamente em consumidores, o que não impede que os franceses sejam o povo que mais tempo passa à mesa e que o modelo alimentar francês sobreviva.

No último capítulo, Éric Birlouez foca-se na atualidade, abordando os impactos no sistema alimentar da recente crise sanitária e os desafios que a alimentação humana enfrenta. A soberania alimentar, a ética, as preocupações ambientais, as novas tendências alimentares e os efeitos na saúde são algumas das reflexões avançadas pelo autor, que com os olhos posto num futuro próximo trata de perscrutar o que será a alimentação dos franceses em 2050.

Histoire de l'Alimentation des Français é uma síntese redigida de forma clara, acessível, e fundamentada em algumas obras de relevo na história da alimentação. A ausência de referências específicas ao longo do texto dificulta o aprofundamento dos temas ao leitor mais interessado, sem, contudo, penalizar uma visão abrangente da evolução da alimentação na França consentânea com o propósito de divulgação destas temáticas junto do grande público.

SANDRA FERNANDES MORAIS

Universidade de Coimbra, Faculdade de Letras

sfernandesmoraes@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-2860-612X>

