

# Comment le sucre est devenu irrésistible

Le miel, roi des édulcorants depuis l'Antiquité, est détrôné au Moyen Âge par l'arrivée de ce séduisant ingrédient exotique.

**E**n 1099, alors que les croisés arrivés en Palestine pour reprendre la Terre sainte approchaient de Jérusalem, ils découvrirent des plaines où poussaient « des cannes pleines de miel », une plante qu'ils ne connaissaient pas et grâce à laquelle il purent atténuer la faim qui les tenaillait depuis des semaines. C'est ainsi que l'épisode est rapporté par Foucher de Chartres, chroniqueur de la première croisade, en écho à un passage célèbre de la Bible racontant comment l'armée israélite commandée par Jonathan, fils de Saül, arriva dans une forêt où « il y avait tant de miel qu'il paraissait jaillir du sol » (Livre de Samuel I 14, 25).

La « canne de miel » était en réalité de la canne à sucre, un produit consommé en Inde depuis déjà deux millénaires. Sa culture s'était répandue en Asie et, par l'intermédiaire

des musulmans, était arrivée jusqu'au nord de l'Afrique et en al-Andalus. Les techniques qui permettaient de transformer le jus de canne en cristaux, développées en Inde depuis le v<sup>e</sup> siècle, ont facilité son transport, ce qui a permis à sa consommation de croître. Mais ce sont les croisades qui ont définitivement introduit en Europe chrétienne ce produit bientôt connu sous sa dénomination arabe : *sukkar*, le sucre.

Malgré tout, la consommation du sucre ne s'est pas immédiatement popularisée. Comme tout produit importé, le sucre était cher et, pendant longtemps, il n'a été à la portée que de quelques bourses. Le miel était depuis l'Antiquité le principal ingrédient grâce auquel on adoucissait les plats, et il l'est resté pendant presque tout le Moyen Âge, tant dans le monde chrétien que dans le monde musulman. Avec le miel, on préparait des sauces, des boissons et des desserts.



**CETTE MINIATURE** extraite du *Tacuinum sanitatis* d'Ibn Butlan représente un marchand de sucre. Milieu du xv<sup>e</sup> siècle. Bibliothèque nationale, Paris.

BNF / RMH-GRAND PALAIS

On l'employait également à des fins médicinales, pour élaborer des sirops et des onguents. Ainsi, le sucre n'a jamais réussi à remplacer complètement le miel. D'autant que certaines régions disposaient aussi d'autres produits édulcorants, comme le miel de dattes et le moût (le jus de raisin).

## Blanc de poulet au sucre

Les édulcorants étaient importants dans la gastronomie médiévale. Le miel et le sucre s'employaient aussi bien dans les pâtisseries – confectonnées à partir de farine, d'œufs, de graisses, de fromages et de fruits

## DANS TOUTES LES RECETTES

**L'EXPANSION DE LA CONSOMMATION** du sucre en Europe a été lente, mais inéluctable. À la fin du xv<sup>e</sup> siècle, dans les livres de cuisine de l'Italie méridionale et du Portugal, les deux tiers des recettes l'incluaient dans leurs ingrédients.

**FEMME BUVANT DU CAFÉ, AVEC DU SUCRE DEVANT ELLE.** XVIII<sup>e</sup> SIÈCLE. BIBLIOTHÈQUE DES ARTS DÉCORATIFS, PARIS.

DEAGOSTINI/LEEMAGE





## Bon pour la digestion comme pour les poumons

secs, et parfois condimentées avec des épices — que dans des recettes de viande. Le blanc-manger, l'un des plats les plus populaires de la cuisine médiévale, était composé de blanc de poule ou de poulet, de farine de riz, de lait d'amande et de sucre, et aromatisé avec de l'eau de rose ou de fleur d'oranger. Que ce soit dans la cuisine chrétienne, musulmane ou juive, le miel était ajouté dans la plupart des plats cuits à l'étouffée et des ragoûts, ainsi que, souvent, dans la pâte à pain.

Au fil du Moyen Âge, l'usage du sucre se popularisa, et il est devenu de plus en plus courant de le mélanger

**DANS L'ANTIQUITÉ**, des auteurs comme Dioscoride et Galien attribuaient au sucre des vertus médicinales. Les médecins musulmans ont repris cette idée, qu'ils ont transmise à l'Occident chrétien. Elle reposait sur la croyance selon laquelle la santé se

fondait sur l'équilibre de quatre **HUMEURS** : le chaud, le sec, le froid et l'humide. Le sucre était très prisé, car il était à la fois chaud et humide. On pensait pour cette raison qu'il agissait comme un **DIURÉTIQUE** et un digestif, et qu'il guérissait les affections pulmonaires, même

si son abus pouvait avoir des effets secondaires. Au XIII<sup>e</sup> siècle, le médecin espagnol **ARNAUD DE VILLENEUVE** a compilé de nombreuses recettes qui incorporaient du sucre en exploitant ses vertus thérapeutiques ou diététiques, dont un sirop de sucre purifié avec du blanc d'œuf.

## DÉLICIEUX ET NUTRITIF

**AU XV<sup>e</sup> SIÈCLE**, un traité nasride consacré aux aliments fait référence au sucre : « Bien que ce ne soit pas un produit dérivé des animaux, nous le mentionnerons pour sa proximité avec le miel par sa douceur et ses effets. Il est de nature équilibrée, avec une tendance à la chaleur, mais il ne donne pas soif comme le miel et il est plus nutritif que ce dernier. »

**CÔNE DE SUCRE** AVEC SON MOULE. XVI<sup>e</sup> SIÈCLE. MUSÉE DE LONDRES.



ART ARCHIVE



**LA RÉCOLTE DE LA CANNE** à sucre. Miniature du *Codex Vindobonensis*. XIV<sup>e</sup> siècle. Bibliothèque nationale, Vienne.

au miel. Les sauces, presque toujours aigres-douces (qui associaient des ingrédients comme l'oignon, la groseille, l'œuf, la bière ou le vin), étaient fréquemment agrémentées de gingembre, de cannelle, de poivre, de sel et de sucre. Ce genre de préparation accompagnait les viandes de bœuf, de porc, de mouton, de volaille, certains poissons et même les huîtres.

On peut s'étonner de l'utilisation du sucre dans des plats aujourd'hui considérés comme « salés » plutôt que « doux », mais il faut tenir compte du fait que cette distinction n'était pas aussi nette pour un palais médiéval. Il faut en outre comprendre que le sucre était

employé dans ces recettes comme un condiment, à la manière d'une épice. Il atténuait des saveurs acides ou amères, parfois très prononcées dans des viandes conservées pendant des mois sans réfrigération. Il compensait en même temps les goûts d'autres épices. À tout cela s'ajoutait le fait qu'il était facile à conserver. Son emploi dans les confitures, les marmelades, les sirops ou les gelées – lesquels servaient aussi à conserver d'autres aliments – était cependant plus réduit, étant donné sa valeur relativement élevée jusqu'au XVI<sup>e</sup> siècle.

Comme le gingembre, la rhubarbe ou la cannelle, le sucre venait surtout d'Orient, ce qui faisait de lui un aliment exotique, utilisé en petites quantités. Outre la mélasse et le sucre brun, il existait différentes qualités de sucre, distinguées par leurs tonalités qui dépendaient du degré de raffinage. Selon une logique

simple, plus le sucre était blanc, plus il était pur, et par conséquent plus il était cher. Des plats comme le blanc-manger, que nous avons déjà évoqué, fondaient une partie de leur prestige sur cette couleur. Pour les grandes célébrations, on élaborait des figures faites de sucre mélangé à des amandes, du riz et de l'eau parfumée. Certains témoignages prouvent par ailleurs que les chrétiens connaissaient le massepain au moins depuis la fin du XIII<sup>e</sup> siècle.

### Au service du roi Mouton

Article de luxe, le sucre représentait un facteur de différenciation sociale. Un texte arabe du XV<sup>e</sup> siècle, le *Kitab al-harb*, raconte une bataille entre les aliments consommés par les riches et ceux à la portée des pauvres. Les armées du puissant roi Mouton, formées par différentes viandes, des pains raffinés et du riz, combattent contre les troupes du roi Miel, dont font partie le



**UNE FEMME** FAIT CUIRE UN PAIN DE SUCRE. BIBLIOTHÈQUE ESTENSE, MODÈNE.

## De la canne au morceau de sucre

**LES RAFFINERIES** de sucre des îles de l'Atlantique puis d'Amérique s'installaient près des champs dans lesquels la canne était cultivée et récoltée. Elles comprenaient les meules ① qui pressaient la canne pour en extraire le jus. Celui-ci était ensuite cuit dans des chaudrons ② et la substance obtenue était versée dans des moules pour que le sucre cristallise ③. Si, dans les premières raffineries, travaillaient autant de salariés que d'esclaves, ce sont ces derniers qui firent tourner celles d'Amérique.

**RAFFINERIE DE SUCRE EN AMÉRIQUE ESPAGNOLE.**  
PAR THÉODORE DE BRY. GRAVURE, XVI<sup>e</sup> SIÈCLE.



BPX / SCALA / FLORENCE

lait et ses dérivés, le beurre, les légumes et les conserves au vinaigre. Le Sucre, placé chez les pauvres au commandement des boissons, se plaint d'être tout juste destiné aux médicaments. Il finit par désertir pour donner la victoire au roi Mouton, qui lui a offert de le mettre à la tête des pâtisseries et remporte la bataille, protégé « par une cuirasse de sucre blanc et dur ».

L'introduction tardive de l'usage du sucre dans la cuisine, surtout dans les maisons les plus humbles, était due autant à son prix élevé qu'à la lente évolution des régimes alimentaires. Tous les sucres n'étaient pas considérés comme de la même qualité, car à mesure que se répandait sa consommation, les types de produits se diversifiaient. La production aussi avait une influence : la canne ne pouvait être cultivée qu'en certains endroits, comme la Sicile ou le sud de la péninsule Ibérique, ou importée déjà

transformée du nord de l'Afrique et de la Méditerranée orientale. Toutes les régions d'Europe n'avaient donc pas le même accès à ce produit, et l'utilisation du sucre s'est généralisée dans certaines aires géographiques plus tôt que dans d'autres. Ce n'est qu'à partir du xv<sup>e</sup> siècle que le sucre devient un produit commun dans presque toute l'Europe. À cette époque débute la culture de la canne dans les îles de l'Atlantique (Madère, les Açores et les Canaries), que Castillans et Portugais commencent alors à occuper de manière permanente, peu de temps avant que l'Amérique ne devienne le principal centre de production.

À partir du xvi<sup>e</sup> siècle, c'est le sucre qui gagne la vieille bataille contre le miel. Dans les pays protestants, la production de miel a décliné après la dissolution des monastères, qui étaient au Moyen Âge de grands centres apicoles. Progressivement, le prix du sucre

baisse et sa consommation augmente de façon notable : au xvi<sup>e</sup> siècle, par exemple, elle est multipliée par 18. Son usage gastronomique a également changé : au lieu de l'ajouter aux plats principaux comme condiment pour contrebalancer les saveurs acides, on l'emploie désormais dans les entremets et les desserts, ou pour adoucir le café et le thé, les boissons à la mode à partir du xvii<sup>e</sup> siècle. Ainsi, ce qui était au Moyen Âge un condiment exotique, employé avec mesure en raison de son prix, a fini par atteindre une primauté qu'il conserve encore aujourd'hui. ■

COVADONGA VALDALISO  
DOCTEUR EN HISTOIRE

Pour  
en  
savoir  
plus

**ESSAI**  
**Le Sucre, une histoire  
douce-amère**  
E. Abbott, Fidès, 2009.