

E JOURNAL USA

LA SOCIÉTÉ AMÉRICAINE

JUILLET 2004

The central image is a detailed illustration of a large, ornate metal pot with a lid, surrounded by various kitchen items including a wooden knife block with several knives, a metal cup, and a fork. The background is a collage of numerous restaurant advertisements from the Washington D.C. area, featuring logos and contact information for establishments like 'SUSHI BAR TERIYAKI', 'CHICKEN OUT ROTISSERIE', 'K Dynasty Restaurant', and 'Veneziano'.

LES AMÉRICAINS À TABLE

UN PATRIMOINE CULINAIRE AUX INGRÉDIENTS VARIÉS

AVANT-PROPOS

«DIS-MOI CE QUE TU MANGES, JE TE DIRAI QUI TU ES.»

JEAN-ANTHELME BRILLAT-SAVARIN

Cette célèbre pensée du Français Jean-Anthelme Brillat-Savarin, avocat, politicien et auteur d'ouvrages culinaires classiques tels que « La physiologie du goût », qui a passé deux années aux États-Unis pendant la Révolution française, est souvent reprise aux États-Unis. « Vous êtes ce que vous mangez » est une phrase que l'on peut interpréter de diverses façons. Dans les articles de cette revue, nous examinons comment les Américains préparent et consomment leur nourriture et ce que ces traditions révèlent de leur culture. Nous faisons en fait l'analyse des implications littérales de la maxime de Brillat-Savarin : en examinant ce qu'ils mangent, nous cherchons à mieux comprendre les valeurs profondes des habitants des États-Unis d'aujourd'hui.

L'une des plus surprenantes constatations, lorsque l'on fait des recherches sur les coutumes culinaires américaines, c'est de voir avec quelle rapidité la piste conduit au-delà des frontières de ce pays. Les États-Unis sont un mélange riche et varié de races, de religions, d'origines ethniques, et cette diversité se reflète dans leur cuisine. Nos habitudes culinaires en disent long sur l'histoire sociale, culturelle, économique et démographique de notre nation. Et si nous n'avons pas réellement développé une cuisine nationale comme certaines des nations les plus anciennes, les premiers immigrants venus d'Angleterre et d'Europe centrale ont apporté avec eux une cuisine reposant sur la viande et les pommes de terre que l'on retrouve encore quotidiennement sur des millions de tables américaines aujourd'hui. Bœuf en cocotte, purée, diverses préparations à base de viande hachée (pain de viande, hamburger, saucisses, et l'incontournable « hot dog » américain) et plats à base de nouilles tels que macaronis à la sauce au fromage, ou encore pains divers, « bagels », cornichons, salades de chou cru, sont tous les descendants contemporains de plats qui agrémentaient la table de nos ancêtres allemands,

polonais et juifs d'Europe centrale.

Le caractère omniprésent de la viande et des pommes de terre sur la table des Américains n'a pas pour autant empêché d'autres cuisines régionales bien particulières de s'imposer. Ces cuisines mêlent souvent des ingrédients régionaux spécifiques (parfois nouveaux) à des traditions culinaires propres à un groupe d'immigrants fortement représentés dans le pays. Les Acadiens de langue française qui se sont installés en Louisiane ont utilisé les écrevisses du bayou comme principal ingrédient d'une cuisine qu'on est venu à appeler « cajun » ; les immigrants allemands qui se sont installés dans le Wisconsin, un riche État céréalière, ont institué des habitudes alimentaires où figurent en bonne place la bière et les saucisses « bratwurst » typiquement servies dans les États du centre nord du pays ; et l'abondance de crabes bleus dans le Maryland, de palourdes à Cape Cod et de homards dans le Maine a donné aux colons anglais des victuailles qui sont toujours populaires près de quatre siècles plus tard.

Les vagues d'immigrants qui se sont succédé, y compris les nouveaux venus, ont apporté avec eux de nouvelles traditions culinaires et les ont adaptées aux ingrédients, aux cuisines et aux coutumes de leur nouvelle patrie, accroissant toujours les choix qui constituent ce que l'on appelle la « cuisine américaine ». L'évolution de cette cuisine ressemble beaucoup à l'évolution constante du visage de l'Amérique : c'est un travail en cours.

Les fidèles lecteurs de nos revues électroniques savent qu'habituellement nos articles contiennent des informations sur de nombreuses questions internationales contemporaines dont le contexte relève de la politique du gouvernement des États-Unis. Lors des discussions initiales portant sur l'éventuel contenu de cette revue, nous avons considéré une telle approche, et songé notamment à inclure des articles traitant de la façon dont les États-Unis assurent les besoins

alimentaires des pauvres, des programmes d'aide alimentaire mis en œuvre par les États-Unis de par le monde, du débat relatif aux aliments relevant de la biotechnologie. Mais, en fin de compte, nous avons décidé que ces sujets sérieux devraient faire l'objet d'une revue différente qui serait publiée plus tard. Nous estimons que la présente revue donnera aux lecteurs quelques aperçus importants de ce que sont la vie et les valeurs américaines et qu'elle permettra par la même occasion de faire vibrer une chorde commune à d'autres cultures. Ainsi que l'avait dit James Beard, éminent auteur qui se spécialisait dans l'art culinaire américain, « La nourriture est notre terre commune ; c'est une expérience universelle. »

En célébrant la surprenante variété culinaire des États-Unis, nous célébrons en fait leur propre diversité. Dans l'essai que nous présentons en premier, David Rosengarten, utilisant les exemples de la cuisine italienne et chinoise, explique comment les États-Unis s'inspirent de la cuisine traditionnelle de nombreux groupes différents d'immigrants pour créer une scène culinaire unique en son genre, dynamique et en constante évolution. Ensuite, trois auteurs aux origines bien différentes évoquent de façon nostalgique la

célébration de cette fête typiquement américaine qu'est Thanksgiving dont le point culminant est la table chargée de nourriture. D'autres articles se penchent sur les origines et la préparation d'aliments typiquement américains tels que le barbecue, le thé glacé et les sandwiches, qui dans beaucoup de cas en sont venus à incarner le caractère et la personnalité de certaines villes ou régions des États-Unis, et qui sont la source d'une fierté énorme pour les gens qui les préparent et les consomment. Nous donnons aussi quelques informations sur la façon dont les Américains font face à un problème qui est lié à l'abondance : l'obésité. Nous avons placé une touche légère en conclusion sous la forme d'un petit glossaire d'expressions idiomatiques américaines sur le thème des aliments.

Nous formons l'espoir que lorsque vous lirez ces articles, vous serez à la fois informés et amusés. Mais nous espérons surtout que, grâce à ces pages, vous aurez une meilleure idée du caractère américain et comprendrez mieux la société américaine et ses valeurs, des valeurs qui sont reflétées dans notre patrimoine culinaire.

La rédaction



DÉPARTEMENT D'ÉTAT DES ÉTATS-UNIS / JUILLET 2004 / VOLUME 9 / NUMÉRO 1

LA SOCIÉTÉ AMÉRICAINE

SOMMAIRE

INTRODUCTION

6 Nous nous identifions par notre nourriture ... et nous sommes une nation d'immigrants !

DAVID ROSENGARTEN

L'art culinaire des États-Unis se ressent de toute une palette d'influences. Un encadré intitulé « **Le supermarché mondial** » rappelle les origines diverses d'aliments aujourd'hui courants.

PENSÉES DE THANKSGIVING

11 LA VIE DANS UN ÉLEVAGE DE DINDES

NEIL KLOPFENSTEIN

Dur labeur et appréciation de la famille sont le quotidien du fermier.

14 Assaisonnement cubain

ANA MENENDEZ

Une famille d'immigrants s'empresse d'adopter Thanksgiving, fête américaine par excellence, et de l'adapter à ses goûts culinaires.

17 Un mariage de traditions contrastées

APRIL REYNOLDS

Lorsqu'elle est allée faire des études dans le Nord du pays et une fois mariée à un homme d'origine italienne, l'auteur a dû modifier le traditionnel dîner de Thanksgiving que préparait sa famille afro-américaine du Sud.

DE LA CUISINE À LA TABLE

20 Les arbitres du goût

MICHAEL BANDLER ET STEVEN LAUTERBACH

Le portrait que les auteurs font de sept chefs célèbres illustre l'influence de ces derniers sur l'alimentation des Américains.

26 Un long voyage sur des braises ardentes

SYLVIA LOVEGREN

Le « barbecue » à l'américaine exige des heures de préparation, mais il vaut bien qu'on fasse preuve de patience.

29 Pas de thé glacé pour moi, merci !

FRED CHAPPELL

L'auteur, poète-lauréat de la Caroline du Nord, évoque avec humour cette boisson classique américaine qu'est le thé glacé.

32 Couverts et bonnes manières

FRANCINE PROSE

L'auteur se penche sur les diverses coutumes de table et sur ce qu'elles révèlent des cultures. Dans un encadré intitulé « **Pourquoi mangent-ils ainsi ?** », elle explique la façon de manger des Américains et celle des Européens.

36 Le sandwich, objet de fierté

ED LEVINE

Un célèbre auteur d'articles culinaires examine différents sandwiches typiquement américains.

40 L'Amérique réagit à la prévalence croissante de l'obésité

MICHAEL JAY FRIEDMAN

Les Américains, qui n'ont jamais été aussi gros, commencent à réaliser qu'ils doivent manger moins et bouger plus. Ils peuvent aussi s'appuyer sur une pléthore de conseils alimentaires pour perdre du poids et se maintenir en bonne santé ainsi que l'illustre l'encadré intitulé « **Tout un menu d'options pour se mettre au régime** ».

POUR COMPLÉTER LE PANORAMA CULINAIRE

43 Est-ce vraiment un restaurant?

Regard nostalgique sur des restaurants dont la forme reflétait celle de la nourriture qu'ils servaient.

44 Rien n'est plus américain que la tarte aux pommes

Recette de la pâtisserie symbole des États-Unis.

45 Glossaire d'expressions idiomatiques sur le thème des produits alimentaires

Dans la langue anglaise, les produits alimentaires font souvent partie d'expressions idiomatiques.

46 Bibliographie (en anglais)

48 Sites Internet (en anglais)



**LA SOCIÉTÉ
AMÉRICAINE**



Directeur de la rédactionSteven Lauterbach
Rédacteur en chefNeil Klopfenstein
Rédacteur en chef adjointMichael Bandler
Rédactrices, référence et rechercheMary Ann Gamble
.....Kathy Spiegel
PhotosBarry Fitzgerald

Directrice de la publicationJudith Siegel
Directeur de la rédactionGuy Olson
Directeur de la productionChristian Larson
Directrice adjointe de la productionSylvia Scott
TraductionService linguistique
IIP/G/AF
Maquette de la version françaiseAfrica Regional
Services, Paris

Conseil de rédaction

George Clack Kathleen Davis Francis Ward

Le Bureau des programmes d'information internationale du département d'État des États-Unis publie cinq revues électroniques - « Perspectives économiques », « Dossiers mondiaux », « Démocratie et droits de l'homme », « Les Objectifs de politique étrangère des États-Unis » et « La Société américaine » – qui examinent la société, les valeurs, la pensée et les institutions des États-Unis, ainsi que les principales questions intéressant les États-Unis et la communauté internationale. Chacune de ces revues est cataloguée par volume (le nombre d'années de publication) et est numérotée (numéros publiés dans l'année).

Une nouvelle revue est publiée chaque mois en Anglais et est suivie deux à quatre semaines plus tard d'une version en français, en portugais et en espagnol. Certains numéros sont également traduits en arabe et en russe.

Les opinions exprimées dans les revues ne représentent pas nécessairement le point de vue ou la politique du gouvernement des États-Unis. Le département d'État des États-Unis n'est nullement responsable du contenu ou de l'accessibilité des sites Internet indiqués en hyperlien ; seuls les éditeurs de ces sites ont cette responsabilité. Les articles publiés dans ces revues peuvent être librement reproduits en dehors des États-Unis, sauf indication contraire ou sauf mention de droit d'auteur. Les photos protégées par un droit d'auteur ne peuvent être utilisées qu'avec l'autorisation de la source indiquée.

Les numéros les plus récents, les archives ainsi que la liste des journaux à paraître sont disponibles sous divers formats à l'adresse suivante : « <http://usinfo.state.gov/journals/journals.htm#fr> ». Veuillez adresser toute correspondance au siège de l'ambassade des États-Unis de votre pays ou bien à la rédaction : Editor, eJournal USA : U.S. Society & Values / IIP/T/SV U.S. Department of State 301 4th St. S.W. / Washington, D.C. 20547 / United States of America. Courrier électronique : ejvalues@state.gov

Nous nous identifions par notre nourriture ... et nous sommes une nation d'immigrants !

DAVID ROSENGARTEN

L'art culinaire des États-Unis se ressent de toute une palette d'influences. Si le maïs est aujourd'hui un aliment de base dans notre pays, c'est aux Indiens d'Amérique qu'on le doit. Les premiers immigrants venus de Chine et d'Italie, de même que les esclaves africains, ont tous contribué aux habitudes alimentaires qui sont celles des Américains aujourd'hui. Il est possible que l'absence de monarchie, pour qui les cuisiniers confectionnaient toutes sortes de créations culinaires dans d'autres pays, conjuguée à la « sensibilité stoïque et utilitaire » des puritains, aient pu entravé le développement de la haute cuisine pendant les premières décennies d'existence du pays, mais l'adoption et l'adaptation de la cuisine des immigrants qui se sont succédé au cours des ans ont conduit à une cuisine hybride hautement diversifiée, que ce soit au quotidien ou dans les restaurants.

David Rosengarten est une autorité en matière d'aliments, de vin et de cuisine ainsi que l'auteur d'un livre de recettes, Taste, qui a été primé. Il est souvent l'invité d'émissions de « Food Network », programme que l'on peut capter sur les chaînes câblées du monde entier, ainsi que le producteur d'un bulletin d'information sur la nourriture, le Rosengarten Report.

Quiconque juge l'alimentation américaine à distance se méprend du tout au tout sur ce qu'elle est véritablement. « Les Américains mangent des hamburgers, non ? » C'est ainsi que se résume le point de vue de bien des étrangers sur ce que nous consommons – et ils n'ont pas tort ! Nous sommes effectivement friands de nos hamburgers, de nos hot dogs et d'autres mets simples et emblématiques. Mais nous aimons beaucoup d'autres choses aussi. Et les bonnes raisons ne cessent de se multiplier. Car le vaste patchwork de produits comestibles qui forme aujourd'hui la cuisine « américaine » est l'un des plus toniques au monde, et la cuisine américaine doit dans une grande mesure sa vitalité à cet élément même qui a fait la force de l'Amérique dans d'autres domaines, à savoir l'arrivée sur nos rivages d'immigrants venus des quatre coins du monde et qui ont su allier leur talents et leurs idées aux réalités et à la logistique de la vie américaine au quotidien. Aujourd'hui, enfin, les connaisseurs du monde entier reconnaissent le haut degré de qualité des mets qui sont confectionnés aux États-Unis, mais il aura fallu des années pour atteindre ce niveau de qualité et recevoir la consécration méritée.

Pourquoi ? A la vérité, les dés étaient pipés dès le départ contre l'Amérique gastronomique.

Pour commencer, les Indiens d'Amérique, qui peuplaient le continent bien avant l'arrivée des Européens et qui avaient établi leur civilisation américaine, n'étaient pas dans une situation idéale pour jeter les bases d'une cuisine nationale. La taille même du pays, et l'éparpillement de la culture amérindienne, militaient contre le progrès culinaire, lequel est particulièrement tributaire du foisonnement des idées. Dans la vieille France, par exemple, une création culinaire à Lyon pouvait bien être portée à la

connaissance des Parisiens dans la semaine qui suivait, via l'acheminement d'un courrier hebdomadaire, mais le fusionnement des recettes des Séminoles en Floride et de celles des Pueblos dans les Montagnes Rocheuses, pour en faire des mets à caractère national, reste une proposition dubitative. De même, l'absence de grandes villes dans le paysage des Indiens d'Amérique a eu un effet dissuasif sur l'épanouissement de la gastronomie : l'histoire nous a montré que l'agglomération des individus dans les grands centres urbains favorisait l'essor de la bonne cuisine.

Par ailleurs, la cuisine américaine n'a jamais connu l'élément moteur qu'est la monarchie... et c'est ce qui fait en partie le charme de notre pays. Les cuisines de France, d'Italie, d'Espagne, de Perse, du nord de l'Inde, de la Thaïlande, de Pékin reposent toutes au départ sur la nécessité de créer une alimentation « nationale » pour la cour royale. Cette considération a non seulement unifié les modes de préparation, mais elle a aussi multiplié leur complexité parce que les cuisiniers rivalisaient d'imagination pour retenir l'attention du roi. Si le peuple en 1788 ne s'alimentait certainement pas comme le roi Louis XVI (on pense à la phrase célèbre attribuée à sa femme), les idées culinaires et les plats confectionnés à Versailles et dans d'autres cours au fil des siècles ont fini par être incorporés dans l'alimentation de tous les Français.

L'OMNIPRÉSENCE DU MAÏS

Privée d'une telle force motrice, l'alimentation américaine, avant l'arrivée des Européens, ne s'était jamais uniformisée d'un bout du pays à l'autre. Certes, les Indiens d'Amérique nous ont fait découvrir un grand nombre de produits que nous consommons aujourd'hui, le maïs en particulier. Il est fascinant de penser que tant d'aspects de notre vie gastronomique nationale – le maïs en épi, le maïs en crème, les hot dogs enrobés dans une pâte faite de farine de maïs et cuits en friture, les flocons de maïs, le gruau de maïs, les chips tortilla et, jusqu'à notre bière bon marché fabriquée avec du maïs – ont tous leurs origines dans l'aliment que les premiers Américains du continent affectionnaient le plus. Mais cette préférence a-t-elle débouché sur une « cuisine nationale » ? Par contraste avec ce qui s'est passé au Mexique, pays voisin du nôtre, force est de répondre par la négative. Les Espagnols qui ont débarqué au Mexique à partir du XVI^e siècle ne se sont pas contentés de mettre la main sur un ingrédient qui leur plaisait et de l'utiliser strictement à leur manière ; ils ont véritablement harmonisé leurs idées avec celles des Indiens du

Mexique. Tacos al carbon ? Les Espagnols ont fourni le porc, les Indiens les tacos. Où que vous mangiez au Mexique aujourd'hui, vous trouverez sur la table les versions modernes des ingrédients autochtones aussi bien que des modes de préparation propres aux Indiens. On ne peut pas en dire autant aux États-Unis.

Par la suite, d'autres facteurs, profondément enracinés dans l'esprit américain moderne, se sont conjugués pour entraver le développement d'une cuisine nationale. À l'arrivée des Européens, la nécessité de subsister à tout prix l'emportait sur toute autre considération culinaire, velléités créatrices y compris ; on ne peut pas inventer de la grande cuisine quand on en est à se demander quels arbres ont une écorce comestible et pour survivre un jour de plus. Imaginez le Français qui vit à Paris en 1607, bien implanté et prêt à hériter d'une tradition culinaire à l'évolution de laquelle il contribuera. Représentez-vous maintenant un habitant de Jamestown, qui redémarre à zéro dans la vie et dont les sujets de préoccupation sont autrement plus terre-à-terre.

Qui plus est, au fur et à mesure de l'épanouissement de la civilisation américaine, l'esprit pionnier a lui aussi contribué à ralentir le raffinement culinaire. « Je vois une ligne de faite, au loin ; il faut qu'on aille voir ce qu'il y a de l'autre côté. » Les crêtes montagneuses ne manquent pas entre la Virginie et la Californie. Même s'ils n'étaient pas tous piqués par le désir de traverser le pays d'Est en Ouest en diligence au XVIII^e et au XIX^e siècles, les Américains ressentaient encore le besoin de bouger, d'explorer, de mener une vie très différente de celle des Européens de l'époque, eux dont les familles tiraient une certaine fierté à n'avoir pas quitté leur terre natale depuis 400 ans, et cet état d'esprit s'inscrit en faux contre les valeurs et les intérêts qui débouchent normalement sur la mise en place d'une grande cuisine.

QUELQUES BIZARRERIES

C'est cet esprit, bien sûr – le sentiment qu'il faut manger pour vivre et non vivre pour manger –, qui est à l'origine de quelques bizarreries du monde de l'alimentation traditionnelle des Américains. Nous avons assurément donné le ton à la planète pour ce qui de la fabrication d'aliments tout prêts, non seulement parce que nous avons eu l'ingéniosité technique nécessaire, mais aussi parce qu'un grand nombre de nos compatriotes n'ont « pas le temps de faire la cuisine ». Il faut bien l'admettre : le riz minute et la soupe qu'on réchauffe en un clin d'œil au four à micro-ondes ne vont pas compter pour beaucoup dans la maturation de la haute cuisine aux États-Unis.

Le dernier point à noter, c'est que l'Amérique gastronomique a joué de malchance en étant sous l'emprise, pendant tant d'années, d'un système de valeurs qui reflète le courant dominant dans la population, à savoir l'éthique dite puritaine. Cette dernière est à l'origine d'une grande industrie et elle a fait beaucoup de bien, mais personne n'a jamais accusé les Puritains ni leurs descendants de fomenter le développement positif des arts, et en particulier des arts culinaires. Je me souviens du temps, dans ma jeunesse, où des personnes âgées – aujourd'hui pratiquement toutes disparues – jugeaient toute discussion sur l'alimentation, à table y compris, foncièrement vulgaire. On vous servait de quoi vous faire vivre, vous le mangiez et vous pouviez vivre un jour de plus. Qui donc aurait l'idée saugrenue de discuter du goût des aliments, à moins d'être une personne vaine ? Et c'est ainsi que les choses se sont déroulées pendant des centaines d'années, en Nouvelle-Angleterre et ailleurs : la manifestation d'une sensibilité stoïque et utilitaire à table peu propice au développement de la fine cuisine.

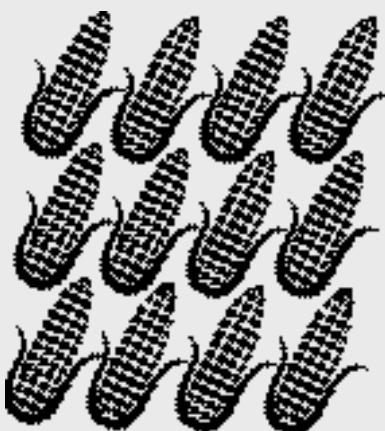
Si notre pays avait marqué un temps d'arrêt après l'afflux original des Européens, au XVII^e et au XVIII^e siècles, notre histoire culinaire aurait pu elle aussi s'arrêter. Toutefois, peu après cette période, d'autres immigrants sont arrivés – et c'est à ces groupes que l'on doit d'avoir sauvé le palais des Américains et d'en avoir fait l'un des instruments culinaires les plus fins au monde.

Paradoxalement, l'une des plus grandes marques d'opprobre de notre pays est aussi la source d'un grand nombre de nos triomphes gastronomiques des premiers temps : l'odieuse transformation d'Africains

Le SUPERMARCHÉ MONDIAL

Étant donné le caractère mondial de l'économie contemporaine, il est difficile d'imaginer qu'avant la découverte du continent américain par les Européens, à la fin du XV^e siècle, de nombreux produits courants constituant aujourd'hui l'alimentation des populations de la planète étaient inconnus d'un côté ou de l'autre de la Terre. Les pommes de terre, par exemple, qui ont été d'abord cultivées dans les Andes, en Amérique du Sud, ont été introduites en Europe par des explorateurs espagnols. Les ananas ont eux aussi leurs origines en Amérique du Sud et ce sont des explorateurs espagnols et portugais qui les ont introduits dans les régions tropicales des quatre coins du monde, y compris en Afrique et en Asie.

L'introduction de nouvelles cultures vivrières s'est faite aussi dans le sens inverse. La laitue et le brocoli, qui ont leurs origines en Europe, sont de nos jours cultivés intensivement aux États-Unis. C'est en Amérique du Sud que la culture de l'arachide, une légumineuse, a commencé, et ce sont des marchands espagnols et portugais qui l'ont apportée en Europe et en Afrique du Nord et qui, plus tard, l'ont introduite en Amérique du Nord. Désormais, les gens consomment régulièrement des produits alimentaires qui ont leurs origines dans bien des régions du monde et nombreux sont les légumineuses, fruits et légumes qui sont originaires du continent américain, entre autres les haricots, le cacao, le maïs, les gourdes, les poivrons, les courges, les fraises et les tomates.



libres en esclaves américains. Cette tragédie a fait naître un haut degré de sensibilité qui a exercé une influence puissante sur le développement de la culture américaine, sans parler de la cuisine américaine. Les Africains ont apporté sur nos rivages des ingrédients curieux : gombo, ignames, arachides (originaires du Pérou, puis introduites en Amérique du Nord par le biais de l'Afrique). Ils mangeaient les bas morceaux, les propriétaires se réservant les meilleures parties du porc tandis que les esclaves devaient s'en remettre à leur ingéniosité pour préparer les abats de manière à leur donner bon goût. Et un sentiment de camaraderie naturelle les unissait aux esclaves qui arrivaient des Antilles et qui apportaient avec eux toutes sortes d'épices, ce qui a contribué à relever considérablement la cuisine américaine. Esclaves et anciens esclaves étaient présents à Charleston, en Caroline du sud, quand cette ville est devenue un grand port et une plaque-tournante du commerce des épices. Ils étaient présents à la Nouvelle-Orléans aussi et ont contribué à la création de l'une des cuisines régionales les plus distinctes des États-Unis. On les a vus griller de la viande à la broche (les fameux « barbecue », ou BBQ), un peu partout dans le Sud, et je suis quant à moi convaincu qu'il s'agit de la plus grande contribution de l'Amérique à la cuisine mondiale.

Parallèlement à cette activité gastronomique qui était le fait d'immigrants venus par le sud-est, des Indiens du Mexique et des colons espagnols se faisaient fort d'apporter du sud-ouest les saveurs mexicaines au Texas et au Nouveau-Mexique. Les plats qui ont fini par s'imposer dans le sud-ouest

des États-Unis ne ressemblaient pas beaucoup à ceux que ces immigrants mangeaient au Mexique ou en Espagne, mais ils sont devenus une composante cruciale de nos habitudes alimentaires nationales, les enchiladas et les fajitas étant tout aussi américaines que n'importe quel autre mets consommé tous les jours à travers l'Amérique.

LA DOMINATION DES CHINOIS ET DES ITALIENS

Vers la fin de la deuxième moitié du XIX^e siècle, alors qu'arrivaient de nombreux immigrants chinois et italiens, tous les éléments étaient réunis pour que s'accomplisse la période d'influences gastronomiques la plus importante de l'histoire des États-Unis. J'attache à leur arrivée une importance suprême pour la bonne raison que, dans n'importe quelle ville du pays, quand on consulte le bottin à la recherche de restaurants, on constate que les restaurants chinois et italiens continuent de dominer le paysage gastronomique, et ce malgré la popularité croissante de bien des cuisines ethniques.

Il va de soi que la cuisine italienne devance la cuisine chinoise aux États-Unis. Cette dernière a été importée par les immigrants chinois qui sont venus travailler à la construction du chemin de fer dans l'ouest du pays – ou, plus exactement, par ceux qui ont été embauchés comme cuisiniers pour nourrir les travailleurs du rail. Ces cuisiniers devaient faire avec les moyens du bord, c'est-à-dire pas grand-chose, et ils mélangeaient dans leurs grandes poêles toutes sortes de légumes émincés et de bouts de viande : le « chop suey » était né. Ce mode de préparation et de cuisson s'est propagé dans les grandes villes, puis dans l'ensemble du pays, et une nouvelle cuisine a vu le jour : la cuisine sino-américaine, riche en pâtés impériaux, soupes de raviolis chinois, riz frit, chow mein au poulet et les « spare ribs » (travers de porc). Ces plats n'ont jamais connu la grande popularité dont la cuisine italo-américaine allait jouir un peu plus tard parce que les Américains n'ont pas essayé de faire ces recettes sur leurs fourneaux, même si la plupart d'entre eux consommaient ces mets. Pour autant, la cuisine sino-américaine a accompli quelque chose de très important : elle a ouvert l'esprit de pratiquement tous les Américains du XX^e siècle aux accents exotiques de la cuisine asiatique, point de départ de l'insertion de nombreuses préparations culinaires asiatiques dans nos habitudes alimentaires nationales, et elle leur a chatouillé le palais.

La cuisine italo-américaine, qui a le plus marqué le paysage culinaire des États-Unis, a suivi peu après. Vers 1880 est arrivée la première vague d'immigrants : venus de Naples, ils ont débarqué à Ellis Island. Ils n'ont pas tardé à s'installer dans le quartier de la rue Mulberry, à

Manhattan, en plein cœur de New York, où ils ont désespérément essayé de reproduire l'alimentation de leur terre natale. Ils ont échoué parce qu'ils ne pouvaient pas se procurer les ingrédients courants dans leur terroir. Mais eux aussi ont fait avec les moyens du bord et déployé beaucoup d'ingéniosité. Après tout, pourquoi ne pas assaisonner les plats avec des herbes sèches si les fraîches font défaut, cuisiner avec des tomates en conserve faute d'en avoir dans le jardin, et mettre plus de sauce sur les spaghettis ou consommer plus de viande que ne le veut la tradition ? La cuisine italo-américaine qu'ils ont créée était magnifique – encore que le lecteur né après 1975 ne s'en rendra pas compte parce que les meilleurs toques « italiennes » aux États-Unis de nos jours la délaissent au profit de saveurs toujours plus sensibles à la chichorée italienne et au vinaigre balsamique, d'autant plus apprécié qu'il a pris de l'âge.

Mais le vrai triomphe de cette cuisine, c'est dans les foyers américains qu'il s'observe : pizza, lasagnes, manicotti, boulettes de viande, escalopes de veau parmesan... voilà autant de mets qui sont consommés très couramment par les Américains, qu'ils soient achetés surgelés, livrés à domicile ou confectionnés à la maison. Je vais jusqu'à dire que la cuisine italo-américaine nous a livré un autre enseignement très important, à savoir qu'un mode alimentaire ayant son origine dans un autre pays peut non seulement être une diversion intéressante, mais aussi s'intégrer pleinement à nos propres habitudes alimentaires.

LA NOUVELLE IMMIGRATION

Ce phénomène a été prouvé à de multiples reprises. Le reste du XX^e siècle a vu l'arrivée de multiples groupes d'immigrants et, notre palais national ayant été « apprivoisé » par le double triomphe de la cuisine sino-américaine et la cuisine italo-américaine, de nombreuses cuisines ethniques ont été progressivement adoptées. Même si l'immigration de certains groupes européens, tels les Grecs, les Français et les Scandinaves, n'a jamais atteint les sommets de l'immigration des Italiens, par exemple, on trouve encore des vendeurs de sandwiches gyro, de souvlaki et de chiches-kebabs à bien des coins de rue ; on célèbre toujours l'attitude des Français face aux aliments, et une pâtisserie danoise s'est imposée à l'heure du petit déjeuner des Américains.

Des aliments venus du reste du monde ont aussi trouvé leur place sur le menu des Américains. Y a-t-il un restaurant, la pizzeria mise à part, qui ait conquis nos villes comme l'ont fait les bars à sushi ces dernières années ? Avez-vous remarqué, ces derniers temps, la progression rapide du nombre des grills sud-américains,

des churrascarias brésiliennes et des parilladas argentines ? Et quel nom donner à ce phénomène (trop modeste pour être un mouvement, trop important pour être une anomalie) qu'est la prolifération des mini-restaurants ethniques de toutes sortes, des débits de kebabs afghans aux « barbecues » coréens en passant par les établissements éthiopiens qui vendent des injera (sorte de galettes) et les locaux cubains qui servent de la viande de porc, sans oublier ceux qui se spécialisent dans le curry à l'indienne ou les nouilles thaïlandaises ?

Mais l'Amérique gastronomique, c'est plus encore. Le « creuset des nationalités » constitue l'aspect le plus irrésistible de toute cette activité gastronomique sur nos rivages. Dans les quartiers à caractère ethnique, c'est vrai, la cuisine thaïlandaise ne se mélange pas à celle de Cuba, ni celle de la Pologne à celle des Philippines. Mais qu'une ménagère américaine prenne goût au ragoût arrosé de lait de coco qu'elle a goûté dans un restaurant thaï, et sous peu elle mélangera le curry rouge de Thaïlande au paprika hongrois de l'oncle George. À un degré supérieur, ce foisonnement des idées se poursuit à un rythme encore plus frénétique, les grandes « toques » américaines allant puiser de l'inspiration dans les arsenaux des cuisines ethniques du monde entier et créant, soir après soir, des préparations gastronomiques hybrides que le monde n'a jamais connues auparavant.

Dans ce domaine comme dans tous les autres, l'Amérique subit une transformation... et c'est toujours une cuisine américaine qui en est le produit final. ■

PENSÉES DE THANKSGIVING: LA VIE DANS UN ÉLEVAGE DE DINDES



NEIL KLOPFENSTEIN

Mon enfance dans une ferme d'élevage de dindes m'a laissé des souvenirs de dur labeur et d'heures heureuses passées autour de la table à manger. Au fil des ans, en me remémorant le passé, j'en suis venu à apprécier profondément la valeur de la bonne nourriture et de la famille, étant conscient du fait que, de par le monde, tous ne connaissent pas ces bonheurs.

Neil Klopfenstein est attaché au service diplomatique des États-Unis. Il est actuellement directeur du Bureau « Société et valeurs américaines » au sein du Bureau des programmes d'information internationale du département d'État. Au cours de ses affectations à l'étranger, notamment au Brésil, en Norvège et en Thaïlande, il a eu l'occasion de servir la dinde traditionnelle de Thanksgiving.

J'ai grandi en Iowa, dans une ferme où nous élevions des dindes. Les dindes n'étaient pas notre seule production : nous cultivions du maïs, de l'avoine, de la luzerne et du soja et nous avions un troupeau de vaches de boucherie et de porcs. Mais c'étaient les dindes qui distinguaient notre exploitation, et celles de mes deux oncles, des autres exploitations de notre région : nous étions les seuls à élever des dindes.

Mon grand-père a commencé à élever ces volailles typiquement américaines durant la grande dépression des années 1930. Il était ce que l'on appellerait aujourd'hui un « entrepreneur ». Il était toujours à l'affût de nouvelles approches ou de nouvelles cultures pour gagner un peu d'argent. Le grand-père Klopfenstein, descendant de mennonites suisses s'y connaissant en agriculture, a été le premier exploitant de la région nord du comté Henry à planter du maïs hybride sélectionné. Après avoir lu des articles sur la façon d'élever les dindes dans des revues telles que « Wallace's Farmer », il s'est dit qu'il y avait là un créneau de marché intéressant dans un marché agricole par ailleurs déprimé. Il avait vu juste.

L'élevage de dindes n'est pas pour les petites natures ou les gens peu motivés. Cela exige un travail considérable, en particulier quand vous en élevez 4 000 comme nous le faisons. Les poussins de dinde, âgés de quelques jours seulement, arrivaient à la ferme par camion, expédiés par un couvoir commercial. C'est le seul moment où les dindons sont mignons. Ils étaient livrés à la mi-avril dans des cartonnages avec des trous aménagés sur le haut et les côtés et nous les transportions dans une grande couveuse où ils étaient placés sous des radiateurs à gaz pour les garder au chaud jusqu'à ce que leur organisme soit suffisamment développé pour produire assez de chaleur. Quand les poussins avaient une dizaine de jours, nous devions les prendre un à un et leur couper la moitié supérieure du bec. Cette opération sanglante empêche les dindes de s'attaquer les uns les autres en se picorant le dos.

Les dindonneaux restaient dans la couveuse jusqu'à ce qu'ils aient atteint l'âge de six semaines. Nous devions alors nous occuper d'eux individuellement de nouveau. Cette fois, nous les chassions jusque dans un petit enclos et mon père et mon oncle les vaccinaient un par un pour les protéger du choléra aviaire et de l'encéphalite. Une fois vaccinés, nous les transportions dans un chariot pour les lâcher dans un champ de luzerne de printemps. Là, les dindonneaux grandissaient en liberté et fertilisaient en même temps le champ avec leurs excréments. Tous les quinze jours, nous déplaçons d'une trentaine de mètres les 4 000 volatiles et leurs abris, leurs distributeurs d'aliments et leurs abreuvoirs, pour les placer au milieu de fourrage frais. À la fin de l'automne, la luzerne avait disparu et le champ était parfaitement fumé.

LE RASSEMBLEMENT

Un jour de la fin octobre, environ un mois avant Thanksgiving, deux gros camions chargés de petites cages arrivaient à l'aube. Mon père, mon frère, mes oncles, mes cousins et moi, aidés par deux ou trois lycéens solides que nous avions engagés, attendions les camions dans le champ : c'était le jour de la capture des dindes et de leur départ pour le marché. Les enfants les plus jeunes et mon grand-père rassemblaient les dindes en groupes et les amenaient dans un enclos. Là, les plus robustes des lycéens se saisissaient des oiseaux, pesant alors plus de 10 kg, en les prenant par leurs deux pattes et les soulevaient par dessus la barrière pour les passer aux hommes qui se tenaient près du camion. Il était important de bien tenir les oiseaux par les deux pattes ; une patte de libre, et la dinde mal contrôlée vous envoyait un rude coup d'aile dans la figure. Les

transporteurs fourraient les dindes dans des cages, huit par cage, jusqu'à ce que le camion soit complètement chargé. La capture des dindes durait environ trois heures, après quoi Grand-Mère, mes tantes et ma mère nous servaient un solide petit déjeuner.

Nous conservions toujours pour nous une bonne vingtaine de dindes, qui finissaient sur notre table et celle de nos amis et voisins et faisaient les délices de tous. Huit jours après avoir expédié les dindes au marché, nous préparions celles que nous avions gardées, autre opération sanglante qui n'est pas recommandée aux petites natures. La dinde de Thanksgiving de ma famille a toujours été l'un de ces oiseaux.

Les célébrations de Thanksgiving, chez moi, ne variaient guère : même heure, mêmes convives, même table, même menu et mêmes rituels. Le repas de Thanksgiving est un déjeuner chez nous, ce qui a toujours été le principal repas de la journée, dit « dîner », dans les États fermiers du Midwest. Le dîner de Thanksgiving était donc sur la table à midi mais, étant donné les préparatifs supplémentaires et l'imprévisibilité du temps de cuisson de la dinde, nous ne nous mettions pas à table avant 13 heures environ.

Bien que j'aie grandi avec tous mes cousins, cousines, tantes et oncles paternels habitant à moins de trois kilomètres de chez nous, le dîner de Thanksgiving était un dîner familial intime. Mes grands-parents maternels venaient de leur ferme, située à une soixantaine de kilomètres et nous rejoignaient, mon frère, ma mère, mon père et moi, pour former une table de six personnes. La grand-mère et le grand-père Sander arrivaient toujours quelques heures avant le repas auquel ils apportaient leurs contributions, et ils aidaient à la cuisine.

LA TABLE DE THANKSGIVING

Nous mangions généralement à la cuisine, mais pour les grandes occasions, Thanksgiving et les autres fêtes et anniversaires, nous nous installions à la « belle table » de la salle de séjour. Mon père et moi éloignions la table du mur, y ajoutions une rallonge, et étendions dessus une nappe fraîchement repassée. (La nappe était également réservée pour les grandes occasions ; d'ordinaire, nos assiettes étaient placées sur un set de table.) Le couvert était toujours le même, avec le service en porcelaine du Japon que mon père avait envoyé d'Okinawa à sa promise, alors qu'il était caporal dans l'armée de Terre pendant la guerre de Corée, l'argenterie offerte par les parents de mon père aux jeunes mariés en 1953 et les verres de cristal donnés à mes parents par le beau-père de mon oncle maternel (catholique italien immigrant, ouvrier verrier du New Jersey qui avait épousé une juive

russe de Boston et était allé s'installer en Californie dans les années 1920). La table était toujours décorée d'une couronne de courges, de vigne de Judée autour d'un objet caricatural en céramique ou en cire représentant une dinde (après tout, nous étions éleveurs de dindes).

Le grand menu de fête était, lui aussi, immuable. Le plat de résistance était évidemment la dinde maison, généralement de 9 à 10 kg. Le plat d'accompagnement était de la farce à la mie de pain, (dont la dinde n'était jamais farcie, car ma mère avait lu quelque part que l'on risquait l'empoisonnement alimentaire si la farce n'était pas suffisamment cuite). Il y avait aussi de la purée, de la sauce aux abattis, des patates douces, des haricots verts, du maïs (récolté dans notre champ, blanchi et surgelé durant l'été) et une étrange mixture de compote d'airelles, de zeste d'orange, de noix et de jello (recette favorite de ma mère, mais de personne d'autre). Le repas se terminait toujours par des tartes faites à la maison (et entièrement à la maison : pâte, garniture, le tout) par ma grand-mère. Il y en avait de deux sortes : au potiron et aux noix de pécan.

À table, nous procédions toujours selon le même rituel. Ma mère s'asseyait au bout, près de la cuisine, mon père en face d'elle, moi à côté de ma grand-mère (dont j'étais le préféré) et mon frère à côté de mon grand-père. Nous nous mettions à table et ma mère demandait à l'un de nous, les garçons, de dire le bénédicité ; c'était généralement mon frère qui le faisait. Ensuite mon père découpait la dinde et nous lui passions notre assiette pour qu'il nous serve puis nous les remplissions des autres mets. Ma mère et ma grand-mère parlaient des anciens voisins et amis de leur ville natale et les deux fermiers, mon grand-père et mon père, parlaient surtout de questions agricoles. Mon frère et moi nous disputons l'attention des adultes. À l'occasion, on parlait des actualités : le mouvement des droits civils, la guerre du Viêt Nam, l'inflation, mais généralement les sujets de conversation se limitaient au niveau local.

APPRÉCIER LES BÉNÉDICTIONS

Je n'ai jamais beaucoup réfléchi au sens de Thanksgiving quand j'étais enfant. Je savais, j'imagine, qu'il s'agissait de bien manger, d'être en famille et d'être reconnaissant de ces deux bienfaits. Ce n'est que beaucoup plus tard, après avoir quitté la ferme et l'élevage de dindes, que je me suis rendu compte qu'il ne faut pas tenir cela pour acquis. La bonne nourriture et la chaleur familiale ne sont pas aussi répandues que je le croyais et il faut apprécier ces bénédictions.

Il y a bien des années que je n'ai pas passé les fêtes de Thanksgiving à la ferme. Beaucoup de choses ont changé ;

beaucoup d'êtres chers ont disparu. Mais Thanksgiving reste la fête qui me donne le plus envie de retourner « chez moi ». Et quand je ne peux pas être en famille, je m'assure au moins d'avoir de bonnes choses à manger. Bien sûr, je ne peux pas aller au champ et ramener une dinde à mettre au four, mais je peux veiller à ce que la tarte au potiron soit faite comme elle doit l'être. Pour cela, je la fais moi-même, d'après une recette héritée de ma grand-mère. ■

RECETTE DE LA TARTE AU POTIRON DE LA GRAND-MÈRE SANDER

(Quantité : deux tartes de 20 cm de diamètre)

Pâte

3 tasses de farine
1 cuillerée à café de sel
1 tasse de saindoux (ou de graisse végétale ou de beurre ou un mélange)
1 œuf battu
1 cuillerée à café de vinaigre
5 cuillerées à soupe d'eau

Travailler la farine, le sel et le saindoux à la main jusqu'à l'obtention d'un mélange léger ayant la consistance de miettes de pain. Ajouter l'œuf, le vinaigre et l'eau. Mélanger. Diviser la pâte en deux et en faire deux boules. Envelopper chaque boule dans un film étirable saupoudré de farine. Une fois que la pâte a durci (30 minutes environ), placer la boule sur une surface saupoudrée de farine et étaler la pâte au rouleau. Si la pâte est trop collante, ajouter de la farine. Placer la pâte étalée dans un plat à tarte de 20 cm. Relever le bord de la pâte et pincer. Procéder de même pour la deuxième boule de pâte.

Garniture

3 tasses de potiron cuit à la vapeur, en purée (800 g environ)
1 tasse 1/2 de sucre roux (400 g environ)
2 cuillerées à café de cannelle
1 cuillerée à café de gingembre (frais ou en poudre)
1 cuillerée à café de sel
4 œufs
3 tasses de lait (3/4 litre environ)
1 tasse de crème fleurette (1/4 litre environ)

Incorporer le sucre, les épices et le sel au potiron. Battre les œufs légèrement et les mélanger au lait et à la crème. Bien mélanger le tout et verser dans les deux croûtes crues préparées (voir recette ci-dessus). Faire cuire à four très chaud (200 °C) jusqu'à ce que la garniture au potiron soit ferme (environ 45 minutes).

Laisser refroidir les tartes avant de servir. Décorer à la crème fouettée.

PENSÉES DE THANKSGIVING: ASSAISONNEMENT CUBAIN



Photo : avec l'autorisation de Cubanfoodmarket.com

ANA MENÉNDEZ

C'était le cochon rôti, pas la dinde, qui était le plat de résistance du repas annuel de la fête de Thanksgiving que célébrait une famille d'émigrants cubains « unie par des souvenirs et des espoirs communs ». Toutefois, au fil des ans, les réunions de famille se sont réduites, les goûts ont changé et la dinde a peu à peu évincé le cochon.

Photo ci-dessus : on peut trouver diverses sauces mojo en épicerie, mais l'auteur affirme que la marinade maison est la meilleure.

Ana Menéndez, romancière cubaine-américaine, est l'auteur d'un recueil de nouvelles publié en 2001, *In Cuba I Was a German Shepherd* (A Cuba, j'étais un berger allemand), et d'un roman, *Loving Che* (L'amour du Che), publié en 2004. Avant d'écrire des œuvres de fiction, elle a été journaliste pendant six ans pour le *Miami Herald* et le *Orange County Register* (Californie).

Nous l'appelions « Tansgibin » et, pour célébrer cette fête, nous remplissions nos assiettes d'aliments résolument cubains, à un point qui touche au comique : haricots noirs et riz, bananes plantains frites, yuca. À l'époque, nous n'en savions pas assez long pour nous rendre compte que nous étions « ethniques » ni, a fortiori, « dans le vent ». C'était tout simplement ce que nous mangions, certains de notre supériorité culinaire et héritiers d'une longue tradition gastronomique présente dans les formules de tous les jours, par exemple pour exprimer l'ennui (Ma vie, avec toi, c'est du yoghourt) ou l'ubiquité (Il est comme le persil : dans toutes les sauces). Thanksgiving, dans notre petit monde à nous, semblait être la fête par excellence. Et si nous étions un peu vexés de ne pas l'avoir inventée nous-mêmes, nous avons entrepris de la transformer avec le zèle religieux de gens qui, malheureusement, se retrouvent soudain loin de chez eux.

Au centre des festivités, il y avait, bien sûr, le cochon. Les premières années, celles où mes parents rêvaient encore de rentrer dans leur île, « Tansgibin » se célébrait comme toutes les grandes fêtes cubaines : avec un cochon rôti. C'était le temps où ma famille était la plus unie, la plus nombreuse, liée par des souvenirs et des espoirs communs, et où il semblait parfaitement normal de faire rôti un cochon d'une vingtaine de kilos dans le jardin.

LA PRÉPARATION DU COCHON

La veille, les hommes s'en allaient à Homestead acheter le cochon et le ramenaient chez nous. Après l'avoir tué, ils le nettoyaient alors, ouvraient en deux sa cage thoracique (opération à laquelle je n'ai jamais assisté) et le déposaient dans la cuisine sur du papier journal, puis dans un grand récipient où ils le laissaient à mariner. La marinade, le mojo, était l'élément de l'équation le plus important et les familles protégeaient jalousement leur recette. Aujourd'hui, on trouve dans le commerce un étrange sirop chimique en bouteille baptisé « mojo » dont tout ce que l'on puisse dire, c'est que c'est un triste exemple de plus de la banalité de l'exil.

Le mojo n'a rien de compliqué et il compense par son exubérance ce qui lui manque en subtilité. On commence par éplucher des gousses d'ail que l'on écrase avec un peu de sel (pour les empêcher de sauter) dans un grand mortier. Pour faire mariner un cochon, ce qui exige de grandes quantités de mojo, on passe l'ail au mixeur avec du jus d'oranges amères fraîches. On peut y ajouter du cumin, ou de l'origan séché ; on mélange le tout et on arrose le cochon avec la concoction. Dans le temps, avant que l'on ne se préoccupe de l'empoisonnement alimentaire, on recouvrait le cochon et on le laissait sur la table toute la nuit. Quand j'étais petite, je raffolais du goût salé du mojo ; incapable de résister à la tentation, je descendais discrètement à la cuisine où j'allais plonger les doigts dans la marinade accumulée entre les côtes de l'animal pour me les lécher.

Le lendemain, les hommes creusaient une fosse dans le jardin, allumaient un feu et mettaient le cochon à rôtir sur un gril, recouvert de feuilles de bananier remplacées plus tard par du papier alu. C'était à la fois un rituel et une répétition générale car, la veille de Noël, les mêmes actes se répétaient mais beaucoup plus cérémonieusement et avec bien plus de sens. Les journées étaient longues et chaudes à Miami. Les hommes en maillot de corps buvaient de la bière et échangeaient des plaisanteries et des souvenirs tout en surveillant le cochon du matin jusqu'au soir. Les femmes étaient chargées du reste du repas et la journée se passait en un tourbillon de marmites et de cuiseurs à riz, dans l'arôme du sazón (assaisonnement) grésillant, ponctué par les sifflements de la cocotte minute d'abord remplie d'une pleine charge de haricots noirs dont elle accélérât la cuisson, puis de yuca. Assemblée heureuse, taquine et plaisante que celle des femmes au travail dans la cuisine, dont je me souviens encore, ce qui fait de moi peut-être l'une des rares femmes de ma génération qui ne considèrent pas la préparation des aliments comme une

corvée ou une atteinte à leur indépendance, mais pour qui la cuisine est un lieu chaleureux, source de subsistance.

INÉVITABILITÉ DU CHANGEMENT

C'étaient là des jours heureux, colorés par le fugace enchantement de l'enfance et, en y repensant, j'éprouve aujourd'hui l'étrange sentiment de les avoir vécus non pas en Amérique, mais dans le Cuba de mes parents. Mais le changement, inévitable, irrévocable, a fait son apparition, préfiguré comme d'habitude par l'évolution de l'alimentation. Une année, quelqu'un a apporté une tarte au potiron de chez Publix, qui avait été décrétée immangeable, mais la brèche avait été ouverte. La marmelade de canneberges a suivi. J'ai moi-même innové avec une recette de farce (bien que composée de figes et de prosciutto) dont je dois dire aujourd'hui à mon grand étonnement qu'elle est devenue un classique. Bientôt, on a commencé à dire que le porc n'était pas bon pour la santé. Et puis la famille se réduisait, en raison de la maladie d'abord, puis de la mort, et enfin du fait de malentendus et des pressions d'une vie qui s'accélérait et perdait de sa qualité de jour en jour. Le cochon entier est soudainement apparu comme une folie embarrassante, une tentative désespérée et futile de se raccrocher au bon vieux temps.

Si bien que nous en sommes venus à la dinde. Je ne sais plus quand exactement, mais je me souviens clairement en avoir éprouvé un léger soulagement. L'étroitesse des goûts culinaires de ma famille commençait à m'irriter car j'y voyais un manque de curiosité généralisé à l'égard du monde extérieur. Je n'avais pas encore découvert MFK Fisher (Note de la rédaction : Mary Frances Kennedy Fisher, 1908-1992, est un écrivain américain, dont beaucoup des œuvres sont consacrées aux joies de la bonne cuisine et du bien-manger), et de toute façon, je n'étais pas en âge de comprendre que les gens qui ont faim ne s'intéressent pas aux plaisirs de la table. Je me souviens que, peu après l'apparition de la première dinde, s'est posée la question complexe de la préparation de la bête. La solution à laquelle nous sommes parvenus a été de traiter le volatile exactement comme si c'était un cochon, donc mojo à l'ail et à l'orange amère et marinade toute la nuit. Ce traitement n'ayant pas suffi à remédier à la fadeur inhérente de la dinde, quelqu'un eut l'idée de pratiquer de petites incisions dans la chair et de les remplir d'ail effilé. Cela évitait essentiellement la catastrophe. Et pour complimenter la cuisinière on disait : « C'est délicieux, on dirait du cochon rôti. »

J'ai quitté Miami il y aura bientôt 10 ans. Je n'y suis retournée qu'une ou deux fois à la Noël, mais par un effet du hasard, à chaque Thanksgiving. Ma sœur prétend toujours que c'est la fête qu'elle préfère, bien qu'elle en ait profité ces dernières années pour aller passer ce week-end ailleurs. Il y a des hauts et des bas dans les célébrations. Parfois, nous arrivons à rassembler un groupe substantiel, bien que nous n'ayons pas fait de cochon rôti depuis des années. Parfois, c'est une occasion de plus de voir la famille étendue et aussi de constater les ravages. C'est à l'une de ces réunions de Thanksgiving que j'ai entendu par hasard la mère de mon père lui demander : «Dis-moi, est-ce que ça fait longtemps que nous sommes dans ce pays ?» J'étais dans la bibliothèque, chez mes parents, en train d'écrire ce qui serait mon premier livre, et j'ai immédiatement employé la phrase dans une nouvelle. Personne d'entre nous ne le savait à l'époque, elle était déjà sur le déclin, perdant peu à peu la mémoire sous l'effet de la maladie qui à long terme déchirerait la famille et l'amènerait à radoter tranquillement dans son coin : «C'est la maison de Tia Cuca ? Il faut que je rentre : ma mère m'attend à Cardenas...»

LA FAMILLE SE RÉDUIT

Nous n'avions jamais été aussi peu nombreux qu'à ce dernier Thanksgiving. Nous nous sommes assis, pour la première fois de l'histoire de la famille, non pas à l'immense table pliante sous la véranda, mais à la table de la salle à manger, chez mes parents. Il n'y avait que moi, mes parents, la mère de ma mère et sa sœur. Mon mari, journaliste, couvrait la guerre en Irak. Ma sœur était à Aruba avec son fiancé. Le mari de ma grand-mère était mort et celui de sa sœur aussi. Et mon autre grand-mère avait été mise temporairement en maison de santé, acte d'oubli final que mon père ne pouvait pas supporter le jour de Thanksgiving.

Au moment de dire le bénédicité, mon père a refusé. Il n'y a rien dont tu sois reconnaissant ? a demandé ma mère, furieuse. D'un tas de choses, a dit mon père les dents serrées. Les vieilles femmes se jetaient discrètement des regards nerveux. Au milieu du silence, la seule agnostique de l'assemblée a commencé à prier. J'ai sans doute exprimé des remerciements ironiques à l'égard de la famille et demandé la paix dans le monde. J'oublie les détails sarcastiques. Je me rappelle le silence gêné dans lequel s'est passé le reste du repas. Il y avait une guerre intérieure et une guerre extérieure et il y a beaucoup de choses que j'aurais souhaitées différentes, ce Thanksgiving. Mais la dinde était délicieuse. Et je me

suis rendu compte, dans un bouffée de nostalgie qui me surprend encore, qu'elle avait exactement le même goût que le cochon rôti. ■

MOJO POUR DINDE

Deux têtes d'ail, séparées en gousses et épluchées
1 cuillerée à soupe de sel
1 litre de jus d'orange amère (ou un demi-litre de citron vert et un demi-litre de jus d'orange)
125 ml d'huile d'olive (dans ma famille, on n'emploie pas d'huile, mais elle sert à faire chauffer les épices)
1 cuillerée à café de graines de cumin entières
2 cuillerées à café d'origan séché (ou, bien que cela ne soit pas traditionnel, 2 feuilles de laurier et quelques brins de romarin)

Faire revenir les graines de cumin telles quelles dans une poêle. Les piler dans un mortier et les mélanger à l'huile d'olive avec, si l'on s'en sert, les feuilles de laurier et le romarin. Dans le même mortier, ajouter l'ail et le sel et piler soigneusement pour obtenir une pâte homogène. (Suivant la contenance du mortier, il faudra peut-être procéder en plusieurs fois.) Faire chauffer l'huile et les épices dans une casserole jusqu'à ce que l'odeur se dégage, mais sans arriver à ébullition. Laisser refroidir, retirer les feuilles de laurier et le romarin, le cas échéant, puis verser l'huile dans un mixeur avec le jus d'orange amère et la pâte d'ail. Bien mélanger. Cela donne un peu plus d'un litre, soit assez pour faire mariner toute une dinde... ou un petit cochon.

PENSÉES DE THANKSGIVING: UN MARIAGE DE TRADITIONS CONTRASTÉES



Credit photo : avec l'autorisation de W. Ailee Burpee

APRIL REYNOLDS

L'auteur, Afro-Américaine, a grandi dans le Sud puis est allée s'établir à New York où elle a fait ses études. Songeant avec nostalgie aux saveurs et aux traditions de son enfance, elle s'est efforcée de recréer celles-ci avec un groupe d'amis aux origines culturelles diverses, ce qui a débouché sur un processus de compromis et d'adaptation et, à terme, à de nouvelles pratiques culinaires après l'adoption de certaines des traditions de sa belle-famille italienne.

Photo ci-dessus : le chou rosette est riche en calcium et constitue l'un des aliments de base dans le Sud des États-Unis.

April Reynolds enseigne la création littéraire au Sarah Lawrence College de Bronxville (État de New York). Elle est l'auteur de Knee-Deep in Wonder (Jusqu'aux genoux dans les merveilles) publié en 2003, qui lui a valu le prix « Beyond Margins » du PEN American Center. Ce premier roman suit plusieurs générations d'une famille afro-américaine du Sud des États-Unis et décrit leur vie.

Le jour de Thanksgiving était le seul jour de l'année où mon père priait. Je le revois clairement dans ma mémoire, penché au dessus de la table de la salle à manger, ses grandes mains jointes fermement, plongeant rétrospectivement dans le passé familial de l'année écoulée pour se rappeler de choses dont il était reconnaissant. « Seigneur, cette année... », entonnait-il d'une voix peu à peu hésitante en cherchant quelque chose d'approprié à dire, et nous le regardions chercher l'inspiration, lente à venir. Notre maison tombait littéralement en ruines autour de nous : la plomberie ne marchait plus ; on ne pouvait pas brancher l'aspirateur et la télévision en même temps ; il y avait des trous dans les plafonds et les planchers car notre demeure résistait mal aux intempéries du Texas. Trop pauvre (selon lui) ou trop pingre (selon ma mère), mon père ne recourait aux services d'aucun ouvrier pour venir réparer tout ce qui n'allait pas et la maison se détériorait petit à petit. Mais tous les ans, à Thanksgiving, mon père était déterminé à dire au Seigneur que lui et les siens étaient reconnaissants de quelque chose. « Seigneur, je te

remercie des enfants que tu nous as donnés», disait-il dans sa prière, mais nous savions tous qu'il y avait du bon et du mauvais dans cette bénédiction. Nous étions cinq bouches à nourrir, à vêtir et à loger et mes parents nous faisaient savoir régulièrement que nous leur apportions plus de soucis que de satisfactions.

Ce qui finissait par sauver mon père de l'obligatoire prière annuelle, c'étaient les jeunes enfants et les parents affamés réunis autour de la table. Prêts à manger, proches de l'inanition, ils manifestaient leur impatience collective par une série de toussotements peu discrets et signifiant clairement, «dépêche-toi, enfin !» Mon père, gêné par le silence, en arrivait inévitablement à énoncer une évidence : «Seigneur, Seigneur, je te remercie de l'abondante nourriture qui se trouve sur cette table», admettant ainsi que ce dont une famille pauvre de sept personnes pouvait être reconnaissante était là, devant lui.

UN BON TRAVAIL

Cette fête, en un sens, était comme la Cadillac garée dans l'allée de la maison : la manifestation matérielle du succès financier de mon père. Ce noir qui avait cueilli le coton dans son enfance, dont le père et la mère étaient morts avant qu'il n'ait atteint l'âge de 15 ans, qui avait interrompu ses études avant l'âge de 13 ans, avait les moyens d'inviter à manger pas moins de vingt oncles, tantes, cousins et cousines. Bien qu'il jurait ne jamais s'être endetté, de toute évidence, mon père dépensait deux de ses chèques de paie pour offrir un tel festin. Dans ma famille, à Thanksgiving, on montrait sa richesse, même si elle n'était pas bien grande. En fait, tous les ans, nous nous réunissions autour de la table familiale pour féliciter mon père d'avoir fait un bon travail et de ne pas avoir succombé à l'assistance sociale.

Et quel festin c'était. L'indispensable dinde, qui au fil des ans avait subi toute une gamme de techniques culinaires qui la laissaient pratiquement calcinée ou avec une peau si pâle qu'elle était presque translucide et qui résistait aux conseils gastronomiques que la famille donnait à ma mère (fais-la cuire dans un sac en papier : ça retient le jus ; donne-lui un coup de feu à 230 degrés et puis baisse le four), était le point central de la table. Elle était entourée de jambon, d'andouillettes arrosées à la sauce piquante à la tomate, de feuilles de chou rosette avec du jarret de porc et arrosées de l'ingrédient secret de la famille Reynolds : le jus de cornichon à l'aneth. Et il y avait des feuilles de navet, des ignames confites, de la farce au pain de maïs Jiffy, de la purée de pommes de terre, des macaronis au fromage et des épinards à la crème. Pour dessert : du pudding au pain à la banane, de

la tarte à la patate douce, de la tarte à la noix de coco, du gâteau au chocolat, du gâteau au fromage et quelquefois pas moins de sept tartes aux noix de pécan. Je ne prenais jamais de dessert, mais ô combien je me délectais du repas. La conversation familiale qui portait sur les complexités de la mise en place du menu – ma mère y pensait littéralement des semaines à l'avance – faisait de Thanksgiving ma fête préférée. Libres des responsabilités de faire des cadeaux liées à Noël et aux anniversaires, les seules choses dont mes sœurs et moi avions à nous préoccuper étaient celles de savoir combien il y aurait de restes et de parier en catimini sur quel cousin, bien que bourré comme un tique, reprendrait une troisième fois de la farce au pain de maïs.

Quand je suis partie faire mes études supérieures à New York, c'était Thanksgiving qui me manquait le plus. N'ayant pas les moyens de rentrer au Texas, je passais cette brève fête à Brooklyn avec des amis. À l'époque, j'attribuais leur version de Thanksgiving à l'ignorance de la jeunesse. La seule chose reconnaissable pour moi sur la table était la purée de pommes de terre. Aucun de mes amis ne savait ce qu'était la farce et les andouillettes. Pas la moindre trace de sauce aux abattis et au jambon. Au lieu de cela, David, mon ami californien, Alicyn venue de Grèce et Pénélope de France avaient préparé des marmites de couscous et de lentilles rouges au curry, des poivrons jaunes et des tartes au fromage de chèvre. La dinde était remplacée par du chapon rôti. Je ne suis pas idiote, je sais bien que le chapon est un vieux poulet. Et pour rendre les choses encore plus difficiles, mes sœurs m'appelaient du Texas et m'abreuvaient de potins et de nouvelles sur l'état de la dinde de l'année. La familiarité des mets familiaux me manquait. Était-ce cela New York : manger des plats de taboulé et de falafel vert à Thanksgiving ? J'étais prise soudain d'une lancinante envie de me retrouver au milieu de la cacophonie familiale. Qu'était-ce Thanksgiving si ma tante Gladys n'était pas là pour ôter sa perruque et se gratter la tête, signe personnel de sa part qu'elle trouvait la dinde délicieuse ? J'ai alors décidé d'organiser moi-même les festivités de Thanksgiving. Je n'aurais peut-être pas les nombreux membres du clan des Reynolds, mais j'aurais droit au délice annuel de la sauce aux abattis.

À MON TOUR D'ÊTRE HÔTESSE

La décision d'organiser moi-même mon repas de Thanksgiving a marqué pour moi l'entrée dans l'âge adulte. C'est donc en raison de ma fête favorite que, d'invitée que j'étais, je suis soudain devenue hôtesse, avec toutes les responsabilités que cela comporte. Nous

avons invité des amis et des collègues qui ne pouvaient pas rentrer dans leur famille à cette occasion. Plus de moussaka pour moi ; j'ai appelé mes parents et j'ai pris, sous leur dictée, de copieuses notes sur la préparation d'une farce onctueuse et sur les andouillettes de ma mère, de renommée mondiale. Ah que ce serait beau : un authentique repas de Thanksgiving à Harlem comme on le fait dans le Sud ! Il y avait un seul problème : mon mari.

Quand je dis problème, c'est peut-être beaucoup dire, mais il est à coup sûr italien (d'origine). Et apparemment, je n'étais pas seule à rechercher le souvenir des Thanksgiving familiaux de ma jeunesse. Nous n'invitions pas assez de gens pour justifier tous les plats dont nous avons convenu qu'ils étaient essentiels pour un Thanksgiving en bonne et due forme et nous n'avions pas non plus assez de place pour préparer autant de nourriture. Mais notre repas de Thanksgiving, aujourd'hui encore, est un compromis complexe visant à satisfaire les papilles gustatives du Nord, les désirs du Sud et les attentes italiennes. Et si nous ne faisons pas d'andouillettes ou de spaghetti à la sauce tomate, nous sommes tombés d'accord sur le fait que sans l'amoncellement d'antipasti de la grand-mère de Kenneth, Thanksgiving n'était pas Thanksgiving.

Capicollo, mortadelle, prosciutto, sopressatta, salami de Gênes, tous en tranches minces comme du papier, s'empilent à une hauteur vertigineuse aux côtés de la salade, des tomates, des poivrons grillés, des câpres et du thon à l'italienne. L'importance de ces hors-d'œuvre est telle, selon mon mari, que les femmes s'assemblent autour de cet antipasto froid pour se faire prendre en photo avant de se mettre à table.

Nous ne prenons pas de photos de l'antipasto chez moi, mais chaque année, je me conforme fidèlement à la recette de grand-maman. Et bien que, comme mon père, certains des plats familiaux me manquent, je suis reconnaissante et heureuse de l'abondance de nourriture accumulée sur notre table. Mon mariage, convergence de cuisine et de célébration familiales, de cuisine italienne et noire du Sud servie à mes nombreux amis du Nord, est très américain. Et croyez-moi, l'année prochaine, j'aurai gain de cause et je ferai mon andouillette. ■

FEUILLES DE CHOU ROSETTE

Comme leurs consœurs les feuilles de navet, les feuilles de chou rosette font partie des aliments de base de la plupart des familles du Sud. Comme pratiquement tous les plats de cette région, leur préparation exige de la patience, mais ce n'est pas, tant s'en faut, une perte de temps.

1,3 kg de feuilles de chou rosette en morceaux, coupés ou déchirés
1,5 litre d'eau
2 crosses de porc fumés
1 oignon de taille moyenne, haché
Sel et poivre au goût
2 cuillerées à soupe de jus de cornichon à l'aneth

Mettre l'eau et les jarrets de porc dans une grande marmite ou un faitout. Amener à ébullition à feu vif. Réduire la chaleur et laisser mijoter à feu doux, sans couvercle, pendant deux heures ou jusqu'à ce que les trois quarts de l'eau se soient évaporés et que la viande du jarret de porc se détache de l'os. Ajouter l'oignon et les feuilles de chou propres et laisser mijoter pendant 45 minutes, jusqu'à ce que les feuilles de chou soient tendres. Ajouter le jus de cornichon à l'aneth juste avant de servir.

Proportions pour six à huit personnes.

LES ARBITRES DU GOÛT

MICHAEL BANDLER ET STEVEN LAUTERBACH

Grâce à leurs écrits et à leurs émissions radiotélévisées, de nombreux chefs ont acquis une renommée aux États-Unis pour leurs approches novatrices et tendanciennes de la préparation des aliments. On trouvera ci-après les profils biographiques de sept personnes qui ont contribué et qui contribuent toujours à définir la cuisine américaine.

PIONNIER DE LA TÉLÉVISION

Personne n'a peut-être exercé une influence plus grande sur le développement de la cuisine aux États-Unis que James Beard, que l'on appelle souvent le « père de la cuisine américaine ». Né en 1903 dans l'Oregon, région Nord-Ouest des États-Unis, il a commencé à s'intéresser à l'art culinaire dès son enfance, en aidant sa mère qui tenait une pension dans sa ville natale de Portland. Il passait ses étés à aller à la pêche, à ramasser des coquillages, à cueillir des fruits et des baies sauvages et à préparer des repas au moyen des ingrédients qu'il avait recueillis.



Toutefois, James Beard est devenu cuisinier de profession plus par nécessité qu'à dessein lorsqu'il s'est avéré que ses talents de chanteur et d'acteur ne lui apportaient pas de revenus suffisants. En 1935, renonçant aux arts du spectacle et revenant à l'amour de la nourriture qui avait marqué son enfance, il a fondé un établissement de traiteur à New York. L'entreprise, spécialisée en aliments pour cocktails, amuse-gueule souvent servis en hors-d'œuvre ou au lieu d'un repas assis, n'a pas été longue à révolutionner ce secteur en offrant des plats plus substantiels et de meilleure qualité que ceux qui étaient disponibles jusqu'alors. Le succès a amené James Beard à ouvrir en 1937 une petite épicerie fine, appelée Hors-d'œuvre, Inc., et à publier son premier livre « Hors-d'œuvre and canapés », en 1940.

Michael Bandler et Steven Lauterbach sont rédacteurs attachés à la section « U.S. Society and Values » du Bureau des programmes d'information internationale du département d'État.

S'intéressant de plus en plus sérieusement à la gastronomie, il ouvre, à New York en 1955, une première école de cuisine, The James Beard Cooking School, puis une autre dans son Oregon natal. Il devient ensuite consultant en matière d'alimentation et de menus pour le Four Seasons, célèbre restaurant new-yorkais, et ouvre son propre restaurant dans la ville balnéaire ultra-chic de Nantucket (Massachusetts). En 1946, il anime la première émission culinaire télévisée, « I Love To Cook », diffusée sur le réseau de la NBC, alors que la télévision en est à ses balbutiements et, au cours des décennies qui suivent, il continue de participer à ce genre d'émissions à la radio et à la télévision.

Mais surtout, il écrit des dizaines de livres de cuisine consacrés à toutes sortes d'aliments, dont beaucoup sont devenus des classiques et dont on dit souvent qu'ils incarnent et définissent la cuisine américaine. Voyageur infatigable et fidèle avocat de la bonne nourriture faite d'ingrédients frais, sains, américains, durant toute sa vie, James Beard a résumé lui-même sa conception de l'art culinaire en 1985, peu de temps avant sa mort, en déclarant au magazine Newsweek : « Je n'aime pas les termes tels que « la cuisine gourmet » ou « la cuisine ceci, la cuisine cela » ; ce que j'aime, c'est la bonne cuisine ».

Le patrimoine légué par James Beard reste vivant aujourd'hui grâce à la fondation qui porte son nom, qui décerne des prix nationaux et régionaux dans les divers domaines de l'art culinaire et qui s'attache à promouvoir et à célébrer ce qu'il y a de meilleur dans la cuisine américaine.

« THE FRENCH CHEF »

La mention du nom de Julia Child évoque chez pratiquement tous les Américains de plus de 30 ans un souvenir visuel caractéristique. Ce peut être la tonalité de la voix, profonde, cultivée, élégante, aux inflexions étonnées. Ce peut être aussi l'expression du visage, chaude et accueillante, sourcils curieux levés, avec une couronne de boucles souples. Ce peut être encore la posture de la grande femme, droite, autoritaire mais exubérante et animée dans l'exercice de ses activités.

Julia Child, universellement connue comme « the French chef », avait 91 ans lorsqu'elle est décédée en août 2004. Elle a, pratiquement seule, amené devant les fourneaux d'innombrables néophytes et maladroits et les a initiés à une cuisine élégante et à sa préparation. Elle est parvenue à ce résultat au fil de décennies de programmes quotidiens diffusés sur les ondes du réseau de télévision publique des États-Unis, par une série de livres et de présentations en personne et par une multitude de chroniques et d'interviews dans divers journaux et revues.

Le titre de son livre le plus connu, « Mastering the Art of French Cooking » (Maîtriser l'art de la cuisine française), qui a pour co-auteurs Simone Beck et Louisette Bertholle, dit bien ce qu'il veut dire. Des milliers et des milliers de femmes, et d'hommes, de par le monde, ont relevé ce défi sous la direction patiente, cordiale, dynamique et intelligente de Julia Child.



La première phase de sa vie ne laissait guère présager des hauteurs auxquelles elle devait accéder dans un monde particulièrement exigeant et relativement exclusif. Californienne de naissance, elle a fait ses études au Smith College et a été employée au Bureau des services stratégiques en Asie de l'Est pendant la Deuxième Guerre mondiale. Elle a épousé après la guerre Paul Child, diplomate américain, qu'elle a suivi à Paris où il a été affecté pendant six ans. C'est là qu'elle a décidé de suivre les cours de l'Ecole de cuisine du Cordon Bleu. Le reste, comme on dit, est passé à l'histoire. Julia Child a déclaré elle-même : « J'ai commencé à cuisiner à l'âge de 32 ans ; jusque-là, je m'étais contentée de me nourrir ».

Son livre, aujourd'hui classique, est paru en 1961, alors qu'elle avait 49 ans. En l'espace de deux ans, elle avait son propre programme de télévision, « The French Chef », qui est encore rediffusé ici et là par diverses stations de télévision américaines. Ce programme a été suivi par d'autres, notamment « Julia Child and

Company » et « Dinner at Julia's », accompagnés inévitablement, au fil des ans, par toute une collection de livres de cuisine.

En 2003, elle a atteint un niveau de renommée enviable, lorsque la cuisine de son plateau de télévision a été transportée depuis Boston jusqu'au Musée national d'histoire américaine de la Smithsonian Institution à Washington, où il se retrouve auprès d'autres icônes de la culture populaire américaine telles que les chaussures portées par Judy Garland dans « The Wizard of Oz », la batte de base-ball du légendaire Babe Ruth, les robes portées par les épouses des présidentes des États-Unis aux bals d'intronisation de leur époux, et divers articles à valeur emblématique.

De crainte que les mets inscrits à ses menus, les crèmes brûlées, quenelles et autres, ne semblent la placer, de même que son style et ses connaissances, sur un piédestal, elle aborde avec la même attitude aimable et sans prétention l'art culinaire, la gastronomie et la vie elle-même. Ce dont témoigne la remarque faite un jour, de manière rassurante, à un public admirateur : « Je ne parle pas de préparer des choses compliquées, mais un repas tout simple à partager en famille ».

TRADITIONS DU SUD

Les Africains-Américains ont eu une immense influence sur tous les aspects de la culture, de la société et de l'histoire de l'Amérique, et la cuisine ne fait pas exception à la règle. Personne n'a fait davantage qu'Edna Lewis pour présenter la cuisine afro-américaine traditionnelle au grand public et pour lui apporter la notoriété et le respect qu'elle mérite.

La vie d'Edna Lewis est, par beaucoup de côtés, typique de celle des Africains-Américains de sa génération. Née le 13 avril 1916 à Freetown (Virginie), communauté isolée fondée par des esclaves libérés après l'émancipation de 1865, dont l'un était son grand-père, elle y a grandi au sein d'une famille étendue comptant trois sœurs, deux frères et de nombreux cousins, cousines et autres

parents.



C'est dans ce cadre qu'Edna Lewis a appris à faire la cuisine, seule, en observant sa mère et d'autres membres de sa famille. C'est là aussi qu'elle a acquis les principes qui devaient la guider plus tard, dans sa profession de chef de cuisine, à savoir ceux de la préparation culinaire dans la tradition

du Sud, avec des ingrédients frais, des produits de la ferme et des épices et assaisonnements naturels. Parmi les ingrédients dont elle estime qu'ils sont essentiels

pour la cuisine du Sud figurent la grosse semoule de maïs, le lard, le sucre et le beurre.

Dans les années 30, Mme Lewis a quitté Freetown pour se rendre à New York. Après divers emplois, elle a ouvert en 1948 son premier restaurant, le Café Nicholson. Au menu figuraient des mets traditionnels du Sud tels que des côtelettes de porc aux aïelles, du poulet rôti et le «gâteau en feuille du dimanche soir», un gâteau cuit au four dans un grand plat rectangulaire de faible profondeur. Son établissement eut bientôt ses fidèles qui comprenaient des célébrités, gens du spectacle et politiciens, ainsi que des New Yorkais de tous les horizons socioprofessionnels. Elle a ensuite fondé un commerce de traiteur et a été chef exécutif de cuisine de plusieurs autres restaurants du Sud des États-Unis ainsi que de New York.

Toutefois, ce n'est qu'après une fracture de la jambe qui a exigé son hospitalisation, en 1969, que Mme Lewis a commencé à mettre ses recettes sur le papier. Ceci a marqué le début de ce qui est peut-être l'activité où elle a le mieux réussi, la rédaction de livres de cuisine. Son premier ouvrage, «The Taste of Country Cooking» (Le goût de la cuisine campagnarde) a été publié en 1976 et a remporté un succès immédiat. Organisé selon les saisons de l'année, il célèbre les traditions de son enfance et de sa jeunesse et présente à un large public les joies de l'authentique cuisine du Sud. D'autres livres de cuisine auxquels le public a fait le même accueil enthousiaste ont suivi dans les années 80.

Dans les années 90, Edna Lewis est allée s'établir en Géorgie où elle a continué de promouvoir l'art culinaire du Sud. Elle y a rencontré un jeune chef, du nom de Scott Peacock, propriétaire du Horseradish Grill à Atlanta qui était, comme elle, fervent partisan de la cuisine traditionnelle du Sud. Ils se sont liés d'amitié et ont coopéré à la rédaction d'un autre best-seller culinaire, intitulé «The Gift of Southern Cooking : Recipes and Revelations From Two Great Southern Cooks» (Le don de la cuisine du Sud : recettes et révélation de deux grands chefs sudistes).

La popularité des livres de cuisine d'Edna Lewis parmi les gens de tous les horizons sociaux et de toutes les races est la preuve incontestable que l'amour de la bonne nourriture est véritablement un facteur efficace de rapprochement des gens d'origines diverses.

ARTISTE ET AXÉE SUR LA SANTÉ

Il y a une génération, la plupart des Américains se souciaient peu de ce qu'ils mangeaient. Ayant vécu durant la grande dépression et la Deuxième Guerre mondiale, nombreux étaient ceux qui pensaient qu'une

nourriture riche, abondante et relativement bon marché était un sous-produit normal de la «bonne vie» de l'après-guerre et ils ne s'en privaient donc pas. Mais un changement s'est amorcé au début des années 70, quand Mollie Katzen, et d'autres comme elle, ont commencé à promouvoir le concept d'une alimentation saine. Cela a non seulement modifié la façon de manger de nombreux Américains, mais a aussi sensibilisé le public à l'importance des questions de santé et d'environnement et à leurs relations avec la production et la consommation de nourriture.

L'approche de Mollie Katzen découle de ses principes fondamentaux concernant l'alimentation qui, outre l'aspect purement gastronomique, réunissent des considérations esthétiques, écologiques, diététiques et psychologiques. «Je veux que les gens se rendent compte qu'ils peuvent tout avoir à la fois, explique-t-elle, à savoir une alimentation quotidienne saine et nutritive, sans



avoir à sacrifier le goût.» C'est cette alliance du bon manger et du bien manger qui fait la popularité, dans l'Amérique contemporaine, de cet auteur de livres de cuisine qui est aussi personnalité de télévision, artiste et musicienne.

«La nourriture présente de multiples contradictions pour beaucoup de gens, note-t-elle. Je veux les aider à s'en

libérer un peu, à se permettre une certaine générosité envers eux-mêmes, tout en mangeant bien. Pour la plupart des gens, un régime alimentaire sain signifie automatiquement des privations. Je veux les aider à redécouvrir notre capacité à apprécier une bonne alimentation, qui non seulement a bon goût mais qui contribue également à notre bien-être et à notre vitalité.»

Sur les sermons qui accompagnent trop souvent les exposés sur l'alimentation à la télévision ou dans les écrits, elle déclare : «Admonester les gens sur ce qu'ils devraient faire a pour seul et unique effet de leur donner un sentiment d'insuffisance, et il y a déjà tant de pressions, tant de stress dans la vie. Personnellement, je préfère les rencontrer là où ils vivent.»

Mollie Katzen, mère de deux enfants, est née à Rochester (État de New York). Son père était avocat et sa mère assistante sociale. Elle a commencé à faire la cuisine quand elle avait une dizaine d'années, mais a découvert les plaisirs que peuvent apporter les légumes frais lors de ses études à l'université Cornell, à Ithaca (État de New York). Elle se familiarise avec différentes traditions culinaires en travaillant dans divers restaurants.

Peu après l'obtention de son diplôme, à l'âge de 23 ans, elle a formé à Ithaca avec d'autres aspirants-restaurateurs une coopérative dénommée le Moosewood Restaurant, bientôt réputé pour ses plats végétariens. Sa popularité s'étant largement développée, Mollie Katzen, à la demande de nombreux habitués, a compilé un livre de cuisine de 78 pages contenant tout un choix de recettes. Le « Moosewood Cookbook », réuni et illustré avec beaucoup de fantaisie par ses soins a été publié dans le commerce pour la première fois en 1977 pour devenir par la suite l'un des dix best-sellers culinaires de tous les temps.

En 1998, Mollie Katzen a produit une édition revue et augmentée de cette œuvre à succès. Elle a modifié les recettes dans le sens d'une réduction du cholestérol et du sel, a fait usage de mesures plus standardisées et a ajouté des indications aux recettes pour les rendre plus accessibles aux novices.

En 1995, elle a inauguré une émission de télévision diffusée sur le réseau public des États-Unis qui a mené à un autre livre de cuisine, « Vegetable Heaven » (Le paradis des légumes), ainsi qu'à un recueil de « recettes étonnantes pour cuisiniers de 8 ans et plus », intitulé « Honest Pretzels : and 64 Other Amazing Recipes for Cooks Ages 8 & Up » (Pretzels honnêtes et 64 autres recettes étonnantes pour cuisiniers de 8 ans et plus). C'était son deuxième livre pour enfants, après « Pretend Soup » (Soupe pour faire semblant). Au total, ses ouvrages ont été imprimés à plus de quatre millions d'exemplaires.

Elle s'est attaquée dernièrement au petit déjeuner avec « Mollie Katzen's Sunlight Café (Le café du soleil de Mollie Katzen), recueil de 350 recettes d'une extraordinaire diversité, allant de la rhubarbe arrosée de framboises aux crêpes à la farine de riz et à la noix de coco. Invitant instamment ses fidèles à comprendre à quel point le premier repas de la journée peut être satisfaisant, elle n'en oublie pas pour autant les limites de temps caractéristiques des premières heures du jour.

L'œuvre de Mollie Katzen, a noté un chroniqueur du New York Times, « est un exemple de type de cuisine qui fuit le dogmatisme et qui ne s'en excuse pas ». Quant à l'esprit d'invention dont ses recettes sont empreintes, comme l'a déclaré un critique du Washington Post, « nous en mangeons tous d'autant mieux ».

CUISINIÈRE PAR ACCIDENT

Le Mexique et les États-Unis ont toujours été unis par de multiples liens, historiques, culturels, économiques et démographiques. Ces deux nations sont aussi étroitement liées dans le domaine de la gastronomie, ainsi que l'illustre l'histoire de la chef de cuisine Zarela Martinez.

Née dans l'État de Sonora, dans le nord du Mexique, elle vient d'une famille d'éleveurs de bétail et a fait de fréquents voyages aux États-Unis durant sa jeunesse. Arrivée à l'âge adulte, elle a émigré et a travaillé plusieurs années comme assistante sociale à El Paso (Texas). Son entrée dans la restauration a été, ainsi qu'elle la décrit, plus ou moins accidentelle. Ayant épousé un veuf qui avait plusieurs enfants, elle a décidé de se lancer dans une seconde carrière en tant que chef de cuisine, afin d'augmenter ses revenus.



En 1981, Zarela Martinez a rencontré le chef américain de grand renom Paul Prudhomme, qui a fait connaître la cuisine cajun de Louisiane dans tous les États-Unis et de par le monde. Celui-ci est devenu son mentor et l'a encouragée à se spécialiser dans l'art culinaire de son Mexique natal. Sa renommée et celle de Paul Prudhomme ont crû

considérablement en 1983 lorsque les deux chefs ont été choisis, avec deux autres de leurs confrères, pour préparer le premier buffet régional américain servi pour sept chefs d'État, dont le président Ronald Reagan, au sommet économique du G7 de Williamsburg (Virginie). La même année, inspirée par son succès, elle est allée s'établir à New York où elle a d'abord été créatrice de menus puis chef exécutif au Café Marimba, l'un des premiers restaurants de la ville à entreprendre sérieusement de proposer à sa clientèle une cuisine authentiquement mexicaine.

Depuis, la carrière de Zarela Martinez n'a cessé de progresser et de se diversifier. Elle a ouvert son propre restaurant à New York en 1987, le Zarela, qui est devenu l'un des hauts lieux gastronomiques de la ville. Elle est devenue elle-même auteur de livres de cuisines à succès qui célèbrent les diverses cuisines du Mexique, depuis l'art culinaire aux accents méditerranéen et africains de l'État de Veracruz, jusqu'à celui d'Oaxaca, produit d'une riche convergence d'influences espagnoles et autochtones.

Elle est également devenue une personnalité de télévision. Elle a animé une série de treize émissions sur la chaîne publique des États-Unis, intitulée « Zarela ! La Cocina Veracruzana » et est fréquemment l'invitée de

nombreux programmes culinaires.

Selon Zarela Martinez, son plus grand accomplissement a été de contribuer à faire reconnaître et apprécier la cuisine mexicaine dans tous les États-Unis et de par le monde. Elle dit avoir été découragée, au début de sa carrière de chef, par les guides gastronomiques de grand renom qui décriaient la cuisine mexicaine. À l'époque, rappelle-t-elle, la nourriture mexicaine était considérée comme ne comportant guère davantage qu'une gamme limitée de mets adaptés et aux goûts peu différenciés. Aujourd'hui, avec l'aide de professionnels de gens de talent comme elle, la cuisine mexicaine est pleinement appréciée dans sa délicieuse diversité et sa pleine authenticité.

LE REPAS EN TRENTE MINUTES

Elle est modeste à l'extrême en ce qui concerne son talent et ses connaissances expertes dans le domaine de l'alimentation et de la cuisine. « Je suis trop du genre bière telle qu'elle sort de la bouteille », dit-elle, lorsqu'on la compare à un fin champagne.

Mais depuis environ cinq ans, Rachael Ray a fait irruption sous les feux des projecteurs de la culture populaire américaine de multiples façons, grâce à sa



personnalité, son charme – ce n'est pas là la moindre de ses qualités – et l'inventivité dont elle a fait preuve pour se ménager un créneau sur le marché.

Le créneau, ou le truc si vous préférez, c'est le repas préparé en 30 minutes.

Pratiquement tout le monde doit faire face à cette urgence, pour une raison ou une autre, qu'est la préparation d'un repas rapide, souvent à l'improviste. Qu'est-ce qui marche dans ce cas ? Qu'est-ce qui ne marche pas ?

C'est là que Rachael Ray, 35 ans, une permanente de la chaîne de télévision câblée « Food Network » fondée il y a 11 ans, vient à la rescousse.

Quand les responsables de la chaîne, en quête de quelque chose sortant de l'ordinaire qui intéresserait le téléspectateur moyen et non pas les gourmets ou les connaisseurs, ont émis leur proposition, Rachael Ray s'est montrée sceptique. « Je ne serais vraiment pas à ma place », a-t-elle dit, en citant les noms de chefs célèbres dont elle pensait qu'ils seraient mieux désignés qu'elle.

« La nourriture est pour tout le monde, a répliqué Judy Girard, présidente de la chaîne. Qui que l'on soit, d'où que l'on vienne, on a des rapports avec elle. Tout le monde mange. »

Et la plupart des gens, en règle générale, recherchent la simplicité et la rapidité. L'orzo primavera, par exemple, exige 10 minutes de préparation et 15 minutes de cuisson. Les « œufs de sorbet » prennent 10 minutes de plus, ce qui met ce festin en dessous de la limite de préparation de 30 minutes que s'est fixée Rachael Ray.

Elle puise avec éclectisme au patrimoine culinaire mondial, depuis les tacos au poisson dans des feuilles de laitue jusqu'aux tomates farcies au taboulé. Ses choix confinent à la haute cuisine (canapés de truite fumée avec sauce à la crème fraîche et aux fines herbes) ou sont résolument campagnards (poulet épicé double sauce). Personnellement, elle pencherait pour une minestra classique (bouillon aux haricots et légumes verts à l'ail), l'un des plats préférés de son grand-père. « J'en ferais bien mon ordinaire tout l'hiver et je ne m'en fatiguerais jamais », a-t-elle déclaré récemment lors d'une interview.

Les repas en trente minutes ne sont pas l'équivalent du « fast food ». Comme elle l'a dit et répété à la télévision et dans ses livres de cuisine dont la liste s'allonge, sa démarche s'inscrit à l'inverse de la restauration rapide, en ce qu'elle propose des menus équilibrés ; et elle indique dans ses démonstrations comment passer rapidement de la préparation d'un plat à un autre, pour s'en tenir à sa demi-heure.

Rachael Ray est le produit d'une famille axée sur la cuisine, depuis son grand-père maternel qui cultivait, élevait et préparait tout ce dont il avait besoin pour nourrir sa famille de 12 personnes, jusqu'à sa famille paternelle, issue de la riche tradition culinaire créole de la Louisiane. Ses parents possédaient un restaurant familial à Cape Cod (Massachusetts), avant d'aller s'établir dans l'État de New York, où sa mère supervisait la préparation alimentaire d'une chaîne de restaurants dans la région des Adirondacks, dans le nord de l'État.

Rachael a débuté sa carrière chez Macy's (grand magasin) à New York, d'abord au rayon confiserie, puis en tant que gérante du service aliments frais. De là, elle est devenue gérante et acheteuse pour une épicerie fine avant de rentrer dans les Adirondacks où elle a dirigé des bistros et des restaurants. Engagée en tant qu'acheteuse et chef par un marché gastronomique à Albany, capitale de l'État, elle a commencé à donner une série de cours de cuisine pour développer les ventes pendant les diverses fêtes de l'année.

Les cours, intitulés « Repas en 30 minutes » ont attiré un public nombreux et l'attention des médias locaux, ce qui a abouti à une émission hebdomadaire dans le cadre d'un journal télévisé du soir. Est venu ensuite un livre de cuisine, vendu à 10 000 exemplaires rien que dans la région, et avant longtemps, le succès de Rachael Ray s'est répandu comme une traînée de poudre et son nom

et sa spécialité ont été portés au niveau national.

Malgré sa nouvelle renommée, Rachael Ray insiste pour que l'on continue de voir en elle quelqu'un qui n'est pas différent de ses téléspectateurs et de ses lecteurs, comme elle le dit, «quelqu'un qui n'a pas le temps et qui s'intéresse aux gens qui, dans la vie, sont dans la même situation qu'elle».

L'ORIENT RENCONTRE L'OCCIDENT

L'une des personnalités les plus connues du Food Network est Ming Tsai. Jeune, aimable et doté d'un beau physique, Ming Tsai (prononcer «saï») est né à Newport Beach (Californie) en 1969 et a grandi à Dayton (Ohio). Il s'est intéressé à l'alimentation et à la cuisine dès son enfance, lorsque sa mère (née, comme son père, en Chine) a ouvert un restaurant chinois à Dayton. À 14 ans, Ming préparait déjà des repas dans les cuisines du restaurant de sa mère. Il a fait des études d'ingénieur à l'université Yale, comme son père, mais cela ne l'a pas détourné de sa passion qui a toujours été l'art culinaire. Il a donc fait deux stages d'été en France, à la célèbre école du Cordon Bleu, puis a fait des études de troisième cycle en gestion hôtelière à l'université Cornell.

Après avoir travaillé pour différents restaurants, notamment chez Natacha à Paris et dans un restaurant de sushi à Osaka (Japon), Ming Tsai a été engagé comme chef exécutif du Santacafe à Santa Fe (Nouveau-Mexique).



Il a fait ses débuts à la télévision à l'occasion de la présentation du Santacafe dans l'émission «Dining Around» (Dîner au restaurant) sur le Food Network. Il a ensuite animé de nombreux autres programmes de la chaîne, dont «Ready, Set, Cook» (A vos marques, prêts, cuisinez) et «Chef du Jour», avant de se voir confier en 1998 son propre programme intitulé «East

Meets West with Ming Tsai» (L'orient rencontre l'occident avec Ming Tsai). Ce programme, l'un des premiers à présenter la gastronomie orientale, a remporté immédiatement un succès notable auprès des critiques comme du grand public et, en 1999, a reçu un «Daytime Emmy» (prix décerné aux meilleures émissions de la journée par l'Académie des arts et des sciences de la télévision).

L'art culinaire de Ming Tsai, présenté à la télévision et dans ses livres de cuisine, et tel qu'il le pratique au Blue Ginger, restaurant de Boston dont il est le propriétaire, est parfois appelé «cuisine fusion». Ce type de cuisine allie des ingrédients orientaux et occidentaux pour confectionner des mets novateurs et exotiques. Ming Tsai préfère le terme de cuisine «Est-Ouest», ce qui semble approprié étant donné son patrimoine asiatique, son éducation américaine et sa formation culinaire européenne. Quel qu'en soit le nom, sa cuisine illustre l'importance et la variété de la gamme des influences qui ont façonné le paysage gastronomique de l'Amérique d'aujourd'hui. ■

UN LONG VOYAGE SUR DES BRAISES ARDENTES

SYLVIA LOVEGREN

Le « barbecue », méthode de préparation de la viande qui consiste à la faire cuire très lentement sur des braises, a été adopté par les premiers colons européens en Amérique du Nord. Une fois cuite, la viande, alors bien tendre, est découpée en petits morceaux ou déchiquetée, arrosée d'une sauce qui varie selon les régions, et bien souvent présentée en sandwich sur un petit pain moelleux avec de la salade de chou cru. Comme pour beaucoup de procédés culinaires, ce qu'est le vrai barbecue fait l'objet de vives controverses chez les puristes, mais tous s'entendent pour en reconnaître la saveur et le caractère typiquement américain.

Sylvia Lovegren, filmographe et écrivain, est l'auteur de Fashionable Food: Seven Decades of Food Fads (Aliments à la mode : sept décennies d'engouements alimentaires) (Hungry Minds, 1995).

Il y a un certain plat délicieusement américain qui exige des heures de préparation, avec du matériel de cuisine et du combustible spécialisés, et l'intervention d'un chef de cuisine émérite qui a derrière lui des années de formation pour obtenir la saveur spécifique qui le caractérise. Tout le monde l'adore, présidents et gouverneurs des États-Unis, écrivains et ranchers, et avec eux une foule de particuliers. ; les gens font des centaines de kilomètres pour aller s'en régaler. Mais c'est un plat américain que vous ne trouverez sans doute pas à Paris, à Londres, à Hong-Kong ou à Istanbul, ni dans aucun des « meilleurs restaurants » du monde entier. Non, pour cela, vous devez aller à Fayetteville dans l'Arkansas, à Wilson en Caroline du Nord ou à Waxahatchee au Texas

Et qu'est-ce donc que ce plat américain par excellence, si difficile à trouver hors des États-Unis et si délicieusement disponible dans le pays ?

C'est ... le « barbecue ».

Exclamations, protestations ! Tout le monde fait du barbecue ! Voyez l'agneau grillé arménien, le canard cantonais rôti à la broche, ou les crevettes australiennes que l'on met « sur le barbie ». La quasi totalité des cultures du monde qui font du feu font du barbecue, direz-vous. Et vous aurez presque raison.

Parce que nous parlons ici d'un barbecue « spécial », d'un processus ésotérique de cuisson très lente de la viande sur de la braise, dont les origines remontent aux premiers temps du passé américain. La méthode est à ce point singulière que les premiers Européens arrivés au Nouveau Monde en croyaient à peine leurs yeux.

Voici ce qu'en disait un Français en 1564 : « On a vu un Caraïbe, au retour de la pêche, las et tourmenté par la faim, attendre patiemment que rôtisse un poisson placé sur un gril de bois fixé à deux pieds du sol, à si petit feu qu'il fallait parfois une journée entière pour le cuire ». Les

autochtones appelaient ce gril de bois un « babracot », mot dont les conquérants espagnols ont fait « barbacoa ».

DÉLICIEUSEMENT ACCOUTUMANT

Ce long processus de cuisson – 12 à 16 heures n'ont rien d'inhabituel – attendrit les morceaux de viande les plus coriaces au point qu'ils tombent de l'os, tout en les imprégnant de la saveur et de l'arôme appétissant de la fumée de bois dur. Le résultat est un aliment si délicieusement accoutumant que quiconque y aura goûté comprend sans s'étonner qu'un habitant de Lexington (Caroline du Nord) d'âge avancé commande le même plat dans sa « barbecuterie » préférée tous les soirs, six jours par semaine (le restaurant est fermé le dimanche), toutes les semaines, depuis quinze ans.

Les premiers colons européens n'ont pas été longs à adopter ce curieux procédé de préparation de la viande. Sous la présidence de George Washington, les « fêtes barbecue » étaient déjà des plus communes. Et le premier président des États-Unis n'a pas non plus été le dernier à apprécier et à donner ce genre de réception, façon idéalement américaine de renforcer les relations sociales et de faire de la politique simultanément : le président Lyndon Johnson était connu au milieu des années 60 pour ses barbecues texans, où étaient servis en portions égales nourriture et « affaires ». Et de nos jours encore, dans de vastes régions du Sud, du Midwest et de l'Ouest, le barbecue et la politique vont la main dans la main comme... la fumée et les braises.

Le barbecue de George Washington au XVIII^e siècle était probablement du même genre que celui qui se pratique aujourd'hui le long des côtes du sud-est des États-Unis. Selon cette méthode traditionnelle, un cochon entier, éventré et étripé, est disposé à plat au-dessus d'une « fosse » à barbecue (soit un trou creusé dans le sol recouvert d'une grille, soit un conteneur de grandes dimensions en métal ou en briques muni d'une grille) et laissé à mijoter pendant 12 heures ou plus sur des braises de bois dur que l'on étale et ré-étale soigneusement sous l'animal. Quelques cuisiniers arrosent la viande avec un mélange d'huile et d'épices en cours de cuisson, mais en général, le long voyage sur les braises ardentes et un peu de sel constituent les seuls assaisonnements. Une fois cuite, la viande bien tendre est hachée ou déchiquetée, jamais coupée en tranches ; elle est arrosée d'une simple sauce épicée aux piments forts, et est souvent présentée en sandwich sur un petit pain moelleux avec de la salade de chou cru.

DES DISCUSSIONS SUR TOUT

Beaucoup de puristes du barbecue affirment que cette méthode ancienne, et elle seule, est celle qui constitue le « vrai » barbecue. Mais pratiquement tous les amateurs de barbecue sont des puristes d'une sorte ou d'une autre qui, pour leur quasi-totalité, pensent que leur méthode de barbecue préférée est la meilleure. Le « pit master » (« maître de la fosse », titre officiel du cuisinier émérite qui s'occupe du barbecue) de la côte Est qui fait cuire son cochon entier dédaigne ceux qui font de l'épaule de porc dans l'ouest de la Caroline du Nord, qui à leur tour regardent de haut ceux qui font des côtes de porc au Tennessee, qui sont choqués par les gens du Kentucky qui font du mouton au barbecue, qui sont consternés par le bœuf fumé au barbecue du Texas. Remarque méprisante d'un gentleman de Caroline du Nord adepte de l'épaule de porc à propos du barbecue texan : « C'est peut-être très bon, mais ce n'est pas ce que nous appelons le vrai barbecue ». Mais bien sûr, sa succulente épaule de porc au barbecue est rejetée par un chef de barbecue de l'Est qui déclare : « Si vous n'avez pas un cochon entier, vous n'avez pas de barbecue ».

Il faut dire que les aficionados du barbecue peuvent s'affronter assez vivement sur pratiquement tous les points en rapport avec leur art. Après avoir décidé du type et de la coupe de viande à préparer, se pose la question de savoir quel bois il faut utiliser. Dans le Sud-Est, c'est souvent du hickory, mais certains ne jurent que par le chêne. Au Texas, c'est généralement le mesquite. Et quand vous en arrivez aux gens qui ne se servent pas de bois, mais de gaz de cuisine (dénommés « gaziers » par les « brûleurs de bûches »), Smokey Pitts, membre de la Société pour la préservation du barbecue traditionnel du Sud, déclare : « Et pourquoi pas cuire la viande au fourneau de la cuisine et en faire un petit rôti de porc ? Ca n'a absolument rien à voir avec ce que j'appelle du barbecue ! »

Et puis il y a la question de savoir si la fosse de cuisson doit être ouverte ou recouverte pour retenir la fumée. Les partisans du barbecue à fosse fermée apprécient le goût fumé plus marqué qui résulte de leur méthode et invoquent fièrement « le rond de fumée » rougeâtre qui se forme dans la viande par réaction chimique des protéines à la fumée. Mais tout le monde ne pense pas que ce soit là une bonne chose. Selon l'expert en barbecue Bob Garner, la viande « barbequioutée » à la perfection est « délicatement aromatisée par la fumée, pas imprégnée comme si on l'avait sortie d'une maison en flammes ». Le barbecue fermé est généralement populaire dans la région cowboy du barbecue western, au Texas, au Kansas et au Missouri, alors que la fosse ouverte a ses adeptes

dans le sud-est et parmi les traditionalistes.

Vient enfin la question de la sauce. La sauce pour barbecue en vente dans les supermarchés est généralement du type épais, épicé, à base de ketchup, et c'est effectivement ce type de sauce qui est apprécié au Kansas et dans d'autres régions du Midwest. Mais la plupart des sauces de la Caroline du Nord sont liquides et vinaigrées, épicées aux seuls piments rouges. La Caroline du Sud est renommée pour ses sauces à la moutarde. Et certains établissements inconditionnels du barbecue au bœuf texan ne servent pas de sauce avec leur « cue » fumé ... et les serveurs ricanent lorsqu'un non-Texan commet naïvement l'erreur d'en demander.

DU TRAVAIL D'HOMME

Deux autres points caractérisent le barbecue à l'américaine. Le premier est qu'il s'agit d'une activité culinaire pratiquée presque exclusivement par les hommes. La chose est due en partie au fait que le barbecue traditionnel exige un travail physique pénible, salissant et fatigant. Il faut scier, fendre et transporter les bûches, étaler les braises à la pelle et surveiller les lourds morceaux de viande devant un feu ardent pendant des heures. Les experts ès-barbecue y voient une autre raison, beaucoup plus simple : « Le barbecue est l'une de ces activités auxquelles les hommes aiment s'adonner pour passer toute la soirée à boire autour du feu », prétend Bob Garner.

Un autre fait intéressant sur le barbecue américain est que si la plupart des praticiens sont des hommes, il y a pratiquement parmi eux autant d'Américains d'origine africaine qu'européenne. Les esclaves africains faisaient sans doute des barbecues comme ceux de George Washington au XVIII^e siècle et leurs descendants ont apporté avec eux leurs traditions culinaires lors de leurs migrations vers l'ouest au XIX^e, puis vers les États du nord et du nord-ouest. Les endroits tels que la Caroline du Nord et le Texas ont vu fleurir une tradition euro-américaine vivace du barbecue.

Ces dernières années, le barbecue est devenu compétitif. Des concurrents venus de tous les coins du pays s'affrontent dans le cadre de « concours de barbecue » qui jouissent d'une immense popularité à Kansas City ou à Owensboro (Kentucky) ou à Memphis (Tennessee). Ils arrivent avec leurs foyers à barbecue portatifs de haute technologie et leurs recettes secrètes de sauce pour barbecue, pour pratiquer leur art, nouer des relations, observer les grands spécialistes, participer à des compétitions récompensées par des prix et de prestigieuses distinctions...et pour parler de barbecue et s'en régaler.

Il peut être difficile de trouver de l'authentique barbecue à l'américaine hors des États-Unis, et il peut y avoir des controverses dans le pays sur ce qui constitue le vrai barbecue, mais que ce soit le cochon entier au délicat fumet de la Caroline du Nord, les côtes fumées engluées de sauce de la Géorgie, le mouton grillé imprégné d'aromates du Kentucky, les « bouts brûlés » (croustillantes extrémités du steak au barbecue) de Kansas City ou la pointe de bœuf fortement fumée du Texas, tout cela est typiquement américain et incontestablement délectable. Un enthousiaste du barbecue a bien résumé la chose en déclarant : « Le meilleur barbecue ? C'est celui qui est devant moi, là, maintenant ! » ■

PAS DE THÉ GLACÉ POUR MOI, MERCI!



FRED CHAPPELL

Bien qu'originaire du Sud des États-Unis, l'auteur dédaigne la boisson par excellence de cette région : le thé glacé (« ice tea »). La popularité de ce breuvage très sucré « banal et insipide » masque selon lui une perversité certaine, ce qui ne l'empêche pas d'offrir au lecteur quelques conseils sur sa préparation.

Fred Chappell est professeur d'anglais à l'université de Caroline du Nord à Greensboro et le poète-lauréat de cet État. Il est l'auteur de nombreux recueils de poésie et d'ouvrages de fiction, dont First and Last Words, Midquest, More Shapes than One, Brighten the Corner Where You Are et I Am One of You Forever.

Cet article a paru d'abord dans la revue *Gastronomica* et a été repris dans l'anthologie *Best Food Writing - 2002* (New-York : Marlow and Company, 2002). Reproduit avec l'autorisation de l'auteur.

Il y a des gens qui mangent de la salade de pâtes froides. Ils prennent plaisir à dénaturer leurs légumes verts en y incorporant de fades morceaux de pâte à pain caoutchouteuse, humide et dure, que seules une sauce tomate bien relevée et une incontournable dose de parmesan râpé peuvent faire descendre dans le gosier. Cette salade a une seule vertu : celle de l'économie. Les restes du mercredi peuvent être servis le jeudi aux papilles gustatives perverses.

C'est encore la perversité, sans doute, qui explique le caractère répandu du thé glacé dans nos contrées du sud. Edgar Allen Poe fut le premier à diagnostiquer l'aspect irrémédiablement contrariant de la nature humaine dans sa nouvelle « Le Démon de la perversité » et c'est un trait de caractère qu'il attribuait assurément aux gens du sud. Mais, je vous en prie, ne me mettez pas dans le même sac. Je suis un de ces Sudistes qui détestent cette eau sale de la couleur du tanin de chêne et son insipide banalité. Quand une de nos hôtes à l'hospitalité légendaire m'offre du thé glacé, je m'attends à avoir droit tout l'après-midi aux nouvelles du nouveau bébé de la

cousine Alice et à la description de ses pitreries de génie dans son parc pour enfants.

Le thé chaud, c'est entièrement différent. Il détend aussi bien qu'il stimule, et on peut même le siroter en guise de soporifique. Qu'il soit mordant ou délicat, son bouquet nous fait comprendre pourquoi les Chinois désignent certaines souches de fleurs sous le nom de « roses thé ». De surcroît, le thé chaud est un sujet de conversation car les habitants du sud ont remis au goût du jour la vieille querelle doctrinale des Anglais : faut-il verser l'eau bouillante dans la théière ou faire infuser le thé dans la casserole qui a servi à faire bouillir l'eau ? Ces palabres nous rassèrent parce qu'elles nous prouvent que toutes les traces de la civilisation n'ont pas succombé à l'assaut des jeux vidéo et du courrier électronique.

Mais si vous refroidissez cette boisson avec des glaçons, qu'importe où a infusé le thé ! Son bouquet est détruit jusqu'aux derniers atomes, et seul l'ajout d'additifs peut donner un semblant d'arôme à ce liquide frelaté. Comme on le devine aisément, ces condiments alimentent bien des discussions. Dans le sud, la vue d'un verre de thé glacé mal préparé peut déclencher une salve de propos grossiers même chez les dames les plus affables.

Notez bien que le thé glacé s'appelle chez nous « ice tea ». Quiconque rajoute une occlusive dentale sonore au premier mot, pour en faire « iced tea », passe pour le premier moutardier du pape. Demander du « Coca-Cola » ou s'adresser à un groupe de gens en employant le simple pronom « you », voilà encore des façons de se donner des airs. Chez nous, on dit « you-all », « CoCola » et « ice tea », et les étrangers qui s'expriment de travers sont soumis à une amende. Nul n'est censé ignorer la loi.

Ces dernières années, quelques femmes téméraires ont compris la futilité de la querelle doctrinale et elles ont commencé à faire du « thé-soleil », boisson qui se prépare sans fourneau ni théière. Elles se contentent de remplir d'eau un bocal de plusieurs litres, d'y jeter une poignée de sachets de thé et d'aller le déposer sur le porche arrière pour faire infuser le thé sous le soleil cuisant du mois d'août. Si elle ne fait rien pour rendre la cuisine plus gaie, cette méthode présente au moins l'intérêt de couper court aux recommandations hypocrites sur la procédure à suivre. Les glaçons ne peuvent pas nuire au « thé-soleil » ; vu son mode de préparation, il n'est tout simplement pas possible de l'abâtardir ni de l'améliorer.

Venons-en à la préparation du thé glacé

Des citrons, à peau épaisse et coupés en six, sont indispensables. Il ne faut jamais les presser – jamais. Mettez-en quatre ou cinq morceaux dans une cruche. Les quartiers restants seront servis sur une assiette en verre

ciselé d'une quinzaine de centimètres de diamètre. On peut ajouter un brin de menthe, mais celui-ci doit rester submergé dans la cruche et ne jamais se retrouver dans un verre, aux parois duquel il collerait comme le décalque d'une Harley-Davidson.

C'est l'édulcorant qui fait la boisson. Le sucrier passe de mains en mains à une vitesse si vertigineuse qu'on croirait voir tourner un vieux disque 78 tours. Quand on est du sud, on aime le sucre. L'hôtesse attentionnée aura déjà sucré le thé pour ses invités en confectionnant un sirop simple de manière à exclure tout risque de granulosités. Ce sirop se prépare en délayant 500 g de sucre « Dixie Crystal » dans une cuillerée à café d'eau.

Dans le sud, le thé glacé sucré est tenu pour acquis, tout comme on considère que les courses de voitures de série sont notre passe-temps national et que l'Eglise baptiste du sud est le prolongement légitime du parti républicain. Commandez du thé glacé au restaurant, et on vous apportera une boisson sucrée. Si vous voulez la boire sans sucre, il faut le dire. En fait, il faut l'exiger, pistolet au poing et doigt sur la gâchette. Et soyez prêt à vous répéter plusieurs fois parce que le thé non sucré est une proposition aussi impénétrable pour la plupart des serveurs qu'un théorème de l'algèbre booléenne. Même en prenant toutes ces précautions, vous n'êtes jamais sûr de rien. Un jour, ma femme, Susan, a commandé un thé glacé non sucré, et ce qu'on lui a servi était aussi sirupeux que le miel. La serveuse a imploré sa pitié. « On ne savait pas comment faire pour enlever le sucre », a-t-elle expliqué.

La fixation des Sudistes sur le sucre relève peut-être du mystère, mais elle n'en est pas moins un fait incontestable. Nous sommes une race de gens fiers de faire de la marmelade de courgettes, de tomates, d'oignons et même d'écorce de pastèques. Notre célèbre tarte aux noix de pécan n'est rien d'autre qu'une pâte ferme et poisseuse de glucose liquide bouilli dans laquelle on a enfoncé des noix. Comme elle n'est pas suffisamment sucrée, cette préparation sera probablement garnie de cacao en poudre et de copeaux de chocolat au lait et servie avec une crème fouettée aromatisée au bourbon.

– Vous prendrez un thé, avec le dessert ?

– Mais oui ! Sucré, s'il vous plaît.

Je l'avoue : bien qu'originale de la Caroline du nord, je ne fais pas honneur au sud. Comme vous le voyez, je ne mets même pas de majuscule au nom de cette région. Je suis démocrate, je ne suis pas baptiste et je me moque comme de l'an quarante de la marque de la voiture que je

conduis. En ce qui me concerne, ajouter des pâtes de guimauve grillées aux ignames rôties ou badigeonner un bon steak de confiture de framboises, c'est kif-kif. Un jour que je feuilletais la revue « Southern Living », je suis tombé sur une recette de gâteau au CoCola et j'ai senti la nausée me gagner. J'ai pris mes jambes à mon cou, comme si j'étais poursuivi par du lard, du pain de semoule de maïs, de la viande déchiquetée cuite en sauce, du gruau de maïs et ... du thé glacé.

Susan me dit que je devrais apprendre à faire le douxereux. ■

COUVERTS ET BONNES MANIÈRES

FRANCINE PROSE

Une question de son fils sur l'art de bien se tenir à table conduit l'auteur du présent article, Francine Prose, à se livrer à une réflexion sur les différentes façons de manger, et de conclure que « Tout ce qui bouscule nos préjugés culturels, étriés dans leur prison (...), nous fait prendre conscience de la possibilité que d'autres ont des us et coutumes différents et attise notre curiosité sur des sujets dont nous ne nous sommes jamais souciés auparavant. » Nous arrivons aussi à nous demander « pourquoi certaines façons de manger semblent si judicieusement adaptées à certaines cuisines ».

Francine Prose est l'auteur de plus d'une douzaine de livres, dont des romans, des nouvelles, des ouvrages généraux et des histoires pour enfants. Titulaire de bourses Guggenheim et Fulbright, entre autres, elle collabore à la rédaction de la revue Harper's et rédige des articles sur l'art qui paraissent régulièrement dans le Wall Street Journal. L'enseignement retient aussi son attention : elle a ainsi partagé son savoir avec les participants d'un atelier sur l'art d'écrire, le « Iowa Writers Workshop » et elle enseigne à l'université Johns Hopkins.

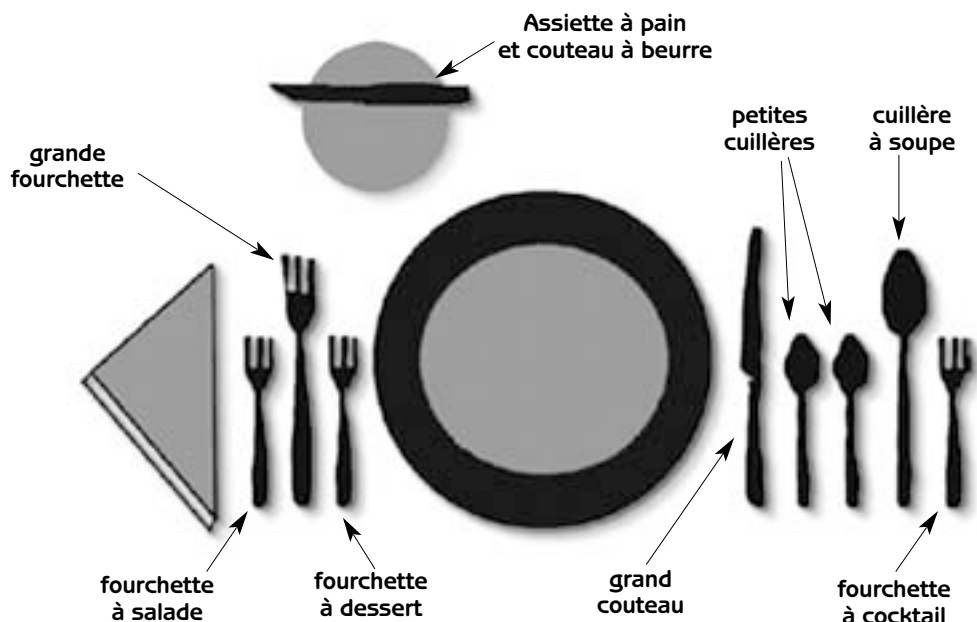
Récemment, à table, j'ai entendu mon fils de 21 ans poser à une amie de la famille l'une de ces éternelles questions existentielles : comment savoir quelle fourchette utiliser en premier au cours d'un repas de cérémonie ? Sa question m'a étonnée, et ce à plus d'un titre. D'abord, parce qu'elle m'a rappelé que mon enfant était devenu un adulte qui pourrait un jour se trouver, sans moi, dans une situation où il serait censé être détenteur d'un tel savoir. Quand donc serait-il allé à un tel dîner ? Comme j'étais sotte de penser que son initiation à l'art de manier les couverts avait pris fin quand son père et moi lui avions appris que les enfants bien élevés ne se servaient pas de leur cuillère pour catapulter leur nourriture à l'autre bout de la pièce ! A mon grand étonnement, il ne m'était jamais venu à l'esprit de lui enseigner cet aspect élémentaire (ou, plus exactement, avancé) de l'art de la table. Et enfin, sa question m'a fait l'effet d'un pense-bête en me rappelant à quel point on acceptait tout bonnement nos habitudes et tout ce que les gestes les plus simples (telle la méthode employée pour acheminer la nourriture de notre assiette à notre bouche) révèlent sur notre civilisation, notre classe, notre histoire, notre mode de vie.

S'il est vrai que nous sommes ce que nous mangeons, comme on le disait dans les années 60, il doit être vrai aussi que la façon dont nous mangeons en dit long sur ce que nous sommes. Bien que j'aie toujours été fascinée par les ustensiles de cuisine et les couverts ultra-spécialisés (cuillère à pamplemousse à bord tranchant, casse-pince à homard, ces petits pics en forme d'épis de maïs que l'on enfonce à chaque extrémité de l'épi pour éviter que le beurre ne dégouline sur les doigts), je ne les achète que dans les brocantes parce que je sais que, sous peu, je les reléguerai à la cave. Même aux grandes occasions, le rythme de notre vie familiale ne semblait jamais nous laisser le temps ni l'énergie de mettre les petits plats dans les grands. Un couteau, une fourchette, une cuillère à café (et une cuillère à potage une fois de temps en temps), telle était l'étendue de nos ambitions quand on mettait la table.

EXPERT DANS L'ART DE MANGER AVEC DES BAGUETTES

Que pouvez-vous déduire de notre vie familiale, sachant que je ne me souviens pas d'une époque où mes deux fils n'étaient pas capables de manger avec des baguettes, alors qu'aujourd'hui seulement l'un d'eux s'interroge sur les mystères de la fourchette à salade et de la cuillère à dessert ? Ils manient les baguettes en véritables maîtres, pinçant délicatement les petits morceaux de caillé de soja sans qu'ils ne glissent ou ces lamelles d'aubergines si fines qu'elles semblent insaisissables, faisant montre d'une confiance en soi et d'une coordination oculo-manuelle qui me déconcertent, moi qui me débrouille pourtant plutôt bien avec les

baguettes. Par contre, leur grand-mère âgée de 88 ans n'a jamais maîtrisé cette technique, qui s'apprend probablement d'autant mieux qu'on est jeune (comme la conduite au volant), encore qu'elle ait presque réussi un jour quand une serveuse attentionnée, dans le restaurant japonais de notre quartier, a essayé de l'initier au maniement des baguettes en confectionnant pour elle un dispositif de faible technicité : elle avait glissé un petit carton entre les deux têtes des baguettes, le tout étant solidement maintenu par un élastique, selon la méthode qu'utilisent les Japonais pour apprendre à leurs enfants à se servir des baguettes. La différence de génération entre ma mère et mes enfants semble assurément suggérer que notre culture progresse dans la voie du multiculturalisme ; c'est le même genre de progrès que je constate dans le



POURQUOI MANGENT-ILS DE CETTE FAÇON ?

Les touristes qui viennent aux États-Unis d'Europe ou d'autres régions du monde sont parfois intrigués par la façon dont les Américains se servent du couteau et de la fourchette, en particulier lors de dîners mondains. La plupart des Américains utilisent la méthode dite en zigzag et qui se fonde sur les règles de l'étiquette élaborées il y a des dizaines et des dizaines d'années – peut-être même faut-il remonter jusqu'au XIX^e siècle. En d'autres termes, on coupe la nourriture avec le couteau tenu dans la main droite et la fourchette dans la gauche, puis on pose le couteau sur l'assiette et on fait passer la fourchette de la main gauche à la main droite avant de continuer de manger. Entre deux bouchées, on garde la main gauche sur les genoux. Poser la main, le bras ou (le Ciel nous en préserve !) le coude gauche sur la table, c'est se condamner à passer pour un mal élevé, voire pire encore. (Il est entendu que la méthode susmentionnée concerne les droitiers. Les gauchers tiennent le couteau dans la main gauche, et la fourchette dans la droite.)

En revanche, la méthode européenne, dont il faut reconnaître l'efficacité, consiste à garder la fourchette dans la main gauche après avoir fini de couper sa nourriture. Une autre légère différence, c'est que la plupart des Américains portent la fourchette à la bouche le côté bombé au-dessous ; les Européens la gardent le côté bombé au-dessus après avoir piqué une bouchée, en plaçant parfois l'index étendu sur le manche de la fourchette. Les théories ne manquent pas pour expliquer ces variations. Selon l'une d'elles, aux États-Unis, la fourchette est utilisée un peu comme la cuillère, son prédécesseur parce qu'elle est arrivée relativement tard ; en d'autres termes, elle sert davantage de godet que de pic. Il en va de ces variations culturelles comme de toutes les autres : aucune méthode n'est ni bonne ni mauvaise. Elles sont uniquement différentes.

fait que mes enfants (contrairement à leurs parents monolingues) parlent espagnol relativement couramment.

L'un des avantages des voyages et de la découverte d'autres cultures, c'est que ces expériences nous libèrent du chauvinisme qui nous fait croire que notre façon d'utiliser les couverts et de manger est la seule au monde, voire la seule au monde qui soit correcte. Quand j'avais une vingtaine d'années, j'ai passé un an en Inde, et je me rappelle encore le trouble – puis la surprise et le plaisir – qui m'ont saisie lorsque je me suis retrouvée, au fil de mes pas, dans l'un de ces merveilleux petits restaurants végétariens très fréquentés dans le sud du pays où la nourriture est servie sur des feuilles de bananier, et tous les clients mangent avec les doigts. À l'instar de l'art de manier les baguettes, la technique à maîtriser (malaxer le riz et les légumes pour en faire une boule, la soulever du bout des doigts et la faire glisser dans la bouche à l'aide du pouce) exigeait de la pratique et offrait une forme d'éducation culturelle à la fois dégrisante, enrichissante et utile. L'humiliation que je ressentais à apprendre cette technique sous les yeux curieux du personnel de salle intrigué par mes premières tentatives infructueuses, m'a aidée à mettre les bouchées doubles.

Cette façon de manger m'a tellement enthousiasmée qu'à mon retour aux États-Unis j'étais déterminée à continuer de manger avec les doigts. Cette méthode de dégustation des aliments me paraissait nettement supérieure et plus directe, et je me réjouissais à la perspective de ne plus jamais avoir à m'inquiéter du sort des couverts qui, dans notre famille au moins, ont tendance à disparaître aussi mystérieusement, aussi régulièrement, aussi inévitablement que les chaussettes dans le lave-linge. Mais ma passion pour la nourriture saisie à pleines mains s'est éteinte dès que j'ai vu, dans le regard des clients indiens d'un restaurant ethnique où je dînais, la même consternation, la même légère désapprobation, que celles que je lis aujourd'hui sur le visage de ma mère quand elle entend dire que les mansardes où elle a grandi, dans le Lower East Side, se vendent aujourd'hui pour des millions de dollars. Pourquoi des millionnaires se précipiteraient-ils vers un quartier qu'elle avait cru bon de quitter ? Pourquoi sa fille mangerait-elle, en public, d'une manière délibérément délaissée par les Indiens qui ont immigré aux États-Unis ?

AUTRES LATITUDES, AUTRES COUTUMES

Toute expérience de la sorte, tout ce qui bouscule nos préjugés culturels, étriqués dans leur prison, est une expérience dont il faut être reconnaissant. Elle éveille en nous la possibilité qu'il existe d'autres rituels et d'autres coutumes et attise notre curiosité sur des sujets dont nous ne nous sommes jamais souciés auparavant. Prendre conscience que le maniement du couteau et de la fourchette ne s'inscrit pas dans une logique universelle, c'est peut-être la première étape de la découverte non seulement que tout le monde ne se sert pas de couverts, mais aussi que, même dans notre société occidentale, ces objets ne remontent pas à la nuit des temps et qu'ils représentent, en fait, des modifications relativement récentes de vieilles notions de l'étiquette à table.

Les Grecs connaissaient toute la gamme des ustensiles de table mais, à l'époque des Romains, couteaux et fourchettes étaient tombés en désuétude, et il ne restait que les cuillères, même lors des dîners les plus élégants. L'art de vivre à table s'est encore simplifié au Moyen-Âge : on mangeait avec les doigts, on utilisait des tranches de pain rassis pour prendre la nourriture ou on piquait les morceaux particulièrement appétissants à la pointe du couteau. Les hommes étaient censés apporter leur couteau à table, non pas pour s'en servir comme d'une arme, mais pour découper la viande qu'ils offriraient galamment à leurs compagnes. À cette époque, l'empire byzantin était nettement plus avancé que l'occident. À la cour byzantine, la fourchette était un ustensile de table courant et, au XI^e siècle, Thomas Coryat tenta d'en introduire l'usage dans son Angleterre natale (après l'avoir découvert en Italie), mais ses manières jugées efféminées l'exposèrent à la risée du public.

Sur les rivages de mon pays, John Winthrop, le premier gouverneur de la colonie du Massachusetts, avait emporté une fourchette dans ses bagages, mais c'était un objet vraiment peu courant, peut-être même le seul en son genre dans les colonies. Ce fait nous oblige à réviser l'image que nous nous faisons du premier Thanksgiving (Jour d'action de grâce), les Pèlerins ayant dû manger la dinde traditionnelle à la pointe de leur couteau, et à l'aide parfois d'une cuillère. Il faut attendre le début du XIX^e siècle pour que la fourchette devienne un ustensile de table quotidien. Depuis, bien sûr, l'invention de l'acier inoxydable dans les années 1920 a libéré la ménagère américaine de la corvée d'astiquage de l'argenterie tandis que, ces dernières années, les couverts en plastique ont simplifié les soirées entre amis, les repas servis dans les avions et la restauration-minute.

DES QUESTIONS ENCORE SANS RÉPONSE

Tout cela est très logique, et pourtant des mystères persistent, à commencer par la question de savoir pourquoi certaines façons de manger semblent si judicieusement adaptées à certaines cuisines. Pourquoi les plats chinois ont-ils meilleur goût quand on les mange avec des baguettes ? Pourquoi les couteaux et les fourchettes en plastique changent-ils pour le pire le goût des aliments ? Pourquoi la cuisine mexicaine demande-t-elle à être consommée sous la forme d'une galette garnie et roulée, que l'on mange avec les doigts ? Et les aliments vendus sur les marchés en plein air ne tirent-ils pas précisément leur charme, dans le monde entier, du fait qu'ils sont censés être consommés sur le pouce, sans couvert ni assiette ? L'un des meilleurs repas dont je garde le souvenir, c'est justement celui où j'ai mangé des tacos al pastor servis sur une mince feuille de papier, dans un marché de Mexico.

En pensant à ce repas, je ne peux m'empêcher d'être frappée par la multitude des façons de manger (un geste qu'on pourrait croire simple), par la distance qui sépare le stand de ce marché guilleret du repas élégant qu'on m'a servi il y a peu de temps dans un appartement de Manhattan, où plusieurs fourchettes, cuillères et couteaux avaient été placés sur la table et où le verre à vin était changé à chaque plat, en fonction du vin qui était servi.

J'en reviens à la question de mon fils sur l'ordre de l'utilisation des couverts lors d'un dîner mondain. « C'est facile : on va de l'extérieur vers l'intérieur », lui a expliqué l'amie de la famille. Un sourire radieux illumina le visage de mon fils, qui aimerait certainement (du moins je l'imagine) que toutes ses questions aient des réponses aussi simples, aussi évidentes, aussi raisonnables et, Dieu soit loué, aussi faciles à retenir. ■

LE SANDWICH, OBJET DE FIERTÉ



ED LEVINE

Les Américains peuvent discuter longuement des mérites comparés des sandwiches confectionnés dans leurs villes natales respectives. Un point sur lequel il ne saurait y avoir de discussion est la large diversité de ces créations. Chicago est connu pour ses sandwiches italiens au bœuf, Milwaukee pour la saucisse bratwurst, Philadelphie pour son steak au fromage et Los Angeles pour le « French dip » sandwich (dont le pain a été trempé dans le jus de cuisson de la viande), lequel, selon la légende, est le résultat d'un accident. Aucun d'eux, on peut l'affirmer sans crainte de se tromper, n'a été créé à l'intention des compteurs de calories.

Allez dans n'importe quelle ville des États-Unis, grande ou petite, parlez aux gens du crû et je suis certain que vous constaterez deux choses : un, ils ont un sandwich qu'ils ont inventé, diront-ils, et qu'il n'a pas son égal en Amérique, et deux, ils sont disposés à discuter pendant des heures avec leurs amis et voisins pour savoir qui fait la meilleure version de ce sandwich.

Les habitants de Chicago consomment des millions de sandwiches italiens au bœuf et débattent des mérites comparatifs de ceux du restaurant Mr. Beef et de ceux du restaurant Al's. Les New Yorkais adorent leurs sandwiches au pastrami et les fidèles de la Carnegie Deli n'admettront jamais que celui de chez Katz's est meilleur. Dans tout le pays, il y a des sandwiches qui sont associés à chaque ville, autant – sinon plus – que les équipes sportives.

UN PEU TROP COPIeux MAIS DÉLICIEUX

Le sandwich italien au bœuf est un aliment de base à Chicago depuis 66 ans. Dans des établissements tels que Mr. Beef et Al's, ils prennent de fines tranches de rosbif cuit à feu très doux et dégoulinantes de sauce saturée d'ail et les empilent sur un petit pain à sandwich oblong ; ils les garnissent ensuite de poivrons doux ou de giardinera, des achards épicés. Beaucoup d'habitants de la « ville du vent » y ajoutent une saucisse italienne douce pour en faire ce qu'ils appellent un « combo ». Cela semble être un peu beaucoup, et ça l'est sans doute, mais c'est assurément délicieux.

Demandez à un mécanicien de station-service de Sheboygan ou de Milwaukee, deux villes du Wisconsin situées au nord de Chicago, ce que vous pouvez manger pour déjeuner, et je vous garantis que neuf sur dix ils vous diront : « Une brat » (prononcer « brot »), c'est-à-dire un sandwich à la bratwurst. Les meilleures bratwursts sont grillées sur charbon de bois jusqu'à ce que leur peau soit sur le point d'éclater et de répandre leur jus, puis

Ed Levine écrit des articles sur la gastronomie pour Gourmet, Bon Appétit, Business Week, GQ, Travel + Leisure, Fox News, et le New York Times. Il est le créateur et co-animateur du programme télévisé « New York Eats », diffusé sur la chaîne Metro.

mises dans un petit pain pas trop dur.

À Des Moines (Iowa), où il y a de nombreux élevages porcins, le sandwich au filet de porc est le plat de choix pour le déjeuner chez Smitty's, un restaurant proche de l'aéroport. C'est du filet de porc qui a été martelé, aplati et frit en grande friture. On dirait un frisbee de forme irrégulière, qui dépasse largement le petit pain à hamburger sur lequel il est servi, en particulier une fois qu'il est recouvert de laitue, de tranches de tomate et qu'il dégouline de mayonnaise et/ou de moutarde.

À quatre heures de route de Des Moines, à Kansas City, les sandwiches à la poitrine de bœuf fumée sont rois, faits de fines tranches de délicieuse viande tendre entre deux tranches de pain blanc ordinaire. Un bon sandwich à la poitrine de bœuf fumée, à mon humble avis, n'a pas besoin de sauce, mais à Kansas City, on débat des mérites de la poitrine de bœuf et de la sauce à barbecue d'établissements tels que Gate's, LC's et Oklahoma Joe's.

À New York, les gens discutent de la question de savoir qui fait le meilleur sandwich au pastrami ou au corned-beef pendant des heures, voire des jours, sans arriver à une conclusion. Ce n'est toutefois pas là un phénomène récent. Je suis sûr que la question de savoir qui a les meilleurs produits est chaudement débattue depuis que

des immigrants juifs roumains ont commencé, au tournant du siècle dernier, à vendre des viandes fumées et de salaison dans les boucheries du Lower East Side. De nos jours, la discussion porte sur Katz's (pratiquement la dernière deli du Lower East Side), la Carnegie Deli, la Second Avenue Deli (East Village), ou Artie's (Upper West Side).

PALOURDES FRITES

Les Bostoniens se sont approprié le sandwich aux palourdes frites venu de la ville voisine d'Essex. De grosses palourdes bien replètes sont passées à la pâte puis jetées dans la friture, pour être empilées quelques minutes plus tard sur un petit pain à hot dog, accompagné de sauce tartare et d'une tranche de citron. Bien que la tradition veuille qu'il ait été inventé par Lawrence Dexter Woodman d'Essex (Massachusetts), le 3 juillet 1916, les restaurants de Boston tels que Summer Shack et Kingfisher's font incontestablement justice à ce fabuleux sandwich.

À Philadelphie, les débats en la matière concernent les sandwiches au steak au fromage. Des lamelles de rond de jambe, fines au point d'être transparentes, sont passées

SANDWICHES



sur un gril très chaud, après quoi, à la fin d'un processus de cuisson ultra-rapide (moins de deux minutes) on y ajoute du fromage, soit américain, soit du provolone, soit, pour les plus respectueux des traditions, du Cheese Whiz, une marque de pâte de fromage. Ce délicieux amalgame peu présentable est alors placé sur un petit pain, qui doit être suffisamment croustillant pour absorber le jus de la viande et le fromage fondu qui coule sans se désintégrer, et couvert d'oignons grillés. Gino's, Jim's, Pat's, et Tony Luke's revendiquent tous la supériorité de leur sandwich au steak au fromage. À titre de recherche scientifique, j'ai goûté les produits de ces quatre établissements, au cours d'une seule et même mission. Je ne suis malheureusement pas parvenu à les départager.

En Caroline du Nord, le porc est roi, placé dans une fosse, cuit et fumé pendant des heures à feu ultra-doux ; sa chair tendre et légèrement sucrée se détache alors à la main en longues lamelles ; elle peut également être hachée fin au couteau avec quelques petits morceaux de peau dorée ajoutés à la mixture pour faire bonne mesure. Dans la région est de l'État, la plaine du littoral, dans des restaurants tel Mitchell's de petites villes comme Wilson, on fait cuire le cochon entier (de préférence sur feu de bois uniquement) avant de le découper et de le servir sur un petit pain à hamburger avec une salade de chou cru finement hachée. La sauce à barbecue servie dans l'est de la Caroline du Nord est à base de tomate. Dans la moitié ouest de l'État, le Piedmont, dans les villes telles que Lexington, notamment au Lexington Barbecue n° 1, on ne fait cuire que l'épaule du porc (toujours sur feu de bois) que l'on découpe et que l'on sert sur les mêmes petits pains à hamburger avec de la salade de chou cru. Ici, la sauce est à base de vinaigre. Demander à un Carolinien du Nord d'un bout de l'État ce qu'il pense du barbecue de l'autre bout appelle en guise de réponse un petit ricanement empreint de mépris. Personnellement, je suis pour l'égalité des chances et j'apprécie également les deux variétés de barbecue de Caroline du Nord.

À Miami, où se sont établis des centaines de milliers d'Américains d'origine cubaine, le sandwich cubain règne. Il se compose de tranches de jambon, de rôti de porc et de gruyère dans un petit pain cotonneux avec des tranches de cornichon, de la moutarde et une sauce à l'ail. Le tout est placé dans une presse à sandwich jusqu'à ce que le fromage fonde et que le pain soit grillé et bien croustillant. Où que vous alliez à Miami, de la Plage Sud dans le vent à la Calle Ocho (8e rue), cœur de la communauté cubaine, vous trouverez des dizaines de restaurants tels que le « Versailles » qui servent ce mets de base.

ON NOURRIT LES GRÉVISTES

À la Nouvelle-Orléans, le po-boy et la muffaletta se disputent la suprématie. Selon John T. Edge dans « Southern Belly » (Le ventre du Sud), son guide de la gastronomie du Sud qui fait autorité, le po-boy tel que nous le connaissons est né lorsque les propriétaires d'une sandwicherie, Bennie et Clovis Martin, ont décidé de nourrir gratuitement les employés de la compagnie de tramways locale en grève ; ils criaient pour attirer leur attention : « Here comes another poor boy ! » (Voilà encore un pauvre garçon !) Comme le note John Edge, ce n'est sans doute pas eux qui ont été les premiers à servir des tranches de rôti de bœuf ou de jambon dans une baguette de pain français, mais ils ont très vraisemblablement donné son nom au sandwich. Aujourd'hui, les préparateurs de po-boys d'institutions de la Nouvelle-Orléans aussi estimables que Casamento's, Uglesich's, Parasol's, Mandina's et Mother's y mettent de tout : huîtres, crevettes, crabes à carapace molle, ou canard.

La muffaletta a une toute autre histoire. Elle doit son nom au pain sicilien rond aux graines, que l'on farcit de jambon, salami, mortadelle, provolone et salade d'olives avec suffisamment d'ail pour chasser les malins esprits pendant des décennies. Elle se sert toujours là où elle a vu le jour, aux environs de 1906, à l'Épicerie centrale au bord du Quartier français, ainsi que chez son voisin de la Decatur Street, l'Épicerie du Progrès. Quelle est la meilleure ? Achetez une moitié de muffaletta dans ces deux épiceries et jugez-en vous-même. Si vous tenez à manger votre muffaletta assis à une table, allez voir à la Napoleon House.

À Louisville (Kentucky), vous pouvez déguster un « Brown sandwich » chaud sur les lieux mêmes de son invention, au restaurant J. Graham de l'Hôtel Brown. Selon l'histoire orale, à la fin des années 1920, c'est le chef de cuisine de l'hôtel, Fred K. Schmidt, qui a eu l'idée d'un sandwich à la dinde arrosée de sauce Mornay, avec du bacon et des piments, qu'il passait au gril. Le résultat est une combinaison fondue d'un goût divin si délectable que n'importe quelle ville serait fière d'en faire sa spécialité.

À Los Angeles, une sandwicherie du centre-ville, Phillippe's, revendique l'invention du « French dip sandwich ». Selon Jane et Michael Stern, auteurs de « Roadfood » (S'alimenter en chemin), guide qui répertorie environ 500 établissements de restauration aux États-Unis, un serveur aurait accidentellement laissé tomber un petit pain ouvert en deux dans de la sauce de bœuf en confectionnant un sandwich en vitesse pour un client. Ne voulant pas attendre que le découpeur lui fasse un autre

sandwich, le client a mangé le sien « mouillé ».

De nos jours, chez Philippe's, on vous fait des sandwiches « mouillés » au bœuf, au mouton, au jambon, au porc et à la dinde. On vous le trempe même deux fois dans la sauce si vous le demandez. Vous êtes ainsi garanti d'avoir un sandwich bien mouillé et un taux de cholestérol digne d'une visite chez le cardiologue. ■

L'AMÉRIQUE RÉAGIT À LA PRÉVALENCE CROISSANTE DE L'OBÉSITÉ

MICHAEL JAY FRIEDMAN

La disponibilité de produits alimentaires bon marché, conjuguée à un mode de vie sédentaire, a un effet néfaste sur le tour de taille des Américains. Les deux tiers des adultes présentent une surcharge pondérale, ou pire, ils sont obèses. Les soins médicaux prescrits pour traiter les problèmes de santé qui résultent de cet état de fait coûtent aujourd'hui plus de cent millions de dollars par an. L'ampleur du problème commence à être mieux cernée ; du coup, des millions de dollars sont consacrés à l'achat de produits de régime, l'accent est mis sur la nécessité de faire de l'exercice et les restaurants proposent des repas à calories réduites.

Michael Jay Friedman est chef de projet au Bureau des programmes d'information internationale du département d'État. Il a une formation d'avocat et est titulaire d'un doctorat d'histoire de la politique et de la diplomatie des États-Unis que lui a décerné l'université de Pennsylvanie.

Les Américains ont la chance d'avoir à leur portée une nourriture d'une diversité et d'une abondance sans précédent. Sollicités de tous bords par des formules de repas pratiques, séduisants et peu coûteux, mais souvent riches en calories, beaucoup d'Américains cèdent aux excès alimentaires. Manger plus et se dépenser moins, c'est la recette pour voir l'obésité monter en flèche, et c'est ce qui se passe. Les conséquences pour la santé sont profondes, les fardeaux sociaux considérables. Un nombre croissant d'Américains se rendent compte qu'ils doivent procéder à des choix intelligents face à l'abondance des produits alimentaires.

Pendant la majeure partie des six millions d'années de son existence sur Terre, l'homme a vécu de la chasse, de la pêche et de la cueillette. Ne sachant jamais quand il pourrait avoir son prochain repas, l'Homo sapiens a évolué de manière à survivre en cas de pénurie alimentaire. Notre organisme emmagasine les calories excédentaires sous forme de graisses, lesquelles deviennent une source d'énergie quand la nourriture manque. Ce mécanisme métabolique soigneusement réglé nous est d'un grand secours, mais il n'est pas conçu pour compenser les excès alimentaires systématiques. En effet, l'organisme va continuer de transformer les calories excédentaires en graisses de réserve, même si la surcharge pondérale concomitante va lui nuire.

DES CHANGEMENTS DE STYLE DE VIE

L'agriculture moderne a mis fin aux pénuries alimentaires en Amérique, mais ce n'est qu'au cours des quelques dernières années que le régime alimentaire et les changements du style de vie ont produit une obésité généralisée. L'un de ces changements, c'est que les Américains consomment davantage de produits transformés. Savoureux et pratiques, ils reviennent normalement à moins cher par calorie que les fruits et les

légumes non préparés. Mais la transformation des produits alimentaires s'accompagne souvent de l'ajout d'aromatisants, tels le sucre (11 pour cent des calories consommées en 1970, 16 pour cent aujourd'hui), d'huiles et de substances féculentes.

Par ailleurs, les Américains sont aujourd'hui plus enclins qu'avant de manger au restaurant, en particulier dans les établissements à service rapide. Les Américains sortent pour manger deux fois plus souvent qu'ils ne le faisaient dans les années 1970, et sur chaque dollar consacré à l'alimentation plus de 40 cents sont dépensés au restaurant. Nous avons un faible en particulier pour la restauration rapide. Ses ventes ont progressé de 200 pour cent au cours des vingt dernières années, à tel point que, chaque jour de la semaine, un Américain sur quatre mange dans un restaurant à service rapide. Comme le coût par calorie est peu élevé, les Américains ont pris l'habitude de consommer des portions généreuses : par rapport à il y a vingt ans, la taille des hamburgers a augmenté de 23 pour cent, celle des boissons gazeuses de 52 pour cent.

La modification des habitudes alimentaires est liée au changement du style de vie. Les Américains vivent souvent seuls, et dans les ménages le mari et la femme exercent fréquemment une activité professionnelle. Quand le temps dont on dispose pour la planification et la préparation des repas est réduit, les produits alimentaires transformés séduisent. On peut réchauffer un repas surgelé en quelques minutes au four à micro-ondes. Les restaurants à service rapide proposent même un service d'achat au volant : le père ou la mère de famille qui rentre du travail peut

TOUT UN MENU D'OPTIONS POUR SE METTRE AU RÉGIME

Les Américains donnent l'impression d'être obnubilés par l'idée de suivre un régime, et les raisons qui les poussent à choisir tel régime plutôt que tel autre varient considérablement d'un individu à l'autre.

La plupart des personnes qui suivent un régime le font parce qu'elles veulent maigrir et, en même temps, améliorer leur santé et leur apparence, mais bien d'autres raisons peuvent les pousser à agir ainsi. Il faut citer, par exemple, les convictions religieuses qui interdisent la consommation de certains aliments ; les motivations éthiques, telle la répugnance à tuer des animaux, souvent à la base de la décision de suivre un régime végétarien et la volonté de préserver l'environnement en évitant certains aliments dont la production est perçue comme étant préjudiciable à l'environnement, ou simplement en respect d'une philosophie de la vie que l'on s'impose.

Il existe une variété étonnante de régimes, détaillés dans des livres, des revues et sur l'internet. Ils diffèrent beaucoup en ce qui concerne leur méthodologie et la liste des aliments dont la consommation est soit obligatoire, soit interdite, le degré d'importance qu'ils attachent aux calories, aux lipides, aux glucides et à l'exercice.

La pléthore des choix fait qu'on peut toujours essayer un autre régime quand le premier ne donne pas satisfaction. Voici quelques-uns des régimes actuellement les plus en vogue aux États-Unis :

LE RÉGIME ATKINS

- ☐ Congu par le docteur Robert Atkins, cardiologue aujourd'hui décédé
- ☐ Restreint considérablement les glucides raffinés, tels le sucre et la farine blanche
- ☐ Autorise une grande variété d'autres aliments, viandes par exemple
- ☐ Peu de restrictions quant aux matières grasses et aux calories
- ☐ Comporte quatre phases : la préparation à la perte de poids, la perte de poids, le pré-maintien du poids idéal et le maintien à vie de ce poids

LE RÉGIME BEVERLY HILLS

- ☐ Popularisé par Judy Mazel, diététicienne et auteur
- ☐ Recommande de ne pas manger en même temps des fruits et d'autres aliments
- ☐ Interdit la consommation simultanée de protéines et de glucides
- ☐ Commence par un programme de 35 jours qui fixe de manière précise la liste des aliments à consommer à chaque repas

acheter de quoi nourrir toute la maisonnée sans avoir besoin de sortir de sa voiture, en passant sa commande à un guichet spécial. Ces repas contiennent sans doute plus de « calories vides » (c'est-à-dire dépourvues de valeur nutritive) qu'un repas préparé à la maison, mais c'est une concession qu'acceptent souvent les Américains à court de temps.

Des changements d'un autre type affectent la seconde partie de l'équation concernant l'obésité – celle de la dépense physique. Les personnes actives brûlent les calories qu'elles consomment. Or de plus en plus d'Américains vivent dans des quartiers où les commerces et leur lieu de travail ne sont accessibles que par voiture ou par les transports en commun. Au cours des vingt-cinq dernières années, les déplacements à pied et à bicyclette ont diminué de 40 pour cent. Dans le même temps, la nature du travail s'est modifiée. Moins de travailleurs américains exercent une activité industrielle ardue ; ils sont plus souvent installés devant un écran d'ordinateur et manipulent des données. De surcroît, les loisirs à la maison, qui se résument souvent à la télévision et à l'internet, contribuent au déclin général de l'activité physique, ce qui rend plus difficile encore la tâche de perdre des kilos. Fait révélateur, l'obésité est un problème moindre à New York, où les déplacements à pied (pour aller au travail ou à des spectacles et pour faire des courses) sont plus courants que dans pratiquement toutes les autres villes du pays.

UN TOUR DE TAILLE QUI AUGMENTE

Ces facteurs ont conduit tout droit à l'augmentation rapide et malsaine du tour de taille des Américains. Le nombre de personnes trop grosses, voire obèses, a progressé de 74 pour cent depuis 1991. Les deux tiers des adultes tombent dans l'une de ces deux catégories. (Le Centre national pour la prévention des maladies chroniques et la promotion de la santé, sis à Atlanta en Géorgie, a mis au point une formule, dite indice de masse corporelle, ou IMC, visant à calculer la part des tissus adipeux par rapport à la masse maigre. La surcharge pondérale et l'obésité sont caractérisées respectivement par un IMC compris entre 25 et 29,9 et par un IMC égal ou supérieur à 30. Consulter le site <http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/obesity/defining.htm#Circumference> pour avoir plus de renseignements, en anglais.)

Ces phénomènes sont lourds de conséquences pour la santé. Les soins médicaux qu'ils entraînent se chiffrent à plus de cent millions de dollars par an. On estime à 300 000 au moins le nombre d'Américains qui meurent chaque année d'états pathologiques liés à l'obésité, tels le diabète et les maladies cardiaques ; l'obésité serait même aujourd'hui le principal facteur de décès prématuré des Américains. Aussi graves que soient ces

LE RÉGIME SCARSDALE

- ☐ Popularisé par le docteur Herman Tarnover, cardiologue aujourd'hui décédé
- ☐ Prévoit une diète de 7 à 14 jours
- ☐ Précise les types d'aliments qui doivent être consommés et ceux qui ne doivent pas l'être
- ☐ Insiste sur les fruits, les légumes et les protéines maigres
- ☐ Grignotage interdit

LE RÉGIME SOUTH BEACH

- ☐ Popularisé par le docteur Arthur Agatston, cardiologue
- ☐ Organisé en trois phases
- ☐ Autorise la consommation de portions normales de protéines maigres : poisson et poulet par exemple
- ☐ Interdit la consommation de pain, de riz, de pâtes, de sucre et de produits de boulangerie pendant la première phase, qui dure 14 jours
- ☐ Autorise la consommation illimitée de certains légumes, mais pas ceux dont l'indice glycémique est élevé (betteraves, carottes, maïs et patates douces, par exemple)

LE RÉGIME WEIGHT WATCHERS (MARQUE DÉPOSÉE)

- ☐ Insiste sur tout un ensemble d'habitudes de vie, dont des réunions en groupe, gage de motivation
- ☐ Insiste sur la modification de certaines habitudes, comme celle qui consiste à manger parce qu'on s'ennuie et non parce qu'on a faim
- ☐ Tous les aliments sont classés en fonction de leur teneur en lipides, en fibres et en calories, et des points leur sont assignés en conséquence
- ☐ Pas de liste d'aliments interdits, mais il ne faut pas dépasser le nombre de points autorisés

LE RÉGIME FIT FOR LIFE

- ☐ Popularisé par le diététicien Harvey Diamond
- ☐ Accorde une place prépondérante aux fruits et aux légumes
- ☐ Restreint considérablement les produits laitiers et les viandes
 - Apprend à manger conformément aux « cycles naturels de la digestion »

LE RÉGIME VÉGÉTALIEN

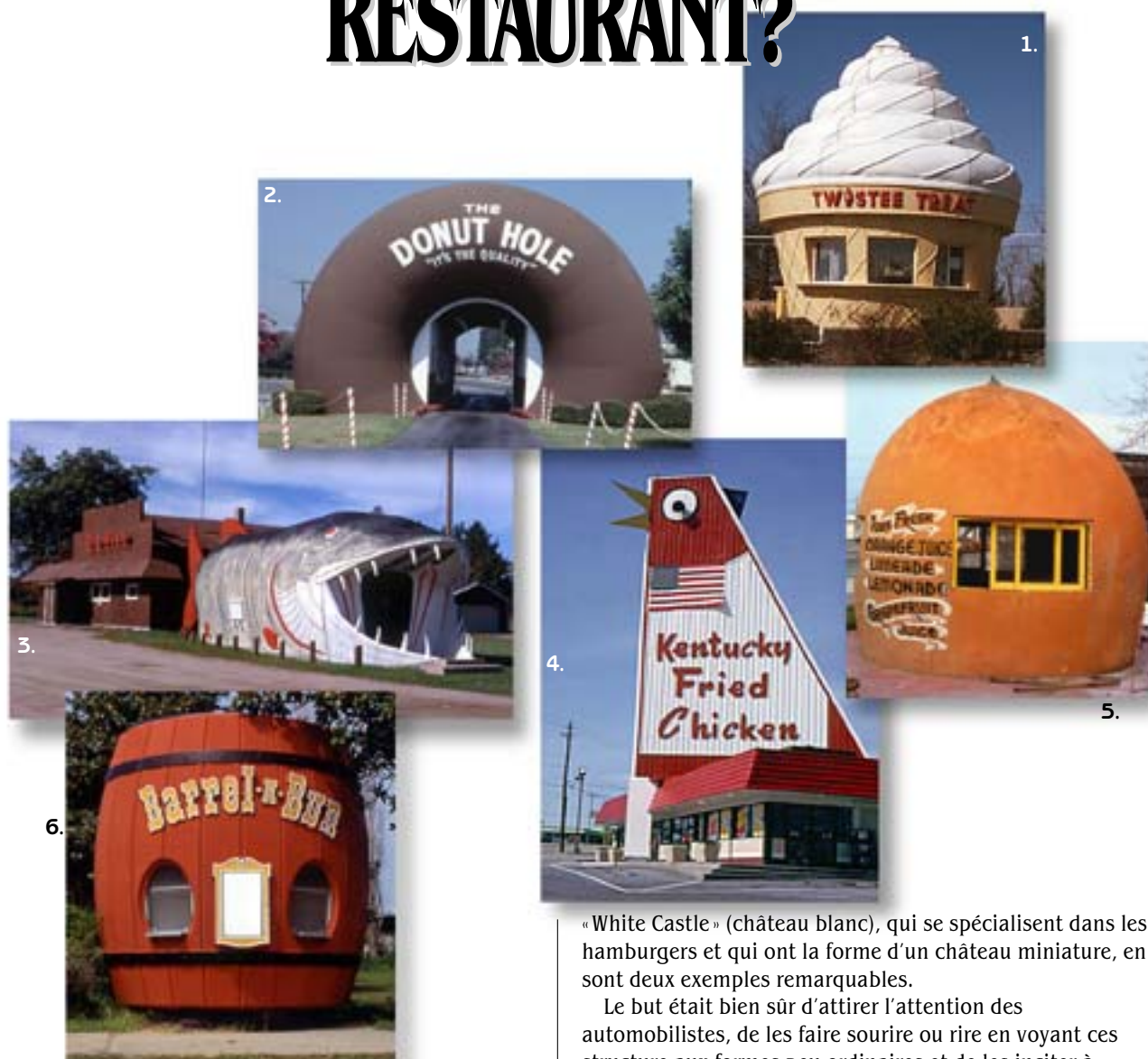
- ☐ Strict régime végétarien qui interdit la consommation de viandes et de tout produit d'origine animale, fromage et lait y compris

statistiques, elles ne révèlent pas la mesure dans laquelle l'accumulation excessive de kilos empêche les individus de prendre part à toutes sortes d'activités courantes de l'existence et d'y prendre plaisir.

L'obésité généralisée est un phénomène récent, mais beaucoup d'Américains sont conscients qu'ils doivent faire attention à leurs habitudes alimentaires et à leur style de vie. Les consommateurs dépensent chaque année quelque 34 millions de dollars pour des produits de régime. Les résultats varient, parce que le contrôle du poids exige l'adoption de saines pratiques alimentaires et qu'il n'y a pas de solution miracle. L'introduction de produits de grignotage plus sains, mais qui restent pratiques, et la disponibilité accrue de plats de résistance compatibles avec les régimes minceur sont des signes encourageants. Même l'industrie de la restauration rapide fait état d'une hausse de 16 pour cent des ventes de salades composées par rapport à l'année dernière.

Pour perdre de l'embonpoint et rester en bonne santé, il faut surveiller son alimentation et juger d'un œil critique la façon dont on vit au quotidien. Les Américains sont de plus en plus nombreux à se rendre compte qu'ils ne peuvent pas se livrer à toutes sortes d'excès même si leurs ressources alimentaires semblent illimitées. ■

EST-CE VRAIMENT UN RESTAURANT?



À partir des années 1930, l'intense concurrence au sein de l'industrie de la restauration et la dépendance croissante des Américains vis-à-vis de l'automobile engendrèrent une nouvelle tendance en matière de conception architecturale des restaurants, et des formes curieuses et caractéristiques des plats qui étaient servis virent le jour. C'est ainsi que des restaurants eurent la forme de bols de soupe, de cafetières, de bouteilles de lait, de beignets (doughnuts), de sandwiches, de fruits géants, et même d'oiseaux et d'animaux de toutes sortes.

Le célèbre restaurant « Brown Derby » de Los Angeles (qui avait la forme d'un chapeau melon) et les restaurants

« White Castle » (château blanc), qui se spécialisent dans les hamburgers et qui ont la forme d'un château miniature, en sont deux exemples remarquables.

Le but était bien sûr d'attirer l'attention des automobilistes, de les faire sourire ou rire en voyant ces structures aux formes peu ordinaires et de les inciter à s'arrêter pour y prendre un repas.

Ce genre d'architecture de restaurant a commencé à disparaître dans les années 1950, mais il en demeure encore quelques exemples aujourd'hui, certains établissements continuant à servir des repas, d'autres étant le symbole nostalgique d'une époque révolue. ■

1) Marchand de crème glacée « Twistee Treat », St. Joseph, Missouri

2) Marchand de beignets « Donut Hole », La Puente, Californie

3) « Big Fish Supper Club », Bena, Minnesota 4) « Kentucky Fried Chicken »,

Quechee, Vermont 5) Marchand de jus d'orange, Turlock, Californie

6) « Barrel and Bun », Buckroe Beach, Virginie

Note – Pour toutes les photographies, Copyright © John Margolies/Esto.

RIEN N'EST PLUS AMÉRICAIN ... QUE LA TARTE AUX POMMES

La tarte aux pommes est le dessert américain par excellence. Chaque famille a sa recette préférée. En voici une qui est excellente, reproduite avec la gracieuse permission de la revue culinaire Cook's Illustrated.

Ingrédients :

- 1 kilogramme de pommes Granny Smith, épluchées, coupées en quartiers, évidées et coupées en lamelles d'un centimètre
- 150 g de sucre, plus 2 cuillerées à café pour saupoudrer sur la pâte qui recouvrira les pommes
- 2 cuillerées à soupe de farine
- 1/2 cuillerée à café de cannelle en poudre
- une pincée de sel
- pâte brisée pour deux abaisses (voir la recette ci-dessous) et moule à tourte en pyrex d'une vingtaine de centimètres de diamètre
- 30 g de beurre doux, coupé en petits dés (pour la cuisson des pommes)

Faire macérer les pommes pendant 10 à 15 minutes dans un grand saladier avec le sucre, la farine, la cannelle et le sel, le temps qu'elles ramollissent un peu.

Recette de pâte brisée pour une tarte avec couvercle d'une vingtaine de centimètres de diamètre :

- 280 g de farine tout-usage
- deux bonnes pincées de sel
- 2 cuillerées à soupe de sucre
- 160 g de beurre doux bien froid et coupé en petits dés
- 8 cuillerées à soupe de matière grasse végétale bien froide
- 6 à 8 cuillerées à soupe d'eau glacée

Mélanger la farine, le sel et le sucre avec un robot culinaire équipé d'une lame en acier jusqu'à obtenir une texture sableuse, les morceaux de beurre ne devant pas être plus gros qu'un petit pois et compter quatre pulsations supplémentaires d'une seconde. Transférer la pâte dans un saladier de taille moyenne.

Verser doucement trois cuillerées à soupe d'eau glacée sur la pâte. Avec la lame d'une spatule en caoutchouc, pousser la pâte, l'aplatir et la replier sur elle-même. Appuyer sur la pâte avec le bord plat de la spatule jusqu'à ce que la pâte finisse par coller, en rajoutant jusqu'à une cuillerée à soupe d'eau glacée au fur et à mesure des besoins. Former deux boules, l'une un peu plus grosse que l'autre, et les aplatir pour en faire deux cercles épais. Les saupoudrer de farine, les envelopper dans un papier film alimentaire et les laisser reposer 30 minutes au réfrigérateur.

Préparation de la tarte :

Glisser la grille au cran le plus bas du four et le préchauffer à 200 °C. Etaler le plus gros morceau de pâte sur une surface légèrement farinée pour en faire un cercle d'environ 30 cm de diamètre et de 3 mm d'épaisseur. Placer la pâte au fond du moule de manière à pouvoir en replier les bords plus tard. Mettre les pommes, avec leur jus, sur la tarte ; éparpiller dessus les morceaux de beurre.

Etaler la seconde abaisse sur une surface légèrement farinée pour en faire un cercle d'environ 25 cm de diamètre et déposer celui-ci par-dessus les pommes. Couper les bords du fond de la tarte et de son couvercle pour qu'ils dépassent du moule de 6 mm. Replier-les. Pincer la pâte ou la piquer avec une fourchette pour les coller. Faire quatre fentes à angle droit dans le couvercle de la tourte pour laisser la vapeur de cuisson des pommes s'échapper. Saupoudrer avec le sucre qui reste.

Placer la tarte sur une plaque à pâtisserie ; cuire jusqu'à ce que la croûte soit légèrement dorée, environ 30 minutes. Réduire la température à 175 °C et continuer la cuisson jusqu'à ce que la croûte soit bien dorée et que les pommes puissent être percées facilement avec un couteau, soit environ 30 minutes de plus. Si la tourte est dorée avant d'avoir fini de cuire, la recouvrir avec du papier d'aluminium et continuer de la cuire.

À la sortie du four, la placer sur une grille ; laisser refroidir au moins une heure avant de servir. Se mange chaude avec de la glace à la vanille.

Reproduit avec la permission de la revue Cook's Illustrated, édition septembre/octobre 1994. Pour demander un numéro d'essai gratuit, contacter Cook's Illustrated en composant le 800-526-8442 aux États-Unis. On trouvera sur le site internet www.cooksillustrated.com des articles, des recettes et des renseignements pour s'abonner à cette revue.

GLOSSAIRE D'EXPRESSIONS IDIOMATIQUES

SUR LE THÈME DES PRODUITS ALIMENTAIRES

Peut-être plus que tout autre domaine, les produits alimentaires contribuent à bien des expressions idiomatiques dans la langue anglaise. En voici quelques exemples :

To sow wild oats – Littéralement, « semer de l'avoine sauvage », c'est-à-dire faire beaucoup d'excès quand on est jeune avant de mener une existence plus rangée et d'assumer ses responsabilités en tant qu'adulte (« Jeter sa gourme »).

From soup to nuts – Littéralement, « de la soupe jusqu'aux noix », autrement dit tout ce qu'on peut imaginer.

To be a peach – Littéralement, être « une pêche », c'est-à-dire être une personne adorable, très « sympa ».

Peachy keen – Littéralement, « chouette comme une pêche », c'est-à-dire vraiment très bien.

To separate the wheat from the chaff – Séparer le bon grain de l'ivraie, c'est-à-dire les bons des méchants, le bien du mal.

To work for peanuts – Littéralement, « travailler pour des cacahuètes ». On dirait en français « travailler pour une bouchée de pain ».

Sour grapes – Littéralement, « raisins verts ». S'emploie pour évoquer un sentiment de dépit, de rancœur ou de jalousie.

A lemon – « Un citron ». Désigne une voiture qui tombe constamment en panne parce qu'elle a été mal conçue.

To have your cake and eat it, too – Littéralement, « garder son gâteau et le manger aussi ». C'est le désir de vouloir en même temps deux choses incompatibles (ne pas pouvoir avoir le beurre et l'argent du beurre).

Crying over spilled milk – Littéralement, « pleurer à cause du lait qui a été renversé », c'est-à-dire exprimer des regrets stériles au sujet d'événements dont on ne peut pas changer le cours parce qu'ils sont révolus.

To spill the beans – Littéralement, « renverser les haricots », c'est-à-dire révéler, par mégarde ou par ignorance, une information qui devait rester secrète (vendre la mèche).

To bring home the bacon – Littéralement, « rapporter le bacon à la maison ». Autrement dit, subvenir aux besoins de sa famille (faire bouillir la marmite).

Apple of one's eye – Littéralement, la « pomme de ses yeux ». En français, on parlerait de « la prune de ses yeux », à propos d'une personne ou d'une chose à laquelle on tient par-dessus tout.

As easy as pie – Littéralement, « aussi facile qu'une tarte ». Se dit de quelque chose de très simple, d'évident, de facile. « C'est du gâteau » ou « Simple comme bonjour » sont deux expressions équivalentes.

Cream of the crop – La crème de la crème, ce qu'il y a de mieux.

A finger in every pie – Littéralement, « un doigt dans chaque tarte ». Se dit d'une personne qui a des activités multiples, souvent source d'agacement pour autrui.

Cool as a cucumber – Littéralement, « frais comme un concombre ». Se dit d'une personne qui reste calme en dépit de circonstances difficiles.

Cup of tea – « Tasse de thé ». Ce qui est au goût de quelqu'un, son activité préférée.

To use one's noodle – Se servir de son cerveau ; c'est-à-dire réfléchir.

To butter up – Littéralement, « tartiner avec du beurre ». On dirait en français « passer de la pommade à quelqu'un », c'est-à-dire le flatter grossièrement.

To go bananas – Littéralement, « devenir bananes », c'est-à-dire s'énervier jusqu'à perdre la tête, piquer une crise.

Like taking candy from a baby – Littéralement, « comme prendre des bonbons à un bébé ». Se dit d'une tâche d'une simplicité enfantine.

To bear fruit – « Porter ses fruits », c'est-à-dire réussir.

Two peas in a pod – Littéralement, « deux pois dans une gousse ». Se dit de deux personnes qui se ressemblent comme deux gouttes d'eau ou qui réagissent de la même manière.

To eat humble pie – Littéralement, « manger de la tourte humble ». Autrement dit, demander pardon et présenter publiquement ses excuses (faire amende honorable).

In a nutshell – Littéralement, « dans une coquille de noix », c'est-à-dire en quelques mots, en bref, en condensé.

In the soup – Littéralement, « dans la soupe ». Autrement dit, avoir des ennuis (« Être dans la mélasse ou dans le pétrin »).

In a pickle – Littéralement, « dans la saumure ». En d'autres termes, être dans une situation critique, dangereuse, embarrassante (être dans de beaux draps).

Big enchilada – Littéralement, « une grosse enchilada » (tortilla de maïs roulée) ; autrement dit, une personne importante (« les huiles » ou « les grosses légumes » en français).

Cauliflower ear – Littéralement, « oreille en chou-fleur ». Se dit d'une oreille déformée à la suite de traumatisme répétés. Synonyme : « oreille de boxeur ».

Flat as a pancake – Littéralement, « plat comme une galette », c'est-à-dire très plat.

Nutty as a fruitcake – Complètement cinglé ; jeu de mots sur l'adjectif « nutty », dérivé du nom « nut », terme générique pour les fruits à coque (noix, noisettes) que l'on incorpore aux « cakes », qui désigne aussi une personne excentrique.

BIBLIOGRAPHIE (en anglais)

Autres ouvrages sur l'alimentation, la cuisine et les repas aux États-Unis

Anderson, Jean. *The American Century Cookbook*. New York: Clarkson N. Potter, 1997.

Art Institute Staff. *American Regional Cuisine: A Coast-to-Coast Celebration of the Nation's Culinary Diversity*. New York: Wiley, 2002.

Bastianich, Lidia Matticchio. *Lidia's Italian-American Kitchen*. New York: Knopf, 2001.

Beard, James. *James Beard's American Cookery*. Edison, NJ: Galahad Books, 1996.

Child, Julia, Simone Beck, and Louisette Bertholle. *Mastering the Art of French Cooking*. 40th ed. New York: Knopf, 2001. 2 vols.

Claiborne, Craig. *The New York Times Cookbook*. New York: HarperTrade, 1990.

Cronkhite, Russell. *A Return to Sunday Dinner*. Sisters, OR: Multnomah, 2003.

Crosby, Alfred W. *The Columbian Exchange: Biological and Cultural Consequences of 1492*. 30th ed. Westport, CT: Praeger, 2003.

Cunningham, Marion et al. *The Fannie Farmer Cookbook*. 13th ed. New York: Knopf, 1996. 874 pp. (Published in commemoration of the 100th anniversary of the classic 1896 *Boston Cooking-School Cook Book* by Fannie Merritt Farmer. A searchable copy of the 1918 edition is online at <http://www.bartleby.com/87/>.)

Denker, Joel. *The World on a Plate: A Tour Through the History of America's Ethnic Cuisine*. Boulder, CO: Westview Press, 2003.

Diehl, Lorraine B. and Marianne Hardart. *The Automat: The History, Recipes, and Allure of the Art Deco Masterpieces*. New York: Crown, 2002.

Dornenburg, Andrew and Karen Page. *The New American Chef: Cooking With the Best of Flavors and Techniques From Around the World*. New York: Wiley, 2003.

Elie, Lolis Ellis and Frank Stewart. *Smokestack Lightning: Adventures in the Heart of Barbecue Country*. New York: Farrar, Straus & Giroux, 1997.

Fisher, M.F.K. *The Art of Eating*. New York: Wiley, 2004.

Gutman, Richard J.S. *American Diner Then and Now*. Baltimore: Johns Hopkins University Press, 2000.

Haber, Barbara. *From Hardtack to Home Fries: An Uncommon History of American Cooks and Meals*. New York: Simon and Schuster, 2004.

Hatchett, Louis B., Jr. *Duncan Hines: The Man Behind the Cake Mix*. Macon, GA: Mercer University Press, 2004.

Hughes, Holly, ed. *Best Food Writing 2004*. New York: Avalon Publishing Group, 2004. (Fifth in a series that selects "the most exceptional writing from the past year's books, magazines, newspapers, newsletters, and Web sites.")

Katzen, Mollie. *The New Moosewood Cookbook*. Berkeley, CA: Ten Speed Press, 2004.

Levine, Ed. *Pizza: Slice of Heaven*. New York: Universe, November 2004.

Levine, Ed. *New York Eats (More): The Food Shopper's Guide to the Freshest Ingredients, the Best Take-out and Baked Goods, and the Most Unusual Marketplaces in All of New York*. New York: St. Martin's Press, 1997.

Levenstein, Harvey A. *Paradox of Plenty: A Social History of Eating in Modern America*. Rev. ed. Berkeley: University of California Press, 2003.

Lewis, Edna. *The Taste of Country Cooking*. New York: Random House, 1976.

Lewis, Edna and Scott Peacock. *The Gift of Southern Cooking: Recipes and Revelations from Two Great American Cooks*. New York: Knopf, 2003.

Lo, Eileen Yin-Fei. *The Chinese Kitchen: Recipes, Techniques, Ingredients, History, and Memories from America's Leading Authority on Chinese Cooking*. New York: Morrow, 1999.

Lovegren, Sylvia. *Fashionable Food: Seven Decades of Food Fads*. New York: Macmillan, 1995.

Lukins, Sheila and Peter Kaminsky. *Celebrate!* New York: Workman's, 2003. (A collection of menus and recipes for 43 kinds of American celebrations, from New Year's Day through Independence Day to Chanukah and Christmas.)

Mariani, John. *America Eats Out: An Illustrated History of Restaurants, Taverns, Coffee Shops, Speakeasies, and Other Establishments That Have Fed Us for 350 Years*. New York: Morrow, 1991.

Marranca, Bonnie, ed. *A Slice of Life: A Collection of the Best and the Tastiest Modern Food Writing*. New York: Overlook Press, 2003.

Martinez, Zarela. *Food from My Heart: Cuisines of Mexico Remembered and Reimagined*. New York: Wiley, 1995.

Martinez, Zarela with Anne Mendelson. *Zarela's Veracruz: Mexico's Simplest Cuisine*. Boston: Houghton Mifflin, 2004.

Mercuri, Becky. *Food Festival, U.S.A.: 250 Red, White and Blue Ribbon Recipes from All 50 States*. Laurel Glen, 2002.

Morrison, Rosanna Mentzer. *FoodReview: Weighing In on Obesity*. ERS FoodReview No. 25-3. Washington: U.S. Dept. of Agriculture,

Economic Research Service, January 2003.
<http://www.ers.usda.gov/publications/foodreview/dec2002/>

Nathan, Joan. *Jewish Cooking in America*. New York: Knopf, 1998.

Philipson, Tomas et al. *The Economics of Obesity: A Report on the Workshop Held at USDA's Economic Research Service*. E-FAN No. 04-004. Washington: U.S. Dept. of Agriculture, Economic Research Service. May 2004.
<http://www.ers.usda.gov/publications/efan04004/>

Ray, Rachel. *Get Togethers: Rachel Ray's 30-Minute Meals*. New York: Lake Isle Press, 2004.

Reichl, Ruth and Gourmet Magazine Editors, eds. *Endless Feasts: Sixty Years of Writing from "Gourmet."* New York: Random House, Modern Library, 2004.

Rombauer, Irma S., Marion Rombauer Becker and Ethan Becker. *The Joy of Cooking*. Rev. ed. New York: Scribner, 1997.

Rosengarten, David. *It's All American Food: The Best Recipes for More Than 400 New American Classics*. Boston: Little Brown, 2003.

Rosengarten, David. *Taste: One Palate's Journey Through the World's Greatest Dishes*. New York: Random House, 1998.

Schenone, Laura. *A Thousand Years Over a Hot Stove: History of American Women Told Through Food Recipes and Remembrances*. New York: Norton, 2003.

Shapiro, Laura. *Perfection Salad: Women and Cooking at the Turn of the Century*. New ed. New York: Modern Library, 2001.

Shapiro, Laura. *Something from the Oven: Reinventing Dinner in 1950s America*. New York: Viking Penguin, 2004.

Tillery, Carolyn Quick. *The African-American Heritage Cookbook: Traditional Recipes and Fond Remembrances from Alabama's Renowned Tuskegee Institute*. Secaucus, NJ: Citadel Press, 1997.

Tillery, Carolyn Quick. *Celebrating Our Equality: A Cookbook with Recipes and Remembrances from Howard University*. Secaucus, NJ: Citadel Press, 2003.

Tillery, Carolyn Quick. *A Taste of Freedom: A Cookbook with Recipes and Remembrances from the Hampton Institute*. Secaucus, NJ: Citadel Press, 2002.

Trillin, Calvin. *The Tummy Trilogy*. New York: Farrar, Straus & Giroux, 1994.
Contains essays from three previously published books: *American Fried*; *Alice, Let's Eat*; and *Third Helpings*.

Tsai, Ming and Arthur Boehm. *Blue Ginger: East-Meets-West Cooking With Ming Tsai*. New York: Crown, 1999.

Tsai, Ming and Arthur Boem. *Simply Ming: Easy Techniques for East-Meets-West Meals*. New York: Clarkson N. Potter, 2003.

U.S. Dept. of Health and Human Services. Centers for Disease Control and Prevention. Nutrition, Physical Activity, and Obesity Prevention Program. *Resource Guide for Nutrition and Physical Activity Interventions to Prevent Obesity and Other Chronic Diseases*. Atlanta, GA: (2003).
http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/pdf/guidance_document_3_2003.pdf

Le département d'État américain n'est pas responsable du contenu ou de la disponibilité des ressources énumérées ci-dessus.

SITES INTERNET (en anglais)

*Options en ligne pour trouver tout ce que vous désirez savoir sur l'alimentation,
la cuisine et les repas aux États-Unis*

CHEFS

James Beard Foundation
<http://www.jamesbeard.org/>

Julia Child: Lessons with Master Chefs
<http://www.pbs.org/juliachild/>

Mollie Katzen
<http://www.molliekatzen.com/>

Edna Lewis
http://eat.epicurious.com/holiday/black_history/index.ssf/?/holiday/black_history/lewis.html

Zarela Martínez
<http://www.zarela.com>

Rachel Ray
http://www.foodnetwork.com/food/rachael_ray/0,1974,FOOD_9928,00.html

Star Chefs
<http://www.starchefs.com/chefs/html/index.shtml>

Ming Tsai
<http://www.ming.com>

Yahoo: Search Directory -- Chefs
http://dir.yahoo.com/Society_and_Culture/Food_and_Drink/Chefs/

PÉRIODIQUES

Amber Waves: The Economics of Food, Farming, Natural Resources, and Rural America
<http://www.ers.usda.gov/AmberWaves/>

Bon Appétit
<http://eat.epicurious.com/bonappetit/>

Cook's Illustrated
<http://www.cooksillustrated.com>

Cooking Light
<http://www.cookinglight.com/cooking>

Cuisine at Home
<http://www.cuisinemag.com/>

Diabetic Gourmet
<http://diabeticgourmet.com/>

Eating Well: The Magazine of Food and Health
<http://www.eatingwell.com/>
Everyday Food
<http://www.marthastewart.com/page.jhtml?type=learn-cat&id=cat17922>

Food and Wine
<http://www.foodandwine.com/>

Gastronomica: The Journal of Food and Culture
<http://www.gastronomica.org/>

Gourmet: The Magazine of Good Living
<http://eat.epicurious.com/gourmet/>

Simple Cooking
<http://www.outlawcook.com/>

Southern Living
<http://www.southernliving.com/>

Taste of Home
<http://www.tasteofhome.com/>

Vegetarian Times
<http://www.vegetariantimes.com/>

AUTRES SITES

The A&W American Recipe Collection
<http://www.governorsrecipes.com/>
Sponsored by A&W Root Beer, this site features dishes from each of the 50 states, as submitted by their governors. Access is provided through a clickable map, a drop-down menu, and a downloadable recipe book containing additional recipes using root beer.

America the Bountiful: Classic American Food from Antiquity to the Space Age
<http://www.lib.ucdavis.edu/exhibits/food/>
This exhibit from the University of California, Davis, chronicles the use of "10 classic American food groups including: beef, chicken, turkey, pork, potatoes, corn, greens, wheat, beans, and apples" that have played a role in American culture.

America's Test Kitchen
<http://www.americastestkitchen.com/>
This companion site to a public television series sponsored by *Cook's Illustrated* magazine provides all of the recipes from the series as well as related information on equipment, food ratings, and food science.

American Diner Museum
<http://www.dinermuseum.org/>
Dedicated to "celebrating and preserving the cultural and historical significance of the American diner," the American Diner Museum site offers news, features, events, tours, a registry of diners, and other resources.

Bon Appétit! Julia Child's Kitchen at the Smithsonian
<http://americanhistory.si.edu/juliachild/default.asp>
Designed to accompany an exhibition at the National Museum of American History, this Web site includes an audio interview with Julia Child, a timeline with related stories, a dynamic exploration of the exhibition, and detailed information about the objects that

are included. A companion site, "What's Cooking? Julia Child's Kitchen at the Smithsonian," <http://americanhistory.si.edu/kitchen/>, tells the story of the development of the exhibition.

Culinary Institute of America

<http://www.ciachef.edu/>

Founded in 1946, this private, not-for-profit college offers bachelor's degrees, associate degrees, and continuing education programs in the food service industry. Information on the site is designed for professionals, alumni, educators, and cooking enthusiasts.

Epicurious: The World's Greatest Recipe Collection

<http://eat.epicurious.com/>

This site contains thousands of recipes as well as articles and other features from *Bon Appétit* and *Gourmet* magazines. Links to information about food, wine, shopping, and travel are also provided.

Fast Food Facts – Interactive Food Finder

<http://www olen.com/food/>

Based on the book *Fast Food Facts* by the Minnesota Attorney General's Office, this interactive site allows you to determine the number of calories, grams of fat, sodium, and cholesterol in fast food, so you can create a menu based on your nutritional profile.

Feeding America: The Historic American Cookbook Project

<http://digital.lib.msu.edu/cookbooks/>

The Michigan State University and the MSU museum collaborated on this online collection of the "most important and influential 19th and early 20th century American cookbooks." The site includes a glossary of cookery terms, essays by culinary historian Jan Longone, biographies of the cookbook authors, and multidimensional images of antique cooking implements from the collections of the MSU Museum."

Food and Nutrition Information Center (FNIC)

<http://www.nal.usda.gov/fnic/>

The National Agricultural Library's FNIC's Web site provides a directory to resources for consumers, nutrition and health professionals, educators, and government officials. Sections of the site include extensive resource lists of educational materials, government reports, and research papers; searchable databases; dietary supplements; food composition; dietary guidelines; the Food Guide Pyramid, and a "Consumer Corner."

The Food Museum Online

<http://www.foodmuseum.com/>

This site provides a "virtual tour of the world's foods, based on artifacts from the museum's collections. The site answers food questions, relates food news, reviews books, and describes the museum's programs." Of interest is the exhibits section, which includes food lists and foods that originated in the Western Hemisphere.

Food Network

<http://www.foodnetwork.com/>

A commercial cable television network, the Food Network explores "new, different, and interesting ways to approach food – through pop culture, adventure, travel" – in addition to its many cooking shows. Besides television schedules, recipes, and cooking tips, the Web site presents information about entertainment, travel, and shopping.

The Food Timeline

<http://www.gti.net/mocolib1/kid/food.html>

This timeline from the Morris County Library, New Jersey, "illustrates the human experience of technological advancement,

social history, and creative ingenuity" through food from prehistory to modern times. The companion site, "Culinary History Timeline: Social History, Manners and Menus," <http://www.gti.net/mocolib1/kid/food1.html>, provides links to American and international culinary customs and traditions. The Great American Potluck

<http://memory.loc.gov/ammem/ndlpedu/features/immig/ckbk/index.html>

This interactive site from the American Memory Project of the Library of Congress highlights the immigrant experience through recipes that are searchable by title, category, and region.

Key Ingredients: America by Food

http://www.museumonmainstreet.org/exhibs_key/key.htm

An online educational companion to the Smithsonian Institution's traveling exhibition, "Key Ingredients: America by Food" explores regional traditions and international influences in American cuisine. Divided into three segments, the exhibition includes "500 Years of American Food," "The American Cookbook Project," and "Eating from Coast to Coast," where Americans recommend local restaurants, festivals, and markets.

Leite's Culinaría

<http://www.leitesculinaria.com>

Articles, recipes, food history, a newsletter, and other useful resources are contained in this site maintained by food writer David Leite. See especially the article, "Dining Through the Decades: 100 Years of Glorious American Food," which first appeared in the *Chicago Sun Times*, 29 December 1999: <http://www.leitesculinaria.com/features/dining.html>.

NativeTech: Food & Recipes

<http://www.nativetech.org/food/index.php>

This is an extensive collection of Native American recipes, browsable by type of dish or region and tribe. NativeTech also provides a Food & Recipes bibliography, which links to a list of Native American cookbooks: <http://www.nativetech.org/food/foodrefs.html>.

Not by Bread Alone: America's Culinary Heritage

<http://rmc.library.cornell.edu/food/>

From the Division of Rare and Manuscript Collections at the Cornell University Library, this exhibition "explores the influences and inventions that have shaped American food habits over the past 200 years." It highlights rare books, photographs, menus, and other early documents that trace the history of gastronomy in America.

Nutrition and Your Health: Dietary Guidelines for Americans

<http://www.health.gov/dietaryguidelines/>

Published jointly every five years by the Department of Health and Human Services (HHS) and the Department of Agriculture (USDA), the guidelines provide authoritative advice on healthier living, based on exercise, moderate eating, and a balanced diet. Links to reports and other government sites are also provided. For more information on diet and nutrition, see the Web page of the Center for Nutrition Policy and Promotion, U.S. Dept. of Agriculture: <http://www.usda.gov/cnpp/>.

Nutrition.gov

<http://www.nutrition.gov/home/index.php3>

This is a portal page, providing access to accurate scientific information on nutrition, healthy eating, physical activity, and food safety from over a dozen government Web sites. It addresses the prevention of food-related diseases, such as diabetes, cancer, heart disease, and obesity; the food pyramid; food labels; health management; recipes; and other topics. The page also links to information about nutrition and food

assistance programs, federally supported research, and funding opportunities in the federal government.

Overweight and Obesity

<http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/obesity/index.htm>

From the Centers of Disease Control's Division of Nutrition and Physical Activity, this site focuses on all aspects of overweight and obesity from contributing factors to health and economic consequences. Recommendations are offered, state-based programs are detailed, and a list of useful resources is provided.

Thanksgiving in American Memory

<http://memory.loc.gov/ammem/ndlpedu/features/thanks/thanks.html>

This learning resource from the American Memory Project of the Library of Congress includes a Thanksgiving timeline as well as sections on reminiscences and celebrations. Links to additional teaching resources and to the historical collections at the library are provided as well.

Le département d'État américain n'est pas responsable du contenu ou de la disponibilité des ressources énumérées ci-dessus.



REVUE ÉLECTRONIQUE DU DÉPARTEMENT D'ÉTAT DES ÉTATS-UNIS
Bureau des programmes d'information internationale

<http://usinfo.state.gov/>

