

# Une brève histoire du sucre et du sucré

Eric BIRLOUEZ, cabinet Epistème (ericbirlouez@wanadoo.fr)

Agronome consultant et enseignant en Histoire et Sociologie de l'Alimentation

*Derniers ouvrages parus : « Festins princiers et repas paysans à la Renaissance. » Editions Ouest France, 2011*

*« A la table des seigneurs, des moines et des paysans du Moyen Age ». Editions Ouest France, 2009*

## **Du miel ancestral au sucre médiéval**

Nos plus lointains ancêtres ont très probablement recherché le miel avec une grande avidité. « Ce doux présent des dieux » (c'est ainsi que le qualifiait l'auteur latin Virgile) représente en effet la seule source naturelle, avec la pulpe ou le jus de certains fruits, de cette saveur « douce » - c'est-à-dire sucrée - vis-à-vis de laquelle les hommes éprouvent, depuis l'origine des temps et de façon universelle, une attirance innée.

Les chasseurs-cueilleurs du Paléolithique, puis les agriculteurs-éleveurs qui leur ont succédé au Néolithique et pendant l'Antiquité ont collecté le miel pour s'en régaler directement ou pour l'intégrer dans leurs préparations culinaires. Le célèbre livre de cuisine attribué au « gastronome » romain Apicius comporte de nombreuses recettes de viandes ou d'œufs dans lesquelles le miel constitue un ingrédient de choix.

Au Moyen Âge, l'importance que revêtent les abeilles, productrices de miel mais aussi de la précieuse cire, explique le montant incroyablement élevé de l'amende dont doit s'acquitter celui qui a volé ou détruit un essaim (autant que pour le vol d'un taureau !). Bien conscients du profit qu'ils peuvent tirer de l'intérêt que suscitent ces humbles insectes, les seigneurs médiévaux n'hésitent pas à fournir des ruches aux paysans de leur fief. Ils leur confient le soin d'exploiter les essaims... en n'oubliant pas, bien entendu, de prélever leur part sur la récolte annuelle de miel.

Apparu sur notre territoire vers le XI<sup>e</sup> siècle, le sucre, quant à lui, reste une denrée rare, et par conséquent très coûteuse, jusqu'à la fin du Moyen Âge (XV<sup>e</sup> siècle). Si la canne à sucre est cultivée pour la première fois en Nouvelle-Guinée, ce sont les habitants du sous-continent indien qui mettent au point les premières techniques d'extraction du jus de canne et de cristallisation du sucre. A ce dernier, ils donnent le nom de *sarkara*. De ce terme sanscrit dérivent notre sucre ainsi que l'anglais *sugar* et l'allemand *zucker*, l'espagnol *azucar* et l'italien *zucchero*... mais aussi l'arabe *sukkar* et le turc *seker*. Mais c'est en Perse que les Arabes musulmans découvrent la culture du « roseau qui donne le miel sans le concours des abeilles ». Accompagnant les voies de la conquête musulmane, la canne est implantée dès le IX<sup>e</sup> siècle en Andalousie, en Sicile et dans d'autres îles de la Méditerranée (Crète, Chypre, Malte). Mais provenant de zones tropicales, la plante n'est pas adaptée au climat du bassin méditerranéen : l'irrigation est la condition nécessaire de son implantation. Mais les surfaces cultivées restent limitées et l'essentiel du sucre consommé par les Occidentaux continue d'être importé d'Orient, à prix fort. Pour cette raison, on en réserve l'usage à la sphère médicale : un produit aussi précieux ne peut avoir, pense-t-on, que des effets bénéfiques sur la santé. Pour les médecins médiévaux, le sucre est un aliment « chaud » et « humide », qui facilite la digestion des aliments ce qui, à l'époque, est perçu comme la condition impérative d'une bonne santé. Le sucre est donc réservé aux malades et, plus encore, aux convalescents affaiblis auxquels il est censé redonner de la vigueur. En raison de ces bienfaits thérapeutiques, le sucre est utilisé... du début à la fin du repas, pour assaisonner les plats de viande comme de poisson, les légumes aussi bien que les desserts !

Face à la montée en puissance de la demande de sucre, la production s'organise. Dans un premier temps, la Sicile suffit à approvisionner le continent européen. Elle développe ses plantations de canne et construit ses premiers moulins à sucre vers 1350. Puis, les cultures de canne et les installations d'extraction gagnent la plaine irriguée de Valence, dans la péninsule ibérique. Celle-ci devient alors la première région sucrière d'Europe jusqu'à ce que cette suprématie disparaisse au profit d'autres zones encore plus rentables : les îles Canaries (espagnoles) ainsi que les Açores et Madère (portugaises).

### **Le « boom » sucrier de la Renaissance**

L'engouement pour le sucre représente un des changements les plus importants que connaît l'alimentation des élites françaises à la Renaissance. A partir du début du XVI<sup>e</sup> siècle, le nombre de recettes sucrées que comportent les livres de cuisine augmente rapidement. Ce n'est qu'à cette époque que le sucre acquiert le statut d'aliment pour les bien-portants et que les nobles Français, emboîtant le pas à leurs homologues d'Italie, se laissent eux aussi séduire par sa « douceur ». En 1572, le cartographe anversois Abraham Ortelius témoigne clairement de cette évolution du goût : « *Au lieu qu'auparavant le sucre n'était recouvrable qu'aux boutiques d'apothicaires qui le gardaient pour les malades seulement, aujourd'hui on le dévore par glotonnerie. Ce qui nous servait de remède nous sert à présent de nourriture.* »

Pour répondre à une demande en croissance rapide, la production de canne se développe et part bientôt à la conquête des nouvelles terres découvertes aux Antilles et en Amérique du Sud. Mais l'idée d'exploiter une autre source de sucre que la canne germe déjà dans l'esprit d'Olivier de Serres, le grand agronome du XVI<sup>e</sup> siècle. Dans ses écrits, il évoque « une espèce de *pastenade* [de carotte], la *bette-rave*, laquelle nous est venue d'Italie il n'y a pas longtemps. (...) le jus qu'elle rend en cuisant, semblable à sirop de sucre, est très beau à voir pour sa vermeille couleur. » Mais cette observation ne suscite à l'époque aucun intérêt et il faudra attendre deux siècles pour que soit construite la première usine d'extraction du sucre de betterave.

Les aristocrates du début de la Renaissance apprécient tellement la saveur sucrée qu'ils demandent toujours à leurs cuisiniers d'en « saupoudrer sur la viande [et sur] le poisson », ainsi que le note Jean Bruyerin-Champier, le médecin de François I<sup>er</sup>. Le Livre fort excellent de cuisine présente des recettes de chapon, d'esturgeon ou encore de soupe à l'ail dans lesquelles il est recommandé d'utiliser du sucre « à grand foison. ». Ce n'est qu'à partir du XVII<sup>e</sup> siècle que, progressivement, l'emploi de sucre dans les légumes, les poissons et les viandes commence à décliner : les plats sucrés n'apparaissent plus qu'en fin de repas et lors des collations de mi-journée.

### **Les confitures de Nostradamus**

Accompagnant cet essor de la consommation du sucre, et contribuant sans doute à le renforcer, apparaît au XVI<sup>e</sup> siècle un nouveau type d'ouvrages culinaires : les livres « de confiture » (le terme de confiture désigne alors les aliments bouillis et conservés dans le miel ou le sucre). Un des plus célèbres a pour titre : « *Excellent et moult utile opuscule à tous nécessaire* » Ce manuel est publié en 1555 par le fameux médecin, astrologue et alchimiste Michel de Nostre-Dame. Plus connu sous le nom de Nostradamus, ce personnage haut en couleurs est né à St Rémy de Provence en 1503. Il étudie la médecine à Montpellier et sera nommé, à la fin de sa vie, « médecin ordinaire » du roi Charles IX. Plus que pour ses livres de confitures, il est surtout demeuré célèbre pour ses almanachs et son fameux recueil de prédictions, les *Centuries astrologiques*.

### **Nouvelles douceurs et pâtisseries**

Le goût pour les confiseries et les desserts sucrés se renforçant, les tables aristocratiques de la Renaissance se couvrent de sabayons et de macarons, de sorbets et de crèmes glacées, de confitures et de pâtes de fruits, de fleurs et d'écorces de fruits confites, de nougats, de frangipane ou encore de meringues et de pâte d'amande. Lorsque Catherine de Médicis se rend à Metz avec le jeune Charles IX en 1568, la ville lui offre une spécialité locale : des mirabelles confites dans le sucre.

Plusieurs de ces douceurs (la pâte d'amande, la frangipane...) sont d'origine italienne mais d'autres viennent d'ailleurs ou étaient déjà prisées au Moyen Âge, voire dans l'Antiquité... comme les dragées par exemple, que les Romains distribuaient lors des cérémonies publiques et privées et dont ils ont, peut-être, été les premiers inventeurs. En revanche, les « pastilles » sont bien l'œuvre d'un Italien : Giovanni Pastilla. Ce confiseur florentin réputé avait accompagné Marie de Médicis lorsque celle-ci était venue en France épouser le roi Henri IV. Avec ses pastilles aux couleurs et arômes variés, Pastilla rencontra beaucoup de succès auprès des enfants de la Cour qui trouvèrent ces menus cadeaux particulièrement... bons (de là viendrait, par redoublement de la syllabe, l'origine du mot bonbon). Quant au mot macaron, qui désigne une « petite pâtisserie ronde aux

amandes », il apparaît pour la première fois dans la langue française en 1552, sous la plume de Rabelais. Le terme viendrait de l'italien *maccarone* qui désignait des pâtes de diverses formes (nos modernes macaronis ont la même origine).

### ***Sorbets, sirops et liqueurs : des spécialités italiennes d'origine arabe***

Au XVI<sup>e</sup> siècle, les confiseurs de la Péninsule sont également passés maîtres dans l'art de confectionner des sorbets. Le mot vient de l'italien *sorbetto*, lui-même issu de l'arabe classique *šarbat*, un mot de la même famille que *šarāb* qui signifie « boisson » et dont est aussi issu le terme français « sirop ». Ce sont en effet les Arabes qui, au Moyen Âge, avaient mis au point ces préparations à base de fruits, mais aussi d'herbes, d'épices ou de fleurs, qu'ils sucrèrent puis mélangeaient à de la glace pilée (celle-ci était acheminée à dos de mulets depuis les hautes montagnes puis conservée dans des réserves souterraines). Il est néanmoins probable que les confiseurs arabes n'auraient fait que perfectionner des recettes déjà connues dans la Rome antique (notamment en remplaçant le miel par le sucre).

Les boissons sucrées, sirops et liqueurs, sont d'autres spécialités italiennes appréciées dans les cours européennes au XVI<sup>e</sup> siècle. Au Moyen Âge, les alchimistes arabes et perses avaient découvert la distillation alcoolique : ce procédé, qui nécessite l'emploi d'un alambic, permet d'obtenir, à partir de vin, un alcool fort (rappelons au passage que les mots *alchimiste*, *alcool*, *elixir* et *alambic* sont tous les quatre d'origine arabe). Leurs confrères européens nommèrent cet alcool de *distillation aqua vitae*, deux mots latins signifiant « eau de vie ». Ce breuvage avait en effet la réputation d'être un élixir de longévité. À l'origine, cette eau-de-vie n'était donc vendue que comme remède, accompagnée de la préconisation d'un médecin : on la trouvait uniquement dans l'officine des apothicaires. Mais, à partir du XV<sup>e</sup> siècle, l'eau-de-vie acquiert le statut d'alcool de consommation courante : elle est proposée dans les tavernes et n'importe quel particulier peut en acheter. Certains fabricants ont alors l'idée de la sucrer et les liqueurs ainsi obtenues sont très prisées par les Italiens puis, par imitation, par les élites européennes de la Renaissance.

### ***Les décors en sucre : un nouveau moyen d'éblouir et de manifester sa richesse***

Les Italiens de la Renaissance sont passés maîtres dans l'art de la confiserie, c'est-à-dire du travail du sucre. Les plus réputés sont les confiseurs de Venise : ils sont parvenus à mettre au point des techniques permettant d'obtenir une pâte malléable avec laquelle ils réalisent sculptures et architectures de sucre (à ce travail de décoration, on donnera plus tard le nom de « pastillage »). Ces décors de sucre, symboles de richesse, de luxe et de faste font fureur auprès des puissants qui cherchent à s'attacher les services des confiseurs les plus réputés. À l'instar des épices à la fin du Moyen Âge, le sucre devient un nouveau signe de distinction sociale, permettant d'afficher son rang de seigneur et sa prospérité.

Plusieurs récits témoignent de la suprématie de la République de Venise dans l'art de travailler le sucre, et aussi de la façon dont la « Sérénissime » utilisait le sucre comme symbole de son extrême raffinement. Ainsi, lorsque Béatrice d'Este, duchesse de Milan est reçue à Venise, le repas qui lui est servi comporte « diverses choses toutes faites de sucre doré et au nombre de trois cents. » Un autre épisode célèbre a lieu en 1574... Le futur Henri III vient d'apprendre le décès de son frère, le roi Charles IX. Aussitôt, il quitte en cachette la Pologne dont il est devenu le souverain quelques mois plus tôt. Lors de son voyage de retour vers sa terre natale, le futur roi de France choisit de s'arrêter quelques jours à Venise. Des fêtes somptueuses sont données en son honneur. Il est notamment convié à un repas au palais Foscari, situé sur le Grand Canal. La surprise du jeune monarque est totale lorsqu'il découvre la surprise qu'on lui a réservée... « *Les nappes, les serviettes, les assiettes, les couverts, le pain étaient de sucre, d'une imitation si parfaite que le roi demeura agréablement surpris, plus encore lorsque la serviette, qu'il croyait de toile, se rompit entre ses mains. Dans la salle du scrutin avaient été préparées deux tables chargées de compositions et de figures de sucre. Le plat posé devant Henri représentait une reine assise sur deux tigres, dont le poitrail montrait les armes de France et de Pologne. Sur les autres tables se dressaient des figures éparses de chevaux, d'arbres, de vaisseaux... Les plats furent au nombre de 1260 et 300 les objets de sucre distribués aux dames* » .

## ***Le sucre au banc des accusés***

A l'instar des épices, le sucre est donc passé progressivement du statut de médicament à celui d'aliment, un aliment précieux, « raffiné » (dans les deux sens du terme) et jugé bon pour la santé. Mais dès le début du XVII<sup>e</sup> siècle, ce même sucre commence à faire l'objet de violentes critiques de la part de certains médecins, lesquels n'hésitent pas à le considérer comme un poison. Il est intéressant de remarquer que l'apparition de ces reproches coïncide avec l'essor rapide de la production du sucre, permise par la colonisation de nouvelles terres de culture (Antilles, Amérique latine), la pratique de l'esclavage et le développement de nouvelles routes commerciales. Le coût de production du sucre diminue rapidement, ce qui le rend financièrement accessible à des populations de plus en plus nombreuses. Cette expansion de l'offre et de la demande s'accélère encore au XIX<sup>e</sup> siècle, avec la mise au point de procédés industriels permettant d'extraire le sucre de la betterave. D'aliment de prestige, le sucre devient une « denrée de première nécessité ».

Mais plus le sucre se démocratise et plus il fait l'objet de critiques. Celles-ci portent sur la nature même du produit, et pas (ou pas seulement) sur les risques liés à un excès de consommation. Deux facteurs sont à l'origine de cette méfiance. Le premier est lié à l'émergence d'une nouvelle doctrine médicale, sous l'impulsion de Paracelse (1493-1541). Ce médecin bâlois remet en cause la théorie des « humeurs » héritée d'Hippocrate et de Galien, et il lui substitue une médecine « chimique », dans laquelle le sucre est jugé très néfaste à la santé. Quelques décennies plus tard, Duchesne, médecin du roi Henri IV, écrit que « *le sucre, sous sa blancheur cache une grande noirceur.* »

Mais cette nouvelle médecine n'a pas, loin s'en faut, que des adeptes et la polémique sur le sucre fait rage au sein du corps médical. Mais derrière cette querelle de « courants de pensée » se cache un débat plus ancien, de nature théologique et morale. En effet, la consommation de sucre est perçue comme l'expression de la recherche du... plaisir. Plus le sucre devient accessible, plus se trouve posée la question de la légitimité morale de consommer un aliment source d'un si grand plaisir.

A partir des années 1970, en France, se développe une vision ambivalente du sucre. Le conflit n'oppose plus adorateurs et pourfendeurs du sucre comme dans les siècles précédents, mais il « traverse » chaque mangeur. Dans l'esprit de ce dernier, le sucre est *à la fois* chargé de valeurs positives (sa saveur « douce » est appréciée, elle est perçue comme un réconfort, se réfère à la période heureuse de l'enfance, est associée aux desserts des repas festifs...) et de valeurs négatives. On se méfie du sucre en excès, source potentielle de caries dentaires, de diabète, de surpoids et d'obésité... Cette perception négative est déterminée par de nombreux facteurs : le discours médical et nutritionnel contemporain, les médias, l'attention croissante que nos concitoyens portent à leur santé, l'offre pléthorique de produits alimentaires et de boissons contenant du sucre...