Comment la diététique est devenue gastronomique dans la presse féminine française et américaine (1934 - 2010)

Faustine Regnier

► To cite this version:

Faustine Regnier. Comment la diététique est devenue gastronomique dans la presse féminine française et américaine (1934 - 2010). *Le Temps des médias. Revue d'histoire*, 2015, 1 (24), pp.131-145. 10.3917/tdm.001.0007 . hal-01601475

HAL Id: hal-01601475

<https://hal.science/hal-01601475>

Submitted on 27 May 2020

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Distributed under a Creative Commons Attribution - ShareAlike| 4.0 International License

COMMENT LA DIÉTÉTIQUE EST DEVENUE GASTRONOMIQUE DANS LA PRESSE FÉMININE FRANÇAISE ET AMÉRICAINE (1934-2010)

Faustine Régnier

Nouveau Monde éditions | « Le Temps des médias »

2015/1 n° 24 | pages 131 à 145

ISSN 1764-2507

ISBN 9782369422655

Article disponible en ligne à l'adresse :

<http://www.cairn.info/revue-le-temps-des-medias-2015-1-page-131.htm>

!Pour citer cet article :

Faustine Régnier, « Comment la diététique est devenue gastronomique dans la presse féminine française et américaine (1934-2010) », *Le Temps des médias* 2015/1 (n° 24), p. 131-145.

DOI 10.3917/tdm.024.0131

Distribution électronique Cairn.info pour Nouveau Monde éditions.

© Nouveau Monde éditions. Tous droits réservés pour tous pays.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en France. Il est précisé que son stockage dans une base de données est également interdit.

Comment la diététique est devenue gastronomique dans la presse féminine française et américaine (1934-2010)¹

Faustine Régnier^{*}

Diététique et gastronomie : comment peuvent s'articuler ces deux domaines, qui semblent à l'opposé l'un de l'autre ? Quand il s'agit de diététique, la gastronomie peut-elle trouver sa place ? Les relations entre diététique et gastronomie sont explorées dans un corpus de conseils d'économie domestique issu de la presse féminine, des années 1930 à nos jours. Quelles sont les évolutions au fil du temps ? Quelles sont les principales différences de part et d'autre de l'Atlantique ? La France et les États-Unis constituent en effet deux types idéaux : la France est la patrie de la gastronomie, les États-Unis seraient celle de la nutrition². Que peut-on dire de ces modèles dans notre corpus ?

La question s'avère d'autant plus complexe que les deux notions sont polysémiques. Née en France au XIX^e siècle, liée à une forme de supré-

matie française en matière culinaire, la gastronomie a plusieurs acceptions³ : elle renvoie à des concepts aussi vastes que ceux de grande cuisine et d'art culinaire mais, Pascal Ory le souligne, elle ne saurait être réduite à cela. La gastronomie est pour lui « mise en règle (*nomos*) du manger et du boire, transformée de ce fait en « art de la table » »⁴. A la bonne chère proprement dite s'ajoutent une opération de normalisation et un discours.

Quant à la diététique, elle a pris au fil du temps un sens restrictif, celui de régime amaigrissant. Elle a pourtant à l'origine une portée plus large, celle de règles à suivre dans un but d'équilibre alimentaire, celle même d'une hygiène de vie dans un sens large, héritage de la Grèce ancienne⁵. Dans le chapitre « Diététique » de son *Histoire de la sexualité*, Michel Foucault, qui s'intéresse à « L'usage des plaisirs » chez les anciens

^{*} Chargée de recherche à l'INRA, au laboratoire Aliss, Faustine Régnier travaille depuis de nombreuses années sur le domaine des sciences sociales de l'alimentation (exotisme, normes d'alimentation et de corpulence, obésité, corps, santé).

Grecs, souligne que le régime, pris dans le sens large d'art de vivre, vise à régler les activités qui sont reconnues comme importantes pour la santé : exercice physique, alimentation, sexualité⁶. L'usage du terme « diet » dans le corpus américain a conservé cette acception, que les usages français semblent avoir perdu : la « diète » y désigne l'alimentation, le régime alimentaire dans son ensemble.

Pour analyser ces relations entre gastronomie et diététique, la presse féminine constitue un support privilégié où s'expriment modes et tendances, valeurs et normes. Dans un contexte de « médiatisation du culinaire »⁷, les magazines féminins constituent en effet les canaux privilégiés de diffusion d'un savoir domestique, qu'ils contribuent également à initier. Les revues féminines peuvent ainsi être considérées comme une caisse de résonance des évolutions de la société⁸.

Ce travail est fondé sur l'analyse détaillée et systématique entre 1934 et 2010, de deux magazines féminins, *Modes et Travaux* et *Good Housekeeping*, retenues en raison de leur ancienneté et de leurs forts tirages. *Modes et Travaux*, créée en 1919, et *Good Housekeeping* créée en 1885, sont parmi les revues les plus lues en France et aux États-Unis⁹. Il s'agit donc d'un phénomène de masse, et l'on a montré, à propos de l'intégration de cuisines

étrangères, comment les revues féminines permettent de cerner des modèles nationaux en matière d'alimentation¹⁰. Ces deux revues sont des magazines généralistes, qui n'ont pas de visée gastronomique : elles permettent d'aborder la gastronomie et la diététique dans une optique quotidienne d'économie domestique. À côté des manuels proprement dits, les journaux féminins constituent en effet un support actif de l'enseignement ménager.

Tous les numéros depuis janvier 1934 ont été systématiquement consultés jusqu'en décembre 2010. 1934 est en effet la date à partir de laquelle *Modes et Travaux* est accessible à la BnF, qui en possède l'ensemble de la collection. En outre, avant cette date, le magazine est composée uniquement de dessins de mode et de patrons de couture. Or nous nous intéressons aux discours, qui apparaissent progressivement après 1934 dans le magazine. Nous avons retenu la même date de départ pour *Good Housekeeping*, consultée à la New York Public Library. Les années 1930 correspondent en outre aux années d'entre-deux-guerres durant lesquelles la presse féminine se développe et se popularise, et durant lesquelles le souci diététique, de part et d'autre de l'Atlantique, se fait particulièrement fort¹¹.

Un corpus de 1 200 pages de notes a été constitué (124 311 occurrences

pour *Modes et Travaux*, 291 971 occurrences pour *Good Housekeeping*). Il a fait l'objet d'une analyse de contenu classique, ainsi que d'une analyse textuelle menée à l'aide du logiciel Hyperbase¹².

Nous étudierons ainsi dans un premier temps la place tenue par la « gastronomie » et ses différentes expressions en France et aux États-Unis. Nous analyserons ensuite les facteurs explicatifs des différences relevées entre les deux pays, du point de vue de l'histoire de la gastronomie d'un côté, et de la nutrition de l'autre, avant de montrer comment l'on assiste progressivement à la création d'une gastronomie de la diététique : la diététique n'est-elle pas une façon de réguler les plaisirs de la bonne chère ?

Des modèles nationaux

La gastronomie : une spécificité française

Dans le chapitre qu'il consacre aux cuisines étrangères dans sa *Gastronomie Pratique*, Ali-Bab écrit à propos des Américains : « La plupart d'entre eux prennent à peine le temps d'avaler rapidement leur nourriture ; dans ces conditions il est bien difficile à l'art culinaire de se développer dans le pays ». Le gastronome français énonce ce qui deviendra un lieu commun : la gastronomie est une spécificité française,

bien étrangère aux Américains. Le stéréotype trouve quelques fondements dans notre corpus. Tout d'abord, les termes même de « gastronomie » et « gastronomique(s) » sont propres au corpus français : le substantif et l'adjectif y rassemblent 31 occurrences, contre 1 seule dans le corpus américain. Ce dernier privilégie en revanche le point de vue concret du mangeur, à travers le terme « gourmet » (15 occurrences).

Quant à la « gourmandise », on compte dans le magazine français 59 occurrences de l'adjectif « gourmand » et de ses différentes déclinaisons, l'adjectif désignant à la fois le mangeur et les caractéristiques de l'aliment ou du plat (par exemple des « recettes gourmandes »). La « gluttony » est absente des discours américains : le péché capital y est-il traité avec moins de légèreté que dans *Modes et Travaux*, qui évoque avec insouciance « les péchés de gourmandise » ? Parallèlement, la culpabilité (« guilty » et « guilt ») en matière d'alimentation est plus présente côté américain : 43 mentions contre 8 pour la France. *Good Housekeeping* s'attache en effet à proposer des plats, des recettes « sans culpabilité » (« no-guilt » ou « guilt-free ») – tout en faisant exister, par l'énonciation même du terme, la possibilité d'un sentiment de culpabilité.

La gastronomie et l'art culinaire peuvent cependant être exprimés de

façon indirecte. Il en va ainsi du « plaisir », lié à la bonne chère, et les différences sont fortes entre la France et les États-Unis. Le « plaisir(s) » est une notion française (92 occurrences contre 27 dans *Good Housekeeping*). Le corpus américain énonce le plaisir indirectement, à travers les verbes « love » et « enjoy » (215 occurrences), qui désignent l'appétence pour tel ou tel aliment, ou le plaisir pris à tel ou tel repas¹³. De même, le substantif « chef » (10 occurrences en France, 11 aux États-Unis) ou encore les termes se rapportent plus spécifiquement au goût des aliments ou des plats peuvent suggérer un souci gastronomique, en particulier lorsqu'ils appartiennent à un registre recherché, comme les « saveurs » qui comptent 53 occurrences en France, seulement 6 dans *Good Housekeeping*, qui préfère le terme « flavor » (131 apparitions).

Le corpus américain témoigne bien d'une forme d'intérêt pour le domaine culinaire, à travers par exemple le verbe « cuisiner » (49 occurrences dans *Modes et Travaux*, 111 occurrences dans *Good Housekeeping* pour « cook » – qui désigne certes à la fois le verbe et le cuisinier). Les « recette(s) » se réfèrent à une élaboration et à une technique culinaire, et elles sont bien plus nombreuses côté américain : 493 occurrences dans *Good Housekeeping*, contre 50 dans *Modes et Travaux*. L'optique

américaine serait-elle plus pragmatique, discourant moins de « gastronomie » mais s'attachant plus au savoir-faire ?

L'optique nutritionnelle, un trait américain

L'expression « bonne alimentation », comme celle de « bien manger » comporte une ambiguïté entre « bon » d'un point de vue gustatif (indiquant un souci gastronomique) et « bon » d'un point de vue nutritionnel (ce qui est bon pour la santé). Dès lors, gastronomie et diététique partagent des points communs : toutes deux sont normatives et visent à fournir des règles, celles du « bien manger ».

Comment se situe le « bon » entre gastronomie et nutrition ? Les définitions d'une « bonne alimentation » sont relativement rares, en particulier dans *Modes et Travaux* (3 occurrences, contre 29 dans *Good Housekeeping*) qui n'en offre qu'une définition floue : une bonne alimentation repose sur la variété des aliments, l'équilibre, la régularité des prises alimentaires. Par exemple « une bonne alimentation est, répétons-le, une question de mesure et d'équilibre » (MT, 10/71, p. 149). Dans *Good Housekeeping*, les indications sont à la fois plus précises et plus normatives. Le magazine indique par exemple qu'« une alimentation équilibrée doit compter en moyenne 5 grammes de fibres par jour » (GH, août 74, p. 145).

Parler d'alimentation aux Etats-Unis, en effet, c'est parler de nutrition¹⁴ et peu des plaisirs de la table. *Good Housekeeping* rend très précisément compte des évolutions américaines en matière de diététique depuis les années 1930. Ainsi, elle présente en détail les recommandations nutritionnelles formulées lors de la *Conférence nationale de nutrition pour la défense* de 1941, où les autorités élaborent une quantification des besoins alimentaires quotidiens. Elle relaie ensuite les différentes recommandations du *US Department of Agriculture* (USDA) : en 1943, le guide nutritionnel fondé sur sept aliments de base – «the Basic Seven» – à consommer tous les jours pour être en bonne santé – qui sont réduits à quatre en 1956 et présentés par *Good Housekeeping* à de nombreuses reprises. Au fil du temps, la présentation des différents éléments nécessaires à l'équilibre nutritionnel s'efface derrière un souci de santé plus général. On passe d'une vision où il s'agit d'assurer des besoins en quantité, à une vision où les besoins sont désormais qualitatifs.

Dans *Modes et Travaux*, le souci de santé à travers l'alimentation se fait particulièrement vif à partir des années 1950, au moment où le magazine crée une rubrique «Savoir s'alimenter» – dont le titre indique un double souci pédagogique et diététique. L'optique

est celle d'une alimentation rationnelle. La revue veut enseigner à la lectrice – qui a la responsabilité de la bonne santé de la famille – de prendre en compte à la fois la valeur nutritionnelle des aliments et le coût des aliments : «Seule une alimentation rationnelle vous fournira la clef de la bonne santé» (MT, 07/65, p. 80). Dans les années récentes, la diététique – qui s'efface dans les années 1980 et 1990 derrière un souci de minceur devenu prioritaire – retrouve un regain d'intérêt à travers la «nutrition», signe peut-être d'une médicalisation accrue de l'alimentation.

Mais quelles que soient leurs différences, les deux revues, dans la lignée de la science ménagère, adoptent une posture à la fois scientifique (il s'agit de diffuser un savoir) et pratique (en fournissant à la lectrice des façons de faire) : l'alimentation appartient à cette entreprise de rationalisation des tâches ménagères que diffuse l'enseignement ménager.

Des liens complexes entre gastronomie et diététique

Gastronomie et diététique semblent *a priori* opposées, la première relevant des plaisirs de la bonne chère, la seconde de la santé. Dans les magazines, les deux domaines paraissent, pendant longtemps, séparés. Tout d'abord, les magazines témoignent d'une forme d'imperméabilité entre la rubrique

« Cuisine » et la rubrique « Diététique » : on ne note quasiment aucun écho entre les deux rubriques sur les 66 années d'analyse.

En outre, les magazines eux-mêmes semblent s'accorder sur cette opposition entre les deux notions. *Good House-keeping* indique l'impossibilité de satisfaire à la fois la bonne chère et la ligne : « Voulez-vous vraiment une silhouette mince et svelte ? Ou bien accordez-vous plus d'importance au plaisir de vous gaver de desserts couverts de crème et d'appétissants petits pains chauds [...] ? » (GH, 08/1946, p. 123) *Modes et Travaux*, quant à elle, souligne le caractère exceptionnel d'un mode de cuisson, la grillade, qui permet de concilier gastronomie et diététique : « Gastronomes, ménagères, diététiciens sont, pour une fois, totalement d'accord : les grillades sont succulentes, elles sont vite faites, elles sont saines... quelle unanimité ! » (MT, 05/1967, p. 178)

Pourtant, cette opposition entre gastronomie et diététique n'a pas toujours existé. En Europe, dans des époques plus anciennes, diététique et gastronomie étaient liées¹⁵. Au Moyen-Âge, gastronomie et diététique vont de pair, les traités de diététiques fournissent des recettes de cuisines, et les ouvrages de cuisine se présentent comme des traités d'hygiène alimentaire. Le clivage entre diététique et

gastronomie s'amorce à partir de la seconde moitié du XVII^e siècle, au moment où se crée une grande cuisine, qui instaure la séparation entre cuisine et diététique¹⁶. Il culmine au XIX^e siècle : les liens entre les deux domaines se relâchent, et l'on voit se multiplier les ouvrages relatifs à l'art culinaire. Les fonctions diététiques passent au second plan, derrière les raisons gastronomiques.

Qu'en est-il, alors, dans un corpus qui couvre la seconde moitié du XX^e siècle ? Quels sont les éléments qui, dans l'histoire du domaine alimentaire, permettent d'éclairer les spécificités françaises et américaines ?

Comprendre les relations entre gastronomie et diététique

L'existence d'une grand cuisine nationale

En France, l'intérêt pour l'art culinaire et l'existence d'une gastronomie sont intimement liés à la formation d'une grande cuisine. Comme l'ont montré les analyses de Norbert Elias dans *Le Processus de civilisation*, la centralisation étatique liée au processus de formation de la cour absolutiste en France a été à l'origine de l'apparition d'une grande cuisine. C'est en effet au sein de l'Etat centralisé que s'est développée une cuisine de cour qui deviendra, par la suite codifiée,

la grande cuisine française, dont l'hégémonie en Europe et au-delà s'est fait sentir pendant des siècles. Au XVIII^e puis au XIX^e siècle notamment, la cuisine française témoigne d'un épanouissement important et d'un très grand raffinement¹⁷. Quant à la gastronomie à proprement parler, elle apparaît plus tard, au tout début du XIX^e siècle, avec l'apparition du restaurant (qui donne naissance à la critique gastronomique), avec la création du métier de cuisinier (qui conduit à codifier la cuisine française), et avec le développement d'une littérature gourmande.

Modes et Travaux s'en fait l'écho. Le champ thématique lié à la « gastronomie » est liée à l'identité « française » – la revue mentionne par exemple « les “trésors” de notre gastronomie nationale » (MT, 07/1979, p. 174) –, aux « vacances », occasions d'excès gastronomiques qu'il convient de compenser par la suite, et qui viennent rappeler les liens étroits qui existent entre tourisme et gastronomie. A la gourmandise, enfin, positivement connotée dans ce contexte.

Ce phénomène de constitution d'une grande cuisine puis d'une gastronomie ne s'observe en revanche pas aux Etats-Unis. L'existence même d'une véritable « cuisine américaine », comme système culinaire structuré, est objet de débats¹⁸. La cohésion culi-

naire, nécessaire à la création d'une cuisine nationale, a été limitée tout à la fois par la jeunesse du pays, son étendue géographique, la diversité des populations du melting-pot américain, à quoi s'ajoutent plus récemment l'emprise de l'industrie agro-alimentaire et l'importance prise par les consommations à l'extérieur¹⁹. Enfin, un souci spécifiquement américain pour la quantité plutôt que pour la sophistication, et l'influence de l'ascétisme puritain contribuent à n'avoir pas offert un contexte propice à l'épanouissement d'une gastronomie et à sa valorisation comme objet culturel : l'alimentation aux Etats-Unis est ce qui vient faire fonctionner le corps.

Quand domine le souci de santé

Si dans les deux magazines en effet, la place prise par le souci de santé est importante, ce dernier est à la fois plus marqué et plus précoce aux Etats-Unis. L'histoire des découvertes nutritionnelles et de leur diffusion éclaire l'intérêt que porte la population américaine à la nutrition, en particulier à partir de la fin du XIX^e siècle, à l'origine, pour certains, de l'absence, voire de la perte, d'une gastronomie outre-atlantique²⁰. Au début du XX^e siècle, la « New Nutrition », autour du chimiste Atwater, met en évidence la mesure des aliments en calories, et la composition de ceux-ci en protéines,

hydrates de carbone et graisses. On se préoccupe alors de diffuser ces nouveaux savoirs et de montrer aux femmes comment composer des repas sains et peu coûteux. À partir des années 1930, la *Newer Nutrition*, liée à la découverte des vitamines, contribue à diffuser l'idée qu'une quantité insuffisante de certains éléments – en particulier les vitamines – peut conduire à la maladie.

Durant la Seconde Guerre mondiale, le contexte de rationnement aux États-Unis a peu d'effet sur la quantité des aliments réellement disponibles mais il accroît, au sein de la population, la crainte d'une alimentation inadéquate du point de vue nutritionnel²¹. À partir des années 1960, la *Negative Nutrition* met en garde contre la (sur)consommation de certains aliments, néfastes pour la santé.

Le rayonnement de la nutrition aux États-Unis est également lié à une confluence d'intérêts qui en permet la promotion, en particulier dans une classe moyenne américaine, en plein essor²². Le gouvernement américain, tout d'abord, par les campagnes d'information et d'éducation menées à destination de la population américaine. Le monde académique, ensuite, par l'intermédiaire des « *home economists* », moins soucieux d'art culinaire que de conformité aux règles nutritionnelles, et dont la discipline, créée

au début du ^{xx}^e siècle, est à la recherche d'une reconnaissance scientifique qu'elle trouve dans la nutrition²³. Les « *home economics* » rencontrent un écho d'autant plus large qu'ils sont devenus, dès les années 1860, un enseignement universitaire, ce qui ne sera jamais le cas en France pour l'enseignement ménager. Le secteur de l'industrie alimentaire, en troisième lieu, use de l'argument nutritionnel pour asseoir son développement. Les médias, enfin, et en particulier la presse féminine, viennent cautionner à la fois les idées nutritionnelles nouvelles et les aliments industriels – gages aux États-Unis de qualité sanitaire et nutritionnelle. Les liens entre ces différentes sphères sont étroits : ainsi, le Dr Eddy, expert en nutrition au *Columbia Teachers College*, centre de recherche en « *home economics* », est également chroniqueur à *Good Housekeeping* dans les années 1930 et 1940.

Les travaux des nutritionnistes américains ont eu une influence certaine en France, où ils sont diffusés sous l'égide de la Société scientifique d'hygiène alimentaire et d'alimentation rationnelle de l'homme²⁴. La diététique, en particulier, se constitue dans l'hexagone dans la période de l'après-guerre (création en 1949 de la première école privée de diététique, et en 1951 de la première école de diététique publique à Paris, sous l'impulsion de Jean Tré-

molières et de Lucie Randouin à la même date). *Modes et Travaux* en est un bon reflet : ses rubriques diététiques sont signées pendant plus de 20 ans, de mars 1965 à juillet 1987, par une diététicienne, Yvonne Mary, longtemps Présidente du syndicat national des techniciens supérieurs en diététique. Cette place accordée à la diététique dans le magazine à partir des années 1950 reflète celle de l'enseignement ménager en France : celui-ci est à son apogée dans la France de l'après-guerre, en liaison avec la politique nataliste, les exigences de la reconstruction, et un environnement domestique qui se modernise. À partir des années 1960, sous l'effet des évolutions sociales et culturelles, des nouvelles aspirations des femmes et des revendications féministes, de la prolongation de la scolarité obligatoire, cet enseignement est progressivement disqualifié et il disparaît de l'enseignement scolaire²⁵. Les revues féminines, comme *Modes et Travaux*, resteraient-elles alors un vecteur de transmission de cet art de l'économie domestique, continuant de proposer tout à la fois conseils en matière de travaux d'aiguille, de gestion du budget quotidien, d'alimentation sous son aspect culinaire et diététique ?

Mais dans le pays de la gastronomie, la place prise par la diététique et la nutrition n'y est pas aussi grande

qu'aux États-Unis. En outre, contrairement aux États-Unis où les campagnes d'éducation sont ciblées vers une classe moyenne particulièrement sensible au souci de santé à travers l'alimentation, les mouvements de réforme de l'alimentation en France sont orientés vers les milieux populaires et ils n'y suscitent qu'une très faible adhésion.

Gastronomie et diététique finissent cependant, au fil du temps, par se rapprocher.

Vers une convergence franco-américaine

Concilier diététique et gastronomie

À plusieurs reprises, les deux magazines affichent leur souci de concilier diététique et gastronomie. Ainsi, l'environnement thématique du terme « cuisine » fait apparaître cette tentative d'allier les deux domaines : d'un côté, la diététique et son cortège de qualificatifs évoquant la légèreté, le sain, la simplicité ; de l'autre, le champ lexical de la gastronomie et des plaisirs de la table, à travers la gourmandise, les recettes, les traditions françaises.

Il en va de même pour le terme « recettes » dans le corpus américain, qui témoigne d'une part d'un souci nutritionnel à travers des recettes adaptées aux différents régimes alimentaires

(basses calories, pauvre en sodium, pour diabétiques, contre la goutte, contre le cholestérol), et d'un souci plus gastronomique à travers des qualificatifs liés aux sensations gustatives (comme « delicious » ou « luscious »).

Les magazines finissent enfin, à partir de la fin des années 1960, par affirmer l'alliance possible des deux domaines. « Gastronomie et diététique ne sont pas incompatibles » assure *Modes et Travaux* (mars 1971, p. 135). Au fil du temps, on voit alors se constituer se créer une gastronomie de la diététique.

Comment la gastronomie est devenue diététique

En France comme aux États-Unis, la gastronomie reste absente des conseils diététiques jusqu'aux années 1960. Dans *Modes et Travaux*, les années de guerre et d'immédiat après-guerre – années de rationnement – se prêtent peu aux considérations gastronomiques. Dans ce contexte, la revue, elle-même affectée par les restrictions en papier, ne peut que donner des conseils de gestion de la pénurie. Dans les années 1950, les conseils d'économie domestique sont consacrés à l'alimentation rationnelle, qui dominera jusqu'aux années 1970. Le terme même de « diététique » apparaît seulement en décembre 1959, dans la rubrique « Le coin du docteur » à propos des fruits d'hiver

qui « résolvent nos problèmes diététiques d'hiver et servent notre santé » (MT, 12/1959, p. 109).

La « gastronomie » fait son apparition peu de temps après, en octobre 1960, dans la rubrique Diététique « Savoir cuisiner » : la quasi-concomitance vient rappeler les liens étroits entretenus, dans l'histoire, par les deux domaines : « Consommés ainsi, crus par exemple, ils [les champignons de Paris] garderont un maximum de vitamines alliant santé et gastronomie. » (MT, 10/1960, p. 105)²⁶.

Dans les années 1970, un corpus de « recettes légères » et un savoir culinaire spécifique se constituent. Des adjectifs également – « succulents » ou « savoureux » – indiquent la place nouvellement prise, dans le champ diététique, par le goût, au moment même où le terme « diététique(s) » connaît sa plus forte expansion et où les termes d'« équilibre », « calories » et « rations » se retrouvent souvent dans ce discours.

Le souci gastronomique culmine dans les années 1980 – le terme « gastronomie » est spécifique de la décennie – qui constituent un tournant : l'accent est désormais mis sur le souci de minceur. Dans ce contexte, la revue affirme la conciliation possible de la diététique et de la gastronomie, grâce à un savoir culinaire désormais supposé acquis : « La tâche des vrais spécialistes de l'ali-

mentation consiste à répandre des notions de nutrition et à populariser une alimentation saine, équilibrée et variée. Ces dernières propositions sont tout à fait compatibles avec une gastronomie raffinée et agréable ; pour beaucoup d'entre vous, fidèles de notre rubrique, cuisiner sans apport exagéré de sucres ou de graisses est maintenant un jeu.» (MT, 09/1980, p. 191)

Comme l'ont montré J.-L. Flandrin et C. Fischler, ces retrouvailles entre gastronomie et diététique sont liées la Nouvelle Cuisine, et plus particulièrement à la publication, en 1976, de *La grande cuisine minceur* de Michel Guérard. Ce qui explique l'évocation des «chefs» par la revue qui vante «la cuisine légère chère aux diététiciens suivie depuis quelques mois par nos grands chefs qui font la renommée de la gastronomie française» (MT, 06/1980, p. 214).

Les années 1990 enregistrent le changement amorcé à la fin des années 1980, qui correspond au souci de modernisation du magazine. La priorité affichée est désormais la minceur et la perte de poids. Le régime amaigrissant devient le support d'une forme de gastronomie : alors même qu'il est fondé sur la restriction, la revue affirme le plaisir qu'on peut y prendre à travers les termes «gourmands», « saveurs » et « chefs ».

Dans *Good Housekeeping* la gastronomie est absente, également, jusqu'aux années 1950, dans des discours dominés par une visée nutritionnelle. Certains adjectifs, spécifiques des discours de cette époque, auraient pu connoter des satisfactions culinaires, mais ils renvoient quasiment exclusivement à la nutrition : «good» qualifie ainsi «good nutrition», « good health » ou «good diet». De même, l'adjectif «excellent», loin d'indiquer l'excellence gustative, se réfère à l'excellence des qualités nutritionnelles de tel ou tel aliment, en particulier le lait et les produits laitiers, centraux dans les recommandations aux Etats-Unis²⁷ : «Les produits laitiers dans leur ensemble sont une excellente source de calcium» (GH, 07/1936, p. 79). Il faut attendre les années 1950 pour voir apparaître des considérations gustatives dans l'usage de ces adjectifs, par exemple l'adjectif «wonderful» : «Des vinaigrettes basses calories : de merveilleuses saveurs pour ceux qui comptent leurs calories» (GH, 07/1952, p. 92)

Les années 1960 marquent le moment où le magazine entre dans l'ère moderne. Le souci d'une satisfaction des besoins nutritionnels de base s'efface devant des besoins qualitatifs. Dès lors, le souci «gastronomique» peut se faire plus présent : «flavor», « menus », « recipe », ainsi que les adjectifs «delicious» ou «luscious» sont

spécifiques des années 1960 et 1970. Jusqu'aux années 1990, les discours seront de plus en plus emphatiques – on emploie plus rarement l'adjectif « good », mais beaucoup plus fréquemment « great » – et cette emphase est au service à la fois du goût et du contenu nutritionnel, notamment en terme de minceur : « Soupe à l'oignon : ne vous laissez pas tromper par le goût délicieux de notre soupe à l'oignon. Elle ne compte que 105 petites calories » (GH, 02/1978, p. 194).

Au cours du ^{xx}e siècle, les revues se font le reflet de l'évolution de l'idéal féminin : dans les premières décennies du corpus, la femme est la ménagère, responsable de la bonne santé de la famille, à travers la visée diététique de l'alimentation. Au fil du temps, les discours sur la nutrition illustrent une vision de plus en plus individualiste, centrée en apparence sur la femme et ses désirs, mais qui viennent également rappeler les exigences qui lui incombent désormais à la fois en matière d'alimentation, de nutrition et d'esthétique, sous couvert de plaisir.

La diététique, ou comment régulier les plaisirs gastronomiques

Dans les années 2000 en effet, en France comme aux États-Unis, la gastronomie à proprement parler s'efface

devant le « plaisir », aboutissement de la bonne chère. On observe une forme de convergence entre les deux revues, qui correspond à plusieurs éléments. Tout d'abord, une forme, si ce n'est de « globalisation », en tout d'harmonisation de la presse féminine²⁸. Plus précisément, elle résulte, côté français, de la politique de modernisation dont est l'objet *Modes et Travaux* à partir des années 1990. Côté américain, on peut y lire le reflet de l'intérêt de plus en plus marqué d'une partie de la population américaine – urbaine et aisée – pour l'alimentation dans son versant gastronomique, dont témoigne notamment la multiplication des revues gastronomiques, des restaurants et des marchés de proximité.

Rare jusqu'aux années 1980, le plaisir voit sa fréquence augmenter jusqu'à devenir spécifique des discours contemporains. Or le plaisir n'est pas un affect qui va de soi, ou qui s'exprime aisément. Dans les premières décennies des deux corpus, c'est une sensation dont il faut se méfier et il est associé aux excès, au relâchement. Sa mention vient rappeler la nécessaire répression des appétences. Dans les années contemporaines, il devient une notion à la mode, dans un emploi bien particulier : le plaisir se situe désormais dans le respect de la contrainte diététique. La source du plaisir se trouve dans la restriction et la conformité

aux règles diététiques («Le régime 100% plaisir» propose par exemple *Modes et Travaux*) et il est plus particulièrement associé à la perte de poids. Ainsi, le plaisir vient caractériser des pratiques marquées autrefois par un sentiment de déplaisir : autrefois restrictif et déplaisant, le régime est désormais lié au plaisir²⁹.

Pour autant, cette montée en puissance du plaisir ne signifie pas la victoire de la gourmandise sur la diététique, tout au contraire : la diététique est plus implicite dans sa formulation, mais plus que jamais elle vient réguler le plaisir pris dans l'acte alimentaire, et ce d'autant plus que ce plaisir est plus ouvertement affirmé. Le plaisir devient alors une injonction nouvelle, qui s'accompagne d'un rappel de la norme diététique : «Il faut se faire plaisir tout en mangeant équilibré» (MT, 04/2009, p. 60).

Gastronomie et diététique entretiennent des liens complexes. L'analyse diachronique et comparative confirme la place tenue par la gastronomie en France, même quand il s'agit de conseils diététiques, ainsi que l'orientation très nutritionnelle du corpus américain. Réunies puis séparées dans

l'histoire, ces deux notions se retrouvent dans les années 1970, dans une nouvelle association de différentes exigences, celles liées à une société d'abondance : les impératifs en matière de diététique sont désormais ceux de la santé et de la minceur. Ces exigences sont étayées par un souci gastronomique, qui introduit dans la diététique une nouvelle injonction, le plaisir, mis en avant au moment même où les contraintes se font plus fortes.

Les revues procèdent tout d'abord à la création d'une forme de gastronomie de la diététique, avant que ne soient manifestes des considérations diététiques dans les pages «Cuisine» et avant que ne soit affirmé le plaisir pris au respect des contraintes diététiques. Deux modèles nationaux en matière d'alimentation – l'un orienté vers la gastronomie (France), l'autre vers la nutrition (Etats-Unis) – tout en gardant leurs spécificités, témoignent alors d'une convergence. Au fil du temps, la diététique ne perd pas ses droits, tout au contraire : l'affirmation contemporaine du plaisir s'accompagne d'un rappel des règles nutritionnelles. Par la définition de règles, la diététique vient alors encadrer les plaisirs, et répondre à une exigence d'ordre moral.

Notes

¹ L'auteur remercie très vivement Françoise Hache-Bissette et Denis Saillard, les membres du séminaire Médias et médiations de la gastronomie, ainsi que les relecteurs anonymes de la revue dont les commentaires et suggestions ont largement permis d'enrichir le texte. Elle remercie enfin toute l'équipe du Département « Nutrition, Food Studies and Public Health » de la New York University pour son accueil durant l'année 2011-2012.

² Christy Shields-Argelès, « Alimentation et identité nationale : le soi et l'autre en France et aux Etats-Unis », in Claude Fischler et Estelle Masson (dir.), *Manger. Français, Européens et Américains face à l'alimentation*, Paris, Odile Jacob, 2008, p. 247-269.

³ F Hache-Bissette et D. Saillard (dir.), *Gastronomie et identité culturelle française. Discours et représentations (XIX^e -XXI^e siècles)*, Paris, Nouveau Monde, 2007.

⁴ Pascal Ory, *Le discours gastronomique français. Des origines à nos jours*, Paris, Gallimard, 1998, p. 12.

⁵ Frédérique Audouin-Rouzeau, Françoise Sabban, *Un aliment sain dans un corps sain. Perspectives historiques*, Tours, Presses Universitaires François Rabelais, 2007.

⁶ Michel Foucault, *Histoire de la sexualité, L'usage des plaisirs*, Paris, Gallimard, 1984.

⁷ Jean-Jacques Boutaud, Véronique Madelon, « La médiatisation du culinaire », *Communication et langages*, n°164, juin 2010, p. 33-40.

⁸ Stephen Mennell, *Français et Anglais à table, du Moyen Âge à nos jours*, Paris, Flammarion, 1987 ; Harvey Levenstein, *Paradox of Plenty. A social history of eating in modern America*, Oxford, Oxford University Press, 1993 ; Hélène Eck et Claire Blandin (dir.), « La vie des femmes » : la presse féminine aux

XIX^e et XX^e siècles, Paris, Éditions Panthéon-Assas, 2010 ; Kimberly Vilmot-Voss, *The Food Section : Newspaper Women and the Culinary Community*, Lanham, Rowman & Littlefield, 2014.

⁹ Tirage mensuel moyen, en 2011, de 599 272 exemplaires pour *Modes et Travaux* et de 433 671 exemplaires pour *Good Housekeeping*.

¹⁰ Faustine Régnier, *L'exotisme culinaire. Essai sur les saveurs de l'Autre*, Paris PUF, 2004 ; Simona de Iulio, « De la peur de manquer aux dangers de l'obésité : les discours publicitaires et la construction sociale des risques alimentaires », *Le Temps des médias*, 2011/2, n°17, p. 143-163.

¹¹ Peter Stearns, *Fat history. Bodies and beauty in the Modern West*, New York University Press, 1997.

¹² Tables de spécificité lexicale des textes établies par le logiciel, par exemple pour chaque décennie, dans chacune des revues. Hyperbase compare les fréquences observées aux fréquences telles qu'elles seraient théoriquement observées si les mots étaient répartis aléatoirement dans l'ensemble des textes du corpus.

¹³ F Régnier, « L'alimentation entre plaisir(s) et nécessité(s) en France et aux Etats-Unis : quelques variations dans la presse féminine depuis les années 1930 », *Sociologie et Sociétés*, 2014, vol. 46, n°2, p. 85-108.

¹⁴ C. Fischler et E. Masson, *op. cit.*, 2008 ; F Régnier, *op. cit.*, 2014.

¹⁵ Jean-Louis Flandrin et Massimo Montanari (dir.), *Histoire de l'alimentation*, Paris, Fayard, 1996, chapitre 37.

¹⁶ Claude Fischler, *L'Homnivore*, Paris, Odile Jacob, 1990, chapitre 8.

¹⁷ Priscilla P. Ferguson, *Accounting for Taste*.

The Triumph of French Cuisine, Chicago, University of Chicago Press, 2004.

¹⁸ Sidney Mintz, «Eating America», in Caroline Counihan (dir.), *Food in the USA. A Reader*, New York, Routledge, 2002, p. 23-34, discuté par Krishnendu Ray, «Nation and Cuisine. The Evidence from American Newspapers ca. 1830-2003», *Food and Foodways*, 16, 2008, p. 259-297.

¹⁹ Richard Pillsbury, *No foreign food. The American diet in Time and Place*, Westview Press, 1998; H. Levenstein, *op. cit.*

²⁰ Leslie Brenner, *American Appetite. The Coming of Age of a National Cuisine*, New York, Avon Books Inc. 1999.

²¹ Amy Bentley 2002, «Islands of Serenity: Gender, Race, and ordered Meals during World War II», in C. Counihan, *op. cit.*, p. 171-192.

²² Olivier Zunz, *Le Siècle américain. Essai sur l'essor d'une grande puissance*, Paris, Fayard, 2000.

²³ Sarah Stage S. et Virginia B. Vincenti (dir.), *Home Economics: Women and the History of a Profession*, Ithaca, Cornell University

Press, 1997.

²⁴ Martin Bruegel, «Un distant miroir. La campagne pour l'alimentation rationnelle et la fabrication du «consommateur» en France au tournant du xx^e siècle», *Actes de la Recherche en Sciences Sociales*, 199, 4, 2013, p. 28-45.

²⁵ Joel Lebeaume, *L'enseignement ménager en France. Sciences et techniques au féminin, 1880-1980*, Rennes, PUR, 2014.

²⁶ Nous indiquons entre parenthèses la revue (MT pour *Modes et Travaux*, GH pour *Good Housekeeping*), la date de parution du numéro, et la page de la citation.

²⁷ Mélanie DuPuis, *Nature's Perfect Food. How Milk became America's Drink*, New York, NYU Press, 2002.

²⁸ Eric Darras, «Les genres de la presse féminine. Eléments pour une sociologie politique de la presse féminine», in Jean-Baptiste Legavre (dir.), *Sociologie de la presse: points aveugles*, Paris, L'Harmattan, 2004, p. 271-288

²⁹ F. Régnier, *op. cit.*, 2014.