

La Gastronomie Française

La cuisine française fait référence à divers styles gastronomiques dérivés des traditions qui ont évolué au cours des siècles. Au Moyen Âge le développement de somptueux banquets ont porté la gastronomie française à un niveau supérieur, avec une nourriture décorée et fortement assaisonné, pendant la Révolution française, les habitudes ont été modifiées avec une utilisation moins systématique des épices et avec le développement de l'utilisation des herbes aromatiques et de techniques raffinées.

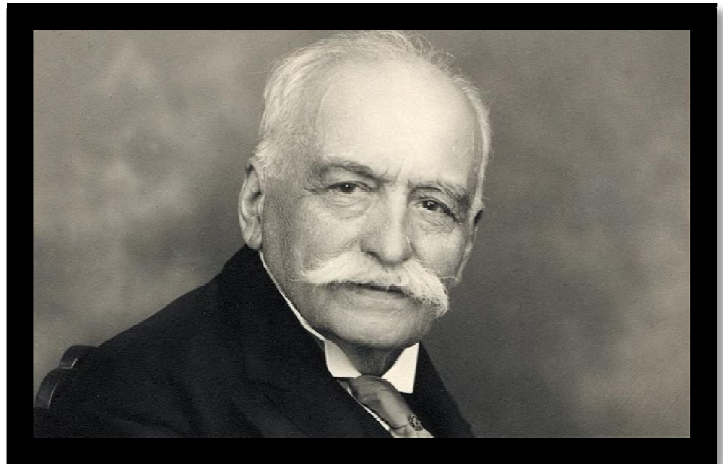
La cuisine française ne fut codifiée qu'au xxe siècle par Auguste Escoffier pour en devenir la référence moderne en matière de grande cuisine. Elle est aujourd'hui encore réputée l'une des références dans le monde en raison de son aspect culturel.

En France encore aujourd'hui, différents styles de cuisine sont pratiqués et il existe de multiples traditions régionales, si bien qu'il est difficile de parler de la cuisine française comme un tout unifié. Il existe de nombreux plats régionaux qui se sont désormais reconnus au niveau national tout en gardant des variantes d'une région à une autre.

C'est à la fin du 2006, qu'un groupe de gastronomes et de chefs, avec Paul Bocuse à la tête militèrent pour faire inscrire la cuisine française au patrimoine culturel

immatériel de l'humanité, mais c'est seulement le 16 novembre 2010 que Le «Repas gastronomique des Français» a été ajouté à la liste représentative du patrimoine culturel immatériel de l'humanité, ensemble à la cuisine mexicaine et à la diète méditerranéenne.

Actuellement la cuisine française servie dans des restaurants aux prix élevés, c'est une cuisine très raffinée, et très acclamée, caractérisée par une extrême diversité de styles qui comprennent la cuisine du terroir, l'haute cuisine et la nouvelle cuisine.



On divise la cuisine du terroir en quatre grandes aires régionales:

- le **Grand Ouest** produisant produits connus dans le monde entier pour la production des crustacés, de langoustes, de sardines, de viande de porc, d'agneau, de fromage, de boissons comme le Cidre et le Calvados et de plats sucrés comme les crêpes
- le **Sud-Ouest** célèbre pour l'élevage du volaille, pour la production du foie gras et d'eau-de-vie.
- Le **Sud-Est**, producteur d'agrumes de légumes, de fruits de fines herbes de miel, de fromages et de fruits de mer.
- Le **Grand-Est** connu dans le monde entier les vins magnifiques et pour le champagne, mais aussi producteur du pain d'épice, de moutard, de crème de cassis, de poisson et des plats sucrés comme la galette au sucre et les biscuits roses.

Au contraire l'Haute Cuisine ou grande cuisine fait référence à la [cuisine](#) des « grands » établissements, [restaurants gastronomiques](#) et [hôtels de luxe](#). La haute cuisine se caractérise par des préparations méticuleuses et une présentation soignée de mets en général de prix élevé, accompagnés par exemple d'un vin rare tout aussi cher.

Jusqu'à dans les années 1970, cette grande cuisine, codifiée par Auguste Escoffier, se définissait par la tradition de la cuisine classique française, mais avec la naissance du mouvement culinaire de la [nouvelle cuisine](#) a conduit à une



réévaluation de la haute cuisine. Aujourd'hui la haute cuisine n'est pas définie par un style particulier, car elle peut tout aussi bien qualifier la [cuisine fusion](#) que la [cuisine moléculaire](#) ou encore la [cuisine régionale](#). En général, ce sont les critiques qui attribuent le titre de "Haute cuisine" à la [carte](#) des restaurants; c'est donc plus une distinction qu'un type de cuisine

La Nouvelle Cuisine est un mouvement culinaire né en [France](#) en [1973](#) par les [critiques Henri Gault](#) et [Christian Millau](#). Cet mouvement intéressèrent les jeunes cuisiniers qui voulurent abattre les dogmes de l'Haute Cuisine que bas la cuisine sur un répertoire limité de recettes, En outre les grands chefs commencent à bannir l'utilisation de sauces et mets préparés à l'avance pour être réchauffés avant d'être servis, en fait ils utilisent les produits qu'ils choisissent eux-mêmes au marché juste avant de les servir, pour cette raison ils adaptent leurs [menus](#) en fonction du choix du [marché](#).

La Nouvelle Cuisine en outre, abandonne l'utilisation de liaison à base de farine en faveur de sauces légères à base de [fines herbes](#) ou des épices, l'utilisation des épices est minimum pour permettre la valorisation de gout du produit aussi avec de méthodes de cuisson comme la vapeur, au [bain-marie](#), [griller](#), cette-à-dire, toutes ces méthodes qui cuire plus rapidement à basse [température](#), respectant leur qualité nutritionnelle et enfin Les portions servies sont restreintes pour respecter les préoccupation de la société française, particulièrement pour les femmes.



Par conséquent, la Nouvelle Cuisine a consacré le déclin des plats de parade, des formules toutes faites, des préparations pompeuses et elle a ouvert le chemin à la cuisine française actuelle, qui a amorcé un retour aux produits authentiques du terroir.