

Cuisine des années 1950 et 2000

Résumé

Une animation pour découvrir l'évolution des manières de cuisiner et de s'alimenter entre 1950 et 2000.

Niveau

Cycle 3
Collège

Durée

45 minutes

Thèmes

Alimentation
Histoire des cuisines-
Boissons et cuisines
du monde

Objectifs

- Découvrir l'évolution des manières de cuisiner et de s'alimenter entre 1950 et 2000 ;
- Comparer l'alimentation des années 1950 et 2000 (nature des aliments, quantités consommées).

Matériel

Séquence 1

- Photos d'aliments : pain, cerises, persil, gruyère, grains de café, pomme de terre, citron, tomate, poissons, œuf, légumes, œuf dur, noix, salade ;
- Ustensiles de cuisine : grille-pain, dénoyauteur, coupe-persil, râpe à gruyère, moulin à café, presse-purée, presse tranche de citron, coupe-tomates, écailleur, fouet mécanique, moulin à légumes, coupe-œuf dur, casse-noix, panier à salade.

Séquence 3

- Ustensiles : porte-dîner, tupperware, presse citron en verre et en plastique, presse-agrumes électrique, coupe frites, moulin à légumes, girafe (mixeur) ;
- Emballages : plats cuisinés à l'avance, citron pressé, bouteille de lait en verre, brique de lait en carton, bouteille de lait en plastique, frites surgelées, soupe de légumes en brique, soupe de légumes déshydratée.

Séquence 4

- Étiquettes avec les quantités consommées de chaque groupe d'aliments en 1950 et 2000 ;
- Aliments factices en plastiques et emballages de produits ;
- Paniers en osier, paniers en plastique et sac en plastique ;
- Tableau.

Séquence 5

Ingrédients : carottes, raisins secs, oranges, citron, fleur d'orange, sucre, sel, huile d'olive, pommes, noix, miel, eau ; Ustensiles de cuisine : bol, râpe à légumes, presse-agrumes, mixeur, casse-noix, pilon et mortier, saladier, cuillères à soupe, économes, couteaux, assiettes, fourchettes et verres.

La cuisine des années 1950 et 2000

Dérroulement

Séquence 1 : Exposition « cuisine des années 50, cuisine d'aujourd'hui »

Les enfants commencent par observer l'exposition puis l'animateur pose une série de questions sur les sources d'énergie (fourneau/plaques vitro-céramiques), le temps passé à cuisiner, les ustensiles utilisés, le mode de conservation des aliments (congélateur, réfrigérateur), les aliments consommés...

Voir les questions dans la rubrique « En savoir plus... »

Séquence 2 : Découverte des ustensiles de cuisine anciens

Le jeu s'intitule « A quoi ça sert ? » :

Une dizaine d'ustensiles de 1950 sont disposés sur une table : grille-pain, dénoyauteur, coupe-persil, râpe à gruyère, moulin à café, presse-purée, presse tranche de citron, coupe-tomates, écailleur, fouet mécanique, moulin à légumes, coupe-œuf dur, casse-noix, panier à salade.

Les enfants essaieront de les reconnaître (de les nommer), et d'expliquer leur utilisation. Ils devront ensuite relier les photos d'aliments correspondant aux ustensiles (ex : relier la photo des grains de café au moulin à café).

Enfin, trouver le mode de fonctionnement de l'ustensile.

Séquence 3 : Évolution de l'alimentation entre 1950 et 2000

« Évolution ou révolution ? » : ce jeu consiste à regrouper un ensemble d'objets (ustensiles de cuisine et produits industriels) disposés sur la table selon 5 thèmes :

- Le repas au travail ;
- le lait ;
- le citron ;
- la soupe de légumes ;
- et les frites.

On laisse d'abord les enfants se débrouiller seuls, et éventuellement, on les guide avant de corriger... Grâce à ces 5 groupes différents, les enfants vont pouvoir observer l'évolution :

*** Des modes de consommation :**

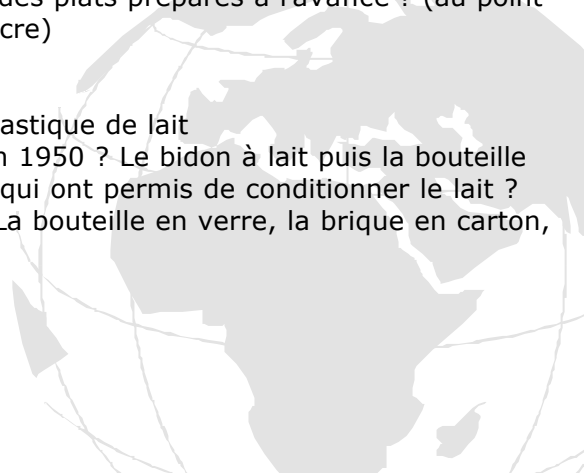
- Porte dîner / tupperwares / plats cuisinés à l'avance

Questions : Quel est l'objet de 1950 ? Comment s'appelle-t-il ? A quoi servait-il ? Quel est l'intérêt du porte-dîner ? Par quoi est-il remplacé aujourd'hui ? Quels avantages présentent les plats cuisinés à l'avance ? Et, au contraire, quels sont les points négatifs des plats préparés à l'avance ? (au point de vue nutritionnel : plus de graisses cachées et plus de sucre)

*** Des modes de conservation :**

- Bouteille de lait en verre / brique de lait / bouteille plastique de lait

Questions : Dans quel contenant le lait était-il conservé en 1950 ? Le bidon à lait puis la bouteille en verre. Depuis 1950 quels sont les différents emballages qui ont permis de conditionner le lait ? Les classer dans l'ordre de leur apparition dans le temps : La bouteille en verre, la brique en carton, et la bouteille en plastique.



La cuisine des années 1950 et 2000

× Des techniques de préparation et des compositions des produit :

- Presse-citron en verre / presse-citron en plastique / presse-agrumes électrique / jus de citron pressé

Questions :

- En ce qui concerne le citron... Classer les différents objets par ordre chronologique d'apparition (on laisse le presse tranche citron de côté). Presse-citron en verre, en plastique, presse-agrumes électrique, citron pressé.
 - Lequel de ces objets utilisez-vous à la maison ?
 - Econome / coupe-frites / frites surgelées
 - Comment les frites étaient-elles préparées en 1950 ? Quelles sont les différents étapes de la recette ? Présenter ensuite le coupe-frites... Parler du mode d'utilisation. Aujourd'hui, comment prépare-t-on les frites ? Quels sont les avantages des produits industriels ?
 - Moulin à légumes / girafe (mixeur) / soupe de légumes en brique / soupe déshydratée
- La soupe lyophilisée et la brique de soupe de légumes...
- Consommez-vous ces produits à la maison ? Si non, comment les préparez-vous ?
 - D'après-vous quelles sont les techniques plus traditionnelles pour préparer les mêmes aliments (avec les ustensiles présents sur la table : girafe, moulin à légumes) ?

Voir l'histoire du moulin à légumes, des frites et du lait dans la rubrique « En savoir plus... »

Séquence 4 : Faire ses courses en 1950 et en 2000

Parler de l'évolution des ustensiles, donc des techniques de préparation et de manière générale de l'alimentation entre 1950 et 2000.

Présenter l'étagère où sont disposés les différents aliments et expliquer le but du jeu : les enfants devront retrouver les aliments consommés en 1950 et en 2000 en les disposant dans les paniers prévus à cet effet.

On constitue deux groupes : l'un chargé de faire les courses (pour une personne et pour une semaine) en 1950, et l'autre en 2000.

Les enfants récupèrent les aliments de la table et les rangent dans les paniers en osier (pour 1950) ou dans leurs paniers ou leur sac en plastique (pour 2000) ; ils les déposent ensuite sur la table à l'endroit indiqué. Ils disposent de petites fiches plastifiées qui leur indiquent la quantité de chaque groupe d'aliments consommée en 1950 et en 2000 en une semaine pour une personne. A eux de trouver quels aliments vont dans le bon panier (nature des aliments et bonne quantité). Une fois le jeu terminé, on se regroupe autour de la table et on corrige.

Pour les quantités, corriger en réalisant un tableau comparatif des quantités consommées en 1950 et en 2000. Donner éventuellement quelques chiffres (Voir dans la rubrique « En savoir plus... ») soit en matérialisant les quantités (ex : 3 baguettes), soit en donnant directement les chiffres pour chaque aliment (les chiffres pour les groupe d'aliments étant donnés sur les étiquettes).

Séquence 5 : Après les découvertes, un peu de manipulation...

Après avoir découvert l'évolution des ustensiles de cuisine et de l'alimentation entre 1950 et 2000, les enfants vont pouvoir manipuler et jouer aux chefs cuistots ! N'oublions pas que le thème (ou plutôt le lieu) commun de tous ces ateliers est la cuisine.

Pour cela, deux petites recettes sympathiques, originales et faisant manipuler les ustensiles, permettront aux enfants de terminer leur animation sur une note de dégustation.

La cuisine des années 1950 et 2000

Recettes

Carottes râpées citron-orange aux petits raisins

1 poignée de raisins
500 g de carottes
1 pincée de sel
1 cuillère à soupe de sucre en poudre
1 cuillère à soupe de fleur d'oranger
1 orange
1 citron
1 filet d'huile d'olive

Faites tremper les raisins secs dans de l'eau chaude.

Râpez les carottes.

Pressez le citron et l'orange. Ajoutez-y le sel, le sucre et la fleur d'oranger (et éventuellement l'huile).

Versez le mélange sur les carottes râpées. Mélangez.

Ajouter les raisins secs.

(Vous pouvez décorer les carottes de tranches d'oranges pelées à vif)

Servez frais.



La cuisine des années 1950 et 2000

En savoir plus

Séquence 1 : Exposition « cuisine des années 50, cuisine d'aujourd'hui »

Questions à poser aux enfants lors de la visite de l'expo

Quelle est la source d'énergie utilisée en 1950 et en 2000 pour faire cuire les aliments ?

En 1950, le poêle à charbon permettait de chauffer la pièce mais également de faire cuire les préparations du repas.

Aujourd'hui, nous disposons de moyens différents : le four à gaz ou électrique, le gaz, le micro-ondes, les plaques électriques et même les plaques vitro-céramiques.

De quelle façon sont conservés les aliments aux 2 époques ?

En 1950, c'est le début de la vente massive des réfrigérateurs en France. Mais tous les foyers n'en sont pas équipés. Les femmes vont faire les courses tous les jours et certains aliments sont conservés à la cave ou au grenier (pommes de terre, pommes...), en boîte (cacao, café...) ou en conserves maison.

En 2000, nous conservons les aliments dans le réfrigérateur, au congélateur, ou à température ambiante (conserves, produits lyophilisés...). De nos jours, les supermarchés et les nombreux produits industriels permettent de limiter nos courses à une fois par semaine.

D'après vous, y a-t-il une différence dans l'alimentation de 1950 et celle d'aujourd'hui ?

En effet, il y a une différence d'alimentation entre les deux périodes : plus de produits industriels, plus de produits transformés, 3 à 4 fois moins de pain et de vin...

Les enfants découvrent cela de manière plus approfondie dans les ateliers suivants (séquence 3).

Et le temps que passe une femme dans la cuisine, est-il plus important en 1950 ou en 2000 ? Pourquoi ?

Grâce à l'évolution des appareils ménagers et l'apparition des supermarchés et des produits alimentaires transformés, le temps de la femme dans la cuisine a considérablement diminué.

Enfin, quels ustensiles de cuisine avez-vous pu observer dans la cuisine ancienne ? dans la cuisine moderne ?

1950 : Poêle à charbon, chauffe-eau, moulin à café, cafetière en aluminium, conserves maison, cocotte en fonte, casserole en aluminium (manche en bois), pot à lait...

2000 : Plaques vitro-céramiques, four, lave-vaisselle, robot électrique, cafetière électrique, réfrigérateur, congélateur, casserole en acier inoxydable (manche en plastique), bouteille de lait en plastique...



La cuisine des années 1950 et 2000

Séquence 3 : Évolution de l'alimentation entre 1950 et 2000

Histoire du moulin à légumes

En 1928, Victor SIMON pose un brevet pour « une passoire d'action rapide pour légumes et autres comestibles ». Mais c'est en 1932 que Jean MANTELET invente le moulin à légumes. Cet industriel avait remarqué que sa jeune femme avait beaucoup de difficultés à préparer une purée bien passée. Il met alors au point le presse-purée et le commercialise. Après la guerre, il se rend compte de la motorisation générale et lance en France les premiers appareils électroménagers.

Histoire des frites

Belges et Français revendiquent l'invention de la frite. Les Belges prétendent que les frites ont été inventées en Wallonie à la fin du 18^e siècle. Les riverains de la Meuse avaient l'habitude de manger de la friture de petits poissons ; un jour où la pêche avait été mauvaise, ils ont essayé de remplacer le poisson par des morceaux de pommes de terre coupés en une forme qui rappelle celle des poissons.

Les Français assurent que les frites ont été inventées à Paris en pleine révolution de 1789 ; les premières friteuses ayant été installées sous le Pont-Neuf, ce plat s'est d'abord appelé les pommes Pont-Neuf, puis pommes de terre frites et enfin frites tout court.

Au siècle dernier, dans beaucoup de foyers la friteuse était en permanence sur la cuisinière à charbon ; dès que l'on voulait faire des frites, on la rapprochait du centre de la cuisinière pour amener l'huile à la bonne température.

Une délicate odeur de friture régnait en permanence dans la cuisine !

C'est en 1967 que la première friteuse électrique apparaît sur le marché de l'électroménager. Mais on constate avec évidence que les friteuses électriques actuelles sont infiniment plus pratiques. De nos jours, la température de l'huile peut se régler par un thermostat et un filtre anti-odeurs évite à tout le voisinage de savoir que vous allez préparer des frites.

Histoire du lait

Pour donner du lait, la vache doit au préalable mettre au monde un veau.

La vache est capable de produire de 20 à 30 litres de lait par jour. S'il ne faut que 6 à 8 minutes pour achever une traite (10 à 15 litres), les pis ont besoin de 12 à 16 h pour "refaire le plein"!

Le lait sort par les bouts des pis, les "trayons". Autrefois la traite s'effectuait manuellement : cette pratique, outre sa difficulté, présente certains inconvénients sur le plan hygiénique. Aujourd'hui le lait est prélevé par des trayeuses électriques reliées à des tanks à lait, à une température de 4°C qui empêche la prolifération des bactéries. Il sera ensuite amené par des camions citernes vers des usines de conditionnement et des fabriques de produits laitiers.

Le lait destiné qui n'est pas transformé en produit laitier est ensuite stérilisé à ultra haute température (UHT) ou pasteurisé. La stérilisation UHT consiste à porter le lait à plus de 135 °C pendant 3 secondes seulement, avant de le refroidir. La date limite de consommation (DLC) du lait est alors de 90 jours et il peut être conservé à température ambiante jusqu'à son ouverture. Le lait pasteurisé, lui, doit être conservé au réfrigérateur, et entre 7 et 15 jours selon la date indiquée sur l'emballage. La pasteurisation s'effectue à 72 °C pendant 15 secondes, puis le lait est rapidement refroidi à 4 °C.

Quelques dates importantes dans l'évolution commerciale du lait

- 1865 : Louis PASTEUR découvre les micro-organismes ;
- 1880 : Émile DUCLAUX met au point la pasteurisation ;
- 1895 : Début de la pasteurisation commerciale du lait ;
- 1920-1930 : Pratique courante de la pasteurisation du lait ;
- 1967 : Lancement du lait frais pasteurisé ;
- 1970 : Mise au point des laits UHT (stérilisation à Ultra Haute Température).

Fiche animation

La cuisine des années 1950 et 2000

Séquence 4 : Faire ses courses en 1950 ou en 2000

La consommation alimentaire en France a beaucoup évolué depuis les années 1950, principalement sur les points suivants :

1. Tout d'abord, l'apparition des supermarchés, des industries alimentaires, des conserves, des surgelés, des produits lyophilisés, des produits transformés, des produits cuisinés à l'avance, a nettement fait évoluer la manière de cuisiner chez soi, mais également la fréquence des courses et le lieu d'achat des produits.

Au XII^{ème} siècle, dans les premières épicerie on ne vendait que des épices d'où leur nom : « épicerie ». Au cours du temps, les clients étant de plus en plus nombreux, elles ont élargi leur gamme de produits.

Malgré le développement rapide des grandes surfaces dans les années 1970, les petits commerces (épicerie et petits marchands : bouchers, crémiers...) ont survécu à ce phénomène. Aujourd'hui, il existe plusieurs types de grandes surfaces :

- les hypermarchés (Magasin en libre-service à prédominance alimentaire supérieur à 2500 m². Ex. : Carrefour, Leclerc) ;
- les supermarchés (Magasin en libre-service, à prédominance alimentaire de 400 à 2500 m². Ex. : Champion, Super U) ;
- les magasins populaires (Magasin à assortiment général avec important rayon alimentaire. Ex. : Monoprix).

Quelques dates sur le développement des grandes surfaces

- 1852 : Création du Bon Marché (Premier Grand Magasin) ;
- 1928 : Naissance des magasins populaires ;
- 1931 : Ouverture du premier supermarché à Paris (magasin populaire qui vend des articles en grande série à prix bas) ;
- 1948 : Premier libre-service de France (40 m² à Paris) ;
Développement des magasins à succursales multiples ;
- 1949 : Lancement du « discount ». C'est le premier à pratiquer la vente en gros, avec pour objectif de faire chuter les prix Ce type de magasin va révolutionner le commerce et donner naissance aux hypermarchés ;
- 1957 : Premier supermarché à Paris ;
- 1962 : Premier hypermarché ;
- 1998 : Première supérette automatique ;
- 2000 : Lancement du premier cybermarché pour faire ses courses sur Internet. Le magasin propose alors 50 000 produits en ligne et la livraison à domicile.

Le développement des grands surfaces dans les années 1970 a beaucoup influencé les modes de consommation alimentaires en France. L'évolution de l'alimentation entre 1950 et 2000 peut donc s'expliquer par cet essor des super et hypermarchés.



La cuisine des années 1950 et 2000

2. D'autre part, au niveau de l'alimentation en elle-même, les repas sont plus diversifiés, et la place des aliments n'est pas la même qu'en 1950.

- **Féculents** : Nous consommons deux fois moins de pain qu'il y a 50 ans mais la quantité des produits céréaliers (pâtes, riz, semoule...) a, en échange, augmenté. Par ailleurs, la consommation de pommes de terre a nettement diminué.
- **Fruits et légumes** : Leur consommation a particulièrement augmenté entre 1950 et 1990. Elle est aujourd'hui quotidienne, et ceci grâce aux transports et aux techniques de conservation qui nous permettent de consommer des fruits et légumes à toutes les saisons. Autrefois, la consommation était limitée par les saisons de production et par la distance (des villes de production). L'apparition des conserves et des surgelés a largement favorisé cette croissance. Au contraire, les légumes secs sont de moins en moins consommés.
- **VPO (viandes, poissons, œufs)** : Leur consommation est en augmentation. On mange cependant moins de viandes en sauces, de porc, de lapin mais davantage de viande de boucherie (bœuf, veau, mouton...) et de grillades. De nombreuses préparations industrielles alimentaires (produits cuisinés, conserves et surgelés) à base de viande, poisson ou œufs, contribuent à cette évolution.
- **Produits laitiers** : L'utilisation du lait nature a diminué du fait de son utilisation dans les préparations industrielles, et par conséquent, le rayon des produits laitiers propose actuellement un choix très diversifié par rapport à 1950 : multiples marques et qualités de yaourts, fromages, entremets... La consommation de ces produits, auparavant plus rare et monotone, a donc augmenté.
- **Sucre et produits sucrés** : Diminution de la consommation du sucre mais essor de la consommation des produits sucrés tels que : les barres chocolatées, les crèmes glacées, les sorbets, les friandises, les boissons sucrées...
- **Matières grasses** : Augmentation générale de la consommation des corps gras ; de plus, la

| Consommation en kg ou l par semaine (INSEE) | 1950 | 2000 |
|---|---------------|------|
| Légumes | 1,14 | 2,23 |
| Fruits (pas au sirop, ni secs, ni confitures, ni gelées, ni compotes) | 0,73 | 1,25 |
| Pain (non préemballé) | 2,34 | 1,15 |
| Produits céréaliers (farines, riz, pâtes, semoule...) | 0,26 | 0,54 |
| Pommes de terre | 2,94 | 1,24 |
| Légumes secs | 0,06 | 0,03 |
| Viandes | 0,85 | 1,63 |
| Poissons | 0,2 | 0,49 |
| Oeufs | 0.2 (en 1959) | 0.29 |
| Lait | 1,49 | 1,27 |
| Yaourts (avec desserts lactés et fromages frais) | ? | 0,36 |
| Fromages | 0,1 | 0,34 |
| Beurre, Matières grasses animales | 0,11 | 0,15 |
| Huiles végétales | 0,1 | 0,26 |
| Margarines | 0,02 | 0,04 |
| Sucre, miel, confitures, confiseries | 0,25 | 0,27 |
| Crèmes glacées, sorbets, entremets et gâteaux glacés | 0 | 0,27 |
| Boissons gazeuses (pas l'eau), jus de fruits et nectars | 0,16 | 0,94 |
| Bières, cidres | 0,97 | 0,85 |
| Vins | 2,37 | 1,31 |

quantité incorporée dans les préparations industrielles n'est pas comprise dans les chiffres du tableau ci-dessous.

La cuisine des années 1950 et 2000

Sites ressource

" Pour une politique nutritionnelle de santé publique en France "

Quelques chiffres et des explications sur l'évolution de l'alimentation depuis le siècle dernier.

<http://www.sante.gouv.fr/htm/actu/nutri2000/nutri022.htm>

<http://www.sante.gouv.fr/htm/pointsur/nutrition/3n2.htm>

" Histoire de l'art culinaire "

Ce site vous explique les révolutions alimentaires à travers les siècles, et vous trouverez plus particulièrement un paragraphe sur l'évolution de l'alimentation durant l'époque contemporaine : XIX^{ème} et XX^{ème} siècle.

<http://encyclopedie.snyke.com/articles/>

[histoire_de_l_art_culinaire.html#.C3.89poque_contemporaine](http://encyclopedie.snyke.com/articles/histoire_de_l_art_culinaire.html#.C3.89poque_contemporaine)

" De la gastronomie au prêt à manger "

L'évolution de la gastronomie, des restaurants, de l'alimentation

http://www.unspecial.org/UNS617/UNS_617_T08.html

" Musée des techniques anciennes "

Pour rechercher un ustensile ou découvrir des ustensiles de cuisine insolites, un répertoire d'images vous invite sur le site :

http://www.mot.be/cgi-bin/ID-DOC.cgi?language=fr&mode=Z&data=_Crafts.txt%3C-%3Ecuisinier

" Tout sur les ustensiles de cuisine "

Quelques explications sur les principaux ustensiles de cuisine...

<http://www.saveurs.sympatico.ca/techniques/ustensile/ustensile.htm>

