



La table du seigneur

Au Moyen Âge, l'abondance de nourriture est un signe de pouvoir et de richesse. Les seigneurs organisent de grands banquets. Les plats sont toujours servis dans le même ordre : après des fruits pour ouvrir l'appétit, arrivent les plats mijotés, puis les viandes rôties et enfin les desserts. Entre les plats, des amusements sont proposés (spectacles, chants). Souvent, deux invités partagent le même verre, la même écuelle, voire le même tranchoir, un morceau de pain rassis qui sert d'assiette.

Seul le couteau est personnel, il sert à piquer la nourriture directement dans le plat. L'usage de la fourchette ne se répand qu'à partir du XVI^e siècle.



Un banquet au Moyen Âge



Un exemple de vaisselle médiévale : le hanap



Un musicien proposant des divertissements entre les plats

Une cuisine épicée

Les herbes aromatiques, comme la sauge, la menthe, le romarin ou le persil, sont très présentes dans la cuisine du Moyen Âge. C'est aussi le cas des épices venues d'Orient (poivre, cannelle, clou de girofle). Elles sont surtout consommées par les gens riches.

Hypocras

« Dans un litre de vin, rajouter 10 cl d'eau et 100 g de miel. Faites une bourse en tissu avec 15 g de gingembre, 15 g de cannelle, 8 g de coriandre, 8 g de cardamome, 3 g de clou de girofle, 3 g de noix de muscade, 5 g de maniguette (à défaut, du poivre). Laisser macérer 3 heures minimum et presser la bourse d'épices pour recueillir tout le jus, mélanger et servir. »

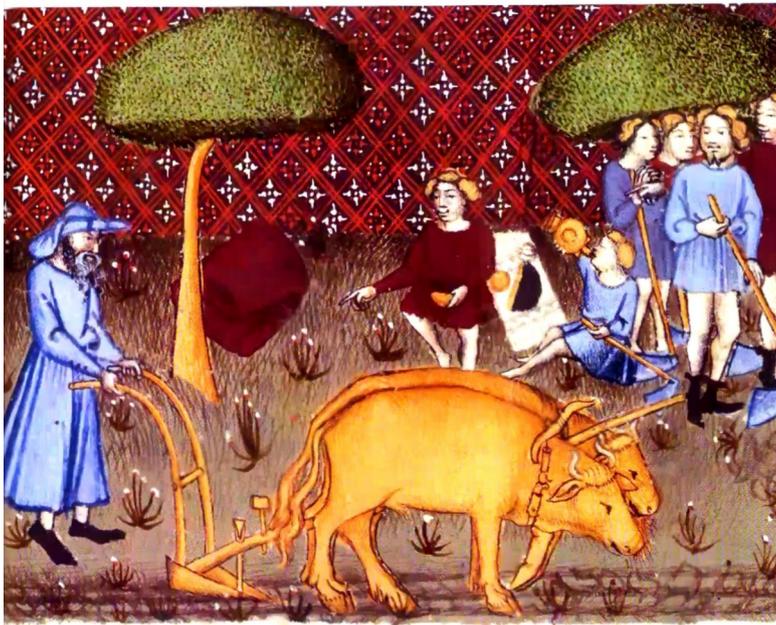
La recette de l'hypocras, une boisson médiévale consommée au dessert



La nourriture du paysan

Les paysans consomment beaucoup de céréales, le plus souvent sous forme de pain. Ils se nourrissent aussi de légumes préparés en soupes. Ce sont pour l'essentiel des légumes racines comme la carotte ou le navet, ainsi que des féculents (pois, haricots). Comme les cheminées sont rares dans les demeures paysannes, les paysans utilisent le four du seigneur pour faire cuire leur pain.

Après avoir disparu aux XII^e et XIII^e siècles grâce aux progrès de l'agriculture et à de bonnes conditions climatiques, les famines réapparaissent à la fin du Moyen Âge.



Un déjeuner de paysans dans les champs



L'utilisation du four du seigneur

Lexique

Ecuelle : assiette creuse utilisée au Moyen-Age

Famine : manque de nourriture sur un temps prolongé qui menace la santé