



Pourquoi la viande rend les hommes heureux.

12.8.2009

Notre sens du goût a été marqué génétiquement pendant des milliers de générations. C'est lui qui nous permet d'aimer instinctivement la nourriture dont notre organisme a besoin. La viande a par conséquent joué un rôle important tout au long de l'histoire de l'Humanité.

Chacun l'a déjà constaté lui-même: manger de la viande est une expérience positive. Plus elle est juteuse et gouleyante, plus le bonheur s'amplifie au fil d'un repas réussi. Pourquoi en va-t-il ainsi? C'est tout simple: nous avons cela dans nos gènes. Car aux temps préhistoriques, les hommes étaient nomades et se déplaçaient à travers des contrées arides, dans lesquelles rien ne poussait. Leurs animaux, qu'ils n'ont commencé à domestiquer et à élever il n'y a que 9000 ans environ, étaient à l'époque d'importants stocks vivants de substances nutritives. Ce n'est que plus tard que l'homme s'est sédentarisé et a commencé à cultiver les plantes – tout en gardant bien entendu ses animaux domestiques autour de lui. L'éminent théoricien culinaire Harold McGee écrit dans son livre déterminant «On Food and Cooking»: «La principale satisfaction ressentie en mangeant de la viande est d'ordre biologique et provient de nos instincts. Notre savoir en termes d'alimentation est niché au cœur de nos sens, dans nos papilles, nos récepteurs olfactifs et dans notre cerveau.» L'homme s'est orienté pendant des millénaires vers le sucre très énergétique, des oligo-éléments vitaux, des acides aminés en tant qu'éléments des protéines et ce que l'on appelle des nucléotides, également très énergétiques. Harold McGee dit encore ceci: «La viande contient toutes ces choses et en a le goût. Et contrairement aux végétaux, les substances nutritives présentes dans la viande sont beaucoup plus accessibles.» N'est-il pas fascinant de se dire que l'histoire de l'Humanité se lit dans une assiette?