

INTRODUCTION

ART CULINAIRE, SCIENCE ET ART.— SON IMPORTANCE AU
POINT DE VUE SOCIAL

Molière aurait mieux fait de traduire sa boutade : “ Il faut manger pour vivre ” en celle-ci : “ Il faut *savoir* manger pour vivre sainement et longtemps.”

“ *Savoir manger* ”, c’est savoir faire un choix judicieux des aliments de façon à se nourrir rationnellement, agréablement, hygiéniquement, économiquement. Or, la grande majorité des mangeurs, aussi bien que des cuisinières, ignore les principes d’une telle alimentation. C’est pourquoi nous essayons de remédier à cette lacune.

La question de l’alimentation exige des connaissances dont l’ensemble constitue une science véritable. C’est la diffusion de cette science ménagère foncièrement utile, qui, rayonnant dans la société actuelle, y apportera sa bienfaisante influence et en arrêtera la déchéance matérielle.

Toute femme s’ennoblit au contact de la science domestique, elle acquiert un sentiment plus vif de la réalité des choses, une pondération qui est en même temps une force pour la vie. Dans la série des fonctions domestiques, cuisiner semble pour un grand nombre de femmes une occupation inférieure ; or, il n’existe pas de tâche secondaire pour la ménagère qui comprend ses fonctions : tout travail est ce que le fait celui qui l’accomplit.

La cuisine étant une science, on ne s’improvise pas cuisinière, mais on le devient par l’étude et la pratique. Cuisiner, ce n’est pas seulement mélanger des substances dans