

**Zeitschrift:** Revue économique franco-suisse  
**Herausgeber:** Chambre de commerce suisse en France  
**Band:** 48 (1968)  
**Heft:** 4: Le froid

**Artikel:** Le gastronome devant la surgélation  
**Autor:** Courtine, Robert-J.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-888033>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Le gastronome devant la surgélation

Robert-J. COURTINE

*Grand Prix de Littérature Gastronomique*

Peut-on aborder un sujet sérieux par une boutade? Je dirais alors que le gastronome n'est pas l'ennemi du froid parce qu'il sait que Ninon de Lenclos, nonagénaire et belle encore, attribuait ses succès amoureux à ceci : toute sa vie elle s'était lavée à l'eau froide et avait mangé froid!

Une héroïne de Balzac, la mère de Félix de Vandenesse, pour rester une « femme de trente ans » suivait le même régime.

Mais la vérité gourmande rejoint ici la vérité médicale où diététique et, certes, de nombreux plats sont meilleurs froids que chauds, de la daube au poulet, du veau à certains poissons. J'irais même plus loin : le froid ne permet pas la moindre tricherie; la sauce, qui fait passer le poisson, perd de sa majesté mais livre, froide, ses vilains secrets. Un œuf « paillé » passera inaperçu dans la sauce chaude, il offusquera l'odorat la sauce refroidie.

Mais sans doute notre propos n'est pas là.

On moque quelquefois le gastronome, on le traite de réactionnaire, on le taxe de conservatisme. On a tort. Le gourmet ne refuse point le progrès : il s'en méfie. Nuance!

Et le fait est que ce progrès auquel on voudrait prêter un grand P a souvent joué des tours à la cuisine, au goût en même temps qu'au bon goût.

La congélation, tenez!

Sans doute faut-il essayer d'empêcher les aliments de s'altérer et leur conservation était déjà le problème de l'homme des cavernes. Le poisson ou la viande séchée au soleil, plus tard le salage, le fumage, le sucrage furent les ancêtres de l'appertisation. La conserve est née avec les restes du premier repas du premier homme.

Mais a-t-on le droit d'écrire (ainsi que je lis dans un ouvrage récemment paru) : « Après décongélation, l'aliment est un aliment frais »? Je ne le crois pas. Ou si vous préférez, je ne crois pas — que dis-je, je suis sûr du contraire! — qu'un aliment décongelé soit le même que celui qui avait été congelé.

C'est pourquoi je maintiens que, sur un plan pratique, économique, la congélation est peut-être un progrès, mais que, sur celui de la cuisine, du goût, de la gastronomie en un mot, elle est tout le contraire.

Alors que la surgélation est progrès sur tous les plans.

\* \*

Faut-il une fois de plus préciser l'énorme différence des procédés?

Que MM. Ferdinand Carré et Charles Tellier aient, entre 1856 et 1876, posé les fondements de l'industrie du froid, nul ne le conteste. Qu'en 1928 l'américain Clarence

Birdseye ait découvert le procédé d'une congélation ultra-rapide : la surgélation pour l'appeler par son nom, en partant des travaux de nos deux Français, c'est certain. L'un peut-être n'eut rien trouvé sans la trouvaille des deux autres? Soit!

Mais il ne faut jamais quitter de vue que :

*Congélation c'est refroidissement progressif.*

*Surgélation c'est refroidissement brusque.*

La congélation lente amenant à une température de  $-5^{\circ}$  à  $-15^{\circ}\text{C}$  provoque dans les tissus des produits et denrées traités la formation de cristaux de glace. Lorsque vous laissez glacer de l'eau dans une bouteille, elle éclate. Pareillement, les arêtes vives de ces cristaux font éclater et déchirent les tissus, modifient la structure interne des mets et, par voie de conséquence, leur goût et l'alchimie de la cuisson.

La surgélation, au contraire, consistant à « saisir » le produit pour le porter brusquement à  $-40^{\circ}$ , l'eau des tissus est solidifiée dans son état de division naturelle et ceux-ci conservent leur souplesse primitive.

A noter que si la plupart des installations européennes utilisent une température de  $-45^{\circ}$ , la surgélation, en Amérique, se produit couramment à la température de  $-65^{\circ}\text{C}$  et que dans un avenir très proche, grâce à l'utilisation de l'azote liquide, on arrivera vraisemblablement à surgeler à très basse température  $-150^{\circ}\text{C}$ , par exemple.

Des recherches extrêmement précises et précieuses ont prouvé que les protéines et les vitamines ne sont pratiquement pas atteintes par la surgélation, pas même la fragile vitamine C, tandis que si le blanchiment peut entraîner une transformation des glucides complexes d'un végétal, c'est en glucides plus simples et donc plus directement assimilables.

Le Pr Monzini (de la Station Expérimentale du Froid, à Milan) a pu déclarer : « Le procédé de conservation par surgélation paraît être le mieux adapté à maintenir le maximum des principes nutritifs du produit et à stabiliser celui-ci dans un état très voisin de sa constitution naturelle. »

\*\*\*

Vous vous dites peut-être que le gastronome, le psychologue du goût, a moins à se préoccuper de ces choses que, précisément, du bon goût du plat présenté.

Eh bien non! D'abord parce que le gastronome a appris (du progrès ou plutôt des méfaits de certain progrès) qu'il convient de modifier l'adage et qu'il ne s'agit plus de manger pour vivre mais, pour ne pas mourir, de manger bon, de manger sain.

Aussi bien une longue expérience m'a appris encore qu'il était bien rare qu'un mauvais produit devienne bon au goût et beau à la présentation.

Les produits surgelés entreront donc la tête haute (si j'ose écrire) dans la cuisine, dans les casseroles du gourmet.

A condition qu'ils soient eux-mêmes de qualité.

Car bien moins que du décret du 9 septembre 1964

réglementant l'appellation de surgelé, c'est du bon sens des producteurs et du bon goût des utilisateurs qu'il faut s'autoriser pour « tenir » sur les points suivants :

- Ne soumettre au froid que des produits sains et frais.
- Appliquer le froid rapidement.
- Maintenir un froid égal jusqu'à la vente.

Le Pr Rey, de la Faculté des Sciences de Dijon, capitale des États Généraux de la Gastronomie, remarquons-le en passant, insiste souvent sur ceci : « surgélation = méthode conservatrice mais non méthode améliorante ». A propos de plats surgelés, mon ami Raymond Oliver traduisait un jour, dans une conférence, cette observation professorale et disait : « Si vous surgelez de la crotte, ce sera de la crotte surgelée et non autre chose. »

Je me méfie encore des plats surgelés, je l'avoue.

Non point de la qualité, de la fraîcheur des matériaux utilisés, mais de leur préparation. On ne cuisine pas bien pour 50 personnes, alors pour cent mille... J'imagine qu'un lièvre à la royale préparé par Lucien Sarrassat de Saint-Gérand le Puy (ne cherchez pas sur le Michelin, il est trop pur cuisinier pour y figurer), le canard à l'orange de chez Lasserre, la pouarde à la vapeur telle que la préparaient Alexandre Dumaine, à Saulieu, pourraient être, sur place, surgelés et contenteraient, raviraient les sept convives du repas idéal selon le Vidame de Pamiers. Mais que peut-il sortir de bon des marmites de sorcières d'une usine à manger?

\*\*\*

Ici il me faut donner un exemple de la surgélation considérée comme un des beaux arts du manger.

Parlons sorbets. Ceux que l'on trouve le plus souvent dans les restaurants sont industriels. Ils sont (ne parlons pas des sorbets-ersatz à la pulpe de fruits, au sirop chimique et à je ne sais quoi!), ils sont donc, le plus souvent, hors saison, faits de fruits surgelés. Ils sont bons parce que la surgélation du fruit (la framboise, par exemple) est bonne. Mais figurez-vous qu'une marque, que je ne nommerais pas mais que les gourmets devineront, a fait mieux. Installée sur place, je veux dire dans la vallée du Rhône, en mon pays d'Ardèche, au cœur des récoltes abondantes des fruits rouges, lesdites framboises lui sont amenées au laboratoire dès la cueillette. Quelques heures après cette cueillette les sorbets sont faits. Et immédiatement surgelés. Eh bien ceux dont le palais est subtil feront la différence. Et s'étonneront de la qualité des sorbets surgelés « sur le vif » si j'ose dire.

Sur le vif! Le mot est lâché. N'est-il pas curieux de constater qu'au siècle de la vitesse, en matière de marchandise fraîche, on est moins favorisé qu'il y a un siècle?

Où est le temps où les marchandes des rues de Paris, dont les litanies psalmodiées enchantaien l'enfant Proust, criaient les péches de Montreuil cueillies du matin, les carottes de Croissy, les petits pois de Clamart, les asperges d'Argenteuil, etc.? Le moindre cageot d'haricots verts frais, au marché ou aux Halles, est flétrui comme une pauvresse. La salade se fane et s'alanguit, le cresson

jaunit, les tomates s'écrasent... Ah! ce marché de la Riponne, à Lausanne, où Georges Simenon peut encore acheter des champignons nés de la nuit et des oignons gais comme la jeunesse!

Ainsi donc l'homme des villes, des villes de France à tout le moins, ne peut plus connaître la fraîcheur « vraie » que si elle est capturée par les sorciers du froid, capturée sur place. J'ai vu l'ami Paul Corcellet utiliser, pour sa cuisine, des petits pois surgelés dans une usine proche du champ où ils venaient d'être récoltés, en même temps qu'il me montrait des cosses achetées le matin aux Halles. La différence n'était nullement à l'avantage des derniers.

Mais il va sans dire que pour ce résultat le produit de base se devait d'être impeccable. Les espèces végétales surgelées par exemple sont sélectionnées en fonction de leurs propriétés organoleptiques. Les préparateurs sont, dans leurs contrats avec le producteur, intransigeants.

\* \*

Mais la France n'est pas encore équipée pour le froid.

De reste, mes compatriotes, en majeure partie, l'ignorent. Ils préfèrent acheter un poste de télévision qu'un réfrigérateur. Ils mangent tiède plutôt que froid. Ils consomment très peu de glaces et sorbets (par comparaison d'avec les États-Unis, par exemple) et, hors Paris, il faut pleurer pour obtenir son vin, son apéritif glacés, au point que redemander de la glace au garçon, à la serveuse, qui considèrent celle-ci au prix de la pépite, devient un exploit.

De ce médiocre équipement découle une consommation restreinte de produits surgelés, 225 grammes par an et par habitant m'assure-t-on, contre déjà 3 kilogrammes en Angleterre et 20 aux États-Unis.

Car entre l'usine productrice et la cuisine de la ménagère il faut une chaîne du froid continue et organisée.

Il faut aussi et enfin que la ménagère soit éduquée sur ce froid, sur l'utilisation des produits et sur le langage des étiquettes.

Le même ouvrage que je citais plus haut déclare : « Sans même le savoir, beaucoup de Français consomment et apprécient les surgelés. La langue sauce piquante du restaurant d'entreprise, le saumon sauce hollandaise, le râble de lièvre en civet dégustés dans les auberges d'excellente renommée ont été surgelés... »

C'est pousser trop loin l'utilisation de la surgélation. Lorsqu'il n'y a point d'intérêt à l'utiliser, pourquoi le faire? Le saumon frais pêché reste meilleur, en bord de Loire ou de l'Adour, et le lièvre tué par le chasseur, dans les garrigues, a plus de parfum que celui nous venant tout surgelé des plaines arides d'Europe Centrale. D'autre part, il ne faut pas, du moins pour le gastronome, que l'emploi de tels produits tienne à d'autres considérations que de qualité. Par exemple, les fonds d'artichauts sont « longs à tourner à la main » (dit l'ouvrage en question qui propose de les remplacer par des conserves). Le gastronome n'a pas à savoir cela, mais si les fonds de conserve

ou surgelés sont aussi bons ou moins bons que les frais.

De même, ne doit pas jouer le côté saisonnier, l'argument que, avec la surgélation, on peut se régaler de cerises en décembre ou de coquilles Saint-Jacques hors pêche. La seule question valable pour le gourmet est celle-ci : les cerises de Noël seront-elles aussi savoureuses que celles de mai et les coquilles surgelées auront-elles la finesse des fraîches?

Cela amène à la comparaison, mais encore faudrait-il pouvoir comparer.

Je veux dire faudrait-il que le consommateur puisse savoir vraiment ce qu'on lui sert.

Je l'ai souvent écrit à propos de la margarine dont les tenants assurent qu'elle est une panacée : « Ayons une loi obligeant d'indiquer sur les menus des restaurants : « cuisine à la margarine », ou sur les devantures de pâtissiers : « pâtisserie à la margarine », etc. Il en est de même pour la congélation ou la surgélation : l'indication devrait être obligatoire sur les menus.

C'est une question d'honnêteté d'abord.

— Mais voyons, me disait un restaurateur, le client sait bien qu'on ne chasse pas des cailles au mois de mai et donc que mes cailles sont d'élevage. Cela va sans dire!

— Cela irait mieux en le disant, répliquai-je.

De même cela irait mieux en disant, sur le menu, que le saumon est surgelé, que les petits pois sont de conserve, que le potage est en boîte.

On s'apercevrait alors que rares sont les bonnes cuisines. Le gastronome le sait. L'usager courant l'ignore. Lorsqu'il n'est pas complice, il est victime. Mais en étant victime, il devient aussi complice.

\* \*

En quoi, direz-vous, après avoir prôné la surgélation, le voici qui l'attaque?

Non point. Mais de même qu'une cuisine de femme sera toujours supérieure à celle des chefs, de même un mijot paysan, préparé avec les produits du terroir sur place et en saison, sera toujours meilleur qu'un plat surgelé ou fait de produits surgelés.

Cela n'empêche point de reconnaître que de tous les procédés de conservation la surgélation est le meilleur : celui qui respecte le plus la nature, cette nature qu'il ne faut jamais, en cuisine, quitter d'un pas.

Cela n'empêche point de ne pas confondre gastronomie et nourriture et que, gastronomie, pour se nourrir, il est souvent préférable d'utiliser le surgelé.

Peut-être même pourrait-on aller plus loin en disant que le surgelé, le bon, le meilleur, peut être, pour la femme pressée, l'homme seul, une accession à la gastronomie et qu'en se régalaient, mettons d'un coq au vin (si le plat a été honnêtement cuisiné) ils avancent d'un petit pas sur la route subtile des plaisirs gustatifs au lieu qu'en mangeant une tranche de jambon avec une tomate, voire un morceau de bœuf grillé avec une pomme à l'anglaise, ils stagnent inexorablement.