

# TABLE DES MATIÈRES

Avant-propos	7
--------------	---

## PARTIE 1 LES CÉRÉALES À LA CONQUÊTE DU MONDE

<b>Chapitre 1</b>	
<b>Tout est bon chez les céréales</b>	12
Changement de climat, changement de flore	13
Une grande famille où règne parfois la zizanie	14
Gros plan sur un plant	15
Des racines de compétition	16
« Allo les feuilles, mettez le turbo ! »	17
Changer de modèle ne s'improvise pas	20
La paille me botte	20
L'art de dresser les meules	22
Home de paille	23
Il ne pleut pas dans les chaumières	24
Des balais au charme inusable	26
En vannerie et en marqueterie	26
L'épi égrène ses qualités	28
Du grain au grain, et vice versa	29
Un grain chargé de significations	32

<b>Chapitre 2</b>	
<b>Une domestication qui a changé le monde</b>	34
« La chasse a été bonne, Raymond ? »	34
Les bienfaits de la cueillette	37
Des céréales improbables	38
Une longue phase d'observation	39
Et si l'on cultivait ?	41
Le jeu en vaut-il vraiment la chandelle ?	42
Le coup de pouce démographique	43
Bousculer les routines, cela ne s'improvise pas	44
« Tu gagneras ton blé à la sueur de ton front »	47
Comment la domestication change les céréales	48
C'est la faucille qui fait la céréale	49
La fonction vitale des graines est modifiée	50

<b>Chapitre 3</b>	
<b>Naissance des agricultures à travers le monde</b>	54
Les vrais débuts de l'agriculture	56
La Mésopotamie se met au grain	57
Les meilleures choses ont une fin	61
L'agriculture s'installe en Europe	62
Avec le bronze, les choses deviennent sérieuses	67
Au sud, une agriculture essentiellement côtière	68
Quand la Chine s'éveille à l'agriculture	69
Mais alors, d'où vient le riz ?	70
Le Japon en panne d'innovation	73
L'Inde, partagée entre le blé et le riz	74
La grande fresque égyptienne	76
L'Afrique du mil et du sorgho, en toute indépendance	79
L'Amérique d'avant le maïs	82
Enfin arrive le maïs	84
Du côté de l'Océanie et de l'Insulinde	87

<b>Chapitre 4</b>	
<b>Les céréales à la conquête de la France</b>	90
La soudure avec les Celtes	91
Du jambon mais pas de baguette	91
« Qui reprend de la bouillie ? »	92
Le bon pain est une affaire de Romain	93
Du four au moulin	94
La Gaule romaine devient un riche grenier	96
La première moissonneuse de l'histoire	98
Vous avez dit « Barbares » ?	99
La naissance du paysage contemporain	100
Un bonheur relatif dans les campagnes	101
Renaissance et époque classique	102
Un fermier général pas comme les autres	103
L'expansion de l'élevage	105

## PARTIE 2 COMMENT CULTIVER LES CÉRÉALES AU MIEUX (ET POURVU QUE CELA DURE)

<b>Chapitre 5</b>	
<b>La naissance du champ moderne</b>	110
La rotation à trois temps	111
La fin des jachères	114
La terre remuée à tour de bras	116
La très progressive maîtrise de l'attelage	118

Voici venue la charrue moderne	119	Des systèmes de culture plus économes	195
Labour toujours ?	122	Secouer la routine, l'éternel défi	197
Grâce aux engrais, une industrie va naître	123	Sortir de la dépendance, un vrai parcours	
L'azote, un dopant qui n'est pas sans danger	125	d'obstacles	198
De la matière organique, mais pas n'importe laquelle	126	Une autre diversité qui se respecte	199
Le semis, de plus en plus une affaire de précision	128	Ce soir, on mange global ou local ?	201
Semis d'automne ou de printemps ?	130	Une image de marque plus verte	202
L'obsession des mauvaises herbes	132		
Les céréales et l'eau	134	<b>PARTIE 3</b>	
Les chefs-d'œuvre de l'irrigation	135	<b>DES SEMENCES PRÉCIEUSES</b>	
Des maladies pas du tout imaginaires	137	(ET DÉCIDÉMENT TRÈS CONVOITÉES)	
Quand la verse fait pleurer	139		
Voici venu le temps de la moisson	140	<b>Chapitre 7</b>	
L'art de la meule	144	<b>Les enjeux autour des semences</b>	206
Et McCormick libère le paysan	147	La saga des Vilmorin	207
Tracteurs, mais pas seulement	148	Comment gagner à la courte paille	208
La course au rendement	149	Une vie pour tous les blés du monde	210
Toujours plus grand, toujours plus seul	152	Des collections plus importantes que jamais	213
		Au plus près des paysans	214
		Des gènes sans gêne	216
		Le triomphe des hybrides	218
		Du maïs à l'homme	219
		Des mégafirmes de semences	221
		Une réussite aquitaine et auvergnate	222
		Un bilan plus nuancé qu'il n'y paraît	224
		Et si l'on voyait le renouveau des variétés	
		anciennes ?	225
		Peut-il y avoir des semences paysannes	
		sans paysans ?	227
		Pour retrouver certaines saveurs	229
		Semences et portefeuilles	230
		C'est quoi un partage équitable ?	232
		Il faut sauver les semences d'Europe	233
		Et les semences du Sud ?	234
		<b>Chapitre 8</b>	
		<b>Dialogue sur les OGM</b>	238
		<b>PARTIE 4</b>	
		<b>QUAND LES CÉRÉALES FONT</b>	
		<b>LES RÉVOLUTIONS ÉCONOMIQUES</b>	
		<b>Chapitre 9</b>	
		<b>Les céréales, une affaire très politique</b>	274
		En cause, le climat ou les taxes ?	275
		Le libéralisme pointe le bout de son nez	276

## PARTIE 5 LES CÉRÉALES AU QUOTIDIEN

Un incroyable pacte de famine	277
L'art de la nuance à la napolitaine	278
Le libéralisme ne fait pas recette	280
Le long repliement des campagnes	282
La grande histoire bouscule l'agriculture	283
L'épique PAC attaque	285
Des aides souvent controversées	293
Quel pays aide le plus ?	294
À chaque pays, sa logique	295
Il y a de quoi déclarer forfait	296

### Chapitre 10

<b>Le paysage mondial des céréales</b>	298
Le suspense de l'agriculture chinoise	299
L'Inde, à la croisée des chemins	302
L'Asie du Sud-Est, ou l'empire du riz	304
La corne d'abondance américaine	307
Brésil et Argentine, deux géants en expansion	310
Un paysage africain en mutation	311
L'Australie, en suspens au bord du désert	312
Le copieux méli-mélo européen	313
L'histoire mouvementée de l'agriculture russe	315
Une Ukraine en partage	316
La terre va-t-elle changer de mains ?	318

### Chapitre 11

<b>Les céréales, entre négoce et crises</b>	326
Suivons le grain	326
Les cathédrales du grain	327
Deux fortunes françaises du négoce de céréales	329
Des Américains à grains	330
Le temps d'une crise : 2007-2008	331
Le riz va-t-il manquer ?	333
L'après-crise et ses enseignements	334
Le choix de l'autosuffisance	335
Spéculer sur l'appât du grain	336

### Chapitre 12

<b>Les céréales dans un futur proche</b>	340
Qui aura le plus grand bol demain ?	341
Avec quoi remplir les assiettes ?	343
À quel prix va-t-on nourrir tout ce monde ?	344
Que penser des révolutions vertes ?	345
Les effets du changement climatique	347
« Tu pousses ou tu cuis ? »	349
Le feu va-t-il prendre dans les greniers ?	350

### Chapitre 13

<b>Les céréales à manger et à boire</b>	354
Une indéniabie valeur nutritive	355
Le maître amidon	356
Le trajet de l'amidon	358
Un enjeu industriel	359
Une huile précieuse, presque trop	360
La question des acides aminés	361
Le gluten à problèmes	362
Une maladie à remonter le temps	364
On peut être aussi progluten	365
Bébé a droit à ses céréales	365
L'empire des flocons	367
Des céréales à croquer	369
Faites tourner la meule	370
Des farines très typées	371
Une fleur qui peut faire mal aux poumons	373
Touche pas à ma farine	374
Des champignons plus qu'indésirables	375
Mixes et compagnies	376
La saga du levain	378
La puissance de la levure	379
Le cas singulier de l'acide phytique	381
Pétrissage dans les règles	382
Tout chaud sorti du four	383
Voici venu le temps des pains de mie	384
Les pains sans four	385
Entre pains plats, galettes et crêpes	386
Vous prendrez bien de la brioche ?	387
Biscotte bien tartinée	390
Biscuit, c'est du gâteau !	391
Quand la levure chimique rencontre la farine	392
Le monde des pâtes alimentaires	393
Panzani et Barilla s'en mêlent	395
Nouilles d'ici et d'ailleurs	396
Indispensable semoule	398
L'astuce des grains à la vapeur	399
Au bon malt	400
Une petite bière, ça vous dirait ?	402

### Chapitre 14

<b>Les céréales entre cultures et religions</b>	406
Les céréales en poèmes	406
Des moissons de romans	412

Les céréales en chansons	413	L'égilope, précieuse et redoutable	469
Les céréales inspirent les peintres	414	L'épeautre, sa vie, son œuvre	470
Voici venu le temps du réalisme	416	Bleu, blond, rouge	473
Les maîtres des moissons	417	Une parcelle de touselle	473
Une vision nouvelle des champs	419	Avec ou sans barbe	474
Les champs occupent l'écran	420	Catalogue de blés	474
Les céréales et les religions antiques	421	Le blé aux Amériques	476
La moisson chrétienne	424	Le blé en France	478
La mythologie donne naissance à Cérés	425	Rusticité	479
Autres dieux, autres céréales, autres cultes	427	Terrible carie	479
Entre rituels et superstitions	429	Rouille en vue	480
Affaires de sortilèges	431	Verse et échaudage	481
De mystérieux dessins dans les champs	432	Vive le mélange !	482
Une moisson de proverbes et de dictons	435	Blé d'exception	483
Des dictons au fil des saisons	437	Huile de luxe	483
		Moisson et chewing-gum	483
		Froment et bled	484
		Argent	485
		Éleusine	487
		Ultranutritive	487
		Une culture minutieuse	487
		Riche en saveur	488
		Un petit grain d'Inde	488
		Perspective au Burundi	489
		Fonio	490
		Culture	490
		Production	492
		En cuisine	493
		La recette de Patricia	494
		Maïs	495
		Origine	495
		Conquête du monde	498
		Maïs cireux	498
		Fortune de Chine	501
		Oh, charbon !	502
		Basta Gaucho	502
		Semis	504
		De la chaleur avant tout	505
		Floraison	506
		Haricot et compagnie	506
		Séchage	507
		Rendement	508
		Écolo ou pas, le maïs ?	508
		Pyrale et chrysomèle	509
		Côté alimentation du bétail	511
		Nixtamalisation	512
		Maïs tout sucre	513

## PARTIE 6

# LES CÉRÉALES SOUS TOUTES LEURS COUTURES

### Chapitre 15

#### Portrait en pied des vedettes

Avoine	443		
Origine	443		
Le grain préféré du cheval	445		
Une production en déclin	445		
Avoines exotiques	446		
Muesli pour tous	446		
Porridge des Highlands	447		
Quaker Oats	448		
Lait maison	448		
Quelle santé !	449		
Dodo	449		
Vertes expressions	450		
Blés premiers	453		
L'engrain, premier de moisson	453		
L'amidonner, précieux et délaissé	455		
Blé dur et apparentés	459		
Culture	460		
Au niveau mondial	460		
Production tricolore	461		
Chapeau le blé !	462		
Le ventripotent poulard	462		
Le mythe du blé Kamut	463		
Blé de Galice ou de malice ?	465		
Freekeh, maïs sans galette	465		
Blé tendre	467		

Pop-corn	514	Production	555
Polenta	514	Riz hybride	557
Millat	515	Azolla	558
La recette africaine	516	Buffle	559
<i>Pickles</i>	516	Rizipisciculture	560
Gaude	516	Canard au riz	560
Épluchette	517	Merveille du monde	561
<i>Chicha</i>	518	Madagascar	562
Sac écolo	518	Afrique	563
Mil	<b>521</b>	Brésil	565
Une céréale de survie	521	Camargue	565
Le cas indien	522	Blanc ou brun	566
Une diversité qui colle au terrain	522	Riz rouge	567
Une culture plus minutieuse qu'il n'y paraît	523	Béribéri	567
Récolte nutritive	524	Collant ou gluant	568
Cuisine et diététique	524	Riz parfumés	569
Pour le coup d'œil	525	Riz pilaf	570
Millet	<b>526</b>	Risotto	570
Millet commun	526	Pælla	571
Millet des oiseaux	529	Saké et vinaigre	572
Autres millets	530	Vermicelle	572
Orge	<b>533</b>	Lait au riz	573
Origine	533	Teurgoule	573
Entre l'Écosse et l'Éthiopie	534	Tatami	574
Orges sauvages	534	Papier	574
Variétés	535	Poudre de riz	575
Culture	536	Land Art	575
L'orge dans l'auge	536	Sarrasin	<b>576</b>
Bouillie et bonne santé	537	Origine	576
Galette et pain	538	Sarrasin breton	578
Oe l'orge à boire	538	Gibier et abeilles	578
Un grain pour petite et grande bière	539	Production	579
Malt et whisky	540	Diététique	579
Café d'orge et douceur	540	Crêpe, galette et pâtes	580
Rivière	541	Slave tient au corps	580
Herbe à minet	541	Méli-mélo	581
Genre et présentation	541	La recette de Christian Ferault	581
Recettes tibétaines	542	Seigle et triticale	<b>582</b>
Une affaire de mots	542	Rustique comme peu	582
Quinoa	<b>543</b>	Production	584
Culture	543	Ségala	584
Diététique	545	Pain de seigle et d'épices	584
Cuisine	545	Pain portugais	585
Le pays du quinoa	546	Seigle et carotte	585
Riz	<b>551</b>	<i>Pumpernickel</i>	585
Domestication	551	Paillason et cie	586
À l'eau ou au sec?	554	Whisky	586

Ergot du seigle	587	<b>Chapitre 16</b>	
Triticale	588	<b>Les céréales au jardin</b>	<b>614</b>
Sorgho	<b>590</b>	Par quelle céréale commencer ?	<b>615</b>
Origine	590	Terrain bien préparé = semis réussi	<b>615</b>
Diffusion mondiale	592	Entretien et moisson à la main	<b>616</b>
Production	593	Moudre ou faire germer ?	<b>618</b>
Culture	593	Quelques adresses utiles	<b>619</b>
Sorgho et compost	594		
Une diversité utile	594	Chronologie : Le temps long des céréales	<b>622</b>
La culture de décrue	596		
Lutte pour la vie	596	En guise de bibliographie	<b>630</b>
Quel tonus !	597		
Des super-sorghos demain	598	Petite moisson de remerciements	<b>631</b>
Alimentation	599		
Les recettes de Patricia	600	Table des matières	<b>634</b>
Sorgho sucré	600		
Balai et biomasse	601		
Teinture	601		
Sorgho à boire et à voir	602		
Sorgho indésirable	602		
Tef	<b>605</b>		
Vite, vite	606		
Repas éthiopien	606		
Diététique	606		
Future mode	607		
Pour l'avenir	607		
Céréales sauvages	<b>609</b>		
Riz sauvage	609		
Bourgou	609		
Manne de Pologne	610		
Orinn	611		
Afezu	611		
Cram-cram	611		
Larme-de-Job	612		