

BINGE

FILMS·SÉRIES·ANIMATIONS

NOTE DE PRÉSENTATION

BINGE a été créé pour mettre en avant un élément souvent oublié du cinéma : la **nourriture**. Nous la voyons quotidiennement, à tel point que nous n'y prêtons même plus attention.

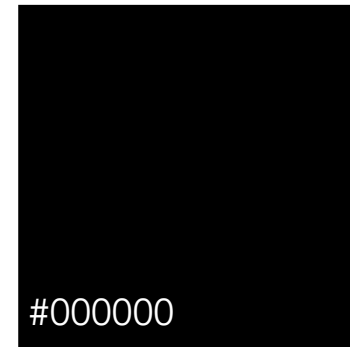
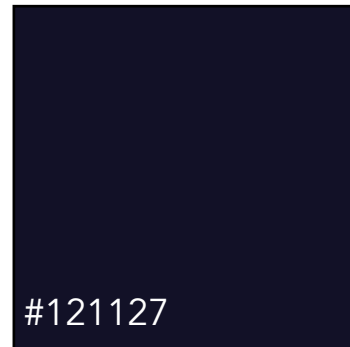
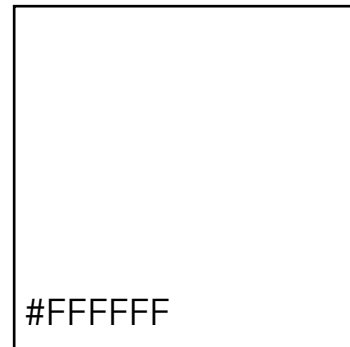
J'ai voulu montrer à quel point un repas, un aliment, un comportement face à la nourriture pouvait en dire long sur les personnage, le scénario et même la société.

Ce livre a pour vocation de faire découvrir les dessous du **cinéma** ainsi qu'à nous faire nous questionner et à prêter un peu plus d'attention aux scènes comprenant de la nourriture dans les films que nous visionnons.

Le livre est déclinable pour aborder les **séries** ainsi que les **films d'animation**.

Le livre se présente comme un **DVD** : la couverture est une jaquette, le sommaire ressemble à un menu de DVD et il y a même un petit livret de recettes glissé à l'intérieur. Le format est donc de 129mm*183mm.

CHARTE GRAPHIQUE



Titres & sous-titres

ATELIA (all caps)

Aa Bb Cc

Corps de texte

Loretta Display Light
Aa Bb Cc

Légendes

Loretta Display Light Italic
Aa Bb Cc

Loretta Display ExtraLight Italic
Aa Bb Cc

COUVERTURE PRINCIPALE

Au cinéma, un repas n'est jamais anodin. Derrière chaque table dressée, chaque bouchée savourée ou refusée, se cache une histoire à raconter, un lien à révéler, une tension à faire éclater. De la pasta sensuelle de Tampopo au festin silencieux de Babette, du dîner familial de Parasite à la brutalité d'un steak dans There Will Be Blood, la nourriture devient un miroir de nos désirs, de nos luttes et de nos contradictions. Entre symboles, pulsions, traditions et transgressions, les repas au cinéma révèlent l'intimité des personnages autant qu'ils dessinent la société qui les entoure.

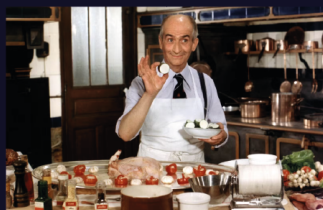
De Fellini à Bong Joon-ho, de Chabrol à Coppola, traversez un siècle de cinéma pour comprendre pourquoi, souvent, les plus grandes vérités se révèlent entre deux bouchées.



**ALIX
KOSTYRA**

FILMS

BINGE

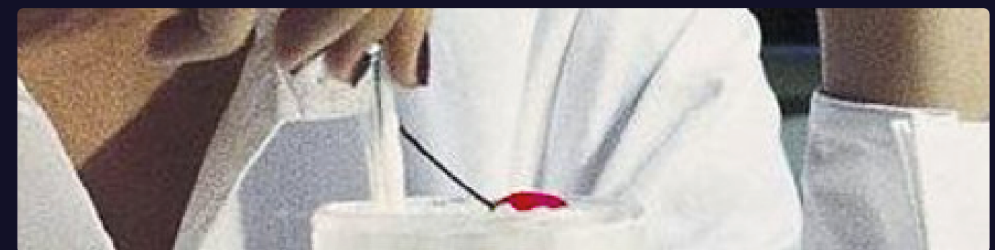


MFK ÉDITIONS PRESENTS IN ASSOCIATION WITH PATHÉS CINÉMAS A SZABOLCS KARIKO PRODUCTION AN ALIX KOSTYRA BOOK WITH THE PARTICIPATION OF WARNER BROS PICTURES PARAMOUNT
FOX SEARCHLIGHT UNIVERSAL PICTURES A24 GAUMONT FOCUS FEATURES FEATURING THE WORKS OF FEDERICO FELLINI BONG JOON-HO CLAUDE CHABROL SOFIA
COPPOLA MARTIN SCORSESE ALFONSO GUARÓN AGNÈS VARDÀ LARS VON TRIER YASUJIRO OZU PETER GREENAWAY WONG KAR-WAI LUCAS
GUADAGNINO PRODUCTION DESIGN BY MFK STUDIO EDITED BY JULIETTE DERVILLE COVER DESIGN BY ALIX KOSTYRA PUBLISHED BY MFK ÉDITIONS WRITTEN AND DIRECTED BY ALIX KOSTYRA

ISBN : 978-2-09-098098-0



}}{



FILMS

ALIX KOSTYRA

HORS **}}{** COLLECTION

COUVERTURES SECONDAIRES

Dans les séries, la nourriture ne se contente pas d'être un décor : elle est un rituel, un révélateur, parfois même un champ de bataille. Autour d'une table se jouent les alliances, les silences et les trahisons. Des dîners tendus de Succession aux brunchs raffinés de The Crown, des cafés de Friends aux fast-foods de Breaking Bad, chaque bouchée raconte un monde et une époque. Ce livre explore comment les séries mettent en scène la nourriture pour construire leurs personnages, rythmer leurs intrigues et incarner leur univers social. Qu'elle soit symbole d'intimité, d'excès ou de pouvoir, la table devient un espace dramatique à part entière.

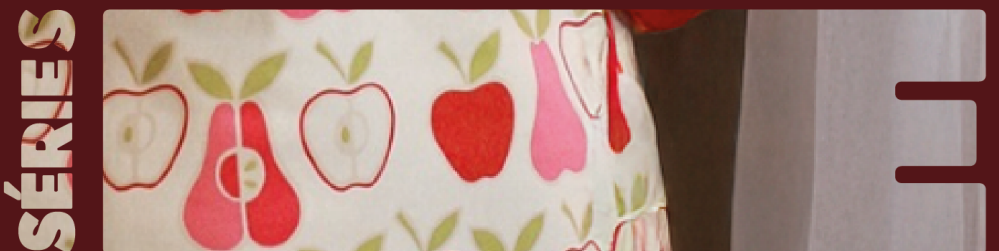
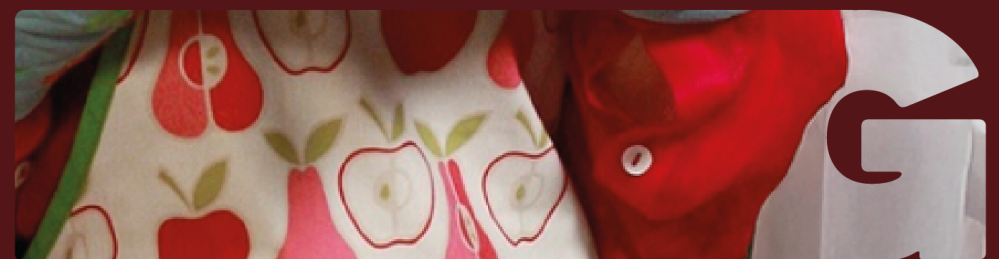
De The Sopranos à Downton Abbey, voyagez au cœur des séries, là où se mêlent les émotions et les récits d'une humanité en série.



**Alix
KOSTYRA**

SÉRIES

BINGE



MFK ÉDITIONS PRESENTS IN ASSOCIATION WITH PATHÉS CINÉMAS & SZABOLCS KARIKO PRODUCTION AN ALIX KOSTYRA BOOK WITH THE PARTICIPATION OF HBO NETFLIX AMC BBC FX APPLE TV+ CANAL+ ORIGINALS NBC HULU PRIME VIDEO FEATURING THE WORKS OF DAVID CHASE VINCE GILLIGAN JULIAN FELLOWS SHONDA RHIMES JESSE ARMSTRONG DAVID SIMON MATTHEW WEINER PHOEBE WALLER-BRIDGE NOAH HAWLEY RYAN MURPHY DAMON LINDELOF LENA DUNHAM PRODUCTION DESIGN BY MFK STUDIO EDITED BY JULIETTE DERVILLE ORIGINAL SCORE BY MARK ISHAM COVER DESIGN BY ALIX KOSTYRA PUBLISHED BY MFK ÉDITIONS WRITTEN AND DIRECTED BY ALIX KOSTYRA

ISBN : 978-2-09-098098-0



SÉRIES

ALIX KOSTYRA

HORS } [COLLECTION

COUVERTURES SECONDAIRES

Dans l'animation, rien n'est réel, pas même la nourriture. Et pourtant, rarement un plat animé n'a paru aussi appétissant, évocateur ou chargé de sens. De la ratatouille de Ratatouille à la montagne de raviolis de Bao, du festin spectral de Le Voyage de Chihiro aux bento partagés dans Your Name, la nourriture joue un rôle bien plus profond qu'un simple accessoire.

Ce livre explore la symbolique, la fabrication et la narration de la nourriture dans l'animation, en analysant comment chaque studio, chaque culture et chaque réalisateur utilisent le repas comme miroir du monde qu'ils dessinent.



MFK ÉDITIONS PRESENTS IN ASSOCIATION WITH PATHÉS CINÉMAS AND FORTICHE A SZABOLCS KARIKO PRODUCTION AN ALIX KOSTYRA BOOK WALT DISNEY PICTURES GIBLI STUDIO DREAMWORKS PIXAR ANIMATION STUDIOS MATTEL FILMS WITH THE PARTICIPATION OF M2 DA A CLASS FEATURING THE WORKS OF HAYAO MIYAZAKI ISAO TAKAHATA GLEN KEANE BRAD BIRD MAMORU HOSODA SATOSHI KON PETE DOCTER GEN'DY TARTAKOVSKY HENRY SELICK SYLVAIN CHOMET NORA TWOMEY MICHAEL DUDOK PRODUCTION DESIGN BY MFK STUDIO EDITED BY JULIETTE DERVILLE ORIGINAL SCORE BY MARK ISHAM COVER DESIGN BY ALIX KOSTYRA PUBLISHED BY MFK ÉDITIONS WRITTEN AND DIRECTED BY ALIX KOSTYRA

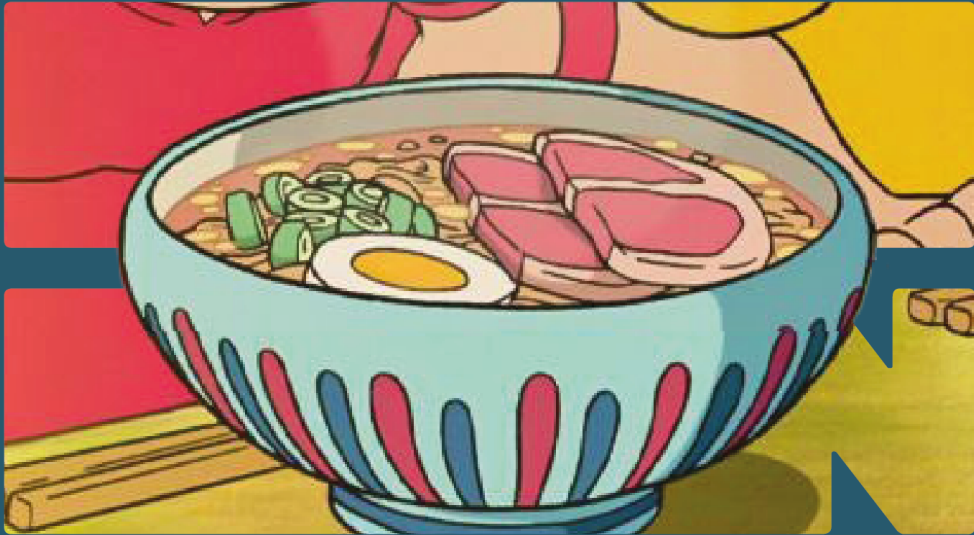
ISBN : 978-2-09-098098-0



ALIX
KOSTYRA

ANIM
ATIONS

BINGE



ANIMATIONS

ALIX KOSTYRA

HORS }[COLLECTION

MOCK UPS



Livret de recettes



Intérieur du livre



Couverture et packaging extérieur



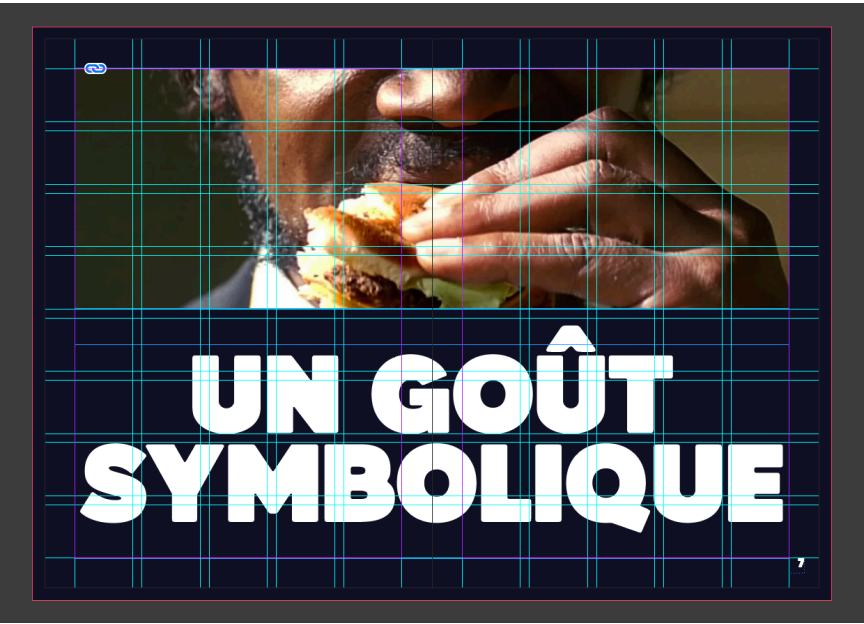
GRILLES

TYPOGRAPHIQUES

	
UN GOÛT SYMBOLIQUE 7	LE POIDS DE L'IMAGE 55
	
LE VRAI DU FAUX 25	UN RÉGAL IMAGINAIRE 67
	
DÉGUSTATIONS MYTHIQUES 39	BONUS SUCRÉ OU SALÉ ? 85

TABLE DES MATIÈRES

un goût symbolique	7
Le vrai du faux	25
dégustations mythiques	39
Le poids de l'image	55
un régal imaginaire	67
sucré ou salé ?	85





Vatel de Roland Joffé

UN RÉGAL IMAGINAIRE

XVIII^e siècle tout en offrant quelque chose d'assez beau et lisible pour la caméra. Les couleurs du passé étaient souvent ternes, les plats plus rustiques, les portions inégales. Or l'image réclame de la clarté, des formes reconnaissables, des textures nettes. On fabrique donc une nourriture qui semble vraie, mais légèrement réinterprétée, une reconstruction crédible, entre vérité historique et exigences du cinéma.

RECÉRER FIDÈLEMENT

Au cinéma historique, la nourriture n'est jamais là par hasard : elle raconte la vie quotidienne bien mieux que des costumes ou des décors luxueux. Pourtant, recréer un repas ancien est un véritable travail d'enquête. Les équipes consultent des livres de cuisine d'époque, des inventaires de châteaux, des tableaux, des lettres privées, parfois même des restes retrouvés lors de fouilles archéologiques. Il faut comprendre ce qui se mangeait, mais aussi comment : avec les doigts, avec un couteau, sans assiette individuelle, sans sucre, avec beaucoup plus de pain qu'aujourd'hui. Le défi est double : éviter l'anachronisme (pas de tomates au Moyen Âge européen, pas de pommes de terre partout au

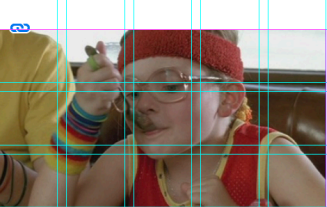
"L'un de mes grands centres d'intérêt est les menus historiques. J'étudie aussi bien les illustrations et les peintures que les recettes. Si je sais quels ingrédients contiennent un plat, je peux mieux me représenter sa texture."
Kerry Samantha



Ente à Rome de Tom Stoppard

RÉSISTANCE ET ALTERNATIVES

Face au culte de la minceur, certains films proposent une autre voie. Ils montrent des corps variés, plus proches de la vie réelle, de ces personnages qui mangent sans culpabilité, pour le plaisir, le partage, ou la curiosité. La nourriture retrouve alors sa place : geste quotidien, lien social, source de joie plutôt qu'objet de contrôle. Ces récits ne nient pas les pressions : ils les rendent visibles, parfois avec humour, parfois avec tendresse. Mais ils ouvrent surtout la possibilité d'un regard différent, où la valeur d'un personnage ne se mesure plus à son poids, ni à la façon dont il restreint son appétit. Ils rappellent enfin que le cinéma peut aussi contribuer à réparer : en montrant des corps multiples, des appétits multiples, et des façons d'apprécier qui ne passent pas par la punition d'abord.



Little Miss Sunshine de Valerie Faris et Tom Noonan

DÉGUSTATIONS MYTHIQUES

LE JACK RABBIT SLIM'S, PULP FICTION

La nourriture dans cette scène n'est pas un simple accessoire : le hamburger devient un prétexte à révéler la complexité ambiguë et la tension entre Mia et Vincent. Chaque geste, chaque bouchée, chaque regard est soigneusement cadré, transformant un dîner banal en moment hypnotique et presque sensuel. Tarantino montre ainsi qu'un repas, même simple, peut devenir un instrument narratif puissant, mêlant style, désir et tension, et s'inscrivant dans la mémoire du spectateur comme une véritable dégustation mythique.



Pulp Fiction de Quentin Tarantino

LA GLACE, LITTLE MISS SUNSHINE

Dans Little Miss Sunshine, la scène où Olive déguste sa glace est bien plus qu'un moment comique ou innocent. Alors qu'elle tente de surmonter les tensions familiales, la glace devient un symbole de consolation et de réconfort. L'acte de manger, simple et universel, contraste avec les conflits et les ambitions parfois absurdes de sa famille. Le réalisateur joue sur le cadrage et les couleurs pour accentuer la pureté et la douceur du moment, transformant la glace en un objet de paix et d'évasion émotionnelle. Chaque cuillerée souligne le besoin d'un instant de bonheur personnel au milieu du chaos familial.

LIVRET DE RECETTES

BINGE

RECETTES



SOUPE AUX CHOUX

LA SOUPE AUX CHOUX

2 à 3 carottes
1 chou blanc
1 oignon
1 c. à s. d'huile d'olive
250 g de lardons
1 bouillon cube de légume
1 bouillon cube de volaille
Quelques brins de ciboulette

1. Coupez les carottes en rondelles. Effilez le chou ou débitez-le en rectangles, selon l'envie. Découpez l'oignon en dés.
2. Dans une casserole, faites revenir les lardons avec l'oignon et les carottes dans l'huile pendant 2 à 3 minutes.
3. Versez 1 litre d'eau dans la casserole, puis le chou et portez le tout à ébullition. Mettez-y ensuite les bouillons cubes.
4. Salez et poivrez à votre convenance, puis incorporez la ciboulette. Servez bien chaud.



TWINKIES VEGAN

ZOMBIELAND

POUR LA PÂTE

260 g de farine non blanchie
1 cuillère à soupe de fécule de maïs
1 cuillère à soupe de levure chimique
 $\frac{1}{2}$ cuillère à café de bicarbonate de soude
240 mL de lait végétal
 $\frac{1}{2}$ cuillère à soupe de vinaigre de cidre (ou
vinaigre blanc en remplacement)
5 cuillères à soupe d'huile de carthame
150 g de sucre bio, brut ou végétalien
1 cuillère à café d'extrait de vanille

POUR LA CRÈME

1 boîte de conserve de crème de coco
100 g tasse de sucre glace bio
1 cuillère à soupe d'extrait de vanille
 $\frac{1}{4}$ cuillère à café de gomme xanthane

POUR LA PÂTE

1. Préchauffez le four à 180 °C.
2. Huilez l'intérieur des cavités du moule en forme de barque à l'aide d'un essuie-tout imbibé d'huile de carthame.
3. Mélangez le vinaigre et le lait végétal, remuez et laissez reposer.
4. Tamisez la farine, la fécule de maïs, le bicarbonate et la levure chimique dans un autre bol, puis fouettez pour bien mélanger.
5. Ajoutez l'huile, le sucre et la vanille au mélange de lait et remuez bien. Incorporez ensuite les ingrédients secs aux ingrédients liquides et mélangez jusqu'à obtenir une pâte lisse.
6. Remplissez les cavités du moule à environ la moitié.
7. Mettre au four pendant 15min au niveau du milieu.

POUR LA CRÈME

1. Fouettez les ingrédients à l'aide d'un robot pâtissier muni du fouet (ou d'un batteur électrique à main) jusqu'à ce que le mélange soit lisse. Vous devez obtenir des pics fermes qui ne retombent pas.
2. Transférez la préparation dans une poche à douille.
3. Retournez les twinkies sur le dos et percez leur « ventre » jusqu'à la moitié environ.
4. Faites cela en 3 ou 4 endroits pour être sûr qu'aucune partie du twinkie ne reste sans garniture à la crème.



PIZZA

RETOUR VERS LE FUTUR 2

1 pâte à pizza
1 poivron vert
10 tranches de pepperoni
1 mozzarella
1 boîte de sauce tomate

1. Préchauffez le four à 200°C
2. Étalez votre pâte à pizza sur le plan de travail.
3. Ajoutez la sauce tomate et la mozzarella en morceaux.
4. Sur un côté de la pizza ajoutez les tranches de pepperoni et sur l'autre les lamelles de poivron.
5. Laissez cuire au four hydratation 4 (200°C) pour 7 à 10 minutes.



SOUPE BLEUE

LE JOURNAL DE BRIDGET JONES

3 poireaux
3 pommes de terre moyennes
1 oignon
1 gousse d'ail
750 ml de bouillon de légumes
20 cl de crème légère
1/2 chou rouge
1 pincée de bicarbonate de soude
Un filet de citron
Sel, poivre, muscade

1. Faire revenir poireaux et oignon émincés dans un peu d'huile d'olive, puis ajouter l'ail après 2 minutes.
2. Ajouter les pommes de terre épluchés et coupés, couvrir de bouillon et cuire environ 20 minutes.
3. Infuser le chou rouge émincé 10 minutes dans l'eau bouillante, filtrer et garder seulement l'eau colorée.
4. Mixer la soupe, puis incorporer peu à peu l'eau colorée. Pour un bleu plus intense, ajouter une pincée de bicarbonate (avec modération). Si la couleur vire au violet, corriger avec un peu de citron.
5. Ajouter la crème, mixer pour velouter, assaisonner.



LOUKOUMS À LA ROSE

LE MONDE DE NARNIA

450 g de sucre
25 g de gélatine en poudre
3 c. à s. d'eau de rose
2 c. à s. de sucre glace
2 c. à s. de Maïzena
4 gouttes colorant rouge (facultatif)

1. Faire tremper la gélatine dans 1 dl d'eau puis chauffer 2 dl d'eau avec le sucre jusqu'à 115 °C.
2. Hors du feu, ajouter la gélatine, mélanger, ajouter le colorant, puis remettre sur le feu jusqu'à 107 °C.
3. Refroidir rapidement la casserole dans de l'eau froide, ajouter l'eau de rose et mélanger.
4. Tapisser de papier sulfurisé un moule et verser le sirop refroidi. Mettre le moule dans le réfrigérateur.
5. Après 24h, tamiser le sucre glace et la Maïzena sur le plan de travail. Retourner le moule sur le mélange sucre-Maïzena. Retirer le papier et couper la préparation en carrés puis les rouler dans le mélange.

LIVRE

ALIX KOSTYRA

BINGE

FILMS

HORS } { COLLECTION



UN GOÛT SYMBOLIQUE

7



LE VRAI DU FAUX

25



DÉGUSTATIONS MYTHIQUES

39



LE POIDS DE L'IMAGE

55



UN RÉGAL IMAGINAIRE

67



BONUS SUCRÉ OU SALÉ ?

85

AMUSE-BOUCHE

Manger au cinéma, c'est entrer dans un monde où les saveurs deviennent images et où chaque repas raconte une histoire. Des tables familiales aux banquets fantastiques, des snacks dans la salle obscure aux plats recréés pour les besoins d'un tournage, la nourriture accompagne le cinéma depuis ses débuts. Elle nourrit les personnages autant que notre imagination, elle fait rêver, elle trompe parfois, elle révèle toujours quelque chose.

Ce livre propose de regarder les films autrement : par l'assiette, par la bouchée, par le geste de manger. Observer la nourriture à l'écran, c'est découvrir une manière subtile et souvent invisible de raconter le monde, et de nous rappeler que, même au cinéma, nous restons profondément humains.



UN GOÛT SYMBOLIQUE

Au cinéma, la nourriture n'est jamais tout à fait innocente. Un repas peut sceller une alliance, trahir un désir, révéler une absence ou souligner une abondance trompeuse. Ce que les personnages mangent, ou refusent de manger, parle souvent plus fort que leurs paroles. Les aliments deviennent alors des signes, chargés de mémoire, de pouvoir, de manque ou de réconfort. Dans ce chapitre, il ne s'agit pas de recettes, mais de goûts symboliques : ceux qui racontent une époque, une condition sociale, un état intérieur, et qui transforment l'acte de manger en un langage cinématographique à part entière.



Pulp Fiction
de Quentin
Tarantino

SIMPLE BURGER OU PRISE DE POUVOIR ?

Dans *Pulp Fiction*, la scène du Big Kahuna Burger est devenue emblématique non pour ce qu'elle montre, mais pour ce qu'elle fait. Jules ne mange pas par faim. Il mange pour s'imposer. Le hamburger, aliment banal, presque vulgaire, devient un outil de domination. En s'appropriant la nourriture de Brett, Jules s'approprie son espace, son intimité, son calme. Chaque bouchée est un rappel : ici, le pouvoir change de camp. La violence n'est pas encore physique, mais elle est déjà totale. Le repas, habituellement associé au partage, est détourné en menace. Manger, ici, c'est régner.

QUAND L'ALIMENT DEVIENT UN LANGAGE

Au cinéma, la nourriture parle souvent là où les personnages se taisent. Un plat soigneusement préparé peut remplacer une déclaration d'amour, une assiette intacte peut révéler un malaise profond. Dans de nombreux films, les repas servent à dire ce qui ne peut être formulé. Ils traduisent les tensions familiales, les désirs inavoués, les conflits sociaux. Le spectateur apprend à lire ces signes : qui mange, comment, avec qui, et surtout, qui ne mange pas.



Forrest Gump de
Robert Zemeckis

MANGER OU NE PAS MANGER, TELE EST LA QUESTION

Enfin, au cinéma, manger n'est jamais un geste neutre. Accepter un repas peut signifier l'intégration, le compromis, la confiance. Refuser de manger peut être un acte de résistance, de contrôle ou de rupture. Dans certains films, ce refus prend une dimension politique ou intime, révélant un rapport complexe au corps et à l'identité. La nourriture, alors, cesse d'être un simple décor : elle devient un révélateur, parfois même un déclencheur de récit.

Black Swan
de Darren
Aronofsky



ABONDANCE, MANQUE ET HIÉRARCHIE

Au cinéma, la nourriture est l'un des marqueurs les plus immédiats de la position sociale d'un personnage. Ce qui est servi à table, et la manière dont cela l'est, révèle souvent plus qu'un long discours. Les films utilisent l'abondance ou le manque alimentaire pour cartographier les rapports de pouvoir, parfois dès les premières minutes. Une table qui déborde de plats raffinés signale la richesse, la sécurité, voire l'indifférence aux besoins essentiels. À l'inverse, une assiette vide, un repas frugal ou répétitif raconte la précarité, la dépendance et l'exclusion.

Dans *Titanic*, cette symbolique est particulièrement lisible. Les passagers de première classe évoluent dans des salles à manger fastueuses, où les plats se succèdent en plusieurs services, servis dans une vaisselle luxueuse, accompagnés de vins rares. La nourriture y est abondante, presque cérémonielle, et participe à une mise en scène de la supériorité sociale. En troisième classe, les repas sont simples, nourrissants mais sans excès. Pourtant, c'est dans ces espaces modestes que le corps est vivant, que la musique, la danse et le partage existent réellement. Le film oppose ainsi deux formes d'abondance : l'une matérielle, l'autre humaine.

Cette hiérarchie alimentaire traverse de nombreux récits cinématographiques. Ce que l'on mange, mais aussi où et comment on mange, définit l'accès au pouvoir. Les élites mangent à l'abri, dans le calme, loin des regards ; les classes populaires mangent dans le bruit, la promiscuité,

parfois dans l'urgence. Le cinéma utilise cette opposition pour rendre visibles des inégalités autrement abstraites. Un banquet peut devenir une démonstration de domination, tandis qu'un repas maigre devient un rappel constant de la survie.

Enfin, l'abondance n'est pas toujours synonyme de liberté. Dans certains films, elle devient un signe d'aveuglement ou de décadence, tandis que le manque forge la solidarité et la résistance. En jouant sur ces contrastes, le cinéma fait de la nourriture un outil narratif puissant : un langage universel capable de représenter la hiérarchie sociale sans jamais la nommer explicitement.

Hunger Games
de Gary Ross



QUAND MANGER FAIT SENS

Au cinéma, la nourriture dépasse largement sa fonction nourricière pour devenir un signe chargé de sens.

Ce que les personnages mangent, partagent ou refusent de consommer révèle leur rapport au monde, aux autres et à eux-mêmes.

Certains aliments portent une symbolique presque universelle : le lait, la soupe ou le pain renvoient à l'enfance, à la protection, à la survie et à la dignité humaine. Leur présence, mais aussi leur absence, souligne

La Grande Bouffe
de Marco Ferreri



*La Soupe aux
Choux*
de Jean Girault



le manque, la pauvreté ou le besoin de réconfort. À l'inverse, la viande évoque souvent l'abondance, la force ou l'ancrage culturel, tandis que les fruits, filmés comme des natures mortes, se chargent de sensualité, de désir ou de fertilité. Par leur mise en scène, tables pleines ou vides, gestes de partage ou de refus, les aliments deviennent un véritable langage cinématographique, participant pleinement à la narration et à la construction du sens.



Call Me by Your name
de Luca Guadagnino

UN GOÛT SYMBOLIQUE

QUAND L'ALIMENT DEVIENT UN LANGAGE

Au-delà de leur symbolique générale, certains aliments deviennent de véritables métaphores, intimement liées à l'expérience émotionnelle des personnages. Dans *Call Me by Your Name*, la pêche dépasse son statut de fruit pour incarner le désir, la découverte du corps et la fragilité du passage à l'âge adulte. L'acte de la manger, puis de la partager, transforme l'aliment en prolongement de l'intime, là où les mots échouent à dire le trouble des sentiments. Ce type de métaphore alimentaire permet au cinéma d'exprimer l'indicible : le désir, la honte, la tendresse ou la perte. Par leur simplicité apparente, ces aliments chargés de sens offrent une voie détournée mais puissante pour représenter l'intimité et la transformation intérieure des personnages.

Dans certains films, le banquet devient une image du pouvoir, de l'excès ou de la domination, tandis que son envers, le jeûne ou le refus de manger, incarne le rejet, la résistance ou la rupture avec l'ordre social. Plus radicalement, les figures de l'anthropophagie symbolique utilisent la nourriture pour évoquer l'appropriation de l'autre, le désir de fusion ou la violence des rapports humains. À travers ces métaphores alimentaires, le cinéma transforme l'acte de manger en un espace d'expression des pulsions, des conflits et des métamorphoses intimes.

FAIRE RÊVER PETITS ET GRANDS

La nourriture au cinéma ne se limite pas à une fonction narrative ou symbolique : elle est aussi un puissant moteur de rêverie. Filmée avec une attention particulière aux textures, aux couleurs et aux gestes, elle sollicite directement les sens du spectateur, éveillant des souvenirs, des désirs et parfois une nostalgie diffuse. Le cinéma parvient ainsi à donner l'illusion du goût et de l'odeur, transformant l'image en expérience presque tactile.

Certains films font de la nourriture une promesse d'évasion ou de bonheur simple. Les plats deviennent des portes ouvertes vers un ailleurs idéalisé, une enfance réinventée ou une harmonie momentanée entre les personnages. La préparation des repas, souvent filmée avec lenteur et précision, participe à cette mise en enchantement : le temps suspendu de la cuisine contraste avec les tensions du récit et offre au spectateur un espace de réconfort.

Cette nourriture rêvée fonctionne aussi comme un miroir des manques du spectateur. L'abondance à l'écran apaise, la convivialité rassure, et le partage d'un repas crée l'illusion d'une communauté possible. En sublimant l'acte de manger, le cinéma nourrit autant l'imaginaire que le regard, faisant de la nourriture un objet de désir visuel et émotionnel, capable de faire rêver bien au-delà de l'écran.

*Maman, j'ai encore
raté l'avion !
de Chris Columbus*



RÉCRÉER UN QUOTIDIEN

Les scènes de repas au cinéma ont souvent cette magie paradoxale : elles recréent un quotidien familier, alors que tout le reste du film peut basculer dans l'absurde, le dramatique ou le fantastique. Une assiette posée sur une table, un verre de vin porté aux lèvres, le simple geste de mâcher devient un repère pour le spectateur. Dans ce cadre, la nourriture agit comme une ancre de réalité, un élément tangible qui rend crédible des situations parfois extravagantes.

C'est ce contraste qui rend certaines scènes inoubliables. Même dans un univers violent (*Pulp Fiction*), merveilleux (*Le Festin de Babette*) ou dramatique (*Call Me By Your Name*), un repas simple, boire, manger, partager un plat, renvoie à des expériences que chacun connaît. Le spectateur reconnaît ces gestes, s'y projette, et l'illusion fonctionne pleinement : il est à la fois dans la fiction la plus libre et dans un moment de quotidien strictement identifiable. Ainsi, la nourriture devient un outil puissant pour rendre crédible l'incroyable, donner du corps aux personnages et humaniser le récit, même lorsque l'intrigue dépasse largement le réel.

*Pee-wee's Big
Adventure
de Tim Burton*



Au cinéma, le petit-déjeuner est souvent présenté comme un rituel intime ou un moment de dialogue, mais il reste rarement achevé. Une tasse de café à moitié bue, des tartines à peine mordues, des œufs laissés sur l'assiette : le spectateur reste frustré, intrigué par ce repas interrompu. Ces scènes traduisent la précarité du temps ou des relations, créent du suspense ou soulignent une tension sous-jacente. En quelques bouchées inachevées, le film suggère que la vie continue, que le quotidien est fragile et que l'instant capturé n'appartient qu'à l'écran — une manière subtile de mêler réalisme et frustration, et de faire ressentir au spectateur ce qui n'est jamais consommé.



LE VRAI DU FAUX

Au cinéma, ce que l'on voit dans l'assiette n'est pas toujours ce qu'il semble. Les repas, les desserts et même les boissons sont souvent des créations artificielles, conçues pour résister à la chaleur des projecteurs, durer des heures de tournage ou produire l'effet visuel parfait. Entre réalisme et illusion, la nourriture factice devient un acteur discret mais essentiel, capable de raconter autant d'histoires que celle que l'on mange réellement. Dans ce chapitre, il ne s'agit plus du goût ou du symbole des aliments, mais de leur apparence, de leur fabrication et de la magie nécessaire pour transformer de simples ingrédients en mirage comestible à l'écran.



The Last Duel
de Ridley Scott

LE BANQUET ILLUSOIRE

Le cinéma a toujours été un immense banquet. Sur les tables de banquet médiéval, dans les diners américains des road movies, sur les buffets scintillants des drames hollywoodiens, les plats abondent, fumants, appétissants. Pourtant, derrière une grande partie de ces assiettes si vivantes, se cache un secret bien gardé. Beaucoup de mets filmés ne sont pas comestibles. même plan. Cette nourriture factice, discrète héroïne de milliers de scènes, est née d'une nécessité simple : le cinéma ne mange pas comme nous.

AUX ORIGINES DES FAUX METS

Au début du XX^e siècle, les accessoiristes bricolent déjà des trompe-l'œil rudimentaires : dindes vernies, gâteaux en carton, fruits en cire. À l'époque, les couleurs passent mal à l'image et le spectateur, habitué au noir et blanc, ne soupçonne rien. Mais plus le cinéma gagne en précision, plus l'illusion doit devenir raffinée. Lorsque les plateaux s'illuminent de couleurs saturées, quand la haute définition révèle la moindre imperfection, la fausse nourriture devient un art à part entière. Des ateliers spécialisés se mettent à fleurir, presque invisibles, dans les coulisses des studios.



Le Parrain de
Francis Ford
Coppola



*Sushis factices par Independent
Studio Services*

LE VRAI DU FAUX

*Réalisation d'une viande factice par
l'Atelier Cobalts FX*



DANS LES COULISSES DU FAUX

Derrière chaque repas parfaitement cadré se cachent des ateliers invisibles où la nourriture factice prend vie. Dans ces studios, la priorité n'est pas le goût mais la tenue, la couleur et la photogénie. Steaks, glaces, salades ou desserts sont conçus pour résister aux projecteurs et aux longues prises, parfois en combinant aliments réels et doublures artificielles, afin de créer l'illusion parfaite à l'écran.

Au cœur de cette fabrication se trouvent les food stylists, véritables chefs de l'illusion. Leur rôle dépasse la simple création : ils anticipent la manière dont la caméra percevra la nourriture, exagèrent textures et couleurs pour compenser la trahison de l'image, et collaborent avec les acteurs pour répéter les scènes sans ingestion réelle. Chaque plat doit pouvoir être reproduit à l'identique d'un jour à l'autre pour assurer la continuité visuelle, transformant la nourriture en accessoire extrêmement codifié.

Mais ces ateliers ne se limitent pas au réalisme : ils contribuent à l'esthétique et à la symbolique du film. La nourriture peut être stylisée, trop parfaite ou graphique, renforçant l'atmosphère d'un décor ou les traits d'un personnage. Le faux devient ainsi un langage visuel, capable de susciter la faim, le désir ou l'inquiétude chez le spectateur, tout en rappelant que le cinéma est avant tout un art de l'illusion.

“Devant une caméra, tout a une signification, même la nourriture. Nous devons réfléchir comme des directeurs artistiques, regarder des peintures, des photographies, des anciens magazines de cuisine pour trouver l'inspiration.”

Marta Cárdenas

ENTRE ILLUSION ET CONTRAINTES

Si la nourriture à l'écran doit paraître réelle, elle doit aussi respecter ceux qui la mangent. Sur un plateau, un plat n'est jamais pensé uniquement pour la caméra : il doit aussi être compatible avec le corps, la santé et parfois les convictions morales des acteurs. Allergies, intolérances, régimes médicaux, pratiques religieuses, choix végétariens ou véganes : chaque contrainte oblige l'équipe à inventer des solutions.

Zombieland
de Ruben
Fleischer



Pauvres Créatures
de Yórgos
Lánthimos

Un rôti peut devenir une “viande” végétale, un verre de vin se transformer en jus coloré, un dessert bourré de crème être recréé à base de substituts plus légers. Le but n'est pas seulement d'éviter l'inconfort : certaines scènes exigent de répéter la bouchée des dizaines de fois. Avaler réellement chaque prise serait impensable, voire dangereux. Les accessoiristes et les chefs cuisiniers de plateau apprennent alors à fabriquer des doubles comestibles, plus neutres, moins sucrés, moins gras, mais visuellement identiques.



*Glaces utilisées dans
Barbie de Greta Gerwig*

LES FAUX CLASSIQUES

S'il existe un royaume où les aliments ne fondent pas, ne sèchent pas et ne perdent jamais leur éclat, c'est bien celui des plateaux de tournage. Pour garantir des heures, parfois des journées entières, de prises, les équipes de cinéma ont développé tout un catalogue de "classiques" culinaires... entièrement faux.

La glace, par exemple, n'est presque jamais de la glace. Sous les projecteurs, elle disparaîtrait en quelques minutes. On la remplace donc par de la purée colorée, de la graisse végétale ou des billes en résine qui gardent volume et onctuosité. Résultat : le cornet tient, la boule ne coule pas, et la gourmandise reste intacte. Même combat pour les boissons. La bière est souvent un mélange de soda et de liquide vaisselle pour obtenir une mousse stable ; le lait peut devenir de la colle blanche diluée ; le café est parfois du colorant alimentaire dans de l'eau. Ce qui compte, ce n'est pas le goût, que personne ne ressent, mais la densité et la transparence à l'image. Les plats chauds subissent eux aussi leurs métamorphoses. Une sauce trop fluide sera épaissie avec de la gélatine ; une viande trop terne sera "vernissée" pour briller ; des légumes surgelés seront badigeonnés de glycérine pour paraître juteux. Rien n'est laissé au hasard : chaque reflet, chaque perle de pseudo-condensation participe à l'illusion.

Peu à peu, ces techniques sont devenues des standards. Elles constituent une boîte à outils que les food stylists connaissent par cœur. On pourrait croire qu'il s'agit d'un simple trompe-l'œil, mais c'est surtout une méthode au service du cadre et du récit : faire tenir le plat, le rendre lisible, et donner au spectateur l'impression d'une nourriture irrésistiblement vraie... alors qu'elle n'est, bien souvent, pas comestible du tout.



DÉGUSTATIONS MYTHIQUES

Certaines scènes de cinéma se gravent en nous non pas par une réplique ou un geste héroïque, mais par un simple plat posé sur une table. Une assiette de spaghettis, un croissant, une pomme mordue : soudain, la nourriture devient le centre du monde. Elle condense un désir, une tension, un souvenir, parfois même un drame.

Ces "dégustations mythiques" ne se contentent pas de nourrir les personnages : elles nourrissent le film lui-même. Elles installent une atmosphère, révèlent des rapports de pouvoir, racontent l'intime mieux qu'un long discours. Le spectateur, lui, regarde, et mange avec les yeux. Entre plaisir, gêne, faim et fascination, ces scènes transforment l'acte le plus banal en moment de cinéma pur.



*Little Miss
Sunshine
de Valerie Faris
et Jonathan
Dayton*

LA GLACE, LITTLE MISS SUNSHINE

Dans *Little Miss Sunshine*, la scène où Olive déguste sa glace est bien plus qu'un moment comique ou innocent. Alors qu'elle tente de surmonter les tensions familiales, la glace devient un symbole de consolation et de réconfort. L'acte de manger, simple et universel, contraste avec les conflits et les ambitions parfois absurdes de sa famille. Le réalisateur joue sur le cadrage et les couleurs pour accentuer la pureté et la douceur du moment, transformant la glace en un objet de paix et d'évasion émotionnelle. Chaque cuillerée souligne le besoin d'un instant de bonheur personnel au milieu du chaos familial.

LE JACK RABBIT SLIM'S, PULP FICTION

La nourriture dans cette scène n'est pas un simple accessoire : le hamburger devient un prétexte à révéler la complicité ambiguë et la tension entre Mia et Vincent. Chaque geste, chaque bouchée, chaque regard est soigneusement cadré, transformant un dîner banal en moment hypnotique et presque sensuel. Tarantino montre ainsi qu'un repas, même simple, peut devenir un instrument narratif puissant, mêlant style, désir et tension, et s'inscrire dans la mémoire du spectateur comme une véritable dégustation mythique.

*Pulp Fiction
de Quentin
Tarantino*





CUISINER EN PRISON, LES AFFRANCHIS

Dans *Les Affranchis*, la scène de la cuisine en prison est devenue culte. Les mafieux installent leur propre "cuisinette" derrière les barreaux : ail tranché finement au rasoir, sauce tomate qui mijote, vin, viande, pain frais... Tout semble raffiné, presque domestique.

La nourriture devient ici preuve de pouvoir. Ils ne vivent pas comme les autres détenus : ils recréent leur confort, leurs habitudes, leur luxe. Cuisiner ensemble signifie qu'ils restent une "famille", une hiérarchie intacte, même en captivité. La préparation du repas montre qu'ils contrôlent le temps, l'espace, les matériaux : ils transforment la prison en salon privé.

Les Affranchis
de Martin
Scorsese

LE GOÛTER, ALICE AU PAYS DES MERVEILLES

Le goûter avec le Chapelier Fou illustre l'absurde et l'imprévisible. Chaque tasse de thé et chaque pâtisserie exagérée traduisent la rupture avec la logique du quotidien. La nourriture devient un vecteur de folie et d'imaginaire, et la manière dont Alice interagit avec elle révèle son adaptation à un univers chaotique. La scène transforme la dégustation en rituel narratif, où chaque aliment participe à l'histoire et à l'atmosphère onirique.

Retour vers le futur 2 de Robert Zemeckis



Alice au pays des merveilles de Tim Burton



LA PIZZA, RETOUR VERS LE FUTUR 2

La pizza déshydratée dans le futur montre comment la nourriture peut symboliser le progrès et l'émerveillement. Marty découvre un aliment familier réinventé, et la caméra insiste sur sa taille et son mouvement pour accentuer le côté spectaculaire. La dégustation devient spectacle et objet narratif : elle reflète l'évolution culturelle et technologique et sert de moyen de projection dans un futur imaginaire. La nourriture raconte ici le contraste entre le quotidien connu et le monde fantasmé. Ce qui est fascinant, c'est la manière dont le film imagine les plats du futur : rapides, transformables, presque magiques. La nourriture n'est plus un processus long, social et manuel ; elle devient produit instantané, prêt à l'emploi, contrôlé par la technologie. En réinventant un plat aussi banal que la pizza, le film interroge nos fantasmes autour du confort, de la vitesse et de la modernité, et suggère que même ce que nous mangeons raconte la vision que nous avons du monde à venir.

LA CERVELLE DE SINGE, INDIANA JONES ET LE TEMPLE MAUDIT

Le célèbre banquet où l'on sert de la "cervelle de singe glacée" est sans doute l'une des scènes alimentaires les plus marquantes, et les plus controversées, du cinéma d'aventure. Les convives observent, fascinés et horrifiés, ce dessert présenté comme un mets prestigieux. Le regard du spectateur se confond alors avec celui des personnages occidentaux : surprise, dégoût, incompréhension. Ici, la nourriture n'a pas pour fonction de nourrir. Elle sert d'abord à provoquer. Elle installe immédiatement une atmosphère d'étrangeté, de danger, d'inquiétude. La table se transforme en théâtre, chaque plat devenant un numéro destiné à tester les nerfs. Le dégoût remplace la gourmandise ; la dégustation devient épreuve initiatique.

La scène révèle aussi une dynamique de pouvoir. Ceux qui servent ces plats semblent dire : "C'est notre monde, nos règles, si vous êtes ici, il faudra les accepter." Manger ou refuser devient un geste symbolique : accepter, c'est se soumettre ; refuser, c'est se mettre en marge. Le banquet devient

*Indiana Jones et
le temple maudit
de Steven
Spielberg*



alors un terrain politique où les personnages sont évalués, observés, jugés. En même temps, cette scène met en lumière la manière dont Hollywood, à l'époque, construisait l'exotisme : en exagérant, en caricaturant, en transformant des traditions inexistantes en spectacles sensationnalistes. La nourriture est utilisée comme machine à fantasmes et à peurs, créant un Orient imaginaire, inquiétant, presque monstrueux. Au fond, cette scène montre que manger au cinéma peut être bien plus radical que combattre : la nourriture devient un outil dramatique puissant, capable de confronter le spectateur à ses peurs, ses tabous, ses limites, tout en faisant avancer le récit.



*L'Aile ou la Cuisse
de Claude Zidi*

LA FABRIQUE TRICATEL, L'AILE OU LA CUISSE

Dans *L'Aile ou la Cuisse*, la scène des aliments industriels montre un monde où tout est imitation : poulets standardisés, plats sans âme, arômes artificiels. On rit, mais le rire dévoile une inquiétude : la nourriture peut mentir. La séquence oppose deux visions : la cuisine comme savoir-faire vivant, et l'industrie comme machine à produire des copies. La nourriture devient alors symbole d'un choix de société : accepter le faux par confort... ou défendre le goût, le temps et l'humain.

DÉGUSTATIONS MYTHIQUES

LE PREMIER REPAS, MAMAN, J'AI RATÉ L'AVION

Dans la scène du premier repas, toute la famille se chamaille à propos... des pizzas. Cette dispute, apparemment anodine, est en réalité essentielle : elle montre le chaos familial, l'injustice ressentie par Kevin et la sensation d'être invisible. La pizza, aliment collectif par excellence, devient le signe que la famille ne partage plus vraiment.

Quand Kevin finit seul, sans pizza pour lui, la nourriture matérialise l'exclusion : ce n'est pas qu'il n'a plus à manger, c'est qu'il n'a plus de place. Plus tard, manger seul deviendra pour lui un mélange de liberté et de solitude. La pizza raconte donc le passage d'un foyer chaotique mais plein... à un vide inquiétant.



*Maman, j'ai raté
l'avion de Chris
Columbus*

LES TWINKIES, ZOMBIELAND

Dans Zombieland, la chasse obsessionnelle au Twinkie par Tallahassee est à la fois comique et touchante. Au milieu d'un monde ravagé par les zombies, il ne cherche pas une arme, ni un abri... mais un petit gâteau industriel.

Le Twinkie devient un symbole de normalité perdue : une trace d'enfance, de douceur, de quotidien. Ce dessert ridicule en apparence concentre tout ce qui manque désormais : le réconfort, la routine, l'idée qu'un jour pouvait encore être simple.

*Zombieland
de Ruben
Fleischer*



*Les bronzés font
du ski de Patrice
Leconte*

LA FOUGNE ET LA LIQUEUR DE CRAPAUD, LES BRONZÉS FONT DU SKI

Dans cette scène culte, les personnages goûtent la fougne et la liqueur de crapaud, deux aliments volontairement répugnants. La réaction, grimaces, fausse politesse, rires gênés, transforme la dégustation en rituel comique et social. La fougne devient un symbole du ridicule et de la contrainte sociale : chacun doit avaler l'inconfort pour rester intégré au groupe, et le repas raconte autant les relations entre les personnages que l'absurdité de la situation.



LE POIDS DE L'IMAGE

Le paradoxe est frappant : alors que le cinéma regorge de tables opulentes, de banquets, de buffets débordant d'abondance, les corps qui évoluent autour de ces mets semblent souvent étrangers à cette profusion.

Dans les comédies romantiques, par exemple, les héroïnes picorent sans jamais finir leur assiette, les jeunes premiers commandent des plats qu'ils ne touchent pas. Les silhouettes des actrices se veulent si fines qu'il serait presque inconvenant de les imaginer manger réellement ce qui apparaît à l'écran.

La nourriture, omniprésente dans les décors, se transforme en mirage, un élément visuel plutôt qu'un acte de vie.



*Lolita malgré
moi de Mark
Waters*

LA MINCEUR COMME IDÉAL VISUEL

Le cinéma a longtemps imposé un modèle de beauté basé sur la minceur, en particulier pour les actrices. Les personnages féminins, mais aussi masculins, sont souvent représentés avec des corps extrêmement sculptés ou filiformes, renforçant l'idée que la valeur d'un personnage se mesure à son apparence. Les aliments deviennent un enjeu symbolique : manger, refuser de manger ou contrôler son corps sont autant de moyens narratifs de montrer l'adhésion ou la lutte contre cet idéal.

LES REPAS RÉVÉLATEURS

Les repas à l'écran ne sont pas neutres. Refuser un gâteau, lécher un chocolat ou choisir un plat léger peut être utilisé pour montrer un contrôle obsessionnel du corps, un signe de discipline ou un symptôme de TCA. Dans certains films, la nourriture devient un outil dramatique : elle illustre la tension entre désir et interdiction, plaisir et culpabilité, exposition et contrôle social.



*Black Swan
de Darren
Aronofsky*

EFFETS SUR LES SPECTATEUR·ICE·S

Le culte de la minceur au cinéma influence profondément la perception corporelle et alimentaire des spectateurs. La représentation d'un corps idéal, associé à la réussite ou à l'attractivité, peut amener à associer la nourriture à la culpabilité, au contrôle et à la restriction, plutôt qu'au plaisir ou au partage. Observer des personnages qui se privent ou qui contrôlent leur alimentation normalise ces comportements et transmet implicitement des standards irréalistes.

Ces images participent à la formation de normes corporelles intériorisées, où le corps devient un objet de jugement social et personnel. La minceur est perçue comme un signe de discipline, de maîtrise de soi et de légitimité, tandis que la nourriture peut être vue comme un obstacle à ces idéaux. À long terme, cette représentation contribue à la normalisation des troubles du comportement alimentaire (TCA) et au développement de comportements restrictifs ou obsessionnels.

Cependant, la confrontation à ces images peut également stimuler la réflexion critique. Le spectateur, conscient de l'artificialité de ces représentations et de la pression qu'elles exercent, peut remettre en question les normes imposées et développer une distance critique par rapport à l'idéalisation du corps. Ainsi, même dans un contexte de pression sociale, le cinéma offre une opportunité de déconstruction des stéréotypes et de compréhension des effets psychologiques liés à l'apparence et à la nourriture.

*Le Journal de
Bridget Jones
de Sharon
Maguire*



*"Les actrices qui ont dépassé la trentaine ne mangent tout simplement pas...
Ce qui se passe est malsain, et c'est de pire en pire."*

Emma Thompson

ACTEUR·ICE·S ET RÔLES À RISQUE

Le cinéma valorise les métamorphoses physiques : perdre du poids, en prendre, se sculpter. Ces transformations sont souvent présentées comme la preuve d'un "engagement total" pour un rôle.

Mais derrière ce discours héroïque se cache une réalité plus fragile : régimes drastiques, variations rapides de poids, relation tendue à la nourriture. Le corps devient un outil que l'on modèle pour correspondre à une image, parfois au détriment de la santé.

Ces pratiques influencent aussi le spectateur : elles renforcent l'idée que le corps "normal" ne suffit jamais, qu'il doit toujours être contrôlé, corrigé, discipliné. La nourriture cesse alors d'être un simple plaisir : elle devient un instrument de performance, voire de contrainte.



RÉSISTANCE ET ALTERNATIVES

Face au culte de la minceur, certains films proposent une autre voie. Ils montrent des corps variés, plus proches de la vie réelle, et des personnages qui mangent sans culpabilité, pour le plaisir, le partage, ou la curiosité. La nourriture retrouve alors sa place : geste quotidien, lien social, source de joie plutôt qu'objet de contrôle. Ces récits ne nient pas les pressions : ils les rendent visibles, parfois avec humour, parfois avec tendresse. Mais ils ouvrent surtout la possibilité d'un regard différent, où la valeur d'un personnage ne se mesure plus à son poids, ni à la façon dont il restreint son appétit. Ils rappellent enfin que le cinéma peut aussi contribuer à réparer : en montrant des corps multiples, des appétits multiples, et des façons d'exister qui ne passent pas par la punition de soi.

Isn't It Romantic
de Todd Strauss-
Schulson



UN RÉGAL IMAGINAIRE

Au cinéma, il arrive que la nourriture n'existe pas, ni sur la table, ni dans le monde réel. Alors il faut l'inventer, la fabriquer, la rêver. Plats disparus, recettes historiques reconstituées, mets fantastiques venus d'autres époques ou d'autres planètes : tout doit paraître crédible et appétissant, même si personne ne pourra jamais y goûter. Entre illusion, mémoire et imagination, le cinéma crée des repas qui n'appartiennent qu'à l'écran, et pourtant, nous donnent faim.



Vatel
de Roland Joffé

RECRÉER FIDÈLEMENT

Au cinéma historique, la nourriture n'est jamais là par hasard : elle raconte la vie quotidienne bien mieux que des costumes ou des décors luxueux. Pourtant, recréer un repas ancien est un véritable travail d'enquête. Les équipes consultent des livres de cuisine d'époque, des inventaires de châteaux, des tableaux, des lettres privées, parfois même des restes retrouvés lors de fouilles archéologiques. Il faut comprendre ce qui se mangeait, mais aussi comment : avec les doigts, avec un couteau, sans assiette individuelle, sans sucre, avec beaucoup plus de pain qu'aujourd'hui.

Le défi est double : éviter l'anachronisme (pas de tomates au Moyen-Âge européen, pas de pommes de terre partout au

XVIII^e siècle) tout en offrant quelque chose d'assez beau et lisible pour la caméra. Les couleurs du passé étaient souvent ternes, les plats plus rustiques, les portions inégales. Or l'image réclame de la clarté, des formes reconnaissables, des textures nettes. On fabrique donc une nourriture qui semble vraie, mais légèrement réinterprétée, une reconstruction crédible, entre vérité historique et exigences du cinéma.

"L'un de mes grands centres d'intérêt est les menus historiques. J'étudie aussi bien les illustrations et les peintures que les recettes. Si je sais quels ingrédients contient un plat, je peux mieux me représenter sa texture."

Kerry Samantha

VOIR L'AVENIR

Lorsque le cinéma se projette dans l'avenir, la cuisine devient un miroir de nos espoirs et de nos inquiétudes. Certains films imaginent une alimentation ultrarationnelle : barres protéinées, pilules nourrissantes, poudres à réhydrater. Tout paraît efficace, propre, calibré, mais l'idée d'un repas partagé disparaît. Derrière ces visions, on devine la peur d'un monde standardisé, industriel, où l'on se nourrit sans plaisir. D'autres au contraire rêvent d'un futur gastronomique : imprimantes alimentaires, laboratoires culinaires, plats sculptés par la technologie. Le repas devient alors une expérience spectaculaire, presque artistique, où la science sert l'imagination. Entre ces deux extrêmes, le cinéma interroge : que sommes-nous prêts à sacrifier pour la rapidité, la santé, la planète ? Et qu'arrive-t-il si, un jour, le goût n'est plus qu'un souvenir programmé ? Ainsi, inventer la nourriture du futur revient toujours à parler du présent : de la peur de manquer, de la méfiance envers l'industrie, mais aussi de notre désir persistant de rêver autour d'une table.

*Soleil vert
de Richard
Fleischer*



MANGER DANS UN AUTRE MONDE

Dans la science-fiction et la fantasy, la nourriture participe à la construction des mondes imaginaires autant que les paysages futuristes ou les châteaux enchantés. Elle matérialise l'étrangeté d'un univers, mais par un biais intime, presque domestique. Nous pouvons accepter des vaisseaux spatiaux ou des dragons, mais le moment où un personnage s'assoit pour manger nous ramène à quelque chose d'humain, de fondamental. C'est précisément pour cela que ces scènes ont tant de puissance : elles transforment l'extraordinaire en quotidien.

Inventer ces repas demande un véritable travail d'architecture fictionnelle. Il faut penser la chaîne entière : le climat de la planète, les ressources disponibles, les techniques agricoles possibles, les modes de conservation, les ustensiles, les manières de table. On ne mange pas de la même façon dans une société nomade, dans un empire guerrier ou dans une civilisation végétarienne qui sacralise la nature. Un simple bol posé sur la table peut raconter une histoire de conquête, de famine ou d'abondance.

Ces nourritures inventées jouent aussi avec nos imaginaires sensoriels. Certaines sont merveilleuses, presque hypnotiques : couleurs impossibles, textures lumineuses, parfums suggérés par la caméra. D'autres, au contraire, sont inquiétantes, visqueuses, dérangeantes. Elles parlent de peur, de dégoût, de domination. Dans les deux cas, le spectateur projette ses propres souvenirs gustatifs sur ce qu'il voit, et le film exploite ce décalage : nous croyons

sentir quelque chose que nous ne pourrions jamais goûter.

Enfin, la nourriture devient souvent un langage. Offrir un plat peut signifier confiance, hospitalité, alliance. Refuser de manger marque la défiance ou la rébellion. Partager un repas, c'est entrer dans un monde et en accepter temporairement les règles. Ainsi, ces scènes ne sont pas de simples détails visuels. Elles nouent des relations, installent des tensions, dessinent des identités culturelles complètes. En faisant manger leurs personnages, les films de science-fiction et de fantasy apprennent au spectateur à habiter leurs univers, bouchée après bouchée.

Star Wars VIII
de Rian Johnson



L'INCONNU CONNU

Entre réalité et invention pure, il existe un terrain fertile : celui des plats "déplacés". Le cinéma aime partir d'un aliment connu pour le transformer juste assez pour qu'il paraisse étrange. On change la couleur, on exagère la taille, on ajoute une texture improbable, et soudain, l'objet culinaire devient presque magique.

Cette stratégie fonctionne parce qu'elle joue sur la mémoire gustative du spectateur : on reconnaît, on croit sentir, mais on ne peut pas goûter.

*Charlie et la
Chocolaterie de
Tim Burton*



*Astérix et Obélix :
Mission Cléopâtre
d'Alain Chabat*



Le cinéaste exploite ce manque pour créer du désir, de la curiosité, parfois même du malaise. La nourriture devient alors plus belle, plus nette, plus brillante que dans la vraie vie. Elle incarne l'idéalisation propre au cinéma : une version "augmentée" du monde, à la frontière entre familiarité et rêve.



Avatar
de James Cameron

NOURRIR LES AUTRES

Dès que les personnages ne sont plus tout à fait humains, monstres, créatures mythiques, extraterrestres, robots, une question narrative surgit : de quoi ont-ils besoin pour vivre ? Leur régime alimentaire devient un indice précieux de leur nature, parfois tendre, parfois menaçante. Une créature carnivore et vorace n'envoie pas le même message qu'un être s'alimentant de lumière, de pierres ou d'émotions.

Pour les équipes de plateau, cela implique d'inventer des aliments plausibles, cohérents avec la biologie imaginaire... mais filmables, manipulables, répétés sur plusieurs prises. Les textures doivent évoquer l'étrangeté sans devenir répugnantes au point de détourner l'attention. Souvent, ces choix racontent plus qu'un simple repas : ils disent la place de ces êtres dans le monde, leur rapport aux humains, leur fragilité ou leur danger.

LE REPAS INTERDIT

Le cinéma a souvent utilisé la nourriture comme instrument de peur et de fascination, et rien n'est plus troublant que le cannibalisme à l'écran. Montrer des humains consommés par d'autres humains ou par des créatures bouleverse instantanément notre rapport à ce que nous considérons comme familier et sûr. Ces scènes exploitent l'angoisse viscérale et jouent sur le tabou le plus profond : la chair humaine devient spectacle.

La nourriture cesse alors d'être un simple objet comestible pour devenir un symbole de violence, de domination ou de déshumanisation. Les stylistes culinaires doivent inventer des substituts réalistes afin de rendre l'illusion crédible sans mettre en danger les acteurs. Dans ce contexte, le repas devient un langage narratif extrême, révélant la cruauté, l'altérité ou la folie des personnages, et provoquant une fascination mêlée de répulsion chez le spectateur. Ces scènes interrogent notre rapport à la moralité, à l'humanité et à la frontière entre survie et barbarie, tout en rappelant que la nourriture peut devenir un outil dramatique puissant.

*Hannibal de
Ridley Scott*





E.T., l'extra-terrestre de Steven Spielberg

DU FAMILIER AU FANTASTIQUE

Dans certains films, des aliments connus sont transformés par leur contexte ou par ceux qui les consomment. Un plat ordinaire peut devenir extraordinaire lorsqu'il est mangé par une créature fantastique, un extraterrestre ou un personnage dont la biologie ou la culture diffère de la nôtre. La reconnaissance immédiate du mets contraste avec l'étrangeté de la situation, créant une tension entre familiarité et imagination.

Dans ces scènes, la nourriture joue un rôle narratif et esthétique.

Elle souligne l'altérité des personnages, enrichit la construction de l'univers et stimule l'imaginaire du spectateur. Même un aliment banal peut devenir magique ou symbolique selon la manière dont il est présenté et consommé, faisant de chaque repas un outil pour raconter l'histoire et révéler la personnalité des êtres qui le mangent.



Le Monde de Narnia de Andrew Adamson



BONUS
SUCRÉ OU SALÉ ?

Aller au cinéma, ce n'est pas seulement regarder un film : c'est aussi une manière de grignoter, de partager, de se laisser tenter. Le pop-corn, les bonbons ou les boissons ne sont pas des détails anodins : ils racontent l'histoire des salles obscures, les habitudes des spectateurs et la façon dont l'économie a peu à peu façonné nos rituels. Derrière chaque cornet craquant se cache une tradition... et beaucoup de stratégie.



Gremlins
de Joe Dante

POP POP POP

Le pop-corn est devenu, au fil du XX^e siècle, le symbole gustatif incontournable de l'expérience cinématographique. À l'origine, au début des salles de projection, il n'était pas du tout évident que l'on mangerait dans les cinémas : ceux-ci tentaient alors de reproduire le prestige des théâtres en interdisant les aliments pour éviter bruit et saletés. La mastication était même mal vue lorsque le cinéma était encore muet, car le bruit pouvait déranger l'écoute des projections.

SUCRÉ OU SALÉ ?

La transition s'est faite progressivement, notamment à partir des années 1930, lorsque le cinéma parlant a attiré un public plus large et que les salles ont cherché de nouvelles sources de revenus face à la concurrence d'autres loisirs. Le pop-corn, bon marché et facile à produire en grandes quantités grâce aux nouvelles machines automatiques, est alors devenu une collation idéale à vendre dans le hall ou directement dans les salles.



*Coup de foudre
à Notting Hill*
de Roger Michell

GRANDE DÉPRESSION ET DIVERSIFICATION

Si le pop-corn s'est imposé au cinéma, ce n'est pas seulement pour son côté ludique : c'est d'abord une histoire d'économie. Pendant la Grande Dépression, les exploitants de salles découvrent qu'en vendant ce produit peu coûteux, facile à transporter et à préparer, ils peuvent compenser leurs pertes et attirer un public plus large. Le pop-corn devient alors une véritable bouée de sauvetage financière et, peu à peu, un rituel associé à la séance.

Avec le temps, les cinémas comprennent que la vente de nourriture peut rapporter presque autant, parfois plus, que la vente des billets. Les stands se diversifient : bonbons, chocolats, glaces, chips, boissons sucrées... Tout est pensé pour être consommé facilement dans le noir, pour durer toute la projection et pour susciter un plaisir immédiat.

Ainsi, ce qui était au départ une solution pragmatique est devenu une habitude culturelle. La collation fait désormais partie intégrante de l'expérience : elle prolonge l'excitation avant le film, accompagne les émotions pendant la séance, et reste dans la mémoire autant que certaines scènes vues à l'écran.



*Les Temps modernes
de Charlie Chaplin*

“Aujourd’hui, le cinéma, c’est vendre des pop corn”

Vincent Cassel

UNE IMMERSION TOTALE

Aujourd’hui, manger au cinéma ne se limite plus au pop-corn et aux friandises classiques. Certains cinémas proposent des menus complets, des plats chauds, des boissons plus élaborées et même des produits thématiques liés aux films eux-mêmes. Cette évolution s’inscrit dans une tendance plus large : faire de la sortie au cinéma une expérience sociale complète, un moment de plaisir partagé qui commence bien avant que l’image n’apparaisse sur l’écran.

Le snack devient alors un élément majeur de l’événement : il accompagne l’attente des bandes-annonces, rythme les moments de tension ou de détente dans le film, et continue de faire partie de la mémoire collective de la séance ciné.

The End

CONCLUSION

En parcourant ces scènes, ces plateaux et ces cuisines inventées, on découvre que la nourriture au cinéma n'est jamais un simple accessoire. Elle construit des mondes, elle éclaire des relations, elle dit ce que les personnages taisent. Un plat du passé recréé, une table de famille, un repas interrompu, une friandise avalée au cinéma : tout devient signe, émotion, matière à récit. La nourriture sert à raconter la mémoire, le désir, la peur, la nostalgie, parfois plus efficacement que les dialogues eux-mêmes.

Si ces images nous touchent autant, c'est parce qu'elles dialoguent avec notre propre expérience. Elles réveillent nos goûts, nos souvenirs, nos manques. Elles nous rappellent que manger n'est pas qu'un geste biologique, mais un lien social, culturel et imaginaire. Le cinéma, en jouant avec ces gestes simples, nous offre une autre manière d'entrer dans les histoires : par la bouche autant que par les yeux. Et peut-être est-ce là son secret le plus délicieux, transformer un repas en émotion, et une bouchée en cinéma.

AUTEUR

Alix Kostyra

MISE EN PAGE, CONCEPTION ÉDITORIALE & GRAPHIQUE

Alix Kostyra

RELECTURE & COORDINATION ÉDITORIALE

Szab Kariko

L'ouvrage a été composé en Loretta display pour le texte et Atelia pour les titres.

Il a été imprimé au format 129×185 mm sur un papier 140 g/m², Arena natural rough, issu de forêts gérées durablement.

IMPRESSION

Offset 5 édition, REZE

DÉPÔT LÉGAL

4 janvier 2026

ISBN

978-2-09-098098-0

Toute reproduction, même partielle, est soumise à autorisation. Les références aux films, images et marques sont utilisées à titre d'analyse et appartiennent à leurs ayants droit respectifs.