

CARTON Paul

« Le facteur alimentaire agit puissamment sur la mentalité des races humaines. Les peuples buveurs de bière, mangeurs de charcuterie et de condiments aigres sont lourds et brutaux. Les races latines buveuses de vin sont effervescentes. L'abus des fruits acides (oranges, citrons, tomates) et des condiments forts (ail, oignon, piment, vinaigre) crée des populations irritables et farouches (Espagne). Les hommes qui ne vivent que de poissons et de graisses (Esquimaux) sont adipeux et arriérés. Les peuples très carnivores sont envahissants et égoïstes. Les populations végétariennes (agriculteurs, Hindous) sont stables, pacifiques et de bon esprit. Les peuples modernes vivent agités et sont victimes de folies révolutionnaires et guerrières par suite de la progression insensée qui s'est accomplie depuis une centaine d'années dans la production et la consommation des aliments surexcitants : alcool, viande, sucre, café, thé, café, tabac. Si les hommes acceptaient de se nourrir, avec sagesse, d'aliments doux et purs, la bonne santé et la paix régneraient parmi les nations ».

La Cuisine simple (Le François, 1936)

