

# **Pratiques et représentations de la cuisine et des repas en France**

## **Direction scientifique :**

Sophie Alami, sociologue

Dominique Desjeux, professeur d'anthropologie sociale et culturelle

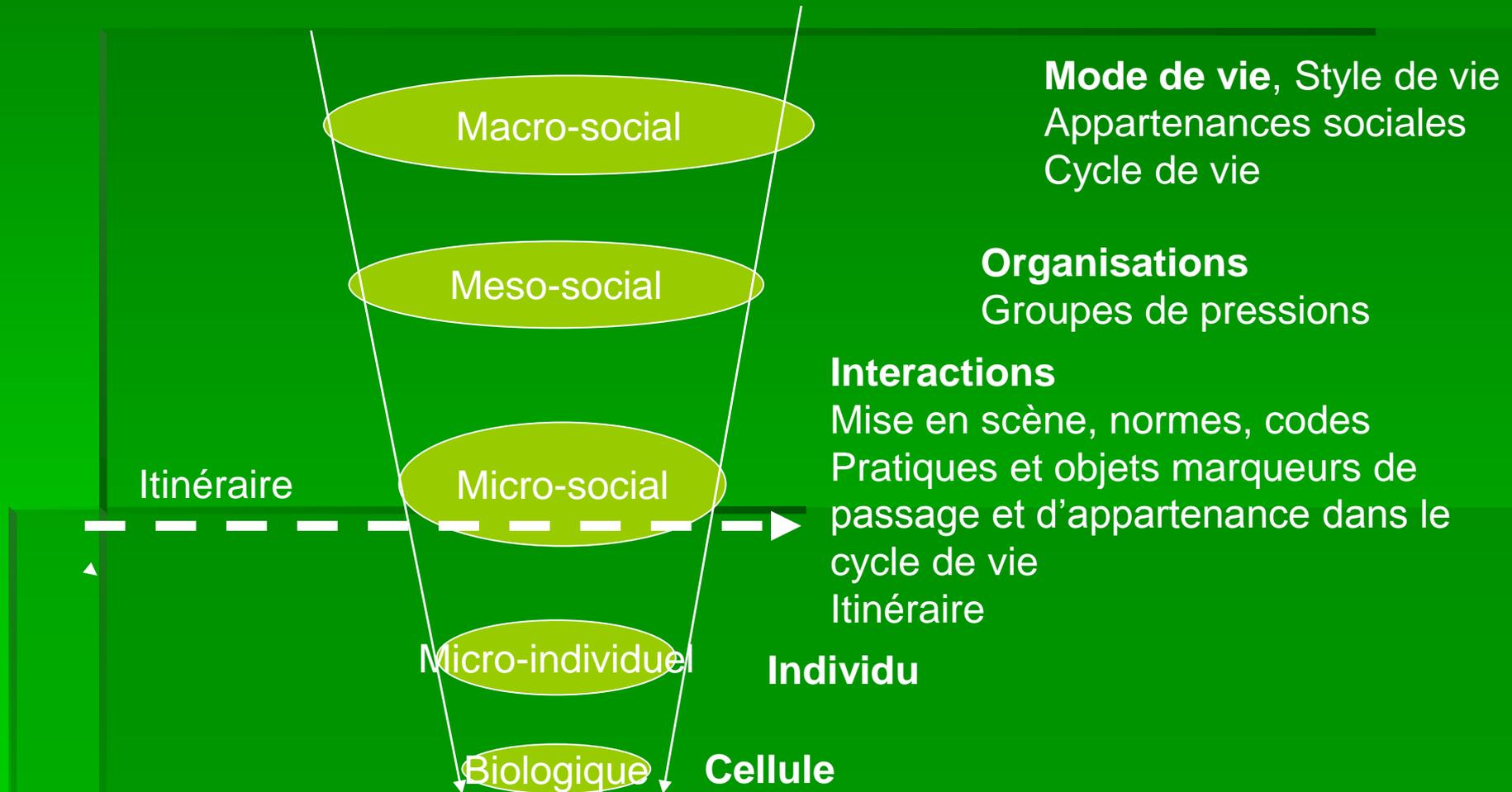
**Enquête réalisée par les étudiants du Magistère de  
Sciences Sociales de Paris 5-Sorbonne (Oct-Déc 2002)**

**8ème journée de recherche en marketing de  
Bourgogne**

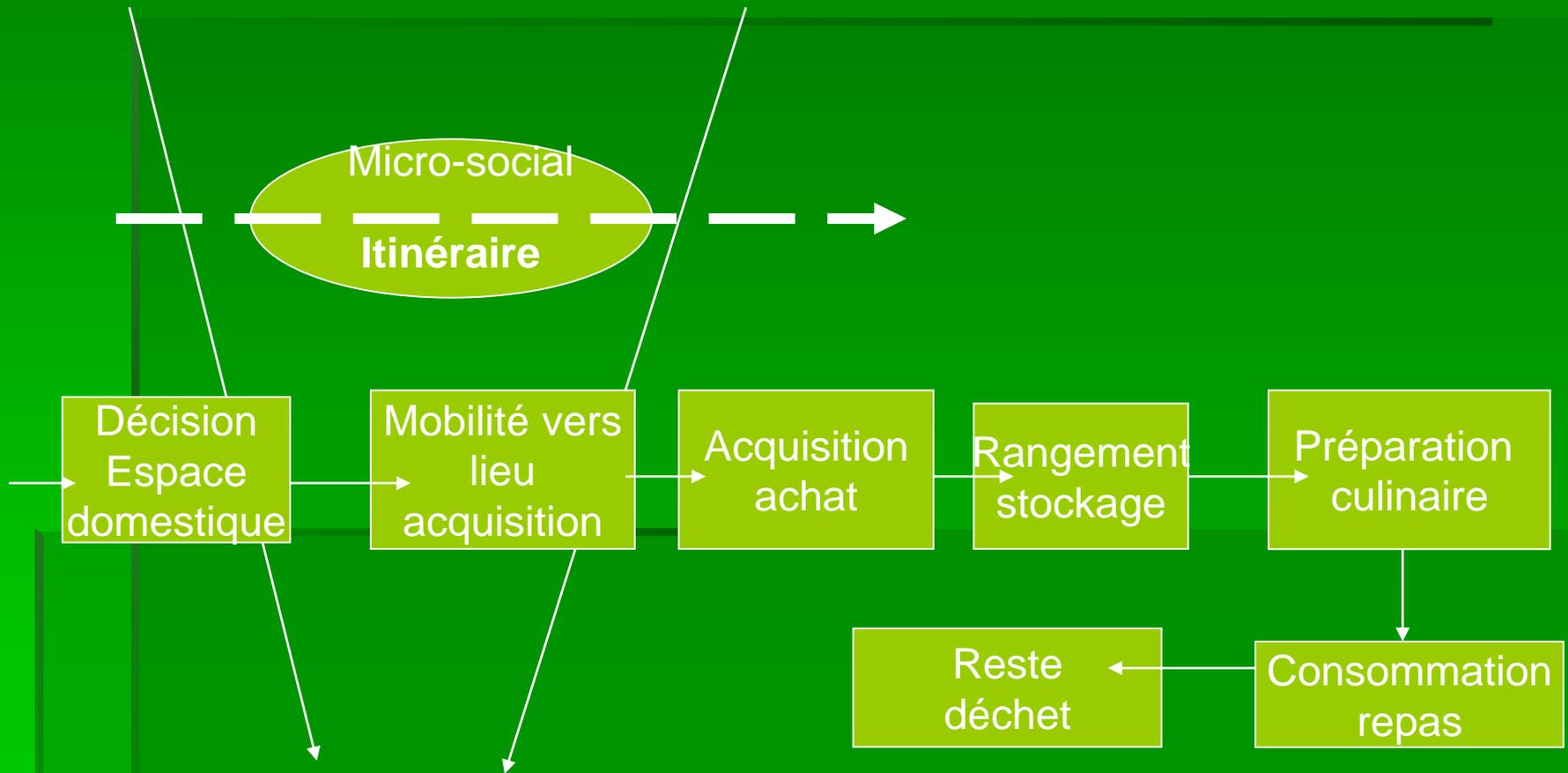
**Dijon, 6-7 novembre 2003**

# **Enquête réalisée par les étudiants de 3ème année du Magistère de sciences sociales de la Sorbonne (Paris 5)**

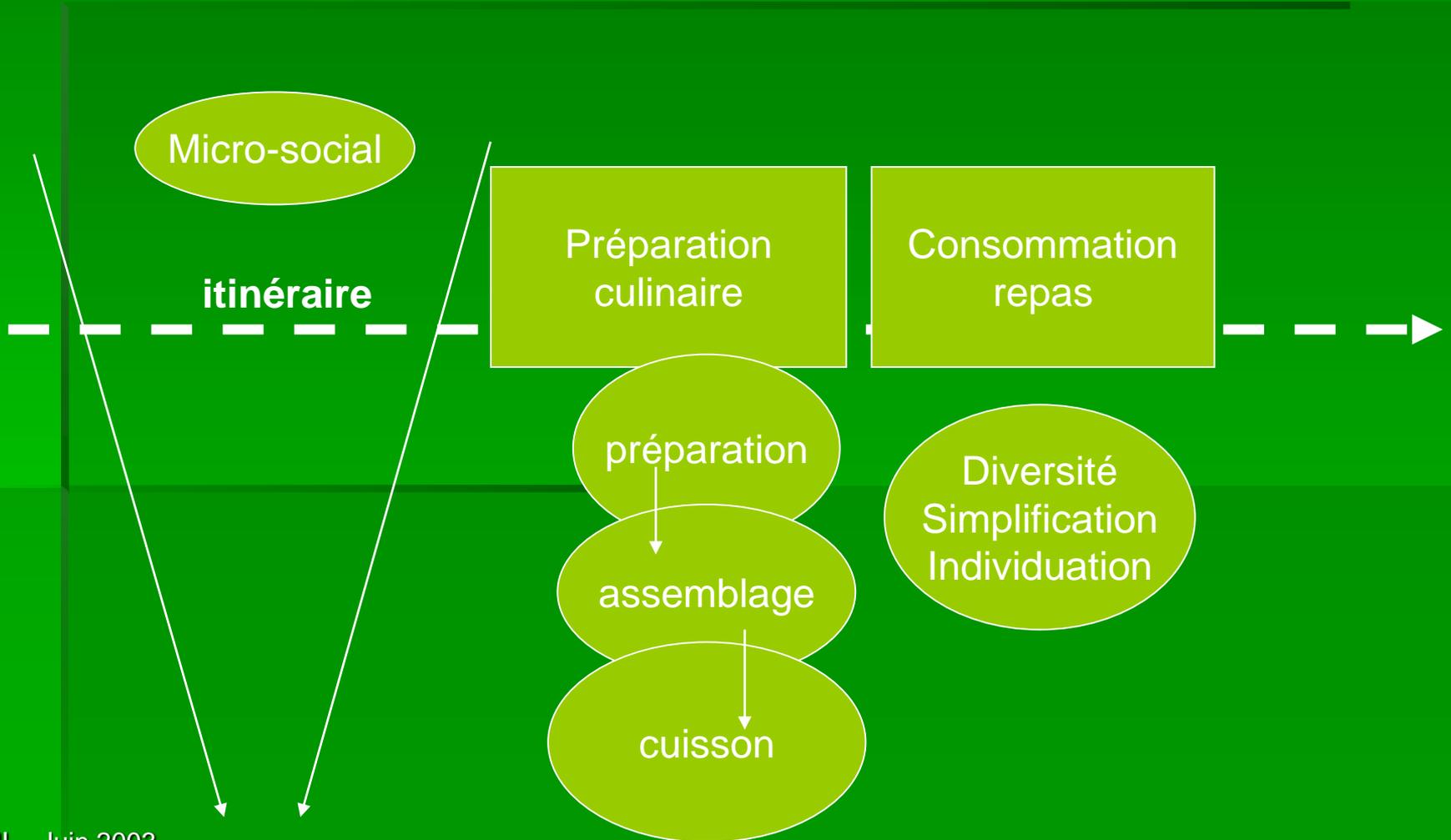
# Echelles d'observation



# Echelle micro-sociale la méthode des itinéraires



# Itinéraire du système culinaire



# Les rugosités du jeu micro-social

- L'échelle micro-sociale qualitative décrit les **interactions entre acteurs**, les frottements du quotidien, les tensions liées au changement :
  - Les **contraintes de temporalité** professionnelle, domestique et de loisir par rapport au temps disponible pour la cuisine
  - La **division sexuelle des tâches** entre hommes et femmes, entre générations et celle des frontières de rôles par rapport aux pratiques culinaires
  - La **dynamique du cycle de vie**: étapes, passages et appartenances
  - La **mise en scène** domestique et la construction identitaire
  - La culture et le **métissage alimentaire** en France

# Métissage alimentaire

Boudin  
antillais

Olives méditerranée

Rhum  
antillais

Tarama  
grec

Blinis  
« russe »



Bourha  
Tunisienne

Bougie « style scandinave »

# Principes d'analyse

- ❑ Séparer l'analyse des représentations de celle des pratiques
  - Il y a toujours un écart entre ce qui est dit, pensé et fait
- ❑ Et donc un écart entre la norme sociale et la diversité des pratiques, du fait des contraintes du jeu social

# I Les repas



Petit déjeuner « régressif », léon a 80 ans

# Le repas : l'occasion qui déclenche la pratique culinaire

- Le repas : une norme stable et unifiée dans les représentations françaises
- Une norme : soumise à des contraintes
- Qui entraînent des modalités diversifiées en pratique

# Les normes idéales du repas

- ❑ Trois repas : petit-déjeuner, déjeuner, dîner
- ❑ Trois plats : entrée, plat, dessert
- ❑ Un modèle collectif et convivial du repas
- ❑ Les normes du prescrit, du permis et de l'interdit dans l'espace alimentaire
  - Les lieux prescrits : la salle à manger pour la consommation, la cuisine pour la préparation
  - Les lieux permis pour la consommation : la cuisine, le séjour et la chambre pour le goûter, le petit-déjeuner et certains repas informels
  - Les lieux interdits pour la préparation et la consommation : les toilettes et la salle de bain
- ❑ L'application des normes va varier en fonction de l'espace disponible et des contraintes sociales

# Les pratiques du repas : diversité, simplification, individuation, par rapport à la norme

## □ Diversité des repas

- Les repas se divisent en **ordinaires** et **festifs**
- Ils peuvent être **formels** ou **informels** (table basse symbolisant l'informel ou haute, l'inverse)
- Les prises alimentaires peuvent **diminuer** : le petit déjeuner ou le déjeuner peuvent être supprimés
- Les prises alimentaires peuvent se **multiplier** avec des en-cas divers (ceci pose d'une autre façon la question de la déstructuration éventuelle des repas en la relativisant)

# Repas informel/formel



Table basse



Table haute,  
Serviettes  
nappe

# La composition des repas peut être simplifiée

- En terme de plat unique, plat et dessert, entrée et dessert

# Individuation de certains repas

- Les repas peuvent être individuels ou collectifs
  - ❖ La prise individuelle ou collective varie en fonction des moments de la journée et de la semaine
  - ❖ Le repas peut aussi être consommé en commun mais avec individuation des plats

# Repas collectif, individuation des plats

- *« On a mangé une entrée ; ma femme et les enfants ont mangé du saucisson et moi, j'ai mangé du thon, et après du jambon : ensuite, mon fils et moi avons mangé une salade aux lardons, et on a tous mangé un morceau de fromage, et moi, j'ai mangé une pomme. »* (Homme, 48 ans, ouvrier, marié, deux enfants qui sont de jeunes adultes vivant au domicile parental)

# Le repas : une pratique sous contrainte sociale

- ❑ Les écarts à la norme varient en fonction de :
  - Les **étapes du cycle de vie** : enfance, adolescence, jeunesse, adulte, vieillesse
  - La **présence ou non d'enfant**
  - Les **étapes du cycle amoureux**
  - Les **évolutions de l'environnement sociétal**
  - Les **ressources financières** et l'étape des courses
  
- ❑ Il n'est pas possible de savoir si cet écart à la norme est nouveau ou ancien par manque d'information sur les pratiques sur une longue durée

# **Les contraintes qui influencent les modalités du repas : les tensions entre temporalités**

- ❑ **Le temps professionnel** : la mobilité entre le lieu de travail et le logement structure le temps disponible pour les pratiques alimentaires
- ❑ **La coexistence de temporalités différentes au sein du couple ou de la famille** : l'agenda individuel, lui-même produit par d'autres agendas collectifs professionnels ou de loisir, entre en contradiction avec l'agenda domestique, ce qui explique l'individuation, la diversité ou la simplification de certains repas.

# Arbitrer entre les agendas

- *« Des fois, on mange ensemble, des fois non. Ca dépend si on a faim au même moment. (...) Je prends le petit-déjeuner toute seule car Ben est encore au lit et lui ne prend pas de petit-déjeuner de toutes façons. Le déjeuner, c'est avec mes collègues. Et le soir, avec Ben ou toute seule. (...) il y a aussi les soirs où il va au sport par exemple, et là je prépare à manger donc il a à manger quand il rentre mais je ne l'attends pas. En général vers huit, neuf heures, je commence à avoir vraiment faim, donc je ne l'attends pas dans le cas où il revient du sport ou s'il rentre tard du boulot. » (Femme, 28 ans, en couple, assistante sociale)*

# Les contraintes culturelles

- Les temporalités religieuses structurent, en se diversifiant, les moments et les modalités alimentaires en France
  - Le ramadan musulman: le premier repas est pris au coucher du soleil, le dernier repas doit être pris avant l'aube.
  - Le carême chrétien avec le jeûne du mercredi des cendres
  - Le jeûne juif du jour de Kippour

# II Les pratiques culinaires

Friteuse  
électrique



Couteau  
électrique

Rôtie

Femme 60 ans

# Les pratiques culinaires

- La prise en charge de la cuisine peut être :
  - individuelle ou collective
  - permanente ou variable dans un même foyer
- Les modalités varient en fonction :
  - des étapes du cycle de vie
  - de la division sexuelle des tâches (activité à dominante féminine, sauf occasions plus exceptionnelles)
    - ❖ « *C'est moi qui mets la table ; c'est ma femme qui fait la cuisine.* » (Homme, 50 ans, en couple, cadre en pré-retraite)
  - de l'expertise des acteurs (associée au sentiment de risque)
- Des occasions de consommation :
  - ordinaires/festives - formelles/informelles

# La cuisine individuelle, pour soi

- Une **implication plus faible dans la cuisine** : perte de plaisir, moindre besoin de mettre en valeur sa compétence
  - ❖ « *Je n'aime pas faire la cuisine pour moi toute seule.* »  
(Femme, 40 ans, chercheuse au CNRS, célibataire, italienne)
- Une **externalisation** par les plats tout prêts, le traiteur, la boulangerie ou les restaurants
- **Un moment de régression**
  - ❖ « *Mon plat préféré, une bonne entrecôte marinée dans les épices. Je coupe de l'ail et des échalotes et du persil frais... et je mange ça avec des pâtes à la crème fraîche et au roquefort... ça, c'est mon petit kif, quand je suis seul !* » (Homme, 34 ans, artisan, père célibataire, garde partagé d'un enfant)

# La cuisine individuelle, pour les autres

- ❑ La cuisine faite seule, pour les autres, en fonction :
  - De l'identification de la cuisine à un rôle féminin
    - ❖ « C'est bien sûr Madame qui s'occupe de tout ça ! » (Homme, 58 ans, en couple, enseignant)
  - De l'affirmation d'un territoire féminin dans la cuisine
  - De contraintes de temps (le premier arrivé) ou d'espace (une petite cuisine ne permet pas de travailler à deux)

# La cuisine collective (1)

- Soit une pratique plutôt **hiérarchique** : un « cuisinier chef » avec des « commis »:
  - **Fonction d'apprentissage** : transmettre une expertise aux enfants
  - **Délégation** :
    - depuis le **moins risqué**
      - la préparation (éplucher, couper, laver)
    - Jusqu'au **plus risqué**
      - l'assemblage
      - la cuisson
  - Avec des **risques de tension** entre les acteurs
    - **méfiance** dans la compétence de l'autre
    - **compétition** entre expertises
    - **risque** social et menace pour la mise en scène de soi : ne pas réussir le plat

# La cuisine collective (2)

- Soit une pratique plus égalitaire en fonction des codes du masculin et du féminin
  - ❖ « *Dans ces cas là (réception), chacun fait sa partie, selon ce que l'on veut faire. Là, c'est moi qui ai fait le civet (...) Ma femme a fait les légumes. Elle s'est occupée de ça, mais si on avait fait une blanquette, tout aurait été différent : elle l'aurait faite et j'aurais fait le riz.* » (Homme, 80 ans, en couple, retraité de l'Education Nationale)
    - Le civet est masculin (la chasse), les légumes sont féminins
    - La blanquette est codée féminin, le riz masculin

# La cuisine entre système simple et complexe

- Le système culinaire simple peut correspondre :
  - à une étape du cycle de vie, celle de la jeunesse
  - à une occasion de repas informel
  - à une situation où la personne est seule
  
- Le système culinaire complexe peut correspondre :
  - à une étape plus avancée du cycle de vie, à des repas plus formels et à des repas collectifs

*(les modélisations qui suivent sont d'après Mélodie Mabit)*

# Implication culinaire et complexité

□ Tout se passe comme si :

- Plus le **système culinaire était simple**, plus **l'implication était faible**, plus la répartition des tâches de la préparation, de l'assemblage et de la cuisson était flexible, et plus elles étaient déléguées par externalisation
- Plus le **système culinaire était complexe**, avec des risques d'échec et des enjeux sociaux, plus il y avait investissement, moins il y avait délégation des tâches et **plus la pratique culinaire était individuelle**

# Les pratiques culinaires entre deux pôles temporels : le «répit» et l'implication forte

- Dans le **système culinaire simple**, plus quotidien, la **préparation est faible**. La pratique se limite à la cuisson ou au réchauffement des plats tout faits. L'acteur peut être en dehors de la cuisine. C'est un répit entre deux temps, la cuisson et la consommation. C'est un **temps court**.
- Dans le **système culinaire complexe**, plus festif, la préparation et l'assemblage jouent un rôle aussi important que la cuisson : **tout est confectionné**. L'acteur sort peu de la cuisine. C'est un **temps long et impliquant**.

# Les objets de la cuisine comme analyseur du lien social

## □ Les objets comme :

- Mise en scène de soi, comme décors et comme compétence
- Élément de la construction identitaire
- Marqueur du cycle de vie (les ustensiles de l'enfance, cuillère et spatule ; de la jeunesse, la cuillère en bois, la casserole et la poêle ; de la mise en couple, de l'arrivée du premier enfant... Ils vont le plus souvent en se multipliant et en se complexifiant)
- Mémoire personnelle et familiale

## □ Les objets de la cuisine symbolisent le lien social entre les membres de l'unité domestique et les « ancêtres » de la famille

# Objets comme décors et comme mémoire



# Les objets comme analyseur de l'apprentissage culinaire

- ❑ **Multiplication** : de la batterie basique (deux casseroles, deux poêles) à la batterie plus importante (une dizaine de contenants aux tailles et aux matériaux différents)
- ❑ **Spécialisation**
- ❑ **Complexification** en se centrant sur la cuisson : importance du four (par différence avec le « manger froid » et les cuissons simples)
- ❑ Du **synthétique au naturel**, du plus facile au plus maîtrisé ou comment limiter les risques sociaux liés à la cuisson.

# Multiplication des ustensiles un placard de réceptants



Femme, 57 ans

Diversification des objets	Ustensiles	Contenants	Appareils
Indispensables	Cuillère en bois, spatule, louche, couteau, verre à doser, téléphone	Casserole, poêle, bol, planche, grand plat, cocotte en fonte	Four, réfrigérateur, plaque de cuisson, micro-onde
Spécialisés	Cuillère en plastique pour téflon, set de couteaux, à dents, à pain; Internet pour les recettes	Cocotte minute, sauteuse, wok tefal, grill, couscoussière,	Robot, saucier, minuteur
« Gadgets »	Couteau électrique, roulette à pizza, fil à fromage	Plat à paella, wok, plat à fondue, plat à cake	Yaourtière, sorbetière, raclette, friteuse, pierrade, cuit vapeur

Mélody Mabit, 2003

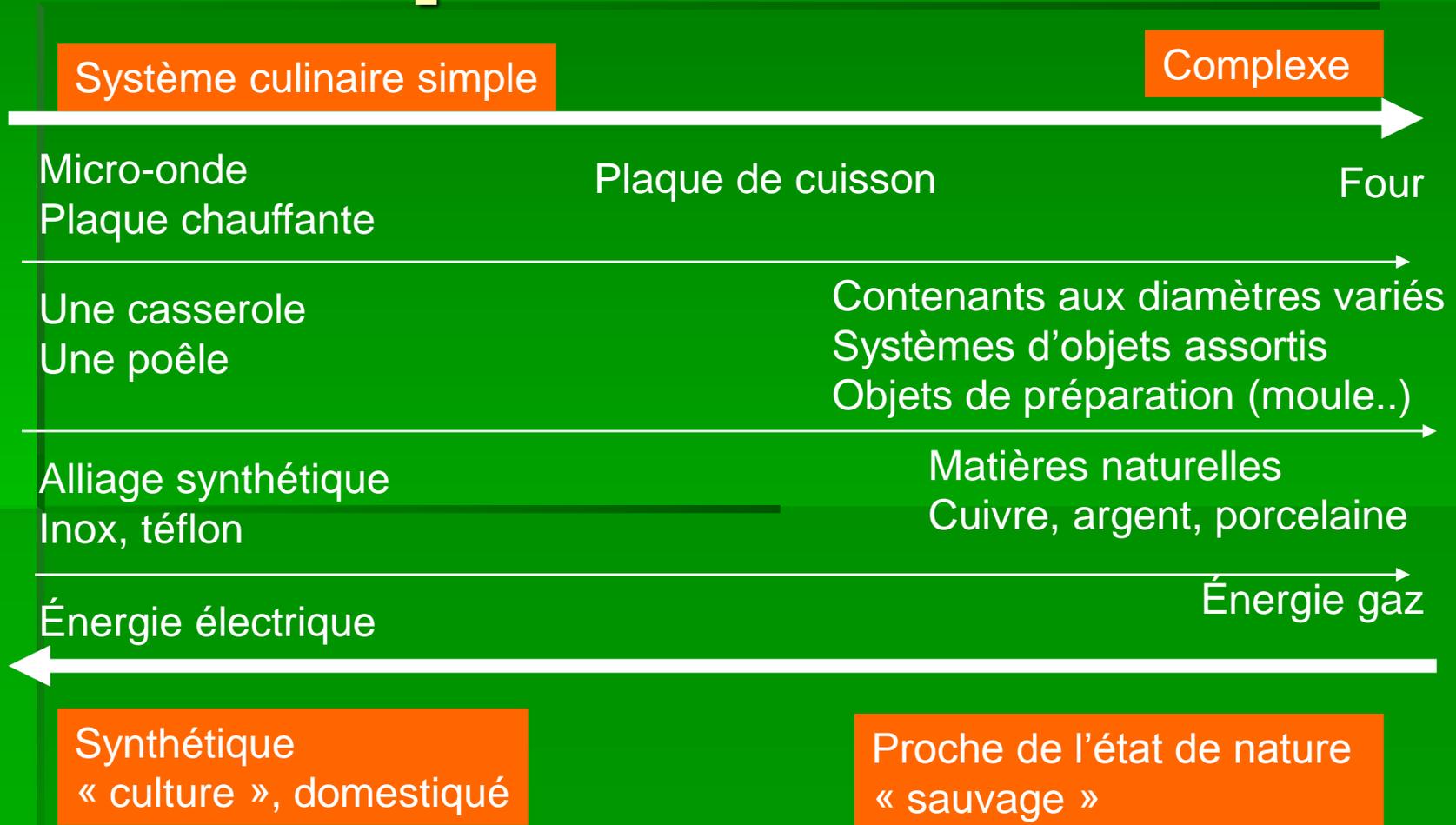
CIDIL - Juin 2003

# Les ustensiles de base



◀ Spatule en bois

# Maîtriser la complexité : spécialisation, compétence et produit naturel



# Les préparations culinaires : complexité et profusion de combinatoires

---

## □ D'après Jean-Pierre Poulain

- 17 000 recettes au 19ème siècle en France contre 1 700 en Chine, 600 à 700 pour les cuisines italiennes et espagnoles
- 12 polarités de cuisson
- Combinatoires infinies entre éléments principal, garniture, sauce et garniture de sauce

# III le métissage culinaire



Bananes plantains

# Les métissages culinaires

- Les trajectoires de vie sont des analyseurs :
  - Des pôles culinaires culturels
  - Des évolutions culinaires
  - Autour d'**ancrages culinaires** (J.P. Hassoun, 1987), comme :
    - ❖ Les **objets** : wok, baguette, couscoussier
    - ❖ Les **goûts** : l'ail, l'huile d'olive, les épices
    - ❖ Les **plats** : lasagnes, couscous
    - ❖ **Aliments** : riz, pâtes, soja, pain, morue
    - ❖ Les **techniques culinaires** : cuisson vapeur

D'après Daphné Marnat, 2003

# Les pôles culinaires

- ❑ Pôles endogènes non choisis : ceux de la culture d'origine liés à l'enfance
- ❑ Pôles endogènes choisis pendant la jeunesse ou à l'âge adulte en fonction de principes :
  - Diététiques, bio
  - Gastronomique
  - Religieux
- ❑ Pôles exogènes
  - Cuisine exotique (voyages, mise en couple)
  - Influence professionnelle

# Pôle endogène: diététique



# Cohabitation et tensions entre pôles

## □ La **cohabitation** dans le temps

- Un corse peut cuisiner à l'huile d'olive dans sa région d'origine et cuisiner au beurre à Paris pour faire « *plus classe* ».

## □ **Conflits** entre pôles

- Des convictions religieuses peuvent entrer en contradiction avec un pôle professionnel ou scolaire, comme le fait de manger hallal pour un musulman ou casher pour un juif ; de même pour des personnes qui souhaitent manger « bio » en dehors de leur sphère privée.

# Stratégies de métissage liées aux mobilités spatiales, sociales et culturelles en France

- ❑ Stratégie de remplacement : une autre viande peut être substituée au porc dans une recette traditionnelle française par une épouse musulmane
- ❑ Stratégies de réinterprétation des plats ou des ustensiles introuvables dans la nouvelle culture
- ❑ Stratégie d'appropriation de nouveaux aliments

# Stratégie d'approximation:kemia tunisienne en Ile de France

Poivrons

Carottes confites

Choux fleurs

Carottes



# Les apprentissages culinaires

- ❑ L'enfance est une période de mise à distance de la cuisson : le chaud et le tranchant sont deux interdits
- ❑ A l'adolescence le jeune, fille ou garçon, doit apprendre, éventuellement seul
  - Le micro-onde peut jouer un rôle d'objet de transition vers la cuisson par le réchauffement qu'il permet
  - Le téléphone joue aussi un rôle au moment de cet apprentissage quand les parents ne sont pas là.
  - La pratique culinaire s'intègre à une logique d'affirmation de soi et de transgression par rapport aux normes familiales

# Apprentissage et jeunesse

- ❑ Une obligation de se prendre en charge au moment de quitter le domicile familial
- ❑ Importance de la figure féminine (mère et grand-mère)
- ❑ Importance du groupe de pairs
- ❑ Mais une compétence limitée
- ❑ Qui conduit, en partie, à une cuisine d'assemblage

cf. Isabelle Garabuau-Moussaoui, *Cuisines et indépendances*, 2002

# Cycle de vie: étape jeune



Une cuisine d'assemblage

# Conclusion <sup>(1)</sup>

- Nous avons cherché à comprendre la **dynamique** des pratiques culinaires plus en terme de **diversité** qu'en terme de tendances par rapport au futur, ce qui relève plus d'une approche macro-sociale.
- Ce faisant, nous avons cependant mis à jour une autre façon de traiter les tendances en partant de la logique de développement des **étapes du cycle de vie** et des **diversités des formes des repas**.

# Conclusion (2)

- Les pratiques culinaires sont **encastrées** dans les pratiques de repas **formels et informels, quotidiens et festifs**.
- La dynamique culinaire s'inscrit dans une structure qui évolue d'un **système culinaire simple vers un système culinaire complexe**, correspondant autant à des étapes du **cycle de vie** qu'à des **occasions de repas** ou des **situations ponctuelles**.
- Nous avons fait ressortir **l'importance des objets comme analyseurs** de cette **dynamique**, comme **liens sociaux** et comme éléments de la **construction identitaire**.



**Fin...**