

Cuisiner et transmettre :  
Analyse du baromètre de l'Observatoire des cuisines populaires



Thibaut de Saint Pol,  
Sociologue à l'Observatoire sociologique du changement  
(Sciences Po)

La transmission des pratiques culinaires est **un sujet relativement peu étudié**. Il est pourtant essentiel pour comprendre les évolutions et les perspectives à moyen terme. Ces pratiques de transmission sont importantes à la fois **en termes d'alimentation et de santé**, mais aussi pour les **liens sociaux et familiaux**.

### Les pratiques de cuisine en France aujourd'hui

Sans surprise, les femmes restent plus nombreuses à cuisiner tous les jours que les hommes (64% contre 51%) et la cuisine reste **une activité essentiellement féminine**. C'est d'ailleurs le cas de la plupart des activités perçues comme « domestiques » (1h30 d'écart par jour avec les hommes selon l'Insee). Les hommes sont ainsi par exemple plus nombreux à déclarer ne pas aimer du tout cuisiner (15 % contre 11 % des femmes). Mais si les hommes sont moins présents, ils sont toutefois loin d'être absents.

On observe également que **les jeunes cuisinent moins** : plus d'un jeune sur deux ne cuisine pas tous les jours. L'écart est élevé : 15 points de moins pour les 18-24 ans par rapport aux 35-49 ans. Ce temps de cuisine plus faible s'explique notamment par le fait qu'ils

mangent plus souvent à l'extérieur. Tout l'enjeu est de savoir s'il s'agit d'un effet d'âge (ils vont consacrer plus de temps à la cuisine quand ils seront plus âgés) ou de génération (ils continueront à moins cuisiner). Face à cette possible désaffection des jeunes pour la cuisine, la question de la transmission culinaire est d'autant plus essentielle.

Les données de l'étude font apparaître un paradoxe apparent. Les hommes, comme les 18-24 ans, sont un peu plus nombreux à aimer beaucoup cuisiner. Pourtant, comme nous venons de le voir, ils sont moins nombreux à cuisiner tous les jours. Deux principales raisons expliquent cette situation : d'une part dire qu'ils aiment cuisiner ne veut pas dire qu'ils le font en pratique. D'autre part, il s'agit en réalité d'activités différentes : il est nécessaire de **distinguer la cuisine de tous les jours de celle des occasions particulières** (réceptions, weekend...).

La cuisine est en effet un **semi-loisir** : elle peut apparaître comme une tâche domestique contraignante ou comme une activité plaisante. Derrière ce terme de « cuisine », il y a à la fois la pratique de tous les jours, généralement dévalorisée, et celle pour des occasions particulières, plus valorisante. La seconde concerne davantage les hommes et les jeunes. C'est précisément ce que confirme l'étude de l'image de la cuisine. Pour 40 % des enquêtés, la cuisine apparaît comme une nécessité, voire une corvée. La cuisine comme « nécessité » se retrouve en particulier dans les déclarations des femmes et des plus âgés. Cela correspond plutôt à une cuisine comme tâche domestique quotidienne. En revanche, la cuisine comme « moment de partage » se retrouve plutôt chez les hommes et comme « détente et plaisir » chez les plus jeunes.

Ces évolutions s'inscrivent dans une tendance : celle de la **baisse du temps consacré à la cuisine**. Les Français consacrent une heure en moins pour les tâches domestiques entre 1986 et 2010 en France. Sur la même période, le temps quotidien moyen consacré à faire la cuisine s'est réduit de 18 minutes en France métropolitaine, passant de 1h11 à 53 minutes, soit une baisse de 29 %. Dans ce contexte, les connaissances culinaires revêtent une importance particulière. L'étude montre que plus on est âgé, plus on se déclare « expérimenté » en cuisine. Mais il ne s'agit probablement pas que d'un effet d'âge, mais aussi d'un effet de génération, d'où l'importance de la transmission.

Les catégories en bas de la hiérarchie sociale se déclarent en général moins expérimentées. C'est un des principaux enjeux de la transmission. En effet, de nombreuses études montrent que les milieux les plus défavorisés économiquement ont aussi souvent un déficit de

connaissances en cuisine. C'est **un des leviers en termes d'inégalités sociales de santé**. D'où l'importance une fois encore de mieux connaître les modes de transmission culinaire.

### **Les enjeux de la transmission culinaire**

Une personne sur deux a appris à cuisiner à l'origine avec quelqu'un, autant que ceux qui ont commencé seuls. Mais l'apprentissage se fait tout au long de la vie et il a eu lieu avec l'aide de quelqu'un dans trois quarts des cas. Sans surprise, cette personne est majoritairement la mère, mais le rôle de la grand-mère et aussi du père est loin d'être négligeable. La cuisine a en France **une valeur identitaire, mais aussi affective**, qui se retrouve dans la transmission.

La cuisine est aussi **une façon de créer et d'entretenir des liens**. Cela s'observe dans le rôle désormais incontournable des amis, surtout pour les plus favorisés (20 %). Le rôle du conjoint est également essentiel (14 %), c'est-à-dire plus que la grand-mère. Ces observations vont à l'encontre de la perception sexuée de la cuisine et cela rejoint la dimension « partage » de la cuisine décrite plus tôt.

Par ailleurs, l'étude montre bien l'importance du **métissage culinaire** dans la cuisine française, par exemple au travers des plats transmis, sur lequel nous éclairons d'ailleurs de manière complémentaire des travaux plus ethnographiques. Ce métissage se retrouve dans les plats incarnant l'apprentissage, à l'image de la cuisine française où le bœuf bourguignon rejoint le couscous et des spécialités régionales. La dimension identitaire des plats, appris comme cuisinés, est un aspect essentiel de la culture culinaire française.

La grande majorité des prises alimentaires a lieu en présence d'autres personnes en France : c'est le cas des 80 % des repas. Le choix de ce qui est mangé, comme de sa préparation, est donc le fruit d'une **négociation entre les mangeurs**. La préparation des repas est aussi un espace de négociation au sein de la famille. Il n'est donc pas surprenant qu'on retrouve le couple comme un des principaux lieux de transmission.

Pour être plus précis, il faut toutefois bien différencier le déclencheur de l'apprentissage du perfectionnement culinaire. Il y a effectivement **différents moments de l'apprentissage**, internet étant par exemple plus un support de perfectionnement. L'étude fait nettement apparaître l'importance du lien « mère-fille » bien connu, mais aussi la **multiplicité des**

**sources**, en particulier pour les femmes. Il y a une réelle complémentarité avec les autres supports tout au long de la vie et une diversification de ces supports.

Si la mère joue toujours un rôle prépondérant, **le père est désormais loin d'être absent** et semble jouer un rôle complémentaire. Il intervient notamment **sur des aspects qualitatifs** dans la transmission (« apprendre à reconnaître ce qui est bon », « choisir les bons aliments »), alors que la mère intervient sur des aspects plus techniques. Les pères semblent se situer davantage sur les aspects plus culturels, liés notamment au plaisir, ce qu'on retrouve d'ailleurs plus globalement en termes de temps consacrés aux enfants car ce sont aussi généralement les aspects les plus valorisants.

On se doit également de noter la **spécificité du rôle du conjoint** dans l'apprentissage autour de deux pôles : l'indépendance et le partage. L'apprentissage de l'indépendance, notamment pour les hommes, passe par l'apprentissage de recettes simples pour se débrouiller seul. Le partage passe par l'apprentissage de recettes festives, de l'art de la présentation et de recettes du monde. Le conjoint représente ce que les sociologues appellent une « socialisation secondaire », par opposition à la socialisation primaire de la famille pendant l'enfance, c'est-à-dire qu'il représente une confrontation à un autre modèle et parfois à une autre culture culinaire. D'où l'importance de la négociation au sein du couple en termes d'alimentation et de cuisine.

Mais une des spécificités de cette étude est de pouvoir comparer ce qui a été transmis avec ce qu'on veut transmettre. On observe qu'une majorité des enquêtés (60 %) souhaite transmettre la cuisine. On retrouve la **place prégnante des femmes et de la mère**, comme pour l'autre sens, même si bien sûr les personnes à qui on peut transmettre ne sont pas les mêmes selon la place dans le cycle de vie.

L'étude fait apparaître que si on transmet toujours plus aux filles qu'aux garçons, **on transmet également la cuisine aux fils**. Il y a aussi une diversification des sources d'information, avec moins de place donnée aux recettes traditionnelles et une importance plus grande d'internet et des amis. L'équilibre alimentaire en termes de motivation est présent, mais n'est pas prédominant. Les raisons nutritionnelles arrivent plus tardivement et augmentent avec l'âge. Il s'agit d'une différence culturelle avec d'autres pays sur le rapport à l'alimentation, et notamment avec les pays anglo-saxons où l'alimentation est beaucoup plus pensée en termes nutritionnels, voire scientifiques. C'est beaucoup moins le cas en Europe. En France, **la convivialité et le plaisir de l'alimentation** arrivent bien avant ces aspects

dans toutes les enquêtes réalisées sur le sujet. Il n'est donc pas étonnant de le retrouver au cœur de la transmission culinaire.

Pour conclure, il convient de garder à l'esprit que ce qui est transmis, ce sont autant des valeurs et des représentations que des savoir-faire techniques. Les pratiques culinaires sont ainsi intimement imbriquées dans les modes de vie. Les représentations de la cuisine rejoignent, au-delà de leur contenu culturel, l'univers plus large des représentations de l'alimentation. De ce point de vue, il est possible que les nouvelles technologies (sites internet de recettes, appareils électroménagers connectés,...) continuent à modifier durablement nos pratiques de cuisine et de transmission.