

## CONTEXTE DE L'ENQUÊTE

De nombreuses données sont actuellement disponibles sur les produits achetés par les ménages et les aliments consommés, mais peu d'études ont abordé les différentes manières de préparer ces aliments. Le laboratoire Alimentation et Sciences Sociales de l'Inra a mis en place, au cours de l'année 2011, l'enquête sur les pratiques culinaires des ménages franciliens afin de combler ce manque.

En se focalisant sur les repas du soir dans les ménages d'âge actif, celle-ci aborde différentes problématiques : répartition des tâches (approvisionnement, cuisine) dans le couple, mise en pratique des recommandations (nutritionnelles, sanitaires, techniques...), gestion du temps domestique, acquisition et renouvellement des savoir-faire, articulation entre préparation domestique et recours aux produits transformés, gestion des budgets...

Cette enquête permet d'examiner si les déterminants classiques des consommations alimentaires (âge, situation familiale, profession...) jouent aussi sur les pratiques de cuisine et si d'autres facteurs ont ici un rôle comme les compétences culinaires.

Le cadre de l'enquête est l'Île de France où la préparation des repas est sujette à des contraintes spécifiques liées à la durée des transports et aux rythmes de travail.

## Déroulement de l'enquête

Les chercheurs de l'Inra ont conçu l'enquête. La passation des questionnaires a été confiée à l'institut IPSOS.

- 1016 foyers ont été recrutés.
- 818 d'entre eux ont participé à la seconde visite, soit un taux de participation de 81%.
- Sur ces 818 ménages, 802 ont rempli les carnets d'achats.
- 80% des conjoints ont accepté de répondre au questionnaire secondaire.
- 721 foyers, soit 88% des foyers ont accepté la prise de photographies de leurs lieux de stockage.

L'analyse est en cours à l'Inra.



Cette enquête a bénéficié d'un financement de la Région Île-de-France, dans le cadre du CPER R1-P33 Pôle Alimentation Parisien (PAP)

## OBJECTIFS DE L'ENQUÊTE

*L'objectif initial était d'analyser les pratiques des ménages franciliens en matière de préparation des repas. Les carnets d'approvisionnement ont permis d'observer les achats effectués sur 15 jours. Le partage des tâches, le savoir-faire et les modes de préparation ont fait l'objet de questionnaires auprès de la personne qui préparait le plus souvent le repas du soir (que l'on appelle ici le « cuisinier ») et de son conjoint, lorsqu'elle en avait un. L'enjeu de l'enquête est de reconstituer les logiques d'usage de certains produits et de remettre en question certaines idées reçues sur la cuisine.*

### Les jeunes ne savent plus cuisiner ?

Les individus les plus jeunes ont plus tendance à dire qu'ils ne savent pas bien cuisiner. Ils ont fait plus d'études que leurs aînés, peut-être au détriment des apprentissages domestiques. Par ailleurs, ils disposent souvent de moins de temps pour faire la cuisine et ont des cuisines plus petites. Cela pourrait expliquer un plus important recours à des plats préparés contrairement aux ménages plus âgés, qui passent plus de temps en cuisine et réalisent davantage de préparations maison.

### Les femmes sont-elles seules aux fourneaux ?

Avec plus des deux tiers (68%) de femmes chargées de la cuisine quotidienne au sein des ménages interrogés, ces dernières occupent toujours une place centrale en cuisine même si les hommes ne délaissent pas totalement la préparation des repas. Temps de préparation et investissement en cuisine sont assez variables d'un ménage à l'autre mais plus de 60% des personnes qui cuisinent quotidiennement déclarent apprécier cette activité.

### La géographie compte-t-elle en cuisine ?

L'autoconsommation, la préparation de plats maison, le tri des emballages sont plus fréquents en grande couronne. Ces ménages disposent aussi de logements et de cuisines plus vastes par rapport à Paris *intramuros*. Les enquêtés parisiens sont, quant à eux, plus nombreux à fréquenter des commerces bio. S'ils dînent plus souvent seuls que dans les départements de petite et grande couronnes, ils sont moins nombreux à regarder la télévision en mangeant.

# QUELLE ORGANISATION EN CUISINE ?

## Un temps consacré à la préparation des repas variable d'un ménage à un autre

42 % des « cuisiniers » interrogés cuisinent moins de 30 minutes. Cette proportion augmente si le « cuisinier » est un homme (52 %) et s'il est jeune (56 % chez les moins de 30 ans).

Les « cuisiniers » vivant seuls sont ceux qui passent le moins de temps à préparer leur dîner : 68 % cuisinent moins de 30 minutes. À l'inverse, près des 3/4 des « cuisiniers » vivant avec conjoint et enfant(s) passent au moins 30 minutes en cuisine pour préparer le dîner.

### Plus de diplômes, moins de cuisine ?

Cuisiner vite est plus fréquent parmi les « cuisiniers » les plus diplômés : à peine plus de la moitié passe au moins 30 minutes en cuisine contre près des 2/3 des « cuisiniers » faiblement diplômés.

### Travailler plus, cuisiner moins ?

L'allongement des durées de travail se fait au détriment du temps passé à cuisiner : seulement un tiers des « cuisiniers » rentrant chez eux avant 18 h passent moins de 30 minutes à cuisiner. Cette proportion atteint près de la moitié pour ceux qui rentrent après 18 h.

## Réalisation de produits maison et investissement en cuisine

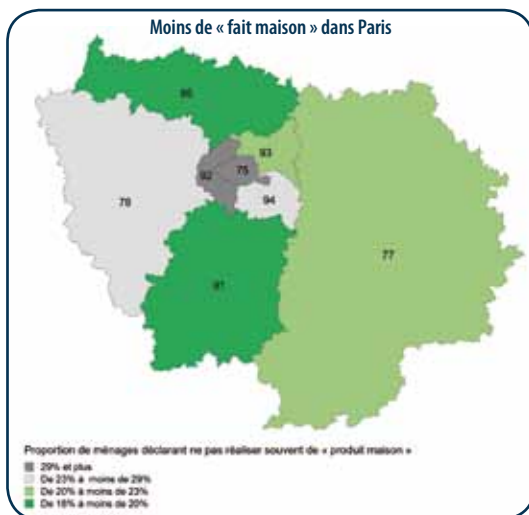
Plus les « cuisiniers » se sont déclarés « bons cuisiniers », plus ils réalisent des produits maison (purée, quiche, plats de viande ou poisson et légumes...).

### Le « fait maison » est-il l'apanage des femmes ?

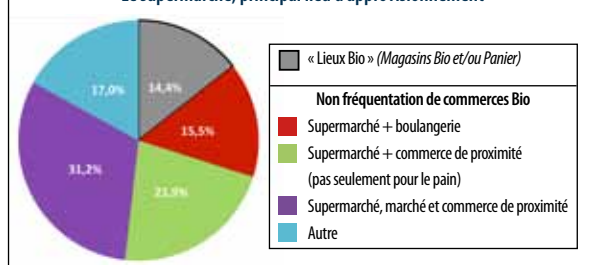
D'une manière générale, les femmes sont plus nombreuses que les hommes à réaliser des produits maison. Ainsi, respectivement 76 % et 61 % des femmes réalisent régulièrement des gâteaux et des soupes maison contre seulement 46 % et 39 % des hommes « cuisiniers ». Elles s'investissent au point que plus de la moitié d'entre elles cuisine au moins 3 produits maison régulièrement (contre seulement 26 % des hommes).

À âge égal, les « cuisiniers » les moins diplômés sont ceux qui ont tendance à réaliser le plus souvent des produits maison : 52 % en font au moins 3 régulièrement. À l'inverse, trois « cuisiniers » sur dix ayant un niveau de diplôme supérieur ou égal à bac +3 n'en réalisent aucun régulièrement.

Plus d'un tiers des ménages qui font tous leurs achats en supermarché et boulangerie ne réalisent régulièrement aucun produit maison. À l'inverse, la proportion de ceux qui en réalisent le plus (6 et plus) augmente chez ceux qui fréquentent les marchés (19 %) et les commerces Bio (25 %).



### Le supermarché, principal lieu d'approvisionnement



# QUI CUISINE ?

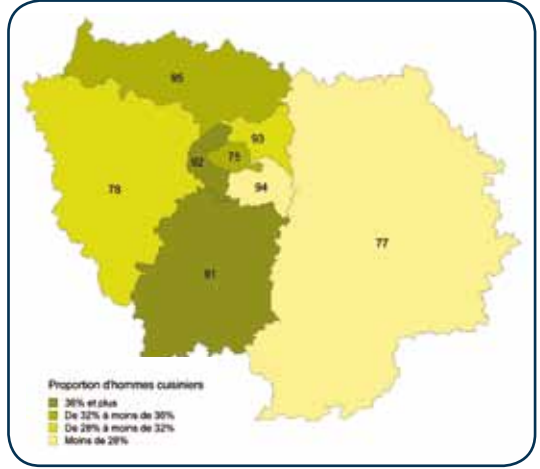
## L'investissement des hommes en cuisine

Dans plus de 2 ménages sur 3 c'est une femme qui prépare les dîners en semaine.

Dans les couples, les hommes qui cuisinent sont 8 sur 10 à déclarer aimer faire la cuisine au quotidien tandis que la moitié des femmes qui cuisinent n'apprécient pas cette activité.

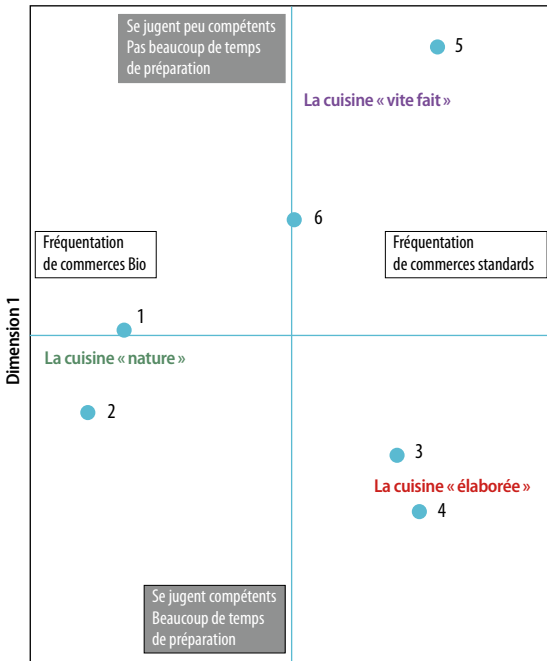
D'une manière générale, les hommes « cuisiniers » sont légèrement plus diplômés que les femmes qui cuisinent au quotidien.

72 % des femmes qui cuisinent déclarent cuisiner bien ou très bien contre 62 % des hommes. Les plus jeunes sont ceux qui déclarent le plus souvent qu'ils ne cuisinent pas bien : 75 % des 45 ans ou plus déclarent cuisiner bien ou très bien contre 64 % des moins de 30 ans. Suite à la hausse de la scolarisation, on sait que les plus jeunes sont, en moyenne, plus diplômés que les plus âgés. Ils ont peut-être moins eu l'occasion d'acquérir des savoir-faire culinaires.



## Sentiment de compétence et temps passé à cuisiner vont de pair

Grâce à différentes questions telles que l'achat de produits conditionnés, le temps de préparation des repas, l'autoévaluation des « cuisiniers », la réalisation de produits maison, le recours à des plats tout prêts... six profils ont été identifiés et représentés graphiquement.



Moins de compétence et de temps de préparation



3 types de cuisines apparaissent : la cuisine « nature », la cuisine « élaborée » et la cuisine « vite fait ».

L'analyse montre l'intérêt qu'il y a à étudier ensemble les achats alimentaires et les manières de cuisiner. Si l'on retrouve bien pour certains groupes les achats en supermarché avec une cuisine « vite fait », les résultats sont finalement plus complexes que ce qui était attendu. Ainsi, les produits Bio peuvent être utilisés aussi bien par des ménages où le « cuisinier » se juge compétent et passe du temps en cuisine que par d'autres moins investis, cuisinant rapidement mais avec des produits portant des labels de qualité.

# TROIS TYPES DE CUISINE

## La cuisine « nature »

(Groupes 1 et 2)

Ces deux groupes (30 % de l'échantillon) fréquentent des commerces Bio et cuisinent entre 30 et 45 minutes.

Ils se subdivisent en 2 avec d'un côté :

- Des « cuisiniers » vivant seuls, principalement des hommes, jeunes et diplômés. Ils ne réalisent jamais de produits maison et déclarent qu'ils ne cuisinent pas très bien ;

Et de l'autre :

- Des « cuisiniers » vivant en couple (sans enfants) qui sont principalement des femmes. Elles se considèrent bonnes cuisinières, réalisent régulièrement entre 3 et 5 produits maison et utilisent des herbes fraîches pour assaisonner leurs plats.

## La cuisine « élaborée »

(Groupes 3 et 4)

Ces deux groupes (35 % de l'échantillon) cuisinent plus de 45 minutes et se déclarent compétents en cuisine. Ils réalisent régulièrement de nombreux produits maison et fréquentent les marchés.

On distingue d'un côté :

- Des couples avec enfants aux revenus modestes, préparant régulièrement des plats pour plusieurs repas et qui utilisent des produits surgelés, sous vide ou en conserve. Ils ont entre 30 et 45 ans. Ces personnes sont souvent sans emploi ou terminent le travail avant 18h ;

Et de l'autre :

- Des couples sans enfants, qui ne préparent jamais de plats pour plusieurs repas et qui déclarent acheter très peu de produits conditionnés. Beaucoup ont plus de 45 ans.

## La cuisine « vite fait »

(Groupes 5 et 6)

Ces deux derniers groupes (35 % de l'échantillon) cuisinent relativement vite et disent qu'ils font plutôt mal la cuisine. Ils achètent plus souvent que les autres des plats préparés sous emballage individuel, réalisent très peu de produits maison et n'utilisent jamais d'herbes fraîches pour assaisonner leurs plats.

On y retrouve d'un côté :

- Des hommes seuls, de moins de 30 ans et très diplômés qui ne fréquentent que les supermarchés pour leurs achats. Ils cuisinent moins de 15 minutes ;

Et de l'autre :

- Des familles en particulier monoparentales qui passent moins de 30 minutes à préparer les dîners. Ces personnes sont d'âge et de niveau de diplôme intermédiaire. Ce groupe représente 20 % de l'échantillon.

## Qui achète quoi?

Ces types de cuisine ont été enrichis par l'exploitation des carnets d'approvisionnement remplis par les ménages enquêtés. Vers quels produits se dirigent-ils ? Y a-t-il une réelle distinction géographique ?

- **cuisine « nature »** : les ménages de ce groupe achètent plus de produits labellisés Bio, plus de fruits et légumes et consacrent une part importante de leur budget à l'alimentation. Beaucoup habitent Paris.
- **cuisine « élaborée »** : ce sont les personnes qui apprécient le plus de préparer les repas même quotidiens. Elles achètent aussi beaucoup de fruits et légumes ainsi que des produits biologiques.
- **cuisine « vite fait »** : ces personnes se distinguent par une plus forte consommation de plats préparés et de sodas. Moins investies en cuisine, elles choisissent des produits faciles et rapides à préparer. Elles font moins souvent les courses et avec un budget plus faible.



## CONCLUSION

Une opposition existe entre des « cuisiniers » qui s'estiment compétents, passent du temps en cuisine, n'achètent pas de produits tout prêts et fréquentent les marchés et d'autres cuisinant rapidement, ne fréquentant que les supermarchés et boulangeries et se jugeant moins compétents. Ces derniers sont plus jeunes et plus souvent des hommes. Cette opposition recouvre également une opposition de rythme de vie (activité professionnelle ou non, temps accordé aux enfants...). Toutefois notre typologie fait aussi apparaître des groupes d'hommes jeunes, se jugeant peu compétents mais qui achètent des produits bio, tout comme des « cuisiniers » s'estimant compétents, réalisant une cuisine élaborée mais utilisant des produits surgelés, en conserve ou sous vide.

Ainsi pour les Franciliens, il y a plusieurs façons de s'investir en cuisine. Elles passent par le choix des produits consommés mais aussi par le temps consacré à la préparation des dîners quotidiens. Ces résultats montrent l'intérêt de prendre en compte les pratiques culinaires et, en amont, l'investissement des ménages dans la préparation des repas pour comprendre les consommations alimentaires.

**Contacts** : Séverine Gojard, Delphine Guérin, Nicolas Guinet, Marie Plessz, Unité de recherche Alimentation et sciences sociales (ALISS, UR 1303)  
Département scientifique « Sciences Sociales, Agriculture et Alimentation, Espace et Environnement »  
Centre Inra de Versailles-Grignon

Courriel : [enquete.ipsos@ivry.inra.fr](mailto:enquete.ipsos@ivry.inra.fr)