

LE TRI DES RESTES ALIMENTAIRES : RÉVÉLATEUR DE COMPÉTENCES DOMESTIQUES

Leslie Richard, Séverine Gojard, Marine Masson et Bérangère Véron

Décembre 2016 - « Aliss notes » n° 3

CONTEXTE DE L'ENQUÊTE

Gaspillage alimentaire, de quoi parle-t-on ?

Défini comme « toute nourriture destinée à la consommation humaine qui, à une étape de la chaîne alimentaire, est perdue, jetée, dégradée » (Ministère de l'Agriculture), le gaspillage alimentaire constitue un enjeu complexe lié à de multiples facteurs à tous les stades de la chaîne alimentaire.

- Dans le monde : **1/3 des aliments produits chaque année en vue de la consommation humaine est gaspillé** soit 1,3 milliard de tonnes par an (FAO)
- En France : **33 % des pertes et gaspillages en poids sont issus de la consommation des ménages**, ce qui représente **20 à 30 kg/pers/an**. Toutes les étapes sont concernées : la conservation des produits, leur préparation (partie consommable des produits), leur consommation (restes d'assiettes) (ADEME)



Étant donnée la part relativement importante du gaspillage alimentaire à domicile, il est nécessaire de **comprendre les comportements des consommateurs et leurs perceptions liées aux restes alimentaires, ainsi que les pratiques à domicile**. Pour cela, deux approches complémentaires (sensorielle et sociologique) ont été mobilisées.

APPROCHE SENSORIELLE

Identifier les critères de tri des restes alimentaires, les raisons et les justifications que les consommateurs en donnent

- Divers types de restes alimentaires ont été préparés, puis mis en place dans le réfrigérateur d'une cuisine expérimentale. Les produits étaient tous ouverts, et plus ou moins bien préservés par différents dispositifs (film alimentaire, boîtes hermétiques, etc.)
- 50 consommateurs en couple et ayant deux enfants à charge ont été mis en situation de trier les restes. Ils vivent tous en région parisienne, mais constituent un échantillon socialement diversifié
- Des entretiens directs (20 minutes environ) ont ensuite été menés pour préciser les critères de tri pour chaque aliment.

APPROCHE SOCIOLOGIQUE

Comprendre comment les consommateurs s'approprient les enjeux du gaspillage alimentaire à domicile, quelles sont les compétences domestiques mises en pratique, et les contraintes auxquelles les ménages font face

- 25 des 50 consommateurs du volet expérimental sensoriel ont été sélectionnés
- Un guide d'entretien abordant différents thèmes sur les pratiques alimentaires à domicile (habitudes d'achats, savoir-faire culinaires, gestion et perception des restes) a été réalisé
- Des entretiens semi-directifs d'une durée d'1h30 environ ont été menés. Ils ont été enregistrés puis retranscrits intégralement, avant d'être analysés par thème.



Les 50 consommateurs ont été placés devant le scénario suivant : « Vous arrivez en vacances en famille, avec votre conjoint(e) et vos deux enfants. Des amis très proches, ou votre famille, vous ont prêté leur appartement pour une semaine, et ont laissé des aliments dans le réfrigérateur. Tout a été acheté ou préparé dans les 3 derniers jours. Vous devez faire le tri dans les aliments déjà présents, entre ce que vous allez manger et ce que vous allez jeter. » Ils étaient également amenés à concevoir des menus pour la semaine à partir de ce qu'ils gardaient et des courses qu'ils feraient pour compléter.

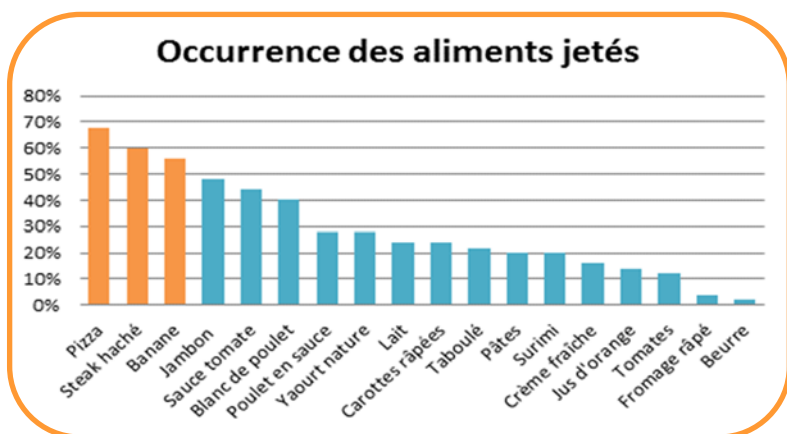


QUELLES SONT LES ATTITUDES FACE AU GASPILLAGE ALIMENTAIRE ?

« On n'aime pas jeter, on fait attention » : la sensibilité des consommateurs

D'une manière générale, les enquêtés n'aiment pas jeter : « *je suis pas pour le gaspillage* », « *pour moi le gâchis c'est un crime* ». Ces attitudes témoignent de la connotation négative et du caractère moralisateur que peut avoir le gaspillage alimentaire, mettant en cause la non-consommation de produits comestibles. La notion de **coût du gaspillage pour le budget du foyer**, mais également les **valeurs éthiques et morales** participent de leur souci de ne pas jeter – notamment la solidarité à l'égard de l'insécurité alimentaire : « *y a plein de gens qui meurent de faim dans le monde* ».

Cette sensibilité partagée se traduit par des pratiques différentes : aucun aliment n'a été jeté ou gardé par l'ensemble des consommateurs ; les trois aliments les plus jetés (pizza, banane et steak haché) le sont pour des raisons très différentes.



Contenu du réfrigérateur






Comment l'acte de jeter est-il justifié ?

Dans le volet expérimental (entretiens directifs), différents critères de décisions pour jeter ont été cités par les consommateurs : indices sensoriels, critères hédoniques, durée de vie des produits, risques sanitaires, quantité restante, compétences culinaires. On constate que les consommateurs ont tendance à moins détailler leurs arguments pour les produits jetés que pour les produits gardés.

Dans le volet sociologique, la plupart du temps le **gaspillage est minimisé** en fréquence (« *rare* ») et en quantité (« *peu* »), mais également **banalisé** (« *on est comme tout le monde* »). De plus, jeter un aliment est **présenté comme une exception**, aussitôt justifiée par différents paramètres : absence de plaisir ou de goût, oubli dans le réfrigérateur, durée de conservation trop longue, ou risques sanitaires : « *là je prendrai pas de risque ! Poubelle !* ».

Critères avancés pour jeter

Aliments les plus jetés	Indices sensoriels (aspect, goût, texture, odeur)	Critères hédoniques	Durée de vie des produits	Risques sanitaires
	« flétrie », « sèche »	« c'est pas bon réchauffé »	« trois jours c'est trop long »	
	« foncé », « couleur pas fraîche »		« trois jours c'est trop long », « il n'y a pas de DLC sur le produit »	« je ne prends pas le risque », « j'ai pas envie d'être malade »
	« noire », présence de « taches », « molle »		« ça ne se conserve pas dans un réfrigérateur »	

Concurrence de normes et injonctions contradictoires

Le souci de protection de la santé (risques sanitaires et obésité) entre en contradiction avec la prévention du gaspillage.

- Les consommateurs accordant plus d'importance à la prévention du gaspillage sont susceptibles de **consommer des produits en prenant des risques sanitaires** pour eux et leur famille. Ceux étant plus sensibles aux risques sanitaires peuvent être amenés à **jeter des produits encore consommables**. Certains différencient les usages des produits : ils évitent de servir à leurs enfants des restes qui ont un peu trop d'ancienneté dans le réfrigérateur ou des produits en limite de date de péremption, et préfèrent les consommer eux-mêmes. Par exemple, dans l'expérimentation, certains ont dit que les yaourts périmés de trois jours ne seraient consommés que par eux (et non par leurs enfants).

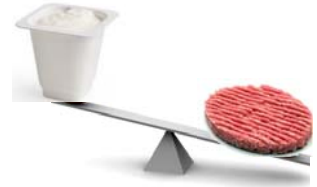


- De même pour ceux attentifs aux messages de prévention de l'obésité. **Faut-il finir son assiette** quand on n'a plus faim pour ne pas gaspiller ? Ou bien **faut-il écouter les signaux de satiété** et jeter le reste ? De nombreux enjeux éducatifs se jouent face aux assiettes des enfants : si certains parents insistent sur la valeur de la nourriture et le refus du gâchis, d'autres sont réticents à l'idée de les forcer à manger.

Une perception des risques sanitaires différenciée selon la nature du produit ?

Une certaine **tolérance est observée à l'égard des yaourts nature**, à l'inverse la **viande** (notamment les steaks hachés) est associée à un risque sanitaire fort.

Lors du tri expérimental, **les steaks hachés sont deux fois plus jetés que les yaourts**. Pourtant, la viande fait partie des produits alimentaires que les enquêtés déclarent en entretien le moins tolérer jeter chez eux.



⇒ Cet écart entre les résultats de l'expérimentation et les propos recueillis en entretien, découle sans doute de la **mobilisation de compétences domestiques**. Quand ils sont chez eux, contrairement aux conditions expérimentales, les enquêtés **adaptent le stockage des produits pour respecter au mieux leurs critères** (sensoriels, sanitaires, etc.) ou font en sorte d'utiliser les produits tant que ces critères sont respectés. Lorsque ces compétences sont mises en œuvre, les consommateurs n'ont pas à se poser la question de savoir s'ils doivent jeter ou consommer un produit sur lequel ils ont un doute.

QUELLES SONT LES COMPÉTENCES DOMESTIQUES MISES EN PRATIQUE ?

Les compétences organisationnelles

Gestion du stockage

Le comportement des consommateurs face aux restes alimentaires paraît lié à leur attitude face aux risques sanitaires, mais certains semblent peu avertis des risques microbiologiques liés aux stockage des aliments : dates de péremption, températures de stockage et de décongélation.

INDIVIDUS SENSIBLES AUX RISQUES SANITAIRES

- ⇒ **Congélation anticipée** : Prudence en amont et congélation directement après l'achat : *« on n'a pas d'évolution après dans le réfrigérateur parce qu'on congèle directement »*
- ⇒ **Conservation au réfrigérateur** :
 - Davantage d'emballages hermétiques
 - Avantage des boîtes transparentes VS opaques (utilisation des restes plus rapide et spontanée, pour éviter les oublis) : *« il faut qu'elles soient transparentes parce que sinon ils voient pas ce qu'il y a dedans »*

INDIVIDUS MOINS SENSIBLES

- ⇒ **Congélation maturée** : Solution de secours quand difficultés dans la gestion des dates de péremption et stockage des aliments : *« dès qu'on sent que ça va déraiper, on peut congeler »*
- ⇒ **Ou pas de congélation** car mauvaise image : *« mon mari il a horreur de congeler, il dit que c'est pas bon pour le corps »*
- ⇒ **Conservation au réfrigérateur** :
 - Moins hermétique, plus hasardeuse : *« J'essaye de poser quelque chose d'assez lourd dessus pour que ça prenne pas trop l'air, mais je le filme pas, je le laisse comme ça... »*

Gestion de l'approvisionnement

Planification des menus dans la gestion des restes alimentaires

- Planifier ses menus aurait plusieurs avantages : optimisation des courses (prévision des bonnes quantités), meilleure maîtrise du budget alimentaire, investissement moindre en temps : *« Je gagne du temps le soir ! »*. Sont aussi mentionnés une meilleure organisation quant à la préparation des repas, un meilleur contrôle de l'équilibre alimentaire et des variétés de repas proposés, et une meilleure gestion des déchets alimentaires.
- Ceux ne planifiant pas s'approvisionnent en complétant les produits manquants pour utiliser au mieux ceux restant dans le réfrigérateur (restes de plats cuisinés, produits ouverts et non-finis), et par habitudes d'achats : *« en principe moi je fais mes courses, et je prends tout le temps la même chose. Je passe quasiment toujours dans les mêmes rayons »*. Mais ils peuvent mobiliser des compétences d'organisation à d'autres niveaux et tout aussi efficaces, notamment les compétences de gestion du stockage.

Ces deux types de routines ne prennent pas en compte différentes **interférences** pouvant bouleverser les intentions des individus : les **achats excessifs** (promotion, etc.), et les **achats imprévus ou impulsifs** (présence d'enfants, coup de cœur...).



Les compétences culinaires

La préparation des repas

Généralement, les enquêtés ont conscience des difficultés liées à la gestion des quantités lors de la préparation des repas. Les comportements sont souvent justifiés par la peur de manquer ou de ne pas servir assez. Sont aussi évoquées des différences de gestion entre les membres du foyer, notamment entre ceux qui cuisinent généreusement, et les conjoints vigilants à la gestion des restes et au gaspillage possible : « *C'est ça qui m'importe à chaque fois, c'est : qu'est-ce que je vais avoir comme reste et combien il va m'en rester* ». Les **interférences familiales** ont aussi un rôle crucial au moment des repas (évaluation de la faim des membres de la famille et des quantités à préparer, attention au goût et envies des autres, succès du plat, imprévus). Cependant, certains établissent des stratégies en amont (compétences organisationnelles) ou en aval (réutilisation des restes).

La réutilisation des restes

L'accommodation des restes peut être plus ou moins élaborée : « *j'essaye de redonner une deuxième vie* » versus « *je les ressers comme ça* ».

⇒ **Mais il n'y a pas de lien évident entre compétences culinaires et gestion des restes. Celle-ci dépend de différents paramètres :**

- Des produits : « *Autant les légumes, l'accompagnement, j'essaye, autant la viande ça dépend* »
- De l'attention portée aux goûts et envies de la famille (manque d'appétence pour un aliment), notamment les enfants : « *parce que pour nous seuls, oui, évidemment y a pas de souci, on va les manger quoi. Mais quand y a les enfants derrière, c'est un peu compliqué* »
- De la quantité (faible quantité plus facilement jetée)
- De la perception négative des restes (lassitude, désir de nouveauté, manque de convivialité) : dans certaines familles, les restes ne sont jamais servis le week-end, où la cuisine se doit d'être plus élaborée. « *on mange ensemble, c'est le moment de partage ! on est beaucoup mieux quand le repas vient d'être fait* ».

« *Quand vous réchauffez des pâtes au micro-ondes, avec juste un sopalin [humecté], ça humidifie un peu et c'est meilleur que si ça avait été à la poêle, ou au micro-ondes tout seul où c'est un peu sec* »

« *Quand je réchauffe des pâtes, toujours avec du lait, et pas de l'eau* »

« *Je prends tous les restes de la semaine et je mélange tout pour faire une quiche !* »

Les restes alimentaires comme ressource

Pour une partie des enquêtés, les restes ont une place prévue à l'avance dans les menus de la semaine, ou, conservés au congélateur, ont une fonction de dépannage. Ces **restes planifiés** sont liés à l'organisation temporelle de la semaine : « *Souvent j'essaye de m'avancer le dimanche, de faire de la cuisine, comme ça c'est déjà fait, j'ai juste à congeler, et je ressors ça la semaine !* » ; « *Je peux leur faire reprendre ce risotto-là, et le faire en croquette ! Et du coup, là, oui ! C'est un reste, mais un reste qui avait été réfléchi bien avant, pour qu'il m'en reste, pour ne pas avoir encore... Pour me faciliter un menu* ».

⇒ Ces restes qui n'en sont pas vraiment, parce qu'ils proviennent d'une **cuisine délibérément excédentaire**, s'articulent avec des compétences culinaires (c'est souvent des plats cuisinés) et de stockage (ils sont souvent congelés), ce qui diminue la fréquence de leur mise au rebut.

Cette organisation est liée aux temporalités professionnelles : un certain nombre d'enquêtés ne disposant pas de cantine d'entreprise utilisent les restes pour leur repas de midi. « *ça évite de dépenser de l'argent à aller acheter un plat à l'extérieur* ». Ils peuvent aussi servir de repas pour des enfants rentrant déjeuner à la maison. Dans ces cas, ils ne sont pas recuisinés, mais seulement réchauffés, sur le lieu de travail ou à la maison.

CONCLUSION

Cette enquête montre la **complexité de la relation entre les critères de tri pour jeter ou garder des aliments (sensoriels, dates de péremption, risques sanitaires, compétences culinaires, etc.) et le gaspillage alimentaire**. La mise au rebut d'aliments diminue chez ceux qui ont une forte aversion envers l'acte de jeter de la nourriture, mais elle découle également de la gestion des imprévus et de l'articulation des critères de tri avec les compétences domestiques (organisationnelles – gestion de l'approvisionnement et du stockage – et culinaires). La production planifiée de restes apparaît aussi comme une ressource, permettant un gain de temps et d'argent pour certains ménages. D'un point de vue méthodologique, ce travail a été réalisé en couplant deux approches différentes et complémentaires (l'approche sensorielle et l'approche sociologique). L'articulation de ces deux approches éclaire ainsi différents aspects du comportement des consommateurs.