

Nouveaux

paysages

alimentaires

Introduction	7
Constituer nos identités culinaires	12
<i>Clean girl et Girl's dinner</i>	19
<i>Régimes restrictifs et sensibilisation</i>	23
<i>Gourmand en gain de temps : Vers le slow food</i>	29
Transmettre une mémoire	34
<i>Croquer dans notre histoire</i>	35
<i>Partager son identité culturelle :</i>	43
<i>étude de cas d'enfant d'immigrés nés en France</i>	
Nouveaux statuts du repas	50
<i>La dimension gustative dans des narrations numériques</i>	51
<i>La part numérique dans des moments culinaires</i>	59
Conclusion	68
Bibliographie	73
Annexes	76
Remerciements	89

Introduction

¹ BLAST, Le souffle de l'info.
«Alimentation: Tout est fait pour vous
faire choisir des produits mauvais
pour la santé». In Les Entretiens.
Youtube 14 avril 2025.

² Claude Fischler. *L'Homnivore*.
(France : Éditions Odile Jacobs, 1997)

³ Harmut Rosa. *Aliénation
et accélération: Vers une théorie
critique de la modernité tardive*.
(Paris : Éditions La Découverte, 2012)

L'alimentation est une question centrale dans les débats généraux et de santé publique, puisque c'est subsister ou survivre sur notre planète en crise. Face à l'inquiétude de ce que nous mangeons et les conséquences réelles de notre consommation sur notre environnement et nous-même, il y a cette envie accrue et légitime de vouloir faire plus attention à notre alimentation. Une démarche qui paraît complexe lorsque les industries agroalimentaires semblent contrôler le marché allant dans le sens de leurs objectifs économiques¹. Et comme le pointe le sociologue de l'alimentation Claude Fischler², déjà en 1997, l'état de notre consommation, dans nos sociétés, nous met face à une surabondance de produits et de choix alimentaires possibles.

Mais vouloir donner plus d'importance à notre alimentation n'émerge pas seulement d'un sentiment d'angoisse écologique et de la santé, mais aussi d'un sentiment de passivité vis-à-vis de ce que l'on mange.

Nous pouvons parler d'une accélération de notre rythme de vie causée en partie par l'industrialisation et la révolution numérique³. Ceci provoquant une course à la performance et à l'optimisation, jusqu'à grignoter du temps sur nos moments dédiés aux repas. Il n'est pas impossible d'avoir été témoin de personnes manger seules face à un écran pour se divertir. Ou même entendre « *pas de téléphone à table!* » par des parents, craignant de couper les relations physiques au profit de celle au travers de l'écran.

Ce sentiment d'omniprésence de supports numérique au quotidien se ressent notamment durant les repas. Le risque serait de venir banaliser encore plus cet acte du quotidien, en tendant vers une passivité sur ce que nous ingérons.

En observant ces comportements de notre consommation numérique au quotidien, cette peur pourrait se traduire en une envie de donner plus d'importance à ce que l'on mange. Dans l'angoisse de notre propre santé, d'enjeux planétaires ou plus sociaux tels que l'image, l'identité ou l'appartenance, **considérer notre alimentation semble être une aspiration commune.**

Il y a cependant une contradiction dans ce discours. L'alimentation et les technologies numériques ont malgré tout une volonté commune : **chercher à rassembler.**

Les repas comportent certes une dimension physiologique (santé, nutrition, subsister...), mais également une dimension très culturelle.⁴ Comme il a été introduit dans l'ouvrage des dix ans de la Chaire Unesco Alimentations du monde ;

⁴ Emili Laystary. *Conversation Comestible #4*. Conférence en ligne pour l'École Comestible. (France, 06 janvier 2026)

« dans de nombreuses sociétés, les repas pris en commun tiennent une place toute particulière dans la vie collective. On parle de commensalité »⁵

Commensalité : qui vient du latin *commensalis* (composé de *cum*, « avec », et *mensa*, « table, nourriture ») et désigne le fait de « manger ensemble ».

⁵ Nicolas Bricas, Damien Conaré et Marie Walser. *Une écologie de l'alimentation*. (Versailles, Éditions Quae, 2021)

L'acte de manger est un besoin naturel, qui peut se faire seul ou en collectif, et qui surtout, se fait différentes manières. L'alimentation crée des liens, car il engage un moment de partage.

Être en ligne permet de relier plus facilement les personnes sans déplacement physique, essentiellement par la connectivité ou les messageries instantanées.

Ces technologies marquent un tournant dans l'histoire de la communication en ligne, notamment par la facilitation à la création de communautés. Depuis, l'usage de ces plateformes numériques s'est ancré dans nos quotidiens. On y partage nos modes de vie, des conseils, des tutoriels, des contenus de divertissement... Et le sujet de l'alimentation, touchant tout de monde, est un incontournable.

C'est ainsi que les photos de nos repas, des astuces nutritives, des recettes en ligne du monde entier, ou qu'une personnalité publique se filmant en train de manger se retrouvent sur nos écrans. Ceci constituant ainsi un nouveau regard dans le paysage alimentaire ⁶, représentant l'ensemble d'environnement influençant ce que nous mangeons, comment et pourquoi.

⁶ Adele Wessell. « *We are what we grow: reading a tastescape as a text of cultural history.* » Text 14, Volume n°9 (2010)

Sous ce prisme, nos rapports à l'alimentation sont en plein mouvement. Ce sentiment de distanciation à ce que l'on mange est certes légitime, mais des liens sociaux que l'acte de manger implique semblent avoir évolués au travers de supports numériques.

Alors que l'ère où les supports numériques centraux au quotidien semblent créer une distance entre nos bouches et nos assiettes, comment renouer avec ce que l'on mange ? Et comment ces mêmes supports peuvent-ils être considérés comme des outils pour communiquer ou mettre en valeur ce que l'alimentation dit tout bas ?

Renouer avec ce que l'on mange, c'est se rapprocher de soi.

Cela sous-entend l'acte de revenir vers son alimentation en réalisant un lien fort après des moments de distance, notamment en raison à nos modes de vie qui semblent dépendre des technologies numériques. C'est un sujet qui me sert aussi à explorer et revendiquer la nourriture comme un sujet qui va au-delà de simplement être en bonne santé, mais qui recèlerait des dimensions sociales, identitaires et artistiques bien plus vastes. Il est complexe de poser des regards sur l'alimentation lorsque nous avons tous des rapports différents les uns des autres. Mais c'est ainsi la preuve que nos choix alimentaires sont un fort marqueur identitaire et d'histoire singulière.

Je chercherai alors, dans cette étude à poser des premières observations sur la constitution d'identité au travers de ce que l'on mange. Nos courses ne sont pas anodines, et nos choix alimentaires constituent nos valeurs, nos envies, nos goûts et nos dégoûts... Les outils numériques de communication où s'expriment nos identités. Ceci par l'image que nous renvoyons ou par les contenus que nous consommons. Ce qui me fait formuler l'hypothèse que notre consommation du numérique et notre consommation alimentaire sont intimement liées. C'est pourquoi je porterai un regard sur ce que l'on achète, afin d'ouvrir des zones de réflexion sur des usages du numérique provoquant ou accentuant des rapports à l'alimentation qui seront relevés.

Pour ensuite continuer à décrypter nos identités reflétées dans ce que l'on mange, je parlerai des héritages qui se font au travers de la cuisine. Car ce lien d'âme entre ce que l'on apprend de nos aînés semble être un lien complexe et qui nous unit souvent à nos racines. C'est alors que de nos jours, les générations proches des outils numériques semblent s'emparer de ces moyens pour exprimer leurs récits culinaires pour maintenir une mémoire d'une identité collective. Et enfin, manger est un prétexte aux instants sociaux autour d'une table. Je me pencherai sur les représentations que l'on a des offres culinaires, afin de voir ce qui constitue la désirabilité dans le paysage alimentaire. En regardant les tendances et initiatives créatives et dans la sphère culinaire, les outils numériques semblent également s'intégrer dans des moments de dégustation. Je chercherai alors comment le gustatif et les outils numériques peuvent se compléter.

Constituer nos Identités Culinaires

Un état des usages du numérique dans notre quotidien alimentaire

En entamant mes recherches, j'ai beaucoup observé mon quotidien et les moments où s'inscrivait l'alimentation au cours d'une journée. On pense alors au petit-déjeuner, au repas chaud en milieu de journée, les en-cas si on en ressent le besoin, et au dîner qui sera plus ou moins sophistiqué si le frigo n'est pas vide. Mais il y a également d'autres temps plus volatiles dédiés à l'alimentation : Les courses, la préparation, l'anticipation des produits à avoir à disposition, se souvenir de ce qu'il y a dans les placards à la maison, la réflexion de ce qu'il faut consommer rapidement, de nos envies ou nos besoins actuels... Devoir se faire à manger finit par constituer un fil de pensée qui nous suit tout au long de la journée. Dans notre monde moderne, où le numérique s'est imposé partout, nos moments dédiés à l'alimentation ont inévitablement été touchés par ces modes de vies rythmés par les nouvelles technologies. Nous y retrouvons par exemple les livraisons de courses faites en ligne, ou de kits de plats à la semaine, les fonctionnalités de scan dévoilant un score nutritif, l'utilisation des notes du téléphone pour créer notre liste de courses... **Nos courses semblent accompagnées par toutes sortes de plateformes numériques, qu'en est-il alors de nos choix alimentaires?**

En suivant le regard d'Annie Ernaux se promenant dans des hypermarchés, qui est documenté dans son ouvrage *Regarde les lumières mon Amour*⁷, j'ai réalisé à quel point nous pouvons apercevoir la vie des gens au travers de l'observation de leurs comportements alimentaires. Nos articles posés à la caisse révèlent des bribes de vie ; il est possible de saisir une part de nous au travers des produits que l'on consomme.

⁷ Annie Ernaux. *Regarde les Lumières Mon Amour*. In *Raconter la vie*, (France:Édition du Seuil, 2014.)

Puisque ce que l'on va acheter dépendra plus ou moins inconsciemment des contextes dans lesquels nous sommes inscrits. Selon l'âge, les ressources économiques, les valeurs politiques, écologiques ou éthiques... Et notamment, les contextes numériques. Ce conditionnement crée des critères qui se reflètent dans nos achats, que l'on pourrait considérer comme un paysage socio-économique dans notre alimentation.

Alors par l'observation, je chercherais à étayer ce que pourrait révéler les courses d'une personne pour analyser sa consommation numérique.

J'ai alors commencé à collecter des images de courses, pour faire émerger des besoins alimentaires observables au travers des produits montrés.

J'ai décidé que ces images resteraient anonymes pour désinhiber ce blocage, mais en gardant des indicateurs tels que l'âge, la localisation et le statut social.

Pour ce faire, j'ai créé une annonce demandant de me faire parvenir des photographies plutôt libres de leurs courses au quotidien.

* Voir figure page 13

Au-delà de simplement poser un regard sur ce qu'ils achètent, j'ai aussi pu observer des réactions en discutant avec eux. Ainsi, j'ai relevé ces comportements et tendances qui résonnent avec des usages numériques. Pour ce qui est de la tranche d'âge de ces photographies, les images proviennent surtout de jeunes adultes et d'étudiants. Certaines personnes m'envoyaient des images chaque semaine, d'autres seulement une fois. Mais cette diversité dans cette collection m'a tout de même permis d'établir des connexions intéressantes sur nos identités alimentaires.

Cette micro-enquête reste à petite échelle, mais représentera pour moi surtout un point d'appui afin d'ouvrir des réflexions plus générales sur nos usages numériques au quotidien.



1 personne, 24 ans, jeune active, Paris



3 personnes, 55-58-27 ans, jeune active et travailleurs, Bangkok



1 personne, 24 ans, jeune active, Lyon



1 personne, 24 ans, jeune active, Paris



1 personne, 23 ans, jeune active, Paris



1 personne, 22 ans, étudiant, Villejuif



1 personne, 24 ans, alternante, Canada



1 personne, 22 ans, étudiant, Paris



2 personnes, 21-24 ans, étudiante et jeune actif, Paris



figure B-1 @melissayahyaoglu sur Instagram

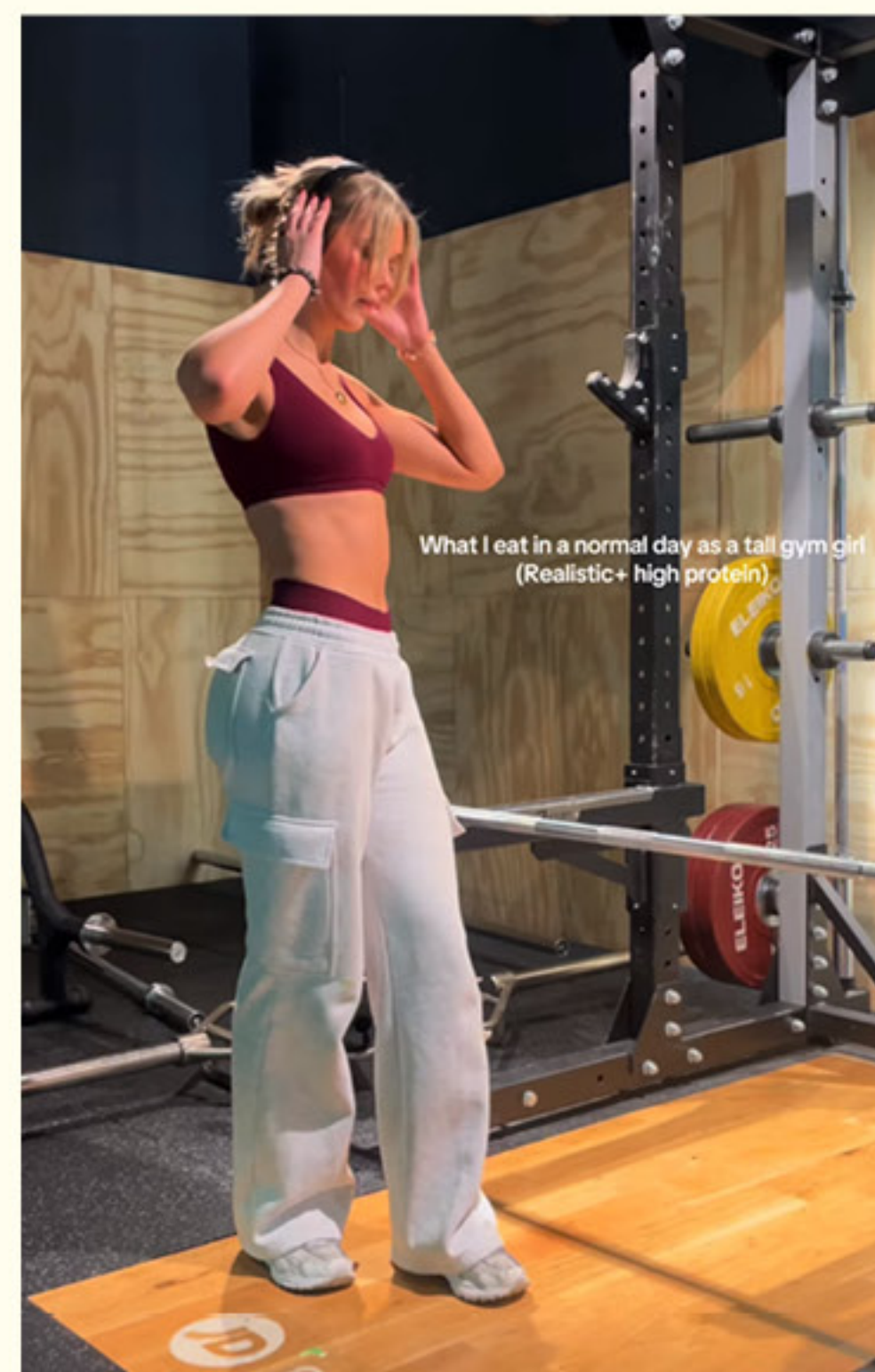


figure B-2 @ennaalicefit sur TikTok



figure A-1 @judithdalenn sur TikTok

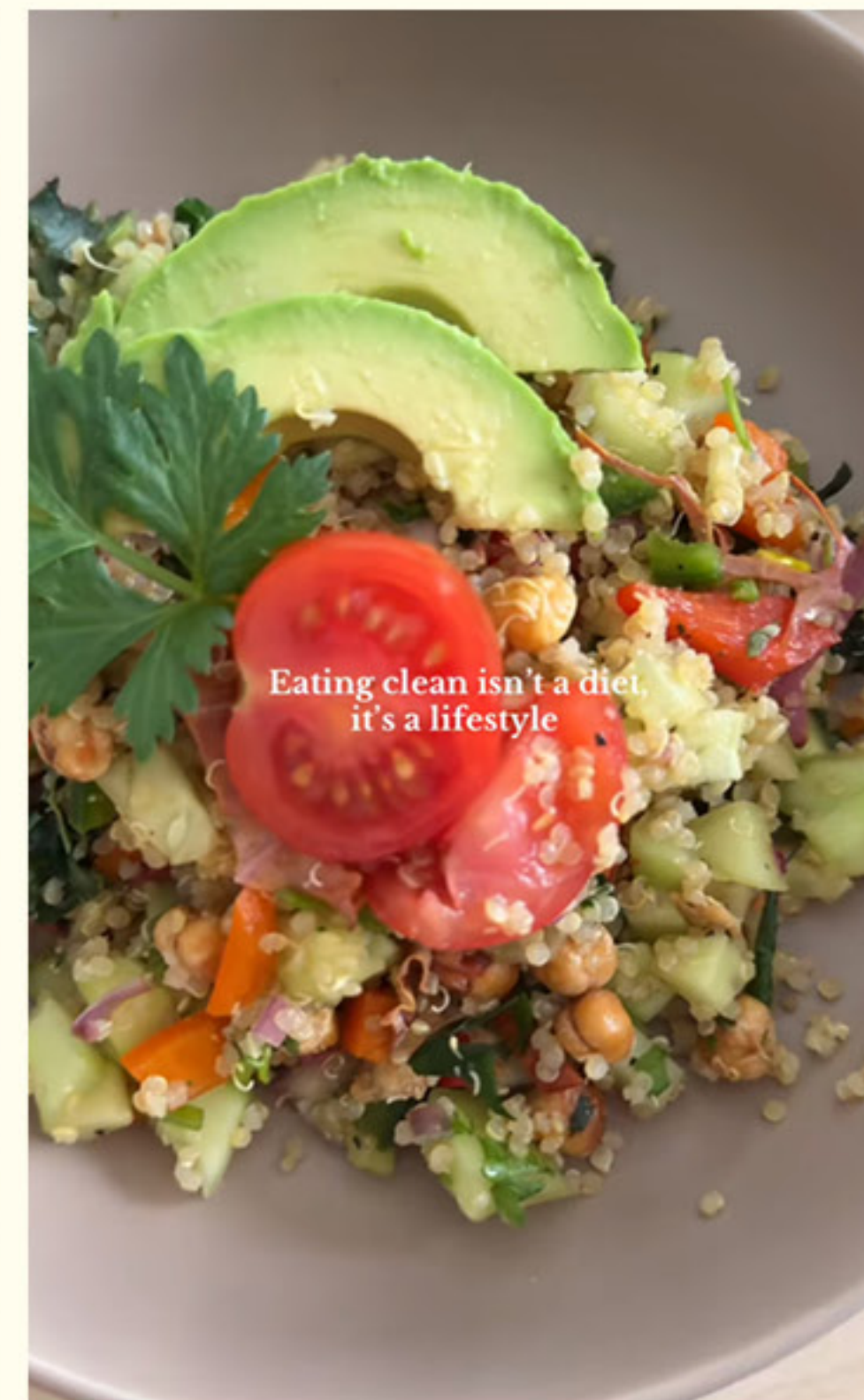


figure A-2 @prisilla_johnson sur TikTok

Clean girls et Girl's Dinner

Plusieurs personnes en m'envoyant une image de ses courses m'ont mentionné leurs courses pas assez « *healthy* », avec une certaine culpabilité à montrer leurs courses, selon eux, pas très saines.

En effet, l'alimentation est très rapidement rattachée à une définition nutritive ou à des rapports au corps, et souvent à l'esthétique. C'est un fait social qui perdure dans le temps. Surtout par l'image des femmes associée aux régimes alimentaires restrictifs, exacerbée ces dernières années par les réseaux sociaux et l'exposition accrue de soi.⁸ Au cours de cette enquête, 6 sur 7 personnes avec qui j'ai pu discuter de cette culpabilité sont des femmes.

⁸ Clémentine Hugol-Gential. *Corps, Alimentation et Réseaux Sociaux*. (France:Éditions du Murmure, 2024)

Sur les réseaux sociaux, nous pouvons d'ailleurs retrouver des catégories de personnes nommées « *clean girl* »^{*} ou « *fit girl* », qui promeuvent des modes de vie dit, « *healthy* ». Ce sont des types de tendances sur les réseaux sociaux, incarnant une image du bien-être et du soin apporté à son image de soi. Ceci par la mise en avant d'un mode de vie alimentaire soi-disant sain, selon des idées nutritionnelles. Souvent dans l'objectif d'atteindre un idéal de beauté esthétique, ces tendances prônent la minceur, en partageant une activité sportive pour les *fit girls*, en prenant soin de soi, notamment par l'alimentation.^{*}

^{*} Voir figures A page 16

^{*} Voir figures B page 16

En contre-pied à ce mouvement, nous observons des tendances réactionnaires envers ces **critères esthétiques oppressant les femmes**. Appelé le « *girls's dinner* », qui se traduit littéralement en « *dîner de filles* ». C'est au départ une tendance de jeunes femmes qui partageaient leurs repas de la flemme. Ceux-ci demandent peu de préparation, de cuisson, et de temps. La plupart sont partagées sur un ton plutôt humoristique, sous forme d'auto-dérision.

En se moquant de nous-mêmes pour montrer jusqu'où on pourrait aller par paresse ou négliger le temps de préparation de notre dîner. Par la popularisation de ce type de repas, certaines questions nutritionnelles ont été relevées par le grand public comme par des professionnels de santé. Cette facette des réseaux sociaux produit évidemment des effets sur les images que l'on a de soi. Partager nos modes de vies ou des modes de vies performatifs façonne aussi une vision de l'alimentation.

Il y a malheureusement des conséquences négatives sur le rapport à l'alimentation, surtout chez les publics plus jeunes. Cette représentation de mode de vie est la source principale de troubles du comportement alimentaire en normalisant une alimentation pauvre, d'un point de vue nutritif. Les services publics en charge de ces troubles, considérés comme des troubles mentaux, font signer aux arrivants dans leurs centres de soin, un contrat d'accord, limitant une partie de leurs libertés, dont l'usage de leur téléphone. Selon les médecins spécialisés, ce sont surtout la promotion de types d'alimentations et d'idéaux esthétiques qui entraînent des troubles du comportement alimentaire.

Ce sentiment de culpabilité de montrer ses courses provient d'un ancrage social et d'un milieu médiatique qui nous submerge de discours nutritifs. **Comme si des courses considérées comme moins saines avaient moins de valeurs,** ou pouvaient entacher une image de personne ayant une alimentation moins axée sur la bonne nutrition. Ce type de discours est appuyé et relayé essentiellement par les médias et réseaux sociaux.



1 personne, 24 ans, alternante, Canada



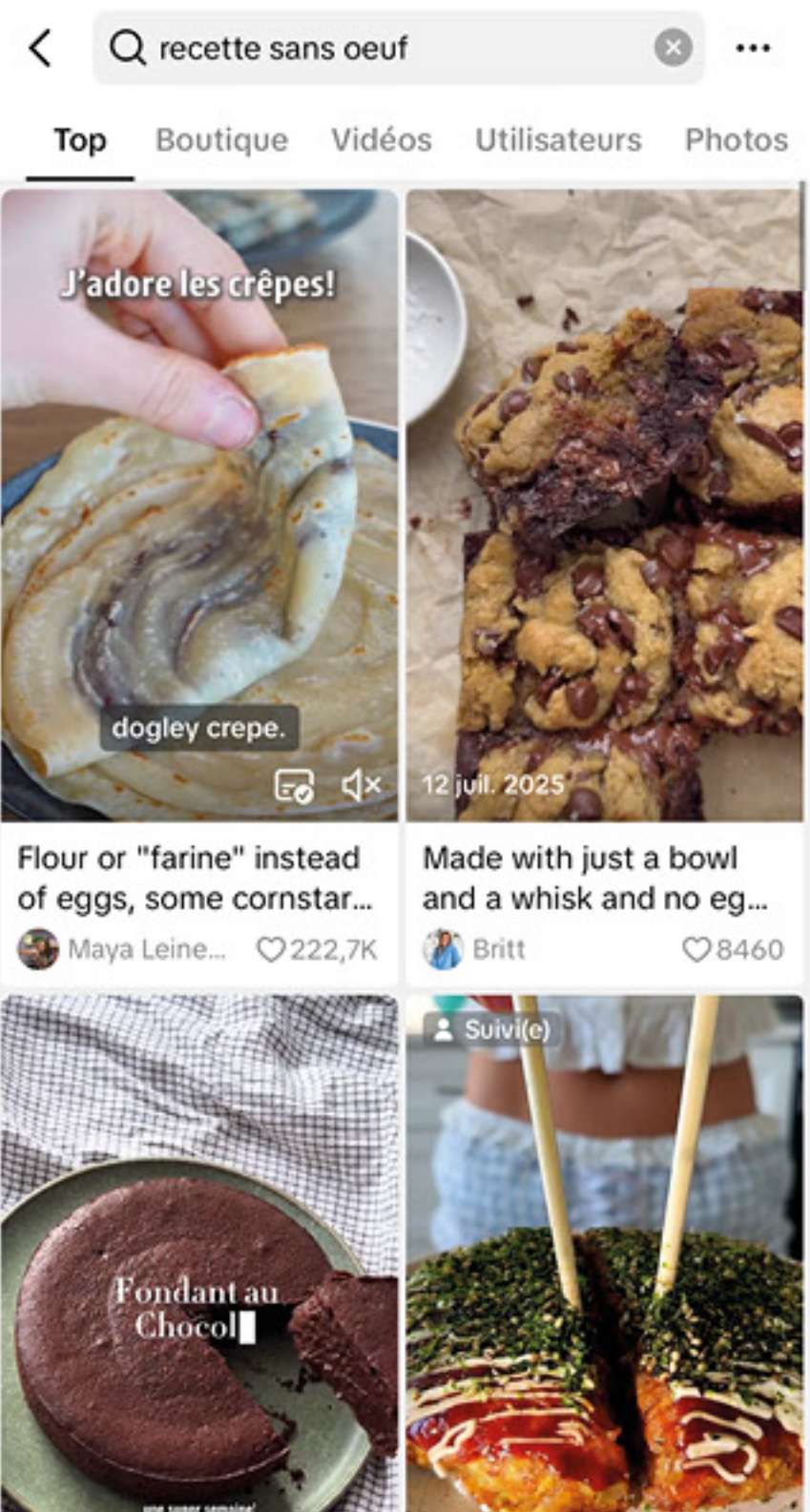
2 personnes, 59-57 ans, restaurateurs, Annecy



1 personne, 22 ans, étudiante, Paris



* Capture d'écran d'une recherche TikTok



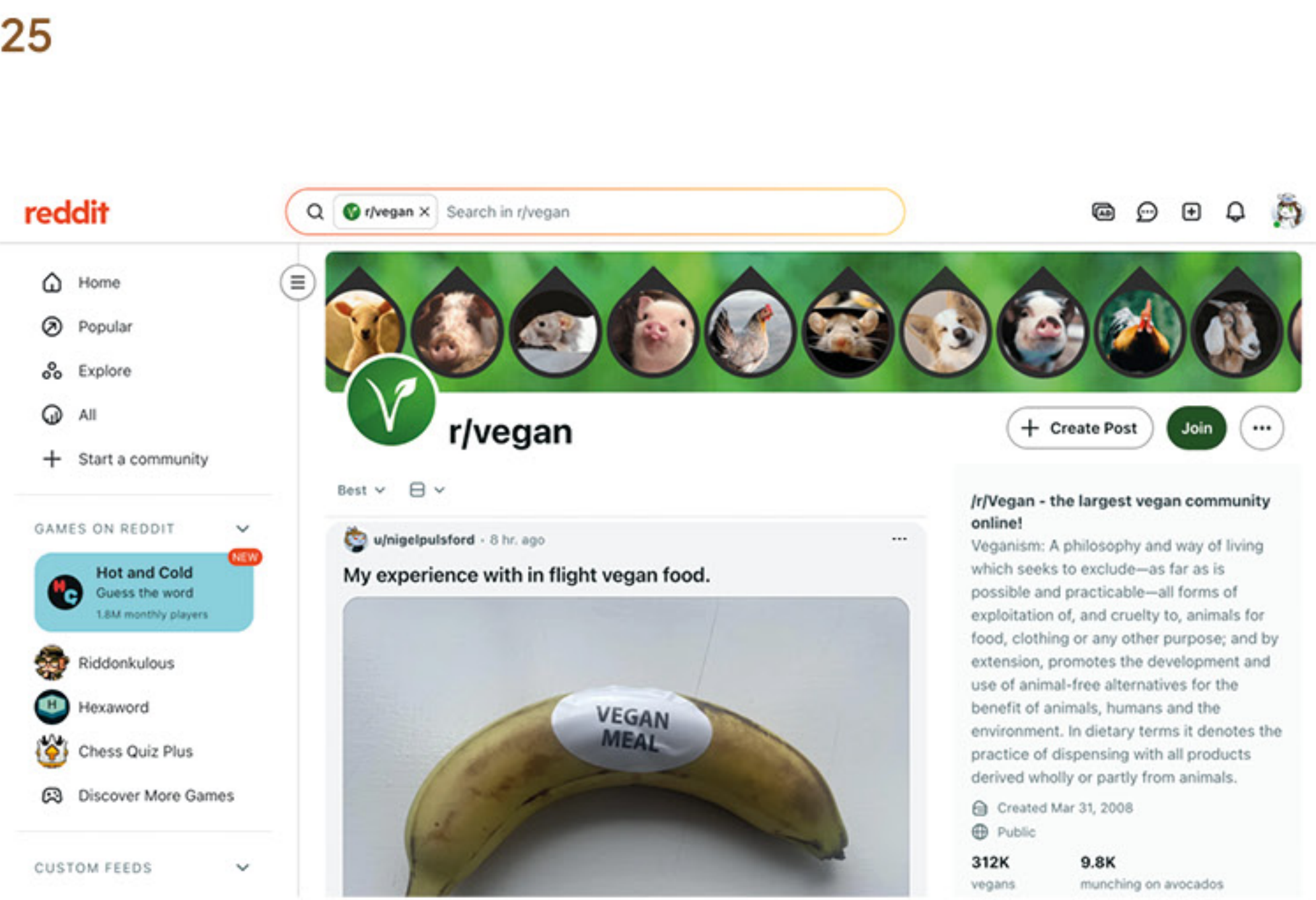
* Voir figures C page 23

¹² L214. « Des lapins à l'agonie au fond des cages pour Carrefour : nouvelle enquête », 15 janvier 2026, vidéo YouTube, 1min 16s.

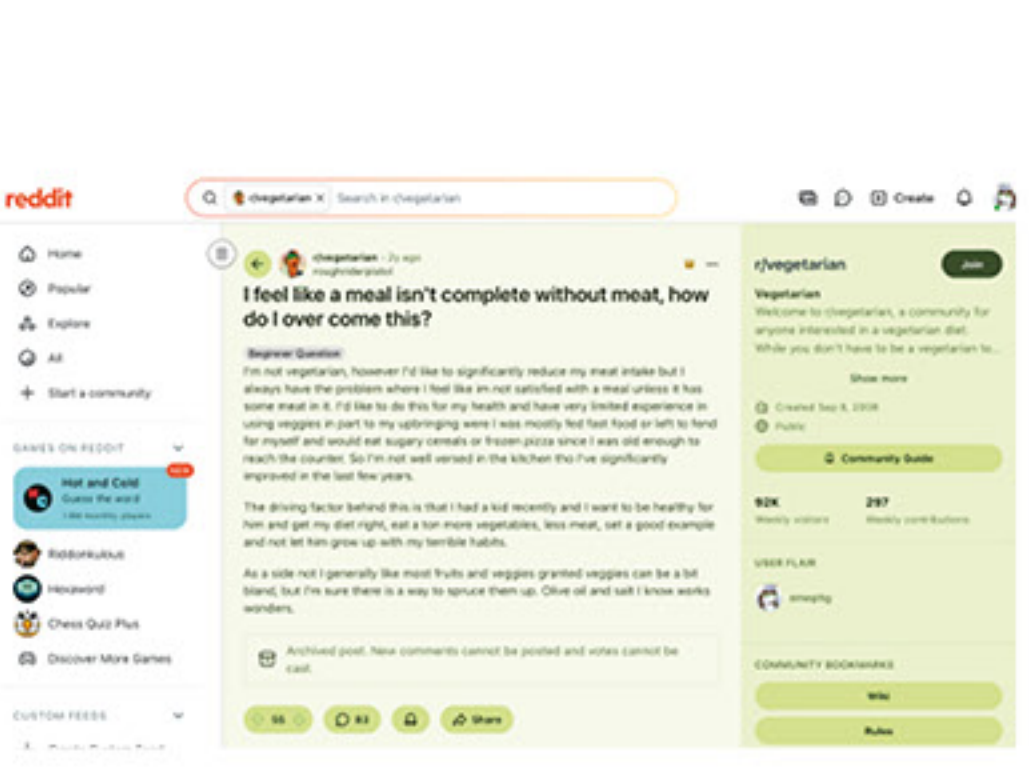
* Voir figure D page 24

Nous apprenons à cuisiner avant tout par l'observation de gestes, d'habitudes, de saveurs familières. Mais puisque les régimes sans viande semblent moins courants chez les plus de 55 ans, la transmission du savoir culinaire végétal a tendance à moins se faire de parents à enfant pour les jeunes de nos jours. C'est ainsi qu'au travers des recettes en ligne, disponibles sur des plateformes dédiées, sur les réseaux sociaux ou sur des livres spécialisés, que ces communautés alimentaires peuvent se permettent de trouver des recettes adaptées à leurs envies et besoins. Les plateformes numériques jouent un rôle dans la démocratisation et l'accessibilité culinaires en tout genre. Ce sont également des sphères publiques où la créativité culinaire fuse ¹³, et permet de mettre en avant des alternatives adaptées à toute restriction d'aliment. Que ça soit par envie, par possibilité de se procurer le nécessaire, par santé...

Ces mêmes plateformes ont aussi une place majeure dans la compréhension des valeurs derrière les mouvements actuels de limitation de consommation de viande. La totalité des personnes interrogées au cours de mon étude, ont transitionné vers des régimes excluant la viande en étant sensibilisés via des médias de diffusion numérique. Parmi ceux-ci, nous pouvons retrouver évidemment les réseaux sociaux qui permettent la diffusion de paroles politiques, si elles ne sont pas censurées. Il y a aussi des forums de discussions ¹⁴, aidant à la création de communautés. Mais nous retrouvons par exemple, certaines associations de défense des animaux utilisés comme ressources alimentaires, comme L214, utilisent la vidéo ¹⁵ comme une preuve témoignant des violences cachées à la vue du public, dans les lieux traitant les animaux avant de se retrouver dans nos assiettes.



Figures C Communautés végane et végétarienne sur la plateforme Reddit



¹² Cooking Mama Killing Animals, PETA. Jeu vidéo en ligne. 2008

* Voir figures E page 21-22

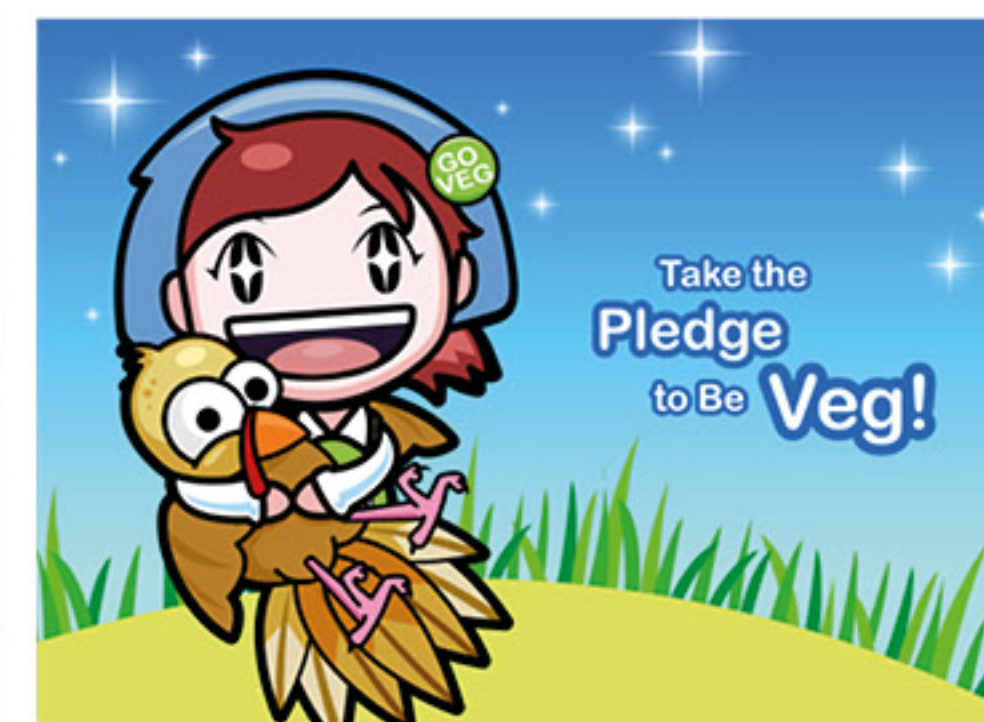
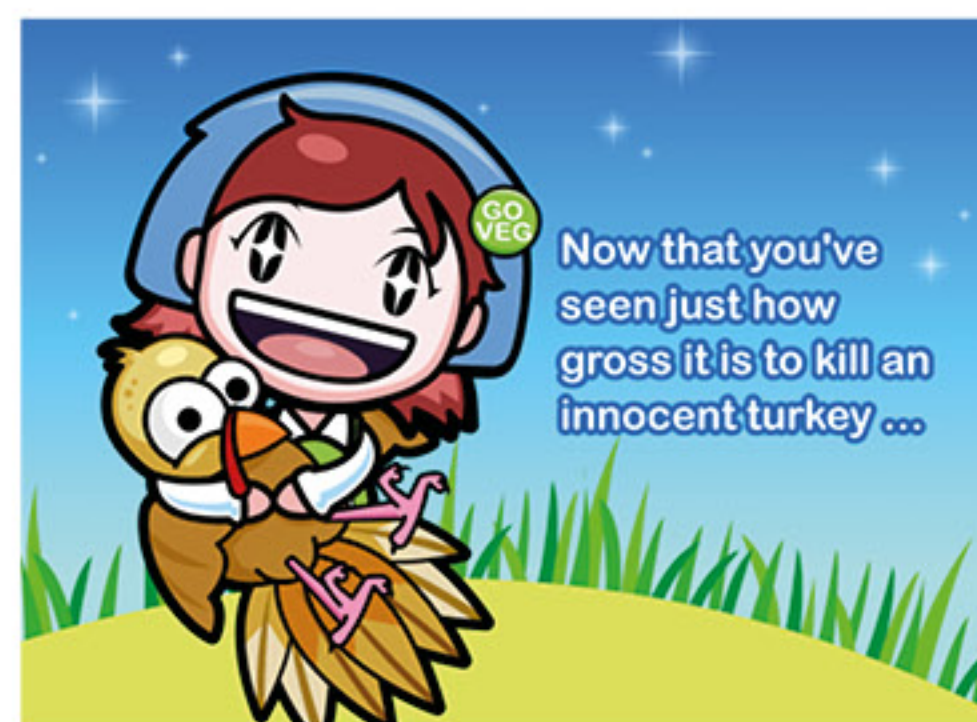
On peut aussi retrouver l'association PETA, militant contre les mêmes violences extrêmes en s'emparant de ces types de médias numériques pour en faire un jeu vidéo dénonçant la cruauté animale dans notre consommation. Avec Cooking Mama Killing Animals, ¹² une parodie du jeu du même nom, l'association engagée reprend les codes de Cooking Mama en utilisant des gestes violents, avec du sang et aucun filtre sur la préparation cruelle envers l'animal préparé. Même si cette parodie a pu être perçue comme trop parodique, allant plutôt vers une moquerie plutôt que l'effet escompté, l'utilisation du numérique joue un rôle majeur dans la mise à l'écart de produits de viande de nos jours. Essentiellement par la mise en avant de discours militants, de témoignage, d'exemple de routine de vie, de partage de recettes, de manières créatives de sensibilisation...



Figures E-1 Préparation d'une dinde sur Cooking Mama Killing Animals



Figures D Enquête par L214 sur le traitement des lapins, 2026.



Figures E-2 Page de fin du jeu sur *Cooking Mama Killing Animals*



2 personnes, 24 ans, étudiante et jeune actif, Chevilly-Larue



2 personnes, 24 ans et 21 ans, alternante et sans-emploi, Charleville



1 personne, 22 ans, étudiante, Issy-les Moulineaux



1 personne, 27 ans, actif, Grenoble



1 personne, 22 ans, étudiante, Reims



Gourmand en gain de temps : vers le slow food

J'ai pu relever une présence abondante de plats préparés.^{*} C'est un type de produit ayant pour but de gagner du temps. Toute cette quête à la rapidité est marquante de notre monde alimentaire moderne. Comme le développe Hartmut Rosa dans ses essais sur l'accélération sociale¹³, en distinguant d'une part le rythme de nos vies qui donnent une impression de manque de temps permanent. Il emploie le terme de « *famine temporelle* », un mot lié à l'alimentation qui n'est pas anodin. L'accélération des temps de repas se remarque, en partie par ces plats préparés. Leur attractivité se fait essentiellement par leur aspect pratique, en y faisant son argument de vente : pré-cuisson, pré-assaisonnement, prêt-à-manger suite à quelques minutes au micro-ondes. Nous sommes devenus gourmands en gain de temps.

^{*} Voir pages 23-24

¹³ Hartmut Rosa. *Aliénation et accélération: Vers une théorie critique de la modernité tardive.* (Paris : Éditions La Découverte, 2012)

Les plats prêts en quelques minutes sont plutôt populaires et ont trouvé une place au sein du quotidien des mangeurs d'aujourd'hui. Même durant nos moments de repas, il est plutôt commun de nos jours de voir des personnes manger devant un écran. La sociologue Sherry Turkle s'intéresse aux nouveaux rapports humains dans notre monde tourné vers les nouvelles technologies. Elle écrit en observant cette accélération de nos quotidiens que nous superposons ainsi plus facilement à une tâche annexe telle que celle de nous nourrir¹⁴. Et comme des psychologues interrogés par l'autrice expliquent que

¹⁴ Sherry Turkle. *Seuls Ensemble : de plus en plus de technologies et de moins en moins de relations humaines,* trad. par Claire Richard. (Paris : Éditions L'Échappée, 2011)

« lorsque l'on fait plusieurs choses à la fois, on les fait toutes moins bien. »

Nous faisons régresser le taux d'attention que nous portons à ce que nous mangeons.

En réfléchissant autour de l'alimentation et du numérique dans nos quotidiens, il est assez spontané de penser au détournement de l'attention par l'écran, comme un mur devant nos assiettes. C'est un comportement commençant dès le plus jeune âge, et ce qui peut légitimement inquiéter. On remarque que cet usage des écrans s'est répandu vers les plus jeunes. Il y a une appellation qui a surgit récemment, décrivant cette nouvelle génération qui a grandi face à ces technologies du divertissement rapide : les *Ipad Kids*. C'est une expression employée sur un ton ironique, mais souvent critique, de la dépendance très précoce de ces enfants aux supports numériques.

En effet, le numérique est un facteur à prendre en considération sous cette facette. Cette inquiétude causée par l'implantation du numérique est aussi le déclencheur d'une **philosophie de vie basé sur la lenteur**. Ce courant d'opinion « *slow* » a pour volonté de rééquilibrer la rapidité et la lenteur dans nos vies, des gestes du quotidien incluant inévitablement les moments dédiés à notre alimentation.¹⁵ C'est ainsi que la branche du « *slow food* » prend ses racines en Italie vers 1986. Ses adeptes s'engagent surtout pour la cause agricole et écologique en cherchant à renouer avec les produits locaux. Leurs actions tendent aussi à remettre à la lumière du jour des techniques artisanales mises de côté par le manque de temps.

¹⁵ Carl Honoré. *Éloge de la lenteur*. (Londres:Éditions Marabout, 2018)

En ayant un aperçu sur ces courses récoltées, nous pouvons dire que **nos choix alimentaires sont comme le reflet de nos vies**. D'une manière ou d'une autre, ce que l'on choisit d'ingérer nous représente, que ça soit le fait de refuser un type de produit ou du temps que l'on réserve pour la préparation.

En faisant des analogies à des phénomènes ancrés à notre quotidien numérique, nous pouvons attester qu'il est **intrinsèquement lié à notre quotidien alimentaire**.

Les plateformes numériques, et spécialement les réseaux sociaux qui sont basés sur le fait de consommer du contenu lié à ce que l'on aime, participent à nos décisions alimentaires.

Nous avons pu voir le cas des communautés qui prônaient également un mode de vie, mais basé sur les valeurs nutritives des aliments. Les réseaux sociaux sont par définition un endroit où exhiber des moments de vie. Et l'alimentation étant totalement rattachée à notre quotidien, elle participe au façonnage de notre image que l'on veut montrer dessus et par extension, de notre identité. C'est surtout l'amplification d'une vision de l'alimentation considérant exclusivement le comestible pour ses critères nutritifs pour les utilisateurs de ces plateformes de communication.

Ensuite, d'autres communautés abordées sont celles qui se créent autour de valeurs comme l'exclusion de la viande. Nous parlons de véganisme ou de végétarisme, souvent rattachés car ils partagent des motivations similaires. Pour rallier à leur cause, certaines associations se **réapproprient** les plateformes numériques pour utiliser son pouvoir de diffusion. Ceci par le partage de recettes, afin de faciliter la transition vers ce mode de vie excluant des types de produits. Mais c'est surtout un moyen de diffuser leurs idéologies par de la sensibilisation à leurs valeurs, notamment pour l'écologie, pour le respect et la dignité des animaux, anti-capitalistes, anti-industrielles...

Un dernier point relevé dans cette étude est le cas des communautés qui partent de cette observation des dérives du numérique au quotidien, notamment dans notre approche de l'alimentation de tous les jours. Ce sentiment de banalité,

de rapidité et surtout de passivité face à notre assiette est un des facteurs majeurs que souhaite changer le mouvement italien de la lenteur. Ce mode de vie qui est prôné a mené à la création de regroupement de réelles villes entières, appelé les *Cittaslow* 🇮🇹.

Cittaslow : de l'italien « *citta* » signifiant ville, et « *slow* » de l'anglais, lenteur.

Nous pouvons ainsi dire, par ces cas observés, loins d'être exhaustifs, que nos pratiques numériques sont bien liées à nos choix culinaires. **L'utilisation des médias sociaux participe à la manière dont nous allons appréhender ce que nous allons ingérer.** Ils vont surtout rassembler des personnes sous de mêmes intérêts ; que ça soit la santé, l'esthétique, l'angoisse d'un avenir, d'une culture gastronomique... C'est ainsi une manière de consolider son identité au travers de ce que l'on mange.



Logo du mouvement Slow Food © Leonard G

Transmettre

Une autre manière assez forte dont le culinaire nous représente intimement, c'est par sa dimension culturelle. La cuisine représente souvent une grande partie de notre héritage intra-familial, mais pour le cas où nous vivons loin du lieu culturel de nos ancêtres, nous pouvons y ajouter un autre héritage national. Par exemple, j'ai été personnellement très influencée par les cultures culinaires de Thaïlande et du Laos, ainsi que celle du Vietnam et de Hong Kong. En étant née en France, j'ai évidemment été plongée dans cette culture, notamment culinaire. Ceci est le cas surtout à Paris, qui brasse une très grande diversité culturelle. Nous pouvons l'observer par exemple avec des cuisines fusion d'immigrés arrivés en France, mixant la culture gastronomique de leur pays d'origine, à la française.



Figure F Pot de sauce Lao Gan Ma

une Mémoire

Croquer dans notre histoire

¹⁶ Marcel Proust. *Du côté de chez Swann*, dans *À la recherche du Temps Perdu*. (France:Édition Gallimard, 1913)

* Figure F page 32

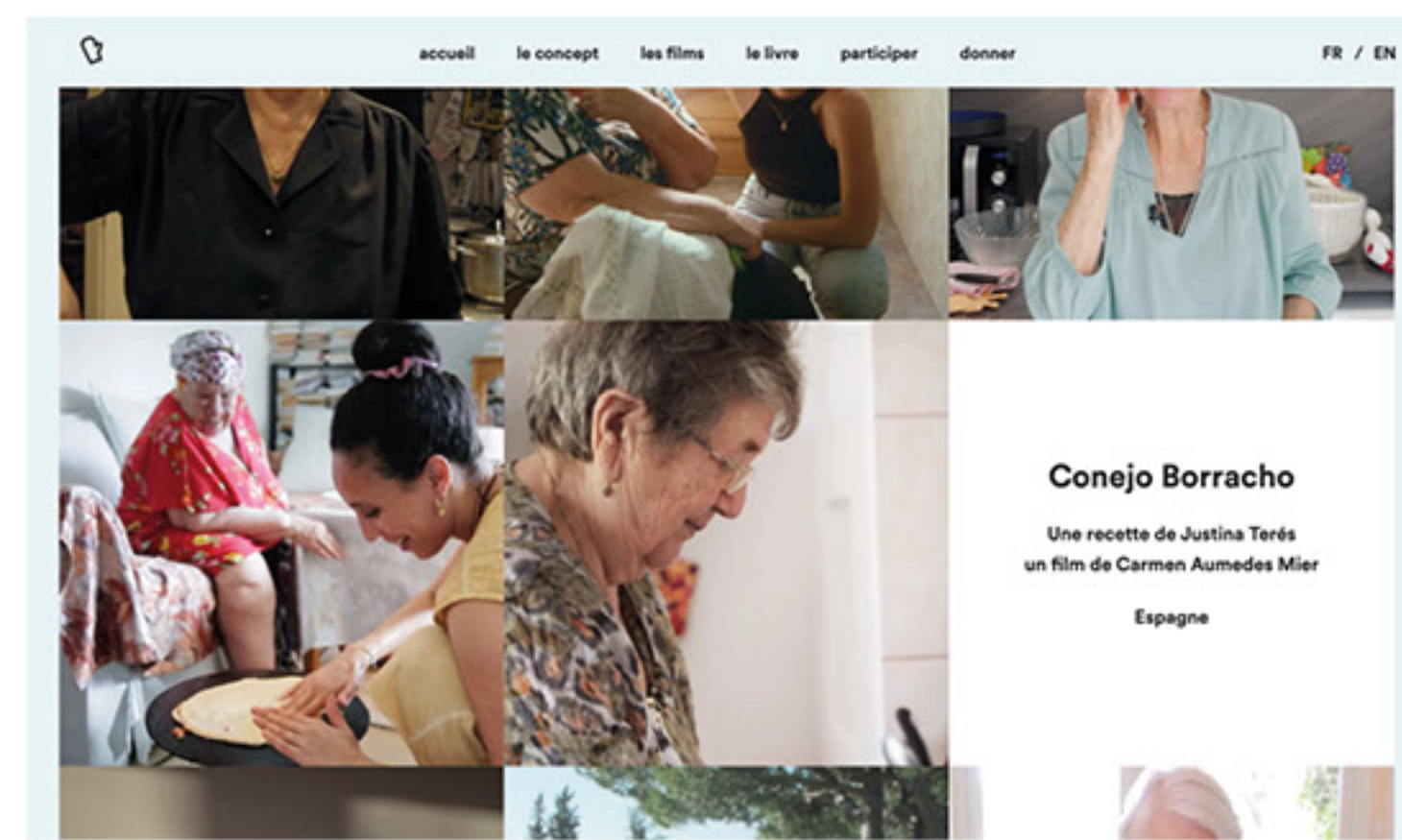
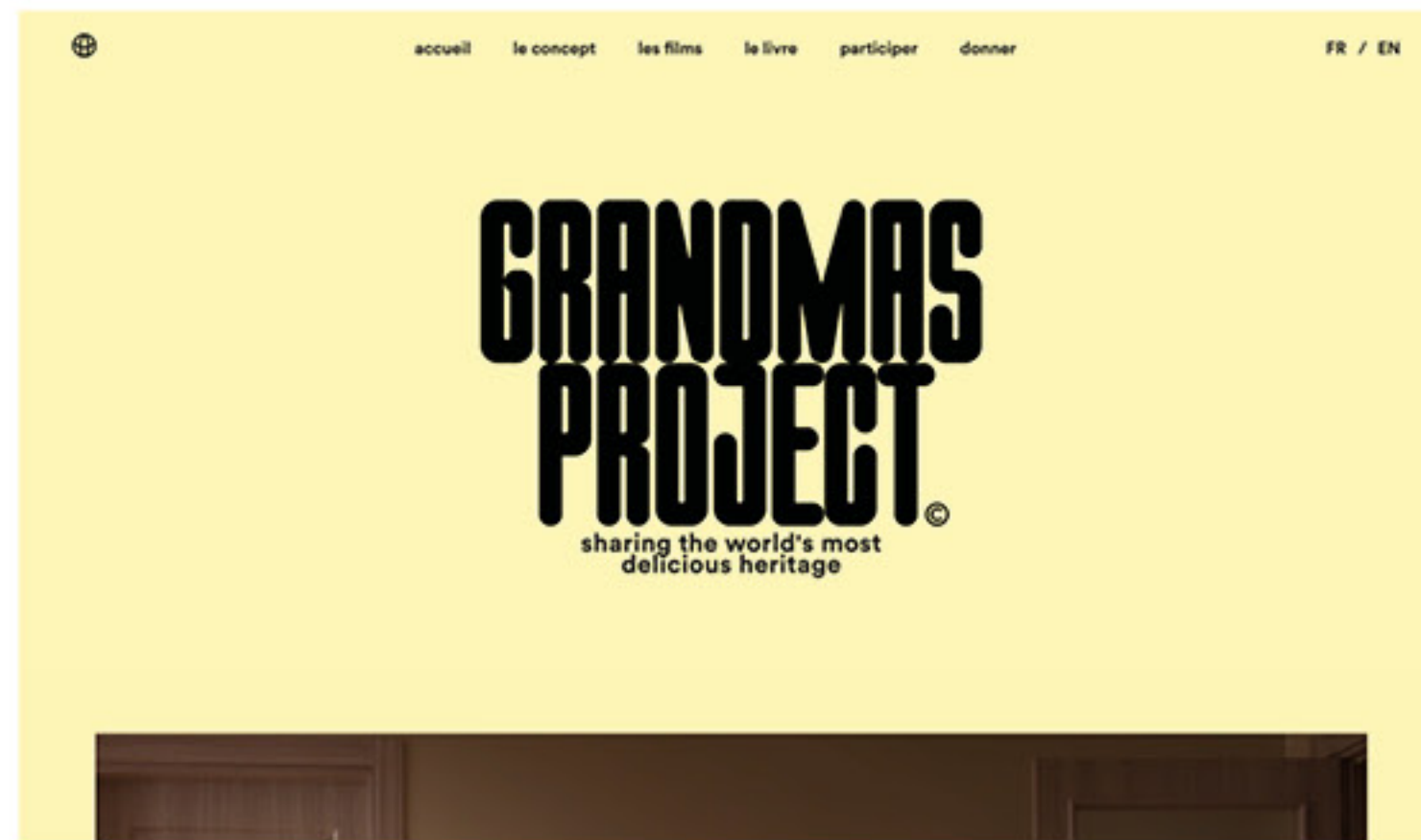
¹⁷ *Ratatouille*, réalisé par Brad Bird, Produit par Pixar Animation Studios, 2007.

¹⁸ Parienté, Jonas & LUCHINI, Emma. *The Grandma's Project*. Web-documentaire, France, 2006. www.grandmasproject.org

Lorsque l'on parle de cuisine, on pense aussi à l'aspect du **réconfort**. Tout comme la madeleine de Proust¹⁶ l'incarne très bien par l'association aux saveurs douces de ce gâteau aux souvenirs d'enfance du narrateur de son ouvrage, nous avons une attache émotionnelle, un symbolisme dans ce que nous ingérons. Que ça soit par les saveurs, les gestes, l'odeur, les couleurs, les moments...

C'est un type de cuisine qui est encore bien souvent associé à une figure féminine comme *Bonne Maman*, *Lao Gan Ma*, connue pour son logo à son portrait^{*}, ou même des jeux vidéos, comme *Cooking Mama*, utilisant la douceur visuelle et auditive pour créer des mini-jeux plutôt apaisants. Nous pouvons aussi noter le film *Ratatouille*¹⁷, avec la célèbre scène montrant le dur critique culinaire qui s'attendrit par les saveurs de la ratatouille que l'on lui sert, lui remémorant celle préparée par sa mère. Pour le cas de ce film, même si ce réconfort est interprété par un homme, ce sont essentiellement des mères qui symbolisent cette facette de la cuisine. Bien que cela témoigne de l'association encore très forte de la femme et la cuisine, on peut noter la cuisine comme un réel héritage familial qui se transmet, non seulement par les souvenirs, mais aussi par les gestes, les techniques, qui en font ces saveurs si spéciales.

Au travers de ces représentations stéréotypées de la figure maternelle, nous pouvons relever des manières de se la réapproprier de nos jours. On peut noter le projet à l'initiative française, **The Grandma's Project**¹⁸, lancé par Jonas Parienté et Emma Luchini, maintenant patronné par l'UNESCO depuis 2016 pour sensibiliser le grand public au patrimoine culturel immatériel par des moyens numériques. C'est un site web-documentaire qui met en avant les histoires et recettes de plusieurs grand-mères,



filmées par leurs petits-enfants amateurs en audiovisuel. Tout prend forme sur une base participative, en s'étendant même hors de la France, en collectant des films venant du monde entier.

Ceci s'inscrit également par une participation plus ouverte aux amateurs sur leur site web, en partageant une photo portrait de la grand-mère, ainsi que d'un texte racontant une histoire et la recette. C'est une récolte de plusieurs histoires qui a été aussi déclinée sous un livre de recette, poursuivant l'esprit de partage de *The Grandma's Project*.

Le format du web-documentaire, malgré la facette importante des odeurs et saveurs dans ce que nos grands-mères nous transmettent émotionnellement, ce sont aussi beaucoup les manières de faire et les gestes qui peuvent être mis en avant par le médium visuel. On ressent qu'il est possible de mettre en avant des détails par le cadrage et moments choisis, des détails de mouvements, par le choix de montrer la partie de la découpe de légume pour le curry de la Nani¹⁹ de Natasha Raeja¹⁹ venant d'Inde. Mais aussi par des explications plus pratiques et techniques. Comme dans la préparation de *Molokheya* par la grand-mère de Jonas Parienté, avec des astuces pour faire tomber la poussière au fond du bol pour attraper les coriandres découpées flottants à la surface.²⁰

Le patrimoine immatériel, selon l'UNESCO, prend en compte :

²⁰ « Qu'est ce que le patrimoine culturel immatériel ? » site de l'UNESCO



Figure H Préparation du Molokheya filmé par Jonas Parienté



Figure G Préparation du curry filmé par Natasha Raeja

« les traditions ou les expressions vivantes héritées de nos ancêtres et transmises à nos descendants, comme les traditions orales, les arts du spectacle, les pratiques sociales, rituels et événements festifs, [...] ou les connaissances et le savoir-faire nécessaires à l'artisanat traditionnel. »²⁰



Figures I-1 Captation de mouvements d'artisans verriers pour le GERFAV



Figure I-2 Vue dans le casque de réalité virtuelle



²¹ [G]host, projet du Centre Européen de Recherche et de Formation aux Arts Verriers (GERFAV). 2023

* Voir figures I page 38

La cuisine s'inscrit naturellement dans cette forme de patrimoine. Et les outils numériques semblent pouvoir aider à archiver ce patrimoine gestuel par de la captation. Pour *The Grandma's Project*, nous pouvons parler d'une captation audio visuelle, qui est efficace par la narration qui est mise en place par les petits-enfants. D'une autre part, nous pouvons parler de captation gestuelle par de la vidéo volumétrique, utilisant la reproduction de mouvement dans des espaces virtuels en 3D. Cette technique est intéressante par la compréhension du volume dans l'espace, et ainsi une sauvegarde beaucoup plus fine. Nous pouvons noter le projet d'archive des techniques des artisans du verre, [G] host (*Glass Host Project*)²¹. Les multiples captations ont pour but à la fois de faire évoluer la pédagogie et la transmission de compétences autour des métiers du verre, en étant intégrées dans certaines formations. Mais aussi, de servir d'archive et de médiation dans différents musées. Ces vidéos volumétriques permettent une expérience dans des casques de réalité virtuelle, mettant les utilisateurs dans le point de vue des artisans. *

Il existe comme une **zone de nostalgie** au sein de la cuisine, ou un champ de l'oubli, comme le dit Luce Giard dans sa réflexion sur les gestes en cuisine. Elle parle de l'évolution des recettes par l'arrivée de l'électroménager. Elle y dit

qu'« **un geste n'est refait que s'il est encore tenu pour efficace, opératoire, d'un bon rendement ou d'une juste nécessité au regard de la peine qu'il coûte** »²².

²² Luce Giard. « Séquences de gestes », dans *L'invention du Quotidien : Habiter, Cuisiner*. Volume 2. dir. Michel de Certeau (France : Éditions Gallimard, 1994)

De nos jours, par la mécanisation de gestes élémentaires en cuisine, les recettes s'adaptent aux ustensiles. Par exemple, la pétrification du pain. Un jour, j'ai surpris ma mère pétrir du pain à la main, avec des grands gestes fermes qui ont l'air fatigant. C'est alors que je m'interrogeais sur cette technique, alors que nous possédions d'un bras mécanique qui permet de faire cette étape plus facilement. Elle me répondit que « *la machine le fait moins bien et c'est mieux de faire soi-même* ». Même s'il est plus courant d'aller acheter son pain chez le boulanger par gain de temps,

et d'expertise technique, la recette du pain semble plutôt accessible. Il nécessite peu de matière première, mais c'est surtout la partie technique qui la rend la plus complexe, le pétrissage. C'est un mouvement qui a été simplifié par des machines avec la mécanisation du geste²³.

* Voir figures J page 41

Faire soi-même, maintenant, devient une forme d'authenticité. D'un effort auquel on donne plus de mérite. On peut le remarquer comme un argument marketing, par exemple, dans des vidéos promouvant des restaurants²⁴ préparant des *Bao Zi*, des raviolis chinois, ces personnes montrent qu'ils sont faits à la main en preuve d'authenticité pour attirer les personnes pour venir tester ce lieu.

* Voir figures K page 41

²³ Parienté, Jonas. *Molokheya*. France, 2005, 8 min 19s. www.grandmasproject.org/recette/molokheya

Dans le premier film²³ de *The Grandma's Project*, fait par Jonas Parienté, il ouvre avec une phrase très simple durant une conversation expliquant sa démarche à sa grand-mère,

« ce que j'aimerais, c'est de filmer pour pouvoir refaire après ».

L'initiateur de ce projet a lui-même utilise ce médium de vidéo en tant que moyen de se souvenir. Mais en plus d'être une archive pour lui-même, on remarque sa manière de présenter la recette de sa *Nano*²⁴ à un public non-initié à la cuisine égyptienne. Il crée ainsi une archive publique du savoir-faire de sa grand-mère.

Nano : manière dont Jonas Parienté appelle sa grand-mère

On peut en effet remarquer que les recettes ont aussi une dimension pédagogique, comme le témoigne Marta Dilparić, filmée par sa petite-fille, Ivana Barišić.²⁴ Durant sa préparation de *Ajvar*, elle explique qu'elle a dû apprendre dans des livres de recettes, car elle n'avait pas de famille pour lui enseigner. Le savoir-faire est donc une forme d'héritage qui mérite d'être mis en avant, pas seulement dans un cercle intrafamilial, mais bien utile à une étendue plus grande.

Ici, le support numérique audiovisuel, parvient à être exploité en mêlant une dimension à la fois pédagogique et d'archive d'une histoire. Constituant une archive numérique, reconnue par l'UNESCO, afin de perpétuer cette mise en avant

de l'héritage culturel que représente le culinaire, de manière accessible d'accès, et à la participation par le site-web.

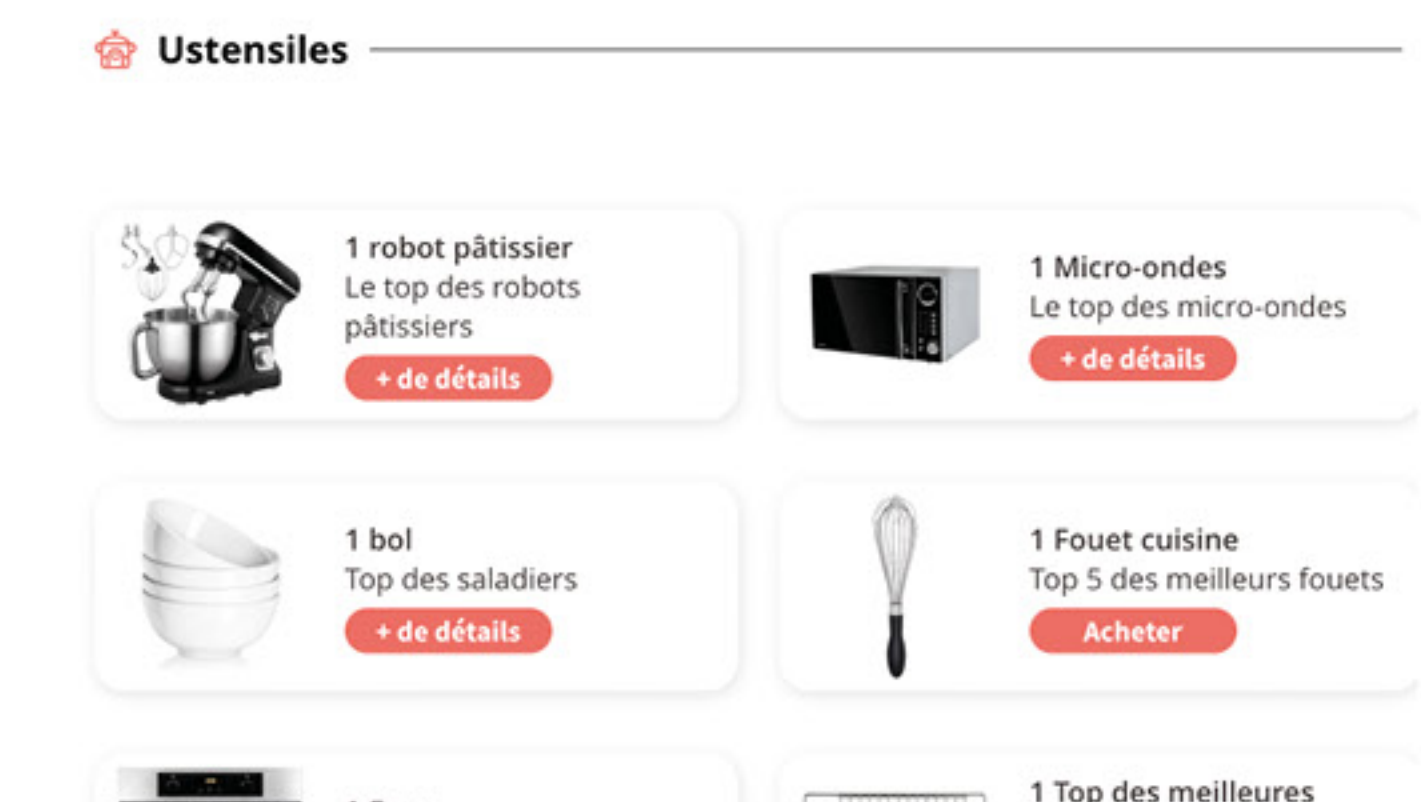
C'est ainsi une manière de raconter un morceau de sa vie, au travers d'une source d'héritage proche.

En utilisant le médium numérique pour garder une trace visuelle et sonore des recettes et discussions durant la préparation d'un plat significatif pour leurs petits-enfants. C'est aussi par un point de vue d'accessibilité que ce médium est intéressant. Il peut continuer à être enrichi par accumulation. Mais également visible par le plus grand nombre.



Figures K @hunterfood sur TikTok faisant la promotion du restaurant ShiFu à Paris

Figures J Recettes de pain sur Marmiton dépendant de la possession d'électroménager



ÉTAPE 5
Ajouter la farine de petit épeautre, puis la farine de blé. Vous pouvez varier les proportions des deux farines. Il suffit que le total ne dépasse pas 500 g. Par exemple, vous pouvez mettre 250 g de farine de petit épeautre et 250 g de farine de blé.

ÉTAPE 6
Ajouter le sel, l'huile, et enfin l'œuf.

ÉTAPE 7
Mettre le robot en marche et laisser pétrir la pâte jusqu'à obtention d'une boule homogène, environ 5 minutes. Augmenter un peu la vitesse de pétrissage et laisser pétrir encore 5 minutes.

ÉTAPE 8
Laisser la pâte reposer dans le bol du robot pendant environ 45 minutes. La pâte doit doubler de volume.

ÉTAPE 9
Mettre le four à chauffer à 180°C (thermostat 6).

Partager son identité culturelle : étude de cas d'enfant d'immigrés nés en France

Au sein de ces récits culinaires, nous donnons beaucoup de mérite à l'authenticité du passé, qui est souvent sublimé et idéalisé. Mais notre histoire est tout autant intéressante. Ce sont certes des héritages qui nous a transmis nos parents et grands-parents, mais c'est aussi un marqueur de nos identités, car la cuisine recouvre des zones plus personnelles où se démarque notre singularité. C'est mon propre cas à moi qui cherche à me raconter au travers de réflexions sur la cuisine. Je suis née en France, de parents et grands-parents qui ont immigrés en France. Ce qui me démarque de leurs histoires, tout autant fascinante, c'est que j'ai grandi autour d'une culture occidentale avec l'apport de leurs visions à eux, qui ont grandi dans de plusieurs cultures du sud-est de l'Asie.

Je suis née d'une mère laotienne et thaïlandaise. Et malgré le fait d'avoir été bercée dans ces deux cultures, certes différentes, mais proches, j'ai ressenti quelques « *chocs culturels* » en vivant trois mois à Bangkok, la capitale de la Thaïlande.

J'ai personnellement appris assez tôt à cuisiner, et ce sont pour moi des moments qui rythment mes journées. Comme la majorité des étudiant·es françaises, mes moyens économiques ne me permettent pas de me tourner vers des alternatives de délégation de l'acte de cuisiner. Puis en arrivant dans mon hébergement à Bangkok, je n'ai vu aucune plaque de cuisson, mais seulement une boîte à couverts, un micro-ondes et un frigo.

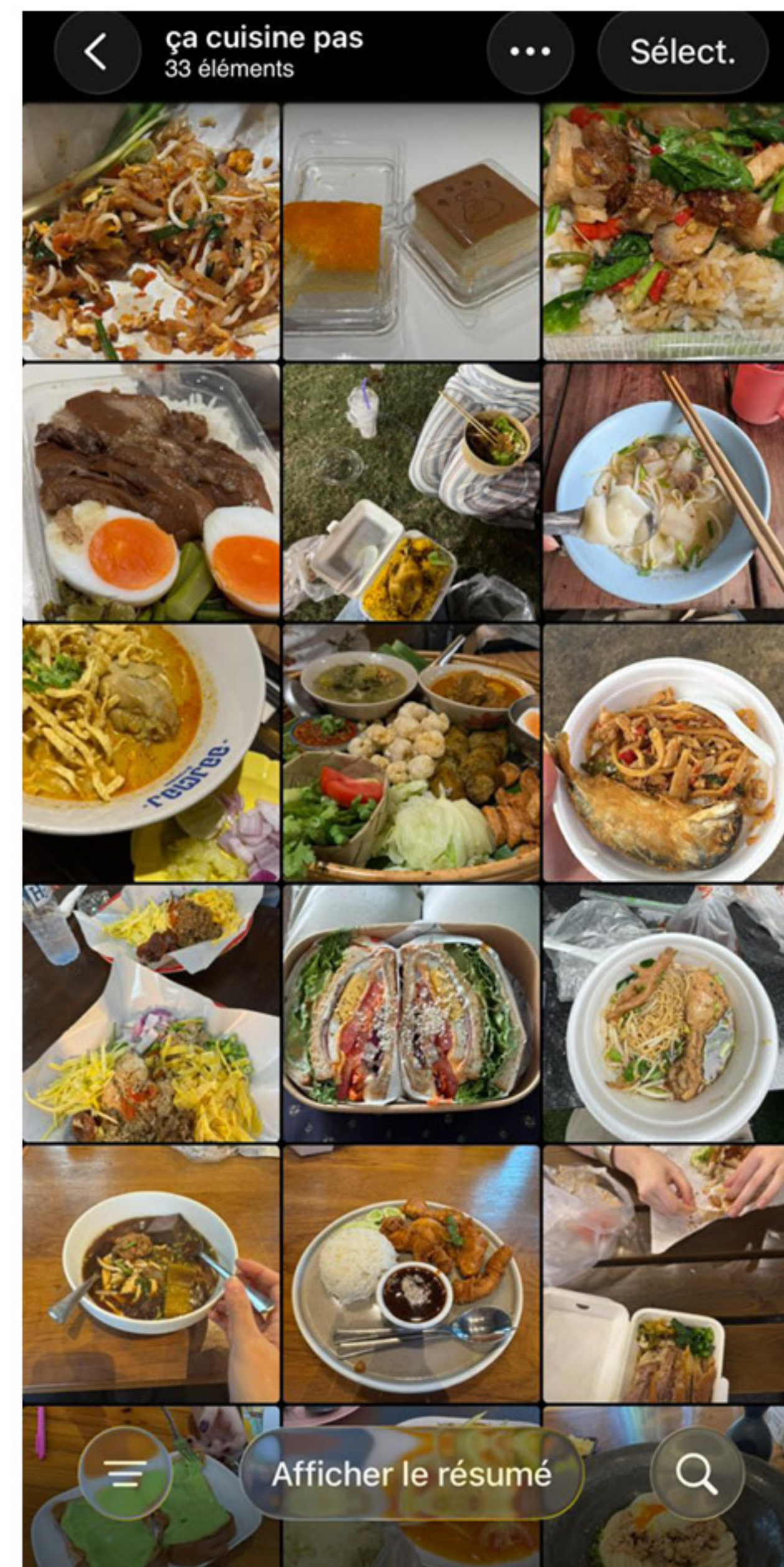
En demandant à mes collègues thaïlandaises, qui furent agréablement surprises que je sache cuisiner moi-même, j'ai appris que la grande majorité achetaient à manger à des marchands de rue ou se faisaient livrer à chaque repas.

Chocs culturels : désorientation ressentie par une personne confrontée à un mode de vie qui ne lui est pas familier

Mon quotidien alimentaire à Paris



Mon quotidien alimentaire à Bangkok



Un mode de vie qui serait impensable au quotidien pour un étudiant parisien. C'est ainsi que j'ai réalisé que **la culture alimentaire est un grand marqueur de nos sociétés ainsi que de son système.**

Ce qu'on peut ressentir face aux différences de mode de vie, notamment par l'alimentation qui est constamment présente, renforce ce sentiment d'incertitude de définir ce que l'on est. En croyant qu'il faut choisir une seule origine pour se définir, alors que rien n'empêche de posséder plusieurs appartenances culturelles.²⁵ C'est pourquoi une quête identitaire peut être fastidieuse pour des personnes impliquées dans des récits migratoires.

²⁵ Amin Maalouf, *Les Identités* *Meurtrières*, Paris : Grasset, 1998

Cela fait déjà quelques années que je m'intéresse à la nourriture et sa place dans la construction de mon identité. Il fut alors naturel de partager mes réflexions avec ma famille. Cette même curiosité a émergé à peu près en même temps chez une cousine à moi, Arouny, qui fait aussi partie de la première enfant de notre génération née en France. Son récit de quête identitaire s'inscrit particulièrement autour de la cuisine. ²⁶ Elle fut une totale reconversion professionnelle dans l'objectif d'écrire d'un livre sur les rituels et aspects culturels de l'alimentation laotienne. Elle tient par ailleurs une page Instagram publique où elle parle de traditions alimentaires du Laos, Vietnam et Chine. Ceci lui permettant de l'exercer dans sa démarche de recherches approfondies et d'écriture. Elle est également guide dans l'équipe du *Rice Club*, pour des visites gustatives dans un quartier du 13^e arrondissement de Paris, où beaucoup de communautés d'immigrés Est et Sud-est asiatique sont rassemblées. Aussi connu pour les commerces et restaurants ethniques de ces mêmes groupes. Elle utilise la nourriture comme

« un moyen de parler d'autres choses plus profondes que la nourriture, que ce soit nos racines, nos traditions, nos cultures, les différences culturelles avec la France... ».

²⁶ Voir l'entretien avec Arouny en annexe

Un tournant majeur pour elle fut un déclic face aux rites pendant les cérémonies de deuils. ²⁷ Ce sont des traditions très complexes, mais très riches, incluant une importance symbolique, religieuse, pragmatique et traditionnelle de l'alimentation. Dans ce processus plutôt spirituel, la nourriture vient à la fois symboliser la présence de l'esprit du défunt dans son lieu d'habitation, mais aussi accompagner l'épuisement émotionnel du deuil d'une cérémonie durant trois à quatre jours. De plus, il y a la prise en compte de la phase de préparation de ces repas, qui se veulent rapide et en grande quantité, ce qui est adapté pour un type de cérémonie qui ont la particularité d'être ouvertes et à grand comité.

Ce sont des rites qui sont essentiellement mis en place et organisés par la génération de nos parents ou grands-parents, qui ont appris à faire par la pratique. **Mais la transmission de ces traditions est plus complexe, dans un pays où cette culture minoritaire est assez éloignée.** C'est une première raison qui a motivé Arouny à vouloir écrire un livre, dans le but d'archiver, à la fois pour matérialiser le sens de ces gestes, ainsi que une part d'histoire de notre famille.

Mais une autre motivation assez centrale dans sa démarche est d'utiliser la nourriture comme un moyen de représentation du Laos, qui semble moins représentée dans les médias.

Grandir dans un milieu avec une culture occidentale dominante nous met dans une position complexe où nous nous nourrissons par cette culture, mais aussi beaucoup de celle transmise par le contexte familial. Cette dernière se fait souvent masquer durant des moments sociaux, à l'école par exemple, là où elle est considérée minoritaire. Ceci impliquant assez inconsciemment un questionnement identitaire, par une **incertitude d'où se positionner ou de quoi montrer.**

Plus récemment, avec des représentations plus fidèles ainsi qu'au *soft power* Est et Sud-est asiatique, cette cloison devient moins opaque, notamment grâce à la nourriture. Entre la diversification des figures d'immigrés d'Asie de l'Est dans l'audiovisuel international, notamment avec le film

²⁷ Voir figures L page 47

*Everything Everywhere All At Once*²⁶. Mais aussi des représentations culinaires par des émissions de concours de cuisine comme *Le Choc des Toques*²⁷, autour du savoir-faire culinaire coréen sur la plateforme *Netflix*, ou même par des livres de recettes issues de manga pour mettre en avant la gastronomie japonaise.²⁸

Nous pouvons admettre une montée de la reconnaissance par la culture gastronomique d'un pays, en l'utilisant comme un *soft power*. C'est-à-dire, rendre des aspects de la cuisine attrayante afin de construire une bonne image d'un pays. C'est une réelle porte d'entrée vers l'intérêt qu'on pourrait porter à une culture spécifique par des différents médias de diffusion.

Ce besoin de représentation que Arouny ressentit en grandissant est la raison pourquoi elle choisit de parler du Laos, qui semble moins représenté en France. Nous pouvons noter des figures représentatives comme *Banh Mi média*, *Asiattitudes*, *Grace Ly*, *Diana Chao*, *Frank Lao*... Parmi d'autres, mais la scène de la représentation asiatique en France paraît encore assez légère, car elle reste essentiellement chinoise ou vietnamienne. Ces représentations ne peuvent pas seulement dépendre des médias internationaux, puisque nous avons des récits naturellement différents d'immigrés vivants par exemple aux États-Unis.

Sa pratique de guide touristique culinaire est également intéressante, qui vient se confronter aux nouveaux rapports aux restaurants avec la montée d'« *influenceurs food* »²⁹ qui guident nos choix de lieux pour manger. Il est devenu commun ces derniers temps de choisir un restaurant en étant influencés par une recommandation sur les réseaux sociaux. Ce sont devenus des manières efficaces de donner de la visibilité à un lieu.

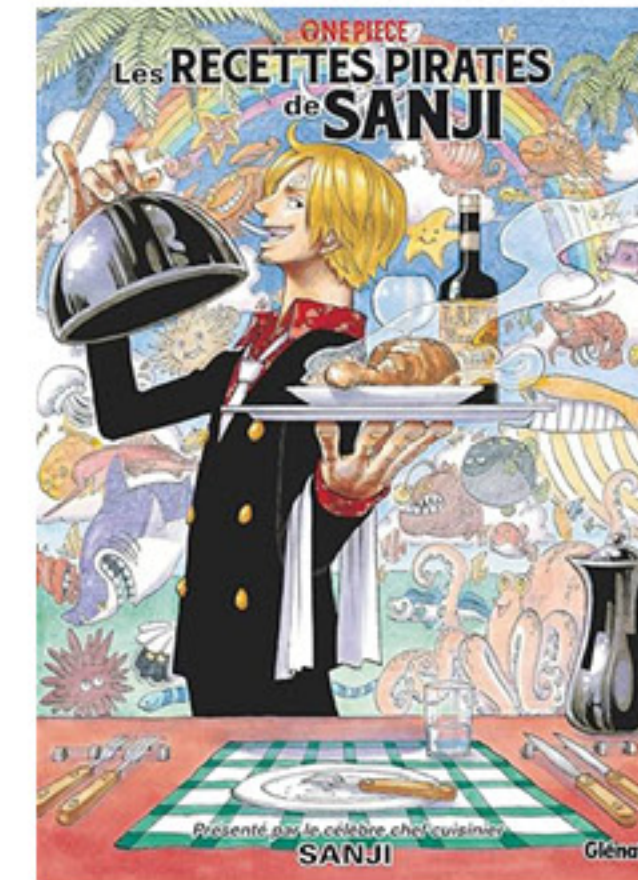
« L'alimentation est pour les créateurs aussi une manière de se construire une identité et de se présenter socialement »²⁹

dit Léa Gruyer, enseignante-chercheuse qui a écrit une thèse sur les influenceurs de l'alimentation.

²⁶ *Everything Everywhere All At Once*, Daniel Kwan & Daniel Scheinert, Produit par A24. (2022)

²⁷ *Le Choc des Toques*, Produit par Netflix. 2 saisons, Corée du Sud. (2024)

²⁸ *Les recettes pirates de Sanji*, Paris : Glénat, 2017
Personnage issu du manga *One Piece*



Influenceur food : aussi appelés « *foodies* », sont des personnalités publiques sur les réseaux comme *TikTok*, *Instagram* ou *Youtube*, publiant du contenu axé sur l'alimentation.

²⁹ Séverin Graveleau. Interview de Léa Gruyer. « Les influenceurs alimentaires font aussi la promotion d'un mode de vie, de valeurs et de normes sociales ». *Le Monde*. 9 décembre 2025.



Figure L-1 Paniers d'offrandes rempli de nourriture



Figure L-1 Pha Khao, un plateau servant aux repas des bonzes puis des fidèles

Selon elle, l'alimentation est devenu un objet social qui constitue une image de ce que l'on est. L'aspect « *instagrammable* »³⁰ est maintenant devenu chez les jeunes un critère de choix dans le repérage de lieux à tester. Dans la démarche du *Rice Club*³¹, c'est de venir à la fois faire découvrir des adresses qui ne sont pas instinctives pour le grand public, pas forcément proche des communautés culturelles représentées dans le quartier. Mais également de choisir des lieux qui sont liés à l'histoire culturelle de l'arrondissement, tout en décryptant les plats goûtés et en expliquant les nuances liées à chaque cuisine des pays représentés. Le but est de donner des repères et des clés aux participants pour compenser les critères de forme qu'induisent les réseaux sociaux et la tendance *instagrammable*.

Dans son processus de recherche identitaire, ma cousine s'est trouvée une voie pour se raconter au travers de la nourriture. Puis le support numérique a rapidement pris du sens, en venant parler de ces traditions culinaires sur les réseaux sociaux, motivée par la représentation de la culture laotienne, qui est encore assez silencieuse dans la sphère française. Comme une extension sensorielle à l'écriture, elle utilise les réseaux sociaux pour profiter des avantages de la vidéo et du son qui aident à retranscrire autrement les goûts, les odeurs et les textures. Elle utilise ces supports de diffusion surtout comme un outil, en voulant privilégier le fond et son rythme à elle, en ne cherchant pas forcément à « *répondre à l'algorithme en publiant une fois par jour* », pour contrebalancer les contenus à consommation rapides des réseaux sociaux.

La représentation est importante dans le développement et l'affirmation de son identité, à la fois pour les personnes qui pourraient s'identifier, mais également pour le grand public. Gille Verbunt explique sur le concept d'interculturalité,

« La connaissance d'autres cultures et d'autres langues peut puissamment contribuer à la prise de conscience de la particularité, donc de la relativité, de ses propres perceptions culturelles. Cette relativisation ouvre la voie à l'intercompréhension qui ne peut exister en dehors d'un minimum de doute et de modestie quant à ses propres croyances. »³⁰

Instagrammable : Adjectif « se disant d'un lieu, d'un objet, d'un mets, d'un événement, etc., qui, par sa beauté ou son originalité, est digne d'être photographié, puis posté et amplement partagé sur le réseau social Instagram » Dictionnaire Larousse. 2024.

³¹ Voir figure M page 49

³⁰ Gilles Verbunt. *Penser et Vivre L'interculturel*, Collection *Savoir Penser*, (France : Éditions Chronique Sociale, 2011)

En distinguant nos différences, dans une vision ethnocentrée du monde, nous pouvons ainsi mieux cohabiter. Il est plutôt important d'en prendre conscience au sein de pays à grande diversité culturelle comme la France. Mais tout cet héritage culturel se transmet surtout par la pratique, et dans le cas des générations nées dans des lieux où la culture dominante n'est pas celle des générations antérieures immigrées, cette transmission paraît moins fluide. C'est pourquoi, **créer une archive est un moyen de se souvenir**. De perpétuer la mémoire de ces rituels et de leurs sens profonds.

La transmission en cuisine représente une grande part de la cuisine. Nous avons vu qu'en plus des saveurs et des moments passés avec nos familles, ce sont aussi les connaissances durant l'étape de la préparation. Ce sont des connaissances qui sont réinvesties, souvent par des petits-enfants, au sein d'une archive numérique. Une documentation qui semble moins spontanée lorsque ce sont les gestes des générations plus jeunes, qui pourtant, sont tout autant porteuses d'histoire.

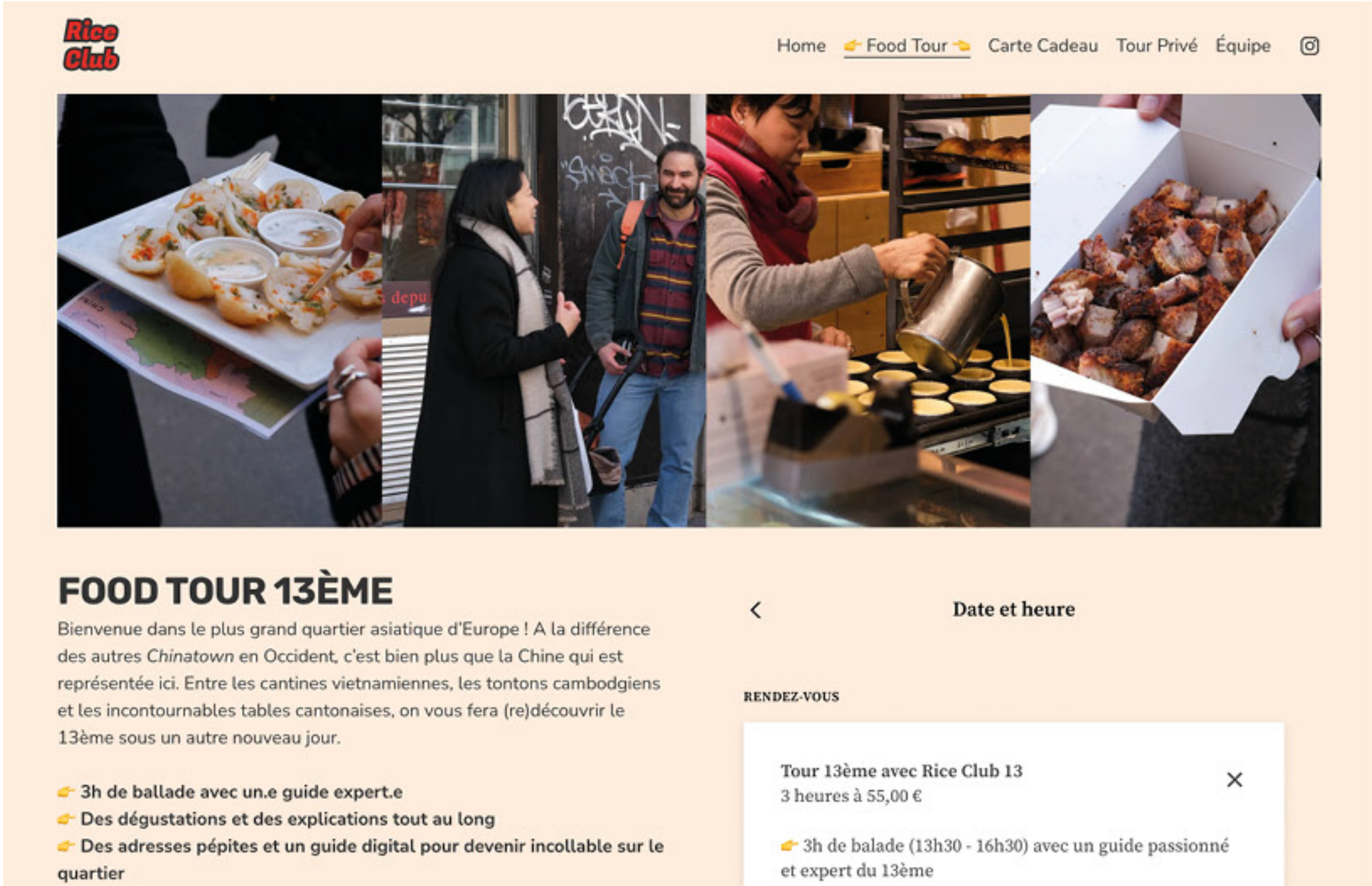


Figure M Site web du Rice Club

Nouveaux statuts du Repas

La dimension gustative dans des narrations numériques

En interrogeant la manière dont les technologies numériques influencent ce que l'on mange, nous pouvons dire qu'elles peuvent être utilisées pour se retrouver, collectivement ou avec soi-même. Mais cette influence peut aussi se rapporter aux tendances culinaires. Puisque l'offre gastronomique répond à une demande, porter un regard sur les propositions culinaires créatives dans ce paysage alimentaire permettrait de **mieux cerner l'évolution de ce qui plaît.**

Alors, comment l'offre alimentaire évolue et s'adapte à nos modes de consommation et nos quotidiens alimentaires et numériques ? Et de quelles manières ces deux domaines peuvent cohabiter dans un monde tourné vers les tendances ?

✱ Joanna Wong. *Entretien*, transcription, 18 décembre 2025
✱ Voir entretien en annexe

En rencontrant Joanna Wong³¹, artiste, co-fondatrice du *Collectif Enoki* ainsi que médiatrice culturelle au *Palais de Tokyo*, j'ai réalisé à quel point **la nourriture est une réelle porte d'entrée vers tout autre sujet plus complexe.** Sa pratique consiste à utiliser la matière vivante, alimentaire ou non, comme son moyen de communiquer le monde. Pour ses médiations dans ce musée d'art moderne et contemporain à Paris, elle utilise la nourriture pour faire des visites guidées gustatives. Par exemple, en associant une œuvre à une dégustation, elle propose un nouveau regard sur des œuvres qui peuvent sembler complexes. En rassemblant autour de ces mets, elle a réussi à ouvrir des personnes à l'art contemporain. Manger est un besoin qui nous est tous communs. Et comme le dit Emilie Laystary, manger, c'est toujours incorporer un peu du monde extérieur en nous³¹. C'est un moyen de créer des ponts pour découvrir d'autres domaines, qu'ils soient plus ou moins proches de nos connaissances. Je me suis alors demandée de quelles manières la dimension gustative pourrait suppléer des moments numériques dans notre quotidien.

³¹ Emilie Laystary. *Passer à Table, ce que l'acte de manger dit de nous*, (France : Éditions Divergences, 2025)

Un des rares moments où nous sommes statiques de nos jours, ce sont durant nos séances de cinéma. Avec nos yeux rivés vers l'écran, assis sur une chaise pendant plusieurs heures dans l'obscurité, nous passons un temps déconnectés de l'extérieur en suivant une narration projetée. Le thème du culinaire est un incontournable ; *Le festin de Babette* par Gabriel Axel (1987), *Le Grand Restaurant* par Jacques Besnard (1966), *Le Menu* par Mark Mylod (2022), *La Passion de Dodin Bouffant* par Trân Anh Hùng (2023),

Le Voyage de Chihiro par Hayao Miyazaki (2001)...

Ce sujet peut être plus ou moins central dans chaque pièce audiovisuelle, mais viennent solliciter notre imaginaire des saveurs et des odeurs. C'est ainsi qu'est venu l'idée de lier gastronomie et cinématographie. Le cinéma *L'Épée de Bois*, dans le 5^e arrondissement de Paris, s'en est emparé en étant convaincu que les films, « *plus qu'être vus,*

³² « *Gourmépée* », site web Cinéma L'Épée de Bois, 2026 *peuvent être vécus* ». ³² Alors, à chaque fin de mois est organisé une séance gustative en proposant un film accompagné d'un panier repas conçu en collaboration

* Voir figure N page 51 avec des chefs locaux reconnus ou indépendants.*

La projection du long-métrage est alors accompagnée d'une dimension gustative, qui se détache de son statut de divertissement.

La collation emblématique du cinéma, le pop-corn, par son histoire coloniale et socio-économique, s'est beaucoup popularisée dans nos salles de nos jours. Il symbolise surtout ces moments même dans la salle de cinéma, mais ne présente pas forcément de rapport direct avec la narration de l'œuvre projetée. Contrairement à l'initiative qui cherche à créer un rapport de sens mutuel entre goût et récit. **L'acte d'associer des saveurs à des récits n'est pas anodin, c'est un geste créatif, créant par extension une narration à ce que l'on mange.**

D'autres groupes Londoniens, à la différence de la salle de cinéma indépendante, proposent plutôt des restaurants avec un écran de projection ³³ : des tables dans l'obscurité illuminée par une chandelle, tournées vers l'écran de projection. Permettant ainsi la distribution de mets plus travaillés et dégustés dans des assiettes.

* Voir figures O page 51-52

On peut parler d'une forme **d'Eaternainment**, un terme anglais fusionnant le mot « *eat* » pour manger, et « *entertainment* », le divertissement. Ces deux activités simultanées ne sont pas inédites. Depuis 1964, une forme de « dîner-spectacle » d'une méthode de cuisine japonaise s'est popularisée. On l'appelle le *Teppanyaki*, une technique de cuisine acrobatique inspirée par les art-martiaux japonais faite directement face aux clients.



© Adam Rhodes, Floride. 2020.



Figure N Séance spéciale *Gourmépée*
« *Le Festin Chinois* » par Tsui Hark (1994)
projeté à L'Épée de Bois © Maxime Ducher

Figure O-1 Repas durant une projection par Taste Film « *La Belle et la Bête* » Gary Trousdale & Kirk Wise, produit par Walt Disney Pictures 1991





Figures O-2 Repas durant une projection par Taste Film



³⁵ *Gardien de la galaxie*, James Gunn, produit par Marvel Studios, 2014

³⁶ *Shrek*, Andrew A&J, produit par DreamWorks Animation. 2001.

³⁷ *Mean girls*, Mark Waters, produit par Lorne Michaels, 2004

³⁸ *The Hunger Games*, Gary Ross & Francis Lawrence, 2012-2023.

³³ Adriaen van Ostade, *Scène de Taverne*, début 1660, huile sur toile, 1977. Conservé au Musée National d'Art de Washington D.C.



Nous pouvons remonter encore plus dans le temps dans l'Histoire de l'Art qui représentaient scènes d'amusement, comme *la Scène de Taverne* ³³ datant du XVIIe siècle, représentant déjà du divertissement accompagné de breuvages. C'est donc une pratique qui est développée depuis longtemps.

³⁴ Fernando, Amy. « How To Become A... Founder of a Cinematic Dining Experience », interview par Grace Stevens. In *How to become a...* Podcast, 40min, 21 Janvier 2026.

Blockbusters : « Production cinématographique à gros budget publicitaire, destinée à produire des profits record. » Larousse en ligne.

Pour ce qui est du cinéma, une des firmes majeure dans le domaine, *Taste Film*, se définit comme des créateurs « d'expérience d'atmosphère cinématographique » ³⁴. Ils dédient leur activité à proposer des séances de visionnage en même temps qu'une dégustation. Leur démarche est de sélectionner des films incontournables, souvent des *blockbusters* ³⁵ tels que *Les Gardiens de la Galaxie* ³⁵, *Shrek* ³⁶, *Mean Girls* ³⁷, *The Hunger Games* ³⁸... Des types d'œuvres déjà dédiés au divertissement.

³⁹ Joseph Pine & James H. Gilmore, « Welcome to the Experience Economy » in *Harvard Business Review*, juillet - août 1998.

Si l'on se réfère à la perspective de Steven Miles à propos de l'article sur l'économie de l'expérience ³⁹ par Joseph Pine et James H. Gilmore,

« le futur de l'économie dépend du degré d'efficacité de chorégraphe des événements mémorables. Pour eux, des expériences sont destinées à être mémorables et impactantes si le consommateur est considéré comme un participant actif de l'environnement dans lequel il est immergé. » ⁴⁰

⁴⁰ Steven Miles. *La société de l'Expérience, le consumérisme réinventé*. Trad. par Galaad Wilgos (France : Édition L'Échappée, 2024)

Alors que manger face à un écran est déjà courant, ces concepteurs d'expériences donnent aux mangeurs un sentiment d'être actif durant ce moment en donnant des significations à ce qui est ingéré. Ceci permet de rendre l'instant plus spécial en créant de la curiosité et de l'attente, pour ainsi de (re)découvrir des œuvres audiovisuelles par un nouveau sens, le gustatif.

Ces initiatives façonnent des tendances dans le monde culinaire. En cherchant l'innovation, ces chefs ou ces créatifs utilisent les moments de visionnage audiovisuel, qui a été banalisé par l'accessibilité des plateformes de streaming, pour en faire un moment éveillé. Ils prennent le repas comme un fil narratif pour réinventer le cinéma classique par un accompagnement gustatif. Le repas est considéré comme une œuvre d'art, où les bouchées ont du sens avec l'œuvre cinématographique diffusée. Ce conditionnement permet de nous faire réfléchir à ce que l'on mange, et de penser les saveurs qui nous sont données ne sont pas anodines, car elles ont été conçues et composées par des médiateurs gustatifs. Nous pouvons alors considérer que la créativité dans le culinaire permet une évolution dans l'offre alimentaire de nos jours. Elle-même en réponse à l'évolution des tendances de consommation qui semblent se tourner vers l'attractivité de moments spéciaux.

La part numérique dans des moments culinaires

L'acte de manger est aussi principalement une question de goût. Ce plaisir en bouche que procure la nourriture est finalement la volonté première en cuisine. Peu importe l'effort que nous dédions à nos repas, nous cherchons toujours à composer des saveurs plaisantes à nos palais.

Pour le cas des chefs qui en font leur profession, ils dédient leur vie professionnelle à créer des saveurs plaisantes à leurs clients. Mais ils sont pourtant souvent mis dans l'ombre des plats qu'ils préparent.

Au total contraire, on peut retrouver des professionnels qui deviennent des figures culinaires, généralement dans la sphère de haute-gastronomie étoilée. Ils sont rattachés à leurs savoir-faire, leurs philosophies ou leur expérience.

Les récits dans les cuisines semblent être une valeur ajoutée à ce qui est préparé par les concernés. Il est plutôt commun de retrouver des livres autobiographiques de chefs au rayon cuisine d'une librairie. Ou plus récemment, leurs récits deviennent des accroches pour les courtes vidéos promotionnelles sur les réseaux sociaux. Il est question de manger, mais il est rarement seulement ça.

Comme le dit le philosophe Tristan Garcia-Fons,

*« cuisiner n'est pas seulement arranger [...] des aliments, mais surtout jouer de l'imaginaire et des signifiants ».*⁴⁰

⁴⁰ Tristan Garcia-Pons. *La Vie Intense*, (France : Éditions Autrement, 2016)

Cette idée transparaît aussi dans les paroles de Michel Bras, chef français aveyronnais :

*« Le gargouillou est apparu lors d'un de mes voyages intérieurs, en balade à l'extérieur. Quand les pâtures sont inondées d'une myriade de fleurs, de parfums. Quand les architectures des fleurs, des tiges, des fruits, les sculptures des branches touchent l'imaginaire. ».*⁴¹

⁴¹ « Le Gargouillou de Michel Bras », dans *Le Goût du Monde*, *Le Monde*, 23 octobre 2014.

Figure P-1 Récolte pour la préparation du Gargouillou



Nous pouvons relever une importance de ce voyage dans son imaginaire pour créer son plat emblématique de légumes intitulé *Gargouillou*.⁴¹

Avec ces perspectives, l'alimentation devient un moyen d'expression. Nous pouvons alors considérer certains chefs comme des artistes, utilisant le comestible avec une intention gustative. Ceci peut aussi se traduire en une totale philosophie de vie, qui est très bien mis en avant dans *A Mind of a Chef*⁴², une série-documentaire explorant les processus culinaires de différents chefs à renommée internationale. *Edward Lee*, un des chefs suivis, l'exprime clairement :

« Pour moi, le meilleur art, que cela soit le culinaire ou la peinture, nous fait regarder le monde différemment. Quand je me réveille, je vois le monde par le prisme de la nourriture. Tout a une saveur. Je ne suis pas un artiste radical. Selon moi, il s'agit d'harmonie et de balance. »⁴³

L'espace culinaire devient alors un terrain de jeu créatif, où la dégustation représente le moment de réception de leurs œuvres éphémères.

On peut alors retrouver une créativité dans ce que l'on cuisine, et la manière dont on veut qu'il soit dégusté. Ce moment du repas a notamment été pensé en sa totalité et mit en place par Paul Pairet dans son restaurant *Ultraviolet*⁴⁴. Ce chef gastronomique pionnier dans le domaine a décidé de penser l'expérience gustative en son entièreté. De 2012 jusqu'en mars 2025, lui et son équipe proposent une dégustation multisensorielle à leurs clients. Il a cherché à solliciter les saveurs, les odeurs, l'ambiance sonore, les lumières et une projection 360°. Chaque service se faisait pour un groupe de dix personnes. Un service très haut de gamme au niveau des trois étoiles Michelin qu'il a reçu en 2018. Cette haute organisation s'inspire du concept des tables d'hôtes, en imposant une composition de plat du menu unique au prix fixe, mais aussi de la disposition d'une table commune. C'est ainsi qu'avec son collaborateur

* Voir figures P page 57-60

⁴² Anthony Bourdain. *A Mind of a Chef*, émission documentaire, 6 saisons, États-Unis, 2012-2017.

⁴³ « Edward Lee on *Culinary Class Wars*, his struggle with identity and the future of innovation », interview par Cheng Fontaine. *Tatler Asia*, 3 mars 2025.

* Voir figures Q page 59-60



Figure P-2 Gargouillou © Enjoy Trip

Figures Q-1 Ultraviolet par Paul Pairet © Lucas Gurdjian

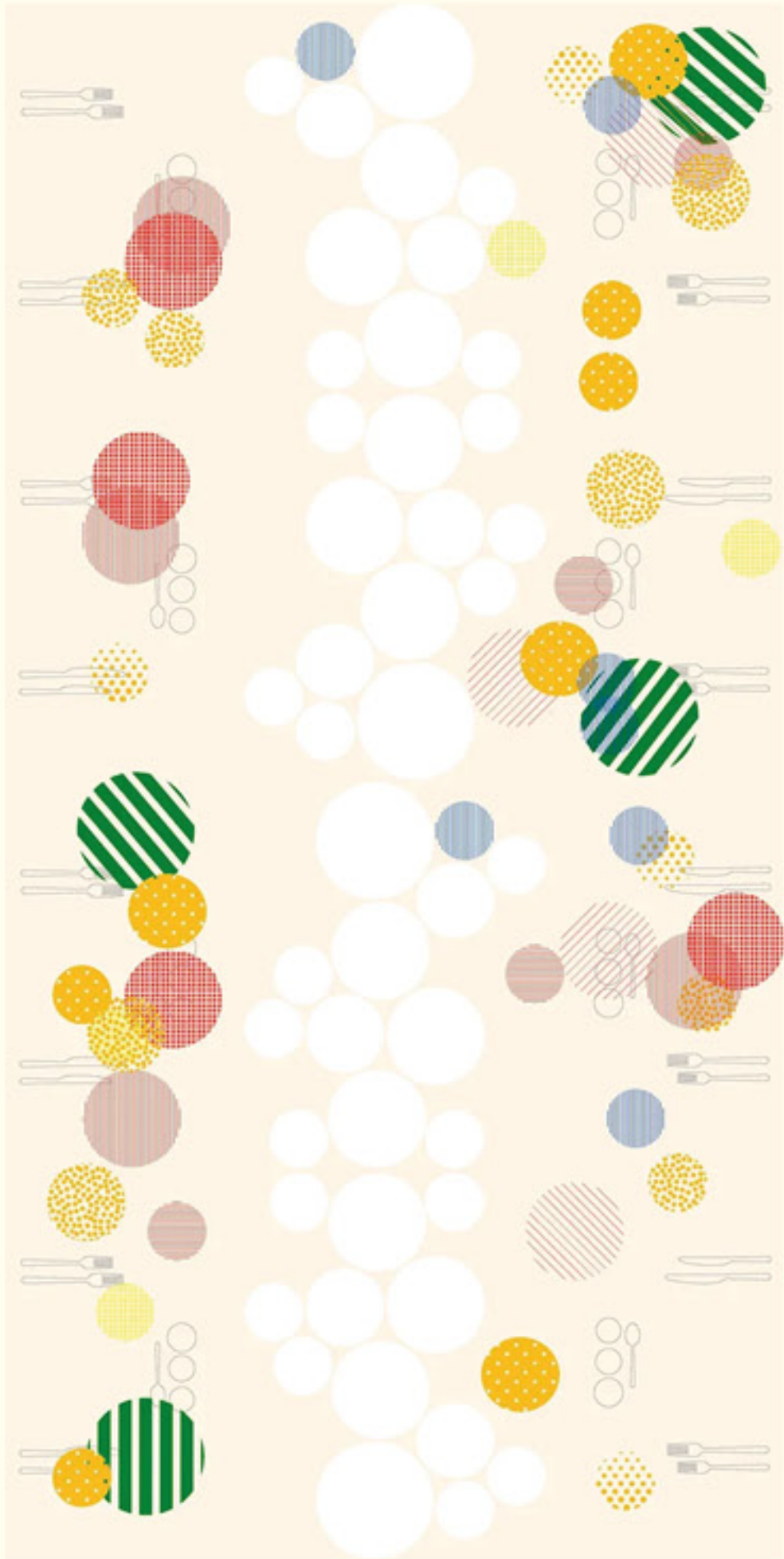


Figures Q-2 Séquence inspirée par le Pique-Nique, Ultraviolet par Paul Pairet © Scott Wright



Figures Q-3 Ultraviolet par Paul Pairet © Scott Wright

Figures Q-4 Images de Clément Beurais des coulisses d'Ultraviolet



Figures R-1 Croquis du plan de table pour le dîner Hermès © Studio Plastac



Figures R-2 Calibrage de la projection interactive sur la table © Hugo Hilaire



« l'émergence d'un monde de consommation numérique et d'un monde de plus en plus déterritorialisé, dans le sens où la manière dont vous consommez est de moins en moins déterminée par l'espace physique dans lequel vous consommez, a sans doute créé un espace pour un type de consommation radicalement différent, dans lequel l'expérience est beaucoup plus au cœur des raisons et des modalités de notre consommation. » ⁴⁶

Clément Beurais, directeur de scénographie pour *Ultraviolet*, qu'ils mirent en œuvre plus de quatre-vingts scènes pensées telle une chorégraphie. Ceci pour compléter les saveurs et la présentation de chaque plat, en cherchant à transporter les invités dans différents environnements pour augmenter leur expérience dînatoire.⁴⁴ Suite à ce projet, ils ont réalisé d'autres dîners d'exceptions, dont le plus grand du monde à ce jour, dans le Château de Versailles. En répétant le schéma qui fonctionne auprès du public haut de gamme : des grands écrans tout au long d'une salle organisée avec plusieurs longues tables, ou alors une seule pour les dîners plus intimistes.

La designer culinaire, *Julie Rothhahn*, a poussé les moyens numériques en implémentant de l'interactif dans un dîner. Elle vient aussi penser le moment de la dégustation comme une performance. Cette fois pour la marque de luxe Hermès⁴⁵, elle s'associe aux savoirs techniques du *Studio Plastac*, et au studio de design interactif *Soixante Circuits*. C'est ainsi qu'une longue table blanche prend vie avec des projections sur les assiettes qui deviennent colorées, et entre chaque plat, réagissent aux mouvements captés au-dessus des installations de vaisselle.^{*}

Ici, les techniques numériques, notamment par la mise en place de captation de distance et de mouvement à la table, viennent augmenter l'expérience classique que l'on aurait d'un dîner quotidien. On pourrait dire que la création ou la reproduction d'environnements artificiels semble attirer les offres haut de gamme, réservé à une élite économique.

On pourrait désigner ces expériences désignées comme une forme de consumérisme réinventé, une notion que définit Steven Miles, par le fait de vouloir acheter des expériences authentiques plutôt que de l'accumulation matérielle. Selon lui,

⁴⁴ *Ultraviolet* by Paul Pairet. Clément Beurais, Shanghai, 2012 à 2025. <https://clementbeurais.com/project/ultraviolet>

⁴⁵ *Rêve de Couleurs*, dîner pour Hermès Moscou, Julie Rothhahn. 2019.

^{*} Voir figures R page 61

⁴⁶ Miles, Steven. *La société de l'expérience, le consumérisme réinventé*. Édition L'Échappée, 2024.

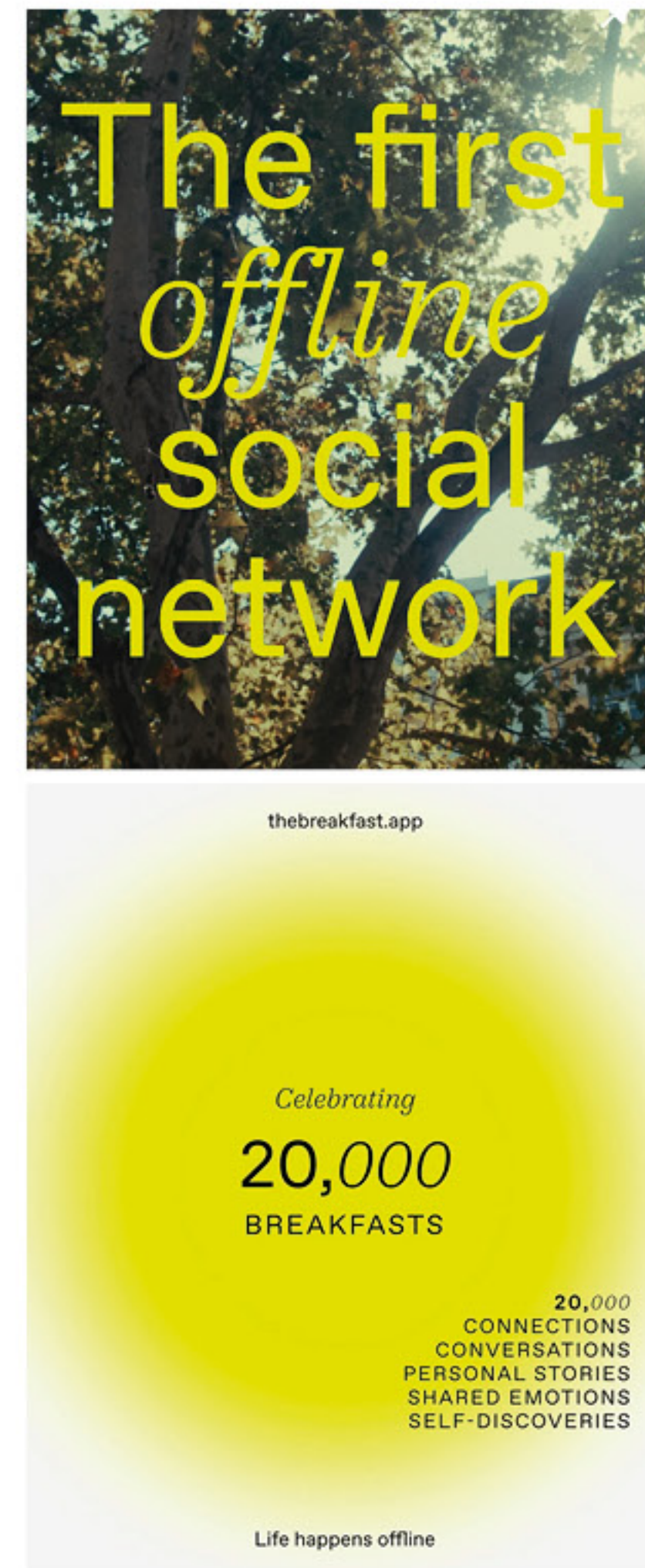
Dans les cas mentionnés précédemment, ces types d'offre de dîners utilisent les technologies numérique pour créer toute une expérience qui sort de ce que l'on a l'habitude de voir. Ce qui est proposé est une expérience totale que l'on achète. Les dispositifs numériques semblent appuyer une ambiance ou une extension des saveurs. Outre le besoin créatif de ces artistes mentionnés, l'offre culinaire semble de plus en plus s'axer sur l'innovation.

La volonté artistique n'est pas la seule impulsion à vouloir rendre spectaculaire ces moments du quotidien. C'est également le pilier de l'application *The Breakfast*, une interface sur téléphone qui cherche à faire rencontrer de nouvelles personnes autour d'un petit-déjeuner.⁴⁶ Elle pousse à un contexte de rencontre autour d'un moment quotidien, pris en compte pour son utilité sociale. En essayant d'utiliser ce moment banal et peu sophistiqué, cette application incite à « *retrouver des connexions humaines plus simples* » selon les créatrices.

Chaque matin à onze heures, tous les utilisateurs ayant payé l'accès à cette application, reçoivent une chance d'accepter ou non de partager un moment avec un autre dans sa ville, désignée par un algorithme semblables aux autres applications de rencontre. Mais qui se veut plus directif et aléatoire, en enlevant les fonctionnalités de *swipe*⁴⁷ ou de *like*⁴⁸.

Nous retrouvons cette volonté de renouer des liens plus spontanés, en s'adaptant aux relations qui, de nos jours, se créent beaucoup par impulsions virtuelles. Si l'on se penche sur le cas de la France, 2,3 millions de personnes utilisaient quotidiennement des applications de rencontre en 2024⁴⁹.

Cependant, les créatrices de cette initiative proclament vouloir s'éloigner des rencontres à visée amoureuse ou de réseautage professionnel, car « *la vraie magie apparaît lorsque deux personnes parlent sans attente en retour* ». Cette « *magie* » mentionnée nous laisse penser à une certaine sublimation du fait de se rencontrer autour d'un petit-déjeuner.



⁴⁶ Campagne sur Instagram de *The Breakfast* (@thebreakfast.app)

Swipe : (ou glissement en français) Anglicisme pour désigner, dans le cas des applications de rencontres, la fonctionnalité d'exprimer un intérêt ou désintérêt du profil proposé un à un.

Like : (de l'anglais) Se traduit littéralement par aimer.

⁴⁷ Médiamétrie. *Les français et les applications de rencontre.* (Étude de 2024)

Le choix du petit-déjeuner n'est pas anodin, il vient aussi se détacher du dîner en tête-à-tête à connotation romantique des déjeuners à connotation professionnelle. Les créatrices viennent alors réinvestir ce moment du matin, pour créer tout ce procédé de rencontre conditionné par leur plateforme numérique.

Les moments du quotidien, tels que le dîner ou le petit-déjeuner, semblent être réinvestis par des biais numériques. Il y a une recherche au spectaculaire en créant ces repas comme des moments exceptionnels, par l'usage de technologies numériques. Mais nous pouvons aussi noter l'usage de plateformes sociales en tant qu'intermédiaire à des rencontres sous des prétextes culinaires. Face à la capitalisation de ces moments du quotidien, nous pouvons nous demander si **cette déconnexion de nos sens est-elle aussi grande, que nous devons payer afin de se ressentir vivre ?**

Ces initiatives alimentaires constituent un facteur dans nos paysages alimentaires. **Elles façonnent les possibilités de consommations, ainsi que les envies.** Ces innovations créatives nourrissent et s'inspirent des tendances, jusqu'à considérer le repas dans le monde du divertissement. Nous avons pu voir des exemples dans lesquels l'acte de manger permet un nouveau regard sur des œuvres numériques.

En considérant la cuisine comme un art, le comestible devient la peinture et les assiettes le tableau. Mais en différence, les œuvres des chefs sont destinées à être ingérées. Nous avons pu aborder le travail de chefs qui ont cherché à penser à l'entièreté du moment qu'ils proposent. Certains viennent créer des environnements numériques sollicitant d'autres sens au-delà du goût. Ce type de création se retrouve essentiellement dans des offres haut de gamme, et utilisent des technologies travaillées dans l'objectif de créer tout un spectacle culinaire digne de leur prestige, qui est ainsi perpétué.

Conclusion

En explorant les diverses manières dont notre quotidien numérique s'entremêle avec notre quotidien alimentaire, nous pouvons finalement faire un état de plusieurs observations sur les hypothèses posées au départ.

⁴⁸ Adele Wessell. « *We are what we grow: reading a tastescape as a text of cultural history.* » Text 14, Volume n°9 (2010)

Puisque le paysage alimentaire⁴⁸ est ce qui englobe tous les aspects influant sur nos choix de consommation ; alors, nous pouvons dire que ce qu'impliquent nos usages du numérique représentent une nouvelle facette dans ce paysage.

Ces usages soulignent l'importance des plateformes de communications, qui participent à l'émergence de nos identités au travers de ce que l'on mange. (cf. 1. *Constituer nos identités culinaires*). Mais ils évoquent également la réappropriation de ces outils numériques pour se rapprocher de nos appartenances par notre héritage culinaire. (cf. 2. *Transmettre une Mémoire*). Enfin, ces usages sont aussi visible dans la sphère créative en jouant autour du moment de la dégustation. (cf. *Nouveaux statuts du repas*)

Malgré le fait de nous asservir en nous rendant distants avec ce que l'on mange, les technologies numériques peuvent être utilisées pour se retrouver, collectivement ou avec soi-même. Nos usages ont du sens. Tout comme le dit Sherry Turkle, **les technologies nous façonnent, et c'est à nous de les**

façonner en retour.⁴⁹ J'ai donc pu explorer en partie ces influences, mais sur la même idée posée par cette autrice, j'aimerais maintenant imaginer des manières de façonner des outils autour des questions de l'alimentaire.

⁴⁹ Sherry Turkle. *Seuls Ensemble : de plus en plus de technologies et de moins en moins de relations humaines*, trad. par Claire Richard. (Paris : Éditions L'Échappée, 2011)

Au travers ces recherches, je retiens surtout des discussions et des rencontres très inspirantes. J'ai ressenti à quel point l'alimentation est une thématique très riche et dense, mais également accessible. Elle semble être une porte d'entrée vers des sujets plus complexes, car l'acte manger nous concernent tous. Toutes ces réflexions m'ont ainsi amenée à m'intéresser aux *Food Studies*⁵⁰, un champ de réflexion qui est assez particulier, comme le définit Jean-Pierre Poulain :

Food Studies Champ d'étude de sciences sociales qui se rapporte à l'alimentation

« *Le type d'écriture est à la fois une écriture qui se veut référencé de façon universitaire [...]. Mais c'est une écriture qui se veut lisible par un plus grand nombre. [...] L'objectif, c'est à la fois de nourrir la réflexion dans l'université, et hors de l'université, dans la société.* »⁵⁰

⁵⁰ « *Bouffons, Tous fous de Food Studies* », Emilie Laystary, Entretien avec Jean Pierre Poulain. Dans *Bouffons*, épisode 227, podcast, 27 min, 14 juin 2023.

Tout comme un repas autour d'une table, la discipline de recherche sur l'alimentation cherche également à se faire à plusieurs. En intégrant différentes catégories d'acteur·ices au sein des food studies, ce domaine arrive au croisement de multiples disciplines.

Cette manière de nourrir des réflexions m'a inspiré à vouloir affirmer une pratique interdisciplinaire. Toutefois, en ouvrant mes perspectives sur les possibilités créatives de médiations culinaires, j'ai pu observer ses limites (cf. *Nouveaux statuts de Repas ; La part numérique dans les moments culinaires*). Ainsi, j'aimerais à la fois poursuivre à explorer créativement ces questionnements alimentaires, tout en gardant ce regard critique sur ce que mon travail reflètera au sein de ce paysage alimentaire global.

Bibliographie

Ouvrages et articles

André, Jean-Louis. *Dis-moi ce que tu manges, Une histoire de la France à table*. Paris : Odile Jacobs, 2022

Chivard, Julliette & Houdart Clément. « *À table ! Ce que manger veut dire* » dans *Millepages Review*, numéro 6, Paris : Librairie Millepages, 2014.

Ernaux, Annie. *Regarde les lumières mon amour*. Paris : Seuil, 2014.

Fischler, Claude. *L’Homnivore*, Paris : Odile Jacobs, 1997.

Garcia-Pons, Tristan. *La Vie Intense*, France : Autrement, 2016.

Giard, Luce. « *L’invention du quotidien. Vol. 2, Habiter, cuisiner* ». Sous la direction de Michel de Certeau. Paris : Gallimard, 1994.

Gruyer, Léa. « *Les influenceurxs alimentaires : enjeux d'identité(s) et catégorisation* » Thèse, Université Bourgogne Europe, 2023.

Honoré, Carl. *Éloge de la lenteur*. Traduit de l'anglais par Sophie Artaud. Paris : Marabout. 2005.

Hugol-Gential, Clémentine. *Corps, Alimentation et Réseaux Sociaux*. France : Éditions du Murmure, 2024.

Laystary, Émilie. *Passer à Table, ce que l’acte de manger dit de nous*, Paris : Divergences, 2025.

Maalouf, Amin. *Les identités meurtrières*, Paris : Grasset, 1998.

Miles, Steven. *La société de l’expérience, le consumérisme réinventé*, traduit par Galaad Wilgos, Paris : L’Échappée, 2024.

Pine, Joseph & Gilmore, James H. « *Welcome to the Experience Economy* », dans Harvard Business Review, juillet – août 1998.

Pollan, Michael. *In Defense of Food: An Eater's Manifesto*. New York : The Penguin Press, 2008.

Poulain, Jean Pierre. *Sociologies de l’Alimentation. Les mangeurs et l'espace social alimentaire*. France : Odile Jacobs, 2021.

Rosa, Harmut. *Aliénation et accélération : Vers une théorie critique de la modernité tardive*. Paris : La Découverte, 2012.

Turkle, Sherry. *Seuls Ensemble : de plus en plus de technologies et de moins en moins de relations humaines*. Paris : L’Échappée, 2011.

Verbunt, Gilles. *Penser et Vivre L’interculturel*, Collection Savoir Penser, Paris : Chronique Sociale, 2011.

Wessell, Adele. « *We Are What We Grow: Reading a Tastescape as a Text of Cultural History.* », article 14, volume 9, 2010. (<https://doi.org/10.52086/001c.31525>)

Articles de presse

Cheng, Fontaine. « *Edward Lee on “Culinary Class Wars,” His Struggle with Identity and the Future of Innovation* ». *Tatler Asia*, 3 mars 2025.

Consulté le 15 janvier 2026.

www.tatlerasia.com/dining/food/edward-lee-march-cover-interview

Ducher, Maxime. « *Dans ce cinéma de Paris, savourez une toile en dégustant des encas en lien avec le film* ».

Le Parisien, le 15 décembre 2024.

<https://www.leparisien.fr/paris-75/a-paris-le-pee-de-bois-fait-rimer-cinema-et-gastronomie-il-y-a-un-vrai-lien-entre-la-nourriture-et-le-film-15-12-2024-K5VM2BBZHRAU3GM2TDMFWK4RLE.php>

Graveleau, Séverin. « *Les influenceurs alimentaires font aussi la promotion d’un mode de vie, de valeurs et de*

normes sociales ». Interview de Léa Gruyer. *Le Monde*, 9 décembre 2025. Consulté le 14 janvier 2026.

https://www.lemonde.fr/campus/article/2025/12/09/les-influenceurs-alimentaires-font-aussi-la-promotion-d-un-mode-de-vie-de-valeurs-et-de-normes-sociales_6656579_4401467.html

Iribarnegaray, Léa. « *Une tendance forte chez les jeunes : le végétarisme, nouveau marqueur générationnel et social* ». *Le Monde*, 16 février 2021.

Consulté le 17 décembre 2025.

https://www.lemonde.fr/campus/article/2021/02/16/une-tendance-forte-chez-les-jeunes-le-vegetarisme-nouveau-marqueur-generationnel-et-social_6070070_4401467.html

Labro, Camille. « *Le Gargouillou de Michel Bras* ». Le Goût du Monde, *Le Monde*,

23 octobre 2014.

https://www.lemonde.fr/m-styles/article/2014/10/23/le-gargouillou-de-michel-bras_4510766_4497319.html

Conférences

Laystary, Emilie. *Conversation Comestible #4*.

Conférence en ligne pour l’École Comestible. France, 06 janvier 2026.

Hong, Mélanie ; Kay, Tony & Vann-Deth.

« *Le rôle de la gastronomie dans les cultures asiatiques et sa réappropriation par les nouvelles générations* ».

Paris, 22 janvier 2023

Vidéos

Lebsanft, Max. « *Les intolérances alimentaires : mal du siècle ou illusion ?* ». Dans Les questions qui fâchent, ARTE documentaire, vidéo, 27 min, 2022.

https://www.youtube.com/watch?v=47hnnj_YxWw

Moritz, Paloma, et Catherine Jacquemart.

« *Alimentation : tout est fait pour vous faire choisir des produits mauvais pour la santé* ». *BLAST - Le souffle de l’info*, 14 avril 2025. Vidéo, 60 min.

Consulté le 24 septembre 2025.

<https://www.youtube.com/watch?v=QYAp8Cln9IA&t=737s>

Sites web

Beurais, Clément. *Ultraviolet by Paul Pairet*.

Consulté le 15 janvier 2025.

<https://clementbeurais.com/project/ultraviolet>

Parienté, Jonas, et Emma Luchini.

« *The Grandma’s Project* ». Web-documentaire, France, 2006.

<https://www.grandmasproject.org/films>

Podcasts

Broué, Caroline. « *Qu’est-ce qu’on mange ?* », entretien avec Serge Hercberg, dans À voix nues, de la série *Serge Hercberg, combattant de la nutrition*, épisode 5.

Podcast, 25min, 8 mars 2024.

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/a-voix-nue/qu-est-ce-qu-on-mange-1737350>

Fernando, Amy. « *How to Become a Founder of a Cinematic Dining Experience* ».

Interview par Grace Stevens. How to Become a..., podcast, 40 min, 21 janvier 2026.

<https://shows.acast.com/how-to-become-a/episodes/how-to-become-a-founder-of-a-cinematic-dining-experience>

de La Porte, Xavier. « *Pourquoi s’est-on mis à tout noter ?* », entretien avec Vincent Coquaz, dans

Le code a changé. Podcast, 48min, 26 octobre 2020.

<https://www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/le-code-a-change/pourquoi-s-est-on-mis-tout-noter-avec-vincent-coquaz-5989451>

Laystary, Emilie. « *Bouffons, Tous fous de food studies* », entretien avec Jean-Pierre Poulain. In Bouffons, épisode 227. Podcast, 27min, 14 juin 2023.

<https://podcasts.audiomeans.fr/bouffons-d16ba2f94580/227-bouffons-fou-de-food-studies-cf9cec07>

Annexes

Entretien avec Arouny

Peux-tu te présenter et expliquer ton activité actuelle ?

Ce que je fais actuellement, c'est difficile à l'expliquer. Dans le sens où j'ai un projet global, une finalité, qui serait de sortir un livre qui parlerait de la culture et des traditions culinaires du Laos. Donc je ne ferais pas forcément un livre de recettes, mais plus les dimensions culturelles, voir sociales et traditionnelles de la nourriture au Laos, du point de vue d'un enfant d'immigrés nés en France.

Et pour me documenter et pour étoffer toutes mes observations. Je suis aussi guide d'un food tour culinaire dans le 13^e où je parle des cuisines chinoise, vietnamienne et laotienne.

À côté de ça, j'ai un compte Instagram sur lequel je parle de ce qui me chante. Souvent, je parle d'un plat et j'en fais un post photo ou vidéo, et j'écris un texte qui l'accompagne. C'est à la fois un entraînement à l'écriture et à la recherche historique. Ça peut partir d'un souvenir ou d'un fait historique.

Donc, je reviens sur le sur mon parcours à moi personnel. Je suis fille d'immigré. d'Asie du sud est née en France. Et même si c'est une richesse tout ça, parfois, on se ressent une grande incertitude sur nos appartenances culturelle.

Avant, je faisais tout autre chose. J'étais responsable de production vidéo à la Fnac.

En fait, j'ai fait mon parcours dans un univers très occidental. Et il y a eu un moment où ça m'intéressait plus, dans le sens où ça ne t'apporte plus rien. Puis il y a eu le Covid, comme beaucoup j'ai ressenti le besoin de trouver du sens. Donc j'ai sauté le pas, j'ai quitté le monde de l'entreprise, et je me suis lancé en freelance.

Comment est arrivée l'envie de partager ces histoires sur les traditions alimentaires ?

C'est arrivé très progressivement. Je viens d'une famille où simplement on aime manger. C'est à dire que dès qu'on se voit, on mange. C'est notre manière de faire la fête quoi. On mange et il se passe des choses autour de la table. Enfin c'est intrinsèque à nos vies. J'inclus toute la famille quoi. Et ça n'a jamais vraiment été conscientisé. Et de toute façon, c'était juste la réalité, le quotidien. Ça je m'en rends compte aujourd'hui.

Le vrai déclic, ça a été une période où, en six mois, on a eu trois décès dans la famille. À force de répéter les mêmes choses, j'ai remarqué les rituels autour des enterrements. Ce qui m'a frappée, c'est qu'aux trois enterrements, on mangeait exactement la même chose. Les enterrements durent au minimum trois jours, parfois jusqu'à une semaine. Pendant la veillée, on installe un autel avec la photo du défunt. Et trois fois par jour, on lui prépare un plateau repas comme pour nourrir son âme. Le jour de la cérémonie, qui est souvent bouddhiste, on accueille les moines dans la maison, on les fait manger, on prie autour de la nourriture. Ensuite, au crématorium, pendant que certains restent préparer à manger à la maison du défunt, la cérémonie se déroule ailleurs. Quand tout le monde revient, on se lave les mains symboliquement pour enlever toutes les émotions accumulées, puis on mange immédiatement.

Mais on ne mange pas juste parce que c'est bon. On mange pour reprendre des forces après une semaine émotionnellement épuisante. C'est une façon de dire que là où il y a la mort, il y a aussi la vie. Et comme je le dis, la vie, c'est manger.

Est ce que ce livre pour toi est aussi une sorte d'archive ?

Au départ, je voulais écrire le livre plus pour ma connaissance personnelle. Mais tu me diras, pourquoi écrire un livre pour ses connaissances personnelles ? Je ne sais pas, mais en tout cas, c'était ça.

En fait, une des questions que l'on m'a le plus souvent posées dans la vie, c'est : « t'es de quelle origine ? ».

Donc j'ai fini au fur et à mesure des années, à avoir une réponse toute faite qui est : « Mon père est chinois, ma mère vietnamienne. Ils sont nés au Laos et moi je suis née en France » et après, je laisse les gens interpréter comme ils veulent parce que je n'ai pas la réponse à la question précise « Quelles sont tes origines ? ». Il y en a qui me disent qu'il faut choisir, ou d'autres qui me dise qu'ils comprennent pas, et d'autres qui me réduisent à la nationalité française.

Mais le fait de pas avoir la réponse finalement, je me suis dit il y a quand même dans notre quotidien, nos pratiques sont un mélange entre le Laos, de la Chine et un peu du Vietnam pour ma part. Donc on connaît que partiellement parce que je suis née en France donc je n'ai pas vécu conditionnée là bas. J'ai donc voulu creuser ça en me disant que j'incarne quelque chose, comme un clash des cultures, mais je ne suis pas sûre de bien les connaître. Au départ, c'était pour m'expertiser moi-même. Mais en réfléchissant, c'est devenu beaucoup plus psychologique : *qui suis-je ? Quelles sont mes références ? À part ma famille, vers qui je peux me tourner ?* Puis à un moment, entre 2020 et 2022, j'ai commencé à regarder beaucoup de séries coréennes, et je me suis reconnue dans certains usages, comme enlever ses chaussures en entrant chez soi. C'est juste des petits détails qui m'ont fait prendre conscience que l'on manque de représentations asiatiques dans l'espace public.

C'était donc aussi une manière de représenter, au cas où il y aurait au moins une personne sur terre qui aurait besoin de voir un quelqu'un qui parlerait publiquement de sa culture, donc de représenter.

Mais aussi sur un niveau intra-famillial, je me suis dis, si personne ne le fait dans ma famille, personne d'autre va le faire. Et comme j'ai eu l'impulsion, je vais alors le faire. Et que si ça ne marche pas, au moins ma famille sera contente. Ou dans le pire des cas, si ça intéresse personne d'autre en dehors de ma famille, au moins ça servira d'archives.

Donc pour moi, il y a plusieurs dimensions, plusieurs strates : La représentation identitaire, l'héritage culturel pour les générations futures, mais aussi un héritage personnel et familial, un objet de référence matérielle pour conserver des pratiques immatérielles.

Mais il y a aussi une partie de matérialiser tout ce qui est dans tous ces rites qui sont immatériels ?

Oui. Au pays, ça se transmet par la pratique : les enfants reproduisent ce que font les parents. En France, ce contexte manque. Par exemple, pour le Nouvel An lunaire chinois, il y a tout un code dans la disposition des plats, l'encens, la place des ancêtres, etc. Nous, on reproduit parfois ces gestes sans forcément comprendre leur sens profond. Ou plutôt, on a moins réceptionné parce qu'on a pas tout le contexte autour qui fait que nous y sommes obligés de s'y intéresser, et on est obligé d'apprendre pour reproduire. Parce qu'on est dans un pays qui est dominé par une autre culture.

Je me suis dit que si on ne s'y intéresse pas, ça peut se perdre. Je suis moins alarmiste aujourd'hui, mais je pense toujours que ça vaut le coup de faire un minimum d'effort pour apprendre, intégrer et savoir en parler, même si on arrête un jour de les pratiquer. Car même si un jour, on arrête de les reproduire, on saura au moins en parler. D'où l'importance du support matériel. Parce que au pays, comme je disais, ça se transmet souvent à l'oral. Ici c'est pas assez, parce qu'on n'est pas dans le contexte entier de la culture en elle-même. Donc, je me suis dit que l'écrire de le mettre sur papier, ça pouvait être pas mal.

Est-ce que tu penses qu'on s'éloigne de ces traditions, notamment à cause du manque de représentation ?

Est-ce que c'est un facteur qui nous bloquerait à accepter cette part de notre culture qui n'est pas dominante en France ?

Je vais commencer à parler de mon cas. Je me rend compte aujourd'hui que j'ai eu une sorte de déni. Pas un rejet, mais un cloisonnement. Ma culture liée à mon héritage familial, je la vivais avec ma famille. Et ma vie « française » avec mes amis. Je ne mélangeais pas les deux, sans trop savoir pourquoi. Avec le recul, je me suis un peu reproché cela, mais ce n'était pas non plus ma faute. Mais aujourd'hui j'ai pris conscience de cette sorte de déni, et j'esuis en train de me réajuster. Et il y a un truc qui est très rassurant, c'est que je me rend compte que finalement, même si je ne suis pas experte en tout, j'ai pas mal de connaissances. C'est juste une question de prendre conscience de tout cela pour réveiller des souvenirs d'enfance fragmentée en ces deux sortes d'identités, de recoller les morceaux comme un puzzle. Je me suis peut-être autocensurée, mais maintenant j'essaye d'intellectualiser cela en rajoutant une vision plus adulte à ça.

Et maintenant, j'observe aussi mes petits cousins qui ont entre la vingtaine et la trentaine, qui sont les primo descendants et de ce que j'ai vu pendant ce temps, je trouve que vous êtes aussi rattachés à notre culture, mais probablement d'une manière différente.

Et c'est aussi une des raisons pour lesquelles je me suis dit que ce livre pourrait servir car il y aura un intérêt. Ça pourrait réveiller des choses ou répondre à des choses. Donc le lien est là, il existe.

Selon toi, ces représentations médiatiques croissantes des asiatiques du Sud-est permet-elle de redorer d'une certaine manière l'image que l'on a de nous ?

La réponse globale sans réfléchir, c'est oui. Mais il y a toujours des nuances dans mes réponses. Si on parle par exemple d'un point de vue, on va dire commercial. Là je vais parler de la BAO Family. Oui, carrément, ça redore carrément l'image de ces communautés asiatiques. Au-delà de redorer, ils modernisent l'image. Je trouve que ça montre aux gens qui ne sont pas forcément très familiers avec la culture chinoise, que les restos chinois par exemple, ce n'est pas que des bouibouis avec des tables qui collent et des cartes écrites en chinois avec des traductions moyennes en français. Ça existe encore, et ça fait partie

d'un folklore que je trouve important à garder. Mais par extension, ça peut donner une image un peu arriérée de ces populations-là. Et donc la Bao family, a fait tout ce travail marketing et d'identité de marque modernisant l'image de la cuisine chinoise. Personnellement, je n'avais pas l'impression qu'on était considérés comme des gens cool quand on était asiatique plus jeune. Et aujourd'hui, on l'est notamment grâce à un exemple comme la Bao Family.

Et d'un autre côté, à titre personnel, ça ne me suffit pas. Parce que moi, dans mes origines, il y a le Laos qui est un pays un peu oublié, donc une culture plutôt oubliée. Si l'on prend le soft power en exemple ; le *Hallyu* pour la Corée du Sud, ils mettent des milliards et des milliards sur ce domaine du soft power qui est de représenter le pays à travers des biais culturels. La Thaïlande le fait un peu moins sur le côté culturel, mais sur la nourriture, notamment le tourisme. Et le Laos, a malheureusement moins de moyens. Ils le font moins, voire pas du tout. Mais au-delà de ça, cela fait que les gens s'intéressent moins au Laos, car ce n'est pas vraiment « tendance ». Et comme il manque de représentation du Laos, je ne suis alors pas vraiment satisfaite personnellement. Ce n'est pas que les autres qui représentent les autres pays le font mal, non, c'est juste que ça manque de mon pays, de ma culture.

Mais la réponse est dans la question : si ça manque, autant le faire soi-même. Il existe déjà des personnes formidables qui représentent d'autres cultures comme Mélanie Hong, Grace Ly, Mélodie Ung... Parmi d'autres qui permet de créer une sorte de mosaïque. Il manque juste encore certaines pièces, il manque encore un peu de certains pays. Alors, j'ai décidé que j'aillais le faire.

Peux-tu expliquer ta pratique avec tes food tour ?

Tu réserves un créneau de trois heures, tu viens dans le 13^e arrondissement à une adresse précise, et on fait un parcours à pied. On s'arrête dans cinq adresses choisies avec l'équipe et on goûte huit plats chinois, vietnamiens et laotiens ; les cultures les plus représentées dans le quartier. Puis je raconte l'histoire du quartier, des plats, comment ils sont cuisinés, leur origine culturelle, et je réponds aux questions. En gros : tu marches, tu manges, et tu m'écoutes parler d'histoire, de culture, de lieux, de plats, de gens et du quartier.

Est-ce que ce travail t'a permis d'aborder des sujets plus complexes liés aux traditions ?

Pendant les food tours, je fais très attention au vocabulaire que j'utilise pour ne pas renforcer les clichés ou les généralisations. Par exemple, je précise toujours ce que j'entends par « Asie », en citant les pays, et en rappelant que l'Inde, l'Afghanistan ou l'Indonésie font aussi partie de l'Asie, car géographiquement, l'Asie est très diversifiée, je le précise. Quand le groupe est réceptif, j'aborde parfois le sujet du colonialisme, avec prudence, car je ne suis pas experte. Mais par exemple, j'explique que le *Bánh Mi* existe parce que la France a colonisé le Vietnam, pas parce que c'est un plat franco-vietnamien. Ça dérange parfois, mais ça permet de déplacer le regard occidental et de regarder l'histoire autrement. Enfin en fait j'essaie. J'essaie de tourner le point de vue, de ne plus avoir le regard occidental, mais le regard neutre en fait, de regarder par-dessus l'histoire. Et ça, personnellement, j'apprends à le faire aussi puisqu'on est né en France en fait. Donc, on a une vision occidentale des choses, il ne faut pas l'oublier. Mais j'apprends, et ça m'apporte beaucoup de débloquent on va dire la vision occidentale par rapport à l'histoire, par rapport aux plats, ce que je raconte aux gens

Est-ce que cela t'aide d'une manière dans ta quête personnelle de parler de tout cela ?

Ça m'aide beaucoup dans le sens où j'affine mon discours. Je ne sais pas y répondre et je suis honnête avec eux. Je leur dis mais du coup ça me m'aide beaucoup parce que je note ces questions et je vais chercher. Mais ça m'aide aussi pour l'instant, ça m'aide, ça m'alimente. Surtout au début où en fait ça me donnait plein d'idées de contenu à publier sur Instagram, soit en plat, soit une histoire. Et le fait d'avoir les gens en face. C'est différent que d'écrire un texte pour des gens derrière leur écran.

Mais je pense que justement pour on va prendre l'exemple d'un seul plat, je vais en parler en face à face dans un contexte, donc du quartier, certainement différemment de comment je vais en parler sur Instagram. Parce que sur Instagram, je peux prendre le temps d'écrire un texte en lien.

Est-ce important de montrer l'histoire des communautés immigrées aux touristes ?

Oui, parce que dans les années 70 il y a des centaines de milliers d'immigrants qui sont arrivés en France, notamment à Paris, et que ceux-là même qui sont arrivés à Paris, ils sont arrivés dans le 13^e pour une raison que j'explique dans le photo. C'est donc absolument légitime d'en parler aux touristes aussi parce que c'est un pan de l'histoire d'un quartier de Paris, qui fait partie de la France. Donc oui, et le plus intéressant encore, les quelques fois où j'ai eu des Américains, des asiatiques, américains. C'est encore plus fort parce que là on s'échange les histoires mutuelles, mais surtout les petites différences autant que les points communs de culture. Avec des touristes américains, notamment asiatiques-américains, c'est encore plus intéressant : on compare nos histoires, nos différences culturelles, nos points communs. Par exemple, les Laotiens de Paris mangent les mêmes plats que ceux de San Diego, mais avec des différences liées au contexte américain ou français.

Pourquoi est-ce important de guider les gens dans ces lieux ?
Qu'est ce qui différencie des influenceurs food qui guident vers des adresses sélectionnées ?

Au départ, je ne connaissais pas le concept de food tour. C'était une ancienne collègue qui m'en avait parlé pour participer et je n'étais pas vraiment intéressée. Je me disais : « *Je connais déjà ces restos.* ». Et c'est là justement quand je me suis dit que je connais déjà, peut-être que ce serait plus intéressant d'être guide pour donner ma version des faits, plutôt que de laisser ça uniquement aux influenceurs qui ne connaissent pas forcément l'histoire des plats ou leur contexte culturel. Si cent personnes peuvent entendre un témoignage authentique, c'est déjà énorme.

Dans le choix des restos, on évite volontairement les adresses trop Instagrammable. Car elles n'ont pas besoin de notre visibilité. On préfère aller dans des lieux moins visibles, où notre connaissance personnelle des plats apporte une vraie plus-value. Mais ce qu'on va dire dessus c'est beaucoup plus approfondi que sur Instagram qui vont souvent seulement goûter un bout et donner son avis. Mais ça ne veut pas dire qu'il y en a qui le font pas, ou qu'ils font pas bien.

Annexes

Entretien avec Joanna Wong

Artiste d'origine hongkongaise, Joanna Wong explore les relations entre le vivant, la cuisine et le jardinage. Pour elle, cultiver et cuisiner sont des métaphores de la culture et de la métamorphose. À travers ses installations et performances culinaires, elle interroge les notions de migration, d'exil et d'intégration. Membre fondatrice du Collectif Enoki, elle conçoit la cuisine comme un espace de réflexion et d'expérimentation. Son travail tisse des liens avec le soin et la résilience, où l'alimentation et le geste artistique deviennent à la fois des moyens de réparation collective et un processus intime de réappropriation du corps.

Portait d'artiste par Hugues Montano

Qu'est ce que tes thématiques de travail artistique (comestible, migration, vivant...) représentent dans ton histoire ?

Au départ, je ne travaillais pas avec la nourriture, c'est arrivé petit à petit. Ça vient surtout d'une enfance avec un rapport très marquant avec l'alimentation. Mais c'est un facteur très personnel que je ne vais pas forcément venir expliquer à chaque présentation. Je pense que chaque personne a le droit de tirer un sens de ce qu'elle voit, comment lire l'œuvre.

Un œuvre plastique c'est aussi une communication non dialectique. Je ne veux pas qu'elles se limitent par les explications des cartels de ce que je souhaite qu'ils voient au travers de mes installations. Il faut accepter, voir encourager une autre lecture.

Pourquoi ce choix de médium culinaire ?

Lorsque je dis que je fais des visites gustatives, ou médiations gustatives, les premières réactions des gens, c'est de rigoler. Le sens du goût donne tellement du plaisir, on oublie que c'est un sens sérieux. On peut capter et saisir pleins d'informations, à travers le goût. C'est pourquoi je pense que c'est un point fort dans ce média.

C'est pour moi aussi très intéressant, car je peux parler de chose très politique. Au moment où j'ai fondé le Collectif Enoki avec Lauriane et Ludivine, on s'est aussi dit que c'est aussi un projet d'inclusion.

J'ai remarqué avec amis très allergiques à l'art contemporain, qui disent « *ce n'est pas pour moi* », « *on ne comprend rien* », « *on a besoin d'explications* »... Je suis aussi médiatrice au Palais de Tokyo, donc parfois j'invite mes amis à venir voir à les expo. Mais ils gardent cette même réticence, jusqu'à que je leur explique que ce sont des formats de médiation gustatifs, où ils peuvent venir manger et goûter pour comprendre l'expo. Là ils acceptent directement.

Petit à petit, j'ai compris qu'il y a aussi cette idée de parler de quelque chose de dur, mais à travers quelque chose de convivial. Donc c'est un peu une technique des raviolis de maman asiatique : on fait des raviolis très bons, mais dedans, il y a pleins de légumes mélangés dedans que l'on déteste.

En plus, je pense que même dans les conversations quotidiennes, on n'est pas forcément intéressés aux politiques du monde. Mais tu remarqueras qu'ici, peu de gens seraient contre une recommandation de bonne adresse de Dim Sum par exemple.

Par exemple, mes parents sont très apolitiques, mais ils s'intéressent au travail du wax. Donc, ils ont commencé à s'ouvrir aux politiques du monde. À partir du moment où tu as une première entrée, ça permet de voir d'autres choses qui se passe derrière tout ça. Donc il y a cette idée d'utiliser l'alimentation ou des dégustations pour ouvrir à d'autres sujets plus sociétaux.

Dans ton travail, est-ce que tu privilégies plutôt les saveurs ou sur la symbolique derrière ?

Je pense qu'évidemment, quand on travaille avec le culinaire, le goût c'est important. Sinon on fait de la sculpture, on peut faire quelque chose de très beau, mais pas bon. Donc le goût c'est important, et je le prends toujours en considération. Disons qu'il y a un équilibre, car la symbolique est aussi importante.

Je pense que l'emprunt alimentaire est très naturel pour moi. Par exemple, si on donne 5 œufs à 5 personnes, chacun fera une recette différente. Je pense que c'est très enraciné dans la première idée. Car c'est aussi de lier avec mon bagage culturel. Il est toujours sur nous, on ne peut pas l'enlever même si on n'est pas dans le même pays. Donc je pense que c'est aussi intéressant à exploiter. Mais quand on a une idée, c'est difficile de dire à quel moment on l'a. C'est ça qui est intéressant à travers la cuisine, c'est de rendre visible tous ces liens avec ce bagage qui est invisible.

Remerciements

Je tiens tout d'abord à témoigner ma reconnaissance à mes professeurs Erell Guillemer, Florence Jamet, Jérôme Duwa, Eric Boisseau ainsi qu'à Manuel Charpy pour leur aide durant la rédaction de ce mémoire.

Je remercie chaleureusement Joanna Wong, Arouny aka Hungry Arouny, Thierry Almin Keany Santana et Le Glouton pour leur temps qu'ils m'ont accordés.
Ainsi que mon collectif Lucie Robin, David Guerreiro Rodrigues et Elysa Picquendar avec qui nous formons MobiLier.

Mes remerciements vont aussi à Charlotte Nauze et Kelly Avelino pour leurs relectures attentives.

Enfin, je tiens à remercier toutes les personnes qui ont contribué aux photographies de leurs courses.

« Nouveaux paysages alimentaire »

Emelyne Phung, 2026.

Collection *Espaces à Composer*

Achevé d'imprimer en 2026 à l'imprimerie *Launay* à Paris

Munken print 115g

Fabriano *Materica Terra Rosa*

Papier 60g

Typographies

BBB Baskervvol par Bye Bye Binary

Plus Jakarta Sans par Tokotype

MobiLier par le Collectif MobiLier

École Estienne

DSAA Design et Création Numérique

Collectif MobiLier

2024-2026

