

# **ADAPTATION DE L'ÉPOUSE CUISINIÈRE AUX GOÛTS ALIMENTAIRES DE SON MANGEUR DE MARI : ÉTUDE ANTHROPOLOGIQUE DU QUOTIDIEN.**

Karen MONTAGNE<sup>1</sup>

Cette intervention repose sur l'analyse d'une trentaine d'entretiens et d'observations participantes menés auprès de femmes et d'hommes de 22 à 96 ans (1/3 de moins de 30 ans, 1/3 de 30 à 60 ans et 1/3 de plus de 60 ans), vivant en couple ou veufs, et de couples, dans le cadre d'une enquête ethnologique sur « L'alimentation au fil des générations: l'analyse de parcours de vies alimentaires au travers des procès de transmissions, innovations et intégration des pratiques, comportement et savoir-faire de mangeurs dans des espaces en mutation » (intitulé de doctorat en cours de réalisation).

Toutes classes confondues et malgré la bonne volonté déclarée de certains, l'acte culinaire au quotidien reste majoritairement une tâche féminine, aucun des hommes ou conjoint des femmes interviewées jusqu'à présent ne cuisine au quotidien<sup>2</sup>, alors que d'autres études montrent un développement de l'acte culinaire masculin journalier. On pourrait alors s'imaginer que le conjoint masculin doit se soumettre aux goûts et pratiques alimentaires de la cuisinière. Pourtant l'homme, le mari, est le prescripteur principal tant au niveau des achats que des modes de préparation des aliments. Ces femmes, qu'elles l'admettent ou non, tendent à perdre une large part de leur patrimoine alimentaire/culinaire et de leurs goûts individuels, sorte d'acculturation engendrée par la nécessité ou l'envie de satisfaire les exigences alimentaires de leurs conjoints.

---

1 Doctorante en Sociologie, Université François Rabelais – Tours, Laboratoire Citeres

2 Certaines femmes rencontrées hors du champ de l'enquête se sont montrées ravies de m'apprendre que leur conjoint cuisinait au quotidien. Cependant, ils ne sont jamais les gestionnaires de l'ensemble des étapes alimentaires : leurs compagnes avaient la charge de l'approvisionnement dans la majorité des cas, et toutes faisaient systématiquement la vaisselle de préparation et du repas lui-même. Ce partage des tâches n'est jusqu'à présent pas apparu dans le sens inverse : l'homme faisant parfois la vaisselle, parfois les courses, mais jamais de manière systématique.

## Intégration des goûts du conjoint dans la pratique culinaire

Les hommes interviewés ne semblent pas s'apercevoir de l'importance de leur influence sur la manière de cuisiner. Pour eux, c'est leur compagne qui décide de tout, qui a une complète autonomie par rapport à l'élaboration des menus. Mais en regardant de plus près leurs réponses, il est possible de constater qu'en même temps, ils se défendent d'être totalement dépendants alimentaires. Dans la pratique, ils le sont pour la plupart : ils ne cuisinent pratiquement jamais, sauf cas d'extrême urgence où ils se « préparent à manger », c'est-à-dire font cuire des pâtes ou un œuf au plat ou encore font réchauffer une pizza. Cependant leurs préférences gustatives s'immiscent continuellement dans la pratique culinaire, modifient et formatent les décisions des cuisinières qui s'y soumettent plus ou moins consciemment.

Dans un premier temps, les différences entre les deux conjoints peuvent être réellement minimales lorsqu'ils se sont rencontrés et fréquentés très jeunes, issus d'un même milieu social, ce qui a longtemps été le cas en France rurale. D'une manière assez fréquente, les deux époux estiment qu'on cuisinait de la même manière dans les deux familles.

*« Moi ce que je veux dire, c'est que j'ai eu la chance de quand j'ai épousé ma femme, c'est de tomber dans un, chez ses parents, donc un foyer où on faisait la cuisine, à peu près la même cuisine que chez mes parents donc heu, j'ai pas du tout heu été changé dans mes habitudes.. pas du tout. Ça, se ressemblait beaucoup. Bon, certaines recettes, chacun avait sa façon à lui. Mais vraiment dans l'ensemble, c'est vrai, j'ai jamais été dépaysé du point de vue repas chez toi. » M. J1.*

D'ailleurs très souvent, lors des entretiens en couple, des goûts communs sont affirmés, des goûts de couples.

*« Le pain ah non. Le pain nous ferons des kilomètres pour un bon pain, alors là, nous ne sommes pas supermarché pour le pain. Ah oui, nous sommes très gourmands du très bon pain. » M et Mme J1*

Plusieurs facteurs entrent en jeu et peuvent engendrer des modifications dans la conception féminine des menus.

- Les origines

Mme R, originaire de la Vienne, faisait de la cuisine méditerranéenne et « à la façon du nord » pour son mari d'origine corse (où il passait toutes ses vacances) né dans le nord, « parce qu'on cuisine souvent selon les goûts du mari ».

Ceci est d'autant plus vrai lors de la mise en couple de deux personnes ne travaillant pas dans la même région. A salaire équivalent, l'emploi masculin reste privilégié. La conjointe change de sol et doit s'adapter aux ingrédients disponibles de sa région d'adoption, changeant souvent également ses recettes. C'est le cas entre autres d'Alexandra : d'origine Bordelaise, ayant travaillé plusieurs années en Allemagne puis à Paris, elle s'est installée dans le sud-est de la France pour vivre en couple. Très peu cuisinière, et n'aimant pas vraiment cette activité domestique, les seuls livres de cuisine qu'elle ait achetés semblent dater de cette installation : un ouvrage général, un sur les desserts, deux sur la cuisine légère et quatre ou cinq consacrés à la cuisine méditerranéenne.

- La prise de repas hors domicile

Dans de nombreux couples rencontrés, surtout ceux où la conjointe ne travaille pas à l'extérieur, les nouveautés alimentaires sont introduites presque exclusivement par le mari. En effet, les repas d'affaires et les déjeuners en restaurants d'entreprises sont des occasions de découverte et d'agrandissement de la palette alimentaire.

Ainsi dans la famille de M. B., madame restait au foyer avec les sept enfants et Monsieur, représentant international, ramenait les recettes et produits régionaux de France et des différents pays visités.

Aujourd'hui encore, dans les couples ayant des enfants, la mère tente très souvent de se libérer de ses obligations professionnelles et rentre déjeuner au domicile pour leur éviter la cantine scolaire.

- La participation à l'approvisionnement en ingrédients par l'achat, la production ou la chasse : des aliments que la compagne doit préparer !

En fonction de leur âge et de leur emploi du temps, une partie des hommes interviewés participent aux achats, vont faire des courses. Cette participation ne constitue généralement qu'une part infime des achats nécessaires au couple : le pain est la denrée la plus fréquemment achetée. Mais ces courses sont l'occasion pour le conjoint de ramener ce qu'il a envie de manger, des produits que sa compagne n'achète généralement pas.

Ainsi Hugo profite de son passage à la boulangerie pour s'offrir des éclairs au chocolat qu'il partagera gentiment avec Christiane, au régime.

Aldo quant à lui va systématiquement au marché le samedi matin d'où il ramène du fromage fermier, des huîtres, des légumes frais et des huiles diverses qui seront utilisés par son épouse dans les préparations de la semaine.

L'époux devient logiquement prescripteur en choisissant les plantations de son jardin potager et de son verger. Majoritairement chez les plus de cinquante ans, que ce soit en ville ou à la campagne, il est fréquent que le conjoint décide de consacrer une partie du jardin à un potager dont la taille varie d'un mètre carré de plantes aromatiques à l'hectare de légumes (souvent suite à la recherche de légumes au « goût vrai »). Les épouses y participent bien entendu, mais doivent également procéder à la mise en bocaux, préparer pour congeler, utiliser les produits fraîchement récoltés, ce qui est peut être un plaisir lorsqu'il s'agit de produits qu'elles aiment, mais ce qui n'est pas forcément le cas. Dans ce cas de figure, elles vont néanmoins les cuisiner pour ne pas gaspiller.

Dans le même esprit, la cueillette des champignons est un loisir de week-end pour certains d'entre eux. Ils reviennent parfois avec plusieurs kilos de girolles, chanterelles ou cèpes de pin, qu'il faut rapidement nettoyer pour ne pas en perdre. Il arrive que certains estiment avoir fait leur part du travail en les ramassant, et que leurs épouses passent plusieurs heures debout à trier, nettoyer, faire cuire, et mettre en bocaux cette récolte qu'elles ne mangeront que du bout des lèvres car elles n'en apprécient pas la consistance, mais qu'elles mangeront quand même pour ne pas offenser le ramasseur et grand amateur.

Il en va de même pour les épouses de chasseur, qui préparent des salmis de palombes, de pintade, des épaules de biche ou du sanglier en les faisant mariner, s'appliquant à réussir ces mets selon la bonne recette, celle qui conviendra le mieux au chasseur valeureux.

Car, en effet, les conjoints ont tendance, même s'ils pensent ne pas être difficiles à vouloir consommer ce qu'ils ramènent et le reste, cuisiné d'une certaine manière : outre certains types d'aliments fétiches comme les féculents, ce sont des plats élaborés qui les font saliver : ils réclament, demandent gentiment ou exigent.

L'exigence la plus couramment rencontrée est la variété des menus.

*« Oh non, oh non, moi j'aime varier,, j'aime varier. Ah oui, moi, j'aime pas manger tout le temps la même chose. » « Ah oui, c'est elle qui décide des menus, bon ben de temps en temps, il m'arrive de dire bon ben, j'aurai envie de manger ça ou ça. » (Rires)*

- Et elle vous fait plaisir. ?

*« Ah oui, des fois elle le fait, elle le fait, ça dépend. » Mr S1*

D'ailleurs lorsque l'on demande à la cuisinière si certains plats reviennent un peu plus souvent que les autres, la réponse est systématiquement qu'elle varie, qu'elle varie beaucoup ses menus.

Viennent ensuite les féculents et la viande qui doivent « impérativement » être présent au moins au déjeuner.

« Ah oui, il faut la viande, si il a pas la viande, heu... ».Mme L1

Les épouses constatent d'ailleurs qu'elles cuisinent souvent ce que leur réclament leurs maris, que ce soit la soupe ou un dessert

« Mais il est très dessert, hein. Très gourmand. Beaucoup plus que moi, il lui faut ses petits desserts. (Il me dit) qu'est-ce qu'il y a après ? »Mme J.

« Non, non, si il avait envie de manger quelque chose que je n'avais pas fait, il allait faire ses courses, il me dit « je vais faire mes courses », il revenait, il mangeait ce qu'il avait envie « j'ai pas envie de ce que tu fais » ». » « Oh ben non, je lui préparais, je lui préparais quand même ! » « il me disait, tiens j'ai pris » ça quand même, il faut pas abuser ! » Mme I

- D'autre part, ils refusent certains produits.

Ce sont souvent des ingrédients qui facilitent la tâche de la cuisinière, les surgelés, que pourtant ils utilisent lorsqu'ils se retrouvent seuls.

« et j'ai même acheté ces sachets de tous les légumes, tout ça, c'est pas mal aussi, mais bon, mon mari aime moins, alors il me dit, lui aussi, il revient à ses légumes du jardin, il fait une barbe (grimace) un peu. » Mme L2

Certains ont également des exigences quant aux odeurs de cuisine qu'ils ne veulent pas sentir en rentrant dans la maison. L'efficacité de la hotte aspirante n'étant pas jugée suffisante, un certain nombre d'aliments odorants sont bannis des cuisines. C'est le cas pour plusieurs poissons (sardines), pour le mouton (hormis le gigot) et pour le chou sous toutes ses formes.

- Enfin pratiquement tous les hommes rencontrés sont considérés ou se considèrent comme ayant des troubles digestifs qui les amènent à privilégier certains aliments : les féculents, et à en refuser d'autres : les légumes, surtout les verts.

En discutant avec leurs compagnes, on s'aperçoit qu'effectivement certains ont une réelle fragilité, mais que certains aliments incriminés sont également des aliments qu'ils n'aiment pas d'un point de vue gustatif sans qu'il y ait de relation de cause à effet. Consommés dans d'autres contextes ou inclus dans des recettes qui les rendent inidentifiables, ces ingrédients ne provoquent aucun trouble particulier.

Il est néanmoins vrai que dans certains cas très particuliers, les douleurs provoquées par certains produits sont telles que goûts et obligations alimentaires se confondent.

« Elle connaît parfaitement maintenant mes goûts, elle m'achète, elle fait très bien la cuisine et [...] tout ça est merveilleusement, me va merveilleusement je ne veux pas sortir de ce cadre (régime) qui me convient » M.J2

## **Des femmes dans une fonction nourricière**

Alors que le discours des jeunes couples observés est plutôt en faveur d'un partage équitable des tâches domestique, celui des jeunes femmes surtout. Pourtant il semble que la cuisine revienne de manière constante à la femme, le conjoint s'occupant des tâches annexes : vaisselle, servir et débarrasser la table, tâches qu'il n'accomplit pas régulièrement d'ailleurs. Ainsi, Christiane refuse de laisser la vaisselle de la journée dans l'évier pour ne la faire qu'une fois par jour, comme son compagnon le souhaite, et la lave donc à sa place trois à cinq fois par jour.

Alexandra, elle, a renoncé à laisser son conjoint cuisiner depuis qu'elle a décidé de perdre du poids, elle fait donc la cuisine et remarque que vraiment ils « mangeaient mal » : pizza et plats préparés, pâtes et fromage.

Cette appropriation féminine de la sphère alimentaire semble coïncider à chaque fois avec la volonté de confirmer les liens du couple, ce qui est encore plus visible lorsque le désir d'enfant s'installe.

Mais ce partage des tâches peut simplement avoir été remis en question à la suite d'un accident, c'est le cas de Lucy qui s'est mise à faire la vaisselle lorsque son conjoint s'est cassé le bras, mais celui-ci semble y avoir pris goût puisqu'elle ne peut plus y échapper, alors qu'il est déplâtré depuis six mois.

- Chaque cuisinière rencontrée déclare vouloir faire plaisir à son compagnon lorsqu'elle élabore un menu, fait ses courses et cuisine, ce qui se retrouve même chez les plus réfractaires à cette idée.

Ainsi, certains aliments sont achetés alors qu'ils ne seront consommés que par le conjoint. C'est systématiquement le cas des desserts. Ainsi, Jane, outrée à cette idée, admet finalement ne jamais manger de « petits suisses », ni de yaourts à la grecque, pourtant toujours présents dans son réfrigérateur. De même, Christiane me raconte que chaque fois qu'elle fait les courses, il y a les crèmes mont-blanc avec les paquets de cigarettes russes en sachet pour qu'il y ait le bon nombre de cigarettes par crème, et elle prend aussi systématiquement du hachis parmentier en portion individuelle pour Hugo.

La femme connaît assez tôt les préférences alimentaires de son conjoint, si bien que l'élaboration du menu n'est rapidement plus source de conflit : elle choisit parmi les ingrédients et plats de la gamme alimentaire de celui pour qui elle cuisine.

*« mais je leur demande pas ce qu'ils veulent parce que je sais ... heu »* Mme S2

Presque toutes demandent à leur mari ce qu'il veut manger ou si ce qu'elles ont prévu leur convient.

*« Si si si, elle me demande, « qu'est-ce que tu veux manger? » ou comme ça, mais.. »* M. C.

Et leurs menus sont donc prévus en conséquence.

*« Alors les œufs, les œufs à la coque ou en omelette. A la coque, c'est une fois par semaine. Mon mari les préfère comme ça ! »* Mme G.

- Pour satisfaire les goûts de leurs compagnons, nombreuses sont celles qui empruntent des recettes ou apprennent à cuisiner auprès de leur belle-famille.

C'est le cas de Marie qui est la seule de sa fratrie à faire une farce à l'ail pour les volailles et à la retenir d'un croûton de pain aillé. Marion, qui ne savait pas cuisiner au début de son mariage, est aujourd'hui réputée dans sa famille pour son lapin, recette que lui a « amené » son mari parce que sa « belle-mère faisait un lapin très bon, j'ai commencé à apprendre la cuisine de lapin, c'est lui qui me disait ce qu'il fallait en plus, en moins, etc. »

*« Il y a des recettes que j'ai pris de ton père, je dis son père, parce que c'est lui qui cuisinait. L'omelette aux pommes de terres, la morue limousine parce qu'il est limousin, et il y a des plats que tout le monde aime bien. »* Mme J

*« C'était pas rare que mon mari me réclame, et puis tout le monde mangeait pareil, de la, comment ça s'appelle ? des flocons d'avoine, parce que vous avez été élevé comme ça, sa maman dans le nord faisait cuire. Ça venait peut être de la guerre, là, je sais pas. Du lait avec des flocons d'avoine et ça mon mari, c'était son grand régal, alors moi aussi j'aimais bien, alors je mangeais de flocons d'avoine, on faisait cuire ça dans du lait, sans sucre, sans rien et après au bord de l'assiette, on mettait de la cassonade et on mangeait avec de la*

*cassonade, ça s'était à la mode du nord, et comme c'était resté une habitude, ma belle-mère m'avait appris ça, mon mari adorait, bon, ma fille en mangeait, enfin, toute la famille en mangeait* ». Mme R.

Le rapport à la belle-mère est reconnu comme primordial par certaines, ce qui est logique puisque c'est dans la cuisine maternelle que se développent les appétences et répulsions de chacun.

- Parce qu'en général les hommes refont...« *la cuisine de leur maman* » Mme I.

Christiane me fera remarquer que son compagnon n'a jamais vécu seul, il est passé de sa mère à elle.

- La responsabilité diététique

Comme ce sera le cas par la suite avec les enfants, les cuisinières sont propulsées au poste de responsable de la diététique du couple. Certains d'ailleurs voient à peine leurs accusations : s'ils ont des problèmes de cholestérol, diabète, cardiovasculaire ou de poids, c'est parce que leur épouse ne fait pas beaucoup d'efforts.

Et pourtant, cette fonction est prise très au sérieux par toutes les cuisinières rencontrées, même chez les plus jeunes qui se font un devoir de convaincre leurs conjoints d'adopter une alimentation qu'elles jugent plus saine que celle qu'ils consomment lorsqu'ils sont seuls, ou qu'ils préparent occasionnellement pour repas du quotidien.

*« Et il faudrait que j'apprenne à faire ça (faire stériliser des bocaux de plats qu'elle prépare), parce que, je dis à Steph, je vais te préparer des plats plutôt que, faut que tu arrêtes les pizzas »* Laure.

D'autres ont dû se conformer dès le début de leur mariage à des prescriptions médicales pour préserver la santé de leur mari et cuisiner selon cette diète quotidiennement. Avec l'arrivée des enfants, le mari est moins privilégié, mais la mère de famille s'arrange généralement pour prévoir deux menus afin de ne léser personne. Cependant lorsque le couple se retrouve à nouveau seul, elles adoptent à nouveau le régime de leur mari.

Mr J2 a une alimentation très spécifique du fait d'un réel désordre intestinal grave depuis l'âge de 25 ans qui ne lui permet de consommer que des féculents, certaines viandes non grasses et du poisson, aucune sauce et pratiquement pas de matière grasse. *« Oui, elle cuisinait déjà bien et elle s'est adaptée à cette cuisine plus simple d'ailleurs si vous voulez, mais en recherchant plus la qualité, et s'est parfaitement adaptée »*.

Mme R suivait le régime de son mari atteint d'une hépatite dont il est mort au bout d'une dizaine d'années, alors que son état de santé personnel nécessitait un tout autre type d'alimentation.

L'épouse refuse de mettre en échec le régime de son mari en le tentant avec des aliments auxquels il n'a plus droit.

*« - On prenait le café en se levant, vers 6 ou 7 heures quand on se lève, et à 9 heures, comme elle vous a dit, on déjeune quoi, bon maintenant, on déjeune avec du café au lait et des biscottes, bon pour...on a pris cette habitude. Mais, il y a pas si longtemps que ça, on déjeunait avec du saucisson, du boudin, du pâté, des trucs comme ça, heu du vin rouge et on partait travailler. Et je crois qu'il y en a beaucoup qui le font encore, hein, ici.*

- Y en a oui encore.

- Voilà, oui oui oui. Mais nous on a pris, on a pris un peu l'habitude.

- Comme toi il te faut pas trop de produits comme ça, alors.

- Voilà, voilà il me faut un peu pas trop salé, alors, on s'est mis comme ça. » Mr et Mme L1

Ces femmes sont tellement impliquées dans le régime particulier de leurs conjoints que ces derniers en oublient presque que seuls eux ont des problèmes de santé et non leur épouse.

M. D., suivi médicalement pour son cholestérol parle des margarines pro-Active « *Dès leur sortie, on les attendait avec impatience, d'ailleurs.* »

### Conséquences sur l'alimentation féminine au quotidien

- Les femmes interrogées parlent toutes des sacrifices et privations auxquels elles se soumettent : elles n'achètent et ne préparent que rarement ce que leur conjoint n'aime pas.

« *Des courgettes, heu les poivrons pas tellement parce que mon mari n'aime pas le poivron. Enfin j'en mets un petit peu, un petit peu, voilà.* » Mme S2

Elles optent souvent pour des préparations qu'elles n'aiment pas particulièrement.

« *Mais moi je les préfère comme ça, parce que l'autre, il les aime en omelette, moi l'omelette...* » Mme S1.

Marie s'est rendu compte que, depuis qu'elle est mariée, c'est l'omelette baveuse ou aux pommes qu'elle ne fait jamais plus, son mari ayant une préférence pour l'œuf bien cuit dans l'omelette, agrémentée de pommes de terres ou de champignons.

« *Mon mari est pareil. Heureusement (rires). Sinon je lui en prendrai pour lui.* » Mme S2

« *J'aimerais relever (les plats), moi davantage. Par goût.* » Mme J1

Et elles se privent ainsi de certains aliments qu'elles aimeraient consommer davantage

« *Et puis attendez, attendez, pour lui, je ne fais pas un potage comme j'aimerais, parce que mon mari ne supporte pas le poireau, alors quand vous faites un potage et que vous mettez pommes de terre et carottes, heu moi j'ajoute un petit peu une gousse d'ail ou un peu pour donner un petit peu de goût quand même parce que c'est pas le vrai vrai potage, alors tu vas pas faire la grimace en plus... pour toi je fais des potages heu c'est pas des vrais. j'ai dû acheter quelque poireaux, parce que comme je suis privée de poireaux, je me suis acheté quelques poireaux congelés, comme ça.* » Mme J.

Laure, qui a une réelle passion pour le vin achète cependant de très bonnes bouteilles mais qu'elle ne garde pas chez elle : Steph ne boit que du cola. Elle a donc une petite cave chez ses parents et partage avec eux ces moments de convivialité particulière que permet le partage d'un bon vin entre personnes qui l'apprécient.

Les « *fruits de mer non, parce que mon mari qui est du centre, heu du centre de la France heu, n'aime pas trop ça. Mais moi je suis d'à côté de la Rochelle, alors heu, si vous voulez moi tous les fruits de mer, j'adore, les huîtres, tous les fruits de mer.* » Mme J1.

D'autre part, les hommes interrogés ont tendance à dire que leurs épouses ont exactement les mêmes goûts qu'eux, tant ceux-ci sont respectés, alors que les préférences de leur compagnes sont peu souvent affirmées :

« *On n'aime pas trop, nous, tout ça.* » M. L1 en parlant du poisson alors que son épouse ne semble pas d'accord.

- Les goûts de la cuisinière

La véritable cuisine au goût des cuisinières n'apparaît le plus souvent que lorsque celles-ci sont seules ou prennent leurs repas à l'extérieur. C'est le cas de deux compagnes de végétariens, qui elles ne le sont pas, et profitent des repas sans leur conjoint pour manger de la viande ou s'offrir un plateau de crustacés. Les sorties au restaurant sont également l'occasion de satisfaire leurs envies, de manger selon leurs goûts.

Ces privations sont d'autant plus ressenties par celles qui voudraient surveiller leur poids ou lorsqu'elles se mettent au régime.

*Ainsi Christiane est ennuyée d'avoir repris quelques kilos après en avoir perdu douze: Elle n'achète pas autant de fruits et de légumes qu'elle le voudrait parce qu'elle est seule à en manger et qu'il faudrait préparer deux menus, ce qu'elle n'a plus le temps de faire.*

- La cuisinière, grâce à son rôle de gestionnaire, a un pouvoir décisionnaire qu'elle n'utilise que très ponctuellement.

Au moment de régimes particuliers, pour des raisons d'esthétique et de santé, ces femmes prennent le temps et la peine de privilégier leur alimentation : chez les jeunes couples elles ne feront pas forcément deux cuisines : dans l'idée d'égalité, si le compagnon ne veut pas manger la même chose, il se préparera lui-même autre chose. Mais, dans tous les couples rencontrés, les deux menus sont plus fréquents.

Dans les deux cas, il arrive bien souvent qu'il y ait abandon du régime féminin du fait de la surcharge de travail (courses): pour se simplifier la tâche, elles mangeront moins ou déséquilibré, renonceront à perdre du poids, et reprendront au final la même alimentation que leur conjoint afin d'éviter d'éventuels conflits.

Le pouvoir de ces conjointes-cuisinières n'est pourtant pas des moindres : rares sont celles qui préparent des aliments qui les écœurent sauf dans le cas d'une exigence particulière du mari mais dans ces conditions, il y a toujours la possibilité de se préparer autre chose ou de ne pas en manger.

*Joanne prépare donc de la cervelle pour son époux, sans jamais y goûter, et en profite pour manger du poisson en papillote.*

## **Conclusion**

Manger la même chose apparaît dans tous les entretiens comme un moyen d'affirmer l'unité du couple. Il en va de même avec l'affirmation de goûts communs qui rendraient possible une « fusion par l'alimentation », les deux mangeurs n'en faisant plus qu'un.

Peut-être peut-on y voir un facteur majeur de mise en confiance vis-à-vis de l'aliment ingéré : aucun risque n'est pris par le conjoint si la cuisinière mange le même plat que lui.

Durant toute leur vie, ces cuisinières du quotidien oeuvrent pour quelqu'un, pour plaire au palais de leur compagnon. Lorsqu'elles se retrouvent seules, veuves ou divorcées, il est intéressant de voir que plusieurs préparent le strict minimum pour elles, peu de plats élaborés parce qu'elles ne cuisinent plus pour quelqu'un, ce qui a longtemps été leur motivation. La nourriture semble ne plus les intéresser ; elles ne savent même plus parfois ce qu'elles aiment manger, tant leurs pratiques étaient conditionnées par la présence de leur conjoint : une perte du goût pour la nourriture au quotidien qui réapparaît dès qu'elles sont accompagnées. D'autres en revanche changent totalement de type d'alimentation et partent à la découverte tardive de leurs besoins et leurs envies gustatives.