

## GOÛTS ET DÉGOÛTS, REPRÉSENTATIONS DES ALIMENTS CHEZ LES ADOLESCENTS L'EXEMPLE DES LÉGUMES ET DES PRODUITS LAITIERS

**Christine Rodier**

**Christine Rodier est anthropologue, chercheur AlimAdos au sein du laboratoire Cultures et sociétés en Europe (CNRS - Université de Strasbourg).**

Les produits laitiers et les légumes constituent, avec la viande, trois catégories alimentaires très fortes qui cristallisent goûts et dégoûts. Les représentations que les adolescents ont de ces aliments nous en disent long sur leurs préférences et leurs choix alimentaires. Il nous a semblé intéressant de saisir cette relation à travers les perceptions esthétiques qu'éprouvent certains adolescents à l'égard de la nourriture. Comment un aliment ou un plat est-il vu par un adolescent et quels sont les différents registres sollicités pour qualifier ou disqualifier un aliment ?

Les adolescents ont leurs propres critères sensoriels pour évaluer les aliments et la vue y joue un rôle primordial. L'assiette doit être « *belle à regarder* » et ce qui est beau à voir est généralement perçu comme bon au goût et bon pour la santé. Quand un adolescent dit d'un aliment ou d'un plat qu'il est « moche », ce n'est pas simplement une façon de parler... De façon générale, notamment pour les légumes et les produits laitiers, les adolescents valorisent le frais, le cru et le croquant qu'ils assimilent au sain et au pur. Concernant l'aspect des plats ou des aliments, il n'est pas rare d'observer que les aliments « *qui sentent mauvais* » sont souvent aussi « *ceux qui sont moches* » : pour l'adolescent, l'assiette doit être « *belle* » et « *propre* », à savoir bien ordonnée, sans aliment à consistance gluante ou visqueuse, avec des mets aux formes reconnaissables et des couleurs franches.

Les légumes sont souvent disqualifiés à première vue: « *Le brocoli, à regarder, ce n'est pas très appétissant, parfois j'ai même la chair de poule quand je le regarde* », déclare Aurélie, 14 ans. Les adolescents ont du mal à identifier les légumes, ils les trouvent « *pas beaux à voir* » et considèrent qu'ils « *ne ressemblent à rien* ». Certains parents, soucieux de faire manger des légumes à leurs enfants, élaborent diverses stratégies, par exemple mixer les légumes : « *Quant je fais des légumes qu'ils n'aiment pas, genre poireaux, aubergines, je les leur mixe, pareil que pour les fruits.* » (Sandrine, 45 ans, secrétaire) Les raisons invoquées par sa fille pour expliquer son rejet de ces légumes sont la vue et la texture, deux caractéristiques très liées de son point de vue : « *C'est moche dans l'assiette, je préfère quand les légumes sont en purée* » (Sophie, 15 ans). Les légumes cuisinés inspirent souvent le dégoût : « *Hormis les carottes à la crème, je n'aime pas les légumes qui accompagnent les plats* », déclare Stéphanie, 15 ans, tandis que Salsabila, 16 ans, évoque « *les poireaux, il y avait plein de fils, c'était dégoûtant.* » Les jeunes manifestent une préférence marquée pour les légumes crus et croquants à tremper dans du fromage blanc ou à consommer en vinaigrette ou avec diverses sauces : « *J'adore croquer les endives ou le concombre, c'est bien ferme et c'est agréable* » (Elise, 13 ans). La distinction cru/cuit nous permet de saisir les raisons qui poussent les adolescents à préférer un aliment plutôt qu'un autre.

Quant aux produits laitiers, les plus appréciés des adolescents sont les plus nomades, notamment les yaourts, et encore plus les yaourts à boire, et les fromages en portions, faciles à emporter et à consommer n'importe où. Ce qui n'exclue pas que les jeunes puissent aussi apprécier « *les fromages qui puent, munster, reblochon et roquefort* » proposés lors des repas en famille chez les parents et les grands-parents. Le lait a un statut plus ambigu : connoté aliment de l'enfance il ne correspond pas au « style » que veulent afficher les adolescents à l'extérieur. L'observation d'une fontaine à lait dans une cantine scolaire en collège met en évidence que, à partir de la classe de cinquième, les adolescents ne ne servent plus de lait, celui-ci étant taxé de « *boisson des sixièmes* ». Ainsi, une adolescente de 15 ans « *ne se voit pas boire du lait comme du coca cola, ce serait trop*

*la loose* ». Cependant, le lait garde sa valeur quand il est consommé de façon intime, à la maison : aromatisé le plus souvent (car le lait nature est jugé trop blanc) et/ou accompagné d'un cookie ou de céréales, il fait figure d'aliment réconfort, d'aliment doudou. Comme le dit Sophie, 16 ans : « *Quand je me retrouve seule et que je déprime un peu, j'adore me faire un bol de chocolat chaud, ça me rappelle quand j'étais petite.* »

Les adolescents adoptent dans leurs choix alimentaires le comportement qui leur permettra d'atteindre leur objectif, la norme corporelle prescrite socialement et désirée personnellement (dans le cas des filles, c'est particulièrement frappant) mais aussi d'atteindre le style souhaité en usant de la gestuelle et du discours approprié. Différentes approches anthropologiques et sociologiques nous permettent de mieux saisir comment les adolescents élaborent et bricolent leurs propres normes par rapport à leur entourage, en fonction des critères esthétiques et corporels qui sont les leurs, à partir des normes diététiques, sociales ou culturelles qui prévalent dans leur environnement familial et social.

# Notes