



UNIVERSITÉ DE TOULOUSE - JEAN JAURÈS  
INSTITUT SUPÉRIEUR DU TOURISME,  
DE L'HÔTELLERIE ET DE L'ALIMENTATION

LICENCE PROFESSIONNELLE  
HÔTELLERIE - RESTAURATION  
DÉFINITION ET GESTION DE SYSTÈMES ALIMENTAIRES

# PROJET TUTORÉ

## LES ALIMENTATIONS PARTICULIÈRES

Présenté par :

DERLER Margaux

LANGARD Coraline

NGUYEN Ngoc Uyen Cong

SAGNETTE Bérangère

Année universitaire :  
2017-2018

Sous la direction de  
ZANCANARO Frédéric



# LES ALIMENTATIONS PARTICULIÈRES

L'ISTHIA de l'Université de Toulouse - Jean Jaurès  
n'entend donner aucune approbation, ni improbation dans  
les mémoires de recherche. Ces opinions doivent être  
considérées comme propres à leur auteur.

# REMERCIEMENTS

Tout d'abord, nous souhaitons remercier notre directeur de projet tuteuré Zancanaro Frédéric pour son aide apportée.

Il nous a été d'un appui remarquable lors des difficultés qui sont survenues lors de l'élaboration de ce projet.

Nous tenons également à remercier tous les professionnels qui nous ont accordé du temps afin de répondre à nos questions. Ainsi, que toutes les personnes qui se sont prêtées au jeu de répondre à nos questions, que ce soit lors du micro-trottoir ou lors du focus groupe. Tous ces entretiens nous ont permis de faire aboutir notre projet et de rendre une vision plus globale sur notre sujet des alimentations particulières.

De même, nous remercions le Lycée Hôtelier d'Occitanie de Toulouse pour nous avoir reçues à plusieurs reprises.

**« C'est toujours par les manières de table que débute l'apprentissage d'une culture inconnue. » - Philippe Descola (1991)**

**« Manger ce qui est proposé par l'hôte revient, en quelque sorte, à approcher son identité, à diminuer l'écart qui les sépare, à effacer la méfiance qui s'attache à celle qui est de nulle part, à celui qui vient d'ailleurs. » - Bernard (1997)**

# AVANT-PROPOS

Ce document est un projet tutoré de quatre étudiantes en Licence Professionnelle Définition et Gestion de Systèmes Alimentaires à l'Institut Supérieur du Tourisme, de l'Hôtellerie, et de la Restauration, Université Toulouse II Jean Jaurès, l'année universitaire 2017-2018.

# SOMMAIRE

<b>REMERCIEMENTS .....</b>	<b>2</b>
<b>AVANT-PROPOS .....</b>	<b>4</b>
<b>SOMMAIRE .....</b>	<b>5</b>
<b>INTRODUCTION GÉNÉRALE.....</b>	<b>6</b>
<b>PARTIE 1. PAYSAGE DES ALIMENTATIONS PARTICULIÈRES.....</b>	<b>8</b>
CHAPITRE 1. REGARDS PROFANES ET EXPERTS.....	8
CHAPITRE 2. TYPOLOGIE DES ALIMENTATIONS PARTICULIÈRES.....	19
<b>PARTIE 2. PROBLÉMATISATION ET MÉTHODOLOGIE D'ÉTUDE DU TERRAIN .....</b>	<b>39</b>
CHAPITRE 3. PROBLÉMATISATION ET CORPS D'HYPOTHÈSES .....	39
CHAPITRE 4. MÉTHODOLOGIE D'ÉTUDE DU TERRAIN .....	40
<b>PARTIE 3. RÉSULTATS, ANALYSES DES RÉPONSES AUX HYPOTHÈSES POSÉES, ET .....</b>	<b>42</b>
CHAPITRE 5. ANALYSES VERTICALES ET HORIZONTALES .....	42
CHAPITRE 6. RÉPONSES AUX HYPOTHÈSES POSÉES.....	72
CHAPITRE 7. PRÉCONISATIONS .....	74
<b>CONCLUSION GÉNÉRALE.....</b>	<b>77</b>
<b>BIBLIOGRAPHIE.....</b>	<b>79</b>
<b>TABLES DES ANNEXES .....</b>	<b>81</b>
<b>TABLE DES FIGURES.....</b>	<b>198</b>
<b>TABLES DES TABLEAUX.....</b>	<b>199</b>
<b>TABLE DES MATIÈRES .....</b>	<b>200</b>

# INTRODUCTION GÉNÉRALE

**D**ans le cadre de notre cursus, une Licence professionnelle à l'ISTHIA à l'université Toulouse Jean-Jaurès, nous avons saisi l'opportunité, à partir de nos différents parcours (Licence professionnelle Hôtellerie-Restauration et Licence professionnelle Définition et Gestion de Systèmes Alimentaires), de réaliser notre projet tutoré sur un thème qui nous relie toutes les quatre et nous permettant ainsi de découvrir une démarche de recherche académique.

Nous avons choisi ce sujet car nous nous sommes aperçus que toutes les quatre nous avons une alimentation différente. En effet, l'une de nous est végétarienne, une autre suit un régime macrobiotique, l'une est omnivore et la dernière est intolérante au gluten. C'est de ce fait que nous nous sommes intéressées encore plus à ce sujet qui est en pleine expansion.

Nos parcours qui sont également divers, nous ont permis d'avoir des visions d'études et connaissances différentes. Deux d'entre nous ont un parcours hôtelier, une, une diététicienne et la quatrième, un parcours commercial.

C'est pourquoi nous avons décidé de cibler notre sujet sur les alimentations particulières en France.

Nous nous sommes tout d'abord posé la question sur la manière dont les professionnels réagissent face à la multiplication de nouveaux modes d'alimentation. Cette première question nous a amenées à réfléchir sur les stratégies de la prise en compte des alimentations particulières par les restaurateurs.

Nous avons voulu développer ce sujet car nous avons constaté que les régimes alimentaires particuliers sont de plus en plus présents et nous ne savions pas si et comment les restaurateurs s'y adaptaient ou non. Nous avons voulu découvrir plus en détails ce que sont réellement ces alimentations particulières. Nous ciblons le marché français mais nous ne ciblons pas de niveau de gamme pour les établissements qui seront interviewés.

Dans un premier temps nous avons décidé de réaliser un micro-trottoir afin de mieux nous recentrer sur notre sujet. De plus, nous nous sommes documentées et renseignées sur les alimentations particulières. De cette expérience nous avons pu

établir notre première partie qui fait la liaison entre notre documentation effectuée et de notre brève enquête sur le terrain. Puis nous expliquerons notre problématique et détaillerons nos hypothèses figurants ci-dessous :

1. Les restaurateurs adaptent leur offre pour des raisons économiques.
2. Les restaurateurs ne s'orientent pas vers ces régimes alimentaires par manque de ressources internes.
3. Les restaurateurs qui adaptent leur offre le font par rapport à leurs propres convictions.

Par la suite, nous ferons l'analyse de tous nos entretiens avec des professionnels de la restauration commerciale.

Enfin nous confronterons leurs réponses avec nos hypothèses de départ afin de voir si elles se confirment ou si elles s'infirmement.

# PARTIE 1. PAYSAGE DES ALIMENTATIONS PARTICULIÈRES

**L**es individus choisissent de suivre une alimentation particulière pour des raisons diverses. Nous avons donc décidé de les classer selon ces dernières.

Nous nous sommes premièrement appuyées sur les études d'Harris Interactive et de Nielsen et sur plusieurs autres ouvrages.

Nous avons ensuite approfondi notre exploration documentaire grâce aux entretiens avec des experts - en sociologie d'alimentation et économie agricole- ainsi qu'avec le livre *Alimentations particulières* de Claude Fischler.

Par la suite, nous avons réalisé un micro-trottoir afin de nous rendre compte de l'image des alimentations particulières chez les consommateurs.

## CHAPITRE 1. REGARDS PROFANES ET EXPERTS

### 1.1. POINT DE VUE DES CONSOMMATEURS

Avant de commencer nos entretiens individuels, nous avons décidé de réaliser une brève étude quantitative afin de voir ce que les consommateurs entendent sur le sujet. Ce type d'étude permet de comprendre et d'observer l'opinion et le comportement de ces derniers. Nous avons donc préféré un micro-trottoir. Puis, afin d'approfondir notre étude nous avons procédé à plusieurs entretiens sur différents types d'établissements. Nous avons choisi de prendre des restaurants de gamme distincte dans le but de voir l'impact du niveau de gamme sur l'offre des alimentations particulières. Nous avons réalisé un micro-trottoir auprès de 80 personnes.

Voici les questions que nous avons posées aux interviewés :

1. Si l'on vous dit "alimentation particulière", quels sont les mots qui vous viennent à l'esprit ? (3 mots)

2. a. Pratiquez-vous vous même ou un membre de votre entourage un régime alimentaire particulier ? (Végétarien, végétalien, sans gluten, sans sucre, sans lactose, sans sel, etc.)

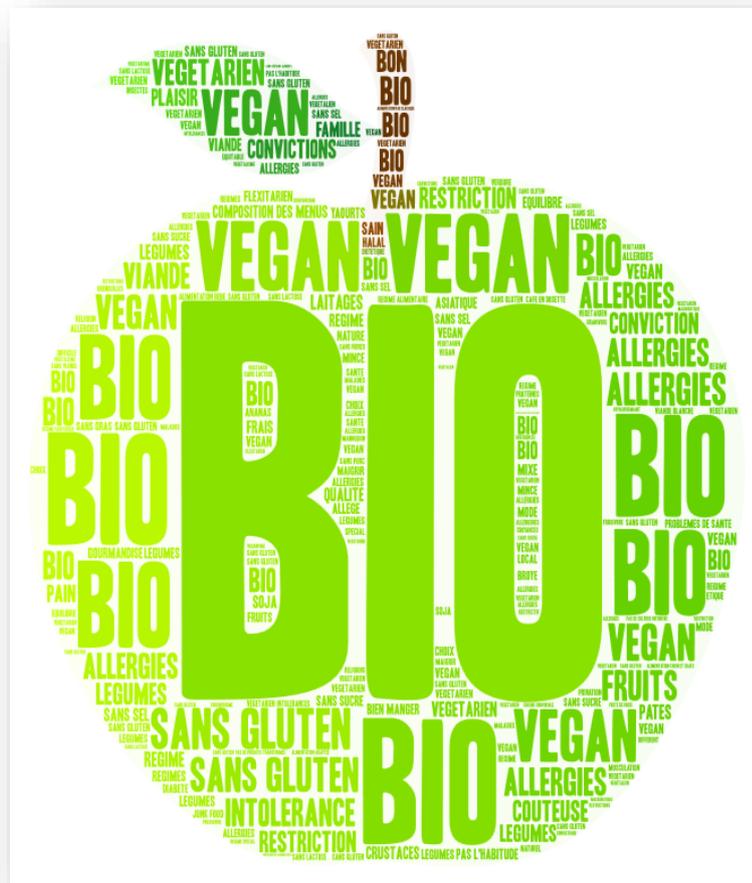
2. b. Si oui, lequel ?

3. Achetez-vous des produits d'alimentation particulière ? (Sans gluten, sans sucre, boissons végétales, steaks végétaux, etc.)

4. Est-ce que vous pensez que l'offre proposée par les restaurants en termes d'alimentation particulière est suffisante ?

### Question 1 :

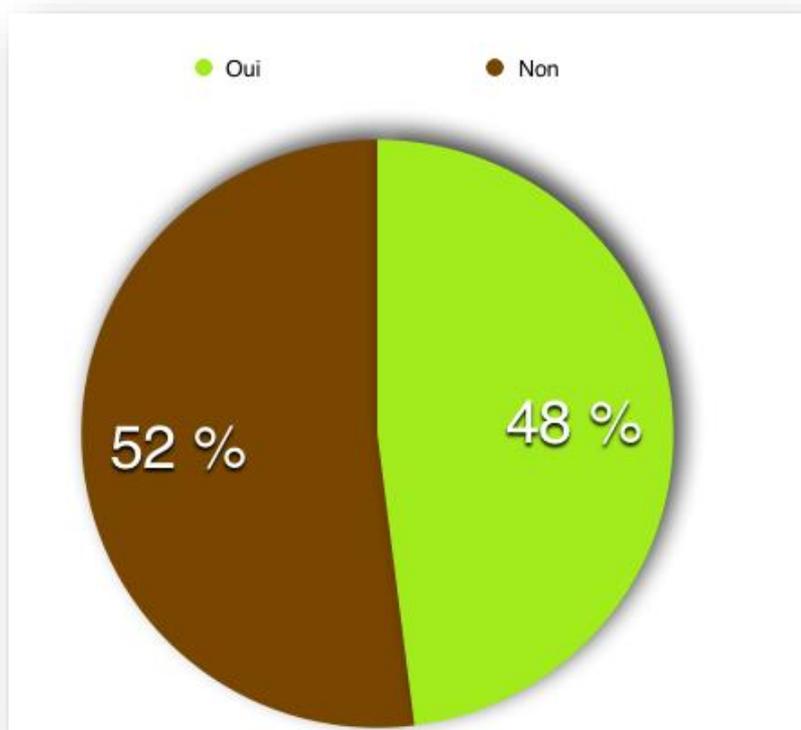
Lors de l'analyse des résultats de notre micro-trottoir, nous avons observé que les mots "alimentation particulière" renvoient pour la majorité de nos interviewés aux aliments biologiques. Ce résultat nous a fortement surprises dans la mesure où l'alimentation biologique, pour nous ainsi que pour les experts interrogés (voir plus bas), ne constitue



pas une alimentation particulière. Cette idée est également appuyée par nos diverses recherches. De plus, cela nous a ouvert sur d'autres alimentations particulières auxquelles nous n'avions pas pensées comme par exemple les régimes religieux ou les régimes sportifs. Nous avons réalisé ci-joint un nuage de mot avec les mots revenus lors de la première question. On remarque que les interviewés connaissent pour la plupart les régimes végétariens et végétans. De plus, les mots "allergie" et "sans gluten" reviennent souvent. En outre, les alimentations particulières seraient liées, selon nos interviewés, à une alimentation coûteuse qui restreint ceux qui la pratiquent.

## Question 2 :

On remarque qu'à la deuxième question : "Si vous-même ou un membre de votre entourage pratique un régime alimentaire particulier", 48% des sondés répondent par l'affirmative. Ce qui représenterait près d'une personne



sur deux. Ce résultat nous a surprises. Cependant, comme évoqué précédemment, les interviewés considèrent l'alimentation biologique comme alimentation particulière.

Voici les définitions que nous avons établies par rapport à ce que nous venons d'étudier ci-dessus, nos recherches et nos connaissances sur le sujet. Nous avons classé ces dernières par rapport aux raisons qui poussent les consommateurs à les pratiquer.

### 1.1.1. RAISONS ÉTHIQUES

#### 1.1.1.1. VÉGÉTARISME

Régime alimentaire excluant toute chair animale (viande, poisson...) mais qui admet en général la consommation d'aliments d'origine animale comme les œufs, le lait et autres produits laitiers (fromage, yaourts) sauf les fromages fabriqués avec de la présure.

#### 1.1.1.2. VÉGÉTALISME

Le végétalisme est un régime excluant tous les aliments d'origine animale. Cela inclut les produits issus de la chair mais aussi des sécrétions animales comme le lait, le miel ou les œufs.

### 1.1.1.3. VÉGANISME

Le véganisme est un mode de vie alliant une alimentation exclusivement végétale (végétalisme) et le refus de consommer tout produit (vêtements, chaussures, cosmétiques, etc.) issu des animaux ou de leur exploitation.

### 1.1.1.4. FLEXITARISME

Ce régime vise à réduire sa consommation de viande, c'est-à-dire que les personnes qui le suivent ont pris conscience de l'impact écologique et éthique de la consommation de viande à chaque repas et réduisent leur consommation sans toutefois devenir végétarien.

## 1.1.2. RAISONS MÉDICALES

### 1.1.2.1. RÉGIME SANS SEL

La consommation de sel augmente la tension artérielle. Ainsi ce régime concerne les personnes souffrantes de maladies cardiaques, endocriniennes ou rénales (car l'hypertension est dangereuse pour les reins). Il faut exclure le sel de sodium qui est le sel de table classique, en revanche le sel de potassium, aussi appelé sel de régime, est autorisé (sauf si problèmes rénaux car le potassium est également à diminuer).

### 1.1.2.2. RÉGIME SANS SUCRE

Ce régime fait référence principalement aux diabétiques où il faut éviter le sucre et les produits sucrés afin de limiter les fluctuations de glycémies trop importantes. En revanche ce régime est aussi pratiqué pour maigrir où il faut surtout éviter les sucres raffinés et privilégier le fructose, sucres naturels comme dans les fruits. De plus, dans certaines pathologies comme notamment certaines mycoses, il arrive que les médecins prescrivent un régime strict sur une période de plusieurs semaines ou mois sans sucre rapide pour éviter de "nourrir" la mycose et ainsi permettre sa disparition.

### 1.1.2.3. RÉGIME SANS RÉSIDU

C'est un régime sans fibre alimentaire, c'est-à-dire des parties d'aliments notamment des végétaux qui ne peuvent pas être absorbées par l'organisme. Souvent dédié aux personnes qui souffrent d'une maladie intestinale comme la maladie de Crohn (maladie inflammatoire de l'intestin), ce régime peut être plus ou moins strict (limité en fibres, sans résidu, sans résidu strict). Ce régime est aussi souvent prescrit avant une coloscopie ou avant et après des opérations gastro-intestinales comme une

colectomie. Il est restrictif et déséquilibré, ainsi il n'est prescrit que sur des courtes périodes.

#### 1.1.2.4. ALLERGIES, INTOLÉRANCES

##### 1.1.2.4.1. Régime sans lactose

C'est un régime suivi par les personnes déficitaires en lactase, c'est-à-dire l'enzyme permettant d'assimiler le lactose (sucre du lait). En général, ces personnes sont toujours capables d'assimiler de faibles doses de lactose mais sans dépasser 200 ml dans la journée. Avec l'âge, l'être humain diminue naturellement sa production de lactase s'il arrête ou diminue de manière importante sa consommation de lactose. De plus, la tolérance au lactose diffère selon l'ethnie. Ainsi, en Asie et en Afrique, l'intolérance concerne la majorité de la population, alors que les habitants d'Europe du Nord, importants consommateurs de produits laitiers, ne sont concernés que pour 2 à 15% de leur population.

##### 1.1.2.4.2. Régime sans gluten

Il faut savoir que certains individus présentent une pathologie au gluten. Le gluten est l'ensemble des protéines insolubles (gluténine et gliadine) du blé, de l'orge, du seigle, de l'avoine et de l'épeautre. Dans le cas de l'intolérance au gluten, les individus vont avoir des symptômes graves comme des douleurs abdominales, des vomissements, une perte de poids, des diarrhées ainsi qu'un retard de croissance chez les enfants et adolescents. Dans ce cas-là il faudra complètement supprimer le gluten de l'alimentation et surveiller que ces malabsorptions chroniques n'entraînent pas de carences. L'éviction du gluten est le seul traitement connu à ce jour. Ce régime a fait l'effet d'un effet de mode pour mincir car un excès de gluten peut faire gonfler même si la personne ne présente aucune pathologie. De plus, il a été très médiatisé et suivi par de nombreuses "stars" qui en ont fait la promotion.

##### 1.1.2.5. RÉGIMES MINCEUR (LIÉS À L'OBÉSITÉ)

Ces régimes ont pour but d'engendrer une perte de poids. Il existe une multitude de régimes amincissants. La plupart sont basés sur la limitation ou l'élimination de graisses, de sucres rapides. D'autres sont hyperprotéinés mais cela est désormais déconseillé car cela endommagerait les reins.

### **1.1.3. RAISONS CULTURELLES, PHILOSOPHIQUES**

#### **1.1.3.1. MACROBIOTIQUE**

L'expression "macrobiotique" désigne un style de vie garantissant la durée de vie et l'auto-guérison. La macrobiotique est par conséquent la pratique d'une vie saine, créative, disponible et guidée par le but de paix et de justice. Le succès de cette pratique dépend d'une alimentation équilibrée des éléments yin et yang et d'une attitude juste. La macrobiotique encourage la consommation d'au moins 60% de céréales par repas. Les produits servant à cette alimentation doivent être les plus naturels possibles et venant de la zone climatique où la population qui la pratique vit. La macrobiotique consiste à bannir totalement les produits laitiers et limiter la consommation de viande. Il y a 8 niveaux de l'alimentation macrobiotique, allant de -1 à 7. Le 7 étant l'idéal et le plus difficile à réaliser qui est souvent pratiqué dans les pays asiatiques. Ce niveau exige que le pratiquant mange 99.9% de céréales avec du sésame et aucun autre aliment.

#### **1.1.3.2. BOUDDHISME**

Essentiellement, cette pratique consiste en un simple régime végétarien ayant des spécificités liées à la philosophie bouddhiste. Les points de vue des écoles de Bouddhisme varient par rapport aux alimentations bouddhiques : le Theravada rend facultatif le choix de végétarisme, le Mahayana dénonce gravement la consommation de la viande, et le Bouddhisme tibétain encourage vivement les pratiquants à ne pas consommer de la viande.

### **1.1.4. RAISONS INDIVIDUELLES**

#### **1.1.4.1. RÉGIMES SPORTIFS**

Prenons pour exemple un régime lié à la musculation comme régime sportif.

Dans le cadre d'une sèche, il s'agit de réduire ses calories journalières pendant une période. Il faut augmenter son apport en protéines et diminuer les graisses animales. Il faut privilégier les graisses végétales. La sèche permet d'éliminer le gras qui recouvre le muscle. Se pratique généralement après une prise de masse. Dans le cadre d'une prise de masse, il faut augmenter ses calories journalières mais en réduisant les aliments hyper protidiques et réduire considérablement le cardio. Il s'agit

de prendre de la masse musculaire, s'accompagne généralement d'une légère prise de gras due au manque de cardio mais après cette étape se réalisera une sèche.

#### 1.1.4.2. RÉGIME GRANIVORE

Les personnes qui suivent un régime granivore se nourrissent exclusivement de grains et graines.

#### 1.1.4.3. RÉGIME PALÉOLITHIQUE

Le régime paléolithique se veut le plus proche possible du régime suivi par les humains à l'époque des chasseurs/cueilleurs. Il correspond à l'éviction totale de produits transformés. C'est un régime avec beaucoup de produits carnés et de graines/fruits mais pas de céréales. Il est à noter cependant que ce régime alimentaire durant le Paléolithique moyen et supérieur a considérablement varié d'une région et d'une époque à l'autre.

#### 1.1.4.4. ENTOMOPHAGIE

Ce régime correspond au fait de manger des insectes. Cela est considéré comme une pratique particulière chez les occidentaux qui n'ont pas l'habitude de consommer des insectes, alors que dans certaines régions du monde (Asie, Afrique, Amérique centrale et du Sud), cela peut être courant.

#### 1.1.4.5. RÉGIME SELON SON GROUPE SANGUIN

Ce régime ne repose sur aucune donnée scientifique vérifiable. Il repose seulement sur la théorie selon laquelle c'est le sang qui apporte les nutriments aux cellules, alors le groupe sanguin influencerait sur ce qui est bon ou non pour l'individu de consommer. Par exemple, le groupe sanguin O est le plus ancien qui existe, ainsi les individus O auraient plus de mal à être végétariens car la viande était l'alimentation de base des premiers hommes.

#### 1.1.4.6. RÉGIME CRUDIVORE

Les personnes qui suivent un régime crudivore se nourrissent exclusivement d'aliments crus, plus spécifiquement des fruits et des légumes. Les personnes crudivores peuvent également être végétaliens, végétariens, granivores ou encore omnivores.

## **1.1.5. RAISONS RELIGIEUSES**

### **1.1.5.1. HALAL**

Le régime halal interdit la consommation de porc et d'alcool ainsi que toutes les viandes qui ne respectent pas les rites d'abattage musulmans.

### **1.1.5.2. CASHER**

Dans le régime casher le carné et le lacté ne peuvent être mélangés lors de la préparation et dans le service.

### **1.1.5.3. HINDOU**

C'est un régime qui exclut toute consommation de chair animale mais aussi tous les produits provenant de la production animale (œufs). On peut dire que ce régime est proche du régime végétalien, cependant ils consomment du lait et du miel et proscrivent l'alcool.

## **1.2. POINT DE VUE DES EXPERTS**

### **1.2.1. MONSIEUR SERRA MALLOL, MAÎTRE DE CONFÉRENCES EN SOCIOLOGIE**

Afin d'étayer nos recherches et nos lectures, nous avons décidé d'interroger deux experts en la matière. Ces entretiens nous ont permis d'apporter d'autres idées à notre projet ainsi que de renforcer des notions ou idées entendues par d'autres auteurs ainsi que par les consommateurs.

Nous avons décidé d'interviewer un sociologue spécialisé dans l'alimentation afin d'observer sa vision que ce soit en tant que sociologue ou en tant que mangeur sur notre sujet. Pour lui, une alimentation particulière est une alimentation qui s'éloigne du modèle alimentaire français traditionnel. Il distingue différentes formes d'alimentations particulières réalisées pour des motifs divers, celles réalisées par choix (véganisme, végétarisme, régimes culturels, religieux) et celles qui ne sont pas suivies par choix (raisons médicales). Il évoque que l'on s'éloigne de plus en plus du modèle alimentaire français. La majorité des français ne consomme plus selon le traditionnel : entrée/plat/dessert, avec une protéine à chaque repas. Nous nous sommes demandé si ce phénomène était un effet de mode et si d'après lui ce fait existe depuis toujours dans la société. Il nous explique que ce prolongement est dû au fait que dès que l'on s'éloigne d'un modèle, peu importe duquel il s'agit, cela crée un effet d'homogénéisation des comportements des individus et rend les personnes qui s'en

éloignent écartées, en marge. Selon Monsieur Serra Mallol, la hausse de ces alimentations particulières correspondrait à l'augmentation des comportements autonomes des individus. Nous lui avons demandé s'il pensait que l'on pourrait encore manger ensemble dans le futur. A l'instar de Claude Fischler, son directeur de thèse, il ne pense pas que cela empêchera les individus de ne plus partager autour d'une même table. Pour lui, la commensalité ne passe pas par un même plat partagé mais plutôt par le fait de partager des mêmes règles ou habitudes. Il explique que la société a évolué dans l'autonomie et l'indépendance et que chaque individu peut choisir le métier qu'il souhaite faire ou encore sa sexualité et que de ce fait, il n'y a pas de raisons pour lesquelles il ne serait pas possible d'en faire de même avec son alimentation. Pour lui, ce n'est qu'une question de temps, dans la mesure où il y a une vingtaine d'année manger du poisson ou de la viande crue paraissait impossible. Alors qu'aujourd'hui on trouve dans la plupart des restaurants traditionnels ou brasseries, des carpaccios ou steaks tartares, et que les sushis sont très prisés par les consommateurs. Il évoque le fait qu'avoir une alimentation particulière est une manière de créer sa propre identité.

### 1.2.2. HARUKA UEDA, DOCTORANT EN ÉCONOMIE AGRICOLE

Pour comprendre au mieux la perspective des experts par rapport au phénomène des alimentations particulières, nous avons effectué un entretien avec Monsieur Haruka Ueda, Doctorant en économie agricole.

Avec cet entretien, nous nous rendons compte de plusieurs aperçus très intéressants.

1. Ne vous inquiétez pas des médias sensationnels mais engagez-vous dans la réalité pour la comprendre

Table 1 Engager pour comprendre la réalité des abattoirs

<b>Version originale</b>	<b>Traduction</b>
"But you have to see the reality. Of course, it's time for a transformation, but you really have to walk in and dispute."	"Mais vous voir la vérité. Bien évidemment il est temps de changer, mais vous devez réellement voir les abattoirs et avoir une conversation pour comprendre la situation."
"Don't be agitated by activists or the media, the newspapers, etc. You must see the reality. We have to open the box, this black box of the food system."	"Ne soyez pas agité par les média à sensations. Vous devez voir la réalité. Vous devez ouvrir la boîte noire, la boîte noire du système alimentaire."

Monsieur Ueda s'est rendu dans des abattoirs de bœufs pour ses études en agronomie. Il constate que le personnel de ces lieux, souvent discriminés pour leurs travaux, sont des travailleurs sérieux et professionnels. Les médias à sensations, y compris les réseaux sociaux, souvent, partagent une image partielle et incorrecte des abattoirs. Agitant ainsi les spectateurs, notamment les jeunes, à détester les personnes qui travaillent durement pour les autres et qui aimeraient augmenter la qualité de leur produit. Ceci est intéressant pour notre sujet car beaucoup de régimes sélectifs le sont pour des raisons éthiques comme le végétalisme, ou le végétarisme qui sont influencés par les messages des activistes, soit politiques ou non. Son point de vue est que nous devons nous rendre dans les abattoirs pour mieux comprendre avant de juger les travailleurs de ces abattoirs.

2. Les chefs ne devraient pas essayer de s'adapter aux autres mais plutôt être fiers de leur cuisine

Table 2 Être fier plutôt que s'adapter

<b>Version original</b>	<b>Traduction</b>
"They don't have to adapt to the tourists, people from different countries... They should have some pride for what they cook."	"Les chefs de cuisine n'ont pas à s'adapter aux touristes, les gens de plusieurs pays... Ces chefs, ils devraient avoir de la fierté pour ce qu'ils cuisinent."
"And the consumers have always the right to choose. "	"Les consommateurs ont toujours le droit de choisir d'aller ou non, à un restaurant."

Il affirme également que les chefs de cuisine, au lieu d'essayer de s'adapter aux alimentations particulières, devraient être fiers de leur propre cuisine. Il indique que le fait d'essayer toujours de changer et de s'adapter aux différents types de clients va faire perdre les propres valeurs et les propres traditions d'un restaurant. Il pense que la France réalise bien la conservation de son patrimoine. En observant les touristes américains dans un restaurant français, il témoigne que le chef français refuse de s'adapter aux demandes de la sauce barbecue, un produit apprécié des Américains.

Enfin, les consommateurs ont toujours le droit d'aller dans un restaurant ou pas. Et ils peuvent à l'avance réaliser des recherches sur les établissements en utilisant des outils informatiques actuels (Internet).

3. Les alimentations particulières, ou autrement dit “préférences”, ou “identité alimentaire” (food identity) pour tel ou tel aliment, existent toujours sans ou avec leurs propres dénominations

Table 3 Les alimentations existent pour toujours, sans ou avec leurs noms

<b>Version originale</b>	<b>Traduction</b>
“Ah, maybe in the traditional eras in the past, we didn’t have the word, like the negativism, or like vegan, or like flexitarian, or like even the particular dietary regimes. So, I think the people, like for example your mother would identify your type of dietary regime as just like “you don’t like this food?”	Ah, peut-être dans les époques traditionnelles, dans le passé, nous n'avions pas de mot, de terme, comme “végétarisme”, ou comme “végétalien”, ou comme “flexitarien”, ou même comme les “régimes alimentaires particuliers”. Donc, je pense que les gens, comme par exemple votre mère, identifiaient votre type de régime alimentaire juste comme "vous n'aimez pas cette nourriture ?”
“It used to be just a preference.”	“C'était juste une préférence.”
“It doesn’t have like the labels, like vegan, or vegetarian...”	"Elle (une préférence) n'a pas d'étiquettes, comme végétalien, ou végétarien ..."
“And they’re going to reinforce their food identity”	“ (Le moment où une préférence est nommée) Et ils vont renforcer leur identité alimentaire"
“They’re going to like fixate the taste or preference...”	“Ils vont aimer déterminer le goût ou la préférence ..."
“And we start to think that these people are not normal.”	“"Et nous commençons à penser que les personnes qui suivent leurs préférences ne sont pas normaux."
“Him: So yes, everyone has a different dietary regime. We: And we just haven’t found the names for our own regimes yet, right? Him: Exactly!”	“Lui : Alors oui, tout le monde a un régime alimentaire différent. Nous : Et nous n'avons pas encore trouvé les noms de nos propres régimes, n'est-ce pas ? Lui : Exactement !”

Depuis toujours l’être humain, pour des raisons diverses, a ses propres préférences personnelles en question d’aliments qu’il souhaite ou ne souhaite pas consommer. Dans le passé, les régimes qui sont connus aujourd’hui n’étaient pas nommés. A partir du moment où une pratique est nommée, elle est considérée comme déviante. Le fait de localiser un élément et de lui donner un nom va isoler cet élément. Les notions de discrimination ou de tolérance, ensuite, entreraient en scène.

De cette manière, nous pouvons imaginer que dans le futur, avec les nouvelles appellations et nominations, de nouveaux régimes vont apparaître comme le sans oignon, le sans ail, etc.

4. Le fait de manger différemment ne va probablement pas séparer les gens mais au contraire les réunir

Table 4 Manger différemment ne sépare pas les gens

Version originale	Traduction
“But nowadays, even if we have different menus, we have some sense of incorporation because we share the table’s space.”	“Mais de nos jours, même si nous avons des menus différents, nous avons un sens de l'incorporation parce que nous partageons l'espace de la table.”
“We share the time.”	“Nous partageons le temps.”
“Still, even if we have different menus, the time and the space we share are still elements of incorporation. And that’s important.”	“Pourtant, même si on a des menus différents, le temps et l'espace qu'on partage sont encore des éléments d'incorporation. Et c'est important.”

Même si nous ne partageons pas la même nourriture, nous partageons quand même un espace commun ainsi qu’un temps d’union entre les membres d’un groupe. En fait, dans un repas, nous n’allons pas partager exactement la même nourriture avec les autres. L’ajout du sel, du poivre, ou de n’importe quel autre assaisonnement de chaque personne est différent. L’espace et le temps participent, quant à eux, à l’incorporation des membres du groupe ainsi qu’à renforcer les liens entre ces derniers.

## CHAPITRE 2. TYPOLOGIE DES ALIMENTATIONS PARTICULIÈRES

### 2.1. ÉTUDES ET ANALYSES

#### 2.1.1. ÉTUDE D’HARRIS INTERACTIVE

L’entreprise d’étude et de sondage Harris Interactive<sup>1</sup> a réalisé une étude quantitative sur le sujet : “Les pratiques alimentaires d’aujourd’hui et de demain”. Cette étude a été réalisée auprès d’un échantillon représentatif de 1000 français.

---

<sup>1</sup> Harris Interactive. *Les pratiques alimentaires d’aujourd’hui et de demain*. 2017, Disponible sur <http://harris-interactive.fr/wp-content/uploads/sites/6/2017/02/Rapport-Alimentation-HI-SITE.pdf> (Consulté le 23-10-2017).

**Une enquête quantitative** menée auprès d'un échantillon représentatif de 1 000 Français âgés de 15 ans et plus

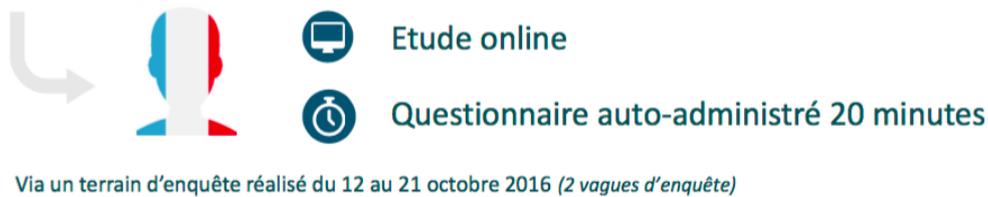


Figure 1 L'étude de Harris Interactif

Cette étude montre l'apparition de nouveaux régimes alimentaires (voir ci-dessous).

Cela nous permet d'affirmer que beaucoup d'individus connaissent les régimes d'alimentations particulières mais que seulement une minorité les pratiquent réellement. Selon l'étude 15% des interviewés pratiquent au moins un régime alimentaire.

**Un intérêt des consommateurs pour des innovations accessibles et rassurantes**

**Parmi les offres disponibles actuellement...**

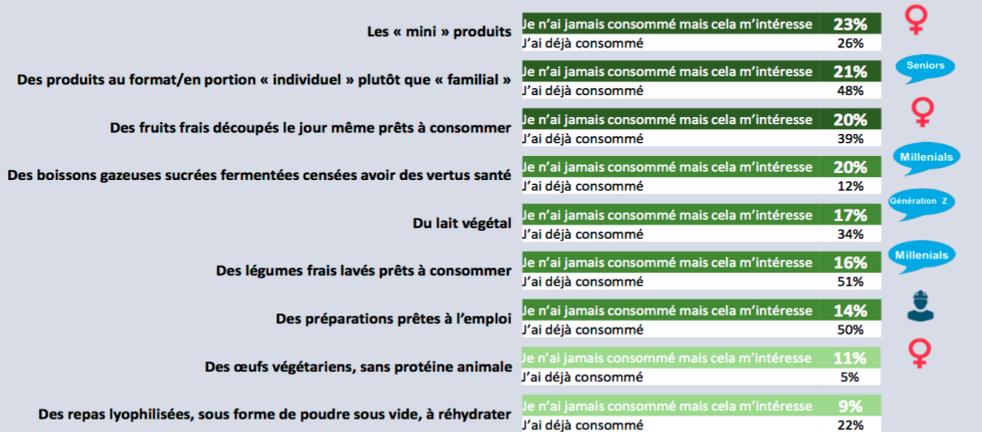


Figure 2 Un intérêt des consommateurs pour des innovations accessibles et rassurantes

Par exemple, on constate l'émergence des laits végétaux, 34% des interviewés en ont déjà consommé et 17% seraient prêts à tester. A noter, que c'est la génération Z là plus concernée par cette offre, c'est-à-dire la jeune génération. On peut donc imaginer que ce sont des produits qui vont largement se développer. Les œufs végétaliens, quant à eux, sont très peu connus. Seulement 5% des sondés en ont déjà

consommé, en revanche 11% des interviewés seraient intéressés à tester, plus spécifiquement des femmes.

### 2.1.2. ÉTUDE KANTAR WORLD PANEL

Le groupe Kantar World Panel<sup>2</sup> a réalisé une étude, en France, sur les pratiques végétariennes, végétaliennes et flexitariennes auprès de 20 000 ménages pendant trois ans. Cette étude



Figure 3 Les régimes pratiqués

récente, publiée en novembre 2017, ne prend pas en compte les motivations des participants mais se base uniquement sur leurs réponses et leurs comportements d'achat. On constate que le régime végétarien est en augmentation depuis 2015 avec 1,9% des foyers avec au moins un végétarien. Cependant, le régime végétalien reste en marge avec seulement 0,5% des ménages ayant une personne qui le pratique. En ce qui concerne les flexitariens, ils n'ont eu de cesse d'évoluer, l'étude observe qu'un tiers des foyers français ont une personne au moins qui le pratique. En outre, le marché des protéines végétales est en pleine expansion.

### 2.1.3. ÉTUDE DE NIELSEN

En août 2016, Nielsen, un groupe américain, mesure ce que le consommateur voit et ce qu'il achète. L'étude a été menée sur 63 pays et auprès de 30 000 répondants dans le monde entier, dont la France. Selon cette étude, la santé et le bien-être deviennent de plus en plus préoccupants pour les consommateurs.

On distingue quatre tendances qui contribuent à ce phénomène :

<sup>2</sup> Le Monde. *Un tiers des ménages français sont « flexitariens », 2 % sont végétariens.* 01.12.2017 Disponible sur [http://www.lemonde.fr/planete/article/2017/12/01/un-tiers-des-menages-francais-sont-flexitariens-2-sont-vegetariens\\_5223312\\_3244.html?utm\\_campaign=Echobox&utm\\_medium=Social&utm\\_source=Facebook](http://www.lemonde.fr/planete/article/2017/12/01/un-tiers-des-menages-francais-sont-flexitariens-2-sont-vegetariens_5223312_3244.html?utm_campaign=Echobox&utm_medium=Social&utm_source=Facebook) (Consulté le 15-10-2017)

1. **Le vieillissement et l'augmentation de l'espérance de vie de la population mondiale** : dans les 35 prochaines années, la croissance de la population âgée du monde dépassera celle de la population plus jeune (United States Census Bureau 2015) ;
2. **La croissance des pathologies chroniques** : 73% des décès sont causés par ces pathologies (cardiopathies, accidents vasculaires cérébraux, cancers, affections respiratoires chroniques, diabète, etc.) jusqu'à 2020 ;
3. **La croissance des pratiques de soin envers soi-même** : les consommateurs considèrent les nutriments comme des médicaments, suivant les guides nutritionnels pour soigner leurs maladies ou surtout en préventif afin d'éviter ces maladies. C'est une nouvelle tendance qui s'appelle la *nutritionnalisation* ;
4. **La croissance des connaissances des consommateurs** : les consommateurs sont plus informés que jamais grâce aux technologies. Ils ont plus de contrôle sur leur santé et demandent de la transparence envers les produits alimentaires.

Parmi les répondants internationaux, 64% disent suivre un régime spécial qui limite ou restreint certains ingrédients : matières grasses (31%), sucre (26%), sodium (19%), et glucides (19%). Les plats avec des ingrédients simples, moins transformés et moins d'ingrédients artificiels, d'hormones, d'antibiotiques, d'OGM, ou de bisphénol A sont les plus préférés.

L'Europe, dont la France fait partie, est un continent où les consommateurs suivent divers régimes alimentaires particuliers :

- |                            |                              |                       |
|----------------------------|------------------------------|-----------------------|
| ● Faible en gras :<br>20%  | ● Faible en<br>glucide : 11% | ● Halal : 4%          |
| ● Faible en sucre<br>: 22% | ● Végétarien : 5%            | ● Sans gluten :<br>4% |
| ● Faible en<br>sodium : 8% | ● Flexitarien : 5%           | ● Végan : 2%          |
|                            | ● Sans lactose :<br>5%       | ● Casher : 1%         |

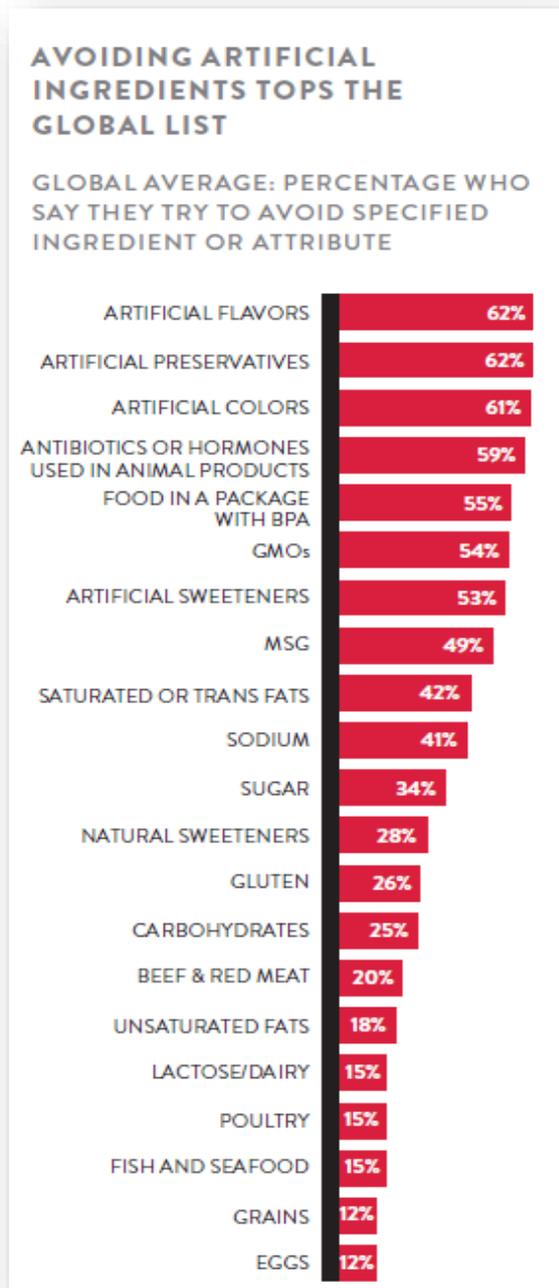


Figure 4 Les ingrédients les plus évités dans le monde. Source : Nielsen 2016

Seulement 49% des répondants européens cherchent à mieux manger. Ils disent qu'ils sont satisfaits des offres proposées par les restaurants, alors que la majorité d'entre eux (68%) sont prêts

En général, les consommateurs ont tendance à "retourner aux sources" : ils cherchent des ingrédients sains, avec moins de saveurs artificielles, ou d'aliments transformés. Voici les éléments que les consommateurs évitent, y compris le glutamate monosodique.

Habituellement, les éléments artificiels, les antibiotiques, les hormones, les OGM, le gras saturé ou trans, le sodium, le sucre, les édulcorants naturels sont évités. De plus, le gluten, la viande - rouge ou blanche - le lactose, les fruits de mer, les grains et même les œufs sont de plus en plus enlevés des préparations.

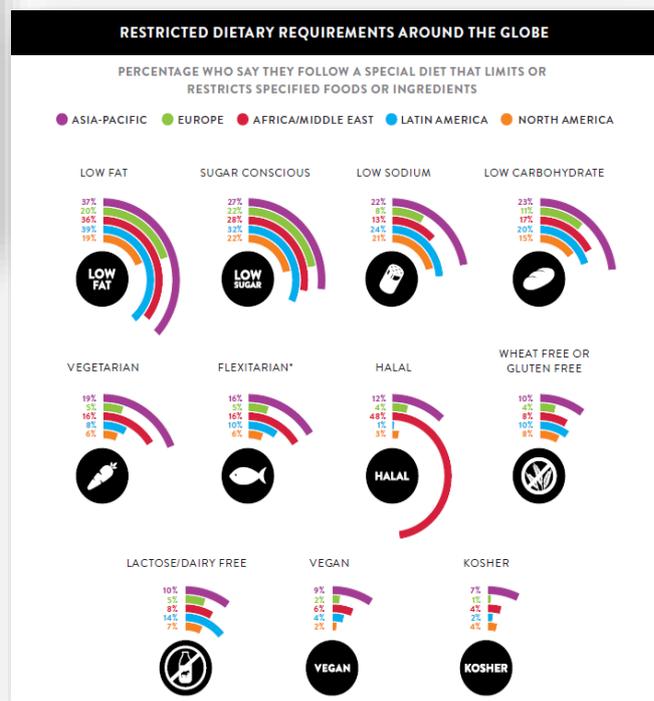


Figure 5 Les régimes alimentaires de type restrictif dans le monde. Source : Nielsen 2016

à payer plus cher pour les produits qui ne contiennent pas d'ingrédients indésirables.

Ainsi, les sociétés et les fabricants de nourriture qui clarifient leurs

profils nutritionnels ont plus de chance de réussir économiquement.

Néanmoins, malgré leurs efforts pour mieux manger, les consommateurs continuent à se faire plaisir de temps en temps mais d'une manière plus réfléchie. La consommation de glaces, de snacks salés, de fromage, de noix biologiques a augmenté en 2016.

Il y a aussi une demande croissante d'alimentation hors foyer. En France, 65%

de la population dînent hors foyer une à deux fois par semaine pour le déjeuner et le dîner. Parmi ces personnes, 61% et 52% cherchent des plats

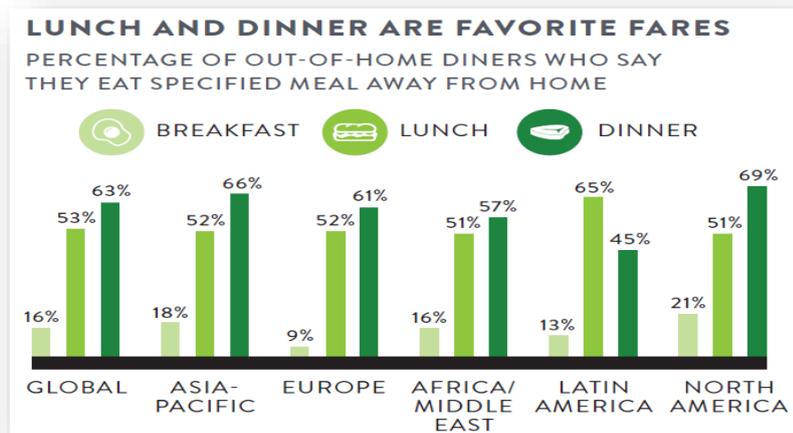


Figure 6 Pourcentage des personnes qui dînent hors foyer. Source : Nielsen 2016

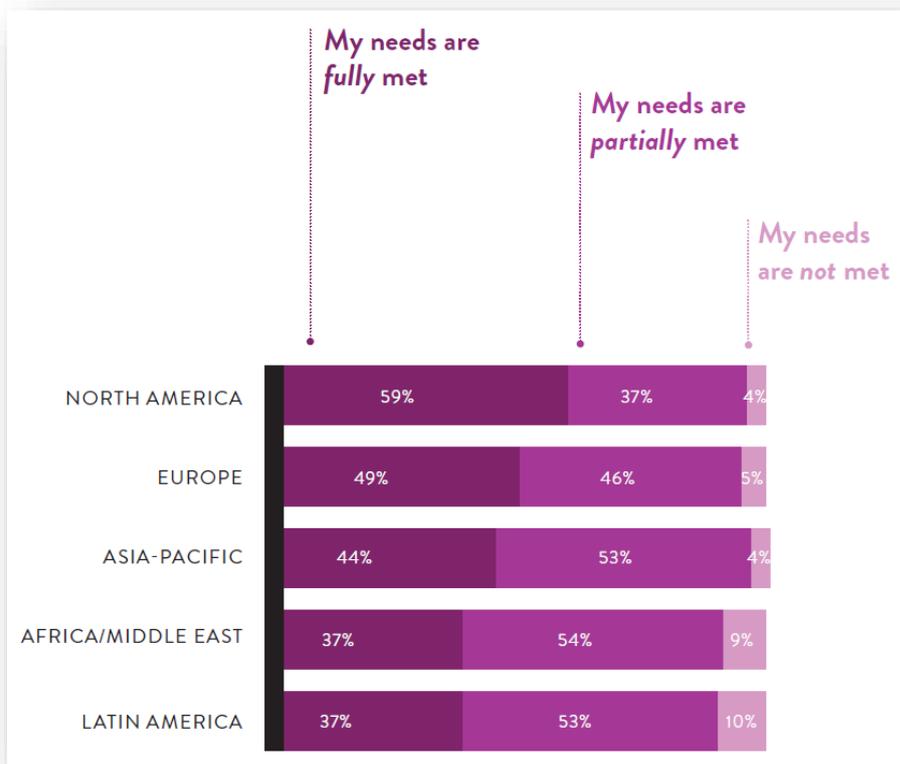


Figure 7 Le taux de satisfaction des offres alimentaires selon les continents. Source : Nielsen 2016

d'alimentations particulières pour le dîner et le déjeuner également. Ces derniers préfèrent les restaurants qui offrent des choix qui sont rapides, de bonne qualité, et qui ont un prix raisonnable. Les restaurants, toutefois, doivent communiquer la carte des allergènes (14 allergènes) depuis le 1er juillet 2015.

#### 2.1.4. LES EXPLICATIONS SUR LES ALIMENTATIONS PARTICULIÈRES

Selon Claude Fischler (2013), le fait d'adopter une alimentation particulière n'est pas une nouveauté. Néanmoins, les règles alimentaires d'aujourd'hui viennent plutôt d'un choix individuel que d'un ralliement d'appartenance à un groupe ou à une organisation.

Ce qui distingue le contexte actuel du passé, c'est le caractère hétérogène des particularismes. Les différentes formes d'alimentations particulières peuvent être groupées théoriquement en :

- Ordre sanitaire ou médical - les pathologies graves avec des conséquences potentiellement mortelles (ex : allergies) ;
- Diagnostics auto-suggérés/autoproclamés (ex : quelques cas avec le gluten cependant dans la plupart des cas, ce sont les médecins qui établissent les diagnostics) ;
- Régimes controversés/non reconnus par la médecine officielle (ex : régime des groupes sanguins) ;
- Éthique : végétarisme (dont les motivations sont individuelles)
- Politique : végétarisme (l'adhésion à un mouvement)
- Religieux (ex : Halal, Casher)
- Idiosyncrasie : préférences, aversions, particularités culturelles/sociales revendiquées personnellement (ex : l'élimination de l'ail ou de l'oignon)

Toutes ces spécificités se heurtent à un problème : comment manger avec les autres ? Comment faire lorsque l'alimentation est offerte et partagée ?



Figure 8 58% des répondants veulent les produits plus naturels.  
Source : Nielsen 2016

L'ensemble de ces alimentations spécifiques implique de lutter contre une exclusion volontaire ou pas, du cercle des convives d'un repas partagé d'une personne par rapport à la collectivité.

Poulain (2007), d'autre part, constate que les pratiques alimentaires sont des mises en scène des préoccupations, des aspirations et des engagements d'une époque et d'une société donnée.

Selon Poulain, les logiques des alimentations particulières sont :

- La patrimonialisation : la protection, la valorisation, la transmission, de l'alimentation et la gastronomisations des cuisines particulières (paysanne, du monde, exotique, etc.) ;
- La politisation : la création du conseil supérieur de la santé en 1822 - CSHPF et des lois sur la sécurité des aliments ;
- La judiciarisation : le développement d'un cadre juridique encadrant les pratiques de production, de commercialisation au lieu d'être contrôlées par les interactions sociales ;
- Le résultat de la demande des consommateurs : la demande croissante de la protection des consommateurs face aux crises alimentaires des années récentes (vaches folles, E. Coli, viande de cheval, contamination des œufs, etc.) ;
- Le bien-être animal : les distinctions entre nature humaine et nature animale, plus largement entre nature et culture, s'en trouvent rediscutées ;
- La montée des préoccupations environnementales.

Dans l'hôtellerie et la restauration et plus précisément dans les sociétés d'aviation (Air France pour les vols dont la durée est supérieure à 2h35), la demande des alimentations particulières est plus prise en compte puisque la clientèle est de plus en plus diversifiée.

Dans son livre *Les règles de la méthode sociologique*, Durkheim (1894) constate que l'individu se trouve naturellement dans un environnement où la contrainte est un "fait social" inévitable. Par la suite, la préférence alimentaire est en quelque sorte le résultat

d'un processus de socialisation. L'individu conclura ses choix d'aliments en fonction de la façon dont il a vécu dans sa société.

D'un autre côté, Weber (1922) fait valoir que nous adoptons tous un comportement, par exemple une pratique alimentaire, ce qui est motivé par un choix divisé par plusieurs types de rationalité :

- a. Rationalité instrumentale : nous optons pour un moyen pour arriver à une fin souhaitée ;
- b. Rationalité selon des valeurs : nous vivons par rapport aux qualités morales prioritaires pour nous ;
- c. Rationalité affective/émotive : nous vivons d'une façon qui va de soi, qui nous plaît ;
- d. Rationalité traditionnelle : nous continuons ce qui nous est transmis par nos ancêtres.

Pour conclure, il y a plusieurs types de motivations différentes régis par des types de rationalités variées par le biais desquelles un individu est amené à choisir un type d'alimentation. Même si nous arrivons à les grouper de temps en temps, il reste encore des exceptions et des raisons exclusives aux individus et inconnues pour les autres.

Plusieurs documents nous parlent des alimentations particulières et de leurs impacts sur nos vies.

À travers son livre *Alimentations particulières (Les) : Mangerons-nous encore ensemble demain ?* 2013, Claude Fischler nous a fait parcourir les différents enjeux relatifs aux alimentations particulières.

## **2.1.5. THÈMES PLUS DISCUTÉS AUTOUR DU SUJET DE L'ALIMENTATION PARTICULIÈRE**

### **2.1.5.1. INDIVIDUALISATION**

Aujourd'hui, dans les sociétés urbaines, industrielles ou post-industrielles, les ménages comportant un seul adulte sont de plus en plus nombreux.

En France (hors Mayotte), 64,1 millions de personnes résident dans 28,5 millions de logements, formant 28,5 millions de ménages (INSEE 2017). Plus d'un tiers de ces ménages, soit 34.7%, sont composés d'une seule personne.

En fait, la taille des ménages ne cesse de diminuer depuis 1999. Les ménages étaient d'au moins cinq personnes dans les années 1960, et sont de seulement 2,4 personnes en 1999.

Le moteur principal de ces évolutions est l'évolution du mode de vie. La sphère familiale est touchée par plusieurs changements : la diminution de la fréquence des familles nombreuses, la mise en couple plus tardive, la fragilité des unions, la décohabitation des générations, le vieillissement de la population et l'augmentation de la monoparentalité (INSEE 2017).

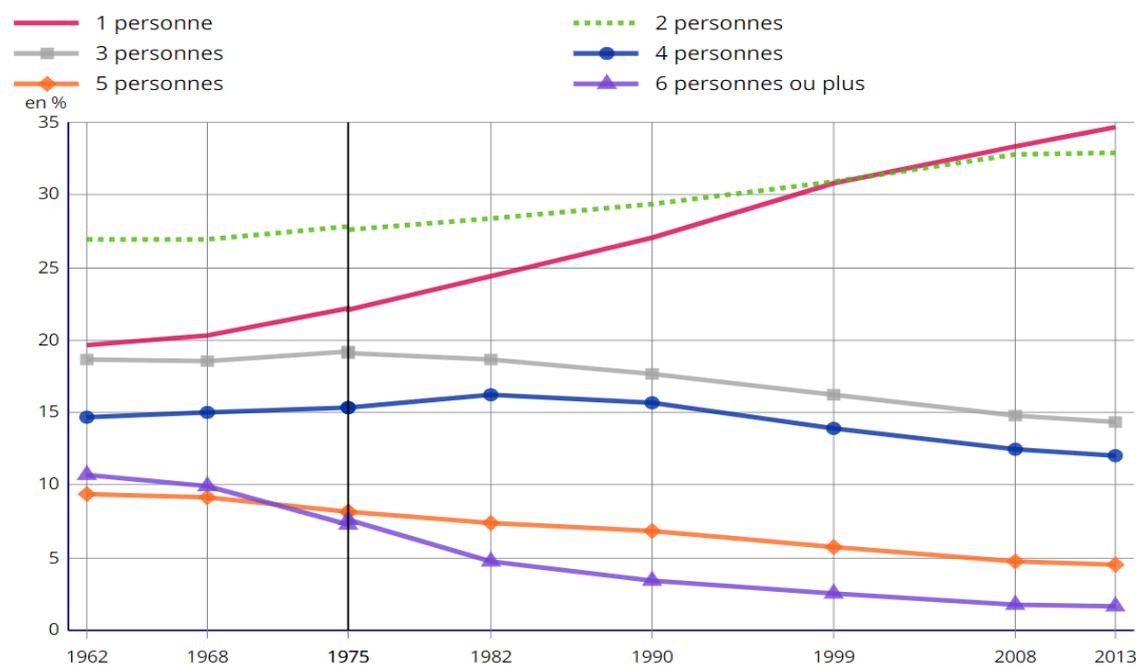
Ainsi, les sociétés contemporaines les plus développées vivent un processus d'individualisation croissante, qui, selon Durkheim, est un phénomène commençant "nulle part mais qui se développe sans s'arrêter tout au long de l'histoire".

Cette individualisation se manifeste par :

- Une affirmation croissante de l'autonomie de l'individu au regard des règles sociales et culturelles portées par les institutions (famille, profession, religion et la collectivité) ;
- De plus en plus l'individu s'impose sur son bien-être et son "épanouissement" comme impératif existentiel et comme objectif suprême ;

- Le conjoint et la carrière sont considérés les priorités majeures de

Figure 1 - Répartition des logements selon le nombre d'occupants



Lecture : en 2013, 34,7 % des logements sont occupés par une seule personne, 32,9 % par deux personnes. Autrement dit, 34,7 % des ménages sont composés d'une personne, 32,9 % sont composés de deux personnes.

Champ : France métropolitaine (1962 et 1968), France hors Mayotte (1975 à 2013), population des ménages.

Source : Insee, RP1962 dépouillement exhaustif - RP1968 sondage au 1/4 - RP1975 sondage au 1/5 - RP1982 sondage au 1/4 - RP1990 dépouillement exhaustif - RP1999 à RP2013 exploitations principales.

Figure 9 Répartition des logements selon le nombre d'occupants

l'individu.

La notion de choix et de subjectivité devient centrale dans tous les domaines de vie d'un individu, qui veut :

- Maîtriser sa vie, son travail, ses relations amoureuses ;
- S'autodéterminer et s'épanouir dans sa carrière et dans son couple ;
- Maîtriser son apparence ;
- Protéger sa santé ;
- Prolonger sa jeunesse ;
- Assurer sa sécurité ;
- Se prévenir des aléas de l'existence.

Cette liberté particulière met l'accent sur le choix : le choix de tout ce qui touche au corps, à la maîtrise de l'apparence, à la santé et aux aliments. Cette tendance des

choix alimentaires individuels ne cesse de s'accroître depuis plus de 50 ans (Fischler 2013).

Aujourd'hui, nous sommes arrivés à un état de la civilisation qui, à force de cette individualisation, montre la particularité ou même la contradiction par rapport aux normes sociales et celles du partage traditionnel (Fischler 2013) :

- L'hôte reçu ne s'oblige plus nécessairement à consommer la nourriture offerte ;
- L'hôte recevant doit respecter les exigences de son invité : allergie ou intolérance, interdictions religieuses, diète médicale ou tout simplement son aversion envers un aliment.

Ce qui augmente constamment est le nombre de repas pris à l'extérieur du domicile. Les aliments sont de plus en plus transformés, prêts à être mangés tout de suite, ce qui favorise une consommation individualisée, de normes commensales et libère des contraintes. Par conséquent, manger seul est plus pratiqué que ce soit dans le cadre professionnel ou privé.

Parallèlement, grâce à l'industrialisation agroalimentaire (Wahli et Constantin 2009), le mangeur moderne consacre peu de temps à la recherche et à la préparation de sa nourriture, facilitant ainsi la création de nouvelles préférences alimentaires.

Progressivement, ces choix alimentaires deviennent une expression de valeur individuelle, une source de fierté et d'autosatisfaction (Fischler 2013). La psychologie sociale les appelle "une fonction d'expression des valeurs", parce qu'ils permettent aux individus de communiquer leurs intimes convictions aux autres. Si ces occasions d'affirmation de soi sont positives, l'estime de soi sera renforcée (Tesser et al. 2000).

Les restrictions alimentaires dues à des problèmes d'ordres physiologiques (les allergies, les intolérances ou toute autre affection particulière - réelles ou imaginaires) peuvent être frustrantes mais elles ne provoquent pas de honte ou de gêne.

Comme le dit Fischler, "le besoin actuel des individus d'affirmer leur différence, favorisé par l'affaiblissement des valeurs communes dans les sociétés libérales, assure à ces originalités alimentaires un bel avenir".

#### 2.1.5.2. RÉPARTITION ET COMMENSALITÉ

La table familiale joue un rôle principal dans le processus de socialisation alimentaire d'un foyer.

La nourriture est également fréquemment présente dans l'échange des relations d'hospitalité. Le don de nourriture et sa réciprocité est l'une des dimensions sous-jacentes : l'invité reçoit l'hospitalité de l'accueillant et s'engage à la rendre à l'avenir (Gotman 1997).

Le fait de dîner ensemble est reconnu pour nous rapprocher, car restaurer quelque chose similaire produit la même chair, le même sang, le même destin.

Le cercle social d'un repas peut à chaque instant, en théorie, s'ouvrir et s'élargir pour faire entrer un nouveau participant. Dans les groupes pour les néophobiques, la commensalité est souvent exclue, celui qui refuse de participer au repas en commun peut être suspecté de trahison.

Néanmoins, ailleurs, dans les sociétés plus tolérantes envers les alimentations particulières, même si un individu ne respecte pas les règles de la convivialité au niveau de la nourriture, il peut quand même se mettre à table avec les autres, partageant le même espace, le même moment de repas.

En France, pour prétendre de ne pas manger comme les autres dans le contexte d'une invitation, seule une justification médicale apparaît comme légitime. Pour les Français, bien manger, c'est de varier, d'équilibrer, de manger avec modération (quantité de sucre, de graisses, de sel), et la convivialité, soit en famille ou entre amis (Fischler 2013). De plus, Fischler note que dans l'hexagone, les végétariens se déclarent moins qu'en Grande-Bretagne ou aux États-Unis.

En ce qui concerne les États-Unis, nation connue pour être largement accueillante à propos des régimes particuliers, allant au-devant des exigences et ne jamais mettant en cause des demandes particulières. Le phénomène d'augmentation

des régimes alimentaires

particuliers, avec la possibilité de

changer un repas commun est

observé dans plusieurs canaux

de communication, dont *The New Yorker*.

Roz Chast, un dessinateur

américain et un dessinateur

qui travaille pour *The New Yorker*,

*Scientific American*,

ou *Harvard Business Review*, a dessiné cette caricature sarcastique le 22 novembre 2010.

Thanksgiving, aux États-Unis est une occasion festive et familiale autour de laquelle on partage habituellement la dinde traditionnelle. Toutefois, sur la caricature, il n'y a

aucune dinde au centre de la table, et chacun déclare son régime personnel.



Figure 10 The Last Thanksgiving - Caricature de The New Yorker

Even if you have dietary restrictions, it is **inappropriate** to request food other than that which is being served by the host at a private function. If you have serious dietary restrictions or allergies, let your host know in **advance of the dinner**.

Même dans certains guides de manières de la table Américaine, chercher à manger différemment des autres est très mal perçu.<sup>3</sup>

Prenez l'exemple du guide *What's cooking America*, dont parle Fischler dans son ouvrage (2013) par rapport au dîner privé :

“Même si vous suivez des restrictions alimentaires, il est déplacé, dans une réception privée, de demander autre chose que ce que l'hôte a servi. Si vous avez des contraintes alimentaires sérieuses ou des allergies, prévenez votre hôte à l'avance.”<sup>4</sup>

Même si les demandes d'alimentations particulières sont souvent satisfaites, l'effort important d'organisation rend bien évidemment le coût de ces repas très élevé.

Fischler, cependant, constate qu'une telle situation n'est pas même évoquée dans les manuels français équivalents, et que le fait de prévenir l'hôte est loin d'être mieux reçu.

Dans le cas d'un repas ordinaire d'une famille, les jeunes enfants, comme le montre Valérie Adt (2009) dans son enquête. Les règles familiales, dont la tolérance pour les préférences alimentaires, vont de soi et ne se discutent pas. L'enfant a pour devoir de les respecter. L'une des règles les plus consensuelles est celle de la politesse : devoir goûter avant de dire “je n'aime pas”. Ceci est expliqué pour l'intérêt de l'enfant lui-même mais également par égard pour la personne qui a cuisiné.

Dans la société d'Ancien Régime, le seul espace qui respecte l'entière liberté des choix alimentaires des individus est le pays de Cocagne. Il n'y a aucune contrainte liée à sa naissance ou à sa religion, et l'individu fait ce qu'il veut. Il peut manger ce qu'il veut, quand il veut et où il veut. Ce pays est vraiment une utopie matérialiste, un espace inventé, un fantasme imaginaire.

#### 2.1.5.3. PRENDRE LE CONTRÔLE DE CE QU'ON MANGE

De nos jours, la crédibilité des gouvernements et la protection du consommateur sont questionnées à cause des crises alimentaires majeures qui ont eu lieu. L'état d'esprit présent dorénavant est que les personnes n'ont plus aucune

---

3 The New Yorker. Cartoons for Thanksgiving [en ligne]. Disponible sur <https://www.newyorker.com/culture/culture-desk/cartoons-for-thanksgiving>. (Consulté le 14-10-2017)

4 What's cooking America. *United States Dining Etiquette Guide* [en ligne]. Disponible sur <https://whatscookingamerica.net/Menu/DiningEtiquetteGuide.htm>. (Consulté le 14-10-2017)

confiance dans les services communs et qu'ils ne peuvent se réfugier que dans leur propre assiette.

Les pratiques collectives qui étaient faites dans le passé sont de plus en plus remises en cause. "Devons-nous, pouvons-nous continuer à fermer les yeux sur ce qui se passe en amont de notre assiette ?" se demandent les consommateurs qui sont plus informés grâce aux nouvelles technologies d'informations.

Pour un mangeur "classique", sans aucun problème particulier de santé, c'est un souci, une source d'anxiété, d'insatisfaction, et hypothétiquement de mobilisation éventuelle.

Pour les allergiques ou les intolérants, c'est une nécessité vitale. L'augmentation du taux des allergiques et des intolérants met en avant la nécessité d'identifier les aliments ainsi que les ingrédients. Ceci justifie toutes les mesures réglementaires appliquées aux réseaux marchands de la mondialisation, aux produits du commerce ou aux restaurants.

## 2.2. TENTATIVE DE TYPOLOGISATION DES ALIMENTATIONS PARTICULIÈRES

Selon Fischler, les alimentations particulières peuvent être regroupés en trois groupes : les régimes de santé, les régimes sélectifs et les régimes restrictifs.

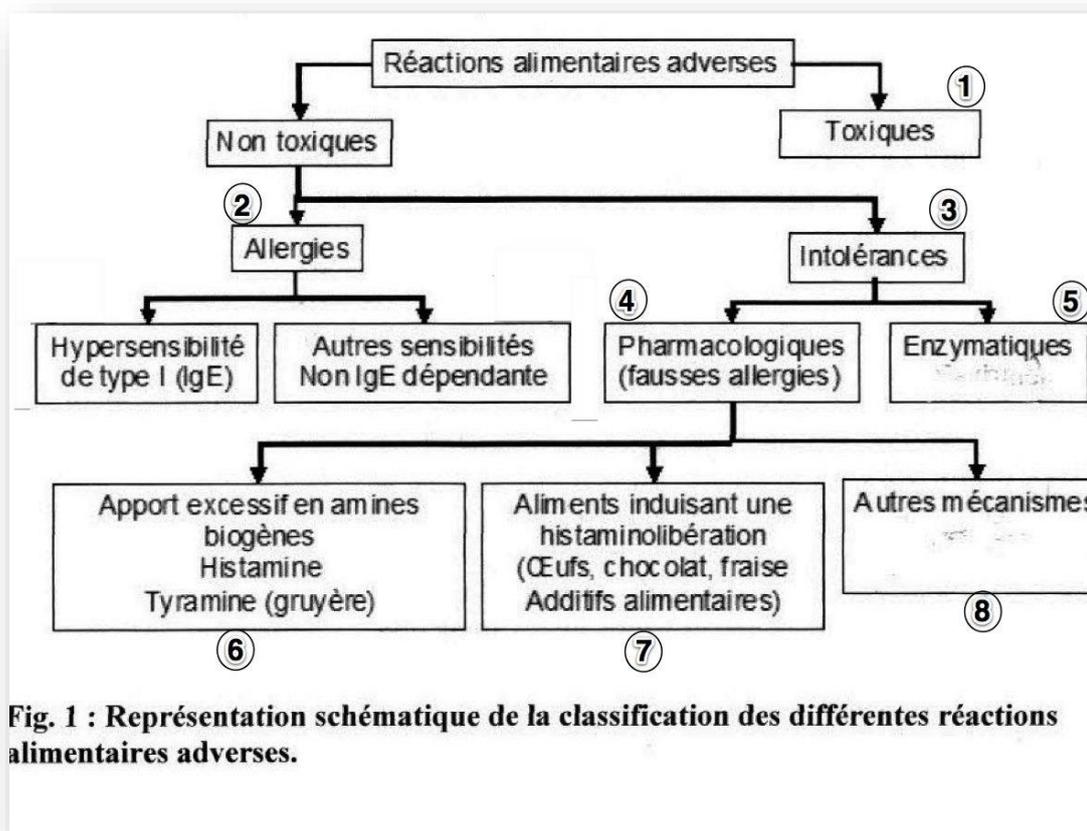
Il a également présidé un colloque de L'Oncha<sup>5</sup>, qui est l'observatoire des habitudes alimentaires, sur les "alimentations particulières" en janvier 2012 où il a explicité ce classement. C'est à la suite de ce colloque, que Claude Fischler et d'autres sociologues et chercheurs, ont construit le livre *Les alimentations particulières* paru en 2013.



---

<sup>5</sup> Oncha. *Colloque Oncha sur les alimentations particulières*. 2012. Disponible sur <http://www.lemangeur-ocha.com/colloque/colloque-ocha-les-alimentations-particulières-19-et-20-janvier-2012/> (Consulté le 16-11-2017).

## 2.2.1. RÉGIMES DE SANTÉ : ALLERGIES ET INTOLÉRANCES



**Fig. 1 : Représentation schématique de la classification des différentes réactions alimentaires adverses.**

6

Figure 11 Représentation schématique de la classification des différentes réactions alimentaires adverses. Source : Jacqueline 2012

Il semble, pour Fischler (2013), que les causes de l'augmentation de la fréquence des manifestations diagnostiquées sont liées, en partie, dans les modes de vie caractéristiques des sociétés développées. Les raisons qui reviennent le plus souvent mettent directement en cause la pollution, l'industrie alimentaire et le mode de vie individuel.

### 2.2.1.1. L'ALLERGIE

L'allergie alimentaire touche 3,4% de la population en France (Kanny et al. 2001). De très nombreux aliments (plus de 150) ont été identifiés comme allergènes, et ceux-ci par conséquent entraînent de divers types d'allergies. Les plus récentes

<sup>6</sup> Jacqueline L., Tests pour les réactions alimentaires adverses + 10 témoignages. *Vaincre la douleur par l'alimentation [en ligne]*. Disponible sur: <https://jacquelinelagace.net/2012/01/15/reactions-alimentaires-adverses/> (Consulté le 1-1-2008)

allergies identifiées sont l'allergie aux protéines de lait de vache (APLV) et l'allergie à l'arachide.

Néanmoins, pour pouvoir conclure que l'on est touché par une allergie menant à un régime d'éviction de certains aliments (surtout à un fruit ou à un légume) des tests allergologiques doivent être menés. Il faut tenir compte aussi des erreurs de diagnostic possibles.

Le fait d'avoir une allergie provoque une altération de la qualité de vie qui impose parfois un coût financier particulier, et entraîne ainsi la nécessité d'une éducation à la lecture des étiquettes alimentaires.

L'allergie est donc, pour beaucoup, un mal récent qui résulterait des excès de la modernité (la pollution et les produits chimiques) et de son corollaire : une "dénaturation" du rapport au temps et aux rythmes naturels.

L'alimentation est donc toujours au centre de ces pratiques de rééquilibrage et de régénération de l'esprit et du corps.

Certains écrits scientifiques et une bonne partie de la presse généraliste qualifient d'épidémie la hausse de prévalence des allergies alimentaires. Néanmoins, l'ampleur et l'origine du phénomène sont loin d'être claires.

#### 2.2.1.2. L'INTOLÉRANCE

Il n'y a pas assez de travaux formels sur l'*hypersensibilité alimentaire*.

Selon Fischler, les allégations d'hypersensibilité à certains aliments, très souvent le cas du gluten ou de la caséine, doivent être soumises à l'analyse critique. La conception qu'une *hypersensibilité alimentaire* provoque un certain nombre d'affections (migraines, syndrome du côlon irritable, fibromyalgie, autisme, polyarthrite rhumatoïde), n'est pas fondée. Cette conception amène le public à adopter des régimes irrationnels avec des évictions extrêmes.

Un manque de preuve scientifique est également le cas pour l'intolérance au lactose, qui est souvent surestimée par les patients. Les gastroentérologues, les professionnels de santé en général, toutefois, ne soutiennent pas formellement ces allégations. Pour eux, l'intolérance au lactose est plus souvent considérée comme un problème facilement géré plutôt que comme une maladie grave.

Ces régimes de santé, même valables, entraînent quand même des effets sociaux puisqu'ils impliquent une exigence d'exception individuelle, et parfois un déni de confiance.

### **2.2.2. RÉGIMES SÉLECTIFS - JUSTIFICATIONS ÉTHIQUES, POLITIQUES, RELIGIEUX, SANITAIRES**

Pour des raisons diverses, soit éthiques, politiques, ou sanitaires, certains d'entre nous sélectionnons un régime alimentaire particulier (Fischler 2013).

Nous adaptons notre alimentation aux ressources disponibles et aux images mentales que nous faisons des aliments et des êtres vivants. L'imagination et les valeurs de l'être humain ainsi que la combinaison des produits alimentaires, sont infinis. C'est pour cette raison que les régimes sélectifs sont des plus nombreux et plus variés. Pour citer quelques exemples : le régime paléolithique, le végétarisme, le véganisme, la macrobiotique, le casher, le halal, le flexitarisme, etc. De plus, ils peuvent être additionnés entre eux : un régime végan sans gluten par exemple.

### **2.2.3. RÉGIMES RESTRICTIFS - JUSTIFICATIONS POUR MINCIR, POUR MANGER SAIN**

Comme expliqué ci-dessus, notre société est aujourd'hui typiquement préoccupée par le doute et l'angoisse par rapport à la nourriture.

Face aux nouvelles formes d'inquiétudes alimentaires, nous assistons alors au développement d'une conscience nutritionnelle, constamment en alerte, et d'une obsession de la sécurité alimentaire (Hubert 2003).

L'individu opte à limiter, ou même éliminer des aliments qu'il pense pouvoir heurter sa santé, et ainsi apparaissent les régimes de type "sans" : sans sucre, sans gluten, sans sel, sans viande, sans ail, sans oignon, sans matières grasses, etc. Ceci est confirmé par l'étude menée par Nielsen en 2016 ci-dessus.

## **2.3. ACTIVITÉS COMMERCIALES DE RESTAURATION QUE NOUS AVONS CHOISI**

Comme notre question de départ était : "Comment les professionnels réagissent-ils face à la multiplication de nouveaux modes d'alimentation ?" et notre problématique "Les stratégies de la prise en compte des alimentations particulières par les restaurateurs", nous avons décidé d'étudier différents types de restauration.

L'INSEE regroupe plusieurs secteurs d'activités que l'on énonce ci-dessous et nous avons choisi de nous focaliser seulement sur quatre types de restauration.

	Unités légales		Effectif salarié en équivalent temps plein		Chiffre d'affaires		Valeur ajoutée	
	En nombre	Part des TPE (en %)	En nombre	Part des TPE (en %)	En milliards d'euros	Part des TPE (en %)	En milliards d'euros	Part des TPE (en %)
<b>Restauration</b>	<b>159 124</b>	<b>93</b>	<b>438 528</b>	<b>52</b>	<b>47,7</b>	<b>56</b>	<b>21,1</b>	<b>56</b>
Restauration traditionnelle	92 103	92	293 068	57	30,3	59	14,1	57
Restauration rapide	38 299	93	113 248	33	12,2	37	4,6	36
Débites de boisson	28 722	98	32 212	83	5,2	86	2,4	86

Lecture : la restauration traditionnelle compte 92 103 unités légales ; 92 % d'entre elles sont des TPE.  
 Champ : France, unités légales du secteur de la restauration, hors auto-entrepreneurs et micro-entreprises au sens fiscal.  
 Source : Insee, É sane 2012.

Figure 12 Secteur de la restauration selon INSEE

Comme notre problématique se focalise sur “Les stratégies de la prise en compte des alimentations particulières par les restaurateurs”, nous allons nous concentrer sur les types de restauration commerciale suivants :

1. Restauration traditionnelle
2. Restauration à thème
3. Restauration gastronomique
4. Restauration rapide

Nous allons interroger deux professionnels pour chaque type de restauration afin d'analyser des avis différents sur ces divers types de restauration.

Après avoir explicité notre documentation et notre courte enquête de terrain nous allons à présent vous expliquer comment nous en sommes arrivées à notre problématique et à nos hypothèses.

## PARTIE 2. PROBLÉMATISATION ET MÉTHODOLOGIE

### D'ÉTUDE DU TERRAIN

**N**ous aimerons fait des entretiens individuels avec des clients et des restaurateurs afin de connaître leur vision sur les alimentations particulières.

En réunissant toutes ces études, nous avons établi des définitions pour chaque alimentation particulière puis réalisé un classement pour ces dernières. Il nous reste un plan d'étude du terrain.

### CHAPITRE 3. PROBLÉMATISATION ET CORPS

#### D'HYPOTHÈSES

##### 3.1. PROBLÉMATISATION

Face à l'émergence des alimentations particulières, nous nous sommes demandé si et de quelle manière les restaurateurs s'y adaptent.

C'est pourquoi notre problématique est : Les stratégies de la prise en compte des alimentations particulières par les restaurateurs.

##### 3.2. LE CORPS D'HYPOTHÈSES

- a) Les restaurateurs adaptent leur offre pour des raisons économiques.
- b) Les restaurateurs ne s'orientent pas vers ces régimes alimentaires par manque de ressources internes.
- c) Les restaurateurs qui adaptent leur offre le font par rapport à leurs propres convictions.

Notre première hypothèse est née de la mode des alimentations à cause de l'effet de mode des alimentations particulière. Nous nous sommes demandé si les restaurateurs qui adaptent leur offre le font pour des raisons économiques, c'est-à-dire, s'ils pensent que c'est un levier pour le chiffre d'affaires. De même, s'ils pensent que c'est un moyen d'augmenter leurs prix.

Pour la seconde hypothèse, nous pensions que les restaurateurs qui ne s'adaptent pas à ces régimes le font par manque de ressources internes. Cela se traduirait par un manque temps et/ou un manque personnel, et/ou un déficit de

connaissances envers ces régimes, et/ou encore un manque de place, de locaux adaptés.

La dernière et troisième hypothèse nous est venue du fait que nous nous sommes intéressées au sujet car nous en sommes concernées. Nous voulions savoir s'il en était de même pour les restaurateurs qui adaptent leur offre. Le font-ils par rapport à leurs propres convictions ?

## CHAPITRE 4. MÉTHODOLOGIE D'ÉTUDE DU TERRAIN

### 4.1. ENTRETIENS SEMI-DIRECTIFS

Nous avons procédé à des entretiens semi-directifs avec des professionnels de la restauration. Pour ce faire, nous avons élaboré un guide d'entretien pour guider nos interviews et préparer des questions de relance.

Nous avons volontairement choisi d'interroger des établissements proposant des offres d'alimentations particulières et d'autres qui n'en proposent pas non afin de ne pas biaiser les réponses. En revanche, certaines fois nous avons été surprises de voir que certains établissements proposent des offres alors qu'ils ne le mettent pas en avant. De plus, comme évoqué précédemment, nous avons ciblé notre étude sur différents niveaux de gamme de restaurant.

Nous avons sélectionné quatre gammes d'établissements et nous avons voulu interroger deux restaurants pour chacune de ces gammes. Cependant, nous avons dû nous adapter devant le manque de temps de la part des restaurateurs et interroger seulement un restaurant traditionnel et trois restaurants à thème.

### 4.2. FOCUS GROUPE

De plus, nous nous sommes également adaptées à nos objectifs de base. Nous voulions interroger différents consommateurs ayant des alimentations différentes individuellement. Puis, notre projet avançant, nous nous sommes dit qu'il serait plus intéressant de les rencontrer ensemble. De ce fait, nous avons décidé de réaliser un focus groupe. Nous voulions que ce focus groupe s'opère autour d'un repas commun. Nous avons donc mis en place un repas adapté aux régimes des personnes que nous souhaitions interroger afin de se rendre compte s'il était possible de pouvoir partager un repas ensemble aujourd'hui avec différentes alimentations. Nous avons voulu voir,

par l'acte, si cette interrogation posée par Claude Fischler (2013) était réalisable comme le pense Monsieur Serra Mallol, sociologue en alimentation.

Après avoir étudié notre problématique et nos hypothèses, passons maintenant au cœur de notre étude, nos analyses de nos enquêtes qualitatives.

# PARTIE 3. RÉSULTATS, ANALYSES DES RÉPONSES AUX HYPOTHÈSES POSÉES, ET

## CHAPITRE 5. ANALYSES VERTICALES ET HORIZONTALES

**N**ous avons recueilli beaucoup de données importantes grâce aux études du terrain. Nous procédons ensuite aux analyses des résultats, verticalement puis horizontalement.

### 5.1. ANALYSE VERTICALE DES ENTRETIENS SEMI-DIRECTIFS

Nous avons décidé d'interroger deux restaurants de chaque catégorie ciblée, comme évoqué précédemment. Cependant, devant le manque de temps des restaurateurs nous avons dû nous adapter et changer nos objectifs d'interviews.

#### 5.1.1. RESTAURANTS À THÈME

##### 5.1.1.1. MADAME X GÉRANTE D'UN RESTAURANT À THÈME VÉGAN

Dans un premier temps, nous avons interrogé un restaurant végétarien afin de comprendre la raison de cette ouverture et de spécifier s'il s'agit ou non d'un marché en expansion dans la durée. L'objectif étant aussi de répondre à quelques-unes de nos hypothèses.

Lors de l'interview de la gérante du restaurant, nous lui avons demandé s'il fallait distinguer les végétariens et les végétariens. Effectivement une nuance est à faire puisque le végétarien est seulement concerné par l'alimentation alors que le végétarien manifeste son idéologie. La restauratrice a ouvert son restaurant végétarien car elle l'est elle-même. Elle a ouvert ce restaurant car elle a fait des études dans la restauration et son but était d'être à la tête d'un restaurant tout en respectant son idéologie. Elle cible volontairement une clientèle végétarienne mais attire tout autant des omnivores, très curieux de cette alimentation composée uniquement de végétaux. La question que se pose les omnivores est peut-on manger varié et bon lorsqu'il n'y a pas de viande dans l'assiette ni de produits animaux ? Le but de la restauratrice est d'éliminer les préjugés sur cette alimentation qui est en réalité très variée et goûteuse. Nous avons appris que des centaines de recettes existent et que l'on peut varier aussi souvent que l'on en a

envie. La restauratrice nous a fait part que l'on ne devient pas végétan du jour au lendemain. Une étude approfondie est nettement nécessaire pour passer à cette alimentation. Il faut savoir que l'alimentation végétalienne offre la contrainte d'une carence en vitamine B12, essentielle pour le fonctionnement du cerveau, du système nerveux ainsi qu'à la formation du sang. Aujourd'hui cette vitamine est uniquement présente dans la chair animale et dans les produits animaux. Les végétaliens sont donc obligés d'avoir recours à la vitamine B12 sous forme de complément alimentaire afin de ne pas avoir de carences. La restauratrice a souligné tout de même qu'on peut être carencé en étant omnivore si l'alimentation n'est pas variée. Nous lui avons demandé pour quelle raison était-elle devenue végétalienne. Pourquoi et comment devient-on végétalien lorsque l'on a été omnivore ? D'après la restauratrice, devenir végétalien commence par une prise de conscience de la société actuelle. C'est-à-dire la surconsommation des aliments qui entraîne plusieurs facteurs que nous énoncerons ultérieurement. La société actuelle nous entraîne dans la surconsommation des aliments. Nous achetons encore et encore puis nous jetons. Les aliments ne sont pas respectés et cela incite au passage le non-respect des animaux. Tuer pour jeter ? Non ce n'est pas une bonne manière. La restauratrice nous explique que pour les végétaliens et les végétans, il est impossible de tuer un animal. L'animal est comme l'être humain doté d'une sensibilité et d'émotions. Si nous demandons à quelqu'un de tuer un chien, une vache ou autre, il en est incapable. Nous percevons la peine et la peur dans les yeux et le comportement de l'animal. Mais l'homme ne veut pas savoir ou veut ignorer volontairement ce qui se passe dans les abattoirs. La restauratrice nous informe après plusieurs échanges avec des omnivores qui affirment que s'ils savaient les conditions d'abattage et qu'ils voyaient en direct ces scènes de massacre, ils ne mangeraient plus de viande. Et la viande c'est délicieux, ils ne veulent pas s'en priver. Elle nous dit que l'homme préfère fermer les yeux pour garder son plaisir personnel. Le dessein des végétans est de prouver aux individus qu'il ne faut plus manger de viande ou du moins commencer à réduire drastiquement sa consommation de viande. Cependant, la restauratrice nous informe qu'il est mieux de débiter par éliminer les produits laitiers. La science nous déclare que l'homme est le seul mammifère à consommer du lait après le sevrage de la mère. Normalement, nous n'avons plus besoin de boire du lait une fois

sevré par la mère tout comme les animaux. C'est donc une absurdité de la société car ceci n'est pas un besoin, tout se ramène au fait de consommer pour faire vivre la société de consommation. La restauratrice nous évoque que, pour elle, le végétalisme est un marché en expansion. Elle nous informe, de plus, que ce n'est que le début en France pour ce marché et que nous sommes un pays très en retard sur cette alimentation car dans les pays étrangers on trouve dans presque tous les restaurants un menu végan et un menu sans gluten également. D'après elle, les pays étrangers montrent une réelle volonté d'intégrer les végétaliens. La restauratrice connaît le milieu sportif et d'après ses informations, de plus en plus de sportifs se mettent au végétalisme car ce régime alimentaire permet une meilleure récupération, un meilleur état de forme dans la journée, pas de chute de fatigue après les repas ainsi qu'une digestion facilitée. L'avantage de pratiquer ce régime permet de manger dès que la faim est présente, pas besoin de surveiller ce qu'on mange puisque tous les aliments sont peu caloriques. Bien sûr, dans cette alimentation il existe aussi des sucreries et comme toutes, il faut faire attention à leur consommation. Nous nous sommes demandé si être végétalien requiert le fait de cuisiner plus. D'après la restauratrice, si l'on veut manger équilibré, sans additifs, sans colorants, même s'ils sont naturels, il est préférable de cuisiner peu importe le régime alimentaire que nous pratiquons. Il faut savoir que les plats préparés végans sont aussi mauvais que les plats préparés pour les omnivores car il y a de l'ajout de sel, de sucre et tout ceci n'est pas bon pour la santé. A partir du moment où il s'agit d'un plat industriel, il vaut mieux s'en passer. Par la suite, nous avons appris que pour la restauratrice le bio et le végétalisme ne sont pas forcément liés. Les végétaliens peuvent manger aussi non biologique. En revanche, la logique veut que les végans mangent en respectant aussi la planète donc ils consomment de préférence des produits biologiques. Elle nous déclare que cependant le biologique est un business et qu'il faut y faire attention. Le label biologique requiert la méfiance des consommateurs puisque le biologique d'Espagne n'est pas le même que le biologique marocain et qui n'est pas non plus similaire au biologique de France. Pour terminer, la matière première qui est végétale est donc moins chère à l'achat mais demande de la main-d'œuvre pour pouvoir en faire de la cuisine de restaurant. En conclusion, les

consommateurs dans leur généralité perçoivent cette alimentation plus saine mais tous ont encore du mal à se dire qu'elle peut être nourrissante et appétente.

#### 5.1.1.2. MADAME Z, GÉRANTE D'UN RESTAURANT SALON DE THÉ SANS GLUTEN

Nous avons interviewé un restaurant autour du thème sans gluten afin de comprendre le fonctionnement d'un restaurant 100% sans gluten et la manière dont est née cette idée.

La gérante a ouvert son établissement il y a trois ans et propose une offre de restauration le midi. La matinée et l'après-midi sont dédiées au salon de thé avec un large choix de pâtisseries (sans gluten) proposées. Elle pense qu'il y a un réel marché à conquérir au niveau des alimentations particulières pour les restaurateurs. Cependant, elle nous indique la crainte pour les restaurateurs de proposer ce genre d'offre. En effet, la traçabilité, le nettoyage et la lecture des étiquettes doit être très stricts. Pour elle, les restaurants qui veulent proposer une offre sans gluten par exemple, doivent former

leur personnel afin qu'il connaisse exactement tous les produits proposés. Pour elle, il est beaucoup plus simple de créer un établissement 100% sans gluten que de mixer du sans gluten avec des produits en contenant. Elle évoque que dans d'autres pays ces alimentations sont beaucoup plus prises en compte par les restaurateurs mais aussi par les industriels. De plus, elle



compare son expérience à Paris où de nombreuses enseignes proposent des offres sans

gluten. Lors de son expérience professionnelle dans le domaine traiteur, elle a pu constater l'émergence de certaines alimentations particulières comme le sans gluten, le sans lactose et le végétarien. En outre de ses observations sur le marché au niveau de la capitale, elle observe personnellement que l'offre est limitée sur le marché Toulousain. En effet, sa mère étant intolérante au gluten, elle découvre au fil des années la difficulté de s'approvisionner en produits alimentaires sans gluten et de se rendre au restaurant. C'est pourquoi, que ce soit avec ses constatations personnelles ou professionnelles qu'elle décide de créer un établissement autour du sans gluten. La restauratrice considère qu'elle ne propose pas une offre particulière. Cependant, elle nous explique que beaucoup de personnes végétariennes, végétaliennes ou encore ayant des allergies, se rendent dans son restaurant car ils pensent trouver une offre qui pourrait les convenir. Cette clientèle pense trouver une offre plus large et ainsi plus diversifiée que dans un restaurant classique. Elle propose quelques produits sans lactose car la demande est très forte et propose souvent des plats végétariens. En revanche, la restauratrice ne s'adapte pas à tous les régimes alimentaires particuliers, comme par exemple le végan. Elle nous explique qu'elle s'est alignée sur les prix de la concurrence. Elle a donc dû baisser ses propres marges car les matières premières sans gluten, farines par exemple, sont nettement plus chères. Pour elle, c'est normal de ne pas faire plus pâtir les consommateurs, qui sont malades, et qui ont déjà du mal à trouver des restaurants proposant ce type d'offre. La gérante trouve que ce marché est en pleine évolution, et elle voit déjà les progrès effectués par les industriels. Toutefois, elle attend encore un changement total de la part des restaurateurs.

#### 5.1.1.3. MONSIEUR P, GÉRANT D'UN RESTAURANT À THÈME IRLANDAIS

Pour comprendre l'adaptabilité du secteur, rien n'est mieux que de demander aux expatriés. Nous voilà donc dans un restaurant irlandais

##### 5.1.1.3.1. La demande des consommateurs

Table 5 Ce que demandent les consommateurs au restaurant irlandais

<b>Version originale</b>	<b>Traduction</b>
"Allergies, you know allergies are a big thing in the restaurant business. You have to be careful."	"Allergies, vous savez les allergies sont une grande chose dans le secteur de la restauration. Vous devez être prudent."
"You know because people with allergies are very sensitive. That might not be in their dish, but there could still be particles in the air. Those could cause an entire reaction."	"Vous savez parce que les personnes allergiques sont très sensibles. Cela pourrait ne pas être dans leur plat, mais il pourrait encore y avoir des particules dans l'air. Ceux-ci pourraient provoquer une réaction entière."
"One of the things though, if they're French, is that certain people will ask if the meat is halal."	"Une des choses cependant, s'ils sont français, c'est que certaines personnes vont demander si la viande est halal."
"That would be something that the French would ask as a dietary requirement, but I would take any percent of the time it's uh it's uh Irish or British or American clients who would ask..."	"Ce (halal) serait quelque chose que les Français demandaient comme une exigence diététique, mais je prendrais n'importe quel pourcentage du temps c'est ce sont les clients irlandais, britanniques ou américains qui demanderaient plus de particularités..."

Les précautions alimentaires que le restaurant reçoit le plus de leurs clients sont les allergies, la sensibilité alimentaire et le halal. La plupart des clients avec des régimes alimentaires spéciaux viennent des États-Unis ou de Grande-Bretagne. Les français plutôt demandent si la viande est halal.

#### 5.1.1.3.2. La proposition de la restauration par sa propre conviction

Table 6 Les proposition d'un restaurant irlandais

<b>Version originale</b>	<b>Traduction</b>
"You know when we started doing the vegetarian burger, there wasn't that many in Toulouse... like 3 years ago... ha-ha..."	"Vous savez quand on a commencé à faire le burger végétarien, il n'y en avait pas beaucoup à Toulouse ... comme il y a 3 ans ... haha ..."
"And I feel we've been hugely successful with that."	"Et je pense que nous avons énormément réussi avec ça."
"So, um we'll do gluten-free, but we don't... like we have the vegan salad that will be gluten-free, but we don't specifically offer a gluten-free as main courses yet."	"Alors, on va faire du sans gluten mais on n'a pas ... comme on a la salade qui sera sans gluten, mais on n'offre pas encore de plat principal sans gluten."

Le restaurant a introduit le hamburger végétalien il y a 3 ans. Bien que ce ne soit pas un restaurant végétalien, leur hamburger végétarien a connu un énorme succès. Le restaurant envisage également d'offrir d'autres options particulières, y compris le

repas sans gluten. Pour le moment, la seule option sans gluten est la salade végétalienne.

Le fait que le restaurant ait rapidement pris en compte les besoins alimentaires des végétariens il y a trois ans, selon Monsieur P, peut provenir du contexte culturel de l'Irlande, connue d'être très accommodante pour les différents besoins des clients.

#### 5.1.1.3.3. L'adaptation du restaurant aux autres demandes

Table 7 Adaptations aux demandes non anticipées

<b>Version originale</b>	<b>Traduction</b>
"Normally just for big groups. If there's a group of 20 or 40 people, then we would do that in advance and we would check for dietary requirements and things like that..."	"Normalement juste pour les grands groupes. S'il y a un groupe de 20 ou 40 personnes, nous le ferions à l'avance et nous vérifierons les besoins alimentaires et des choses comme ça ..."
"But otherwise no. Generally, if people are reserving for 4 to 10 people, normally they wouldn't... Normally we wouldn't do that menu in advance for them... unless they ask, and the prices would have to be different."	"Mais sinon non. Généralement si les gens réservent pour 4 à 10 personnes, normalement ils ne le feraient pas ... Normalement nous ne ferions pas ce menu à l'avance pour eux ... à moins qu'ils demandent et les prix devraient être différents."
"Your tradition doesn't die"	"Votre tradition ne meurt pas"

Le restaurant est prêt à s'adapter aux besoins alimentaires particuliers des clients, même s'ils n'ont aucun stock. Pour ce faire, il faut que les clients soient dans un groupe assez grand d'au moins 20 à 40 personnes et il est nécessaire qu'ils informent le restaurant à l'avance.

Néanmoins, si le groupe est composé de moins de 10 personnes, il est peu probable que le restaurant soit capable de répondre à leurs besoins, financièrement et logistiquement. Dans le cas où le restaurant est capable de s'adapter, les prix seraient certainement plus élevés pour chaque client.

Lorsqu'on lui demande s'il craint que le fait de s'adapter aux demandes des différents clients n'affecte la tradition de la cuisine qu'il représente, le restaurateur dit non. Il argumente qu'une tradition ne meurt pas simplement parce qu'à un moment donné, un restaurateur essaie de s'adapter aux besoins d'un client spécifique. En outre, en adaptant les techniques de cuisson de différentes cultures, nous pouvons même améliorer notre propre tradition. Il a cité l'exemple d'un chef japonais, propriétaire

d'un restaurant spécialisé dans la cuisine française du sud-ouest à Toulouse, qui, selon lui, est "super".

#### 5.1.1.3.4. L'attitude du restaurateur envers les demandes d'alimentations particulières

Table 8 L'attitude du restaurateur par rapport aux demandes particulières

Version originale	Traduction
"Look at all the opportunities to work harder, to be more inventive in the kitchen. You know. I think if you don't like that challenge you'd probably shouldn't be cooking food."	"Regardez toutes les occasions de travailler plus fort, d'être plus inventif dans la cuisine. Vous savez ? Je pense que si vous n'aimez pas ce défi, vous ne devriez probablement pas cuisiner."
"Others might view it as something that's difficult, but we would view that as an opportunity"	"D'autres pourraient voir cela comme quelque chose de difficile, mais nous considérons cela comme une opportunité"
"Well then you can make money by serving them what they want, you know?"	"Eh bien, vous pouvez gagner de l'argent en leur servant ce qu'ils veulent, vous savez ?"

Pour lui, les alimentations particulières représentent une opportunité de travailler plus durement et plus créativement, et pas du tout une difficulté. Il pense que c'est quelque chose que les travailleurs dans le secteur de la restauration, qui aiment la cuisine, devraient trouver agréable.

En outre, il dit que les restaurants peuvent faire beaucoup d'argent en essayant de s'adapter à ces niches émergentes.

#### 5.1.1.3.5. Commentaires sur le comportement des consommateurs

Table 9 Ce que dit un restaurateur aux consommateurs

Version originale	Traduction
"If you're going to a restaurant, and you have strict dietary requirements, you should call them and let them know."	"Si vous allez dans un restaurant et que vous avez des exigences alimentaires strictes, vous devez les appeler et leur faire savoir"
"But it's not acceptable to show up and say, on the day, oh I can't do this... or this is ridiculous... and get angry."	"Mais ce n'est pas acceptable de se montrer et de dire, le jour, oh je ne peux pas faire ça ... ou c'est ridicule ... et se mettre en colère."
"And you know if you show up at a steak restaurant, and you're a vegan, you know... Chances are you're not going to be able to get something that you want."	"Et vous savez si vous vous présentez dans un restaurant de steak, et vous êtes végétalien, vous savez ... Vous n'obtiendrez pas ce que vous voulez."

Il ajoute que les clients doivent prendre soin d'informer le restaurant à l'avance s'ils ont des exigences diététiques strictes. Pour lui, ce n'est pas acceptable qu'un client

se montre et se fâche que le restaurant n'ait pas ce plat inconnu qu'il veut. Ils devraient également essayer de rechercher à l'avance pour découvrir quel restaurant est plus susceptible d'offrir ce qu'ils veulent. Les végétariens ne peuvent pas s'attendre à être servis s'ils vont dans un restaurant spécialisé autour de la viande.

### 5.1.2. RESTAURANTS TRADITIONNELS

#### 5.1.2.1. MONSIEUR Y, CHEF GÉRANT D'UN RESTAURANT TRADITIONNEL

Monsieur Y, tient son restaurant depuis trois ans. Il propose une restauration traditionnelle basée sur des produits frais ainsi que de la cuisine portugaise. Il a eu ponctuellement des demandes de plats végétariens et sans gluten. S'il s'agit d'une allergie au gluten, il refuse catégoriquement de servir le client dans son restaurant à cause des risques encourus. Il a souvent recours à l'utilisation du pain, ne serait-ce que pour des croûtons fait maison ainsi que pour des toasts. Pour éliminer les traces de pain, il suffit simplement d'enlever les miettes sur la planche qui n'est pas lavée juste pour la découpe du pain puisque ce n'est pas un aliment souillé. Le pain est cuit au four donc dans le doute il préfère éviter de servir ces clients. Pour le végétarisme, le restaurateur n'a pas souvent de demande car en fait les végétariens s'imposent et disent simplement une fois à table de leur faire une assiette végétarienne. Ce régime ne dérange pas le restaurateur car il est ancré dans les mentalités depuis quelques années. Le végétarisme est totalement accepté car il est vu comme un régime facile à s'adapter pour les restaurateurs. En revanche, le végétalisme, en 3 ans d'ouverture du restaurant, a été évoqué par le client seulement deux fois. Le restaurateur signale que, même si ce marché est en expansion, il ne cherche pas à attirer cette clientèle puisque son étude de marché n'avait pas spécifié de demande de clients végétaliens. Le restaurateur nous évoque qu'il est parti travailler dans un restaurant en tant que serveur en Angleterre. Il nous explique le manque d'ouverture d'esprit en France rien qu'à travers les cuissons. C'est à dire qu'en Angleterre, ce fameux restaurant où il travaillait n'acceptait pas la cuisson bien cuite sur toutes les viandes. Par exemple, sur le choix d'un onglet, si le client le demandait bien cuit, c'était un refus catégorique et le serveur expliquait que cette viande ne peut-être mangée ni à point ni bien cuite car elle est assez filandreuse et un excès de cuisson la rendait caoutchouteuse voir immangeable. Pour répondre au besoin du client, le serveur dirigeait le client vers une

autre viande qui pouvait en l'occurrence se manger bien cuite sans problème. Il nous explique qu'en Angleterre c'est une mentalité différente car le client accepte le fait que telle ou telle viande ne peut pas se manger bien cuite. En France, c'est autre chose. Un cuisinier qui n'accepte pas de faire une viande bien cuite mais par l'obligation pour son travail, il exécutera quand même la tâche ou du moins fera une viande plus ou moins bien cuite. Il faut savoir qu'en France, lorsque le client demande une viande bien cuite, le cuisinier ne parvient pas à la totalité de la cuisson demandée, il la sert toujours moins cuite que ce qu'elle devrait être, ce qui implique des retours d'assiettes en cuisine pour une recuisson. S'il y a déjà un manque d'évolution sur les cuissons, alors le végétalisme qui est en expansion aujourd'hui aura du mal à arriver dans les restaurants, selon lui. D'ailleurs, le restaurateur a essayé de mettre en place une salade complète de différents légumes, de légumes séchés et marinés pour répondre aux végétariens et aux végétaliens mais cette assiette n'a pas eu de succès et n'a pas rapporté à l'entreprise. Nous avons demandé au restaurateur si ça lui dérangeait qu'un client végétalien lui réclamait une assiette végétalienne sachant qu'il n'y en a pas à la carte. Effectivement, il nous a répondu que cela le dérangeait car c'est une demande sortie de la carte, ce qui demande aux cuisiniers d'aviser au moment. Si cette demande arrive pendant un "coup de feu" durant le service elle est perçue comme pénible. Cependant, si cette demande figure durant un service calme, elle sera perçue comme moins pénible mais le restera cependant car cela implique une réflexion à l'élaboration de cette assiette. Le restaurateur nous explique qu'il ne s'agit pas seulement d'y mettre des légumes, il veut quand même y mettre de l'intention et satisfaire son client végétalien en lui offrant une assiette correcte. Nous lui avons demandé s'il avait des connaissances pour ses régimes alimentaires si divers. En effet, le restaurateur a travaillé sur un projet sans gluten pour des enfants malades. Ce projet consistait à élaborer une entrée, un plat et un dessert sans gluten où il devait même compter les calories pour chaque plat. Pour les autres régimes particuliers, il a des proches qui sont végétariens et végétaliens, ce qui lui a ouvert l'esprit et lui a permis de savoir un minimum élaborer une assiette végétalienne en passant au-dessus du fait de penser que ces personnes-là ne "mangent rien". Dans son restaurant un régime alimentaire qui est très présent est le régime sans porc, qui concerne donc la religion. Ce qui est

compliqué est lorsque le client ne demande pas si du porc est présent dans le plat car il peut y avoir quelques morceaux dans un plat et il n'est pas spécifié sur la carte puisque ce n'est pas l'élément principal qui le constitue. Ceci implique donc un renvoi du plat. Soit le client est pointilleux et demande de changer de plat soit il demande d'enlever le porc de l'assiette. Dans tous les cas, ceci nécessite un renvoi de l'assiette et donc une perte de temps. Nous avons demandé au restaurateur si pour lui les consommateurs sont prêts à manger des insectes car ce sujet est abordé pour parvenir éventuellement à la fin de la consommation de viande. Car, il faut savoir que les scientifiques abordent le sujet comme quoi la société ne pourrait plus parvenir à produire autant de viande dans le futur. Plusieurs facteurs sont en cause en raison de la pollution, de la santé et le prix. Pour le restaurateur, les individus ne sont pas prêts à consommer des insectes même si lui-même en a déjà goûté. Les Français sont complètement réticents car tout d'abord ce n'est pas dans notre culture et puis visuellement l'envie de manger des insectes n'est pas au rendez-vous. Pour le restaurateur ce phénomène ne se produira pas non plus en raison du prix car cela est très cher. Cela dit, le restaurateur trouve l'idée bonne que les chefs étoilés conçoivent des menus 100% végétarien et végétalien. Pour lui c'est une bonne mise en avant de ces régimes particuliers et cela prouve que l'on peut explorer de la grande cuisine à travers des végétaux. En revanche, il n'est pas prêt à dépenser pour ce genre de menu même si la curiosité est présente. Pour lui, si au même prix il a un menu végétalien et un menu composé de viande ou de poisson, il choisira sans hésiter le menu composé avec la viande ou le poisson car il a une impression de rentabilité. Il nous exprime, par la suite, que la société nous a habitué au restaurant lorsqu'une carte est élaborée qu'une assiette est toujours composée pour le plat de résistance, d'une viande et de son accompagnement. Donc, pour les clients et lui-même il est inconcevable de les séparer. Le restaurateur n'est pas près de diminuer sa consommation de viande qui est quotidienne du moment où il sait d'où provient sa viande et qu'elle soit de bonne qualité. De plus, il est difficile pour lui de réduire sa consommation de viande sachant qu'il mange dans son restaurant au moment du repas du personnel qui est toujours composé de viande ou de poisson. Pour le restaurateur, le bio ne fait pas partie des alimentations particulières car il s'agit d'un label.

### 5.1.3. RESTAURANTS GASTRONOMIQUES

#### 5.1.3.1. MONSIEUR U, GÉRANT D'UN RESTAURANT GASTRONOMIQUE

Nous avons interviewé un restaurant gastronomique qui existe depuis 26 ans. Ce restaurant propose une offre haut de gamme et réalise également des mariages, séminaires et des brunchs un dimanche par mois. Souvent, le gérant a des demandes d'alimentations particulières comme du sans gluten et du végan. Lui et son équipe n'ont jamais reçu de formation concernant de type d'alimentation. Pour donner suite aux nombreuses demandes au sujet de ces alimentations, le restaurant a donc choisi de mettre en place

un menu unique (voir ci-contre) regroupant le maximum d'alimentation particulière qui change régulièrement. Ceci, leur permettant de proposer un menu entier haut de gamme convenant aux clients suivants des régimes particuliers. De ce fait, le restaurant évite ainsi les recherches de dernières minutes qui pouvaient arriver pendant le "coup de feu". Cependant, il existe un inconvénient à la mise en place de ce nouveau menu, il faut toujours avoir de la mise en place. Le gérant nous explique qu'il est donc plus simple qu'un client ayant un régime alimentaire particulier prévienne à l'avance, facilitant ainsi la mise en place en amont en cuisine et des petites attentions supplémentaires faites par la salle. En effet, le personnel de salle imprimera un menu spécial pour le client concerné et le déposera à sa table car le menu spécial ne figure



pas sur la carte classique du restaurant. Le gérant ne pense pas que le fait de s'adapter à ces régimes est inhérent aux restaurants gastronomiques. Il nous explique que cela provient de la propre volonté des restaurateurs, de leur propre politique ou encore du caractère du chef. Pour l'instant, le gérant ne pense pas instaurer de nouvelles offres d'alimentations particulières étant donné que ce type de clientèle est encore que très peu présent. Le gérant a beaucoup de retour de la part de ses clients, qui trouvent enfin une offre de restauration gastronomique adaptée à leurs régimes particuliers. Pour le gérant, peu importe à quelle demande on répond cela satisfera dans tous les cas les clients.

#### 5.1.3.2. MADAME V, CHEF CUISINE ET GÉRANTE D'UN RESTAURANT GASTRONOMIQUE

Madame V est gérante d'un restaurant gastronomique et également chef de la cuisine depuis trois ans maintenant. Elle propose dans son restaurant une offre haut de gamme de produits de saison locaux et frais. Le restaurant a souvent des demandes d'alimentations particulières comme le végétarien et le sans gluten. La gérante dispose de nombreuses connaissances car avant d'être gérante et chef de cuisine, elle est intolérante au gluten. Pour elle, c'est évidemment plus simple de s'adapter quand on est nous-même concerné par le sujet. Devant la demande grandissante, le restaurant propose dorénavant un plat végétarien mais peut également adapter des plats figurant à la carte pour les rendre végétariens. La gérante trouve beaucoup plus compliqué de s'accommoder à des demandes véganes car il ne suffit pas d'enlever les protéines animales comme pour le régime végétarien, il faut remplacer le lait, les œufs... et donc avoir des produits de remplacement différents. La chef propose un pain sans gluten à ses clients intolérants mais pas de plats particuliers, la cuisine s'adaptera à la minute et en fonction des envies du client. Pour ce faire, elle bloque une partie de la cuisine, une fois par mois, et désinfecte le local ainsi que tous les ustensiles afin d'éviter toutes contaminations croisées. S'adapter à ces régimes particuliers demande du temps au restaurant mais surtout des connaissances accrues sur ces régimes. Pourtant, le restaurant ne demande pas de supplément pour par exemple le pain sans gluten. C'est une volonté de la gérante qui trouve que manger avec un régime particulier est déjà compliqué et elle ne veut pas faire payer plus cher ces clients. Afin de rentrer dans ses

coûts, elle achète les matières premières sans gluten, les farines par exemple, en grandes quantités qu'elle peut stockée dans un local dédié. Pour elle, il est important que toute la cuisine soit formée mais également le personnel de salle. Madame V a travaillé par le passé en restauration traditionnelle et elle nous explique que les serveurs en restauration gastronomique sont plus concernés qu'en restauration traditionnelle. Elle justifie cela par le fait qu'en restauration gastronomique, le personnel de salle est plus motivé et a une réelle passion pour le métier. La gérante nous explique qu'avant d'être concernée personnellement, elle ne connaissait pas ou très peu le régime sans gluten et les demandes des clients l'importunaient. De même, elle n'aurait pas proposé d'offre dans son établissement. C'est avec ses observations personnelles qu'elle s'est aperçue de la difficulté de trouver un restaurant adapté. Nous lui avons posé la question s'il était possible de manger tous ensemble en ayant des alimentations particulières tout d'abord à domicile puis au restaurant. Elle nous expose qu'à domicile tout dépend si la personne qui reçoit a des connaissances sur les régimes de ses hôtes et si elle va cuisiner elle-même. Pour le restaurant, elle nous déclare qu'il est impossible d'improviser et de choisir son restaurant à la dernière minute. C'est pourquoi, elle précise qu'il faut se renseigner à l'avance sur les restaurants qui pourraient proposer des offres différentes et adaptées à chacun des membres du groupe. A l'avenir, elle pense que le marché va grandement se développer, comme par exemple, avec des applications qui cibleront les allergies et intolérances des consommateurs et leurs proposeront ainsi des restaurants adaptés. Cependant, il sera compliqué pour les cuisiniers, au niveau de l'organisation, de s'adapter au sein d'une même cuisine à tous ces régimes différents.

#### **5.1.4. RESTAURANTS RAPIDES**

##### **5.1.4.1. MONSIEUR X, GÉRANT D'UNE FRANCHISE DE RESTAURATION RAPIDE**

Monsieur X est gérant d'une restauration rapide franchisée qui propose des produits de boulangerie et du snacking. 80% de l'offre est décidée par le franchiseur et 20% est à l'initiative du franchisé. Monsieur X a décidé de dédier ces 20% à l'offre végétarienne en priorité car il estime que cela n'est pas compliqué à mettre à place et que cela répond à une demande. Cependant, il n'y a pas d'offre volontairement végétalienne en raison d'un manque de demande, ni d'offre sans gluten en raison de

la mise en place que cela demanderait au niveau du stockage et des préparations sectorisées pour éviter tout croisement avec des produits contenant du gluten, ce qui est presque impossible par rapport à l'omniprésence de produits de boulangerie contenant du gluten actuellement. Le même problème est soulevé pour le bio, il faudrait sectoriser le stockage, la préparation par rapport aux produits non bios, ce qui est jugé beaucoup trop contraignant. Pour répondre à des demandes liées à la religion, il a été décidé d'utiliser de la viande Halal. Monsieur X n'est pas fermé à la nouveauté et est ouvert et attentif par rapport aux demandes des clients. Du moment que cela n'impose pas un travail de mise en place trop contraignant, Monsieur X est prêt à proposer des produits d'alimentation particulière. Cependant Monsieur X n'ayant que peu de connaissances en ces régimes et n'étant pas concerné directement avoue de pas forcément chercher à agrandir l'offre tant qu'il n'a pas une demande importante des clients, sachant que sa clientèle est surtout constituée d'habitues et que ces derniers sont dans l'immense majorité omnivores et satisfaits de l'offre actuelle. De plus, l'établissement est sensible au gaspillage alimentaire et essaye avant tout de ne pas avoir trop de pertes en fin de journée et donc préfère être sûr que les produits auront du succès avant de les proposer. D'après Monsieur X, il n'y a aucun problème du côté des fournisseurs pour mettre en place des offres d'alimentations particulières car ceux-ci ont une offre très large de produits et sont ouverts.

#### 5.1.4.2. MONSIEUR X, GÉRANT D'UN BAR AVEC PROPOSITION DE RESTAURATION RAPIDE

Table 10 Ce que voit un restaurateur à travers des années

<b>Version originale</b>	<b>Traduction</b>
"It's a lifestyle choice other than a necessity."	"C'est un choix de vie autre qu'une nécessité."
"The restaurants will adapt. Restaurants will adapt. There will be more vegetarian options, more gluten-free options, more vegan options so it won't be a problem at all."	"Les restaurants vont s'adapter. Il y aura plus d'options végétariennes, plus d'options sans gluten, plus d'options végétaliennes, donc ce ne sera pas un problème du tout."
"If you go to such restaurant you 15 years ago the menu wouldn't have a little star saying things like you know "Suitable for vegetarians". It doesn't contain that, or "Suitable for gluten-free". They wouldn't have any of those warnings next to anything. I guess that it's a legal more than anything."	"Si vous allez à ce restaurant il y a 15 ans le menu n'aurait pas une petite étoile disant des choses comme vous le savez "Convient pour les végétariens". Il ne contient pas cela, ou "Convient pour sans gluten". Ils n'auraient aucun de ces avertissements à côté de quoi que ce soit. Je suppose que c'est un droit plus que tout."

Pour le restaurant et le pub du Royaume-Uni, choisir un régime spécial est un choix de vie plutôt qu'une nécessité de leurs clients. Avec les options communes de restauration rapide pour l'alcool, le restaurant n'envisage pas d'autres ajustements dans un proche avenir.

Néanmoins, il pense que le directeur du restaurant de la chaîne a déjà mis en place ses plans d'adaptation aux régimes de repas spéciaux à l'avenir. Il constate qu'il y a 15 ans, le menu n'aurait pas eu une petite étoile disant des plats qu'ils conviennent aux végétariens comme maintenant.

#### 5.1.5. FOCUS GROUPE AUTOUR D'UN REPAS

Nous avons réalisé un focus groupe avec des personnes ayant des alimentations différentes :

- Une cliente intolérante au lactose
- Une cliente omnivore
- Une cliente intolérante au gluten
- Un client omnivore mais suivant un régime pour la musculation
- Une cliente végane.

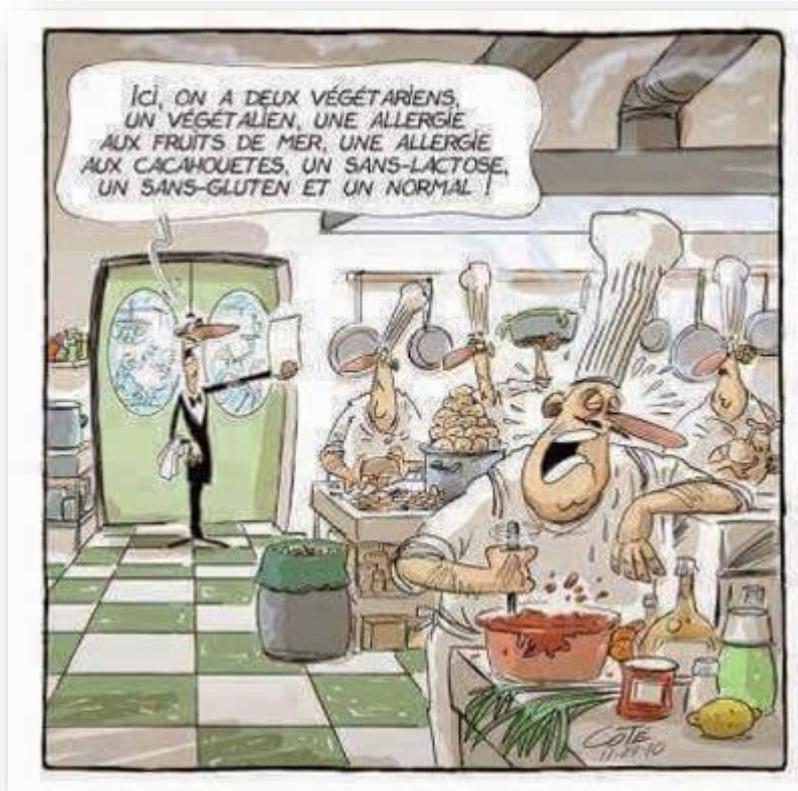
Nous avons décidé d'effectuer ce focus groupe autour d'un repas en commun afin de répondre à la question : "Pouvons-nous partager ensemble un même repas en ayant des alimentations différentes ?". Cette question nous est venue à la lecture du livre de Claude Fischler (2013) *Les alimentations particulières : Mangerons-nous encore ensemble demain ?*<sup>7</sup>

C'est pourquoi, nous avons conçu un repas commun autour duquel peuvent manger tous nos clients. En effet, la réalisation de ce repas nous a demandé une grande réflexion afin qu'il convienne à tous les convives. L'élaboration et la préparation nous ont demandé une certaine rigueur à adopter.

Le menu choisi et préparé pour correspondre à tous est végétan et sans gluten. L'entrée est une soupe de lentilles corail à la tomate et oignons. Le plat principal est composé d'un riz pilaf avec des courgettes sautées. Le dessert est une salade de fruits (bananes, kiwis, fraises).

Des questions sur les habitudes de consommation à l'extérieur de chaque protagoniste et sur le repas lui-même ont été posées durant le repas.

Ce qui ressort de ce focus groupe est que les préoccupations sont différentes selon le type de régime. Les personnes suivant un régime pour des raisons médicales sont celles qui doivent être



<sup>7</sup> Blog resto Agence Digitale. *Allergènes au restaurant, une obligation pour les restaurateurs*. Image disponible sur <https://blogresto.com/allergenes-restaurant-obligation/>. (Consulté le 10-03-2018)

le plus vigilantes lors des sorties, de la commande en restaurant (demandes quasi systématiques de la composition des plats) et ceux ayant des produits d'alimentations spécifiques souvent bien plus chers. Les végétaliens, bien que n'ayant que peu de choix, n'ont pas vraiment de mal à se voir proposer des offres hors carte. Le régime musculation, si celui-ci est omnivore, n'a que peu d'impact sur la demande client dans la restauration, ce régime doit simplement être riche en protéines et assez équilibré. Il ressort également que les personnes les moins concernées par des régimes restrictifs à l'extérieur (l'omnivore et le régime musculation) jugent les offres variées et s'adaptant à tous alors que les personnes plus concernées (sans gluten, sans lactose, véganes) jugent l'offre insuffisante et les efforts à faire importants, notamment en France, où la gastronomie et la tradition ont tendance à freiner ces possibilités d'adaptation. Par exemple, il est plus facile de trouver des plats végans dans des restaurants à thème ou exotiques/étrangers que dans les restaurants traditionnels français. Pour les autres régimes, il n'y a pas de règle, certains restaurants s'adaptent, d'autres non sans que le type de restauration (fast food, gastronomique, etc.) semble influencer, cela dépend de la volonté de chaque structure. Tous les participants ont déclaré que s'ils étaient gérants d'un restaurant, ils seraient influencés par leur propre régime alimentaire pour la mise en place ou non d'offres adaptées. Plus le régime suivi était restrictif (sans gluten, sans lactose, végan), plus les personnes étaient sensibilisées et souhaitaient offrir des adaptations pour le plus grand nombre, ce qui montre là aussi que la volonté et le fait d'être soi-même concerné joue beaucoup dans la mise en place de plats d'alimentations particulières dans les restaurants. Les personnes ayant un régime restrictif ont souvent une plus grande ouverture et connaissance envers les autres régimes restrictifs. Cependant tous ont conclu que leur régime ne freinait malgré tout pas leurs sorties, leurs invitations, même si parfois c'est tout autant à la personne invitée qu'à l'hôte de s'adapter. Le plat proposé a plu à tous et a prouvé qu'il était possible de manger tous ensemble malgré les différences d'alimentation et que la convivialité et la commensalité n'en étaient pas perturbées.

## 5.2. ANALYSE HORIZONTALE DE L'ÉTUDE QUALITATIVE

### 5.2.1. LES RESTAURATEURS

Guide d'entretien en annexe 1

Nous avons effectué une analyse horizontale afin de mettre en comparaison les diverses réponses des restaurateurs et des consommateurs via notre focus groupe avec les mêmes questions pour chacun.

Table 11 L'analyse horizontale des entretiens semi-directifs auprès des restaurateurs à thème végétarien, traditionnel, gastronomique 1, et rapide 1

Question s/thèmes	Restaurant à thème végétarien	Restaurant traditionnel	Restaurant gastronomique N°1	Restauration rapide N°1
Thème 1 : Les alimentati ons particuliè res	<p>Q1 : "Pas vraiment, le sans gluten mais c'est rare"</p> <p>Q2 : "Il y a un vrai marché à prendre je pense (...)"</p> <p>Q3 : "je sais équilibrer un repas (...)"</p> <p>Q4 : "Je ne pense pas que ce soit un effet de mode (...)"</p> <p>"(...) c'est que le début pour nous en France (...)"</p>	<p>Q1 : "Ça m'est arrivé ponctuellement (...)"</p> <p>Q2 : "(...) c'est un marché à prendre qui est peu développé (...)"</p> <p>Q3 : "(...) de connaissance je saurais élaborer des plats (...)"</p> <p>Q4 : "il y a un effet de mode mais il y a aussi une prise de conscience de certaines personnes."</p>	<p>Q1 : "(...) pas mal de demandes on va dire, végétarien en priorité, sans gluten oui, pour les autres. Un peu moins"</p> <p>Q2 : "(...) il faut savoir proposer quelque chose aux gens qui demandent des choses spécifiques on va dire (...)"</p> <p>Q3 : "(...) de bonnes connaissances non, on a appris à se faire des connaissances (...)"</p> <p>Q4 : « (...) je pense qu'on trouve qu'il y a un effet de mode (...) mais on fait beaucoup plus attention à soi (...) »</p>	<p>Q1 : " C'est rare (...)"</p> <p>Q2 : "Oui (...)"</p> <p>Q3 : "Très peu."</p> <p>Q4 : " Après y a des gens qui sont réellement intolérants au gluten alors je pense que ce n'est pas un effet de mode (...)"</p>

<p>Thème 2 : Mise en place des régimes particuliers</p>	<p>Q1 : « De mon initiative. » Q2 : “(...) non (...) » Q3 : « Moi je l’ai fait pour mes convictions mais il y a des restaurateurs qui le font pour attirer une nouvelle clientèle. » Q4 : « Oui car si on n’a pas les connaissances cela peut être difficile. »</p>	<p>Q1 : « (...) des demandes (...) » Q2 : « Non (...) » Q3 : « (...) les restaurants spécifiques oui (...) » Q4 : « oui (...) »</p>	<p>Q1 : “(...) d’abord des demandes (...)” Q2 : « (...) non (...) » Q3 : « (...) je ne sais pas comment ils fonctionnent (...) » Q4 : “Oui en cuisine (...), il suffit de... de se renseigner sur des nouveaux produits (...)”</p>	<p>Q1 : “ (...) je dépend d’une franchise.” “ (...) j’ai la possibilité de sortir de 20% de la gamme.” “(...) on a développé 20% plutôt en végétarien (...)” Q2 : “(...) si ça marche j’aurais aucune réticence à les mettre en place.” Q3 : “Ils font ça par conviction (...)” Q4 : “(...) je pense que ça ne doit pas être plus compliqué.”</p>
<p>Thème 3 : Coût matière pour les régimes particuliers</p>	<p>Q1 : “(...) je gagne en matière première, je le reperds en y passant plus de temps (...)”</p>	<p>Q1 : “(...) en matière première ça représente rien (...)”</p>	<p>Q1 : “(...) on regarde ce qu'on peut avoir dans nos fournisseurs classiques et on regarde ce qu'on peut faire avec.”</p>	<p>Q1 : “ (...) en termes de matières premières c’est pas coûteux (...)”</p>

<p>Thème 4 : Demande du client pour la mise en place d'un régime particulier.</p>	<p>Q1 : "Non" Q2 : "(...) c'est un restaurant végétalien et voilà" Q3 : « Oui mais je n'ai pas de demande (...) » Q4 : « Non »</p>	<p>Q1 : "Ça m'est arrivé ponctuellement (...) " Q2 : "(...) on s'adapte avec le client, on leur fait une assiette de légumes (...) " Q3 : "(...) il n'y a pas assez de demandes (...) " Q4 : « Cela dépendra de l'évolution (...) »</p>	<p>Q1 : « (...) Oui » Q2 : "(...) on voyait ce qu'on pouvait proposer donc c'était au moment (...) " Q3 : (...) on peut anticiper (...) Q4 : « (...) changer le menu qu'il y a avec les régimes oui on va le changer régulièrement mais après pas faire plusieurs offres différentes. »</p>	<p>Q1 : " Non (...) " Q2 : " On dit qu'on en a pas et que je suis franchisé donc je ne peux pas faire comme je veux " Q3 : "(...) trouver un bon équilibre entre heu la production et notre demande. " Q4 : " Tout dépend de la demande (...) cependant le bio je dirais non (...) "</p>
<p>Thème 5 : Satisfaction de l'offre des restaurateurs</p>	<p>Q1 : "Non (...) c'est le manque d'ouverture d'esprit des restaurateurs. " Q2 : « Non » Q3 : « Oui pour les occasions (...) »</p>	<p>Q1 : « (...) non mais il y a des restaurants spécifiques pour les végan (...) Q2 : « J'ai l'impression que oui (...) » Q3 : « Oui mais ça peut être compliqué (..) »</p>	<p>Q1 : « (...) je ne sais pas trop parce que j'ai pas de régime particulier personnellement. » Q2 : « (...) je ne pense pas, je pense que c'est une histoire de volonté (...) » Q3 : « (...) oui c'est possible (...) d'allier plusieurs régimes en une proposition (...) »</p>	<p>Q1 : "(...) j'ai rarement vu des menus (...) Q2 : " Je n'y ai jamais fait attention (...) " Q3 : "(...) c'est toujours pénible dans la constitution de la soirée d'être obligé de faire quelque chose pour quelqu'un en particulier. "</p>

Table 12 L'analyse horizontale des entretiens semi-directifs auprès des restaurateurs à thème sans gluten, gastronomique, et rapide 2

Questions /thèmes	Restaurant à thème sans gluten	Restaurant gastronomique N°2	Restauration rapide N°2
Thème 1 : Les alimentati ons particulier es	<p>Q1 : " Oui, surtout que les gens viennent ici en se disant qu'ils vont trouver une offre plus.... Peut-être plus spécifique et plus large."</p> <p>Q2 : "(...) oui il y a un vrai marché (...)"</p> <p>Q3 : "Oui. (...) en ce qui concerne le gluten (...)"</p> <p>Q4 : " Ouais mais quelquefois l'effet de mode ça a du bon aussi, puisque pour les gens qui sont vraiment intolérants euh... il y a de plus en plus de trucs dans les supermarchés."</p>	<p>Q1 : "Ça arrive assez souvent." "(...) sans gluten (...) végétarienne."</p> <p>Q2 : " (...) oui, aujourd'hui il y a un marché (...)"</p> <p>Q3 : " (...) j'ai beaucoup de connaissances oui (...) je suis intolérante au gluten (...)"</p> <p>Q4 : " (...) malheureusement c'est un effet de mode du coup on ne sait pas si on tombe sur quelqu'un qui est vraiment intolérant (...)"</p>	<p>Q1 : "L'une des choses cependant, s'ils sont français, c'est que certaines personnes vont demander si la viande est halal."</p> <p>Q2 : "Eh bien, vous pouvez gagner de l'argent en leur servant ce qu'ils veulent, vous savez ?"</p> <p>Q3 : "Ah ... végétarien, végétalien ... ah ... sans gluten, et halal."</p> <p>Q4 : "Certaines personnes ont une sorte de ... Vous savez parce que les personnes allergiques sont très sensibles. Cela pourrait ne pas être dans leur plat, mais il pourrait encore y avoir des particules dans l'air. Ce qui pourraient provoquer une réaction."</p>
Thème 2 : Mise en place des régimes particulier s	<p>Q1 : « Oui (...) »</p> <p>Q2 : "Non."</p> <p>Q3 : " ils le font pour s'adapter au marché." "Moi c'est par rapport à ma mère"</p> <p>Q4 : " (...) c'est toujours difficile de changer des habitudes en fait."</p>	<p>Q1 : " Les deux"</p> <p>Q2 : " Non mais avant d'être intolérante oui (...)"</p> <p>Q3 : " Pas forcément (...)"</p> <p>Q4 : " (...) c'est une organisation à avoir (...)"</p>	<p>Q1 : "Eh bien, vous pouvez gagner de l'argent en leur servant ce qu'ils veulent, vous savez ?"</p> <p>Q2 : "Vous savez, quand nous avons commencé à faire le hamburger végétarien, il n'y en avait pas beaucoup à Toulouse ... il y a 3 ans"</p> <p>Q3 : "Regardez toutes les occasions de travailler plus fort, d'être plus inventif dans la cuisine."</p>

			Q4 : "(...) Je pense que si vous n'aimez pas ce défi, vous ne devriez probablement pas être cuisinier."
Thème 4 : Demande du client pour la mise en place d'un régime particulier .	Q1 : " Oui sur le sans lactose." Q2 : " j'essaye d'avoir un produit (...) qui pourrait plaire à chacun." "(...) je suis désolée mais (...) on ne peut pas satisfaire tout le monde." Q3 : "(...) c'est plus facile de créer, que de remettre en place une fois que c'est créé." Q4 : " Non."	Q1 : " Non." Q2 : "(..) on arrive toujours à faire une assiette (...) Q3 : " Oui pour éviter les désagréments pendant les coups de feu." Q4 : " On pourrait."	Q1 : "(...) ce serait des gens de différents pays." Q2 : "Nous allons vérifier avec ce que nous avons (...)." "(...) vous savez qu'il doit y avoir une double vérification. Nous allons vérifier les sauces, la liste des ingrédients pour s'assurer que tout corresponde" Q3 : "Et je pense que nous avons énormément réussi avec ça (notre hamburger végétalien)" Q4 : "Alors, on va faire du sans gluten mais on n'a pas ... comme on a la salade végétalienne qui sera sans gluten, mais on n'offre pas encore de plat sans gluten."
Thème 5 : Satisfaction de l'offre des restaurateurs	Q1 : "C'est compliqué (...)" "(...) si on n'a pas été malade on y retourne." Q2 : " Tout le monde peut mieux s'adapter, ben déjà ils ont les cuisines pour au moins." Q3 : " Soit chacun ramène son repas euh... soit la personne qui reçoit elle va se creuser la tête et faire un repas que tout le monde peut manger."	Q1 : "Non (...)" Q2 : " J'ai l'impression (...)" Q3 : "(...) pour des gens qui ne connaissaient pas, qui cuisinent peu je pense que c'est compliqué (...)" "Faut prévoir."	Q1 : "Il y a des restaurants végétariens, mais dans d'autres restaurants il n'y avait pas vraiment d'option végétarienne."  Q2 : "Regardez c'est une bonne affaire pour tout le monde."

	“ Pour les restaurants (...) Après je pense qu'il faut cibler (...).		Q3 : “Oui ! Donc je dirais juste que les gens préviennent à l'avance.”
--	--	--	--

## 5.2.2. LES CONSOMMATEURS

Table 13 L'analyse horizontale du focus groupe avec les consommateurs

	<b>Client intolérant au lactose</b>	<b>Client omnivore</b>	<b>Client intolérant au gluten</b>	<b>Client végétan</b>	<b>Client suivant un régime pour la musculation</b>
1 :	"- Sans lactose - sans gluten - végétan"	"- contraintes - spéciale - bizarre"	"- sans gluten - végétarien - végétalien"	"- végétale - sans cruauté - plaisir"	"- privation - plaisir - musculation"
2 :	"Dans ma famille c'est sans lactose pour moi et sans gluten"	"J'ai une amie intolérante au gluten et des musulmans"	"La religion pour les amis et végétarien dans la famille et amis."	"Oui amis et famille (...)" "(...) végétarien, végétalien et omnivore."	"Oui j'ai une sœur végétan" "J'ai un père qui pratique un régime alimentaire très gras !" "J'ai une sœur aussi qui fait de la musculation." "C'est un régime sportif omnivore."
3 :	"Je ne vais pas souvent au restaurant mais c'est difficile pour moi sinon."	"Je vais souvent dans des restaurants de sushis ou italien."	"Je ne vais pas trop au restau mais sinon faut que je fasse attention quand j'accompagne des amis (...)"	"Ça m'arrive plus dans des restaurants non végétaliens, j'essaie d'aller dans des restaurants végétaliens (...)"	"Oui des chat meal en restauration asiatique et en restauration traditionnelle (...)"
4 :	"J'essaye toujours de négocier."	"Je mange de tout donc je vais partout (...)"	"Je négocie et s'ils ne peuvent pas j'essaie d'aller ailleurs (...)" "Il peuvent toujours proposer une salade verte (...)"	"Je négocie tout le temps (...)" "Je leur cite tout et ils arrivent à s'adapter."	"Je prends ce qu'il y a, je m'adapte."

5 :	<p>“Je trouve que c’est plus cher mais ça dépend du régime (...)”</p> <p>“Au restaurant il n’y a pas de différence (...)”</p>	<p>“Je ne sais pas mais ma copine intolérante au gluten doit acheter en soirée des bières sans gluten et ça coûte plus chère (...)”</p> <p>“Le restaurant c’est cher (...)”</p>	<p>“C’est totalement plus cher (...)”</p> <p>“(…)le sans lactose et le sans gluten c’est hors de prix (...)”</p> <p>“Au restaurant c’est plus cher (...)”</p>	<p>J’ai pu voir qu’une alimentation végétale ne coûte pas plus chère qu’une alimentation générale (...)”</p> <p>“La viande c’est un luxe (...)”</p>	<p>“Oui c’est très onéreux et ce n’est pas toujours facile (...)”</p> <p>“(…) au restaurant quand on prend une basse côte de 500g c’est déjà 30 euros (...)”</p>
6 :	<p>““Je suis allé faire des recherches sur internet avant (...)”</p>	<p>“Dernière minute.”</p>	<p>“Si je peux chercher en avance c’est mieux (...)”</p>	<p>“Dernière minute, ils s’adaptent (...)”</p>	<p>“Toujours de la dernière minute (...)”</p>
7 :	<p>“Par facilité et par plaisir j’invite plus chez moi (...)”</p>	<p>“Non.”</p>	<p>“Oui quelquefois à la place de manger au restaurant je préfère manger chez moi (...)”</p> <p>“Freinée non (...)”</p>	<p>“Pas du tout (...)”</p> <p>“Ce n’est pas un frein en soit d’avoir cette alimentation (...)”</p>	<p>“Pas du tout (...)”</p>
8 :	<p>“Je ne suis pas moins invité (...)”</p> <p>“Mes amis me demandent (...)”</p>	<p>“Je m’adapte à mes amis (...)”</p> <p>“Parfois je teste la nourriture sans gluten (...)”</p>	<p>“Ça ne freine pas les sorties ou les invitations (...)”</p> <p>“Ça demande de s’adapter (...)”</p>	<p>“Je préviens les personnes avant (...)”</p>	<p>“Non ça ne change rien (...)”</p>
9 :	<p>“Ils ne s’adaptent pas assez voire même pas du tout (...)”</p>	<p>“Pour avoir été serveuse (...) il y a un gros effort à faire (...)”</p>	<p>“C’est vrai qu’à l’étranger s’est développé (...)”</p> <p>“L’offre n’est pas assez adaptée en France.”</p>	<p>“Plus développé à l’étranger(...)”</p> <p>“C’est très restreint (...)”</p>	<p>“L’offre est variée et s’adapte à tout le monde (...)”</p>
10 :	<p>“Gastronomique (...) mais il n’y a pas</p>	<p>“Partout.”</p>	<p>“Pour tout type de gamme je ne trouve pas mon bonheur (...)”</p>	<p>“Plutôt exotique comme indien car ils sont végétariens (...)”</p>	<p>“Partout mais je vais au restaurant que le Week end pour le chat meal (...)”</p>

	d'endroit particulier (...)"				"La semaine je respecte mon régime (...)"
11 :	"Oui régulièrement (...)"	"Non."	"Oui quasiment tout le temps."	"Oui."	"Non."
12 :	"Je m'adapterai aux régimes (...)"	"Au moins sans gluten et végétarien, inclure un plat."	"Je ne ferais pas 100% sans gluten mais proposer un menu (...)" "Un plat végan (...)"	"Je ferais exclusivement du végétalien et j'inclurai du sans gluten (...)"	"Je verrai par rapport à ma clientèle (...)" "Je pourrais mettre un menu plus équilibré que les autres (...)"
13 :	"C'est un peu compliqué, faut se procurer les fournisseurs qui proposent ces produits (...)" "Faut qu'ils aient des prix à peu près similaires (...)"	"Au niveau de l'hygiène oui (...)" "Après je ne pense pas." "Pour les prix il faut pas qu'ils soient plus chers (...)"	"Ça dépend. S'il y a un risque médical derrière là oui c'est compliqué." "C'est compliqué aussi de trouver des fournisseurs avec un bon prix."	"Quand t'es restaurateur t'as les moyens de mettre en place (...)" "Ce n'est pas difficile à mettre place dans la mesure où ils ont la connaissance (...)" "Pour les prix ils s'alignent (...)"	"Oui (...)" "Surtout sans gluten et lactose (...)"
14 :	"Très bon. " Je n'ai pas besoin de me soucier s'il y a du lactose dedans."	"Très bon."	"Parfait, je ne me soucie pas si je peux manger ou non."	"C'est trop bon."	"Très bon repas, ça fait du bien de temps en temps de pas manger de viande (...)"
15 :	"Non."	"Non." "Je ne mangerai pas ça tous les jours (...)"	"Non."	"Non." "Après on peut toujours s'adapter (...)"	"Non." "Souvent ce serait dérangent mais une fois de temps en temps non (...)"

16 :	"J'ai trouvé ça très bon."	"Un peu plus épicé mais c'était bon." "(...) ça change(...) mais mon alimentation est plus goûteuse."	"Pas forcément."	"C'était bon mais je préfère quand c'est plus épicé." "Après ça ne change pas pour moi."	"C'est différent (...)" "C'est moins goûteux même si c'était très bon."
17 :	"Non ce n'est pas compliqué (...)"	"Non ça n'a pas l'air technique."	"Non pas difficile mais faut connaître quelques trucs (...)"	"Non (...) si t'as les bonnes informations c'est pas difficile."	"Non (...) je trouve que c'est plus facile (...)" "C'est une cuisine simple et basique."

Nous avons retenu de cette analyse que dans la généralité, les restaurateurs pensent que les alimentations particulières régissent soit d'une conviction soit d'une problématique médicale. Dans la globalité, ils pensent que ces alimentations sont plus connues aujourd'hui et sont en pleine croissance. Pour eux, il est plus intéressant de mettre en place une offre d'alimentation particulière lorsqu'il y a assez de demande, sinon, si la demande est restreinte dans leur établissement ils préfèrent s'adapter au moment, même s'ils reconnaissent que de mettre une offre en amont est plus simple pour la cuisine. Par ailleurs les consommateurs du focus groupe ont affirmé la même chose s'ils devaient monter leur propre restaurant. Une remarque intéressante ; les restaurateurs pensent que le bio n'est pas une alimentation particulière alors qu'en revanche la plupart des consommateurs pensent l'inverse (voir nuage de mot). Lorsqu'il s'agit d'un régime particulier par conviction, les restaurateurs ont une grande difficulté à mettre en place l'offre alors que s'il s'agit d'une maladie, la compréhension est plus au rendez-vous. Nos consommateurs du focus groupe l'ont également évoqué. Cependant, tous, ont souligné le fait que la France est en retard sur l'évolution de la mise en place et de la considération de ces alimentations particulières à cause d'une gastronomie française très conservatrice alors qu'à l'étranger ces alimentations sont très bien intégrées dans l'assiette et dans les mentalités. Les restaurateurs ainsi que nos consommateurs du focus groupe ont évoqué le fait que mettre en place une alimentation particulière est relativement compliqué pour la cuisine surtout si celle-ci à des habitudes ancrées depuis des années et doit intégrer une alimentation particulière avec le risque de changer la manière de produire ainsi que l'hygiène. Les restaurateurs nous ont répondu aussi en tant que consommateur et tout comme les convives du focus groupe, ils nous ont spécifié que réduire sa consommation de viande est faisable mais en revanche la supprimer était compliqué en raison des saveurs goûteuses que la viande procure ainsi que les habitudes. Nous avons posé la question s'il était possible aujourd'hui de manger tous autour d'une même table sachant que chaque personne de la table ait une alimentation particulière différente. Les réponses ont été qu'il serait difficile de faire ce repas à domicile et au restaurant ; tout le monde n'y trouverait pas son compte. Cependant, nous avons établi un focus groupe sous forme de repas afin de répondre à la question en l'appliquant réellement. Nous avons

établi un menu végétarien et sans gluten et les convives ont trouvé leur satisfaction dans ce repas. De plus, ils l'ont trouvé simple à effectuer. Cependant, au niveau du restaurant, ils nous ont apporté la réflexion d'aller manger dans un restaurant à thème afin de satisfaire toutes les alimentations particulières qui sont difficiles à trouver dans d'autres établissements. Le principe serait aux omnivores de faire un effort de temps en temps de manger un repas d'un régime "sans" ou bien végétarien ou végétarien. Ils nous ont affirmé que cette possibilité n'était pas dérangeante dans la mesure où cela reste occasionnel.

Nous vous avons fait part des visions de nos interviewés passons maintenant à leurs confrontations avec nos propres hypothèses puis nous listerons les préconisations que nous pensons utiles pour les restaurateurs.

## CHAPITRE 6. RÉPONSES AUX HYPOTHÈSES POSÉES

Ils sont ici maintenant les résultats que nous recherchions. Par la suite, nous allons comparer comment ils se comparent aux hypothèses que nous avons posées.

### 6.1. HYPOTHÈSE 1

#### *Les restaurateurs adaptent leur offre pour des raisons économiques*

Lors de nos entretiens, nous nous sommes rendu compte que les restaurateurs adaptent ou pas leur offre, selon plusieurs et diverses raisons. Tout d'abord, il y a les restaurateurs qui s'adaptent par rapport à leurs propres convictions, qui sont généralement eux-mêmes concernés mais pas tout le temps (le restaurant sans gluten, le restaurant végétarien). Puis, il y a les restaurants qui proposent ce genre d'offre dans le but de répondre aux demandes grandissantes de leur clientèle. La majeure partie de nos entretiens correspond à cette idée. Pour les deux restaurants gastronomiques, il leur est normal de s'adapter à toutes les demandes des clients. C'est également l'avis des gérants des établissements de restauration rapide. Nous savons, par ces entretiens, qu'il existe des établissements qui suivent tout simplement l'effet de mode dans lequel s'inscrit ces alimentations. Cependant, nous n'en n'avons pas interrogé. En revanche, nous pensions que certains gérants le faisaient dans le but d'augmenter leur chiffre d'affaires. Nous pensions que cela pourrait constituer un effet de levier pour les restaurants. Toutefois, aucun des entretiens ne nous a mené à cette représentation.

On peut donc dire que cette hypothèse ne s'est pas confirmée avec les entretiens que nous avons effectués.

## 6.2. HYPOTHÈSE 2

*Les restaurateurs ne s'orientent pas vers ces régimes alimentaires par manque de ressources internes.*

Tout au long de notre étude, nous avons pu voir que les restaurateurs qui ne veulent pas mettre en place sur leur carte un menu d'une des alimentations particulières à pour raison plusieurs éléments. Ils nous ont souligné que le fait d'intégrer une alimentation particulière demande à réfléchir sur ses locaux, par exemple pour le sans gluten, il faut avoir une réserve de stockage isolée et à part. Pour l'hygiène, lorsqu'il s'agit d'une alimentation particulière découlant du médicale, il faut une hygiène des locaux et du personnel irréprochable afin de ne pas contaminer les aliments qui sont dédiés pour, par exemple, un menu sans gluten. De plus, pour les restaurateurs l'idéal est d'avoir une partie de la cuisine dédiée au sans gluten ou sans lactose par exemple, afin de diminuer le risque de contamination croisée avec les autres éléments de la cuisine.

En ce qui concerne les autres régimes particuliers, les restaurateurs ont souligné le fait qu'il faut avoir de bonnes connaissances afin de ne pas faire d'erreurs dans la composition des plats ou dans les ingrédients eux-mêmes (produits alimentaires intermédiaires). En règle générale, les restaurateurs qui instaurent une alimentation particulière, intègre un plat et non un menu entier, par manque de demande du client ou bien par manque de moyens au niveau du personnel et des locaux. Beaucoup de restaurateurs ne souhaitent pas s'aventurer dans ces alimentations à cause du manque de temps pour effectuer les recettes, les tester ou encore pour former le personnel à des connaissances essentielles pour débiter l'élaboration d'un plat d'une alimentation particulière, ainsi qu'à cause d'un manque de locaux, de place de stockage distinct.

On peut dire que cette hypothèse que nous avons émise, est juste dans l'ensemble, pour les raisons que nous venons d'évoquer plus haut.

### 6.3. HYPOTHÈSE 3

*Les restaurateurs qui adaptent leur offre par rapport à leurs propres convictions.*

En rapport avec nos entretiens que nous avons effectué au préalable, les restaurateurs qui adaptent leur offre par rapport à leurs propres convictions sont surtout les restaurants à thème comme par exemple un restaurant à thème végétarien, sans gluten, ainsi de suite... Les convictions viennent soit de leur propre fait soit parce qu'un proche à eux est directement concerné et qu'ils se sont rendus compte de la difficulté à trouver un restaurant répondant à leurs alimentations particulières.

En général, les restaurateurs ne mettent pas en place ces alimentations particulières par conviction mais plutôt pour attirer une nouvelle clientèle et s'adapter au marché en forte demande.

Cette hypothèse est discutable mais si nous prenons en compte le nombre de restaurateurs qui n'adaptent pas leur offre par rapport à leurs convictions, on peut dire que cette hypothèse n'est pas valide.

## CHAPITRE 7. PRÉCONISATIONS

Après avoir étudié le sujet, confronter nos hypothèses avec nos résultats d'entretiens, que ce soit avec les professionnels ou avec les consommateurs. Nous pouvons donc à présent établir des préconisations par rapport à notre travail de recherche.

Nous suggérons alors aux restaurateurs de suivre les indications qui suivent ci-dessous :

- Tout d'abord nous conseillons dès la création d'un restaurant de choisir s'ils intègrent ou non des offres d'alimentations particulière (voir hypothèse 2) car cela peut influencer sur la conception du restaurant. Comme nous l'avons évoqué précédemment avec l'hypothèse n°2 et avec nos entretiens de restaurateurs, il est préférable d'intégrer dès la création de l'entreprise ces offres afin d'éviter des difficultés qui pourraient survenir lors d'un changement d'habitude.
- Pour la majorité des alimentations particulières, il vaudrait mieux négocier et trouver des fournisseurs pour acheter en grande quantité, de faire des achats

groupés, dans le but de réduire les coûts qui pour certains produits sont plus élevés (ex : les produits sans gluten, les laits végétaux, les margarines etc...).

- Etablir un menu en amont dédié à une ou plusieurs alimentations particulières. Cela nous a été évoqué lors la plupart de nos entretiens, et nous semble important afin de pallier le stress de la réflexion de dernière minute lors du “ coup de feu ” qui peut arriver pendant le service.
- Nous recommandons également de mettre en place une formation que ce soit pour le personnel de salle ou le personnel de cuisine. Cela permettrait à ses derniers de mieux connaître ces régimes particuliers et de mieux les appréhender à l’avenir. De plus, ils limiteraient les risques qui pourraient engendrer des répercussions médicales comme les contaminations croisées dans le cas, par exemple, du gluten, des allergies....
- Nous conseillons, par ailleurs, de mettre en avant si une offre d’alimentation particulière est présente dans l’établissement. En effet, nous avons remarqué que les professionnels du secteur interrogés qui proposent une offre, ne la mette forcément en avant. De ce fait, ces offres particulières pourraient être directement mise sur la carte et non à la demande du client dans le but de promouvoir ces dernières.
- Pour la restauration rapide, nous invitons les gérants à externaliser leur offre d’alimentations particulières en ce qui concerne les allergies ou intolérances alimentaires ; qui sont plus difficiles à mettre en place qu’une restauration rapide végétalienne ou végétarienne. Cette externalisation permettrait d’éviter les risques comme suggéré lors de la préconisation sur les contaminations croisées. En effet, en restauration rapide, comme par exemple dans les chaînes de sandwicheries, nous observons que ce risque évoqué est multiplié (ex : pain des sandwiches, farine...). Ainsi cette externalisation serait un complément sans risque, dans une vitrine à part.
- Nous avons remarqué que pour les restaurants sur le thème d’une alimentation particulière (ex : restaurant végan, restaurant sans gluten...), les clients s’attendent à trouver d’autres offres d’alimentations particulières. En effet, ces derniers sont souvent confrontés au fait que ces restaurants proposent qu’une

seule offre d'alimentations particulière (ex : restaurant uniquement végétarien mais ne proposant pas de sans gluten). Dans ce cas, nous proposons donc à ces restaurants qu'ils diversifient leurs offres d'alimentations particulières (idée observée sur le terrain).

## CONCLUSION GÉNÉRALE

Ce projet tutoré a représenté une nouvelle expérience à tout niveau. Cette expérience a eu plusieurs effets sur notre vision du travail de groupe ainsi que sur l'organisation nécessaire que nous avons dû déployer pour mener à bien notre projet.

Cependant, nous avons rencontré quelques difficultés auxquelles nous avons dû nous adapter afin d'aboutir notre étude.

Lors de la phase de recherche académique sur notre thème de projet tuteuré, les alimentations particulières, nous nous sommes aperçues de la grande diversité de ce sujet. C'est pourquoi, nous avons choisi de réaliser un questionnaire pour faire face à nos interrogations concernant ce sujet. Ce questionnaire était à destination de tout type de consommateur. Nous avons donc procédé à un micro-trottoir afin de cadrer notre sujet sur les principales alimentations particulières. Ce questionnaire a été construit, volontairement, avec peu de questions le rendant ainsi peu chronophage. En effet, nous nous doutions du peu de temps disponible de la part des interviewés.

Puis, nous avons décidé d'interroger des professionnels de la restauration commerciale de différente gamme afin de voir leurs opinions sur le sujet. Ce travail nous a démontré la difficulté de mobiliser des professionnels. Nous avons dû multiplier les appels, en essayant de nombreux refus, avant d'obtenir des entretiens.

Ce projet a été avant tout un travail collaboratif, mêlant nos expériences personnelles, nos compétences ainsi que nos parcours de formation également différents. Nos différences, que ce soit comme évoqué précédemment sur nos parcours, sur nos expériences, ou encore sur nos différences culturelles nous ont complexifié la tâche. Cependant, nous avons réussi à y faire face.

Ce fut très intéressant pour nous d'aller sur le terrain que ce soit pour interroger les consommateurs mais également pour interroger les professionnels. Cela nous a permis de nous confronter à des avis certaines fois différents mais aussi de remarquer d'autres fois, certaines corrélations. Ces entretiens ont enrichi nos connaissances sur le sujet des alimentations particulières. Certes, il a été évoqué de nombreuses choses que nous connaissions mais nous en avons aussi appris d'autres. Au départ, nous nous

étions fait une représentation des alimentations particulières qui s'est étoffée au fur et à mesure de la progression de notre projet. Effectivement, lors du micro-trottoir des régimes que nous n'avions pas pensés sont apparus comme : les régimes sportifs, les régimes religieux (halal, casher). D'autres ont fait leur apparition bien plus tard, lors des dernières interviews comme le régime concernant les femmes enceintes. En revanche, certains régimes particuliers que nous pensions retrouver dans ces échanges, ne se sont pas présentés comme le régime paléolithique, la macrobiotique, le crudivorisme, le granivorisme et le régime selon son groupe sanguin. Cependant, d'autres régimes ont été légèrement cités comme les régimes réduits en sel ou en sucre et l'entomophagie. D'ailleurs, lors de notre visite dans le restaurant sans gluten, la gérante nous a fait part qu'elle réduisait considérablement le sucre dans ses recettes. En outre, en ce qui concerne les régimes religieux, ils sont survenus quelques fois également. Nous regrettons cependant, l'absence d'entretien avec un restaurant proposant une alimentation liée à une religion. Une interview avec un gérant de restauration rapide nous a fait comprendre subitement que c'était une demande florissante. Une interview supplémentaire sur ce type de régime particulier nous aurait permis de la confronter avec la précédente.

Pour finir, nous avons ciblé le secteur de la restauration commerciale. Nonobstant, nous aurions très bien pu nous concentrer sur le secteur de la restauration collective, étant donné que trois d'entre nous sont en licence Définition, Gestion des Systèmes Alimentaires. En effet, la question de la prise en compte des alimentations particulières peut également se poser en restauration collective. Il aurait très intéressant de se pencher dans ce domaine, sur la restauration scolaire par exemple.

# BIBLIOGRAPHIE

- BERNAND, C. Ulysse au féminin. *Communications*, 1997, n. 65, p. 69-75.
- DESCOLA, Philippe. *Les Lances du crépuscule*. Paris : Plon, 1991, p.56-57.
- DURKHEIM, Émile. Les règles de la méthode sociologique. *Revue Philosophique de la France et de l'Étranger*, 1894, n. 37, p.465-498.
- FISCHLER, Claude. *Alimentations particulières (Les) : Mangerons-nous encore ensemble demain ?* Odile Jacob, 2013.
- GODMAN, A. L'hospitalité. *Communications*, 1997, n. 65.
- HUBERT, A. Entre plaisir et santé. *Le mangeur du XXIe siècle*, 2003, Colloque international de Dijon, Dijon : Educagri.
- INSEE. *Des ménages toujours plus nombreux, toujours plus petits*, 2017, [en ligne]. Disponible sur <https://www.insee.fr/fr/statistiques/3047266>. (Consulté le 13-10-2017)
- INSEE. *Division 56 : Services de restauration et de débits de boissons*, 2015, [en ligne]. Disponible sur <https://www.insee.fr/fr/metadonnees/cpfr21/division/56>. (Consulté le 7-3-2018)
- INSEE. *Le secteur de la restauration : de la tradition à la rapidité*, 2015, [en ligne]. Disponible sur <https://www.insee.fr/fr/statistiques/1379758>. (Consulté le 1-3-2018)
- KANNY, G., MONERET-VAUTRIN, DA., FLABBEE, J., BEAUDOUIN, E., MORISSET M., THEVENIN, F., Population study of food allergy in France. *J Allergy Clin Immunol*, 2001, n. 108, p.133-40.
- NIELSEN. *What's in our food and on our mind: Ingredient and dining-out trends around the world*, 2016, 31 p. [en ligne]. Disponible sur: [http://www.nielsen.com/content/dam/niensglobal/eu/docs/pdf/Global%20Ingredient%20and%20Out-of-Home%20Dining%20Trends%20Report%20FINAL%20\(1\).pdf](http://www.nielsen.com/content/dam/niensglobal/eu/docs/pdf/Global%20Ingredient%20and%20Out-of-Home%20Dining%20Trends%20Report%20FINAL%20(1).pdf). (Consulté le 30-09-2017)
- POULAIN, J.-P. *L'Homme, le mangeur et l'animal*. Paris : Ocha, 2007.

- SALOMON, R. Les interdictions alimentaires et la loi mosaïque, Cultes, Mythes et Religions. Tome II, Éd. Ernest Leroux, Paris, 1906, pp. 12-17.
- TESSER A. et al. Confluence of self-esteem regulation mechanisms: On integrating the self-zoo. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 2000, 26, p. 1476-1489.
- UNITED STATES CENSUS BUREAU. *International Population Reports : An Aging World*, 2016, 175 p. [en ligne]. Disponible sur : <https://www.census.gov/content/dam/Census/library/publications/2016/demo/p95-16-1.pdf>. (Consulté le 1-10-2017)
- VALÉRIE, A. Les enfants, à table. *La recherche*, 2009, n. 443, p.78-80 [en ligne]. Disponible sur : [http://www.academia.edu/2147890/Les\\_enfants\\_%C3%A0\\_table](http://www.academia.edu/2147890/Les_enfants_%C3%A0_table) (Consulté le 15-10-2017)
- WAHLI, W et CONSTANTIN, N. La nutriginomique, nouvelle alliée de la santé. *Forum médical suisse*, 2009, 9 (11), p. 224-227.
- WEBER, Max. *Economie et société*, Paris : Plon, 1922.

# TABLES DES ANNEXES

Annexe A : Guide d'entretien pour les restaurateurs en français .....	82
Annexe B : Entretien 1 - Un restaurant à thème végétarien, le 11/01/2018, 1 heure.....	83
Annexe C : Entretien 2 - Un restaurant gastronomique, le 13/03/2018, 25 minutes ..	90
Annexe D : Entretien 3 - Un restaurant traditionnel, le 16/01/2018, 1 heure 07 minutes .....	94
Annexe E : Entretien 4 - Un restaurant de type rapide, le 01/02/2018, Toulouse, 1 heure .....	112
Annexe F : Entretien 5 - Un restaurant gastronomique, le 13/03/2018, 50 minutes	126
Annexe G : Entretien 6 - Un restaurant à thème sans gluten, le 14/03/2018, 40 minutes .....	137
Annexe H : Guide d'entretien pour les RESTAURATEURS EN anglais.....	146
Annexe I : Entretien 7 - Un restaurant à thème irlandais, le 14/03/2018, 25 minutes .....	147
Annexe J : Entretien 8 - Bar proposant et restaurant rapide, le 28/02/2018, 20 minutes .....	150
Annexe K : Guide d'entretien M. Serra Mallol - Maître de Conférence en sociologie .....	152
Annexe L : Entretien 9 avec Monsieur Serra Mallol, le 08/01/2018, Toulouse, 1.5 heure .....	153
Annexe M : Guide d'entretien M. Haruka Ueda, Doctorant en Économie agricole .....	173
Annexe N : Entretien 10 Monsieur Haruka Ueda, le 7/3/2018, Toulouse, 1.5 heure	175
Annexe O : Guide d'entretien pour le focus groupe .....	187
Annexe P : Entretien 11, Focus groupe, 15/03/2018, Toulouse, 1.5 heure .....	188

## ANNEXE A : GUIDE D'ENTRETIEN POUR LES RESTAURATEURS EN FRANÇAIS

Table 14 Guide d'entretien pour restaurateurs en français

	<b>Restaurateurs offrant des choix particuliers</b>	<b>Restaurateurs n'offrant pas de choix particuliers</b>
Phase d'introduction	Depuis combien de temps votre établissement existe-t-il ? Quels produits/quelles offres proposez-vous dans votre établissement ?	
Thème 1 : Les alimentations particulières	Q1 : Avez-vous des demandes de clients par rapport à des offres d'alimentations particulières ? Q2 : D'après vous, il y a-t-il un marché pour les alimentations particulières ? Q3 : Avez-vous de bonnes connaissances de ces régimes ? Q4 : Pensez-vous qu'il s'agit d'un effet de mode ?	
Thème 2 : Mise en place des régimes particuliers	Q1 : La mise en place vient-elle de votre initiative/initiative du gérant et/ou de demandes de clients ?	Q2 : Avez-vous des réticences pour mettre en place ce genre d'offre ? Q3 : Est-ce que Les restaurateurs qui adaptent leur offre le font par rapport à leurs propres convictions ? Q4 : Est-il compliqué pour les restaurateurs de s'adapter à ces régimes alimentaires ?
Thème 3 : Coût matière pour les régimes particuliers	Q1 : Il y a-t-il des difficultés/des avantages à en tirer ? (Approvisionnement en matières premières/prix, etc.)	
Thème 4 : Demande du client pour la mise en place d'un régime particulier.	Q1 : Est-ce qu'on vous a déjà demandé d'élargir votre offre ? Q2 : Comment gérez-vous les demandes particulières pour lesquelles vous n'avez pas d'offres ? Q3 : D'après vous, serait-il plus facile d'intégrer par exemple 1 offre végétarienne et 1 offre sans gluten d'office plutôt que de gérer par la suite une demande ? Q4 : Songez-vous à instaurer 1 offre alimentation particulière dans le futur ?	
Thème 5 : Satisfaction de l'offre des restaurateurs	Q1 : Trouvez-vous que les restaurateurs proposent assez de menus pour ces régimes particuliers en tant que client ? Q2 : Est-ce que dans les restaurants haut de gamme les alimentations particulières sont plus prises en compte que dans les restaurants traditionnels ? Q3 : Est-il possible aujourd'hui de partager un repas commun avec chacun une alimentation différente ?	
Conclusion	Idéalement, en dehors de toutes les contraintes d'organisation, de prix, etc., quelles offres aimeriez-vous proposer ?	

## ANNEXE B : ENTRETIEN 1 - UN RESTAURANT À THÈME VÉGAN, LE 11/01/2018,

### 1 HEURE

Nous : Alors heu Bonjour, nous allons commencer l'interview. Alors, qu'entendez-vous par alimentation particulière ?

Elle : Heu ben j'imagine que c'est une alimentation qui sort des recommandations qu'on entend depuis toujours, qu'on entend depuis qu'on est petit. Heu voilà c'est des choix alimentaires qui vont être différents de ce dont la norme nous conseille de faire donc pour mon cas l'alimentation basée 100% sur des produits végétaux.

Nous : Ok

Elle : Voilà

Nous : Alors après est ce que vous pourriez nous citer des régimes d'alimentation particulière ?

Elle : Heu alors il y a les crudivores, moi c'est que par l'environnement dans lequel je suis de restauration, je croise pas mal de personnes, il y a les crudivores .... L'alimentation je suppose sans gluten, heu... l'alimentation... le régime paléo après je pense que c'est déjà bien car il y en a beaucoup.

Nous : Oui c'est déjà bien. Du coup, depuis combien de temps votre établissement existe ?

Elle : Heu ça fait 8 mois.

Moi : 8 mois ? D'accord.

Elle : Ouais, j'ai ouvert en mai, fin avril... j'ai déposé les statuts de ma société au mois de mai.

Nous : D'accord.

Elle : Donc voilà.

Nous : C'est bien. Du coup, vous en avez qu'un ?

Elle : Oui alors j'ai ici, c'est en fait là où je produis donc c'est le point de production et un point de vente également. Et j'ai un second point de vente au centre-ville.

Nous : Ok.

Elle : Où je fais de la livraison en fait et c'est revendu sous forme de vitrine à la fin du service.

Nous : D'accord et après ici c'est vraiment un restaurant ?

Elle : Ici oui voilà c'est vraiment restaurant, je suis là tous les midis, je fais du service à table et de la vente à emporter également pour ceux qui souhaitent emporter.

Nous : D'accord, quels produits exactement vous offrez dans votre établissement ? Est-ce qu'il y a uniquement du végétal ou bien... s'il y a par exemple du végétarien ou si c'est juste végétalien à 100 % ?

Elle : Végétalien à 100%.

Nous : Ok, très bien ! Est-ce que vous avez fait une étude de marché pour savoir si ça allait fonctionner car c'est vrai qu'il y a de plus en plus de véganes... Ou est-ce que vous avez ouvert par apport à des demandes ou bien c'est parce que c'est vraiment une ambition personnelle ?

Elle : Alors je n'ai pas fait d'études de marché.

Nous : D'accord.

Elle : J'étais avant en entreprise, j'étais salariée jusqu'au mois de mars de l'année dernière, heu j'étais salariée en entreprise, j'ai été directrice dans un hôtel restaurant où l'on vendait de l'entrecôte, du magret de canard, bon voilà je n'ai rien contre, chacun fait ce qu'il veut mais disons que moi je fais partie des gens qui ont besoin de se retrouver dans ce qu'ils font tous les jours...

Nous : Bien-sûr.

Elle : Et heu donc il se trouve que ça s'est terminé dans cette entreprise pour donner suite à, car ça ne s'est pas... on était pas d'accord en fait sur la façon de voir les choses donc ça s'est terminé et j'ai eu l'opportunité de monter ce business en fait, avec la personne qui gère les salles de vélos ici...

Nous : Ok

Elle : Qui m'a propulsée en fait.

Nous : D'accord, vous êtes associés ?

Elle : Pas du tout, mais il m'a permis d'avoir le local, les points de ventes, il a cru en mon projet en fait...

Nous : Ok.

Elle : Et c'est comme ça que je me suis lancée et après heu ce qui m'a donné l'idée de faire ça, c'est bon heu je fais pas mal de sport, c'est mon conjoint qui est là, qui est coach, je fais pas mal de sport, je suis plutôt en forme...

Nous : D'accord.

Elle : Heu et les gens se demandaient mais qu'est-ce que tu manges, nous aussi on aimerait bien faire plus attention, pas forcément devenir végane...

Nous : Bien-sûr.

Elle : Parce que ce n'est peut-être pas simple tous les jours à appliquer mais au moins tendre vers une alimentation plus végétale et en fait c'est l'intérêt des autres pour ce que je faisais, qui m'a donné l'idée en fait de monter... De monter ce business, donc de monter ça et après heu l'autre chose qui a vraiment pesé dans la balance, moi je suis de formation heu purement hôtelière j'ai fait le lycée hôtelier, j'ai fait le BTS Cuisine et arts de la table.

Nous : Oui donc des connaissances...

Elle : Ce qui m'a amenée dans ce métier à la base c'est la cuisine.

Nous : Ok.

Elle : Voilà heu quand j'avais 15 ans et que je me suis dit : Je fais faire le lycée hôtelier c'est parce que je voulais faire de la cuisine.

Nous : Ok.

Elle : Donc après j'ai poursuivi avec la licence, j'ai poursuivi après, avec le master parce que je ne voulais pas subir les conséquences, les contraintes de travailler en cuisine tout simplement...

Moi : Oui.

Elle : J'étais bien consciente des horaires, de l'environnement masculin, etc. Que je n'avais pas forcément envie de subir... Donc j'ai continué les études pour arriver à un poste à responsabilité, ce que j'ai fait et puis en fait une fois arrivée au bout de ce circuit ben... Je ne me suis plus retrouvée dans ce que je faisais. Donc je suis revenue à mon métier de cœur.

Nous : Ok, je comprends tout à fait, j'étais cuisinière aussi, donc voilà je continue aussi les études pour avoir un métier à responsabilité...

Elle : Ouais, voilà, et après quand j'ai eu l'occasion de bosser comme moi je l'entendais, aux horaires où je voulais bien, j'ai monté mon business...

Nous : Oui bien sûr. Et alors, quand les gens vous disent qu'ils aimeraient avoir un régime un peu plus sain, ils trouvent ça équilibré le végétalisme ?

Elle : Ouais !

Nous : Ils voient ça comme ça ?

Elle : Ouais ! J'ai de très bons heu...

Nous : Et que s'est forcément lié au sport ?

Elle : Ouais, ouais j'ai de très bons retours, j'ai une clientèle du fait de mes points de ventes c'est particulièrement une clientèle qui fait du sport, heu très masculine ici, au vélo...

Nous : Ok.

Elle : Et heu, c'est toujours l'a priori du végane et puis en fait, une fois qu'ils goûtent et qu'ils se rendent compte qu'ils passent des après-midis où ils ont une satiété qui tient jusqu'à 18-19h...

Nous : Bien sûr.

Elle : Ils n'ont pas de coups de barre à 15h, heu... parce que ben, c'est enfin voilà ; il y a de vrais effets sous cette alimentation...

Nous : Oui.

Elle : ... Au niveau de l'organisme et de vrais effets sur soi donc ce n'est pas forcément des véganes et d'ailleurs j'ai très peu de véganes qui mangent chez moi.

Nous : Que des omnivores ?

Elle : Ouais, que des omnivores. En centre-ville, un peu plus comme j'ai un peu publié etc., je me suis mise sur des réseaux, VegOresto, j'ai été référencée par L214, des choses comme ça.

Nous : Ok.

Elle : Donc j'ai une vraie clientèle de véganes en centre-ville.

Nous : D'accord.

Elle : Mais, ça représente peut-être 30% de ma clientèle.

Nous : D'accord !

Elle : Voilà après c'est heu...

Nous : Donc ce sont beaucoup de personnes curieuses ?

Elle : Oui, que de savourer MacDo' entre 12h et 14h, et heu donc voilà et puis c'est plus... Donc je ne cherche pas à attirer particulièrement les véganes, je cherche à développer mon idée sans brusquer les gens, sans leur faire la morale...

Nous : Bien sûr.

Elle : Simplement par l'exemple et pas par la démonstration quoi.  
Nous : Ok.  
Elle : Voilà.  
[Silence]  
Nous : Heu, est-ce qu'on vous a déjà posé la question si vous vouliez, comme vous faites du végétalien, est-ce qu'on a déjà demandé d'élargir un peu, par exemple sur le végétarien ?  
Elle : Non.  
Moi : Non ?  
Elle : Non.  
Nous : D'accord, ils s'adaptent, heu ils comprennent heu...  
Elle : Oui, oui, oui et après si on me le demandait, de toute façon...  
Nous : Oui, ce serait négatif ?  
Elle : Oui, voilà.  
Nous : Oui, car c'est un restaurant végétalien et voilà.  
Elle : Ouais, ouais.  
Nous : C'est très bien, ok.  
Elle : Parce que, heu derrière ça, moi c'est une idée que je défends en fait.  
Nous : Bien sûr.  
Elle : Donc heu, si je commence à faire autre chose, je ne suis plus voilà...  
Nous : Oui.  
Elle : Je ne suis plus en phase avec ce que moi je défends.  
Nous : D'accord.  
Elle : Donc heu voilà je préfère m'occuper de cette clientèle et je pense que voilà, une clientèle d'omni est plus heu ils peuvent très bien être amenés à manger ce que je fais sans s'empoisonner.  
Nous : Bien sûr, alors quel est votre ressenti par rapport à ce mouvement en fait heu par rapport au végétalisme ?  
Elle : Heu ressenti, c'est-à-dire ?  
Nous : Est-ce que vous pensez qu'il peut y avoir un marché pour le végétalisme, est-ce que c'est un effet de mode en fait ou est-ce que ça peut être amené à se développer ?  
Elle : Je ne pense pas que ce soit un effet de mode, je pense qu'on a eu les yeux bandés très longtemps grâce aux miracles de l'industrie alimentaire donc heu voilà je pense simplement que ça va être, pour moi, c'est exponentiel comme mouvement, c'est que le début pour nous en France parce qu'on est très en retard, il faut le savoir.  
Nous : Oui, parce que c'est déjà développé dans d'autres pays.  
Elle : Beaucoup plus développé, où il y a au moins des alternatives dans tous les restaurants, il y a au moins une vraie volonté d'intégrer les gens qui souhaitent manger comme ça. Là tu vas manger au restaurant en France, tu dis que t'es végane et ben tu manges des frites et de la salade, voilà c'est mon quotidien avec les potes au restaurant donc heu...  
Nous : Ah oui.  
Elle : Il y a un vrai marché à prendre je pense, et après heu pour moi on va être de plus en plus nombreux.  
Nous : D'accord.  
Elle : Je pense. Après parce que heu on sait maintenant ce qu'il se passe ou du moins on commence à le savoir, on a envie de renseigner, on a en tout cas les moyens de le faire, et pour la santé il y a beaucoup plus de sportifs qui se mettent au véganisme parce que pour la récupération c'est meilleur, pour l'acidité du corps c'est meilleur, il y a tellement de voilà, de sans parler de l'équilibre alimentaire, que ce soit pour la perte de poids, fin voilà. Les véganes ben on surveille pas ce qu'on mange.  
Nous : Oui.  
Elle : Tout simplement, on mange à sa faim, quand on a faim on mange, et puis ça marche quoi ! (Rires)  
Donc ouais je pense qu'il y aura de plus en plus de gens intéressés en tout cas pour le mouvement.  
Nous : D'accord, et du coup ça fait longtemps que vous êtes végane ?  
Elle : Heu pas si longtemps que ça, car ça fait 15 ans que je suis végétarienne  
Nous : D'accord.  
Elle : Donc heu oui voilà j'étais en 3e donc ça fait 15 ans que je suis végétarienne et je suis devenue végétarienne tout simplement quand j'ai compris ce que je mangeais et le jour où j'ai compris que les produits laitiers, les œufs, que c'était la même misère de fabrication ben le processus a continué pour moi. Donc 15 ans que je suis végétarienne et ça doit faire 2 ans que je suis végane.

Nous : Ok, alors du coup vous avez de très bonnes connaissances sur cette alimentation ?

Elle : Oui.

Nous : Oui ?

Elle : Oui. Fin très bonne, je ne veux pas me vanter mais heu...

Nous : Disons, est-ce que vous avez des facilités ?

Elle : Disons que je sais équilibrer un repas.

Nous : Ouais, voilà.

Elle : Je sais ce qui remplace quoi, oui, oui ça je l'ai appris de fait toute seul parce que ben j'ai commencé par le faire par, pour moi et puis heu après je me suis aussi renseignée et puis après ça va très vite en fait, heu voilà je pense que dire qu'on n'a pas le temps ou que c'est difficile c'est juste un prétexte parce qu'on a pas envie quoi... A partir du moment où on commence à s'y intéresser ce n'est pas plus compliqué quoi...

Nous : C'est ça que je voulais savoir aussi parce que le... c'est vrai qu'on pourrait heu s'amener à dire que c'est difficile alors que ce n'est que des végétaux.

Elle : Alors ce qui est difficile c'est heu...

Nous : Qu'est-ce qu'ils entendent par difficile les gens ?

Elle : Ce qui est difficile c'est heu ben t'as envie de manger des biscuits.

Nous : Oui.

Elle : Voilà. Ben faut retourner toutes les étiquettes et faut lire ce qu'il y a dedans.

Nous : Ouais, d'accord.

Elle : Parce que le problème c'est de... le problème c'est qu'en France, on produit beaucoup trop de lait par rapport à la demande donc comme c'est une matière qui revient pas chère on en met dans tout ! Parce que ça alourdit, ça donne du goût, le lait on en retrouve partout c'est une catastrophe, dans les chips il y a du lait...

Nous : Oui, les protéines de lait.

Elle : Oui, dans le chocolat noir il y a du lait donc ce qui est compliqué en fait c'est à partir du moment où vous allez vouloir manger un produit transformé où là heu après...

Mais après on connaît les marques véganes, heu les cookies Granola c'est végane, les ors c'est végane, les spéculoos c'est végane après on connaît les Dragibus c'est végane parce que moi j'aime les bonbons mais je ne mange pas de gélatine donc heu après on connaît les marques comme ça qui le sont.

Nous : Oui.

Elle : Ce qui est compliqué, c'est en fait c'est ça et ce qui est compliqué c'est le manque d'ouverture d'esprit des restaurateurs...

Moi : Oui, voilà.

Elle : Des gens qui pourraient proposer facilement l'alternative et qui ne le font pas par principe.

Moi : D'accord.

Elle : Après, cuisiner végane, ça ne change pas...

Nous : Pas grand-chose, finalement.

Elle : Pas grand-chose quand on connaît les produits, ouais c'est vrai qu'il y a une petite partie de renseignements au début. Végétarien c'est facile mais les véganes voilà il n'y a plus de crème, il n'y a plus de lait, moi je cuisinais beaucoup avant, fin je cuisine toujours beaucoup...

Moi : Oui.

(Rires)

Elle : Mais je parle à la maison heu voilà c'est des questions souvent, je fais une quiche, qu'est-ce que je mets à la place des œufs, je fais un gâteau qu'est-ce que je mets à la place du lait, à la place des œufs...

Nous : Oui.

Elle : Après, une fois qu'on connaît les produits de substitution ben ils rentrent dans votre quotidien et ça devient une habitude quoi.

Nous : Oui.

Elle : Voilà.

Nous : Ok et heu...

(Silence)

Je voulais revenir sur les difficultés pour les personnes à intégrer cette alimentation... Est-ce que les gens justement ils ont ce ressenti parce qu'ils trouvent ça difficile parce qu'il faut cuisiner en fait ?

Elle : Oui, peut-être mais en même temps heu si tu n'as pas envie de manger des produits industriels et même si tu manges de la viande faut cuisiner.

Nous : Oui c'est vrai.

Elle : Heu...

Nous : Oui même si on n'est pas végane faut cuisiner dans tous les cas.

Elle : Faut cuisiner quand on achète des produits bruts, faut les transformer, les faire cuire, les couper, les éplucher donc a priori si t'as envie de manger correctement et que t'as envie de savoir ce que tu manges, parce qu'un produit préparé tu sais pas ce que tu manges, heu c'est de la cuisine aussi donc heu je pense qu'il y a beaucoup de voilà, de néophobie, c'est quelque chose de nouveau, on connaît pas donc vaut mieux dire non, que ce soit risqué et puis après il y a simplement l'envie de le faire, c'est tout. Si t'as envie de changer quel que soit, heu comme l'alimentation, ça marche aussi pour le sport et la cigarette, j'ai fumé pendant 10 ans un paquet par jour et j'ai arrêté du jour au lendemain, je ne suis pas plus forte qu'un autre, j'ai juste eu envie.

Nous : C'est sûr.

Elle : Pour moi, un régime alimentaire, adopter un... n'importe quoi, une religion tout ce qu'on veut, il faut juste en avoir envie et après les mécanismes se mettent en place.

Nous : Ok.

Elle : Fin voilà, il n'y a pas plus de cuisine, moi je trouve que c'est pas vrai, il n'y a pas plus de cuisine quand on est végane.

Nous : C'est une connaissance à avoir.

Elle : Oui, c'est une connaissance à avoir et après heu voilà ce qui est compliqué, c'est cette heu voilà le passage. Moi quand j'ai voulu être végane, j'ai dit à mon conjoint : on va essayer.

Nous : Oui.

Elle : Parce que je n'étais même pas sûre, mais je savais que je voulais l'être.

Nous : Oui.

Elle : Mais, je me disais : Pure, tous les jours, je me suis dit : on va essayer mais dans ma tête pour moi c'était clair que je ne mangerai plus de produits laitiers donc voilà les choses se font.

Nous : Ok. Parce que c'est vrai qu'on est dans une société où on, heu avec les horaires de travail et tout ça où on achète pas mal de plats préparés et donc du coup c'est vrai qu'on se dit que si on se lance dans le végane, on a moins de plats préparés ou alors le prix est moins accessible.

Elle : Ouais, ouais.

Nous : Comme dans les Biocoop.

Elle : Ça, c'est vrai qu'il y a un vrai heu ouais, ils abusent vraiment.

Nous : Ouais ?

Elle : Alors le bio, c'est le bio, la viande bio, c'est beaucoup plus cher que la viande normale. Les supermarchés, les distributeurs qui se mettent à faire du végétarien ou du végane, là cependant c'est un vrai problème... parce qu'en matière première ça coûte pas plus chère que la viande.

Nous : Ouais.

Elle : C'est beaucoup moins cher que la viande.

Nous : Alors du coup, je voulais savoir si c'est lié bio et végétalisme ?

Elle : Heu...

Nous : Ou pas forcément ?

Elle : Pour moi, pas forcément.

Nous : Ok.

Elle : Pour moi, pas forcément car voilà ça dépend pourquoi on le fait en fait. Il y a des gens qui sont tellement sensibles à l'environnement, fin à la production de viande qui est la première source de pollution mondiale donc vous réunissez tous les avions, tous les bateaux, toutes les voitures, tous les camions, ça pollue moins que les vaches.

Nous : Mm, d'accord.

Elle : Il y a des gens qui sont sensibles et ils vont dire bon ben j'arrête de manger de la viande pour ça. Et ben du coup le côté bio se joint naturellement en fait à leur démarche. Après là c'est pour leur santé personnelle donc le côté bio aussi, moi c'est vrai que c'est vraiment une démarche, alors je ne suis pas du tout contre le bio, au contraire, je l'utilise au possible, j'ai un oncle qui est agriculteur et je récupère beaucoup de produits chez lui, j'essaie de travailler avec des circuits courts, je fais du fait maison... Après pour moi, le bio c'est du commerce. On achète un label à 2 000 €, le bio d'Espagne c'est pas les mêmes normes que le bio français, ce n'est pas les mêmes normes que le bio marocain donc heu pfff c'est un gros business voilà.

Moi : Ok.

Elle : C'est plus un business qu'autre chose et après il y a des gens végétariens qui mangent bio et des véganes qui mangent bio et des gens omni qui mangent bio. Pour moi c'est un autre...heu...

Nous : C'est un autre combat.

Elle : Oui, pour moi c'est un autre combat. Moi je suis végane pour la cause animale donc il n'y a pas de cause à effet avec le bio, c'est comme les gens qui me disent : Ah mais tu manges des gâteaux, oui ben j'ai pas dit que j'étais au régime. Je ne suis pas végane pour être au régime.

Nous : Oui, oui.

Elle : Voilà, je mange des bonbons, des gâteaux, je mange normalement, juste je ne mange pas de produits animaux.

Nous : Oui, oui.

Elle : Après, voilà ça dépend du levier de motivation qui pousse les gens à faire ça.

Nous : Parce que c'est vrai que dès qu'on veut faire un peu attention à ce qu'on mange, moi ça m'est arrivé : Mais t'es végane ?

Elle : Ouais !

Nous : Non, je fais juste attention à ce que je mange.

Elle : Ouais, c'est ça, c'est vrai que naturellement si t'enlèves les produits laitiers heu t'enlèves les produits à base de viande transformée et tout ben en fait t'enlèves pas mal de sources de graisses gratuites quoi.

Nous : Oui, oui, c'est vrai que c'est très mauvais pour le corps la graisse animale. Le végétalisme est-il perçu comme sain auprès de votre clientèle ?

Elle : Oui. L'alimentation végétalienne n'est pas obligatoirement saine car les chips par exemple sont végétaliens, les bonbons sans gélatine, cookies de Granola... Mais c'est sûr qu'en enlevant beaucoup de produits transformés vu que beaucoup contiennent des produits animaux, c'est souvent bien plus sain. De toute façon, on peut très bien avoir un régime végétarien, végétalien et omni tout en ayant une alimentation saine ou d'une manière moins équilibrée...

Nous : Et du coup, au niveau organisation, prix des denrées, y a-t-il une différence entre une structure traditionnelle et uniquement végétalienne ?

Elle : Alors oui, les aliments de base sont moins chers mais cependant ça demande beaucoup plus de main d'œuvre et de préparations avant et de recherches. Par exemple, si vous allez manger une entrecôte-frites. Bon ben le cuisinier il a pris 10 secondes pour la couper, 3 min pour la saisir. Donc voilà il n'y a pas un grand travail derrière... Heu, alors que si vous prenez des légumineuses, des végétaux, il faut plus les travailler. Du coup l'argent que je gagne en matière première, je le reperds en y passant plus de temps, du coup finalement ça revient au même.

Nous : Ok. Heu. Et du coup, actuellement, est-ce que votre entreprise fonctionne bien ?

Elle : Heu...Oui actuellement elle fait largement le bénéfice attendu, même en mettant des prix bas et accessibles. En plus, j'ai maintenant des demandes de séminaires, de cours de cuisine, donc non ça fonctionne bien. En plus je suis répertoriée sur VegOresto, je suis active sur Instagram donc j'arrive à bien faire connaître mon activité !

Nous : Pourquoi n'être pas restée juste végétarienne ?

Elle : Il se trouve que l'industrie des œufs, du miel et du lait est tout aussi meurtrière que celle de la viande. Voire même pire pour l'industrie du lait car là en plus d'être juste tuée et de vivre dans de mauvaises conditions, la vache est inséminée chaque année pour avoir un veau et donc du lait. On lui enlève son petit très vite, si c'est une femelle elle deviendra une vache laitière aussi, si c'est un mâle il ira à l'abattoir pour en faire de la viande de veau. Et en plus la vache en fin de vie se fait quand même tuée pour sa viande. Imaginons que pour nous l'on fasse pareil, qu'on nous enlève notre bébé pour nous prendre notre lait ?!

Nous : Oui, en effet c'est inconcevable si on nous enlevait notre enfant.

Elle : D'ailleurs, si quelqu'un veut être végane et me demande par quoi commencer, je lui conseille d'éliminer d'abord les produits laitiers avant la viande.

En plus on est le seul mammifère à boire encore du lait après être sevré, à l'âge adulte. Normalement on a plus besoin de boire du lait car les autres animaux ne le font pas, et encore moins le lait d'une autre espèce.

Nous : Pourquoi vous avez choisi d'être végétalienne ?

Elle : Le fait que on nous éduque en nous disant que les animaux c'est mignon, les animaux de compagnie il faut bien s'en occuper, ce ne sont pas des objets et à côté de ça on mange de la viande sans se poser de question. En plus de nos jours c'est reconnu que les animaux sont des êtres sensibles et on

peut soi-même aller en prison si on bat notre chat, notre chien mais cependant ce qui se passe dans les abattoirs et les élevages, les consommateurs et l'Etat ferment les yeux dessus.

Pollution : De plus, ces animaux il faut qu'ils mangent, qu'ils boivent, il faut faire pousser toutes les céréales et la nourriture qu'ils vont ensuite manger, et ces ressources on en a pas assez du coup on les fait venir des pays du sud, de l'Amérique du Sud, ce qui engendre la déforestation de l'Amazonie.

En plus au niveau humain, les habitants de ces pays sous-développés n'ont souvent pas accès à la nourriture, voire pas du tout et nous on importe leur nourriture pour nourrir des animaux qu'ensuite nous on va manger, au lieu de simplement manger directement le végétal sans passer par le corps de l'animal.

Nous : Connaissez-vous le journaliste Gary Yourofsky ?

Elle : Oui. D'ailleurs pour être honnête c'est lui qui m'a fait devenir végane.

Nous : Ah, il est convainquant, hein ?

Elle : Oui ben disons qu'il prend de vraies images qu'il a lui-même filmées dans des fermes et il montre très bien la maltraitance des animaux.

Nous : Alors heu...au niveau des carences, comment ça se passe le régime végane ?

Elle : Donc heu, on peut retrouver tout ce dont on a besoin dans le végétal, il faut juste être bien renseigné. Et le seul nutriment dont on n'a pas accès dans la nourriture végétale c'est la vitamine B12.

Nous : Oui, il paraît que cette vitamine se retrouve uniquement dans les produits animaux ?

Elle : Non cette vitamine qui initialement se trouvait dans l'eau, dans la terre, car en fait ça provient d'un micro-organisme issu des souillures et qui sécrètent cette vitamine. Du coup, avant on pouvait en retrouver dans les aliments terreux et l'eau mais maintenant c'est terminé car tout est trop aseptisé !

Nous : Ah heu je ne savais pas que cette vitamine venait de l'eau. En plus aujourd'hui on retrouve des résidus de javel dans l'eau potable.

Elle : Et du coup, les végétaliens ont tendance finalement à être moins carencés que les omni, car en ayant peur des carences finalement on se renseigne et on s'y connaît beaucoup plus en nutrition et on fait plus attention à ce qu'on mange.

En plus du coup, c'est un peu le paradoxe de l'omnivore, c'est que quand on peut tout manger, on finit souvent par manger toujours les mêmes choses, à ne pas varier. Alors que psychologiquement quand on peut manger moins de choses, on varie au maximum, on teste plus de choses du coup ce n'est pas lassant et ça aide à encore moins de carences.

Oui alors pour l'eau, je trouve ça aberrant que l'on utilise de l'eau potable pour les toilettes ! On pourrait aussi se doucher avec de l'eau non potable.

Nous : Oui c'est sûr.

Elle : D'ailleurs faut savoir que nous les végétaliens ont fait parfois des cures naturelles comme la spiruline, du magnésium, du fer. Prendre la B12 n'est pas tant une contrainte c'est juste un cachet à prendre tous les jours ou tous les 15 jours selon la dose des cachets

Nous : Est-ce un secteur à développer ?

Elle : Oui, ça suit la demande, si la demande existe, il faut que l'offre suive dernière. Si demain personne achète de steak, il n'y a pas de soucis, y en aura plus.

Nous : Vous pensez qu'on est en retard par rapport aux autres pays ?

Elle : Ah oui, largement ! Par rapport aux pays du Nord par exemple.

Nous : Ah oui, ma sœur était partie en Islande et était étonnée que c'était aussi développé le végétalisme là-bas. Il y avait toujours au moins un menu végane dans chaque restaurant. Sans compter les pays comme l'Inde où c'est très répandu par rapport à leur religion.

Elle : Oui, en France on est vraiment très en retard par rapport à tout ça.

## ANNEXE C : ENTRETIEN 2 - UN RESTAURANT GASTRONOMIQUE, LE 13/03/2018,

25 MINUTES

Nous : Bonjour, merci de répondre à nos questions. Alors, depuis combien de temps votre établissement existe-t-il ?

Lui : Alors euh... très longtemps, le restaurant en lui-même existe depuis 1992 au XXXXXX sinon la bâtisse elle date de 1869 euh... c'est un ancien chalet indochinois qui a été construit en 1869 et a eu différents propriétaires et après a été racheté par Monsieur XX qui l'a transformé en restaurant.

Nous : Et donc c'est un restaurant gastronomique ?

Lui : Voilà exactement.

Nous : D'accord.

Lui : Vous nous connaissez ?

Nous : Alors j'ai beaucoup entendu parler de vous euh... en bien alors du coup...

Lui : Ça va alors ! (Rires)

Nous : Du coup qu'est-ce que vous proposez comme offre dans votre établissement ?

Lui : Comme offre on propose de la restauration classique avec différents menus, on propose des offres séminaires, des prestations de mariages de baptêmes et un dimanche par mois on ouvre exceptionnellement pour le brunch.

Nous : D'accord. Est-ce-que vous avez des demandes par rapport à des alimentations particulières ? Donc j'entends le sans lactose, le végétarien...

Lui : Ouais.

Nous : Le sans gluten, oui ?

Lui : Tout à fait, alors pas mal de demandes on va dire, ça revient assez souvent euh... végétarien en priorité et euh... maintenant sans gluten oui, pour les autres un peu moins. Mais on a quelquefois des demandes.

Nous : D'accord, donc du coup vous avez plus de demandes végétariennes que sans gluten ?

Lui : Je ne tiens pas des statistiques mais je euh... j'ai l'impression au niveau des euh... restaurations que c'est souvent des régimes végétariens euh... que des personnes spécifiques sans gluten. Voilà après je me base juste sur les prises de réservations pour vous dire ça.

Nous : D'accord. Est-ce-que vous avez de bonnes connaissances de ces régimes-là ?

Lui : Alors de bonnes connaissances non, on a appris à se faire des connaissances en regardant quand les gens nous disent des régimes sans gluten ou des choses comme ça. Après on n'est pas évidemment formés pour ça, j'ai reçu aucune formation pour ça quoi.

Nous : D'accord. Et du coup vous proposez des menus ou des plats de ces alimentations particulières ?

Lui : Exactement euh... en fait on a euh... depuis justement qu'il y avait une demande régulière et à la place de faire s'adapter la cuisine à chaque fois aux demandes au jour le jour donc on a établi un menu qui peut changer tous les 6 mois euh... un menu euh... qui prend en compte le maximum de régimes spéciaux. On a des propositions sans gluten, on a des propositions sans lactose et entièrement végétarien.

Nous : D'accord. Et du coup ils sont...

Lui : C'est un menu que je pourrais vous envoyer par mail.

Nous : D'accord, on est très intéressées je vous donnerai mon mail après.

Lui : Ouais, bien sûr.

Nous : Merci. Euh... est-ce-que cette mise en place donc de ces menus ou plats ça vient de... de votre initiative ou c'est parce que vous avez eu d'abord des demandes ?

Lui : Alors ben on a eu d'abord des demandes et euh... je vous disais qu'on avait de plus en plus de demandes et fréquemment et donc c'était une contrainte pour la cuisine qui devait chaque jour rechercher un truc qui correspond au régime, ben on sait qu'on partira sur un menu fixe voilà.

Nous : Et du coup vous avez eu euh... des réticences ou pas pour mettre en place ce genre d'offre ?

Lui : Euh... non.

Nous : Par rapport à la difficulté, à la mise en place en cuisine.

Lui : Ouais alors oui euh... en cuisine mais pas forcément après, il suffit de... de se renseigner sur des nouveaux produits, comment on utilise certains produits, voilà on arrive en se creusant un peu la tête à faire des jolis choses.

Nous : D'accord, du coup vous avez formé votre personnel donc pour ces régimes particuliers ?

Lui : Complètement.

Nous : D'accord. Est-ce qu'il y a des difficultés ou des avantages à en tirer par rapport au coût matières premières par rapport à ces régimes-là ?

Lui : Alors ça ne représente pas une proportion suffisante de clientèle pour qu'on le réfléchisse comme ça, après oui si c'était un pourcentage de 10% les clients qui étaient sans gluten, sans lactose ou végan oui. Là on ne réfléchit pas du tout comme ça on regarde ce qu'on peut avoir dans nos fournisseurs classiques et on regarde ce qu'on peut faire avec.

Nous : D'accord. Ça a été difficile à mettre en place par rapport aux fournisseurs ?

Lui : Alors par rapport aux fournisseurs non parce qu'on arrive à trouver des alternatives comme je vous disais. Euh... le plus difficile c'est d'avoir tout le temps la mise en place euh... euh... d'avoir ce menu tout le temps donc il faut tout le temps avoir une petite mise en place de ce menu sachant qu'on ne sait pas exactement quand il y a des personnes qui réservent et qui disent « j'ai un régime » et il y a des personnes qui le disent qu'une fois sur place.

Nous : D'accord, ok. Et donc vous préférez quand les clients vous préviennent du coup j'imagine ? A l'avance.

Lui : Oui, comme ça on peut anticiper et on sait que sur cette table il y a un menu et du coup on peut vérifier la mise en place en cuisine euh... lui mettre un menu sur table avec ce qu'il va avoir euh... qui respecte son régime.

Nous : Du coup, est-ce-que vous pensez que c'est parce votre restaurant est un restaurant gastronomique que vous adapter plus l'offre, que vous faites plus attention aux clients et à leurs besoins en fait ?

Lui : Honnêtement je ne pense pas je pense que c'est une histoire de volonté, il y a des restaurants gastronomiques qui vont vous dire « ben non » euh... nous on a décidé d'essayer de euh... que nos clients soient le plus content possible et donc euh... Toutes les demandes un peu spécifiques en fait on essaye de les traiter au mieux.

Nous : D'accord. Et comment vous gérez les demandes de euh... euh... particulières pour lesquelles vous n'avez pas d'offre ?

Lui : C'est à dire ?

Nous : Par exemple...

Lui : Avant d'avoir ce menu ?

Nous : Oui, par exemple avant ce menu là ce n'était pas mis en place comment vous gérez lorsque le client il vous... il vous demandait ça ?

Lui : Alors, on allait voir en cuisine euh... On disait qu'il y avait un client qui était sans lactose, sans gluten par exemple et on voyait avec le chef pour la partie cuisine et avec la pâtissière pour la partie dessert et on voyait ce qu'on pouvait proposer donc c'était au moment quoi on allait voir et on revenait voir la personne et on lui proposait ça.

Nous : Oui du coup c'était quand même plus difficile avant la mise en place ?

Lui : Oui, tout à fait quand ça arrive au dernier moment c'est toujours plus difficile que quand on a anticipé.

Nous : Bien sûr. Est-ce-que vous songez à instaurer de nouvelles offres d'alimentations particulières dans le futur ?

Lui : Euh... des nouvelles offres euh... Changer le menu qu'il y a avec les régimes oui on va le changer régulièrement mais après pas faire plusieurs offres différentes. Pas encore pour le nombre de clients, ça représente quelques clients mais ce n'est pas, comme je vous dis je sais même pas en pourcentage, c'est même pas 5% de la clientèle.

Nous : Donc pour vous c'est vraiment en marge, en tout cas pour votre cible de clientèle c'est vraiment en marge c'est... c'est... ce n'est pas encore...

Lui : En fait, sur le volume qu'on peut faire il y a toujours des gens et donc on les retient parce que c'est des régimes spécifiques des choses comme ça mais ça ne représente pas encore la base de notre clientèle. Ce n'est pas vraiment en marge parce qu'on a fait la démarche de faire un menu spécial des choses comme ça pour que ça se passe au mieux que les gens aient un menu gastronomique qui respecte leurs régimes mais euh... c'est pas un gros pourcentage encore.

Nous : D'accord. Et est-ce-que vous pensez que des clients qui n'ont pas par exemple d'intolérances ou... ou autre va prendre ce menu là pour le tester, pour voir ce que c'est un... un menu par exemple gastronomique sans lactose, végétarien, sans gluten ?

Lui : Euh... alors honnêtement ce serait bien mais je ne pense pas alors déjà ce menu on ne le met pas à la carte tout le temps. Le menu on le met à la carte juste quand il y a quelqu'un qui a... qui est sans

gluten, qui a un régime spécifique on va dire, on lui met à sa carte spécifiquement pour lui euh... ou on élabore un menu à l'avance et euh... je l'ai pas à la carte du restaurant classique.

Nous : Et est-ce-que ce menu là il a un coût supérieur par rapport à un menu classique que vous servez dans votre établissement ou parce que...

Lui : Non, on est à peu près sur du similaire.

Nous : D'accord, parce qu'on sait que parfois par exemple un pain sans gluten ça va être plus cher euh... voilà.

Lui : Oui, il y a des petites choses qui sont plus chères et des choses qui sont moins chères, quelqu'un qui va manger végan euh... le coût de la viande et du poisson il est quand même assez élevé par rapport à une assiette de légumes.

Nous : Oui, bien sûr.

Lui : Donc l'un dans l'autre on s'y retrouve.

Nous : Est-ce-que vous trouvez que les restaurateurs, donc vous en tant que client, que les restaurateurs ils proposent assez de menus pour ces régimes particuliers ?

Lui : Alors honnêtement je ne sais pas trop parce que j'ai pas de régime particulier personnellement.

Nous : D'accord.

Lui : Du coup c'est difficile à euh... à vous répondre d'un point de vue objectif, moi je ne demande jamais. Point de vue de régimes spécifiques au restaurant donc euh... je ne sais pas. Je sais que j'ai des retours surs, comme je vous disais des restaurants gastronomiques, fin gastronomique ou pas ce n'est pas du fait qu'on s'adapte aux régimes c'est la volonté des chefs je pense s'ils ont envie de travailler quelque chose pour proposer à leur clientèle ou s'ils ont établi des menus et ils estiment qu'ils ne dérogeront pas de ces menus et ils ne changeront pas d'avis pour... un client.

Nous : D'accord.

Lui : Je sais qu'il y a des restaurants qui même des justes fins non... on parle de régimes spéciaux mais beaucoup plus courant, des femmes enceintes au restaurant, on en a énormément donc après il y a un régime spécifique faire attention, faire véritablement attention à tout ce qui est cru euh... voilà et il y a des restaurateurs qui refusent de... qui ne vont pas changer leurs menus c'est vraiment une... fin une sorte de caractère du chef et de politique du restaurant.

Nous : D'accord, du coup c'est... vous vous avez mis en place ces offres-là donc vous n'êtes pas vraiment concerné personnellement mais donc du coup les restaurateurs ils adaptent par forcément leur offre par rapport à leurs propres convictions ? C'est par rapport à comment le marché se développe ?

Lui : Ouais, je sais pas comment ils fonctionnent mais euh... c'est des choses que j'ai déjà entendu, des clients qui étaient venu au restaurant et qui vont dans d'autres restaurants en demandant les mêmes choses que nous on peut adapter on va dire sur place et dans d'autres restaurants on leur a répondu que non on ne dérogeait pas des menus qui étaient établis.

Nous : D'accord.

Lui : Après je sais pas du tout en proportion, je ne peux pas... c'est un exemple voilà.

Nous : Vous avez des proches qui pratiquent une alimentation particulière ?

Lui : Non.

Nous : D'accord. Parce que du coup, alors, je pense que vous peut-être que vous ne savez pas trop, est-ce-que pour vous aujourd'hui c'est possible de partager un repas donc à domicile ou au restaurant en ayant plusieurs personnes qui pratiquent un régime alimentaire particulier ?

Lui : Alors c'est à dire un repas commun ?

Nous : Oui, voilà un repas commun par exemple, il y a une personne qui est sans gluten, une personne végan... un omnivore.

Lui : Oui, c'est la démarche que l'on a eu dans le menu parce que c'est vrai qu'il y a beaucoup de régimes spécifiques avec beaucoup de spécificités justement et donc on a essayé de regrouper un maximum de spécificités dans ce menu. Donc oui c'est possible de euh... d'allier plusieurs régimes en une proposition, si on est végan et sans lactose, on peut faire un dessert qui est végan sans lactose sans gluten par exemple on peut mettre les trois régimes dans un même dessert.

Nous : Ok, c'est super. Est-ce-que vous trouvez que ces alimentations particulières c'est un effet de mode ou est-ce-que ça va perdurer dans le temps ?

Lui : Euh... honnêtement je ne sais pas j'ai pas lu d'articles spécifiques euh... ou scientifiques là-dessus euh... euh... je pense qu'on trouve qu'il y a un effet de mode, pas un effet de mode mais un effet de euh... on fait beaucoup plus attention à soi, sa digestion donc je me demande si c'est pas par conviction ou par euh... par intérêt pour son corps si c'est pas mieux de manger sans gluten ou des choses comme ça. Il y

a beaucoup plus de prise de conscience sur ça et les gens du coup font plus gaffent et sont plus à même de demander des choses sans gluten et tout. Donc, oui quelque part c'est un effet de mode, quelque part ça va continuer à se développer donc c'est un effet de mode qui va perdurer quand ce sera plus un effet de mode euh... je pense que oui que ça va continuer à se développer comme ça et qu'il y aura de plus en plus d'intolérances ou... de choses comme ça.

Nous : Oui, donc pour vous...

Lui : Pas véritablement des allergies mais des intolérances.

Nous : D'accord, donc pour vous il y a un réel marché à prendre en fait sur ces alimentations ?

Lui : Euh... euh... après niveau pourcentage je sais pas ce que ça peut représenter mais je pense qu'il faut savoir proposer quelque chose aux gens qui demandent des choses spécifiques on va dire. En tout cas c'est ce que nous on se fixe.

Nous : Et par rapport à... à vous, à l'image que ça donne à l'établissement vous...vous avez euh... quelle est votre impression là-dessus ?

Lui : Nous on a un très bon retour, en fait les gens sont super contents qu'on s'adapte à toutes leurs demandes que euh... je vous prends un autre exemple que par exemple on s'adapte à un régime spécifique mais quelqu'un qui va demander euh... quelque chose de spécifique pour le dessert parce que c'est son anniversaire on va lui proposer de mettre une bougie de personnaliser un peu son dessert, ça va lui faire plaisir. Quoi qu'il en soit si on accède à une demande d'un client euh... raisonnable on va dire, ça fera toujours plaisir, donc quand le client voit qu'on propose un menu spécialement pour son régime qu'on lui amène un menu spécial oui effectivement il est content. (Rires)

Nous : D'accord, ok. Euh... du coup, quand vous avez mis en place ces menus de régimes particuliers, est-ce-que vous avez été guidé euh... par des gens qui étaient concerné ou euh... vous avez de vous-même trouver des recettes ?

Lui : Ben là de nous-même on... on a cherché des recettes, après oui on a été conseillé par gens comme la clientèle mais on n'a pas eu de formateur ou de chose comme ça.

Nous : D'accord, parce que c'est vrai que quelquefois on a besoin d'essayer plusieurs recettes, notamment le sans gluten.

Lui : Oui, complètement c'est ce qu'ils ont fait.

Nous : D'accord, ok. Et en ce qui concerne euh... la loi sur la carte des allergènes qui était il y a deux ans, il y a deux, trois ans euh... est-ce-que beaucoup de clients vous la demande ?

Lui : Non, jamais.

Nous : Jamais donc ils ne sont pas très attentifs, en fait ils vous... bon parce que vous avez déjà une offre établie c'est peut-être pour ça aussi ?

Lui : Non, mais les gens, les gens font confiance en majorité en tout cas dans ce style de restaurant gastronomique, ils sont à service donc euh... s'ils demandent quelque chose ça va être, ce qui est normal, ce sera bien fait.

Nous : D'accord, d'accord. Ok.

Lui : Voilà. Les clients ils vont pas vérifier la liste des allergènes ou ces choses ou ces documents obligatoires là. Honnêtement jamais.

Nous : D'accord. Vous avez quelque chose à rajouter ? Sur les alimentations particulières ?

Lui : Non, on a parlé de pas mal de trucs.

Nous : Écoutez, nous on a le principal.

Lui : Super.

Nous : Je vous remercie. Merci beaucoup, au revoir.

## ANNEXE D : ENTRETIEN 3 - UN RESTAURANT TRADITIONNEL, LE 16/01/2018, 1

HEURE 07 MINUTES

Nous : Bonjour, qu'est-ce qui te vient à l'esprit quand on te dit alimentation particulière ?

Baptiste : Heu alimentation particulière ?

Nous : En 3 mots, rapidement pour définir alimentation particulière.

Baptiste : Régime, heu, restreint et ... je ne sais pas, heu pas commun, hors du commun ?

Nous : D'accord. Ouais ok. Depuis combien de temps ton établissement il existe ?

Baptiste : Ça va faire 3 ans.

Nous : Ok et heu quels produits ou quelles offres tu proposes dans ton établissement ?

Baptiste : Moi c'est une restauration traditionnelle, heu basée sur des produits frais, que ce soit viandes, poissons, heu on a mis une petite touche de plats portugais, heu parce qu'on est amoureux du Portugal parce qu'on veut proposer une offre de restauration heu proposer des plats portugais pour faire connaître ce style de plats aux français qui connaissent pas le Portugal par exemple. Heu ensuite des plats typiques du sud-ouest comme le canard, de la viande de qualité avec des viandes de .... Labellisées : black Angus, etc. voilà des labels de qualité et en poissons, du poisson frais, on essaye de faire des poissons en grillade, au feu de bois comme les viandes.

Nous : Ok, ok. Est-ce que t'as déjà eu des demandes heu d'alimentations particulières donc quand je dis ça j'entends, végétalisme, végétarisme, sans gluten, est ce qu'il y a eu ce genre de demandes pour ton restaurant ?

Baptiste : Ça m'est arrivé ponctuellement, j'ai eu dû sans gluten mais l'allergie au gluten du coup on peut pas servir puisque forcément avec du pain, fin on a toujours du contact avec du pain donc on ne peut pas prendre le risque de, de servir.

Nous : Ok.

Baptiste : Heu pour le végétarisme oui on en a eu aussi ben du coup avec les offres qu'on a, ils prennent des salades de crudités, du risotto, tout sauf de la viande et du poisson quoiqu'il y ait des végétariens qui mangent du poisson donc chacun ... nous ça ne nous dérange pas du coup, on sert du poisson. Et végétalien, ça a dû nous arriver une ou deux fois je pense.

Nous : En 3 ans ?

Baptiste : En 3 ans oui. Ce n'est pas énorme.

Nous : Ok, et heu du coup comment tu t'adaptes pour ce genre d'alimentation donc sans gluten on a compris, du coup c'est un non catégorique...

Baptiste : Ouais.

Nous : Heu parce qu'il y a trop de risques.

Baptiste : Oui.

Nous : Et pour le végétarisme par exemple c'est une adaptation spontanée ou est-ce qu'il y a déjà un plat qui est proposé, affiché ?

Baptiste : Non on a aucun plat végétarien ou végétalien affiché, pour le sans gluten, ceux qui sont intolérants, encore on peut les servir donc ça, ça va on précise bien, on leur demande bien s'ils sont allergiques ou pas déjà.

Nous : Ok.

Baptiste : Ou s'ils sont vraiment... c'est quoi la différence entre intolérant et allergique ?

Nous : Intolérant c'est... ils peuvent en manger mais juste ils ont des problèmes de digestion et heu allergique... mais en fait c'est coeliaque le bon terme et heu ce sont de gros risques d'œdèmes.

Baptiste : Ok, après on demande bien si on peut les servir ou pas. Après sur le végétarisme, le seul plat qu'on propose c'est juste une entrée en formule, on s'adapte avec le client, on leur fait une assiette de légumes, on reste toujours dans les produits frais.

Nous : Donc vous vous adaptez au moment ?

Baptiste : Oui voilà, ce n'est pas un plat à la carte.

Nous : Vous n'avez pas une proposition fixe ?

Baptiste : On en a fait une fois une entrée à la carte.

Nous : Ok.

Baptiste : Qui était une heu salade de légumes améliorés.

Nous : Ok.

Baptiste : D'ailleurs qui n'a pas trop marché, du coup on l'a vite arrêtée.

Nous : Ah bon d'accord.

Baptiste : On l'a tentée quand même.

Nous : Ok.

Baptiste : Ce n'est pas une forte demande dans mon secteur.

Nous : Du coup tu penses pas forcément qu'il y a un marché heu en tout cas pour toi ?

Baptiste : Pour moi non il n'y a pas un marché. Il peut se créer tout de même mais...

Nous : Il n'y a pas assez de demandes ?

Baptiste : Là où je suis dans mon secteur non il n'y a pas assez de demandes spécifiques pour ça.

Nous : Ok, d'accord. Et sinon est-ce que t'as de bonnes connaissances sur ces régimes, par exemple si tu devais faire heu des menus pour, est ce que tu as les connaissances pour perfectionner ce genre de menus ?

Baptiste : Pour sans gluten ?

Nous : Oui sans gluten, végétarien et végétalien ?

Baptiste : Avec le lycée hôtelier j'ai travaillé sur un projet sans gluten justement pour les enfants malades.

Nous : D'accord.

Baptiste : Heu où on devait préparer chacun un plat, une entrée et un dessert. Sur des recettes sans gluten à proposer aux enfants malades, c'était une association je crois.

Nous : D'accord.

Baptiste : On a travaillé toute l'année sur comment réaliser heu c'était plus technique, ils devaient manger sans gluten et avec très peu de protéines.

Nous : D'accord.

Baptiste : Donc fallait combiner le tout donc avec des plats quand même assez élaborés.

Nous : C'était un peu un métier de diététicien qu'ils vous demandaient ?

Baptiste : Ouais c'est ça, calculer les calories, le nombre de protéines...

Nous : Ah oui quand même.

Baptiste : C'était vraiment poussé.

Nous : Ouais c'était poussé.

Baptiste : Après heu j'ai des proches qui sont végétaliens ou végétariens donc ça m'a ouvert à la connaissance (rire) heu sinon après je ne connaissais pas tant que ça, je sais que les végétaliens mangeaient rien d'origine animal, végétariens j'ai appris, mais moi végétariens ils mangeaient pas de viande juste mais j'ai appris que c'était vraiment ni viande et ni poisson. Un vrai végétarien avec ses convictions il mange pas de poisson.

Nous : Oui aucun animal voilà c'est ça.

Baptiste : Donc après je pense que de connaissance je saurais élaborer des plats sans gluten, végétariens et végétaliens.

Nous : Ok, heu est-ce que ce serait une contrainte si jamais dans ton secteur on te demandait heu ce genre de proposition plus couramment ? Ce serait une contrainte pour le service et la mise en place et après financière ?

Baptiste : Honnêtement financièrement, je ne pense pas que ça aurait un gros impact.

Nous : Ok.

Baptiste : Peut-être pour le sans gluten ça risque de coûter un peu plus cher mais bon après on le vend à un prix forcément adapté, au prix d'achat qu'on a. Heu après c'est au niveau des fournisseurs, c'est compliqué je pense, je parle que sur le sans gluten, ça doit être compliqué à trouver, doit-il y avoir des fournisseurs spécifiques à ça. Ne serait-ce déjà pour les glaces par exemple, ce qui sont intolérants au lactose, on ne peut leur servir aucune glace car on est avec la laitière.

Nous : D'ailleurs les intolérants au lactose vous avez beaucoup de demandes ?

Baptiste : On en a eu et du coup...

Nous : Plus fréquent que le végétarisme ?

Baptiste : Oui plus d'intolérances au lactose que végétaliens ou végétariens oui.

Nous : D'accord.

Baptiste : Après les végétariens il ne se manifeste pas trop car ils prennent soit une crudité, après on se doute que ce sont des végétariens mais on sait pas si c'est un régime particulier ou une pensée. Et pour revenir sur le lactose on a des glaces qui sont à base de poudre de lait, ce sont des glaces de qualité mais ce ne sont pas des sorbets donc du coup c'est problématique quelquefois. Pour des desserts c'est compliqué car on utilise beaucoup de crème heu...

Nous : Oui c'est surtout pour les desserts du coup.

Baptiste : Ouais.

Nous : Et en termes de temps, est-ce que ça prendrait plus de temps par exemple de faire, heu d'adapter son offre pour certains régimes particuliers ?

Baptiste : Tout prend du temps, pour élaborer une carte ça prend du temps, donc si on doit rajouter... Pour moi ce n'est pas une contrainte après mais heu je suis pas pour qu'on l'impose aux restaurants cependant je suis pour qu'il y ait des restaurants adaptés à ce genre d'offres. C'est intéressant, c'est un marché à prendre qui est peu développé, c'est un mode de vie qui se développe de plus en plus qui devient à la mode.

Nous : Alors tu penses quand même que c'est à développer mais pas dans ton secteur du coup mais tu penses quand même que c'est un marché à développer qui pourrait fonctionner ?

Baptiste : Quand je parle pour le secteur c'est le lieu où je suis.

Nous : Oui c'est là où ton restaurant est positionné mais tu penses quand même que c'est un marché à prendre ?

Baptiste : Oui !

Nous : Il y a quand même une évolution à faire sur ça ?

Baptiste : Bien-sûr, la restauration traditionnelle après ça peut être compliquée. Ça dépend après le mode, la pensée, la philosophie du patron après.

Nous : Tu penses que c'est un effet de mode ?

Baptiste : On va dire c'est médiatisé de plus en plus donc il y a un effet de mode mais il y a aussi une prise de conscience de certaines personnes.

Nous : D'accord.

Baptiste : Et du coup justement c'est bien d'avoir des restaurants véganes, d'ailleurs c'est très bon, j'en ai goûté de cette nourriture, je ne m'attendais jamais à manger des substituts de viandes ou quoi que ce soit mais finalement c'est super bon mais après c'est une habitude à prendre.

Nous : Mais de là à l'imposer entre guillemets aux clients, fin leur proposer plutôt ? Es-tu que tu crois qu'ils seraient tentés par des substituts de viande ou heu... tu crois que ça les intéresserait ? Qu'ils sont prêts à manger ça ?

Baptiste : Heu les français sont fermés encore quand même un peu. De mon expérience, ils sont fermés.

Nous : Peut-être est-ce que tu crois qu'ils sont fermés justement parce que c'est un restaurant traditionnel et que parce que ce n'est pas un restaurant spécifique dédié à cette alimentation ? Car ce n'est pas écrit en gros que c'est spécifique ?

Baptiste : MacDo ils font bien des burgers végétaliens donc heu ça veut qu'un restaurant traditionnel peut le faire aussi, ce n'est pas... Le problème.

Nous : Oui c'est sûr mais ce n'est pas la même image non plus, Macdonald on sait qu'ils s'adaptent tout le temps aux offres du moment, les restaurateurs aussi mais bon il y a quand même... il y a une étude... Disons qu'ils sont implantés de sorte que forcément il y a de la demande alors que les restaurateurs ça dépend...

Baptiste : Oui après pour la communication ils sont au-dessus de tout.

Nous : Oui voilà. Et si par exemple ton restaurant était implanté dans un secteur où il y a des demandes, comme le centre-ville ça ne te dérangerait pas de mettre ce type d'alimentation en place ?

Baptiste : Heu...

Nous : Est-ce que tu ferais tout pour mettre en place car ça t'intéresse car t'as envie de capter cette clientèle ou bien heu c'est vraiment heu pour la réputation du restaurant ?

Baptiste : Moi je pense que de là à capter cette clientèle pas forcément parce qu'il y en a mais pas tant que ça finalement, faut vraiment trouver le type de personne qui vient manger tous les jours au restaurant qui sont végétariens, végétaliens donc ce n'est pas encore un marché de vaches à lait quoi, il n'y en a pas encore énormément.

Nous : Pour l'instant tu penses que c'est une niche ?

Baptiste : Ouais. C'est un marché de niche mais c'est bien de se placer, d'en mettre, au moins un plat à proposer, on ouvre notre restaurant à tout type de clientèles, ce n'est pas fermé.

Nous : Bien-sûr. Et heu par contre ceux qui sont dans les restaurants justement végétaliens donc heu les restaurants spécifiques, dans notre étude on a vu que finalement heu il y avait beaucoup d'omnivores qui consommaient beaucoup plus ce genre de restaurant, du coup si tu mettais des plats végétariens, végétaliens ou sans gluten peut-être que tu aurais des omnivores qui seraient curieux de goûter un autre plat quand ils sortent au restaurant par qu'ils ont un régime alimentaire particulier et qu'ils sont pas forcément végans ou végétariens ?

Baptiste : Oui les gens sont quand même curieux, nous pour les plats portugais c'est pas un régime ou quoi que ce soit et quand on leur propose un plat portugais différent tous les jours au menu, on est étonné car il y a beaucoup de français qui justement préfèrent prendre un plat portugais qu'un plat français.

Nous : D'accord et pourquoi tu as mis des plats portugais dans ton établissement, est-ce qu'il y a des origines dans la famille ou est-ce que c'est une curiosité par un voyage ?

Baptiste : Aucune origine, c'est une entreprise familiale que j'ai donc heu on a été souvent au Portugal, on est tombé amoureux un peu du Portugal, de heu leur mode de vie, de leur nourriture, de leur personnalité et du coup on a voulu ramener un peu de cet amour en France pour le faire partager aux autres français donc après il y a plein de français qui partent au Portugal et découvrir ce pays.

Nous : D'accord. Et comment tu as fait pour connaître cette cuisine, est-ce que tu as fait un stage là-bas pour élaborer les plats ?

Baptiste : Alors nous aucun stage, heu à force on est tombé amis avec un restaurateur français qui s'est marié avec une portugaise donc il vit au Portugal depuis 40 ans...

Nous : D'accord.

Baptiste : Voilà après je n'ai jamais travaillé dans un restaurant au Portugal mais on a recruté une cuisinière portugaise.

Nous : D'accord. Et est-ce que tu trouves qu'à l'étranger par exemple ils s'adaptent mieux aux offres des alimentations particulières ? Je ne sais pas si tu as voyagé un petit peu ?

Baptiste : Je suis parti quasiment un an en Angleterre travailler donc heu là le sans gluten ce sont des spécialistes. Ils ne se compliquent pas, ils vont chez le médecin et hop le médecin il dit allez-vous êtes intolérants au gluten ! Ce n'est pas plus mal après ils ont des pains sans gluten, j'ai travaillé dans des restaurants et moi le français de base je me dit mais c'est quoi un pain sans gluten, je goûte et bah c'est horrible mais bon c'est adapté, ils ont le droit de manger du pain sans gluten quoi.

Nous : Et donc ouais t'as trouvé qu'il y avait beaucoup de restaurants qui en proposaient par rapport en France c'est vrai que...

Baptiste : Ah oui !

Nous : Toi par exemple si on te dit sans gluten, je ne sais pas si tu bossais en cuisine ou pas ?

Baptiste : Oui.

Nous : Heu comment tu réagissais avant que tu fasses ton propre établissement parce que là maintenant tu dis non je ne sers pas.

Baptiste : Si j'étais un cuisinier et qu'on m'annonce un plat sans gluten...

Nous : Comment tu réagissais ?

Baptiste : Je dégoupillais !

(Rires)

Nous : Ça mérite d'être clair !

Baptiste : Encore le sans gluten moi non, enfin c'était surtout le végétalisme et le végétarisme, là ça me faisait dégoupiller. Maintenant j'ai pris du recul sur ça quand même. Heu sans gluten c'est pas leur faute, enfin ce n'est pas une faute d'être végétalien ou végétarien mais ce que je veux dire c'est que le sans gluten voilà ça arrive comme ça donc heu c'est normal qu'on propose des offres. Végétalisme je dégoupillais parce que je ne l'avais pas à la carte.

Nous : Mais alors pourquoi puisque ce ne sont que des légumes comme tout le monde dit, pourquoi est-ce ce serait énervant de mettre que des crudités, de la salade, ils peuvent manger aussi des frites car c'est de la pomme de terre ?

Baptiste : Oui bien-sûr. Par nous ils ne peuvent pas car on cuit les pommes de terre à la graisse de canard. C'est plein de contraintes comme ça qui font qu'on a des limites.

Nous : Cependant si on vous demande une assiette qu'avec des légumes....

Baptiste : Tout dépend du service, si c'est un service en coup de feu je dégoupille, s'il y a un service où il n'y a pas beaucoup de personne et qu'on a le temps de préparer des légumes, ça prend 2 min à faire.

Nous : Mais c'est parce-que ça demande une réflexion quand même pour faire l'assiette parce-que vous avez envie de donner une assiette complète ?

Baptiste : Oui voilà, on ne veut pas juste balancer une assiette comme ça, oui il y a une réflexion.

Nous : D'accord, il y a de l'intention derrière.

Baptiste : Oui bien-sûr.

Nous : C'est une perte de temps peut-être, c'est vrai que dans le coup de feu, de réfléchir...

Baptiste : C'est à dire qu'on réfléchit, on met du temps à élaborer une carte pour essayer de toucher un peu toutes les clientes et tous les clients et il y a ce client qui arrive et qui va dire voilà je suis végétarien, qu'est-ce que vous avez comme plats et oui nous on a aucun plat végétarien par exemple, heu si végétarien on peut mais végétalien pardon, là faut réfléchir du coup sur un coup de feu ça peut être énervant...

Nous : Oui

Baptiste : Sur un service où c'est un peu calme ça va.

Nous : Donc quand tu travaillais avant qu'en cuisine c'est vrai que comme t'as dit, ça t'énerve un petit peu mais heu et donc heu ça te faisait perdre du temps...

Baptiste : oui c'est ça, perdre du temps.

Nous : Et est-ce que tu trouves que le monde de la cuisine fait attention ?

Baptiste : Non pas du tout. Ne serait-ce que ... Alors moi où je ne rigole pas c'est vraiment sur les allergies où là vraiment je suis intransigeant sur heu... sur l'allergie au gluten, là c'est un non catégorique qu'il y a toujours du pain sur une planche, on cuit du pain au four donc forcément même s'il se nettoie le four, je prends aucun risque sur ça ou tout ce qui est arachide ou quoi que ce soit.

Nous : D'accord.

Baptiste : Après, pfff, c'est la restauration quoi... les arrières, un musulman...

Nous : Régime sans porc

Baptiste : Régime sans porc c'est... aller, dans 40% des cas il y a des aliments qui sont en contact avec du porc.

Nous : Tu l'as déjà vu ?

Baptiste : Fait non mais vu oui.

Nous : Ok.

Baptiste : Non après ça se respecte de... c'est énervant mais bon on est quand même là pour offrir une prestation à un client qui paye ! C'est un client donc on ne va pas se dire on va lui faire un sale coup.

Nous : Donc tu as déjà vu cette réticence de la part du monde de la cuisine en général, là où tu as travaillé.

Baptiste : Oui. Après c'est comme tout, on peut proposer ... Ce qui est énervant pour un cuisinier c'est qu'il y a une carte et que ça nous sorte de la carte. Quand on me demande un tartare poêlé, moi c'est ... c'est un truc ...

Nous : (rires)

Baptiste : (rires) Sur les viandes c'est pareil, une viande bien cuite moi ça m'énerve par exemple mais ce sont mes convictions après.

Nous : Qu'il y a un respect de l'aliment ?

Baptiste : Voilà c'est ça.

Nous : D'accord. Pourtant on se dit que justement le client paye pour ce qu'il demande, s'il a envie de manger bien cuit, on peut dire que c'est son problème et on lui fait parce-que c'est à sa demande.

Baptiste : Oui je suis d'accord.

Nous : Et qu'il est quand même conscient que la viande sera à son attente puisqu'il mange bien cuit.

Baptiste : Oui, moi en Angleterre quand j'y ai travaillé, j'étais en salle dans un restaurant et heu... donc ils ont 5 cuissons et la cuisson bien cuite, on avait de l'onglet et cuisson bien cuite dessus c'était un refus catégorique de le servir.

Nous : D'accord, et comment ils remédient à ça ?

Baptiste : C'est une autre mentalité après les anglo-saxons. Du coup on leur expliquait... les anglais ils ont 2 problèmes : Ce n'est pas un problème mais ils n'aiment pas avoir du sang sur la viande donc c'est pour ça qu'ils la mangent bien cuite, heu...

Nous : A point, bien cuite.

Baptiste : Oui, à point, bien cuite et donc un onglet qui est filandreux, le manger bien cuit ça devient élastique, c'est du caoutchouc.

Nous : D'accord, et du coup comment vous faisiez si vous leur dites ben non vous ne mangez pas d'onglet ils font comment ?

Baptiste : On les reconduisait sur une autre viande.

Nous : Vous les conseillez vers autre chose...

Baptiste : Sur une autre viande et ils comprenaient. Mais c'était interdit de servir un onglet au-delà de saignant.

Nous : D'accord.

Baptiste : Si l'onglet était à point, les cuisiniers ils nous renvoyaient le bon.  
Nous : D'accord. Donc là en fait on est bien en train de voir que même à travers les cuissons, il y a quand même un manque d'ouverture d'esprit en France.  
Baptiste : Ah clairement.  
Nous : La mentalité n'est pas heu encore développée dans les pays étrangers qui sont très en avance sur beaucoup de choses. Surtout en alimentation.  
Baptiste : Oui surtout en alimentation : Nous Français c'est très viande, et pourtant dans d'autres pays ils en consomment très peu voire jamais et ils se sentent très bien.  
Nous : Un client qui arrive dans le restaurant et qui dit bon ben moi je suis végétarien, moi je suis... autre chose, tu penses qu'il est un peu mal à l'aise de demander au serveur qu'est-ce que vous avez ... ça peut lui mettre une pression.  
Baptiste : Oui ça je comprends mais s'il est assumé, ça ne devrait pas le gêner je pense mais c'est surtout... ouais dans 70% des cas je pense qu'il peut être mal reçu.  
Nous : Oui le fait de gêner le serveur ben voilà ...  
Baptiste : Ouais c'est je te sers et dégage... Tu reviendras plus donc une fois, ben je ne te soigne pas quoi.  
Nous : Est-ce que toi tu pratiques un régime particulier ?  
Baptiste : Non  
Nous : Non ?  
Baptiste : A part la viande (rire)  
Nous : Est-ce que tu en as déjà pratiqué ?  
Baptiste : Heu comme régime particulier.... (Hésitation)  
Nous : Par exemple pour la musculation, sans sel, sans sucre, sans gras.  
Baptiste : Moi c'était un régime avec gras surtout ! (Rires)  
Nous : (rires) d'accord !  
Baptiste : Pour prendre de la masse surtout, c'est le seul régime que j'ai pu faire.  
Nous : C'était pour la musculation ?  
Baptiste : Oui pour la musculation.  
Nous : Ok.  
Baptiste : C'était à coup de 5 repas par jour  
Nous : Ah oui.  
Baptiste : Protéines, disons tout aliment bien protéiné, le tofu c'est protéiné par exemple.  
Nous : Oui.  
Baptiste : C'est ça qui est bien justement, c'est des produits que j'ai découvert via des connaissances, il y a plein d'aliment qui ne sont pas d'origine animale et qui sont intéressants au niveau nutritionnel.  
Nous : Est-ce tu penses que les français, fin les consommateurs, pas forcément tes clients mais en France, ils sont prêts à manger des insectes, des graines, du tofu, des trucs comme ça au restaurant ?  
Baptiste : Non moi je ne pense pas. J'ai fait l'expérience des insectes mais ça c'est encore un autre débat, ce n'est pas encore.... Ce n'est pas dans les mœurs encore en France.  
Nous : Mais est-ce que ça arrivera ?  
Baptiste : Pareil, j'ai fait une étude aussi sur les insectes, c'est un produit quand même qui est assez chère.  
Nous : D'accord, on ne savait pas.  
Baptiste : En France c'est assez cher. Alors à l'étranger je sais pas du tout mais le prix...c'est 100g de vers de terre, plutôt des vers de farine, ça coûte chère.  
Nous : Ok.  
Baptiste : Après pareil heu tout ce qui est bio, végétarien, c'est des produits qui sont quand même assez chère donc ça peut freiner une certaine population, heu .... C'était quoi la question déjà ?  
Nous : (rires) Heu c'était pour le régime alimentaire heu...  
Baptiste : Ah oui c'est ça, j'en ai perdu le fil (rires)  
Nous : Pour justement qu'on en viendrait aux insectes.  
Baptiste : Voilà !  
Nous : Est-ce que ça intéresserait les clients les insectes, les graines, est-ce qu'ils sont prêts à manger tout ça ?  
Baptiste : Ce n'est pas machiste ce que je vais dire mais je pense que pour l'instant c'est plus la gente féminine qui s'intéresse plus que les hommes à tout ce qui est naturel, les plantes, les graines. Après les insectes c'est pas du tout fait encore.

Nous : Peut-être parce-que les femmes font plus attention à leur ligne ?

Baptiste : Voilà c'est ça puis comme vous faite attention à votre ligne, vous faites des recherches et vous trouver des infos comme le bien fait sur les graines de chia par exemple, voilà c'est un truc qui n'apporte pas forcément de goût spécifique mais qui apporte au niveau santé.

Nous : Qu'est-ce que tu penses après des grands chefs qui mettent des plats 100% végétariens, même des menus carrément ? T'en pense quoi ? Je parle dans les étoilés.

Baptiste : Ben justement je trouve ça bien de proposer des menus gastronomiques avec un rien, parce-que les légumes, qu'en matière première ça représente rien. Transformer un produit brut basic en un plat gastronomique, c'est intéressant. C'est de la recherche je pense et là c'est beaucoup de travail comparé à une viande où il y a quand même une certaine façon de la travailler ou la diriger, végétarien ça ouvre les portes à toute l'imagination quoi.

Nous : Bien-sûr. Après Bras par exemple il utilise beaucoup de fleurs, c'est intéressant.

Nous : Oui, c'est une découverte alimentaire même du foin, des choses comme ça ...

Baptiste : Oui et le pissenlit sur les bords de trottoirs, ils arrivent à en mettre sur un plat gastronomique.

Nous : Oui.

Baptiste : C'est un truc de fou.

Nous : C'est vraiment une curiosité. Et pourtant les clients ils sont prêts à payer un certain prix car quand ils vont dans une 3 étoile pour un repas végan quoi. T'en pense quoi ? Tu serais prêt à faire ça ou à essayer ?

Baptiste : Alors essayer de manger végétalien dans un restaurant traditionnel oui mais après de là à mettre le prix dans un menu gastronomique pour ça, c'est à tenter mais bon si je vois un menu à côté avec de la viande, je serais plus penchée sur la viande.

Nous : Parce-que pour toi c'est plus rentable ?

Baptiste : Oui après il y a aussi la déformation professionnelle. Les fleurs ça peut coûter très chère aussi avec une viande.

Nous : Tu crois que c'est la main d'œuvre qui coûte le plus ?

Baptiste : J'en aurais plus pour mon assiette à manger avec de la viande mais bon c'est ma façon de penser.

Nous : Après on peut-être aussi bien calé avec des plantes.

Baptiste : Oui après voilà, oui c'est vrai.

Nous : Après le prix est adapté, si c'est moins cher en termes de matières premières peut-être que le menu gastronomique sera au même prix qu'un menu moyen dans un gastro et que ce serait de la haute gastronomie dans ce menu.

Baptiste : Je ne pense pas car au niveau du prix, je pense pas que ça changera quelque chose car il y a plus de travail de recherche en amont et au niveau de la main d'œuvre ça se ressentira. La viande on la cuit parfaitement on va la poser sur une assiette alors que les légumes faut les poser délicatement, ils vont être plus travaillés, une découpe particulière, une cuisson crue ou plus ou moins cuite, ce sera un mélange de goût différent de la viande.

Nous : Donc pour toi ce serait plus dur en fait ?

Baptiste : Oui ce serait plus dur.

Nous : Ce serait plus compliqué à mettre en place.

Baptiste : Après franchement je ne pense pas que je mettrais le prix dans un menu végétalien mais végétarien peut-être plus et encore.

Nous : Il te faut le lait, les œufs....

Baptiste : Ben dit que ça évite des contraintes aux cuisiniers.

Nous : Alors dans ton alimentation est-ce que tu consommes beaucoup de viande ?

Baptiste : Oui.

Nous : Tu en consommes combien de fois par semaine à peu près ?

Baptiste : Tous les jours.

Nous : Tous les jours ?

Baptiste : Ben le fait que je travaille en restaurant, au personnel il y en a à chaque fois. Après je pourrais ne pas en manger mais c'est vrai qu'on en propose tous les jours. Souvent ce sont les restes de la veille des menus du jour. Mais je ne prends pas de viande je prends des œufs. Tout ce qui est d'origine animal.

Nous : Mais es-tu conscient que de manger trop de viande c'est mauvais pour la santé et est-ce que tu serais plus susceptible de faire plus attention à ta consommation de viande dans les jours qui viennent,

dans les mois qui viennent ou est-ce que tu garderais ces habitudes là et d'attendre d'avoir une maladie bien définie pour arrêter ?

Baptiste : Alors je suis conscient heu....

Nous : Parce-que le PNNS recommande de consommer de la viande 2 fois par semaine voir 3 fois maximum.

Baptiste : Scientifiquement ça a été prouvé ?

Nous : Oui surtout qu'à l'époque ils avaient moins de maladies et ils consommaient qu'1 à 2 fois de la viande par semaine parce-que c'était un luxe à l'époque et maintenant avec l'industrie on consomme plus. Tu consommes plus de toi même ou c'est parce-que la société fait qu'elle te fait consommer plus ?

Baptiste : Je consomme plus de moi-même du fait que je mange dans mon restaurant.

Nous : D'accord.

Baptiste : Quand je vais faire mes courses heu je sais que la viande c'est cher du coup ça va peut-être me réduire l'achat de viande et de trouver des substituts pour remplacer la viande. Tous les midis au restaurant avant le service je toujours viande ou poisson.

Nous : C'est vrai qu'en France on est habitué qu'à la carte ce soit par exemple suprême de volaille et l'accompagnement.

Baptiste : En plus je le fais le suprême de volaille.

Nous : Même si la viande n'est pas la plus grosse quantité dans l'assiette elle y est toujours avec l'accompagnement, on met un poisson ou une viande à chaque plat proposé.

Baptiste : Oui c'est par exemple pâte fraîche avec son suprême de volaille.

Nous : Et ça qu'est-ce que t'en pense ?

Baptiste : C'est vrai que je ne m'étais jamais posé la question ! ça c'est la société. C'est niveau marketing. C'est le marketing qui nous a formé à ça.

Nous : Parce-que là faut savoir qu'il y a quand même une certaine sensibilité qui est en train de se faire justement au niveau de la santé, heu il y a de plus en plus de programmes, de pubs, de scandales qui passent à la télé. On nous montre tout ça et ça tu n'empêches pas quand même de manger de la viande tous les jours ne serait-ce que pour ta santé ?

Baptiste : Après je sais d'où vient ma viande donc moi je ne prends que des produits frais.

Nous : Oui du coup à consommer de la viande tous les jours tu consommes de la viande de qualité.

Baptiste : Oui

Nous : Oui ?

Baptiste : À 90% sûr je sais que ce sont des produits de qualité que je prends.

Nous : T'es sensibilisé à ça peut-être aussi.

Baptiste : Oui je suis sensibilisé à ça mais après c'est vrai que je suis conscient par des expériences heu des personnes qui pratiquent des régimes alimentaires, par exemple, les soviétiques ils sont quasiment tous végétariens. J'avais un colocataire en Angleterre et il était taillé comme une armoire mais il ne bouffait pas un pète de viande quoi ! Et je lui ai demandé pourquoi il est végétarien et en fait c'est culturel.

Nous : Et heu tu sais comment, au moins je suppose en tant que restaurateur que t'as conscience des conditions d'abattage, des conditions d'élevage intensives surtout dans l'industrie et est-ce que cette prise de conscience ne te ferait pas moins consommer de viande ?

Baptiste : Alors j'ai cette prise de conscience mais moi ça ne me freine pas.

Nous : Pourquoi ? A terme on sait qu'il n'y aura plus assez pour subvenir....

Baptiste : Le problème c'est qu'on sait qu'à terme ben là ça y est déjà. La terre elle ne supporte plus de ...On ne peut pas nourrir plus de 7 milliards de personnes en un an.

Nous : Sachant c'est-ce que tu n'as pas envie de réduire ta consommation de viande ? Si tout le monde fait ça réduirait la demande en viande et du coup il y aurait moins ....

Baptiste : Je suis d'accord mais le problème c'est que personne ne fait ça. Bien-sûr c'est un cercle vicieux car si tout le monde pense comme ça c'est clair qu'on avancera jamais. (Rire) Ensuite moi je pense ce n'est pas nous petit citoyen de faire ce premier pas je pense. C'est niveau politique, agroalimentaire, industrielle. C'est à ce niveau-là qu'il faudrait changer.

Nous : Alors comme on sait que ce n'est pas possible, malheureusement on est obligé de partir du bas de l'échelle pour que ça donne une contrainte en haut de l'échelle.

Baptiste : Moi je pense que c'est possible. Je pense d'ici ... Déjà on commence à prendre conscience que la terre n'est pas en auto-suffisance pour nourrir autant de personnes.

Nous : Mais ça n'a pas l'air de les empêcher de produire.

Baptiste : Je suis d'accord, de toute façon tous les problèmes c'est l'argent donc heu ...

Nous : Oui

Baptiste : Sur n'importe quel problème si on revient à l'origine du problème ça part de l'argent. L'évolution agroalimentaire elle y est que depuis les années 80 quand ils ont inventé les plats tout fait, le prêt à cuire avec le micro-onde en plus ça a facilité les plats cuisinés.

Avant les gens ils allaient chez le boucher pour prendre la viande, chez le fermier pour prendre des œufs, du poulet, le lait on livrait au pied des maisons... bon dans les villes maintenant c'est compliqué mais je pense qu'il y a une prise de conscience. Ça va être sur du très long terme mais ça va se faire. L'agriculture où il y aura le moins d'intermédiaire possible va revenir. Il y a des AMAP qui se créent et ça c'est génial.

Nous : La ruche qui dit oui aussi.

Baptiste : Si tout le monde allait faire ses courses au marché du coin avec les producteurs du coin...

Nous : Oui en plus ça satisfierait les producteurs car ils le méritent quand on vend leur produit dans les grandes surfaces ils perdent énormément financièrement et ils ont plus de mérite à ce qu'on achète chez eux directement que de passer par l'intermédiaire de la grande surface.

Baptiste : Oui je suis d'accord après avec mon restaurant j'essaie de faire des gestes. On essaie d'acheter des produits locaux.

Nous : Vous prenez des circuits courts ?

Baptiste : La viande c'est compliqué car elle vient souvent d'Allemagne...

Nous : Des produits locaux surtout tu disais.

Baptiste : Oui sur le canard c'est sûr que ce sont des circuits très courts et c'est local. Il y a 50 km je crois.

Nous : Mais tu penses que si toi tu changeais à ton niveau dans ton propre restaurant, que si tout le monde faisait ça..., si toi tu commences à mettre des plats végétariens, sans gluten... affichés je parle, tu penses que ça changerait quelque chose au fur et à mesure ?

Baptiste : Heu ça changerait... je ne sais pas. Faudrait demander l'avis des gens en fait.

Nous : Faudrait refaire une étude de marché tu penses ?

Baptiste : Non pas de là une étude de marché mais demander l'avis au client, qu'est-ce qu'il en pense d'un plat végétarien.

Nous : qu'on est d'accord quand les gens on leur demande ça ils sont assez réticents. Végétarien ça passe, c'est quand même bien rentré dans les mœurs, en revanche végétalien c'est vrai que quand on demande ça, déjà ils disent bien qu'ils ne le sont pas donc ils nous font comprendre qu'ils sont quand même réticents donc si on leur pose la question est-ce que ça créerait pas un malaise...

Baptiste : Après ce n'est pas trop connu le végétalisme je pense. Là c'est un mouvement qui commence à être médiatisé mais ...

Nous : Ils ont mis longtemps avant de médiatiser.

Baptiste : Oui ils ont mis longtemps avant de médiatiser et de le partager.

Nous : Parce-que nous quand on a interviewé les gens donc dans la rue heu la plupart n'était pas du tout réticent, disons la majorité à ... une question c'était : est-ce que vous seriez prêt à prendre au restaurant un plat d'une alimentation particulière, par exemple : végétarien, sans gluten... et les gens seraient prêts à prendre un plat affiché à la carte comme ça donc qu'est-ce que t'en pense toi ?

Baptiste : Je suis d'accord, je serais prêt aussi à goûter un plat.... Faut vraiment qu'il soit attractif et si on part du principe que s'est fait maison.

Nous : Oui bien-sûr.

Baptiste : Il faut qu'il y ait de la qualité sinon ça n'a aucun intérêt. Un steak végétal si c'est sûr qu'il est fait maison je pense que je pourrais le prendre.

Nous : Et que l'assiette est copieuse je suppose qu'on a toujours l'impression que ce n'est pas assez copieux. Dans l'esprit qu'il y a moins de calories du coup ça colle pas trop.

Baptiste : Oui pour rebondir tout à l'heure sur... on place d'abord la viande et après l'accompagnement, là ça date de l'ancien temps, du moyen âge en France. On se base sur le produit de base, que ce soit la viande ou le poisson dans notre culture et tout ce qu'il y a autour c'est juste l'accompagnement c'est pour ça que ça ne passera jamais en majorité.

Nous : bien-sûr. Sachant les conditions d'abattage, est-ce que ça ne te donne pas envie de consommer un peu moins de viande ?

Baptiste : Non.

Nous : Si par exemple, si je te dis heu ... donc ça c'est par rapport à notre étude qu'on a faite au niveau des végétaliens qui nous expliquaient ça, heu toi tu vas manger un animal qui va au préalable manger

que des végétaux qui sont à 100% herbivores, est-ce que tu n'as pas envie de te dire mais pourquoi manger quelque chose par le biais d'un autre corps entre guillemets et pourquoi le consommer directement, manger que du végétale et heu pour éviter de passer par le corps de la vache par exemple même si on sait que c'est plus goûteux, mais juste au niveau de la prise de conscience par rapport à la pollution de la terre, au niveau des élevages intensifs, alors je ne dis pas de supprimer la viande .... De réduire juste au moins les élevages intensifs peut-être, ce serait peut-être mieux et de rester sur les petits agriculteurs qui font 20 vaches, heu fin voilà.

Baptiste : Je suis entièrement d'accord pour supprimer totalement l'abattage intensif. Voilà ça part des années 80 et tout part à partir de l'argent. Le respect de la viande autrefois c'était le boucher qui tuait ces bêtes, qui les dépassait et voilà il y avait tant de pièces de viandes à la journée et s'il n'y en avait plus, il n'y en avait plus. Là maintenant faut produire, faut produire, faut produire et ça c'est horrible. Ouais c'est du bétail la viande, c'est même plus un produit c'est du bétail, tuer, allez ça part, tuer, ça part, c'est à la chaîne.

Nous : C'est vrai qu'on a quand même conscience, parce-que c'est vrai qu'on a été dans l'exagération de la société à consommer beaucoup trop de viande et que là on regrette un peu et qu'on se dit faudrait peut-être freiner.

Baptiste : C'est ça.

Nous : Tu penses comme ça aussi ?...

Baptiste : Après voilà, moi je trouve ça bien de... qu'il y ait des gens qui film des abattoirs pour montrer heu l'envers du décor. Les poussins broyés... pour des grosses chaînes de fast food quoi, qui sont des nuggets, ça ne fait pas terrible.

Nous : Oui c'est sûr. Et toi par exemple dans ton restaurant heu tu te verrais enlever heu je ne sais pas moi, je sais pas combien t'as de plats à ta carte....

Baptiste : Pas beaucoup.

Nous : Et enlever mettons, la moitié heu la viande.

Baptiste : Non.

Nous : Non tu ... pourquoi tu as des réticences comme ça par rapport à ça ? Parce-que par exemple s'il y a déjà 3 viandes mettons, tu crois que les clients ils seraient, ça les freinerait ? Ils n'auraient pas assez de choix ?

Baptiste : Justement la clientèle, si je n'avais pas créé ce restaurant, alors peut-être lors de la création du restaurant ça aurait pu marcher.

Nous : Ouais.

Baptiste : Mais pardon. De là à maintenant à changer à enlever les viandes pour heu changer avec des légumes ou des plats végétariens, végétaliens, c'est compliqué qu'on ait quand même une clientèle viande et poisson donc du coup c'est .... C'est quand même assez dur.

Nous : Hum. Donc en gros la clientèle, fin...que tu côtoies tous les jours dans ton restaurant c'est vraiment attaché à la viande, attachée au poisson, attachée à ce genre de, fin...

Baptiste : Oui, à ce genre de produits.

Nous : Ouais d'accord.

Baptiste : Après ça m'est déjà arrivé de tuer des poules, le fait de tuer c'est barbare quoi qu'il arrive déjà donc heu mais c'est dans un certain respect, ce n'est pas heu, c'est pas tuer pour tuer quoi.

Nous : Ah.

Baptiste : L'industrie il tue oui, c'est pour vendre après la nourriture mais c'est, leur base principale eux c'est pour eux gagner de l'argent. Nous on sait que là c'était tuer, on tuait des poulets par exemple, c'est pour le manger quoi, c'est...

Nous : Comme à l'époque quoi.

Baptiste : Oui comme à l'époque.

Nous : Après heu quand on dit ...

Bien-sûr elles souffrent.

Nous : Tuer l'animal, Voilà faut savoir tuer sans que ça souffre et sans que l'animal soit peur, c'est complètement difficile, c'est voire même impossible de faire ça, à moins de l'endormir avant et de derrière...

Baptiste : Oui ça n'existe pas. Mettre une balle dans la tête quoi...

Nous : (rires) Fin bon faudrait prendre conscience que l'animal n'ait pas de situation de stress avant c'est... Ben je sais si t'as vu maintenant pour les homards, on peut plus les ébouillanter directement, ça vient de passer là.

Baptiste : Après ça ne gueule pas un homard, il y a moins de pitié quoi. Heu un homard ça gueule pas quand ça va dans l'eau.

Nous : Heu un crabe...

Baptiste : Après je n'ai jamais entendu le cri d'un crabe !

Nous : J'étais cuisinière, j'ai fait des crabes et ça fait un bruit assez assourdissant, ah les homards non d'accord mais je sais que le crabe ça fait crcr crcr comme ça ouais, ça fait même des petits hiiiihiii comme ça.

Baptiste : Ouais (rire)

Nous : Après est-ce que ce n'est pas dans les mœurs genre de la cuisine française quoi. Même en prenant conscience je sais pas heu c'est vrai quand on est cuisinier on doit faire notre boulot, on réfléchit pas, moi je sais que quand je faisais des crabes, je ne me suis pas demandé s'ils étaient en train de souffrir pour être honnête. Après maintenant je ne sais pas si maintenant je le referais. Donc toi sachant c'est-ce que tu... ça t'amène à continuer heu ce genre de chose ?

Baptiste : Après j'y pense, si plonger le homard par exemple dans l'eau avant de le tuer ...c'est qu'il y avait une raison. Je pense après au niveau de la fermeté de la chaire ou quoi que ce soit donc heu... Il y a des méthodes ancestrales sur la cuisine, du coup je sais pas si changer comme ça le, la méthode...

Nous : Oui bien-sûr c'est difficile. Ça demande une étude en plus, c'est ancré dans les mœurs...

Baptiste : Oui voilà c'est ancré dans les mœurs, la France c'est le berceau de la gastronomie.

Nous : Oui bien-sûr.

Baptiste : Après il y a plein de pays qui s'ouvrent à la gastronomie mais c'est quand même le berceau, il y a quand même certains plats typiques français.

Nous : Alors du coup heu, je sais pas si tu es sportif mais heu il y a beaucoup de sportifs qui se mettent plus vers les régimes végétaliens parce-que pour eux c'est heu essentiel, sans gluten, pour eux c'est une alimentation qui est plus saine, et heu que ça leur convient dans leur mode \$, dans leur mode sportif, ils ont des résultats plus rapides, est-ce que toi tu serais prêt, fin déjà si tu fais du sport, est-ce que tu serais prêt à adopter ça pendant quelques mois et voir si ça te plait, il y en a qui l'adoptent après dans leur mode de vie quotidien.

Baptiste : Alors l'adopter dans mon mode de vie quotidien de tous les jours non. Après ne le tenter pourquoi pas, ça fait une expérience. Pourquoi pas tenter, moi je suis ouvert d'esprit pour ça.

Nous : D'accord. Pour arriver à des résultats sportifs....

Baptiste : Ne serait-ce que pour goûter... Oui déjà arriver en priorité à ces résultats sportifs, mais après quand même heu comme j'dis je suis né dans la viande, dans le canard, le foie gras j'en mange depuis que je suis né, je l'ai eu au biberon et le l'ai toujours donc je ne pourrais jamais me le supprimer, ni la viande, ni le poulet ni le poisson.

Nous : Oui.

Baptiste : Donc c'est quand même compliqué à supprimer définitivement. Après réduire, je vais pas mourir de ne pas manger une viande ...

Nous : Et tu comprends que ça puisse augmenter leurs résultats sportifs ?

Baptiste : Ouais niveau... oui.

Nous : Tu es quand même conscient que c'est une alimentation qui est très heu comment dire, très bonne pour le corps mise à part que les véganes ont une carence en vitamine B12 et qu'ils font un apport en compléments alimentaires mais sinon mis à part ça, si c'est pour quelques mois on est quand même d'accord que c'est une alimentation qui est saine, pour le corps ?

Baptiste : Oui c'est une alimentation saine, après niveau carences c'est là où est l'éternel débat des végétaliens végétariens ? C'est très bien de heu d'avoir des pensées pour ce mode de vie mais je pense qu'il faut quand même être renseigné.

Nous : Oui, tu penses qu'il y a des limites ?

Baptiste : Heu ce n'est pas des limites mais je pense qu'avoir des convictions de végétarien c'est très bien mais s'ils mangent que du blé tous les jours ça va poser un problème. Je pense qu'il faut une recherche approfondie justement sur les carences car c'est hyper important, ça peut venir un an après quoi les carences.

Nous : Est-ce que tu penses quand même que heu les véganes peuvent être aussi carencés qu'un omnivore qui par exemple ne sait pas équilibrer ses plats, ça peut très bien, est-ce que tu penses que ça pourrait être à peu près pareil les deux ?

Baptiste : Dans ma pensée moi pour moi, je pense que le végétarisme, le végétalien il a plus de chance à avoir des carences qu'un omnivore.

Nous : Par manque de renseignement ou c'est pleinement, est-ce que tu crois même s'il n'est pas renseigné, est-ce que tu crois que l'alimentation...

Baptiste : Pour moi c'est par rapport à l'alimentation, après je n'ai pas fait de recherches approfondies dessus mais ...

Nous : C'est aussi un manque de recherche ? Dans les 2 ?

Baptiste : Pour moi oui.

Nous : Qu'un omnivore il pourrait très bien manger des produits industriels tout le temps, que ça, et il peut y avoir autant de carences qu'un végétarien.

Baptiste : Oui c'est vrai. Après j'ai jamais connu des personnes avec des carences c'est pour ça que je me dis, qu'ils sont tous, fin omnivore ou alors je sais pas qu'ils ont des carences mais c'est vrai que si j'avais eu des végétariens ou pas, j pense, ils en parlent plus ouvertement s'ils ont des carences, ils essaient de lutter contre les carences, c'est eux qui en parle le plus souvent des carences, un omnivore j'ai jamais entendu dire faut que je mange plus de poisson aujourd'hui parce -qu'il me faut heu tant d'oméga ou quoi que ce soit.

Nous : Peut-être on le dit moins.

Baptiste : Ouais c'est ça alors qu'un végétarien ou un végétarien il sera plus obstiné, fin qu'il est plus informé dessus, il sera plus obstiné dessus, à chercher à ...

Nous : À chercher, à combler...

Baptiste : À combler les carences.

Nous : D'accord. Donc toi pour toi c'est une difficulté de manger végétarien ?

Baptiste : Pour moi oui.

Nous : D'accord. Et les autres régimes alimentaires, par exemple sans sel, sans sucre, sans gluten, surtout avec l'industrie d'aujourd'hui peut-être.

Baptiste : Oui c'est ce que j'allais dire, avec l'industrie d'aujourd'hui, dans un marché il y aura plus de chance de trouver ce qu'on cherche que dans un supermarché.

Nous : Oui. Et tu trouves, du coup ces personnes qui ont des allergies, des intolérances, des ou même par conviction ou par religion, heu tu trouves qu'ils vont avoir des difficultés à pouvoir manger à l'extérieur ? Par exemple, au restaurant ?

Baptiste : Oui je pense.

Nous : Parce-que chez soi on peut faire ce qu'on veut mais à l'extérieur... ;

Baptiste : Oui c'est encore problématique en France, c'est pour ça que justement c'est bien qu'il y ait des restaurants qui se spécialisent, qui s'ouvrent dans ce style de de mode de vie.

Nous : D'accord. Et quand un client te demande heu si ce serait possible, que ce serait bien d'intégrer un plat par exemple végétarien ou végétarien, comment est-ce que tu expliques au client pour en gros dire que non puisque tu ne le fais plus ? Comment tu t'expliques au client pour ce genre proposition ?

Baptiste : Je n'ai jamais eu ce cas concret...

Nous : Ouais mais si tu devais l'avoir ?

Baptiste : Après heu je lui expliquerais que...heu.

Nous : Pour éviter de le braquer.

Baptiste : Ah oui non on ne le braquerait pas, déjà on est ouvert à toute critique, donc c'est bien qu'il nous en parle. Comme j'ai dit, après on a tenté une fois une salade, heu je sais plus comment on l'avait appelé, une salade de légumes frais, de crudités....

Nous : Hum.

Baptiste : Heu...ouais c'était crudité, ouais c'était ça. Je pense qu'on lui expliquerait que notre type de clientèle heu dans notre restaurant ne recherche pas forcément des plats végétariens après si cette personne veut revenir dans mon restaurant, qu'il nous appelle et on lui prépare heu un risotto ou quelque chose mais on peut pas lui faire un plat particulier mais heu ....

Nous : Et du coup tu trouves pas que ce serait plus simple de proposer d'abord une offre végétarienne, une offre sans gluten, déjà de le prévoir en amont,

Baptiste : En amont ouais.

Nous : et que d'attendre la dernière minute car c'est vrai qu'au moment du coup de feu on peut imaginer que... voilà. Utiliser par exemple des produits que t'as déjà dans ta carte pour éviter une mise en place supplémentaire ?

Baptiste : Ben c'est ce qu'on fait déjà pour le plat végétarien. On propose déjà l'assiette de crudité, on peut lui

Nous : D'accord. Est-ce que tu penses que ce serait plus simple d'abord de faire ça en amont ?

Baptiste : Ben nous en amont, pour le végétarien on l'a...après pour le sans gluten...

Nous : Vous l'avez toujours ?

Baptiste : Heu oui, c'est une base de, on l'appel maraichère, c'est une base de.

Nous : Pas pour le menu du jour, mais à la carte pardon. Je crois que tu m'avais dit que tu ne l'avais plus tout à l'heure.

Baptiste : Ah oui l'entrée à la carte je l'ai pas. Non elle n'est pas à la carte, ah oui.

Nous : D'accord. Du coup à la carte pardon.

Baptiste : Non je l'ai pas à la carte. Mais cependant j'ai une mise en place pour pouvoir faire plus cette entrée à la carte, je pourrais la faire.

Nous : D'accord. Et en plat ?

Baptiste : En plat non on n'a rien à part des légumes cuits ...

Nous : Est-ce que ce ne serait pas bien d'en faire un en amont justement pour pallier cette difficulté pendant le service ?

Baptiste : Le problème de le faire en amont c'est....

Nous : Ou de l'écrire peut-être, juste pour une possibilité de...

Baptiste : Hum

Nous : Est-ce que tu penses que ce serait intéressant ?

Baptiste : Oui après de le préparer en amont non qu'on n'a pas de demande, ben c'est pareil, c'est un cercle vicieux aussi, on a pas de demande donc on en fait pas.

Nous : Oui pas de demande pas d'offre.

Baptiste : Parce-que s'est quand même compliqué de garder les produits, de le préparer tous les jours et de le garder.

Nous : Oui. Ok.

Baptiste : Sauf si c'est surgelé là ce n'est pas un problème mais c'est pas notre philosophie.

Nous : Ok. Est-ce que heu si ça évolue ce marché, heu d'alimentations particulières, végétarisme, végétalisme heu sans gluten ça a freiné un petit peu heu est-ce que tu instaurerais du coup une offre d'alimentations particulières dans ton restaurant ? Si tu avais plus de clients, si ça venait à être en expansion ? Est-ce que t'y penserais si par exemple tous les 2,3 jours t'ont quelqu'un qui te dit heu...

Baptiste : Là oui.

Nous : Là oui, tu t'adapterais vraiment à la demande ?

Baptiste : Oui je m'adapterais à la demande. Après c'est, j'essaierai vraiment de réfléchir à un plat qui serait à la fois végétarien et végétalien. Et de qualité pour que ce soit plus simple.

Nous : En fait tu n'as aucune réticence à mettre ce genre d'offre dans ton restaurant ? Tu pourrais l'imaginer ça ?

Baptiste : Oui ça oui.

Nous : Ok. Et par exemple, heu...

Baptiste : Il y aurait moins de frustration pour les cuisiniers déjà (rires). Ils gueuleraient moins.

Nous : (rires) Et proposer heu du pain sans gluten quand il y a des clients qui sont ... si par exemple tous les jours t'as, peut-être pas tous les jours mais toutes les semaines, tu avais des clients qui te diraient on mange sans gluten, tu serais prêt à le faire ou...

Baptiste : Après le problème du sans gluten c'est heu je ne sais pas, niveau information je suis pas trop bien informé. Je ne sais pas si heu par exemple si on cuit du pain dans le four si on peut mettre un pain sans gluten dans le four alors que préalablement on a cuit du pain ...normal...

Nous : Du coup t'as des doutes sur...

Baptiste : Ouais sur tout, j'ai le doute de... de peur que, d'empoisonner le client.

Nous : Si tu avais plus de demandes est-ce que tu t'intéresserais à ça ou tu te dirais non j'ai vraiment trop peur, je me ferme et je préfère par sécurité dire non pour des allergies ou...

Baptiste : Par sécurité là ouais je dirais non parce-que je ne sais pas, honnêtement, je sais pas le gérer ce cas particulier d'allergie sur le sans gluten du moins.

Nous : Ok.

Baptiste : J'ai peur d'un contact toujours quelconque... Je connais la cuisine ce qu'on y fait et il y a toujours de la farine, du pain qui traîne. Après ça ne me dérangerait pas, justement, mais c'est très compliqué à gérer. Ils avaient pas de problème en Angleterre car ils mangeaient pas de pain mais sinon le sans gluten il n'y a pas de problème.

Nous : Mais tu serais prêt de mettre un plat à la carte, peut-être pas sans gluten mais végétarien, végétalien qui serait à la fois aussi ben du coup sans porc ou si on te demandait c'est vrai que, un plat un peu particulier.

Baptiste : Je ne dis pas oui pour le mettre à la carte mais ce serait vraiment une réflexion. Ce serait à réfléchir sur eux pour trouver quelque chose ...

Nous : Éventuellement.

Baptiste : Éventuellement.

Nous : Est-ce qu'il n'y aurait pas heu par exemple un avantage à mettre un plat justement végétarien ou végétalien pour marger ? Pour marger plus pour le restaurant ?

Baptiste : Moi je ne suis pas dans cet optique-là après.

Nous : Ouais ? Non ouais voilà c'est pour savoir si pour s'adapter aux mentalités d'aujourd'hui ou est-ce qu'il y a un gros intérêt financier derrière et du coup on le met pour l'intérêt financier.

Baptiste : Moi je ne suis pas pour l'intérêt financier mais cependant s'adapter aux mentalités ça oui, c'est ce qu'il faut faire constamment dans la restauration. S'ouvrir à ce qu'il se passe autour de nous.

Nous : Bien-sûr, pour attirer le client aussi.

Baptiste : Pour attirer le client bien-sûr. Pas rester dans les années 80 heu

Nous : Ne pas rester bloqué quoi.

Baptiste : Pas rester bloqué. Faut s'ouvrir.

Nous : Bien-sûr. Donc du coup voilà pour marger non c'est pas du tout un point intéressant pour toi.

Baptiste : Non.

Nous : Ok. Tu ne le ferais pas dans cet optique-là.

Baptiste : Non ce ne serait pas dans un but lucratif quoi.

Nous : Et puis aujourd'hui tu n'es pas sûr de pouvoir le vendre du coup vu que t'as pas de demande.

Baptiste : Oui aussi.

Nous : Ok. Du coup tu ne prendrais pas ce risque ?

Baptiste : Non la marge... Non.

Nous : Parce-que pour la marge tu pourrais pas exagérer par exemple comme tu pourrais très bien exagérer et le vendre au même prix qu'une viande.

Baptiste : Ce que je trouve triste c'est ce qu'il se passe dans le marché bio. Le bio ça ne veut plus rien dire pour moi. Je pense à part aller au producteur local, le bio c'est juste maintenant heu un label pour marger dessus.

Nous : Une étiquette quoi.

Baptiste : Une étiquette.

Nous : Et si on te dit que quand on a interviewé les gens dans la rue, les gens, quand on leur demandait alimentations particulières en quelques mots, ils nous disent bio. Est-ce que pour toi ça fait partie des alimentations particulières ?

Baptiste : Non. Ça ne m'ait même pas venu à l'esprit.

Nous : Qu'on a eu je pense bien 70% de bio qui est revenu à chaque fois quoi.

Baptiste : Ce n'est pas particulier mais le bio c'est... c'est ironique mais c'est ce que tout le monde devrait manger à la base. Autrefois c'était entre guillemet bio, il n'y avait pas tous ces pesticides ou quoi que ce soit. Et maintenant, il y eu une heu une industrie alimentaire qui s'est montée et maintenant c'est particulier de manger bio alors que c'est ce qu'il se passait autrefois, c'était manger bio et maintenant ...

Nous : Donc toi ça ne te vient pas à l'esprit quand on dit qu'alimentation particulière c'est manger bio.

Baptiste : Non. Mais je n'achète pas forcément du bio dans un supermarché.

Nous : D'accord. Oui dans le restaurant d'ailleurs, heu vu que le bio c'est en expansion aussi vous proposez du bio dans votre restaurant ?

Baptiste : Non.

Nous : Parce-que c'est trop cher ?

Baptiste : On a quelques vins bios.

Nous : Et c'est affiché ?

Baptiste : Mais je ne suis pas trop fan.

Nous : C'est mis en valeur ?

Baptiste : Non on ne le met pas en valeur. Heu après du bio non on en achète pas justement parce-que c'est une étiquette.

Nous : D'accord. Oui parce-que tu sais ce que ça représente, que finalement il y a aussi un gros côté financier derrière et que malheureusement, fin je sais pas si tu sais heu si tu le vois comme ça mais par

exemple est-ce que pour toi c'est pareil, le bio français, le bio marocain, le bio d'Espagne ? Les labels ne sont pas référencés de la même manière partout.

Baptiste : Ah oui c'est sûr et certain.

Nous : Ouais ça tu le sais.

Baptiste : Au niveau européen je pense qu'il n'y a aucun pays qui est égale dans la norme bio.

Nous : Hum. Donc pour toi ça n'a aucun intérêt si le label est différent même pour la carte.

Baptiste : Je pense que le bio maintenant il n'existe plus même le petit producteur même un particulier qui veut monter son jardin comme heu mes parents font, manger des tomates du jardin qui n'ont rien à voir avec des tomates industrielles, forcément c'est bio on utilise du terreau même du composte, aucun additif, aucun heu désherbant ou quoi que ce soit, mais bon il y a toujours des champs à côté qui sont là pour polluer donc heu... c'est quoi le bio ? En ce moment c'est un faible pourcentage de heu...

Nous : De pesticides ?

Baptiste : De pesticides.

Nous : Moins qu'ailleurs.

Baptiste : Ce n'est pas un pourcentage à 0% quoi, c'est ça le problème. Faut que toutes les tomates soient pareilles, qu'elles brillent, c'est.... Un éternel problème.

Nous. Hum. Mais tu penses que du coup il pourrait y avoir une évolution des mentalités alors du coup ?

Baptiste : Oui. Sur du très long terme je pense.

Nous : Ce n'est Pas qu'un effet de mode tu penses ? Que le consommateur est prêt à...

Baptiste : C'est comme le changement climatique, c'est à la mode en ce moment mais ça va mettre du temps avant de...d'avoir une réelle conscience du problème.

Nous : Parce-que quand on dit à la mode c'est quelque chose qui va durer un temps et qui va ce. Ouais c'est éphémère. Pour toi ça pourra que continuer de croître. Qu'aller mieux quoi.

Baptiste : Hum. Je pense qu'on est encore en phase descendante niveau heu que ce soit réchauffement climatique, on a conscience mais on continu donc on est encore en train de de d'aller vers le gouffre au niveau du réchauffement climatique ou au niveau alimentation, manger de l'industriel, industriel, industriel mais on commence à avoir une conscience donc c'est à dire que la pente elle est pas vraiment trop inclinée, elle commence un peu à se redresser et elle a tendance... Je pense qu'elle va repartir de plus belle mais ça va être sur heu pfff d'ici 50 ans quoi.

Nous : Ouais d'accord.

Baptiste : Sur une 50aines d'années je pense quand il y aura vraiment... L'humain est bête, c'est à dire que nous on anticipe pas, c'est que quand il y a un problème qu'il faut réagir, il n'y a aucune anticipation.

Nous : Oui on attend le dernier moment....

Baptiste : On attend le problème pour réagir. Et pas et il va se passer un problème du coup faut, faudrait que.

Nous : Que de chercher à diminuer tout le temps...

Baptiste : Dès qu'il y a un scandale...

Nous : Ouais attendre qu'il y ait un scandale.

Baptiste : Ouais c'est ça.

Nous : Ça fonctionne comme ça. Et est-ce que pour toi heu les véganes là, d'aujourd'hui, est-ce que pour toi est-ce que c'est eux qui ont raison ? Voilà. Est-ce que c'est eux qui ont tout compris mais bon tu n'es pas prêt à faire ce sacrifice de changer ton alimentation mais est-ce que tu es quand même conscient, fin est-ce que pour toi heu c'est eux qui ont raison ...

Baptiste : Huu ils ont tout compris non, heu après heu je ...

Nous : Pourquoi ?

Baptiste : Je peux comprendre leur point de vue au niveau respect de de l'animal mais après voilà c'est, c'est à dire que c'est tellement ancré la viande et le poisson dans les mœurs de l'humain que s'est vraiment compliqué.

Nous : Justement eux ils font face à tout ça et que justement ils sortent de ce contexte, ils sortent de la société là concrètement.

Baptiste : Ouais ils sont mis à l'écart.

Nous : Est-ce que justement pour toi ils se mettent à l'écart volontairement, est-ce que pour toi ils ont raison justement de de réagir comme ça et de montrer à tout le monde que heu il y a urgence au niveau de la planète. Je parle au niveau de la pollution...

Baptiste : Ouais heu oui ça je suis d'accord avec toi.

Nous : Mais après pour toi ...

Baptiste : Mais après voilà moi je suis entièrement contre heu l'abattage intensif.

Nous : Ok

Baptiste : Mais pour une consommation de viande pas excessif mais minimale ou heu par exemple 2 fois par semaine moi ça ne me dérangerait pas par exemple.

Nous : D'accord. Tu serais prêt à le faire.

Baptiste : Oui ça ne me dérangerait pas.

Nous : Et pour toi ils sont dans l'exagération du coup à tout supprimer ?

Baptiste : Heu....

Nous : Ou est-ce qu'ils ont bonne conscience du coup et qu'ils ont quand même raison mais ...

Baptiste : C'est un tout après, moi je pense qu'ils sont quand même dans, dans l'exagération, ils sont dans l'ironie aussi. Il y a des végétariens, végétaliens ils sont heu contre tout ce qui est d'origine animale mais ils vont porter des Adidas quoi en cuir.

Nous : Alors du coup est-ce que tu sais faire la différence entre le végétalien et le végane ?

Baptiste : Non, pour moi c'est pareil. C'est juste le mot anglais végane de végétalisme.

Nous : Alors non du coup il y a une différence...

Baptiste : D'accord.

Nous : C'est ce qu'on apprend dans notre projet. Le végétalien c'est simplement basé sur l'alimentation mais il va quand même porter du cuir heu il va quand même mettre du maquillage heu voilà normal alors que le végane il va supprimer vraiment tout ce qui est heu les essais sur les animaux au niveau des parfums, des cosmétiques, des médicaments et heu au niveau du textile. Le végane supprime tout alors que le végétalien c'est uniquement pour l'alimentation. Disons que le végane il est heu il est heu en constance .... Dans un mode de vie différent, ouais voilà, il cherche toujours la provocation, à prouver, toujours heu... à s'investir.

Baptiste : Après c'est respectable

Nous : Dans les manifestations et tout ça, le végane manifeste.

Baptiste : Oui heu ça c'est pour faire parler d'eux et se faire connaître. Après c'est respectable dans leurs choix mais on est tellement dans une société où ça évolue tellement que voilà ils sont à l'écart, je ne dis pas qu'il faut être un mouton ou quoi que ce soit donc heu mais c'est pfff le constat fait que on est obligé de s'adapter à la population, ceux qui étaient anti portable autrefois, ils se sont tous mis au téléphone quoi alors qu'il y a des ondes ou quoi que ce soit. Et sur le mode de vie de l'abattage heu c'est pour ça que je dis que j'ai une prise de conscience mais je mange quand même de la viande parce-que je sais que fin que c'est horrible mais la société veut même si on n'est pas des moutons ou quoi que ce soit mais on est forcé à consommer, non on est pas forcé mais il y a des végétaliens qui mangent pas de viande mais ...

Nous : On est incité.

Baptiste : On est incité et ça n'aide pas.

Nous : Mais donc en fait ils se mettent à l'écart tout seul et en fait ils vont vivre une vie à se restreindre et pour eux c'est profiter mais pas pour moi je pense. Après je ne dis pas que profiter de la vie c'est manger de la viande mais ce que je veux dire c'est que, c'est, pour moi c'est pas une vie.

Nous : Ouais mais c'est une forme d'exclusion, c'est ça que j'allais dire, que tu ne trouves pas que c'est une forme d'exclusion même pour aller au restaurant ça devient compliqué ...

Baptiste : C'est une torture un peu entre guillemets, ils se torturent.

Nous : Disons que d'après ce que nous on a vu comme eux comme interview heu apparemment justement pour eux ils ne se privent pas puisque c'est dans leur conviction personnelle et ...

Baptiste : Ouais voilà.

Nous : Et que voilà, c'est comme si c'était leur religion, ils ne se privent pas, pour eux c'est pas une privation.

Baptiste : Le problème c'est que c'est compliqué, pour eux ils sont constamment obligés de vérifier tout ce tous les aliments s'il n'y a pas de heu d'origine animale, ne serait-ce que...

Nous : Comme les allergies presque.

Baptiste : Ouais voilà c'est ça.

Nous : Alors au début c'est ce qu'il se passe les premiers mois et d'après ce qu'on a pu savoir heu ça se fait tout seul, après ils connaissent par cœur.

Baptiste : Voilà c'est comme la prise de conscience sur l'écologie, c'est pareil, c'est ... les gens ils sont écolos mais ils vont rouler en diesel ou essence.

Nous : Oui. Pour toi il y a toujours une contradiction en fait.

Baptiste : Voilà c'est ça il y a une contradiction.

Nous : D'accord. Est-ce que tu penses qu'à terme du coup on pourra plus manger tous ensemble par exemple ? Genre heu en convivialité, par exemple si chacun a une alimentation différente, un qui est végétarien, l'autre qui est sans gluten, l'autre qui est sans lactose, est-ce que tu penses que ça ne va pas être compliqué à terme d'aller rien qu'au restaurant quoi ?

Baptiste : Si je pense déjà pour un végétalien c'est compliqué d'aller au restaurant, j pense il doit refuser pas mal de soirée ou de repas. Qu'il ne veut pas passer pour eux l'exclu ou le lourd de service avec les amis.

Nous : Oui.

Baptiste : Ce qui est dommage finalement.

Nous : Pour toi ils s'adaptent, ouais ?

Baptiste : Donc c'est une sorte de torture, ça revient à ce que je dis, ils se privent...

Nous : Oui.

Baptiste : Ils se privent, pour eux ils ne se privent pas mais aux vues de la vie dans cette société là ils se privent, c'est ....

Nous : Donc heu demain par exemple t'es autour d'une table, il y a plein de personnes qui mangent différemment heu comment tu vas réagir ? Si c'est toi qui doit faire le repas surtout (rires).

Baptiste : Si c'est 8 personnes différentes c'est énervant, c'est contraignant.

Nous : C'est vrai que ça peut poser un problème oui, comment réagir, comment faire entre eux contraintes médicales, contraintes religieuses, contraintes ... comment tout conjuguer pour que heu voilà est-ce que demain on pourra manger tous ensemble, c'est la question...

Baptiste : C'est ça, ouais je suis d'accord. Après quand c'est médical là il y a aucun souci, après quand ça comment à être, quand on commence à mélanger religion ou point personnel...

Nous : Convictions personnelle ouais.

Baptiste : Convictions personnelles ...

Nous : Ouais parce-que médicale pour toi ils n'ont pas le choix, ils choisissent pas mais du coup par conviction forcément c'est un choix donc ça peut être embêtant...

Baptiste : Oui après c'est ma pensée.

Nous : Oui bien-sûr.

Baptiste : Médiale ce sera toujours, ce sera, pour moi ce sera toujours respectable après d'un point de vue que ce soit pour religion ou quoi que ce soit... moi je ne m'interdis rien donc heu...

Nous : Du coup pour ton restaurant est-ce que tu conçois des personnes par exemple qui veulent manger sans gluten, est-ce que tu conçois qu'ils te disent... pas qu'ils sont intolérants mais que c'est par régime alimentaire ? Donc qui n'ait pas de soucis de santé en fait.

Baptiste : Pour le sans gluten ?

Nous : Ben qu'ils te disent juste je suis, parce-que ça arrive, ils te disent même je mange sans gluten ou...

Baptiste : Ça me titillait quand même quand j'étais en cuisine mais heu on a de quoi faire pour les servir.

Nous : D'accord.

Baptiste : Mais c'est vrai ... quand c'est une conviction ça me titille plus l'esprit que quand c'est ....

Nous : Quand c'est avéré.

Baptiste : Quand c'est avéré.

Nous : Du coup le... cette personne-là elle peut dire je suis intolérante au gluten... oui il peut mentir, et vous lui dite non et ouais voilà il peut mentir, un non catégorique parce-que ne vous pouvez pas... ben vous adapter qu'il y a du gluten partout dans votre cuisine heu du coup ça l'amènera peut-être à dire la vérité, à dire bon je suis au régime je peux manger du gluten, est-ce que ça comme réaction... ça doit être dur à gérer.

Baptiste : Après on l'accepte, on ne dit pas vous sortez. C'est un client quand même.

Nous : Oui. Pour différencier le vrai du faux, ceux qui sont vraiment allergiques, ceux qui sont intolérants, c'est vrai que c'est difficile pour un restaurateur.

Baptiste : Après heu celui qui est allergique il va vraiment se prononcer quoi. On lui dit que voilà il y a du pain, si on sait que s'il mange une seule miette de pain il part à l'hôpital, je pense qu'il va se manifester.

Nous : Oui.

Baptiste : Contrairement à quelqu'un qui a un régime où il dit je suis un intolérant.

Nous : Oui bien-sûr.

Baptiste : On les prévient tout de suite. Si vous êtes vraiment allergique, dites-le nous Et généralement c'est eux qui se manifestent, est-ce que dans ce plat vous avez, vous utilisez tant de, fin vous utilisez du pain ou du lait ou est-ce que dans ce plat il y a de la gélatine de porc pour, ça nous ai arrivé pour les pour heu... moi ça ne me vient même plus à l'esprit, je vais servir par exemple une panacotta, c'est de la crème mais en fait il y a de la gélatine de porc, pour un musulman c'est gênant.

Nous : Oui.

## ANNEXE E : ENTRETIEN 4 - UN RESTAURANT DE TYPE RAPIDE, LE 01/02/2018,

### TOULOUSE, 1 HEURE

Nous : Alors, quand je vous dis "alimentation particulière", qu'est-ce qui vous vient en 3 mots ?

M. X : (hésitation) heu...alimentation particulière, je dirais, heu, bio ?

Nous : Ouais.

M. X : Gluten.

Nous : Ok.

M. X : Heu, et, et, et, heu, je ne sais pas heu...sans sel ?

Nous : Ouais, ok. Heu donc du coup alors hum. Nous on travaille donc sur les alimentations particulières donc ça, c'est tout ce qui est sans sel, tout ce qui est sans gluten, végan, végétarien...

M. X : Ouais.

Nous : Et heu...et donc du coup heu, vous pour votre entreprise, est-ce que vous avez des alimentations particulières comme végétarien, est-ce que vous proposez des plats végétariens ?

M. X : Alors, c'est...Il y a des choses que l'on propose qui sont faciles à mettre en place.

Nous : Ok.

M. X : D'autres que l'on ne propose pas parce que c'est compliqué.

Nous : Ok.

M. X : Tout ce qui est bio, heu faut un local spécial pour stocker les matières premières.

Nous : D'accord.

M. X : ...Un laboratoire spécial où vraiment doit être fabriqué que du bio. Donc nous on touche pas du tout au bio.

Nous : Ok.

M. X : Heu, cependant, on fait beaucoup de produits végétariens.

Nous : D'accord.

M. X : On en propose pas de produits sans gluten.

Nous : D'accord.

M. X : Et, sans sel, on en propose pas non plus.

Nous : D'accord. Alors, le sans sel, j'imagine que ce n'est pas trop commun, vous avez pas trop de demandes particulières ?

M. X : C'est rare. On nous en a déjà eu depuis, une, depuis l'ouverture mais ça fait 7 mois maintenant et heu mais sinon ouais c'est très rare.

Nous : Et sans lactose, par exemple ?

M. X : Heu, on n'a pas de demande.

Nous : D'accord. Est-ce que vous avez eu des demandes pour eux les plats végétariens ou c'est de vous-même que vous les avez intégrés ?

M. X : Heu, alors moi je dépends d'une franchise.

Nous : Ok.

M. X : Donc on a des produits qui nous sont imposés par la franchise et après moi je peux heu puisque dans mon contrat, j'ai la possibilité de sortir de 20% de la gamme.

Nous : D'accord.

M. X : Nous, depuis qu'on a ouvert, on a développé 20% plutôt en végétarien.

Nous : D'accord, ok.

M. X : Voilà, si y avait certains produits qui le faisaient heu nous on a essayé de développer là-dessus et plutôt avec les produits également. Si y a de la viande, plutôt Hallal.

Nous : Ok.

M. X : Voilà, pour essayer de toucher un maximum de nos clients.

Nous : Et le Hallal, fin tout ce qui est religieux, ça rentre dans les alimentations particulières, ok. Et du coup, heu pas de végan ?

M. X : Non.

Nous : Ok. Parce que comme vous le savez, c'est en expansion en ce moment.

M. X : Ouais.

Nous : Et il y a de plus en plus de restaurants végans qui s'y mettent et heu est-ce que vous avez des demandes ou pas pour le végan ?

M. X : Pas forcément.

Nous : Pas forcément ? D'accord.

M. X : Pas plus que ça, j'imagine que les clients qui cherchent plutôt ça heu ne s'aventurent peut-être pas dans les boulangeries comme la nôtre où ils savent que de toutes façons, ils auront pas...

Nous : D'accord.

M. X : ...Ce qu'ils attendent.

Nous : Ok. Après heu est-ce que ça vous intéresserait de capter cette clientèle ?

M. X : Je pense...Pour l'instant j'arrive pas à mesurer si c'est intéressant ou pas.

Nous : Ouais.

M. X : Peut-être que si on a énormément de demandes, on se posera la question. Pour le moment c'est vrai qu'on a pas du tout de demandes. Alors heu vue l'emplacement on a quand même des clients qui sont récurrents, des entreprises, des bureaux autour. Donc c'est vrai que si on avait eu beaucoup de demandes là-dessus on se serait peut-être posé la question. Pour le moment heu.

Nous : Ce n'est pas le cas.

M. X : Ce n'est pas le cas.

Nous : Ok. Ça fait combien de temps qu'il existe votre établissement ?

M. X : 7, 7 mois.

Nous : 7 mois ?

M. X : Ouais.

Nous : Ok. C'est récent. Heu, qu'est-ce que vous proposez en général dans votre établissement comme produits ?

M. X : Heu, y'en a, y'en a beaucoup après on fait partie des boulangeries. On se veut boulangerie traditionnelle, parce que le pain est fait de A à Z sur place.

Nous : Ok.

M. X : Heu, maintenant comme je le disais, vu l'emplacement de la boulangerie, on se développe nous énormément sur la restauration rapide. Donc heu on passe de ce qu'on peut trouver en boulangerie, les viennoiseries, le pain, heu on se développe en sandwicherie, salades, pizzas, croque-monsieur, quiches. Heu et on propose des formules presque enfin heu avec un plat, un dessert et une boisson.

Nous : Ok. Et heu du coup, le sans gluten heu fin vous avez des demandes ? Est-ce que ça vous intéressera d'en faire ?

M. X : Heu, on en a...

Nous : Ou c'est trop difficile ?

M. X : On en a eu après heu je pense que ça serait facile à mettre en place sur les produits heu qu'on ne fabrique pas. Y a certains produits qu'on reçoit, qu'on reçoit comme ça et il suffit juste de les chauffer pour les mettre à la vente. Parce que si on avait, si on avait du monde, on s'orienterait peut-être plus sur ça.

Nous : Sur les plats déjà élaborés.

M.X : Voilà, c'est ça. Après pour l'instant le seul produit qu'on fait sans gluten c'est la glace.

Nous : Ok.

M. X : Voilà.

Nous : Ok, ça marche.

M. X : Et heu ce n'est pas parce qu'elle est sans gluten qu'on l'a mise en place. C'est parce que...

Nous : Oui, c'est parce que naturellement...

M. X : Oui c'est ça.

Nous : Ok, ça marche. Et heu ça serait cher d'intégrer des produits sans gluten ?

M. X : Heu vous savez peut-être mieux que moi, moi je sais pas du tout.

Nous : D'accord, non mais c'est, c'était pour savoir.

M. X : Vue que je ne me suis pas penché sur le sujet, c'est vrai que...

Nous : Alors je ne sais pas trop comment on fait du pain sans gluten, mais heu, ...

M. X : Je ne sais pas. Peut-être mettre heu au niveau de la farine parce que...

Nous : Oui il doit y avoir de la farine sans gluten qui se remplacerait par de la maïzena, heu le résultat.

M. X : Heu ouais, le résultat je sais pas ce que ça peut donner. Heu c'est vrai que quand, le peu de client qui nous demande si on fait du sans gluten, ben écoutez on est une boulangerie alors heu c'est compliqué pour nous pour faire des aliments sans gluten parce que quasiment la totalité de nos produits. On part du principe que heu fin la base du pain dans un sandwich, dans une pizza...Après, j'imagine qu'on doit pouvoir forcément un coût supplémentaire. Après, combien de plus, je ne sais pas, je peux pas vous dire.

Nous : Ok, et heu, du coup ces personnes-là qui vous ont demandé pour le sans gluten, est-ce que vous savez s'ils étaient intolérants ou allergiques ?

M. X : Je ne sais pas. On a été interpellés souvent donc. Heu moi je ne suis pas souvent à la vente mais les fois où. Ça n'a pas empêché les gens de prendre quand même des produits.

Nous : Ok.

M. X : Donc voilà.

Nous : Oui, ils peuvent s'y retrouver quand même heu sur certains produits.

M. X : Je pense.

Nous : Ok. Très bien. Hum est-ce que vous pensez qu'il y a un marché pour eux pour ce genre d'alimentation pour le sans gluten et le végan surtout ? Ou est-ce que vous pensez que c'est un effet de mode ? Vous pensez que c'est un effet de mode ou vous pensez que c'est une remise en question de...de la population ?

M. X : Après y a des gens qui sont réellement intolérants au gluten alors je pense que ce n'est pas un effet de mode, s'ils le sont c'est que heu voilà...

Nous : C'est médical.

M. X : Oui, voilà. Après le reste heu ça serait, serait pas utile ou correct de ma part de dire que c'est un effet de mode, je pense que, je pense que chaque individu décide de son alimentation.

Nous : Bien sûr.

M. X : Maintenant heu, moi honnêtement je ne me suis pas posé la question heu si je devais faire du bio, du sans gluten, du heu, ou autre chose heu, tout simplement parce que j'ai eu dans mes contacts heu des gens qui ont essayé de se lancer là-dessus et finalement heu...la majorité de la population sont des gens heu qui mangent normalement j'ai envie de dire, fin.

Nous : Qui sont omnivores.

M. X : ...Fin ça veut pas dire voilà, ça ne veut pas dire que ceux qui sont sans gluten, ou autre chose sont pas normal mais heu les gens normaux fin comment dire une alimentation normale, on les capte au quotidien ici donc heu je me suis pas posé la question.

Nous : Ok, très bien. Heu, est-ce que vous aviez, est-ce que vous avez de bonnes connaissances sur ce genre de régime ? Tout ce qui est végan, végétarien, sans gluten, même si vous ne les avez pas forcément en place à part le végétarien, est-ce que vous avez quand même des connaissances ?

M. X : Très peu.

Nous : Très peu ? Ok.

M. X : Déjà parce que moi je, je, j'ai une alimentation normale, fin normale, omnivore. Et heu, je ne m'intéresse pas forcément à...

Nous : Aux autres alimentations ?

M. X : Voilà.

Nous : Ça ne vous regarde pas directement.

M. X : Je ne suis pas touché donc heu. C'est vrai que je...Je le dis encore une fois, peut être que demain si on a eu beaucoup de demandes là-dessus, on se posera peut-être la question et on regardera ce qu'on peut mettre en place. On n'est pas fermés et heu...Encore une fois, nous notre but c'est, c'est que la boulangerie elle marche alors heu on fera en sorte de contenter cette demande quoi.

Nous : Ok, et vous avez un entourage qui pratique une alimentation particulière ?

M. X : Pas du tout.

Nous : Pas du tout ? Ok, ça marche.

M. X : Puis après je ne sais pas, c'est heu c'est, c'est, ça paraît compliqué dans le sens où heu si on a des amis qui ont pas la même alimentation que nous sur les repas qu'on peut faire ensemble heu c'est compliqué de partager un repas tous ensemble si heu on a pas la même alimentation.

Nous : Pour vous c'est trop difficile de partager un moment tous ensemble ? Par exemple si chacun qui a une alimentation différente ? Parce que par exemple, quand on est omnivore, on va au restaurant, on a tous un plat différent. Et on partage quand même un moment.

M. X : Oui, c'est vrai. Mais heu par exemple j'ai un ami à moi qui ne mange pas de fromage.

Nous : Ok.

M. X : Et heu si on veut se faire un repas que de fromage heu c'est compliqué de l'inviter.

Nous : Ok.

M. X : Donc heu on se demande si on l'invite lui ou si on l'invite pas. Et...

Nous : Ok, et en fonction vous faites du fromage ou non ?

M. X : Ben généralement comme c'est un ami on veut toujours l'inviter donc heu on lui fait souvent son plat à côté, c'est toujours pénible dans la constitution de la soirée d'être obligé de faire quelque chose pour quelqu'un en particulier.

Nous : Ok, donc si vous avez quelqu'un sans gluten, végan ou végétarien...

M. X : Ce n'est pas pour ça que je choisis mes amis en fonction de leur alimentation, mais je me dis que c'est toujours compliqué, heu d'avoir des amis heu qui n'ont pas le même mode de fonctionnement que nous quoi. Donc, plus facilement, on fait connaissance avec des gens qui ont la même alimentation que nous.

Nous : Bien sûr. Oui c'est vrai. Ouais, c'est vrai en général on rencontre des points communs donc heu quand on a des amis. Après heu certains heu ont des voix différentes.

M. X : Oui, certains changent heu du jour au lendemain y en a qui décident de ne plus être omnivore.

Nous : Bien sûr. Bon sauf pour le sans gluten en général c'est médical même si ça a été très utilisé pour le régime aussi.

M. X : Oui, oui bien sûr.

Nous : Et du coup heu...D'ailleurs je me posais la question si heu vous faisiez du sans gluten et que heu ben un restaurant classique, on vous demandait hum si vous avez un plat sans gluten à proposer et que heu vous dites que vous ne voulez pas prendre de risques si la personne est allergique et qu'au final elle vous dit que en fait je peux en manger c'est juste que je digère pas très bien. Que la réaction soit...c'est un peu énervant non ? Ou ça vous...ça ne vous dérangerait pas ?

M. X : Que la personne nous dise qu'elle n'est pas allergique mais que heu c'est un choix perso ?

Nous : Oui, voilà. Que y en a souvent qui disent ça comme un régime ou...

M. X : Encore une fois heu.

Nous : ...Qui peuvent en manger...

M. X : ...Ce n'est pas à moi de juger le choix alimentaire des gens, ils font ce qu'ils veulent. Maintenant heu on ne vend pas du sans gluten heu on fait le choix de pas servir ces gens-là. Maintenant on a des salades complètement végétariennes heu sans gluten donc les gens qui ont besoin de tels produits peuvent toujours se retrouver là-dedans. Ils n'ont pas heu un choix énorme mais ils ont quand même la possibilité, un petit peu.

Nous : Ok. Et du coup vos salades végétariennes, elles sont toujours fin elles sont pas toujours composées j'imagine d'œufs, de fromages non ? Quelquefois c'est...

M. X : Non.

Nous : Donc du coup c'est végan quelque part sans le vouloir.

M. X : C'est ça !

Nous : Si jamais, fin s'il faut vous avez des clients végans et vous ne le savez pas, ils nous disent pas ce qu'ils trouvent, s'ils trouvent leur bonheur...

M. X : Alors heu c'est ce que je disais en fait, on a deux salades et un sandwich qui se veut végétarien mais où dedans il y a heu c'est la tomate mozza.

Nous : Ouais.

M. X : Avec de la mozzarella. Heu c'est la salade Orient avec heu dedans vous avez du heu du fromage également et on a un sandwich tomate mozza.

Nous : Ok.

M. X : Donc ça c'est les produits qui sont imposés entre guillemets par la franchise.

Nous : D'accord.

M. X : Nous, on a décidé de mettre en place en plus, d'une salade végétarienne, une sans fromage.

Nous : D'accord, et sans œuf ?

M. X : Et sans œuf.

Nous : Donc oui sans œuf...voilà donc c'est végan du coup.

M. X : Après honnêtement, j'crois que heu c'est la salade qui me reste le plus sur les bras le soir.

Nous : A d'accord. Donc heu même si y a marqué salade végane par exemple ça n'attirerait pas plus que ça...

M. X : Ben c'est vrai que heu on a la liste de nos salades avec heu la liste des ingrédients et quand les gens nous demandent si on a des plats végétariens, on leur propose ces salades-là. Heu, souvent ils disent "mais j'veux pas le fromage" donc on leur propose cette salade-là.

Nous : D'accord. Bon ben effectivement, et du coup au fait, toute votre mise en place heu de nourriture c'est pas que de votre initiative fine est-ce que y a aussi des plats qui viennent de vous ou c'est que de la franchise qu'on vous a imposé ?

M. X : Alors c'est ça heu, nous on peut sortir de 20% de la gamme.

Nous : Du coup vous avez fait les 20% de la gamme là ?

M. X : Je n'ai pas calculé, je pense que moi j'suis à plus de 20%.

Nous : D'accord. Ok

M. X : Voilà. Normalement sur mon contrat c'est 20%, après honnêtement heu depuis l'ouverture on a, on a un rendement qui est assez intéressant donc heu le franchiseur ne nous casse pas les pieds plus que ça.

Nous : Ok, oui du moment que les sous rentrent entre guillemets.

M. X : C'est ça.

Nous : Tout va bien.

M. X : Grossièrement c'est un peu ça. Ils nous laissent un peu tranquille et ça me va très bien comme ça on peut nous adapter comme...c'est comme je disais on a quand même énormément de gens qui ont l'habitude de revenir manger chez nous, on essaye de renouveler heu certains produits heu changer une recette assez souvent pour que les gens ne se lassent pas.

Nous : D'accord.

M. X : Voilà.

Nous : Ok. Heu et sinon mise à part heu à part que vous aviez heu le végétarien, est-ce que vous avez quand même des réticences pour mettre en place ce genre d'offre comme le végan ou sans gluten ?

M. X : Heu alors encore une fois si ça marche j'aurais aucune réticence à les mettre en place.

Nous : Ok.

M. X : C'est une proposition de marché. Maintenant tant que moi ça ne...ça n'engage pas plus de temps de mise en place dans les constitutions des produits ou...ou le coût de l'achat du matériel pour mettre ça en place tel produit ou tel produit voilà. Si on me disait demain heu on se développe une gamme de bio je dirais "non, c'est impossible" ou alors faut faire que du bio. Voilà et heu parce que je vous ai dit quand on fait du bio c'est de A à Z et donc forcément faut un laboratoire destiné. Donc bio, des frigos destinés au bio et heu dans ces cas-là il faudrait, il faudrait pousser les murs et ça, ça aurait un coût que heu je ne suis pas prêt pour le moment à mettre en place.

Nous : Ok, et du coup vous votre réflexion elle porte vraiment sur eux sur l'entreprise et pas sur votre avis personnel pour mettre en place.

M. X : Oui encore une fois je, je suis pas du tout fermé à l'alimentation des gens heu...moi quand on me demande si heu notre poulet ou notre kebab est Hallal je suis le premier à dire "oui", y'en a qui disent "mais pourquoi tu choisis cette alimentation-là" ben parce que si j'ai la demande, je ne vois pas pourquoi je le ferais pas, ça reste du poulet, donc voilà heu si c'est pas une contrainte, je vois pas pourquoi je le mettrais pas en place.

Nous : D'accord. Et tu coup quand vous nous disiez pour, pour le bio là, pourquoi il faut des frigos que pour le bio vu que par exemple du poulet Halal et du poulet normal c'est quand même de la volaille finalement du coup pourquoi il faut des frigos spéciaux que pour le bio.

M. X : Dans la réglementation c'est comme ça et c'est pareil aussi pour le pain, pour les aliments faut éviter que ce soit au contact d'autres aliments.

Nous : Ok, d'accord. Ça marche.

M. X : Sinon, c'est plus bio.

Nous : Ok. Heu bon ben du coup pour eux l'approvisionnement en matière première, c'est compliqué vue que vous faites très peu de végétarien du coup, la rentabilité.

M. X : Ben après, l'approvisionnement nous, il ne se fait pas des fournisseurs qui sont propres à la franchise heu maintenant ce sont des fournisseurs qui sont très développés donc on peut avoir tous les produits qu'on veut, honnêtement heu voilà. Dès que moi je veux sortir de la gamme heu des 20%, dès que moi je veux rentrer dans mes 20% de sorti de gamme de la franchise heu toutes les fournisseuses et tous les fournisseurs à qui je demande répondent positivement à mes demandes parce qu'ils ont heu...parce que je pense qu'eux aussi ils essayent de heu, de toucher le maximum de clientèle, ils ne sont pas fermés donc heu non. Ils ont beaucoup de produits voilà.

Nous : OK et du coup comment vous gérez la demande de la part des clients quand ils demandent du végan ou du sans gluten, comment vous gérez heu ben cette réponse négative pour éviter de les frustrer ou...

M. X : Ben heu sur le coup c'est compliqué. Soit on les aiguille sur d'autres produits qu'on a en ce...sur le sans gluten on a pas énormément de produits sans, sans gluten. Sur le végan quand il veut un sandwich c'est assez compliqué. Heu on les renvoie plutôt sur produits comme les salades qu'on fait

sans. Maintenant heu après je, comment je vous ai dit, pour le moment on est pas trop touchés par cette demande-là, je pense que si on devait l'être on réagirait assez rapidement nous en se positionnant sur la composition de produits heu du jour au lendemain. C'est quand même facile de mettre en place un produit, on discute entre nous et, et ça va relativement vite.

Nous : Ok. Heu du coup est-ce que vous pensez que c'est plus facile d'intégrer une offre végétalienne et une offre sans gluten par exemple en anticipant la demande en fait ? Avant d'avoir la demande, de mettre en place ce genre de produits. Est-ce que vous pensez qu'il est plus facile ou heu dans l'autre cas vous pensez qu'il est plus facile de, d'attendre la demande et de mettre en place ?

M. X : Alors c'est particulier comme, comme question, parce que si j'attends d'avoir la demande heu je ne suis pas sûr que le client heu revienne parce qu'il va être déçu de pas avoir le produit que, qu'il veut. Maintenant heu on a une gamme déjà énormément développée avec un grand nombre de produits heu qui nous oblige d'avoir une production intense et heu donc le but c'est de vraiment de trouver un bon équilibre entre heu la production et notre demande.

Nous : D'accord.

M. X : On est aussi très vigilant au gaspillage alimentaire donc heu le but c'est de limiter la perte, la casse le soir.

Nous : Ok.

M. X : Donc heu je ne sais pas si je répons complètement à la question mais je, je me lancerai pas dans la constitution de produits qu'on a pas l'habitude de faire si j'ai pas la demande.

Nous : Bien sûr.

M. X : Donc peut être que je me limiterai parce que les gens viendraient une fois et verraient qu'on n'a pas le produit donc repartiraient et reviendraient peut-être pas. Mais je ne me lancerai pas non plus dans la constitution d'un produit si j'ai pas cette demande.

Nous : Oui parce que ça peut être soit pas rentable ou... Ben après on teste toujours....

M. X : Oui y a toujours des produits qui marchent, qui ne marchent pas...qu'on enlève, qu'on remplace, oui ça... On ne fait pas le hot-dog, on faisait pas de hot-dog, on l'a mis en place heu les premiers jours on en faisait 5 puis quand on a vu que le deuxième jour on en a mis 7 puis quand on a vu que les 7 partaient on en a mis 10 et voilà. Donc on essaye de marcher un peu comme ça, évidemment si on augmentait un produit, on en réduit un autre, voilà on est vigilant à ne pas avoir trop de casse le soir et voilà.

Nous : Ok, ouais, ok.

M. X : Donc heu voilà je, c'est, c'est une question d'équilibre toujours entre cette demande et la production et on essaye de répondre au maximum aux deux même s'il arrive que heu on ait la demande et pas le produit donc heu donc voilà.

Nous : Ok. Et du coup est-ce que fin maintenant pour les restaurants végétans, est-ce que vous serez amenés par exemple à y goûter une fois ?

M. X : Si moi je devais aller manger dans un restaurant végétan ? Y a aucun problème.

Nous : Est-ce que vous irez de vous-même ou est-ce que vous iriez heu plutôt avec une personne qui est concernée ? Parce que je sais qu'en tant que restaurateur on est toujours curieux de nouveautés.

M. X : Ouais mais alors rien, rien ne remplacera mon steak ou heu une bonne entrecôte heu donc je pense que naturellement je, je, quand je vais au restaurant je choisis en fonction de mes goûts et de mes envies. Heu quand on aime la viande on va plutôt manger dans un restaurant de viande heu maintenant si je dois sortir avec un ami ou une amie qui choisit cette alimentation-là heu je ne vais pas la forcer à aller manger de la viande, ça me dérangerait pas d'aller heu tester autre chose voilà.

Nous : D'accord. Et est-ce que heu est-ce que pour l'alimentation végane, vous avez une image de cette alimentation comme "les végétans ne mangent rien" ou est-ce que vous avez conscience qu'ils peuvent manger de tout et heu avoir une cuisine élargie ou vous êtes septique justement et vous vous dites "qu'est-ce qu'ils peuvent bien faire comme plats ?".

M. X : Heu...

Nous : Est-ce que vous avez la sensation qu'ils mangent toujours la même chose ?

M. X : Non j'pense que maintenant il y a tellement d'aliments qu'ils doivent certainement y trouver leurs comptes heu maintenant comme je vous l'ai dit heu après moi je ne me priverai pas d'un bon morceau de viande donc heu.

Nous : D'accord heu alors donc pour vous manger par exemple qu'une assiette composée de végétal pour vous c'est vous priver ?

M. X : Non parce que je ne mange pas sans arrêt de la viande sinon je vais être...

Nous : Malade ?

M. X : Oui voilà donc j'essaye de faire aussi attention heu surtout à la viande ou à la boulangerie où on voit passer devant nous entre guillemets que des cochonneries. On est, on est, on est tentés. On essaye tous, heu tous ceux qui travaillent ici, on fait tous hyper attention. Fin on essaye du moins. Donc non, ça ne me dérange pas et ça m'arrive de manger que de la salade ou heu...

Nous : Ok. Et vous mangez de la viande combien de fois par semaine à peu près ? Quand je dis viande c'est viande et poisson.

M. X : Bonne question. Heu je vous avoue que depuis l'ouverture de la boulangerie heu je prends plus trop le temps de manger. J'ai un rythme assez intense donc heu je mange, je picore pas mal à droite à gauche. Avant l'ouverture de la boulangerie, je dirais, allez heu une fois par jour.

Nous : Une fois par jour ? Ok. Donc viande ou poisson mais tous les jours quand même.

M. X : Oui enfin après les œufs en font partie, donc heu oui !

Nous : Ah d'accord. Alors pour vous les œufs font partie de la viande donc des végétariens mangent de la viande aussi alors que du coup les végétariens ne mangent pas de viande...

M. X : Ouais enfin, oui, oui. Oui c'est particulier ouais. C'est vrai. Non, ouais, une fois par jour je pense.

Nous : Ouais ? Ok. Heu du coup vous trouvez que c'est beaucoup ou ça vous va comme ça, c'est vos habitudes ?

M. X : Heu, honnêtement je ne trouve pas ça énorme maintenant heu...après ça dépend de l'équilibre aussi du deuxième repas. J'imagine que y en a qui doivent en manger midi et soir heu voilà après c'est toujours, c'est toujours...moi c'est mon choix alimentaire qui fait que quand on passe du temps à table en famille c'est plutôt entrée-plat-dessert et heu le plat c'est plutôt soit effectivement avec du poisson soit avec de la viande. Plus des légumes ou des féculents donc heu. Nous on ne veut pas forcément, chez moi je veux pas forcément entrée-plat-dessert, mais heu juste un bon plat suffit et c'est souvent heu viande ou poisson et des légumes avec.

Nous : Ok. Bon alors heu je sais que normalement l'organisation de la santé, ils recommandent normalement deux fois par semaine, deux à trois fois par semaine. Donc voilà après je sais qu'aujourd'hui on mange tous, même moi la première heu un peu tous les jours de la viande parce qu'on a du mal à manger une assiette heu ben sans viande et sans poisson donc oui midi et soir parce qu'on se dit que ça fait un peu vide et heu et c'est vrai que bon que normalement ça serait 2 à 3 fois par semaine. 3 grand max voilà.

M. X : Est-ce que c'est réellement un souci de santé ou heu est-ce que ce n'est pas plus un souci de consommation ?

Nous : Oui heu voilà on ne sait pas trop. Enfin moi ça fait heu on nous parle de ça maintenant alors que y a trente ans heu on nous disait 'il faut manger de la viande, il faut manger du poisson et c'est bon pour la santé'.

M. X : Faut boire du lait... Bon ça n'empêche pas nos, nos parents, nos grands-parents de vivre longtemps donc heu bon, bon je sais pas.

Nous : Ok, et du coup heu juste par apport à la société de consommation, heu est-ce que vous pensez que les végans là en ce moment donc qui sont très ben ils montrent que ben il faut éviter de manger de la viande parce que dans les abattoirs, ils sont maltraités dans les élevages intensifs, est-ce que vous êtes d'accord avec ce sujet-là ou vous ne vous posez pas trop la question ?

M. X : Honnêtement je ne me pose pas trop la question. Heu les végans ils mangent quoi ?

Nous : Heu les végans heu déjà est-ce que vous savez faire la différence entre végétaliens et végans ?

M. X : Pas forcément.

Nous : Alors le végétalien c'est vraiment que l'alimentation, il va manger donc que du végétal donc pas d'œuf, heu pas de beurre, pas de crème, pas de lait, pas de chair animal et pas de produits animaux dérivés en fait.

M. X : D'accord. Ok.

Nous : Voilà. Donc du coup pas d'œufs non plus, fin voilà, pas de miel. Voilà. Et les végans en fait, c'est ceux qui sont en fait dans leur alimentation donc voilà sans viande et sans produits animaux et en fait en plus de ça les végans ils sont, comment dire, ils vont, ils vont protester en fait, prouver pourquoi ils font ça, ils sont toujours, ...

M. X : Je suis d'accord avec vous mais du coup ça veut dire que...

Nous : Et même dans la provocation.

M. X : C'est, ce choix alimentaire, ce n'est pas lié forcément à une alimentation bio.

Nous : Alors végan et bio, souvent ça va ensemble ?

M. X : Heu ce n'est pas ce que je dis mais heu mais si on se dit, je mange pas de viande parce qu'ils sont maltraités, heu ça pollue, ça passe par les abattoirs, tout ça, on peut aussi dire ben ouais heu les produits alimentaires, les légumes produits avec les pesticides et tout ça, j'en veux pas.

Nous : C'est intéressant. Ouais.

M. X : Donc ouais et je vais sur le bio. On s'aperçoit que maintenant en plus le logo bio il veut tout et rien dire que malgré tout on a des produits bio qui sont avec plus ou moins de pesticides. Donc heu c'est vrai au-delà du bio, je ne me pose pas forcément la question.

Nous : Ok. Du coup, si on sensibilise par exemple ben sur les conditions des animaux donc, donc sur leurs conditions de vie, qui sont maltraités mais en plus de ça, comme c'est un élevage intensif, ça pollue énormément la terre, et qu'apparemment ça polluerait plus qu'un bateau pétrolier, que les voitures diesel, que les avions.

M. X : Ouais, fin après, je sais pas, on nous parle de réchauffement climatique, on nous dit qu'il fait 2°C de plus chaque année et pourtant ça n'empêche pas cette année d'avoir eu énormément de neige, alors que l'année dernière on en a pas eu à la même période alors c'est compliqué de réellement de savoir qui dit vrai, qui dit faux. Heu maintenant effectivement on ne sait pas ce qu'on a dans notre assiette, il faudrait suivre toute la chaîne alimentaire pour savoir réellement ce qu'on a dans notre assiette et la viande qu'on mange elle a été élevée correctement ou pas correctement et c'est vrai que la traçabilité, on, on ne l'a pas, même sur les chaînes de produits français.

Nous : Et ce n'est pas totalement français en fin de compte.

M. X : Heu oui, et puis en France ils peuvent aussi être maltraités.

Nous : Oui, bien sûr, ça ne veut rien dire.

M. X : Donc heu j'ai envie de dire y a d'autres moyens de se prendre plus la tête que ça.

Nous : Et puis c'est très à la mode en ce moment, donc c'est pour ça.

M. X : Ouais, ouais, après chacun met, met, de l'intérêt où il veut heu j'ai d'autres soucis plus importants que de me poser ces, ces questions-là et donc heu... et voilà.

Nous : Et vous vivez au jour le jour, si ça passe tant mieux.

M. X : Oui, après voilà, je, je fais attention à ma consommation d'électricité, à ma consommation... à mon tri sélectif, je pense être un bon citoyen maintenant voilà maintenant de là à faire un choix alimentaire pour aller dans ce sens-là, c'est, ce n'est pas pour moi.

Nous : Ok. Ça marche. Hum je réfléchis... Et du coup, est-ce que par exemple, vous seriez prêt à faire l'effort donc, pas dans votre alimentation mais par exemple sur les vêtements, sur les chaussures, sur porter du cuir par exemple ? Ou non ?

[Soupirs]

Nous : C'est compliqué ?

M. X : Ce n'est pas que s'est compliqué mais c'est toute une question de heu, même pas d'effet de mode je dirais mais d'utilisation au quotidien.... J'ai deux paires de chaussures, je donne un exemple, j'ai deux paires de chaussures, j'en ai une en toile et j'en ai une en cuir... Ça dépend de l'activité des gens mais des chaussures en cuir, ça va durer deux fois plus longtemps que celles en toile. Et au niveau de l'entretien et au niveau de sa capacité à durer dans le temps donc heu... pour le même prix je vais certainement acheter de vraies chaussures en cuir, qui vont me tenir beaucoup, beaucoup plus longtemps qu'une paire de chaussure en toile.

Nous : D'accord. Donc vous regardez plus le côté pratique pour vous que le côté.... Fin vous vous posez plus la question pour vous que le côté où l'animal il a été maltraité, il est mort pour une paire de chaussure [rires].

M. X : Ouais, franchement, franchement oui. Après heu voilà je, je, je ne me pose pas forcément la question de savoir d'où vient le cuir. Ça ne veut pas dire que je vais acheter des produits dont j'ai pas besoin, heu juste pour le plaisir d'avoir des vêtements ou quoique ce soit. Mais je ne me pose pas forcément cette question-là.

Nous : Ok. Et hum du coup alors, vous me disiez, fin logiquement qu'un végétarien, il utilise du bio mais que du coup on peut être aussi végétarien non bio et végétarien bio du coup. Mais oui pour vous ça vous paraît plus logique puisque dans ces cas-là, s'ils prennent soin des animaux alors il faut qu'ils prennent soin des plantes.

M. X : Ben après ça sert à rien. Moi quand je bois du lait le lundi, je bois aussi du lait le mardi, je n'ai pas le choix d'en boire le lundi puis pas après "ben tiens aujourd'hui je bois pas de lait" ou je prends dans mon café ou "ah ben tiens, j'ai décidé aujourd'hui que je prendrais du café là maintenant, allez heu..." fin j'sais pas, je, je...

Nous : Soit on fait les choses jusqu'au bout, soit non.

M. X : Oui voilà et c'est peut-être ça qui me dérangerait le plus c'est que heu les gens soient indécis et là on est plus dans un effet de mode effectivement. Bon après si c'est un choix sur le long terme et heu, un choix de vie et d'alimentation, je comprends complément. Je ne vais pas juger heu leur mode de fonctionnement, tant qu'on juge pas le mien.

Nous : Oui, bien sûr. Et puis à partir du moment où, je suppose, ça ne vous atteint pas... que la personne mange ceci et que vous elle vous laisse manger ce que vous voulez, je suppose que...

M. X : Oui après je, j'ai des enfants, peut être que à l'adolescence un de mes enfants me dira "je fais ce choix alimentaire" je vais pas aller à l'encontre de son choix alimentaire. On fera en sorte de lui faire un menu en fonction de ses besoins et de son choix donc heu tant que moi ça me, ça ne me demande pas un effort surdimensionné ou ça pose un problème dans ma vie de tous les jours, je tolère heu le choix des autres.

Nous : Ok, ouais. Et, alors du coup, on commence à parler des insectes dans notre alimentation, heu pour justement pour remplacer dans plusieurs années la viande qu'on pourrait plus produire parce qu'apparemment il y aurait plus de consommateurs... enfin la viande ne pourrait plus répondre à tous ces gens qui mangent de la viande.

M. X : Alors ça me fait rire votre question parce que j'ai entendu ça aussi que on va se retrouver avec plus de consommateurs que de, que de, que de viande.

Nous : On sera au-dessus de la production donc.

M. X : Donc ça veut dire, on en revient à ce qu'on disait tout à l'heure, heu on nous prévient maintenant que c'est mauvais pour la santé de manger trop de viande.

Alors qu'ils nous incitent à en manger en France. Les lobbies ils sont...la première chose qui les intéresse c'est le financier donc heu ils font comme ils en ont envie. S'ils nous disent d'en manger, à contrario on nous dit qu'il ne faut pas trop en manger !

M. X : C'est ça.

Nous : Y a quand même une certaine contradiction.

M. X : Maintenant ouais, remplacer les insectes...

Nous : Parce qu'apparemment ça apporterait tous les apports dont on a besoin, surtout les protéines. Bon on a aussi des protéines végétales hein.

M. X : Après c'est vrai que pour le moment, je ne me vois pas manger des insectes.

Nous : Je pense qu'on sera mort avant que ça arrive [rires]

M. X : A force on sera peut-être mangés par les insectes.

Nous : Ouais, ça sera l'inverse [rires].

M. X : Non, ouais, je ne me vois pas pour le moment manger des insectes après heu...

Nous : Ça vous dégoute ?

M. X : Pas forcément.

Nous : Vous avez déjà goûté des vers de farine ? Il en propose parfois dans des plats ?

M. X : Non.

Nous : Non ?

M. X : Franchement non. Non mais j'suis assez bête pour le jeu du cap ou pas cap donc heu...ce n'est vraiment pas le truc qui me dérange. Je peux jouer à n'importe quel jeu un peu là-dessus. Donc ça ne me dérangera pas. Après de là à en faire une alimentation quotidienne heu pas forcément après si, si dans, si dans, 30 ans, j'espère que je serai encore en vie, heu on nous, on nous dit que y a que ce moyen alimentaire là, bien sûr que je m'y mettrais mais bon voilà.

Nous : Ok. Alors du coup, je vais vous apporter une autre réflexion sure, donc, on parle des insectes mais y a aussi un autre souci car on parle d'élevage intensif mais du coup les insectes ça serait aussi de l'élevage intensif et ils nous disent, heu bon pour avoir vu un reportage, qu'ils seraient nourris uniquement de produits naturels, à base de céréales, bio, sans OGM, voilà. Et heu mais finalement ils sont quand même dans des caisses, les uns sur les autres. Et du coup on est d'accord, ça reste quand même de l'élevage intensif, non ?

M. X : Ben oui, puis...

Nous : Alors a priori ça polluerait moins que les animaux, voire 4 fois moins. Donc du coup ça serait, ça serait mieux pour la planète. Mais est-ce que ne vous préférez pas réduire votre consommation de viande par exemple que de manger des insectes ? Et que du coup ben on aurait l'élevage intensif qui serait diminuer si tout le monde s'y mettait.

M. X : Heu... je ne saurais pas répondre à cette question. Toute façon j'ai l'impression que heu ce n'est pas nous qui, c'est pas nous qui, qui choisissons notre mode alimentaire, on nous l'impose en fonction de... surtout en fonction des prix heu qui sont mis en place, à l'image de, du diesel qu'on a mis en place. On nous a dit à tous "achetez tous des voitures diesel" et que maintenant il faut remettre le prix du, du gazole au prix de l'essence pour nous inciter à faire vachement attention derrière et à remanger et à réutiliser de l'essence donc heu à un moment donné, au quotidien on a plus le choix sur certaines choses donc c'est plus l'économie qui nous, qui nous dirige complétement.

Nous : D'accord. Du coup ne vous avez pas de questions à vous poser en fait ? Vous suivez le mouvement ?

M. X : Je ne sais pas. Heu par exemple l'âge, je pense que ce qui fait que je mange peut-être moins de viande, c'est que j'essaie de manger de la bonne viande et que la bonne viande elle se paye. Heu donc quand on doit aller acheter la viande chez le boucher c'est pas la même viande que chez Lidl ou dans les centres commerciaux. J'imagine que l'origine n'est pas la même. Heu le traitement des animaux n'est effectivement pas la même donc heu la viande a pas la même qualité donc heu c'est ça qui restera encore dans ma consommation de viande. Donc j'ai envie de dire si demain ils augmentent le prix de la viande encore, et ben on diminuera encore un peu plus la consommation de viande. Effectivement moi je préférerais diminuer ma consommation de viande si ça ne doit pas me, si ça provoque pas de carences plutôt que de manger d'autres saloperies. Heu de... de criquets ou... Non mais voilà je, ce n'est pas dans nos habitudes alimentaires quoi.

Nous : Oui. Oui, bien sûr, et heu du coup d'ailleurs en parlant de carences heu est-ce que pour vous un végan peut avoir plus de carences qu'un omnivore ? Est-ce que vous le voyez comme ça ? Alors on sait que le végétarien est comme l'omnivore il peut ne pas avoir du tout de carences vu qu'il mange des produits animaux mais est-ce que pour vous le végan... ?

M. X : Heu, je pense, je pense que heu l'alimentation alimentaire heu elle se fait de sûr, sur du long terme donc si demain, je pense, c'est mon avis personnel, que moi si j'ai l'habitude de manger de la viande et que du jour au lendemain je vais arrêter la viande je vais certainement avoir des carences si je, si je ne rééquilibre pas mon alimentation et que je reste à manger que des produits qui m'apportent pas ce que la viande m'apporte. Maintenant heu l'équilibre alimentaire j'imagine que heu tous les végétans ou heu les autres choix alimentaires s'y retrouvent également et heu...

Nous : Donc pour vous un végan peut avoir autant de carences qu'un omnivore et inversement ?

M. X : Oui. Après eux, après encore une fois, tout est une question d'équilibre.

Oui voilà, si chacun fait attention, bien sûr donc du coup je vais vous donner la réponse. Heu les végétans en fait, la seule carence qu'il peut avoir c'est la vitamine B12 parce que c'est dès... ce qu'on trouve dans la viande et heu donc ils prennent des compléments alimentaires effectivement donc c'est quand même un omnivore peut avoir autant de carences s'il fait... s'il n'équilibre pas ses repas sur le long terme. Faut savoir qu'une carence, ça se détecte au bout de quatre ans.

M. X : Ouais, voilà c'est ce que je pensais.

Nous : Et heu... et donc en fait où, comme vous dites, on équilibre tout et qu'on retrouve, ce qu'on ne mange pas là, on le retrouve ailleurs, y'a aucun souci.

M. X : D'accord.

Nous : Effectivement. Donc heu en fait les végétans c'est au même titre que les omnivores et les végétariens pour les carences sauf la vitamine B12 où là cependant ils sont obligés de prendre des compléments alimentaires.

M. X : Ah mais alors moi c'est ça qui me, je pense qu'on ne devient pas végan comme ça du jour au lendemain.

Nous : Non.

M. X : Et heu c'est le choix alimentaire doit être mesuré, étudié...

Nous : Voilà, ça demande beaucoup de réflexions, ça demande beaucoup de recherches au préalable. Bien sûr qu'on devient pas végan du jour au lendemain.

M. X : Ou alors, ou alors, ceux, celui qui le fait, il n'a pas forcément tout mesuré.

Nous : Et là il a des problèmes.

M. X : Et là, et voilà.

Nous : Ouais, bien sûr.

M. X : Ouais, ouais, ouais, exactement.

Nous : Ouais, j'suis d'accord. Et heu alors, ça va être un peu plus poussé, qu'est-ce que vous en pensez heu donc on mange de la viande et cette viande elle mange heu donc des céréales, les plantes et tout ça,

car ils, ils sont herbivores et du coup qu'est-ce que vous pensez que, pourquoi on ne mangerait pas directement la plante au lieu de manger cette plante à travers du corps de l'animal. Donc l'animal est herbivore du coup, on mangerait ce que lui mange et pas à travers son corps.

M. X : Très bonne question. Heu j'imagine que heu l'animal je crois qu'il mange ce qu'on lui propose, ça se développe grâce à son organisme, ses muscles.... Donc je ne sais pas si on retrouverait la totalité de nos besoins en allant manger directement ce qu'on donne aux animaux.

Nous : D'accord.

M. X : Je pense. Je me trompe peut-être mais...

Nous : Ben non parce qu'au final quand on regarde les végans qui ne mangent que du végétal et pas d'animaux, finalement il leur manque une carence. Fin, il leur manque une vitamine. Donc heu... oui parce que dans leur corps c'est pas synthétisé de la même manière donc forcément. Et puis je pense que heu on est habitué à manger de la viande donc heu au goût...

M. X : Après, après c'est parce que nous on est habitué à manger de la viande. Si ceux, enfin je veux dire si moi je, je, moi ça m'ennuierait de me priver d'effectivement de...

Nous : De quelque chose que vous connaissez de bon.

M. X : Oui, voilà. C'est ça, après....

Nous : Si vous n'avez jamais connu, vous vous posez même pas la question.

M. X : Voilà, et y en a, y en a quand même qui adorent le chocolat, ils ne se priveront pas de chocolat, y en a qui en mangent pas et qui ont pas de problèmes là-dessus. Tout est une question d'habitude alimentaire et heu, et d'éducation alimentaire.

Nous : Après, vous savez que, fin, les végans, heu ben ceux qui ont été omnivores avant d'être végans savent que c'est bon mais du coup parfois par principe moral, voilà ils n'en mangent pas, voilà mais ils savent que c'est bon. Voilà. Et heu.

M. X : Tant pis pour eux.

Nous : Et tant mieux pour nous [rires]

M. X : Ouais, c'est vrai, il devrait peut-être y avoir plus de gens comme ça pour nous nous permettre d'en manger un peu plus.

Nous : C'est ça [rires]. Et heu est-ce que vous trouvez que les restaurateurs, ils proposent assez ce style d'offres ? Sans gluten, végan... ?

M. X : Honnêtement, je n'ai pas forcément le temps d'aller beaucoup au restaurant, le peu où j'y vais, j'ai rarement vu des menus proposant.... Cependant de la viande, ça n'y a pas de problème. Ou du poisson.

Nous : Oui, parce que c'est dans notre culture en fait.

M. X : Oui, après je, ils font, ils doivent faire un peu comme moi, c'est-à-dire faire heu, orienter leurs choix en fonction de la demande qu'ils ont donc heu je connais pas la proportion de gens qui ont une alimentation végane ou heu complètement bio ou végétarienne sur toute la population heu je connais pas le rapport mais heu ça doit être quand même assez restreint surtout vu que la plupart des restaurateurs ne proposent pas un menu spécial végan ou végétarien.

Nous : Bien sûr, ah oui en effet. Et est-ce que, est-ce que fin, vous y avez vraiment fait attention à ça ? Puisque vous, vous n'êtes pas concerné par ça. Sûrement que non mais est-ce que vous avez vraiment fait attention ?

M. X : Sûrement, sûrement que non mais heu après quand on lit une carte heu dans un restaurant on fait quand même attention à ce qu'on propose. Donc heu, soit on s'est heu, juste heu... on ne nous incite pas à faire ce choix là si vous voulez, y a pas marqué en gros sur la carte heu menu spécial végétarien ou végan... Dans la plupart des restaurants, vous pouvez trouver tel ou tel choix, mais on ne fait pas forcément attention vu qu'effectivement, naturellement je pense que je, je regarde plus heu les plats ou y a de la viande, du poisson plutôt que...

Nous : Ok. Et du coup heu alors qu'est-ce que vous en pensez alors y a des restaurants donc heu spécifiques pour les végans et y a certains restaurateurs qui vont donc heu mettre dans leur menu heu en général les menus c'est rare mais au moins une assiette avec des produits végans ou végétarienne et du coup cette personne qui est concernée, qui est végane ou végétarienne heu veut manger au restaurant, est-ce que vous pensez qu'elle ferait mieux d'aller dans un restaurant qui la concerne directement donc un restaurant végan que plutôt d'aller faire chier entre guillemets le restaurateur qui est traditionnel ou gastronomique qui fait de la viande et du poisson et où c'est pas vraiment sa priorité de mettre ce genre de menu.

M. X : Alors heu je vais répondre ni par oui ni par non ni par un autre truc mais moi si je veux faire du bowling je vais au bowling.

Nous : Oui, d'accord.

M. X : Voilà. Je ne vais pas aller au bowling si je veux pas jouer au bowling.

Nous : Donc vous allez là où ça vous concerne.

M. X : Ben pfff naturellement aussi parce que j'pense que heu celui qui mange heu végétarien trouvera peut-être plus de choix de plats dans un restaurant végétarien que dans un restaurant traditionnel où on va peut-être lui proposer un seul plat heu s'adressant à lui. Donc s'il a l'habitude d'aller dans ce restaurant-là, il va peut-être vite se lasser et heu il ne va pas être content car on va lui proposer qu'un seul choix.

Nous : Ouais, bien sûr.

M. X : Donc voilà, comme j'veux dire, moi quand j'veux, quand j'veux, quand j'veux manger un bon steak, une bonne viande, je ne vais pas chez un poissonnier quand fin... Je ne sais pas, je, je pense qu'effectivement ils s'orientent plus facilement vers les restaurants qui proposeront ces choix-là.

Nous : Ok. Et du coup, pour le partage des repas, pour revenir au début de la conversation...

M. X : C'est plus compliqué.

Nous : Est-ce que, j'sais pas, vous avez donc un ami végan par exemple, est-ce que vous préférez aller manger du coup dans un restaurant complètement végan ou du coup aller manger dans un restaurant traditionnel ou gastronomique mais que lui ait une assiette végane ? Et que lui peut y trouver son compte aussi.

M. X : Je, je ne sais pas si, si j'ai un ami qui est vraiment, et qui mange que ça, qui a fait ce choix-là je pense qu'on ira dans un restaurant qui propose que du végan ou que du végétarien parce que heu-moi si je dois me priver une fois de viande, j'vais pas en mourir, donc heu j'irai plus facilement l'accompagner dans ce genre de restaurant là. Plutôt que le forcer, moi, à ne rien manger si y a que de la viande ou voilà. Voilà je pense que ça se ferait plus naturellement comme ça. Même si je n'ai pas d'ami qui ont fait ce choix-là.

Nous : Après, peut être que c'est peut-être difficile de trouver un restaurant qui propose ce genre d'offre, si vous voulez rester dans un restaurant traditionnel qui propose de la viande.

M. X : Ben c'est ça, lui il se privera certainement plus que moi heu à l'inverse je, voilà, je pense moi je pourrais trouver quelque chose qui me correspond facilement que lui dans l'autre sens.

Nous : Bien sûr, et du coup cuisiner que du végétal si vous êtes amené à le faire par exemple, est-ce que vous trouvez ça difficile ou pas difficile ? Parce que vous m'avez dit que vous n'avez pas de connaissance en fait sur la question mais que si vous deviez le faire, vous vous renseignerez. Est-ce que là, comme ça, est-ce que vous trouvez ça facile ou difficile en fait ?

M. X : Encore une fois, c'est des choix au quotidien donc-moi si j'ouvre mes placards chez moi j'vais avoir que des produits me permettant de cuisiner ce que j'ai l'habitude de cuisiner. Le, le choix de la personne qui mange que du végétal, il va faire ses courses en fonction de ça donc chez lui y aura plus facilement des produits lui permettant de...Donc voilà je pense qu'après... maintenant on a aussi les supermarchés qui proposent ces produits-là donc je pense que ça ne doit pas être plus compliqué.

Nous : Ok. Et du coup qu'est-ce que vous en pensez des produits végans ou végétariens mais qui sont, comment dire, on garde en fait heu la base de la viande. Par exemple, il y a des boulettes végétariennes, y a des saucisses végétales heu ils gardent l'appellation y a du lait d'amande mais tout est végétal mais on garde quand même cette base de viande puisqu'il arrive à reproduire les textures et les goûts aussi mais c'est que du végétal. Heu qu'est-ce que vous en pensez ? Est-ce que vous pensez que bon les végans sont un peu plus frustrés ?

M. X : Là-dessus, c'est un effet de mode.

Nous : Ah c'est un effet de mode ? Ok.

M. X : Enfin j'ai envie de dire, si on a envie de manger avec le goût et la forme et la texture d'un, d'un, d'une alimentation normale, pourquoi on ne le fait pas ? Faut pas chercher...

Nous : Pourquoi aller chercher le compliqué alors qu'on peut chercher directement...

M. X : Si j'suis, si j'suis végétarien ou si j'suis végan, je sais ce que je mange, je n'ai pas besoin que ça se rapproche heu de la viande ou en goût ou en aspect.

Nous : Bien sûr.

M. X : Je sais, je sais ce que je mange, donc c'est plus en effet de mode effectivement. Je pense notamment aux steaks végétaux...

M. X : Voilà, ils sont en train d'introduire, ça c'est plutôt pour inciter les gens à se dire " finalement je mange la même chose que..." mais ce n'est pas la même chose. Donc franchement...

Nous : En plus c'est exorbitant...

M. X : Voilà, voilà donc heu...

Nous : 5 euros le steak végétal [rires].

M. X : Voilà, donc voilà, je pense que c'est plus un effet de mode.

Nous : Ok, et du coup vous seriez prêt à goûter ce genre de produits ?

M. X : Oui. Oui fin j'suis pas fermé. Le jour où ça m'intéressera, oui peut-être je me tournerais là-dessus ou si on me propose un repas, je ne vais pas... j'suis pas difficile, j'vais pas être complètement fermé, me dire "oh non, j'vais pas manger ça". Non, oui heu il n'y a pas de problème quoi.

Nous : Ok. Ok, ok. Et heu vous avez des questions ?

M. X : Heu non après, j'imagine que si vous faites une étude sur ça, c'est que la demande doit se développer. Est-ce que vous savez le pourcentage de population qui, qui ont choisi cette alimentation-là ?

Nous : Alors, pas vraiment, on n'a pas de pourcentage exact parce qu'on s'arrête à la France parce que bien sûr à l'étranger voilà ça serait trop compliqué et fin ça serait un sujet trop vaste. Donc on n'a pas le pourcentage exact mais on sait que par exemple c'est encore minoritaire mais ça tend à se développer. Voilà alors du coup nous ce qu'on essaye de comprendre c'est eux est-ce que c'est un effet de mode ou est-ce que ça tend vraiment à... fin se poser la question si c'est en train de remettre en question complètement ce qu'on est en train de manger, sur ce qu'on est en train de faire heu est-ce que les végétans ce n'est pas eux qui ont raison ou est-ce que c'est encore dans l'exagération heu voilà on essaye de comprendre ce phénomène. Bon pas que le végan, le sans gluten aussi, on sait que ça a été beaucoup utilisé en régime mais y a aussi qui ont de graves allergies...

M. X : Oui, c'est ça en fait, si c'est, si c'est le, l'intolérance, ça oui j'trouve que, que c'est normal, après...

Nous : On essaye aussi de comprendre fin de savoir en fait... Bon on parlait d'effet de mode pour l'instant mais parce qu'on ne sait pas combien de temps ça va durer heu si les restaurateurs proposent les plats à cette gamme ou si c'est à eux de s'adapter. Si pour eux c'est, voilà ils font 50% de part de marché heu ou s'ils font ça heu pas que pour le côté financier, pour attirer cette clientèle, est-ce qu'ils ne font pas ça par exemple, par conviction, je sais pas ça pourrait très bien arriver, parce que bon des restaurants végétans pour avoir fait des interviews, c'est les végétans qui montent des restaurants végétans voilà c'est pas un omnivore qui va ouvrir un restaurant végan. Ils font ça par conviction, et quand on leur demande par exemple s'ils voudraient heu mettre du végétarien c'est hors-de-question, ils veulent pas mettre de végétarien parce que pour eux ça ne correspond pas à ce qu'ils veulent faire...

M. X : D'accord, et est-ce que l'alimentation végétane, ça, ça a un coût ?

Nous : Heu alors pour les restaurants alors ce n'est pas vraiment coûteux, en termes de matières premières c'est pas coûteux car ils font tout maison sans acheter des produits déjà fait donc steaks végétaux, saucisses végétales, on peut le faire soi-même en fait. Et heu pour vous dire, les restaurants végétans ils font des menus entre 11 et 13 euros. Ça ne dépasse pas les 13 euros en général. Après ils s'y retrouvent hein.

M. X : Après ça pourrait être un choix, comme je disais au début, le choix alimentaire des gens sera sûrement défini en fonction de leur classe sociale et heu et pour moi c'est comme ça qu'ils dirigent un peu les choses. Heu ça m'étonnerait que les gens des classes sociales basses se posent beaucoup la question. Je pense que c'est plutôt ça dans le futur qui va, va inciter les gens à changer leur consommation.

Nous : Ouais, après là en ce moment, je ne sais pas si vous êtes très YouTube ?

M. X : Hum.

Nous : Pas vraiment ? Ok. Ben en fait je vais vous dire, en ce moment c'est très à la mode, y a beaucoup de, de, comment dire, de coach sportif et la plupart heu donc y en a qui sont végétans donc par conviction et d'autres parce qu'ils ont trouvé en fait que cette alimentation était vraiment très intéressante au niveau musculaire heu voilà donc concernant le sport en fait ça a aidé à avoir une récupération très importante, à avoir une construction du muscle très importante.

M. X : Comme eux, comme heu Karlowitz !

Nous : Ouais, voilà ! C'est ça ! Et du coup c'est vrai que bon voilà heu y a une partie de la population qui va être bon comme on dit végétalienne parce qu'ils vont faire ça parce que ça les intéresse nutritionnellement uniquement et que c'est pas du tout par conviction c'est juste qu'au niveau santé heu au niveau du sport ça les aide et d'autres ce sera par conviction et heu fin pour, pour YouTube ben ça

incite mais je pense que c'est un effet de mode, quand même. Voilà. Après on va essayer d'étudier la question, bien sûr hein mais...mais voilà après ouais.

## ANNEXE F : ENTRETIEN 5 - UN RESTAURANT GASTRONOMIQUE, LE 13/03/2018,

50 MINUTES

Nous : Bonjour Madame.

Elle : Bonjour.

Nous : Donc vous vous êtes gérante d'un restaurant gastronomique euh... depuis combien de temps votre établissement existe-t-il ?

Elle : Alors là ça va faire euh... on attaque la troisième année.

Nous : Ah super c'est très récent.

Elle : Assez, oui.

Nous : Vous étiez là depuis l'ouverture ?

Elle : Oui, oui c'est part de mon projet.

Nous : D'accord. Quels produits vous proposez-dans votre restaurant ? Qu'est-ce-que vous proposez comme offre ?

Elle : Alors nous c'est une euh... une cuisine régionale avec des produits locaux, on essaye surtout de travailler avec des produits locaux des produits frais essentiellement.

Nous : Ok.

Elle : Ce qui est normal en restauration gastronomique euh... que vous direz de plus, on a des euh... on a des menus au fil des saisons, on essaye de changer à peu près tous les mois quand même pour avoir une offre assez variée et voilà.

Nous : D'accord. Du coup, est-ce-que vous avez déjà eu des demandes de clients par rapport à des offres d'alimentations particulières ? Est-ce-que vous voyez ce que c'est les alimentations particulières ?

Elle : Alors je crois avoir une idée mais est-ce-que vous pouvez juste me guider un peu plus ?

Nous : Alors justement avant de vous dire savoir euh...

Elle : Alors pour alimentation particulière ce serait plutôt régimes du style sans gluten, végétarien, sans lactose parce qu'aujourd'hui on en a de plus en plus euh... Sans sel euh... Diminués en sucre j'en ai pas eu, j'ai dû avoir juste une personne qui m'a demandé.

Nous : Du coup, vous avez des demandes par rapport euh... à ces alimentations ?

Elle : Ça arrive assez souvent.

Nous : C'est quoi les plus fréquentes ?

Elle : Les plus fréquentes ça a été sans gluten et euh... euh... De mémoire c'est végétarien.

Nous : Donc en fait vous avez quand même de bonnes connaissances dans ce domaine-là.

Elle : Moi j'ai beaucoup de connaissances oui parce que je suis, je gère aussi la cuisine et en fait à la base je suis intolérante au gluten donc c'est quelque chose que je connais très bien même sur le bout des doigts et c'est pour ça que je ne suis pas du tout surprise quand des clients me font une demande. J'arrive assez bien à m'adapter parce que dans mon quotidien justement je cuisine pour moi sans gluten.

Nous : Donc c'est plus facile pour vous ?

Elle : Ah c'est très facile justement.

Nous : Et vous pensez qu'il y a un marché pour ça ? Pour ces alimentations particulières ?

Elle : Un marché euh... Oui, aujourd'hui il y a un marché parce que euh... c'est des intolérances qu'avant on ne connaissait peu puis finalement reviennent de plus en plus aujourd'hui donc pour moi c'est... un vrai marché. Après de là à en faire ma spécialité non parce que ce n'est pas...

Nous : C'est trop restreint ? Ce n'est peut-être pas la cible, le quartier ?

Elle : Non c'est surtout que ce n'est pas la cible et c'est pas mon envie euh... j'ai pas envie vous voyais ça à la rigueur on pourrait dire restreindre parce que ça a quand même des caractéristiques particulières euh... moi après je m'adapte aux clients je préfère faire comme ça.

Nous : Du coup, vous vous proposez quoi comme offre particulière, comme offre pour ces alimentations particulières ? Vous avez des menus ?

Elle : Je n'ai pas de menu particulier non, j'ai un plat végétarien que j'ai mis en place il y a un an parce que justement on me demandait beaucoup de euh... menu végétarien. Je ne fais pas un menu complet mais je fais un plat, après euh... on est assez, mon équipe de cuisine est assez sensible par rapport à ça. On essaye de s'adapter, si par exemple un client aime le risotto aux Saint-Jacques que l'on fait qui est vraiment très bon euh... ça ne consiste pas juste au risotto ou aux Saint-Jacques il y a bien sûr des épices, plein de condiments qui font le charme de ce plat et du coup on essaye si quelqu'un veut ce plat mais sans poisson on peut le faire.

Nous : Donc vous vous êtes adaptés par rapport aux demandes que vous avez eu dans le passé ?

Elle : Oui, oui.

Nous : D'accord, et sinon pour le végétalien qui est de plus en plus en expansion vous avez eu des demandes ?

Elle : Alors on a eu des demandes, c'est vrai que là c'est un peu plus compliqué pour nous parce qu'on n'a pas forcément les produits. Végétarien pour nous c'est simple car il suffit d'enlever les produits issus d'origine animale viandes, poissons c'est ce qu'il me vient en premier en tête après euh... pour ce qui est végétalien si on me demande de cuisiner sans beurre. On peut, on peut changer avec de l'huile par exemple mais pour nous ça peut paraître fade, pas fade parce qu'un vrai cuisinier sait assaisonner son plat mais disons que l'on ne pourra pas tout adapter. On n'a pas...

Nous : Le lait.

Elle : Le lait par exemple, exactement on n'a pas de laits végétaux. On peut avoir du lait de coco pour certaines pâtisseries mais disons que pour certains plats salés ça ne s'accorde pas toujours. Il y a de très bonnes associations je pense par exemple la cuisine asiatique qui utilise très souvent le lait de coco mais nous... nous on ne peut pas tout adapter non plus.

Nous : D'accord. Vous faites de la cuisine asiatique ?

Elle : De temps en temps oui.

Nous : D'accord.

Elle : On essaye de mettre en avant euh... mes origines et du coup ça nous arrive de faire des petites soirées à thèmes.

Nous : C'est quoi vos origines ?

Elle : Vietnamienne et indienne.

Nous : Ah d'accord et vous faites les deux vietnamien et indien du coup ?

Elle : Indien très peu mais euh... j'essaye d'associer quelques épices bien typiques.

Nous : D'accord ok. Est-ce-que vous trouvez qu'il y a des difficultés par rapport à la mise en place de votre plat végétarien ? Déjà est-ce-que s'est plus compliqué ? Plus cher ? Est-ce-que c'est plus dur à mettre en place ?

Elle : Alors est-ce-que c'est dur euh... disons que c'est une organisation à avoir si on est préparé euh... là par exemple c'est pour ça qu'on a décidé de mettre un plat à la carte végétarien parce qu'à la base on était pas préparés.

Nous : Oui, c'était à la dernière minute.

Elle : Voilà à la dernière minute c'était pas gérable. Après euh... on essaye de le mettre en avant parce que c'est vrai qu'on en a qu'un et qu'on fait une mise en place on ne peut pas se permettre de ne pas vendre ce produit. Donc on essaye justement avec une petite formation avec nos serveurs de mettre en avant ce plat-là. Et euh... du coup quand on a une cliente, c'est vrai qu'en général végétarien c'est souvent des clientes qui font appel à nous euh... on essaye de les orienter vers ce plat si on les sent indécises euh... On joue un petit peu sur ce petit temps mort pour leur glisser les comment dire...

Nous : Pour les amener vers ça.

Elle : Oui, pour les amener vers ce plat, après c'est une organisation à avoir en effet. Euh... pour le sans gluten par exemple on a du pain sans gluten après il ne sera pas frais tous les jours je vous le cache pas. C'est du pain qu'on fait nous, on arrive, on bloque une partie de la pâtisserie pour euh... on bloque un jour de la semaine même du mois ça arrive que ce soit qu'une fois par mois et euh... vraiment où on nettoie tout le local euh... à fond pour pas qu'il y ait de croisements particuliers et euh... on nettoie tous les ustensiles et du coup on le fait entre une à deux fois par mois le pain et en général on le cuit et on le congèle.

Nous : Et ça marche bien ?

Elle : Oui, oui ça marche bien.

Nous : Vous faites payer un supplément ou pas ? Parce que ça se voit dans beaucoup de restaurants sans gluten c'est possible mais avec supplément.

Elle : Non justement on joue sur cette carte-là. Pour nous ça ne nous coûte pas bien plus cher c'est juste une organisation à avoir, après on préfère le congeler parce qu'au moins on est sûr qu'au moins ben il sera « frais ». On va pas faire rassir un pain pendant trois jours, on préfère le sortir à la minute à la demande et euh... non on ne fait pas payer de supplément. Au contraire, on se dit que c'est déjà compliqué de manger ben euh... sans gluten ou végétarien, végan je ne dirais pas parce que nous on le fait très peu dans notre restaurant mais c'est déjà compliqué pour cette clientèle-là donc on va pas non plus leur faire payer plus cher.

Nous : Vous ne proposez pas de plats sans gluten du coup ?

Elle : Alors sans gluten, on le met pas en avant directement euh... parce qu'en fait on utilise beaucoup de céréales qui sont sans gluten, on utilise du riz, on utilise beaucoup de maïs euh... on essaye de jouer de ne pas avoir justement pas de la farine de blé dans tous les plats et c'est un peu le charme de la cuisine c'est qu'on peut jouer avec les aliments. Donc du coup on ne fait pas de plats particuliers mais on adapte. Moi ce que je trouve chouette pour un client c'est que s'il veut manger tel viande mais que dans la sauce il y a du blé, en général il y en a. Nous on demande bien aux clients et on a un petit mot justement sur la carte pour prévenir les clients que s'ils ont une intolérance particulière qu'ils nous en parlent. Parce que nous justement on est assez ouvert et selon leur demande on s'adapte. C'est un peu comme je vous disais pour les végétariens si on enlève les Saint-Jacques on peut le faire. Si on a une viande avec une sauce particulière et que le client qui mange sans gluten veut avoir ce plat et ben...

Nous : Vous vous adaptez.

Elle : Voilà on s'adapte, on ne lui met pas la sauce, on essaye de trouver une petite alternative rapide. Ça nous arrive aussi en plein jus de ne pas avoir de sauce d'appoint sans gluten, bon ben dans ce cas-là on propose sans.

Nous : Ok. Et du coup, par exemple, pour le plat végétarien en matière de coût on imagine que c'est moins cher, il n'y a pas de viande, il n'y a pas de poisson euh... Mais est-ce que vous à la carte vous mettez moins cher, vous restez à peu près... ?

Elle : Ah oui, ben si on le met moins cher, ce serait voler le client que le mettre au même prix qu'une entrecôte, on le met moins cher en effet.

Nous : Et pourquoi pas un menu ? Avec entrée et dessert.

Elle : Alors un menu, moi j'ai peur. J'avais essayé de voir avec mon pâtissier, de voir avec mon second euh... pour nous ce n'est pas nécessaire parce que la demande est pas assez forte.

Nous : Après pour les desserts le végétarien c'est assez facile.

Elle : En effet.

(Rires)

Elle : C'est vrai qu'en terme d'entrée on pourrait en faire.

Nous : Après quelquefois on il n'y pense pas mais quelquefois on a des entrées végétariennes sans le savoir.

Elle : Justement c'est ce à quoi j'étais en train de penser. On a notre œuf parfait, il n'y a pas de viande, à la rigueur il y a des petites chips de bacon qu'on peut enlever. C'est vrai que pour nous on n'en n'a pas l'utilité, on peut s'adapter, facilement s'adapter ouais.

Nous : Ce qui serait plus dur ce serait au niveau végétalien. Au niveau pâtisserie faudrait tout refaire en fait.

Elle : En termes de végétalien je vous disais c'est pour ça en fait qu'on ne le fait pas.

Nous : Il n'y a pas une demande assez forte.

Elle : Végétalien oui très peu. Très peu.

Nous : Et du coup au niveau du sans gluten il a fallu former du coup toute l'équipe de cuisine à faire super attention à ne pas mélanger du gluten avec du sans gluten ? Comment ça s'est passé pour former tout le monde à ça ?

Elle : Ça a été assez simple en fait. Assez simple parce que dans notre cuisine on est... en général une dizaine on peut tourner à une quinzaine avec les apprentis après je dis que c'est assez simple parce que moi d'abord je travaille en cuisine et mon compagnon aussi. Lui est plus en pâtisserie et du coup euh... ben lui il connaît très le sans gluten, ben parce qu'il cuisine on est ensemble au quotidien, il est assez sensible. Après je dis que c'est assez simple parce que mes cuisiniers ils ont dû s'adapter à moi en fait en premier avant de s'adapter aux clients parce que ben si c'était à leur tour de faire le repas pour le personnel fallait penser euh... à la gérante qui mange sans gluten donc en fait c'est venu assez naturellement. Moi après par mon expérience j'ai pu leur donner des techniques, leur donner des recettes que j'avais déjà adapté pour moi. Du coup ça n'a pas été très difficile ouais.

Nous : Et ils n'ont pas trouvé de difficultés particulières ? C'était nouveau pour eux...

Elle : C'était nouveau après j'ai la chance d'abord d'être entourée de cuisiniers euh... assez ouverts d'esprits qui... qui... c'est vraiment des passionnés. Et pour moi quand on est passionnés euh... La cuisine elle ne s'arrête pas à une recette. Ils sont assez créatifs, ils sont assez curieux et ça je trouve ça génial. Moi c'est l'esprit que je voulais donner dans ma cuisine.

Nous : Vous avez réussi.

Elle : J'ai réussi à le transmettre à mes cuisiniers et ça se passe très bien.

Nous : Et du coup vous pensez quoi par exemple des restaurateurs qui quand ils entendent un sans gluten, un végétarien qui tout de suite ils disent « oh mais qu'qu' il est embêtant ce client » Vous avez déjà entendu ça en cuisine ?

Elle : Bien sûr, moi aussi. (Rires) Je rigole parce que je suis devenue intolérante au gluten euh... tard c'était euh... il y a 5 ans, avant d'ouvrir mon restaurant. Et du coup, je rigole parce que moi la première quand je travaillais dans d'autres établissements je râlais. Je râlais parce que... parce qu'on n'était pas préparés, parce que oui il y a encore 5, 10 ans faut le dire c'était pas encore développé et quand on avait un client qui nous disait « ah ben moi j'aimerais bien moins de sel », « ah ben moi je peux pas manger tel produit ». Ben quand on est en plein service, faut le dire ça nous fait râler, on a autre chose à faire. Pour être polie on a autre chose à faire c'est sûr donc ouais moi je rigole parce que moi la première j'ai été comme eux. Après euh... je pense qu'il faut que ça devienne une habitude, je pense qu'aujourd'hui dans la formation des... des cuisiniers il faut qu'on revienne vers euh... la vraie cuisine.

Nous : Une cuisine ouverte ?

Elle : Ouais une cuisine ouverte, une cuisine qui change en fait. Ce n'est pas écrit, fin on a appris comment on faisait un bourguignon à l'école, c'est des règles élémentaires mais en fait ces règles on peut... on peut les détourner, on peut les utiliser d'autres manières. On peut faire... par exemple quand on fait un... un... un velouté. Un velouté c'est un roux blanc plus du fond blanc, on peut le faire sans gluten parce qu'en fait on se rend compte que... que l'amidon qu'il y a dans le blé ben en fait on peut utiliser euh... on peut utiliser de la farine de riz, de la farine de maïs pour faire un roux ça marche. Faut juste... après cuisine sans gluten moi ça me fait rire parce que je connais, c'est des expériences, c'est... c'est de la chimie et bien sûr que j'en ai raté des... des recettes mais euh... après on arrive à... à trouver le bon équilibre.

Nous : Ok. Du coup, avant vous avez des réticences avant de savoir que vous étiez sans gluten ? Est-ce-que vous aviez des réticences à mettre en place ce genre d'offre sans gluten, végétarien ?

Elle : Oui, oui je ne connaissais pas en fait donc oui j'avais euh... pour moi ça m'embêtait le...

Nous : Vous ne voyez pas forcément l'utilité que ça aurait pu...

Elle : Non c'est vrai, c'est... j'avais un esprit très fermé. J'avoue que... (rires)

Nous : Et pourtant euh... on dit toujours euh... qu'il faut s'adapter à la demande de la clientèle ?

Elle : Ouais mais euh... c'est déjà assez complexe de gérer une cuisine, faut le dire c'est euh... faut avoir la tête de partout, faut... c'est un travail quotidien euh... des c'est heures par jour. C'est un travail qui est déjà contraignant, après moi je le fais par passion parce que j'aime vraiment ce métier. Il est contraignant et à la fois maintenant je me rends compte que... qu'il a tellement de possibilité que je me rends compte que c'est un très beau métier. Après c'est sûr que quand on ne connaît pas je pense qu'on peut vraiment être... fin euh... cette peur de l'inconnue en fait, ben on a pas envie d'y mettre les pieds dedans.

Nous : D'accord. Et par exemple quand il y a un client qui vous dit qu'il est allergique à quelque chose, à un aliment, comment vous réagissez ? Est-ce-que vous dites euh non il risque d'avoir des contaminations croisées je préfère pas ou est-ce-que vous tentez mais euh... ?

Elle : Alors... c'est particulier. Moi, le premier sentiment que j'ai quand j'ai un client qui me parle d'intolérances ben c'est de la peur. C'est de la peur parce qu'en fait je n'ai pas envie de le rendre malade en tant que... que chef, en tant que gérante j'ai peur de rendre ce client malade. Et... du coup je ne dis pas oui tout de suite, je réfléchis énormément euh... par exemple... j'ai... j'ai euh... j'ai une personne qui est venue me voir en me disant qu'elle était allergique aux arachides. Les arachides en fait, c'est quelque chose où... ça me hérise les poils des bras parce que... parce qu'il y en a partout. Il y en a partout et euh... en fait euh... il y a du gluten de partout, il y a... il y a... de genre d'allergies elles font peur qu'au jour d'aujourd'hui tous les aliments, pas tous, mais la plupart en contiennent. Et du coup, avant de leur dire oui moi je vais vérifier tous mes produits. C'est pour ça qu'après on a une traçabilité assez stricte, on garde toutes les étiquettes, tous les emballages, on garde vraiment une trace pour pouvoir vraiment vérifier. Après quand on me dit « je suis ultra allergique à un tel produit, un tel produit pardon, il y a quelquefois où je dis non parce que...

Nous : Par crainte.

Elle : Ouais, par crainte. Après si c'est de l'arachide et que j'arrive à retracer... c'est moi qui fais les recettes avec euh... euh... mon chef exécutif donc finalement si j'arrive à retracer tous les ingrédients et que je suis sûre je dirais qu'il n'y a pas de problème. Je n'ai jamais eu de soucis par rapport à ça, c'est que c'est l'avantage, j'ai jamais eu de soucis après...

Nous : C'est parce que vous avez beaucoup de connaissances et que vous faites très attention en fait.

Elle : Je fais très attention, ouais mais je me... si j'ai un doute je ne me lancerai pas.

Nous : Vous préférez dire non ?

Elle : Oui.

Nous : Quitte à perdre le client du coup ?

Elle : Quitte à perdre le client, ouais.

Nous : Parce que c'est vrai que même en retraçant toutes les euh... les compositions des aliments, quelquefois on peut se dire ce n'est pas possible de faire une recette par exemple pour les arachides on sait qu'il y en a des partout et... de trouver ben... de faire une recette sans arachides ça peut être compliqué ?

Elle : Non, par forcément parce que nous justement, l'avantage en cuisine gastronomique c'est qu'on utilise beaucoup de produits bruts qu'on transforme donc en fait euh... c'est... j'ai moins peur. Les fonds on les fait nous donc il n'y aura pas de... de risque au niveau des poudres qu'on peut utiliser dans la cuisine traditionnelle. Euh... j'utilise très peu d'huile d'arachide j'en utilise pour certaines recettes mais euh... la plupart du temps on prend une huile assez neutre on prend une huile de tournesol. Donc c'est des huiles qui sont euh... qui sont 100% ce n'est pas de mélange donc en fait pour l'arachide en général on... on a pas de soucis.

Nous : D'accord, ok. Du coup, pour le sans gluten on dit que c'est... c'est assez cher en général, pour les matières premières comment ça se passe ? Au niveau du prix pour le sans gluten ?

Elle : C'est vrai que c'est plus cher, en effet. Euh...

Nous : Oui, puisque vous disiez que vous ne faisiez pas payer de supplément aux clients.

Elle : Oui.

Nous : Donc du coup, pour vous pour faire un pain sans gluten c'est quand même du temps. C'est de l'argent parce que les farines c'est quand même beaucoup plus cher que les farines de blé classiques donc du coup comment vous faites pour euh... Pour rentrer dans vos coûts ?

Elle : (Rires) Je ne vous donnerai peut-être pas tous les astuces (rires) mais disons déjà qu'on a des fournisseurs déjà assez euh... assez ouverts. Moi, quand j'en ai parlé euh... quand j'ai ouvert mon restaurant, il y a environ 3 ans, je me suis rapprochée euh... j'avais... je connaissais des fournisseurs de en fait mon ancien... de mon ancien boulot. Et il y en a un avec qui je m'entendais vraiment très bien et je lui ai parlé du sans gluten parce que déjà, parce qu'il m'avait déjà fait des petites offres de produits assez basiques pour que moi je puisse manger en fait euh... en tant que personnel. Et du coup, quand je lui ai parlé justement de... d'utiliser plus de produits de la gamme sans gluten, il a réussi à me trouver un... un... un petit marché assez intéressant. J'achète beaucoup en grosse quantité, on a un local... l'avantage d'avoir créé ce restaurant de A à Z c'est qu'on a pu créer un local qui est dédié justement aux produits sans gluten.

Nous : D'accord.

Elle : Du coup, euh... j'ai de la place pour stocker, j'achète en...

Nous : Grosse quantité.

Elle : Très grosse quantité, bon pas par tonne mais la farine je l'achète par sac euh... aller je fais 3 sacs de 25kg. Donc, en termes de prix j'arrive à m'y retrouver. Je n'ai pas envie de faire payer le client euh... plus cher parce que ce serait peut-être le perdre.

Nous : Et du coup au niveau du local il n'y a pas de contaminations croisées ?

Elle : Non.

Nous : Vous avez pensé à tout sectoriser. Et euh... oui votre restaurant il fait combien de couverts ? Par service ?

Elle : Par service on en fait euh... euh... en moyenne on fait à peu près 45/50 couverts.

Nous : D'accord et vous avez des demandes sans gluten tous les jours ?

Elle : Non, non pas tous les jours.

Nous : Après peut-être qu'il y en a qui ne le disent pas parce qu'ils s'y retrouvent dans la carte ?

Elle : Ah ben je sais pas, honnêtement je ne sais pas comment ils font parce que moi en tant que, en tant que cuisinier, cuisinière pardon, quand je vais dans un restaurant, quand je lis une carte et ben je sais qu'il y a des trucs cachés parce qu'une sauce...

Nous : On ne sait pas ce qu'il y a dedans.

Elle : On ne sait pas ce qu'il y a dedans. Ce n'est pas marqué sur la carte. Alors, il y a quand même une petite euh... je ne sais pas comment on va dire ça mais quelque chose qui change, depuis juillet 2015 de mémoire en fait les restaurateurs sont obligés de marquer les allergènes sur les cartes donc normalement si la carte est bien faite c'est censé être écrit. Je sais que moi par exemple j'ai mis un petit paragraphe sur la carte qui dit que euh... aux personnes qui ont des allergies qu'elles se tournent vers nous. On a une

carte spéciale qu'on met à jour régulièrement où c'est une carte où on a écrit tous les allergènes. En termes de design on ne l'a pas mis sur toutes les cartes c'est pour ça qu'on stipule bien, on stipule bien qu'il y a un manuel. Un manuel... fin une carte type avec écrit tous les allergènes. Comme ça le client il peut s'y retrouver. On me l'a demandé régulièrement donc je pense pas qu'un client se cache, le fait qu'on le mette en avant je ne pense pas qu'un client se cache.

Nous : Il est à l'aise de le dire ?

Elle : Oui, oui.

Nous : Peut-être qu'avant ils se sentaient moins à l'aise il y a quelques années 5, 10 ans comme on disait tout à l'heure euh... c'était plus compliqué c'était moins connu par les restaurateurs.

Elle : Oui en effet.

Nous : Qu'il y a eu une prise de conscience par les restaurateurs, « une prise de conscience » ?

Elle : Je pense ouais.

Nous : Ok, et est-ce-que du coup on vous a déjà demandé d'élargir votre offre ?

Elle : Non, non parce qu'en fait on a une clientèle déjà, on a cet avantage là c'est qu'au bout de 3 ans on a réussi à avoir des habitués, ils nous connaissent ils savent qu'on s'adapte énormément donc euh... On a pas, on ne se sent pas obligés... par les clients d'élargir notre offre sachant qu'on arrive déjà à s'adapter, peut-être qu'on pourrait faire un effort sur le végétan mais comme j'en ai pas beaucoup de retour par rapport aux clients pour l'instant j'en vois pas vraiment l'utilité.

Nous : Vous avez réussi à fidéliser votre clientèle comme ça du coup finalement euh...

Elle : Ouais, ouais.

Nous : Est-ce-que vous songez à instaurer de nouvelles offres, futur proche où ?

Elle : Alors comment dire...

Nous : Par exemple proposer un plat sans gluten à la carte.

Elle : On pourrait.

Nous : Puisque vous avez le local, vous avez le pain, vous avez beaucoup de... de... vous faites attention quand même.

Elle : On ne s'est pas trop posé la question puisque c'est vrai que comme tout restaurateur les trois premières années elles sont un peu... ben pas critiques mais disons qu'au bout de la troisième année on sait... on sait à peu près comment ça va se passer. Donc, on n'a pas voulu euh... euh... comment dire se lancer dans de gros projets, on arrive déjà on est même très content aujourd'hui de l'activité qu'on a. C'est vrai que ça pourrait être une idée, ça pourrait être une idée, ouais. Pas comme je vous disais tout à l'heure au point de faire que de la cuisine que sans gluten, que végétane, que végétarienne parce que moi ça... ça me... je trouverais ça dommage. Après c'est vrai qu'on pourrait adapter si vraiment on sent que... qu'il y a une grosse demande on pourrait adapter un plat différent, ouais.

Nous : Après vous attendez, j'imagine, d'avoir assez de demandes pour mettre en place ?

Elle : Ouais, ouais.

Nous : Et vous pensez que par exemple, des clients omnivores, des clients lambdas, qui n'ont pas d'intolérances pourrait prendre ce plat ?

Elle : Ah c'est même sûr. C'est même sûr parce que j'ai des habitués qui ont aucunes intolérances particulières et qui veulent goûter.

Nous : Donc, il y a une curiosité même de la part des gens qui ne sont pas intolérants.

Elle : Ouais, quand moi je leur ai dit, par exemple il y avait un couple d'habitués avec qui on parlait du sans gluten, quand je lui ai dit qu'on faisait notre pain ils m'ont demandé à goûter. Et moi au contraire j'étais très contente de leur faire goûter un truc qu'ils ne connaissaient pas et euh... Qui avait du goût parce qu'eux ils s'attendaient à ce qu'il n'y ait pas de goût. Et ouais, du coup eux par exemple ils font partis de ces clients curieux qui essaye, juste par curiosité parce qu'ils savent qu'on le fait.

Nous : Du coup c'est un peu une expérience quoi ? Ils viendraient dans votre restaurant pour goûter un plat sans gluten alors que... pour tester en fait. Ça vous fait une bonne bouche à oreille.

Elle : Oui, l'avantage c'est que le bouche à oreille marche très bien et que je ne suis pas inconnue dans la région non plus même si ça fait que la troisième année que j'ai mon propre restaurant j'avais déjà travaillé euh... Chez des concurrents (rires) avec qui ça se passe bien hein mais je ne suis pas inconnue donc c'est vrai que ça marche bien.

Nous : Et là où vous travailliez avant qu'il y eût une offre végétarienne, sans gluten ? Comment, comment avant de créer votre propre établissement étaient traités les demandes d'alimentations particulières ?

Elle : Ben ça se connaissait peu, j'ai l'impression que ça se connaissait peu parce que de mémoire quand j'étais en cuisine euh... et que justement fallait qu'on fasse à manger sans gluten c'était pas toujours facile. Je suis tombée sur des petits jeunes qui... qui n'avaient pas conscience de l'impact...

Nous : Du risque.

Elle : Oui du risque euh... bon je n'ai jamais été trop malade mais ça m'est déjà arrivé de me faire avoir. Donc c'est vrai que je m'étais rendu compte que ça ne se connaissait pas encore.

Nous : Et vous en tant que cliente ça vous est déjà arrivé de vous « faire avoir » comme vous disiez ?

Elle : Alors non parce que je suis assez euh... je suis assez pénible comme cliente, fin pas pénible mais comme je sais quand je lis une carte à peu près ce qu'il se cache derrière je vais creuser. Si j'ai un serveur en face de moi qui me dis « ben je ne sais pas ».

Nous : S'il n'a pas de connaissances.

Elle : S'il a pas de connaissances je vais lui demander d'aller vérifier en cuisine, ça m'est déjà arrivé et ça m'est arrivé encore aujourd'hui que d'être face à des serveurs qui ne connaissaient pas, qui me dise « oh ben je sais pas je vais demander en cuisine ». Moi ça m'agace, parce que c'est des questions qui reviennent souvent je pense et que même avec cette réforme en 2015 je pense que les serveurs... doivent avoir...

Nous : Ce n'est pas un plus pour vous ? C'est dans leur formation ?

Elle : Aujourd'hui ça fait vraiment partie du service. Fin on aurait pas demandé aux restaurateurs il y a 3 ans de mettre euh... justement ce système d'allergènes en place, ce ne serait pas un service pour moi. Bon, aujourd'hui sachant qu'on est obligé pour moi le serveur doit être au point. Et c'est vrai que j'ai des doutes quelquefois quand le serveur...

Nous : Et du coup vous en tant que consommateur quand le serveur vous dit « oui, c'est bon je suis allé vérifier en cuisine », vous faites confiance ou ... ?

Elle : Quand vraiment j'ai posé toutes mes questions, parce que vraiment je peux être pénible mais en même temps je vais au restaurant j'ai pas envie d'être malade.

Nous : Parce que vous êtes restauratrice que vous avez ce côté-là mais un client qui par exemple... ?

Elle : Oui, moi je pense que c'est compliqué quand on est pas cuisinier et qu'on ne sait pas ce qui se cache, je pense que c'est vraiment compliqué, je pense que les gens ne sortent pas vraiment au restaurant.

Nous : Parce que par exemple des clients... qui... « vont aux restaurants » ils ne savent pas que la plupart du temps que dans les sauces c'est des poudres ou ils ne savent pas que... dans la béchamel des choses comme ça... c'est compliqué... ?

Elle : En tant que client lambda qui n'a pas de connaissances de tout ça ouais je pense que c'est vraiment compliqué. Moi, j'ai cette chance, j'ai vraiment cette chance d'être... d'être cuisinière avant d'être intolérante au gluten, ouais.

Nous : D'accord, et du coup vous dans votre établissement vous avez formé tous vos serveurs euh... À être au courant de ce qui se cache derrière euh... ? Au niveau des sauces ?

Elle : Ouais, alors l'avantage c'est qu'en restauration gastronomique c'est différent. C'est différent parce qu'en fait avant chaque service on fait un petit briefing et euh... les nouveaux plats on en parle, on en parle à tous les serveurs. C'est très important parce qu'un serveur doit connaître la carte et savoir ce qu'il y a dans les plats on ne leur fait pas forcément goûter euh... on fera goûter au maître d'hôtel, aux responsables. On ne fait pas goûter à toute l'équipe sinon on ne s'en sort pas mais on en parle. On parle du goût de la composition, on parle de tout ça. Quand on met un menu en place, quand on met un nouveau plat en place, on en parle énormément.

Nous : Plus votre établissement ou toute la restauration gastronomique ?

Elle : En général c'est toute la restauration gastronomique. De toute mes expériences oui.

Nous : Oui, la restauration traditionnelle c'est pas la même...

Elle : Pas forcément, j'ai... il y a quelques années j'ai travaillé en restauration traditionnelle, pas très longtemps mais j'en ai fait et c'est vrai que... pour moi, j'avais juste fait une pause dans mon expérience euh... gastronomique pour faire un peu de traditionnel. Et je me suis rendu compte qu'après ce n'est pas du coup... le métier de serveur dans un restaurant traditionnel et gastronomique c'est pas la même chose. C'est deux choses différentes. Le... c'est peut-être un peu fermé ce que je vais dire ou trop strict mais pour moi... un serveur en traditionnel quelquefois c'est un métier qui est juste alimentaire, dans certains euh... dans certains restaurants c'est ça, c'est des saisonniers qui n'ont pas forcément la passion du métier. Dans les restaurants gastronomiques, on nous demande une telle rigueur et euh... un tel investissement que ce n'est pas la passion qui prime et que du coup ils ont intéressé les serveurs.

Nous : Ok, vous n'avez pas besoin de leur courir derrière en fait ?

Elle : Non, et en général ce auxquels on doit courir derrière... ça ne dure pas longtemps.

Nous : Du coup, je rebondis là-dessus, vous disiez que dans les restaurants haut de gamme, gastronomique, ils feraient plus attention aux clients, fin aux clients, aux alimentations particulières des clients ? Puisque vous avez dit les serveurs ils savent mieux expliquer donc est-ce-que ce serait plus dans ce type de restaurant qu'on trouverait plus d'offre adaptée ? Ou est-ce-que vous pensez que même dans un fast-food, un fast-food plutôt... vous pensez qu'on peut s'adapter aussi ? Vous pensez que c'est vraiment... ben inhérent aux restaurants gastronomiques ?

Elle : Je me pose la question euh... C'est un peu particulier parce que moi étant intolérante au gluten en fait euh... euh... que ce soit en traditionnel ou en gastronomique pour moi c'est une évidence mais je n'arrive pas à me rendre compte si c'est euh... je pense qu'on peut avoir un cuisinier... on peut avoir un restaurant traditionnel où il y a des gens très motivés, qui aiment leur métier et qui font ça vraiment par passion. Je pense que ça dépend vraiment euh...

Nous : De l'établissement ?

Elle : Non, de chacun, ouais pas de l'établissement parce qu'on peut avoir vraiment des... des... des caractères différents, des visions différentes, donc non je pense que c'est propre à chacun.

Nous : Ok.

Elle : Même si ce serait bien que ce soit pour tout le monde.

Nous : Et du coup euh... donc vous dans votre propre restaurant vous l'avez fait par rapport à vos propres convictions.

Elle : Avec mes propres valeurs, ouais.

Nous : Est-ce-que vous pensez que donc si vous n'aviez pas eu ça, comme on parlait tout à l'heure, est-ce-que vous l'auriez fait, est-ce-que vous auriez pensé à le faire ?

Elle : Et ben non je ne pense pas non, en effet ça m'est arrivé c'est là que je me suis rendu compte qu'aller au restaurant c'était compliqué euh... De faire face à des offres qui n'étaient pas adaptées. Donc, je pense que oui ça a été un peu le petit coup de pied aux fesses que j'ai eu pour monter ce restaurant et finalement ça marche.

Nous : Et pour vous ça joue le caractère ou que la personne soit elle-même concernée ?

Elle : Ouais, ouais, je pense que l'expérience, je pense que c'est là que c'est intéressant et qu'on se rend compte qu'on est vraiment toujours plus concerné quand on connaît bien.

Nous : C'est sûr. Et du coup quand vous avez « adapté » cette offre, puisque vous n'avez pas fait les plats sans gluten, mais au moins pour les plats végétariens, tout à l'heure je vous ai parlé du prix euh... en fait euh... est-ce-que vous pensez que des restaurateurs pourraient faire un concept sur des alimentations particulières par exemple un restaurant totalement végétarien et du coup euh... que ce soit ben une manière d'augmenter leurs prix pour répondre à l'effet de mode en fait ? L'effet de mode ou pas puisqu'on ne sait pas.

Elle : Alors euh... j'essaie de réfléchir, pour moi ça n'aurait pas de sens par exemple si vous me dites un restaurant végétarien en fait euh... ça aurait pas de sens ou alors...

Nous : Qu'ils s'en servent un peu de levier pour les prix quoi en fait. Pour augmenter leurs marges.

Elle : Je pense que ça serait idiot, je pense que ça serait idiot parce que... parce qu'en fait euh... je ne sais pas en fait, parce que je me dis s'ils font vraiment un truc euh... attirant...

Nous : Moderne, un concept...

Elle : Je me dis s'ils font un concept moderne ça va attirer des gens alors pourquoi... quel serait l'intérêt d'augmenter des prix euh... je n'en vois pas l'intérêt. Après je sais qu'il y a des restaurants 100% sans gluten où c'est plus cher mais c'est normal si c'est vraiment que des produits sans gluten, pour moi c'est... c'est logique.

Nous : Le coût est plus cher.

Elle : Après pour une personne qui mange sans gluten le coût elle va comprendre, quelqu'un qui ne mange pas sans gluten quand on lui dit qu'un paquet de gâteau simple coûte 4€ il nous regarde avec des grands yeux. Et moi je me marre parce que la première fois où j'ai dû acheter des produits sans gluten, ce n'est pas que j'ai pleuré mais mon budget pour manger à doubler. Et c'est vrai que quand j'en parlais autour de moi les gens ne me comprenaient pas et je leur ai montré. Mon entourage proche, je leur ai montré les prix et euh... c'est là qui m'ont demandé... c'est incroyable. Alors il y a eu quand même des avancées, énormes, il y a beaucoup de marques qui reprennent justement le sens gluten. Donc aujourd'hui il y a une diversification des produits qui est assez importante, je sais qu'il y a quelques années manger sans gluten c'était la croix et la bannière, c'était aller acheter ses produits à la pharmacie

et euh... ce n'était pas possible. Il y avait très peu de produits et ce n'était pas forcément bon et c'était ultra cher. Aujourd'hui, on a quand même de la chance c'est assez développé, ouais.

Nous : Et vous pensez que c'est un effet de mode, comme on parlait tout à l'heure, que ça va... ça va s'arrêter à un moment donné, on voit même des gens dans les... dans les supermarchés pourtant ils ne sont pas intolérants ?

Elle : (Rires) Alors oui, moi ça me fait rire parce que...

Nous : Ils achètent plus cher.

Elle : Ils achètent plus cher bon en général les effets de modes, ça va être un gros cliché ce que je vais dire mais euh... c'est un peu les bobos qui suivent donc c'est malheureusement un effet de mode et non c'est contradictoire... malheureusement c'est un effet de mode du coup on ne sait pas si on tombe sur quelqu'un qui est vraiment intolérant ou... parce que nous l'intention qu'on a par rapport à ces clients-là elle nous coûte du temps et un petit peu d'argent donc c'est vrai que si on tombe sur quelqu'un qui est là juste pour...

Nous : Pour un régime.

Elle : Un effet de mode, moi je trouve juste ça pas cool, je trouve ça pas cool. Après c'est aussi bien parce que grâce à cet effet de mode euh... ben il y a des industries qui se sont développées.

Nous : Après c'est peut-être que ces maladies-là elles sont en augmentation.

Elle : Oui, aussi c'est vrai. Ça je pense qu'il y a vraiment un effet, pourquoi moi il y a 5 ans je suis devenue intolérante au gluten alors qu'il n'y a personne dans ma famille qui est comme ça. Ça j'aimerais bien le savoir et je pense que ça va arriver de plus en plus. Après euh... je pense qu'elle va se tasser un peu, fin cet effet de mode va disparaître un peu mais on va découvrir de plus en plus d'intolérants au gluten.

Nous : - Et quand c'est des stars qui le mette en avant, quel est votre ressenti par rapport à ça en fait ? Leur influence ? Est-ce-que vous pensez qu'ils peuvent réellement influencer des gens en leur poussant à acheter des produits plus chers, des produits euh... sans gluten ?

-On dit par exemple que le gluten ça fait gonfler, pour avoir le ventre plat.

Elle : Oui, en général les stars. Moi je pense surtout aux sportifs.

Nous : Oui, il y a pleins de sportifs qui ont arrêté, il y en a pour euh... des raisons médicales et d'autres pour augmenter leurs performances.

Elle : Oui, j'ai vu ça. Il y a une marque euh... je viens de la perdre là, de mix de farines pour faire du pain justement c'était une... athlète qui promulguait ce... cette marque et euh... je ne suis pas sûre, de mon avis personnel, je suis pas sûre que ça (silence), que ça fasse réellement bouger les gens. Après c'est propre à chacun, moi je ne m'attarde pas trop justement à la vie des autres je fais le mien avec mes connaissances, mes expériences donc moi je serais pas sensible à ça. Après faut le dire il y a des personnes qui s'attachent vraiment à la vie des autres, aux regards des autres donc je pense que ça peut marcher.

Nous : Ok. Est-ce-que pour vous les restaurateurs ils adaptent leur offre pour des raisons économiques ?

Elle : C'est à dire ?

Nous : -C'est ce qu'on disait un peu tout à l'heure.

-Oui

-Est-ce-que pour vous c'est un effet de mode le végétalisme, parce qu'il y a des restaurants qui se sont développés, des restaurations à thème végan euh... est-ce-que cela ils pourraient perdurer sur euh... dans le temps ?

Elle : Je ne sais pas si on peut dire vraiment effet de mode ou alors un nouveau mode de consommation fin pour moi je distinguerais vraiment les deux parce que pour certaines personnes c'est vraiment la mode parce que tout le monde le fait, mange végétarien.

Nous : Comme le sans gluten qu'on parlait.

Elle : Après je pense qu'il y a vraiment quelque chose à creuser là dessous. Après végétarien je suis pas fermé à cette idée.

Nous : Végétalien, végan ? Parce qu'il y a des restaurants à thème végan qui se sont développés, qui ont l'air de marcher pour en avoir interviewé mais est-ce-que ces restaurants vont perdurer ?

Elle : Ça c'est une bonne question, je ne sais pas du tout, honnêtement euh... végan je connais très peu donc je vais pas me lancer dans de grandes explications euh... oui j'ai aucune idée.

Nous : -Est-ce-que pour vous c'est possible aujourd'hui de partager un repas avec plusieurs alimentations différentes ?

-Tous autour de la même table, dans le même restaurant.

Elle : Ben ça dépend si c'est moi qui cuisine ou pas (rires) euh... c'est compliqué on va dire, pour moi en tant que euh...

Nous : Cuisinière ?

Elle : Consommateur, c'est assez simple euh... en fait pour moi c'est le quotidien, mon compagnon ne mange pas sans gluten tout le temps. Je ne vais pas le mettre au régime non plus. Dans ma famille pareille, on... on adapte. Après euh... je pense que pour des gens qui ne connaissent pas, qui cuisinent peu je pense que c'est compliqué. Il y a plein de fois où je suis invitée chez des amis, ce n'est pas que c'est pénible mais... pour moi en fait c'est une organisation. Quand je pars chez des amis en fait...

Nous : Faut prévoir.

Elle : Faut prévoir tout le temps. C'est un peu pénible, faut prévoir tout le temps et c'est vrai que les gens même s'ils le savent ils ne vont pas faire forcément attention et euh... ben moi je suis habituée quand je pars chez des gens que je connais pas soit j'ai une petite boîte dans la voiture soit j'ai toujours un bout de pain avec moi, c'est bête mais euh... j'ai toujours un bout de pain euh... selon les personnes qui savent mais oublient à chaque fois ben j'emmène ma boîte donc je m'embête plus. J'ai été invitée à des barbecues ou en fait il y a que des salades de pâtes. Je mange quoi, il n'y a pas de pain fin il y a du pain mais que je ne peux pas manger donc en fait ce genre de personnes j'ai ciblé et j'emmène toujours un truc. Mais c'est vrai que c'est toujours compliqué ouais, d'organiser quelque chose surtout si euh... imaginons on a quelqu'un sans gluten, quelqu'un sans lactose euh... moins de sel, sans ouais...

Nous : Ça devient vite compliqué.

Elle : Si on ne cuisine pas, c'est vraiment très compliqué en effet.

Nous : Et du coup par exemple pour aller au restaurant avec ses amis, hors du domicile, vous en tant que... que cliente ? En tant que cliente... partager un repas au restaurant avec des amis qui ont une alimentation différente chacun, est-ce-que c'est possible ?

Elle : C'est possible mais pareil ce qui est compliqué c'est que ce ne sera pas un resto de dernière minute.

Nous : Oui, ce ne sera pas une pizzeria comme ça en passant.

Elle : Ça non. Les pizzerias je bannis, les fast-foods j'ai bannis aussi parce qu'en fait euh... il y a du gluten de partout. C'est le genre de restaurant ouais, que j'évite au maximum. Euh... quand je suis avec des amis après euh...

Nous : Ça ne laisse pas trop part à l'improvisation.

Elle : Non, il n'y a pas d'improvisation en fait. Quand je suis en ville euh... pour faire du shopping ben en fait si je prévois cette journée je vais aussi prévoir où qu'on peut s'arrêter pour manger parce que je ne vais pas manger un sandwich. Et euh... une copine qui est sans lactose, on ne va pas aller se manger...

Nous : Une glace.

Elle : Non, ouais une glace ou alors se faire une raclette, moi une raclette je pourrais mais pas elle fin si on est à la montagne c'est compliqué quoi. Pour moi, ce n'est pas facile.

Nous : C'est faisable mais c'est difficile.

Elle : C'est faisable mais c'est super compliqué quoi.

Nous : Et donc, à l'avenir si mettons dans un groupe chacun à une alimentation particulière, vous pensez que euh... parce que c'est ce qui tend à arriver pour l'instant, euh... il y en a par exemple des régimes liés à la religion, des régimes pour des raisons médicales, on le disait sans gluten, d'autres pour des raisons par leur « conviction », tout ce qui est végan euh... végétarien, donc à l'avenir vous pensez que ça va être compliqué d'allier tout ça ?

Elle : Est-ce-que vous parlez d'avenir proche ou un peu lointain ?

Nous : Plutôt proche (rires).

Elle : Plutôt proche ouais.

Nous : Dans 10/20 ans maximum.

Elle : Ah non dans 10/20 ans pour moi, c'est euh...

Nous : Ah c'est loin (rires).

Elle : Ce n'est pas que c'est loin mais si vous me dites l'année prochaine je vais vous dire que c'est compliqué.

Nous : Non, pas l'année prochaine.

Elle : Dans 10/20 ans non je pense que... je pense qu'en fait il va avoir, je pense vraiment qu'il va y avoir un marché donc des jeunes... vous voyez il y a plein de petite start-up qui s'ouvrent à droite à gauche. Je pense qu'il y en a qui réfléchissent déjà sur ça, genre une application, c'est tout bête mais des applications qui vont se créer, genre tu dis quel est ton intolérance et tu trouves ton restaurant. Je pense que dans les grandes villes ça va être de plus en plus.

Nous : Par exemple, que des restos fassent attention à... bah justement à toutes ces alimentations et à proposer pleins d'offres différentes sur la même carte, par exemple je ne sais pas, vous pensez que ça pourrait arriver ?

Elle : Ça pourrait arriver mais bon courage aux cuisiniers quand même parce que ça va être quand même une organisation, mais ça peut, ouais. Ouais, ouais, ouais.

Nous : Et merci beaucoup. Merci de nous avoir reçu dans votre restaurant.

## ANNEXE G : ENTRETIEN 6 - UN RESTAURANT À THÈME SANS GLUTEN, LE 14/03/2018, 40 MINUTES

Nous : Depuis combien de temps votre établissement existe-il ?

Elle : 3 ans.

Nous : Quels produits vous proposez essentiellement ?

Elle : Du sans gluten, un peu du sans lactose, sans œufs pour la mousse au chocolat euh... voilà essentiellement c'est euh... à la base j'ai ouvert pour que ce soit du sans gluten.

Nous : Si on vous dit alimentation particulière ça vous fait penser à quoi ?

Elle : Ben moi pas grande chose parce que je n'ai pas l'impression de faire quelque chose de particulier mais euh... après oui c'est tout ce qui est sur les euh... ça me ferait penser aux allergies, ça me fait penser aussi à des effets de mode (rires), voilà ouais.

Nous : Est-ce-que vous avez des demandes de clients par rapport à des offres particulières, par exemple là c'est du sans gluten qu'on vous demande du végétarien, du végan ?

Elle : Oui, oui, surtout que les gens viennent ici en se disant qu'ils vont trouver une offre plus... Peut-être plus spécifique et plus large.

Nous : Oui, vous faites déjà du sans gluten, sans lactose, ils se disent peut-être...

Elle : Sans gluten, sans lactose bon végan je n'en fait pas fin après il y a de la salade et de la mousse au chocolat, fin à part ça je vais pas dans cette mouvance-là. Végétarien, il y a toujours un plat végétarien euh... voilà.

Nous : Du coup, ça fait salon de thé et restaurant ?

Elle : Ouais, petite restauration le midi et salon de thé l'après-midi.

Nous : D'accord, et après le soir vous êtes fermé ?

Elle : Oui.

Nous : Euh... alors est-ce-que d'après vous il y a un marché pour ce type d'alimentation ?

Elle : Ah ben il y a beaucoup plus de gens qui sont intolérants ou en tout cas qui font attention donc oui, oui il y a un vrai marché à développer surtout à Toulouse (rires).

Nous : Et du coup, est-ce-que vous avez de bonnes connaissances dans ces régimes ?

Elle : Ben assez, sans gluten oui après ça dépend ce que vous appelez bonnes connaissances quoi. C'est médical, c'est euh...

Nous : Par exemple, est-ce-que vous savez où il y a du gluten, dans quels produits faut faire attention, comment modifier les recettes ?

Elle : Oui, oui. Là pour le coup, en ce qui concerne le gluten, je suis obligée. Je reçois des gens qui sont quand même malades et qui peuvent être voilà, moi je propose quelque chose qui est sans gluten je fais pas du naturellement sans gluten ou... fin....

Nous : Ok, et du coup ces connaissances-là elles vous viennent d'où ?

Elle : Euh... ben principalement de ma mère qui est intolérante au gluten, et après je me suis... je fais comme les gens qui sont cœliaque fin je fais hyper attention aux écritures derrière, je prends beaucoup de produits où il y a le logo de l'AFDIAG euh... Pour être sûre que c'est certifié sans gluten.

Nous : Vous ne vous êtes pas concernée euh... ?

Elle : Moi je suis plus concernée par le sans lactose que par le sans gluten mais euh...

Nous : Vous êtes intolérante au lactose ?

Elle : Ouais un petit peu, après le... le... le lactose c'est particulier, soit on est allergique à la caséine et... on ne peut pas du tout du tout prendre de produits laitiers animaux... animales euh... cependant après il y a un seuil de tolérance.

Nous : Oui, le lactose on peut toujours tolérer faut pas qu'il y a beaucoup...

Elle : Et puis c'est toléré plus d'autres moins, c'est assez particulier fin moi je sais que mon cake c'est du lait de soja mais cependant c'est du... mais il y a un petit peu de fromage râpé. Si vous allez voir un gastro, le fromage râpé est considéré comme la margarine il a moins de 1% de lactose. Il y en a qui vont me dire non je ne veux pas et il y en a d'autres qui vont me dire oui pas de soucis je le tolère, quoi.

Nous : D'accord, donc on peut dire que vous avez créé ce restaurant un peu par rapport à vos convictions, par rapport à votre famille ?

Elle : Oui surtout par rapport à ma mère ouais.

Nous : Vous n'avez pas créée ça en attendant une demande particulière, vous avez pris l'initiative ?

Elle : Oui, après quand je suis arrivée à Toulouse j'ai vu que les gens adoraient les salons de thé, il y en a partout euh... cependant c'est hyper frustrant quand on est intolérant à quelque chose d'aller au salon de thé avec une copine et de se dire ben non je ne peux rien manger tout me rend malade quoi.

Nous : Et à Toulouse vous avez d'autres concurrents qui font du sans gluten ?

Elle : 100% sans gluten j'ai personne, fin à ma connaissance. A ma connaissance, il y en a qui commencent, ou qui vont faire du naturellement sans gluten mais 100% sans gluten non.

Nous : Ok. Du coup, comme vous ne faites pas de végan, est-ce-que vous avez des réticences à mettre ce genre d'offre par rapport à la difficulté en cuisine, au niveau du prix euh... ?

Elle : Non (rires). Ce n'est pas à cause de ça que j'ai du mal à aller vers cette euh... euh... alimentation là. C'est plus le côté très extrémiste des choses qui me dérange.

Nous : D'accord, mais par exemple des plats végétariens du coup vous pourriez plus ?

Elle : Ah ben il y a des semaines où c'est que végétarien, là cette semaine c'est quiche carottes/lardons. En fait, je ne vais pas me prendre la tête à me dire je vais pas faire ça. Mais c'est vrai qu'il y a des semaines où je suis plus vers le végétarien. Déjà d'une je ne peux pas cuisiner de viande, déjà viande, poisson on oublie j'ai pas d'extraction. Et c'est vrai qu'il y a plus de plat végétarien que euh...

Nous : Ok, euh... par rapport à votre mise en place de sans gluten ou végétarien, qu'il y a des avantages à en tirer au niveau du coût matière première par exemple ?

Elle : Alors il n'y a pas d'avantages (rires).

Nous : On se doute.

Elle : Au niveau du prix clairement il n'y a pas d'avantage surtout que moi je veux rester dans les prix du marché donc voilà je... je fais beaucoup moins de marge que la plupart de mes concurrents, fin concurrents restaurateurs et tout. Après euh... moi je n'ai pas de difficulté dans le sens où je fais que ça. Il y aurait une difficulté si je mixais sans gluten et gluten.

Nous : Là faudrait sectoriser.

Elle : Ah ben là c'est très compliqué.

Nous : C'est compliqué.

Elle : Là, je pense qu'on est obligé de mettre naturellement sans gluten dans le sens que la farine c'est tellement euh... volatile c'est tellement...

Nous : Et pour les fournisseurs vous arrivez à négocier des prix, parce qu'on sait que les farines sans gluten c'est plus cher euh... ?

Elle : Je suis une trop petite structure pour euh... pour négocier même je me mets un peu des bâtons dans roues, je n'ai pas de cave, j'ai pas d'endroit pour stocker ce qui fait que moi je prends des petits paquets de 500g et je prends pas les gros sacs de 25kg de farine, oui c'est plus cher, c'est plus cher.

Nous : Ok.

Elle : C'est un choix.

Nous : Et du coup, vous faites combien de couverts à peu près le midi ?

Elle : Une dizaine, une dizaine le midi la semaine, ça peut osciller entre 5 et 15 mais euh... voilà et le week-end c'est une vingtaine.

Nous : D'accord.

Elle : A midi.

Nous : Et après l'après-midi vous avez du monde ? Pour des pâtisseries ?

Elle : Ça dépend.

Nous : Ça dépend.

Elle : C'est tellement aléatoire, alors oui après la plupart des gens qui viennent l'après-midi c'est des gens qui sont intolérants. Le samedi c'est blindé, il y a.... y a.... fin voilà c'est complet mais euh... la semaine euh... en vacances oui mais...

Nous : Et votre clientèle c'est que des gens intolérants ou...

Elle : Beaucoup.

Nous : Qui trouve votre salon de thé sur Internet en tapant sans gluten ?

Elle : Ouais, ouais.

Nous : Et du coup, est-ce-que vous avez des clients sans... qui n'ont pas d'allergies et qui veulent tester par curiosité ? Pour voir ce que ça peut donner ?

Elle : Alors je ne sais pas si par curiosité ils viennent ou si...

Nous : Parce que quelquefois on pense que c'est mauvais le sans gluten.

Elle : Alors ça j'en ai plein qui ont accompagné des personnes qui mangent sans gluten et la personne qui mange sans gluten me dit « je l'ai traîné parce que » et qui ressortent enthousiastes parce que euh...

La tarte au citron était super bonne. Ils goûtent des produits qu'ils ont l'habitude de goûter normalement et qui sont... qui sont bonnes et c'est vrai qu'on a un peu...

Nous : Cet à priori.

Elle : Mais qui a été juste à un moment donné fin clairement.

Nous : Et du coup c'était un petit peu... Ok, on vous a déjà demandé d'élargir votre offre ?

Elle : Oui.

Nous : Oui ?

Elle : Oui.

Nous : Sur quels types de produits ?

Elle : Sans lactose.

Nous : D'accord, et du coup vous avez pu le mettre en place ?

Elle : J'en ai fait un peu, j'ai deux, trois produits qui sont vraiment sans lactose. Après euh... je suis toute seule et c'est plus honnêtement une question de flemme que euh...

Nous : Parce que vous pouvez allier sans gluten et sans lactose par exemple faire des produits qui feraient les deux ?

Elle : Oui, alors le truc c'est que moi je travaille beaucoup avec le beurre euh... donc faudrait que je travaille avec la margarine. C'est encore des produits qui sont plus chers, les laits qui sont... euh... végétaux c'est clairement plus chère fin voilà tout ça fait qu'à un moment donné ça augmente le chiffre et que... c'est compliqué.

Nous : Après vous arrivez à vous y retrouver ?

Elle : Au niveau des... ?

Nous : Au niveau du prix ?

Elle : Oui.

Nous : Par rapport à un salon de thé classique, on sait qu'ils peuvent faire des marges élevées quand même ? Parce qu'une pâtisserie euh... classique euh... Avec du gluten forcément ça coûte moins cher qu'avec de la farine sans gluten.

Elle : Après on a euh... on a l'image du salon de thé et puis on a la réalité euh... des coûts. Et les coûts c'est pas seulement les coûts des matières premières c'est les coûts du local, c'est les coûts... vous voyez. Et ça souvent on ne le voit pas. Et quand on est tout seul fin mi clairement je prendrais bien quelqu'un mais je ne peux pas quoi euh...

Nous : Du coup, vous économisez sur le personnel ?

Elle : Ben ouais.

Nous : Ok, et du coup comment vous gérez euh... les demandes particulières pour lesquelles vous n'avez pas d'offres ? Euh... Par exemple vous dites ce n'est pas possible ?

Elle : Soit euh... j'essaye d'avoir un produit euh... euh... qui pourrait plaire à chacun après je sais que ça ne peut pas plaire à tout le monde. Dans ces cas-là, je suis désolée mais je ne suis pas euh... fin il faudrait ouvrir un énorme restaurant et faire toutes allergies possibles et inimaginables et euh... on peut pas satisfaire tout le monde.

Nous : Après ça va, je veux dire ils ne se braquent pas les gens ?

Elle : Non, peu. Il y en a mais après je pense que s'ils se braquent c'est qu'ils ont un souci, c'est une colère personnelle qu'ils ont et je peux comprendre hein mais euh... au début je ne le comprenais pas maintenant je le vis mieux (rires).

Nous : Est-ce-que vous trouvez justement que les restaurants ils ne s'adaptent pas à ce type d'offre ?

Elle : C'est compliqué, ils ne s'adaptent pas ou alors ils ne veulent pas forcément comprendre.

Nous : Oui.

Elle : Fin, moi je vois il y en a euh... ils pourraient mais euh... bêtement déjà ils ne savent pas ce que c'est du tout. Moi je vois ma mère, je ne sais pas moi une salade ben on va lui mettre des croûtons dedans. Euh... ben non « ah bon mais je ne savais pas ». Voilà c'est... je pense que c'est une information qu'il y a à donner au personnel de cuisine dans les sauces il y a du gluten, fin voilà il y a pleins de produits donc ça peut être compliqué d'être mis en place au début surtout quand la cuisine fonctionne depuis longtemps autrement. C'est plus facile d'ouvrir quelque chose et de faire bon ben voilà moi je vous demande de faire ça et ça et là soit ils s'adaptent soit ils ne s'adaptent pas où ils ne viennent pas bosser quoi.

Nous : Vous pensez que c'est une tendance, un effet de mode poussée par les médias, par les stars ?

Elle : Ouais mais quelquefois l'effet de mode ça a du bon aussi, puisque pour les gens qui sont vraiment intolérants euh... il y a de plus en plus de trucs dans les supermarchés.

Nous : Ça permet de développer l'offre.

Elle : Ouais. Donc, oui il y a le côté euh... ah ben t'es à la mode tu fais fin voilà donc énervant mais ça développe aussi, il y a quand même de plus en plus... je pense que les médecins cherchent de plus en plus euh... ce type d'allergies donc on voit de plus en plus et puis on peut avoir je ne sais pas moi des douleurs articulaires, des douleurs inflammatoires et se rendre compte que... que ben le gluten si on l'enlève ou le lactose ben ça fait du bien.

Nous : Et du coup, vous trouvez que les restaurateurs ils ne s'adaptent pas assez en fait ?

Elle : (silence)

Nous : Vous qui avez quelqu'un de votre famille, en tant que consommateur, même pas forcément en tant que restaurateur, quand vous allez au restaurant ?

Elle : C'est compliqué, ouais c'est compliqué, fin on peut jamais être sûr... ouais faut faire confiance à la cuisine quoi. Donc en général on choisit un endroit et si on n'a pas été malade on y retourne.

Nous : Oui c'est sûr. Et est-ce-que vous pensez que c'est plutôt les restaurants haut de gamme type gastronomique qui peuvent mieux s'adapter, par exemple qu'une brasserie ou... ?

Elle : Tout le monde peut mieux s'adapter, ben déjà ils ont les cuisines pour au moins. Ils ont les cuisines qui sont plus grandes, ils pourraient faire un... un endroit juste dédié au sans gluten, au sans lactose fin... L'avantage du lactose c'est que c'est moins volatile que le gluten quoi.

Nous : Est-ce-que du coup vous songez à instaurer de nouvelles offres alimentaires dans le futur, est-ce-que vous prévoyez euh... ?

Elle : Non, très honnêtement non. Je prévois d'autres choses mais pas ça. (Rires) Peut-être dans quelques années mais ce serait sur un truc plus grand effectivement euh... d'allier pleins d'allergies alimentaires différentes mais là pour le moment c'est pas euh... ce n'est pas mon objectif.

Nous : Ce n'est pas à l'ordre du jour.

Elle : Non.

Nous : Ok. (Silence) Du coup, en dehors de toutes les contraintes d'organisation euh quelles offres aimeriez-vous proposer ? Idéalement s'il n'y avait pas de contrainte de prix, quelles offres vous aimeriez instaurer ?

Elle : Plus de sans lactose mais après.

Nous : Végan ?

Elle : Non.

Nous : Plus de sans œufs ?

Elle : Pas forcément, le crumble il n'y a pas d'œufs, euh... la coupe bouffée il n'y a pas d'œufs, la mousse au chocolat, il y a quand même des... des trucs où il n'y en a pas, non vraiment ce serait le sans lactose.

Nous : Et on vous a déjà demandé des offres avec du sucre réduit, des offres avec moins de sucre ?

Elle : Ouais, ça à la limite ouais.

Nous : Est-ce-que c'est aussi euh... « une tendance » ?

Elle : Non, non c'est une vraie merde (rires), clairement.

Nous : Il y a de plus en plus de diabète, ils mettent du sucre partout.

Elle : Après c'est...

Nous : Après peut-être sans faire sans sucre mais peut-être en réduisant ?

Elle : Ah ben j'en réduit quand même beaucoup, ouais je mets la moitié du sucre qui a dans les recettes, j'en mets la moitié.

Nous : Et les clients c'est une demande...

Elle : Non, il n'y a pas encore cette demande, fin euh... c'est très... euh...

Nous : C'est en marge.

Elle : Et bon on va dans un salon de thé euh...

Nous : C'est pour une sucrerie.

Elle : Moi quand on me dit « vous avez pas un truc sans sucre », ben non, si la mousse au chocolat mais il y a du chocolat mais il n'y a pas de sucre rajouté. Après ce serait plus changer le sucre parce que c'est vrai qu'actuellement je suis sur du sucre blanc sur la plupart des sucres et euh... si j'utilise un peu le sucre roux, un peu le sucre muscovado ce n'est pas... la grande majorité des pâtisseries.

Nous : Et sinon le midi, vous proposez combien de plats ?

Elle : Ben deux : quiche, cake, soupe et salade de chèvre chaud, ça fait trois en tout et euh...

Nous : Et du coup vous la faite que sous forme de menu ou vous le faites aussi un peu à la carte ?

Elle : A la carte.

Nous : Ok, vous n'avez pas de menu du jour après ?

Elle : Non, en fait le menu c'est le menu... c'est ce qu'ils veulent, après il y a le méli-mélo qui marche bien c'est un mix de tout, ils ont de la quiche, du cake, de la soupe. Ça ils aiment bien.

Nous : Ok, et du coup vous changez tous les combien à peu près ?

Elle : Toutes les semaines.

Nous : Tout ? Entrées, plats, desserts ?

Elle : Euh... pas les desserts ça reste toujours les mêmes mais euh... Entrée, plats.

Nous : En ce qui concerne les prix, est-ce que vous pensez que les restaurateurs ils doivent, fin ils doivent, leur prix est plus élevé on le constate, est-ce que vous pensez qu'ils doivent le faire ou ils doivent réduire leur marge, parce qu'on le voit dans les restaurants classiques s'ils proposent un... un pain sans gluten ils vont le faire payer en plus ?

Elle : Au début, c'est ce que je m'étais dit mais non je ne le ferais pas euh... ben après ils jouent un peu sur la vague... je vois à Paris c'est exorbitant les prix qui... qui... qui font dans les salons de thé, le peu d'endroits où ils font du sans gluten euh... si on pourrait après ce serait justifié. Moi, j'en parle avec des gens qui sont vraiment intolérants au gluten, eux ils sont capables de payer euh... euh... un petit peu plus, il y a certaines choses que je fais et qui sont certainement plus chères que euh... je ne sais pas... Je faisais des shortbread millionnaires c'est sûr que... ils sont 2€ plus cher que le voisin d'à côté, ce n'était pas les mêmes produits, c'était pas... fin voilà et puis au bout d'un moment euh...

Nous : Après je pense que les clients ils sont assez compréhensifs, surtout ceux qui sont concernés ils doivent le savoir que c'est forcément plus cher.

Elle : Ouais et puis très honnêtement, en ce qui me concerne, quand on paye 9,5€ un plat et que... ou 4,8€ une pâtisserie euh... vous allez dans tous les salons de thé je pense que...

Nous : Ça reste dans la même gamme de prix.

Elle : Ouais.

Nous : Vous n'avez pas... vous vous êtes adaptée par rapport à la concurrence ?

Elle : Je n'avais pas envie de brimer ou de... ben tu manges sans gluten et tu vas payer le prix.

Nous : C'est sûr. Du coup, par rapport à ce qu'on disait sur les restaurateurs qui mettent des prix plus élevés, vous pensez que... ?

Elle : Ce n'est pas justifié.

Nous : Même si les produits sont plus chers c'est pas forcément. Du coup, on voulez-vous demandez par rapport à ces restaurateurs qui adaptent leur offre par rapport à ces alimentations particulières, qu'ils le font pour s'adapter au marché ou qu'ils le font pour leur conviction personnelle ?

Elle : Ah non, ils le font pour s'adapter au marché.

Nous : Ok.

Elle : Pour moi.

Nous : Ils suivent l'effet de mode.

Elle : Ben oui, après ils ont raison, ils choisissent de prendre les pâtisseries qui marchent le mieux et euh... Voilà après est-ce que s'est justifié de le mettre plus cher je suis pas certaine parce qu'ils vont se rattraper à un moment donné sur d'autres pâtisseries, oui clairement je gagne certainement moins ma vie euh... qu'avec mes pâtisseries mais moi je l'ai fait que... par conviction. C'est sûr que quand on ne fait pas par conviction, on s'en fout un peu et on met le prix et puis si les gens viennent et ben tant mieux et s'ils viennent pas on fera autre chose.

Nous : Et vous vous avez toujours travaillé dans... dans ce type d'établissement ou avant de créer cet établissement vous avez pas du tout l'idée de faire ça ?

Elle : J'ai toujours travaillé dans la restauration, après je voyais bien qu'il y avait de plus en plus, fin je bossais en traiteur, et il y avait de plus en plus de demandes de buffet sans gluten ou avec des allergies et euh... Différentes euh... après non je n'ai jamais travaillé, fin j'ai jamais connu d'endroits où les allergies alimentaires étaient dominantes.

Nous : Donc vous avez fait ça par rapport à ce que vous avez observé finalement ?

Elle : Oui, oui complètement. Par rapport à ce que j'ai observé, par rapport à ma vie personnelle euh... et puis mes envies du moment quoi.

Nous : Vous avez vu que ça peut marcher ?

Elle : Oui, oui, oui.

Nous : Que c'était une clientèle à attirer ?

Elle : Ouais. Ou à sauver. (Rires)

Nous : Et à Toulouse il y a une clientèle qui est..., fin je pense que vous voyez, qui est intolérante et qui est en augmentation du coup à Toulouse ?

Elle : Ouais, ouais.

Nous : Et vu que vous êtes seule, du coup vous profitez...

Elle : Je profite, je n'ai pas fait énormément de pub sur le fait que je fasse du sans gluten, c'est beaucoup de bouche à oreille et je vois même qu'au bout de 3 ans des gens viennent et qui disent « ah mais ça fait pas longtemps que vous avez ouvert » ben si ça fait 3 ans euh... Ou « ah ben je viens de découvrir que je suis intolérante du coup je viens chez vous » ou euh... et ils vont être déçus j'ai mis en vente donc euh...

Nous : Ah mince, d'accord.

Elle : Mais après euh... oui je c'est... c'est... c'est en augmentation et ce qui est génial c'est que ça touche, fin c'est méchant ce que je vais dire, mais ça touche toutes les populations. C'est que j'ai Madame Machin prout-prout, ah la nana qui est tatouée de partout au punk au... J'ai vraiment de tout, aux gamins... ça c'est génial. La maladie, l'avantage c'est que ça touche tout le monde.

Nous : A n'importe quel âge non plus.

Elle : Ouais, n'importe quel âge, il y a pas de...

Nous : Et du coup, si vous souhaitez vendre, si ce n'est pas indiscret, est-ce-que vous voulez vous relancer peut-être vers quelque chose de... sur les allergies ?

Elle : Plus tard, plus tard.

Nous : Mais quand même dans cet esprit sur les alimentations particulières ?

Elle : Oui, oui, si je devais monter quelque chose ce serait dans ce... ouais, ouais, ouais.

Nous : Et imaginons, vous n'aviez pas des personnes de votre famille qui seraient allergiques au gluten est-ce-que euh... vous seriez sensibilisée par rapport à ça ?

Elle : Non.

Nous : Vous n'auriez pas mis en place ce genre d'offre ? Vous n'auriez pas eu l'idée en fait de le faire ?

Elle : Pas du tout. D'ailleurs, si vous voyez bien tous les endroits où il y a une offre euh... en général, c'est vrai que certains vont surfer sur la vague du sans gluten ou des intolérances mais la plupart... il y avait le XXXX qui avait ouvert euh... rue du XXX c'est plus les mêmes mais à l'époque où ça a ouvert il y avait un des associés qui est intolérant...

Nous : Il est cœliaque.

Elle : Il était cœliaque, ça ne l'est plus et ben il y a pleins... maintenant ils ont repris l'offre mais il y a pleins de gens qui sont malades.

Nous : Les consommateurs ne sont pas contents.

Elle : Ben ouais, ils ne sont pas sensibilisés par ça donc ils ne font pas attention, ils ne savent pas qu'on en mélange pas les mêmes couverts ben voilà, on ne mélange pas la même plaque à snacker que celle où on a utilisé du pain mais ça si on ne le sait pas et qu'on est pas un minimum sensible à ça ben on s'en fou quoi. Et c'est quoi des traces ? Pour quelqu'un qui n'est pas malade, ben non mais c'est rien c'est pas grave, ben si.

Nous : Donc, vous pensez qu'il faut quand même une formation, des connaissances ?

Elle : Oui.

Nous : Vous pensez que qui doit être formé ? La cuisine, la salle ?

Elle : Tout le monde.

Nous : Tout le monde.

Elle : Parce que euh... la salle euh... ben quand on va couper le pain, la baguette, le machin, et puis qu'on va aller prendre l'assiette de Madame Machin qui est intolérante et qu'on va lui mettre les doigts pleins de farine dedans et ben bi.

Nous : Donc c'est un effort sur tout le restaurant ?

Elle : Ouais.

Nous : Vous pensez que maintenant tout le monde devrait être formé, par exemple en école hôtelière ?

Elle : Je pense ouais, je pense qu'il devrait y avoir, après pas forcément mais quelques cours au moins sur une... je pense qu'il doit y en avoir sur les allergies alimentaires maintenant, non pas trop ?

Nous : Peut-être par rapport à liste des allergènes. Peut-être ouais.

Elle : Après ou qu'il y a une section, qu'il y a un truc pour développer euh... les pâtisseries sans gluten, la nourriture, les plats sans gluten euh... même dans les écoles hein personne n'est sensible à ça, les gamins ils sont obligés d'emmener leur gamelle quoi.

Nous : Même dans certains euh... restaurants le repas du personnel on doit emmener notre gamelle (rires) si on est allergique euh...

Elle : Pourquoi ça vous concerne ? (Rires)

Nous : Je suis intolérante au gluten c'est pour ça qu'on a décidé de faire ça. Et du coup, est-ce-que vous pensez que c'est difficile pour les restaurateurs de s'adapter à ces régimes-là ?

Elle : Ben... c'est toujours difficile de changer des habitudes en fait.

Nous : C'est sûr.

Elle : N'importe quelle habitude quand on ne l'a pas euh... la changer c'est comme arrêter de fumer ça demande un effort ça demande une prise de conscience.

Nous : Du jour au lendemain.

Elle : Ouais, c'est pour ça que c'est plus facile de créer, que de remettre en place une fois que c'est créé.

Nous : Parce que les bonnes habitudes elles sont mises en place dès le début.

Elle : Ah ben oui, moi par exemple si demain je prends quelqu'un en cuisine euh... ou en salle ben voilà il sait qu'ici on travaillera que ça et fin voilà il n'a pas le choix quoi.

Nous : Oui, c'est sûr que sinon faut revoir toute l'organisation, faut revoir le stockage, l'hygiène. Faut des locaux séparés. C'est compliqué.

Elle : Pour moi c'est plus facile de faire du 100%, on ne se prend pas la tête on regarde les étiquettes, on fait que... là-dessus, on s'adapte là-dessus que de faire les deux quoi. Les deux... fin moi je sais que la personne qui... qui là me disait qu'elle était intéressée pour reprendre elle veut faire du naturellement sans gluten, parce que je pense qu'ils flippent euh... dans sa formation c'est une formation de pâtissier et donc on ne lui a pas appris euh... tout ce qui est... alors lui il est sensible et sa femme est intolérante au gluten et au lactose donc il est plus dans cette mouvance là mais c'est quand même drastique de... de regarder tous les emballages parce que j'achète mon chocolat mais ça veut pas dire que demain il n'y aura pas marqué traces de gluten. Là pour le moment il n'y est pas mais s'ils changent ou s'ils intègrent dans leurs labos euh... un produit avec du gluten, il y en aura.

Nous : Un gâteau. Un nouveau truc qui contient du gluten.

Elle : Donc c'est euh... à ce niveau-là c'est chiant.

Nous : Et du coup, vous avez mis en place, fin je sais pas si c'était obligatoire pour vous la liste des allergènes ?

Elle : Alors elle est obligatoire pour tout le monde, après moi je l'ai pas mise en place. Maintenant, moi je sais ce que je fais, c'est moi qui produit tout donc...

Nous : Vous l'avez en tête.

Elle : Les gens ils me demandent je sais quoi.

Nous : Oui, oui, oui, bien sûr.

Elle : C'est plus compliqué quand on ne produit pas. Après je sais que moi j'ai une cliente elle est allergique à l'huile d'olive.

Nous : Ok.

Elle : Et quelquefois je fais comme cette semaine le cake tomates séchées/pistache. Les tomates elles baignent dans l'huile, ben à chaque fois même s'il elle me dit et même si je sais que c'est toujours les mêmes tomates ben quand elle arrive je regarde mon pot pour voir s'il n'y a pas d'huile d'olive dedans. Après c'est un mécanisme qui se fait et euh...

Nous : Par exemple, allergie aux fruits à coques ou euh... ?

Elle : Oui voilà.

Nous : Vous avez parfois ce type de client qui viennent ici ?

Elle : Oui, ouais.

Nous : Justement parce que c'est sans gluten, ils font peut-être plus attention globalement. Voilà ils font plus attention aux allergies, ils sont peut-être plus concernés.

Elle : Oui, cependant quelquefois ils sont déçus (rires) parce que bon... ou je redemande parce que fruits à coques euh... c'est quoi parce que pour moi c'est vague euh... ça englobe quoi. C'est flippant quand même de recevoir des gens... un jour j'ai reçu une cliente qui me dit « alors j'ai des allergies mortelles et d'autres non » (rires) alors oui alors bon, la porte c'est là-bas (rires) non ça fait peur. A chaque fois qu'on touche à une allergie, d'ailleurs moi ma mère, je pense que vous faites pareil, je lui dis, dis de dire qu'elle est allergique et pas intolérante.

Nous : Oui, je le dis souvent.

Elle : Parce que l'allergie d'un coup ça fait flipper, elle va me faire un œdème elle va mourir devant moi, l'intolérance elle va être ballonnée.

Nous : L'intolérance il y a beaucoup l'effet de mode des gens qui se disent intolérants. Les gens qui mélangent les termes parce que le vrai terme c'est intolérant, les gens pensent qu'intolérant c'est juste

un petit truc, ils confondent intolérance, hypersensibilité, allergique. Allergique ça sonne vraiment grave donc euh...

Elle : Mais ma mère n'est pas cœliaque, elle est hypersensible au gluten, elle a une trace, elle est malade mais à en mourir.

Nous : C'est quasiment du cœliaque à ce niveau-là.

Elle : Ben oui mais elle n'est pas... elle a pas été dans les examens qu'elle a fait, elle a pas... elle a pas le truc de cœliaque.

Nous : Moi aussi je suis entre les deux, mais moi une trace à peine et je suis carrément malade et c'est... mais bon au point de vue des restaurateurs la plupart ne sont pas formés et donc on est obligé de dire allergique parce qu'intolérance le restaurateur il va se préoccuper du client fin après vous avez travaillé en cuisine, vous aviez dit ?

Elle : Un peu en traiteur ouais.

Nous : Quand par exemple vous entendiez un client, vous étiez du côté de la cuisine ou un serveur qui vous disiez « oui, il est sans gluten » peut-être qu'il y a plusieurs années euh... c'était peut-être un peu négatif l'avis du cuisinier.

Elle : Ah oui complètement, je crois que ça l'est encore. Beaucoup, ça fait chier « ah encore une emmerdeuse ou un emmerdeur » mais euh...

Nous : C'est vrai que s'ils n'ont pas d'offre qui est mise en place pour s'adapter, c'est à la dernière minute dans le coup de feu.

Elle : Ben un restaurateur, il va pas me dire qu'il a pas une poêle, qu'il ne peut pas faire griller de la viande ou du poisson euh... sur une poêle à côté. Non, clairement ça fait les faits chier parce qu'on est en coup de feu, on n'a pas envie à part si la personne est sensible. C'est-à-dire que si elle a une personne dans sa famille qui a ça alors là c'est les petits oignons, c'est génial, il va prendre le temps de... de... De faire. Ce qui est normalement censé être un cuisinier. Euh... des haricots verts il y en a partout, ils en ont toujours, et euh... ils ont toujours des trucs de prêt et qui n'ont pas toujours forcément baignés à côté de... de... de gluten parce que bon voilà. Parce que bon la farine ils l'utilisent mais ils ne l'utilisent pas tout le temps, les légumes il n'y en a pas euh... fin il y a quand même pleins de trucs qu'ils peuvent proposer et... et de la salade. En plus, en tant qu'intolérant ou allergique euh... Ils le savent quand ils vont dans un restaurant. Déjà c'est frustrant euh... on culpabilise parce qu'on fait chier, on passe pour la chiantie euh... de service fin voilà c'est juste l'horreur quoi.

Nous : Oui, c'est sûr alors que vous n'avez rien demandé à personne quoi.

Elle : Ben oui et puis...

Nous : Vous êtes malade, vous êtes malade.

Elle : Ouais.

Nous : C'est ça qu'ils ne comprennent pas je pense. Je pense que c'est à cause de cet effet de mode ou les faux intolérants, ils ont fait ça pour le régime parce que ça fait gonfler le gluten, ça fait un amalgame et euh...

Elle : Oui.

Nous : Et puis avec les stars aussi, qui le pousse.

Elle : Ouais.

Nous : Qu'est-ce que vous en pensez-vous de ça ? Des stars ? Que ce soit sportifs, chanteurs etc.... ?

Elle : Moi je trouve... je me dis qu'il y a du bon partout et qu'effectivement ça fait développer une offre qu'il n'y avait pas avant. Moi, ma mère il y a 15 ans...

Nous : Ça fait connaître.

Elle : Ouais c'est ça, elle fabriquait sa farine et fin voilà c'était compliqué.

Nous : C'est peut-être moins connu aussi ?

Elle : Oui, complètement mais qu'est-ce qui fait aussi que les choses sont connus c'est que les gens en parlent, les célébrités s'y mettent.

Nous : Il y a plus d'offre dans les restaurants, dans les magasins.

Elle : Les gens savent de plus en plus ce que c'est, de tout façon moi je pense que la France on est totalement en retard quoi.

Nous : C'est sûr, vous avez voyagé un peu ?

Elle : Pas des masses, mais en tout cas j'ai pas mal de gens qui ont voyagé et que... me ramène que... me rapporte qu'en Espagne, en Allemagne, aux Etats-Unis, fin c'est euh... il y a une offre pour tout le monde quoi.

Nous : Après c'est écrit partout en gros là-bas.

Elle : Oui, en Italie pareil.

Nous : En Espagne, en Irlande euh... donc on est un petit peu en retard quoi.

Elle : Ah ouais.

Nous : Est-ce-que vous pensez qu'en France la gastronomie s'associe avec des valeurs anciennes euh...

Elle : Le pain euh...

Nous : Des plats comme ça.

Elle : Surtout le pain, je pense, ouais. Il y a un vrai truc sur le pain, la baguette.

Nous : La baguette (rires).

Elle : La baguette, les viennoiseries, tout ça c'est euh... ça fait envie quoi.

Nous : Après je pense, je ne sais pas ce que vous en pensez il doit y avoir un retard aussi au niveau de l'évolution des mentalités, on est pas prêt à se sacrifier ? On est réticents peut-être ? Peut-être qu'on est réticents, peut-être que la nouveauté fait peur ?

Elle : Oui, oui je pense que c'est un tout, ouais.

Nous : Et est-ce-que vous pensez que c'est faisable aujourd'hui de faire un repas euh... ensemble entre amis par exemple ou avec la famille en ayant chacun une allergie, fin en ayant chacun une alimentation différente de l'un et de l'autre ? Par exemple, un sans gluten, un sans lactose, végan. Est-ce-que c'est possible de partager un repas ?

Elle : Soit chacun ramène son repas euh... soit la personne qui reçoit elle va se creuser la tête et faire un repas que tout le monde peut manger euh... mais je vois que ça.

Nous : Et au niveau du restaurant ?

Elle : Ben... au niveau du restaurant.

Nous : Que chacun puisse manger autour de la même table mais avec son alimentation ?

Elle : Dans ce cas-là c'est faisable mais vous venez dans un endroit qui est spécialisé sans gluten donc déjà on élimine euh... voilà, le végan on peut essayer de trouver un truc moi je sais que quelquefois je fais une grosse soupe avec une bonne assiette de carottes, de betteraves. Je fais un truc euh... mixé. Bon, on essaye toujours de... de... de... en tout cas ici. Après un endroit qui est vraiment spécialisé de rien du tout euh... on n'oublie. Vous n'allez pas aller manger dans la brasserie du coin euh... Lui dire que vous êtes végan alors qu'il fait de la viande, que vous êtes intolérant au gluten alors que... voilà. Après je pense qu'il faut cibler ces endroits quoi.

Nous : En tant que consommatrice du coup, avec votre mère, vous l'aviez dit tout à l'heure, comment vous faites pour aller au restaurant ? Est-ce-que ça demande... Est-ce-que vous cherchez à l'avance ?

Elle : Alors soit-moi si c'est ici, je cherche à l'avance et en général c'est souvent l'été donc il y a des salades, donc c'est plus gérable et puis j'ai une mère qui ne mange pas beaucoup et puis je crois qu'elle s'est fait une raison et voilà quoi elle y va pas forcément par plaisir.

Nous : Du coup, ça freine un peu vos et ses « sorties » ?

Elle : Ouais, fin.

Nous : C'est un frein ? Parce que s'il y avait plus d'offres est-ce-que ce serait plus simple d'aller au restaurant ?

Elle : Oui, oui, certainement.

Nous : Ok. Est-ce-que vous avez une dernière chose à rajouter ?

Elle : Sur le sujet ?

Nous : Qu'on n'aurait pas évoqué.

Elle : Non, je ne vois pas euh... non là comme ça non.

Nous : Ok, merci beaucoup de nous avoir reçu.

Elle : De rien.

## ANNEXE H : GUIDE D'ENTRETIEN POUR LES RESTAURATEURS EN ANGLAIS

Table 15 Guide d'entretien pour les restaurateurs en anglais

	Restaurateurs with offers for special dining regimes	Restaurateurs with no offer for special dining regimes
Introduction	<p>1. Can you tell me a little bit about your restaurant? (If restaurateur didn't mention: your restaurant has been around for how long? What kind of products do you offer pour clients?)</p>	
Theme 1: Awareness	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. As a restaurateur, do you witness any emerging dining trends in the recent years?</li> <li>2. What are they?</li> <li>3. If I tell you the word "special dining regimes", what words come to your mind?</li> <li>4. Do you see it happening?</li> <li>5. How has your restaurant adapted to these changes? (do you go with it, or do you ignore it?)</li> <li>6. How do you deal with customers having special dining requests? (gluten-free, vegan, lactose-free, etc.)</li> <li>7. Britain restaurants are known to be very welcoming to special dining regimes, as there has been an increasing demand for this in the UK. Do you think this statement is true?</li> <li>8. As an expatriate living in France for ... years, what do you think about dining in France?</li> <li>9. Do French people have a lot of special dining request?</li> <li>10. <u>Relaunch</u>: So, you were talking about ... phenomenon's, could you clarify this topic a little bit more?</li> <li>11. Focus on unclear notions</li> </ol>	
Theme 2: Affection	How do you <b>feel</b> about these practices?	
	The application of this politic (of adapting to special dining regimes) comes from internal discussion or from the increasing demand from the public?	Do you feel like putting in place this kind of offer?
Theme 3: Action	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Do you meet with any difficulties trying to adapt to these regimes?</li> <li>2. How do you deal with special demands where you have no inventory at all?</li> </ol>	
	Do you envision any other future adaptations?	Do you envision putting in place such system in the future?

## ANNEXE I : ENTRETIEN 7 - UN RESTAURANT À THÈME IRLANDAIS, LE

14/03/2018, 25 MINUTES

**We:** Hello!

**Them:** Hi guys, come in!

**We:** Okay thank you! Sorry for being a bit late and taking up your precious time...

**Them:** No, it's fine never mind we're not open yet!

**We:** Ok so it's going to be quick.

**Them:** Ok fine, go on guys!

**We:** Okay. The first question is... When you hear the term "eating regimes", or "dietary regimes", or "dietary requirements", what comes to your mind?

**Them:** Ah... vegetarian, vegan... ah... gluten-free, and halal.

**We:** Yes, great and any other thing?

**Them:** Argh... Allergies, you know allergies are a big thing in the restaurant business. You must be careful...

**We:** Yes!

**Them:** Certain people have a... You know because people with allergies are very sensitive. That might not be in their dish, but there could still be particles in the air. Those could cause an entire reaction. So yeah that could be an important concern for us as well.

**We:** Ok great! Can you tell me a bit about your restaurant? What are your specialties?

**Them:** Yeah, we do... We're an Irish restaurant so sort of typically things that you would find... you know... hearty, wholesome food... homemade food... All sauces homemade. And brunch, which is a very ancient Irish breakfast.

**We:** Yes.

**Them:** It's a little... um... well it's lunch mixed with breakfast. Generally, 3 - 4 starters, 3 - 4 main courses, and 2 - 3 desserts.

**We:** Ok. And you also sell beers and alcohol and...

**Them:** Yeah absolutely! Beers and wines and aperitifs.

**We:** Great! So, you've been in Toulouse for how long?

**Them:** I've been here for 8 years and the restaurant will be 4 years old in April.

**We:** Wow cool! And as a restaurant in Toulouse, do you witness any emerging dining trends? Do your customers come and say that I want this and that kind of dish and...

**Them:** Yeah vegetarian and gluten-free are quite big... um... we started doing that uh... before. You know when we started doing the vegetarian burger, there wasn't that many in Toulouse... like 3 years ago... ha-ha...

**We:** Yes?

**Them:** You know there were vegetarian restaurants, but in other restaurants there really wasn't a vegetarian option. And I feel we've been hugely successful with that. Hm... Gluten-free it's probably... There are obviously people who are gluten-intolerant but some of it is about a diet fat or about cutting the breads from a diet... So, um we'll do gluten-free, but we don't... like we have the vegan salad that will be gluten-free, but we don't specifically offer a gluten-free as meal main courses yet.

**We:** Yes?

**Them:** Other trends would be brunch. Brunch is a big trend, although the brunch... lots of places have just taken their lunch menu and put brunch on it. Ha-ha...

**We:** Okay?

**Them:** So, they're not really making a brunch, but they're calling it a brunch. And that would seem to me that hamburgers have been big in Toulouse. They wouldn't be an emerging trend, but they have been big in Toulouse for the last 2 - 3 years.

**We:** Great. Do you have lots of customers who... when they want to reserve a special dish, do they tell you in advance...

**Them:** You mean for the food that they would order in advance?

**We:** Yes

**Them:** Normally just for big groups. If there's a group of 20 or 40 people, then we would do that in advance and we would check for dietary requirements and things like that...

**We:** Ok?

**Them:** But otherwise no. Generally, if people are reserving for 4 to 10 people, normally they wouldn't... Normally we wouldn't do that menu in advance for them... unless they ask, and the prices would have to be different.

**We:** They can just come in and...

**Them:** Order à la carte yes.

**We:** Yes ok. British restaurants are known to be very welcoming to different requests...

**Them:** We're an Irish restaurant so...

**We:** Oh okay?

**Them:** So very different! It's a bit like saying Japan is part of China. So... ha-ha...

**We:** Ah okay sorry ha-ha...

**Them:** No problem at all ha-ha...

**We:** Do you find Irish restaurants, and Irish restaurants in France are welcoming to different dietary requests?

**Them:** Yes, for sure. That's very much part of our culture and there are restaurants with customers from all over the world. So, we'd like to get to know our customers. So, 70% of our customers will be regular customers. So, people have been coming here for 4 years... You know, people who work in the United States and come here every few months to collect airplanes from Airbus... You know they come here every time they're in Toulouse so... yeah, it's an important part of what we do.

**We:** Ok! As an expatriate living in France, what do you think about the dietary requirements from the French?

**Them:** Um French... Look... If I do a comparison to say Dublin or Ireland or New York, um... there are very few restaurants that cater to dietary requirements. I mean even big vegetarians considered. Very strange in France... haha...

**We:** Yes?

**Them:** Um... that's... that's strange... You know... I mean... but France is always a little bit behind and maybe a little bit stubborn with their food culture.

**We:** Yes?

**Them:** Uhm... But we'll see. I mean it's changing. You know... and the market changes, too. So, we have a feeling that they will be willing to do a lot of vegetarian food in sort of non-vegetarian restaurants. So yeah... I think France is catching up, but it's slow you know.

**We:** Yes. Do the people with special dietary requests that come to your restaurant... are they French or are they from other nations?

**Them:** Often, it would be people from different countries. They're from the US or from the UK or Ireland and who would more often ask about special dining offers. One of the things though, if they're French, is that certain people will ask if the meat is halal. You know, that's a... That would be something that the French would ask as a dietary requirement, but I would take any percent of the time it's uh... it's uh Irish or British or American clients who would ask...

**We:** Ok. Awesome. How do you feel about these practices, these special dietary requests? Do you... How do you find them to be?

**Them:** Yeah, they're great I mean... Look at all the opportunities to work harder, to be more inventive in the kitchen. You know. I think if you don't like that challenge you'd probably shouldn't be cooking food. Haha... Agree?

**We:** Yeah, it's a great challenge! So, do you see yourself adapting more to these requests in the future?

**Them:** Yeah, I mean look we're very happy to adapt to their requirements. Vegetarian, brunch, I mean we're nearly 50-50 on a regular classic brunch... 50 for the regular and 50 for the vegetarian brunch. We see it as an opportunity. Others might view it as something that's difficult, but we would view that as an opportunity...

**We:** Ok great! And if people tell you that you should not adapt yourself all the time, and that you should keep your own tradition, do you agree with that? Why or why not?

**Them:** Um... I think tradition has its place, but you know, your tradition doesn't die... like you know having a Chinese restaurant in Dublin doesn't change... It's not going to change our cuisine, you know... in the sense that we can still do traditional cuisine if we want to cause there's no need to be afraid. But other cultures... um... we can really learn from other cultures, you know? We can adapt some of their techniques for what we do. There's a great Japanese chef who's doing Southern French food um... in a place called ABC in Toulouse. He's fantastic. He is from Japan, so it's normal that he pays attention very much to details. But the food is of the West. So that could be a good thing.

**We:** Yeah great, these trends, or the adaptations, can't change your tradition. So, do you meet with any difficulties in trying to adapt to these dietary requirements?

**Them:** I don't think difficulties...

**We:** Or setbacks?

**Them:** I wouldn't say it's difficult. I would say, it can be a challenge. But the challenge isn't something that's difficult, you know. If you like... if you're the sort of restaurant that cooks all the time their food and makes all the type of sauces, then it should be interesting for you, not a difficulty.

**We:** Hm interesting! And how do you deal with the special demands where you have no inventory at all? For example, if someone walks in and say I'd like a kosher dish?

**Them:** Yeah look. I mean we'll check with what we have... we'll... you know it needs to be a double check. We'll check the sauces, the ingredients list to make sure that everything adheres... You know there could be little things like, maybe the most searched, maybe the ingredients that... You know sure we'll check, we'll go out of our way to see what we can do. I mean in the end of the day if we can't do it. You know someone comes in and ask for something that we just don't have then there's nothing we can do. Um... But yeah, we'll do our best. If it's possible, we'll do something...

**We:** So, what do you think about this picture of *The Last Thanksgiving* from the New Yorker? It's a table full of people with different, uncompromising dietary requirements.

**Them:** Yeah, I get it. Yeah look. Uh... If people would like to complain about vegetarian, vegan, etc. I think you'd have to... I think everybody has a part but, you know, if you're going to a restaurant, and you have strict dietary requirements, you should call them and let them know. Because the chances are they will be able to do something and, but it's not acceptable to show up and say, on the day, oh I can't do this... or this is ridiculous... and get angry. You know, if you have a special requirement, just let people know.

**We:** Yes...

**Them:** And you know if you show up at a steak restaurant, and your vegan, you know... Chances are you're not going to be able to get something that you want.

**We:** Yes, sure!

**Them:** But equally, like I say, it's just another challenge, right? You know.

**We:** Yes!

**Them:** I mean if someone invites you for Thanksgiving and you freaked out because you're a vegan and say you can't eat turkey... Well then that's stupid right?

**We:** Yeah kind of...

**Them:** So, I'd just say let people know in advance. If someone invites you to the Thanksgiving, tell them in advance if you can eat meat or not alright?

**We:** Yeah sure I'd be glad to, haha! And just a final question?

**Them:** Sure!

**We:** Do you have any additional comments, thoughts on the dietary requirements and how restaurants should adapt to them?

**Them:** Yeah, I think... Look its good business. Um... If there's a niche market of people like that... that don't eat meat or are vegans or... Well then you can make money by serving them what they want, you know? You might not change everything, but you can make money by trying to cater to these people. So, it's good business. And that's how people should view it.

**We:** Okay!

**Them:** Okay?

**We:** Yes, that's all. Thank you very much!

**Them:** Great! Thank you very much, guys!

ANNEXE J : ENTRETIEN 8 - BAR PROPOSANT ET RESTAURANT RAPIDE, LE  
28/02/2018, 20 MINUTES

We: Um, can you tell us a little bit about Pub and rapid outlet C?

Pub and rapid outlet C: Well, Pub and rapid outlet C is part of CW France, which is a company that is a part of CW UK, which has been around for about 140 years in the UK. Then they came to France around 25 years ago. They opened this pub - Pub and rapid outlet C. Since then, they expanded 13 pubs in France now: 3 in Toulouse, 3 in Bordeaux, 2 in Paris, 2 in Lyon, 1 in Lille, 1 in La Rochelle, and 1 in Montpellier as well. So, they're now all over the country, and it's the English company that they're trying to emulate - the English pub culture in France.

We: Awesome! What kind of products do you offer to your customers? As I can see, beers and snacks mainly?

Pub and rapid outlet C: Yes, the beers are our main selling points, our unique selling points. The beers we provide here are unique to the Charles Wales brand. We do also offer regular other recognizable brands like Budweiser and things like this, but on a whole, our main audiences are people who enjoy good-quality beers. For snacks, we have now... now we don't have the full-range, but normally we offer little packets of crisps, "successions", a variety of sausages, burgers, etc.

We: So, the beer-drinkers can from time to time...

Pub and rapid outlet C: If they need a snack in accompany with their alcohol we can provide them yeah.

We: Ok! Cool! So, do you... um... do you witness any emerging dining/drinking trends in the recent years?

Pub and rapid outlet C: In a pub no. However, the company itself has purchased other pubs and restaurants, so this company, beside their predominantly about pubs, recently they've started buying restaurants for people to sit down and eat. So, in the company there's been an emerging trend particularly for the restaurants purchased, but not necessarily for the pubs for beer-drinkers themselves.

We: Ok. So, as an expatriate living in France, do you recognize, or do you witness any kind of emerging trends in the dining/drinking sectors, be it in Toulouse or any other part of France?

Pub and rapid outlet C: Toulouse I don't know. Toulouse is not famously well-known for the general their dining out culture, good-quality food that are offered all around the city. Um, there are restaurants everywhere in the city. You'd struggle to find a restaurant that's poor. You know Torulosis seem to be very passionate about their food. So, I won't say it's an emerging trend. Let's say it's something that has been established in Toulouse for a long time.

We: Okay cool. So, if I tell you the phrase "special dining regimes", um, what words come to your mind?

Pub and rapid outlet C: "Special dining regimes"?

We: Yes!

Pub and rapid outlet C: Argh... not, not many words, especially dining... Well, I would say expensive restaurants and fine-dining and wearing nice clothes to dining with the purpose of eating. Special dining regimes I would say it's an event where you dress up and you'd uh spend more money than you normally would on food. Uh it's a date, an evening out yeah.

We: Alright! And anything relating to vegetarian, vegan or microbiota?

Pub and rapid outlet C: Ah! It's... that's quite small... I mean that's emerging I guess but there's one or two vegan restaurants. I know one restaurant apparently in town, um, but... I mean they're quite popular, they're quite busy, um, but there's not many. The French seem to like their meat, especially in the South.

We: Ok. Um, in my studies I have found that the trends like gluten-free or vegetarian... you know all these trends are emerging. People care more about their health more than ever. So, we really wonder how restaurants or pubs, or any food service outlets would will adapt to these trends. So as a restaurateur/food and drink provider, how do you see your pub evolve in the future?

Pub and rapid outlet C: Well I don't see we're adapting to these changes at all. For our pub people spend the most of their money on alcohol, which doesn't witness lots of changes, even "special drinking regime". And for the food, customers don't ask for more than just snacks.

We: And you as a restaurant-goer, do you have any requirements or any special dining regimes that you expect the restaurant to provide to you?

Pub and rapid outlet C: For me... well, not for me personally.

We: Ok. Do you see any members of your family or friends who have special dining regimes?

Pub and rapid outlet C: Someone who works here is a vegan, and uh, I see that she must be a little bit more careful in terms of the food that she buys, the food that she eats, but other than that, that's it. Just a couple of vegetarians and vegans but no one's real special requirement. It's a lifestyle choice other than a necessity.

We: Ok! So how do you feel about those emerging trends where people say, "I only eat gluten-free" and...

Pub and rapid outlet C: Yeah, it's fine... I have no real emotions about that. You know people should be careful about what they eat... um... for personal lifestyle reasons but also if it's for health reasons and I completely understand. That's what going to happen.

We: Ok that's also what the French think about these dining regimes. Yeah. And another question is do you think that one day people will not be able to eat together anymore because there are those who say I can't eat meat and there are those who say I can't eat gluten, etc.

Pub and rapid outlet C: Well I think the restaurants will adapt. Restaurants will adapt. There will be more vegetarian options, more gluten-free options, more vegan options so it won't be a problem at all. I don't think that will happen.

We: Alright so you think the restaurants will perfectly adapt?

Pub and rapid outlet C: Yeah, they must, they must adapt.

We: Great. So just the last question. British restaurants are known to be very welcoming to various dietary regimes, as there has been an increasing demand for this in the UK. Do you find this to be true for UK restaurants in France?

Pub and rapid outlet C: Well yeah! I mean from menus to desserts the British restaurants here... If you go to such restaurant you 15 years ago the menu wouldn't have a little star saying things like you know "Suitable for vegetarians". It doesn't contain that, or "Suitable for gluten-free". They wouldn't have any of those warnings next to anything. So yeah, I would say that yeah, they must... I guess that it's a legal more than anything. So yeah that is true.

We: Ok so they've been more accommodating more than ever?

Pub and rapid outlet C: Yeah of course. You'd have to do that.

We: Thank you so much for your time and answers!

Pub and rapid outlet C: You're very welcome!

ANNEXE K : GUIDE D'ENTRETIEN M. SERRA MALLOL - MAÎTRE DE CONFÉRENCE  
EN SOCIOLOGIE

Table 16 Guide d'entretien pour Monsieur Serra Mallol - Maître de Conférence en sociologie

Phase d'introduction	Introduction au sujet
Thème 1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Quel est votre ressenti premier par rapport à ces mouvements alimentaires ?</li> <li>2. Pensez-vous que manger la même chose à table que les autres personnes est important ?</li> <li>3. Pensez-vous que cela a plus tendance à séparer les gens ou au contraire à les rapprocher par groupement de ces communautés entre elles ?</li> </ol>
Thème 2	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Il y a de plus en plus de courants alimentaires différents pour des raisons variées, pour vous, ce phénomène tend-il à stagner/à s'accroître/à diminuer dans le temps ?</li> <li>2. Quels en seront les conséquences sociales ?</li> <li>3. Vu que ces mouvements sont porteurs de nouveauté (recettes), est-ce que cela pourrait amener plus de tolérance dans la société ?</li> </ol>
Thème 3	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Cela pourrait-il diminuer la néophobie alimentaire chez les gens ?</li> <li>5. Parfois, les gens ayant l'alimentation particulière ont le désir de retrouver des aliments qui ressemblent aux aliments exclus (ex : pâtes de riz, de maïs, steak de soja, fromage/foie gras végétaux, édulcorant pour les sans-sucre, sel de régime pour les sans-sel, etc.). Qu'est-ce que cela inspire comme comportement ?</li> <li>6. Il y a encore une grande réticence de la population globale à l'égard de régimes dits "d'exclusion" même quand cela ne les concerne pas eux-mêmes. Pourquoi ?</li> <li>7. Des personnes suivent un régime particulier sans l'avouer pour ne pas rentrer dans une case. D'après vous, cela est-il dû seulement au poids de la société ou cela peut-il être une volonté de la personne de ne pas se sentir différent ?</li> <li>8. Lorsqu'on fait goûter un plat d'alimentation particulière à quelqu'un sans lui dire, la personne va aimer mais si jamais on lui dit la personne a souvent un mouvement de rejet va chercher des différences avec le produit connu, des défauts. Pourquoi ce besoin de discrétiser de produit particulier par rapport au produit connu ?</li> </ol>

## ANNEXE L : ENTRETIEN 9 AVEC MONSIEUR SERRA MALLOL, LE 08/01/2018,

TOULOUSE, 1.5 HEURE

Nous : Euh pour vous qu'est-ce que signifie alimentation particulière ?

Lui : Pour moi sociologue ou pour moi mangeur ?

Nous : Les deux.

Lui : Ben alimentation particulière ce sont les alimentations qui dévient du mode alimentaire dominant français, donc modèle alimentaire français c'est-à-dire l'utilisation des protéines euh..., un repas à la française classiquement, traditionnellement, doit comporter une protéine chaude (rire) viande ou poisson chaud et donc c'est dévier de ce principe-là. Ne pas manger de viande, ne pas manger de poissons, ça peut-être euh faire des choix sur des aliments ou des modes de consommation qui sont considérés comme dominant.

Nous : Ok.

Lui : De façon très générale.

Nous : Et en tant que mangeur, du coup pour vous vous c'est quoi les alimentations particulières ?

Lui : Ça va être les gens qui ne mangent pas comme les autres.

(Rires)

Nous : Et après est-ce que vous pouvez nous citer par exemple des régimes particuliers que vous connaissez ?

Lui : Des régimes, euh on a évoqué ça avant l'entretien, les régimes effectivement paléolithiques bon qui seraient soi-disant issus hein de l'époque paléolithique qui remonte il y a pas mal de temps, basé à priori sur les travaux des archéologues hein sur ce que peuvent récupérer des restes alimentaires de l'époque sachant que l'on ne peut pas tout récupérer non plus, donc il y a toutes ces difficultés. On parlait beaucoup à un moment du régime crétois, basé sur l'huile d'olive, le fromage, etc.... Comme si tous les crétois mangeaient comme cela, ce qui n'est pas le cas non plus. Donc vous voyez ça ne correspond pas non plus à la réalité. Euh... qu'est-ce qu'il y a comme régime ? On peut parler des gens qui ne mangent pas de viande par exemple. Euh encore le végétarisme ou le véganisme, c'est peut-être à différencier les deux, ou le végétalisme à différencier aussi. On peut avoir aussi des régimes « sans » : des régimes sans gluten, sans qu'est-ce que l'on peut avoir, sans gluten, sans viande, sans lait, hein également. Euh qu'est-ce que l'on peut avoir encore comme alimentation particulière ? Des alimentations particulières du fait non pas d'un choix qui peut être philosophique comme végan, rapport au monde et aux animaux, au monde animal plutôt. Cela peut-être des régimes qui peuvent-être, au sens général du terme, au sens alimentaire, des façons de s'alimenter qui peuvent-être effectués au sens médical comme le gluten ou le lactose, ce genre de chose. On peut avoir des régimes qui sont des façons de manger, qui proviennent de choix, j'allais dire culturel, religieux. Manger halal, euh...

Nous : Casher

Lui : Casher donc voilà. Ce sont des régimes divergents d'un modèle dominant alimentaire français.

Nous : Ok, et vous votre ressentie par rapport à tous ces mouvements, vous en pensez-quoi, qu'est-ce que vous pouvez-vous dire là-dessus ? Vous pensez que c'est éphémère que c'est un effet de mode ?

Lui : Alors moi, comme je vous le disais en cours euh tout à l'heure. Moi j'ai l'impression et c'est vraiment un avis un peu personnel, fin de sociologue mais avis quand même personnel, où j'ai l'impression que le régime, le modèle alimentaire français, en fait c'est plus, comment dire, on peut presque dire un mythe. Hein, c'est quelque chose auquel tout le monde croit mais que tout le monde ne fait pas pour autant. Hein, encore une fois quand on regarde dans les enquêtes alimentaires qui ont été mises en place tout au long du 20ème siècle en France et ben on s'aperçoit que ce modèle alimentaire du repas traditionnel français, encore une fois : entrée, plat, dessert avec un plat principal qui soit à base de protéine animale euh... plutôt chaude, en fait ne correspond pas à la majorité des prises alimentaires. Donc, c'est plus encore une fois, un modèle au sens, de choses que l'on se projette, vers lequel on voudrait arriver, qui rassemble, qui synthétise des règles qui sont communes euh... à une population. Cela ne veut pas dire pour autant que tous les repas correspondent à ce type de, euh... à ce type de modèle. Donc, ça veut dire quoi, que si l'on estime que ce modèle alimentaire français est une projection, un idéal, où la synthèse de règles particulières. C'est-à-dire que c'est des alimentations qui s'écartent du régime alimentaire euh... français dominant euh... ont toujours existé.

Nous : Donc ce ne serait pas un effet de mode ? Si cela a toujours existé, ce serait un prolongement ?

Lui : Voilà, cela a toujours existé socialement hein on est passé d'une société hein encore une fois où les règles étaient un peu communes à tout le monde, hein les sociétés traditionnelles c'est ça, aujourd'hui les sociétés très traditionnelles euh... sur lesquelles travaillent les anthropologues, ce sont les règles des sociétés dans lesquelles il y a homogénéité des comportements, les gens agissent tous de la même manière, de façon plus ou moins et dès que quelqu'un s'éloigne du modèle dominant il va être tout de suite stigmatisé. Et euh... il me semble que la modernité, la modernité alimentaire, la modernité de ces sociétés contemporaines va justement vers plus d'individualisation des comportements. Comme on disait, les règles sont plus choisies par les individus aujourd'hui. Les individus choisissent un petit peu ses règles, tout en respectant les règles générales. Les règles générales, ça peut-être par exemple, la commensalité, le fait de manger ensemble même si l'on ne partage pas le même plat. Si l'on respecte cette règle de commensalité, on est tout de même dans des valeurs euh... dominantes. Hein, donc ces modèles autonomes pour moi ce n'est pas un effet de mode, ça prend de plus en plus d'importance avec l'autonomie croissante de l'individu dans la société.

Nous : En fait, ce sont les deux mesures : individualisme et commensalité que vient de ce livre de Fischler et euh... qu'est-ce que vous euh. Est-ce que vous pensez que c'est une bonne chose parce qu'il y a des notions qui disent que peut-être demain, on ne mangera ensemble plus.

Lui : Plus ensemble. A cause des alimentations particulières ?

Nous : Oui, est-ce que vous êtes d'accord avec ça ?

Lui : Non. Cela beau être mon directeur de thèse. Je ne suis pas, pourtant je lui ai dit ça, je ne suis pas d'accord là-dessus parce que pourquoi, encore une fois le contre-exemple, le restaurant. On peut très bien aller au restaurant et choisir un plat différent. Il y a pourtant commensalité, on partage le repas euh... on partage un même modèle, le manger ensemble, la civilité, les règles de euh... manière de table, qui sont partagées même ce qu'il y a dans notre assiette est différent. Donc, demain, moi je ne vois pas d'inconvénient à ce qu'une végan ou un végan partage la même table qu'un sans gluten, qu'un halal, etc... Bon, euh..., tant qu'il y a cette commensalité, pour moi la commensalité est plus importante comme valeur que l'homogénéité de notre assiette. Voilà.

Nous : Donc du coup, en fait pour vous euh...

Lui : J'ai répondu à votre question ?

Nous : Oui. Pour vous du coup, manger la même chose à table que les autres ce n'est pas forcément important ?

Lui : Non. Non, du tout.

Nous : Ok. Même si chacun ne partage pas le même plat, vous pensez qu'il y a quand même commensalité ? Parce que Fischler dit l'inverse.

Lui : Oui, il dit l'inverse parce qu'anthropologiquement c'est ce que l'on nous montre. Il y a des auteurs qui le disent, le fait de partager la même nourriture fait que l'on partage quelque chose de plus, je vous l'avais cité.

Nous : Oui.

Lui : C'est Durkheim qui dit ça, dans les groupes quand on partage la même nourriture cela créer un lien qui est presque aussi fort que les liens de sang.

Nous : On donne quelque chose.

Lui : Oui, tout à fait. Hein, donc ça c'est valable dans les sociétés, moi je crois que cela reste valable dans les sociétés dans lesquelles les disponibilités alimentaires sont restreintes. Hein, euh... c'est-à-dire que le repas de fête est toujours constitué des mêmes choses, ce sont les mêmes choses qui sont présentées à table. Le quotidien, c'est toujours la même chose, c'est l'aliment de base, le riz en Asie, euh... le maïs, euh... donc ça c'était vrai il y a 50 ans ou un siècle. Aujourd'hui, euh... qui peut me dire quel est l'aliment de base français, la pomme de terre ? (Silence) Le pain ? (Silence) Donc vous voyez, donc ce qui était des éléments constitutifs du modèle alimentaire français, ont disparu, pas parce que les mangeurs sont allés à l'encontre de ces modèles-là, parce que l'environnement a changé, parce qu'aujourd'hui on a accès à tous les produits du monde et cette disponibilité alimentaire s'est ouverte et donc je ne vois pas pourquoi on acquerrait de l'autonomie et de l'indépendance dans plein d'autres domaines : choisir son métier, choisir sa sexualité, choisir sa coiffure, sa couleur de cheveux. Et pourquoi, on n'appliquerait pas cette autonomie, cette individualité aux repas. Donc voilà pourquoi je ne suis pas d'accord avec Fischler. Et je pense même que ce je disais un peu en cours tout à l'heure, même si un végan, un sans gluten et un euh... omnivore, partagent la même table, il va y avoir une commensalité physique, ils seront quand même à la même table et la notion de commensalité, partager le même repas, qui n'est pas comprise

dans commensalité, encore une fois. Commensalité, je suis à la même table, ça ne veut pas dire que j'ai la même chose dans l'assiette.

Nous : Oui, c'est peut-être parce que Fischler l'associe avec.

Lui : Absolument. Ça c'est vrai encore une fois quand les disponibilités alimentaires sont restreintes, mais quand les disponibilités alimentaires sont ouvertes, il n'y a pas de raison qu'on ne partage pas la même table tout en ayant des aliments différents.

Nous : Et du coup, euh..., fin pour vous ça n'a pas vraiment de conséquences sociales du fait qu'il y ait euh... que les gens soient très différents euh... comme ça ?

Lui : Alors, si, si, si cela à des conséquences quand même puisqu'il y a la question de ce modèle alimentaire, qui veut dire qui s'écarte. Le modèle alimentaire c'est une norme qui est contraignante, donc c'est-à-dire que si l'on ne suit pas la norme on ira pas en prison, on ne sera pas puni mais on sera soumis à la pression sociale. Tu ne manges pas comme les autres, t'es différent etc... Donc, euh... et... mais je pense qu'il va y avoir des conséquences sociales, mais les conséquences sociales sont pas celles à mon sens d'une déstructuration ou d'une perte de cohésion sociale. Pourquoi ? J'ai l'impression que les auteurs qui pensent ça, sont des auteurs un peu issus de la deuxième modernité, d'une époque où effectivement la socialisation alimentaire était une socialisation alimentaire basée sur euh... t'es un bon français donc tu vas manger de la charcuterie euh... Donc on est plus là-dedans me semble-t-il aujourd'hui. Donc je pense que c'est des normes qu'eux-mêmes ont intégré.

Nous : Oui.

Lui : Que ces auteurs ont eux-mêmes intégré le modèle alimentaire français, en se disant c'est comme cela qu'il faut manger et donc dès que l'on s'écarte de ce modèle ils craignent que ce soit euh..., que cela puisse avoir un impact sur la société. Moi je pense que l'impact sur la société, il existe déjà euh..., l'influence de l'industrie agroalimentaire hein donc l'impact social il est déjà existant depuis 40 ans. Et cependant, moi ce qui me paraît précieux aujourd'hui, alors c'est toute la difficulté, c'est cette contradiction qu'il peut y avoir entre individualisation croissante des individus. Moi je trouve que c'est le sens de l'histoire, hein c'est pour ça que ce n'est pas un effet de mode, ça me semble difficile à définir à l'encontre de ce phénomène là mais d'un autre côté hein la question sociologique principale que se posait les premiers sociologues c'est : comment assurer la cohésion d'une société, qu'une société reste société, n'éclate pas hein, avec des individus qui deviennent de plus en plus autonomes comme ça. La question elle va être là, hein. Pour moi, la problématique elle est là hein : comment trouver des valeurs communes tout en assurant l'autonomie des mangeurs.

Nous : Oui.

Lui : Et donc d'après moi, ces valeurs communes, ce sont vraiment des valeurs et non pas des aliments. Cette cohésion sociale, d'après moi elle ne passe pas par l'homogénéité des aliments dans l'assiette, elle passe par le partage de valeurs communes dont la commensalité fait partie.

Nous : D'accord. Et est-ce que vous pensez que euh... la globalisation contribue à la diversification des plats ?

Lui : Absolument. Hein, c'est ce que je disais à l'instant, hein quand les sociétés sont un peu repliées sur elles-mêmes euh... et ben finalement elles ont une diversité encore plus grande quand elles s'ouvrent à l'étranger. Cela crée d'autres problèmes finalement, je ne dis pas que la globalisation est la solution ou le rêve. J'ai même tendance à penser le contraire, mais bon au moins l'aspect positif de la globalisation c'est cette diversité, l'accès à des aliments que l'on avait pas auparavant et le fait de pouvoir accéder pas simplement à des aliments mais à des modes de euh..., pourquoi pas des modes de cuisson, euh..., de euh... préparation par exemple le wok, les restaurants woks qui n'existaient pas en France il y a 10 ans. Ça vient des pays asiatiques, pour moi c'est un mieux, une ouverture, euh..., une diversité, une palette possible euh... offerte aux individus. Moi je suis pour le plus de liberté donc euh... moi il me semble que lorsque que l'on va vers le plus de liberté, plus d'autonomie.

Nous : Un choix, non ?

Lui : Plus de choix, c'est bénéfique pour les individus. Après tout le problème, c'est un autre problème, c'est cette notion de cohésion sociale. Comment euh... partager, qu'est-ce que l'on va partager en commun si ce que, ce qui est dans notre assiette est différent. Pour moi c'est la question principale. Qu'est-ce que l'on partage d'autre donc ?

Nous : Et du coup euh... vu que ces mouvements ils sont porteurs de nouveauté est-ce que cela pourrait amener vers plus de tolérance dans la société ?

Lui : Et ben pour moi c'est une des valeurs, la tolérance et le respect est peut-être une des valeurs que l'on, qui devrait être commune surtout au pays des droits de l'homme, qu'est la France. Hein, accepter

la différence, hein il faudrait qu'on soit, moi en tant que citoyen français je parle cette fois-ci, euh... moi je pense euh... c'est ce que l'on doit porter, ce que doivent porter les français.

Nous : Parce que dans le livre des alimentations particulières, justement ce n'est pas vraiment euh, c'est une différence mais plutôt négative, par exemple quelqu'un qui est végétarien euh... dans le livre c'est tourné de manière que c'est intrus, il est « déviant ».

Lui : Oui, je suis d'accord, parce qu'ils sont restés sur des modèles normatifs. Comment on pourrait dire ça, euh..., on a beau être intelligents, je pense qu'on est tous pareil. A un moment quand une norme est très importante, et la norme alimentaire en France est très importante, pays de la gastronomie, pays euh.... Cette norme est tellement importante que même les penseurs, même les gens qui travaillent sur la norme, ont endossé la norme, ils sont eux-mêmes soumis à cette norme et donc ils ont du mal à prendre du recul à ...

Nous : À se détacher.

Lui : À se détacher, hein et donc ils sont plus dans des jugements de faits, voilà ce qui se passe. Ils sont dans des jugements de valeurs : « Comment ça vous dérive par rapport à la norme mais ça va pas du tout, mais que devient notre modèle alimentaire français ? ». Enfin, le modèle alimentaire français il date d'un siècle, bon, il a évolué il va encore évoluer. On est sur une évolution donc pourquoi le voir de façon négative. Recherchons plutôt les aspects positifs, comment aurait pu, cela renvoi à ce que je disais, comment recréer une cohésion sociale ? D'après moi cela se fait autour des valeurs : commensalité, tolérance, respect des différences euh... et c'est valable pour l'alimentation, c'est valable pour l'accueil des migrants, c'est valable pour euh...euh... toute la différence sociale. On devrait être la France, d'après moi, je ne suis pas un cuisinier c'est pour ça aussi hein, d'après moi c'est pas tant le pays de la gastronomie, c'est le pays de l'accueil et de l'ouverture quoi. Me semble-t-il.

Nous : D'accord.

Lui : C'est ça nos valeurs.

Nous : Et du coup...

Lui : Et donc les alimentations particulières, non mais je rebondis là-dessus, accepter et respecter les alimentations particulières pour moi c'est une valeur fondamentale. Respecter les différences.

Nous : Et du coup, pour rebondir sur ça, on se disait qu'en France il y a quand même pas mal de néophobie alimentaire, les gens ont parfois...

Lui : Tu veux dire plus qu'ailleurs ?

Nous : J'ai l'impression quand même, ils ont du mal à aller facilement euh... vers des nouvelles alimentations. Est-ce que vous pensez que le fait que du coup qu'il y est de nouvelles alimentations, de nouvelles recettes qui apparaissent ça pourrait aider cette néophobie à diminuer en tout cas ?

Lui : Alors, oui moi je pense que déjà cette néophobie elle existe car on a un appareil normatif hyper important en matière d'alimentation en France. C'est-à-dire le bien manger il est strictement défini, on mange à telle heure, avec des différences par rapport à nos voisins, ce que montre les études, on est un pays dans lequel on est le plus normé. On mange à telle heure, le repas doit-être composé de telle façon, le couteau doit-être à tel endroit, la fourchette doit-être à tel endroit. On est hyper normatif, donc ce qui explique cette néophobie. Donc dès que l'on s'écarte du modèle normatif hein, tout de suite euh... il y a une sorte de réaction sociale, cette réaction sociale elle est intégrée aussi chez les individus, ça peut-être soit du refus, néophobie, dégoût, etc.... soit culpabilisation hein... je ne suis pas comme les autres etc... Donc on va mettre, si tu as raison, si c'est plus visible en France qu'ailleurs mais je ne suis pas persuadé mais si c'est plus euh... mais si c'est plus visible en France qu'ailleurs euh...euh... on va mettre plus de temps qu'ailleurs mais le mouvement me semble irréversible. Mais pour répondre à tes questions, oui le fait de proposer des recettes vont permettre, des recettes euh... qui intègrent je ne sais pas quoi euh... des végétariens ou des non gluten.

Nous : Est-ce que par exemple, je sais pas un gâteau qui serait sans œufs sans lait, il y a des gens pour qui c'est tellement impossible qu'un gâteau soit sans œufs, sans lait, du moment qu'ils vont goûter ils vont aimer mais du moment qu'ils savent qu'il n'y a pas d'œufs et pas de lait, ils vont dire que ce n'est pas bon.

Lui : Voilà, une fois que la société aura évolué là-dessus, on peut très bien se dire qu'une cuisine pas surchargée en sucre, sans œufs ou pourquoi pas sans mettre du lait etc... Et cela se fait, d'ailleurs, bien sûr que cela se fait, on peut changer les protéines animales par les protéines végétales, c'est aussi prouvé. Euh... il va y avoir une période d'adaptation mais cela va se faire. Un cas comme ça qui a, qui euh... irait dans ce sens-là, dans le changement alimentaire, c'était le cas de l'avocat. Quand on a introduit l'avocat en France, c'est un fruit c'est bizarre cela ne correspond pas à l'image que l'on a du fruit, on l'écarte donc.

Il a fallu qu'on crée des recettes comme entrée, du coup l'avocat qui est un aliment étranger, que l'on n'arrivait pas à faire entrer dans notre modèle alimentaire. En l'intégrant comme légumes et en l'intégrant dans des recettes d'entrées on a réussi à recentrer dans notre cadre de pensée.

Nous : On se l'est approprié. Et cela a mis combien de temps, vous savez à peu près, en termes d'années ?

Lui : 20 ans à peu près.

Nous : Ah oui.

Lui : Ouais (rires), à l'introduction à la fin des années 60 ça a foiré, donc 10 ans on va dire et donc à la fin des années 70 on a présenté des recettes.

Nous : Donc on peut dire que les français y sont un peu réfractaires au changement ?

Lui : Ils sont conservateurs, attendez en matière alimentaire au moins, on est supers conservateurs et là je suis d'accord avec toi. C'est peut-être ce qui explique le plus de néophobie, on est très conservateurs au niveau alimentaire.

Nous : Parce que là on a intégré la cuisine asiatique, les sushis et tout ça mais c'est vrai qu'au départ c'était pas intégré non plus.

Lui : Alors pourquoi ce n'était pas intégré parce qu'au début il y avait une partie des aliments qui n'entraient pas dans le cadre du mangeable.

Nous : Le poisson cru.

Lui : Comment manger du poisson cru, c'était dégoûtant il y a 20/30 ans.

Nous : Alors que maintenant les gens en raffolent.

Lui : La viande crue pareil euh... vous n'étiez pas nées mais à l'époque les steaks tartares dans un...

Nous : Après la vache folle. Les carpaccios.

Lui : Les carpaccios ça a eu du mal à rentrer car cela semblait dégoûtant.

Nous : Alors que maintenant, c'est presque considéré comme... je ne sais pas c'est hyper classique. C'est presque dans tous les restaurants. C'est ça.

Lui : Ouais, mais là encore une fois, les sushis à la mode « française » même dans les restaurants asiatiques ne correspondent pas, peut-être que votre amie vietnamienne vous le dira, mais si vous allez dans un restaurant vietnamien en France, on ne mange pas la même chose que dans un restaurant au Vietnam.

Nous : Eh oui. C'est sûr.

Lui : C'est-à-dire que les restaurants vietnamiens se sont adaptés déjà aux habitudes françaises.

Nous : Au goût.

Lui : Et au goût français hein, ils vont dire voilà l'entrée mais est-ce qu'il y a des entrées dans les repas vietnamiens ?

Nous : Non.

Lui : Les restaurants vietnamiens ils se disent les français mangent comme ça donc on va leur présenter l'entrée, voici le plat et donc ils ont adapté les repas, la façon de cuisiner vietnamienne à la façon de faire française, comme l'avocat on l'a adapté, il est vert, il est gras, cela ne peut pas être un fruit donc une entrée. Donc il faut adapter et je pense que c'est la même chose pour le végétarien il faut que les recettes puissent être facilement mises à disposition des personnes quoi. De façon à montrer qu'il est possible de faire un repas équilibré végétarien, à partir du sans gluten.

Nous : Et euh... si on dit en quelque sorte que chacun d'entre nous a une alimentation particulière, qu'est-ce que vous en pensez ?

(Silence)

Lui : Euh... ben moi je pense, je pense que déjà chacun a déjà une alimentation particulière parce que même s'il y a des normes qui existent, on va quand même manger chacun je ne sais pas quoi. Quand tu es triste tu vas peut-être manger une tablette de chocolat, toi tu vas manger un gâteau, l'autre... On a déjà des façons de répondre à nos...

Nous : Nos émotions.

Lui : Nos émotions, l'émotionnel, les émotions c'est strictement personnel donc finalement on est déjà tous différents. (Silence) On est déjà tous différents. Quand on veut dire que finalement le modèle alimentaire français recouvre des alimentations particulières c'est acceptable.

Nous : Et est-ce que vous pensez c'est une manière de nous différencier encore plus ? Se différencier par son mode d'alimentation ?

Lui : De se différencier en quoi ?

Nous : De se différencier des autres dans la société ou d'appartenir à un autre groupe ?

Lui : Ben oui.

Nous : De se détacher.

Lui : Bien sûr, c'est une façon de se créer son identité, son identité propre euh... et qui renvoi à pleins de choses. Quand t'es végan ça ne veut pas simplement dire que tu manges pas de viande, ça veut dire j'ai une, un rapport aux animaux qui est différent, un respect de euh... de, des animaux qui est différent euh... euh... voilà une façon de considérer le monde qui est différent, une vision philosophique hein. Et donc c'est une façon d'affirmer son individualité, hein son identité. On se créer son identité comme ça, hein être végan c'est constitutif de l'identité du mangeur, bien sûr.

Nous : Du coup, le végétarisme c'est vachement inclus dans la société maintenant mais à l'époque c'était pareil non j'imagine ? Quand il y a eu les végétariens, ont exclu la viande par respect des animaux et tout ça, là socialement parlant c'est intégré.

Lui : A l'époque, je vous dis à l'époque, j'étais tout gamin, j'étais enfant encore, dans les années 70 les végétariens c'était les babas cool, les hippies qui étaient partis en Inde qui avaient découvert l'Inde, l'Orient, à mon dieu la spiritualité et tout ça et ils avaient pris cette habitude mais ils ne sont peut-être pas restés végans depuis. C'est euh...voilà une façon de se, encore une fois, se différencier, se dire voilà j'ai accès à d'autres spiritualités que la spiritualité strictement occidentale et donc c'était des marginaux à l'époque. Hein donc le végétarisme c'était bon les hippies.

Nous : Et donc ils se démarquaient encore plus.

Lui : Voilà c'était...

Nous : Maintenant c'est vachement accepté socialement parlant le végétarisme.

Lui : Absolument, oui, tout à fait. Et euh... effectivement il a tout l'environnement comment dire euh... médiatique qui joue un rôle là-dessus, je veux dire quand on voit une telle association qui nous montre comment sont traités les animaux dans les abattoirs, bon effectivement ça créer des choses euh... qu'on ne voyait il y a quelques années, fin que l'on cachait, qui était transparente, qui n'était pas visible.

Nous : Après est-ce que vous être d'accord sur ce principe-là du coup des abattoirs que les français on refuse de savoir ce qu'il se passe parce que du coup on est quand même conscient mais on va quand même le consommer.

Lui : Tout à fait, c'est euh... il y a un auteur qui a parlé de ça, qui s'appelle Noémie Vial qui dit qu'on est passé d'une présentation euh... comment elle dit ça euh... zoophage des animaux c'est-à-dire que quand j'étais petit moi disons dans les années 70, dans les boucheries on voyait des têtes de bœuf avec du persil dans les narines euh... avec les yeux encore presque vivants euh avec la langue qui pendait. Bon aujourd'hui c'est caché ça, on ne montre plus l'aspect animal de la viande.

Nous : On ne montre plus la carcasse entière.

Lui : On montre plus les carcasses entières, ça c'est dans les cuisines, même les plats sont déjà préparés c'est déjà apprêté, on ne devine plus la viande quoi. On est passé dit-elle d'une logique zoophage, on mange des animaux à une logique sarcophage, on mange du....

Nous : Du cadavre.

Lui : Du cadavre. En quelque sorte voilà, non identifié.

Nous : C'est ça, embellie. Ben du coup on a pas envie de l'identifier.

Lui : Non, on n'a pas envie de l'identifier t'as raison. Et c'est comme l'anecdote, et c'est dû à l'industrialisation, le fait qu'on est externalisé les modes de production, je veux dire ça ne dégoutait pas les petits enfants il y a 50 ans dans les campagnes de je sais pas quoi, d'aller égorger, tuer un lapin, enlever la peau.

Nous : L'éviscérer.

Lui : L'éviscérer etc.... aujourd'hui c'est un travail que l'on ne voit plus faire, qui est fait dans les laboratoires et qui dégoûte les personnes qui n'ont jamais vu faire hein et qui peuvent rendre quelqu'un végan, simplement en voyant comment l'animal est dépecé alors que c'est fait hein c'était fait comme ça depuis 1000 ans.

Nous : Ah oui non c'est sûr.

Lui : Donc il y a aussi cette industrialisation, je termine, l'industrialisation qui fait qu'il y a eu des modes de présentation homogène hein euh... dans lesquels la partie animale n'est plus apparente hein et c'est l'anecdote des euh...euh... poissons : « ah mais c'est tout gluant, je croyais que c'était carré, machin ». Hein donc on a gâché cet aspect-là ce qui permet d'éviter qu'il y ait plus de végans et végétariens dans la société. Dans l'industrie agroalimentaire, je suppose que le producteur de euh... de viande en France ne veut pas que les français deviennent végans hein donc il doit y avoir des pressions très fortes là-dessus.

Nous : Pour l'économie.

Lui : Pour l'économie, même chose pour le lait, je veux dire on est des gros producteurs de lait en France, euh... on a même eu un président, une sorte de premier ministre à un moment, Pierre Mendès France qui était président du conseil, dans les années 50 qui avait instauré le verre de lait.

Nous : Ah oui. A l'école.

Lui : A l'école voilà, alors aujourd'hui il y a des diététiciens qui dirait : « donner ça à toutes les gamines et tous les gamins cela peut créer des problèmes ».

Nous : Le lait c'était associé à la force, à tout ça.

Lui : Associé à la force et faut dire que derrière on avait une production laitière qui était une des plus importante d'Europe, il fallait écouler les stocks quoi. Il y avait des pressions politiques pour pouvoir écouler les...

Nous : Ça a quand même influencé la société puisque nos grands-parents, le lait ils en boivent beaucoup plus que nous.

Lui : Voilà vitalité voilà, et c'est ce que l'on voit dans les films américains, les américains continuent à consommer beaucoup de lait, dans tous les films quand quelqu'un a soif il va pas prendre un jus de fruit ou de l'eau, il prend soit à la bouteille le lait bon euh... pourquoi parce que ce sont des gros producteurs de lait aussi. Donc des impacts industriels et politiques derrière tout ça.

(Silence)

Nous : Euh... Est-ce que vous pensez que la diversification des repas des alimentations particulières euh... imposent une opportunité ou une menace aux restaurants ? Nous voyons que dans les restaurants publics comme le CROUS, restaurants universitaires euh...euh... il a du mal à s'adapter aux différents régimes, par exemple il n'y a pas beaucoup de plats végétariens ou sans gluten, etc... Mais les restaurants dans le secteur privé...

Lui : Voilà, moi je pense que c'est ça la distinction.

Nous : Ils s'adaptent très bien et euh... qu'est-ce que vous pensez de cette diversification ?

Lui : La réponse est dans votre question, effectivement euh... quand on est dans le secteur public cela créer une contrainte, hein parce que l'on est tenu d'assurer une alimentation égalitaire pour tout le monde hein d'où ces idées de repas de substitution, il faut bien faire quelque chose si les enfants ne mangent pas, veulent manger halal ou veulent manger végétan, on va pas les empêcher de manger donc ça créer une contrainte, tu as tout à fait raison, c'est une contrainte pour la restauration publique et on va le dire comme ça un petit peu générale, de façon générale. Cependant, cela peut-être une opportunité pour les restaurants, cela peut créer des restaurants euh...de spécialité, restaurant spécial végétan dans lequel même un non, un omnivore pourrait aller manger de temps en temps. Je vais manger chinois, je vais manger vietnamien et je vais manger végétan demain.

Nous : Et ça c'est un restaurant à thème comme un autre.

Lui : Un restaurant à thème comme un autre, absolument donc opportunité pour les restaurateurs, en restauration commerciale.

Nous : Et du coup, qu'est-ce que vous en pensez, est-ce que cela aspire comme comportement le fait justement les végétans et les végétariens ils vont par exemple euh... par exemple on leur créer des aliments proches d'une alimentation omnivore. Par exemple, il y a de la fausse viande, voilà de la fausse viande. On appelle ça de la fausse viande

Lui : Oui voilà

Nous : Mais oui voilà. Ils ont même fait pour Noël là du faux foie-gras euh...

Lui : Alors moi je pense que c'est pour respecter ce modèle alimentaire, c'est-à-dire que même si on est végétan à un moment on a été habitué...

Nous : C'est ça, on reste dans notre norme.

Lui : A mangé de la viande et donc je pense que c'est aussi destiné aux non-végétariens, en leur disant...

Nous : Ça ressemble

Lui : « N'ayez pas peur demain vous continuerez à manger de la viande ça passera par des steaks d'algues ou des steaks de je ne sais pas quoi mais cela ressemblera à vos steaks habituels, simplement en mangeant des steaks d'algues vous évitez les animaux de rentes, hein la destruction de la planète, bon ça peut-être aussi...

Nous : Donc comme ça ressemble on va plus facilement dessus.

Lui : Voilà, c'est faciliter les choses.

Nous : C'est comme le lait d'amande c'est présenté de la même manière.

Lui : Exactement.

Nous : C'est marrant parce que du coup, on garde la même appellation, parce que par exemple les laits végétaux il n'y a rien de, de... Après ce n'est pas officiellement autorisé le terme « lait ».

Lui : Voilà, mais c'est intéressant.

Nous : On ne dit pas boisson végétale. Alors qu'officiellement c'est marqué ça mais tout le monde dit « lait » quoi. Alors que c'est que de l'eau et...

Lui : Mais c'est une bonne remarque moi je trouve, pourquoi avoir encore gardé quelque chose qui est lié à ... la viande.

Nous : Parce que l'on peut manger végétal sans avoir le steak et pourtant.

Lui : Absolument.

Nous : Donc finalement, sociologiquement on veut quand même se rattacher euh...

Lui : C'est faire la transition, je pense que c'est une période, ça, ça ne va pas durer longtemps, au bout d'un moment on aura des..., un des...euh... ça s'appellera plus comme ça, des préparations euh...non animales qui auront leur propre forme de présentation. On aura plus besoin de se coller à euh... une norme de présentation, parce que c'est du fait de cette prégnance du modèle alimentaire avec encore une fois, l'autonomie grandissante des mangeurs, la prise de recul par rapport aux normes. Quand il y a des normes très dominantes, on a pas de recul sur les normes, on est dedans, on ne se rend pas compte qu'il y a des normes, c'est normal, c'est comme ça, l'allant de soi. C'est comme ça, c'est normal, à un moment quand on nous propose un modèle qui est différent de notre modèle cela nous renvoi à, c'est ce que l'on appelle la réflexivité, cela nous renvoi, on réfléchit à notre propre pratique : « finalement est-ce que c'est normal et correct de manger de la viande tous les jours ? ». On va se poser la question du coup, même le fait qu'il y ait des végans, les euh... omnivores vont se poser des questions et c'est sain moi je trouve que c'est bien.

Nous : Oui, oui, oui.

Lui : Euh... c'est un niveau supplémentaire que l'on acquière cette réflexivité hein, je réfléchis sur mes propres conditions. Et c'est général, encore une fois, ce qui se passe au niveau sexualité, je prends souvent des exemples parce qu'il y a beaucoup de liens entre sexualité et alimentation. Au niveau des normes, les normes sont très prégnantes, on est inclus dedans. Ce sont des modèles qui sont prévus depuis des siècles, dont on n'a même pas conscience. Et le fait de trouver que certains comportements, qui étaient jugés « normaux » il y a quelques années soient jugés aujourd'hui « anormaux », je trouve ça bien ça aussi ça permet hein de prendre conscience de ce que l'on est en train de faire. Hein, pour un homme, est-ce qu'il est vraiment normal de considérer une femme comme euh... un objet quoi. Bon ben voilà hein de temps en temps un bel objet que je peux, comme si j'avais une montre, un truc : est-ce que c'est normal au fond ? Ça a été l'étape, la règle de dans la société pendant longtemps mais est-ce qu'au fond c'est normal ? Est-ce que moi individu autonome ou de plus en plus autonome, j'ai envie de continuer à perpétuer ce qui était pourtant une norme, ce qui était partagé par tout le monde, vous voyez. Les normes, elles ne sont pas toujours positives. Et si à un moment, me semble-t-il, si une institution, au sens général du terme comme le repas par exemple hein, est mis en question c'est qu'il répond plus aux attentes des euh... des individus, tout simplement. Si les femmes avaient à un moment donné, je ne dis pas que ça date d'aujourd'hui hein, le comportement des hommes vis-à-vis des femmes, mais si à un moment donné les femmes se rendent compte de ça c'est que c'est plus acceptable à un moment donné, c'est que l'on a atteint une limite, bon. Même chose, me semble-t-il pour le modèle alimentaire, si le modèle alimentaire français dominant est mis en question, ben c'est qu'il ne correspond plus à la majorité des français donc il faut passer à autre chose. Il faut multiplier les modèles en fonction des situations.

Nous : Et euh... du coup, fin pourquoi en fait la population, les omnivores, ils euh... comment dire ils sont vachement réticents envers ceux qui pratiquent un régime particulier donc végan et sans gluten alors que ça ne les concerne pas en fait ou pas forcément ?

Lui : Ben parce que cela renvoi à ça, encore une fois à la normalité.

Nous : On ne les oblige pas euh...

Lui : Non mais cela renvoi à la normalité, c'est-à-dire que cela remet en question ce que l'omnivore considère comme étant normale, la norme : « c'est comme ça, bien manger c'est quoi ? Ben c'est manger un bon steak... et il y a des gens qui vont se dire moi je ne mange pas comme ça » Donc ça nous force à nous poser la question.

Nous : C'est ça en fait qui est dérangeant, c'est le fait...

Lui : C'est dérangeant, ça remet en question nos certitudes, si tu veux.

Nous : D'accord.

Lui : Cette réflexivité, moi je trouve qu'elle est bonne, elle est saine au niveau intellectuel mais pour l'individu c'est compliqué quoi.

Nous : D'accord. Mais est-ce que vous pensez que les alimentations particulières vont créer des problèmes dans la société ? Parce que par exemple, euh... les gens qui suivent le paléo mangent beaucoup la viande et les gens végans ne euh... éliminent tout ce qui sont liés aux animaux et peuvent-être, avoir des euh... con...conflits.

Lui : Non, c'est des visions du monde différentes. Hein c'est comme quelqu'un qui est catholique et quelqu'un qui est euh... qui est bouddhiste, ils ont hein, ils sont sur des visions du monde qui sont différentes mais ça n'empêche pas qu'on puisse être amis et qu'on puisse coexister, tu vois. Là, c'est des visions différentes, le paléo va peut-être se dire euh... euh... je ne sais pas quoi d'ailleurs hein la viande euh... source de protéines très forte euh... sels minéraux fin j'en sais rien, hein ils étaient plus musclés que nous, plus solides donc on va redevenir plus solide comme nos ancêtres. Bon pourquoi pas mais ils peuvent coexister avec des gens qui n'ont pas, qui n'ont pas les mêmes valeurs. Justement c'est ce que l'on disait, hein sur cette notion, valeur de tolérance me semble supérieur à la valeur homogénéité, tout le monde se ressemble.

Nous : Et même pas supérieur au moral indique tout ça aussi ?

Lui : Pour moi il n'y a pas hiérarchie, il y a pas de hiérarchie, personne n'a raison et personne n'a tort, hein. Jusqu'à présent, le modèle, il y avait une hiérarchie jusqu'à présent, le modèle acceptable socialement c'était le modèle alimentaire et donc les autres étaient vus comme des déviants. Hein euh... aujourd'hui si on se dit qu'il ne doit pas y avoir de normes dominantes hein et que les périphériques deviennent intéressants, il n'y a plus de hiérarchie. Le paléo n'a pas plus raison donc plus tort que le végan, chacun à ses propres alimentations du moment que l'on respecte, encore une fois les, les particularités de chacun, hein. Il n'y a pas de, pour moi il y a pas de, je ne vois pas d'empêchement particulier. Et au contraire, me semble-t-il ce serait le signe d'une société qui se civilise de plus en plus, encore une fois, le respect des différences, hein, pour moi c'est une valeur qui est une valeur qui nous reste à atteindre, parce que l'on n'a pas encore atteint. Ça se voit tous les jours quand même. Moi je trouve ça, quand même, je trouve ça positif sur l'aspect, au niveau social c'est positif. Après c'est compliqué pour les individus de changer, de euh..., euh... au rapport normatif euh... rapport aux normes, de passer d'un monde où euh... euh...bien manger c'est évident hein c'est la même chose pour tout le monde on se pose pas de question à un monde où les gens qui mangent des viandes commencent à se poser des question : « comment on traite ma viande, comment d'un côté il y a des gens qui crèvent de faim qui ont même pas des céréales à manger, moi je mange un animal qui, euh... parce que l'on est informé aujourd'hui hein, qui euh... pour l'élever pour produire un kilo de viande tu es obligé de dépenser tant de litres d'eau et tant de surface de céréales ». Au moins on en est conscient.

Nous : On en est conscient mais après on n'est pas encore prêt à manger des insectes. On peut le voir que les français ils sont pas du tout prêts à manger des insectes, des euh... ou à être végans.

Lui : Ça va, ça change vite ce genre de chose.

Nous : Et qu'est-ce que vous en pensez du fait des insectes, on voudrait passer aux insectes, de justement pour garder cet apport protéiné, toute la, toute la macro et en fait euh... pour justement diminuer, voir supprimer euh... euh... ben la viande et pourquoi dans ce cas-là au lieu d'avoir ce substitut-là de manger des insectes, pourquoi pas être végétarien puisque les végétariens on sait très bien qu'ils ont aucunes carences ?

Lui : Moi je pense que l'on va arriver à ça, en fait cette discussion sur les insectes, ça c'est un effet de mode cependant. D'après moi, hein, les insectes dans le modèle alimentaire ça, ça, là on va avoir du mal parce que ça renvoi au dégoût, ça renvoi aux animaux souterrains, ça renvoi aux rapports avec la... On va avoir du mal, ce n'est vraiment pas dans la culture française. Moi je pense que ça peut-être quelque chose pour des cultures, ça peut-être un substitut, pour des cultures qui ont déjà intégré l'insecte comme aliment. Il y a plein de sociétés comme ça, hein.

Nous : La Thaïlande.

Lui : Absolument, l'Amazonie euh... hein. Dans les sociétés où l'on pourra effectivement euh... euh... voilà essayer de promouvoir ce type d'alimentation plutôt que l'alimentation carnée. Même chose pour l'alimentation animale, plutôt que de nourrir les animaux avec euh... des déchets d'autres animaux, pourquoi pas les nourrir avec des insectes par exemple. Hein ça évitera, vous voyez ce que je veux dire. Mais faire des français des mangeurs d'insectes j'y crois pas. Effet de mode.

Nous : Et puis, est-ce que vous trouvez pas que l'on garde ce même système du coup euh... euh... ben justement en fait à faire de l'élevage intensif pour quelque part ça reste de l'élevage intensif parce que

en fait c'est moins polluant pour euh... pour la planète donc on pourrait ne pas polluer voir dix fois moins par exemple en étant végétarien euh...

Lui : Tout à fait et puis les spécialistes de demain nous dirons peut-être : « mais attendez-vous torturez les insectes, ce sont peut-être pas des mammifères mais ce sont aussi des animaux, attendez » non mais euh... oui non je ne rigole pas, mais oui au bout d'un moment où est la différence.

Nous : Parce que en fait...

Lui : Où est la différence, quels sont les types d'animaux qui n'ont pas d'émotions.

Nous : C'est compliqué.

Lui : Bon, si je veux être un peu euh... euh... critique, on pourrait dire presque la même chose des plantes. Il y a des expériences qui ont montré que les plantes réagissent à distance et euh... voilà. On est entourés de vivants finalement.

Nous : Les bouddhistes disent que...

Lui : Exactement, les bouddhistes.

Nous : Que euh... quand on tue un animal il est mort pour toujours mais quand on coupe un peu de plante il fera...

Lui : Elle peut repousser.

Nous : Repousser.

Lui : C'est vrai, c'est vrai mais elle souffre la plante hein il y a des phénomènes de euh... on mesure des, des... niveaux d'électricités dans les... tissus et on s'aperçoit que les plantes à des kilomètres de distance sont capables de réagir à des euh... à du mal qu'on fait à une espèce voisine. Bon, on est entourés de vivant, hein, on est plus et c'est... moi je pense que les bouddhistes ont raison là-dessus. Il n'y a pas l'homme d'un côté et le reste de la nature, on fait tous partie de la nature et donc il faut respecter cette nature. Alors après, il faut bien qu'on mange et puis c'est... malheureusement l'alimentation faut bien que l'on mange d'autres êtres vivants, bon hein, que ce soit des... animaux ou des végétaux, il va falloir tuer, il faut qu'il y ait meurtre hein à un moment pour que l'on puisse manger, c'est malheureux mais c'est comme ça.

Nous : Parce qu'après, d'après euh... fin des interviews que l'on a eue précédemment euh... les plantes seraient « être vivant » mais euh... qui ne seraient pas dotés d'une sensibilité contrairement aux animaux.

Lui : C'est ce que l'on disait tout à l'heure.

Nous : Disons qu'il n'y a pas de système nerveux central.

Lui : Oui, d'accord.

Nous : Mais il y a du périphérique on va dire.

Lui : Ben oui c'est ce que l'on disait exactement des animaux il y a, il y a un siècle : « les animaux n'ont pas d'émotions, n'ont pas de euh... » bon.

Nous : Même les bébés hein.

Lui : Même les bébés.

Nous : Oui c'est vrai.

Lui : Exactement.

Nous : Avec les opérations à vif euh... Et les bébés est-ce que vous pensez qu'il y a des alimentations particulières qui doivent euh... interdire parce que euh... par exemple à la Chine, en Chine euh... il y a une pratique de carnivore de manger des bébés euh... qui sont les petites filles et qui euh...

Lui : Les...euh...euh...

Nous : Oui, alimentation particulière comme ça.

Lui : Anthropophagie quoi. Ils mangent des petites filles, c'est ça que tu veux dire ?

Nous : Oui mais petits bébés et ils mangent aussi les Chinois, manger du Tibet des filles de 18 ans quand elles ont...

Lui : A 18 ans ça doit être plus dur mais des bébés ça doit être tendre.

(Silence)

Nous : Il y a des gens qui stockent le corps des filles dans le frigo et euh...

Lui : En fait ce ne sont pas des usages culturels, c'est pas partagé par la totalité des... des chinois, si ?

Nous : -Euh... non

- « Ça doit être très restreint X. »

-Mais il y a une expectante et... mais les médias en Chine est très... contrôlé par la... par l'Etat donc euh... tous les faits ne sont pas reportés tous les jours dans les journaux mais quand même il y a des pratiques comme ça, des alimentations particulières et... c'est pour cela que ça devrait être interdit.

Lui : Particulières aussi oui.

(Rires)

(Rires)

(Rires)

Lui : Ben je pense que ça va être aussi interdit, de tout façon faire le, faire du mal à un autre être humain euh... ça devrait être interdit d'une façon générale. Donc, si l'on tue un bébé pour le manger euh... c'est euh... quelque chose qui devrait être voilà euh... interdit mais d'une façon générale. Que l'on mange ou que l'on ne mange pas après.

Nous : -Les chinois n'aiment pas les...

- « Du coup... »

Lui : Vas-y, vas-y.

Nous : Les chinois n'aiment pas les... les filles, ils préfèrent avoir les garçons.

Lui : Oui, ils ont, ça je savais donc moi je savais qu'ils avaient... fin qu'ils tuaient, qu'ils leur arriver effectivement de tuer les petites filles. Je savais cependant qu'ils les mangeaient cependant, alors cette... ça peut arriver cependant mais...

Nous : Pas de gaspillage.

(Rires)

Lui : D'après ce que j'en sais, ça doit être des pratiques très, très limitées si tu veux. Tu vois c'est des pratiques euh...

Nous : Du coup c'est pas vraiment un mode d'alimentation.

Lui : Ce n'est pas un modèle alimentaire.

Nous : Non ce n'est pas alimentation.

Lui : Voilà ce n'est pas une alimentation.

Nous : -ça ne rentre pas dans les normes.

- « Non »

Lui : Voilà et c'est ce qui est... qui a pu arriver dans certains cas euh... euh... euh... moi je me demande, regarde ce qu'il s'est passé pendant les événements, pendant la guerre du Vietnam dans les années 60, quand les gens ont fini... je ne sais pas ce qui hein... quand les gens sont dans des situations de pénurie extrême, ils en arrivent à manger parfois de la chair humaine. C'est arrivé en France, pour la commune euh... C'est arrivé quand euh... Quand on assiège certaines villes et les habitants n'ont plus rien à manger. Tu vois c'est des pratiques très extrêmes quoi et qui sont...

Nous : Les boldo people.

Lui : Voilà, voilà euh... Est-ce que dans certains cas, quand on est en situation vraiment euh... En situation de famine euh... Qu'il n'y a pas quelquefois manger de la chair humaine. Donc c'est des situations très extrêmes, bon euh... euh... Et qui ont toujours existé dans l'humanité fin faut pas en faire des cas particuliers. Mais manger les bébés euh... Je ne pense pas que ce soit une bonne idée.

Nous : En tout cas pas en France.

(Rires)

Nous : Ça existe.

Lui : Ça existe ? Ça doit être bon, ça doit être tendre. J'ai vu un livre d'un anthropologue qui avait goûté la chair humaine et qui disait que cela ressemblait à du porc en fait.

Nous : Ah d'accord.

Lui : Ouais, une viande un peu rosée hein légèrement ferme.

Nous : Oui, j'ai déjà entendu ça.

Lui : Entendu ça, bon, euh... mais effectivement donc euh... Ce n'est pas une question de dégoût, c'est pas parce que c'est pas bon au goût qu'on ne mange pas de la viande humaine c'est parce que c'est un interdit culturel.

Nous : Voilà c'est culturel.

Lui : C'est culturel.

Nous : C'est... un interdit fort quand même.

Lui : Un interdit fort, un des tabous avec l'inceste.

Nous : Voilà.

Lui : Comme par hasard, inceste et euh... Anthropophagie hein c'est des tabous euh... euh... forts mais ça veut pas dire pour autant que ça n'existe pas qu'il n'y a pas eu des incestes et même que l'on va institutionnaliser l'inceste, par exemple les pharaons euh... Égyptiens....

Nous : Pratiqueaient.

Lui : Pratiqueaient l'inceste de façon acceptée mais parce que c'était des quasi dieux, tu vois euh...

Nous : Et même les dieux euh...

Lui : Les dieux entrent eux...

Nous : C'était toujours des histoires de frères et sœurs donc euh...

Lui : C'est toujours des frères et sœurs entre eux, même dans les mythes euh... Adam et Eve, Eve tirée de la côte d'Adam, symboliquement ça veut dire donc que dieu n'a pas créé Adam et Eve, il a créé Adam et puis tirée d'Adam, ça veut dire quoi, c'est la fille d'Adam bon...

(Silence)

Lui : Je suis un peu iconoclaste. Bon, voilà hein ça ne veut pas dire que... il y a toujours des extrêmes dans les sociétés mais il faut pas euh... Voilà en faire des cas particuliers, me semble-t-il. Mais bon faire des lois qui... touchent uniquement des comportements très euh... très marginaux, tu vois ça ne me semble pas euh... euh... voilà.

Nous : Il y a des cas que l'on ne peut pas concilier comme alimentation particulière ?

Lui : Si, alors.

Nous : En France, ça ce n'est pas très...

Lui : Si t'as raison ça pourrait être considéré comme une alimentation particulière mais alimentation particulière pour moi c'est se mettre des règles et des normes. Hein par exemple l'alimentation particulière sans gluten, je décide, ma règle c'est de ne pas manger de gluten dans les voilà... euh... Alors que manger des bébés parce que c'est une petite fille c'est pas une règle, hein ce n'est pas à chaque fois que je vois un bébé petite fille je le bouffe, donc non.

(Rires)

Lui : Non, tu vois, c'est bon là j'ai une petite fille euh... on n'a pas beaucoup d'argent euh... comme tu dis plutôt que de jeter à la poubelle autant euh... bon voilà mais c'est pas une règle. Tu vois, voilà ce n'est pas une règle. Hein, c'est opportuniste hein. Ce serait ma réponse donc, donc pour moi ce ne serait pas une alimentation particulière. Ce serait opportuniste, à un moment j'ai mangé du bébé parce que je ne voulais pas le garder, parce que je voulais pas le jeter, parce qu'autant le manger.

Nous : C'est une opportunité.

Lui : C'est une opportunité voilà, exactement.

Nous : Et du coup, alors c'est un peu poussé ce que je vais demander.

Lui : Vas-y, vas-y.

Nous : Mais euh...

Lui : Tant que l'on y est.

(Rires)

Nous : Qu'est-ce que vous en pensez en fait, donc du coup nous les humains on mange des animaux, on nourrit les animaux des plantes et pourquoi euh... Manger euh... les animaux qui mangent des plantes, pourquoi ne pas manger directement les plantes puisque du coup on va, on mange à travers le corps « d'un autre » en fait.

Lui : Ok, ben c'est ce que nous disent les végétariens finalement.

Nous : Oui.

Lui : Et d'autant plus que l'on a une déperdition énergétique énorme finalement. C'est-à-dire que si l'on ne mangeait pas euh... si au lieu de manger un kilo de steak on mangeait l'équivalent de ce qu'il faut pour produire hein on serait énorme quoi, on mangerait des kilos de...euh... Végétaux. Non, ben ça fait partie effectivement, ça fait partie de l'histoire de l'espèce humaine de manger des animaux et donc on va avoir du... il y aura toujours une partie de l'humanité qui mangera des animaux me semble-t-il. Et même si un jour on se retrouve quasiment à dix millions sur la planète et que hein, deux fois plus qu'aujourd'hui et qu'il n'y a pas assez d'espace pour produire il y aura toujours une élite...

Nous : Les plus riches qui mangeront quand même de la viande.

Lui : Effectivement, ils vont se différencier, ils continueront à manger la viande. Les autres trouveront des substituts de la viande et les derniers mangeront des insectes ou je ne sais pas quoi, hein.

Nous : Parce que du coup... dans le livre il parle donc de la préhistoire donc euh... Et de... du régime paléo mais ils expliquent qu'en fait à l'époque c'était par opportunisme, comme vous disiez tout à l'heure.

Lui : Absolument.

Nous : Ils n'ont pas dit on va manger que de la viande.

Lui : Absolument.

Nous : C'est parce qu'ils avaient que ça et il faisait très froid et du coup la viande ça nourrissait, il y avait que ça et il n'y avait pas beaucoup de plantes qui poussaient.

Lui : Et encore voilà c'est une époque bien particulière de l'espace, c'est ce que l'on disait.

Nous : Par manque de choix.

Lui : Exactement.

Nous : Oui, par manque de choix.

Lui : Exactement ça dépend des conditions environnementales, effectivement c'est l'époque où le grand froid, des périodes de froid donc moins de productions végétales. C'est ce que l'on disait sur les Inuits. Les Inuits aujourd'hui mangent 90%, 80% c'est des animaux pourquoi parce que euh... Va faire pousser du blé euh... sur la banquise. Voilà tout simplement. Mais il suffit que les conditions environnementales se modifie pour voir cette alimentation disparaître finalement.

Nous : D'accord.

Lui : Et évoluer vers autre chose, et peut-être que l'on y reviendra malgré notre euh... (Rires) Tu ne seras pas d'accord mais...

Nous : -Moi je ne dis rien

« -Elle n'empêche pas »

Lui : Et il y a aussi un mythe parce que la viande et ben la viande à toujours était euh... une denrée coûteuse hein puisqu'il faut de l'espace, il faut... elle a besoin de beaucoup d'eau et beaucoup de... de nourriture pour produire un kilo de viande. Donc ça a toujours été réservé à une élite hein et donc à un moment effectivement à partir des années 1940/1950, quand on a massifié et industrialisé l'alimentation on a mis la viande à disposition de tout le monde. Donc à un moment, nos grands-parents et nos parents et nous même un peu on a hérité de ça. On est dans l'image : « ah c'est bien, tant que l'on a de la viande il faut en manger. » Pourquoi, parce que nos grands-parents pendant la guerre ne mangeaient pas de viande hein c'était euh... il y avait des restrictions et avant euh... c'était très limité à part dans les campagnes. En ville, on mangeait peu de viande finalement.

Nous : C'est vrai, nos grands-parents....

Lui : C'est un signe de richesse.

Nous : Manger de la viande midi et soir c'est très important pour eux.

Lui : Voilà.

Nous : Quand ils ont du monde, il faut faire de la viande, il faut...

Lui : Voilà, parce qu'on en a manqué à un moment, donc une fois qu'on a passé cette étape là on dit : « attendez c'est bon on est plus à l'époque de nos grands-parents », la viande elle est largement disponible aujourd'hui euh... voilà c'est plus un signe de richesse aujourd'hui. Au contraire, moi je pense qu'aujourd'hui la différenciation euh... hein, puisque tout le monde a accès à la viande ben la façon de se différencier c'est de pas manger de viande. Hein et peut-être que justement les mouvements végan ils viennent d'après moi plutôt des classes élevées, des classes supérieures plutôt que des classes les plus populaires, qui sont encore dans cette vision, les classes populaires, viande égale richesse égale euh... tu vois.

Nous : Oui.

Lui : Et quand on a plus besoin de prouver sa richesse, je ne dis pas que c'est ton cas hein, mais quand on a plus de besoin de prouver sa richesse et qu'on a besoin de se différencier un petit peu ben voilà viande, nourriture des pauvres.

Nous : Mais est-ce que ce n'est pas aussi l'Etat qui poussait ça aussi ?

Lui : Oui bien sûr c'est ce que l'on disait.

Nous : Oui.

Lui : Politique social à l'école et ça a été aussi une politique sanitaire, donner accès à la viande à tout le monde parce qu'il y avait des gens qui ne mangeaient pas assez de protéines euh... en général les protéines animales à l'époque hein c'était donner l'accès à tout le monde et donc on a massifié, on a créé ces usines à viandes. (Silence) Que Pen....

Nous : Et euh... est-ce que pour vous le bio c'est une alimentation particulière ?

Lui : Non, enfin ça pourrait être considéré comme une alimentation particulière, non c'est un mode de production.

Nous : On était parti sur la même idée. Mais parce que quand on a fait notre interview, euh... c'est ce qui est revenu le plus. On demandait aux gens, dites-nous des mots comme ça si je, on vous dit alimentation particulière. Et bio c'est celui qui est revenu le plus.

Lui : Ah c'est ce qui revenait le plus ?

Nous : Voilà, pour eux c'était déjà particulier de manger bio alors euh... donc pour les gens qu'on interviewer dans la rue ou... le bio c'est une alimentation particulière c'est vraiment ce qui est revenu.

Lui : C'est vrai qu'il y a des magasins bio, comme on disait hein, demain les restaurants végan, il y a des magasins bio euh... c'est un argument de vente aussi de... pour l'industrie qui créer également des produits bio comme ils pourraient créer des gammes végan ou sans gluten etc... Mais pour moi ce n'est pas une alimentation particulière, c'est un mode de production.

Nous : Oui voilà c'est la même chose. On peut être végan, sans gluten, végétarien même omnivore, fin toute la gamme d'alimentation et manger ou pas bio.

Lui : Tout à fait.

Nous : C'est pareil.

Lui : On pourrait être végan non bio ou végan bio, ouais. Non, c'est un mode de production.

Nous : Même manger de la viande bio.

Lui : Et manger de la viande bio, bien sûr et même des bébés bio (Rires), qui n'ont pas eu de piqûres, qui n'ont pas eu de vaccins, parfaitement bio.

Nous : Et vous savez faire la différence entre végan et végétalien ?

Lui : Non, je l'avais faite à un moment mais je ne m'en souviens plus. Les végétaliens c'est ceux qui acceptent plus ou moins les produits dérivés de... la viande genre les œufs, ce genre de chose.

Nous : -Ah non ce n'est pas ça.

« -Du coup, elle va vous expliquer »

Lui : Les végétaliens c'est pas ça au départ ?

Nous : Au niveau alimentaire c'est purement la même chose c'est juste que le végan il y a en plus le côté vestimentaire, cosmétique.

Lui : Ah c'est ça, les produits dérivés c'est pas de graisse animale, pas de cuir.

Nous : Voilà, pas de parfum.

Lui : Pas de parfum ?

Nous : Non et que les cirques qui n'ont pas d'animaux euh... etc...

Lui : Donc végan c'est le respect général des animaux.

Nous : Voilà ce n'est pas juste à l'alimentation. Ils sont engagés, ils sont engagés, ça va au-delà. Alors que végétalien c'est que nutritionnel, que l'alimentaire.

Lui : Et à un moment on faisait une différence entre végétalien et végétarien.

Nous : Oui, là cependant végétarien c'est juste de la chair donc viandes, poissons, crustacés, euh... mais il y a quand même les sécrétions donc l'œuf, le miel, etc...

Lui : C'est ça. Moi j'étais plus sur cette...

Nous : Et les produits laitiers.

Lui : Ouais, et donc je ne savais pas faire la différence, voilà j'étais resté là-dessus. Donc végan c'est général, c'est le respect de...

Nous : C'est un mode de vie.

Lui : Un mode de vie et...

Nous : Après par facilité, on dit que c'est une recette végane bon en réalité c'est un abus de langage, c'est végétalien.

Lui : C'est végétalien.

Nous : Mais voilà, c'est plus facile à dire donc on dit végan un peu à toutes les sauces.

(Silence)

Lui : Et donc tous les euh... Mouvements qui vont à l'encontre de la fourrure tout ça, donc c'est des mouvements végan ? On peut les mettre sur ça.

Nous : Après il y a beaucoup d'omnivores qui sont quand même contre la fourrure, contre la corrida, contre les animaux dans le cirque, ça n'empêche pas c'est euh... il y a des végans j'en suis sûre mais il y en a plein qui ne le sont pas forcément et qui rejoignent à ce niveau-là les personnes.

Lui : Je pense que l'on peut avoir aussi des omnivores mais qui vont vouloir lutter aussi pour le respect des animaux.

Nous : Ben oui totalement.

Lui : Mais en les respectant...

Nous : La majorité des gens qui travaillent dans les SPA, par exemple, qui donnent de leur temps, la majorité à côté ils mangent des animaux.

Lui : Voilà hein.

Nous : Donc euh... et pourtant ils sont hyper choqués quand un animal est battu, bon. On peut se dire il y a peut-être un petit peu de dissonance cognitive mais ça n'empêche pas en soi.

Lui : Ils sont gênés quand il est battu mais pas quand il est tué.

(Rires)

Nous : C'est vrai c'est un petit peu ça. Parce que l'animal de compagnie c'est pas l'animal d'élevage peut-être il y a ça aussi.

Lui : Peut-être ou peut-être il est question de la souffrance, l'animal, j'ai vu ça quelque part, au Danemark je crois, il y a obligation pour les restaurateurs d'endormir les homards, les...

Nous : Oui c'est nouveau, ça vient de passer

Lui : Donc on accepte de les tuer mais pas de souffrance, on est encore dans ce mouvement-là. Je trouve que ce n'est déjà pas mal.

Nous : C'est déjà... Parce qu'en France même dans les lycées hôteliers on fait ça, on le plonge comme ça, le crabe c'est pareil.

Lui : Tu ne cherches pas à l'engourdir.

Nous : -Et après on le tape, comme ça, et ça se fait et c'est vrai que l'on ne réfléchit pas forcément mais si c'était euh... je sais pas si on devait tuer une vache ou un cochon comme nos grands-parents.

- « Même un chiot, je ne sais pas, tu l'ébouillante vivant euh... »

Lui : Les polynésiens, ils le font comme ça, c'est terrible.

(Rires)

Lui : C'est horrible.

Nous : Les chinois mangent des chiens.

Lui : Voilà en Chine, en Corée aussi ils font la même chose.

(Rires)

Lui : C'est terrible de voir faire le truc, c'est horrible. Bon je ne vous raconte pas sinon euh... attends les escargots, c'est pas des mammifères eux.

Nous : Oui, ils sont mis au four.

Lui : On les ébouillante vivants, finalement quoi.

Nous : En Catalogne, on les voit ils rampent et tout.

Lui : Ils sortent, ils essaient de sortir du truc bouillant, on leur met dessus.

Nous : C'est ça. Alors du coup, euh... il y a des personnes qui suivent un régime particulier mais ils ne s'avouent pas pour ne pas rentrer dans une case, mais est-ce-que d'après vous est-ce-que s'est seulement dû au poids de la société ou est-ce-que c'est une volonté de la personne pour ne pas se sentir différent ?

Lui : Différent c'est le regard, c'est vis-à-vis du regard de la société quoi finalement, donc je pense que cela revient au même.

Nous : Cela revient à la société.

Lui : C'est la société, je pense, ouais c'est la pression sociale.

Nous : Parce qu'au final on serait qu'en nous on ne se sentirait pas déviants.

Lui : Absolument, ouais, c'est le regard social, c'est très important moi je trouve, le regard social. C'est ce que l'on appelle aussi, tu sais, la violence symbolique, c'est ce qu'on disait, un mauvais regard hein surtout quand l'on ne dit rien, un regard de travers ou pff voilà.

Nous : Non mais c'est vrai si quelqu'un achète des produits végan ou des produits sans gluten c'est vrai que quelquefois les gens le regardent bizarrement ou... quelqu'un qui va acheter que des produits végan, on va le regarder euh... c'est peut-être le regard des gens qui euh...

Lui : Et encore, moi je trouve que ça va vite passer.

Nous : Ça encore ça va.

Lui : Ouais moi je pense.

Nous : Je vois plein de gens qui ont des produits végan et à côté ils ont de la viande donc bon, ça se... ça teste quand même, ça commence à changer.

Lui : Moi je trouve que ça va changer très vite, ça va changer très vite. Ça a changé vite, déjà.

Nous : Oui, oui quand même. Donc en fait on en a déjà un petit peu parlé, en fait c'est euh... de faire tester donc euh... la personne a goûté un plat végan par exemple un omnivore euh... mais sans qu'il sache que c'est végan il va aimer et dès qu'on lui dit que c'est végan du coup il va avoir une réticence et comprendre pourquoi ce... pourquoi ce... cette réaction pourquoi ?

Lui : Je pense que c'est une réaction, purement normative, ce n'est pas une réaction qui est du domaine du goût, comme tu disais parce qu'il apprécie c'est du domaine d'intellect. Hein, ça ne fait pas partie de ce qui est considéré comme bien donc même si c'est bon j'ai du mal à...

Nous : Mais c'est même un besoin carrément de discréditer de dire : « ah oui mais quand même si avait de l'œuf, tu vois ce serait meilleur ». Il y a quand même un besoin d'enfoncer la chose.

Lui : C'est pour se justifier et légitimer son propre modèle. Si finalement on s'aperçoit que le modèle végétarien et les nourritures, les recettes qui sont faites végétariennes, sont aussi bonnes que des recettes omnivores euh... Comment vous dire ça, ça créer une dissonance euh... logique chez la personne qui se dit finalement si c'est aussi bon euh... et qu'en plus je ne tue pas d'animaux, quel est l'intérêt de rester omnivore. Et donc ça met la personne en question, elle se remettrait en doute elle-même et c'est ce qui est un petit peu délicat. Donc c'est un phénomène de protection psychologique finalement, donc hein il faut forcément que ce soit moins bon que ce que je mange sinon...

Nous : Sinon, je remettrais en question.

Lui : Je n'aurais plus de raison logique de manger...

Nous : Parce que c'est vrai souvent le premier argument c'est : « ah mais moi je ne pourrais pas m'en passer parce que j'aime trop ça ».

Lui : Voilà.

Nous : Il n'y a pas d'arguments plus euh... poussés que ça.

Lui : C'est ça.

Nous : En général, on s'arrête là parce que du coup on se dit bon...

Lui : Tu capitules, comme on dit l'allant de soi, on n'a jamais réfléchi ça fait partie de notre socialisation, on a jamais réfléchi là-dessus. La meilleure façon c'est de dire c'est un goût personnel, hein c'est bon parce que je préfère : « t'as comparé à autre chose, non, non, non, je préfère la viande à... » bon...

Nous : Comme on dit les goûts et les couleurs ça ne se discute pas. Là du coup ça coupe.

Lui : Ça coupe la discussion et euh... c'est le dernier mode de légitimité, comme tu dis il n'y a pas d'autres discussions possibles. Et comme ça, ça évite de remettre, de se remettre en question. Ce qui est très inconfortable pour l'individu quand même, de se remettre. On parlait tout à l'heure des relations entre hommes et femmes, euh... même pour les femmes ça va être difficile pour les hommes de se remettre en question sur ces modes de comportement. Mais y compris pour les femmes aussi, parce qu'il y avait une sorte de rapport de... rapport de... d'hommes à femmes qui était instauré donc il va falloir réinstaurer de nouveaux rapports, donc ça va être compliqué y compris pour les femmes. Dans un premier temps, c'est libérateur mais ça va être compliqué dans un deuxième temps quoi.

Nous : Et puis il y a même des femmes qui ne voulaient pas à la base.

Lui : Et absolument.

Nous : Les suffragettes il y en avait plein qui disait : « ah ben non, nous on ne veut pas, on veut rester comme l'on est ».

Lui : Parce que le...

Nous : Le changement.

Lui : C'est ce que j'allais dire, le changement c'est toujours inconfortable. Ça fait des siècles que ça aurait dû être fait cette histoire de... de femmes. Il y a eu un... une pièce de théâtre qui a été écrite par un auteur euh... grec qui remonte à -400 avant Jésus-Christ, déjà sur cette question. Donc ça fait 2000 ans qu'on en parle, il faut attendre euh... parce que les femmes elles-mêmes en fait avaient intégré des normes qui les mettaient à leur place, qui faisait d'elle des objets, des êtres inférieurs des hommes et donc euh... c'était légitime, c'était normal qu'un homme : « oh ce sont des hommes ». Alors c'est quoi l'explication hein ?

Nous : Il n'y en a pas.

Lui : Il n'y avait pas d'explication, il y pas d'explication donc je vais dire c'est comme ça, c'est l'ordre normal des choses. On ne se pose pas de question.

Nous : Pourtant on mange tous plus ou moins végétarien parce que quelquefois l'été, on mange tous des salades, on ne met pas forcément de l'œuf par exemple un taboulé, une salade composée, une ratatouille... Quelquefois.

Lui : A part si l'on met du fromage.

Nous : Bien sûr mais on ne met pas à chaque fois tout le temps du fromage ou des œufs sans le savoir en fait on mange végétarien quelquefois.

Lui : Ouais et puis il y a même eu une prescription vraiment dans notre euh... dans les religions judéo-chrétiennes euh... manger maigre, à un moment il ne fallait pas manger de... viandes pendant un mois, restreindre sa consommation de viande, de protéines animales finalement. Hein, et là l'argument c'était un argument à la fois euh... euh... de santé pour purifier le corps donc ça voulait bien dire que viandes et poissons n'étaient pas si pures que ça. Et il y a beaucoup de... groupes religieux plutôt protestants, on pourrait dire des sectes, voilà qui... refusent la viande, refusent le café, tous les excitants du corps euh... donc ça fait partie de notre culture ça aussi. Ce rapport un peu particulier à la viande.

Nous : Est-ce-que vous pensez que les alimentations particulières peuvent diviser les membres d'une famille ?

Lui : Ah oui, ah oui certainement. Elle va être divisée parce que certainement ça va à l'encontre de l'unicité des valeurs familiales. Il y a des individus qui auront des visions du monde différent. Et puis ça rend compliqué les repas, l'organisation des repas. Matériellement, déjà c'est compliqué euh... quelqu'un va faire cuire je sais pas quoi, un steak dans une cuisine même si le végan ne le mange pas, ça doit être, je suppose dégoûtant pour lui, pour la personne quoi.

Nous : Moi personnellement ça me dérange pas du tout mais après euh... il y en a que oui.

Lui : Moi j'ai entendu dans des entretiens, des personnes végan qui me disais : « je ne supporte même pas voir le reste de ma famille préparer des plats à base de viande » même s'ils ne les mangent pas. C'est vrai que ça rend les choses compliquées. Mais c'est ce que l'on disait tout à l'heure, euh... il est plus facile de gérer les collectivités quand tout le monde est pareil, pas de problèmes quand tout le monde mange la même chose. Tout le monde s'habille de la même façon, tout le monde a les mêmes comportements, hein c'est très simple. Dès qu'on est, qu'on part sur des variabilités de comportement ça devient compliqué à gérer mais cependant c'est un facteur de liberté, d'épanouissement des individus, tu vois. Donc, il y a toujours ce balancement entre les deux.

Nous : Oui.

Lui : Il y a toujours ce balancement entre les deux. Il y a peut-être des différences entre les pays, peut-être asiatiques et les pays européens. Peut-être que les pays européens par leur philosophie, par leur religion sans doute, poussent vers l'individualisation peut-être plus que dans les pays asiatiques où il y a cette notion de collectivité qui est très importante encore. Et même, moi j'ai entendu parler de... euh... ce que l'on appelle la modernité compressée dans les pays asiatiques hein. Les changements sont allés très vite en 20/30 ans et donc il y a ces mêmes phénomènes d'individualisation mais dans le cadre, un cadre collectif. Les individus deviennent de plus en plus autonomes en Asie hein, tout en respectant le... le cadre collectif. Cette notion de collectif, elle est plus importante me semble-t-il dans les pays asiatiques que dans les pays français. Et donc, il sera plus facile, dans les pays asiatiques, de faire changer les comportements de toute la société parce qu'il y a cette notion de collectif, tu vois qui est très importante. Chose qui va être beaucoup plus difficile dans les pays euh... on va dire judéo-chrétien, de culture chrétienne peut-être, où on a cette notion d'individu plus importante que... Et donc c'est plus compliqué de gérer des individus plutôt que de gérer un collectif, tu vois.

Nous : J'ai vu des familles au Vietnam qui a des personnes qui mangent des régimes macrobiotiques.

Lui : Oui.

Nous : Et des personnes qui mangent euh... normalement et les deux chacun dans un coin, chacun à une kitchenette et cuisine mais ils mangent ensemble.

Lui : Ils mangent quand même ensemble, voilà c'est ce que l'on disait tout à l'heure, voilà ce n'est pas gênant. Du moment qu'il y a cette commensalité, c'est ce que met en avant Fischler, il parle de commensalité en définissant ça comme le fait de partager la même table. Où est encore une fois, qu'est-ce qui nous dit que les assiettes soient identiques, rien du tout.

Nous : -Sachant qu'on peut toujours partager au moins un élément pareil, par exemple l'accompagnement c'est le même il y a juste la protéine qui va être modifiée euh...

« -Pas dans tous les... »

-Moi cependant on fait ça comme ça chez moi, on ne va pas faire un accompagnement et un truc pour euh... pour chacun tu vois, donc pour moi, ça peut être lié, il peut y avoir une partie différente, on peut quand même et ça peut être totalement différent et ça peut quand même être ensemble comme au restaurant où là on a pas du tout les mêmes plats.

Lui : Non, puis cette notion de collectif, du manger la même chose qui créer le lien familial c'est ce que disait Durkheim. Ça c'est vrai dans les anciennes sociétés encore une fois, où il y avait des disponibilités bien plus faibles, où les aliments de base étaient nettement définis. Hein où

Les gens mangeaient, je ne sais pas 80% de même aliment. Dans les sociétés traditionnelles, en Asie, je pense que je ne sais pas quoi, la moitié du bol alimentaire c'était du riz euh... chez nous, nos grands-parents la moitié de ce qu'ils mangeaient c'était des pommes de terre. Mais c'est plus vrai aujourd'hui ça donc effectivement cet aliment de base définissait les gens vraiment. Hein, le... l'asiatique mangeait du riz, l'européen mangeait de la pomme de terre et on était définit comme cela. Aujourd'hui c'est moins vrai, donc le fait de manger le même aliment a moins, est moins créateur d'identité me semble-t-il que le partage des valeurs. Ça c'est..., Norbert Elias parlait d'euphémisation des sociétés. Moi je pense que l'on passe, comment dire, sur des sociétés qui sont... qui passent du concret au... au... à l'intellect si vous

voulez. Moi je pense qu'il est plus important aujourd'hui de partager, on revient au début de la discussion, de partager des valeurs, des idées plutôt que de partager du matériel. C'est plus imp... le lien il est là aujourd'hui c'est euh... le fait de partager des choses qui sont intangibles comme des valeurs, hein le respect de l'autre euh... la commensalité on va dire alimentaire me semble plus important aujourd'hui même s'il y a une variété de pratique derrière que d'avoir des pratiques communes comme c.... ce qui est arrivé il y a 50 ans. Je suis clair ou pas ?

Nous : Oui, oui. Et pour conclure vous vous pensez qu'il y a beaucoup de restaurants qui propose des offres de restauration adaptée aux alimentations particulières ?

Lui : Beaucoup, là vous parlez au mangeur ?

Nous : Oui, pas au sociologue.

Lui : Je n'ai pas l'impression, j'ai pas l'impression que ce soit beaucoup diversifié. On n'a pas trouvé les publics et peut-être que l'on a pas encore trouvé les publics et c'est encore un peu honteux pour un végan de s'afficher comme végan.

Nous : Disons que c'est plus facile quand sur la carte il y a déjà un plat végan que nous prendre la parole dire : « oui mais là qu'il y aurait moyen de me faire ça mais vous enlevez ça donc euh... Mais après le public peut venir quand il y a la proposition. Par exemple, au CROUS, ils ont mis des repas végétariens et il y a plein de gens qui ne sont pas végétarien et ils prennent le repas végétarien parce que ce jour-là ils ont envie.

Lui : Ça change.

Nous : Donc euh...

Lui : Absolument, ben oui.

Nous : Et il y aura peut-être du gaspillage alimentaire ?

(Silence)

Lui : Peut-être.

Nous : -Je ne sais pas mais en tout cas, ils le prennent. Ils ont le choix entre ce plat et d'autres choix et ils choisissent ça donc parfois la demande peut venir de l'offre parfois, étrangement mais euh...

- « Je ne sais pas comment vous posez la question mais par exemple le sans gluten euh... ça a été un effet de mode, normalement c'est pour les... les personnes qui sont donc euh... intolérantes et euh... en fait euh... ça s'est transformé en régime alimentaire pour maigrir et euh... ça avait vachement bien marché et euh... »

- « Avec des stars qui le font »

- « Voilà il y a l'influence des stars, qui le pratiquait et là maintenant euh... je ne sais pas si vous le remarquez ou non mais le végan est vu comme une mode d'alimentation saine ».

Lui : Végan ou sans gluten ?

Nous : Là du coup le végan, est-ce-que du coup aujourd'hui euh... ben la population ils voient pas aussi ça, ceux qui vont le pratiquer les omnivores euh... le pratiquait parce que ça a un côté sain et du coup par régime alimentaire pour maigrir.

Lui : Moi je pense que voilà comme on disait quand on parlait du mangeur pluriel, moi je vois très bien demain l'omnivore, comme tu dis, qui va rester quand même dominant au moins dans les prochaines années, l'omnivore moyen français on va dire, peut-être défini comme omnivore mais ça l'empêchera pas un jour de faire un repas végan, le lendemain de faire un repas euh... sans gluten euh... vous voyez sans que ce soit pour des raisons médicales mais en se disant je me purifie, comme on disait tout à l'heure, je me purifie un petit peu.

Nous : Pour la santé.

Lui : Voilà pour des raisons de santé.

Nous : Même pour le régime parce qu'actuellement, je sais pas du coup si vous suivez mais il y a beaucoup de sportifs donc qui sont sur YouTube et tout ça et qui se... se dirige de plus en plus vers le végan même s'il ne se disent pas végan ils se dirigent vers le végan parce que pour eux c'est beaucoup plus sain et ça apporte beaucoup de... ben c'est une nutrition très intéressante pour le sport et du coup ben... si on l'aborde comme ça peut-être que... que la population ils arriveraient plus à l'intégrer comme ça ?

Lui : Peut-être.

Nous : Par... par nutrition, par régime alimentaire parce que c'est sain pour la santé que pour les causes animales peut-être.

Lui : Moi je pense qu'il faut multiplier de toute façon les arguments.

Nous : Je ne sais pas comment vous vous préférez le voir, parce que le français il aime bien voir les choses de la manière dont il a envie de le voir.

(Rires)

Lui : C'est pour cela qu'il faut multiplier les arguments en fait.

Nous : C'est ça, il y en a c'est pour l'environnement, y en a c'est pour les politiques euh...

Lui : Absolument.

Nous : Voilà.

Lui : Et tout est acceptable, tous les arguments sont acceptables. Alors après si on veut promouvoir ça moi je pense qu'il faut multiplier les arguments pour que chacun s'y retrouve, chaque français. On va avoir des arguments qui vont être euh... Vraiment de type médical, des arguments de type santé pour le bien-être en quelque sorte hein à différencier du médical. On peut avoir des arguments de type euh... écologique, euh... philosophique, il faut multiplier hein. Tous ces arguments sont valables et encore une fois comme on disait tout à l'heure, chaque français, chaque omnivore, ira piocher dans... en fonction de sa situation, en fonction de... de ce qu'il veut montrer de lui en fonction du moment il ira piocher dans ces arguments.

Nous : -Du coup qu'est-ce que vous en pensez par exemple quand euh... un restaurateur il n'a pas envie de s'adapter à l'offre parce qu'il dit : « bon ben les végétariens ils ont déjà leur restauration proposée donc s'ils ont envie de manger végétarien ils vont manger dans un restaurant végétarien, alors que peut-être qu'ils ont envie d'aller dans ce restaurant et... pour accompagner des amis.

- « Oui, s'ils sortent avec des amis ».

Lui : C'est ce que dit votre camarade, là on va vers le... un peu l'éclatement quoi. Ce serait dommage, c'est la question que tu posais tout à l'heure, est-ce que les alimentations particulières ne vont pas créer des problèmes entre les gens. En faisant ça on crée...

Nous : C'est ce que Fischler dit un petit peu dans le livre.

Lui : Ouais.

Nous : C'est ce qu'il met en avant un peu.

Lui : Ouais, c'est-à-dire que concrètement je pense que chaque restaurateur devrait même s'il est omnivore préparer, présenter une carte omnivore et puis quelques plats végétariens et quelques plats sans gluten, moi c'est ce que... je suis allé en Espagne récemment c'est ce que j'ai vu dans beaucoup de restaurants peut-être pas le végétarien mais le sans gluten déjà parce que c'est médical il y a des raisons médicales derrière donc éviter les... allergies et les intolérances. Voilà mais pourquoi pas, moi je trouve ce serait pas mal un... et ça montrerait l'a... comment dire, la tolérance de... après ça va multiplier comme dit Fischler, on aura peut-être une carte avec un repas bouddhiste, un repas... halal, un repas casher, un repas... bon euh... Wh not ?

Nous : Et euh... du coup nous les omnivores on a vachement cette perception que de manger végétarien euh... : « ah mais on ne mange rien en fait, on a l'impression de rien manger ». Est-ce que vous vous iriez par exemple par curiosité manger dans un restaurant végétarien ?

Lui : Je l'ai jamais fait c'est vrai.

Nous : C'est vrai que quand on va au restaurant fin on prend une viande quoi.

Lui : Moi je n'ai pas ce sentiment de manger...

Nous : C'est que du végétal.

Lui : Ouais.

Nous : On a l'impression de rien manger.

Lui : Je n'ai pas cette impression là mais je le ferais un peu comme on disait tout à l'heure.

Nous : De pas avoir le choix ?

Lui : Non mais je le ferais comme un restaurant à thème, moi je ne suis pas végétarien voilà j'avoue mais je le ferais volontiers de temps en temps avec des amis végétariens où c'est eux qui me présenteront un peu les choses comme aller dans un resto vietnamien avec une vietnamienne qui va dire : « prend plutôt ça, ça c'est une bonne spécialité etc... » et voilà pour découvrir quelque chose finalement comme un restaurant thématique. Je le ferai très volontiers quoi.

Nous : D'accord.

Lui : Et il ne semble pas que j'aurai cette impression de...

Nous : En fait on s'est rendu compte que psychologiquement les omnivores, ils se représentaient le repas d'un omnivore classique ils se disaient : « ah ben végétarien je mange pas ça, je ne mange pas ça, je mange pas ça ».

Lui : Et voilà ce qu'il reste, voilà.

Nous : Ah ben vous ne mangez rien, ils voient pas qu'on peut, tiens on peut remplacer le lait de vache par le lait d'amande, le lait de soja, tiens on peut remplacer ça par ça tiens ça par ça et du coup une impression de vide alors qu'il y ait pas le vide, mais voilà.

Lui : Peut-être que quand on pense végétal on pense salade etc. en se disant c'est quelque chose qui est un peu aqueux, il peut y avoir d'autres protéines, les légumineuses qui tiennent bien.

Nous : Qui tiennent bien.

Lui : Qui tiennent bien l'estomac et...

Nous : Oui mais les français ne sont pas prêts, quand ils vont au restaurant ils veulent de la viande, ils veulent qu'ils en aient pour leur argent, ils veulent pas juste manger une salade.

Lui : Ça continuera.

Nous : -Même moi je t'avouerais qu'aller au restaurant pour une salade, non merci.

- « Oui, ben oui ».

Lui : Ouais voilà.

Nous : Je ne vais jamais au restaurant pour une salade.

Lui : Déjà, mais d'un autre côté moi je suis français hein français euh omnivore, omnivore français mais quand je vais aux Etats-Unis les portions de viande me dégoûtent. Quand je vois les steaks épais comme ça, gros ça me dégoute, je me dis c'est trop c'est euh... c'est trop, c'est trop.

Nous : Et j'aimerais revenir sur ce qu'a dit X tout à l'heure, le fait que ça puisse faire éclater la cellule familiale, ce qui est assez amusant c'est que nous entre végans on parle souvent du coming-out pour dire que l'on est végan. Et je trouve super intéressant que vous disiez justement que c'est comme la sexualité.

Lui : Mais oui tout à fait.

Nous : C'est très normatif, ben justement on utilise le même terme que pour les gens qui vont dire qu'ils sont lesbiens euh...

Lui : Tout à fait.

Nous : Je trouve ça assez marrant.

Lui : Des choses qui étaient jugées très négativement, lesbiennes jusqu'à présent ça ne se disait jamais, c'était la honte des familles : « ah euh ma fille est lesbienne » et enfin c'est accepté.

Nous : Accepté pas par tout le monde.

Lui : Ça commencé, voilà il y a du progrès à faire, en sexualité comme en alimentation.

Nous : Oui du coup pour vous les restaurateurs ils ont vraiment un travail à faire sur...

Lui : Un travail à faire mais surtout comme disait votre camarade c'est aussi une belle opportunité, une belle opportunité pour la restauration commerciale, source de diversification, soit sur des restauration à thème soit sur des plats, proposer des plats un petit peu différents euh... ce serait une bonne... c'est une opportunité.

Nous : Je vois de plus en plus de restaurants du monde en France.

Lui : Tout à fait, ouais et ça ce n'est pas un restaurant géographique mais c'est un restaurant thématique aussi le restaurant végan, ce sera un restaurant thématique, universel, transverse. Bon je n'ai pas été...

Nous : Merci beaucoup en tout cas.

ANNEXE M: GUIDE D'ENTRETIEN M. HARUKA UEDA, DOCTORANT EN ÉCONOMIE AGRICULTURALE

Table 17 Guide d'entretien pour Monsieur Haruka Ueda, Doctorant en Économie agricole

<p>Introduction</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. This interview can be totally anonymous if you wish to. If you choose not to be anonymous, if this project is selected to be published on the website of ISTHIA, your name can be known to everyone. What you prefer being anonymous or not?</li> <li>2. Can we record our conversation so that we can transcribe it later? Thank you!</li> <li>3. Can you tell me a little bit about yourself?</li> <li>4. What are you working on?</li> <li>5. <i>Introduction of the project:</i> We are working on understanding the special dining regimes that the French as well as many other people in the world are pursuing. We investigate how these regimes can affect social relationships, and more particularly how restaurateurs will adapt to these regimes.</li> </ol>
<p>Theme 1: Acknowledgement of the phenomenon</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. As a sociologist and as a normal consumer, do you witness any emerging dining trend in the recent years, be it in France or Japan or any other country?</li> <li>2. And how is the dining landscape in France in particular? How are they different from other countries?</li> <li>3. When I tell you the words "special dining regimes", what do you think of?</li> <li>4. What do you think about this picture from the New Yorker <a href="https://www.newyorker.com/culture/culture-desk/cartoons-for-thanksgiving?">https://www.newyorker.com/culture/culture-desk/cartoons-for-thanksgiving?</a></li> </ol> 

	<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Do you think this so-called phenomenon of people eating different things accordingly to their choice is new, or has it always been around? Why or why not?</li> <li>6. Do you think these regimes are scientifically backed up or mostly self-diagnosed (gluten-free for example)? Do you think self-diagnosis is just as legitimate as consulting a health professional?</li> <li>7. Sociologists classify these regimes into various categories, like diseases-related (allergy), aesthetics-related (losing weight), moral-related (religion - Buddhism, Muslim, etc.; politics - Vegan, Green Party, etc.; hygienic - without xyzzy elements). What do you think about this classification? How would you classify these regimes yourself?</li> </ol>
<p>Theme 2: Opinion about this phenomenon</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. What effects do you see these special dining regimes have, especially on the societal level?</li> <li>2. How do you see the restaurateurs adapt to these trends (refuse, reject, acknowledge, change their offers, etc.)?</li> <li>3. Claude Fischer, a renown French sociologist, found that the English-speaking countries are more accommodating to these requests, whereas in France, the only acceptable excuse to not share the same dish as everyone else in the meal time is health conditions (which means low tolerance for differences, do you find this to be true? Why or why not?</li> <li>4. How do you think about the acceptance of different dining regimes in France?</li> <li>5. From your research and personal experience, do you think it's important that people eat the same thing while dining together? Why or why not?</li> <li>6. Do you think eating different things on the same table separate or unite people? Why or why not?</li> <li>7. We have seen that people are becoming more and more independent these days, with single parents or household with only one member on the increase. Is there any correlation between individualism and these special dining regimes? Can you describe this correlation?</li> <li>8. What do you think about mutual tolerance in the landscape of these dining regimes?</li> </ol> <p><u>Relaunch:</u> So, you were talking about ... phenomenon's, could you clarify this topic a little bit more? (Focus on un Clear notions)</p>
<p>Theme 3: Action</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Does any of the concepts you've been working on appear in these social phenomenon's (neophobia, neophile, etc.)? What are they?</li> <li>2. How do you think restaurateurs should respond to these regimes?</li> <li>3. How do you think consumers should conduct themselves (trying to compromise a meal or two for the social gathering, or consistent on their food choice, etc.)?</li> <li>4. Do you follow any special dining regimes yourself? What is it?</li> <li>5. What would you do if you had followed a regime, and were supposed to eat like everybody else in the table at a very important meeting?</li> </ol>
<p>Conclusion</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Do you think that, after all, each of us, each person on this planet of billions of people, all have special dining regimes that we follow in our personal space, and that we are always willing to forego a time or two to socialize with the people who matter to us? Why or why not?</li> <li>2. Individualism? Community?</li> <li>3. So, any words for the future of the dining landscape?</li> <li>4. Thank you so much for your time!</li> </ol>

ANNEXE N : ENTRETIEN 10 MONSIEUR HARUKA UEDA, LE 7/3/2018,

TOULOUSE, 1.5 HEURE

**We:** Hello!

**Him:** Hello! So now it's okay the connection?

**We:** Yeah! It's okay now!

**Him:** So, you said that you want to record our interview?

**We:** Yes! This interview can be totally anonymous if you wish to, but if you choose not to, in case the project is selected and published on the website of ISTHIA your name can be known to everyone. So, what would you prefer?

**Him:** Ok sure, yes okay. One thing I'm just wondering is that our interview can be more of a layperson interview, because I'm known as a sociologist, but I have an agricultural economy background. Now of course I can talk about the theories of sociology and geology, but if you want to treat with the data you collect today from our interview as expert, well I have a hesitation. If you need to, it's totally fine. So, consider prioritizing your research protocol. Which one are you thinking about? Is this interview more of an expert interview or a late-person interview?

**We:** I would say it's a mix of the two because my focus is on how the restaurateurs adapt to changes in the dining sector, so your background is from economy, which fits well with where the restaurateurs stand.

**Him:** Ok so now I will proceed to introducing myself, right?

**We:** Yeah, we will go through the Introduction phase to get to know you first.

**Him:** Ok sure!

**We:** So, could we kind of begin?

**Him:** Ok sure of course!

**We:** Ok great! So, can you tell me a little bit about yourself? You've just said you study economy and you know you're...

**Him:** Sure! Currently I'm a first year PhD student majoring in Agricultural Economics. I don't know if this exists in other countries, but it is Agricultural Economics. Maybe you have it in Vietnam too? I know you have it in Vietnam and in Thailand. So, my department is Agriculture, but most the divisions, and a division is the subunit of a department, Biotechnology, Chemistry, Agricultural Engineering - are more about the natural sciences. Beside these divisions are the ones that are more about social sciences, because we must know the politics and economics so that we can create an agricultural food system. So that's where I am, and I'm studying economics from an agricultural point of view

**We:** Ok! Um so just to make sure you study Agricultural Economics.

**Him:** Yes!

**We:** That would really fit with the theme of our study regarding the dining/restauration sector because...

**Him:** Yeah, I hope so!

**We:** Yes of course. So, what are you working on recently?

**Him:** Ok, so I'm currently working on the gastronomy, but not on the historical perspective, but more like the, yeah, I would say it's a sociological perspective because gastronomy is a polemic idea. Ok so we have very famous sociologists, anthropologists, and historians who have been discussing about the definition of gastronomy, which dates to the 17th century. I suppose that the good definition was based on mostly academic books, or gastronomical literature or gastronomical guide. Ok, so that means that those definitions are in the elitist domain. I have to say that, but you know, after the revolution, after the 19th century, 20th century, or 21th century, we have a more middle-class people, so they have easier access to those gastronomical restaurants and to those gastronomical resources. So, I think it's time to think that the gastronomy researchers should extend the originally elitist definition of gastronomy into the popular dimension. But, I don't think there is enough data to scrutinize the popular definition of the gastronomy that exists. So that's what I'm working on. I want to know how people perceive, "people" means that the ordinary people you can see on the street or even you can see in the restaurant, which doesn't have to be a gastronomic restaurant, but more like the, you know, brasseries, or cafés or... So, it doesn't really matter the restaurant. So, I want to articulate those different perspectives on the gastronomy and how these representations might be different depending the weather... uh... it's the social-economic status or whether the countries of origin. Yes.

**We:** Yeah to me gastronomy is a very traditional term in French, dating back to like...

**Him:** You think so?

**We:** Yeah, it's just in my class my teachers told me that in the past when the highest level, the elite class of France, they um, got out of the castles and they passed on their knowledge... they let the common people know what the cooking is like in those castles. Yeah and then that's the origin of gastronomy according to my teachers, but maybe...

**Him:** Oh yeah, I think you are right! Uh, especially for the 17th century and the 18th century during the ancient regimes, before the revolution, because it had been developed, it had to be developed in the court of society. And after the revolution it has been democratizing it. How do we know ordinary people perceive the gastronomy? So, people, like the reviewer's people, have got it up into the dimension of gastronomic restaurants, like 3-stars and the Michelin restaurants. The ordinary people try to appropriate this concept to justify what they are doing. Ok? So, if I interview the ordinary cuisines, ordinary chefs in the ordinary restaurants, so people might say that this is not a gastronomic restaurant, but they see that they are rounding it up as they could, and they made the recipes gastronomy. So, I think I really want to understand the different perspectives. Yeah...

**We:** Ok...

**Him:** Yeah maybe we can continue yeah haha...

**We:** Yeah, no problem! So, in the past you studied in Japan about agricultural economics, too? In your Master and undergraduate studies?

**Him:** Yes! Maybe that I need to kind of articulate the differences. The way you say that "economics", maybe most of the people might think about econometrics... Have you caught that one? Originally this is a very complicated mathematical thing. But like when we look at the history of agricultural economics, it has been developed from the rural society. Ok so to analyze how predictors, how agricultural societies behave, we need to understand socio-cultural aspects over their behaviors, or the functions of the directives. So, we are not exploring the category of sociological perspective, so I really see that sociology is an important in agricultural term. So, I'm more into the social-multicar nature of the agricultural economics, based on what I was doing during my Master and even now, the food education. So, how can we understand basically the tutoring, the tutoring of eating behaviors, how can we change their consumption into the right direction. Also, we need to ask that this intended direction, whether it's healthy consumption or sustainable consumption all lead to... So, we need to also question our direction because we need to understand the para-factors behind the educational messages. So just to conclude, I'm now working on gastronomy and the food education.

**We:** Ok! Do you work with Mr. Jean-Pierre Poulaine?

**Him:** My professor is Yoko Niyama in Japan, my supervisor, but we have just started collaborated research with Jean-Pierre Poulaine. And I've been talking to him to study the gastronomy because gastronomy is a French thing! Yes, you know... It can exist anywhere but like, traditionally speaking, this was developed in France. So now we will be collaborating until next year.

**We:** Awesome! As an economist, a researcher, or a normal consumer, do you witness any emerging dining trend in the recent years in France or Japan anywhere else in the world?

**Him:** Ok, yeah, many things! Many things I'd like to talk about but maybe you have noted some of them, like vegan, vegetarian. Yeah, I think those are the emerging dining trends, in France or even in Japan. You know France, or even Europe... and even much more than that, like in Japan.

**We:** Oh yeah, I see graphics everywhere telling people to go vegan...

**Him:** Exactly! Yeah! I really understand it yeah! I respect the different dietary regimes, but that... Okay, so if we compare the level of vegetarianism or veganism in France and in Japan in this context, I think that of France is much higher than that of Japan. Ok so our work is to explain why. Yeah...

**We:** Maybe this is kind of a little bit irrelevant, but I've heard that they have 3 standards: vegetarian, vegetarian, and vegan, with the last 2 both translated to the English word "vegan" ...

**Him:** What's the difference between the first one and the second?

**We:** Ok so the first one for vegetarian it just means that you just don't want to kill animals, you want to... You can drink milk and you can eat eggs, but you are not allowed to eat meat. It's like the traditional Buddhism practice you know.

**Him:** Alright yeah, I know!

**We:** And the vegetarian is the higher level where you don't consume egg and milk and butter, or any other thing produced by the animals...

**Him:** Wow, ok?

**We:** And the vegan is for the people who, you know, they boycott everything relating to animal cruelty, like cosmetics and the testing on animals...

**Him:** Ah...

**We:** Or clothes from their fur.

**Him:** Ah okay so... I really want to say that in the social imaginary of Japan, we don't know about the second one - the vegetarian.

**We:** Ok...

**Him:** So, we think vegan is exactly what you talk about for the second one. A vegan is already imaginary, we think that this is far beyond the vegetarian, which means that the egg and the milk should be cut. So, we don't have the second one.

**We:** Yeah, they have a lot of categories, and you will see - flexitarian and...

**Him:** Really! Yeah... We don't have a lot of words. We just say vegetarian.

**We:** So how do you see the dining landscape in France in particular? You've just said that the vegan is more practiced in France than in Japan, right?

**Him:** Yes!

**We:** So... any other insight?

**Him:** Other insight... Well I think vegan is the really emerging one.

**We:** Yes!

**Him:** You know even in school canteens, sometimes, maybe once a week or once a month, they have vegetarian menus, which never happens in Japan. And I dare to say that uh... yeah, I think in France the dining restaurant... how do we say... collective restaurant?

**We:** Yeah, I know, collective catering, "restauration collective".

**Him:** Yeah, the "restauration collective" has more respect for the diversity of food regimes.

**We:** Oh really!

**Him:** Respect is not that they... more like they afford to cater to those different needs because you have different regimes, you have different... ethnicity is not really a politically correct term but... you have different dietary regimes, which originate from different cultural backgrounds. It could be Africa, it could be Asia, it could be Eastern Asia, Western Asia. So, they afford to cater to those different needs... Um, so I think that vegetarian or vegan menu is one of those things. You also have things like the halal, so yeah...

**We:** Cool! So, when I tell you the word "special dining regimes" or "special dietary regimes", what words come to your mind, what do you think of?

**Him:** Hm! Right! That's my first time to hear these words, but okay, ...

**We:** In French it's "alimentations particuliers" ...

**Him:** Yeah, sure! I'm also wondering how I can translate this into Japanese. But, like, why do you put it "special", why not put it "dining regimes", what about "dining" or what about "lunch regimes" \*haha\*?

**We:** Ah...

**Him:** I really say that this "special". So, I must say this is really encouraging if you think about it, something in gastronomy \*haha\*. Something different... You're going to go to a restaurant, you're going to have friends in the family, and you're going to have a good wine. Okay, so that's what I think about the special dining regime. Maybe, maybe as a specialist in sociology or in anthropology, a special dining regime is more like the vegetarianism, or the veganism, etc. And around the table, Hm, yeah, so like yeah that's the first impression.

**We:** Yes, maybe! These words come from a book of Claude Fischer...

**Him:** Ah Claude Fischer, ok!

**We:** Which is "alimentations particuliers". Maybe you know him, right?

**Him:** Yes! How about "particular dining regimes"?

**We:** Ah okay! Thanks for the suggestion, sounds much better, haha!

**Him:** So okay, when I... I have to say that the regimes, I really start to imagine about vegetarianism or veganism around the table. And what do I think of?

**We:** Yes!

**Him:** Okay, so I need to say that I have a respect for these dietary regimes, but as a food system researcher...

**We:** Yes!

**Him:** Because the food system we need to know that it's like a black box. We don't know what's going on inside. We know what is going in the production side and the consumption side, but we don't really know what is going on in, let's say the slaughterhouses. Have you been there?

**We:** No. I haven't been there.

**Him:** Maybe most of the people do know about this but our research group, especially working on beef production system, so we must go to the slaughterhouses and we need to see what people are doing there and what mentality they have. Yeah sometimes, I'll tell you, from the historical perspective, we have discrimination for these people working in the beef industry, especially in the slaughterhouses. But they are trying to redefine the quality of their work. They are professional. Okay, and there you know, slaughterhouses, sometimes seen as some daunting places...

**We:** Yes?

**Him:** I think that these images are strong in the European countries. Usually slaughterhouses are located, like, far away from the city, but slaughterhouses are a fabulous space, because you know maybe, you know... People walk into the slaughterhouses and once seen what is going on inside the slaughterhouses, that which so many people, including the vegans and the vegetarians and many other people are criticizing about... You know, they might say that they (the slaughterhouses workers) are so bitchy to kill the animals/ it's so pitiful to keep the animals like in very cruel conditions, tiny spaces. But you must go, and you must see that. Maybe they have just seen what is shown on YouTube, or the videos created by the environmental or activists people. But you must see the reality. Of course, it's time for a transformation, but you really must walk in and dispute. So, I think that's one thing I just say before but...

**We:** Yeah just tell me everything!

**Him:** That's part of my food education messages. It's totally fine to be vegetarians, to be vegans for the health issues or for other issues. I'm not going to argue about that. But if you really think of being a vegan or being a vegetarian, maybe I really recommend that. Just see the reality, what's going on inside...

**We:** Yeah...

**Him:** And after seeing, you can judge whether you want to be a vegan or a vegetarian. That I just want to say that don't be agitated by activists or the media, the newspapers, etc. You must see the reality. We must open the box, this black box of the food system.

**We:** Yeah. There are discussions about videos from the vegan and propaganda...

**Him:** Exactly, yeah! You know most of the people, most of the vegan, ok, you know, younger generations are really agitated by the sensational media...

**We:** Yes?

**Him:** Or... by the friends who are agitated by the videos.

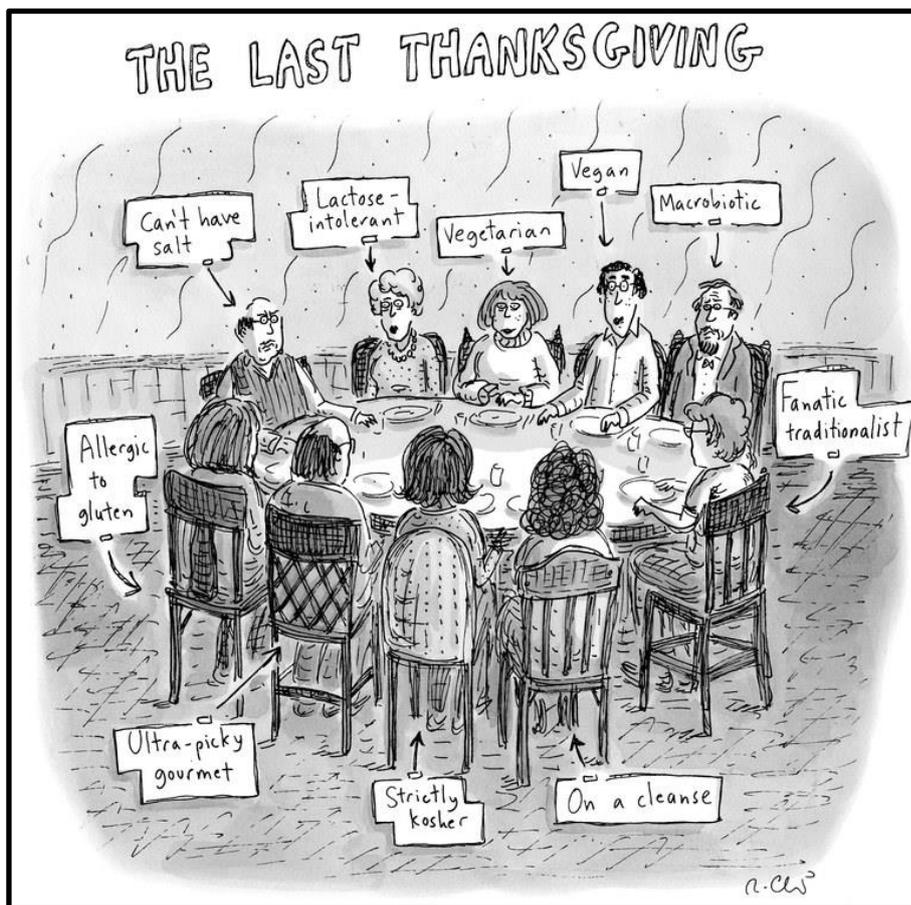
**We:** Yeah, I know a lot of people who share lots of violent, cruel killing of animals every day.

**Him:** Uh huh? Yeah, it's true.

**We:** But yeah like you say they should go inside and see these slaughterhouses to explore what really happens there and decide for themselves yeah...

**Him:** And I would also say that if they are going to see what's going on in the slaughterhouse or see what's going on in the production, the farmers, breeders, yeah, you're going to change your mind. Maybe you'd have more respect, more understanding. You'd have to reconcile these moral dilemmas. Yes of course it's a pity to kill these animals, but we must eat them to survive.

**We:** Uh huh... Um, great insight! Ok, so, what do you think about this picture, *The Last Thanksgiving* from The New Yorker?



**Him:** Hm I think it's interesting, yeah!

**We:** Yeah, we were talking about vegans and now we see a vegan guy here and others like vegetarian, lactose intolerant, gluten allergy, etc. Yeah...

**Him:** Yeah, I see... Okay, okay... well...

**We:** Yeah, so... Your reactions.

**Him:** Such a dilemma for the restaurant. Because you know like... um... so let's imagine a multicultural table here...

**We:** Yeah...?

**Him:** You have people from Japan... lactose-intolerant, and you have people from a Buddhist country, a vegetarian, and you have some like minorities, some minor ethnicities. So maybe we have people who only eat meat, raw meat. So yeah, I think this might happen. This might happen. This might not be just a caricature. This may happen on a multicultural table. And I would say that... Yeah maybe the problem is in the restaurant. I don't know, because they can all order whatever they want, because now we can order individually, even if we share the table. It doesn't mean that you go to a rural society you must share the local dishes, like a bowl of tofu or like some big dish... Sharing it like, with several people. If you go to a restaurant, you can order whatever you want. So, people will just order for their dish. So, I don't think it's a disadvantage.

**We:** Yes...

**Him:** But rather we kind of see it as an advantage because you have many dietary regimes from people from different cultural backgrounds. We can discuss about this!

**We:** Yeah!

**Him:** On the table, I think it's a good matter.

**We:** Yes!

**Him:** I mean they don't have any angry points in the political sense or in the cultural sense. I mean they can talk about the food. I think it's a good start. I think we should see this as an advantage to tick off the conversation.

**We:** Yeah! Hm, so you think that people from... um... people with different dining regimes or um, dining regimes they can all sit together in a table because a restaurant can well adapt to individual needs, right?

**Him:** Yes! I think the issue is more about the restaurant. We'll say that they don't have to the consumer's taste because... Okay let's say that we go to a touristic restaurant, it should be some traditional French restaurant...

**We:** Ok...

**Him:** So, you know as the tourism emerges more and more... So, some restaurants choose not to cater to the tourists from the United States, who want some barbecue sauce, which is okay. But that never happens in a traditional French restaurant.

**We:** Yes?

**Him:** I think that restaurants... people also must have some fruits or what they could. So, I don't say that they must adapt to the consumer's taste. So, it's the customer who will choose whether they're going to go to a restaurant or not.

**We:** Yes.

**Him:** So, if they have dietary regimes that don't match with the restaurant, the consumer, they can just quit going there. So, I'm thinking about the price of the restaurant.

**We:** Yes?

**Him:** Ok, so we must differentiate the 2 types of restaurants, the collective restaurants, the "restauration collective" ...

**We:** Yes!

**Him:** In this category we must adapt to many dietary regimes.

**We:** Ok?

**Him:** But for the "restaurants prove", the commercial, private restaurants, uh, I don't know how to say... So... They don't have to adapt to the tourists, people from different countries...

**We:** Yes, why?

**Him:** I think I would have to say that they must, they should have some pride for what they cook.

**We:** Yeah, they have their choice, their unique selling point.

**Him:** Yes. Just coming back to the description. So, this picture is not about the collective restaurant category. I think I would have to say that this is more like a private restaurant.

**We:** Yes?

**Him:** Ok and in this case, um, I don't think the restaurant's cuisines have to adapt to these different cultural tastes.

**We:** Yeah... Interesting! So, do you think this phenomenon of people eating different things accordingly to their choice is new? Or has it always been around? Like, people always have some kind of their own special, particular dietary requirements, but when they get into a table together in a commercial restaurant, a private restaurant, they... they give up their personal needs and try to eat the same thing or share the same thing as everyone in the table for once in order to blend in with the group? Yeah so... do you think this phenomenon has always been around? Why or why not?

**Him:** Ok, so I'm not so sure my answer might answer your question, but I would say that this kind of the particularism trend is new.

**We:** Ok!

**Him:** So why it's new? So, we need to explain it. I ought to say one thing...

**We:** Yes?

**Him:** Ah, maybe in the traditional eras in the past, we didn't have the word, like the negativism, or like vegan, or like flexitarian, or like even the dietary regimes. So, I think the people, like for example your mother would identify your type of dietary regime as just like "you don't like this food?"

**We:** Ok?

**Him:** So, this cannot be categorized. This could not be categorized.

**We:** Ok?

**Him:** Um... dietary regime...

**We:** Yes?

**Him:** It's just... it used to be just a preference.

**We:** Ok...

**Him:** It doesn't have like the labels, like vegan, or vegetarian...

**We:** Ok?

**Him:** So that's what I want to discuss. Now the consumers identify themselves as like vegans, like something like labelled on.

**We:** Yes!

**Him:** And they're going to reinforce the food identity...

**We:** Ah food identity, interesting!

**Him:** They're going to like to fixate the taste or preference...

**We:** Yes!

**Him:** Ok you can say that "I'm a vegan. I can't eat meat..."

**We:** Ok?

**Him:** Ok that's what you say, but in the past, we didn't have any word, like... You can say like "I don't like to eat, but I might eat, I might be able to eat this meat..."

**We:** Yeah...

**Him:** So, I think in the past, we didn't have this kind of a label...

**We:** Yes?

**Him:** And we were a lot more flexible, but nowadays, we have a lot of labels. And we become less flexible...

**We:** Yeah!

**Him:** I think that's what we must think about.

**We:** Yes! So, if I understand you well, you said that in the past, people had their own choices of which materials or which ingredients...

**Him:** Yeah exactly! Yeah, it's just the taste, the preference. Taste and preference. It's not a regime...

**We:** Yeah...

**Him:** Ok so I would give you an example. Alzheimer disease.

**We:** Yes?

**Him:** You know what that is? Alzheimer disease. A brain disease.

**We:** Oh yes Alzheimer!

**Him:** Yes Alzheimer. So, in the past we didn't have any word like Alzheimer disease.

**We:** Yes?

**Him:** So, as you get older, you tend to forget about everything?

**We:** Yes!

**Him:** And the people say that "Oh it's normal!", ok?

**We:** Yes?

**Him:** So that was normal. But now we have this label like Alzheimer...

**We:** Yes?

**Him:** And we start to think that these people are not normal.

**We:** Okay? Really interesting!

**Him:** So that's the same thing we're talking... about the vegans.

**We:** Interesting! So, when there's a new classification, there's a new labeling, then things will stand out and become special in some way right?

**Him:** Exactly yes! Very well yes!

**We:** Interesting!

**Him:** So, we must see that this evolution...

**We:** Yes?

**Him:** Over the concept...

**We:** Yes?

**Him:** And I think now it's a stage where we have we have to discuss about things. Uhm!

**We:** Yeah!

**Him:** So, we must have some chronological perspective, historical perspective, rather than just seeing things at a given time. Uhm!

**We:** Yes?

**Him:** We must situate dietary regimes in the chronological orders.

**We:** Yes.

**Him:** Ok. Right.

**We:** Ok. And do you think like most of these regimes, especially the intolerance and allergies, are scientifically backed-up or mostly self-diagnosed? Like gluten-intolerant or... What do you think about them?

**Him:** Oh yeah... yeah... That's true. Partially scientifically backed-up?

**We:** Yes.

**Him:** More like, not just the science who backs up, but the media, too?

**We:** Yeah medically backed-up...

**Him:** No, media, media.

**We:** Ah media!

**Him:** Yeah, because medically backed-up is also part of the scientifically backed-up.

**We:** Yes.

**Him:** But I think it's also necessary because that's the job of a researcher to scrutinize whether these emerging trends are dangerous or not. If we think they are dangerous, we must adapt, to change these current dietary regimes to be better.

**We:** Yes!

**Him:** So, I... maybe uh... I don't think this is just about a trend...

**We:** Yes?

**Him:** But now it's a... It should have a balance. We now have a more scientifically backed-up, sometimes it could be sensational.

**We:** Yes!

**Him:** Yeah that's what we must think about.

**We:** Okay... So, do you think that we would have to discuss more on the legitimacy, um, the rightfulness of these regimes?

**Him:** Yes, sure! Sometimes I have self-questioned myself.

**We:** Yes?

**Him:** Because I used to say we have given research on these issues. But how? You know, when? You won't wait.

**We:** Yeah.

**Him:** I think we must develop this question. We must see it from a pedagogical aspect, historical aspect, which means that like, we must create the opportunities...

**We:** Yes?

**Him:** So yeah maybe I think it's also a challenge of the researcher.

**We:** Yes.

**Him:** Alright? Uhm!

**We:** Alright. So what effects do you see these dietary regimes have on the societal perspective? Do you think that people will ever eat together again? Or will they, each person with their own dish, in their own corner, and not blending in together?

**Him:** Uh huh?

**We:** What effects do you see these regimes have on the society?

**Him:** Ah I think it's a big question, right?

**We:** Yeah! Like how would a vegan mother will cope with, or react to a normal meat-eating daughter or... any other regime? What do you think about that?

**Him:** Uh huh...

**We:** Tell me your insight!

**Him:** Ah hah! Well... that's so deep!

**We:** Ah really? Yeah...

**Him:** Yeah, maybe, maybe some of this overlap with my past answers.

**We:** Yes?

**Him:** Yes, this difference will have some effects on the restauration.

**We:** Yes?

**Him:** Ok so they must adapt to changes, hall or vegan, or vegetarian... And they need to change the menu!

**We:** Yes!

**Him:** Ok so that's their imagination, so I think that's the first effect.

**We:** Yes.

**Him:** The second effect would be more about the morality over their representations.

**We:** Yes!

**Him:** So that means that they're... ok... must question themselves, whether the changing of the menu is right or not.

**We:** Yes?

**Him:** Because if they change the menu, they're going to lose their tradition.

**We:** Yeah.

**Him:** Or sometimes they're going to adapt. They're going to keep the tradition and they're going to develop this tradition in a way that can still cater to the new tastes or new dietary regimes...

**We:** Yes!

**Him:** So, in this case they can see the advantage. This is not all the time. Maybe they're going to lose tradition in just catering to the vegetarian...

**We:** Yes?

**Him:** We don't know in the future we're going to have some... meat Arian?

**We:** Oh yeah?

**Him:** Yeah! People who just won't eat any vegetables and just eat meat?

**We:** Oh! Great!

**Him:** So, in this case if the vegetarian restaurants want to cater to these people, they're going to have to change the menu.

**We:** Yes?

**Him:** In this case they won't have any consistency. They don't have any coherence for their business.

**We:** Yeah.

**Him:** So, they must question their price, their morality, and...

**We:** Yes?

**Him:** I think that's one thing I just say for the second effect.

**We:** Yes.

**Him:** Or I would say a second transition stage. Uhm!

**We:** Great! Um, so, from your research or from your personal experience, do you think it's important that people share the same thing together? Or is it more important to have more tolerance towards what others prefer, what others want to eat? What do you think?

**Him:** Yeah! I think it's important! You have some tolerance. You have some understanding. I always say that food is a good start. You think about the cultural background. Okay?

**We:** Yes!

**Him:** If I see that the people, like vegetarian people, I will encourage them to answer the question "Why can't you eat meat? What's your experience? When was the moment that you decided not to eat meat?" And I think it's a good start for a conversation. After that we need to be careful about the judgement of others.

**We:** Yes!

**Him:** So, we can see that the vegetarian... so we need an understanding, which will create more understanding and more tolerance and yeah! I think we should see it as an advantage.

**We:** Yes!

**Him:** So, we should not criticize a certain social group, a specific dietary regime.

**We:** Yeah...

**Him:** Which is what we see in the media... \*haha\*

**We:** Yeah, so we should try to have a conversation with them, right?

**Him:** Yeah!

**We:** And uh, do you think eating different things on the same table will separate or unite people?

**Him:** Hm...

**We:** For example, in a family and friends...

**Him:** Ok!

**We:** Eating different things... unite or separate people?

**Him:** Oh, I think that's a good point.

**We:** Yes.

**Him:** Good point!

**We:** Yeah.

**Him:** Because think of a traditional restaurant. So, we used to share our meal with different family members. Ok so that's what we see as an incorporation. That happens on the meal. But now, we have different meals, different menus and that we cannot share the same food.

**We:** Yes?

**Him:** Okay so just to rephrase this in terms of society... So, incorporation...

**We:** Yes...

**Him:** Happens on the ingredient level. The food levels.

**We:** Yes?

**Him:** But nowadays, even if we have different menus, we have some sense of incorporation because we share the table's space.

**We:** Yes?

**Him:** We share the time.

**We:** Yes?

**Him:** We could be talking we could be conversating.

**We:** Yes!

**Him:** So, I would say that the incorporation happens at different levels.

**We:** Yes?

**Him:** So, I think in this case, we don't see the table or time... Still, even if we have different menus, the time and the space we share are still elements of incorporation. And that's important.

**We:** Yes.

**Him:** So that's what will unite people.

**We:** Interesting! That's what a lot of sociologists say, too.

**Him:** Hm!

**We:** Even though we have different dishes, we can still share the space, share the time.

**Him:** Oh yes? Is there any sociological theory? I really want to know!

**We:** Yeah! Mr. Christophe Serra Maillol. Do you know him?

**Him:** Could you type it please?

**We:** Yes. I will Google his name, just to be sure. \*typing\* He's a student of Fischer.

**Him:** Oh really?

**We:** Here, that's him, Christophe Serra Maillol.

**Him:** Thank you, yeah! Oh Christophe, really! He was a student of Fischer. I didn't know that! Ok let's go back!

**We:** Just some more question and we'll be done by 8:30AM. Don't worry!

**Him:** Ok yes!

**We:** How do you think consumers should conduct themselves while in a social gathering with others? Like compromise - a vegan will try to compromise their beliefs to blend in with the social gathering... You know you've said a commercial restaurant, they don't have to adapt to the dietary regimes, right? So how do you think consumers should conduct themselves? Should they, um, compromise and go along with the group, or should they say "Well I don't eat this, I don't eat that. You have to cook that special dish for me."

**Him:** Uh huh! Yeah, I think that the consumers have more options. We can use the monitors. Monitors are the websites that well... Every country has like restaurant sites...

**We:** Yeah?

**Him:** Like TripAdvisor. And the consumers have always the right to choose. So, it's not that they should compromise or some tolerance. They can choose the restaurants based on their emotions, their tastes, their viewpoints, and depending on their dietary issues. Ok so now this is the case about modern societies.

**We:** Yeah?

**Him:** So, if you go to the rural society, the situation, the landscape would be different, because there are not so many restaurants.

**We:** Yes.

**Him:** But I don't know about the rural societies in France. In Japan, in the rural societies, we don't have many restaurants. It's ok, they're going to cook at home.

**We:** Yeah. Ok so, do you think that individualism has anything to do with the increasing amount of food identities of today?

**Him:** Oh! Yes! I would say yes! Because when we eat alone, we don't have to care about the others.

**We:** Yes!

**Him:** So, we're going to more like stick to our preferences, our own tastes. And if this like eating alone becomes the habit, it consolidates and reinforces their own dietary regime.

**We:** Yes?

**Him:** So yeah, I would say that yes, we see a positive correlation between individualism and some dining regimes. Yeah, I really say yes.

**We:** Ok great. So, do you think that after all, each of us, each person on this planet, all has special, or dietary requirements or preferences that we practice whenever we're in our personal space, and that we from time to time give up socializing with people? And if yes or no, why or why not?

**Him:** Ok, so... can you repeat the question?

**We:** Ok yeah sure! Haha! So, do you think that after all, like...

**Him:** By after all, you mean in the future, right?

**We:** Yeah! After all, each of us all have our own, special, dining regimes. And like you said, the naming just appears recently, but in the past to the present and in the future, each of us all have preferences of what we want and don't want to eat. And this naming thing... um... um... Ok so from time to time we are willing to forego, or set aside our differences to socialize with others?

**Him:** Uh huh? Yes! Yes!

**We:** And why?

**Him:** So, you mean the connection between the special dietary regimes and the socialization, right?

**We:** Yes!

**Him:** So how can people reconcile their own dietary regimes to better socialize with people?

**We:** Yes!

**Him:** Yes! That's more than just a new trend. If we have 2 people from 2 different backgrounds, this might happen.

**We:** Yes!

**Him:** If I invite you to Japan, will you afford to eat some raw eggs?

**We:** Oh, raw eggs!

**Him:** Haha, yeah, so how will you reconcile this moment? To socialize with me you want to eat the raw eggs. You just want a taste of a raw egg.

**We:** Uhm... I guess...

**Him:** Okay, so you must reconcile, you must compromise your dietary regimes...

**We:** Yes?

**Him:** And socialize... And yeah, this is not just a new trend. Globalization has been encouraging more interactions...

**We:** Yes, exactly!

**Him:** Yes, and that's why now people have more opportunities to think about their dietary regimes and to some compromising point to better socialize with people from different, controversial backgrounds from ours.

**We:** Yes!

**Him:** I would have to say this is... I myself see this as a fabulous moment...

**We:** Yes?

**Him:** Because it's so fun! Last Friday night I went to a French restaurant in Lyon...

**We:** Yes?

**Him:** And they served too much of a portion for my stomach as an Asian!

**We:** Yeah!

**Him:** And we were kind of forced to eat all the thing. The restaurant people... I think it's one example to compromise my own dietary regime to socialize with the French people.

**We:** Yes?

**Him:** So, I was in a very bad situation physically... haha...

**We:** Oh really...

**Him:** Haha yeah but right now, as I went to bed and woke up in the morning, I would say that this is a good experience and a good moment!

**We:** Yes! And just the final question...

**Him:** Ok sure!

**We:** Do you think that each of us all have a special, dining regime? And why or why not?

**Him:** Yes! Because your dietary regime is different from mine!

**We:** Yeah!

**Him:** Even if in my family, myself and my brother have totally different dining regimes. It's so difficult to find the same ones, the same preferences, the same dietary requirements.

**We:** Yes!

**Him:** So yes, everyone has a different dietary regime.

**We:** And we just haven't found the names for our own regimes yet, right?

**Him:** Exactly, yes!

**We:** Yeah!

**Him:** Haha.

**We:** Yeah thank you! Thank you so much for your answers!

**Him:** I can see that those are very, very interesting questions!

**We:** Ah thank you!

**Him:** And we hope that we would like to answer all the questions. But you know like the time is limited...

**We:** Yes!

**Him:** I'd really love to know about your group work's results...

**We:** Yes, I will send you once it's done!

**Him:** Thank you, yes!

**We:** And just to make sure, do you want to be anonymous or do you want to have your name appeared in the paper if it's ever published or...

**Him:** Ah! I don't mind! I don't mind! Haha, because I don't think I said something wrong, but yeah you can use my name, or you can choose to be anonymous. It's totally up to you!

**We:** Okay! Thank you very much for your time and for your answers. They are very insightful and helps me a lot...

**Him:** Haha okay thank you for the interview opportunity. So, you're going to go to school now? So, if you ever need any clarifications about the interview, just send me a message or call me, alright?

**We:** Yeah thank you that's very kind of you!

**Him:** Bye!

**We:** Bye have a nice day!

## ANNEXE O : GUIDE D'ENTRETIEN POUR LE FOCUS GROUPE

- Q1 : Si je vous dis alimentation particulière, pouvez-vous me dire 3 mots qui vous viennent à l'esprit ?
- Q2 : Dans votre famille ou groupe d'amis, y a-t-il des personnes ayant un régime alimentaire différent du vôtre ?
- Q3 : Mangez-vous souvent à l'extérieur ? Si oui dans quel type de restaurant ?
- Q4 : Que faites-vous quand il n'y a pas d'offres qui correspondent à votre régime ?  
Vous changez de restaurant, vous prenez quand même ou vous négociez avec le restaurateur ?
- Q5 : Pensez-vous que pratiquer une alimentation particulière est plus onéreuse qu'une alimentation classique ?
- Q6 : Comment vous y prenez-vous pour trouver un restaurant avec des offres qui correspondent à votre régime ?
- Q7 : Freinez-vous vos sorties en raison de votre alimentation ?
- Q8 : Pensez-vous que vous êtes moins invité(e) par rapport à votre régime alimentaire ?
- Q9 : Que pensez-vous de l'offre actuelle des restaurateurs ?
- Q10 : Trouvez-vous votre bonheur plutôt dans quel type de restauration ? (Fast food, restaurants à thème, restaurants exotiques (indien, ...), gastronomiques, etc.)
- Q11 : Si vous même vous pratiquez une alimentation particulière, avez-vous déjà demandé à un restaurateur des informations qui ne se trouvaient pas sur sa carte ?
- Q12 : Imaginons que vous montiez votre propre restaurant, seriez-vous influencé(e) par votre propre régime particulier pour adapter vos offres aux personnes pratiquant elles aussi une alimentation particulière ? (La même que la vôtre ou d'autres alimentations particulières aussi ?)
- Q13 : Pensez-vous qu'il est difficile pour un restaurateur de s'adapter aux alimentations particulières ?
- Q14 : Nous vous avons préparé un repas pour s'adapter à tout le monde par rapport aux régimes alimentaires, quels sont vos impressions ?
- Q15 : Actuellement nous partageons donc un repas végétarien sans gluten et sans lactose, est-ce que pour vous il est difficile de manger un repas sans viande, qui sort de vos habitudes alimentaires ?
- Q16 : Trouvez-vous ce repas "moins bon" ?
- Q17 : Pensez-vous que ce genre de repas est plus difficile à concevoir ?

## ANNEXE P : ENTRETIEN 11, FOCUS GROUPE, 15/03/2018, TOULOUSE, 1.5 HEURE

Nous : Alors du coup, si on vous dit "alimentation particulière", est-ce que vous pouvez nous dire 3 mots qui vous viennent à l'esprit chacun ?

Nous : Donc, M. du coup, donc toi tu pratiques le régime musculation.

Régime musculation : Voilà. Un régime sportif orienté vers la musculation.

Nous : Et donc pour toi, que veut dire "alimentation particulière", ça te fait référence à quoi "alimentation particulière" ?

Régime musculation : Heu, privation.

Nous : Ouais, en 3 mots.

Régime musculation : "Privation", heu "plaisir" et heu "musculation".

Nous : R., donc toi qui est, heu, végane.

Régime végane : Donc oui, végétalienne. Donc moi les 3 mots qui me viendraient à l'esprit seraient "végétal", "sans cruauté" et... je n'ai pas tellement d'autres idées, je dirais "plaisir".

Nous : Ok. M., "alimentation particulière" ? Donc M. qui est dans un régime sans lactose.

Régime sans lactose : heu en 3 mots...Heu du coup régime particulier ben moi j' pense direct à "sans lactose", "sans gluten" et "végane".

Nous : Ok, donc heu L., qui est omnivore, 3 mots pour "alimentation particulière" ?

Régime Omnivore : Heu "contrainte", "spécial" et "bizarre".

Nous : M. qui est sans gluten ?

Régime sans gluten : Heu ben "sans gluten", "végétarien", "végétalien" heu "sans sel".

Nous : Ok. Alors heu dans votre famille ou groupe d'amis, y a-t-il des personnes ayant un régime alimentaire différent du vôtre ? Donc, M. ?

Régime musculation : Heu, oui j'ai une sœur dont je ne comprends pas son alimentation et heu qui a décidé de se priver.

Nous : Mais elle fait quoi ?

Régime musculation : Elle est végane.

Nous : D'accord, c'est tout ce que tu as dans ton entourage ?

Régime musculation : Heu après j'ai un père qui pratique un régime alimentaire des plus gras qui existent (Rires).

Nous : Est-ce que tu as de l'entourage qui pratique du sans gluten, de la musculation... ?

Régime musculation : Heu, oui j'ai une sœur qui fait de la musculation, qui a vu une nutritionniste du sport.

Nous : Ok. Et est-ce que c'est un régime sportif omnivore ou végan heu...

Régime musculation : C'est un régime sportif omnivore des plus basiques.

Nous : D'accord, ok. Heu, R., est-ce que dans ta famille ou dans ton groupe d'amis, tu as des personnes qui pratiquent un régime alimentaire différent ?

Régime végan : Ouais. Fin, que ce soit dans ma famille ou dans mes amis...

Nous : Qu'est-ce qu'ils pratiquent comme régime alimentaire ?

Régime végan : Ben tous types de régimes alimentaires, que ce soit végétarien, végétalien ou que ce soit omnivore.

Nous : Ok, d'accord, et toi M. ?

Régime sans lactose : Heu moi ce qui m'a le plus marqué c'est le sans gluten. Ouais, le sans lactose pour moi et le sans gluten pour ma sœur.

Nous : Ok. Heu, L. ?

Régime omnivore : Heu j'ai une amie qui est intolérante au gluten et j'ai des amis qui... je ne sais pas si c'est une alimentation particulière, mais qui sont musulmans.

Nous : Oui c'est une alimentation particulière religieuse.

Régime omnivore : Ben voilà.

Nous : Ok.

Régime sans gluten : Ben pareil, la religion pour les amis, dans la famille, végétariens, les amis aussi végétariens. Donc diverses alimentations.

Nous : Mangez-vous souvent à l'extérieur et si oui dans quel type de restaurant ? Donc, M. ?

Régime musculation : alors je vais souvent au chinois à volonté ou aux 3 Brasseurs flammekueches à volonté.

Nous : D'accord. Donc tu vas essentiellement dans des restaurations... dans des restaurants asiatiques et traditionnels.

Régime musculation : Tout à fait.

Nous : Ok. Heu, R. ?

Régime végétan : Heu, où est-ce que le plus souvent manger ?

Nous : Tu manges à l'extérieur ? Quelquefois aux restaurants ? Et dans quel type de restaurant ?

Régime végétan : et bien ça m'arrive plus de manger dans des restaurants qui font pas du végétalien puisqu'à part des restaurants qui en font, ça n'existe pas dans d'autres restaurants et je suis obligée de manger juste de la salade et des frites. Ouais et sinon, sinon j'essaie d'aller dans des restaurants végétaliens ou végétariens spécifiques. Sinon, voilà quoi.

Nous : Ok, et toi M. ?

Régime sans lactose : ben moi malheureusement je ne vais pas souvent au restaurant ou alors vraiment j'accompagne des amis, pour trouver des plats sans lactose c'est pas facile.

Nous : D'accord.

Régime sans lactose : et du coup ouais ça serait plutôt des salades où il n'y a rien dedans. Ou des frites mais ça serait vraiment sans sauce pour pas qu'il y ait de lactose.

Nous : D'accord, et toi L. ?

Régime omnivore : Heu, oui. Moi je vais souvent dans des restaurants de sushi, italiens et après ben après c'est tout parce que ça coûte des sous et après heu...

Nous : Ok. Et toi M. ?

Régime sans gluten : Moi ben du coup je vais pas trop au resto ou quand je vais accompagner des amis faut que je fasse gaffe du coup faut que je fasse attention ou alors comme elles ont dit, manger des salades c'est vachement restrictif quand même.

Nous : Ok. Heu que faites-vous quand il n'y a pas d'offres qui correspondent à votre régime ? Est-ce que vous changez de restaurant ou vous prenez quand même un menu qui vous ne convient pas ou vous négociez avec le restaurateur pour avoir un plat qui correspond à ce que vous pratiquez comme régime ? Donc soyez-vous n'y allez pas, soit vous négociez avec le serveur si c'est possible d'enlever ci, de remplacer par ça soit bon pour ceux qui ne sont pas intolérants, vous prenez quand même ce qui a ?

Régime musculation : Heu moi je prends ce qu'il y a.

Nous : Oui parce que toi t'es omnivore et du coup tu as une alimentation diverse et que ce n'est pas difficile pour toi.

Régime musculation : Voilà.

Nous : R. ?

Régime végétan : Moi je négocie toujours parce que si je vais au restaurant je pense qu'il faut qu'ils s'adaptent à la demande du client du coup, du coup je leur demande tout ce qu'ils ont autre que, que des produits animaux, tout ce qui me convient pas je leur dis juste ne me mettez pas de produits issus de, issus des animaux, fromage, beurre exentéra. On me propose toujours donc finalement, que ce soit des légumes ou autre.

Nous : Donc tu arrives à t'y retrouver.

Régime végétan : Oui ils arrivent à me faire une salade composée en général je leur demande je leur demande simplement voilà.

Nous : Et toi, M. ?

Régime sans lactose : Heu pareil, ben je ne vais pas forcément dans les restaurants à thème, genre fromage à fond ben là, je suis pas suicidaire non plus. Je ne vais pas y aller. Après j'essaie toujours de négocier avec les serveurs.

Nous : D'accord, donc tu négocies toujours avec les serveurs ? Tu es satisfaite de ce qu'on te propose ?

Ok. L. ?

Régime omnivore : Moi, je mange de tout, donc je vais partout et heu j'fais voilà.

Nous : Ok, d'accord. M. ?

Régime sans gluten : Ben moi j'vais négocier et après s'ils ne peuvent pas trop me proposer quelque chose, j'essaie d'aller ailleurs. Après bon voilà ils peuvent toujours proposer une salade verte. Fin généralement.

Nous : Ouais, mais quand on va au restaurant on a pas forcément envie de manger une salade verte.

Régime sans gluten : Ouais mais bon si on a des amis, on ne vient pas forcément pour ce qu'on va manger, on vient pour le moment donc après heu...quand on a pas le choix voilà... Après on essaye

quand même généralement, on essaye de trouver un resto où ils peuvent s'adapter. Après je ne pense pas qu'il y ait assez d'offres. Mon avis perso...

Nous : Ok. Alors du coup, pensez-vous que pratiquer une alimentation particulière est plus onéreux qu'une alimentation classique ? Donc M. ?

Régime musculation : Heu oui, c'est très onéreux et heu pas toujours facile.

Nous : D'accord. R. ?

Régime végan : Ben je pense que les gens qui disent qu'une alimentation particulière est onéreuse, je pense qu'ils en ont pas fait l'expérience et du coup comme moi je suis passée d'omnivore à un régime végétal j'ai pu expérimenter les deux sortes de, d'alimentation et hum et j'ai pu voir que non, une alimentation exclusivement végétale n'est pas plus chère qu'une alimentation générale, c'est pas vrai parce que je pense que la viande est un luxe. Ça coûte cher, s'acheter de la viande, ça coûte cher. J'en ai mangé, comme tout le monde et heu je sais, je sais le prix que ça vaut, et les substituts, ce n'est pas plus cher, le tofu, la tempe, le soja, ça coûte pas plus cher.

Nous : D'accord. Heu M. ?

Régime sans lactose : Heu moi j'trouve que ça dépend en fait. Du, du régime. Parce que ouais le sans lactose, par exemple, pour remplacer le lait de vache par exemple, le lait végétal, les laits végétaux, c'est quand même plus cher heu que du lait de vache, rien que ça... Une plaquette de beurre, faut prendre de la margarine, de la bonne margarine faut y mettre le prix, j'pense que ouais, les régimes particuliers quand c'est sans gluten ou sans lactose, ouais c'est plus cher.

Nous : Ok, et L. ?

Régime omnivore : Ben moi du coup je ne me prononcerai pas sur la question vue que j'en sais rien, je mange de tout.

Nous : Et sinon tes proches, est-ce qu'ils t'ont informée par exemple, s'ils trouvaient ça plus cher ou est-ce que tu as eu l'occasion de leur en parler ?

Régime omnivore : Ben je sais que, ma copine qui est intolérante au gluten donc quand on part en soirée, on doit acheter des bières spéciales et ça coûte plus cher donc je me dis que ça doit coûter plus cher.

Nous : Ok. Voilà. M. ?

Régime sans gluten : Ce n'est pas je pense que c'est plus cher, c'est que c'est totalement plus cher, en tout cas pas pour les végétariens puisque y a pas de viande mais pour tout ce qui est sans gluten et sans lactose c'est hors de prix. Heu par exemple, mon paquet de pâtes c'est 4 euros pour 500g de pâtes. Heu c'est quand même hyper cher donc heu mon budget nourriture si je veux manger aussi des pâtes, des pizzas, par exemple acheter un fond de pâte des produits à peu près classiques on va dire, c'est doublé, c'est carrément doublé.

Nous : Donc là, vous parlez, donc quand vous faites vos courses et du coup dans les restaurants, heu comment vous trouvez, fin est-ce que vous trouvez que c'est onéreux heu de prendre un plat d'une alimentation particulière ?

Régime musculation : Heu oui, parce que par exemple si on veut prendre une basse-côte de 500g on en a facilement pour 30 euros rien que le plat, sans compter l'entrée plus le dessert donc heu ouais, facilement 40-50 euros. Alors qu'une personne végétarienne ou une alimentation basique, va payer 20 à 30 euros le restaurant.

Nous : Donc c'est plus cher d'être omnivore au restaurant que d'être végétarien ou végétalien ?

Régime musculation : Ouais, tout à fait.

Nous : Ok, R. ?

Régime végan : Oui du coup après si on va dans un restaurant spécialisé, par exemple, qui est uniquement végétalien, on retrouve un peu les mêmes gammes de prix. Il n'y a pas longtemps, j'ai mangé dans un restaurant végétalien, ça m'a coûté le menu, de l'entrée jusqu'au dessert, ça m'a coûté 20 euros, donc en fait...

Nous : Donc du coup, tu trouves ça cher ou pas cher ?

Rebecca : Ben, ça va, ce n'est pas cher en fait.

Nous : Ok. M. ?

Régime sans lactose : Sans lactose, au restaurant, je trouve que y'a pas trop de différence par rapport à quelque chose d'omnivore. Ouais, ça ne m'a pas choquée moi.

Nous : Ok, L. ?

Régime omnivore : Je ne sais pas, franchement je sais pas.

Nous : Ok, M. ?

Régime sans gluten : Heu ben moi, pour ma part pour le sans gluten, heu forcément y'a des... s'ils proposent quelque chose, ça va être un complément donc rajouter quelque chose ou alors venir avec son propre plat, donc le payer quoi. Par exemple, je ne sais pas si vous connaissez Big Fernand ?

Nous : Oui.

Régime sans gluten : Ben ils proposent de venir avec son propre pain sans gluten, donc là déjà ça coûte 4-5 euros. Voilà, après on compte en plus le menu. Ben après ils le proposent ce n'est déjà pas mal.

Nous : Oui.

Régime omnivore : Donc c'est à toi de venir avec ton propre pain sans gluten ?

Régime sans gluten : Oui. C'est ça. Ils font hyper attention donc ce n'est déjà pas mal. Ils font hyper attention à se laver les mains tout ça pour qu'il n'ait pas de contact ou de contamination croisée. Bon après ça reste quand même un coût quoi, même quand on va au resto c'est un coup quoi.

Nous : Bien-sûr. Et toi, L. ? Ton régime omnivore tu trouves que c'est cher ?

Régime omnivore : Le restaurant ? Ouais. Franchement, oui.

Nous : Ok. Comment vous y prenez-vous pour trouver un restaurant avec des offres qui correspondent à votre régime. Est-ce que c'est plutôt heu de la dernière minute pour certains régimes ou pour d'autres est-ce que ça demande une organisation au préalable ? M. ?

Régime musculation : Non. Tout à la dernière minute, ouais. A part quand on est beaucoup, mais sinon ouais.

Nous : Ok, R. ?

Régime végétarien : Moi pareil, toujours à la dernière minute. Ils s'adaptent donc voilà.

Nous : Ok, M. ?

Régime sans lactose : Moi s'est plus compliqué ouais. Moi c'est plus, j'avais plutôt faire pleins de recherches sur internet, voir s'il n'y a pas de restaurants qui justement font du sans lactose. Je trouve ça plus simple. Plus agréable aussi en tant que consommateur de savoir que tel établissement fait attention à ton régime. Je vais fouiner un peu et si vraiment après il m'arrive bien-sûr de faire à la dernière minute, en général c'est là où mon choix est restreint. Salade... Donc, j'évite, je ne vois pas trop l'intérêt d'aller au restaurant... sinon.

Nous : Ok, L. ?

Régime omnivore : Je rejoins M. !

Nous : Dernière minute ?

Régime omnivore : Dernière minute. Ouais c'est facile.

Nous : Et M. ?

Régime sans gluten : Ben moi du coup heu à la dernière minute heu faut que je fasse gaffe heu faut que je fasse attention donc je regarde, si je peux chercher à l'avance c'est mieux mais bon après en général quand on sort on ne prévoit pas à l'avance forcément tout le temps.

Donc tu coup, s'ils s'adaptent, voir au moment en fait.

Nous : Ok. Du coup, freinez-vous vos sorties en raison de votre alimentation ? Par rapport à la difficulté justement de trouver, etc. M. ?

Régime musculation : Ben non pas du tout, parce que ben c'est trop facile pour moi.

Nous : Ok, R. ?

Régime végétarien : Non, pas du tout, alors en fait je ne me pose même pas la question, pour moi c'est pas un frein en soi déjà d'avoir cette alimentation donc heu donc voilà.

Régime sans lactose : Moi je ne sais pas si on peut dire que c'est vraiment un frein mais moi par facilité puis par plaisir aussi, j'ai plus l'habitude d'inviter les gens, les copains, à venir manger chez moi. Je fais à manger et au moins je suis sûre de ce qui y a.

Nous : Ok. Oui, toi c'est plus facile à domicile qu'au restaurant finalement. L. ?

Régime omnivore : Moi c'est facile, donc heu non je ne me prive pas après au niveau des dépenses je trouve que c'est cher. Voilà.

Nous : Toi, t'es plus accès sur le prix que sur la proposition finalement.

Régime omnivore : Voilà, exactement.

Nous : Ok. Heu, M. ?

Régime sans gluten : Heu, moi, freiner, c'est peut-être un peu fort mais heu c'est-à-dire que ouais, quelquefois à la place de manger au resto, je préfère manger chez moi parce que quelquefois c'est compliqué donc du coup... Après, freiner, non. Si je suis avec des amis, ouais je vais quand même aller au resto. Je préfère me priver à manger juste une salade, voilà.

Nous : Ok. Pensez-vous que vous êtes moins invité(e) par rapport à votre régime alimentaire ? Donc, M. ?

Régime musculation : Heu non pas du tout. Moi ça ne change absolument rien.

Nous : Ok.

Régime végan : Moi mes amis me demandent ce qu'ils peuvent me faire, comment ils peuvent s'adapter.

Nous : Ok. Tu ne te sens pas moins invitée ?

Régime végan : Non, non. Je préviens en fait les personnes, je leur dis et on trouve toujours une alternative.

Nous : Ok, M. ?

Régime sans lactose : Heu non, non, moi j' pense pas que c'est un frein aux réseaux sociaux qu'on peut avoir. J'suis pas moins invitée qu'un autre, après moi c'est mes amis proches qui ont conscience qui me demandent soit que j'emmène quelque chose parce qu'ils n'ont rien, soit ils font attention et puis quand c'est des gens que je connais pas en général, y a toujours au cas où, un petit produit de substitution dans la voiture.

Nous : Ok. Ok. L. ?

Régime omnivore : Ben moi du coup je m'adapte à mes amis parce que du coup y a des choix particuliers et quelquefois aussi de la nourriture sans gluten.

Nous : Ok. Curiosité ?

Régime omnivore : Ouais. Mais pas plus quoi.

Nous : Ok, M. ?

Régime sans gluten : Ce n'est pas vraiment dérangent, c'est-à-dire ça ne freine pas les sorties ou les invitations je pense pas, après c'est vrai que ça demande de s'adapter, que ça soit nous ou la personne qui nous reçoit. Même si c'est de la famille, ils ne pensent pas forcément, ils font pas forcément gaffe, ils savent pas aussi peut-être tout donc heu voilà.

Nous : Ok. Que pensez-vous de l'offre actuelle des restaurateurs ?

Régime musculation : Ben que l'offre est plutôt variée et s'adapte à tout le monde, plus ou moins. Donc heu...

Nous : Donc, toi tu trouves qu'ils s'adaptent à tout régime ?

Régime musculation : Ouais. A la clientèle. Si elle veut un truc particulier, elle le demande. Pour faire en sorte d'œuvrer dans le bon sens.

Nous : Ok. R. ?

Régime végan : Heu oui, complètement parce que comme j'ai voyagé un peu partout à l'étranger, j'ai pu voir que c'était beaucoup plus développé à l'étranger qu'en France. En France, je pense qu'on tient vachement à la gastronomie française, aux plaisirs de manger de la viande et compagnie et heu du coup. Ouais non c'est très restreint pour les végétariens comme végétaliens. Ils pourraient faire des menus adaptés, par exemple en Islande, ils font des menus... Quand tu vas dans un restaurant classique, y a toujours un menu végétarien et un menu végan en plus des menus classiques. Et en France, ça n'existe pas.

Nous : Ok. Donc du coup en France, ils ne s'adaptent pas assez ?

Régime végan : Alors non, ils ne s'adaptent pas assez, alors là pas du tout.

Nous : Ok, M. ?

Régime sans lactose : Heu non moi j'trouve qu'ils ne s'adaptent pas assez voire quasiment pas du tout donc heu c'est un peu ouais.

Nous : Oui, y a un manque de choix ?

Régime sans lactose : Ouais, ouais, ouais. Puis y a un manque de connaissance parce que le sans lactose c'est pas encore assez développé. Plus le... Ouais on entend plus parler des végétariens, des végans et des sans gluten mais les sans lactose... Pas encore.

Nous : L. ? Par rapport à tes proches ?

Régime omnivore : Ben par au resto où j'ai bossé, j'ai eu pas mal d'allergiques au gluten, d'intolérants tout ça et heu on a fait pas mal de restos, y a pas du tout d'offres pour eux et puis du coup tu perds beaucoup de clientèle. Donc je pense que y a un effort à faire.

Nous : Ok, M. ?

Régime sans gluten : Comme elle disait, R. en fait, à l'étranger c'est vrai que c'est beaucoup mieux indiqué, que ce soit végan, végétarien, sans gluten, c'est écrit partout, sur tous les produits, même sur des trucs sur lesquels on ne penserait même pas, des jus de fruits y a marqué "sans gluten". Donc peut-être ouais on est en retard parce qu'en France on est très conservateurs, l'esprit gastronomie française,

Bourguignon, le truc... On est bloqué là-dedans et heu, j'pense que ouais, l'offre elle est pas assez adaptée. En France en tout cas.

Régime végétarien : Je voudrais préciser aussi, pour les snacks par exemple en Islande, même en Espagne, quand tu veux prendre une crêpe, c'est toujours marqué "végan", c'est sur demande en fait, t'as le choix de demander si tu es végétarien, tu demandes une crêpe végétarienne, si c'est marqué aussi "gluten free" je me rappelle et, et voilà, c'est sur demande quoi. Ça veut dire qu'ils ont tout type de pâte en fait. Ils sont ouverts quoi.

Nous : Ça veut dire, ils visent tout type de régime alimentaire.

Régime végétarien : Oui, ils sont très ouverts en fait, voilà.

Nous : Ok. Heu... Trouvez-vous votre bonheur plutôt dans quel type de restauration, par exemple les fast food, restaurants à thème, restaurants exotiques, gastronomiques, ... M. ?

Régime musculation : Heu, partout, que ça soit le gastronomique, exotique... Tout le temps.

Nous : Ok. R. ?

Régime végétarien : Heu moi plutôt exotique parce que du coup j'ai déjà pu manger végétarien dans un restaurant indien. Ils sont déjà végétariens à l'origine donc du coup c'est beaucoup plus facile, ils font même des desserts végétariens, et après... Thaïlandais aussi ! Donc voilà, après y a les spécialisés mais ouais plutôt exotiques.

Nous : Et dans les restaurants à thème végétarien ?

Régime végétarien : Oui, aussi, là c'est... Je ne le cite pas parce que oui évidemment. Après sinon pour la restauration classique, ça serait plus la restauration étrangère quoi...

Nous : Ok. M. ?

Régime sans lactose : Heu moi j'ai un peu du mal à répondre à cette question parce que je ne vais pas dans les fast food déjà, très peu dans les restaurants traditionnels aussi parce que y a pas assez de moyens, après je, j'aurais dit les gastronomiques... Mais bon il n'y a pas d'endroits bien particuliers où vraiment c'est l'extase culinaire.

Nous : L. ?

Régime omnivore : Moi j'mange de tout, partout, du coup je trouve mon bonheur... partout.

Nous : Comme M., voilà. Ok. M. ?

Régime sans gluten : Heu ben les fast food déjà c'est mort, et du coup ouais, pour les restaurants traditionnels ben comme elle disait, M., ça dépend s'ils s'adaptent. Ça peut être un restaurant gastronomique mais ils n'ont pas d'offres sans gluten, après ils le savent donc heu ça arrive de plus en plus. Mais non je ne trouve pas qu'il y ait quelque chose qui aille avec l'offre, quel que soit le type de gamme.

Nous : Et M., tu dis que tu trouves ton bonheur partout dans tout type de restaurant mais par rapport à ton régime en musculation heu tu n'as pas des contraintes parfois au restaurant ?

Régime musculation : Ben je vais au restaurant que le week-end. Pour eux, donc voilà heu... je n'y vais pas dans la semaine pour respecter mon régime alimentaire, après si jamais je dois y aller, exceptionnellement heu, c'est pas dérangeant non plus, je ferai en sorte d'avoir mes légumes, mes féculents et du blanc de poulet, du jambon, c'est pas dérangeant et je me priverai sur le dessert. Pour le fast food, il n'y a pas trop de... de soucis dans le cadre du week-end mais dans la semaine ouais, ça devient dure mais voilà sinon.

Nous : Avez-vous déjà demandé à un restaurateur des informations qui ne se trouvaient pas sur la carte ? M. ?

Régime musculation : Heu oui, ça peut m'arriver. Pour eux, heu, savoir s'ils ont de la Dame Blanche, pour savoir s'ils ont cette sorte de glace. (Rires).

Nous : Au niveau des allergènes par exemple ? T'as aucune allergie, tu n'as pas besoin de...

Régime musculation : Ouais, aucune. Non, non, du coup je pose pas de question.

Nous : R. ?

Régime végétarien : Ouais moi du coup pour les desserts, comme c'est restreint, je prends toujours des sorbets quand il y en a mais du coup le problème c'est qu'on me dit "ouais dans les sorbets n'y a pas de lait sûr" mais en fait apparemment pour, pour lier le tout ils mettent du blanc d'œuf. Don parfois ils en mettent, parfois non, donc heu je demande pour être sûre.

Nous : Et du coup c'est pas souvent stipulé ?

Régime végétarien : Ah ce n'est même jamais stipulé. Jamais marqué, indiqué que y'a du blanc d'œuf dedans... En général ils ne te mettent pas la composition des, des aliments... Ils te mettent juste heu la saveur quoi, pas la recette. Donc il faut toujours tout demander quoi.

Nous : Et toi, M. est-ce que tu demandes parfois des informations qui ne sont pas stipulées sur la carte ?

Régime sans lactose : Heu ouais, moi, régulièrement, parce qu'en fait je trouve que ce n'est pas encore assez développé sur les cartes des restaurants pour les allergènes et c'est vrai que moi je demande tout le temps si je peux manger tel ou tel plat, est-ce qu'il y a du lait, du beurre, de la crème, des choses comme ça...

Nous : D'accord. Et toi, L. ?

Régime omnivore : Non moi je mange... Non.

Nous : M. ?

Régime sans gluten : Moi je demande ben... absolument tout le temps en fait, ben oui parce que du coup une appellation heu ça peut cacher des trucs auxquels on ne s'attend pas, même si on voit, je sais pas, un riz avec du poulet aux herbes, y aura pas forcément du gluten mais y a une sauce donc... forcément obligée de demander à chaque fois et les serveurs savent pas tout le temps derrière ce que ça cache donc ils doivent aller en cuisine demander. Y a aussi un manque de formation du personnel, qui eux, sont pas formés à ça.

Nous : D'accord. Imaginons que vous montiez votre propre restaurant, seriez-vous influencé(e) par votre propre régime particulier pour adapter vos offres aux personnes pratiquantes elles-aussi une alimentation particulière, la même que la vôtre ou d'autres alimentations particulières aussi ? M. ?

Régime musculation : Heu si je devais monter mon propre restaurant heu je serais bien sûr, heu influencé ça dépend après je verrai par rapport à ma clientèle après... sans gluten pas forcément, après végétarien y a des chances mais le nombre de la population qui est végane ou sans lactose ou gluten est tellement faible que je pense que... ça serait trop onéreux de l'inclure dans mes repas.

Nous : D'accord. Mais du coup est-ce que tu serais emmené quand même à mettre un régime musculation.

Régime musculation : Après ouais, je pourrais mettre un p'tit plat, un menu heu plus équilibré que les autres, voilà.

Nous : D'accord, donc tu aurais influencé quelque part par le fait de mettre des menus qui respectent ton alimentation ?

Régime musculation : Oui, après la plupart des menus respectent mon alimentation.

Nous : Ok. R. ?

Régime végan : Heu ouais, oui je ferai exclusivement du végétal et comme ça convient aussi aux végétariens ben je ferai végétalien. Voilà et cependant aussi j'inclurai sans lactose, sans gluten. Cependant y aura absolument voilà pas de produits d'animaux.

Nous : Donc que végétalien ?

Régime végan : Oui voilà exclusivement végétalien puisque ça pourrait convenir à d'autres types de, de régime. Ouais. Sauf les omni... Ah ben même les omnivores, si, s'ils peuvent concevoir de pas manger de viande, voilà, donc ça peut convenir à tout le monde en fait.

Nous : Et du coup, tu serais amenée quand même à mettre du sans gluten, parce que les végétariens mangent du gluten.

Régime végan : Ouais cependant voilà, j'ferai exclusivement du végétal mais en m'adaptant toujours... avec des options sans gluten...

Nous : M. ?

Régime sans lactose : Heu ouais, moi j'y pense que je m'adapterai bien aux régimes puisque j'ai conscience que quand on va dans un restaurant et qu'on voit comme c'est compliqué je pense que si j'étais amenée à ouvrir mon propre restaurant, je ferai attention à tout ça.

Nous : Donc toi, essentiellement, fin tu, tu mettrais un peu de tout ou tu, tu feras un menu, fin tu mettrais plus de plats sans lactose ?

Régime sans lactose : Pas forcément, je verrais. Sans lactose n'y en a pas assez, c'est moins connu que le sans gluten du coup, j'essayerais d'être plus sur le sans gluten. Après l'avantage que j'ai un régime sans lactose, c'est que... c'est que...

Nous : Oui, donc si tu devais monter ton restaurant, tu t'adapterais et pas qu'au sans lactose ?

Régime sans lactose : Oui, voilà.

Nous : Ok, ça marche. L. ?

Régime omnivore : Alors, si j'ouvrais mon propre restaurant, ben moi j'adore la viande donc ouais, ben je ferai quand même du végétarien mais après... désolée pour les végétariens mais heu c'est compliqué à mettre en place, les végétariens ils ont quand même très stricts. Donc ouais au moins un végétarien, au moins

un sans gluten parce que je sais que c'est la galère et du coup. Peut-être pas sans lactose car c'est encore plus compliqué du coup je pense juste végétarien, un plat. Ouais, j'suis méchante mais ils n'auront pas trop de choix sinon ben faut aller dans des restos spécialisés. Et heu après sans gluten oui, et heu voilà et végan ça serait non.

Nous : Mais heu sans gluten parce que tu as plus de connaissance ?

Régime sans gluten : Ouais parce que c'est vraiment une intolérance, ce n'est pas une conviction quoi, voilà on a pas le choix entre guillemets de manger sans gluten. Le reste, voilà...

Nous : Heu, M. ?

Régime sans gluten : Heu du coup si je montais mon propre resto, je ne ferais pas un resto 100% sans gluten parce qu'après faut avoir les clients, faut avoir.... Faut que derrière la clientèle aussi, elle ait envie de ça quoi. Heu après pourquoi pas proposer une entrée et un dessert où je suis sûre qu'il n'y ait pas de gluten à 100%. Après si c'est dure à mettre en place parce qu'il faut qu'en cuisine, ça soit bien séparé tout ça, donc à voir mais j pense que forcément, avec moi, avec ce que je vois comment c'est difficile de trouver des restos sans gluten, je pense que je le ferai. Végétarien aussi j pense. Ouais peut être un plat végan comme ça, ça allierait les deux. Et un plat juste et un dessert et après en entrée on peut toujours faire une salade quoi. Mais je ne ferai pas un menu si y a pas la demande, je ferai pas forcément un menu quoi.

Nous : Ok. Pensez-vous qu'il est difficile pour un restaurateur de s'adapter aux alimentations particulières ? M. ? Est-ce que tu penses que pour le restaurateur c'est dur de s'adapter ?

Régime musculation : Heu, oui c'est assez difficile, surtout pour le sans gluten et lactose...parce que trouver des plats de nos jours qui n'ont pas, qui contiennent pas de produits laitiers c'est assez difficile, ben la sauce fait partie de quasi tous les plats au restaurant. Après sans gluten c'est un peu pareil ben j pense que ça coûterait vraiment cher et je ne sais pas si c'est vraiment rentable de mettre du sans gluten, des aliments sans gluten dans la restauration, voilà.

Nous : Ok.

Régime musculation : Pour le végan, c'est simple, végétarien on peut leur faire un plat très basique peut être fade mais heu ce n'est vraiment pas cher.

Nous : Ok, R. ?

Régime végan : De mettre en place heu, non, je ne pense pas que c'est difficile car moi j pense que à partir du moment où tu es restaurateur t'as quand même des moyens de mettre en place, je suppose que t'as les moyens de, de faire des plats pour les omnivores, je vois pas pourquoi t'aurais pas les moyens de faire pour d'autres types de régimes alimentaires. Ce n'est pas forcément plus dur... Pour moi c'est une question de connaissance, à partir du moment que la personne elle décide d'ouvrir un restaurant et d'être restaurateur, heu il faut, je pense qu'il faut tenir compte de tout le monde. On est tous différent donc à partir de là, si t'es restaurateur tu dois avoir les connaissances des différentes demandes des différentes personnes parce que ben je trouve que sinon c'est vraiment se mettre des œillères et c'est être restreint, on est tous différent donc on doit, c'est normal de s'adapter.

Nous : Donc pour toi, la mise en place par exemple en cuisine, est-ce que tu penses que c'est facile à mettre en place ou tu penses que c'est quand même assez difficile ?

Régime végan : Moi j pense que ce n'est pas difficile à mettre en place dans la mesure où ils en ont la connaissance. S'ils se disent "allez, on va faire un plat végan", je, je sais comment le faire, les ingrédients qu'il faut, ce n'est pas plus difficile, faut avoir tel type d'ingrédient pour chaque...Pour moi, pour moi, c'est pas difficile à partir du moment où ils ont les connaissances pour, pour s'adapter aux demandes. Après faut le vouloir, c'est tout.

Nous : Ok, donc ceux qui n'ont pas de connaissances, faut qu'ils se les procurent ces connaissances ?

Régime végan : S'ils en ont la demande, s'ils ont beaucoup de clients qui viennent les voir et qui disent "ah oui bon ben vous faites pas...". S'ils ont beaucoup de demandes oui. Sinon ben si leur principale clientèle c'est un régime omnivore bon ben voilà ils restent sur omnivore, toute façon y a pleins d'autres restaurants....

Nous : Et au niveau du prix ?

Régime végan : Ben au niveau du prix, je pense qu'ils peuvent s'aligner. Fin j trouve c'est la même gamme de prix dans les restaurants heu qui ne sont pas spécialisés donc j pense que y a pas de soucis. Pour moi ce n'est pas plus difficile.

Nous : Ok. M. ?

Régime sans lactose : Heu moi j pense que c'est dur. En termes de produits faut avoir un fournisseur, faut, faut connaître ses produits pour pouvoir les, les utiliser. Même si en soi, on peut trouver

aujourd'hui pleins de recettes sans gluten, sans lactose, végétariennes, véganes, avec tous les régimes, mais c'est juste les produits faut réussir à les trouver et les cuisiner, savoir les cuisiner.

Nous : Et au niveau du prix ?

Régime sans lactose : Moi j' pense que s'ils ne sont pas idiots et qu'ils font un peu de tout à la carte heu je pense qu'il faut qu'ils revoient leur marge en fait, afin d'avoir des prix un peu, à peu près similaires, on va pas faire payer deux fois plus cher un plat sans gluten ou sans lactose parce que les produits... Je trouve que ça serait mettre en marge le consommateur. Donc non ouais je pense que si on est un peu, si on connaît un peu les marges, les chiffres, y a moyen de... d'être assez malin pour équilibrer.

Nous : L. ?

Régime omnivore : Heu ben difficile, ben au niveau peut-être de l'hygiène, ouais j' pense y a moyen parce que heu j' sais pas genre quand on est intolérant j' sais pas si le cuisinier il a les mains sales ou qu'il a du lactose, j' pense y a un risque sanitaire et après sinon heu... à part ça. Peut-être pas, je ne sais pas, je pense pas. Après pour les prix, on ne peut pas, ça sert à rien de faire ces-plats là plus chers parce qu'au final on va perdre des clients aussi. Donc après on peut proposer des plats genre omelette, on sait que la marge est grosse du coup on s'y retrouve.

Nous : Ok, M. ?

Régime sans gluten : Du coup je pense que, alors c'est difficile... Ça dépend en fait parce que comme le disait R. oui forcément heu végan c'est plus facile à mettre en place, les légumes ça coûte pas forcément cher on peut proposer pleins de choses puis il n'y a pas de... En fait tout ce qui y a un risque sanitaire, un risque médical derrière là je pense que c'est plus compliqué faut, faut des connaissances, faut que les cuisiniers sachent, voilà après quand ils touchent des aliments fin bref. Après c'est compliqué aussi de trouver des fournisseurs à prix pas trop élevés pour qu'on puisse quand même... proposer aux client la même gamme de prix, pas qu'on ait un plat deux fois plus cher car il est sans gluten ou sans lactose.

Nous : Ok. Alors nous vous avons préparé un repas pour s'adapter à tout le monde par rapport aux régimes alimentaires. Quels sont vos impressions pour ce repas végan sans gluten ? M. ?

Régime musculation : Alors très bon repas heu après ça fait du bien de temps en temps de pas manger de viande c'est pas dérangeant, les quantités étaient présentes. Et c'était bon et varié ça fait du bien.

Nous : Ok, ok. R. ?

Régime végan : Je n'ai rien à dire. C'était trop bon, bravo.

Nous : M. !

Régime sans lactose : Heu moi j'ai trouvé ça très bon aussi. J'suis contente voilà je n'ai pas besoin de me soucier si y a du lactose dedans donc c'est agréable.

Nous : Bon ben tant mieux. L. ?

Régime omnivore : Heu parfait ! Un peu copieux mais heu mais gavé bon, fin très bonne.

Nous : Du coup, ça tu n'as pas dérangé de pas manger de, de viande heu durant un repas.

Régime omnivore : Non, non, non. Non un repas ça va.

Nous : M. ?

Régime sans gluten : Ben parfait, pareil que M. je ne me soucie pas "ah est-ce qu'ils ont fait attention" tout ça, c'est vrai que c'est compliqué donc du coup là ça me dérange pas de pas manger de viande. Après de temps en temps voilà mais... Voilà.

Nous : Est-il contraignant pour vous de partager ce type de repas ?

Régime musculation : Pas du tout, non, de temps en temps, après souvent oui, ça serait dérangeant mais une fois de temps en temps, une fois par mois ça ne me dérange pas.

Nous : R. ?

Régime végan : Heu non parce que là à part le sans gluten ça fait partie de mon alimentation. Après on peut toujours s'adapter par exemple mon copain il est omnivore et quand on mange ensemble par exemple chez moi il peut s'amener sa viande mais il se la cuisine. Ça n'empêche pas de manger ensemble d'avoir différente alimentation.

Nous : Ok. M. ?

Régime sans lactose : Heu... Non, non, non ce n'est pas contraignant. Par exemple je n'ai pas mangé de gluten, genre de truc que je fais jamais. Du coup ben j'apprends un peu autre chose que de manger sans lactose.

Nous : L. ?

Régime omnivore : Hum non, non, non, non ce n'est pas contraignant de temps en temps, je mangerais pas ça tous les jours, mais c'était très bon. Mais voilà ça ne me dérangerait pas.

Nous : Ok, très bien, tous les jours non mais de temps en temps pourquoi pas. Ok.

Régime sans gluten : Non, moi pas du tout ça ne me dérange pas.

Nous : Ok. Très bien. Est-ce que vous préférez votre alimentation habituelle par rapport à ce repas qui change de vos habitudes ?

Régime omnivore : Ben moi ce n'est pas que j'aime moins mais ça, ça me change mais oui forcément j'aime mon alimentation sinon je mangerais comme ça tous les jours mais c'est pas le cas du tout mais non voilà.

Nous : Est-ce que manger avec de la sauce, du fromage, tu trouves ça quand même plus goûteux que ce genre de repas qui est...

Régime omnivore : Ah ben oui c'est la base.

Nous : Ok. M. ?

Régime sans gluten : Heu moins bon non mais cependant quand y a une viande forcément y a une sauce, ça lie le plat cet. Donc peut être ça après moins bon, pas forcément. Ça dépend de la cuisine quoi.

Nous : Ok. Alors pensez-vous que ce genre de repas est plus difficile à concevoir ? M. ?

Régime omnivore : Alors non moi personnellement je trouve qu'il est facile à concevoir. On ne peut pas chercher autant de saveurs qu'avec des sauces, une viande ou quoi, c'est assez, c'est toujours à peu près la même chose. C'est simple et basique.

Nous : Si tu devais faire ce repas chez toi, ce serait simple ?

Régime omnivore : Oui, tout à fait, voilà. Ce serait simple et rapide.

Nous : Ok, ok. R. ?

Régime végétarien : Heu... Non, ben non. Ben pour moi c'est pareil, un morceau de tofu tu vas le faire cuire comme tu fais cuire la viande fin...

Nous : Parce que toi tu manges végétarien mais pas sans gluten. Donc est-ce que ça serait plus difficile pour toi de concevoir ce genre de menus chez toi ?

Régime végétarien : Alors non ça ne serait pas difficile de le concevoir si t'as les bonnes informations c'est pas difficile.

Nous : Ok, M. ?

Régime sans lactose : Pareil, moi je pense ce n'est pas compliqué.

Nous : Ok, L. ?

Régime omnivore : Ben pareil pas difficile.

Nous : M. ?

Régime sans gluten : Non, pas difficile mais faut connaître pas mal de choses quand même.

Nous : Ok.

Régime végétarien : J'aimerais rajouter qu'on précise jamais que le végétarisme heu on choisit pas uniquement de s'orienter vers une alimentation exclusivement végétale par conviction mais aussi par dégoût de la viande donc le rejet de la viande en elle-même, enfin moi c'est comme ça que ça a commencé, ça m'a dégoûtée alors que je ne savais pas ce que c'était le végétarisme et heu je pensais même pas du tout au végétarisme et la viande me dégoûtait et je suis partie de là.

# TABLE DES FIGURES

Figure 1 L'étude de Harris Interactif .....	20
Figure 2 Un intérêt des consommateurs pour des innovations accessibles et rassurantes .....	20
Figure 3 Les régimes pratiqués.....	21
Figure 4 Les ingrédients les plus évités dans le monde. Source : Nielsen 2016 .....	23
Figure 5 Les régimes alimentaires de type restrictif dans le monde. Source : Nielsen 2016.....	23
Figure 6 Pourcentage des personnes qui dînent hors foyer. Source : Nielsen 2016 ....	24
Figure 7 Le taux de satisfaction des offres alimentaires selon les continents. Source : Nielsen 2016 .....	24
Figure 8 58% des répondants veulent les produits plus naturels. Source : Nielsen 2016 .....	25
Figure 9 Répartition des logements selon le nombre d'occupants.....	29
Figure 10 The Last Thanksgiving - Caricature de The New Yorker .....	32
Figure 11 Représentation schématique de la classification des différentes réactions alimentaires adverses. Source : Jacqueline 2012.....	35
Figure 12 Secteur de la restauration selon INSEE.....	38

# TABLES DES TABLEAUX

Table 1 Engager pour comprendre la réalité des abattoirs.....	16
Table 2 Être fier plutôt que s'adapter .....	17
Table 3 Les alimentations existent pour toujours, sans ou avec leurs noms .....	18
Table 4 Manger différemment ne sépare pas les gens .....	19
Table 5 Ce que demandent les consommateurs au restaurant irlandais.....	47
Table 6 Les proposition d'un restaurant irlandais.....	47
Table 7 Adaptations aux demandes non anticipées .....	48
Table 8 L'attitude du restaurateur par rapport aux demandes particulières.....	49
Table 9 Ce que dit un restaurateur aux consommateurs .....	49
Table 10 Ce que voit un restaurateur à travers des années .....	57
Table 11 L'analyse horizontale des entretiens semi-directifs auprès des restaurateurs à thème végétarien, traditionnel, gastronomique 1, et rapide 1.....	61
Table 12 L'analyse horizontale des entretiens semi-directifs auprès des restaurateurs à thème sans gluten, gastronomique, et rapide 2 .....	64
Table 13 L'analyse horizontale du focus groupe avec les consommateurs .....	67
Table 14 Guide d'entretien pour restaurateurs en français .....	82
Table 15 Guide d'entretien pour les restaurateurs en anglais .....	146
Table 16 Guide d'entretien pour Monsieur Serra Mallol - Maître de Conférence en sociologie .....	152
Table 17 Guide d'entretien pour Monsieur Haruka Ueda, Doctorant en Économie agricole .....	173

# TABLE DES MATIÈRES

<b>REMERCIEMENTS</b> .....	<b>2</b>
<b>AVANT-PROPOS</b> .....	<b>4</b>
<b>SOMMAIRE</b> .....	<b>5</b>
<b>INTRODUCTION GÉNÉRALE</b> .....	<b>6</b>
<b>PARTIE 1. PAYSAGE DES ALIMENTATIONS PARTICULIÈRES</b> .....	<b>8</b>
<b>CHAPITRE 1. REGARDS PROFANES ET EXPERTS</b> .....	<b>8</b>
<b>1.1. POINT DE VUE DES CONSOMMATEURS</b> .....	<b>8</b>
1.1.1. Raisons éthiques.....	10
1.1.1.1. Végétarisme.....	10
1.1.1.2. Végétalisme.....	10
1.1.1.3. Véganisme .....	11
1.1.1.4. Flexitarisme.....	11
1.1.2. Raisons médicales.....	11
1.1.2.1. Régime sans sel.....	11
1.1.2.2. Régime sans sucre .....	11
1.1.2.3. Régime sans résidu .....	11
1.1.2.4. Allergies, intolérances .....	12
1.1.2.4.1. Régime sans lactose .....	12
1.1.2.4.2. Régime sans gluten .....	12
1.1.2.5. Régimes minceur (liés à l'obésité).....	12
1.1.3. Raisons culturelles, philosophiques.....	13
1.1.3.1. Macrobiotique .....	13
1.1.3.2. Bouddhisme.....	13
1.1.4. Raisons individuelles.....	13
1.1.4.1. Régimes sportifs.....	13
1.1.4.2. Régime granivore.....	14
1.1.4.3. Régime paléolithique .....	14
1.1.4.4. Entomophagie .....	14
1.1.4.5. Régime selon son groupe sanguin .....	14
1.1.4.6. Régime crudivore.....	14
1.1.5. Raisons religieuses.....	15
1.1.5.1. Halal .....	15
1.1.5.2. Casher.....	15
1.1.5.3. Hindou.....	15
<b>1.2. POINT DE VUE DES EXPERTS</b> .....	<b>15</b>
1.2.1. Monsieur Serra Mallol, Maître de conférences en sociologie .....	15
1.2.2. Haruka Ueda, Doctorant en économie agricole .....	16
<b>CHAPITRE 2. TYPOLOGIE DES ALIMENTATIONS PARTICULIÈRES</b> .....	<b>19</b>

2.1. ÉTUDES ET ANALYSES.....	19
2.1.1. Étude d'Harris Interactive .....	19
2.1.2. Étude Kantar World panel .....	21
2.1.3. Étude de Nielsen .....	21
2.1.4. Les explications sur les alimentations particulières.....	25
2.1.5. Thèmes plus discutés autour du sujet de l'alimentation particulière .....	27
2.1.5.1. Individualisation.....	27
2.1.5.2. Répartition et commensalité.....	31
2.1.5.3. Prendre le contrôle de ce qu'on mange.....	33
2.2. TENTATIVE DE TYPOLOGISATION DES ALIMENTATIONS PARTICULIÈRES .....	34
2.2.1. Régimes de santé : allergies et intolérances .....	35
2.2.1.1. L'allergie.....	35
2.2.1.2. L'intolérance .....	36
2.2.2. Régimes sélectifs - justifications éthiques, politiques, religieux, sanitaires .....	37
2.2.3. Régimes restrictifs - justifications pour mincir, pour manger sain .....	37
2.3. ACTIVITÉS COMMERCIALES DE RESTAURATION QUE NOUS AVONS CHOISI .....	37
<b>PARTIE 2. PROBLÉMATISATION ET MÉTHODOLOGIE D'ÉTUDE DU TERRAIN .....</b>	<b>39</b>
CHAPITRE 3. PROBLÉMATISATION ET CORPS D'HYPOTHÈSES .....	39
3.1. PROBLÉMATISATION .....	39
3.2. LE CORPS D'HYPOTHÈSES .....	39
CHAPITRE 4. MÉTHODOLOGIE D'ÉTUDE DU TERRAIN .....	40
4.1. Entretiens semi-directifs.....	40
4.2. Focus groupe .....	40
<b>PARTIE 3. RÉSULTATS, ANALYSES DES RÉPONSES AUX HYPOTHÈSES POSÉES, ET .....</b>	<b>42</b>
CHAPITRE 5. ANALYSES VERTICALES ET HORIZONTALES .....	42
5.1. ANALYSE VERTICALE DES ENTRETIENS SEMI-DIRECTIFS .....	42
5.1.1. Restaurants à thème.....	42
5.1.1.1. Madame X gérante d'un restaurant à thème végétarien.....	42
5.1.1.2. Madame Z, gérante d'un restaurant salon de thé sans gluten.....	45
5.1.1.3. Monsieur P, gérant d'un restaurant à thème irlandais.....	46
5.1.1.3.1. La demande des consommateurs.....	46
5.1.1.3.2. La proposition de la restauration par sa propre conviction .....	47
5.1.1.3.3. L'adaptation du restaurant aux autres demandes .....	48
5.1.1.3.4. L'attitude du restaurateur envers les demandes d'alimentations particulières.....	49
5.1.1.3.5. Commentaires sur le comportement des consommateurs.....	49
5.1.2. Restaurants traditionnels .....	50
5.1.2.1. Monsieur Y, chef gérant d'un restaurant traditionnel .....	50
5.1.3. Restaurants gastronomiques .....	53
5.1.3.1. Monsieur U, gérant d'un restaurant gastronomique .....	53
5.1.3.2. Madame V, chef cuisine et gérante d'un restaurant gastronomique .....	54
5.1.4. Restaurants rapides.....	55

5.1.4.1. Monsieur X, gérant d'une franchise de restauration rapide .....	55
5.1.4.2. Monsieur X, gérant d'un bar avec proposition de restauration rapide.....	57
5.1.5. Focus groupe autour d'un repas .....	57
5.2. ANALYSE HORIZONTALE DE L'ÉTUDE QUALITATIVE .....	59
5.2.1. Les restaurateurs .....	59
5.2.2. Les consommateurs .....	67
CHAPITRE 6. RÉPONSES AUX HYPOTHÈSES POSÉES.....	72
6.1. Hypothèse 1 .....	72
6.2. Hypothèse 2 .....	73
6.3. Hypothèse 3 .....	74
CHAPITRE 7. PRÉCONISATIONS .....	74
<b>CONCLUSION GÉNÉRALE.....</b>	<b>77</b>
<b>BIBLIOGRAPHIE.....</b>	<b>79</b>
<b>TABLES DES ANNEXES .....</b>	<b>81</b>
Annexe A : Guide d'entretien pour les restaurateurs en français.....	82
Annexe B : Entretien 1 - Un restaurant à thème végétan, le 11/01/2018, 1 heure .....	83
Annexe C : Entretien 2 - Un restaurant gastronomique, le 13/03/2018, 25 minutes.....	90
Annexe D : Entretien 3 - Un restaurant traditionnel, le 16/01/2018, 1 heure 07 minutes.....	94
Annexe E : Entretien 4 - Un restaurant de type rapide, le 01/02/2018, Toulouse, 1 heure .....	112
Annexe F : Entretien 5 - Un restaurant gastronomique, le 13/03/2018, 50 minutes.....	126
Annexe G : Entretien 6 - Un restaurant à thème sans gluten, le 14/03/2018, 40 minutes.....	137
Annexe H : Guide d'entretien pour les RESTAURATEURS EN anglais.....	146
Annexe I : Entretien 7 - Un restaurant à thème irlandais, le 14/03/2018, 25 minutes .....	147
Annexe J : Entretien 8 - Bar proposant et restaurant rapide, le 28/02/2018, 20 minutes.....	150
Annexe K : Guide d'entretien M. Serra Mallol - Maître de Conférence en sociologie.....	152
Annexe L : Entretien 9 avec Monsieur Serra Mallol, le 08/01/2018, Toulouse, 1.5 heure.....	153
Annexe M : Guide d'entretien M. Haruka Ueda, Doctorant en Économie agricole.....	173
Annexe N : Entretien 10 Monsieur Haruka Ueda, le 7/3/2018, Toulouse, 1.5 heure .....	175
Annexe O : Guide d'entretien pour le focus groupe .....	187
Annexe P : Entretien 11, Focus groupe, 15/03/2018, Toulouse, 1.5 heure .....	188
<b>TABLE DES FIGURES.....</b>	<b>198</b>
<b>TABLES DES TABLEAUX .....</b>	<b>199</b>
<b>TABLE DES MATIÈRES .....</b>	<b>200</b>

Quelles sont les stratégies de la prise en compte des alimentations particulières par les restaurateurs ? C'est à partir de cette problématique que nous avons tenté d'apporter un éclairage sur ce phénomène dans le cadre de ce projet tutoré. L'étude des alimentations particulières est un vaste sujet, une première phase d'exploration a permis de mieux le cerner d'un point de vue démographique et sociologique et de tenter de typologiser ces alimentations. Nous avons ainsi intégré dans notre étude le regard d'experts et de professionnels. Des entretiens avec des gérants de divers types de restaurations nous ont permis de répondre aux hypothèses posées concernant la corrélation entre les ressources internes, les motivations économiques, les convictions personnelles des gérants et la mise en place ou non d'offres adaptées. Un focus groupe nous a également donné un aperçu sur les ressentis des clients concernés à propos de l'offre actuelle des restaurateurs. A la vue de toutes ces observations, nous en avons conclu quelques préconisations dédiées aux restaurateurs afin qu'ils puissent être mieux préparés à répondre à ces demandes de plus en plus courantes. Nous vous laissons à la découverte de ces différentes alimentations particulières.

**Mots-clés :** *Offre alimentaire, végétarien, végan, sans gluten, allergies alimentaires, clientèle de niche, sans lactose, régimes particuliers, raisons médicales, flexitarien*

What should restaurant owners do amid the exuberance of particular dietary requirements from customers? Should we adapt to their needs, or should we hold on to our culinary traditions? We went to find our answers by means of previous documentations - including recent reports from world-renown consumer insight databases and the famous Claude Fischler's *Alimentations particulières*, interviews with experts in sociology and agriculture, quantitative surveys with consumers, a focus group that simulates a real dining situation, and carefully designed discussions with various restaurant owners. Vast as the subject may be, we have started to recognize the patterns that may prove helpful to those looking to venture into this niche market. Our work also includes insight from expatriate restaurant owners living in France, who have witnessed huge success with only small-scale adjustments. Now is your turn to find your own answers.

**Key words:** *Particular dining regimes, special dining regimes, dietary requirements, special dietary requirements, niche market, medical eating regimes, restaurant owners, adapt, tradition, culinary.*