



Cuisiner soi-même a-t-il un avantage économique avéré pour le consommateur ?

Oscar Godin, Marion Tharrey, Christophe Dubois, Sophie Drogue, Marlène Perignon, Lisa Privet, Nicole Darmon

► To cite this version:

Oscar Godin, Marion Tharrey, Christophe Dubois, Sophie Drogue, Marlène Perignon, et al.. Cuisiner soi-même a-t-il un avantage économique avéré pour le consommateur ?. JFN 2017, Journées Franco-phones de Nutrition, Dec 2017, Nantes, France. 2017. hal-02733619

HAL Id: hal-02733619

<https://hal.inrae.fr/hal-02733619>

Submitted on 2 Jun 2020

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

CUISINER SOI-MÊME A-T-IL UN AVANTAGE ÉCONOMIQUE AVÉRÉ POUR LE CONSOMMATEUR ?

..... Godin O¹, Tharrey M¹, Dubois C², Drogué S¹, Perignon M¹, Privet L³, Darmon N¹.....

¹ INRA 1110, UMR MOISA, Montpellier, France; ² Trophis, Marseille, France; ³ MS-Nutrition, Marseille, France;

Contact : Marion Tharrey (marion.tharrey@supagro.fr)

INTRODUCTION

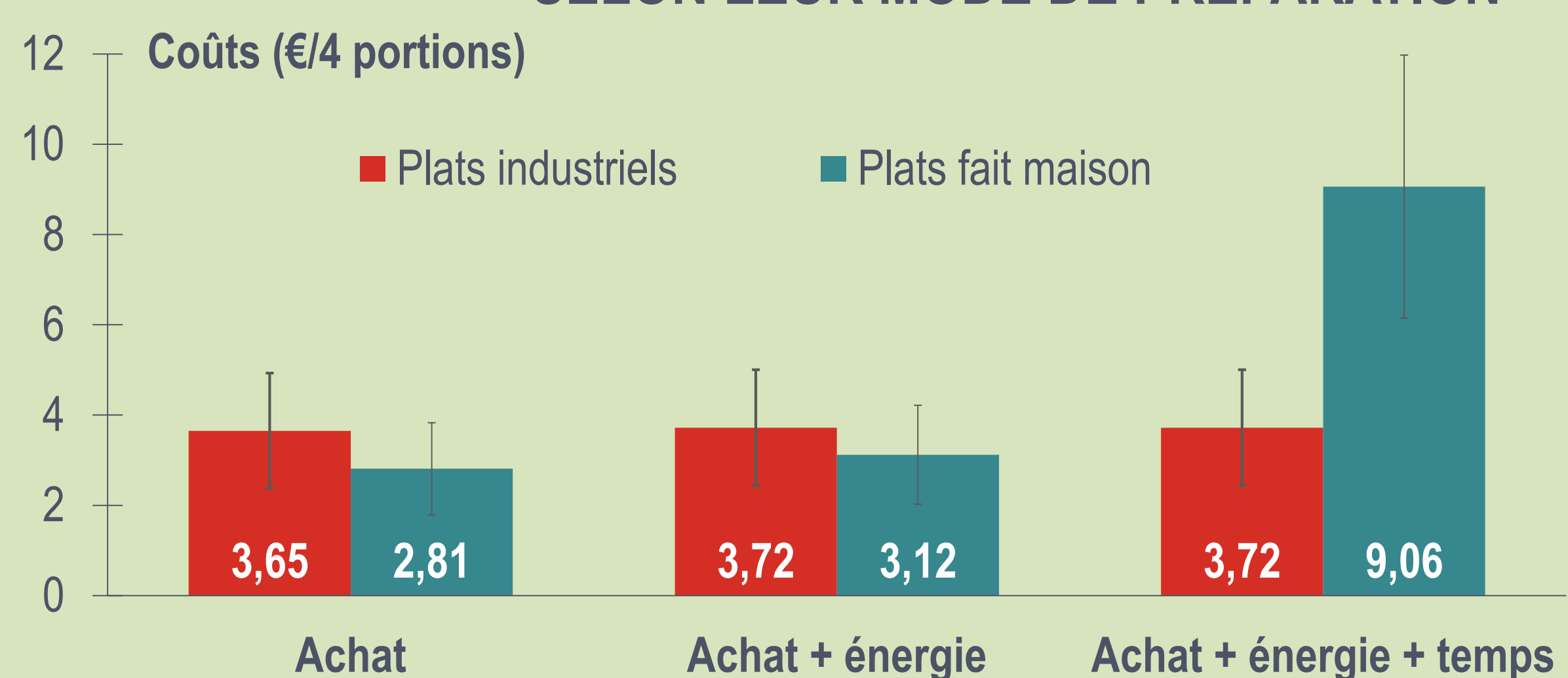
- La valorisation des savoirs culinaires fait partie des actions de promotion de l'équilibre alimentaire. De faibles compétences culinaires sont associées à une alimentation de moindre qualité nutritionnelle et au surpoids¹⁻⁵.
- Les ménages défavorisés sont soumis à des contraintes économiques et pratiques en termes de transport, de stockage, de conservation des produits périssables et de transformation des aliments^{6,7}, qui pourraient les orienter vers la consommation de produits pratiques et bon marché.
- Les ménages défavorisés pourraient donc être plus enclins à se tourner vers la consommation de plats tout-prêts du commerce, mais l'impact économique de tels choix n'est pas documenté.

OBJECTIF

- Analyser s'il est financièrement plus avantageux pour un consommateur de cuisiner soi-même ou d'acheter des plats tout-prêts du commerce.
- En plus des coûts des produits, les coûts liés à la consommation d'énergie pour la cuisson et au temps de préparation des plats ont été considérés.

RÉSULTATS

Figure 1. COÛTS MOYENS DES 19 PLATS SELON LEUR MODE DE PRÉPARATION^a



^a effet significatif du mode de préparation sur les coûts d'achat, d'achat+énergie et d'achat+énergie+temps (tests ANOVA, P<0,001)

- Lorsque seuls les coûts des produits et les coûts énergétiques sont pris en compte, cuisiner soi-même coûte en moyenne 0,60€ de moins (pour 4 portions) que le coût des plats tout-prêts du commerce (Fig.1).
- L'avantage financier lié au fait de cuisiner soi-même est très variable selon les plats (Tableau 2).
- Lorsque le coût du travail est pris en compte, cuisiner soi-même coûte beaucoup plus cher que les plats industriels, en moyenne 5,34€ de plus (pour 4 portions).

CONCLUSION

- Les résultats remettent en question l'idée commune que cuisiner soi-même coûte moins cher que d'acheter des plats tout-prêts dans le commerce.

MÉTHODES

- Les coûts de 19 plats selon qu'ils ont été achetés en grande surface (plats industriels) ou bien réalisés à domicile avec des ingrédients achetés dans ces mêmes grandes surfaces (plats fait maison) ont été estimés selon la méthodologie suivante:

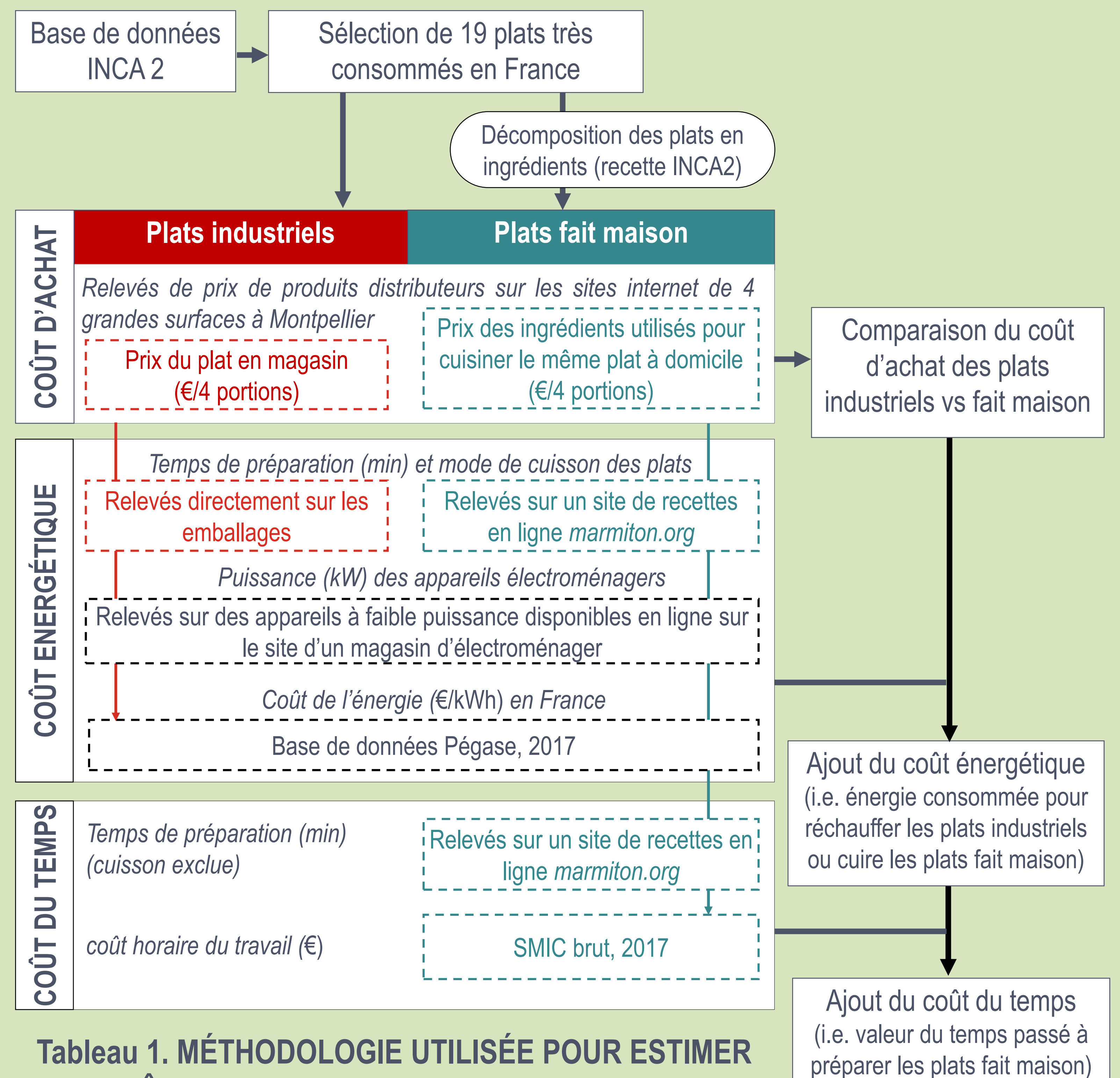


Tableau 1. MÉTHODOLOGIE UTILISÉE POUR ESTIMER LES COÛTS DES 19 PLATS

Tableau 2. COÛTS DE CHACUN DES 19 PLATS SELON LEUR MODE DE PRÉPARATION

COÛTS (€/4 portions)	ACHAT		p ^a	ACHAT + ÉNERGIE		p ^a	ACHAT + ÉNERGIE + TEMPS		p ^a
	Industriels	Fait maison		Industriels	Fait maison		Industriels	Fait maison	
Quiche Lorraine	2.67 (0.75)	1.30 (0.34)	**	2.86 (0.75)	1.55 (0.34)	**	2.86 (0.75)	4.80 (0.34)	**
Raviolis à la viande	3.84 (0.88)	4.20 (1.14)		3.89 (0.88)	4.42 (1.24)		3.89 (0.88)	23.94 (1.23)	***
Gratin dauphinois	2.21 (0.32)	1.10 (0.20)	**	2.34 (0.34)	1.43 (0.20)	*	2.34 (0.33)	5.50 (0.19)	***
Taboulé	1.74 (0.52)	1.86 (0.85)		1.74 (0.52)	1.86 (0.85)		1.74 (0.51)	5.10 (0.85)	***
Tomates farcies	4.63 (1.30)	3.85 (0.70)		4.90 (1.36)	4.14 (0.70)		4.89 (1.35)	7.39 (0.70)	*
Couscous	5.35 (1.75)	7.70 (2.27)		5.56 (1.88)	7.86 (2.27)		5.55 (1.88)	12.74 (2.26)	***
Lasagnes	5.94 (1.70)	2.66 (0.54)	***	6.08 (1.67)	3.04 (0.54)	**	6.07 (1.66)	10.35 (0.53)	**
Cassoulet	3.78 (0.65)	5.33 (1.00)		3.82 (0.64)	6.72 (1.07)	**	3.82 (0.64)	13.23 (1.07)	***
Crêpes jambon/fromage	1.01 (0.49)	0.55 (0.11)	*	1.06 (0.48)	0.60 (0.11)	*	1.06 (0.48)	2.23 (0.10)	***
Choucroute	5.72 (0.64)	4.96 (1.36)		5.77 (0.66)	5.44 (1.36)		5.77 (0.65)	10.32 (1.35)	**
Bœuf bourguignon	7.85 (2.91)	3.05 (0.10)	***	7.86 (2.91)	4.26 (0.10)	*	7.86 (2.90)	12.80 (2.47)	**
Hachis Parmentier	5.88 (0.99)	4.31 (0.85)		5.98 (0.88)	4.60 (0.85)		5.97 (0.88)	14.97 (1.13)	***
Paëlla	5.77 (2.97)	3.87 (0.66)		5.82 (2.95)	4.11 (0.66)		5.82 (2.94)	17.72 (2.25)	***
Soupe de légumes	1.04 (0.27)	1.39 (0.29)		1.05 (0.27)	1.63 (0.30)	*	1.05 (0.27)	7.73 (5.39)	***
Compote de pommes	0.72 (0.06)	0.80 (0.07)		0.72 (0.06)	0.90 (0.07)		0.72 (0.05)	2.93 (0.86)	***
Purée de pommes de terre	0.41 (0.09)	1.14 (0.21)	***	0.43 (0.09)	1.32 (0.22)	***	0.42 (0.09)	7.83 (0.21)	***
Riz cantonnais	5.48 (3.96)	2.89 (0.83)	*	5.51 (3.95)	3.01 (0.83)	*	5.51 (3.95)	6.26 (0.82)	
Croque-monsieur	2.63 (0.31)	1.93 (0.27)		2.69 (0.27)	1.99 (0.27)		2.69 (0.34)	4.10 (0.27)	*
Lentilles cuisinées	2.55 (2.00)	0.43 (0.08)	***	2.57 (1.98)	0.52 (0.08)	***	2.57 (1.98)	2.17 (0.08)	

^a Test des effets simples pour chaque plat *P<0,05; **P<0,01; ***P<0,001

Références

1. McLaughlin C, et al. An examination of at-home food preparation activity among low-income, food-insecure women. J. Am. Diet. Assoc. 2003; 103, 1506–12.
2. Larson NI, et al. Food Preparation by Young Adults Is Associated with Better Diet Quality. J. Am. Diet. Assoc. 2006; 106, 2001–2007.
3. Horst, K. van der; Brunner, T.A.; Siegrist, M. Ready-meal consumption: associations with weight status and cooking skills. Public Health Nutr. 2011; 14, 239–245.
4. Hartmann C, et al. Importance of cooking skills for balanced food choices. Appetite 2013; 65, 125–131.
5. Wolfson JA, et al. Is cooking at home associated with better diet quality or weight-loss intention? Public Health Nutr. 2015; 18, 1397–1406.
6. Bocquier A, et al. Socio-economic characteristics, living conditions and diet quality are associated with food insecurity in France. Public Health Nutr. 2015; 18, 2952–2961.
7. Grant DK, et al. Food Coping Strategies: A Century on from Rowntree. Nutr. Health 1999; 13, 45–60.