

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
MINISTERE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR ET DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE UNIVERSITE  
MOULOUD MAMMERI DE TIZI-OUZOU  
FACULTE DES LETTRES ET DES LANGUES  
DEPARTEMENT LANGUE ET CULTURE AMAZIGHE

UNIVERSITE MOULOUD MAMMERI DE TIZI-  
OUZOU  
FACULTE DES LETTRES ET DES LANGUES  
DEPARTEMENT

جامعة مولود معمري - تيزي وزو

كلية الآداب واللغات



N° d'Ordre : .....

N° de série : .....

**Mémoire en vue de l'obtention  
Du diplôme de Master II**

**DOMAINE: Langue et culture amazighes**

**FILIERE : langue et civilisation**

**SPECIALITE: Anthropologie du patrimoine et la culture amazighe**

Titre

**RENOUVELLEMENT DE LA CUISINE DES  
MERES PAR LA JEUNESSE A L'ERE DE  
L'INTERNET**

**Présenté par:**

Melle **Zermani Sabrina**

Melle **Sadat Lydia**

**Encadré par:**

Mme **Abdennebi Houria**

**Jury de soutenance :**

**President:** salhi karim, MCA, UMMTO

**Encadrante:** Abdennabi Houria, professeur, UMMTO,

**Examinatrice :** Kaced Sacia, MAA, UMMTO

Promotion 2024

# Remerciements

Au début nous remercions ALLAH pour la guidance et la force et les bénédictions.

Nous tenons à exprimer toutes nos reconnaissances à notre encadreur Mme ABDNEBI.H qui s'est montrée disponible pour guider avec des conseils et des commentaires rigoureux.

Nous remercions vivement les membres de jury qui ont eu l'amabilité de porter une appréciation sur ce travail et de participer au jury de soutenance.

Un hommage éternel aux enseignants Mr KINZI, Mr SALHI, Mr HADIBI pour la qualité de l'enseignement qu'ils nous ont prodigué depuis nos premières années d'étude jusqu'à aujourd'hui à l'université MOULOUD MAMMARI.

Ce mémoire n'aurait jamais pu voir le jour sans le soutien actif des membres de notre famille, surtout nos parents qu'ils nous ont toujours encouragé moralement et matériellement et à qui on tient à les remercier.

Enfin on tient à exprimer vivement nos remerciements avec une profonde gratitude à tous les personnes qui ont contribué de près ou de loin à sa réalisation, car un projet ne peut pas être le fruit d'une seule personne.

## Dédicace

Après six années d'effortset de difficultés dans la poursuite de mes rêves et mes connaissances,j'offreaujourd'hui les fruits de mon labeur et j'élève mon chapeau avec la fierté .Avec amour je célèbre mon succès et ma remise de diplôme.

A mon père qui a éclairé mon chemin, qui m'a guidé à chaque étape que je franchie. celui qui m'a appris que le monde est une lutte son arme est le savoir et la connaissance.

A ma mère aimante et chaleureuse qui m'a accueilli dans son cœur avant de me tendre la main et qui a allégé mes difficultés avec sa douceur et la lumière qui était pour moi dans les nuits sombres , le secret de ma force et de mon succès.

A mes frères et sœurs qui m'ont toujours soutenu et aidé tout au long de mon parcours scolaire. Vous avez été mes confidents , mes partenaires tout au long de ma vie.

A mon mari bien-aimé, mon partenaire qui a été mon rocher et mon refuge, toujours là pour me soutenir et me relever quand j'en ai le plus besoin.

A tous mes chers professeurs qui m'ont enseigné, guidé et orienté A ma

chère binome Sabrina

Je vous dédie tous ces modestes travaux et le fruit de mes efforts et que dieu soit mon guide et mon soutien.

A mes chères amies, Diana, Ouardia, Massiva, Sonia, Souad, Karima. merci d'avoir été là pour moi. De m'avoir inspiré et de m'avoir soutenue tout au long de ces années d'études.

**Lydia**

# Dédicace

Amat très chère mère

Quoi que je fasse ou que je dise, je ne saurai point te remercier  
Comme il se doit. Ton affection me couvre, ta bienveillance me  
Guide et ta présence à mes côtés toujours est ma source de force  
Pour affronter les différents obstacles.

A mon très cher père

Tu es toujours là à mes côtés pour me soutenir et m'encourager. Que ce  
travail traduise ma gratitude et mon affection.

A mes très chères sœurs pour votre soutien inconditionnel, vos conseils avisés et les précieux  
moments de complicité partagés tout au long de cette période d'étude ROSA, LILYA,  
KAHINA, AMIRA, ainsi à mes chers frères spécialement SAMIR et KHALED.

A ma chère binôme, LYDIA, Pour

son entente et sa sympathie.

A mes copines votre présence illumine chacune de mes journées et m'apporte force  
et réconfort, SOUHILA, SABRINA, SOUAD, LYDIA, MASSIVA, CHAHINEZ, KARIMA.

Qui m'a aidé et supporté dans les moments difficiles.

**Sabrina**

# **Sommaire**

# Sommaire

---

Remerciements

Dédicaces

**Introductiongénéral..... 9**

## **ChapitreI:cadreméthodologique.**

Introduction..... 11

Présentationdusujet..... 11

Choixdu sujet..... 11

Problématique..... 11

Hypothèse..... 13

Conceptsclés..... 13

Techniques de recherches..... 16

Méthodederecherche ..... 17

Présentationdesenquêtés ..... 18

Difficultés..... 19

Ethnographiedu terrain..... 19

## **Chapitre02:Lesfondementsdelacuisinetraditionnelle**

Introduction..... 24

Historiquedela cuisinetraditionnelle..... 24

L'importanceculturelledelacuisine traditionnelle..... 28

Elémentsclés delacuisinetraditionnelle ..... 29

Conclusion..... 43

## **Chapitre03:émergencedelajeunesseconnectééal'internet**

Introduction..... 45

L'impactd'interneturlajeunesse..... 45

Utilisationdel'internetpourtrouverdesrecettesetastucesculinaires..... 47

# Sommaire

---

L'influencedesréseaux sociaux surleshabitudesdesjeunes.....	49
Conclusion .....	52

## **Chapitre04:Renouvellementdelacuisinedesmèresà'èredel'internet**

Introduction.....	54
Nouvellestendancesculinaireschezles jeunes .....	54
L'influencedes recettesenlignesurlespratiquesculinairesdesjeunes.....	57
Adaptationdes recettetraditionnelleau goutetauxbesoinsdesjeunes .....	58
L'impactdesinnovationstechnologiquessur lacuisinedesmères .....	62
Conclusion .....	64

## **Chapitre05:Perceptiondesmèressurlerenouvellementdelacuisine traditionnelle**

Introduction.....	66
Attitudesdesmères enversl'utilisationdel'internetpourla cuisine.....	66
Perceptionsdesmèressurl'évolutiondeshabitudesalimentairesdesjeunes .....	67
Lesdéfisrencontrésparlesmèresdanslerenouvellementdelacuisine traditionnelle .....	69
Conclusion .....	72

## **Conclusiongénérale**

### **Résumé**

### **Agzul**

### **Bibliographique**

### **Annexes :**

Guide d'entretien

# Sommaire

---

Figures

**Table des matières**

# **Introduction Générale**

### **Introduction générale:**

Notre travail s'inscrit dans le cadre d'un master en anthropologie culturelle et du patrimoine amazigh, nous avons opté pour une démarche comparative, en étudiant le phénomène de la cuisine dans différents contextes culturels, sociaux, afin de dégager des tendances et des spécificités dans le sujet de l'influence d'internet sur la cuisine traditionnelle des mères.

A l'ère d'Internet, le monde est témoin d'une transformation significative dans divers aspects de la vie, notamment dans la manière dont les gens interagissent, communiquent et partagent leurs connaissances. Le monde culinaire ne fait pas exception, car l'internet a révolutionné la façon dont les gens cuisinent, partagent des recettes et découvrent différentes cuisines.

Notre étude se concentre sur l'impact d'internet sur la cuisine traditionnelle des mères, en particulier chez la jeune génération.

La cuisine traditionnelle des mères est transmise de génération en génération à travers la tradition orale. Cependant avec l'avènement d'internet, cette cuisine traditionnelle est confrontée à des défis. La jeune génération, se tourne de plus en plus vers les plateformes en ligne pour en apprendre davantage sur la cuisine, partager des recettes et se connecter avec d'autres personnes partageant les mêmes intérêts.

Nous examinerons la manière dont l'internet influence la transmission des connaissances culinaires, l'évolution des recettes traditionnelles et le rôle des mères dans les pratiques culinaires de leurs enfants.

Nous avons divisé notre travail en 5 chapitres :

#### **1) Premier chapitre:**

Dans le premier chapitre nous avons établi le cadre théorique de notre étude, en explorant les concepts clés liés à la jeunesse, l'internet, et les pratiques culinaires familiales.

#### **2) Deuxième chapitre:**

Dans le deuxième chapitre nous avons étudié dans les traditions et les fondements de la cuisine familiale, en mettant l'accent sur le rôle central des mères dans la transmission de ces pratiques.

#### **3) Troisième chapitre:**

Dans le troisième chapitre nous avons concentré sur l'émergence de la jeunesse connectée à l'internet et les changements que cela a entraînés dans leurs habitudes et leurs comportements, notamment en matière d'alimentation et de cuisine.

### **4) Quatrième chapitre:**

Dans le quatrième chapitre nous avons examiné en détails comment l'influence de l'internet a conduit à un renouvellement des pratiques culinaires des mères, avec l'adoption de nouvelles techniques, recettes et modes de transmission.

### **5) Cinquième chapitre:**

Enfin, dans le cinquième chapitre nous avons exploré la perception des mères face à ce renouvellement de la cuisine, leurs défis, leurs motivations et leurs aspirations pour l'avenir.

D'importants travaux de recherche ont été réalisés dans ce domaine, ce qui revêt une grande importance pour la cuisine traditionnelle. Nous citons à l'aide d'exemple celui de Mme Abdennebi H. (mémoire de magister en langue et culture amazighs sur le sujet la « cuisine, rituel collectif et différenciation social dans une tribu « AARC » de Kabylie ( At. Boudrar) entre 1830 et 1999 ». Aussi le travail de « Isabelle Garabuau-Moussaoui, Cuisine et Indépendance, jeunesse et alimentation », il y a son deuxième ouvrage intitulé « la cuisine des jeunes : désordre alimentaire, identité générationnelle et ordre social ».

# **Chapitre01: Cadreméthodologique**

# Chapitre01: Cadre méthodologique

---

## Introduction

Dans ce chapitre, nous aborderons la problématique, les hypothèses, les mots clés, ainsi les techniques et méthodes de recherche utilisées. Nous présenterons également les informateurs et discuterons des difficultés rencontrées sur le terrain.

## Présentation du sujet

Ce mémoire explore l'impact de l'internet sur la jeunesse d'aujourd'hui et la cuisine traditionnelle des mères. A une époque où la technologie et les médias sociaux sont omniprésents de nouvelles tendances émergent dans le domaine culinaire, remettant en question les pratiques et les recettes transmises de génération en génération.

### Choix du sujet

Raisons objectives:

-Pertinence sociale: le sujet de l'influence de l'internet sur la cuisine des mères est

Pertinent dans la société moderne où l'utilisation d'internet est omniprésente.

-l'importance de la jeunesse: en se concentrant sur la jeunesse et son rôle dans le renouvellement de la cuisine des mères, notre sujet aborde une population clé qui est souvent à la pointe de l'adaptation des nouvelles technologies et de changements culturels.

Raisons subjectives:

-le désir d'explorer une thématique originale et d'apporter de nouvelles perspectives.

-l'intérêt croissant pour la façon dont la nouvelle génération et l'omniprésence d'internet influencent les habitudes culinaires des mères.

-notre passion pour la cuisine et notre enthousiasme à découvrir de nouveaux goûts nous ont inspiré à choisir cette thématique.

### Problématique

Notre travail explore l'impact de l'internet et les jeunes générations sur la cuisine traditionnelle transmise par les mères. «La cuisine renvoie en effet à la nécessité de se nourrir, mais également à des manières codées de le faire. Elle demande des gestes appris, des savoir-faire culturellement adéquats. Le moment de la jeunesse étant un moment de rupture avec la famille d'origine voulu ou contraint, par progressive séparation physique ou autonomisation progressive à l'extérieur de la famille. Il concentre une redéfinition des actes et des relations sociales et favorise la mise à jour à la fois des

apprentissage passé et de la manière de mobiliser des compétences présentes ou de gérer des incompétences »<sup>1</sup> par le biais des réseaux sociaux ,

On assiste à une mise en visibilité de ce que l'on cuisine et de ce que l'on mange: les blogs culinaires se présentent comme une sorte de jumeaux intimes photographiques qui donne à voir les pratiques alimentaires quotidiennes. «La scène médiatique sert de vecteur pour diffuser des représentations de l'alimentation et ses acteurs: les rituels de préparation de la consommation de l'alimentation, qui se déroulent normalement dans l'intimité de la sphère privée, se retrouvent exhibés, sublimés et esthétisés dans la sphère publique médiatique »<sup>2</sup> Julie Liore décrit comment les pratiques liées à l'alimentation qui étaient auparavant considérées comme privées, ont devenues plus visible grâce aux réseaux sociaux et médias. De plus, «ces dix dernières années marquent une série de transformation dans le domaine la transmission et de l'apprentissage de savoirs-faire culinaire: différence d'âge , qui a sensiblement reculé entre la génération des mères et celle des filles , et différence de genre ou les garçons qui le souhaitent ne parviennent pas encore ni toujours à avoir une place dans la cuisine; un espace qui demeure féminin .Ces différents changements ont opéré un élargissement par certains aspects et une déperdition par d'autres: toutefois les contours transmis dans le domaine culinaire et alimentaire se sont transformés »<sup>3</sup> Julie Liore décrit les transformations survenues dans l'apprentissage des compétences culinaires au cours des dix dernières années et la manière dont elles ont évolué entre les générations des mères et des filles. Il note également que la cuisine reste un espace féminin et que ces changements ont entraîné des avantages et des inconvénients.

Notre travail de recherche repose sur divers questionnements comme: comment l'omniprésence de l'internet et l'influence croissante des jeunes générations ont-elles transformé les pratiques culinaires des mères et les dynamiques familiales associées à la cuisine? Comment l'accessibilité à l'information culinaires en ligne a-t-elle influencé à la transmission de la cuisine traditionnelle par les mères aux jeunes générations? Quel est l'impact de la jeunesse sur la transmission culinaire intergénérationnelle ?

---

<sup>1</sup> Isabelle Garabuau Moussaoui «**cuisine et indépendance, jeunesse et alimentation, l'harmattan ,2002** »

<sup>2</sup> Simona De Lulio, Sylvie Badou-Boisinier et Isabelle Pailliant «**question de communication(27/2015), l'alimentation une affaire publique? penser les enjeux publics de l'alimentation** »

<sup>3</sup> Julie Liore «**les mères, les filles et la cuisine africaine situation de migration(Marseille), Homme /migration revue française de référence les dynamiques migratoires (1286-1287)** »

### Hypothèses

-L'internet et les réseaux sociaux ont un impact significatif sur les habitudes alimentaires, entraînant des changements dans leurs pratiques de cuisine.

-Les plateformes en ligne et les médias sociaux ont facilité l'apprentissage autonome de la cuisine grâce aux tutoriels et aux vidéos en ligne, les jeunes générations peuvent désormais apprendre à cuisiner par elles-mêmes.

-L'internet a contribué à la valorisation de la cuisine fait maison: les recettes en ligne ont encouragé les jeunes à cuisiner à la maison plutôt que de se tourner vers la restauration rapide ou les plats préparés.

### I. 5. Concepts clés

Transmission; art culinaire; cuisine traditionnelle des mères; internet; la jeunesse.

#### Transmission:

«Chaque société pense et organise à sa manière propre la transmission. Cette dernière n'est en effet, que la dimension active de la communication en général dont le processus est fondu de la continuité de la vie sociale. De nombreux anthropologues américains, d'inspiration culturaliste, ont assimilé culture et héritage social ( R.Linton; R.Lowie; E.Sapir...etc ) et mis de ce fait l'accent sur les rapports entre culture et personnalité tels qu'ils s'expriment dans les formes d'apprentissage de modèles de comportements socialement transmis .

Si la culture est tout ce qui s'apprend en communiquant, il n'est rien de culturel qui ne fasse l'objet d'une transmission. L'étude anthropologique de la transmission ne se réduit donc pas à l'examen des procédures institutionnalisées d'évolution des biens matériels (immobiliers et mobiliers) et immatériels (statuts; fonction; charges; attributs symboliques tels que le nom ...etc.) dont l'éthologie juridique s'est fait une spécialité. On observe l'existence, dans tous les domaines de la vie ou société, d'ensembles structurés de pratiques et de représentation de la transmission dont l'analyse ne peut être juridique, économique, politique, religieux ou cognitif. La transmission des idées et des valeurs ignore les frontières entre institutions.

L'examen des pratiques de transmission telles qu'elles organisent la vie sociale ne saurait donc être séparée de l'étude des constructions idéologiques qui établissent donc toutes les sociétés mais suivant de formes infiniment diverses, le sentiment de leur légitimité et par là même de celle d'ordre social qui en résulte. En instituant la transmission qui n'est jamais simple reconduction mécanique, comme en témoignent les rituels qui l'accompagnent, toutes les cultures pensent la nature et le surnaturel autant que la société (ange ou héritier), l'hérédité tout comme l'héritage, le passé et le futur aussi bien que la nécessité du présent. L'étude de la transmission révèle que les divers modalités auxquelles elle est soumise dans toutes les

## Chapitre01: Cadre méthodologique

---

sociétés n'obéissent pas seulement à un logique d'efficacité pratique mais à une intention culturelle (M. Shlins) qui n'est donc jamais la seule possible »<sup>1</sup>

« Chaque plat cuisiné puis goûté se nourrit d'histoires. La transmission du goût passe par l'observation, l'exploration et le faire ensemble, en jeux partagés par la marque Stokke »<sup>2</sup>

### **La jeunesse:**

A- « Qui peut avancer en âge: Avoir de jeunes enfants. Rechercher les jeunes talents.

B- S'emploie pour comparer les âges respectifs de deux personnes ou pour distinguer deux homonymes (notamment des personnes historiques) d'âge ou de génération différents (par opposition à aîné, père, ancien) : Elle est plus jeune que lui »<sup>3</sup>

« ... », La jeunesse est reconnue comme une catégorie sociale et fait l'objet d'une politique spécifique. On peut présenter la jeunesse comme une catégorie d'âge, le plus souvent définie par les institutions (12-17ans, 16-25ans, 18-30ans). Ce découpage institutionnel procède à une certaine définition de la jeunesse, donnant des limites d'âge. On peut en faire un âge de la vie, centré sur une fonction principale comme l'imitation des générations précédentes ou l'expérimentation de nouvelles règles de vie. On peut, enfin, considérer la jeunesse dans un rapport de génération que l'on pose en opposition »<sup>4</sup>

### **Cuisine traditionnelle des mères:**

« La cuisine est généralement l'ensemble de processus par les quels les hommes transforment des produits de leur environnement obtenu par la chasse, le pêche, l'agriculture, l'élevage, la cueillette, l'échange ou le commerce en aliments assimilables par l'homme.

Pour l'anthropologie, tout processus matériel est socialisé et met en œuvre de la représentation. Reflètent, les conditions historiques et économiques ainsi que les valeurs sociales et culturelles, les processus culinaire ne sont ni identiques ni homologues d'une société à l'autre. La domestication des plantes, les changements techno-économiques suppriment ou simplement des tâches culinaires: décorticage et nourriture des grains font souvent partie de la cuisine domestique. Chaque société sélectionne et définit les opérations culinaires à sa façon, comme en témoigne, par exemple, la diversité lexicale et sémantique des termes de cuisson ou de découpage. Quelle que soit la variété de leur contenu empirique, les opérations culinaires sont un lieu d'interaction de techniques, de rapports sociaux et de représentations. La sélection des aliments, qu'elle soit détermination de ressources comestibles ou effets interdits (permanents ou temporaires, imposés à tous ou à certains), se fonde sur des classifications liées à une mise en ordre du monde, à une cosmologie reliant la personne, la société et l'univers, et assignant à l'homme sa place et sa conduite. Les opérations de préparation de cuisson, combinaison des aliments obéissent à des règles de

---

<sup>1</sup> « Dictionnaire d'ethnologie et d'anthropologie »

<sup>2</sup> « Milk magazine.net transmission culinaire: ce que se joue en cuisine. Par Sarah Berger »

<sup>3</sup> « Dictionnaire d'ethnologie et d'anthropologie »

<sup>4</sup> « ibid »

## Chapitre01: Cadre méthodologique

---

comptabilité interne et d'adéquation à un contexte spatial, temporel, social, rituel. On ne mange pas n'importe qui ; n'importe où, n'importe quand, avec n'importe qui. Toute cuisine implique une diététique, corpus de connaissances et de préceptes ou la nourriture médiatise les rapports de l'homme au monde par une série de corrélation entre saisons et climats, terroirs, maladies, corps et tempéraments humains, individus et groupes sociaux. tous les éléments de l'activité culinaire , aliments aromatisés inclus , modes de préparation et de cuisson ( ustensiles , savoir-faire ) mets ( couleurs , saveurs , textures) , rythme et composition des repas , connives et manières de manger font l'objectif de choix . Ils sont eux-mêmes ordonnés, situés dans des rapports d'appropriation ou d'exclusion, et constitués en code. Par la place qui lui est ainsi attribué, chaque élément pertinent de la cuisine et du repas est chargé de sens et prend valeur de signe. Ces classifications, règles et codes constituent des savoirs organisés, explicites ou implicites, qui encadrent techniques et comportements. La cuisine relève d'une combinatoire de représentations, de savoirs et de pratiques qui les mettent en acte et les transmettent. La pluralité des faits à prendre en compte conduit à parler de système culinaire, pour insister sur l'interdépendance de ces éléments constitutifs et sur le fait que leur ensemble est structuré. Dans sa totalité comme dans chacun de ses éléments, le système culinaire est signifiant et a pu être défini comme (un langage dans lequel chaque société code des messages qui lui permettent de signifier ou moins une partie de ce qu'elle est). Véhicule des valeurs essentielles d'une société, la cuisine est aussi un des fondements de l'identité et de l'altérité, simultanément affirmés dans des modalités d'opposition; de répulsion; d'interaction ou d'emprunt »<sup>1</sup>

### Internet:

- «réseau télématique international, issu du réseau militaire américain arpanet (conçu en 1969) et résultant de l'interconnexion d'ordinateurs du monde entier utilisant un protocole commun d'échanges de données »<sup>2</sup>

-«c'est un réseau de réseaux, une infrastructure industrielle et logicielle, des machines informatiques interconnectées, puis la toile, des archives, des boîtes aux lettres électroniques ...etc. »<sup>3</sup>

### Génération:

-«la génération peut, au minimum, être considérée comme un groupe d'âge, c'est-à-dire comme des personnes ayant comme point commun le moment de leur naissance. Cependant, le choix de reprendre qu'une année ou plusieurs années de naissances se pose et cette définition ne renvoie pas toujours à une réalité sociologique. elle peut également être un groupe partageant des comportements des valeurs, en ce qu'elle vit au même âge certains événements, certaines situations sociales. C'est la définition sociologique »<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup>«Dictionnaire d'ethnologie et d'anthropologie»

<sup>2</sup>«Ibid»

<sup>3</sup>«Paul Mathias, l'internet un objet philosophique? philosophie et TICE»

<sup>4</sup>«Dictionnaire d'ethnologie et d'anthropologie »

-«ensemble des personnes vivant dans le même temps et étant à peu près du même âge »<sup>1</sup>

### I. 6. Techniques de recherches

#### I.6.1. Entretien :

« L'entretien est une situation de communication orale, l'un est l'enquêteur et l'autre l'enquêté plus rarement un groupe. Les données recueillies sont essentiellement des opinions, des motivations, c'est-à-dire des informations qualitatives. Il est souvent choisi pour compléter une enquête par questionnaire »<sup>2</sup>

Dans le cadre de cette thématique, nous avons opté pour l'utilisation de l'entretien semi-directif comme technique de travail.

« Il porte sur un certain nombre de thèmes qui sont identifiés dans un guide d'entretien préparé par l'enquêteur. L'interviewer, s'il pose des questions selon un protocole prévu à l'avance parce qu'il cherche des informations précises, s'efforce de faciliter l'expression propre de l'individu, et cherche à éviter que l'interviewé ne se sente enfermé dans des questions »<sup>3</sup>

Nous avons accordé aux enquêtés la liberté de s'exprimer, en leur offrant suffisamment de temps et en étant attentifs à leur propos. En résumé, afin de garantir l'efficacité et la réussite de l'entretien semi-directif, nous avons utilisé un guide d'entretien qui s'est révélé très utile, ainsi que des hypothèses préalablement préparées.

« Pour obtenir ces données, l'entretien semi-directif se compose d'une série d'interrogations ouvertes. Elles sont préparées en avant par le chercheur et les données recueillies doivent être interprétées afin que vous puissiez rédiger une conclusion argumentée »<sup>4</sup>

Nous avons mené des entretiens avec les enquêtés de l'ancienne génération à leur domicile, tandis que ceux de la nouvelle génération ont été interrogés à la fois à leur domicile et à l'université. La durée des entretiens variait de 9 min à 25 min.

#### I.6.2. Observation participante:

« L'observation est une technique fréquemment utilisée pour mener une étude qualitative. Elle permet de recueillir des données verbales et surtout non verbales. Cette technique propose à l'enquêteur de se focaliser sur ses déclarations »<sup>5</sup>

---

<sup>1</sup>«Ibid»

<sup>2</sup><https://pedagogie.ac.strasbourg.fr>

<sup>3</sup><https://pedagogie.ac.strasbourg.fr> académie de strasbourg

<sup>4</sup><https://www.scribbr.fr>

<sup>5</sup>«scribbr.fr»

## **Chapitre01: Cadre méthodologique**

---

Dans le cadre de cette thématique, nous avons opté pour l'utilisation de l'observation participante comme technique de travail.

«L'observation participante consiste à vivre au contact direct de l'indignée et particulier à ses activités »<sup>1</sup>

Nous avons ciblé spécifiquement des femmes dans notre approche de recherche, car nous souhaitons obtenir des informations détaillées sur notre sujet d'étude. Cette méthode nous a permis d'interagir et de collaborer avec les personnes observées, nous permettant ainsi d'analyser les comportements de manière approfondie.

### **Méthode de recherche:**

#### **Ethnographie:**

«Jusqu'à la deuxième guerre mondiale, en France, les termes ethnologie et ethnographie était souvent employés indistinctement pour désigner celles des sciences humaines qui avait vocation presque exclusive d'étudier les sociétés primitive. Si on les distinguait, on s'accordait cependant à considérer que l'ethnographie avait pour mission collecter des matériaux, que l'éthologie analysait, Levi –Strauss (1958) a définitivement assigné à l'éthographie la tâche de la collecte des données »<sup>2</sup>

«L'éthographie apparait de plus en plus comme une démarche d'investigation pertinente pour saisir de façon fine les pratiques de consommation et le contexte socioculturel dans lequel celle. Se naissent, se diffusent et se transforment. définie le plus souvent comme une méthode d'investigation permettant réaliser "description dense" ( Greertz 1973,p.27) d'un fait social ,l'éthographie est apparue au sein des sciences humaines comme une démarche pertinente et capable d'apporter des éléments de compréhension des sociétés , des cultures et des activités humaines .initialement utilisée pour décrire des cultures éloignées , l'ethnographie est devenu au milieu du XX siècle , une méthode d'investigation pertinente pour étudier des populations ou des communautés urbanisé »<sup>3</sup>

Grace à cette méthode, nous avons pu examiner les comportements et les pratiques culturelles d'un groupe spécifique de manière approfondie.

#### **Méthode qualitative:**

«L'étude qualitative est une méthode qui permet d'analyser et comprendre des phénomènes, des comportements de groupe, des faits ou des sujets. L'objectif n'est pas d'obtenir une quantité importante de données, mais d'obtenir des données fond de qualité »<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup>«Bronislaw Malinowski,(1884-1942)»

<sup>2</sup>«Dictionnaire d'ethnologie et d'anthropologie»

<sup>3</sup>«<https://www.recherche-qualitative.qc.ca>»

<sup>4</sup>«<https://www.scribbr.fr/méthodologie-qualitative>»

## Chapitre01: Cadre méthodologique

Cette méthode implique l'observation des individus et la collecte des observations effectuées

Nous avons également utilisé la méthode comparative pour examiner les différences entre les générations afin de mieux appréhender les évolutions dans l'utilisation de l'internet.

### Présentation des informateurs

#### Nouvelle génération

	Nom et prénom	Age	Village	Situation familiale	profession
Nouvelle génération	Cylia Mouffeq	29 ans	Azazga	marié	Sans profession
	Samia Cherif	34 ans	Azazga	marié	Sans profession
	Amira Zermani	22 ans	Akaoudj	célibataire	Brevette technicien supérieur en hygiène sécurité et environnement
	Sabrina Hamid	23 ans	Akaoudj	Célibataire	Etudiante en droit pénal
	Massiva Ait sai	27 ans	Mnaam	Célibataire	Etudiante en psychologie clinique
	Lynda Taibi	26 ans	Thalagahia	Marié	Commerçante
	Karima Hadji	26 ans	Ikhelouiene	Célibataire	Etudiante en agronomie

### Ancienne génération

	Nom et prénom	Age	Village	Situation familiale	Profession
Ancienne génération	Malika Djebara	60ans	Tamassit	Mariée	Sans profession
	Aldjia Hamid	78ans	Akaoudj	Mariée	Sans profession
	Wiza Zitouni	61ans	Boussouar	Mariée	Sans profession
	Dahbia Mekchiche	50ans	Elkelaa	Mariée	Maitresse de français
	Ferroudja Kacedi	57ans	Igounane amer	Mariée	Dentiste

#### Difficultés:

-la difficulté des données précises et fiables sur l'impact de l'internet sur la cuisine traditionnelle des mères, en particulier en ce qui concerne les pratiques culinaires des jeunes générations.

-manque de recherche spécifique: la collecte des sources et de recherches académiques sur le sujet est difficile.

-la structure et l'organisation de la mémoire.

-la gestion du temps.

#### Ethnographie de terrain:

##### I.10.1 L'éthnographie de la commune d'Ait Aissa Mimoun<sup>1</sup>:

La commune d'Ait Aissa Mimoun est située, à 10 km au nord-est de Tizi Ouzou, elle est construite dans un petit massif montagneux, séparant la chaîne côtière du massif central dans

<sup>1</sup> «décret exécutif N°91-306 du 24 août 1991 fixant la liste des communes animées par chaque chef de daïra. 15-wilaya de Tizi Ouzou (archive) » journal officiel de la République algérienne, 4 septembre 1991 consulté le 11 mars 2020, p.1301.

## **Chapitre01: Cadre méthodologique**

---

le versant nord de la vallée de oued stiti , elle s'étend vers le massif central de la Kabylie , de la vallée de sébaou .

Ladaïrade Ouagenoun composée de 3 communes :

- Aitaissamimoun .
- Ouagenoun.
- Timizart.

La population totale de la daïra est de 66689 habitants pour une superficie de 141,21 km<sup>2</sup>.

La commune Aitaissamimoun est composée de 23 villages:

- Agharmiou.
- Agounitaga.
- Aitkhelfats.
- Aitbrahem.
- Akaoudj.
- Akhribazza.
- Asma.
- Boussouar.
- Dhalouth.
- Elkela.
- Ighilbouchene.
- Igounaneamer.
- Ikheleouiyene.
- Imekechrene.
- Menaam.
- Mendjeh.
- Oumlil.
- Thahanouts.
- Thalagahia.
- Thimeli.
- Timizart boualim.
- Tizi tekharoubt.
- Tizi tzougarth.

### **I.10.2 Ethnographie de la commune Aghribs:**

«La commune Aghribs se situe au nord-est de la wilaya de Tizi-Ouzou, à 20 km au sud-ouest d'Azefoun et à 13 km au nord-ouest d'Azazga et rattachée au Aarchd' Ait Djennad.

«La population totale de la commune est de 12474 habitants pour une superficie de 65 112 km<sup>2</sup>. »

## Chapitre01: Cadre méthodologique

---

La commune d'Aghrib est composée de 16 villages:

- Adhrar.
- Aghribs.
- Agraradj.
- Ait Ouchène, village du compositeur Mohamed Iguebouchen.
- Boubekeur.
- Cheurfa Bourzik.
- Houbli.
- Izriouen.
- Ibskriene.
- Ighil Mahni.
- Imekhlaf/ Tazrout.
- Iagachene.
- Nador.
- Taboudoucht, village du peintre M'Hamed Issiakhem.
- Tamassit.
- Taourirt Ibane »<sup>1</sup>.

«Lors de la colonisation française, le village des Aghribs faisait partie de la commune mixte du Haut-Sébaou dont Azazga était le chef-lieu. »<sup>2</sup>

I.10.3 Ethnographie de la daïra d'Azeffoun:

«La daïra comprend quatre communes :

- Azeffoun.
- Aghribs.
- Akerrou.

---

<sup>1</sup> «Evolution intercensitaire de la population sur les sites de la wilaya de Tizi Ouzou (archive) consulté le 25-02-2011 »

<sup>2</sup> « journal officiel de la république algérienne (archive), 19 décembre 1984. Décret n°84-365 , fixant la composition, la circonscription et les limites territoriales des communes. wilaya de tizi ouzou , p.1504 à 1510. »

## Chapitre01: Cadre méthodologique

---

-Ait Chafaa.

La population totale de la daïra est de 37756 habitants pour une superficie de 31 9,01 km<sup>2</sup>.»<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> «Evolution intercensitaire de la population sur les sites de la wilaya de Tizi Ouzou (archive) consulté le 25-02-2011 »

# **Chapitre02: Les fondements de la cuisine traditionnelle**

### Introduction:

Ce chapitre offre une enquête approfondie sur la cuisine traditionnelle, en mettant en évidence son côté historique, son importance culturelle et ses éléments clés. En explorant ces aspects, nous découvrirons comment la cuisine traditionnelle transcende la simple fonction alimentaire pour devenir bien plus qu'un simple repas, mais qu'elle est également un héritage culturel précieux qui façonne les identités et les traditions culinaires à travers le temps.

### Historique de la cuisine traditionnelle:

La cuisine traditionnelle est un véritable héritage culturel, elle reflète l'histoire et les coutumes d'une région. Chaque plat raconte une histoire. C'est un tissu vivant de traditions transmises de génération en génération. Elle est marquée par l'utilisation des ingrédients locaux, tels que: l'huile d'olive, les herbes aromatiques, les épices... etc. C'est un outil de construction et de renforcement de l'identité culturelle.

«La gastronomie algérienne est issue des habitudes culinaires berbères. Elle a été ensuite marquée par les apports ottomans, espagnols et français, ce qui donne un résultat riche de saveurs méditerranéennes ou les arômes de thym, de cannelle ou de poivre. Les recettes algériennes subissent en outre des modifications propres à chaque région, si ce n'est pas à chaque village. Le couscous reste évidemment le plat emblématique, et les pâtisseries sont réputées pour leur finesse. Les ingrédients utilisés dans la cuisine algérienne privilégient aussi bien de la terre que la mer et comprennent toutes sortes de légumes, de fruits, de viandes, de poissons et les fruits de mer »<sup>1</sup>

Dans l'ensemble, la cuisine algérienne est le reflet de la riche histoire et de la diversité culturelle du pays, avec un fort accent sur l'utilisation d'ingrédients frais et d'origine locaux.

«La cuisine traditionnelle ou plat traditionnel sont deux expressions qui semblent recourir à plusieurs réalités. Pour la ménagère, pour la cuisinière familiale, la cuisine traditionnelle c'est une cuisine de vieilles recettes pavées par le long usage. En général, ce sont des recettes fixées pour la plupart depuis la fin du XVII et le XIX siècles. Traditionnelles, ces recettes adoptées dans la famille comportent des tours de mains que l'on se passe de mère en fille ou en belle-fille. Héritées, elles font partie du patrimoine culturel de

---

<sup>1</sup>«Article: Quand partir (ouest France) boire et manger en Algérie»

## Chapitre02:Lesfondementsdelacuisine traditionnelle

---

la famille. La recette devient le signe de la particularité de la famille, le signe de son individualité, elle la distingue l'élève au-dessus des autres. Sans être un secret, le plat traditionnel peut faire partie d'une région, le plat traditionnel s'oppose à la cuisine quotidienne. C'est un plat généralement long à réaliser, de par la préparation, la cuisson ou les deux. C'est un plat que l'on a plaisir à cuisiner, chargé de significations familiales rappelant les fêtes passées et méritant bien, par là, son qualificatif de traditionnel. »<sup>2</sup>

De plus, la cuisine traditionnelle en Maghreb est une mosaïque de saveurs et de plats emblématiques reflètent un riche patrimoine gastronomique transmis de génération en génération. Des plats comme le couscous, la chorba, la pastilla, le tajine, les bricks, et les pâtisseries riches en miel et fruits secs sont des incontournables de cette cuisine généreuse et conviviale.



**Figure n°01: Couscous marocain**

---

<sup>2</sup> « Sur la cuisine traditionnelle comme culture culinaire du passé, Rolande Bonnas-Moerdyk (1972) p 3-4 publié par : presses universitaires de France »



Figure n°02:Chorba marocaine



Figure n°03: Chebika marocaine



**Figure n°04: Pastilla**

«C'est grâce à leur proximité que la cuisine maghrébine fait souvent référence au Maroc, Algérie et Tunisie.

La base des plats du Maghreb se remarque par 3 grandes familles: le blé sous forme de farine, de semoule ou de bouillie; les légumineuses comme les lentilles, les pois chiches ou les petits pois et bien surtout les légumes possibles tels que les carottes, les tomates, les piments ou encore le potiron. Les recettes de la cuisine maghrébine sont des recettes difficiles qui ont besoin de solidarité et l'aide entre les femmes pour les préparer.

La cuisine maghrébine est un véritable héritage familial qui se transmet avec fierté, de génération en génération.

De plus, le partage, la convivialité et le plaisir de manger sont au cœur des plats maghrébins ; des valeurs très appréciées au-delà de la Méditerranée.

La cuisine du Maghreb est une cuisine aux mille et une saveurs dont les origines berbères, arabo-andalouse ou juives en font la spécificité.

La gastronomie maghrébine est un appel au dépaysement et aux découvertes culinaires. Concocter quelques plats maghrébins est une manière de mettre un peu de chaleur dans son assiette. »<sup>3</sup>

La cuisine maghrébine est connue par sa simplicité et sa préparation rapide. C'est un héritage familial fier qui se transmet de génération en génération.

### **L'importance culturelle de la cuisine traditionnelle:**

La cuisine traditionnelle revêt une importance culturelle considérable, tant pour l'expression de l'identité culturelle que pour la préservation du patrimoine des connaissances, renforce le sentiment d'appartenance, conserve le patrimoine culinaire à l'attrait culturel d'une région. La cuisine traditionnelle est bien plus qu'une simple nourriture; c'est un moyen de préserver et de célébrer la culture et l'histoire d'une communauté.

Selon Isabelle Garabuau-Moussaoui «le terme de cuisine permet une vision plus active de la pratique, la cuisine est productrice en tant qu'elle a pour but la réalisation des plats à partir de matières qu'elle transforme, c'est une production matérielle, qui entre un système technique de choix des produits, des techniques de cuisson ou d'assemblages ...etc. Ensuite, la cuisine s'inscrit dans des rapports sociaux, une histoire, des apprentissages. Nous supposons qu'elle participe de ces interactions de la communication sociale et de la sociabilité. Elle est productrice de relations sociales. La cuisine définit et est définie par des normes qui donnent un cadre culturel à cette pratique. elle est productrice de culture. En fin sont liées des représentations, des imaginaires, des idéaux, elle est donc productrice de sens. La cuisine catalyse un faisceau de données assurées dans le social (un fait social total, au sens de Mauss 1989), et nous supposons qu'elle peut être un moyen d'accès, un révélateur, (un instrument d'investigation) »<sup>4</sup>

«...la recette devient le signe de la particularité de la famille, le signe de son individualité, elle la distingue, l'élève au-dessus des autres. »<sup>5</sup>

La cuisine traditionnelle est souvent considérée comme un symbole de l'identité culturelle d'une communauté ou d'un pays. Les plats traditionnels, les recettes transmises de

---

<sup>3</sup> «La cuisine maghrébine, une gastronomie atypique et variée, le boulanger parisien (12- 2020) »

<sup>4</sup> «Cuisine et indépendance, jeunesse et alimentation, l'harmattan, 2002»

<sup>5</sup> «Sur la cuisine traditionnelle comme culture culinaire du passé»

générations en générations et les valeurs, les coutumes et les traditions d'un groupe culturel donné .Elle joue un rôle essentiel dans le transfert intergénérationnel des connaissances et des compétences culinaires.

### **Élémentsclésdelacuisinetraditionnelle:**

Lesélémentsclésdelacuisinetraditionnelle peuventvarierd'uncultureàl'autre, parmi ces éléments :

#### **Lessauces algériennes**

«Les sauces algériennes sont un délice à découvrir, elles sont pleines de saveurs et peuvent transformer n'importe quel repas, du plus simple au plus compliqué. Tout commence avec le khlii , une sauce riche en épices et en l'huile d'olive qui est considérée comme l'une des anciennes sauces algériennes . Cette sauceest produiteàpartirdeviandedemouton ou de bœuf marinée pendant plusieurs jours , ce qui donne une sauce très riche et savoureuse .il y a aussi l'harissa , une pâte préparée à partir du piment rouge fort , d'ail et de citron , pourdonner un accent épicé à vos plats préférés . Elle est souvent servie avec du pain ou des légumes .Il y a aussi la chermoula , une sauce verte fraîche créée avec des herbes parfumées comme le persil et la coriandre , ainsi que de l'huile d'olive et du jus de citron , pour produire un gout distinct .

Enfin il ne faut pas oublier la chakchouka , une sauce célèbre principalement d'oignons sautés pour obtenir une texture composé douce incroyablement délectable . »<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> «Magazine:Algériemaintenant,blogalgérien,lagastronomiealgérienne,spécialitéset recettes,2023 »



Figure n°05 :Harissa



**Figure n°06 : Huiled'olive**

### **Lesingrédientsdelacuisinetraditionnelle**

La cuisine traditionnelle est un véritable reflet de l'histoire, des cultures et des terroirs. Chaque plat, chaque recette, raconte une histoire, façonnée par des générations de savoir-faire et d'ingrédients locaux. Les ingrédients courants jouent un rôle essentiel dans cette alchimie culinaire, apportant des saveurs, des textures et des couleurs qui rendent chaque repas unique. Des légumes frais du jardin aux épices aromatiques, ces éléments fondamentaux sont souvent les piliers des recettes transmises de mère en fille. Découvrons ensemble ces ingrédients qui, bien au-delà de leur simple utilisation en cuisine, sont le reflet d'une identité culturelle riche et variée. Voici quelque catégorie d'ingrédients courants :

### Leslégumes

Les légumes sont un aspect important de la cuisine algérienne, et leur diversité et leur gamme sont stupéfiants. Les algériens apprécient un large éventail de légumes qui donne une variété de goûts et de textures à chaque repas de la courge douce aux tomates fraîches. Les légumes sont souvent servis frais ou cuits dans les plats de viande, les soupes et les ragouts. Les légumes sont une composante essentielle de nombreux repas traditionnels algériens. La cuisine algérienne est colorée et savoureuse, et les légumes sont souvent cuisinés avec du poulet, de la viande ou du poisson pour en faire des plats délicieux. Le couscous est un plat populaire servi avec une variété de légumes tels que des carottes, des poivrons rouges, des courgettes et des tomates.



**Figure n°07 : Légumes**

L'apport nutritionnel des algériens est également fortement influencé par les légumes. Les algériens consomment beaucoup plus de produits végétaux que la moyenne mondiale, et ils constituent un élément important d'un régime équilibré comprenant des fruits et légumes frais, des céréales complètes et des produits d'origine végétale. En outre, les légumes

## Chapitre02:Lesfondementsdelacuisine traditionnelle

---

apportent aux algériens plusieurs avantages nutritionnels tels que la vitamine C, le fer et le calcium.

Enfin, on peut affirmer que les légumes jouent un rôle essentiel dans la culture culinaire algérienne. Ils offrent non seulement une alimentation abondante, mais aussi un large éventail de goûts délectables à chaque repas »<sup>7</sup>

«le couscousest en Kabylie la base de l'alimentation, il y porte le nom de seksou ou de taam . le taam n'est autre chose que la farine granulée par une opération manuelle quientre spécialement dans les attributions des femmes. placée dans un vase en terre dont le fond est criblédetrous, cette farine granuléesubit unesortedecoction parlavapeurqui sedégage d'un récipient inférieur, qui contient de l'eau, de la viande, des légumes et des plantes aromatiques.

Aujourd'hui tous les individus mangent du blé ambitionné par l'état, qui est fabriqué avec la farine de froment , les pauvres , le taam en timzin ou de la farine d'orge , le taam el-bechna ou de farine de sorgho , le taam ubellout ou de farine de glands .Lorsque la pate est arrivée àundégréedecuissonconvenable,onlarenverse surungrandplatdeterrevernissée , la viande est mise par-dessus; chaque convive creuse dans la pate avec sa cueille une cavité dans laquelle il verse le bouillon .Ce bouillon , très relevé en gout par une assez forte portion de poivre et de piment , colorie en rouge par de la poudre de tomate , constitue la sauce du taamoulamerkaa.Touslesconviessontrongsautourdumêmeplat.NnaAljia78ansdit «tilawinzik ad ruhent ad ruhent ar lexla ad d-ksent lehçawec (ccix lebqul , acennaf ..) ad sewwent abisar ad as-deznt ibawen; tteksent-d tagga ad sewwent berkukes , sehab n zik ayen ak sewwayen tteksent-id si tmazirt, yal axxam yesca tafunast deg udaynin , kkerzen ttawind irden , lawanlexrif ttalqaden ihebbuben , irgazen ad kkerzen timzzin mi d anebdu iqr lehçic ad t-id meggren ttawin tiwizi , ad sewwent tlawin imekli aksum seksu . »

La viande que l'on met à la marmite pour la préparation de couscous est tantot de la chair dumouton (aksoum),tantôt celledubœuf(aksoumn uzegger).Laviandeest encore

---

<sup>7</sup>«ibid»

assez ordinairement servie, dans les repas kabyles, sous forme de rôti (akanif); on prépare de cette façon la perdrix, la caille et, en général, tous les plats. »<sup>8</sup>



**Figure n°08:Couscous kabyle**

---

<sup>8</sup> «-E.B; G.Camps,J.-P. Morel,G. Hanoteau,A. Letourneux, A. Fery, F. Demoulim, M.-C. chamla, A. Louis,A. Ben Tanfous, S. Ben Baaziz, L. Soussi, D. Champault et M. Gast, Noushi, R.Alimentation, in encyclopédie berbère,1986,Alger-amezwar.



**Figure n°09:Couscousauxchardons**

### **Lesfruits**

«Les fruits abondent en Kabylie et entrent pour une part considérable dans l'alimentation. Le figuier est cultivé partout où la nature du sol le permet, ses fruits, séchés ( tazart) pour être conservés pendant l'hiver , sont , par la grande abondance de leur production et par leur valeur vénale peu élevée , une grande ressource pour les gens nécessiteux . un colporteur kabyle quelconque part pour Alger en n'emportant , comme provision de bouche pour l'aller et le retour , que deux ou trois galettes de son pain le plus noir et à peine un kilogramme de figues sèches .  
»<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup>«Ibid»

Photos prise par nous



**Figure n°10:Abexsis**



**Figure n°11:Tazart**

### **Lepain**

«le pain , préparé avec des farines imparfaitement blutées , se présente sous un aspect assez grossier .le levain (ighes n temtount ) , obtenue par la fermentation d'une petite quantité de pate pendant dix-huit à vingt heures , est incorporé par le pétrissage à une masse de pite nouvelle.Aprèslesmanipulationsconvenables,cette pite estdivisée enpetitportionsaplatis , quel'on saupoudrede farine, àlasurfacedesquelles on incruste des graines aromatiques , et que l'onmet au four ou dans un casserole de terre.

NnaDahbiadit50ans«sewwayeyticewwaḍin,ayrumtemtunt,tiyriḥin,ayrumaquran  
.»

Lepainainsifabriqué(aghroumntemtount)estmallevé,imparfaitementcuit,par suite,d'unedigestionassezdifficile.Uneautrespècedepain(aghroumaquran)estpréparé

## Chapitre02:Lesfondementsdelacuisine traditionnelle

---

sans levure et avec des farines de qualité très inférieure, on trouve ce pain dans les pauvres ménages, sous forme de galette noires et d'un aspect peu appétissant. »<sup>10</sup>



**Figure n°12: Iyesn temtunt**

---

<sup>10</sup> «-E.B; G.Camps, J.-P. Morel, G. Hanoteau, A. Letourneux, A. Fery, F. Demoulim, M.-C. Chamla, A. Louis, A. Ben Tanfous, S. Ben Baaziz, L. Soussi, D. Champault et M. Gast, Noushi, R. Alimentation, in encyclopédie berbère, 1986, Alger-amezwar. »



Figure n°13:Aghrumtemtunt



Figure n°14:Ayrumaquran

### Lesboissons

Les boissons traditionnelles en Algérie comprennent: le thé, le café, les jus fraîchement pressés comme l'orange ou de la grenade et aussi le lait.

«le lait est servi dans presque tous les repas, ou bien frais (ayfki) ou bien sous forme de caillé ( tiklitt; agouglou ) , à l'époque des grandes chaleurs , le lait aigri (ighi) constitue une boisson agréable et rafraichissante . »<sup>11</sup>



Figure n°15 :ayefki

---

<sup>11</sup>«ibid»

Photosprisearnous



Figure n°16 :Iyi



Figure n°17:Ikil

### Lesépiceslocaux

Lesépicesoccupentuneplacecentraledanslacuisinetraditionnelle,nonseulementpour leur saveurs, mais aussi pour leur capacité à transformer des plats simple en création mémorables.

EnAlgérie,lepoivrerougeestégalementuningrédientpopulairecarilpeutêtreutilisé dans pratiquement toutes les recettes, qu'il soit frais ou séché .Il peut être utilisé dans les sauces pour la saveur ou sous poudrésur les légumes avant la cuisson pour épicer le repas.

### **Conclusion:**

En conclusion, le chapitre intitulé “la cuisine traditionnelle” explore de manière approfondie les différents aspects de cette forme de cuisine ancrée dans l’histoire, la culture et l’identité d’une communauté.

Dans la première partie, nous avons examiné l’aspect historique de la cuisine traditionnelle, mettant en évidence son lien étroit avec les traditions culinaires transmises de génération en génération, cette exploration nous a permis de comprendre comment la cuisine traditionnelle a évolué, s’est adaptée.

La deuxième partie a mis en évidence l’importance culturelle de la cuisine traditionnelle. Nous avons constaté que cette forme de cuisine joue un rôle central dans l’expression de l’identité culturelle, le transfert intergénérationnel des connaissances, la conservation du patrimoine culinaire et le renforcement de sentiment d’appartenance.

La troisième partie s’est concentrée sur les éléments clés de la cuisine traditionnelle. Nous avons relevé plusieurs caractéristiques clés de la cuisine algérienne, notamment l’utilisation d’ingrédients et d’épices locaux, la présence de sauces algériennes, l’abondance de légumes dans les plats, l’importance des plats traditionnels, la variété de pain, de boissons et de fruits typiques.

# **Chapitre 03: Emergence de la jeunesse connectée à l'internet**

### Introduction:

Ce chapitre offre une analyse approfondie de l'émergence de la jeunesse connectée à l'internet et de son impact sur les habitudes alimentaires.

En explorant les différentes dimensions de cette thématique, nous serons en mesure de comprendre comment les jeunes utilisent l'internet pour trouver des recettes, s'engager dans des communautés culinaires en ligne et naviguer dans le paysage complexe des médias sociaux pour influencer leur choix alimentaires.

### 1) Impact de l'internet sur la jeunesse

Les réseaux ont un impact bénéfique sur les jeunes. Par exemple, sur Facebook, nous pouvons trouver des pages traitant de divers sujets tels que le commerce, l'éducation, etc.

Grâce à cette technologie, il est possible de mener des recherches, acquérir des connaissances et bien sûr, communiquer avec les autres.

Un exemple: si vous suivez des personnes sur les réseaux, qui vous inspirent et partagent avec vous des contenus utiles en lien avec leur parcours professionnel ou entrepreneurial d'une manière ou d'une autre, vous vous inspirerez de leurs réalisations et verrez qu'il est possible de changer votre vie, de progresser et de prospérer. Vous aurez alors aussi envie de faire comme eux puisque leurs contenus vous impactent positivement.

«D'après les chercheurs, l'internet est devenu un outil de mise en réseau social en raison d'un nombre croissant d'adolescents utilisant la technologie à leur disposition. Il y a une dizaine d'années, seulement un adolescent sur 10 avait accès à l'internet. Les adolescents étaient par conséquent contraints de choisir entre des relations réelles et virtuelles. Les chercheurs expliquent qu'«à petite échelle, le fait d'être permis aux adolescents de maintenir des relations réelles tout en explorant le cyberspace.

### Chapitre03:Emergencedelajeunesseconnectéeà l'internet

---

L'internet étant aujourd'hui accessible à la plupart des adolescents dans le monde, les chercheurs ont découvert qu'ils utilisaient la technologie pour entretenir des relations existantes plutôt que pour en créer de nouvelles.

Les chercheurs ont fait une autre découverte intéressante à savoir que l'émergence d'outils de communication virtuels aide les adolescents à développer des relations existantes, au lieu de les isoler. Les chercheurs de l'ASCO ont constaté que l'internet a offert aux adolescents l'outil nécessaire car les distractions demeurent minimales. Moins de distractions, moins ils se préoccupent du regard des gens, d'après les professeurs Valkenburgh et Peter. Les recherches ont également montré que 'les discussions hyperpersonnelles sur l'internet' renforçaient les liens d'amitié, avec, à la clé, plus de bonheur et d'émotions sans aucune contrainte »<sup>1</sup>

L'internet offre aux jeunes un accès sans précédent à une vaste quantité d'informations et de ressources éducatives, tels que des cours en ligne, des tutoriels et des plateformes d'éducation à distance. Il permet aux jeunes d'accéder à des programmes d'apprentissage flexibles et adaptés à leurs besoins individuels.

Cependant, l'internet peut également exercer une influence négative sur les jeunes: si vous passez la majorité de votre temps à regarder des humoristes ou des youtubers, influenceurs qui ne font que vous divertir avec des défis comme «j'ai passé 7 jours en terre vivante» et que vous adorez regarder ce genre de contenu encore et encore, tôt ou tard, vous finirez vous-même par avoir envie de faire comme eux, parce que, consciemment ou non, vous vous imprégnez de ce contenu que vous aimez regarder. Ils peuvent être également exposés à des risques tels que la violation de leur vie privée, l'isolement social et la dépression.

En outre, passer de longues heures en ligne peut entraîner des difficultés dans la gestion du temps.

---

<sup>1</sup>«Cordis, l'impact de l'internet sur l'univers des adolescents, 24-03-2003»

### 2) Utilisation del'internet pour trouver des recettes et astuces culinaires :

Grâce aux ressources en ligne, on peut élargir notre répertoire culinaire, apprendre de nouvelles techniques, partager des créations. L'utilisation d'internet pour trouver des recettes de cuisine est devenue une pratique courante qui enrichit l'expérience culinaire des jeunes et stimule leur créativité dans la cuisine.

«J'utilise l'internet pour mieux maîtriser la cuisine et surtout pour apprendre les recettes du monde entier et leur savoir-faire dans la cuisine» disait Samia, une des femmes que l'on avait interrogées, elle rajoute «j'utilise l'internet pour rechercher de nouvelles recettes, et en même temps, pour se rappeler des anciennes. » disait (Samia. Ch 34ans)

«L'internet a radicalement changé la façon dont nous abordons la cuisine. J'utilise l'internet pour rechercher des recettes; aussi découvrir de nouvelles idées de plats, je regarde des tutoriels vidéo pour apprendre de nouvelles techniques culinaires, les réseaux sociaux jouent un rôle important dans la cuisine moderne, les utilisateurs partagent des photos de leurs créations culinaires, échangent des idées de recettes, aussi les groupes de cuisine en ligne qui permettent d'échanger des informations; des conseils sur des sujets culinaires, cela favorise l'apprentissage collectif et permet aux gens de connecter avec d'autres passionnés de cuisine.» (Lynda. T26ans) disait cela lorsqu'elle a été interrogée, elle rajoute «les médias sociaux offrent une multitude de ressources pour trouver des idées, moi je suis dans des comptes spécialisés dans la cuisine et la gastronomie (Oum Yara, Oum Walid, Chef Rabah, Chef Amir, etc) comme ça je découvre de nouvelles recettes et techniques de cuisine; je participe dans des groupes et de communauté dédiés à la cuisine et la gastronomie; pour partager des idées, poser des questions, discuter avec d'autres passionnés de cuisine, je regarde des vidéos de cuisine notamment sur les plateformes comme Youtube, Instagram, tiktok, aussi je lis les blogs parce que les blogueurs culinaires partagent des recettes détaillées, des conseils, des astuces, etc.» (Lynda. T 26ans)

Un article qui étaye cette affirmation est:

«Internet et le Web en général sont souvent réponse à toutes les questions que l'on peut se poser, et parfois même aux questions que l'on n'a pas encore eu le temps de se poser. Les moteurs de recherche offrent des accès à différents types de

### Chapitre03:Emergencedelajeunesseconnectéeà l'internet

---

sites internet qui sont utiles dans plusieurs domaines. Voici toutes les bonnes raisons d'utiliser internet pour ses recettes de cuisine.

\*Pour apprendre les bases:

Internet peut servir à plusieurs choses notamment dans le domaine de la cuisine et de la gastronomie. Par exemple, si vous avez besoin de conseils sur des recettes de base, vous pouvez faire quelques recherches sur internet! Vous trouverez toutes les solutions et toutes les recettes qui vous aideront à réaliser des choses tout aussi simples comme une pâte à crêpes, par exemple. Il est également possible de trouver des astuces sur des blogs culinaires comme le-marmiton.fr. Sur ce type de blogs, ce sont des experts de la cuisine et de la gastronomie qui écrivent. Ils peuvent donc donner toutes les meilleures astuces pour vous accompagner dans votre recette. Il est aussi possible de trouver d'autres types de sites pouvant répondre à vos interrogations. (...) vous pouvez également retrouver des livres de recettes sur internet, directement accessibles. Vous pouvez télécharger les recettes pour les garder sur votre ordinateur ou votre tablette, ou bien simplement les consulter en ligne afin d'y avoir accès à chaque fois que vous serez connecté à l'internet. : (comme je suis une jeune femme qui travaille et je connecte chaque heure sur les pages facebook, je vois les recettes, je les apprend et le soir je prépare; l'internet me facilite les choses) disait (Amira .Z 22ans).

Dans certains cas, il est également possible de trouver quelques commentaires d'internautes ayant testé la recette qui vous seront très utiles dans votre quête de la recette parfaite.

Pour trouver l'inspiration:

Si vous connaissez déjà les bases de la cuisine, le web. Pour vous aider à trouver l'inspiration si vous savez plus quoi faire à manger. En effet, il se peut que vous ayez déjà réalisé toutes les recettes que vous connaissez alors pourquoi ne pas tester une recette qui sort de l'ordinateur »<sup>2</sup>

« je consulte l'internet le matin pour avoir des idées de plats que je vais préparer. » disait (t Cylia.M 29 ans)

---

<sup>2</sup>« Laurence Farnienti, pourquoi et comment utiliser l'internet pour des recettes? 24-06- 2019 »

En somme, le texte souligne la valeur de l'utilisation d'internet comme ressource pour des idées de cuisine et de recettes, et suggère qu'il existe de nombreux sites web et de ressources qui peuvent être utilisés à cet égard.

Un autre texte aborde l'exploitation de la technologie pour faciliter l'organisation de la découverte de nouvelles recettes culinaires :

« De la recette la plus simple pour les repas de tous les jours, au tutoriel détaillé pour des recettes élaborées, internet est un peu comme un livre de cuisine géant ! sites web, blogs, réseaux communautaires, on ne sait plus où donner de la tête

Et bien, pour qu'on ne commence pas à aller voir du côté des sites participatifs ? la rubrique cuisine du journal des femmes... on y trouve des milliers d'idées recettes, postées par les internautes, pour cuisiner facilement et pas cher. En prime, les avis de la communauté permettent de repérer les meilleures recettes. Les blogs culinaires sont aussi une belle source d'inspiration, avec souvent plein de bonnes astuces, et de très jolies photos qui donnent l'eau à la bouche. Parmi les références : le blog de mercotte, papilles et pupilles, la papote de manue, c'est moi qui l'ai fait... et pour les becs sucrés, un passage sur cakes in the city s'impose ! »<sup>3</sup>

### 3) L'influence des réseaux sociaux sur les habitudes des jeunes :

Aujourd'hui, le monde évolue rapidement, et la est également en constante évolution. Il est essentiel de ne pas rester à la traîne, car le monde est façonné par les avancées scientifiques. Nous avons constaté que les jeunes sont constamment connectés aux réseaux sociaux tels que facebook, Instagram, twitter, ... cependant est-ce que ces plateformes influencent également les habitudes alimentaires des jeunes ?

Malheureusement, les réseaux sociaux ont un impact négatif sur l'alimentation des jeunes, et voici quelques exemples de ces influences :

**1. L'anorexie :** ils'agit d'un symptôme et d'une maladie des symptômes caractérisés par la perte d'appétit, tandis que la maladie, appelée anorexie mentale, est un trouble grave des conduites alimentaires (TCA). L'anorexie mentale affecte

---

<sup>3</sup>« Lina, recettes de cuisine : comment les (re)trouver ? publié le 10-03-2014. »

principalementdesadolescentsetsemanifesteparunepertedepoidsimportante due à une restriction alimentaire volontaire.

**2. Laboulimie:** lesréseauxsociauxpeuventcontribuerà l'augmentationdu tauxd'obésitéchezlesjeunesenpromouvantdeshabitudesalimentaires malsaines.

Unarticlequiétayecetteaffirmationest:

«lesreprésentationstournentautourdelasanté,duvégétal,delaminceur, del'esthétisme,delaperformance,del'individualisme,dubien-être,dela responsabilité,delaprotectionanimale(régimevégan),dubioetdlocal.pareffet dumimétisme,cesinfluencesdéveloppentdesreprésentationsdumangersainqui ontfiguré l'autoritéetle(healthy)renvoiedésormaisàtoutescesreprésentations quisontmiseenscèneetportéesparlesinfluenceurs.Lespratiquesdeviennentnorméesavecunpeude gras,peudeséletdesucre,desplatslégers,desrégimes végétariensouvégans,l'utilisationdesuperaliments,lesgrainesdechia,konjac, lescomplémentsalimentaires,lejeuneintermittent,lestechniquescoupefaim,lesbowls,lessmoothies ,etc,quiviennentrenforcerlesreprésentationsalimentaires saine . par un jeu de transmission , de validation , de co-construction , les abonnés s'approprientcesreprésentationsetcespratiquesetsontsensibiliséesà l'alimentationsaineportéeparlesinfluenceursquisontalorsperçuscomme des expertsbeaucouppluslégitimesquelespouvoirspublicsetlesprofessionnelsde santécarilsproposentdesconseilsquisontenphaseaveclesaspirationsdesjeunes et moins injonctifs . »<sup>4</sup>

L'articlediscutedel'impactsignificatifdesinfluenceurssurlesperceptions etlespratiquesdesgensenmatièred'alimentationsaine.Lesinfluenceurssont perçus comme des sources de conseils plus légitimes que les pouvoirs publics ou les professionnelsdesanté,etleursfollewersadoptentleursreprésentationsetpratiques enmatièred'alimentationsaine.Cesreprésentationsetpratiques s'articulent souvent autourdediverssujetsliésàunealimentationsaine,commelasanté,levégétarisme et le bien-etre.

---

<sup>4</sup> «PiscalEzan,objectifalimentaire°9,influencedesréseauxsociauxsurlecomportement alimentaire des jeunes adultes , octobre 2022 »

### Chapitre 03: Emergence de la jeunesse connectée à l'internet

---

L'utilisation excessive des réseaux sociaux chez les jeunes peut avoir un impact néfaste sur leurs habitudes alimentaires. Tout d'abord, cette connexion constante les pousse à manger seuls dans leurs chambres, plutôt que de partager les repas en famille. Cet isolement social lors des repas favorise un manque de moments de convivialité autour de l'alimentation, pourtant essentiels au développement des jeunes.

De plus, être continuellement distrait par les réseaux sociaux pendant les repas empêche les jeunes pleinement présents et attentifs à ce qu'ils mangent. Ce manque de présence peut nuire à leur capacité à ressentir correctement les sensations de faim et de satiété, menant ainsi à des comportements alimentaires désordonnés.

Par ailleurs, les jeunes peuvent être tentés de suivre des tendances alimentaires «instagrammables» plutôt que de faire des choix sains et équilibrés. Cette influence des réseaux sociaux les éloigne d'une alimentation traditionnelle et favorise l'adaptation des pratiques alimentaires malsaines.

En outre, la multiplication des conseils alimentaires non validés sur les réseaux sociaux peut induire les jeunes en erreur et les pousser à adopter des régimes ou des pratiques inadaptées, voire dangereuses pour leur santé. L'accès à de telles fausses informations peut avoir de graves conséquences sur leur comportement alimentaire.

Enfin, l'exposition constante à des images de corps «parfaits» sur les réseaux sociaux peut générer de l'insatisfaction corporelle et des troubles de l'image de soi chez les jeunes. Cela peut les mener à développer des problèmes comme l'alimentation restrictive ou la néoobsession malsaine de l'apparence physique.

### Conclusion:

Le chapitre intitulé "l'émergence de la jeunesse connectée à internet, sur les jeunes aujourd'hui". ce chapitre est divisé en trois parties distinctes afin de trouver fournir une compréhension approfondie de cette thématique captivante .

La première partie du chapitre examine l'impact de l'internet sur la jeunesse. elle met en lumière les nombreux changements et les effets positifs et négatifs que l'internet a sur la vie des jeunes . Nous avons étudiés les avantages tels que l'accès à l'information, la communication et la connectivité, ainsi que les défis tels que l'isolement social , la dépression et les risques pour la santé mentale .

La deuxième partie se concentre sur l'utilisation de l'internet par les jeunes pour trouver des recettes et des astuces culinaires. Nous avons exploré comment l'internet offre une vaste gamme de ressources en ligne, telles que des sites web spécialisés, des blogs culinaires et des vidéos tutoriels, qui permettent aux jeunes de découvrir de nouvelles recettes, d'apprendre de nouvelles techniques de cuisine et de partager leurs propres créations.

Enfin, la troisième partie explore l'influence des médias sociaux sur les habitudes alimentaires des jeunes. Nous avons examiné comment les médias sociaux, tels que Instagram, YouTube, TikTok, etc, façonnent les choix alimentaires , les tendances culinaires et les normes esthétiques. Nous avons également abordé les préoccupations liées à la pression sociale, à l'image corporelle et à l'impact sur la santé des jeunes .

En conclusion, cet aspect de la jeunesse connectée à l'internet dans le domaine de la cuisine représente une révolution qui façonne les habitudes alimentaires et les compétences culinaires des jeunes aujourd'hui. Les réseaux sociaux font une partie intégrante de notre quotidien , donc il est absolument important de développer un esprit critique et d'être responsable dans le choix du contenu que nous consommons sur les réseaux sociaux.

# **Chapitre04:Renouvellementdelacuisine des mères à l'ère de l'internet**

### Introduction:

Dans ce chapitre , nous allons explorer le renouvellement de la cuisine desmères à l'ère de l'internet , en mettant en évidence les nouvelles tendances culinaires chez les jeunes , l'influence des recettes en ligne sur les pratiques culinaires des jeunes , l'adaptation des recettes traditionnelles aux goûts et au besoins des jeunes et l'impact des innovations technologiques sur la cuisine des mères .Ce chapitre témoigne de l'évolution dynamique de la cuisine , reflétant les préférences et les besoins changeants des jeunes tout en préservent les traditions culinaires .

### Nouvellestendancesculinaireschezlesjeunes:

La cuisine traditionnelle a subi une évolution et une transformation marquée L'émergencedenouveauxplatsetl'essordelarestaurationrapide,communémentappelée «fast food »ont conduit les jeunes génération à adopter d'avantage ce mode de consommation pratique et rapide . Cette approche facilite la vie des jeunes générations.

Les jeunes ont opté pour de nouveaux plats qui simplifient la tache, comme: pizza; gratin; burgers, etc. Car la cuisine traditionnelle peut être exigeante et nécessite une préparation plus complexe, tels que :lemsemen , couscous , etc.



Figure n°18 : Gratin aubergine



Figure n°19 : Pizza



Figure n°20 : Beignets

## Chapitre 04: Renouveau de la cuisine des mères à l'ère de l'internet

---

«yella ubeddel atas, zik sewwayen akk ayen i d- ttawin si tmazirt, tura lweqt agi ala gratin, les pates, ayen ttewalin-t akk di l'internet, les soufflets s les fromages, les crèmes béchamelles (...)» disait (Nna Dhibia 50ans).

Les jeunes générations sont souvent confrontées à des emplois du temps chargés, des obligations scolaires ou professionnelles, et ils recherchent donc des options de repas rapides et faciles à préparer. Les nouveaux plats, tels que ceux de la restauration rapide, offrent la commodité d'être prêts à consommer rapidement, sans nécessiter de longues heures de préparation et de cuisson. Cependant, cela ne signifie pas que la cuisine traditionnelle a perdu de sa valeur ou de son attrait pour les jeunes, mais plutôt qu'elles s'adaptent à leurs modes de vie actuels.

Un article intéressant qui soutient cette idée est celui de Isabelle Garabuau-Moussaoui, la cuisine des jeunes: désordre alimentaire, identité générationnelle et ordre social, «alors, au niveau des pratiques culinaires, les jeunes développent une technique que nous avons nommée "combinatoire", qui répond à ces impressions de manque de compétences, en même temps qu'elle favorise l'impression de créativité. Ce terme regroupe un ensemble de préparations culinaires, qui ont une structure commune et des variantes. ainsi, dans ce type de plats, il existe des éléments qui se retrouvent: un support végétal (surtout des féculents, comme les pâtes, les pommes de terre, le riz, parfois des légumes comme les haricots verts, ou la pizza ou pâte à pizza) sert de base. à celui-ci s'ajoute un "liant" et un "gout", c'est-à-dire une sauce (crème fraîche, sauce tomate, sauce blanche, par exemple) et des éléments qui relèvent le goût du plat (épices, herbes, oignons, fromage, comme le roquefort, ail, citron, etc.). Enfin, peut venir s'ajouter un "support animal" (poisson en filet, viande comme un steak haché, une volaille, comme une escalope, ou des œufs). ces quatre éléments (support animal, végétal, liant, goût) forment alors un plat complet, en sauce, qui allie éléments nutritionnels (légumes ou féculents, et protéines) et goût relevé qui est donné par les condiments, les épices. Des exemples de plats sont les spaghetti à la bolognaise ou les pâtes à la carbonara, mais aussi des mélanges à base de riz, poulet, curry et crème fraîche, ou une tartiflette (gratin de pomme de terre, lardons, reblochon). Le principe de cette combinatoire est de permettre une variété importante de plats, autour d'une technique unique, celle de l'assemblage d'éléments faciles à cuisiner, en

comparaison des plats uniques ou des recettes familiales , qui sont considérés , nous l'avons vu , comme relevant d'un idéal de cuisine impossible à réaliser »<sup>1</sup>

### **L'influence des recettes en ligne sur les pratiques culinaires des jeunes :**

L'accès aux recettes du monde entier a permis aux jeunes générations d'explorer et d'incorporer des techniques et des saveurs provenant de différentes cultures, créant ainsi une plus grande diversité culinaire et une fusion des traditions culinaires .De plus, les plateformes en ligne et les médias sociaux ont facilité l'apprentissage autonome de la cuisine. Les jeunes peuvent maintenant acquérir des compétences culinaires par eux-mêmes grâce à des tutoriels et des vidéos en ligne, cela a également encouragé les jeunes à cuisiner à la maison plutôt que de se tourner vers la restauration rapide ou les plats préparés , mettant en avant l'importance de la cuisine faite maison et de l'utilisation d'ingrédients de qualité .Enfin , les jeunes utilisent ces ressources en ligne comme source d'inspiration et de connaissances culinaires , leur permettant de trouver facilement des recettes pour tous les types de plats et d'explorer une grande diversité culinaire , en découvrant de nouveaux ingrédients et en expérimentant des cuisines de monde entier.

«ça m'a influencé indirectement, car ces recettes ont contribué à mon entraînement et l'acquisition des connaissances culinaires, je suis influencée par les conseils, les idées de ces amateurs de cuisine en les encourageant à essayer de nouvelles recettes à expérimenter avec des ingrédients différents aussi explorer des cuisines du monde entier » disait une fille que l'on avait interrogé, une autre fille ajoutait «les ressources en ligne m'ont aidé à améliorer mes compétences en cuisine en me fournissant des conseils et des nouvelles astuces pour faciliter la façon de préparer les plats. »disait( Amira.Z 22ans)

« J'avais une horreur pour certains recettes car je pensais qu'elles étaient difficile à préparer. Cependant, après avoir suivi attentivement un tutorial vidéo en ligne détaillant étape par étape le processus; j'ai décidé de les essayer et j'ai obtenu de bon résultats» disait( Cylia.M29ans), elle rajoute " consulter des recettes en ligne facilite vraiment la vie quotidienne .parfois , lorsque nous sommes débordés , nous ne savons pas quoi préparer , le fait d'aller briffer les recettes sur internet , nous inspire et nous aide à avoir des idées " .

---

<sup>1</sup> «Isabelle Garabuau Moussaoui, la cuisine des jeunes: désordre alimentaire, identité générationnelle et ordre social , avril 2001, mis en ligne le avril 2001 »

Un article intéressant qui aborde l'influence des recettes en ligne sur les pratiques culinaires des jeunes :

« «... » sur les plateformes, les échangent recettes, astuces et bons plans: la communauté de pratique prend place. elle instaure, d'une part , une transmission spontanée entre pairs mais qui , dans les faits , est collective: un conseil donné à l'une sur le site bénéficie à toutes , et , d'autre part , un attachement affectif entre les internautes qui n'a rien de virtuel . les utilisatrices expérimentent le collectif comme "personne source " disponible à toute heure et en tout lieu . le site de cuisine est alors reconnu par les femmes comme un outil d'autonomie vis-à-vis des mères: la réalisation répétée des recettes par les internautes , les contributions ajoutées ( commentaires , notes ) , les discussions sur les forums sont autant d'éléments qui rassurent garantissant la réussite du plat et donc fidélisent une communauté d'intérêt entre des personnes qui rien ne relie physiquement , qui ne se connaissent pas . pour le lecteur , cet anonymat renforce le sentiment d'objectivité des avis . Assujetties à une priorisation des tâches quotidiennes différentes, les femmes délaissent les recettes traditionnelleslesnécessitantunelonguepréparation.lesjeunesfemmesactivestrouventainsi surdessites lesréponses pourconcilierlatraditiondesrepas domestiqueset lescontraintesde leur vie contemporaine.

Inversement les recettes de familles sont cuisinées le week-end. les cuisinières de l'ère numérique prennent alors le temps de confronter les recettes héritées de leur famille à celles d'internet, de choisir en utilisant le moteur de recherche et la notation, en intégrant les ingrédients disponibles chez elles,les nouveaux produits de la grande distribution, les modes de cuisson, etc.Ces recettes permettent de préparer les mets en fonction d'une finalité précise, les rites sont désormais source d'inspiration d'une cuisine qui se veut à leur image. »<sup>2</sup>

### **Adaptation des recettes traditionnelle au goût et aux besoins des jeunes :**

Les recettes traditionnelles sont modifiées et ajustées pour répondre aux préférences et aux besoins spécifiques des jeunes générations .Cependant, ils peuvent avoir des goûts et des besoins différents de leurs processeurs en matière de cuisine.

---

<sup>2</sup>«Anne-Laure Vincent,mitonneravecinternet,latransmissiondessavoirsculinairesurles sites des recettes , (N°3) 2023, pp 89-104 »

«L'adaptation de recettes traditionnelles peut prendre différentes formes. Les ingrédients peuvent être modifiés pour répondre aux exigences alimentaires spécifiques, comme les régimes végétariens ou sans gluten. Les techniques de cuisson peuvent également être modifiées pour préparation plus rapide ou plus pratique en utilisant des équipements modernes. »<sup>3</sup>



**Figure n°21 : Baghrir express au mixeur**

«j'ai déjà recherché en ligne une recette traditionnelle de tighrifin;y'a des recettes traditionnelles utilisant de la farine de blé et moi je suis un régime sans gluten comme ça je cherche des substituant appropriés, les ressources en ligne aussi m'ont permis d'adapter des recettes traditionnelles ou je peux ajouté ou supprimer des ingrédients » confirmait que l'on avait questionné. (Amira.Z. 22ans ) ajoutait «oui, j'ai absolument déjà adapté des recettes traditionnelles avec les ressources en ligne et c'est beaucoup plus simple et surtout pratique, ils s'expliquent mieux et ils nous donnent des astuces plus sûres et efficaces. »

De plus, les recettes traditionnelles peuvent être modifiées aussi pour correspondre aux exigences de santé et bien-être des jeunes, comme la réduction de matières grasses, de sucre ou de sel.

---

<sup>3</sup>«David Sutton, cooking skills,thesenses, and memory, 2013,pp299-320»

Un guide alimentaire canadien propose en détail l'adaptation des recettes traditionnelles au goût et aux besoins des jeunes :

### **Adapter les recettes pour les rendre plus saines:**

Il est possible d'enlever, d'ajouter ou de remplacer des ingrédients d'une recette pour la rendre plus saine. Pour ce faire, examinez une recette et déterminez quels ingrédients peuvent changer et comment.

Par exemple:

\_réduisez la quantité de sucre en diminuant la quantité indiquée Remplacez les gras saturés par de bons gras.

Réduisez la teneur en sodium.

\_ choisissez des bouillons à faible teneur en sodium. Rincez les haricots, les pois chiches et les pois en conserve.

Ajoutez des fines herbes et des épices plutôt que du sel pour relever le goût des plats

Si une recette contient du sel et des ingrédients avec du sel ajouté, demandez-vous s'il est vraiment nécessaire d'ajouter encore du sel.

\_ ajoutez des fibres

### **Adapter les recettes aux restrictions alimentaires:**

Vous pouvez adapter des recettes à des besoins alimentaires particuliers (régimes, allergie ou intolérances). Déterminez les ingrédients à retirer ou à remplacer, pour respecter les restrictions alimentaires, par exemple :

\_ Pour une recette sans gluten, essayez de remplacer la farine de blé par de la farine de riz brun ou de sarrasin. Le changement de farine peut modifier la texture du produit obtenu. Vous devez donc peut-être ajuster la quantité d'autres ingrédients.

### **Adapter les recettes à votre culture:**

La cuisine peut refléter la tradition et la culture. Par exemple:

Essayer d'intégrer vos traditions familiales à une nouvelle recette; vous pouvez par exemple :

Utiliser des épices et des herbes que vous et votre famille aimez, afin de modifier le goût

d'un mets.

Mettre du gibier dans un ragout ou ajouter des légumes qui vous sont familiers, comme du pak-choi ou du manioc, de nouveaux plats.

Si un ingrédient utilisé traditionnellement dans une recette n'est pas disponible, essayez de la modifier et de voir si vous pouvez remplacer par un ingrédient similaire.

### **Adapter les recettes pour les rendre plus économiques:**

Vous pouvez modifier les recettes, pour utiliser des ingrédients moins coûteux .par exemple :

Remplacez certains ingrédients par des ingrédients moins coûteux ou vendus aux rabais. Essayez des aliments à base de protéines végétales, comme des lentilles, des haricots ou des pois chiches, ou utilisez de l'orge au lieu du quinoa. Ces aliments coûtent souvent moins cher et peuvent constituer un excellent repas.

Utilisez des ingrédients que vous avez déjà à la maison ou qui sont vendus aux rabais. Si une recette de plat mijoté nécessite du chou-fleur et que vous avez déjà du brocoli, utilisez plutôt ce dernier légume. S'il faut des poires, mais que des pommes sont en promotion, optez pour des pommes.

### **Adapter des recettes aux besoins de votre famille:**

Certaines recettes sont trop abondantes en nourriture d'autres ne le sont pas assez. D'autres encore nécessitent des ustensiles de cuisine particuliers dont vous ne disposez peut-être pas. Les recettes peuvent être adaptées aux besoins et aux ressources de votre famille, par exemple :

\_ Si vous cuisinez pour une seule personne, vous pouvez réduire de moitié la quantité préparée. Pour ce faire, divisez les quantités d'ingrédients par deux. Cependant en utilisant les quantités normales, vous pourriez avoir des restes et gagner du temps par la suite.

Si vous avez une grande famille, vous pouvez doubler les quantités d'une recette en multipliant les quantités d'ingrédients par deux. Il n'est souvent pas nécessaire de doubler la quantité d'épices. Avant d'en rajouter plus, goûtez d'abord le produit obtenu. De plus, le temps de cuisson ne doit pas être doublé, mais doit peut-être être ajusté.

Vous pouvez préparer la plupart des recettes avec les ustensiles de cuisine que vous avez à la maison. »<sup>4</sup>

### **L'impact des innovations technologiques sur la cuisine des mères:**

L'impact des innovations technologiques sur la cuisine des mères est un sujet fascinant qui explore comment les avancées technologiques ont transformé et influencé les pratiques traditionnelles des mères et des familles.

Dans le passé, la cuisine était difficile et exigeante. Elle nécessitait beaucoup de temps et d'efforts manuels. Cependant, avec l'émergence des innovations technologiques de nombreux outils et équipements ont facilité le processus de cuisson.

Les mères ont désormais accès à des robots de cuisine, des mixeurs, des hachoirs, etc. qui simplifient les tâches culinaires. Ces appareils réduisent le temps et l'effort nécessaires pour la préparation de repas.

Les innovations technologiques ont également permis l'émergence des plateformes de recettes en ligne, de blogs culinaires qui ont permis aux mères d'avoir accès à une immense variété de recettes, de tutoriels vidéo et de conseils culinaires. Cela leur permet d'expérimenter de nouvelles saveurs, de découvrir des plats du monde entier.

«je pense que l'innovation technologique dans la cuisine est fantastique, cela permet non seulement de simplifier certaines tâches, mais aussi d'ouvrir de nouvelles possibilités culinaires, les robots de cuisine, les appareils connectés, les applications mobiles et les ustensiles innovants facilitent la préparation des repas et permettent d'explorer de nouvelles recettes et techniques de cuisson. Cela peut également contribuer à une alimentation plus saine et équilibrée en facilitant la préparation des repas faits maison. En bref, je suis favorable à l'innovation technologique dans la cuisine tant qu'elle est utilisée de manière judicieuse et créative » disait (Massiva. A 27 ans) que l'on avait interrogée. (Sabrina. H 23 ans) «je suis vraiment passionnée par les avancées technologiques dans le domaine de la cuisine, et pour moi les nouvelles technologies rendent la préparation des repas plus pratique et efficace, qui

---

<sup>4</sup>«Gouvernement du Canada:bureau de la politique et de la promotion de la nutrition .alimentaire-Canada-ca.»

est vraiment excitant, on peut dire que l'internet est un moyen qui permet d'explorer des nouvelles recettes et se régaler avec ces innovations. »

Des preuves supplémentaires soutenant cette idée ont été présentées dans un article scientifique de (2024) intitulé "Faster Capital". «Les auteurs ont analysé l'innovation culinaire et nationale révolutionne les traditions culinaires, comment l'innovation national stimule la réussite entrepreneurial :

### **Lacuisinedomestiquecommeincubateurd'ingéniositéculinaire:**

La cuisine familiale, autrefois considérée comme un humble espace pour se nourrir, s'est transformée en un laboratoire d'expérimentation.

Les cuisiniers amateurs, armés de gadgets comme des machines sous vide, des balances de précision et des kits de gastronomie moléculaires repoussent les limites de la saveur et de la présentation. prenez, par exemple, la montée du phénomène des "chefs à domicile", ou les cuisiniers amateurs acquièrent une renommée grâce aux plateformes de médias sociaux en présentant leurs recettes innovants. Les innovateurs nationaux non seulement élèvent leurs propres prouesses culinaires, mais inspirent également les chefs professionnels à penser au-delà des murs des restaurants.

### **Perturbations technologiques dans les méthodes de cuisson traditionnelles :**

Les appareils électroménagers ont connu une révolution, redéfinissant notre façon de cuisiner à induction, les fours intelligents et les autocuiseurs instantanés rationalisent la préparation des repas, économisent de temps et de l'énergie. Ces innovations démocratisent la cuisine gastronomique, permettant aux novices de reproduire avec précision des recettes complexes.

### **Fusionculturelleethybridationculinaire:**

A mesure que les voyages et les migrations mondiaux augmentent, les traditions culinaires se mélangent. La cuisine domestique devient une toile d'expérimentation interculturelle. Les familles mélangent des recettes ancestrales avec des ingrédients locaux, ce qui donne naissance à de délicieux hybrides qui défient les frontières géographiques.

### **Durabilitéet réductiondes déchetsàlamaison:**

L'innovation nationale va au-delà du goût et de l'esthétique, elle embrasse la durabilité. Du compostage des restes de nourriture à l'utilisation d'emballage de cire d'abeilles réutilisables, les cuisiniers amateurs sociaux de l'environnement contribuent à une planète plus verte. Le mouvement zéro déchet prend de l'ampleur à mesure que les ménages adoptent des pratiques culinaires circulaires.

### **Plateformes collaboratives et solutions culinaires participatives:**

Les communautés en ligne permettent aux innovateurs nationaux de partager des idées, de résoudre les problèmes de cuisine et de Co-crée des solutions culinaires. Des forums de partage de recettes aux chaînes de cuisine YouTube, ces plateformes démocratisent le savoir et favorisent un sentiment de camaraderie. »<sup>5</sup>

### **Conclusion:**

En conclusion, l'ère de l'internet a engendré des changements significatifs dans la cuisine des mères. Les nouvelles tendances culinaires chez les jeunes, l'accès aux recettes en ligne, l'adaptation des recettes traditionnelles au goût et au besoin des jeunes et l'impact des innovations technologiques ont contribué à une cuisine plus créative et accessible. La cuisine évolue pour répondre aux besoins et aux préférences des nouvelles générations tout en préservant les traditions culinaires qui font partie intégrante de notre patrimoine culturel.

---

<sup>5</sup> «FasterCapital, l'innovation culinaire et nationale révolutionne les traditions culinaires, comment l'innovation nationale stimule la réussite entrepreneuriale, 2024. »

**Chapitre 05 : Perception des mères sur le  
renouvellement de la cuisine  
traditionnelle.**

### Introduction

Ce chapitre explore les attitudes, les perceptions et les défis auxquels les mères sont confrontées face aux changements et aux évolutions de la cuisine traditionnelle à l'ère moderne .dans cette partie, nous examinerons les points de vue des mères sur ces aspects clés.

### 1. Attitudesdesmèresenversl'utilisationdel'internetpourlacuisine

La transmission du savoir culinaire a évolué, passant d'une tradition où les connaissances et les habitudes culinaires étaient transmises de mère en fille ou par les livres de cuisine, à une nouvelle forme émergente grâce à l'internet les mères ont accès à une multitude de ressources pour explorer de nouvelles idées et techniques culinaires.

«l'internet fournit à la cuisine une réponse aux nouvelles préoccupations des femmes , aux nouveaux usages , un rôle que la transmission familiale ne peut prétendre au regard des évolutions sociétales et techniques entre les deux générations mères et filles »

Certaines mères voient cela comme une opportunité enrichissante, car elles peuvent découvrir des recettes provenant du monde entier, expérimenter de nouvelles saveurs et apporter de la variété à leurs repas familiaux. Par exemple: une mère peut utiliser une recette en ligne pour préparer des tacos mexicaines, sushi fait maison, etc.

Certaines mères ont le sentiment que leur cuisine et leurs goûts ont évolué, en s'ouvrant sur d'autres saveurs, d'autres aliments.

«Pendant les vacances d'été, nous recevons chez nous nos enfants et petits-enfants, qui se retrouvent tous ensemble pendant une semaine. Comme ils ont à cœur de ne pas trop nous fatiguer, tout le monde met la main à la pâte pour la préparation des repas .c'est vraiment très super : je découvre de nouvelles recettes et même de nouveaux aliments . »<sup>1</sup>

Cependant, certaines mères peuvent s'opposer à l'utilisation de l'internet dans la cuisine. Elles valorisent l'authenticité des recettes transmises de génération en génération. Pour ces mères, la cuisine traditionnelle est un moyen de transmettre un héritage culturel et familial à leurs enfants.

---

<sup>1</sup>«Isabelle Gravillon, sacré famille: la cuisine, entre amour et transmission, 2023»

«De point de vues des mères, l'alimentation exotique ne faisait évidemment pas partie de leur culture alimentaire familiale, plutôt ancrée dans la tradition française voir même dans la tradition régionale pour certaines d'entre elles. »<sup>2</sup>

### 2. Perception des mères sur l'évolution des habitudes alimentaires des jeunes

Dans la deuxième partie du chapitre, nous explorons la manière dont les mères perçoivent les habitudes alimentaires des jeunes. Nous nous intéressons à leurs points de vue sur la nutrition, les choix alimentaires et la préoccupation liée à la santé des enfants et des adolescents.

« tilawin n zik ad ruhent ar lekhla ad kessent ak lehcaawec (ccix lebqul , achennaf , atteladan, ... adsewwent abisarads-dzentivawen ),tteksent-dtaggaadsewwentberkoukes, sehab n zik tteksen-d ak ayen sewwayen si tmazirt , acku zik yella leghvar , yla lemmal yettinghur lehci , tura ur sewwayen ara abisar , ur sexxdamen ara lehcaawec , zik ma ara tesewwed ljiran uk ad ccen , sewwayen-t tahlulet , daymi jahden-t , iheubens yighi , yal axxamyes3atafunastdegudayenin,kerzentaawin-dirdenn..lawanlexrifttelqadenihbuben, irgazen ad kerzenir den timzzin lhmme ivawen ajilban , mi d anebdu mi iqqur lehciad t-id meggren ttawin tiwizi , ad sewwent tlawin imekli aksum seksu , aghrum deg usghar , ad serwten sizeggaren , at-id awin s axxam , tilawin ad ttefent tighervalin ad ssifent ad ksant akkerfa ni , irden ni ad ttu3emreng uffufi , igellil ttaken-as lehq-is , ma ara d-van na3ma ni ad ttuferqent s teqeduhet yal tamettut ad as-fken lehq-is , tura d itterakturen iy-xxedmen , d ttimacinin , kulec d lvi3 i tehuna.» disait Nna Aldjia.

«(...), zikayazidsseksoudazidan, turaayazidniarlefour, lhelwadaghentveddeltin n tave3, tura les salets, les chocolats, la3rayec, etc. zik lesfenj, aghrum aquran, xebz ddar, leghribiya, imelwi d setti it-id isewwayen, baqlawa leqvayel. » disait Nna Dahbia.

«yellaubeddelatasziksewwayenmeddenberkukes, suksu, ljwaz, labata, etc. Mad tasuta-agi n tura les gratins, les pizzas, les desserts, etc. » Disait Nna Feroudja.

Les habitudes alimentaires des jeunes générations peuvent varier. Certaines jeunes générations peuvent adopter des habitudes alimentaires saines et équilibrées en privilégiant les

---

<sup>2</sup> «Jean-Pierre Loisel, Agathe Couvreur avec collaboration de Anne-Delohine Brousseau, Catherine Gairgnier et Franck-Lhuede, mars 2024. »

aliments frais, les fruits et les légumes. D'autres peuvent être plus enclins à consommer des aliments moins sains, riche en sucre, gras, etc. Les mères expriment une préoccupation croissante quant à la mauvaise alimentation de leurs enfants, qui peut entraîner des problèmes de santé.

«(...), à l'instar des adultes , l'obésité infantile augmente les risques de souffrir de maladies cardiovasculaires , de conditions pathologiques orthopédiques , pulmonaires , et endocriniennes , de même que des problèmes de nature psychosociale comme une faible estime de soi , l'insatisfaction avec l'image corporelle , et la victimisation par le harcèlement et les discriminations . Cet état de fait met en lumière l'importance d'interventions préventives précoces pour favoriser le maintien d'un poids santé en adressant l'apport d'énergie par l'alimentation et la dépense énergétique par l'activité physique. Pourtant, les programmes d'intervention et de prévention auprès des enfants d'âge préscolaire sont encore peu nombreux. La plupart des programmes existants ciblent les enfants plus âgés et les adolescents et présentent des résultats mitigés, voir peu encourageants relativement à leur efficacité à diminuer le poids des jeunes participants. (...) En effet, la recherche montre que les perceptions parentales en matière de santé, d'obésité, l'alimentation et d'activité physique, ainsi que les pratiques parentales générales et celles liées à l'alimentation doivent être prises en compte pour assurer la mise en place des nouveaux comportements favorisent le développement et la santé des enfants. L'importance des perceptions parentales et des pratiques éducatives sont au cœur de la théorie de Costanzo et Woody (1985) dont l'hypothèse principale , fondées ou non , de la présence d'embonpoint chez leur enfant encouragera un style parental restrictif au point de vue de consommation de produits alimentaires spécifiques par exemple des sucreries , entrainera l'effet contraire à celui souhaité, soit l'augmentation de la préférence pour les aliments et donc, leur consommation . La restriction alimentaire a également des effets négatifs sur l'apprentissage de l'autorégulation alimentaire des enfants . Ils convient plutôt d'offrir aux enfants des plats variés, équilibrés et sains, sans d'autres comportements, tolérer les refus des enfants de manger et les aider à reconnaître les signes de faim et de satiété. Un nombre grandissant d'études montre l'importance des perceptions et des pratiques parentales sur l'incidence de l'embonpoint et de l'obésité infantiles. »<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> «Krystel Cimen-Lambert, Line Tremblay, Daniel Cote, Michel Larvière, Stacey Kosmerly, une approche qualitative : perceptions, attitudes et connaissances des parents d'enfant d'âge

Cet article examine comment les mères et les parents perçoivent l'évolution des habitudes alimentaires des jeunes, mettant en évidence les préoccupations liées à la santé résultant de choix alimentaires souvent peu sains et déséquilibrés, tels que l'obésité, maladies cardiovasculaires, pulmonaires, etc. De plus, l'article propose des conseils et astuces visant à prévenir les maladies chez les jeunes générations. «nekk ghuri, xxir Imakla n zik, kulec d afus-ik i t –ixedmen taghdiwt n seksu lahlah, yal zman slmaklaines, acu kan xirlmaklanzik i yes3an les vitamines, tura kulec aytewwa di zit dirit i sehha n bnadem. »disait Nna Dahbia.

### 3. Les défis rencontrés par les mères dans le renouvellement de la cuisine traditionnelle :

Les mères peuvent faire face à plusieurs défis lorsqu'il s'agit de renouveler la cuisine traditionnelle, tels que :

- Manque de temps.
- Le renouvellement de la cuisine traditionnelle peut-être plus coûteux.
- Disponibilité des ingrédients.
- Le renouvellement de la cuisine traditionnelle

### Conclusion

La perception des mères sur le renouvellement de la cuisine traditionnelle se situe à la croisée de l'héritage culturel et des exigences contemporaines. Pour elles, la cuisine traditionnelle représente bien plus qu'une simple liste de recettes; c'est un moyen de transmettre des valeurs, des souvenirs et des liens familiaux, elles considèrent ces recettes comme des trésors à préserver.

Face aux défis de la vie moderne, ces mères se sentent obligées de réinventer ces traditions. Elles cherchent à adapter les plats familiaux, en utilisant des ingrédients plus accessibles. Cela ne signifie pas qu'elles renoncent à leur culture; au contraire, elles cherchent à la rendre pertinente pour les nouvelles générations.

L'ouverture à l'innovation joue un rôle essentiel dans cette dynamique. Nombre d'entre elles intègrent des influences culinaires variées, enrichissant ainsi leur répertoire tout en respectant les bases de la tradition. Les jeunes préparent leurs recettes de cuisine d'internet et apprennent même les gestes culinaires par les sites internet.

La cuisine des mères est simplifiée par les robots les mixeurs par exemple la recette (tighrifin) est devenu simple facile et rapide à faire, il y a une rupture entre la génération des mères et celle des filles par rapport à l'acte culinaire.

# **Conclusion Générale**

## Conclusion Générale

---

### Conclusion générale

Cette étude approfondie du thème la jeunesse à l'ère de l'internet et du renouvellement de la cuisine des mères a permis de dresser un portrait riche et nuancé de cette tendance majeure.

Le premier chapitre a posé le cadre méthodologique en détaillant les approches théoriques et empiriques mobilisées pour appréhender cette problématique complexe .cela a permis de construire une grille d'analyse solide. Alliant perspectives historique,sociologiques, et anthropologiques.

Le deuxième chapitre a ensuite exploré en profondeur les fondements de la cuisine traditionnelle , ses ancrages culturels , ses modes de transmission et ses valeurs fondatrices . cette compréhension des racines culinaires étaitessentielle pour saisir les enjeux du renouvellement à l'œuvre.

Le troisième chapitre s'est quant à lui concentré sur l'émergence de la jeunesse connectée à l'ère d'internet. Il amis en lumière les aspirations, les pratiques et les attentes de cette génération digitale, qui constitue le public cible principale du renouvellement de la cuisine des mères.

Fort de ces éléments contextuels, le quatrième chapitre a pu analyser en détails les différentes formes de renouvellement de la cuisine des mères à l'ère d'internet. Les innovations technologiques, les nouvelles tendances, les initiatives créatives ont ainsi été passés au crible pour saisir la portée et les limites.

Enfin, le cinquième chapitre a donné la parole aux mères elle-memes , pour comprendre leur perception de ce renouvellement et leur stratégies à l'adaptation face à ces transformations. Cela a permis d'enrichir la compréhension de ce phénomène complexe.

Au final cette étude multidimensionnelle a permis de dresser un portrait nuancé et détaillé du renouvellement de la cuisine des mères à l'ère de l'internet, soulignant à la fois les opportunités offertes par cette dynamique et les défis à relever pour concilier tradition et modernité. elle ouvre ainsi de nouvelles pistes de reflexion et d'action pour accompagner ces évolutions majeurs.

## Agzul

Temzi i tessa tallit tamuđint , tettili-d gar wansayen d usnulfu. Anekcum yer yisallen macci kan d asemres n wucci i yettarra, maccaula d ayen i d-yekkan seg yidles id-yekkan si twacult, ilmezyense anekcum yerwařasnt nitardttiknik installtiluyinamyoutubetik tok aya ad yeğğ tamusni tadelsant ad d-tili nnigg n wansayen n twacult, ar yur-sen tuyal tnwalt d ttawil n usenfal udmawan ,d amyiwaw ,cerken ayen id-snulfun deg yizeđwa inemettiye , s wakka tteawaden –asen i yilugan n tnwalt n twacult.

Tasuta–nntilemzittidtid-elhanswayenid-yewwi yinsayenatraren, id-yeglansuhraz n lwert adelsan ;asfađ n yimussuten isnudraren ad d-yeglu s ufran n tuccit n yilemezyen, ttegen ayen umi zemren akken ad t-gen am tkuzint tameccult , ayen ara yeğğen ad d-iawed i yisufar imensayen. tanewalt tettuyal d bab n tmagit ;sexdamen taseñqadt i wakken ad ssutren attekkin sen adelsan, s yinig gar wansayen d tatarrit ;dayen tteerađen ad bđun tamusni meqqreniusiğhednwassayengar yismal, tayultntemwaltteseatignatindtimsadurinamtidn tizririn ticariđin , aya yules-as tayuri umecwař amsadur yeqqnen yer tseñqadt.

Ilmezyen deg tallit n «internet »sean tamlilt d taxatart deg wallus n temwalt tamensaytsusekcemnwayenxeddmenttyemmatintitrarin, tesnulfu-dtadinanittadelsantdtamaynut .taluft-agi tesseħbibir yef tezmert n yilmezyen , usnurni n wansayen s uřettem n tñagit-nsendeg umađal imenekcamen.

## Résumé

La jeunesse contemporaine influencé par l'ère numérique, se trouve à un croisement entre traditions culinaires et innovations. L'accès à l'information transforme non seulement les pratiques alimentaires, mais également les perceptions culturelles et identitaires liées à la cuisine. aujourd'hui les jeunes ont accès à une multitude de recettes et de techniques à l'aide des plateformes comme youtube ,instagram et tik tok , cela permet une appropriation des savoirs culturels variés , au delà des traditions familiales. Pour eux la cuisine devient un moyen d'expression personnelle et communautaire, ils partagent leurs créations sur les réseaux sociaux ; redéfinissant ainsi les normes de la cuisine familiale.

La jeune génération adapte les recettes traditionnelle , intégrant des ingrédients modernes tout en préservant l'héritage culturel; l'essor des mouvements écologiques influence les choix alimentaires des jeunes , ils privilégient des pratiques durables comme la cuisine végétale , qui permet de réinventer des plats traditionnels. la cuisine devient un vecteur d'identité, ils utilisent la gastronomie pour revendiquer leur appartenance culturelle tout en naviguant entre tradition et modernité; aussi ils essayent de partager des savoirs culinaires pour renforcer les liens intergénérationnels; le domaine de la cuisine a des opportunités professionnelles, comme les influenceurs culinaires, cela redéfinit les parcours professionnels liés à la gastronomie.

La jeunesse à l'ère de l'internet joue un rôle important dans le renouvellement de la cuisine traditionnelle en intégrant des pratiques moderne en honorant les recettes des mères , elle crée une nouvelle dynamique culturelle. ce phénomène souligne la capacité des jeunes à adapter et à réinventer les traditions culinaires tout en forgeant leur identité dans le monde interconnecté.

## **Bibliographie:**

### **Ouvrage:**

- Bonnain-Moerdyk Rolande , sur la cuisine traditionnelle comme celle du passé,(1972).
- Cimen-Lambert krystal , Line Tremblay , Daniel Cote, Michel Lavière , Stacey kosmerly , perceptions, attitudes et connaissances des parents d'enfant d'âge préscolaire au sujet de l'alimentation, de la santé, de l'obésité, et de l'activité physique, une approche qualitative, dans les cahiers internationaux de psychologie sociale, 2014/2 ;(n°102), pages 317 à 335.
- Garabau-Moussaoui Isabelle, cuisine et indépendance, jeunesse et alimentation, l'harmattan,2002.
- Garabau-Moussaoui Isabelle, la cuisine des jeunes : désordre alimentaire, identité générationnelle et ordre social, issue (avril 2001, mis en ligne le avril 2001).
- Loisel Jean-pierre , Agathe Couvreur avec la collaboration de Anne-Delphine Brousseau , Catherine Gairgnier et Franck-Lhuede , de la transmission à l'apprentissage des savoirs-faire culinaires : regards croisés de fille et de mère, mars 2024.
- Le boulanger parisien, la cuisine maghrébine,une gastronomie atypique et variée, (12-2020).
- Sutton David , cooking skills , the senses, and memory , 299-320(2013).

### **Article:**

- Article : quand partir (ouest France) boire et manger en Algérie.
- Cordis , l'impact de l'internet sur l'univers des adolescents,24-03-2009.
- Capital Faster (2024), l'innovation culinaire et nationale révolutionne les traditions, comment l'innovation nationale stimule la réussite entrepreneuriale.
- De Lulio Simona, Sylvie Badou-boisnier et Isabelle Paillian , question de communication (27/2015), l'alimentation une affaire publique ? Penser les enjeux publics de l'alimentation.
- Ezzan Piscal , objectif alimentaire n°9, influence des réseaux sociaux sur le comportement alimentaire des jeunes adultes, octobre 2022.
- Farnienti Laurence , pourquoi et comment utiliser l'internet pour des recettes ? 24-06-2019.
- Gravillon Isabelle, sacré famille : la cuisine, entre amour et transmission (2023).
- Liore Julie, (les mères, les filles et la cuisine africaine maghrébine situation migration Marseille) , homme/migration revue française de référence sur les dynamiques migratoires (1286-1287),2010.
- Lina recettes de cuisine : comment les (re) trouver ? Publié le 10-03-2014.
- Vincent mitonner Anne-Laure avec internet, la transmission des savoirs culinaires sur les sites de recettes , (n°3)2023 , pages 89 à 104.

## **Revue:**

- Bonnain-Moerdyk Rolande sur la cuisine traditionnelle comme cette culinaire du passé,1972.
- Berger Sarah, magazine :transmission culinaire ; ce que se joie en cuisine.
- G.Camps ; E.B, Morel ,J.P, G. Hanoteau, A. Letourneux ,A.Fery, F.Demoulim , M.C.chamla , A.Louis , A.Ben Tanfous , S.Ben Baaziz , L.Soussi, D.Champault et M.Gast , Noushi , R. alimentation, in encyclopédie berbère, 1986, Algérie-amezwar.
- Gouvernement du Canada : bureau de la politique et de la promotion de la nutrition. alimentaire-canada-ca
- Libre Julie , les mères, les filles et la cuisine africaine situation de migration (Marseille), homme/migration revue française de référence sur les dynamiques migratoires (1286-1287), 2010.
- Magazine : Algérie maintenant, blog algérien <<la gastronomie algérienne >> spécialité et recettes (2023).

**Site Internet** : <https://pedagogie.ac.strasbourg.fr><https://www.com/pastilla-marocaine-r15222.htm>.

<https://www.marmiton.org/recttes/recette-chebika-371912.aspx>.

<https://www.couscousdari.com/fr/couscous.com/fr/couscous-marocain-aux-spet-legumes>.<https://cuisine.journaldesfemmes.fr/recette/3090177-harissa-maison-la-recette-traditionnelle>. <http://www.tchac.co/blog/article/les-epices-comment-les-choisir-comment-les-cuisiner>.<https://gindex.com/2021/08/02/lindustrie-des-produits-laitiers><https://www.cuisineaz.com/recettes/couscous-berbere-106329.aspx>  
<https://cuisinez.avecdejouza.fr/recette-recheta-algeroise-sauce-blanche/>  
<https://cuisinezavecdejouza.fr/mhajeb-recette-de-mhajeb-facaile-triangulaire/>  
<https://www.cuisinonsencouleurs.fr/2020/04/plus-de-35-idees-salees-pour-ramadan.html>.  
-Chaîneyoutubelessecretsdefahima(Aghrumaqquranareqqaq,Tikerbabin) <https://cookpad.com>  
<https://www-auxdelicesdupalais.net/cat/gateaux-algerien-moderne-et-traditionnel-de-fetes>.

- Scribbr.fr.

### **Dictionnaire:**

- Bonte P, IZRARD M&Cie, dictionnaire de l'ethnologie et de l'anthropologie, Edition Presses Université de France, Paris 1991.

### **MémoiredeMaster:**

- HarrousSoraya,HaniKhelidja, «Artculinaireetsavoirfaireféminindomestique chez la nouvelle génération » encadré par Mme Kaced.S, promotion : 2022 /2023.

### **Documentadministratifs**

- «Décret executif n°91-306 du 24 aout 1991 fixant la liste des communes animés par chaque chef de daïra .15-wilaya de tizi ousou (archive) », journal officiel de la république algérienne,4 septembre1991 consulté le 11mars 2020 , p.1301.
- Découpage administratif de la wilaya de tizi ousou sur le site officiel de la wilaya de tizi ousou, consulté le 12/02/2011.  
Evolutionintercensitaire delapopulation surlesitedelawilayadetizi\_ousou ,consultéle25-02-2011.
- journal officiel de la république algérienne , 19décembre 1984, décret n° 84-3365, fixantla composition , la consistance et les limites territoriales des communes.wilaya de tizi ousou p.1504 à1510.

- Journal officiel de la république algérienne , 19décembre 1984, décret n° 84-3365, fixant la composition , la consistance et les limites territoriales des communes.wilaya de tizi ouzou p.1504 à1510.



# **Annexes**

## **Annexe:01**

**Lecorpus sur « la jeunesse à l'ère de l'internet: renouvellement de la cuisine des mères »**

**Guided'entretien: corpus**

**Questions posées à l'ancienne génération:**

Bonjour, je réalise une enquête sur la jeunesse à l'ère de l'internet renouvellement de la cuisine des mères . Je vous remercie d'avoir accepté de m'accorder un moment.

**Informations concernant l'enquête**

1. Que est votre nom?
2. Que est votre âge?
3. Lieu de résidence?
4. Quelle est votre situation? (célibataire, mariée, veuve, divorcée)
5. Quelle est votre profession?

**Informations concernant la jeunesse à l'ère de l'internet renouvellement de la cuisine des mères**

- Amekay-dtessewjademtiramnweniwass?
- Dacu\_tentteybula-inmntehtgwayentesseqdaced?
- TesεamlemwakeIntwacult yettwaznensiljilarljil?
- Amekay-telmdedtilmassin-adwacunte mliltay-seantdegtemwalt-nwen?
- Tegredtamawtiyibeddilendegtnamiyinntsutwiniccuden yertsutwin yezwren ?
- Amekitwaladanerniitiramnwuccidegwakkud?
- Amekaratmeyzediuhraznwansayen-adegtegnittanemettityezgan tettehnerni ?

## **Guided'entretien : corpus**

### **Questionsposésàlanouvellegénération :**

bonjour,jeréaliseuneenquêteurlajeunesseàl'èredel'internetrenouvellementdela cuisine des mères . Je vous remercie d'avoir accepté de m'accorder un moment.

### **Informationsconcernantl'enquêté:**

1. Quelestvotrenom?
2. Quelestvotreâge?
3. Lieuderésidence?
4. Quelleestvotresituation?(célibataire,mariée,veuve,divorcée)
5. Quelleestvotreprofession?

### **Informations concernantla jeunesse à l'ère de l'internet renouvellement de la cuisinedes mères :**

- Commentutilisez-vousl'internetdansvotrecuisineetvospratiquesculinairesau quotidien ?
- Quellesontlesprincipalesraisonspour lesquellesvousrecherchezdesrecettesen ligne ?
- Quelstypesderecettesrecherchez-vousgénéralement?
- Pouvez-vousdécrirevotreprocessusderecherchederecettesenligne?
- Quelssontlescritèresquevousprenez en compte pourchoisirunerecette?
- Avez-vousdéjàadaptédesrecettestraditionnellesenutilisantdesressourcesenligne?
- Commentcelaa-t-ilinfluencévotrapratiqesculinaires?
- Avez-vous des interactions avec d'autres mères en ligne concernant la cuisine et lesrecettes ?
- Ya-t-ild'autresexpériencesquevoussohaitezpartagerconcernantl'influencedel'internet sur vos pratiques culinaires ?
- Comment perçoit-on , selon vous l'influence de l'internet sur les pratiques culinaires des mères en général ?
- Pensez-vousquecelaaunimpactsurlesinterractionsfamilialesetlestraditions culinaires ?
- Combiendefoisyousconsultezl'internetparjour?

## **Annexe:02**

### **LESENTRETIENS:**

#### **1. Nouvellegénération:**

##### **Entretien:Cylia Mouffeq**

**CyliaMouffeq**, 29ansdeAZAZGA, mariée, femmeaufoyer.

- Commentutilisiez-vousl'internetdansvotrecuisineetvospratiquesCulinairesau quotidien ?

**Cylia.M:**Jerecherchedes recettes.

- Quellesontlesprincipale,raisonpourlesquellesvousrecherchezdesrecettesen ligne?

**Cylia.M:**Pourfaciliterlatâche,quelquesoitrecettedejus, gratins, etc.

- Quelstypesderecettesrecherchez-vousgénéralement?

**Cylia.M:**Unerecettesimpleetfacile à préparer.

- Pouvez-vousdécrirevotreprocessusderecherche derecettesenligne?

**Cylia.M:** oui, j'ai à la maison quelques ingrédients j'ai dans ma tête de préparer un gratin, djwaz, sauce, je fais une recherche en se basant sur ça( par exemple recette gratin courgette, pomme de terre, j'aurais plein de supposition j'aurais qu'à choisir la quelle qui me convient le plus .

- Quelssontlescritèresenvousprenezencomptepourchoisirunerecette?

**Cylia.M:** Une recette qui ne m'a pas trop d'épices, elle ne soit pas trop grasse etpuis qu'elle soit "healthy", une recette équilibrée.

- Avez-vous déjà adapté des recettes traditionnelles en utilisant des ressourcesen ligne ?

**Cylia.M:**Bien sûrcomme«tigrifin».

- Commentcelaa-t-ilinfluencevospratiquesculinaires?

**Cyilia.M:** ça facilite vraiment. Il y a plusieurs recettes dont j'avais horreur pensais qu'elles étaient difficile à préparer. Cependant, après avoir suivi attentivement un tutoriel vidéo en ligne détaillant étape par étape le processus, j'ai décidé de les essayer et j'ai obtenu de bons résultats.

- Avez-vous des interactions avec d'autres mères. en ligne concernant la cuisine et les recettes ?

**Cyilia.M:** Avec des personnes étrangères non, mais avec ma famille quand j'en trouve une bonne recette efficace, j'aime bien la partager avec ma famille et mon entourage.

- Ya-t-il d'autres expériences que vous l'influence de vous souhaitez partager concernant l'influence de l'Internet sur vos pratiques culinaires?

**Cyilia.M:** ça facilite, parfois lorsque nous sommes débordés, nous avons pas quoi préparer, le fait d'aller briffer les recettes sur Internet, nous inspire et nous aide à avoir des idées .

- Comment perçoit-on, selon vous, l'influence de l'internet sur les pratiques culinaires des mères en général ?

**Cyilia.M:** une influence positive parce que ça permet de préserver les traditions culinaires de génération en génération.

- Pensez-vous que cela a un impact sur les interactions familiales et les traditions culinaires?

**Cyilia.M:** oui, un impact positif, ça permet de resserrer les liens familiaux et de préserver les traditions culinaires.

- Combien de fois vous consultez l'internet par jour?

**Cyilia.M:** j'utilise l'internet pour rechercher des recettes et découvrir de nouveaux plats, j'en regarde tous les temps des vidéos .

### **Entretien: Samia Cherief**

**Samia Cherief** une femme au foyer, elle a 34 ans de AZAZGA.

- Comment utilisez-vous l'internet dans votre cuisine et vos pratiques, Culinaires au quotidien ?

**Samia.C:** J'utilise l'internet pour mieux maîtriser la cuisine et surtout Pour apprendre les recettes du monde entier et leur savoir - faire dans la cuisine

- Quellesontlesprincipale,raisonpourlesquellesvousrecherchezdesrecettesen ligne?

**Samia.C:** Pour rechercher de nouvelles recettes et en même temps pour rappeler des anciennes.

- Quelstypesderecettesrecherchez-vousgénéralement?

**Samia.C:**Desrecettessalées, sucrées

- Pouvez-vousdécrirevotreprocessusderecherche derecettesenligne?

**Samia.C:** Je vais aller sur youtube, j'écris le nom de la recette que je veux et je cherche puisque j'aurais plein de prépositions, plein de choix.

- Quelssontlescritèresen vousprenezencomptepourchoisirunerecette?

**Samia.C:** le nom de cuisinier, combien de personne qui le suit comme Oum Walid, Yasmine, etc. Ces personnes sont connues par la simplicité de leurs recettes, ingrédients qui sont à la portée de tout le monde, par leurs efficacité .Il ya aussi l'image car elle joue un grand rôle, celle qui attire .

- Avez-vousdéjàadaptédesrecettestraditionnellesenutilisantdesressourcesenligne?

**Samia.C:**Oui,comme«Lmhajeb,Ghribiya,Mekrot,Msemn »Jelescuisinereçam'a donné de très bon résultats.

- Commentcelaa-t-ilinfluencevospratiquesculinaires?

**Samia.C:**Si ça m'a beaucoup aide. Il ya des recettes traditionnelles que des personnes de monentouragerefusej'aipasbesoind'allerchez lespersonnespour apprendreune recette.

- Avez-vous des interactions avec d'autres mères. en ligne concernant la cuisine et les recettes ?

**Samia.C:**non, saufmafamille.

- Ya-t-ild'autresexpériencesquevousl'influencedevoussouhaitezpartagerconcernant l'influence del'Internet sur vos pratiques culinaires?

**Samia.C:** pour quelqu'un qui sait l'utiliser, c'est un bras droit dans notre vie actuelle.

- Comment perçoit-on, selon vous, l'influence de l'internet sur les pratiques culinaires des mères en général ?

**Samia.C:** L'Internet aide aussi les mères à expérimenter les nouvelles recettes, de nouveaux plats. L'Internet a aimé la cuisine à toutes les femmes au monde depuis qu'il y a le partage de connaissances culinaires kabyle, français, chinois, du monde entier.

- Pensez-vous que cela a un impact sur les interactions familiales et les traditions culinaires ?

**Samia.C:** oui, un impact positif, ça permet de resserrer les liens familiaux et aussi les traditions culinaires; il préserve et il apprend; il fait apprendre nos recettes traditionnelles à tout le monde.

- Combien de fois vous consultez l'internet par jour ?

**Samia.C:** presque 24/24 je consulte Youtube, pour chercher des recettes de gâteaux ....., et je trouve plein de propositions .

### **Entretien: Amira Zermani**

Une mademoiselle âgée de 22 ans, Célibataire résidante au village d'Akaoudj, Commune Ait Aissa Mimoun, elle est la petite d'une famille, elle a un diplôme de brevet technique supérieur en hygiène, sécurité et environnement.

- Comment utilisez-vous l'internet dans votre cuisine et vos pratiques culinaires au quotidien ?

**Amira.Z:** L'internet a radicalement changé la façon dont nous abordons la cuisine. J'utilise l'internet pour rechercher des recettes; aussi découvrir de nouvelles idées de plats, je regarde des tutoriels vidéos pour apprendre de nouvelles techniques culinaires, les réseaux sociaux jouent un rôle important dans la cuisine moderne, les utilisateurs partagent des photos de leurs créations culinaires, échanges des idées de recettes; aussi les groupes de cuisine en ligne qui permettent d'échanger des informations; des conseils sur des sujets culinaires, cela favorise l'apprentissage collectif et permet aux gens de se connecter avec d'autres passionnés de cuisine.

- Quels sont les principales raisons pour lesquelles vous recherchez des recettes en ligne ?

**Amira.Z:** il y a plusieurs raisons pour lesquelles je recherche des recettes en ligne,

Pour trouver des nouvelles idées culinaires, voir de million de recettes du monde entier; et des ingrédients, je recherche aussi pour trouver de l'inspiration et découvrir de nouvelles saveurs, quand je cherche des recettes j' adapte à mes préférences alimentaires vu que je suis une personne végétarienne, et aussi j'ai une allergie au poisson je recherche des recettes en ligne pour trouver des options adaptés à mes besoins, parfois je recherche des recettes pour utiliser les ingrédients qu'il sont déjà dans ma cuisine, de cette façon j'évite le gaspillage alimentaire, et je crée un repas délicieux.

- Quels types de recettes recherchez-vous généralement?

**Amira.Z:** je recherche tout d'abord des recettes de plats principaux comme (methewem; tadjin zitoun; couscous; lhemmlhlou...) pour un repas quotidien ou des occasions spéciales, il y a aussi les desserts, recettes de gâteaux, les tartes pour satisfaire mon envie de sucre. et les recettes rapides et faciles vu que je travaille le soir je rentre tard.

- Quels sont les critères que vous prenez en compte pour choisir une recette?

**Amira.Z:** je choisis une recette, je prend en compte mes préférences alimentaires, aussi le temps disponible pour préparer une recette facile ou bien des recettes plus élaborées pour des occasions, je prends en compte la saison et la disponibilité des ingrédients pour faire une recette utilisant des produits frais et de saison.

- Comment utilisez-vous les médias pour obtenir des idées; des conseils ou des astuces alimentaires ?

**Amira.Z:** les médias sociaux offrent une multitude de ressources pour trouver des idées, moi j'ai des comptes spécialisés dans la cuisine et la gastronomie (oum Yara ; oum Walid; chef Rabah; chef Amir...) comme ça je découvre des nouvelles recettes et techniques de cuisine, je participe dans des groupes et de communauté dédiés à la cuisine et la gastronomie; pour partager des idées, poser des questions, discuter avec d'autres passionnés de cuisine, je regarde des vidéos de cuisine notamment sur les plateformes comme youtube; instagram; tik tok...) aussi j'aime les blogs parce que les blogueurs culinaires partagent des recettes détaillées, des conseils, des astuces ...

- Avez-vous déjà rechercher en ligne une recette traditionnelle en utilisant des ressources en ligne ?

**Amira.Z:** j'ai déjà rechercher en ligne une recette traditionnelle de tighrifin ; la subjectivité d'ingrédients y'a des recettes traditionnelles utilisant de la farine du blé et moi je suis un régime sans gluten comme ça je cherche des substituts appropriés .les ressources en ligne aussi m'ont permis d'adapter des recettes traditionnelles ou je peux ajouter ou supprimer des ingrédients .

- Comment cela a-t-il influencé vos pratiques culinaires?

**Amira.Z:** ça a influencé indirectement , car ces recettes ont contribué à mon entraînement et l'acquisition des connaissances culinaires , je me suis influencé par les conseils , les idées de ces amateurs de cuisine en les encourageant en essayant de nouvelles recettes à expérimenter avec des ingrédients différents et aussi exploré des cuisines de monde entier .

- Combien de fois vous consultez l'internet par jour?

**Amira.Z:** comme je suis une jeune femme qui travaille et je connecte chaque heure sur les pages facebook , je vois les recettes je les apprend et le soir je prépare ; l'internet me facilite les choses.

### **Entretien: Sabrina Hamid**

Une mademoiselle âgée 23 ans , célibataire , résidente au village Akaoudj , elle est la grande de sa famille , elle a une licence en droit privé , actuellement continue son master en droit pénal et science criminelle .

- Comment utilisez –vous l'internet dans votre cuisine et vos pratiques culinaires au quotidien ?

**Sabrina .H:** je cherche les recettes que je veux préparer , une fois je la trouve , je l'essaie si elle réussit la garde et je l'utilise à chaque fois .

- Quelles sont les principales raisons pour lesquelles vous recherchez des recettes en ligne ?

**Sabrina.H:** je comprends bien les étapes à suivre dans une recette en ligne , et si je zappe quelque chose je peux revoir la vidéo , dans 3 ou 5 minutes tu captas toute la recette que tu voulais réaliser , l'internet m'a beaucoup aidé .

- Quel type de recettes recherchez-vous généralement?

**Sabrina. H:** je cherche toujours des recettes faciles à faire et qui prennent pas beaucoup de temps comme les recettes des gâteaux .

- Pouvez-vous décrire votre processus de recherche en ligne?

**Sabrina .H:** je vois toujours la plus facile sur youtube ou bien instagram , je la télécharge et après je suis toutes les étapes jusqu'à la réalisation de ma recette .

- Comment perçoit-on , selon vous , l'influence de l'internet sur les pratiques culinaires des mères en général ?

**Sabrina.H:** pour moi personnellement, ça m'a influencé positivement , parce que y'a des nouvelles astuces que les mères et les grands-mères connaissent pas , qui sont vraiment utiles dans notre moment actuel .

- Pensez-vous que cela a un impact sur les interactions et les traditions culinaires?

**Sabrina.H:** oui il y'a un impact, généralement l'internet facilite les choses , et les recettes de nos grands-mères qui sont trop difficiles à réaliser on les ignore , souvent on utilise ces nouvelles faciles .

- Quels sont les critères que vous prenez en compte pour choisir une recette?

**Sabrina.H:** une recette mangable facile à faire , aussi ses ingrédients sont disponibles dans ma cuisine , et quelle soit juste et originale .

- Avez-vous déjà adapté des recettes traditionnelles en utilisant des ressources en ligne ?

**Sabrina.H:** oui effectivement, par exemple j'utilise la recette de aghrumareqqar que j'ai apprise en ligne , et comme elle est une recette fiable et bien réalisée je la changerai jamais .

- Comment cela a-t-il influencé vos pratiques culinaires?

**Sabrina.H:** c'est une influence positive , ça m'as aidé meme si y'a nul personne qui me fait apprendre y'a l'internet je trouve tous .

- Avez\_vous des interactions avec d'autres mères en ligne concernant la cuisine et les recettes ?

**Sabrina.H:**oui j'en ai beaucoup de pages des mères kabyles spécialité cuisine, qui donnent des recettes faciles traditionnelles et modernes (mama .les délices de siham ....)

- Y\_a\_til d'autres expériences que vous souhaitez partager concernant l'influence sur vos pratiques culinaires ?

**Sabrina.H:**la majorité de tous ce que je cuisine cest des recettes d'internet, gateaux; gratins ...A part de le couscous; tava koukest je les ai appris de ma grand-mère.

- Que pensez\_vous de l'innovation technologique dans la cuisine?

**Sabrina.H:**cest une évolution formidable , ça facilite tous en plus tu gagne beaucoup du temps et aussi moins d'efforts physiques .

- Combien de fois vous consultez l'internet par jour?

**Sabrina.H:**je consulte l'internet le matin é pour avoir des idées de plats que je vais préparer.

### **Entretien:Massiva.A**

Une jeune mademoiselle de Mnaamagée de 27 ans , la grande de sa famille , étudiante en psychologie clinicienne .

- Comment utilisez\_vous l'internet dans votre cuisine et vos pratiques culinaires au quotidien ?

**Massiva.A:** personnellement j'utilise l'internet dans ma cuisine et mes pratiques culinaires quotidienne de différentes manières par exemple essayer de nouvelles idées de plats, des fois juste pour se rappeler des ingrédients , les techniques de cuisson et les astuces .

- Quelles sont les principales raisons pour lesquelles vous recherchez des recettes en ligne ?

**Massiva.A:** il y a plusieurs raisons, je peux trouver des recettes spécifiques en fonction des ingrédients que j'ai dans mon réfrigérateur . et puis on peut dire chaque jour y'aura de nouvelle recette que je pourrai découvrir en visionnant leur vidéo , et aussi j'aime lire les commentaires et voir les avis des autres pour voir la qualité des recettes .

- Quelstypesderecettesrecherchez\_vousgénéralement?

**Massiva.A:** en général , je recherche différents types de recettes en fonction de mes envies et mes besoins , ( gratin , des gâteaux , ...) j'apprécie également les recettes traditionnels

- pouvez\_vousdécrire votre processus de recherche de recette en ligne?

**Massiva.A:** je regarde des vidéos de cuisine sur les plateformes comme you tube pour voir les étapes de préparation en action en détails et aussi je base beaucoup plus sur les astuces, les idées éventuelles. Et aussi les commentaires et les avis des autres pour avoir une idée.

- comment perçoit\_on selon vous l'influence de l'internet sur les pratiques alimentaires des mères en général ?

**Massiva.A:** selon moi, les pratiques alimentaires des mères ont un peu changé genre la manière dont elle cuisine, exemple à l'époque de ma mère, les moyens pour cuisiner étaient limités par rapport à aujourd'hui ou nous disposons de toutes les ressources nécessaires.

- pensez\_vous que cela a un impact sur les interactions familiales et les traditions culinaires ?

**Massiva.A:** bien sûr, l'évolution des moyens de cuisiner: certainement un impact sur les interactions familiales , avec plus de moyen et de possibilités , les familles peuvent exprimer de nouvelles recettes , partager des moments ensemble , et au même temps de faire rappeler les anciennes traditions pour ne pas oublier .

- Quels sont les critères que vous prenez en compte pour choisir une recette?

**Massiva.A:** quand je choisisse une recette je prends en compte plusieurs critères , d'abord les ingrédients disponibles dans ma cuisine , ensuite je tiens compte de mes préférences personnelles , les saveurs que j'aime , et aussi je regarde la complexité de la recette , le temps nécessaire pour la préparer, enfin les avis et les commentaires des autres utilisateurs de cette recette .

- Avez-vous déjà adapté des recettes traditionnelles en utilisant des ressources en ligne ?

**Massiva.A:** oui, j'ai déjà adapté des recettes traditionnelles en utilisant des ressources en ligne, pour donner une petite touche personnelle à mes plats préférés.

- Comment cela a-t-il influencé vos pratiques culinaires ?

**Massiva.A:** les ressources en ligne m'ont aidé à améliorer mes compétences en cuisine en me fournissant des conseils et des nouvelles astuces pour faciliter la façon de préparer les plats.

- Avez-vous des interactions avec d'autres mères en ligne concernant la cuisine et les recettes ?

**Massiva.A:** oui, j'ai de la chance d'avoir des interactions en ligne avec d'autres mamans, nous partagerons les idées, les astuces, les expériences les savoir...; comme par exemple j'ai eu de la chance de rejoindre un groupe sur facebook et d'échanger avec d'autres personnes qui partagent la même passion que moi.

- Ya-t-il d'autres expériences que vous souhaitez partager concernant l'influence de l'internet sur vos pratiques culinaires ?

**Massiva.A:** l'internet a eu une influence énorme, grâce à elle j'ai pu découvrir de nouvelles recettes et différents saveurs qui m'ont permis d'apprendre de nouvelles techniques et de conseils.

- Que pensez-vous de l'innovation technologique dans la cuisine ?

**Massiva.A:** je suis vraiment passionné par les avancées technologiques dans le domaine de la cuisine en ligne, et pour moi les nouvelles technologies rendent la préparation des repas plus pratique et efficace, qui est vraiment excitant, on peut dire que l'internet est un moyen qui permet d'explorer des nouvelles recettes et se régaler avec ces innovations.

- Combien de fois vous consultez l'internet par jour ?

**Massiva.A:** je consulte l'internet plusieurs fois par jour pour des différentes raisons chercher des recettes, des recherches sur un sujet particulier, mais généralement quand je m'ennuie.

## **Entretien:Lynda.T**

Une femme mariée de 26 ans, elle a un fils, c'est une commerçante.

- Comment utilisez-vous l'internet dans votre cuisine et vos pratiques culinaires au quotidien ?

**Lynda.T:** j'utilise l'internet dans ma cuisine en utilisant des recettes en ligne, en consultant des blogs, vidéos tutoriels, etc.

- Quelles sont les principales raisons pour lesquelles vous recherchez des recettes en ligne ?

**Lynda.T :** la disponibilité d'information détaillée sur les ingrédients et les étapes de préparation et aussi la facilité d'accès à une grande variété de cuisine du monde entier.

- Quel type de recettes recherchez-vous généralement ?

**Lynda.T:** des recettes rapides et faciles.

- Pouvez-vous décrire votre processus de recherche de recettes en ligne ?

**Lynda.T:** oui , je recherche une recette sur youtube , j'écris 'gratin ' et je trouve plein de propositions.

- Comment perçoit-on, selon vous, l'influence de l'internet sur les pratiques culinaires ?

**Lynda.T:** une influence positive, l'internet offre un accès facile à une variété de recettes , ce qui nous permet d'explorer de nouvelles idées et de diversifier les repas .

- Pensez-vous cela a un impact sur les interactions familiales et traditions culinaires ?

**Lynda.T:** oui , il préserve les traditions culinaires et renforce les lieux familiaux , ça permet de partager de nouvelles recettes à leurs famille , d'expérimenter ensemble la cuisine .

- Quels sont les critères que vous prenez en compte pour choisir une recette ?

**Lynda.T:** la disponibilité des ingrédients, le temps de préparation, les commentaires et les avis laissés par d'autres personnes.

- Avez-vous déjà adapté des recettes traditionnelles en utilisant des ressources en ligne?

**Lynda.T:** oui, comme le mentighrfin, berkoukes, ...

- Comment cela a-t-il influencé vos pratiques culinaires ?

**Lynda.T:** une influence positive car ça facilite vraiment le quotidien, cela rend la cuisine plus créative.

- Avez-vous des interactions avec d'autres mères en ligne concernant la cuisine et les recettes ?

**Lynda.T:** non, sauf ma famille, mon entourage et mes amies.

- Ya-t-il d'autres expériences que vous souhaitez partager concernant l'influence de l'internet sur vos pratiques culinaires ?

**Lynda.T:** c'est une source d'inspiration qui permet d'élargir les connaissances culinaires, expérimenter les cuisines du monde entier, le fait de cuisiner de nouveaux plats pour sa famille, ça renforce et préserve les liens familiaux.

- Combien de fois vous consultez l'internet par jour?

**Lynda.T:** j'utilise les réseaux sociaux chaque jour mais pour la cuisine une fois par semaine; chaque semaine je consacre un jour pour explorer et découvrir de nouveaux goûts, plats pour ma famille.

## **Entretien: karima.H**

Une jeune mademoiselle de ikhelouiene âgée 26 ans, étudiante en agronomie.

- Comment utilisez-vous l'internet dans votre cuisine et vos pratiques culinaires au quotidien ?

**Karima.H:** j'utilise l'internet pour me faciliter les choses dans ma vie quotidienne comme la cuisine les recherches les achats.

- Quelles sont les principales raisons pour lesquelles vous recherchez des recettes en ligne?

**Karima.H:** je recherche les recettes en ligne pour que je puisse porter des nouvelles gourmandises et découvrir d'autres choses.

- Quel type de recettes recherchez-vous généralement?

**Karima.H:** je cherche généralement des recettes traditionnelles et aussi des recettes faciles et rapides à faire.

- Pouvez-vous décrire votre processus de recherche de recettes en ligne?

**Karima.H:** mon processus de recherche en ligne c'est d'aller sur youtube et d'écrire la recette que je désire faire.

- Comment perçoit-on, selon vous, l'influence de l'internet sur les pratiques culinaires des mères en général ?

**Karima.H:** personnellement je vois que l'internet en générale elle a une influence positive plus que négative sur les mères de nos jours, parce que elles les aident dans leur vie quotidienne, elles les donnent des idées et des astuces pour faciliter leur tâches de responsabilité dans la famille, après il faut juste savoir comment l'utiliser à votre intérêt sinon l'internet nous aide, sans elle on peut aller nulle part.

- Pensez-vous que cela a un impact sur les interactions familiales et les traditions culinaires ?

**Karima.H:** comme je vous ai dit tout à l'heure il faut juste savoir comment l'utiliser je vois en grand ça nous aide dans nos vies quotidiennes; mais de l'autre côté comme elle nous rapproche à nos familles par exemple un immigré il peut parler avec sa famille à tout moment, elle peut aussi nous causer des disapprochements donc elle a des points positifs et négatifs au même temps.

- Quels sont les critères que vous prenez en compte pour choisir une recette?

**Karima.H:** les critères que je prends en compte pour choisir une recette, si d'abord d'avoir d'abord les ingrédients que j'ai pour pouvoir choisir selon eux et puis une recette simple qui prendra pas du temps.

- Avez-vous déjà adapté des recettes traditionnelles en utilisant des ressources en ligne ?

**Karima.H:** oui, j'ai absolument déjà adapté des recettes traditionnelles avec les ressources en ligne et c'est beaucoup plus simple et surtout pratique, ils s'expliquent mieux et ils nous donnent des astuces plus sûres et efficaces.

- Comment cela a-t-il influencé vos pratiques culinaires ?

**Karima.H:** cela évidemment m'a influencé positivement et mes pratiques culinaires sont plus faciles et simples et je me suis rendu compte que ça m'aide vraiment et me donne l'envie d'essayer d'autres recettes sans avoir de difficultés.

- Avez-vous des interactions avec d'autres mères en ligne concernant la cuisine et les recettes ?

**Karima.H:** oui, effectivement je partage des recettes qui me plaisent avec mes amis mères et jeunes filles pour qu'on puisse avoir une idée ensemble.

- Ya-t-il d'autres expériences que vous souhaitez partager concernant l'influence de l'internet sur vos pratiques culinaires ?

**Karima.H:** oui, ya plusieurs expériences auxquelles l'internet est la base pour les avoir, comme les études, les projets professionnels, le travail, etc.

- Que pensez-vous sur les innovations technologiques dans la cuisine ?

**Karima.H:** je pense que l'innovation technologique dans la cuisine est fantastique, cela permet non seulement de simplifier certaines tâches, mais aussi d'ouvrir de nouvelles possibilités culinaires, les robots de cuisine, les appareils connectés, les applications mobiles et les ustensiles innovants facilitent la préparation des repas et permettent d'explorer de nouvelles recettes et techniques de cuisson. Cela peut également contribuer à une alimentation plus saine et équilibrée en facilitant la préparation des repas faits maison. En bref, je suis favorable à l'innovation technologique dans la cuisine tant qu'elle est utilisée de manière judicieuse et créative.

- Combien de fois vous consultez l'internet par jour ?

**Karima.H:** moi personnellement , je consulte l'internet deux fois par jour , pour voir les nouvelles recettes; aussi apprendre des techniques , d'ailleurs je me suis abonné à plusieurs groupes facebook , et des canals sur instagram qui sont spécialisé dans la cuisine et la gastronomie algérienne ou marocaine .

## **2. Entretien ancienne génération:**

**Nna Malika:**

Malika Djebara âgée de 60 ans de Tammasit, mariée; femme au foyer elle a 6 enfants.

- Amekay-dtessewjadem tiramnwenwass?

**Nna Malika:** starrayintimensayin

- Dacu-tentteybula-inmntehregtiwayentesseqdaced?

**Nna Malika:** stisgilinusewwiilizri.

- Teseamlemwakelntwacult yettwaznensiljilarljil?

**Nna Malika:** meqrut, seksu, acewwad, lexfaf, iwzan, abazin, bekukes, cexcux, msemem,...

- Amekay-telmdedtilmassin-adwacuntemliltay-seantdegtemwalt-nwen?

**Nna Malika:** cuya s yur yemma, tikwal lemdey wehdi , truḥuyar uxxam n'emmi d tilawin eemmumi lemdey-d yur-sent lhelwa , lexfaf, acewwad ulemsir ma araili ttehara tameyrattedakalen-taktelawinnuuxxamadsewwentaklwaḥid, ttiliyid-sentttajant-i-yid ciṭṭuhxdmayt wehdi almi dayen lemday-t snayet . Lemwakel -a sean-t azal meqqren degtemwalt twacult, s yis i tezdi lemḥiba d rriḥa n lejdud, ttemudunt afus i weshbiber yef tjaddit-nney.

- Tegredtamawtiyebbedilendegtnamiyinntsutwiniccudenyersutwinyezwaren?

**NnaMalika:** ihilmezyennturamacciamzik,ufan-dtiramtimaynutin,iddebsiyend yidelsan imaynuten.

- Amekitwaladanerniitiramnwuccidegwakkud?

**NnaMalika:** kulecibeddelmacciamzik,tura yellattawiltittiknulujiyinnlinternet mmudent affus yer ufellali n yidelsan imaynuten d lmakla tamaynut.

- Amekaratmeyzediuhraznwansayen-adegtegnittanemettit yezgantettnerni?

**NnaMalika:** suselmednlmaklatamensaytidderya-nney,asewwilemwakel timensayin lada akka i tehdayin ntwacult.

### **Entretien:Nna Aldjia**

AldjiaHamidunefemme aufoyer agee78ansdvillageAkaoudj,elle7enfants.

- Amekayd-tesswjademtiram-nweniwass?

**Nna Adljia:** mi -krey sbaḥ ttehegiy lqahwa , ad sewen uk wat uxxam , wa ad rrey imekli ad yeww ama d seksu ama berkukes , mi d tewweḥḥ saea d 12 n uzzal ad d-sersseyimekliattečtwacult,miččanukadserdeyleḥwal,mallanicetṭidenadten- sirdey , lawan lqahwa kifkif aneseww , imir ad 3ennuy imensi ayrum yezga yela , tzemmred mi teččiḍ imkli ad teggeḥ ayrum.

- Dacu-tentteybula-inem ntehregtiwayenaytesseqdaced

**NnaAldjia:** yiwettiremtsewwayeyayennzik,tiremtnniḍenswwayeylmaklatamaynut zik sewwayey ayrumi lkuccan useyar.

- Teseamlemwakelntwacult yettwaznensiljilarljil?

**NnaAldjia:** nekkrednufasnnenlesfenj,lemsmen,berkukes,ameqful, ayrum,

aħeddur,tiyrifin,neshfad-itentiderya menderya nney,mayehwa-aset ad sewwent ayen n zik ney ad sewwent lemwakel n tura.

- Amekay-telmede tilmassin-ad acu ntemlilt ays3antdegtemwalt-nwen ?

Nna Aldjia : teslmdiyi yemma , tamettut n gma tameqqrant ar yestma dayen, lemwakel agi ad yas inevgi ad ten-t-id serseġ , ad yasu ufellaħ i lesla yeeya as-d sersedad yečč,adččen,slemwakelagitteħarabenakkenurnetettuaralejdud;am tecbađđin , tiyrifin ayrum aqquran....

- Tegređtamawtiyebeddilendegtnamiyinntsutwintimezyaniniccudenyeřtsutwin yezwaren ?

Nna Aldjia : tilawin zik ad ruħent ar lexlad ad d-ksent ak leħcawec ( ccix lebqul , acennaf , atteladan... ad sewwent abisar ad as-dezent ibawen ) , tteksent-d tagga ad sewwentberkukes,seħabnzikttexsen-dakayensewwayensitmazirt,ackuzikyella lmal yettimyur leħcic , tura ur sewwayen ara abisar , ur sexdamen ara leħcawec , zik ma ara d-sewweġ lġiran uk ad ččen , sewwayent taħlult, daymi ġaħdent , iħbuben s yiġi , yal axxam yesea tafunast deg udaynin, kkerzen ttawind irden , lawan lexrif ttlqaden iħbuben , irgazen ad kkerzen timzżin lħmeš ibawen ajilban, mi d anebdu mi iqqur leħcic ad t-id meggren ttawin tiwizi, ad sewwent tlawin imekli aksum seksu, ayrum deg usyar , ad serwten s izggaren , ad t-id awin s axxam , tilawin a ttefent tiyerbalin ad ssifent ad kessent akerfa ni , irden ni ad tuemren yer uffufi , aggelil ttaken-s leħq-is ma ara d bban neema ni tettufreq s teqduħet yal tmeġtut ad as-fken leħq-is, tura d itterakturen iy xedmen , d ttimacinin , kulec d lvie i teħuna.

- Amekaratmeyzeduħraznwansayen-adegtegnittanemeġtityezgantettnerni?

**NnaAldjia:**iwakkenadtteħarzedayenid ġġanlejdud,adseħfden,lqum agiuggint

adħefđent ,adggentayrumudajin,tiyrifin,ticebbađin,...ilaqseħafađendiljilarljil  
, am teħlult ttaran-as icerwan n teydiwt , atteladan yettaked tizğiggin ticebħanin ,  
tasemmumet , leksbar , azegđuf, ad t-negzem am umeqful ad tteredı tbaqit lħamu  
usewwiadtteggıđads-tettarađamanakkedlmelħattarewamanarmayuyaldawray leħcic ni  
ak , mi yefsi uk mliħ as ternuđ awren ad ttesneqseđ aman , ad as-teħkmeđ i tmes , mi  
qrib ad yeww yeswa aman nni ad as-ternuđ zit uzemmur imir ad yemeč.

### **Entretien:Nnawiza**

WizaZitouniunefemmeaufoyeragee61ans,deBoussouar,ellea4enfants .

- Amekayd-tessewjademtiram-nweniwass?

**Nna Wiza** : nekk zeggirey s usyyaq lqahwad uyefki ,ad d-heggiy imekli , mi ččan ad  
sirdayleħwal,gganeydeguzal,tamedditsewwayeyimensimineččaadferğaytilizri.

- Dacu-tentteybula-inem nteħregtiwayen aytessqadaced?

**Nna Wiza**:dayenlemdayukzikisewwayeyamseksu

- Teseamlemwakerntwaculti yettwaznensiljilarljil?

**Nna Wiza**:tilawinshfađentitullasnsentamadayrumtemtuntneyseksu,aħddurilaqad teħefđed  
mliħ mliħ , yas ad tessexsred yiwet tikelt maelic arma teħfđed mliħ tessneđ.

- Amekay-telmded tilmassin-ad acu ntemlilt ayseantdegtenwalt-nwen ?

**Nna Wiza** : teshfdiyi yemma, sekud ttimyurey terray dehn-iw ar usewwi , tamettut  
eemmiteshed-iyi,seqdaccent-iyiguxxam,miid-meqqreyufiydiman-iwttelmay kulec ,  
lqima -nsent d lħaja leali win yesnnen ad iseww ad yeqdec i yiman-is

- Tegređtamawtiyebeddilendegtnamiyinntsutwintimezyaniniccudenıyertsutwin  
yezwaren ?

**Nna Wiza:** tidnziksewwayent lemwakeltiqdiminamberkukes, ahlul, tullasntura ur  
sewwayent ara ibeddel usewwi mlih , Imakla n tura taxefifant les frites.

- Amekitwaladanernintiramnwučči?

**Nna Wiza:** abeddelagidayenleli, uladasewwinturayelhadayen, lwaqtnnis lemwakel  
is, lwaqt-agi dayen yesea asewwi ines.

- Amekaratmeyyezđiuhraznwansayen-adeptegnittanemetđit yezgantettnermi?

**Nna Wiza:** mazalayadneswway, mazalttefentmeddenselmaden-ti wiyid

### **Entretien:Nna Dahbia**

Dahbia Mekchiche une femme âgée 50 ans de Elkelâa. elle a 2 enfants; c'est une maîtresse de  
langue française au CEM ikhelouiene .

- Amekay-tesswjademtiram-nweniwass?

**Nna Dahbia:** iminekk taxeddamt takigh-dzik, xedmayak

cceyel-iwnuxxam, ttehg iyimekli, adsewwayayefki, adsakkiyigerddan, adsewen akken ad  
ruhen ar leqraya, deg ass n ljmæa xeddmey lhifa inu uffus la broderie.

- Dacu-tentteybula-inmntehtregtiwayen aytessesqdaced?

**Nna Dahbia:** sewwayey stiktaidlemdayzik, hefdayzikaryemma, yemma ezizuz

,ameqful, berkukes, taberkukest, timegzert,

ticewwadın, ayruum n temunt, tiyirifin, ayrum uquran n udajin, ayen niđen am gratinttewaliy  
i tilizri, asewwi mi walay tikelt ney snat lemday s lemyawla i yimaniwsewwayey.

- Teseamlemwakelntwaculti yettwaznensiljilarljil?

**Nna Dahbia:** yellaseksuufant-idlejdudnufat-id nekknidayen, tiremttagejddantar

leqbayel d seksu, ttabaent am umeqful taberkukest lesfenj, ayrum n zit , seksu teydiwt, lejwaz, ibawen ,tahelwit n iwzan , tahelwit ujilban .

- Amekay-tlemedtilmassin-adacun temliltayseantdegtenwalt-nwen ?

**NnaDahbia:**ggareytiṭṭisizik,teshfdiyi yemmaadreyakasrun,adqeluyadtteesay, teeraday af Imelh. hefday wahdi wahdi, lqima-ines d tizegzewt ak i nesewway d ayen leali i sṣeḥa , felgu, amerynis,..sisan, taydiwet, azrilan...

- Tegredtamawti yebeddilendegtnamiyinntsutwintimezyaniniccuden

**Nna Dahbia:** yella ubeddel atas , zik sewwayen ak ayen id-ttawin si tmazirt , tura lwaqt-agi ala gratin , les pates, ayen ttewalin-t ak di linternet, les soufflets, s les fromages, les cremes bechamels, zik ayaziḍs seksu d azidan , tura ayaziḍ nni lfour , lḥelwa dayen tebeddel tin n tabee , tura les sablets , les chocolats , laerayec ..., zik lesfenj , ayrumaquran , xebez dar , leyribya , Imelwi d setti it-id isewwayen , baqlawa leqbayel.

- Amekitwalaḍanernintiramnwuḥḥidegwakkud?

**Nna Dahbia:** nekk yuri xxirlmakla n zik , kulecd afus-ik it-ixddmen taydiwt n seksu lah lah , yal zman s lmakla ines ,acu kan lmakla n zik i yesean les vitamines, tura kulec ay ttewwa di zit ddirit i sṣeḥa n bna dem

- Amekaratmeyzeḍiuhraznwansayen-adegtegnittanemṭṭit yezgantettnerni?

**NnaDahbia:**tamezwarutilaqadnesewwayaklemwakelninzik,iwidadyettlallenur

ten-nettaḡaara, adnettekesleḥcawec,akkenadhefḍenderyannayadtawinakkennutni

dayen ad sehfḍen i warraw nsen ,yas ad nesewway lmakla tamaynut acu ilaq ad d- nesewway dayen ayen n zik akken ur nettetu ara ansayen l leaddat lejdud nna y.

### **Entretien:Nna Ferroudja**

Ferrodja Kacedi une femme agee de Igounane Amer , c'est une dentiste , elle a deux garçons et deux filles.

- Amekay-tessewjademtiram-nweniwass?

**NnaFerroudja** :mid-kreytaşebhitadrraylqahwaatteww,imiradeennuyimekli, ttekmiley ak cceyel n uxxam , tameddit ad sewejday imensi.

- Dacu-tentteybula-inem ntehregtiwayenaytesseqdaced?

**NnaFerroudja**:mid laemern10iseeggasen, beddiyttarayukddehniwarusewwi.

- Teseamlemwakeli yettwaznensiljilarljil?

**NnaFerroudja**:tayemmatadt-sehfeđiyellis, amberkukeslexfaf,lefilnseksu...

- Amekay-telmded tilmassin-ad acu ntemlilt ayscantdegtenwalt-nwen ?

**Nna Ferroudja**: teslmdiyi yemma d setti d yestma timeqrannin nefent tameddit ad t- izmiri yiman-ismatruḥ arixxamenmeddenadttawilemenanni,adtteqdeci yimyaren- is yiman-is ma truḥ ar ixxamen n medden ad ttawi lemna nni, ad tteqdec i yimyaren-is d wergaz-is d warraw-is.

- Tegređtamawtiyi beddilendegtnamiyinntsutwintimezyaniniccuden yertsutwin yezwaren ?

**NnaFerroudja**:yellaubeddilataş,ziksewwayenmeddenberkukes,seksu,ljwaz lbatata...., ma d tasuta-agi n tura les gratins , les pizza, les desserts.

- Amekitwaladanernintiramnwuččidegwakkud?

**NnaFerroudja**:axxiruččinzikwalawinntura,dayen yella yelhantura,ziklxedra uk d les vitamines, tura kulec d zit, wid ak ittewwan i cceyađ dirrit i şşeḥa n læbd.

- Amekaratmeyyeđiuhraznwansayen-adegtegnittnemeđtit yezgantettnerni?

**NnaFerroudja**:akkenurteruhunarawansayendlemwakelnzik,ilaqanekkesak asewwi n tura, wa ad d-nner lemwakel n lejdud ad t-nensewway akken ad qimen i tsuta id ittedun w ad ten-tlemdden.

**Annexe03:**

**Platstraditionnels**



**Seksuibawen**



**seksus zebib**



**Recheta**



**seksus uyazid**

**Lessaléstraditionnel**



**Mehajeb**

**Aghrumaqquranareqqaq**



**Tikerbabin**

**Lessalésmodernes:**



**Batbout**



**Cornetsalé**



**Burger**



**manchan**



**Sushis**



**voulvon**



**Tacos**



**Fakhitas**

**Les gâteaux traditionnels**



**Khubezdar**



**croquets**



**Braj**



**makrout**



**Lesfenj**



**Timchewecht**



**Tighrifin**



**Lemsemen**

## Gâteaux modernes



**Dziriyat**

**Leerayech**



**Tchareklmesker**



**Sabléprestige**



**Thoumia**



**Baklava**



**Lmehcha**



**Griwech**



**Ghribiya**



**Naqach**



**Bniwen**



**Tartelettes au chocolat**

# Table des matières

---

---

Remerciements

Dédicaces

Introduction générale..... 9

Chapitre I: cadre méthodologique.

Introduction..... 11

Présentation du sujet ..... 11

Choix du sujet..... 11

Raisons objectives ..... 11

Raisons subjectives ..... 11

Problématique..... 11

Hypothèse..... 13

Concepts clés..... 13

Transmission ..... 13

La jeunesse ..... 14

Cuisine traditionnelle des mères ..... 14

Internet ..... 15

Génération ..... 15

Techniques de recherches..... 16

Entretien ..... 16

Observation participante..... 16

Méthode de recherche..... 17

Ethnographie ..... 17

Méthode qualitative..... 17

Présentation des enquêtés..... 18

Nouvelle génération ..... 18

# Table des matières

---

---

Ancienne génération.....	19
<b>Difficulté.....</b>	<b>19</b>
<b>Ethnographie du terrain.....</b>	<b>19</b>
L'éthographie de la commune d'Ait Aïssa Mimoun.....	19
Ethnographie de la commune Aghribs .....	20
Ethnographie de la daïrad'Azefoun .....	21
 <b>Chapitre 02: Les fondements de la cuisine traditionnelle</b>	
<b>Introduction.....</b>	<b>24</b>
<b>Historique de la cuisine traditionnelle .....</b>	<b>24</b>
L'importance culturelle de la cuisine traditionnelle .....	28
Éléments clés de la cuisine traditionnelle .....	29
Les ingrédients de la cuisine traditionnelle.....	31
Les légumes.....	32
Les fruits .....	35
Le pain.....	37
Les boissons .....	40
Les épices.....	42
Conclusion.....	43

# Table des matières

---

## Chapitre 03 : émergence de la jeunesse connectée à l'internet

Introduction.....	45
L'impact de l'internet .....	45
Utilisation de l'internet pour trouver des recettes et astuces culinaires.....	47
L'influence des réseaux sociaux sur les habitudes des jeunes.....	49
Conclusion .....	52

## Chapitre 04 : Renouveau de la cuisine des mères à l'ère de l'internet

Introduction.....	54
Nouvelles tendances culinaires chez les jeunes .....	54
L'influence des recettes en ligne sur les pratiques culinaires des jeunes.....	57
Adaptation des recettes traditionnelles au goût et aux besoins des jeunes .....	58
Adapter les recettes pour les rendre plus saines .....	60
Adapter les recettes aux restrictions alimentaires .....	60
Adapter les recettes à votre culture .....	60
Adapter les recettes pour les rendre plus économiques .....	61
Adapter des recettes aux besoins de votre famille .....	61
L'impact des innovations technologiques sur la cuisine des mères .....	62
La cuisine domestique comme incubateur d'ingéniosité culinaire.....	63
Perturbations technologiques dans les méthodes de cuisson traditionnelles .....	63
Fusion culturelle et hybridation culinaire .....	63
Durabilité et réduction des déchets à la maison .....	64
Plateformes collaboratives et solutions culinaires participatives .....	64
Conclusion .....	64

# Table des matières

---

---

## Chapitre 05: Perception des mères sur le renouvellement

Introduction.....	66
Attitudes des mères envers l'utilisation de l'internet pour la cuisine.....	66
Perception des mères sur l'évaluation des habitudes alimentaires des jeunes.....	67
Les défis rencontrés par les mères dans le renouvellement de la cuisine traditionnelle .....	69
Conclusion .....	72