

Mangez les riches  
la lutte des classes passe par l'assiette

Arpentage

#  
17

*Nora Bonazzoni*



# A L'ARRACHE



Quinoa est une ONG d'éducation à la citoyenneté mondiale et solidaire qui vise à sensibiliser aux réalités socioculturelles, politiques et économiques du monde actuel. Son objectif est d'encourager de nouveaux comportements à l'égard de l'autre et de favoriser l'engagement en faveur d'un monde responsable et solidaire.

Quinoa travaille en partenariat avec des associations internationales et propose des projets qui mélangent échange interculturel et implication dans des actions solidaires mise en place par les partenaires. Quinoa propose également le projet 'alternatives locales' en Belgique ; des formations sur le système-monde, l'interculturalité, l'engagement ; des animations pédagogiques et de sensibilisation pour des groupes scolaires ainsi que pour le 'grand public', des ciné-débats et des arpentages de livres,...



**quinoa**

**Asbl | OJ-ONG d'éducation à la citoyenneté  
mondiale et solidaire**

**26 rue d'Edimbourg | 1050 Bruxelles**

**02/893 08 70 | 0486 86 28 23**

**info@quinoa.be | www.quinoa.be**

# ARPENTAGE KESAKO?

L'arpentage est une méthode de découverte à plusieurs d'un ouvrage, en vue de son appropriation critique, pour nourrir l'articulation entre pratique et théorie.

## LE DÉVIDOIR:

Les impressions avant la lecture. Que vous inspire le titre "Manger les riches"?

Issu de la culture ouvrière, ses objectifs sont de:

- désacraliser l'objet « livre », populariser la lecture
- expérimenter un travail coopératif et critique
- créer une culture commune autour d'un sujet, d'un savoir théorique
- comprendre qu'aucun savoir n'est neutre, que tout point de vue est situé

## CONSIGNES:

- On déchire le livre en autant de parties que de participant-es
- On lit sa partie en notant les idées principales, ses interrogations ou ce qu'on en a compris

### 1er ROUND – Restitution:

- A tour de rôle, chacun-e explique ce qu'il a compris de sa lecture pendant qu'une autre personne prend des notes sur la nappe. Si une personne se sent en lien avec ce qui a été dit, elle peut prendre la parole, et expliquer ce qu'elle a lu etc.

### 2e ROUND – quels liens avec ce que je connais?

- En sous-groupes, discussion autour des liens qu'ont fait émerger la lecture, quelles alternatives?

## LE MOT DE LA FIN:

Avec quoi je repars?

# L'AUTRICE

D'origine franco-algérienne, Nora Bouazzouni écrit plus particulièrement sur l'alimentation, les séries télé, le cinéma, le genre et les sujets de société.

Après plusieurs années à La Blogothèque, elle devient secrétaire de rédaction à Slate Afrique, puis participe au lancement du site web de France Info en tant que journaliste rédactrice et secrétaire de rédaction. En 2015, elle devient journaliste indépendante et collabore régulièrement avec de nombreux médias, dont Libération, le magazine en ligne Slate ou L'Officiel Hommes. Elle traduit également des ouvrages pour Dargaud et Gallimard Jeunesse.

Elle est l'autrice et l'héroïne de la websérie Badass, qui « raconte l'histoire des héroïnes qui ont fracassé l'écran » (Dana Scully, Buffy Summers, Ellen Ripley...) et l'autrice également de la série documentaire Pionnières, qui « met en lumière les femmes oubliées de l'histoire du cinéma », comme Alma Reville, Edith Head ou encore Alice Guy.

De 2016 à 2017, elle alimente la newsletter séries On regarde quoi cette semaine ?

En 2017, elle publie un essai aux éditions Nouriturfu intitulé Faiminisme, quand le sexisme passe à table, où elle s'intéresse à la misogynie et à la domination masculine dans l'alimentation, l'agriculture et les cuisines des restaurants.

En 2018-2019, elle crée et coanime le podcast Plan Culinaire chez Louie Media3, avec Melissa Bounoua. Le podcast explore les pratiques culturelles et sociétales autour de la nourriture.

En juin 2019, elle coprésente avec Tahnee la cérémonie des Out d'or, organisée par l'Association des journalistes LGBT (AJL).

Elle est à l'origine du projet « Paye ta pige », né au printemps 2019, qui vise à « fournir aux journalistes, via un site internet gratuit, les tarifs pratiqués par différents médias français ou francophones (presse, web, radio, TV...) et communiqués directement par leurs confrères et consœurs » ainsi qu'à « faire connaître à tous et toutes le prix de l'info que nous consommons chaque jour et les conditions dans lesquelles elle arrive jusqu'à nos yeux ou nos oreilles. »

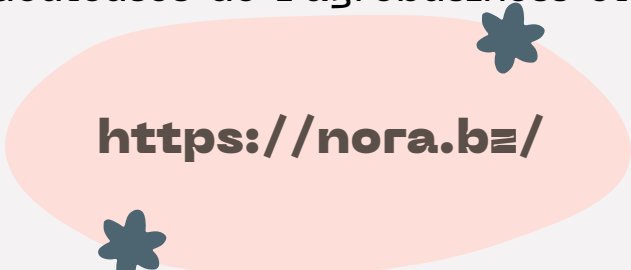
En mars 2020, elle lance un questionnaire sur les violences dans le milieu de la restauration, en collaboration avec l'influenceuse et ancienne cuisinière Camille Aumont Carnel, créatrice du compte Instagram « Je dis non chef! », où sont publiés depuis 2019 les témoignages de victimes de ces violences. Nora Bouazzouni, qui avait entendu parler de « rumeurs » concernant le chef Taku Sekine, reçoit des appels et commence son enquête. Aux femmes avec qui elle parle, la journaliste annonce qu'elle va proposer son enquête à Mediapart mais à la fin du mois de septembre 2020, Taku Sekine se suicide. « Le fait que j'enquête sur Taku Sekine pour Mediapart a fuité avant même que je contacte Mediapart, en juillet, explique-t-elle au Monde. J'ai ressenti une pression dont je n'avais pas besoin, de la part tous ces gens qui voulaient savoir, me doubler, publier un nom alors que rien n'était sorti ».

En octobre 2020, elle lance le programme court Fine Bouche, produit par Urbania France, de courtes vidéos pédagogiques et humoristiques où elle répond à des questions concernant l'alimentation.

Depuis 2020, elle fait partie du comité éditorial de la revue féministe La Déferlante.

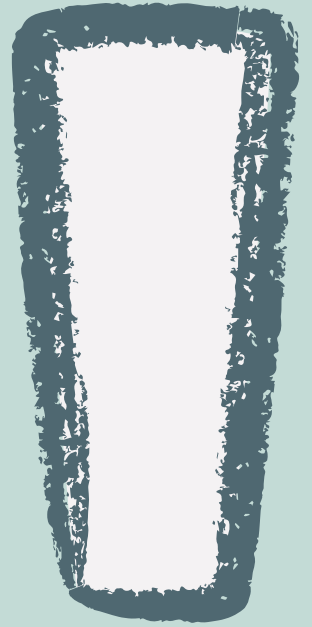
En 2021, elle publie son deuxième essai aux éditions Nouriturfu, intitulé Steaksisme, en finir avec le mythe de la végé et du viandard, où elle explore les régimes de genre, les stéréotypes dans l'alimentation, le marketing genré, ainsi que les tabous et interdits alimentaires. Le livre fait partie de la sélection 2021 de la 5e édition du prix Mange, Livre !

En octobre 2023, elle publie son troisième essai aux éditions Nouriturfu, intitulé Mangez les riches, la lutte des classes passe par l'assiette, où elle « dénonce pêle-mêle l'accroissement des inégalités d'accès à l'alimentation, l'imposture d'un système de pénurie organisée, les mensonges d'une minorité qui se gave en accaparant les terres, les pratiques douteuses de l'agrobusiness et le « monopole du bon goût ».



<https://nora.bz/>

*Ce que je retiens*



*Ce qui me questionne*



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# TABLE DES MATIÈRES

## **LA FAIM DU MONDE .....13**

- Salade tomates pognon ..... 19
- La faim justifie les moyens .....28
- Pac-manne .....35
- Prédaterres .....43
- Graines de tsars .....55
- Le club des pillardaires .....61

## **MANGEZ MOINS, MANGEZ MOINS, MANGEZ MOINS.....69**

- Cadeaux empoisonnés .....71
- Moula frites . .....83
- On s'en food .....97
- Filet de sécu, sauce à l'oseille .....108

## **CAPITAL COOLINAIRE .....111**

- Les goûts des autres .....111
- Nous, c'est le (bon) goût .....118
- Plan culinaire ..... 123
- Poids chiches .....128
- Délivrez-nous du sale ..... 133
- Tout-à-les-goûts .....140

## Citations

Aujourd'hui, par exemple, il est de bon ton pour les classes occidentales favorisées de diminuer leur consommation de viande, de rejeter la «malbouffe», d'acheter ses fruits et légumes via une AMAP et de revendiquer une forme de frugalité. Dans les années 1970, la «nouvelle cuisine» a cherché à redéfinir le canon gastronomique français en mettant le produit au cœur de l'assiette et en rejetant les riches sauces typiques des plats hexagonaux.

«Ce que l'on mange ne dépend pas seulement de son revenu, mais aussi de sa position dans la société.»

Maurice Halbwachs, sociologue

Il n'existe pas plus de "fourche invisible" que de main invisible. Le système alimentaire dominant est profondément capitaliste – c'est-à-dire productiviste, extractiviste, injuste et destructeur. Insoutenable, dans tous les sens du terme. C'est une bombe à retardement. L'abondance, dont certains prophétisent la fin, n'a jamais existé que sur les comptes en banque et les tables bien garnies d'une poignée de nantis. Alors, à qui profite la faim du monde ?

Posséder du capital culinaire, c'est être capable de différencier thon et bonite, citer cinq appellations de vin réputées, donner les prénoms de Gault et Millau, savoir décortiquer un homard, où trouver une bonne poutargue, fréquenter les restos bistrots ou gastronomiques, décrypter leurs menus, ne pas s'y sentir mal à l'aise ou bien ne pas se trouver stupide quand un caviste vous propose un pét' nat' (vin pétillant naturel).

Pendant que les pauvres crèvent de ne pas où mal manger, les riches paient des milliers d'euros pour être privés de nourriture dans des manoirs à la campagne. Le jeûne, c'est la cure d'austérité des riches, une forme de frugalité, la fameuse "sobriété choisie" qu'ils peuvent valoriser. (...) Quand des parents se privent pour nourrir leurs enfants ou que des étudiant·es sautent des repas parce qu'on leur a coupé les APL, on n'en fait pas un article élogieux dans Le Monde. Quand on a tout, c'est facile de se priver et faire passer ça pour un acte de bravoure, un geste charitable.

Je cite d'ailleurs l'anthropologue Bénédicte Bonzi, autrice de *La France qui a faim*, qui explique que l'aide alimentaire est là pour maintenir la paix sociale et empêcher des émeutes de la faim d'éclater en France. Si tout un peuple manqué dans plein de pays du monde s'est déjà passé de nourriture, il se passe ce qui C'est un outil de transformation sociale aussi, parce que le système alimentaire aujourd'hui est défaillant, mortifère et capitaliste. En transformant notre façon de manger, notre façon de produire et distribuer de la nourriture, on change profondément le monde.

La valeur d'un aliment ou d'une pratique alimentaire renvoie à sa désirabilité sociale, c'est-à-dire son adéquation avec les normes sociales en vigueur dans un contexte social ou culturel donné. Ainsi sont définis comme socialement désirables les pensées et comportements en accord avec ce que les individus doivent penser ou faire pour être appréciés par autrui dans un contexte social particulier.

Chez les catégories aisées, «le goût de ce qui est perçu comme bon pour la santé apparaît chez certains comme un goût spontané, ce qui constitue sans doute la forme la plus aboutie de l'intégration de la norme», tandis qu'en bas de l'échelle, «les individus déclarent avoir le goût des choses bonnes parce qu'elles sont bonnes au goût, et non parce qu'elles sont bonnes pour la santé, ni même favorables à la minceur [...]. La priorité en matière d'alimentation en milieu modeste est celle de l'abondance et du choix possible à table.»