

## QUESTIONNAIRE PREPARATION DES REPAS (+ 22 MOIS)

### 1 - Introduction

2 - Le temps de préparation

3 - Votre savoir-faire

4 - Vos sources d'inspiration

5 - Votre équipement

6 - Les fruits et légumes

7 - Les poissons

8 - Les viandes et volailles

9 - Les condiments

10 - Les huiles et sauces

11 - Le fait maison

12 - Quelques plats

13 - La pâtisserie

14 - Et pour terminer

15 - Commentaires

**Cuisiner** : « *préparer et accommoder les aliments de telle sorte qu'ils soient propres à la consommation et agréables au goût* » (Dictionnaire Larousse).

**Ce questionnaire aborde la façon dont vous êtes amené(e) à cuisiner, à préparer vos repas à votre domicile.** Elle pourrait avoir, dans une certaine mesure, un impact sur la qualité nutritionnelle de votre alimentation puisque les modes de cuisson, la conservation des aliments, l'ajout d'ingrédients à la cuisson ou à la préparation des recettes, peuvent intervenir dans la teneur finale en nutriments. Mais les chercheurs savent aussi que chacun doit faire face à des contraintes et qu'il n'est pas toujours possible de passer beaucoup de temps dans la cuisine ou de préparer des plats très élaborés !

Dans ce questionnaire, toutes les actions qui sont accomplies dans la cuisine pour la préparation du déjeuner ou du dîner sont considérées comme relevant du fait de cuisiner. Cela **prend en compte par exemple** :

- préparer un plat froid (crudités, salade de fruits...),
- préparer un plat chaud,
- faire de la pâtisserie,
- réchauffer un plat préparé au four traditionnel ou micro-onde.

En revanche, les actions suivantes **ne sont pas concernées** :

- la préparation du petit déjeuner,
- les actions accomplies lorsque vous êtes à table (saler dans son assiette, retirer la peau du poisson...).

Suite 

- 1 - Introduction
- 2 - Le temps de préparation**
- 3 - Votre savoir-faire
- 4 - Vos sources d'inspiration
- 5 - Votre équipement
- 6 - Les fruits et légumes
- 7 - Les poissons
- 8 - Les viandes et volailles
- 9 - Les condiments
- 10 - Les huiles et sauces
- 11 - Le fait maison
- 12 - Quelques plats
- 13 - La pâtisserie
- 14 - Et pour terminer
- 15 - Commentaires

## Le temps de préparation

### Dans votre foyer, quelle est la personne qui cuisine le plus souvent ?

(Une seule réponse)

- Moi-même
- Mon conjoint
- Ma mère
- Mon père
- Mon enfant
- Un autre membre de ma famille
- Un colocataire
- Un auxiliaire de vie
- Un voisin, un ami
- Autre

Si autre, précisez :

Mon chien

### Au cours d'une semaine ordinaire, combien de fois cuisinez-vous ?

Y compris le fait de préparer un plat froid ou de réchauffer un plat préparé.

(Une seule réponse)

- Tous les jours, deux fois par jour ou plus
- Tous les jours, une fois par jour
- Plusieurs fois par semaine mais pas tous les jours
- Une fois par semaine
- Moins d'une fois par semaine
- Jamais

### Combien de temps consacrez-vous habituellement à la préparation d'un repas ?

Y compris le temps de cuisson.

(Une seule réponse)

- Moins de 15 minutes
- Entre 15 et 30 minutes
- Entre 30 et 45 minutes
- Entre 45 minutes et 1 heure
- Plus d'1 heure

### A quel moment de la semaine cuisinez-vous le plus ?

- Plutôt en semaine
- Plutôt le week-end
- Indifféremment en semaine ou le week-end

### Souhaiteriez-vous cuisiner plus souvent ?

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

### Quelles sont les principales raisons qui vous en empêchent ?

(Plusieurs réponses possibles)

- Je manque de temps
- Je manque d'espace dans ma cuisine ou mon logement
- Je manque d'équipements électroménagers dans ma cuisine
- Je manque d'ustensiles dans ma cuisine
- Je manque de savoir-faire
- Je manque d'inspiration
- Je manque de motivation
- Ça coûte trop cher de cuisiner
- Aucune de ces raisons

### Vous arrive-t-il de préparer un plat à l'avance ?

(La veille pour le lendemain par exemple)

- Oui, souvent
- Oui, de temps en temps
- Non, jamais

### Vous arrive-t-il de préparer intentionnellement un plat en quantité suffisante pour faire plusieurs repas ?

- Oui, souvent
- Oui, de temps en temps
- Non, jamais

### Ne jamais cuisiner signifie que vous êtes concerné(e) par un ou plusieurs des cas suivants :

- quelqu'un cuisine tous les jours pour vous, midi et soir,
- vous mangez midi et soir au restaurant ou en restauration collective,
- vous achetez midi et soir des plats à emporter (sandwich, salade à emporter...) ou livrés à domicile (pizza, plats chinois...).

Si vous ne faites pas partie de ces cas-là, vous pouvez modifier votre réponse à la question précédente.

SAUF SI **JAMAIS** A LA QUESTION  
« Au cours d'une semaine ordinaire, combien de fois cuisinez-vous ? »

SI **JAMAIS** A LA QUESTION  
« Au cours d'une semaine ordinaire, combien de fois cuisinez-vous ? »

## SI JAMAIS A LA QUESTION

« Au cours d'une semaine ordinaire, combien de fois cuisinez-vous ? » :

<p>1 - Introduction 2 - Le temps de préparation 3 - <b>Votre savoir-faire</b> 4 - Vos sources d'inspiration 5 - Votre équipement 6 - Les fruits et légumes 7 - Les poissons 8 - Les viandes et volailles 9 - Les condiments 10 - Les huiles et sauces 11 - Le fait maison 12 - Quelques plats 13 - La pâtisserie 14 - Et pour terminer 15 - Commentaires</p>	<p><b>Votre savoir-faire</b></p> <hr/> <p><b>Comment avez-vous <u>principalement</u> appris à cuisiner ?</b> <i>(Une seule réponse)</i></p> <p><input type="radio"/> Par moi-même <input type="radio"/> Avec un membre de ma famille <input type="radio"/> Avec mon conjoint (ou ancien conjoint) <input type="radio"/> Avec des amis <input type="radio"/> A l'aide des livres de cuisine, des magazines <input type="radio"/> Sur Internet <input type="radio"/> En regardant des émissions TV <input type="radio"/> Dans le cadre d'une formation professionnelle <input type="radio"/> En prenant des cours spécialisés <input checked="" type="radio"/> Je n'ai jamais appris à cuisiner</p> <p><b>Savez-vous écailler et vider un poisson entier ?</b></p> <p><input type="radio"/> Oui, je sais le faire <input checked="" type="radio"/> Non, je ne sais pas le faire <input type="radio"/> Je n'ai jamais essayé</p> <p><b>Savez-vous lever les filets à partir d'un poisson entier ?</b></p> <p><input type="radio"/> Oui, je sais le faire <input checked="" type="radio"/> Non, je ne sais pas le faire <input type="radio"/> Je n'ai jamais essayé</p> <p><b>Savez-vous désosser une viande ou une volaille crue ?</b></p> <p><input type="radio"/> Oui, je sais le faire <input checked="" type="radio"/> Non, je ne sais pas le faire <input type="radio"/> Je n'ai jamais essayé</p> <p><b>Savez-vous farcir une viande ou une volaille crue ?</b></p> <p><input type="radio"/> Oui, je sais le faire <input checked="" type="radio"/> Non, je ne sais pas le faire <input type="radio"/> Je n'ai jamais essayé</p> <p><b>Savez-vous ficeler un rôti ?</b></p> <p><input type="radio"/> Oui, je sais le faire <input checked="" type="radio"/> Non, je ne sais pas le faire <input type="radio"/> Je n'ai jamais essayé</p> <p><b>Parmi les sauces suivantes, quelles sont celles que vous savez préparer ?</b> <i>(Plusieurs réponses possibles)</i></p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Sauce vinaigrette <input checked="" type="checkbox"/> Mayonnaise ou aioli <input type="checkbox"/> Sauce hollandaise ou sauce béarnaise <input checked="" type="checkbox"/> Beurre d'ail, beurre d'anchois ou beurre aux herbes <input type="checkbox"/> Sauce par réduction au vin (Madère, bourguignonne...) <input type="checkbox"/> Sauce béchamel <input checked="" type="checkbox"/> Sauce tomate <input type="checkbox"/> Aucune de celles-ci</p> <p>◀ Précédent   Suite ▶</p>
--	--

PUIS PARTIE 11 – Le fait maison

## SAUF SI **JAMAIS** A LA QUESTION

« Au cours d'une semaine ordinaire, combien de fois cuisinez-vous ? » :

<p>1 - Introduction 2 - Le temps de préparation 3 - Votre savoir-faire <b>4 - Vos sources d'inspiration</b> 5 - Votre équipement 6 - Les fruits et légumes 7 - Les poissons 8 - Les viandes et volailles 9 - Les condiments 10 - Les huiles et sauces 11 - Le fait maison 12 - Quelques plats 13 - La pâtisserie 14 - Et pour terminer 15 - Commentaires</p>	<h3>Vos sources d'inspiration</h3> <hr/> <p><b>Comment avez-vous <u>principalement</u> appris à cuisiner ?</b> <i>(Une seule réponse)</i></p> <p><input type="radio"/> Par moi-même <input type="radio"/> Avec un membre de ma famille <input type="radio"/> Avec mon conjoint (ou ancien conjoint) <input type="radio"/> Avec des amis <input type="radio"/> A l'aide des livres de cuisine, des magazines <input type="radio"/> Sur Internet <input type="radio"/> En regardant des émissions TV <input checked="" type="radio"/> Dans le cadre d'une formation professionnelle <input type="radio"/> En prenant des cours spécialisés <input type="radio"/> Je n'ai jamais appris à cuisiner</p> <p><b>Quelles sont vos principales sources d'inspiration pour les plats que vous préparez habituellement ?</b> <i>(Plusieurs réponses possibles)</i></p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Les plats que j'ai mangés chez des amis, de la famille <input type="checkbox"/> Les plats que j'ai mangés au restaurant <input type="checkbox"/> Les livres de recette, les magazines <input checked="" type="checkbox"/> Les recettes sur Internet <input type="checkbox"/> Les émissions TV de cuisine <input type="checkbox"/> Les discussions avec mon entourage <input type="checkbox"/> Aucune de celles-ci, j'ai mes propres idées de recette <input type="checkbox"/> Aucune de celles-ci, je prépare seulement des plats simples ou des encas <input type="checkbox"/> Aucune de celles-ci, je prépare toujours les mêmes plats</p> <p><b>Vous arrive-t-il de ne pas savoir quoi cuisiner ?</b></p> <p><input checked="" type="radio"/> Oui, souvent <input type="radio"/> Oui, de temps en temps <input type="radio"/> Non, jamais</p> <p><b>Si oui, que faites-vous généralement dans ce cas ?</b> <i>(Plusieurs réponses possibles)</i></p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Je fais un plat simple ou un encas <input type="checkbox"/> Je réchauffe des restes ou un plat préparé <input type="checkbox"/> Je demande des idées à mon entourage <input type="checkbox"/> Je consulte des livres de cuisine, des magazines <input type="checkbox"/> Je consulte Internet <input type="checkbox"/> J'achète un plat à emporter ou livré à domicile <input checked="" type="checkbox"/> Je sors manger au restaurant <input type="checkbox"/> Je me fais inviter par des voisins, de la famille, des amis... <input type="checkbox"/> Autre</p> <p><b>Généralement, que faites-vous lorsque vous voulez préparer un plat dont vous ne connaissez pas la recette exacte ?</b> <i>(Une seule réponse)</i></p> <p><input type="radio"/> J'improvise la recette <input type="radio"/> Je recherche la recette (dans un livre de cuisine, sur Internet, auprès d'une personne de mon entourage...) <input checked="" type="radio"/> Je ne me lance pas dans la préparation d'un plat dont je ne connais pas la recette</p> <hr/> <p>◀ Précédent   Suite ▶</p>
--	---

- 1 - Introduction
- 2 - Le temps de préparation
- 3 - Votre savoir-faire
- 4 - Vos sources d'inspiration
- 5 - Votre équipement**
- 6 - Les fruits et légumes
- 7 - Les poissons
- 8 - Les viandes et volailles
- 9 - Les condiments
- 10 - Les huiles et sauces
- 11 - Le fait maison
- 12 - Quelques plats
- 13 - La pâtisserie
- 14 - Et pour terminer
- 15 - Commentaires

## Votre équipement

---

### **Votre cuisine est-elle équipée des ustensiles et appareils suivants :**

#### **Un autocuiseur type Cocotte-minute ?**

- Oui et je l'utilise
- Oui mais je ne l'utilise pas
- Non

#### **Un fusil aiguiser ?**

- Oui et je l'utilise
- Oui mais je ne l'utilise pas
- Non

#### **Un cannelure zesteur ?**

- Oui et je l'utilise
- Oui mais je ne l'utilise pas
- Non

#### **Un four à micro-ondes ?**

*Si vous êtes équipé d'un combiné four + micro-onde, considérez les 2 fonctions séparément.*

- Oui et je l'utilise
- Oui mais je ne l'utilise pas
- Non

#### **Un four classique (électrique ou au gaz) ?**

*Si vous êtes équipé d'un combiné four + micro-onde, considérez les 2 fonctions séparément.*

- Oui et je l'utilise
- Oui mais je ne l'utilise pas
- Non

#### **Des moules à pâtisserie ?**

- Oui et je les utilise
- Oui mais je ne les utilise pas
- Non

#### **Un verre doseur ?**

- Oui et je l'utilise
- Oui mais je ne l'utilise pas
- Non

#### **Un robot de cuisine (type mixeur ou robot multifonction) ?**

- Oui et je l'utilise
- Oui mais je ne l'utilise pas
- Non

- 1 - Introduction
- 2 - Le temps de préparation
- 3 - Votre savoir-faire
- 4 - Vos sources d'inspiration
- 5 - Votre équipement
- 6 - Les fruits et légumes**
- 7 - Les poissons
- 8 - Les viandes et volailles
- 9 - Les condiments
- 10 - Les huiles et sauces
- 11 - Le fait maison
- 12 - Quelques plats
- 13 - La pâtisserie
- 14 - Et pour terminer
- 15 - Commentaires

## Les fruits et légumes

---

Parmi **les fruits** suivants, quels sont ceux que vous achetez habituellement à l'étal, c'est-à-dire non épluchés, non découpés, non transformés ?

*Y compris ceux qui viennent de votre jardin, qu'un voisin vous donne...*

*(Plusieurs réponses possibles)*

- Pamplemousses, oranges, citrons...
- Pommes, poires, coings...
- Abricots, cerises, pêches, prunes...
- Raisin, fraises, framboises, groseilles...
- Bananes, kiwis, ananas, mangues...
- Noix, amandes, noisettes, châtaignes... (avec la coque)
- Aucun de ceux-ci

Parmi **les légumes** suivants, quels sont ceux que vous achetez habituellement à l'étal, c'est-à-dire non épluchés, non découpés, non transformés ?

*Y compris ceux qui viennent de votre jardin, qu'un voisin vous donne...*

*(Plusieurs réponses possibles)*

- Tomates, poivrons, aubergines...
- Concombres, courgettes...
- Laitues et autres salades, endives, épinards frais
- Ail, oignons, échalotes...
- Pommes de terre
- Betteraves, carottes, céleris raves...
- Haricots, fèves, pois... (avec leur cosse)
- Asperges, céleris, fenouils, poireaux, artichauts...
- Brocolis, choux-fleurs, choux de Bruxelles...
- Champignons
- Aucun de ceux-ci

- 1 - Introduction
- 2 - Le temps de préparation
- 3 - Votre savoir-faire
- 4 - Vos sources d'inspiration
- 5 - Votre équipement
- 6 - Les fruits et légumes
- 7 - Les poissons**
- 8 - Les viandes et volailles
- 9 - Les condiments
- 10 - Les huiles et sauces
- 11 - Le fait maison
- 12 - Quelques plats
- 13 - La pâtisserie
- 14 - Et pour terminer
- 15 - Commentaires

## Les poissons

---

### Sous quelle forme achetez-vous habituellement les poissons ?

*Y compris ceux que vous pêchez, qu'un voisin vous donne...*

*(Plusieurs réponses possibles)*

- Poissons entiers non vidés
- Poissons entiers vidés et nettoyés
- Poisson en filets, en tranches, en pavés ou en darnes
- Poisson pané
- Aucune de celles-ci, je ne consomme pas de poisson

### Savez-vous écailler et vider un poisson entier ?

- Oui, je sais le faire
- Non, je ne sais pas le faire
- Je n'ai jamais essayé

### Savez-vous lever les filets à partir d'un poisson entier ?

- Oui, je sais le faire
- Non, je ne sais pas le faire
- Je n'ai jamais essayé

---

◀ Précédent | Suite ▶

- 1 - Introduction
- 2 - Le temps de préparation
- 3 - Votre savoir-faire
- 4 - Vos sources d'inspiration
- 5 - Votre équipement
- 6 - Les fruits et légumes
- 7 - Les poissons
- 8 - Les viandes et volailles**
- 9 - Les condiments
- 10 - Les huiles et sauces
- 11 - Le fait maison
- 12 - Quelques plats
- 13 - La pâtisserie
- 14 - Et pour terminer
- 15 - Commentaires

## Les viandes et volailles

---

### Sous quelle forme achetez-vous habituellement les viandes et volailles ?

*Y compris ceux que vous vous procurez à la ferme, qu'un voisin vous donne...*

*(Plusieurs réponses possibles)*

- Gros morceaux non découpés : tête de veau, quart de mouton, de porc ou de bœuf...
- Lapins entiers, lièvres entiers
- Volailles entières non vidées
- Volailles entières vidées et nettoyées
- Morceaux de volaille ou de viande découpés et prêts à cuire : steacks, entrecôtes, cuisses de poulet...
- Aucune de celles-ci, je ne consomme pas de viande, ni de volaille

### Savez-vous désosser une viande ou une volaille crue ?

- Oui, je sais le faire
- Non, je ne sais pas le faire
- Je n'ai jamais essayé

### Savez-vous farcir une viande ou une volaille crue ?

- Oui, je sais le faire
- Non, je ne sais pas le faire
- Je n'ai jamais essayé

### Savez-vous ficeler un rôti ?

- Oui, je sais le faire
- Non, je ne sais pas le faire
- Je n'ai jamais essayé

- 1 - Introduction
- 2 - Le temps de préparation
- 3 - Votre savoir-faire
- 4 - Vos sources d'inspiration
- 5 - Votre équipement
- 6 - Les fruits et légumes
- 7 - Les poissons
- 8 - Les viandes et volailles
- 9 - Les condiments**
- 10 - Les huiles et sauces
- 11 - Le fait maison
- 12 - Quelques plats
- 13 - La pâtisserie
- 14 - Et pour terminer
- 15 - Commentaires

## Les condiments

---

**Parmi les épices, herbes et aromates suivants, quels sont ceux que vous utilisez habituellement dans vos préparations ?**

*(Plusieurs réponses possibles)*

- Herbes de Provence (thym, origan, romarin, laurier...)
- Autres herbes aromatiques (persil, ciboulette, basilic, cerfeuil, coriandre...)
- Ail, oignon, échalote...
- Epices d'Europe Centrale (carvi, anis, raifort, aneth...)
- Epices du Maghreb (cumin, ras el hanout, harissa, menthe, sésame...)
- Epices d'Inde (curry, garam masala, tandoori, cardamome, badiane, cannelle, chutney...)
- Epices et aromates des Antilles (colombo, massalé, piments, lait de coco, vanille...)
- Epices d'Amérique Centrale et d'Amérique Latine (piments, paprika...)
- Epices de Chine (poivre de Sichuan, baies de goji, fenouil, gingembre, anis...)
- Condiments du Japon (sauce soja, wasabi, gingembre, vinaigre de riz, mirin...)
- Aucun de ceux-ci

**Vous arrive-t-il de laver et découper des herbes aromatiques fraîches (persil, basilic, coriandre...) ?**

- Régulièrement
- De temps en temps
- Jamais, j'utilise des herbes aromatiques séchées ou surgelées
- Je n'utilise pas ces herbes

**Vous arrive-t-il de découper ou râper certains épices et aromates (gingembre, noix de muscade...) ?**

- Régulièrement
- De temps en temps
- Jamais, j'utilise des épices et aromates en poudre
- Je n'utilise pas ces épices

- 1 - Introduction
- 2 - Le temps de préparation
- 3 - Votre savoir-faire
- 4 - Vos sources d'inspiration
- 5 - Votre équipement
- 6 - Les fruits et légumes
- 7 - Les poissons
- 8 - Les viandes et volailles
- 9 - Les condiments
- 10 - Les huiles et sauces**
- 11 - Le fait maison
- 12 - Quelques plats
- 13 - La pâtisserie
- 14 - Et pour terminer
- 15 - Commentaires

## Les huiles et sauces

### Disposez-vous des huiles suivantes dans votre cuisine ?

*(Plusieurs réponses possibles)*

- Huile de tournesol
- Huile d'olive
- Huile d'arachide
- Huile de colza
- Huile de maïs
- Huile de soja
- Huile de noix/noisette
- Huile de pépins de raisin
- Mélange d'huiles (type Isio 4)
- Aucune de celles-ci

### Parmi les sauces suivantes, quelles sont celles que vous savez préparer ?

*(Plusieurs réponses possibles)*

- Sauce vinaigrette
- Mayonnaise ou aioli
- Sauce hollandaise ou sauce béarnaise
- Beurre d'ail, beurre d'anchois ou beurre aux herbes
- Sauce par réduction au vin (Madère, bourguignonne...)
- Sauce béchamel
- Sauce tomate
- Aucune de celles-ci

### Vous arrive-t-il d'ajouter des aides culinaires en cube ou en poudre (bouillon, fond de sauce, fumet...) dans vos plats ?

- Régulièrement
- De temps en temps
- Jamais, je les fais moi-même
- Je n'en ajoute pas

◀ Précédent | Suite ▶

PUIS PARTIE 11 – Le fait maison

- 1 - Introduction
- 2 - Le temps de préparation
- 3 - Votre savoir-faire
- 4 - Vos sources d'inspiration
- 5 - Votre équipement
- 6 - Les fruits et légumes
- 7 - Les poissons
- 8 - Les viandes et volailles
- 9 - Les condiments
- 10 - Les huiles et sauces
- 11 - Le fait maison**
- 12 - Quelques plats
- 13 - La pâtisserie
- 14 - Et pour terminer
- 15 - Commentaires

## **Le fait maison**

---

### **Savez-vous faire du pain ?**

- Oui, je sais en faire
- Oui, mais seulement avec une machine à pain
- Non, même avec une machine à pain
- Je n'ai jamais essayé

### **Savez-vous faire une crème glacée ou un sorbet ?**

- Oui, je sais en faire
- Oui, mais seulement avec une sorbetière
- Non, même avec une sorbetière
- Je n'ai jamais essayé

### **Savez-vous faire des yaourts ?**

- Oui, je sais en faire
- Oui, mais seulement avec une yaourtière
- Non, même avec une yaourtière
- Je n'ai jamais essayé

- 1 - Introduction
- 2 - Le temps de préparation
- 3 - Votre savoir-faire
- 4 - Vos sources d'inspiration
- 5 - Votre équipement
- 6 - Les fruits et légumes
- 7 - Les poissons
- 8 - Les viandes et volailles
- 9 - Les condiments
- 10 - Les huiles et sauces
- 11 - Le fait maison
- 12 - Quelques plats**
- 13 - La pâtisserie
- 14 - Et pour terminer
- 15 - Commentaires

## Quelques plats

---

### Savez-vous préparer les plats suivants :

#### Une omelette ou un œuf au plat ?

- Non, je ne sais pas en faire
- Je n'ai jamais essayé
- Oui, je sais en faire

#### Une soupe de légumes ?

- Non, je ne sais pas en faire
- Je n'ai jamais essayé
- Oui, je sais en faire

#### Une purée de pommes de terre ?

- Oui, je sais en faire
- Oui, mais seulement à partir d'un sachet de purée en flocons
- Non, même à partir d'un sachet de purée en flocons
- Je n'ai jamais essayé

#### Une quiche, une tarte salée, ou une pizza ?

- Oui, y compris le fond de tarte ou la pâte à pizza
- Oui, mais seulement avec un fond de tarte ou une pâte à pizza du commerce
- Non, même avec un fond de tarte ou une pâte à pizza du commerce
- Je n'ai jamais essayé

#### Un gratin de légumes ?

- Non, je ne sais pas en faire
- Je n'ai jamais essayé
- Oui, je sais en faire

#### Un plat de viande ou de poisson mijoté en sauce ?

- Non, je ne sais pas en faire
- Je n'ai jamais essayé
- Oui, je sais en faire

- 1 - Introduction
- 2 - Le temps de préparation
- 3 - Votre savoir-faire
- 4 - Vos sources d'inspiration
- 5 - Votre équipement
- 6 - Les fruits et légumes
- 7 - Les poissons
- 8 - Les viandes et volailles
- 9 - Les condiments
- 10 - Les huiles et sauces
- 11 - Le fait maison
- 12 - Quelques plats
- 13 - La pâtisserie**
- 14 - Et pour terminer
- 15 - Commentaires

## La pâtisserie

---

### Savez-vous préparer les desserts suivants :

#### Des crêpes ou des gaufres ?

- Oui, je sais en faire
- Oui, mais seulement à partir d'une préparation prête à l'emploi
- Non, même à partir d'une préparation prête à l'emploi
- Je n'ai jamais essayé

#### Un gâteau ou un cake ?

- Oui, je sais en faire
- Oui, mais seulement à partir d'une préparation prête à l'emploi
- Non, même à partir d'une préparation prête à l'emploi
- Je n'ai jamais essayé

#### Des îles flottantes ?

- Oui, je sais en faire
- Oui, mais seulement avec une crème anglaise du commerce
- Non, même avec une crème anglaise du commerce
- Je n'ai jamais essayé

#### Une mousse au chocolat ?

- Non, je ne sais pas en faire
- Je n'ai jamais essayé
- Oui, je sais en faire

#### Des macarons ?

- Non, je ne sais pas en faire
- Je n'ai jamais essayé
- Oui, je sais en faire

#### Une tarte sucrée ?

- Oui, je sais en faire
- Oui, mais seulement avec un fond de tarte du commerce
- Non, même avec un fond de tarte du commerce
- Je n'ai jamais essayé

- 1 - Introduction
- 2 - Le temps de préparation
- 3 - Votre savoir-faire
- 4 - Vos sources d'inspiration
- 5 - Votre équipement
- 6 - Les fruits et légumes
- 7 - Les poissons
- 8 - Les viandes et volailles
- 9 - Les condiments
- 10 - Les huiles et sauces
- 11 - Le fait maison
- 12 - Quelques plats
- 13 - La pâtisserie
- 14 - Et pour terminer**
- 15 - Commentaires

#### Et pour terminer

---

##### Aimez-vous faire la cuisine ?

- Oui, y compris la préparation des repas quotidiens
- Oui, mais pas la préparation des repas quotidiens
- Non

##### Parmi les phrases suivantes, laquelle décrit le mieux votre niveau de cuisine ?

*(Une seule réponse possible)*

- J'ai un très bon niveau, je cuisine comme un chef
- Je sais bien cuisiner
- J'ai un niveau moyen
- Je ne sais faire que quelques plats très simples
- Je ne sais rien faire

##### Souhaiteriez-vous savoir mieux cuisiner ?

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

##### Que faites-vous habituellement des restes de vos repas ?

*(Plusieurs réponses possibles)*

- Je les réchauffe et je les mange tels quels
- Je les intègre dans une nouvelle préparation culinaire
- Je les donne à mon animal domestique
- Je les oublie et je finis par les jeter
- Je les jette systématiquement
- Je n'ai jamais de restes

- 1 - Introduction
- 2 - Le temps de préparation
- 3 - Votre savoir-faire
- 4 - Vos sources d'inspiration
- 5 - Votre équipement
- 6 - Les fruits et légumes
- 7 - Les poissons
- 8 - Les viandes et volailles
- 9 - Les condiments
- 10 - Les huiles et sauces
- 11 - Le fait maison
- 12 - Quelques plats
- 13 - La pâtisserie
- 14 - Et pour terminer
- 15 - Commentaires**

## Commentaires

---

Si vous n'avez pas de commentaire, merci de valider définitivement votre questionnaire.

En revanche, si vous pensez que votre situation n'est prise en compte que partiellement dans ce questionnaire, nous vous proposons de nous préciser ci-dessous les informations supplémentaires qui nous permettront de mieux traiter vos réponses :

500 Caractères restants

Si vous avez besoin d'une aide pour remplir ce questionnaire, merci de cliquer sur la rubrique **NOUS CONTACTER** et de nous préciser vos difficultés : nous vous enverrons une réponse dans les plus brefs délais vous permettant de terminer et de valider votre questionnaire.

MERCI.

---

[◀ Précédent](#) | [📄 Enregistrer en brouillon](#) | [📄 Valider définitivement](#)