

## Les règles à respecter à table en France - Transcription en français

Qu'est-ce qu'il faut faire et qu'est-ce qu'il ne faut pas faire quand vous êtes à table en France, quand vous mangez avec des Français ? On va voir ces règles de comportement dans cet épisode cent-quatre-vingt-quatorze (194) du podcast fluidité, c'est parti !

Avant de commencer, je voudrais vous proposer de pratiquer votre oral grâce à notre club VIP.

C'est un club privé que j'ai créé composé d'une grande communauté d'apprenants du monde entier et tous ensemble, on fait des activités de pratique orale en français sur Zoom au minimum 6 fois par mois. On fait de la lecture, des jeux, des quiz, des discussions sur différents thèmes pour que les apprenants gagnent en confiance à l'oral et progressent.

Il y a aussi un cours pour expliquer facilement et clairement la grammaire du français.

Nous avons un groupe Telegram privé pour écrire, partager et échanger et où j'aide les apprenants en répondant à leurs questions, bien sûr.

Le club VIP, c'est aussi tous les contenus du podcast sans publicité.

Vous êtes tous les bienvenus.

Cliquez sur le lien dans la description pour avoir toutes les informations et vous abonner.

### REJOINS LE CLUB VIP !



- ✓ 8 chats Zoom en groupe tous les mois pour pratiquer ton français oral.
- ✓ Des cours et des fiches de grammaire.
- ✓ Le podcast Fluidité sans publicités.
- ✓ Un groupe Telegram privé pour partager avec des apprenants du monde entier.

### [Informations et abonnement](#)

Bonjour et bienvenue à tout le monde !

Vous savez peut-être que la gastronomie française est très importante dans notre culture.

D'ailleurs, notre cuisine a généralement une bonne réputation dans le monde entier.

Beaucoup de mots français liés à la cuisine s'utilisent dans d'autres langues.

C'est un art à part entière, mais qui demande de respecter certains codes, certaines règles, certaines traditions ou habitudes.

En plus, chez les Français, les repas sont sacrés, ça veut dire qu'ils sont très importants et qu'on doit les respecter. Pour un Français, un repas en famille ou entre amis est un moment de partage, de discussions, de convivialité, ce n'est pas seulement pour manger.

Très souvent, les membres d'une famille dînent ensemble autour d'une table. C'est très rare qu'une famille mange sur le canapé devant la télé par exemple. Le repas à table est un rituel familial très respecté.

Chez moi, on n'a jamais mangé devant la télé. D'ailleurs, mon père veut toujours qu'elle soit éteinte pendant qu'on mange et c'est très bien.

Donc, quand on est à table, c'est-à-dire quand on est en train de manger, il y a des règles de savoir-vivre qu'on doit suivre et qu'on ne doit pas enfreindre.

On peut aussi dire des règles de bonne conduite parce que dans ce contexte, la conduite veut dire la manière dont on se conduit, dont on se comporte.

Alors, dans cet épisode, je vais vous parler des règles les plus connues et je vous dirai si elles sont toujours d'actualité, si on me les a apprises, si elles sont encore respectées dans notre monde moderne et on verra tout le vocabulaire associé.

Bien sûr, ces règles sont plus ou moins respectées, ça dépend des familles, de leur éducation, ça dépend de l'environnement de chacun et ça dépend du contexte social. Ce n'est pas le même contexte quand on mange avec des collègues de bureau et son patron dans un beau restaurant que si des amis très jeunes mangent dans un fast-food.

De toute façon, c'est toujours mieux de connaître la théorie et ensuite de s'adapter selon la situation.

Comme je l'ai dit dans un épisode, c'est important d'accepter et de respecter la culture du pays où on va, même si ce sont des habitudes qui sont très éloignées des nôtres.

On va d'abord commencer par les règles les plus communes et les plus respectées et ensuite, on verra celles qui sont beaucoup moins fréquentes ou plus anciennes.

Premièrement, on va parler de la posture, c'est-à-dire de comment se tenir.

*Se tenir* est un verbe très utilisé pour parler de la position de notre corps, mais aussi pour dire *se comporter*.

Donc la première règle quand on est à table, c'est de se tenir droit, ce qui veut dire être assis avec le dos droit et la tête droite et pas basse. C'est une règle qu'on m'a apprise dans ma famille. Donc les parents disent à leurs enfants "*Tiens-toi droit*" ou "*Tiens-toi bien sur ta chaise*".

Au contraire, les parents n'aiment pas que les enfants soient avachis à table. Être avachi, ça veut dire ne pas être droit, avoir le corps à moitié penché sur le côté, en arrière ou en avant. Les parents demandent aussi aux enfants de ne pas poser leur tête sur leur main avec le coude sur la table, même s'ils sont fatigués.

En parlant de coudes, en France ils ne doivent pas être posés sur la table, c'est malpoli.

C'est aussi ce qu'on m'a appris.

Théoriquement, ce sont les poignets et les avants-bras qui peuvent toucher la table pendant qu'on mange. Et les coudes doivent être plutôt collés contre le corps et ne pas partir sur les côtés.

Ensuite, les mains doivent toujours être visibles. Soit elles tiennent les couverts, soit vous les posez sur la table de chaque côté de l'assiette. Je crois que c'est le contraire en Angleterre et qu'on doit mettre les mains sous la table si on ne mange pas.

En général, la tradition française veut qu'on ne mange pas avec les mains. Maintenant, certains Français ont des origines d'autres pays où on mange avec les doigts. Donc ça va dépendre des cultures.

Et, de nos jours, on mange aussi beaucoup de pizzas ou de burgers et dans ce cas, on les

mange avec les doigts quand on est à la maison ou dans un fast-food.

Évidemment, les jeunes générations mangent souvent de la nourriture japonaise ou chinoise, donc ils savent aussi manger avec des baguettes. Ici, les baguettes, ce n'est pas le pain français, mais ces petits bâtons utilisés en Asie pour attraper les aliments.

En tout cas, la cuisine française traditionnelle ne se mange pas avec les doigts, mais avec des couverts comme une fourchette, un couteau et une cuillère.

Vous verrez rarement une personne de plus de soixante (60) ans manger avec les doigts, les Français les plus âgés ne sont pas habitués à manger sans couverts. Les plus âgés pourraient même manger une pizza avec des couverts.

Donc, quand vous ne savez pas, il vaut mieux manger avec les couverts.

Les Français n'aiment pas non plus qu'on fasse du bruit en mangeant. Donc on essaye le plus possible de mastiquer la bouche fermée pour ne pas faire ce fameux bruit que certains détestent.

Bien sûr, on parle seulement quand on a la bouche vide, on ne parle pas la bouche pleine. Ensuite, on n'utilise pas son téléphone portable à table, ce serait un manque de respect et une preuve qu'on ne s'intéresse pas aux autres. On ne le laisse pas non plus posé sur la table et on le met en silencieux ou loin de la table pour pas qu'il ne fasse de bruit quand il sonne.

On évite aussi de parler tout fort ou de crier, par exemple. On essaie de parler à voix normale. D'une manière générale, les Français préfèrent la discrétion à table.

En France, une autre règle de courtoisie à table est d'attendre la maîtresse ou le maître de maison. Quand on est invité chez quelqu'un, généralement on attend que la personne qui a fait le repas ait fini de servir tout le monde et qu'elle s'assoie avant de commencer à manger. Parfois, l'hôte peut dire à ses invités : "Allez-y, commencez à manger sans moi, ne m'attendez pas" et dans ce cas, on peut commencer avant elle ou avant lui.

Quand on est en famille tous les jours, c'est une règle qui est un peu moins respectée mais ça dépend des gens.

Et quand on est invité chez des gens, généralement, on n'arrive pas les mains vides, c'est considéré comme malpoli ou mal vu en France.

Alors, ça veut dire quoi "arriver les mains vides" ? Ça veut dire arriver chez quelqu'un en tant qu'invité sans avoir amené quelque chose : offrir des fleurs à la maîtresse de maison, amener une bouteille de vin ou un autre petit cadeau. Et on le fait aussi entre amis majoritairement.

Pour ma part, si j'arrive les mains vides chez quelqu'un, je me sens mal à l'aise.

Ce n'est pas la valeur ni la taille du cadeau qui compte, c'est le principe d'offrir quelque chose si on est invité à manger.

En général, quand on invite du monde à manger chez soi en France, on commence d'abord par prendre l'apéritif, le fameux apéro. Souvent, on prend l'apéro dans le salon, donc l'endroit où il y a le canapé et la télévision. Et ensuite, pour passer à table dans la salle à manger, on attend que l'hôte nous le demande explicitement. La personne dira : "*On va passer à table*" ou "*Vous pouvez vous assoir à table*", par exemple.

Toujours si on est invités, on demande si on peut reprendre d'un plat en particulier. On peut dire "*Est-ce que je peux reprendre du poulet ?*", par exemple. Mais on ne se ressert pas tout seul.

Autre chose, on ne passe pas le bras devant son voisin pour attraper quelque chose plus loin. Au lieu de ça, on demande à la personne de nous donner ce qu'on veut; Par exemple, *"Vous pouvez me passer la carafe d'eau s'il vous plaît ?"*

Maintenant, voyons quelques règles spécifiques aux aliments.

En France, il ne faut pas couper sa salade avec un couteau. En fait, il y a quelques siècles, les couteaux rouillaient au contact du vinaigre qu'il y a dans la vinaigrette. Une vinaigrette, c'est une sauce utilisée par défaut pour assaisonner la salade. C'est au minimum du vinaigre avec de l'huile, du sel et du poivre.

Donc à l'époque, les couteaux s'oxydaient, rouillaient au contact du vinaigre parce qu'ils n'étaient pas en inox, donc les gens ne coupaient jamais la salade. Et c'est devenu une habitude et une tradition. De nos jours, les Français ne coupent jamais les feuilles de salade. Normalement, la personne qui a cuisiné les a coupées avant. Mais si les feuilles sont trop grandes, on les plie en deux (2) avec la fourchette, par exemple.

Ce qui est aussi mal vu, c'est de prendre la dernière part sans demander aux autres s'ils la veulent. Par exemple, s'il reste une seule part de gâteau, il faut demander si quelqu'un la veut, c'est plus poli. *"Quelqu'un veut la dernière part ?"* C'est pour ça, qu'en général, personne ne prend la dernière part pour ne pas avoir à demander !

On a vu les règles les plus fréquentes et les plus respectées. Donc si vous les suivez, tout se passera bien.

Maintenant, on va voir d'autres règles qui sont de moins en moins respectées ou très rares.

Premièrement, au sujet d'une table très formelle, on dit souvent qu'il y a plusieurs couverts pour les différents plats, comme par exemple 2 couteaux, trois (3) fourchettes, etc.

Mais ça, c'est généralement dans les restaurants très haut de gamme très chers, dans des dîners ultra mondains ou il y a très très longtemps. Personnellement, je n'ai jamais vu ça de ma vie ou alors je ne m'en souviens pas. C'est peut-être aussi parce que je ne vais pas dans les restaurants de luxe !

Par contre, souvent, au restaurant, le serveur vous change de couteau si vous prenez de la viande ou du poisson.

Mais si ça vous arrive un jour, si vous avez plusieurs couverts autour de l'assiette, sachez que vous devez commencer par les couverts qui sont le plus à l'extérieur de l'assiette pour aller vers le centre à chaque plat.

Ce qui arrive souvent au restaurant ou quand vous êtes invités, c'est que vous ayez deux verres. Un verre pour l'eau et un autre pour le vin.

Théoriquement, le verre à eau est le plus grand verre de tous. Oui, parce que, en théorie, on boit plus d'eau que de vin !

Autre chose, quand on boit du vin avec un verre à pied, il faut théoriquement tenir le verre par le pied et non pas par le ballon, là où se trouve le vin.

Parce que le vin est servi à une certaine température, donc si on prend le verre par le ballon, on réchauffe le vin avec notre main.

Bon, ce n'est pas une règle très respectée. Même si le vin fait partie de la culture française, peu de Français savent que c'est mieux de tenir le verre par le pied.

Ensuite, revenons au pain ! En théorie, il ne faut surtout pas le couper avec un couteau, mais il faut le couper à la main.

Pourquoi ? Parce que, dans la religion catholique, le pain est le corps du Christ. Donc si on le coupe au couteau, c'est comme blesser le Christ. Encore une autre règle que peu de gens connaissent en deux-mille-vingt-cinq (2025), donc ne vous inquiétez pas pour ça. En plus, il y a de moins en moins de catholiques pratiquants en France.

Chez moi, on a toujours coupé le pain au couteau. Et quand on fait des repas de famille, on en coupe quelques bouts à l'avance dans une petite corbeille à pain. Même au restaurant, on vous sert le pain déjà tranché.

Ensuite, il y a la question des couverts à l'intérieur de l'assiette. Théoriquement, pour signaler au serveur du restaurant ou à l'hôte chez qui on est invité qu'on a fini de manger, on doit poser la fourchette et le couteau dans l'assiette parallèlement l'un à l'autre. Mais, si on veut dire qu'on fait une pause avant de continuer à manger, on devrait les positionner d'une autre façon. Là aussi, c'est une règle qu'on connaît très peu, donc c'est peu utile actuellement.

On peut aussi parler de la serviette. Premièrement, c'est mieux de la plier en deux et de la mettre sur ses genoux au lieu de la laisser sur la table ou de la mettre dans le col, comme une cravate.

Mais, sincèrement, c'est de plus en plus rare de voir de grandes serviettes en tissu au restaurant ou lors d'un repas de famille ou entre amis. Le plus souvent, on a des petites serviettes jetables en papier. Donc c'est une tradition qui tend à disparaître. Mais si vous tombez sur une serviette en tissu au restaurant, vous saurez que c'est mieux de la plier en deux et de la mettre sur vos genoux.

Voilà, il y a certainement d'autres règles mais qui sont encore moins connues ou moins fréquentes.

Encore une fois, c'est la théorie et ça va dépendre du contexte, comme pour la langue ! J'espère que vous avez appris beaucoup de vocabulaire sur ce sujet de la table et de la cuisine.

Pour progresser en français ou si vous voulez soutenir la chaîne et le podcast, vous pouvez acheter mon livre "*En route vers le français avec fluidité*".

C'est un livre avec les meilleurs contenus du podcast + un contenu en exclusivité. Il y a bien sûr les versions audio et vidéo téléchargeables sans publicités. Mais aussi des anecdotes, des jeux de vocabulaire et encore d'autres bonus.

Cliquez sur le lien dans la description pour avoir toutes les informations.

Merci beaucoup d'avoir suivi jusqu'à la fin et à bientôt !