

PROLONGEMENT

Prolonger cette rencontre en interrogeant le chef sur ses recettes préférées, les ingrédients qu'il utilise en ce moment, sur les différences de ses sauces selon les saisons, sur les ingrédients du marché, son plat préféré, ses astuces...

Un travail d'échanges autour des questions ci-dessous permettra aux élèves de s'interroger sur la complexité des saveurs, sur le travail créatif d'un cuisinier, sur les modes gustatives, sur les saveurs qui dominent, sur celles qui masquent, sur les saveurs qui viennent d'autres cultures, sur les ingrédients déterminants dans une recette...

- Comment peut-on sublimer la saveur d'un aliment ?
- Comment peut-on modifier la saveur d'un aliment ou la masquer ?
- Comment peut-on relever la saveur d'un aliment fade ?
- Comment peut-on atténuer la saveur d'un aliment fort ?
- Comment peut-on faire se côtoyer des saveurs contraires ?
- Comment invente-t-on une nouvelle saveur ?



AVEC LE CARNET DE PARCOURS DU GOÛT

La veille de la dégustation, demander aux élèves de rechercher dans les placards familiaux les ingrédients, épices... qui pourraient être utilisés pour réaliser une sauce et de les noter dans leur carnet. De retour en classe, leur proposer de composer une ou plusieurs sauces avec les ingrédients qu'ils ont notés pour accompagner les viandes qu'ils ont dégustées.

POUR EN SAVOIR + :



Kit pédagogique du CIV
«Bien dans mon assiette, bien dans mes baskets»

Les classes du goût : séances 2 et 6

LA PALETTE DES SAVEURS



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Se mettre à l'écoute de ses perceptions sensorielles, les identifier, les isoler et les utiliser
- Découvrir et utiliser le vocabulaire approprié
- Découvrir les différences de perceptions entre les individus
- Découvrir la mémoire individuelle des saveurs
- Evoquer quelques facteurs d'influences culturelles sur la dégustation
- Mener une enquête en vue de découvrir un métier
- Découvrir des associations de saveurs

COMPÉTENCES

- Utiliser des aliments référents en vue d'établir une échelle comparative
- Mettre en œuvre un vocabulaire spécifique et dédié
- Trouver des solutions appropriées pour organiser des résultats
- Ecouter des points de vue, échanger et organiser des arguments



DU CÔTÉ DU CYCLE 2 ET DU CYCLE 3

DÉCOUVERTE « *Savoureuses sensations* »



Durée de la séance : entre 10 et 15 min

Mettre en place une discussion collective autour des questions suivantes : quelles sont toutes les saveurs que vous connaissez ? Quelle est celle que vous préférez ? Pourquoi ? Vos habitudes ont-elles changé ? Lesquelles et pourquoi ?

Les réponses possibles seront, en fonction de l'âge des élèves, très simples (« tout ce qui est sucré ») voire confondront probablement saveurs, arômes, ingrédients, aliments... (« tout ce qui est au chocolat »). A ce stade, l'objectif n'est pas de corriger les réponses mais de recueillir les expressions des enfants. Cette discussion permettra de vérifier les connaissances initiales des élèves, de faire le point sur le vocabulaire puis de créer une situation d'échanges afin que chacun exprime le plus précisément possible sa perception des saveurs. L'objectif n'est pas d'arriver à un consensus, mais de permettre à chacun d'expliquer le plus précisément possible ses perceptions. Cette étape est essentielle pour que chaque enfant se rende compte des différences de perception d'un individu à un autre, des préférences et éventuellement des habitudes culturelles qui forment le goût de chacun.

DÉGUSTATION « plus ou moins »

 **Durée de la séance : entre 30 et 45 min**

Préparation de la séance

Apporter des aliments très typés du point de vue de leurs saveurs : sel de table pour la saveur salée, sucre en poudre pour la saveur sucrée, citron pour la saveur acide, cacao en poudre sans sucre ajouté pour la saveur amère ainsi que des variantes pour déterminer quel aliment est plus sucré ou salé que tel ou tel autre et aborder la notion de « continuum de saveurs ». Par exemple : cacahuètes, chips, chocolats avec différents pourcentages de cacao (chocolat blanc, chocolat au lait, chocolat à 75% de cacao...), soda, eau, vinaigre, gâteau sec, fruits sucrés ou plus acidulés.

Déroulement de la séance

Répartir les élèves en groupes. Disposer devant chaque groupe les 4 aliments représentant les 4 saveurs fondamentales. Mettre en place une discussion collective en vue de s'assurer de l'identification des aliments, « c'est du ... ». Une fois tous les aliments nommés, et éventuellement « jugés » par les enfants, proposer de les goûter. Laisser un premier temps très libre d'échanges d'impressions. Toutes les mentions subjectives (j'aime, je n'aime pas) peuvent être acceptées pour être tout de suite réorientées vers les mots décrivant ce que l'on ressent quand on goûte. Selon le niveau des élèves, il sera possible d'aller jusqu'à tenter de faire la distinction entre les saveurs et les arômes. Faire une mise au point collective, et stimuler les échanges dès qu'un mot qualifiant une saveur est prononcé par un enfant ou dès qu'une mimique caractéristique de la reconnaissance d'une saveur (grimace associée à l'acidité) est exprimée. Très classiquement : acide, sucré et salé sont spontanément prononcés, le mot « amer » fait plus rarement partie du vocabulaire actif des jeunes enfants. Une fois les quatre saveurs nommées, distribuer à chaque enfant une feuille reproduisant le schéma ci-dessous avec des bandes verticales d'environ 20 cm.

Sucré	Salé	Acide	Amer
+	+	+	+
–	–	–	–

Donner à chaque enfant 2 ou 3 aliments ayant la même saveur principale. Demander à chacun de goûter puis de placer les aliments sur la bande en les ordonnant de la saveur la plus forte à la saveur la moins forte. Veiller à ce que plusieurs enfants aient les mêmes aliments afin de pouvoir comparer les résultats et d'évoquer les différences de perception. Pour leur permettre de faire la distinction entre saveurs et arômes, demander aux enfants de déguster ensuite les mêmes aliments en se bouchant le nez pour tenter de ne percevoir que les saveurs. Faire une mise en commun des résultats en veillant à ce que chaque enfant explique ce qu'il a ressenti : je trouve que... est plus salé que.... L'objectif n'est pas de parvenir à un rangement consensuel mais de donner la possibilité aux élèves d'exprimer le plus justement possible la sensation qu'ils ont en bouche tout en utilisant les mots appropriés. Cette activité sera également l'occasion de leur expliquer qu'il existe bien plus que 4 saveurs : tout se passe comme si on passait d'une saveur à une autre de façon progressive et continue : on parle de « continuum de saveurs ».

EXPÉRIMENTATION « Rencontre avec un chef »

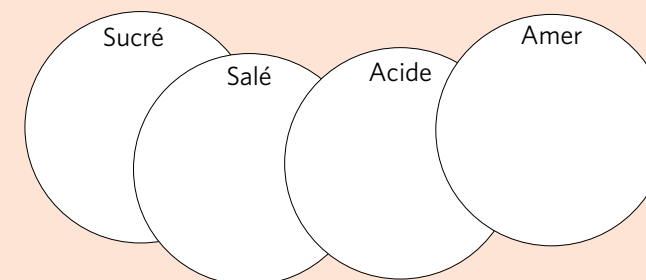
 **Durée de la séance : 1 heure**

Remarque : cette activité doit être préparée et conduite avec le chef du restaurant scolaire de l'école.

Préparation de la séance : le chef devra avoir à disposition des ingrédients pour réaliser plusieurs sauces destinées à accompagner un plat de viande. Penser à des ingrédients capables de faire varier la saveur : sel, poivre, sucre en poudre, confitures, fruits frais, miel, épices, fruits séchés, câpres, moutarde, tabasco, cornichons...

Pour les dégustations des sauces, il devra également prévoir des petits morceaux de viande froide cuite – avec des piques – (boeuf, veau, agneau, porc...) pour que les enfants puissent les tremper dans les différentes sauces.

Découper de grands cercles sur des feuilles. Dans chacun d'entre eux, noter une des quatre saveurs le long du périmètre du cercle (sucré, salé, acide, amer). Préparer une dizaine d'exemplaires de chaque afin d'avoir la possibilité de créer toutes les associations possibles de 2, 3 voire des 4 saveurs.



Déroulement de la séance

Proposer aux élèves de participer à un atelier cuisine sous l'œil averti du chef. Revenir sur le nom des saveurs qu'ils doivent connaître à ce stade. Répartir la classe en groupes. Installer l'ensemble des ingrédients sur une table commune. Proposer à chaque groupe de réaliser une sauce en y associant un ou plusieurs ingrédients.

Proposer aux élèves de goûter les sauces inventées par chaque groupe, puis de définir la ou les saveurs qu'ils ont perçue(s). Proposer de placer la sauce dans le ou les cercles qui correspondent aux saveurs perçues. Vérifier ensuite quels ingrédients sont entrés dans la composition de la sauce.

Prolonger le travail autant que nécessaire afin d'aller vers des associations de saveurs de plus en plus complexes ou mixant deux saveurs presque à proportion égale. D'autres expériences peuvent être menées avec différentes viandes (rôti de porc et rôti de bœuf par ex.) afin de déterminer si certaines sauces sont plus adaptées à tel ou tel type de viande.

Conclure en mettant en évidence que le mélange d'ingrédients permet de modifier la saveur initiale d'un aliment.