

Fiche 4 : Les différentes Saveurs

La perception visuelle que nous avons des aliments dans notre assiette est très importante dans notre envie de manger ou dans notre dégoût. Comment privés de ce sens, réagissons-nous ?

Niveau : <table border="1"><tr><td>Cycle 2 (5 - 8 ans)</td><td>Cycle 3 (8 - 11 ans)</td></tr><tr><td>Collège</td><td>Lycée</td></tr></table>	Cycle 2 (5 - 8 ans)	Cycle 3 (8 - 11 ans)	Collège	Lycée	Résumé : Dégustation à l'aveugle d'aliments acides, amers, sucrés, salés, piquants...
Cycle 2 (5 - 8 ans)	Cycle 3 (8 - 11 ans)				
Collège	Lycée				
Temps d'activité : 1 heure	Objectifs : Développer les sens gustatifs, apporter du vocabulaire autour du goût				
Activité précédente : Fiches 2 et 3	Activité Suivante :				

Matériel :

- endive
- fromage frais salé
- fruits de saison
- Chocolat
- Comté
- Citron ou kiwi
- Pain
- Biscuits apéritifs salés...

- Moutarde
- Des bandeaux
- Des assiettes
- Des couteaux, cuillères, fourchettes...

Préparation : Mettre tous les aliments sur une table à l'abri des regards.

Déroulement :

- Mettre les enfants par paire : un goûteur et un préparateur. Le préparateur a un rôle important puisque c'est lui qui choisit les aliments et qui les associe pour les faire goûter.
- Proposer aux goûteurs une activité pour les faire patienter.
- Demander aux préparateurs d'aller vers la table des aliments et leur donner quelques consignes :
 - o Associez un maximum deux aliments
 - o Faites des choses que vous auriez envie de manger
 - o Pensez à l'ordre dans lequel vous allez le donner (le salé avant le sucré, ou l'inverse, les choses douces avant les choses fortes...)
 - o Ne pas mettre trop d'éléments piquants.
 - o Faites en sorte que cela puisse être mis dans la main du goûteur.
- Lorsque les préparateurs ont presque fini, demander aux goûteurs de revenir. Placez-les de façon qu'un préparateur puisse s'asseoir en face d'eux. Bander leur les yeux.
- Des verres d'eau peuvent être distribués si des enfants souhaitent boire entre deux aliments.
- Faites asseoir les préparateurs. Donnez quelques consignes :
 - o Les préparateurs doivent mettre dans la main du goûteur les aliments les uns après les autres.
 - o Les goûteurs peuvent boire de l'eau s'ils le souhaitent avec l'aide du préparateur.
 - o Ne pas faire de commentaires, et surtout de pas dire ce que l'on pense manger.
- Quand toutes les paires, ont fini la dégustation, on recueille les premières impressions.
- On essaye ensuite de retrouver les aliments qui ont servi au départ.

Une discussion peut être engagée sur le rôle du toucher, et de l'absence de la vue dans leur perception. Quel est le rôle de nos 5 sens dans nos choix alimentaires ?

Prolongations :

- Classement d'aliments en fonction de leur saveur : sucré, salé, acide, amer, piquant

Ressources : Voir fiche 2

