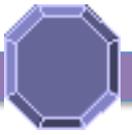




Le goût et les 5 sens



★ 1. TOUCHER C'EST GAGNÉ !

Matériel :

- 6 sachets plastiques ou boîtes opaques
- Aliments : Noix, pommes, grains de café, salade, pâtes, riz, sel/sucre, fromage râpé, œuf, pain, blé, lentilles...

Déroulement :

L'enseignant cache des aliments dans 6 sacs. Il divise ensuite la classe en deux équipes qui devront tour à tour plonger leurs mains dans les sacs et deviner les aliments s'y cachant. L'enseignant note au tableau leurs réponses et désigne l'équipe gagnante à la fin.

★ 2. À BON ODORAT, HOURRA !

Matériel :

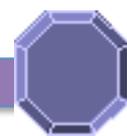
- Jus de pomme : environ un litre pour 20 participants
- Gobelets en plastique : un par élève

Déroulement :

Donner à chaque élève un verre de jus de pomme (dans chaque gobelet, mettre l'équivalent de 2-3 gorgées, soit 20- 30 ml). Attention : ne pas dire aux élèves qu'il s'agit de jus de pomme ! Demander aux élèves de se boucher le nez et de boire une première gorgée de jus en gardant le nez bouché. Bien insister sur la consigne nez bouché : les élèves doivent garder le nez bouché même après avoir avalé la gorgée. Toujours le nez bouché, demander aux élèves de prendre une deuxième gorgée de jus, puis de se déboucher le nez en avalant la gorgée (c'est en se débouchant le nez exactement au moment d'avalier la deuxième gorgée que l'impression est la plus forte). Demander aux élèves de décrire la différence ressentie entre la gorgée avalée nez bouché et la gorgée avalée nez débouché : qu'est-ce que la langue nous donne comme information (situation nez bouché) ? Est-ce suffisant pour reconnaître un aliment/une boisson ? Quel autre sens intervient ? Qu'est-ce que le « goût d'un aliment ? »



Le goût et les 5 sens



★ 3. VOIR POUR MIEUX GOÛTER ?

Matériel :

- Une boisson rouge : Mélanger de l'eau avec du sirop de fraise ou de grenadine.
- Une boisson incolore : pour un litre d'eau, mettre 10 g de sucre en poudre et 3-4 gouttes d'arôme naturel de vanille liquide (par exemple, Vahiné®).
- Une boisson verte : pour un litre de boisson, mettre 25 ml de sirop de citron, compléter à un litre avec de l'eau, ajouter une cuillère à soupe de sucre en poudre, puis 10 gouttes de colorant jaune et 5 gouttes de colorant bleu (par exemple, colorants alimentaires Vahiné®).
- Gobelets en plastique transparents : 3 par élève

Déroulement :

Pour une classe de 25-30 élèves, prévoir 2 litres de chaque boisson.

Servir à chaque élève un verre de chaque boisson. Demander aux élèves de goûter la boisson contenue dans chaque gobelet et de deviner son parfum. Veiller à ce que les élèves fassent cette expérience de dégustation individuellement, sans échanger les réponses entre eux. Demander aux élèves le parfum du sirop rouge : la vue de la couleur rouge fait directement penser à de la fraise ou de la grenadine. Énoncer qu'effectivement, il s'agit de sirop à la fraise ou grenadine. Comprendre que lorsqu'un aliment nous est présenté, le premier sens qui se met en action, c'est la vision. Elle nous permet de reconnaître cet aliment. Demander aux élèves le parfum du sirop incolore (beaucoup peuvent avoir eu du mal à trouver la réponse) : pour ce sirop, aucun indice visuel – aucune couleur – ne les aide à trouver le parfum et ils ont donc plus de mal à deviner le parfum de ce sirop. Comprendre que lorsqu'il n'y a aucun indice visuel, il est plus difficile de découvrir l'aliment proposé. Demander aux élèves le parfum du sirop vert (beaucoup devraient répondre « menthe ») : même si la couleur verte de ce sirop leur a rappelé la menthe, il s'agit en fait de sirop de citron. Quand notre œil dit « c'est de la menthe » tandis que notre nez dit « c'est du citron », notre cerveau fait plus souvent confiance à notre œil. Comprendre aussi que nous faisons davantage confiance à ce que nous voyons qu'à ce que nous sentons.



LA TEXTURE

★ 4. DANS LA PEAU DES ALIMENTS

Matériel :

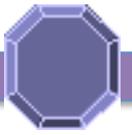
- Pomme Granny Smith (éventuellement pomme Golden un peu flétrie)
- Pomme Jonagored (éventuellement pomme Pink Lady)
- Pomme Reinette (Reinette du Canada ; Reinette Grand-Mère)
- Assiettes en plastique : 3 par élève, numérotées de 1 à 3

Déroulement :

Si possible, éplucher les pommes pour éviter d'influencer les enfants avec la couleur de la peau. Donner un quartier de chaque pomme à chaque enfant. Dans un premier temps, demander aux élèves de goûter et de décrire chaque pomme. Leur demander ensuite de désigner la pomme qu'ils préfèrent. Veiller à ce que les élèves fassent cette expérience de dégustation individuellement, sans échanger les réponses entre eux. Dans un second temps, mettre en commun les descriptions. Parmi les termes cités, trier ceux qui relèvent de l'aspect, de la saveur, de l'arôme et de la texture. Discuter sur les différences de texture entre les pommes (pomme croquante : Granny Smith ; pomme juteuse : Jonagored ; pomme farineuse : Reinette). Avec les enfants, définir chacun de ces termes. Les comparer avec les définitions données par le jury de l'École Supérieure d'agriculture d'Angers, expert en pomme : • Croquant : bruit provoqué par l'enfoncement des incisives dans la pomme. • Juteux : quantité de jus libéré en bouche. • Farineux : sensation de farine et d'assèchement dans la bouche. Dans un troisième temps, demander aux enfants quelle était leur pomme préférée : discuter le fait que tout le monde n'aime pas la même pomme. Discuter sur le fait qu'en matière de préférence, il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse, chacun est unique. Les élèves doivent prendre conscience des deux sensibilités de texture (tactile et kinesthétique) et comprendre quelles sont les parties du corps qui les détectent.



LE SUCRE



★ 5. LE COIN DES SCIENTIFIQUES

Matériel :

Gobelets en plastique transparent

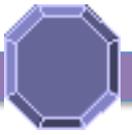
- Eau
- Sucre roux (cassonade)
- Sucre blanc en poudre

Déroulement :

Pour cette activité, répartir la classe en groupes pour favoriser l'échange et faire l'expérience. Demander aux élèves de mélanger l'eau et le sucre en poudre. Demander aux élèves de nommer la réaction obtenue en notant les 3 réponses proposées au tableau : évaporation, dissolution, disparition. L'évaporation ne peut pas être une bonne réponse car aucune chaleur n'est requise ; la disparition non plus n'est pas une bonne réponse, le sucre se trouve toujours dans l'eau car aucune manipulation n'a eu lieu ; la dissolution est la bonne réponse : le sucre est resté dans l'eau mais a été dissout, on parle ainsi d'une solution où le sucre est un soluté et l'eau un solvant. Demander aux élèves comment il est possible de vérifier que le sucre est toujours présent. Leur prouver qu'il n'a pas disparu en refaisant l'expérience de départ avec le sucre roux, l'eau se colore, on constate donc que le sucre reste dans la solution. Terminer l'expérience en expliquant qu'il n'y a qu'un seul sucre au singulier, c'est le saccharose. Mais le sucre peut avoir des couleurs et des goûts différents : • Le sucre blanc, qui contient 99% de saccharose. On peut dire qu'il est pur. • Le sucre roux, qui contient environ 95% de saccharose, les 5% restants étant composés d'éléments organiques qui lui donnent sa couleur brune et son goût particulier. Il existe deux sortes de sucre roux : • La vergeoise qui a un goût caramélisé. Elle provient de la betterave sucrière. • La cassonade qui a un goût de cannelle et de vanille. Elle provient de la canne à sucre. Blanc, roux et quel que soit son goût, le sucre est une source d'énergie nécessaire dans une alimentation équilibrée. Il n'y a pas de différence en matière de nutrition entre le sucre blanc et le sucre roux : c'est uniquement une affaire de goût.



LES PRODUITS LAITIERS



★ 6. DU PETIT LAIT DANS LES YAOURTS ET LE GRAND LAIT

Déroulement :

1ère étape : Dans un yaourt, observer la présence ou l'absence de petit-lait (lactosérum) en surface. Puis, dans une casserole, chauffer le yaourt à environ 60°C pendant 3mn et observer la quantité de lactosérum ainsi libérée.

Filtrer le contenu de la casserole (filtre à café) mesurer et observer à nouveau la quantité de lactosérum obtenue.

Refroidir le lactosérum et le yaourt et faire goûter les deux produits séparément, puis un yaourt nature. Discuter des goûts de chaque produit et des sensations éprouvées.

2^e étape : Dans 20cl de lait cru ou pasteurisé chauffé à 40°C, ajouter une cuillère à soupe de jus de citron puis mélanger brièvement. Laisser agir 3mn puis observer la présence de petit-lait (lactosérum) et la formation de grumeaux de yaourt. Egoutter le mélange (filtre à café), pendant 5mn, puis mesurer la quantité de lactosérum obtenue.

Refroidir puis faire goûter, et déguster un yaourt nature. Discuter des goûts ressentis.

★ 7. ET SI ON FAISAIT DU BEURRE

Matériel

Demander à chaque enfant d'apporter un petit pot en verre avec un couvercle hermétique, 3 pots de crème fraîche épaisse entière à 40% de MG (pot en verre). Dans le pot en verre déposer 1 cuillère à soupe de crème fraîche bien froide. Secouer énergiquement jusqu'à ce qu'un bruit indique la présence d'un liquide. Observer la présence d'un liquide (babeurre) et d'une petite boule jaune. Verser le liquide obtenu (babeurre) dans un gobelet, puis faire goûter. Dans le récipient, rincer la boule jaune restante avec de l'eau froide plusieurs fois pour la rincer. Malaxer le beurre ainsi obtenu à l'aide d'une cuillère, placer au froid pendant 10mn puis faire goûter. C'est prêt !

