

Le goût Tu dois faire plusieurs actions pour pouvoir goûter à des aliments.

1. Quand tu mets de la nourriture dans ta bouche, elle touche des petites cellules situées sur ta langue nommées papilles gustatives.



2. Les papilles gustatives transmettent un message à ton cerveau concernant la nourriture qui se trouve dans ta bouche.

3. Ton cerveau te donne alors de l'information sur ce qui est dans ta bouche.

Le Goût Au Coeur De Nos Cinq Sens

La vue et le goût

La vue entre la première en action dans le mécanisme du goût, elle nous délivre des messages sur l'état, la forme, la couleur et l'aspect des aliments. Par elle nous connaissons le stade de maturité d'un aliment ou son point de cuisson... La vue exerce surtout une grande influence sur notre choix. Il est donc essentiel de soigner la présentation des plats, par une recherche sur les couleurs, les formes et la disposition des aliments.

Le toucher et le goût

Les stimulations s'appliquant au toucher sont d'ordre mécanique et thermique. Les premières concernent la texture et la consistance des aliments ; les secondes s'attachent à leur température. Les experts en analyse sensorielle désignent l'ensemble de ces stimulations sous le nom de " somesthésie ".

****Les stimulations mécaniques:** la main renseigne sur la consistance des aliments, elle nous permet de confirmer les informations données par la vue. La bouche, beaucoup plus sensible que la peau, affine les perceptions. Elle nous révèle notamment le filandreux, le fondant, l'onctuosité, le moelleux, le croustillant, le gluant... Attention, le palais se lasse de textures trop proches, il faut donc penser à alterner le ferme, le fondant, le granuleux, le crémeux...

****Les stimulations thermiques:** la sensibilité thermique varie selon les individus. Ce toucher est un auxiliaire précieux qui permet de contrôler les cuissons. En cuisine le contraste des températures peut donner des résultats très appréciés.

L'ouïe et le goût

A priori, on pourrait penser que l'ouïe n'intervient pas dans le goût. C'est oublier le plaisir d'un champagne qui pétille, d'une viande qui crépite ou d'une baguette qui croustille...

L'odorat et le goût

Avant même de goûter, les odeurs qui émanent d'un plat éveillent l'appétit. L'odorat est d'ailleurs exploité par des commerçants pour attirer la clientèle. Privé d'odorat, le goût serait considérablement handicapé : lorsque l'on mange, les particules odorantes des aliments sont transmises par l'arrière gorge jusqu'aux fosses nasales où se trouve la muqueuse olfactive. C'est donc l'odorat qui, par voie rétronasale nous révèle les arômes des aliments. Il participe donc pour 90 à 95 % au plaisir que nous ressentons lors de la dégustation. Des affections bénignes peuvent perturber l'odorat.

Le goût au sens strict et le goût au sens large

Le goût en tant que cinquième sens, a une fonction bien définie, celle de percevoir les quatre saveurs de base : le sucré, le salé, l'acide et l'amer. Les récepteurs gustatifs, les papilles, se situent sur la langue. Mais ce que nous appelons couramment goût regroupe saveurs et arômes et fait appel à nos cinq sens. Le terme "flaveur" est parfois employé à ce sujet. Une autre perception intervient dans le mécanisme du goût : les stimulations chimiques. Astringence, piquant, brûlant, métallique, rafraîchissant...sont sensibles en bouche et dépendent du toucher.

Comportements alimentaires

D'une région ou d'un pays à l'autre, on rencontre des goûts très différents. Ces différences se retrouvent au niveau des composants, de la présentation et de la cuisson des plats. Les goûts et les manières de table reposent sur des facteurs géographiques, climatiques, historiques et culturels