

Atelier sensoriel Les fromages

Patrimoine, culture
scientifique et technique



Atelier sensoriel

Cycles : 2 et 3

*Durée de la séance : 45 min.
Nombre de séances : 1*

Contexte

Les produits laitiers, parmi lesquels figurent les fromages, nous apportent du calcium essentiel à la formation et à la solidité des os et des dents. Le calcium intervient aussi dans d'autres fonctions indispensables à l'organisme : contraction musculaire, coagulation sanguine, conduction nerveuse... Positionner les fromages au sein de l'alimentation en explorant leur diversité en termes de goûts, de saveurs, d'odeurs, de formes permet de les découvrir et d'explorer leur qualité gustative et nutritionnelle.

Objectifs

Niveau d'objectif : connaissance et attitude

Conditions de réussite :

Vigilance sur les allergies alimentaires des enfants

Objectif d'éducation nutritionnelle

- Connaître la diversité des fromages
- Découvrir l'envie et le plaisir de consommer des fromages

Objectifs pédagogiques

- Valoriser les différents saveurs des fromages en nommant les sensations gustatives
- Explorer les autres sens pour découvrir les différents types de fromages selon la forme, la couleur, l'odeur

Matériel et préparation

- Une carte de dégustation par enfant à imprimer
- Plusieurs fromages à découvrir : fromage frais - pâte molle fleurie -pâte pressée cuite – pâte pressée non cuite- pâte persillée
- Une assiette et une petite cuillère par enfant

Déroulement

Consignes : présentation de la dégustation 5 minutes

Donner les règles de dégustation : le silence, écouter, sentir, toucher et goûter. Présenter le carnet de dégustation et la consigne pour le remplir.

Activités autour des notes d'appréciation 10 min

Initier la curiosité sur la diversité des fromages.

Chaque enfant explore en silence chacun des produits (goût, toucher, vue, odorat) et les notes avec un smiley dans le carnet de dégustation. Puis collectivement, il s'agit de faire le classement des préférences, du produit le plus apprécié au produit le moins apprécié.

Activités avec le carnet de dégustation 25 minutes

L'objectif est de mettre en mots les 5 sensations : la vue, l'odorat, l'ouïe, le toucher avec la langue et le goût.

Chaque enfant goûte en silence chacun des produits et inscrit les mots dans le carnet de dégustation. Puis collectivement, les mots sensoriels de chaque produit sont recueillis.

Un tableau papier peut aider à créer ce répertoire sensoriel des fromages.

Retour au calme et bilan sur l'activité, expression du ressenti 5 minutes

Echanger avec les enfants sur ce qu'ils ont retenu, le plus aimé, le plus étonnant... Conclure l'activité de dégustation en insistant sur l'importance de chacun des sens. Chaque sens a son importance dans la dégustation des fromages.

Variante

Cet atelier peut se faire avec d'autres familles de produits laitiers, en utilisant une famille par atelier (voir fiche « Les familles des produits laitiers »).

- Famille Lait (Lait écrémé -Lait demi-écrémé - Lait entier - Lait en poudre - Lait enrichi en vitamine D et vitamines - Lait cru - Lait de chèvre et lait de brebis)
- Famille Produits laitiers frais (Yaourt ferme- Yaourt brassé -Yaourt aux fruits- Yaourt à boire-Fromage blanc lisse - Petits suisses - Fromage frais en faisselle)

- Famille Fromages (Fromage frais - Pâte molle fleurie -Pâte pressée cuite – pâte pressée non cuite- pâte persillée)
- Famille Beurre et crème (Beurre cru - Beurre extra fin - Beurre salé ou demi sel - Beurre allégé - Crème crue - Crème fraîche pasteurisée liquide - Crème fraîche pasteurisée épaisse - Crème UHT)
- Famille Desserts lactés frais (Crème dessert - Lait gélifié - Riz au lait - La semoule au lait -la crème aux œufs - La crème brûlée - La crème caramel - L'île flottante)

Ressources :

- Fiche de présentation « Les familles de produits laitiers »
- Carnet de dégustation

Recommandation nationale :

ALIMENTATION

Produits laitiers

3 ou 4 par jour

Pour en savoir plus : Fiche connaissance A1