

L'éducation du goût

DÉFINITION

Le goût d'un aliment défini par nos analyses personnelles est le résultat de la réaction de nos organes sensoriels. Cette perception est différente suivant chaque individu.

CE QUE JE DOIS SAVOIR

Reconnaître le goût des aliments, respecter les étapes de la dégustation, connaître l'importance de l'assaisonnement.

LE GOÛT DES ALIMENTS

Le goût des aliments se caractérise par différentes saveurs.

Les saveurs de base :

- sucré (saccharose, miel, fruits doux, etc.),
- salé (anchois, beurre salé, fleur de sel, etc.),
- amer (endive, cacao, pamplemousse, etc.),
- acide (citron, vinaigre, etc.).

Les saveurs secondaires :

- arômes fumés, iodés, chocolatés, fruités.

ÉTAPES DE DÉGUSTATION

La dégustation s'effectue en 5 étapes, qui impliquent l'éveil des 5 sens :

- la vue,
- l'odorat,
- le toucher,
- l'ouïe,
- le goût.

IMPORTANCE DE L'ASSAISONNEMENT

L'assaisonnement est une action importante qui permet de rehausser le goût et la saveur des aliments en utilisant la propriété d'exhausteur de goût du sel et la typicité aromatique des épices.

Il varie selon les goûts de chacun. Cependant, il est indispensable de respecter quelques règles essentielles pour bien assaisonner. Il est nécessaire de savoir doser pour mettre en valeur la saveur du produit sans le masquer, de tenir compte de ses particularités et d'être capable de réaliser des associations harmonieuses.

Certains produits, tels les fruits de mer, sont mis en valeur par l'acidité du citron ou d'une vinaigrette aux échalotes par exemple, mais aussi par un vin, qui apporte de la fraîcheur.

C'est pour cela qu'il est nécessaire de faire connaître la composition des préparations au sommelier, de manière à associer les mets au vin.