



Dossier du mois de février 2003

Projet artistique et culturel

## SAVEURS ET CULTURE EN PROVENCE

### 1. Le projet

- 1.1 Le concept : saveur et culture en Provence
- 1.2 L'association : le Centre Régional du Goût et des Terroirs

### 2. Le programme

- 2.2 Découverte des sens et des saveurs
- 2.3 L'alimentation à travers les époques

### 3. Le bilan

- 3.1 Les acquis
- 3.2 L'évaluation

Madame Audemar , institutrice  
Classe de CM2, Ecole Marius Thomas  
Marseille, Bouches du Rhône

Stéphanie David, intervenante  
Centre Régional du Goût et des Terroirs  
La Farlede, Var

**Saveurs et culture en Provence  
L'Ecole Marius Thomas, Marseille  
et le Centre Régional du Goût des Terroirs**

## 1. LE PROJET

### 1.1 le concept : saveur et culture en Provence

Le projet concerne ici la classe de CM2 de l'Ecole Marius Thomas à Marseille. C'est un programme mis en place sur la Ville de Marseille et qui se déroule sur 12 séances d'une heure et demi hebdomadaire. Les trois premières sont consacrées à l'étude physiologique des 5 sens et des 4 saveurs. Les autres concernent l'alimentation et les manières de table en Provence à travers les différentes parties historiques (les Provençaux au 1<sup>o</sup> siècle avant J.C, les Phocéens, les Romains, le Moyen Âge, les Temps Modernes, les traditions de Noël en Provence à l'époque contemporaine). La dernière est consacrée au calendrier des fruits et des légumes à travers les différentes saisons.

Toutes les séances sont composées de 2 parties : une partie théorique (travail fait à partir de textes à lire et d'images à commenter) et une partie pratique (une dégustation finale est organisée).

### 1.2 l'association : le Centre Régional du Goût et des Terroirs

Le Centre Régional du Goût et des Terroirs œuvre au développement de l'Education au Goût des enfants. Depuis sa création en 1990, à l'initiative de Monsieur Vaumousse, le Président, Chef pâtissier de formation, des professionnels des métiers de bouche interviennent dans les écoles pour faire partager leur passion aux enfants et susciter, chez quelques-uns peut-être, une vocation. L'association intervient dans les projets éducatifs de l'Education Nationale en développant plusieurs animations comme des Leçons et des Ateliers du Goût, ateliers de découverte sensorielle pour les primaires, des classes transplantées dans des centres de vacances, le programme « Saveurs et Culture », des manifestations Grand Public avec des démonstrations de Chefs.

Le Centre Régional du Goût et des Terroirs a pour objectifs de :

- valoriser sous toutes ses formes possibles, en France et à l'étranger, le goût et les terroirs de la région Provence-Alpes-Côte-d'Azur, parties intégrantes du patrimoine culinaire régional ;
- œuvrer dans ces objectifs, en s'associant notamment au Conseil Régional de Provence-Alpes-Côte-d'Azur et à tous les départements de la région P.A.C.A ;
- organiser toute manifestation sur le plan national ou international mettant en valeur des professionnels des métiers de bouche devant leurs pairs ou en public ;
- organiser toute manifestation pédagogique valorisant les métiers de bouche et les terroirs au niveau des jeunes en milieu scolaire, en apprentissage ou tout autre cycle de formation ;
- promouvoir la cuisine française et régionale ;
- fédérer les chefs des métiers de bouche et producteurs au sein d'une même association.

Contact : Centre Régional du goût et des Terroirs au 04 94 08 41 16

## 2. LE PROGRAMME

### 2.1 Découverte des sens et des saveurs

Cette découverte est organisée pendant les trois premières séances de l'atelier.

#### Les 4 saveurs :

Les élèves abordent ici le principe de la gustation et de l'olfaction.

#### le principe de la gustation

Travail à partir de deux schémas : celui de « la langue » et « les saveurs et les arômes ».

Objectifs :

- comprendre le fonctionnement physiologique des papilles ;
- localiser les 4 saveurs sur la langue ;
- expliquer aux enfants que le goût est un mélange polysensoriel. Nos sensations gustatives ne représentent que 5% des informations contre 95% pour nos sensations olfactives.

#### Le principe de l'olfaction

A partir de deux schémas « saveurs et arômes » et « le goût et l'odorat », l'animateur explique aux enfants le cheminement d'une stimulation olfactive.

L'objectif est d'expliquer aux enfants le principe de l'olfaction et son importance en abordant son fonctionnement physiologique :

- par les narines lorsque l'aliment est hors de la bouche : les odeurs ;
- par les voies rétro nasales lorsque l'aliment est en bouche : les arômes.

#### Les cinq sens

A près avoir étudié les principes du goût , l'animateur propose aux enfants des exercices durant lesquels ils découvriront l'importance des autres sens dans les repas.

#### Toucher

- mettre en évidence le rôle du toucher dans nos repas ;
- apprendre à définir les différentes perceptions tactiles : l'aspect (dur, mou, granuleux...), la forme (rond, ovale...), l'état (solide, liquide).

#### Sentir :

- mettre en évidence le rôle de l'odorat dans nos repas (attirance, répulsion...) ;
- sensibiliser les enfants sur l'importance de mettre un nom sur une odeur, de la reconnaître ;
- identifier quelques grandes familles d'odeurs : odeurs fruitées, herbacées, épicées, sous bois...

#### Ecouter

Sensibiliser les enfants à l'importance du bruit avant et pendant le repas (oreille interne). Lors de la préparation d'un repas, l'aliment parle et nous donne des informations.

#### Observer

Mettre en évidence l'importance de la vue avant la dégustation d'un produit. La vue d'un produit induit un jugement de la part du consommateur : des informations sur sa couleur, sa forme, son état, son aspect le conditionnent.

### 2.2 L'alimentation à travers les époques

Durant ces séances, les élèves vont aborder l'alimentation et les manières de table des provençaux au 1<sup>er</sup> millénaire avant Jésus Christ jusqu'à l'époque contemporaine. Ils

réalisent également une frise chronologique qui permettra de retracer les évolutions. Chaque séance est organisée en deux temps :

- une phase théorique où l'intervenant, à partir de textes et d'images, reconstitue avec les élèves la vie socio-économique de la période abordée ;
- une phase pratique consacrée à la manipulation des aliments. Les élèves avec l'aide de l'intervenant préparent un plat spécifique de cette période et le dégustent. Cette phase permet aux élèves d'analyser les aliments à partir des éléments abordés pendant les séances sur les saveurs et les cinq sens.

Six séances sont prévues pour aborder les différentes époques. Chaque séance est consacrée à une période durant laquelle les élèves aborderont l'alimentation et les manières de table.

- **les provençaux au 1<sup>er</sup> millénaire avant J.C** : à partir d'images et de textes, l'intervenant reconstitue avec les élèves la vie à cette époque abordant ainsi les activités qui ponctuent leur journées, les techniques, outils, plats et récipients qu'ils utilisent, et bien sûr les aliments qu'ils consomment.

Les enfants préparent ensuite un plat de cette époque (bouillie d'orge) à l'aide d'un pilon et essaient d'accommoder ce plat rustique avec d'autres aliments (épices, herbes, fruits secs...). Enfin, les enfants dégustent leurs recettes.

- **Les phocéens** : les élèves abordent l'alimentation des phocéens en 600 avant J.C, ce qui leur permet d'appréhender les moyens de conservation, le commerce et le voyage des denrées et donc le contexte historique.

Les élèves assistent à la préparation du plat (aioli) et découvrent l'utilisation du pilon. La dégustation leur permet d'analyser les légumes à partir d'une fiche technique sur les cinq sens.

- **Les romains** : des images représentant des romains pendant leur repas et une cuisine romaine permet à l'intervenante de restituer les habitudes alimentaires et les comportements qui en découlent. Comme à chaque séance, ils préparent un plat traditionnel et le dégustent.

- **Le Moyen Âge** : découvrir l'alimentation au moyen âge leur permet d'aborder les aliments au Moyen Âge (de l'alimentation romaine à l'alimentation du Moyen Âge, la folie des épices), les recettes et produits provençaux (les fruits, les légumes, les plats cuisinés, les confiseries et les pâtisseries), la table de l'aristocratie (manière de table, menu aristocratique, grande cuisine) et la table des pauvres (maison paysanne, alimentation saisonnière).

A partir de ces informations, les élèves constituent des groupes de travail pour composer un menu de personnes riches ou pauvres à cette époque.

Une dégustation est également organisée autour des miels de Provence : les enfants découvrent différents miels (miels toutes fleurs, de lavande, de châtaignier, de tournesol) et analysent les différences au niveau du goût, de l'odorat, de la vue, du toucher et de l'ouïe.

- **Les temps modernes** : les élèves abordent ici la cuisine des temps modernes (les manières de tables au XVII<sup>e</sup> et XVIII<sup>e</sup> siècles, le repas paysan, l'évolution des formes des couverts), un menu de festin royal, les produits des temps modernes (apparition du chocolat, du café et du thé, évolution de la consommation des légumes et des confiseries). Les élèves recherchent ici les caractéristiques des temps modernes, tant au niveau de ses produits que de ses manières de table.

A partir du menu donné, les élèves sont chargés de l'intendance des cuisines du roi : ils devront faire la liste des produits nécessaires à la préparation d'un repas de noce de Louis XIV. A travers cet exercice pratique, les élèves replacent les

différentes composantes dans chacune des catégories (légumes, viandes, laitage...etc.).

Une dégustation de fruits sous différentes formes (confitures, gelées, pâtes de fruits, compotes) leur permet d'aborder la transformation des aliments et des goûts.

- **La Provence contemporaine** : une carte de la Provence agrémentée des images des produits régionaux est distribuée aux élèves. Ce qui leur permet de fixer et de replacer dans leur contexte géographique les aliments de leur région.

Les élèves réalisent ici un calendrier des produits des quatre saisons à l'aide d'illustrations qu'ils vont chercher dans les magazines.

### 3.LE BILAN

#### 3.1 les acquis

- acquisition des catégories fondamentales du goût : connaissance des saveurs, des textures, des grandes familles d'aliments, permettant ainsi aux enfants de découvrir et de réfléchir à la richesse de la palette gustative ;
- initiation des élèves aux logiques à l'œuvre dans un repas, à la transformation des aliments, à la mise en œuvre inventive des recettes ;
- appropriation d'un vocabulaire spécifique aux arts culinaires ;
- éducation au patrimoine culinaire régional ;
- articulation des connaissances techniques aux patrimoines culinaires régionaux en s'appuyant sur la géographie et l'histoire culturelle. A la suite de l'atelier, la classe visite le musée des Arts et Traditions Populaires du Terroir Marseillais, situé à Château Gombert.

#### 3.2 l'évaluation

Le principe de l'atelier comprend l'évaluation des élèves. En effet, chaque séance comprend des exercices pratiques où l'enfant manipule et analyse ce qu'ils découvrent à partir des éléments acquis. De plus, les séances concernant les périodes historiques proposent une évaluation de la partie théorique sous forme d'un questionnaire à remplir pour la séance suivante.

Chaque semaine les enfants remplissent la frise chronologique des informations essentielles concernant chaque période. Celle-ci est affichée sur les murs de la salle de classe et permet ainsi d'être utilisée dans les autres matières.

Enfin, la dernière séance est une séance de synthèse intitulée : « Saveurs et culture en Provence : 2600 d'histoire Phocéenne ». Pour cette dernière étape, les élèves doivent remplir un questionnaire sur les différentes séances vues auparavant.