

# L'eau du goût ?!

## Dégustation à l'aveugle

**Enjeu :** remplir 6 verres d'eaux différentes pour les faire ensuite tester à l'enfant. Et noter ses réactions ! L'aider à exprimer ce qu'il ressent, ce qu'il aime... Développer son éveil au goût, son vocabulaire, son imagination.

### Préparation

- 6 verres identiques
- 1 bouteille d'eau pétillante
- 1 bouteille d'eau riche en magnésium
- 1 bouteille d'eau plate
- 3 feuilles de menthe fraîche
- 1 pincée de sel

1.

Faire chauffer de l'eau du robinet et la verser dans un verre. Y plonger les feuilles de menthe fraîche et laisser refroidir quelques heures. Retirer la menthe du verre, l'expérience va pouvoir commencer !



2.

Dans un autre verre contenant de l'eau du robinet, diluer la pincée de sel de mer. L'eau ne doit pas être imbuvable mais devra éveiller un petit goût salé à l'enfant.



3.

Remplir les verres et les disposer alignés dans cet ordre :



### Voici comment introduire la petite expérience auprès de l'enfant

Tu crois tout savoir sur l'eau ? Eh bien, jouons à un petit jeu de dégustation ! À toi de trouver ce que tu es en train de boire. De l'eau, bien sûr... Mais laquelle ? Tu peux regarder, sentir, remuer avant de boire une petite gorgée. Puis autant que tu veux. Dis-nous celle qui est le plus à ton goût... Et pourquoi !

Sommelier d'eau,  
un vrai métier !

# L'eau du goût ?!

## Dégustation à l'aveugle



### Verre n°1 Eau du robinet

Les réactions varient suivant les enfants qui ont l'habitude de boire de l'eau du robinet et ceux habitués à la consommation d'eau en bouteille. L'eau du robinet peut avoir un petit goût de chlore, qui leur rappelle la piscine. Ou au contraire, si c'est l'eau de référence, n'avoir aucun goût pour eux. Toutes les réponses font référence à la mémoire de l'enfant, mais à son imagination également. Plus son vocabulaire est riche, plus les réponses seront précises. Plus l'enfant est jeune, plus les réponses seront imagées.



### Verre n°2 Eau pétillante

L'eau qui pique, l'eau avec du poivre, l'eau qui pète dans la bouche, l'eau qui brûle, l'eau comme un ballon qui s'envole, l'eau de champagne, l'eau pour la fête, l'eau qui fait de la musique... Leur imagination est surprenante !



### Verre n°4 Eau plate en bouteille

L'eau plate est très pure. C'est le moment pour l'enfant de boire tout son soûl ! Elle est douce en bouche, elle caresse la langue. C'est l'eau qui descend des montagnes, c'est de la neige fondue. C'est l'eau des fées... C'est l'eau qui provient parfois des tréfonds de la terre, qui a fait un long voyage. Beaucoup pensent qu'elle n'a pas de goût, mais elle est souvent riche en minéraux et oligo-éléments, issus de son parcours entre les roches, qui font varier nettement les saveurs. Inciter l'enfant à trouver des réponses personnelles pour exprimer son ressenti.



### Verre n°3 Eau riche en magnésium

L'eau riche en magnésium est plus lourde en bouche. Elle a un goût plus prononcé, pas toujours très agréable suivant la composition. L'enfant peut faire la grimace à la première gorgée. L'inciter à goûter à nouveau, et lui expliquer que cette eau est enrichie en magnésium (que l'on trouve dans les légumes verts ou... dans le chocolat noir) pour palier une carence, ou un manque de magnésium passager. Les femmes enceintes ont souvent besoin de boire de l'eau riche en magnésium car leurs besoins augmentent avec le bébé qui puise dans leurs réserves.



### Verre n°5 Eau légèrement salée

Si l'enfant dit qu'il boit la tasse, c'est que la pincée de sel équivalait à la salière ! Rajouter un petit peu de sel au fur et à mesure, en proposant à l'enfant de fermer les yeux, puis de goûter à nouveau. Une petite saveur de transpiration ? D'été ? Révélateur de goût, le sel est partout. Même dans ce qu'il y a de plus doux... Il ne faut pas en abuser, et ne pas saler systématiquement un plat sans l'avoir goûté. L'eau trop salée est une manière de l'illustrer !



### Verre n°6 Eau infusée à la menthe

Le plus difficile pour la fin ! L'eau n'est pas teintée, mais en respirant le verre, l'enfant doit sentir qu'il y a une odeur en plus. Ou bien il est enrhumé ! L'aider à reconnaître l'arôme en lui posant des questions. A quoi ça te fait penser ? Tu en as déjà vu dans le jardin... Il y en a parfois dans les bonbons... On en consomme dans le thé... Faire voyager ses sens !

