

Comment mener l'atelier-dégustation avec vos élèves

Objectif : apporter à vos élèves les principales informations sur l'huile d'olive vierge extra et leur faire découvrir, à travers la dégustation, les 6 catégories de saveurs. Voici le déroulement proposé pour une durée indicative de 2 heures.

N'hésitez pas à consulter le site Internet www.lhuileolivealecoledeschefs.com, atelier-dégustation, pour des informations plus précises sur la dégustation.

1^{re} phase - Apport d'informations 15 min

- **La culture de l'olivier**
 - une histoire vieille de 6 000 ans (voir p. 10)
 - les terroirs en France (p. 1)
- **Les différents types d'huiles d'olive vierge extra**
 - la classification réglementaire (p. 3)
 - les appellations d'origine (p. 1)
 - les variétés d'olives (p. 1)
- **Huile d'olive et équilibre nutritionnel** (voir le site internet)
- **Comment fabrique-t-on l'huile d'olive vierge extra** (p. 2) ?
 - définition de l'huile d'olive vierge extra/autres huiles d'olive (p. 3)
 - la cueillette, l'effeuillage, le lavage
 - le broyage
 - le malaxage
 - la séparation des phases

Conclusion : l'huile d'olive vierge extra est un pur jus de fruit

Pour marquer les explications, vous pouvez faire comparer aux élèves une huile raffinée, du type huile de tournesol ou d'arachide, et une huile d'olive vierge extra (comparer la couleur, l'arôme...).



2^e phase - Dégustation des huiles d'olive avec des aliments 35 min**1. Préparation de la séance (pour un groupe de 12 élèves)****a. Matériel**

- Préparer les huiles d'olive avant la séance de manière à pouvoir les déguster à température ambiante.
- Prévoir également : 8 petites cuillères par élève, 3 baguettes de pain blanc, 12 pommes de terre cuites et chaudes, 12 tomates crues ou 6 endives crues.

b. Présentation aux élèves des 8 échantillons d'huile du coffret-dégustation**c. Présentation et explication de la fiche de dégustation**

- le fruité, l'amer, le piquant, le doux et leurs intensités (p. 4 et 5 ; voir aussi le site Internet),
- description du fruité à partir des arômes (p. 11),
- les trois types de fruités : fruité vert, fruité mûr, fruité noir (p. 4),
- les huiles à défaut (p. 3 et site Internet).

d. Préparation des aliments avec les élèves

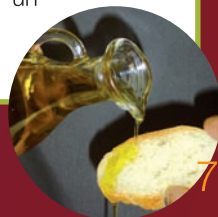
- trancher les 3 baguettes de pain en 12 morceaux chacune, les pommes de terre en 6 morceaux, les tomates en 6 rondelles et les endives en 12 portions.

e. Annonce du déroulement de la séance

- la dégustation des huiles d'olive avec les aliments,
- la dégustation des huiles d'olive seules.

**2. Dégustation des 6 huiles d'olive avec un aliment froid : pain, tomate ou endive****a. Dégustation du fruité mûr léger**

- verser pour chaque élève, dans la cuillère, un fond de l'échantillon «fruité mûr léger»,
- faire sentir l'huile d'olive et rechercher les arômes,
- proposer aux élèves de goûter l'huile d'olive en versant un filet sur un petit morceau de pain, un morceau de tomate ou une feuille d'endive,
- faire s'exprimer les élèves sur leurs sensations.



b. Dégustation des 5 autres fruités suivant le même principe :

fruité mûr intense, fruité vert léger, fruité vert intense, fruité noir léger et fruité noir intense.



3. Dégustation des 6 huiles d'olive avec un aliment chaud : pommes de terre

a. Dégustation du fruité mûr léger

- verser le reste de l'huile d'olive sur la pomme de terre tiède,
- faire goûter aux élèves et leur demander de s'exprimer sur leurs sensations,
- faire comparer les deux dégustations (huile d'olive sur un aliment froid, sur un aliment tiède) : évaluer les intensités aromatiques en fonction du type de dégustation.

b. Dégustation des 5 autres huiles d'olive suivant le même principe :

fruité mûr intense, fruité vert léger, fruité vert intense, fruité noir léger et fruité noir intense.

3^e phase - Dégustation des huiles d'olive seules 35 min

Pour animer la dégustation et commenter les huiles d'olive, vous pouvez vous aider de la description de chaque échantillon, sur la fiche dégustation correspondante (à télécharger sur le site internet www.lhuileolivealecoledeschefs.com, atelier-dégustation). Pour vos élèves, télécharger les fiches de dégustation à compléter.

1. Explications

a) Fruité, amer, piquant, doux et leurs intensités (p.4 et 5 ; voir aussi le site Internet)

b) Description du fruité (les arômes) (p. 4 et 11)

- fruité
- fruité mûr (léger à moyen, intense)
- fruité vert (léger à moyen, intense)
- fruité noir (léger à moyen, intense)



2. Dégustation du fruité mûr léger

- verser pour chaque élève, dans la petite cuillère, un fond de l'échantillon «fruité mûr léger»,
- proposer aux élèves de sentir l'huile d'olive et de rechercher ses arômes au nez ; compléter la fiche de dégustation «Huile n°1» : notes aromatiques et vos impressions,
- faire goûter l'huile,
- faire s'exprimer les élèves spontanément sur leurs sensations et sur le fruité,
- compléter la fiche de dégustation «Huile n°1» :
 - intensité du fruité
 - intensité de l'amertume
 - intensité du piquant ou de l'ardence
 - à nouveau notes aromatiques et vos impressions sur les arômes perçus en bouche
- faire placer l'huile d'olive dans le triangle en fonction des éléments déjà remplis.

3. Dégustation des 5 autres huiles d'olive suivant le même principe

- fruité mûr intense (fiche de dégustation «Huile n°2»),
- fruité vert léger (fiche de dégustation «Huile n°3»),
- fruité vert intense (fiche de dégustation «Huile n°4»),
- fruité noir léger (fiche de dégustation «Huile n°5»),
- fruité noir intense (fiche de dégustation «Huile n°6»).



4. Les associations avec les aliments (p. 11)

- fruité mûr (léger à moyen, intense)
- fruité vert (léger à moyen, intense)
- fruité noir (léger à moyen, intense)

4^e phase - Dégustation des 2 huiles à défaut

10 min

1. Explications : les défauts que l'on peut rencontrer (p. 3 et site Internet)

- le moisi
- le rance
- le chômé
- le vineux
- le lies

2. Dégustation

Aidez-vous de la description des deux échantillons, mentionnée sur la fiche de dégustation correspondante (à télécharger sur le site internet www.lhuileolivealedeschefs.com).

- verser pour chaque élève un fond de l'huile rance dans la petite cuillère,
- proposer aux élèves de goûter l'huile,
- faire s'exprimer les élèves sur leurs sensations,
- faire la même expérience avec l'échantillon d'huile moisie,
- compléter les fiches de dégustation «Huile n°7» et «Huile n° 8».

5^e phase - Pourquoi et comment utiliser l'huile d'olive vierge extra en cuisine ?

20 min

- Les utilisations à froid (p. 12)
- Les utilisations à chaud (p. 12)
- Trucs et astuces pour les futurs cuisiniers (p. 12).

