

Première année avancés

11 novembre

Dictée

Elle regarde de tous ses yeux dans l'obscurité, et finit par distinguer trois vieilles femmes aux longs cheveux gris, parées de bijoux somptueux. Ce ne sont pas de petits cailloux, mais de véritables bijoux qui brillent de mille feux. Comme par magie, des festivals de sons harmonieux s'élèvent soudain. Alors les trois vieilles femmes, dans un nuage de fumée, se changent en trois jeunes filles d'une grande beauté. La première prend la parole, et sa voix s'élève, aérienne et mélodieuse : « Que viens-tu chercher, belle inconnue ? »

Compréhension écrite

L'acquisition du goût

L'acquisition du goût se poursuit pendant les premiers mois. A ce stade, les enfants allaités par le lait maternel — dont la composition varie selon les jours, alors que celle du lait industriel est constante — «se montreront moins sélectifs que les autres dans leurs choix alimentaires quand ils atteindront la période cruciale de la néophobie», selon la coordinatrice de la Fondation Senso5.

La néophobie alimentaire est la phase durant laquelle «les enfants refusent ce qu'ils perçoivent comme nouveau». Elle commence généralement vers un an et demi- 2 ans et se termine vers 5-6 ans. C'est un vrai cauchemar pour les parents car «tous les enfants passent par là, de manière plus ou moins prononcée», constate Gabrielle Emery. Ils en sortent généralement (bien que la néophobie alimentaire persiste chez certains adultes), avec toutefois une rechute au moment de l'adolescence, qui est le temps du refus.

Reste que les préférences alimentaires acquises dans la petite enfance sont tenaces. Les chercheurs de Dijon ont noté le choix d'enfants dans une crèche puis, de nombreuses années plus tard – certains avaient alors 22 ans – ils les ont interrogés sur ce qu'ils aimaient. Ils en concluent que «les choix à 2-3 ans sont la variable la plus importante pour prédire les préférences».

Les «habitudes se construisent dans l'enfance, mais les goûts évoluent tout au long de la vie», souligne Gabrielle Emery. Petits, nous sommes tous attirés par les produits sucrés et rebutés par ceux qui sont amers. Cela vient peut-être de l'évolution qui nous amène à rechercher le sucre, source d'énergie, alors que l'amer nous éviterait de consommer des produits toxiques. Ou, plus simplement, du «lait maternel, qui est sucré», suggère Anne-Claude Luisier.

Quoi qu'il en soit, remarque-t-elle en riant, nous passons ensuite «de ce lait, lisse, sucré, au plat

d'épinard, gluant, vert, amer. C'est un univers très différent et construire ses préférences prend du temps.» Fruit de nos influences culturelles, familiales, émotionnelles, ainsi que de nos expériences, notre palette de goûts s'élargit et, avec elle, l'étendue de notre plaisir gustatif.

Questions

1. Pourquoi les enfants allaités ont tendance à mieux vivre la néophobie ?
2. Quelle période de notre vie est déterminante dans nos choix alimentaires ? Pourquoi ?
3. Vers quel goût nous sommes naturellement attirés ? Pourquoi ? Quel goût aurions-nous tendance à éviter ? Pourquoi ?
4. En une vingtaine de lignes, décrivez votre plat préféré et expliquez pourquoi.