

LuBe_22.11_eleve

.

.

UNE JEUNESSE DÉ-GOÛTÉE

Un fléau majeur est en train de lessiver les papilles* de la France de demain : le sucre. Non content de gâter les dents, de polluer les saveurs, d'arrondir bedaines* et fessiers, le sucre de betterave industriel, ou saccharose, a envahi, pour ne pas dire contaminé, et dans des proportions jusqu'alors jamais vues, toute l'alimentation des jeunes. Et ce, alors même que les Français consomment déjà 35 kg de sucre par an et par habitant ! Même l'Assemblée nationale s'en est inquiétée en voulant interdire les distributeurs de boissons et de sucreries à l'école. Partout, le sucre est érigé en arôme de civilisation. Dans les médias, dans la pub, au cinéma, dans le commerce, dans la restauration, et jusque dans la haute cuisine, on assiste à l'éloge « culturel » du sucre, pour ne pas dire à son apologie. Des quatre saveurs, avec le salé, l'acide et l'amer, le sucré est la plus primaire, la plus facile à percevoir par les palais, la plus agréable aux papilles de l'enfant. Celle qui offre le premier sourire du nourrisson. (...) Notre jeunesse est confite dans le sucre. Ainsi en a décidé le tout-puissant lobby betteravier*, relayé par l'industrie agroalimentaire et la grande distribution, afin de dégager de monstrueux profits, en sucrant sans limite toute notre nourriture.

La menace la plus sérieuse se situe au petit déjeuner, la céréale sucrée ayant remplacé la bonne vieille tartine de pain et de beurre avec miel ou confiture.

Plus de 100 000 tonnes de céréales consommées chaque année en France ! Un cauchemar en termes d'éducation du goût, car la consommation quotidienne de céréales, sucrées ou chocolatées, au petit déjeuner aboutit à une banalisation sensorielle. Or, 86 % des enfants en prennent chaque matin ! Fondé sur des saveurs banales, l'acte du premier repas de la journée devient lui-même banal. Aussi rudimentaire soit-elle, aucune tartine ne ressemble à une autre. Préparée à la main, avec du pain, du beurre et de la confiture, autant d'ingrédients aux origines diverses, elle ne peut jamais être la même. Alors que la boîte de céréales, elle, est toujours, et partout, la même... Et quand la diététique s'en mêle, c'est encore plus grave, car l'apparition du light*, à tout bout de champ, participe aussi à la désinformation des sens. Entre autres subterfuges, celui de l'aspartam, désormais introduit comme substitut du sucre dans la totalité des produits édulcorés afin de prévenir des prises

de poids par excès de glucose. Un chiffre fait froid dans le dos : en moyenne, les jeunes de 12 à 18 ans consomment près de 224 litres de boissons sucrées par an ! Preuve que le sucre est bien surconsommé par la jeunesse, il est devenu urgent de le remplacer par un ersatz*.

Ainsi privés de repères et de mémoire, les jeunes ont désappris à manger. Tous les gastronomes le reconnaissent : le goût pour les bonnes choses remonte souvent aux souvenirs d'enfance. Aux instants de table, autour d'un plat, qu'une mère ou qu'une grand-mère avait amoureusement préparé. Aujourd'hui, le déjeuner en famille est en voie de disparition. Les sandwiches sous cellophane, le grignotage dans la rue, voire rien du tout, ont désormais remplacé le repas de midi. Reste celui du soir. Le repas collectif à une même table tend à disparaître. On dîne devant la télé, devant son ordinateur. Autant de disparités du comportement alimentaire parfaitement pris en charge – une fois de plus – par l'industrie agroalimentaire, qui offre toute une gamme de produits pour « manger seul ». Le packaging* de l'alimentation individuelle fait florès* et les jeunes, toujours sensibles aux gadgets, en raffolent. (...)

Car, s'il y a dîner familial, ce sera souvent sur la base d'une conserve ou d'un surgelé réchauffés à la va-vite dans un micro-ondes pulvérisateur de temps. Le jeune se nourrit de prêt-à-manger à cuisson minute dont il suffit d'ouvrir le couvercle ou de soulever la membrane pour l'ingurgiter*. La femme active, libérée de ses contraintes domestiques ou empêchée par un timing impossible, trouve dans la malbouffe industrielle les outils de son émancipation culinaire. Autant d'émotions gustatives, de messages sensoriels, de vécus identifiants qui ne seront plus transmis à la génération suivante. Non content de ne plus apprendre à manger au jeune, on lui désapprend à savourer.

D'après le magazine : *Marianne*. 2005

* papilles : organes récepteurs du goût

* bedaine : ventre

* lobby betteravier : groupe de pression des producteurs de betteraves

* light : allégé

* ersatz : produit alimentaire qui remplace un autre

* packaging : emballage

* faire florès : obtenir des succès.

* ingurgiter : avaler, manger

Répondez aux questions en cochant la bonne réponse.

❶ D'après le journaliste, quel est le principal effet du sucre ? 1 point

- ☐ Générer de la surcharge pondérale.
- ☐ Participer au rayonnement de la cuisine française.
- ☐ Neutraliser la sensibilité gustative.
- ☐ Mettre en danger les cultures céréalières.

❷ Le problème soulevé par le premier paragraphe est : 1 point

- ☐ la suralimentation des enfants dès le plus jeune âge.
- ☐ le désintérêt des parents pour l'éducation de leurs enfants au goût.
- ☐ le rôle éducatif des médias sur les comportements alimentaires.
- ☐ l'influence des industriels sur la façon de s'alimenter.

❸ Identifiez l'opinion exprimée par le journaliste : 1 point

- ☐ Les céréales ont remplacé la tartine en raison de leurs qualités nutritives.
- ☐ La tartine présente l'avantage de préserver la sensibilité gustative.
- ☐ La sophistication des céréales nuit à leur qualité nutritive.
- ☐ La tartine n'est pas suffisamment nourrissante pour le petit-déjeuner.

❹ Quelle est la cause du manque d'intérêt pour la nourriture chez les jeunes ? 1 point

- ☐ La déstructuration du repas familial.
- ☐ Les repas interminables pendant l'enfance.
- ☐ La mauvaise qualité des produits alimentaires.
- ☐ Le conditionnement fantaisiste des aliments.

❺ Pourquoi ne cuisine-t-on plus ? 1 point

- ☐ Les femmes n'apprennent plus la cuisine.
- ☐ Les femmes ne vivent plus en famille.
- ☐ Les femmes ont trop de contraintes domestiques.
- ☐ Les femmes ont un emploi du temps trop chargé.

❻ La position du journaliste par rapport à la présence de sucre dans l'alimentation des jeunes est : 1 point

- ☐ clairement critique.
- ☐ plutôt sceptique.
- ☐ plutôt nuancée.

Relevez deux mots qui justifient votre réponse : 2 points

❼ Expliquez le titre « Une jeunesse dé-goûtée » avec vos propres mots : 3 points

