

TRENDS

Hôtellerie

Restauration

Bars Lounge

Tourisme

Distribution

www.trendsmagazine.eu

FÉVRIER-MARS 2011

« Mange tes carottes, elles te rendront plus aimable ! Si tu veux grandir il faut boire de la soupe ! » Qu'il paraît lointain le temps des promesses imaginaires auxquelles devaient parfois recourir les parents pour pousser les plus petits à terminer leurs assiettes. Désormais, il leur suffira de dire vrai : mange ton petit plat bio, et tu deviendras un vrai gastronome, humble, curieux, éclectique, tant capable de te réjouir plus tard de truffes et de homard que d'apprécier

une soupe de poireaux et de pommes de terre. En premier lieu, apprendre, dès le plus jeune âge, à diversifier son alimentation et à aimer les légumes n'a rien de négligeable, quand on sait que presque 15% de la population française est en surpoids. Solliciter la curiosité et la diversité du goût paraît, en effet, l'un des meilleurs remèdes aux mauvaises habitudes alimentaires dont sont parfois victimes enfants et adolescents.

Plus encore, en exerçant le palais de

nos bambins à des saveurs saines, authentiques et variées, c'est leur disposition à la découverte, au discernement et à une certaine humilité – celle d'être capable d'apprécier des choses différentes pour ce qu'elles sont, modestes ou luxueuses –, que nous encourageons. Gustatif d'abord, général ensuite. Idéaliste ? Pas si sûr. Ce qui est certain, c'est que la petite enfance constitue une période cruciale de la formation du répertoire alimentaire de nos bébés, comme l'ont confirmé

L'éveil gustatif de nos bébés La chance du bio

Saveurs authentiques et originales, prix abordables et emballages écolo, l'alimentation des nourrissons issue de l'agriculture biologique fait l'unanimité : quelles meilleures bases donner à nos tout jeunes enfants que la curiosité et la diversité du goût ?



de nombreuses études. Ainsi, le programme Opaline de l'Institut de la recherche agronomique, à Dijon, visant à comprendre la formation des comportements alimentaires et les aspects sensoriels et psychosociaux qui l'influencent, s'avère particulièrement éclairant sur ce point. Il en ressort, au plus grand bonheur des parents, que du cinquième au vingt-quatrième mois, la majorité des légumes, amers ou acides, est acceptée. C'est seulement arrivés à l'âge de



deux ans que les choses peuvent se corser, lorsque les enfants sont susceptibles de développer une tendance à la néophobie. L'intégration de nouveaux aliments devient alors plus difficile, même si elle pourra disparaître plus tard. Il est donc judicieux de profiter pleinement de cette période de tolérance pour élargir, autant que possible, le répertoire gustatif de nos bébés. C'est à cette belle ambition que permet d'aspirer la récente tendance à la nourriture pour bébés conçue à partir d'ingrédients issus de l'agriculture biologique. S'ils se distinguent par ailleurs, les différents acteurs du marché partagent tous cette volonté commune de cultiver, de sélectionner et de restituer le meilleur de la nature pour le porter dans l'assiette des plus petits. Développée par de jeunes parents trentenaires lassés de la fadeur habituelle des petits pots pour nouveau-nés, l'entreprise lilloise GoodGoût s'est naturellement imposée comme l'un des chefs de file de cette noble ambition. Leur mot d'ordre : « Remettre du goût dans l'assiette de nos enfants. » Pour ce faire, ils ont convoqué l'expertise d'un chef étoilé et des ingrédients 100% biologiques. Le résultat ? Des recettes à faire pâlir d'envie les parents, sans additifs ni sel ajouté, mettant toujours à l'honneur un légume à hauteur de 60% de la

composition totale : au choix, courges butternut et sauté d'agneau, risotto de courgettes au chèvre et parmentier de topinambour. En privilégiant des saveurs prononcées à des aliments au profil trop lisse, nous donnons toute chance aux plus jeunes de raffiner la sensibilité de leur palais à la diversité des aliments et leur apprenons à aimer la différence et sa découverte.

Quant à la marque Babybio, pionnière sur le secteur de l'alimentation bio pour enfants implantée dans le sud de la France, met un point d'honneur à privilégier les ingréd-



dients issus de productions locales. Et, quand on connaît la diversité de la géographie agricole française, le choix est aussi vaste qu'alléchant. Au menu, pour n'en citer que quelques-uns : canard et poulet fermiers du Poitou, truite d'Ariège aux légumes verts, champignons de Dordogne... De même, pour éveiller les papilles de bébé aux saveurs originelles de chaque légume, Babybio propose toute une gamme de purées en petit pot, dont le panais du Centre-Val-de-Loire ou un doux assortiment carottes et potimarron. Enfin, pour retrouver bon nombre de ces marques aux engagements aussi gourmands que citoyens, la boutique Les Bio-Gosses, à Paris, en propose une séduisante sélection avec, en prime, des vêtements en coton bio ou de la cosmétique naturelle. Ainsi, faire de la satisfaction des besoins nutritionnels de votre bébé l'occasion de voir éclore sa sensibilité gastronomique et l'initier dès son plus jeune âge à des produits sains et à des saveurs gourmandes devient un véritable... jeu d'enfant ! Diversité de légumes, de saveurs et de variétés, diversité de provenance... les critiques gastronomiques n'ont qu'à bien se tenir ! □