

**Consommer des aliments**

**1- Quelques définitions**

Marchand primeur : …………………………………………………………………………………………………………………………………….

Elevage en batterie : …………………………………………………………………………………………………………………………………...

Aquaculteur : ………………………………………………………………………………………………………………………………………………

**2- Les habitudes alimentaires des Français**

* **Les produits consommés** par les Français se sont modifiés au cours du temps.En effet, de nosjours,les hommes et les femmes ……………………………………et disposent de ……………….. ….. …………… de temps à consacrer à la cuisine. On consomme alors davantage de ……………………….. ………………………………. tels que les…………………………. ………………………………….
* **Les lieux d’approvisionnements alimentaires** ont connu aussi une évolution. Si les Français ont d’abord déserté leurs commerces de …………………………………..au profit des ……………………… et …………………………………………….., ils se tournent maintenant davantage vers les magasins ………………………………………………….qui proposent des produits …………………………….. ……………………..
* **Le gaspillage** est aussi en pleine évolution car nos jours environ ………... de la nourriture est gaspillée.

**3- Les aliments consommés**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Types de produits** | **Lieux d’approvisionnement** | **Production** |
| **Fruits et légumes** | …………………………………………………………………………………..……………………………………….. | ………………………… ……………….., marché, hyper et supermarché, hard discount | ………………………………………………….…………………………………………………..…………………………………………………… |
| **Viande** | ………………………………………………………………………………….. | ……………………………………, marché, hyper et supermarché, hard discount | . …………………………………………………………………………………………………….………………………………………………….. |
| **Poisson** | …………………………………………………………………………………..……………………………………….. | ………………….........., port, marché, hyper et supermarché, hard discount ou lac, rivière, et mer | ………………………………………………….………………………………………………………………………………………………….. |

**4- Un aliment préparé : le yaourt**

Le yaourt est un aliment qui favorise la ………………………… ……………………. et la ……………………………… des ……… et des ………. Il est une source de ……………….., d’……………………….(équivaut à un verre d’eau) et de ………………..

Le lait qui compose le yaourt, va subir une série de transformations dès son arrivée à l’usine:

1. ………………………………………………………. : la crème (matière grasse) se sépare du lait
2. ……………………………………………. : on retire plus ou moins de crème du lait
3. ……………………… : elle consiste à supprimer les organismes indésirables (microbes, bactéries)
4. …………………………………….: transformation du sucre du lait en acide
5. ………………………………………
6. ……………………………………. ; entre 40° et 45°

**Consommer des aliments**



**1- Quelques définitions**

Marchand primeur : commerçant qui vend des fruits et des légumes.

Elevage en batterie : élevage dans de grands hangars d’où les animaux ne sortent jamais.

Aquaculteur : éleveur de poissons destinés à l’alimentation.

**2- Les habitudes alimentaires des Français**

* **Les produits consommés** par les Français se sont modifiés au cours du temps. En effet, de nos jours, les hommes et les femmes travaillent et disposent de moins en moins de temps à consacrer à la cuisine. On consomme alors davantage de produits industrialisés tels que les plats cuisinés.
* **Les lieux d’approvisionnements alimentaires** ont connu aussi une évolution. Si les Français ont d’abord déserté leurs commerces de proximité au profit des supers et hypermarchés, ils se tournent maintenant davantage vers les magasins hard discount qui proposent des produits moins chers.
* **Le gaspillage** est aussi en pleine évolution puisque que nos jours environ 25% de la nourriture est gaspillée.

**3- Les aliments consommés**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Types de produits** | **Lieux d’approvisionnement** | **Production** |
| **Fruits et légumes** | Frais, secs, confitures, compotes, crus, cuits, congelés | Marchand primeur, marché, hyper et supermarché, hard discount | Agriculteurs de France et étrangers (coûts et conditions climatiques plus favorables) |
| **Viande** | Fraiche, congelée ou cuisinée | Boucherie, marché, hyper et supermarché, hard discount | Elevage traditionnel( en plein air ) ou en batterie. |
| **Poisson** | Frais, congelé, en conserve ou cuisiné | Poissonnerie, sur le port, marché, hyper et supermarché, hard discount ou lac, rivière, et mer | Pêcheur amateur, pêcheur professionnel sur des bateaux ou de gros navires usines, aquaculteur |

**4- Un aliment préparé : le yaourt**

Le yaourt est un aliment qui favorise la croissance osseuse et la solidification des os et des dents. Il est une source de calcium, d’hydratation (équivaut à un verre d’eau) et de plaisir.

Le lait qui compose le yaourt, va subir une série de transformations dès son arrivée à l’usine:

1. **Stockage** durant 24h : la crème (matière grasse) se sépare du lait.
2. **Ecrémage** : on retire plus ou moins de crème du lait.
3. **Pasteurisation** : elle consiste à supprimer les organismes indésirables (microbes, bactéries)
4. **Fermentation** : transformation du sucre du lait en acide.
5. **Mise en pot.**
6. **Refroidissement** : entre 40° et 45°