

# LA SANTÉ DANS L'ASSIETTE

## DÉCOUVERTE

### Premiers regards

- Découvrir des idées reçues sur la santé et l'alimentation
- Parler de ses goûts alimentaires

### Premiers textes

- Découvrir les dernières tendances alimentaires
- Parler du phénomène de la passion pour la cuisine
- Découvrir les enjeux actuels de l'alimentation

## OBSERVATION ET ENTRAÎNEMENT

### Grammaire

- Les verbes introducteurs (rappel)
- Le discours rapporté (rappel)
- Les pronoms relatifs composés
- La nominalisation

### Méthodologie

- Analyser un graphique
- Commenter des données chiffrées

### Lexique

- La santé
- L'analyse des données chiffrées
- Les expressions idiomatiques
- L'alimentation
- Les habitudes alimentaires

### Phonétique p. 155

- Les semi-voyelles [ɥ] – [w] – [j]
- L'enchaînement après [j]

## REGARDS CULTURELS

### Document

- *La Valse lente des tortues*, Katherine Pancol



## TÂCHES FINALES

### Tâche 1

- Réaliser une vidéo sur les tendances alimentaires

### Tâche 2

- Réaliser un dictionnaire de nos produits alimentaires préférés

## AVANT D'ENTRER DANS L'UNITÉ

Arrêtez-vous en groupe-classe sur l'intitulé de l'unité « La santé dans l'assiette » et sur la photographie qui l'accompagne. Demandez aux apprenants de décrire le dessin, de dire quels produits sont représentés (fruits : tomate, prune, groseille, pomme ; légumes : radis, betterave, brocoli, oignon, ail, pomme de terre, poivron/graines : graine de lin, graine de chia blanc, quinoa) et quels objets et formes sont utilisés pour illustrer la santé (stéthoscope, cœur). Ensuite, amenez-les à faire le lien entre le titre de l'unité et la photographie (notre alimentation détermine notre état de santé/certains aliments sont plus sains que d'autres). Continuez à questionner les apprenants : Mangez-vous ces aliments ? Pourquoi ?

## DÉCOUVERTE

### PREMIERS REGARDS



#### Objectifs

- Découvrir des idées reçues sur la santé et l'alimentation
- Parler de ses goûts alimentaires

### 1. UN ESPRIT SAIN DANS UN CORPS SAIN

#### Mise en route

Invitez les apprenants à identifier la nature du document page 18 (couverture d'une revue dédiée à la santé). Demandez-leur s'ils connaissent d'autres revues de ce type, s'ils les lisent et pourquoi. Ensuite, demandez-leur ce que présente la couverture (des produits alimentaires et les idées reçues à leur sujet) et à quel sujet est consacré le dossier (« La santé dans l'assiette »). Faites expliquer les expressions suivantes : « idée reçue » (opinion faite d'avance et généralement fautive) et « avoir la vie dure » (continuer à exister, persister).

#### Déroulement

**A.** Laissez aux apprenants le temps de prendre connaissance des idées reçues sur la couverture. Puis, invitez-les à commenter ces affirmations : Sont-elles connues dans votre pays ? Pensez-vous qu'elles soient correctes ? Amenez-les à justifier leur réponse à l'aide d'un exemple concret comme dans l'exemple. Procédez à un tour de table.



PISTE 1

**B.** Expliquez aux apprenants qu'ils vont entendre une interview de Mme Bourdin, journaliste spécialisée en nutrition qui donne son point de vue sur les affirmations de la couverture. Lors de la première écoute, invitez-les à repérer les affirmations vraies et fausses selon la journaliste. Corrigez avec le groupe-classe.



PISTE 1

**C.** Lors de la deuxième écoute, demandez aux apprenants d'associer chaque aliment à ses vertus d'après Mme Bourdin. Corrigez avec le groupe-classe. Il est possible de demander aux apprenants de commenter les propos de la journaliste : Êtes-vous surpris ou non par ces résultats ?

**D.** Formez des petits groupes et demandez aux apprenants de compléter la carte mentale avec des aliments qui correspondent à des vertus spécifiques (grossissantes, énergisantes, saines, apaisantes, etc.). Ils peuvent réaliser la carte mentale sur une feuille à part ou un ordinateur. Précisez-leur qu'ils doivent proposer d'autres aliments que ceux de la couverture de la revue. Procédez à la mise en commun des réponses. Incitez les apprenants à commenter les propositions des autres groupes.



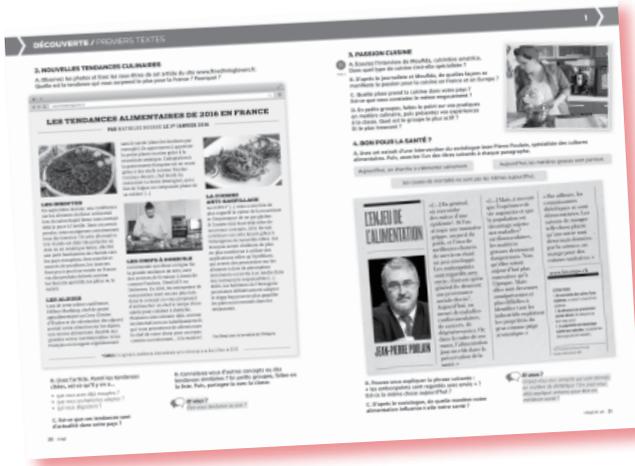
#### Et vous ?

En groupe-classe, invitez les apprenants à discuter de leurs aliments préférés et à dire s'ils sont sains ou non. Demandez-leur à quel moment ils les mangent (repas, situation particulière, fête...) et le sentiment éprouvé lorsqu'ils les consomment. Il est également possible de leur demander quel ingrédient est le plus consommé dans leur pays et d'expliquer pourquoi.

#### Pour aller plus loin

Invitez les apprenants à lire la citation de Pierre Rhabi qui se trouve en haut à droite de la page 19. Demandez aux apprenants à quelle nourriture l'auteur fait référence (alimentation, ce qui s'ingère, ainsi que la beauté de la nature, ce qui s'observe/ la nature est doublement nourricière, elle nourrit le corps et l'âme). Ils peuvent ensuite exprimer leur accord ou leur désaccord avec la citation en justifiant leur réponse et en faisant appel à leur propre expérience (un lieu dans la nature qui les reconforte, les inspire, où ils se réfugient...). Laissez les apprenants s'exprimer librement au sein du groupe-classe.

## PREMIERS TEXTES



### Objectifs

- Découvrir les dernières tendances alimentaires
- Parler du phénomène de la passion pour la cuisine
- Découvrir les enjeux actuels de l'alimentation

## 2. NOUVELLES TENDANCES CULINAIRES

### Mise en route

Demandez aux apprenants d'expliquer le terme « tendance » (orientation, évolution de quelque chose). Puis posez-leur les questions suivantes : Qu'est-ce qui a été tendance et ne l'est plus du tout ? Laissez les apprenants s'exprimer librement au sein du groupe-classe.

### Déroulement

**A.** Demandez aux apprenants de regarder les photographies et les titres de l'article. Questionnez-les sur le sujet abordé (les tendances alimentaires de 2016 en France) et ce qui les surprend en matière de tendances pour la France. Amenez-les à justifier leur réponse.

**B.** Demandez aux apprenants de lire individuellement l'article. Une fois la lecture terminée, demandez à l'ensemble des apprenants quelles tendances ils ont déjà essayées, celles qu'ils souhaiteraient adopter ou encore celles qui les déçoivent. Incitez-les à réagir en se rapprochant ou en s'opposant aux remarques des autres.

**C.** En continuité de l'activité B, les apprenants expliquent si ces tendances sont d'actualité dans leur pays et pourquoi : D'où viennent les nouvelles tendances dans votre pays ? Amenez les apprenants à réfléchir au phénomène de propagation des tendances d'un pays à l'autre.

**D.** Demandez aux apprenants de lister d'autres concepts ou tendances du même genre. Faites-les travailler en petits groupes. Pour dynamiser l'activité, délimitez le temps de sa réalisation. En guise de correction, invitez les groupes à présenter un concept à tour de rôle. Encouragez le reste de la classe à réagir.

### Et vous ?

En groupe-classe, demandez aux apprenants s'ils sont tendance ou non. Amenez-les à justifier leur position à l'aide d'un exemple concret. Il est possible de leur poser d'autres questions comme : Qu'avez-vous déjà mangé de très bizarre ? Êtes-vous prêts à changer votre alimentation pour préserver la planète ? De quels aliments ne pourriez-vous pas vous passer ? Laissez-les s'exprimer librement.

## 3. PASSION CUISINE

### Déroulement



PISTE 2

**A.** Annoncez aux apprenants qu'ils vont écouter l'interview de Moufida, une cuisinière amateur. Lors de la première écoute, demandez-leur de relever les informations générales sur Moufida : spécialité culinaire, naissance de sa passion, sources d'inspiration, coût de cette passion. Procédez à la mise en commun des réponses.



PISTE 2

**B.** Lors de la deuxième écoute, demandez aux apprenants de repérer de quelles façons se manifeste la passion pour la cuisine en France ainsi qu'en Europe. Procédez à la mise en commun des réponses.

**C.** C'est maintenant au tour des apprenants de s'exprimer sur la place qu'occupe la cuisine dans leur pays et d'expliquer s'ils constatent le même engouement, s'il existe par exemple les mêmes émissions culinaires à la télévision. Demandez-leur s'ils les regardent et pourquoi. Laissez-les s'exprimer et interagir librement.

**D.** Formez des petits groupes et demandez-leur de se présenter leurs pratiques culinaires. Invitez chaque groupe à désigner un rapporteur pour résumer le contenu de la discussion au reste de la classe. Vous pouvez guider les échanges à l'aide des questions suivantes :

- Cuisinez-vous régulièrement ? Pourquoi ?
- Suivez-vous une recette ou improvisez-vous ?
- Où trouvez-vous votre inspiration ?
- Quelles sont vos spécialités ?
- Avez-vous beaucoup d'ustensiles de cuisine ?

Après la mise en commun, demandez aux apprenants de désigner le groupe le plus actif et innovant en cuisine.

## Pour aller plus loin

Proposez aux apprenants de cuisiner un mets au cours de l'année. Ils pourront ainsi décrire les ingrédients et expliquer ce qui est sain dans leur recette.

## 4. BON POUR LA SANTÉ ?

### Mise en route

Avant de faire lire l'extrait d'une interview, demandez aux apprenants comment l'alimentation a évolué depuis un siècle. Amenez-les à réfléchir aux aliments particulièrement consommés, à la période à laquelle on les consomme (perte de saisonnalité des produits), aux produits alimentaires tout prêts (biscuits, sauces, plats surgelés, etc.).

**A.** Invitez les apprenants à lire l'extrait de l'interview du sociologue Jean-Pierre Poulain. Demandez-leur quel sujet il aborde (les changements dans notre mode d'alimentation). Ensuite, proposez-leur d'associer chaque paragraphe à l'un des trois titres. Précisez que chaque colonne correspond à un paragraphe. Procédez à une mise en commun des réponses.

**B.** Faites lire la consigne aux apprenants. Interrogez-les sur la signification d'« embonpoint » (état d'une personne un peu grasse). Demandez-leur pourquoi les embonpoints étaient regardés avec envie et si c'est toujours le cas aujourd'hui et pourquoi.

**C.** Après une deuxième lecture, et avant de répondre à la question posée dans la consigne, invitez les apprenants à échanger librement à partir des questions préparatoires suivantes :

- Avec l'augmentation de l'espérance de vie, quelle cause de mortalité s'est développée ?  
*Les maladies cardiovasculaires.*
- Quelle en est la cause ?  
*Les matières grasses.*
- Pourquoi les matières grasses sont-elles communément utilisées ?  
*Ce sont des exhausteurs de goût.*
- Quel impact tout cela a-t-il sur notre alimentation ?  
*On mange pour des raisons sanitaires.*

Demandez maintenant aux apprenants de quelle manière notre alimentation influence notre santé (elle joue un rôle dans la préservation de la santé).



### Et vous ?

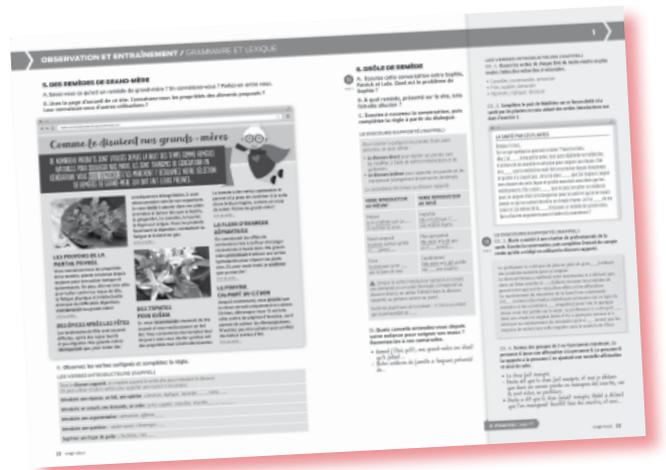
En groupe-classe, invitez les apprenants à échanger librement sur les conseils donnés en matière de diététique (manger cinq fruits et légumes par jour, ne manger du pain que le matin, ne pas boire en mangeant, etc.). Encouragez-les à commenter les conseils présentés et à décrire leurs propres habitudes alimentaires.

## Pour aller plus loin

À partir de la couverture ou de la quatrième de couverture du livre de Michael Moss, *Sucre, sel et matières grasses : comment les industriels nous rendent accros* (on les trouve facilement sur Internet), invitez les apprenants à échanger à propos de la responsabilité des industriels de l'agroalimentaire en matière de santé sanitaire.

## OBSERVATION ET ENTRAÎNEMENT

## GRAMMAIRE ET LEXIQUE



## 5. DES RECETTES DE GRAND-MÈRE

### Déroulement

**A.** Commencez par demander aux apprenants d'expliquer ce qu'est une recette/un remède de grand-mère (remède naturel pour guérir un mal). Puis, formez des petits groupes et proposez-leur de présenter leurs recettes ou remèdes de grand-mère. En guise de correction, demandez à quelques apprenants d'en présenter une à la classe.

**B.** Faites identifier la nature du document (site Internet). Avant de lire l'article, vous pouvez demander aux apprenants de commenter le dessin qui l'accompagne (super-mamie : elle porte une

cape, cheveux blancs tirés en chignon, lunettes...) : cette représentation est-elle réaliste ou cliché ? Puis, faites-leur lire le chapeau et amenez-les à identifier le sujet de l'article (présentation de remèdes de grands-mères). Sans avoir lu l'article, demandez-leur s'ils utilisent ces produits et dans quel but. Vous pouvez aussi proposer aux apprenants d'émettre des hypothèses sur les vertus des produits mentionnés. Les apprenants lisent ensuite l'article individuellement afin de vérifier leurs réponses. Puis, ils commentent les remèdes et expliquent s'ils y croient ou non en justifiant leur opinion.

**C.** Demandez aux apprenants d'observer les verbes (introduceurs) soulignés dans l'article et d'expliquer à quoi ils servent (ils permettent de rapporter les propos d'une personne). Invitez-les ensuite à les reporter dans le tableau en fonction de leur signification (introduire une réponse, introduire un conseil, introduire une augmentation, introduire une question, exprimer une façon de parler). Assurez-vous qu'ils connaissent le sens de ces verbes. Procédez à une mise en commun des réponses au sein du groupe-classe.

### Pour aller plus loin

En classe, les apprenants peuvent réaliser les exercices 1 et 2 page 23 sur les verbes introduceurs avant l'activité C.

Les apprenants pourront s'exercer en autonomie en effectuant l'exercice page 171.

## 6. DRÔLE DE REMÈDE

### Déroulement



PISTE 3

**A.** Annoncez aux apprenants qu'ils vont écouter une conversation entre Sophie, Patrick et Lola. Lors de la première écoute, les apprenants se concentrent sur le problème de Sophie. Ils le résumés en quelques mots.

**B.** Demandez aux apprenants d'identifier quel remède de grand-mère propose Lola. Pour les guider, posez-leur les questions suivantes (elles respectent la chronologie du dialogue) :

- Quelle est la suggestion de Patrick ? *Le dentifrice.*
- Qu'en pense Lola ? *Elle dit que cela va aggraver la blessure.*
- Quel remède propose plutôt Lola ? *Elle propose de frotter la brûlure avec de la tomate.*
- Qui ne croit pas à l'efficacité de la proposition de Lola ? *La mère de Sophie.*

- Lola a-t-elle une preuve de son efficacité ? *Oui, elle l'a déjà testée.*



PISTE 3

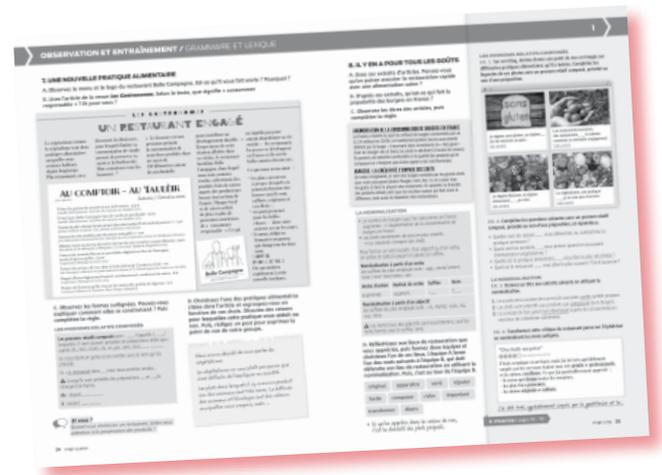
**C.** Demandez aux apprenants de prendre connaissance du tableau sur le discours rapporté. Faites réécouter l'enregistrement, puis expliquez-leur qu'ils vont devoir relever sept occurrences de discours rapporté dans le dialogue pour compléter la règle. Procédez ensuite à une mise en commun des réponses au sein du groupe-classe.

**D.** Formez des groupes de 3 ou 4 apprenants et invitez-les à échanger sur les conseils entendus depuis leur enfance pour soigner leurs maux. Incitez-les à utiliser des verbes introduceurs différents. En guise de correction, proposez à chaque groupe de sélectionner deux conseils et d'en faire part au reste de la classe.

### Pour aller plus loin

En classe, les apprenants peuvent réaliser les exercices 3 et 4 page 23 sur le discours rapporté avant l'activité D.

Les apprenants pourront s'exercer en autonomie en effectuant les exercices pages 171 et 172.



## 7. UNE NOUVELLE PRATIQUE ALIMENTAIRE

### Mise en route

Avant d'aborder cette page, écrivez au tableau « un gastronome ». Demandez aux apprenants de définir ce terme (gourmet, amateur de bonne chère) et à quoi s'intéresse ce type de personnes (art de la table, nouvelle gastronomie, origine des produits, respect des produits, etc.). Il est possible de leur demander s'ils sont eux aussi amateurs de bonne chère.

## Déroulement

**A.** Dans un premier temps, faites observer le document de la page 24 et posez-leur quelques questions à l'oral pour commencer :

- De quel document s'agit-il ? *C'est un article sur un restaurant. Il y a aussi le menu du restaurant.*
- Qu'est-ce qu'un restaurant engagé à votre avis ? *C'est un restaurant qui propose peut-être des plats sans viande. Il se peut qu'il propose de ne pas gaspiller la nourriture.*

Invitez ensuite les apprenants à observer le logo du restaurant *Belle Campagne* et à le décrire, puis à prendre connaissance du menu. Attirez leur attention sur sa particularité (mention de l'origine des aliments). Demandez-leur enfin si le menu leur donne envie. Incitez-les à justifier leur réponse. Retrouvez plus d'informations sur le restaurant *Belle Campagne* sur Internet : <http://www.belle-campagne.fr/restaurant-locavore-bordeaux>

**B.** En continuité de l'activité A, faites lire l'article de la revue *Les Gastronomes* individuellement. Invitez les apprenants à relever les différents régimes alimentaires mentionnés (végétarisme, végétalisme, flexivore, locavore). Assurez-vous qu'ils connaissent le sens de ces différents modes d'alimentation. Ensuite, demandez-leur d'expliquer l'expression « consommer responsable » (manger local et de saison) et ce que signifie pour eux une consommation responsable. Laissez-les s'exprimer librement et reformulez leurs propos en guise de correction.

**C.** Faites observer les formes surlignées dans l'article : comment sont-elles construites ? (préposition + pronom relatif). Si nécessaire, vous pouvez « décomposer » les phrases au tableau pour faciliter la compréhension de l'origine de la préposition (Le végétarisme comme le végétalisme sont deux pratiques alimentaires. Nous sommes habitués à ces pratiques alimentaires depuis longtemps. Plus récemment, on a découvert les flexivores. Pour les flexivores, limiter sa consommation de viande permet de préserver sa santé et la biodiversité...). Interrogez les apprenants sur l'utilité des pronoms relatifs (ils servent à éviter la répétition d'un terme, à rédiger des phrases complexes). À l'issue de cette explication, demandez-leur de compléter la règle. Procédez à une mise en commun des réponses au sein du groupe-classe.

**D.** Proposez aux apprenants de choisir une des pratiques alimentaires citées dans l'article et de se regrouper selon leur choix. Dans un premier

temps, laissez-les échanger librement quelques minutes pour expliquer pourquoi cette pratique les séduit ou non. Ils rédigent ensuite un post pour exprimer le point de vue du groupe. Précisez qu'un post est un bref message déposé sur Internet (réseaux sociaux, blogs et sites), généralement pour diffuser une information renseignée et informative. Précisez-leur qu'ils peuvent s'appuyer sur l'exemple fourni et qu'ils doivent employer des pronoms relatifs composés dans leur production écrite. Proposez aux groupes de lire, à tour de rôle, leur post à la classe. Pour vous assurer que les informations sont bien comprises, invitez les apprenants à reformuler les arguments de chaque groupe en employant le discours rapporté.



## Et vous ?

En groupe-classe, demandez aux apprenants s'ils font attention à la provenance des produits quand ils choisissent un restaurant ou quand ils commandent au restaurant.

## Pour aller plus loin

### Activité de prolongement :

Vous pouvez faire visionner la vidéo du ministère de l'Agriculture sur les divers logos français et européens certifiant l'origine et la qualité des produits (<http://agriculture.gouv.fr/mieux-connaître-les-produits-de-l'origine-et-de-la-qualité>). Demandez ensuite aux apprenants si les mêmes pratiques existent dans leur pays et s'ils y prêtent attention en faisant leurs courses.

### Exercices :

En classe, les apprenants peuvent réaliser les exercices 1 et 2 page 25 sur les pronoms relatifs composés avant l'activité D.

Les apprenants pourront s'exercer en autonomie en effectuant les exercices page 172.

## 8. IL Y EN A POUR TOUS LES GOÛTS

### Mise en route

Demandez aux apprenants ce qu'est la restauration rapide (emporter rapidement les plats commandés pour un prix généralement moindre que la restauration traditionnelle), à quels mets ils l'associent (pizza, sandwich, hot-dog, etc.) et s'ils estiment que c'est un mode d'alimentation sain. Laissez les apprenants s'exprimer librement au sein du groupe-classe.



## Pour aller plus loin

Proposez aux apprenants d'apporter un graphique illustrant la consommation d'un ou plusieurs produits dans leur pays, de le commenter et de le comparer à la consommation des Français.

## 10. COMMENTER ET EXPLIQUER DES DONNÉES CHIFFRÉES

### Déroulement

**A.** En continuité de la séquence précédente, demandez aux apprenants de lire individuellement les commentaires associés au graphique (document 2) en se demandant si les auteurs donnent un avis personnel. Précisez-leur de justifier leur réponse. Partagez les réponses au sein du groupe-classe.

**B.** Invitez les apprenants à observer à nouveau le document 2 et attirez leur attention sur les expressions surlignées en jaune : expriment-elles une augmentation ou une baisse (à l'exception de « stagner » indiquant qu'il n'y a pas d'évolution) ? Il est possible de tracer un tableau à deux colonnes et d'y reporter les mots en jaune (diminuer, une hausse, une décroissance, etc.). Dans un deuxième temps, invitez les apprenants à effectuer des recherches sur Internet pour trouver des synonymes de « stagner » ou d'autres manières d'exprimer une stagnation (piétiner, ne pas bouger, ne pas évoluer, peiner à augmenter...) Pour aider les apprenants à mémoriser ce lexique, proposez-leur d'échanger sur les changements liés à l'alimentation dans la société en réutilisant les mots en jaune dans des phrases (la consommation d'avocats progresse, les sites dédiés à la cuisine végétarienne prennent de plus en plus de place sur la toile, etc.).

**C.** Demandez aux apprenants à quoi correspondent les termes surlignés en bleu (connecteurs logiques). Assurez-vous qu'ils ont compris le sens de tous ces termes. Ensuite, proposez-leur de travailler la synonymie en remplaçant les termes surlignés en bleu par ceux proposés dans les étiquettes. Procédez ensuite à une mise en commun des réponses au sein du groupe-classe.

**D.** Demandez aux apprenants de prendre d'abord connaissance des étapes de l'analyse des données chiffrées (observer, décrire, expliquer). Invitez-les ensuite à lire les commentaires individuellement et à identifier à quelle étape ils correspondent. Procédez ensuite à une mise en commun des réponses au sein du groupe-classe.

## Pour aller plus loin

Vous pouvez proposer aux apprenants de commenter l'évolution de statistiques sur le site Planétoscope (<http://www.planetoscope.com/>). Invitez-les à sélectionner un sujet et à le présenter à l'oral ou à l'écrit.

## 11. C'EST À VOUS

### Mise en route

Invitez les apprenants à observer le document 3 dans son ensemble. Demandez-leur de quoi il s'agit (une infographie) et quel en est le sujet (l'augmentation de la consommation de burger).

### Déroulement

**A.** Demandez aux apprenants de relever la date et les principaux chiffres à retenir, et comment ces chiffres sont mis en valeur. Procédez à une mise en commun des réponses au sein du groupe-classe.

**B.** Amenez les apprenants à décrire la tendance générale exprimée par le schéma. Faites comparer les données de 2013 et de 2015 : les apprenants doivent constater que les chiffres de 2015 pour les burgers sont très proches de ceux du jambon-beurre.

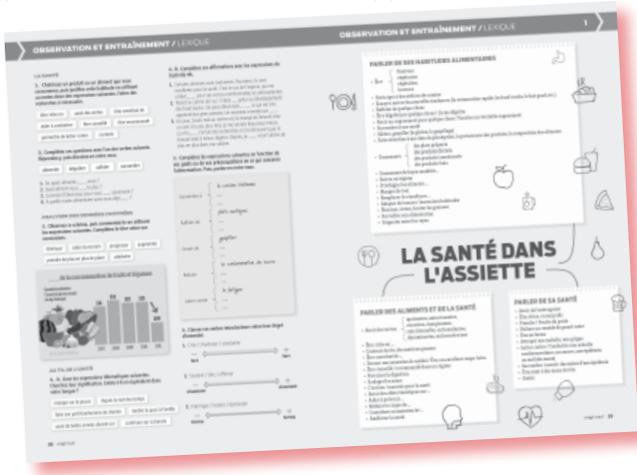
**C.** Formez des petits groupes et proposez-leur de trouver des arguments pour expliquer l'évolution du burger qu'ils utiliseront pour la rédaction du commentaire à l'étape suivante. Incitez-les à réemployer les explications des extraits d'articles de la séquence 8, page 25 (qualité des produits, valeur nutritionnelle, diversité des recettes) et à compléter leurs connaissances en faisant des recherches sur Internet. Laissez-les travailler en autonomie. Procédez à une mise en commun des réponses au sein du groupe-classe en demandant à chaque groupe d'énoncer ses arguments.

**D.** Faites lire les différents titres proposés et demandez aux apprenants d'en dire plus sur l'orientation de chacun (n° 1 et 4 valorisent le burger, n° 2 et 3 défendent le jambon-beurre). Gardez les groupes formés lors de l'activité C et demandez-leur de choisir un titre (assurez-vous néanmoins que tous les titres sont sélectionnés au moins une fois), puis de rédiger leur commentaire tout en respectant l'orientation du titre choisi. Une fois la rédaction terminée, proposez à chaque groupe de lire son commentaire à l'ensemble de la classe.

## Pour aller plus loin

### Inter(culturel)

Pour approfondir la question des sandwiches et burgers, consultez [celien :http://www.sandwichshows.com/Le-Salon/Actus-Marche/Indexe-Jambon-beurre-2016/](http://www.sandwichshows.com/Le-Salon/Actus-Marche/Indexe-Jambon-beurre-2016/). Puis demandez aux apprenants si, dans leur pays, il existe un sandwich emblématique tel le « jambon-beurre » en France et s'il y a des études sur le sujet. Ce produit concurrence-t-il le burger ? Après avoir fait quelques recherches, suggérez aux apprenants de préparer un document de présentation avec chiffres à l'appui.



## LEXIQUE

La plupart des exercices de cette page peuvent être réalisés en autonomie, que ce soit en travail à la maison ou en complément des exercices et activités des pages précédentes.

### Exercice 1

Cette activité orale peut s'effectuer en classe. Demandez aux apprenants de prendre connaissance des expressions dans les étiquettes. Invitez-les à se regrouper par trois ou quatre et à expliquer leurs goûts en employant le lexique fourni.

### Exercice 5

Assurez-vous que les apprenants connaissent le sens de tous les verbes. Après leur avoir demandé de compléter le document en fonction de leurs goûts ou de leurs préoccupations, formez des groupes de trois ou quatre apprenants pour qu'ils en parlent entre eux. À l'issue des échanges, proposez à quelques-uns de présenter leurs propositions au reste de la classe.

### Exercice 6

Faites travailler les apprenants en binômes afin de classer les verbes introducteurs selon leur degré d'intensité. Pour les guider, invitez-les à se reporter

aux définitions données lors de l'activité 5. C. Procédez à la mise en commun des réponses.

### Carte mentale

La page 29 reprend l'ensemble des éléments lexicaux présentés dans l'unité 1 sous la forme d'un schéma qui permet de faciliter la mémorisation par la visualisation. N'hésitez pas à vous référer à cette page au cours de l'étude de l'unité ainsi qu'à la fin, pour effectuer un bilan sur l'ensemble des éléments lexicaux abordés. Vous pouvez effectuer différentes activités à partir de cette page :

- **Nutritionniste en herbe** : Pour travailler le lexique lié aux aliments et à la santé, préparez avant l'activité une liste (ou des photos) d'aliments, de plats et de boissons. Divisez la classe afin de former deux équipes. Énoncez un mot ou montrez une photo. Les apprenants mentionnent une de ses vertus en employant chaque fois une structure différente. À la fin du tour, comptez les points pour découvrir quel groupe a retrouvé le plus d'expressions.
- **Mime** : La carte mentale comporte beaucoup de verbes, vous pouvez donc proposer un jeu de mime. Commencez par constituer deux équipes. Puis expliquez aux apprenants qu'ils auront 2 minutes pour mimer le plus d'actions (verbes) possible présentes sur la page. Une fois le temps écoulé, comptez le nombre d'actions devinées et faites le total des points.

## REGARDS CULTURELS



## 12. AUTRES ÉPOQUES, AUTRES MŒURS ?

### Mise en route

Avant d'aborder l'extrait du livre de Katherine Pancol, écrivez le nom de l'auteure au tableau. Demandez aux apprenants s'ils la connaissent.

Invitez-les à faire des recherches sur Internet si nécessaire. Pour dynamiser l'activité, divisez la classe en deux équipes. Les apprenants ont trois minutes pour trouver le maximum d'informations sur cette auteure.

### Déroulement

**A.** Invitez les apprenants à observer les deux illustrations associées à l'extrait. Vous pouvez projeter les images en grand pour faciliter la description ([https://en.wikipedia.org/wiki/Medieval\\_cuisine](https://en.wikipedia.org/wiki/Medieval_cuisine)). Dans un premier temps, demandez-leur de décrire les deux images (ce sont des banquets. Image 1 : les nobles mangent assis, des serveurs leur amènent les plats ; photographie 2 : les personnes mangent debout autour d'une grande table) et d'identifier l'époque (Moyen Âge). Puis, formez des binômes et invitez-les à discuter de la crédibilité des affirmations. Précisez-leur que les images et la crédibilité des informations ne sont pas liées. À l'issue des échanges, l'ensemble de la classe se met d'accord afin d'harmoniser ses réponses.

**B.** Dites aux apprenants de lire individuellement l'extrait en le comparant avec les réponses qu'ils ont données au cours de l'activité précédente. Pour les affirmations 1, 2 et 3, demandez aux apprenants de reformuler les éléments du texte afin d'en expliquer la raison (1. Il n'y avait pas de cuisine dans tous les logements./Les hommes non mariés mangeaient dehors. 2. La nourriture vient de plusieurs régions : Majorque, la Marne, Corbeil, Normandie, Ventoux. 3. Le temps de cuisson correspondait au temps de récitation de prières.). Amenez les apprenants à échanger sur ce qui les surprend le plus. Incitez-les à réagir aux remarques des autres.

### 13. DES COULEURS ET DES SAVEURS

#### Déroulement

**A.** En continuité de la séquence précédente, proposez aux apprenants de relever tous les plats ou accompagnements cités dans l'extrait à partir de la ligne 40 en identifiant leur point commun (couleur). Pour une compréhension plus détaillée, vous pouvez leur poser les questions suivantes :

- Pourquoi la couleur était-elle importante dans la cuisine ? *Elle incitait à manger.*
- Pourquoi les malades mangeaient des aliments blancs ? *Pour ne pas les exciter.*
- Pourquoi les plats changeaient-ils de couleur ? *Pour être en accord avec les saisons.*

**B.** Créez autant de groupes que de plats proposés dans l'activité (5) et attribuez une recette différente à chaque groupe. Les apprenants doivent faire des

recherches sur Internet dans l'objectif de présenter une recette à la classe. Vous pouvez indiquer les liens suivants pour les recettes : sauce bleu céleste (<http://www.cuisinealafrancaise.com/fr/recettes-anciennes/sauces/sauce-bleu-celeste>), sauce cameline (<http://www.cuisineaz.com/recettes/sauce-cameline-28999.aspx>), tarte blanche (<http://www.cuisineaz.com/recettes/tarte-blanche-38577.aspx>), brochet sauce verte et blanc-manger (<http://www.histoire-pour-tous.fr/dossiers/95-moyen-age/4455-recettes-culinaires-du-moyen-age.html>). Laissez-les travailler en autonomie.

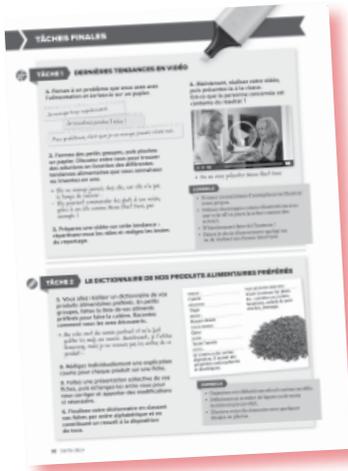
**C.** Laissez les apprenants travailler en autonomie. Incitez-les à prendre des notes pour leur présentation plutôt que de lire simplement la recette. Puis, invitez les groupes à présenter leur recette à tour de rôle.

### 14. ON N'A RIEN INVENTÉ

#### Déroulement

Demandez aux apprenants quelle période de l'histoire les intéresse. Écrivez leurs propositions au tableau (la Préhistoire, l'Antiquité, la Renaissance...). Regroupez les apprenants en petits groupes selon leurs intérêts. Invitez-les à faire des recherches sur les habitudes alimentaires de l'époque choisie. Attirez leur attention sur l'exemple et les rubriques (époque, civilisation, aliments/boissons, mets typiques, modes de consommation, divers). En guise de correction, invitez chaque groupe à présenter les informations collectées sur la période qu'il a choisie au reste de la classe.

## TÂCHES FINALES



### Tâche 1 : Dernières tendances en vidéo

Cette tâche étant à dominante orale, invitez les apprenants à parler et à intervenir le plus possible. Vous pouvez introduire cette activité en demandant aux apprenants quelles sont, selon eux, les particularités des vidéos (journaux télévisés et émissions grand public) présentant des nouvelles tendances (musiques dynamiques, couleurs vives, images rapides, effets de montage, voix énergique du présentateur/de la présentatrice, donne du relief à ses phrases en accentuant la première syllabe, l'attaque, et les mots-clés, etc.).

1. Demandez à chaque apprenant de noter un problème (formulé en une phrase courte) qu'il a avec l'alimentation sur un morceau de papier. Faites prendre connaissance des exemples pour les aider. Ramassez les papiers.
2. Formez des groupes de trois ou quatre apprenants et invitez-les à piocher un papier. Les apprenants discutent entre eux pour proposer des solutions au problème alimentaire inscrit sur le papier en fonction des différentes tendances alimentaires qu'ils connaissent. Ils peuvent aussi en inventer une. S'ils sont en panne d'inspiration, proposez-leur d'effectuer des recherches sur Internet ou de piocher un autre papier. Parmi les différentes solutions trouvées, invitez-les à sélectionner celle qu'ils pensent être la plus appropriée pour être présentée dans une vidéo.
3. Invitez les apprenants à lire les conseils présentés en bas à droite de l'encadré pour choisir entre une voix off enregistrée, une scène jouée ou une interview réelle ou imaginaire. Une fois le type de reportage choisi, demandez-leur de se répartir les rôles et de rédiger leur texte ou questionnaire (dans le cas de l'interview). Passez dans les groupes pour corriger les productions.

Suggérez ensuite aux apprenants de répéter leur séquence avant de la filmer.

4. Les apprenants peuvent filmer leur séquence avec un smartphone ou emprunter une caméra vidéo à la médiathèque. En guise de correction, diffusez les vidéos en classe. Incitez la personne concernée à commenter le résultat pour savoir si elle pense adopter la tendance. Les vidéos pourront être mises en ligne (sur le fil Twitter, la page Facebook de la classe ou le site Internet de l'école).

### Tâche 2 : Le dictionnaire de nos produits alimentaires préférés

Vous pouvez commencer cette activité en demandant aux apprenants à quoi peut servir un dictionnaire consacré à l'art de la cuisine (trouver des images d'aliments qu'on ne connaît pas, comprendre des termes culinaires, apprendre l'origine d'un aliment ou d'une recette) et s'ils en ont déjà consulté un et dans quel but. Préalablement à la séance, préparez des fiches de présentation vierges sur le modèle de celle présentée à droite de l'encadré.

1. Annoncez aux apprenants qu'ils vont réaliser un dictionnaire de leurs produits alimentaires préférés. Formez des petits groupes et demandez-leur de lister leurs aliments préférés pour cuisiner, de raconter comment ils les ont découverts et dans quels plats ou recettes ils les utilisent.
2. Faites prendre connaissance de la fiche donnée en exemple et des différentes entrées (produit/rédacteur, nom de l'apprenant/origine/type de produit/saison/vertus/plats que l'on peut faire avec). Parmi les ingrédients présentés précédemment, chaque apprenant en choisit un pour lequel il complète sa fiche d'identité (sur le modèle de celle donnée en exemple). Les apprenants se mettent d'accord sur le nombre de mots maximum à rédiger par ingrédient. Afin d'illustrer leur fiche, ils cherchent ensuite une photographie.
3. En groupe-classe, demandez aux apprenants de présenter leur fiche respective, puis de se les échanger afin d'apporter d'éventuelles corrections/modifications.
4. Finalement, proposez aux apprenants de rassembler toutes leurs fiches en les classant par ordre alphabétique et de choisir ensemble la photographie de couverture de leur dictionnaire. Utilisez une relieuse pour créer un recueil qui sera à la disposition de tous. Il est possible aussi de le proposer en consultation libre dans le centre de ressources de l'établissement.

## DÉCOUVERTE

### PREMIERS REGARDS

#### 1. UN ESPRIT SAIN DANS UN CORPS SAIN

**A.** Réponse libre.

**B.** Selon elle, certaines informations de la couverture sont fausses.

**C.**  
**Le basilic :** favorise la digestion.  
**L'avocat :** a des vertus anticancéreuses, est riche en vitamines B et C.

**Le café :** combat les problèmes cardio-vasculaires, nous met de bonne humeur.

**Les crudités :** donne une sensation de satiété.

**Le vin :** combat les problèmes cardiovasculaires.

**Le citron :** soulage les brûlures d'estomac.

**Les épinards :** sont riches en vitamines B et C.

**D.** Suggestion de réponses :



### PREMIERS TEXTES

#### 2. NOUVELLES TENDANCES CULINAIRES

**A.** Réponse libre.

**B.** Réponse libre.

**C.** Réponse libre.

**D.** Suggestion de réponses :

La tendance des « sans » : sans gluten, sans viande (végétariens = qui ne mangent pas de viande/le flexitarisme = s'autoriser à manger exceptionnellement de la viande), sans produits d'origine animale (végétaliens).

La tendance « la santé par l'alimentation » : les alicaments (aliments qui permettent également de soigner).

La tendance « préservation de l'environnement » : les locavores (acheter uniquement des produits locaux).

#### 3. PASSION CUISINE

**A.** Elle s'est spécialisée dans la pâtisserie.

**B.** La passion pour la cuisine en France et en Europe se manifeste par le développement ou la multiplication des livres de cuisine dans les rayons des librairies, des ateliers de cuisine, des émissions de cuisine à la télévision, des magasins spécialisés qui vendent des ustensiles.

**C.** Réponse libre.

**D.** Réponse libre.

#### 4. BON POUR LA SANTÉ ?

**A.**

**Paragraphe 1 :** Les causes de mortalité ne sont pas les mêmes aujourd'hui.

**Paragraphe 2 :** Aujourd'hui, les matières grasses sont partout.

**Paragraphe 3 :** Aujourd'hui, on cherche à s'alimenter sainement.

**B.** Être légèrement en surpoids était perçu comme quelque chose de positif car les personnes qui avaient de l'embonpoint étaient des personnes riches et/ou en bonne santé (donc plus résistantes aux maladies).

Aujourd'hui, c'est plutôt le contraire ; être en surpoids est généralement perçu comme quelque chose de négatif.

**C.** Grâce à la démocratisation des connaissances diététiques, nous sommes conscients du fait que l'alimentation a des effets sur notre santé. Il est donc possible d'améliorer son état de santé grâce à ce que l'on mange. Bien manger peut donc aider à préserver sa santé.

## OBSERVATION ET ENTRAÎNEMENT

## GRAMMAIRE ET LEXIQUE

## 5. DES REMÈDES DE GRAND-MÈRE

**A.** Un remède de grand-mère est une recette, un « truc » pour soigner des problèmes de santé mineurs en utilisant généralement des ingrédients naturels (plantes, fruits, huiles...).

**B.** *Suggestion de réponses :*

**Menthe poivrée :** soulage les infections respiratoires, combat le mal des transports, soulage les démangeaisons (piqûres d'insecte).

**Épices :** soulagent les nausées (gingembre), stimulent la circulation sanguine (cannelle), ont des effets positifs sur l'humeur (cardamome).

**Tomates :** permettent de lutter contre le cancer, améliorent la texture de la peau, facilitent la digestion.

**Fleur d'oranger :** tonifie la peau, aide à lutter contre l'insomnie, soulage les douleurs d'estomac et les maux de tête.

**Citron :** facilite la digestion, donne de l'éclat aux cheveux.

## C. LES VERBES INTRODUCTEURS (RAPPEL)

Dans le **discours rapporté**, on emploie souvent le verbe *dire* pour introduire le discours.

On peut utiliser d'autres verbes pour apporter une nuance à ses propos.

**Introduire une réponse, un fait, une opinion :** annoncer, répliquer, répondre, **rétorquer**, croire, **penser**

**Introduire un conseil, une demande, un ordre :** prier, supplier, conseiller, interdire, **recommander**, **préconiser**, inviter à

**Introduire une argumentation :** démontrer, affirmer, **confirmer**

**Introduire une question :** vouloir savoir, s'interroger, **se demander**

**Exprimer une façon de parler :** chuchoter, crier, **s'exclamer**

## 6. DRÔLE DE REMÈDE

**A.** Elle s'est brûlée en sortant un plat du four.

**B.** Elle fait référence aux vertus apaisantes et cicatrisantes de la tomate en cas de brûlure.

## C. LE DISCOURS RAPPORTÉ (RAPPEL)

Pour raconter à quelqu'un les paroles d'une autre personne, on peut utiliser :

- **Le discours direct** pour répéter ses paroles sans les modifier, à l'aide de verbes introducteurs et de guillemets.
- **Le discours indirect** pour rapporter ses paroles en les transposant (changement de personne, de temps).

La concordance des temps au discours rapporté :

VERBE INTRODUCTEUR AU PRÉSENT	VERBE INTRODUCTEUR AU PASSÉ
Présent <i>Je te confirme que ça <b>aide</b> à cicatriser la peau.</i>	Imparfait <i>Elle m'a dit que c'<b>était</b> une brûlure légère.</i>
Passé composé <i>Je pense surtout qu'elle n'<b>a</b> jamais <b>essayé</b>.</i>	Plus-que-parfait <i>Ma mère m'a dit que ça n'<b>avait</b> jamais <b>marché</b>.</i>
Futur <i>Je crois que ça ne <b>pourra</b> pas te faire de mal.</i>	Conditionnel <i>Ma mère m'a dit qu'elle me <b>laisserait</b> une cicatrice.</i>

⚠ Lorsque le verbe introducteur reprend un conseil, une demande ou un ordre (formulés à l'impératif au discours direct), on utilise l'infinitif dans le discours rapporté, au présent comme au passé.  
*Frotte-toi plutôt avec de la tomate. → J'ai lu un article qui recommandait de **se frotter avec de la tomate**.*

**D.** Réponse libre.

## EX. 1.

conseiller – recommander – préconiser  
demander – prier – supplier  
répondre – répliquer – rétorquer

## EX. 2.

Bonjour à tous,  
Est-ce que quelqu'un pourrait m'aider ? Voici les faits.  
Hier, j'ai **conseillé** à ma petite amie, tout juste diplômée en médecine, d'utiliser de la cannelle en infusion pour soigner son rhume. Elle m'a **répondu** que la médecine avait fait ses preuves depuis longtemps et qu'elle n'y croyait pas. Je lui ai alors **répliqué** que j'avais toujours soigné mes rhumes de cette façon et qu'elle marchait aussi bien que les médicaments. Elle a alors **rétorqué** que ne pas consulter un médecin pour se soigner était très dangereux pour la santé et qu'on ne savait jamais ce qui se cachait derrière un simple rhume. Je l'ai **priée** de me croire et j'ai même dû la **supplier** d'essayer ce remède de grand-mère. Qui a d'autres arguments pour m'aider à la convaincre ?

## EX. 3.

[...] de plus en plus de gens **utilisaient** des produits naturels pour se soigner. [...] dans un futur proche, il **faudrait** recenser les remèdes de grand-mère [...] Le

représentant du ministère de la Santé leur a demandé s'il **existait** des études statistiques sérieuses [...] et les a invités à enquêter. Le professeur G. a dit qu'il **avait lu** une étude en anglais [...] et a rétorqué au représentant du ministère qu'il **n'avait** pas les moyens.

**EX. 4.** Réponse libre.

## 7. UNE NOUVELLE PRATIQUE ALIMENTAIRE

**A.** Réponse libre.

**B.** Selon le texte, consommer responsable signifie choisir des ingrédients produits localement et de saison afin de réduire l'émission des gaz à effet de serre et donc de contribuer au développement durable.

### C. LES PRONOMS RELATIFS COMPOSÉS

**Les pronoms relatifs composés** sont : **lequel/laquelle/lesquels/lesquelles**. Ils sont souvent précédés de prépositions telles que : *auprès de, chez, contre, de, en, par, sans, sous, pour, dans, à propos*.

Ils s'accordent en genre et en nombre avec le nom qui les précède.

Ex. : *Le restaurant dans lequel nous nous sommes rendus...*

⚠ Lorsqu'ils sont précédés des prépositions *de* et *à*, ils changent de forme.

**de** : *duquel, de laquelle, desquels, desquelles*

**à** : *auquel, à laquelle, auxquels, auxquelles*

**D.** Réponse libre.

## 8. IL Y EN A POUR TOUS LES GOÛTS

**A.** Il est possible d'associer la restauration rapide à une alimentation saine en utilisant des ingrédients variés et des produits de bonne qualité.

**B.** Les consommateurs apprécient la diversité des produits utilisés, les recettes originales et le fait que ces hamburgers sont préparés par des restaurateurs célèbres.

### C. La nominalisation

- Le nombre de burgers que l'on consomme en France augmente.
- *Augmentation de la consommation de burgers en France.*

- Les chefs deviennent de plus en plus créatifs.

- *La créativité s'empare des chefs.*

Pour former un nom à partir d'un adjectif ou d'un verbe, on utilise le radical auquel on ajoute un suffixe.

#### Nominalisation à partir d'un verbe

Les suffixes les plus employés sont : *-age, -ment/-ement, -ition/-ion/-tion/-ation, -ure*.

Verbe d'action	Radical du verbe	Suffixe	Nom
<i>augmenter</i>	<i>augment-</i>	<i>-ation</i>	<i>l'augmentation</i>

#### Nominalisation à partir d'un adjectif

Les suffixes les plus employés sont : *-ce, -ité/-té, -esse, -ise, -eur, -isme*.

⚠ Les noms issus des adjectifs sont tous féminins, sauf les noms formés avec le suffixe *-isme*.

**D.** Réponse libre.

### EX. 1.

Le régime sans gluten, un régime à cause duquel j'ai dû renoncer au pain.

Les restaurants locavores, des restaurants **pour lesquels** la cuisine constitue un véritable engagement.

Le régime flexivore, le régime alimentaire **auquel** je crois.

Le végétalisme, une pratique **avec laquelle** je ne suis pas d'accord.

### EX. 2.

Quelles sont les raisons **pour lesquelles** vous défendriez ou combattriez la pratique omnivore ?

Quels sont les produits **auxquels** vous pensez quand on vous parle d'alimentation végétalienne ?

Quelle est la pratique alimentaire **à laquelle** vous êtes le plus attaché(e) ?

Quel est le restaurant **dans lequel** vous allez le plus souvent ? Est-il locavore ?

### EX. 3.

1. Le succès de la cuisine de rue est dû à la variété des plats qu'elle propose.

2. Les chefs sont attentifs à la composition des produits de leurs burgers.

3. Les consommateurs soucieux de s'alimenter sainement ont contribué au développement du concept de fast-food.

### EX. 4.

J'ai été agréablement surpris par la gentillesse et le professionnalisme des serveurs ainsi que par l'excellence de la cuisine. Ce que j'ai particulièrement apprécié :

- le changement de menu toutes les semaines,
- la présentation des plats,
- l'originalité et le raffinement de la cuisine.

## ■ MÉTHODOLOGIE

### 9. ANALYSER UN GRAPHIQUE

#### A.

**Couleurs** : les chiffres pour différentes années (1960, 1990, 2014).

**Axe vertical** : les catégories de produits.

**Axe horizontal** : le pourcentage que représentent les différents produits dans le panier alimentaire des Français.

#### B.

Qu'est-ce qui a augmenté ? Le poisson, les œufs et laitages, les plats préparés, les produits sucrés, les boissons non alcoolisées.

Qu'est-ce qui a diminué ? Le pain et les céréales, la viande, les fruits et légumes, les boissons alcoolisées et « autres ».

Qu'est-ce qu'on consomme le plus et le moins aujourd'hui ? Le plus : la viande ; le moins : les plats préparés.

Qu'est-ce qu'on consomme le plus et le moins en 1960 ? Le plus : la viande ; le moins : les plats préparés.

**C. Suggestion de réponse :**

Même si la consommation de viande a baissé, elle reste toujours la part la plus importante dans le panier alimentaire des Français. La consommation de pain et de céréales et de fruits et légumes a baissé mais ces produits constituent toujours une part importante du panier des Français. On constate aussi que malgré le style de vie qui a énormément changé, la consommation de plats préparés en France reste faible.

**D. Réponse libre.**

## 10. COMMENTER ET EXPLIQUER DES DONNÉES CHIFFRÉES

**A.** Ils ne donnent pas leur avis personnel ; ils s'en tiennent à la présentation des informations présentées dans le graphique 1. Il s'agit là d'une enquête dont le but est de présenter des chiffres bruts et non une opinion personnelle. L'Institut national de la statistique et des études économiques (Insee) collecte, produit, analyse et diffuse des informations sur l'économie et la société françaises.

**B.**

**Une augmentation :** « croissance », « progressent », « a bondi », « augmente », « prennent de plus en plus de place », « avoir pris de l'ampleur ».

**Une baisse :** « réduite », « cèdent [...] du terrain », « recule », « diminue », « n'atteint plus que ... », « moindre », « a chuté ».

**Aucune évolution :** « stagne ».

**C.**

par conséquent : ainsi  
au contraire : à l'inverse  
en particulier : notamment  
néanmoins : toutefois  
alors que : tandis que

**D.**

- Ce recul provient [...] → Expliquer
- La part de la viande [...] → Décrire

## 11. C'EST À VOUS

**A.** Il s'agit de l'année 2013.

Principaux chiffres à retenir : 655, 247, 47 et 21.

Ces chiffres sont placés dans l'illustration d'un hamburger afin d'être mis en valeur.

**B.** La consommation des hamburgers en France rattrape peu à peu celle des sandwichs au jambon-beurre.

**C.** Causes pouvant expliquer le succès grandissant des hamburgers en France :

- le fait que de grands chefs étoilés aient proposé des recettes de hamburgers revisités en utilisant des ingrédients originaux et de qualité ;
- le succès des *food-trucks* qui ont démocratisé la nourriture à emporter.

**D. Suggestion de réponse :**

Le fin du jambon-beurre ?

Depuis le début des années 2000, le succès du hamburger

prend de l'ampleur en France. Sur neuf sandwichs achetés en 2000, seulement un était un hamburger. Ce chiffre a bondi, passant à un sur sept en 2007. En 2013, près d'un sandwich sur deux acheté était un hamburger. En 2015, la tendance se confirme : on constate que les jambon-beurre ont cédé pratiquement la moitié du terrain aux hamburgers. Le hamburger reste associé à la restauration rapide : 67,5% sont servis dans des établissements de restauration rapide et 25,4 % dans des restaurants dits « traditionnels ». Le hamburger est bel et bien rentré dans la culture culinaire française : 75 % des restaurants traditionnels en proposent au moins un à la carte.

## ■ LEXIQUE

**1. Réponse libre.****2.**

1. De quels aliments raffolez-vous ?
2. Quels aliments vous dégoûtent le plus ?
3. Comment faites-vous pour vous alimenter sainement ?
4. À quelle mode alimentaire avez-vous déjà succombé ?

**3. Suggestion de titre :** Baisse de la consommation de fruits et légumes.

*Suggestion de réponses :*

La consommation de fruits et légumes a légèrement progressé/augmenté jusqu'en 2008 avant de stagner pendant plusieurs années.

Ce chiffre a ensuite diminué pour atteindre 109 kilogrammes par ménage en 2011. C'est peut-être à mettre en rapport avec le fait que les produits sucrés ont pris de plus en plus de place dans le panier alimentaire des Français.

**4. A.**

Manger sur le pouce : manger rapidement sans se mettre à table.

Depuis la nuit des temps : depuis toujours.

Faire son petit bonhomme de chemin : progresser tout doucement.

Avoir la puce à l'oreille : se douter de quelque chose.

Avoir de belles années devant soi : rencontrer un succès certain dans le futur.

Continuer sur sa lancée : action déjà commencée qui continue sur un élan.

**B.**

1. « [...] C'est le cas de l'oignon qui est utilisé depuis la nuit des temps pour ses vertus nutritionnelles et antioxydantes. »
2. « [...] L'idée a fait son petit bonhomme de chemin grâce au développement des food-trucks. On peut désormais manger sur le pouce, ce qui est apprécié par les gens pressés. Un nouveau concept qui a de belles années devant lui. »
3. « [...] Ça m'a mis la puce à l'oreille. [...] Depuis, je continue sur ma lancée et je l'utilise de plus en plus dans ma cuisine. »

5. Réponse libre.

6.

1. Chuchoter → s'exclamer → crier
2. Dire → affirmer → soutenir
3. Demander → interroger → insister

## ■ PHONÉTIQUE

1. *Échauffement vocal*

2.

	Aliments
[q]	fruit, huile
[w]	poivre, sandwich, fenouil
[j]	volaille

3.

	1 SYLLABE	2 SYLLABES	3 SYLLABES
1.	X		
2.			X
3.	X		
4.		X	

4.

	[i]	[ij]
1.		X
2.	X	
3.	X	
4.		X

5. Trois petites **vieilles** font la **cuisine** sans **bruit**.

6. *L'enchaînement après [ij]*

7.

1. **Éloi** dit qu'il **surveille une** casserole sur le feu.
2. **Sofiane** dit que ses **papilles** apprécient ton repas.
3. Madame **Dupuis** dit de **veiller à** ne pas se tromper dans les mesures.

8.

1. Par **ailleurs**, les connaissances **diététiques** se sont démocratisées.
2. Si l'on attrape une mauvaise grippe, on perd du **poids**, et l'on a de **meilleures** chances de survie en étant un peu enveloppé.
3. Aujourd'**hui**, on favorise les bons **produits** régionaux pour faire la cuisine.
4. Depuis 2016, les Français sont les plus gros consommateurs de **whisky**.

## REGARDS CULTURELS

### 12. AUTRE ÉPOQUE, AUTRES MŒURS ?

A. Réponse libre.

B. Toutes les affirmations du point A sont vraies.

### 13. DES COULEURS ET DES SAVEURS

A. Le civet rosé, la tarte blanche, la sauce cameline, le poisson frit, le potage de tripes brun ou jaune, la sauce italienne « bleu céleste », les plats de gelée décorés avec des armoiries, des grains de grenade ou des fleurs de violette, les entremets surprises. Pour tous ces plats, l'aspect visuel (en particulier les couleurs) est aussi recherché que les saveurs.

B. Réponse libre.

### 14. ON N'A RIEN INVENTÉ

Réponse libre.