



Conférence

Centre de recherche du CHU de Québec-Université Laval



CONFÉRENCIER : Michel Lucas, docteur en épidémiologie

Professeur agrégé, Département de médecine sociale et préventive, Université Laval
Chercheur, Axe santé des populations et pratiques optimales en santé, CHU de Québec—
Université Laval

Chef cuisinier (DEP en cours), École hôtelière de la Capitale

Visiting Scientist, Department of Nutrition, Harvard T. H. Chan School of Public Health

DATE ET HEURE: Mardi 1^{er} février 2022, 12h – 13h

ORGANISÉE PAR : Le Comité scientifique de l'axe SP-POS

ZOOM : <https://ulaval.zoom.us/j/67990118721?pwd=dmNyVEV3UU1QbTdjWjdaS2hEWUdOUT09>

Décrypter l'*umami* ... pour une révolution délicieuse



C'est le professeur Kikunae Ikeda, un chimiste japonais, qui a été le premier à étudier et découvrir l'*umami* en 1908. Le mot japonais *umami* combine les concepts « *umai* », qui signifie délicieux, et « *mi* », qui signifie essence, nature essentielle, goût ou saveur. En français, on s'entend généralement pour définir l'*umami* comme « goût délicieux » ou « goût savoureux ». Par ailleurs, si certains Japonais ne sont pas très familiers avec la définition du terme *umami*, beaucoup d'entre eux l'utilisent non seulement pour désigner un goût spécifique, mais aussi comme une expression de la perfection.

Bien que le terme *umami* a été introduit il y a plus de 100 ans, bon nombre de personnes ne savent pas le définir, ni identifier ses sources, ni en connaître ses usages et ses impacts physiologiques. De plus, ce n'est que dans les années 2000 que les académiciens et spécialistes du goût l'ont identifié comme étant la 5^e saveur essentielle.

Comment se fait-il que la saveur qu'on identifie comme « goût délicieux » ou « goût savoureux » soit si peu connue et utilisée dans la pratique culinaire? Pourtant, dans notre jargon culinaire occidentale, on identifie bien le salé au sel, le sucré au sucre de table, l'acidité au vinaigre ou au citron, et l'amertume à différents produits (café, chocolat noir, houblon de la bière, etc.). La lacune dans la définition du concept d'*umami* proviendrait-elle du fait qu'il n'est pas associé à une source universellement connue dans notre jargon?

Venez enrichir vos connaissances et découvrir le monde merveilleux de l'*umami*. Prenez garde! Plonger dans l'univers de l'*umami*, c'est un voyage sans retour, car on s'attache corps et âme au délicieux.

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

Au terme de cette présentation, le participant sera en mesure de :

1. Décrire l'origine de l'*umami* et sa signification
2. Distinguer les molécules qui génèrent l'*umami* et leurs interactions
3. Reconnaître les impacts physiologiques de l'*umami*
4. Identifier les sources d'*umami*
5. Juger de la portée de l'*umami* dans la pratique culinaire et la révolution délicieuse

Ce qu'en disent les chefs qui ont assisté à cette conférence

« Chambouler, une façon différente d'aborder les recettes afin de les sublimer en diminuant le sel. Les quelques tests que j'ai faits suivant la conférence ont apporté des commentaires de la clientèle du type absolument délicieux, on dirait de la magie, le meilleur Crab Cake que j'ai goûté. »

Chef Pierre-Olivier Ferry, Atelier culinaire
Pierre-Olivier Ferry, auparavant Chef des
Jardins de Métis

« Tu as mis des mots sur des sentiments, des sensations et des impressions que nous vivons tous les jours en tant que chef de cuisine. Je ne cuisinerai probablement plus jamais de la même manière considérant qu'il existe toujours un match parfait possible grâce à mes connaissances plutôt que de ne faire confiance seulement qu'à mon instinct de cuisinier. »

Chef Yannick Ouellet, PDG, Les Services
Alimentaires Yannick Ouellet Inc.

« Inspirant. J'ai pris beaucoup de notes. Enfin de la vulgarisation scientifique et pratique sur l'UMAMI. Cette connaissance sur l'UMAMI amène de nouveaux outils et en cuisine c'est essentiel. »

Chef-enseignant André Lagacé, École de la
restauration et du Tourisme de la
Gaspésie