

La science dans votre assiette

01 / 09

En 2026, la Fête de la science met l'alimentation à l'honneur avec le thème national « Saveurs savantes ». À cette occasion, les médiateurs d'Instant Science, qui travaillent au quotidien à rendre les sciences accessibles à tous, vous proposent de découvrir neuf phénomènes fascinants qui façonnent les saveurs, les textures et les arômes de vos plats.

Pourquoi une viande grillée est-elle si savoureuse ?

Pour comprendre

Lorsque la surface de la viande atteint environ 140 °C, les protéines et certains sucres naturellement présents réagissent entre eux. Cette transformation, appelée réaction de Maillard, produit des centaines de nouvelles molécules aromatiques.

Ce sont elles qui donnent à la viande grillée son brun doré, ses notes de grillé, de noisette ou de torréfaction, et une grande partie de sa richesse gustative.

À vous de deviner...

Quels autres aliments doivent une partie de leur goût à la réaction de Maillard ?

La réaction de Maillard est omniprésente dans notre alimentation. On la retrouve dans la croûte du pain, les frites, les biscuits, le café torréfié ou encore le cacao. Chaque fois qu'un aliment dore à la cuisson, il y a de fortes chances qu'elle soit à l'œuvre... et qu'elle participe au plaisir que nous prenons à le déguster.

Le savoir-faire

Les cuisiniers utilisent ce phénomène depuis des siècles pour révéler les saveurs des aliments.

Une belle viande grillée ne doit pas être humide. Le cuisinier la sèche avant la cuisson, la dépose sur une surface très chaude puis la laisse cuire quelques instants sans la déplacer.

Ce geste favorise la formation d'une croûte fine, parfumée et pleine de caractère.