

Le goûteur d'eau

Autor(en): **Peter, Theodora / Koch, Werner**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Revue suisse : la revue des Suisses de l'étranger**

Band (Jahr): **48 (2021)**

Heft 2

PDF erstellt am: **13.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1052010>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Le goûteur d'eau

Pour les connaisseurs comme Werner Koch, l'eau est bien plus qu'un passe-soif. Le gérontologue de 57 ans est l'un des premiers «sommeliers de l'eau» de Suisse.

INTERVIEW: THEODORA PETER

Werner Koch, quel goût a l'eau?

L'eau du robinet, à la maison, possède en principe un goût neutre. En revanche, l'eau minérale que l'on met en bouteille à la source, sans la traiter, a le goût des minéraux qu'elle contient: le sodium, le magnésium et le calcium ont une saveur particulière. Le bicarbonate, par exemple, laisse une sensation légèrement veloutée sur la langue, et il favorise la digestion. L'«ADN» de l'eau est influencé par les couches de roches qu'elle a traversées: ainsi, l'eau riche en calcaire du Jura se distingue par un léger goût de gypse. Les eaux minérales issues des gisements de granite contiennent peu de minéraux dissous et, pour moi, elles ont le même goût que si on les léchait à même le rocher.

L'eau du robinet est potable en Suisse.

Pourquoi acheter de l'eau minérale?

Il ne faudrait pas opposer l'eau du robinet à l'eau minérale. Les deux ont leur raison d'être. En Suisse, nous avons une immense diversité d'eaux, et nous pouvons être fiers de pouvoir boire en tout temps et partout l'eau au robinet sans aucun problème. C'est un privilège par rapport à de nombreux pays. L'eau minérale permet de varier les plaisirs. Ainsi, une eau minérale bien choisie peut par exemple compléter à merveille la dégustation d'un vin rouge capiteux.

L'eau plate a-t-elle meilleur goût que l'eau pétillante?

L'acide carbonique joue plutôt un rôle dans la perception sensorielle de l'eau. Préférer l'une ou l'autre est une affaire de goût. Bon nombre de personnes préfèrent l'eau légèrement pétillante. Une eau plus gazeuse contient davantage d'acide carbonique et est donc, c'est logique, plus acide.

Recommandez-vous de boire l'eau à température ambiante ou glacée?

Là aussi, c'est une question de préférence personnelle. L'eau plate que l'on boit avec les repas peut avoir quelques degrés de plus qu'une eau minérale gazeuse. Pour se rafraîchir, il vaut mieux opter pour une eau pétillante, qui peut être très froide. L'eau du robinet doit aussi être froide: peu de personnes l'apprécient quand elle est tiède.

Combien d'eau doit-on boire journellement?

Il est conseillé de boire au moins 1,5 litre d'eau ou 30 millilitres par kilo de masse corporelle. Plus on avance en âge, moins l'on ressent la soif. Dans notre centre pour personnes âgées, nous encourageons les résidents à boire davantage en aromatisant l'eau avec des herbes, des fruits ou des légumes. Cela vaut la peine de se livrer à des expériences, en faisant par exemple, infuser du céleri-branché dans l'eau. Le mariage du basilic et des fraises est très goûteux et rafraîchissant. Les gens aiment varier les plaisirs, et boivent davantage ainsi.

Le regard que vous posez sur ce bien précieux qu'est l'eau a-t-il changé?

J'utilise l'eau de manière plus consciente, et je ne laisse jamais le robinet couler inutilement. Nous devrions tout faire pour que les générations suivantes aient elles aussi accès en tout temps et partout à ce produit naturel qu'est l'eau. Toujours fraîche, toujours naturelle. Car l'eau, c'est la vie.



Werner Koch est gérontologue diplômé et responsable du centre pour personnes âgées Stampfenbach à Zurich. Il a effectué la formation de «sommelier de l'eau» de Gastro-suisse par intérêt personnel. En plus de s'y connaître en dégustation de l'eau minérale, il est fasciné par la diversité et l'origine de l'eau potable.