LE COAM · CERTIFICAT

Reconnaître et interpréter les arômes du vin

Fiches mémo : l'essentiel des 8 chapitres, les 30 arômes du coffret, votre plan d'entraînement et votre grille d'analyse.



Comment utiliser ces fiches

Ces fiches complètent votre livre de cours et le campus. Elles ne remplacent ni l'un ni l'autre : elles condensent ce qu'il faut savoir le jour de l'examen, et ce qu'il faut pratiquer tous les jours.

1. **Fiche 1** · Plongée dans l'univers des arômes
2. **Fiche 2** · Comment fonctionne votre nez
3. **Fiche 3** · L'origine des arômes
4. **Fiche 4** · Exacerber et bien percevoir les arômes
5. **Fiche 5** · Reconnaître les arômes
6. **Fiche 6** · Travailler son nez
7. **Fiche 7** · Interpréter les arômes
8. **Fiche 8** · La science des arômes
9. **Fiche 9** · Les 30 arômes du coffret
10. **Fiche 10** · Mon plan d'entraînement (6 semaines)
11. **Fiche 11** · Ma grille d'analyse olfactive
12. **Fiche 12** · Mon carnet olfactif

> 🎓 **L'examen en bref**
>
> - 1 heure, 100 % à distance, au moment qui vous convient.
> - Un QCM sur l'identification et l'interprétation des arômes, et des études de cas.
> - Admis dès 55/100 · assez bien 65 · bien 75 · très bien 86.
> - Pour le passer : écrivez à contact@lecoam.eu.

Plongée dans l'univers des arômes

📌 L'essentiel

- **Les arômes sont des indices** : ils renseignent sur le cépage, l'origine, la vinification, l'élevage, l'âge… et les défauts.
- **Nez** : toutes les odeurs perçues. **Bouquet** : les arômes d'évolution.
- **Flaveur** = goût + arômes perçus en rétro-olfaction.
- **Un arôme est une molécule volatile** : il faut l'extraire, la faire voler, puis la détecter.

Les trois étapes de la dégustation

Étape	Ce que l'on observe	Ce que l'on en tire
👁️ **Visuel**	Limpidité, brillance, intensité, couleur, viscosité	Âge, niveau d'alcool, évolution éventuelle
👃 **Olfactif**	Intensité du nez, qualité et familles d'arômes	Cépage, climat, vinification, élevage, âge, défauts
👄 **Gustatif**	Équilibre, texture, rétro-olfaction, persistance	Qualité, cohérence entre le nez et la bouche

Les trois étapes sont indissociables, mais c'est par l'olfaction que le vin se raconte le plus.

Les mots du dégustateur

Terme	Définition
Odeur	Terme générique : tout ce que perçoit l'odorat, agréable ou non.
Parfum	Odeur agréable, plutôt employée hors du contexte alimentaire.
Nez	Ensemble des odeurs perçues à l'examen olfactif : nez expressif, nez fermé…
Bouquet	Arômes liés à l'évolution du vin (élevage, vieillissement en bouteille).
Arôme	Toute perception olfactive du vin, par le nez ou en rétro-olfaction.
Flaveur	Alliance du goût (sucré, acide, amer, salé) et des arômes perçus en rétro-olfaction.

Comment naît un arôme : les 3 conditions

Condition	Ce qui se passe	Le geste du dégustateur
1. **Extraire**	L'arôme passe de l'état liquide à l'état gazeux	Faire tourner le verre, laisser le vin se réchauffer légèrement
2. **Faire voler**	La molécule volatile circule dans l'air jusqu'au nez	Garder le nez au-dessus du verre
3. **Détecter**	La molécule se fixe sur un récepteur olfactif	Renifler par inspirations courtes et rapides

Comment fonctionne votre nez

📌 L'essentiel

- **Le nez fonctionne par seuils** : il faut activer assez de récepteurs pour percevoir un arôme.
- **Fatigue olfactive** : le nez sature en quelques minutes. Faites des pauses, sentez votre coude, respirez de l'air frais.
- **L'ordre compte** : un vin très aromatique peut masquer le vin plus discret servi après lui.
- **Renifler** plutôt que respirer : l'air doit atteindre la muqueuse olfactive.
- **Effet Madeleine de Proust** : les odeurs arrivent directement aux zones des émotions et de la mémoire, sans le filtre du thalamus. D'où leur force… et la difficulté à les mettre en mots.

Le trajet d'un arôme, du verre au cerveau

Étape	Ce qui se passe
1. **Molécule volatile**	Assez légère pour s'échapper du vin et voyager dans l'air.
2. **Fosses nasales**	Elle contourne les vibrisses (les petits poils des narines).
3. **Muqueuse olfactive**	La « tache jaune » : 5 cm^2 chez l'humain, 200 cm^2 chez le chien.
4. **Cils et récepteurs**	L'arôme se fixe sur son récepteur comme une clé dans sa serrure.
5. **Nerf olfactif**	Le contact déclenche un signal électrique.
6. **Bulbe olfactif**	Premier relais d'analyse, directement relié à l'amygdale (émotions) et à l'hippocampe (mémoire).

Voie directe ou rétro-olfaction ?

	Voie directe	Rétro-olfaction
Comment	En humant le verre	Vin en bouche : les arômes remontent par l'arrière de la bouche
Le geste	Renifler : inspiration courte, rapide, localisée	Mâcher le vin, aspirer un filet d'air (grumage)
Ce qu'on perçoit	Le nez du vin	La flaveur et la persistance aromatique

Ce qui influence votre perception

Facteur	Effet	Ce que vous pouvez faire
Génétique	Anosmies spécifiques ou hypersensibilités	Repérer vos points forts et vos « angles morts »
Âge et sexe	Acuité souvent meilleure chez les femmes ; elle baisse avec l'âge	L'entraînement compense largement
Environnement	Parfums forts, pièce mal aérée	Déguster dans une pièce neutre et aérée
Habitudes	Café, dentifrice juste avant de déguster	Les éviter juste avant une dégustation
Mémoire olfactive	Plus elle est riche, plus vous reconnaissez	S'entraîner chaque jour (module 6)

L'origine des arômes

📌 L'essentiel

- **Primaires** : le raisin (cépage, terroir, climat, millésime). Ils dominent dans les vins jeunes.
- **Secondaires** : la fermentation et la vinification (levures, FML, bois, macération carbonique, lies). Ils révèlent les choix du vigneron.
- **Tertiaires** : l'élevage et le vieillissement. Ils indiquent l'âge et l'évolution du vin.
- **Tous les vins ne gagnent pas à vieillir** : certains s'éteignent vite, d'autres s'épanouissent lentement.

Les trois familles d'arômes

	Primaires	Secondaires	Tertiaires
Origine	Le raisin	La fermentation et la vinification	L'élevage et le vieillissement
Facteurs	Cépage, terroir, climat, millésime	Levures, fermentation malolactique, bois, macération carbonique, lies, bâtonnage	Oxygène, temps, élevage en fût ou en cuve, vieillissement en bouteille
Exemples	Fruits, fleurs, végétal, poivre	Banane, bonbon anglais, beurre, brioche, vanille, pain grillé	Cuir, tabac, sous-bois, champignon, truffe, figue, pruneau, miel, noix
Flacons du coffret	01, 02, 04, 06, 08, 09, 10, 12, 14, 16, 17, 18, 20, 21, 35, 38	07, 25, 26, 29, 33, 34	05, 11, 27, 32, 36

Ces familles se superposent : un même vin peut présenter les trois à la fois.

Ce qui façonne les arômes primaires

Facteur	Influence	Exemple
Cépage	Chaque cépage a ses composés aromatiques	Gewurztraminer : rose, litchi
Terroir	Sol, exposition, altitude, végétation alentour	Un même cépage ne s'exprime pas de la même façon à Chablis et en Roussillon
Climat	Frais : vif, floral, végétal. Chaud : mûr, confit	Citron à Chablis, ananas en Californie
Millésime	Année chaude : arômes solaires. Année fraîche : arômes tendus, parfois herbacés	Un même vin d'une année à l'autre

Le cycle de vie aromatique d'un vin

Phase	Arômes dominants	Profil
🌱 **Jeunesse**	Primaires	Expressif, fruité, floral, direct
🍷 **Maturité**	Primaires et secondaires	Plus complexe, plus structuré
🍂 **Évolution**	Tertiaires	Plus discret, mais plus profond

Savoir à quel moment de la vie du vin un arôme apparaît, c'est savoir quand le boire.

Exacerber et bien percevoir les arômes

📌 L'essentiel

- **Deux leviers** libèrent les arômes : la température et l'oxygène.
- **Trop froid**, le vin masque ses arômes. **Trop chaud**, le blanc paraît mou et le rouge alcooleux.
- **Faire tourner le verre** : les arômes les plus discrets apparaissent souvent en dernier.
- **Vin jeune** : carafer largement. **Vin vieux** : décanter avec prudence, l'oxygène peut le fatiguer.
- **Verre-nez** : menton = prononcé, lèvres = ouvert, nez dans le verre = discret, rien = fermé.

La méthode verre-nez : mesurer l'intensité

Position du verre (sans le faire tourner)	Ce que vous percevez	Intensité du nez
Au niveau du **menton**	Les arômes sont déjà là	**Prononcée**
Au niveau des **lèvres**	Les arômes se manifestent	**Ouvert**
Nez dans le verre	Il faut plonger le nez pour sentir	**Discret**
Nez dans le verre	Rien ne se dégage	**Fermé**

Refaites le test plus tard : un vin fermé à l'ouverture peut s'ouvrir progressivement.

Température de service et expression des arômes

Vin	Température conseillée	Attention
Effervescent	6 – 8 °C	Trop froid, il ne livre plus rien
Blanc sec	10 – 12 °C	À 6 °C : fermé, acide, strict
Rosé	8 – 10 °C	Trop chaud : mou
Rouge léger (Gamay, Pinot Noir)	14 – 16 °C	Trop chaud : alcooleux
Rouge structuré	16 – 18 °C	Trop chaud : alcooleux

Plus la température monte, plus les molécules deviennent volatiles. Laissez au besoin le vin se réchauffer dans le verre.

Aérer, carafer, décanter : mode d'emploi

Situation	Le geste	Pourquoi
Vin jeune et fermé	Carafe à base large, verser vigoureusement	Oxygéner largement pour l'ouvrir
Vin vieux	Décanter doucement, ou ne pas carafer	Séparer le dépôt sans fatiguer le vin
Vin oxydatif (vin jaune, sherry)	Aérer	Il devient plus expressif au contact de l'air
Vin réduit	Aérer dans le verre ou en carafe	L'oxygène dissipe souvent la réduction

Reconnaître les arômes

📌 L'essentiel

- **Classer avant de nommer** : famille, puis sous-famille, puis arôme précis.
- **L'image mentale** est votre meilleur outil : projetez des arômes, le nez « reconnaît » celui qui est présent.
- **Pyramide** : notes de tête à l'ouverture, de cœur après aération, de fond dans le verre vide.
- **Trois boussoles** : chaud/froid (climat), printemps/automne (âge), intérieur/extérieur (élevage).

Les grandes familles d'arômes

Famille	Exemples	Flacons du coffret
🍓 Fruits rouges	Framboise, fraise, cerise	14, 16, 18
🫐 Fruits noirs	Cassis, mûre, myrtille	17
🍑 Fruits à noyau	Pêche, abricot, prune	04, 06, 15
🍏 Fruits blancs et agrumes	Pomme, poire, citron, orange, pamplemousse	02, 08, 09, 10, 12
🍍 Fruits exotiques	Ananas, mangue, litchi	01
🟤 Fruits secs	Figue, raisin sec, datte	11
🌸 Fleurs	Rose, violette, acacia, jasmin, fleur d'oranger	21
🌿 Végétaux	Herbe coupée, buis, foin, bourgeon de cassis, menthe	–
🌶️ Épices	Poivre, cannelle, girofle, muscade, vanille, réglisse	20, 34, 35
🔥 Empyreumatiques	Fumée, caramel, café, chocolat, pain grillé	25, 26, 33
🧈 Lactés et fermentaires	Beurre, yaourt, brioche, banane	07, 29
🥩 Animaux	Cuir, gibier, viande séchée	27
🍂 Évolution	Sous-bois, truffe, champignon, tabac, cire, noix, miel	05, 32, 36
⛽ Minéral	Pétrole, pierre à fusil	38
⚠️ Défauts	Bouchon (TCA), soufre	37, 46

Reconnaître les arômes

La méthode de l'entonnoir (et la roue des arômes)

Étape	La question à se poser	Exemple
1. **Famille**	Fruit ? Fleur ? Épice ? Végétal ?	Un fruit
2. **Sous-famille**	Rouge, noir, à noyau, exotique ?	Un fruit rouge
3. **Arôme précis**	Lequel exactement ?	La framboise

La roue des arômes suit ce chemin : du centre (familles) vers l'extérieur (arômes précis).

La pyramide des arômes

Niveau	Molécules	Arômes	Quand les sentir
Notes de tête	Légères, volatiles	Fruits frais, agrumes, fleurs	Dès l'ouverture
Notes de cœur	Moyennes	Fruits mûrs, épices douces, herbes	Après aération
Notes de fond	Lourdes, persistantes	Cuir, sous-bois, truffe, cacao	Dans le verre vide

Les trois boussoles olfactives

Axe	Pôle 1	Pôle 2	Ce qu'il révèle
Chaud / froid	Chaud : fruits mûrs, confits, épices, figue, tabac	Froid : fruits frais, agrumes, menthol, herbe coupée, groseille	Le climat
Printemps / automne	Printemps : fleurs, fruits frais, notes vives	Automne : sous-bois, truffe, tabac, cuir	L'âge
Intérieur / extérieur	Intérieur : beurré, vanillé, enveloppant	Extérieur : vif, tendu, sans habillage	L'élevage

Ces axes ne remplacent pas l'analyse classique : ils la complètent et donnent une lecture globale du vin.

Travailler son nez

📌 L'essentiel

- **Le nez s'entraîne** comme un muscle : 5 à 10 minutes par jour suffisent pour progresser visiblement.
- **Répétez** : sentez le même arôme à différents moments de la journée.
- **Mémoire active** : notez vos sensations dans un carnet et comparez-les.
- **Progressez par étapes** : des arômes évidents vers les familles proches les unes des autres.
- **Le plaisir fait progresser**, pas la pression.

Entraîner son nez au quotidien, sans coffret

Où	L'exercice
🍳 En cuisine	Sentez chaque ingrédient avant de cuisiner ; comparez deux variétés proches (basilic et menthe, pomme verte et pomme rouge)
🧺 Au marché	Choisissez 3 produits au hasard et décrivez-les à voix haute, en 3 mots
🌳 En balade	Mettez des mots sur les odeurs : terre humide, résine de pin, feuille écrasée, boulangerie
🧊 Devant le frigo	Sentez les aliments un par un : un bon exercice sur des odeurs atténuées
🙈 À l'aveugle	Faites-vous présenter des aliments les yeux bandés ; notez réussites et erreurs

👉 Le programme du coffret, les exercices ciblés et les assemblages sont sur la **fiche 10**.

Interpréter les arômes

📌 L'essentiel

- **Les arômes sont des indices** : cépage, climat, vinification, origine, âge et qualité.
- **Climat frais** : arômes vifs, acidulés, floraux, mentholés. **Climat chaud** : fruits mûrs, confits, épices.
- **CIEL** : Complexité, Intensité, Équilibre, Longueur.
- **4 défauts à connaître** : oxydation, réduction, goût de bouchon, Brettanomyces.
- **L'origine géographique** (pierre à fusil à Sancerre, garrigue en Provence) se lit aussi, mais demande du recul et beaucoup de pratique.

Les signatures aromatiques des cépages

Cépage	Marqueurs typiques
Sauvignon Blanc	Buis, agrumes, pamplemousse, bourgeon de cassis
Muscat	Raisin frais, fleur d'oranger
Gewurztraminer	Rose, litchi
Riesling	Citron, pomme ; pétrole en vieillissant
Chardonnay	Pomme, citron (climat frais) ; ananas, pêche (climat chaud) ; beurre, vanille (FML, fût)
Viognier	Abricot, pêche
Syrah	Poivre, violette, mûre
Cabernet Sauvignon	Cassis, poivron, cèdre
Pinot Noir	Cerise, fraise, framboise ; sous-bois en vieillissant
Gamay	Cerise, fraise, framboise ; banane en macération carbonique

Ce que les arômes révèlent de la vinification et de l'âge

Arôme perçu	Ce qu'il révèle
Banane	Macération carbonique
Beurre	Fermentation malolactique
Vanille, pain grillé	Élevage en fût
Œuf pourri, caoutchouc	Réduction (manque d'oxygène)
Fruits, fleurs	Vin jeune (arômes primaires)
Levure, beurre, noisette	Vin en évolution (arômes secondaires)
Cuir, sous-bois, truffe, figue, noix	Vin âgé (arômes tertiaires)

Interpréter les arômes

CIEL : évaluer la qualité aromatique

	Critère	La question à se poser
C	Complexité	Le vin « change-t-il à chaque inspiration » ? Combien de familles d'arômes ?
I	Intensité	À quelle distance le nez se révèle-t-il (méthode verre-nez) ?
E	Équilibre	Une note domine-t-elle ou dérange-t-elle ?
L	Longueur	Les arômes persistent-ils en bouche (rétro-olfaction) ?

Un grand vin est complexe, précis, harmonieux et durable dans ses sensations.

Reconnaître les défauts au nez

Défaut	Odeur	Cause	Flacon	À savoir
Oxydation	Pomme blette, noix, vernis	Contact excessif avec l'air	–	Assumée dans les vins oxydatifs, subie dans les autres
Réduction	Œuf pourri, chou, caoutchouc	Manque d'oxygène	46	Souvent dissipée par l'aération
Goût de bouchon	Carton mouillé, moisi	TCA (trichloroanisole)	37	Fruit éteint, bouche sèche et terne
Brettanomyces	Écurie, sueur animale, cuir sale	Levures indésirables	–	Tolérées à faible dose par certains, rejetées par d'autres

Ce n'est pas l'arôme qui fait le défaut, mais son excès, ou sa présence dans un style de vin qui ne l'attend pas.

La science des arômes

📌 L'essentiel

- **Arômes primaires** : liés au patrimoine génétique du cépage ; leur expression dépend du climat, du terroir et de la maturité.
- **Les précurseurs** sont inodores : enzymes du raisin, levures ou enzymes ajoutées les libèrent.
- **Arômes secondaires** : esters, alcools supérieurs, acides volatils (fraîcheur à faible dose, vinaigre à forte dose), diacétyle.
- **Arômes tertiaires** : plus le vin vieillit, plus ils prennent le dessus sur les primaires… à un rythme propre à chaque vin.

Les molécules à connaître

Famille	Exemples	Arômes	Où les trouver
Terpènes	Linalol, géraniol	Rose, fleur d'oranger, litchi	Muscat, Gewurztraminer, Riesling
Thiols variétaux	3MH, 4MMP	Pamplemousse, fruit de la passion, buis, bourgeon de cassis	Sauvignon Blanc
Méthoxypyrazines	IBMP	Poivron vert	Cabernet Sauvignon, Cabernet Franc, Sauvignon peu mûr
Norisoprénoïdes	β-damascénone, TDN	Fruits exotiques, compote ; pétrole	Cépages aromatiques ; Riesling évolué
Rotundone	Rotundone	Poivre	Syrah, Grüner Veltliner
Esters	Acétate d'isoamyle	Banane, bonbon anglais, fruits frais	Fermentation alcoolique, vins jeunes
Diacétyle	Diacétyle	Beurre, crème, yaourt	Fermentation malolactique
Composés du chêne	Vanilline, lactones, phénols	Vanille, noix de coco, fumée, clou de girofle	Élevage en fût
TCA	Trichloroanisole	Carton mouillé, moisi	Goût de bouchon

Libérer les précurseurs d'arômes

Voie de libération	Moment
Enzymes du raisin	Pendant la maturation
Levures	Pendant la fermentation
Enzymes ajoutées	Dans certaines pratiques œnologiques

Dans le raisin, la plupart des molécules aromatiques sont liées à des sucres (glycosides) : elles sont inodores tant qu'elles ne sont pas libérées.

Ce que fait le temps

	Ce qui se passe	Arômes
Élevage sous bois	Extraction des composés du chêne, oxydation douce grâce à la porosité du bois	Vanille, coco, fumée, girofle
Vieillissement en bouteille	Milieu réducteur, très peu d'oxygène : apparition de composés lourds et persistants	Sous-bois, prune, figue, truffe, champignon, cire, miel, noix, cuir

Les 30 arômes du coffret (1/2)

Cochez chaque arôme quand vous le reconnaissez les yeux fermés.

N°	Arôme	Famille	Origine	Où le trouver	✓
01	🍍 Ananas	Fruit exotique	Primaire	Chardonnay de climat chaud, Chenin, liquoreux, blancs jeunes	☐
02	🍐 Poire	Fruit à pépins	Primaire / fermentaire	Chardonnay, Chenin, effervescents jeunes	☐
04	🍑 Abricot	Fruit à noyau	Primaire	Viognier (Condrieu), Petit Manseng, liquoreux	☐
05	🍯 Miel	Évolution	Tertiaire	Sauternes, vieux Chenin, blancs évolués	☐
06	🍑 Pêche	Fruit à noyau	Primaire	Viognier, Chardonnay mûr, Riesling, Albariño	☐
07	🍌 Banane	Fermentaire	Secondaire (esters)	Beaujolais nouveau, blancs fermentés à basse température	☐
08	🍏 Pomme	Fruit à pépins	Primaire	Chablis, Champagne, Muscadet, Riesling	☐
09	🍊 Orange	Agrume	Primaire	Muscat, vins doux naturels, liquoreux (écorce confite)	☐
10	🍊 Pamplemousse	Agrume	Primaire (thiols)	Sauvignon Blanc (Sancerre, Nouvelle-Zélande), Colombard	☐
11	🟤 Figue	Fruit sec	Tertiaire / climat chaud	Banyuls, Maury, Porto, rouges évolués	☐
12	🍋 Citron	Agrume	Primaire	Chablis, Muscadet, Riesling, Sauvignon	☐
14	🍓 Fraise	Fruit rouge	Primaire	Pinot Noir, Gamay, Grenache, rosés	☐
15	🟣 Prune	Fruit à noyau	Primaire (mûr) → pruneau en évolution	Merlot, Malbec (Cahors), rouges de climat chaud	☐
16	🍓 Framboise	Fruit rouge	Primaire	Pinot Noir, Gamay, Grenache, Syrah jeune	☐
17	🫐 Cassis	Fruit noir	Primaire	Cabernet Sauvignon (Médoc), Syrah, Merlot	☐

Les 30 arômes du coffret (2/2)

N°	Arôme	Famille	Origine	Où le trouver	✓
18	🍒 Cerise	Fruit rouge	Primaire	Pinot Noir, Gamay, Merlot, Sangiovese	☐
20	🌶️ Poivre	Épice	Primaire (rotundone)	Syrah (Rhône nord), Grenache, Grüner Veltliner	☐
21	💐 Violette	Fleur	Primaire	Syrah, Malbec, Grenache (Châteauneuf-du-Pape jeune)	☐
25	🍫 Chocolat amer	Empyreumatique	Secondaire (élevage) / maturité	Bordeaux élevé en fût, Malbec, Châteauneuf-du-Pape	☐
26	☕ Café	Empyreumatique	Secondaire (élevage en fût)	Rouges élevés en fût bien chauffé, Pinotage	☐
27	👞 Cuir	Animal	Tertiaire	Vieux Bordeaux, Bandol (Mourvèdre), vieux Rhône	☐
29	🧈 Beurre	Lacté	Secondaire (FML)	Chardonnay (Meursault, Californie), rouges après FML	☐
32	🍄 Champignon	Sous-bois	Tertiaire (ou défaut si moisi)	Vieux Bourgogne, vieux Bordeaux	☐
33	🔥 Fumée	Empyreumatique	Secondaire (élevage en fût)	Vins élevés en fût chauffé, certains Sauvignon (pierre à fusil)	☐
34	🌼 Vanille	Épice douce	Secondaire (élevage en fût neuf)	Rioja, Bordeaux, Chardonnay boisé	☐
35	🖤 Réglisse	Épice	Primaire (maturité)	Grenache, Syrah, Mourvèdre, Malbec	☐
36	🍂 Tabac	Tertiaire / boisé	Tertiaire	Cabernet évolué, vieux Bordeaux, Rioja Reserva	☐
37	🍾 Liège (goût de bouchon)	Défaut	Défaut	N'importe quel vin contaminé par le TCA	☐
38	⛽ Note de pétrole	Minéral / hydrocarbure	Primaire évolutif (TDN)	Riesling évolué (Alsace, Allemagne, Australie)	☐
46	🧪 Soufre	Défaut	Défaut (réduction)	Vins réduits ou trop sulfités	☐

Mon plan d'entraînement : 6 semaines

5 à 10 minutes par jour. Sentez les flacons un par un, notez vos sensations, mélangez l'ordre, retrouvez-les à l'aveugle. Cochez chaque jour d'entraînement.

Semaine	Flacons	L	M	M	J	V	S	D
1 · Groupe 1	01 Ananas · 21 Violette · 26 Café · 29 Beurre · 37 Liège · 33 Fumée	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2 · Groupe 2	08 Pomme · 17 Cassis · 25 Chocolat amer · 32 Champignon · 34 Vanille · 46 Soufre	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3 · Groupe 3	09 Orange · 18 Cerise · 02 Poire · 35 Réglisse · 38 Pétrole · 36 Tabac	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4 · Groupe 4	07 Banane · 15 Prune · 20 Poivre · 27 Cuir · 04 Abricot · 16 Framboise	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5 · Groupe 5	10 Pamplemousse · 14 Fraise · 05 Miel · 06 Pêche · 11 Figue · 12 Citron	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6 · Exercices ciblés	Défauts, élevage, fermentation malolactique, assemblages (voir ci-dessous)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Exercices ciblés (semaine 6)

Exercice	Flacons	Consigne
⚠️ **Défauts**	32 Champignon · 37 Liège · 46 Soufre	Placez le flacon cible parmi 4 flacons pris au hasard et retrouvez-le immédiatement
🪵 **Élevage**	33 Fumée · 34 Vanille · 36 Tabac · 26 Café	Retrouvez le 34 parmi 6 flacons pris au hasard
🧈 **FML**	29 Beurre	Retrouvez le 29 parmi 6 flacons pris au hasard
🎨 **Assemblages**	2 à 4 flacons	Sentez-les séparément puis ensemble, et distinguez chaque composant

Assemblages : recréez le nez d'un vin

Vin	Flacons à associer
Chardonnay de Chablis	12 Citron · 08 Pomme · 10 Pamplemousse
Chardonnay californien élevé en fût	34 Vanille · 01 Ananas · 06 Pêche · 29 Beurre
Jeune Beaujolais (macération carbonique)	18 Cerise · 07 Banane · 14 Fraise
Riesling évolué d'Alsace	38 Pétrole · 08 Pomme · 12 Citron · 36 Tabac
Jeune Châteauneuf-du-Pape	17 Cassis · 21 Violette · 25 Chocolat · 20 Poivre · 35 Réglisse
Jeune Médoc élevé en fût	17 Cassis · 33 Fumée · 34 Vanille · 25 Chocolat
Vieux vin élevé en fût	32 Champignon · 17 Cassis · 27 Cuir · 33 Fumée · 36 Tabac · 15 Prune

Ma grille d'analyse olfactive

La méthode pour les études de cas de l'examen : mesurer, nommer, classer, orienter, conclure.

Vin			
Intensité (verre-nez)	☐ Prononcée ☐ Ouvert ☐ Discret ☐ Fermé		
Arômes perçus	**Primaires**	**Secondaires**	**Tertiaires**
Chaud / froid	☐ Chaud ☐ Tempéré ☐ Froid → climat :		
Printemps / automne	☐ Printemps ☐ Été ☐ Automne → âge :		
Intérieur / extérieur	☐ Intérieur ☐ Extérieur → élevage :		
Défaut ?	☐ Aucun ☐ Oxydation ☐ Réduction ☐ Bouchon ☐ Brett		
CIEL	C ☐☐☐ I ☐☐☐ E ☐☐☐ L ☐☐☐		
Conclusion	Cépage probable, style, qualité :		

Les 5 étapes

Étape	Ce que vous faites	Outil
1. **Mesurer**	Évaluer l'intensité du nez	Méthode verre-nez
2. **Nommer**	Identifier les arômes, famille par famille	Entonnoir, roue des arômes
3. **Classer**	Primaires, secondaires, tertiaires	Chapitre 3
4. **Orienter**	Climat, âge, élevage	Les trois boussoles
5. **Conclure**	Cépage probable, style, défaut éventuel, qualité	Signatures des cépages, CIEL

Mon carnet olfactif

Notez ce que vous sentez au quotidien et en dégustation : c'est la mémoire active qui fait progresser.

Date	Vin ou odeur	Ce que j'ai senti	Interprétation