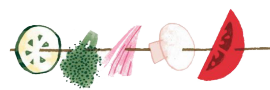
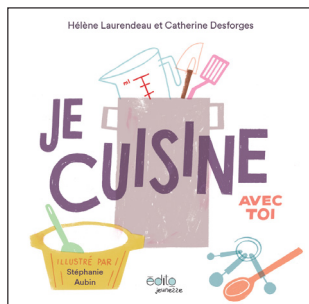


FICHE d'activités pédagogiques



ACTIVITÉS PROPOSÉES PAR CATHERINE DESFORGES ET HÉLÈNE LAURENDEAU



ISBN : 9782924720738

112 pages

Illustrations : Stéphanie Aubin

Du français, des sciences ou des mathématiques, on peut tout faire en cuisine...
Voici quelques exemples d'activités développées à partir de notre livre
Je cuisine avec toi (édito jeunesse).

ACTIVITÉS DE VOCABULAIRE

Des mots qui ont un double sens

Parfois, les mots ont un autre sens en cuisine. Cherche leur définition culinaire :

SUER : Cuire lentement un légume coupé en petits morceaux dans un corps gras pour lui faire perdre son eau.

APPAREIL : Mélange ou préparation pour la confection d'un mets (ex. : appareil à crêpe = mélange à crêpe)

FOUETTER : Mélanger énergiquement à l'aide d'un fouet à main ou électrique un appareil.

SAUTER : Cuire à feu vif dans un corps gras, sans liquide ni couvercle.

LIER : Donner une consistance à un potage ou une sauce à l'aide de divers ingrédients (amidon, crème, œuf, farine, etc.)

ROUX : Mélange égal de farine et de beurre cuit à feu doux, pour épaissir une sauce ou un potage

TOMBER : Réduire le volume de certains végétaux, comme les épinards, en les faisant cuire à feu doux.

FUSIL : Tige cylindrique servant à aiguiser les couteaux.

BLANCHIR : Cuire dans l'eau bouillante quelques minutes.

CHINOIS : Passoire à forme triangulaire.



Le bon outil pour réaliser le bon geste

Trouve le nom de l'instrument de cuisine qu'il te faut pour faire les actions suivantes :



1. Pour éplucher une carotte ou une pomme de terre, il faut... ? **R : un couteau économe**
2. Pour mesurer 15ml de liquide, il faut... ? **R : une cuillère à soupe**
3. Pour servir une soupe ou un potage, il faut... ? **R : une louche**
4. Pour peser 200g de farine, il faut... ? **R : une balance**
5. Pour préparer un smoothie, il faut... ? **R : un mélangeur**
6. Pour réaliser une belle sauce lisse sans grumeaux, il faut... ? **R : un fouet**
7. Pour monter des blancs d'œuf en neige dans un bol de métal sphérique (appelé aussi un cul-de-poule *haha* !), il faut... ? **R : un batteur électrique**

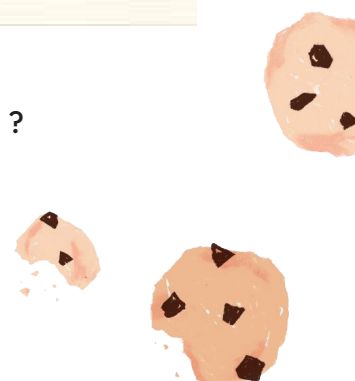
L'ingrédient manquant



Devine quel ingrédient essentiel il manque, si tu veux cuisiner :

- A. Un gâteau : beurre + sucre + œufs + lait + vanille + poudre à pâte + ____ ? (farine)
- B. Un potage aux carottes : oignon + huile + sel + poivre + bouillon + ____ ? (carottes)
- C. Une omelette au fromage : beurre + fromage + sel + poivre + ____ ? (œufs)
- D. Des frites de patate douce : patate douce en bâtonnets + ____ ? + assaisonnement (huile)
- E. Une trempette d'hummus : tahini + ____ ? + jus de citron + ail + eau (pois chiches)
- F. Un couscous de légumes : ____ ? + bouillon + légumes (semoule de blé ou couscous)
- G. Une fondue au chocolat : chocolat + ____ ? + fruits (crème)

Peux-tu nommer d'autres recettes que tu aimes cuisiner et faire la liste des ingrédients ?



UN PEU DE SCIENCES

Liquide ou solide ?

Mets les ingrédients ci-dessous dans la bonne catégorie. S'agit-il d'un **liquide** ou d'un **solide** ?



Peux-tu trouver les ingrédients solides qui deviennent liquides lorsque tu les **réchauffes** ?

ET DES MATHÉMATIQUES

Additions d'ingrédients

Quelle quantité totale de soupe (nombre de tasses) obtient-on dans cette recette ?

RÉPONSE : 5 tasses ($10/2$ ou $20/4$)

- 2 tasses de bouillon de poulet
- 1 tasse de tomates concassées
- $3/4$ tasse de lentilles cuites
- $1/2$ tasse de brocoli
- $1/2$ tasse de chou-fleur
- $1/4$ tasse d'oignon en dés

Si cette recette fait 6 portions,
quelle est la quantité d'une portion ?

RÉPONSE : $5/6$ tasse



Question d'équivalences

Convertis les volumes suivants :

A. 3 litres équivalent à combien de millilitres ?

RÉPONSE : 3 000 ml

B. 750 millilitres équivalent à combien de litre ?

RÉPONSE : 0,75 l

C. Combien de millilitre faut-il pour faire 1 décilitre ?

RÉPONSE : 100 ml

D. Combien de litre me faut-il pour faire 1 centilitre ?

RÉPONSE : 0,01 l

