

La cuisine et les cinq sens

La dernière semaine avant les vacances, Tiffanie nous a préparé une surprise ! Lundi, nous avons découvert des activités cuisine prévues sur notre contrat ! Tout le monde avait hâte de commencer ☺

Nous allons donc pouvoir mettre en éveil **les cinq sens de notre corps** !

Jeudi, les groupes rouge et violet ont réalisé des *ghoribas aux amandes*. Avant de commencer à confectionner ces gâteaux, nous avons **regardé** la recette affichée au tableau. Chaque groupe a ensuite vérifié si tous les ingrédients et le matériel nécessaires étaient sur la table.



Chaque enfant a **déposé** dans le saladier : les œufs, le sucre, la semoule, la poudre d'amandes et le beurre fondu en **touchant** chacun des ingrédients. Ensuite, il faut tout mélanger !



Après, il ne faut pas oublier d'ajouter le zeste, c'est-à-dire la peau, du citron. L'odeur du citron a **embaumé** toute la classe ! Du coup ça **sentait** superbement bon !



Après, nous avons **étalé** du papier cuisson dans les plats pour éviter que la pâte ne colle. Par la suite, chaque enfant l'a **déposée** dans les plats à l'aide d'une grande cuillère. Nous avons aussi **mis les mains** dans la pâte pour découvrir sa texture. Et voilà le résultat ! Tout le monde a déjà hâte de **goûter** et pourtant il faudra attendre le lendemain ...



Il est important de déposer les gâteaux dans le four pendant 25 min pour qu'ils cuisent bien au chaud. Pendant la cuisson, nos gâteaux ont **parfumé** tout le couloir de l'école !! Hum quelle bonne **odeur** !



Et voici nos jolis gâteaux après cuisson ! Toute la classe peut être fière de cette réalisation 😊



Pour accompagner les *ghoribas aux amandes*, Tiffanie a décidé de préparer un *cocktail de fruits tonique*. Les groupes jaune et bleu ont participé à cette activité vendredi après-midi. Avant de débiter la réalisation de la recette, nous l'avons découverte avec toute la classe pour préparer le matériel et les ingrédients nécessaires. Les voici :



Avant que l'on réalise la recette, Jean-Baptiste s'est chargé de nettoyer les fruits et les légumes. Puis, nous avons commencé par **toucher et sentir** chaque fruit et légume. Ils ont tous la peau lisse. Après nous avons épluché et coupé les carottes. Ensuite, nous avons procédé de la même manière avec les oranges, les pamplemousses, le citron et les pommes en les mettant dans un saladier. Tiffanie et Jean-Baptiste nous ont proposé de **goûter** un morceau de pomme crue et de carotte crue. Nous avons **entendu** « **croc-croc** » car c'était **croquant**. Tout le monde a **apprécié** les pommes mais pas les carottes... !



Après, Tiffanie a placé tous les ingrédients dans le robot afin d'obtenir un jus. Il faisait tellement de **bruit** que personne ne s'entendait ! Elle a ensuite réparti la préparation dans des verres pour que chacun puisse la **goûter**.

Pour fêter les vacances, nous avons tous partagé les ghoribas aux amandes ainsi que le jus de fruits. Avant de **savourer** nos plats, nous avons tous **sent** et essayer de **découvrir les parfums** qui se dégageaient des gâteaux et du jus de fruits. Nous nous sommes aperçus que tout le monde possède des **goûts différents** puisque certains ont aimé le jus mais pas les gateaux, d'autres ont aimé les gâteaux mais pas le jus et d'autres encore ont tout apprécié ! En **dégustant** les gâteaux, nous avons tous remarqué que l'ingrédient que l'on a le plus reconnu est le citron. C'est tout à fait normal parce qu'on en avait mis beaucoup !



Bravo à tous les apprentis cuisiniers !!

Ghoribas aux amandes (pour 6 à 8 enfants)

Ingédients

- 1 bol de semoule fine spéciale pâtisserie (= 250 g) 
- 1 verre de sucre en poudre (= 150 g) 
- 2 œufs 
- 100 g de beurre fondu 
- 1 citron : pour le zeste 
- 2 cuillères à soupe de sucre glace



Matériel

- 1 saladier 
- 1 râpe 
- 1 fouet 
- 2 bols 
- 2 couteaux ronds 
- 2 plaques de four 
- 1 cuillère en bois 
- 2 cuillères à soupe 
- 1 cuillère d'huile 
- 1 four 



1 Casser un à un les œufs dans le saladier.



2 Mélanger longuement les œufs avec le sucre en poudre, à l'aide du fouet, jusqu'à obtenir une crème presque blanche.



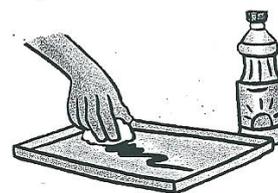
3 Ajouter la semoule, la poudre d'amandes et le beurre fondu, bien mélanger le tout.



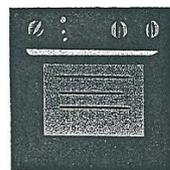
4 Râper le citron, ajouter le zeste obtenu dans la préparation.



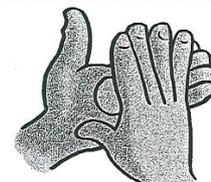
5 Bien pétrir avec les mains pour obtenir une pâte homogène.



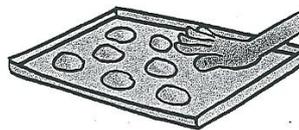
6 Huiler les plaques du four.



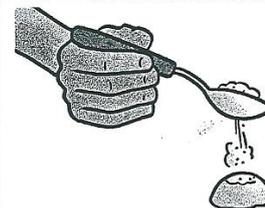
7 Préchauffer le four à 180 °C (thermostat 5).



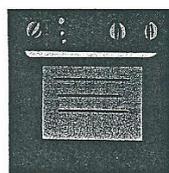
8 Rouler dans les mains de petites boules de pâte de la grosseur d'une prune.



9 Les aplatir légèrement sur la plaque en les espaçant suffisamment.



10 Les saupoudrer de sucre glace.



11 Faire cuire pendant 25 min environ.

12 Laisser refroidir avant de déguster. Les ghoribas peuvent se conserver plusieurs jours dans une boîte hermétique.

Ingédients

- 8 grosses carottes



- 6 pommes



- 4 oranges



- 2 pamplemousses



- 2 citrons



- 1 verre de sucre en poudre



Matériel

- 1 saladier



- 2 assiettes à soupe



- 1 presse-agrumes



- 1 robot centrifugeuse



- 4 couteaux ronds



- 2 couteaux économiques



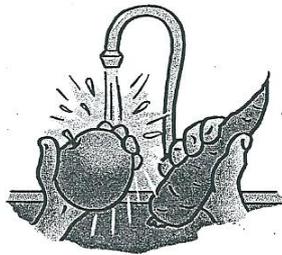
- 1 verre par élève



- 1 pot à eau



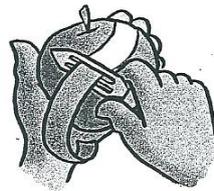
- 2 bols



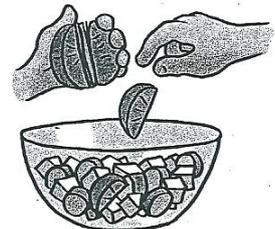
- 1 Laver les fruits et les légumes.



- 2 Éplucher les carottes avec un couteau économique et les couper en gros tronçons.



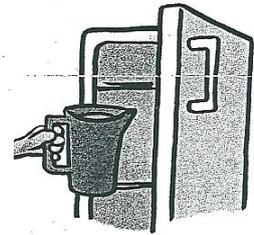
- 3 Peler et éplucher les pommes, les pamplemousses, les oranges et un seul des deux citrons.



- 4 Les couper en gros morceaux dans le saladier.



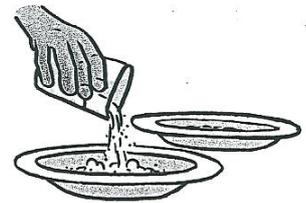
- 5 Passer l'ensemble des morceaux de légumes et fruits à la centrifugeuse.



- 6 Verser le jus obtenu dans le pot à eau et mettre au réfrigérateur.



- 7 Couper le citron restant en deux et extraire son jus avec le presse-agrumes. Répartir le jus dans deux bols.



- 8 Verser le sucre en poudre dans les deux assiettes.



- 9 Tremper à tour de rôle le bord de chaque verre dans le jus de citron puis dans le sucre. Retourner le verre,



- 10 Disposer les verres ainsi décorés sur la table et les remplir à moitié avec le jus de fruits et légumes bien frais.