

Partager un repas autour de la carotte : les étapes du projet

Pré-requis

Un travail préalable a été mené sur le corps et l'hygiène.

Il a également été question d'équilibre alimentaire à partir de l'histoire « Le baptême de Bonnemine » (Editions Le Matériel Scolaire).

Mise en projet

Les élèves découvrent l'album « Bon appétit Monsieur Lapin », de Claude Boujon (L'école des loisirs).

L'entrée choisie est la comparaison de la première et de la dernière image de l'album :

Monsieur Lapin n'aime plus les carottes. / Il trouve ça très bon.

Mise en projet : Venir en aide à Monsieur Lapin pour qu'il aime de nouveau les carottes. Nous pourrions lui proposer de nouvelles recettes. Il faudra préparer et goûter ces recettes, d'où l'idée de partager un repas à l'école.

Le choix du menu

Les élèves proposent des recettes à partir de carottes :

- carottes crues : carotte entière à croquer, bâtonnets à tremper dans une sauce, carottes râpées en salade
- carottes cuites : carottes coupées en rondelles, purée, soupe, tarte salée, tarte sucrée, gâteau

Parmi les recettes proposées, nous choisissons celles qui composeront le menu :

- Entrée : soupe de carottes et potimarron (apporté quelques jours auparavant par une élève).[soupe.JPG](#)
- Plat : tarte salée aux carottes, accompagnée d'une salade. [plat.JPG](#)
Pour cette recette, l'enseignante propose aux élèves de leur faire découvrir des carottes de différentes couleurs : blanches, jaunes et violettes. Elle propose aussi d'apporter un autre légume qui ressemble à la carotte et inconnu des enfants : le panais.[carottes-panais.JPG](#)
- Dessert : gâteau aux carottes. Là encore, afin de faire découvrir un goût nouveau aux enfants, l'enseignante propose d'apporter aux enfants un fruit qui pourra accompagner le gâteau afin que le dessert soit plus équilibré : le kaki. Seuls quelques enfants connaissent ce fruit.

Le menu est écrit par les enfants afin de pouvoir être communiqué aux parents.[menu.JPG](#)

Les courses

A partir du menu et des recettes, nous établissons la liste des courses.

Les courses sont posées sur la table, nous vérifions que cela correspond à la liste.

Le ticket de caisse est également présenté aux enfants.

La préparation des recettes

Les enfants choisissent de s'inscrire :

- à la préparation de la soupe, de la salade et de la vinaigrette
- à la préparation du gâteau aux carottes

Des recettes illustrées sont proposées. Il s'agit de les comprendre, de nommer ingrédients et ustensiles [tri-
ingrédients-ustensiles.JPG](#), de dire ce qu'on fait, de dénombrer des quantités...

Tous les enfants ne participant pas aux mêmes préparations, il sera nécessaire de rendre compte de ce qu'on a fait aux camarades absents, d'où une exigence de langage plus importante pour se faire comprendre.

Tous les enfants participent à la préparation des tartes salées. [tarte salée.JPG](#)

Il n'y a pas de recette illustrée mais une recette écrite pour l'adulte. [gâteau-recette.JPG](#)

La recette est lue, les élèves écoutent, cherchent les ingrédients nécessaires, suivent les étapes. [éplucher.JPG](#) [oeuf.JPG](#)

Ils seront ensuite amenés à illustrer les différentes étapes de cette recette.

La préparation de la table

Les enfants participent à la mise en place des tables et des couverts. [mettre la table.JPG](#)

On se lave les mains.

On chante pour se souhaiter « Bon appétit ».

Entre chaque plat, les enfants aident à débarrasser la table.

Le repas

A chaque étape, on nomme le plat, les élèves concernés expliquent ce qu'on mange et comment cela a été préparé.

Les enfants sont invités à s'exprimer :

- sur le visuel,
- sur l'odeur,
- sur le goût.

Puis chacun peut dire s'il a aimé ou non.

Le bilan

Nous faisons le bilan du repas. Chacun s'exprime sur ce qu'il a mangé, sur ce qu'il a aimé ou non.

Il en ressort :

- qu'on peut manger un légume sous différentes formes,
- qu'on peut le préférer lorsqu'il est cuisiné d'une certaine manière,
- qu'on peut aider ses parents à cuisiner et qu'on aime davantage manger ce qu'on a préparé.

Les recettes sont collées dans le cahier de vie. [cahier de vie.pdf](#)

Nous écrivons une lettre à Monsieur Lapin pour lui proposer nos nouvelles recettes.