

La semaine

du goût

octobre 2015



Aux goûts du monde

Ce livret appartient

à

Atelier 1



Recette Italie : La pizza végétarienne

Ingrédients :

- champignon frais
- courgette
- aubergine
- olives
- sauce tomate
- mozzarella
- pâte à pizza (réalisée par les adultes)

Ustensiles :

- un emporte pièce en forme de cercle
- une spatule
- un couteau
- un rouleau à pâtisserie

Laver et éplucher les légumes. Les couper en rondelles fines.

Étaler la pâte. Avec l'emporte pièce, couper un cercle de pâte.

Utiliser une spatule afin de recouvrir la pâte de sauce tomate.

Recouvrir de légumes et mozzarella.

Cuire au four à 180 ° pendant 15 à 20 min.

Atelier 2



Recette des îles : Salade de fruits frais exotiques

Ingrédients :

- ananas
- mangue
- kiwi
- banane
- pommes
- sucre vanillé
- citron

Ustensiles :

- un couteau
- un saladier
- de petites coupelles ou verrines

Laver et éplucher les fruits. Les couper en petits cubes.

Presser le/les citrons. Ajouter leur jus à la salade de fruits pour éviter que les fruits ne noircissent.

Ajouter du sucre vanillé.

Couvrir et mettre au frais.










Atelier 3

Je découvre les saveurs

	<u>gobelet n°=</u>
<u>salé</u>	
<u>sucré</u>	
<u>amer</u>	
<u>acide</u>	

Coche la saveur qui correspond à chaque aliment goûté

	salé	sucré	acide	amer
chocolat 85% cacao 				
citron 				
pamplemousse 				
datte 				
cornichon 				
endive 				
charcuterie halal 				

Atelier 4 : L'odorat

Grâce à notre nez nous percevons réellement le goût des aliments.

Dis à l'adulte à quel souvenir cela te fait penser.

Colle l'image de l'odeur reconnue.

Odeur N°= ... Souvenir ...	coller image
1	
2	
3	
4	
5	



Lavande : fleur



Vanille : épice



Réglice : plante



Cannelle : épice



Citron : fruit

Atelier 5 : Le goûter avec les parents

Dessine ou écrit ou dicte à un adulte

	Aliment	Pays d'origine
un aliment que j'ai aimé 		
un aliment que je n'ai pas aimé 		
un aliment salé		
un aliment sucré		
un aliment moelleux		
un aliment acide		
un aliment croquant		