

GILLES, LE DIRECTEUR D'ÉCOLE, DISCUTE AVEC RENÉ POUR ORGANISER UN COURS AFIN D'AMÉLIORER LA CONNAISSANCE DES JEUNES DANS LA CUISINE SAINE.

BONJOUR, LES ENFANTS.

BONJOUR, CHEF RENÉ. NOUS SOMMES PRÊTS CAR NOUS AVONS LAVÉ NOS MAINS ET NOUS AVONS MIS LA BELLE CHARLOTTE SUR NOS TÊTES.

JE PENSE QUE ÇA SERA UN COURS INTÉRESSANT POUR EUX. TRÈS BIEN, RENÉ. HÂTE DE VOIR LES JEUNES DANS LA CLASSE D'ICI DEUX SEMAINES !

AUJOURD'HUI ON VA TRAVAILLER LES LÉGUMES. LE MENU DU JOUR SERA DES BOULETTES DE LENTILLES, DES FRITES DE PANAIS ET UNE GAUFRE À LA BETTERAVE. VOUS AIMEZ TOUS LES LÉGUMES, JE PENSE, N'EST PAS ?

MICHEL, TU SAIS QUE LES GORILLES SONT TRÈS FORTS ET Q'ILS NE MANGENT QUE DES PLANTES. PEUT-ÊTRE QUE SI TU MANGEAIS PLUS DE LÉGUMES, TU SERAIS PLUS FORT ?

PAS MOI, EN TOUT CAS...

TRÈS BIEN, MAINTENANT ON ÉPLUCHE ET PUIS ON COUPE LES PANAIS POUR FAIRE DE BELLES FRITES.

OUI CHEF.

J'AIME BIEN LES LÉGUMES MAIS SEULEMENT EN PURÉE. JE N'AI JAMAIS CUISINÉ. CHEZ NOUS C'EST MA MAMAN QUI LE FAIT ET ELLE NE ME DEMANDE JAMAIS DE L'AIDER.

FAITES DES PETITES BOULETTES RONDES. PAS DES BOULES DE CANON.

TRÈS BIEN, SOPHIE. TU AS BIEN ASSAISONNÉ LE MÉLANGE DES BOULETTES. ON PEUX LES ROULER MAINTENANT.

OUI CHEF.

OUI CHEF.

CE N'EST PAS DIFFICILE DE SAVOIR QUI A PRÉPARÉ LES GAUFRES DE BETTERAVE.

C'EST QUOI CETTE L'EXPLOSION ?

JE DEVAIS MÉLANGER, CHEF.

VOILA, CHEF! ON EST PRÊT POUR GOÛTER.

IL Y EN A PLUS À CÔTÉ QUE DANS LE BOL

TRÈS BEAU TRAVAIL, LES ENFANTS. LA PROCHAINE FOIS, ESSAYEZ DE TRAVAILLER PLUS PROPREMENT.



- Nos enfants ont soif d'apprendre, et la cuisine ne fait pas exception, bien au contraire.
- Vos enfants vont apprendre les différents aliments, les fruits, les légumes, les produits de saison et des nouvelles saveurs.
- Également à respecter la nourriture et à éviter le gaspillage. Et, in fine, à être autonomes pour cuisiner seuls. Ils pourront même mettre en application ce qu'ils apprennent à l'école : lecture des recettes, comprendre les unités.
- Toutes ces petites victoires renforceront leur estime de soi. Nos enfants apprennent en nous imitant, s'ils nous voient cuisiner et manger sainement au quotidien, naturellement ils voudront se joindre à nous. C'est à nous de leur montrer l'exemple pour les inspirer.
- Manger équilibré c'est retrouver le vrai goût des aliments, c'est apprendre à assaisonner un plat, à découvrir des saveurs.