

La pomme

ecollation.org

RÉINVESTISSEMENT À LA MAISON

MA POMME

Faites une dégustation de deux variétés de pommes différentes. Prenez le temps de les goûter avec tous les sens, décrivez la forme, les couleurs, les textures. Amusez-vous à refaire cette dégustation, mais cette fois en retirant d'abord la pelure! Est-ce différent ?

COMMENT NAISSENT LES POMMIERS?

Amusez-vous à faire germer des pépins de pomme. Pour ce faire, vous n'avez qu'à bien nettoyer les pépins, les laisser sécher à l'abri de la lumière, puis les disposer sur une matière toujours humide (sable, coton, ouate, etc.).

Après quelques semaines, lorsque les pépins auront germé, vous pourrez les transplanter dans du terreau et les observer tranquillement pousser !

UNE POMME POUR TOUS LES GOÛTS

Ajoutez des pommes dans différents plats et découvrez avec quoi vous la préférez : salade de chou, gratin de pommes de terre, sandwich au fromage fondu, potage de navet, etc. Inventez vos plats pommés !

LES MOTS POUR DÉCRIRE LA POMME

Vue / Grosse, petite, brillante, mate rouge, jaune, verte, brune, bicolore, traits, picots, chair à gros grains ou petits grains, etc.

Toucher / Douce, lisse, avec de petits ou gros grains, juteuse, humide, sèche, ferme, molle, etc.

Odeur / Fruit (pomme, poire), miel, fleur, etc.

Gustation / Sucrée, acide, acidulée (= acide + sucrée), etc.

Je cuisine ma mini-croustade aux épices

Ingrédients pour 12 mini-croustades

- 1 1/4 tasse de flocons d'avoine à cuisson rapide
- 1/4 de tasse de farine (blé, riz ou autre)
- 1/4 de tasse de cassonade
- 1/3 de tasse de beurre ramolli
- 1 cuillère à soupe de sirop d'érable
- 4 pommes
- 2-3 épices moulues au choix pour personnaliser sa croustade : cannelle, gingembre, noix de muscade, cardamome, vanille en poudre...

D'abord, on fait tous ensemble.

Préchauffer le four à 350 °F (180 °C).

Faire ramollir le beurre.

Mélanger les ingrédients secs (flocons d'avoine, farine, cassonade).

Peler et couper les pommes en petits morceaux.

Verser le sirop d'érable sur les pommes et mélanger.

Puis, chaque cuisinier prépare sa mini-croustade.

(quantité par mini-croustade)

Dans un bol individuel, mélanger 2 cuillères à table d'ingrédients secs avec 1/2 cuillère à table de beurre ramolli : cela devient de la croustade

Mettre un moule en papier dans un moule à muffin.

Prendre la moitié du mélange de croustade, en faire une petite boule et l'aplatir en galette dans le moule.

Déposer des pommes enrobées de sirop d'érable sur la croustade.

Recouvrir avec le reste de croustade.

Choisir la ou les épices qui nous plaisent le plus et saupoudrer sur la croustade.

Mettre au four de 40 à 45 minutes.



ASSOCIATION
QUÉBÉCOISE DE LA
GARDE SCOLAIRE

Québec



croquarium
enchanter l'alimentation