

LE CHEF CUISINIER



S'INTERROGER SUR LA PROVENANCE DES PLATS CUISINÉS QUE NOUS CONNAISSONS.

Réponds par a, b ou c.

1. Le Lamington est un petit gâteau traditionnel

a. Français b. Australien c. Brésilien

2. La paëlla est un plat d'origine

a. Grecque b. Italienne c. Espagnole

3. Au restaurant japonais, on peut manger

a. des tacos b. des nems c. des sushis

4. Le crabe de cocotier est une spécialité

a. de Nouméa b. des îles Loyauté c. du Mont Dore

Le bougna, un plat traditionnel

Ce ragoût de viande, de volaille ou de poisson nécessite une longue préparation. Taros, ignames, patates douces et manioc sont coupés en morceaux et arrosés de lait de coco. Ils sont placés avec la viande ou le poisson dans des feuilles de bananiers, ficelées au moyen de lianes pour en faire une grosse papillote.



Le bougna cuit entre 2h et 3h dans un four kanak, constitué de pierres chauffées et déposées dans un grand trou au sol. Il est servi à même les feuilles de bananiers. Cette spécialité peut aussi se préparer en marmite, on l'appelle alors bougna-marmite.



S'INTERROGER SUR LA PROVENANCE DES PLATS CUISINÉS QUE NOUS CONNAISSONS

Entre nous - L'attendu de cette activité est de découvrir la multiplicité de la provenance des plats cuisinés et d'aiguiser la curiosité des élèves pour les encourager à mieux varier leur alimentation.



Entrée dans l'activité santé

Voici un exercice d'étirement du dos que l'on peut faire soit en position debout, tête et dos bien droits, pieds écartés de la largeur du bassin ; soit en position assise devant le bureau ou l'ordinateur, le dos bien droit.

En inspirant, entrelacer les doigts devant la poitrine, paumes des mains vers soi. À l'expiration, tendre les bras devant soi en tournant les paumes vers l'extérieur. Les bras toujours tendus, inspirer de nouveau puis, à l'expiration, lever les bras tendus au-dessus de la tête, paumes des mains vers le ciel. Maintenir l'étirement sur 3 respirations complètes en gardant les épaules abaissées et en ouvrant bien la cage thoracique.

Faire quelques mouvements d'épaules d'avant vers l'arrière puis de l'arrière vers l'avant. Prendre une ou deux profondes inspirations. Commencer l'activité santé.



L'activité de découverte

Projeter l'activité sur un écran ou distribuer une photocopie.

Le chef cuisinier

- Répondre à main levée à chaque proposition du questionnaire par a, b ou c.
- Argumenter ses réponses.
- Valider la décision finale à la majorité.

Le bougna

- Identifier la nature du document (un article extrait d'un blog).
- Lire le texte.
- Discuter sur les qualités du plat.



Une activité complémentaire

[La préparation du bougna](#), plat traditionnel kanak.



Pour aller plus loin

Se renseigner sur les spécialités culinaires des pays du monde. Par exemple sur [fiche 1](#) et [fiche 2](#).



Message pour les élèves

Les aliments ont des origines variées et dans chaque pays il y a diverses façons de les préparer selon les goûts et la culture de chacun.

Rapport à soi

Rapport aux autres

Rapport à l'environnement



DOMAINES

1 2 3 4 5