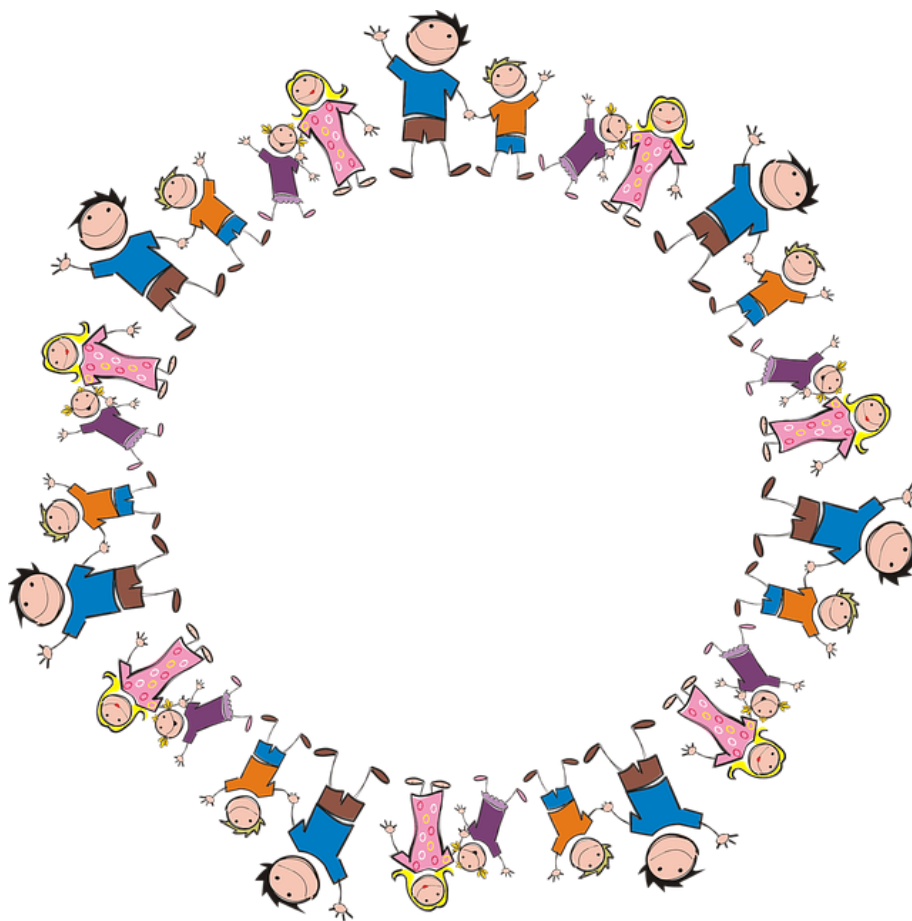


# MON CARNET DE

## 5<sup>ÈME</sup> ET 6<sup>ÈME</sup> PRIMAIRES – N°6



**APPRENDRE EN S'AMUSANT**



## Français

### Interview de Daniel Joly



Portant haut et loin les couleurs de notre gastronomie nationale, Daniel Joly est un Maître Cuisinier belge (Association qui réunit depuis 1980 de grands chefs cuisiniers belges) installé aux Etats-Unis. Aujourd'hui propriétaire de son restaurant dans le Colorado, il n'a en rien oublié son pays natal et n'hésite jamais à mettre les produits les plus emblématiques de notre terroir à sa carte. Une enseigne et un Maître Cuisinier largement appréciés par de nombreux gastronomes américains et, pour nous, une belle rencontre par interview téléphonique interposée.

**Vous êtes un Maître Cuisinier pour le moins singulier puisque belge d'origine, vous vous êtes installé aux Etats-Unis depuis plus de trente ans. D'où êtes-vous originaire en Belgique ?** Je suis originaire de la périphérie bruxelloise, de Notre-Dame-au-Bois.

**Quand avez-vous eu l'idée de devenir cuisinier et où avez-vous été formé ?** Très jeune, vers mes 15 ans, j'ai décidé de devenir cuisinier. Je suis allé à Infobo à Bruxelles et j'ai suivi un apprentissage.

**Quel est votre parcours ? En Belgique d'abord puis à l'étranger (EU) ensuite ?** En Belgique, j'ai été travailler chez Alain Deluc au Barbizon, au Comme chez Soi avec Pierre Wynants et chez Jean-Pierre Bruneau.

**Quel est le moment les plus important de votre carrière ?** C'est l'achat de mon restaurant dans le Colorado, en 1999. Cela a été un moment très important pour moi personnellement mais aussi pour notre vie familiale puisque je ayant racheté le Restaurant « Mirabelle » avec mon épouse, qui est anversoise, nous avons décidé d'établir notre famille ici, en Amérique. Au départ, Mirabelle appartenait à des alsaciens.

**Pourquoi et quand êtes-vous parti en Amérique ?** C'est grâce à Nathalie, mon épouse, que je suis allé pour la première fois en vacances en Floride où elle avait de la famille. Puis, à l'âge de 22 ans, j'ai été travailler dans un Relais & Château en Caroline du Sud. En 1990, cette région a connu un très gros ouragan qui a démolit la ville de Charleston. C'est alors que nous nous sommes installés dans le Colorado que nous n'avons plus quitté depuis. C'est un état où il est très agréable de vivre et où il y a de nombreuses facilités de connexions avec le reste du monde.

**Quels sont les produits belges que vous travaillez dans le Colorado ?** L'aéroport de Denver, qui est très proche, est l'un des plus importants des Etats-Unis. Grâce aux avions qui nous apportent quotidiennement des produits frais de partout, je peux avoir des crevettes grises qui sont pêchées le mardi et que je vais acheter le jeudi matin ! Je fais venir des asperges blanches ou tout autre produit de saison qu'il est ainsi facile d'obtenir en provenance directe de Belgique.

**Vos clients savent-ils que vous êtes belge et Maître Cuisinier, également ?**  
Oui, bien sûr et je n'hésite jamais à le faire savoir. Nous avons une très belle culture gastronomique dans notre pays, il faut en être fier. Notre clientèle voyage dans le monde entier et connaît bien la Belgique !

**Coche la réponse correcte.**

1. Qui est Daniel Joly ?

- Le journaliste qui a effectué l'interview
- Un Maître cuisinier belge
- Un critique gastronomique

3. De quelle ville est-il originaire ?

- Bruxelles
- Anvers
- Alsace

2. Qui est « Mirabelle » ?

- L'épouse de Daniel Joly
- La fille de Daniel Joly
- Le restaurant de Daniel Joly

4. Où vit Daniel Joly à présent ?

- En Floride
- Dans le Colorado
- A Anvers

5. Le journaliste et Daniel Joly se sont-ils rencontrés en personne ? Justifie ta réponse par une phrase de l'interview qui le prouve.

.....  
.....

6. Que veut dire : « Etre Maître cuisinier belge » ?

.....  
.....

7. Par quel moyen se procure-t-il les produits belges utiles pour sa cuisine ?

.....  
.....

8. Lis les affirmations et coche vrai ou faux.

	Vrai	Faux
Le moment le plus important de la carrière de Daniel Joly est l'achat de son restaurant en 1989.		
Daniel Joly a décidé de devenir cuisinier vers l'âge de 15 ans.		
L'épouse de Daniel s'appelle Nathalie.		
Son épouse est d'origine américaine.		
Les anciens propriétaires du restaurant étaient alsaciens.		

**Pagaille en cuisine !**

Les étapes de la recette suivante ont été mélangées. A toi de remettre de l'ordre en numérotant celles-ci. Attention, deux étapes-intruses se sont ajoutées. Colorie-les !

**Oranges au chocolat**

...	Mettez-les alors au frais pendant une heure environ, puis, au moment de servir, présentez vos oranges en les décorant de façon créative.
...	Sortez la préparation du frigo et incorporez progressivement la crème fraîche au chocolat fondu en remuant délicatement avec une cuillère en bois.
...	À la dernière minute, salez et poivrez et ajoutez deux cuillères à soupe de pâte tandoori à votre préparation de volaille.
...	Une fois le chocolat fondu, retirez-le du feu et ajoutez 25 g de beurre. Mélangez, puis réservez votre préparation au frigo.
...	Recueillez ce jus dans un bol, puis faites-le chauffer au bain-marie.
<b>1.</b>	Découpez la base des 4 oranges pour les faire tenir debout.
...	Passez la pulpe au mixeur pour en extraire le jus.
...	Quand l'huile est chaude, faites blondir l'oignon coupé en rondelles en évitant de le faire griller.
...	Retirez ensuite la pulpe des oranges avec une cuillère.
...	<b>BON APPETIT !</b>
...	Pendant que votre préparation refroidit, fouettez 250 ml de crème fraîche au batteur électrique et ajoutez 50 g de sucre.

...	Coupez ensuite 150 g de chocolat noir en petits morceaux et ajoutez-les au jus en train de chauffer.
...	Remplissez ensuite une douille avec la crème au chocolat et farcissez les oranges.



Je rédige une recette.

A ton tour, d'écrire une recette mais celle-ci sera particulière...

Choisis-en une parmi celles qui te sont proposées :

Recette d'une journée parfaite – Recette pour jouer au basket, au foot,... – Recette de l'amitié

Voici un exemple :

### **La recette du BONHEUR**

**Nombres de personnes :** ILLIMITE

**Temps de préparation :** 1 jour 1 heure et 30 minutes

#### **Ingrédients :**

- Quelques rayons de miel de soleil
- 2 barbes à papa pour la joie
- 100 g de pensées agréables
- 1 litre d'amitié
- 10 pétales de roses
- 3 poignées de santé
- 1 cœur gros comme une pastèque
- des sucreries et du chocolat pour la gourmandise
- 1 beau sourire du bout des lèvres
- quelques gouttelettes d'humour
- 1 pomme d'amour
- 3 bouquets de muguet
- 5 cuillères de gentillesse
- 50 g de bonté et de gentillesse
- 1 coulis de framboises fraîchement cueillies

## Préparation

1. Prenez un gigantesque saladier, mettez-y tous les ingrédients en chantant « tout le bonheur du monde ».
2. Remuez le tout avec une cuillère en bois d'acajou. Trempez le doigt dedans et goûtez si c'est appétissant.
3. Versez la préparation dans des moules en formes de cœur ou de fleur, préalablement beurrés.
4. Laissez reposer une bonne heure au réfrigérateur.
5. Mettez-le dans le four pendant un jour.
6. Saupoudrez le gâteau de bonne humeur.
7. Décorez-le comme il vous plaît. Invitez ceux que vous aimez pour déguster l'unique recette du bonheur.

### **BON APPETIT !**

Nom de la recette : .....

Nombres de personnes : .....

Temps de préparation : .....

Ustensiles :

.....  
.....  
.....  
.....

Ingrédients :

.....  
.....  
.....  
.....

Étapes de la préparation :

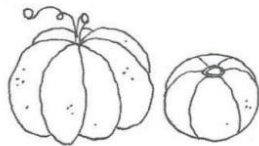
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**Mathématiques : cycle 4**

**Top chef : un peu de logique...**



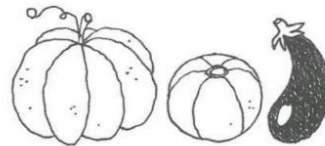
Arthur, un grand restaurateur namurois, fait quelques courses pour les plats de la semaine. Il a notamment acheté un potiron, un melon et une aubergine. Arrivé dans sa cuisine, il pèse les aliments. A toi de retrouver la masse de chacun.



3 kg 295 g



1 kg 490 g



3 kg 810 g

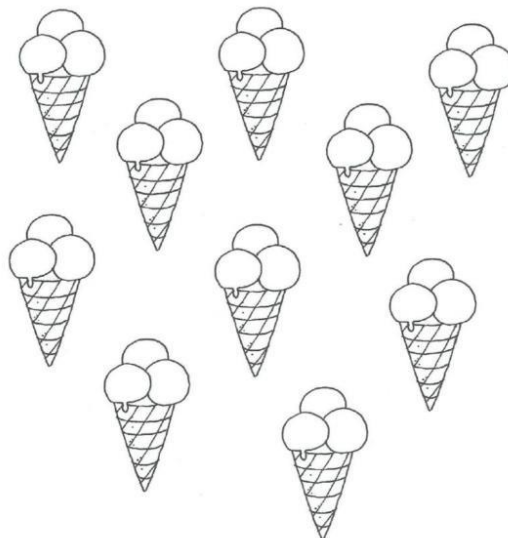
Masse du potiron : ..... grammes

Masse de l'aubergine : ..... grammes

Masse du melon : ..... grammes

Pour le plus grand plaisir des enfants, Arthur a acheté cinq parfums de glace : citron (jaune), vanille (blanc), chocolat (brun), fraise (rose) et pistache (vert). Quels sont les mélanges possibles de glaces en sachant que les 3 boules sont différentes ?

Mets les boules en couleur. Tous les cornets doivent être colorés.



Pour son restaurant « A la Bon'Heur », Arthur utilise différentes mesures. Il achète et donc, il paie ses marchandises. Il a des quantités à respecter avec un horaire précis à suivre... Il n'est pas question de faire attendre les clients.

Pourrais-tu travailler dans le restaurant d'Arthur ? Sais-tu retrouver les mesures précises à partir de ce qui est donné ? A toi de jouer !

**Horizontalement**

- 1) 100 centimes
- 2) 100 centimètres
- 3) 100 centilitres
- 4) 100 mètres
- 5) 60 secondes
- 6) 100 ans

**Verticalement**

- A) Il en faut 100 pour faire 1 euro
- B) 60 minutes
- C) Il y en a 60 dans une minute
- D) 100 kilos
- E) 1000 grammes



The crossword puzzle grid is as follows:

- Clue 1:** Horizontal, 4 squares, starting at the 3rd square of the 2nd row.
- Clue 2:** Horizontal, 5 squares, starting at the 1st square of the 2nd row.
- Clue 3:** Horizontal, 5 squares, starting at the 1st square of the 3rd row.
- Clue 4:** Horizontal, 10 squares, starting at the 1st square of the 4th row.
- Clue 5:** Horizontal, 10 squares, starting at the 1st square of the 5th row.
- Clue 6:** Horizontal, 6 squares, starting at the 6th square of the 5th row.
- Clue A:** Vertical, 2 squares, starting at the 2nd square of the 2nd row.
- Clue B:** Vertical, 4 squares, starting at the 3rd square of the 1st row.
- Clue C:** Vertical, 2 squares, starting at the 5th square of the 3rd row.
- Clue D:** Vertical, 5 squares, starting at the 3rd square of the 4th row.
- Clue E:** Vertical, 5 squares, starting at the 3rd square of the 1st row.



## Recette que tu peux réaliser



LES PIZZAS GAUFRES !

RECETTE - A PARTIR DE 8 ANS

**Quand la pâte à pizza fait un tour dans le gaufrier, ce sont les papilles et les enfants qui n'en reviennent pas ! Une façon vraiment rigolote de dévorer l'un des plats préférés des enfants.**

- **Temps de préparation :** 15 minutes
- **Temps de cuisson :** 10 minutes

**Pour 8 personnes**

### INGRÉDIENTS

- 4 pâtes à pizza
- 300 gr de sauce tomate
- 250 gr de mozzarella
- 8 tranches de jambon italien
- 12 gr d'origan séché
- 6 olives noires dénoyautées

### RECETTE LES PIZZAS GAUFRES !

1. Etalez ou déroulez votre pâte à pizza et découpez plusieurs cercles de même taille, à l'aide d'un emporte-pièce ou d'un verre.

Il vous faudra 2 disques de pâte pour réaliser une gaufre.

2. Sur un premier disque, étalez un peu de sauce tomate au centre, en laissant un bord d'1 cm. Ajoutez quelques dés de mozzarella, du jambon cru coupé finement et saupoudrez d'origan.

3. Superposez l'autre disque de pâte. Soudez les bords en pressant du bout des doigts pour obtenir un petit chausson.

Voilà comment réaliser une gaufre-pizza ! Répétez ces opérations pour toutes les autres gaufres-pizzas.

4. Badigeonnez le gaufrier d'huile d'olive et déposez les pizzas une à une dans votre gaufrier chaud. Laissez cuire 3 à 5 minutes en surveillant la cuisson.

5. Servez chaud avec un peu d'olives noires.

Dans la recette ci-dessus tu as découvert les ingrédients pour réaliser ces pizzas gaufres. Notre cuisinier souhaite modifier les proportions afin de réaliser cette recette

- pour sa famille de 4 personnes ;
- pour son restaurant de 20 personnes ;
- pour les 15 enfants de l'anniversaire de son fils.



Liste des ingrédients pour 8 personnes	Liste des ingrédients pour 4 personnes	Liste des ingrédients pour 20 personnes	Liste des ingrédients pour 15 personnes
4 pâtes à pizza	___ pâte à pizza	___ pâte à pizza	___ pâte à pizza
300 gr de sauce tomate	___ sauce tomate	___ sauce tomate	___ sauce tomate
250 gr de mozzarella	___ gr de mozzarella	___ gr de mozzarella	___ gr de mozzarella
8 tranches de jambon	___ tranches de jambon	___ tranches de jambon	___ tranches de jambon
12 gr d'origan	___ gr d'origan	___ gr d'origan	___ gr d'origan
6 olives noires	___ olives noires	___ olives noires	___ olives noires

Aide les jurés de Top Chef et Stéphane à retrouver leur boisson préférée parmi les cinq propositions.

Ecris le nom de chacun au-dessus de son cocktail.

**Hélène :**  
Je suis la plus petite de l'équipe, comme la capacité totale de mon cocktail.

**Philippe :**  
Ma boisson préférée est composée avec la même proportion pour chaque ingrédient.

**Michel :**  
Pour moi, l'équilibre des saveurs est parfait quand le jus de fruits est le plus présent.

**Stéphane :**  
J'aime quand ma boisson est composée d'un élément pétillant, d'un élément plat et d'un sirop.

**Pierre :**  
Pour pouvoir l'apprécier, ma boisson doit être composée d'une grande partie d'eau.

<b>Ingrédients :</b> - Eau plate 200 ml - Sprite 30 cl - Sirop de curaçao 0,07 dl	<b>Ingrédients :</b> - Smoothie de framboise 5 cl - Jus d'orange 50 ml - Sirop de curaçao 1/2 dl	<b>Ingrédients :</b> - Sprite 40 ml - Eau plate 2 dl - Sirop de fraise 0,8 cl	<b>Ingrédients :</b> - Jus d'ananas 0,09 l - Eau plate 40 ml - Sirop de grenadine 5 ml	<b>Ingrédients :</b> - Jus d'ananas 4 cl - Jus de pommes 40 ml - Eau pétillante 0,4 dl
--	---	--	---	---

Classe les cocktails de celui qui a la plus grande capacité à celui qui a la plus petite.

\_\_\_\_\_ > \_\_\_\_\_ > \_\_\_\_\_ > \_\_\_\_\_ > \_\_\_\_\_

Sources :

ROUGIER, Roger. *Des jeux pour s'entraîner à raisonner*, Retz, 2008

REDOUTE, Christian. *Jeux de logique*, Retz, 2008

*Je révise par les mots croisés*, Retz, 2008

<http://www.momes.net/Recettes/Idees-repas-pour-enfants/Pizzas/Les-pizzas-gaufres>

## Les œufs

Plusieurs jours après les courses, tu ouvres la porte du frigo et tu retrouves des œufs.  
Mais sont-ils encore consommables ?  
Il existe des « trucs » très simples pour savoir si un œuf est frais ou ne l'est plus...  
Si un œuf est déjà cuit ou pas...

### **Expérience 1 :** Oeuf frais ou pas?

Ma grand-mère me disait ceci : « Remplis un grand verre d'eau. Dépose ensuite ton œuf dans le verre. S'il est encore frais, il remontera à la surface . »

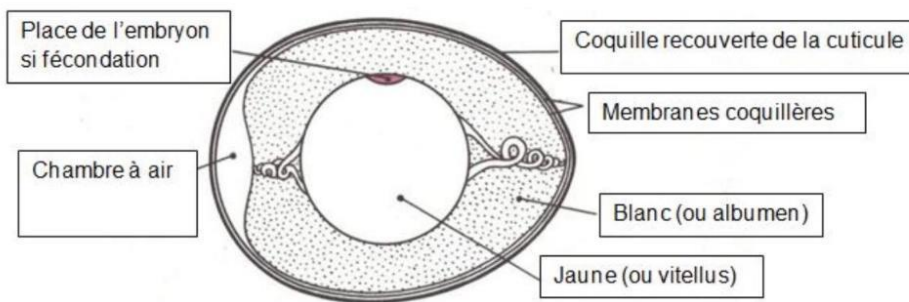
J'ai testé ses dires et voici ce que j'ai constaté :

Un **œuf frais** plongé dans un grand verre d'eau remonte à la surface.

Un **œuf plus très frais** plongé dans un grand verre d'eau reste au fond du verre.

Ma grand-mère avait raison, comme très souvent !

Voici la coupe d'un œuf de poule.



En t'aidant de ce schéma, explique pourquoi un œuf frais remonte à la surface du grand verre d'eau :

---

---

---

**Indice :** observe chaque partie de l'œuf... Rappelle-toi de l'élément naturel qui permet la flottaison !

**A toi de jouer :** demande à tes parents pour reproduire cette expérience (attention à laisser un œuf « vieillir » dans ton frigo...).

Prends une photo de ton montage expérimental et envoie la photo à ton enseignant(e).

**Expérience 2 :** cru ou cuit ?

Certaines personnes conservent leurs œufs dans le compartiment de la porte du frigo.  
Problème : après plusieurs jours, certains œufs ont été cuits et d'autres pas.  
Comment faire la différence ?

Matériel :

- 1 œuf cuit dur (demande à tes parents de le faire pour toi)
- 1 œuf frais
- un plan de travail

Étapes :

Dépose l'**œuf frais** sur le plan de travail  
et fais-le tourner sur lui-même.  
Stop rapidement l'œuf avec ta main puis  
enlève-la.

Écris ce que tu observes :

---

---

Dépose l'**œuf cuit** sur le plan de travail  
et fais-le tourner sur lui-même.  
Stop rapidement l'œuf avec ta main puis  
enlève-la.

Écris ce que tu observes :

---

---

Et voilà ! Tu as découvert l'astuce pour différencier œuf cuit et œuf cru, sans avoir à les casser.

Mais peux-tu expliquer ce que tu as observé à l'issue de l'expérience ?

---

---

---

Indice : pense à la différence de structure de l'œuf, une fois cuit...

**Expérience 3 :** Costauds, les œufs ?

Une expression très connue est celle-ci : « Marcher sur des œufs »

Renseigne-toi et relie l'expression à sa signification :

Marcher sur des œufs ●

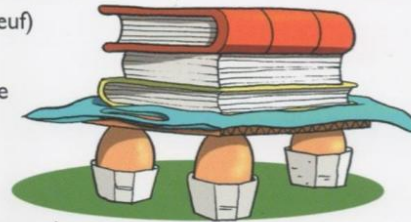
- Marcher avec des pieds sales
- Agir avec précaution

**A toi de jouer !**

Voici une expérience qui va te prouver que les œufs sont bien plus costauds qu'il n'y paraît !

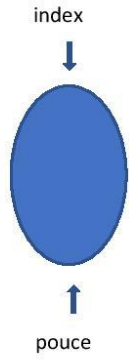
Prends une boîte à œufs en carton. Découpe trois alvéoles. Mets un œuf dans chaque « coquetier ».  
Combien de livres ces trois œufs vont-ils supporter avant de se casser ?

- 1 Estime combien de livres tu vas pouvoir poser sur les trois œufs.
- 2 Place les trois coquetiers sur la table, à distance les uns des autres.
- 3 Pose un carton et une feuille de plastique sur les œufs.
- 4 Dépose très précautionneusement et un par un le plus de livres possible sur les trois œufs.
- 5 Au bout de combien de livres les œufs (un œuf) se cassent-ils (se casse-t-il) ?
- 6 Avais-tu (à peu près) correctement estimé ce nombre ?
- 7 Quelle conclusion tires-tu de cette expérience ?
- 8 Conserve les œufs dont les coquilles se sont cassées. Tu pourras les utiliser pour préparer ton casse-croûte.



Pour comprendre l'expérience ci-dessus, en voici une autre très simple :

Prends un œuf dans ta main.  
Tiens-le entre le pouce et l'index.  
Appuie de toutes tes forces pour essayer de l'écraser...



index  
↓  
↑  
pouce

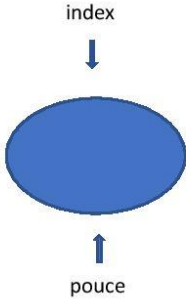
Que constates-tu ?

---

---

---

Prends un œuf dans ta main.  
Tiens-le entre le pouce et l'index.  
Appuie de toutes tes forces pour essayer de l'écraser...



index  
↓  
↑  
pouce

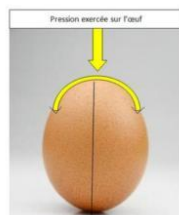
Que constates-tu ?

---

---

---

**Explication :**



La forme ovoïde (ovale) de l'œuf lui permet une meilleure répartition des forces quand on le tient verticalement.

Si on le tient horizontalement, la pression ne s'exerce plus sur une forme ovoïde optimale : la coquille résiste moins et finit par céder. L'œuf se casse...



# NEDERLANDS: Top chef

## 1. *Ma menu ce jour*

*Ik heb honger ! Smakelijk eten 😊*

*Relie les aliments et boissons de mon menu à l'assiette !*



Ik drink een glas limonade want (car) ik hou niet van water.

Ik eet bloemkool, aardappelen, kip en een stuk brood.

Ik eet graag een bananenijsje. Ik drink graag een kopje koffie want ik hou niet van thee.





## 2. Les boissons et plats préparés

Si tu es un(e) vrai(e) top chef, tu retrouveras très vite dans la grille 3 des ingrédients nécessaires à la préparation de ces 6 plats/boissons illustrés ci-dessous. Trouve les mots dans la grille et recopie-les.

E M O V A W O R T E L S N K V  
 I E Q F A M E L K A A G H A U  
 E O T A R M F V D A H L N G K  
 R L P Z D C O E K E N I N T H  
 E B R S A S E J K O L B S J I  
 N I E I P K A Z A L W N W K Q  
 W N I X P M T S A O E S S O R  
 R R E K E W O I R O R I Y G N  
 W E V I L E J S R J H K R K E  
 O L T F E S T T T A E P M S T  
 B C U O N B I Y M E T X R Z A  
 R K R I B C D P G S R B Y V M  
 H P Y O E H C R Z X Z D G F O  
 R E T A W N J H A J S O A P T  
 B L T J G X O U T A J O V T A



.....  
 .....  
 .....



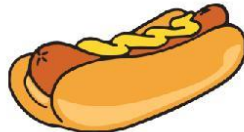
.....  
 .....  
 .....



.....  
 .....  
 .....



.....  
 .....  
 .....



.....  
 .....  
 .....



.....  
 .....  
 .....

### 3. Chef à domicile!

*Tu es chef à domicile. Tu dois préparer un bon repas pour un couple d'amoureux. Tu inspectes donc l'endroit afin de t'y familiariser.*

*Souligne la bonne préposition pour compléter les phrases.*



1. De koelkast is tussen / onder de deur en de gootsteen.
2. De deur is naast / onder het rek.
3. De stoelen zijn onder / naast de tafel.
4. De tafel is onder / voor de oven.
5. De pan is op / in het fornuis.
6. De vuilnisbak is naast / achter de laden.
7. De magnetron is boven / onder het raam.
8. De gootsteen is boven / onder het raam.
9. De vruchten zijn in / boven de kom.
10. Het rek is naast / boven de deur.

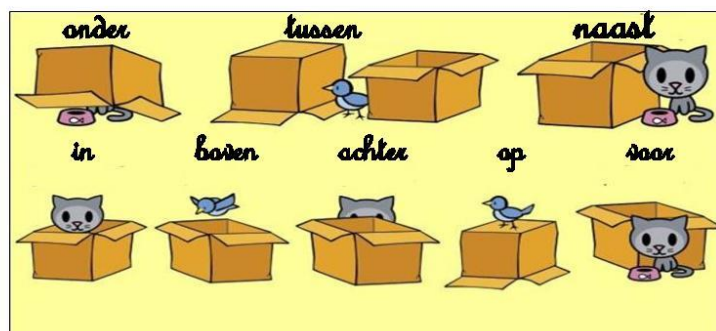




## Vocabulaire pour t'aider

Menu	
Drinken (Ik drink)	Boire (Je bois)
Eten (ik eet)	Manger (Je mange)
Houden van (I hou niet van)	Aimer (Je n'aime pas)
Een glas limonade	un verre de limonade
Water	De l'eau
Bloemkool	Du choux-fleur
Aardappelen	Des pommes de terre
Kip	Du poulet
Een stuk brood	une tranche de pain
Ijs	De la glace
Koffie	Du café
thee	Du thé
Frietten	Des frites
Paddestoelen	Des champignons
Vlees	De la viande
Plats et ingrédients	
Soep	De la soupe
Limonade	De la limonade
Een milkshake	Un milkshake
Pannenkoeken	Des crêpes
Een hot dog	Un hot dog
Een pizza	Une pizza
Tomaten	Des tomates
Ham	Du jambon
Kaas	Du fromage
Melk	Du lait
Aardbeien	Des fraises
vanilla ijs	De la glace à la vanille
Een worst	Une saucisse

Uien	Des oignons
Mustard	De la moutarde
water	De l'eau
citroen	Un citron
ijsblokjes	Des glaçons
Eieren	Des oeufs
Bloem	De la farine
Boter	Du beurre
Wortels	Des carottes
Aardappelen	Des pommes de terre
prei	Des poireaux
Les meubles (pour Chef à domicile)	
De koelkast	Le frigo
De deur	La porte
De gootsteen	L'évier
De stoel(en)	La/les chaise(s)
De tafel	La table
De oven	Le four
De pan	La casserole
Het fornuis	La cuisinière
De vuilnisbak	La poubelle
De laden	Les tiroirs
De magnetron	Le micro-onde
Het raam	La fenêtre
Het rek	L'étagère
De kom	Le bol



# ENGLISH: Top chef

## 1. *Mon menu ce jour*

I am hungry ! Enjoy your meal 😊

Relie les aliments et boissons de mon menu à l'assiette !



I drink a glass of lemonade because (parce que) I don't like water.

I eat cauliflower, potatoes, chicken and a slice of bread.

I eat a banana ice cream. I drink a cup of coffee because I don't like tea.





## 2. Les boissons et plats préparés

Si tu es un(e) vrai(e) top chef, tu retrouveras très vite dans la grille 3 des ingrédients nécessaires à la préparation de ces 6 plats/boissons illustrés ci-dessous. Trouve les mots dans la grille et recopie-les.

S C L U P W Z S J H M J L S W  
 X G H U O V A V T L A Z E R D  
 Y I G F T G Y T Q O E I M S R  
 F N F E A X L I E Y R P O U K  
 T O M A T O E S C R C R N Q E  
 B I U S O H W S E E E S A G E  
 Q B W Z E G A B S D C A U C L  
 J I Y Q S U W G E D I U I N A  
 U Q X E S A Y U E V A F B S M  
 Y A Q A R T F M H Z L A N E B  
 J E G T X A L G C O L O H I S  
 K E S D R A T S U M I X V M B  
 W C B U T T E R A N N G J O V  
 Y Q S N V O Q H O A A K L I M  
 T S M R G Y W Q P R V O D K N



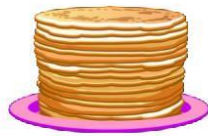
.....  
 .....  
 .....



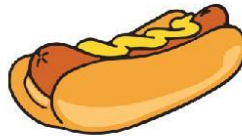
.....  
 .....  
 .....



.....  
 .....  
 .....



.....  
 .....  
 .....



.....  
 .....  
 .....



.....  
 .....  
 .....

### 3. Chef à domicile !

*Tu es chef à domicile. Tu dois préparer un bon repas pour un couple d'amoureux. Tu inspectes donc l'endroit afin de t'y familiariser.*

*Souligne la bonne préposition pour compléter les phrases.*



1. The fridge is between / under the door and the sink.
2. The door is next to / under the shelf.
3. The clock is in / on the wall.
4. The chairs are under / next to the table.
5. The table is under / in front of the oven.
6. The pan is on / in the cooker.
7. The bin is in front of / behind the drawers.
8. The microwave is next to / under the window.
9. The sink is above / under the window.
10. The fruit is in / above the bowl.





## 4. Let's cook! The English breakfast!

Aujourd'hui l'épreuve de top chef est celle-ci « Le petit déjeuner anglais ». Voici la recette, lis-la attentivement. Demande à ta maman ou à ton papa de t'aider à la préparer et fais bien attention de ne pas te brûler !

Si tu n'as pas tous les ingrédients, ce n'est pas grave, tu n'es pas obligé(e) de tout mettre. Bon appétit !



### Ingredients

- 1 or 2 small sausage (s )
- 2-3 slices of bacon
- 2 big mushrooms
- 1 tomato
- 1 egg
- 1 slice of bread
- butter
- olive oil
- salt and pepper

### Method

1. Put some olive oil in the pan.
2. Cook the sausages first.
3. Brush the mushrooms and add olive oil on top and season with salt and pepper.
4. Cut the tomato in half and season with salt and pepper and olive oil.
5. Cook the slices of bacon.
6. Break the egg into the pan and cook it.
7. Put the slice of bread in a toaster until crispy and golden. Put some butter on the toast.
8. Serve on a plate and enjoy your English breakfast 😊.

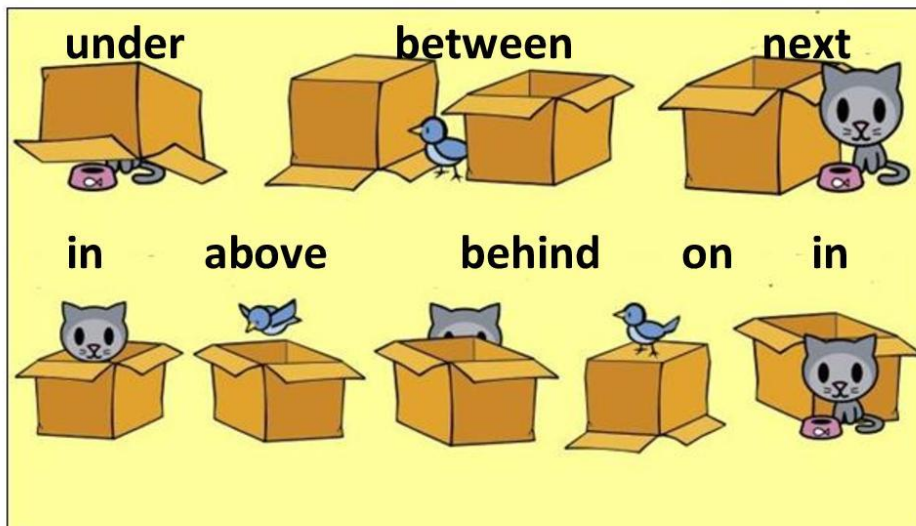
## Vocabulaire pour t'aider

Menu	
To drink (I drink)	Boire (Je bois)
To eat (I eat)	Manger (Je mange)
To like (I don't like)	Aimer (Je n'aime pas)
A glass of lemonade	un verre de limonade
Water	De l'eau
Cauliflower	Du chou-fleur
Potatoes	Des pommes de terre
Chicken	Du poulet
A slice of bread	Une tranche de pain
Ice cream	De la glace
Coffee	Du café
Tea	Du thé
Chips	Des frites
Mushrooms	Des champignons
Meat	De la viande
Plats et ingrédients	
Soup	De la soupe
Lemonade	De la limonade
A milkshake	Un milkshake
Pancakes	Des crêpes
A Hot dog	Un Hot dog
A pizza	Une pizza
Tomatoes	Des tomates
Ham	Du jambon
Cheese	Du fromage
Milk	Du lait
Strawberries	Des fraises
Vanilla ice cream	De la glace à la vanille
A sausage	Une saucisse
Onions	Des oignons
Mustard	De la moutarde
Water	De l'eau
A lemon	Un citron

Ice cubes	Des glaçons
Eggs	Des oeufs
flour	De la farine
Butter	Du beurre
Carrots	Des carottes
Potatoes	Des pommes de terre
Leek	Des poireaux
Les meubles (pour Chef à domicile)	
The fridge	Le frigo
The door	La porte
The sink	L'évier
The shelf	L'étagère
The clock	L'horloge
The chair(s)	La/les chaise(s)
The table	La table
The oven	Le four
The pan	La casserole
The bin	La poubelle
The drawers	Les tiroirs
The cooker	La cuisinière (objet)
The microwave	Le micro-onde
The window	La fenêtre
The shelf	L'étagère
The English breakfast	
a sausage	une saucisse
a slice	une tranche
bacon	lard fumé
a mushroom	un champignon
an egg	un oeuf
bread	du pain
butter	du beurre
olive oil	huile d'olive
salt	du sel
pepper	poivre
the plate	l'assiette
the pan	la poêle

the toaster	le grille pain
<b>Les verbes</b>	
to put	mettre
to cook	cuire, cuisiner
to brush	brosser
to add	ajouter
to season	assaisonner
to cut (in half)	couper ( en deux)
to break	casser
to serve	servir
<b>Les petits mots pour t'aider à comprendre</b>	
first	en premier, d'abord
on top	au-dessus
with	avec
into	dans, à l'intérieur
crispy	croustillant
golden	en or, doré
<b>Expression</b>	
Enjoy your breakfast !	Bon petit déjeuner !

## Rappel des prépositions



## Activité artistique

### **Les animaux en pâte à sel**

Pour faire de la pâte tu n'as pas besoin d'ustensiles...

Un simple verre suffit !

Conseil : utilise un grand verre

#### **Ingrédients :**

- 1 verre de sel de cuisine
- 2 verres de farine
- 1 à 2 verres d'eau chaude
- Facultatif : colorant alimentaire

#### **Préparation :**

1. Dans un grand bol, mélange l'eau, le sel et la farine. Commence par ajouter 1 seul verre d'eau.
2. Si la pâte est trop granuleuse, ajoute encore un peu d'eau.
3. Si la pâte est trop liquide, ajoute un peu de sel et de farine.
4. Quand la pâte est prête, tu peux ajouter du colorant alimentaire. Si tu souhaites utiliser plusieurs couleurs, découpe ta pâte en petits tas.

#### **Séchage par cuisson :**

Demande à un adulte de préchauffer le four pour toi : 110°C.

Dépose tes modèles sur une feuille d'aluminium alimentaire.

Selon la taille de ton modèle, la cuisson dure entre 4H et 6H.

#### **Séchage sans cuisson :**

Tu peux aussi faire sécher tes modèles sans cuisson.

Dépose-les dans un endroit plutôt chaud (bord de fenêtre ensoleillé, ...).

Cela va prendre beaucoup de jours... Sois patient !

**Quelques modèles à reproduire :**



**Astuce :**

Si tu n'as pas de colorant alimentaire, tu peux peindre tes modèles.

De la gouache est suffisant.

Attends qu'ils soient bien secs !





## Je bouge

Après avoir mangé ces succulentes recettes, il ne faut pas oublier de faire un peu de sport. Voici quelques petites idées d'activités.

### Athlétisme

#### Parcours saut

- sauter haut : trois traits tracés sur un mur à différentes hauteurs (comme les branches d'un arbre à attraper)
- sauter loin : cinq zones de couleurs différentes sont matérialisées au sol
- sauter-franchir : un tapis, puis un cerceau et deux lattes figurent trois formes de rivière qu'il faut traverser sans mettre les pieds dedans



- enchaîner des sauts : quatre cerceaux disposés en ligne pour effectuer des bonds pieds joints ; - sauter en contrebas : à partir d'un banc, d'un espalier, sur un tapis, dans du sable, etc.
- sauter en contre-haut : une caissette, un caisson et un banc pour sauter et se réceptionner dessus.

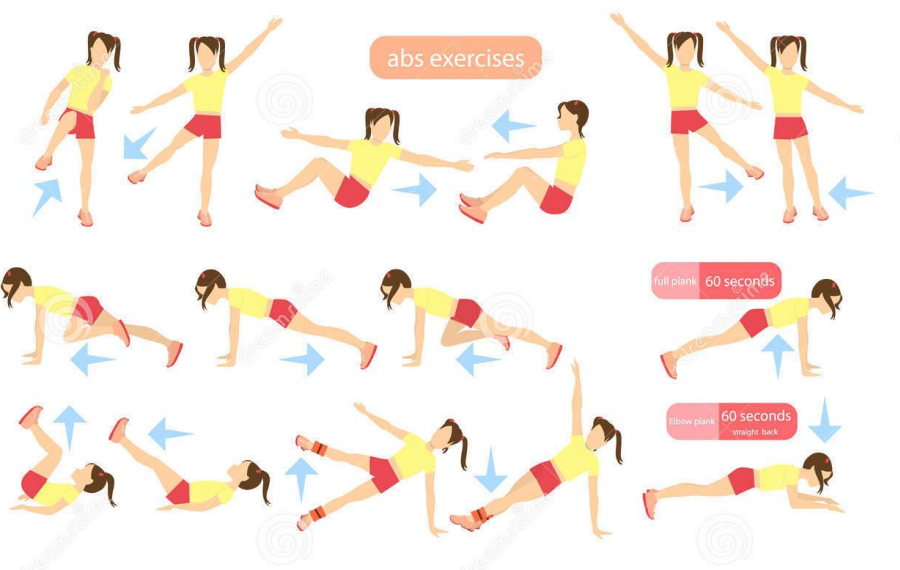
### Faire la planche

Dire aux élèves que chacun se transforme en planche. Le corps doit donc être bien droit mais il peut avoir un ou 2 appuis, au sol ou sur un objet (banc, ballon, ...). L'objectif n'est pas de travailler le gainage ou le renforcement musculaire (travail peu adapté en élémentaire), mais de trouver, d'inventer, différentes postures dans lesquelles le corps reste dans un axe tête-pied, quel qu'en soit la position. Tenir 3 à 5 secondes.

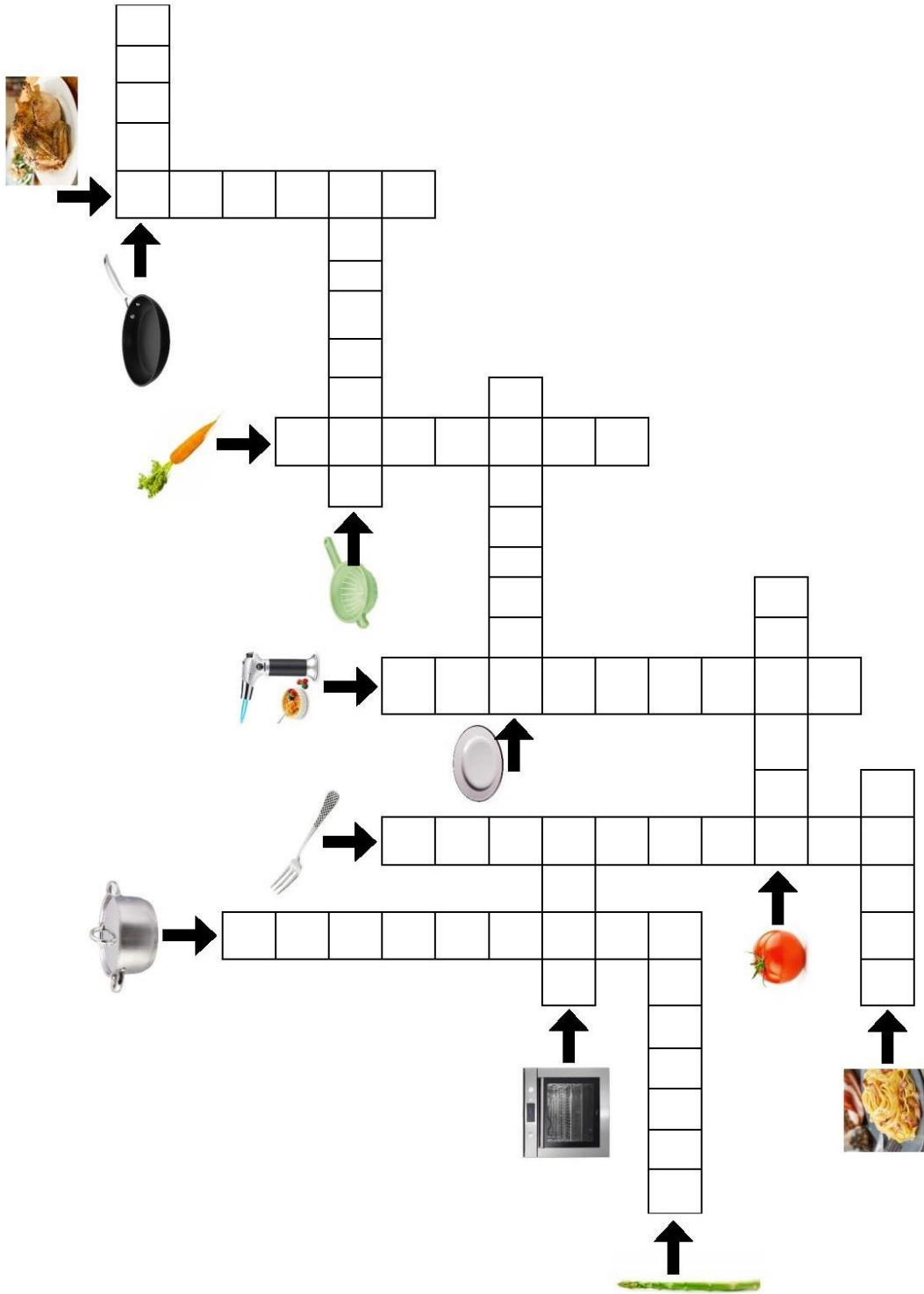


Les illustrations sont données à titre indicatif. Il ne s'agit pas de reproduire ces postures mais d'en inventer.

Corinne Mazel CPC EPS 19B



Se divertir





## Les challenges de la semaine

Transforme-toi pour une semaine en véritable chef cuistot !

Pour ce faire, réalise ta toque.

Tu as besoin :

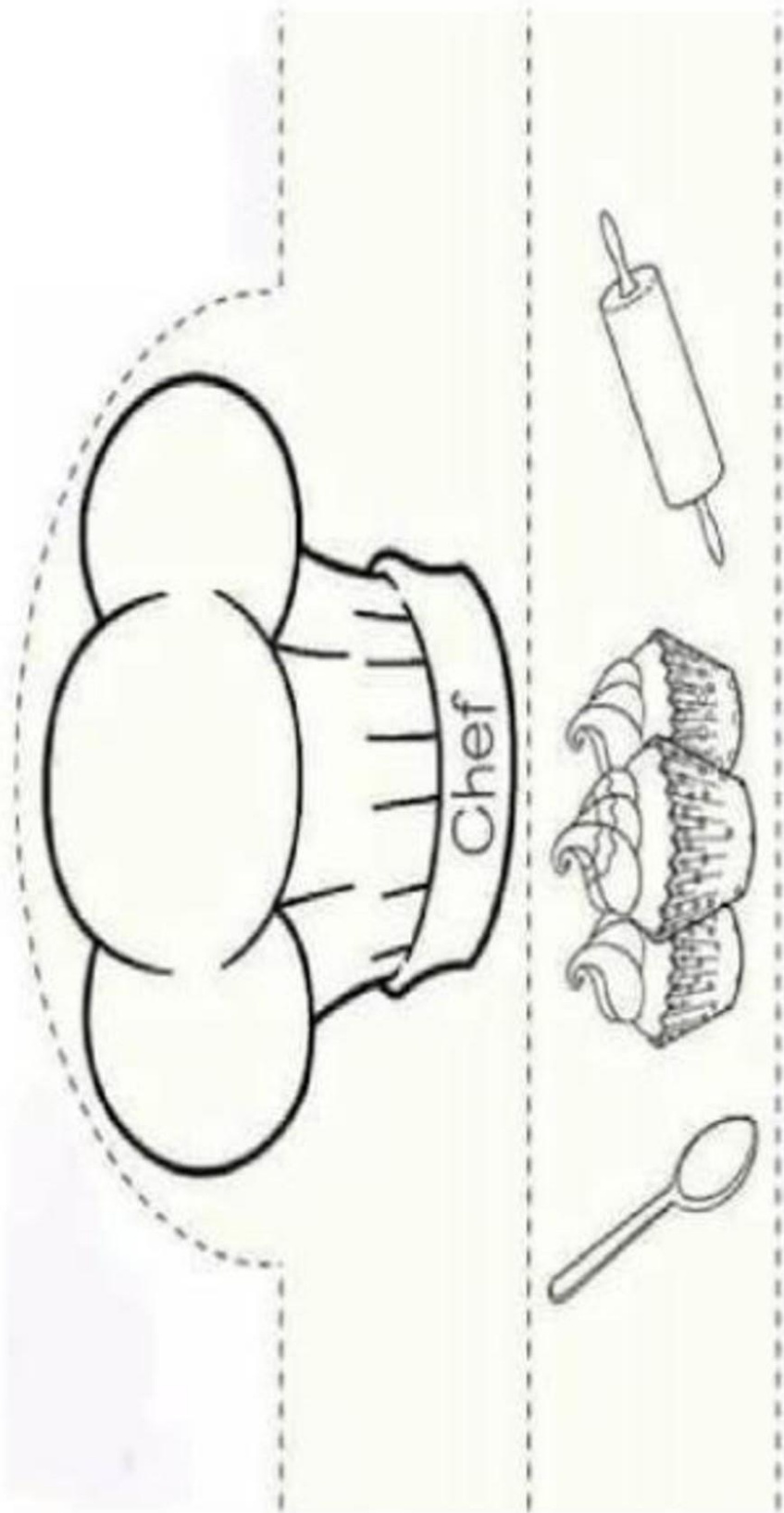
- ✓ D'une paire de ciseaux,
- ✓ De la colle ou du papier collant,
- ✓ De crayons ou de marqueurs de couleurs,
- ✓ De la toque qui se trouve à la page suivante.

Voici les consignes :

1. Colorie proprement.
2. Découpe soigneusement sur les pointillés.
3. Assemble les deux morceaux.

Tu n'as plus qu'à enfiler ta toque pour préparer ton menu...





Source : Pinterest - Ami Veli



Crée chaque jour un menu en suivant qui respecte le défi du jour :

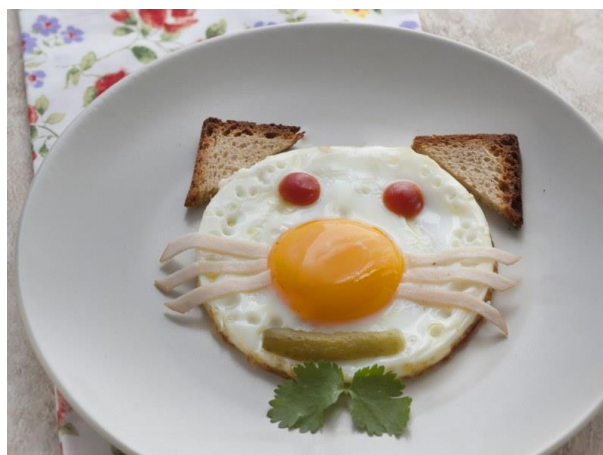
Jour 1 : tu crées un menu très sain et équilibré, qui fera surement plaisir à tes parents.

Jour 2 : tu crées un menu sur le thème d'Halloween, soupe de verre ou tête ou yeux de zombie, que ton menu soit terrifiant !

Jour 3 : imagine le menu rêvé des enfants : bonbons et chocolat, à la carte, tout ce que les parents n'aiment pas

Jour 4 : aujourd'hui tout le monde est fatigué et personne ne veut faire les courses. Imagine un menu avec ce que tu as dans le frigo !

Jour 5 : c'est la fin de la semaine, tu as le temps de cuisiner puisque les devoirs sont terminés, alors imagine un repas très travaillé : ton entrée, ton plat, ton dessert aux allures de fête. Voici quelques photos qui pourront t'inspirer.





Entrée :

Plat :

Dessert :