

Herbes aromatiques, épices et groupe vert – Fiche pour enseignant-e

Remarques didactiques

Objectifs généraux :

Connaître et savoir utiliser les herbes aromatiques et les épices
Connaître les aliments du groupe vert et la ration journalière

Ce thème est divisé en 4 séquences d'environ 20 min. chacune

Séquence n°1

Objectif :

- Découvrir les herbes aromatiques ainsi que leur utilisation

Matériel :

- Diverses herbes aromatiques
- Une photocopie de photos de fines herbes

Déroulement :

1. Partage des connaissances
2. Prévoir 3 postes identiques; sentir, toucher et essayer de reconnaître les herbes aromatiques
3. Compléter la fiche au crayon à papier
4. Correction des fiches en commun
5. Expliquer l'utilisation des herbes aromatiques en cuisine

Séquence n° 2

Objectif :

- Découvrir les épices ainsi que leur utilisation

Matériel :

- Diverses épices
- Une photocopie de photos d'épices

Déroulement :

1. Partage des connaissances
2. Prévoir 3 postes identiques; sentir, regarder et essayer de reconnaître les épices
3. Compléter la fiche au crayon à papier
4. Correction des fiches en commun
5. Expliquer l'utilisation des épices en cuisine

Séquence n°3

Objectif :

- Connaître les aliments du groupe vert et la ration journalière

Matériel :

- Une fiche-questionnaire à remplir
- 3 sortes de pommes (gala, golden, braeburn)
- 2 exemples de ration journalière: 2 fruits, 2 légumes et une salade

Déroulement :

1. A l'aide du livre, compléter les 4 premières parties du questionnaire
2. Reconnaître les pommes et noter leur nom
3. Corriger le questionnaire à l'aide du beamer

Séquence n°4**Objectifs :**

- Apprendre à cultiver les herbes aromatiques
- Préparer des décoctions et les goûter

Matériel :

- terreau semis
- graines d'herbes aromatique (basilic ou autres)
- pots en plastique
- papier d'aluminium

Déroulement :

1. Semer diverses graines
2. Préparer les décoctions et les goûter