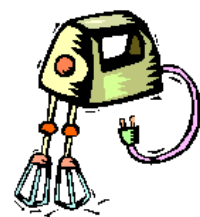




Expériences à dévorer



Objectif

Développer ses capacités sensorielles.

Jeu de kim

Aliments divers coupés en cubes à reconnaître les yeux bandés (deviner par le toucher, l'odeur et le goût). Les aliments auront été nommé, décrit et goûté auparavant.

On peut faire ce jeu avec :

- des fruits, des légumes et du fromage,
- des poudres de la même couleur : farine, sel, sucre, noix de coco,
- avec de l'eau nature, eau + citron, eau + sucre, eau + sel ...

Dégustation de cacao



- Goûter du cacao en poudre (amer) : dire ses sensations, si on aime ou pas. Souvent les enfants n'apprécient pas ce goût amer du cacao mais pourtant ils aiment le chocolat... pourquoi ??
- A partir de cette expérience, transformer ce cacao amer en pâte de chocolat. Il faut de la poudre de cacao amer, de la crème fraîche et du sucre, des bols et des cuillères.

Proposer aux enfants de fabriquer de la pâte de chocolat. Situation problème : en tâtonnant avec les ingrédients présents devant eux, les enfants doivent préparer un mélange dont le goût chocolaté leur plaît. (Ajouter de la crème, le sucre, goûter, recommencer à ajouter du sucre...).

Les enfants parviennent par petits groupes à une pâte chocolatée dont le goût leur plaît. Proposer à chaque atelier d'expliquer sa recette.

Noter la recette :

2 cuillères à soupe de cacao

2 cuillères à soupe de crème

1 cuillère à soupe de sucre.

Mélanger et goûter !

Au moment de la collation, proposer aux enfants de tartiner leur préparation sur du pain ou des biscottes.

- S'interroger : pourquoi n'avez-vous pas aimé la poudre de cacao alors que vous aimez la pâte de chocolat (alors qu'il y a de la poudre de cacao !!). Laisser les enfants émettre des hypothèses par rapport à leur expérience précédente. Puis expliquer que le chocolat est différent du cacao car on y ajoute du beurre et du sucre : prouver à l'aide d'une tablette de chocolat en lisant les ingrédients (beurre de cacao, cacao et sucre).

Enquête Danone <http://www.danone.com/> :

« De la graine à la tablette

A l'origine du chocolat, qu'il soit en tablette, en bouchées ou en poudre, il y a un arbre, le cacaoyer. Il produit de gros fruits – les cabosses – à l'intérieur desquels logent une cinquantaine de fèves. C'est d'elles qu'est tiré le chocolat, à la suite de multiples opérations, complexes et délicates.

Après avoir cueilli les cabosses de couleur jaune-orange, on les fait fermenter pour en extraire les fèves. De celles-ci, on tire une substance grasse, le beurre de cacao, et une pâte aromatique, la pâte de cacao. Pour cela, il faut, dans un premier temps, laver puis sécher les fèves. Quand les fèves sont transportées à la chocolaterie, elles sont, alors, torréfiées, concassées, raffinées... Selon la qualité du traitement à chacune de ces étapes, le chocolat à l'arrivée sera plus ou moins fin, velouté, savoureux... Ensuite, il ne reste plus qu'à procéder au mélange : beurre de cacao, pâte, sucre, et éventuellement lait.

Noir, blanc ou au lait ?

On peut classer le chocolat en trois grandes familles qui correspondent à des normes de composition. Le chocolat noir à croquer est le moins gras et le plus riche en cacao : au moins 35 % de pâte de cacao (parfois beaucoup plus, jusqu'à 86 %) et 18 % de beurre de cacao. Plus on le choisit riche en cacao, moins il contient de sucre. Le chocolat au lait contient moins de cacao (25 % minimum) et au maximum 55 % de sucre. Reste le chocolat blanc, qui usurpe un peu son appellation de chocolat car il ne contient pas de poudre de cacao. Il est fait uniquement de beurre de cacao, de lait et de sucre.

A ces bases, les fabricants peuvent ajouter une multitude d'ingrédients : amandes croquantes, noisettes grillées, fruits confits moelleux ou séchés, pâtes d'amandes, caramel ou praliné croustillant... »

Fabrication de bonbons

2 recettes de bonbons (la 1^{ère} est plus facile pour les petits, la 2^{nde} nécessite plus la présence de l'adulte) :

Bonbons chochoix

Ingrédients (pour 12 bonbons) :

- 75 g de chocolat noir
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche épaisse
- 150 g de poudre noix de coco
- 1 cuillère à soupe de sucre glace

Préparation :

- Cassez le chocolat en morceaux et le faire fondre au bain-marie ou au micro-onde.
- Une fois le chocolat fondu et hors du feu, ajoutez la poudre de noix de coco.
- Faire des petites boules de ce mélange et les rouler dans le sucre glace.
- Laisser reposer 1 heure au réfrigérateur sur un plat légèrement beurré.
- Disposer dans des petits papiers.

Bonbons colorés



Ingrédients :

- 150 g de sucre
- 4 feuilles de gélatine
- 1 bol d'eau
- 4 cuillère de jus de pomme
- 3 goutte de colorant alimentaire.

Préparation :

Couper la gélatine en 2 et mettre dans le bol d'eau.

Mettre 75 grammes de sucre et le jus de pomme dans une casserole.

Hors du feu ajouter la gélatine égouttée et le colorant.

Mettre dans un moule et laisser 2h au frigo.

Couper des morceaux au couteau et rouler dans le reste du sucre.

Objectifs

- Eveiller la curiosité des enfants sur la vie de son corps,
- Approche de la fonction de nutrition et de digestion.

- Que se passe-t-il quand tu manges ?

La transformation des aliments débute dans la bouche. Ils sont alors brassés par la langue, broyés et déchirés par les dents et mélangés avec la salive qui est une sécrétion digestive.

Lorsque tu avales les aliments, ils passent par l'œsophage pour se rendre à l'estomac. Celui-ci est considéré comme un sac qui sert de réservoir aux aliments. Ces derniers peuvent demeurer dans l'estomac de quatre à six heures avant d'être envoyés dans l'intestin.

- Pouvons nous tout manger ?

- Pourquoi mon ventre fait-il de drôles de bruits quand j'ai faim ?

Ces bruits sont tout à fait normaux : l'estomac signale la faim. L'estomac travaille à heures fixes, c'est-à-dire au moment où nous avons l'habitude de manger. Mais si nous dépassons l'heure de nos repas, il va comme même faire son travail de malaxeur et de broyeur sur un espace rempli non pas de nourriture mais de gaz !