



Semaine du Goût 2019 : 12 au 22 septembre

A la découverte du pain!

Cycle 1



<https://schweizerbrot.ch>

Contexte:

La Semaine du Goût doit donner envie à chacun de faire des découvertes culinaires, de s'arrêter pour déguster, de s'interroger sur notre rapport à l'alimentation et de nous rendre curieux quant à l'origine de nos aliments. Elle doit nous rendre attentifs au fait que manger est un temps pour nous ressourcer et nous faire plaisir. Elle permet de réunir ceux qui aiment manger, favorise les échanges et doit donner envie de créer des liens avec toute la communauté.

Cette année le thème de la Semaine du Goût 2019 porte sur « les pains suisses ».

Il suffit d'un peu de farine, d'eau, de sel et « levure-levain » pour faire un pain. Les types de farine, la maturation de la pâte et le temps de cuisson sont là pour varier les plaisirs, tout comme les noix ou les raisins. Outre les pains blancs, mi-blancs, bis ou complets à base de blé, de nombreux pains spéciaux qui utilisent des céréales comme l'épeautre, le seigle, etc. ou d'autres ingrédients (lait, fruits, graines, p. ex.) viennent d'ores et déjà compléter les classiques suisses. Sans compter toutes les spécialités de saison et régionales! Ainsi, la Suisse compte aujourd'hui près de 300 sortes de pain.

Nous vous proposons de partir à la découverte du pain lors de cette Semaine en vous inspirant des idées ci-dessous :

Buts:

- Identifier les ingrédients de base du pain
- S'interroger sur l'origine de ses différents ingrédients
- Découvrir les différences entre un pain standardisé et artisanal



Suggestions d'activités:

LE PAIN ARTISANAL, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Du blé à la farine



A partir d'albums

1. Découvrir les albums, « Roule Galette » ou « La grosse faim du petit bonhomme » ou « La petite poule rousse » ou « Non je n'ai jamais mangé ça ! »
2. Discuter des différents thèmes du livre parlant du pain, de la farine, des galettes, de la faim, de la découverte des goûts...



A partir de l'épi de blé

1. Découvrir et décrire un épi de blé.
2. Toucher des grains de blé dans un bac à l'aveugle. S'exprimer avec des mots du toucher.
3. Expérimenter avec différents objets le bruit des grains de blé dans une boîte, dans une bouteille,...
4. Emettre des hypothèses à partir de la question « Comment peut-on transformer le blé et à quoi ça sert ? »
5. Enoncer ses idées et expérimenter en écrasant avec les mains, les pieds, une bouteille, un caillou, un marteau,...
6. Expérimenter à partir de différents moulins (moulin à café, râpes différentes, robot ménager,..) apportés par la maîtresse.
7. Tirer des conclusions en termes de résultats, de différences de temps pour moudre, de différences sensorielles : « c'est long, ce n'est pas la même qu'à la maison, c'est moins doux, ... »
8. Comparer sensoriellement par la vue et le toucher avec une farine transformée du commerce.

De la farine au pain

A partir des ingrédients pour faire le pain

1. Découvrir les ingrédients (eau, sel, sachet de levure, cube de levain).
2. Emettre des hypothèses sur leur utilisation.
3. Déguster une eau salée et en découvrir la saveur. (Profiter de rappeler les autres saveurs travaillées)
4. Découvrir un cube de levain du boulanger et le déguster.
5. Possibilité de fabriquer du levain maison.
6. Emettre des hypothèses à partir de la question « A quoi sert le levain ? »
7. A partir des hypothèses, confectionner des ballons avec levains, avec levure et sans.
8. Déguster, comparer et tirer des conclusions.
9. Déguster avec les 5 sens les différents types de pains : petits pains, ballons, baguettes, pain aux céréales du boulanger.
10. Identifier les différences entre un pain congelé, un pain sous vide, un pain de station-service.

Autres ressources:

- Recette de la fabrication du pain à télécharger :
<http://ekldata.com/haddock.eklablog.com/perso/francaise1/la%20recette%20du%20pain.pdf>
- Images à télécharger :
<http://asset.keepeek.com/permalinks/domain39/2013/09/05/1419-FA086-Fiche-a-decouper-du-ble-au-pain.pdf>
- Liens intéressants
http://ekldata.com/6AWIjHJn09iudkCHDf85t_kIUg8/ecette-pain.pdf
http://asset.keepeek.com/permalinks/domain39/2016/02/11/1851-Atelier_Pain.JPG
<https://www.lecoledescereales.fr/dossiers-pedagogiques/kits/la-course-du-ble-au-pain>

Retrouvez pleins d'autres activités et ressources utiles sur:

www.promotionsantevalais.ch/fr/semaine-gout-335.html

Lots:

Cette année les groupes participants au concours de dessin ou inscrits à la Semaine du Goût pourront participer à un tirage au sort qui emmènera 2 groupes en sortie aux Mines de sel à Bex et un autre à la rencontre d'un artisan...

Délais:

Fin juin 2019 pour bénéficier d'une parution dans le programme de la Semaine du Goût Valais (www.gout.ch).

Fin août 2019 pour participer au tirage au sort afin d'emmener son groupe en sortie

Valorisation

> Exemple d'encart ad hoc dans le programme Semaine du Goût Valais du NF

Découverte du pain ?

Ben, chacun à sa manière !

Du 12 au 22 septembre 2019

Avec les écoles de la Semaine du Goût :

Ecole « X » de Monthey: Du blé à la farine

Ecole « X » de Martigny : *De la farine au pain*

Ecole « X » de Sion : *De la farine au pain*

Inscription et renseignements:

Annoncez par email d'ici **fin juin 2019** ou **au plus tard fin août**, votre activité et le type d'animation que vous prévoyez de mettre en place à nathalie.wenger@psvalais.ch.