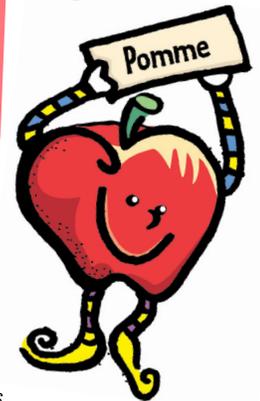


# Questions de discussion pour Les explorateurs d'aliments



## Paquet A

### POMME

- Que trouve-t-on au centre d'une pomme? *le cœur, les pépins*
- Comment appelle-t-on la partie dure qui dépasse de la pomme? *la queue ou le pédoncule*
- Que peut-on faire avec des pommes? *de la compote de pommes, une tarte aux pommes, une croustade aux pommes...*
- Comment peut-on manger des pommes? *fraîches, cuites au four, séchées...*
- Combien de variétés de pommes pouvez-vous nommer? *McIntosh, Red Delicious, Golden Delicious (golden), Granny Smith, Gala, Fuji, Braeburn, Jonagold, Spartan, Newtown...*
- Pendant quelle saison les pommes poussent-elles? *en été*
- Où les pommes poussent-elles? *sur des arbres*

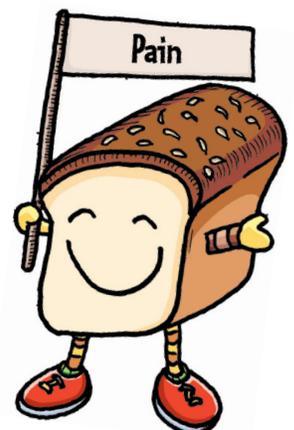
### PATATE

- Quels plats peut-on faire avec des patates?
- Comment aimez-vous manger les patates? *bouillies, cuites au four, frites, en salade...*
- Quel outil de jardinage utiliseriez-vous pour récolter des patates? *une fourche*
- Où conservez-vous vos patates chez vous? *dans un endroit sec et frais*
- Avez-vous déjà remarqué que les patates avaient des « yeux »? Pourquoi pensez-vous qu'elles en ont? *De nouveaux plants de patates poussent à partir de ces « yeux ».*
- Quelles variétés de patates existe-t-il? *Russet, Yukon Gold, rouge, jaune, blanche...*



### PAIN

- Combien de sortes de pain pouvez-vous nommer? *au blé entier, blanc, multigrains, de seigle, au levain, de maïs, petit pain, pita, chapati, roti, naan, bannique, tortilla, petit pain cuit à la vapeur, bagel, bretzel, pizza, baguette...*
- Lesquels sont plats? Ronds? Longs?
- De quelles façons peut-on manger du pain? *seul, dans un sandwich, comme ustensile, pour prendre la nourriture...*
- Qu'aimez-vous manger avec le pain?
- De quoi est fait le pain? *de farine et d'eau, mais également de levure, de sel et parfois d'autres ingrédients, comme des graines de sésame.*
- De quoi la farine est-elle faite? *Montrez diverses céréales comme le blé, le seigle, l'orge, le gruau d'avoine ou des grains de maïs secs. Expliquez que les grains sont les graines des graminées. Dans notre province, nous cultivons des céréales comme l'avoine, le blé, le seigle et l'orge.*
- De quelles façons peut-on faire cuire le pain? *on peut le faire cuire au four, frire sur la gazinière, chauffer sur une flamme nue...*



## RIZ

- Combien de sortes de riz pouvez-vous nommer? *Apportez des échantillons de divers types de riz (ex. du riz blanc, étuvé, brun, arborio, à grains courts, à grains longs, jasmin, noir, thaï, basmati et du riz sauvage, qui est en réalité une herbe des marais.) pour les montrer aux élèves.*
- Sous quelles formes le riz peut-il être consommé? *nature, pouding au riz, sushi, dans une soupe au poulet, riz frit, nouilles de riz, congee...*
- Pouvez-vous nommer d'autres aliments qui commencent par la lettre «r»? *radis, rutabaga, rhubarbe, raviolis, raisins secs, roti, ricotta...*
- Peut-on cultiver du riz en Alberta? *Non, le riz doit pousser dans des endroits beaucoup plus chauds. Le riz sauvage, une véritable plante, pousse en Alberta.*



## LAIT

- D'où vient le lait? *des vaches élevées dans une ferme*
- Comment aimez-vous boire du lait? *avec les repas, avec des biscuits pour une collation, avec des céréales...*
- Quelle sorte de lait préférez-vous? *écrémé, 2 %, entier, au chocolat, babeurre...*
- Quels aliments sont fabriqués à partir de lait? *fromage, yogourt, crème glacée, beurre...*
- Où conserve-t-on le lait dans la cuisine? *Le lait doit être conservé au frais dans le réfrigérateur. Assurez-vous de le remettre au réfrigérateur après vous en être versé un verre.*



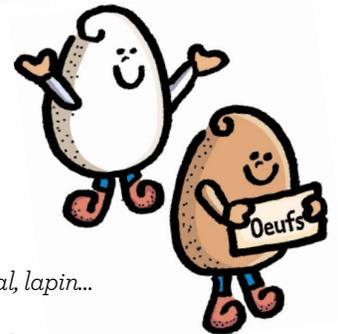
## YOGOURT

- De quoi est fait le yogourt? *de lait*
- Est-ce certains d'entre vous mangent du yogourt? Quand?
- Quelle sorte de yogourt préférez-vous?



## ŒUFS

- Quels oiseaux produisent des œufs que les gens mangent? *canard, oie, autruche, émeu, caille, pigeon...*
- Quels genres d'œufs avez-vous déjà essayés?
- De quoi est faite la coquille d'un œuf? *de calcium, tout comme nos os et nos dents*
- Qu'y a-t-il à l'intérieur de la coquille? *du jaune d'œuf et du blanc d'œuf*
- Comment préférez-vous manger des œufs? *durs, brouillés, pochés...*



## VIANDE

- Quels types de viande les gens mangent-ils? *poulet, bœuf, porc, dinde, agneau, chèvre, venaison (cerf), orignal, lapin...*
- Où peut-on se procurer la viande que nous mangeons? *À l'épicerie, à la ferme, chez le boucher, en chassant...*
- Comment cuisine-t-on la viande? *On peut rôtir une dinde au four, faire frire des côtelettes de porc, faire cuire des croquettes de poulet, griller des galettes de bœuf pour hamburger sur le barbecue, faire mijoter de la venaison dans un ragoût, faire sauter du bœuf...*
- Quel type de viande les gens mangent-ils au déjeuner? Au dîner? Au souper?



# Paquet B

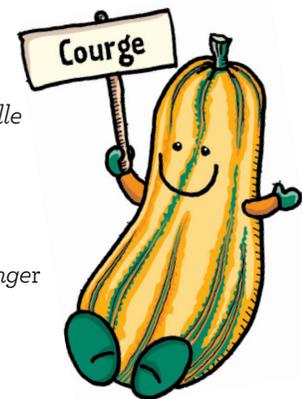
## BAIES

- Combien de sortes de baies pouvez-vous nommer? *bleuets, canneberges, framboises, amélanches, baies de ronce remarquable, myrtilles, fraises, groseilles à maquereau, camerises, cerises de Virginie, baies de gaulthérie shallon...*
- Qui a déjà cueilli des baies?
- Où êtes-vous allés?
- Qui vous a accompagné?
- Quel type de baie avez-vous cueilli?
- Que peut-on faire avec des baies? *préparer de la confiture ou des tartes, les mettre sur des céréales, les ajouter à des crêpes ou du yogourt...*
- Peut-on manger toutes les baies que l'on voit? *Non, certaines baies sont toxiques. Vérifiez auprès d'un adulte avant de manger les baies que vous avez cueillies.*



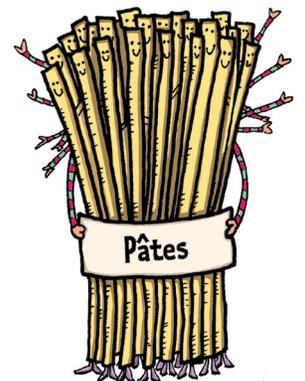
## COURGE

- Que savez-vous de la courge? *elle pousse sur une vigne, elle peut être grande ou petite, elle peut être jaune, orange, verte...*
- Quel est le nom de la courge que l'on mange souvent à l'occasion de l'Action de grâce? *la citrouille*
- Quel est le nom de la courge que l'on sculpte souvent à l'occasion de l'Halloween? *la citrouille*
- Comment appelle-t-on une citrouille sculptée? *une citrouille-lanterne, une citrouille lumineuse, une citrouille illuminée, une citrouille d'Halloween...*
- Que trouve-t-on au centre d'une citrouille? *des graines*
- Que peut-on faire des graines qui se trouvent à l'intérieur de la citrouille? *les faire rôtir et les manger*
- Comment appelle-t-on la partie qui dépasse de la citrouille? *la queue ou le pédoncule*
- Quels types de courges connaissez-vous? *la courgette, la courge spaghetti, la courge poivrée, la courge Butternut, le pâtisson...*



## PÂTES

- Combien de sortes de pâtes pouvez-vous nommer? *Apportez des échantillons de divers types de pâtes (p. ex. macaronis, spaghettis, lasagnes, penne, ziti [aussi appelés « très gros macaroni coupés »], farfalles, rotinis [aussi appelées « grosses spirales »], coquillettes, linguines, fettucines, orzos, nouilles de riz et nouilles aux œufs) pour les montrer aux élèves.*
- Explorez les formes, par exemple en demandant : *« Pouvez-vous nommer une pâte longue et fine? » spaghetti, linguine, nouille de riz...*
- Qu'est-ce qui est plus large : un spaghetti ou une lasagne?
- De quelles façons votre famille mange-t-elle des pâtes?
- Comment fabrique-t-on les pâtes? *Les pâtes sont fabriquées à partir de farine et d'eau. On aplatit la pâte avant de lui donner la forme voulue en la coupant ou en la faisant passer dans une machine. On laisse alors les pâtes sécher afin de pouvoir les conserver longtemps.*



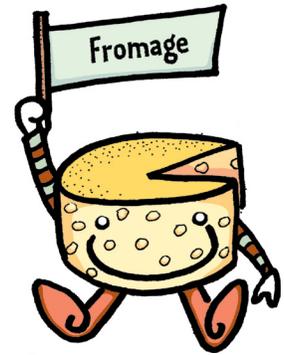
## CÉRÉALES

- Combien de sortes de céréales pouvez-vous nommer? *chaudes : gruau d'avoine, crème de blé, congee, semoule de maïs... froides : en flocons, soufflées, en granola...*
- De quoi sont faites les céréales? *Montrez diverses céréales, comme des grains de blé, du gruau d'avoine, des grains de maïs secs, du riz et de l'orge. Expliquez que les grains sont les graines des graminées. Dans notre province, nous cultivons l'avoine, le blé, le seigle et l'orge.*
- De quoi sont faites les céréales de riz soufflé? *de riz*
- De quoi sont faits les flocons de maïs? *de maïs*
- De quoi est fait le congee? *de riz*
- De quoi sont faites les céréales O grillées? *d'avoine*
- Quelle est votre céréale préférée? Comment aimez-vous la manger?



## FROMAGE

- Le fromage pousse-t-il sur les arbres? *non*
- D'où vient le fromage? *Le fromage est fait à partir de lait.*
- Quels fromages avez-vous goûtés? *cheddar, mozzarella, suisse, gouda, bleu, cottage, paneer...*
- Quel est votre sorte de fromage préférée?
- Comment préférez-vous manger du fromage? *fromage et craquelins, sandwich au fromage grillé, fromage fondu sur une pizza...*



## KÉFIR

- Comment le kéfir est-il fabriqué? *Le kéfir est fabriqué à partir de lait, auquel on ajoute un grain de kéfir, qui le rend légèrement pétillant et acidulé.*
- Avez-vous déjà goûté du kéfir? *Quel goût cela avait-il? acidulé, pétillant, comme du yogourt...*
- À quel moment boiriez-vous du kéfir? *pendant le souper, dans un verre, au petit déjeuner, avec des céréales, à l'heure de la collation, dans un lait frappé...*
- Où conserve-t-on le kéfir dans la cuisine? *Le kéfir doit être conservé au réfrigérateur. Assurez-vous de le remettre au réfrigérateur après vous en être versé un verre.*



## POISSON

- Êtes-vous déjà allés à la pêche?
- Quel type de poisson avez-vous attrapé?
- Avez-vous gardé le poisson? Comment l'avez-vous fait cuire ou sécher?
- Savez-vous quels poissons vivent dans les eaux de l'Alberta? *ombre arctique, omble de fontaine, truite brune, omble à tête plate, lotte, truite fardée, truite dorée, laquaiche aux yeux d'or, touladi, grand corégone, ménomini des montagnes, grand brochet, truite arc-en-ciel, doré noir, cisco à mâchoires égales, doré jaune, perchaude...*
- Qu'est-ce que le sushi? *un plat de riz japonais qui comprend souvent du poisson*
- Avez-vous déjà goûté du poisson fumé ou séché?



## FÈVES

- De quelles couleurs sont les fèves sèches (communément appelées «haricots secs»)? *noires (fèves noires), brun clair (pois chiches, gourganes, haricots pinto), rouges (fèves rouges), blanches (haricots Great Northern, haricots blancs, haricots cannellini, petits haricots blancs)*
- Comment pensez-vous que les fèves poussent? *Les fèves sèches, comme les fèves vertes, poussent sur des vignes, mais restent sur la plante plus longtemps pour mûrir.*
- Cultive-t-on des haricots en Alberta? *Oui, on cultive des haricots pinto, des fèves noires, des haricots Great Northern, des pois chiches et des gourganes.*
- Qu'arrive-t-il aux fèves lorsqu'on les cuit? *Elles gonflent et se ramollissent.*
- Est-ce certains d'entre vous ont déjà mangé des fèves cuites?

