



École enfantine/primaire 1

Nom: _____

Du fromage pour les dix-heures



La Suisse compte de nombreuses sortes de fromage. Il y a des fromages doux et d'autres plus corsés. Ils peuvent avoir des aspects très variés. Le fromage peut être à pâte molle, à pâte mi-dure ou à pâte dure. Le fromage est un bon ingrédient pour les dix-heures.

Exercice 1

Quelles collations contiennent du fromage? Coche-les.



Exercice 2

Le cottage cheese est un fromage frais doux. Il est fait de petits grains. Quelle collation contient du cottage cheese? Entoure-la.



École enfantine/primaire 1

Nom: _____

Recette pour la fiche de travail



Sandwich au fromage en brochette

Pour 10 portions / 20 pièces

Préparation: env. 40 minutes

Ustensiles

balance de cuisine
couteau à pain
planche à découper
couteau d'office
20 brochettes en bois

Ingrédients

Cubes-sandwichs:

400 g de pain de seigle valaisan coupé en fines tranches
(9 tranches)

80 g de fromage frais, Gala p. ex. (1 paquet)

250 g de raisin lavé (40 grains)

125 g de viande séchée roulée (40 tranches)

250 g de chou-rave paré et coupé en bouchées (40 morceaux)

Préparation

1 Cubes-sandwichs: tartiner 6 tranches de pain d'une moitié de fromage Gala chacune. Empiler à chaque fois deux tranches, fromage vers le haut. Placer les 3 tranches non tartinées sur le fromage. Couper chaque sandwich deux fois dans la largeur et deux fois dans la longueur. On obtient ainsi 9 cubes par sandwich.

2 Sur chaque brochette, enfiler en les alternant 1 cube-sandwich, 2 grains de raisin, 2 rouleaux de viande séchée et 2 morceaux de chou-rave.

3 Disposer 2 brochettes par enfant sur une assiette.



Astuce

Utiliser du pain de seigle préalablement coupé en tranches. Disposer les cubes-sandwichs au fromage restant sur une assiette.



École enfantine/primaire 1

Solution

Du fromage pour les dix-heures

Exercices 1 et 2

