



École enfantine/primaire 1

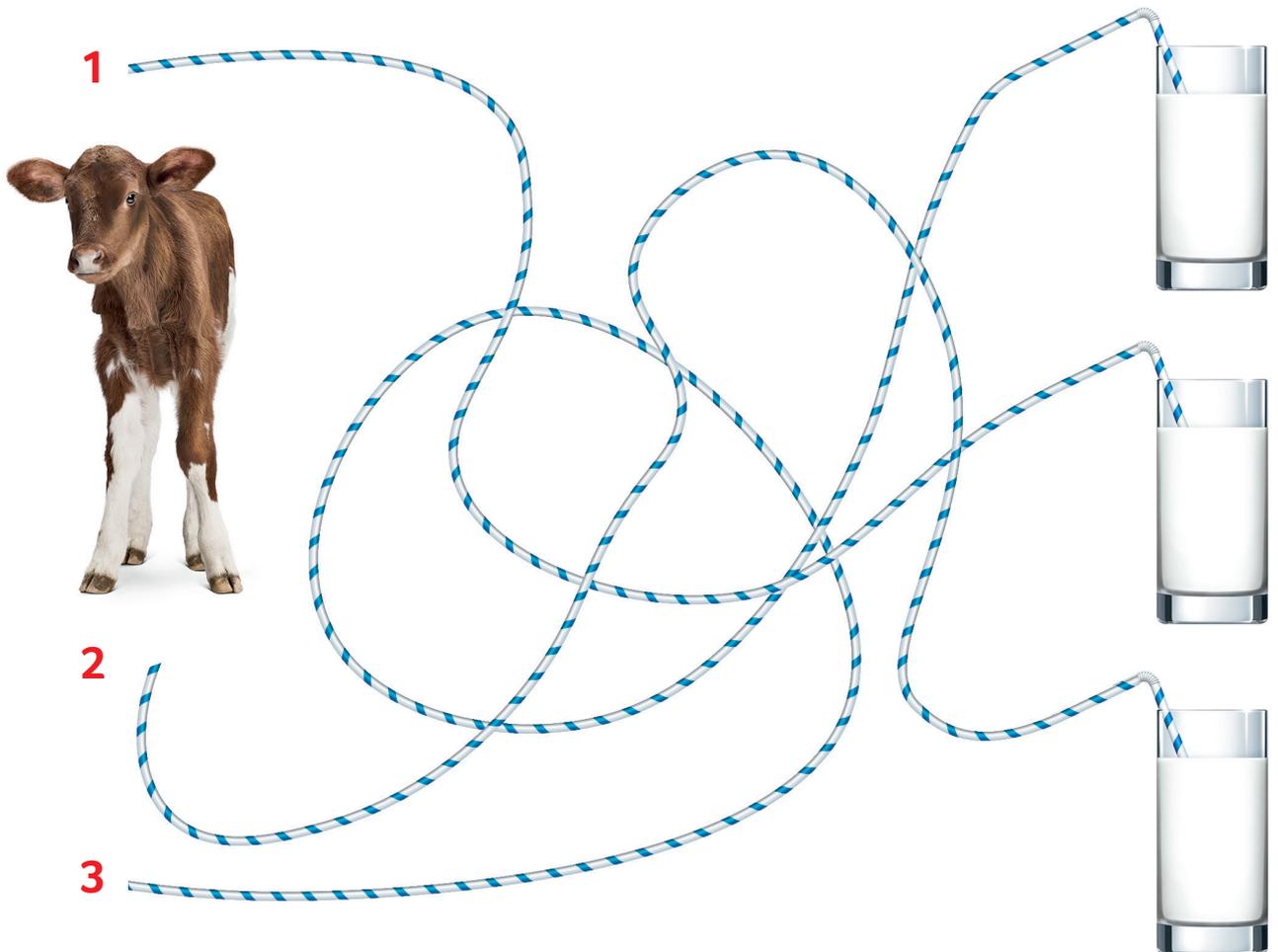
Nom: _____

swissmilk

Méli-mélo de pailles

Exercice

Trois verres remplis de bon lait sont prêts pour les dix-heures, mais quelle paille va jusqu'à quel verre? Colorie chaque paille avec une couleur différente pour trouver le verre et écris le numéro sur le verre.



Remarque

3 portions de lait et de produits laitiers par jour contribuent à une alimentation saine.



swissmilk



École enfantine/primaire 1

Nom: _____

Recette pour la fiche de travail

Lait rose passion

Pour 2 portions

Préparation: env. 15 min

Ustensiles

verre doseur
balance de cuisine
cuillère à café
planche à découper
couteau d'office
râpe fine
mixeur plongeant ou smoothie maker
2 verres de 3 dl

Ingrédients

4 dl de lait
100 g de betterave rouge cuite, parée et coupée en morceaux
1-2 cc de miel liquide
½ orange, zeste râpé et jus
2 tranches d'orange pour décorer

Préparation

1 Mixer tous les ingrédients jusqu'au jus d'orange inclus à l'aide du mixeur plongeant ou du smoothie maker pendant 1-2 min.
2 Verser le lait betterave-orange dans les verres et décorer avec les tranches d'orange.



École enfantine/primaire 1

Solution

swissmilk

Méli-mélo de pailles

Exercice

