



École enfantine/primaire 1

Nom: _____

Une collation artistique

Exercice

Sur une assiette, confectionne un dessin que tu pourras manger. Procède comme suit:

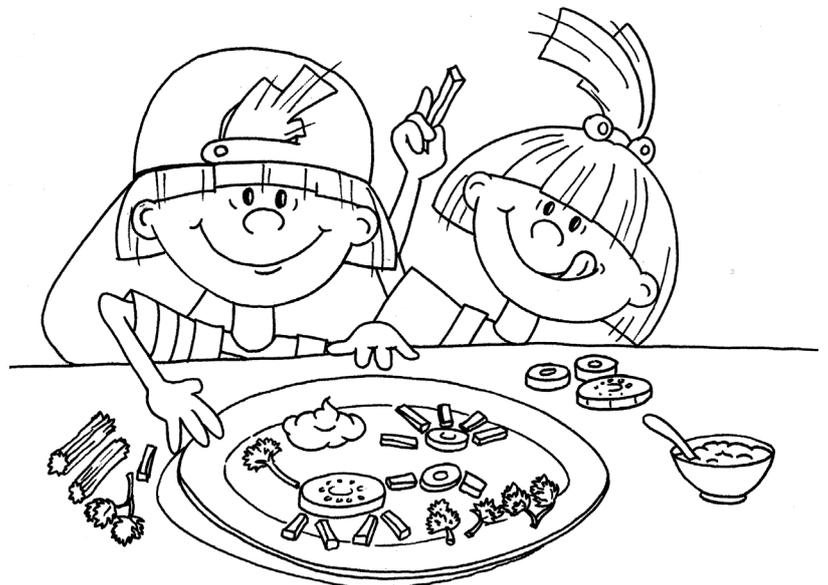
- 1 Avec l'aide d'un adulte, découpe des bâtonnets, rondelles et petits morceaux de fruits et légumes.
- 2 Utilise-les pour former par exemple une maison ou un soleil.

Exemples: – Tu peux utiliser du persil ou de la ciboulette pour faire de l'herbe.
– Tu peux faire un nuage avec une cuillerée de yogourt.



Astuces

- Se laver les mains avant de commencer.
- Commence par dessiner sur une feuille l'image que tu veux représenter, ce sera ensuite plus facile de la confectionner sur l'assiette.
- Tu peux réaliser les deux recettes pour t'exercer.





École enfantine/primaire 1

Nom: _____

Une collation artistique



La chenille qui fait des trous

Pour 2 portions/1 tableau

Préparation: environ 20 min

Ustensiles

planche à découper
couteau d'office
couteau de cuisine
plat ou grande assiette

Ingédients

1 abricot coupé en deux et dénoyauté
1 nectarine coupée en deux et dénoyautée
1 groseille rouge ou 1 myrtille, coupée en deux
quelques raisins secs
persil plat ou frisé
2 petites fraises
1 petite tranche de tresse
fromage frais à tartiner
1 poignée de myrtilles coupées en deux

Préparation

1 Chenille: disposer une moitié d'abricot sur le plat pour la tête. Découper le reste de l'abricot et la nectarine en demi-lunes. Réaliser le corps de la chenille avec les tranches de fruits. Utiliser deux demi-baies et un raisin sec pour faire les yeux et la bouche. Ajouter deux morceaux d'abricot pour les antennes et des raisins secs pour les pieds. Représenter l'herbe avec le persil.
2 Papillons: couper les fraises de la pointe à la base sans découper jusqu'au bout, rabattre les quartiers. Découper le pédoncule dans la longueur pour faire les antennes.
3 Nuage: tartiner la tranche de tresse avec du fromage frais. Disposer les myrtilles au-dessous pour faire les gouttes de pluie.



Astuce

Réalisez des tableaux originaux avec différents fruits et légumes de saison.



École enfantine/primaire 1

Nom: _____

Une collation artistique



Tableau hivernal comestible

Pour 2 portions/1 tableau

Préparation: environ 20 min

Ustensiles

planche à découper
couteau d'office
passoire
cuillère à café
emporte-pièces en forme d'étoile (et de nuage)
plat ou grande assiette

Ingrédients

1 tranche de pain complet découpée en deux rectangles
40 g de Gruyère AOP découpé en deux triangles
1 carotte parée et découpée en petits rectangles
¼ de mozzarella suisse
100 g de cottage cheese égoutté
1 petite pomme découpée en tranches
jus de citron pour badigeonner

Préparation

1 Maisons et igloo: disposer les rectangles de pain et les triangles de fromage. Ajouter les rectangles de carotte pour faire les portes et fenêtres. Pour l'igloo, découper un morceau ovale de mozzarella, inciser pour dessiner les blocs de glace et découper la porte. Ajouter au tableau.

2 Nuage et neige: former un nuage en cottage cheese, évent. à l'aide d'un emporte-pièce. Rincer deux cuillères à café de cottage cheese à l'eau froide dans la passoire, laisser égoutter et répartir sur le tableau en guise de flocons de neige. Utiliser le reste de cottage cheese pour faire la neige au sol.

3 Étoiles: badigeonner les tranches de pomme de jus de citron. Découper des étoiles à l'emporte-pièce et les insérer dans le tableau.



Astuce

Réalisez des tableaux originaux avec différents fruits et légumes de saison.