



Primaire 2

Nom:

Le lait, un aliment polyvalent

Exercice 1

Le lait est un important composant de nombreuses préparations culinaires, même s'il n'est pas toujours visible. Parmi les préparations ci-dessous, lesquelles contiennent du lait?



Croissants au jambon



Röstis au fromage



Tiramisu



Riz au lait



Paupiettes et purée de pommes de terre



Tresse au beurre



Crème au chocolat



Spaghetti carbonara

Remarque

Sur le site www.swissmilk.ch/recettes, tu trouveras plus de 5000 recettes gratuites pour toutes les occasions possibles et imaginables. Lors de la recherche par mot-clé, tape le mot «lait» pour sélectionner toutes les recettes utilisant du lait et des produits laitiers.

Exercice 2

Quel produit laitier se cache dans les autres plats que tu n'as pas cochés plus haut? Il peut aussi y avoir plusieurs produits laitiers par préparation.



Primaire 2

Nom:

Le lait, un aliment polyvalent

Exercice 3

Avec du lait, on peut préparer de délicieuses boissons.
Essaie la recette.

Milkshake à la pomme

Pour 1 personne

- 2,5 dl de lait
- ½ pomme épépinée coupée en morceaux
- ½ cs de miel de fleurs, selon les goûts
- ¼ cc de sucre vanillé, selon les goûts

Préparation

- 1 Passe tous les ingrédients au mixeur pour obtenir une mousse onctueuse.
- 2 Verse la préparation dans un verre et sers-la immédiatement.





Primaire 2

Solution

swissmilk

Le lait, un aliment polyvalent

Exercice 1



Croissants au jambon



Röstis au fromage



Tiramisu



Riz au lait



Paupiettes et purée de pommes de terre



Tresse au beurre



Crème au chocolat



Spaghetti carbonara

Exercice 2

Croissants au jambon: fromage. En plus, selon la recette: séré ou crème

Rösti au fromage: beurre et fromage

Tiramisu: mascarpone

Spaghetti carbonara: crème et fromage