



Le défi:



C'est l'heure du dîner! Préparer les repas à la maison présente de nombreux avantages. De l'élargissement de ton palais, à l'utilisation d'ingrédients frais et nutritifs, en passant par la possibilité d'engloutir les délicieuses créations que tu as préparées.

Ton défi cette semaine est de trouver une recette à réaliser dans ta cuisine. Il peut s'agir d'une vieille recette familiale ou d'une nouvelle recette tirée d'un livre de cuisine ou d'un site web comme [celui-ci](#). Prends le temps de la réaliser et savourer le produit final avec ta famille. Miam! Miam!

~ ÉQUIPE STIAM~

Créez, Testez, Améliorez

Activités d'apprentissage

See previous and French Issues [here](#)

Littérature/Arts/Technologie:

T'es-tu déjà demandé quels étaient les plats au menu de ton restaurant préféré et comment ils étaient décrits avec autant de soin?

Essaie de concevoir ton restaurant parfait! Crée un menu de 10 aliments et décris-les délicieusement. Ensuite, crée un logo pour ton restaurant avec du papier et des marqueurs ou fait preuve de créativité avec [Canva](#)!



Tiens compte du thème de ton restaurant et de tes clients. Qu'est-ce qui pourrait attirer les gens? Partage ton menu avec ta famille et tes amis!

Numeratie/Sc. humaines

Le pain est un aliment de base pour presque toutes les cultures à travers le monde. Ils viennent dans de nombreuses formes et tailles et peuvent être grillés, cuits au four, bouillis, ou frits.

Bao, Chapati, Focaccia, Baguette, Naan, Luskini, Pretzels, Matzo, Tortillas, et plus! Regarde cette vidéo [Comment c'est fait-Le pain?](#) Les articles ci-dessous sont les ingrédients dont vous aurez besoin pour faire du pain:

La levure: \$4.99 le sel: \$5.49
La farine: \$7.49 l'huile Canola: \$6.49
Le sucre: \$5.99

Combien d'argent aurais-tu besoin pour commencer à faire ton propre pain? Essaie-le et / ou magasine pour un type que tu n'as jamais essayé avant.

Science: *Lorsque les pissenlits apparaissent, les têtes de violon sont proches* Quelle est ta nourriture sauvage préférée? Savais-tu que tu pouvais faire de la [limonade](#) avec des fleurs de pissenlits? *La recherche de nourriture, c'est quand tu recherches activement de la nourriture, particulièrement à l'état sauvage. Le Nouveau-Brunswick abrite de délicieux aliments sauvages! Avec l'aide d'un adulte, fais quelques recherches sur les aliments sauvages comestibles dans notre province ou ta communauté et voir si tu peux trouver quelques-unes de ces délices dans ta région!*

Education physique:

L'exercice nous aide à rester en bonne santé physique et mentale. Inscris-toi au défi cette semaine aux Jeux olympiques virtuels de l'ASD-N pour aider à brûler les délicieuses pâtisseries que tu as préparées!

Appuie [ici](#).



Jumping - Jacks

1 Jumping Jack = 0.2 calories
100 Jumping Jacks = 20 calories

Jeu d'assemblage

- | | |
|----------------|--|
| a) pocher | 1 Appuyer, plier et étirer avec la paume de votre main. |
| b) une bouffée | 2 Une senteur portée dans l'air. |
| c) pétrir | 3 Cuire très doucement dans du liquide chaud juste en dessous du point |

Activités d'apprentissage

Littérature/Arts/Technologie:

T'es-tu déjà demandé quels étaient les plats au menu de ton restaurant préféré et comment ils étaient décrits avec autant de soin?



Essaie de concevoir ton restaurant parfait! Crée un menu de 10 aliments et décris-les délicieusement. Ensuite, crée un logo pour ton restaurant avec du papier et des marqueurs ou fait preuve de créativité avec [Canva](https://www.canva.com)! Tiens compte du thème de ton restaurant et de tes clients. Qu'est-ce qui pourrait attirer les gens? Partage ton menu avec ta famille et tes amis!

Numératie:

Ci-dessous est une délicieuse recette de brownie, mais elle a été doublée pour une fête. Essaie cette recette, mais tu dois réduire de moitié tous les ingrédients pour n'en faire qu'une seule recette!

Best Brownies:

- 1 tasse de beurre
- 2 tasses de sucre blanc
- 4 œufs
- 1 cuillère à thé de vanille
- 2/3 tasses cocoa
- 1 tasse farine
- 1/2 cuillère à thé sel
- 1/2 cuillère à thé poudre à pâte

Glaçage:

- 6 cuillères à table beurre mou
- 6 cuillères à table cocoa
- 2 cuillères à table miel
- 2 cuillères à thé de vanille
- 2 tasses sucre à glacer

Instructions de cuisson :

1. Régler à 350 degrés F. Graisser et fariner un moule carré de 8 pouces.
2. Faire fondre le beurre, ajouter le sucre, les œufs et la vanille. Ajouter le cacao, la farine, le sel et la poudre à pâte. Étendre dans le moule.
3. Faire cuire au four pendant 25-30 minutes.

Sciences humaines/Sciences:

Le pain, sous toutes ses formes, est l'aliment le plus largement consommé dans le monde. C'est une source importante de glucides et il est également portable et compact. C'est peut-être la raison pour laquelle il fait partie intégrante de notre alimentation depuis plus de 30 000 ans.

Le premier pain levé connu, fabriqué avec de la levure semi-domestiquée, remonte à environ 1000 ans avant J.-C. en Égypte. Les levures sont des micro-organismes unicellulaires appelés champignons, qui libèrent du gaz CO2 lorsqu'ils consomment du sucre. Le CO2 crée alors une "bulle" dans la pâte, lui donnant sa texture légère et moelleuse. Regardez [ici](#) le temps que prend la levée du pain!

Éducation physique:

L'exercice nous aide à rester en bonne santé physique et mentale. Inscris-toi au défi cette semaine aux Jeux olympiques virtuels de l'ASD-N pour aider à brûler les délicieuses pâtisseries que tu as préparées!

Appuie [ici](#).



Jumping - Jacks

1 Jumping Jack = 0,2 calories
100 Jumping Jacks = 20 calories

Le défi:



C'est l'heure du dîner! Préparer les repas à la maison présente de nombreux avantages. De l'élargissement de ton palais, à l'utilisation d'ingrédients frais et nutritifs, en passant par la possibilité d'engloutir les délicieuses créations que tu as préparées.

Ton défi cette semaine est de trouver une recette à réaliser dans ta cuisine. Il peut s'agir d'une vieille recette familiale ou d'une nouvelle recette tirée d'un livre de cuisine ou d'un site web comme [celui-ci](#). Prends le temps de la réaliser et savourer le produit final avec ta famille. Miam! Miam!

~ ÉQUIPE STIAM ~

Créez, Testez, Améliorez

Vocabulaire

- a) Julienne
- b) Al dente
- c) Saupoudrer

1. Recouvrir les aliments humides d'un ingrédient sec avant la cuisson
2. Cuit mais laissé avec un peu de fermeté
3. Couper les aliments en longues et fines bandes.