

Myriam HERVOUET



Les Casseroles du Jardin

Conseil et ateliers culinaires  
Alimentation végétarienne  
06 33 78 96 68

[casserolesdujardin@gmail.com](mailto:casserolesdujardin@gmail.com)

[casseroles-du-jardin.fr](http://casseroles-du-jardin.fr)



## ATELIER ENFANTS

### DECOUVERTE des LEGUMINEUSES



Public : enfants 5-10 ans



Durée : 2 heures

☞ **Découvrir les variétés qui poussent sur notre terroir**

☞ **Faire le lien entre les plantes, les graines et leur utilisation en cuisine**

- Contage de l'histoire « La légumineuse famille de Mr Haricot rouge » (15 minutes)
- Jeu « les cousinades » reconnaissance des graines (20 échantillons) en lien avec les personnages de l'histoire et leur nom (25 minutes)
- Découverte des plantes (affichages de photos) (15 min)
- Cuisine : une recette salée + une recette sucrée : ingrédients fournis (45 minutes)
- Dégustation (10 minutes)



**Groupe : 6 à 10 enfants : 130€**

➔ Possibilité intervention pour 10 à 20 enfants pour la 1<sup>ère</sup> partie : durée 1 heure (histoire + jeu + plantes + dégustation 2 légumes secs) (demander devis)

• Outils pédagogiques :

- Une histoire avec 18 fiches images
- 10 fiches photos plantes
- 20 échantillons de graines
- 2 fiches recettes accessibles sans lecture (remises à chaque participant)

• Besoin matériel : 1 four (cuisson d'un gâteau) + point d'eau (lavage des mains + vaisselle)

• Chaque enfant devra apporter un tablier de cuisine et 2 boîtes hermétiques (remporter les préparations)

• Autres matériels et ingrédients fournis.

**Nb : Merci de m'indiquer si des personnes présentent des allergies alimentaires.**

Les Casseroles du Jardin

N° SIRET : 912 0912 95 000 10