



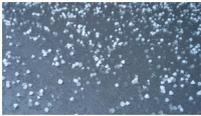
Source : [Un bulletin météo](#) (2022)



Source : [La météo affecte les maraîchers \(Haute-Garonne\)](#) (2022)



La météo

	SOLEIL	NUAGE	PLUIE	GRÊLE	NEIGE
					
IL	FAIT SOLEIL	FAIT COUVERT	PLEUT	GRÊLE	NEIGE

Les saisons

	PRINTEMPS	ÉTÉ	AUTOMNE	HIVER
IL FAIT	DOUX	CHAUD	DOUX	FROID
IL	FAIT FROID	FAIT CHAUD	PLEUT / GÈLE	GÈLE / NEIGE
JE MANGE	DES LÉGUMES	DES FRUITS	DE LA SOUPE	DES AGRUMES
JE PORTE	UNE VESTE DES BASKETS	UN T-SHIRT DES SANDALES	UNE VESTE DES BASKETS	UN MANTEAU DES BOTTES



Les mois de l'année

JANVIER	FÉVRIER	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	JUILLET	AOÛT	SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE	DÉCEMBRE
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12

Source : [Prezi](#)



Co-funded by
the European Union



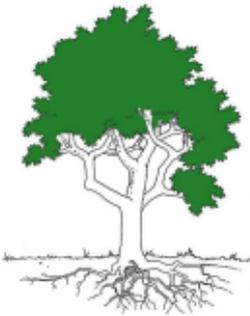
Les fruits et légumes de saisons sur : [Calendrier](#) / En [Haute-Garonne](#)



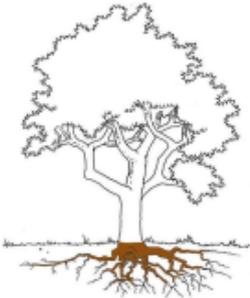
- | | | | | | | |
|-----------|---------|-----------|-----------|--------|------------|--------|
| Abricot | Brocoli | Concombre | Figue | Melon | Petit Pois | Prune |
| Artichaut | Cardon | Courge | Fraise | Navet | Poire | Radis |
| Asperge | Carotte | Courgette | Framboise | Oignon | Poireau | Raisin |



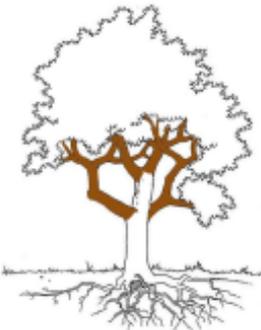
LE FEUILLAGE



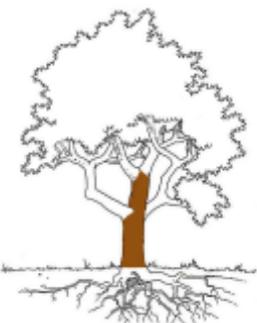
LES RACINES



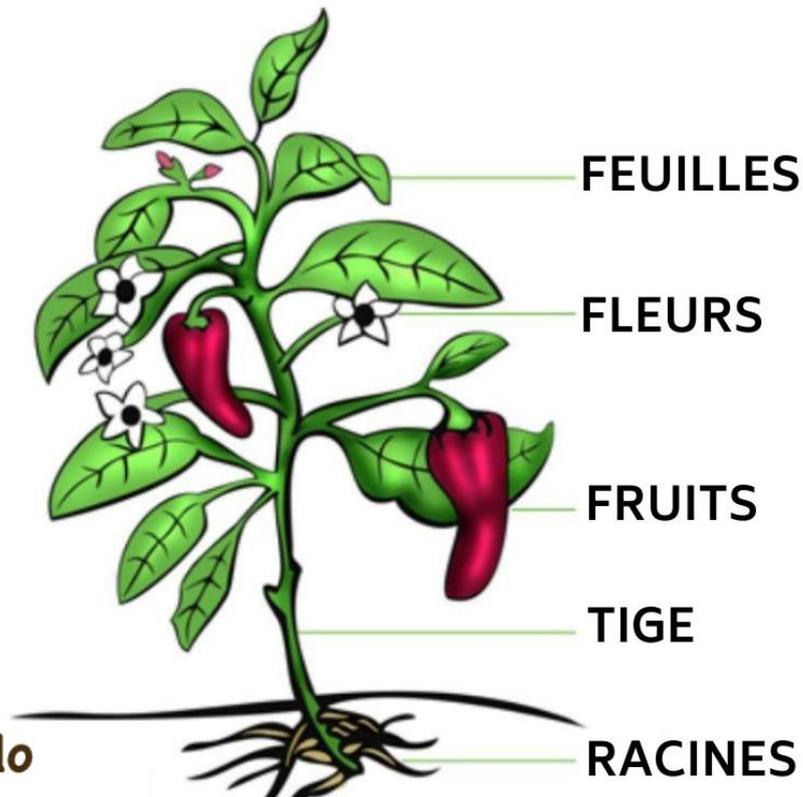
LES BRANCHES



LE TRONC



Source : [Montessori](#) (2022)



ProjetEcolo

Source : [ProjetEcolo](#) (2022)

VERBES

- PLANTER
- CULTIVER
- ARROSER
- COUPER
- TAILLER
- RÉCOLTER



Niveau A1 - [Kana – Plantation](#) 🎵

Je viens de m'acheter un petit lopin de terre
Pour pouvoir faire planter
La terre à Dakar est super

J'ai des petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?
J'ai des petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?

Moi j'ai planté cocos
Cocos ça pousse pas
Moi j'ai planté bananes
Bananes ça pousse pas

J'ai tout petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?
J'ai tout petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?

Moi j'ai planté légumes
Légumes toujours pas poussés
Moi j'ai planté agrumes
Agrumes toujours pas poussés

J'ai tout petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?
J'ai tout petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?

Moi j'ai planté tomates et concombres
Concombres ça pousse pas
Alors moi j'ai planté bien à l'ombre
À l'ombre ça pousse toujours pas

J'ai tout petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?
J'ai tout petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?

Moi j'ai planté manioc
Manioc toujours pas poussé (toujours pas poussé)
Moi j'ai planté tapioc
Tapioc toujours pas poussé (toujours pas poussé)

J'ai tout petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?
J'ai tout petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?



Co-funded by
the European Union



Moi j'ai planté des 'nanas (des tas)
L'ananas ça pousse pas
J'ai tout essayé le tabac, les grenades,
Grenades ça pousse pas

J'ai tout petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?
J'ai tout petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?

- Instrumental ♪ -

Moi j'ai planté des fleurs
Et les fleurs ça pousse pas
J'y ai mis tout mon coeur
Même le coeur ça pousse pas

J'ai tout petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?
J'ai tout petits problèmes dans ma plantation
Pourquoi ça pousse pas ?

Moi j'ai planté Kana
Kana ça pousse comme ça



Les fruits (Source : [Vertaal](#) (2023))

Définition : Produit végétal généralement sucré de l'alimentation humaine.

Une noix de coco	Une banane	Un ananas	Une grenade	Une tomate
				
Une pomme	Une poire	Un kiwi	Un melon	Une orange
				
Un abricot	Une cerise	Une pastèque	Un citron	Une fraise
				



Les légumes (Source : [Vertaal](#) (2023))

Définition : Plante potagère de l'alimentation humaine.

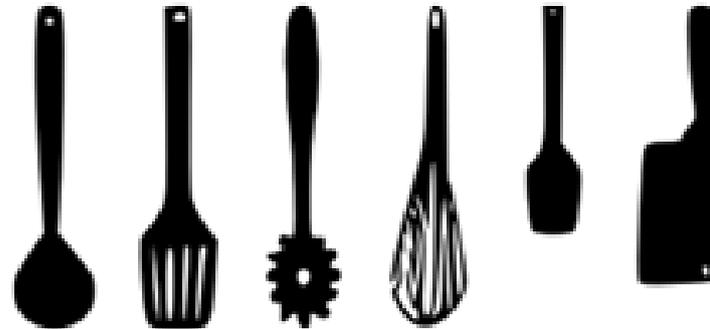
Un concombre	Une carotte	Une salade	Un haricot vert	Un ail
				
Une pomme de terre	Un poivron	Une aubergine	Un poireau	Un oignon
				
Une courgette	Un chou	Un artichaut	Un brocoli	Un champignon
				

Les verbes

SEMER	PLANTER	POUSSER	ARROSER	RÉCOLTER
 <p>Source : Graines-semences (2023)</p>	 <p>Source : Mon Jardin d'Idées (2023)</p>	 <p>Source : 123 (2023)</p>	 <p>Source : HabitatPresto (2023)</p>	 <p>Source : Les Serres Canons (2023)</p>
Je sème une graine.	Je plante un plant.	Une plante pousse.	J'arrose un plant.	Je récolte un fruit.



Les règles de la



CUISINE

Si tu l'ouvres, **ferme-le.**

Si tu l'utilises, **remets-le en place.**

Si tu le termines, **dis-le.**

Si tu le mouilles, **sèche-le.**

Si tu le renverses, **essuie-le.**

Si tu le salis, **nettoie-le.**

Si tu l'allumes, **éteins-le.**

Si tu le cuisines, **partage-le !**

astuces-organisation-maison.eklablog.com



La cuisine (Source : [Google Image](#) (2023))

Définition : Pièce dans un logement où l'on prépare à manger.

Dans la cuisine, il y a : (meubles + électroménager)

Un placard		Une hotte	
Un tiroir		Un frigo	
Un évier		Un lave-vaisselle	
Un plan de travail		Un robinet	
Un micro-ondes		Un mixeur	
Un essuie-main		Un torchon	
Une brosse		Une éponge tawashi	



Dans la cuisine, il y a : (ustenciles) (Source : [Google Image](#) (2023))

Définition : Outils à tenir dans la main pour travailler en cuisine.

une assiette		un couteau	
un bol		une fourchette	
un plat		une cuillère à soupe	
un moule		une cuillère à dessert	
un saladier		une louche	
une planche		une spatule	
un rouleau		un fouet	



Dans les placards, il y a : (ingrédients) (Source : [Google Image](#) (2023))

Définition : Composants alimentaires d'une recette de cuisine.

Le poivre et le sel		Les conserves	
L'huile		Les oeufs	
Le vinaigre		Les lentilles	
Le sucre		Les pâtes	
La farine		Le riz	



(Source : [Google Image](#) (2023))

Dans la cuisine, on peut...
Dans la cuisine, je....

CUIRE	Je cuis les légumes.	COUPER	Je coupe le beurre.
			
CHAUFFER	Je chauffe l'eau.	MIXER/BATTRE	Je mixe/bats les œufs.
			
PESER	Je pèse la farine.	ÉCRASER	J'écrase les pommes de terre.
			
MESURER	Je mesure la quantité.	VERSER	Je verse la pâte.
			



Co-funded by
the European Union



(Source : [Google Image](#) (2023))

Pour cuisiner,

- je mesure avec



un verre mesureur



une règle

- je pèse avec



une balance (mécanique)



une balance (électronique)

- je chronomètre avec



un minuteur



une horloge

- je règle la
température avec



un thermostat



un thermomètre



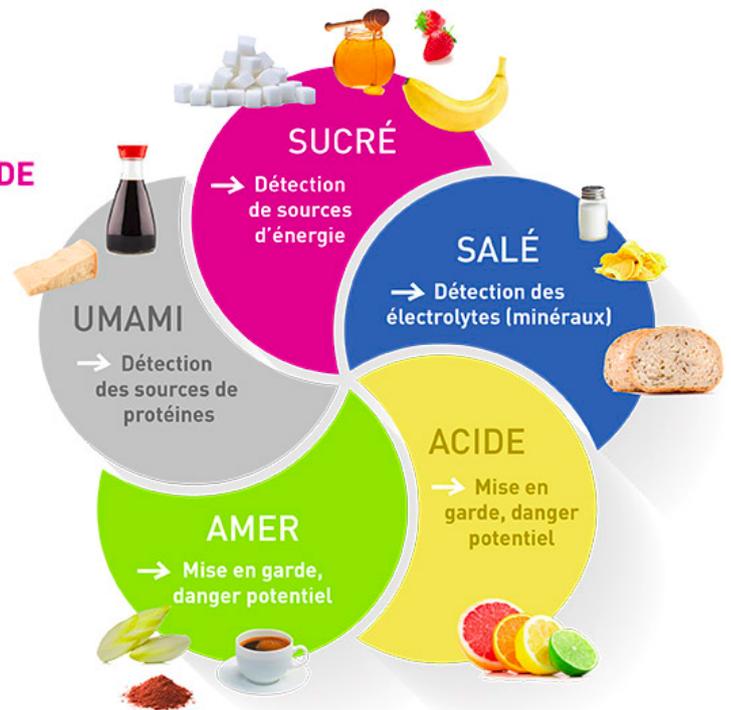
Les goûts

Les 5 saveurs

Le goût repose sur la **DÉTECTION DE 5 SAVEURS FONDAMENTALES**



Contrairement à ce que l'on a longtemps cru, **LES DIFFÉRENTES RÉGIONS DE LA LANGUE** détectent les 5 saveurs de base.



Source : [Edulcorants.eu](https://www.edulcorants.eu) (2022)



Les contraires

Voici des actions (verbes) et leur contraire (verbe). *Par exemple : j'ouvre => je ferme.*

OUVRIR
j'ouvre...

•

•

SÉCHER
je sèche...

TERMINER
je termine...

•

•

ESSUYER
j'essuie...

UTILISER
j'utilise...

•

•

ÉTEINDRE
j'éteins...

MOUILLER
je mouille...

•

•

NETTOYER
je nettoie...

RENVERSER
je renverse...

•

•

ACHETER
j'achète...

SALIR
je salis...

•

•

FERMER
je ferme...

ALLUMER
j'allume...

•

•

MANGER
je mange...

CUISINER
je cuisine...

•

•

RANGER
je range...



Atelier : cuisiner les plantes sauvages

1) Les plantes

MAUVE



PISSENLIT



PLANTAIN



OXALIS



AMARANTE



ORTIE





2) Les fleurs et les baies

ACHILLÉE



COQUELICOT DE CALIFORNIE



ÉGLANTIER ET SES CYNORRHODONS



PISSENLIT



MAUVE





3) Les recettes

Quiche aux plantes sauvages



Pour cette quiche, prenez ce que vous trouverez lors de vos promenades et que vous connaissez : Amarante, Mauve, Plantain, Ortie !

Ingrédients:

- 400 à 500 g de plantes sauvages
- 1 pâte brisée
- 3 œufs
- 20 cl de crème liquide
- sel, poivre
- environ 100 de gruyère râpé
- un peu d'huile pour faire revenir vos herbes

Préparation:

- Lavez bien les plantes
- Découpez vos feuilles en lamelles
- Faites blanchir les feuilles les plus épaisses 5 min dans l'eau bouillante
- Faites revenir 5 min vos feuilles avec un peu d'ail et/ou d'oignon
- Étalez votre fond de tarte
- Disposez les feuilles cuites par dessus
- Mélangez les œufs et la crème, salez, poivrez
- Ajoutez cette préparation sur le fond de tarte aux plantes



Saupoudrez de fromage râpé

Faites cuire environ 30 min au four à 180° (surveillez le dessus qui doit être doré).

La soupe d'orties

Ingrédients :

500 g de feuilles d'orties
1 oignon
1 pomme de terre
1 gousse d'ail
50 cl de bouillon de volaille
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
Sel, poivre

Préparation :

Préparation 15 min
Cuisson 1 h



Commencez par faire chauffer une cuillère à soupe d'huile d'olive dans une grande casserole.

Épluchez l'oignon et l'ail puis émincez-les. Faites suer l'oignon dans la casserole pendant 2 à 3 minutes puis ajoutez l'ail.

Ajoutez les feuilles d'orties que vous aurez préalablement nettoyées sous l'eau et essuyées puis faites-les cuire pendant 5 minutes en remuant jusqu'à ce qu'elles aient bien fondues. Une fois qu'elles sont cuites, retirez-les du feu.

Épluchez puis coupez la pomme de terre en petit dés.

Faites chauffer une casserole d'eau salée et faites cuire vos dés de pommes de terre.

Une fois que vos pommes de terre sont cuites, ajoutez-les aux orties dans la première casserole.

Dans une autre casserole, faites chauffer le bouillon de volaille (un volume d'eau auquel vous ajoutez un cube de bouillon de volaille).

Lorsque votre bouillon est à ébullition, mélangez-le à la préparation d'orties en remuant tout doucement, puis laissez reposer le tout quelques minutes.



Passez le tout au mixeur. Salez et poivrez votre soupe aux orties.

Servez votre soupe aux orties bien chaude avec une cuillère de crème fraîche !

Pesto de plantain



Ingrédients :

- une cinquantaine de feuilles de Plantain
- 3 cuillères à soupe d'huile de tournesol
- 2 cuillères à soupe de poudre d'amandes
- sel et poivre

Préparation :

Ramassez les jeunes feuilles de plantain. Lavez-les bien avec de l'eau vinaigrée.

Mixez les feuilles égouttées. Ajoutez le sel et le poivre à votre convenance. Versez l'huile en continuant de mixer, ajoutez la poudre d'amandes et mixez à nouveau.

Vous pouvez ajouter du parmesan pour être plus proche d'un vrai pesto.

Mettez-le au frais et dégustez-le sur des tartines grillées de pain de campagne ou dans des pâtes fraîches !