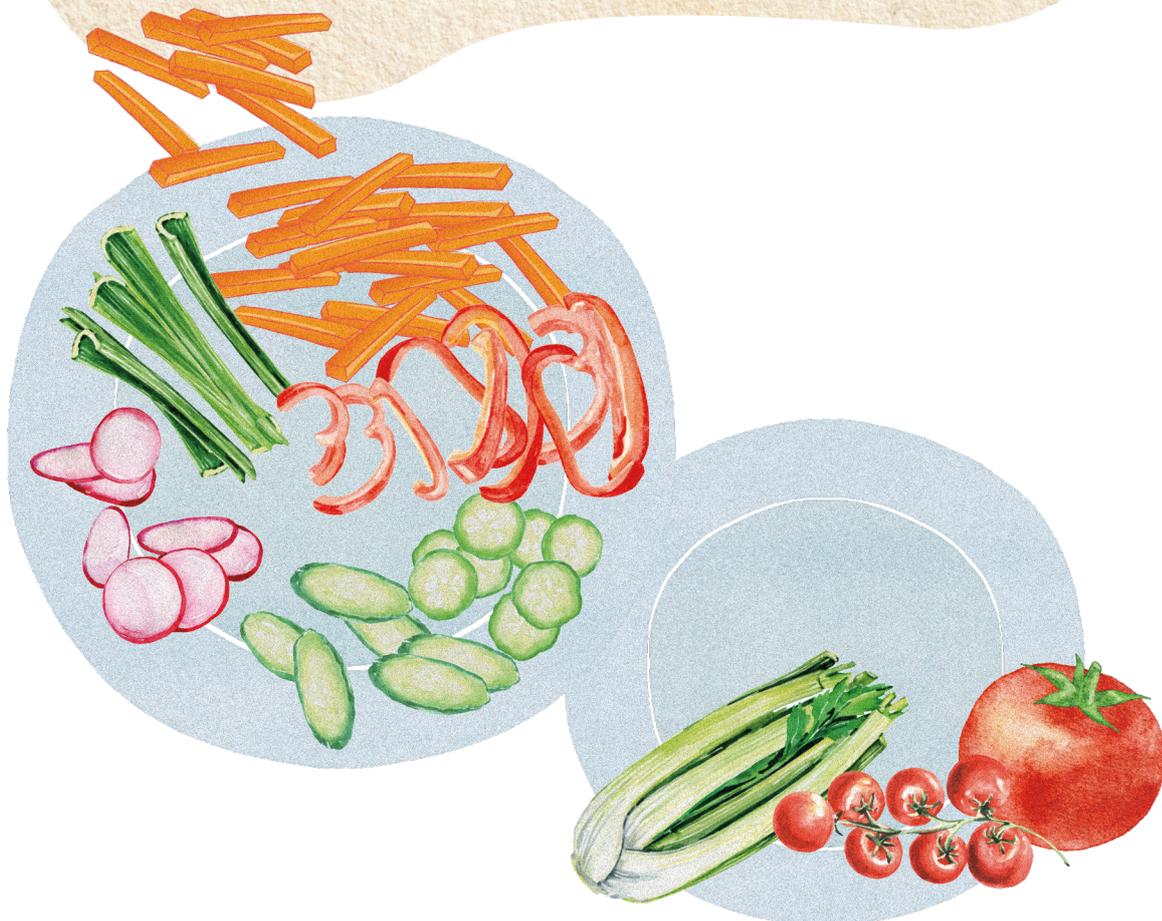


«Food Champions»

Expédition haute en couleurs au pays des légumes

Manuel pour enseignant.es:
planification des leçons, idées et documents



1

Expédition haute en couleurs au pays des légumes

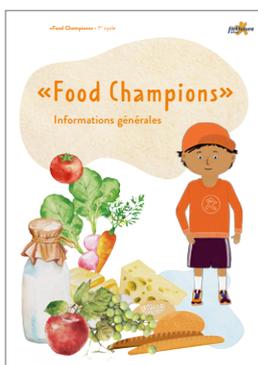
1.1 Sommaire et aperçu

Merci d'étudier le module 1 «Expédition haute en couleurs au pays des légumes» sur le thème des légumes avec vos élèves! Des activités passionnantes et pratiques vous y attendent. Le module est structuré de la manière suivante:

Sommaire

1.2	Compétences du Plan d'études romand et objectifs généraux	Page 3
1.3	Planification des leçons théoriques	Page 4
1.4	Planification des leçons pratiques	Page 7
1.5	Informations contextuelles pour enseignant.es	Page 9
1.6	Solutions du cahier d'exercices «Food Champions»	Page 11
1.7	Idées pédagogiques complémentaires (expériences, excursions, exercices, jeux)	Page 12
Annexe MP	Matériel pédagogique (modèles à photocopier)	Page 14

Aperçu



Informations générales



Manuel avec modèles à photocopier pour les élèves (en annexe)



Cahier d'exercices «Food champions» avec recettes



Télécharger tout l'ouvrage pédagogique



1.2 Compétences du Plan d'études romand et objectifs généraux

CM 15

Détecter le caractère sensitif des aliments et utiliser un vocabulaire spécifique ...

- 1 ... en différenciant et en exerçant les cinq sens
- 2 ... en reconnaissant et en décrivant les caractéristiques de divers aliments
- 3 ... en identifiant les différentes saveurs (sucrée, salée, acide, amère)

CM 16

Percevoir l'importance de l'alimentation ...

- 1 ... en observant son rythme biologique
- 2 ... en prenant conscience de la variété des aliments

MSN 16

Explorer des phénomènes naturels et des technologies ...

- 2 ... en distinguant les éléments du monde naturel des objets manufacturés
- 3 ... en cherchant à expliquer le fonctionnement de phénomènes naturels et d'objets techniques

MSN 18

Explorer l'unité et la diversité du vivant

- 6 ... en explorant divers milieux urbains et naturels et en visitant des expositions (musées, jardins botaniques, ...)

L1 13–14

Comprendre et produire des textes oraux d'usage familial et scolaire ...

- 6 ... en prenant en compte les consignes et les interventions de l'enseignant et celles des autres élèves

FG16–17

Reconnaître l'incidence des comportements humains sur l'environnement ...

- 3 ... en envisageant les conséquences de ses actions courantes sur l'environnement naturel, aménagé et construit
- 4 ... en dégagant certaines règles élémentaires à respecter pour préserver l'environnement

L'accent est mis sur ces objectifs concrets en plus des compétences du Plan d'études romand:

- Les élèves entrent en contact avec des aliments nouveaux et élargissent ainsi leur «horizon alimentaire».
- Les élèves découvrent la diversité des légumes locaux et des goûts correspondants.
- Les élèves acquièrent leurs premières compétences culinaires.
- Les élèves découvrent et sont capables de percevoir comment leur alimentation les met en relation avec d'autres personnes, plantes et animaux et leurs situations de vie.



1.3 Planification des leçons théoriques

Vous trouverez ci-dessous le détail de la planification des leçons théoriques sur les légumes pour le 1^{er} cycle. Le matériel correspondant se trouve dans la colonne de droite.

Contenu	Matériel nécessaire
Présentation de Fifu	→ A1
Entrée en matière Coup d'œil dans la boîte à snacks: «Les boîtes des élèves A, B, C et D ont quelque chose en commun. Sais-tu ce dont il s'agit? Exactement, elles contiennent toutes des légumes!» Une brève discussion peut avoir lieu. Comment s'appelle ce légume? Qui aime aussi ce légume? Quel est ton légume préféré? Chaque élève pense maintenant à un légume (son préféré). Des groupes sont alors formés sur la base de caractéristiques prédéfinies (même caractéristique = même groupe). → De quelle couleur est ton légume? (orange, vert, violet, jaune, rouge, blanc, marron...) → Quelle est la forme de ton légume? (rond, allongé, incurvé, ovale, carré/pointu, en forme de feuille...) → Où pousse ton légume? (dans la terre/en surface) → D'où vient ton légume? (Suisse/étranger) → Quand peux-tu acheter ton légume en magasin? (seulement au printemps/seulement en été/seulement en automne/toute l'année) L'objectif du jeu est de montrer la diversité des légumes et de déterminer les connaissances préalables des élèves. Certains élèves auront le plus grand mal à répondre à toutes les questions, car la familiarisation aux légumes varie fortement d'un enfant à l'autre. L'exactitude des réponses ne joue ici qu'un rôle secondaire.	→ Boîte à snacks des élèves
Histoire à lire «Visite à la ferme maraîchère» Dans ce premier module, Fifu rend visite à différentes espèces de légumes dans leur «maison». L'histoire présente différentes sortes de légumes et montre où ils poussent. Elle est lue aux élèves.	→ Histoire à lire (MP1) avec matériel visuel d'accompagnement (MP2) et cahier d'exercices



Chaque légume mentionné commence par être décrit dans l'histoire.
En écoutant, les élèves peuvent deviner de quel légume il s'agit.

Le matériel visuel (MP3) aide à clarifier les mots difficiles (en gras dans le texte) et illustre les légumes mentionnés.

Brève révision du texte

En l'espace de 5 minutes, les élèves essaient d'énumérer tous les légumes mentionnés dans l'histoire. Qui parviendra à se souvenir des six légumes?

→ **Petites feuilles de note, crayons de couleur**

→ Si vous disposez de plus de temps:

En équipe, les élèves réfléchissent aux légumes mentionnés dans le texte et essaient de les dessiner (important: dessiner chaque type de légume sur une feuille séparée et en couleur).

Les différents dessins sont discutés avec l'ensemble de la classe. De quels types de légumes mentionnés dans le texte les élèves se souviennent-ils. elles? Que manque-t-il?

Les dessins sont ensuite triés au tableau / par terre / sur la table commune.
Y a-t-il des différences entre les dessins?

Est-ce que tous se ressemblent à peu près?

→ Les différences invitent à la discussion..

Diversité

Au début, l'enseignant.e présente une image typique de carotte et demande aux élèves de quel légume il s'agit. Il est probable que tou.tes les élèves puissent répondre. L'enseignant.e montre ensuite une autre image, cette fois atypique, et demande à nouveau de quel légume il s'agit. Il ou elle donne la solution si les élèves ne trouvent pas.

→ **Photos de différentes carottes (MP4)**

→ Est-ce que toutes les carottes se ressemblent?

Y a-t-il des différences? Lesquelles?

Pour finir, l'enseignant.e peut montrer aux élèves différentes variétés de carottes, de formes, de couleurs et de goûts différents. Il vaut dans ce cas la peine d'apporter, outre les variétés courantes que l'on trouve généralement dans les magasins d'alimentation, des variétés plus rares telles que celles portant le label de qualité ProSpecieRara ou des exemplaires difformes vendus séparément dans certains magasins d'alimentation.

→ **Set de cartes «Alimentation durable»**

La classe regarde ensemble la carte «Les carottes droites sont-elles meilleures que celles tordues?» du set de cartes sur l'alimentation durable. Les élèves peuvent déguster eux-mêmes les différentes sortes de carottes et discuter des questions posées sur la carte.



1.4 Planification des leçons pratiques – Légumes à grignoter avec sauce dip

Contenu	Matériel nécessaire
Hygiène et sécurité sur le poste de travail L'enseignant.e discute avec les élèves de l'affiche correspondante.	→ Affiche A2
Aménagement du poste de travail Les tables sont nettoyées et les postes de travail sont aménagés.	→ Affiche A3
Techniques de coupe Les techniques de coupe sont étudiées avec toute la classe à l'aide de l'affiche correspondante, afin que la technique correcte soit utilisée pendant la préparation.	→ Affiche A4
Préparation L'enseignant.e lit les recettes avec les élèves dans le cahier d'exercices. L'enseignant.e répartit la classe en groupes de 3 à 5 élèves et distribue le matériel ainsi que les ingrédients. Il peut s'avérer judicieux d'attribuer un seul légume à chaque groupe. Chaque groupe est responsable de la découpe des légumes, mais aussi de la préparation d'une sauce dip. Le repas est ensuite pris en commun.	→ Recettes dans le cahier d'exercices
Ranger et faire la vaisselle L'enseignant.e range avec les élèves et se charge de faire la vaisselle. S'il reste suffisamment de temps, les élèves peuvent également participer.	→ Affiche A5





Légumes à grignoter avec dip

Matériel nécessaire et ingrédients					
	Par classe	Par groupe de travail	Par groupe de travail «Séré à la ciboulette»	Par groupe de travail «Sauce cocktail»	Par élève
1 planche à découper					X
1 couteau de cuisine					X
1 grand saladier pour les légumes lavés		X			
1 saladier moyen pour le compost		X			
1 bol pour la sauce dip		X			
1 assiette pour les bâtonnets de légumes coupés		X			
3 à 5 éplucheurs	X				
3 à 5 paires de ciseaux de cuisine (alternative aux couteaux)			X		
3 à 5 petites assiettes			X		
2 cuillères à soupe		X			
1 cuillère à café		X			
env. 600 g de légumes de saison		X			
Séré maigre			env. 150 g	env. 120 g	
Yogourt nature			env. 100 g	env. 80 g	



	Par classe	Par groupe de travail	Par groupe de travail «Séré à la ciboulette»	Par groupe de travail «Sauce cocktail»	Par élève
2 cs ketchup				X	
Sel		X			
Poivre		X			
½ bouquet de ciboulette			X		

Suggestions de légumes de saison

Printemps

- 3 carottes
- 2 endives
- 5 radis
- 1 fenouil

Été

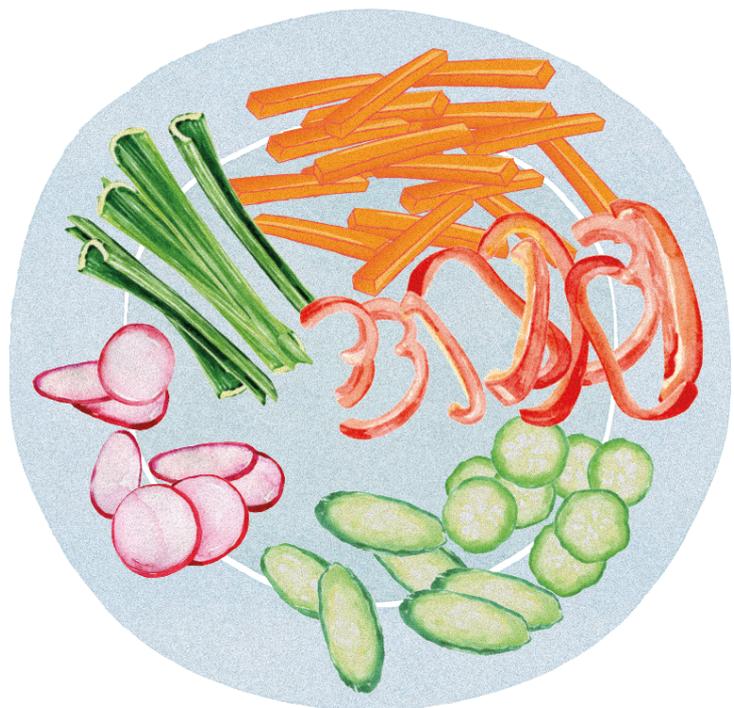
- 3 carottes
- 1 poivron
- 5 tomates cerises
- ½ concombre

Automne

- 3 carottes
- ½ céleri rave
- 1 courgette
- ½ concombre

Hiver

- 3 carottes
- 2 endives
- 5 radis
- 2 panais





1.5 Informations contextuelles pour enseignant.es

Contenus à valeur ajoutée

Les légumes se composent à plus de 90% d'eau et sont **d'excellentes sources de vitamines, de minéraux, de fibres alimentaires et de substances végétales secondaires** (voir ci-dessous). Chaque légume offre un spectre légèrement différent de précieuses substances. Plus le choix est **varié** en termes d'espèces, de couleurs et de modes de préparation (cru / cuit), plus le corps recevra une abondance de substances saines.

Les légumes contiennent une multitude de substances végétales secondaires, qui donnent à l'aliment sa couleur, son arôme et son odeur. Celles-ci protègent également la plante des prédateurs et des agents pathogènes et servent à attirer les insectes pollinisateurs. Les caroténoïdes, par exemple, donnent aux carottes et aux courges leur couleur jaune, rouge et orange. La couleur violette des aubergines vient, quant à elle, des flavonoïdes. Les substances végétales secondaires sont également importantes pour l'homme, car on leur attribue de nombreux effets bénéfiques sur la santé.

Quantité recommandée

Il est recommandé de consommer **cinq portions de fruits et légumes par jour**: deux de fruits et trois de légumes. Une portion correspond environ à la taille de la main: ce qui tient dans une main d'enfant est une portion d'enfant. Avec l'âge, les mains grandissent et la taille des portions aussi.

Conseil: cinq portions peuvent sembler beaucoup, mais elles ne doivent pas obligatoirement être consommées séparément. Avec une délicieuse sauce dip au séré, deux poignées de bâtonnets de légumes, et donc deux portions de légumes, sont avalées en un rien de temps. Si les légumes sont épluchés et proposés en morceaux de la taille d'une bouchée, ils sont généralement mangés en bien plus grande quantité.

Diversité des variétés

La diversité ne se limite pas seulement aux grandes familles de légumes, mais aussi aux différentes variétés au sein de chaque espèce poussant en Suisse. Il existe ainsi de multiples variétés de carottes, l'un des légumes préférés des Suisses et Suissesses, qui peuvent être blanches, jaunes, orange, rouges ou encore violettes. Avant l'industrialisation de l'agriculture, les humains ont cultivé pendant des générations des variétés de légumes sélectionnées de manière à être parfaitement adaptées aux conditions régionales telles que la nature du sol et le climat. La Suisse a ainsi progressivement développé un précieux stock de plantes cultivées présentant une grande diversité de caractéristiques.

Cette diversité de légumes est toutefois menacée. De nombreuses variétés anciennes ont disparu avec l'industrialisation de l'agriculture, car elles ne répondaient pas aux exigences de la production de masse moderne. Les variétés à haut rendement, résistantes aux agents pathogènes et à des maladies spécifiques, uniformes en termes d'apparence et de croissance, ont remplacé de nombreuses variétés anciennes dans les champs. Récolter des salades à la machine n'est par exemple intéressant que si celles-ci sont toutes mûres en même temps.



Aujourd'hui, les variétés anciennes regagnent en importance, elles contribuent à la diversité génétique des plantes cultivées et servent de base à de nouvelles sélections de variétés adaptées aux changements climatiques, par exemple.

Des légumes aux formes «parfaites»

Qui a déjà cultivé ses propres légumes le sait bien: les concombres poussent rarement droit, les carottes ont parfois deux jambes et une averse de grêle estivale peut abîmer les fruits. Pourtant, **la teneur en précieuses substances n'est pas affectée par ces imperfections**. Le concombre tordu n'a pas un goût différent du concombre droit et le fait que la pomme ait une cicatrice de grêle n'a aucune influence sur la teneur en fibres alimentaires.

Les standards élevés (légaux mais aussi commerciaux) en matière de taille, d'uniformité et d'aspect des légumes **empêchent de vendre de grandes quantités de légumes comestibles, certes irréprochables du point de vue sanitaire** mais qui sont éliminés en début de chaîne ou restent sur les étals des magasins parce qu'ils ne répondent pas aux exigences esthétiques de la clientèle. En donnant une chance aux légumes difformes, nous **contribuons à réduire massivement le gaspillage alimentaire**. Plus de la moitié des légumes produits tout au long de la chaîne alimentaire, de l'agriculture aux ménages, ne sont en effet pas consommés, mais jetés. Les légumes frais font partie des denrées alimentaires pour lesquelles les pertes sont les plus importantes en termes de quantité à tous les niveaux de la chaîne alimentaire.

Légumes de saison

Certains légumes sont disponibles toute l'année, d'autres **seulement à certaines périodes s'ils sont issus d'une production locale**. Ces différences viennent notamment du fait que les exigences en matière de température ou que le temps entre le semis et la récolte du légume varient en fonction de l'espèce. En raison de la mondialisation, de nombreux légumes sont disponibles toute l'année dans le commerce, ce qui peut fausser notre perception de la saisonnalité locale. Pourtant, consommer localement et de saison présente des avantages pour l'environnement. Des études montrent ainsi que les légumes produisent le moins de gaz à effet de serre lorsqu'ils sont cultivés à l'extérieur ou dans une serre non chauffée pendant la période de végétation naturelle et qu'ils sont ensuite consommés dans un rayon de distribution aussi réduit que possible. Ces comportements de consommation soutiennent également les producteurs et distributeurs locaux.

Il faut toutefois noter que la distance de transport (la régionalité) ne joue qu'un rôle secondaire dans l'impact environnemental global. Le **moyen de transport** est bien plus crucial: les transports par bateau et par camion ne contribuent que faiblement à la charge environnementale globale, contrairement aux transports par avion qui nuisent fortement au climat. La manière dont les légumes ont été cultivés est encore plus déterminante pour l'impact sur l'environnement: en termes d'émissions de gaz à effet de serre, il vaut ainsi mieux privilégier les tomates mûries au soleil et cultivées dans le sud de l'Espagne que des tomates suisses cultivées hors saison dans une serre chauffée avec des combustibles fossiles.



Le **calendrier des saisons du WWF** indique les périodes de récolte des fruits et légumes en Suisse et de commercialisation en magasin après stockage.



1.6 Solutions du cahier d'exercices «Food champions»



Sur ou sous terre?

Les légumes suivants poussent au soleil:

Tomate, concombre, courge, poireau, petits pois, salade, haricots, poivron, brocoli

Les légumes suivants poussent sous terre:

Radis, carottes, betteraves



Mots mêlés

T	O	M	A	T	E	P	R	A	D	I	S	L	X	B	F	N	Y
W	V	K	C	D	B	Z	Y	C	A	R	O	T	T	E	L	U	D
H	T	X	J	A	I	A	U	B	E	R	G	I	N	E	C	K	T
G	V	B	L	P	A	N	A	I	S	A	K	E	K	Y	B	Y	S
J	H	R	A	T	I	E	P	O	T	I	R	O	N	Y	Q	J	C
Q	M	X	A	C	O	N	C	O	M	B	R	E	X	R	B	A	S
C	A	F	Z	M	G	W	F	G	C	O	U	R	G	E	T	T	E
H	S	P	P	P	U	Q	C	K	U	C	É	L	E	R	I	E	
O	P	M	G	O	X	G	R	H	K	B	O	M	Q	Y	V	V	C
U	E	F	B	I	Y	W	P	H	A	R	I	C	O	T	M	R	H
R	R	M	C	R	H	F	O	Z	J	O	A	Q	F	C	U	O	O
A	G	B	N	E	W	C	T	W	C	C	L	X	F	M	B	M	U
V	E	Y	V	A	S	P	I	W	Y	C	O	G	E	I	C	A	F
E	S	L	S	U	G	F	R	G	R	O	T	E	N	E	Q	N	L
X	R	O	T	K	O	H	O	M	B	L	A	L	O	L	V	E	E
L	P	O	I	V	R	O	N	S	A	I	L	L	U	B	H	S	U
H	X	H	J	Z	P	C	F	W	V	C	J	R	I	Q	M	C	R
W	I	O	P	O	I	S	A	N	D	E	N	Y	L	R	U	O	L



1.7 Idées pédagogiques complémentaires

Le module «Expédition haute en couleurs au pays des légumes» peut être complété à volonté.

Autres idées

Créer son propre potager

Faire pousser des semis de légumes à l'école, qui pourront ensuite être cultivés à la maison dans des pots ou dans le jardin (chou-rave, concombre ou haricots p. ex.).

→ **Conseils:** ProSpecieRara propose des instructions utiles pour planter diverses espèces de légumes.

Inventer un slogan publicitaire pour légumes difformes (filmer un spot publicitaire, concevoir une affiche ou un média imprimé p. ex.) en intégrant le plus d'informations détaillées possible sur les légumes.

Organiser un défilé de légumes: les élèves doivent bricoler chez eux un animal ou un personnage à partir de légumes. Ils peuvent sculpter, couper ou assembler les différents éléments avec des cure-dents sans mettre aucune limite à leur créativité. Les élèves apportent ensuite les petits animaux ou personnages en légumes à l'école pour les montrer à la classe.

Leçons d'approfondissement

Propositions pédagogiques de la Société suisse de nutrition (SSN) sur le disque de l'alimentation – Thème des fruits et légumes:

➔ **Propositions pédagogiques** sur le disque suisse de l'alimentation (1^{er} cycle)

➔ **Fiches didactiques** sur le disque suisse de l'alimentation 1^{er} cycle

➔ **Matériel pédagogique 5 par jour**

Création artistique

Bricoler une **nature morte de légumes** d'après le modèle de G. Arcimboldo (**MP8**)

→ Le modèle à découper **MP9** peut être utilisé à cet effet.



Excursions

Rendre visite à **un maraîcher ou une maraîchère** de la région.

Visiter le **marché hebdomadaire régional**.

 **J'aime ma Planète:** Animation découverte de fruits et légumes de saison

 **J'aime ma Planète:** Visite des jardins et des serres Verdonnet-Bouchet

Projets de suivi

 **La Ferme de Budé**





Matériel pédagogique

Des modèles prêts à l'emploi sont disponibles en complément.

Contenu

MP1 **Histoire à lire**

«Visite à la ferme maraîchère»

MP2 **Illustrations**

Matériel visuel d'accompagnement pour l'histoire à lire

MP3 **Illustrations**

Photos de différentes variétés de carottes

MP4 **Idée pédagogique complémentaire**

Nature morte d'après G. Arcimboldo

MP5 **Modèle à découper**

Pour nature morte d'après G. Arcimboldo



MP1 «Visite à la ferme maraîchère»

Aujourd'hui, c'est le dernier jour des vacances d'été. Le soleil brille, une brise tiède rafraîchit un peu l'atmosphère: la journée parfaite pour une petite randonnée! C'est aussi l'avis de notre dynamique ami Fifu. Hier, il a déjà tout préparé pour une excursion dans la nature: pantalon de randonnée, casquette, chaussures de randonnée et c'est parti pour l'aventure! Mais en route vers les montagnes, il s'aperçoit que son sac à dos est à moitié vide. Oh non, il a oublié toutes ses provisions à la maison! Sans compter qu'il a déjà très faim et que c'est bientôt l'heure du dix-heures ...

Alors qu'il s'apprête à se reposer un peu sous un arbre, Fifu aperçoit un panneau «Délicieux légumes fraîchement cueillis». Il est sauvé! Fifu rassemble ses forces et suit le panneau. Ces choses vertes qui pendent entre les grandes feuilles vertes doivent être des **concombres à salade**. «Le rafraîchissement idéal par cette chaude journée d'été», pense-t-il en s'apprêtant à chaparder un concombre dans le **tunnel en plastique**. Un paysan visiblement furieux arrive en courant, une fourche à la main. «Eh, toi! Qu'est-ce que tu fais? Tu n'as pas le droit de me voler mes concombres!»

Fifu est visiblement mal à l'aise. Timidement, il explique au paysan qu'il a très faim et que le panneau indique qu'il y a des légumes frais dans le champ. «Pas pour se servir soi-même! Tu peux aller en acheter dans mon magasin, là-bas. Viens avec moi, je te montrerai tout ce que tu y trouveras de bon à acheter. Au fait, je m'appelle Beni», dit le paysan en riant et en serrant la main de Fifu.

Ensemble, ils se rendent au magasin de la ferme en passant devant de nombreux champs où poussent de délicieux légumes frais. Mais lesquels exactement? Des tiges vertes, des touffes de feuilles, des herbes fines, de grands buissons avec des boules rouges et des vrilles qui grimpent le long d'un poteau et auxquelles sont suspendues d'innombrables tiges vertes sortent du sol. En faisant ses courses, Fifu ne s'était encore jamais demandé d'où venaient les légumes et comment ils poussaient. Beni voit les yeux écarquillés de Fifu et commence à lui expliquer: «Là, ce sont des **radis**. Si tu tires sur les feuilles, une boule rose sortira de terre. Essaie!» Sous cette herbe fine pousse une **carotte**. On ne mange généralement que la racine orange, mais ce que beaucoup ignorent, c'est que les feuilles vertes des radis et des carottes sont aussi comestibles»





«Connais-tu ces boules rouges qui poussent sur les plantes vivaces dans la **serre**? Ce sont des **tomates**. Elles sont habituées aux températures chaudes et poussent donc beaucoup mieux dans cette petite maison en plastique. Il y fait aussi chaud et humide que dans le sud.» «Ah bon? Je pensais que le film plastique tendu sur le champ servait à ombrager les légumes par cette chaleur estivale.» «Non, il est surtout là pour stocker la chaleur. Mais je n'ai pas besoin du tunnel pour tous les légumes. Dans ce champ, il y a par exemple des tiges vertes sans support. On peut presque les manger entières. Connais-tu déjà ce légume? Il s'agit du **poireau**. Il est bien meilleur cuit que cru. Il est également préférable de cuire les **haricots verts**, qui poussent ici le long de la tige, avant de les manger. Ils sont en effet toxiques lorsqu'ils sont crus.» «Toxiques?», demande Fifu, un peu effrayé. «Ne t'inquiète pas, tout ce que tu peux acheter chez moi est absolument inoffensif et très sain. Les légumes tout juste récoltés contiennent le plus de vitamines», explique l'agriculteur.

Ils passent devant un entrepôt rempli de cageots. «Ouah, un arc-en-ciel de légumes!», s'écrie Fifu. «Oui, je vends des légumes de toutes les couleurs et de toutes les formes. Savais-tu que, selon la couleur, ils contiennent différents nutriments?» «C'est passionnant! C'est pour ça qu'il est faut manger le plus de variétés possible, afin d'apporter à l'organisme le plus de nutriments possible? Et tous ces légumes, tu les livres à l'épicerie du village ou au supermarché?», demande Fifu.

Beni répond: «En grande partie, oui. Malheureusement, je ne peux pas toujours tout vendre, car beaucoup de gens n'aiment que les légumes parfaits.» «Que veux-tu dire par là?», s'étonne Fifu. «Dès qu'une carotte est légèrement tordue, qu'une tomate a une petite fissure sur la peau ou qu'un concombre est un peu jaune, les gens pensent que le légume n'est plus aussi bon. C'est ainsi que des légumes finissent malheureusement toujours au compost, parce que personne ne les achète. Pourtant, cette carotte à deux jambes est aussi croquante qu'une carotte droite. Goûte-là.» Fifu, qui a maintenant une faim de loup, ne se fait pas prier. Crac, il engloutit la carotte!

«Mmmhhhhhh! Je n'ai jamais mangé une carotte aussi délicieuse. Désormais, j'achèterai toujours les légumes chez toi! Et de préférence les exemplaires les plus difformes!» «Je suis content que tu aimes mes légumes. Vu comme ton ventre gargouille depuis le début, tu dois avoir très faim. Allez, remplis ton sac à dos de ces légumes informes. Je te les offre!» Fifu remercie Beni chaleureusement et se sert généreusement. Il sait maintenant d'où viennent les légumes sains et comment ils poussent. Chargé de vitamines fraîches, il prend le chemin du retour. «De retour à la maison, je couperai les légumes en bâtonnets. Avec un dip au séré, ce sera parfait pour mon estomac vide!



MP2 Matériel visuel d'accompagnement



Concombres



Tomates



Haricots verts

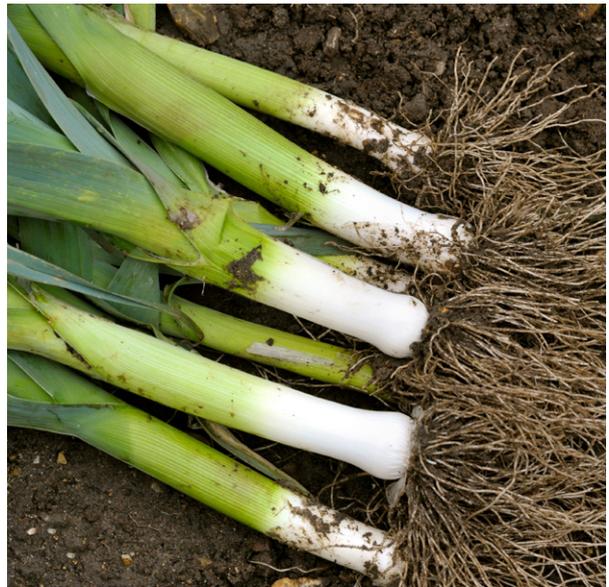


Carottes





Radis



Poireaux



Tunnel en plastique



Serre





MP3 Photos de différentes variétés de carottes





MP4 Nature morte

Observe cette œuvre d'art de Giuseppe Arcimboldo. Avec quoi a-t-il réalisé ce portrait? Note tout ce que tu découvres puis lance-toi aussi dans une œuvre d'art!

→ Découpe des légumes et des fruits et crée toi-même un visage à partir de ceux-ci.



