

Gazpacho- Espagne

Ingrédients :

1Kg de tomates bien mûres, coupées en petits dés
1 poivron rouge, coupé en petits morceaux
1 concombre, coupé en petits dés
2 gousses d'ail hachées
Poivre et sel
150ml d'huile d'olive et un filet pour servir

Tous cycles



Préparation :

Mixer les tomates, le poivron rouge épépiné, le concombre entier, et l'ail.
Passer la préparation dans un tamis en pressant bien avec le dos d'une cuillère.
Incorporer l'huile, saler, poivrer.
Verser dans un saladier et le placer au réfrigérateur.
Servir glacé, avec un léger filet d'huile d'olive.
Tu peux garder quelques dès de légumes pour la décoration.



Colorie l'Espagne :

Cycle 3



Drapeau de l'Espagne

De quel continent fait partie l'Espagne ?

- L'Afrique
- L'Océanie
- L'Amérique
- L'Europe
- L'Asie

Quelle est la capitale de l'Espagne ? Entoure la bonne réponse et écris le nom sur la carte ?

- Lisbonne
- Madrid
- Rome

Quelle est la langue officielle (ou les langues officielles) parlée(s) en Espagne ?

- L'Espagnol
- L'Anglais
- L'occitan

Guacamole, Mexique

Ingrédients :

- 1 avocat bien mûr
- ½ tomate
- 1 citron
- 1 petit bout de piment frais ou du Tabasco
- Sel et poivre

Tous cycles



Préparation :

1. Eplucher l'avocat, retirer la chair, la mettre dans un bol et l'écraser avec une fourchette en ajoutant une cuillère à soupe de jus de citron.
2. Hacher finement la tomate avec le petit bout de piment (ou rajouter un peu de Tabasco).
3. Ajouter à l'avocat, à l'aide de la fourchette. Saler, poivrer.
4. Servir frais.

Retrouve et colorie le Mexique



Cycle 3



Drapeau du Mexique

De quel continent fait partie le Mexique ?

- L'Afrique
- L'Océanie
- L'Amérique
- L'Europe
- L'Asie

Quelle est la capitale du Mexique ?

- Guadalajara
- Rio de Janeiro
- Mexico

Quelle est la langue officielle (ou les langues officielles) parlée(s) au Mexique ?

- Le Portugais
- L'Anglais
- L'Espagnol

Raïta concombre-Inde

Ingrédients :

- ½ concombre
- 150 g de yaourt nature-1 yaourt à la grecque
- ¼ de cuillère à café de cumin
- ¼ de cuillère à café de sel
- ¼ de cuillère à café de sucre
- 1 cuillère à soupe de coriandre hachée
- 1 cuillère à soupe de menthe hachée

Tous cycles



Préparation :

- Couper le concombre en petits dés, verser dans un saladier.
- Ajouter le yaourt nature, le cumin, le sel, le sucre, la coriandre et la menthe hachées.
- Bien mélanger.
- Servir frais.

Colorie l'Inde sur la carte :



De quel continent fait partie l'Inde ?

- L'Afrique
- L'Océanie
- L'Amérique
- L'Europe
- L'Asie

Quelle est la capitale de l'Inde ?

- Bombay
- Calcutta
- New Delhi

Quelle est la langue officielle (ou les langues officielles) parlée(s) en Inde ?

- L'Hindi
- L'Anglais
- L'Espagnol

Sablés fondants-Maghreb

Ingrédients – pour 10 sablés :

100 g de beurre mou

20 g de sucre glace

120 g de farine T 45

Sel

Tous cycles



Préparation :

Préchauffer le four à 180°C.

Préparer une plaque allant au four recouverte de papier sulfurisé.

1-Tamiser la farine et le sucre glace séparément à l'aide d'une passoire à mailles fines.

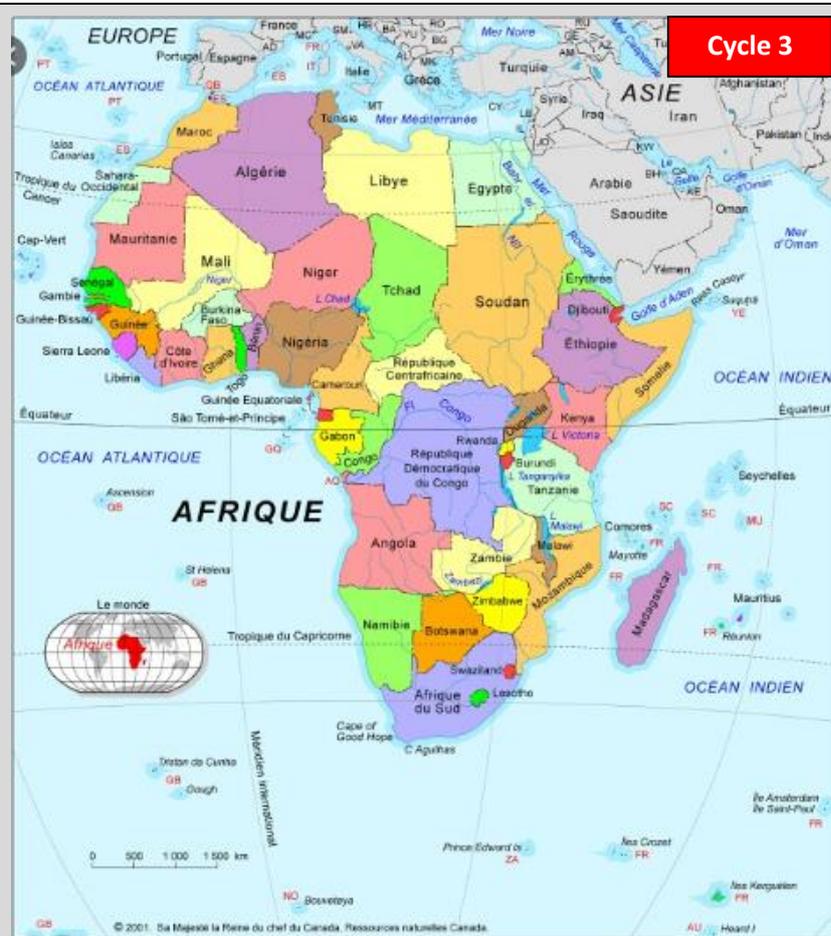
2-Fouetter le beurre mou avec 20 g de sucre glace et une pincée de sel jusqu'à ce que la préparation soit légère (au fouet électrique).

3-Ajouter la farine en trois fois en l'incorporant à la main.

4-Rouler 10 boules entre les paumes de la main.

5-Disposer les boules de pâte sur la plaque allant au four et enfourner pendant 20 minutes.

Ces sablés se conservent dans une boîte hermétique.



Les pays qui composent le Maghreb sont : le Maroc, l'Algérie, la Tunisie, la Libye, la Mauritanie. Repère-les sur cette carte.

De quel continent les pays du Maghreb font-ils partie ?

- L'Afrique
- L'Océanie
- L'Amérique
- L'Europe
- L'Asie

Quelle est la (ou les) langue(s) parlée(s) au Maghreb ?

- L'Anglais
- L'Arabe
- L'Espagnol

Quel océan borde, au nord, les pays du Maghreb ?.....

Quelle mer les borde à l'ouest ?.....

Banana nut bread-Australie

Ingrédients :

150 g de beurre mou
150 g de sucre
3 œufs
4 bananes
9 g d'extrait de vanille
330 g de farine T 55
1 sachet de levure
75 g de noix

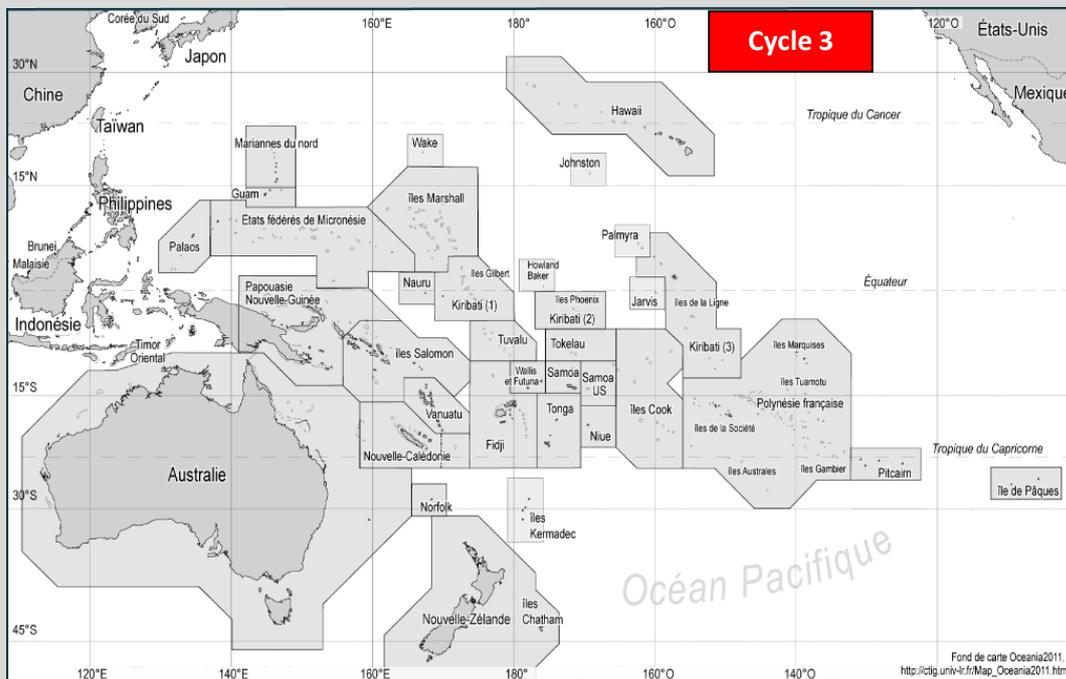


Tous cycles

Préparation : Préchauffer le four à 180°.

- 1-Fouetter le beurre au batteur électrique (pendant 15 secondes).
 - 2- Ajouter le sucre et battre jusqu'à obtenir un mélange léger et aéré.
 - 3-Battre les œufs dans un bol puis les verser très lentement sur le mélange beurre/sucre en continuant à fouetter (à vitesse moyenne).
 - 4-Ecraser les bananes et les ajouter avec l'extrait de vanille et mélanger.
 - 5-Hacher grossièrement les noix et les verser dans un saladier. Ajouter la farine, la levure. Bien mélanger.
 - 6- Incorporer ces ingrédients secs au mélange à la banane en travaillant la pâte pour la rendre homogène. Puis verser la pâte dans un moule antiadhésif ou beurré.
 - 8-Enfourner pendant 50 minutes. Attendre 15 minutes avant de le démouler.
- Déguster nature ou avec du beurre ou de la confiture.

Colorie l'Australie :



De quel continent fait partie l'Australie ?

- L'Afrique ● L'Océanie ● L'Amérique ● L'Europe ● L'Asie

Quelle est la capitale de l'Australie ?

- Sydney ● Canberra ● Melbourne

Quelle est la langue officielle (ou les langues officielles) parlée(s) en Australie ?

- L'Allemand ● L'Anglais ● Le Français